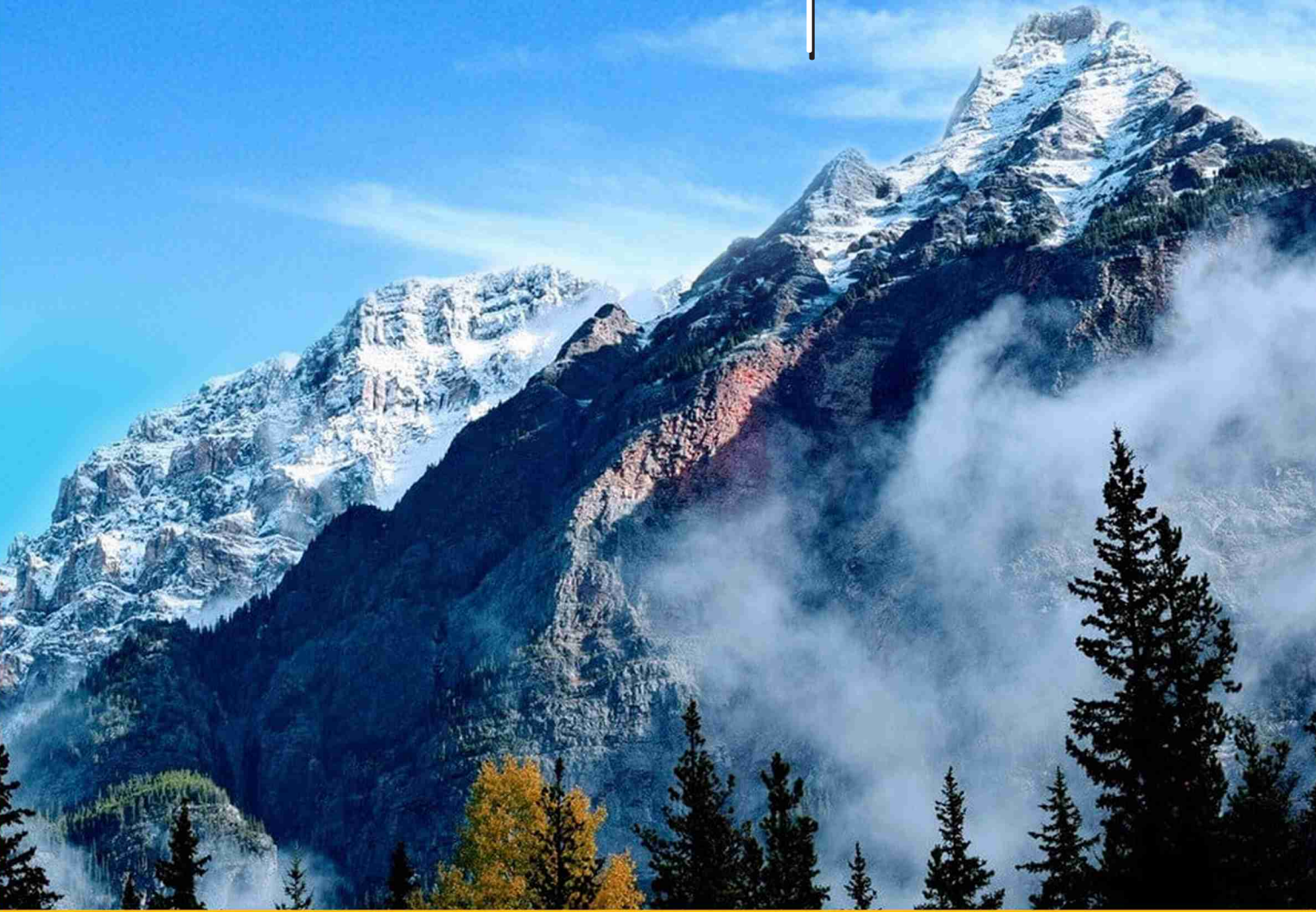


འདོན་ཐེངས་དང་པོ།

# ཐོ་ལེ་བ།



༄༅། །བདུན་འདུལ་རབ་བརྟན་གླིང་དགོན།

DUNDUL RAPTENLING MONASTERY

2019







### ཚེད་བརྗོད།

སྤྱིར་རང་རེ་ནང་བ་སངས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་གི་འཕྲོ་བ་ཀྱང་རྣམས་བ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པའི་གོ་འཕང་  
 རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་ཀྱང་། རིག་པའི་གནས་ཆེན་ཁག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་བཟོད་དགོས་ཚུལ་ནི་སློབ་མི་  
 དགོས་ཤིང་། བྱད་པར་བྱ། སློབ་དཔོན་དཔའ་བོས། གང་སྤྱིར་མཁས་པའི་ལས་གསུམ་ལས། འཆད་ཚོད་གཉིས་  
 ལ་མི་ངེས་སྤྱིར། སྤྱིད་སྤྱིར་མི་གནས་ཚུལ་བ་ཉིད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཇིག་རྟེན་འདིར་བྱས་ཤུགས་ཆེ་  
 ཤོས་སུ་སྤྱར་པ། ཚུལ་ནི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་གལ་འགངས་ཆེ་ཤོས་སུ་འགྱུར་བ་མ་ཟད། སློབ་གསར་ཀྱང་གྱིས་  
 ཀྱང་སྦྱོང་དགོས་པར་བརྟེན། འདི་ག་འཕགས་ཡུལ་བདུད་འཛོམས་ཚོས་སྤྱེ། བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་སྤིང་དགོན་  
 གྱི་ཡན་ལག་གཞན་པར་བཤད་སྐྱབ་སྤིང་བཤད་གྲུ་བ་ཤེས་ཡོན་སྤེ་ཚན་ནས། (མོ་ལེ་བ) ཞེས་པའི་ཚུལ་དེ་བ་  
 འདི་ཉིད་གཙོ་བོར་འདི་གའི་སློབ་སྤྱུག་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་ཡིག་སྤེལ་ས་ཞིག་ཏུ་དམིགས་ནས་འདོན་སྤེལ་བསྐྱིས་པ་  
 ཡིན་མོད། རྒྱ་ཆེའི་སྤྱུག་ཐོགས་པ་གཞན་དག་ནས་ཀྱང་ཚོས་ལུགས་དང་གང་ཟག་སྤྱིར་ལ་ཐོག་སྤྱུག་འགོ་བའི་  
 ཚུལ་ཡིག་མིན་པའི་རིགས་བསྐྱར་རྒྱ་ཡོད་ན། འདི་གའི་ཚུལ་དེ་བ་ནང་དུ་དགོད་ངེས་ལྟ།



### ཀུན་མཁུན་སྐྱོད་ཆེན་གྱི་རྩ་སྣོད་མདོར་བཟུངས།

རབ་བྱུང་ལྔ་པ་སྤྱི་ལོ་༡༣༠༤་གྱི་ལོར་བོད་སྟོ་ཁ་ལྷ་ལྷན་དུ་སྐྱེ་འབྱུངས། ཡབ་ཡུམ་ནི་སྤྲལ་ས་འཆང་བསྟན་པ་སྤྱང་  
 དང་འབྲོམ་བཟའ་བསོད་ནམས་རྒྱན་གཉིས་ཡིན། དགུང་ལོ་ལྔ་ཅམ་ནས་ཡབ་ཀྱིས་ཡི་གེ་འབྲི་སྟོན་བརྟུན་སྟོད་  
 སྟུན་དང་ཅི་ས་ལ་སོགས་པ་རྫོགས་པར་བསྐྱབས། དགུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཟིན་དུས་མཁན་པོ་བསམ་འགྲུབ་རིན་  
 ཆེན་ལས་རབ་བྱུང་གི་སྟོན་པ་བཞེས་ཏེ་མཚན་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོ་སྟོས་ཞེས་གསོལ། མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་  
 ལ། སྟོད་གསལ་དེ་མེད། རྩོམ་གཟེ་བཟེད། རྩོམ་སེམས་དཔལ། དེ་མེད་འོད་ཟེལ། སྟོ་སྟོས་མཚན་ལྡན། དག་  
 གི་དབང་པོ། བརྒྱ་ལས་གྲོལ། སྤྲོ་ཆོགས་རང་གྲོལ། བསམ་ཡས་བའོ། གཞན་ཡང་དཔང་ལོ་ཆེན་པོ་སོགས་ས་  
 དགེ་བཀའ་རྟེན་རིས་སྤྲུ་མ་ཆད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་རྣམས་ལ་བསྟེན་ནས་ཐུན་  
 མོང་གི་རིག་གནས་དང་གཞུང་ཆེན་མདོ་སྤྲལ་ས་ལོངས་རྫོགས་གསལ། ལྷག་པར་དུ་རིག་འཛིན་ཀུ་ལྷ་རྩ་ཇའི་  
 དུང་ནས་གསང་སྤྲལ་སྤྲུ་འགྲུར་གྱི་མདོ་སྤྲུ་སེམས་གསུམ་སོགས་གསལ་བ་ཅམ་མེན་པར་ཉམས་ལེན་ཁོ་ནར་  
 གནང་སྟེ་གསུང་རྩོམ་ཀྱང་དུ་མ་ཞེས་མངོད། མདོད་བདུན། དལ་གསོ་སྟོར་གསུམ། རང་གོལ་སྟོར་གསུམ། ཐུན་  
 སེལ་སྟོར་གསུམ། སྤྱིང་ཐིག་སྟོར་གསུམ། ཡང་ཐིག་སྟོར་གསུམ་སོགས་ཁྲིན་སྟོན་ཆོས་ཚན་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་  
 ད་གསུམ་ཅམ་ཡོད་ཅེས་རྣམ་ཐར་ཁག་ལ་གསུངས་འདུག། ཞལ་སྟོབ་ཀྱང་རྒྱལ་སྤྲལ་བཟོད་པ། ལྷ་མ་ཨོ་རྒྱན་པ།  
 མཁན་ཆེན་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོ་སོགས་དང་། མཐར་དགུང་ལོ་ད་དུག་པ་རབ་བྱུང་དུག་པའི་སྤྱི་ལོ་༡༣༦༣་ཉོར་  
 ལྷ་༡༩་པའི་ཆེས་ཉེན་དཔལ་བསམ་ཡས་མཚམས་སུ་དཔོངས་བ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས་སོ།





༡། །མ་འགྲུང་རྗེ་མ་བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་གླིང་དགོན་གི་ལོ་  
རྒྱུས་མདོར་བཟུས་བཀྲུགས་སོ།།

ཨོ་གཞིས་ཕུན་ཚོགས་གླིང་སྔོན་སྐར་གསུམ་པའི་རྗེ་མ་ཚོས་ཚོགས་བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་གླིང་དགོན་པའི་  
ལོ་རྒྱུས་སྔོན་བཟུས་ཤིག་ལྟོ་ན། བོད་ལ་དུས་འགྲུང་བྱུང་ནས་བོད་ཁྲི་ཚོ་ཁ་ཤས་དབང་མེད་ཀྱིས་མི་ཡུལ་དུ་  
འབྲུམ་དགོས་བྱུང་བའི་དུས་སྐབས་དེར། དགག་བྱ་དགོས་པ་དུ་མར་གཟེགས་ཏེ། གོ་གོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་  
པོས་རང་དེ་ཉེ་སྐབས་ཇི་བདུད་འཛོམས་རིན་པོ་ཆེ་འགྲོ་འདུལ་གླིང་བའམ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗོ་རྗོ་རིན་པོ་ཆེ་  
མཚོག་ལ། རྗེ་མ་ཚོས་བརྒྱུད་འཛིན་བ་སྐྱ་སེར་པོ་མོ་དང་བླ་སྐུལ་ཆེ་ཁག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ས་ཕྱོགས་གཅིག་  
ལ་འདུ་འཛོམས་ཡོད་པའི་གཞིས་ཆགས་ཤིག་འོད་ཀྱིས་འདུ་འབོད་བྱུང་བ་ཞིག་བྱུང་ན། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་  
བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བཞིན་མི་ཉམས་སོར་རྒྱུད་ཡོང་དེས་ལགས་ན་ཅིས་ཀྱང་དགོངས་བཞེས་གནང་དགོས་  
འདུག་ཅེས་བཀའ་ནན་ཀྱིས་ཐེབས་བ་བཞིན་ཉེ་སྐབས་ཇི་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ནས་ཉེ་གོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་  
དགོངས་བཞིན། རྒྱ་གར་གཞུང་ལ་ཐུགས་ངལ་ཆེན་པོས་སྐབས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་སྟུན་ལྟར་ཀྱིས་ཕུལ་  
བས། དོན་སྟོན་སོན་དོན་རྒྱ་གར་བྱང་ཤར་མཚམས་སུ་ཆགས་པའི་གནས་མཚོག་བརྒྱ་བཀོད་ཀྱི་ཉེ་འདབས་  
སུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་རེ་བཞིན་སྤྲུང་གི་ཚོས་ཚོགས་དང་གཞིས་ཆགས་འཇུགས་འཆར་མཛད་ཀྱང་། ཕྱི་  
ནང་གསང་གསུམ་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་སྟོང་མ་བྱུང་བར། མཐར་ཉེ་སྐབས་ཇི་རིན་པོ་ཆེས་རྗེ་  
པའི་ཚོས་ཚོགས་དང་གཞིས་ཆགས་ཚུགས་ཀྱི་ཡོད་པའི་གསལ་བསྐྲུགས་གནང་དོན་ལྟར། རྒྱ་གར་འཕགས་  
པའི་ཡུལ་ཀྱི་ས་གནས་ཨོ་རེ་ས་ཞེས་པ་འདི་གནས་ཡུལ་ཉེར་འཁོའི་ཡ་གྲལ་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བརྒྱ་འབྲུང་  
གནས་ཞབས་བཅག་ས། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བརྟན་པ་དང་བའི་འགྲོ་གླིང་གི་ཡུལ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཕུང་ན་རི་ལྟར་

