

གནམ་གཤིས་འགྲུང་བགོད་ན་ སྐྱེ་ལྗན་རིགས་སྣ་འཛོན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུང་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

## ཐབས་རིག་གི་ལག་དེབ།



◦ གནམ་གཤིས་འགྲུང་བགོད་ན་ སྐྱེ་ལྗན་རིགས་སྣ་འཛོན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུང་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

༡ བཞུགས་གཤམ་འཇུར་བཤོད་ན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྣ་འཛིན་སྐྱོང་མཁུན་འཇུར་བཤོད་ལུ་ ཨིམས་དོན་དང་ཕྱི་དྲུམ་གྱི་ཡིག་ཆས།

གནམ་གཤེས་འགྲུར་བཤོད་ན་ སྤྱི་ལུན་རིགས་སྣ་འཛོན་སྤྱོད་མཐུན་འགྲུར་བཤོད་ཞེ་ལུ་ ཨིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

ཐབས་རིག་གི་ལག་དེབ།

## དཀར་ཆག

འོན་པོར་ རྩེ་དྲན་རིགས་ལྷ་སྐྱོང་ཐབས་ལུ་གནམ་གཤིས་འགྲུ་བཟོས་ཀྱི་གདོང་ལན། .....	༧
ཐབས་རིག་གི་ལག་དཔར་གཤེད་འབད་ལག་ལཱ་ཐབས་ན། .....	༩
བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚེ། .....	༩
མཐའ་འཁོར་གནམ་ཕྱང་ས་ལྷིམ་དོན་གཙུག་པོ་(ཨོ་ཨོལ་ཨའི) དཔེ་དཔར་ཚུ་གི་ཀོར་ .....	༡༠
<b>ཡན་ལག་དང་པཎ་ གནམ་གཤིས་འགྲུ་བཟོས་ལྷ་སྐྱོང་ཐབས་ལུ་མཐུན་འགྲུ་བཟོ་དགོ་པའི་དགོས་མཁོ། .....</b>	<b>༡༡</b>
ལུ་ ༡ པ་ མཐུན་འགྲུ་བཟོ་དགོ་དང་ རྩེ་དྲན་གནམ་ཕྱང་ས་ལྷིམ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུ། .....	༡༩
༡) མཐུན་འགྲུ་བཟོས་ གནམ་གཤིས་འགྲུ་བཟོས་འཛིན་འབད་དགོ་པཎ་ .....	༡༩
༡.༡ མཐུན་འགྲུ་བཟོས་འཛིན་སྐྱོང་ གཞི་རྩེ་གི་དཔེ་བཤད་དང་ ཚུ་གི་འབད་མཁོ། .....	༢༡
༡.༢ རྩེ་དྲན་རིགས་ལྷིམ་འཛིན་སྐྱོང་། .....	༢༩
༢.༡ སྐྱང་བའི་དོན་ལུ་ ལུང་ལྟོགས་ལམ་ལུ་གནམ་ཐབས་ཚུ་འབད་ལག་ལཱ་འབྲེལ་ཐབས་ན། .....	༢༧
༢.༢ འདྲ་མཉམ་མེད་པའི་རྒྱུ་འབྲས་ལུ་བཀག་ཐབས། .....	༢༧
༢.༣ གནམ་དོན་འཛིན་ལུ་ མེག་སི་ཀོ་ལུ་ཉམ་ཚུ་(ཤུག)་གསེ་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུ་བཟོས་སྐྱོང་། .....	༢༩
ལུ་ ༢ པ་ མཐུན་འགྲུ་བཟོ་ཐབས་དང་ མཐུན་འགྲུ་བཟོས་འཛིན་སྐྱོང་དོན་ལུ་ མི་ལཱ་ལྟོགས་། .....	༣༢
༣.༡ རྩེ་དྲན་རིགས་ལྷ་སྐྱོང་ཐབས་ལུ་ ལྷིམ་ལྟོགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཐབས་ཚུ་ལག་ལཱ་ལཱ། .....	༣༢
༣.༢ འབྲེལ་ཡོད་ལུ་ལཱ་ལྟོགས་ལུ་མི་མང་གི་བར་ན་ བར་དོན་དོན་མེད་སྐྱེ་བཅེས་སོང་། .....	༣༩
༣.༣ མི་ལཱ་གི་འགོ་འདྲེལ་འབྲེལ་ཐབས་ལུ་མཐུན་འགྲུ་བཟོ་ཐབས་ལུ་མཉམ་འབྲེལ། .....	༣༩
༣.༤ རྩེ་དྲན་གནམ་ཕྱང་ས་ལྷིམ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུ་བཟོ་ཐབས་ལུ་མཉམ་འབྲེལ། .....	༣༩
<b>ཡན་ལག་ ༢ པཎ་ འཛིན་སྐྱོང་ཐབས་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུ་བཟོ་དགོ་ལུ་ ལྷིམ་དོན་དང་རྩེ་གི་གཞི་རིགས་ལུ་འབད་མཁོ། .....</b>	<b>༤༠</b>

༡ གནམ་གཤིས་འགྲུ་བཟོ་བཟོ་དགོ་ རྩེ་དྲན་རིགས་ལྷ་སྐྱོང་ཐབས་ལུ་མཐུན་འགྲུ་བཟོ་དགོ་ལུ་ ལྷིམ་དོན་དང་རྩེ་གི་གཞི་རིགས་ལུ་འབད་མཁོ།

ལེའུ་ ༥ པ་ འཚམས་ལུང་དང་འཚམས་གཞི་ མཐོང་ལུང་པོད་ཀྱི་ དམིགས་བརྟན་བཟོ་ནི་དང་ སྲིད་བྱུས་ཚུ་ཞིབ་དཔུན་འབད་ནི། ..... ༥༢

༥.༡ ཟབས་ཤེས་, ཡུན་རིང་གནམ་གཤིས་འབྲུག་བཟོན་དོན་ལཱ་ མཐོང་ལུང་འཚམས་གཞི་ལག་ལཱ། ..... ༥༥

༥.༢ ཟབས་ ༢ པ་ གནོད་ཉེན་ལུས་བསྐྱུར་གསོ་འབད་ཚུགས་མི་སྲིད་བྱུས་དང་དམིགས་དོན་བཟོ་ནི། ..... ༥༥

ལེའུ་ ༥ པ་ བཟོན་ལཱ་འཛིན་སྐྱོང་: བཏུ་ཞིབ་དང་གནམ་ལུང་ལག་ལཱ་ལྟུ་ལྟུ་ཞིབ་འབྲེལ་གྱི་འགན་དབང། ..... ༥༧

༥.༡ བཟོན་ལཱ་བསྐྱུར་མཐའ་ལོ་འཛིན་དང་ ཚད་མཚམས་གཞི་བཟོ་གྲུ། ..... ༥༧

༥.༢ དམིགས་བརྟན་འབད་མི་བཏུ་ཞིབ་ལཱ་བཟོན་གནམ་ལ། ..... ༥༩

༥.༣ བཏུ་ཞིབ་གཤིས་འབད་ནི་སྐོར་གྲོས་བློ། ..... ༥༠

ལེའུ་ ༦ པ་ རྒྱུ་མཚམས་བསྐྱུར་ཞིབ་: བསྐྱུར་ཞིབ་དོན་མེད་ཅན་ལཱ་གནམ་དབང་དང་སྐྱོམ་གྱི། ..... ༥༢

༦.༡ རྒྱུ་མཚམས་ལྟུ་བསྐྱུར་བཟོ་ནི་ལུས་ལུགས་དང་ གཞུག་སྟེ། ..... ༥༢

༦.༢ རྒྱུ་མཚམས་ལྟུ་བསྐྱུར་ཞིབ་ ཡང་ན་ འབྲུང་བའི་གནམ་དོན་དང་འཁྲིལ། ..... ༥༥

ལེའུ་ ༧ པ་ སྲིད་བྱུས་དང་ལུས་ལུང་མཉམ་འབྲེལ་: གཞུག་སྟེ་ནང་མཐུན་འབྲུག་གི་འབད་ཚོད་གཅིག་སྒྲིལ་བཟོ་ནི། ..... ༥༥

༧.༡ གཞུག་སྟེ་ནང་འཁོད་འགོ་འདྲེ། ..... ༥༦

༧.༢ མཐའ་འཁོར་གནམ་ལུང་ཡན་གནོད་བཟོ་ཞིབ་གྱི་ཞིབ་འཇུག་ལག་ལཱ་འབད་དེ་ ལུས་སྟེ་ཚུ་ནང་ མཐུན་འབྲུག་གི་ཟབས་ལུས་མཉམ་སྟེ་བ། ..... ༥༧

ལེའུ་ ༨ པ་ གནམ་འཁྲིལ་དང་བསྐྱུར་སྐྱོད་: སྐྱོམ་གྱི་གནམ་དང་འགན་འཁྲི་ཚ་སྐྱོམ་ལྟུ་ཟབས་ལུས་ ..... ༦༢

༨.༡ གནམ་གཤིས་གྱི་གནོད་ཉེན་ལུས་ཉེན་སྲུང་འབད་ཚུགས་པའི་ འཛིན་སྐྱོང་དམིགས་དོན་བཟོ་ནི་དང་བསྐྱུར་སྐྱོད་ ..... ༦༢

༨.༢ ཚུ་ལཱ་མེད་སྐྱོད་ཀྱི་ལུས་བཀག་ཟབས་ལྟུ་གནམ་ལ། ..... ༦༥

ལེའུ་ ༩ པ་ བསྐྱུར་སྐྱོད་གྱི་དབང་ཚད་དང་འགན་འཁྲི་: ལྷ་སྐྱོམ་ལུ་ལུགས་གྱི་དབང་ཚད་དང་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འབྲུག་གི་དོན་ལྟུ་ཞིབ་འཇུག་ལག་ལཱ། ..... ༦༦

གཅོད་སྐྱེ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ཅན་གྱི་ མཐའ་འཁོར་གནམ་ལུང་ལྟུ་ཐོབ་དབང་ ..... ༦༧

༩.༢ སྐེད་གྱི་སྐྱོད་ལྟུ་ཐོབ་དབང་: མཐུན་འབྲུག་འབད་ནི་ལཱ་ གོ་སྐྱབས་དང་བར་ཉེ། ..... ༦༧

༥ གནམ་གཤིས་འབྲུག་བཟོན་ སྐེ་ལཱ་རིགས་སྐུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འབྲུག་བཟོ་ནི་ལཱ་ ཞིབ་འཇུག་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཚེ།

༩.༣ བྱ་རྒྱུ་ལུས་ལུགས་ བརྟེན་ མི་མང་གྲུབ་ཀྱི་ལྷན་པ་དང་ མི་ཁྲུང་ས་ཀྱི་བཟུང་སྟེན་ལེན་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལྟོགས་ཀྱི་སྐོར་ལྟོགས་..... ༤༩

༩.༤ མཐའ་ལོངས་གནས་ལྷན་པ་ཀྱི་ཞིམས་ལང་ཚོར་གཞི་ལྷན་པ་ལོངས་ཀྱི་ལྷན་ ཞིམས་ཡིག་གི་དཀའ་ངལ། ..... ༧༠

༩.༥ འཛོམས་ཁྲུང་ས་འཛིན་སྐོར་མཐུན་འཁྲུང་དང་མཉམ་འདྲེན་དོན་ལྷན་ ཞིམས་ལྷན་ལག་ལུང་། ..... ༧༠

**ཡན་ལག་ ༣ པ། རང་བཞིན་འཛོམས་ཁྲུང་ས་འཛིན་སྐོར་གི་དབྱེ་རིམ་བཞིན་དང་ མཐུན་འཁྲུང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་ སྲིད་བྱས་ཚུ་ལག་ལུང་འཐབ་ནི། ..... ༧༡**

[ ལེའུ་ ༡༠ པ། རང་བཞིན་འཛོམས་ཁྲུང་ས་ཉེར་སྟོན་དང་བརྟེན་ནི་ལྷན་ ཚོགས་ཐམ་དང་ གནང་བ། ] ..... ༧༢

༡༠.༡ ཞིམས་དོན་གྱི་ཐོབ་ལམ་གཞི་བཅུགས་ ལེན་བཅས་ ཡང་ན་ ཐོབ་དབང་? ..... ༧༣

༡༠.༢ གནང་བ་བསྐྱུར་ཞིབ་དང་ ཉེམས་མཐུན་གྱི་དབང་ཚད་ ལོག་འགོ་བཅུགས་ཀྱི་ཞིམས་དོན། ..... ༧༣

༡༠.༣ གནང་བ་ ཡང་ན་ ཚོགས་ཐམ་འཆང་མི་ཚུ་ གནམ་གཤིས་འཁྲུང་བཟོན་ལྷན་མཐུན་འཁྲུང་འབད་བཅུག་ནི་ལྷན་གསལ། ..... ༧༤

༡༠.༤ ཚོགས་ཐམ་/གནང་བ་སྟོན་ནི་ལམ་ལུགས་ནང་ འབྲེལ་ཡོད་ལམ་ལུ་གཤིས་ནང་འདེབས་ལོངས་སུ་བཟུ་ནི། ..... ༧༥

ཉུན་ལཱ་ལེན་གོས་མཁོ་དང་ཉུན་ལྷན་ གནས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི། ..... ༧༦

ལེའུ་ ༡༡ མི་ལཱ་གི་རང་བཞིན་ཐོན་ཁྲུང་ས་འཛིན་སྐོར། ..... ༨༠

༡༡.༡ མི་ལཱ་འཛིན་སྐོར་གི་གཞི་རྩེ། ..... ༨༠

༡༡.༢ མི་ལཱ་ལྷན་ གནམ་གཞི་འཁྲུང་བ་གི་ལྷན་ གོ་བཟོ་སྟོན་ནི། ..... ༨༢

༡༡.༣ གནམ་གཤིས་དང་གནས་འཁྲུང་གི་ཐོབ་ལམ་ཚུ་ས་གནས་ཀྱི་སྐོར་ལག་ལུང་འཐབ་ཐོག། ..... ༨༤

༡༡.༤ མི་ལཱ་དང་འབྲེལ་བའི་འཛིན་སྐོར་གི་དོན་ལམ་ སྲིད་བྱས་ཀྱི་གནད་དོན་གཞུང་ལུ། ..... ༨༦

༡༡.༥ མ་ལམ་ནང་ གནས་བསྐྱུར་དང་བཟུན་ མི་ལཱ་འཛིན་སྐོར། ..... ༩༠

ལེའུ་ ༡༢ མི་མང་གི་དབང་བའི་ས་ཆ་དང་ ཚུ་འགྲུལ་སུང་སྐོར་གི་ས་གནས། ..... ༩༤

༡༢.༡ སུང་སྐོར་གི་ས་གནས་ཀྱི་བཟོ་བཞེད་དང་ གནམ་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་ལུ་ ཚུ་བཅུག་ནི། ..... ༩༥

༡༢.༢ སུང་སྐོར་ལོངས་ཚུ་གི་བཟུན་ མཐུན་འབྲེལ་ཡང་དུག་གཏང་ནི། ..... ༩༤

༥ གནམ་གཤིས་འཁྲུང་བཟོན་ རྒྱ་སྐད་རིགས་སུ་འཛིན་སྐོར་མཐུན་འཁྲུང་བཟོན་ལུ་ ཞིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

၂၃.၃ မဒ္ဒန္တအလှူအတန်းတစ်ခုလုံးကို ချီးမွမ်းလှူဒါန်းရန်နှင့် ချီးမွမ်းပေးရန်အတွက် မဒ္ဒန္တအလှူအတန်းတစ်ခုလုံးကို..... ၂၀၀  
 ၂၃.၄ နာမည်အရင်းအမြစ်များနှင့် နှစ်ပတ်လည်အစည်းအဝေးများတွင် ဝင်ရောက်ပေးရန်..... ၂၀၂  
 ၂၃.၅ ဝန်ထမ်းများအား ချီးမွမ်းရန်နှင့် ချီးမွမ်းပေးရန်..... ၂၀၈  
**【 ဝေဖန် ၂၃ ပါ ချီးမွမ်းပေးရန်အတွက် 】** ..... ၂၂၅  
 ၂၃.၅.၁ ချီးမွမ်းပေးရန်အတွက် ချီးမွမ်းပေးရန်အတွက် ချီးမွမ်းပေးရန်..... ၂၂၅  
 ၂၃.၅.၂ ချီးမွမ်းပေးရန်နှင့် မဒ္ဒန္တအလှူအတန်း အဖွဲ့အစည်းများတွင် ချီးမွမ်းပေးရန်..... ၂၂၆  
 ၂၃.၅.၃ ချီးမွမ်းပေးရန်အတွက် ချီးမွမ်းပေးရန်နှင့် မဒ္ဒန္တအလှူအတန်းတစ်ခုလုံးကို..... ၂၂၆  
 ၂၃.၅.၄ ချီးမွမ်းပေးရန်အတွက် ချီးမွမ်းပေးရန်နှင့် မဒ္ဒန္တအလှူအတန်းတစ်ခုလုံးကို..... ၂၂၆

၆ ချီးမွမ်းပေးရန်အတွက် ချီးမွမ်းပေးရန်နှင့် မဒ္ဒန္တအလှူအတန်းတစ်ခုလုံးကို ချီးမွမ်းပေးရန်နှင့် မဒ္ဒန္တအလှူအတန်းတစ်ခုလုံးကို ချီးမွမ်းပေးရန်

**སྒྲིབ་བརྗོད་: སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྐྱེ་སྐྱོད་ཐབས་ལུ་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བགྲོས་ཀྱི་གནོད་ལན།**

ཐབས་རག་གི་ལག་དེབ་འདི་ཡང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བགྲོས་ལུ་བརྟེན་འབྲུང་སྲིད་པའི་གནོད་ཉེན་ནང་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྐྱེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་གི་སྐུལ་མ་ཨིན། འདི་ཡང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་མི་གིས་ ས་གནས་འདི་ནང་གི་མེན་པའི་རིགས་སྐྱེ་དར་བྱུང་འགྲོ་མི་ དུད་འགོ་དང་སྐྱེ་ཤིང་ཚུ་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པའི་ས་ཁོངས་མར་ཉམས་ ཚད་ལས་རྒྱལ་བཀོ་ལ་བཅོས་འབད་མི་དང་ བཅོག་པ་ཞུགས་མི་ཚུ་གིས་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྐྱེ་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བགྲོས་དང་ རིགས་སྐྱེ་ལུ་ གནོད་ཉེན་རྒྱ་ཆེན་ཕོག་ཡོད་མི་ཁར་ ཉེད་བཀལ་རང་གནོད་ཉེན་འབྲུང་བཅུག་འོང། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་དཀའ་ངལ་ཅན་འབད་འཐོན་མ་ད་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡོད་པའི་ ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་དང་ གཞུང་གི་སྲིད་བྱུས་ཚུ་ལུ་ བྱུང་བར་དང་བྱ་སྟབས་མ་བདེ་ཚུ་འཐོན་དོ་ཨིན། དེས་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་ཚུ་གིས་ འཕྲལ་འཕྲལ་ལ་རང་ དེས་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ག་ཨིན་མ་བཞག་ནི་ལུ་བཙོན་ཤུགས་སྐྱེ་ལས་ གནས་སྟངས་ག་ཨིན་མ་བཞག་ནི་དེ་མི་སྲིད་ནི་ཨིན་མ་དང་ གནས་འབད་བཞག་ནི་ལུ་བཙོན་ཤུགས་བརྟེན་མི་གིས་ སྲིད་བྱུས་ཀྱི་དམིགས་དོན་གྲུབ་མི་ཚུགས་ནི་དང་ བྱ་སྟབས་མ་བདེ་ཚུ་བཟོ་འོང་དང་ མཐུན་འགྱུར་འཛིན་སྐྱོང་དང་པ་གིས་ ཁྲིམས་ཡིག་གི་འགན་ཁུར་འདི་ མཐུན་འགྱུར་གི་ཡིག་ཆས་གལ་ཅན་ཅིག་ཨིན་མི་དོས་འཛིན་འབད་མ་ཚུགས་པས།

ཐབས་རིག་ལག་དེབ་འདི་གིས་ སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཁྲིམས་ཡིག་ཚུ་འགྱུར་བཅོས་འབད་དེ་ སྲིད་བྱུས་ཀྱི་དམིགས་དོན་གསར་པ་འདི་གྲུབ་ཐབས་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་དང་ འདི་ཡང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བགྲོས་ཀྱི་གནོད་པ་འདི་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཁར་ ས་གནས་ཁར་འབྲུང་མ་ལས་ ལག་དེབ་འདི་ རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་འཛིན་སྐྱོང་དབྱེ་རིམ་མ་འདྲུག་ལེ་ཤ་ རང་གི་ལྷོགས་གྲུབ་དང་བསྟུན་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་བཟོ་བཟོ་ཨིན། གནམ་གཤིས་འགྱུར་མི་གིས་ བོ་སྐབས་ཡང་བཟོ་ཨིན།

ཐབས་ལམ་ལག་དེབ་འདི་ མཐུན་འགྱུར་དང་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྐྱེ་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བགྲོས་ཀྱི་གནོད་ལན་གཞི་ཚུ་ཕོག་ཕོག་ཡོད་མི་གིས་ ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་ལས་རིམ་དང་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ཚུ་གི་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བགྲོས་ནང་ ཐུག་གི་དོན་ལུ་ཡུན་བརྟན་ཐོན་སྐྱེད་སྐྱོང་ཐབས་འབད་ནི་ལུ་བཏོན་མ་ཨིན། ལག་དེབ་འདི་གིས་ རང་བཞིན་གྱི་སྐྱེ་མི་ (ནགས་ཚལ་ ཉམ་སྐྱོང་ སྲིད་གལ་སོགས་པ) འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནི་དང་ རང་བཞིན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཡུན་བརྟན་ཐོག་ལག་ལེན་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྐྱེ་ལས་སྐྱུང་ཚུ་ གཙོ་བོ་བཏོན་ཅུང་ ལག་དེབ་གིས་ སོ་ནམ་ལས་སྤྱོད་བཤད་ནི་མེད་པའི་ཁར་ རིགས་རྒྱན་གྱི་འཐོན་ཁུངས་སྐྱོར་ལ་གསལ་སྤྱོད་བཏོན་དེ་མེད། ཨིན་ཅུང་ ལག་དེབ་འདི་ནང་ བཀོད་ཡོད་མི་ གཞུག་སྐྱོང་གི་གཞི་ཚུ་ཚུ་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྐྱེ་དང་ རང་བཞིན་གྱི་འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནི་རྒྱང་ཅིག་ལུ་མེད་ན་པར་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གཞན་ཚུ་ནང་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ།

<sup>2</sup> གནམ་གཤིས་འགྱུར་བགྲོས་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྐྱེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



ཨི་ཨེལ་ཨེའི་གི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ བེ་རུ་ རོ་མེ་ནི་ཀའ་རྩི་པ་བ་སློག་ ཡུ་གེན་ཏེ་ ལུ་ཏེ་གུ་ཀར་ འབྲུག་དང་ མེ་ཏེ་མམ་ རྒྱལ་ཁབ་རྒྱལ་གི་ མ་  
ཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཁྱད་རིག་གི་གྲོས་སྟོན་ཚོགས་པ་གིས་ལམ་སྟོན་འབད་ཡོད། རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཚུ་ནང་ རྒྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་ཀྱི་རིམ་ལུ་  
གསལ་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲིད་ལུགས་ མི་སྡེ་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྤངས་མ་འདྲུ་ཡོད་པ་ལས་ དཔེ་དང་པ  
ར་རིས་ཚུ་ རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཚུ་དང་ གཞན་ཡར་རྒྱས་འབྱོར་བའི་སྐྱད་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ལས་དཔེ་སྐྱད་ཡོད་མི་ཡང་ རྒྱུང་བཞག་ཉུང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་  
'ནང་ ཁྲིམས་དོན་ལས་རིམ་གྱིས་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་སྲིད་ནི་ལུ་འགྲུལ་སྟོན་འབད་ཨེ་ཨིན། ཐབས་རིག་གི་ལག་དེབ་འདི་ཡང་ རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སྡེ་  
དང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ལུ་རྒྱལ་སྲིད་དོན་ལེན་ཡོད་པའི་མཁས་ཚོ་གུ་ཚུ་གིས་བཟུ་ཞིབ་གནང་ཡོད། ཨིན་རུང་ ལག་དེབ་འདི་གིས་ རང་  
དོན་དོམ་ དབྱེ་དབྱེད་དང་ རྒྱབ་སྐྱོན་ཚུ་གི་སྐོར་འགན་ཁབ་དེ་ ཨི་ཨེལ་ཨེའི་ལུ་འཁྲིམ་ཨིན།

**ཐབས་རིག་གི་ལག་དེབ་ག་དེ་འབད་ལག་ལེན་ཐབས་ན།**

ཐབས་རིག་གི་ལག་དེབ་འདི་ ཁྲིམས་བཟོ་མི་ཡང་ན་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ལག་ལེན་འབབ་མི་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སྡེ་  
ལུ་ཕན་གོད་ཡོད་མི་(1) རྒྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ནང་ རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སྡེ་སྤྱང་སྐྱོབ་འབད་ནི་ལུ་གན་འདོད་རྒྱ་ཆེ་སྡེ་ཡོད་མི  
(2)གནམ་གཤིས་འགྱུར་མི་ལུ་གོད་ཉེན་སྐྱོམ་དང་ (3)མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་སྐྱོང་ནི་དོན་ལུ་ ལྷོགས་སྲུབ་རན་ཏོག་ཏོག་ལས་མཐོང་  
གསལ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཨིན། ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་དབྱེ་བ་ཁབ་གཉིས་ཡང་

1 གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ལུ་ རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སྡེ་མཐུན་འགྱུར་ཡར་རྒྱས་བཟོ་ནི་དོན་ལས་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་སློབ་གཞི་གསལ་བཟུ  
མ་འབད་ནི་དང་

ཨི་ཨེལ་ཨེའི་གི་དཔེ་དེབ་གཞན་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་དོན་ལས་ཀྱི་གདམ་ཁབ་ནང་ སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་ཚུ་ལུ་ ག  
ནམ་གཤིས་འགྱུར་མི་ནང་ རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སྡེ་མཐུན་འགྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ཐོག་སྤྱང་སྐྱོབ་འབད་དགོ་པ་ལག་ཆེ་བའི་སྐོར་སྲིད་བཏང་གི་བསམ་འཆར་  
ཚུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་དང་ ཐབས་རིག་གི་ལག་དེབ་འདི་གིས་ མཐུན་འགྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ལག་ལེན་འབབ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་ སློབ་གཞི་དང་ སྲིད་བྱུས་ཟི  
ན་གྲིས་བཏབ་ཐངས་ཀྱི་སྐོར་ཁ་གསལ་དང་ཐད་ཀར་གྱི་ལམ་སྟོན་ཚུ་བཀོད་ཡོད། ཐབས་རིག་གི་ལག་དེབ་འདི་ ས་ཐོག་གི་འཕྲོན་ཁུངས་འཛིན་  
སྐྱོང་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཉེ་མ་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་དོན་དབང་འཛིན་དང་ སྲིད་བྱུས་ཚུ་དང་ཉེ་གཞུང་ལུ་འབད་ནི་ལུ་ཐབས་ལམ་གསལ་པ་འཚོལ་ནི་ལུ་ཕ  
ན་ཐོག་འབྱུང་འོང།

ཐབས་རིག་གི་ལག་དེབ་འདི་ ཡན་ལག་གསུམ་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་འདི་ ལེ་ལུ་བཟུ་སུམ་ནང་དབྱེ་བ་བྱེ་ཡོད།

< གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དན་ རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

ཡན་ལག་ཉ་པ་ནང་ ཐབས་རིག་ལག་དེབ་ནང་ གོས་བཤད་འབད་ཡོད་མི་ མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་དང་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཐོག་འ  
ཚིན་སྐྱོང་གི་ཆུགས་རོམ་སྐྱོར་བཤད་པ་ཨིན།

ཡན་ལག་ཉ་པ་པས་ འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བ་ལུ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ཨིམས་ཡིག་ ཚད་འཛིན་དང་ འཆར་ཡིག་ཚུ་ལེ  
ཤ་བཀོད་ཡོད།

ཡན་ལག་ཉ་པ་གི་ལག་ལེན་ འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་གི་གནས་སྤངས་མ་འདྲུལ་ལག་བཞེ་ནང་ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན་ རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་  
ཀྱི་ཐོབ་དབང་དང་བཏོན་ནི་དོན་ལུ་ ཚོག་ཐམ་དང་ གནང་བ་སྤོད་ནི་དང་ མི་སྡེ་ནང་རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནི་ དེ་ལས་  
མི་མང་གི་ས་ཁོངས་ནང་ཡོད་མི་སྤུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ཚུ་ སྐྱེ་གི་ས་གཞི་སྤུང་སྐྱོབ་འཐབ་ནི།

ཐབས་ལམ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དོན་ལུ་ དང་འདོད་ཡར་སེང་བཅུག་ནི་དང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་སྐོར་ ལག་དེབ་འ  
དིན་དང་ དཔེ་ གནད་དོན་ཞིབ་འཇུག་འབད་ཡོད་མི་དང་ མཁོ་ཆེ་བའི་རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆས་ཚུ་བཅས་ཏེ་བཀོད་ཡོད།

**བཀའ་རྒྱུན་དག་འཚོར།**

ལག་དེབ་ཀྱི་ཡིག་ཆས་འདི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཨིམས་དོན་གཙུག་ལྷན་(ཨི་ཨེལ་ཨེའི)གིས་ རྫོན་རྗེ་དང་ ཀུ་ཐེ་རུན་ཏེ་མེག་ལྷུང་ཐར  
ཕན་སྡེ་ཚོགས་པ་གི་མ་དདུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ བྱ་སྤྲིན་འབད་ཡོད། ལས་འགུལ་འཁོར་འཕེལ་ བདག་སྐྱོང་དང་ ཕྱོམ་པ་པོ་རོམ་ཡང་ དེ་ལྟེ་  
ཨེས་ཀུར་མ་ ཨི་ཨེལ་ཨེའི་གི་ལས་གཡོག་པ་གི་ཚོཾ་དཔོན་ ཨིས་ཀོཏ་ ཨིས་ཅེང་ གནས་གཤིས་དང་ཡུན་བརྟན་གི་སྲིད་འཛིན་འོག་མ་ཀུལ་བུ  
རཆ་ ཨི་ཨེལ་ཨེའི་རྒྱལ་སྤྱི་ལས་རིམ་གི་ཟུང་ལྡན་མདོ་ཆེན་དང་ ལི་ས་ཤོལ་དམེན་ ཕྱོད་དཔོན་གོང་མ་ཚུ་ཨིན། གོས་སྐྱོན་ཚོགས་པ་གིས་ལམ་  
སྐྱོན་ ཞལ་བཀོད་ བསྐྱར་ཞིབ་དང་ བསམ་ལན་གནང་མི་གིས་ ལས་འགུལ་འདི་ལུ་ཕན་ཐོག་སྤོམ་བྱུང་ཡོད། གོས་སྐྱོན་ཚོགས་པ་འི་འཐུས་མི་

ལྷེ་རྒྱལ་ ལུལ་གུར་མི་གཡལ་ (ཨེས་པི་དེ་ཨེ) བེ་རུ།

རྒྱལ་སོན་ པའི་མིན་གཡལ་ (ཨེའི་ཨེན་ཨེས་ཨེ་པི་ཨེར་ཨོ་ཨེམ་ཨེ) རྗེ་མི་ནི་ཀ་ རྗེ་པབ་གྲིག།

ཀེན་དཏེ་ ཀཱཱུ་བུ་ ལྷེ་རུན་ལྷུ་ཆ་ ཡུ་གན་ཅ།

ལ་ལའིན་ རྗེ་ཀོཏ་སན་ རུན་རྒྱུའ་ཏོ་ཉའིན་ གོང་འཕེལ་དང་མཐའ་འཁོར་ཨིམས་དོན་ལྷེ་བ་ (དེ་ཨི་ཨེལ་མི) མ་དུ་གུས་ཀཱ།

གུན་བཟང་ རྒྱལ་ཡོང་མ་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་སྤུན་ཚོགས་ འབུག།

༧ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དོན་ སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྤུང་སྐྱོང་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཨིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

རྒྱན་ ལྷ རྒྱ་ལོ་འཁྲིམས་ཀྱི་གཙུག་ལག་ ཟུར་ནམས།

ཤིང་ན་ ཤིང་ ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་གྱི་ཁྲིམས་དང་སྲིད་བྱུས་ (ཨེལ་པི་ཨེལ་ཌི་) ཟུར་ནམས།

དོག་ཏུ་ ལ་ར་ རྒྱན་སན་ ཨི་ཀོ་ཨི་ཏུཔ་ གོས་བསྐྱེད་ཡིག་ཚང་དང་ མེམ་ ཀུར་ལོ་ ལུ་སྐུའ་ལུ་ ཞལ་བཀོད་ རྒྱབ་རྟེན་དང་བསམ་ལན་གན  
ང་མི་ལུ་ བཀའ་དྲིན་དག་འཚོར་སྦྲོམ་བསམ་ཨིན།

གཤམ་འཁོད་ཀྱི་ཕྱི་འཁྲུང་ཞིབ་པ་རྩེ་གིས་ བསྐྱུར་ཞིབ་དང་བསམ་འཆར་བཟང་པོ་བཀོད་གནང་ཡོད་: ལིཟ་ ལུ་དམིན་ ཨེའི་ཡུ་སི་ཨིན་མཐ  
འ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཁྲིམས་དོན་ལྟེ་བ་ ཨུལ་ཇན་རྩོ་ ཨི་ ཀེ་མ་ཙོ་ ཀུ་ལི་པོར་ནི་ཡ་གཙུག་ལག་ ཨུར་མིན་ཁྲིམས་ཀྱི་སློབ་གྲྭ་ ཨུ་མན་ད་  
ཀེལུག་ཉོམ་ འཛམ་གླིང་རི་དྲུག་མ་དེལ་ ཇོན་ཐུན་ ཀུགས་ འཛམ་གླིང་རི་དྲུག་མ་དེལ་ ཇོན་ ཀོས་ཏན་བུ་དར་ ཨེའི་ཡུ་སི་ཨིན་མཐའ་འཁོ  
ར་གནས་སྤངས་ཁྲིམས་དོན་ལྟེ་བ་ དོག་ཏུ་ ཇེ་མི་ རོན་ལུ་ཀྱོ་གི་བཙུམ་སྟེ་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་གཙུག་སྟེ་དང་ཡིག་སྟེ་རྩེ་གི་མཁས་  
མཚོ་གཤེ་ཤ་ཡོད།

**མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་སྟེ་(ཨི་ཨེལ་ཨེའི) དཔེ་དེབ་རྩེ་གི་སློར**

ཨི་ཨེལ་ཨེའི་གིས་ ཞིབ་འཚོལ་སྟན་ལུ་ སྲིད་བྱུས་ཞིབ་འཇུག་འབད་ཡོད་མི་གི་ དཔུང་ཞིབ་དང་ མཇུག་དོན་རྩེ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི  
'ཁྲིམས་ཡིག་དང་སྲིད་བྱུས་ཡར་དྲག་དོན་ལུ་དཔེ་སྐྱེན་འབདམ་ཨིན། འདིས་མ་ཚད་ ཨི་ཨེལ་ཨེའི་གིས་ གནས་དཔེ་དང་སྟན་ལུ་ མཐའ་འཁོ  
ར་གནས་སྤངས་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་གོས་གནས་ རྒྱལ་ཡོངས་རྒྱན་སའི་གནས་རྒྱལ་དང་ དཔེ་དེབ་རྩེ་ ཤེས་ཡོན  
'དང་བྱིད་རིག་ཡར་དྲག་དང་ ལུ་བ་དང་མནོ་ལུགས་བྱབ་སྟེལ་ དེལས་གནས་སྐབས་དང་ཐབས་ཤེས་གསར་པ་རྩེ་སོར་འབད་ཐབས་ལུ་དཔེ་སྐྱེ  
ན་འབདམ་ཨིན། དཔེ་སྐྱེན་འབད་ཡོད་པའི་དཔེ་དེབ་རྩེ་ནང་ བརྩམ་པ་པོས་བསམ་འཆར་རྒྱུང་མ་ཅིག་ ཡངན་ བཀོད་ཚོགས་མདོ་ཚན་གྱིས་བས  
མ་འཆར་མེད་ན་མི་ ཡངན་མ་དེལ་གོགས་རམ་འབད་མི་ལས་སྟེ་གིས་བསམ་འཆར་མེད་མི་དེ་ ཨི་ཨེལ་ཨེའི་གིས་ ལས་སྟེ་ག་ར་དང་ཅིག་  
ལར་གསུང་གོས་འབད་ནི་ལུ་ལས་སྐྱེད་ཡོད་པའི་དཔེ་ཅིག་ཨིན། ཨི་ཨེལ་ཨེའི་གིས་ དཔེ་དེབ་དང་དོན་ཚན་རྩེ་ལུ་བསམ་འཆར་དང་གོས་འཆ  
ར་རྩེ་གི་ཅི་ཡོད་རུང་བཙུག་གནང་བཟུང་ལུ་ཨིན།

༡༠ གནས་གཤེས་འབྱུར་བཀོད་ན་ རྒྱུ་ལྷན་རིགས་སྤུ་འཛོན་སྐྱོང་མཐུན་འབྱུར་བཀོད་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

**ཡན་ལག་དང་པ་ : གནམ་གཤིས་འགྲུང་བ་ནང་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྣ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུང་བཟོ་དགོ་བའི་དགོས་མཁོ།**

འཛམ་གླིང་གི་ནང་བཅུད་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྣ་འདི་ ལོ་ངོ་ལྔ་ཡ ༦༥ ཉེ་མ་ཅུ་མེད་ཡལ་མི་ཚོ་བས་ཆེན་གྱི་དུས་སྐབས་ཀྱིས་འཛིགས་སྐྱལ་འབད་ ཡོད། རྒྱ་མཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ གནམ་གཤིས་འགྲུང་བ་གིས་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྣ་ཅུ་མེད་ཡལ་ནི་ལུ་ཕན་བཏགས་འབད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་ གིས་ མི་ཚོ་འཚོ་ཐབས་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་འཚོ་བ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མི་ རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་ལུ་གཞོན་ཉེན་སྲོམ་འབྱུང་ནི་ཟེར་བཤད་མི་ ཉིན་མས། ལོ་ངོ་ ༢༠༥༠ ནང་འཁོད་གྱི་ གནམ་གཤིས་འགྲུང་བའི་ཚད་གཞི་གིས་ འཛམ་གླིང་ནང་གི་རིགས་སྣ་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠ ཅུ་མེད་ཡལ་ནི་དང་ འཛམ་གླིང་རྒྱུ་ཚད་ གྱི་གི་རི་སེལ་ཤྱིས་ ༢ དང་ ༣ གྱི་བར་ཡར་སེང་འབྱོར་མི་ནང་ རི་དྲུག་སེམས་ཅན་དང་ སྐྱེ་ཤིང་གི་རིགས་སྣ་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠ དེ་ཅིག་བཟང་མ་ ཅུ་མེད་ཡལ་ནི་ཉེན་ཁག་ཡོད། འགྲུང་ལ་མར་ཉམས་འབྱོར་མི་འདི་ རིགས་སྣ་ཉུང་མིས་མི་ཚོ་དེ་དང་ གནམ་གཤིས་འགྲུང་མི་གིས་ ཅུ་མེད་མ་གཞི་ལས་མི་ཡལ་ནི་ཨིན་མི་ ཤིང་གི་རིགས་སྣ་དང་ རྒྱ་མཚོ་ནང་གི་ཉམས་ཚུ་ཡང་ཅུ་མེད་ཡལ་ནི་གི་ཉེན་ཁའོ་ད། གནམ་གཤིས་འགྲུང་བ་རན་ཏོག་ཏོ་འབྱུང་མའི་གནས་སྟངས་ནང་ རིགས་སྣ་དག་པ་ཅིག་དང་ སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྟངས་རིམ་ལུགས་ཀྱིས་བཟོ་དུགས་སྟེ་གནས་ཚུགས་ ཨིན་ཅུང་ ཉེ་མ་ལས་སྲོན་སྲུག་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་ནང་ འཕྲལ་འཕྲལ་རང་ གནམ་གཤིས་འགྲུང་བ་གིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྟངས་དང་ འཛམ་གླིང་གི་དཔལ་འབྱོར་ལུ་ཕན་གཞོན་ཚུ་ ཐོག་ཚད་ཉུང་དྲག་འབད་འཁོད་ཡོད་པ་དང་ མི་ཚོ་འཚོ་བ་ མི་སྡེ་དང་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ཡར་དྲག་ཚུ་ག་རེ་ཉེན་ཁ་སྲོམ་འབད་ཡོད། གནམ་གཤིས་གནས་སྟངས་ཀྱི་སྐྱོར་ལས་མང་སུ་མང་སུ་ཉ་གོ་བ་ད་ གནམ་གཤིས་འགྲུང་བ་གི་གནས་སྟངས་ནང་སྲོན་ཚུགས་ནི་ལུ་ མཐུན་འགྲུང་བཟོ་དགོ་བའི་ཏིག་ཨིན་མ་གཤིས་ཆེ་བས།

པར་རིས་ ༡ གནམ་གཤིས་ཀྱི་རི་དྲུག་ལུ་གཞོན་ཉེན་ གནམ་གཤིས་འགྲུང་བ་གིས་ ཀོས་ཏེ་རི་ཀ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྱ་ པར་ནང་ཡོད་མི་ རེས་ཤེ་ ལན་རྒྱུན་ཏེ་ ཀའི་ཏེ་ཟེལ་ ཟེར་མི་ ས་ཁ་ཐོག་ས་ལུ་འབྱོར་བཅུག་མི་གིས་ དུས་ནམ་ཅིག་ ས་ཁ་ཐོག་ས་ནང་གནས་འཆམ་སར་ཚོགས་སོང་ འོང། ས་ཐོག་ཁར་འཆམ་སྲོད་མི་བྱ་རིགས་ ༥༩ དེ་ཅིག་ གནམ་གཤིས་འགྲུང་བ་ལུ་བཞེན་ཅུ་མེད་ཡལ་ནི་ལུ་སྲོན་སྲུག་འབད་ཡོད་མི་འདི་ ཉེན་ཁ་ཅན་འབད་མེས་འཛིན་མ་འབད་བར་ཡོད། ད་ཅུང་ ཡིག་ཆ་གཞན་མི་ཅིག་ནང་བཀོད་མི་ནང་ འཛམ་གླིང་གི་རྒྱུ་ཚད་ གྱི་གི་རི་སེལ་ཤྱིས་ ༡ རྒྱུང་མ་ཅིག་ ཡར་སེང་སོང་ཅུང་ ས་ཁ་ཐོག་སར་འཆམ་སྲོད་མི་བྱ་རིགས་ཚུ་གིས་ གནས་འཆམ་ས་འོས་འབབ་ཅན་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༥༠ དེ་ཅིག་མར་ཉམས་འབྱོར་འོང་ཟེར་ཨིན་མས།



གནས་གཤིས་འགྱུར་བ་གིས་ སྐྱེ་ལྔ་ན་རིགས་སྣ་ལུ་བྱེམ་ལུགས་སྲོན་སྲུག་འབད་ཡོད་མི

གནས་གཤིས་འགྱུར་བ་གིས་ཕན་གཞོན		ལུང་ཕྱོགས་ ལུང་ཕྱན་དང་ སྐྱེ་ལྔ་ན་གནས་སྣངས་རིམ་ལུགས་ནང་གི་སྐྱེ་ལྔ་ན་རིགས་སྣ་ལུ་བྱེམ་ལུགས་
རྒྱུ་མའི་རྒྱུ་ཚོད་ཡར་སེང་	ཚོ་རྒྱུ་ལྔ་ན་པའི་ཉེན་མེད་ཀྱི་ཁྱུང་ཁ་ཡར་སེང་	<ul style="list-style-type: none"> <li>• སྐྱེ་ལྔ་ན་རིགས་སྣ་ལུ་རྒྱུ་ཚོད་ཀྱི་གཞོན་ལུགས་ཡར་སེང་ཐལ་ནི</li> <li>• གཞོན་པ་བཀོལ་མི་འབྲུབ་དང་སེམས་ཅན་ དེ་ལས་ནད་གཞི་ཚུ་ཡར་སེང་འགྱོ་ནི</li> <li>• རྫོན་ས་དང་ རྒྱུ་ལས་སྐྱེམ་ནི་ཚུ་ཡར་སེང་འགྱོ་ནི།</li> </ul>
	གཏན་འཇགས་ཀྱི་ཁྱེལ་སྤྱོད་ལུ་བཟུ་ནི	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ས་བཅུད་འཁོར་རིམ་དང་ སའི་སྐྱེ་ལྔ་ན་རིགས་སྣ་ལུ་འགྱུར་བ</li> <li>• ཁྱེལ་སྤྱོད་ལུ་འཇགས་ཀྱི་ལོ་གཅི་ལོ་གཅི་བཟུ་ནི་དང་འཁྱེལ་སྤྱོད་ལུ་བཟུ་བཟུ་ལུ་འབྲུབ་དང་གི་འཇགས་ལུ་ཐོབ་དབང་གི་གོ་སྐབས་མར་ཉམས་འགྱོ་ནི</li> <li>• ས་གཞི་ལུ་བཟུ་བཟུ་པའི་ སྐྱེ་ལྔ་ན་གནས་སྣངས་རིམ་ལུགས་དང་སྐྱེ་ལྔ་ན་རིགས་སྣ་ཚུ་མར་ཐབ་སོང་ནི</li> <li>• ས་དམའ་ས་གི་རྒྱུ་ཚོད་ཚུ་སྐྱེམ་ནི</li> <li>• མཚོ་སྐྱིད་ཚུ་ནང་ རྒྱ་མཚོ་མཐོ་ཚད་ཡར་འཕམ་ནི་དང་ མཚོ་འགམ་གྱི་རྫོན་ས་དང་ ས་སྲུག་གི་རྒྱུ་ཚུ་ ཚུ་ཚུ་འཇུ་ནི་ དེ་ལས་ ཉེན་ཚབས་ཆེ་བའི་ས་ཁོངས་ན་འཁྱེལ་ས་མི་རིགས་སྣ་ལུ་ཤི་རྒྱུ་དང་བར་ཆད་མང་ནི་ མཚོ་མཐའ་ཚུ་ནང་རྒྱུ་ཚུ་འཇུ་འཇོན་ནི་ཚུ་མང་སྲུ་འཐལ་ནི</li> </ul>
	བྱང་དང་ལྷོ་སྤེལ་གི་ལུང་ཕྱོགས་ རྒྱ་མཚོ་སྤེལ་དང་ས་མཐོ་སའི་ས་གནས་ཀྱི་ཁྱེལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱུང་ཚད་མར་ཐབ་སོང་ནི་(ཕྱི་ས་སྲུ་འཁྱེལ་ས་ནི་དང་ ཉ་སྲུག་བཟུ་ནི)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• སེ་ཁ་ རྒྱུ་ལས་མ་རྒྱུགས་པར་ རུད་ཐང་ནང་རྒྱུ་ལས་སྤྱི་གཞི་ཚུ་མར་ཐབ་སོང་ནི</li> <li>• མཚོ་སྐྱིད་ཚུ་ནང་ རྒྱ་མཚོ་མཐོ་ཚད་ཡར་འཕམ་ནི་དང་ མཚོ་འགམ་གྱི་རྫོན་ས་དང་ ས་སྲུག་གི་རྒྱུ་ཚུ་ ཚུ་ཚུ་འཇུ་ནི་ དེ་ལས་ ཉེན་ཚབས་ཆེ་བའི་ས་ཁོངས་ན་འཁྱེལ་ས་མི་རིགས་སྣ་ལུ་ཤི་རྒྱུ་དང་བར་ཆད་མང་ནི་ མཚོ་མཐའ་ཚུ་ནང་རྒྱུ་ཚུ་འཇུ་འཇོན་ནི་ཚུ་མང་སྲུ་འཐལ་ནི</li> </ul>
	རྒྱུ་ཚོད་ཚོད་ཡར་འཕམ་ནི	<ul style="list-style-type: none"> <li>• རྒྱུ་ཚོད་ཚོད་ཚུ་ལྔ་ན་མི་མར་ཉམས་ནི</li> <li>• ས་གནས་ནང་གི་མེད་ན་མི་རིགས་སྣ་ གཞུགས་གཞུགས་དང་རིགས་མ་འདྲ་བའི་རིགས་སྣ་དང་འཇོན་ཉེན་ཁ་ཡར་སེང་འགྱོ་ནི</li> <li>• རྒྱུ་ཚོད་ཚོད་ཚུ་ལྔ་ན་མི་རིགས་སྣ་ལུ་ཤི་རྒྱུ་</li> <li>• ཉེན་ཚུ་ལུ་གཞོན་གཞི་ཡར་སེང་</li> <li>• བྱང་བསེལ་གྱི་རྒྱུ་ཚོད་ཚོད་ཚུ་ལྔ་ན་མི་རིགས་སྣ་ལུ་ཤི་ས་ཁོངས་མར་ཉམས་འཐལ་ནི</li> <li>• རྒྱུ་ཚོད་ཚོད་ཚུ་ལྔ་ན་མི་རིགས་སྣ་ལུ་ཤི་རྒྱུ་དང་མཚོ་ལྷོ་གཞུགས་ལུ་མར་ཐབ་འགྱོ་ནི</li> </ul>
	ཁྱེལ་སྤྱོད་ལུ་ཐོབ་ཤིང་ཉེན་མེད་ལུ་གི་	<ul style="list-style-type: none"> <li>• རྒྱུ་ཚོད་ཚོད་ཚུ་ལྔ་ན་མི་རིགས་སྣ་ལུ་འགྱུར་བ</li> </ul>

༡༢ གནས་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་ན་ སྐྱེ་ལྔ་ན་རིགས་སྣ་ལུ་རྒྱུ་ཚོད་ཚོད་ཚུ་ལྔ་ན་མི་རིགས་སྣ་ལུ་ཤི་ས་ཁོངས་ཤིན་དང་ཤིན་ལྷོ་གཞུགས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

	<p>ལྷན་ཚད་མར་ཕབ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• གངས་རིའི་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་དུས་བཞི་འགྲུར་བའི་བརྗོད་ལུ་འགྲུར་བ</li> <li>• སེམས་ཅན་སྤྱོད་དང་དོམ་གྱི་གཞན་སེམས་ཅན་བསད་ནི་ལྟ་བུ་མང་སུ་འཐལ་ནི</li> <li>• དགུན་ཚང་བཅའ་ནི་དུས་ཚད་ལུ་བར་ཆད་དང་དགྲུགས་ནི</li> <li>• ལམ་ནང་ན་ བསེལ་བྱེད་བཀག་སྲུང་མར་ཉམས</li> <li>• ལྷོགས་བྲམ་གྱི་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་དང་སྐྱེ་སྤྱོད་མར་ཉམས་ནི</li> </ul>
	<p>ས་གནས་ལག་ཚུན་དང་ ཆར་མེད་པ་གྱི་ དུས་ཚད་ལར་ ཆར་ཆུ་གནས་མེད་ས་ མེད་དཀོན་ནི་དང་ཐན་པ་འཕྲོན་ནི</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ས་ཐོག་ཡོད་པའི་སྐྱེ་ཤིང་དང་རྩ་རིགས་ཚུ་མར་ཉམས་ཏེ་ བྱི་བའ་ལུ་འགྲུར་ཏེ་ སའི་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱོད་ལུ་མར་ཉམས་འཐལ་ནི</li> <li>• སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱོད་ལུ་སྤྱི་དུས་འདུལ་ཡར་འཕམ་ནི</li> <li>• བཟའ་འཐུང་དང་རྩ་ཆག་ཉུང་སུ་འཐལ་ནི</li> <li>• རྩ་ཆེད་ཚུན་ཚུ་མར་སུ་ལྷན་ནི</li> <li>• མི་རྒྱུན་གྱི་ཉེན་ལ་ཡར་འཕམ་ནི</li> <li>• གཙམ་ཚུད་དང་ཚུམ་རང་བཞིན་མར་བབས་གྱི་རིམ་ལུགས་ལུ་འགྲུར་བཅོས་འགྲོ་ནི</li> </ul>
	<p>ཆར་གྱི་དུས་ཚད་ལུ་ ས་གནས་གཞན་ ཚུན་དང་ཚུམ་རྩུབ་འཕྲོན་ནི</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ས་རུད་མང་སུ་འཕྲོན་ནི</li> <li>• ས་བཅུད་ཉམས་ནི</li> <li>• རྩལ་ས་བརྟེན་པའི་ནད་གཞི་ཉེན་ལ་ཡར་སེང་སོང་ནི</li> <li>• རྩུབ་ཀྱིས་སེམས་ཅན་འཁྲམས་སའི་ས་ཁོངས་ལུ་གཞོན་པ་ཡར་སེང་འགྲོ་ནི</li> <li>• གཙམ་ཚུད་དང་ཚུམ་རང་བཞིན་མར་བབས་གྱི་རིམ་ལུགས་ལུ་འགྲུར་བཅོས་འགྲོ་ནི</li> </ul>
	<p>སྐྱེ་ལྷན་དང་ རྩལ་སྤོམ་ནི་ལུ་བར་ཆ ད</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ཐོན་སྐྱེད་ལུ་མར་ཕབ་འགྲོ་ནི</li> <li>• སྤྱི་རྒྱུན་མང་སུ་འགྲོ་ནི</li> </ul>
	<p>རྩལ་སྤོམ་འཐུང་ལུ་གི་སྤོམ་ས་ལུ་ ཚུ་ ཚུ་འཕྲོལ་ནི</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ཉེན་ཚབས་ཆེ་བའི་ས་ཁོངས་ན་འཁྲམས་མི་རིགས་སྤྱོད་ལུ་སྤྱི་རྒྱུན་དང་བར་ཆད་མང་ ནི</li> <li>• རྩལ་སྤོམ་འཐུང་ལུ་གི་སྤོམ་ས་ལུ་ ཚུ་ཚུ་འཕྲོལ་ནི</li> <li>• མཚོ་མཐའ་ཚུན་དང་ཚུམ་རྩུབ་འཕྲོན་ནི་ཚུ་མང་སུ་འཐལ་ནི</li> </ul>

ཕར་རིས་དེགས་ གནས་གཤིས་འགྲུར་བ་གིས་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱོད་ལུ་ སྤྱིར་གྱི་བྱེམ་ཕྱགས་འབྲུང་སྤོམ་གི་དབྱེ་བ

### སྤྱི་དབྱེམ་བཅོམ་དང་ འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་ལུ་ གནས་གཤིས་འགྲུར་བའི་གཞོན་པ་ལུ་ཉན་པ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ།

གནས་གཤིས་འགྲུར་བ་ལུ་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱོད་ལུ་སྤྱིར་སྐྱོབ་བཅོམ་ནི་ལུ་ དང་ལེན་འབད་དགོ་པ་རེས་འཛིན་རྩ་ཆེམ་སྤེ་རང་འབད་ཡོད་ཅུང་ དོན་དམ་ལུ་  
ག་ཅི་འབད་དགོ་པ་ཨིན་ནའི་ལ་གསལ་ཅིག་མེད། འདི་ཡང་ མཐུན་འགྲུར་(གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུན་བསྐྱུར་བཅོས་འབད་ནི)ག་འདི་གཙོ་རིམ་བ  
ཅོམ་ཨིན་ནལ་ ཐབས་ཤེས་ག་འདི་གིས་ སྤལ་དང་སྤལ་ལུ་ཕན་ཐོག་འབྲུང་འོང་ག་? གནད་དོན་དེ་ལུ་བརྟེན་ སྤྱི་དབྱེམ་བཅོམ་དང་ འཛིན་སྐྱོང་པ་  
ཚུ་ གནས་གཤིས་འགྲུར་བའི་གཞོན་པ་ལུ་ཉན་པ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་སྤོང་མ་ཨིན་ འདི་ཡང་ གནས་གཤིས་འགྲུར་བ་གིས་སྤལ་གྱི་ཕན་གཞོན་

༡༢ གནས་གཤིས་འགྲུར་བཅོམ་དང་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱོད་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཅོམ་ནི་ལུ་ གིས་ཤེས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱེམ་གྱི་ཡིག་ཆས།

འདི་ དུས་ཨ་རྟལ་འབྱུང་མི་གནས་གཤིས་གནས་སྐྱེད་སྤེལ་གྱི་འགྲུར་བ་ཟུམ་མཐོང་ཡིན་མི་དང་ ལྷོགས་ཅིག་ཁར་འགྲུར་གྱུར་མ་སྡོད་ནི་དེགིས་ཡི  
ན་མས། གནས་གཤིས་སྡོད་སྐྱེད་གི་སྐྱོན་རིག་ཚུ་གིས་ གནས་གཤིས་གྱི་རྣམ་པ་ གནས་ཟང་དན་ རླུང་ཚུ་བས་ ཆར་ཤུགས་ལ་སོགས་པ་ཚུ་  
ས་གནས་ ཚབས་ཆེན་དང་ རྣམ་འབྱུང་འོང་ག་གི་དུས་ཚང་ཚུ་ སྡོད་སྐྱེད་འབད་མ་ཚུགས་པའི་ཁར་ གཞན་ཀྱེན་དན་ མེ་ཀྱེན་ ས་གནས་དང་ག  
ཡུལ་འདི་ཁའི་མེད་ན་པའི་ རྩལ་སྤེལ་ཅན་གྱི་རིགས་སྡེ་དང་འབྲེལ་ས་ཚུ་གི་སྐྱོར་ཉར་ཉར་འབད་སྡོད་སྐྱེད་འབད་མ་ཚུགས་དོ་ཡིན། དེ་གི་ཐོག་ལུ་  
རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ས་གནས་མང་ཤོས་ནང་ དུས་རྒྱུན་གྱི་གནས་གཤིས་གནས་སྐྱེད་སྤེལ་འགྲུར་མི་གི་གནས་སྐྱེད་དམ་གཞི་ཐོ་མེད་མི་དང་ དུམ་བྲ་ལོ་  
དམི་ལུ་བརྟེན་ གནས་སྐྱེད་སྤེལ་འགྲུར་ཡིན་ན་མེད་ན་ལྷན་པར་བལྟ་ནི་ལུ་ལྷ་ལག་འདུག།

དབྱེན་ལོ་ ༢༠༠༩ འེལོ་ལུ་ ཡུ་ཤེས་གཞུང་གི་ཡིག་ཚང་ཅིག་གིས་ ཡུ་ཀེ་དང་ཡུ་ཤེས་གྱི་རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་པ་ ༢༠༠ དེ་ཅི  
ག་བརྟལ་ཞིབ་འབད་མི་ནང་ གནས་གཤིས་འགྲུར་མི་གི་གནས་སྐྱེད་སྤེལ་ནང་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ཚུ་ རྩལ་ཅམ་ལེ་དང་མེད་མིན་འདུག་ཟེར་ཡིན་  
མས་ འདི་ཡང་གནད་དོན་འདི་ཚུ་ལུ་བརྟེན་:

**གཙོ་རིམ་མེད་མི་ལུ་བརྟེན་:** དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་དོན་ལས་ ཐོན་སྐྱེད་ཨ་རྟལ་རྩེ་ལས་མ་སྡོད་པའི་ཁར་ མ་འོང་ཕུག་གི་གོ་དོན་ཉེན་ གནས་གཤིས་  
འགྲུར་བའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་སེལ་རང་མ་སེལ་བས།

**གནས་སྐྱེད་དམ་གཞི་ཐོ་མེད་མི་:** ས་གནས་ལག་གི་གནས་སྐྱེད་མེད་མི་ལུ་བརྟེན་ གནས་གཤིས་འགྲུར་བ་གིས་ ས་གནས་ནང་གི་དཀའ་ངལ་  
འདི་བཟུམ་འབྱུང་འོང་ཟེར་སྡོད་སྐྱེད་འབད་མ་ཚུགས་མི་ལུ་བརྟེན་ གཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ མ་འོང་པ་ནང་ འབྱུང་སྲིད་ག་མི་སྲིད་ མ་ཤེས་མི་དཀ  
འངལ་ལུ་ དེས་ཟད་འགོ་བཏང་ནི་ལུ་འོས་བབ་མ་མཐོང་མི་ལུ་བརྟེན་ཡིན་མས།

**སྤྲིག་གཞི་སྤྲིད་སྤྲི་མེད་མི་:** གཞུང་གི་འགོ་དཔོན་གནས་རིམ་མ་མཐོང་པམ་ཚུ་གི་བར་ན་ ཕུག་འགན་དང་འགན་ཁུར་ལ་གསལ་དང་ཉར་ཉར་མེ  
དམི་ལུ་བརྟེན་ མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་དབ་སྤྲིག་དང་བར་ཆད་རྒྱབ་ཡིན་མས།

གོང་འོང་གི་གནད་དོན་ཚུ་ག་ར་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཚུ་ནང་མི་བདེན་འོང་ ཡིན་རུང་ གནད་དོན་ཚུ་གིས་ མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ངར་ཡོང་གི་གོ་  
ལས་འཐོན་ཁུངས་ཉམས་སྐྱེད་དང་འཛིན་སྐྱོང་འབབ་ནི་ལུ་ ཞུམས་གྱི་རྟེན་གཞི་གསར་བུ་དགོ་པའི་བརྟེན་བཏོན་མ་ཡིན།

**གནས་གཤིས་འགྲུར་བའི་གདོང་ལན་ལུ་སྲིད་བྱུས་དང་ཞུམས་ཡིག་བཟོ་ནི།**

ཅུ་ཞུམས་ བཅའ་ཞུམས་ སྤྲིག་གཞི་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ གནང་བ་སྡོད་ནི་འོས་ལུགས་ ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆས་དང་ གཞན་ཞུམས་ཡིག་ཚུ་  
གནས་གཤིས་འགྲུར་བའི་གདོང་ལན་འབད་ནི་ལུ་ག་ནི་བ་གལ་ཆེ། གནས་གཤིས་འགྲུར་བ་ནང་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་རྒྱལ་  
ཁབ་ཚུ་ནང་ སྲིད་བྱུས་སྐྱོར་གསར་དང་ གསར་བུ་ལེ་ག་ཡོད་པའི་ཁར་ ལས་འགུལ་དང་ཐབས་ལམ་ལེ་ག་བཏོན་ཡོད། མཐའ་འཁོར་གནས་སྐྱེད་

༡༤ གནས་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དན་ རྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཞུམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

ས་གྲི་ལུ་འགན་ལོ་མ་རང་ མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་ཡིག་དང་སྲིད་བྱུས་དགོས་གི་བརྟུན་ཤུགས་ཚུ་ ལམ་མེད་པའི་ཤིང་རྟའི་འཁོར་  
ལོ་ལུ་འགྱུར་མ་བཅུག་ནི་དོན་ལུ་-

ཡུན་རིང་གི་གཞི་བཟུགས་གི་དོན་ལུ་ བརྟུན་ཤུགས་གྲི་ཐབས་ལམ་བཟང་པོ་ལུ་ ལམ་སྟོན་གྱི་སྒྲིག་གཞི་མེད་མི་ལུ་འགྱུར་མ་བཅུག་ཐབས་ལུ་ཨི  
ན། ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱིས་ སྲིད་དོན་གྱི་འོས་འབབ་ སྟོན་པག་ཅན་ འགན་ཁུར་བཀའ་ནིའི་ཐབས་ལམ་དང་ ཡུན་རིང་གི་དོན་ལམ་ གཏོང་ལན་ག  
ཉན་འཁེལ་གྱི་སྒྲིག་གཞི་ཚུ་སྟོན་པ་ཨིན།

**མཐུན་འགྱུར་འོས་འབབ་མེད་མི་?**

མཐུན་འགྱུར་མ་ཡིན་པ་ཟེར་མི་འདི་ མི་འདི་ཚུ་གིས་ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བའི་གཏོང་ལན་འབད་ཡོད་མི་གིས་ མ་འོངས་ཤུགས་གི་མཐུན་འ  
གྱུར་ལུ་མན་ཐབས་འབྱུང་མ་ཚུགས་མི་དང་ ཡངན་ དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་གྲི་ཐབས་ཤེས་དེ་གིས་ དཀའ་ངལ་འབྱུང་བཅུག་མི་ལུ་སྐབ་  
ཨིན། དབྱེ་འབདན་ རྒྱ་མཚོ་མཐའི་གོང་སྤེ་གིས་ རྒྱ་མཚོ་བ་རྒྱབས་ལས་བཀག་ཐབས་ལུ་ཚུབ་བཟོ་ཡོད་མི་གིས་ ཉེང་བཀའ་ཚུ་དྲན་  
དང་མཚོ་མཐའི་སྤེ་སྤེ་རིགས་སྤྱི་འབྲེལ་སའི་ས་ཁོངས་མེད་པ་འབྱུང་བཅུག་ཨིན། འདི་བཟུམ་གྱི་ཐབས་ཤེས་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་མ་ཡི  
ན་པ་ཟེར་སྐབ་ཨིན།

འདིས་མ་ཚང་ ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱིས་ འཐོན་ཁུངས་བར་ན་ཉམས་འཛིན་ཡོད་མི་ཚུ་སེལ་ཐབས་འབད་མ་ཨིན། འདི་དེད་མིགས་གསལ་ལུ་ གན  
མ་གཤེས་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ལག་ཆེད་གོ་མི་ཡང་ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བའི་གཏོང་ལན་ཡར་འཕར་སོང་མ་ད་ འཐོན་ཁུངས་ཚུ་དགོན་པ་ལུ་འ  
ཐལ་མི་ལུ་ རྟབས་མ་བཅུ་དང་འཐལ་འཛིན་ཡར་སེང་འགྲོ་འོང། གཡུས་ཁའི་མི་སྤེ་ཚུ་གིས་ ཡངན་ཆར་ཚུད་གོན་མི་དང་ ཡངན་ ཚུ་དྲན་ལུ་བ  
ཏེན་ སོ་ནམ་གྱི་ལུ་གོ་མ་ཚོད་ འཐལ་མ་འཁྲོལ་བ་ཅིན་ མཐའ་སྐོར་གྱི་འཐོན་ཁུངས་ལུ་ འཚོ་བ་སྐྱོང་ཐབས་ལུ་བཀོལ་སྤྱོད་རའབད་མ་དང་ཅིག་  
ཁར་ རིད་ག་གི་རིགས་སྤྱི་འབྲེལ་ཅིག་ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བའི་གཏོང་ཉམས་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་འབད་ནི་ལུ་ སྤེ་སྤེ་ལུ་འབད་དགོས་འབྱུང་འོང་  
། སྤེ་སྤེ་རིགས་སྤྱི་འབྲེལ་སྤུང་འབད་ནི་གྲུབ་འབྲས་ཅན་དང་ མཐའ་འཁྲོལ་ཅན་འབད་འཐོན་དགོས་ཅིན་ ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་ རགས་ཚལ་ ཉམས་  
སྐྱོང་ ས་གཏེར་དང་ སོ་ནམ་ལས་སྤེ་ཚུ་ནང་ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བའི་ལུ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ཐབས་ལམ་ལུ་རག་ལས། འདི་གི་དོན་ལུ་  
གཅིག་བསྐྱེལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་དོང་ལེན་དང་ ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་ཚུ་ལག་ཆེ།

ཐབས་རིག་ལག་དེབ་འདི་གིས་ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བའི་གནས་སྟངས་ན་ སྤེ་སྤེ་གནས་སྟངས་རིམ་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་  
ལུ་ ཁྲིམས་འཛིན་གྱི་ཡིག་ཆས་ དབྱེ་དཔྱད་ ལག་ལེན་དང་ ལེགས་བཅོས་ ཡངན་ གསར་ཅུམ་གྱི་དོན་ལུ་ གདམ་ཁ་དག་པ་ཅིག་འཁོད་ཡོད།  
མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་གི་ཆ་ཤས་རོམ་རང་:

༡༥ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཟོ་དན་ སྤེ་སྤེ་རིགས་སྤྱི་འབྲེལ་སྤུང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གྲི་ཡིག་ཆས།



དམིགས་དོན: ལྷ་བ་རྒྱལ་པོ་འཛིན་པའི་དམིགས་དོན་དང་ ཉམས་སྲུང་གི་སྲིད་བྱུས་ལག་ལེན་འཐབ་བརྒྱལ་མི་དང་ ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་དོན་མིན་ཅན་ཞི  
བ་དབྱེད་འབད་ནི་ལུ་ ཚད་གཞི་བཀལ་མིའང་ རོ་རྟལ་འཛིན་པའི་དོན་དེ་ཡིན།

བསྐྱར་བཅོས་: དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་ གནས་ཚུལ་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ་ སྲིད་བྱུས་ འཆར་གཞི་དང་ གནས་ཚད་ཚུ་ ལོག་ཞིབ་དབྱེད་དང་  
ལོག་མཐུན་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ལེན་གཅིག་གི་ཞིབ་དབྱེད་མིན་པར་ དམྱོད་འབད་བའི་སྐབས་དང་ རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་གོ་སྐོར་ཚོད་བཟོ་མི་ལམ་ལུགས་

གནས་སྐབས་: དུས་ལུན་རིང་མ་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ རྩེ་ལྡན་གནས་སྐབས་རིམ་ལུགས་ལུ་ ཕྱི་ནང་གི་བསྐྱར་བཅོས་བཀོད་འབད་ནི་གི་དོན་ལས་ བ  
ལྷ་ཞིབ་དགོས་ དང་འདྲོད་ཡར་མེད་གི་འབྲེལ་ གནས་སྐབས་ལེན་དང་དབྱེད་དབྱེད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་

གོ་ཤེས་: གནས་ཚུལ་བསྐྱར་ལེན་ འཛིན་སྐྱོང་དང་ མི་མང་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ ལས་ཚོགས་དང་ གཞུང་ཚུ་ལུ་ མ་འོང་གོ་སྐོར་ཚོད་བཟོ་ནི་དོ  
ན་ལུ་གསལ་བསྐྱབས་དང་

མཐུན་འབྲེལ་: རྩེ་ལྡན་གནས་སྐབས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ རྐྱེད་བཞག་གསལ་ཏོག་ཏོག་དོན་ལུ་ འབྲེལ་མཐུན་དང་ གཅིག་བསྐྱིལ་  
ཀྱི་སྲིད་བྱུས་དང་ ཁྲིམས་འཛིན་གི་ལས་རིམ་ཚུ་ཨིན།

**པར་རིམ་: མཐུན་འབྲེལ་དོན་ལུ་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་སྐྱོབ་གཞི་དང་ འཛིན་སྐྱོང་ཐབས་ལམ་ལུ་མ་དངུལ་**

