

ལང་ཁའི་སྒོ་བ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ།    ༢༠༢༡

ସ୍ଥାପନ: ୨୦୦୧

སྒྲུབ་ཆོས་ལ། ལྷག་པོ་ ༣༥)

- མགོད་ཀྱི།** འོག་གི་དྲི་བ་ག་ར་གི་ལན་ཆང་མ་འབད་འབྲི་དགོ།
- དྲི་བ་དུག་པ།** བྱ་ཚིག་དང་ བྱ་ཚིག་ ཚིག་གོ་གས་ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅིག་བཟུམ་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་མོ་? གོ་དོན་ཐོས། (༥)
- དྲི་བ་བདུན་པ།** བྱེད་ཐུག་དང་ འབྲེལ་སྒྲིལ་གྱིས་གྱི་བྱུང་པ་ར་ཕྱོ་ཏེ་གོ་དོན་ཐོས། (༣)
- དྲི་བ་བརྒྱད་པ།** ང་བཅས་འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཡོང་ཁུ་འདི་ཉམས་སོང་པ་ཅིན་ གཞོན་པ་ག་ཅི་རང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་  
བསམ་འཆར་ཐོས། (༧)
- དྲི་བ་དྲུག་པ།** ཁྱོད་གྱིས་ཡོང་ཁུ་བརྟེན་ཕྱོད་ཡོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆུང་འདི་ རྩམ་ནི་འོག་སྐབས་ཐོབ་མི་ལས་བརྟེན་ཏེ་  
ཁྱོད་ལུ་ཡོན་ཏན་དང་ ཉམས་སྤྱོད་གསར་པ་ག་ཅི་རང་ཐོབ་ཅིག་བཤད་པ་རྒྱབ། (༡༠)
- དྲི་བ་བཅུ་པ།** བརྟེན་ཕྱོད་ཡོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆུང་འདི་ དོན་ཆུང་ཁག་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་འདི་ནང་ལས་ ཁྱོད་འདི་མེས་ཁུ་ལས་བཟས་ཤོས་ཅིག་  
ག་ཅི་ཟེར་མི་འདི་ཡིན་ན་བཤད་པ་རྒྱབ། (༡༠)

སྒྲུབ་ཆོས་ལ། ལྷག་པོ་ ༡༥)

- མགོད་ཀྱི།** འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་འབྲི།
- དྲི་བ་བཅུ་གཅིག་པ།** གསལ་བྱེད་ལུ་མ་ཅུ་ནང་ལས་ མིང་ག་ཞིག་འདི་ རྒྱབས་སྐབས་ བ་ སྒྲེ་ལྷག་དགོ་པ་ད་ རྒྱབས་སྐབས་ མ་  
སྒྲེ་ལྷག་དགོ་པ་ཁག་གྱིས་ཡོད་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་ན་ཁུངས་བཀལ་ཏེ་ཐོས། (༧)
- དྲི་བ་བཅུ་གཉིས་པ།** སྤྱོད་ཐོབ་ རྩམ་མོ་ དཔྱེ་གྱུར་ཆུ་ ག་ཅི་གོ་དོན་ལུ་ ག་དེ་འབད་ལག་ལུ་ཉམས་སྤྱོད་འོང་ག་ འོ་འོ་བཞིན་གྱི་  
བཤད་པ་མདོར་བསྟུན་འོ་ཐོས། (༤)

ཕྱི་མཇུག་པོ་ལྟར་གྱི་སྒྲུབ་པ་ ༣༠)

རྩི་པ་མཐུ་གསུམ་པ།      ཡིག་རྒྱགས་འདི་ཡུག་ཞེས་པས་      འོག་གི་རྩི་པ་རྩི་གི་པར་བྲིས།

ལྷ་ལོ་ ༢༠༢༡ གི་ལོ་འདི་ནང་། གཞུང་གྲུ་ཚད་གིས་ཚོས་བཤད་ལུས་འཛིན་ཅིག་ འགོ་འདྲེ་འཐབ་ཅི། འདི་ནང་ལུ་ གྲ་གཞིན་མོ་མོ་མང་  
 འབས་འཛམས་པའི་སྒྲིག་ལུ་ དེའི་ཆ་རོགས་དབང་རྒྱལ་དང་པ་ལང་། ཚོས་བཤད་ལུས་འཛིན་དང་བཅའ་མར་གཏོགས་པར་འགྱུ་ཡི། དོན་ཚན་  
 ཚུ་འཛིན་པ་བཞིན་དུ་ བཤད་གནང་པའི་བསྐྱེད་ལས་ དེའི་སེམས་ཁར་ལུ་ དཔའི་ དེའི་མི་ཚོ་འདི་ནང་དོན་དག་ཡོད་པའི་ལཱ་ཅིག་ ག་ནི་ཡང་  
 མ་འབད་བས་ཟེར་སེམས་ཁར་ལུ་ རུག་བསལ་སྒོམ་བྱུང་ཡི། དེ་གི་ནངས་པ་ དེའི་ཆ་རོགས་དབང་རྒྱལ་དང་། ང་ལ་རོ་བྱ་ག་ཚད་ལུ་གནས་  
 རྒྱུ་འགྱུ་བའི་ལམ་ཁར་གནམ་མཉེ་ས་མཉེ་ཚད་པ་ཚུ་ གནོད་ལས་རྩལ་ཚུ་ཐོན་ཏེ་ལམ་འགྱུ་བོད་པའི་སྐབས་ལུ་ སྒོ་བ་གྲ་གཞིན་ལས་ བུཚ་  
 དང་བུམོ་ལྷོ་ཚན་གཅིག་ཡང་གནས་སྒོར་ལུ་ཁོང་རུག་ ང་བཅས་ཚུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ ཏེ་མར་ངོ་མ་ཤེས་དེ་འབད་རུང་། ཡུན་མ་རིང་མ་ཅིག་  
 ལས་ཆ་རོགས་འཆམ་རྟེན་རྟེ་ཅིག་ལུ་བྱུང་ཡི། ང་བཅས་ཚུ་ཁ་སྐབ་ཅི་རང་། ལ་རོ་བྱ་ག་ཚད་ཁ་བྱག་འགྱུ་བོད་པའི་བར་ན་ རུང་མ་ཤུགས་  
 འཕུ་ གནམ་མཁའ་ལས་འབྱུག་འདི་ཏེ་ ཆར་པ་རྒྱབ་ནི་འགོ་བཙུགས་ཅི།

