



སྒྲོབ་མའི་དགའ་ཆེན་ལ།

དམིགས་བསལ་གྱི་དགུན་ཆོས་ཐངས་
བྱུག་པའི་ཆོས་ཤོག

༡༣། དབུས་གཞུང་ནང་པའི་རིག་གནས་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་། སྒྱེ། ལ་དྲགས།

Central Institute of Buddhist Studies, Choglamsar, Leh-Ladakh, (Deemed to be University) UT Ladakh

Volume XLIII

སྤྱི་འདོན་ཐངས་ཞེ་བཞི་ལ།

ལྷ་འདིགས་ཤོག

Monthly-Magazine

16/04/2024

གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་གི་གནས་ཚུལ།

དགུན་ཆོས་ཐངས་བྱུག་པའི་རྩོད་མདོར་བསྟུས།

གསར་འགོད་པ། རིན་ཆེན་སྒྲོལ་མ།
སྒྲོབ་བྱུག་བདེ་དོན་ཆོག་པའི་བྱུང་སྤྱོད།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ལྷ་ ༡༢ ཆོས་ ༡༧ རས་སྤྱི་
ལོ་ ༢༠༢༤ ལྷ་ ༠༡ ཆོས་ ༡༤ བར་དབུས་གཞུང་
ནང་པའི་རིག་གནས་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་

ཐོག་དབུས་གཞུང་ནང་པའི་རིག་གནས་གཙུག་ལག་
སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་གི་དབལ་ལྷན་ཉེ་བའི་རིགས་བདག་
སྐུ་ཞབས་རྩ་ཐེག་ལྷན་ཆེན་མཆོག་དང་འཛིན་སྐྱོང་

ཁང་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཡན་ལག་འབྲིང་རིམ་གོང་མའི་
སྒྲོབ་བྱུག་སྒྲོབ་བྱུག་ཁྱིམ་བུ་མས་ ༥༠ ཙམ་མཉམས་
འཛོམས་ཐོག་དགུན་ཆོས་ཐངས་བྱུག་པའི་དབུ་

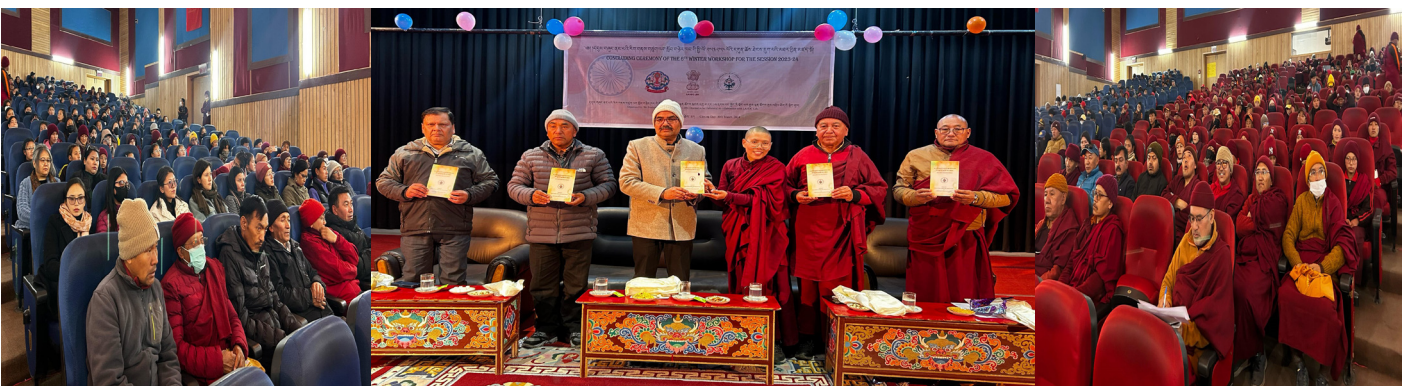


སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༣-༡༢-༡༩ ཉིན་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་དུ་སྒྲོབ་གཉེར་བདེ་དོན་ཆོག་པའི་སྐབས་དགུ་པའི་དགུན་ཆོས་ཐངས་བྱུག་པ་དབལ་ལྷན་ཉེ་བའི་རིག་བདག་མཆོག་གིས་དབུ་ལྷན་ཞུ་བཞིན་པའི་རྣམས་ལ།

དུ་སྒྲོབ་བྱུག་བདེ་ལྷན་ལྷན་ཆོག་པའི་སྐབས་དགུ་པའི་
ཆོག་པའི་དང་ལ་དྲགས་རང་སྤྱོད་རི་སྤྱོད་ཡར་
རྒྱས་ལྷན་ཆོག་པའི་འཛིན་སྐྱོང་དཔོན་པོ་སྐུ་ཞབས་
བསྟན་འཛིན་ཆོས་འཕེལ། ལ་དྲགས་ཡོངས་ཀྱི་ནང་
ཆོག་པའི་དང་དགོན་ཆོག་པའི་རྣམས་ཀྱིས་ཐུང་འབྲེལ་

དཔོན་པོ་མཆོག་ དབུས་གཞུང་ནང་པའི་རིག་གནས་
གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་གི་འབྲིང་རིམ་གོང་མའི་
སྒྲོབ་སྤྱི་མཆོག་དང་རྒྱགས་སྤྱོད་ཕྱེ་ཆེན་གྱི་འགན་
འཛིན་མཆོག་དེ་བཞིན་དུ་དགུན་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་རྟོག་པ་
མཁན་པོ་ཀམ་བསྟན་འཛིན་མཆོག་དང་ཆོ་ཉེ་དང་

འབྲེད་མཛད་སྤྱི་རྒྱས་པར་འཆོག་པའི་སྤྱོད་རྣམས་
དགུན་ཆོས་དངོས་སུ་དབུ་འཇུག་ཀྱིས་ཡོད།
ལྷ་རྩ་གཅིག་རིང་གི་དགུན་ཆོས་འདི་ཉིད་ཀྱི་
བདུན་པའི་གཅིག་གི་མཛད་རིམ་ནི། གཟའ་ལྷ་ལ།
མིག་དམར། ལུང་ལུང་སྤྱོད་པའི་ཉིན་ལྷ་མཐུང་



སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤-༠༣-༢༠ ཉིན་བདེ་དོན་ཆོག་པའི་སྐབས་དགུ་པའི་དགུན་ཆོས་ཐངས་བྱུག་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་མཛད་སྤྱོད་དབལ་ལྷན་ཉེ་བའི་རིག་བདག་མཆོག་གཙོས་པའི་དགེ་སྒྲོབ་ལས་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་བཞིན་ཞུ་བཞིན་པ།

ཐོག་དགུན་ཆོས་ཐངས་བྱུག་པའི་ཐབས་སྤྱོད་ལྷན་གཅིག་
རིང་གོ་སྒྲིག་ཀྱིས་པ་ཡིན།
དེ་ནས་ཆོས་ ༡༩ ཉིན་ཕྱི་ཆུ་ཆེད་ ༡༠:༣༠

དེ་ཉིན་རི་སོགས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་རྣམས་
དང་། དམིགས་བསལ་དབུས་གཞུང་ནང་པའི་རིག་
གནས་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་དང་གཙུག་ལག་

ནས་རིགས་ལས་དང་རིག་གནས་ཁག་སོ་སོའི་ཐོག་
ཐབས་སྤྱོད་ཆོག་པའི་དང་། རིས་གཟའ་ལྷ་ལ་པར་
ཞེས་ཡོན་ལྷ་སྤྱོད་ཆེད་མར་ཡུལ་ལ་དྲགས་ཡུལ་

འཛོམས་བྱུག་པ་ཤོག་དོས་ 7 བར་གཤམ་གསལ།

སྐྱོན་ཚུལ་དབྱེད་པའི་ཚན་འཕེལ་འགྲོ།

ཕུགས་གཏད་བྲལ་བའི་སྤྱི་ཚོགས།

མིང། ཆེ་རིང་དབང་འདུག། འཛིན་གྲུ། བསྟན་བཅོས་ལོ་རིམ་གཉིས་པ།



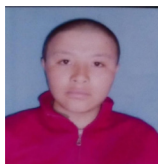
འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་
ཡོངས་རྒྱུན། བར་འཕྲིན་
ཀྱི་དུས་རབས་གསར་བར།
རྗེས་འདྲེད་དང་རིག་གཞུང་
འདོར་ནས། སྤྱི་མ་ཡི་འཛིག་རྟེན་རྒྱུ་དགའ། སྤྱི་
མ་ཡི་འཛིག་རྟེན་མི་དག ཁེས་པོ་ཡི་ལུལ་འཛིན་

འདོར་ནས། རང་འདོད་དང་རྒྱལ་སྤྱོད་ནས། གཡོ་
སྤྱི་ཡི་གོམ་འགྲོས་སྤྱོད་འདུག གནའ་བོ་ཡི་བདེ་སྤྱིད་
གཞི་ཅན། གསོ་སྤྱོད་གི་མི་རིགས་དཔེ་མོང་། སྤྱི་
ཚོགས་ཀྱི་ཕུགས་གཏད་བྲལ་ནས། སྤྱུག་བསྐལ་
ཀྱི་གཞི་ཅན་བརྒྱུ་བྱུང་། སྤྱི་མ་ཡི་རིག་གཞུང་
དེ་དང་། སྤྱི་མ་ཡི་འཛིག་རྟེན་མི་དག བཅུ་ཚུན་