ཐབས་རིག་ལག་དེབ་འདི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་དགོངས་དོན་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ མ་དངུལ་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེད་དུ་དགོས་ལས་ གོང་འ  
ཤེལ་འགྲོ་མི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་ལུ་ལག་བཏང་མ་ཨིན། གནམ་གཤིས་འབྲེལ་བ་གི་གནས་སྐབས་ནང་ རྩེ་ལྡན་རིག  
ས་སྐབས་སྐབས་འབད་ནི་ལུ་ མ་དངུལ་དང་མི་སྡེ་བས་ཀྱི་འཐོན་ཁུངས་ རྟན་ཏོག་ཏོག་ཡོད་དགོས་འདི་ག་ནི་བ་གལ་ཆེད་དུ་ ལུན་རིང་ལུ་ཕན་ཐོ  
ག་ཆེ་མི་གིས་ཟད་འགོ་ཨིན། ཟད་འགོ་གི་བྱུང་པར་ཡང་ ཀ ། འཛིན་སྐྱོང་པ་གིས་ གནམ་འབྲེལ་བ་རོལ་ལེན་མ་འབད་མི་ལུ་བརྟེན་ རྩེ་ལྡ  
ན་རིགས་སྐབས་ལུ་ཤི་རྒྱུན་དང་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ལུ་ཉམས་སྲུང་དང་ ཁ ། འཛིན་སྐྱོང་པ་གིས་ གནམ་གཤིས་འབྲེལ་བ་རོལ་ལེན་འ  
བད་དེ་ རྩེ་ལྡན་གནས་སྐབས་རིམ་ལུགས་མར་ཉམས་མ་བརྒྱལ་པར་ ཞབས་ཏོག་དང་འཐོན་ཁུངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཞི་རྟེན་འཐོན་ཁུངས་ཚུ་  
དགོས་མཁོ་ཆེས་བཏང་ནི་འདི་ཨིན།

ལག་དེབ་འདི་ནང་ མཐུན་འབྲེལ་གི་དོན་ལུ་མ་དངུལ་གི་འཐོན་ཁུངས་དབྱེད་དབྱེད་མ་འབད་བར་ཡོད་ཅུང་ གོང་འཕེལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ཀྱི་རྒྱལ  
ཁབ་ཚུ་གིས་ལེན་སྐྱོད་དོན་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱི་ནང་མ་དངུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མི་ཡོད་པའི་འབྲེལ་ལེ་ཤ་ཡོད་ འདི་ཚུ་ཡང་

- འཛམ་གླིང་མཐའ་འཁོར་གནས་སྐབས་མཐུན་རྒྱུན་ ། རི་ཨི་ཨིལ་ །
  - ཐབས་ལམ་གཙོ་རིམ་དང་མཐུན་འབྲེལ་མ་དངུལ་
  - གོང་འཕེལ་ཉུང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གིས་མ་དངུལ་

༡༦ གནམ་གཤིས་འབྲེལ་བཟོ་དན་ རྩེ་ལྡན་རིགས་སྐབས་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

- དམིགས་གསལ་གནམ་གཤིས་འགྲུང་བའི་མ་དངུལ
- འཛམ་གླི་སྤྱི་ཚོགས་གནམ་གཤིས་འགྲུང་བའི་མཐུན་འགྲོས་
  - མཐུན་འགྲུང་གྱི་མ་དངུལ
  - དབྱིན་ལོ་ ༢༠༠༩ དབྱིན་ལྷོ་ ༡༢ པའི་ནང་ ཀོ་ལོན་ཉེ་གནུ་ བོང་འཕེལ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གིས་ཁས་ལུངས་ འབད་ཡོད་པའི་མ་དངུལ་
- འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་
  - གནམ་གཤིས་གཞི་བཙུག་གི་མ་དངུལ
  - གནམ་གཤིས་འགྲུང་བ་མོ་བཏབ་གྱི་ལས་རིམ
  - རྒྱན་པམ་མར་ཕབ་དང་སྤྲོད་ཆེད་གྱི་དོན་ལུ་འཛམ་གླིང་མཐུན་རྒྱུན
- ཨོ་ཤི་ཡན་བོང་འཕེལ་དངུལ་ཁང་
  - མཐུན་འགྲུང་དོན་ལུ་གོ་གས་རམ་རྒྱུང་ཀྱ
  - གནམ་གཤིས་འགྲུང་བའི་མ་དངུལ
  - རྒྱའི་མ་དངུལ་མཉམ་འབྲེལ་མཐུན་རྒྱུན
  - མཐའ་འཁོར་གནམ་སྤངས་དང་ དབུལ་ཕོངས་མ་དངུལ
- ཨོ་མི་རི་ཀན་བོང་འཕེལ་དངུལ་ཁང་
  - གནམ་གཤིས་ཉེན་ཁ་མར་ཕབ་འཛིན་སྐྱོང་དང་ མཐུན་འགྲུང་ཐབས་ལམ
- ཨོ་མི་རི་ཀན་ནང་འཁོད་དངུལ་ཁང་
  - གནམ་གཤིས་འགྲུང་བ་རུས་ལུགས་ཡུན་བརྟན་ཐབས་ཤེས
- ལྷང་འབྲེལ་གོ་སྐབས་
  - རྒྱལ་སྤྱི་བོང་འཕེལ་ལུ་ ཡུ་ཨོས་གོ་གས་རམ
  - རྒྱལ་སྤྱི་བོང་འཕེལ་ལུ་ ཡུ་ཀོ་ལས་ལུངས
  - ཝེ་དར་ལེན་ད་ གནམ་གཤིས་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ལས་རིམ
  - ར་ལུན་རྒྱལ་སྤྱི་མཐུན་ལམ་གྱི་ལས་སྡེ
  - ཡུ་རོ་ཕེན་རྒྱལ་ཚོགས་གྱི་འཛམ་གླིང་གནམ་གཤིས་འགྲུང་བའི་མཐུན་འགྲོས

༡༧ གནམ་གཤིས་འགྲུང་བའོད་ན་ རྒྱུ་ལུན་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུང་བའོད་ལུ་ ཨོ་མི་རི་ཀན་དང་གྲི་ཡིག་ཆས།

ལེབ་ ༡ པ་ མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་དང་ རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྣ་དང་རང་བཞིན་གནས་སྣ་དང་འཛིན་སྐྱོང་དོན་ལུ་ གནམ་གཤིས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཁྲིམས་གཞི་ སྲིད་བྱས་དང་སྲི

ག་གཞི་གི་གནད་དོན་དོམ་འཛིན་འབད་མ་ཨིན།

- གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ལུ་མཐུན་འགྱུར་
- མཐུན་འགྱུར་འཛིན་སྐྱོང་
- རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྣ་དང་རང་བཞིན་གནས་སྣ་ཐོག་འཛིན་སྐྱོང་

༡.༡ མཐུན་འགྱུར་: གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་དོམ་འཛིན་འབད་དགོཔ

གནད་དོན་དོམ་: “མཐུན་འགྱུར་” གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའི་དོན་ལུ་ ལས་སྣ་སྣོན་གསུམ་ཚུ་ཕྱིས་ཏེ་ སྲིད་བྱས་དང་ མི་སྡེ་གི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ལུ་གདོང་ལན་འབད་མི། རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྣ་སྐྱོང་བཞག་འབབ་མི་ཁྲིམས་གྱི་སྲིག་གཞི་གི་ལག་ལེན་དང་རྣམ་བཞག་ཚུ་ དབྱེ་དབྱེ་དང་ཡར་བྱུག་བྱེད་ཐོག་ སྲིད་བྱས་བཟོ་མི་ འཛིན་སྐྱོང་པ་དང་ གཞན་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྣ་ཚུ་གིས་ འཆར་གཞི་དང་ རེ་འདུན་སྐྱེ་ཐོག་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའི་གོད་ཉེན་ལས་མར་ཕབ་དང་ གོད་པ་ལས་གདོང་ལན་འབད་ཚུགས་མི་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐབས་ལམ་བཟུམ་ཚུགས།

“གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ལུ་མཐུན་འགྱུར་” ཟེམ་མི་གི་མིང་ཚིག་འདི་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ལུ་བརྟེན་གོད་པ་དང་ གོད་པ་འདི་ཚུ་ལུ་གདོང་ལན་འབད་ནི་ལུ་ཐབས་ཤེས་བཏོན་མི་ལུ་དགོ། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་མར་ཕབ་འདི་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་འབྱུང་བཅུག་མི་རྒྱུ་རིགས་ལྗིང་བྱེད་མར་ཕབ་འབད་མི་ལུ་དགོ། གནམ་གཤིས་འགྱུར་ལུ་ འབྲེལ་བཤད་ལེ་ཤ་ཡོད་ཅུང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་བསྐྱབ་སྐྱོན་གོས་ཚོགས་གྱིས་

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ ཡངན་ འདི་གིས་གོད་པ་ཚུ་ལུ་ རང་བཞིན་གྱི་རིམ་ལུགས་ ཡངན་ རྒྱུ་འགོ་རིམ་ལུགས་ལུ་ སློམས་མཐུན་བཟོ་མི་ཡང་ གོད་ཉེན་ ཡངན་ ཁེ་ཕན་གྱི་གོ་སྐབས་ མར་ཉམས་བཅུག་ནི་ལུ་དགོ། མཐུན་འགྱུར་ལུ་དབྱེ་བ་ལེ་ཤ་ཡོད་མི་ཡང་ རེ་འདུན་ རང་སྐྱོང་དང་འཆར་གཞི་ཚུ་ཨིན།

རེ་འདུན་གྱི་མཐུན་འགྱུར་: གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་གི་གོད་པ་ཚུ་མ་འབྱུང་བའི་སྲུང་གོང་ལས་ མཐུན་འགྱུར་བཟོ་མི་ལུ་དགོ། འདི་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་བྱེད་རིག་ཅན་ཟེམ་ཡང་འགོ།

༡༥ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དོན་ རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྣ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱས་གྱི་ཡིག་ཆས།

**རང་སྐྱོང་གི་མཐུན་འགྱུར་:** གནས་གཤིས་འགྱུར་མི་ལུ་ སེམས་ཚོར་ཐོག་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་མིན་པར་ རང་བཞིན་རིམ་ལུགས་ལུ་སྐྱེ་  
ལྷན་གནས་སྤངས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་ ཁྲོམ་གྱི་ཐང་གཞི་ལུ་བརྟེན་ ཡངན་ སྐྱེ་འགྲོའི་རིམ་ལུགས་ལུ་བདེ་སྐྱིད་ལུ་འགྱུར་བ་ལུ་བརྟེན་མ  
ཐུན་འགྱུར་བཟོ་མི་ལུ་དགོ། འདི་ལུ་རང་བཞིན་གྱིས་བཀའ་བའི་མཐུན་འགྱུར་ཟེར་ཡང་དགོ།

**འཆར་གཞི་ཅན་གྱི་མཐུན་འགྱུར་:** གནས་སྤངས་འདི་ལུ་ འགྱུར་བཅོས་བྱུང་མི་ ཡངན་ འབྱུང་སྲིད་མི་གྱི་ཚོར་བ་ཐོག་ སྲིད་བྱུས་གྱི་གོ་  
ས་ཚོད་བྱུང་མི་ཡང་ གནས་སྤངས་ཨ་ཉྱ་ཉ་ལུགས་བཟོ་ནི་གི་མཐུན་འགྱུར་ལུ་དགོ།



༡༧ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྒྲ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཞེམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

ཐབས་རིག་ལག་དེབ་འདི་གིས་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྣ་སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་དབྱེ་བ་ ཐོག་མཐེན་དང་ སྤྱི་དབྱུང་གི་གདམ་ཁ་སྐོར་བ་  
 ཀོད་དེ་ཡོད་དང་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྣ་ཐད་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཚོག་འགྲེལ་འདུས་པ་འདི་པན་ཐོགས་ཅན་འོང་།

རང་བཞིན་རིམ་ལུགས་ལུ་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་མཐུན་འགྱུར་འདི་ འཛིན་སྐྱོང་གི་ཐབས་ལམ་ བསམ་སྡོན་འབད་ཡོད་པའི་གན  
 མ་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་ རོས་འཛིན་ ག་སྤྱི་ག་དང་ ག་དོང་ལན་ཚུ་ སྐྱེ་ལྔ་རིམ་ལུགས་བྱད་ལས་དང་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྣ་རྒྱུན་སྐྱོང་ལུ་  
 མཁོ་ཆེ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆ་རྒྱུ་དང་ ཡུན་བརྟན་སྐྱེ་ལྔ་རིམ་ལུགས་ཞབས་ཏོག་འབད་ནི་འདི་ཨིན།

དཀྱིལ་དོག་གི་པར་རིས་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་སྤྱི་དབྱུང་དང་ལས་སྣ་ “ཉེན་ཁ་ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན་མི་”ལས་ “གཙོ་བོ་ལུགས་ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན  
 མི་”ནང་ མཐུན་འགྱུར་འདི་འབད་ཨིན། ཉེན་ཁ་ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན་མི་ལས་སྣ་གིས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་ཀྱིས་ མི་དང་མཐུན་  
 འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་ཉེན་འཚུབས་ཀྱི་རྒྱུ་ཅན་མར་ཉམས་འབད་ཨིནམ་དང་ གཙོ་བོ་ལུགས་ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན་མི་ལས་སྣ་འདི་ དམི  
 གས་གསལ་གྱི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་ དགའོད་ཉེན་ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན་མི་ལས་སྣ་འབད་ནི་ལུ་བཟོ་བཀོད་འབད་འབད་ཨིན།

མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐབས་ལམ་ལེན་ ༥ པ་འཆར་གཟུགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་བརྩམ་ནི་དང་ལེན་ ༥ པ་སྐྱུན་ཞི་བསྐྱེ་འཛོམས་ཀྱི་ཐབས་ཆས་ མི་སྡེ་  
 ཕྱིར་སྐྱེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ ལེན་ ༢ པ་དང་ ༡༠ པ་རྩོམ་ག་ར་ ཉེན་ཁ་དབྱེ་དབྱུང་འབད་ནི་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་དང་དེ་གིས་ སྤྱི་དབྱུང་བཟོ་  
 མི་རྩོམ་གིས་ རང་ལོ་འི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ལུང་ཕྱོགས་ནང་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐབས་ལམ་དོན་ལུ་གཞི་དོན་གཙོ་བོ་ཅན་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་ཨིན།

**སྐྱོམ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་ལུ་ཉེན་ཁ་དབྱེ་དབྱུང་།**

མཐུན་འགྱུར་གྱི་འཆར་གཞི་བརྩམ་ནི་འདི་སྤྱིར་ལུ་ ཉེན་ཁ་དབྱེ་དབྱུང་དང་ཅིག་ཁར་འགོ་བཙུགས་པ་ཨིན། དབྱེ་དབྱུང་འདི་གིས་ སྡེ་ཚན་ ལས་  
 སྡེ་དང་ མི་སྡེ་ག་གི་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་ལུ་བརྟེན་གཙོ་བོ་ཅན་ཚུ་ཤོས་ཡོད་པ་ཨིན་ན་དང་ དམིགས་གསལ་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐབ  
 ས་ལེན་གཙོ་བོ་རོས་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ཨིན། ཉེན་ཁ་དབྱེ་དབྱུང་འདི་ གོང་འཕེལ་ཉུང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཞི་བཙུག་འབད་  
 མི་ (རྒྱལ་ཡོངས་གཙོ་བོ་ལན་དང་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ལས་རིམ་ལུ་བརྩམ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚད་ནང་འབད་བཏུབ། འདི་མིན་ཅུང་ རྒྱ་ཚ  
 ད་རྒྱུད་ཀྱི་ དམིགས་གསལ་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ལས་འགུལ་བརྩམ་ནང་ཡང་འབད་ཚུགས། ཡུ་ཨེས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱི་གོང་འཕེལ་ལས་སྡེ་གི  
 ས་ ལས་འགུལ་ནང་འཁོད་ནང་ ཉེན་ཁ་དང་མཐུན་འགྱུར་འཆར་གཞི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་རྒྱག་ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན།

- ༡ ཉེན་ཁ་ཡོད་མེད་ཞིབ་དབྱུང
- ༢ མཐུན་འགྱུར་གྱི་གདམ་ཁ་ཚུ་རོས་འཛིན
- ༣ དབྱེ་དབྱུང་ཞིབ་འབད་ནི
- ༤ དང་ལེན་གྱི་དོན་ལས་ལམ་ལུགས་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ནི
- ༥ མཐུན་འགྱུར་གཞི་བཙུག
- ༦ མཐུན་འགྱུར་དབྱེ་དབྱུང་ཞིབ་འབད་ནི།

༢༠ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་ན་ སྐྱེ་ལྔ་རིགས་སྣ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཐོག་མཐེན་དང་སྤྱི་དབྱུང་གི་ཡིག་ཆས།

## 7.2 མཐུན་འགྲུར་འཛིན་སྐྱོད་: གཞི་རྟེན་གྱི་དཔེ་བཤད་དང་ ཆམས་རོམ།

གནད་དོན་རོམ་: མཐུན་འགྲུར་འཛིན་སྐྱོད་འདི་ གནས་སྤངས་འགྲུར་མི་དང་ ཉམས་སྤོང་འཐོབ་མི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཡང་བསྐྱར་ཐོག་ གོས་ཆད་བཟོ་ནི་ལམ་ལུ་གསལ་ལུ་སྤྲོད་ཨིན། འདི་གིས་ སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་དང་ འཛིན་སྐྱོད་པ་གཉིས་ཆར་ལུ་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་ ད་ཀྱི་བྱ་སྤྲོད་མ་བཟོ་མི་ གསལ་ཐབས་ལུ་ཐབས་ཆས་ཚུ་མཁོ་སྤྱོད་འབདཿ་ཨིན།

མཐུན་འགྲུར་འཛིན་སྐྱོད་གི་ཐབས་ཆས་ཡང་:

- ཉན་ཉན་མེད་པའི་གནས་སྤངས་ནང་ དང་ལེན་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འབད་ནི་ལུ་ལམ་སྟེན
- གནས་ཚུལ་འདུ་སྤྲིལ་ སྤོད་ལེན་དང་ སྤོད་ནི་ལམ་ལུ་གསལ་ཡར་སང་
- འཛིན་སྐྱོད་གི་གྲུབ་འབྲས་ཡར་དྲག་འཐོན་ཐབས་ལུ་སྤྲིལ་གཞི་དང་ གྲུབ་འབྲས་ག་དེ་འབད་བཏོན་ནི་གི་བསྐྱར་བཅོས་ཅན།

མཐུན་འགྲུར་འཛིན་སྐྱོད་གིས་ ད་ལྟོ་འབད་བའི་སྤང་གི་དང་ དུས་མཚམས་གཞི་བཟུག་ ལྷ་ཞིབ་ལག་ལེན་ཐོག་ ཉན་ཉན་མེད་པའི་གནས་སྤངས་ ནང་ རང་བཞིན་གྱི་རིམ་ལུ་གསལ་གྱི་གོ་བ་དང་འཛིན་སྐྱོད་ཡར་དྲག་བཏང་མ་ཨིན། འདི་དེ་ འཐོན་ཁུངས་ལུ་གོས་ཆད་བཟོ་ནི་ སྤྲོད་སྟེ་ལུ་ལམ་ ལུ་གསལ་ ཚར་ཅིག་གཞི་ལ་འབད་བཞིན་མ་ལས་ ཉན་ཉན་དུ་ག་ལུ་ལམ་མ་འབད་མི་ གོ་བ་མ་ལེན་མི་དང་ ཉམས་སྤོང་མ་འབད་མི་ ལེ་ ཤ་ཡོད་མི་ལས་མ་འབད་མེ་མེ་ཅིག་ཨིན། འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་གྱིས་ སྤྲོད་ཡོད་གི་རིག་པ་ཚུ་མཉམ་སྦྲུལ་འབད་ནི་ དང་ལེན་གཞན་འཚོལ་ནི་ དེ་ཚུ་གིས་གྲུབ་འབྲས་ཐད་ཀར་དུ་སྤོན་དཔག་འབད་ནི་ གཞི་བཟུག་གི་དོན་ལུ་དང་ལེན་གཅིག་ལས་མ་དོར་བ་གཞན་ཡང་ལེན་ནི་ གྲུབ་འབྲས་ ཚུ་ སྤོན་དཔག་འབད་མི་དང་འབད་ག་མ་འབད་ཞིབ་དཔུད་འབད་ནི་དང་ གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ས་འོང་པའི་འཆར་གཞི་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན། འཛིན་ སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་འདི་ འབད་ཐོག་སྤྱོད་ནི་ཟེར་ཡང་སྤྲོད་སྟེ་ཡོད།

གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དུ་མཐུན་འགྲུར་དང་ འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་གྱི་མིང་ཚོག་གཉིས་དོན་དག་སོ་སོ་ལུ་གོ་མ་ཨིན་མ་དང་ འདི་ཚུ་ གན མ་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དུ་ཁྱེད་ཚོས་ཅིག་ཨིན་ཅུང་ འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་དེ་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དུ་སྤྲོད་ཐོབ་ལུ་མེད་ན་པར་ དོན་ དག་གཞན་གྱི་དོན་ལུ་ ལོ་ལོ་ཤ་རིང་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད། ཨིན་ཅུང་ འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་འདི་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དུ་མཐུན་འ གྲུར་གྱི་ཐབས་ལམ་གཞི་བཟུག་གི་ཆམས་ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན་ འདི་ཡང་ མཐུན་འགྲུར་གྱི་ཐབས་ཤེས་བཏོན་མི་ཚུ་ ཉན་ཉན་པ་མེད་པའི་ དཀའ་ངལ་དང་ སྤྲོད་སྟེ་ལུ་གསལ་གྱི་གདོང་ལན་མཁུ་སྟོགས་དྲགས་ཡོད་པ་ལས་ འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་གྱིས་དཀའ་ངལ་དེ་ཚུ་ སེལ་འཐ བ་འབདཿ་ཨིན།

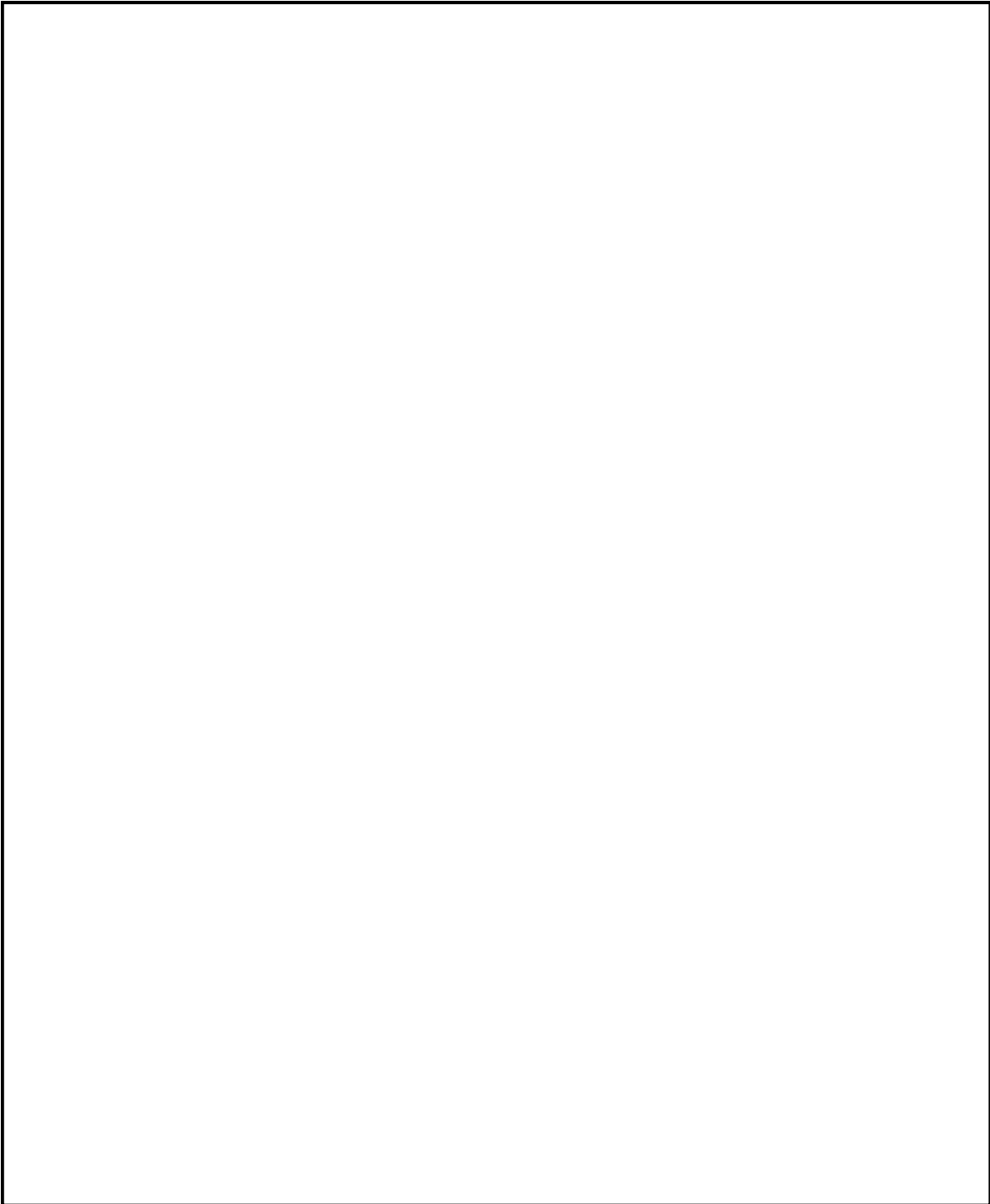
27 གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དུ་ སྤྲོད་སྟེ་ལུ་གསལ་སྤྱོད་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ གིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

གནས་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་མཐུན་འགྱུར་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་མཁོ་ཆེད་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གཞི་བཙུག་ལུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་  
 ཚུ་དགོཔ་ཨིན། ཨིན་རུང་ རྩེ་ལྷན་རིགས་སྤུལ་དོན་ལུ་ ཉེ་མ་ལ་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གྱི་དོན་ལས་ལཱ་འཁོལ་མ་  
 ཚུགས་དོམ་དཔ་དང་ དེ་ཡང་ ཁྲིམས་ལུགས་ལུ་ ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལས་ ལམ་སྟོན་གསལ་ཏོག་ཏོཅིག་དང་ བྱ་བའི་གནད་སྟོན་ཚུ་ཁ་གསལ་  
 རྩེ་ཉིང་སངས་ས་ཅིག་མེད་མི་ལུ་བརྟེན་ཨིན། དུ་ཨེས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འབད་བཅིན་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་ལོ་ལེག་གི་དོན་ལས་ལག་ལེན་འ  
 ཐབ་ཡོད་རུང་ ལས་སྡེ་ཡིག་ཚང་ལས་སྡེ་མཐུན་མ་འབད་མ་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་མ་འབྲིན་དང་ ལས་ལུགས་ལོག་སྟོན་འབད་ཡོད། འཛིན་སྐྱོང་མཐུ  
 ར་འགྱུར་ལུ་ བྱ་བའི་གནད་སྟོན་ཁ་གསལ་འབད་མེད་མི་ལུ་ མ་དུལ་ཟད་འགོ་བཏང་ནི་ལུ་དབང་ཚད་སྐོར་ཁ་བཏང་ཡོད།

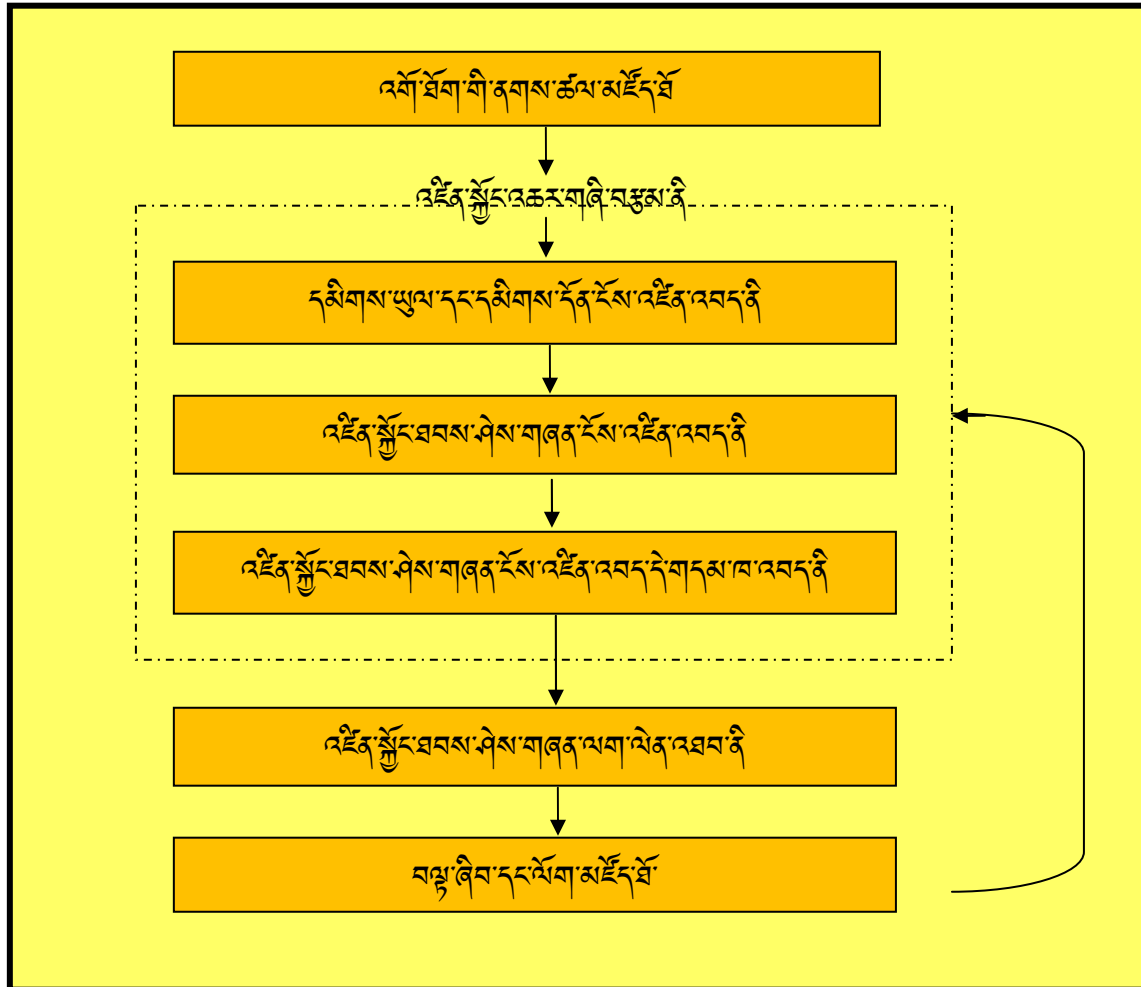
འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གཞི་བཙུག་ལུ་ ཉེ་མ་གི་ཉམས་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་ ང་བཅས་ཀྱིས་སྐབ་ཚུགས་:

- འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་མ་བཟོ་བའི་སྲུང་གོང་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་འདི་ གནས་ཚུལ་བསྐྱུ་ལེན་མ་འབད་ནི་ལུ་ཡོལ་ཐབས་མེད  
 ཅན་དང་ ལཱ་འབད་ཐོག་ཉམས་སྦྱོང་ཟེར་མི་གི་ཚོག་དོན་འདི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་འབད་དབྱེ་དབྱེ་མ་འབད་ནི་ལུ་ཡོལ་ཐབས་  
 མེད་ན།
- འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གྱིས་ བཀོལ་སྟོན་མེད་པའི་ཉམས་སྦྱང་གི་གདམ་དབང་ལས་ རང་བཞིན་གྱི་འཐོན་སྐྱེད་བོར་ཅན་འབད་ལག  
 ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་མན་རྒྱབ་འབད་ནི་མེད། འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་འདི་ བྱ་ཡངས་བཟོ་ནི་གི་སྒྲིག་གཞི་མེད་ན་དང་ འདི་གིས་རང་བཞི  
 ར་འཐོན་སྐྱེད་ཉམས་སྦྱང་དང་འཛིན་སྐྱོང་ལུ་ རྩེ་ལྷན་རིགས་ལུ་མན་པའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་མ་ཨིན།
- འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་འདི་ མཚན་རིག་གི་སྟོན་ལཱ་མཁོ་ན་ གཞན་ལས་སྡེ་ག་གིས་ཡང་ལཱ་འགན་དང་འགན་འཁུར་མེད་མི་མེན་པར  
 འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གྱིས་ འཛིན་སྐྱོང་ཐབས་ལམ་ཡར་དྲག་བཏང་ཐབས་ལུ་ མཚན་རིག་གི་ལམ་ལུགས་ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན  
 ། ཐབས་ལམ་འདི་ཚུ་ མི་སྡེ་ལུ་མན་ཁུངས་དང་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་གོས་མཁོ་ཡོད་མི་གི་དམིགས་དོན་དང་དམིགས་ལཱ་འགྲུབ་ནི་ལུ་  
 ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན།

༡༢ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ན་ རྩེ་ལྷན་རིགས་སྤུལ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་མི་དབྱེས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།







ཕར་རིས་: རང་བཞིན་འཐོན་བསྐྱེད་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར།

ཕར་རིས་ནང་ཡོད་མི་རིས་མོ་གིས་ ནགས་ཚལ་འཐོན་སྐྱེད་འཛིན་སྐྱོང་ས་དོན་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་ལག་ལེན་སྐོར་བཤད་པ་ཨིན། ཕར་རིས་འདི་ གཞན་རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་སློབ་གཞི་བཏོན་འབད་དེ་ལག་ལེན་འབབ་བཏུབ།

### ༡.༣ སླེ་ལྷན་རིམ་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་།

གནད་དོན་ངོམ་: གནས་གཤེས་འགྱུར་བཟོན་གྱི་གནས་སྟངས་ན་ སླེ་ལྷན་རིགས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཅན་འབད་འཛིན་སྐྱོང་འབབ་ནི་དོན་ལུ་ སླེ་ལྷན་གནས་སྟངས་རིམ་ལུགས་གྱི་ ཕྱི་ནང་དང་སྤོག་ཆགས་ཚུ་གི་ཆུལ་ལུ་འགྱུར་བ་ཚུ་གི་སྐོར་ཤེས་དཔོ། སླེ་ལྷན་གནས་སྟངས་རིམ་ལུགས་གཞི་བཞག་འཛིན་སྐྱོང་གིས་ དམིགས་གསལ་གྱི་རིགས་སྤྱོད་ འཐོན་ཁུངས་དང་ འཛིགས་ཉེན་ ཡང་ན་ སྤེ་ཚན་ཚུ་གི་ས་དོར་བ་ སླེ་ལྷན་རིགས་སྤྱོང་ཐབས་སྐོར་ ལ་གསལ་འབད་བཤད་པ་ཨིན།

སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་གཞི་བཞག་འཛིན་སྐྱོང་འདི་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་དང་འདྲ་ འདི་ཡང་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་  
འཛིན་སྐྱོང་གིས་ རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་ས་གནས་གཅིག་གི་ ཕྱི་ནང་དང་སློབ་ཆགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཚུ་གི་བརན་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བའི་སྐྱེ་མང་སྟོ  
ར་གཙོ་བོ་བཏོན་མ་ཞིན། གནས་གཤིས་འགྱུར་བའོད་ཀྱི་བསྐྱར་བ་བྱུང་ཅིག་མི་ཡང་ ཚུ་ཚུ་ལུ་དྲོད་ཚད་དང་ཚུ་སྐྱོར་ལུ་བསྐྱར་བ་ རིགས་སྐྱ་གས  
ར་པ་འོང་ནི་ ས་གནས་འདི་ནང་ལུ་རྒྱུང་མ་ཅིག་ལྡན་པའི་རིགས་སྐྱ་ཚུ་ཡལ་འགྲོ་ནི་དང་ བཅུད་ཅན་འཁོར་རིམ་དང་ ཚུ་འཁོར་རིམ་ལུ་བསྐྱར་བ་  
ཚུ་ཞིན། འཕྲོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་གི་བཟོ་བཀོད་རྒྱུང་མ་གིས་ དམིགས་བཏང་འབ་དམོད་པའི་འཕྲོན་ཁུངས་གཅིག་རྒྱུང་མ་ཅིག་(དཔེར་ན་ དཔལ  
འབྲོར་སྤོང་པོ་ལྡན་པའི་ཤིང་ཆས) ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན་དོ་ཞིན། སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་གིས་ འཛིན་སྐྱོང་པ་དང་ འབྲེལ་ཡོད་  
ལས་སྡེ་ཚུ་གི་ དམིགས་བཏང་འབད་ཡོད་པའི་འཕྲོན་ཁུངས་དང་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་དང་ཞབས་ཏོག་བརན་ཕན་ཚུན་  
དཔེ་འབད་ན་ སློབ་བཅད་མི་(སེམས་ཅན་གཞན་བསད་ཟེ་མི་སློབ་ཆགས)དང་ སློབ་ཟམ་(སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཟེ་མི་སློབ་ཆགས)ཀྱི་བརན་  
ཕན་ཚུན་ བཅུད་ལྡན་དང་ཚུ་འཁོར་རིམ་ དེ་ལས་ རིམ་ལུགས་ལུ་མི་སྡེ་གིས་དབང་ཤུལ་རོས་འཛིན་འབད་བཅུག་པ་ཞིན།

སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་ཡང་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟུམ་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བའོད་ན་ སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱ་མཐུན་འ  
གྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཆ་ཤས་རོམ་ཅིག་ཞིན།

སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱ་མཐུན་བའོད་ཀྱིས་ འཕུས་མི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གིས་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་གཞི་བཞག་ཐོག་མཐུན་འགྱུར་ལག་ལེན་  
འཐབ་དམོག་སྡེ་གསོལ་འདེབས་འབད་ཡོད།

ལེ་ལུ་ ༧ པ་ནང་ ལས་སྡེ་སོ་སོ་ ཡིག་སྡེ་ ཚོང་སྡེ་ཚུ་གིས་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བའོད་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ནང་སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་  
སྤྱིར་བཏུགས་པ་བཟོ་ནི་ལུ་ འགོ་འདྲེན་དང་བཅུག་ཐབས་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་ སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས་ཚུ་གི་སྟོར་ལ་གསལ་སྡེ་བཀོད་ཡོད།

**སྟོན་:** སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱ་མཐུན་བའོད་ལུ་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཐབས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཁབ་ ༡༢ པ།  
ས་ཚུ་དང་འཚོ་བའི་འཕྲོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་དམོག་པའི་དམིགས་དོན་ཡང་ མི་སྡེ་གིས་གདམ་ཁ་ལུ་བརྟེན་ཞིན།  
འཛིན་སྐྱོང་འདི་ རོས་བབ་ཡོད་པའི་གནས་རིམ་དམ་འཕྲོས་ཚུན་ལུ་ལྷིང་སྡེལ་འབད་དམོག།  
སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས་ ལོ་གིས་འབད་མི་ལུ་གིས་ ཉེ་འདབས་དང་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་གཞན་  
ལུ་ཕན་གནོད་(རོམ་དང་ འགྱུར་སྲིད་ནི)ཚུ་བརྗེ་འཛོག་འབད་དམོག།  
སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཞབས་ཏོག་བཞག་ཐབས་ལུ་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཉམས་སྲུང་གི་རྟེན་གཞི་དང་ལཱ་འགན་འདི

སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལུ་དམིགས་བཏང་གི་གཙོ་རིམ་འབད་བཞག་དགོ།

སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་འདི་རིམ་ལུགས་ཀྱིས་ལཱ་འཁོལ་ཚུགས་མི་ལྷོགས་སྲུབ་དང་འབྲིལ་འཛིན་སྦྱོང་འཐབ་དགོ།

འགྲུའམ་ནི་འདི་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཨིན་མ་འཛིན་སྦྱོང་པ་གིས་ཁས་ལེན་འབད་དགོ།

སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཐབས་ལམ་གིས་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱུ་ཉམས་སྤུང་དང་ལེན་སྦྱོང་བར་ན་ཁྱད་མཉམ་འབྲན་འབྲ་བཞག་དགོ།

སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཐབས་ལམ་གིས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་མཚན་རིག་དང་ནང་པའི་དེལས་ས་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཕྱིས་པའི་རིག་པ་གསར་མ་དང་ལག་ལེན་ཚུ་བཟུ་འཛོག་འབད་དགོ།

སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཐབས་ལམ་གིས་མི་སྡེ་ནང་གི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལས་སྡེ་དང་མཚན་རིག་པ་ཚུ་འབྲེལ་བ་ཏོགས་འབད་དགོ།

འཛིན་སྦྱོང་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཉམས་ཚུང་ཚུ་དབྱེ་ཁག་གཉིས་སྡེ་འབྲེལ་ཚུགས་འདི་ཡང་ཞི་བའི་ཐོག་དང་ངར་ཡེང་ཡེ་འབད། ཞི་བའི་ཐོག་འཛིན་སྦྱོང་མཐུན་འགྱུར་སྐབས་ཐབས་ཤེས་གཞན་ཚུ་བརྟུག་དབྱེད་འབད་དེ་འཛིན་སྦྱོང་གི་ལས་སྡེ་ལེགས་ཤོས་འོས་འབབ་ལྷན་མི་བཟོ་བཞུག་འབད་དེ་ལག་ལེན་འབད་མ་ཚང་བཟུ་ཞིབ་དང་དབྱེ་དབྱེད་འབད་མི་གིས་སྦྱོམས་མཐུན་བཟོ་མ་ཨིན། ངར་ཡེང་ཡེ་འཛིན་སྦྱོང་མཐུན་འགྱུར་སྐབས་འཛིན་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་ལས་སྡེ་ག་འདི་དྲག་ཤོས་ཨིན་ན་དེ་སྡེལ་མ་ཚུགས་ནི་དེ་གིས་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་ལས་སྡེ་ཤ་བཟོ་བཞུག་འབད་དེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན། དམིདས་དོན་གྲུབ་མི་ལས་སྡེ་ཕན་ཅུས་ཅན་པོས་འཛིན་གྱི་དོན་ལུ་གཞི་བཟུག་འབད་མི་ལས་སྡེ་ག་ར་བཟུ་ཞིབ་དང་དབྱེ་དབྱེད་འབད་མ་ཨིན། ངར་ཡེང་ཡེ་འཛིན་སྦྱོང་མཐུན་འགྱུར་འདི་ལག་ལེན་དང་གཞི་བཟུག་འབད་ནི་ལུ་ལྷ་ཁག་ཅིག་ཨིན་ཅུང་གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོ་གི་གནས་སྤངས་ལུ་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་གོ་བ་ལེན་ནི་དང་འཛིན་སྦྱོང་འཐབ་ནི་དོན་ལུ་ཕན་ཅུས་ཅན་ཅིག་ཨིན། ལུང་ཕྱོགས་ཁག་སོ་སོ་ཚུ་ནང་ངར་ཡེང་ཡེ་འཛིན་སྦྱོང་མཐུན་འགྱུར་གྱི་རིག་པ་དང་ཐབས་ཤེས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འདི་གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་གཏོང་ལན་དོམ་ཅིག་ཨིན་ཅུང་འཛིན་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་དེ་སྐོར་གཏང་ཚུགས་པ་དང་དོན་མིན་ཅན་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དོན་ལུ་ཁྱིམ་ས་དོན་གྱི་གནང་བ་དང་ལམ་སྟོན་ཚུ་ལེན་དགོ་པ་འོང།

༡༦ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དེ་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱུ་ཉམས་སྤུང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ཁྱིམ་ས་དོན་དང་གྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

**2.1 ལུང་ཕྱོགས་སམ་ས་གནས་ཐབས་ཆས་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།**

གནད་དོན་ངོམ་: ངར་ཡེང་ཡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གྱིས་ སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྐྱེད་ས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་ཉ་གོ་ཐབས་ལུ་ རིག་ཚོད་དང་མོ་བཏབ་ཅན་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན། མོ་བཏབ་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ངར་ཡེང་ཡེ་མངམ་སྐྱེ་ལྷན་མི་གིས་ འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་ལུ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ཀྱི་ འཛིན་སྐྱོང་འབད་ཡོད་པའི་འཐོན་ཁུངས་དང་ ཐབས་རིག་ག་བརྒྱམ་གིས་ གཞན་དུགས་ལུ་གདོད་ལན་མ་གྲོགས་འདྲག་སྐྱེ་འབད་ཚུགས།

ངར་ཡེང་ཡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཆ་ཤས་ངོམ་ཅིག་ འཛིན་སྐྱོང་ཐབས་ལམ་མ་འདྲཝ་ལེ་ག་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚུ་ འཁོད་ཡོད་པའི་དུས་ལུ་ ན་ནང་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་ཤོམ་ག་གི་འཐོན་ཨིན་ན་བཟུ་ནི་དོན་ལུ་ཨིན། འདི་འདྲ་བའི་ལས་འགུ་གཞི་བཟུག་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལུང་ཕྱོགས་སམ་ས་སའོངས་གདམ་ཁ་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་ག་ར་ མོ་བཏབ་འབད་ནི་ཨིན་མ་རྒྱ་རྒྱུང་མ་ཅིག་མ་གཏོགས་ གཞན་ག་ར་ཁུང་ཚོས་ཆ་མཚུངས་འབད་དགོ་འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་དོན་ལུ་སྲུ་སྲོལ་ཁྲིམས་ལུགས་ན་ འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་ལོ་རའི་གྲུབ་མཐའ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དོན་ལུ་ ལམ་སྟོན་དང་དབང་ཚད་ཚུ་མ་སྟོད་བས། ཨིན་རུང་ ངར་ཡེང་ཡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་སྒྲིག་གཞི་གིས་ ལས་སྐྱེ་འདྲམ་མིན་ཚུ་ལས་མཐུན་དང་དོན་སྤྱིན་ཅན་ཡོད་པ་ཨིན་ན་བཏུག་དབྱེད་འབད་མ་ཨིན།

འདི་བརྒྱམ་གྱི་ལས་འགུལ་གྱིས་ དཔལ་འབྱོར་ལེ་མན་རྒྱ་སྐོམ་འབད་བྱིན་ཨིན།

- གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་གཞན་དུགས་ཀྱིས་ ལུང་ཕྱོགས་ནང་འགྱུར་བ་ཚུ་རྒྱ་སྐོམ་འབད་བཏུག་དབྱེད་འབད་མ་ཨིན།
- རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་བཟོ་ཚོགས་པ་གིས་ མི་སྡེ་ནང་ལས་མར་ཁས་མན་ཡོད་མི་ ལས་འགུལ་གྱི་གཅིག་སྒྲིལ་འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཐབས་ལམ་བཏོན་མི་ལུ་ མ་དདུལ་མའོ་སྟོད་འབད་ནི་ལུ་དང་འདོད་བསྐྱེད་ཨིན།

**2.2 འདྲམ་མཉམ་མིན་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལས་བཞག་ཐབས།**

གནད་དོན་ངོམ་: འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་ངར་ཡེང་ཡེ་གི་གྲུབ་འབྲས་ཡར་དུག་དང་སྐྱེད་བ་མ་གྲོགས་དུག་ལུ་ཁེ་མན་ཡོད་རུང་ ཉེན་ཁག་ཆེ་བའི་འཐོན་ཁུངས་དང་མི་སྡེ་ཚུ་ མོ་བཏབ་འཆར་གཞི་ལེགས་ཤོམ་མ་བཟོ་མི་ལུ་བརྟེན་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ཀྱི་གཞན་པ་འབྱུང་མ་བཟུག་ཐབས་ལུ་ཐབས་ཤེས་གང་དུག་བཏོན་དགོ།

༢༧ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྐྱེ་ལྷན་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་ཕྱི་དབྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་ངར་ཡེང་ཡེ་གི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་རྒྱ་ལས་སྒོ་བཏང་ མཐུན་ལམ་དང་འབྲེལ་མཉམ་རྒྱ་དགོས་ཡིན། འཕྲོད་ཁུངས་ ལུ་གཞོན་པ་མ་འབྲུང་ནི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་བཅུམ་དགོས་དང་ རྒྱུ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་གནས་ཚད་བཏུ་ཞིབ་འབད་དགོས་གང་ཅེ། གཤམ་སྲིད་འཕྲོད་ཁུངས་ལུ་གཞོན་པ་བཀོལ་བྱུང་བ་ཅིན་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་བར་ན་ སྤར་ལས་ཡོད་པའི་སེམས་འཚུལ་རྒྱ་ཉེ་ ང་བཀལ་བཟོ་བའི་ཁར་ འཕྲོད་ཁུངས་དོན་ལུ་འབབ་རྒྱུ་མཉམ་བཟོ་འོང། ཐབས་ཤེས་ངར་ཡེང་ཡེ་འདི་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལས་སྡེ་གར་ ལྷོག་ས་སྲུབ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཁེ་ཕན་དང་ཉེན་ཁ་འབྲེལ་མཉམ་འབབ་ནི་ལུ་གྲུ་སྒྲིག་འབད་ཡོད་པ་ལས་ འོས་བབ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན།

འཕྲོད་ཁུངས་སྐྱོད་མི་རྒྱ་གི་བར་ན་ དཀའ་ངལ་དེ་རྒྱུ་མར་ཕབ་དང་འབྲེལ་མཉམ་ཡོད་ཐབས་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་དབང་ཆ་དང་མཐུན་ལམ་དེ་ལག་ཅེ། འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་སོ་སོ་རྒྱ་གི་དབང་ཆ་དང་འགན་ཁུངས་ལས་ལེན་འབད་དགོས་དང་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་མགུ་ཉེགས་དྲག་ཡོད་མི་དང་འཁྲིམ་ ཐབས་ལམ་གྲོས་འཆར་བཀོད་མི་ནང་དོག་སེལ་འབད་དགོ། འདི་ཡང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་རྒྱ་གི་བར་ན་གན་ཡིག་ཐོག་ཁས་འཆར་ཡང་ གཞུང་གི་དགོ་དཔོན་གིས་བཟོ་དགོ། གན་ཡིག་འདི་རྒྱུ་ ས་གནས་ལུ་གིས་དང་ ས་གནས་དང་བརྟེན་པའི་བཅུ་འཛིན་རྒྱ་གིས་ལམ་བཟོན་འབད་ དུལྟགས་རུང་ འདི་རྒྱུ་ནང་རྒྱུད་དགོས་པ་:

- ཚོད་རྒྱུ་གས་ནང་འགྲིགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱར་ཞིབ་བཅུམ་པའི་ རྩོགས་མ་བཟུ་བའི་ནང་འགྲིགས་སམ་འཆར་ཁ
- ལེན་སྐྱོད་པ་སྡེ་ཚོན་ མོ་བཏབ་འཛིན་སྐྱོང་ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་འབབ་མི་ལུ་བརྟེན་ ཁོང་གིས་འཕྲོད་ཁུངས་ལུ་འགྲོང་རྒྱུད་ཐོག་མི་ལུ་ འགྲུང་འབྲུས་སྐྱོད་ནི།
- འཛིན་སྐྱོང་པ་གཅིག་གི་ཁེ་ཕན་ ལས་རིམ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་རྒྱ་གར་འབྲེལ་མཉམ་བཟོ་ནི།
- རྒྱུ་ཕན་རྒྱུད་ཀྱི་ ཞམ་སྲུ་ལྟ་བུ་ འོང་འབབ་རྒྱུ་ཡོད་མི་ མི་རིགས་མ་གཅིག་མི་དང་ ཚོས་ལུགས་གངས་ཉུང་རྒྱུ་ གཞོན་པ་ཡོད་ མེད་ཀྱི་མིགས་གསལ་གྱི་དབྱེ་དབྱུད།
- རྒྱུད་དོས་གཞི་བཏུག་འབད་མི་རྒྱུ་འབྲུལ་འབྲུལ་རང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ འདི་ཡང་ འཕྲོད་ཁུངས་ལུ་གཞོན་པ་ཆེ་མི་འཛིན་སྐྱོང་ཁུངས་ དོས་རྒྱུ་དོས་འཛིན་དང་འབྲུང་མ་བཏུག་པར་ཞག་ཐབས་ལུ།
- གཞི་བཏུག་དང་ལག་ལེན་འབབ་མི་ལས་བསྐྱུ་འཛོམས་འབད་མི་མཚན་རིག་གི་གནས་རྒྱུལ་རྒྱུ་འགྱུར་བཅོས་འབད་ནི་ ཡང་ན་ མ་བདེན་མ་བཟོ་ནི་དང་ གཞོན་པ་བཀོལ་ནི་ དེ་མིན་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ནང་སྤངས་པ་དང་དབྱེད་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལུ་འགྱུར་བཅོས་དང་ བར་ཆད་བརྐབ་མི་ལུ་ ཉེས་ཆད་སྐྱོམ་དང་གང་མགྲོགས་འབད་བཀོལ་ནི་རྒྱུ་ཡིན།

༢༤ གནས་གཤམ་འགྱུར་བཟོ་དོན་ རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྤུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

### 2.3 གནད་དོན་ཞིབ་འཇུག་: མེག་སི་ཀོ་ལུ་ཉ་ཚེན་(ཤུག)་གསོ་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་འཛིན་སྐྱོང་།

གནད་དོན་དོམ་: མེག་སི་ཀོ་ལུ་ཉ་ཚེན་(ཤུག)་གསོ་སྐྱོང་ལས་རིམ་འདི་མཐུན་འགྱུར་སྤོང་སྤོང་ཅིག་དང་ དེ་གིས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བསྐྱོད་ གྱི་ སྤྱི་གཞི་ལུ་མཐུན་འགྱུར་གྱི་སྤྱི་གཞི་བཀོད་རྒྱུ་སྐྱོར་ཡང་:

- སྤྱི་ལཱ་གནམ་སྤངས་རིམ་ལུ་གསོ་སྐྱོང་གི་གནམ་རིམ་ན་ སྤྱི་ལཱ་སྤྱི་གཞི་ལུ་དམིགས་དོན་བཀོད་པ་ཨིན
- ཉུག་བརྟན་མེད་མི་རིམ་འཛིན་འབད་དེ་ དེ་ཚུ་གདོང་ལན་འབད་ནི་ལུ་ སྤྱི་གཞི་གཞི་གཞི་འཛུགས་འབད་མ་ཨིན
- འཛིན་སྐྱོང་གི་ཐབས་ཤེས་དུག་ཤོས་གང་མཚུགས་ཤེས་ཐབས་ལུ་ དབྱེ་དབྱེད་འབད་བཏུབ་པའི་ཐབས་ལམ་སྤྱོད་གསལ་ལག་ལེན་འབད་ནི
- བལྟ་ཞིབ་མཐུན་ཕྱིན་འབད་དགོཔ་བཟོ་བའི་ཁར་ སྤྱི་ལཱ་སོ་སོ་ཚུ་རིམ་འཛིན་འབད་མ་ཨིན

ཉ་ཚེན་ཤུག་འདི་ མེག་སི་ཀོ་དཔལ་འབྱོར་ལུ་རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན། ཤུག་གི་ཁོང་གི་ བཟའ་འཐུང་གི་འཐོན་བསྐྱེད་ བལྟ་བཤམ་པ་ཚུ་ཉ་བཟུང་བ་དང་ ཚུབ་ཚུབ་བརྒྱབ་པ་འོང་མི་ལས་མ་དུལ་གྱི་འོང་འབབ་དང་ ཉ་ལུ་བརྟེན་སྤོང་མི་མི་སྡེ་ཚུ་གིས་མ་དུལ་གཙོ་བོ་ཨིན། འོ་དོ་བཟུང་བཤམ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་ ཉ་ཚེན་བཟུང་ནི་གི་སྤྱོད་དང་ ཚོགས་ཐམ་ཚུ་ཚོད་དང་ལྡན་མ་ཅིག་བཞག་ཡོད་ཅུང་ ཤུག་བཟུང་ཐོབ་མི་གི་གྲངས་ལ་འདི་ཉུང་སྤོང་ཡོད་པ་ཨིན་མས། འདིས་མ་ཚོད་ འཕུལ་ཁམས་ལུ་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡོད་མི་དང་འགྲིལ་བ་ཅིན་ ཚོང་འབྲེལ་དོན་ལས་མེག་སི་ཀོ་གི་མཚོ་ཁུག་ལས་བཟུང་ཡོད་མི་ཉ་ཚེན་གྱི་གྲུལ་ལས་ རྒྱུ་ལཱ་ཅིག་ཉ་ལུ་ཨིན་མ་དང་ དེ་གིས་ ཉ་ཚེན་གྱི་སྤྱི་ལཱ་ལུ་བཏུན་ཏོག་ཏོ་མེད་པའི་ཁར་ ཉ་ཚེན་གྱི་གྲངས་ལ་མར་ཉམས་སོང་བའི་བརྒྱུ་ཨིན་མ་མས།

འདི་གི་གདོང་ལན་ལུ་ མེག་སི་ཀོ་གཞུང་གིས་ ཁྲིམས་དོན་ཡིག་ཆས་གཉིས་ ཉ་ཚེན་དང་ཉ་ལུ་གི་རིགས་ཚུ་ཉམས་སྤང་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་དང་ལེན་གྱི་འཆར་གཞི་དང་ ཉ་ཚེན་དང་ཉ་ལུ་ཚུ་ཚོད་དང་ལྡན་མ་སྤྱི་བཟུང་ནི་གི་སྤྱི་གཞི་བཟུང་མ་ཡོད། འཆར་གཞི་འདི་མཐུན་འགྱུར་ཅན་ དུངས་གསལ་ཅན་ བཏུན་ཏོག་ཏོ་ཨིན་པའི་ཁར་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་འདི་འགྱུར་ཁས་ཅན་ ཚོན་རིག་གི་གནམ་ཚུལ་ལུ་མི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གི་དགོཔ་དོས་འཛིན་དང་ སྤོང་བཟུང་གྱི་རྒྱུ་སྤོང་ཚུ་བཟུང་བཏུབ་སྤྱི་བཟོ་བཀོད་འབད་ཡོད། སྤྱི་གཞི་གིས་ ཉ་ཚེན་གསོ་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་སྤྱི་གཞི་དམ་དུགས་དང་ལག་ལེན་འབབ་བཏུབ་བཟོ་ཨིན། ཡིག་ཆས་གཉིས་གྱི་ཡོངས་འབྲེལ་གྱིས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་དམ་འཛིན་པ་གཉིས་གྱི་བར་ན་དོན་མིན་ཅན་གྱི་མཐུན་འབྲེལ་ནང་ འཆར་གཞི་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་གྱིས་འཛིན་སྐྱོང་ཐབས་ལམ་ ཉེན་ལ་གསར་བའི་འཐོན་མི་ནང་ གཞུགས་སྡེ་གི་ཐབས་ལམ་ གནམ་ཚུལ་གསར་མ་ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་ནང་བཏུག་ཨིན།

༡༥ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བསྐྱོད་ན་ སྤྱི་ལཱ་སྤྱི་གཞི་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤོང་བཟུང་གྱི་ཡིག་ཆས།

མེག་སི་ཀོ་འཛིན་སྐྱོད་ལས་རིམ་འདི་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་རབ་ཡིན་པའི་བདེ་བའི་ལམ་ གིམས་ལུགས་ལྟར་གནས་དགོ་པའི་སྒྲིག་གཞི་  
 གིས་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཐོག་འཛིན་སྐྱོད་གི་དམིགས་དོན་གྲུབ་རྒྱུ་བཟོ་ཞིན་མ་ཡང་ དཔེར་ན་ ཉེ་ཆེན་ཤུག་གི་ཉེ་ལྷན་བཟུང་ནི་  
 ལས་མར་ཕབ་དང་ ཉེ་ཆེན་རྒྱུང་མ་ཅིག་མེད་ན་པར་ གཙང་རྒྱུ་འཛིན་གི་ཉེ་ལྷན་དང་ ཚད་ལས་བཀའ་བཟུང་མ་བཅུག་པར་ རྒྱུང་གི་སྐྱེ་ལྷན་ག  
 རས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ལུ་འགྱུར་བ་འབྱུང་མ་བཅུག་པལ་བཞག་ཡིན། འཆར་གཞི་དེ་གིས་ ཐབས་ཡོན་ནང་གྲུ་སྤྲུམ་མ་བཤེས་ འཛིན་སྐྱོད་འ  
 ཆར་གཞི་དྲག་ཤོས་བཟོ་ནི་བར་རྒྱུན་འབད་མི་རྩེ་ ལས་རིམ་གཞི་བཅུག་སྐབས་གྲུབ་རྒྱུ་གས་པའི་སྤྱད་བའི་དམིགས་དོན་སྤྱོད་ཐོག་ཡིན། དམིགས་  
 དོན་རྩེ་གི་གྲུ་ལས་ མཐོ་ཡང་: (༡) ཉེ་ཆེན་ཤུག་གི་སྤྱོད་གནས་དོན་དོན་འཛིན་འབད་ནི་ (༢) ཉེ་ཆེན་བཟུང་མི་རྩེ་གི་ཚོ་སྤྱོད་གི་གནས་སྤྱད་  
 བསྐྱེ་ལེན་གྱི་ལམ་ལུགས་ལེགས་བཅོས་དང་ཡར་དྲག་བཏང་ནི་ (༣) ཉེ་ཆེན་གྱི་གྲུ་ལ་ལུ་ཉེན་ལ་ཡོད་མི་ཞིབ་དབྱེད། འཆར་གཞི་གིས་ཞིབ་འ  
 ཚོམ་གཙོ་བོ་རང་ མ་འོང་འཛིན་སྐྱོད་དོན་ལུ་ དབྱེ་འབད་ན་ ཉེ་བཟུང་མི་གྲུ་གིས་ ས་གནས་ག་སྤེ་ལུ་དང་ བཟུང་ལུ་ ཉེ་ཆེན་གྲུ་ཅན  
 བཟུང་དེ་ཞིན་རྩེ་ཞིན། དེ་ལས་ སྒྲིག་གཞི་གིས་ཡང་ དོས་འཛིན་མ་འབད་བར་ཡོད་མི་ཚད་འཛིན་གྱི་གནས་སྤངས་ ཚོ་སྤྱོད་དང་མཐའ་འཁོར  
 གྱི་གནས་སྤངས་ ཉེ་བཟུང་གྱི་འཕྲུལ་རིག་དང་ ལམ་སྲོལ་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དགོས་མཁོ་རྩེ་ ཞིབ་དབྱེད་འབད་དེ་གཞི་བཅུག་འབད་དགོས་རྩེ་  
 གསལ་ཏོག་ཏོ་འབད་དོས་འཛིན་འབད་མ་ཡིན། སྒྲིག་གཞི་གིས་ མེག་སི་ཀོ་གི་ཉེ་གསོ་སྐྱོད་གི་དབང་འཛིན་ རྒྱལ་ཡོངས་རྒྱུ་ལུགས་སྲོལ་དང  
 ཉེ་གསོ་སྐྱོད་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྤེ་ག་ར་དང་གཅིག་ཁར་ གཞུང་ལྷེ་བ་དང་ ལུང་ཕྱོགས་གཞུང་ གཞུང་མིན་གྱི་མཐའ་འཁོར་གན  
 ས་སྤངས་གྱི་ལས་སྤེ་དང་ ཉེ་འཕྲུལ་ཁང་རྩེ་བཅིས་སྤེ་ བཟོས་བསྐྱུན་འབད་དགོ་པའི་སྤེ་བཀོད་ཡིན། འཛིན་སྐྱོད་དོན་སྤྱོད་ཅན་བཟོ་ཐབས་ལུ་  
 བདེ་དོན་དགོ་མི་རྩེ་སྤེ་ལས་རང་བཀོད་དེ་ འཆར་གཞི་གིས་བདེ་དོན་ཞིབ་དབྱེད་དང་ གནས་སྤྱད་བསྐྱེ་ལེན་ལུ་སྒྲིག་བཀོད་དང་འདོད་ཅན་བཟོ་  
 ཡིན།

ཉེ་བཟུང་ནི་ས་ཁོངས་དག་པ་ཅིག་དོས་འཛིན་འབད་ཐོག་ འཆར་གཞི་དེ་གིས་ འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་རབ་ཡེད་ཡེ་ལམ་ལུགས་ལག་ལེན་འཐབ་  
 བཅུག་ཡིན། སྒྲིག་གཞི་འོག་ལུ་ འཆར་གཞི་གིས་ འཛིན་སྐྱོད་གི་ཐབས་ལམ་གཞན་འོས་འབབ་ཅན་རྩེ་དོས་འཛིན་འབད་རུང་ གཅིག་ལུ་ཡང་  
 ཆ་འཛོག་མ་འབད་བར་ཐབས་ལམ་དག་པ་ཅིག་ལག་ལེན་འཐབ་བཅུག་ཡིན། ལག་ལེན་འཐབ་མི་ལས་ཉམས་སྤྱོད་ཐོབ་མི་དང་ཞིབ་དབྱེད་ལས་  
 བརྟེན་ འཛིན་སྐྱོད་འཆར་གཞི་གཞན་རྩེ་ཡང་ མཐུན་འགྱུར་འབད་དེ་མ་འོང་པའི་སྒྲིག་གཞི་བཟོ་ཡིན། འཆར་གཞི་ལས་རིམ་འདི་གིས་ རྒྱ་མཚོ་འི  
 ལུང་ཕྱོགས་ལུ་ གནས་གཤིས་ སྐྱེ་ལྷན་རིམ་ལུགས་དང་ དཔལ་འབྱོར་གནས་སྤངས་འབྲེ་མི་རྩེ་དོས་འཛིན་འབད་དེ་ ལུང་ཕྱོགས་རེ་རེ་ནང་ འཛི  
 ར་སྐྱོད་ཐབས་ལམ་སོ་སོ་གཞི་བཅུག་འབད་མ་ཡིན། འདི་ཡང་ ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་མ་སྤེ་ཡོད་མི་གཉིས་བཏོན་ཐབས  
 ལུ་ཡིན།

༣༠ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དེ་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སུ་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ གིམས་དོན་དང་གྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

འཆར་གཞི་དང་སྐྱིད་གཞི་གིས་ བལྟ་ཞིབ་དང་སྟོན་ལུ་འཐབས་ལམ་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་བཏོན་མ་ཡིན། སྐྱིད་གཞི་གིས་ བལྟ་ཞིབ་དང་སྟོན་ལུ་འཐབས་ལམ་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་བཏོན་མ་ཡིན། དེ་རྒྱུ་ལ་ཅིག་མ་དོར་བ་ ཉག་མོ་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་གནས་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་གནས་སྤུང་དང་བརྟེན་ཚུ་བསྐྱེ་ལེན་འབད་བཅུག་ཡིན། བལྟ་ཞིབ་ལས་རིམ་གྱིས་ ཉཅེན་གྱི་རིགས་སྐྱེ་མང་ ཉཅེན་ལེ་བཟུང་མི་ནང་ཉམ་གཞི་གི་གྲང་ལ་ ཉཅེན་གྱི་སྐོར་ཚུང་གི་ཚད་གཞི་ ཉཅེན་སྐྱེ་ལྷན་བཟུང་མི་ཚུ་གི་གནས་སྤུང་བསྐྱེ་ལེན་གྱི་ལས་ལུགས་བཟོ་ཡིན། གནས་སྤུང་ཚུ་མ་འོངས་ལེ་སྐྱིད་གཞི་དང་འཛིན་སྐྱོང་དང་ལུ་འགྱུར་བཅོས་ཀྱི་དོན་ལུ་བརྟེན་སྐྱེ་ལག་ལེན་འབབ་ནི་ཡིན།

འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྐྱེ་ཚུ་གི་སྐྱོད་ལུ་སྐྱེ་ལེན་ལུ་མོ་མོ་ཡང་ སྐྱིད་གཞི་གི་བལྟ་ཞིབ་དང་སྟོན་ལུ་གིས་ ཉམ་བུ་ཞི་གི་སྐྱེ་སྐོར་ཚུང་དང་འཐིམ་ཚོགས་ཐམས་སྐྱོད་དེ་ བཟུང་བཀུར་འབད་ཡིན། ཉམ་བུ་ཞི་གི་སྐྱེ་ལེན་ལུ་མོ་མོ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ བཅའ་ཡིག་ཡང་བསྐྱེམ་བསྐྱེམ་ཡོད་དང་ ཉམ་བུ་ཞི་གི་གྲང་ལ་དང་རིགས་སྐྱེ་ དེ་ལས་སྐྱེ་གནས་ཚུ་ཡང་ འཐུལ་སྐྱར་སེ་ཏེ་ལའ་ལག་ལེན་འབབ་སྐྱེ་སྟོན་ལུ་འབད་དགོ། དེ་གིས་ མེག་སི་ཀོ་གི་སོ་ནམ་དང་ཉམ་གསོ་སྐྱོད་ལུ་ལག་གིས་ རྒྱ་མཚོ་ལུ་ལྷོ་གསལ་ནང་བཟུང་མི་ཉཅེན་གྱི་རིགས་སྐྱེ་དང་ རང་གཞིས་ཀྱི་སྟོན་ལུ་བསྐྱེམ་གྱི་ལུ་དབུག་མི་ཡང་ ཉམ་གསལ་སྐྱེ་འབྲོམ་དང་ སྐྱེ་བཟུན་གྱི་ས་ཁོངས་ རིགས་སྐྱེ་ལེན་ལུ་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ཡིན། ཉམ་བུ་ཞི་གི་སྐྱེ་ཚུ་ལུ་ རྒྱ་ནང་ལྷོ་ཏོག་ལས་རིམ་ཟེར་ ཉམ་བུ་བའི་དུས་སྐབས་ལུ་ རྒྱ་དཔོན་གྱིས་སྐྱེ་ཚུ་ནང་ ལྷན་ལག་ལས་བཀོ་བཞག་འབད་མི་ལྷོ་ཏོག་ལུ་སྐྱོད་སྐྱེ་དང་བཟུང་འབྲུང་ ཡིག་ཚད་གི་ས་ཁོངས་ཚུ་ཡང་སྐྱོད་དགོས་ཡིན། ལས་རིམ་འདི་ནང་ལུ་ ཉམ་བུ་ཞི་ལེ་ཐགས་ནང་ རྒྱ་སྐུལ་ཚུང་མི་ཚུ་ལོ་ག་བཏང་ནི་དང་ ལྷོ་ཏོག་ལུ་ ཉམ་བུ་བའི་བརྟེན་དང་འཐུལ་རིག་གི་བརྟེན་ཐོ་བཀོད་ནི་ལུ་གོ་གསལ་རམ་འབད་དགོ། རྒྱ་ཚུ་ནང་ལྷོ་ཏོག་ལུ་འཐབས་རིམ་བཅུག་མི་འདི་ ཚོགས་སྐྱོད་མི་གི་ཁ་ཚོགས་ལུ་གནས་མ་གནས་བལྟ་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མ་ཡིན།