གསལ་བ་བཞིན། ༡༩༦༩ལོ་ནས་གཞི་སྒྲིག་གསལ་བའི་ནང་རྒྱུ་མའི་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་གཞི་སྒྲིག་དགོན་བདུད་  
 འདུལ་རབ་བརྟན་གྱི་ཞེས་སྐབས་ཇི་མཚོག་ནས་མཚོན་གསོལ་བར་གནང་ནས། དང་པོ་ཚོགས་ཁང་ཐོག་  
 ལྷགས་ཤོག་ཡིན་པ་གྲུ་བཅུན་གངས་བརྒྱ་སྐོར་ཅམ་ཚུད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ནང་བརྟན་དུ་ཚོས་ལོངས་སྤྱུལ་  
 གསལ་དང་། མ་ཅིག་ཁྲིམ་མ་ནག་མོ། གོ་ལོད་བཅས་བཞུགས་སོ།། དེ་ནས་ཇི་སྲིད་ལོངས་སྤྱུལ་ ༡༩༧༩ལོར་  
 བཞེངས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་སྐྱེ་གསལ་བའོད་པ་ཐོག་བཅེགས་གསལ་བའི་ལྷ་ཁང་ཚོས་སྐྱེའི་ཞིང་ལ་གཙོ་  
 བོ་ཚེ་དབག་མེད་དང་། རྗེ་མེས་ལ། དུམ་གྲུ་ཅམ་ཚོ་སྐྱེས་སྤྱུགས་ཐིག་བཅས་ཀྱི་སྐྱེའི་ཚད་ཅམ་བཞུགས་  
 ཡོད། གཉིས་པ་བར་ཐོག་ལོངས་སྐྱེའི་ཞིང་ལ་གཙོ་བོ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཕྱག་སྐོར་སྤྱན་རྟོན་གི་སྐྱེའི་ལེ་ཉེ་༡༩༩༩  
 ཡོད་པ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ལ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཕྱག་ནོར་ལེ་ལེ་གསལ་ཅན། གཡས་སྐྱེས་སྐབས་ཇི་བདུད་  
 འཛོམས་གྱིང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚེམས་ཅན་གྱི་སྐྱེའི་ལེ་གཙོག་དང་ཕྱེད་ཅན་དང་། སྐབས་ཇི་རིན་པོ་ཚེའི་འབྲས་ལེ་  
 ཚད་ཅམ་ཞིག་བཅས་བཞུགས་པའི་གཟིམས་ཚུང་མདོ་ཕྱག་གཉིས་ཡོད། གཡོན་སྤྱོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་  
 གྲུ་ཅམ་ཚོར་སྐྱེའི་སྐྱེའི་ཚད་ཅན་དང་། གསུང་རྣམས་སྐོར་ལ་སྤྱེ་དགོན་དགོན་ཚེན་སྤར་ཁང་ཚེན་མའི་སྤར་  
 གཞིའི་བཀའ་འགྲུར་བསྟན་འགྲུར་དང་རྒྱུང་མ་རྒྱུད་འབྲུམ་བཀའ་མ་མཚུར་སྤེའི་སྤར་གཞིའི་རིན་ཚེན་གཉེར་  
 མཛོད་རྒྱུང་མའི་སྤར་མ་མང་པོའི་བཀའ་འགྲུར་དང་གསུང་ཐོར་ཕྱ་རྣམས་བཞུགས་ཡོད། འོག་ཁང་དུ་སྐྱུལ་སྐྱེའི་  
 ཞིང་ལ་གཙོ་བོ་སངས་རྒྱས་སྐྱེའི་ཚད་གཙོག་ཚོས་རྒྱན་དུག་མ་བཅས་ཀྱི་གཙོ་འཁོར་གསལ། གཡས་སྐྱེ་གྲུ་  
 ཅུ་སྤྱང་སྤིད་ཐིལ་གཞོན་སྐྱེའི་ལེ་ཉེ་༡༠༩མ་ལ་བད་བསྐོར་ནང་གྲུ་ཅུ་མཚོན་བརྒྱུད་དང་གཡས་གཡོན་གཉིས་  
 ལ་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམ་གཉིས་བཅས་དང་གྲུ་ཅུ་རྗེ་ཇི་གོ་ལོད་སྐྱེའི་ལེ་ཉེ་༩༩མ་དང་། གཡོན་དུ་གཉེར་ཚེན་བདུད་  
 འཛོམས་གྱིང་པའི་གཉེར་ཁ་ལས་བྱུང་བའི་རྟ་མགིན་ཡང་ཁྲིམ་སྐྱེའི་ལེ་ཉེ་༡༠༩མ་དང་དབལ་ཚེན་རྗེ་ཇི་གཞོན་  
 ཅུའི་སྐྱེའི་ཚམ་ཞིག་བཞུགས། ཚོགས་ཁང་དེ་རང་ལ་གྲུ་བཅུན་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་བཞུགས་གནས་ཡོད། སྤྱིར་སྤར་  
 སྐྱུལ་སོགས་གངས་༡༡༩མ་དང་ཁྱད་པར་དུ་བཤམ་གྱི་ལྷ་གངས་༢༥མ་ཡོད་ལགས། དུས་མཚོད་རྒྱན་དུ་  
 རྒྱ་བ་རེ་བཞིན་ཡར་ངོའི་ཚེས་བཅུ་༢སྐབས་ཇི་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗེ་ཇི་དགོངས་གཉེར་ལས་གྲུ་ཅུའི་སྤར་  
 སྐྱེབ་གཉེར་ཁ་བདུན་འདུས་དང་། བདུད་འཛོམས་གྱིང་པའི་གཉེར་ཁ་དགོངས་པ་ལོངས་འདུས་བཅས་ཀྱི་རེ་  
 མོས་གསོལ་འཕྲིན་ལས་རྣམ་རོལ་རྒྱས་སྤོས་དང་། ཚེས་བཅོ་ལྷ་ཉིན་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་འཛིན་སྐོར་  
 སྤེལ་གསལ་ལ་གཞུང་བཞིན་དུ་མཛད་པ་སོ་སྤེལ་ཚེན་དམ་པ་གོང་ན་སྤེལ་བཞུགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེའི་བརྟན་ཅིང་  
 མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་དུ་གཉེར་ཚེན་སྤར་བདེ་ཚེན་ཐིལ་གཞོན་ནམ་མཁའི་རྗེ་ཇི་གཉེར་ཁ་༢སྐབས་ཇི་  
 འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗེ་ཇི་བདུད་འཛོམས་རིན་པོ་ཚེའི་སྤྱོད་སྤྱིག་མཛད་པའི་ཚེ་སྐྱེབ་འཚེ་མེད་སྤོག་ཐིག་ལ་





















༥ ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ།  
 ། འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ། །

ཨང་།	ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ།	མཇུག་པོ།
༡ །	དམ་ཚིག་མཛོན་པ་མཛོན་གྱི་ཚིག་ལེ་ལུང་བྱས་པ།	སློབ་དཔོན་དབྱིན་གཉེན།
	དེའི་འགྲེལ་པ་རིན་པོ་ཆེའི་དོ་ཤལ་སློབ་གསལ་དབྱིན་པའི་མགྲུལ་རྒྱུ།	འཇམ་མགོན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོ།
༢ །	རྒྱལ་པོའི་བསྐྱེད་བཙུགས་ཚད་མ་རྣམས་འགྲེལ་གྱི་ལེ་ལུང་བྱས་པ།	ཚོས་གྱི་གྲགས་པ།
	དེའི་འགྲེལ་པ་ལེགས་བཤད་སྤང་བའི་གཏེར་ལེ་ལུང་གཉེན་པ།	འཇམ་མགོན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོ།

༦ འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ།

ཨང་།	ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལེན་པོ།	མཇུག་པོ།
༡ །	སྤྱོད་པའི་འགྲེལ་པའི་ཐོག་ལྗོད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ནས་ལེ་ལུང་བར་བ་ཆ་ཚད།	མི་པམ་རྒྱ་མཚོ།
༢ །	ཤེས་རབ་ལེ་ལུང་འགྲེལ་པ་ཀེ་ཏ་ཀ།	མི་པམ་རྒྱ་མཚོ།
༣ །	ཚོས་འབྲུང་སྤྱོད་དབང་གཡུལ་རྒྱལ་སྐབས་ལྷན་པ།	བདུད་འཛོམས་རིན་པོ་ཆེ།
༤ །	རྒྱལ་པོའི་འཕྲོད་སྐབས་ཀྱི་མི་པོའི་དུམ་བུ་བཞེ་བ།	བདུད་འཛོམས་རིན་པོ་ཆེ།







༄ ལྷ་འབྲུང་ལའབྱུང་ཡན་བཟང་ལྷུང་ལྷིང་གི་སློབ་ཚན་གྱི་རིམ་པ།

༄ མདོ་གོང་མ་ལོ་རིམ་རྒྱལ་བའི་ཙ་བའི་སློབ་ཚན། ༄

ཨང་།	ཙ་བའི་སློབ་ཚན།	མཛད་པ་པོ།
༡ ༄	ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་བསྟན་བཅོས་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱལ།	རྗེ་བཙུན་བྲམས་པ་མགོན་པོ།
	དེའི་འགྲེལ་པ་དབལ་སྐུལ་སྤྱི་དོན།	ཚོས་རྗེ་དབལ་སྐུལ།
༢ ༄	དེའི་འགྲེལ་པ་དོན་གསལ།	སློབ་དཔོན་སེངྒེ་བཟང་པོ།
༣ ༄	རྒྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ལེ་འུར་བྲས་པ།	ཚོས་གྱི་གྲགས་པ།
	དེའི་འགྲེལ་པ་ལེགས་བཤམ་སྤང་བའི་གཏེར་ལེ་འུར་གསུམ་པ།	འཇམ་མགོན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོ།

༄ ལོ་རིམ་རྒྱལ་བའི་ཡན་ལག་སློབ་ཚན། ༄

ཨང་།	ཡན་ལག་སློབ་ཚན།	མཛད་པ་པོ།
༡ ༄	ཚོས་དང་ཚོས་ཉིད་རྣམ་པར་འབྲེད་པའི་བསྟན་བཅོས།	རྗེ་བཙུན་བྲམས་པ་མགོན་པོ།
	དེའི་མཚན་འགྲེལ།	གཞན་པོའི་སྤང་བ།
༢ ༄	ཚོས་འབྲུང་ལྷ་དབང་གཡུལ་རྒྱལ་སྐྱབས་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ།	བདུད་འཛོམས་རིན་པོ་ཆེ།



༄ ལྷ་འབྲུང་གཞན་པན་བཤད་ལྷུང་གི་སྒྲོབ་ཚན་གྱི་རིམ་བ།

། ལྷུང་སྤེ་གོང་ལོག་ལོ་རིམ་བདུན་པའི་ཙ་བའི་སྒྲོབ་ཚན། །

ཨང་།	ཙ་བའི་སྒྲོབ་ཚན།	མཛད་པ་པོ།
༡ །	གསང་འགྲེལ་སྤྱོད་གསལ་བ་ཚུ་སྤྱན་སེལ་གྱི་སྤྱི་དོན་ལོང་གསལ་སྤྱིང་པོ།	འཇམ་མགོན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོ་
༢ །	ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད་དགའ་བའི་ཆར།	ཀུན་མཁྱེན་འཇིགས་མེད་སྤྱིང་པ།
	དེའི་འགྲེལ་པ་ཉི་མའི་ལོང་ཟེར་དང་རྒྱ་བའི་ལོང་ཟེར།	མཁན་པོ་ཡོན་དགའ།
༣ །	རྒྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ལེ་ལྷར་བྱས་པ།	ཚོས་གྱི་གྲགས་པ།
	དེའི་འགྲེལ་པ་ལེགས་བཤད་སྤྱང་བའི་གཏོར་ལེ་ལྷར་གསུམ་པ	འཇམ་མགོན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོ་
༤ །	སྤྱི་དོན་དགོངས་པ་འདུས་པ།	ཕྱག་ན་རྟོ་ཇ།
	དཔལ་སྤྱི་དོན་དགོངས་པ་འདུས་པའི་འགྲེལ་པ་རྣམ་འགྲོར་ཉི་མ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ལེགས་བཤད་གཟེ་ལྷན་འཆར་ཁའི་ལོང་སྤྱང་སྤྱོད་བམ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ།	མཁན་པོ་རུས་ལྷན།







