

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུང་ལྗོངས་ལྟུང་ཚོགས་ཀྱི་
འབྲུག་གི་གཞུང་ལྗོངས་ལྟུང་ཚོགས་ཀྱི་

༢༠༡༥

དབུ་བ་ : རྫོང་ཁག་

དྲི་ཤོག་ ༣ པ་ : རྒྱུ་ལུག་ལྟུང་ཚོགས་ཀྱི་

སྤྱི་ཚེས་ : ༡༡/༡༠/༡༥

ཚོས་རྒྱུགས་ཀྱི་དུས་ལུག་ : ༣.༠༠

སྐྱུགས་བསྐྱེམས་ : ༡༠༠

དྲི་ཤོག་ལྟུག་མིའི་དུས་ལུག་ : ལྷན་མ་ ༡༥

སྤྱི་བཏང་བཀོད་རྒྱུ།

- ༡- ལན་ཤོག་འདི་ནང་ རྒྱུ་ལུག་ལྟུང་ཚོགས་ཀྱི་མ་གཏོགས་ མིང་གི་མི་ཚོགས་ དེ་འབབ་ལྡང་ལས་ རོ་རྒྱལ་ལྟུང་ཚོགས་ཀྱི་ ལན་ཤོག་ནང་ལུ་ གསལ་ཏོག་ཏོ་
སྤེལ་འཛུལ་བར་བྱེད།
- ༢- དྲི་བའི་ལན་གྱི་ འགོ་མ་བཅུ་གསུམ་པའི་ཉེ་མ་ ལྷན་མ་ ༡༥ འི་རིང་ལུ་ དྲི་ཤོག་འདི་ནང་ བྱིན་ཡོད་པའི་བཀོད་རྒྱུ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྲོད་ལྟུག་སྤྲོད་ དྲི་
ཤོག་གི་ཤོག་གྲངས་ ཚང་མ་ཚང་བཟུ་དགོ་པ་དང་ དོགས་པ་ཚུ་བསལ་དགོ། དུས་ལུག་འདི་གི་རིང་ལུ་ ལན་གྱི་མི་ཚུ་ ག་ཞི་ཡང་འབབ་མི་ཚོགས་
- ༣- དྲི་ཤོག་འདི་ནང་ དྲི་བ་ཡོངས་བསྐྱེམས་ལག་ལུ་ ཡོད། དེ་ཡང་། ༡. སྤྱོད་འཇུག་ ༢. བཤེས་སྤྱིངས། ༣. ལྷན་དག ༤. དབུ་མ་འཇུག་པ་དང་མངོན་
པ་མཛོད། ༥. ཚོས་འབྲུང་ ཚུ་ཤེས་ཚད་བཟུག་དབུ་མ་ལྟུང་ཚོགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཨོན།
- ༤- དྲི་བ་ཚུ་ འབྲུ་བཤུས་རྒྱུ་ལུ་སྤོང་པར་ དྲི་བའི་ཨང་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ ལན་ཚུ་ ཉིང་སངས་སྤེལ་བྱེད་གོ།
- ༥- དྲི་བ་གི་ལན་ཚུ་ ལན་ཤོག་ནང་མ་གཏོགས་ དྲི་ཤོག་ནང་གི་མི་ཚོགས་
- ༦- དྲི་བའི་ལན་ཚུ་གར་ ལན་ཤོག་ནང་ དྲི་བའི་ཨང་ཚུ་ མ་འཛུལ་བར་བཀོད་དེ་བྱིད་གོ། དེ་མེན་པར་ དྲི་བའི་ཨང་ཚུ་ འཛུལ་ཏེ་བྱི་ནི་དང་ ཡང་ན་
ག་ཞི་ཡང་བྱིས་ཏེ་མེད་པ་ཅིན་ དབུ་མི་མི་འབབ་ནི་དང་ ལྷན་མ་ཚུ་བྱིན་ནི་མེད།
- ༧- དྲི་བའི་ལན་ཚུ་ ཚོས་སྐད་དང་རྫོང་ཁག་ ག་ཅིའི་ནང་བྱིས་རུང་མ་བཏུབ་པ་མེད།
- ༨- དྲི་ཤོག་དང་ ལན་ཤོག་ཚུ་ ག་ཅིག་ཡང་ལྡུལ་མི་ཚོགས་མ་ཚད་ ལན་ཤོག་བྱིན་ཡོད་མི་དེ་ལས་ ཤོག་ཀྱའི་རིགས་ གཞན་ག་ཞི་ཡང་ ལག་ལེན་འབབ་
མི་ཚོགས་
- ༩- ཚོས་རྒྱུགས་ལང་མིག་ནང་ལས་ འཕྲོ་མ་འཕྲོ་བའི་ཉེ་མ་ རྒྱུད་ཀྱི་ལན་ཤོག་འདི་ ཚོས་རྒྱུགས་ལྟུང་ཚོགས་ཀྱི་ ཕྱི་སྤྱོད་འབབ་དགོ།

འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཇི་བ་ ཀ་ལ་ གཉིས་ཡོད་ས་ལས་ ག་ཤེས་མི་ གཅིག་གི་ལན་བྱིད་གོ་པ་ཡིན།

ཀ། སྤྱོད་འཇུག་གི་ལེའུ་བརྩུ་པོའི་རྒྱུ་ལས་མེ་རེ་བཞིན་དུ་བྲིས་ནས་ ལེའུ་བརྩུ་པོ་དེ་དག་གིས་ཕར་ཕྱིན་དུག་ཇི་ལྟར་བསྟན་ཚུལ་བཅས་བྲིས།

ཁ། འོག་གི་ཚུ་ཚོག་གི་འགྲེལ་བཤད་ལེགས་པར་བྲིས།

༡- སྲིད་པའི་སྤྱུག་བསྐལ་བརྒྱ་ཕྱག་གཞེས་འདོད་ཅིང། །སེམས་ཅན་མི་བདེ་བསལ་བར་འདོད་པ་དང། །

བདེ་མང་བརྒྱ་ཕྱག་སྤྱོད་པར་འདོད་པས་ཀྱང། །བྱང་ཚུབ་སེམས་ཉིད་རྟག་ཏུ་གཏང་མི་བྱ།

༢- བྱང་ཚུབ་སེམས་སྐྱེས་ལྗུར་ན་སྐྱད་ཅིག་གིས། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བསྐྱམས་པའི་ཉམ་ཐག་རྣམས། །

བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེས་ཞེས་བརྗོད་བྱ་ཞིང། །འཇིག་རྟེན་ལྷ་མིར་བཅས་པས་ཕྱག་བྱར་འགྱུར།

འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཇི་བ་ ཀ་ལ་ གཉིས་ཡོད་ས་ལས་ ག་ཤེས་མི་ གཅིག་གི་ལན་བྱིད་གོ་པ་ཡིན།

ཀ། བཤེས་སྤྱིངས་དེར་ ཇེས་བྲན་དུག་དང་ ཕར་ཕྱིན་དུག་པོ་ ཚུ་ཚོག་གིས་ཇི་ལྟར་བསྟན་ཡོད་ གསལ་པོར་ཤོད་ནས་ རྒྱུ་ལས་མ་མོར་བར་བྲིས།

ཁ། འོག་གི་ཚོགས་བཅད་དག་གི་འགྲེལ་བཤད་ལེགས་པར་བྲིས་ནས་ དེ་དུག་མ་སྤངས་ན་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཚུལ་དང་ དེ་དུག་སྤངས་ན་གསལ་པ་ཇི་ ལྟར་འཕེལ་ཚུལ་བཅས་བྲིས།

རྒྱུ་པོ་འབྱེད་དང་འདུས་ལ་ལྟ་བ་དང། །ལེ་ལོ་སྤིག་པའི་གོགས་ལ་བརྟེན་པ་དང། །

ཆང་དང་མཚན་མོ་རྒྱུ་བ་དན་སོང་བ། །ཞུགས་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་དེ་དུག་སྤང། །

འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཇི་བ་ ཀ། ཁ། ག ད། ཅ། བཅས་ལག་ལྷན་སྟེ་ཡོད་ས་ལས་ རང་གིས་ག་ཤེས་མི་གསུམ་གྱི་ལན་དེས་པར་དུ་བྲིས།

ཀ། སྤྱིར་བཏང་སྟན་ངག་གི་གོ་དོན་གསལ་པོར་བརྗོད་ནས་ རྩད་པར་བལྟ་བུའི་སྟན་ངག་དང་ མཉན་བུའི་སྟན་ངག་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་པར་གསལ་བར་རྗོད།

- ལ། བྱ་བའི་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་གོ་དོན་གསལ་ལོར་བཀོད་དེ་ རང་ཉིད་གཡོག་འཚོལ་བའི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་ཉིད་ བྱ་བའི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་དང་སྐྱེ་བ་
ནས་ དཔེར་བརྗོད་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་བྲིས།
- ག། ཕ་བ་ལས། རྩོད་ཀྱི་གདོང་བཞིན་རྒྱ་སྐྱེས་ཏེ། རྒྱ་སྐྱེས་བཞིན་དུ་ལྷོད་ཀྱི་ཞལ། །ཞེས་པ་ཕན་ཚུན་ལྷན་འཕགས་ནི། །བརྗོད་པར་བྱེད་འདི་ཕན་ཚུན་དཔེ།
ཞེས་པའི་རྩ་ཚིག་གི་གོ་དོན་སེམས་ཁར་ངེས་ནས་ ཕན་ཚུན་ཀྱི་དཔེའི་སྐོ་ནས་ རང་གིས་དགའ་བའི་ལྷ་སྲོགས་ལ་ ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟོད་པ་
ཞེས་ཤིང་།
- ང། མྱོས་པའི་མཁུར་ཚོས་རབ་དམར་ཞིང་། །སྤྲིན་མའི་འཕྲི་ཤིང་གར་བྱེད་པ། །འཕྲོད་གདོང་ལྷ་བ་ཡིད་སྐྱབས་ཀྱིས། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་གཞོམ་པར་
ལུས། །ཞེས་པའི་དཔེར་བརྗོད་འདི་ གང་གི་དཔེར་བརྗོད་ཡིན་པ་ངོས་བཟུང་ནས་ ཚིགས་བཅད་དེའི་འགྲེལ་པ་གསལ་ལོར་བྲིས།
- ཅ། དོན་ནི་འགའ་ཡང་ཚིགས་མ་བྱས། །རིག་པ་འགའ་ཡང་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། །དཀའ་བྱུང་འགའ་ཡང་མ་བསགས་པར། །ཞུ་ཚོད་མཐའ་དག་སོང་བར་
ལྷུར། །ཅེས་པའི་ཚིགས་བཅད་འདི་ གང་གི་རྒྱན་ཡིན་པར་ངོས་བཟུང་ནས་ དེ་ཡིས་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་གང་བསྟན་དང་ རྒྱན་དེའི་དཔེར་བརྗོད་རྒྱུ་བས་
ཤིག་