ཀྱི་ཐེལ་ཐག་ཆད་ནས། རྟོག་འཛིན་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་
བརྒྱུ་བྱུང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་གནས་
ཕུགས། རང་ཉིད་ཀྱི་མཐོང་ཐོས་སྤྱོད་གསུམ། རང་
གཡོ་གི་ཉལ་ཁྱེད་སྤངས། ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་བར་
བཅོམ་ཡོད། །

བསྐྱབ་བྱ་ཚོགས་གསུམ།

མིང། དག་དབང་ལྷ་སྤྱིད། འཛིན་གྲུ། བརྒྱ་གཅིག་པ།



ཀ་ཡི་སློབ་ཐུག་གཞོན་
སྤྱི་མོ་མོ་ཀྱན། ཁ་ནས་
ཆོག་རྩལ་མ་ལབ་སློབ་སྤྱོད་
སྤྱོད་སྤྱོད། གཞུང་འགྲོ་བའི་
ཡོན་ཏན་སྤྱོད་བཟང་བསྐྱབ། རང་ཡི་སེམས་ཀྱི་གཏོང་
ནས་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན། ཅུ་ཅི་མང་པོ་མ་སྤྱོད་མང་ཀྱན་
། ཆང་དང་ཨ་རག་མ་འཕྲུང་གཞོན་ཏུ་ཀྱན། རྩ་ཆང་
ཐ་མག་སྤྱོད་དཔེ་མ་སྤྱོད་ན། ཉེ་དང་འབྲེལ་མི་ཆེ་
ཕྱད་རྒྱ་རེད། ཉེ་ལའི་སྤྱོད་མས་གསུངས་བའི་ཆོས་
ནས་ཀྱན། ཐ་དང་མ་འཕྲུང་རང་གིས་སེམས་ལ་བར་

འཛིག རྩ་ཆུ་དུས་སྐབས་བཟང་པོ་ཐོབ་པའི་དུས།
ན་གཞོན་པོ་མོ་ཀྱན་ལ་བསྐྱབ་བྱ་གསུམ། སྤྱི་མ་
ཡུལ་ལ་ཞུགས་པའི་སྤྱོད་མ་མོ་ལ། སྤྱི་མ་ཀྱན་ལ་
ཞབས་འདེགས་ཞུ་མོལ་དང་། སྤྱི་མ་ལ་བར་བཞུགས་ཀྱི་
ལ་འཕྲུལ་སྤྱོད་ནས། སྤྱི་མ་ཡི་རིན་ཆེན་དུད་འགྲོ་
ལྟར་མ་བསྐྱབ། ཅུ་ཅི་མོད་མོད་སྤྱོད་མ་མོ་མཛད་
ནས། ཆུ་ཆུ་ལྷན་པའི་སྤྱོད་མ་པོ་ཀྱན་དང་འབྲེལ།
རྩ་པོ་ཡག་སྤྱོད་མ་ལེས་ཡིན་ན་ཡང་། སྤྱི་མ་ལ་
བཞུགས་གཡོ་སྤྱོད་མེད་པ་དགོས། སྤྱི་མ་ཀྱན་དཔེ་དེ་བ་
གསུམ་དེ་པ་མ་ཀྱན། སྤྱི་མ་ལ་འཕྲུང་ཞེས་པོ་ཀྱན་ལ་མ་

ཆགས་པར། རྩོམ་དགའ་པོ་འབྲེལ་བའི་སེམས་ཁྱེར་
ནས། སྤྱི་མ་ལ་སྤྱོད་བཟང་བྱེད་པ་གསུམ་ཆེན་ཡིན།
རྩ་བ་གངས་རིས་སྤྱོད་བའི་ཡུལ་དེ་ལ། སྤྱི་མ་ཀྱན་
ཡང་རྒྱུ་གཏོང་བའི་སྤྱོད་ཐུག་ཀྱན། སྤྱི་མ་ཀྱན་
ལ་འཕྲུལ་རུང་སྤྱོད་སྤྱོད་མཛོད། སྤྱི་མ་ཀྱན་མཉམ་
དུ་འབྲེལ་བའི་བཅོམ་འགྲུས་བྱེད། ཉེ་ལེ་མོ་ལེ་ཟེར་
བའི་སྤྱོད་ཀྱན་ལ། ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཟེར་ནས་ཕྱད་མ་
འཕོར། སྤྱི་མ་ཀྱན་སྤྱོད་མ་ལེས་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ནས་
ལ། སྤྱི་མ་ལེ་བཅུ་དུང་བཞུགས་སེམས་ལ་འཕོར། །

དུས་རབས་འདིའི་མི་རབས།

མིང། ཆེ་རིང་དབང་མོ། འཛིན་གྲུ། བརྒྱད་པ།



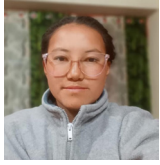
དེང་སང་ལ་དུགས་ལུལ་
ལ། སྤྱི་མི་མང་པོ་བསྐྱབས་
ཏེ། གཞོན་པ་མང་པོ་བསྐྱལ་
ནས། སྤྱི་མ་ཀྱན་ལུལ་ལྡོངས་
བཞེགས་མོང། དེང་སང་ལ་དུགས་ལུལ་ལྡོངས་
དང་སྤྱི་རག་འཕྲུང་ནས། སྤྱི་མ་ལྡོངས་མཛེས་པོ་དེ་
ལ། ཆང་དང་སྤྱི་རག་བསྐྱེད་མོང། སྤྱི་མ་ཀྱན་མི་
མང་ཀྱན་ལ། འཕྲུ་ལེ་ཉེ་ལེ་ཟེར་བའི། སྤྱོད་བཟང་

གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག རྩ་བ་མོ་སེམས་པ་སྤྱོད་མོང།
བཞེ་སྤྱོད་ཐ་མག་ཟེར་བ། སྤྱི་མ་ཀྱན་ལུལ་ལ་འཛོང་
འདུག སྤྱི་མ་ཀྱན་པོ་མོས་འཕྲུང་ནས། སྤྱི་མ་ཀྱན་ལས་
རྩ་བྱེད་འདུག སྤྱི་མ་ཀྱན་དེ་ལ་བསམས་པས། སྤྱི་མ་
རྩ་བྱེད་དག་ཆང་མ། སྤྱི་མ་ཀྱན་ལྡོངས་ཀྱི་དཔེ་བསམ་
སྤྱོད། སྤྱི་མ་ཀྱན་ལྡོངས་ཀྱི་དཔེ་བསམ་མ་གཞན། འཕྲུ་
འཕྲུ་ལེ་ལྷན་ལ། སྤྱི་མ་ཀྱན་གསུམ་གསུམ་མི་མང་
། རྩ་བ་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱང་མི་གཏོང། སྤྱི་མ་ཀྱན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱང་

མ་ལེན། སྤྱི་མ་ཀྱན་པའི་ཡུལ་ལྡོངས་སྤྱོད་མས་ནས། སྤྱི་
ཀྱི་སྤྱོད་པོ་གཏོང་དང་། སྤྱི་མ་ཀྱན་པའི་མི་ལས་རིན་ཆེན་
ཆོས་ལ་བཅོམ་ཏེ་འཕྲུང་རྒྱུས། སྤྱི་མ་ཀྱན་རིན་ཆེན་
འདི་ལ། སྤྱི་མ་ཀྱན་ཐ་མག་སྤྱོད་སྤྱོད། སྤྱི་མ་ཀྱན་ཞབས་
ཏོག་ཞུས་ནས། སྤྱི་མ་ཀྱན་མི་ལྷན་འཕལ་རྒྱུས། རྩ་
ལུལ་མཛེས་པོ་འདི་ལ། སྤྱི་མ་ཀྱན་དགྲ་བྱེད་སྤྱོད་ནས།
རྩ་ལུལ་སྤྱོད་བའི་ཆེད་དུ། སྤྱི་མ་ཀྱན་ཀྱན་ལ་
བཅོམ་དང་། །

བྱོན་པ་ལེགས།

མིང་། རག་དབང་ལྷ་མོ། བསྟན་བཅས་ལོ་རིམ་དང་པོ།



ཁང་གིས་སློབ་པའི་ལ་ཆ་
ཅན་གྱི་མོ། གསེར་ལས་
ལྷག་པའི་བཤེས་གཉེན་དམ་
པ་མཛུགས། རིག་གནས་བརྒྱ་
ཡི་སློབ་སྦྱང་ཐབས་མོ་བ། གསེར་ཁང་འདྲ་བའི་སློབ་
ལྷན་བྱོན་པ་ལེགས། བྱོན་པ་བཞིའི་ཡུལ་ནས་སློབ་
པའི་སློབ་ལྷན་གྱིས། མ་འོངས་ལ་དྲགས་ལྡོངས་
ཀྱི་ཡར་རྒྱས་ཆེད། རང་སྐད་ཀྱི་ཁ་ལི་གེར་བཅོན་

བཞིན་ཡོད། མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་འདི་ལྟ་བུ་བྱོན་པ་
ལེགས། འདི་གྱི་གཉིས་ལ་མན་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ།
སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆུ་མཆོ་ཐར་བའི་སློབ་སྦྱང་ལོ། བདེ་
བའི་ཞིང་ཁམས་འདི་ལྟ་སྟེབས་པ་དང་། ཁང་བཟང་
ཆོས་ར་འདི་ལྟ་བུ་བྱོན་པ་ལེགས། སློབ་དཔལ་སྤྲུག་
མཐོང་བའི་དུས་འདི་ལ། སློབ་དཔལ་ལས་ཁྱིད་
པའི་དགེ་ལྡན་མཛུགས། སློབ་དཔལ་སློབ་དཔལ་སློབ་
པའི་བཤེས་གཉེན་མང། ཁོར་བྱ་སྤྲིང་ག་འདི་ལྟ་
བུ་བྱོན་པ་ལེགས། མ་འོངས་ལ་དྲགས་ལྡོངས་སྤྲུག་པོ་མོ་

ནམས། བདེན་པར་རང་གི་ཤེས་རིག་སློབ་འདོད་
ན། གཞན་གྱི་ལྟ་མོ་བྱེད་ནས་འགྲུལ་དགོས་མེད།
ཤེས་རིག་སྤྲང་བའི་སློབ་གྲྭ་བྱོན་པ་ལེགས། བྱི་
ཡི་དངོས་པོར་སྤྲིང་བོ་མེད་གཟིགས་ནས། རིག་
གནས་ཆེ་ཆུང་འདྲིམས་པའི་སྤྲིང་དུ་སློབ། རང་ལ་
ཅི་འདོད་གང་འདོད་ལེན་ཆུ་འདུག། དབུས་གཞུང་
མཐོ་སློབ་འདི་ལྟ་བུ་བྱོན་པར་ལེགས། །

ཀ་བཤད་ཆོག་གི་རོལ་དབྱངས།

མིང་། ཆེ་ཡིང་བདེ་སྦྱིད། འཛིན་གྲྭ། བསྟན་བཅས་ལོ་རིམ་དང་པོ།



ཀ་ར་བྱ་རམ་མང་པོ་ཟས།
ཁ་སོ་སོ་གཉིས་ཐམས་ཅད་
རུལ། གཤམ་བྱིན་ཀྱང་སོ་
མེད་ལ། རོ་ཆ་ཅན་གྱི་བྱ་མོ་
ད། ཅ་གས་བསྐྱངས་པའི་ལུས་པོ་ལ། ཆ་འཛོག་
བྱེད་མཁན་མེད་ན་ཡང་། རེ་རོ་བཞིན་དུ་པོར་བཟ།
ཉ་རྒྱས་རྒྱ་བར་དོས་འཛིན་མཛོད། ཉ་ལའི་སྤོང་

པོར་འཛོགས་འདོད་ཀྱང་། བཟང་དུ་ལ་ཤེད་ཅལ་
མེད། ད་ལྟ་ཆོག་ཞོན་ལྟ་ཡིན། བཟང་མེད་པས་
སྦྱིད་པ་ལ། བཟ་མེར་བདེ་བྱིན་སྐད་དང་། བཟ་མེར་
མེར་བར་སྐད་ཡིན། ལྷ་ལྷ་མེར་བཟ་བཅོས་སྐད་
ཡིན། བཟ་མེར་བཟ་མོ་ཡིན། ཅ་གཅིག་གཅིག་
དོན་མི་འགྲུབ། ཆོག་ཆོག་གཅིག་གཅིག་ལས་མི་འགྲུབ།
རྩ་ལང་ལྷ་བྱེད་སྦྱིད་པ་དང་། བཟ་མོ་ལྷ་བྱེད་གཡོ་

སྦྱ་མེད། བཟ་རྒྱལ་ལ་ལས་འཛོགས་བྱེད། བཟ་
ཞེས་པོ་ཁོང་ལ་སྤྲད། འ་ཅག་རྒྱལ་གྱི་སྦྱིད་པ་མེར་
ཐོག་ ལ་རབས་པོས་གཤེས་ཤེས་པ་དགོས། ར་
བ་གངས་རིས་བསྐྱོར་བའི་ནང་། ལ་ལ་ནང་གི་ལས་
མེད་ལ། འ་ཆ་མེད་མཁན་འགའ་རེ་ཡོད། ས་ཐོག་
རང་ཉིད་ལ་མ་བཞག། ཉ་ཉ་ནས་ཞིག་སློགས་པའི་
ཆོ། བཟ་མེད་ཉིད་ཡིད་ལ་འདྲ། །

ཁ་བའི་སྤོང་ཆོད།

མིང་། བསྟན་འཛིན་བདེ་ཆེན། འཛིན་གྲྭ། བརྒྱུ་ཅིག་ལ།



དཔེན་པའི་ས་གནས་འདི་
རྩ། ལྷ་རྒྱ་མེད་པ་ཡིན་ཡང་།
ཁ་བའི་མེ་ཉྱེག་འབབ་པས།
སེམས་ལ་བདེ་སྦྱིད་སྦྱོར་བྱུང་
། སྦྱིད་པོ་འདྲ་མེན་སྦྱིད་བྱུང་། ཁ་བ་མང་པོ་བབས་

པས། ར་རང་གྲང་པོ་བྱེད་ནས། ཁང་མར་ཁ་བ་
འཕངས་ཡིན། རྩས་སྤྲུལ་ལ་ལོག་དུས། ཁོང་
ཆོས་ར་རང་བཟུང་སྟེ། ཁ་བའི་དཀྱིལ་ལ་སྦྱར་སོང་
། རང་ཅེད་རང་ལ་ཐོག་སོང་། སེམས་པ་ཤིན་
ཏུ་དགའ་སོང་། ཉིན་མོ་ཤིན་ཏུ་སྦྱིད་སོང་། ཁ་བ་

དགའ་ཤིན་ཅན་གྱིས། ཆུང་དུས་བསྐྱར་དུ་བྱ་སོང་།
དགའ་དུས་བབས་པའི་ཁ་བ། ལ་དྲགས་ལྡོངས་ཀྱི་
རྒྱ་ཆ། ལྷས་མེད་སྦྱིང་ནས་ཉག་ཏུ། དགའ་ཁང་
སྤྲུག་བཞིན་ཡོད་དོ། །

དེང་དུས་ཀྱི་ལ་དྲགས།

མིང་། བརྒྱ་བཀ་ཤེས། འཛིན་གྲྭ། ལྷ་ཤེས་ལོ་རིམ་དང་པོ།



དེང་དུས་ཀྱི་ལ་དྲགས་
མི་མང་པོ། བྱི་དངོས་པོའི་
ཡར་རྒྱས་ཆུ་ལྷར་རྒྱགས།
ནང་སེམས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་
མ་ཞིན། སློག་བཅད་པའི་བསམ་མེད་མང་དུ་

འགྲོ། དེང་དུས་ཀྱི་ལ་དྲགས་མི་མང་པོ། མགོ་སྐྱོར་
བ་སྦྱོད་དཔལ་བྱེད་མཁན་མང། ལས་དཔལ་བ་བསད་
བུམ་བྱེད་པ་མང། སློབ་དུས་ཀྱི་ལ་དྲགས་ཉམས་
བཞིན་འགྲོ། དེང་དུས་ཀྱི་ལ་དྲགས་མི་མང་པོ། མི་
ཆེ་ཆུང་གྲས་ཞབས་བཅེ་བཀྱར་མེད། བྱི་ཆོན་རིག་

ཡར་རྒྱས་མང་དྲག་ནས། རང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་
སྦྱོང་བར་ཉེ། བྱིར་དཀྱིན་རིའི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་མཁན་
ཀུན། མཐར་མཁས་པ་འགྲུར་བའི་གོ་སྐབས་ཡོད།
ནང་སེམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཅི་མེད། ལས་རྒྱ་
འགྲས་རྒྱས་བཞག་ཤེས་མཁན་མེད།

བཀའ་འདྲིན་ཅན་གྱི་པ་མ།

མིང་། དགའ་དབང་གསེར་མཆོ། འཛིན་གྲུ། བརྒྱུད་པ།



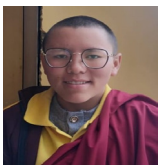
འདྲིན་ཅན་པ་མ་གཉིས་
གྱིས། །བྱམས་དང་བཅེ་བས་
བསྐྱེད་པ་བྱུང་། །ཁྱེད་གྱིས་
གནང་བའི་བྱམས་བཅེ། །བྱ་
མོས་ཡིད་ལ་བཅངས་ཡོད། །མི་ཡུལ་འདི་ཡི་ནང་
ལ། །ཆེ་སྟོན་བསོད་ནམས་བསགས་ཏེ། །པ་མ་ཁྱེད་
གཉིས་མཇུག་ནས། །བྱ་མོ་བསོད་ནམས་ཆེ་སོང་

། །ཉིན་ལྷན་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ། །འདྲིན་ཅན་པ་
མ་ཆས་གཉིས། །སྐྱེ་ཆེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱིར། །བྱ་
མོས་སྟོན་ལམ་བཏབ་ཡོད། །ནམ་ཡང་བརྟེན་ཐབས་
མེད་པའི། །ཅེ་ཆེན་པ་མའི་བསྐྱེད་བྱ། །ཞལ་འཛུམ་
ལྷན་བའི་བཞེན་རས། །བྱ་མོའི་ཡིད་ལ་འཁོར་སོང་
། །འདྲིན་ཅན་པ་མ་གཉིས་གྱིས། །དགའ་དབང་མང་པོ་
བརྒྱུད་པ། །བྱ་མོ་སྟོན་ལྷན་བཏབ་པའི། །བཀའ་འདྲིན་