༂། །བདུན་འབྲེལ་འབྲེལ་འབྲེལ་ཁྲིའི་ཚོན་པ་།

སྐོབ་མཚན་གྱི་རིམ་པ།

། ཀ་ཁ་འཛིན་གྱི་དང་པོའི་སྐོབ་མཚན། །

ཨང་།	སྐོབ་མཚན།	མཛད་པ་པོ།
༡།	སྐོབ་དེབ་དང་པོ་རིག་པའི་ཉིན་གཉིད།	བོད་གཞུང་ལེས་རིག་ལྷན་ཁག།
༢།	སྐོབ་དེབ་གཉིས་པ་རིག་པའི་ཉིན་གཉིད།	བོད་གཞུང་ལེས་རིག་ལྷན་ཁག།
༣།	སྐོབ་སྒྲུང་།	བསང་དང་། སྐོབ་ཚོགས།
༤།	ཡིག་གཟུགས།	
༥།	དབྱིན་ཟི།	

། གཞི་རིམ་འཛིན་གྱི་དང་པོའི་སྐོབ་མཚན། །

ཨང་།	སྐོབ་མཚན།	མཛད་པ་པོ།
༡།	སྐོབ་དེབ་གསུམ་པ་རིག་པའི་ཉིན་གཉིད།	བོད་གཞུང་ལེས་རིག་ལྷན་ཁག།
༢།	སྐོབ་སྒྲུང་།	བདུན་འཛོམས་གསོལ་ཁག།
༣།	སྐོབ་ཚིག་།	བདུན་འཛོམས་ཚོས་སྐོབ་དུང་ཁག།
༤།	ཡིག་གཟུགས།	
༥།	དབྱིན་ཟི།	



། གཞི་རིམ་འཛིན་གྲུ་གཉིས་པའི་སློབ་ཚན། །

ཨང་།	སློབ་ཚན།	མཇུག་པ་ལོ།
༡༽	སློབ་དེབ་བཞི་པ་རིག་པའི་ཉིན་གཉིས།	བོད་གཞུང་ལེས་རིག་ལྷན་ཁག
༢༽	སློབ་སྦྱང་།	འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད།
༣༽	སློབ་འཛིན།	བདུད་འཛོམས་ཚོས་སྦྱོར་ནས།
༤༽	ཡིག་གཟུགས།	
༥༽	དབྱིན་རི།	

། གཞི་རིམ་འཛིན་གྲུ་གསུམ་པའི་སློབ་ཚན། །

ཨང་།	སློབ་ཚན།	མཇུག་པ་ལོ།
༡༽	བོད་ཀྱི་བརྗོད་སྟེན་གྱིས་པའི་ལམ་མཁུ།	བསྟན་འཛིན་རྣམ་རྒྱལ།
༢༽	སློབ་དེབ་ལྔ་པ་རིག་པའི་ཉིན་གཉིས།	བོད་གཞུང་ལེས་རིག་ལྷན་ཁག
༣༽	སློབ་སྦྱང་།	བདུད་འཛོམས་ནམ་ལུགས་སྦྱོར།
༤༽	སློབ་འཛིན།	བདུད་འཛོམས་ཚོས་སྦྱོར་ནས།
༥༽	ཡིག་གཟུགས།	
༦༽	དབྱིན་རི།	





། གཞི་རིམ་འཛིན་གྲ་བཞི་པའི་སློབ་ཚན། །

ཨང་།	སློབ་ཚན།	མངོན་པ་པོ།
༡།	ལེགས་བཤད་སློབ་པའི་དབང་པོ།	དབྱེད་ས་ཅན་གྲུབ་པའི་རྗེ་རྗེ།
༢།	ལུང་སློབ་པ་རྩ་བ་སྲུང་ཅུ་བ།	ཐུ་མི་སམ་རྩོ་ལ།
༣།	སློབ་སྦྱང་།	གསོལ་ཁ་སློབ་ལས་རྣམ་རོལ།
༤།	སློབ་འཛིན།	བདུད་འཛོམས་ཚོས་སློབ་ནས།
༥།	ཡིག་གཞུགས།	
༦།	དབྱིན་རི།	

། གཞི་རིམ་འཛིན་གྲ་ལྔ་པའི་སློབ་ཚན། །

ཨང་།	སློབ་ཚན།	མངོན་པ་པོ།
༡།	རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་སྲུང་ཅུ་སོ་བདུན་མ།	འཕགས་པ་དེུལ་ཚུ་ཐོག་མེད།
༢།	ལུང་སློབ་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ།	ཐུན་མེན་སམ་རྩོ་ལ།
༣།	སློབ་སྦྱང་།	བདུད་འཛོམས་སྲུགས་ཀྱི་གསོ་སྦྱོང་།
༤།	སློབ་འཛིན།	བདུད་འཛོམས་ཚོས་སློབ་ནས།
༥།	ཡིག་གཞུགས།	
༦།	དབྱིན་རི།	



། གཞི་རིམ་འཛིན་གྱི་བྱ་བའི་སློབ་ཚན། །

ཨང་།	སློབ་ཚན།	མཛད་པ་པོ།
༡ །	མཚན་ཉིད་རིག་པ་སློབ་ཉིན་འབྲེད།	མཁམ་ཚེན་པར་ལེས་རབ།
༢ །	དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མི་ལོང་།	དབྱངས་ཅན་གྱུ་བ་པའི་རྫོ་རྗེ།
༣ །	བཤེས་པའི་སྤྱིང་ཡིག	མི་པམ་རྣམ་རྒྱལ།
༤ །	ཚོ་གཞི་དབྱངས།	བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསར་ལུགས་སློལ་ལྟར།
༥ །	གཏོར་བཟོ་དཀར་རྒྱལ།	བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསར་ལྟར།
༦ །	དབྱིན་རི།	

། གཞི་རིམ་འཛིན་གྱི་བདུན་པའི་སློབ་ཚན། །

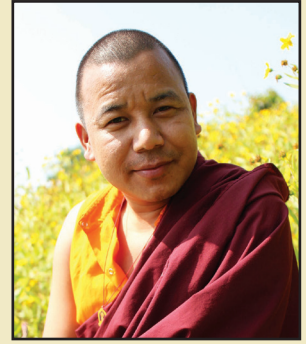
ཨང་།	སློབ་ཚན།	མཛད་པ་པོ།
༡ །	སློབ་རིགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སློབ་གསར་མིག་འབྲེད།	རྣམ་སྤྱིང་བཙུག་མེས་ལྷེ་ཚན།
༢ །	དག་སློབ།	དཔལ་ཁང་ཚོས་མཛད་ལོ་ལྷ་བ།
༣ །	ཚོ་གཞི་དབྱངས་དབྱངས་དང་། ལུགས་རྒྱ།	བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསར་རང་ལུགས་ ལྟར་སློབ་བཅད།
༤ །	གཏོར་བཟོ་དཀར་རྒྱལ།	བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསར་རང་ལུགས་ ལྟར་སློབ་བཅད།
༥ །	དབྱིན་རི།	







སྐྱེད་ཚེས་བཞུགས་སོ།



འགྲུང་མེད་དོན་རྗེ། ལོ་རིམ་བརྒྱུད་པ།

༡༩༩༠/༡༠/༢༠༡༩

- ༡ ་ ང་ཡི་མི་ཚེ་དབྱུང་དུས་སྤྱིན་དང་འབྲ། རྟག་བརྟན་མེད་པར་ཚུ་ཡི་ཚུ་འབྱུང་བ་ཞིན།  
འབྱུང་བ་ཞིས་གྲུབ་པ་ཟུག་ཕུང་མི་ལམ་འབྲ། དུས་ཕུང་ཚུད་ཐོས་མི་གཏོང་དམ་ཚོས་སྐྱབ།
- ༢ ་ དུས་ཚེན་སྤོལ་མ་ཡིད་འོང་ངོ་མཚར་ཆེ། ཡིད་ལ་རང་བཞིན་ལྷང་ལྷང་བྲན་ལུས་པ།  
བྱང་པས་མེ་ཏོག་འཕུང་བ་ཞིན་སྤྱེས་བྱ་རྣམས། ཀུན་གྱིས་ཡིད་འོང་འཇའ་མཚོན་བཞིན་དུ་མཛེས།
- ༣ ་ ཚུང་དུས་བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་གླིང་དགོན་སྐྱེབ་དུས་ན།  
སྐང་དོར་མི་ཤེས་སུན་ནག་སྐྱེན་པ་སྐང་དང་འབྲ།  
བཤེས་གཉེན་བཀའ་དྲིན་དམ་ཚོས་རབ་དང་རིམ་པར་ཐོབ།  
གདམ་ངག་བདུད་ཚི་ཐོས་ཤིང་རང་སེམས་འདུལ་བར་ཤེས།
- ༤ ་ མི་མེད་དབེན་པར་ལྡན་པའི་གནས་མཚོག་ལ། དམ་ཚོས་རྣམ་དག་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པར་འགྲུང།  
ཞིང་ཁམས་ནང་བཞིན་ཚོར་སྤང་བསྐྱེབ་པའི་དུས། ཉོན་མོངས་རིམ་བཞིན་ཟད་ཅིང་དུལ་བར་གནས།
- ༥ ་ རྒྱལ་བསྟན་ཉམས་ཆག་མཐའ་ཁོབ་དུས་འདི་ལྟ། སྤྱེས་མཚོག་དམ་པ་སྐྱ་མ་བསོད་ནམས་འབྱུང་།  
རི་ལྷང་མཁའ་ལ་ཉིན་གུང་ཤར་བ་ལྷན་བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསར་འཇོམ་གླིང་ཡོངས་ལ་བྱུང།
- ༦ ་ རྣམ་ཡང་མ་བརྗེད་བཀའ་དྲིན་ཆེ་འདི་དགོན། ལས་སྤོན་ཐོབ་པ་བསོད་ནམ་ཅན་གྱི་གདན་ས།  
རྒྱལ་བསྟན་དར་ས་ཚོས་ཚིག་གི་ཡུལ་ས། འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་ཞིང་ས།

- ༥༧ ། བདུད་འཛོམས་མ་དགོན་བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་གླིང་། མཁས་སྐྱབ་གཉིས་ལྡན་ནམ་མཁའའི་སྐར་ལྟར་བྱོན།།  
དེ་ཡི་མཚན་ཅམ་ཐོས་ཀྱང་འཛོམ་གླིང་ཀུན་ལ་བྱུང།། རོ་མཚར་སྦྲད་དུ་བྱུང་བས་ཡུལ་དབུས་གླིང་།།
- ༥༨ ། འཛིག་རྟེན་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་བཞིན།། དེ་ལ་བདེན་པར་འཛིན་ཅིང་ལས་ཉོན་གསོ་བ།།  
བདག་འཛིན་ཚོངས་ཤིང་སྦངས་སྦང་མི་ཤེས་ནས།། སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ལས་མཐར་བ་དཀའ་བ་འོ།།
- ༥༩ ། རྒྱ་གར་ཨོ་རེ་ས་ཡི་གཞི་ཆགས་སུན་ཚོགས་གླིང་།། ཀུན་གྱིས་བརྟོད་སྤྲུགས་བརྗོད་ཅིང་ང་ཡི་པ་ཡུལ་བཞིན།།  
མི་དམངས་པ་མ་སྐྱོན་བཞིན་མ་སྐྱོན་ལམ་སྐྱོན་དུ་གནས།། གང་ཤར་བལྟས་ཀྱང་མཛེས་སྤྱག་སྐྱེས་ཚལ་ལྟ་ཡུལ་ལྟར།
- ༦༠ ། ཉམ་ཐག་གནས་པའི་ལུང་ལྷག་སྦྱིད་པོ་ཡུལ།། ཨོ་རེ་གཞི་ཆགས་གནས་པའི་སྐྱོ་བོ་རྣམས།།  
འཚོང་དང་ཞིང་ལས་བརྟེན་ཅིང་མི་ཚེ་སྦྱེལ།། ཡ་རབས་ལྡན་ཤིང་དགའ་དགའ་སྐྱོ་བོ་གནས།།
- ༦༡ ། ལྷ་མས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱ་ཅམ་སྐྱོག་པ་ཡིས།། ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱོལ་བར་བྱེད།།  
གང་ཞིག་ཚོས་ཀྱི་སྐྱ་ཅམ་ཐོས་པ་ཡིས།། མི་ཤེས་སྤྱག་གསུམ་ཐམས་ཅད་སྦང་བར་བྱེད།།
- ༦༢ ། རྒྱ་གར་བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་མ་སྐྱོན་ལམ་དེ།། མ་སྐྱོན་པ་སྐྱོན་བཞི་ལྟ་བུའི་མ་སྐྱོན་ལམ་ཡོད།།  
བོད་མི་རྣམས་པ་རང་དབང་ཞི་བདེར་གནས།། དེ་འབྲ་བཀའ་བྲིན་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་ཡིན།།
- ༦༣ ། ལྷ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་དེ།། ཀུན་དགའ་དོན་སྐྱབ་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན།།  
དེ་འབྲ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཤིན་ཏུ་བཟོད་དག་བ།། འཛོམ་སུ་གླིང་ན་མེད་མཁས་སུ་ལའང་མེད།།





