

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོའི་འབྲུག་གི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས།
ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ : རྫོང་ལ།

དི་ཤོག་ ༣ པ་	:	བང་པའི་ཤེས་ཡོན།			
སྤྱི་ཚེས་	:	༠༧/༡༠/༢༠༡༥	ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་དུས་ཡུན་	:	༣.༠༠
སྒྲིག་སྐྱོམས་	:	༡༠༠	དི་ཤོག་ལྷན་ཁིའི་དུས་ཡུན་	:	སྐར་མ་ ༡༥

སྤྱིར་བཏང་བཀོད་རྒྱ།

- ༡- དི་བའི་ལན་ བྱི་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་ཉེ་མ་ སྐར་མ་ ༡༥ འི་རིང་ལུ་ དི་ཤོག་འདི་ནང་ཡོད་པའི་བཀོད་རྒྱ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ ལྷག་སྟེ་ དི་ཤོག་གི་ཤོག་གངས་ ཚང་མ་ཚང་བལྟ་དགོས་དང་ དོགས་པ་ཚུ་བསལ་དགོ། དུས་ཡུན་འདི་གི་རིང་ལུ་ ལན་བྱི་ལྷན་ ག་ཞི་ཡང་འབད་མི་ཚོགས།
- ༢- ལན་ཤོག་འདི་ནང་ རྒྱུད་རའི་རོ་རྟགས་ཨང་མ་གཏོགས་མིང་བྲི་མི་ཚོགས། དེ་འབད་མ་ལས་ རོ་རྟགས་ཨང་འདི་ ལན་ཤོག་ བཟུལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་མ་འཛོལ་བར་བྲིས།
- ༣- དི་ཤོག་འདི་ནང་ དི་བ་ཡོངས་བསྟོམས་ལག་ལུ་ ཡོད། དེ་ཡང་ དི་བ་དང་པ་ རྒྱོད་འཇུག། དི་བ་གཉིས་པ་ བཤེས་སྤྱིངས། དི་བ་གསུམ་པ་ སྒྲན་དག། དི་བ་བཞི་པ་ དབུ་མ་འཇུག་པ་དང་མངོན་པ་མཛོད། དི་བ་ལྔ་པ་ ཚོས་འབྲུང་ ཚུ་ཤེས་ཚད་ བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ཡིན།
- ༤- དི་བ་ཚུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་སྤོད་པར་ དི་བའི་ཨང་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ ལན་ཚུ་ཉིང་སངས་ས་སྟེ་བྲིས།
- ༥- དི་བ་གི་ལན་ཚུ་ ལན་ཤོག་ནང་མ་གཏོགས་ དི་ཤོག་ནང་བྲི་མི་ཚོགས།
- ༦- དི་བའི་ལན་ག་ར་ ལན་ཤོག་ནང་ དི་བའི་ཨང་ཚུ་ མ་འཛོལ་བར་བཀོད་དེ་བྲི་དགོ། དེ་མེན་པར་ དི་བའི་ཨང་ཚུ་ འཛོལ་ཏེ་ བྲི་ནི་དང་ ཡང་ན་ ག་ཞི་ཡང་བྲིས་ཏེ་མེད་པ་ཅིན་ དབྱེ་ཞིབ་མི་འབད་ནི་དང་ སྒྲིག་སྐྱོམས་ཚུ་བྱིན་ནི་མེད།
- ༧- དི་བའི་ལན་ཚུ་ ཚོས་སྐད་དང་རྫོང་ལ་ནང་ ག་ཅིའི་ནང་བྲིས་རུང་མ་བཏུབ་མེད།
- ༨- དི་ཤོག་དང་ ལན་ཤོག་ཚུ་ ག་ཅིག་ཡང་རྒྱལ་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་རྒྱགས་ལང་མིག་ནང་ལས་ འཕྲོ་མ་འཕྱོ་བའི་ཉེ་མ་ རྒྱུད་རའི་ལན་ཤོག་འདི་ ཚོས་རྒྱགས་ལྟ་རྟོག་པ་ལུ་ ཕྱིས་སྤོད་ འབད་དགོ།

དྲི་བ་དང་པ།

སྦྱོད་འཇུག

སྐྱགས་ ༡༠།

འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་དྲི་བ་ ཀ་ དང་ ཁ་ སྟེ་གཉིས་ཡོད་མི་ལས་ གཅིག་གི་ལན་ངེས་པར་དུ་བྲི་དགོས་ཡིན།

ཀ། ཚ་ཚིག་གི་གོ་དོན་ལྟར་ བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་ཉིད་རང་རྒྱུད་དུ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཕན་པ་གསུམ་སྟེ་གསུངས་ཡོད་པ་
བཞིན་དུ་ རང་གིས་ཚིག་གི་འགྲེལ་བཤད་གསལ་པོར་རྒྱབ་སྐྱོར་གིག།

