ཁེངས་དང་ལྷ་ལུ་གསོལ་བའི་མཆོད་པའི་དུས་སྟོན།

DOI No: https://doi.org/10.17102/rigzoedjournal.clcs.rub.02.004

བསྡུད་དོན།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་འདི་ ཁེངས་སྐད་དང་ལྷ་གྲོང་ཟེར་བའི་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་རང་ཟླ་བཅུ་པའི་ཚེས་༡༩ ལས་ཚེས་༡༨ ཚུན་ཉིནམ་༣ གྱི་རིང་ལུ་བརྩི་སྲུང་ཞུཔ་ཨིན་མས། དུས་སྟོན་དེ་དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་སྟེ་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་གི་ མི་རིགས་བཞི་གི་ གྲོང་པ་དང་པླམ་པ་ ལས་ཁོང་རའི་མི་བརྒྱུད་ཚུ་གིས་སྤྱི་རྩུབ་ཐོག་ལས་ མཁར་དུང་དཀར་སྤྱོང་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་ དང་ལྷ་ལྷ་ཁང་ནང་ ཁོང་རའི་སