

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་།

༽།

ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག།

གནས་ལ

་ས་ལྷག་ལོའམ།

ཟ࿳་ལོ་ ༡༩༧༩ ལ།

ཁྲིམས་བཟོའི་ཚོགས་ཚུང་།

བཀྲི་ཤིས་ཚས་ཚྱང་ཐིམ་ཕུག།

ཨང་	ལེའུ་ཚན་དབྱེ་བའི་དཀར་ཆག་	ཤོག་གངས་
༡)	ནང་སྤྱད་ཆོན་པོའི་བཀའ་ཤོག་	༡-༥
༢)	ཆོན་བཅོམ་	༥-༡༢
༣)	དཀར་ཆག་	༡༣-༣༦
༤)	ལེའུ་དང་པོ་ས་གནིས་ཁ་མོར་བཀོད་ཐང་	༣༧-༥༥
༥)	ལེའུ་གཉིས་པ་ཁ་མོའི་ཆ་འཛོག་དང་ས་ཆའི་ཐོབ་ལམ་བཅི་ཐང་	༥༦-༥༧
༦)	ལེའུ་གསུམ་པ་ས་ཡི་དབང་ཚད་	༥༥-༦༣
༧)	ལེའུ་བཞི་པ་ས་རིན་དང་ས་ཁལ་སྐོར་	༦༤-༦༥
༨)	ལེའུ་ལྔ་པ་ས་གནི་ཉི་ཤེས་ཆོད་དང་བཞེ་སོར་	༦༩-༧༥
༩)	ལེའུ་དྲུག་པ་གཞུང་ས་བཅི་ཐང་དང་གནང་ཐང་	༧༩-༩༢
༡༠)	ལེའུ་བདུན་པ་ཆུ་ཡུར་དང་ཆུ་བྲག་གཞུང་ལམ་བཅས་	༩༣-༡༠༠
༡༡)	ལེའུ་བརྒྱད་པ་རྩ་འཛོགས་སྐོར་	༡༠༡-༡༡༠
༡༢)	ལེའུ་དགུ་པ་རྩ་སྐོར་ས་ཆའི་སྐོར་དང་རྩ་སྐོར་ས་ཁལ་ཚབ་འཛུའ་ལྷུ་འུ་	༡༡༡-༡༡༧
༡༣)	ལེའུ་བརྒྱུ་པ་ཐོག་ཆུབ་དང་བཀོ་མཐུན་སྐོར་	༡༡༨-༡༢༤
༡༤)	ལེའུ་བརྒྱུ་པ་ཐོག་རིན་སྐོར་འཇལ་སྐོར་	༡༢༥-༡༣༣
༡༥)	ལེའུ་བརྒྱུ་པ་གཉིས་པ་ས་ཡི་བྱ་བའི་གནད་སྤྱོད་	༡༣༤-༡༤༢
༡༦)	ལེའུ་བརྒྱུ་པ་ཐོབ་ས་རྩ་ཡོ་བྱད་ལ་སྐྱར་ལྷགས་	༡༤༣-༡༤༩
༡༧)	ལེའུ་བརྒྱུ་པ་ཁྲིམས་ཡིག་གི་ཚོགས་གི་འགྲེལ་བཤད་	༡༥༠-༡༧༥

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།
ནང་སྲིད་སྲིད་སླུག་ཆོན་པོའི་ཡིག་ཚང་།

ཡིག་ཨང་ ༤༥(༦)-༧༩-༡༩༩༡

བཀྲ་ཤིས་ཚོས་ཇིང་

༡

ཐིམ་ཕུག།

གནམ་ལོ་ས་ལུག་ཟླ་༡༡ ཚེས་༩ ལ།

༄༅། ༡༥ལན་ དེ་ནི་རྒྱལ་གཞུང་གི་བཀའ་དགོངས་ཅི་བཞིན་འབྲུག་གཞུང་གི་ཁྲིམས་བཟོའི་ཚོགས་ཚུང་ནས་བཙུམས་
བསྐྱེད་པ་བྱས་པའི་སྤྱི་ལོ་༡༩༧༩ ལོའི་ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག་ལེའུ་བརྒྱ་བཞི་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་མ་དེ་ལ་ རྒྱལ་ཡོངས་
ཚོགས་འདུ་ཆེན་པོ་ཐེངས་༧༥ པ་ནས་ཆ་འཛིག་གོས་ཐག་ཆོད་གྲུབ་པ་ཅི་བཞིན་ འབྲུག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་རབས་
བཞི་པ་ མངའ་བདག་འཛིགས་མེད་སེང་གེ་དབང་ཕུག་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་ནས་ཀྱང་ གནམ་ལོ་ས་ལུག་ཟླ་༩ ཚེས་༢༦
སྤྱི་ལོ་༡༩༧༩ ཟླ་༡༡ ཚེས་༡༥ ནས་ ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་པའི་བཀའ་རྒྱ་
ཐབ་མོ་སྤྱི་ཐེབས་གྲུབ་པ་ལྟར་ ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་ནང་ལྷན་ཏེ་ཁྲིམས་གཞན་དང་མངའ་བདག་རྒྱལ་ཞབས་རིམ་བྱོན་གྱི་
བཀའ་དོན་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་རིམ་པའི་གོས་ཆོད་དོན་ཚན་ཁག་བཅས་ཐམས་ཅད་གོ་བསྟར་བྱས་ཏེ་ ས་ཆའི་
འབྲེལ་གནད་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་ སྤེབས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཏེ་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་ཉིད་བཀོད་པ་ཡིག་བསྟན་ གོང་གསལ་
མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་ནས་བཀའ་རྒྱ་སྤྲོལ་བའི་ཆོས་གངས་ནས་བཟང་སྟེ་ འབྲུག་གཞུང་གི་ཁྲིམས་ཁང་ཁག་གིས་
གཙོས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆབ་འབངས་སུ་གཏོགས་པའི་མི་རིགས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་ཁྱོན་ན་གནས་པའི་མི་རིགས་ ཆེ་
འབྲིང་ཆུང་གསུམ་སུ་ཞིག་ནས་ཀྱང་ སྤྱི་ལོ་༡༩༧༩ ལོའི་ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་
པ་མ་གཏོགས་ གཞན་གང་དང་ཡང་འབྲེལ་མེད་དགོས་པ་སྟེ་ དལ་གཞིར་ལྷན་སྤྲོལ་ལྟར་ན་ ཁྲིམས་ཡིག་དེ་དག་འབྲུག་
གཞུང་གི་ཁྲིམས་ང་ཁག་ཅམ་དུ་མ་གཏོགས་ འཆར་སྤྱོད་བྱེད་སྤྲོལ་མེད་རུང་ ད་ལམ་རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་ཆེན་པོའི་གོས་
ཆོད་ཅི་བཞིན་ ཇིང་ཁག་སོ་སོའི་ཇིང་བདག་དང་ ཁྲིམས་དཔོན་ རབ་འབྲུམས་གོང་མ་རྣམས་ལ་ ཁྲིམས་ཡིག་དེ་སྤྱོད་
ཐུས་ཡོད་པ་མ་ཟད་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོའི་རྒྱུད་པོ་རྣམས་ལ་འང་ཁྲིམས་དེབ་དེ་སྤྱོད་ཅིས་ཡོད་ན་ མི་མང་ཀྱན་ནས་ཀྱང་
ཁྲིམས་དོན་ཅི་བཞིན་འགལ་མེད་དང་ཟངས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱེད་སྤྲོབ་པའི་རེ་བ་དང་ དེ་ལྟར་རང་ཁྲིམས་རང་ཤེས་སྤྱོད་
པ་ལས་བརྟེན་ནས་ རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཞི་བདེ་རྒྱུན་འཇགས་རང་བཞིན་ཤུགས་འབྱུང་དུ་འོང་བའི་ དེ་སྟོན་བཅས་འབྲུག་གཞུང་
ནང་སྲིད་སྲིད་པོའི་ཡིག་ཚང་ནས།

སྤྱི་ཚེས་༢༥-༡༢-༡༩༧༩ ལ།

(སྲིད་སླུག་ཆོན་པོ)

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་།

༩༡༩

ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག།

སྒྲིག་བརྗོད་

ཨོ་སུ་ཞི། བྲངས་ཡས་ཚོགས་གཉིས་ཟླ་བའི་མ་མ་ལས། རེགས་འབྲིངས་སྤྱད་ཞིའི་དགེ་མཚན་འོད་དཀར་འབྲུམ།
 མངོན་པར་འཕྲོ་ལ་ཟླ་མེད་ཟས་གཙང་སྤྱད། རྒྱབ་དབང་ཉ་རྒྱས་ཟླ་བར་སྤྱོད་ནས་འདྲད། རྒྱབ་པའི་རྒྱ་སྐར་བཅུ་ལ་བའི་
 ནང་། འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ངག་གི་འོད། རྩལ་འཕྲོ་བ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཟླ། ཡང་ཡང་ཡིད་ཁར་
 བཞེན་ནམ་ཀུན་མཚོད། འབར་བའི་སྤྱན་གསུམ་ཡོན་པོར་བསྐྱོད་པའི་གཟིས། བདུད་ད་པུང་བསྐྱེགས་ཀྱང་མཚོམ་
 སྤྱད་པའི་མཚོ། མངོན་པར་སྐམས་ནས་འགྲོ་ཚོགས་སྒྲོལ་བཞེད་པའི། བཞུན་སྤྱང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱད་འདི་སྒྲོངས།
 དེག་ལེགས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་གནས་རིན་པོ་ཆེ། བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ཡིད་བཞེན་གྱི། རྩོམ་བྱ་དང་མཚུངས་
 མཐའ་ཡས་རེ་སྒོར་བའི། མངའ་བདག་ཡབ་སྐུ་བཀའ་བློན་སུ་ཡིས་ལོན། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་འཕྲིན་ལས་གདུགས་
 དཀར་གྱི། ཁྲིབ་བསེལ་བཟང་པོར་བརྟེན་པའི་མངའ་འབངས་ཀྱན། དཔལ་རྟེན་རིན་ཆེན་འཚོ་བའི་རྩོམ་འཛིན་མར།
 རྒྱུད་པའི་རིང་ལུགས་བཟང་པོའི་རྒྱལ་འདི་སྤེལ། །

དེ་ཡང་སྤྱན་རྫོངས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ སྤྱན་རྒྱུན་གོང་མ་རྣམས་མས་ནས་མཛད་པའི་
 ཁྲིམས་ཡིག་ཞལ་ལྗེ་ལ་སོགས་པ་མང་དུ་མཆིས་པ་དེ་དག་རྣམས་ནས་ མངའ་བདག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་གསུམ་པ་
 འཇིགས་མེད་རྩི་རྩི་དབང་ལྷུག་གི་ཞབས་ནས་ཡང་ཞུན་སྤྱོད་པོར་བསྐྱེལ་ནས་ཕྱོགས་སྤེལ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེགས་ཏེ་ འབྲུག་
 གི་ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་པོ་འདོད་དོན་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་ རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་མེ་བྱ་ལོ་འམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧
 ལོར་གཏན་འཁེབས་མཛད་གནང་བ་ཡོད་ན་ཡང་ དེང་སང་འཛམ་གླིང་གི་གནས་སྤངས་དང་ དུས་ཚོད་སོགས་གང་ཡང་
 འཕྲོ་འབྲུར་སོང་བར་བརྟེན་ ཁྲིམས་ཡིག་ཆེན་པོའི་དོན་ཚན་འགའ་ཞིག་ དེང་སང་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་གཏན་ནས་མེ་
 འདུག་པ་དང་ དེད་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱང་ཡང་རྒྱས་གོང་འཕེལ་རིམ་པར་སོང་བ་ལས་ དུས་བསྟན་གྱི་བྱ་སྒྲིལ་བྱ་བ་གསར་
 དུ་འཛོན་བཞེན་པ་རྣམས་ཀྱང་ ཁྲིམས་ཡིག་དེ་ནང་ཁ་གསལ་གང་ཡང་མེད་པ་བཅས་ལ་བརྟེན།

ད་རེས་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་སྤྱི་ལེགས་བྱས་བསྐྱོད་ནམས་ཀྱི་བགོ་སྐལ་དུ་ འོད་གསལ་ལྷ་ཡི་རིགས་ལས་བྱོན་
 པའི་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་བཞེ་བ་ སྤྱུལ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་དཔལ་འཇིགས་མེད་སང་གོ་དབང་ལྷུག་རིན་པོ་ཆེ་
 མཚོག་རྒྱལ་ཁྲིམ་བྱོན་པ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་མང་གི་དོན་ཁོ་ན་ལ་བདག་གཅེས་སུ་གནང་སྟེ་ མངའ་ཞབས་ཀྱི་སྤྱི་འགྲོ་
 མཚོག་དམན་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་མཐའ་བདག་ རྒྱངས་པོའི་ཚངས་ཐིག་ལ་བརྟེན་ཏེ་ མངའ་འབངས་ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་གོང་
 རྒྱས་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུའི་དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེར་བཞེད་དེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་དོན་བྱེད་པོ་རྣམས་ཀྱང་བསྟན་སྤྱད་ཀྱི་བྱས་ལ་
 མི་སྤྲོད་པར་ རྒྱ་གྲོས་ཀྱི་འཇུག་སྒྲིལ་ཡང་རྒྱས་པའི་ཐབས་སུ་ དེང་སང་གི་དངོས་ཡོད་གནས་སྤངས་ལ་དཔག་པའི་
 ཁྲིམས་ཡིག་གཅིག་གསར་དུ་བཙུམ་དགོས་པའི་བཀའ་ལུང་ མི་རྩི་ནང་སྤྱད་སྒྲོན་པོ་གཏམ་ཞིང་རྒྱ་གར་མཚོག་གི་དབུ་
 གཙོས་རྒྱ་གྲོས་ཚོགས་སྤྱེ་དང་ ཁྲིམས་ཁང་གོང་མར་བསྐྱེལ་ཐབས་བྱུང་བའི་བཀའ་དོན་བཞེན་ ལས་ཁུངས་དེ་དག་གི་
 དཔོན་ཁག་ལྷན་འཛོམས་ཐོག་ནས་ གཤམ་གསལ་གྱི་འབྲུས་མི་སོ་སོར་བཏོན་ཏེ་ཁྲིམས་བཟོའི་ཚོགས་རྒྱུད་ཞིག་ལོགས་སུ་
 བཅུགས་པ་ནི།

- ༡) ཁྲིམས་བཟོ་ཚོགས་པའི་གཙོ་འཛིན་ གཞུང་བཀའ་རྒྱུན་རྒྱ་ལག་རྩི་རྩི།
- ༢) རྒྱ་གྲོས་ཚོགས་སྤྱེ་ནས་སྤྱི་ཚབ་ དགོ་འདུན་འབྲུས་དཔོན་རྣམས་མཛོ་སྐོར།
- ༣) ། ། མི་སེར་འབྲུས་དཔོན་འགྲོ་ཞོས་རྣམས་གསང་ལྷགས།
- ༤) ། ། མི་སེར་འབྲུས་དཔོན་འགྲོ་ཞོས་རྣམས་ལྷ་དུར།

ལ) ཁྲིམས་ཁང་གོང་མ་ནས་སྐྱེ་ཆ་བ་

ཁྲིམས་དཔོན་དག་ཤོས་ཀྱི་ཆེ།

༤) །

།

རམ་འབྲུམས་གོང་མ་རེན་ཆེན།

ལ) ཁྲིམས་བཅོམ་བྱུང་ཆེ་

རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུའི་བྱུང་ཆེ་སངས་རྒྱལ་ཆེ།

བཅས་ནས་གཅོམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་པོ་འདོད་དོན་ཀྱན་གསལ་མེ་ལོང་ལ་
གཞི་བཅོལ་ཞིང་ དེ་ལ་རང་ཡུལ་གྱི་གོམས་སྲོལ་གཅོམ་བཅོམ་བཅོམ་པའི་ཐོག་ནས་དེ་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་དཔག་པའི་
ཉེར་མཁོའི་ལམ་སྲོལ་རེ་ཡང་གསར་དུ་བཀོད་པ་སོགས་ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་པོར་ཁ་སྐོང་དང་བསྐྱར་བཅོས་གང་འོས་བྱས་
ཤིང་ དེ་ཙམ་མཁོ་གལ་མེ་ཆེ་བའི་རིགས་ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་པོར་ལས་བཅོམ་ཏེ་བཞག་པ་སོགས་ལེགས་བཅོས་གང་བཟང་
བྱས་པ་དེ་ལ་ ཁྲིམས་བཅོམ་ཆོག་པའི་རྒྱུ་ནས་ སྤྱི་ཚུངས་ལས་ཁུངས་ཁག་སོ་སོར་རེ་བསྐྱལ་ཞུས་དོན་ལྟར་ གནང་
འབྱོར་བྱུང་བའི་བཟང་པོའི་བསམ་འཆར་རིགས་ཀྱང་བཀོད་པ་ནས་ རྒྱ་གྲོས་ཚོགས་སྡེ་དང་ ཁྲིམས་ཁང་གོང་མ་འདི་དཔོན་
ཁག་གིས་གཅོས་ རྒྱང་ཁག་སོ་སོའི་ཁྲིམས་དཔོན་ཆེན་འཛོམས་ཀྱི་ཞལ་འཛོམས་ནང་བཅུགས་ཤིང་ དེ་ནས་ཀྱང་ཞིབ་
འབྲུག་གོ་བསྐྱར་ཐེང་མང་བྱས་ཏེ་ གལ་མེ་ཆེ་བ་དང་ རྒྱལ་དང་མ་མཐུན་པའི་རིགས་ ཁྲིམས་ཡིག་གི་སྒྲིབས་ལས་བཅོམ་
ཅིང་ དེ་དང་དེ་ནམས་དགོས་གལ་ཆེ་ཞེས་བརྗོད་བྱུང་བ་སོགས་གསར་དུ་བཀོད་དེ་ ཡུགས་སུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཏན་ཐབས་
དང་འཕྲུལ་དུ་གོ་བདེ་བ་གཅོམ་བཅོམ་བཅུང་སྟེ་ ཟིན་ཟིན་སུ་བཀོད་པའི་ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག་དེ་ཉིད།

རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་ཆེན་པོ་ཐེངས་ ༤ པར་ཚོགས་འདུའི་སྤྱི་མེ་ཡོངས་ལ་གཞིགས་འབྲུལ་དུ་ཁྲིམས་ཡིག་
འབྲེ་རེ་ཡུལ་ཞིང་ གོ་བ་མཐུན་ཕྱིན་བཀའ་ཏེ་ཞུས་པ་ནས་ ཚོགས་འདུའི་སྐྱེ་ཆ་བ་སོ་སོ་ནས་ཀྱང་ མེ་མང་གི་བདེ་སྐྱུག་ལ་
ཕན་གཞོན་གང་ཡོད་ཞིབ་ལྟ་ཀྱིས་ དེ་ལ་ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ཡུལ་སྲོལ་ལ་དཔག་པའི་ རུང་དང་མི་རུང་བའི་གནད་
གང་མཆིས་ ཁྲིམས་ཡིག་དེ་ལ་མཆན་སྡེ་བས་འགོད་དེ་ ཁྲིམས་ཡིག་ཞུན་དག་བཅོ་ཆེད་རྒྱ་དོ་བྱུག་གི་རིང་ དུས་འབྲུག་གི་
གོ་སྐབས་དང་བཅས་གནང་བ་ནས་སྤྱི་ཡོངས་ཏུ་ཆ་ ༥ པའི་ཆེས་ ༥ པའི་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་ ༤ པའི་
སྐབས་སུ་ མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་དབུ་གཅོས་ ཆོས་ཚོགས་གྲུ་ཆེད་དགེ་འདུན་ གཞུང་འཛིན་ཆོན་པོ་ཁག་དང་
མཐའ་དབུས་མེད་པའི་མི་སེར་སྐྱེ་ཆ་བ་ལྟན་ཆོག་གི་མདུན་སར་ ཆོག་དོན་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ཞུན་དག་དཔྱིས་ཕྱིན་མཛད་
ཅིང་ ཚོགས་འདུའི་སྐྱེ་ཆ་བ་སོ་སོ་ནས་གནང་བའི་ འོས་བབས་ལྟན་པའི་བསམ་འཆར་གྱི་མཆན་ཡིག་ནམས་ཀྱང་ཁྲིམས་
ཡིག་ངོ་མའི་གངས་སུ་བཀོད་དེ་ གོང་གསལ་ཚོགས་ཐེངས་ཀྱི་གྲོས་ཚུལ་དོན་ཆེན་ ༦ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ རྒྱལ་
ཡོངས་ཚོགས་འདུ་ཆེན་པོ་ནས་ཆ་འཛིན་ མཐའ་འཁྱོས་མཛད་གྲུབ་པ་ཇི་བཞིན་ བརྒྱད་འཛིན་རྒྱལ་རབས་བཞི་པ་མངའ་
བདག་འཛིན་མེད་སེང་གོ་དབང་ཕྱུག་གི་ཞབས་ནས་ཀྱང་ རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ས་ལུག་རྩ་བ་
༩ པའི་ཆེས་ ༡༦ ནས་སམ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༩ རྩ་བ་ ༡ པའི་ཆེས་ ༡༥ འི་ཉིན་ནས་བཟུང་སྟེ་ ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག་
འདི་བཞིན་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་པའི་བཀའ་ཡི་གནང་བ་བསྐྱལ་གྲུབ་པའོ། །

སྐར་སྟོན་པ། ཅན་དན་ནགས་ཀྱི་ཕྱིང་ཁང་མངོན་དགའ་བར། །བཀྱི་ཤེས་འོད་ཚོད་ས་འབྱེད་བཞེད་དཔལ་འབྲུག་
པའི། །ཆོས་སྤྱད་འཕྲན་ལས་རྒྱ་མཚོའི་སྟེང་པོ་དེ། །དང་བའི་དགེ་མཚན་ཉམས་པར་མ་གྱུར་ཅིག། །སྐར་སྟོན་ལྟོ་ལྟོ་སྐྱུག་
པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི། །མངའ་བདག་བརྒྱད་འཛིན་དབུ་འཕང་མངོན་མཐོ་ཞིང་། །དཔོན་འབངས་སྐྱ་མེ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་རྒྱན་
དུ། །ཞབས་པད་མི་ལོ་འབྲུམ་ཕྱག་བརྟན་པར་ཤོག། །ཁབ་སྤྱད་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བའི་འཕྲུལ་སྟོན་ནམས། །བྱུས་ངན་གཡང་
སར་ནམ་ཡང་མི་ལྷོང་བར། །རྩེ་ལ་གྲུས་ཤིང་འབངས་ལ་བཅེ་བ་ཡི། །ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་བཞིན་བྱེད་རུས་ཤོག། །རྫོངས་
འདིའི་མངའ་འབངས་སྐྱེ་རྒྱ་པོ་མོ་ནམས། །སེམས་ཀྱི་སྤང་པོ་འདོད་ལྟེ་ཞགས་པ་ཡིས། །མ་ཟེན་ཁྲིམས་གཞུང་པརྒྱའི་
སྤྱོད་ཆལ་དུ། །སྤྱོད་གསུམ་བག་ཡོད་ར་བར་རྒྱུད་གྱུར་ཅིག། །འདིར་འབད་ལེགས་བྱས་སྐྱེ་བ་ལྟ་པ་ཡིས། །སྤྱིང་སྟོན་བཀྱ་

ཤེས་གཡས་སུ་འབྱུང་བའི་འཇུག་། །མི་ཐད་ནི་རྗེའི་དབང་ས་ལྡན་ཆོས་ཀྱི་དྲུང་། །སྤྱི་ཤུ་ན་བའི་བདུད་ཅིར་སྤྱོད་ཀྱི་ཅིག་།
 །རྩ་ལམ་ཕ་མཐར་གཏུགས་པའི་མ་ཀུན་དང་། །རྩ་ཡུལ་སྤྲོད་སྤྲོང་ས་འཛིན་མར་རྒྱ་བ་ན་མས། །རྩ་དབང་བདེ་འབྱོར་
 དངོས་མཚུངས་རྟག་སྤྱོད་པའི། །རྩ་མཚོག་རིན་ཆེན་གསུམ་ཀྱི་བཟ་ཤིས་ཤོག། །

རབ་བྱུང་བརྒྱ་དྲུག་པའི་ས་ལུག་ལོ།
 ཟ࿳་ལོ་ ༡༩༧༩།

ཁྲིམས་བཅོའི་ཚོགས་ཆུང་།
 བཟ་ཤིས་ཆོས་རྫོང་།
 ཐིམ་ཕུག།

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་།

༽ཀ༽

ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག།

དཀར་ཆག

ཨང་

ཙ་དོན་

སྤྱོད་བརྗོད་

༽ལྷུ་དང་པོ་ས་གཞིས་ཁ་མོར་བཀོད་ཐང་༽

- ཀ༽ ༡-༡ ཁྲིམས་དོན་དང་མ་འབྲེལ་བར་ས་ཁམས་བརྒྱུར་བཀོད་བྱ་མི་ཚོག་པ།
- ཀ༽ ༡-༢ ས་ཁམས་སྤྱོད་བརྒྱུགས་ཀྱི་དབང་ཚད།
- ཀ༽ ༡-༣ ས་ཁམས་ནང་མིང་གསལ་སྤྱོད་བརྒྱུགས་བྱ་སྐབས་ཁྲིམས་ཁང་གི་ཡི་གེ་དང་འབྲེལ་བའི་ ནང་ཁྲིད་སྤྱོད་པའི་
གནང་བ་ཞུ་ཐང་།
- ཀ༽ ༡-༤ ས་ཁམས་ནང་མིང་གསལ་སྤྱོད་བཀོད་བྱ་སྐབས་བརྒྱན་དགོས་པ།
 ཀ༽ གསལ་རས་ཐོབ་ཐང་དང་ས་གསར་ཞུས་པའི་རིགས།
 ཁ༽ སྤྱོད་བ་བཀོད་བཤའ་ཐོབ་པའི་རིགས།
 ག༽ ས་གཞིས་སྤྱོད་པར་ཐོབ་པའི་རིགས།
- ཀ༽ ༡-༥ ཁ་མོར་མིང་གསར་སྤྱོད་ཐང་གཞན་ཡང་།
- ཀ༽ ༡-༦ ས་གཞིའི་རིགས་ཁ་མོར་མིང་གསལ་ཐོབ་ཐང་།
- ཀ༽ ༡-༧ ལོན་མ་སྤྲོད་པའི་མིང་དུ་ཁ་མོར་བཀོད་ཐང་།
- ཀ༽ ༡-༨ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ནང་མིང་ས་ཁམས་བཀོད་ཐང་།

ཉལའུ་གཉིས་པ་ ཁྱ་མོའི་ཆ་འཛོག་དང་ས་ཆའི་ཐོབ་ལམ་བརྩི་ཐང་།

- ཀ། ༢-༡ ལག་བཞག་ཁྱ་མོར་ཆ་འཛོག་མེད་པ།
ཀ། ༢-༢ གཞུང་དབང་གྲ་ཚང་ དགོན་མེད་དང་ སྒྲེང་གི་རྩ་ཁང་དགོན་མེད་ ཁྱ་མོའི་ཆ་འཛོག་བརྩི་ཐང་།
ཀ། ༢-༣ ཁྱ་མོར་མིང་གསལ་ཅན་གྱི་མི་དེ་ཡི་དབང་ཆ།
ཀ། ༢-༤ ས་གསར་ལ་བཀའ་ཤོག་དང་ཁྱ་མོ་གཉིས་དབང་ཚད་གང་ཆེའི་དབྱེ་བ།
ཀ། ༢-༥ ཁྱ་མོ་གསར་རྒྱུང་ནང་གི་མིང་གསལ་ཅན་དབང་ཚད་གང་ཆེའི་དབྱེ་བ།
ཀ། ༢-༦ ཁྱིམ་སྡོད་ ༡-༢-༤ པ་དང་ ༢-༥ པ་ལས་འགལ་བའི་ཉེས་བྱས།
ཀ། ༢-༧ ཁྱ་མོ་རྒྱུང་པའི་ཆ་འཛོག།
ཀ། ༢-༨ ས་ཆའི་གནད་དོན་ལ་བརྟེན་པའི་བཀའ་ཤོག་དང་ཚོག་ཐམས་གསར་རྒྱུང་གི་ཆ་འཛོག།

ཉལའུ་གསུམ་པ་ ས་ཡི་དབང་ཚད་།

- ཀ། ༣-༡ ཁྱར་འཁོད་མིང་གསལ་ཅན་དང་ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ས་ཡི་དབང་ཆ།
ཀ། ༣-༢ ཁྱམ་གསར་སྤྱོད་སྐབས་འཛོགས་སོང་བའི་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ།
ཀ། ༣-༣ རང་མིང་ཁྱར་འཁོད་ཀྱི་ས་ཆ་ལ་ཞིང་ས་གསར་བཅད་ཚོག་མི་ཚོག་སྒྲོར།
ཀ། ༣-༤ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་རྩ་བོ་གཅིག་ལ་ས་ཡི་མང་ཚད་ཇི་ཐོབ་ཀྱི་ཚད་གཞི།
ཀ། ༣-༥ སོག་ཤིང་སྤྱོད་ཐང་།
ཀ། ༣-༦ ཁྱར་འཁོད་ཀྱི་ས་ཁར་ཡོད་པའི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་།
ཀ། ༣-༧ ཁྱར་འཁོད་ཀྱི་ས་ཁར་ཡོད་པའི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཤིང་འབྲས་རིགས་ཐོབ་ལམ།
ཀ། ༣-༨ རྩོང་གཞིའི་ཉེས་འདབས་དང་ཁྱམ་ཁོང་རྒྱུད་པའི་ཤིང་གི་སྒྲོར།
ཀ། ༣-༩ ཁྱར་འཁོད་ཀྱི་ས་ཆ་བསྐྱར་བཀོད་བྱ་ཐང་།
ཀ། ༣-༡༠ རང་དབང་ཁྱར་འཁོད་ས་ཆའི་ནང་དདུལ་ཐོག་ལྷུང་ར་བཅོམ་ཆོག་པ།
ཀ། ༣-༡༡ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོ་རྗེས་སུ་ཞུས་པའི་ས་ནང་གི་ཤིང་རིགས་ཐོབ་ཐང་།
ཀ། ས་དང་སྤྲགས་ཏེ་ཤིང་ཐོབ་ལུགས་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་མེད་པའི་རིགས།
ཁ། ས་ནང་གི་ཤིང་རིན་ལོགས་སུ་མ་སྤུལ་བའི་རིགས།
ག། ས་གསར་ནང་སྒྲེང་གིས་བཙུགས་པའི་ཤིང་རིགས།
ང། ས་ནང་གི་ཤིང་བཏོན་སྐབས་ཀྱི་རྒྱུད་འབྲས་ཕོག་ལམ།

ཉལའུ་བཞི་པ་ ས་རིན་དང་ས་ཁལ་སྒྲོར་།

- ཀ། ༤-༡ ས་ཁལ་ཕོག་ཐང་།

- ྐ་ ༤-༢ ས་མཚམས་ཡོད་པའི་ས་ལྷག་ཐོབ་ཐང་།
 ྐ་ ༤-༣ ས་ལྷག་གི་རིན་བབས་དང་ས་ཁལ་བཙུ་ཐང་།
 ྐ་ ༤-༤ ཁ་མོར་འཇུགས་རྒྱར་ཁས་ཐངས་ཀྱིས་མ་བཀོད་པར་བཞག་པའི་ཐོབ་ལམ་དང་ཉེས་ཆད།
 ྐ་ ༤-༥ སོག་གིང་ལ་ཁལ་མི་ཕོག་པ།
 ྐ་ ༤-༦ རང་མིང་ཁར་འཁོད་ས་ཆའི་ནང་གི་གིང་རིགས་ཁེ་བསྐྱར་ཆེད་དུ་སྦྱོང་ཐང་།
 ྐ་ ༤-༧ ཁྱིམ་ས་ལ་ཁལ་མི་ཕོག་པ།
 ྐ་ ༤-༨ ཁལ་རྒྱུ་དང་དགྲ་གངས་བཙུ་ཐང་།

ཉེ་ལུ་ལྷ་པ་ ས་གཞི་ཉ་བཙུང་དང་བཞེས་པ།

- ྐ་ ༥-༡ ས་ཆའི་རིགས་ཉ་བཙུང་དང་བཞེས་པ་རྒྱུ་ཐང་།
 ྐ་ ༥-༢ ས་གཞི་ཉ་བཙུང་འཐབ་རྒྱ་དང་ བཞེས་པ་སྐབས་ཁྱིམ་ས་ཁར་གི་བྱ་སྒྲི།
 ྐ་ ༥-༣ ས་གཞི་ཉ་བཙུང་དང་བཞེས་པ་སྐབས་ཀྱི་ས་ཁལ་སྦྱོང་ཐང་།
 ྐ་ ༥-༤ ཁྱིམ་ས་དོན་ ྐ་ ༥-༣ པ་དང་མ་འཁྲུག་པའི་རིགས་ཀྱི་བཙུ་ཐང་།
 ྐ་ ༥-༥ ཁེ་རྒྱུ་གཅིག་པའི་མི་རིགས་ཀྱིས་ས་ཡི་ཐོབ་ཆད་ལས་ལྷག་ལྷ་ཉ་མི་ཆོག་པ།
 ྐ་ ༥-༦ ས་ཆ་མོ་ཀར་ལྷ་ལས་མེད་པའི་ཁེ་རྒྱུ་གཅིག་པའི་མི་ནས་ཉ་བཙུང་མི་ཆོག་པར།
 ྐ་ ༥-༧ ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་དུ་སྐྱར་བའི་ས་ཆ་ཉ་བཙུང་བྱ་མི་ཆོག་པ།
 ྐ་ ༥-༨ ཉེས་ཐོན་པའི་ས་ཆའི་ཁལ་ཕོག་སྒྲི།
 ྐ་ ༥-༩ ལྷ་མོར་ས་ཆ་སྦྱང་པར་བྱིན་པ་དང་བཙུང་བ་སོགས་མི་ཆོག།
 ྐ་ ༥-༡༠ འབྲུག་པའི་མི་སེར་གྲལ་ནས་ཐོན་འདོད་ཅིན་ཀྱི་ས་གཞི་ཉ་བཙུང་འཐབ་ལྷགས་དང་གཞུང་བཞེས་མཛད་ཐང་།
 ྐ་ ༥-༡༡ ཉ་བཙུང་བྱས་པའི་ས་ཆ་དང་སྐྱགས་པའི་རྒྱུ་ཡུར་དང་ རྒྱ་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ།
 ྐ་ ༥-༡༢ ཐུན་མོང་གི་ས་ཆའི་རིགས་རྩ་བོ་ཕན་ཚུན་འདྲི་བསྐྱར་མེད་པར་བཙུང་མི་ཆོག་པ།
 ྐ་ ༥-༡༣ ཁེ་རྒྱུ་གཅིག་ཏུ་སྦྱོང་རིང་ སྐལ་བའི་ས་ཡིན་རུང་མིང་ཁར་མ་སྦྱོས་ཚུན་ཕ་མའི་གནང་བ་མེད་པར་བཙུང་མི་ཆོག་པ།
 ྐ་ ༥-༡༤ བཟའ་ཆང་ཡིན་ཀྱང་ས་ཆ་ལ་དབང་ཆད་མེད་པའི་ཡ་ཐུས་བཙུང་མི་ཆོག་པ།
 ྐ་ ༥-༡༥ ཡོ་ཐོག་བཏབ་ཆར་བའི་ས་ཆ་བཙུང་ཆེ་ལོ་ཐོག་དེའི་ཐོབ་ལམ།
 ྐ་ ༥-༡༦ ཁྱིམ་ས་དོན་ལས་འགལ་བའི་ཉེས་ཆད།

ཉེ་ལུ་རྒྱལ་པ་ གཞུང་ས་བཙུ་ཐང་དང་གནང་ཐང་།

- ྐ་ ༦-༡ བཟའ་བཤུལ་ཡིན་ཀྱང་གཞུང་སར་བཙུ་ཐང་།
 ྐ་ ༦-༢ ས་མཚམས་ཀྱི་དབྱ་བ་མེད་པའི་ས་ཆ་སྐར་འཇུག་སྐབས་སུ་ལྷག་ཐོན་པའི་ཐོབ་ལམ།

- ྐཱ་ ༤-༣ ཁྱིམས་དོན་ ྐཱ་ ༤-༤ པ་ལྟར་རི་ཞིང་དང་ཅེ་རི་བཅས་ཀྱིས་སྟག་ཐོན་པའི་ཐོབ་ལམ།
 ྐཱ་ ༤-༥ ས་ཆ་སྒར་འཇལ་སྐབས་ས་ཆད་ཐོན་པའི་ཁལ་གྱི་ཕབ་ཆག།
 ྐཱ་ ༤-༦ ས་ཆ་སྒར་འཇལ་སྐབས་ཀྱི་སྟག་ཆད་མགོ་སྟོམས་བཅི་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༧ ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ཉེར་ལྡེ་ཡོད་རིགས་ལས་སྟག་མི་ཐོབ་པ།
 ྐཱ་ ༤-༨ མིང་ཁར་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཐེངས་ཤིག་མི་དགོས་པར་བཞག་རྗེས་སྒར་ཡང་དགོས་ན་ལྷ་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༩ གཞུང་གི་བྱགས་མཁོའི་ས་ཆ་བཞེས་ཐང་དང་
 ྐཱ་ ༤-༩ པ་ལྟར་ཆབ་གནང་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༩ ས་མེད་མི་མེར་ལས་ས་ཆ་དང་ གཞུང་བཞེས་ཀྱི་ས་ཆ་དང་རིན་འབབ་གནང་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༡༠ སོག་འཕྱག་མ་བཏུབ་པའི་གསོ་ཤིང་དང་སོག་ཤིང་རིགས་ རྒྱ་ཤིང་གི་གངས་སུ་བཞག་པའི་རིགས་གཞུང་
 སའི་གལ་དུ་བཏོན་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༡༡ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་རྩ་བོ་གཅིག་ལ་ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ཉེར་ལས་བཞུལ་ཏེ་འཆང་མི་ཆོག་པ།
 ྐཱ་ ༤-༡༢ ས་གསར་ལྷ་མི་ལ་གཞུང་ནས་ས་ཆ་གནང་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༡༣ དདུལ་ཐོག་སྟུང་རའི་ཆེད་དུ་ས་ཆ་ཐོབ་ཐང་དང་ ས་ཆ་གཞན་ཡང་ཐོབ་མི་ཐོབ་ཀྱི་དབྱེ་བ།
 ྐཱ་ ༤-༡༤ ས་ཆ་ཐོབ་རྗེས་ཞག་གངས་༣༤༠ རི་ནང་འཁོད་གཞུང་ཁར་མ་འཁོད་ན་གཞུང་སར་བཅི་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༡༥ ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ཉེར་ལྡེ་ཡོད་མི་ལས་གཞུང་ལས་ས་གསར་ལྷ་མི་ཆོག་པ།
 ྐཱ་ ༤-༡༦ ས་གསར་ལྷ་ཐང་དང་གནང་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༡༧ སྐབས་བཅོལ་བ་རྣམས་ལ་གནང་བའི་ས་ཆ་གཞུང་བཞེས་གནང་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༡༨ ས་ཡི་བདག་པོ་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ཐལ་སོང་ན་ དེའི་ས་ཆ་གཞུང་བཞེས་མཛད་ཐང་།
 ྐཱ་ ༤-༡༩ དམིགས་བསལ་གནད་དོན་ལ་བརྟེན་ཏེ་ གཞུང་བཞེས་མཛད་དགོས་བྱུང་བའི་རིགས།
 ྐཱ་ ༤-༢༠ གཞུང་ས་སྟོད་པ་དང་ ཉ་བཅོང་བྱེད་པའི་ཉེས་ཁྲིམས་དང་ཉེས་ཆད།