ཆེ་རིང་རྣམ་རྒྱལ་ལོ་རིམ་བརྒྱན་པ།

༡༦/༠༩/༢༠༡༩

- ༡ ་ རྣམ་མཐའི་རྒྱ་ཆེན་འགྲོ་དོན་གཟིགས་མཛད་ནས།། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས།།  
ཕྱག་བཏབས་གསང་ཆེན་གདན་ས་བདུད་འདུལ་སྦྱིང་།། ཡུན་རིང་ཐུགས་བཅེ་གཟིགས་པའི་སྤྲོ་མར་བསྟོད།།
- ༢ ་ འཕགས་ཡུལ་དགོན་ཆེན་ཞིང་ཁམས་ཇི་བཞིན་མཛེས།། དམ་གཅད་ཇི་མེད་སྒྲ་སྒྲུལ་ལ་སོགས་བཞུགས།།  
མི་དམངས་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཡུལ་ལྟ་བུར་བཟླ།། མཛེས་ལྗོངས་ཨོ་ཏེ་ཡ་ནའི་མཛེས་སྤྲུག་རེད།།
- ༣ ་ རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་ཆོས་ལྡན་ཞིང་གི་ཡུལ།། གནས་ཡུལ་མི་རྣམས་བསོད་ནམས་ཆེ་བཞིན་དུ།།  
རྒྱབས་མགོན་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་མང་པོ་བཞུགས།། རྒྱ་གར་ཡུལ་འདི་འཕགས་ཡུལ་མཛེས་ལྗོངས་ཡིན།།
- ༤ ་ གསང་ཆེན་རྙིང་མ་དགོན་ཆེན་གནས་མཚོག་འདི།། ཐུགས་འཆང་རྒྱལ་པོ་བཞུགས་སའི་གདན་ས་ཡིན།།  
མདོ་སྤྲུག་བརྟན་པ་མ་ལུས་སྤེལ་ས་ཡིན།། རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ་ཉི་མ་འཁར་ས་ཡིན།།
- ༥ ་ དམ་ཆོས་མ་ཐོས་ཐུན་སྐལ་ནང་དུ་ཚུད་པའི།། འཛིག་རྟེན་འཁོར་བའི་གནས་ལ་ཅུང་ཟད་བསྟུང།།  
འོན་ཀྱང་སྟོན་བསགས་བསོད་ནམས་མང་པོ་གནས།། ལས་སྟོན་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིགས་པའི་སྐལ་བཟང་ཡིན།།
- ༦ ་ རྒྱ་ཡི་རྩ་འཕྲུལ་འདུལ་བྱའི་ངོ་བོར་བྱིན།། གསུང་གི་རྩ་འཕྲུལ་འགྲོ་རྣམས་ཐབས་ཀྱིས་འདུལ།།  
ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མ་གྱུར་ཡོངས་ལ་གཟིགས།། འགྲོ་རྣམས་གྲོལ་བའི་བསྐྱེད་སྤྲུལ་ལྟོས།།
- ༧ ་ མཛེས་སྤྲུག་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་བལ་ཡུལ་སྦྱིང་།། ལོ་རྒྱུས་ཡུན་རིང་ལྡན་པའི་ཡུལ་ལྗོངས་འདིར།།  
སྤྲོ་མ་མང་པོ་བཞུགས་པའི་གནས་མཚོག་འདིར།། རིགས་བཟང་བུ་ཚུང་ང་ཡི་ཡུལ་ལྗོངས་ཡིན།།

- ༩༽ རྒྱལ་བའི་བཀའ་བསྟན་ཤེན་ཏུ་ཟབ་ན་ཡང་། རྩ་བའི་སླ་མ་ཡིད་ལ་བྲན་ཅམ་གྱིས།  
བདག་གི་དོགས་ཟོན་ནང་ནས་ཚོད་མོད་ཀྱི། སོམ་ཉིའི་ལམ་དུ་ལྷུང་བའང་ཡང་ཡང་སྤང་།
- ༩༽ གདོད་ནས་སྤངས་ཏེ་གས་ཡོན་ཏན་ཐར་སོན་པའི། ཚོས་སྐྱའི་སྤང་བརྟན་ཡིད་ལ་འཆར་བ་མོད།  
དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་དད་བ་གུད་བསྐྱེད་ཀྱང་། འདི་ག་ཉེན་ལྷ་ལ་ཞེན་པའི་རྣམ་ཏེ་ག་ཡལ།
- ༡༠༽ དུས་མཐའི་རྒྱ་ཆེན་འགོ་དོན་གཟིགས་མཛད་ནས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་འདི་གས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་གྱིས།  
ཕྱག་བཏབས་གསང་ཆེན་གནས་ས་བདུད་འདུལ་སྤིང་། ཡུན་རིང་ཕྱགས་བཅེ་གཟིགས་པའི་སླ་མར་བསྟོད།
- ༡༡༽ འཕགས་ཡུལ་དགོན་ཆེན་ཞིང་ཁམས་ཇི་བཞེན་མཛེས། དམ་གཅོད་ཇི་མེད་སླ་སྐུལ་ལ་སོགས་བཞུགས།  
མི་དམངས་རྣམས་གྱིས་རང་ཡུལ་ལྟ་བུར་བཟླ། མཛེས་ལྗོངས་ཨོ་ཏེ་ཡ་ནའི་མཛེས་སྐྱུག་རེད།
- ༡༢༽ རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ཞེས་རྟག་ཏུ་འབོད། ཡུལ་ལྗོངས་དེ་ན་འཚོ་བའི་མི་དམངས་ནི།  
ས་སྐྱོགས་གང་དུ་གནས་ཀྱང་སྤྱིད་དུ་འོང་། མཚོག་ཏུ་གུར་བ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ།
- ༡༣༽ རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་ཚོས་ལྡན་ཞིང་གི་ཡུལ། གནས་ཡུལ་མི་རྣམས་བསོད་ནམས་ཆེ་བཞེན་དུ།  
སྐྱབས་མགོན་སྤྱི་ས་ཆེན་དམ་པ་མང་པོ་གནས། རྒྱ་གར་ཡུལ་འདི་འཕགས་ཡུལ་མཛེས་ལྗོངས་ཡིན།
- ༡༤༽ གསང་ཆེན་རྙིང་མ་དགོན་ཆེན་གནས་མཚོག་འདི། སྐྱགས་འཆང་མང་པོ་བཞུགས་པའི་གདན་ས་ཡིན།  
མདོ་སྐྱགས་བསྟན་བ་མ་ལུས་སྤེལ་ས་ཡིན། རྒྱལ་བའི་བསྟན་བ་ཉི་མ་ཤར་ས་ཡིན།

རྩ་བའི་སླ་མ་བསྟོད་པ།

- ༡༽ རང་སེམས་གཉིང་ནས་སླ་མ་བྲན་བཞེན་འབོད། མིག་གཉིས་འཇུ་མ་པས་སླ་མའི་ཞལ་རས་དེ།  
འཇུ་མ་ཞིང་དམུལ་ཉེ་བདག་གི་སེམས་དཀྱིལ་དུ། རྟག་ཏུ་བཞུགས་ཉེ་སློ་གསུམ་གུས་པས་འདུད།
- ༢༽ རྩ་བའི་སླ་མས་བཀའ་འདི་བསྐྱེད་པ་ལས། དབང་དང་བྱིན་རླབས་དུ་མར་འཐོབ་པ་དང་།  
བདག་གི་ཡིད་ལ་དགའ་བ་དཔག་མེད་བྱིན། ཡིད་གྱིས་ཚོམ་ཞིང་དགའ་སྤོ་ཆེན་པོར་རྒྱས།







ཚེ་རིང་ཚོས་འཕེལ། ལོ་རིམ་བརྒྱད་པ།

༡༩/༡༠/༢༠༡༩

བསྟོན་ཚིག།

- ༡ ། ལྷ་མའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ན་ནི། མིན་གསུམ་འདི་ནི་ཚུང་དུ་འགྱུར།  
ལྷ་མ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། ཚོས་ཀྱི་སྤྱང་པོའི་དོན་རྣམས་ཉོགས།
- ༢ ། བཀའ་བྲིན་མཚུངས་མེད་དཔལ་ལྡན་ལྷ་མ་དང་། དེ་མཚུངས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བཀའ་བྲིན་རྣམས།  
ང་ཡི་ཡིད་ཀྱི་ཡིད་བཞིན་བྱུང་བུ་ལྟར། རྟེན་པར་དཀའ་ཞིང་ཉོགས་པར་ཤིན་ཏུ་དཀའ།
- ༣ ། རྗེ་བཙུན་ལྷ་མ་བྱེད་ཀྱི་མཚན་ནི་བརྗོད་པར་དཀའ་ཞིང་གཟེ་བརྗེད་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྟར།  
འདིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེའི་མཚན་ནི་འགོ་བ་རིགས་དུག་རྣམས་ལ་སློབས་པར་བྱེད་པས་ན།  
དཔལ་ལྡན་ལྷ་མའི་མཚན་དེ་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་འགོ་དུག་ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་གྲོལ།  
བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེ་ཐོབ་པ་མ་ཚད་ཟག་མེད་སྐྱུ་ཡི་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར།
- ༤ ། ལྷ་འགྱུར་བསྟན་པའི་རིང་ལུགས་ས་སྤྱང་འཁེང་། ལྷ་པར་བདུད་འདོམས་སྤྱིང་པའི་རྗེས་འབྲང་རྣམས།  
བཤད་སྐྱབ་གཉེས་ཀྱིས་འདབ་ཤོག་བྱུང་འབྲེལ་ཉེ། མི་སྡོད་དོ་རྗེ་འཆང་གི་རྒྱལ་སར་འགོ།
- ༥ ། ང་ཡི་ཡུལ་སྡོངས་དབྱར་ཁར་ཚ་བས་འབར། དགུན་ཁར་སྐྱོན་པས་འཕྲིག་ཅིང་ཉི་ཤར་མེད།  
སྡོན་ཁར་ལོ་འབྲས་སྤྱིན་ཞིང་མི་རྣམས་སྤྱིད། དབྱིད་ཀར་མེ་ཉོག་སྐྱ་འདོམས་ཡུལ་འདིར་མཛེས།