སྲིད་པའི་སྐྱག་བསྐྱེད་བརྒྱ་ཕྱག་གཞེས་འདོད་ཅིང་། །སེམས་ཅན་མི་བདེ་བསལ་བར་འདོད་པ་དང་། །

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

ཁ། འོག་གི་ཚ་ཚིག་གི་གོ་དོན་འདི་ཉིད་མཚོན་པའི་ཕན་ཡོན་དང་སྐྱར་ནས་རང་སློབ་གང་ཤེས་གསལ་བར་འགྲེལ།

བྱབ་དབང་མཚོན་གནས་མཚོག་ལ་ཡིད་འོང་བའི། །མེ་ཏོག་མཚན་ར་དང་པར་དང་། །

ལྷན་ལ་ལ་སོགས་དྲི་ཞེས་ཐམས་ཅད་དང་། །ཕྲེང་བ་སྟེལ་ལེགས་ཡིད་འོང་རྣམས་ཀྱིས་མཚོན།།

དྲི་བ་གཉིས་པ།

བཤེས་སྦྱངས།

སྐྱགས་ ༡༠།

འོག་གི་དྲི་བ་ ཀ་ དང་ ཁ་ སྟེ་གཉིས་ཡོད་ས་ལས་ གཅིག་འཇུག་སྟེ་བྲིས།

ཀ། བཤེས་པའི་སྦྱངས་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ཆ་རོགས་ག་གིས་ག་ལུ་བཏང་བཏང་མ་ཡིན་ན་དང་། གནད་དོན་ག་ཅི་གི་དོན་
ལུ་བཏང་བཏང་མ་ཡིན་ན་རྒྱུ་མཚན་ཁ་གསལ་འོད་ཅིག།

ཁ། ཚ་ཚིག་གི་གོ་དོན་ལྟར་མི་ལ་རིགས་བཞི་ཡོད་པ་དང་སྐྱར་ནས་ འགྲེལ་པ་གསལ་པོར་བྲིས།

མི་ནི་ཨ་སྐྱའི་འབྲས་བཞིན་མ་སྦྱིན་ལ། །སྦྱིན་པ་དང་འབྲས་སྦྱིན་ལ་མ་སྦྱིན་འབྲ། །

མ་སྦྱིན་མ་སྦྱིན་པར་སྦྱང་སྦྱིན་ལ་ནི། །སྦྱིན་པར་སྦྱང་ཞེས་བཀྱི་བ་འབྲར་རྟོགས་མཚོན།།

དེ་བ་གསུམ་པ།

སྐྱེན་ངག་ལེའུ་བར་པ།

སྐྱེགས་

༣༠།

འོག་གི་དྲི་བ་ ཀ་ ཁ་ ག་ ང་ ཅ་ དང་བཅས་ལྟ་ཡོད་ས་ལས་ གང་རུང་གསུམ་གྱི་ལན་བྲིས།

ཀ། དོན་རྒྱན་སོ་ལྟ་པོའི་རྒྱང་ས་རེ་རེ་བཞིན་དུ་མ་ལོར་བར་ཤོད།

ཁ། འོག་གི་རྩ་ཚིག་འདི་ རྒྱན་གང་ཡིན་པར་ངོས་བཟུང་ནས་རང་རང་སོ་སོའི་བརྩེ་གྲོགས་ལ་ཁྱད་ཚོས་གསུམ་དང་སྐྱེར་
བའི་དཔེར་བཅོལ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་རྩེས།

དགའ་མ་ཡི་ནི་རེག་པ་འདིས། །ལུས་ལ་སྤྱོད་རྒྱས་པ་དང་། །

ཡིད་ནི་བདེ་བར་བྱེད་པ་དང་། །མིག་དག་བྱུང་པར་བྱེད་ཅིང་འཇུག།

ག། འོག་གི་རྩ་ཚིག་འདི་ཉིད་ སུལ་བྱུང་གི་རྒྱན་ཡིན་ན་ སུལ་བྱུང་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གསལ་པོར་བཀོད་ནས་ རང་
རྩེས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟོད།