འཁྱུ་བདུན་པ་ རྒྱུར་དང་རྒྱ་བྲག་གཞུང་ལམ་བཅས་

- ྐཱ་ ༥-༡ གཞན་ལ་གནོད་དོགས་མེད་པའི་ཕྱོགས་ནས་ རྒྱུར་དང་རྒྱ་བྲག་གསར་པ་རྒྱབ་ཆོག་པ།
 ྐཱ་ ༥-༢ སྒར་གྱི་རྒྱུར་དང་རྒྱ་བྲག་ནི་ གཞན་ལ་གནོད་དོགས་ཡོད་ཀྱང་བཅས་དབང་ཡོད་པ།
 ྐཱ་ ༥-༣ རང་དབང་གི་ས་ཆར་ཡིན་རུང་ སྒར་གྱི་ལམ་དང་རྒྱུར་ལ་གནོད་ཐབས་བྱ་མི་ཆོག་པ།
 ྐཱ་ ༥-༤ གནང་བ་མེད་པར་གཞན་ལ་གནོད་པའི་ཕྱོགས་ནས་རྒྱུར་དང་རྒྱ་བྲག་གསར་པ་རྒྱབ་མི་ཆོག་པ།
 ྐཱ་ ༥-༥ རྒྱུར་དང་རྒྱ་བྲག་གསར་དུ་བཏོན་ན་ གཞན་ལ་གནོད་ཉེན་འདུག་ཆེ་རང་དབང་གི་ས་ཆར་ཡིན་རུང་
 གནང་བ་ལྷ་དགོས་པ།
 ྐཱ་ ༥-༦ རྒྱུར་དང་ རྒྱ་བྲག་སོགས་ མ་བཅོས་པར་ལོ་ངོ་ལྔ་སོང་རྗེས་སྒར་ཡང་དང་ རྒྱ་བྲག་ གསར་དུ་བཅོས་
 ན་གསར་པའི་གངས་སུ་བཅི་དགོས་པ།
 ྐཱ་ ༥-༧ རྒྱུར་གཅིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་རིགས་ལ་རྒྱ་སྐལ་ཐོབ་ཐང་།
 ྐཱ་ ༥-༨ རྒྱུར་གཅིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་རིགས་ལ་ རྒྱུར་གྱི་ལས་ཀ་ཕོག་ཐང་།

- ཀཱེ ༧-༩ རྒྱ་ཞིང་གསར་བཅད་སྐབས་ཀྱི་ཚུ་ཡི་སྒོར།
- ཀཱེ ༧-༡༠ རྒྱ་ཞིང་གསར་བཅད་ལ་ཚུ་མི་ཐོབ་པ།
- ཀཱེ ༧-༡༡ རྒྱ་ཞིང་གསར་བཅད་ལ་ཚུ་ཐོབ་དགོས་པ།
- ཀཱེ ༧-༡༢ རང་དབང་མེད་བའི་གཞན་གྱི་ཚུ་ཡུར་ལས་ཐོབ་ལམ་བཙུ་མི་ཆོག་པ།
- ཀཱེ ༧-༡༣ རང་དབང་ཅན་གྱི་ཚུ་ཡུར་མིན་རུང་ ཐབས་མེད་དུ་ ཐོབ་དགོས་པའི་རིགས།
- ཀཱེ ༧-༡༤ ཞིང་ས་སྟེང་འོག་གསར་རྟེན་གང་རུང་བཅས་ལ་ཚུ་ཡི་ཐོབ་ལམ།

དེ་ལྟར་བརྒྱུད་པ་ ལྷ་འབྲིག་སྒོར།

- ཀཱེ ༨-༡ ལྷ་ཚུ་ཉེ་འཁོར་མ་སྤྲོད་ཐང་།
- ཀཱེ ༨-༢ རང་དབང་གི་ལྷ་འབྲིག་ཁལ་དང་ བཟའ་སྤྲོད་དུ་གནང་ཐང་ གཞུང་བཞེས་མཛད་ཐང་བཅས།
- ཀཱེ ༨-༣ ལྷ་འབྲིག་ཆོག་ཐམས་སྒོར།
- ཀཱེ ༨-༤ མོར་ཇོ་སོ་སོར་ལྷ་འབྲིག་བཟའ་སྤྲོད་དུ་ཐོབ་ཐང་།
- ཀཱེ ༨-༥ མོར་གསོ་སྤྲོད་གི་དོན་དུ་ཤིང་གི་ལོ་འདབས་དང་ སྐག་ང་ བགས་ཤིང་སོགས་སྤྲོད་ཆོག་པ།
- ཀཱེ ༨-༦ མོར་མེད་ལྷ་འབྲིག་གི་བདག་པོས་ ལྷ་འབྲིག་ལྷ་རིན་ ལྷ་རིན་དུ་ གཏོང་མི་ཆོག་པ།
- ཀཱེ ༨-༧ ཁམ་མེད་ཅན་ལ་ལྷ་འབྲིག་གི་དབང་ཆ་ཡོད་པ།
- ཀཱེ ༨-༨ ས་གཞིས་མེད་པའི་འབྲིག་པས་ལྷ་འབྲིག་སྤྲོད་ཐང་།
- ཀཱེ ༨-༩ དགེ་འདུན་གྲ་ཆང་དང་ དགོན་ལྷ་ཁག་ སྐུ་འཁོར་བཅས་གཞན་ཡང་ཐབས་ཅ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་ལྷ་འབྲིག་རིགས་སྤྲོད་ཐང་།
- ཀཱེ ༨-༡༠ བཀའ་ཤོག་ཡོད་ཀྱང་ ལྷ་འབྲིག་ཕྱག་ཁམ་ནང་མ་ཚུད་པའི་རིགས་ཁྲིམས་དོན་ ཀཱེ ༨-༡༤ པ་དང་ བསྟན་དགོས་པ།

དེ་ལྟར་དགྲུ་པ་ ཅ་སྟོངས་ས་ཆའི་སྒོར་དང་ཅ་སྟོངས་ཁལ་ཆབ་འཇུགས་ལྷགས།

- ཀཱེ ༩-༡ ཅ་སྟོངས་ས་ཆའི་ངོ་སྤྲོད།
- ཀཱེ ༩-༢ ཅ་སྟོངས་ས་ཆའི་ངོ་སྤྲོད།
- ཀཱེ ༩-༣ ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ས་ཆར་བཙུ་ལྷགས།
- ཀཱེ ༩-༤ མེད་སྤྱི་ནས་ཅ་སྟོངས་ཀྱི་སྟན་འབུལ་ཞུ་དགོས་པ།
- ཀཱེ ༩-༥ ཐུར་ནས་ཡོད་པའི་ས་ཆ་དང་ ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ས་ཆ་སྐབས་གཅིག་དུ་སྤྲོད་མི་ཆོག་པ།
- ཀཱེ ༩-༦ ཅ་སྟོངས་ཁལ་ཆབ་དུ་འཇུག་མི་ཆོག་པའི་རིགས།
- ཀཱེ ༩-༧ ཅ་སྟོངས་ཐོན་མིའི་ཉེ་བརྒྱུད་འདེད་དེ་ས་ཆ་བདག་བཟུང་མི་ཆོག་པ།
- ཀཱེ ༩-༨ ཅ་སྟོངས་ས་ཆ་ཞུ་མི་ལས་སུ་ལ་ཐོབ་འོས་ཀྱི་དབྱེ་བ།
- ཀཱེ ༩-༩ ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ས་ཆ་གནང་ཐང་།

- ཀ། ༩-༡༠ ཅ་སྒྲོངས་ཀྱི་ཁལ་ཚབ་འཛུལ་ལུགས།
- ཀ། ༩-༡༡ ཅ་སྒྲོངས་ཀྱི་ས་ཆ་གནང་བ་མེད་པར་སྤྱོད་པ་དང་ ཉེ་བཅོང་བྱས་པའི་ཉེས་ཁྲིམས།
- ཀ། ༩-༡༢ ཅ་སྒྲོངས་ཀྱི་ས་ཆ་གཞུང་བཞེས་མཛད་ཐང་།

༥ལུ་བཅུ་པ་ ཐོག་ཚུབ་དང་བཞོ་མཐུན་སྒྲོལ་

- ཀ། ༡༠-༡ ས་ཆ་ཐོག་ཚུབ་དང་བཞོ་མཐུན་དུ་སྤྱོད་ལེན་བྱ་ཆོག་དང་མི་ཆོག་གི་སྒྲོལ།
- ཀ། ༡༠-༢ ཐོག་ཚུབ་དང་བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་སྐབས་འགན་ཡིག་གི་དུས་ཚོད་དང་འགན་ཡིག་མ་བཟོ་བའི་ཉེས་བྱ།
- ཀ། ༡༠-༣ ས་ཆ་ཐོག་ཚུབ་དང་བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་ལེན་བཟུང་སྐབས་ཀྱི་ཞག་དུས་ཀྱི་འགན་ཚུ།
- ཀ། ༡༠-༤ ཐོག་ཚུབ་དང་བཞོ་མཐུན་དུ་སྤྱོད་པའི་ ས་ཆ་འགན་ཚུ་མ་བཟོ་བར་ལུས་རིགས་སྒྲར་ལོག་ལེན་དགོས་ བྱང་ཆེ་དེ་ཡི་བྱ་ཐང་།
- ཀ། ༡༠-༥ བཞོ་མཐུན་དང་ཐོག་ཚུབ་སྤྱོད་མི་དེས་ས་ལ་དབང་འཛིན་དང་ཉོགས་སྒེང་བྱ་མི་ཆོག་པ།
- ཀ། ༡༠-༦ ཐོག་ཚུབ་དང་བཞོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ས་ཆ་ལ་སྤྱོད་པ་པོས་གནོད་པའི་བྱ་བ་བཅུམས་མི་ཆོག་པ།
- ཀ། ༡༠-༧ ཐོག་ཚུབ་དང་བཞོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ས་ཆའི་རིགས་ཁེ་འཕར་བའི་ཆེད་གཞན་ལ་སྤྱོད་མི་ཆོག་པ།
- ཀ། ༡༠-༨ བཞོ་མཐུན་གྱི་ཞིང་སའི་ཆོགས་ཐངས་ཐོབ་ཐང་།
- ཀ། ༡༠-༩ ཐོག་ཚུབ་དང་བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་མི་དེས་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་བྱ་བ་བཅུམས་མི་ཆོག་པ།
- ཀ། ༡༠-༡༠ བཞོ་མཐུན་དང་ཐོག་ཚུབ་སྤྱོད་ལེན་སྐབས་ཀྱི་འགན་ཡིག་བཟོ་ཐང་དང་ལོ་ཐོག་སྤྱོད་གསང་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ སྒྲོལ།
- ཀ། ༡༠-༡༡ ལོ་ཐོག་བསྐྱར་ནས་སྐབས་ཞིང་ཚོ་ལ་བཅུ་འཛུལ་གཏོང་དགོས་པ།
- ཀ། ༡༠-༡༢ ཞིང་ཚོ་རང་ཉིད་བཅུ་འཛུལ་འབྱོར་བའི་དུས་ཚོད་ལ་མ་འབྱོར་ན་ཆོགས་ཀྱི་བཞོ་བཤའ་ལ་སོགས་པར་ ཉོགས་བཤའ་བྱ་མི་ཆོག་པ།
- ཀ། ༡༠-༡༣ བཞོ་མཐུན་གྱི་ལས་རིགས་ལ་སྒྲ་ཆ་བཙུ་མི་ཆོག་པ།
- ཀ། ༡༠-༡༤ ཐོག་ཚུབ་ཀྱི་རིགས་ཆོགས་ཀྱི་མང་ཉུང་སྤར་གྱི་འགན་ཡིག་གམ་ ཁ་ཆོག་དང་འཁྲུལ་དགོས་པ།
- ཀ། ༡༠-༡༥ བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་སྐབས་ཞིང་ཚོ་ནས་ས་བོན་སྤྱོད་ཐང་།
- ཀ། ༡༠-༡༦ བཞོ་མཐུན་གྱི་ཞིང་ས་ལ་དགུང་ཡུར་ཟང་རྒྱུ་སྒྲོལ།
- ཀ། ༡༠-༡༧ ཞིང་ས་བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་སྐབས་ཀྱི་ཚོས་སྤར་སྒྲོལ།
- ཀ། ༡༠-༡༨ བཞོ་མཐུན་ལ་འབྲས་ཕུང་གི་ཕུང་གནད་ཆར་བཀའ་བའི་ཆེད་མི་ཆོག་པ།
- ཀ། ༡༠-༡༩ བཞོ་མཐུན་གྱི་ཆོགས་བཞོ་སྐབས་སྤོ་འབྲས་འཛོལ་འབྲས་དང་ ཞིང་ཚོའི་བཟའ་བཏུང་སྒྲོལ།
- ཀ། ༡༠-༢༠ བཞོ་མཐུན་ཆོགས་བཞོ་སྐབས་རི་གཞོགས་བཞག་ཐང་།
- ཀ། ༡༠-༢༡ བཞོ་མཐུན་གྱི་ཐོག་སྐལ་བསྐྱེལ་འཛོན་སྐབས་ཀྱི་སྒྲ་ཆའི་སྒྲོལ།
- ཀ། ༡༠-༢༢ ཐོག་ཚུབ་ཚུལ་བཞིན་མ་སྤྱོད་པའི་ཉེས་ཁྲིམས།
- ཀ། ༡༠-༢༣ བཞོ་མཐུན་ལེན་པ་པོས་ཞིང་ཆོགས་སྤྱོད་གསང་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ།

ཀཱེ ༡༠-༢༤ ལོ་ཐོག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་གནོད་ཆེན་བྱུང་བའི་སྐབས་ འགན་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཉོགས་བཤད་མི་
ཆོག་ཚུལ།

ཀཱེ ༡༠-༢༥ ཐོག་ཚུབ་དང་བགོ་མཐུན་སྤྱད་མི་དེས་མ་སྟོགས་པའི་རིམ་པ་ཤར་ནས་ས་ཆ་སྤར་ལོག་ལེན་དགོས་པ།

ཀཱེ ༡༠-༢༦ བགོ་མཐུན་སྤྱད་པའི་ཞིང་ས་ལ་ར་བརྒྱ་ཐང་།

ཀཱེ ༡༠-༢༧ ཐོག་ཚུབ་དང་བགོ་མཐུན་དུ་སྤྱད་པའི་ས་ཆ་འེ་ཆུ་ཡུར་གྱི་བྱ་ལས་ཕོག་ཐང་།

ཀཱེ ༡༠-༢༨ ཐོག་ཚུབ་དང་བགོ་མཐུན་སྤྱད་མི་ལ་ས་ཆ་འེ་ཆུ་ལ་ཕོག་པ།

ཀཱེ ༡༠-༢༩ ཐོག་ཚུབ་བཅ་ བགོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ས་ཆ་སྤར་ལོག་སྤྱད་དགོས་བྱུང་ན་ཞག་གངས་༡༢༠ འེ་ལྷ་གོང་
ནས་བརྒྱ་བསྐྱལ་དགོས་པ།

ཀཱེ ༡༠-༣༠ འགན་ཡིག་གི་ལོ་གངས་མ་ཆང་རུང་སྤར་ལེན་ཆོག་པའི་ས་ཆ་འེ་རིགས།

ཀཱེ ༡༠-༣༡ ཐོག་ཚུབ་དང་བགོ་མཐུན་དུ་སྤྱད་པའི་ས་ཆ་འེ་རིགས་ དམིགས་བསལ་གྱི་གནད་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཞག་དུས་མ་
ཆང་རུང་ཞིང་ཐོས་སྤར་ལོག་ལེན་ཆོག་པ།

ཀཱེ ༡༠-༣༢ ཐོག་ཚུབ་དང་བགོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ས་ཆ་དམིགས་བསལ་གྱི་གནད་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཞག་དུས་མ་ཆང་རུང་
སྤར་སྤྱད་ཆོག་པ།

ཀཱེ ༡༠-༣༣ ཐོག་ཚུབ་དང་བགོ་མཐུན་སྤྱད་མི་ནས་ ཞིང་ས་དེ་ལ་ཕན་ཐོག་བྱས་པ་ཡོད་རུང་ཟད་ཅིས་ཚུབ་མི་ཆོག་པ།

ཀཱེ ༡༠-༣༤ ཐོག་ཚུབ་དང་བགོ་མཐུན་དུ་སྤྱད་པའི་ས་ཆ་གཞན་ལ་ཉེ་བཅོང་དང་བརྗེ་སར་ཚུབ་མི་ཆོག་པ།

ཀཱེ ༡༠-༣༥ བརྒྱ་ཆུ་ལ་གཞུང་ལ་འབྲུལ་དགོས་པ།

ཀཱེ ༡༠-༣༦ ཐོག་ཚུབ་དང་བགོ་མཐུན་དུ་སྤྱད་པའི་ས་ཆ་ཅ་སྟངས་སུ་བཅི་ཐང་།

ཧྲེའུ་བརྒྱ་གཅིག་པ་ ཐོག་རིན་སྤྱོད་འཇལ་སྐྱར་༥

ཀཱེ ༡༡-༡ སྤོ་ནོར་སེམས་ཅན་གྱིས་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་བཀལ་བའི་ཐོག་རིན་བཅི་ཐང་།

ཀཱེ ༡༡-༢ བྱིས་པོ་དོན་ ཀཱེ ༡༡-༡ པ་ལྟར་བྱེད་སྐབས་འཛོམས་དཔང་བརྒྱགས་དགོས་པ།

ཀཱེ ༡༡-༣ ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་སེམས་ཅན་ལ་གནོད་པ་བཀལ་བའི་ཉེས་བྱ་ནི་སེམས་ཅན་བདག་སྦྱོངས་བྱིས་པ་
ཡིག་ཏུ་བཞུགས་དགོས་པ།

ཀཱེ ༡༡-༤ སེམས་ཅན་སྤར་མད་དུ་བཞག་སྟེ་གཞན་གྱི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་བཀལ་བརྒྱགས་པའི་ཉེས་བྱ།

ཀཱེ ༡༡-༥ སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོས་གཞན་གྱི་ལོ་ཐོག་ལ་སེམས་ཅན་ཆེད་དུ་བརྒྱགས་པའི་ཉེས་བྱ་སྤྱོད་པ།

ཀཱེ ༡༡-༦ སེམས་ཅན་ལ་ལག་ཉེས་བཀལ་སྐབས་ཀྱི་ཐོག་རིན།

ཀཱེ ༡༡-༧ གཡར་བཅོལ་དུ་ལེན་པའི་སེམས་ཅན་གྱིས་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་བཀལ་བའི་ཐོག་རིན་ཕོག་ཐང་།

ཀཱེ ༡༡-༨ ཐོག་ཚུབ་ཀྱི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་ཐོག་རིན་ཐོབ་ཐང་།

ཀཱེ ༡༡-༩ བགོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་ཐོག་རིན་ཐོབ་ཐང་།

ཀཱེ ༡༡-༡༠ དམངས་སྤྱི་ཐོག་གི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་ཐོག་རིན་ཐོབ་ཐང་།

ཧྲེའུ་བརྒྱ་གཉིས་པ་ ས་ཡི་བྱ་བའི་གནད་སྤྱད་༥

- ༡༥ ༡༢-༡ རང་གིས་རྒྱ་ཆེ་བར་བཟོ་ཆེད་གཞན་གྱི་ས་ལ་གནོད་ཐབས་བྱེད་མི་ཚོགས་པ།
 ༡༥ ༡༢-༢ རང་དབང་མ་ཡིན་པའི་ཞིང་ས་སྤྱོད་པ་དང་གཞན་དབང་གི་ཞིང་ས་ལ་གནོད་དྲགས་ཅིན་གྱི་རིགས་བྱ་མི་
 ཚོགས་པ།
 ༡༥ ༡༢-༣ རང་དབང་གི་ཁྱིམ་དང་ཞིང་ས་སོགས་ལས་རྒྱ་དངོས་མཐོང་བའི་ཐོབ་ལམ།
 ༡༥ ༡༢-༤ མི་གཞན་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ས་ཆ་ལས་རྒྱ་དངོས་ཐོབ་སྐབས་ཀྱི་བྱ་ཐང་།
 ༡༥ ༡༢-༥ རྒྱ་དངོས་གང་རང་ཐོབ་རུང་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྟན་འབུལ་ཞུ་དགོས་པ།
 ༡༥ ༡༢-༦ རང་དབང་མ་ཡིན་པའི་ས་ཁོངས་སུ་ཤིང་བཅུག་རྒྱུ་འོས་རིགས་རྩ་བཟའ་རྒྱ་འབྲུང་ཚོགས་པའི་ཐོབ་ལམ།
 ༡༥ ༡༢-༧ དམངས་སྤྱི་ཐོག་དབང་བའི་ས་ཆ་སྤྱོད་ཐང་།
 ༡༥ ༡༢-༨ ཅེ་རི་མེ་དཔག་སྐབས་ས་ཆ་དཔག་བློ་ཏེ་འཚོག་ཤོར་པའི་ཉེས་ཁྲིམས།
 ༡༥ ༡༢-༩ བག་མེད་རྒྱུ་ཆེན་གྱིས་མེ་ཤོར་སྐབས་ནགས་ཆལ་དང་མི་སེམས་ཅན་ལོ་ཐོག་ལྷ་ཁང་ཁྱིམ་བཅས་ལ་གནོད་
 རྒྱུ་བྱུང་བའི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་ཐང་།
 ༡༥ ༡༢-༡༠ གཞན་གྱི་མིང་ཐོག་དུ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་སྤྱོད་གསང་གིས་རང་མིང་དུ་བཀོད་པའི་ཉེས་བྱ།
 ༡༥ ༡༢-༡༡ ལོ་ན་མ་སྟོན་པའི་རིགས་ནས་ས་ཡི་བྱ་བའི་ལས་བསྐུལ་བྱས་རིགས་ཆ་མེད།

འཕྲུ་བཅུ་གསུམ་པ་ ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་ལ་སྦྱར་ཡུགས་ཀྱི་

- ༡༥ ༡༣-༡ ས་ཆ་ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་ཚོགས་དང་མི་ཚོགས་གི་དབྱེ་བ།
 ༡༥ ༡༣-༢ ས་གནི་ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྦྱར་ཐང་།
 ༡༥ ༡༣-༣ ས་ཆ་ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་སྐབས་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བྱ་དགོས་པ།
 ༡༥ ༡༣-༤ དབང་ཆ་དེ་ལྟར་མེད་པའི་ས་ཆ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་མི་ཚོགས་པ།
 ༡༥ ༡༣-༥ སྤྱི་ཐོག་དབང་བའི་ས་ཆ་ལས་རྩ་བོ་གཅིག་ནས་ཐག་བཅད་ཀྱིས་ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་ཉེས་བྱ།
 ༡༥ ༡༣-༦ ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་ས་ཆ་ལ་མེད་པའི་ཤིང་བཅུག་ཐང་།
 ༡༥ ༡༣-༧ ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་ས་ཆ་སོགས་སྦྱར་ཡུལ་གྱི་མིང་ཁང་མ་གཏོགས་སྒྲིལ་མིང་དུ་སྦྱར་མི་ཚོགས་པ།
 ༡༥ ༡༣-༨ ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་ས་ཆ་ལ་བཞུགས་པའི་ཁལ་ཕོག་ཐང་།
 ༡༥ ༡༣-༩ ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་ས་ཆ་འཛིན་གས་རྒྱལ་ཞབས་ནས་བཀའ་ཤོག་དམ་དོན་ཡོད་ན་མ་
 གཏོགས་དེ་མེན་ལས་ཐོབ་མས་ཐོབ་ཀྱི་ཉེས་བྱ་བཤད་བྱ་མི་ཚོགས་པ།
 ༡༥ ༡༣-༡༠ ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་ས་ཆ་མཐའ་འཁོབས་སུ་བཞག་ན་དེའི་བྱ་ཐང་།
 ༡༥ ༡༣-༡༡ ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་སོགས་ཞིག་རལ་སྤང་ཞིང་སྤང་མེད་དུ་བཞག་པའི་རིགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་སོགས་གཞུང་
 བཞེས་མཛད་རྒྱུ་དང་གཞུང་ལ་དེ་ཡུགས་ཀྱི་སྟན་ཞུ་འབུལ་དགོས་པ།
 ༡༥ ༡༣-༡༢ དགོ་རྩ་གང་ཞིག་བསྐྱབ་རྒྱུ་དམིགས་ཏེ་ཡུལ་བའི་ཡོ་བྱད་དེས་རི་འགབ་རྒྱུ་བཞེན་བསྐྱབས་དགོས་པ།
 ༡༥ ༡༣-༡༣ ཁྲིམས་དོན་ ༡༥ ༡༣-༡༢ པ་ལྟར་ཀྱི་ཞིབ་དཔྱད་སྟན་ཞུ་ལོ་ལྟར་ནང་སྤྱོད་ཆོན་པོར་འབུལ་དགོས་པ།
 ༡༥ ༡༣-༡༤ ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་ས་ཆ་འཛིན་གས་བཞེས་སོགས་བྱ་མི་ཚོགས་པ།

ཧྲུ་བཙུ་བཞི་པ་ ཁྲིམས་ཡིག་གི་ཚིག་གི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) ལེའུ་དང་པོའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༢) ལེའུ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༣) ལེའུ་གསུམ་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༤) ལེའུ་བཞི་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༥) ལེའུ་ལྔ་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༦) ལེའུ་དྲུག་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༧) ལེའུ་བདུན་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༨) ལེའུ་བརྒྱད་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༩) ལེའུ་བརྒྱད་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༡༠) ལེའུ་བཙུ་བཞི་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༡༡) ལེའུ་བཙུ་གཅིག་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༡༢) ལེའུ་བཙུ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་བཤད།
- ༡༣) ལེའུ་བཙུ་གསུམ་པའི་འགྲེལ་བཤད།

གཞུང་ནམས་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་དང་བཀའ་རྒྱ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུའི་གྲོས་ཚོད་བཅས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་ ཟུ་ལོ་
 ༡༩༧༩ ལོའི་སའི་ཁྲིམས་ཡིག་གི་གཤམ་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ཚུ་ཁ་བསྐོང་དང་བསྐྱར་བཅོས་སོང་བ།

- ༡- ཀ་༣-༡༠༧་ ཁ་བསྐོང་
- ཀ་༣-༡༠༨་ ཁ་བསྐོང་
- ༢- ཀ་༤-༢༧་ ཁ་བསྐོང་
- ཀ་༤-༢༨་ ཁ་བསྐོང་
- ༣- ཀ་༥-༤༧་ ཁ་བསྐོང་
- ༤- ཀ་༥-༩༧་ བསྐྱར་བཅོས་
- ཀ་༥-༩༨་ བསྐྱར་བཅོས་
- ཀ་༥-༩༩་ བསྐྱར་བཅོས་
- ཀ་༥-༡༠༠་ བསྐྱར་བཅོས་
- ཀ་༥-༡༠༡་ བསྐྱར་བཅོས་
- ༥- ཀ་༥-༡༠༢་ བསྐྱར་བཅོས་
- ༦- ཀ་༥-༡༠༣་ ཁ་བསྐོང་

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་།

༩༡༩

ས་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག།

༩འབྲུ་དང་པོ་ས་གནས་ཁ་མོར་བཀོད་ཐང་།༩

ཁྲིམས་དོན་དང་མ་འབྲེལ་བར་ས་ཁམ་བསྐྱར་བཀོད་བྱ་མི་ཚོག་པ།

༡༩༡-༡ ས་ཁམ་ནང་མིང་གསལ་སྒྲིབ་དགོས་པ་དང་བསྐྱབ་དགོས་པ་ གསར་དུ་བཀོད་དགོས་པ་སོགས་ བསྐྱར་བཀོད་ བྱ་དགོས་པ་གང་རང་འབྱུང་རུང་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཁྲིམས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་མ་གཏོགས་བྱ་མི་ཚོག།

ས་ཁམ་སྒྲིབ་ཐུག་གི་དབང་ཚད།

༡༩༡-༢ ས་གནས་ཉི་བཙོང་འཐབ་པ་དང་ སྐལ་བ་སྒྲོད་པ་ རྫོང་པར་བྱེན་པ་ བརྗེ་སོར་རྒྱབ་པ་ གཞུང་ལས་གསར་ དུ་ཞུས་པ་སོགས་ སོ་སོའི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཁ་མོར་བཀོད་དགོས་ཚེ་ དེ་ནི་གཤམ་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ༡༩༡-༣ པའི་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ས་གནས་ཀྱི་རྫོང་བདག་གམ་ རུང་ཁག་གི་ཡིག་ཚང་ཁོ་ནར་སྒྲིབ་ཐུག་བྱ་རྒྱ་ མ་གཏོགས་ གཞན་གང་དུ་འང་བྱ་མི་ཚོག ། (དབྱེན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༡-༣ པར་བསྐྱར་ བཅོས་བྱས་པ།)

ས་ཁམ་ནང་མིང་གསལ་སྒྲིབ་ཐུག་བྱ་སྐབས་ ཁྲིམས་ཁང་གི་ཡི་གེ་དང་འབྲེལ་བའི་ནང་སྤྱད་སྒྲོན་པོའི་གནང་བ་ཞུ་དགོས་ པ།

༡༩༡-༣ རྫོང་བདག་གམ་ རུང་ཁག་ནས་ས་ཁམ་ནང་དུ་མིང་གསལ་སྒྲིབ་དགོས་པ་དང་ བསྐྱབ་དགོས་པ་ གསར་དུ་ བཀོད་དགོས་པ་སོགས་གང་རང་འབྱུང་རུང་ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཞིབ་དཔྱད་མཐེལ་བྱེན་བྱས་ཏེ་ ཆ་འཛིག་གྲུབ་པའི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་ འབྲུག་གཞུང་ནང་སྤྱད་སྒྲོན་པོའི་ལས་ཁུངས་སུ་ཕུལ་བ་ནས་ གཞུང་གི་ ཕྱག་བཞག་ཁ་མོར་བཀོད་དགོས་ཤིང་ ཕྱག་བཞག་ཁ་མོར་བཀོད་གྲུབ་པ་ནས་ དེ་མཚུངས་རྫོང་ཁག་སོ་སོའི་ ཁ་མོར་བཀོད་ཕྱིར་ ནང་སྤྱད་སྒྲོན་པོའི་ལས་ཁུངས་ནས་ དེ་ལྷགས་ཀྱི་བྱུང་ཤོག་སྤེལ་འོང་བ་དེ་དང་འབྲེལ་ ཏེ་སྒྲིབ་ཐུགས་བྱ་དགོས།

ས་ཁམ་ནང་མིང་གསལ་སྒྲིབ་ཐོག་བྱ་སྐབས་བསྐྱར་དགོས་པ།

॥ ७ - ८ ས་གནིས་ཉི་ཤུང་དང་། བརྗེ་མོར་འབབ་པའི་རིགས་ ས་ཁྲིམས་ལེན་རྗེ་པའི་ནང་དོན་དང་འཁྲིལ་རྒྱ་དང་།
 ས་གསར་གཞུང་ལས་ལུས་པའམ་ ལྷན་པ་བཀོ་བཤའ་ཡིན་པ་ གསེལ་རས་སམ་ རྟོང་པར་ཐོབ་པ་མེགས་
 གྱི་ རིགས་ནི་ཁ་མོར་མེད་གསལ་རྩི་བཅུགས་ཤེད་ལྷལ་ གཤམ་གསལ་ཁྲིམས་དོན་དང་བརྒྱུན་དགོས།

གསེལ་རས་ཐོབ་པ་དང་ས་གསར་ཞུས་པའི་རིགས།

༡༺ མི་ཞིག་ལ་གཞུང་ཞབས་ལས་ ས་གནས་གང་ཡང་རྩེ་བ་ཞིག་གསལ་རམ་གྱི་དེ་གནང་བ་ཡིན་ཆེ་ དེ་
 ལྟར་གསལ་རམ་ཐོབ་པའི་བཀའ་ཤིག་ངོ་བོ་དང་ གཞུང་ལས་ས་གསལ་ལུས་པ་ཡིན་ཆེ་ ཁྲིམས་དོན་
 ༡༥-༡༦ པའི་ནང་དོན་ལྟར་ཐོབ་པའི་ཆོག་ཐམས་ཅད་ཐོ་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྟོན་པ་ནས་ གོང་གི་ཁྲིམས་དོན་
 ༡༥-༣ པ་ལྟར་ཁ་མོར་བཀོད་དགོས།

སྐལ་བ་བགོ་བ་ཤེས་ཐོབ་པའི་རིགས།

ཁ) ས་གནས་རིགས་གང་ཡང་རུང་ཞེ་། སྐལ་བ་དང་བཀོ་བཤའ་བྱེད་དེ་ཐོབ་པའི་རིགས་ནི་ རྫོང་ལེན་བྱེད་པོ་
ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ བཅོས་པའི་འགན་རྒྱ་ཡི་གེ་ལ་ཁྲིམས་རྟགས་སྤྱར་ཞིང་དཔང་པོ་དང་། རྒྱལ་མི་
བཅས་པའི་ལག་སྒྲིས་སམ་ མཐེབ་རྗེས་ངོ་མ་འཛོད་པའི་ཡི་གེ་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཕུལ་བ་ནས་ ཁྲིམས་ངོན་
༡༥) ༡-༣ པ་རྩུང་ཁ་མོར་མིང་གསལ་སྤྲོད་གོ་ས།

ས་གནིས་སྟོང་བར་ཐོབ་པའི་རིགས།

གཞི་ས་གཞི་འཛིན་གསུང་གི་ཞུས་པ་ལོན་ན་ ཞུས་པར་བྱེད་མི་དེ་ཡིས་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ལོན་ཟེར་བ་
མི་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བའི་འཛིན་སྐད་དཔང་དང་སྒྲགས་པའི་ཡི་གེ་ཁ་གསལ་བཟོ་བ་ལ་ ཁྲིམས་ཉུགས་སྒྲུབ་
ཞིང་མཐའ་རྗེས་འཁོད་པ་ཅན་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྤྱལ་བ་ནས་ ཁྲིམས་དོན་ ༡༩-༣ པ་ལྟར་ཁྲུམ་མིང་
གསལ་སྟོན་ཏེ།

ཁྲ་མོར་མིང་གསལ་སྟོན་བྱང་གཞན་ཡང་།

༡༥-༤ གལ་སྲིད་མི་གང་ཞིག་ལོ་ན་ཤས་པ་འཕམ་ ཉན་ཁམས་ཀྱི་མ་སྟོགས་པ་ དབང་པོར་ཐོབ་པ་ སོ་རྒྱུ་མོ་རྒྱུ་
 ལས་མེད་པར་ རྫོང་གཞིར་བཅའ་མ་བྱུང་པ་དང་ སེམས་གནས་པ་མེད་པའི་མི་རིགས་བཅས་ཀྱི་ ས་ཆའི་
 རྫོང་སྐལ་བ་དང་རྫོང་པར་བྱིན་པ་སོགས་བྱ་དགོས་བྱུང་ཆེ་ རྫོང་ལེན་བྱེད་པོ་གཉིས་ཀྱི་བར་འགན་རྒྱ་ཡིག་
 རིགས་ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༥ པའི་ ཁ་ཤི པ་དང་ ག་ཤི ཉན་དོན་ལྟར་བཟོ་རྒྱུའི་འགོ་འདྲན་ས་གནས་ཀྱི་
 རྫོང་པོ་ནས་ རང་ཡུལ་དུ་བྱ་ཆོག་པ་མ་ཟད་ རྫོང་པོ་ནས་འགན་རྒྱ་དེ་ཉིད་ཕྱིས་སུ་ཉེན་མེད་དུ་ངོས་འཛིན་
 ཆ་འཛོག་བྱས་པའི་ཞུ་ཡིག་གཅིག་དང་སྐྱགས་ཏེ་རྫོང་གཞིའཕམ་ རྫོང་ཁག་གི་ཡིག་ཆ་དུ་སྐུལ་ཏེ་ཁྲིམས་
 དོན་ ༡༥-༥ པ་ལྟར་ཁ་མོར་མིང་གསལ་སྟོན་རྒྱ།

ས་གཞིའི་རིགས་ཁྲ་མོར་མིང་གསལ་ཐོབ་ཐང་།

༡༥-༦ སུཞིག་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལས་བཀའ་ཤོག་ཐོབ་པ་ལམ་ གཞུང་ནས་གནང་བ་ རྟོང་པར་ཐོབ་པ་ ཉམ་པ་
སྐལ་བ་ཐོབ་པ་བཅས་ གང་ཡང་རུང་སྟེ་ཐོབ་ཆར་བའི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ ཐོབ་མི་སུ་ཡིན་དེ་ཉིད་ཁོ་ནའི་མིང་
ཐོག་ཏུ་ཁ་མོར་བཀོད་དགོས།

ལོ་ན་མ་སློན་པའི་མིང་ཏུ་ཁ་མོར་བཀོད་ཐང་།

༡༥-༧ ཁམ་ནང་ལོ་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་དང་ མོ་ལོ་བརྒྱ་དྲུག་མ་ལོན་པའི་ རིགས་ཀྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་ས་ཁམ་རྒྱལ་མི་ཆོག་སྟེ་
གལ་སྲིད་དེ་ལྟར་རྒྱལ་དགོས་བྱུང་ན་ རྩིས་སུ་ལོ་ཆར་ལོན་སྐབས་རྒྱལ་ཆོག་པ་བྱེད་དེ་ ད་ལྟ་ནས་ལོ་ཆར་མ་
ལོན་པའི་ བྱ་དང་བུ་སྐྱེས་ལ་བྱིན་རྒྱ་ཡིན་པ་ དེ་དག་གི་མིང་ཐོག་ཏུ་འགན་རྒྱ་རྩིས་མཐུན་བཅོས་ཏེ་བཞག་
དགོས། དེ་ལས་འགལ་ཏེ་རྒྱལ་མི་བྱུང་ན་ ས་ཁམ་ཆ་མེད་བཏང་རྒྱ། འོན་ཀྱང་ཆོ་ལས་འདས་པོའི་བཤུལ་
དུ་ཐོབ་ལམ་ཅན་ ལོ་ན་མ་སློན་པའི་རིགས་མ་གཏོགས་མེད་ཅིང་ རྩིས་སུ་འཛོལ་རྒྱུར་འགན་རྒྱ་བཅོས་
བཞག་པ་འང་མེད་པའི་རིགས་ཀྱིས་གཞིས་ནི་ ལོ་ན་མ་སློན་པའི་བྱ་དང་བུ་སྐྱེས་དེ་དག་གི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཁ་མོར་
བཀོད་ཆོག །

གཞན་ཡང་ཐོས་ཟུར་སོང་བཤུལ་གྱིས་གཞིའི་རིགས་ཀྱང་ གཞུང་ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་བཀའ་རྒྱ་
གང་ཡང་མེད་ཆོ་ རྩིས་སུ་ལོ་ན་མ་སློན་པའི་མིང་ཐོག་ཏུ་བཀོད་ཆོག །