མེག་སི་ཀོ་ཉཅེན་འཛིན་སྐྱོང་ལས་རིམ་ལུ་ལྷུང་པར་ལྷན་མི་ཡང་ ལས་རིམ་དང་སྐྱིད་གཞི་གིས་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་བརྟེན་མི་ལེ་ཤ་ཅིག་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོད་ཅུང་ གནས་གཞིས་འགྱུར་བཟོ་དེ་ལུ་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཕྱི་དང་ནང་གི་འགྱུར་བཟུང་བཅུག་མི་འདི་བརྟེན་ལེ་ལོ་ལོ་བཀོད་མི་ལུ་བརྟེན་ཡིན། མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཆུ་ཤས་ལུ་ལེ་ལས་རིམ་གྱིས་ ཉམ་ལ་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་བཅུག་ཅུང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་མི་དེ་ སྐྱིད་གཞི་ལེ་ལོ་ལོ་ཆས་ནང་མ་འཁོར་ནི་དེ་གིས་ ཡོངས་སུ་མ་ཚོགས་པའ་ཡིན། འདིས་མ་ཚད་ འཛིན་སྐྱོང་སྐྱིད་གཞི་བཀོད་ནང་ མི་དང་སྐྱེ་ཚུ་དང་ཚུ་གི་ཉམ་བུ་ཡོད་པའི་གྲང་ལ་དང་ཐོ་བཀོད་དང་ཚོགས་ལུ་ཁ་ཚོགས་ལུ་གནས་མ་གནས་བལྟ་ཞིབ་ཚུ་མ་འབད་མི་ལུ་བརྟེན་འཛིན་སྐྱོང་གི་དམིགས་དོན་སྐྱིད་སྐྱིང་མེད་པ་བཟོ་ཡིན། མེག་སི་ཀོ་ལུ་ ཉམ་བུ་བཟུང་སྐྱོད་དོན་ལུ་བཟུང་བར་ ཚོགས་ལུ་ ཡང་ན་ གནད་བཟུང་མི་དགོ་དོ་ཡིན། སྐྱིད་གཞི་འདི་ཉམ་བུ་ཞི་གི་སྐྱེ་ཚུ་ལུ་ལྷུང་ཡིན་ཅུང་ རྒྱ་ཚུ་གིས་ཉཅེན་གསོ་སྐྱོད་ལུ་གཞོན་པ་སྐོར་བརྟེན་ཚུ་གཅི་ཡང་མེད་པ་ཡིན་མས། ཉཅེན་བཟུང་མི་མི་སྐྱེ་ཚུ་ འཛིན་སྐྱོང་ལས་རིམ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་བཅུག་ནི་དང་གནས་བཅུག་ནི་དོན་ལུ་ དང་འདོད་ཡར་སེང་གི་འཐུས་ཚུ་མེད་ནི་དེ་གིས་ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཉམ་བུ་ཞི་ཚུ་འཐོན་དེ་རང་སྐྱོད་འོང།

༢༧ གནས་གཞིས་འགྱུར་བཟོ་དེ་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྐྱེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་གྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



ལེའུ་ ༣ པ་ མཐུན་འགྱུར་བཟོ་བྱེད་པའི་དང་ མཐུན་འགྱུར་འཛིན་སྐྱོང་དོན་ལུ་ མི་སྡེའི་གྲུབ་པ་བཏོགས།

ལེའུ་འདི་ནང་ མི་སྡེ་དང་མི་མང་གི་ རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྤུ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་བྱེད་པའི་ལུ་ ལུ་འགན་སོ་སོ་སྐོར་བཟོས་བཅུག་འབད་ཨིན། སྤྱི་སྡེ་ལེ་ཤ་  
ནང་ལས་པར་ མི་སྡེ་སྤུ་ལྡན་རིགས་སྤུ་ལྷན་པའི་ས་གནས་ཉེ་འདབས་ལུ་སྤྲོད་མི་ཚུ་ འཛིན་སྐྱོང་ནང་གྲུབ་པ་བཏོགས་འབད་བཅུག་ནི་འདི་ལག་ཆེ།  
ལས་རིམ་འདི་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་བྱེད་པའི་ལུ་ རྒྱུ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིགས་སྤུ་ཐོག་འཛིན་སྐྱོང་གི་བཟོ་བཏོད་ཀྱི་ཆ་ཤུགས་རོམ་ཡང་ལེའུ་གཉིས་ནང་  
བཤད་ནི། མི་མང་གྲུབ་པ་བཏོགས་པའི་ས་གནས་གཤམ་གཤམ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་:

- འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ག་རྒྱུ་ལྡན་པའི་ གནས་གཤམ་འགྱུར་བཟོ་བཏོད་ཀྱི་ ཉམས་སྐྱོང་ ཐབས་ཤེས་དང་ རྒྱུང་བ་ཡོད་མི་ཚུ་བརྗེས་སོ་  
ར་འབད་ནི
- རང་རྒྱུང་དང་རང་རོག་ཐབས་ལམ་ཚུ་ གནས་གཤམ་འགྱུར་བཟོ་བཏོད་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་གཞི་བཅུག་གིས་ རྒྱུ་ལྡན་གནས་སྤངས་རི་  
མ་ལུགས་ ཡང་ན་ རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྤུ་ལུ་གོད་པ་འབྱུང་གི་དུང་པའི་ མཐུན་འགྱུར་དན་པ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་མ་བཅུག་ནི
- མཐུན་འགྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཅུག་འབད་མི་ཚུ་ མཐེལ་ཕྱིན་དང་ལམ་ལུགས་སྤུ་ལྡན་གཞི་བཅུག་འབད་མ་འབད་བཅུ་ཞིབ་འབད་ནི
- གནས་གཤམ་འགྱུར་བཟོ་བཏོད་ལུ་མཐུན་འགྱུར་འབད་མི་ ཚོན་རིག་ སྤར་སོལ་གྱི་རིག་པ་ ས་གནས་ཀྱི་ཐབས་རིག་དང་ རང་རིག་ཚུ་སྤྱི་  
ག་མཐུན་འབད་ནི་ཚུ་ཨིན།

༣.༡ རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྤུ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་བྱེད་པའི་ལུ་ གྲུབ་པ་བཏོགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཐབས་ཆས་ལག་ལེན།

གནད་དོན་རོམ་: སྤར་གྱི་མི་མང་གྲུབ་པ་བཏོགས་ཀྱི་མཁོ་གཤམ་ བར་དོན་གསལ་བརྟོག་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་ མི་སྡེ་ཐོག་རང་བཞིན་འཐོན་བསྐྱེད་འཛིན་སྐྱོང་  
ཚུ་ གནས་གཤམ་འགྱུར་བཟོ་བཏོད་མཐུན་འགྱུར་ཡར་བྱུག་དང་སྤྱི་དབྱེད་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ལག་ཆེ།

མཐུན་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ནང་ མི་མང་གྲུབ་པ་བཏོགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་བཏོད་ཡོད་མི་གིས་ མཐུན་འགྱུར་གཞུང་སྐྱོང་ལམ་ལམ་  
ལུགས་ཐོང་འཕེལ་བཏང་ནི་ལུ་པན་ཐབས་དང་འགན་འཁུར་སྤོམ་ཡོད། བཅའ་མར་གཏོགས་མི་གི་གྲུང་ཁ་ཡར་སེང་བཏང་སྟེ་ འོང་ལུ་བརྗོད་དབ  
ང་སྤྱོད་ནི་དང་ མཐོང་ཚུལ་ལུ་ཆ་བཞག་འབད་མི་གིས་ འཛིན་སྐྱོང་ལས་སྡེ་གིས་ གོད་ཉེན་འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་མགོགས་པ་རོམ་འཛིན་འབད་ཚུག  
ས་ནི་དང་དེ་ལུ་ གཏོང་ལན་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་བཟོ་ཚུགས། འཛིན་སྐྱོང་དོན་ལུ་གྲུབ་པ་བཏོགས་འབད་བཅུག་ནི་ལུ་ཐབས་རིག་ཡང་:

- གཞུང་གིས་གོས་བཏོད་འབད་མི་ལས་སྤུ་ཚུ་ མི་མང་གིས་བསམ་འཆར་བཏོད་ནི་དོན་ལུ་དུས་ཚོད་སྤྱོད་ནི

༣༢ གནས་གཤམ་འགྱུར་བཟོ་བཏོད་ན་ རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྤུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱེད་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

- མི་མང་གིས་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའོད་སྐོར་བསམ་སྦྱོར་དང་ཉམས་སྦྱོར་ཚུ་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི
- རང་ཉིད་ཀྱི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའོད་སྐོར་བསམ་སྦྱོར་དང་ཉམས་སྦྱོར་ཚུ་བྱི་བ་བྱིས་ལན་འབད་ནི
- དུ་ཕུ་ལས་གནམ་ཆགས་སྟེ་སྦྱོར་མི་མི་རིགས་ ཡང་ན་ ས་གནམ་གྱི་མི་མེར་ཚུ་གི་ས་དང་འཕྲོད་ཁུངས་ཚུ་ འཕྲོད་ཁུངས་ཡོད་མེད་ཀྱི་ མཚམས་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ས་ཁྲ་བཀོད་ནི་འི་ལས་འགུལ་བཅུག་ནི
- འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་མི་མང་གི་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའོད་དང་འབྲེལ་བའི་མཐའ་འཁོར་གནམ་སྐྱངས་ལུ་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་ འབད་དགོ་པའི་ལས་སྡེ་ཚུ་གཞུང་ ཡང་ན་ སྐྱེ་སྡེ་གིས་གཞི་བཅུག་འབད་མི་ལུ་ བསམ་འཆར་བཀོད་ནི་གི་དབང་ཆ་དང་ ལས་སྡེ་ ཚུ་གིས་ བསམ་འཆར་འཁོད་མི་ལུ་ཆ་བཞག་འབད་ནི།

བཅའ་མར་གཏོགས་པའི་གནམ་རིམ	བཤད་པ
༡ རང་ཡེང་ཡེ་ (མཐོ་ཤོས)	གྲོས་ཐག་ཚུ་ མི་སྡེ་འཕུས་མི་དང་གཞི་བཅུག་འབད་མི་ལས་སྡེ་མཉམ་ཚུབ་ ཐོག་བཟོ་ནི་དང་ ལཱ་གཅིག་མཐུན་ཐོག་འབད་ནི་ལས་ཁས་སྒྲུངས
༢ མཉམ་ཚུབ་ཐོག་གྲོས་ཐག་བཅད་ནི (བར་མ)	མི་སྡེ་འཕུས་མི་ཚུ་ གདམ་ཁ་དང་གྲོས་ཐག་བཅད་ནི་ལུ་དབང་ཆ་སྦྱོད་ཡོད
༣ གྲོས་བཟུན་ (ཉ་ལམ)	མི་སྡེ་འཕུས་མི་ཚུ་གྲོས་བཟུན་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཚུ་གྲོས་ཐག་བཅད་ དནི་དབང་ཚད་མེད་མི
༤ བརྟན་དོན་བསྐྱེལ་ནི (དམའ)	མི་སྡེ་འཕུས་མི་ཚུ་བརྟག་ཞིབ་འབད་དེ་ ལཱ་བའུས་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོད
༥ ལྷན་ཁུ་འབད་ནི (དམའ་ཤོས)	བྱ་སྐོ་ ཡང་ན་ གནམ་སྐྱངས་ཚུ་མི་སྡེ་འཕུས་མི་ཚུ་ལུ་ལྷན་ཁུ་འབད་ནི

- གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིམས་འབྲེལ་གྱི་བྱ་སྐོ་ ཡང་ན་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ནང་ གཞུང་མིན་ཡིག་ཚང་ རང་དང་ མི་སྡེ་གི་སྡེ་ཚོན་ཚུ་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དོན་ལུ་ཁྲིམས་དབང་།
- བརྟན་དོན་གསལ་བརྟོག་འབད་དགོ་པའི་མཁོ་གཤམ་ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ཚོང་འབྲེལ་དོན་ལུ་བརྟན་དོན་གསལ་སྟེ་བཞག་ནི་གི་ཚད་གཞི་ཚུ་བཅུ་ ཕྱིས་སྟེ།
- ལུང་ཕྱོགས་གནམ་གཤིས་གོད་པའི་བརྟན་དོན་ མི་མང་གི་ཐོབ་ཚུགས་དང་ གོ་བ་དང་ལག་ལེན་འཇམ་ཏོག་ཏོ་ཡོད་མི།

མི་མང་གཤམ་གཏོགས་སྐོར་ཁ་གསལ་སྟེ་ལེའུ་ ༡༡ པ་ནང་བཤད་ཡོད།

༡༢ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའོད་ན་ སྐྱེ་སྡེ་རིགས་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་ཕྱིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

3.2 འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་མི་མང་གི་བར་ན་ བརྒྱ་ཆ་དོན་སྤྲོད་སྒྲིལ་སྡེ་བརྒྱུ་མོང་།

གཞན་དོན་ངོམ་: གནས་སྤྱད་རྒྱ་ཆུང་བསྐྱེད་པའི་དང་བསྐྱེད་བཞག་འབད་ནི་ལུ་ཁག་ཆེད་བཟུམ་ཅིག་ བརྒྱ་ཆ་ཆུང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་མི་མང་ལུ་སྤྲོད་ནི་  
ཞི་ཡང་གལ་ཆེ། བརྒྱ་ཆ་ཆུང་ལས་སྤྱོད་དགོ་པའི་མི་རྒྱུ་ལུ་ ལས་སྡེ་ ཡོངས་འབྲེལ་ འཕུལ་རིག་ དང་ཐབས་ལམ་གཞན་གྱི་ཐོག་ལས་སྤྲོད་མི་  
གིས་ གནས་གཤམ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་ རྒྱུ་རྐྱེན་ རྒྱུ་རྐྱེན་དང་ཞགས་ཚལ་མི་རྒྱུ་རྐྱེན་ལས་ གདོང་ལན་འབད་ནི་གི་ཐབས་ཤེས་ཡར་བྲག་བ  
ཏང་མ་ཨིན།

ལས་སྡེ་གི་བརྒྱ་ཆ་སྤྲོད་ལེན་གྱི་ལྷོགས་ཀྱུ་ཡར་བྲག་བཟོ་མི་གིས་ གཞུང་དང་ ཞི་བའི་ལས་སྡེ་ འཐོན་ཁུངས་ལེན་སྤྲོད་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལ  
ས་སྡེ་རྒྱ་ཆུང་གི་བར་ན་མཐུན་ལམ་ཡར་བྲག་བཏང་མ་ཨིན། བརྒྱ་ཆ་སྤྲོད་མི་གིས་ འཐོན་ཁུངས་ལེན་སྤྲོད་པ་རྒྱུ་ལུ་ གནས་གཤམ་འགྲུར་བའི་གན  
ས་སྤངས་ནང་འཐོན་ཁུངས་རྒྱུ་ དུས་ནམ་དང་ ག་དེ་འབད་ལེན་སྤྲོད་འབད་ནི་གི་དམ་དབང་བྱིན་མ་ཨིན། བརྒྱ་ཆ་སྤྲོད་མི་གིས་ སྤྲོད་པ་ལོ་དང་ལེ  
ན་མི་གཉིས་ཆར་ལུ་ཁས་པན་ཡོད། ལྷན་ཡོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་སྤྲོད་ལེན་གྱི་ཁྱིམ་སྤོ་རྒྱུ་འཚོལ་ཞིབ་འབད་དེ་ འགན་ཁུངས་ཀྱི་གནས་གཤམ་འགྲུ  
ར་བའི་བརྒྱ་ཆ་དུས་ཐོག་བརྒྱུ་མོང་མོང་འབད་དགོ། མི་མང་ལུ་ མཐུང་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་སྤྲོད་མི་གིས་བརྒྱ་ཆ་དགོས་མཁོ་ཡོད་  
མི་ལུ་བྱུང་ཨིན། རྒྱུ་རྐྱེན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་བཟུ་ཞིབ་ལས་རིམ་ལས་བསྐྱེད་ལེན་འབད་མི་གནས་སྤྱད་རྒྱུ་ ག་གིས་ཡར་སྤྲོད་རྒྱུ་གས་མི་ད  
ང་ལག་ལེན་འབབ་ནི་ལུ་འཇམ་ཏོག་ཏོ་ཡོད་མི་གི་གནས་སྤྱད་གཞི་མཚོན་བཟོ་དགོ། ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་འཚོལ་ནི་གི་ལམ་ལུགས་འདི་ལེགས་  
ཤོམ་དང་ལྷོན་བྲག་ཅན་ཅིག་ཨིན།

བརྒྱ་ཆ་འཛིན་སྤྲོད་དོན་ལུ་ཐབས་ཤེས་གཞན་འདི་བརྒྱ་ཆ་མཐིལ་བྱིན་སྡེ་བྱིར་སྡེལ་འབད་ནི་འདི་ཨིན། གཞིང་གི་བརྒྱ་ཆ་དགོ་པའི་ཞུ་བ་ལོགས  
'སུ་སྡེ་མ་བཞུ་རྒྱུ་ བརྒྱ་ཆ་གསལ་སྡེ་བཞག་ཚོག་པའི་བཅའ་ཡིག་གིས་ མི་མང་གིས་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་གི་ཐབས་ཤེས་རྒྱུ་ལུ་འགྲུང་འབད  
མ་ཨིན། གནས་གཤམ་འགྲུར་བཟོ་དགོས་བརྒྱ་ཆ་སྤྲོད་མི་གི་བརྒྱ་ཆ་འདི་རྒྱུ་ དུས་ཚོད་ལས་སྡེ་དང་འཐོན་ཁུངས་ལེན་སྤྲོད་པ་རྒྱུ་སྤྲོད་  
དགོ་པའི་མཁོ་གལ་འབད་མ་ཨིན། བརྒྱ་ཆ་མཐིལ་བྱིན་སྡེ་གཤམ་འཁོར་གྱི་བརྒྱུད་ལམ་རྒྱུ་ལས་འབད་རྒྱུ་གས་:

- རེ་བྱི་ཡོད་དང་རྒྱུང་མཐོང་ན་གསལ་བསྐྱེད་ལུ་འབད་ཐོག
- མི་མང་སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་སྐྱུ་འཁོར་བྱས་དང་རེ་ལི་ དེ་ལས་ སྤེལ་བསྐྱེད་སྤོམ་རྒྱུ་ནང་བརྒྱུ་འཐིན
- མི་སྡེ་ཡོངས་འབྲེལ་འབབ་པའི་ཡོངས་འབྲེལ་ཁ་སྤྱང་
- གནས་རྒྱུ་ལུ་གསལ་ཤོག་ སྤོབ་ལྷ་དང་མི་སྡེ་རྒྱུ་གི་བརྒྱུ་རྒྱུ་ནང་།

32 གནས་གཤམ་འགྲུར་བཟོ་དགོས་ རྒྱུ་རྐྱེན་རིགས་སྤྱོད་འཛིན་སྤྲོད་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྱིམ་སྤོ་དང་བྱིན་ལུ་ཡིག་ཆས།

མི་མང་ལུ་གནམ་གཤེན་མཐུན་འགྱུར་ཕྱིར་སྲེལ་གྱི་ལས་རིམ་ན་ བཟོ་དོན་འདི་ག་ལུ་སྦྱིར་སྲེལ་འབད་དགོ་པ་ཨིན་ན་ཁག་ཆེ། གནམ་གཤེན་གྱི་  
གནམ་སྤུད་ ཚོན་རིག་གི་དོན་ཚོག་དང་མིང་ཚོག་ཐོག་ མི་མང་ལུ་གོ་བ་བཤད་པ་ད་ མི་སྡེ་ཚུ་མགུ་འཐོམ་སྡེ་འདྲོ་འཛིགས་ལང་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ཡོད།  
གནམ་གཤེན་ཉེན་ཁ་དང་གཞོན་པ་ཚུ་ མི་སྡེ་གི་གོ་བ་ལེན་ཚུགས་པ་དང་ ཁོང་ལུ་ག་དེ་སྡེ་པན་ཐབས་ཡོད་པ་ཨིན་ན་བཤད་པ་ཅིན་ མི་སྡེ་གིས་བཟོ་  
དོན་ལུ་བརྩི་བཀུར་དང་ཆ་གནམ་འབད་འོང།

དཔེ

ཞིབ་འཚོལ་དང་འགྲིལ་བ་ཅིན་ ལྷོ་ཨ་མེ་རི་ཀ་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ས་གནས་ རི་ཡོ་ གི་ ལ་ བལ་ཏུ་ལུ་གནམ་གཤེན་  
ས་འགྱུར་ཉེན་བཏག་བརྟན་མེད་མི་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་དན་པ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ལུ་བརྟེན་ས་གནས་དག་པ་ཅིག་ནང་ཉ་ཚད་ལས་འགལ་བ་བྱུང་ཅུ་  
ག། ཉ་ཚུ་ཚུའི་དོན་ཚད་རན་ཏོག་ཏོག་ཡོད་སར་གནས་སྡོམ་འགྲོ་ནི་འདི་གིས་ ཉ་འཚོལ་འཐོབ་པར་ལཱ་ཁག་བཏང་དོ་ཨིན་མས། ཉ་གནམ་སའི་ས་  
ཁོངས་ཚུ་འཚོལ་ཐོབ་པའི་སྐབས་ལུ་ མི་ཚུ་གིས་ ཉ་ཚུའི་དོན་ཚད་དང་བསྟུན་གནས་སྡོམ་འགྲོ་མི་ལུ་བརྟེན་ འོག་མ་འོང་པ་ན་འོང་ག་མི་འོང་གི་བ  
རྟག་པ་མེད་མི་ལུ་བརྟེན་ཚད་ལས་འགལ་བ་བྱུང་དོ་ཨིན་མས། ཞིབ་འཚོལ་པ་གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ཉ་དང་ཉ་ཚོགས་པ་ཚུ་ལུ་འཕྲལ་  
རང་དགོ་པ་འདི་ སྤྱི་ག་གཞི་དམ་དམ་ཅིག་མེད་ན་པར་ འཛིན་སྐྱོང་དང་འཐོན་ཁུངས་ལེད་སྦྱོད་པ་ཚུ་གི་བར་ན་མཐུན་ལམ་མར་ཉམས་མ་བཅུག་  
ནི་ལུ་ ཉ་དེ་ཚུ་ས་གནས་ག་ཏེ་སྤྱོད་འོང་ག་དང་ ཚད་ལས་འགལ་མ་བ་བྱུང་ནིའི་ཐབས་ཚུ་བཟོ་དོན་སྦྱོད་དགོ་པ་འབད་ཨིན་མས། འདི་འབད་མ་ལས་  
འོང་གིས་ འགྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་ལས་སྡེ་ཚུ་མཉམ་ཅུབ་ཐོག་ རང་རིག་དང་ཚོན་རིག་མཐུན་སྤྱི་ག་འབད་ཐོག་ གནམ་སྤུད་བསྐྱེ་ལེན་གྱི་ལམ་  
ལུགས་ གནམ་གཤེན་གནམ་སྤུད་ས་དང་གནམ་གཤེན་སྡོན་གསལ་འབད་ནི་ ཉ་ཚོགས་པ་དང་སྤུང་རྒྱབ་ཚུ་ལུ་བཟོ་བ་རྒྱུད་དུས་ཐོག་ལུ་སྦྱོད་ནི་  
གི་ལམ་ལུགས་བཙུག་དགོ་པའི་གོ་ས་འཆར་བཟུམ་ཅུག།

༣༥ གནམ་གཤེན་འགྱུར་བཟོ་དོན་ ལྷོ་ཨ་མེ་རི་ཀ་ས་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཞིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུང་གི་ཡིག་ཆས།

3.3 མི་སྡེ་གི་འགོ་འདྲན་འཐབ་པའི་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐབས་ལམ།

གནད་དོན་དོམ་: གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལུ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་འདི་ ས་ཁྲུལ་ལུ་འབྱུང་མ་ཉིན། འདི་ཡང་ས་ཁྲུལ་ལུ་འབྱུང་བའི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་གྱི་གནོད་པ་ཚུ་ལུ་དང་ལེན་འབད་དགོཔ་ལས་བརྟེན་ཉིན། མཐུན་འགྱུར་འཆར་གཞི་ལམ་ལུ་གསལ་ལུ་ མི་སྡེ་ལུ་གྲུབ་གཏོགས་འབད་བཅུག་ནི་དང་དང་བདག་དབང་སྲོད་ནི་འདི་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཆུམ་གྱི་ཆུམ་དོན་ལུ་དགོས་མཁོ་དོམ་ཅིག་ཉིན།

ས་གནས་ན་ དུས་སྡེ་ལས་གནས་སྡེ་དཔེ་མི་རིགས་ཚུ་ལུ་ ཁོ་རའི་ས་ཁྲུལ་གྱི་སྤྱི་ལཱ་གནས་སྤངས་སྐྱོར་ གོ་བ་དང་རིག་པ་རྒྱ་ཆེན་སྡེ་ཡོད་པ་ཉིན། རིག་པ་འདི་ཚུ་ ས་ཁྲུལ་འདི་ནང་གི་མཐུན་འགྱུར་ཐབས་ལམ་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ཚན་རིག་གི་རིག་པ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་མ་དགོཔར་ དེ་གིས་ལམ་མཐོན་འབད་བཅུག། ནང་རིག་ཚུ་ཡང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེན་ཁ་དང་འགྱུར་བའི་བད་དོན་ཚུ་བརྩིས་པའི་:

- གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་གྱི་འབྱུང་རིམ
- མི་སྡེ་དང་ སྤྱི་ལཱ་གནས་སྤངས་རིམ་ལུ་གསལ་གྱི་བར་ན་མཐུན་འབྲེལ་འཛིན་སྐྱོང་
- སྤྱི་སྡེ་དང་མཐུན་འབྲེལ་གནས་སྤངས་ལུ་འགྱུར་བ་ལུ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ཚུ་ཉིན།

མི་སྡེ་ལེ་ཤ་ཅིག་ནང་ ཁོ་རའི་ནང་རིག་ཚུ་ མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་གིས་ ཐབས་ལམ་འདི་ཚུ་དོམ་ལེན་འབད་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མ་ཉིན།

**མཐུན་འགྱུར་གྱི་གོ་སྐབས་ཚད་བཟོ་ནི་ལུ་ སྡེ་གནས་མི་རིགས་ཚུ་གི་དབང་ཆ་བརྩིས་བཀུར**

རྒྱལ་སྤྱི་གི་ཁྲིམས་དོན་ནང་ སྡེ་གནས་མི་རིགས་ཟེང་མི་གི་ཚོགས་དོན་འདི་ མི་སྡེ་ཁོ་རའི་རང་གཤིས་དབང་ཆ་ཡོད་མི་ཕྱིས་པའི་ ཁོ་ཁོ་རའི་དབང་ཆ་སྲོད་ནི་དབང་ཆ་ཡོད་མི་ལུ་སྤྲོད་ཉིན། འཛིན་སྐྱོང་གི་སྤྱི་ཚོགས་གྱི་སྡེ་གནས་མི་རིགས་གྱི་དབང་ཆ་གསལ་བསྐྱུགས་ ལེའུ་ 26 པ་ནང་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ ས་དང་འབྲེན་ཁུངས་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་དང་བདག་དབང་ཡོད་པ་སྡེ་བཀོད་ཡོད། ཉིན་རུང་ དབང་ཆ་དང་བདག་དབང་དེ་ཚུ་ རང་འཇགས་ཁོང་ལུ་སྲོད་བཅུག་དེ་མེད་རུང་ སྤྱི་གི་ས་གཞི་དང་འབྲེན་ཁུངས་ཚུ་ལུ་ མཉམ་འབྲེལ་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་གི་དབང་ཆ་དང་སྲོད་ཡོད། སྤྱི་ར་གནས་མི་རིགས་འདི་ ས་ཁྲུལ་ནང་སྡོད་མི་མི་སྡེ་ ཡང་ན་ སྡེ་ཚན་དང་མི་འདུ། དཔྱེ་འབདན་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་གྱི་གནོད་པ་ལུ་ བརྟེན་ མར་ཉམས་ནི་ལེ་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་ལུ་ཤུལ་བཟོ་མ་བཅུག་ནི་གི་གོ་སྐབས་ཚད་དེ་ སེམས་ཅན་འདི་བསམ་དེ་ཚོགས་པའི་སྡེ་གི་ལམ་སྲོལ་ལས་འགལ་བ་ཉིན། གནད་དོན་འདི་ལུ་ ལན་གསལ་དུངས་འཕྲོད་འཕྲོད་ཅིག་མེད་རུང་ སྤྱི་སྐྱོབ་འགོ་དཔོན་དང་སྤྱི་དབང་མི་ཚུ་གིས་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་འཆར་གཞི་མ་ཟོ་བའི་སྤྱི་གོ་དུ་ སྡེ་གནས་མི་རིགས་ཚུ་གི་རང་སྲོད་དབང་ཆ་དང་ དབང་ཆ་དང་སྲོད་གྱི་དབང་ཆ་ལུ་བསམ་ཞིབ་དང་གུས་བསྟོད་འབད་དགོ།

དཔྱེ་འབདན་ སྲུང་སྲོལ་ཐོག་སྒོ་ལོ་ལོ་སྒྱུང་དང་སོ་ནམ་འཐོན་བསྐྱེད་ལག་ལེན་འཐབ་མི་དང་ དེང་གསལ་ཚན་རིག་ཐོག་སྒོ་ལོ་ལོ་སྒྱུང་དང་  
 སོ་ནམ་འཐོན་བསྐྱེད་ཚུ་ གནས་གཤམ་འགྲུང་བཟོད་ལུ་མཐུན་འགྲུང་འབད་ནི་འདི་ སྲུང་སྲོལ་ཐོག་ལག་ལེན་འཐབ་མི་དེ་དྲག། དེ་འབད་ནི་དེ་གི  
 ས་ སྲུང་སྲོལ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ལུགས་སྲོལ་ ཆར་ཆུ་དཀོན་པའི་དུས་དང་ གཞན་རྒྱུན་དཔལ་ཉེན་བཙུག་འབད་བཅུག་གོ། ཨིན་ཅུང་ གན  
 མ་གཤམ་འགྲུང་བཟོད་ཀྱི་གནོད་པ་ཚུ་བས་ཆེན་ ས་ལུ་གྱི་མི་སྡེ་ཚུ་གིས་གནས་མ་ཚུགས་པ་ ནང་རིག་ཚུ་གིས་ཡང་མན་ཐོག་མ་ཚུགས་པ  
 འི་དུས་སྐབས་འབྱུང་མི་ནང་ ཕྱི་འུམ་སྒྱུར་ལན་དགོས་གཤམ་ཆེས་ཨིན་མ་དོས་ལེན་འབད་དགོ།

གནོད་པ་བརྟག་ཞིབ་དང་གནམ་གཤམ་འགྲུང་བཟོད་ལུ་མཐུན་འགྲུང་ལས་འགུལ་གྱིས་དོས་འཛིན་འབད་ཡོད་མི་ མི་སྡེ་ཐོག་འཛིན་སྒྱུར་མཐུན་  
 འགྲུང་འབད་དགོས་གི་གནས་སྟངས་ཡང་:

- འཐོན་ལུངས་ཀྱི་གཞི་ འཐོན་བསྐྱེད་ཡར་དྲག་དོན་ལས་ལེགས་བཙུག་དང་བདག་འཛིན
- འཐོན་ལུངས་འཛིན་སྒྱུར་དོན་ལུ་ ས་གནས་ལུང་སྒྱུར་གཞི་བཙུགས་
- འཐོན་ལུངས་ལུན་བརྟན་ཐོག་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ དང་འདོད་ཡར་སེང་གི་འབྲུས་དང་ཐོབ་ལམ་གཞན
- གནས་རིམ་དམའ་ཤོས་ལུ་ཡང་ལྷབ་བཏུབ་པའི་ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གཞི་འཛུགས་
- མི་སྡེ་ཐོག་འཐོན་ལུངས་འཛིན་སྒྱུར་དོན་ལུ་འབྲེལ་ཡོད་ས་གནས་ཀྱི་དབང་ཚད་ཚུ་ཨིན།

མི་སྡེ་ནང་འཐོན་ལུངས་འཛིན་སྒྱུར་འཐབ་ནི་དང་ཕྱིར་སྲེལ་སྒྲོར་ལེུ་ ༡༡ པ་ནང་བཟོས་བསྐྱེད་འབད་འོང།

༢༧ གནས་གཤམ་འགྲུང་བཟོད་ན་ སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྤྱི་འཛིན་སྒྱུར་མཐུན་འགྲུང་བཟོད་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

3. སྤྱི་ལཱ་གནས་སྤངས་ལེན་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཅོ་ཐབས་ལུ་མཉམ་འབྲེལ།

གནད་དོན་དོན་མེད་ལྟར་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཅོ་བཏོན་ལུ་ཚན་རིག་འདི་མཁོ་ཆེ་རུང་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚན་རིག་གི་ཡོན་ཏན་མེད་མི་ཚུ་  
ཡང་བཅོ་བཏོན་འབད་སྐབས་ལུ་ ཚན་རིག་མེད་པའི་གཞན་བཟུང་དོན་དགོ་མི་ཚུ་དོན་ལུ་གྲུལ་གཏོགས་འབད་དགོ།

འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཅོ་ཐབས་ལེན་ལུགས་འདི་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་འཕྲུལ་ལྷན་ཅན་སྡེ་བཅུ་ལྟམ་ཨིན། ཨིན་རུང་ ལས་རིམ་དོན་ལུ་ལ  
ག་ལེན་ནང་ མི་མང་ འཐོན་ཁུངས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ མི་སྡེ་འཕུས་མི་ ཚོང་སྡེ་གི་དང་འདོད་དང་ ཞི་བའང་སྤྱི་སྡེ་ཚུ་བཅའ་གཏོགས་འབད་  
བ་ལུ་འགལ་བ་ག་ནི་ཡང་མེད། འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་དེ་ཚན་རིག་གི་གཞི་རྩ་འགྲུར་བཅོ་བཏོན་འབད་མེད་མི་ལུ་བརྟེན་ ཚན་རིག་གི་ལས་ལུག  
སས་ལག་ལེན་འབབ་དགོ། དེ་ལྟེ་འབད་ན་ སྤྱི་ལཱ་གནས་སྤངས་ལེན་ལུགས་སྐོར་རིག་ཚོད་དཔལ་ནི་ འཛིན་སྐྱོང་གི་ཉམས་སྤོང་སྐོར་བཅོ་བཏོན་  
འབད་ནི་ འགྲུར་ཆས་ཚུ་བཀག་འཛིན་ལུ་ཐབས་ལམ་དང་ བལྟ་ཞིབ་དམ་དམ་དང་བཟུང་དོན་འཛིན་སྐྱོང་ཚུ་ཨིན། ཚན་རིག་གི་མཁའ་པ་ཚུ་ མི་སྡེ་  
ཚུ་གིས་ཁོ་རིམ་ཉམས་སྤོང་བཅོ་བཏོན་འབད་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ཚོམ་གསལ་རྒྱུ་མ་ཅིག་འབད་དགོ། ཨིན་རུང་ ཚན་རིག་མེན་པའི་མཁའ་པ་ཚོགས་  
ཚུ་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཅོ་ཐབས་ལེན་ལུ་ གནས་རིམ་ལེ་ཤ་ནང་གལ་ཆེ་བའི་འགན་འཁུར་ཡོད།

- གོ་སྐབས་འཆར་བཏོན་ཡོད་པའི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་བཏོན་གིས་ ཁྲིམས་དོན་དང་བདག་དབང་གི་ཚ་གྲུང་ཚུ་དོན་འཛིན་
- འཛིན་སྐྱོང་འཆར་བཏོན་ལག་ལེན་འབབ་མི་གིས་མཐའ་དོན་ལུ་གཞན་དཔ་དང་ལེན་ཚུ་དོན་འཛིན་འབད་ནི
- བདག་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་ཚ་གྲུང་དང་དམིགས་དོན་ལ་སོགས་པ་སྐོར་གོ་སྐབས་འཆར་བཅོ་ཐབས་ལེན་ལུ་གཏོགས་ནི
- འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་ནང་མོ་བཏབ་ལག་ལེན་དོན་ལུ་ ས་གནས་དང་སྤྱི་ལཱ་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ནི
- བལྟ་ཞིབ་ བྱིར་སྤྲེལ་ ཤེས་རིག་དང་གནས་མཐུན་ནང་བཅའ་མར་གཏོག་ཐོག་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་བཏོན་ལག་ལེན་འབབ་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འ  
བད་ནི།

32 གནས་ལུགས་འགྲུར་བཅོ་ཐབས་ སྤྱི་ལཱ་གནས་སྤངས་ལེན་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཅོ་ཐབས་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་ལཱ་གྱི་ཡིག་ཆས།





**ཡན་ལག་ ༢ བ: འཕྲོད་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྒྲིག་གཞིའི་གདམ་དབང་།**

ལེ་ལུ་འདི་ནང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་ནང་ རྐྱེན་ལྡན་རིགས་སྤྱི་ཉམས་སྤངས་ལུ་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་ལས་རིམ་བཟོ་ནི་ལུ་ཁྲིམས་དོན་དང་སྒྲིག་གཞི་ལྟུང་ཡན་ལག་ལེན་གྱི་གདམ་དབང་དང་ལས་སྤོན་སྐྱོར་བཤའ་འོང་།

གཞུང་གི་གནས་རིམ་སོ་སོ་ནང་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཚིག་དོན་འདི་ དོན་དག་སོ་སོ་སྤྱོད་ཤོད་ཨིན། འཕྲོད་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཁྲིམས་དོན་དང་སྒྲིག་གཞི་གཞི་བཤོད་འདི་ སྤྱི་ལུ་ག་དེ་འབད་རུང་འབད་དགོང་། ཚུམ་ཞིབ་ ཞིབ་དབྱེད་ གནས་མཐུན་དང་བསྐྱར་སྐྱོད་ཀྱི་ལས་ལུགས་དང་གཞུན་ཁྲིམས་དོན་གྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ཨིན།

ལེ་ལུ་འདི་ནང་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་འགན་དབང་དང་འཁྲིལ་ཡན་ལག་སོ་སོ་སྤྱོད་གྱི་གཞི་བཤོད་འབད་ཡོད། ཁྲིམས་འབྲེལ་གྱི་གཞི་བཤོད་ནང་ན་ཚུང་མི་ནང་ འཆར་གཞི་ སྤྱི་ལུ་བཟོ་ནི་ འཛིན་སྐྱོད་དབང་ཚད་ གནས་ཚད་བཟོ་ནི་ བསྐྱར་སྐྱོད་ ཁྲིམས་ཞིབ་མཛོད་ནི་ལུ་བྱུང་གནད་དོན་ཡོད། ཁྲིམས་དོན་འདི་གི་ཆ་ཤེས་རེ་རེ་གིས་ སྤྱིར་གྱི་གཞི་བཤོད་ནང་དམིགས་གསལ་གྱི་འགན་དབང་ཡོད། འགན་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་གི་སྐད་ཡིག་ཚུ་ སྒྲིག་གཞིའི་འཆར་གཞི་དང་གནས་གཤིས་གནས་སྤངས་ལུ་གཞི་འབད་འདི་དོན་ལུ་ ཞིབ་དབྱེད་འབད་དགོ། མཐུན་འགྱུར་གྱི་གཞི་བཤོད་འག་རུག་ ལེ་ལུ་འདུ་ནང་བཤོད་ཡོད།

- འཆར་སྤངས་དང་འཆར་གཞི་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་དམིགས་དོན་དང་ཐབས་ལམ་བཟོ་ནི་
- བད་དོན་འཛིན་སྐྱོད་ དུས་མཚམས་གཞི་བཙུག་འབད་ནི་ བད་དོན་ནང་དཀའ་ངལ་ཚུ་རིམ་འཛིན་ བསྐྱར་ཞིབ་དང་ བད་དོན་བཟོ་སོང་།
- དུས་མཚམས་སྐྱུར་ཞིབ་ བད་དོན་གསར་པ་ལག་ལེན་ཐོག་ འཆར་གཞི་དང་སྤྱི་ལུ་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་
- སྤྱི་ལུ་དང་ལས་སྤོན་འཕྲོད་ཁུངས་ གཞུང་དང་ལས་སྤོན་བར་ན་
- བསྐྱར་སྐྱོད་འབད་བཏུབ་པའི་གནད་དབང་དང་དབང་ཆ་ ཁྲིམས་དོན་འབྲུང་ཁུངས་ས་ཕུ་ཁྲིམས་དང་ ཁྲིམས་གྱི་ལུ་འགན་



		འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གྲུ་གཤིས་ལྟོགས་དང་ཤེས་ཡོན་སྒྲིལ་བཞི	ཉོག་ཉོ་ <ul style="list-style-type: none"> <li>དུལ་ཚུ་ས་ཁོངས་ཀྱི་མི་མང་དང་བགོ་བཤའ་</li> </ul>
ཚུབ་ཀྱིས་སྒྲེལ་	<ul style="list-style-type: none"> <li>ཚུའི་འཁོར་རིམ་ལུ་ཡར་མར་</li> <li>མི་ཚོ་གསོ་སྐྱོད་ ཚུན་དང་ཚུ་གམ་ལུ་གནས་པ་འི་ཚོ་སློབ་ཚུ་འཚོ་སྐྱོད་དོན་ལུ་ཚུ་མེད་ནི</li> <li>ས་ཁོངས་གཞན་ནང་ལས་པ་མར་ཚུ་རུད་དང་ཚུ་གིས་གང་ནི</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ཚུ་ཉེར་སྐྱོད་པ་ཚུ་གཙོ་རིམ་བཀོད་ནི</li> <li>གནས་སྤངས་འབྱུང་མི་དང་འཁྲིལ་ཚུ་མཁོ་སྐྱོད་ལུ་ཉེ་མས་གྲིག</li> <li>ཚུ་ནང་དང་ཚུ་གམ་ལུ་གནས་པ་འི་ཚོ་སློབ་ཚུ་སྐྱུང་སྐྱོབ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ས་ཁོང་ཚུ་འབབ་དང་བསྐྱུན་ཚུ་བགོ་བཤའི་གན་གྱི</li> <li>ཚུ་ཉེར་སྐྱོད་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི</li> <li>ཚུ་ནང་འབབ་ཉུང་མཐའི་ཚོད་གཞི</li> </ul>

ལེབ་ ༤ པ་ འཆར་སྤྲོད་དང་འཆར་གཞི་ མཐོང་སྤྲོད་བཀོད་ནི་ དམིགས་བཏང་བཅོམ་ནི་དང་ སྲིད་བྱུས་ཚུལ་བཤུག་འབད་ནི།

འཛིན་སྐྱོང་དོན་སྲིན་ཅན་འདི་འཆར་གཞི་ལེགས་ཤོམ་བཅུ་མི་ལུ་རག་ལས། འདི་ འཆར་གཞི་ལག་ལེན་འབབ་བཞེན་མ་ལས་བལྟ་ཏྟོག་འབད་  
མི་མཐུན་འགྱུར་གཞི་བཀོད་ལུ་ཡང་བྱབ་ཨིན། གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཅོམ་གྱི་མ་འོང་གནས་སྤངས་ཏན་ཏན་མེད་པ་བཅོམ་གིས་འཆར་གཞི་བ  
ཅོམ་ཚུ་ལུ་བྱ་སྤྲོད་མ་བཤེས་བཅོམ་ཨིན། མ་འོང་ལུ་འགྱུར་སྲིད་པའི་དཀའ་ངལ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་གཤོང་ལན་གྱི་ཐབས་ལམ་བཀོད་ནི་མེད་ན་པ  
ར་ འཆར་གཞི་བཅོམ་ལུ་གསལ་གྱི་གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཅོམ་ལས་འགྱུར་མི་མ་འོང་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་གཤོང་ལན་འབད་དགོ།

ལེབ་འདི་ནང་མ་འོང་གཏན་འཁེལ་མེད་མི་དོན་ལུ་ཉམས་སྲུང་གི་འཆར་གཞི་སྐྱོར་ལག་ལུ་སྟེ་བཤད་འོང་། འཆར་གཞི་དོན་ལུ་ཐབས་ཤེས་དང་པ་  
འདི་ འགྱུར་བཅོམ་གི་ཆུལ་ལོ་མ་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་མ་འོང་པའི་གནས་སྤངས་ཚུ་བལྟ་དགོ། འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་དང་འཆར་གཞི་བཅོམ་ཚུ་  
གི་རྒྱ་ལུ་ མ་འོང་པའི་གནས་སྤངས་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཉ་གོ་ཞེན་མ་ལས་ ཐབས་ཤེས་གཉིས་པ་འདི་ དེས་ཡོད་པའི་སྲིད་བྱུས་དང་སྲིད་བྱུས་  
གསལ་མ་ཚུ་གིས་དུས་ལུན་རིང་མ་གི་དོན་ལུ་ དོན་སྲིན་ཅན་ག་གིས་འོང་ག་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

བདེ་དོན་འདི་ཚུ་ ཐབས་ཤེས་གསལ་པ་ནང་ ཉམས་སྲུང་གི་དམིགས་བཏང་དོམ་ དམིགས་ལུ་ལུ་དཀའ་ངལ་དང་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འ  
བདེ་ཐོག་ལག་ལེན་འབབ་ནི།

ཉམས་སྲུང་དོན་ལུ་ གྲུབ་ཚུགས་པའི་དམིགས་བཏང་ནང་མ་འོང་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་བཀོད་དེ་ འཆར་གཞི་བཅོམ་ཚུ་གིས་ སྟེ་ལྷན་གནས་སྤངས་  
རིམ་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་གི་མཐུན་འགྱུར་བཅོམ་འོང་།

**སྐོམ་:** རྒྱལ་ཡོངས་དང་ས་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནུ་འཆར་གཞི

རྒྱལ་ཡོངས་དང་ས་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནུ་འཆར་གཞི་དོན་ལུ་ལྷི་མེས་ཀྱི་བདག་དབང་ཡོད། དཔྱེ་འབད་ནུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནུ་ གྲོ་མི་ནི་ག་རི་ལྷ་ལུ་རྒྱལ་ཡེ་ཀྱིས་  
རིགས་ལྷན་སྐུང་སྐྱོང་དང་ གནས་འབྲམས་ལས་ རང་བཞིན་གྱིས་འོངས་ སྟེ་བལྟུ་འཛོམ་ཁུངས་ལུ་ལྷན་བརྟུན་ལག་ལུ་དོན་ལུ་ གཤམ་ལུ་དང་གཞི་བཤུ་ དེ་ལས་ སྐུང་སྐྱོང་ས་འོངས་དང་  
ས་གནས་ནུ་མ་ལྷན་མི་སྐྱེ་ལྷན་ལུ་ལྷ་ཀྱི་ལྷི་མེས་བཅོམ་ཡོད། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ལས་རིམ་ རྒྱལ་ཡོངས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ལས་རིམ་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་ལྷན་དང་ལུ་འཆར་གཞི་གི་ཐ  
བས་ལམ་ཚུ་གི་ཐོག་ འཆར་གཞི་བཅོམ་ཡོད། ས་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ཀྱི་འཆར་གཞི་གི་དཔྱེ་འདི་ འབྲུག་གི་ནགས་ཚལ་སྟེ་ ཡང་ན་ མི་ལཱ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལྷི་མེས་གཞི་ནུ་འོང་ཡོད། མི  
ངོམ་འབད་ཅུང་འཛིན་སྐྱོང་པ་གིས་འབད་ཅུང་ བཅོམ་འཆར་གཞི་ཚུ་གི་

- ས་འོངས་དང་དེ་ལེ་འཛོམ་ཁུངས་ དེ་ལས་ དེ་གི་ལག་ལུ་དང་འབྲུག་ལུ་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་ལྷན་མང་གི་འགན་འཁུར་ཚུ་འཁོད་ཡོད།
- འཛོམ་ཁུངས་ཚུ་ལུ་ལྷན་བརྟུན་ཐོག་ལག་ལུ་དང་སྐུང་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་པ་གི་དགོས་མཁོ་བཅུ་ལུ་ ཤིང་བརྟུན་ནི་དང་ནགས་ཚལ་ཉམས་གསོ་ དེ་ལས་སྐུང་སྐྱོང་ས་  
འོངས་ངོས་འཛིན་སྐྱོང་ལུ་འཁོད་ཡོད།
- གོས་འཆར་བཀོད་མི་ལས་རིམ་གིས་ མཐུན་འཁོད་གནས་ལྷན་དང་མི་ལཱ་འཛིན་སྐྱོང་ལུ་ལྷན་གཞིན་བརྟུན་ལུ་འབད་ནི་ཡོད།

འཆར་གཞི་ལམ་ལུགས་འདི་བཟུམ་གྱིས་ འཛོམ་ཁུངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ལོ་མ་ཚུ་ མ་འོང་པའི་གནས་ལྷན་ལོ་མ་ཚུ་འབད་དེ་མཐུན་འགྱུར་བཅོམ་ལུ་རྒྱུ་སྐྱོང་འབད་འོང། དཔྱེ་འབད་ནུ  
' གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཅོམ་གྱིས་ལེགས་ཚུ་གཞི་ལུ་བརྟུན་ རྒྱལ་ཡོངས་ལུ་ཉམས་སྲུང་བཅོམ་ འབྲུག་གི་མི་ལཱ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལྷི་མེས་ཀྱིས་ལྷན་ལུ་འབད་ལུ་ལྷན་ཐོག་འོང།

༤.༡ ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ ཡུན་རིང་གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་དོན་ལུ་ མཐོང་སྤང་འཆར་གཞི་ལག་ལེན།

གནད་དོན་དོམ་: མཐོང་སྤང་འཆར་གཞི་འདི་ སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་ཚུ་ལུ་ ཉན་འཁོར་མེད་པའི་མ་འོང་པ་གི་ དོན་ལུ་འཆར་གཞི་བཟུམ་བཅུག་མི་གི་ཡིག་ཆ  
ས་ཅིག་ཨིན་མ་དང་ ཐབས་ལམ་འདི་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་དང་གཞན་འགྲུར་ཆས་ཚུ་གིས་སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ལུ་འགྲུར་བ་གི་  
གདོང་ལན་ཡང་དག་པ་ཅིག་ཨིན།

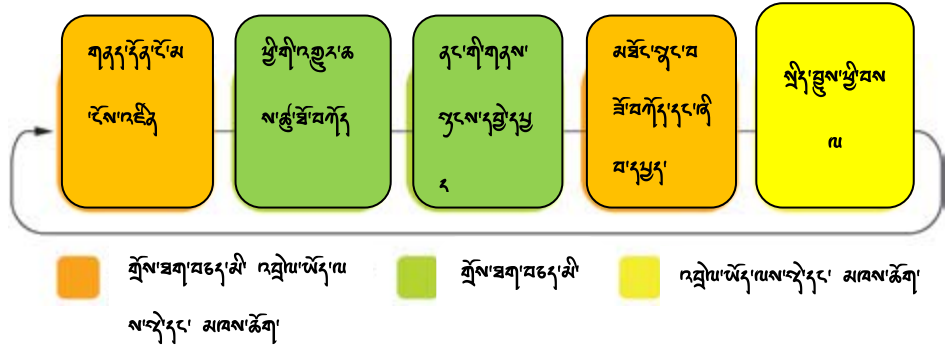
མཐོང་སྤང་འཆར་གཞི་དོན་ལུ་ཐབས་ཤེས་རྒྱག་ཡོད་:

- ༡ གནད་དོན་དོམ་དོམ་འཛིན་
- ༢ བད་སྟོན་ དཀའ་ངལ་དང་འགྲུར་ཆས་ཚུ་དོམ་འཛིན་
- ༣ ཐབས་ལམ་གཞན་དོམ་འཛིན་
- ༤ མཐོང་སྤང་བཟོ་ནི་
- ༥ མཐོང་སྤང་ཚུ་ཉན་ཉོག་ཉོག་གི་དོན་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་
- ༦ སྲིད་བྱུས་ཚུ་ཕྱི་བསེལ་ལུ་མཐོང་སྤང་ལག་ལེན་ཚུ་ཨིན།

མཐོང་སྤང་འཆར་གཞི་འདི་ མ་འོང་སྐོར་སྟོན་དཔག་འབད་ནི་མེད་ན་པར་ ད་སྟེ་ཡོད་པའི་བད་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་ཐོག་ འགྲུར་སྲིད་པའི་མ་འོང་པའི་  
གནས་སྤངས་དང་ འགྲུར་ཆས་དང་དཀའ་ངལ་གཙོ་བོ་ཚུ་དོམ་འཛིན་འབད་ནི་འདི་ཨིན། མཐོང་སྤང་བཟོ་ནི་གི་ལུ་འདིག་ར་གི་ལྷལ་གཏོགས་ད  
ང་ཚན་རིག་གི་ཐབས་ཤེས་རྒྱག་ཤོས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་འགྲུར་སྲིད་པའི་མ་འོང་པའི་གནས་སྤངས་བཟོ་བཀོད་འབད་དགོ། ལུ་འདི་ སྤེ་ཚན་ཅིག་  
གིས་ འོང་རང་གི་མཐོང་མ་ཚུ་གསལ་མི་ཚུ་མཐོང་བཅུག་ནི་གི་ཐབས་ལམ་ཨིན། མཐོང་སྤང་འཆར་གཞི་ལམ་ལུགས་ནང་ ཚན་རིག་གི་བད་དོན་དྲ  
ག་ཤོས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ཁར་ བཅའ་མཁའ་གཏོགས་མི་ཚུ་ཡང་ ཚན་རིག་མཁས་ཚོགས་ཀྱང་མ་ཅིག་མེད་ན་པར་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་  
མཁས་དབང་དང་གཞུང་དོན་འགོ་དཔོན་ཚུ་དགོ།

༤༤ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་ན་ སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྤེལ་སྟོན་སྐྱོང་མཁུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཨིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གི་ཡིག་ཆས།

མཐོང་སྐྱོད་འཆར་གཞི་ལམ་ལུགས་ལུ་ ཐབས་དང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི།



༤.༢ ཐབས་ ༢ བ་ གནོད་ཉེན་ལས་བསྐྱར་གསོ་འབད་ཚུགས་མི་སྲིད་བྱུས་དང་དམིགས་དོན་བཟོ་ནི།

གནད་དོན་དོམ་: འཆར་གཞི་ནང་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐབས་ལམ་ བཟུ་ཞིབ་ ཏུ་མཚམས་བསྐྱར་ཞིབ་དང་འགྱུར་བཅོས་ཚུ་བཅུག་ཡོད་མི་གིས་ མ་འོང་པའི་ག ཅུ་སྐྱོད་ལ་ནང་གནས་ཚུགས།

གནས་གཤམ་འགྲུལ་བཟོ་དང་དེ་གི་དཀའ་ངལ་ལུ་ཉམས་སྲུང་འཆར་གཞི་བཞོན་དགོ་མི་ཡང་ གནོད་ཉེན་ལས་འཐོན་ཐབས་ལུ་ཨིན། གནས་ གཤམ་འགྲུར་བཟོ་དོན་ལུ་མཐོང་སྐྱོད་འཆར་གཞི་བཟོ་མི་གིས་ གནོད་ཉེན་ལས་འཐོན་ཐབས་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་བྲག་ཤོས་ (དཔེ་འབདན་ མ་འོང་པ འི་གནས་སྐྱོང་ག་བཟུམ་ཨིན་ཅུང་ འདི་གི་དམིགས་དོན་གྲུབ་ཚུགས་མི) ཅིག་འཐོན་འོང། ཐབས་ལམ་དོན་སྲིན་ཅན་སྤེ་བཟོ་བཅིན་ དེ་གིས་ སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་ཚུ་གི་ ད་མེས་ཀྱི་གདོང་ལན་གྱིས་མ་འོང་པའི་གནས་སྐྱོང་དང་དཀའ་ངལ་ལུ་ཕན་ཐོག་ཅན་ཨིན་ན་མེད་ན་ན་གི་དབྱེ་དབྱེ་འབ ད་ཚུགས་སམ་ ད་མེས་ཀྱི་གོ་དང་ལན་གྱིས་ མ་འོང་པའི་གནོད་ཐབས་ལས་འཐོན་ཚུགས་པའི་སྲིད་བྱུས་ལུ་བར་ཉེན་ཚུ་དབྱེ་དབྱེ་འབད་ཚུགས། ད་ལྟོ་གི་ཏུ་སྐབས་ལུ་ གྲིག་བཞོན་ལེགས་ཤོམ་མེད་མི་བཟོ་མི་དང་ སློམས་གྲིག་མ་འབད་མི་གིས་ ང་བཅས་ཀྱི་མ་འོང་པའི་གནས་གཤམ་ གྱུར་བཟོ་དམུན་འགྱུར་ལུ་བཀག་དམ་འབད་མ་ཨིན། གནོད་ཉེན་ལས་འཐོན་ཐབས་འདི་ སྤྱི་ལཱ་གནས་སྐྱོང་དམ་ལུགས་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་ དོན་ལུ་དམིགས་བཏང་འབད་བཞག་དགོས་དང་ མོང་སྐྱོད་འཆར་གཞི་འདི་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གི་སྲིད་བྱུས་མཁོ་ཨིན། དེ་གིས་ བཅ འར་གཏོགས་ཚུ་ལུ་ སྲིད་བྱུས་ཀྱི་གདམ་ཁ་དང་ དེ་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་འཆར་གཞི་ནང་ དོན་སྲིན་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་བཟུ་ཞིབ་དང་ཕན་གོ ད་བརྟག་ཞིབ་འབད་བཅུག་འོང།

༤༥ གནས་གཤམ་འགྲུར་བཟོ་དན་ སྤྱི་ལཱ་དམིགས་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ གྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

༧. ༣ ཐབས་ ༣ པ་ གནོད་ཉེན་ལས་འཐོན་ཐབས་ཀྱི་དམིགས་དོན་གཞི་བཞག་ཐོག་ དུས་ཡིན་རིང་མ་གྱི་འཆར་སྤང་བཟོ་ནི།

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་དོན་ལུ་མཐོང་སྤང་འཆར་གཞི་འདི་ ཉམ་སྤང་འཆར་གཞི་གྱི་དོན་ལུ་གྲུབ་ཚུགས་པའི་དམིགས་བཏང་བཟོད་མི་འདི་  
མེན་པར་ གྲུབ་ཚུགས་པའི་དམིགས་བཏང་བཟོད་མི་འདི་ཨིན། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཚུ་མང་ཤོས་རང་ འཆར་སྤང་ཨིནམ་ལ  
ས་དམིགས་དོན་གྲུབ་ཐབས་ཀྱི་ཁ་གསལ་ཚུ་ག་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཨིན། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་མཐུན་འགྲུལ་འཆར་གཞི་ ཡང་ན་ ཡུན་བརྟན་ཐབས་ལམ  
བཟོ་མ་དུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ གྲུབ་ཚུགས་པའི་དམིགས་བཏང་དང་ དེ་ཚུ་གྲུབ་ཚུགས་ལྟ་ནི་ལུ་ཚད་གཞི་དང་ལྟ་རྟོག་གྱི་གནས་རིམ་བསྐྱུལ་མ་ཨིན།  
དེ་ལྟེ་འབདན་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་འཆར་སྤང་གི་ནང་དོན་ དཔལ་མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་གིས་གསལ་བཏང་གནང་མི་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་འ  
མེལ་གྱི་འཆར་གཞི་ལམ་སྟོན་འབད་མི་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ (མི་སྡེ་དང་ ལས་སྡོལ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་སྤང་  
སྦྱོབ་དང་ཅིག་ཁར་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འམེལ་)ཡོད། འཆར་སྤང་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་ཆ་བརྒྱ་ཆ་ རྟུག་བརྟུ་ དུས་རྟུག་པ་ ཉགས་ཚལ་འོག་ལུ་  
བཞག་དཔོན་སྡེ་ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་ནང་བཟོད་ཡོད། གལ་ནད་ཆེ་བའི་དམིགས་བཏང་ཡོད་མི་གིས་ འབྲུག་གི་ཉགས་ཚལ་སྡེ་ལྷན་གནས་སྤང  
ས་རིམ་ལུགས་ཚུ་ འཛིན་སྦྱོང་ཡང་ དུས་དང་བསྟུན་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལུ་གདོང་ལན་འབད་ཚུགས།

ལེའུ་ཡ་ པ་ བཅད་དོན་འཛིན་སྐྱོད་: བལྟ་ཞིབ་དང་གནས་སྡུང་ལག་ལེན་ལུ་ཁྲིམས་འབྲེལ་གྱི་འགན་དབང་།

འཛིན་སྐྱོད་འཆར་གཞི་ཚར་ཅིག་ལག་ལེན་འབྲེལ་ཞིན་མ་ལས་ འཕྲོད་ཁྲུངས་བསྐྱོད་བཞག་དང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ཐབས་ལུ་ བལྟ་ཞིབ་དང་བཅད་དོན་བསྐྱོད་གིག་འབད་ནི་འདི་ལག་ཚེ། དེ་གིས་ སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་ལུ་ དེ་ལྟོ་ལེ་འཛིན་སྐྱོད་འཆར་གཞི་ཚུ་ལ་མཐུན་སྡེ་ལུ་འབད་མ་ཡིན་ན་དང་ འགྱུར་བཟོ་ཅོས་འབད་དགོ་པ་སྐོར་བཅད་དོན་དགོ་མི་ཚུ་མཁོ་སྤོད་འབད་མ་ཡིན། དུས་སྐབས་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ འཕྲོད་ཁྲུངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཡོད་མི་ཁྲིམས་དོན་ཚུ་ལུ་འགན་དབང་དང་མེད་པའི་ཁར་ མ་དེའུ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་མེད་པ་ཡིན། རྒྱུ་ལྡན་གནས་སྡུངས་རིམ་ལུགས་འགྱུར་མི་དང་བཏན་འཁེལ་མེད་པའི་དུས་སྐབས་སུ་ འཕྲོད་ཁྲུངས་ཚུ་ལ་མཐུན་དང་ཡུན་བཏན་སྡེ་འཛིན་སྐྱོད་འབྲེལ་ནི་ལུ་ བལྟ་ཞིབ་ལེགས་ཤོམ་དང་ཡང་དག་པ་སྡེ་འབད་དགོ།

ལེའུ་འདི་ནང་ ཁྲིམས་དང་སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་ཚུ་ལུ་ འཕྲོད་ཁྲུངས་བསྐྱོད་བཞག་དོན་ལུ་བལྟ་ཞིབ་མཐུན་ཕྱིན་འབད་དགོ་པའི་ལམ་ལུགས་དགོ་མི་སྐོར་བཞག་ནི་དང་ འདི་ནང་ ཚད་མཚམས་དང་བཅད་དོན་ལུ་དཀའ་ངལ་ཡོད་མི་ཚུ་རོས་འཛིན་ དཔྱེ་འབད་ན་ ག་སྟེ་ལུ་ག་ཅི་བལྟ་ཞིབ་འབད་ནི་ཡིན་ན་ བལྟ་ཞིབ་དུས་ཡུན་ག་དེམ་ཅིག་དགོ་ག་དང་ བལྟ་ཞིབ་ག་གིས་འབད་ནི་ཡིན་ན་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་གཞི་བཙུགས་འབད་མ་ཡིན། བལྟ་ཞིབ་ཀྱི་གནས་འཁེལ་དང་བསྐྱར་སྤོད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ལེའུ་ར་ པ་ནང་གོས་བསྐྱུན་འབད་འོང།



༥.༡ བདེན་ལུ་བསྐྱབས་མ་བདེམ་རོས་འཛིན་དང་ ཚད་མཚམས་གཞི་བཙུག།

ལེའུ་ཉེ་མ་གི་ནང་ རྒྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ལུ་འགྱུར་བཙུག་མི་བདེན་ལུ་དང་དཀའ་ངལ་ཚུ་རོས་འཛིན་དོན་ལུ་ མཐོང་སྤང་འཆར་གཞི་ལག་ལེན་སྐོར་གྲོས་བསྐྱབས་འབད་ཡི། རིམ་ལུགས་ནང་འགྱུར་བ་འབྱུང་མི་བཟུ་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་པ་གིས་ ཚད་མཚམས་ད་ཅུང་གཅིག་ལག་ལེན་འབབ་དགོ། ཚད་མཚམས་འདི་ ཡང་ཉུགས་འབད་ཡོད་པའི་གྲང་ཁ་ ཡང་ན་ འཐོན་ཁུངས་ཀྱི་གནས་མཐོ་ཨིན་ འདི་ཡང་ འཐོན་ཁུངས་མང་ཤོས་རང་མར་ཉམས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་དང་ འཐོན་ཁུངས་འདི་གི་རྒྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ནང་ ད་ལྟོ་ལོ་གནས་སྤངས་བཟུ་དགོཔ་གལ་ཆེ་བའི་ཁར་ ཉེ་མའི་གནས་སྤངས་བཟུ་དགོཔ་ཁག་ཆེ། འབྲུང་རིམ་གྱི་ཚད་མཚམས་ལུ་བཟུ་སྐྱོང་གི་དམིགས་བཏང་ད་བཀོད་ཚུགས (དབྱེ་འབདན་ ཤིང་བཏོན་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ རྒྱེ་སྐྱོང་གཅིག་གི་ཤིང་རིང་འབྲུང་ལུ་གཅིག་འབད་མི་ བརྒྱ་ཆ་༩༠ ལས་མངམ་ལུ་ད་གོ།)

ཨིན་ཅུང་ ལུང་ཕྱོགས་ལ་ལུ་ནང་ལས་མར་ འོང་བའི་ལོ་བརྒྱ་ནང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཏོད་ཀྱི་གོམ་ཉེན་འདི་ག་ནི་བ་ཤུགས་ཆེན་དེ་གིས་ འཐོན་ཁུངས་ཀྱི་ཚད་མཚམས་ཚུ་ འཛིན་སྐྱོང་གི་དམིགས་བཏང་དོན་སྤྲོད་ཅན་སྤེ་ལག་ལེན་འབབ་མི་བདུབ། འདི་ཡང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཏོད་ལུ་བརྟེན་ རྒྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་ཀྱི་རིམ་ལུགས་ལུ་འགྱུར་བ་སྐྱོར་བྱུང་མི་ལུ་བརྟེན་ ཚད་མཚམས་ལུ་བསྐྱར་བཟོ་འབད་མི་ཚུགས། ཚད་མཚམས་འདི་ཉམས་སྤང་གི་དམིགས་བཏང་གསལ་བཤད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཨིན་ཅུང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཏོད་དོན་ལུ་ དམིགས་བཏང་འདི་ཚད་མཚམས་མིན་པར་སོ་སོ་སྤེ་བཞག་དགོ། འདི་དང་ཅིག་ཁར་ འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས་ མ་འོང་པའི་གནས་སྤངས་ལུ་ འོས་འབབ་ཅན་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་དམིགས་བཏང་བཟོ་དགོཔ་དང་ བདེན་ལུ་དཀའ་ངལ་རོས་གཅི་ཨིན་ན་རོས་འཛིན་འབད་དགོ། ལེའུ་༥ པ་ནང་གྲོས་བསྐྱབས་འབད་ཡོད་མི་ མཐོང་སྤང་འཆར་གཞི་བཀོད་ནི་ཐབས་ལམ་ཡང་ བདེན་ལུ་དཀའ་ངལ་རོས་འཛིན་དོན་ལུ་ཐབས་ཤེས་ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན། འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་ལུ་ བདེན་ལུ་སྐྱབས་མ་བདེམ་དབྱེ་དབྱུང་འབད་ནི་ལུ་ དབང་ཚད་དུས་རྒྱུན་གྱི་དོན་ལུ་དགོ། འདི་ཡང་ འགྱུར་ཁོན་གསར་པ་འཐོན་མ་དུ། ལས་སྤེ་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ དབང་ཚད་འདི་ཉེར་སྤྱོད་འབད་ནི་ལུ་གསུང་བཟུ་མེད་ནི་དེ་གིས་ དགོས་མཁོ་མེད་པ་དང་ལག་ཆེམ་ཨིན་མ་སྤེ་མི་མཐོང་ད། ཨིན་ཅུང་ རྒྱལ་ཁབ་མང་ཤོས་ཅིག་གི་ཁྲིམས་དོན་ནང་ བདེན་ལུ་དགོ་མི་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་ནང་ཁ་གསལ་སྤེ་འཁོད་ཡོད། དབྱེ་འབདན་ ཡུ་གུན་ད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་བཟུག་ཞིབ་སྐྱོག་གཞི་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་མན་གོམ་བཟུག་ཞིབ་ནང་ གཞན་ཚུ་གི་གྲས་ལས་ བདེན་ལུ་དགོཔ་བསྐྱོར་གྱི་གསུང་ལུ་འཐོན་མི་ བདེན་ལུ་དཀའ་ངལ་དང་བཏག་པ་མེད་མི་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་དགོཔ་སྤེ་བཀོད་ཡོད།

༥༤ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཏོད་ན་ རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་ཕྱི་དབྱུང་གི་ཡིག་ཆས།

4.2 དམིགས་བཏང་འབད་མི་བཟུ་ཞིབ་ལུ་བད་སྟོན་གདམ་ལ།

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ཀྱི་སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ལུ་གཞོན་པ་འབྱུང་མི་ཚུ་ རིམ་ལུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཡོད་ཚད་ཅིག་བཟུ་ཞིབ་འབ  
ད་མི་ལས་ འཛིན་སྐྱོང་པ་གིས་བད་སྟོན་རོམ་འཛིན་འབད་མི་གིས་འཇམ། བད་སྟོན་ཟེར་མི་འདི་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་གནས་  
ཚད་སྐོར་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རྒྱ་ཚུང་གི་འགྱུར་བ་བཟུ་ཞིབ་འབད་མི་ལུ་སྤྲུལ་ཨིན། བད་སྟོན་རོམ་ཚུ་རོམ་འཛིན་འབད་མི་གིས་ འཛིན་སྐྱོང་པ་  
ཚུ་གི་ རིམ་ལུགས་ལུ་འགྱུར་བ་འབྱུང་མི་ཚུ་ འཕྲོན་ཁུངས་བོར་ཆེན་སྤེལ་བཏང་མ་དགོ་པར་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་སྐོར་ རྒྱ་ཆེས་སྤེ  
ཤེས་ཚུགས།

བད་སྟོན་རོམ་འཛིན་འབད་ནི་འདི་ ས་གནས་དང་འཕྲོན་ཁུངས་ཀྱི་ལཱ་ཨིན་ དཔྱེ་འབད་ན་ ཀེ་ན་འུ་འགོ་དཔོན་ཚུ་ ཅུ་སྐུལ་གྱི་ལྷག་ལུ་ཡོད་པ  
འི་སྐོར་ཐིག་སྐོར་མི་སྐོར་ མ་འོང་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་དག་པ་ཅིག་གི་རྒྱབ་ལས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལུ་བརྟེན་ ཅུ་སྐུལ་གྱི་གྲངས་ལ་ག་དེ་སྤེ  
འགོ་འོང་སྐོར་བཟུ་ཞིབ་འབད་ཨ་ཨིན། སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་བད་སྟོན་འདི་བཟུམ་ཐོག་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་བཟུ་ཞིབ་ལས་རིམ་གྱི  
ནང་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གནམ་གཤིས་ཀྱི་བད་སྟོན་མ་ཚད་པའི་ཕྱིས་དགོ་པ་ཡང་ :