- ༤༽ ང་ཡི་པ་མས་ང་ལ་གཙོ་བོར་གཅེས།། བྱམས་དང་བཙེ་བ་རང་ལ་གཙོ་བོར་བྱེད།།  
ངའི་སྤྱན་རྒྱལ་ལོན་ཏུ་ལེགས་པར་གནས།། དེ་དག་ཐམས་ཅད་པ་མའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན།།
- ༥༽ ངའི་དྲིན་ཆེན་པ་མ།། བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞིང་།།  
དེ་འདྲ་ངའི་པ་མ།། འཛམ་གྲུ་གླིང་ན་མེད།།
- ༦༽ འཛམ་གྲུ་གླིང་ན་པ་མ་ལྟ་བུ་དེ།། བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་འཛམ་གླིང་འདི་ན་མེད།།  
སྤྱིང་རྗེ་དང་ནི་བྱམས་རྗེས་སྤྱིང་མཁའ་ནི།། རང་སོའི་བྱ་ཡི་མི་ཆེ་དེ་ལྟར་སྤྱོད།།
- ༧༽ རང་དོན་སྤངས་ནས་གཞན་དོན་གཙོ་བོར་བསམ།། རང་གི་སྤྱ་གུ་རྒྱལ་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར།།  
ཐས་ཚོར་མ་ཐད་ལུས་སྤྲོག་དོར་བར་བྱེད།། བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་པ་མ་གཉིས་ལས་མེད།།
- ༨༽ པ་མ་རྒྱལ་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཡི།། རྒྱལ་འབྲུལ་ཡིན་པ་ཐེ་ཚོམ་ཅི་ཡང་མེད།།  
དུས་གསུམ་པ་མ་རྒྱལ་གྱི་བཀའ་དྲིན་དེ།། ལྷན་ཅིག་ཅམ་ཡང་བརྗེད་བར་མི་འགྱུར་རོ།།
- ༩༽ བདག་ཅག་སྤྲོ་མའི་བསྐྱེད་པ་བརྗེད་ན་ནི།། ཚིག་ནི་ཉུང་ཤིང་གིས་དེབ་རྒྱུད་དུ་འགྱུར།།  
བཀའ་དྲིན་ཆེ་བའི་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེ།། བདག་གི་ཡིད་ལ་བྱོན་ནས་མིག་རྒྱ་ཤོར།།
- ༡༠༽ ལུལ་ལ་དཔོན་པོ་མེད་ན་ནི།། ལུལ་གྱི་མི་རྒྱལ་འཕུང་བར་འགྱུར།།  
ལུལ་རྒྱལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ནི།། ལུལ་དཔོན་བདག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་།།
- ༡༡༽ དེ་འདྲ་ལུལ་ལྡོངས་འདིའི་མི་རྒྱལ་ནི།། སེམས་པ་བཟང་ཞིང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད།།  
གཅིག་གིས་ཅིག་ལ་གྲོགས་བྱེད་ལས་རོགས་བྱེད།། ལུལ་མི་འདི་ཡི་གོམས་གཤེས་ཤིན་ཏུ་བཟང་།།
- ༡༢༽ ཕྱི་ལོ་གཅིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་ལྔ་དགུའི་ལོར།། བོད་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མིའི་འོག་ཏུ་ཚུད།།  
རང་ལུལ་གསུམ་ནས་རྒྱ་གར་ལུལ་ལ་བསྐྱེད་སམ།། རྒྱ་བོད་མི་དམངས་སྤྱིད་ཅིང་མཐུན་ལམ་ཡོད།།
- ༡༣༽ ཨོ་ཏི་བོད་མི་གནས་སྤོད་ལུན་ཚོགས་སྤྱིང་།། ཨ་ཤོམ་འདེབས་ཤིང་འཚོ་བ་བདེ་སྤྱད་སྤྱིལ།།  
དགུན་ཁར་སྤྱད་ཚོང་བྱེད་ནས་འཚོ་བ་སྤྱིལ།། ལོ་ལྟར་རེ་བཞིན་འཚོ་བ་དེ་ལྟར་སྤྱིལ།།
- ༡༤༽ འཛིག་རྟེན་འཁོར་བར་སྤྱང་བོ་མེད་པར་མཐོང་།། འཛིག་རྟེན་བྱ་བ་སྤངས་ནས་རབ་ཏུ་འབྱུང་།།  
སྤྲོ་མའི་གདམས་ངག་མན་ངག་དོ་མཚར་ཐོབ།། ང་འདྲ་བསོད་ལྡན་འཛིག་རྟེན་འདི་ནང་མེད།།



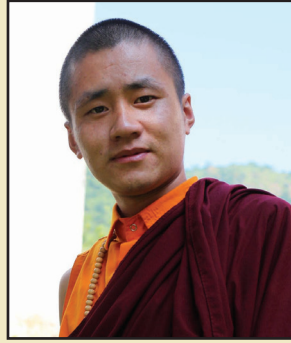
ཉི་མ་རྒྱལ་མཚན། ལོ་རིམ་བརྒྱད་པ།

༡༩/༠༩/༢༠༡༩

- ༡ ་ གཞན་ལ་གཞོན་སེམས་བྱས་ན་སེམས་མི་སྲིད། རང་དོན་བསམ་སློབ་གཏང་ན་གྲོགས་མི་རྙེད།  
གཞན་ལ་གཡོ་སྐྱེ་བྱེད་ན་དོན་མི་འགྲུབ། གཞན་ལ་ལྷག་བསམ་བྱས་ན་སེམས་རེ་སྲིད།
- ༢ ་ གཞན་དོན་ལྷག་བསམ་སྡོད་མེད་གནང་ལུགས་དང་། རྒྱལ་བསྟན་སྡོད་པོ་སྤེལ་ལུགས་ངས་ཀྱང་ཤེས།  
པ་མས་བདག་ལ་བྱམས་སྦྱོང་བྱེད་པ་བཞིན། ལྷ་མ་བྲིད་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལྷང་ལྷང་བྲན།
- ༣ ་ མཚན་མོའི་ཉ་གང་རྒྱ་བ་ཤར་བའི་འོད་སྤང་གིས། འཇམས་བྱ་སྤྱིང་གི་སྤྱན་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་བྱེད།  
བདག་ནི་སྟོན་པ་དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་མེད་གདམས་ངག་གིས། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མ་རིག་དུག་གསུམ་སེལ་བར་བྱེད།
- ༤ ་ དུལ་ལྡོངས་མཛེས་པའི་ཨོ་རི་ས། དུལ་འདི་ཚོས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཡིན།  
མི་རྣམས་སེམས་བཟང་ཚོས་ལ་དད། དཀར་པོ་དགེ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན།
- ༥ ་ ཉེན་མོའི་ཉི་མས་སྤྱིན་པ་འགོ་བས་བྱེད་ཀྱང་། ཉི་མོའི་འོད་ཀྱིས་སྤྱིན་པ་སེལ་བ་བཞིན།  
བདག་ཅག་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་ཞིག་སྦྱོང་བྱེད་པས། འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་བར་ཐབས་ཞིག་བརྙེད།
- ༦ ་ འགྲོ་བ་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་འབྲུ་ཅམ་ལ། རང་གི་སེམས་ནི་སྦྱོ་བས་མིག་ཚུ་ལྷུང་།  
བདག་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་ཞིག་མི་ལྡན་ཡང་། རང་དབང་མེད་པར་གཞོན་སྤྱིར་མིག་ཚུ་འཛོན།
- ༧ ་ བདག་ཅག་ལ་ལྡན་སྦྱོར་བ་འོངས་སྦྱོར་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་ཚུ་ལས་འབའ་ཞིག་འབྲུང་ནས་ཚུ་ལ།  
དེ་ལྟར་རང་འཛིན་དབང་གིས་འོངས་སྦྱོར་བསམ། དེ་དག་ཆགས་པས་རྣམ་པ་རྒྱུན་མི་སྦྱོང་།

- ༩༽ ང་ཡི་མཛེས་པའི་ཡུལ་ལྗོངས་བྲན་དུས་སུ། ལུས་ལ་བ་སྤྱ་ལྡང་བར་འགྱུར་བས་ན།  
དེ་ཡི་ཡུལ་ལ་ང་ཡི་བ་མ་གནས། བྲན་བ་ཙམ་གྱིས་མིག་ཚུ་ལྡང་ལྡང་ལོ།
- ༩༽ མཁས་པའི་མགོན་པོ་སྐྱ་མ་མཚོ་ག། བསྟན་པའི་ཡོངས་ནས་གཏེར་གསར་སྦྱོང་།  
མན་ངག་ཐབས་མཁས་གནང་བ་ཡིས། དུས་གསུམ་སྟོན་པའི་སྐྱ་མ་ཡིན།
- ༡༠༽ རྒྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་ག་གི་ནི། བོད་དང་རྒྱ་གར་མཐུན་ལམ་བྱིར།  
རྒྱ་གར་མཐའ་ཡས་མེད་པར་བྱོན། མཐུན་འབྲེལ་གནང་བ་གཟི་བཞིན་ཆེ།
- ༡༡༽ ཡུལ་ལྗོངས་མཛེས་པའི་ཨོ་རི་ས། ཡུལ་འདི་ཚོས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་གནས།  
མི་རྣམས་སེམས་བཟང་ཚོས་ལ་དད། དཀར་པོ་དགེ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན།
- ༡༢༽ དད་ལྡན་བོད་པས་མི་རྣམས་ནི། མི་རིགས་དབྱེར་མེད་བཟུང་འཛིན་གནང་།  
ཡུལ་འདི་རྒྱབས་བཙོལ་ཡིན་ན་ཡང་། བྱམས་བཅེ་ལྡན་པ་ཁོ་ནར་ཡིན།





ཡོན་ཏན་རྗེ་ཞེ། ལོ་རིམ་བཞི་པ།

༡༩/༡༠/༢༠༡༩

སྐྱེ་མ་ལ་བསྟོན་པ།

- ༡ ་ ལྷོ་ཕྱོགས་ཨོ་ཏའི་གོང་བྱེད་ལུང་ཞིག་ན། འགོ་བའི་སྤང་དུ་མཁའ་ལ་ཉི་ཤར་བཞིན།  
ལུང་བསྟན་ཐོབ་པའི་ལྷོ་གསུང་རྗེ་བདུད་འཛོམས་བྱོན། གཏེར་གསར་བསྟན་པའི་ཚ་བ་ཞིག་ཀྱང་བཅུ་གས།
- ༢ ་ ང་ཡི་རིན་ཆེན་ཚ་བའི་སྐྱེ་མ་མཁའ་བྱོན། ང་ཡི་སྐྱེ་མ་ལྷོ་གསུང་རྗེ་བདུད་འཛོམས་མཁའ་བྱོན།  
འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་པན་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག། ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་བཀའ་ཚོས་ལྷོ་བར་དགའ།
- ༣ ་ དཀར་གསལ་སྐྱེ་བའི་འོད་མདངས་ཆེ་ལུགས་དེ། འཇོ་མ་གླིང་འདི་ན་གྲིབ་ནག་སེལ་ཅ་མ་ལས།  
ཚ་བའི་སྐྱེ་མ་ལུགས་བཅེ་འོད་སྟོང་གིས། མྱི་ད་བ་གསུམ་གྱི་ལུན་བ་ཅད་ནས་འཛོམ།
- ༤ ་ ལྷོ་གསུང་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་བ་ལུགས་ལ། ཉམས་པ་མེད་པར་སྟོན་ལམ་ལྷོ།  
ལུགས་ལ་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མའི་པར་བཞུགས། བདག་གིས་སྟོན་ལམ་ལན་བརྒྱར་འདེབས།
- ༥ ་ ལྷོ་གསུང་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་བ་ལུགས་ལ། དམ་ཚོས་ཡང་དག་མཇལ་ན་ཡང་།  
མཚན་སྐྱེ་མའི་པར་བཞུགས། མི་ཆེ་དོན་མེད་སྟོང་ལོ་རྗེ་གས།
- ༦ ་ བདུད་འཛོམས་རབ་བརྟན་གླིང་དུ་ཡིད་རེ་དགའ། ལྷོ་གསུང་སྐྱེ་མའི་བཤེས་གཉིན་བཞུགས་པ་དགའ།  
དགོ་འདུན་སྟོན་ཚེ་མཐུན་ན་ལོས་ཀྱང་དགའ། མཚོ་སྟོན་འདི་ནས་འཛོམ་ན་དེས་ཀྱང་དགའ།



༥༩ ། ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་འབད་བའི་ཚོས་གྲོགས་ཚུམས། མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་ལེན།  
དགོན་པ་འདི་རུ་བཞུགས་པའི་བཤེས་གཉེན་ཚུམས། ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་མཁས་པ་བདག་གིས་མཐོང་།

༦༠ ། ལྷོ་ལྷོགས་རྒྱ་གར་ཡུལ་ནས་བྱོན་པའི་སློབ་དཔོན་མཚོག།  
གངས་ཚན་ཚོས་སྲིད་སློང་པའི་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སློང་དང་།  
འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་མཁས་པའི་རྫོ་རྩི་ས་ཏུ་བཅས།  
འདི་གསུམ་འཛོམས་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱ་བོད་མཐུན་འབྲེལ་བཟང་།

༦༡ ། རྒྱང་དོར་གནས་ལ་མཁས་པའི་སླ་མ་མཚོག། འཇམ་སྤིང་ཡོངས་ཀྱིས་དགའ་བའི་བཙུག་རྒྱན་དང་།  
ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉེས་སློང་པའི་རྒྱལ་པོ་ནི། བོད་ཀྱི་ཚོས་སྲིད་སློང་མཁན་ལྷུབས་མགོན་ཡིན།

༦༢ ། འདི་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་སློབ་དཔོན། བདག་ལ་བྱམས་བཅེ་གནང་བ་ལ།  
འཇིག་རྟེན་མི་ཡུལ་གྲོང་ཁྲིམ་ནང་། ལྷོ་དམན་རང་ཡང་སྐལ་བ་བཟང་།

༦༣ ། དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཡུལ་ས་གནས། བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་སྤིང་དགོན་པར།  
སློབ་ཀྱི་ལས་ཀྱིས་སྐྱེས་པའི་ཚོས། རང་གི་བཅེ་བའི་ཚོས་ཀྱི་གྲོགས།

༦༤ ། དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཐོབ་པ་འདི། བ་མ་གཉེས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན།  
བྱམས་བཅེ་ཆེ་བའི་པ་མ་གཉེས། ཏྲག་པར་སེམས་ལ་བྲན་ནས་ཡོད།

༦༥ ། ཆེ་སློབ་སློབ་ལམ་བཟང་པོ་ཞིག། བཏབ་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་སོང་དགལ།  
བཅེ་བའི་སླ་མ་དང་སློབ་དཔོན། སེམས་ལ་མཇུག་བཤེས་ཡང་དགལ།

༦༦ ། སྤྱིད་པའི་ཡབ་ཡུམ་ཡོད་ན་ཡང་། དེ་ཆེ་བའི་སློབ་དཔོན་མེད་ན།  
རང་བལྟ་བའི་མིག་གིས་མི་མཐོང་། སློབ་དཔོན་བཀའ་དྲིན་ཆེ་སོང་ལགས།