ཁི་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ནང་མིའི་ས་ཁམ་བཀོད་ཐང་།

༡༥-༨ ཁི་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་སྡོད་ཅིང་ས་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུད་དང་ མི་གངས་མང་ཉུང་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་ བྱིས་པ་གཙོ་ཅན་དེའི་
མིང་ཐོག་ཏུ་མ་གཏོགས་ གཞན་གྱི་མིང་ནང་བཀོད་མི་ཆོག་ གལ་སྲིད་རང་སོའི་སྤྱིར་གྱིས་བསྐྱབས་པ་མ་
བཅེས་པའི་རིགས་གཞན་མིང་ནང་བཀོད་པ་བྱུང་ན་ རྩིས་སུ་དེ་སྐོར་ཉེགས་གཞི་བྱུང་ཆོ་ གཙོ་ཅན་དེའི་
མིང་ཐོག་ཏུ་ཡིན་པར་བཅེ་རྒྱ་མ་གཏོགས་ གཞན་གྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པ་དེ་ལ་ཆ་འཛོག་མི་བྱ་སྟེ་ འོན་
ཀྱང་བྱིས་པ་གཙོ་ཅན་དེའི་མིང་ཐོག་ཏུ་ འཁོད་པའི་ས་དེ་ལ་ མིང་གསལ་ཅན་གྱི་མི་དེ་དང་ཁི་རྒྱུད་གཅིག་
པའི་མི་རིགས་རྣམས་ལ་དབང་ཆ་དང་གང་ཡོད་དང་ ཐོབ་ལམ་ཇི་ཡོད་སོགས་ གང་ཡང་སྐལ་པ་བགོ་བཤའི་
ཐོབ་ལམ་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་དང་འབྲེལ་དགོས།

སྤྱི་ལུ་གཉིས་པ་ ཁ་མོའི་ཆ་འཛོག་དང་ས་ཆའི་ཐོབ་ལམ་བཅུ་ཐང་།

ལག་བཞག་ཁ་མོར་ཆ་འཛོག་མོད་པ།

༡༥-༩ གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁ་མོ་ཁོ་ན་ལམ་གཏོགས་ བྱ་ཆར་རབ་སྟེ་དང་ དགོན་སྡེ་ ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་
སྤྱིར་པ་སོས་བཅས་པའི་ ལག་བཞག་ཁ་མོ་གང་ལའང་ཆ་འཛོག་མི་བྱ། (དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་
ཁྲིམས་གཞུང་༡༥-༩ པ།)

གཞིང་དབང་གྲ་ཆར་དགོན་སྡེ་དང་སྤྱི་ལུ་ལྷ་ཁང་དགོན་སྡེའི་ཁ་མོའི་ཆ་འཛོག་བཅུ་ཐང་།

༡༥-༢ གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁ་མོ་ཁོ་ན་ལ་མ་གཏོགས་ གཞན་གྱི་ཁ་མོ་ལ་ཆ་བཞག་མེད་པ་ཡིན་བཞུག་ གཞུང་
དབང་གྲ་ཚད་རབ་སྡེ་དང་ དགོན་སྡེ་ དམངས་པ་སྐྱེད་གྱི་ལྟ་ཁང་ མགོན་ཁང་ལ་སོགས་པའི་ མཆོད་
འབུལ་ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་ཀྱི་ས་གནས་དང་ འཛོལ་འཕྲིད་ཀྱི་ཉན་བཅས་པའི་ས་ཆའི་རིགས་ཐངས་ཅད་ཀྱི་ ཁ་
སྐྱེབས་ངོ་མ་གཞུང་གི་ཕྱག་ཁ་མོའི་གངས་སུ་ངེས་པར་དགོས།

ཁ་མོར་མིང་གསལ་ཅན་གྱི་མི་དེ་ཡི་དབང་ཆ།

༡༥-༣ ས་ཆའི་རིགས་གང་ཡང་སྔོན་ཐོག་སུ་དང་སུ་ཡི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཁ་མོར་འཁོད་པ་ཡིན་ཀྱང་ སྐར་ཡང་ཁ་མོ་ལ་
མིང་གསལ་སོར་སྟེ་བཀོད་པའི་རྗེས་སུ་ ཁ་མོ་གསར་པ་འཁོད་པའི་མིང་གསལ་ཅན་ དེ་ཡིས་རང་དབང་
རང་འདོད་ལྟར་སྤྱད་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ སྔོན་ཐོག་གི་ཁ་མོར་འཁོད་པའི་མིང་གསལ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ སུས་
ཀྱང་ཉན་གསལ་བཤད་བྱ་མི་ཆོག་འོན་ཀྱང་ཐོབ་ལམ་མེད་བཞིན་དུ་ ཁ་མོར་བཀོད་པ་རེ་འདུག་ཆེ་ དེ་ནི་གཤམ་
གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༢ པ་ནས་ ༡༥-༣ པ་ཚུན་གྱི་གནད་དོན་དང་བཞུན་དགོས། (དབྱིན་ལོ་
༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་༡༥-༢ པར་ཁ་སྐྱོང་བ།)

ས་གསར་ལ་བཀའ་ཤོག་དང་ཁ་མོ་གཉིས་དབང་ཆ་དང་གང་ཆའི་དབྱེ་བ།

༡༥-༤ གང་གི་མིང་ཐོག་ཏུ་འང་ཁ་མོར་མ་འཛོད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་ གཞུང་གི་ཕྱ་ཀ་བཞག་ཁ་མོར་ རྩ་ལོ་གཅིག་གི་
མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་ཅིངས་ཁལ་ཕྱལ་ཏེ་ལོ་ངོ་ལྔ་འམ་ དེ་ལས་ལྷག་ཆེ་ ས་ཆ་དེ་ལ་མི་གཞན་གཅིག་གིས་
མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ནས་བཀའ་ཤོག་རང་ཞུས་པ་ཡོད་རུང་ ཁ་མོར་བཀོད་དེ་ལོ་ངོ་ལྔ་འམ་ དེ་
ལས་ལྷག་སོང་བའི་མི་དེ་ལ་ཐོབ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ རྗེས་སོར་བཀའ་ཤོག་ཞུ་མི་དེ་ལ་མི་དེ་ལ་མི་ཐོབ།
གལ་སྲུང་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ཁ་མོར་བཀོད་ཅིང་ལོ་ངོ་མ་སོར་བཞིག་ཡིན་ཆེ་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ཁོ་པར་ཐོབ་དགོས་
པའི་རྒྱ་མཚན་གཤམ་གསལ་སྐར་གྱི་གནད་དོན་གང་རུང་ཞིག་བཏོན་རྒྱུ་ཡོད་ན་ ཁ་མོར་མིང་གསལ་ཅན་དེ་
ལ་ རང་འཇགས་ཐོབ་རྒྱུ་དང་ དེ་མིན་རྗེས་སོར་བཀའ་ཤོག་ཞུ་མི་དེ་ལ་ཐོབ་པ་མ་གཏོགས་ཁ་མོར་མིང་
གསལ་ཅན་དེ་ལ་མི་ཐོབ།

- ༡) ས་ཆ་དེ་ཉིད་མི་ངོ་དེ་ལ་གནང་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་རྒྱལ་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་ཤོག།
- ༢) གཞུང་ནས་གསར་ཞུས་པའི་ཆོག་ཐམས་བཏོན་རྒྱུ་ཡོད་པ།
- ༣) ཡང་ན་ གཞུང་ནས་ཉོས་པ་ཡིན་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ཁ་གསལ།
- ༤) ཡང་ན་ གཞུང་ནས་ཁལ་གལར་དུ་བཅུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁྲུངས་དག།
- ༥) ཡང་ན་ ས་ཆ་ཐོབ་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་བཅས།

(འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་མངའ་བདག་འཇིགས་མེག་སེང་གེ་དབང་ཕུག་གིས་མེ་སྤུལ་ཟླ་༡ ཚེས་ ༢༧ ལའམ་ དབྱིན་ལོ་༡༩༧༧ ཟླ་༢
ཚེས་༡༥ ལ་བསྐལ་བའི་བཀའ་དོན་ཁྲིམས་ཁང་གི་ང་མ་ནས་སྤུལ་བའི་ཡིག་ཁང་ ཨུམ་སི། ༡༥ (༧༧)༤༢༢ མེ་སྤུལ་ཟླ་༢ ཚེས་
༥ ཅན་མའི་དོན་ཚན་༡ པ་ནས།)

ཁམ་གསར་རྒྱུ་ནང་གི་མིང་གསལ་ཅན་དབང་ཚད་གང་ཆེ་འདྲེ་བ།

༡༥-༥ ཁམ་རྒྱུ་ནང་སྤྱི་ཞིག་གི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་ ཁམ་གསར་ནང་མི་གཞན་གཅིག་གི་
མིང་ཐོག་ཏུ་བཀོད་ཅུང་ བཟའ་སྦྱོད་བྱས་ཏེ་ལོ་ངོ་བཅོ་ལྔ་ལྔ་ དེ་ལས་ལྷག་ཆེ་ ཁམ་གསར་པར་མིང་
གསལ་འཁོད་པའི་མི་དེ་ལ་ཐོབ་པ་མ་གཏོགས་ ཁམ་རྒྱུ་ནང་གི་མིང་གསལ་ཅན་དེས་ཉོགས་བཤད་གང་
ཡང་བྱ་མི་ཆོག།

གལ་སྲིད་ཁམ་རྒྱུ་ནང་གཞན་གྱི་མིང་ཐོག་ཡོད་པའི་ས་ཆ་དེ་ནི་ ཁམ་གསར་ནང་མི་གཅིག་གི་མིང་
ཐོག་བཀོད་དེ་ ད་ལྟ་ལོ་ངོ་བཅོ་ལྔ་མ་སོང་བ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་ དེ་ནི་ཁམ་སར་ནང་མིང་གསལ་ཅན་དེ་ལ་ཐོབ་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཤམ་གསལ་གང་ཅུང་གཅིག་བཏོན་རྒྱ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་སྔོན་ཐོག་གི་ཁམ་
རྒྱུ་ནང་སྤྱི་དང་སྤྱི་ཡི་མིང་ཐོག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཐོབ་རྒྱ་མ་གཏོགས་ ཁམ་གསར་པའི་བདག་པོར་མི་ཐོབ།

- ༡) སྔོན་ཐོག་གི་ཁམ་རྒྱུ་ནང་མི་ངོ་དང་དེ་ཡི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ ས་ཆ་དེ་ཉིད་རྒྱ་མཚན་དེ་དང་དེ་ལ་
བརྟན་ཏེ་ མི་ངོ་དེ་དང་དེ་ལ་གནང་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་ གནད་དོན་ཁ་སྤེལ་འཁོད་པའི་རྒྱལ་པོའི་
བཀའ་ཤོག་བཏོན་རྒྱ་ཡོད་པ།
- ༢) ཁམ་རྒྱུ་ནང་མིང་གསལ་ཅན་དེའམ་ དེ་དང་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་རིགས་དང་ཉོ་བཅོང་བྱས་པའི་
འགན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་བཏོན་རྒྱ་ཡོད་པ།
- ༣) སྐལ་བ་བགོ་བཤའ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཁ་གསལ་ཡོད་པ།
- ༤) ཅ་རྩོད་ས་ཀྱི་ས་ཆ་ལ་ཁལ་ཚད་ཏུ་བཅུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁུངས་དག།
- ༥) ཁམ་རྒྱུ་ནང་གི་མིང་གསལ་ཅན་དེ་ཉིད་ གཞུང་གི་ངོ་ལོག་པའི་གངས་སུ་གཏོགས་པའམ་ བྱ་རྒྱལ་
དུ་བྱོས་བྱོལ་སོང་བ་ལས་ གཞུང་སའི་གངས་སུ་ཚུད་པའི་ས་ཆ་ལས་ གཞུང་ནས་ཆོག་ཐམས་ཞུས་
ཡོད་པ།
- ༦) ཡང་ན་ ཁམ་རྒྱུ་གི་བདག་པོས་མ་དགོས་པར་བཏོན་བཞག་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་འཛོན་པ་བཅས།

ཁམས་དོན་ ༡༥-༦ པ་དང་ ༡༥-༥ པ་ལས་འགལ་བའི་ཉེས་བྱ།

༡༥-༦ ཁོང་གི་ཁམས་དོན་༡༥-༦ པ་དང་༡༥-༥ པ་ལྟར་གྱི་གནད་དོན་ལ་ ཐོབ་ལམ་མེད་བཞིན་དུ་ཁ་མོར་
བཀོད་དེ་བཟའ་སྦྱོད་བྱས་པ་འདྲེ་ཆེ་ ༡༥-༩ པ་དང་༡༥-༡༠ ལྟར་གྱི་ཉེས་བྱ་དང་ གཞུང་ས་
ལས་གནང་བ་མེད་པར་ཁ་མོར་བཀོད་པ་འདྲེ་ཆེ་ ༡༥-༢༠ དང་འབྲེལ་བའི་ཉེས་བྱ་ཐོག་རྒྱ་དང་
ཐོབ་ལམ་མེད་བཞིན་དུ་ཞབས་ལས་བཀའ་ཤོག་ཞུས་པ་པ་དང་ ཚོད་གཞི་ལྷན་ཞུ་ཕུལ་མི་བྱུང་ཆེ་ དེ་ལ་
གནད་ཆེ་ཆུང་དང་བརྟན་ཏེ་ཟླ་ངོ་གཅིག་ནས་ཟླ་ངོ་དྲུག་ཚུན་གྱི་ཉེས་ཁམས་ཐོག།

ཁ་མོ་རྒྱུ་པའི་ཆ་འཛོགས།

༡༥-༧ གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁམ་གསར་རྒྱུ་གཉིས་སུ་ཡོད་ཆེ་ གཙོ་བོ་ཁམ་གསར་པ་གང་ཡིན་དེ་ལ་ཆ་འཛོགས་
དགོས་པ་ཡིན་ཀྱང་ ཞེ་ཁམ་གསར་བཅོ་སྐབས་ཉམ་བཤད་མགོ་སྐྱོར་དང་ དབང་བཅོང་གཞི་བསྐྱལ་གྱིས་
བཅུགས་པའི་ཚོད་ཉོགས་འཛོན་ཆེ་ དེ་ལྷགས་ར་ཁུངས་ཅད་གཙོད་གྱི་བྱ་སྐབས་བདེ་བའི་ བྱིར་ས་ཁམ་

རྟེན་པར་ཡང་ཆ་འཛིན་དགོས་སྟེ། (རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་༩༩ པར་མེ་འབྲུག་ཟླ་༩ པར་རམ་དབྱིན་ལོ་
༡༩༧༩ ལ་ཚོགས་པའི་གྲོས་ཚད་ཨང་༡ པའི་ནང་དོན་ལྟར།)

ས་ཆའི་གནད་དོན་ལ་བརྟེན་པའི་བཀའ་ཤོག་དང་ཚོགས་ཐམས་གསར་རྟེན་གི་ཆ་འཛིན།

༡༥-༥ ས་ཆའི་གནད་དོན་ལ་བརྟེན་པའི་བཀའ་ཤོག་ལྟ་བུ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ལས་ལྷག་པ་འབྱུང་བའམ་ གཞུང་གི་
ཚོགས་ཐམས་ལྟ་བུ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སུ་བཅས་འདུག་ཚེ་ ལྷ་མ་གང་ཡིན་དེ་དག་ལ་ཆ་བཞག་སྟེ་མ་གཏོགས་
རྩིས་མའི་བཀའ་ཤོག་དང་ཚོགས་ཐམས་ལ་ཆ་མེད་བཅི་སྟེ་ཡིན་ཀྱང་ ལྷ་མའི་བཀའ་ཤོག་དང་ཚོགས་ཐམས་
ལྷན་སྐབས་ དབུ་སྐོར་གཡོ་སྒྱུ་འོ་སྐོར་ལྷན་པའི་ར་ཁུངས་ཐོན་ཚེ་ དེ་ནི་རྩིས་མའི་བཀའ་ཤོག་གང་ཡིན་ལ་
ཆ་འཛིན་གྱི་སྟེ། བྱིས་པོ་དེ་ཉིད་ས་ཆའི་གནད་དོན་ཁོ་ན་ལ་གཏོགས་ གནད་དོན་གཞན་ལ་རིགས་མི་
འབྲེ།

འཕུལ་གསུམ་པ་ ས་ཡི་དབང་ཚད།

ཁམས་འཁོད་མི་གསལ་ཅན་གང་ལེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་རྒྱལ་གྱི་ས་ཡི་དབང་ཆ།

༡༥-༦ མི་སེར་རང་རང་སོ་སོའི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཁ་མོར་འཁོད་ཅིང་ རྒྱུད་ཟེན་པའི་ས་གནས་འཕེལ་སྤྱོད་ཆེད་
ས་ ཞིངས་ སོག་གིང་ གིང་འབྲས་ལྷུ་རའི་རིགས་མ་ཟད་ ར་ཞིང་དང་ ལྷན་ཆ་ལྷུ་ར་ གིང་དང་མེ་
ཏོག་སོན་སོགས་ཀྱི་ གསོ་སྦྱང་ལྷུ་ར་སོགས་ས་ཆའི་རིགས་བཅས་ཀྱི་ཁར་ དེ་རྒྱལ་དང་སྤྱུགས་པའི་
ལྷན་གྱི་ཆུ་ཡུར་དང་ ཆུ་ཀ་ ཆུ་བྲག་སོགས་གང་ཡང་གཞུང་གི་ལྷག་བཞག་ཁ་མོའི་ནང་དུ་སུ་ཡི་མིང་ཐོག་ཏུ་
འཁོད་པའི་མི་དེ་ཉིད་ཁར་ དེ་དང་ལེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་རྒྱལ་བཅས་སྤྱི་ཐོག་ཏུ་དབང་སྟེ། (དབྱིན་ལོ་
༡༩༧༧ ལོའི་བྱིས་པོ་གཞུང་དོན་ཚན་ ༡༥-༡ པ།)

ཁམས་གསར་སྤྱོད་སྐབས་འཛིན་སྐོར་མའི་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ།

༡༥-༧ ཁམས་རྟེན་ནང་རང་ཉིད་ཀྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ ཁམས་གསར་བཞོད་སྐབས་འཛིན་སྐོར་བ་
ལས་བརྟེན་ཏེ་ ཁམས་གསར་ནང་མ་རྒྱུད་རུང་ ལོ་ལྟེན་ནང་འཁོད་གཞུང་ལ་དེ་ལྷགས་ཀྱི་སྟེན་འབྲུལ་ལྷན་བར་
བྱུང་ན་ ས་ཆ་དེ་ཉིད་ཁོ་རང་ལ་འཐོབ་སྟེ་ ལོ་གང་སོང་གི་ཁལ་འབྲུལ་ཅིས་རྒྱབ་སྟེ་འབྲུལ་དགོས། ལོ་
ལྷན་ལས་ལྷག་ན་བྱིས་པོ་དོན་༡༥-༧ པ་དང་འབྲེལ་དགོས།

རང་མིང་ཁམས་འཁོད་ཀྱི་ས་ཆ་ལ་ཞིང་ས་གསར་བཅད་ཚོགས་མི་ཚོགས་སྐོར།

༡༥-༨ ཁ་མོའི་ནང་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་ས་ཆ་ལས་ ལྷ་འཕྲོག་དང་སོག་གིང་རིགས་མ་བཅིས་
པར་ ས་ཆ་གཞན་ལ་ཞིང་ས་གསར་བཅད་བཅུས་པའམ་ ཁང་བྱིས་བཅོ་བ་ གང་བཅུགས་པ་སོགས་ རང་
ཉིད་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་བྱ་བ་གང་རང་བྱེད་རུང་བྱེད་ཚོགས་ཅིང་ འོན་ཀྱང་དབུལ་ཐོག་ལྷུ་རའི་ས་ལས་
ཞིང་ས་གསར་བཅད་བྱ་མི་ཚོགས་ ༡(དབྱིན་ལོ་༡༩༧༧ ལོའི་བྱིས་པོ་གཞུང་༡༥-༨ པར་ཁ་སྐོར་༡)

ལེ་ཤྲོད་གཅིག་པའི་ཚུ་བོ་གཅིག་ལས་ཡི་མང་ཚད་ཇི་ཐོབ་ཀྱི་ཚད་གཞི།

༡༥-༤ བྱ་ཚད་རབ་སྒྲེ་དམང་དང་ དགོན་སྡེ་ཁག་སོ་སོའི་ ཞིང་སའི་རིགས་དང་ ཐེབས་ཚུ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་
ཞིང་ས་ གཞན་ཡང་མངའ་བདག་སྤྱི་འཁོར་བཅས་མ་གཏོགས་ གཞན་ལེ་ཤྲོད་གཅིག་པའི་ཚུ་བོ་གཅིག་ལ་
ཐོབ་ཐང་གི་ཚད་གཞི་ནི་ ཁྱིམ་ཐོག་གི་ཆེད་དུ་གསོ་བའི་སྤྱི་ལ་གྱི་ལྷུ་མ་རྩེ་(ཁར་བ་རི) ཁྱིམ་ས་ ཚུ་འབྲོག་
སོག་གིང་དང་ དདུལ་ཐོག་ལྷུ་མ་རིའི་རིགས་བཅས་ མ་བཅེས་པར་རྒྱ་ཞིང་དང་ ལྷུ་མ་ཞིང་ སྤངས་ཞིང་
རི་ཞིང་ ཚུ་རི་ ཚོད་ས་བཅས་ ཐམས་ཅད་བཞུམས་ཏེ་ས་ཆའི་ཨེ་གངས་མང་ཚད་ཨེ་ཀར་ཉེར་ལྷེ་ལས་
བཅུལ་ཏེ་བཞག་མི་ཆོག །

སོག་གིང་སྤྱད་ཐང་།

༡༥-༥ ལྷུ་མ་རིའི་པའི་སོག་གིང་གི་རིགས་ནི་ ཞིང་གི་ལུང་སོག་གི་ཆེད་དུ་བཞག་པ་ཡིན་བཞུག་ ལྷུ་མ་རིའི་བདག་
པོར་སོག་དང་ལོ་མ་རྒྱུད་པོར་མ་གཏོགས་ དེ་ནང་གི་ས་དང་གིང་ལ་བཟའ་སྤྱད་བྱེད་རྒྱུའི་དབང་ཚད་མེད་
ཅིང་ འོན་ཀྱང་སོག་གིང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚུ་འབྲེག་པ་དང་ ཡལ་འདབ་བཏོག་པ་སོགས་ བྱ་ཆོག་
པའི་ཁར་ སོག་གིང་ནང་སོག་འབྱུག་མ་བུའུ་པའི་གིང་རེ་ཡོད་ཆེ་ གཞུང་ལས་གནང་བ་ལྷུ་ཏེ་ལྷུ་མ་རིའི་
བདག་པོས་སྤྱད་ཆོག་ཅིང་ སྤྱི་ལ་གྱི་ལྷུ་མ་རིས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲེ་ དགུང་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཁོ་སྤྱད་ཀྱི་ཆེད་དུ་
སྤྱད་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ གཞན་ལེ་བྱུང་གི་ཆེད་དུ་སྤྱད་ན་གཞུང་ལས་གནང་བ་ལྷུ་དགོས། (མེ་འབྲུག་ཟླ་ ༥
པའམ་དབྱིན་ལོ་ ༡༩༧༦ ལོའི་རྒྱལ་ཡོང་ ཆོགས་འདུ་ཐེངས་ ༤༥ པའི་གྲོས་ཆེད་དོན་ཚན་ ༣ པ་ལྟར།)

ལྷུང་འཁོད་ཀྱི་ས་ཁར་ཡོད་པའི་གིང་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་།

༡༥-༦ ལྷུ་མ་རིའི་ཆུད་པའི་ས་ཆ་ལས་ ཚུ་འབྲོག་དང་ ཁྱིམ་ས་དོ་ ༡༥-༡༠ པ་ལྟར་གྱི་སོག་གིང་རིགས་དང་
དདུལ་ཐོག་ལྷུ་མ་རིའི་རིགས་ཀྱི་ ས་ཆ་བཅས་མ་བཅེས་པའི་ས་ཆ་གཞན་ཀྱི་ནང་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྦྱོས་
པའམ་ ཆེད་དུ་བཅུགས་པ་ བདག་ཉར་བྱེད་དེ་བཞག་པ་སོགས་ གིང་རིགས་གང་རང་ཡིན་ཀྱང་ ལྷུ་མ་རིའི་
མིང་གསལ་ཅན་གྱི་བདག་པོར་ཐོབ། འོན་ཀྱང་ལེ་བྱུང་གི་ཆེད་དུ་སྤྱད་དགོས་བྱུང་ན་ ཁྱིམ་ས་དོན་ཀྱི་ ༤-༦
པ་དང་འབྲེལ་དགོས།

ལྷུང་འཁོད་ས་ཁར་ཡོད་པའི་གིང་རིགས་ཀྱི་གིང་འབྲས་རིགས་ཐོབ་ལམ།

༡༥-༧ ལྷུ་མ་རིའི་ཆུད་པའི་ས་ཆ་ལས་ཚུ་འབྲོག་དང་ སོག་གིང་བཅས་ཀྱི་ས་ཆ་མ་བཅེས་པའི་ ལྷུང་འཁོད་ས་ཆ་
གཞན་ཀྱི་ནང་དུ་གིང་འབྲས་གིང་དང་ དོ་མ་བཟའ་བུའུ་པའི་གིང་རིགས་གང་རང་ཡོད་རུང་ གིང་གི་
འབྲས་བྱ་དེ་དག་ལྷུ་མ་མིང་གསལ་ཅན་གྱི་བདག་པོར་ཐོབ་ གལ་སྲིད་ཚུ་བོ་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀྱི་ཞིང་བར་དུ་
ཡོད་ན་ གིང་དེས་གནོད་ཉན་གང་ལ་ཡོད་པའི་ཞིང་རྫོས་ཐོབ་པ་དང་ གནོད་ཉན་སུ་ལའང་མེད་ཆེ་ སྤྱི་
ཐོག་དུ་ཐོབ།

རྫོང་གཞིའི་ཉེ་འདབས་དང་ཁྱིམ་ཁོངས་ཆུད་པའི་གིང་གི་སྒོར།

ཀུན་ལ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཀུན་ལ་ཕ་དང་ ༣-༧ པ་ལྟར་གྱི་གནད་དོན་ཐད་ རྒྱུ་ལྡན་ཉེ་འདབས་དང་
ཁྲིམ་ཁག་གི་ས་ཁོངས་སུ་ཚུད་པ་ཡིན་ཆེ་ དེ་ནི་ཁྲིམ་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིམས་(ཐུན་སི་པལ) དང་བསྟན་དགོས།

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ནི་རྩིས་སྤྲོད་པའི་ས་ནང་གི་ཤིང་རིགས་སྤྱོད་ཐང་།

ཀུན་ལ་ ༣-༩ པ་ལྟར་ཁྲིམ་ཁག་གི་ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་ཤིང་རིགས་ཀྱི་དབང་ཚད་ གོང་དོན་ཀུན་ལ་ ༣-༩ པ་དང་ ༣-༧
པའི་ནང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཁྲིམ་ཁག་གི་ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་ཤིང་རིགས་ཀྱི་དབང་ཚད་ གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་གཞུང་ནས་ནགས་ཚལ་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་གསར་སྤྲོད་པ་ནས་ གཞུང་ལས་
ལྷན་པའི་ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་ཤིང་རིགས་ཡིན་ཆེ་ གཞུང་ལས་ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་ཤིང་གནད་སྐབས་ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་པའི་
ཤིང་གི་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

ས་དང་སྤྲོད་ཀྱི་ཤིང་ཐོབ་ལམ་གྱི་བཀའ་ཤོག་མེད་པའི་རིགས།

ཀུན་ལ་ ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་གྱི་བཀའ་ཤོག་ལ་
གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

ས་ནང་གི་ཤིང་རིགས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

ཀུན་ལ་ ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་གྱི་བཀའ་ཤོག་ལ་
གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

ས་གསར་ནང་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

ཀུན་ལ་ ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་གྱི་བཀའ་ཤོག་ལ་
གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

ས་ནང་གི་ཤིང་བཏོན་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

ཀུན་ལ་ གཞུང་ལས་ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་གྱི་བཀའ་ཤོག་ལ་
གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

ཁྲིམ་ཁག་གི་ས་ཁོངས་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

ཀུན་ལ་ ༣-༡༠ པ་ལྟར་ཁྲིམ་ཁག་གི་ས་ཁོངས་ཆེན་པོ་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་གྱི་བཀའ་ཤོག་ལ་
གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་བསྟན་དགོས།

དབུ་བ་ཁ་གསལ་བཟོས་ཏེ་སྤྲོད་གོས། དེ་ལས་འགལ་ཏེ་ཆུ་ཞིང་སོགས་སྐམ་ཞིང་དུ་བསྐྱར་བའི་རིགས་ནི་
རང་བཞིན་གྱིས་མ་བརྟལ་པའི་གནད་བྱུང་ན་མ་གཏོགས་མི་ཆོག།

༡༥-༡༠ མ་བཅོས་པའི་ཆུ་ཞིང་ཆུ་ས་ཆ་གཞན་ལུ་བསྐྱར་བཅོས།

༡༥-༡༠༡་ རང་སའི་ཁྲམ་ནང་སའི་ཁྲམས་ཡིག་༡༥-༣ པ་དང་༡༠ པ་ནང་གསལ་ལྟར་ཆུ་དེ་པའི་ཆུ་ཞིང་དེ་ཆུ་
བསྐྱར་བཅོས་ཅ་གཏན་ལས་རྒྱལ་མ་ཆོག་པ་ཡིན་རུང་ས་ཆ་འདི་ཆུ་ཞིང་ལུ་བཟའ་སྤྱོད་ཅ་ལས་རང་མ་བརྟལ་
པར་ཐོན་པ་ཅིན་འདི་ཆུ་སོ་ནམ་ལྷན་ཁག་དང་རྫོང་ཁག་གིས་ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོས་པ་མ་ཆད་ཞིབ་དཔྱད་
འབད་ཞིན་མ་ད་བཟའ་སྤྱོད་ཅ་ལས་མ་བརྟལ་པའི་རིགས་ལུ་ཁོང་གིས་ངོས་འཛིན་གྱི་གནད་བ་སྤྱོད་དེ་
ཡོད་པ་ཡང་ཅིན་གཞུང་གི་བཀའ་ཆུ་ཡོད་པའི་རིགས་རྒྱུ་མ་ཅིག་ཆུ་ཞིང་བཟའ་སྤྱོད་མ་བརྟལ་པའི་ཁོངས་
ལུ་ཆ་འཛིན་འབད་ནི་ཡིན། དེ་མ་ཆད་རང་སའི་ཁྲམ་ནང་ཆུ་ཞིང་འབད་འཁོད་ཆར་བའི་ས་ཁར་ལུ་ཁང་
ཁྲིམ་ཅ་གཏན་ལས་བརྒྱལ་མི་ཆོག།

འབད་ཆོག་དང་མི་ཆོག།

ད་རེས་ཀྱི་སའི་ཁྲམས་ཡིག་བསྐྱར་བཅོས་འབད་མི་འདི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་ས་ཁྲམ་ནང་ཡོད་པའི་
ག་གཤམ་གསལ་མ་གཏོགས་པའི་ཆུ་ཞིང་ཆ་མཉམ་ལུ་གོ་ནི་ཡིན།

༡ - ཁྲིམ་ཆོགས་ཀྱི་ས་མཆོམས་ཤོ་མཆོམས་ནང་འཁོད་ཆུ་དེ་པའི་ཆུ་ཞིང་ཆུ་ལུ་མི་གོ།

༢ - སོ་ནམ་ལྷན་ཁག་དང་རྫོང་བདག་གིས་ཆུ་ཞིང་ལུ་ལཱ་འབད་མི་བརྟལ་སྤྱོད་ཅེ་ཅེར་གནད་བ་སྤྱོད་མི་ཆུ་ལུ་མི་གོ།

༣ - ཆུ་ཞིང་བསྐྱར་བཅོས་རྒྱལ་མ་ཆོག་པ་འབད་གཞུང་གི་བཀའ་ཆུ་ཡོད་མི་ཆུ་ལུ་མི་གོ།

ལག་ལེན་འཐབ་ཐང་།

གོང་གསལ་དོན་ཆན་གསུམ་བསྐྱར་བཅོས་རྒྱལ་མ་ཆོག་པ་འདི་ཤོ་དང་སྤྱི་མི་ཆུ་གིས་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་
ལེན་འཐབ་དགོས་པ་ཡིན་ག་འདེམ་ཅིག་འབད་འདི་ལུ་མ་གནས་མི་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་རྫོང་ཁག་ལུ་སྤྱན་
འབུལ་བྱ་ནི་ཡང་ཁོང་གི་འགན་ཁུར་ཡིན།

ཉེས་ཁྲིམས་

ཁྲིམས་སར་བཀའ་ཏེ་ཉེས་པ་ཐོག་མི་ཆུ་ལུ་ས་ཆ་དེ་ཡི་དབང་ཆད་ཤོར་མ་འབད་ཆ་བཞག་ནི་ཡིན་མ་མ་ཆད་
ས་ཆ་དེ་ཁར་གཞན་གང་རང་བརྒྱལ་ཏེ་ཡོད་རུང་དེ་ཆུ་ཡང་དབང་ཆད་མེད་པ་འབད་འབྲེལ་ཡིན། (སྤྱི་ལོ་
༡༩༩༩ ལོར་ལྷན་རྒྱུ་གཞུང་ཆོགས་ཐེངས་༩༣ པ་དང་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༠ ལོའི་ཆོགས་འདུ་ཆེན་མི་ཐེངས་༤༩ པའི་
ཐོས་ཆད་དོན་ཆན་༥ པ་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༥ ལོར་གཞུང་ཞབས་ལས་གནད་བའི་བཀའ་ཆུ་གསལ་བསྐྱགས་འབད་བའི་ཡིག་
ཡང་ཨམ་ཨ་ཨ།༧༧༡༡༢༥༧ སྤྱི་ཆོས་༠༡-༠༩-༩༥ ཅན་མ་བཅས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་)

ཅེ་རི་ས་ཆ་བཟའ་སྤྱོད་མ་འབད་བར་ལོ་རྒྱུ་ལྷག་སོང་བའི་རིགས།

༡༥-འཁ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་བཀའ་ཤོག་གི་ཐོག་ལས་ས་ཆ་གནང་མི་ཚུ་ བཀའ་ཤོག་གི་
ནང་ན་འཁོད་པའི་ས་ཆ་ ཞེ་གར་གྲངས་ཚད་དེ་རང་མ་གཏོགས་ས་ཐེབ་ཁམ་ནང་བཀོད་མི་ཆོག། (སྤྱི་ལོ་
༡༩༥༧ ལོར་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་ས་བཀའ་ཚུ་གནང་བ་བཞིན་ ཁྱབ་བསྐྱགས་ཨང་
༡༩༡) ༥༧༣༥ སྤྱི་ཆོས་༢༥-༦-༥ ཅན་མ་བཀའ་སྤྱི་ལོ་འབད་བའི་ནང་གསལ་ལྟར་)

ས་ལྗག་གི་རིན་བབས་དང་ས་ཁྲལ་བཅི་ཐང་།

༡༥-༣ གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁྲམ་ས་མཆོམས་ཅོ་མཆོམས་མ་འཁོད་པའི་ས་ཆའི་ས་ལྗག་གི་ས་རིན་ནི་ ཅུ་པོ་
དེས་བཟའ་སྤྱོད་དུས་ནམ་ལས་བྱས་པ་ཡིན་རུང་ ད་ཅེས་གཞུང་གི་ཁྲམ་ས་བཀོད་པའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་ས་ཡི་
དབྱེ་བ་སོ་སོའི་རིན་ཐང་ཇི་གནས་ལ་ཆ་བཞག་སྟེ་འབྲལ་དགོས་པ་དང་ ས་ཁྲལ་ཐང་ གཞུང་ཁམ་ནང་ ས་
མཆོམས་མ་འཁོད་པའི་ས་ཁྲལ་ནི་ བཟའ་སྤྱོད་བྱེད་འགོ་བཙུགས་པའི་དུས་ནས་ཅིས་རྒྱབ་སྟེ་ཕོག་རྒྱ་དང་
ས་མཆོམས་ཅོ་མཆོམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པའི་རིགས་ནི་ ཞེ་ཁམ་ནང་བཀོད་ཀྱི་དུས་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཕོག

།

ཁྲམ་ས་འཛུགས་རྒྱུ་ཁས་ཁུངས་ཀྱིས་མ་བཀོད་པར་བཞག་པའི་ཐོབ་ལམ་དང་ཉེས་ཆད།

༡༥-༤ ཅུ་པོ་གཅིག་གིས་བཟང་བའི་ས་གནིས་དེ་ཉིད་ རང་ཉིད་ལ་ཁྲམ་ས་འཛུགས་རྒྱུའི་སྒྲིགས་གྲུབ་མེད་བར་ མི་
གཞན་ལ་ཁྲམ་ས་འཛུགས་གནང་ཞེས་ལབ་པ་ཡིན་ཀྱང་ ཁས་ལེན་བྱེད་པོ་དེས་རྒྱང་མེད་དུ་བཞག་སྟེ་ ཁྲ་
མོར་མ་འཁོད་པར་ལུས་པ་ཡིན་ཆེ་ ས་གནིས་དེ་ཉིད་ལ་རིན་བབས་མ་ཕོག་པའི་ས་གནིས་ཞིག་ཡིན་ན་ ལོ་
གང་སོང་གིས་ཁྲལ་ཞིང་ཇོ་དེ་ལ་དང་ ས་ཁྲལ་དང་འབྲ་འབྲའི་ཉེས་ཆད་ཁྲམ་ས་འཛུགས་རྒྱུ་ཁས་ལེན་
བྱེད་པོ་དེ་ལ་ཕོག་ གལ་སྲིད་རིན་བབས་ཕོག་པའི་ས་གནིས་ཞིག་ཡིན་ཆེ་ས་ཡི་བདག་པོ་ལས་ས་རིན་ངོ་མ་
དེ་དང་ ལོ་གང་སོང་གི་ཁྲལ་འབྲལ་ཕྱལ་ཏེ་ ས་ཆ་དེ་ཉིད་ས་བདག་དེ་ལ་ཐོབ་རྒྱ་དང་ ས་ཆའི་ཁྲལ་འབྲལ་
ཇི་གནས་དང་ མཉམ་པའི་ཉེས་ཆད་ཁྲམ་ས་འཛུགས་རྒྱུ་ཁས་ལེན་བྱེད་པོ་དེ་ལ་ཕོག།

སོག་ཤིང་ལ་ཁྲལ་མི་ཕོག་པ།

༡༥-༥ སོག་ཤིང་གི་རིགས་ནི་ སོག་ལུད་རྒྱང་པོ་ མ་གཏོགས་ མི་སེར་ལམ་དབང་པར་བརྟེན་ ཁམ་ནང་འཁོད་
བའི་སོག་ཤིང་རིགས་ལ་ཁྲལ་མི་ཕོག། (ཕྱགས་སྒྲུང་ཆ་༥ པར་རས་དབྱིན་ལོ་ ༡༩༦༡ ལོའི་རྒྱལ་
ཡོངས་ཆོགས་འདུ་ཐེངས་༡༦ པའི་དོན་ཆོན་༡༠ པའི་ནང་ལྟར་)

རང་མིང་ཁར་འཁོད་ཀྱི་ས་ཆར་ཡོད་པའི་ཤིང་རིགས་ཁེ་བསྐྱར་གྱི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་ཐང་།