- ཚོད་དྲུག་རིམ་ལུགས་
- ཆར་ཚུའི་རིམ་ལུགས་
- རྒྱང་ཚུབས་དང་གནམ་གཤིས་ཚུབས་ཚུན་གྱི་རིམ་ལུགས་
- རྒྱ་མཚོ་དང་ གཙང་ཚུའི་རྩེ་སྐོར་ལུ་འགྱུར་བ་
- རིགས་སྤྱི་སྐྱེ་ལུགས་ཀྱི་རིམ་པ་དང་ས་གནས་ཁྲབ་འཚུལ་ཚུ།

བཟུ་ཞིབ་འདི་ གཞུང་འབྲེལ་དང་ གཙུག་ཕྱེ་ ཡང་ན་ རྒྱལ་སྤྱི་ཚོན་རིག་ཚོགས་པ་གིས་འབད་འོང། བད་དོན་ཚུ་ མི་མང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་  
སྤེ་ཚུ་ལུ་ གཞོད་ལན་དང་འགྲུ་སྐྱིག་གི་དོན་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོན་གང་མཚུགས་སྤྱོད་ནི་འདི་འག་ཆེ། བཟུ་ཞིབ་འབད་མི་འགོ་དཔོན་དང་འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་  
བཟུ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་ལུགས་རོམ་འཛིན་འབད་དེ་གཞི་བཅུགས་འབད་ཨ་ད་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ཀྱི་འཕྲོན་ཁུངས་ལུ་གཞོན་པ་བཟུ་ཞིབ་འབ  
ད་ནི་ལུ་ ས་གནས་ཕན་ཅུས་ཅན་གདམ་ལ་འབད་དགོ་པ་འག་ཆེ། སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་སྤྱི་མཐུན་གྲོས་ཀྱིས་ བཟུ་ཞིབ་ལས་ལུགས་བ  
ཟོ་མི་ཚུ་ གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་དང་ བད་དོན་བསྐྱེལ་ལེན་འབད་མི་གིས་ འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་ལུ་འཕྲོན་ཁུངས་དང་སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུག  
ས་ལངས་སྤེ་ཡོད་པའི་བད་བཏོད་ཚུ་ འཕྲོན་ཁུངས་ཉམས་སྤངས་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་སྤྱོད་དགོ། དཔྱེ་འབད་ན་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལུ་བརྟེ  
ན་ ཉེ་མ་མེད་པའི་རིགས་སྤྱི་དར་ཁྲབ་འབྱུང་མི་སྐོར་བཟུ་ཞིབ་ལས་ འབྱུང་གི་དཔའི་ས་གནས་ནང་འབད་དགོ།

༤༦ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ན་ སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྤྱི་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཞིམས་དོན་དང་གྲིད་ལྷུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

༥. ༣ བཏུ་ཞིབ་གཤིས་འབད་ནི་སྐོར་གྲོས་ཐག་།

གནད་དོན་ལོ་མ་: གནམ་གཤིས་འགྲུབ་བཟོ་དུ་གི་འཐན་ཁུངས་དང་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ལུ་མན་གོད་ག་དེ་འབད་རང་འབྲུང་ཨིན་ན་  
བཏུ་ཞིབ་དོན་ལུ་གནས་སྤྱད་བསྐྱེ་གི་འབད་ནི་ལུ་ ཆེད་དུ་ཅན་གྱི་ཡིག་སྐྱེ་ འཐོན་ཁུངས་ གཞུག་སྤྱད་མ་དངུལ་རེས་པར་དུ་དགོ། ཡིག་འབྲེ  
ལ་གན་ཡིག་ཐོག་ གཞུང་གིས་ གཞུག་ལག་གཞུག་སྐྱེ་ མི་སྡེ་སྤྱི་ཚོགས་ ཡང་ན་ མི་སྡེ་འགོ་ཁྲིད་འབད་མི་བཏུ་ཞིབ་ལས་རིམ་དང་ཅིག་ཁར་  
མཐུན་ལམ་བཟོ་བཏུ་བ།

ལས་སྡེ་ལེ་ཤ་ཅིག་གིས་ མཐའ་ཁོར་གནས་སྤངས་བཏུ་ཞིབ་འབད་ཚུགས། ཁྲིམས་དོན་མང་ཤོས་ཅིག་གི་འོག་ལུ་ གནམ་བཟོ་ཆང་མི་ ཡང་ན་  
འཐོན་ཁུངས་ཉེ་སྤྱོད་འབད་མི་ཚུ་ མཐའ་ཁོར་གནས་སྤངས་གི་སྐྱུན་ལུ་དབང་འཛིན་ལུ་འབད་དགོཔ་སྐྱེ་ཡོད། སྐྱུན་ལུ་འམ་ལུགས་འདི་ལག  
ཆེ་བའི་ཁར་ མཐའ་ཁོར་གནས་སྤངས་གི་ཁྲིམས་ཡིག་གི་གི་བཟོ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མ་ཨིན། ཨིན་རུང་ གཞུང་གིས་དགོས་མཁོ་བཟོ་ད  
མི་མཐའ་ཁོར་གནས་སྤངས་གི་སྐྱུན་ལུ་འབད་དགོ་མི་བཟོ་དོན་འདི་ ས་ཁོངས་རྒྱ་རྒྱུ་ཅིག་ལས་ཁྲུབ་མ་ཚུགས་ནི་འདི་གིས་ གནམ་གཤི  
ས་འགྲུབ་བཟོ་དུ་གི་གོད་པ་འབྲུང་མི་བཏུ་ནི་ལུ་ཚད་ལྡན་སྐྱེ་མེད་ནི་གིས་བཏུ་ཞིབ་ཚུགས། གནས་སྤྱད་བསྐྱེ་ལེན་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་ དབྱེ་དབྱེད་  
འབད་དེ་ དོན་དག་གོ་བཟུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཆེད་དུ་ཅན་གྱི་ལས་སྡེ་དང་ མ་དངུལ་ འཐོན་ཁུངས་ཚུ་དགོ།

སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་གི་གནས་སྤངས་བཏུ་ཞིབ་འབད་ནི་གི་འོས་བབ་འདི་ ཤེས་ཡོན་གཞུག་སྐྱེ་ཨིན་ འདི་ཡང་ཁོང་ཚུ་ འདི་བརྒྱུམ  
ནང་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་ལུ་དང་འདོད་ཡོད་མི་ལུ་བརྟེན་ཨིན། གནས་སྤྱད་བསྐྱེ་ལེན་གྱི་འབད་ཚུན་ཡང་ ཚན་རིག་གི་རིག་པ་མ་དགོ་མི་བཟོ་སྐྱོན་  
བཏུ་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་ ས་གནས་གི་མི་ཚུ་བཅའ་རྒྱུ་གས་ཐོག་འབད་ཚུགས། བཏུ་ཞིབ་ལས་རིམ་གྱིས་ བཏུ་ཞིབ་དོན་ལུ་ ལས་སྤངས་པ་ཚུ་  
ལུ་ཉུང་མཐའ་འདི་སྤྱོད་བཟོ་སྐྱོད་དེ་ གཤམ་འཁོད་གི་ལམ་སྐྱོན་གྱིས་འབད་ཚུན་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་འོང་:

- གནས་སྤྱད་བསྐྱེ་ལེན་དང་སྤྱོད་ཐབས་དང་ བཏུ་ཞིབ་གི་ལམ་ལུགས་སྐོར་གོ་བ་བཟོ་སྐྱོད་ལུ་ ལས་སྤངས་པ་ཚུ་ ཞལ་འཛོམས་འགོ་  
འདྲེན་ཐོག་སྤངས་འབད་དགོ།
- ལས་འགུལ་གྱི་དམིགས་བཏང་ད་ དམིགས་ལུལ་དང་ཐབས་མཁས་ཚུ་ཤེས་ནི་དོན་ལུ་ བཅའ་རྒྱུ་གས་པ་ཚུ་འབྲུལ་འབྲུལ་རང་འཛོ་  
མས་དགོ་དང་ མོས་མཐུན་གྱི་བཟྱེ་བཀུར་དང་དུངས་གསལ་འདི་ལག་ཆེ།
- ཞལ་འཛོམས་གྱིས་ ཞིབ་འཚོལ་པ་དང་ བཏུ་ཞིབ་པ་གི་སྡེ་ཕན་བར་ན་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོ་གི་གནས་སྐབས་དང་ཉམས་སྦྱོང་ གོ་བ་ཚུ་  
བརྗེས་སོར་འབད་བཏུག་འོང། གནས་སྐབས་དང་ཉམས་སྦྱོང་བརྗེས་སོར་དོན་ལུ་ ཞལ་འཛོམས་ཚུ་ དུས་མཚམས་ན་འགོ་འདྲེན་འབ  
བ་དགོ།
- ལས་སྤངས་པ་ཚུ་ལུ་ལག་ཆས་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚད་དང་ལྡན་ཡོད་པ་བཟོ་ནི་དང་ ཁོང་གི་འབད་ཚུན་རྒྱུ་ཐང་མི་འགྲོ་ཐབས་ལུ་ གཞུང་  
ལས་ ཡང་ན་ ཕྱི་འགྲོགས་རམ་ཚུ་ལག་ཆེ།

40 གནམ་གཤིས་འགྲུབ་བཟོ་དུ་གི་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྐྱེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུབ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་མི་དབྱུག་གི་ཡིག་ཆས།



པར: གནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཤོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་བལྟ་རྟོག་། འི་ཀ་ར་གྲུ་ལུ་ མི་སྡེ་ནང་གནམ་གཤིས་ལས་བརྟེན་ཚུ་བཟང་བཟང་ཞིབ་  
ཀྱི་བད་ཆས།

༥༡ གནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཤོད་ན་ རྒྱུ་ལྷན་རིགས་སྤྱ་འཛོན་སྤོང་མཐུན་འགྲུལ་བཤོད་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་མི་དབྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

ལེབ་ཅེ་བ་ རུས་མཚམས་བསྐྱར་ཞིབ་: བསྐྱར་ཞིབ་དོན་སྲིད་ཅན་ལུ་གན་དབང་དང་སྡོམ་གྲིག་།

འཕྲོད་ཁུངས་དོན་ལུ་སྲིད་བྱུས་དང་གྲོས་ཚད་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལོག་སྟེ་དབྱེ་དབྱུང་འབད་ནི་གི་དགན་དབང་ཡོད་མི་གིས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་ལུ་མཐུན་འགྱུར་འབད་ནི་གི་ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་དུག་ཡང་ གནས་སྤངས་དང་བཟོ་དོན་གསར་པ་ལུ་མགྲོགས་དུག་ག་དོང་ལན་འབད་བཅུག་ཨིན། འདི་ཚུ་འཛོན་སྐྱོང་གི་གནས་རིམ་གར་ འཕྲུལ་རིག་སྒྲིག་གཞི་གནས་ཚད་ལས་ ཁྲིམས་དོན་ཚུན་བཟོ་བཏུབ། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་གྲོད་ཀྱིས་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ལུ་གཞོན་ཉེན་བཀོད་མི་ལུ་ ག་དོང་ལན་འབད་ཐབས་ལུ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་ ཁྲིམས་ཡིག་མཐོ་ཤོས་ཡང་ དཀའ་ངལ་མ་འདུལ་ཚུ་ལུ་ག་དོང་ལན་འབད་ནི་ལུ་དགན་དབང་འདི་གལ་ཆེ།

སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་ཚུ་གིས་ ཁོང་གིས་ མ་འོང་པའི་གནས་མ་སྤངས་དང་དཀའ་ངལ་སྲོན་ལས་ཤེས་ཚུགས་པའི་ལྷོགས་གྲུབ་མེད་ཟེར་བཤད་མི་དང་ ད་རེས་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་དང་ཁྲིམས་དོན་ཚུ་གི་འབད་ཚུན་ཚུ་གི་དམིགས་དོན་ག་དེམ་ཅིག་གྲུབ་འོང་ག་གི་གཞུང་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་ཚུ་གི་ཕན་པ་ཡོད་པ།

༤.༡ རུས་བསྐྱར་གྲོས་ཚད་བཟོ་ནི་ལམ་ལུགས་དང་ གཙུག་སྟེ།

གནད་དོན་དོམ་: རུས་མཚམས་ལུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ཡང་ སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་སྐོར་ ད་རེས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་ མ་འོང་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་གི་གོ་བ་ལེན་ནི་དོན་ལུ་ཨིནམ་དང་ བཟོ་དོན་འདི་ཚུ་གིས་ ཐབས་ལམ་ལུ་སྡོམ་གྲིག་འབད་བཏུབ། ཨིན་རུང་ འགྱུར་བཅོས་ཀྱི་དབང་ཚད་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་དང་ སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་དོགས་སྟེ་བཞག་དགོ།

རང་བཞིན་འཕྲོད་ཁུངས་འཛོན་སྐྱོང་གཞི་བཙུགས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་འདི་ ཁྲིམས་ཡིག་གི་ལམ་ལུགས་གསར་པ་མེན། ཨིན་རུང་ སྲུ་གི་བཟོ་ཞིབ་དགོས་མཁོ་བཟུམ་ ལམ་ལུགས་འདི་ དོན་སྲིད་ཅན་ཅིག་འབད་མེད་མི་ཡང་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་གི་འགན་དབང་དང་ཅིག་ཁར་ བསྐྱར་ཞིབ་ག་དེ་འབད་ནི་གི་བཀོད་རྒྱ་ ཡང་ན་ བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ཡང་དག་པ་འཕྲོད་ནི་ལུ་ འཕྲོད་ཁུངས་དང་མ་དཔུལ་ཚུ་དགོ།

ཁོ་རྒྱུད་དང་ཕན་ཐབས་ཚུ་སྲོན་ལས་བཤད་མི་གྲོས་ཚད་བཟོ་ནི་གི་ལམ་ལུགས་འདི་ ལས་འགུལ་གི་སྲོད་ལས་བཙུགས་མི་གདམ་ཁ་ ཡང་ན་ སྲིད་བྱུས་གཞི་བཙུགས་འབད་ཞིནམ་ལས་ བཟོ་དོན་གསར་པ་འཕྲོད་རུང་ ཡང་ན་ གནས་སྤངས་འགྱུར་མི་ལུ་བརྟེན་རུང་ རྒྱལ་ལས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་མི་བཏུབ། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་བརྟེན་ མ་འོང་པའི་གནས་སྤངས་སྲོན་དཔག་འབད་ནི་ལུ་ རང་བཞིན་གྱི་དཀའ་ངལ་ལུ་ སྐྱིག་གཞི་བཙུགས་ཚུ་ལུ་ ལས་འགུལ་གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་བར་ཁམས་ལྷན་མི་ནང་ལེགས་བཅོས་འབད་ནི་དབང་ཚད་སྐོར་དགོ། ཕྱི་འི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ཡོད་མི་ལས་འགུལ་དང་ ཤོང་འཕེལ་གྱི་ལུ་སྡོམ་ཚུ་ནང་ ཁ་ཚིག་ལེ་ཤ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ལས་འགུལ་ཚར་ཅིག་གཞི་བཙུགས་

42 གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤུ་འཛོན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

འབད་ཞིན་མ་ལས་ ལྷོ་མ་གྱི་འབད་ནི་ལུ་ལཱ་ཁག་བཟང་འོང། གནས་སྤངས་འདི་བཟུམ་ནང་ ལས་འགུལ་ཚུ་གཞི་བཙུག་འབད་ནི་ལས་བཀག་མ་  
བཞག་པར་ མར་ཕབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བསྐྱར་ཞིབ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

བསྐྱར་ཞིབ་དོན་སྤོང་ཅན་འབད་ནི་ལུ་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཚུ་གལ་ཆེ་:

- ཚོགས་པའི་འགྲུལ་མི་ཡང་ན་ སྤེ་སྤན་ཅིག་ ཨིམས་འགན་གྱི་དབང་ཚད་ཡོད་མི་ འཕྲལ་འཕྲལ་རང་འཛོམས་ཐོག་ རྐྱེན་ལྡན་གནས་སྤངས་ལཱ་ལུ་གསུངས་དང་ འཛོན་སྐྱོང་གི་གནས་ཚད་བཟུ་ནི་དོན་ལུ་
- ཚོགས་པ་གིས་འགྱུར་བ་འབད་ནི་ལུ་ དབང་ཚད་སྐོར་ བྱ་བའི་གནས་སྤོང་དྲུང་གསལ་ཅན་ཅིག་
- ཚོགས་པ་གིས་འགན་ཁུར་བཀོལ་ཡོད་མི་གྲུབ་ནི་ལུ་ མི་དབུལ་གྱི་འཐོན་ཁུངས་ འཕྲལ་རིག་གི་ལྷོགས་གྲུབ་དང་ མི་སྤོངས་ཀྱི་འཐོན་ཁུངས་ལངས་སྤེ་ཡོད་ནི་ཚུ་ཨིན།

6.2 ཏུས་མཚམས་ལུ་བསྐྱར་ཞིབ་ ཡངན་ འབྲུང་བའི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ།

གནད་དོན་ལོ་མ་ འཕྲོད་ཁྲུངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ནང་ འཕྲུལ་འཕྲུལ་རང་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་གོ་པའི་དགོངས་དོན་ཡོད་མི་གིས་ གནམ་གཤིས་འབྲུང་བའི་གནད་དོན་ཀྱི་གོ་དོན་ཉེ་  
འབྲུང་མི་ལཱ་ གང་མཚུགས་གོ་དོན་ལཱ་གའ་བདེ་ཚུགས། བསྐྱར་ཞིབ་ཡང་དུས་མཚམས་ལཱ་བཞག་བརྟུམ་ དཔྱེ་འབད་ན་ ལོ་མེ་ནང་དང་ དེ་ཚུ་ཚད་བཀོད་ལུས་བརྟུལ་མ་དེ་  
བཞག་བརྟུམ་ (དཔྱེ་འབད་ན་ སྲིད་བྱུས་ལྟ་གི་ཁྲུང་ལཱ་བཀོད་ཡོད་པའི་ཚད་ལུས་མཚུགས་ལཱ་འབྲེལ་དུ་ལཱ་)

སྲིད་བྱུས་རྒྱབ་ཁར་ལུས་མི་ཡང་ སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་གིས་དཀའ་ངལ་ཤེས་རུང་ སྲིད་བྱུས་ཀྱི་སྐྱེ་འཁོལ་མ་བརྟུམ་ད་འབྲུང་མ་ཡིན། རྒྱབ་ལུས་ཀྱི་  
དཀའ་ངལ་ཡང་ ཉམས་སྲུང་གི་འབད་ཚུན་ལུ་ཞིབ་དཔྱད་འབད་ནི་དོན་ལུ་གཙུག་སྐྱེ་ནང་ཚོགས་པ་ཅིག་ཆེད་དུ་བཀོད་མི་གིས་གསལ་ཚུགས། ད  
ཀའ་ངལ་དོས་འཛིན་དང་ སྲིད་བྱུས་ལུ་འབྲུང་བཅོས་ཐོག་དེ་གི་སེལ་ཐབས་བར་ན་ ཏུས་ཡུན་པར་རྒྱང་འབད་དེ་རྒྱབ་ཁར་ལུས་མི་ཡང་

- དཀའ་ངལ་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་དེ་ ཐབས་ལན་འབད་ནི་ལུ་འཕྲུལ་རིག་དང་ ཚོན་རིག་གི་གོ་བ་མེད་ནི་དེ་གིས་
- མི་དོམ་གིས་ གནད་དོན་གི་སྐོར་ལས་མོས་མཐུན་གྱི་གོ་བ་བརྒྱུ་སོར་འབད་མ་བརྟུམ་མི
- མི་དོམ་ཚུ་མོས་མཐུན་གི་གོ་བ་དུས་སྐབས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་བརྒྱུ་སོར་འབད་མི
- བར་རྒྱུན་འབད་མི་ལུ་བརྟེན་ གནད་དོན་ཚུ་སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་ཚུ་གི་གཙོ་རིམ་ནང་མ་བཞག་ནི་ཚུ།

སྲིད་བྱུས་རྒྱབ་ཁར་ལུས་མི་གི་དུས་ཡུན་ཐུང་ཀུ་བཟོ་ནི་ལུ་ སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་ཚུ་གིས་ འཕྲོད་ཁྲུངས་ཀྱི་གནས་ཚུན་དུས་མཚམས་ལུ་ཞིབ་དཔྱད་  
འབད་ནི་གི་ཐབས་ཤེས་ གནད་ཉེན་གསལ་པ་འཕྲོད་མི་དོས་འཛིན་འབད་ནི་ སྐྱར་གི་སྲིད་བྱུས་ཚུ་གིས་ འཕྲོད་ཁྲུངས་ཡུན་བརྟུན་ཐོག་ལྷན་ནི་དང་  
དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱར་འབྲུང་བ་ཚུ་ (དཔྱེ་འབད་ན་ ཉའི་གྲངས་ལུ་འབྲུགས་སྐྱེ་ཡང་མར་པབ་འབྲེལ་ད་ ཉམས་སྲུང་སྐོར་དམ་ནི)

བསྐྱར་ཞིབ་འདི་ བརྟེན་འབྲུང་བ་གིས་ཡང་འབད་བརྟུག་ཡིན་ དཔྱེ་འབད་ན་ རིགས་སྐྱེ་གི་གྲངས་འདི་ ཚད་ལཱ་བརྟུལ་མར་པབ་འབྲེལ་མི་གི  
ས་ འཛིན་སྐྱོང་པའི་ཚོགས་པ་ཚུ་ ཐབས་ཤེས་གསལ་པ་བཏོན་ནི་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་བརྟུག་ཡིན། ཐབས་ལུགས་འདི་བརྟུལ་གིས་ འཛིན་སྐྱོང་པའི་ཚོགས་  
ས་པ་ཚུ་དུས་འཕྲོ་ལས་ འཁོད་ཡོད་པའི་དུས་ཚད་ལུ་འབྲུགས་སྐྱོད་མ་དགོ་པར་ འཛིན་སྐྱོང་བརྟུག་ཡིན། གལ་སྲིད་འབྲུང་བ་དེ་མ་བརྟུལ་བཅིན་ བ  
སྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་གི་དུས་ཡུན་དེ་ མར་རང་འབྲུད་དེ་མི་གིས་ འཕྲོད་ཁྲུངས་ལུ་གནད་པ་འབྲུང་མི་མ་མཐོང་བ་ཡོད་མི་གིས་ འདི་ལུ་དོན་སྲིན་ཅན་  
གི་གདོང་ལན་ཚུ་ག་ཅི་ཡང་ལེན་མི་ཚུགས་པ་འབྲུང་མ་ཡིན།

གནད་ཉེན་འབྲུང་མི་ལུ་གདོང་ལན་དོན་སྲིན་ཅན་སྐྱེ་གང་མཚུགས་འབད་ཐབས་ལུ་ ཏུས་མཚམས་ལུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་མི་ནང་ བརྟེན་ཡོད་ཚ  
དཅིག་དང་ཚུ་གྲངས་ཚུ་དཔྱེ་ཞིབ་འབད་མི་ཐོག་ལུ་ བརྟེན་གྱི་ལམ་ལུགས་འདི་དུག་ཤོས་ཡིན།

40 གནམ་གཤིས་འབྲུང་བའི་གནད་དོན་ རྒྱུ་ཕྱན་རིགས་སྐྱེ་འཁོལ་སྐྱོང་མཐུན་འབྲུང་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

ལེབ་ལ་ པ་ སྲིད་བྱས་དང་ལས་སྐྱོམ་མཉམ་འབྲེལ་: གཞུག་སྡེ་ནང་མཐུན་འགྱུར་གྱི་འབད་ཚུན་གཅིག་སྦྲིལ་བཟོ་ནི།

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགུ་རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་མ་འདྲམ་ལེ་ག་ལུ་གཞོན་པ་འབྱུང་མ་ཞིན། གནད་དོན་དེ་ལུ་བརྟེན་ གནམ་གཤིས་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་གཞུག་སྡེ་ཚུ་གི་བར་ན་ འགོ་འདྲེན་དང་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ཚུན་ལུ་གཅིག་སྦྲིལ་འབད་དགོ། ཐབས་ཤེས་འདི་གིས་ འཐོན་ཁུངས་སྐྱོང་བཞག་ སྤྱི་ལཱ་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་གི་བཟོ་བཀོད་ ལེབ་ལ་ པ་ རྒྱུ་ལོ་ལུ་བསྟུན་འབད་མི་མཉམ་འདྲེལ་བཟོ་ཞིན། ལེབ་ལའི་གིས་ མཐུན་འབྲེལ་རིམ་ཁག་གཉིས་ བརྟེན་བརྩམས་མེས་དང་འདོམས་དང་ སྲིད་བྱས་དམིགས་དོན་དང་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ཚུན་གཅིག་སྦྲིལ་ཚུ་ཡར་བྲག་བཏང་ནི་སྐོར་གྲོས་བསྟུན་འབད་འོང། མཐུན་ལམ་འདི་ཡང་:

- ༡ གཞུང་ནང་འཁོད་ཀྱི་བཅའ་ཁག་གཏོགས་པ་རྩིས་པའི་ ལས་སྡེ་སོ་སོ་གི་བར་ན་ ལས་སྡེ་གཅིག་གི་ནང་ན་ ཡང་ན་ གཞུང་སྐྱོང་གནས་རིམ་སོ་སོ་ནང་ (ས་གནས་ཁག་ རྫོང་ཁག་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་)
- ༢ དཔལ་འབྱོལ་སྡེ་ཚན་སོ་སོ་ ཚུ་ སོ་ནམ་དང་ ས་གཏོར་ཚུ་གི་བར་ན།

མཐུན་ལམ་འདི་ཡར་བྲག་བཏང་མི་གིས་ གཅིག་སྦྲིལ་ཐོག་གནམ་གཤིས་མཐུན་འགྱུར་ལུ་ སྤྱི་ལཱ་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་སྐྱོང་བཞག་ལུ་ གཞུང་གི་ཡོངས་འབྲེལ་བཟོ་ཞིན། ཡོངས་འབྲེལ་འདི་གི་ གཞུང་ལས་སྡེ་ཚན་ག་རེ་ལུ་བྱབ་མི་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་བར་ན་གཞུང་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་བཅའ་ཁག་གཏོགས་འབད་མ་ཞིན།

གསལ་བྱེ་ལ་སྡེ་འབྲེལ་གཏོགས



༥༥ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགུ་ སྤྱི་ལཱ་གནས་སྤངས་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཞིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



༧.༡ གཞུང་ནང་འཁོད་འགོ་འདྲིན།

གནད་དོན་དོམ་ ལས་ལཱ་ལྟ་མཁུ་གི་སྤྱི་ཚུལ་དང་ལས་ལྟ་འགོ་འདྲིན་དོན་ལུ་ གཞུང་ལཱ་གྲུ་ལཱ་ལྟ་ ཡིག་ཚང་ འགོ་གནས་དང་ལས་ལུ་གསལ་གཞི་བ  
ཚུགས་འབད་མི་གིས་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་སྤྱི་ཚུལ་དོན་མཉེ་ཅན་དང་གྲུ་ལྟ་འགོ་འདྲིན་ལུ་ གཞུང་གི་ དཔྱད་པུ་དང་ཡམས་པུ་གྲུ་ལུ་ཚུགས།

གནས་གཤམ་འགྲུར་བགྲོད་ཀྱི་གཞི་ཉེན་འདི་ ལས་སྡེ་ག་ར་ལུ་འགྲུང་མི་ལུ་བརྟེན་ མི་སྡེ་དང་མི་ཚོ་འཚོ་སྤོང་གཞི་ཉེན་མེད་པ་བཟོ་ནི་ལུ་ལས་  
སྡེ་ནང་ན་འབྲེལ་མཐུན་འབད་ནི་ལག་ཚུལ། དམ་འཛིན་གྱི་ལས་རིམ་ན་འགན་འཁུར་ལས་སྡེ་ཚུ་བར་ན་འབྲེལ་མཉེ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ སྤྱི་མཐུན་གྱི་ཐབ  
ས་ལན་འཚོལ་ནི་ལུ་མཉེལ་འབད་བཟུག་གོ། འདི་གི་ཐོག་ཁར་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་བདེ་དོན་བསྐྱུ་ལེན་གྱི་གྲིག་བཀོད་ཀྱིས་  
གཅིག་གླེང་འཁོལ་ཅིག་དང་ གཅིག་གླེང་མ་འཁོལ་སྐྱེན་ལུ་ཚུ་ མི་མང་ལུ་བཤད་དེ་ གོས་ཚོད་བཟོ་ནི་གི་ལམ་ལུགས་ཡར་བྲག་བཟོ་ཨིན།  
མཐུན་འབྲེལ་ཡར་བྲག་གི་གདམ་ཁ་འདི་ སྤར་གྱི་ཡིག་སྡེ་སྤྱི་གཞི་བཀོད་འོག་ལུ་ཡོད་མི་འདི་ དབང་འཛིན་གསལ་པུ་ ཡང་ན་ ཁྲིམས་དོན་ཐབས་  
ཤེས་འོག་ཡོད། སྤྱི་ཚུལ་བཟོ་མི་ཚུ་ལུ་ དེམས་ཡོད་པའི་སྤྱི་གཞི་ལམ་ལུགས་དང་ཅིག་ཁར་མཐུན་འབྲེལ་ཡར་བྲག་བཟོ་ནི་ལུ་གདམ་ཁ་  
ཡང་

- ལས་སྡེ་ཚུ་གི་ནང་ན་གནས་གཤམ་འགྲུར་བགྲོད་ཀྱི་གཞི་ཉེན་ལུ་སྤྱི་ཚུལ་སྐོར་ འབྲེལ་བ་འབབ་མི་མི་དོམ་བསྐོར་བཞག
- འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ལག་ནང་ གནས་གཤམ་འགྲུར་བགྲོད་ཀྱི་ལས་སྤྱོད་དང་ལས་རིམ་བཟུག་ནི་གི་འགན་འཁུར་སྤོང་ནི་ (དཔྱད་འབད་ན་  
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་བརྟག་ཞིབ་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཐབས་ལམ་བརྟག་ཞིབ་ཐོག)
- ལུང་ཕྱོགས་འགོ་འདྲིན་སྡེ་སྤོང་ སྤར་ཡོད་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་འཛིན་དང་ དམ་འཛིན་གཞུག་སྡེ་ཡར་བྲག་བཟོ་ནི་ལུ་གཞི་བཟུགས་འབ  
ད་ནི།

གནས་གཤམ་མཐུན་འགྲུར་གྱི་འཆར་གཞི་འགོ་འདྲིན་འབབ་ཡར་བྲག་བཟོ་ནི་ལུ་ སྤྱི་ཚུལ་བཟོ་མི་གིས་ ཡིག་ཚང་ ལས་སྡེ་ ཡང་ན་ ཡིག་སྡེ་  
གསལ་པུ་གསལ་འཁོད་ལུ་བུ་གཞི་བཟུག་འབད་དགོ་

- གནས་གཤམ་འགྲུར་བགྲོད་ཞབས་ཏོག་ (དམ་འཛིན་མེན་པའི་ བདེ་དོན་སྤོང་ནི་ཞབས་ཏོག་འདི་ནང་ རྒྱུ་རྐྱེན་སྤོང་སྐྱེན་བདེ་ལ  
མ་ལུགས་ འཐོན་ལུངས་ཉེར་སྤོང་བདེ་སྤོང་སྐྱེན་ལུ་འབྲིན་མི་ འཇམ་ཏོང་ཏོང་སྤོང་ལག་ལེན་འབབ་བཟུབ་མི་ མི་མང་གི་སྤོང་ཚུགས་པའི་  
གནས་སྤོང་ བཟོ་ སྐྱེན་ལུ་དང་དཔེ་བསྐྱེན་གཞན་)

༤༦ གནས་གཤམ་འགྲུར་བགྲོད་ན་ སྤྱི་ཚུལ་རིགས་སྤོང་འཚོན་སྤོང་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་ཡིག་ཚུལ།

- གནམ་གཤིས་འགྲུར་བགྲོད་ཀྱི་སློན་པོ་ (མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ གཞུང་གི་གཙོ་རིམ་ལོ་མ་སྤེལ་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི་ལྷན་ཁག་ ཡངན་མཚན་འཆར་འགོ་འཛིན་དམ་འཛིན་གྱི་དབང་ཚད་ཡོད་མི)
- གནམ་གཤིས་འགྲུར་བགྲོད་ཀྱི་ཚོགས་པ་དང་ མཐུན་འགྲུར་གྱི་ཚོགས་ཚུང་
- རྒྱལ་སྤྱི་མཐུན་འགྲུར་གྱི་ཡིག་ཚང་ (རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ས་མཚམས་ནང་ མཐུན་འགྲུར་ཐབས་ལམ་གྱི་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་མི་ ཚིངས་ཡིག་ལས་ཚོགས་)



པར་ མ་འོང་སོ་སོ་ཉེ་དུ་ འཆར་གཞི་གཅིག་སྒྲིལ་ ཤེས་ ལྷན་དུས་ཀྱི་ལྷན་པུང་ཚུ་ རྒྱལ་འབྲེལ་ལུ་འབྲེལ་བཟུང་མི་ཡིན་མཁུ་ རྒྱལ་འབྲེལ་གཙོ་བོ་  
 'འདི་མེད་པ་འགྲོ་མི་གིས་ ལེ་ཚན་ལྷན་མང་དཔེ་མི་རྒྱ་ལུ་གཞོན་པ་ཡོད་པ་ལུས་ ལུང་ལྷོགས་སྤྱི་མཐུན་གྱི་གདོང་ལུན་དགོ།

མཐུན་འབྲེལ་གནས་སྤངས་ཐབས་ལམ་བརྟུན་ཞིབ་འབད་དགོ་པ་འཁོད་ཡོད་མི་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བགྲོད་མཐུན་འགྲུར་འབ  
 ད་ཚོན་འགོ་འབྲེན་འབད་ནི་གི་ཐབས་ཆས་སྤྱི་དུ་འཛིན་ཞིག་ཡིན། མཐུན་འབྲེལ་གནས་སྤངས་ཐབས་ལམ་བརྟུན་ཞིབ་ཀྱིས་ མཐུན་འབྲེལ་གནས་  
 ༥༧ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བགྲོད་ན་ རྒྱུ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་འཛིན་སྤྱོད་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་གྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

སྤངས་ཀྱི་བརྩི་འཛིན་ཚུ་ སྲིད་བྱུས་ འཆར་གཞི་ སློག་གཞི་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་བཅུག་སྟེ་ དེ་གིས་ དཔལ་འབྱོར་དང་མི་སྡེ་ཚུ་གྱུ་བའ་  
ན་འབྲེལ་མཐུན་ག་དེ་འདུག་ག་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཨིན། མཚེམ་ཐོ་གཞུང་གི་འཆར་གཞི་དང་ལས་དོན་བཟོ་ནི་ལུ་ལམ་སྟོན་འབད་དེ་ མཐའ་འཁོར་  
གནས་སྤངས་ཐབས་ལམ་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ ལས་འགུལ་གྱི་དམིགས་གསལ་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་བརྟག་ཞིབ་རྒྱ་སྐྱོམ་བཟོ་པའི་ཁར་ དེ་  
གི་ལས་ཡང་ཚོད་པ་ཨིན།

འབྲུག་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་ཡིག་གི་ག་བཀོད་གི་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ག་དོང་ལན་འབད་ནི་ལུ་སྟོགས་གྲུབ་འདི་ མཐའ་འཁོར་ག་  
ནས་སྤངས་ཐབས་ལམ་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་སློག་གཞི་འོག་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་གཞོད་པ་རྒྱུང་བ་དང་ ལས་དོན་གཞན་ལས་བརྟེན་འ  
བྱུང་མི་གི་གཞོད་པ་ག་ར་གཞུང་གི་སྲིད་བྱུས་ནང་བརྩི་འཛིན་འབད་དགོ། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཕན་གཞོད་ཐབས་ལམ་བརྟག་ཞིབ་འབད་མི་  
གིས་ གཞུང་གི་ མ་འོང་བ་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ག་ཐོང་སྤང་ན་ རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་སྡེ་གི་སྟོགས་གྲུབ་ཡར་བྲག་བཏང་ཚུགས།

**པ. 2 མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཕན་གཞོད་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ལག་ལེན་འབད་དེ་ ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐབས་ལམ་མཉམ་སྡེ་བ།**

གནད་དོན་དོམ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་ཡན་གཞོད་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ རང་བཞིན་འཛོན་ཁུངས་ལུ་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ག་དོན་ཉེ་འབྱུང་སྲིད་མི་ལུ་ ལས་འགུལ་ལུ་  
གོས་ཚུན་བཟོ་ནི་ལུ་ལམ་སྟོན་འབད་འོང། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་ཡན་གཞོད་བརྟག་ཞིབ་ལམ་ལུ་གསལ་དུ་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་དུ་རང་བཞིན་འཛོན་ཁུངས་ཀྱི་གོས་ཐག་  
བཅད་ནི་དོན་ལུ་ ཡན་གཞོད་དབྱེ་ཞིབ་འདི་ཚུ་བཟོ་འཛིན་འབད་དགོ། ༡ གནམ་གཤིས་ཀྱི་མཐོང་སྤང་མ་འདྲུལ་དུ་ ལས་འགུལ་གྱི་གོང་ཚད་དུ་ འོས་འབབ་དུ་ 2 མཐའ་འ  
ཁོར་གནས་སྤངས་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ག་དོན་ཉེ་འབྱུང་ཡོད་མི་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱི་ཡན་གཞོད་ག་དམིགས་འོང་ག།

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་འདི་ལས་སྡེ་ག་ར་དོན་ལུ་ཚུ་གྱུང་ཅན་ཅིག་ཨིན། གནད་དོན་དེ་ལུ་བརྟེན་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ག་ལས་འགུ  
ལ་དང་ལས་དོན་ རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་སྡེ་གི་སྟོན་ལུ་མེན་རུང་ རང་བཞིན་འཛོན་ཁུངས་ལུ་གཞོད་པ་ཡོ  
ད་པ་ཅིན་ བརྩི་འཛིན་འབད་དགོ། ལས་དོན་འདི་ ཕྱི་འཁོར་ཆས་ རྒྱོག་མེ་གི་རྒྱབ་དང་གཞུང་ལམ་ ཚོང་འབྲེལ་གོང་འཕེལ་ལས་འགུལ་ས་  
གཏེར་ སོ་ནམ་དང་ལས་དོན་གཞན་ཚུ་ཨིན། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་འཆར་གཞི་ནང་མཉམ་སྡེ་བ་འབད་ནི་གི་ཐབས་ཆས་དོམ་འདི་མཐའ་  
འཁོར་གནས་སྤངས་ཕན་གཞོད་བརྟག་ཞིབ་ཨིན། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ག་བརྟེན་འདི་ གོས་འཆར་བཀོད་ཡོད་པའི་ལས་འགུལ་ ཡང  
ན་ སྲིད་བྱུས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་གོས་ཐག་སྐྱོད་ནི་ལུ་ལག་ཆེ་ དེ་འབད་ནི་དེ་གིས་ བརྟེན་ཚུ་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཕན་  
གཞོད་བརྟག་ཞིབ་ནང་བཀོད་དགོ་པ་སྐོར་ཁྲིམས་དོན་ཐོག་འགོས་འདེབས་འབད་དགོ། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ག་དོན་ མཐའ་འཁོ  
ར་གནས་སྤངས་བརྟག་ཞིབ་ནང་བཅུག་དགོ་པའི་གི་བཀོད་འདི་ ཡུ་ཨེས་གཞུང་གི་ལམ་སྟོན་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ག་དཔག་འབད་

44 གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ག་ རྒྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་སྡེ་གི་སྟོན་ལུ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

ཡོད་མི་ཚུ་མཐའ་འཁོར་གནས་སྐྱེས་པའི་གཞོན་བརྟམ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་སྟེ་ རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་འཁོར་གནས་སྐྱེས་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་བཅའ་ཁྲི  
མས་ནང་བཀོད་ཡོད།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྐྱེས་པའི་གཞོན་བརྟམ་ཞིབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཟོད་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྐྱེས་ལུ་པན་ག  
ནོད་བརྟམ་མི་ནང་ ཁྲིམས་ཡིག་གཞན་ལྟར་ཡིག་འདི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྐྱེས་ཀྱི་ཕྱིའི་འགྲུལ་བ་ (ལས་འགྲུལ་གྱིས་ ཡང་ན་ ལུང་ཕྱོག  
ས་ནང་ མི་གི་ལས་དོན་གྱི་འགྲུལ་བ་འབྲུང་བརྟམ་མེན་མི) ལུ་ཁྲུལ་ཚུགས་འབད་བཞག་དགོ། རྒྱལ་ཁབ་མང་ཤོས་ཅིག་གི་མཐའ་འཁོར་གན  
ས་སྐྱེས་པའི་གཞོན་བརྟམ་ཞིབ་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ རྫོང་ཡང་དྲག་ གནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཟོད་བཟུ་འཛོག་འབད་བརྟམ་ཡོད་ཅུང་ གོ་དོན་ཚུ་  
མ་སྦྱོང་བར་ཡོད་པ་དང་ ལ་ལུ་ནང་ གོ་བ་ལེན་མ་ཚུགས་པར་ལུང་ཡོད།

སྡོམ་: འགྲུག་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྐྱེས་པའི་གཞོན་བརྟམ་ཞིབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཟོད་བཟུ་འཛོག་འ  
བད་ནི་ལུ་གོ་སྐབས།  
ལས་འགྲུལ་ཆེ་བ་ཚུ་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཟོད་ཀྱི་གཞོན་པ་ཚུ་ལོ་འཛིན་དང་གཞོན་ལཱ་འབད་ནི་ལུ་ ལག་ལཱ་ལྟེ་ཚུ་གིས་མཐའ་འཁོར་གན  
ས་ཕྱངས་ཡན་གཞོན་བརྟམ་ཞིབ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ། དུའི་འབད་ན་ འགྲུག་གི་ལས་འགྲུལ་ལུ་མཐའ་འཁོར་གནས་ཕྱངས་ཀྱི་གནད་པ་གི་གྲོ་གཞུག་གཞ  
' 2002 ཚུ་མ་གིས་ གོ་ས་འཆར་བཀོད་ཡོད་པའི་ལས་འགྲུལ་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་ཕྱངས་ཡན་གཞོན་བརྟམ་ཞིབ་འབད་དེ་ མཐའ་འཁོ  
ར་གནས་ཕྱངས་ཀྱི་གཞོན་པ་ དཔལ་འབྱོར་དང་མི་སྡེ་ལུ་ཡན་གཞོན་ཚུ་བཅི་འཛོག་འབད་དགོ་དོ་ཡིན། མཐའ་འཁོར་གནས་ཕྱངས་གནད་པ་ནང་  
གནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཟོད་ཀྱི་གཞོན་པ་དེ་མིགས་གསལ་ལུ་བཀོད་དེ་མེད་ཅུང་ ལས་འགྲུལ་གྱི་ཡན་གཞོན་ཚུ་བརྟམ་ཞིབ་ཀྱི་དགོངས་དོན་གྱིས་ ག  
ནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཟོད་ཀྱི་ཡན་གཞོན་བཅི་འཛོག་འབད་བརྟམ། འདིས་མ་ཚུ་ད་ ཁྲིམས་ཡིག་གིས་མཐའ་འཁོར་གནས་ཕྱངས་གནད་པ་ནང་ ལ  
ས་ཡོད་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་ཕྱངས་ཚུ་བརྟམ་ཞིབ་སྟེ་བཀོད་ཡོད་མི་ཡང་ ལས་འགྲུལ་གྱི་ཡན་གཞོན་དང་ དེ་ཚུ་མས་པའ་གཞེ་འབད་ཡིག་དཔུན  
'ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་ཡིན།  
འགྲུག་གི་ཁྲིམས་ཡིག་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཟོད་ཀྱི་ཡན་གཞོན་བཅི་འཛོག་འབད་བརྟམ་ཡང་ ཡན་གཞོན་བརྟམ་ཞིབ་ནང་ ལས་འགྲུལ་ལ  
ས་བརྟམ་ མཐའ་འཁོར་གནས་ཕྱངས་ལུ་གཞོན་པ་ཟད་ཀའ་སྟེ་ཡོད་མི་དང་ ཟད་ཀའ་མེད་མིགས་བཅི་དགོ་པའི་ལས་ ལས་འགྲུལ་གྱིས་དུས་ལུ་ནས  
དམ་གི་གནས་ཕྱངས་ལུ་ཡན་གཞོན་ ལས་འགྲུལ་ལུ་བརྟམ་ཞིབ་པ་གཞན་ཚུ་ ལས་འགྲུལ་གཞན་དང་ མཐའ་འཁོར་ལུ་ཡོད་པའི་ལས་འབབ་ གོང་ཚུ་  
ཞན་ཚུ་ཡིན། ཁྲིམས་ཡིག་གི་ཡིག་སྐད་འདི་ཅམ་གྱིས་ གནམ་གཤིས་འགྲུལ་བཟོད་ཀྱི་གཞོན་པ་ལུ་བརྟམ་ཞིབ་ལུ་ལོ་འཛིན་ལའང་ གོང་ཚུ་  
ཡང་ན་ ཡན་གཞོན་ཚུ་མཐའ་འཁོར་གནས་ཕྱངས་ཀྱི་གནད་པ་ནང་ན་འཁོར་ཡོད་མི་ནང་བཅི་འཛོག་འབད་བརྟམ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཟེར་མི་ཚོག་དོན་འདི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་པན་གོད་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་དབྱེད་ཞིབ་བྱའུ་འཕྲུལ་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་བཅི་འཛོག་འབད་ཡོད་མེད་ལུ་རག་ལས། སྤྱིར་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ཚུ་མང་ཤོས་རང་གོ་བ་ཡང་དྲག་སླེ་ཡོད། དེ་འདྲན་ རྣམ་མེད་ཡི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་པན་གོད་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་འདི་ འཛོམ་གྲིང་གི་ ཆམས་ འདི་ནང་ ས་ རྒྱུད་ རྒྱུར་བཅི་པའི་རྒྱུར་ཁམས་ཡོད་ཚད་ཅིག་ རང་བཞིན་གྱི་མིན་པའི་རིགས་དང་རིགས་མིན་ སྲོག་ཆགས་དང་ རང་བཞིན་རིམ་ལུགས་ལུ་བརྒྱན་འབྲེལ་འབབ་མི་ཚུ་ག་རུ་ཚུད་དེ་ཡོད། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་པན་གོད་ཟེར་མི་འདི་ ལས་འགུལ་གྱིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་འགྱུར་བཅོས་དང་ འགྱུར་བ་ཡང་ རྣམ་མེད་ཡི་གི་ས་གནས་ཕྱི་ནང་ག་སྟེ་འབད་རུང་ མི་སྡེ་དཔལ་འབྱོར་གནས་སྤངས་དང་གསོ་བ་འབྲོད་བརྟེན་ལུ་གོད་པ་ག་ཅི་འབྱུང་རུང་ཚུ་བཅིས་ཟླ་ཨིན། ཚོག་འགྲེལ་དེ་གིས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ལུ་གོད་པ་ཡོད་མི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་བརྟག་ཞིབ་འབད་བརྟག་ནི་ལུ་དབང་ཚད་སྲོད་ཨིན། ཨིན་རུང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་བརྟག་ཞིབ་བཟོ་མི་ཚུ་གིས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ཀྱི་གོད་པ་ཚུ་བཅུག་དགོ་པའི་ལམ་སྟོན་འབད་དགོ་པ་ཁག་ཆེ། ལཱ་འབད་ནི་གི་དབང་ཚད་ཡོད་མི་འདི་ ལཱ་འབད་སྟེ་འབད་ནི་གི་སེམས་ཡོད་མི་ལས་མི་འདྲ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ནང་གོད་པ་ཁག་བཞི་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ་པ་ཡམོན་མི་ཡང་ ལས་འགུལ་གྱིས་སླེ་ལྷ་ན་རིགས་སྤྱི་དང་རང་བཞིན་འབོན་ལུ་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ཀྱི་གོད་པ་བཅི་འཛོག་འབད་ནི་ཨིན་:

- **གོད་པ་ཐད་ཀར་མེན་པ་ ཡང་ན་ གོད་པ་ལྟིས་པ་:** དེ་འདྲན་ སོ་ནམ་པ་གིས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ལུ་བརྟེན་ ཞིང་ནང་ གཤམ་མ་ལེ་ཤ་སླེ་མི་ཚུ་བསད་ནི་ལུ་ སྤྲོན་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་མི་གི་ ས་ཐོག་ལས་ཚུ་འགྲོ་མི་གིས་ ཉེ་འདབས་ཀྱི་ཚུ་ཚུ་ནང་སྤྲོན་ཚུ་ཀྱི་བཅོག་པ་ཞུགས་ནི།
- **དུས་ལུན་རིང་གི་དོན་ལུ་གོད་པ་:** དེ་འདྲན་ རྒྱུག་འདི་སློག་མེ་དོན་ལུ་བརྒྱབས་རུང་ དེ་གིས་ ཉེ་འགྲོ་འགྲུལ་ལས་བཀག་ཆ་འབད་ཨིན། ལོ་རྒྱུ་ལྷན་གཉིས་ཀྱི་རྒྱབ་ལས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ལུ་བརྟེན་ རྒྱུག་མེ་བཟོ་ནི་ལངས་སླེ་མེད་མི་ལུ་བརྟེན་ རྒྱུག་ལག་ལེན་མ་འབབ་པར་བཀོག་བཞག་ནི།
- **རིམ་གྱིས་བསགས་བསག་པའི་གོད་པ་:** རྒྱ་མཚོ་འཐའ་ལུ་མཚོ་བྱག་འདི་ ཤོང་སྟེ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ལུ་བརྟེན་ མཚོ་འི་མཐོ་ཚད་ཡར་སེང་ལས་སྤང་ཐབས་ལུ་བརྒྱབས་ཡོད་རུང་ མཚོ་འཐའ་བདེ་སྟེ་ ས་ནང་ན་འབྲམས་སྟོད་མི་སྲོག་ཆགས་ལུ་གོད་དཔ།
- **སྟོག་ནི་མེད་པའི་གོད་པ་:** དེ་འདྲན་ རི་ཐོག་གནས་འབྲམས་སྟེ་སྟོད་པའི་ རིགས་སྤྱི་དགོན་དྲགས་ཀྱི་ས་འོངས་ན་ ས་གཉེར་གཞི་བཅུགས་འབད་མི་གིས་དང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ལུ་བརྟེན་ སེམས་ཅན་འདི་ གནས་འབྲམས་ནི་དོན་ལུ་ རི་ཐོག་ལས་

60 གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ན་ སླེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་འཛོན་སྤོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

བཏང་མི་ ས་བཀྱེད་ལས་འགུལ་གྱིས་ས་ཁོངས་འདི་ སེམས་ཅན་གནས་འབྱམས་ནི་ལུ་སྡོད་མ་བཏུབ་བཟོ་མི་ལུ་བརྟེན་ རིགས་སྣ་  
འཛེམ་སྐྱིད་ལས་ཡལ་བཏང་མ་ཡིན།

ལེའུ་པ་ གནས་འཁྲིལ་དང་བསྟར་སྦྱོང་། སློམ་སྲིག་དང་འགན་འཁུན་ཆ་སློམ་སྲིག་ལུ་ཐབས་ལམ

འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་ཡང་དག་པ་སླེ་གཞི་བཙུག་འབད་ཡོད་མི་འདི་ འགན་འཁྲིལ་དང་བསྟར་སྦྱོང་ཚུ་སྲུང་སྲོལ་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་བཀོད་ཁྲམ་ལས་  
མངམ་སླེ་དགོས་མཁོ་བཀོད་ཨིན། འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་ལུ་ལམ་སྟོན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་ དུངས་གསལ་དང་རྒྱས་བཤད་སླེ་དགོ་དང་ འདི་  
ནང་ ལག་ལེན་དང་གནས་འཁྲིལ་ཤེས་པར་དུ་འབད་དགོཔ་སླེ་བཀོད་དགོ་པའི་ཁར་ ལམ་ལུགས་ལུ་མ་གནས་པ་ཅིན་ དང་འདོད་མར་མབ་དང་  
ཉེས་ཆད་བཀོལ་ནི་གི་ཐབས་ལམ་བཏོན་དགོ།

འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་མི་ནང་ ཁྲིམས་ཡིག་དམངས་དང་ལམ་ལུགས་ཉམས་སྲུང་འཁོད་མི་གིས་གནོད་པ་དང་མ་བཏུབ་ག་ནི་ཡང་མི་འབྱུང་  
ང་ ཨིན་ཅུང་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་པའི་གནས་ཚད་དང་སློག་གཞི་བཟོ་ནི་ལུ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་མ་ཨིན། ལེའུ་འདི་ནང་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་  
ར་གཞི་བཀོད་ནང་ན་ ཁྲིམས་ཡིག་གི་ འཛིན་སྐྱོང་གོས་ཆད་ལུ་འགན་འཁུན་བཀོད་ནི་ལུ་ལཱ་འགན་སྐྱོར་གོས་བསྟར་འབད་འོང།

༤.༡ གནས་གཤིས་གྱི་གནོད་ཉེན་ལས་ཉེན་སྲུང་འབད་ཚུགས་པའི་ འཛིན་སྐྱོང་དམིག་དོན་བཟོ་ནི་དང་བསྟར་སྦྱོང

གནད་དོན་དོམ་: འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གྱིས་ འཚོན་ཁུངས་ ཡང་ན་ རྒྱེ་འདེག་གནས་ཉུང་ས་ཤིམ་ལུགས་གྱི་དམིགས་དོན་གྲུབ་ཚུགས་མིའི་ཐབས་ལམ་  
ལེགས་ཤོས་དོས་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོབ་འབད་ཡོད། འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་ནང་ལས་སྐྱོམས་མཐུན་གྱི་བཟོ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་འདི་ དམིགས་  
དོན་བཟོ་ནི་ལུ་ལུག་ལུ་འབད་ནི་མི་འོང། དམིགས་པར་དུ་བཟོ་ནི་དང་འགྱུར་བཅོས་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལམ་ལུགས་མ་འདུམ་ གཞུང་སྐྱོང་སྐྱོམས་མཐུན་  
ལུས་དམད་མ་ཅིག་དགོ།

དོན་ཚན་འདི་ནང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་བརྟེན་ རྒྱེ་འདེག་གནས་སྤངས་ཤིམ་ལུགས་ལུ་འགྱུར་བ་འབྱུང་མི་གནས་སྤངས་ནང་ རྒྱེ་འདེག་རི་  
གས་སུ་འཛིན་སྐྱོང་ལུ་དམིགས་དོན་བཟོ་ནི་སྐོར་གདམས་ལ་ལེ་ཤ་ཡོད་མི་ཚུ་བཤད་ནི་ཨིན། དཔེ་བཤད་འབད་བ་ཅིན་ འཛིན་སྐྱོང་པ་གི་ དཀོན་པ་གི་  
ཅན་གྱི་བྱའི་རིགས་སུ་ཅིག་ སྤངས་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ནང་ བཀོད་ཡོད་པའི་དུས་ཡུན་ལུ་ གྲུང་ཁ་བརྒྱ་ཆ་ལས་ལཱ་བཅུ་ལོག་སྟོ་ཡོད་པ་བཟོ་ནི་གི་འབད་ཚུ་  
ན་ལུ་ དམིགས་བཏང་གྲུབ་ཐབས་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཐབས་ལམ་འདི་འོས་འབབ་ཆེ་ཤོས་ཨིན། དཀའ་ངལ་འདི་ ཕྱིའི་ཚ་གྲུང་གན་  
མ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་བྱ་གིས་ རྒྱེ་འདེག་གནས་སྤངས་ཤིམ་ལུགས་དང་ རྒྱེ་འདེག་རིགས་སུ་ཚུ་ ས་གནས་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་པ་གིས་འབད་ཚུགས།

༤༢ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ རྒྱེ་འདེག་རིགས་སུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་གྲིང་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

ས་པའི་ལྷོ་གསལ་གྱུབ་ལས་བརྒྱལ་གནོད་པ་འབྱུང་མ་ཞིན། ཉམས་སྲུང་གི་དམིགས་བཏང་འགྲུར་བཅོས་དང་རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་ཀྱི་གནས་མཚམས་ཀྱི་འགན་འཁུར་བཀོལ་ནི་བསྐྱར་སྐྱོད་འབད་ནི་ལུ་ཐབས་ལམ་གཉིས་ཀྱི་ཕན་ཐོག་འབྱུང་འོང།

ཐབས་ལམ་གཅིག་འདི་གནོད་ཉེན་མེད་པ་བཟོ་ནི་འདི་མི་ངོམ་གྱིས་གྲོས་འཆད་ཀྱི་སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ལུ་གནོད་པ་བཀོལ་མི་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་གི་གནས་ཚད་རྒྱ་སྐྱོམ་སྤྱོད་བཞག་ནི་དང་སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་གནོད་ཉེན་མེད་པ་བཟོ་ནི་ལུ་འཛིན་སྐྱོད་སྤྱོད་བྱས་གཅི་ཡོད་ག་དབྱེ་དབྱུང་འབད་ནི་མེན་པར་དེ་གིས་རྒྱ་རྒྱུན་འབད་མི་ལེ་ཤ་ལུ་སྤོམས་མཐུན་འབད་འོང།

- འཐོན་ཁུངས་ཀྱི་སྲུང་གི་གནས་སྤངས་ནང་ཞབས་ཏོག་དང་སྤྱི་དོ་སྐྱོད་མི་ཚུ
- འཐོན་ཁུངས་ཀྱི་སྤོམ་ཤེས་བཀོད་པའི་མ་འོང་ལུ་ཞབས་ཏོག་དང་སྤྱི་དོ་ག་བཟུམ་སྐྱོད་འོང་ག
- འཐོན་ཁུངས་ཀྱི་བྱུང་ཆས་མ་འདྲམ
- འཐོན་ཁུངས་སྲུང་ཞིན་བཟོ་ནི་ལུ་གོང་ཚད་ཚུ།

ཐབས་ལམ་འདི་གིས་འབྱུང་སྤྱི་དོ་པའི་གནས་གཤམ་འགྲུར་བཟོ་དགོ་གཞི་གནོད་པ་ལས་འཛིན་སྐྱོད་པ་གིས་རིགས་སྐྱ་ཡང་ན་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱ་འཐོན་ཁུངས་གཅི་འདི་སྐྱུང་སྐྱོབ་འབད་ནི་ལུ་གཙོ་བོ་བཟུམ་དགོ་པ་ཚུ་འོས་འཛིན་འབད་མ་ཞིན། འདིས་མ་ཚད་གྲོས་འཆད་བཟོ་མི་ལུ་དབྱེ་དབྱུང་དེ་འབད་བཅུག་ཞིན། དབྱེ་འབད་ན་མཚོ་མཐའི་རྒྱུ་ས་བསྐྱར་གསོ་བཟོ་ནི་སྐྱོར་མཚོ་ཚད་ཡར་སེང་ལུ་བརྟེན་རྒྱུ་ས་གི་མ་འོང་པའི་གནས་སྤངས་ཚུ་འབྱུང་སྤྱི་དོ་པའི་མེད་པའི་མེད་པའི་མེད་པའི་གནས་སྤངས་ཚུ་འབྱུང་སྤྱི་དོ་པའི་མེད་པའི་མེད་པའི་མེད་པའི་གནས་སྤངས་ཚུ་དབྱེ་དབྱུང་འབད་བཅུག་ཞིན། དེ་ལས་གནོད་ཉེན་མེད་པ་བཟོ་ཐབས་ཀྱི་དབྱེ་དབྱུང་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་འདི་ཡང་འཐོན་ཁུངས་ཚུ་མཚོ་མཐའ་ལས་ཉེ་འདབས་མེན་པའི་ས་ཁོངས་ནང་སྲུང་གི་རྒྱུ་ས་བསྐྱར་གསོ་འབད་མ་ལས་རྒྱུ་ས་གསལ་རལ་བཟོ་ནི་ལུ་འཐོན་ཁུངས་ཚུ་གཞི་བཅུགས་འབད་ནི་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

ཐབས་ལམ་གཉིས་པ་འདི་སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་བརྒྱུན་སྐྱོད་དོན་ལུ་གནས་ཚད་ལས་འགལ་བ་ཅིན་ཐབས་ཤེས་བཏོན་དགོ་པའི་སྤོམ་བརྒྱུད་བཀོད་མི་འབྱུང་དུས་ཀྱི་བརྒྱུད་སྐྱོད་བཟོ་ནི་འདི་ཞིན། དབྱེ་འབད་ན་འབྱུང་དུས་ཡང་གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གནད་དོན་ལུ་བཟོ་བཏུབ་

- ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་མི་བྱ་རིགས་ཀྱི་བྱུང་ཁའི་ཚད་གཞི་ཡང་ན་ཁོང་འབྱུངས་སའི་ས་གནས་ཀྱི་སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་བརྒྱུན་སྐྱོད་ལུ་མར་ཉམས་
- སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་ཐབས་ལམ་རྒྱབ་ཅོག་ནི་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱ་གནས་རིམ་ཡང་ན་རྒྱུང་འཛུབ་ས་བར་རྒྱུང་བཟོ་ནི་གི་ལྷོ་གསལ་གྱུབ་ལུ་
- ས་ཁོངས་ན་མེན་མི་རིགས་སྐྱ་ལས་ས་ཁོངས་ན་གནས་མི་རིགས་སྐྱ་མར་ཉམས་ཀྱི་བྱུང་ཁ་ཚུ་ཞིན།

62 གནས་གཤམ་འགྲུར་བཟོ་དགོ་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱ་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ཐབས་ཤེས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུང་གི་ཡིག་ཆས།



འབྲུང་དུས་འདི་བརྒྱུ་བཀོད་དགོ་མི་འདི་ཡང་ རང་བཞིན་ཐོག་སྒྲིག་གཞིའི་བསྟར་སྦྱོང་འབད་ནི་ལུ་ཨིན། འདི་ཚུ་ རིགས་སྐྱ་ཉམས་སྲུང་རྒྱུ་མ་ཅི་  
ག་མེན་པར་ རྩེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་གཅིག་སྒྲིལ་སྟེ་གནས་བཞག་ཚུ་གསུམ་མི་ལུ་ འབྲུང་དུས་སྐྱ་མང་ཟེར་སྐབ་ཨིན།

### ༤.2 ཚུལ་མིན་སྦྱོང་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་ལུ་གདམ་ཁ།

ལེ་ལུ་ ༤.༡ པ་ནང་ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཟོད་མཐུན་འགྱུར་འབད་ནི་ལུ་ འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྦྱོང་གི་དམིགས་བཏང་བཀོད་ནི་སྐོར་གྲོས་བསྟུན་  
འབད་ཡི། ཚུལ་ཚན་འདི་ནང་ འཛིན་སྦྱོང་མཐུན་འགྱུར་དོན་ལུ་སྟོམས་གྲིག་སྐོར་ཤར་དེའོང་། གྲིམས་ཡིག་ནང་ འགན་འཁྲི་བཀའ་མི་བཞག་ཐོ་  
ག་ འཛིན་སྦྱོང་མཐུན་འགྱུར་ལུ་སྟོམས་གྲིག་ཡང་གཤམ་འཁོད་ལྟར་:

- འཛིན་སྦྱོང་པ་གིས་དབང་ལྡན་ཨིན་མི་ ཁོང་གི་བསམ་དབྱེད་འབད་དེ་ སྲིད་བྱུས་ལུ་གོང་ལས་རང་སྟོམས་གྲིག་འབད་ནི
- གནམ་གཤེས་གཞོན་པ་དང་ས་གནས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་བསྟུན་ རང་རྒྱུ་གི་གནས་ཚད་བཟོ་ནི
- འཐོན་ཁུངས་ཉེར་སྦྱོང་འབད་ནི་གནང་བ་གི་ཁ་ཚོ་གཤམ་ལུ་འགྱུར་བཅོས་འབད་ནི་གི་དབང་ཚད་སྦྱོང་ནི་དང་ རྩེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུ་  
གསུམ་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལུ་འགྱུར་བ་འབྱུང་མི་ཚུ་ཐོ་བཀོད་འབད་ནི་ལུ་དབང་ཚད་སྦྱོང་ནི།
- སྐར་གི་ཐབས་ཆས་དང་ཡིག་རིགས་མོགས་ལག་ལེན
  - བསྟར་སྦྱོང་གི་དབང་ཚད་ལད་ན་སྟེ་ལག་ལེན་ལུ་ལས་སྟོན
  - བདག་སྦྱོང་དགོངས་ཡང་
  - གྲིམས་ཁང་ནང་མེན་པར་ གཞོན་འགོལ་པ་གི་ སྤྱང་སྦྱོབ་ཀྱི་ལུ་གྲིམས་ནང་བཀོད་མེད་མི་ཁས་བླངས་འབད་མི་ལུ་ ཞི་བའི་ཉེས་འ  
གཤམ་ ཡང་ན་ ཉེས་ཅན་གཞོན་འགོལ་མ་བཀའ་བར་ མཐུན་འགྲིག་འབད་ནི།

མཐའ་འཇུག་གི་གདམ་ཁ་འདི་ དུན་བཏོན་ཐོག་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་ འདི་ཡང་བསྟར་སྦྱོང་གི་འབད་ཚུན་གྱི་གཞི་བཟུ་བཏང་ཏོག་ཏོ་བེད་པ་མ་  
བཟོ་ནི་ཐབས་ལུ་ཨིན། འཛིན་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་ རྩེར་སྟེ་ཚུ་དང་ཅིག་ཁར་ སྤྱང་སྦྱོབ་ཀྱི་ལུ་གྲིམས་ནང་འཁོད་ཡོད་མི་བ་རྒྱ་ཆེན་སྟེ་འབད་ཚུ་གསུམ་  
འདི་ཡང་ གནམ་གཤེས་མཐུན་འགྱུར་འདི་ སྒྲིག་གཞི་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་བཀོད་དེ་མེད་ནི་དེ་གིས་ཨིན།

འགན་འཁྲི་བཀའ་ཡོད་མི་ཚུ་གཏན་འཁེལ་བཟོ་ནི་ལུ་ གཙུག་སྟེ་དང་ལས་རིམ་ཚུ་གཞི་བཙུགས་འབད་ཡོད་པ་ཡང་ དོན་མིན་ལས་སྤྱང་སྦྱོབ་འ  
བད་ཐབས་ལུ་ཨིན། སྤྱང་སྦྱོབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་འདི་ཡང་:

- གྲིམས་ཡིག་ནང་གཏན་དོན་མ་འཁོད་མི་ཚུ་ ལས་སྟེ་ཚུ་གི་སྒྲིག་གཞི་ ཡང་ན་ གྲིམས་ཡིག་གི་དགོས་མཁོ་བཀོད་མི་དང་གནས་འ  
ཁྲིལ་

༤༤ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཟོད་ན་ རྩེ་ལྡན་རིགས་སྐྱ་འཛིན་སྦྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ གྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

- བྱ་སྐྱོའི་ལམ་ལུགས་ནང་ འཛིན་སྐྱོང་ལུ་སྐྱོམས་འགྲིག་འབད་ནི་གི་དབང་ཚ་ གནས་སྤྱོ་བསྤྱོ་ལེན་དང་ བཟུ་ཞིབ་ཐོག་ལུ།
- འཛིན་སྐྱོང་ལས་རིམ་ལུ་ རང་སྐྱོང་སྡེ་མཉམ་གཞན་གྱིས་ཚུམ་ཞིབ་འབད་ནི
- ལས་སྡེ་དང་ ལྷན་ཁག་ནང་ན་ བཀག་འཛིན་འགོ་དཔོན
- འོག་དཔོན་ཚུ་གི་སྤྲིག་གཞི་སྤྱོང་ལས་འགལ་བ་ ནང་འགྲུག་ལེན་ནི་ ཡང་ན་ རན་ལྷན་གྱི་ལུ་གཞན་འབད་མི་ལུ་ བདག་སྐྱོང་  
ཞི་བའི་གཞོན་འགལ་དང་ ཉེས་ཅན་གཞོན་འགལ་ཉེས་ཚད
- ཉམས་སྦྱོང་དང་ལྷོགས་གྲུབ་མེད་པའི་འཛིན་སྐྱོང་པ་ལུ་ ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་འགྲོ་གི་སྐྱོང་བཟུང
- འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་མེད་གི་ལུ་ ཞལ་འཛོམས་སོགས།

འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་ཐབས་ལམ་གྱི་དབང་ཚ་ གནས་གཤམ་འགྱུར་བཟོད་ལུ་གདོང་ལན་འབད་ནི་འདི་ ཨིམས་སྲ་ ཡིག་ཆས་བསྐྱར་སྐྱོད་གྱི་  
འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་ལག་ལེན་གྱིས་ གཞི་རྟེན་དབང་ཚ་ལུ་འགལ་བ་ གྲུབ་འབྲས་འདྲ་མཉམ་མེན་མི་ ཡང་ན་ རན་ལྷན་ཚུ་ཚད་འཛིན་འབ  
ད་ཚུ་གས།

ལེའུ་ ༩ པ་ བསྐྱར་སྐྱོད་ཀྱི་དབང་ཚད་དང་འགན་འཁུན་གྱི་དབང་ཚད་ འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་གྱི་དོན་ལུ་ཁྲིམས་ཁང་གི་  
ལུ་འགན།

འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་དོན་ལུ་བདག་སྐྱོད་གི་གཞི་བཀོད་ཐོག་ལུ་ སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྟངས་རིམ་ལུགས་གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་ཀྱི་ཉེན་ལ་མེ  
དཔ་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་ཡིག་གི་དབང་ཚད་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་བཏུབ། ལེའུ་འདི་ནང་ ཅུ་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ནང་ བྱ་སྐྱེའི་ལམ་ལུགས་  
ཀྱི་དབང་ཚད་སྐྱོད་མི་སྐྱོར་གྲོས་བསྟུན་འབད་འོང། ལེའུ་འདི་ནང་ ཁྲིམས་ཁང་གིས་ ཁྲིམས་འབྲེལ་བྱ་སྐྱེའི་ལམ་ལུགས་དང་ གནས་ཚད་བསྐྱར་ཞི  
བ་ཐོག་ གཞུང་སྐྱོད་མཉམ་འབྲེལ་དང་ མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ཡང་གྲོས་བསྟུན་འབད་འོང། ཅུ་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་ཚད་ དོན་ཚན་འདི་ནང་དབྱེ་ཞིབ་འབ  
དནི་ཡང་:

- གཙམ་སྐྱོད་དང་ལྷན་པའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་རྒྱ་ཚུན
- སྐྱེར་གི་ཅ་ཆས་ཐོབ་དབང་རྒྱ་ཚུན
- བད་དོན་དང་ཁྲིམས་ཁང་ལུ་ཐོབ་དབང་གི་བྱ་སྐྱེའི་ལམ་ལུགས་ཚུ

