

ལམ་སྒོལ་ལས་བརྟེན་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ།

ཞིབ་འཚེལ་པ། པར་ཆེ་རིང་། འོར་བུ་སྒྲིང་རིག་གཏེར་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུ་འི་ ལེགས་བཤད་པ། གཙོ་ཆོག ལམ་སྟོན། དཔལ་འབྱོར། གོང་འཕེལ། ལྷན་ ཐབས། རྒྱ་ལོར།	བཅུད་དོན། སློབ་དཔོན་ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱིས་“ལུགས་སྟོན་རྟེན་པ་སྟོན་བཞིན་ དུ། །གཅེས་ཤིང་གོང་འཕེལ་མ་གཏང་ན། །ཙ་བ་རུལ་བའི་སྤྱང་པོ་ བཞིན། །མི་འདོད་བཞིན་དུ་འགྲེལ་བར་འགྱུར། །” ཟེར་མི་འདི་ ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཆ་རའི་ཁ་བྱག་ལས་ ལམ་སྟོན་འདི་ ལག་ཆེད་ཀྱི་ཅིག་སྟེ་བཙུག་ཡིན་པས། དེ་སྟེ་ལག་ཆེ་མི་དེ་ཡང་ ལམ་སྟོན་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་ཀླས་དང་རང་བཙན་གྱི་ སྟོན་ཤིང་རྒྱུ་ཅིག་མེད་པར་འབྱུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་འདི་ གིས་ ཆོ་འདི་གི་བདེ་སྦྱིད་ཡང་འགྲུབ་ཚུགས་པའི་ཁར་ ཆོ་བྱི་ མའི་ལམ་ཡང་དེ་གིས་བཟང་ཚུགས། དེ་མ་ཆད་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ལུ་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གྱི་ལྷན་ཐབས་འབད་མི་དེ་ཡང་ ལམ་སྟོན་ཡིན་མ་ལས་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཆོད་ཀྱི་ནང་འཁོད་ དཔལ་ འབྱོར་ཚུ་ ལམ་སྟོན་ལས་བརྟེན་བྱུང་ཡི་ཟེར་མི་འདི་ མ་ཤེས་པ་ ཙམ་ཅིག་མ་གཏོགས་ དངོས་སུ་ལམ་སྟོན་དེ་གིས་ དཔལ་ འབྱོར་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྟོན་བྱུང་ཏེ་ཡོད།
--	---

༡། ཐབས་ལམ།

རྟོན་ཚམ་འདི་ཞིབ་འཛོལ་འབད་ནི་འི་རྟོན་ལུ་ གཙཱ་བོ་ཁྱུངས་བཙམ་ཐབས་ལམ་འདི་ ལག་ལེན་འཐབ་ཅི། ཐབས་ལམ་
 དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ རྟོན་ཚམ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ ཡིག་ཆ་ཚུ་འཛོལ་ཞིབ་འབད་དེ་ ཅི་བ་དང་
 འབྲེལ་ལན་ཚུ་ཁ་གསལ་སྟེ་འཛོལ་ཏེ་ རྟོན་ཚམ་འདི་ལུ་ཕན་ཐོགས་པའི་ གནད་རྟོན་ཚུ་ ཟུ་མཚན་ཡང་དག་གི་ཐོག་
 ལས་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་དང་ཞིབ་འཛོལ་འདི་གི་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འཐོན་ནི་འི་རྟོན་ལུ་ ལྷ་རྟོག་ ཡིག་ཆ་དཔེ་
 དཔུང། ཅི་བ་ཅིས་ལན། ཐོང་ཐོས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་སྤྱད་ཚུ་བསྟུ་ལེན་འབད་དེ་ གྲུབ་འབྲས་དཔེ་དཔུང་མཐིལ་
 ཕྱིན་གྱི་ཐོག་ལས་ ར་ཁྱུངས་དང་ཟུ་མཚན་ལྷན་པའི་གྲུབ་འབྲས་སྟོན་དགོཔ་ལས་བརྟེན་ཨིན།

༡༽ རྩོད།

འབྲུག་པའི་ལམ་སྲོལ་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་རང་བཙན་གྱི་ར་བ་ཅིག་དང་ སྲོག་གི་ཅིག་ དེ་བཟུམ་སྟེ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་ལམ་
བཟང་པོ་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཅིག་ཡིན་པ་གི་མ་ཚད་ གཞན་གྱི་གདོང་ཁར་ རོམ་སྟོན་ཚུགས་པའི་བྱད་
ཆོས་བཟང་པོ་དེ་ཡང་ལམ་སྲོལ་འདི་ཡིན། ག་བ་ཡང་ལྷག་པ་སྟེ་ ང་བཅས་འབྲུག་པའི་ལམ་སྲོལ་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་
ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གྱི་འགྱུར་བ་འབག་འོང་ཚུགས་པའི་ ཐབས་རིག་དང་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཅིག་ཡིན་ཟེར་མི་འདི་ ང་
བཅས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་དང་ ཕྱིས་འཛུགས་འབད་ནི་འདི་ ད་རིས་ཀྱི་དུས་རབས་འདི་ནང་ ཁག་ཆེ་
ཤོས་ཅིག་ཡིན་མ་ཤེས་དགོ། ཤིང་གི་བསྟན་བཅོས། (༢༠༢༡)ནང་ “ལོངས་སྤྱོད་དཔལ་དང་མི་ལྡན་ན། །རིགས་རུས་
མཐོ་ཡང་དགོས་པ་ཚུང་། །དགོས་པའི་གི་བ་བསེལ་མེད་གྱུར་ཆོ། །ཅེ་མོ་མཐོང་ཡང་ཅི་ལ་ཕན། །” ཟེར་གསུང་སྟེ་ཡོད་
དོ་བཟུམ་སྟེ་ མི་ཆེའི་གནས་སྤངས་འདི་ནང་ ག་ནི་བ་ཡང་ཁག་ཆེན་འདི་ རྒྱ་མོར་འདི་ཡིན། རྒྱ་མོར་འདི་ ག་ཐོབ་
གུ་ཐོབ་སྟེ་ཐོབ་ས་མེད་པ་ལས་ རྒྱ་མོར་འབྱུང་སའི་རྒྱ་གཙོ་བོ་འདི་ བསོད་ནམས་བསགས་ནི་འདི་ཡིན། བསོད་ནམས་
བསགས་ནི་འདི་ གཙོ་བོ་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་ལམ་སྲོལ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འདི་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ འདོད་པ་
འབྱུབ་ནིའི་རྒྱ་འདི་ རྒྱ་མོར་འདི་ཡིན། རྒྱ་མོར་གྱི་རྒྱ་འདི་བསོད་ནམས་འདི་ཡིན། བསོད་ནམས་ཀྱི་རྒྱ་འདི་ ཆོས་དང་
མཐུན་པའི་ལམ་སྲོལ་འདི་ཡིན། ལམ་སྲོལ་འདི་ག་བ་ཡང་ལྷག་པོ་སྟེ་ ང་བཅས་རང་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཡོད། དེ་འབད་མ་
ལས་ལམ་སྲོལ་ལས་བརྟེན་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ཟེར་མིའི་རྒྱ་མཚན་འདི་ དེ་ལས་བརྟེན་ཡིན།

༢༽ དམིགས་དོན།

ཞིབ་འཆོལ་འབད་དགོ་པའི་དམིགས་དོན་གཙོ་བོ་ར་ མི་སྡེ་གི་མཛོ་བསམ་གཏང་ཐངས་ནང་ ལམ་སྲོལ་ཟེར་མི་འདི་
དང་ཕྱག་གི་ལཱ་འབད་བའི་འབད་ཐངས་ཅིག་ ཆས་ཤོས་མ་ཚུ་གིས་འབད་བའི་ལཱ་ཅིག་ མཛོ་བསམ་གཏང་མ་ད་ལཱ་ཁག་
དྲག་ཅིག་ མིག་ཏྱ་གིས་མཐོང་མ་ད་རྟིང་མ་ཅིག་ ལག་ལེན་འཐབ་ད་རོ་ཆ་སྤྱ་ཅིག་སྟེ་ སྤྱད་པ་མ་གཏོགས་ མི་སྡེ་གི་འཆོ་
བའི་གནས་སྤངས་ རྒྱལ་ཁབ་གོམ་པ་མདུན་དུ་སྤྱོད་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ དཔལ་འབྱོར་ལྡན་ཐབས་ཚུ་
ལམ་སྲོལ་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་དོ་ཟེར་མིའི་ མཛོ་བསམ་གཏང་མི་འདི་ ག་ནི་བ་ཡང་ཉུང་། དེ་འབད་མ་ལས་ གཙོ་བོ་
ར་ ལམ་སྲོལ་འདི་ ཉམས་སྤྱང་དང་ལག་ལེན་འཐབ་པ་ཅིན་ དེ་ལས་བརྟེན་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ལུ་ཡང་ཕན་
ཐོགས་འདུག་ཟེར་མི་འདི་ ཤེས་བཅུག་ནིའི་དོན་ལུ་ཞིབ་འཆོལ་འབད་འབད་མ་ཡིན།