༡༥-༦ ཁྲིམས་དོན་༡༥-༦ པ་དང་༣-༧ པ་ནང་གསལ་ལྟར་ རང་གི་ཁྲམ་ས་འཁོད་པའི་ས་ཆར་སྤྱོད་པའི་ཤིང་
རིགས་དང་ སྤྱལ་བཅས་རང་དོན་དུ་སྤྱོད་དགོས་བྱུང་ན་ ཁྲལ་འབྲལ་ཕྱལ་མ་དགོས་པ་མ་གཏོགས་ ཁེ་
བསྐྱར་གྱི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་རྒྱ་ཡིན་ཆེ་ དེ་ནི་གཞུང་ཁྲལ་གཞན་མཚུངས་ཕོག།

ཁྲིམ་ས་ཁྲལ་མི་ ཕོགས་པོ།

༡༥-བ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་རྩ་པོ་རེར་རང་གི་མིང་ཐོག་ཁ་མོར་འཁོད་པའི་ས་ལས་ཁྲིམ་ས་ཨ་ཀར་བྱེད་རེར་ལོ་ལྟར་
གྲིས་ཁལ་མེ་ཕོག་ཅིང་ དེ་གལ་དུ་རྫོང་གཞིའི་ཉེ་འདབས་དང་ཁྲིམ་སའི་རིགས་མེ་བསྐྱས།

ཁལ་རྒྱུད་དང་དགྲུང་གྲངས་བཙུ་ཐང་།

༡༥-ད ཁལ་རྒྱུད་བཙུ་ཐང་གི་ཐང་ གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁ་མོའི་ནང་ ས་གཞིའི་ཁ་སྐྱེབས་སུ་མགོ་གངས་སོ་སོར་
རྒྱུད་ཆེ་ དེ་དག་ཁེ་རྒྱུད་མ་གཅིག་པའི་གྲངས་སུ་བཙུ་ཡིན་བཞུན་གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁ་མོའི་ནང་ ས་
ཁམ་གྱི་དགྲུང་གྲངས་རྩ་བོ་དོ་གྲངས་རེར་ཁལ་རྒྱུད་རེ་བཙུ་རྒྱུ་ ས་གཞི་རྩ་ལས་མེད་རིགས་ཁྲིམ་གྱི་དགྲུང་
གྲངས་དང་བཞུན་དབྱེ་རྒྱུ།

འཕེལ་ཁྲུ་པ་ ས་གཞིས་ཉེ་བཙོང་དང་བརྗེ་སོར།

ས་ཆའི་རིགས་བཙོང་དང་བརྗེ་སོར་བཟང་།

༡༥-ཉ ས་ཆའི་རིགས་གང་ཡང་ཉེ་བཙོང་ངམ་ བརྗེ་སོར་མ་བྱས་གོང་ལས་རྩ་པོ་གཉིས་ཀ་ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་
དུ་བཅར་ཏེ་ ཉེ་བཙོང་འཐབ་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་ཞུ་ཆོག་ཁ་གསལ་བཅོས་ཏེ་སྤྲུལ་དགོས་ དེ་ལྟར་ཞུ་ཆོག་འབྱོར་
བ་ནས་ ཁྲིམས་དཔོན་གྱིས་འགན་རྒྱ་མ་བཟོ་བར་ཟླ་བ་གཅིག་གི་རིང་བསྐྱགས་འབྲངས་བཞག་རྒྱུ། (དབྱིན་
ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་༡༥ ཡ-ཉ པར་ཁ་སྐོར་།)

ས་གཞིས་ཉེ་བཙོང་འཐབ་རྒྱ་དང་བརྗེ་སོར་སྐབས་ཁྲིམས་ཁང་གི་བྱ་སྒྲི།

༡༥-འ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ས་གཞིས་ཉེ་བཙོང་ངམ་ བརྗེ་སོར་འཐབ་མཁན་ནང་མི་གཉིས་དང་ ས་གཞིས་དེ་འབྲེལ་
གྱི་རྒྱུད་པོ་བཅས་པར་དེ་ལྟར་ཉེ་བཙོང་ངམ་བརྗེ་སོར་འཐབ་རྒྱ་ཡིན་ལུགས་དང་ ས་དེ་ལ་ཉེ་གས་གཞི་ཡོད་
མེད་ཀྱི་ ལན་གསལ་བྱ་དགོས་པའི་བརྗེ་སོར་ཉེ་གས་ཡི་གེ་ཁ་གསལ་ཞིག་གོང་འཁོད་ས་གནས་སོ་སོར་བཏང་
དགོས་ཤིང་ ཟླ་དོ་གཅིག་གི་རིང་དེ་ལ་ཉེ་གས་གཞི་གང་ཡང་མ་འཐོན་ཆེ་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཉེ་བཙོང་ངམ་
བརྗེ་སོར་འཐབ་ལུགས་ཀྱི་འགན་ཡིག་ཁྲིམས་རྟགས་ཅན་ཁ་གསལ་བཟོ་དགོས་རྒྱུ་དང་ དེ་ལྟར་ཁྲིམས་ཁང་
བརྒྱུད་དེ་ས་ཆ་ཉེ་བཙོང་འཐབ་རིགས་ རིན་བབས་ཇི་གནས་ཀྱི་བརྒྱ་རེ་ལས་ཏི་རུ་ལཱ་རེ་ཆོང་ཁལ་བཞེས་རྒྱུ་
ལྟ་ འོན་ཀྱང་བརྗེ་སོར་བྱས་པ་ལ་གཞུང་ཁལ་གང་ཡང་མེ་ཕོག།

ས་གཞིས་ཉེ་བཙོང་དང་བརྗེ་སོར་རིགས་གྲིས་ཁམ་སྒྲི་ཐང་།

༡༥-ཡ ས་ཆའི་རིགས་གང་ཡང་ཁྲིམས་དོན་༡༥-ཉ པ་དང་ ༥-འ པ་ལྟར་ཉེ་ས་ཆར་བ་དང་ བརྗེ་སོར་བཞུས་
ཆར་བ་ནས་ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་དང་རྫོང་བདག་ནས་གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་༡༥-ཡ པ་ལྟར་ཁ་མོར་
གསལ་སྒྲི་རྒྱུ། (དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་༡༥ ཡ-འ པར་ཁ་སྐོར་།)

ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-ཡ དང་མ་འབྲེལ་བའི་རིགས་ཀྱི་བཙུ་ཐང་།

༡༥-༤ ཁྱིམ་སྡོད་ ༡༥-༣ པ་ལྟར་མ་བྱས་ཆེ་ས་ཆ་ཉལ་པའི་རིགས་བྱ་ལོན་གྱི་གཏའ་མའི་གངས་སུ་བཅི་རྒྱ་
དང་བཟེ་སྟོར་བྱས་པའི་རིགས་ཀྱང་བཟེ་སྟོར་མ་བྱས་པའི་གངས་སུ་བཅི་རྒྱ་མ་གཏོགས་ཉལ་པ་དང་བཟེ་
སྟོར་བྱས་པའི་གངས་སུ་མི་བཅི། (དབྱེན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྱིམ་སྡོད་༡༥-༣ པར་ཁ་སྐོང་།)

ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་རིགས་ཀྱིས་ས་ཡི་ཐོབ་ཚད་ལས་ལྷག་ཤིང་ཉལ་པ་ཆོག་པ།

༡༥-༥ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་རྩ་བོ་གཅིག་ལ་རྩ་འཛིན་དང་སྟོན་ཤིང་ཤིང་འབྲས་ལྷ་མ་རས་མ་བཅོས་པར་ས་ཆའི་
རིགས་ཨེ་ཀར་ཉལ་པ་ལྟན་ས་ཁུམ་ནང་འཁོད་པ་ཡོད་ཆེ་དགུམ་པ་དེའམ་དེ་དང་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་
རིགས་ཀྱིས་གཞན་ལས་ས་ཆའི་རིགས་གང་ཡང་ཉལ་པ་ཆོག་། དེ་ལས་འགལ་ཏེ་ཉལ་པ་ཡོད་ན་ཨེ་ཀར་
ཉལ་པ་ལས་གང་ལྷག་གི་ས་ཆ་རིན་མེད་གཞུང་བཞེས་ཁར་ས་རིན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉལ་པ་ཆད་ཀྱང་ཕོག་།
(དབྱེན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྱིམ་སྡོད་ ༡༥-༥ པར་ཁ་སྐོང་།)

ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ལྷ་ལས་མེད་པའི་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་ནས་ཉལ་པ་ཆོད་མི་ཆོག་པ།

༡༥-༦ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་རྩ་བོ་གཅིག་ལ་ས་གནས་ཨེ་ཀར་ལྷ་ལས་མེད་ན་དེ་ལས་མི་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ཉལ་
ཆོག་དེ་ལས་འགལ་ཏེ་ཉལ་ན་གང་ཉལ་སའི་བདག་པོ་དེ་ལ་རང་འཇགས་སྤྱོད་དགོས་ཁར་ས་རིན་ཇི་
གནས་ཉལ་པ་སྤྱོད་དགོས་རྒྱ་དང་གཞུང་ལ་དེ་འབྲེལ་བའི་ཉལ་པ་ཆད་ཀྱང་ཉལ་པ་ནས་སྤྱོད་དགོས་དེ་
བཞིན་དུ་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་རྩ་བོ་གཅིག་ལས་ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ལྷ་ལས་མེད་ན་དེ་ནི་གཞན་ལ་བཅོང་མི་ཆོག་
དེ་ལས་འགལ་ཏེ་བཅོང་ན་བཅོང་བའི་རིན་བབས་གང་གནས་ཉལ་པ་རང་འཇགས་སྤྱོད་དགོས་ཁར་གཞུང་
དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉལ་པ་ཆད་ཀྱང་བཅོང་མི་ནས་སྤྱོད་དགོས་ (མེ་འབྲུག་ཆེད་པའམ་དབྱེན་ལོ་༡༩༥༦ ལོའི་
རྒྱལ་ཡོངས་ཆོགས་འདུ་ཐེངས་༤༥ པའི་དོན་ཚན་༡ པའི་ནང་ལྟར།)

༡༥-༦ ལྷ་མ་བཅོས་པའི།

༡༥-༦༡ ཁམ་འཆང་སྤྱོད་འབད་མི་ལུ་སའི་ཁྱིམ་སྡོད་ ༡༥-༤ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་སའི་ཆད་གཞི་ནང་ཚུད་མི་
བཟའ་སྤྱོད་ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ལྷ་ལས་ཉལ་པ་ལྟན་མི་ཉལ་པ་ཆོད་འཐབ་ནི་ཚུ་རྫོང་བདག་གིས་ཞིབ་དཔྱད་འབད་
དེ་ཁམ་འཆང་སྤྱོད་འབད་མི་ལུ་ནང་མི་ཉལ་པ་ག་ཡང་མེད་པར་མི་དོག་རྒྱུང་མ་ཅིག་ཨིན་པའི་ར་འཕྲོད་
འབྱུང་པ་ཅིན་ས་ཆ་དེ་ཉལ་པ་ཆོད་འཐབ་ཆོག་པའི་གནང་བ་སྤྱོད་ཆོག་། ག་འདམ་ཅིག་འབད་ཁམ་འཆང་
སྤྱོད་འབད་མི་གིས་ས་ཆ་འདི་བཅོངས་ཏེ་ས་ཆ་མེད་མི་ཅིག་ལུ་གྱུར་སྟེ་པ་ཅིན་གཞུང་ལས་ས་ཆའི་སྤྱོད་
ལྷག་མི་འཐོབ་ཨིན་རུང་ཁམ་འཆང་སྤྱོད་འབད་མི་ག་འདམ་ཅིག་འབད་ས་ཆ་ཨེ་ཀར་༡-༢ ཡོད་མི་ཚུ་
རྒྱལ་ཡོངས་ལས་མི་ཡང་ཅིན་གཞུང་གིས་ཐུག་བཅད་པའི་གཞིས་ཆགས་ནང་འཇུག་ནིའི་སྤྱོད་ཡོད་
པ་ཅིན་འབྲེལ་ཡོད་རྫོང་ཁག་གིས་ཞིབ་དཔྱད་མཐུན་མཐུན་འབད་དེ་ར་འཕྲོད་བྱུང་པའི་ལྷ་ལུ་ས་ཆ་དེ་
བཅོང་ནིའི་གནང་བ་སྤྱོད་ཆོག་། (ལྷ་ལོ་༡༩༥༥ ལོའི་ཆོག་འདུ་ཐེངས་༤༥ པའི་དོན་ཚན་༣ དང་ལྷ་ལོ་༡༩༥༥
ལོའི་ཆོགས་འདུ་ཆེན་མོ་ཐེངས་༤༧ པའི་ཐོས་ཆད་དོན་ཚན་༩ པ་ལྟར།)

ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱེད་དུ་སྤྱར་བའི་ས་ཆ་ཉལ་པ་ཆོད་མི་ཆོག་པ།

༡༥-༧ གཞུང་དབང་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ནམས་མ་ཟད་ རྒྱུ་པ་སོ་སོར་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་དང་མགོན་ཁང་གི་
མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའམ གཞན་ཡང་ཁྱ་མོའི་ནང་དུ་ཡོད་བྱེད་ཀྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་ས་ཆའི་རིགས་
གང་ཡང་ཉ་བཅོང་བྱ་མི་ཚོག་པ་མ་ཟད་ཁྱིམ་སྡོད་ཀྱི་༡༣-༡༧ པ་ལྟར་བརྗེ་སོར་ཡང་བྱ་མི་ཚོག།
(དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྱིམ་སྡོད་གཞུང་༡༥-༦ པར་ཁྲིམས་དང་༡༥-༥ པ།)

ཉ་ས་ཟིན་པའི་ས་ཆའི་ཁལ་ཕྱག་སྒྲིག་

༡༥-༨ ས་ཆ་ཉ་ས་པ་ནས་ས་ཆ་དེ་ལ་ཕྱག་པའི་ས་ཁལ་གྱི་རིགས་ཀྱང་ ཉ་ས་པའི་ཉ་ས་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཉ་བ་པོ་
དེས་བཏབ་དགོས། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྱིམ་སྡོད་གཞུང་ ༡༥-༧ པ།)

ཕྱ་མེར་ས་ཆ་སྒྲིག་པར་བྱིན་པ་དང་བཅོང་བ་སོགས་མི་ཚོག་པ།

༡༥-༩ རང་སའི་ཁོངས་སུ་ཁྱ་མོར་འཁོད་བྱུང་པའི་ཞིང་སའམ་ ལྷ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་ ཁང་ཁྱིམ་བཅས་པ་སོགས་
རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་རིགས་ནམས་ལ་ཡི་ནས་བཅོང་མི་ཚོག་པ་མ་ཟད་ སྒྲིག་པར་བྱིན་པ་སོགས་ཕྱི་མའི་
ལག་ཏུ་འམ་ ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁོངས་སུ་ཚུད་པའི་བྱ་བ་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ཕྱི་མའི་
གང་སྒྲིད་ཀྱི་ས་གནས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ས་གནས་དེའི་རིན་དང་འབྲེ་འབྲེའི་ཉ་ས་ཆད་བྱིན་མའམ་ བཅོང་
མི་དེ་ལ་ཕྱག་ ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྱིམ་སྡོད་གཞུང་ ༡༥-༩-༢ པ།)

འབྲུག་པའི་མི་སེར་གྲལ་ནས་ཐོན་འདོད་ཅན་གྱི་ས་གནས་ཉ་བཅོང་འཐབ་ལུགས་དང་གཞུང་བཞེས་མཛད་ཐང་།

༡༥-༡༠ འབྲུག་མི་ཞིག་གིས་འབྲུག་པའི་མི་སེར་གྲལ་ནས་ཐོན་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དུ་འགྲོ་འདོད་བྱུང་ནས་ས་
གནས་བཅོང་དགོས་བྱུང་ན་ ལོ་གཅིག་གི་རྒྱུན་ལས་གཞུང་ལ་སྟན་འབུལ་ཞུ་དགོས་ཤིང་ གཞུང་ནས་ཐོན་
འགྲོ་ཚོག་པའི་གནད་བ་ཐོབ་རྗེས་ས་གནས་དེ་ཉིད་གཞན་ལ་བཅོང་ཚོག་པ་དང་ གལ་སྲིད་བཅོང་མ་ཐུབ་
པའི་བར་འཐོན་འགྲོ་དགོས་བྱུང་ན་གཞུང་ལ་ཕུལ་ཚོག་སྟེ་ རིན་བབས་མཐོ་དམའ་གཞུང་གི་ལུགས་བཞེད་
དང་བསྟན་རྒྱ། གལ་སྲིད་གཞུང་ལ་དགོངས་སྒྲུབ་མ་ཐུག་པར་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཐོན་འགྲོ་ཆོ་ དེའི་ས་གནས་
རིགས་ནི་ཁྱིམ་སྡོད་ཀྱི་༡༦-༡༨ པ་ལྟར་གཞན་ལ་བཅོང་བ་ཡོད་མེད་གང་ལྟར་ཡང་གཞུང་བཞེས་ཏེ་
འོན་ཀྱང་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཐོན་མ་སོང་གོང་ནས་ ས་གནས་དེ་ཉིད་མི་གཞན་ཞིག་ལ་བཅོང་ཞིང་ ཉ་མའི་མིང་
ཐོག་ཏུ་གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁྱ་མོར་འཁོད་བྱུང་པ་ཡོད་ན་ དེ་ནི་ཉ་མི་དེ་ལ་རང་འཇགས་ཐོབ་པར་ཆ་
འཛིག་བྱ་རྒྱ།

ཉ་བཅོང་བྱས་པའི་ས་ཆ་དང་སྤྲུགས་པའི་ཆུ་ཡུར་དང་ཆུ་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ།

༡༥-༡༡ ཞིང་ས་སོགས་ས་ཆ་ཉ་ས་པའམ་སྒྲིག་པར་ཐོབ་པ་ རྒྱལ་བར་ཐོབ་པ་སོགས་གང་ཡང་རུང་སྟེ་ས་ཆ་དེ་ལ་
བརྟེན་པའི་ཆུ་ཡུར་དང་ ཆུ་རྒྱ་སྤར་ནས་གང་མཆིས་པ་དེ་རང་ ས་ཆ་དང་སྤྲུགས་ཏེ་ཉ་མི་དེའི་ཁོངས་སུ་
ཐོབ།

ཐུན་མོང་གི་ས་ཆའི་རིགས་ཅ་པོ་ཡན་ཚུན་ངེས་བསྟན་མེད་པར་བཅོང་མི་ཚོག་པ།

༡༥-༡༢ ཅུ་པོ་གཅིས་སམ་ དེ་ལས་ལྷག་པའི་ཅུ་པོ་རྣམས་ཐུན་མོང་དུ་དབང་བའི་ས་ཆ་དེ་ལས་ ཅུ་པོ་གཅིག་གི་སྐལ་
བ་གཞན་ལ་བཅོང་རྒྱ་ཡིན་ཆེ་ ཅུ་པོ་གཅིག་ཤོས་ལ་ངེས་བཞུན་མེད་པར་བཅོང་འདྲིན་ཅན་གྱི་སྐལ་བ་དེ་ཉིད་
ཀྱང་བཅོང་མི་ཆོག །

ལེ་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་སྔོན་རིང་སྐལ་བའི་ས་ཡིན་རུང་མིང་ཁྲར་མ་སྤྲོས་ཚུན་པ་མའི་གནང་བ་མེད་པར་བཅོང་མི་ཆོག་པ།

༡༥-༡༣ ཁ་མོའི་ནང་དུ་མིང་གསལ་སོར་ཏེ་མ་སྤྲོས་ཚུན་ པ་མས་བྱིན་པའི་སྐལ་བའི་ས་ཆ་ཡིད་རུང་ པ་མ་དང་ལེ་
རྒྱད་གཅིག་ཏུ་སྔོན་རིང་ པ་མ་ངོ་བོ་ཡིད་རིང་པ་མའི་གནང་བ་མེད་པར་ སྐལ་བའི་ས་ལས་བཏྲག་སྟེ་བཅོང་
བའམ་ ཡང་ན་ཁྲིལ་པོར་བཅོང་བ་བཅས་ལ་ཆ་གཞན་ལ་བཅོང་མི་ཆོག །

བཟའ་ཚང་ཡིན་ཀྱང་ས་ཆ་ལ་དབང་ཚད་མེད་པའི་ཡ་ལྷས་བཅོང་མི་ཆོག་པ།

༡༥-༡༤ བཟའ་ཚང་ལེ་རྒྱད་གཅིག་དང་མི་གཅིག་ སུ་གཞི་ཡིད་མེད་ཇི་ལྟར་ཡང་ ཡ་ལྷ་གཅིག་ཤོས་དེ་ལ་པ་མས་
བྱིན་པའི་ས་ལམ་བྱིས་ནས་སྐལ་བ་བཞོ་བཤའ་ཐོབ་པའི་ས་ཆ་ ཡང་ན་ བཟའ་ཚང་མ་བསྡུས་ཤོང་ལས་
ཡིད་པའི་ས་ཆ་རྣམས་ ས་ཆ་ཡིད་མི་ཡ་ལྷ་གཅིག་ཤོས་དེ་རང་གིས་བཅོང་ན་མ་གཏོགས་ ས་ཆ་མེད་པའི་ཡ་
ལྷ་དེས་རང་ཐག་བཅད་དེ་ས་ཆའི་བདག་པོར་འདྲི་བཞུན་མེད་པར་བཅོང་མི་ཆོག །

ལོ་ཐོག་བཏབ་ཚར་བའི་ས་ཆ་བཅོང་ཆེ་ལོ་ཐོག་དེའི་ཐོབ་ལམ་

༡༥-༡༥ ལོ་ཐོག་བཏབ་ཚར་བའི་ཞིང་ས་བཅོང་ན་ ཞིང་སའི་རིན་བབས་ངོ་བོའི་ཁར་ ལོ་ཐོག་གི་རིན་བབས་ཀྱང་
ལོགས་སུ་བཅུས་ཏེ་ལེན་ན་མ་གཏོགས་དེ་མིན་བཏབ་ཚར་བའི་ལོ་ཐོག་དེ་ནི་ ཞིང་ས་ལ་ལོ་ཐོག་བཏབ་མི་སུ་
ཡིན་དེའི་ཁྲིངས་སུ་ཐོབ།

ཁྲིམས་དོན་ལས་འགལ་བའི་ཉེས་ཆད།

༡༥-༡༦ ཤོང་གི་ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༧ པ་དང་ ༥-༡༢ པ་ནས་ ༥-༡༤ པ་ཚུན་གྱི་ཁྲིམས་དོན་ལས་འགལ་ཆེ་
ས་ཆ་ངོ་བོ་རང་འཇུ་སྒྲར་ལོག་ཁར་ ས་ཆ་དེ་ལ་རིན་བབས་ངོ་གནས་གྱི་ཆད་པ་ཤོག །

ཉེས་ལྗོན་གྱི་པ་ གཞུང་ས་བཅུ་ཐང་དང་གནང་ཐང་།

བཟའ་ཤུལ་ཡིན་ཀྱང་གཞུང་སར་བཅུ་ཐང་།

༡༥-༡ ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༢ པ་ལྟར་ ཁམ་རྙིང་ནང་ཡིད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་ ཁམ་གསར་བཏོད་སྐབས་འཛགས་
སོང་བ་ལས་ དུས་ཡུན་ལོ་ངོ་ལྷ་ལས་ལྷག་པའམ་ ཡང་ན་ སྤར་གྱི་བཟའ་ཤུལ་ཡིན་ཀྱང་ རང་གི་མིང་
ཐོག་ཏུ་ཁ་མོར་མ་འཁོད་ཆེ་ས་ཆ་དེ་ཉིད་གཞུང་ས་ཡིན་ ས་ཆ་དེ་ཉིད་སྤར་ཡང་ཁམ་རྙིང་གི་བདག་པོ་རང་ལ་
ལྷ་དགོས་ན་ དེ་ནི་མི་གཞན་གྱིས་སྤར་ནས་ལྷས་ཚར་བ་མེད་ཆེ་ ཁམ་རྙིང་གི་བདག་པོ་དེ་ལ་དང་པོར་ཐོབ་
རྒྱུའི་དབང་ཚད་ཡིད་ ལྷ་ཐང་ ༡༥-༧ པ་ལྟར་བྱ་དགོས།

ས་མཚམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ས་ཆ་སྐར་འཇལ་སྐབས་ས་ལྷག་ཐོན་པའི་ཐོབ་ལམ།

༡༥-༢ རྒྱ་ཞིང་དང་ རྒྱུ་ཞིང་ སྤངས་ཞིང་ ཚོད་ས་བཅས་ཀྱི་རིགས་ ཁྲ་མོའི་ནང་ས་མཚམས་དོ་མཚམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ ས་ཆ་དེ་ཉིད་གཞུང་ནས་སྐར་འཇལ་སྐབས་ ཨེ་ཀར་མེའི་ས་ལས་ངོས་སེམས་པ་བཅུ་གཉིས་པེ་ཚུན་ལྷག་ཆེ་ ངོས་སེམས་པ་བཅུ་གཉིས་ཚུན་ཀྱི་ས་ལྷག་དེའི་ས་རིན་དང་ ལོ་གང་སོང་གི་ཁྲལ་འབྲལ་ཅིས་རྒྱབ་སྟེ་ གཞུང་ལ་ཕྱུལ་བ་ནས་ ས་ལྷག་དེ་ཉིད་ རང་གི་ཁྲལ་ནང་བཀོད་རྒྱ་དང་ ཨེ་ཀར་མེའི་ས་ལས་ངོས་སེམས་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་མ་ཚད་པར་ལྷག་ཆེ་ ངོས་སེམས་པ་བཅུ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྷག་གི་ས་ཐེབས་གཞུང་སའི་གྲལ་དུ་བཀོད་རྒྱ།

ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༢ པ་ལྷར་མེའི་དང་ཅེ་རི་བཅས་ཀྱི་ས་ལྷག་ཐོན་པའི་ཐོབ་ལམ།

༡༥-༣ དེ་བཞིན་དུ་རི་ཞིང་དང་ ཅེ་རིའི་རིགས་ཀྱང་ ཁྲལ་ནང་ས་མཚམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་ཆེ་ གཞུང་ནས་སྐར་འཇལ་སྐབས་ཨེ་ཀར་མེའི་ས་ལས་ངོས་སེམས་པ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལས་ལྷག་ཆེ་ དེའི་ས་རིན་ངོ་བོ་དང་ ལོ་གང་སོང་གིས་ཁྲལ་བཅིས་ཏེ་གཞུང་ལ་ཕྱུལ་བ་ནས་ ས་ལྷག་ནམས་རང་ཁྲལ་ནང་བཀོད་རྒྱ་དང་ཨེ་ཀར་མེའི་ས་ལས་ངོས་སེམས་པ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལས་མ་ཚད་པར་འཛོན་ཆེ་ ངོས་སེམས་པ་ཉི་ཤུ་ལས་ཇི་ལྷག་གི་ས་ཐེབས་གཞུང་སའི་གྲལ་དུ་བཅི་རྒྱ།

ས་ཆ་སྐར་འཇལ་སྐབས་ས་ཆད་ཐོན་པའི་ཁྲལ་གྱི་ཕབ་ཆག །

༡༥-༤ ས་གཞིས་སྐར་འཇལ་སྐབས་ ཁྲ་མོར་རྒྱུད་པའི་ཨེ་གངས་དང་འབྲལ་ཏེ་མ་ཐོན་པར་ས་ཆད་ཐོན་ཆེ་ ཁྲ་མོའི་ནང་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཨེ་གངས་མར་ཕབ་རྒྱབ་སྟེ་བཀོད་རྒྱ་སྟེ་ ད་ཚུན་ས་མེད་ཀྱི་ས་ཁྲལ་གཞུང་ལ་ཕྱུལ་བ་དེ་ཡང་ ལོ་གང་སོང་གིས་ཁྲལ་བཅིས་ཏེ་དགྲུང་པ་དེ་ཡིས་གཞུང་ཁྲལ་ཕྱུལ་དགོས་པའི་བསྐྱམས་ལས་ཕབ་སྟེ་བཞག་རྒྱ།

ས་ཆ་སྐར་འཇལ་སྐབས་ཀྱི་ལྷག་ཆད་མགོ་སྒྲིམས་བཅི་ཐང་།

༡༥-༥ ཅུ་བོ་གཅིག་གི་ས་ཆ་ཞིང་སྤངས་གཅིག་ལས་ས་ཐེབས་ཐོན་ཞིང་ ཞིང་སྤངས་གཅིག་ལས་ས་ཆད་ཐོན་ན་ དེ་ནི་ལྷག་ཆད་མགོ་སྒྲིམས་བཅིས་ཏེ་ས་ལྷག་གཞུང་ལ་བཀོད་རྒྱ་དང་ དགྲུང་པ་དེ་ཡིས་ཁྲལ་དགོངས་ཡངས་བཅུང་རྒྱ་སོགས་གང་ཡང་ལྷག་ཆད་མཉམ་པའི་རྩིས་སྤྲོད་ཡང་ལྷག་ཆད་ཐོན་ན་མ་གཏོགས་མི་བཅི།

ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ཉེར་ཁྲ་ཡོད་རིགས་ལ་ས་ལྷག་མི་ཐོབ་པ།

༡༥-༦ ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༢ པ་དང་ ༥-༣ པར་གསལ་དོན་བཞིན་ཀྱི་ས་ཐེབས་ཐོན་མའི་ཅུ་བོ་དེ་ལ་ རྒྱ་ཞིང་ རྒྱུ་ཞིང་ རི་ཞིང་ ཅེ་རི་ ཚོད་ས་བཅས་བསྐྱམས་ཏེ་ཨེ་ཀར་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷག་ཆེ་ དེ་ལ་ནི་གོང་གིས་ཐེབས་རིགས་ཡེ་ནས་མི་ཐོབ་ ས་ཐེབས་བཀོད་ཐང་ཐང་ ༡༥-༤ པ་ལྷར་རང་གིས་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཆོག །

མིང་ཁྲར་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཐེངས་ཤིག་མི་དགོས་པར་བཞག་རྩིས་སྐར་ཡང་དགོས་ན་ལུ་ཐང་།

༡༥-༧ ས་ཆ་གང་ཞིག་ཟུར་གྱི་ཁམ་རྩིང་ནང་རང་གི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཟུང་ བྱིས་སུ་ཁམ་གསར་ནང་ནས་མ་
ཐོན་ཆེ་ དེའི་ཞིབ་དཔྱད་སྐབས་ཁོ་རས་མ་དགོས་པར་ཁམ་རྩིང་ནང་ནས་བཏོན་བཞག་པའི་ར་ཁྲུང་ས་ཐོན་
པའམ་ ཡང་ན་ ཁམ་ནང་མ་ཚུད་པར་ལོ་ཟླ་ལྷག་པ་ཡིན་ཆེ་ ས་ཆ་དེ་ཉིད་གཞུང་ས་ཡིན་བཞུན་ ཟུར་ས་
གཞིས་དེ་ཉིད་དགོས་ན་གཞུང་ས་ལས་ས་གསར་ཁྱེད་ཐང་ ༡༥-༡༢ པ་དང་ ༦-༡༦ པ་དང་འབྲེལ་
དགོས།

གཞུང་གི་ཐུགས་མཁོའི་ས་ཆ་བཞེས་ཐང་དང་ ༡༥-༩ པ་ལྟར་ས་ཆ་བཞེས་ཐང་།

༡༥-༨ ཁམས་དོན་ ༡༥-༩ པ་ལྟར་ རང་གི་ཁ་མོར་འཁོད་པའི་ས་ལ་ གཞན་སུས་ཀྱང་ཉོགས་བཤད་བྱ་མི་
ཆོག་ཀྱང་ གལ་སྲིད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་དུ་གཞུང་ལ་ཐུགས་མཁོ་བྱུང་ནས་མ་བཞེས་ཀ་མེད་བྱུང་ན་ གང་
ནས་ཀྱང་བཞེས་ཆོག་ཟླེ་ དེའི་རིན་བབས་ཀྱང་ སའི་དབྱེ་བ་དང་བཞུན་པའི་གཞུང་གི་གོང་ཐང་དང་འབྲེལ་
ཏེ་གནང་རྒྱུ་དང་ ས་ཆ་བཞེས་ཐང་ཁམས་དོན་ ༡༥-༩ པ་ལྟར་གནང་རྒྱ།

སྒྲིལ་དབང་གི་ས་ཆ་གཞུང་གི་ཐུགས་མཁོའི་དོན་ལུ་བཞེས་པ་དང་ ས་ཆ་བསྐྱོད་ཐང་གི་ལམ་ལུགས།

༡༥-༩༡ འབྲུག་པའི་མེ་སེར་ས་ཆ་མེད་མི་ཚུ་ལུ་གཞུང་གིས་ས་གཞི་རིན་མེད་སྟོང་པར་གནང་ནི་ཨིན། གལ་སྲིད་ཁ་
མོ་ཅན་གྱི་ས་ཆ་གཞུང་ལུ་ཐུགས་མཁོ་བྱུང་ཟླེ་བཞེས་སྐབས་ རྫོང་བདག་དེ་ས་གཞི་མེད་པའི་ཉེན་ཁར་ཐུག་པ་
ཅིན་ དེ་ལུ་གཞུང་ལས་ས་ཡི་རྒྱུད་འབྲས་ས་རིན་ཁར་ ས་ཆ་བཞེས་པའི་རིན་མེད་སྟོང་པར་གནང་ནི་ཨིན། དེ་
འབད་ཅང་ རྫོང་བདག་གིས་ ས་ཆ་གདམས་ཁ་རྒྱབ་ནི་མེད། ས་ཆ་བཞེས་པའི་མ་དགོ་པ་ཅིན་ དེ་ལུ་ས་ཆ་གཞན་
མི་འཐོབ། (༡༥-༩ པ་བཞུར་བཅོས)

༡༥-༩ ཁས་ཆ་བཞེས་པའི་སྐབས་ རྒྱུད་འབྲས་དཔྱད་རྒྱུ་གི་ཆ་བཞེས་ལུ་གཞུང་གིས་ག་འདྲེ་ཚུགས་ཚུགས་
ས་ཆ་བཞེས་པའི་རང་གནང་ནི་ཨིན།

༡༥-༩ ག་ ག་འདྲེ་མ་ཅིག་འབད་ ཡར་རྒྱས་བཏང་བའི་ས་ཆ་གཞུང་གིས་བཞེས་ཞིན་མ་ལས་ ས་
ཆ་བཞེས་པའི་རྒྱས་མ་བཏང་བའི་ས་ཁོངས་ལས་གནང་བ་ཅིན་ གཞུང་གིས་ ས་ཆ་དེ་གི་རིན་གོང་ལྟེན་ཀ་ཅིག་
རྒྱུད་འབྲས་འབད་ས་རྫོང་ལུ་གནང་ནི་ཨིན།

༡༥-༩ ག་འདྲེ་མ་ཅིག་འབད་ ཡར་རྒྱས་མ་བཏང་བའི་ས་ཆ་ཅིག་གཞུང་གིས་བཞེས་ཞིན་མ་ལས་ ས་
ཆ་བཞེས་པའི་རྒྱས་མ་བཏང་བའི་ས་ཁོངས་ལས་གནང་བ་ཅིན་ རྒྱུད་འབྲས་ག་ནི་ཡང་མི་ཐོབ།

༡༥-༩ ག་འདྲེ་མ་ཅིག་འབད་ ཡར་རྒྱས་མ་བཏང་བའི་ས་ཆ་ཅིག་གཞུང་གིས་བཞེས་ཏེ་ ས་ཆ་བཞེས་
ཡར་རྒྱས་བཏང་ཆར་བའི་ས་ཆ་ (རྒྱ་ཤིང་རམ་སྐམ་ཤིང་) གནང་བ་ཅིན་ འབྲེལ་ཡོད་སྒྲིལ་པ་རྫོང་བདག་
འདྲེ་གིས་སའི་རིན་བབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དེ་ གཞུང་ལུ་ཐུག་མི་དགོས། ས་ཆ་བསྐྱོད་ཐང་ཐང་ ས་ཆ་བཞེས་
སའི་ རྫོང་ཁག་འདྲེ་ནང་ལས་རང་སྐྱོད་དགོ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༩༢ ལོའི་ ལྷན་རྒྱས་གཞུང་ཚོའི་ཐང་༡༩༩
པའི་ཁྲིམ་ཚད་དང་ ནང་སྲིད་ལྷན་ཁག་གི་ཁྱབ་སྒྲུབ་ཨང་(༡༠)-༦༩༣༡༩༥༣༧ ཟླ་ཚེས་༩-༡-༩༣ ཅན་མ་
ཚོགས་ཐང་༧༩ ཁྲིམ་ཚད་ ༡༩༩༣ ལོ་ ཉ་ པའི་དོན་ཚན་ ༥ པ་བཅས་ལྟར་)

སོག་འཕྲག་མ་བརྟབ་པའི་གསོ་ཤིང་དང་སོག་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཤིང་གི་གངས་སུ་བཞག་པའི་རིགས་གཞུང་སའི་གཡ་དུ་
བཏོན་ཐང་།

༡༥-༡༠ ཅ་པོ་གཅིག་ལ་སོག་འཕྲག་མ་བརྟབ་པའི་གསོ་ཤིང་དང་སོག་ཤིང་ཞེས་སྤང་ཚལ་སོགས་སོག་ཤིང་ངམ་
ཕྱི་ཤིང་གི་གངས་སུ་བྱེད་དེ་ཁ་མོར་ལོགས་སུ་བཀོད་དེ་བཞག་པ་ཡོད་ན་དེ་ནི་སོག་ཤིང་ངམ་ཕྱི་ཤིང་གི་
གངས་སུ་མི་ཚུད་པ་ཡིན་བཞུག་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཞུང་སའི་གངས་སུ་བཅུ་རྒྱ།

ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ཅ་པོ་གཅིག་ལ་ས་ཆ་ཞེ་ཀར་ཉེར་ལྟ་ས་བཞུག་ཏེ་འཆང་མི་ཚོག་པ།

༡༥-༡༡ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ཅ་པོ་གཅིག་གི་མིང་ཐོག་དུ་རང་ཁྱལ་གྱི་ཆེད་འོག་དུ་འཇམ་ཆེད་འོག་གཞན་དུ་བཅས་
ཡོད་པའི་ས་གནས་ཐམས་ཅད་བསྐྱམས་ཏེ་ཁྲིམས་དོན་༡༥-༥ པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞེ་ཀར་ཉེར་ལྟ་
ལས་ཇི་ལྟག་གི་ས་གནས་གཞུང་བཞེས་བཏང་རྒྱ་ལྟེ་དེ་ལ་ས་ཡི་རིན་བབས་གཞུང་སྲོལ་ས་རིན་དང་བསྐྱེན་
དེ་གནང་རྒྱ་དང་ས་ལྟག་བཏོན་ཐང་ཐང་༡༥-༥ པ་ལྟར་གང་དགའ་རང་གིས་གདམས་ཁ་རྒྱབ་ཆོག །

ས་གསར་ཁུ་མི་ལ་གཞུང་ནས་ས་གསར་གནང་ཐང་།

༡༥-༡༢ རང་ཁྱལ་གྱི་ཆེད་འོག་དུ་འཇམ་ཡང་ན་ཆེད་འོག་མི་འབྲེལ་བ་གཞན་བཅས་ནས་གཞུང་ལས་ས་གནི་གསར་
ཁུ་མི་ལྟག་ཁུ་མི་བྱང་ཆོ་གཞུང་གི་མི་དེ་འཇམ་དེ་དང་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་མིང་ཐོག་དུ་བཟུང་རྒྱུ་
ས་ཞིང་ལང་བ་ཡོད་མེད་ཞིབ་དཔྱད་མཐེལ་ཕྱིན་རྒྱབ་པ་ནས་གཏན་ནས་ལང་བ་མེད་ཆོ་གཞུང་ནས་གནང་
རྒྱ་མ་གཏོགས་ལང་བ་འདུག་ཆོ་དེ་ལ་ས་གནས་མི་ཐོབ། དེ་མཚུངས་ཁྲིམས་དོན་༡༥-༥ པ་ལྟར་གྱི་
མི་རིགས་ལའང་ས་ཆ་མི་ཐོབ།