ནམ་ཡང་བརྟེན་མེད། །འཛམ་གླིང་འདི་ཡི་ནང་ལ།
།པ་མ་ཁྱེད་ནམས་བཞེན་དུ། །བྱམས་བཅེ་སྟོན་པ་མ་
མཆོངས་པ། །བྱ་མོས་ནམ་ཡང་མ་མཐོང་། །བྱམས་
བཅེས་སྤྲུག་པའི་པ་མ། །བཀའ་འདྲིན་ཅན་གྱི་པ་མ།
།འཛམ་གླིང་འདི་ཡི་དཀོན་མཆོག་ །བྱ་མོའི་སེམས་
གྱི་ལོར་བྱ། །

ཐོབ་དགའ་བའི་མི་ལུས།

མིང་། བསྟན་འཛིན་བུ་ཁྱི། འཛིན་གྲུ། བརྒྱུད་པ།



མི་ལུས་རིན་ཅན་ཐོབ།
།སེམས་ལ་བདེ་བ་རྒྱས།
།ཡིན་ཀྱང་བྱ་མོར། །སྤྲུག་
ལུས་མང་པོ་འབྱུང། །ང་རང་
བསོད་བདེ་ཅན། །མི་ལུས་རིན་ཅན་ཐོབ། །དེ་ལས་
སྦྱིད་པ་ནི། །བཟང་དཀར་ཡུལ་དུ་སྦྱེས། །མི་ལུས་

རིན་ཅན་འདི། །ཡང་བསྐྱར་ཐོབ་པའི་ཆེད། །སྟོན་
ལམ་ཡང་ཡང་བཏབ། །ཅེ་བའི་སྐྱེ་ཆེ་མ་ཁྱེད། །མི་
ལུས་ཐོབ་ན་ཡང། །སྤྲུག་ལུས་མང་པོ་བྱུང། །སྤྲུག་
བསྐྱེད་པའི་མེད་པའི་ལམ། །ནང་པའི་ཆོས་འདི་ཡིན།
།ཨ་ཏུ་སྦྱིད་པ་ལ། །མི་ཆེ་འདི་ནང་ལ། །མི་ནམས་
བསོད་བདེ་ཅན། །མི་ལུས་རིན་ཅན་ཐོབ། །མི་ལུས་

རིན་ཅན་དེ། །འཕྲོ་བརྒྱུག་མ་བཏབ་རྟོགས། །མི་ལུས་
ཐོབ་པ་འདི། །བསོད་བདེ་ཆེན་པོ་ཡིན། །མི་ཆེ་འདི་
ཡི་ནང་། །མི་ལུས་ཐོབ་པ་འདི། །འཕྲོ་བརྒྱུག་མ་བཏབ་
ནས། །དགེ་བ་ཡང་ཡང་གསོགས། །

དགའ་དབང་གྱི་ལ་དྲགས།

མིང་། བསྟན་འཛིན་དབང་སྟོན་ལ། འཛིན་གྲུ། བསྟན་བཅོས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།



ཁྱོད་གས་བཞེར་གང་དུ་
བལྟས་ཀྱང། །ཁ་བའི་གངས་
རིས་སྟོར་ཡོད། །དགའ་དབང་
ལ་དྲགས་ལུས་ལྡོངས། །ལྟ་
ལུས་འབྲུག་པ་མཛེས་སོང། །དགའ་དབང་ལ་དྲགས་
ནང་ལ། །རིན་ཆེན་གསེར་དང་འབྲུག་ལ། །ཁ་བ་མང་པོ་

བབ་སོང། །མི་མང་དེ་ལ་དགའ་སོང། །ཤིང་སྤོང་ལོ་
མ་བུ་ནས། །རྒྱ་བ་གཉིས་ཅམ་ལུས་སོང། །ཡིན་
ཀྱང་ཤིང་སྤོང་སྐྱང་ལ། །ཁ་བའི་མེ་ཏྲིག་འབར་ཡོད།
།དགའ་དབང་ལ་བ་མཉམ་དུ། །སྟོན་སྤྲུག་ཅེད་མོ་ཅེད་
བཞེན། །སྦྱིད་པའི་ཏུ་ཉི་མཉམ་དུ། །ཟུར་ཁྱིད་ཁང་དུ་
སྦྱེས་བྱུང། །དགའ་དབང་མི་མང་ཀྱན་ཡང། །ལས་

གནས་ངལ་གསོ་ཐོབ་ཡིན། །མི་མང་ཆོས་ལ་འབྲུག་
ནས། །མ་ཉི་ཡང་ཡང་འདོན་ཡིན། །དགའ་དབང་ལ་
དྲགས་ནང་ལ། །འཛམ་གླིང་ཀྱན་ལ་སྐྱེད་གས།
།སྟོན་མའི་ལུགས་སྟོན་མཉམ་དུ། །ལ་དྲགས་ལོ་
གསར་བཅེས་ཡིན། །

མཛེས་པའི་དགའ་དབང་།

མིང་། བསྟན་འཛིན་དབང་ལོ། འཛིན་གྲུ། བསྟན་བཅོས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།



མཛེས་པའི་ལ་དྲགས་ནང་
ལ། །བོད་རྒྱ་བརྒྱུགས་ནང་
དུ། །དགའ་དབང་གི་ནམ་བཟའ་
སྦྱེས་བས་སོང། །སེམས་ལ་
སྦྱིད་པོ་བྱུང་སོང། །ང་ཡི་མཛེས་པའི་ལ་དྲགས་
།ཁ་བ་མང་པོ་བབས་སོང། །བཟའ་ཤེས་ཁ་དར་
བཏགས་པས། །ཀྱུན་གྱིས་ཡིད་དབང་འཕྲོག་སོང།
།ལ་དྲགས་ལུས་ལྡོངས་ནང་ལ། །ཁ་བའི་རྒྱུ་ཆས་

བརྒྱུན་ཡོད། །ཁྱོད་གས་བཞེར་གང་དུ་བལྟས་ཀྱང། །ལ་
དྲགས་མཛེས་པོ་མཐོང་སོང། །སྦྱིད་པའི་ལ་དྲགས་
ལུས་དུ། །སྐྱེས་པས་སྐྱེས་པ་བཟང་བྱུང་སོང། །དགའ་
དབང་ལ་བ་བབས་པས། །དབྱར་དུས་སྟོན་ཏྲིག་སྦྱིན་
སོང། །གནམ་ནས་ཁ་བ་བབས་དུས། །ལ་དྲགས་
མི་མང་བསོད་བདེ། །ཁ་བ་བབས་པས་མ་ཡིན།
།སངས་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་བབས་པས་ཡིན། །དགའ་དབང་
གང་མོའི་དུས་ལ། །ལ་དྲགས་མི་མང་ཆང་ལ། །ཁ་བ་

བབས་པ་མ་ཡིན། །སངས་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་བབས་
པས་ཡིན། །དགའ་དབང་གང་མོའི་དུས་ལ། །ལ་དྲགས་
མི་མང་ཆང་ལ། །སྦྱོར་མོའི་སྟོན་ཆས་སྟོན་ཡིན། །ལ་
དྲགས་ཤེས་རིག་སྟོན་འབྲུག་ །དགའ་དབང་རྒྱ་གང་མོ་ཡོང་
བ། །ཁ་བ་ཡང་ཡང་བབས་སོང། །གསེར་ཟངས་
རིན་ཆེན་དེ་ནི། །ཁ་བ་དཀར་པོ་ཡིན་སྟེ། །

སེམས་སྦྱག་།

མིང་། བསྟན་འཛིན་ཆེ་སྤྲེལ། འཛིན་གྲུ། དགུ་པ།



སེམས་སྦྱིད་པོ་ཡོད་པའི་དུས་འདི་ལ། །འཇུག་བཞད་པའི་མེ་ཉིག་ཡང་ཡང་འབར། །དེའི་སེམས་ལ་ཡོད་པའི་བཅེ་བྱང་དེ། །ད་དེ་རིང་ཁྱེད་ལ་བཤད་དགོས་བསམ། །གསེར་འབྲུ་བཞིན་མེ་ཉིག་ཡལ་ག་ལྟར། །ཁྱེད་མཛེས་མའི་ཞལ་གདོང་བདེ་མོ་མཇེལ། །དུས་ནས་ཞིག་ཁྱེད་རང་མཐོང་བའི་ཆེ། །ཆེས་བཅོ་ལྷའི་

ཆེ་བའི་འོད་དཀར་མཇེལ། །ད་ཁྱེད་ཀྱི་གསུང་སྒྲིང་ལེགས་མོ་དེ། །སྤྲོ་བ་ཡིས་དང་བོ་ཐོས་པའི་དུས། །སེམས་ནང་ལ་ཆོར་བ་འབྲུ་མེན་སྤྲེལ། །ད་སྤྲེལ་བའི་སེམས་པ་དབང་མེད་ཤོད། །ད་ཁྱེད་ལ་བསྟོད་པ་ཅི་ཞིག་སྤྲུལ། །དེའི་སྤྲིང་གི་སྤྲིང་གཏམ་ཆེག་གསུམ་དེ། །ད་བཅོ་ལྷའི་ཆེ་བའི་ཆེས་བཟང་སྤྲེལ། །དུས་ཁྱེད་ལ་བསྟོད་པ་ལྷུ་བཞགོས་བསམ། །ད་དེ་རིང་དུས་བཟང་ཞག་བཟང་ལ། །མོ་བའི་སྤྲིང་གི་བྱ་ག་