༣༽ ལམ་སྲོལ་གྱིས་དཔལ་འབྱོར་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཚུལ།

ལམ་སྲོལ་ལས་བརྟེན་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ཚུལ་ཁག་གསུམ་དེ་ཅིག་ཡོད། དང་པ་སྟོན་ཕམ་གི་སྐབས་
ལས་ར་ལམ་སྲོལ་ལུ་བྱད་ཆོས་བཟང་པོ་ག་ཅི་འདུག་ཟེར་བ་ཅིན་ ལུལ་གོང་མ་སྐྱབས་གནས་དམ་པ་དང་ ཆོས་སྦྱོང་ཚུ་
ལུ་གསོལ་ཕྱ་བཏབ་ཐོག་ལས་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་ཏུ་ཚུལ་ཅིག་ གཉིས་པ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་མཐུན་
ལམ་གྱི་ཐོག་ལས་ ཕྱི་བཟླ་བཤལ་པ་ལས་བརྟེན་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ཚུལ་ཅིག་ གསུམ་པ་སྤྱིར་བཏང་

ལམ་སྒོལ་ལས་བརྟེན་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ཚུལ་བཅས་ཁག་གསུམ་ཡོད་པའི་གསུམ་ལས་ དང་པ་ ཡུལ་
 གོང་མ་སྐྱབས་གནས་དམ་པ་དང་ ཆོས་སྦྱོང་ཚུ་ལུ་གསོལ་ཕྱོད་བྱེད་ཐོག་ལས་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་ལུ་ནི་ཡོད་མི་
 དེ་ཡང་ སུམ་ཚུ་གི་དོ་ཐོག་ལས་ར་ སུམ་ཚུ་གིས་བསྟན་པའི་སྐྱབས་གནས་གྱི་ཡུལ་དམ་པ་ཚུ་ལུ་ གསོལ་ཕྱོད་བྱེད་
 ཐུགས་དཔེས་པའི་གསོལ་མཆོད་ཡར་སྤུལ་ནི་དང་ ཆོ་དང་ཞོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་མར་ལུ་ནི་འདི་ ད་ལྟོ་གི་བར་ན་ཡང་མ་
 ཉམས་པར་ ཉེ་མ་ཕམ་གིས་ ག་འབད་དོམ་བཟུམ་སྟེ་ ད་ལྟོ་ཡང་ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ ཆོས་དང་མཐུན་
 པའི་ལམ་སྒོལ་བཟང་པོ་ཅིག་ཨིན་པ་གིས་མ་ཆད་ དེ་གི་དཔལ་འབྱོར་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྒོམ་བྱུང་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་
 ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་རྒྱུན་སེལ་དང་ ཆོགས་བསགས་སྦྱིབ་སྦྱང་གི་དོན་ལུ་ ཆོ་གུ་འབྲམ་མ་འབྲམ་ལེ་ཤ་ གཏང་སྒོལ་ཡོད་
 པའི་ནང་ལས་ སྤྱིར་བཏང་འབྲུག་མི་ག་ར་གིས་ ལོ་བསྟར་བཞིན་ རྒྱུན་མ་ཆད་པར་གཏང་སྒོལ་ཡོད་མི་འདི་ ལོ་བསྟར་
 གི་ལོ་མཆོད་འདི་ཨིན། ལོ་མཆོད་འདི་གཏང་པའི་སྐྱབས་ ཉིན་མ་ཆོ་གུ་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་གཏང་རུང་ ཕྱི་རུ་ཆོ་འགྲུགས་
 གཡང་འགྲུགས་རྒྱབ་ཟེར་ འགོ་བ་མིའི་ལུས་ལུ་སྦྱེས་ཞིན་མ་ལས་ མི་སྟེ་ནང་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་ མེད་
 ཐབས་མེད་པ་འདི་ རྒྱ་ཁོར་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱ་ཁོར་དེ་ངེས་པར་དུ་དགོཔ་ཨིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ང་བཅས་འབྲུག་