༦༧ ། ཆེ་སློབ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ། བདག་ལ་གཅེས་སློང་བྱམས་པ་དགལ།  
སྤིང་དུ་སྐྱབས་པའི་སླ་སློབ་གཉེས། ཤིན་ཏུ་ཕུགས་རྗེ་ཆེ་སོང་ལགས།

- ༡༢༽ བོད་མི་རྣམས་ནི་རང་དབང་མེད་ན་ཡང་། རང་བཅོམ་ཡོད་པའི་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཁབ་ནང་།  
སྤུན་གསུམ་ཚོགས་པའི་བདེ་ཞིང་སྤྲིད་པ་ལ། མི་ཚེ་དགའ་སྤྲིད་སྲོེ་གསུམ་ངང་དུ་བཞུགས།
- ༡༣༽ སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་ལམ་སྟོན་ལོག། སྤུགས་ཇེ་བཀའ་འིན་ཉག་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས།  
རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་དགོངས་པ་གནང་བ་ཐོབ། ལྷག་པར་བོད་མི་སྐབས་བཅོལ་རྒྱ་གར་ཡིན།
- ༡༤༽ བོད་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་འདྲ་བའི་རྒྱ་གར་འདི། བ་ཡུལ་འདི་ལས་ལྷག་པའི་དགའ་བ་མེད།  
ང་ཚོའི་བོད་མི་ཚེ་རླུང་ཐམས་ཅད་ལ། རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་བཀའ་འིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ།
- ༡༥༽ ལྷང་དོར་གནད་ལ་མཁས་པའི་སླ་མ་མཚོག། འཇམ་གླིང་ཡོངས་ཀྱིས་དགའ་བའི་བཙུག་རྒྱུ་རེད།  
ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་སྦྲོང་བའི་རྒྱལ་པོ་མཚོག། བོད་ཀྱི་ཚོས་སྲིད་སྦྲོང་མཁན་པོ་སྐབས་མགོན་ཡིན།
- ༡༦༽ ང་ཚོའི་ཡུལ་མི་མང་ཆེ་ནང་བ་ཡིན། སེམས་ཅན་སློག་ལ་གཞོན་ཆེ་མ་བྱས་སྐབས།  
རི་དྲགས་རྣམས་ཀྱང་འཛིགས་པ་མེད་པར་གྱུར། བག་ཐེབས་གནས་སུ་སྡོད་པའི་མཛེས་པའི་ཡུལ།
- ༡༧༽ མཛེས་སྦྲོངས་ལྡན་པའི་ཡུལ་སྤོགས་ཚེ་རིའི་སར། མི་དམངས་རྣམས་ནི་སེམས་པ་བཟང་པོ་འདུག།  
ཡུལ་སྦྲོངས་མཛེས་ཆ་ལྡན་པའི་རྒྱ་གར་འདི། ལྷ་ཡི་ཞིང་ཁམས་འདྲ་བའི་སྲོང་ཁྲིར་ལེགས།
- ༡༨༽ ཉགས་སྤུག་སྤུག་སྤུག་པའི་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་དབུས། དགོན་བཟང་པོ་བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་གླིང་།  
ཕྱི་མདོ་སྤུགས་ལྡན་པའི་གྲ་བ་རྣམས། གནས་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་སྐྱ་གདུང་བཞུགས།
- ༡༩༽ ཚོས་ཀྱི་སྤང་བ་རུབ་པའི་སྤུན་གླིང་ན། གཞན་གྱི་བསམ་པ་ཇོགས་ཕྱིར་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས།  
སྤྲིང་མའི་སྤེལ་གཏེར་གསར་སྤེལ་ཞིག་བཙུགས། བསྐྱེད་པའི་སློག་ཤིང་གཞན་པའི་བཤད་སྐྱབ་ཉིད།
- ༢༠༽ ཚོས་སྤེ་དེ་རུ་བཞུགས་ན་སྐལ་བ་བཟང་། འགྲོ་དུག་དེ་ལ་བྱམས་ན་གཞན་སེམས་ཡིན།  
དུག་གསུམ་དེ་ལས་ཐར་ན་བདུད་འཇོམས་ཡིན། དམ་ཚིག་དེ་ལ་གཙང་ན་རྩིང་མ་ཡིན།
- ༢༡༽ དཀར་གསལ་ལྷ་བའི་འོད་མདངས་ཆེ་ལུགས་དེ། འཇམ་གླིང་འདི་ན་གྲིབ་ཉག་སེལ་བ་ཅམ།  
ཅ་བའི་སླ་མ་སྤུགས་བཅེ་འོད་སྦོང་དེས། སྲིད་པ་གསུམ་གྱི་སྤུན་པ་ཅད་ནས་འཇོམ།

༡༩ ། སངས་རྒྱལ་བསྟན་པའི་སྲོག་ཤིང་། དག་འདུན་འདུས་པའི་སྡེ་ཚོགས།  
དམ་པ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས། འགྲོ་རྣམས་བདེ་ལ་འདྲེན་ཤོག།

༢༠ ། ཉམ་མཁར་འབྲིང་པའི་སྐར་ཚེན་དང་། རྒྱ་མཚོར་འཛིངས་པའི་གདུང་དཀར་གཉིས།  
ཐོས་རྒྱ་ཚུང་པའི་སྤྲ་མ་དང་། མཚུངས་པར་མི་རུས་ལྷ་གྲགས་ཉིད།





ཤེས་རབ་བསྟན་པའི་བདག་པོ། ལོ་རིམ་བཞི་བཤ།

༡༩/༠༩/༢༠༡༩

- ༡ རྒྱ་ཡི་གཟི་བཟེད་ཉི་མ་བཞིན། གསུང་ནི་སྟན་པའི་འབྲུག་སྤྱོད་བཞིན།  
སྤྱུགས་ནི་རྒྱ་ཆེ་མཁའ་དབྱིངས་ལྟར། ང་ཡི་བཤེས་གཉེན་ངོ་མཚར་ཆེ།
- ༢ བཙོ་ལྗེའི་དུང་རྒྱ་དཀར་པོ་དེས། མཚན་གྱི་སྟན་པ་སེལ་བ་ལྟར།  
ང་ཡི་ཡིད་གྱི་སྟན་པ་དེ། བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱིས་སེལ་བར་བྱེད།
- ༣ བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་སྤིང་དགོན་བཞིན། ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཞིང་དེ་མཛེས།  
ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཞིང་ཁམས་བཞིན། བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་སྤིང་འདི་མཛེས།
- ༤ ལས་ལ་བར་ཆད་བྱེད་ཡག་དང་། འགོ་བ་མི་ལ་གནོད་སྦྱོན་བྱེད།  
མི་པལ་ཆེར་གྱི་དག་ཆེ་ཤོས། ལག་པའི་ཁ་པར་བདུད་དང་འབྲ།
- ༥ བ་མ་ཁྱེད་གྱི་བཀའ་འདུན་གྱིས། བྱ་ང་འཇམ་སྤིང་འདི་ན་སྦྱེས།  
བྱ་ང་ད་ལྟ་གང་ཡིན་པ། བ་མ་ཁྱེད་གྱི་བཀའ་འདུན་དེ།
- ༦ དགོན་འདིར་རྒྱ་ལོར་མང་མེད་ཀྱང་། མ་སྟན་རྒྱུན་ལ་ནི་སྟན་སྟུང་ཚོགས།  
དཔེར་ན་ཨམ་ཤིང་རྩེ་ལ། འབྲས་བུ་མང་པོ་ཡོད་པ་བཞིན།
- ༧ ཡོན་ཏན་སྦྱོང་དུས་རང་སྦྱོང་མ་བྱས་ན། རྟོན་པའི་བསྟན་བྱ་སེམས་ལ་མ་གནས་པ།  
སྦྱོང་པའི་དམ་ཚིག་རྩེ་ལ་བཞིན་མི་སྤང་ངོ། དལ་འགྱུར་མི་ལུས་དོན་དག་མེད་པར་པངས།

༩༽ རང་སྐྱོང་སྐབས་སུ་ཤག་རོགས་ཉལ་བའི་སྐབས། དགེ་བསྐྱོས་ཡོང་ནས་ལྷོས་དང་ཉལ་སྤངས་དེ།  
བྱམ་སྐྱོང་ང་གཉོང་མཁན་འདྲ་བ་ལ། ཟེར་སྐབས་ང་ནི་གང་མོ་དབང་མེད་འོད།

༩༽ བྱིན་ཅི་སངས་རྒྱས་བྱིན་ཅི་ཚོས། དེ་བཞིན་བྱིན་ཅི་དགེ་འདུན་ཉེ།  
ཀུན་གྱི་བྱེད་པོ་བྱིན་རང་ཡིན། ཅ་བའི་སྐྱེ་མ་རང་མཁུན་འོ།

༡༠༽ ཨོ་རི་ཡ་ན་ཡུལ་འདི་ལ། བཞུགས་པའི་མི་དམངས་རྣམས་བ་ཡི།  
ཁ་ནི་དུག་དང་ལག་ནི་གསེར་ཡིན་པ་གཏམ་དཔེ་ང་ཡིས་ཐོས།

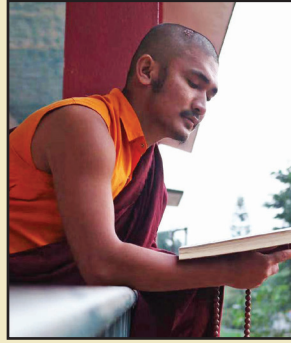
༡༡༽ བོད་ནས་འཕེབས་པའི་བོད་མི་རྣམས། རྒྱ་གར་ཡུལ་འདིར་འཕེབས་པ་ནས།  
རྒྱ་གར་མི་མཉམ་མཐུན་བྱེད་ནས། སྤུན་མཆེད་ནང་བཞིན་བཞུགས་པར་བྱེད།

༡༢༽ གཞི་ཆགས་ཨོ་རི་ས་ཡུལ་འདི། ལུ་སིམ་པོ་དང་སྐད་ཅོར་མེད།  
ཚོས་བྱེད་ཡ་སྤྱིད་བྱུ་རོ་མ། ཨེ་མ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་རེད།

༡༣༽ ལྷ་བ་དང་ནི་དགོན་པའི་མངོས་སྤྱད་རྣམས་ལ་ནི། ལུས་ལ་རྒྱན་ཆ་མེད་ཀྱང་སེམས་ལ་སྦྱིང་རྗེ་ལྡན།  
རྒྱལ་པོ་ནང་བཞིན་དབང་ཆ་ཆེན་པོ་མེད་ན་ཡང་། སེམས་ནི་དུས་ཉུག་ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་ལྡན་པ།







འཇམ་དབལ་བགྲིས། འོ་རིམ་བཞི་པ།

༢༣/༡༠/༢༠༡༩

- ༡ ་། གཟི་བྱིན་འབར་བའི་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས།། འཇམ་གླིང་འདི་ཡི་སྤྱན་པ་སེལ་བ་ཙམ།།  
རྒྱལ་བ་ཁྲིད་གྱི་སྤྱགས་དང་ཡེ་ཤེས་གྱིས།། འཇིག་རྟེན་ཀུན་གྱི་སྤྱན་པ་སེལ་བར་བྱེད།།
- ༢ ་། མཚོག་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་གྱིས་ནི།། སྤྱག་བསྐྱེད་མནར་བའི་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ལ།།  
ཉག་ཏུ་སྤྱགས་རྗེ་གཟིགས་མཁན་མཚོག་གསུམ་ཉིད།། དེ་སྤྱིར་བདག་གིས་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་བསྟོད།།
- ༣ ་། རང་དང་གཞན་གྱིས་བསགས་པའི་མི་དགོ་རྣམས།། འདི་ཡི་སྤྱམ་སྤྱིན་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་མཚོགས་འབྱུང་།།  
དེ་ལྟར་གཏན་ནས་ཉོན་མོངས་མ་འཚོས་ན།། རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་བདེ་བ་ཐོབ་མི་སྲིད།།
- ༤ ་། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་གྱི་སྤྱིར།། དཀའ་སྤུལ་བཟོད་དཀའ་གང་བྱེད་ཀྱང་།།  
རང་ཉིད་དགོ་ལ་མི་བཙོན་ན།། གཞན་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་སེལ་ལོ།།
- ༥ ་། དེང་སང་ཚན་རིག་སྤྱན་པ་མཁས་པ་རྣམས།། རང་དང་གཞན་ལ་ཕན་པ་གངས་མེད་ཀྱང་།།  
རང་ཉིད་ལུས་སེམས་དགོ་ལ་མ་བཙོན་ན།། དེ་སྤྱིར་སྤྱི་མར་དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་དཀའ།།
- ༦ ་། གལ་ཏེ་ཚེ་འདིར་སྤྱིན་པ་མ་གཏང་ན།། སྤྱི་བ་སྤྱི་མར་ལོངས་སྤྱོད་གང་འབྲུ་འབྱུང་།།  
དེ་བཞིན་རྒྱ་དང་རྒྱུན་རྣམས་མ་ཚོགས་པར།། རང་བཞིན་རྒྱ་མེད་འབྲས་བུ་འབྱུང་ཐབས་མིན།།
- ༧ ་། ལྷ་མ་སློབ་མ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་ནི།། དམ་ཚོག་གཙང་མ་འབྱུར་མེད་བཅེ་ལྡན་དགོས།།  
དེ་སྤྱིར་དགོ་ལ་བཙོན་པ་སེམས་འདི་དག། རང་དབང་ནམ་ཡང་འབྱུར་བ་མེད་པར་བགྲིས།།