རྒྱལ་ཁབ་ལེ་ཤ་ཅིག་གི་ཅུ་ཁྲིམས་ཚུན་མོ་ནང་ གཙམ་སྐྱོད་དང་ལྷན་པའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྟངས་ལུ་ཐོབ་དབང་དང་ རང་གི་སྐྱེར་གྱི་ཅ་ཆས་ལུ་  
བདག་དབང་དང་སྐྱོད་ནི་གི་དབང་ཚད་སྐྱོད་ཡོད། འདིས་མ་ཚད་ གཞུང་གི་མི་སེར་མཐའ་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྟངས་སྐྱོབ་འབད་དོག  
པ་སྐྱེ་ཡང་བཀའ་འོང། ཐོབ་དབང་དང་ དབང་ཚད་སྐྱོད་མི་ཚུ་གིས་ གཞུང་གི་འཕྲོད་ཁུངས་ཚུ་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་ལས་སྐྱོབ་འབད་  
བཅུག་ནི་ལུ་ཁྲིམས་ཡིག་གི་ཐབས་ཆས་འབད་མཉམ་ཉིན། དང་པ་ལུ་ དེ་ཚུ་ གཞུང་གིས་ ཉམ་འཛུལ་འབད་མི་ལས་ བསྐྱར་སྐྱོད་དབང་ཚད་སྐྱོད་  
བ་འབད་བཏུབ དབྱེ་འབད་ན་ གཞུང་གིས་མོང་འཕེལ་དོན་ལུ་གཞི་བཅུག་འབད་མི་ལས་འགྲུལ་གྱིས་ འཕྲོད་ཁུངས་ལུ་གཞོན་པ་ཡོད་མི་བཀའ་  
དམ་འབད་ནི། གཉིས་པ་ དེ་ཚུ་ གཞུང་ལུ་ཐོབ་དབང་སྐྱོད་སྐྱོབ་ཀྱི་དོན་ལུ་དང་ལེན་འབད་བཅུང་ནི་ དབྱེ་འབད་ན་ སྐྱེར་གྱི་ལས་སྡེ་ གནམ་མེད་ས  
མེད་བཅོག་པ་བཟོ་མི་ སྐྱོད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ལུ་བཅོག་པ་ཕྱིར་བཏང་མ་བཅུག་པར་བཀའ་དམ་འབད་ནི། གསུམ་པ་དང་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བ  
ཤོད་དོན་ལུ་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཚ་གུང་སྐྱེ་འབྱུང་མི་ལུ་ཁག་ཆེ་ཤོས་ཉིན་མི་ ཅུ་ཁྲིམས་ཚུན་མོ་གི་མོ་བ་ཡངས་དྲག་གིས་ ཁྲིམ  
ས་དང་སྐྱིག་གཞིའི་གཞི་བཀོད་ཀྱི་གསལ་བཀོད་མ་འབད་མི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྟངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཚུ་གསལ་ཚུགས། སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྟང  
ས་རིམ་ལུགས་སྐྱོབ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྐྱེར་གི་ཁྲིམས་ཡིག་ སྐྱེར་གི་ས་གཞིར་ འཕྲོད་ཁུངས་དང་ གནས་འབྲེལ་ཚུ་གཞོན་པ་ལུ་བཀའ་  
དམ་ལྟ་བུ་ཚུ་ཉིན།

༤༤ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་ན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སུ་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་གྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་ཅན་གྱི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་ཐོབ་དབང་

གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་ཅན་གྱི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་ཐོབ་དབང་ནང་ སྤྱོད་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོམས་མཐུན་ ཡང་ན་  
གཏན་ཏྲེ་ཏྲེ་བཞག་ནི་ཚུད་དེ་ཡོད་ བཤད་གསལ་འབད་བཅིན་ ཁྲིམས་ཁང་གིས་ གཞུང་ལུ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོས་ཀྱི་གཞོན་པ་ལས་ཉེ  
ན་སྤུང་འབད་ཚུགས་པའི་མཐུན་འགྱུར་གྱི་གཞོན་པ་ འབད་བཟུག་ཚུགས། ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚུ་གིས་ རང་སེའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་ཁྲིམས་ནང་  
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོབ་དབང་དང་འགན་འཁུལ་གྱི་ཚུ་ག་དེ་འབད་ཚུད་ཡོད་ག་དང་ ཐོབ་དབང་ཚུ་ཁྲིམས་ཁང་ནང་བསྟར་སྤྱོད་  
འབད་བཏུབ་ཚུ་བཟུ་དགོ། ཁྲིམས་ཁང་གིས་ རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་དགོངས་དོན་ཚུ་དབང་ཚད་ཅན་སྤེལ་ག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་ དཔྱེ་འབདན་ རྒྱ་  
གར་རྒྱལ་ཁབ་ ལཱ་ཏར་ ཡུ་ཤེའི་ལུ་ རྒྱ་གར་གྱི་ཆེ་མཐོ་ཁྲིམས་ཁང་གིས་ སྤྱོད་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་སྒྲོམས་མཐུན་ནང་ གཙང་སྤྱོད་  
འཕྲོད་བསྟེན་ཅན་གྱི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དགོངས་དོན་གཞི་བཞག་ ཐོབ་ ས་གཏེར་ལས་འགུལ་གྱི་མིའི་གསོ་བ་འཕྲོད་བསྟེན་ལུ་གོ་  
དཔ་ཐད་ཀར་ཅིག་ག་ནི་ཡང་མེད་རུང་སྤོ་དམ་བཟུག་ཏུག། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ནང་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལེ་མན  
'དང་ ཡུན་རིང་གི་སྤྱོད་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ དཔྱེ་འབདན་ སྤུང་སྤྱོད་ནགས་ཚེལ་ ཡང་ན་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་  
'བར་ན་གདམ་ཁ'འབད་དགོ།

མི་མང་སྤོ་གཏད་ལྟ་བུ་གིས་ཡང་ གཞུང་གི་ མི་མང་གི་འཐོན་ཁུངས་ཚུ་མེད་དོན་ལུ་སྤུང་སྤོབ་འབད་དགོཔ་སྤེལ་བཤད་ཡིན། ལཱ་བ་འདི་ ག  
ནས་གཤིས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་འཐོན་ཁུངས་དང་སྤྱི་དབྱུས་དོན་སྤྱི་ཅན་ཅིག་ཡིན།

རྒྱལ་ཁབ་ལ་ལུ་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་ཅན་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་ཐོབ་དབང་གིས་ སྤེར་སྤེལ་ལུ་ཁྲིམས་དོ  
ན་གྱི་འགན་འཁུལ་བཀའ་ཡིན། དཔྱེ་འབདན་ འབྲུག་ལུ་ གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་ཅན་གྱི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་  
ཐོབ་དབང་ཡང་ གཤམ་གསལ་གྱི་གོངས་དོན་ཐོབ་ལུ་ འགོ་བཙུགས་ཡིན་ “དེ་ལྟོ་དང་ མ་འོང་པའི་མི་རབས་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་མི་ཆེ་མ  
ཉམ་རང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་དང་ མཐའ་འཁོར་ལུ་སྤོ་གཏད་ཡིན་མ་ཚད་ རང་བཞིན་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་སྤུང་  
སྤོབ་དང་ སྤྱོད་ལྡན་གནས་སྤངས་རིགས་སྤུང་ཉམས་སྤུང་ ཕྱིའི་མཐའ་འཁོར་དང་ནང་གི་སྤྱོད་ལྡན་འབྲེལ་གྱི་ཉམས་ཆག་གི་རིགས་བཀག་ཐ  
བས་ལུ་ མན་འདེབས་འབད་ནི་འདི་ མི་ཁུངས་རེ་རེ་བཞིན་དུའི་འགན་འཁུལ་ཡིན།” འདིས་མ་ཚད་ “འབྲུག་གཞུང་གིས་ སྤུང་བཞིན་གྱི་མཐའ་  
འཁོར་གནས་སྤངས་ སྤུང་སྤོབ་ ཉམས་སྤུང་དང་ཡར་འགྲུབ་འབད་ནི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱོད་ལྡན་རིགས་སྤུང་སྤོབ་འབད་ནི་” སྤེལ་འཁོད་ཡོད་མི་གི  
ས་ མཐོ་གལ་ཅན་གྱི་མི་སྤེལ་གོང་མེལ་བཏང་མ་ད་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་གཞོན་པ་འགྱུར་མ་བཟུག་པར་ གོང་མེལ་དང་སྤུང་སྤོབ་གཉིས་  
སྒྲོམས་མཐུན་འབད་མ་ཡིན། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་སྤོ་གཏད་པ་དང་ མི་ཁུངས་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་འགན་འཁུལ་ཡིན་ཟེར་ འབྲུག་པའི་རྩ་ཁྲི

༦༧ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དོན་ སྤྱོད་ལྡན་རིགས་སྤུང་སྤོབ་སྤུང་ཉམས་སྤུང་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

མས་ཆེན་མོ་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་ཚོ་ག་དོན་གྱིས་ འབྲུག་གི་མི་མེད་དང་གཞུང་གཉིས་ཆ་རང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་གཞོན་པ་ཡོད་པའི་ལས་དོན་གཞི་བཙུགས་འབད་མ་དུ་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོན་གྱི་གཞོན་པ་ཚུ་བཅུ་འཛོམས་འབད་བཙུག་འོང།

དགོངས་དོན་དེ་ཚུ་ སླེར་སླེ་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་འགུལ་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོན་མཐུན་འགྲུར་ལུ་ཡང་དག་པ་མེན་མི་ཚུ་ གཞུང་ཐད་ཀར་དུ་ བཅའ་འགྲོགས་མ་འབད་རུང་ གཞི་བཙུག་འབད་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་འབད་ནི་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། ཅི་ལི་གི་མཚོ་མཐོ་ཁྲིམས་ཁང་གིས་ ས་གཏེར་ལས་འགུལ་ལུ་ གཟུངས་རོག་ཚུ་ མཚོ་མཐའ་བདའ་སྟེ་ལུག་མི་གིས་ མཚོ་ནང་གི་སྲོག་ཆགས་ལེ་ཤ་ལུ་ཤི་རྒྱུ་བྱུང་མི་ལུ་བརྟེན་ བཀག་དམ་འབད་ཅུག། ཁྲིམས་ཁང་གིས་ ཅི་ལི་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཙུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་འི་ དོན་ཚན་ ༡༩ པ་ བཙོག་པ་མ་ཞུགས་པའི་ས་ཁོངས་ རང་སྲོད་ནི་གི་ཐོབ་དབང་དང་ དོན་ཚན་ ༢༠ པ་ དོན་ཚན་ ༡༩ པ་བསྟར་སྲོད་འབད་ནི་དབང་ཚད་སྲོད་མི་ལག་ལེན་འཐབ་ཅུག། ཐབས་ཤེས་འདི་བཟུམ་ སླེར་གྱི་ལས་དོན་གྱིས་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོན་ལུ་བརྟེན་ རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་གཞོན་ཉེན་ཅན་བཟོ་མི་ཚུ་བཀག་དམ་འབད་ནི་ལག་ལེན་འཐབ་ཚོག་ དབྱེ་འབད་ན་ ས་མཁའ་ལུ་ཤིང་བཏོན་མི་གིས་ གནམ་གཤིས་རན་པའི་སྐབས་ ས་དམའ་སར་ལུ་སུད་ཆད་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཤིང་བཏོན་ནི་ལས་དོན་བཀག་དམ་འབད་ཚོག།

**༩.༢ སླེར་གི་རྒྱ་ལོར་ལུ་ཐོབ་དབང་: མཐུན་འགྲུར་འབད་ནི་ལུ་ གོ་སྐབས་དང་བར་རྒྱུན།**

རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་གྱི་དོན་ལུ་ མཐུན་འགྲུར་སྲིད་བྱུས་གཞི་བཙུགས་འབད་མ་དུ་ སླེར་གི་རྒྱ་ལོར་གྱི་གོ་སྐབས་དང་སྐབས་མ་བདེམ་གཉིས་ཆ་རང་བྱིན་མ་ཡིན། ཉམས་སྲུང་གི་དམིགས་པ་གྲུབ་ནི་དོན་ལུ་ སླེར་གྱི་རྒྱ་ཆས་གཞུང་བཞེད་འབད་ནི་ལུ་ རིན་གོང་སྲོམ་སྲོད་དགོ། དཀའ་འདི་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོན་གྱི་གནས་སྤངས་སྐབས་ གནས་འབྲམས་ས་སོ་འགྲོ་མི་ལུ་བརྟེན་ རིགས་སྒྲུ་ཚུ་ སླེར་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ འབྲམས་སྲོད་འོང་ དེ་ལུ་ སྲར་ལོལ་གྱི་སྲུང་སྲོམ་ལས་རིམ་གྱིས་གཤམ་མཚོད་མི་ཡིན། སླེར་གི་རྒྱ་ལོར་ཐོབ་དབང་གིས་ སླེ་ལྷན་རིགས་སྒྲུ་དང་ རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་ ཉམས་སྲུང་གི་ཐབས་ལམ་སྲུང་སྲོམ་ལུ་བར་རྒྱུན་འབད་འོང། ཡིན་རུང་ སླེར་གྱི་ས་སྲུང་སྲོམ་ སའི་འཛོམས་དག་དང་ཅིག་ཁར་མཉམ་རུབ་ཐོག་འབད་མི་གིས་ མི་མང་གི་ས་གཞི་སྲུང་སྲོམ་ལས་ལྷག་སྟེ་ འཐོན་ཁུངས་འཛོན་སྲོད་འབད་ནི་ལུ་རུས་པ་ཡོད།

ལག་ལེན་པ་ཚུ་གིས་ རང་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་དང་ ཙུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་ སླེར་གྱི་རྒྱ་ལོར་ལུ་ཐོབ་དབང་གིས་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོན་མཐུན་འགྲུར་བཟུན་སྲོད་འབད་ནི་ལུ་ བར་རྒྱུན་འབད་མ་ཡིན་ཅིན་ཅིག་དགོ།

༤༤ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོན་ན་ སླེ་ལྷན་རིགས་སྒྲུ་འཛོན་སྲོད་མཐུན་འགྲུར་བཟོན་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

༩.༣ བྱ་སྤྱིའི་ལམ་ལུགས་: བརྗོད་མི་མང་གྲུལ་གཏོགས་དང་ མི་ཁུངས་ཀྱི་བསྐྱར་སྤྱོད་འདུག་ཚད།

མི་སྡེ་ཚོགས་པ་རྒྱ་གཞི་གིས་ གཞུང་གི་ལས་སྡེ་སོ་སོ་ སྐྱེས་སྐྱེ་ མ་དུལ་འབྲིན་མི་ལས་སྡེ་དང་ མི་སྡེ་སྡེ་སྐོར་རྒྱ་རྒྱ་དང་ཅིག་ཁར་ ཚོན་རིག་དང་སྤྱི་དབང་གི་སྤྱོད་ལུ་འབད་འབད་མཉམ་འོང་། གནམ་གཤེས་མཐུན་འགྱུར་མཐུན་སྤྱོད་གསུམ་དུག་ཡོད་མི་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི་ལུ་ ལས་སྡེ་དེ་གིས་འགོ་འདྲན་འབད་ནི་ལུ་འགན་འཁུར་ལག་ཆེད་གཏོག་ཏེ་ཡོད། ཁོང་རྣམས་ འཕྲོད་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་འབད་ནི་ལུ་དང་འདོད་ཡོད་མི་ ཚོང་འབྲེལ་པ་དང་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་རྒྱ་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་འཛིན་སྐྱོད་གི་འགན་འཁུར་དོན་ལུ་ཁྲིམས་དོན་གྱི་དབང་ཆ་སྤྱོད་དགོ། སྡེ་སྐོར་དེ་གིས་ འགན་འཁུར་འབག་ཐབས་ལུ་ རང་སོའི་རྒྱུ་ཁབ་ནང་གི་ཁྲིམས་ཡིག་ གཞུང་གི་བརྗོད་མི་གོ་འབྲེལ་ལས་རིམ་དོན་ལུ་གོ་སྐོར་འཆད་བཟོ་ནི་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་བཙུག་ནི་དང་ གཞུང་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་མ་རྒྱུགས་མི་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་རྒྱ་བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་ནི་ལུ་ཐོབ་དབང་ལུ་རག་ལས།

སྡེ་སྐོར་དེ་གིས་ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཟོད་མཐུན་འགྱུར་ལུ་བཅའ་ར་གཏོགས་ཡར་དུག་བཟོ་ནི་ལུ་ཁྲིམས་དོན་གྱི་དབང་ཆ་སྤྱོད་བཏུབ་ ཁྲིམས་ཀྱི་ཡིག་ཆས་དང་ཐབས་ལམ་ལེ་ཤ་ཡོད། དེ་ཕྱི་འབད་ན་:

- གཞུང་གིས་བཞག་ཡོད་མི་བརྗོད་མི་ཐོབ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་འབྲེལ་དང་ རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་དབང་ཆ
- མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་སྤུང་སྐྱོབ་དང་དང་འདོད་ཐོག་ ཁྲིམས་ཁང་ནང་འགྲོ་ནི་གི་དབང་ཆ
- ཁྲིམས་གསལ་ཐབས་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་མཁོ་གཤམ་གཤམ
- འཆར་གཞི་ འཛིན་སྐྱོད་དང་ དམ་འཛིན་གྱི་གོ་སྐོར་འཆད་ནང་བཅའ་ར་གཏོགས་འབད་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་འབྲེལ་གྱི་དབང་ཆ
- དབང་ཆ་དམིགས་སྤེལ་ ཡང་ན་ སྤྱི་གཞུང་གི་ལམ་ལུགས་ནང་ ཡང་ན་ སྤྱི་ལུང་གི་ས་རྒྱ་ནང་ འཕྲོད་ཁུངས་དམ་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་ རང་སྐྱོད་དབང་ཆ།

སྤྱིར་བཏང་ལུ་ རྒྱུ་ཁབ་མང་ཤོས་ཅིག་གི་ཁྲིམས་ཡིག་གིས་ མི་མང་གྲུལ་གཏོགས་འབད་བཙུག་རུང་ དགོངས་དོན་དེ་རྒྱ་གར་ བདག་སྐྱོང་མཐོ་གཏུགས་ ཁྲིམས་འབྲེལ་མེན་པའི་བསྐྱར་སྤྱོད་ཕྱིར་བཏོན་ ཡང་ན་ གནས་འཁྲིལ་གྱི་ཐབས་ལམ་རྒྱ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ གཏན་འཁེལ་ཅིག་མེད། དེ་ཕྱི་འབད་ན་ རོ་མེ་ནི་ཀ་རི་པ་བ་གླིག་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལྷན་ལག་ལུ་ མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་དང་མི་སྡེ་ཚོགས་པ་རྒྱ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་འཆར་གཞི་ ལས་རིམ་དང་ལས་འགུལ་རྒྱ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་བཙུག་ནི་ལུ་སེམས་ཤུགས་བསྐྱོད་བཙུག་ནི་ལུ་དབང་ཆ་ཡོད་རུང་ བཅའ་མར་གཏོགས་བཙུག་ནི་ལུ་འགན་འཁྲི་དང་དབང་ཆ་མེད་པ་ཨིན།

༤༠ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཟོད་ན་ སྤྱི་ལུང་རིགས་སྤུང་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབང་གི་ཡིག་ཆས།

༩.༤ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་རྩོད་གཞི་འབག་འོང་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་ཡིག་གི་དཀའ་ངལ།

འཛིན་སྐྱོད་གི་གནས་ཅིམ་མཐུན་འགྱུར་ལས་ཅིམ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དོན་ལུ་ མི་ཁུངས་སྡེ་སྡེ་དང་ མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་  
ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྡེ་བསྟར་སྡོད་འབད་དགོ་པའི་འགན་འཁུར་སྐྱོམ་ཡོད། ཁྲིམས་སྐྱོད་ལྷན་སྡེ་གིས་ སྐར་སྡེ་དང་སྡེ་ཚན་ ཚོང་འབྲེལ་ ཡང་ན་  
མི་ཁུངས་ཀྱི་ཉེགས་བཤད་བཀོད་མི་ཚུ་ འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་གི་གོས་འཆད་ཚུ་ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཤོད་ལུ་མ་དག་པའི་མཐུན་འགྱུར་  
འོང་ནི་ཨིནམ་ལས་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ། ཉེགས་བཀོད་མི་ཚུ་ ཁྲིམས་ཁང་རྩོད་གཞི་འབྲེལ་ནི་ལུ་ཐོབ་དབང་དགོ།

ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱིས་ སྤྱི་བཏང་ལུ་ སྡེ་ཚན་གང་ཅུང་ལུ་ སྤྱུག་སྐད་ལྡན་མི་འདི་ བདེན་བརྟུན་ཚུ་དབྱེ་གསལ་ཐོག་ཤེས་ཚུགས་ནི་གི་ཚུང་གཞི་  
ཚུ་རྒྱུང་མ་ཅིག་ ཁྲིམས་གཏུགས་འབད་མ་ཨིན།

༩.༥ འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་དང་མཉམ་འབྲེན་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་ལྷན་ལག་ལེན།

ཁྲིམས་ལྷན་ལུ་ ལས་སྡེ་གིས་གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཤོད་ཀྱི་གོས་འཆད་བཟོ་མི་ལུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་གི་དབང་ཚད་ཡོད་མི་ལུ་ དམིགས་ག  
སལ་གྱི་དཀའ་ངལ་འབྱུང་མ་ཨིན། ལས་སྡེ་གིས་བཟོ་ཡོད་མི་ རྒྱ་སྐྱོམ་ དུས་ཡུན་རིང་མ་གི་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིགས་སྐྱེ་འཛིན་སྐྱོད་ཚུ་ ཚ  
ན་རིག་གི་གནས་སྤངས་འོག་ལུ་བཟོ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཁྲིམས་ལྷན་གྱི་དོན་སྲིན་ཅན་སྡེ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་མ་ཨིན། འགོ་དཔོན་  
དང་ འཛིན་སྐྱོད་པ་ཚུ་གིས་ དུས་ཡུན་རིང་མ་གི་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་གཞི་བཀོད་གཞི་བཏུགས་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་  
དང་སྐྱོམས་མཐུན་འབད་ནི་ལུ་དབང་ཚད་རྒྱ་སྐྱོམ་སྡེ་དང་ ཁྲིམས་གཏུགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མེད་པར་དགོ། ཨིན་ཅུང་དབང་ཚད་སྐྱོད་མི་གིས་ འཛི  
ན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་གྱི་དུས་ཡིན་རིང་མ་གི་ཉམས་སྲུང་གི་དམིགས་བཏང་ཚུ་སྐབ་མི་ལུ་བཟླ་ནི་ལུ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་དོ་ཨིན། གོས་འཆད་བཟོ་ནི་  
ལུ་དབང་ཚད་སྐྱོད་ཡོད་མི་ལུ་ འགན་གནས་འདི་ བན་དོན་ཡོད་མི་དང་ ཚན་རིག་གི་གནས་སྤྱད་ཚུ་གི་སྡེ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་འདི་ཨིན།

ཐབས་ལམ་ཅིག་འདི་ གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་ ཚོང་འབྲེལ་པ་དང་ གཞུང་མིན་ལས་སྡེ་ཚུ་ལུ་ རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་ལུན་བརྟན་ལག་ལེན་ལུ་  
དང་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ འཐོན་ཁུངས་ལས་སྡེ་གི་ལུ་འགན་ཡར་དུག་དོན་ལུ་ཁྲིམས་གཏུགས་འབད་དགོ། ཁྲིམས་ལྷན་ནང་ལན་གསལ་འབད་  
དགོ་པའི་དྲི་བ་ཚུ་ཡང་:

- ལས་སྡེ་གིས་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་བསྐྱེ་ལེན་འབད་མི་གནས་སྤྱད་ཚུ་ཉེགས་མ་འབད་མ་ཨིན་ན?
- ལས་སྡེ་གིས་ དུས་མཛམས་བསྐྱར་ཞིབ་དུས་བཀོད་ལུ་གནས་འབྲེལ་འབད་ཅུག་ག?
- ལས་སྡེ་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་གི་ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་གུང་གི་བཅུས་པའི་ ཚན་རིག་གི་མཁས་པ་ཚུ་བཅུ་འཛོག་འབད་དེ་ དཀའ་  
ངལ་སེལ་ཡི་ག?

༡༠ གནམ་གཤེས་འགྱུར་བཤོད་ན་ རྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྐྱེ་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

འཐབ་ནི།

ཡན་ལག་ ༢ པ་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་མཐུན་འགྱུར་གི་དོན་ལུ་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱ་འཛིན་སྐྱོད་ལས་རིམ་དང་ མཆེ་མཐོའི་དགོངས་དོན་གྱི་ཆུགས་ཚུ་གོས་བསྟན་འབད་ཡི། ཁྲིམས་དོན་གཞི་བཀོད་ནང་ འཕོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་ལུ་གཞོན་ཉེན་འབད་མི་གི་ཆུགས་ལེ་ཤ་ཡོད་མི་ཡང་ །: སྐྱེ་བཞི་ལག་ལེན་ ལུ་སྐྱེ་ལྷན་གྱི་ཉམས་ལེན་དང་གྲོས་འཛུགས་རིམ་ སྐྱེ་ལྷན་གྱི་ཆུགས་དང་འབྲེལ་བ་ གན་ཡིག་ འཆིངས་ཡིག་དང་གཞན་ ཚུ། ཁྲིམས་དོན་ཡིག་ཆས་དང་ཉམས་ལེན་ཚུ་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་འདི་བཅི་འཛོག་ཅོ་མ་སྤྱོད་འོང་དང་ འཕོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་ གི་ཁྲིམས་ཡིག་ཚུ་གིས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ཀྱི་བཅི་འཛོག་ཚུ་ལ་གསལ་སྤྱོད་གཏོང་ལན་འབད་མི་ཚུ་གས། དོན་ཚན་འདི་གིས་ དོན་ཚན་ ༢ པ་བརྩམ་ སྐྱེ་ལྷན་གནམ་ལྷངས་རིམ་ལུ་གསལ་ཐོག་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་གི་ཡན་ལག་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྤྱོད་ཚུ་གིས་ མཐུན་འགྱུར་གི་ཁྲིམས་ལུ་གསལ་དང་སྤྱི་དབྱུས་བཟོ་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་གདམ་ཁ་སྤྱོད་ཨིན། ཨིན་རུང་ དོན་ཚན་འདི་ནང་ དོན་ཚན་ ༢ པ་ རང་བཀོད་མི་ལས་འདྲ་མིན་སྟེ་ འཕོན་ཁུངས་ཉེར་སྐྱོད་དང་སྤྱོད་སྐྱོབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་ཡར་དུ་ག་བཟོ་ནི་ལུ་ཐབས་ལམ་བཏོན་མ་ ཨིན།

ཡན་ལག་འདི་ནང་ རང་བཞིན་འཕོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་གི་ཉམས་ལེན་བཞི་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་གཏོང་ལན་འབད་ནི་ལུ་ འཛིན་སྐྱོད་ མཐུན་འགྱུར་གི་ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་སྐོར་བཤད་གསལ་འབད་འོང་:

- རང་བཞིན་འཕོན་ཁུངས་ཉེར་སྐྱོད་དང་བཏོན་ནི་ལུ་ ཚོག་ཐམ་དང་ གནང་བ
- མི་སྤྱོད་ཐོག་ རང་བཞིན་འཕོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་
- མི་མང་གི་ས་ཁོངས་དང་ རྒྱ་སྤྱོད་ས་ཁོངས
- སྐྱེ་ལྷན་ཉམས་སྤྱུང

དོན་ཚན་འདི་གནམ་རིམ་གཉིས་སྤྱོད་ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་: དང་པ་ལུ་ མི་ཅོ་མ་ཚུ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལུ་འཕོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་འབད་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་ཡིག་ ཡང་ན་ མཆེ་མཐོའི་འགན་དབང་མེད་མི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་དམ་འཛིན་གྱི་ལམ་སྟོན་འབྲིན་ནི། གཉིས་པ་ ཡན་ལག་འདི་ གནམ་གཤིས་མཐུན་འགྱུར་གི་མཆེ་མཐོའི་ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུས་བཟོ་མི་ཚུ་ལུ་ རྒྱ་ལ་ཡོངས་དང་རྒྱ་ལ་སྤྱི་ནང་ གནམ་གཤིས་ འགྱུར་བཟོད་མཐུན་འགྱུར་དོན་ལུ་ མ་འོང་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་དང་སྤྱི་དབྱུས་བཟོ་ནི་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ།

༡༧ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱ་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།





༡༠.༡ གླིམས་དོན་གྱི་ཐོབ་ལམ་གཞི་བཙུགས་: ཁེ་དབང་ ཡངན་ ཐོབ་དབང་?

ཚོག་ཐམ་ ཡངན་ གནང་བ་ལུ་ དཔལ་འབྱོལ་གྱི་ཁེ་མན་རྒྱ་སྐྱོམ་ཡོད་མི་ནང་ འདི་རྒྱ་གི་ འཐོན་ཁུངས་ལུ་འབད་བཏུབ་དང་མ་བཏུབ་སྐོར་སྐོར་ དཔག་དང་ཉན་ཉན་རྒྱ་མཐོལ་དཔོལ་ཁག་ཚེ། འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་གྱིས་ བརྟག་པ་འདི་མར་ཉམས་བཏང་མ་ཞིན། འཕོ་དཔོན་རྒྱ་གིས་ ཚོག་ ཐམ་གྱི་ཁ་ཚོག་རྒྱ་ཡང་ གནས་སྤངས་འགྱུར་མི་དང་བསྟུན་ འགྱུར་བཅོས་འབད་དགོ། ཚོག་ཐམ་འཆང་མི་དང་ གཞུང་གི་བར་ན་ རྒྱུ་མཉམ་ ཡང་ གནང་བ་འཆང་མི་ལུ་ ཁ་ཚོག་གསལ་ཉོག་ཉོག་སྤྱོད་ནི་དང་ གཞུང་ལུ་ གནས་སྤངས་འགྱུར་མི་དང་བསྟུན་ གནས་སྤངས་འགྱུར་མི་ལུ་མ ཐུན་འགྱུར་འབད་ནི་ལུ་སྐྱོམས་མཐུན་གྱི་དཔོལ་མཁོ་འདི་ཞིན། དཔྱེ་འབདན་ བུར་ཟེལ་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་གནང་བ་སྤྱོད་ཐངས་ལམ་ལུ་གསལ་གྱི་ གཞུ ད་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ས་ཁོངས་ལ་ལུ་ནང་ལས་ ཤིང་བཏོན་ནི་གི་ཚོག་ཐམ་སྤྱོད་ཅུང་ གནང་བ་ཐོབ་མི་གིས་ ཤིང་བཏོན་ནི་རྒྱུང་མ་ཅིག་མ་གཏོག ས་ ས་དང་གཞན་འཐོན་ཁུངས་རྒྱ་བཏོན་ནི་ལུ་ཐོབ་དབང་མེད་དོ་ཞིན། གླིམས་དོན་གྱི་དབང་ཆ་སྤྱོད་ཡོད་མི་ཡང་ གནང་བ་སྤྱོད་མི་གཞུང་གིས་ འཐོན་ཁུངས་རྒྱ་ ཁེ་དབང་ ཡངན་ ཐོབ་དབང་སྤེལ་ཅི་མི་ལུ་རག་ལས། སྤྱིར་བཏང་ལུ་ ཐོབ་དབང་གིས་ འཐོན་ཁུངས་ཉེར་སྤྱོད་ལུ་ཁེ་མན་ཅི ལ་བུ་སྤྱོད་ཞིན་དང་ ཁེ་དབང་གིས་ འཐོན་ཁུངས་ཉེར་སྤྱོད་ལུ་ གནས་ཚོག་གི་ཁེ་མན་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་གི་དཔོལ་མཁོ་སྤྱོད་ལུ ཞ།

༡༠.༢ གནང་བ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ སྐྱོམས་མཐུན་གྱི་དབང་ཆེད་: འོག་འཕོ་བཙུགས་གྱི་གླིམས་དོན།

ས་གནས་ལ་ལུ་ནང་ གནས་གཤེས་འགྱུར་བཟོ་དགོ་གོ་དཔ་ཆོབས་ཚེབ་ལུ་བརྟེན་ འཐོན་ཁུངས་ལས་སྤེལ་རྒྱ་གིས་ ཉེ་མ་སྤྱོད་མི་གནང་བ་རྒྱ་མ ཆོམས་བཀག་བཞག་ནི་ ཡངན་ འགྱུར་བཅོས་འབད་དགོཔ་རྒྱ་ གོ་དཔ་འགྱུར་མི་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ ཡངན་ མར་ཆགས་ལས་བཀག་ཐབ ས་ལུ་ཞིན། འདི་བཟུམ་གྱི་དབང་ཆེད་འདི་ གནང་བ་སྤྱོད་མི་ནང་ན་ ཡངན་ གནང་བ་སྤྱོད་མི་བདག་དབང་འབད་མི་སྤྱིག་གཞི་ནང་འཁོད་དགོ། དབང་འཛིན་པ་གིས་ གནང་བ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བཏུག་མི་གི་དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་:

- **རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་འབྱུང་རིམ་:** དམིགས་གསལ་གྱི་འབྱུང་རིམ་གྱིས་ གནང་བ་འཆང་མི་ ཡངན་ གཞུང་ལུ་བཀོད་བཞེན་གདོང་ལན་འབད་ བཏུག་མི
- **གནས་སྐབས་གྱི་བཀག་དམ་:** འཁོད་ཡོད་པའི་དུས་ཚད་རྒྱུགས་འགྱོ་མི་ ཡངན་ འཁོད་ཡོད་མི་དུས་ཚད་འོང་མི་ལུ་ སྤྱོན་འགྲིག་འ བད་ཡོད་མི་གདོང་ལན་འབད་བཏུག་མི།

དཔོངས་དོན་རྒྱ་ལུ་ འོག་འཕོ་བཙུགས་གྱི་གླིམས་དོན་ཟེར་སྐབ་ཞིན།

ལུ་འོག་འཕོ་བཙུགས་གྱི་གླིམས་དོན་གྱིས་ གནང་བ་ ཡངན་ ཚོག་ཐམ་ལུ་ཆམེད་བཏང་ནི་མེན་པར་ གནང་བ་འཆང་མི་ལུ་ལུ་བརྟེན་ ག གནས་སྤངས་འགྱུར་མི་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་གོ་དཔ་ག་དེ་འབྱུང་མ་ཞིན་ན་ དུས་མཚམས་ལུ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབ

༡༢ གནས་གཤེས་འགྱུར་བཟོ་དན་ རྒྱ་ལུ་དམིགས་སྤེལ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ གླིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུགས་གྱི་ཡིག་ཆས།

དབུག་ཡིན། རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་འབྲུང་རིམ་དང་གནས་སྐབས་ཀྱི་བཀག་དམ་གྱི་ཁྲིམས་དོན་གཉིས་ཚར་ལུ་ལོག་འགོ་བཙུགས་ཀྱི་ཁྲིམས་དོན་ནང་བཙུག་བཟུབ་དེ་ཡང་ཁྲིམས་དོན་གྱིས་གནང་བའི་ལོ་ཚང་སྐབས་དབྱེ་དབྱེ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་སློབ་སུམ་མཐུན་འབད་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ལ་འབད་བཅིན།

དཔལ་འབྱོར་ལུ་ལེ་མན་སློབ་ཡོད་མི་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་འགུལ་སློབ་ཚུ་ལུ་འགོ་དཔོན་ཚུ་གིས་ཉེ་མ་ལས་དབང་ཚད་སློབ་ཡོད་མི་ལུ་ཚུ་ཚར་ཅིག་ལུ་བཀག་དམ་འབད་མི་ལུ་བྱ་སྐབས་མ་བཤེ། འདི་བཟུམ་གྱི་གནས་སྐབས་ནང་གནས་སྐབས་འབྲུང་མི་གིས་གནང་བ་སློབ་མི་ལུ་ཚུ་སོ་མ་དོག་པར་རྒྱ་རྒྱུན་འབད་དེ་མར་པབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བཏོན་བཙུག་འོང།

གནང་བ་སློབ་མི་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་དུས་ཡིན་ཡང་འཕྲོན་ཁུངས་ཉེར་སློབ་འབད་མི་གི་དབྱེ་བ་ག་དེམ་ཅིག་བཏོན་ཡོད་ག་གནས་གཤེས་འབྲུང་བཟོད་ཀྱི་ལུང་ཕྱོགས་ལུ་གཞོད་པ་དང་འཕྲོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་ལས་རིམ་གྱི་དམིགས་དོན་ལུ་རང་ལས།

༡༠.༣ གནང་བ་ཡང་ན་ཚོག་ཐམ་འཆང་མི་ཚུ་གནས་གཤེས་འབྲུང་བཟོད་ལུ་མཐུན་འབྲུང་འབད་བཙུག་ནི་ལུ་གདམ་ལ།

གནང་བ་སློབ་ནི་གི་ལམ་ལུགས་དམ་དམ་འཕྲོན་ཁུངས་ཐོབ་ལམ་ལུ་གནམ་མེད་སེད་དམ་འཛིན་འབད་མི་གིས་འཕྲོན་ཁུངས་ཚུ་མར་ཉམས་སོང་མི་དུས་སྐབས་ལུ་འཕྲོན་ཁུངས་ཉེར་སློབ་འབད་མི་ཚུ་གི་འཚོ་སྐྱོང་ལུ་བར་རྒྱུན་བརྐབ་འོང་དང་ཡང་ན་མི་སེར་ཚུ་གིས་ཁྲིམས་ལུགས་ལུ་ཆ་གནས་འབད་མི་བཟུབ། གནང་བ་བསྐྱར་བཅོས་འབད་བཟུབ་མི་གིས་འཕྲོན་ཁུངས་ཉེར་སློབ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་འཕྲོན་ཁུངས་གཞོད་ཉེན་རྒྱུ་མི་ཡང་ན་ས་བཙུན་ཡོད་མི་ཚུ་ནང་གནས་སློབ་བཙུག་ཏེ་འཕྲོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་ལུ་མཐུན་འབྲུང་འབད་བཙུག་ཡིན། དབྱེ་འབད་ན་གོང་གཤེས་བ་ཀྱི་མི་སྡེ་ཅིག་སྤུང་སྐྱོབ་ས་ས་ཁོངས་ནང་མཚོ་ཡོད་མི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཆགས་སྡེ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། སྤུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཕྱི་ཁར་མཚོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཅིག་ཡོད་མི་ན་ཞོར་རྒྱུ་ཚུ་ཞོར་རྒྱུ་འབྲུང་ནི་ལུ་མཚོ་འདི་ནང་བརྟེན་སྡོད་དོ་ཡིན་མས། ས་གནས་འདི་ཁར་གནམ་གཤེས་འབྲུང་བཟོད་ལུ་བརྟེན་རྒྱུ་འབྲུང་བཟོད་ལུ་མཚོ་རྒྱུ་ཚུ་ཡང་བསྐྱམས་སོང་མ་ལས་ཞོར་རྒྱུ་ཚུ་རྒྱུ་ཚོལ་སྡེ་འོང་མི་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དང་བྱ་སྐབས་བདེ་མིན་ཚུ་ཡང་།

- ཞོར་འཚོ་མི་ཚུ་སྤུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ནང་ན་ཡོད་མི་མཚོ་ནང་ཞོར་རྒྱུ་འབྲུང་ནི་དོན་ལུ་བཙུག་བཙུག་ནི་ཡིན་ནམ་?
- ཞོར་འཚོ་མི་ཚུ་རྒྱུ་འདི་ཁོང་གིས་བཏན་འཇགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་སྡེ་མིན་པར་རྒྱུ་ཚུ་ཡོད་མི་ལུ་ཚད་ཅིག་སྡེ་འོང་བཙུག་ནི་ཡིན་ནམ་?

༡༤ གནས་གཤེས་འབྲུང་བཟོད་ལུ་སྐྱོན་ཕྱིན་པའི་སྤུང་སྐྱོབ་ས་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འབྲུང་བཟོད་ལུ་ཁྲིམས་དོན་དང་ཕྱི་དབྱུང་གི་ཡིག་ཆས།

དཀའ་ངལ་འདི་ཚུ་ ཚུམ་མཐུན་གྱི་ལམ་ལུགས་བཟོ་སྟེ་ གནས་སྐབས་ཀྱི་གནད་བསྟོན་ཐོག་གསལ་ཚུགས། ཨིན་རུང་ ཐབས་ཤེས་འདི་ལུ་ཚུ་  
 བྱང་འདི་ འཐོན་ཁུངས་ཉེར་སྤྱོད་པ་ཚུ་གིས་ ཁོང་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་གནད་བསྟོན་ རྒྱ་སྐྱོམ་སྟེ་ལག་ལེན་འབབ་མི་ལུ་བརྟེན་ རྒྱ་སྐྱོམ་གནས་སྤང་  
 ས་རིམ་ལུགས་ལུ་གོད་པ་འབྱུང་བཅུག་འོང། གནད་དོན་དེ་ལུ་བརྟེན་ སྲིད་བྱུས་བཟོ་མི་ཚུ་གིས་ འཐོན་ཁུངས་ཉེར་སྤྱོད་པ་གི་དགོས་མཁོ་དང་  
 རྒྱ་སྐྱོམ་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་གཉིས་དབྱེ་དབྱེད་འབད་དགོཔ་ཅིག་ཁར་ གནད་བསྟོན་ནི་ལམ་ལུགས་གཞི་བཅུག་མ་འབད་བའི་སྲུང་གོང་  
 ལས་ འགོ་བ་མི་ཚུ་འཚོ་སྤོང་སྤོང་སྤོང་དང་ འཐོན་ཁུངས་ཉམས་སྲུང་བར་ན་ཚད་མཉམ་ལཱ་ཏོག་ཏོག་གནས་ཐབས་ལུ་ གཞུང་སྤྱོད་གི་ལྷོགས་  
 གྲུབ་ཡང་དབྱེ་དབྱེད་འབད་དགོ།

དབྱེ་འབད་ན་ བོ་ལི་མི་ཡ་ལུ་ སྤང་སྤོང་ས་ཁོངས་ཀྱི་འཛིན་སྤོང་པ་དང་ བདག་སྤོང་པ་ཚུ་གི་དམིགས་དོན་ཡང་ “རྒྱུང་ཕྱོགས་དང་ ས་གནས་  
 ཀྱི་མི་སྲོལ་དོན་སྲིན་ཅན་གྱི་གྲུབ་གཏོགས་དང་ བདག་ཏུ་འཛིན་ནི”དང་ “ས་གནས་དང་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་གོང་འཕེལ་གྱི་ལྷོགས་  
 ས་གྲུབ” ས་འདི་ཚུ་ འཛིན་སྤོང་དང་ཉམས་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

**༡༠.༥ ཚོགས་ཐམ་གནད་བསྟོན་ནི་ལམ་ལུགས་ནང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ནང་འདེབས་ཁོངས་སུ་བསྟུ་ནི།**

འཐོན་ཁུངས་གཞུང་སྤོང་ནང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་བཅའར་གཏོགས་ཀྱིས་ ལམ་ལུགས་འདི་གི་ གནས་གཤིས་འབྱུང་བཟོ་དུ་མཐུན་འབྱུང་ད  
 ང་གཏོང་ལན་འབད་ནི་གི་ལྷོགས་གྲུབ་ཡང་དག་བཏང་མ་ཨིན། རྒྱ་སྐྱོམ་རིགས་སྤུ་མཐུན་འབྱུང་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དོས་འཛིན་འབད་ནི་  
 འདི་འཇམ་ཏོང་ཏོ་མེན་པའི་ཁར་ ཞིབ་དབྱེད་འབད་དགོཔ་ཨིན་རུང་ འདི་ཁར་ གཤམ་འཁོད་ཚུ་བཅིས་དགོ།

- མི་སྡེ་གི་འབྲུམ་མི
- མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས
- འཐོན་ཁུངས་ཉེར་སྤྱོད་འབད་མི་ལས་ཚོགས
- ས་གནས་ཀྱི་འཐོན་ཁུངས་ཉེར་སྤྱོད་པ
- ཚན་རིག་ཞིབ་འཚོལ་པ་དང་ སྤྱི་ཚོགས
- བཟུ་བཤལ་ལས་སྡེ
- ཚོས་མཐུན་ཚོགས་པ
- གཞུང་གི་ལས་སྡེ་ཚུ་གི་འགོ་དཔོན
- རྒྱལ་སྤྱི་ཚོགས་པ་དང་ མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་ཀྱི་གཙུག་མེ
- ཚོང་འབྲེལ་ལས་ཚོགས་ཚུ།

༡༥ གནས་གཤིས་འབྱུང་བཟོ་དན་ རྒྱ་སྐྱོམ་རིགས་སྤུ་མཐུན་སྤོང་མཐུན་འབྱུང་བཟོ་ནི་ལུ་ ཞིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

ལས་འགུལ་བཟོ་མི་དང་ འཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་པ་རྒྱ་གི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་བཟོ་སྡེ་ འཕུས་མི་ལུ་ སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་འཛིན་  
 སྐྱོང་འབད་ནི་ལུ་ དབང་ཚད་དང་འགན་ཁུ་གི་ གི་ཐབས་ལམ་སྤྱོད་ནི་ལུ་ བཅུ་འཛིན་འབད་དགོ། དེ་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་སྡེ་འཕུན་གྱིས་ ཚད་  
 སྤྱོད་ལུ་ དམིགས་བཏང་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་ནི་དང་ གཞི་བཅུག་གི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་ཚུ་བཟོ་ཚུགས་ནི་དང་ ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་བསྟར་  
 སྤྱོད་འབད་ཚུགས། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་སྤུང་སྐྱོབ་ཉུང་མཐའ་ཅིག་བཞག་དགོ་རུང་ མཐུན་འབྲེལ་ལུ་འཛིན་རྒྱ་སྡེ་འབད་ནི་ལུ་ ལམ་ལུ  
 གས་ནང་སློ་གཏང་དང་གཅིག་སྒྲིལ་དགོ། དཔྱེ་འབད་ན་ ཉེ་ནི་དང་དང་ གོ་བེ་གོ་ལུ་ འབྱིད་རུ་ཚུ་ མཐུན་འབྲེལ་ཐོག་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ཡོད་མི་དེ  
 ས་ཁོངས་ཀྱི་འབྱིད་རུ་ཉེར་སྤྱོད་འབད་མི་ལུ་ གཞུང་གི་འགོ་དཔོན་དང་ ཉམ་གསེབ་སྐྱོང་དམ་འཛིན་པ་རྒྱ་གིས་ བད་དོན་ཚུ་མ་སྤྱོད་པའི་ཁར་ མཆེ་མ  
 ཐོ་དམ་འཛིན་གྱི་གོས་འཆད་བཟོ་མི་ནང་ བཅའ་ཁྲིམས་འབད་མི་བཅུག་མི་ལས་བརྟེན་ སྤྱི་སྤྱི་མེད་པ་བཟོ་ལུག། འདི་གིས་ འཛིན་སྐྱོང་སྤྱི་ཉོ  
 ག་ཁར་འབད་ནི་གི་ལམ་ལུགས་ལུ་ སློ་གཏང་མར་ཉམས་འབད་ཨ་ཨིན།

**སྤྱན་ལྷུ་འཛིན་གོས་མཁོ་དང་ལྷ་རྟོག་ལུ་ གནས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི།**

གནས་དོན་གཙོ་བོ་ གནས་གཞི་འགྱུར་འབྲེལ་གྱིས་ སྐྱེ་ལྷན་ གནས་ སྤངས་རིམ་ལུགས་ལུ་ བན་གཞོད་ག་སྡེ་ སྡེ་ཡོད་ག་གིས་ བད་དོན་ཁག་ཆེ  
 བོས་ཚུ་ གནད་བ་འཆང་མི་རྒྱ་གིས་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་གཞོད་ལེན་ཐོག་ ལྷ་རྟོག་ དང་ སྤྱན་ལྷུ་འབད་བཅིན་ ཐོབ་ཚུགས་པ།

ལྷ་རྟོག་དང་ སྤྱན་ལྷུ་འཛིན་གོས་མཁོ་ཚུ་ གནད་སྤངས་དང་ བསྐྱུར་པའི་ བསྐྱུར་བཅོས་ཀྱི་ ལམ་ལུགས་ཐོག་ ཐོན་ཁུངས་ཚུ་བཅུག་བཏོན་ནི་དོན་ལས་  
 འག་ཆེ་བའི་རིམ་པ་རྒྱ་ཨིན། སྐྱེ་ལྷན་རིག་པའི་མཐུན་འབྲེལ་གྱིས་ རི་སྐྱོར་འབད་མི་ནང་.....འཛིན་སྐྱོང་གྱིས་འཐོན་ཁུངས་ ལག་ལེན་  
 འཐབ་ད་ལུ་མན་གཞོད་ཚུ་རྟོག་འབད་དགོས་པ་དང་ འོས་འབབ་དང་ལྷན་པའི་ ལག་ལག་འཐབ་ནི་ལུ་ བསྐྱུར་བཅོས་ཚུ་འབད་ནི་ཚུ་  
 དེས་པར་མཁོ་བ་ཨིན་.....འཐོན་ཁུངས་ ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དོན་ལུ་ གོས་འཐབ་བཅད་པ་ད་ འཐོན་ཁུངས་འདི་དང་ འབྲེལ་བའི་  
 བད་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ བསྐྱུར་ཁ་ཡོད། སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་རྟོག་འདི་ རིག་ གཞུང་སྤེལ་ཁང་གཅིས་པའི་  
 གཞུང་གི་འགོ་དཔོན་ཚུ་དང་ གནད་བ་འཆང་མི་རྒྱ་ལུ་ ལུ་ འགན་སྤྱོད་རུང་ རྟོག་ལུ་ག་གིས་འབད་ན་ག་གི་སྐོར་ གོས་ཐབ་བཅད་ནི་དོན་ལུ་ ལེ་ལུ་  
 ༥་༢་ བསྐྱེ་༧6ས་གཞི་དང་ འཐོན་ཁུངས་ཀྱི་ བདག་དབང་དང་ ཚད་འཛིན་ལུ་ བསྐྱུར་ བཅོས་ཡོད་རུང་ ཡུན་བརྟན་སྐོར་ལས་  
 གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུར་པའི་བསྐྱུར་བ་དང་ ལྷ་རྟོག་ སྤྱན་ལྷུ་འཛིན་ལས་ བཅུག་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་བད་དོན་འདི་ཁག་ཆེ་མ་ལས་ རྒྱུ་སྐྱོང་ འབད་  
 དགོས་ཨིན། ལྷ་རྟོག་གི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ གནད་བའི་བྱ་རིམ་ནང་བཅུག་ཞིན་ན་ལས་ དེས་བདེན་དང་  
 བན་ཐོག་ཅན་གྱི་བད་དོན་གྱི་སྤྱན་ལྷུ་འཛིན་ཐོབ་ནི་དོན་ལས་ ལྷ་རྟོག་གི་ དགོས་མཁོ་ཚུ་ ལག་ལེན་ག་འདེ་སྡེ་འཐབ་ཚུགས་ནི་དང་  
 འདི་དང་གནས་མ་གནས་ བསྐྱུར་སྤྱོད་ལུ་རག་ལས། ལྷ་རྟོག་དང་ བསམ་ལེན་གྱི་ལམ་ལུགས་གཅིག་ གཞི་བཅུགས་ དང་ སྤྱན་སྐྱོང་འབད་ནི་ལུ་

༡༦ གནས་གཞིས་འགྱུར་བཟོ་དན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

གཞུང་གིས་གོ་གསུམ་རམ་མཚན་ཚུགས། ལྷ་རྟོག་གི་དགོས་ མཁོ་ཚུ་དང་གནས་ནི་དང་ བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དོན་ལས་  
དངུལ་འབྲེལ་དང་ གཞན་བཟོ་ཟིག་གི་གོ་གསུམ་རམ་གི་མ་དོ་བའི་ ཐབས་ལམ་གཞན་ལེ་ཤ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་

༡༧ མ་འོངས་པ་ལུ་བྱིན་ནི་ཨིན་མི་གནང་བ་ཚུ་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ གནང་བ་ཚུ་གིས་ ལྷ་རྟོག་གི་དགོས་ཚུ་དང་ གནས་མ་གནས་ལུ་འབྲེལ་ནི།

༢༧ མི་མང་གི་ བསམ་ལན།

༣༧ ལྷ་རྟོག་གི་འབད་བཟོན་ཚུ་འགྱུར་༧༧༥མ་ཚམས་གི་སྐྱེན་ལུ་འབད་དགོ་པ།

༤༧ ༧༧ལྷ་རྟོག་གི་བཟོ་དོན་ཚུ་༧༧ཡོངས་འབྲེལ་ཐོགས་བཅུགས་ཏེ་༧༧མི་མང་ལུ་འདི་ཚུ་བལྟ་ནི་གི་༧༧སྐོ་སྐབས་བྱིན་ནི།

༥༧ ༧༧ཐུན་ལུགས་གནས་ཚུལ་དང་༧༧ཐུན་པའི་སྐྱེན་ལུ་ཕུལ་མི་ལུ་༧༧མི་སེར་གིས་ཁྲིམས་

འདུན་བཟོན་གཞི་བཀོད་ཚོག་པའི་གནང་བ་སྤྱོད་ནི་དང་

༦༧ ༧༧རང་རྒྱུ་གི་ཚོགས་པ་ཚུ་གིས་༧༧ལྷ་རྟོག་འབད་ནི་དོན་ལས་༧༧འབྲུམ་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ནི།

**དོན་སྐྱོན་ཅན་གི་ལྷ་རྟོག་འབད་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དེ་༧༧དཔེ་ཡང་**

- **ཕྱིས་ཞིབ་རྒྱུ་ནི་འདི་གིས་༧༧གནང་བ་འཆང་མི་འདི་གིས་༧༧སྐྱེན་ལུ་འབད་བའི་བཟོ་**

དོན་ཚུ་༧༧ཟེས་བཟོན་ཨིན་མ་བཟོ་ཚུགས།༧༧དཔེ་འབད་བ་ཅིན་༧༧ལུ་གན་གྲ་གི་རྒྱལ་ཁབ་ན་ལུ་༧༧མཐའ་འཁོར་བརྟག་ཞིབ་གི་ལ  
ས་འགྲུལ་ཅིག་འགོ་བཅུགས་ཞིན་ན་ལས་ལོ་༡དང་༢གི་བར་ན་༧༧མཐའ་འཁོར་གི་ཕྱིས་ཞིབ་འདི་འབད་དགོ་པ་ཨིན།༧༧འདི་ཡང་བརྟ  
ག་ཞིབ་སྐབས་གི་༧༧སྤྱོད་དཔག་ཚུ་དང་གནས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དང་༧༧སྤྱོད་དཔག་འབད་མ་ཚུགས་མི་ཚུ་༧༧མར་མབ་བརྒྱབ་ནི་དོ  
ན་ལས་ཨིན་པས།༧༧གོ་མི་ནན་རི་བབ་ལིག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ན་༧༧མཐའ་འཁོར་གི་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་གི་དབང་ཚད་འདི་༧༧མཐའ་འཁོ  
ར་གི་ལྷན་ཁག་འདི་༧༧ཚོག་ཐམ་གི་ཁ་ཚོག་ཚུ་དང་གནས་ནི་དེ་དོན་ལས་༧༧རང་སོའི་ལྷ་རྟོག་གི་སྐྱེན་ལུ་དང་༧༧ལས་སྤེ་ཚུ་གིས་འ  
བད་བའི་མཐའ་འཁོར་གི་དབྱེ་ཞིབ་གཉིས་༧༧ཁྱུང་པར་བལྟམ་ཨིན་པས།༧༧ཕྱིས་ཞིབ་གི་དུས་ཚོད་འདི་༧༧ག་ཐོབ་དང་༧༧སྐྱེན་བཟོ་  
མེད་པར་འབད་དགོ་༧༧འདི་གིས་༧༧དུས་ཚོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་རྒྱུང་མ་ཅིག་འབད་བའི་༧༧ལམ་ལུག་འདི་སྤྱོད་འགོག་འབད་ཚུགས།  
༧༧གོ་རིམ་མེད་པའི་བར་མཚམས་ཚུ་ལུ་༧༧ཕྱིས་ཞིབ་འབད་བ་ཅིན་༧༧ཕྱིས་ཞིབ་པ་ཚུ་གི་ཚད་ཅིག་ལས་མེད་པའི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ཕན་པ་  
ཡོད།༧༧

༡༧ གནས་གཤིས་འབྲུང་བཟོ་དན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འབྲུང་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་གྲིང་ལྷུས་གི་ཡིག་ཆས།

༡༠༥༧༨པོ་ལི་བི་ཡ་གི་༧༨ནགས་ཚལ་གྱི་ཁྲིམས་ནང་༧༨གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུན་པའི་བསྐྱུར་བཅོས། ༧༨པོ་ལི་བི་ཡ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ན་༧༨ནག  
 ས་ཚལ་རྩ་སྐྱོང་བའི་ལམ་ལུགས་འདི་དོན་སྤྲིན་ཅན་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་རྩུགས་པ་ཅིན་༧༨གནས་གཞི་བསྐྱུར་འགོ་དུ་གྱི་གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུན་པའི་  
 བསྐྱུར་བཅོས་གྱི་ཐབས་ལམ་འདུག། ༧༨བཞི་འདི་བཀོད་དགོས་ཁག་ཆེ་བས། ༧༨དང་པ་རང་༧༨དོག་པ་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ་༧༨མན་པ་འདི་ནགས་  
 ལུ་བྱིན་དགོ་ཟེར་བའི་༧༨གཞི་རྩ་གི་ནགས་ཚལ་འདི་སྐྱོང་མ་ཡིན་མ་མས། ༧༨འདི་གི་དོན་དག་ཡང་༧༨ནགས་ཚལ་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་གི་འབད་སྐྱོད་ཡ  
 དན་༧༨མ་འབད་མི་ལས་བརྟེན་༧༨སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་རིམ་ལུགས་ལུ་༧༨ཚབ་ཆེན་གྱི་གཞོན་ཉེན་འབྱུང་སྲིད་པ་ཅིན་༧༨ནགས་ཚལ་འཛིན་སྐྱོ  
 ད་པ་རྩ་གིས་གཞོན་ཉེན་རྩ་སྐྱོན་འགོག་དང་༧༨མར་ཐབ་འབད་ནིའི་དོན་ལས་བྲན་བསྐྱུལ་གྱི་ཐབས་ལམ་རྩ་འབད་དགོ། ༧༨ལྷག་པར་དུ་གནང་བ་རྩ་  
 ཚམེད་བཏང་ནི་གི་ཉེས་ཆད་ཐོག་རང་སོའི་གནང་བའི་ས་གོ་ན་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱ་གྱི་རྩིས་པའི་རང་བཞིན་ཐོན་ཁུངས་རྩ་སྐྱོང་འབད་ནི་འདི་གནང་བ་འ  
 ཚང་མི་རྩ་གིས་འགན་ཁུར་ཡིན། དེ་ན་བསྐྱུལ་གྱི་ཐབས་ལམ་རྩ་གིས་ནགས་ཚལ་འགྲུར་གནམ་གཞི་བསྐྱུར་འགོ་དུ་གྱིས་གཞོན་ཉེན་རྩ་སྐྱོང་པ་  
 རྩ་གིས་སྐྱ་ལོང་གི་གདང་ལེན་ག་འདེ་སྟེ་འབད་ནི་ཡིན་ན་གི་དབང་ཆ་སྟོན་སྟེ་རང་སྐྱོད་པ་ཡིན།

གཉིས་པར་དུ་ ནགས་ཚལ་འཛིན་སྐྱོང་འབད་མི་རྩ་གིས་ ཡུན་རྟན་ནགས་ཚལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་འཆར་གཞི་ཅིག་བཟོ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་མ་ཚད་  
 འཆར་གཞི་འདི་ལོ་ངོ་ ཡག་བར་དུ་ས་མཐུན་སྟེ་བཟོ་དགོ། དེ་ལས་ ནགས་ཚལ་ལག་ལེན་གྱི་འཆར་གཞི་འདི་ལོ་ངོ་ལུ་དགོ།

ཡུན་རྟན་ནགས་ཚལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་འཆར་གཞི་འདི་ གནས་ཚལ་གྱི་མཁས་མཚོ་གཅིག་གིས་ཟིན་བྲིས་འཐབ་དགོ། མཁས་མཚོ་གཞི་འདི་ལུ་ དེས་བདེན་དང་  
 ཚང་མ་སྟེ་བཟོ་དགོ་པའི་འགན་ཁྲི་ཡོད། འཛིན་སྐྱོང་གི་འཆར་གཞི་འདི་ནང་ རྩ་དགོས་ཚུ་ཡང་ ནགས་ཚལ་གྱི་ཐོ་བཀོད་དང་ རིགས་སྐྱ་གི་ས་ཁྲ་  
 འཐོན་སྲིད་པའི་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་འབོར་ཚད་རྩ་ ཡིན། ནགས་ཚལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་འཆར་གཞི་འདི་ཆ་འཛོག་བསྐྱབས་པའི་ཤུལ་ལས་ ནགས་ཚལ་ལག་ལེན་  
 གྱི་ འཆར་གཞི་འདི་ནགས་ཚལ་གྱི་འགོ་དཔོན་འདི་ལུ་ཆ་འཛོག་གི་དོན་ལས་ ལོ་ལྟར་ཞིན་དུ་ཤུལ་དགོ། ས་ཆ་ལག་ལེན་ འཐབ་ནི་གི་འཆར་གཞི་དང་  
 ནགས་ཚལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་འཆར་གཞི་གཉིས་ཆར་ ཆ་འཛོག་སྐྱབ་ཞིན་ན་ལས་ ལུབ་ དབང་ཡོད།

༡༤ གནས་གཤིས་འབྱུར་བཀོད་ན་ རྩ་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འབྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

སྒྲིལ་བའི་ལུ་རལ་རངས་གྱི་འབྲུག་གི་མི་ལས་བརྟེན་རྒྱུན་པའི་ལྷ་རྟོག་གི་ཐོ་འཕྲོད་ལྷན་ཚུགས། འདི་སྐབས་ནི་དོན་ལས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་  
ནགས་ཚོལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་ནང་བརྩམ་སྤེལ་གྱི་སི་བརྒྱབ་མི་གི་འབྲུག་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་དགོས་ཞེས་པས།

- ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་འབྲུག་འདི་ཡང་ལྷ་རྟོག་གི་དགོས་མཁོ་ཚུ་དང་གནས་ནི་ལུ་སྐྱེ་འབྲུག་ཉུང་བའི་ཐོག་ལས་འབད་ཚུགས་པའི་ཐ  
བས་ལམ་ཅིག་ཞིན། འོ་མི་ནམ་རི་པབ་ལིག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ན་ལས་འགུལ་ཚུ་ཡུན་རིང་མ་སྤེལ་དགོས་མཁོ་ཚུ་ལུ་གནས་གསལ་བཟོ་ནི་འདི་དོ  
ན་ལས་མཐའ་འཁོར་གྱི་ལྷན་ཁག་གིས་ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་འབྲུག་འདི་ལས་འགུལ་གྱི་རིན་པོ་དགོས་པ་བརྒྱ་ཆ་ལས་བརྩམས་བཀའ་  
མ་ཞིན་པས། ལྷ་རྟོག་གི་འབད་ལག་ལེན་འབབ་ནི་འབྲུག་གིས་ཐོན་ལུངས་ཚུ་སྤྱོད་ནི་དང་གོང་འཕེལ་བཏང་མ་དགོས་  
དཀའ་ངལ་ཚུ་བསལ་ཚུགས། སྤོན་དཔག་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་དོན་སྤྲོད་ཅན་གྱི་ལྷ་རྟོག་ཐོག་  
སྤྱོད་མི་ཚུ་གིས་བསལ་མ་ལས་འབྲུག་འདི་ལོག་སྤེལ་སྤྱོད་མི་འདི་གིས་ཐོབ་ཚུགས། ཞིན་ཅུང་འབྲུག་འདི་སྤོན་ལུ་ཅིག་སྤེལ་  
ཚོང་སྤོན་མ་བསལ་གསུབ་མ་དཔུལ་སྤོན་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་བཀའ་ནི་གི་འོས་འབབ་འདུག།

༡༧ གནས་གཤམ་འབྲུར་བཟོ་དན་སྤེལ་ལེགས་སུ་འཛིན་སྤོང་མཐུན་འབྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ཁྲིམས་དོན་དང་མི་དབྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།





རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་ཧམ་འཛིན་གསལ་བཤམ་ཅན་ཧམ་འཛིན་ཚལ་ལས་རྟེན་པའི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ཧམ་འཛིན་ཐོག་ལས་བཞག་ཐབས་ལུ་ཧམ་འཛིན་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་གིས་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་ཧམ་འཛིན་སྐྱོད་ནི་ལུ་ཧམ་འཛིན་ཆ་ཐང་ཀར་དུ་སྐྱོད་ནི་དོན་ལུ་ཧམ་འཛིན་འཛིན་སྐྱོད་གི་དགོ་པ་འདི་དོན་འཛིན་ལུ། མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོད་འདི་ མི་སྡེ་འགོ་འདྲེན་དང་ གཙུག་སྡེ་འགོ་ བཅུག་ སྐྱོད་བཟང་རྒྱས་པ་ ཚོང་ལུ་གོང་འཕེལ་རང་བཞིན་ཐོན་ཁུངས་ལྟ་རྟོག་འབད་ནི་ ཕྱི་ཏེ་ ཉམས་སྤང་དང་ བྱོང་གསེབ་ཡར་དྲག་གཏང་ནི་གི་ཐབས་ལམ་ཨིན། མི་སྡེ་འཛིན་ སྐྱོད་གིས་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་རང་སོའི་ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ནང་གི་ཚུལ་མིན་ གྱི་འཛིན་སྐྱོད་དང་ ཕྱིའི་མི་དོད་དང་ ལས་ཚོགས་ཚུ་གི་ལུ་ལས་བཟུན་ མི་སྡེ་གི་འཚོ་བའི་ གནས་སྤངས་ལུ་གཞི་ཉེན་ཚུ་ལས་ སྐྱོད་སྐྱོབ་འབད་ནི་གི་དབང་ཆ་ཡོད། འདི་གིས་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱོད་ཉམས་སྤང་དང་ ལམ་སྲོལ་ཉམས་སྤང་ དབུལ་ཕོངས་མར་ཐབ་འབད་ ནི་གིས་ཐན་པ་ཚུ་ཡོད།

མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོད་གི་ཐན་པ་ཚུ་ འཛམ་གླིང་མཐའ་ཡས་མེད་པ་ལུ་བྱབ་ཏེ་ཡོད། དཔེར་ན་ ལྷོ་ཤེ་སི་ཕིག་ནང་ ས་གནས་ཀྱི་འཚོ་གླིང་མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ རང་སོའི་ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོད་ འབད་ནིའི་དབང་ཆ་ཚུ་སྐྱོད་ཞིན་ན་ལས་ མི་སྡེ་དང་ མཐའ་འཁོར་གྱི་ཐན་པ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་

- ཨ་ནི་ཏུ་ཏུ་ན་ཧམ་འཛིན་ལ་ཡོད་པའི་རིགས་སྤྱོད་ལུ་ཧམ་འཛིན་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་སྐྱོབ།
- ཕི་ལི་པའི་སི་ན་ཧམ་འཛིན་སྐྱོད་འབད་སའི་ས་སྤོ་ཡར་དྲག།
- ལྷོ་ཨེ་ཤེ་ཡ་ན་ཧམ་འཛིན་གི་གོས་ཚོད་ལེན་ཐངས་དང་ཧམ་འཛིན་པ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཧམ་འཛིན་དོན་གྱིས་བྱབ་སྐྱོབ་ཧམ་འཛིན་སྐྱོད་དང་གནས་ལུ་གསལ་ཚུ་ཡར་དྲག།
- སོལ་བས་ཧམ་འཛིན་ལུ་ རིར་ཏུ་ན་ རང་སོའི་ལས་སྤོའི་དོན་ལས་ ཚོགས་པ་བསྐྱོམས་ནི།
- ཕི་གྱི་ན་ གཞི་ཉེན་གསལ་པ་ཚུ་ལུ་གཞི་ཉེན་སྐྱོད་ལེན་སྐྱོད་དོན་ལས་ གཞི་ཉེན་ཉུང་དྲག་ དང་ གནས་སྤངས་དང་ བསྐྱོན་པའི་བསྐྱར་བ་ཚུ་ཡར་དྲག།
- ཉེན་ལ་མེད་པའི་ཚུལ་སྤོའི་ལས་སྤོའི་ཐབས་བཅུད་ཐོབ་ཚུགས་པ་ལས་ གསོ་བའི་ཐན་པ།
- རྒྱ་འཛོན་ས་ཁོངས་དང་ རྒྱ་གསལ་སྤྱི་གསལ་བཀོ་ནི་ཕྱིས་པའི་ ལས་ཁུངས་གེ་རན་ འཛིན་སྐྱོད་འདི་ འབྲེལ་མཐུན་བཟོ་ནི།
- ཉུ་བཟུང་ནི་ལས་བཀག་བསྐྱུལ་སྐྱོབ་པའི་ས་སྤོ་ཚུ་ལུ་ བཅུ་འཛོག་ཕྱིས་པའི་ སྤར་ སྐྱོལ་གྱི་ལམ་ལུ་གསལ་དང་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་པ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ ལམ་སྲོལ་ ཚུ་ ཡུན་གནས་བཟོ་ནི།
- ཉེན་ལ་མེད་པའི་ བདག་པོའི་དབང་ཆ་དང་ འཚོ་བའི་ཐོན་ཁུངས་ཚུ་ལུ་འགོ་སྐྱབས།

༤༡ གནས་གཤེས་འབྱུང་བཟོ་དན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱོད་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འབྱུང་བཟོ་ནི་ལུ་ ཞིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུང་གི་ཡིག་ཆས།

༡༡.༡ མི་སྡེ་གིས་ བྱ་རུའི་སྤང་པོའི་འཛིན་སྐྱོང་།

བྱ་རུའི་གནས་སྤངས་འགྲུར་ས་གནས་ཀྱི་གནོད་ཉེན་ཚུ་མར་ཕབ་སྡེ་འདི་ གནས་གཞི་འགྲུར་བ་ལུ་མཐུན་བརྒྱར་ ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ བྱི་ཚུ་  
གོང་གསེབ་ཚུ་གིས་སྤར་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ལག་ལེན་ འཐབ་པ་ཅིན་ འབད་ཚུགས།