རྩི་བ་བཞི་པ། ། དབུ་མ་འཇུག་པ་དང་མངོན་པ་མཛོད། སྐྱགས་ ༤༥

འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་རྩི་བ་ ཀ། ལ། ག ང། ཅ། བཅས་ལག་ལུ་སྤྲེལ་ཡོད་ས་ལས་ རང་གིས་ག་ཤེས་མི་གསུམ་ཀྱི་ལན་ངེས་པར་དུ་བྲིས།

དབུ་མ་འཇུག་པ།

- ཀ། དབུ་མ་འཇུག་པའི་སེམས་བསྐྱེད་བཟུ། ཕར་ཕྱིན་བཟུ། ས་བཟུ་པོ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་དུ་མ་ཞོར་བར་བྲིས་ནས་ ཉོན་སྲིབ་དང་ཤེས་སྲིབ་དགུའི་གཉེན་
པོ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་བཅས་ཤོད།
- ལ། དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་དང་། དབུ་མ་ཐལ་འཇུར་བ་གཉིས་ཀྱིས་གཏན་ཚིགས་བཀོད་ཚུལ་གྱི་ལྷན་པར་དང་ བདེན་པ་གཉིས་འཛོག་ཚུལ་རྣམས་མཛོ་
ཚམ་བརྗོད་ནས་ དབུ་མ་འཇུག་པ་འདི་ཉིད་ཐལ་རང་གང་གི་གཞུང་ཡིན། རྣམ་གངས་པའི་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་ རྣམ་གངས་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་
བདེན་པ་གཉིས་ལས་གང་རྩལ་དུ་བཏོན། ཇི་ལྟར་རྩལ་དུ་བཏོན་ཚུལ་རྣམས་རང་སྤོས་གང་སྤོས་ཤིང་།
- ག། སྟོང་ཉིད་བཟུ་དུག་གི་རྟེན་གངས་ཤངས་ནས་སྟོང་ཉིད་བཟུ་བཞི་དང་། སྟོང་ཉིད་བཙོ་བརྒྱད། སྟོང་ཉིད་ཉི་ཤུ་ལ་སོགས་པ་དབྱེ་ཚུལ་གཞན་ཡོད་ན་ཡོད་
ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

མངོན་པ་མཛོད།

ང། སྤང་པོའི་ངོ་བོ། དབྱེ་བ། སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་བཅས་ཞོག།

ཅ། དབང་པོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཉིས་ཀྱི་ཀྱང་གྲངས་དྲངས་ནས་ དབང་པོ་དེ་དག་གིས་ཡུལ་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ་མདོ་ཙམ་རེ་བྲིས།

ཇི་བ་ལྷ་པ། ། ཚོས་འབྱུང། སྐྱགས་ ༡༥།

འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཇི་བ་ ཀ་ལ་ གཉིས་ཡོད་ས་ལས་ ག་ཤེས་མི་ གཅིག་གི་ལན་བྲི་དགོ་པ་ཡིན།

ཀ། ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཉིད་ ཇི་ལྟར་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་ཆགས་རབས་ཀྱི་བསྟོད་བསྐྱེད་འདི་ ཚོག་བཅད་ལྷུག་སྐྱེལ་མ་གང་གིས་བསྟོད་ཀྱང་ ཚོག་གྲངས་༡༠༠ ལས་མི་ཉུང་བའི་ཐོག་ཏུ་བྲི་དགོ།

ཁ། སྐན་ལྗོངས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ མཐུ་ཆེན་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་གསང་སྤྲུགས་ཟབ་དོན་པོ་བྲང་འདི་ཉིད་ ཐུགས་དགོངས་ཇི་ལྟར་ དགོངས་ནས་བཞེངས་ཡོད་ཚུལ་དང་ ལོ་ངོ་ཇི་ཙམ་གྱི་རིང་འགོར་ཡོད་ཚུལ་བཅས་ དགྲུང་ལོ་དང་སྐྱུར་ནས་ མ་ཚོར་བར་ལ་གསལ་ཞིག་བྲིས།

བཀྲ་ཤིས་པར་ཤོག་ཅིག