དཔལ་ཐོག་ལྷམ་རའི་ཆེད་དུ་ས་ཆ་ཐོབ་ཐང་དང་ས་ཆ་གཞན་ཡང་ཐོབ་མི་ཐོབ་ཀྱི་དབྱེ་བ།

༡༥-༡༣ གཡ་སྤོང་གཞུང་གི་ས་ལས་ཤིང་འབྲས་དང་སྤྱོད་པ་ལྷམ་རས་སོགས་བཅོ་རྒྱུར་ས་གསར་ཁུ་དགོས་པའི་
གནད་དེ་ཐོན་ན་དེ་ལ་ས་ཡི་ཆེ་རྒྱུད་དང་མང་ཆེད་ཐོབ་མི་ཐོབ་ཀྱི་དབྱེ་བ་སོགས་གང་ཡང་གཞུང་གི་
ཐུགས་བཞེད་དང་བསྐྱེན་ཏེ་གནང་རྒྱ།
ཅ་པོ་ཞིག་གི་མིང་ཐོག་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་ཞིང་སྐམ་ཞིང་སོགས་ཁ་འཁོད་ཞེ་ཀར་ཉེར་ལྟ་པོའི་ནང་དུ་ཤིང་
འབྲས་ལྷམ་རས་ལོ་སོགས་པ་བཅོས་ཏེ་མི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐམ་ཡང་ས་གནི་ལང་བ་མེད་ཚུལ་བཤད་དེ་གཞུང་
ལ་ས་གསར་ཁུ་བར་བྱང་ཆོ་དེ་ལ་ནི་མི་ཐོབ།

ས་ཆ་ཐོབ་ཤིང་ཞག་གངས་༣༦༠ རེ་ནང་འཁོད་གཞུང་ཁྲར་མ་འཁོད་ན་གཞུང་སར་བཅུ་ཐང་།

༡༥-༡༤ ས་ཆ་གང་ཞིག་རང་གི་སྐལ་བར་ཐོབ་པའང་ཉུས་པ་བཀའ་ཤོག་ཐོབ་པ་སྤོང་པར་ཐོབ་པ་གཞུང་ལས་
ཁུ་མ་སོགས་གང་ཡང་རུང་སྤོང་རང་གི་རང་དབང་དུ་ཐོབ་ནས་ཞག་གངས་༣༦༠ རེ་ནང་འཁོད་གཞུང་གི་
ཕྱག་བཞག་ཁ་མོར་མ་འཁོད་པར་བཞག་པ་འདུག་ཆོ་དེ་ནི་གཞུང་ས་མ་གཏོགས་ཞིང་ཇོའི་རང་དབང་གི་
ས་གནིར་བཅུས་མི་ཆོག །

ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ཉེར་ལྔ་ཡོད་མི་ནས་གཞུང་ལས་ས་གསར་ཁྱ་མི་ཚོག་པ།

༡༩༥-༡༥ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ཅ་བོ་གཅིག་ལས་ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ཉེར་ལྔ་ཡོད་ཆོ་ མི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གཞུང་ལས་ས་གསར་ཁྱ་
བ་སོགས་གཏན་ནས་བྱ་མི་ཚོག་ །

ས་གསར་ཁྱ་ཐང་གི་ལམ་ལུགས།

༡༩༥-༡༦ ས་ཆ་གསར་པ་ཁྱ་མི་ཚུ་གིས་ནགས་ཚལ་སྡེ་ཚན་ལས་ ས་ཆ་འདི་གི་སྒོར་ལས་གནད་ཁུངས་གསལ་བཤད་ཀྱི་
སྟན་ཁྱ་དང་ མི་སར་དམངས་སྡེར་ལས་ཉོགས་མེད་ཡི་གྲ་ལེན་པའི་ཤུལ་ལུ་ ཁྱ་ཡིག་དེ་རྫོང་ཁག་བརྒྱད་དེ་
ནང་སྤྱད་སྟན་ཁག་ལུ་ཕུལ་དགོས། ནང་སྤྱད་སྟན་ཁག་གིས་ གཞུང་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་
ཁམ་ལུ་འཁོད་ནི། (ཟ࿳་ལོ་༡༩༥༠ དང་༡༩༥༥ ཡེ་ལྟ་ ཅན་མའི་ མི་དབང་མངའ་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་
དགོངས་དོན་ལྟར་ ༡༩༥-༡༦ པ་བསྟར་བཅོས་)

སྐབས་བཅོལ་བ་ནམས་ལ་གནང་བའི་ས་ཆ་གཞུང་བཞེས་གནང་ཐང་།

༡༩༥-༡༧ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་སྐབས་བཅོལ་དུ་འབྱོར་བ་སོགས་ཕྱི་མི་རིགས་ལས་ འབྲུག་གོ་མི་སེར་རོ་མའི་
བཀའ་ཤོག་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ནས་ཐོབ་པ་མེད་ཆོ་ སྐབས་བཅོལ་བ་སོགས་ཕྱི་མི་རིགས་དེ་དག་ལ་ས་གནི་
བཟའ་སྟོད་དུ་སྟོད་པ་ཇི་ཅམ་ཡོད་རུང་ སྟོད་དེ་ལོ་གངས་ཇི་ཅམ་སོང་རུང་ གལ་སྤྱད་ཕྱི་སུ་སྐབས་བཅོལ་
བ་སོགས་ཕྱི་མི་དེ་དག་ རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཕྱིར་ལོག་འགྲོ་དགོས་བྱུང་ཆོ་ རིན་མེད་རང་འཇགས་གཞུང་ལ་
བཞེས་རྒྱ་དང་ ཅི་སྟེ་ཁྲ་ས་རིན་སྟོད་ལེན་བྱས་པ་ཡོད་རུང་ ཁྲ་ཀྱི་ས་རིན་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་ཕྱིར་
ལོག་སྟོད་པ་ནས་ས་དེ་ཉིད་གཞུང་ལ་འཇམ་ ས་ཡི་བདག་པོ་སོ་སོར་ལེན་དགོས་མ་ཟད་ མི་སེར་རོ་མའི་
བཀའ་ཤོག་ཐོབ་པ་ཡོད་རུང་ ཕྱི་སུ་འབྲུག་གི་མི་སེར་གྲལ་ནས་ཐོན་སོང་བའི་རིགས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ།

ས་ཡི་བདག་པོ་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ཐལ་སོང་ན་དེའི་ས་ཆ་གཞུང་བཞེས་མཛད་ཐང་།

༡༩༥-༡༨ འབྲུག་པའི་མི་ཞིག་འབྲུག་གི་མི་སེར་གྲལ་ནས་ཐོན་ཏེ་ ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་དུ་འགྲོ་འདོད་བྱུང་བའི་ས་གནིས་
གན་གང་དུ་འང་བཅོང་མ་ཐུབ་པའི་བར་ཐོན་སོང་བ་ཡིན་ན་ ཐོན་ཆར་བའི་ཉིན་ནས་ས་གནི་དེ་དག་རིན་
མེད་གཞུང་བཞེས་ཏེ་ ཉེ་བཅོང་འཐབ་རིགས་ཁྲིམས་དོན་ ༡༩༥-༡༠ པ་དང་འབྲེལ་རྒྱ་དང་ གལ་སྤྱད་
ཐོས་ཟུར་བ་གཞུང་གི་རོ་ལོག་པ་མིན་ཆོ་ ཐོས་ཟུར་སོང་ཤུལ་གྱི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ རྩིས་སྟོད་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་
མི་ལ་ཐོབ་འོས་ཡོད་མེད་སྐལ་བ་བགོ་བཤའ་ཐོབ་ཐང་གི་ཁྲིམས་ཡིག་དང་འབྲེལ་རྒྱ།

དམིགས་བསལ་གནད་དོན་ལ་བརྟེན་ཏེ་གཞུང་བཞེས་མཛད་དགོས་བྱུང་བའི་རིགས།

༡༩༥-༡༩ ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་དང་ གྲ་ཚང་ དགོན་སྡེ་བཅས་པའི་ ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་དམ་ སུའམ་ གཞན་གྱིས་
དབང་བའི་ཞིང་ས་དང་ ལྷ་འཁོག་ རྒྱ་ཤིང་དང་ ཁང་ཁྲིམ་ལ་སོགས་པའི་ རིགས་གང་ཡང་རུང་སྟེ་ ཅ་
བ་གསུམ་པོར་མོ་ལོག་པ་འཇམ་ རོ་ལོག་པའི་བྱ་སྟོད་སྟེག་མའི་རིགས་ནི་ གཞུང་ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་
གནད་དོན་ལ་བརྟེན་གཏེ་པོ་དེ་ཡི་རང་དབང་དུ་ཞིང་ས་དེའམ་ ལྷ་འཁོག་དང་ རྒྱ་ཤིང་ ཁང་ཁྲིམ་དེ་སོགས་

གང་ཡང་དེ་ལྟར་མི་བཞག་པའི་དགོངས་བཞེད་བྱང་ན་ དེ་རིགས་གཞུང་བཞེས་མཛད་ཆུ་སོགས་གང་ཡང་
གཞུང་གི་བྱ་གསལ་བཞེད་དང་བསྟན་ཆུ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡-༡ པ་ལྟར།)

གཞུང་ས་སྤྱོད་པ་དང་ཉི་བཙོང་བྱེད་པའི་ཉེས་ཁྲིམས་དང་ཉེས་ཆད།

༡༥-༢༠ གཞུང་ས་ལས་དམངས་དང་སྐར་པ་ལ་སོགས་པ་ཆེ་ཕྱ་ཀུན་ནས་ཉལ་ཐོབ་ཏུ་སྤྱོད་པ་དང་ཉི་བཙོང་བྱེད་པ་
སོགས་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ཏེ་སྤྱོད་ན་ སྤྱོད་པའི་ས་དེ་ལ་རིན་བབས་ཇི་གནས་ཀྱི་ཆད་པ་དང་ ས་ཆ་དེ་
ཡང་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉི་བཙོང་བྱེད་པ་གཉིས་ཀ་དང་འཛུམས་དཔང་བཅས་པ་ཟླ་བ་གསུམ་ནས་ལོ་
གསུམ་རིང་བཙོན་དུ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡-༡ པ་ལྟར།)

ཉི་ལུ་བདུན་པ་ རྩ་ཡུལ་དང་རྩ་བྱ་གཞུང་ལམ་བཅས།

གཞན་ལ་གནོད་དོགས་མེད་པའི་ཚྭ་གས་ནས་རྩ་ཡུལ་དང་རྩ་བྱ་གསར་པ་རྒྱབ་ཆོག་པ།

༡༥-༡ རང་ཉིད་ཀྱི་ཞིང་ས་དང་ཁྱིམ་ རྩ་ཤིང་སོགས་ལ་ཕན་ཐོག་པའི་ཆེད་དུ་གཞན་གྱི་ཁྱིམ་དང་ཞིང་ས་ རྩ་ཤིང་
སོགས་ལ་གནོད་དོགས་མེད་པའི་ཚྭ་གས་ནས་རྩ་ཡུལ་གསར་པ་བྲངས་པའམ་ རྩ་བྱ་གསར་པ་རྒྱབ་པ་
སོགས་བྱེད་ཆོག ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡-༢ ག)

སྤར་གྱི་རྩ་ཡུལ་དང་རྩ་བྱ་གས་ནི་གཞན་ལ་གནོད་དོགས་ཡོད་ཀྱང་བཙོན་དཔང་ཡོད་པ།

༡༥-༢ རང་ཉིད་ཀྱི་ཞིང་ས་དང་རྩ་ཤིང་སོགས་ལ་ཕན་ཐོག་པའི་ཆེད་དུ་ སྤར་ནས་ཡོད་པའི་རྩ་ཡུལ་དང་རྩ་བྱ་
སོགས་ སྤར་བུལ་རང་དུ་བཙོན་ན་ དེ་ནི་གཞན་ལ་གནོད་དོགས་ཡོད་པའི་ཚྭ་གས་ནས་ཡིན་ཀྱང་ དེ་ལ་
སྤུས་ཀྱང་ཉི་གས་བཤད་བྱ་མི་ཆོག ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡-༣ པ།)

རང་དབང་གི་ས་ཆར་ཡིན་རུང་སྤར་གྱི་ལམ་དང་རྩ་ཡུལ་ལ་གནོད་ཐབས་བྱ་མི་ཆོག་པ།

༡༥-༣ རང་ཉིད་ཀྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་རང་དབང་གི་ས་ཆ་ཡིན་རུང་ ས་ཆ་དེའི་ནང་འཁོད་དུ་ཡོད་པའི་ལམ་
དང་རྩ་ཡུལ་སོགས་རང་གི་རང་དོན་ལ་དགོས་མཁོ་མེད་ཀྱང་ དེ་སོགས་སྤར་ནས་ཡོད་པའི་ལམ་དང་རྩ་
ཡུལ་སོགས་ཡིན་ཆེ་ དེ་ནམས་ནི་བསུབ་པ་དང་རྒྱང་ཐབས་བཟོ་བ་སོགས་མི་ཆོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ ཉེས་
བྱ་ཏི་རྩལ་ལྷ་བཅུ་ནས་སུམ་བརྒྱ་ཚུན་ཕོག་ ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡-༤ པ།)

གནང་བ་མེད་པར་གཞན་ལ་གནོད་པའི་ཚྭ་གས་ནས་རྩ་ཡུལ་དང་རྩ་བྱ་གསར་པ་རྒྱབ་ཆོག་པ།

༡༥-༤ རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱིམ་དང་ ཞིང་ས་རྩ་ཤིང་སོགས་ལ་ ཕན་ཐོག་གི་ཆེད་དུ་གཞན་དབང་གིས་ས་ཆ་འམ་ ཁྱིམ་
བཅས་ལ་གནོད་དོགས་ཡོད་པའི་ཚྭ་གས་ནས་ རྩ་ཡུལ་གསར་པ་བྲངས་པའམ་འདོད་བསྐྱེད་པའམ་ རྩ་བྱ་གསར་པ་
རྒྱབ་འདོད་བསྐྱེད་ན་ དེ་ནི་ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་ལས་བཀའ་ཤོག་ཁ་གསལ་ཞུ་ན་མ་གཏོགས་མི་ཆོག་
དེ་ལས་འགལ་ན་གནད་འགག་ཆེ་རྒྱུ་གང་སོང་ཁྲིམས་དཔོན་ནས་བབས་ལྟོས་ཀྱིས་ཉེས་བྱ་ཏི་རྩལ་ཆོག་

བཅུ་ནས་ སྤྱག་བཅུ་ཚུན་གྱི་ཁར་བཅུ་མས་པའི་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཆ་མེད་གཏང་རྒྱ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་
ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡-༡༠ པ།)

**ཚུ་ཡུར་དང་ཚུ་བླག་གསར་དུ་བཏོན་ན་གཞན་ལ་གནོད་ཉེན་འདུག་ཆེ་རང་དབང་གི་ས་ལས་ཡིན་ཅུང་གནང་བ་ཞུ་དགོས་
པ།**

༡༥-༥ རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྲིམ་དང་ཞིང་ས་ རྒྱ་གིང་སོགས་ལ་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་ རང་དབང་གི་ས་ལས་ཚུ་ཡུར་གསར་པ་
བྱངས་པའམ་ ཚུ་བླག་གསར་པ་རྒྱབ་དགོས་པ་སོགས་བྱུང་ན་ དེ་ནི་གཞན་ལ་གནོད་པའི་ཉེན་ཁ་འདུག་ཆེ་
ཁྲིམས་དཔོན་ལ་སྙན་འབུལ་ཞུ་དགོས་ དེ་ལས་འགལ་ན་ཉེས་བྱ་ཏི་རུབ་ལྔ་བཅུ་ལས་སྤྲོད་བཅུ་ཚུན་གྱི་ཁར་
བཅུ་མས་པའི་བྱ་བ་ཆ་མེད་གཏང་རྒྱ།

**ཚུ་ཡུར་དང་ཚུ་བླག་སོགས་མ་བཅོས་པར་ལོ་ངོ་ལྔ་སྤོང་རྒྱུ་ཡང་ཚུ་ཡུར་དང་ཚུ་བླག་གསར་དུ་བཅོས་ན་གསར་པའི་
གངས་སུ་བཅི་དགོས་པ།**

༡༥-༦ སྤར་ནས་ཚུ་ཡུར་དང་ ཚུ་བླག་གི་བཞུལ་ཡོད་ཀྱང་ ཚུ་ཡུར་ནས་ཚུ་མ་བཞུལ་བར་ལོ་ངོ་ལྔ་སྤོང་བའམ་ ཚུ་
བླག་མེད་པ་སྤོང་ཞེ་མ་བཅོས་པར་ལོ་ངོ་ལྔ་སྤོང་རྒྱུ་ སྤར་ཚུ་ཡུར་དང་ཚུ་བླག་སྤར་གྱི་བཞུལ་དུ་བཅོ་རུང་དེ་
ནི་གསར་པའི་གངས་སུ་བཅི་དགོས། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡-༡༡ པ།)

ཚུ་ཡུར་གཅིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་རིགས་ལ་ཚུ་སྐལ་ཐོབ་ཐང་།

༡༥-༧ ཚུ་ཡུར་གཅིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་མི་སེར་རིགས་ཀྱི་ཚུ་ཡི་ཐོབ་ལམ་ཐང་ རང་སོའི་ནང་ཁ་ནང་འགྲིགས་
ཁ་འཆམ་བྱུང་བའམ་ སྤར་ལམ་ཚུ་སྐལ་བཅི་ཐང་གི་ལུགས་སྟོན་དེ་ཡིས་འབྲས་པ་ཡོད་ན་བརྟེན་མེད་དང་
དེ་མིན་ཚུ་ཡུར་གཅིག་འོག་གིས་གཞིའི་བདག་པོ་གཤམ་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༩ པ་ནས་ ༧-༡༠
པ་ཚུན་གྱི་གནད་དོན་སྤར་གྱི་མི་རྣམས་མ་བཅོས་པའི་ གཞན་རྣམས་སོ་སོའི་ས་ཞིང་གི་ཆེ་ཆུང་དང་བསྟུན་
པའི་ རྒྱུ་མང་ཉུང་བཞོ་བཤའ་རྒྱབ་ཞེ་ཐོབ་དགོས་པ་མ་གཏོགས་ སྤར་ལམ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐོབ་ལྷན་ལ་
ཆ་འཛིག་མེད།

ཚུ་ཡུར་གཅིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་རིགས་ལ་ཚུ་ཡུར་གྱི་ལས་ཀ་ཕོག་ཐང་།

༡༥-༨ ཚུ་ཡུར་གཅིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་ས་གཞིའི་བདག་པོ་རྣམས་ནས་ ཚུ་ཡུར་ཁར་ཁྱེད་ལས་པའི་གངས་ཁ་
རྒྱ་ཚམ་འཐོན་དགོས་པ་དེ་ཉིད་ རང་རང་སོ་སོའི་སའི་ཆེ་ཆུང་དང་བསྟུན་ཏེ་འཐོན་དགོས།

ཚུ་ཞིང་གསར་བཅད་སྐབས་ཀྱི་ཚུ་ཡུ་སྒྲིང་།

༡༥-༩ ཚུ་ཡུར་གཅིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་ས་གནས་ཤིག་ཏུ་ཡོད་པའི་ སྐམ་ཞིང་སོགས་ཚུ་ཞིང་དུ་བསྒྱུར་འདོད་
ཡོད་ན་ དེ་ནི་སྤར་ལས་ཚུ་དེ་ཡི་རང་བཞིན་གྱིས་ལང་བ་ཡོད་མེད་བཟླ་དགོས།

ཚུ་ཞིང་གསར་བཅད་ལ་ཚུ་མི་ཐོབ་པ།

༡༩-༡༠ ཡུར་བ་རྩིང་པའི་ཚུ་ཡིས་མ་ལུང་བ་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་ རྒྱུ་ཞིང་གསར་དུ་བཟོས་པའི་རིམ་པ་བྱང་ན་ དེ་
ནི་ཡུར་བ་ཁར་འུར་ལས་རྒྱབ་དང་མ་རྒྱབ་རྩ་ལྟར་ཡང་ རྒྱུ་ཡིས་ལང་བ་མེད་པ་ལས་ཁོ་པའི་ཞིང་གསར་དེ་
ནང་རྒྱུ་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་ཉོགས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མི་ཆོག །

རྒྱུ་ཞིང་གསར་བཅད་ལ་རྒྱུ་ཐོབ་དགོས་པ།

༡༩-༡༡ རང་གི་སྤངས་ཞིང་རྒྱུ་ཞིང་དུ་བསྐྱར་བའམ་ ཡང་ན་ གཞུང་ནས་ཞུས་ཏེ་ས་གསར་བཅད་པ་སོགས་ཇི་ལྟར་
ཡང་ ཡུར་བ་རྩིང་པའི་ཚུ་ཡིས་ལང་བ་ཞིག་འདུག་ཆེ་ ཡུར་བ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་མི་མང་ནས་ཀྱང་ ཉོགས་
མེད་བྱིན་དགོས་ཁར་ རྒྱུ་ཞིང་གསར་པའི་བདག་པོས་ཀྱང་ དམངས་གི་ཤོ་དང་འབྲེལ་བའི་འུར་ལས་སོགས་
ཚུལ་མཐུན་རྒྱབ་དགོས།

རང་དབང་མེད་པའི་གཞན་གྱི་རྒྱུ་ཡུར་ལས་ཐོབ་ལམ་བཙུ་མི་ཆོག་པ།

༡༩-༡༢ སྤར་ནས་རང་དབང་ཅན་གྱི་རྒྱུ་ཡུར་བདག་མེད་དུ་བཞག་ཤིང་ རང་དབང་མེད་པའི་གཞན་གྱི་རྒྱུ་ཡུར་ལས་
རྒྱུ་དགོས་ཚུལ་གྱི་ཉོགས་བཤད་བཟོ་ན་ དེ་ལྟར་ཐོབ་རྒྱུའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ འགན་རྒྱ་ལོག་སུ་བཟོས་པ་
ཡོད་ན་མ་གཏོགས་འགན་རྒྱ་མེད་ཆེ་རང་གི་རྒྱ་ཐག་རིང་ཞིང་ གཞན་གྱི་རྒྱ་ཐག་ཉེ་དུང་མི་ཐོབ།

རང་དབང་ཅན་གྱི་རྒྱུ་ཡུར་མིན་དུང་ཐབས་མེད་དུ་ཐོབ་དགོས་པའི་རིགས།

༡༩-༡༣ གལ་སྲིད་གོང་གི་ཁྲིམས་དོན་ ༡༩-༡༢ པ་ལྟར་ རང་གི་སྤར་ཡོད་རང་དབང་ཅན་གྱི་རྒྱུ་ཡུར་རྩིང་པ་
ནས་ རྒྱ་གཏན་ནས་དང་ཐབས་བྲལ་བའི་གནས་སུ་བྱུག་ན་ དེ་ལ་རང་དབང་མེད་པའི་རྒྱུ་ཡུར་ནས་ཡིན་
དུང་ལང་བ་ཞིག་འདུག་ཆེ་ གོང་གི་ཁྲིམས་དོན་ ༡༩-༡༡ པ་ལྟར་བྱ་དགོས།

ཞིང་ས་སྤང་འོག་གསར་རྩིང་གང་དུང་བཅས་ལ་རྒྱུ་ཐོབ་ལམ།

༡༩-༡༤ རྒྱུ་ཞིང་གོང་འོག་གཉིས་ཀ་སྤར་གྱི་རྩིང་པ་ཡིན་ན་ འོག་མ་དེ་ནང་ཡང་རྒྱུ་ལམ་སྤར་གྱི་བྱིན་བཞིན་ ལྷག་
མའི་ཞིང་ནང་ལས་ཡིན་དུང་ཉོགས་མེད་བཏང་དགོས།

འོག་གི་རྒྱུ་ཞིང་གསར་བཅད་ཡིན་ཆེ་ རྒྱུ་ཡུར་ལང་བ་རང་ཡོད་དུང་ དེའི་རྒྱུ་ལམ་ལྷག་མའི་ཞིང་ས་
རྩིང་པ་ལ་གཞིན་ཉིན་མེད་པའི་ས་ལས་བཀལ་ས་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ལྷག་མའི་ཞིང་ས་རྩིང་པ་དེ་ཡི་
རྩི་བདག་གི་སྤོ་འདོད་དང་བརྩམས་དགོས།

རྒྱུ་ཞིང་རྩིང་པའི་ལྷག་ལས་རྒྱུ་རྩིང་ལམ་ཐག་ཉེ་ས་ནས་ཞིང་ས་གསར་དུ་བཅད་ཆེ་ རྒྱུ་ཡུར་ལམ་བ་
འདུག་ན་ འོག་གི་རྒྱུ་ཞིང་རྩིང་པ་དེ་ཡི་རྒྱུ་ལམ་ཞིང་གསར་དེའི་ནང་ལས་མ་གཏོགས་ གཞན་ནས་བཀལ་
ཐབས་མེད་ཆེ་ དེ་ནང་ལས་ཡིན་དུང་བཀལ་ཆོག་པ་དང་རྒྱུ་ཡུར་མ་ལང་ཆེ་ཁྲིམས་དོན་ ༡༩-༡༥ པ་དང་
༡༩-༡༦ པ་ནང་གསལ་ལྟར་ལྷག་མའི་ཞིང་ས་གསར་པར་རྒྱུ་ཐོབ་ཐོབ།

འཕུལ་བཅད་པ་ ལྷ་འཕྲོག་སྒྲིལ།

ཕ་རྒྱུ་ཉེ་འཁོར་མ་སྤྱོད་ཐང་།

༡༥-༡ གྲོང་ཡུལ་སོ་སོའི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་ཕ་རྒྱུ་ཉེ་འཁོར་མ་ ན་མ་རྒྱུན་ཡུལ་ཚན་དེའི་རྟ་ཞོར་འབྲམས་སྤྱོད་ཡོད་པའི་
ས་ཁོངས་ རྒྱུ་པ་གཞན་གྱི་ཁ་མོར་མ་འཁོད་པའི་གཞུང་ས་མེ་ལི་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ཀྱི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་
ཡུལ་ཚན་དེ་ནང་གི་མི་སེར་དམངས་གི་རྟ་ཞོར་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཟའ་རྒྱུ་འབྲུང་གི་དོན་དུ་ ས་རིན་དང་ས་ཁུལ་
གཉིས་ཀྱི་མེད་པར་བཞག་རྒྱུ་ཡིན་བཞེན་ ས་ཆ་དེ་ཉིད་ལྷང་ཁམས་ནང་ཚུད་པ་མེད་རུང་ ད་ནས་ཡུལ་ཚན་དེ་
ནང་གི་མི་མང་སྤྱི་ཐོག་གི་ཁམས་ནང་འཁོད་དགོས་རྒྱུ་ཡིན་པ་མ་ཟད་ ས་ཆ་དེ་ལས་ཐབས་མེད་དུ་གཞུང་ལ་
ཐུགས་མཁོ་བྱུང་ན་ རིན་མེད་དུ་བཞེས་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ གཞན་རྒྱུ་པ་སྤྱོད་མེད་པ་ཡིན་གྱིས་ གལ་
སྤྱོད་ཡུལ་ཚན་དེ་ནང་གི་ མི་སེར་ལ་འབྲུང་བཞིན་གནད་པའི་སྤྱོད་སྤྱུག་པོ་མི་རེ་ལ་སྤྱོད་དགོས་པ་རང་
འབྲུང་རུང་ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༡༦ པ་དང་འབྲེལ་ཉེ་མ་གཏོགས་སྤྱོད་མི་ཚོགས་ ༡ (དེ་ཉིན་ལོ་༡༩༩༠
ལྷགས་ཁྱི་ཟླ་༩ པའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་ཐངས་༣༢ པའི་དོན་ཚན་༢༡ པ་ལྟར།)

རང་དབང་གི་རྩ་འཛིན་ཁུལ་དང་བཟའ་སྤྱོད་དུ་གནང་ཐང་གཞུང་བཞེས་མཛད་ཐང་བཅས།

༡༥-༢ རྩ་འཛིན་རང་སོ་སོའི་མིང་ཐོག་ཏུ་གཞུང་གི་ཐུག་བཞག་ཁ་མོར་ཚུད་དེ་ཡོད་པའི་རྩ་འཛིན་གི་རིགས་ཐམས་
ཅད་ ཁ་མོར་ནང་སོ་སོའི་མིང་ཐོག་ཏུ་རང་འཇགས་ཡོད་པ་ཡིན་ཀྱང་ དེ་ལ་ལོ་ལྟར་གྱི་ཁུལ་འབྲུལ་མི་
དགོས་པ་མ་ཟད་ རྩ་འཛིན་ལ་བཟའ་སྤྱོད་ཀྱི་ས་གནས་མ་ལང་ཆེ་ ས་གནས་ཀྱི་རྫོང་བདག་གམ་ རྒྱང་ཁག་
ལ་ཞུས་པ་ནས་ དེ་དག་གིས་ནང་སྤྱོད་སྤྱུག་སྤྱོད་པོ་དང་ ནགས་ཚལ་ལས་ཁུངས་བཅས་སྤྱོད་པ་ལྟར་
ཞུས་ཏེ་དེ་ནས་སྤྱོད་བཞག་གི་ཐོས་ཐག་གང་ཆོད་དང་བསྟན་ཏེ་ བཟའ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཞིང་དུ་རིན་མེད་བསྐྱར་
ཆོག་པ་ཡིན།

གལ་སྤྱོད་རྩ་འཛིན་དེ་ལས་ས་གནི་གཏན་ནས་མེད་པའི་མི་སེར་གཞན་ལ་བཟའ་སྤྱོད་ཀྱི་ས་གནས་བྱེད་
དེ་གནང་དགོས་བྱུང་བའམ་ ཡང་ན་ གཞུང་ལ་ཐུགས་མཁོ་བྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་གནད་ལས་ གཞུང་ལ་
བཞེས་མཁོ་བྱུང་ན་ ན་མ་རང་རྩི་ཅམ་རང་བཞེས་རུང་གང་ལས་ཀྱང་བཞེས་ཆོག་ལྟེ་ རིན་བབས་གཞུང་གི་
རྩ་འཛིན་གོང་ཐང་དང་འབྲེལ་ཉེ་རྩ་འཛིན་བདག་པོར་ཐོབ་རྒྱུ།

༡༥-༢ ལྷ་མ་བཅིས་པའི།

༡༥-༢༡ ཁྲིམས་དོན་༡༥-༢ ལྷ་མ་བཅིས་པའི་རྩ་འཛིན་གི་ས་ཆ་བཟའ་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནི་དེ་
སའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་༡༥-༡༦ དང་འབྲེལ་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༩༠ དང་༡༩༩༣ ལོ་ལྷན་
མའི་བཀའ་ཤོག་དགོངས་དོན་དང་གཞུང་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་རྒྱ་ལྟར་ནང་སྤྱོད་རྩ་མིག་ཁྲུབ་བསྐྱགས་
༡(༡༡)-༡༩༩༦-༡༩༩༧༡༡༥༠༥ སྤྱི་ཚེས་༦-༡-༩༦ ཅན་མ་བཞིན་)

རྩ་འཛིན་ཆོག་ཐམས་སྟོན།

༡༥-༢ རྩ་འཛིན་སྤྱོད་དགོས་བྱུང་བའི་ཞོར་རྩི་སོགས་ནས་ རང་སའི་ས་གནས་ཀྱི་རྫོང་བདག་ལ་ལོ་ལྟར་བཞེན་དུ་
རང་གི་ཞོར་གྱི་ཁ་ཁྲངས་དང་བསྟན་པའི་ཐུགས་ཚན་མང་ཉུང་རྩི་དགོས་ གང་ནས་དགོས་པ་སོགས་ཞུ་ཆོག་
ཁ་གསལ་བཅོས་ཏེ་འབྲུལ་དགོས་ཤིང་དེ་ལ་རྫོང་གཞིའི་དཔོན་ཁག་ནས་ལྷང་ལམ་གང་དུ་བཅུགས་ཡོད་མེད་

ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་བསྟན་པའི་ཞིབ་དཔྱད་ཐོག་ གང་དུ་བཅུགས་རྒྱུ་འཇགས་ཚན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ ས་གནས་
གངས་ཁ་བཅུགས་ཚོག་པའི་ནོར་གངས་དང་ དེ་ལ་ཁལ་ཇི་ལོག་བཟའ་ཚོག་དུས་ཡུན་གྱི་ཞག་གངས་ ཟླ་
གངས་ཀྱི་དུས་ཚོད་དང་བཅས་གང་ཡང་ཁ་གསལ་འཁོད་པའི་ཚོག་ཐམས་ཅེ་ཙམ་ཅེ་ཅེ་བཞིན་དུ་གནང་
དགོས་རྒྱུ་

ནོར་ཇི་སོ་སོར་རྩ་འབྲེག་བཟའ་སྦྱད་དུ་ཐོབ་ཐང་།

༡༡༥-༤ རྩ་འབྲེག་བཟའ་སྦྱད་ཐོབ་ཐང་གི་རིམ་པའི་ཐད་ ནོར་ཇི་དེ་ལ་རང་གི་ཁམ་ནང་འཁོད་པའི་རྩ་འབྲེག་ཡོད་ཆེ་
རང་གི་ནོར་ལ་ལང་བ་ཙམ་ཞིག་ཁོ་རང་གི་རྩ་འབྲེག་ནང་གང་དགའ་རྩ་བོ་རང་ལ་གདམས་ཁ་རྒྱབ་བཅུག་
ཉེ་སྦྱད་རྒྱུ་དང་།

གལ་སྲིད་ཁོ་པས་བཟའ་མ་ཚར་བའི་རྩ་འབྲེག་ལྷག་ལུས་ཡོད་ཆེ་ ལྷག་ལུས་ཀྱི་རྩ་འབྲེག་དེ་དང་ ཡང་
ན་ རང་ལ་ནོར་མེད་པར་གཞན་ལ་ནམ་རྒྱུ་རྩ་རིན་ཁར་གཏོང་སྤྲུལ་ཡོད་པའི་ རྩ་འབྲེག་གི་རིགས་བཅས་
པའི་གང་ལ་ཡོད་ཀྱང་རྩ་བོ་དེ་ལས་ལེན་ཏེ་ དང་པ་ལྟར་ལམ་བཟའ་བཤུལ་ཅན་ཡོད་ན་དེ་ལ་ཐོབ་རྒྱུ་དང་
ལྟར་ལམ་བཟའ་བཤུལ་ཅན་མེད་ཆེ་རྩ་འབྲེག་དེའི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་ཡུལ་གྲོང་སོ་སོའི་ནོར་ཡོད་ཀྱི་མི་སེར་ལ་
ས་ཐག་ཉེ་རུང་གི་གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བཟའ་སྦྱད་དུ་སྦྱོང་རྒྱུ་ཉེ་ དེ་ལས་འགལ་ཏེ་སྤྲུལ་
ཐོབ་གང་ཐོབ་ཏུ་བཟའ་སྦྱད་བྱ་མི་ཚོགས་།

ནོར་གསོ་སྦྱང་གི་དོན་དུ་ཤིང་གི་ལོ་འདབས་དང་སྤྲུག་དང་པགས་ཤིང་།

༡༡༥-༥ ཚོག་ཐམས་ཐོབ་ཉེ་བཟའ་སྦྱད་བྱ་ཚོག་པའི་ས་གནས་སུ་ རྩ་བོ་སོ་སོར་ནོར་རིགས་བཅུགས་སྐབས་ རྩ་དེ་རང་
མ་གཏོགས་མི་ཐོབ་པ་ཡིན་ཀྱང་ ས་གནས་ཁ་ཤས་སུ་ནོར་གྱི་རྩ་ཤིང་གི་ལོ་འདབས་དང་ སྤྲུགས་དང་
པགས་ཤིང་ ཉིག་ཅུམ་ལ་སོགས་པ་ སྦྱོང་དགོས་བྱུང་ཆེ་ དེ་ནི་རང་གི་ནོར་གསོ་སྦྱང་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་སྦྱོང་
ཚོག་པ་མ་གཏོགས་ གཞན་ཁོ་བསྐྱར་དང་ བྱ་བ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་སྦྱོང་དགོས་བྱུང་ན་ ནགས་ཚལ་ཁྲིམས་
ཡིག་དང་བསྟན་དགོས་པ་ཡིན།

ནོར་མེད་རྩ་འབྲེག་གི་བདག་པོས་རྩ་འབྲེག་རྩ་རིན་རྒྱ་གཏོང་མི་ཚོགས་པ།

༡༡༥-༦ རང་ཉིད་དམ་ རང་ཉིད་དང་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་ལ་བཅས་ ནོར་གཏན་ནས་མེད་པའི་རྩ་འབྲེག་ཡོད་
རིགས་ཀྱང་ ཁམ་ནང་རང་གི་མིང་ཐོག་དུ་རང་འཇགས་བཞག་ཚོག་ཀྱང་ཁོ་པའི་རྩ་འབྲེག་དེ་ནི་ ལྟར་ལམ་
རྩ་རིན་རྒྱ་རིན་ཁར་གཏོང་བ་ཡོད་ཆེ་ མི་དེ་དག་ལ་དང་ དེ་མིན་གྲོང་ཡུལ་དེ་ནང་གི་ནོར་ཡོད་རྩ་འབྲེག་མ་
ལང་མའི་རིགས་ལ་ གཞུང་ནས་བཟའ་སྦྱོང་ཚོག་པའི་ཚོག་ཐམས་གནང་འོང་བ་ དེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་བཟའ་
སྦྱོང་བཅུག་རྒྱ་མ་གཏོགས་ ཁྲ་མའི་བདག་པོས་རང་འདོད་ལྟར་གཞན་ལ་རྩ་རིན་རྒྱ་རིན་ཁར་བཏང་བ་དང་
ལེན་པ་སོགས་མི་ཚོགས་པ་མ་ཟད་ གཞན་གྱི་ནོར་རང་གི་ཡིན་ཁུངས་སུ་འཐེན་ནས་ བདེ་དོག་བཟོས་ཏེ་
བཟའ་བཅུག་པ་སོགས་ཀྱང་མི་ཚོགས་།

ཁམ་མིང་ཅན་ལ་རྩ་འབྲེག་གི་དབང་ཚད་ཡོད་པ།

༡༥-ཡ ལྷ་འཁོག་གི་བདག་པོ་ཞིག་ལ་ལྷར་རང་གི་ཉམས་ཡོད་དེ་ བར་སྐབས་ཤིག་ལས་ཉམས་ལྷ་མེད་དུ་སྤང་ཞིང་མེད་
པའི་རྗེས་སུ་ སྐར་ཡང་ཉམས་བསྐྱགས་ཏེ་ལྷ་འཁོག་བཟའ་སྦྲིད་དགོས་པ་བྱུང་ཆེ་ ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-ལ པ་
ལྷར་རང་ཁམ་ནང་ཡོད་ཀྱི་ལྷ་འཁོག་དེ་ཉིད་ རང་ནས་སྦྲིད་ཆོག་པའི་དབང་ཆ་ཡོད།