སྤྱི་བཏང་གི་ མི་སྡེ་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ རང་སོའི་ས་མཚམས་ཚུ་ཉིང་སངས་དང་ ལག་ ལེན་འཐབ་ནི་ཚུ་ལུ་ཚད་འཛིན་ དེ་ལས་  
ཚད་ལས་རྒྱལ་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ལུ་རན་ཚད་ ལྷན་པའི་དངས་ལེན་འབད་བཅིན་ མི་སྡེ་ཚུ་གིས་ སྤྱི་མཐུན་གྱི་ཐོན་ལུངས་ཚུ་ལག་ལེན་  
ཡུན་བརྟན་གྱི་སློབ་ལས་འབདམ་ཨིན་པས།

དབྱེ་འབད་བཅིན་ ཉན་སྤེལ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ན་ གཞུང་སྐྱེར་མཉམ་ཁུབ་ཀྱི་ལས་རིམ་འགོ་ བཅུགས་ཏེ་ མི་རོམ་ཚུ་གིས་  
གཞུང་གི་ས་ཆ་སྤྱོད་ཁར་ལོ་རྩི་ ༢༥དང་ ༤༠ བཀག་དམ་ ཅན་གྱི་ལུ་ཚུ་འབད་ནི་དོན་ལས་ལེན་ཡོད་མས། ལས་རིམ་འདི་གིས་  
བརྟན་ཏོག་ཏོག་གི་ ཉུམ་ཡུན་བྱིན་མི་ལུ་རྟེན་ ས་ཆ་མར་ཉམས་འགྲོམ་མི་ཚུ་སྤྲོད་ལོག་བརྒྱར་གསོ་འབད་ཚུགས་ ཟུག། ས་གནས་ཀྱི་མི་ཚུ་ལུ་  
ནགས་ཚལ་གྱི་ཐོན་ལུངས་ལུ་ཐོབ་དབང་ཡོད་པ་བཟོ་སྟེ་ བཅོན་ཏོག་ཏོག་གི་དུས་ཚོད་འདི་  
གནས་གཞི་འགྲུར་འགོད་ཀྱི་གནོད་ཉེན་ཚུ་མར་ཕབ་སྡེ་ནི་ལུ་ ལག་ཆེ། ད་ཚུན་ ཉན་སྤེལ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་  
ས་གནས་ཀྱི་གཙུག་སྡེ་ཚུ་གིས་ཁ་མཆམ་ ཐོག་ཨིནམ་ད་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་ སྤྱི་དབུས་ནང་མ་ཚུད་པས། ཉེན་ལ་འདི་ལྷག་པར་  
དུ་མར་ཕབ་ནི་དོན་ལས་ འདི་བཟུམ་མའི་ཁྲིམས་དང་ སྤྱི་དབུས་ཚུ་བཅོམ་ནི་འདི་ ཉན་སྤེལ་ ཀྱི་གཞུང་མཚོད་དོའོད་།

༡༡.༢ མི་སྡེ་ལུ་ གནས་གཞི་འགྲུར་བ་གི་སློབ་ གོ་བཤ་སློབ་ལྗོན་།

གནས་དོན་གཙོ་བོ་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ ཁོང་ལུ་འབྲུང་བའི་གནས་གཞི་འགྲུར་འགོད་ཀྱི་གནོད་ཉེན་ ཚུ་ལུ་ མི་གཞན་ཚུ་གིས་འདི་ལུ་  
གདོང་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ཐབས་ལམ་ག་འདེ་སྟེ་རང་ལག་ ལེན་འཐབ་ཅིག་གི་སློབ་ལས་ གོ་བཤ་སློབ་བཅིན་ འདི་ཚུ་ཁོང་གིས་རོམ་ལེན་དང་  
གནས་སྤངས་དང་ བརྟན་བརྒྱར་བ་བཟོ་ནི་ཚུ་གི་ཐབས་ལམ་སྤྲིགས་ནི་ལུ་གོ་སྐབས་ཡོད།  
མི་མང་ཚུ་མི་སྡེ་གི་གནས་ཚད་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་བཅུག་པ་ཅིན་ འཆར་གཞི་དང་སྤྱི་དབུས་འཚམ་མི་ཚུ་དང་ འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་ལུ་  
ས་གནས་ཀྱི་མི་ཚུ་གི་གནས་གཞི་གནས་ སྤངས་ཀྱི་གནོད་ཉེན་ཚུ་གི་སློབ་ལས་ བསམ་སྦྱོང་ག་འདེ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ཤེས་ཚུགས། འདི་གི་  
ཤེས་ཡོན་གྱི་གོ་སྐབས་དང་ གོ་བཤ་དང་ཕྱིར་ཁུབ་ གཞུང་སྐྱོང་གི་གནས་ཚད་ག་ར་ ཉན་གཅིག་མཐུན་བཟོ་ཚུགས།

༤༢ གནས་གཞིས་འགྲུར་འགོད་ན་ སྤྱི་ལྷན་རིགས་སྤེལ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

གནས་སྤངས་དང་བསྐྱེད་བསྐྱུང་བ་བཟོ་ནིའི་ལུ་ཚུ་ནང་ མཚའ་མར་གཏོགས་མི་གིས་ འདི་གི་དཀའ་ངལ་དང་ འདི་ལེ་ནི་གི་  
ཐབས་ལམ་གཉིས་ ཆར་ ཤེས་བཞིན་འབྲེལ་གཏོགས་ཐོག་ བདག་དུ་ལེན་ཚུགས།

མི་མང་གོ་བཅད་གིས་ གནམ་གཞི་གནས་ སྤངས་ཀྱི་གཞོན་ཉེན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་མི་མང་གི་ བསམ་སྦྱོང་ག་འདེ་སྤོལ་དཔ་ ཡིན་ན་ཤེས་ཚུགས།  
གནས་སྤངས་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ གནམ་གཞིས་འགྱུར་བ་རྩིས་པའི་ འབྲུང་ཡོད་པའི་གཞན་འགྱུར་བ་ཚུ་ལུ་ མི་སྡེ་ཚུ་གིས་  
གདོད་ལེན་འབད་ཡོད་པ་འཐོང་མ་ཡིན་པས། འདི་ཚུ་མ་འོངས་པའི་གནམ་གཞིས་འགྱུར་ འགྲོད་གི་དོན་ལས་ཁག་ཆེ། འདི་གིས་འབད་  
ཡུན་རིང་མ་གྱི་འགྱུར་བ་ཚུ་ལུ་ གདོད་ལེན་ འབད་ནི་དོན་ལས་ དུས་ཡུན་གྲུ་ཚུ་གི་གདོད་ལེན་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་དགོ། གནས་  
སྤངས་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ མི་སྡེ་བ་ཚུ་གིས་ དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྐྱ་ལུ་ཕན་  
གོད་དུ་གནམ་གཞིས་འགྱུར་འགྲོད་ལས་འབྲུང་མ་ཡིན་ཟེར་དོས་འཛིན་འབད་མི་བདུབ་ཡིན་པས། དཔེ་འབད་བཅིན་ མེག་སི་ཀོ་དང་  
གཤུག་མ་ལ་ ཉོ་རན་དུ་སྤྲུའི་ཚུ་གི་གོང་ གསེབ་ནང་ ཀོ་མི་བཅུ་མི་སོ་ནམ་པ་ཚུ་གི་ཞིབ་འཚོལ་ཅིག་འབད་ཤམ་ད་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་ གིས་  
མི་སྡེ་གིས་ བྱང་པར་མེད་པའི་བསམ་སྦྱོང་དང་ བྱ་ཐབས་མེད་པ་ཚུ་ འཆར་གཞི་ བཅོམ་མི་དང་ ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་འབད་མི་དང་  
གཞན་ཚུ་གིས་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ བཟོ་ཤ་ དོས་འཛིན་འབད་དགོ་པ་སྤེལ་འཐོན་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་གིས་སྟོན་མི་ཚུ་ཡང་

- རྫོང་ལུགས་ཐོ་དྲག་འགྲོ་ནི་དང་ ཆར་ཚུ་ མེད་པའི་དུས་ཚོད་རིང་མ་རྩིས་པའི་ གནམ་གཞིས་འགྱུར་འགྲོད་ སོ་ནམ་པ་ཚུ་གིས་  
འཚོར་ཡོད་རུང་ སོ་ནམ་པ་ཚུ་ གིས་ ཁག་ཆེ་སྤེལ་བཅུ་ ཡང་ན་ གདོད་ལེན་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་མ་བཟོ་བས། སོ་ནམ་པ་ཚུ་  
གནས་གཞིས་འགྱུར་བ་ལས་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་ལུགས་འདི་ ཁོང་ རའི་དབང་ལུ་ཡོད་པ་ལས་རྟེན་ཏི་ འདི་གི་དོན་ལས་  
ཚོ་འགྲུང་ལང་དེ་ཡོད་པ་ཡིན་  
པས།83གཤུག་མ་ལ་གི་83སོ་ནམ་པ་གཅིག་གིས་སྐབ་མི་ན་83གནམ་གཞིས་གནས་སྤངས་ཀྱིས་རའི་གི་ལོ་ཐོག་ལུ་གཞོ་  
ད་རུང་83འདི་དང་རའི་དབང་ཆ་ནང་མེད་ནི་འདི་གིས་83ཚོ་འགྲུང་གནམ་མེད་ས་མེད་མི་ལང་མས།
- ཞིབ་འཚོལ་འདི་གི་83སོ་ནམ་པ་དང་83ལུང་ཕྱོགས་དང་83རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚད་ནང་83ཀོ་མིའི་བཟོ་གྲུ་དང་83འ  
དི་གིས་སོ་ནམ་པ་ཚུ་གི་བབས་ཁུངས་ལུ་མཐའ་འཁོར་གྱི་ཕན་གོད་ཚུ་ག་དེ་སྤོལ་ལུགས་ཚུ་བཟླ་ནི་དོན་ལས་83ཐབས་ཤེ  
ས་ཚུ་མེད་པ་སྤེལ་འཐོང་ལུགས།83ལུང་ཕྱོགས་ནང་83འཕུལ་ཆས་ཀྱི་ཡར་རྒྱས་དང་གནམ་གཞིས་འགྱུར་འགྲོད་ཀྱི་ཕན་གོད་ཚུ་  
འགྲུར་བཅད་དོན་རྩིས་པའི་83སོ་ནམ་པ་ནང་དོག་དང་83སོ་ནམ་པ་ཚུ་དང་83གཞུང་གི་བར་ན་83འབྲེལ་བ་མེད་པ་འདུག།  
83ཐོན་ཁུངས་ལག་ལེན་འབབ་མི་ཚུ་གིས་83གནམ་གཞིས་འགྱུར་འགྲོད་ཀྱི་གཞོན་ཉེན་ཚུ་མར་ཕབ་འབད་ནི་དང་83སྐྱེ་ལྷན་  
རིགས་སྐྱའི་ཡུན་བརྟན་གྱི་འཚོ་བའི་དོན་ལུ་83ཁོང་གིས་དབང་ཆ་ཡོད་ཟེར་སྟོན་ལུགས།83ས་གནས་ལ་ལུ་ཅིག་ན་83མི་ཚུ་

༤༢ གནམ་གཞིས་འགྱུར་འགྲོད་ན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྐྱའི་ཚུ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཞིམས་དོན་དང་སྤྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

84མཐའ་འཁོར་ལུ་འགྱུར་བ་འབྱུང་མི་འདི་84གནམ་གཤིས་འགྱུར་འགྲོད་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་ཟེར་མ་ཤེས་84ཡང་ན་84ག  
 བམ་གཤིས་འགྱུར་འགྲོད་འདི་དོ་མ་སྟེ་འབྱུང་མ་ན་ལུ་ཡིད་མ་ཆེ་84ཡང་ན་84ཁོང་ར་ཚུ་གིས་འདི་འུ་གོད་ཉེན་ཚུ་འགྱུར་དབང་  
 ཚད་ཡོད་པ་ཨིན་ན་གི་ཡིད་མ་ཆེ། 84མི་མང་ལུ་ལུང་ཕྱོགས་ནང་འབྱུང་སྲིད་པའི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་འགྲོད་ཀྱི་ཕན་གོད་དང་  
 84འདི་གོད་ལེན་འབད་ནི་ལུ་མཁོ་བའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་84གཞུང་དང་84མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་ཚུ་གིས་  
 84མི་མང་ལུ་གོ་བཅུ་སྟོན་ཚུ་གསལ།

མི་སྡེ་ནང་84གནམ་གཤིས་ལས་བརྟེན་པའི་གོད་ཉེན་ཚུ་ལུ་ག་ནི་ཡང་འབད་ཐབས་མེད་ཟེར་བའི་བསམ་སྟོན་ཚུ་གོད་ལེན་འབད་ནི་འུ་ཐབས་  
 ལམ་ཚུ་ཡང་

- གནམ་སྐབས་དང་84ཉམས་སྤོང་ཚུ་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་དོན་ལས་84ས་གནམ་གྱི་ཚོགས་པ་84ཡང་ན་84ཚོགས་ཚུ་ཚུ་བཟོ་ནི  
 དང་84ཡར་དག་བཏང་ནི།
- མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་84ཐོན་ཁུངས་འགྱུར་དབང་ཚུ་སྟོན་ནི་དོན་ལས་84མཐའ་འཁོར་གྱི་འཆར་གཞི་གི་ལས་རིམ་ཚུ་བཅོམས་ནི་དང་84  
 ཡར་དག་བཏང་ནི།
- བཅུ་དོན་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་དོན་ལས་84མི་སྡེ་ཚུ་གི་བར་ན་84འབྲེལ་བ་བཟོ་ནི། རྒྱུ་ལོ་འཚོལ་དང་འཁྲིལ་མ་དང་84མི་སྡེ་གི་84  
 དབང་ཚད་བཟུང་མི་ཅིག་གིས་སྐབ་མི་ལས་84རང་དང་འདྲ་མཉམ་ཡོད་མི་གིས་སྐབ་བཅོན་ཉན་བཏུབ་ཨིན་པས།

༡༡༩ 84གནམ་གཤིས་དང་84གནམ་འགྱུར་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་84ས་གནམ་གྱི་རིག་པ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག།

གནམ་དོན་གཏོ་བོ་84སྲུང་དང་84གོད་ལེབ་གྱི་རིག་པ་ཚུ་གིས་84འགྱུར་བ་སྟོན་འགྲོ་བའི་དུས་ལུ་84ལམ་སྲོལ་ཡུན་བརྟན་སྟེ་བ  
 ཞག་ནི་དང་84གནམ་གཤིས་འགྱུར་འགྲོད་དང་འབྲེལ་བའི་84གཞུང་མི་སྡེ་དང་84ལུང་ཕྱོགས་ཚུ་དང་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་གི་གནམ་  
 འབྲེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་འུ་གྱུར་བཅུ་དོན་ལག་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཚུ་བྱིན་ཚུ་གསལ།

སྲུང་སྲོལ་དང་ ཡུལ་གྱི་ཤེས་བྱ་ཚུ་གིས་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་འགྲོད་དང་ གནམ་བསྐྱུར་ ལུ་མཁོ་བའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་གི་དོན་ལས་  
 བཅུ་དོན་ལག་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཚུ་བྱིན་ཚུ་གསལ། ཤེས་བྱ་ འདི་གི་གྲངས་སུ་ གནམ་གཤིས་གནམ་ལུགས་དང་ གནམ་གཤིས་རིག་པ་ཚུ་ཉ་གོ་ནི་  
 ཐོན་ཁུངས་དང་ མི་སྡེ་གི་བར་ན་སྐྱེ་ལྷན་རིག་པའི་འབྲེལ་བ་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་གི་ འགྱུར་བ་ཚུ་ལུ་  
 གནམ་འབྲེལ་ག་དེ་སྟེ་བཟོ་ནི་ཨིན་ན་ཚུ་ཚུད། ཞིབ་འཚོལ་དང་ འདྲི་ལན་ གཞན་

༤༤ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའི་གོད་ཉེན་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སུ་འཛིན་སྟོང་མཉམ་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཇི་མས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།





ས་གནས་ཀྱི་མི་ཚུ་ལུ་དམངས་གཙུག་ལྷན་པའི་ལམ་ལུགས་ཐོག་ དབང་ཚད་ཕྱིར་སྲེལ་མ་སྲོད་པ་ ཅིན་ ས་གནས་ཀྱི་མི་ཚུ་ རང་སོའི་ངོ་ཚབ་ དབང་ཆ་  
ཡང་ན་ རྒྱབ་ས་ཚོལ་མེད་པ་ ཚུལ་ མིན་གྱི་ དབང་འཛིན་ཅིག་གི་འོག་ལུ་སྲོད་དགོ།

ཐོམ་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་གི་དབང་ཆ་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཅིག་ནང་ དབང་ཚད་ ཕྱིར་སྲེལ་འབད་འདི་འདུག།  
གོང་གི་གནད་དོན་ཚུ་ནང་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཐོན་ཁུངས་ འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་འདི་དབང་ཆ་འདི་ ས་གནས་ལུ་སྲོད་པ་ཅིན་  
སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་འགྲུར་ བ་བསྟུན་ གནས་བསྐྱར་བཟོ་ཚུགས། སྤྱིར་བཏང་འདི་ཚུང་མིན་འདི་སྟེ་ལུ་ ལ་ལུ་ཅིག་ན་  
ས་གནས་ཀྱི་ས་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་ཚུ་ རང་སོའི་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་ཀྱི་ལུང་ཕྱོགས་ ཡང་ན་ གནས་སྤངས་ལུ་འབྲེལ་ཏི་བཟོ་ཚུགས།  
གཞུང་དང་ གཞུང་མིན་ཚོགས་པ་ཚུ་ གིས་ ཐོན་ཁུངས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚུ་གི་ གནས་གཞི་འགྲུར་འགྲོད་ཀྱི་ གནས་འགྲུར་  
བསྟུན་གནས་སྤངས་ལུ་འགྲུར་བ་བཟོ་ནི་གི་སྟོགས་ཐུབ་བཟོ་ནི་དོན་ལས་ ས་གནས་ནང་མི་  
གསལ་པ་གཞི་ཆགས་མི་ལས་རྟེན་འཐོན་པའི་བྱ་སྤྲུལ་མ་བདེ་ཚུ་བར་ན་ མཐུན་སྦྲིགས་ བཟོ་ནི་ཅིས་པའི་  
ས་གནས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་རྒྱན་གནས་བཟུག་ནི་དང་ ཡར་དྲགས་བཏང་ནི་ འདི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་ཚུ་ཨིན།

ཨིན་རུང་ བག་ཟོན་དང་ ཐབས་བྱས་བཅའ་ས་ནི་ཚུ་ རང་བཞིན་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་ འདི་ མི་སྡེ་གི་གནད་ཚད་དོན་སྲིན་ཅན་དང་  
འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོག་ལས་སྲོད་ནི་དོན་ལས་ ལག་ཆེ། རང་བཞིན་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་ ས་གནས་ཀྱི་གནད་ཚད་ལུ་སྲོད་པ་ད་  
སྲིད་བྱས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་དང་ དཀའ་ངལ་ཚུ་བྱུང་སྲིད། གནད་དོན་ཚུ་དངས་ལེན་ འབད་དེ་ དཀའ་ངལ་སེལ་དགོ་པ་ཚུ་ཡང་

- དབང་ཚད་ཆ་ཤས་ཅིག་སྲོད་ནི་འདི་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་དོག་པ་ ཡང་ན་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་ལུ་  
དབང་ཆ་འོས་འབབ་ཅན་སྟེ་སྲོད་མ་ཚུགས་པ། ༡༧༧་ཨ་ བལྟ།
- ཚབ་ཚེན་གྱི་དུས་ལུ་གདོང་ལེན་འབད་ནི་དོན་ལས་ ཡུན་བརྟན་མིན་པའི་ཐོན་ཁུངས་ ལག་ལེན་འཐབ་བཟུག་ནི་དོན་ལས་  
རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ལྷན་ཁག་ཚུ་ལས་ བཅོག་འཐུ་ འགྲུབ་པའི་ ས་གནས་ཀྱི་འགོ་འཁྲིད་པ་ཚུ་འགྲུར་ སྲིད་འབྲེལ་ལས་ཨེབ་ལྷགས་  
འབྱུང་ཉེན་འོང།
- གཞུང་དང་ ས་གནས་ཀྱི་ལས་སྡེ་གསལ་པ་ཚུ་ དེ་ལས་ མི་སྡེ་གི་འབྲུས་མི་ཚུ་ལུ་ འགན་ཁྲི་མེད་པ།
- དབང་ཆ་ཚུ་ཚུ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་འབྲེལ་ ས་གནས་ཀྱི་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ ཉེན་ སུང་དང་ལྷན་སྟེ་སྲོད་ནི་དང་  
ལྷན་ཁག་གིས་དབང་ཆ་སྲོད་ནི་ལུ་ཚད་འཛིན་བཟོ་ནི་ གི་ཐབས་ལམ།

༤༦ གནས་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དོན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



- ལས་སྡེ་གི་ཚད་གཞི་དང་ ལྷོགས་སྲུབ་དང་བསྟུན་ དབང་ཚད་སྡོད་ནི་ལུ་ འོས་ འབབ་ཅན་གྱི་འགན་ཁུར།
- དང་མཉམ་མེད་པའི་ སྲུང་སྲོལ་གྱི་གཙུག་སྡེ་དང་ དབང་འཛིན།
- ས་གནས་གྱི་ རིགས་ཡུལ་ ཚོས་ལུགས་ལས་རྟེན་ཏེ་ ཞན་པའི་རིགས་ཚུལ་པའི་ སྡེ་ཚན་མཉམ་ཚུང་ཚུ་ སྲུང་སྲོལ་འབད་ནི།
- དབང་ཅན་མི་ཚུ་གིས་ རང་དང་རང་གིས་ཉེ་མཚན་ཚུ་གི་དོན་ལས་ ཐོན་ཁུངས་ཚུ་ འབག་སྟེ་ མི་སྡེ་གི་འབྲུག་མི་ཡོངས་ལུ་ཐོན་ཁུངས་ཉུང་སུ་ཅིག་ལས་མ་བཞག་པ་ དམངས་གཙོའི་གཞུང་སྲོལ་ལུ་གཞོན་ནི།
- གལ་སྲིད་ས་གནས་གྱི་གཞུང་གིས་ མཐའ་འཁོར་སྲུང་སྲོལ་འབད་ནི་ལུ་ རླུང་ཤོར་བ་ ཅིན་ གཞུང་ལྟེ་བ་ལས་འདི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་སྲིད་སྲིད་སྟེ་མཛད་དགོ།
- སྐྱེར་གྱིས་ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྲོལ་འབད་ནི་འདི་མཉམ་ཚུང་ཚུ་ས་གནས་ལུ་གནང་ནི་གི་ཚབ་མ་ཕྱིལ་བུ་སྟེ་མི་བཏུབ།
- མཐའ་འཁོར་གྱི་གནས་ཚད་ཉུང་སུ་ཚུ་མཉམ་ཚུང་ཚུ་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་བསྟུར་སྲོལ་འབད་ནི།

གནད་དོན་འདི་ཚུ་མཉམ་ཚུང་ཚུ་གི་མཉམ་ཚུང་ཚུ་ལུ་གནང་ནི་ལུ་ མཐའ་འཁོར་སྲུང་སྲོལ་འབད་ནི་ལུ་ མཉམ་ཚུང་ཚུ་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་བསྟུར་སྲོལ་འབད་ནི་ལུ་ མཉམ་ཚུང་ཚུ་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་བསྟུར་སྲོལ་འབད་ནི་ལུ་ མཉམ་ཚུང་ཚུ་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་བསྟུར་སྲོལ་འབད་ནི་ལུ་ མཉམ་ཚུང་ཚུ་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་བསྟུར་སྲོལ་འབད་ནི་ལུ་ མཉམ་ཚུང་ཚུ་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་བསྟུར་སྲོལ་འབད་ནི་ལུ་ མཉམ་ཚུང་ཚུ་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་བསྟུར་སྲོལ་འབད་ནི་ལུ་ མཉམ་ཚུང་ཚུ་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་བསྟུར་སྲོལ་འབད་ནི་ལུ་ མཉམ་ཚུང་ཚུ་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་བསྟུར་སྲོལ་འབད་ནི།

- ༡་ ༢༠༠༨ལོ་ལོ་ནང་ ཨི་ལི་ནོར་ ཨོ་ས་ཀོ་མ་ལུ་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་གཞུང་སྲོལ་བསྟོན་གྱི་བཏགས་མ་ཅིག་གནང་ཅུག། འདི་ཡང་ དམངས་གྱི་ རྒྱ་གཞུང་གི་བདག་དབང་འགྲུང་ཨིན་ལས། དམངས་གྱི་རྒྱ་དངོས་གྱི་གཞུང་སྲོལ་ལུ་ཤོས་སྟེ་ནི་དོན་ལས་ ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྲོལ་གི་ དབང་ཚད་འདི་ ས་གནས་ལུ་སྡོད་པ་ད་ མོ་གི་བཟོ་བཀོད་གཞི་ཚུ་བརྒྱུད་འདི་སེམས་ལ་བཞག་དགོ། འདི་ཚུ་ཡང་
- ༡་ ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་ས་མཚམས་དང་ ཐོན་ཁུངས་ཚུ་འགྲུར་ག་གིས་དབང་ཚད་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ཚུ་ ཉིང་སངས་སྟེ་བཟོ་ནི།
- ༢་ ས་གནས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་ཚུ་ བཤོ་སྟེལ་འདི་དོན་ལས་ ལམ་ལུགས།
- ༣་ ཐོན་ཁུངས་བཤོ་སྟེལ་འབད་མི་ཚུ་ འགོ་དཔུག་ཚོད་ནི་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཚུགས་ནི་དོན་ལས་ དམངས་གྱི་གདམས་ལ་གི་ལམ་ལུགས།
- ༤་ ཐོན་ཁུངས་བཤོ་བཀམ་འབད་མི་གི་འགྲལ་ལས་ཨིན་མི་ ལྷ་རྟོག་པ་ཚུ་གིས་ ལྷ་རྟོག་དོན་སྐྱོན་ཅན་སྟེ་འབད་ནི།
- ༥་ ཚུད་ཉེགས་འདུམ་འགྲིག་འབད་ནི་དོན་ལས་ མ་དདུལ་ཉུང་མ་དང་ བཤོ་སྐབས་འཇམ་ཏོག་ཏོ་ཡོད་པའི་ཐབས་ལམ་ཚུ།

༡༡་༢ གནང་ཐབས་ཡོད་པའི་ས་གནས་དང་གཞུང་ལྗེ་བའི་དབང་ཚད།

ས་གནས་གཞུང་གིས་འགོད་ཐབས།	མཉམ་རུབ་གི་འགོད་ཐབས།	གཞུང་ལྗེ་བ་གི་འགོད་ཐབས།
ཐོན་ལུངས་ཚུ་བསྐྱུ་ལེན་འབད་ནི་ཉ་བཟུང་ནི་ཡང་ན་ག་བདའ་ནི་ཚུ་གི་གོ་བཅུག་ནི་དུས་ཚོད།	ཐོན་ལུངས་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་མི་སྡེ་ཚོན་ཚུ་ལུ་བགོ་བཀའ་འབད་ནི།	ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཐོབ་དབང་དང་ཉེན་སྲུང་ཚུ་བསྐྱར་སྦྱོང་འབད་ནི།
འབྲུལ་ཆས་དང་ཐོག་བསྐྱུ་ནིའི་དུས་ཚོད་རྩིས་པའི་ཐོག་བསྐྱུ་ནི་ཐབས་ལམ།	ས་གནས་གི་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་ན་དང་མཉམ་དང་དམངས་གཙོའི་འབྲུས་མི་ཡོད་མེད་གི་བརྟག་ཞིབ།	འགོ་བ་མིའི་དབང་ཆ་ཚུ་བསྐྱར་སྦྱོང་འབད་ནི།
ཐོབ་ལམ་གི་འབྲུས་དང་རྒྱུ་རིམ་གི་གཞི་རྩུབ་ཉེས་ཆད་བཟོ་ནི།	མི་མང་འབྲེལ་གཏོགས་དང་གདངས་བསལ་གི་དགོས་མཁོ་ཚུ།	དྲགས་པའི་ཐོག་ལས་ཐོན་ལུངས་ཉེན་སྲུང་དང་དམ་འཛིན་འབད་ནི།
གནས་མ་གནས་གི་ལྷ་རྟོག་དང་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་པའི་ཚུལ་སྟོན་ཚུ།	བཏོན་རུང་བའི་ཐོན་ལུངས་གི་བསྐྱུལ་ས།	རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆིངས་ཡིག་ཚུ་གི་འབད་དགོས་ཚུ་དང་གནས་མ་གནས།
ཐོན་ལུངས་ཚུ་སྐྱར་ལོག་འབྱུང་ནི་དོན་ལས་གནས་སྐབས་གི་སྲུང་སྦྱོབ་གི་ས་གནས་རོས་འཛིན།	དམིགས་བསལ་གི་གནས་བྱིན་གི་ལས་འགུལ་ཡང་ན་སྐྱེ་སྡེའི་ལས་སྡེ་ལས་རྩིས་པའི་མ་དདུལ་གི་གདམ་ཁ།	རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཛུལ་མི་མི་རྣོབ་གི་འགོད་ཐབས།
སྲུང་སྦོལ་ཡང་ན་	འཛིག་ཉེན་ཅན་གི་སེམས་ཅན་གི་དོན་ལ	རྒྱལ་སྤྱིའི་མཐའ་འཁོར་གི་དཀའ་ངལ་བ

༤༠ གནས་གཤིས་འབྱུར་བའོད་ན་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱེ་ལྡན་སྐྱོང་མཐུན་འབྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ཁྲིམས་དོན་དང་གྲིང་བྱུས་གི་ཡིག་ཆས།

ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཀྱིས་དབང་བའི་ཐོན་ལུ ངས་ལག་ལེན་དང་ ཐོབ་དབང་།	ས་འགོད་ཐག།	སལ་འཐབ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་འགྲུབ་འགོད་ཐ ག།
---	------------	--

གནས་གཞི་གནས་སྤངས་ཀྱི་འགྲུབ་དང་བསྐྱེད་ཏེ་བསྐྱུར་བ་བཟོ་ནི་གི་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོད་གི་དོན་ལུ་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་གིས་  
 ལག་ཆེ་བའི་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་༢ སལ་ དགོ་ དེ་ཡང་

- ༡་ གཞུང་ལྗེ་བ་ལས་བར་དཀོགས་མེད་པར་ གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་བའི་བསྐྱུར་བ་བཟོ་ བྱི་དོན་ལས་  
 དུས་འགོད་ལས་ལེན་དགོ་པའི་གོ་སྐབས་ཐག་ཚུ་བཅད་ནི་ཀྱི་བགོ་སྐབས་ཚུ་ ས་ གནས་དང་ མི་སྡེ་གི་ཐོན་ལུངས་འཛིན་སྐྱོད་པ་ཚུ་ལུ་སྐྱོད་དགོ།
- ༢་ ཐོན་ལུངས་འཛིན་སྐྱོད་པ་ཚུ་གིས་ཁྲིམས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འབད་དོག་ཤེས་ནི་དོན་ལས་ མི་སྡེ་གི་ནང་འཁོད་ན་དང་ བར་ན་  
 ཐོན་ལུངས་ལུ་བགོ་སྐབས་འདྲ་མཉམ་སྡེ་བྱིན་དོག་དང་ གོ་སྐབས་ཐག་བཅད་ནི་ནང་ གཞུང་སང་དང་མི་གི་གཤམ་གཏོགས་ཡོད་མེད་  
 ས་གནས་ཀྱིས་ གཞུང་གི་གོ་སྐབས་ཚོད་ལས་བརྟེན་ཉམ་རྒྱུད་འབྱུང་མི་ཚུ་ལུ་ མཐོ་གཏུགས་འགྲོ་ས་ཚུ་ཡོད་ མེད་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་དགོ།
- གོང་གི་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཚུ་སལ་ཐབས་ལུ་ ཐོན་ལུངས་འཛིན་སྐྱོད་གི་གོ་སྐབས་ཐག་ཚུ་ དབྱེ་ལག་བཟོ་བ་ཅིན་ སན་པ་འོང།  
 གོ་སྐབས་ཐག་གི་དབྱེ་ལག་༣ སྡེ་དོས་འཛིན་འབད་ཚུ་གས་ པས་ ༡་ ས་གནས་ཐོན་ལུངས་འཛིན་སྐྱོད་པ་ཚུ་གི་ གདམ་ཁ་ནང་ཡོད་མི།
- ༢་ གཞུང་ལྗེ་ས་དང་ ས་གནས་གཞུང་སྲི་རུབ་ཐོག་ལས་གནང་དགོ་པའི་ གདམ་ཁ།
- ༣་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚད་ནང་ སལ་དགོ་པའི་གནད་དོན།

༡༡.༥ མ་ལས་ནང་ གནས་བསྐྱུར་དང་བསྐྱེད་ མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོད།

གནད་དོན་གཚོ་བོ་ ས་གནས་དང་ གོང་གསལ་གྱི་ཐོན་ལུངས་འཛིན་སྐྱོད་ཚུ་ གནས་བསྐྱུར་དང་བསྐྱེད་འདི་འོང་ནི་སྐོ་སྐབས་ཡོད་པ་  
 ལས་ གནས་གཞི་འགྲུབ་ལས་བརྟེན་གནས་བསྐྱུར་གྱི་སྲིད་བྱུས་ཚུ་ བཅོམ་ནི་དང་ ལག་ལེན་མ་འཐབ་པའི་སྲ་གོང་ལས་ འཛིན་  
 འབད་སྲོལ་ཡོད་མི་ཚུ་ བརྟེན་ཞེས་འབད་ནི་འདི་ལག་ཆེ།

༧༠ གནས་གཞི་ས་འགྲུབ་བཟོ་དན་ རྒྱུ་ལྷན་རིགས་སྤེལ་འཛིན་སྐྱོད་མཐུན་འགྲུབ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

སྐྱེ་ལྷན་རིགས་པའི་གནས་སྤངས་ལུ་བསྐྱར་བ་དང་བསྐྱུན་བསྐྱུས་བཅས་བཟོ་ནི་གི་དབྱེ་ལག་ཆེད་ཀྱི་ཉེ་ཅིག་  
ཨམ་འུ་ལའི་ས་གནས་མ་ལས་ལུ་འདུག། མ་ལས་ཀྱི་ཞིབ་འཇོལ་པ་ཚུ་གིས་འཛིན་སྐྱོང་གི་རིམ་པ་འདི་གཡུས་དང་  
གཡུས་ཚན་གྱི་ནང་འཁོད་ནང་ལུ་འཕྲོགས་ཀྱི་རིམ་པ་སླེ་རིམ་འཛིན་འབད་ཅུག།

### གཡུས་ཀྱི་རིམ་པ།

གཡུས་ཀྱི་རིམ་པ་ན་དམངས་ཀྱི་དབང་བའི་ཐོན་ལུངས་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་དོན་ལས་

- ཐོན་ལུངས་ལུ་ཐོབ་དབང་གི་དུས་ཚོད་དང་ཐོག་བསྐྱུ་ནི་འུ་ཐབས་ལམ་ཐོབ་དབང་  
འདི་ག་གིས་སྐྱོད་ནི་ཨིན་ན་ཚུ་གི་འགྲུར་དུས་ཚོད་སྐབས་བདེ་ཉེ་ག་ཉེ་ཅིག།
- བསྐྱར་སྐྱོད་འབད་མི་ལས་ཚབ་འདི་གིས་ཐོན་ལུངས་ལྟ་རྟོག་འབད་ནི་དང་ཁྲིམས་འགལ་པ་ཚུ་ལུ་ཉེས་པ་བཀའ་ནི།
- ཉེས་པ་གི་ཚབ་ཆེན་དང་བསྐྱུན་ཉེས་ཆད་དང་ཉེས་ཁྲིམས་ཚུ་ཕབ་སེང་འབད་ནི།
- མི་སྡེ་ནང་ཡོད་པའི་གཙུག་སྡེ་ཅིག་ལུ་ལམ་ལུགས་ཚུ་བསྐྱར་བཅས་འབད་ནི་དབང་ཚད།

### གཡུས་ཚན་གྱི་ནང་འཁོད་ཀྱི་གནད་ཚད་ནང་།

མ་ལས་ནང་སྤྱིར་དབང་གྱི་ཐོན་ལུངས་གཡུས་ཚན་ནང་འཁོད་ནང་འཛིན་སྐྱོང་འབད་བ་ཐངས་ཚུ་ཡང་ཐོན་ལུངས་དམ་འཛིན་དང་  
ཐོབ་དབང་ལེ་ཤ་སླེ་འབད་ནི།

ས་ཉིལ་གྱི་ལུང་ཕྱོགས་ནང་ལུ་ཚུད་ཉ་བཟུང་སའི་ས་གནས་ཚུ་མི་སོ་སོར་གི་བདག་དབང་ལུ་ཨིན། འདི་དང་འབྲམ་སླེ་ཚུ་ཉི་གཤམ་དང་  
ཚུ་ཉི་ནང་ཡོད་པའི་སྤོ་ཤིང་ཚུ་ལུ་ཡང་བདག་པོ་སོ་སོར་སླེ་འདུག། ཚུ་ཉི་ཅུ་དང་འདི་བསྐྱེད་པའི་ས་གཞི་གཉིས་བདག་དབང་སོ་སོར་སླེ་ཡོད།  
ལམ་ལུགས་འདི་གིས་ས་ཆ་ཡང་ན་ཚུ་ལུ་བདག་དབང་བཟུང་མི་ལེ་ཤ་སླེ་ཡོད་མི་འདི་རིམ་འཛིན་འབད་མ་ཨིན།  
བདག་དབང་གི་ལམ་ལུགས་འདི་བཟུམ་ག་འདེ་སླེ་འབྲུང་ཡི་ག་ཚུ་ཞིབ་འཇོལ་འབད་དགོ་པ་འདུག།

དབང་ཚད་གཡུས་ཚུ་ལས་མེན་པའི་མི་རིམ་ཚུ་ལུ་ཐོན་ལུངས་ཀྱི་གོ་ས་ཐག་འཛོད་ནི་ལུ་དམིགས་བསལ་གྱི་དབང་ཚད།

གནས་སྤངས་ལུ་ལུ་ཉེ་ག་ནང་ཐོན་ལུངས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་དང་ཐོན་ལུངས་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཡང་ན་ཚུ་སོ་སོར་སླེ་ཨིན་པས།

༧༡ གནས་གཤམ་འབྲུར་བཟོ་དན་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འབྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ཁྲིམས་དོན་དང་མི་དབྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

གཡུས་ལག་ནང་འཕོད་ནང་གི་གཙུག་སྡེ་ཚུ་གིས་ ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་མཉམ་འབྲེལ་སྡེ་ འབད་ནི།

གཡུས་མཚན་གྱི་གནས་ཚད་ནང་གི་ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་བསྐྱུང་སྡེ་ གཡུས་མཚན་ལག་ གི་གནས་ཚད་ནང་ཡང་  
ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་བསྐྱར་སྐྱོད་འབད་ནི་དོན་ ལས་ ལམ་ལུགས་དགོ།

**ལུང་ཕྱོགས་གྱི་གནས་ཚད་ནང་།**

ལུང་ཕྱོགས་གྱི་གནས་ཚད་ནང་ གནས་གཞི་འགྲུར་འགྲོད་གྱིས་ མི་སྡེ་ཐོན་ཁུངས་འཛིན་ སྐྱོང་གིས་སེལ་མ་ཚུགས་པའི་  
དཀའ་ངལ་ཚུ་འཐོན་འོང། འདི་གིས་སྡེ་ མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་ གི་གཙུག་སྡེ་ཚུ་གིས་ དཀའ་ངལ་ཚུ་སེལ་འབབ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་ལུ་  
འགན་ཁུར་ སྤོམ་རང་གཞུང་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན། གཙུག་སྡེ་འདི་ཚུ་ཡང་

ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་འབད་མི་ སུར་ལས་ས་གནས་དང་གཡུས་ཚན་འདི་རྒྱད་འགྲོ་མི་ ཕྱི་ཁ་ལས་ཨིན་མི་ཚུ་གི་བར་ན་ རྟེན་འཇགས་གི་  
མཐུན་འགྲིག་བཟོ་ནི།

ཕྱི་འཛིན་ནང་ན་འཇུག་ད་གི་ དཀའ་ངལ་སེལ་ནི་དོན་ལས་ འབྲུན་འགྲིག་འདི་ བྱ་སྐྱེད་ གཏང་ཚོག་ དབྱེ་སྡེ་བ་ཅིན་ མ་ལས་ན་  
ཡུན་བརྟན་མེད་པའི་འཕུལ་ཆས་ཚུ་ བཀག་འཛིན་ འབད་ཡོད་ ། ཉ་ཅོ་མེད་བཏང་ནི་ཞུས་པ་ཡོད་པའི་ རྩ་བཀག་འཛིན་འབད་ཡོད་ །  
ཡོད་ ། དང་ རོར་སྐར་ཅིས་པའི་ རོར་ལྷུ་འགྲོ་སའི་ལམ་བཟང་འདི་ སོ་ནམ་གྱི་ལཱ་བཀག་འཛིན་འབད་ནི། གནས་གཞི་འགྲུར་འགྲོད་ལས་བརྟེན་  
རྟེན་འཇགས་གྱི་དོན་ལས་སྡེ་ མི་ཚུ་སྐྱོད་གནས་ མེད་པ་བཟོ་བའི་དཀའ་ངལ་འདི་ སུར་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་གིས་སེལ་ཚུགས་པ་ལཱ་ལག་འོང་  
ནི་ཨིན་མ་ལས་ གཞུང་གི་འདི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འདི་ལག་ཆེས་སྡེ་འཐོན་འོང།

རོར་འཚོ་མི་དང་ ཉ་རོགས་པ་ དེ་ལས་གཞན་ཕྱི་ཁ་ལས་འོང་མི་ ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་བ་ ཚུ་  
ས་གནས་གྱི་ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་འམ་ལུགས་ཉ་ལོ་ནི་དང་ འདི་ལུ་གནས་ བེ་དོན་ལུ་ ལག་ཆེ་བའི་ལཱ་སྤྲོ་ཚུ།

གནས་སྐོ་འོང་མི་ཚུ་ ཐག་རིང་ས་གི་ལུང་ཕྱོགས་ནང་ལས་འོང་ནི་དང་ འདི་ལས་བརྟེན་ ས་གནས་གྱི་ཁྲིམས་ཚུ་ཉ་མི་གོ། འདི་དང་འབྲམ་སྡེ་  
ས་གནས་གྱི་མི་ཚུ་གིས་ གནས་སྐོ་ འོང་མི་ཚུ་གི་ ལུགས་སྲོལ་ཚུ་ཉ་མ་གོས་ལས་ ཚུལ་མཐུན་སྡེ་འབྲེལ་བ་འབབ་མི་ ཚུགས།  
གཞུང་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལཱ་སྤྲོ་ཚུ་ཡང་

- ས་གནས་ན་གསར་པ་འོང་མི་ཚུ་ལུ་ ལམ་སྲོལ་འགྲུར་གོ་བཟང་སྐྱོད་ནི་དང་  
ཐོན་ཁུངས་གྱི་དཀའ་ངལ་ཚུ་མ་འཐོན་པའི་སུ་གོང་ལས་སེལ་ནི།

ལ༢ གནས་གཞིས་འགྲུར་བཟོ་དན་ རྐྱེ་ལྷན་རིགས་སུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་གྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

- མཐུན་འབྲིག་དང་ འགན་ཡིག་གསར་བཟོ་ནི་དོན་ལས་ ས་གནས་ཀྱི་མི་ཚུ་དང་ གནས་སྤོང་མི་ཚུ་གི་བར་ན་  
ཞལ་འཛོམས་འགོ་འདྲན་འཐབ་ནི།
- གཞོན་འཚོ་ཚུ་འབྲུང་མི་བཅུག་ནི་དོན་ལས་ ཚུད་ཉེགས་ཚུ་གལ་སྲིད་འཇུག་ནི་ འདི་ལུ་ དང་བདེན་ཐོག་ལས་འབད་ དེ་ལས་  
ས་གནས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ འོས་བབས་དང་བསྐྱུན་དངས་ལེན་འབད་དགོ།

སྐབས་མ་བདེ་བའི་སྐབས་སུ་ གནས་སྤོང་མི་ཚུ་ལུ་ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ལས་ ཡངས་ཆ།

མ་ལས་ཀྱི་གཡུས་ཚན་ཚུ་ནི་ སྐབས་མ་བདེ་བའི་སྐབས་སུ་ གནས་སྤོང་མི་ཚུ་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ལས་ ཡངས་ཆ་འདུག།  
འདི་བཟུམ་མའི་གནས་སྐབས་འདི་ཡང་ གནས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྐབས་ ཚུ་དུང་ཡང་ན་ རྐྱེམ་ཐེན་ཚུ་ཨིན།

༩༢ གནས་གཞིས་འགྲུར་བཤོད་ན་ རྐྱེམ་ཐེན་མིགས་སུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཤོད་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



- གནས་གཞི་བསྐྱར་བ་དང་བསྐྱུན་ གནས་སྤངས་ལུ་བསྐྱར་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱི་བཟོ་བཀོད་ནང་བཅུག་ནི།
- སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་གནས་ཚུ་གི་བརན་ འབྲུག་འབྲེལ་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ནི།
- འབྲུག་བའི་གནས་སྤངས་བཟོ་ནི་ལུ་ མི་སྡེ་གི་འགན་ཁག་དང་ འདི་གི་ བན་པ་བཀོ་བཤའ།
- ས་མཚམས་འགལ་ཉེ་དང་ རྒྱལ་སྤྱི་གི་གནས་ཚད་ནང་ཡོད་པའི་སྤང་སྐྱོབ་ ཀྱི་ས་གནས་དོན་ལུ་མཉམ་འབྲེལ།
- ས་མཚམས་འགལ་ཉེ་ཡོད་པའི་རིགས་སྤྱི་དོན་ལུ་གྱི་མཉམ་འབྲེལ་དང་ སྤྱི་དབུས་ ཀྱི་དོམ་ལེན།

༡༢.༡ སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱི་བཟོ་བཀོད་ནང་ གནས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་གདོང་ལེན་ ཚུ་བཅུག་ནི།

གནད་དོན་གཙོ་བོ་ སྤྱི་དབུས་བཅའ་སྲིད་མི་ཚུ་གིས་ སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་གནས་དོམ་འཛིན་འབད་མཇུག་ དབྱེ་རིམ་ཕྱེ་སྟེ་འབད་དགོ།  
 དོམ་འཛིན་འབད་མི་ས་གནས་ཚུ་ ལྷོ་བས་ཅིག་སྟེ་བཟོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱི་འབྲེལ་ཁ་ཚུ་དགོ།

སྤྱི་དབུས་འགན་ཁག་སྤྱི་ཚུ་གིས་གནས་གཞི་འབྲུག་འགོ་དུ་ གནས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དོན་ལས་  
 སྤྱི་དབུས་ཀྱི་དགོས་དོན་དོམ་འཛིན་དུ་ཡོད་པའི་སྤང་སྐྱོབ་ས་གནས་འཛུགས་ཁ་ ས་ཚུ་ འབྲོང་བསྐྱེད་ནི་འདི་ཨིན།  
 སྤྱི་དབུས་བཅའ་སྲིད་མི་ཚུ་གིས་ སྤང་སྐྱོབ་ས་གནས་ཀྱི་ བཟོ་ བཀོད་སྤྱི་གསལ་ད་ རིམ་འབྲུག་ཀྱི་གནད་དོམ་སྟེ་  
 འགོ་སྤྱོད་པའི་ས་གནས་ཚུ་ཚུད་པ་སྟེ་ འབད་དགོ། ས་གནས་འདི་ཚུ་དོམ་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་ ལུང་ཕྱོགས་དང་ ས་གནས་ཀྱི་  
 འབྲེལ་ཆས་དྲག་ཤོས་ཚུ་ལས་བརྟེན་འབད་ཚུགས། མ་འོངས་པའི་སྤང་སྐྱོབ་ས་གནས་དོམ་ འཛིན་འབད་ནི་ལུ་  
 སྤྱི་དབུས་འགན་ཁག་པའི་མཚན་རིག་གིས་ གཙོ་རིམ་ཚུ་བཀོད་འདི་འདུག།

- ཉམས་གསོ་གི་དམིགས་ཡུལ་འདི་ མ་འོངས་པའི་དོན་ལས་བཅའ་སྲིད་དགོ་ ལུ་འག་སྟེ་བཅའ་སྲིད་པའི་ཉམས་གསོ་གི་ལུ་ཚུ་  
 གནས་གཞི་གནས་སྤངས་ཀྱི་ ཉམས་གསོ་གི་ས་འོངས་ ཡང་ན་ ཉམས་གསོ་གི་དམིགས་ཡུལ་འདི་ བརྩེ་འཛོག་  
 མ་འབད་བཅིག་འདི་དོན་སྤྱི་ཅན་སྟེ་འབད་མི་ཚུགས།
- སྤྱི་དབུས་གནས་སྤངས་ཀྱི་རིམ་ལུགས་སྤང་སྐྱོབ་དང་འདི་དགོས་མཁོ་ རིགས་སྤྱི་གཅིག་རྒྱུ་མཉམ་ཅིག་ཉམས་སྤང་འབད་མི་འདི་གིས་  
 སྤྱི་དབུས་རིགས་སྤྱི་ རིམ་ལུགས་དང་ འདི་ཚུ་གིས་གནས་གཞི་འབྲུག་འགོ་དུ་གདོང་ལེན་ལུ་བཟོ་འོང། རིགས་སྤྱི་གཅིག་ཅིན་རུང་  
 རིམ་ལུགས་འདི་གི་སྤྱི་ཁ་ཨིན། རིགས་སྤྱི་གཅིག་མེན་ བར་ སྤྱི་བཏང་སྟེ་སྤང་སྐྱོབ་འབད་བཅིན་  
 རིགས་སྤྱི་ལེ་ཤ་ཅིག་སྤང་སྐྱོབ་འབད་ ཚུགས་པ། གནས་སྤངས་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ འག་ཆེ་བའི་རིགས་སྤྱི་གཅིག་སྤང་སྐྱོབ་  
 འབད་མི་ལས་བརྟེན་ སྤྱི་དབུས་རིགས་སྤྱི་གི་རིམ་ལུགས་སྤྱི་བཏང་སྤང་སྐྱོབ་ འབད་ནི་ལུ་ཕན་པ་ཡོད། དཔེར་ན་

༧༥ གནས་གཞི་འབྲུག་འགོ་དུ་ སྤྱི་དབུས་རིགས་སྤྱི་འཛིན་སྤང་སྐྱོབ་འབྲུག་བཟོ་ནི་ལུ་ མི་མས་དོན་དང་སྤྱི་དབུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



ལམ་རིག་གི་སྒྲིབ་མོ་ཆེ་སྤྱད་སྐྱོབ་འབད་ནི་ལུ་ ས་ཆ་ལེ་ཤ་དགོཔ་ལས་ འདི་གི་སྤྱོད་ ມິགས་སྤྱོད་མོ་མོ་ར་ལེ་ཤ་ར་སྤྱད་སྐྱོབ་འབད་ ཚུགས་ཅུག།

- རིགས་སྤྱོད་སྤྱོད་གནས་སྤྱོད་ཚོགས་ཚུ་སྤྱད་སྐྱོབ་འབད་དགོ་ རིགས་སྤྱོད་ གནས་ གཞི་འགྱུར་འགྲོད་ཀྱི་གདོང་ལེན་འབད་ནི་དོན་ལས་ སྤྱོད་གནས་མོ་མོ་ར་ནང་གནས་ སྤྱོད་སྤྱོད་མོ་མོ་ལོང་། འདི་གིས་སྤྱོད་ རང་བཞིན་གྱི་མི་སྤྱོད་ གཞུང་ཚུ་གིས་ འདི་ བཟུམ་མའི་ རིགས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་ས་གནས་སྤྱད་སྐྱོབ་འབད་དགོཔ་འདི་ལག་ཆེ།
- གནས་གཞི་ལས་བརྟེན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་བཅོལ་པ་ཚུ་ཉམས་སྤྱད་དང་ ཐོབ་དབང་ལེགས་ མོམ་བཟོ་ནི་ ས་གནས་འདི་ཚུ་ རང་མོ་འི་སའི་ཆགས་ཚུལ་དང་ རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུན་ བརྟེན་གྱིས་སྤྱོད་ གནས་གཞི་འགྱུར་འགྲོད་ཀྱིས་ས་གནས་འདི་ཚུ་ལུ་ འགྱུར་བ་ཚུ་མི་ འགྱུར་ནི་ཨིནམ་ལས་ ས་གནས་འདི་ཚུ་སྤྱད་སྐྱོབ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་གཞི་འགྱུར་ འགྲོད་ཀྱི་གདོང་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ཕན་པ་འོང་།

སྤྱད་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་གནས་ཚུ་ག་སྤྱོད་ ག་འདེ་སྤྱོད་སྤྱོད་འབད་ནི་ཨིན་ན་གི་དོན་ལས་ སྤྱི་དབུས་དང་ ཁྲིམས་དོན་དབང་འཛིན་ཚུ་ ཁོང་རང་གི་ སྤྱོད་སྤྱོད་རིགས་སྤྱོད་ཚུ་གི་ དམིགས་ཡུལ་ཚུ་ཕན་གོད་ག་འདེ་སྤྱོད་ཡོད་ག་ཚུ་བལྟ་དགོ།

འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་ གཤམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དཔེ་སྟོན་ལོན་འཆར་སྤོད་དེ་གིས་ གོང་འཕེལ་གྱི་མི་སྤྱོད་ཚུ་ལུ་ འཛམ་གླིང་གི་གནས་གཤིས་དང་ གནས་གཤིས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་སྤྱད་ཚུ་ མགྲོགས་པ་དང་ གྲུ་སྤྱོད་ཐོག་ལུ་ འཕོ་བ་ཚུ་གསལ་བཟོ་ཨིན། ཡོངས་འབྲེལ་ས་ཁོངས་དེ་གིས་ ལག་ལེན་པ་ཚུ་ལུ་ དུས་ནམ་རང་ཨིན་རུང་ འཛམ་གླིང་གི་ས་ཁོངས་ ག་ཉེ་ཨིན་རུང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོ་ མིག་དཔེ་ལྷན་འབྲེལ་དང་ སྤྱོད་རབས་གནས་གཤིས་ལྟོ་རྟོག་ རང་བཞིན་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་གནད་སྤྱད་ ལོ་ཐོག་གི་ཐོན་སྐྱོད་སྤྱོད་བཤད་ མི་སྤྱོད་དཔལ་འགྱུར་གནད་སྤྱད་ལ་སོགས་པའི་ བརྟེན་ཚུ་ ཐོབ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་པ་བཟོ་ཨིན། <http://sdwebx.worldbank.org.climateportal/>.  
 རར་ལྷན་གྱི་ མཐའ་འཁོར་དང་ རང་བཞིན་ཉམས་སྤྱད་ རུལ་སྤོན་ཉམས་སྤྱད་ལྷན་ཁག་གིས་ གནས་གཤིས་ཀྱི་གོད་པ་ཟེར་མི་ འཛམ་གླིང་དང་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ མཐུན་འགྱུར་རྒྱུ་སྤྱོད་སྤྱོད་གནས་ཅིག་ བཟོ་བའི་བསྐྱར་ཡོད། [www.ci-grasp.org](http://www.ci-grasp.org).  
 མིག་དཔེ་དེ་ཚུ་ལས་ ལྷན་འབྲེལ་ལེགས་ཤོམ་གྱི་ འོས་འབབ་ཡོད་རུང་ བྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་བཤེས་ཡང་ ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ལས་ དུན་པ་བཏོན་ཐོག་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། སྤྱོད་སྤྱོད་གནས་གཤིས་ཀྱི་ མིག་དཔེ་ལག་ལས་འཐབ་མི་ཚུ་གིས་ འགྲོ་བ་མིའི་བྱ་བ་ཚུ་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནི་ལུ་ བརྟེན་འཛིན་འབད་དེ་ སྤྱད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ གནས་སྤྱོད་འགྲུལ་ལམ་གྱི་ འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི་ལུ་ ཁྲོམ་སྤྱོད་འཆར་གཞི་ བཟུམ་མི་ཚུ་དང་མཉམ་གཅིག་ ལུ་འབད་དགོ། དཔེར་ན་ མ་དག་སྤྱོད་ཀར་གྱི་ མིག་དཔེ་དེ་གིས་ མ་འོངས་གནས་གཤིས་འགྱུར་བའི་གནས་སྤྱད་སྤྱོད་ སྤྱད་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་ ཕན་ཐོགས་ཆེ་ཤོས་དེར་ སོ་ནམ་གྱི་ཐོན་སྐྱོད་

༧༩ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོ་ སྤྱོད་སྤྱོད་རིགས་སྤྱོད་ཚུ་འཛིན་སྐྱོབ་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

དཔག་ཤོས་ཡོད་ས་ཚུ་ནང་ འོང་ནི་ཡིན་པའི་ སྲོན་བཤད་འབད་ཅུག། ཡོན་ཏན་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འཆར་གཞི་བརྩམ་མི་ཚུ་གིས་ ས་ཁོངས་དེ་ལུ་  
 ཞེབ་ཤུགས་སྲོམ་ མ་བྱུང་པའི་སྲོན་ལས་ ཚད་ལྡན་བེད་སྲོད་ཀྱི་ གོ་སྐྱིལ་འབད་ཚུགས་ནི་ཡིན་མས།

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ཀྱི་སྐབས་གནམ་ཚུ་ ཉམས་སྲུང་དང་ འཛུལ་ཞུགས་ཡར་དཔག་གཏང་ནི་: ས་གནས་དེ་ཚུ་  
 ཆགས་ལུལ་དང་ རང་བཞིན་བཅོན་ཐབས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ཀྱིས་ འགྱུར་བ་དུམ་གྲ་ལེ་ལས་བཀལ་  
 འབྱུང་མི་ཚུགས། ས་གནས་དེ་ཚུ་ ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དེ་གིས་ འཛུལ་གྲིང་ནང་གི་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ལུ་ཐུབ་པའི་  
 རིགས་སྣ་དང་ སྲོད་བཅུད་རིམ་ལུགས་ཚུ་ སྲུང་སྐྱོབ་འབད་ནིའི་ གོ་སྐྱབས་བཟང་པོ་ཡོད།

སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ ག་དེ་སྟེ་དང་ ག་ཏེ་ལུ་ གསར་བ་བཟོ་ནི་ཡིན་ན་གི་ སྲིད་བྱུས་དང་ ཁྱིམ་ས་ཀྱི་དབང་ཆ་ཚུ་  
 གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ཀྱིས་ ཁོང་གི་རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་ དམིགས་ལུལ་ལུ་ གཞོད་སྐྱོན་འབྱུང་ཉེན་ཚུ་  
 བཅུ་འཛོག་གི་ཐོག་ལས་ བདེ་དོན་སྲོད་དགོ། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རིགས་སྣ་ཚུ་  
 གནམ་སྲོ་རྒྱ་ཆེ་མ་འབད་ནི་ཡིན་མས་ལས་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྣ་ ཉམས་སྲུང་པ་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་  
 སྐྱེས་ལྷན་གནམ་གཤིས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་བསྐྱེད་ཏེ་ ཉམས་སྲུང་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ ད་སྟོ་ཡོད་པའི་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་  
 ཡེགས་བསྐྱར་འབད་ནིའི་ དབང་ཆ་སྲོད་དགོ་པའི་ གོ་ས་འཆར་བཀོད་པ་ཡིན་མས། ས་ཁོངས་གདམ་འབྱུང་འབད་ནིའི་ བྱ་རིམ་དེ་ཡང་  
 སྲུང་སྐྱོབ་ལུ་ག་པའི་ བན་ཅུས་ཅན་ བཟོ་དགོ་པ་ཡིན་མས། ཡིན་ཅུང་ ས་མཚམས་སྐོ་ཡངས་འབད་ས་དང་ འགྱུར་བ་འགྲོ་ས་ལུ་  
 སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཚ་གྲུང་ཁག་ཨ་ ཡོད། དང་པ་ར་ སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ དཀའ་ངལ་འབྱུང་ནི་ཡིན་མས། དེ་ཡང་  
 གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་དང་བསྐྱེད་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་ལུ་ ཉེ་མ་ཡོད་པའི་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ ཆ་མེད་གཏང་ནི་དང་  
 ས་ཁོངས་གསར་བ་ གཞི་བརྩམས་འབད་མ་ད་ བདག་སྐྱོང་གི་བྱ་རིམ་ལེ་ག་ཡོད་པ་ལས་ ལཱ་ཁག་རྒྱབ་ནི་ཡིན་མས་མ་ཚད་  
 སའི་ཚོ་བདག་ཚུ་ལས་ ས་ཆ་ལེན་ནི་དང་ འགོ་བའི་འཁྱེད་ཆགས་ གནམ་སྲོ་འབད་ནི་ལུ་ ཟད་འགོ་སྲོམ་ གནམ་ནི་ཡིན་མས།  
 དེམ་ཚད་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་གི་གནས་སྤངས་ དེས་མེད་ཐོག་ལུ་ འགྱུར་བ་སྲོམ་འགྲོ་ནི་ཡིན་མས། གཉིས་པ་ལུ་  
 རྫོན་པོའི་གནས་རིམ་ཅན་གྱི་དབང་ཆ་དམོག་ལས་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ས་མཚམས་ སྲོ་བཤུད་འབད་ནི་ལུ་  
 དབང་ཆ་དམོག་སྲོད་འབད་ནིའི་ཉེན་ཁ་འདུག། དཔེར་ན་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ལུ་ གཞོད་ལན་འབད་ཚུགས་པའི་  
 སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གསར་བ་ བཟོ་ནི་བཞག་སྟེ་ ཡོད་བཞིན་པའི་སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ གོང་འཕེལ་ལཱ་གི་དོན་ལུ་ ཆ་མེད་གཏང་ནིའི་  
 ཉེན་ཁ་འདུག། དེ་གིས་སྟེ་ དེ་བཟུམ་མའི་ལས་འཆར་ དང་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ ས་ཁོངས་གདམ་འབྱུང་བྱ་རིམ་ནང་  
 དུངས་གསལ་དགོ་པ་མ་ཚད་ འབྲེལ་གཏོགས་ཅན་དང་ དབང་འཛིན་པ་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་མིན་དང་ ཡོག་སྲོད་འབད་མི་ཚུ་  
 རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་པའི་ ལྷོགས་ཐུབ་ཡང་ དགོ་ནི་ཡིན་མས།

དེ་གི་དོན་ལུ་ བྱ་སྐབས་བདེ་བའི་ཐབས་ཤེས་གཅིག་ མ་ཁོངས་པར་ ཅུག་བརྟན་གྱི་སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་  
 གཞི་བརྩམས་འབད་ནིའི་འདོད་ཐོག་ལུ་ གནམ་སྐབས་ཀྱི་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་བཟོ་ནི་དེ་ཡིན། མ་དགའུ་ཀར་གྱི་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་  
 གཞི་བརྩམས་འབད་ནིའི་ སྐྱིལ་གཞི་དེ་ནང་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ གསར་བརྩམས་ཀྱི་དོན་ལུ་ བདག་སྐྱོང་གི་བྱ་རིམ་མང་རབས་

༩༦ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ན་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྣ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྱིམ་ས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



- **འགྲུལ་སྐྱོད་ཀླད་སྟེགས་**: འདི་རྒྱུ་གིས་ཡང་ འབྲུམ་གནས་བཟུམ་གྱི་ལཱ་འབདཝ་ཨིན་ཅུང་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གཉིས་སམ་ དེ་ལས་མངམ་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་མེད་པའི་ ས་ཁོངས་ནང་ཁྲུབ་མི་ འོས་འབབ་ཅན་གྱི་འབྲུམ་གནས་ མཚོ་གླིང་གི་རྣམ་པ་ནང་འབད་འོངམ་ཨིན། འགྲུལ་སྐྱོད་ཀླད་སྟེགས་གྱི་དོན་ལུ་ ས་ཆ་གངམ་མ་དགོཔ་ལས་ འགྲུལ་སྐྱོད་ལེ་ཤ་འབད་མི་ རིགས་སྤྱི་ དཔེར་ན་ བྱ་རིགས་དང་ ཡང་ན་ རྒྱུ་མ་གིས་སོན་སྟེལ་ཏེ་ འཇམ་ཏོང་ཏོང་འབད་ དང་ཁྲུབ་འགྲོ་མི་ སྤྱོད་ཤིང་བཟུམ་རྒྱུ་ སྤྱང་སྐྱོབ་འབད་ནི་ལུ་ འོས་འབབ་སྟོམ་ཡོད།
- **བར་གླིང་**: བར་གླིང་རྒྱུ་གིས་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གྱི་ ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ནང་ ལཱ་གཉིས་འབད་བཏུབ་ཨིན། བར་གླིང་རྒྱུ་གིས་ སྤྱང་སྐྱོབ་འབྲུམ་གནས་གཙོ་བོ་རྒྱུ་ནང་ ལྷི་ལ་ལས་བཅོམ་འཇུག་འབད་ནི་ལས་ བཀག་ཚུགས་པ་མ་ཚང་ རིགས་སྤྱི་རྒྱུ་ དེ་རྒྱུ་ནང་ན་ གནས་སྟོན་འབད་བཏུག་ནི་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་འབབ་པའི་སྐབས་ ཁོང་གིས་གནས་གཤིས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་དོན་ལུ་ བན་ཐོགས་ཅན་གྱི་ ལཱ་འབག་འབག་ཨིན།

མཐུན་འབྲེལ་ཟེང་མི་འདི་ རིགས་སྤྱི་རྒྱུ་ འགྲོ་བ་མིའི་ལས་རིགས་གྱིས་ བར་ཆད་མེད་པར་ ས་གནས་གཅིག་ལས་ གཞན་མི་གཅིག་ལུ་ འགྲོ་རྒྱུ་གས་མི་ལུ་སྤྲོབ་ཨིན།

ཐབས་ལམ་དེ་རྒྱུ་ ས་ཆའི་གནས་ལུན་ རྒྱུ་ཐོབ་དབང་ གླིང་སྟེ་བཟོ་ནི་དང་ འཆར་གཞི་བཟུམ་ནིའི་དགོས་མཁོ་ དམངས་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིམས་ལུགས་དང་ ཁྲིམས་ལུགས་གཞན་གྱི་ སྤྲིལ་བཀོད་ནང་འཁོད་ བཟོ་བཀོད་འབད་དགོ། གཞུང་གིས་ཡང་ དེ་བཟུམ་མའི་གནས་སྤངས་ནང་ དམིགས་གཏང་ཅན་གྱི་ སྤྲོ་གྱི་སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཆ་རྒྱུ་ ལག་ལེན་འབབ་ནིའི་ དབང་ཚད་སྤྱོད་ནིའི་ནང་ ཁྲིམས་ལུགས་ལག་ལེན་འབབ་ཚོགས། མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་རྒྱུ་ ལས་སྟེ་མང་རབས་ཅིག་གི་ ཐོན་སྐྱོད་འཛིན་སྐྱོང་གི་ ཁྲིམས་ལུགས་རྒྱུ་ནང་ གཅིག་སྤྱིལ་འབད་རྒྱུ་གས། སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་རྒྱུ་གི་བར་ན་ མཐུན་འབྲེལ་ཡར་བྲག་གཏང་ནིའི་ལྷན་ཐབས་ལུ་ ཁྲིམས་ལུགས་བསྐྱར་བཅོས་འབད་བ་ ཡང་ན་ ཟིན་འབྲི་འབབ་པའམ་ དགོས་མཁོ་བཀོད་པའི་སྐབས་ ལག་ལེན་པ་རྒྱུ་གིས་ འོག་གི་ཚུལ་རྒྱུ་ལུ་ བརྩི་འཛོག་འབད་དགོ་:

- དམྱོ་ཡོད་པའི་ས་ཆའི་ བདག་དབང་དང་བེད་སྤྱོད་ དེ་ལས་ མི་མཐུན་པའི་འཆར་གཞི་ ཡང་ན་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་མཐུན་འབྲེལ་ལུ་ བན་ཐོགས་ཡོད་མེད་རྒྱུ། ཏོ་དཔེར་ན་ གླིང་སྟེ་བཟོ་ནི་ལུ་ སྤྱོད་ས་ས་སྤོང་བཞག་དགོཔ། །
- སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ མཐུན་འབྲེལ་ལུ་བན་གཞོན་ཆེའི་ དམྱོ་ཡོད་པའི་ རྒྱུ་གནས་སྟོན་ཆག་ གསོ་སྐྱོང་དང་ མོ་ནམ་ བཀག་ཚུལ་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་དང་ སྤྲིལ་གཞི་རྒྱུ། ཏོ་དཔེར་ན་ འབབ་རྒྱུ་དང་ གཙོ་བོ་རྒྱུ་འཐུམ་འབབ་ལུ་ རྒྱུ་མཐའི་གླིང་སྟེ་བཞག་དགོ་པའི་ དགོས་མཁོ་ལུ་བྱ། །
- ས་ཆའི་དབྱེ་ཁག་བཟོ་མི་གིས་ འབྲུམ་གནས་མཐུན་འབྲེལ་ལུ་ བན་གཞོན། ཏོ་དཔེར་ན་ དཔལ་འབྱོར་མོང་འཕེལ་གྱི་གླིང་སྟེ་གིས་ འབྲུམ་གནས་གཙོ་བོ་རྒྱུ་ ལ་འབྲུལ་ནི་མེད་པ་ རེས་གཏང་བཟོ་ནི་ །
- དམྱོ་ཡོད་པའི་སྤྲིལ་བཀོད་རྒྱུ་ ས་ཁོངས་གྱི་བར་ན་ མཐུན་འབྲེལ་བརྩིས་པའི་ རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གྱི་ འཆར་གཞི་བཟུམ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འབབ་ནིའི་འོས་འབབ།

༩༩ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དེར་ རྒྱུ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་གྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

- ཐོན་སྐྱེད་སྐྱོད་མི་དང་ མི་སྡེ་རྒྱ་ལུ་ ཐོབ་དབང་དང་ འགན་ཁག་གཉིས་བརྩིས་ཏེ་ ས་ཁོངས་མཐུན་འབྲེལ་ནང་  
བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དང་ གོས་ཐག་བཅད་ནི་ལེ་ ཐོབ་དབང་ཡོད་པ་ དེས་གཏན་བཟོ་ནི།
- སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་རྒྱ་ལི་བར་ན་ མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་མི་ ཁྲིམས་དོན་འགོ་དཔོན་རྒྱ་ལི་ས་ མི་སྡེ་འདེགས་མཁོ་ དཔེར་ན་  
དབུལ་ཐོངས་མར་ཕབ་དང་ མི་སྡེ་འདེགས་འགྲོ་ལོང་འཕེལ་ མ་དངུལ་གྱི་ཁེ་ཕན་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་  
འཆར་གཞི་ནང་བཅུགས་དགོས་ དེས་གཏན་བཟོ་ནི།

དཔེ། པེ་རུ་འུ་ས་ཆ་ཉམས་སྤྱང་གི་ ས་མཚོམས་རྒྱ་འཕར་ཁྲིམས་ལུགས་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རིགས་སྤྱི་རྒྱ་  
གནས་སྤོ་འབད་དེ་ གཞིས་ཆགས་ནི་འདེབ་ཡོད་མི་ སྤྱི་རྒྱ་ས་ཆ་ བར་སྤྱི་ནང་རྒྱ་ལི་ ཡང་ན་  
གཞུང་གི་སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ནང་འཁོད་ཡོད་མི་རྒྱ་ ཐང་ཀར་དུ་ སྤྱི་རྒྱ་ལུ་གནས་ལུལ་དང་བཅས་པའི་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་སྤྱི་བཟོ་ནི་ལུ་  
གོ་སྐབས་བྱིན་དགོ་པའི་ དགོངས་དོན་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་མས། རྒྱ་ལ་གསལ་སྤྱི་ ལེ་ལུ་༡༣ པའི་ནང་ སྤྱི་རྒྱ་ས་ཆ་  
ཉམས་སྤྱང་གི་སྤོར་ལས་ཡོད་མི་ནང་གཟིགས།

**༡༢.༣ མཐུན་འགྲུར་དང་གཅིག་ཁར་ མི་སྡེ་འུ་འགན་དང་ ཁེ་ཕན་བཟོ་བཤའ་ མཐུན་སྤྱི་ག་བཟོ་ནི།**

**གནད་དོན་གཚོ་མོ་:** སྤྱང་བཅུད་རིམ་ལུགས་ ཉམས་སྤྱང་འབད་ནི་དང་ དེ་རྒྱ་ནང་གི་ ཐོན་སྐྱེད་རྒྱ་ལུ་བརྟེན་སྐྱོད་མི་ མི་སྡེ་རྒྱ་ལུ་  
རྒྱ་བསྐྱར་འབད་ནི་ལེ་ ཆར་འབད་རྒྱུགས། གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོད་ཀྱིས་ ཐབས་ཤེས་འདི་ བཏོན་དགོས་གལ་ཆེམ་ བཟོ་མི་དེ་ཡང་  
རིགས་སྤྱི་འདི་རྒྱ་ འགྲུལ་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་ ལུ་གདལ་འབད་ནི་ལེ་ རྒྱ་བསྐྱར་འབད་ཐབས་ལུ་ ས་ཆ་དང་རྒྱ་ཆེམ་འབད་ར་  
ལུ་བརྟེན་ཐོག་ལུ་ འཛིན་སྤྱོད་འབབ་དགོས་ཨིན་མས། དེ་གི་དོན་ལུ་ ཉམས་སྤྱང་འབད་དགོས་པའི་ ས་ཆ་གོ་ར་ནང་ལས་  
འགོ་བ་མི་འགྲིས་ཆགས་ སྤོ་ནི་དེ་ འབད་མ་རྒྱུགས་པ་ཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ འོས་འབབ་ཡང་མིན་འདུག།

སྤྱང་བཅུད་རིམ་ལུགས་ཀྱི་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོད་ལུ་ མཐུན་འགྲུར་ལེགས་ཤོམ་འབད་ནི་ལེ་ གོ་སྐབས་བྱིན་ཐབས་ལུ་  
ཉམས་སྤྱང་འཛིན་སྤྱོད་གི་ ས་རྒྱ་ རྒྱ་བསྐྱེད་གཏང་དགོས་ཅིན་ མི་སྡེ་དང་ སྤྱང་སྐྱོབ་སྤེལ་ཆེན་ ཡང་ན་ འཚོ་བའི་དོན་ལུ་  
ས་གནས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་དང་ སྤྱང་བཅུད་རིམ་ལུགས་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་ བརྟེན་དགོས་མི་རྒྱ་ལུ་ གནོད་པའི་ཐོག་ལས་ འབད་ནི་མི་འོང་།  
མི་སྡེ་རྒྱ་ལུ་ ཉེ་མ་ལས་ར་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོད་ཀྱིས་ གནོད་ཉེན་བྱུང་སྤྱི་ཡོད་པའི་གྲ་ ཁོང་གི་ཕན་བདེ་ལུ་མ་བཟུ་བར་  
སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གསལ་པ་ གཞི་བཅུགས་འབད་ནི་དེ་ ཆ་འཛོག་འབད་མ་རྒྱུགས་པའི་ ཉམས་སྤྱང་སྤྱི་དབྱུགས་ཅིག་ཨིན། ཡར་རྒྱས་འགྲོ་མི་  
རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་ནང་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ སྤོན་གྱི་ཐོབ་དབང་དང་ ཁྲིམས་མཐུན་ཐོབ་དབང་རྒྱ་ལུ་ བརྟེན་ལུ་ལངས་ལེད་པར་  
རྒྱལ་རབས་ཅན་གྱི་ ས་གནས་དང་ ཉམས་སྤྱང་ རྒྱལ་ས་གནས་ དེ་ལས་ དེ་བརྒྱུམ་གྱི་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་རྒྱ་ རྒྱལ་ཁབ་བཞག་སྤྱི་  
ས་ཁོངས་དེ་རྒྱ་འདི་ནང་ ཐོན་སྐྱེད་བསྐྱེད་ལེན་དང་ ཉམས་སྤྱང་ནི་ ཤ་བད་འདི་ལ་སོགས་པ་ མ་ཚོགས་འབད་ བཟོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

༡༠༠ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཟོད་ན་ སྤྱི་རྒྱ་ལུ་རིགས་སྤྱི་འཛིན་སྤྱོད་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུགས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

དཔེས་ནངས་པར་ སྲིད་བྱུས་བཅུ་མི་ མང་རབས་ཅིག་གིས་ འབྲེལ་གཏོགས་པ་ ཚམས་ཉམ་གྱི་མཐའ་དོན་ལུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་  
 ཐོབ་དབང་དེ་ཚུ་ སྲོད་དགོཔ་དང་ མཉམ་ཚུབ་གྱི་འཛིན་སྲྀང་འཐབ་དགོཔ་ ཡང་ན་ སྲུང་སྲོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ མ་གཞི་ལས་ར་ མི་སྡེ་གིས་  
 འཛིན་སྲྀང་འཐབ་དགོཔ་དང་ འོང་འབབ་དང་ ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་ བཤོ་བཤའ་ལྷབ་དགོཔ་ཚུ་ གལ་ཆེམ་འབད་ ཉ་གོ་ལུག། རྩ་མཐུན་འགྱུར་དང་  
 མི་སྡེ་ལུ་བརྟེན་པའི་ རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ འཛིན་སྲྀང་སྲྀར་གྱི་བརྟེན་ཚུ་ ལེའུ་ཀ་ པའི་ནང་གཟིགས་གནང་།

སྲུང་སྲོབ་ས་ཁོངས་ནང་ མི་སྡེ་གིས་ འབྲེལ་གཏོགས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་དང་སྲིད་བྱུས་གྱི་ རི་བ་གཙོ་བོའི་གྲངས་ལུ་  
 ཚུད་དགོཔ་དེ་ཡང་:

- འཛིན་སྲྀང་གི་འགན་ཁག་དང་ལུ་འགན་: ས་གནས་གྱི་མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ འཛིན་སྲྀང་གི་འགན་ཁག་ བྱིན་ལུག་ག་?
- འཛིན་སྲྀང་གི་འགན་འཁྲི་: འཛིན་སྲྀང་གི་ གྲོས་ཐབས་བཅད་མིའི་ནང་ལས་ སྲུབ་འབྲས་བུ་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་  
 ལུ་འགན་འདུག་ག་?
- འཛིན་སྲྀང་གི་ལུ་འགན་ རེས་གཏན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་གྲོས་སྒྲིག་: གཞུང་གི་དབང་འཛིན་དང་ མི་སྡེའི་བར་ན་ གྲོས་སྒྲིག་འབད་ནིའི་  
 བྱ་རིམ་ཅིག་འདུག་ག་?
- ཁེ་ཕན་བཤོ་བཤའ་: མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ སྲུང་སྲོབ་ས་ཁོངས་ནང་ལས་ རྒྱ་དབུལ་གཉེས་གྱི་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཁེ་ཕན་  
 བཤོ་བཤའ་ལྷབ་ནིའི་ ཐོབ་དབང་འདུག་ག་? རྩ་དཔེར་ན་ འཛུལ་ལུགས་གྱི་འཐུས་གྱི་འོང་འབབ་དང་  
 ཤིང་ཆས་གྱི་ལག་ལེན་གྱི་ཐོབ་དབང་།
- ཐོན་སྐྱེད་ཐོབ་སྲྀད་: མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ སྲུང་སྲོབ་ནང་འཁོད་ ཡང་ན་ ཁོང་གི་བར་གྲིང་ནང་ རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ ཐོབ་སྲྀད་འབད་ནིའི་  
 ཐོབ་དབང་བཞག་ལུག་ག་? མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ ཐང་ཀར་གྱི་ཐོབ་དབང་འདུག་ག་ ཡང་ན་ འཛིན་སྲྀང་གི་ལུ་འགན་གྱི་  
 ཁེ་ཕན་འབད་བྱིན་མ་ཡིན་ན་?

ནགས་ཚེལ།  
 རི་དྲགས་ཉམས་སྲུང་ཚོགས་སྡེ་ལུ་ཡོད་པའི་ མག་ཏར་ འབྲམ་གནས།  
 ཨན་ཀེ་ནི་ཉེ་ནི་-ཇ་ཉ་མེ་ན་ འབྲམ་གནས།  
 མན་ཉི་ཡ་ན་ མོན་ཉེ་ཇོ་ འབྲམ་གནས།  
 མ་དག་སི་ཀར།  
 པར་ཀ་ཨ་ཨ་ པ། སྲྀས་ལྷན་རིགས་སྤྱི་མཐུན་འགྱུར་ མི་སྡེའི་མཁོ་འདོད་དང་ གཅིག་སྒྲིལ་འབད་ནི།  
 རྒྱལ་སྲྀ་ཉམས་སྲུང་ལས་སྡེ་དང་ ས་གནས་གྱི་མི་སྡེ་ མཉམ་ཚུབ་འབད་བའི་བསྐྱེད་ཡིན་མི་ མ་དག་སི་ཀར་གྱི་ ཉམས་སྲུང་གི་  
 གཙོ་རིམ་ཅན་གྱི་གྲིང་སྡེ།

༡༠༡ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དེར་ སྲྀ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

ལ་ཚིག་དང་གནས་ཚིག་བཟོ་མི་ གན་རྒྱ/ལག་ལབ་ག གན་འཛིན་: སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་འཛིན་སྐྱོང་དང་ ཁེ་སན་བཤོ་བཤའ་རྒྱུ་ནི་  
 ཐོབ་སྐྱོད་ཐོབ་དབང་རྒྱ་གི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་ལུགས་དང་ སྤྱི་གཞི་རྒྱ་ནང་ གཞུང་གི་དབང་འཛིན་དང་ མི་སྡེ་འོ་བར་ན་ གན་རྒྱ་བཟོ་ནིའི་  
 ལམ་ལུགས་རྒྱ་འདུག་ག་?

དཔེ། མ་དགལ་ལྷོ་ལྷོ་ས་གནས་ཀྱི་སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་རྒྱ་ འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནིའི་ནང་ མི་སྡེ་གིས་ སྤྱིང་སྤྱིང་འབད་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་  
 འགན་ལག་དང་ མཐུན་རྒྱུན་གཉེན་ཆར་ བྱིན་ཏེ་འདུག། མ་དགལ་ལྷོ་ལྷོ་ས་གནས་ འཛིན་སྐྱོང་གི་སྤྱིང་བྱུས་ནང་  
 སྤྱིང་ཀའི་འོང་འབབ་བྱེད་ཀ་ སྤྱིང་ལུ་སུམ་ སྤྱིང་ཀའི་མཐའ་སྐྱོར་ལུ་ཡོད་པའི་ ས་གནས་མི་སེར་རྒྱ་གི་  
 ཤོང་འཕེལ་ཡར་དུག་གི་དོན་ལུ་བྱིན་མ་ཡིན་མས། མི་སྡེ་རྒྱ་ལུ་ དེ་ལྟུ་གི་ཁེ་སན་ ཐད་ཀར་བྱིན་མི་དེ་གིས་ སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ནང་  
 རྒྱུ་མིན་གྱིས་ ཤེད་འོ་ནི་དང་ ཤེད་དུམ་བཏོག་ནི་ དེ་ལས་གཞན་ཡང་ སྤྱོད་བཅུད་མིམ་ལུགས་ཀྱི་རུས་ཤུགས་ མར་ཐབ་རྒྱུ་མི་ བྱ་བ་རྒྱ་  
 སྤོམ་འཕོག་འབད་རྒྱུ་གསལ་ཡིན་མས།

72.2 ས་མཚམས་བརྒྱད་མི་དང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ཡོངས་འབྲེལ་བཟོ་ནི།

**གནད་དོན་གཙོ་བོ་:** གནས་གཤེས་འགྱུར་བཟོ་དཀྱིས་ ཉམས་རྒྱུད་འགྱུར་ནི་ཡིན་མི་ རིགས་སྤྱོད་ གནས་ལུམ་རྒྱ་ རོས་འཛིན་དང་  
 ལྷོ་རྟོག་ མཉམ་ཅུབ་ཐོག་ལས་ འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤྱིང་ཐོག་ལས་ ས་མཚམས་བརྒྱུ་མི་  
 འཛིན་སྐྱོང་ཐབས་ཤེས་རྒྱ་དཔོན་འདུག།

གནས་གཤེས་ཀྱི་གནོད་པ་ རྫོག་རུས་པའི་ སྤྱིང་སྤྱིང་འབྲེལ་གནས་རྒྱ་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ས་མཚམས་ ཡང་ན་ སྤྱིང་ཐོག་གི་  
 ས་མཚམས་གཞན་བརྒྱུ་ཏེ་ འགྱོད་ཐོག་འདུག། སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་རྒྱ་ འབྲེལ་གནད་ཅན་བཟོ་ནིའི་ འབད་རྒྱུ་ལ་གསར་པའི་ནང་  
 ད་མེས་ནངས་པ་ གནས་གཤེས་འགྱུར་བཟོ་དཀྱི་ གནོད་ལན་ལུ་ གནས་སྤོམ་འགྱོད་མི་ རིགས་སྤྱོད་རྒྱ་ ཤོམ་རྒྱུགས་པའི་ ས་རྒྱ་སྤོམ་  
 སྤང་སྐྱོབ་འབད་ནི་ལུ་ གཙོ་བོར་བཏོན་མ་ཡིན། ད་མེས་ནངས་པ་ ཞུམ་བར་འཛིན་མི་དང་ ད་ ཞུན་ཤེས། ད་ ཞུ་ཤིན་ན་ཡིན་སི། ད་  
 ཞུ་ཤི་ཤི་ཡུན་ཞུ་ཤི། ད་ ཤོག་ཀི་མཉམ་ཤིན་སི། ད་ ཞུ་ཤི་ཤིན་གྲུ་ཤི། ད་ ཀེ་ཤིབ་ཤིན་དང་ ས་གནས་གཞན་རྒྱ་ནང་  
 རྒྱལ་སྤྱིའི་ཡོངས་འབྲེལ་རྒྱ་ ཤོང་འཕེལ་གཏང་པའི་བསྐྱེད་ཡིན།

སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་རྒྱ་གི་ ས་མཚམས་བརྒྱུད་པའི་ མཉམ་ཅུབ་འཛིན་སྐྱོང་གིས་ ས་གནས་ལག་གི་ འགྱུར་བཟོ་གི་ བད་དོན་རྒྱ་  
 ཉམས་སྤང་གི་འཆར་གཞི་བརྩམ་མི་ གཞན་རྒྱ་ལུ་སྤྱིང་ཏེ་ གནས་གཤེས་འགྱུར་བཟོ་དཀྱི་ མཐུན་འགྱུར་འབད་ནིའི་ ཐབས་ཤེས་ལུ་  
 ལྷན་ཁབས་འབད་མ་ཡིན། རྒྱུ་ཁབ་རྒྱ་གི་བར་ན་ གནས་གཤེས་འགྱུར་བཟོ་དཀྱི་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་ སྤོམ་གསུབ་འདྲ་མིན་དང་འབྲེལ་ཏེ་  
 དབང་ཆ་འདྲ་མཉམ་གྱི་ གནད་དོན་རྒྱ་འགྱུར་འོང།

702 གནས་གཤེས་འགྱུར་བཟོ་དཀྱི་ སྤྱིང་སྤྱིང་འབྲེལ་གནས་སྤོམ་འགྱུར་བཟོ་དཀྱི་ ཁྲིམས་ལུགས་དང་སྤྱི་གཞི་རྒྱ་ནང་གི་ཡིག་ཆས།

**ཐིག་སྐྱོབ་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་སྐྱེའི་མཐུན་གྲོས་དང་ ལས་རིམ་གཙོ་བོ་ཚུ།**

ས་མཚམས་བརྒྱུད་པའི་འབད་ཚུལ་ཚུ་ རྒྱལ་སྐྱེའི་གནས་རིམ་ཐོག་ལས་ འགོ་བཙུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤྱི་དབུས་བཅུ་མི་ཚུ་གིས་  
 ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ རྒྱལ་སྐྱེའི་ལས་རིམ་དང་ འབད་ཚུལ་གཞན་ཚུ་ལུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནིའི་ རིམ་ཡོད་པའོང་།  
 འབད་ཚུལ་ཚུ་གི་གྲངས་སུ་ཚུད་དགོཔ་ ལ་ལུ་ཅིག་:

- གནས་སྐྱོ་འགྲོ་མི་ རིགས་སུ་འཐུན་གྲོས་དང་ དེ་གི་གན་རྒྱ་ཚུ། དཔེར་ན་ ལམ་རི་ཀུན་-ཡུ་ར་སི་ཡུན་ རྒྱུའི་གན་རྒྱ།
- ཡུ་ནི་སི་ཀོ་འི་ རྒྱུ་ལྷན་སྦྲིད་ བདག་སྲུང་གི་ཡོངས་འབྲེལ།
- འཛེམ་སྦྲིད་སྤོལ་ཁུན་མཐུན་གྲོས།
- ཡུ་ནི་སི་ཀོ་ ལྷན་དང་ རྒྱུ་ལྷན་སྦྲིད་གི་ལས་རིམ།
- རྒྱལ་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་སྐོར་ རྒྱུ་ལྷན་རིགས་སུ་འཐུན་གྲོས།

**ས་མཚམས་བརྒྱུད་པའི་ རྒྱལ་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དེ་ རྒྱལ་སྐྱེའི་ས་མཚམས་བརྒྱུད་མི་ ཉམས་སྲུང་ས་གནས་ཚུ་ཨིན།**

ས་མཚམས་བརྒྱུད་པའི་ རྒྱལ་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ལུ་ རྒྱལ་སྐྱེའི་མཉམ་འབྲེལ་ལུ་མཁོ་བའི་ ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་སྤྲོད་བཀོད་  
 སྦྲིད་སྦྲིད་ཅིག་གི་གྲངས་སུ་ ཚུད་དགོཔ་དེ་ཡང་:

- ཞིབ་དཔྱད་དང་ བདེན་སྲོར་ ལྷན་ཞུ་ཐབས་ལམ།
- གནས་འཁྲིལ་འབད་ནི་དང་ ལས་སྦྲེང་ས་གནས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཐབས་ལམ།
- ཚུད་ཉོགས་འདུམ་འགྲིག་བྱ་རིམ།
- མ་དངུལ་གྱི་བདེ་སྤྲོད། རྒྱལ་སྐྱོབ་འཛེམ་སྦྲིད་གི་སྤྱོད་སྲུང་གི་ལུགས་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གི་བར་ན།

ཚུ་གྲང་གཞན་མི་གཅིག་ ས་མཚམས་བརྒྱུད་པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ འགོ་བཙུགས་འཚོ་བའི་ལུ་ བར་ཆད་མར་ཕབ་ རྒྱལ་དགོ་མི་དེ་ཨིན།  
 ས་མཚམས་བརྒྱུད་པའི་སྤྱི་དབུས་ ལེ་ཤ་ཅིག་ར་ གོས་ཐག་བཅད་ནིའི་ནང་ ས་གནས་ཀྱི་འབྲེལ་གཏོགས་ཅན་ཚུ་ གྲངས་སུ་མ་བཙུགས་པར་  
 དེ་ནང་སྤྱོད་མི་ཚུ་ བདེན་འབད་ གནས་སྐྱོ་གཏང་མས་ཟེར་བའི་ ཉོགས་བཤའ་ཐོན་ཏེ་འདུག། དེ་གི་ཚབ་ལུ་ གནས་ཁ་གཞན་མི་ཅིག་  
 རི་ཨེམ་སི་ཨེ་ཟེར་མི་ ས་མཚམས་བརྒྱུད་པའི་ རྒྱལ་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཨིན། རི་ཨེམ་སི་ཨེ་ཚུ་ རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ ཡང་ན་ དེ་ལས་མང་བའི་  
 ས་མཚམས་བརྒྱུད་ཏེ་ འཛེམ་སྦྲིད་འཐབ་ཨིན། དེ་ཚུ་གིས་ རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ ཡུན་བརྟན་ཐོག་ལུ་ སྤྱོད་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྡེ་ ཡང་ན་  
 སྤྲེད་མི་གིས་དབང་མི་ས་ཆ་གིས་ མཐའ་བསྐྱོར་བའི་ རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་སམ་ དེ་ལས་མང་བའི་ ས་མཚམས་བརྒྱུད་ཏེ་ཁབ་ཨིན།  
 རི་ཨེམ་སི་ཨེ་ཚུ་གིས་ དུས་མཉམ་ལུ་ ལྷ་མང་ཁེ་ཕན་ འབྲུང་ཚུགས་པའི་ འོས་འབབ་ཡོད། དེ་ཚུ་གིས་ མི་སྡེ་ལུ་བརྟེན་པའི་  
 རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ འཛེམ་སྦྲིད་གི་ མིག་དཔེ་ལས་བརྒྱུད་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་མཚམས་བརྒྱུད་ཏེ་ རྒྱལ་ཁོད་དང་ ལྷག་པར་དུ་ཡང་

202 གནས་གཤིས་འབྲུར་བཀོད་ན་ རྒྱུ་ལྷན་རིགས་སུ་འཛེམ་སྦྲིད་མཐུན་འབྲུར་བཀོད་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



རྒྱལ་སྤྱིའི་ས་མཚམས་ཀྱི་ བོད་མི་ཚང་ལུ་གནས་མི་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་ ཡང་ན་ མི་རིགས་སྡེ་ཚོ་ཡོད་པའི་ གནས་སྤངས་ནང་  
ས་མཚམས་བརྒྱུད་ཏེ་བྱུང་ཞིན། འི་ཞེས་སི་ཞེས་གིས་ ལྷ་བཤལ་དང་ ལམ་སྲོལ་ཚུ་ ཟུར་གནས་མར་པབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་  
མཐུན་འབྲེལ་དང་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་གོ་སྐབས་ ཡར་བྲག་བཏང་སྟེ་ ལུང་ཕྱོགས་ནང་ མཉམ་འབྲེལ་ལྷག་པར་འབད་ནིའི་ གཞི་རྟེན་ཡང་  
བཙུགས་ཚུགས་པའི་ཞིན།

དཔེ། བར་ཕྱོགས་ཡུ་ལོ་ལུ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ ལུ་ ཀར་པ་ཐི་ཡུན་ རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གི་བར་ན་ མཚན་རྟགས་བཀོད་མི་  
སྤྱི་ས་ལྷན་ཡུན་བརྟན་ཐོག་ལུ་སྤྱོད་ནི་དང་ ས་ཚའི་གནས་ལུགས་ ལྷ་ཁག་ཡར་སེང་གི་ དབྱུང་གཞིའི་གན་འཛིན་དེ་ ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་བར་ན་  
མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ གནས་གཤིས་ཀྱི་གོད་པ་ རྫོག་ཅུས་པའི་ སྤྱང་སྤྱོད་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ཡོངས་འབྲེལ་བཟོ་ནིའི་ མིག་དཔེ་ཅིག་ཞིན།  
གན་འཛིན་འདི་གིས་ གནད་དོན་གཞན་གྱི་གངས་སུ་ ཅུ་ཐོ་ཚུ་གིས་ ཁོང་རའི་འབད་ཚོལ་ཚུ་ མཐུན་སྦྲིག་དང་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་  
འབྲམ་གནས་སྤྱང་སྤྱོད་དང་ འཕྲོ་མཐུན་དང་ མཐུན་འབྲེལ་བཙུན་ཐབས་བཟོ་དགོ་པའི་ ལུ་བསྐྱེལ་འབད་ཨ་ཞིན་མས།  
ཁོང་གི་མཉམ་འབྲེལ་ འབད་ཚོལ་གྱི་གངས་སུ་ ཀར་པ་ཐི་ཡུན་ལུ་ སྤྱང་སྤྱོད་ས་ཁོངས་དང་ གཞན་སྤྱི་ས་ལྷན་དང་ ས་ཚའི་གནས་ལུགས་  
ལྷ་ཁག་ཡར་སེང་ཚུ་དཔའི་ སྤྱི་ས་ལྷན་ཡོད་ས་འབྲེལ་ཅིག་ གཞི་བཙུགས་འབད་ནི་དང་ ཅུ་ཐོ་འི་ཞལ་འཛོམས་ནང་ལས་  
གཞི་བཙུགས་འབད་མི་ ཀར་པ་ཐི་ཡུན་ སྤྱང་སྤྱོད་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལུ་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་ནི།  
སྤྱང་སྤྱོད་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཕྱི་ཁའི་ ས་གནས་ཚུ་ནང་ ཉམས་སྤྱང་རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་ནི། ལྷ་ལས་ཡོད་མི་ སྤྱང་སྤྱོད་ས་ཁོངས་དང་  
གཞན་ཡང་སྤྱང་སྤྱོད་ཡར་སེང་ལུ་ཕན་པའི་ ས་གནས་དང་ འབྲམ་གནས་ཚུ་གི་བར་ན་ མཐུན་འབྲེལ་ལེགས་བཙུན་དང་  
འཕྲོ་མཐུན་འབད་ནི། ད་ལྟོ་ཡོད་མི་ ས་མཚམས་བརྒྱུད་པའི་ སྤྱང་སྤྱོད་ས་ཁོངས་ཚུ་ རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་ནི་ལུ་ སེམས་བྱུགས་བསྐྱེད་ནི།  
ཡང་ན་ ས་མཚམས་བརྒྱུད་པའི་ སྤྱང་སྤྱོད་ས་ཁོངས་ གསར་བཟོ་ནི། མཉམ་འབྲེལ་འཛིན་སྤྱོད་གི་ འཚར་གཞི་བཟུམ་ནི་དང་  
ལྷ་རྟོག་འབད་ནི་ ཚན་རིག་ལྷན་པའི་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི། བད་དོན་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་ཚུ་ནང་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་དགོ་པ་ཚུ་  
ཚུན་དེ་ཡོད་པའི་ཞིན་མས། མཉམ་འབྲེལ་ལས་རིམ་ རེ་རེ་བཞེན་དུ་གིས་ ཀར་པ་ཐི་ཡུན་ལུ་ སྤྱང་སྤྱོད་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་  
སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ རྫོག་ཅུས་ཅན་ཅིག་ བཟོ་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་ཞིན་མས། ཞིན་རུང་ དེ་ནང་ཚོ་གུང་ལང་དགོ་པའི་  
གནད་དོན་ཁག་གཉིས་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དེ་གི་གོད་པ་ཚུ་ ག་ཏེ་ལུ་ཡང་ ལ་གསལ་མ་བཀོད་པ་ཚོད་  
ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་ཚུ་གི་ ལུ་འགན་དང་ ཐོབ་དབང་ཚུ་ཡང་ ལ་གསལ་སྟེ་ འཁོད་དེ་མིན་འདུག།

༡༠༥ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དེ་གི་ སྤྱི་ལྷན་རིགས་སུ་འཛིན་སྤྱོད་མཐུན་འབྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ལྷོ་མམ་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུགས་ཀྱི་ཡིག་ཚམ།



པར་ ༡༢.༣། ཤར་ཕྱོགས་ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་ ས་ཆའི་གནས་ལུགས། ཀར་པ་ཐི་ཡུན་ལུ་ཡོད་པའི་ སེལ་བ་གི་ཡ་གི་ ཏ་ར་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་།།



པར་ ༡༢.༤། མེ་སོ་ག་མི་རི་ཀུན་འབྲམ་གནས་ཀྱི་ སྤྲེལ་ས་ས་ཁོངས་འདི་ མེ་སོ་ག་མི་རི་ཀུན་གླེས་ལྷན་གནས་ཡུལ་ཨིན། རྒྱ་གར་ཉམ་འཛམ་གླིང་ས་མཚམས་བརྒྱད་པའི་ སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཡོངས་འབྲེལ་།

༡༠༥ གནས་གཤིས་འགྲུབ་བཟོད་ན་ སྤྲེལ་རིགས་སྤྲེལ་འཛམ་གླིང་མཚམས་འགྲུབ་བཟོད་ལུ་ ཨིམས་དོན་དང་གྲིང་ལྷུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

ཐིག་སྐོམ་ཀྱང་། ༣༡ མེ་སོ་ཀ་མི་རི་ཀཱཱ་ན་ སྐྱེས་ལྷན་འབྲམ་གནས།

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༠ མོ་གྲངས་ལས་ དབྱུས་ཨ་མི་རི་ཀ་དང་ མེག་སི་ཀོ་རྩོ་ནང་ རྒྱལ་ཚབ་མར་ཉམས་ཀྱི་ཚད་དང་འཁྲིལ་ཕྱ་ད་  
 མི་ལོ་བཅུ་ཕྱག་ཕྱེད་དང་གཉིས་ཀྱི་ནང་འཁོད་ ལྷུང་ཕྱོགས་དེ་ནང་གི་ རྒྱལ་ཚབ་ཕྱེད་ཀྱི་ མེད་པ་འབྱོ་ནི་ཞིན་མས། དེ་གི་གདོང་ལན་ལུ་  
 གཞོན་སྐྱོན་ཡོད་མི་ རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གིས་ འཛམ་གླིང་མཐའ་འཁོར་མཐུན་རྒྱུན་ལས་སྤེལ་མ་དུལ་དང་  
 མཉམ་རྒྱལ་རྒྱལ་མང་རབས་ཅིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ དབྱུས་ཨ་མི་རི་ཀ་དེ་ མཐའ་འཁོར་དང་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ལས་  
 མེ་སོ་ཀ་མི་རི་ཀཱཱ་ན་ སྐྱེས་ལྷན་འབྲམ་གནས་དེ་ གཞི་བཙུགས་འབད་ཅུག། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོ་གིས་ རང་དབང་ཐོག་ལུ་ བསྐྱར་སྐྱོད་འབད་མི་  
 མེ་སོ་ཀ་མི་རི་ཀཱཱ་ན་ སྐྱེས་ལྷན་འབྲམ་གནས་ཀྱི་ དམིགས་ལུ་དེ་ རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ས་གནས་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནི་  
 བཀག་དམ་འབད་ནི་དང་ ཉམས་ཆག་ཤོར་མི་རྒྱལ་ཚབ་ སྐྱར་གསོ་འབད་ནི། སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྤུ་ སྤུང་སྐྱོབ་འབད་ནི། ས་གནས་ཀྱི་  
 མི་སེར་གྱི་དོན་ལུ་ ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་ གཏང་བཅུག་ནི་ཞིན་མས།

དམིགས་ལུ་དེ་ཚུ་ འགྲུབ་ནི་ལུ་ ལས་འགུལ་དེ་གིས་ སྤར་ལས་ཡོད་པའི་ སྤུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ སྤྱིང་སྤྱིང་བཟོ་ནི་དང་  
 བན་རྒྱུན་འབྲེལ་མཐུན་འབད་ནི། མཐའ་འཁོར་དང་མཐུན་པའི་ དཔལ་འབྱོར་ལས་རིགས་ དཔེར་ན་ རང་བཞིན་ལུ་དུ་  
 བཟའ་འཐུང་ཐོན་སྐྱེད་དང་ རང་བཞིན་ས་གནས་ལྟ་བུལ། སྤུང་རིགས་ཡར་དྲག་གཏང་ནི། རྒྱལ་ཚབ་བསྐྱར་འཛུགས་ཚུ་ལུ་  
 སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་བཅུག་ཅུག། སྤུང་མེད་པའི་ ལྷུང་ཕྱོགས་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ འབད་ཚོལ་ཐོག་ལུ་ གཞི་བཙུགས་འབད་མི་  
 ལས་འགུལ་དེ་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ འབྲེལ་གཏོགས་ཅན་ ཆམ་ཉམས་རྒྱུངས་སུ་བཙུགས་ཏེ་ ལྷུང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱི་དབྱུས་ཚུ་  
 མཐུན་སྐྱིལ་འབད་ཅུག། མེག་སི་ཀོ་ལས་ བ་ན་མ་རྒྱུན་ཚོད་ ཀེ་ལོ་མི་ཏར་གྲུབ་ཞི་ལ་༢༤,༩༠༠ ལུ་བྱུབ་པའི་ཁར་ འཛམ་གླིང་ནང་གི་  
 སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྤུ་ བརྒྱ་ཆ་དང་ ལུ་བྱུབ་མི་ ལས་འགུལ་དེ་ འབྲམ་གནས་རྒྱུང་རིམ་དང་ ཏེ་མ་ཡོད་པའི་ འབྲམ་གནས་ཚུ་ལས་  
 རྒྱུད་ལུ་འཕགས་པའི་ འབྲམ་གནས་ཅིག་ཞིན་མས།

སྤུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ འབྲེལ་མཐུན་འབད་ནི་ལུ་ མཐའ་འཁོར་ལ་འབྲུང་ཚུགས་པ་ཅིན་ མེ་སོ་ཀ་མི་རི་ཀཱཱ་ན་ སྐྱེས་ལྷན་འབྲམ་གནས་དེ་གིས་  
 དེ་གི་ས་མཚམས་ནང་འཁོད་ལུ་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྤུ་ཚུ་ལུ་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ མཐུན་འགྱུར་འབད་ནི་འི་ཁེ་བན་རྒྱུ་  
 ཕྱིན་ཚུགས་ནི་ཞིན་མས། ཞིན་རུང་ ལས་འགུལ་དེ་ འགོ་ཐོག་བསྐྱར་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་  
 གཞོན་པ་དང་འབྲེལ་འཛིན་འབད་ནི་འི་དོན་ལུ་ འགོ་བཙུགས་བཙུགས་པ་མེན་མ་ལས་ མ་འོངས་ཡུན་རིང་ལུ་  
 རིགས་སྤུ་གནས་སྤུ་འབད་ནི་དང་ ས་ཚའི་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཚུ་ ཁ་གསལ་མིན་འདུག། དེ་གིས་མ་ཚད་ ལས་འགུལ་དེ་ལུ་  
 ས་གནས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ རོས་ལེན་འབད་ཡོད་ཅུང་ དེ་གིས་མི་སྤེལ་འབྱོར་ལུ་ ཁེ་བན་སྐྱོམ་མེད་པའི་གྲུ་  
 རྒྱལ་ཚབ་མེད་པ་གཏང་ནི་འི་ ཞིབ་ཤུགས་དེ་ཡང་ འཕྲོ་མཐུན་དེར་ གནས་ནི་ཞིན་མས།

༡༠༦ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྤུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ མི་སེར་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

**གནད་དོན་གཅིག་པོ་:** བཅུ་ལྔ་གནས་སྡོད་ ཡང་ན་ རྒྱལ་སྤྱོད་ཅན་གྱི་གནས་སྡོད་ ཟེར་མི་དེ་གིས་ རིགས་སྣ་ཚུ་ མ་འོངས་པའི་  
གནས་གཤིས་གནས་སྤངས་ནང་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ འབྲུམ་གནས་ཚུ་ནང་ གནས་སྡོད་འབད་ཚུགས་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ གནས་སྡོད་འབད་པའི་  
སྡོད་བཅུད་རིམ་ལུགས་ལུ་ བཅོས་ཐབས་མེད་པའི་གོད་སྡོད་ བཀག་འཛིན་དུ་བཟུང་དང་ ཉེན་སྲུང་གི་ཐོག་ལས་རྒྱུ་མ་གཅིག་འབད་དགོ།  
བཅུ་ལྔ་གནས་སྡོད་ཚུ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ཐོག་ལས་ དེས་གཏན་བཟོ་ནི་ལུ་ དབྱེ་ཞིབ་དང་ གནང་བ་ ལྟོག་ བསྐྱར་ཞིབ་  
གོད་པ་མར་མབ་གི་ སློབ་བཀོད་ཚུ་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཨིན།

ཚུ་རིག་པ་ཚུ་གིས་ དེ་བ་བསྐྱེད་མིའི་ནང་ གནས་གཤིས་འབྱུར་བཟོད་གིས་ དཔྱེད་འཛིན་གནས་ལུ་ཚུ་ལུ་ གོད་པ་འབྱུང་མ་ད་  
རིགས་སྣ་མང་རབ་ཅིག་གིས་ གནས་སྡོད་འགྲོ་ནིའི་ དཔལ་འབཅམ་འོང་ཟེར་ཨིན་མས། དེ་འབད་མཇུག་ རིགས་སྣ་ཚུ་ འབྲུམ་སྤྱོད་འབད་ནི་ལུ་  
འགྲོ་བ་མིའི་མཁོ་ཆས་དང་ གཞི་རྟེན་དོན་པོ་གཞན་ ཡང་ན་ སྤྱོད་བསྐྱེད་འབད་ནི་ལུ་ ཡུན་རིང་འགོ་རྩི་ལ་སོགས་པའི་ བར་ཆད་ལེ་ཤ་ཡོད།  
གལ་སྲིད་ རིགས་ཅིག་གནས་སྡོད་འབད་མ་ཚུགས་པ་ ཡང་ན་ རང་གི་དཔྱེད་འཛིན་གནས་ནང་ གནས་གཤིས་འབྱུར་བཟོད་ལུ་  
མཐུན་འབྱུར་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ས་གནས་དེ་ནང་ར་ ཅུ་མེད་འབྱུར་ནི་ལས་ བཀག་ཐབས་ལུ་ འགྲོ་བ་མི་གིས་ ཐབས་ཤེས་བཏོན་དགོ།  
རང་བཞིན་ཉམས་སྲུང་པ་ཚུ་གིས་ རིགས་སྣ་ཚུ་ གནས་གཤིས་འབྱུར་བཟོད་ལས་ སྤྱོད་སྤྱོད་འབད་ནི་ལུ་ ས་གནས་གསར་པའི་ནང་  
གནས་སྡོད་འབད་ནིའི་ མཁོ་བསམ་གཏང་མ་ཨིན་མས། མ་གཞི་འདི་ ཚུང་ཉེན་ཆེའི་ ཐབས་རིག་ཅིག་ཨིན། དེ་ལུ་རྒྱལ་སྤྱོད་འབད་མི་ཚུ་གིས་  
ཉེན་ཁ་ཅན་དང་ རབ་ཆད་ཉེན་གྱི་རིགས་ཚུ་ གནས་གཤིས་འབྱུར་བཟོད་ལས་ སྤྱོད་སྤྱོད་འབད་ནི་ལུ་  
ཐབས་ཤེས་འདི་མ་གཏོགས་མེད་ཟེར་མཚོན་ཨིན་ཅུང་ རྒྱལ་འགལ་འབད་མི་ཚུ་གིས་ ཐབས་ཤེས་དེ་ལས་ རྒྱལ་འབྲུམ་དེས་གཏན་མེད་པའི་གྲ་  
ཟད་འགྲོ་སློམ་གནས་ནི་ཨིན་པ་ལས་ རྒྱལ་འབབ་གི་ཐོན་ལཱ་ལུ་ རྒྱུ་རྐྱེན་སློམ་བཀག་འཛིན་དང་ རིགས་སྣ་ཚུ་ ས་ཁོངས་གསར་པའི་ནང་  
གནས་སྡོད་འབད་མཇུག་ ས་གནས་དེ་ནང་ བཅོམ་བྱུང་འགྲོ་ནིའི་ ཉེན་ཁ་འདུག་ཟེར་མཚོན་ཨིན་མས།

རྒྱལ་འབབ་དག་པ་ཅིག་ནང་ བཅུ་ལྔ་གནས་སྡོད་ གླིམ་པ་ལུགས་ལངས་ཡོད་པ་ཨིན་མས། དཔྱེད་ཡོད་པའི་ རྒྱུ་ལྷན་ཉེན་སྲུང་དང་  
ནད་འབྱུབ་བཀག་དམ་ སྤྱིར་བཏང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱི་ གླིམ་པ་ལུགས་ཚུ་གིས་ རོན་ཅན་འབད་ ས་གནས་དེ་ནང་མེད་པའི་ རིགས་སྣ་ཚུ་  
ས་གནས་གསར་པའི་ནང་ དོ་སྤྱོད་འབད་ནི་ལུ་ བཀག་ཆ་དུམ་གྲ་མེ་ འབད་མཇུག་ཨིན་མས། གླིམ་པ་ལུགས་གཞན་གྱིས་  
གནས་སྤངས་དང་འབྲིལ་ཏེ་ ས་ཁོངས་ནང་མེད་པའི་ རིགས་སྣ་ཚུ་ ལ་ཚེག་ཐོག་ལས་ གསར་བཅུགས་འབད་ཚེག་ནི་དང་ ཡང་ན་  
མ་གཞི་ལས་ར་ བཅུགས་མ་ཚེག་པ་སྤོ་བཟོ་འོང། དེ་འབད་མཇུག་ གླིམ་པ་ལུགས་དེ་ཚུ་གིས་ སྤྱིར་བཏང་ལུ་ རིགས་སྣ་ཚུ་  
གནས་གཤིས་འབྱུར་བཟོད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འབྱུར་བ་སོང་ཡོད་པའི་ རང་གི་ས་གནས་དེ་ནང་ མར་ཉམས་འགྲོ་ནི་ལས་ བཀག་འཛིན་དོན་ལུ་  
དོན་ཅན་སྤོ་ ས་གནས་གསར་པའི་ནང་ གནས་སྡོད་འབད་ནི་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱོད་མེད་པ་ཨིན་མས། ཀེན་ཡུན་གྱི་ གླིམ་པ་གི་ ཚུང་གཞི་ཅིག་ནང་

700 གནས་གཤིས་འབྱུར་བཟོད་ན་ རྒྱུ་ལྷན་རིགས་སྣ་ཚུ་འཛིན་སྤྱོད་མཐུན་འབྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ གླིམ་པ་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུང་གི་ཡིག་ཆས།

ཉུང་དཀོན་ཞིང་ རབ་ཆད་ནིའི་ཉེན་ལ་ཡོད་པའི་ ཉི་ལོ་ཟེར་སེམས་ཅན་ཅིག་ སྤང་སྐྱོབ་འབད་ནི་ལུ་ གནས་ཡུལ་གསར་པ་ཅིག་ནང་  
 བན་ཚུན་གནས་སྤོ་འབད་ནིའི་ གོས་འཆར་བཀོད་མི་དེ་ ཨིམས་འདུན་གྱིས་ བཀག་ཆ་འབད་ དེ་བཞག་ཏུག། ཨིམས་འང་གིས་འབད་བཅིན་  
 རིད་གས་སེམས་ཅན་ཚུ་ རང་སོའི་གནས་ཡུལ་རོམ་ནང་ བཞག་ནི་མ་གཏོགས་ ས་ཁོངས་གསར་པའི་ནང་  
 གནས་སྤོ་དགོཔ་མེད་ཟེར་ཨིན་མས། དེ་འབད་མ་ད་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ད་ལྟོའི་གནས་ཡུལ་ཚུ་  
 འོས་འབབ་མེད་པ་བཟོ་བཅིན་ རིགས་སྤོ་ཚུ་ རང་སོའི་ས་ཁོངས་ནང་ར་ མཐར་འགྱུལ་ཅན་སྤོ་ ཉམས་སྤང་འབད་ཚུགས་ཟེར་མཚོ་མི་དེ་  
 དོགས་པ་ཆགས་པའི་གཞི་ཅིག་ལུ་ འགྱུར་མ་ཨིན་མས།

བན་ཚུན་གནས་སྤོ་དེ་ རིགས་སྤོ་ཅིག་ ཉམས་སྤང་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ དོན་ཅན་འབད་ར་ ས་ཁོངས་གསར་པ་ཅིག་ནང་  
 སྤོ་ནིའི་བྱ་རིམ་ཅིག་ཨིན།

**ཐིག་སྐྱོམ་༡༢. ར། རིགས་སྤོ་གནས་སྤོའི་ མིང་ཚིག་གི་གོ་དོན་ལཱ་དཔལ།**

རིགས་སྤོ་ཅིག་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལས་ སྤང་སྐྱོབ་འབད་ནི་ལུ་ ས་ཁོངས་གསར་པ་ཅིག་ནང་ སྤོ་ནི་དེ་ལུ་ འབྲེལ་འབྲེལ་ར་  
 རྒྱབ་སྐྱོར་ཅན་གྱི་ གནས་སྤོ་ཟེར་སྐབ་ཨིན་མས། དེ་འབད་མ་ད་ ཚོག་དོན་འདི་གིས་ མཁུ་འཕྲོམ་པའི་གཞི་ལུ་ འགྱུར་མ་ཨིན་མས།  
 རྒྱབ་སྐྱོར་ཅན་ཟེར་མི་ ཚོག་དེ་གིས་ རིགས་སྤོ་ཚུ་ ཁོང་རང་གིས་ གནས་སྤོ་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ འགོ་བམི་གིས་  
 ས་ཁོངས་གསར་པ་ཅིག་ནང་ འབག་བསྐུལ་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དགོཔ་བརྒྱུ་ཅིག་སྤོ་ མཚོ་བསམ་གཏང་མ་ཨིན་མས།  
 མཐར་འཁོར་མཁུ་མཚོག་ལེ་ཤ་ཅིག་གིས་ དེ་བརྒྱུ་མའི་གནས་སྤོ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ས་ཁོངས་གསར་པའི་ནང་གི་ སྤོན་བརྒྱུད་རིམ་ལཱ་གས་ལུ་  
 ཉུན་ལ་བཀག་འོང་ཟེར་བའི་ ཚ་གྲང་ལང་མ་ཨིན་མས། ས་གོ་སོར་ནི་ཟེར་མི་དང་ བན་ཚུན་གནས་སྤོ་ཟེར་མི་ ཚོག་དོན་དེ་  
 འོས་འབབ་ཡོད་པ་ལས་ དོན་ཚོན་འདི་ནང་ ཚོག་དོན་འདི་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་ནི་ཨིན།

- **ས་གོ་སོར་ནི་:** ཟེར་མི་ཚོག་འདི་ གནས་སྤོ་ཟེར་མི་ལས་ རྒྱབ་ཚད་ཆེ་མ་ཨིན་མ་ད་ སྤོ་བྱིང་དང་ རྟག་བརྟན་ཨིན་མ་སྤོ་  
 མཚོ་བསམ་གཏང་མི་རིགས་སྤོ་ཚུ་བརྟེན་པའི་ སྤོག་ལྡན་ཆུ་ཆུ་ཉམས་ལུ་ འཇུག་ལཱ་ཡོད་པ་ཨིན།
- **བན་ཚུན་གནས་སྤོ་:** ཟེར་མི་འདི་ འགོ་བམི་གིས་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དེ་ རིགས་སྤོ་རང་རྒྱུད་གཅིག་ ས་གནས་གཅིག་ལས་  
 ས་ཁོངས་གསར་པ་ཅིག་ནང་ སྤོལ་འདྲེན་འབད་མ་ཨིན། བ་སྤྲད་འདི་ ཨའི་ཡུ་སི་ཨིན་གྱིས་ བར་སྐྱོན་འབད་མི་  
 ལམ་སྤོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཨིན་མས།

བན་ཚུན་གནས་སྤོའི་ལས་འགུལ་ ལག་ལེན་འབབ་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ ས་གནས་ལུ་ལེ་མན་དང་ ཟད་འགོ་ཚུ་གི་  
 དབྱེ་ཞིབ་མཐིམ་བྱིན་འབད་དགོ། ཨའི་ཡུ་སི་ཨིན་གྱིས་ རིགས་སྤོ་ཅིག་ ས་ཁོངས་གསར་པའི་ནང་ དོན་ཅན་སྤོ་

༡༠༥ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ན་ སྤོ་ལྡན་རིགས་སྤོ་འཛིན་སྐྱོར་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཨིམས་དོན་དང་སྤྲིད་བྱེས་གྱི་ཡིག་ཆས།

ངོ་སྤྲོད་མ་འབད་བའི་གོང་ལས་ གནད་དོན་མང་རབས་ཅིག་ལུ་བརྟེན་དགོ་པའི་ གྲོས་འདེབས་སྤུལ་མཁུ་ཞིན་མས། ས་ཁོངས་ལེ་རེ་བཞིན་དུ་འབད་བཅོན་བྱེད་འགྲོ་ནི་ཉེན་ཁ་དང་ གནས་ལུལ་གསར་པ་ཅིག་ནང་ གནས་སྤོ་ནི་དེ་ དགོས་པ་དང་ འོས་འབབ་ཀྱི་ དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་འབད་དགོ་པ་ཞིན་མས། བཅོན་བྱེད་འགྲོ་ནི་ཉེན་ཁ་ སྤོམ་ཡོད་པ་ཅིན་ སྤེ་ཚན་ཆ་མཉམ་ལུ་ ཉེན་ཁ་བཀལ་མི་དེ་ལས་ དིགས་སྤུ་གཅིག་ ཡལ་བཅུག་པ་དྲག་ནི་ཞིན་མས།

ཨའི་ཡུ་སི་ཨེན་གྱིས་ སྤྲོམ་ལྷན་གསར་པ་ དོན་ཅན་སྤེ་ ངོ་སྤྲོད་འབད་ནི་ལུ་ ཡོད་བཞིན་པའི་ རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ བདག་སྐྱོང་འཐབ་མི་ གཞུག་སྤེ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ ཁེ་སར་ཆེ་བའི་ བན་ཚུན་གནས་སྤོ་ བསྐྱར་སྐྱོད་འབད་ནི་ལུ་ གཞུག་སྤེ་དང་ དབང་འཛིན་གསར་པ་ གཞི་བཅུགས་འབད་དགོ་པའི་ གྲོས་འདེབས་ཡང་ སྤུལ་ཡོད་པ་ཞིན་མས། བན་ཚུན་གནས་སྤོའི་ སྤིང་བྱུས་ནང་ཚུད་དགོ་པའི་ དམིགས་བསལ་གྲོས་འདེབས་ཡང་:

- དོན་ཅན་སྤེ་ ངོ་སྤྲོད་འབད་མི་ དིགས་སྤུ་ག་ར་ལུ་ ཚོག་ཐམ་དགོ་པ་བཟོ་ནི།
- ཁྲིམས་འགལ་ ཡང་ན་ སྤྱང་མེད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མཐའ་འཁོར་ལུ་ གཞོད་ཉེན་ཆེ་བའི་ དིགས་སྤུ་གཅིག་ ཐར་སོང་བའམ་ ངོ་སྤྲོད་འབད་བཅིན་ ཉེས་ཚེན་གྱི་ཉེས་ཁྲིམས་དང་ ཐོན་སྐྱེད་ལུ་ གཞོད་པ་བཀལ་བའི་ ཞི་བའི་འཁྲི་བ་བཟུམས་པའི་ ཉེས་བྱ་བཀལ་ནི་དང་ ཅུ་མེད་གཏང་ནི་དང་ ཉམས་གསོའི་ཟུང་འགོ་བཀལ་ནི།
- དི་ལའི་དིགས་སྤུ་གཅིག་ གནས་གཤམ་འཇུག་བཟོ་དུ་ མཐུན་འཇུག་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ བན་ཚུན་གནས་སྤོའི་ སྤིང་བྱུས་གསར་པ་བཟུམས་ནི།
- བན་ཚུན་གནས་སྤོ་དང་འབྲེལ་བའི་ སྤིང་བྱུས་སྐོར་ བསྐྱར་བྱ་བྱིན་མི་ མཁས་མཚོག་ཚུ་ཡོད་པའི་ མཁས་པའི་དབང་འཛིན་ གཞི་བཅུགས་འབད་ནི་དང་ བན་ཚུན་གནས་སྤོའི་ གྲོས་འཆར་བཀོད་པའི་སྐབས་ དམིགས་བསལ་གནད་དོན་སྐོར་ གྲོས་འདེབས་སྤུལ་ནི།

**པར་ ༡༢.༥། གནས་གཤམ་ལུ་བརྟེན་པའི་ བན་ཚུན་གནས་སྤོ་དང་པ་?**



ཡུ་ཨེ་སི་གི་ གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་ ཉོ་རེ་ཡ་ གར་ཉི་ཡུན་གྱིས་ ད་རེས་ནངས་པ་ སོ་ལོ་རྩེ་ མང་འ་སྤེའི་ནང་ གནས་གཤམ་གྱི་སྤིང་བྱུས་ཅིག་ནང་ ཉོ་རེ་ཡ་ཟེར་མི་ སྤོང་བྱུ་ཤིང་ དུམ་ག་རེ་ཡོད་མི་དེ་ཚུ་ བན་ཚུན་གནས་སྤོའི་ ལུ་འབད་དོ། གར་ཉི་ཡུན་གྱིས་ ཉོ་རེ་ཡའི་ལུང་སོན་ཚུ་ ས་བསིལ་ས་དང་ རྫོན་གཤེར་མངས་ལུ་ སྤོ་བཤུད་འབད་མཁུ་ཞིན་མས། ཉོ་རེ་ཡའི་ལུང་སོན་ཚུ་ དཔྱེ་ཡོད་པའི་གནས་ལུལ་ལས་

༡༠༧ གནས་གཤམ་འཇུག་བཟོ་དུ་ སྤུ་ལྷན་དིགས་སྤུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འཇུག་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤིང་བྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

བྱང་ཕྱོགས་ལ་ཐུག་ ཀེ་ལོ་མི་ཏེར་༦༠༠ དེ་ཅིག་ལུ་ གནས་སློབ་གནས་འབད་ཅུག། བསྐྱེད་ལྷན་འབད་མི་ཚུ་གིས་ དུ་ཨེ་སི་གི་  
ཉ་དང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ ཞབས་ཏོག་ལས་སྡེ་གིས་ རབ་ཚད་ནིའི་ཉེན་ལ་ཡོད་པའི་རིགས་སྡེ་ཚུ་ ཉམས་གསོ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ དང་ཐུ་  
འབྲེག་གི་དུས་རབས་སྐབས་ཀྱི་ སྲོན་གྱི་མཚམས་ཚད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྲུང་གྱི་གནས་ལུལ་ཚུ་ དེས་འཛིན་འབད་དགོཔ་འདུག་ཟེར་  
ཚུ་ཉེན་གསལ་བཤད་པ་ཨིན་མས།

༡༡༠ གནས་གཤེས་འབྱུང་བའོདན་ སྤྱི་ཕན་རིགས་སྡེ་འཛིན་སྐོང་མཐུན་འབྱུང་བའོདན་ལུ་ ཨིམས་དོན་དང་འཕྲིད་ལྷན་གྱི་ཡིག་ཆས།

ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བའི་བསྐྱེད་གི་ འཛེམ་སྒྲིང་རྒྱལ་ཁབ་ མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དེ་  
 ས་གནས་ཉམས་སྲུང་གི་ལག་ཆས་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ གཙོ་བོར་བཏོན་དོ། ཅུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ ས་ཁྲམ་བཀོད་ནི་འཕམ་ལུགས་དང་ རྒྱ་དངོས་རྩེ་ལུ་  
 སྐྱེར་གྱི་བདག་དབང་ རྒྱ་བསྐྱེད་འགྲོ་མི་གིས་ མི་སྡེ་འོ་ཐོབ་དབང་དང་ ས་ཆའི་གནས་ལུན་རྩེ་གི་དཀའ་འདལ་ བསལ་མ་རྩེ་གས་པའི་  
 སྲིད་བྱུས་ཀྱི་དོ་འབྲལ་འབྱུང་དོ། ཨིན་རུང་ དེ་རྩེ་གིས་ སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་ཉམས་སྲུང་གི་ འབད་ཚུལ་ལུ་ཡང་ གོ་སྐྱབས་བྱིན་མ་ཨིན་མས། འདི་ནི་  
 རིགས་སྐྱེར་སྐྱེད་འབད་ནི་ལུ་ གནམ་གཤིས་འབྱུར་བཟོ་དེ་གི་ འབད་ཚུལ་དོན་ལས་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ གཤམ་ཆེན་ཨིན།  
 གནམ་གཤིས་འབྱུར་བཟོ་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རིགས་སྐྱེར་རྩེ་ གནས་མོར་ནི་དང་ ཁོང་གི་གནས་ལུལ་ ཁ་འབྲལ་ནི་རྩེ་  
 མར་པབ་རྒྱབ་ནི་འཕམ་ཐབས་ལུ་ འཛེན་སྐྱོང་གི་འབད་ཚུལ་རྩེ་ སྐྱེད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ གཙོ་བོ་རྩེ་ལས་བཟུམ་ཏེ་ གཞུང་མིན་ས་ཆ་ནང་ལུ་  
 རྩོད་དགོཔ་འདུག། དེ་གིས་སྟེ་ ས་ཁྲོན་ཡོངས་ལུ་ རིགས་སྐྱེར་གནས་ལུལ་གྱི་ མཐུན་འབྲེལ་རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་ནི་ལུ་  
 སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་ཉམས་སྲུང་གིས་ འབྲེལ་གཏོགས་འབད་དགོཔ་འདི་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ ས་ཆ་ཉམས་སྲུང་འབད་མཁས་ཅིག་  
 སྐྱེས་ལྡན་རིགས་སྐྱེར་ བདག་འཛེན་གྱི་འགན་ཁབ་ཐོག་མི་དང་ སྐྱོད་བཅུད་རིམ་ལུགས་ ཉ་མོ་སྟེ་ གནམ་གཤིས་འབྱུར་བཟོ་དེ་ལུ་  
 མཐུན་འབྱུར་འབད་ནི་འཕམ་འགྲུལ་རྩེ་ནང་ ཁས་སྲུང་ས་ཀྱི་སྐོ་ལས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཨིན།

སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་ཉམས་སྲུང་གི་ འབད་ཚུལ་ནང་ ཁྲིམས་ཀྱི་ལ་ག་ཆས་ ལེ་ཤ་ཅིག་ར་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཨིན། དེ་གི་གྲངས་སྐྱེད་དགོཔ་:

- གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་རྩེ་གིས་ བདག་དབང་འབད་མི་ ས་ཆ།
- སྐྱེར་གྱི་ཉམས་སྲུང་ས་ཆ་འབད་ གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་ལུ་ གསལ་བསྐྱབས་འབད་འབད་ཟ།
- ཞི་བའི་ཁྲིམས་དེབ་ ཡང་ན་ སྤྱིར་བཏང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ནང་ ས་ཆ་ཉམས་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་ ཁས་སྲུང་ས་ཀྱིས་  
 བྱིན་དགོཔ་པའི་ལམ་ལུགས།
- མི་མང་ལུ་ཐན་པའི་ རང་དབང་ ཡང་ན་ སྤྱི་དབང་གི་ ཁས་སྲུང་ས་ཆ་ཉམས་སྲུང་།
- ཉམས་སྲུང་གི་དམིགས་ལུལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ས་ཆ་རྩེ་ འཕྲོ་མཐུན་དེར་ བེད་སྐྱོད་འབད་ཚོགས་པའི་ཐོབ་དབང་།
- སྐྱེད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ཡོངས་འབྲེལ་དོན་ལུ་ ས་ཆ་ཐན་འདེབས་འབད་མི།
- ཁ་ཚོག་དང་འཁྲིལ་བའི་ འབྲེལ་བ་ ཡང་ན་ ཁ་ཆེམས་ཀྱི་ས་ཆ།
- ས་ཆའི་སྐོ་གཏང་ལས་སྟེ་དང་ ཚད་ལྡན་གོང་འཕེལ་གྱི་འབད་ཚུལ།
- ཁོམ་སྟེ་གོང་འཕེལ་གྱི་ ཐོབ་དབང་གནས་མོར།

ལེའུ་འདི་གིས་ སྐྱེར་གྱི་འབད་ཚུལ་དང་ གཞུང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་གཉིས་ཀྱིས་ གནམ་གཤིས་འབྱུར་བཟོ་དེ་སྐྱབས་  
 གཙོ་བོ་རྩེ་གི་རྩེ་ལས་སྐྱེད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ཡོང་འབྲེལ་བཟོ་ནི་ལུ་ སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་གིས་ ཐན་ཐབས་ག་དེ་སྟེ་ འབད་ནི་ཨིན་ན་

༡༡༡ གནམ་གཤིས་འབྱུར་བཟོ་དེ་ སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱེར་འཛེན་སྐྱོང་མཐུན་འབྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



བལྟ་ཞིན། དེམ་ཚད་ ཁོང་རང་གི་དོན་ལུ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ཀྱི་ གཞོན་པ་སློབ་ཚུགས་པའི་ ཐབས་ལམ་བཏོན་ནིའི་ གོ་སྐབས་ཚུ་ཡང་ འཚོལ་ཞིབ་འབད་ནི་ཨིན།

**༡༣.༡ གནམ་གཤིས་ཀྱི་གཞོན་པ་སློབ་ཐབས་ལུ་ སླར་གྱི་ཉམས་སྲུང་འཆར་གཞི་བརྩམ་ནི།**

**གནམ་དོན་གཙོ་བོ་:** སླར་གྱི་ཉམས་སྲུང་མ་ཁོངས་ བདག་སྐྱོང་འབབ་མི་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་ གནམ་གཤིས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འབབ་བཏུབ། དེ་གི་དོན་ལུ་ ལག་འབབ་གི་ཁྲིམས་ལུགས་དང་ རྒྱ་དངོས་ཀྱི་ཁྲིམས་ལུགས། ས་ཆའི་གནས་ལུན་དང་ ཁྲམ་བཀོད་ནི། གཞིས་ཁྲིམ། དང་འདྲོད། སློབ་གྲངས་ལས་སྡེ་འི་ ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་ནང་ མཐུན་འགྱུར་གྱི་འོས་འབབ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ། ཁྲིམས་ལུགས་ཁ་གསལ་བཟོ་ནིའི་ཚེད་དུ་ ཁྲིམས་ལུགས་གསར་པ་ཡང་ བརྩམ་དགོས་འཕྲོན་འོང།

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ནང་ སླར་གྱི་ཉམས་སྲུང་ཐོག་ལས་ རླུ་ལྷན་རིགས་སྡེ་ཚུ་ མ་ཁོངས་ལུན་བརྟན་ཐོག་ལུ་ སྲུང་སྐྱོབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་དོ་འགྲན་ཚུ་ སེམས་ཁར་བཞག་དགོས་ཡོད། སླར་གྱི་ཁས་གྲུངས་ཉམས་སྲུང་ཚུ་ གཙོ་བོ་ ས་ཆའི་མི་ སའི་ཚོ་བདག་དང་ ཉམས་སྲུང་ལག་ལེན་འབབ་མི་ སློབ་གྲངས་ལས་སྡེ་ ཡང་ན་ གཞུང་གི་བར་ན་ གན་རྒྱ་བཟོ་ཐོག་ལས་ ལག་ལེན་འབབ་ཨིན། དེམ་ཚད་ གཞུང་དང་སླར་གྱི་བར་ན་ མཉམ་ཚུབ་ལས་རིམ་ཐོག་ལས་ཡང་ ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས། དེ་གི་དོན་ལུ་ སླར་གྱི་ཉམས་སྲུང་ ཡར་རྒྱས་གྲངས་འདོད་ཡོད་མི་ རྒྱབ་ཁབ་ཚུ་གིས་ དང་པ་ར་ ལཱ་དེ་ལུ་བཀག་རྒྱ་བཟོ་མི་ ཁྲིམས་ལུགས་ཡོད་ག་མེད་ བལྟ་དགོ། དཔེར་ན་ ལེ་ཤིན་ཨེ་མི་རིག་ལུ་ དཔེས་ཁམས་ཚུ་ཚོད་ ས་ཆའི་ཚོ་བདག་ཚུ་གིས་ ས་ཆ་དེ་ མི་སྡེའི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འབབ་དགོས་ཨིན་མས། ཐད་ཀར་དུ་ ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་སར་ སླར་གྱི་ཁས་གྲུངས་ཉམས་སྲུང་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཁྲིམས་ལུགས་ཁ་གསལ་བཟོ་ཚུགས། དཔེར་ན་ བོ་རུ་ལུ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ ལུ་ གཞུང་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་སྲུང་སྐྱོབ་མ་ཁོངས་ཀྱི་ ཁྲིམས་ལུགས་ཆ་གནས་མ་གྲུབ་ཚུ་ཚོད་ དེ་བརྩམ་གྱི་ཉམས་སྲུང་ས་ཆ་ མ་གཞི་ལས་ར་ མེད་པ་ཨིན་མས། དེ་ལས་ཚུར་ སླར་གྱི་ཉམས་སྲུང་སྐྱོམ་ཁག་༢ གཞི་བཅུགས་འབད་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ གཅིག་ཚོད་གོ་ཡ་ཡི་ ཀེམ་མི་སི་ནོ་ མི་སྡེ་གིས་ ས་ཁོངས་ཉེག་ཏུ་ ༣༥, ༠༠༠ རང་ རུམ་བི་སི་ཡུན་ རགས་ཚུ་ལ་གྱི་ རླུ་ལྷན་རིགས་སྡེ་ སྲུང་སྐྱོབ་གྱི་དོན་ལུ་ གཞི་བཅུགས་འབད་ཡོད་པ་དང་ གཞན་མི་དེ་ བོ་རུ་བི་ཡུན་ ཨོ་མ་རྫོོན་ནང་ ས་ཆ་ཉེག་ཏུ་ ༡༣༢, ༤༣༢ རང་ ཨོ་མི་གོ་སི་ རྒྱའཛིན་ས་ཁོངས་ ཉམས་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ གཞི་བཅུགས་འབད་ཏུག།

**པར་༡༣.༡ བོ་རུ་ལུ་ཡོད་པའི་ སླར་གྱི་ཉམས་སྲུང་། ལྷོ་སི་ ཨོ་མི་གོ་སི་ ཉམས་སྲུང་།**

ཁས་གྲུངས་ཉམས་སྲུང་དེ་ རྒྱ་དངོས་ཀྱི་ཚོ་བདག་ཚུ་གིས་ ཁས་གྲུངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ རང་སོའི་ས་ཆ་ ཆ་ཤས་སམ་ རྩིལ་གུམ་ ཉམས་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ བྱིན་མི་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།



༡༣ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ན་ རླུ་ལྷན་རིགས་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྲོལ་གྱི་ཡིག་ཆས།

**གནད་དོན་གཙོ་བོ་:** གཞུང་གི་ས་ཆ་དང་རྒྱུ་མཐུན་ ཉམས་སྲུང་གི་མཐུན་འགྱུར་ དམིགས་དོན་འགྲུབ་ནི་ལུ་ ལྷན་ཐབས་དང་ ཡར་སྐྱེད་གྱི་དོན་ལུ་  
སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་རྒྱུ་མཐུན་འགྱུར་ལུ་ལྷན་ཐབས་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་ཨིན།

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ནང་ ཉེ་མ་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ནང་སྤོང་མི་ རིགས་སྐྱ་ཚུ་གིས་ ས་ཁོངས་དེ་གི་  
ས་མཚམས་བརྒྱལ་ཏེ་ ལུང་ཕྱོགས་གཞན་ནང་ གནས་སོར་འགྱོ་འོང། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོས་པའི་ རིམ་རྒྱུག་ལུ་ཡོད་པའི་  
སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་ ལ་ལུ་ཅིག་ ཚོང་ལས་དང་ སྤོང་གནས་གྱི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་མེད་པ་འགྲོ་ཆ་ལས་ སྐྱོན་སའི་གནས་ལུ་ཡང་དང་ ཡང་ན་  
རྒྱུ་མཐུན་བཟོ་གི་འོས་པའི་བར་སྐྱིད་འབད་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་ཨིན། སྐྱེར་གྱི་ཁྲིམས་ལུ་གསལ་ལག་ཆས་དང་ གཞུང་དང་སྐྱེར་མི་  
མཉམ་ཐུབ་ཚུ་གིས་ གནས་སྟངས་དེ་ཚུ་དང་ གནས་སྟངས་གཞན་ནང་ གཞུང་གིས་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྐྱ་ སྲུང་སྐྱོབ་འབད་ནིའི་འབད་ཚུ་ལུ་  
ལྷན་ཐབས་སྐྱོམ་འབད་ཚུ་གས། དེ་གི་དོན་ལུ་ འོག་གི་གདམ་ཁ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་:

**བར་སྐྱིད་དང་ གཞུང་གི་ས་མཚམས་ནང་གི་ སྐྱེར་ས་སྲུང་སྐྱོབ་:** སྐྱིད་ཀ་དང་ སྐྱབས་གནས་གཙོ་བོའི་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གྱི་  
མཐུན་འཁོར་ལུ་ཡོད་པའི་ བར་སྐྱིད་ཚུ་ནང་ སྐྱེར་གྱི་ལས་སྐྱོང་ས་ཉམས་སྲུང་ས་ཁོངས་ གཞི་བཟུགས་འབད་ནིའི་ བྲོས་སྒྲིག་འབད་བཅིན་  
གཞུང་ས་ནང་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གསལ་པའི་ གཞི་བཟུགས་འབད་མ་དགོ་པར་ སྲུང་སྐྱོབ་གྱི་ས་ཁོངས་ དོན་སྤྱིན་ཅན་སྟེ་ རྒྱ་སྐྱེད་འབད་ཚུ་གས།

