

འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་ཆེན་པོ་ཐངས་བཞི་བཅུ་ཞེ་བཞི་པ་ མེ་འབྲུག་ཟླ་ ༤
ཚེས་ ༥ ལུ་ ༡༩ ལུ་ཚུན་དང་དབྱེན་ལོ་ ༡༩༧༦ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༣ ལུ་ ༡༡ ལུ་
ཉིན་དགའ་རིང་ལ་ གྲོས་ཐག་རིམ་པར་ཆོད་པའི་ཐོད་བཤེད།

༡. ས་བྲམ་གསར་ཆིང་གཉིས་ཀྱི་ཆ་འཛིག།

སྤར་ནས་ཡོད་པའི་ས་བྲམ་ཆིང་པ་དང་ དེང་སང་གསར་བཞོད་ཨེ་ཀར་བྲ་མོ་གཉིས་ཀྱི་
བར་ ཅོད་ཉོགས་ཆེས་མང་བར་འཐོན་ལུས་འདུག་བསྟན་ ས་བྲམ་གསར་ཆིང་ གཉིས་པོ་
གང་རུང་གཅིག་ལ་ གཏན་འབེབས་བཟོ་དགོས་སྟེ་ ཚོགས་འདུར་གྲོས་སྐྱེད་བྱུང་ཡང་
དལ་གཞིར་འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་པོའི་ནང་ ས་བྲམ་གསར་པ་ལ་ ཆ་འཛིག་དགོས་
པར་ཡོད་ཀྱང་ ཨེ་བྲམ་གསར་རྒྱབ་སྐབས་མེ་མགོ་བདེ་རེ་བྱུང་གིས་མགོ་སྟོར་གཡོ་སྒྱུས་
བཞོད་པ་དང་ ཉམ་ཆུང་ལ་ལ་མགོ་མ་འདྲོངས་པར་ ཆིང་པ་ལས་འཛིགས་ཏེ་ལུས་པ་རེ་
འོང་སྟེད་པར་འདུག་པ་ལས་ ད་ནི་གཙོ་བོ་སྤྱིར་བཏང་ ཁྲིམས་ཡིག་ནང་དོན་བཞིན་ ཁྲམ་
གསར་པ་རང་ལ་ཆ་འཛིག་དགོས་རྒྱུའི་ཁར་རེ་གཉིས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཅོད་ཉོགས་རེ་
འཐོན་ན་ དེ་ནི་ས་བྲམ་ཆིང་པར་ཡང་ ཞིབ་དཔྱད་བཞུ་ཆོག་པ་ཞིག་གྱེད་དེ་ བཞག་དགོས་
པར་གྲོས་ཐག་ཆོད་གྲུབ།

༢. ཆ་ལ་ལུས་དང་ཨེ་ལན་ཇི་འི་བྲལ་རང་འཛིགས།

མེ་སེར་ལ་ལ་ནས་ ཆ་ལ་ལུས་དང་ཨེ་ལན་ཇི་འི་བྲལ་འབྲལ་དེ་ཉིད་ ཅུང་ཞིག་མར་ཕབ་ བྱ་
དགོས་པའི་གྲོས་སྐྱེད་བྱུང་ཡང་ ད་ལྟ་རེད་རའི་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཉིད་ འོངས་
བབས་ཀྱིས་ ཟད་འགྱོར་མ་ལྟར་བའི་དཀའ་ཆོགས་ཡོད་པ་ལས་ རེ་ཞིག་ཆ་ལ་ལུས་ཤིང་
དང་ ཨེ་ལན་ཇི་འི་བྲལ་འབྲལ་དེ་ཉིད་ སྤར་བཞིན་བཞག་པས་འབྲས་པར་གྲོས་ཆོད་མཛད།

༣. ཨམ་ཚོའི་དགའ་བོའི་ཐོབ་ལམ།

བཟའ་ཚང་ཉེས་འབྲུལ་ལ་བརྟེན་པའི་ ཨམ་ཚོའི་དགའ་བོའི་ཐོབ་ལམ་དེ་ཉིད་ སློ་གྲོས་
ཚོགས་སྡེ་དང་ ཁྲིམས་ཁང་གོང་མ་གཉིས་ནས་ ཁྲིམས་ཡིག་ཁ་གསལ་ཞིག་བཙུགས་ཏེ་
ལྷན་རྒྱས་གཞུང་ཚོགས་སུ་ཕུལ་བ་ནས་ གྲོས་ཚོད་བྱ་རྒྱུ་མཛད་གྲུབ།

༤. ས་གནི་བགོ་མཐུན་སྐབས་ཀྱི་འགན་ཡིག།

ད་བར་ས་གནི་བགོ་མཐུན་དུ་སློང་སྐབས་ ཁྲིམས་ཡིག་ནང་དོན་བཞིན་ ཡིག་བྲིས་འགན་རྒྱ་
བཟོ་མི་སུ་ཡང་མེད་པར་ ཅ་བོ་པན་ཚུན་གཉིས་ཀར་ ཅོད་ཉེགས་ཆེ་བ་ལས་ དེ་སྟོར་ཚོགས་
འདུར་གྲོས་སྐྱེད་བྱུང་དོན་ལྟར་ ད་ནས་ ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་པོའི་ནང་དོན་བཞིན་ འགན་
རྒྱ་བཟོ་དགོས་པར་གྲོས་ཚོད་བྱུང་ཞིང་ དེ་ལྷགས་ཁ་གསལ་གྱི་བྱུང་སྤེལ་ རྒྱུད་སློན་ལས་
ཁུངས་ནས་བཀའ་རྒྱུ་མཛད།