ཕ་གཞིས་མེད་པའི་འཁོག་པར་ལྷ་འཁོག་སྦྲིད་ཐང་།

༡༥-ད འཁོག་པ་གཅིག་ལ་ས་གནས་གཞན་དུ་ ཕ་གཞིས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཁར་ ཉམས་རིགས་ཀྱང་གང་ཡང་མེད་
ཆེ་ ལྷ་འཁོག་ནི་ཁོ་པའི་ཕ་གཞིས་དང་འབྲེལ་ཡོད་བསྐྱུན་ དེ་ནི་ལྷར་བཞུགས་ལྷ་རིན་ལྷ་རིན་ཁར་སྦྲིད་དེ་
བཟའ་སྦྲིད་བྱ་ཆོག་ཅིང་ འོན་ཀྱང་དེ་འབྲེལ་སྐྱེད་འབྲུལ་ལྷ་འཁོག་གི་བདག་པོས་ ས་གནས་ཀྱི་རྒྱུ་བདག་
གམ་ རྟུང་ཁག་ཏུ་ཕྱུལ་བ་ནས་ དེ་ནས་ཞིབ་དཔྱད་དང་བཅས་དེ་ལྷགས་ཀྱི་ཆོག་ཐམས་གནང་འོང་བ་ དེ་
ལྷས་ནས་ཉམས་རྩེ་གཞན་ལ་ལྷ་རིན་ལྷ་རིན་ཁར་སྦྲིད་ཆུ་དང་ གཞན་ཡང་ཕ་གཞིས་མེད་པའི་ལྷ་འཁོག་ཅན་
ཀྱི་འཁོག་པ་གང་ཞིག་ལ་ རང་ཉམས་ཅུང་ཟད་པའི་ཡོད་པའི་རིགས་ཀྱང་ རང་གིས་བཟའ་མ་ཆར་བའི་སྐྱག་
ལུས་ནི་གཞུང་ལས་ཆོག་ཐམས་ལྷས་ཏེ་ ལྷ་རིན་ལྷ་རིན་ཁར་བཏང་སྟེ་བཟའ་སྦྲིད་ཆོག་པ་ཡིན།

དགེ་འདུན་གྲ་ཆང་དང་དགོན་སྡེ་ཁག་སྐྱེའོའི་བཅས་གཞན་ཡང་ཐེབས་ཅ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་བའི་ལྷ་འཁོག་རིགས་སྦྲིད་ཐང་།

༡༥-ཆ ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་ཞིག་གི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་མཆོད་འབྲུལ་དང་ དགེ་ཅ་བསྐྱབ་ཆེད་ཐེབས་ཅ་ཡོ་བྱད་
དུ་སྦྱར་བའི་ལྷ་འཁོག་ གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁྲམ་མེད་ཆུད་པའི་རིགས་ནི་ ཆོག་ཐམས་ལྷ་མ་དགོས་པར་ལྷར་
བཞུགས་བཟའ་སྦྲིད་ཆོག་པ་སྟེ་ འོན་ཀྱང་ཐེབས་ཅ་ཡོ་བྱད་ཀྱི་ལྷ་འཁོག་དེ་དག་ ཕྱག་བཞག་ཁྲམ་མེད་འཁོད་པ་
ཡིན་ཀྱང་ ཁམ་ནང་ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་གི་མིང་ཐོག་ཏུ་མིན་པར་ སྐར་པ་སོ་སོའི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་
རིགས་ནི་ ལྷ་འཁོག་གི་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་དགོས་པ་མ་ཟད་ གཞན་ཡང་དགེ་འདུན་གྲ་ཆང་དང་
རབ་སྡེ་ཁག་ དགོན་སྡེ་ཁག་ སྐྱེའོའི་བཅས་པའི་ ལྷ་འཁོག་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ ཆོག་ཐམས་ལྷ་
དགོས་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་དགོས་པ་ཡིན།

བཀའ་ཤོག་ཡོད་ཀྱང་ལྷ་འཁོག་ཕྱག་ཁམ་ནང་མ་ཆུད་པའི་རིགས་ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༡༧ དང་བསྐྱེད་དགོས་པ།

༡༥-༡ ལྷ་ཐོ་གཅིག་ལ་ཕྱག་བཞག་ཁམ་ནང་མ་ཆུད་པའི་ལྷ་འཁོག་རིགས་ཡོད་ཆེ་ ལྷ་ཐོ་དེའི་ལག་ཏུ་བཀའ་ཤོག་
རང་བཏོན་ཆུ་ཡོད་རུང་ དེ་ལ་ཆ་འཛིག་བྱ་རྒྱུའི་འོས་བབས་ཡོད་མེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་ གཞུང་ས་བཅི་ཐང་གི་
ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༡༧ དང་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན། (མེ་སྐྱུལ་ཟླ་༧ པའམ་ དབྱེན་ལོ་༡༩༧༧ ལོའི་ཆུལ་
ཡོངས་ཆོགས་འདུ་ཐེངས་༧ པའི་དོན་ཆན་༣ པའི་ནང་དོན་ལྟར།)

དཔྱད་དགུ་པ་ ལྷ་སྦྱངས་ས་ཆའི་སྐོར་དང་ལྷ་སྦྱངས་ཁལ་ཆབ་འདུགས་ལྷགས།

ལྷ་སྦྱངས་ས་ཆའི་དོ་སྦྲིད།

༡༥-༡ གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁྲམ་ར་ མིང་གསལ་འཁོད་དེ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་གི་ཙུང་པོ་ཉིད་ ཁོ་རང་ཙུང་པོ་ཉིད་ སོང་བའི་ཁར་ དེ་དང་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་རིགས་རྣམས་ཀྱང་ཙུང་པོ་ཉིད་ སོང་བའམ་ དགུང་བྱིས་དེ་ཡི་ ཁལ་ཤང་ཆད་སོང་བའི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ཙུང་པོ་ཉིད་ཀྱི་གངས་སུ་བཙུག་ཏུ།

ཙུང་པོ་ཉིད་ས་ཆ་འཛིན་སྐྱོང་།

༡༥-༢ གང་ཞིག་མི་བརྒྱུད་རབས་ཆད་སོང་བ་མིན་ཀྱང་ མི་དེ་ཉིད་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ཐོན་སོང་ཞིང་ དེ་དང་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་ པའི་ཉེ་ཆོན་ཡང་སུ་ཡང་མེད་ན་ དེའི་ས་གནས་རྣམས་ཀྱང་ཙུང་པོ་ཉིད་ཀྱི་གངས་སུ་བཙུག་ཏུ།

ཙུང་པོ་ཉིད་ཀྱི་ས་ཆ་ར་བཙུག་པུ་ལུགས།

༡༥-༣ ཙུང་པོ་ཉིད་ཐོན་པའི་ལོ་ནས་ ཙུང་པོ་ཉིད་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་ས་ཆ་འཛིན་སྐྱོང་སུ་དང་སུའི་བཟའ་འཕྲོ་བྱེད་ དེ་ཡོད་རུང་ ཐམས་ཅན་ཙུང་པོ་ཉིད་ཀྱི་ས་ཆ་འཛིན་གངས་སུ་ཙུང་པོ་ཉིད་ཡིན། (དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡༠-༢ པ་ཤར།)

མེད་སྤྱི་ནས་ཙུང་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་འབྲུལ་ཞུ་དགོས་པ།

༡༥-༤ ཙུང་པོ་ཉིད་ཐོན་པའི་རིགས་ ཙུང་པོ་ཉིད་ཐོན་མ་ཐག་ ཡུལ་ཆོན་རང་སོའི་མེད་སྤྱི་རྣམས་ནས་རྫོང་བདག་གམ་ རུང་ཁག་ཡིག་ཆ་དུ་སྤྱི་འབྲུལ་ཞུ་དགོས་ དེ་ལས་འགལ་ན་སྤྱི་འབྲུལ་མ་ཞུ་པའི་ཉེས་བྱ་ ཉི་རུབ་ གཅིག་བརྒྱུ་ལས་ལྔ་བརྒྱ་ཆོན་དང་ ཡང་ན་ཉེས་ཁྲིམས་བཙོན་དུ་ཆ་རྫོང་གཅིག་ནས་གསུམ་ཆོན་ནས་ ཡང་ན་ གཉིས་ཀ་ཤིག།

ཐུང་ནས་ཡོད་པའི་ས་ཆ་དང་ཙུང་པོ་ཉིད་ཀྱི་ས་ཆ་སྐབས་གཅིག་ཏུ་སྤྱི་མི་ཆོག་པ།

༡༥-༥ ཙུང་པོ་ཉིད་ཀྱི་ཁལ་ཆབ་ཏུ་འཛུལ་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་ས་ཆ་འཛིན་སྐྱོང་གང་ཡང་ ཆད་ འགྲིགས་གཞུང་ཞབས་ལ་ཕུལ་ནི་ ཁལ་ཆབ་ལ་འཛུལ་ཞིང་ཙུང་པོ་ཉིད་ཀྱི་ས་ཆ་རྣམས་ཞུ་རྒྱ་མ་གཏོགས་ ཐུང་ནས་ཡོད་པའི་ས་ཆ་དང་ ཙུང་པོ་ཉིད་ཀྱི་ས་ཆ་བཅས་གཉིས་ཀ་ནི་སྐབས་གཅིག་ཏུ་སྤྱི་མི་ཆོག་། (དབྱིན་ ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡༠-༤ པར་ཁ་སྐོང་།)

ཙུང་པོ་ཉིད་ཁལ་ཆབ་ཏུ་འཛུལ་མི་ཆོག་པའི་རིགས།

༡༥-༦ ཐུང་ཀྱི་ཁྲམ་འཛིན་དུ་ རང་གི་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་ས་ཆ་ལས་ གཞན་དུ་བཙོན་སྡོད་ཀྱི་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་མ་ ལོན་པ་དང་ ཐེབས་ཙུང་པོ་ཉིད་དུ་སྤྱི་མི་ཆོག་པའི་ས་ཆ་ལས་ གཞན་པའི་རིགས་ནི་ ཙུང་པོ་ཉིད་ཁལ་ཆབ་ཏུ་འཛུལ་ མི་ཆོག་པ་མ་ཟད་ ལུ་ལོན་ཀྱི་གཏའ་མར་བཙུགས་ནི་ ད་ལྟ་མ་བཏོན་པ་སོགས་ ཁྲམ་འཛིན་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་ས་ཆ་འཛིན་སྐྱོང་ཐམས་ཅད་རང་གི་ལག་པར་དབང་ཆད་མེད་པ་རྣམས་ཀྱང་ གཞུང་ལ་ཕུལ་ནི་ ཙུང་པོ་ཉིད་ཁལ་ཆབ་ཏུ་འཛུལ་མི་ཆོག་། (དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༡༠-༥ པའི་ནང་དོན་ཤར།)

ཅ་སྟོངས་ཐོན་མིའི་ཉེ་བརྒྱད་འདེད་དེ་ས་ཆ་བདག་བཟུང་མི་ཚོག་པ།

༡༩-༧ ཅ་སྟོངས་མཐོན་པའི་གོང་ལས་དགྲུང་ཁྱིམ་དེ་ནང་གི་ཚན་ལས་སྐལ་བ་བཞོ་བཤའ་ལེན་ཅིང་ ཁ་གྲུས་ཏེ་
ཁྱིམ་དེ་ལས་ཁེ་རྒྱུད་ཟུར་དུ་ཐོན་ཟིན་པའམ་ ཡང་ན་ ཟུར་དུ་ཐོན་ཏེ་ ལོ་བཅུ་ལྷག་སོང་བའི་མི་རིགས་ནི་
ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ཉེ་བརྒྱད་རང་ཡིན་རུང་ ཅ་སྟོངས་ཐོན་མི་དང་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་གངས་སུ་མི་བཅུ།

ཅ་སྟོངས་ས་ཆ་ལྷུ་མི་ལས་སུ་ལ་ཐོབ་འོས་ཀྱི་དབྱེ་བ།

༡༩-༨ ཅ་སྟོངས་གཅིག་གི་གཞི་ཁ་ལ་ ཁལ་ཚབ་འཛུལ་མི་ཅ་པོ་གཉིས་མ་དེ་ལས་ཀྱང་མང་བར་བྱུང་ན་ ཅ་སྟོངས་
ཀྱི་ཉེ་ཚན་ཉེ་ཤོས་དེ་ལ་ཐོབ་ཅིང་ ཉེ་ཚན་སུ་ཡང་མེད་ཆེ་ ལྷན་སྟོན་ལྷུ་རྒྱུར་ལྷ་ཤོས་སུ་ཡིན་དེ་ལ་ཐོབ།
(དབྱེན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩ པ་ཟླ༣།)

ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ས་ཆ་གནང་ཐང་།

༡༩-༩ ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ཁལ་ཚབ་ཏུ་འཛུལ་མི་དེ་ལ་ ཅ་སྟོངས་དེའི་མིང་ཁྲར་འཁོད་པའི་ས་གཞི་དང་ རྒྱ་ཤིང་
རྩ་འཛོག་དང་ ཁང་ཁྱིམ་བཅས་པ་རྣམས་ཁ་མོར་ཇི་གསལ་ལྟར་གནང་རྒྱུའམ་ དེ་ལས་ཉུང་བར་གནང་རྒྱུ་
སོགས་གང་འགབ་གཞུང་ཞབས་ཀྱི་བྱགས་བབས་དང་བསྟན་རྒྱ། (དབྱེན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩
༡༠-༦ པ་ཟླ༣།)

ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ཁལ་ཚབ་འཛུལ་ལུགས།

༡༩-༡༠ ཅ་སྟོངས་ཁལ་ཚབ་ལ་འཛུལ་མི་ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ཉེ་ཚན་ནམ་ གཞན་ཡང་ཅ་སྟོངས་ཁལ་ཚབ་ལ་འཛུལ་འདོད་
ཅན་སུ་ད་སུ་རང་འབྱུང་རུང་ དེ་དག་ཁལ་ཚབ་ལ་འཛུགས་བཞག་སྟེར་གང་ཡང་རྫོང་བདག་གམ་ ཟུང་
ཁག་ནས་ གཞུང་ལ་དགོངས་སྟེར་ཞུས་ཏེ་གཞུང་གི་བཀའ་དང་བསྟན་ནས་བྱ་རྒྱ། (དབྱེན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་
ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩ ༡༠-༣ པར་ཁ་སྟོང་།)

ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ས་ཆ་ལ་གནང་བ་མེད་པར་སྦྱོད་པ་དང་ཉེ་བཅོང་བྱས་པའི་ཉེས་ཁྲིམས།

༡༩-༡༡ ཅ་སྟོངས་ཐོན་མི་དེའི་མིང་ཐོག་གཏུ་འཁོད་པའི་ ས་ཆའི་རིགས་བཅས་པ་གང་ཡང་གཞུང་གི་ས་ཆ་ཡིན་
བསྟན་ གཞུང་ས་གནང་བ་མེད་པར་ས་ཆ་དེ་རིགས་ལ་དམང་སྒྲེར་པ་ལ་སོགས་པ་ཆེ་ཕྱ་ཀུན་ནས་ཉལ་ཐོབ་
ཏུ་སྦྱོད་པ་དང་ ཉེ་བཅོང་བྱེད་པ་སོགས་མི་ཚོག་ དེ་ལ་ འགལ་ཏེ་སྦྱོད་ན་ སྦྱོད་པའི་ས་དེ་ལ་རིན་བབས་
གང་གནང་གི་ཆད་པ་དང་ ས་ཆ་དེ་ཡང་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉེ་བཅོང་འཐབ་ཆེ་ས་དང་རིན་བབས་བཅས་
པ་གང་ཡང་གཞུང་བཞེས་ཏེ་ ཉེ་བཅོང་བྱེད་པོ་གཉིས་ཀར་ཟུབ་གསུམ་ནས་ལོ་གསུམ་རིང་བཅོན་དུ་དང་
འཛོམས་དཔང་དེ་ལ་ཉས་བྱ་བྱེད་ཀ་པོ་ག། (དབྱེན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩ ༡༠-༡ པ་ཟླ༣།)

ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ས་ཆ་གཞུང་བཞེས་མཛད་ཐང་།

༡༥-༡༢ གང་ཞིག་ཅ་སྟོངས་ཐོན་ཞིང་ ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་བདག་འཛིན་པ་སུ་ཡང་མེད་ཆེ་ འདས་པོའི་ས་གནས་
རྒྱ་ཆས་ སེམས་ཅན་གང་མཆིས་པ་ཐམས་ཅད་ གཞུང་བཞེས་མཛད་དེ་རོ་བསྟུ་དགེ་ཅེས་གཞུང་ལས་
མཛད་རྒྱ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥-༡༥ པ་ཤར།)

༥ལུ་བཅུ་པ་ ཐོག་རྒྱུ་དང་བགོ་མཐུན་སྒྲིལ།

ས་ཆ་ཐོག་རྒྱུ་དང་བགོ་མཐུན་དུ་སྟོང་ལེན་བྱ་ཆོག་དང་མི་ཆོག་གི་སྒྲིལ།

༡༥༠-༡ ཐོག་རྒྱུ་བམ་ བགོ་མཐུན་བཅས་སྟོང་ལེན་བྱ་ཕྱིར་ཞིངས་དང་ རྒྱ་ཤིང་སོགས་ས་ཡི་བདག་པོས་སྟོང་
འདྲིམ་པའི་མི་ལ་དབང་བཅོང་གི་སྟོང་མི་ཆོག་ དེ་མཆུངས་སྟོང་འདྲིམ་ཅན་རྣམས་ནས་ཀྱང་ ས་ཆ་སྟོང་
འདྲིམ་མེད་པའི་མི་ལས་དབང་བཅོང་གི་ལེན་མི་ཆོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ཉེས་བྱ་ཏི་རུབ་གཅིག་བརྒྱ་ནས་ལྷ་
བརྒྱ་ཚུན་ཕོག། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥-༡ པ།)

ཐོག་རྒྱུ་དང་བགོ་མཐུན་སྟོང་སྐབས་འགན་ཡིག་གི་དུས་ཚོད་དང་འགན་ཡིག་མ་བཟོས་པའི་ཉེས་བྱ།

༡༥༠-༢ ས་ཆ་བགོ་མཐུན་ནམ་ ཐོག་རྒྱུ་སྟོང་དགོས་པའི་རིགས་ ཅ་པོ་ཕན་ཚུན་བར་སྟོང་ལེན་བྱ་དགོས་ཁ་གསལ་
ཚུན་པའི་འགན་ཡིག་རེ་ དུས་ཡུན་མཐོ་ཤོས་ལོ་རྒྱུམ་རེ་བར་ཐངས་རེ་བཟོ་དགོས་ཁར་ འགན་ཡིག་མ་
བཟོས་པར་བཞག་སྟེ་ཉོགས་གཞི་ཐོན་ཆེ་ ཞིང་རྩ་དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ཏི་རུབ་གཅིག་བརྒྱ་ནས་སུམ་བརྒྱའི་བར་
ཕོག་ཅིང་ ས་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུང་ལ་དཔག་པའི་ལོ་དེའི་ཞིང་ཆོགས་བགོ་མཐུན་ནམ་ ཐོག་རྒྱུ་གང་ཡིན་ ལུང་པའི་
སྟེ་ལ་དང་འབྲེལ་ཏི་ཞིང་རྩ་དེ་ལ་ཐོབ། (མ་འབྲུག་ཟླ་ ༥ པའམ་དབྱིན་ལོ་༡༩༥༦ གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཆོགས་
འདུ་ཐངས་ ༥༥ པའི་གྲས་ཚད་དོན་ཚན་ ༥ པ་ཤར།)

ས་ཆ་ཐོག་རྒྱུ་དང་བགོ་མཐུན་སྟོང་ལེན་བཟུང་སྐབས་ཀྱི་ཞག་དུས་ཀྱི་འགན་རྒྱ།

༡༥༠-༣ ཞིང་སའམ་ རྒྱ་ཤིང་སོགས་ས་ཆའི་རིགས་ཐོག་རྒྱུ་བམ་ བགོ་མཐུན་སྟོང་ཕྱིར་ གཞན་དུ་སྟོང་ལེན་བྱས་
རིགས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ལེན་བཟུང་སྐབས་ འགན་རྒྱའི་ནང་དུ་ལོ་གངས་དེ་ཅན་སྟོང་རྒྱའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཞེས་
པའི་ཞག་དུས་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོས། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥-༣ པ།)

ཐོག་རྒྱུ་བམ་བགོ་མཐུན་དུ་སྟོང་པའི་ས་ཆ་འགན་རྒྱ་མ་བཟོ་བར་ལུས་རིགས་སྒྲར་ལོག་ལེན་དགོས་བྱུང་ཆེ་དེའི་བྱ་ཐང་།

༡༥༠-༤ ཐོག་རྒྱུ་བམ་ བགོ་མཐུན་ལེན་ཕྱིར་སྟོང་པའི་ས་ཆའི་རིགས་ ལོ་གངས་སམ་འགན་རྒྱ་མ་བཟོ་བར་ལུས་
རིགས་ ས་ཡི་བདག་པོས་སྒྲར་ལོག་ལེན་འདྲིམ་ཡོད་ན་ ས་ཡི་བདག་པོ་དེས་སྟོང་པ་པོ་དེ་ལ་ ཟླ་བ་དེའི་ཆེས་
གངས་དེ་ཅན་ལ་ ང་རའི་ས་རྣམས་སྒྲར་ལོག་ང་རང་ལ་ལེན་རྒྱ་ཡིན་ ཞེས་པའི་བརྟེན་འཕྲིན་ཞིག་ཞག་
གངས་༡༢༠ འཕྲོང་ལས་བཤད་རྒྱ་གཏོང་དགོས་ཤིང་ དེ་ལྟར་བརྟེན་འཕྲིན་ན་སྟོང་པ་པོ་དེ་ཡིས་
ཀྱང་ ས་ཡི་བདག་པོའི་བརྟེན་ལ་རྟེན་གསལ་གྱི་ཆོས་གངས་དེ་ལས་མ་བརྒྱལ་བར་ཉོགས་མེད་སྟོང་
དགོས་ ཞིང་ས་དེ་ལ་ལོ་ཐོག་བཏབ་པ་ཡོད་ཆེ་ལོ་ཐོག་མ་སྒྲིན་རིང་བཞག་ཆོག་སྟེ་ འགན་རྒྱ་མ་བཟོས་པའི་
ཉེས་བྱ་ ༡༥༠-༢ པ་དང་རིགས་འགྲ།

བགོ་མཐུན་དང་ཐོག་རྒྱུ་སྤྱད་མི་དེས་ས་ལ་དབང་འཛིན་དང་ཉལ་ས་སྤྱད་བྱ་མི་ཆོག་པ།

༡༩༡༠-༤ ཁྲིམས་དོན་ ༡༩༡༠-༢ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ འགན་རྒྱ་བཟོས་ཏེ་སྤྱད་ལེན་བྱས་པའི་ས་ཆ་ནི་བགོ་
མཐུན་མ་ཟད་ ཐོག་རྒྱུ་རང་ཡིན་རུང་ ཁ་མོའི་ནང་དུ་སྤྱད་སྤྱོད་མིང་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་མི་དེ་དང་ དེ་
དག་ལ་དབང་རྒྱ་མ་གཏོགས་ ལོ་མང་བཟའ་སྤྱད་བཀྲིས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ཏེ་ བཟའ་མི་ནས་ས་ཆ་དེ་
རིགས་ལ་དབང་འཛིན་དང་ ཉལ་ས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མི་ཆོག །

ཐོག་རྒྱུ་བམ་བགོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ས་ཆ་ལ་སྤྱད་པ་པོས་གནོད་པའི་བྱ་བ་བརྩམས་མི་ཆོག་

༡༩༡༠-༦ ཐོག་རྒྱུ་བམ་ བགོ་མཐུན་སྤྱད་རྒྱུ་ལེན་པའི་ས་ཆ་ལ་ས་ཡི་བདག་པོའི་གནང་བ་མེད་པར་སྤྱད་པ་པོས་
ཁྲིམ་བཟོ་བའམ་ ཤིང་བཅད་པ་སོགས་ ས་ཆ་དེ་ལ་གནོད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་ན་ ཞིང་སའམ་ རྒྱ་ཤིང་གང་
ཡིན་ས་ཡི་བདག་པོས་སྤར་ལོག་ལེན་འདོད་ཡོད་རུང་ལེན་ཆོག་ཅིང་ དེ་ཁར་ཁྲིམ་རྒྱུ་པ་སོགས་ཀྱང་བཤུག་
ལྟ་ རི་ཅམ་གནོད་པའི་མཐུན་རྒྱུ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བཞེས་ཏེ་ཞིང་ཇོ་ལ་གནང་རྒྱ་མ་ཟད་ གཏེ་པོ་དེ་ལ་ཉེས་
བྱ་ཡང་ཏི་རུབ་གཅིག་བརྒྱ་ནས་ལྔ་བརྒྱའི་བར་ཤོག ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༡༢-༧
པ་ལྟར།)

ཐོག་རྒྱུ་དང་བགོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ས་ཆ་འཛིན་པའི་འཕར་བཏོན་ཆེད་གཞན་ལ་སྤྱད་མི་ཆོག་པ།

༡༩༡༠-༧ ཐོག་རྒྱུ་བམ་ བགོ་མཐུན་སྤྱད་ཕྱིར་ གཞན་ལས་ལེན་པའི་ས་ཆ་འཛིན་པའི་འཕར་བཏོན་ཆེད་གཞན་ལ་
རང་དང་ཁོ་རྒྱུ་མི་གཅིག་པའི་མི་གཞན་ལ་ ཐོག་རྒྱུ་དང་བགོ་མཐུན་སོགས་ཁོ་འཕར་དང་ བདེ་དོག་
བཟོ་ཕྱིར་དུ་ ས་ཆ་དེ་སོགས་ཐག་བཅད་དེ་སྤྱད་མི་ཆོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ཞིང་ས་དེ་ཉིད་ས་ཡི་བདག་པོས་
སྤར་ལོག་ལེན་འདོད་ཡོད་རུང་ལེན་ཆོག་པའི་ཁར་ ཉེས་བྱ་ནི་ཞིང་ས་སྤྱད་པ་པོ་དེ་ཡིས་ད་ལྟོན་ས་ཆ་གཞན་
ལ་སྤྱད་དེ་ རི་ཅམ་ཁོ་ལ་བཟའ་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཕུལ་དགོས། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་
ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༡༢-༡༣ པ་ལྟར།)

བགོ་མཐུན་གྱི་ཞིང་སའི་ཆོགས་ཐངས་ཐོབ་ཐང་།

༡༩༡༠-༨ བགོ་མཐུན་སྤྱད་པའི་ཞིང་ས་ལས་ལོ་གཅིག་ལ་ཆོགས་ཐངས་གསུམ་ཆོགས་ས་ལས་ཡིན་ཆེ་ ཆོགས་ཐངས་
གཉིས་ཞིང་ཇོ་ལ་བགོ་བཤའ་ཐོབ་རྒྱ་དང་ ལོ་གཅིག་ལས་ཆོགས་ཐངས་གཉིས་སམ་གཅིག་ལས་མ་ཆོགས་
ཆེ་ ཞིང་ཇོའི་ཁོངས་སུ་འདྲེས་ཆོགས་ཐངས་གཅིག་གི་བགོ་བཤའ་མ་གཏོགས་མི་ཐོབ།

ཐོག་རྒྱུ་དང་བགོ་མཐུན་སྤྱད་མི་དེས་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་བྱ་བ་བརྩམས་མི་ཆོག་པ།

༡༩༡༠-༩ ཞིང་ས་བཟའ་སྤྱད་བྱེད་མི་ནས་ ཁྲིམས་དོན་ ༡༩༡༠-༨ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ ཞིང་ཇོའི་ཁོངས་སུ་ཐོབ་
ལམ་མེད་པའི་ལོ་ཐོག་ལ་བརྟེན་ཏེ་ ཞིང་ཇོའི་ཁོངས་སུ་ཐོབ་ལམ་ཡོད་པའི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའམ་ གནོད་
རྒྱུ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་གང་ཡང་བརྩམས་མི་ཆོག །

བགོ་མཐུན་དང་ཐོག་རྒྱུ་ལེན་སྐབས་ཀྱི་འགན་ཡིག་བཟོ་ཐང་དང་ལོ་ཐོག་སྤྲ་གསང་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྒོར།

༡༩༡༠-༡༠ བགོ་མཐུན་དང་ ཐོག་རྒྱུ་གང་རུང་སྤྱོད་རྒྱུར་འགན་ཡིག་བཟོ་སྐབས་ ས་ལས་ཚོགས་པའི་ཚད་ལས་
འགལ་བའི་བཅན་ཚོག་སོགས་བཞུགས་མི་ཚོག་ཅིང་ བགོ་མཐུན་དང་ཐོག་རྒྱུ་ལེན་མི་རྣམས་ཀྱང་ ཞིང་
ཇོའི་ས་ལས་ཚོགས་པའི་ལོ་ཐོག་ལ་སྤྲ་གསང་གཡོ་སྤྱོད་འཆར་གཞི་བཟོ་བ་དང་ ལུང་པའི་སྒོལ་ལས་
འགལ་བའི་བྱ་བ་བསྐྱེགས་པ་སོགས་བྱ་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ཏི་རུབ་ལྔ་བཅུ་ནས་སུམ་བརྒྱ་ཚུན་གྱི་
ཉེས་བྱ་ཕོག།

ལོ་ཐོག་བསྟར་རན་སྐབས་ཞིང་ཇོ་ལ་བཅུ་འཕྲིན་གཏོང་དགོས་པ།

༡༩༡༠-༡༡ ལོ་ཐོག་བསྟར་རན་སྐབས་ བསྟར་བའི་ལས་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་གོང་ནས་ ཞིང་ས་བཟའ་སྤྱོད་བྱེད་མི་དེ་
ཡིས་ ཞིང་ཇོ་དེ་ལ་ཆ་ཚོས་དེ་ཅམ་ལ་ཞིང་བསྟར་བར་ཤོག་ཅེས་པའི་བཅུ་འཕྲིན་འཕྲོད་པར་གཏོང་དགོས།

ཞིང་ཇོ་རང་ཉིད་བཅུ་འཕྲིན་འཕྲོར་པའི་དུས་ཚོད་ལ་མ་འཕྲོར་ན་ཚོགས་ཀྱི་བགོ་བཤའ་ལ་སོགས་པར་ཉོགས་བཤའ་བྱ་མི་
ཚོག་པ།

༡༩༡༠-༡༢ ཞིང་ཇོ་ལ་བཅུ་འཕྲིན་འཕྲོད་པ་ནས་ ཞིང་ཇོ་དེ་ཉིད་ནས་དུས་ཚོད་ལས་མ་འགལ་བར་ཁོ་རང་ངོ་བོ་འཕ་
ཡང་ན་ ངོ་ཚབ་གཅིག་བཏང་དགོས་ཤིང་ གལ་སྲིད་ཞིང་ཇོ་ལས་དུས་ཚོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་མི་སུ་ཡང་མ་
འཕྲོར་ཞིང་ དེ་ལུགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་གང་ཡང་མ་འཕྲོར་ན་ རེས་སུ་ཞིང་ཇོ་དེས་ཉོགས་བཤའ་གང་ཡང་
བྱ་མི་ཚོག།

བགོ་མཐུན་གྱི་ལས་རིགས་ལ་སྒྲ་ཆ་བཙེ་མི་ཚོག་པ།

༡༩༡༠-༡༣ དེ་ལྟར་ལོ་ཐོག་བསྟར་བའི་སྐབས་སུ་ ཞིང་བཟའ་མི་ལས་བཅུ་འཕྲིན་པ་དང་བསྟར་ཏེ་ ཞིང་ཇོ་
རང་ཉིད་འོང་རྒྱ་ལྟེ་ ཞིང་ཇོར་ཐོབ་རྒྱུའི་ལོ་ཐོག་གི་ཞིང་ས་ དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ལས་ཀྱི་རིགས་གང་ཡང་
ཞིང་བཟའ་མི་དེ་ལ་ཕོག་པ་མ་གཏོགས་ ཞིང་ཇོ་ལ་མི་ཕོག་པ་ཡིག་བསྟར་ ལས་མིའི་སྒྲ་ཆ་ཟེར་བ་སོགས་
ཀྱང་སྤྱི་ཐོག་ལས་དཔོག་མི་ཚོག།

ཐོག་རྒྱུ་གྱི་རིགས་ཚོགས་ཀྱི་མང་ཉུང་སྤྱོད་ཀྱི་འགན་ཡིག་གམ་ཁ་ཚོག་དང་འབྲེལ་དགོས་པ།

༡༩༡༠-༡༤ ཐོག་རྒྱུ་བྱེད་དེ་སྤྱོད་རིགས་ཚོགས་ཀྱི་མང་ཉུང་དང་ དུས་ཚོད་སོགས་རྩ་བོ་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་
བབས་དང་བསྟར་ཏེ་ ལུང་པའི་སྒོལ་དང་བསྟར་པའི་སྤྱོད་ལེན་བྱ་རྒྱུའི་ཚད་གཞི་གཏན་འབེབས་བཟོས་པའི་
འགན་ཡིག་གམ་ ཁ་ཚོག་བཟོ་བ་ནས་ ཕྱིས་སུ་དེ་དང་འབྲེལ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ དེ་ལས་འགལ་མི་ཚོག།

བགོ་མཐུན་སྤྱོད་སྐབས་ཞིང་ཇོ་ནས་ས་བོན་སྤྱོད་ཐང་

༡༩༡༠-༡༥ བགོ་མཐུན་སྤྱོད་སྐབས་ ཞིང་ཇོ་ནས་ས་བོན་དང་སྤྲ་གསང་ཏེ་སྤྱོད་དགོས་ཤིང་ ལོ་རྒྱུར་དེའི་ཚོགས་བགོ་
སྐབས་ ཞིང་ས་ལས་ལེགས་ཉེས་འབྲིང་གསུམ་གང་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ས་བོན་དཔོག་པའི་སྤྲ་གསང་

ཐོག་རྒྱུ་ཚུལ་བཞེན་མ་སྤྲོད་པའི་ཉེས་ཁྲིམས།

༡༩༡༠-༢༢ ཐོག་རྒྱུ་སྤྲོད་རྒྱུ་ལེན་ཏེ་སྤྲོད་མི་དེས་ སྤྲོད་དུས་ས་ཡི་བདག་པོ་ལས་ལེན་སྐབས་ ཐོག་སྐལ་སྤྲོད་རྒྱུ་
བཅོས་པའི་འགན་ཡིག་ནང་གསལ་ལྟར་གྱི་ཐག་ཚད་བྲུབ་པའི་རྒྱ་དེ་ཚང་འགྲིགས་མ་སྤྲོད་པའི་རིམ་པ་བྱུང་
ན་ སྤར་འགན་ཡིག་ནང་ཐག་ཚད་བྲུབ་པའི་རྒྱ་དེ་ཚང་འགྲིགས་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བཞེས་ཏེ་ ཞིང་ཇོ་ལ་
གནང་རྒྱ་མ་ཟད་ ས་ཆ་ཇི་ཅམ་སྤྲོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ ས་ཡི་བདག་པོས་སྤར་ལོག་ལེན་འདོད་ཡོད་ཀྱང་
ལེན་ཚད་པའི་ཁར་ ཉེས་བྱ་ཡང་ཏི་རུབ་གཅིག་བརྒྱ་ནས་ལྔ་བརྒྱ་ཚུན་ཕོག་ ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་
ཁྲིམས་གཞི་ ༡༩-༦ པ།)

བཀོ་མཐུན་ལེན་པ་པོས་ཞིང་ཚོགས་སྤྲོད་གསང་བྱས་པའི་ཉེས་བ།

༡༩༡༠-༢༣ བཀོ་མཐུན་སྤྲོད་རྒྱུ་ འགན་ཡིག་བཅོས་པའི་ཞིང་ས་བཟའ་སྤྲོད་བྱེད་པ་པོ་དེ་ཡིས་ ཞིང་ཇོས་མ་ཤེས་
པའི་བར་དུ་ཞིང་གི་ཚོགས་ལ་སྤྲོད་གསང་བྱེད་དེ་བཞག་པ་སོགས་བྱེད་ཆོ་ དེ་ཉིད་ཞིང་གི་བདག་པོས་ར་
གསལ་ཁྲུངས་དག་བཏོན་རྒྱ་ཡོད་ན་ དེ་ནི་བརྒྱས་པའི་གངས་སུ་བཅུས་པའི་ཉེས་བྱ་ཕོག་ །

ལོ་ཐོག་ལ་རང་བཞེན་གྱིས་གནོད་རྒྱུ་བའི་སྐབས་འགན་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཉོགས་བཤད་མི་ཚོག་ཚུལ།

༡༩༡༠-༢༤ བཀོ་མཐུན་ནམ་ ཐོག་རྒྱུ་དུ་སྤྲོད་ཟིན་པའི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ལ་ འབྲུང་བཞེད་གནོད་བས་རང་བཞེན་གྱིས་
ར་མེད་དུ་གྱུར་པ་སོགས་བྱུང་ན་ ཇི་ཅམ་ར་མེད་མ་སོང་བའི་ལྷག་ལུས་དེ་ལས་ ཇི་ཚོགས་ཀྱི་ལོ་ཐོག་དེ་ཡི་
དུ་བཀོ་རྒྱུ་སྤྲོད་མ་གཏོགས་མི་ཐོབ་ཅིང་ ཞིང་ས་དེ་ཉིད་རང་སྤར་ལོག་སྤྲོད་དགོས་རུང་ར་མེད་མ་སོང་
བའི་ལྷག་ལུས་དེ་རང་སྤྲོད་རྒྱ་མ་གཏོགས་ འགན་རྒྱ་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་སྐལ་དང་ ཞིང་ས་
སོགས་ཀྱི་ཉོགས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོག་ །

ཐོག་རྒྱུ་དང་བཀོ་མཐུན་སྤྲོད་མི་དེས་མ་སྤྲོད་པའི་རིམ་པ་ཤར་ན་ས་ཆ་སྤར་ལོག་ལེན་དགོས་པ།

༡༩༡༠-༢༥ ཐོག་རྒྱུ་བམ་ བཀོ་མཐུན་སྤྲོད་མི་དེ་ ཕོ་རྒྱང་མ་རྒྱང་ཅམ་དུ་ཐུག་པ་ཡིན་པ་ལས་ བོང་དོན་
༡༩༡༠-༥ པ་ལྟར་ བན་ལེན་བསྐྱེད་མ་བྱུང་པའི་བར་མི་དེ་ཉིད་ཤི་བའམ་ ཡང་ན་ ཆབ་ཆེད་ནད་ཀྱིས་
མནར་ཏེ་གཏན་ནས་མ་སྤྲོད་པའི་རིམ་པ་ཐོན་ཏེ་ སྤར་ལོག་སྤྲོད་དགོས་པ་བྱུང་ན་ དེ་ནི་འགན་རྒྱུ་ལོ་
གངས་མ་ཆང་རུང་ ཞིང་གི་བདག་པོས་སྤར་ལོག་ལེན་དགོས།