**གཞུང་གི་སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ སྐྱེར་གྱི་ལས་སྐྱོང་ས་ཉམས་སྲུང་གི་ སྐྱེས་ལྷན་འབྲུམ་གནས་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་  
འབྲེལ་མཐུན་འབད་ནི་:** རིགས་སྐྱ་ཚུ་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ ཕུད་དོག་གཅིག་ནང་ལས་ རྒྱ་ཆེའི་ནང་ས་ཁོངས་གཞན་ནང་  
འགྲུལ་སྐྱོད་འབད་ནི་ལུ་ ཉམས་སྲུང་གི་འབྲུམ་གནས་ཚུ་ གཤམ་ཆེས་ཨིན། དཔེར་ན་ འགྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་  
སྐྱེས་ལྷན་འབྲུམ་གནས་༡༢ གྱི་ཐོག་ལས་ འབྲེལ་མཐུན་འབད་དེ་ འགྲུག་གི་ས་ཁོངས་ཡོངས་བསྐྱོམས་ཀྱི་ བརྒྱ་ཆ་༤ ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོལ་ཡོད་པའི་ཨིན།  
འགྲུག་གི་རང་བཞིན་ཉམས་སྲུང་སྐྱོལ་ཚན་གྱིས་ ས་ཁོངས་འདི་ཚུ་ གཅིག་བསྐྱིག་འབད་དེ་ འགྲུག་གི་སྐྱེས་ལྷན་ཉམས་སྲུང་སྐྱིད་ཟེར་མི་  
ཆེ་མི་རང་བཞིན་ས་ཁོངས་ཅིག་འབད་ བཟོ་སྐྱོལ་ཡོད། འབྲུམ་གནས་དེ་ཚུ་ འགྲོ་བ་མིའི་གཞིས་ཆགས་དང་ ལས་རིགས་ཚུ་ལུ་  
བར་ཆད་གང་ཉུང་གི་ཐོག་ལས་ གདམ་འབྲུ་འབད་ཡོད་རུང་ སྐྱེར་དང་མི་སྤྱེའི་ས་ཆ་ ལེ་ཤ་ཅིག་ར་ ཚུད་དེ་ཡོད། འགྲུག་གིས་  
སྤྱིར་བཏང་ནགས་ཚལ་བཅའ་ཡིག་ སྤྱི་ལོ་༢༠༠༤ ཅན་མའི་ཁ་སྐོང་ལུ་ སྐྱེས་ལྷན་འབྲུམ་གནས་གྱི་བཅའ་ཡིག་ སྤྱི་ལོ་༢༠༠༧  
ཅན་མ་བཅུམས་ཐོག་ལས་ འབྲུམ་གནས་དོས་འཛིན་དང་ འཛིན་སྐྱོང་གི་ཁྲིམས་ལུ་གསལ་ཚུ་ བཟོ་སྐྱོལ་ཡོད།  
སྐྱེས་ལྷན་འབྲུམ་གནས་གྱི་བཅའ་ཡིག་ཐོག་ལས་ གཞི་བཟུགས་འབད་མི་ འབྲུམ་གནས་ཚུ་གི་ གནས་ཚད་འདི་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ལས་  
དམ་འཛུལ་ཅིག་དང་ གཞུང་གི་བདག་སྲུང་ནགས་ཚལ་ལས་ མཐོམ་ཅིག་ཨིན། འགྲུག་གི་སོ་ནམ་ལྷན་ཁག་ལུ་  
འབྲུམ་གནས་གྱི་གསལ་བསྐྱབས་ འབད་ཚོག་པའི་དབང་ཆ་ཡོད་པ་དང་ ནགས་ཚལ་ལས་ཁུངས་གྱིས་ འཛིན་སྐྱོང་གི་སྐྱིལ་གཞི་བཅུམ་ཚོག།

༡༣༢ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ནང་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྐྱ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤོང་སྐྱོབ་གྱི་ཡིག་ཆས།

འབྲུག་གི་འབད་ཚུལ་འདི་གིས་ ས་ཁོངས་དེ་ཚུ་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ གནས་ཚད་བྱིན་པ་ཅིན་ སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་  
མཐུན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལུ་ སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་པའི་ སྐྱབ་བྱེད་བྱུང་ཡི། དེ་བཟུམ་སྟེ་ སྐྱེར་གྱི་ལས་སྐྱེད་ས་ཉམས་སྤང་ཚུ་ཡང་  
ས་ཆའི་ཚེ་བདག་ མང་རབས་དང་གཞུང་ མཉམ་ཚུབ་གྱི་ འབད་ཚུལ་ཐོག་ལས་ འབྲེལ་མཐུན་འབད་ཚུགས་ནི་ཨིན་མས།  
ཉམས་སྤང་གི་དོན་ལུ་ སྐྱེར་གྱི་རྒྱ་དངོས་ གཞི་བཟུགས་འབད་ནི་ལུ་ ལྷུ་གི་ཡངས་ཆལ་སོགས་པའི་ ཁེ་ཕན་བྱིན་པ་ཅིན་  
བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཡང་ ལེ་ག་འཕོན་ནི་ཨིན་མས།

**མི་སྡེ་དང་གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་མཉམ་ཚུབ་:** ཉམས་སྤང་འབད་མི་ གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་ཚུ་ལུ་ ཁོང་རའི་བདག་དབང་ལུ་ཡོད་པའི་  
ས་ཁོངས་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་འབབ་ནིའི་ནང་ གནས་སྤངས་གྱི་འགྲུལ་བ་དང་བརྟུན་ཏེ་ གདོང་ལན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ གཞུང་ལས་ལྷན་པའི་  
སྐབས་བདེ་དང་ མཐུན་འགྲུལ་ དལ་དབང་ཚུ་ཡོད། དེ་མ་ཚད་ ཁོང་གིས་ མི་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་ཡང་ དོན་སྤྲོན་ཅན་སྟེ་  
མཉམ་ཚུབ་འབད་ཚུགས། མ་དག་སྤྱི་ཀར་ལུ་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྤུའི་ འབྲུམ་གནས་བདེ་འཕྲི་ ཉམས་སྤང་ནང་  
བཅའ་མར་གཏོགས་པའི་ལན་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱི་ཉམས་སྤང་ལས་སྡེ་གིས་ ས་གནས་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ གོང་འཕེལ་གྱི་ཁེ་ཕན་སྐྱོབ་ཚོགས་ དཔེར་ན་  
ས་ཚོམ་གྱི་དོན་ལུ་འབྲུལ་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ འོང་འབབ་བཟོ་ནིའི་ལས་རིགས། གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ལེགས་བཅོས། ཤེས་རིག།  
རང་བཞིན་ལྷ་བཤལ་གོང་འཕེལ། གསོ་བའི་ཞབས་ཏོག་ཚུ་ བྱིན་མ་ཨིན་མས། ཉམས་སྤང་སྟེ་ཚན་དང་ སའི་སྐོ་གཏད་ལས་སྟེ་  
དེ་ལས་འབྲེལ་གཏོགས་ཡོད་པའི་ སྐྱེར་མི་ཚུ་གིས་ མི་སྡེ་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ལུ་ ཉམས་སྤངས་གནས་ཚུ་ འཛིན་སྐྱོང་འབབ་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་  
གཞུང་གིས་ ཕན་ཐོགས་ཅན་གྱི་ དམིགས་དོན་ཁག་༥ འབྲུབ་ཚུགས་པ་ཨིན། ༡༽ གཞུང་ལུ་མ་དངུལ་གྱི་སྤྲིད་འགན་མར་ཕབ། ༢༽  
སྤྱི་མང་བྱ་རིམ་ཉུང་བའི་སྐོ་ལས་ ཉམས་སྤངས་ས་ཁོངས་འཛིན་སྐྱོང་ནང་ མཐུན་འགྲུལ་ལེགས་བཅོས། ༣༽ མི་སྡེ་གོང་འཕེལ།

**གནས་གཤིས་འགྲུལ་བཟོ་དེ་གྱི་གཞོན་པ་སྐོབ་ཚུགས་པའི་ གཞུང་གི་ས་ཆའི་ཡོངས་འབྲེལ་བཟོ་ནི་ལུ་ ས་ཆའི་བརྗེ་སོར་:**  
རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་ནང་ ས་ཆ་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་དེ་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ ལག་ཆས་ཅིག་ཨིན། ཨིན་ཚུང་  
གཞུང་གི་ས་ཆ་ཚུ་ སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་དང་ བརྗེ་སོར་འབད་ནི་དང་ དེ་གི་དགོས་པ་ ཉམས་འབད་དགོ་པ་ཨིན་ན་གི་སྐོར་ལས་  
ཁྲིམས་ལུགས་ཁ་གསལ་མིན་འདུག། ཁྲིམས་ལུགས་དང་ སྐྱིག་གཞི་གསར་པ་ཚུ་གིས་ གཞུང་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་ལུ་  
ས་ཆ་གསར་པ་ལེན་མི་ཚུ་གིས་ གཞུང་གི་ས་ཆའི་ཡོངས་འབྲེལ་ཚུ་གི་ མཐུན་འགྲུལ་གནས་གོང་ ཡར་སེར་རྒྱབ་ཚུགས་པ་ཅིན་  
ས་ཆ་བརྗེ་སོར་འབད་ནིའི་ ལས་སྟེན་བྱིན་མ་ཨིན། རྒྱ་དབེར་ན་ འབྲུམ་གནས་ཅིག་ བཟོ་མི་དེ་གིས་ ཉུ་ཅང་དགོན་པ་འཕམ་  
རབ་ཆད་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་ རིགས་སྤྱི་ཅིག་ གནས་གཤིས་འགྲུལ་བཟོ་དེ་གྱི་གདོང་ལན་ལུ་ གནས་སོར་འབྱོ་ཚུགས་པ་ཅིན།

**ས་ཆ་བརྗེ་སོར་གྱི་བྱ་ལོན་:** དེ་བཟུམ་སྟེ་ སྐྱེར་གྱི་མི་རོའམ་ ཚོང་སྡེ་ཅིག་གིས་ གཞུང་ལུ་བྱ་ལོན་འཁྲི་བ་ ཡང་ན་  
ཞི་བའམ་བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་ཆད་སྐོམ་ཐོག་འོང། རྒྱ་དབེར་ན་ མཐའ་འཁོར་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་ལས་འགལ་བའི་ཉེས་བྱ་ཐོག་པ་ལྷ་བྱ།  
མི་རོའམ་ ཚོང་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་ དེ་གི་གོས་སྐྱིག་གི་སྐབས་ལུ་ གཞུང་གིས་ བྱ་ལོན་ནམ་ འཁྲི་བ་གི་ཆབ་ལུ་ སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གྱི་དོན་ལུ་  
ས་ཆ་ལེན་ཚུགས། དེ་བཟུམ་མའི་ཐབས་ཤེས་འདི་ ཉེ་མ་ གཙོ་ཐོ་ རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱ་ལོན་གྱི་སྐབས་ལུ་ ལག་ལེན་འབབ་སྟོན་ཏུག། ཨིན་ཚུང་  
གོ་སྐབས་འདི་ སྐྱེར་མི་དང་ ཚོང་སྡེའི་དོན་ལུ་ཡང་ ལག་ལེན་འབབ་ནིའི་ འོས་འབབ་བཟོ་དགོ་པ་འདུག།

༡༡༤ གནས་གཤིས་འགྲུལ་བཟོ་དེ་གྱི་སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྤུའི་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུལ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྲིད་བྱུང་གྱི་ཡིག་ཆས།

སྤྱོད་ཁལ་ཚུ་ ཉམས་སྤངས་ལོངས་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ནི་: གཞུང་གི་ས་ཁོངས་ནང་ལས་ ས་ཆ་བརྒྱ་ལེན་ཐོག་ལུ་  
ཐོན་སྐྱེད་བཏོན་མི་ རྒྱ་དཔེར་ན་ ས་གཏེར་དང་ ས་སྐྱུམ་ མེ་རླུང་ ཤིང་ཆས། ཚུ་གིས་ སྤྱོད་ཁལ་གྱི་ཐོག་ལས་  
ལེབ་སང་གི་དཔུ་བཟོ་དུམ་གྱ་རེ་ གཞུང་ལུ་ཕུལ་ཤ་ཨིན། གཞུང་གིས་ སྤྱོད་ཁལ་དེ་ཚུ་ལས་ དཔུ་བཟོ་དུམ་གྱ་རེ་འཕྲིས་ཏེ་ ས་ཆ་དང་ཚུའི་  
ཉམས་སྤངས་འབད་ཚུ་ལུ་ གྱི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་གཞི་བཙུགས་འབད་ཚུ་གས།

སྤྱོད་ཁལ་དངུལ་གྱི་ཚབ་ལུ་ ས་ཆ་ལེན་ནི་: དུ་ཨེ་སི་གཞུང་གིས་ འདས་པའི་ལོ་ངོ་དག་པ་ཅིག་གི་རིང་ མོ་བཏབ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་  
གཞུང་གི་ས་སྐྱུམ་དང་ མེ་རླུང་བཏོན་ནིའི་ ས་ཆ་བརྒྱ་ལེན་འབད་མི་ཚུ་ལས་ སྤྱོད་ཁལ་དངུལ་གྱི་ཚབ་ལུ་ ས་ཆ་ལེན་ནི་འགོ་བཙུགས་ལུ་ག།  
དེ་ནང་ལུ་ ཚ་གྲུང་གཙོ་བོ་ཅིག་ དེ་སྟེ་ལེན་མི་ས་ཆ་དེ་གིས་ དངུལ་གྱི་གནས་ཤོང་གི་ བདོག་ཁུད་ཚོད་དང་ གཞུང་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་  
དེས་གཏན་བཟོ་ནི་དེ་ཨིན་མས། སྤྱི་དབྱུས་བརྩམ་མི་ཚུ་གིས་ གཞུང་གི་ས་ཆ་བརྒྱ་ལེན་འབད་མི་ཚུ་ལས་ སྤྱོད་ཁལ་དངུལ་གྱི་ཚབ་ལུ་  
ས་ཆ་ལེན་ནིའི་ བོ་སྐབས་བཟུ་དགོ་པ་འདུག། དེ་ཡང་ ས་ཆ་འོ་བདག་དབང་ གཞུང་ལུ་ཕུལ་ཐོག་དང་ བརྒྱ་ལེན་འབད་མི་ས་ཆ་དེ་  
ལས་སྤངས་གྱི་ཐོག་ལས་ ལོག་ཆ་མེད་བཏང་ཐོག་ལས་ འབད་ཚུ་གསལ་ཨིན། སྤྱི་དབྱུས་བརྩམ་མི་ཚུ་གིས་ བོ་ས་འཆར་བཏོད་མི་  
དངུལ་ཚབ་ས་ཆ་དེ་གིས་ དངུལ་གྱི་གནས་ཤོང་ ལང་མི་ལང་དང་ གནས་ལུལ་ཉམས་སྤངས་གྱི་དོན་ལུ་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་  
མཐུན་འགྱུར་འབད་ནིའི་ གནས་ཤོང་ཡོད་མེད་ཚུ་བཟུ་དགོ།

ཤོང་ལུ་བཏོད་མི་གདམ་ལ་ཚུ་ སྐྱེར་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་བདེ་སྤྱིག་ཐོག་ལས་ ཡང་ན་ གཞུང་སྐྱེར་མཉམ་ཅུབ་ཐོག་ལས་  
གཞུང་གི་སྐྱེས་ལྗན་སྐྱོ་ཚོགས་ མཐུན་འགྱུར་ལས་རིམ་ ཡར་དྲག་གཏང་ནིའི་ ཐབས་ཤེས་དག་པ་ཅིག་ཨིན། སྐྱེར་གྱི་ཐབས་ལམ་གཞན་ཡང་  
དཔེར་ན་ གནས་གཤིས་གྱི་ཉེན་ལ་ཡོད་པའི་ ཚུམ་ཐའི་ས་ཁོངས་དང་ ཚུ་རུད་འཐོན་སའི་ས་ཐང་ཚུ་ནང་ ཉེན་བཙོལ་གྱི་འབྲས་ཡར་སེང་དང་  
ཡུན་རིང་ཉེན་བཙོལ་སྤྱི་དབྱུས་ཚུ་གི་ བོ་སྐབས་ཡང་ དེས་པར་བཟུ་དགོ་པ་འདུག།

༡༡༥ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དེར་ སྐྱེ་ལྗན་རིགས་སྐྱོ་ཚོགས་ཚུ་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུས་གྱི་ཡིག་ཆས།

**གནད་དོན་གཅིག་པོ་:** སྐྱེར་གྱི་ཉམས་སྲུང་ས་ཁོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལག་འབག་གན་རྒྱ་དང་ བཀའ་ཁྲིམས་ ཆེ་ཆུང་སྡིག་ཚུ་བརྩམས་ཏེ་  
ས་ཁོངས་ཅིག་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལུ་བརྟེན་ སྐྱེས་ལྷན་གནས་ཚད་ལུ་ འགྱུར་བ་འགྲོ་རུང་ ཉམས་སྲུང་གི་ལུ་ཚུ་ འཕྲོ་མཐུན་དེར་  
འབད་ནི་ཡོད་པ་ དེས་གཏན་བཟོ་དགོ།

མཐུན་འགྱུར་གྱི་དོན་ལུ་ དོ་འགྲན་མང་ཤོས་ར་ ཉམས་སྲུང་ས་ཁོངས་ཚུ་གི་ སྐྱེར་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ནང་འཐོན་མ་ཡིན།  
གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ཀྱི་ གནོད་པ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ས་ཁོངས་ཀྱི་གནས་ཚད་ ལྷ་གོང་ལས་ ཆ་མེད་གཏང་ནི་བཀག་ཐབས་དང་  
ཉམས་སྲུང་ས་ཁོངས་ཚུ་ སྤྱི་སྤྱིར་འབད་ འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནི་དང་ ཉམས་གསོ་འབད་ནི། ཉེན་ལ་ཚུ་ ཕ་བོ་ཆ་མཐུན་ལུ་ འདྲན་འདྲ་བཀའ་ལ་ནི།  
རྒྱ་ཆེ་ཉམས་སྲུང་དམིགས་དོན་ཚུ་ དོན་སྤྲོད་ཅན་འབད་བསྐྱབ་ནི་འདྲོད་ལུ་ ལག་ལེན་པ་ཚུ་གིས་ ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་བརྩམ་པའི་སྐབས་  
ཚོག་དོན་བཅུགས་ཐངས་ལུ་ དམའ་བཏོན་དགོ། ཡིག་ཆ་དེ་ཚུ་བརྩམ་པའི་སྐབས་ ཚུད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ལ་ལུ་ཅིག་:

**གནམ་ཡུན་གྱི་ལོ་ཚད་བཟོ་དགོ་པ་:** སྐྱེར་གྱི་བདག་སྲུང་ཁྲིམས་ལུགས་དང་ སྐྱེར་གྱི་ཉམས་སྲུང་ཆེད་སྡིག་ཚུ་ནང་ བདག་སྲུང་ ཡང་ན་  
ལས་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་ཚུ་གི་ དམིགས་བསལ་དུས་ཡུན་ཅིག་ ཚུད་དགོ་པ་འོང། དཔེར་ན་ བེ་རུ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཐོན་སྐྱེད་སྐྱེལ་ཁང་གིས་  
འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་མི་ སྐྱེར་གྱི་ཉམས་སྲུང་ས་ཁོངས་དེ་ ལོ་ངོ་༡༠ གྱི་རིང་ གནམ་དགོ་པའི་ཁར་ དེ་ལས་བསྐྱར་གསོ་འབད་ཚོགས་ཡིན་མས།  
དུས་ཚོད་དེས་གཏན་ བཟོ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དུས་ཡུན་ཚུར་ བསྐྱུམ་ནི་མི་འོང།  
ལས་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་ཚུ་ འཕོ་ཐོག་གི་གནམ་ཡུན་ལས་ལྷག་སྟེ་ འཕྲོ་མཐུན་གནས་ཐབས་ལུ་ དུས་ཡུན་བསྐྱར་གསོ་འབད་ནི་ལུ་  
ཟད་འགོ་དང་ ལུ་འཇམ་ཏོང་ཏོ་བཟོ་དགོ། ཆ་མེད་གཏང་ནི་དེ་ དགོངས་དོན་གཞན་ཚུ་ལུ་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བཟུ་དགོ། དཔེར་ན་  
ཀོ་སི་ཏེ་རི་ཀུན་གྱི་ ཁྲིམས་ལུགས་ནང་ ལས་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་ཚུ་ མི་ལོ་༥-༢༠ གི་བར་ན་ བཞག་དགོ་པ་ཡིན་རུང་ རྒྱ་དངོས་དེ་གི་  
བདག་དབང་སྟོ་སོར་འབད་དཔ་ཅིན་ ལས་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་དེ་ ཆ་མེད་འགྲོ་མ་ཡིན་མས། དེ་སྟེ་ཆ་མེད་གཏང་ཚོགས་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་དེ་གིས་  
ལས་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་ རྒྱ་ཆེ་ཡོངས་འབྲེལ་ལུ་བརྟེན་མི་ ཉམས་སྲུང་ཐབས་བྱས་ཚུ་ལུ་ གནོད་པ་ཡིན་མས།

**གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལུ་བརྟེན་ ལྷ་གོང་ཆ་མེད་བཀག་ཐབས་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཚིག་དོན་:** རྒྱལ་ཁབ་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་  
ལས་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་ཚུ་གིས་ ཆེད་དུ་བཀོད་མི་ དགོས་དོན་དེ་འགྲུབ་ནི་དེ་ འོས་འབབ་ཕ་ལས་མེད་པའི་ གནམ་སྐྱེད་ཤར་བའི་སྐབས་  
ཆ་མེད་གཏང་ཚོགས་ཡིན་མས། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ཀྱི་ ཉེད་བཏགས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལས་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་  
ཆ་མེད་གཏང་འདོད་མེད་མི་ ཁྲིམས་ཚུམ་པ་ཚུ་གིས་ ལས་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་ ཆ་མེད་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ རྒྱ་མཚན་མི་རུང་བའི་ གནད་དོན་ཚུ་  
ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ། དེ་ཡང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ཀྱི་གནོད་པ་ དཔེར་ན་ རིགས་སྤྲོ་ཅིག་ ཡང་ན་ གནམ་ཡུན་གྱི་དབྱེ་ལག་ཅིག་  
ཕ་མེད་ཐལ་བ་དང་ རིགས་སྤྲོ་གསར་པ་འཐོན་པ། ཆར་ཚུའི་འབབ་ཚད་ལུ་ འགྱུར་བ་སྟོམ་འགྲོ་མི་ཚུ་ ལས་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་  
ཆ་མེད་གཏང་ནི་དེ་ གཞི་གནད་འབད་ མི་རུང་བའི་སྐོར་ལས་ ཆེད་སྡིག་ནང་ ལ་གསལ་བཀོད་དགོ། ས་ཁོངས་དེ་ནང་

༡༡༦ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱེས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

སྐྱེས་ལྷན་གྱི་འགྲུར་བསྐྱོམ་ འགྲོ་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ ལས་སྐྱད་ས་ཉམས་སྤྱད་ ཆམེད་གཏང་ནིའི་ སྐོ་འདོད་ཡོད་མི་  
སྐྱེས་ཀྱི་སའི་ཚོ་བདག་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཚོག་དོན་དེ་ ཡང་བསྐྱར་གྲོས་སྒྲིག་འབད་ཚོག་ཟེར་ བཅུག་ས་དགོ་པ་ཨིན།

**ལས་སྐྱད་ས་ཉམས་སྤྱད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ལུ་** གནམ་གཤིས་དང་བསྐྱུན་པའི་བསྐྱར་བཅོས་ འབད་བཅུག་ནིའི་གནམ་ཚད་  
འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ཚུ་ལུ་ ལྷ་རྟོག་དང་ དུས་མཚམས་སུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བསྐྱོད་ཀྱིས་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྐྱུ་ལུ་  
གནོད་མི་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ བདེ་སྐྱིག་འབད་དགོ་པ་གཤམ་ཚེ། དེ་གི་དོན་ལུ་ ལྷིམས་ལུགས་བརྩམ་མི་ཚུ་གིས་ ལས་སྐྱད་ས་ཉམས་སྤྱད་  
འཛིན་སྐྱོང་འབྲེལ་བའི་ནང་ ལྷ་བསམ་བདེ་ག་དེ་སྟེ་ བཅོམ་ཅི་ཨིན་ན་ མཚོ་བསམ་གཏང་དགོ། དཔེར་ན་ ལས་སྐྱད་ས་ཉམས་སྤྱད་གི་  
ཚིངས་ཡིག་མང་ཤོས་ནང་ སྐྱེས་ཀྱི་ས་ཁོངས་ འཛིན་སྐྱོང་ལུ་ བསྐྱར་བཅོས་གང་རུང་འབད་དགོ་པ་ཅིན་ བར་གནམ་ ཡང་ན་  
ས་ཁོངས་ཀྱི་སྐྱེས་གནམ་ རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་ཚུགས་པ་ཅིག་ དགོ་པ་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བསྐྱོད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་  
འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ལུ་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོ་པ་འཕྲོན་པའི་སྐབས་ རྒྱུ་ཚད་འདི་ ཚོང་དགོ་པ་མིན་འདུག། དཔེ་འབད་བཅིན་  
སྐོ་ལྷངས་ལྷན་པའི་ནགས་ཚལ་ཅིག་ནང་ ཆར་ཚུཙ་ལས་མ་འབབ་ལས་ བསྐྱམས་ཤུགས་ཐལ་བའི་མཐའ་མར་ ནགས་ཚལ་མེ་རྒྱེན་གྱིས་  
ཐལ་བར་བསྐྱབས་ད་པ་ཅིན་ འཛིན་སྐྱོང་གིས་ ནགས་ཚལ་དེ་ སྤར་གསོ་འབད་དགོ་པ་ཅིན་ བསྐྱམས་ཤུགས་མང་སུ་ཐུབ་པའི་  
ཤིང་རིགས་གཞན་ཅིག་ འཛུགས་སྐྱོང་འབད་དགོ་པའི་ སྐོས་འཆར་བཀོད་པའི་སྐབས་ ཤིང་རིགས་གསལ་པ་དེ་ བར་གནམ་ ཡང་ན་  
སྐྱེས་ལྷན་ལུ་པན་ཐོགས་ཡོད་པའི་ གསལ་ཁར་མ་བཅུ་བཅིན་ འདི་གིས་མཐུན་འགྲུར་གྱི་འབད་ཚུལ་ལུ་ བར་ཆད་རྒྱབ་འོང།  
དཀའ་ངལ་འདི་མི་འབྱུང་ནི་ལུ་ ཚོག་དོན་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བསྐྱོད་ཀྱི་གནམ་སྤངས་ལུ་བརྟེན་ འཛིན་སྐྱོང་གི་གནམ་ཁ་དེ་  
མེད་ཐབས་མེད་པ་ཨིན་པའི་ བདེན་ཁུངས་བཀོད་ནི་ལུ་ ལྷ་རྟོག་པ་རྩ་རོ་མེད་ སའམ་ ཚོན་རིག་ལྷན་པའི་དབང་འཛིན་གྱིས་  
བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ་ཟེར་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞིའི་ནང་བཀོད་དགོ།

**གནམ་གཤིས་འགྲུར་བསྐྱོད་ཀྱི་གནོད་པ་དེ་** བཀག་ཐབས་མེད་པའི་སྐབས་ སྤར་གསོ་དང་ བཅོམ་བསམ་གྱི་དོན་ལུ་ ཉེན་ཁ་དང་ འགན་ཁག་ཚུ་  
རྩ་རོ་ཚུ་ལུ་ འདྲ་མཉམ་བཀའ་ལྷི་ ལས་སྐྱད་ས་ཉམས་སྤྱད་ནང་གི་ སྐྱེས་ལྷན་ཚུ་ལུ་ གནོད་སྐྱོན་འབྱུང་པའི་སྐབས་ སྤར་གསོ་དང་  
བཅོམ་བསམ་གྱི་ འགན་ཁག་འབག་མི་ རྩ་རོ་ག་དང་ག་ཨིན་ན་ སྐྱེས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱད་ ཚིངས་ཡིག་ཚུ་ནང་བཀོད་དགོ།  
གནམ་གཤིས་འགྲུར་བསྐྱོད་ལྷ་བུ་ རྒྱུག་ཐབས་མེད་པའི་རྒྱེན་གྱིས་ གནོད་པ་སྐོམ་བཀའ་བའི་སྐབས་ བཅོམ་བསམ་དང་  
སྤར་གསོའི་འགན་ཁག་ཉིལ་བུམ་ རྩ་རོ་གཅིག་ལུ་བཀའ་བཅིན་ དྲང་བདེན་མི་འོང། གནམ་གཤིས་ཀྱི་གནོད་པ་དེ་གིས་  
སྐོད་བཅུད་རིམ་ལུགས་ལུ་ ཚོང་ལས་བཀའ་བའི་ གནོད་སྐྱོན་རྒྱབ་ཚར་བཅིན་ ཉེ་མ་ཡོད་པའི་ སྐྱེས་ལྷན་ཆ་ཚོང་  
སྤར་གསོ་འབད་ཐབས་མི་འོང། དེ་བཟུམ་གྱི་གནམ་སྤངས་ནང་ འགན་ཁག་ཉིལ་བུམ་ རྩ་རོ་གཅིག་ལུ་བཀའ་བཅིན་ དྲང་བདེན་དང་  
འོས་འབབ་རྩ་ལས་མིན་འདུག། དེ་གི་སྐབས་ལུ་ ལག་དེབ་འདི་ནང་ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བསྐྱོད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལས་སྐྱད་ས་ཉམས་སྤྱད་  
ཆམེད་གཏང་མི་ཚོག་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ རྒྱུ་རལ་འདི་ དཀོན་མཚོག་གི་མཛེད་ཤུལ་ཅིག་ཨིན་མས་འབད་ ཆ་བཞག་སྟེ་ རྩ་རོ་རྒྱུང་པ་  
ག་ལུ་ཡང་ འགན་འཁྲི་བཀའ་ལྷི་མི་འོང། དེ་གི་ཚབ་ལུ་ ཐོམ་པ་ཤུལ་མམ་དེ་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྐྱུ་ སྤར་གསོ་འབད་ནི་དང་  
ཉམས་སྤྱད་གི་དམིགས་ལུ་ལག་ཞན་ བརྩམ་ནིའི་འགན་ཁག་དེ་ བཤོ་བཤའ་རྒྱབ་སྟེ་བཀའ་དགོ།

༡༡༡ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བསྐྱོད་ སྐྱེས་ལྷན་རིགས་སྐྱུ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཅོམ་ནི་ལུ་ ལྷིམས་དོན་དང་སྤྱི་དབྱུག་གི་ཡིག་ཚུས།

སྐྱེར་གྱི་ཉམས་སྲུང་ས་ཁོངས་ཅིག་ནང་      གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་ཀྱིས་      ཟུང་བརྟུན་ཆམ་ཉམ་      ཅུ་མེད་བཏང་པའི་སྐབས་ལུ་  
 ལས་གྲུངས་ས་ཆ་      བརྗེ་སོར་འབད་ནི་:      གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་ཀྱི་      འཚབས་ཆེན་གོད་པ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་  
 ལས་གྲུངས་ཉམས་སྲུང་ས་ཁོངས་ནང་གི་      སྐྱེས་ལྡན་རིགས་སྣ་ཚུ་      མ་གཞི་ལས་      གནམ་ཐབས་མེད་པའི་སྐབས་      ལས་གྲུངས་ཉམས་སྲུང་དེ་  
 ཆ་མེད་བཏང་སྟེ་      བཀོ་བཞག་ནི་མེན་པར་      ས་ཆ་བརྗེ་སོར་འབད་བརྟུབ་ཨིན།      དཔེར་ན་      ལས་གྲུངས་ཉམས་སྲུང་ས་ཁོངས་རྙིང་མ་དེ་  
 ཆ་མེད་བཏང་ཐོག་      བཅོང་ཞིན་མ་ལས་      དེ་གི་རིན་དུལ་དེ་གིས་      སྐྱེས་ལྡན་རིགས་སྣ་      རྒྱན་སྦྱོང་འཐབ་ཚུགས་པའི་      ས་ཆ་གསར་པ་ཉོ་སྟེ་  
 ཉམས་སྲུང་ས་ཁོངས་      གསར་པ་ཅིག་བཟོ་ཚུགས།      དེ་ལས་ཐོམ་པ་ཐེབས་ཅིག་སྟོ་བའི་ཐོག་ལས་      གནམ་སྐབས་ཅིག་      སྐྱེར་གྱི་ས་ཆ་ནང་གི་  
 སྲུང་སྦྱོབ་ས་ཁོངས་ཅིག་འབད་      བཞག་ཞིན་མ་ལས་      རྩལ་ལས་      སྲུང་སྦྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་      གནས་ཚུང་ལས་བཏོན་གཏང་ཚུགས།  
 ཐབས་ཤེས་འདི་      གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་དང་བརྟུན་ཏེ་      གནས་ལུ་ལ་སོར་ཏེ་      བྱང་སྟོགས་ཁ་ཐུག་དང་      ས་ཁ་མཐོ་སར་      གནས་སྟོ་འགྲོ་མི་  
 བྱ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་      བན་ཐོགས་འོང།

༡༡༭ གནམ་གཤིས་འགྲུར་བཤོད་ན་      སྐྱེས་ལྡན་རིགས་སྣ་འཛོན་སྦྱོང་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་      ཇི་མས་དོན་དང་ཕྱིད་ལྷུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

༡༣. ང། བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་: གཞུང་གི་སློབ་གྲྭ་དུ་ཡིག་ཆ་ཚུ་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་བཅོལ་ནི།

**གནད་དོན་གཅོལ་བེད་:** བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་གིས་ སློབ་གྲྭ་གི་ས་ཆ་ཚུ་ནང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ཀྱིས་ རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ལུ་ གནོད་པ་འབྱུང་མི་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་འབད་ནིའི་ སྐབས་བདེའི་ཐབས་ལམ་ཅིག་བྱིན་མ་ཨིན།

བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་དེ་གིས་ མཚོ་མཐའ་ལུ་སྡོད་མི་ཚུ་གིས་ རྒྱ་མཚོ་འོང་ས་ཐོག་ལུ་བྱུང་འོང་ནི་ལས་ བཀའ་ཐབས་ལུ་ གཞི་རྟེན་ཚུ་བཅོལ་སྐྱུར་འབད་ནི་ལས་ བཀའ་ཆ་འབད་མ་ཨིན་ཅུང་ མཐའ་འཁོར་དང་ ས་ཆའི་སྒྲིག་གཞི་ གཞན་ཚུ་ལས་མ་འགའ་བར་ གོང་འཕེལ་གྱི་ལུ་ཚུ་ འབད་ཚོགས་ཨིན། དེ་ཚུ་ གན་རྒྱ་དང་ ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ གཞུང་གི་སློབ་གྲྭ་དུ་ཡིག་ཆ་ལུ་ དམུ་ཡོད་པའི་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བཅུ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ བཅོལ་གསལ། དེ་ཚུ་གི་ཐོག་མའི་དགོས་དོན་དེ་ མི་མང་གིས་ མཚོ་མཐའ་ལུ་ འཛུལ་ཞུགས་འབད་ནི་ཡོད་པ་ དེས་གཏན་བཅོལ་ཨིན་ཅུང་ དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ སྐྱེས་ལྗན་རིགས་སྐྱ་ མཐུན་འགྱུར་འབད་ནིའི་ ཁེ་བན་ལེ་ཤ་ཡོད། ཡུ་ཨིསི་ལུ་ རྒྱ་མཚོ་འོང་ཚུ་ ཡར་འཕར་འགྲོམ་ད་བསྐྱེད་ཏེ་ བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དེ་ ལག་ཆས་གཤམ་ཅན་ལུ་འགྱུར་དོ།

གཞུང་གི་མཚོ་མཐའ་ལུ་ འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད་པ་ ཡང་ན་ ས་ཆའི་ཆལས་ རྒྱན་བྱིང་མི་ ཡང་ན་ མཚོ་མཐའ་ཚུ་ གཞུང་གི་བདག་དབང་ལུ་ཨིན་མི་ རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ནང་ ལག་ལེན་པ་ཚུ་གིས་ ཐོབ་དབང་དེ་ བསྐྱར་སྐྱོད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཐབས་ཤེས་གཅི་བཏོན་ཞུགས་ག་ གཅི་བཏོན་དགོ་པ་འདུག་ག་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ། སྤྱིར་བཏང་ཁྲིམས་ལུགས་ཅན་གྱི་ རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ནང་ བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་དེ་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་དོན་འགྲེལ་ཐོག་ལས་ དེས་འཛིན་འབད་ཚུགས། སྤྱིར་བཏང་གིས་ བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་བཅོལ་ཨིན།

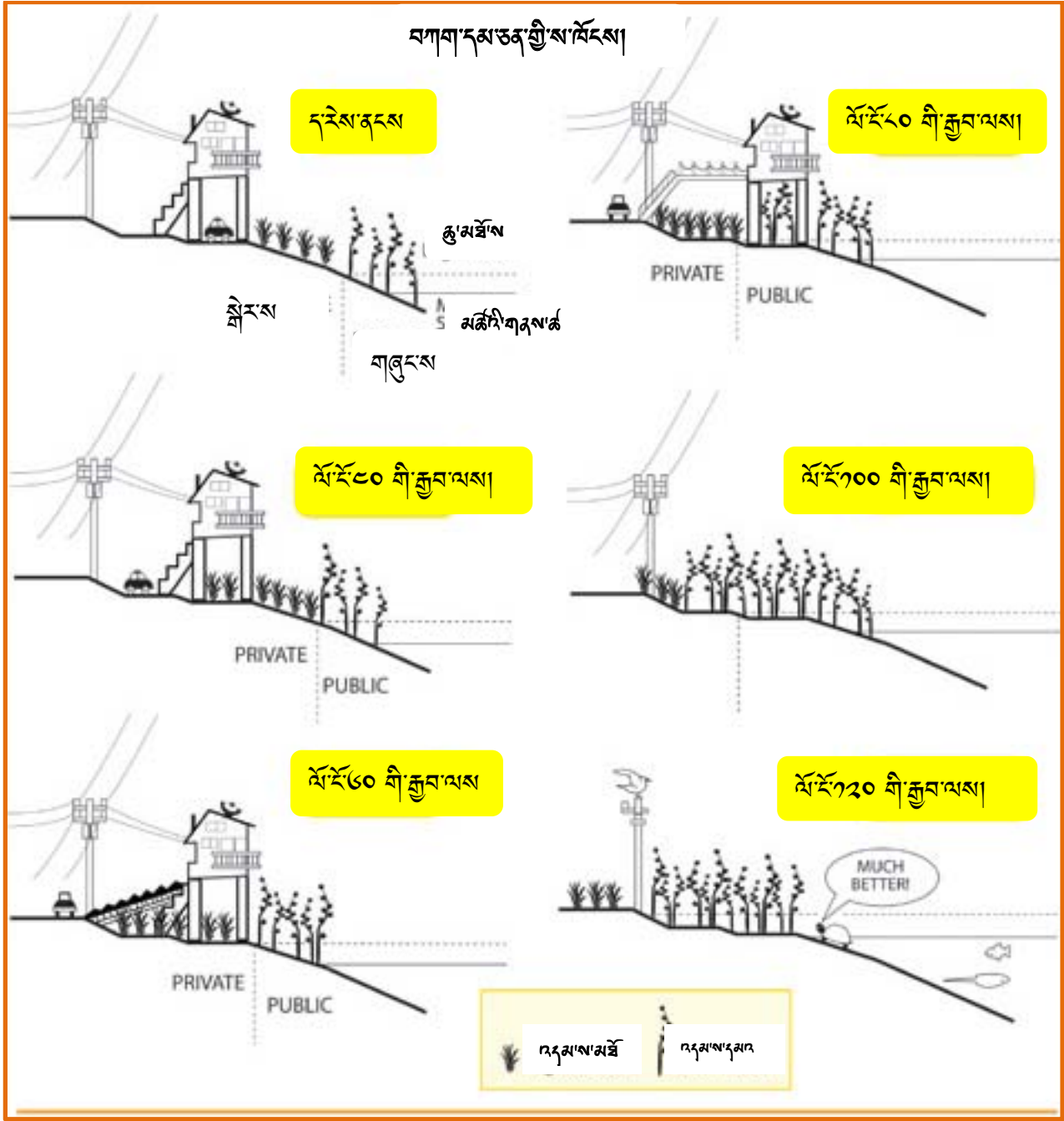
**དེ་ཚུ་གིས་ ག་དེ་སླེ་ ལུ་འབད་མ་ཨིན་ན་:** རྒྱ་མཚོ་འོང་ ཡར་འཕར་འགྲོམ་ད་བསྐྱེད་ཏེ་ བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ ས་ཁོངས་ཚུ་གི་ ས་མཚམས་དེ་ཡང་ རང་བཞིན་གྱིས་ སློབ་སླེ་འགྲོ་བའི་ཐོག་ལས་ རློན་ས་དང་ མཚོ་རྒྱབས་ལུ་བརྟེན་པའི་ གནས་ལུ་ཚུ་ཡང་ ས་ཕྱོགས་ལ་ཐུག་ལུ་ གནས་སློབ་འོང་ཨིན། རྒྱ་དངོས་ཀྱི་ཚོ་བདག་ཅིག་ བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ཚུད་པ་ཅིན་ རོ་བདག་དེ་གིས་ མཚོ་མཐའི་བདག་དབང་ གཞུང་ལུ་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱ་དངོས་དེ་ རྒྱ་མཚོ་ལས་བཀའ་ཐབས་འབད་ནིའི་ཐོབ་དབང་ ཁོ་ལུ་མེད་མི་དང་ མཚོ་མཐའ་ལུ་ མི་མང་གི་འཛུལ་ཞུགས་ཐོབ་དབང་ དེ་ལས་ མཚོ་མཐའི་གནས་ལུ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ བདག་འཛིན་འཐབ་ནི་དང་འགྲེལ་བའི་ མཐའ་འཁོར་སྤྱིད་བྱུས་ཚུ་ ཉ་གོ་དགོ། ཞིབ་དེ་ ཐོག་ཚད་རིང་མ་འབད་ རྒྱལ་ཡོད་པ་ཅིན་ མཚོ་རྒྱབས་ཀྱིས་ ཁོ་གི་ཞིབ་ལུ་བྱུང་སྟེ་ སའི་ཆལས་ཅིག་ གཞུང་ས་ལུ་ལྷུང་སོང་ཅུང་ རོ་བདག་དེ་གིས་ གནས་སྐབས་ཅིག་གི་རིང་ ཞིབ་དེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚོགས། ཨིན་ཅུང་ མཚོ་མཐའ་དེ་ ས་ཐོག་ལུ་རྒྱུང་རིང་འབད་ ཞིབ་འོངས་ཏེ་ བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ས་མཚམས་དེ་ སློབ་ཐུན་འབད་མེད་ ཁོ་གི་ཞིབ་དེ་ དེ་གི་ནང་འཁོད་ཚུད་པ་ཅིན་ རོ་བདག་དེ་གིས་ ཞིབ་དེ་སློབ་ཐུན་འབད་དགོ། ཡང་ན་ སྤྱང་བཞག་དགོ། མ་འོངས་པ་ལུ་ བདག་བཟུང་འབད་ནིའི་ ལ་ཚོགས་ལུ་ལས་ལེན་འབད་དགོ། ཡང་ན་ འཕྲོ་མཐུན་དེར་ ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ ཞུལ་ཚུ་ཡང་ཐུལ་དགོ། རྒྱ་མཚོ་འོང་ ཡར་འཕར་འགྲོམ་ད་བསྐྱེད་ཏེ་ བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ས་མཚམས་ ག་དེ་སླེ་ སོར་འགྲོམ་ཨིན་ན་ པར་༡༣.༢ པ་ལུ་ གཞིགས་གནང།

༡༡༩ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཤོད་ན་ སྐྱེས་ལྗན་རིགས་སྐྱ་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཅོལ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།



བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་དེ་ རང་བཞིན་གྱི་གནད་དོན་ དཔེར་ན་ རྒྱ་མཚོ་འོ་ཚོད་ ཡར་འཕར་འགྲོ་དོ་བརྒྱུ་གྱི་ གནས་སྐབས་ནང་  
སྒྲིལ་གྱིས་དབང་མི་ས་ཆའི་ནང་ རང་བཞིན་གྱིས་ ལག་ལེན་ལ་ལུ་ཅིག་ བཀག་ཆ་འབད་མི་ལུ་སྲུབ་ཅིན།

བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྫོན་ས་ཚུ་ ས་ཐོག་གི་ རྒྱ་དངོས་ལ་ཕྱག་ལུ་ སྲོ་བཤུད་འབད་ཐངས།



༡༢༠ གནས་གཤིས་འགྲུབ་བཤུད་ན་ སྒྲིལ་ན་རིགས་སྤུ་འཛིན་རྫོང་མཐུན་འགྲུབ་བཤུད་ནི་ལུ་ སྒྲིལ་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ བཟོ་སྐྱོན་འབད་ཚོགས་ཡིན་ཅུང་ རྒྱ་དངོས་ཀྱི་ཚོ་བདག་དེ་གིས་ རྒྱ་མཚོ་འི་ཚོང་འཕམ་ཏེ་ ས་ཐོག་ལུ་འོང་མ་ད་  
རང་བཞིན་ལས་གྱི་ཐོབ་དབང་ལུ་ ཆ་འཛོག་འབད་དགོ། དེ་གི་སྐབས་ལུ་ མི་ལོ་༥༠ གི་ནང་འཁོད་ མཐོ་བའི་འདམ་ཇུབ་ཀྱིས་ སྲོང་ཁྱིམ་གྱི་ཚུ  
བར་སྟོད་པ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་ ཁྱིམ་དེ་མཐོ་སར་ཡིན་མ་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ། མི་ལོ་༦༠ ལས་ འདམ་ཇུབ་དེ  
ཁྱིམ་གྱི་སྲོ་ལོགས་ཁར་འཇར་མ་ལས་ རྩོམ་དག་དེ་གི་སྐབས་འཁོར་དེ་ ཁྱོམ་ལས་ཁར་ བཞག་དགོཔ་བྱུང་མ་ཚོད་ གཤོད་ཁར་ཕྱིག་པ་ཕྱིག་  
རྒྱབ་དགོཔ་བྱུང་ཏུབ། ལོ་དོ་༥༠ གི་ལུ་ལས་ འདམ་ཇུབ་དེ་གིས་ ཁྱིམ་གྱི་གཤོད་ཁར་ ཆམ་ཉམ་དབང་སྟེ་ ཁྱིམ་དེ་ཡང་  
རྒྱུ་བས་མཐོ་དྲགས་འོང་སར་རྒྱུད་པ་ལས་ ཁྱིམ་དེ་གཞུང་གི་ས་ཆ་ནང་རྒྱུད་པ་ཡིན་མས། གནས་སྤངས་འཁོམ་ཕྱིག་ཁར་ མ་ཚུ་བཅུགས་ནིའི་  
འོས་འབབ་མེད་པའི་ཁར་ ཁྱིམ་དེ་འཕྲོ་མ་ཐུང་དེར་ བདག་བཟུང་འབད་བཅིན་ གཞུང་གིས་ཁྲལ་བཀའ་འོང། ལོ་དོ་༧༢༠ གི་རྒྱབ་ལས་  
ཁྱིམ་དེ་ཚུ་མེད་བཏང་ཡོད་པ་ད་ མཐར་ཐུག་ལུ་ ས་ཁོངས་ཆམ་ཉམ་ རང་བཞིན་ས་གནས་ཕྱིག་ལུ་ འགྱུར་མ་ཡིན་མས།

པར་ ༡༩. ༢༡ བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཕྱིག་ ཡུན་རིང་གི་བར་ན་ ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས།

**བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ཁྱིམ་སྐྱོང་གི་ཕན་གོད་: མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནིའི་ཡོན་ཏན།**

ཡུ་ཨེ་སི་གི་ རྒྱལ་ཁབ་ལེ་ཤ་ཕྱིག་གི་ ཁྱིམ་སྐྱོང་གིས་ བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ཁྱིམ་སྐྱོང་གི་ཆ་གནས་དེ  
དེས་བདེན་བཟོ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྱིམ་སྐྱོང་ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ཡང་ དམིགས་བསལ་ཁྱིམ་སྐྱོང་དགོངས་དོན་ཐོག་ལས་  
ཁྱིམ་སྐྱོང་བཅུ་ལས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། རྟེན་སྐྱོང་གི་ མཐོན་མཐོ་ཁྱིམ་སྐྱོང་གིས་ མཚོ་མཐའི་བཀའ་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་དེ  
རྒྱུང་འཚུབས་བཟུམ་སྟེ་ རྒྱུང་བསྐྱུམ་ ཐར་འཕམ་ཏེ་ འགྲོམ་འབད་ ཆ་བཞག་ཏུབ། གཉིས་པ་ལུ་ ཁོང་གིས་ རང་བཞིན་གྱིས་  
ཁྱིམ་ཚང་གི་རྒྱ་དངོས་ནང་ འཇུལ་ནི་མེད་པ་སྟེ་ཡིན་མས། ཀའ་ལི་མོར་ནི་ཡའི་ རྩོད་གཞི་ཕྱིག་ནང་ ཁྱིམ་གྱི་ཚོ་བདག་ཕྱིག་གིས་  
མཚོ་མཐའི་རྒྱ་དངོས་བདག་དབང་གི་གངས་སུ་ རང་གི་སྲོང་ཁྱིམ་ལུ་ གཤོད་སྐྱོན་ཐབས་ལུ་ རྒྱབ་ཀྱི་ཕྱིག་པ་རྒྱབ་ཚོགས་པའི་  
ཐོབ་དབང་དགོཔ་འབད་བཀོད་ཏུབ། ཁྱིམ་སྐྱོང་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ མཚོ་མཐའི་དབང་འཛིན་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་ཀྱི་ཕྱིག་པ་རྒྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་  
ཁ་ཚིག་བཀོད་ནིའི་ དབང་ཆ་ཡོད་ཟེར་ ཁོ་གི་ཐོབ་བཟོ་དེ་ ཆ་ཤས་ཕྱིག་ བཀའ་ཆ་འབད་ཏུབ། བཀའ་ཆ་ཅན་གྱི་ ས་ཁོངས་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་  
ཁྱིམ་སྐྱོང་བཅུ་ལས་སྐྱོད་འབད་བའི་ཁར་ མཚོ་མཐའི་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ དེ་དང་འབྲེ་བའི་ བཀའ་དམ་ཚུ་ཡང་ འབད་ཡོད་པ་ཡིན་མས།  
གཞུང་གི་མཚོ་མཐའ་དང་འབྲེལ་བའི་ རྟེན་སྐྱོང་གི་ ཁྱིམ་སྐྱོང་ཕྱིག་ནང་ གཞུང་གི་མཚོ་མཐའི་ནང་ བཅོན་འཇུལ་འབད་ནི་དང་  
བར་ཆད་རྒྱབ་ནི་ཚུ་ འགོ་དཔོན་ཚུ་གིས་ དམ་དམ་འབད་ བཀའ་དགོཔ་འབད་ཡིན་མས། ཁྱིམ་སྐྱོང་གི་འདི་  
ལག་ལེན་འཐབ་པའི་ཐོག་ལས་ རྟེན་སྐྱོང་གི་ཁྱིམ་སྐྱོང་གིས་ རྒྱ་མཚོ་འི་རྒྱུང་འཚར་གྱིས་མེད་པ་བཏང་མི་ ཁྱིམ་དེ་ཚུ་  
ལོག་སྟེ་ཉམས་བཅོས་ འབད་མ་བཅུགས་དང་ རྒྱུད་ཀྱིས་ གཤོད་སྐྱོན་རྒྱབ་མི་ རྒྱ་དངོས་ཚུ་ སྲོག་འབག་བཅུགས་ཡིན་མས།  
རྒྱ་དོ་མཚོ་སྤིང་གི་ མཚོ་མཐའ་འཛིན་སྲོང་འཚར་གཞི་ནང་ རྒྱ་མཚོ་འི་ཚོང་ ཡམ་འཕམ་འགྲོམ་ད་ རྒྱ་ས་ཚུ་ ས་ཐོག་ལུ་སྲོ་བཅུག་ནིའི་དོན་ལུ་  
ས་ཁོངས་ལ་ལུ་ཕྱིག་ནང་ མཚོ་མཐའི་ས་ཁར་ རྒྱབ་ཀྱི་གི་གཞི་རྟེན་ཚུ་ རྒྱབ་མ་ཚོགས་ཡིན་མས།

༡༢༡ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དོན་ རྒྱ་ཡུལ་རིགས་སུ་འཛིན་སྲོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྱིམ་སྐྱོང་དང་སྲོང་ཁྱིམ་གྱི་ཡིག་ཆས།

རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ རྒྱ་དངོས་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ནང་ བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ འགོ་མ་བཅུགས་པའི་ཉེ་མ་  
 ཚོ་གྲངས་མང་རབས་ཅིག་ སེམས་ཁར་བཞག་སྟེ་ དཀའ་ངལ་བསལ་དགོས་ཡོད། དང་པ་ ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བའི་བསྐྲུན་གི་  
 རྒྱལ་ཁབ་དག་པ་ཅིག་ནང་ མཐའ་འཁོར་ཉམས་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ སྲོན་སྲོལ་གྱི་ བཀག་དམ་ལམ་ལུགས་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན་ཅུང་  
 བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ ས་ཁོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་མཐུན་དབང་ཚུ་ བྱིན་མི་ཚུ་གསལ་ཨིན་མས། གསར་གཏོད་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ལས་  
 བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ དུམ་གྲའི་བཟོ་ཡོད་ཅུང་ ཁྲིམས་མཐུན་དབང་ཚུ་མེད་པ་ལས་ རྒྱ་ཆེས་འབད་ ལག་ལེན་འཐབ་མ་ཚུ་གསལ་པའི་  
 དཀའ་ངལ་འདུག། གཉིས་པ་ ཁྲིམས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ སྤྱིང་སྤྱིང་མེད་པ་ད་ བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་  
 ལཱ་ཁག་ཡོད་པའི་ཁར་ ཁྲིམས་གཏུགས་ཀྱི་ཟུང་འགོ་མཐོ་དྲགས་པ་ཅིན་ བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ཚིངས་ཡིག་ལས་འགལ་བའི་  
 དཀའ་ཚུ་གསལ་ཚུ་ བསལ་མི་ཚུ་གས། གསལ་པ་ བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ས་ཚའི་དབང་ཚུ་ ཁ་གསལ་དགོས་ཨིན་ཅུང་  
 ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བའི་བསྐྲུན་གི་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ མཐའ་འཁོར་ས་གནས་ཚུ་ནང་ ས་ཚའི་བདག་དབང་གི་གནས་ལུན་ ཉན་ཉན་མེད་པའི་ཁར་  
 ས་ཁྲམ་རྒྱབ་ནི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ཡང་ ཚེད་མེད་པ་ཨིན་མས།

**ལག་ལེན་གསལ་པ་: རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཉམས་སྲུང་གི་ བཀག་དམ་ས་ཁོངས།**

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོ་གནས་སྤངས་ནང་ རྒྱེས་ལྡན་གནས་སྤངས་དང་ གཞན་རང་བཞིན་གྱི་བཅད་མཚམས་ཚུ་  
 སྲོ་སོར་འབད་བའི་དུས་སྐབས་འདི་ནང་ སྲིད་བྱུས་ཀྱི་དམིགས་དོན་གཞན་ཚུ་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ ས་ཚའི་བེད་སྤྱོད་འབད་ཐངས་ལུ་  
 བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནི་དོན་ལས་ བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ ལག་ཆས་བཟུམ་ཅིག་འབད་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

**ཐིག་སྐྱོམ་༡༣.༡༡ བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱིས་ རྒྱ་མཚོ་འུམ་བལ་ ཚང་བཅའ་འཛིན་གནས་ལུམ་ སྲུང་སྐྱོབ་འབད་ཚུ་གསལ་ག?**

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོ་གནས་དང་ ཅུས་བལ་ཚང་བཅའ་སའི་ མཚོ་མཐའ་ཚུ་ཅན་བདའ་སྟེ་ འགོ་བམི་གིས་  
 ས་ཚའི་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱ་མཚོ་འུམ་བལ་ཚུ་ ཅུ་མེད་འགྲོ་ནི་ལུ་ ཉེན་ཁ་འདུག། འཛམ་གླིང་ནང་ ད་ལོ་ནངས་པ་  
 ཅུས་བལ་ཡོངས་བསྐྱོམས་ ༢,༠༠༠ དང་ ༣,༠༠༠ གྱི་བར་ན་མ་གཏོགས་ མེད་པ་ཨིན་མས། མི་ལོ་ ༢༠ གི་ཉེན་མ་ ༩༠,༠༠༠ དེ་ཅིག་  
 ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཅུས་བལ་ཚུ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོ་ལུ་ དེ་ཚུ་སྐྱོམ་ཡོད་མི་ཨིན། ཁོང་ཆ་ཁྲབ་  
 འཚོ་བ་རྒྱ་མཚོ་འུམ་བལ་བརྟེན་ཏེ་སྤྱོད་པ་ཨིན། ད་ལོ་ནངས་པ་ རྒྱ་མཚོ་རྒྱ་བཏགས་པ་ལས་ བྱུ་རུ་ཚུ་གི་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚང་  
 ཅུས་བལ་ཚུ་གི་སྤོང་དོག་ མཚོ་མཐའ་མར་འཚོ་འཕུ་ཨིན་པ་ལས་ ད་ལོ་ནངས་པ་ རྒྱ་མཚོ་འུམ་ ཡར་འཕར་འགྲོ་ཕ་ལས་  
 འཕྲལ་འཕྲལ་ར་ མཚོ་མཐའ་ལུ་ རྒྱ་རུ་འཐོན་པ་ལས་ ཁོང་གི་སྤོང་དོག་ཚུ་ འཕྲལ་བདའ་ཕུ་ཨིན་མས། བྱེམ་རྒྱ་བཏགས་པ་ལས་  
 ཅུས་བལ་མོ་ མངམ་འཐོན་པའི་བྱ་ བྱེམ་ཚོ་རྒྱ་ཚུ་གིས་ ཁོང་གི་སྤོང་དོག་ཚུ་ ཚམ་ཉམ་ར་ བསད་གཏང་མ་ཨིན་མས།

ཡུན་བརྟན་མེད་པའི་ གོང་འཕེལ་ལམ་ལུགས་དེ་གིས་ གནོད་སྐྱོན་ཉེད་སྐལ་རྒྱབ་ཨིན་མས། དཔེར་ན་ ཀོ་སི་ཏེ་རི་ཀའི་ས་གནས་ ལ་པ་ལ་ཡ་

༡༣༢ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དགོ་ རྒྱེས་ལྡན་རིགས་སྤངས་འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་འགྱུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

གཤམ་ཤི་ལུ་ རྒྱ་མཚོ་འི་རྩ་རྒྱལ་མཐོ་ཤོས་ལས་ གཞུང་དབང་གི་ས་ཁོངས་ མི་ཉར་༥༠ ཅམ་ཅིག་ཡིན་མས། དེ་ལས་བརྒྱལ་ཞིན་མ་ལས་ གཞུང་དང་སྐྱེ་བུ་ས་ཆ་ སྤྱི་བསྐྱོད་ལབ་དམི་ མཚོ་མཐའ་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་དེ་གིས་ མཚོ་མཐའ་སྐྱེས་ལྡན་གནས་སྤངས་ལུ་ བར་ཆད་སྐྱོམ་རྒྱལ་ཡིན་མས། རྒྱ་མཚོ་འི་ཚད་ ཡར་འཕར་འགྲོ་ཤ་ལས་ ཅུས་བལ་ཚང་བཅའ་སའི་ས་གོ་ཚུ་ བཟའ་ཁང་དང་ དལ་གསོ་ཁང་ ཚོང་ཁང་གི་གྲལ་རིམ་ཚུ་གི་བར་ན་ ཞིབ་ཏུ་རྒྱལ་སྤྱི་འདུག། ཚོན་རིག་པ་ཚུ་གིས་འབད་བཅིན་ ཅུས་བལ་ཚུ་ སྤྱང་སྐྱོབ་འབད་ནི་ལུ་ རྒྱ་མཚོ་འི་རྩ་རྒྱལ་མཐོ་ཤོས་ལས་ མི་ཉར་༡༢༤ ཅིག་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་འབད་བཞག་དགོ་པའི་ བསམ་འཆར་བཀོད་པ་ཡིན་མས། དེ་འབད་མ་ད་ རྒྱ་དོས་ཀྱི་བདག་པོ་ཚུ་གིས་ རྒྱ་དམུས་དགོ་པ་འབད་སྤྱི་བལ་ལས་ གཞུང་གིས་རྒྱ་དམུས་ སྤྱོད་མ་ཚུགས་པ་ཡིན་མས།

དགའ་ལལ་འདི་བསལ་ནི་ལུ་ བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ ལག་ལེན་འཐབ་པ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་འོང་ནི་ཡིན་མས། བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་དེ་ལུ་ འོག་གི་གནས་ཚུ་ཚང་དགོ་:

- བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ས་མཚམས་དེ་ དེ་འཕྲོ་ལས་ རྒྱ་མཚོ་འི་རྩ་རྒྱལ་མཐོ་ཤོས་ལས་ མི་ཉར་༡༢༤ ཀྱི་ས་ཁར་ བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱ་མཚོ་འི་ཚད་ ཡར་འཕར་དང་བསྐྱུན་ཏེ་ འབྲལ་འབྲལ་ར་ ཅུས་མཐུན་བཟོ་ཚེགས་འབད་བཟོ་དགོ།
- བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ ཆར་རྒྱུང་དང་ རྒྱ་མཚོ་འི་ཚད་ ཡར་འཕར་གྱིས་ མེད་པ་བཏང་མི་ རྒྱ་དོས་ཚུ་ ཉམས་བཅོས་འབད་ནི་ བཀག་དམ་འབད།
- རྒྱ་མཚོ་འི་ཚུ་ བཀག་ནི་ལུ་ རྒྱ་ཅིག་རྒྱལ་ནི་ཚུ་ བཀག་དམ་འབད།
- ཅུས་བལ་ཚང་བཅའ་ནི་ལུ་ གཞོད་པ་དང་ མཚོ་མཐའ་སྤོ་ནི་ལུ་ བར་ཆད་རྒྱལ་མི་ བཟོ་སྐྱུན་གསར་པ་ཚུ་ བཀག་དམ་འབད།
- དམྱོ་ཡོད་མི་ རྒྱ་དོས་ཀྱི་ཚོང་བདག་ཚུ་གིས་ རྒྱ་བཀག་ཐབས་ ཉེང་སྐལ་བཟོ་མ་བཅུག་པར་ དམྱོ་ཡོད་མི་དེར་ ག་དེ་ཅིག་ གནས་ཚུགས་ཚུགས་ཚུན་ ལག་ལེན་འཐབ་བཅུག་ནི་དང་ ཅུས་བལ་ཚང་བཅའ་ནི་ལུ་ བར་ཆད་རྒྱལ་མ་བཅུག།

བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ དགོངས་དོན་མཚུགས་མཁའ་འདི་ ཆ་ཤས་གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན། དམྱོ་དཔལ་འགྲོར་ལེ་མན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་མི་ཚུ་ སྤྱི་བསྐྱོད་གནས་སྤངས་ཀྱིས་ ག་དེ་ཅིག་ འོས་འབབ་ཡོད་རིང་ཚུན་ ལག་ལེན་འཐབ་བཅུག་ནི་དེ་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་མ་བཏུབ་པའི་སྐབས་ སའི་ཚོང་བདག་ཚུ་གིས་ རྒྱ་དམུས་དགོ་པ་སྤེ་ ཐོབ་བཟོད་བཀོད་ནི་དེ་ཡང་ བཀག་ཚུགས།

བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་དེ་ རྒྱ་མཚོ་འི་ཚད་ ཡར་འཕར་གྱི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་པ་གིས་མ་ཚད་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་བརྟེན་ཏེ་ སྤྱི་བསྐྱོད་རིགས་སྤྱི་འགྱུར་བ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ཡང་ བན་ཐོགས་འོང། ཞིམས་དོན་གྱི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡང་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་ གཞུང་དབང་གི་ཐོན་སྐྱེད་ཡིན་མ་ལས་ ཐོན་སྐྱེད་འདི་ མ་འོངས་མི་རབས་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཡུན་བརྟན་ཐོག་ལུ་ སྤྱང་སྐྱོབ་འབད་བཞག་དགོ་པའི་ འགན་འཁྲིའདི་ གཞུང་ལུ་ཐོགས་འབད་ཡིན་མས། རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ སྤྱང་སྐྱོབ་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ རྒྱ་མཚོ་འི་ཚད་ ཡར་འཕར་འགྲོ་མི་ལུ་ བདེ་སྤྱི་ག་འབད་ནི་འོང་ལུ་ རིགས་སྤྱི་འགྱུར་གོ་སྤོ་སོར་དང་ ཚོ་དོང་མཐོ་དམན་ ཡང་ན་ ཆར་རྒྱུང་འབབ་ཐངས་ཚུ་ལུ་ གཞོད་ལན་འབད་ཚུགས། སྤྱི་བསྐྱོད་གནས་སྤངས་ཀྱི་

༡༢༣ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དུ་ སྤྱི་བསྐྱོད་རིགས་སྤྱི་འགྱུར་བཟོ་དུ་ ཞིམས་དོན་དང་སྤྱི་བསྐྱོད་ཀྱི་ཡིག་ཆས།

གནས་སྤོང་འཁྲིལ་ཏེ་ བཀག་དམ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ ས་མཚམས་ཚུ་ དུས་ནམ་སོར་དགོས་ཡིན་ན་ དེས་འཛིན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་  
ཁྱད་ཚད་ཁ་གསལ་བཟོ་དགོ། བཀག་དམ་ས་ཁོངས་ སྤོང་སོར་འབད་དགོ་པའི་ དུས་བཟུང་གི་ཕྱི་ལོ་ བཟུང་གི་གྲངས་སུ་ཚུད་དགོས་ དཔེར་ན་:

- བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ བཟུང་གི་ཕྱི་ལོ་འཛིན་སྐབས་སྤྱི་ཅིག་ཡོད་པ།
- བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ གནས་སྤོང་འབད་ཡོད་པའི་ ཚེད་དུ་བཀོད་མི་ དིགས་སྤྱི་ཅིག་གི་ གྲངས་འབོར་ ཡང་ན་  
དེའི་ས་གོ་ལུ་གཞི་བཞག་པའི་ འགོ་བཙུགས་དུས་མཚམས།
- གནས་ཚུལ་གྱི་ཁྱབ་ཚད་ རྒྱ་གསལ་ཚུལ་གྱིས་ ས་ཁོངས་གསལ་པའི་ནང་ དར་ཁྱབ་འགྲོ་སུ་ ཡང་ན་ ལྷ་ཐང་གི་  
རྒྱ་དར་ཁྱབ་འགྲོ་སུ་ ཁྱབ་ཚད་ལུ་ གཞི་བཞག་པའི་ འགོ་བཙུགས་དུས་མཚམས།
- ལོ་ལ་ དི་ སྤྱི་སྤོང་མམ་ནམ་དུས་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཚར་ཚུའི་ཚད་དང་ གཞན་ཚུའི་བཟུང་དོན་ཚུ་ལུ་ འགྲུར་བ་སོང་མི།

ཉམས་སྤུང་འཛིན་སྤོང་པ་ཚུ་གིས་ སྤྱི་སྤོང་གནམ་གཤིས་ཀྱི་ ཉེན་ལ་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ ས་ཆ་ཡོད་མི་ སའི་ཚོ་བདག་ཚུ་དང་མཉམ་  
བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ ས་ཁོངས་ཀྱི་གོ་སྤྱི་ལུ་འབད་དགོ། ཚེད་ས་ཡིག་དེ་ནང་ སའི་ཚོ་བདག་གིས་ གནས་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དུ་བཟུང་ནི་  
ཁོ་གི་ས་ཆ་དང་ གནས་སོར་འཛིན་མི་ དིགས་སྤྱི་ཚུ་ བཀག་ཆ་འབད་ནིའི་བྱ་བ་ཚུ་ སྤང་དགོས་དང་གཅིག་ཁར་ ས་ཆ་དེ་ དཔེས་འགྲོ་གི་  
ཁེ་མན་ཡོད་པའི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་བཟུག་དགོས་འབད་ ཚུད་དགོས་འོང། ད་རུང་ ཚེད་ས་ཡིག་དེ་ནང་ གནས་སོར་གྱི་འགྲུལ་ལམ་ལུ་  
བར་ཚད་ཀྱབ་མི་ ས་ཆ་བསལ་ཞེ་དང་ སོ་ནམ་ས་ཞིང་གི་མཐའ་མ་འབའ་སྟེ་ བཟུང་གི་ཕྱི་ལོ་ཚུ་ སྤང་དགོས་འོང།  
གནས་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དུ་བཟུང་ནི་ དིགས་སྤྱི་ཚུ་ ཁོ་གི་ས་ཆ་འཛིན་འཁོད་ མང་མང་སུ་འཛུལ་མ་ད་ ཁོ་གི་ས་ཆ་མང་ཤོས་  
གཞུང་གི་འཛིན་སྤོང་འོག་ལུ་ཚུད་འོང། དེ་བཟུམ་མའི་ལས་འགྲུལ་ནང་ བཟུང་མར་གཏོགས་མི་ སའི་ཚོ་བདག་ཚུ་ལུ་  
ལོ་བསྟར་དུ་ལུ་སྤོང་ནི་ལ་སོགས་པའི་ དུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ ཉེན་བཅོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ ཁས་སྤུངས་ཀྱི་སྤོང་ལས་  
དེ་བཟུམ་གྱི་ལས་ལེན་ནང་ བཟུང་མར་གཏོགས་མི་ཚུ་ལུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་ལྷིད་འགན་ མར་ཐབ་རྒྱབ་ནི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གིས་ ལས་འགྲུལ་ནང་  
བཟུང་མར་གཏོགས་བཟུག་ནི་ལུ་ མན་ཐོགས་འོང།

བཀག་དམ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་རྒྱུ་མཐའ་གཅིག་གིས་ མཚོ་མཐའ་སྤུང་སྤོང་འབད་ནི་ལུ་ མན་ཐོགས་ཡོད་རུང་ ཐབས་ལམ་གཞན་ དཔེར་ན་  
མཐའ་བསྐྱར་གྱི་མཚམས་དང་ ཁྱབ་སྤྱོད་གི་བཀག་དམ་ མཚོ་མཐའ་བདའ་སྟེ་ཡོད་པའི་ བཟོ་སྐྱོར་གྱི་བཀག་དམ་ལ་སོགས་པ་  
གཞན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་འབད་བཅིན་ མན་ཐོགས་ཉེད་སྐལ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ དི་དགས་སེམས་ཅན་  
སྤུང་སྤོང་ས་ཁོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཡང་ ས་ཆ་འཛིན་སྤོང་ཚད་འཛིན་ ཡང་ན་ མཐའ་འཁོར་ལུ་མན་པའི་ ལས་དིགས་ཚུ་ལུ་  
ཁེ་མན་སྤོང་ནིའི་ཐབས་ལམ་གྱི་ སྤྱི་བཟུམ་གཞན་དང་གཅིག་ཁར་ ལག་ལེན་འཐབ་པ་ཅིན་ མན་ཐོགས་ཆེས་ཡིན་འོ།

122 གནས་གཤིས་འགྲུར་བཟོ་དུ་ སྤྱི་སྤོང་དིགས་སྤྱི་འཛིན་སྤོང་མཐུན་འགྲུར་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་དང་སྤྱི་བཟུམ་གྱི་ཡིག་ཆས།