- ༩༽ སྒོམ་ཆེན་སྲུང་དང་སྲུང་ཡིན་ཡང་། ཡིད་ཅན་འགྲོ་དོན་མཛད་བཅས་ཀྱང་།  
རང་སེམས་ནང་དུ་མ་བརྟུལ་ན། དཀའ་སྲུབ་མང་པོ་ཅི་ཞིག་གྲ།
- ༩༽ ས་ཆ་གང་དང་གང་འགྲོར་ཡང་། བྱིད་ལ་མི་དྲན་ཐབས་མེད་ལ།  
བདེ་སྲུག་སྒྲ་ཚོགས་གང་འཕྲད་ཀྱང་། སྤྱིང་གཏམ་བཤད་ས་ཁྲོད་ལས་མིན།
- ༡༠༽ འིན་ཏུ་བྱམས་པའི་ཨ་མ་བྱིད་རང་ནི། བདག་གིས་བྱིད་ལ་སྦྱིན་བྱ་ཡོད་མིན་ཡང་།  
བྱིད་ཀྱི་མི་ཆེ་འདི་དང་བྱི་མ་ལ། བར་ཆད་མེད་བར་དགའ་སྦྱིད་སྦྱོན་ལམ་ལྷ།
- ༡༡༽ དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཡོད་ན་ཡང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་བཟོད།  
ཐོག་མར་མངལ་ན་སྤོང་དུས་ནས། སྦྱིད་པོའི་རང་བཞིན་མིན་བར་ཤེས།
- ༡༢༽ བསོད་ནམས་ཆེ་དང་སྐྱལ་བ་བཟང་། སེམས་བསྐྱེད་ཡང་དག་གོམས་པའི་མ་སྲུས།  
བཀའ་དྲིན་དྲན་པས་འཇིགས་བྲལ་གྱིས། འགྲོ་བ་སྲུགས་བཅུས་མི་བྲལ་ཤོག།
- ༡༣༽ བ་མས་བྱ་ལ་སྲུགས་བཅུ་བཞིན། གངས་མེད་བཀའ་དྲིན་མཛལ་མི་མ་སྲུབ།  
དགོན་འདིར་བཀའ་དྲིན་བསམ་མི་བྱུང་། གཉིང་ཟབ་བརྗོད་མེད་རྒྱ་མཚོ་བཞིན།
- ༡༤༽ སྦོལ་དཔོན་བྱིད་ནི་རྩེད་དུས་ནས། བ་ཡུལ་སྤངས་ཉེ་རབ་ཏུ་འབྱུང་།  
དེ་བཞིན་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་ལྷ། རྣམ་གྲོལ་ལམ་སྦྱོན་བྱིད་ལ་བསྦྱོད།
- ༡༥༽ སྒོ་བྱུང་སྦྱིབ་གཉིས་དྲི་མ་ཡིས། རྫོངས་པའི་སྦྱིད་ལུག་བདག་ཅག་རྣམས།  
མགོན་དང་སྐྱབས་མེད་བྱིད་ཀྱིས་སྐྱབས། དགོན་མཚོག་སྦྱོར་བྱིད་ལ་བསྦྱོད།
- ༡༦༽ ཇི་ལྟར་བྱི་ལ་མཁས་མོད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་གྱི་བྱིད།  
ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་གྲ་བ་རྣམས། བཞུགས་པ་དགོན་འདི་མཚོག་ཡིན་ནོ།
- ༡༧༽ རྒྱ་དང་བོད་གཉིས་རིགས་དང་བྱུང་ཚོས་རྣམས། ཞིམས་དང་སྦྱོད་བ་འིན་ཏུ་བྱིད་འདོད་ཀྱང་།  
གང་ལྟར་ཕན་ཚུན་རྒྱ་བོད་དག་འགྲུར་ཀྱང་། ཡིད་ཅན་ཀུན་གྱི་བདེ་འདོད་རྒྱ་གཅིག་ཡིན།



རྩོམ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན་ ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བཤམ་གྱི་ཐོ་ལོ་བཤམ་

༠༩/༡༠/༢༠༡༩

- ༡ ་ བོད་པའི་ཡུལ་འདི་གཙང་མ་སྐྱེད་པོ་དང་། གནམ་གཞིས་གང་མོ་རྣམ་ཡང་བྲན་མི་བཅེད།།  
ཚོན་མདོག་དཀར་པོ་སྒྲོ་སྒྲོར་སྐྱེད་མེད་དགལ། ཡུལ་དེ་དགའ་བའི་ཡིད་ནི་ཞིང་ཁམས་བཞིན།།
- ༢ ་ ང་ཡི་སྐྱེད་པ་དགོན་པ་ཞིང་ཁམས་བཞིན།། སྐྱེད་པོ་བདེ་ཡོད་སེམས་པ་བཟང་།།  
ལྷགས་རིས་བསྐྱར་བའི་ལྷགས་འདི་ནག་པོ་དང་། དགོན་པ་ཞིང་ཁམས་ཡོད་པ་ཚོགས་བཞིན་དུ།།
- ༣ ་ ལྷ་ཁང་རྗེས་པོ་བཞེངས་པ་དགའ་བ་དང་།། སྐྱེད་མེད་སེམས་ནི་འགོ་བ་རིགས་དུག་སྒོན།།  
སྒོན་ལམ་འདེབས་པ་པ་མ་སེམས་ཅན་ཡང་།། དུག་ལྷ་སྐྱེད་པའི་ཐར་བ་སྐྱུར་འཕྲོ་བ་ལོག།།
- ༤ ་ རང་ཡུལ་སྐྱེད་པོ་ཅེ་མོ་སྐྱེད་པ་དང་།། བལ་ཡུལ་འགོ་བའི་སེམས་པ་རྐང་བ་ཡང་།།  
ཡུལ་འདི་སྐྱོགས་བཞི་མཚམས་བཞི་འགའ་མི་འགོ། རང་ཡུལ་གང་འགོ་སེམས་པ་ཞིང་ཁམས་བདེ།།
- ༥ ་ ངའི་ཡུལ་ནི་དགའ་བའི་ཞིང་ཁམས་འདིར།། ཉེ་མ་དང་ནི་མཛེས་མ་སེམས་རང་ཡུལ།།  
ཞིང་ཁམས་ཡུལ་ནི་དགའ་བའི་སེམས་པ་ཡང་།། ལམ་ཡང་མི་བཅེད་པ་མ་ཉིད་ཀྱི་དེན།།





༡༩/༡༠/༢༠༡༤

དོ་རྗེ་དོན་གྲུབ། ལོ་རིམ་དང་པོ།

བསྟོན་ཆེན་མོ།

- ༡ ་ ལྷོང་རྗེ་ཆེ་བས་འགྲོ་ལ་རྟལ་ཏུ་གཟིགས། ། གསུངས་དབྱངས་སྟོན་བས་ཟབ་ཆོས་ན་བར་སྟོབ། །  
རིས་མེད་བརྟེན་བས་བྱ་བ་ཞིན་སྟོང་མཛད་པ། ། བརྗོད་པར་དཀའ་བའི་དྲིན་ཆེན་སྐྱེ་མ་ཡིན། །
- ༢ ་ ཟས་ནོར་ལོངས་སྟོང་ཁེངས་པའི་གསེར་གྱི་གཞོང་། ། མི་དགོ་སྟོང་ཞིང་དགོ་སྐྱབ་ཁོ་མམ་པའི་ཞིང་། །  
སྐྱ་སེར་པོ་མོ་མཉམ་དཀའ་ཤར་བའི་ཡུལ། ། སུམ་ཅེན་ལྷ་ཡུལ་གྱིས་ཀྱང་འགྲན་མི་པོད། །
- ༣ ་ ལྷོངས་འདྲིར་སྐྱེས་པའི་སྐྱ་སེར་པོ་མོ་རྣམས། ། ཆོས་ལ་དད་བ་ཆེ་ཞིང་བརྟེན་སེམས་ཆེ། །  
དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་དཀའ་བའི་ལས། ། སྐྱབ་ལ་རྣམ་གཤེད་མེད་པར་ལྷན་ཏུ་བརྟོན། །
- ༤ ་ ང་ལ་ཡོད་པའི་དགོ་ཆེན། ། སེམས་བ་བཟང་པོ་རེད་འདུག། །  
འཇོམ་སྐྱིང་འདི་ཡི་ནང་ལ། ། ཁྱེད་བཞིན་རག་རྒྱ་ཁག་སོང་། །
- ༥ ་ ཁྱོད་ནི་ང་ཡི་ལམ་སྟོན། ། དྲིན་ཆེན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན། །  
ཞབས་ལྷུང་ཡི་དམ་བཅའ། ། བརྟེན་པོ་ང་ཆོའི་འགན་ཁུར། །
- ༦ ་ འཇོམ་སྐྱིང་སྤྱིའི་སྟོབ་སྟོང་། ། ཆང་མས་སུ་མཐུད་སྟོང་དགོས། །  
སེམས་ཤུགས་འཆགས་ནས་མ་སྟོད། ། སྟོབ་བ་སྐྱེད་ནས་སྟོང་དགོས། །
- ༧ ་ བསྟོན་དང་ཆབ་སྲིད་རང་རིགས་རིག་པའི་གཞུང་། ། འཛིན་ཅིང་སྤེལ་ལ་གཞོལ་བ་ཁྱེད་གྱི་མཚན། །  
ནམ་ཡང་མི་རྒྱབ་བསྐྱལ་བ་ཇི་སྲིད་བར། ། མཁའ་ལྟར་ཀུན་ཁྱབ་སྟོན་ལམ་རེ་འདུན་ཡོད། །

༩༽ ལྷོ་ལྷོགས་རྒྱ་མཚོའི་སྐོང་ན། ངང་བའི་ངང་ལྷུག་འཁྲིད་དུས།  
བྱང་བཅེ་བས་སྐོང་མཁན། བྱམས་ལྷན་ཨ་མ་བཅ་བྱུང།

༩༽ དགོ་ཆེན་བཟང་པོས་ཁྲིད་པའི་སྐོབ་བྱ་དེ། དགོ་ཆེན་འབྲུམ་ཐག་དབྲུས་ན་མཚོག་ཏུ་གྱུར།  
དགོ་ཆེན་ངན་པས་བསྐྱངས་པའི་སྐོབ་མ་དེ། དགོ་ལ་མི་དགའ་སྤྲིག་པའི་ལམ་ལ་འབད།

༩༽ དཀའ་དབྱུང་ཁུར་ཏུ་འབྱེད་ལུས་ན། བྱ་བ་གང་ཡང་དཀའ་བ་མེད།  
ཚུ་ཡི་ནང་དུ་ལྷུགས་པ་དེར། རི་ལྟར་ཆར་གྱིས་གཞོད་མི་འགྱུར།

༡༠༽ རིན་ཆེན་སྐོན་མེར་སྟེན་བྱས་ན། ལུན་པ་སེལ་ཞིང་སྤང་བ་གསལ།  
དེ་བཞིན་དམ་པའི་བཤེས་ལ་བསྟེན། ལུན་པ་སེལ་ཞིང་ཤེས་རབ་གསལ།

༡༡༽ འཁོར་བའི་བྱ་བ་སྤྲིང་པོ་མེད་མཐོང་ནས། ཚོས་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་བཟུང་དགོས་དེས་མེད་མོད།  
འོན་ཀྱང་སེམས་དང་བྱམས་སྤྲིང་མ་བྱམས་ནས། བྱ་བྱེད་གཟུང་དགོས་བསམ་པ་མ་དོར་ཨང།

༡༢༽ ལྷིང་རྗེ་ཆེ་བས་འགྲོ་ལ་རྟག་ཏུ་གཟིགས། གསུངས་དབྱངས་སྟོན་པས་ཟབ་ཚོས་ན་བར་སྐྱོག།  
རིས་མེད་བཅེ་བས་བྱ་བཞིན་སྐོང་མཛད་པ། བརྗོད་པར་དཀའ་བའི་དེན་ཆེན་སྐྱ་མ་ཡིན།