ཀྱུ། །ད་བྱ་ཆ་ཁྱེད་ལ་ཤོད་འདོད་བྱུང། །མོ་བའི་སེམས་པ་བདེ་བྱེད་ཡིན། །མོ་མང་བོ་ཁྱེད་དང་མ་འཇལ་དུས། །སེམས་ནང་ལ་འཆར་ག་མང་བོ་བྱུང། །ད་བཤད་ན་སྤྲེལ་བཤད་དགོས་བསམ། །ད་ཉན་མཁན་མེད་པས་སེམས་པ་སྤྲོ། །ཁྱེད་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཁྱེད་པ་ཡིན། །མོ་འཛིག་ཉེན་འདི་ནང་སྤོང་འདོད་བྱུང། །འདིར་གནས་ཀྱང་སྦྱག་བསམ་མང་བོས་མན། །ད་བྱ་མོའི་བདེ་སྤྲིད་ཅིག་ཅར་འཕྲོག།

འབྲུ་མཉམ་།

མིང་། དག་དབང་དབྱངས་ཅན། འཛིན་གྲུ། བསྟན་བཅོས་ལོ་རིམ་དང་པོ།



འབྲུ་མཉམ་ཞེས་པའི་ཁྱོད་ཀླུ་མས་ལ། །ཆེ་ཆུང་མཐོ་དམན་འབྲུ་མཉམ་མེད། །ཁྱིམ་སྤྱི་ཐོག་ནས་ཁྱོད་ཀླུ་མས་ལ། །གོ་སྐབས་ལྷན་པའི་འབྲུ་མཉམ་ཡོད། །བཟང་བོའི་རིགས་ཀྱི་གནས་བབས་མིན། །དེ་

པའི་རིགས་ཀྱི་སྤོང་མེན། །དུས་པ་ཐོན་པོ་གསེར་བྱས་མིན། །དུས་པ་ཐོན་པོ་ལས་བྱུང་བ་མིན། །ནང་པའི་ལུགས་ལ་མི་ཀླུ་མས་ཀྱིས། །འབྲུ་མཉམ་འཛིན་ཁྱེད་ཀྱང་འདིར། །ཆུ་སྤྲོ་མི་འབྲུ་མཉམ་ལ། །བདེ་གཤེགས་སྤྲོ་བོ་བྱུང་བྱེད་འབྲུ། །གོ་སྤྲོ་དགའ་པོ་དུས་ལས་བྱུང་བ་མིན། །ནག་པོ་སོལ་

ལས་བྱུང་བ་མིན། །ཤུགས་ལྷན་པའི་མི་ཀླུ་མས་ལ། །རྒྱ་མཚན་ལ་བཞུགས་མཐོང་མཁན་མེད། །བཞུགས་པའི་ཆེགས་འདི་ཉིག་ཅམ་མེད། །དབྱེད་དུས་དོན་ལ་གོ་རྒྱ་ཡོད། །དེ་ཕྱིར་ཡང་ཡང་ཆེག་དོན་ལ། །བསམ་སྤྲོ་གཏོང་མཐོང་སྤྲོ་ལྷན་ཀླུ་མས། །

འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་སྦྱབས་གནས།

མིང་། ཨོ་རྒྱུན་བཀ་ཤིས། འཛིན་གྲུ། བསྟན་བཅོས་ལོ་རིམ་དང་པོ།



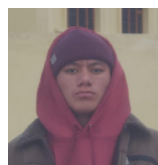
འབགས་མཆོག་རྗེ་ཆེ་འཆང་གི་སྦྱལ་པ་ཁོང་། །པན་ཆེན་རྒྱ་རོ་བ་ཡི་རྒྱ་རྒྱ་ག་གསོལ། །སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་འདི་ཕྱི་ལས་སྟོན་ལ། །ད་ཡི་སྤྲོ་མ་རྒྱལ་དབང་འབྱུག་པ་མཆོག་། །བོད་རྒྱ་དང་བོད་ཆེས་བཅུའི་དུས་

བཟང་ལ། །གནས་ཆེན་བསྐྱེད་མཆོ་རྒྱལ་འཕྲོ་ཡི། །དབྱངས་དང་རོལ་མོའི་མཆོད་པ་མཉམ་བསམས་ནས། །འཕྲོ་བའི་དོན་དུ་མེབས་པ་དོ་མཆར་ཆེ། །གཉི་ལུག་ལུག་པའི་ནང་དུ་མིམ་པའི་སྐབས། །སྤྲོ་མ་ལྷན་དུ་སྤྲོ་མ་དངོས་སྤྲུལ་ལ། །ཆེ་སྤྲོ་བསྟོད་ནས་བསམས་པའི་འབྲུ་མ་བྱུ། །ཆེ་འདིར་སྤྲོ་མ་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་དབང་ཐོག་། །ཉིན་མོངས་དུག་གསུམ་ལྷན་

པའི་མི་ཆེའི་ནང་། །རྒྱ་རོལ་ཀླུ་མ་ལྷན་པའི་རྒྱ་རྒྱ་ལྷན་ཀླུ་མས། །མཇུག་མཆོན་ལྷན་པའི་ཉིན་མོངས་མེད་པར་བྱེད། །དེ་ན་ཅན་སྤྲོ་མ་ཁྱེད་ཉིད་མཆར་ཆེ། །སྤྲོ་མོངས་དུས་པའི་གཉིད་ནས་སྤྲོ་མ་ཡིན། །སྤྲོ་མ་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་སྤྲོ་མ་ཐོབ་པ་དེས། །གྲུས་བསམ་ཉམས་སྤྲོ་མ་པར་འབད་བཅོན་བྱེད། །ཁྱོགས་དང་འཕྲིན་ལས་ཡོང་བའི་རེ་སྤྲོ་མ་ཡིན། །

མཆོན་མོའི་མི་ལམ།

མིང་། ལུ་བསྟན་རྗེ་ཆེ། འཛིན་གྲུ། བཅུ་གཉིས་པ།



བཅོ་ལྷའི་མཆོན་མོ་ལ། །མལ་ཆས་སྤོང་སོང་ནས། །བྱ་རྒྱུད་རྗེ་ཆེ་ལ། །མི་ལམ་ཁྱེད་ཅན་མིས། །མི་ལམ་ཉེན་འབྲེལ་བཟང་། །དབྱལ་བའི་བྱ་རྒྱུད་ལ། །གསེར་དབྱལ་པ་ལམ་སོགས། །དཔལ་འབྱོར་རྒྱེད་པ་མིས། །བྱང་འདོད་པའི་དབང་། །ཞོར་བྱ་ལེན་དགོས་

བསམ། །ཞུ་མོ་དམར་པོའི་ནང་། །པ་ལམ་གསུམ་ཅམ་ཆུད། །སེམས་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱིས། །ལྷག་ལུས་ཞོར་མཐོང་ནས། །འདོད་ཆས་ཉམས་སེམས་དེས། །ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་བསམ། །ཐོ་རངས་ཤར་བ་དང་། །བྱ་རྒྱུད་མིག་བྱེད་སོང་། །མི་ལམ་དོ་མར་འབྱུལ། །ཞུ་མོ་འཆོལ་བྱེད། །བསམ་སྤྲོ་ཉན་ཉན་གཏོང་། །ཞོར་བདག་སེམས་ནང་ལས། །ཞོར་མེད་རྗེ་ཆེ་དེ།

སྤྲིད་པའི་མི་ཆེ་གྲགས། །འདོད་ཆས་བྱེད་རྒྱ་མེད། །ཞོར་རང་སེམས་རྒྱ་དོར། །དེ་ལྷའི་མི་ལམ་དེ། །བྱ་རངས་མཐོང་དོ་མཆར། །

༢༠༢༤/༠༡/༠༥ དགུན་ཆོས་མེད་པའི་སྐབས་བྱང་རང་ལ་མཐོང་བའི་མི་ལམ་དེ་ཆོས་ནང་གིས་པའི་བཅོན་འབྲུས་བྱས། །ཡིག་ཞོར་ཡོད་ན་དགོངས་དག་ལྷ།

ལ་དྲུག་སྒྲེའི་དབྱུང་གཞུང་ནང་བའི་རིག་གནས་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་སློབ་སྒྲུབ་བདེ་དོན་ ཚོགས་པའི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་
ལས་འགན་གཤམ་གསལ།

༡ རྟེན་ཚོགས་པའི་མིང་།

གཤམ་གསལ་ལ་དྲུག་སྒྲེའི་དབྱུང་གཞུང་ནང་བའི་རིག་གནས་མཐོ་སློབ་ཁང་གི་སློབ་སྒྲུབ་བདེ་དོན་ཚོགས་པ་
ལ།

༡ རྟེན་ཚོགས་པའི་དམིགས་ཡུལ།

གཤམ་གསལ་ལ་དྲུག་སྒྲེའི་དབྱུང་གཞུང་ནང་བའི་རིག་གནས་མཐོ་སློབ་ཁང་གི་སློབ་སྒྲུབ་ཞུས་པའི་
ཤེས་ཡོན་ཡུལ་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་གཙོ་བོ་དང་། དེ་
བཞིན་མཐོ་སློབ་ཁང་གི་སློབ་ལམ་ཀྱང་སྤྱོད་ཡུལ་
རྒྱས་གཏོང་ཐབས་ཀྱི་ཐོག་འབྲེལ་ཡོད་འཛིན་སྐྱོང་
ལ་རོགས་སྐྱོར་བྱ་རྒྱུ། སློབ་སྒྲུབ་ནད་མནར་བྱུང་བ་
ནམས་ལ་རོགས་སྐྱོར་བྱ་རྒྱུ་སོགས་སློབ་སྒྲུབ་གི་
བདེ་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་བསྐྱུང་རྒྱུ་ཁོ་ནའི་
ཆེད་དུ་ཡིན།