 པའི་ལམ་སྒོལ་ནང་ལུ་ ཁོར་གྱི་གཡང་བཀུག་པ་ཟེར་ ཁོར་ལྷ་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ཏེ་ ཁོར་གྱི་གཡང་བཀུག་དགོཔ་
 ཨིན་པ་ད། གཡང་བཀུག་ཟེར་མི་འདི་ གཡང་གི་ལྷ་ རྣམ་སྲས་དང་ཆོ་རིང་མ་གཉིས་ལུ་ གསོལ་ཕྱོད་བྱེད་ཨིན། དེ་གི་
 གནས་སྐབས་སུ་ གཡང་སྦྱོམ་ནང་ལུ་ རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་གྲུབ་པའི་རིགས་ གསེར་དང་དཔུལ་ལ་སོགས་པ་དང་ བྱ་
 རུའི་རིགས་གཡུ་དང་སྤྱི་ཏིག་ལ་སོགས་པ་ འབྲུ་སྤྱད་གུའི་རིགས་ཚུ་ རྩམ་བྱ་ལའི་སྤྱི་ གནས་ཅ་ཅན་ཚུ་ལས་འདུ་བའི་
 ས། ཤིང། རྒྱ་ རྩེ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་བཙུག་དགོཔ་ཨིན། གཡང་བཀུག་ཆར་ཕྱད་ གཡང་སྦྱོམ་འདི་ ཐིའུ་རྒྱབ་སྟེ་མཆོད་
 བཤམ་ནང་ལུ་བཀལ་བཞག་དགོཔ་དང་ གཡང་བཀུག་པའི་གནས་སྐབས་ནང་ལུ་ རང་གི་རྒྱ་ཅ་ལ་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་
 ཕྱི་ཁར་གཏང་པ་ཅིན་ གཡང་ཉམས་ནི་དང་ཕྱི་ལས་འབག་འོང་པ་ཅིན་ གཡང་སྦྱབ་ཨིན་ཟེར་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་དང་
 གཡལ་སྤྱིད་ཕྱི་ཁར་སྦྱོད་དགོཔ་ཡོད་རུང་ གཡང་ཁྲག་གི་ཆོ་ག་གཏང་ཆར་ཞིན་མ་ལས་ ཉིན་མ་གསུམ་དེམ་ཅིག་གི་རྒྱབ་
 ལས་ རྒྱུང་ཅིག་མ་གཏོགས་བྱིན་སྒོལ་མེད་ འ་ནི་བཟུམ་གྱི་ཆོ་གུ་འདི་ སྤྱིར་བཏང་འབྲུག་མི་ག་ར་གིས་ གཙོ་བོ་བཏོན་
 ཏེ་ ཨིན་ཅིག་ཨིན་ཅིག་གཏང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་སྟེ་གཏང་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ཁོར་ལྷ་ཚུ་ལས་ རྒྱ་ཁོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་ཚུ་
 རང་གིས་ལུ་ཞིན་མ་ལས་ རང་གི་མི་ཆོ་འདི་ དབུལ་ཕོངས་གྱི་དཀའ་ངལ་ཚུ་མེད་པར་ སུན་སུམ་ཆོགས་ཏྲིག་ཏྲི་སྟེ་
 གནས་ཐབས་གྱི་དོན་ལུ་ གཡང་ཁྲག་གི་དཔེ་ཆ་ཚུ་ནང་ ཆོག་ཚུ་ཡང་དེ་སྟེ་ཆུད་དེ་འདུག། རྣམ་སྲས་ཆོ་རིང་མ་རིན་ཆེན་
 བུམ་བཟང་ ལོ་མེད་ (ཤོག་གངས་༤༠) ནང་ “སྤྱི་ བྱང་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་རྣམ་ཐོས་སྲས། ཁམས་ཤིང་བྱ་མང་དཔལ་
 དང་ལྷན། གཞོན་སྦྱིན་ཀུན་གྱི་བདག་པོ་གྲོལ། ཁོན་གྱུ་ལ་སོགས་དབྱངས་དཀར་བདུན། རབ་ཆགས་ལྷ་མོ་སྦྱོང་ལྷ་
 མོ། ཁྲ་དང་དེ་བཞིན་པར་ཅན། རྒྱལ་པོ་ཆེ་ལ་ཉེ་གནས་དང། རེད་དང་ཁྲེལ་ཡོད་དཔལ་ལྷན་མ། ལྷ་མོ་གཞོན་ལུ་
 རྒྱད་རྣམས་ཀྱིས། རིན་ཆེན་འབྲུ་ཡི་བང་མཛོད་དང། རྟ་དང་བ་སྦྱང་གཡང་ལུགས་ཕུགས། ཆོ་དང་བསོད་ནམས་
 དབང་ཐངས་སྟེར། ལོངས་སྦྱོད་ཁོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་ཀུན། ཁར་ལྷར་འབབ་པའི་གཡང་ཁྲག་ཅིག། །” ཟེར་གསུངས་