རྩ་བ་ལས། རྩེད་གྱི་ཞལ་ནི་རྩེད་ཉིད་ལ། །མཐོང་གི་སྐྱོ་བ་མཁའ་ལ་མཐོང་། །

འདི་ཉིད་ཁོ་ན་ཐ་དད་དེ། །གཞན་མེད་ཅེས་འདི་སུལ་བྱུང་དཔེ།

ང། འོག་གི་རྩ་ཚིག་ལས།

གསལ་བྱེད་གྱི་ནི་གནས་ཉིད་དུ། །དོན་བསྟོར་དང་ཚིག་བསྟོར་དང་། །

གཉིས་ཀ་བསྟོར་བ་ཞེས་པ་ཡི། །རྒྱན་གསུམ་པོ་དག་འདོད་དེ་དཔེར།

ཞེས་པ་ལྟར་དོན་བསྟོར་བ་དང་ཚིག་བསྟོར་བ། ཚིག་དོན་གཉིས་ཀ་བསྟོར་བ་གསུམ་པོའི་ཁྱད་རྩེ་རྩེ་ལེགས་
པར་འགྲེལ་ནས་བསྟོར་བའི་རྒྱན་གྱི་མིང་གཞན་ཡོད་དམ་ཡོད་ན་ཁོད།

ཅ། འགོག་པའི་རྒྱན་གྱི་ཁྱད་རྩེ་ལེགས་པར་བཀོད་ནས་འོག་གི་རྩ་བའི་ཚིག་འགྲེལ་གསལ་བར་རྒྱུ་བས་ཤིག་གྲ།

རྩ་བ་ལས། ལུས་ལྟ་བུའི་ཡིད་ལག་རྣམས། །འཇམ་པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་རྟུན། །

གལ་ཉེ་བདེན་པར་འཇམ་པ་ན། །སྤོ་བུར་དུ་བདག་ཅི་ལ་གདུང་།

དི་བ་བཞི་པ།

དབུ་མ་འཇུག་པ་དང་མངོན་པ་མཛོད།

སྐྱགས་ ༥༦།

དབུ་མ་འཇུག་པའི་དི་བ་ ཀ་ ལ་ དང་ མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་དི་བ་ ཀ་ ང་ ཅ་ དང་བཅས་ལྷ་ཡོད་ས་ལས་ ཀང་རུང་
གསུམ་གྱི་ལན་གྲིས།

ཀ། སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་གི་རྒྱ་ཁྲིམས་མ་ཞོར་བར་ཁོད།

ལ། དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་འདི་ཉིད་རྩོམ་པ་པོའི་མཚན་བཛོད་ནས་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ཟེར་དགོ་པའི་ཁྲུངས་དོན་གསལ་པོར་
བཀོད།

ག། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉེན་གྱི་རྣམ་ཐར་མདོ་ཙམ་ཅིག་བཀོད་ནས་ཁོང་ཉིད་འཇོམ་གྱིང་མཛེས་པའི་རྒྱན་ཡིན་
ཚུལ་གྱི་ཁྲུངས་ཚོད།

ང། ལམས་བཙེ་བརྒྱད་ཀྱི་རྒྱ་ཁྲིམས་བཀོད་ནས་ལམས་བཙེ་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་གིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཇི་ལྟར་བསྐྱུ་ཚུལ་
བཅས་མདོ་ཙམ་ཞིག་ཚོད་ཅིག

ཅ། མངོན་པ་མཛོད་ལ་གནས་ཇི་ཙམ་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ། གནས་དེ་དག་གི་རྒྱ་ཁྲིམས་མ་ཞོར་བར་ལེགས་པར་ཁོད་ཅིག

དི་བ་ལྔ་པ།

ཚོས་འབྱུང་།

སྐྱགས་ ༡༤།

འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་ཚོས་འབྱུང་གི་དི་བ་ ཀ་ དང་ ལ་ སྟེ་གཉིས་ཡོད་ས་ལས་གཅིག་གི་ལན་འཁོད་དགོས་པ་བཅས་
སོ།།

ཀ། གདན་ས་ལྟེ་བ་སྤངས་ཐང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་འདི་ཉིད་བཞེངས་མའི་བཟོ་བོ་ག་ཡིན་ན། དཔེ་ག་ཅི་ལུ་བལྟ་སྟེ་
བཞེངས་བཞེངས་མ་ཡིན་ན། ཚོད་གི་འགྲུམ་ནམ་ལས་འགོ་བཙུགས་པའི་ཚོས་གྲངས་བཅས་ཁོད།

ལ། སྤྲ་ལྟོ་ཚོད་འདི་དུས་རབས་ནམ་བཞེངས་མ་ཡིན་ནའི་སྤྱི་ལོ་བཀོད་ནས་ ཚོད་གི་ས་གཞི་འདི་ གཞི་བདག་ག་གིས་
ཕུལ་མ་ཡིན་ན་དེའི་ལོ་རྒྱུས་བསྐྱུས་ཙམ་ཅིག་ཁོད།

བཟང་ཞུས་བདེ་ལེགས།