༢ རྟེན་ཚོགས་པའི་དང་དབའ་འབྱོར་འདུ་འབྲིང་།

གཤམ་གསལ་ལ་དྲུག་སྒྲེའི་དབྱུང་གཞུང་ནང་བའི་རིག་གནས་མཐོ་
སློབ་ཁང་གི་སློབ་སྒྲུབ་ཆེད་མ་ཚོགས་པ་འདིའི་
ཚོགས་པའི་ཡིན།

ཁ། ཚོགས་པ་འདིའི་ཚོགས་པའི་རྣམས་ནས་དུས་
ཆེད་དེས་ཅན་ཞིག་ཏུ་རྒྱ་བ་གཉིས་འདི་མཆོམས་སྤྱི་
ཚོགས་དོན་སྐྱོར་ ༥༠ རེ་བསྐྱུ་རྒྱུ། དེ་བཞིན་དེས་
སྟོན་པ་དང་སློབ་སྒྲུབ་རིག་པའི་སྤྱི་འགན་འཛིན་ལ་
དགོངས་སྐྱོར་ཞུས་ཏེ་སྐབས་མཆོམས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་
ཡུལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་ཁག་འོ་
སྤྱོད་ལེགས་པར་བྱས་ནས་ཚོགས་པ་གཞན་དང་
མི་སྡེ་ཁག་ནས་ཀྱང་ཞུས་ འདེབས་རིགས་ཐབས་
ཤེས་བྱེད་ཆོག།

༣ རྒྱུན་ལས་དང་ལས་འགན།

གཤམ་གསལ་ལ་དྲུག་སྒྲེའི་དབྱུང་གཞུང་ནང་བའི་རིག་གནས་མཐོ་
སློབ་ཁང་ནས་མཆོན་གནས་ཡོད་པའི་མི་སྤྱི་གཤམ་དང་། དེ་

དག་གི་ལས་འགན་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཡིན། ལས་
དོན་གང་ཞིག་སྤྱོད་ནའང་རྒྱུན་ལས་བཅུ་གཉིས་པོས་
ཚོགས་འདུ་འཛོགས་ནས་སྤྱི་མཐུན་གཉིས་པོས་
མཐུན་བྱུང་མཆོམས་ལས་དོན་དེ་སྤྱོད་ཆོག།

ཁ། རྒྱུན་ལས་རྣམས་ཀྱིས་སློབ་སྒྲུབ་གི་ཤེས་
ཡོན་ཡུལ་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་ཚོགས་འདུ་
ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཚོགས་ དགོས་ཤིང་། ཚོགས་འདུ་
ཚོགས་སྐབས་ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་གཞོན།
བྱང་ཆེ་བཅས་ཀྱིས་རྒྱུ་མཆོན་ལྟར་པའི་ཐག་ཆོད་
གནང་བ་རྣམས་ལ་བཅུ་འཛིན་མང་བྱེད་དགོས།

གཤམ་གསལ་གཙོ་དང་དབྱུང་གཉེར་གྱིས་སྐྱོར་
༡༠༠༠ ཅམ་འབྲེལ་མང་གཏོང་ཆོག་ཅིང་། དེ་ལས་
མང་བ་གཏོང་དགོས་བྱུང་ཆེ་ ཚོགས་འདུ་འཛོགས་
ཏེ་གཏན་འབེབས་བྱས་ནས་མ་གཏོགས་འབྲེལ་མང་
གཏོང་མི་ཆོག།

ང། དབྱུང་རྣམས་བདེ་དོན་ཚོགས་པའི་མིང་
ཐོག་ཏུ་དབྱུང་ཁང་གི་ནང་དུ་འཛིན་དགོས་ཤིང་།
། དབྱུང་བཏོན་པའི་ཆེ་ཅེས་ འཛིན་བཞོལ་ནས་མ་
གཏོགས་ཐད་ཀར་དབྱུང་བཏོན་མི་ཆོག། དེ་ཡང་
ཚོགས་གཙོ་དང་དབྱུང་གཉེར་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་
ཏུགས་མེད་པར་དབྱུང་བཏོན་མི་ཆོག་པ་བྱེད་
དགོས།

མཆོན་གནས་ཡོད་པའི་མི་སྤྱི་གཤམ་།

- གཤམ་གསལ་གཙོ།
- ཁ། ཚོགས་པའི་གཞོན།
- གཤམ་གསལ་གཞོན།
- གཤམ་གསལ་གཙོ།
- ང། བྱང་གཞོན།
- ཅ། དབྱུང་གཉེར།
- ཆ། དབྱུང་གཉེར་ལས་རོགས།

ཚོགས་གཙོའི་ལས་འགན།

གཤམ་གསལ་གཙོས་ཚོགས་པ་འདི་ཡི་ལས་དོན་
སྤྱོད་ཐབས་གཤམ་གསལ་ལྟར་འགན་འཁུར་གཙོ་

མོར་བཞེས་རྒྱུ་དང་། ལས་དོན་སྤྱོད་ཆུང་འཆར་
གཞི་ལེགས་པར་བཏོང་ནས་ཚོགས་པའི་གཞོན་སོགས་
དང་གོ་བསྐྱར་གྱིས་ལས་དོན་འཁུར་ཆེད་སྤྱོད་པ་
དང་། བྱང་ཆེ་སོགས་ལས་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ལས་
དོན་སྤྱོད་ཐབས་ཐད་ལྟོག་བྱ་རྒྱུ་སོགས་མཐོང་ན་
ཚོགས་པ་འདིའི་འཛིན་སྐྱོང་གི་འགན་འཁུར་གཙོ་
མོར་བཞེས་རྒྱུ།

ཚོགས་གཞོན་གྱི་ལས་འགན།

ཚོགས་གཙོའི་ལས་སྟོན་ལོག་ཚོགས་གཙོས་
ལས་འགན་གང་ཞིག་སྤྱོད་ཀྱང་འཁུར་ཆེད་དང་
། ཚོགས་གཙོ་མེད་ཆེ་ཚོགས་གཞོན་གྱིས་ཚོགས་
གཙོའི་ལས་འགན་ཆ་ཆེད་བསྐྱུང་རྒྱུ།

བྱང་ཆེའི་ལས་འགན།

ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཞོན་གྱི་ལས་སྟོན་ལོག་
ཡིག་འབྲེལ་གྱི་རིགས་ཆ་ཆེད་དང་། ཚོགས་པའི་
ཡིག་ཆ་རྣམས་ཉར་ཆགས་ཚུལ་ལྟར་བྱ་རྒྱུ།

བྱང་གཞོན་གྱི་ལས་འགན།

བྱང་ཆེའི་ལོག་ལས་དོན་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱུང་རྒྱུ་
དང་། བྱང་ཆེ་མེད་ཆེ་བྱང་གཞོན་གྱིས་བྱང་ཆེའི་
ལས་འགན་ཆ་ཆེད་བསྐྱུང་རྒྱུ།

དབྱུང་གཉེར་གྱི་ལས་འགན།

ཚོགས་པའི་དབྱུང་རྣམས་དབྱུང་ཁང་གི་ནང་དུ་
ཉར་ཆགས་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པ་དང་། བྱང་མོང་གི་
ཅིས་ཁྲུ་ཁག་ནས་ཉར་ཆགས་དང་། ཚོགས་གཙོ་
སོགས་ལ་དགོངས་སྐྱོར་ཞུས་ཏེ་བདེ་དོན་གྱི་ཆེད་
དུ་དབའ་འབྱོར་འདུ་འབྲིང་གཙོ་མོར་བྱ་རྒྱུ་དང་། དེ་
ཡང་དེས་སྟོན་པ་དང་སློབ་སྒྲུབ་རིག་པའི་སྤྱི་འགན་
འཛིན་ལ་དགོངས་ལེན་དེས་པར་དུ་ཞུ་དགོས།

དབྱུང་གཉེར་ལས་རོགས།

དབྱུང་གཉེར་གྱི་ལས་སྟོན་ལྟར་བྱུང་མོང་གི་ཅིས་

ཁ་ཉར་ཆགས་བྱ་རྒྱུ་རྟོགས་སྒྲིབ་དང་། བདེ་དོན་གྱི་ཅ་ལག་ནམས་ཐོ་འགྲོད་དང་འབྲེལ་བ་དག་སྒྲིབ་ཚུལ་ལྟན་བྱ་རྒྱུ།

༡༽ ཆོགས་གཙོ་སྟགས་རྒྱུ་ལས་ནམས་བསྐྱོ་ཚུལ།

གྲེ་སྟག་མར་ཁང་ཆོན་སོ་སོའི་སློབ་ཕྲུག་ནམས་འཆོགས་ནས་ཆོས་བརྒྱུད་དང་། དུལ་ལུང་། མི་རིགས་སྟགས་ཀྱི་སྟོགས་རིས་མེད་པར་འདེམས་བསྐྱོ་ཆད་ལྟན་འོང་བྱིང་དཔལ་ལྷན་རིས་སྟོན་པ་དང་སློབ་ཕྲུག་རིགས་སྡེ་འགན་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་ལས་བྱེད་འདེམས་སྟོགས་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་སློབ་བཀའ་འཁུར་ཆེ་རྒྱུ།