ཏེ་ཡོད་པ་དང་ ཆེ་རིང་མའི་ཕྱ་ཁྲག་ནང་ལུ་ཡང་ བཟའ་བརྟུང་ཡོངས་སྤྱོད་དང་ རིན་ཆེན་བང་མཛོད་སོགས་ དཔལ་
 འབྱོར་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོག་ ལེ་ཤ་གསུང་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ ཆོས་དང་མཐུན་པའི་ལམ་སྲོལ་ལས་བརྟེན་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་
 ལྷན་ཐབས་སྒོམ་བྱུང་དེ་ཡོད་པ་ལས་ ས་བརྒྱུད་བྱ་བརྒྱུད་སྟེ་ ད་ལྟོ་གི་བརན་ཡང་ གཙོ་བོ་བརྟོན་ཏེ་བསྐྱབ་དང་བསྐྱབ་
 བཞིན་པ་ཡོད། དེ་བརྩམ་སྟེ་ རང་རང་སོ་སོ་གི་དད་མོས་དང་འཁྲིལ་ སྒྲོལ་མ། ལྷ་སྐྱུ་མ། ཆེ་རིང་མ། ཞིང་སྒྲིང་
 དབང་མོ། ཆོགས་ཀྱི་གྲང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ འོ་ར་ལྷ་ལེ་ཤ་ཅིག་ར་ སྟེན་ནི་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་ གཙོ་བོ་ རྒྱ་ལོ་ར་ཚུ་ རང་
 གི་རེ་བ་དང་འཁྲིལ་འཐོབ་ཐབས་ལུ་ སྟེན་པ་མ་ཚུ་གི་རོ་བསྐྱང་ལས་ར་ འབད་སྲོལ་ཡོད་པའི་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་ལམ་
 སྲོལ་ ཆོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྐྱུང་དང་འབྲེལ་བའི་ ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ དེ་བརྩམ་སྟེ་ སྤྱོད་ལུང་ཚུགས་ནང་
 ལུ་ཡང་ རྩེ་མཁན་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་ ཆེ་རིང་མཆེད་ལྷ་ ཉིན་མ་གཅིག་ལུ་མཇལ་དགོ་པ་སྟེ་ བཟོ་གནང་མི་ཚུ་
 ཡང་ ལམ་སྲོལ་ཨིན། ལམ་སྲོལ་དེ་ལས་བརྟེན་ ཉིན་མ་གཅིག་ལུ་ ཆེ་དང་ལོ་ར་གི་དངོས་གྲུབ་སྐྱབས་གཅིག་ཁར་
 འཐོབ་ཚུགས་ནི་དོན་ལུ་ སྟེན་བྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ཚུ་གིས་ མ་འོངས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ བཅུམས་
 གནང་ཡོད་པའི་ཕྱག་བཤུལ་བཟང་པོ་ཅིག་ཨིན་པ་ལས་ དེ་ཚུ་ལས་བརྟེན་ ངམ་ངམ་ཤུགས་གྱིས་འབད་ར་དཔལ་འབྱོར་
 ལུ་ཕན་ཐོགས་སྒོམ་བྱུང་ཏེ་ཡོད་པ་འདི་ཀྱན་གྱིས་མཁྱེན། **གཉིས་པ་** ཕྱི་བཟླ་བཤུལ་པ་ལས་བརྟེན་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་ཕན་
 ཐོགས་བྱུང་ཏེ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ བཟླ་བཤུལ་པ་གྲངས་ཁ་མཆོད་པ་སྟེ་འོང་མི་ཚུ་གི་གྲས་ལས་ རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ཅིག་
 སེམས་ཅན་དང་གངས་རི་ ལ་བཤུལ་གྱི་དོན་ལུ་འོང་མ་མ་གཏོགས་ མང་ཆེ་བ་ཅིག་ ང་བཅས་རའི་ལམ་སྲོལ་འདི་
 རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལམ་སྲོལ་དང་ཕྱད་པ་ད་ མ་འབྲལ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ བཟླ་བཤུལ་པ་ཚུ་ཡང་ ལེ་ཤ་ར་འོང་དོ་
 ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཚུ་གི་ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་གྱི་འཐུས་ལས་བརྟེན་ འོང་འབབ་འབོར་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་བཟོ་སྟེ་ཡོད་པ་དང་
 དཔེར་ན་ སྤྱི་ཆེས་ ༡༩༠༩/༡༠༡༡ ལས་ སྤྱི་ཆེས་༡༩༠༩/༡༠༡༡༡༡ ཚུན་ ལྷམ་༡༡ ལྷག་ཙམ་ལུ་ བཟླ་བཤུལ་པ་
 ཡོངས་བསྒོམས་ སྟོག་ཤུག་༡༥.༡༣༥ འོང་མི་ལས་ ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་གྱི་འཐུས་ བྱེ་བུ་དང་འབུམ་༡༥ དེ་ཅིག་
 ཐོབ་སྟེ་ཡོད་པ་དང་ འཆར་གཞི་༡༣ པའི་ནང་ལུ་ཡང་ བཟླ་བཤུལ་པ་ལས་བརྟེན་ འོང་འབབ་དདུལ་ཀྱམ་ཐེར་འབུམ་༡༥
 དང་ ༡༩འི་བར་ འཐོབ་ཚུགས་པའི་དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་དེ་ཡོད་པ་དང་ སྤྱི་ལོ་༡༩༡༤ གི་ ལྷམ་ལྷ་གི་ནང་འཁོད་ ཡུན་
 བརྟན་གོང་འཕེལ་གྱི་འཐུས་ ཡུ་ཨེ་ཾོ་ལར་ས་ཡ་ ༡༩.༣ ཐོབ་སྟེ་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་པ་ཅིན་ ལམ་སྲོལ་ལས་བརྟེན་
 དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྒོམ་སྟེ་བྱུང་སྟེ་འདུག། **གསུམ་པ་** དེ་བརྩམ་སྟེ་ ང་བཅས་རའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
 གྱི་ལམ་སྲོལ་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་མི་ ཕྱིན་རྒྱབས་ཅན་ མི་སེར་ག་ར་གིས་དད་པ་དང་མོས་གུས་བསྐྱེད་དེ་ མི་དམངས་
 སྤྱང་འཛོམས་འབད་ས་གཅིག་པོ་འདི་ དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་དང་ ལྷ་ཁང་དང་དགོན་སྟེ་ གནས་མཇལ་སྲོལ་ཡོད་
 མི་ཚུ་ཨིན། འ་ནི་བརྩམ་གྱི་ལམ་སྲོལ་དེ་ཚུ་ལས་བརྟེན་ ཉེ་འདབས་ལུ་སྤོད་མི་དང་ ཐག་རིང་ས་ལས་བསྐྱོར་ཆོང་རྒྱབ་
 པར་འོང་མི་ཚུ་ལུ་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལྷན་ཐབས་སྒོམ་འབད་དེ་ཡོད་པ་ལས་ ལམ་སྲོལ་དེ་ དཔལ་འབྱོར་འབྱུང་ས་གི་རྒྱ་
 ཅིག་ཨིན་པ་སྟེ་ ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡི། དེ་འབད་ཤ་ལས་ ཕ་བ་ཤེས་རབ་ལས་ རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི།
 ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཟེར་ འཇིག་རྟེན་ནང་གི་ཆོས་ག་ར་ རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་འབད་ཤ་ལས་ གཅིག་