ང་བཅས་ཚུ་ཆ་ངེས་བརྟན་ལུ་འཆ་མས་སྡེ་ ཉུ་ཁང་ཚུ་མངུ་ཏེ་ པར་བརྟམ་ནི་འབད་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ བཟོ་བཟོ་བྱུ་ པར་བརྟམ་སྟོ་བ་  
 བརྟན་སྡེ་ཡོད་ཡི། དེ་ཅིག་གི་བར་ན་ དེ་ཅི་ཆ་རྟགས་དབང་རྒྱལ་གྱིས་ང་པར་བརྟམ་ནི་དོན་ལུ་ རྟོག་མ་ཅིག་ཡོད་མི་གྲུ་འཛེགས་པར་འབྱུང་ད་  
 ཉེ་མ་ཆར་པ་རྒྱལ་པའི་རྒྱུ་གྱིས་འབྲུལ་ཏེ་རྒྱལ་ཏེ་སྟེ་སྟེ་ག་ཆ་ང་གི་བྱུག་གྲུ་ལས་མར་བུད་མོང་ཡི།

འདི་བསྐྱེད་མཐའ་འཁོར་ལུ་མི་གཉིས་ཅིག་འཛམ་གཤིས་ཀྱི་ཡོན་ས་ཅིག་ཅུང་། མི་ལུ་རྟོག་གཅིག་ལུ་ཡང་། ཆ་རོགས་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་ལྟ་བུ་ལ་འབད་ཚུགས་  
པའི་རྒྱལ་པ་མེད་པར་། གོ་རུ་འབྲོག་བྱེད་ལ་འབྲལ་བ་ཉེ་རུ་འབྲལ་མེད་པར་། ཡ་བྲལ་མ་ཟེ་། ཟེར་སྐད་ཤོར་། མིག་རྩོད་ལུ་མིག་ཤོར་བྱུང་ཏེ་ལོན་  
ནགོ་པ་ཐལ་སོང་ཡི། དེ་གི་སྐབས་ལུ་ ཆོས་ལུང་ལུས་བཤུད་པའི་ མི་གི་ཆོ་འདི་མི་རྩག་པ་ དཔེར་ན་རྒྱུང་མ་གསེབ་བས་ཀྱི་དཀར་མེ་བཟུམ་  
ཅིག་རུང་ཡིན་ཟེར་མི་རོན་དག་སེམས་ལས་དྲན་ཏེ་ བྲལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་མཆུགས་ཏེ་ ཟེར་སྐད་ལྟགས་སྟེ་རྒྱལ་ཅིག་ གཉིད་ཆོར་ཡི།

དཔའི་དེ་གི་ཆ་རོགས་འདི་མ་གྱི་བས་ཟེ་གནམ་མེད་ས་མེད་སེམས་དག་འཕ་མ་ཚད་ རྒྱས་འདི་ལས་འགོ་བཟུང་ འཆི་བ་མི་རྟག་པ་ཡང་  
སེམས་ཁར་དྲན་ཏེ་ མི་ཆོ་གཉིད་ལམ་བཟུམ་ཡིན་མ་ཏེ་གོ་ཡི་ཟེར་ཁྱ་ནི་ཡིན།

- ༡ རྒྱང་འདི་ལྟ་མིང་བརྟགས་ཞིན་མ་ལས་ མིང་དེ་སླེ་བརྟགས་དགོ་པའི་ཁུངས་བཀལ། (ལ)
- ༢ རྒྱང་གི་བརྗོད་དོན་གཅི་པོ་ག་ཅི་ལྟོན་མ་ཡིན་ན་བཤད་པ་དོན་མཚམས་གཅིག་རྒྱུ། (ལ)
- ༣ རྒྱང་འདི་ནང་ནམ་དུ་ཉེ་དང་ཆོག་པ་ལྟ་ཆུ་ག་ཅི་རང་ཆུ་དེ་འདྲག་ག་ དཔྱེ་རེ་རེ་བྲིས། (ལ)
- ༤ མི་ཆོ་གཉིད་ལམ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་ཟེར་མི་འདི་ལྟ་ ཁྱོད་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་ག་དེ་སླེ་ཡོད་ག་བཤད་པ་དོན་མཚམས་ཅིག་བྲིས། (ལ)