༥. རྩ་འབྲེག་སྟོར།

ཚོགས་འདུའི་ནང་ རྩ་འབྲེག་སྟོར་ལོ་རྒྱུས་མང་དུ་བྱུང་ཡང་ དེ་ཐད་གཞུང་ཞབས་ནས་
ཞིབ་དཔྱད་ལེགས་པོ་ཞིག་མཛད་པ་ནས་ ཇི་འཚམས་ཀྱི་འོས་བབས་གཟིགས་ཏེ་ སྤྲེལ་མི་
སེར་ལ་གསུང་རྒྱུ་མཛད་གྲུབ།

༦. ཚོགས་འདུའི་མི་སེར་སྤྱི་མིའི་དངུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་།

ད་ཚུན་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཚེ་རིང་འདུའི་མི་སེར་སྤྱི་མི་ རྣམས་ལ་ དངུལ་ཕོགས་སྤྱི་ རོ་རེ་
ལ་དངུལ་ཀྲམ་ ༣༠ རེ་ ལས་མེད་བརྒྱན་ དེང་དུས་ཀྱིས་སྤྱི་ནུས་གང་བས་ དཀའ་ཚེ་རེ་ཆེ་
བར་བརྟེན་ནས་ དབྱེན་ལོ་ ༡༩༧༦ ལྷོ་ ༡༠ པའི་ཆེས་ ༡ ནས་བཟུང་སྟེ་ མི་སེར་སྤྱི་མི་སྤྱི་ཚབ་
རེ་ལ་ སྤྱི་རོ་རེའི་དངུལ་ཕོག་དངུལ་ཀྲམ་ཆིག་བརྒྱ་རེ་བྱེད་དེ་གནང་རྒྱུ་གྲོས་ཚོད་བྱུང་།

ལ. མོང་སྐར་ནས་སྐར་སྟོད་ཕྱགས་ཀྱི་རྟ་ལམ།

མོང་སྐར་ནས་སྐར་སྟོད་ཕྱགས་ཀྱི་རྟ་ལམ་ཞིག་བསལ་དགོས་སྐྱེའི་གྲོས་བསྟར་བྱུང་བ་ལས་
གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས་ནས་སྤྱད་དུ་འཇུག་ཀྱི་འབྲུམ་གཅིག་དང་ལམ་སེལ་
ལ་མཁོ་བའི་ལག་ཆ་ས་དང་རྩོུ་མ་ཇི་དགོས་ཀྱི་གྲོས་རམ་དུ་ལ་ཅེས་སྟོན་པོ་བརྒྱུད་དེ་
གནང་སྐྱེ་ཡིན་པ་ཇི་བཞིན་ལམ་སེལ་གྱི་ལས་བཀོད་ཀྱི་ཅེས་སྟོན་གྱི་བདག་འཛིན་འོག་
སྟོན་ཅེ་དང་མོང་སྐར་ཇོང་བདག་དང་ཇོང་ཁག་དེ་འོག་གི་སྤྱི་མི་ནམས་ནས་བྱ་སྐྱེའི་ཁར་
ཇོང་ཁག་སོ་སོའི་ས་མཚམས་དང་འབྲེལ་ཉེ་ལས་མི་ཡང་མི་སེར་རང་རང་སོ་སོ་ནས་
བྱ་དགོས་པར་གྲོས་ཆོད་མཛད།

༥. སྤངས་ཐང་ཇོང་དུ་ཆུ་འཇུགས་སྐྱེའི་སྐོར།

ཚོགས་འདུའི་ནང་སྤངས་ཐང་ཇོང་དུ་ཡང་ཆུ་འཇུགས་དགོས་སྐྱེའི་གྲོས་བསྟར་བྱུང་བ་
ཇི་བཞིན་དུ་ལ་ཅེས་ལས་ཁུངས་ནས་འཇུགས་གནང་སྐྱེ་དང་ཆུ་འཇུགས་ཉམས་མྱོང་
ཅན་གྱི་མི་རེ་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས་ནས་ཀྱང་བཏང་སྟེ་འདི་ལོར་དགེ་འདུན་གསལ་
ཐབས་སྤངས་ཇོང་དུ་མ་ཕེབས་སྟོན་ཚུད་དུ་ཚུད་པར་འཇུགས་དགོས་སྐྱེར་མཛད་གྲུབ།

ཕྱག་རྟགས་རོ་མ་ཡོད།

(དབྱངས་སྟོན་དངོས་གྲུབ)

ཚོགས་དཔོན།

འབྲུག་གི་སྐུ་ལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུག་ཆེན་པོ།

༡༡.༢༠.༡༩༧༤