ལས་བརྟེན་ གཅིག་འབྱུང་དོན་བཟུམ་སྟེ་ ལམ་སྲོལ་ལས་བརྟེན་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་ཁར་ དཔལ་
འབྱོར་འདི་དགོ་པ་ཅིན་ ལམ་སྲོལ་འདི་བདག་འཛིན་འབད་དགོ་པ་དང་ གལ་སྲིད་ལམ་སྲོལ་འདི་མེད་པ་ཅིན་ དཔལ་
འབྱོར་འབྱུང་པའི་ཐབས་མེད་པ་དང་ དཔལ་འབྱོར་འདི་མེད་པ་ཅིན་ ལམ་སྲོལ་ཡང་ ཡུན་དུ་གནས་མ་ཚུགས་པའི་ཉེན་
ཁག་ཡང་སྒྲིམ་ཡོད་པ་ལས་ ལམ་སྲོལ་ཚུ་ཡང་ཉམས་འབྱུང་ནི་གི་ཉེན་ཁ་སྒྲིམ་འདུག རྒྱལ་ཁབ་ག་ཏེ་ར་འབད་རུང་ རང་
ར་སོ་སོ་གི་ལམ་སྲོལ་རེ་ཡོད་པ་ལས་ འ་ནི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ རྒྱལ་ཁབ་འདི་གི་རོ་རྟགས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་འདི་གི་སྲིག་ཤིང་
དེ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་རང་ར་སོ་སོ་གི་རང་དབང་རང་བཙན་གྱི་ ར་བ་བཟུམ་ཅིག་འབད་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ག་ཏེ་གི་ལམ་
སྲོལ་ཨིན་རུང་ དག་སྒྲུང་དང་བདག་འཛིན་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲིལ་ས་ ཉམས་སྤང་འབད་མ་ཨིན་ཟེར་མི་འདི་ ང་བཙས་
ར་ག་ར་གིས་ཤེས། དེ་བ་ཡང་ལྷག་པ་སྟེ་ ང་བཙས་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ཀྱུ་འདི་གི་ལམ་སྲོལ་དང་ གཞན་རྒྱལ་ཁབ་སྒྲིམ་ཚུ་གི་
ལམ་སྲོལ་གཉིས་གྱི་བྱད་ཆོས་འདི་ མ་པ་ལས་ར་མི་འདྲ། མ་འདྲ་མི་འདི་ རང་བཙན་དང་རོ་རྟགས་འདི་ ཅོག་འཐད་
དེ་འབད་རུང་ ང་བཙས་རའི་ལམ་སྲོལ་འདི་ ཆོས་དང་མཐུན་པའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་འབད་མ་ལས་ འདི་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་སྟེ་
འབད་ཚུགས་པ་ཅིན་ སངས་རྒྱལ་པའི་ལམ་ཡང་ ང་བཙས་རའི་ལམ་སྲོལ་ལས་བརྟེན་འཐོབ་ཚུགས་པ་ལས་ བྱད་ཆོས་
མི་འདྲ་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱ་མཚན་དེ་ལས་བརྟེན་ཨིན། འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམ་ཆེན་མོའི་རྩ་ཆ་ཙམ་ པའི་ནང་ལུ་ཡང་ ལམ་
སྲོལ་ཚུ་ ཉེན་སྦྱོར་དང་ཡར་སྟེལ་ དེ་ལས་ཡུན་བརྟན་གྱི་དོན་ལུ་བཙོན་ཤུགས་བསྐྱེད་དགོ་པ་སྟེ་ འཁོད་དེ་འདུག་ དེ་
སྟེ་འཁོད་དེ་ཡོད་མི་ལུ་ལྟ་བུ་ཅིན་ འབྲུག་མི་རེ་རེ་བཞིན་གྱིས་ ལམ་སྲོལ་ཚུ་ཉམས་སྤང་གོང་འཕེལ་ལུ་བཙོན་དགོ་པ་
འདི་ཁག་ཆེ་བས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཡབ་རྗེ་དམ་པ་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་འཛིན་མེད་མེད་གོ་དབང་ལྷག་མཆོག་གི་ ཐུགས་
དགོངས་ལས་འཁྱུངས་པའི་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་གཅིག་ཁར་ཡང་མཐུན། དེ་ཡང་
སྤྱིར་བཏང་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་འདི་ ཀ་ཆེན་བཞི་ནང་བསྐྱུལ་ཨིན་མ་ལས་ ཀ་ཆེན་དང་པ་མི་སྟེའི་
དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ། ཀ་ཆེན་གཉིས་པ་རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས། ཀ་ཆེན་གསུམ་པ་ཆོས་དང་ལམ་
སྲོལ། ཀ་ཆེན་བཞི་པ་གཞུང་སྦྱོང་ལེགས་ལུན་ཟེར་ གཙོ་བོ་ཀ་ཆེན་བཞི་ཡོད་པའི་གས་ལས་ ལམ་སྲོལ་ལས་བརྟེན་
དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ཟེར་མི་འདི་ ཀ་ཆེན་དང་པ་མི་སྟེའི་དཔལ་འབྱོར་དང་ ཀ་ཆེན་གསུམ་པ་ཆོས་དང་ལམ་སྲོལ་
གཉིས་ནང་ཚུད་པ་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་དང་གཅིག་ཁར་ཡང་འབྲེལ་བ་སྒྲིམ་འདུག དེ་
ལམ་སྲོལ་དེ་གིས་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་ལྷན་ཐབས་ག་དེ་སྟེ་འབད་མ་ཨིན་ན་ དཔལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་བ་ག་དེ་སྟེ་ཡོད་པ་
ཨིན་ན་མཐོ་བ་ཅིན། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་འདོན་ཕྱོགས་བསྐྱེད་བས་བྱང་ཆུབ་བཟོད་པའི་ལམ་བཟང་གི་
ནང་དོན་རྗེ་བཙུན་སྒྲིལ་མ་ ༢༠༡༠ གྱི་ནང་ བྱ་འདོད་པས་ནི་བྱ་འཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། ཁོར་འདོད་པས་ནི་ཁོར་རྣམས་ཉིད་
འཐོབ། ཁདོད་པས་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། ཁག་གས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཛོམས་འགྱུར་ཅིག ། ཟེར་
གསུངས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་རྒྱ་འདི་ ལམ་སྲོལ་འདི་ཨིན་པས་ཟེར་མི་འདི་ ང་བཙས་ར་ག་ར་
གིས་ ཤེས་དགོ་པ་ཅིག་ཨིན།