བཀོ་མཐུན་སྤྲོད་པའི་ཞིང་ས་ལ་ར་བ་རྒྱུ་ཐང་།

༡༩༡༠-༢༦ བཀོ་མཐུན་དུ་སྤྲོད་པའི་ས་ཞིང་དེ་ལ་ གལ་སྲིད་ར་བ་རྒྱུ་དགོས་འདུག་ཆོ་ གཏན་གཅགས་ཀྱི་ར་བ་
རྒྱུ་དགོས་པ་རེ་ཐོན་པའམ་ ཞིང་ས་བསྐོར་འཁོར་འཁོར་རྒྱུ་དགོས་པའི་གནད་རེ་ཐོན་ན་ དེ་ནི་ཞིང་ཇོ་
དང་བཟའ་མི་རུབ་སྤྲོད་རྒྱུ་དང་ དེ་མིན་རྟོག་སེམས་ཅན་གྱི་ལམ་བཀག་རྒྱ་སོགས་གནས་སྐབས་ཆ་ཤས་
ཅམ་ཞིག་གི་ར་བ་འགོར་དགོས་པའི་རིགས་དང་ ཐོག་རྒྱུ་བྱེད་དེ་ལེན་རིགས་ཀྱི་ར་བ་འགོར་དགོས་རྒྱུ་
ནམས་ནི་ཞིང་བཟའ་མི་དེ་ལ་ཕོག་ །

ཐོག་ཆུབ་དང་བགོ་མཐུན་དུ་སྤྲོད་པའི་ས་ཆའི་ཆུ་ཡུར་གྱི་བྱ་ལས་ཕྱོག་ཐང་།

༡༩༡༠-༢༧ ཞིང་ས་བགོ་མཐུན་གྱི་ཆེད་དུ་སྤྲོད་པ་ཡིན་ཆོ་ ལོ་ལྟར་སྤྲོད་པའི་ཆུ་ཡུར་སེལ་དགོས་རིགས་ བཟའ་
སྤྲོད་བྱེད་པོ་དེ་ལ་ཕྱོག་ཅིང་ ཆུ་རུད་ཀྱིས་མནན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆུ་ཡུར་གྱི་བྱ་བ་ཆེ་བར་བོན་ཆོ་ དེ་ནི་ཞིང་
རྫོང་ལ་ཕྱོག་ ཐོག་ཆུབ་(དཔག་དམ) གྱི་ཆེད་དུ་སྤྲོད་པ་ཡིན་ན་ ཆུ་རུད་ཀྱིས་ཁྱེར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆུ་
ཡུར་གྱི་བྱ་ལས་ཆེན་པོ་དེ་རིགས་ བཟའ་མི་དང་ཞིང་རྫོང་རྩལ་སྤྲོད་པའི་ཆུ་དང་ ལོ་ལྟར་སྤྲོད་པའི་ཆུ་ཡུར་
སེལ་རྒྱུ་དེ་རིགས་ནི་ ཐོག་ཆུབ་སྤྲོད་པ་པོ་དེ་ལ་ཕྱོག་ །

ཐོག་ཆུབ་དང་བགོ་མཐུན་སྤྲོད་མི་ལ་ས་ཆའི་ཁལ་མི་ཕྱོག་པ།

༡༩༡༠-༢༥ ཐོག་ཆུབ་དང་ བགོ་མཐུན་ལེན་ཕྱིར་གཞན་ལ་སྤྲོད་པའི་ཞིང་ས་འཕམ་ཆུ་གིང་ལ་སོགས་པར་ཕྱོག་པའི་
ཁལ་དང་ ས་ཡི་བདག་པོ་རང་ཉིད་ལ་ཕྱོག་པའི་ས་ཁལ་བཅས་ ཁལ་རིགས་ཐམས་ཅད་ས་ཡི་བདག་པོ་
རང་ཉིད་ལ་ཕྱོག་ཆུ་མ་གཏོགས་ ཐོག་ཆུབ་དང་བགོ་མཐུན་ལ་སོགས་པ་བཏབ་སྟེ་སྤྲོད་པ་པོ་དེ་ལ་ ས་དེ་ལ་
བརྟེན་པའི་ས་ཁལ་གྱི་བགོ་བཤའ་གང་ཡང་མི་ཕྱོག་ ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་
༡༩༡༢-༡༢ པ་ལྟར་)

**ཐོག་ཆུབ་བམ་བགོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ས་ཆ་སྐར་ལོག་སྤྲོད་དགོས་བྱུང་ན་ཞག་གངས་༡༢༠ འི་ལྷ་གོང་ནས་བདེ་བསྐྱལ་
དགོས་པ།**

༡༩༡༠-༢༩ ཐོག་ཆུབ་བམ་ བགོ་མཐུན་སྤྲོད་ཕྱིར་གཞན་ལས་ཞིང་ས་དང་ ཆུ་གིང་ལ་སོགས་པ་ལེན་རྒྱུ་སྤྲོད་པ་པོ་
དེ་ཉིད་ཁལ་གསར་འཛུལ་བའམ་ ཆ་སྐར་ས་ཁལ་དུ་འཛུལ་ན་ གཞན་ལས་ལེན་ཏེ་སྤྲོད་འཕྲོའི་ཞིང་ས་འཕམ་
ཆུ་གིང་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་ སྤྲོད་དུས་སྤྲོད་ལེན་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་འགན་ཆུང་ལོ་གངས་མ་ཆང་རུང་ དེ་
རིགས་ནི་ས་ཡི་བདག་པོ་ལ་སྐར་ལོག་སྤྲོད་དགོས་རུང་སྤྲོད་ཆོག་སྟེ་ འོན་ཀྱང་དེ་འདྲི་གནད་དོན་ཞག་
གངས་༡༢༠ འི་ལྷ་གོང་ལས་ དེ་ལུགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ས་ཡི་བདག་པོ་ལ་བརྟེན་དགོས། (དབྱིན་ལོ་
༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༡༢-༩ པར་བསྐྱར་བཅོས།)

འགན་ཡིག་གི་ལོ་གངས་མ་ཆང་རུང་སྐར་ལེན་ཆོག་པའི་ས་ཆའི་རིགས།

༡༩༡༠-༣༠ ས་ཡི་བདག་པོའི་ལག་ཐོག་གི་ས་ཆ་སོགས་ཆུ་རུད་ཀྱིས་མནན་ཁྱེར་བ་སོགས་ འབྱུང་བཞིན་གནོད་
པས་ར་མེད་དུ་གྱུར་པ་སོགས་བྱུང་ན་ སྤྲོད་དུས་གཞན་ལ་ཐོག་ཆུབ་དང་བགོ་མཐུན་གང་རུང་གི་ཆེད་དུ་སྤྲོད་
པའི་ས་ཆ་ནམས་འགན་ཆུང་ནང་གི་ལོ་གངས་མ་ཆང་རུང་ སྐར་ལོག་ལེན་ཆོག་ ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧
ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༡༢-༥ པ་ལྟར་)

**ཐོག་ཆུབ་དང་བགོ་མཐུན་དུ་སྤྲོད་པའི་ས་ཆའི་རིགས་དམིགས་བསལ་གྱི་གནད་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཞག་དུས་མ་ཆང་རུང་ཞིང་
རྫོང་སྐར་ལོག་ལེན་ཆོག་པ།**

༡༩༠-༣༡ ཞིང་སའི་རིགས་ཐོག་རྒྱུ་བཅ་བཞོ་མཐུན་ལེན་ཕྱིར་སྤྱོད་པའི་འགན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་ནང་གི་ལོ་གྲངས་
མ་ཚང་རུང་། ས་ཡི་བདག་པོའི་ཁྱིམ་པ་རྣམས་འགྲིགས་མེན་བྱུང་སྟེ་ཞིང་ས་བཞོ་བཤའ་རྒྱུ་དགོས་པ་དང་
ཡང་ན་ ཞིང་སའི་སྒོར་རྩ་བོ་གཞན་ཞིག་དང་མ་འགྲིགས་པར་ཁྱིམ་ས་ཁང་དུ་ཐུག་པ་སོགས་ཞིང་ས་དེའི་
འབྲེལ་བ་ལང་བར་གྱུར་ན་ སྤྱོད་དུས་གཞན་ལ་ཐོག་རྒྱུ་དང་བཞོ་མཐུན་དུ་སྤྱོད་པའི་ས་ཆ་དེ་སྤྱོད་ལོག་
ལེན་ཆོག །

ཐོག་རྒྱུ་དང་བཞོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ས་ཆ་དམིགས་བསལ་གྱི་གནད་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཞག་དུས་མ་ཚང་རུང་སྤྱོད་ཆོག་པ།

༡༩༠-༣༢ ཞིང་སའི་རིགས་ ཐོག་རྒྱུ་དང་ བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་ཕྱིར་ གཞན་ལས་ལེན་པའི་འགན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་
ནང་གི་ལོ་གྲངས་མ་ཚང་རུང་། ཐོག་རྒྱུ་བཅ་ བཞོ་མཐུན་ལེན་མེད་ཁྱིམ་པ་རྣམས་འགྲིགས་མེན་བྱུང་སྟེ་
ཞིང་ས་བཞོ་མཐུན་རྒྱུ་དགོས་པ་དང་ ཞིང་སའི་སྒོར་རྩ་བོ་གཞན་དང་མ་འགྲིགས་པར་ཁྱིམ་ས་ཁང་དུ་ཐུག་
པ་སོགས་ཞིང་སའི་འབྲེལ་བ་ལང་བར་འགྱུར་ན་ སྤྱོད་དུས་གཞན་ནས་ཐོག་རྒྱུ་དང་ བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་
ཕྱིར་ལེན་པའི་ས་ཆའི་རིགས་སྤྱོད་ལོག་ས་ཡི་བདག་པོ་ལ་སྤྱོད་ཆོག །

ཐོག་རྒྱུ་དང་བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་མེན་ས་ཞིང་ས་དེ་ལ་ཕན་ཐོག་བྱས་པ་ཡོད་རུང་ཟད་ཅིས་རྒྱུ་མེ་ཆོག་པ།

༡༩༠-༣༣ ཐོག་རྒྱུ་བཅ་ བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་ཕྱིར་ གཞན་ལས་ལེན་པའི་ས་ཆ་ལ་ ལེན་པ་པོས་སྐྱམ་ཞིང་བརྒྱུ་ཏེ་
ཨ་རིང་བཟོ་བ་ རྒྱ་ཡུར་གསར་དུ་བཏོན་པ་ རྒྱ་བྲག་རྒྱུ་པ་ ཤིང་ཐོག་གི་ཤིང་བཙུགས་པ་སོགས་ མདོར་
ན་ཞིང་ས་དེ་ལ་ཕན་ཐབས་ཀྱི་བསྐྱར་བཅོས་ཅི་དང་གང་རང་བྱས་པ་འདུག་རུང་ ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་ནང་
གི་དུས་ཚོད་ཚང་བའི་དུས་སུ་ འགན་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཉོགས་མེད་ཅིས་སྤྱོད་བྱ་རྒྱ་མ་གཏོགས་ ཞིང་ས་
དེ་ལ་ཕན་ཐབས་སུ་བྱས་པའི་ཟད་འགོ་འཇགས་ རིན་ཅིས་འཐབ་པ་སོགས་གང་ཡང་བ་ མེ་ཆོག །

ཐོག་རྒྱུ་དང་བཞོ་མཐུན་དུ་སྤྱོད་པའི་ས་ཆ་གཞན་ལ་ཉེ་བཅོང་དང་བཞེ་སོར་རྒྱུ་མེ་ཆོག་པ།

༡༩༠-༣༤ ཐོག་རྒྱུ་བཅ་ བཞོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ ཐོག་རྒྱུ་བཅ་ བཞོ་མཐུན་སྤྱོད་པ་པོ་དེ་ཡིས་
གཞན་ལ་ཉེ་བཅོང་དང་བཞེ་སོར་རྒྱུ་པ་སོགས་གཏན་ནས་བྱ་མེ་ཆོག་ དེ་ལས་འགལ་ནས་ས་ཆ་རང་
འཇགས་ཞིང་རྩི་ལ་ལོག་པ་ནས་ བཞེ་སོར་དང་ ཉེ་བཅོང་བྱས་པའི་ས་རིན་དེ་དང་འབྲེལ་འབྲེལ་ཉེས་བྱ་སོགས་
།

བརྒྱ་ཁལ་གཞུང་ལ་འབྲུལ་དགོས་པ།

༡༩༠-༣༥ ཐོག་རྒྱུ་དང་ བཞོ་མཐུན་རིགས་ ཁྱིམ་ས་ཁང་ནས་བཞེས་ཏེ་གནད་དགོས་བྱུང་རིགས་ལ་ རི་ཅམ་
བཞེས་ཏེ་གནད་དགོས་བྱུང་བའི་དངོས་པོའི་བརྒྱ་དཔྱ་རེ་གཞུང་ཁལ་འབྲུལ་དགོས་རྒྱ།

ཐོག་རྒྱུ་དང་བཞོ་མཐུན་དུ་སྤྱོད་པའི་ས་ཆ་རྩ་སྤྱོད་ཀྱི་གྲངས་སུ་བཅི་བར་།

༡༩༠-༣༦ རྒྱལ་ཆུབ་བཅ་ བཞུ་མཐུན་ལེན་ཕྱིར་སྤྲོད་པའི་ས་ཆའི་རིགས་ སྤྲོད་པ་པོ་དེ་ཙུང་ས་ཐལ་མོད་དུ་
འགན་ཆུང་ནང་གི་ལོ་གྲངས་ཚང་དང་མ་ཚང་ཇི་ལྟར་ཡང་ ས་ཆ་དེ་ཙུང་ས་ཀྱི་གྲངས་སྤྲོད་ (དབྱིན་
ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༥-༡༠ པ་ལྟར།)

ཉལ་ཁུ་བཅུ་གཅིག་པ་ རྒྱལ་རིན་སྤྲོད་འཇལ་སྐྱོར་༥

སྤྱི་ཚོར་སེམས་ཅན་གྱིས་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་བཀལ་བའི་ཐོག་རིན་བཅི་ཐང་།

༡༩༡-༡ སྤྱི་ཚོར་སེམས་ཅན་གྱིས་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་བཀལ་བའོམ་ ལོ་ཐོག་ར་མེད་བཅོ་ན་ ཞིང་ཇོ་དེ་དང་སེམས་
ཅན་གྱི་བདག་པོ་བཅས་འཛོམས་ཐོག་ལས་ ཇི་ཅམ་གནོད་པའི་ཞིང་མཚམས་བཅུགས་ཤིང་ ལོ་ཐོག་བཟུ་
རན་སྐབས་སྐར་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོ་དེ་དང་ ཞིང་ཇོ་འཛོམས་ཏེ་ལོ་ཐོག་ར་མེད་བཅོ་བའི་སྤྲོད་མ་
དང་ ལོ་ཐོག་ཅན་གྱི་སྤྲོད་མ་བཅས་དེ་གཉིས་ཚུན་པོ་ཆེ་ཆུང་འབྲ་འབྲ་བཟུམས་པ་ནས་ ལོ་ཐོག་ཡོད་པའི་
ཚུན་པོ་དེ་འཕུར་ཏེ་འབྲུག་གང་ཐོན་བཞུ་ཞིབ་གྱིས་ དེ་ལྷགས་ཅིས་ཁར་ཕབ་སྟེ་འབྲུ་ངོ་བོ་འཇལ་རྒྱུའོམ་ ཡང་
ན་འབྲུ་རིན་ལུང་པའི་ཐང་གཞི་གང་ཡིན་གྱི་དཔུལ་སྤྲོད་ལེན་ཉོགས་མེད་བྱ་དགོས། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧
ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༥-༡ པ་ལྟར།)

ཁྲིམས་དོན་ ༡༩༡-༡ པ་ལྟར་བྱེད་སྐབས་འཛོམས་དཔང་བཅུགས་དགོས་པ།

༡༩༡-༢ ཁྲིམས་དོན་ ༡༩༡-༡ པ་ལྟར་ ལོ་ཐོག་ལ་ སེམས་ཅན་གྱིས་གནོད་པའི་ཞིང་མཚམས་བཅུགས་དུས་
དང་ ལོ་ཐོག་ར་མེད་སོང་བའི་ལོ་ཐོག་ཅན་གྱི་སྤྲོད་མ་འབྲུག་གང་ཐོན་ཕུར་བའི་སྐབས་སྤྲོད་བཅས་ དམང་གི་
ཐོག་སྤྲོད་པ་ཡོད་ན་དེ་དང་ དེ་མིན་རིག་གཏོགས་མེད་པའི་འཛོམས་དཔང་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བ་ཞིག་
བཅུག་དགོས།

ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་སེམས་ཅན་ལ་གནོད་པ་བཀལ་བའི་ཉེས་བྱ་ནི་སེམས་ཅན་བདག་སྤྱོད་ཁྲིམས་ཡིག་ཏུ་བཞུ་དགོས་པ།

༡༩༡-༣ ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་བཀལ་བའི་སེམས་ཅན་ནམས་ སེམས་ཅན་དེའི་བདག་པོ་མ་བྱུང་རིང་ སེམས་ཅན་དེ་
ཉིད་བདག་འཛོན་བཞིན་ཏེ་བཞག་རྒྱ་མ་གཏོགས་ རྒྱང་ལག་སྤྱོད་དུ་བྱེད་པ་དང་ བསད་པ་ ལག་ཉེས་
བཀལ་བ་ མོ་བཞོལ་བྱེད་པ་སོགས་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་བ་སོགས་འབྱུང་ན་ དེའི་ཉེས་ཆད་སེམས་ཅན་
བདག་སྤྱོད་ཁྲིམས་ཡིག་ཏུ་བཞུ་དགོས་རྒྱ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༥-༣ པར་
བཞུར་བཅོས།)

སེམས་ཅན་སྤང་མེད་དུ་བཞག་སྟེ་གཞན་གྱི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་བཀལ་བཅུག་པའི་ཉེས་བྱ།

༡༩༡-༤ སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོ་ནས་སེམས་ཅན་བདག་འཛོན་ལེགས་པོར་མ་བྱས་པར་གཞན་གྱི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་
པ་བཀལ་བཅུག་ཅིང་ ལོ་ཐོག་གི་བདག་པོས་སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོ་དེ་ལ་ བདག་འཛོན་བྱ་དགོས་པར་
ཡང་བཞུར་འཛོམས་དཔང་དང་བཅས་ཏེ་ན་བར་བཞུལ་རུང་ ཚོར་ཇོས་བདག་འཛོན་མེད་པར་སེམས་ཅན་
ནམས་སྐར་ཡང་ལོ་ཐོག་ལ་ཤོར་ན་ ཐོག་རིན་འཇལ་དགོས་ཁྲིམས་དོན་ ༡༩༡-༡ པ་དང་ ༡༡-༢

པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ལེན་པ་ནས་བདག་འཛིན་མ་བྱས་པའི་ཉེས་ཆད་ཏི་རུབ་ལྷ་བཙུན་ས་སྤྲུལ་བརྒྱ་ཚུན་ཕོག་
།

སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོས་གཞན་གྱི་ལོ་ཐོག་ལ་སེམས་ཅན་ཆེད་དུ་བཙུགས་པའི་ཉེས་ཁྲིམས།

༡༥༡༡-ལ གལ་སྲིད་སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོས་གཞན་གྱི་ཞིང་ལ་གནོད་ཐབས་སྤྱ་སེམས་ཅན་ཆེད་དུ་བཙུགས་ན་ ཞིང་
ཇོན་ས་དེའི་ར་ཁྲུངས་འཛོམས་དཔང་དང་བཅས་གསལ་པོར་བཏོན་རྒྱ་ཡོད་ཆེ་ ཆེད་དུ་བཙུགས་པའི་སེམས་
ཅན་རེ་ལ་ཉེས་བྱ་ཏི་རུབ་ཏི་ཤུ་རེ་བཙུགས་ཏི་ཕོག་ཅིང་ སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོ་དེ་ལ་ཉེས་ཁྲིམས་བཙོན་དུ་ཆུ་
ངོ་གསུམ་ཚུན་དང་ ཇི་ཅམ་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་ཐོག་རིན་རང་འཇགས་ལོ་ཐོག་གི་བདག་པོར་ཐོབ། དེ་
མཚུངས་གཞན་དབང་གི་རྩ་འཛོགས་ནང་བཙུག་རུང་དེ་དང་འབྲ།

སེམས་ཅན་ལ་ལག་ཉེས་བཀའ་སྐབས་ཀྱི་ཐོག་རིན།

༡༥༡༡-ཅ ཞིང་གི་བདག་པོས་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་བཀའ་བའི་སེམས་ཅན་ལ་ ལག་ཉེས་རེ་བཀའ་བའི་རིགས་ཀྱང་
ཁྲིམས་དོན་ ༡༥༡༡-ཉ པ་དང་ ༡༡-ཨ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་གྱི་ཐོག་རིན་ནི་ཞིང་གི་བདག་པོར་ཆང་
འབྲིགས་ཐོབ། (དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༣-ཅ པ་ཟུར།)

གཡམ་བཙོལ་དུ་ལེན་པའི་སེམས་ཅན་གྱིས་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་ཐོག་རིན་ཕོག་ཐང་།

༡༥༡༡-ཆ གཞན་ལས་གཡམ་བའམ་ བཙོལ་མ་ལེན་པའི་སེམས་ཅན་གྱིས་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་བཀའ་ན་ དེ་ལོ་ཐོག་
རིན་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོ་ལས་མིན་པར་གཡམ་བོར་རམ་ བཙོལ་མ་ལེན་པ་པོ་དེ་ལ་ཕོག ། (དབྱིན་
ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༣-ཆ པ།)

ཐོག་རྒྱབ་ཀྱི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་ཐོག་རིན་ཐོབ་ཐང་།

༡༥༡༡-ད ཐོག་རྒྱབ་སྤྲོད་ཕྱིར་ལེན་པའི་ས་ཆ་ལ་ གཞན་གྱི་སྒོ་ནོར་སེམས་ཅན་གྱིས་གནོད་པ་བཀའ་བའམ་ ལོ་ཐོག་
ར་མེད་བཟོན་ གནོད་པའམ་ ལོ་ཐོག་ར་མེད་བཟོན་བའི་ཐོག་རིན་དེ་ནི་ཐོག་རྒྱབ་སྤྲོད་ཕྱིར་ལེན་པའི་ཞིང་ས་
བཟའ་སྤྲོད་བྱེད་མེད་ལ་ཐོབ།

བགོ་མཐུན་དུ་ལེན་པའི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་ཐོག་རིན་ཐོབ་ཐང་།

༡༥༡༡-ཇ བགོ་མཐུན་སྤྲོད་ཕྱིར་ལེན་པའི་ས་ཆ་ལ་ སྒོ་ནོར་སེམས་ཅན་གྱིས་གནོད་པ་བཀའ་བའམ་ ལོ་ཐོག་ར་མེད་
བཟོན་ གནོད་པའམ་ ལོ་ཐོག་ར་མེད་བཟོན་བའི་ཐོག་རིན་དེ་བགོ་མཐུན་བཟའ་མེད་ ས་ཆའི་བདག་པོ་
བཅས་གཉིས་ཀ་མཐུན་མོང་དུ་ཐོབ།

དམང་སྤྱི་ཐོག་གི་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་ཐོག་རིན་ཐོབ་ཐང་།

༡༥༡༡-ཉ དམང་སྤྱི་ཐོག་ཏུ་དབང་བའི་ས་ཆ་ལ་ སྒོ་ནོར་སེམས་ཅན་གྱིས་གནོད་པ་བཀའ་བའམ་ ལོ་ཐོག་ར་མེད་
བཟོན་ གནོད་པའམ་ ལོ་ཐོག་ར་མེད་བཟོན་བའི་ཐོག་རིན་དེ་དམང་སྤྱི་ཐོག་ཏུ་འཐོབ་རྒྱ་མ་གཏོགས་ དམང་

གི་གྲུ་ལས་མི་གཅིག་དང་གཉིས་ཀྱིས་རང་སའི་སྐལ་བ་བརྟེན་སྟེ་ལེན་པ་དང་ ཡང་ན་ དམངས་གི་སྐལ་བ་
མི་གཅིག་དང་གཉིས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་དེ་ལེན་པ་སོགས་བྱ་མི་ཚོག་ །དེ་ལས་འགལ་ན་ ལེན་མི་སྲུ་ཡིན་དེ་
ལ་ཐོག་རིན་རྩིས་ལེན་པ་དེ་དང་འདྲ་བའི་ཉེས་བྱ་ཕྱོགས་ཅིང་ཐོག་རིན་རྩིས་གང་ཡིན་དེ་ཡང་དམངས་གི་
ཁོངས་སུ་སྒྲིང་དགོས།

དེ་ལྟར་བཅུ་གཉིས་པ་ ས་ཡི་བྱ་བའི་གནད་སྟོན་

རང་གིས་རྒྱ་ཆེ་བར་བཟོ་ཆེད་གཞན་གྱི་ས་ལ་གནོད་ཐབས་བྱེད་མི་ཚོག་པ།

༡༩༡-༡ རང་ཉིད་ཀྱི་མིང་ཐོབ་ཏུ་འཁོད་པའི་ས་མཚམས་ཡར་རྒྱས་བྱེད་ཆོག་པ་ཡར་མར་བྱེད་པ་སོགས་ རང་
ཉིད་ཀྱི་ཞིང་ས་སྤར་ལས་སྤྲུག་སྟེ་ཆེ་ཐབས་བཟོ་བའམ་ ཡང་ན་ གཞན་གྱི་ཞིང་ས་རྒྱ་ཆེ་ཐབས་བཟོ་བ་སོགས་
ལོ་ཐོག་དང་རྩ་ཤིང་བཅས་ལ་གནོད་པའི་བྱ་བ་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ གཞན་ལ་རྩིས་གནོད་
ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་ལོགས་སུ་སྒྲིང་དགོས་ཤིང་ ས་མཚམས་གང་ཆོག་སོགས་ཀྱང་སྤར་གང་ཡིན་རང་འཇགས་
བཟོ་དགོས་པའི་ཁར་ ཉེས་བྱ་ཏི་རུབ་གཅིག་བརྒྱ་ནས་ལྔ་བརྒྱ་ཚུན་ཕྱོག་ ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་
ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༡-༡༢ པར་ཁ་སྐོང་།)

རང་དབང་མ་ཡིན་པའི་ཞིང་ས་སྒྲིང་པ་དང་གཞན་དབང་གི་ཞིང་ས་ལ་གནོད་དོགས་ཅན་གྱི་རིགས་བྱ་མི་ཚོག་པ།

༡༩༡-༢ རང་དབང་མ་ཡིན་པའི་ཞིང་ས་ལ་ལོ་ཐོག་བཏབ་པའམ་ ཁྲིམ་བཟོ་བ་ ཤིང་བཙུགས་པ་ སྤར་མེད་ལམ་
གསར་བཏོན་པ་ རྩ་ཤིང་འབྲུ་བ་ ལུང་འཕྲུག་པ་ མེ་འཕྲུ་བ་ འགྲོ་འགྲུལ་བྱེད་པ་ རྒྱ་ཡུར་བཀག་པ་ རྒྱ་
ཕྱིར་བཏོན་པ་སོགས་ཀྱིས་གཙོས་ གཞན་དབང་གི་ཁྲིམ་ ཞིང་ས་ རྒྱ་ཤིང་ རྩ་འཕྲོག་ ལོ་ཐོག་སོགས་ལ་
གནོད་དོགས་ཅན་གྱི་རིགས་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ ཉེས་བྱ་ཏི་རུབ་ལྔ་བརྒྱ་ནས་སྤྲུམ་བརྒྱ་
ཚུན་ཕྱོག་པའི་ཁར་ གཞན་ལ་རྩིས་གནོད་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་ཁྲིམས་ཁང་ནས་འོས་བབས་དང་བརྒྱན་ཏི་ལེན་ནས་
སྒྲིང་དགོས། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༡-༡༣ པ་ལྟར་ཁ་སྐོང་།)

རྒྱ་དངོས་གང་རང་ཐོབ་རུང་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྤྲུལ་ཏུ་དགོས་པ།

༡༩༡-༣ ས་ཆ་ཞིག་ལས་རྒྱ་དངོས་གང་ཞིག་མཐོང་ན་ ཞག་གངས་༡༠ གྱི་ནང་འཁོད་ཅ་དངོས་དེའི་ཇོ་བདག་མ་
ཐོན་ཆེ་ ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་དུ་དགོངས་སྐོར་ཏུ་དགོས་ དེ་ལས་འགལ་བའི་ཉེས་བྱ་ཨར་རྒྱན་ཁྲིམས་
ཡིག་ཏུ་བཙུ་ (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༡-༡༤ པར་བསྒྲུར་བཅོས།)

རང་དབང་གི་ཁྲིམ་དང་ཞིང་ས་སོགས་ལས་རྒྱ་དངོས་མཐོང་བའི་ཐོབ་ལམ།

༡༩༡-༤ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཁྲབ་སྟེལ་བྱས་ཏི་ཞག་གངས་༡༢༠ འི་བར་དུ་བདག་པོ་མ་ཐོན་ན་ མཐོང་བའི་དངོས་པོ་
དེ་ཉིད་གཞུང་བཞེས་དང་ མཐོང་མའི་ཁོངས་སུ་དངོས་པོ་དེའི་བཞི་དུ་གཅིག་ཐོབ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧
ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༡-༡༥ པར་ཁ་སྐོང་།)

རང་དབང་མ་ཡིན་པའི་ས་ཁོངས་སུ་ཤིང་བཏག་རྒྱུ་ནི་རྣམས་ལ་ཕན་ཐོབ་ཆུང་ཆུང་ཆོག་པའི་ཐོབ་ལམ།

༡༩༩༢-༥ ལུ་ལྷན་གྱི་ཞིང་ས་རང་དབང་གི་ས་མཆོམས་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་གཞན་དབང་གི་ས་ཁོངས་སུ་ཡོད་ན་རང་དབང་གི་ཞིང་ས་དེ་ཉིད་སོ་ནམས་འཐབ་རྒྱུ་དང་ཤིང་བཏག་རྒྱུ་མ་ཟིན་གྱི་བར་དུ་ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་ཆོག་ཐམས་ཞུས་པ་ནས་ཚྲིས་ཐོང་དང་ཤིང་བཏག་རྒྱུ་ནི་རྣམས་ལུ་ལྷན་ཆོད་པའི་ས་ཁོངས་སུ་བཞག་ཞེ་ན་ཕན་ཐོབ་ཆུང་ཆུང་ཆོག་ཅིང་ཆོག་ཐམས་ནང་གསལ་དུས་ཆོད་ཚུགས་པ་ནས་སྤང་ཡང་བཞག་ཆེ་ཉིན་རེ་བཞག་སར་ནོར་རེར་ཏི་རུབ་གཅིག་རེ་ཉེས་བྱ་གཞུང་ལ་ཕུལ་དགོས། (དབྱིན་ལོ་༡༩༩༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་༡༩༩༢-༩༦ པར་བསྐྱར་བཅོས།)

དམངས་ཁྱི་ཐོག་ཏུ་དབང་བའི་ས་ཆ་སྤྱོད་ཐང་།

༡༩༩༢-༦ ལུ་ལྷན་ནམ་ཅ་པོ་ཁྱི་ཐོག་ཏུ་དབང་བའི་ས་ཆ་ལ་གཞན་གྱིས་ལོ་ཐོག་བཏབ་པ་ལམ་ཁྲིམ་གསར་རྒྱབ་པ་ཤིང་འབྲུ་བ་ལུད་འཕྱག་པ་སེམས་ཅན་བཟླགས་པ་སོགས་དེ་ལྟར་ཆོག་པའི་གནང་བ་བྱིན་རྒྱུའམ་རིན་བབས་སམ་ཐོག་རྒྱབ་ལ་སོགས་པ་ལེན་རྒྱ་སོགས་ཐམས་ཅད་དམངས་འཛོམས་ཐོག་ལས་མ་གཏོགས་ཅ་པོ་མ་ཆང་ཆེ་ཐག་བཅད་མི་ཆོག་དེ་ལས་འགལ་ན་སྤྱོད་ལེན་བྱེད་པོ་གཉིས་ཀར་ཏི་རུབ་ཁྲ་བརྩལ་སུམ་བརྩུ་རྒྱན་པོག་གལ་སྤྱིད་གནོད་རྒྱུ་ཆེ་ཁྲིམས་དོན་༡༩༩༢-༢ པ་དང་རིགས་འབྲེ། (དབྱིན་ལོ་༡༩༩༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་༡༩༩༢-༩༥ པར་ཁ་སྐོང་།)

ཅེ་རི་མེ་དཔག་སྐབས་ས་ཆད་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་འཛོག་ཤོར་བའི་ཉེས་ཁྲིམས།

༡༩༩༢-༧ ཅེ་རི་མེ་དཔག་སྐབས་ཅེ་རིའི་ཞིང་ས་ལས་ཐལ་ཏེ་དབང་མེད་དུ་གཞུང་གི་ནགས་ཆལ་ནང་མེ་ཤོར་ན་རང་གི་ཞིང་ས་ལས་གན་ཇི་༡༥༠ རྒྱུ་ལ་ཉེས་བྱ་དགོངས་ཡངས་ཏེ་དེ་ལས་བརྒྱལ་བའི་ཉེས་ཆད་ནི་ནགས་ཆལ་ཁྲིམས་ཡིག་དང་འབྲེལ་དགོས་རྒྱུ་དང་གཞན་ཡང་ཞིང་གི་མཐའ་མ་དང་ལྷུ་ར་སོགས་ནས་གཞུང་གི་ས་ལ་མེ་ཤོར་བའི་རིགས་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས།

བག་མེད་རྒྱུས་མེ་ཤོར་སྐབས་ནགས་ཆལ་དང་མེ་སེམས་ཅན་ལོ་ཐོག་ལྷ་ཁང་ཁྲིམ་བཅས་ལ་གནོད་རྒྱུ་བའི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་ཐང་།

༡༩༩༢-༨ ཅེ་རི་མེ་དཔག་ཞེ་མེ་ཤོར་བའམ་ཡང་ན་ཐངས་ནང་མེ་འཕྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུས་གཞུང་གི་ནགས་ཆལ་འཛོག་པ་ཅམ་མ་ཟད་མེ་དང་སེམས་ཅན་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པ་ལམ་རྒྱུ་དན་བྱུང་བ་དང་གཞན་ཡང་ལྷ་ཁང་དང་ཁང་ཁྲིམ་སོགས་ལ་མེ་རྒྱུས་ཤོར་ཆེ་དེ་ནི་བག་མེད་རྒྱུས་ཤོར་བ་ངེས་བཞེན་ཡིན་པའི་ར་ཁྲུངས་ཐོན་ཆེ་གཏེ་པོ་དེ་ལ་ཤི་རྒྱུ་བྱུང་བའི་ཅ་པོ་རེ་ལ་བྲན་པ་གང་ཤར་བཏང་ཞེ་བག་མེད་རྒྱུས་བསད་པ་དང་མཚུངས་པའི་རོ་བསྐྱེད་ཏི་རུབ་རྩལ་བརྩུ་རེ་དང་སྤྱི་ལཱ་ལ་བཞེ་བརྩུ་རེ་ནད་པ་ཐོན་ཆེ་གསོ་སྤྱོད་རིན་ཇི་གནས་ཀྱི་བྱེད་ཀ་རེ་དང་སེམས་ཅན་བསད་ཆེ་དེ་ལ་རིན་བབས་ཇི་གནས་ཀྱི་བྱེད་ཀ་དང་སེམས་ཅན་ནད་པ་ཐོན་ཆེ་བཅོས་སྤྱོད་ཇི་གནས་ཀྱི་བྱེད་ཀ་རེ་ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་ན་གང་གནོད་ཀྱི་ཐོག་རིན་བྱེད་ཀ་ལྷ་ཁང་དང་ཁྲིམ་སོགས་མེ་ཤོར་ཆེ་ལྷ་ཁང་དང་ཁྲིམ་དེ་ལ་རྒྱུད་འབྲས་བྱེད་ཀ་རེ་བཅས་པོག་པའི་

ཁར་ ཉེས་ཁྲིམས་ཟུང་དྲུག་ལས་ལོ་གསུམ་ཚུན་བཅོན་དུ་ གོང་དུ་མ་ཚུད་པའི་ནམ་གངས་གཞན་ཡང་དེ་
དང་རིགས་འགྲེ།

གཞན་གྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་སྤྱོད་གསང་གིས་རང་མིང་དུ་བཀོད་པའི་ཉེས་བྱ།

༡༩༡༢-༩ གཞན་གྱི་ཁ་མོར་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་མི་གཞན་ཞིག་གིས་ས་ཡི་བདག་པོ་ལ་འདྲི་བསྟན་མེད་པར་ སྤྱོད་གསང་
གིས་ཁོ་རའི་ཁམ་ནང་བཅུགས་པ་འཇམ་ གཞན་གྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་མིང་གསལ་སོར་ཏེ་བཀོད་པ་ལ་སོགས་པ་
བྱས་ཤིང་བཟའ་སྦྲིད་ཀྱང་བྱས་པ་འདུག་ཆེ་ ས་ཁམ་ཨར་རྒྱན་ཇི་ཅམ་བྱས་པའི་ས་རིན་དང་འབྲུ་འབྲུ་
གཞུང་ལ་ཉེས་བྱ་ཕུལ་དགོས་པ་མ་ཟད་ ས་རོ་མ་དེ་ཉིད་ས་ཡི་བདག་པོར་རང་འཇགས་སྦྲིད་དགོས་ཁར་
ལོ་གངས་ཇི་ཅམ་བཟའ་བའི་ཆོགས་ཕྱེད་རེའང་ས་ཡི་བདག་པོར་ཐོབ།

ཁྲིམས་དོན་༡༩༡༢-༩ པ་ལྟར་བཟའ་སྦྲིད་མ་བྱས་རུང་ས་ཁམ་བརྒྱས་པའི་ཉེས་བྱ།

༡༩༡༢-༡༠ ཁྲིམས་དོན་ ༡༩༡༢-༩ པ་ལྟར་བརྒྱས་པའི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ བརྒྱ་མི་དེས་བཟའ་སྦྲིད་མ་བྱས་པར་ཁམ་
ནང་བཅུགས་པ་ཅམ་ཞིག་ཡིན་ན་ རྒྱ་མི་དེ་ལས་རིན་དེ་དང་འབྲུ་བའི་ཉེས་བྱ་ཕོག་པ་མ་ཟད་ གཞན་ལ་སྦྱོ་
རུ་བཅུག་པ་ཡིན་ནའང་ སྦྱོ་མི་དེས་ཀྱང་ཤེས་བཞིན་དུ་སྦྱོས་ཏེ་བྱིན་པའི་ར་ཁུངས་ཐོན་ན་ དེ་ལ་ཡང་ས་རིན་
གང་གཞན་གྱི་ཉེས་བྱ་ཕོག །

ལོ་ན་མ་སྟོན་པའི་རིགས་ནས་ས་ཡི་བྱ་བའི་ལས་བསྐྱལ་བྱས་རིགས་ཆ་མེད།

༡༩༡༢-༡༡ སོ་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་དང་ སོ་ལོ་བཅུ་དྲུག་མ་སོང་བའི་རིགས་ནས་ས་གཞི་ཉོ་བཅོང་འཐབ་པ་དང་ གཞུང་
ལས་ས་གསར་ཁུ་རྒྱུ་ཉོ་ཆོག་བཅུགས་པ་སོགས་ གཞན་ཡང་དེ་དག་གིས་བཅོས་པའི་ས་ཡི་སྒོར་ཕར་སྦྲིད་
ཚུར་ལེན་བྱས་པའི་ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་རྣམས་ལས་ ཁྲིམས་དོན་ ༡༩༡-༧ པ་མ་བཅུས་པར་ གཞན་
རྣམས་ལ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཆ་འཛོག་མི་བྱ།

འཕྲུ་བཅུ་གསུམ་པ་ ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་ལ་སྦྱར་ལུགས་༽

ས་ཆ་ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་ཆོག་དང་མེ་ཆོག་གི་དབྱེ་བ།