༡༣༽ གསང་ཆེན་སྤྲ་འགྲུར་བསྟན་པའི་གཙུག་རྒྱན་མཚོག། ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་བཤེད་སྐྱབ་མངའ་ཐང་ཀུན།  
རྒྱལ་ཁམས་ལྷོགས་མཐའ་ཀུན་ཏུ་ཁྲབ་པ་དང་། བདེ་སྦྱིད་ཉི་མེད་བཞིན་དུ་འཆར་བར་མཛད།

༡༤༽ ཟས་ནོར་ལོངས་སྐྱོད་ཁེངས་པའི་གསེར་གྱི་གཞོང་། མི་དགོ་སྐོང་ཞིང་དགོ་སྐྱབ་ཁོམས་པའི་ཞིང་།  
སྐྱ་སེར་པོ་མོ་མཉམ་དགའ་ཤར་བའི་ཡུལ། ལུས་ཅེན་ལྷ་ཡུལ་གྱིས་ཀྱང་འགྲན་མི་པོད།

༡༥༽ ལྷོངས་འདིར་སྐྱེས་པའི་སྐྱ་སེར་པོ་མོ་རྣམས། ཚོས་ལ་དད་པ་ཆེ་ཞིང་བཅེ་སེམས་ཆེ།  
དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་དཀའ་བའི་ལས། སྐྱབ་ལ་རྣམ་གཡེང་མེད་པར་ཤིན་ཏུ་བཅོན།

༡༦༽ བྱ་བ་པན་ཚུན་བཅེ་སེམས་དེ། རི་བོ་བཞིན་དུ་ཆེན་པོ་དགོས།  
བྲག་རི་བཞིན་དུ་བརྟན་པོ་དགོས། རྒྱ་མཚོ་བཞིན་དུ་གཉིང་ཟབ་དགོས།





ཤེས་རབ་ཚེ་རིང་ལོ་རིམ་བཞི་པ།

༢༣/༡༠/༢༠༡༩

༡ ་ རྒྱལ་པོ་བཞིན་དུ་གཏེར་གསར་བསྟན་པ་སྐྱོང་། གྲུ་མང་རྣམས་ལ་པ་མས་བྱ་བཞིན་བཅེ།  
གཞན་དོན་ཁོ་ནར་སྐྱབ་པས་དིན་ཆེན་བྱེད། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བྱེད་འདྲ་ཐོབ་པར་དགའ།

༢ ་ པ་ཡུལ་སྤངས་ཏེ་རྒྱ་གར་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན། རྟེན་པར་དགའ་བའི་ཚོས་དེ་བདག་ལ་སྐྱབ།  
རྟེན་པར་དགའ་བའི་ཚོས་དང་ཕྱད་གྱུར་ནས། མི་ལུས་བཟང་པོ་ཐོབ་པ་བདག་གིས་བསམ།

༣ ་ འཁོར་བའི་མཚོ་ལས་འགོ་བསྐྱོལ་བའི་ཕྱིར། བདེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཐར་བའི་ལམ་བསྟན་པ།  
གནས་པར་དགའ་བའི་ཚོངས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། ཐར་བའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

༤ ་ སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྐྱབ་བསྐྱེད་བསམ་པའི་ཕྱིར། ཡུལ་ངན་སྤངས་ནས་ནགས་འདབས་ཉིད་དུ་ཕྱིན།  
གཞན་ཕྱིར་སྐྱབ་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་སྐྱོང་གྱུར་ནས། རྩོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་བྱེད་ལ་རྟེན་པར་གྱུར།

༥ ་ བ་དུས་བྱེད་གྱིས་སྐྱབ་པ་གཡོག་རྒྱགས་བཞིན། བུམས་སྐྱོང་པ་མས་བྱ་ལ་བཅེ་བ་ལྟར།  
བརྗེད་པར་དགའ་བའི་ང་ཡི་དགོ་ཚུན་མཚོག། བྱེད་ལ་དིན་ལན་བྱ་ངས་ལོས་ཀྱང་འཇུག།

༦ ་ དིན་ཆེན་སྐྱེ་མ་བསོད་ནམས་བཟ་ཤེས་བྱེད། བུམས་བཅེ་དབང་གིས་འགོ་བ་ཡོངས་ལ་བྱེད།  
བྱེད་དང་མཚུངས་པ་སྐྱེས་པོ་ཆེན་པོ་ནི། ཡོ་རི་ས་ཡི་ཡུལ་ན་ཡོད་མ་ཡིན།

༧ ་ རྒྱ་གར་ཚེ་བའི་ཡུལ་དང་ཉི་མའི་འོད། ཤིན་ཏུ་ཚེ་བའི་ལྷགས་ཚིག་མེ་རི་ལྟར།  
བྱ་རུ་བྱེད་པོའི་དབང་གི་སྐྱབས་མ་སྐྱ་ཡིས། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྐྱབ་བསྐྱེད་སྐྱབ་པར་བྱེད།

- ༩༽ རིན་ཚེན་སྒྲ་མའི་གདམས་ངག་དེ། ལན་གཅིག་ན་བར་ཐོས་པའི་ཚེ།  
ས་མཐར་བྱམ་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། སྒོ་སེམས་དེ་ལ་གཙུག་པ་ཡིན།
- ༩༽ རྒྱ་གར་དམ་ཚོས་གནས་འགྲུང་པའི་ཡུལ་འདི་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དེམ་བཞིན་མང་པོ་སྒོན།  
དེ་དག་ཀུན་གྱིས་དམ་ཚོས་རབ་བསྐྱེད་པས། རྒྱ་གར་དམ་ཚོས་འགོ་ལ་རབ་ཏུ་སྒྲེལ།
- ༡༠༽ ས་ལ་དགའ་བ་ཡུལ་མཚོག་ཨོ་ཏེ་ས། སངས་རྒྱུད་ཞིང་དང་འབྲེ་བའི་དགོན་པ་ཡོད།  
དགོན་འདིར་བཞུགས་པ་སྐྱོ་བ་སྐྱོ་བ་དཔོན་རྣམས། སུན་མོངས་མིན་པའི་ཡོན་ཏན་སྐྱགས་ལ་མངལ།
- ༡༡༽ རྒྱ་གར་ཨོ་ཏེ་སའི་ཡུལ་འདི་ན། མི་དུགས་སྐྱོ་བོ་མང་པོ་གནས་འགྲུང་པའི།  
བཟའ་བཏུང་རྟེན་གྱིར་ཉིན་མཚན་བཙོན་པས་ཀྱང་། དབྱུང་འཕོང་སྐྱག་བསྐྱེད་དེ་རྣམས་སེམས་མི་སྐྱབ།
- ༡༢༽ རྒྱ་གར་དམ་ཚོས་གནས་པའི་ཡུལ་ལྗོངས་ཨོ་ཏེ་ས། བལྟ་ན་རང་བཞིན་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་འདིར།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་མང་པོས་ཞབས་བཅགས་པའི། ཡུལ་ལྗོངས་འདི་རུ་ཚོས་གྱི་ཉི་མ་ཤར།

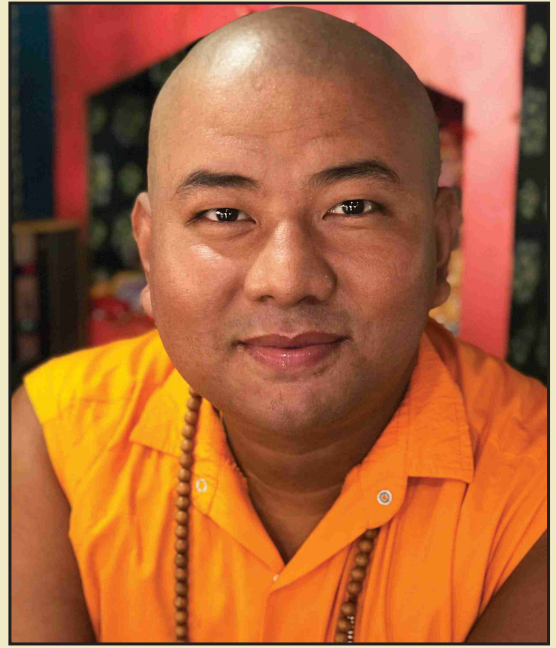








ལྗ །དགོན་པའི་སྐྱམ་སྐལ་བཟང་ཉིམ་རིན་པོ་ཆེ།



ལྗ །དགོན་པའི་དབུ་འཛིན་སྐྱམ་བསོད་ནམས་བཀྲ་ཤིས།

### ཚུལ་སྐྱིལ་ཚོགས་ཚུང་།



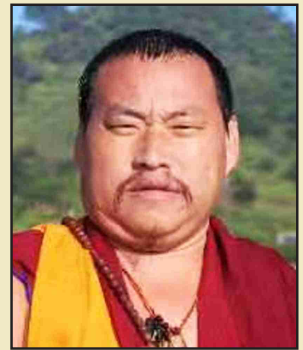
བཤད་གྲུ་ཚོགས་གཙོ་སློབ་དཔོན་ཨོ་རྒྱན་ཚེ་རིང་།



སློབ་དཔོན་བཀྲ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ།



སློབ་དཔོན་ཀུན་ལས་དཔལ་འབྱོར།



སློབ་དཔོན་ཐུབ་བསྟན་དབང་ལྷུག་



# བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་གླིང་གི་མཚན་དོན་ནི།

༡། །བདུད་ཅེས་པ་ནི། དག་སྤོང་གི་འབྲས་བུ་བཞིའི་ནང་གསེས། །ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒོམ་སྤང་ཐམས་ཅད་  
སྤངས་པས་བདུད་བཞིའི་དབྱ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་བཅོམ་པའོ།།

འདུལ་ཞེས་པ་ནི། །ལུང་ཨ་རུ་ཡོ་གས་དུག་རྣམ་ལྟ་འདུལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུར། དགྲིངས་དང་ཡེ་ཤེས་སུ་གཉིས་སུ་  
འཛིན་པ་སྟེ། དགྲིངས་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་འདུལ་བའོ།། །ཨ་རུ་ཡོ་གས་ཚོགས་ཆེན་ལྷ་བཀའ་འབྲུམས་པ་ལ།  
ཆོས་ཉིད་རོལ་བའི་སྤང་བ་ཆོས་སྐུར་རྟོགས་པར་བྱས་ཏེ་འདུལ་བ་དང་། ཚོགས་པ་ཆེན་པོ་རང་གི་གོལ་སར་སོང་བ་ལ།  
རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོས་འདུལ་བ་དང་། ཚོགས་ཆེན་ལྷ་བཀའ་འབྲུམས་སོ་སོའི་སྤྱོད་པ་བྱུང་མེད་པ་ལ། རིག་པ་  
གནད་ལ་ཕབས་ཏེ། ཆོས་ཉིད་གྱི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་ཕབས་ཏེ་འདུལ་བའོ།།

རབ་བརྟན་ཞེས་པ་ནི། །གཞོམ་གཞིག་མེད་པ་དྲི་ཚེའི་བྲག་ལྷར་རབ་ཏུ་བརྟན་ཞེས་པའི་དྲི་ཚེའི་དཔེ་ལྟར་འཁོར་འདས་སྤང་  
སྤོང་སྤོང་བཅུད་ཆོས་ཅན་གྱི་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་གང་སྤང་ཡང་སོམས་ཉིད་རང་རིག་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར། ཆོས་སོམས་དབྱེར་  
མེད་པའི་རང་ལས་སྤང་སྤོང་དབྱེར་མི་བྱེད་པ་ཉིད་གྱིས་ཆོས་ཅན་གྱི་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་ནི་ཉིད་དུ་འཛོམས་ཤིང་རང་གི་ངོ་བོ་  
ཉིད་གཞིག་ཏུ་མེད་ལ་དེ་གཉིས་མི་བྱེད་པའི་དོན་གྱིས་དྲི་ཚེའོ།། རང་རིག་པ་དའི་རང་དུ་སྐྱུན་གྱིས་གྲུབ་པ་འཛིན་པ་ནི་འཆང་  
བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གང་གི་རིག་པ་བརྟན་པ་དང་དྲི་ཚེ་ལྷ་སྤུའི་དོན་དེ་དང་ལྷན་པའི་དྲི་ཚེའི་སྐྱེའི་བྱ།

གླིང་ཞེས་པ་ནི། དཔལ་ལྷོ། བདུད་འཛོམས་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དྲི་ཚེས་ཞབས་གྱིས་བཅག་གྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པའི་  
གནས་བྱུང་པར་ཅན་དེ་ལ་གླིང་ཞེས་བྱའོ་ཞེས། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་དཔལ་རྒྱ་ལན་དུ་སློབ་སྦྱོལ་ཐབས་ལས་གྱིས་པའོ།།

༢། །འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤོང་གཅིག་ལ། །  
བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས། །  
བསྟན་པ་རྣམས་དང་བཅས་སྤྱི་དང་། །  
བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག། །

# ༡༡། །བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་གླིང་དགོན།

## DUNDUL RAPTENLING MONASTERY

Labarsing, Camp No: 3  
P.O. Mahendragada, District Gajapati  
Pin No: 761097, Odisha, India  
Email : dundul\_rabtenling@yahoo.com