༥༽ ར་བཅས་རའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ཕྱི་གངས་དང་ཤིང་གིས་རྒྱན་ རང་ན་ཚས་དང་ལམ་སྲོལ་གྱིས་རྒྱན་ཏེ་ ཕྱི་
 རོགས་གྱི་མིག་ཁར་ དགའ་ཉམས་སྦྱིད་ཉམས་ཅན་གྱི་མི་སེར་ཅིག་སྟེ་ མཐོང་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ རང་རང་གིས་འབད་
 རུང་ ལུས་བདེ་བའི་ཉིམ་ཕྱི་ལས་བསྟོ་ སེམས་སྦྱིད་པའི་ཚར་བ་ནང་ལས་སྦྱང་སྟེ་ ལམ་སྲོལ་ལས་བརྟེན་ ཚེ་འདི་ལུ་
 དགོ་པའི་དཔལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་གིས་མ་ཚད་ ཚེ་ཕྱི་མའི་ལམ་ཡང་ ལམ་སྲོལ་འདི་ལས་བརྟེན་བསྐྱབ་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་
 ལམ་སྲོལ་ལ་ལུ་ཅིག་ལས་ དཔལ་འབྱོར་བྱངས་ཨིན་རུང་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ནང་འཁོད་ ལམ་སྲོལ་ལ་ལུ་ཅིག་ལས་
 དཔལ་འབྱོར་བྱངས་ཨིན་ཟེར་བའི་ ཀེ་དེབ་དོག་དོག་རིལ་རིལ་བྲིས་བྲིས་ཕ་ཅིག་ རང་གིས་མ་མཐོང་མ་ལས་ དོན་ཚན་
 འདི་གི་གཞི་བཙུག་པ་ཅིག་ཐོབ་མ་ཚུགས། དེ་བའདམ་ལས་ དོན་ཚན་དང་ནང་དོན་འགལ་བ་ཡང་སྟོན་ དེ་བཟུམ་སྟེ་
 ཚིག་ལྷག་ཆད་ཡང་འོང་སྟོན་པ་ལས་ གཞན་ལུ་ཡོན་ཏན་སྤུལ་ཚུགས་པའི་ནང་དོན་སྤུལ་སྤུལ་ཚོགས་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ག་ནི་
 ཡང་མེད་པ་ལས་ མཁྱེན་ལྡན་ཡོངས་ཀྱི་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་།