ཁ༽ སྤྱི་གཞིམས་ཆོགས་ཆུང་གི་གཞིགས་ཉོག་འོག་ཁང་ཆོན་སོ་སོའི་སློབ་ཕྲུག་འོས་ཤོག་འཕེན་མཁན་ནམས་ཀྱིས་འོས་ཤོག་འཕེན་སའི་ཆོགས་མི་ནམས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་། ལས་དོན་སྐྱབ་པར་འཛོལ་མང་། སྤྱི་པའི་འགན་འཁུར་འཁུར་ཁུས་པ་ལ་ སྟགས་པའི་སྤྱི་པའི་ཁུང་ཆོས་ལ་གཞིགས་ནས་རང་མོས་ཀྱིས་གསུང་བའི་ལས་ནམས་རང་རང་གི་ཁང་ཆོན་ནས་མི་བཞི་རེ་འདེམས་སྐྱབ་བྱ་རྒྱུ། གལ་ཏེ་མི་གཉིས་ཀྱི་མིང་གིས་ཡོད་ན་འོས་ཤོག་བཅིས་མེད་གཏོང་རྒྱུ།

གྲེ་གོང་གསལ་ཁང་ཆོན་ནམས་ནས་འདེམས་

ཐོན་བྱང་བའི་མི་བཅུ་གཉིས་དེ་སློབ་ཕྲུག་བདེ་དོན་ཆོགས་པའི་རྒྱུ་ལས་ཆོགས་མིར་འདེམས་ཐོན་བྱང་བར་རིས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ། དེ་ནས་ཆོགས་མི་བཅུ་གཉིས་པོ་དེས་གོང་གསལ་ལྟར་ཤེས་ཡོན་དང་འཛོལ་མང་སྤྱི་པའི་ཁུང་ཆོན་གྱི་སློབ་ཕྲུག་གན་པ་གཅིག་ཐད་ཀར་རམ་འོས་ཤོག་གི་ལས་ནམས་ཆོགས་གཙོ་བསྐྱོ་རྒྱུ། དེ་ནས་ ཆོགས་གཙོ་སྟགས་ཉིན་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་འདེམས་ཐོན་བྱང་བའི་རྒྱུ་ལས་མི་བཅུ་གཅིག་ལས་རང་མོས་ཀྱིས་ཆོགས་གཞོན་དང་། ཡུང་ཆེ། ཡུང་གཞོན། དུལ་གཉེན། དུལ་གཉེར་ལས་རྟོགས་བཅས་བསྐྱོ་བཞག་བྱས་ནས་མཆོན་ཐོ་ཁ་གསལ་དཔལ་ལྷན་ཉེ་བའི་རིགས་བདག་མཆོག་ལ་འབུལ་དགོས།

ང༽ ཆོགས་གཙོ་སྟགས་མི་བྱུག་ལས་གཞན་སློབ་ཕྲུག་བྱུག་པོ་དེས་ཆོགས་གཙོ་སྟགས་ཀྱི་ལས་རྟོགས་དང་། རྒྱུ་ལས་འཕུས་མའི་ཚུལ་དུ་བྱུག་ལས་མཛད་དགོས་ཤིང་། ཆོགས་གཙོ་སྟགས་གཞོན་སྟགས་མི་བཅུ་གཅིག་པོ་དེ་མཐོ་སློབ་ཁང་གི་སྤྱི་གཞི་ལས་ཆོགས་ཆུང་། རིག་གཞུང་འཁུལ་སྟོན་ཆོགས་ཆུང་། རྒྱལ་སྤྱི་དཔྱད་ཆོགས་ཆུང་། (Extra Curricular Committee) བཅས་ཆོགས་ཆུང་བཞི་པོར་རྟོགས་སྒྲིབ་བྱེད་པར་བསྐྱོ་བཞག་བྱེད་དགོས།

ཅ༽ སློབ་ཕྲུག་བདེ་དོན་ཆོགས་པའི་ཆོགས་མིར་འདེམས་ཐོན་བྱང་བའི་ཁང་ཆོན་སོ་སོའི་ཆོགས་

མི་དེ་དག་གནས་རིམ་ཐོག་ལ་བསྐྱོ་བཞག་ཟེན་བའི་རྒྱུ་ལས་ལྷན་རིས་སྟོན་པའི་ལས་ཁུངས་ནས་ཡིག་གིས་ཆད་ལྟན་སྟག་ཡོངས་ཁུབ་གསལ་བསྐྱབས། གནད་ནས་དེའི་འདུ་བཟུས་གསུང་བསྐྱོས་ཆོགས་མི་སོ་སོ་ལ་གནད་དགོས་རྒྱུ།

ཆ༽ རྒྱུ་ལས་དང་ཆོགས་གཙོ་བསྐྱོ་གཞག་བྱེད་སྐབས་འོས་ཤོག་འཕེན་ཚུལ་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་མ་བྱུང་བའམ་དེ་ལ་དྲོགས་ཆའི་རིགས་བྱང་ཆེ་འོས་ཤོག་གི་གྲུབ་འབྲས་དེ་ཉིད་བཅིས་མེད་དང་སྐར་འོས་ཤོག་འཕེན་དགོས་ཡིན་མིན་གྱི་ཐག་གཅོད་དང་། གལ་ཏེ་མིན་ན་བདེ་དོན་ཆོགས་པའི་ཆོགས་མི་ཐད་བསྐྱོས་གནད་ཚུལ་ཟད་དཔལ་ལྷན་རིས་སྟོན་པ་མཆོག་དང་། འཛིན་སྒྲིབ་འགན་འཛིན། སློབ་ཕྲུག་རིགས་སྡེ་འགན་འཛིན། སྤྱི་གཞི་ལས་ཆོགས་ཆུང་གི་འགན་འཛིན་བཅས་ཀྱིས་གྲོས་བསྐྱར་མཛད་ནས་ཐག་གཅོད་གནང་འཕུས་ཆོག་པ་ཡིན།

༦༽ ཆོགས་མི་ནམས་ཀྱི་ལས་ལུན།

གྲེ་ སློབ་ཕྲུག་བདེ་དོན་ཆོགས་པའི་ལས་ལུན་ལོ་གཅིག་ཡིན་ལ། ལོ་གཅིག་གི་རིམ་སུ་ཅིས་ལེན་ཅིས་སྤྱོད་ཚུལ་ལྟན་དང་། འབྲེལ་དགོངས་པ་ལུ་དགོས།

འཛོམས་ཕྱག་མ་འདོན་མེད་ས་རྒྱུ་མང་གཞིགས་རྒྱུ།



ཤོག་རྩི་1 འཛོམས་ཕྱག་མ་

སྤྱོད་ས་ཀྱི་སྐྱེ་མ་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ནམས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པའི་དགོན་པ་ཁག་རིམ་བཞིན་མཇུག་པ་དང་ལྟན་དུ་སློབ་པ་ནམས་ལ་ཤིན་ཏུ་དགོས་པེས་ཆེ་བའི་ལག་ཆ་ལྟ་བུར་དེར་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ཆོན་རིག་གི་སློབ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྐྱེས་ཐོན་གྱི་སློབ་ཕྲུག་གཙོ་སྟགས་ལག་ཁང་གསུང་པ་འགར་ལྟ་སྐྱོར་བྱིན་པའི་གོ་སྐབས་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན། མ་ཟད་རིས་གཞུང་པ་སངས་ཉིན་མཁས་དབང་གི་གསུང་བཤད་དང་བསྐྱོར་སྐབས་རིག་གནས་མཁས་དབང་ཆེན་པོ་རི་རྒྱལ་སྐུ་པ་དང་།

སྟན་ཐུགས་ཐོན་གྱི་ཆུ་སྐྱེ་ཞབས་དོ་རྩེ་ནམ་རྒྱལ། དེ་བཞིན་རང་རེའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་སྐྱེ་པ་མཁས་དབང་རིག་མཆོ་བསྟན་འཛིན་མི་འཕྱུར་སྟགས་ཀྱིས་སློབ་ཕྲུག་ནམ་དང་མཉམ་དུ་འདི་བའི་ལག་རྒྱས་པ་ཕྱགས་བཅེ་ཆེན་པོས་གནད་བའི་ཉེར་ལེན་ལས་སློབ་ཕྲུག་ནམས་ལ་པན་སྟགས་ཆེན་པ་བྱང་ཡོད་པ་སློབ་ཕྲུག་ནམས་ཀྱིས་བཤད་པར་མཛད། ཡང་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ལྷ་ ༠༡ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་འཛིན་སྒྲིབ་དཔོན་

པོ་མཁན་པོ་དགོན་མཆོག་རིག་འཛིན་མཆོག་དང་དགེ་ཆུན་ནམ་པའི་ལྷན་དུ་ཐབ་སྤྱོད་གི་མཇུག་བསྐྱེའི་མཛད་སྤྱོད་ཞིག་ཀྱང་གྲྭ་སྤྱི་གཞི་ལས་ལྟན་པ་ལྟན་པ་གཞུང་པའི་རིག་གནས་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་སློབ་ཕྲུག་ནམས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ལར་རྒྱས་དང་དོན་གཉེར་གོང་འཕེལ་ཡོང་བའི་ཆེད་ལོ་ལྟར་སློབ་ཕྲུག་བདེ་དོན་ཆོགས་པས་གྲྭ་སྤྱི་གཞི་ལས་དང་ལུ་བཞིན་པ་ཡིན་ལོ།



བདེ་དོན་ཚོགས་པ་སྐབས་དགུ་པའི་དགུན་ཆོས་ཐེངས་དྲུག་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་མཛད་སྒོ་སྐབས་དཔལ་ལྷན་ཉེ་བའི་རིག་བདག་མཆོག་གིས་སྒྲོབ་ཕྱག་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཤོག་དང་སྒྲིག་ཞུས་སྐབས་ལ་གཟིགས་སྒྲོར་གྱི་རྣམ་པ།