༡༩༡༣-༡ ལུ་ཞིག་གིས་འབྲུག་གི་ས་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་རྫོང་གཞིའི་རྩ་ཁང་མགོན་ཁང་ངམ་ གོང་ཡུལ་སོ་སོའི་རྩ་ཁང་
མགོན་ཁང་གྲ་ཚང་སོགས་དག་སྦྲིང་དམང་ངམ་ དགོན་སྡེ་སོགས་ཆོས་དམང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ ཐེབས་རྩ་
ཡོ་བྱད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཞིང་ས་དང་ བྱི་ལ་སོགས་པ་ཕུལ་འདོད་ཅན་འབྱུང་ན་ཕུལ་ཆོག་ དེ་ལས་འགལ་ཏེ་
བྱེ་བྱུགས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་ཁང་མགོན་ཁང་ རྒྱ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཡོ་བྱད་དུ་སྦྱར་ན་ གང་སྦྱར་གྱི་དཔོན་པོ་རང་
འཇགས་ལོག་པ་ནས་ དེ་ལ་རིན་བབས་གང་གཞན་གྱི་ལོག་བརྒྱ་ཆད་པ་ཕོག། (དབྱིན་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་
ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༩༧-༡ པར་བསྐྱར་བཅོས་དང་ཁ་སྐོང་།)

ས་གཞི་ཐེབས་རྩ་ཡོ་བྱད་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྦྱར་ཐང་།

༡༥༡-༢ ཐེབས་ཚུ་ཡོ་བྱད་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྒྱུར་དགོས་པའི་ས་ཞིང་སོགས་ གང་ཡང་མ་ཕུལ་གོང་ལས་ རང་གིས་གནས་
ཀྱི་ཁྱིམས་ཁང་དུ་དེ་ལྷགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཁ་གསལ་ཀྱི་སྟན་ཏུ་ཕུལ་དགོས། དེ་ལས་འགལ་ན་ཉེས་བྱ་ནི་
རུབ་ལྔ་བརྒྱ་ནས་ཉེས་བརྒྱའི་བར་ཡོག །

ས་ཆ་ཐེབས་ཚུ་ཡོ་བྱད་དུ་སྒྱུར་སྐབས་ཁྱིམས་ཁང་ནས་བྱ་དགོས་པ།

༡༥༡-༣ ཁྱིམས་ཁང་ནས་ཐེབས་ཚུ་ཡོ་བྱད་དུ་སྒྱུར་སའི་ཡུལ་ ལྷ་ཁང་དེ་ལ་འབུལ་རྒྱུའི་འོས་བབས་ཡོད་མེད་ ས་
ཞིང་དེ་སོགས་ལ་ཉོགས་འཛིངས་ཡོད་མེད་སོགས་ གང་ཡང་ཞིབ་དཔྱད་མཐིལ་ཕྱིན་བྱ་དགོས་པ་མ་ཟད་
གཤམ་གསལ་ཀྱི་དོན་དག་རྣམས་དང་ཡང་འབྲེལ་དགོས།

དབང་ཚད་ཇི་ལ་པོར་མེད་པའི་ས་ཆ་ཡོ་བྱད་དུ་སྒྱུར་མི་ཚོགས་པ།

༡༥༡-༤ མི་ཚང་སྤྱི་ཐོག་ཏུ་དབང་བའི་ས་ཆ་དང་ གཞན་ཡང་རང་གི་ཡ་ཤུའམ་ སུ་གཞིའི་སྐལ་བ་ལ་ཐོབ་པའི་ས་ཆ་
སོགས་ རང་ཉིད་ལ་ས་ཆ་དེའི་དབང་ཚད་ཇི་ལ་པོར་མེད་པ་རྣམས་ ས་ཆ་དེ་ཡི་ཚུ་བོ་གཞན་ལ་འདྲི་བསྟན་
མེད་པར་ས་ཆ་ཡོ་བྱད་ལ་སྒྱུར་མི་ཚོགས་ དེ་ལས་འགལ་ན་ཉོགས་འཛིངས་ཅན་གྱི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ སྒྲར་ཡང་ས་
ཆ་སུ་ལ་ཡོད་པའི་མི་དེ་ལ་རང་འཇགས་སྤྱོད་དགོས་ཁར་ གལ་སྲིད་ཁོ་པ་ས་ཆ་དེ་ལ་དབང་ཆ་གང་ཡང་
མེད་ཆོ་ དབང་ཆ་མེད་པའི་ས་ཆ་ཇི་ཕུལ་གྱི་ས་རིན་དང་འབྲེལ་ཉེས་ཆད་ཕུལ་མི་དེ་ལ་ཡོག ། (དབྱིན་
ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྱིམས་གཞུང་ ༡༥-༢ པར་ཁ་སྐོང་།)

སྤྱི་ཐོག་ཏུ་དབང་བའི་ས་ཆ་ལས་ཚུ་བོ་གཅིག་ནས་ཐག་བཅད་ཀྱིས་ཐེབས་ཚུ་ཡོ་བྱད་དུ་སྒྱུར་བའི་ཉེས་བྱ།

༡༥༡-༥ ཡོ་བྱད་དུ་ཕུལ་བའི་ས་གཞི་དེ་ལས་ཕུལ་མི་དེ་ལ་ཡང་དཔྱ་བཞོ་ཐོབ་པའི་དབང་ཚད་ཡོད་ཆོ་ ཡོ་བྱད་དུ་ཕུལ་
ཐུབ་པའི་ཁོ་རའི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ ཡོ་བྱད་དུ་རང་འཇགས་བཞག་དགོས་རྒྱུ་དང་ ཁོ་རང་ལ་
དབང་ཆ་མེད་པའི་ས་གཞི་ཇི་ཅམ་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་མི་ལ་རང་འཇགས་སྒྲར་སྤྱོད་
བྱས་པ་ནས་ དབང་ཚད་མེད་པའི་ས་ཆ་ཡོ་བྱད་དུ་ཇི་ཅམ་ཕུལ་བ་དེ་ལ་རིན་ཇི་གནས་ཀྱི་ཕྱིད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་
ཕུལ་མི་དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ཡོག །

ཡོ་བྱད་དུ་སྒྱུར་ཟིན་པའི་ས་ཆ་ཁ་མོར་བཞོད་ཐང་།

༡༥༡-༦ ཡོ་བྱད་དུ་སྒྱུར་ཟིན་པ་ནས་ ས་ཞིང་དེ་སོགས་ཡོ་བྱད་དུ་སྒྱུར་སའི་ཡུལ་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ངམ་ གྲ་ཚང་
དགེ་སློང་དམང་ དགོན་ལྗེ་ཆོས་དམང་སོགས་ གང་དང་གང་དུ་ཕུལ་བ་ དེ་དང་དེ་ཡི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཁྲམ་
གསར་སྤྱོད་དགོས་ཏེ་ དེ་ཡང་ཁྱིམས་དོན་ ༡༥༡-༢ པ་དང་ ༡༥༡-༣ པ་ལྟར་ཁྱིམས་ཁང་བརྒྱད་
དེ་ ཁྱིམས་དོན་ ༡༥-༣ པ་ལྟར་ཁ་མོ་མིང་གསལ་སྤྱོད་དགོས།

ཡོ་བྱད་དུ་སྒྱུར་བའི་ས་ཆ་སོགས་སྒྱུར་ཡུལ་གྱི་མིང་ཁར་མ་གཏོགས་སྒྲེར་མིང་དུ་སྒྱུར་མི་ཚོགས་པ།

༡༥༡-༧ དེ་ཡང་ཡོ་བྱད་དུ་སྒྱུར་དགོས་པའི་དམིགས་ཡུལ་དགེ་ཚུ་དེ་དང་དེ་ཉིད་ ཞག་དུས་དེ་དང་དེ་ཡི་སྐབས་སུ་
བསྐབ་དགོས་རྒྱུར་ཟེར་བ་ཁ་གསལ་འཁོད་དགོས་པ་མ་ཟད་ དེ་ཡང་གྲ་ཚང་དམང་དང་ ཆོས་དམང་

དགོན་ལྷེ་རྣམས་ལ་ཕུལ་བ་ཡིན་ན་ གྲ་ཚང་དམང་དང་ ཚོས་དམང་ དགོན་ལྷེ་ དེའི་མིང་ཐོག་དང་ལྷ་ཁང་
དང་ མགོན་ཁང་རྣམས་སུ་ཕུལ་བ་ཡིན་ན་ ལྷ་ཁང་དང་ མགོན་ཁང་དེ་དང་དེ་ཡི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཁ་མོར་
བཀོད་རྒྱ་མ་གཏོག་ སྐྱ་གཉེར་རམ་གང་ཟག་སྒྲེར་གྱི་མིང་ཐོག་ཏུ་བཀོད་མི་ཚོག་ །

ཨ་བྱད་དུ་སྦྱར་ཟིན་པའི་ས་ཆ་ལ་བརྟེན་པའི་ཁྲལ་ཕྱག་ཐང་།

༡༥༡༣-༥ ཨ་བྱད་གྱི་ཆེད་དུ་སྦྱར་ཟིན་ཅིང་ཁ་མོར་བཀོད་གྲུབ་པའི་རྗེས་སུ་ ས་གནིས་དེ་སོགས་ཀྱི་ ཁྲལ་འབྲལ་རེ་
ཡང་འབྲལ་དགོས་པར་གཞུང་ནས་བཟོས་པའི་རིམ་པ་རེ་འབྲུང་ཆེ་ ཁྲལ་འབྲལ་དེ་ཉིད་ས་གནི་མིང་ཐོག་ཏུ་
འཁོད་པའི་ལྷ་ཁང་དེའམ་ དགོན་ལྷེ་ ཚོས་དམང་རྣམས་ བདག་འཛིན་བྱེད་མི་སུ་ཡིན་དེས་ཕུལ་དགོས།
(དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༧-༥ པར་བསྐྱར་བཅོས།)

**ཐེབས་ཅུ་ཨ་བྱད་དུ་སྦྱར་ཟིན་པའི་ས་ཆའི་རིགས་རྒྱལ་ཞབས་ནས་བཀའ་ཤོག་དམ་དོན་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་དེ་མིན་ཡས་
ཐོབ་མས་ཐོབ་ཀྱི་ཉོགས་བཤད་བྱ་མི་ཚོག་པ།**

༡༥༡༣-༩ ཁྲིམས་ཡིག་འདི་མ་སྒྲེལ་གོང་ལས་ རང་སའི་ས་གནི་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ལས་ལྷ་ཁང་ དགོན་ལྷེ་རྣམས་ལ་
ཐེབས་ཅུ་ཨ་བྱད་དུ་སྦྱར་ཟིན་པའི་རིགས་ཀྱི་ཐང་ ལྷ་ཁང་དང་ དགོན་ལྷེ་ གྲ་ཚང་ལ་སོགས་པའི་ ཁ་མོར་
གཞུང་ཞབས་ཀྱི་ཕྱག་ཐམས་ཅན་མའི་ནང་དུ་བཀོད་ཟིན་པ་ཡིན་ཆེ་ ས་གནིས་དེ་སོགས་ཕྱག་བཞག་ས་ཁམ་
རྩེད་པའམ་ ཡང་ན་ རྒྱེར་གྱི་ལག་ཁྲེར་ས་ཁམ་གཞན་གྱི་ནང་དུ་བཅས་སུ་དང་སུ་ཡི་མིང་ལ་འཁོད་པ་
འདྲག་རུང་ དེ་ནི་སྒྲེར་ལོག་ལེན་ཚོག་པའི་བཀའ་རྒྱ་ མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལས་བཀའ་ཤོག་དམ་
དོན་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ གཞན་སུས་ཀྱང་ཡས་ཐོབ་མས་ཐོབ་ཀྱི་ཉོགས་བཤད་བྱ་མི་ཚོག་ ། (དབྱིན་ལོ་
 ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥༧-༩ པ་ལྟར།)

ཨ་བྱད་དུ་སྦྱར་ཟིན་པའི་ས་ཆ་མཐའ་འཁོབས་སུ་བཞག་ན་དེའི་བྱ་ཐང་།

༡༥༡༣-༡༠ ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་བཅས་ལ་ཨ་བྱད་དུ་སྦྱར་ཟིན་པའི་ས་གནིས་གང་ཞིག་མཐའ་འཁོབས་སུ་བཞག་ཆེ་
མཐའ་འཁོབས་(སྤངས་ཁོག) ཏུ་བཞག་པའི་རྗེས་དཔོན་ནམ་ སྐྱ་གཉེར་སོགས་ བདག་འཛིན་བྱེད་མི་སུ་
ཡིན་དེས་དམིགས་ཡུལ་དགེ་རྒྱ་གང་ཞིག་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡིན་རུང་ དགེ་རྒྱ་དེ་ཉིད་ཆད་མེད་བཟུང་དགོས་ དེ་
ལས་འགལ་ན་མཐའ་འཁོབས་སུ་བཞག་པའི་ ཞིང་ས་དེ་ཡིས་ཚོགས་གང་ཐོན་གྱི་རིན་བབས་དང་འབྲ་བའི་
ཉེས་ཆད་མཐའ་འཁོབས་སུ་བཞག་མི་དེ་ལ་ཕོག་པ་མ་ཟད་ དགེ་རྒྱ་དེ་ཡང་ཅིས་རྒྱབ་སྐྱབ་དགོས།

**ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་སོགས་ཞིག་རལ་སྤང་ཞིང་སྤང་མེད་དུ་བཞག་པའི་རིགས་ཀྱི་ཨ་བྱད་སོགས་གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱ་
དང་གཞུང་ལ་དེ་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲན་ཞུ་འབྲལ་དགོས་པ།**

༡༥༡༣-༡༡ ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ གྲ་ཚང་ དགོན་ལྷེ་ བཅས་པ་རྣམས་གཞུང་གི་ཁོངས་སུ་དབང་བ་ཞིག་གམ་ སུ་
དང་སུ་ཡི་ཁོངས་སུ་དབང་བ་ཞིག་ཡིན་རུང་ དེ་དག་རྒྱ་རྒྱུན་མེ་རྒྱུན་གྱིས་འཛིགས་པ་དང་ ཞིག་རལ་ཤོར་
ཞིང་ཉམས་པ་ནས་བདག་མེད་དུ་བཞག་ཞེ་ གསར་དུ་ཡང་མ་བཞེངས་པ་སོགས་ཉམས་གསོ་ཡང་མེད་པར་
སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་ཏེ་བཞག་པ་རྣམས་དང་ གྲ་ཚང་ དགེ་རྒྱའི་དམང་ངམ་ དགོན་ལྷེ་ ཚོས་དམང་བཅས་པ་

གང་རུང་ འཕྲོ་འཇིག་ཐལ་བའི་རིགས་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ལྗེས་ནང་འཁོད་ཀྱི་རྒྱ་དངོས་སེམས་ཅན་
ཁང་བྱིས་ཞིང་ས་ ཉེན་གསུམ་མཆོད་ཆས་ མཆོད་རྩིས་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱའི་
ཁར་ སྤྲོད་སྤྲོ་ཡི་ཁོངས་ནས་ཞིག་རལ་སྤོང་མོད་དུ་ས་གནས་ཀྱི་མེད་སྤྱི་ནས་ གཞུང་ལ་དགོངས་སྐོར་ཞུ་
དགོས་ དེ་ལས་འགལ་ན་ཉེས་ཆད་ཏི་རུབ་གཅིག་བརྒྱ་ནས་ལྷ་བརྒྱའི་བར་དང་ ཡང་ན་ ཉེས་ཁྲིམས་
བཙོན་དུ་ཆུ་རོ་གཅིག་ནས་གསུམ་ཚུན་ནམ་ ཡང་ན་ གཉིས་ཀ་ཤོག ། (དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་
གཞུང་ ༡༥-༧ པར་ཁ་སྐོང་།)

དགེ་ཅ་གང་ཞིག་བསྐྱབ་རྒྱུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བའི་ཡོ་བྱད་དེས་ཇི་འགལ་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་དགོས་པ།

༡༥-༡༢ གཞུང་དབང་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་དང་ གྲ་ཆང་ དགོན་ལྗེ་ གཞན་ཡང་དམང་དང་ རྒྱུ་དབང་གི་ལྷ་
ཁང་ དགོན་ལྗེ་བཅས་ལ་ཐེབས་ཅ་ཡོ་བྱད་དུ་སྤྲོད་བའི་ས་གནས་སོགས་སྤྲོད་སྤྲོ་ཡི་ལག་ཏུ་འཕུ་ སྤྱོད་དེ་
ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ཐེབས་ཅ་ཡོ་བྱད་ཀྱིས་གཞིས་ཡོད་ཆད་ཐམས་ཅད་ ས་གནས་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་མཆོད་
འབུལ་གསུང་ཆོག་གི་སྐབས་སུ་ ས་གནས་དེ་ཉིད་ལས་ཆོགས་པའི་རྒྱ་དེ་བྱིས་ཞིང་འགལ་པར་བྱ་དགོས་པ་
མ་ཟད་མཆོད་འབུལ་གསུང་ཆོག་དེ་དག་ཁ་མོའི་ནང་དུ་དུས་ཆོས་དེ་ལ་ཡིན་ཞེས་འཁོད་པ་ དེ་ཡི་དུས་ཆོས་
ལས་མ་ཡོལ་བར་བྱ་དགོས་ཤིང་ དེ་སོགས་གང་ཡང་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་ཆེ་ མ་བྱེད་མི་སྤྱི་ཡོད་དེ་ལས་གཞི་དེ་
ལས་ཆོགས་ཀྱི་རིན་བབས་དང་འདྲ་བའི་ཉེས་བྱ་ཤོག། (དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་
༡༥-༥ པར་བསྐྱར་བཙུག་དང་ཁ་སྐོང་།)

ཁྲིམས་དོན་༡༥-༡༢ ལྟར་གྱི་ཞིབ་དཔྱད་ལྷན་ཞུ་ལོ་ལྟར་ནང་སྤྱོད་ཆོན་པོར་འབུལ་དགོས་པ།

༡༥-༡༣ ཁྲིམས་དོན་ ༡༥-༡༢ ལྟར་གྱི་ཡོ་བྱད་དུ་སྤྲོད་བའི་ས་གནས་དེ་ལས་དགེ་ཅ་དེ་དང་དེ་ བསྐྱབས་
དང་མ་བསྐྱབས་ཀྱི་ཞིབ་དཔྱད་རྒྱུ་གཞིས་སོ་སོའི་ཁྲིམས་ཁང་ལས་མཐུན་བྱིན་བྱས་ཏེ་ ལོ་ལྟར་ཆུ་བ་བརྒྱ་
གཉིས་པ་རྒྱུས་མཆོམས་ནང་སྤྱོད་ཆོན་པོའི་ལས་ཁུངས་སུ་ལྷན་ཞུ་འབུལ་དགོས།

ཡོ་བྱད་དུ་སྤྲོད་ཐོན་པའི་ས་ཆའི་རིགས་བཅའ་སྤྱོད་སོགས་བྱ་མི་ཆོག་པ།

༡༥-༡༤ གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁ་མོའི་ནང་དུ་གྲ་ཆང་དང་ རབ་ལྗེ་ དགོན་ལྗེ་ དམང་གི་ས་ཞིང་དང་ གཞན་
ཡང་ གཞུང་དང་རྒྱུ་དབང་གི་ལྷ་ཁང་བཅས་པའི་མིང་ཐོག་ཏུ་ཐེབས་ཅ་ཡོ་བྱད་དུ་འཁོད་པའི་ས་ཞིང་
བཅས་པ་ནི་ ལེགས་ཉེས་འབྲེང་གསུམ་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་ ཁ་མོར་གང་ཚུད་པ་དེ་རང་རང་འཇགས་བཞག་
རྒྱུ་མ་གཏོགས་ བརྒྱ་སྤོང་དང་ ཆོབ་མ་བརྒྱགས་པ་སོགས་གང་ཡང་བྱ་མི་ཆོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ ཡོ་བྱད་
ཀྱི་ས་ཞིང་རང་འཇགས་ལོག་པ་ནས་ བརྒྱ་སྤོང་དང་ ཆོབ་མ་བརྒྱགས་པའི་ས་ལ་རིན་བབས་གང་གནས་ཀྱི་
ཆད་པ་ཤོག །

སྤྱི་ལུ་བརྒྱ་བཞི་པ་ ཁྲིམས་ཡིག་གི་ཆོག་གི་འགྲེལ་བཤད་༥

སྤྱི་ལུ་དང་པོའི་འགྲེལ་བཤད་༥

- ༡) སྐལ་བ་ - ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ཁྱིམ་ལས་ཟུར་དུ་ཐོན་མི་དེ་ལ་ ཐོབ་ལམ་ཡོད་པའི་ས་ཆའི་བགོ་སྐལ།
- ༢) རྩོད་བདག་ - གཞུང་ཞབས་ནས་ཆ་འདུས་ཤིག་གི་ནང་ ཁྱིམ་ས་དང་ཉེས་བྱ་བཀའ་ལྟར་སྐོས་གཞི་ལ་
བརྟན་པའི་བྱ་སྒྲིའི་རིགས་མ་བཅུས་པའི་ ཆབ་སྲིད་བདག་སྲོང་པ་བྱེད་དེ་བཞག་པའི་དཔོན་
ལག །
- ༣) རྩུང་ཁག་ - རྟེན་འོག་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བའི་ ཡུལ་གྱི་ཆབ་སྲིད་བདག་སྲོང་བྱེད་པའི་མངའ་རིས།
- ༤) ཆོག་ཐམས་ - ས་ཆ་ཞིག་བཟའ་སྲོད་བྱ་ཆོག་པར་ དབང་ཆད་ཅན་གྱི་དཔོན་ཁག་གཅིག་གི་སྲོད་པའི་ཡི་གེ།
- ༥) ཁྱིམ་ས་རྟགས་ - ཡི་གེ་གང་གི་ཁྱིམ་ས་ཁང་ནས་ཆད་ལྡན་དུ་ ཆ་འཛོག་འོས་པའི་དོན་དུ་སྒྱུར་རྒྱུའི་གཞུང་གི་
ཁྱིམ་ས་རྟགས་(རྩ་བྱི་ཤེའི་ལ་སེ་གིམ)
- ༦) འགན་རྒྱ་ - ས་གཞིའི་སྒྲོར་ཉ་བཅོང་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་ ཕྱིས་སུ་ཉོགས་མེད་ཅ་བོ་སོ་སོར་འགན་ཁག་
བཀའ་བའི་ཡི་གེ །
- ༧) དཔང་པོ་ - ལས་དང་ བྱ་བ་གང་ཡང་ངོ་མ་ཡིན་མེན་ ཕྱིས་སུ་ཁུངས་བཀའ་ཆད་དམ་ རྩུང་ཁ་བཤད་
རྒྱུའི་ཆད་དུ་བར་མི་བཅུགས་པ།
- ༨) རྒྱབ་མི་ - དོན་ཅ་གང་ཞིག་ཕྱིས་སུ་ གཡོ་བསྐྱལ་མི་འབྱུང་བའི་ཅ་བ་བརྟན་ཐབས་སུ་ ཅ་བོ་དེ་ཡི་ཁོངས་
ནས་ཡིད་ཆེས་འོས་པའི་མི་བཅུགས་པ།
- ༩) ཁྱིམ་ས་ཁང་ - གཞུང་ཞབས་ནས་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཁྱིམ་ས་ཡིག་རིམ་བཞིན་ ཐག་བཅད་ཆོག་པའི་དབང་
ཆད་ཅན་གྱི་བདེན་རྒྱུན་དབྱེ་བཤེར་བྱེད་ས་དང་ ཁྱིམ་ས་གཅོད་བྱེད་སའི་ལས་ཁུངས།
- ༡༠) ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པ་ - བཟའ་འཐུང་བྱེད་ས་གཅིག་ཁར་ཡིན་པའི་མི་ཆོན་དང་ སྐལ་བ་མ་ལེན་པར་ཁྱིམ་ལས་ཟུར་དུ་
ཐོན་ཏེ་ལོ་བརྒྱ་ཐམ་མ་ལོན་པ་དང་ ས་ཁུམ་ནང་ཁ་མོའི་མགོ་གངས་སོ་སོར་མ་སོང་བའི་
རིགས་བཅས།
- ༡༡) ཁྱིམ་པ་གཙོ་ཅན་ - ཕ་མེས་སོགས་མི་ཆང་དེ་ནང་གི་ལས་དོན་བྱེད་བཞག་དབང་ཆད་ཡོད་པའི་ མི་རིགས་ཕ་
གཞིས་ཏེ་ཡི་འགོ་འཛེན་འཐབ་མི།

ཉལ་ཁུ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) གྲ་ཆང་ - གཞུང་ངམ་ རྒྱུར་གྱི་ཡིན་རུང་སྒྲིམ་པ་ཅན་གྱི་དགེ་སྲོང་གི་སྒྲེ།
- ༢) དགོན་སྒྲེ་ - སྒྲིམ་ལྡན་གྱི་དགེ་སྲོང་དེའམ་ ཡང་ན་ ཨ་ནེ་སྒྲིམ་ཆེན་སོགས་ཆོད་དོན་ལ་བརྟན་ཏེ་སྒྲིང་པའི་
རི་ཁྲིད་དགོན་སྒྲེ།
- ༣) ལྷ་ཁང་ - རྒྱལ་བའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་ལྷ་ཁང་ཟེར།
- ༤) ཁལ་ཆབ་ - ཅ་སྒྲོངས་ཐོན་མེའི་མི་དེ་ཡི་ཆབ་ཏུ་ཁལ་ཆབ་ལ་བཅུགས་པའི་རིགས།
- ༥) ཁམ་གསར་ - ཨེ་ཀར་དང་ རིས་སེ་མེལ་གྱི་ཕྱིས་སུ་བཀོད་པའི་ས་ཁམ།
- ༦) ཁམ་རྩིང་ - མང་དོར་དང་ སོན་གངས་གྱི་ཕྱིས་སུ་བཀོད་པའི་ས་ཁམ།

ཉམ་མཁུ་གསུམ་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) **ཁྱིམ་ས་** - ཁྱིམ་རྫོང་པོའི་འོག་ཏུ་རྒྱུད་པའི་ས་དང་ ཉན་དང་སེམས་ཅན་ བཞག་ས་ལོགས་སུ་བྱེད་དེ་མིན་
པར་ཁྱིམ་དང་འགྲེལ་ཏེ་ཡོད་པའི་རིགས་ཀྱི་ཁྱིམ་ས་དང་ ཁྱིམ་རྒྱུ་རྒྱུའི་ས་ཆ་བཅས།
- ༢) **ཚོང་ས་** - ཁྱིམ་དེ་ཡི་མི་ཚན་ལ་ལྷང་ཅམ་གྱི་སྒྲོག་པ་ ལ་ལུག་ ཨེར་མ་སོགས་ཐབ་ཆང་ཉེར་མཁོའི་ཚོང་
སྒྲེས་སྒྲུམ་ར།
- ༣) **ཞིང་ས་** - རྒྱ་ཞིང་ རྒྱུ་ཞིང་ སྤངས་ཞིང་ ཕྱ་རི་ རི་ཞིང་ ཁྱིམ་ས་བཅས་ཀྱི་ བསྐྱེམས་ཀྱི་མིང་།
- ༤) **སོག་ཤིང་** - ཞིང་ལུང་གི་ཆེད་དུ་ལོ་འདབ་དང་ སོག་མ་བསགས་ཏེ་བཞག་རྒྱུའི་ཤིང་གི་སྒྲུམ་ར།
- ༥) **སྤྱལ་གྱི་སྒྲུམ་ར་** - ཁར་བ་རི་ཐེར་བའི་ཁྱིམ་ཐོག་གི་རྒྱུའི་སྒྲུམ་ར།
- ༦) **ཤིང་འབྲས་** - སྒྲུམ་ར་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཆོལ་ལུམ་ ལུན་ཆ་ མེ་ ཁམ་
སྒྲུམ་ར་ - སྒྲུམ་ར་ལ་ལ་སོགས་པ་ རྒྱ་ཆང་གཅིག་ཁར་ཡོད་པའི་སྒྲུམ་ར།
- ༧) **དདུལ་བབས་** - ཨ་ལན་ཇི་ རྒྱུ་བ་ ཨེ་པལ་ ལ་སོགས་པ་ཁག་སོ་སོར་
སྒྲུམ་ར་ - བྱེད་དེ་ དདུལ་གྱི་བབས་ཁྲུངས་ཆེད་དུ་བཅོང་རྒྱུའི་དོན་ལ་བཟོ་བའི་སྒྲུམ་ར།
- ༨) **རྒྱ་ཞིང་** - ཞིང་ནང་རྒྱས་བཀའ་སྟེ་རྒྱང་ལས་རྒྱུ་དགོས་པའི་འབྲས་ཞིང་གི་རིགས།
- ༩) **བུམ་ཐང་པའི་** འབྲས་ཞིང་མིན་རུང་ དཀར་ནས་ཀྱི་ཞིང་ས་ལ་རྒྱ་དཔག་
རྒྱ་ཞིང་ - སྟེ་གསོ་སྦྱང་བྱ་དགོས་རིགས།
- ༡༠) **སྤང་ཞིང་** - ལོ་རྩལ་བདུན་རེའི་བར་ ཐངས་རེ་ལོ་བསྐྱར་རྒྱུ་སྟེ་བཟའ་བཀྱའི་པའི་ཞིང་ས།
- ༡༡) **ཕྱི་རིའམ་རི་ཞིང་** - ལོ་དགྲུ་དང་ བཅུ་ཐམ་སྦྱང་པར་བཞག་སྟེ་ཤིང་སོགས་བརྒྱུ་ཅིང་ མེ་བཏར་སྟེ་བཟོ་དགོས་
པའི་ཞིང་ས།

ཉམ་མཁུ་བཞི་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) **ས་མཚམས་** ཞིང་ས་གཉིས་བར་གྱི་ས་མཚམས་རྩི་མཚམས་བཅུགས་ཏེ་
རྩི་མཚམས་ - ཡོད་པའམ་ ས་ཆ་གང་ཞིག་གཡས་གཡོན་རྒྱ་དང་ཐག་གིས་བཅད་དེ་ཡོད་པའི་ས་མཚམས་ཀྱི་
རིགས།
- ༢) **ས་རིན་** - ས་གསར་ལེན་སྐབས་ཐངས་ཤིག་ཡོག་པའི་ས་རིན།
- ༣) **ཁལ་རྒྱུང་** - ཁལ་པ་ཚན་རིམ་ དགྲུང་པ་རེ་ལ་ཁལ་རྒྱུང་རེ་བཅུ།
- ༤) **དགྲུང་གངས་** - ཁྱིམ་གྱི་གངས།

ཉམ་མཁུ་ལྔ་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) **གནང་བ་** - ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་བྱེད་ཆོག་པའི་དབང་ཆ་རྒྱུ་ལ།
- ༢) **ལོ་ཐོག་** - ཞིང་ས་ལས་ཐོན་པའི་ཆོགས་འབྲུ་རིགས་དང་ འབྲས་བུའི་རིགས།

- ༣) རྩེ་མིང་ - སོག་ཤིང་གི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས།
- ༤) ཉི་རུབ་ - དངུལ་གྲམ་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས།

སྤྲིལ་བྱུག་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) བཟའ་བཤུལ་ - རྒྱུ་ལྡན་རང་གིས་ཐེངས་གཅིག་ལས་ལྷག་ཆེ་བཟའ་སྤྱོད་བྱས་པའི་ས་ཆའི་རིགས།
- ༢) ཞེ་ཀར་ - ཅིས་སེམས་གཅིག་བརྒྱུད་པའི་ས་ཆ་ རྒྱང་དོར་གསུམ་གྱི་ས་ཆ་ ཞེ་རིང་རིགས་ལ་གད་ཆོག་ ཡོད་པ་ལས་ རྒྱང་དོར་བཞི་བརྒྱ་སྟེ་སྟེ་ཡོད།
- ༣) ཞིང་སྤྱང་ - ཞིང་གཟུགས་རེ་ལ་མིང་དེ་སོ་སོར་བཏགས་ཆེ་ཡོད་པའི་རིགས་ལ།
- ༤) རང་ཁྱུལ་ཆེད་འོག་-རང་ཉིད་སྤྱོད་པའི་ས་གནས་ཀྱི་ཆེད་འོག་།
- ༥) ས་གནས་ཀྱི་ཆེད་པོ་- རང་ཉིད་སྤྱོད་པའི་ས་ཁོངས་སམ་ འགྲེལ་གནད་གང་དུ་བོན་པའི་ས་གནས་དེ་ཡི་ ཆེད་པོ།
- ༦) རང་དབང་གིས་ བཅོང་བའམ་ བྱིན་པ་ བརྒྱ་སོར་གང་བྱས་རང་ལ་དབང་ཆད་ གཞིས་ - ཅི་ལ་པོར་ཡོད་པའི་ས་ཆ།

སྤྲིལ་བཏུན་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) རྒྱུ་ལྡན་ཆུ་སྐལ་ - རྒྱུ་ཀྱི་ཁྱུན་དང་འབྲེལ་ཏེ་བོབ་ལམ་བརྒྱུད་པའི་ཆུ་ཡི་ སྐལ་བ།
- ༢) རང་དབང་ཆུ་ཡུར་ - རང་ལ་ཆུ་ཡི་བོབ་ལམ་ཡོད་པའི་དབང་ཆད་ཅན་གྱི་ཆུ་ཡུར།

སྤྲིལ་བརྒྱུད་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) ལྷ་ཆུ་ཉེ་འཁོར་མ་ - རོར་སེམས་ཅན་སོགས་ལྷ་ཆུ་ཁྱིམ་ནས་འཆོ་བར་འདེད་དེ་ ལྷ་ཆུ་ཁྱིམ་འཁོར་བའི་འཆོ་སྤྱོད་ བྱེད་པའི་ལྷ་འཕྲོག་ལ།
- ༢) རྒྱུ་ལྡན་ཆུ་ - ལྷ་འཕྲོག་ནང་ཞག་ཤས་འཆོ་སྤྱོད་ལང་པའི་རོར་བཞག་སའི་ས་ཆ་ལག་སོ་སོའི་མིང་།
- ༣) ལྷ་རིན་ - ལྷ་འཕྲོག་གཞན་ལ་བཟའ་བཅུག་ཆེ་ དེ་ལ་རིན་དང་ རྒྱ་འབྲུས་སུ་ལེན་པའི་རིགས།
- ༤) ཁེ་བསྐྱུར་ - དངུལ་གྱི་འབབ་ཁུངས་བཅོ་ལྷུད་དངོས་པོ་བཅོ་སྤྱོད་བྱེད་པ།
- ༥) འཕྲོག་པ་ - ས་གཞིས་མེད་པར་ ཁ་མཐོ་སར་རོར་སེམས་ཅན་ལ་བརྟན་ཏེ་སྤྱོད་མའི་རིགས།
- ༦) ལྷ་འཁོར་ - མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་ཉེ་ཆོན་དུ་གཏོགས་པའི་རིགས།

སྤྲིལ་དགུ་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) གཏུའ་མ་ - དངོས་པོ་ཞིག་བསྐྱེ་བའམ་ རྒྱ་གཡར་ལེན་སྐབས་ དངོས་པོའི་ཚབ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་བཙུགས་
ཏེ་བཞག་པའི་བདོག་གཏད།

སྤྲིའུ་བརྩུ་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) རྩུ་སྤྲུངས་ - རྩུ་ཡི་ཁྲུལ་དང་ སྤྲུངས་ཀྱི་གཡོག།
 ༢) དམང་གི་ཤོ་ - དམང་སྤྱིར་བཏང་ལ་གང་ཕོག་དང་བསྐྱུན་པའི་ཤོར་ཁྱོར་དང་སྒྲིགས་གཡོག་གི་རིགས།
 ༣) འདམ་ཞིང་ - ཨ་རིང་ནང་ལས་རྩུ་ཐོན་ཏེ་སྐམ་མ་ཐུབ་པའི་རིགས།
 ༤) ཕོ་རྩུང་མོ་རྩུང་ - བྱིས་གཅིག་ནང་མག་པ་དང་ གནས་མོ་ཙམ་མ་གཏོགས་མེད་པའི་རིགས།
 ༥) དགྲང་ཡུར་ - འདམ་ཞིང་གི་རྩུ་བཙག་ཆེད་ཟང་བའི་དགྲང་ཡུར།
 ༦) མང་འབྲུས་ - མང་གཡོག་བཀོལ་བའི་མང་འབྲུས་དང་ མང་ལ་བྱིན་རྩུའི་
 མང་ཆག་ - ཆག།
 ༧) རྩོ་འབྲུས་ - འབྲས་ལས་ཀྱི་སྐབས་སུ་རྩོ་གོང་བཟའ་རྩུའི་རྩོ་དང་ བྱེད་
 འཛར་འབྲུས་ - ཡོལ་བཟའ་རྩུའི་འཛར་བའི་འབྲུས་ལ།
 ༨) འགྲམ་ཆག་ - ཁྱོར་རྒྱ།
 ༩) རི་གཞིག་ས་ - རེད་འཕྱར་བའི་གདན་ རེ་ལྷེ་སྒོང་པར་མི་བཞག་རྩུའི་བཤུལ་བཞག།

སྤྲིའུ་བརྩུ་གཅིག་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) རྩོ་ནོར་ - རིར་གནས་མིན་པའི་རྩོ་ནོར་སེམས་ཅན་ རྩོ་ཁར་གསོ་སྦྱང་
 སེམས་ཅན་ - བྱེད་པའི་མི་དང་འདྲེས་པའི་སེམས་ཅན།
 ༢) ལག་ཉེས་ - རང་གི་ལག་པས་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་བྱ་བ་ཆེད་དུ་བྱས་པའི་
 བཀལ་བ་ - ཉེས་སྦྱོན་བཀལ་བ།

སྤྲིའུ་བརྩུ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ༡) གད་ཆོག་ - ཨ་རིང་སོགས་ཀྱི་གད་ཆོག།
 ༢) ཤེད་བཏག་རྩུ་ - མང་ཚོས་རན་སྐབས་ཉམས་ཤུགས་ཀྱི་ཤེད་བཏག་རྩུའི་ཆེད་ལུང་བསག་རྩུ་དང་འགྲེལ་ཏེ་གསོ་
 སྦྱང་བྱེད་པ།
 ༣) ལོ་ན་མ་སྒྲིན་པ་ - བྱ་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་དང་ མོ་ལོ་བརྩུ་རྩུག་མ་སོང་བའི་རིགས།
 ༤) གསོ་སྒྲིན་རིན་ - ནད་པ་གསོ་རྩུའི་སྒྲིན་རིན་དང་ རྩུང་འཛོའི་ཡོན་ ནད་པའི་བཟའ་བཏུང་བཙས།

སྤྲིའུ་བརྩུ་གསུམ་པའི་འགྲེལ་བཤད།

- ၁) **မာဂဗိဇာနည်** - မာဂဗိဇာနည်သည် နတ်တို့၏ အမည်တော် ဖြစ်သည်။
- ၂) **မာဂဗိဇာနည်** - နတ်တို့၏ အမည်တော် ဖြစ်သည်။
- ၃) **မာဂဗိဇာနည်** - နတ်တို့၏ အမည်တော် ဖြစ်သည်။
- ၄) **မာဂဗိဇာနည်** - နတ်တို့၏ အမည်တော် ဖြစ်သည်။
- ၅) **မာဂဗိဇာနည်** - နတ်တို့၏ အမည်တော် ဖြစ်သည်။
- ၆) **မာဂဗိဇာနည်** - နတ်တို့၏ အမည်တော် ဖြစ်သည်။