༡༩༽ རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་ཐོ།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་ཐོ།

ཚུམ་པ་དགོན་མཚོག་བསྟན་པའི་སྦྱོན་མ། (༢༠༡༢) རྒྱ་ཤིང་གི་བསྟན་བཙུག་གི་འགྲེལ་པ་ རྩ་གཞུང་ཞིབ་འཇོལ་
 དང་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།༢༠༡༢༠༩༢༠༠༥
 སྟོབ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ། (ལོ་མེད) དབྱ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།
 སྦྱོན་པ་རྒྱ་མཚོ།(༢༠༡༢)ཤེགས་པ་བཤད་པ་རིན་པོ་ཆའི་གཏེར་གྱི་དོན་འགྲེལ་སྟོ་གསལ་བྱང་བའི་བསྟོན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་
 བཞུགས་སོ། བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་དཔར་ཁང་།
 ཀྱན་མཁྱེན་པརྟ་དཀར་པོ། (ལོ་མེད) རྣམ་སྤྲུལ་ཆེ་རིང་མ་རིན་ཆེན་བྱམ་བཟང་བཅས་ཕྱོགས་བསྟོན་གསལ་བཞུགས་སོ།
 Khenpo Kinley Phuntsho or Lopen Rinchen Choezang (2010) དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་ལུགས་
 ཀྱི་ཞལ་འདོན་ཕྱོགས་བྱང་རྒྱབ་བསྟོད་པའི་ལམ་བཟང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།