སྒྲོབ་ ༡༠༡༥ ལོའི་སྤྱི་ཟླ་ ༠༣ ཆོས་སྤྱི་ལ་
ཅུའི་ཉེན་དབུས་གཞུང་ནང་པའི་རིག་གནས་གཙུག་
ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་གི་སྒྲོབ་ཕྱག་བདེ་དོན་ཚོགས་
པ་ཐེངས་དགུ་པའི་སྒྲོ་སྤྱི་གཞི་དགུན་ཆོས་ཐེངས་
དྲུག་པའི་མཐར་ཕྱིན་མཛད་སྒོ་སྐབས་བདེ་ཞིག་
འཆོག་པ་ཡོད།

མཛད་སྒོ་འདིའི་ཐོག་ལ་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་
ཁང་གི་ཉེ་བའི་རིག་པ་བདག་མཆོག་ཚོགས་མགོན་
དུ་ཆེབ་ས་བསྐྱར་བསྐྱངས་པ་དང་དེ་བཞིན་འཛིན་
སྐྱོང་དཔོན་པོ་དཔེ་ཉན་དཀོན་མཆོག་རིག་འཛིན་དང་
ཨ་ཡི་པེ་ཊེ་མཆོག་དང་སྒྲོབ་ཕྱག་རིག་བདེ་འགན་
འཛིན་དཔེ་ཉན་འཕྲིན་ལས་དབྱངས་འབྱོར་མཆོག་
གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་དང་འཕྲིང་རིམ་གོང་
འོག་གཉིས་ཀྱི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་དབུ་བཞུགས་
ཐོག་སྒྲོབ་ཕྱག་ཡོངས་རྫོགས་ལྷན་དུ་འཛོམས་ནས་
སྒྲོབ་ཕྱག་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་སྐབས་དགུ་པའི་
ཚོགས་གཙུག་དག་དབང་གསལ་མཆོ་ལགས་ནས་
འཆོམས་འདྲིའི་གསུང་བཤད་དང་སྒྲུགས་མཛད་
སྒོའི་ལས་རིམ་དངོས་སུ་དབུ་བཞུགས་ཞུས་ཡོད།

རིམ་བཞིན་སྒྲོབ་མ་རེ་བྱུང་ནས་ཉེ་བའི་རིག་པ་
བདག་མཆོག་ལ་བཀའ་བློན་བྲན་པའི་བསྐྱོད་ཆིག་
ཀྱང་གསུམ་སྟེན་ཞིང་འདྲེབས་པའི་འགྲུར་དག་གིས་
ཀྱན་གྱི་རྣམ་པའི་ལམ་དུ་ཕུལ་ཡོད་པ་དང་། སྐབས་
འདིའི་དགུན་ཆོས་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་བའི་སྒྲོབ་

ཕྱག་རེ་འགའ་ནས་ཉེན་མཆོན་བསྐྱོས་པ་མེད་པར་
སྒྲོབ་གཉེར་ལ་འབད་འབྱངས་སྟོན་མེད་གནང་བའི་
དུས་ལུན་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དགུན་ཆོས་འདི་དང་
འབྲེལ་བའི་རང་གི་ཉམས་སྦྱོང་མ་སྤྱོད་གསལ་བར་
བརྗོད་པའི་གཏམ་བཤད་སྐད་ཡིག་སྒྲ་ཚོགས་པའི་
སྟེང་ནས་ཕུལ་ཡོད། དེ་བཞིན་བརྗོད་བྱ་རང་གི་སྦྱོང་
བརྗོད་བྱེད་སྟེན་ཆིག་གི་ལམ་ནས་འདུ་བྱེད་ཡི་གེར་
འཕོས་པའི་སྟེན་དག་གྱང་གྱང་འདོན་བྱས་ཡོད།

དེ་བཞིན་དུ་སྐབས་འདིའི་དགུན་ཆོས་ཀྱི་གོ་སྤྱི་ག་
པ་སྒྲོབ་ཕྱག་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་རོས་ནས་
མཉམ་ཞུགས་པའི་སྒྲོབ་མ་ལྔ་བཅུ་ཅན་ལ་མཉམ་
ཞུགས་གནང་བའི་གཟེངས་བསྟོད་དང་ཆད་འཛིན་
དཔལ་ཉག་ས་སུ་ཕྱག་འཁེར་དང་ལྷན་དུ་རིན་ཐང་ཆེ་
བའི་དཔེ་དེབ་གྲང་གསོལ་རས་སུ་བསྐུལ་ཡོད།

དུས་སྐབས་བཟང་པོ་འདི་དང་བསྐྱེད་ནས་ཉེ་ཆར་
གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་གི་སྒྲོབ་མ་རེ་བྱུང་ནས་
སྤྱི་གས་གཞན་དུ་རྒྱུད་བསྐྱོད་ཀྱིས་ཆོད་པའི་འགྲན་
བསྐྱར་ནང་མཉམ་ཞུགས་གནང་སྟེ་ཨང་རིམ་དང་
པོར་སོན་པ་ལ་སྒྲོབ་ཕྱག་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་
ནས་ལྷན་མེད་འཇུག་པའི་སེམས་པ་དྲངས་གཙང་
གི་མཆོན་བྱེད་དུ་མཛུལ་དར་ཕུལ་ཞིང་ཡི་རངས་ཀྱི་
བསྐྱེད་པ་བརྗོད་ཀྱང་ནར་མར་ཞུས་ཡོད། དེ་བཞིན་
ཉེ་དར་བདེ་གྱི་རྒྱལ་ཡོངས་མཛད་རིམ་ནང་མཉམ་
ཞུགས་གནང་བའི་སྒྲོབ་མ་འགའ་ལའང་མཛུལ་དར་
ཕུལ་ཡོད།

མཛད་རིམ་མཐུག་བསྐྱེད་པའི་ཆེ་སྒྲོབ་ཕྱག་
བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཐེངས་དགུ་པ་ནས་བདེ་དོན་
ལྷན་ཚོགས་གསར་པའི་འོས་མི་རྣམས་ལ་དགའ་
བསྟེན་མཛུལ་དར་དང་བཅས་བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས་
གང་མང་ཞུས་ཡོད།

མཉམ་ཞུགས་པའི་སྒྲོབ་རྣམས་ཀྱིས་མཐར་ཕྱིན་
མཛད་སྒོ་འདིའི་ཐོག་དུ་རིག་གཞུང་འཁྲབ་སྟོན་དང་
སྒྲིག་གཉིས་ཀྱི་གཟིགས་མོ་གཅིག་ལས་གཅིག་མཆོར་
བའི་ངོ་མཆར་ཅན་སྟེན་ལམ་དུ་ཕུལ་ཞིང་། མཐུག་
མཐར་ཉེ་བའི་རིག་བདག་མཆོག་ནས་སྒྲོབ་མ་རྣམས་
ལ་བྱམས་བཅའའི་ཐུགས་དཔོངས་ལས་ཕྱོན་པའི་
ལྷན་མེད་པའི་བཀའ་སྒྲོབ་ཟབ་མོ་བསྐུལ་བ་དང་
འབྱུང་འགྲུང་གི་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་
རྣམས་ལ་ལམ་སྟོན་གྱང་མི་དམན་པ་ཞིག་གནང་བ་
དང་དེ་བཞིན་མ་འོངས་དགུན་ཆོས་ནང་ད་ལན་ལས་
གྱང་ལྷག་པའི་རོགས་རམ་དང་རྒྱུ་རྒྱུར་གནང་རྒྱུ་
ཞལ་བཞེས་བསྐུལ་གནང་མཛད་ཡོད། དེ་བཞིན་
འཛིན་སྐྱོང་དཔོན་པོ་རྣམ་གཉིས་དང་སྒྲོབ་ཕྱག་རིག་
བདེ་འགན་འཛིན་མཆོག་ནས་གྱང་སྒྲོབ་མ་རྣམས་ལ་
མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་སྤར་ལས་གྱང་དགེ་བའི་
སྟོན་ལམ་དང་བཀའ་སྒྲོབ་བསྐུལ་གནང་མཛད་ཅིང་།
མཐར་སྒྲོབ་ཕྱག་བདེ་དོན་ཚོགས་པའི་དབུ་ལ་གཉེར་
བ་བཀའ་ཤིས་ཚོས་མགོན་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེའི་གསུང་
བཤད་དང་བཅས་མཐར་ཕྱིན་མཛད་སྒོ་ལེགས་པར་
བྱུང་བོ།

སྤྱི་ཁྱབ་སྒྲོབ་སྟོན་པ། མཁན་པོ་འཇམ་དབྱངས་ཀྱན་བཟང་། སྒྲོབ་སྟོན་པ། གན་དཀོན་མཆོག་ཆེ་རིང་། ཆོས་སྤྱི་ག་པ། བསྟན་འཛིན་མིག་དམར་དང་།	ཆེ་དབང་སྒོ་ལྷན། དཔར་གཞི་རྩ་འགོད་པ་དང་པར་སྐྱུར་པ། མཁན་པོ་འཇམ་དབྱངས་ཀྱན་བཟང་།
---	--

Lobmai Gatsal Editorial Committee. Central Institute of Buddhist Studies (Deemed to be University)
Choglamsar, 194104, Leh-Ladakh, UT Ladakh, India, Phone: 01982-264387, Website: www.cibs.ac.in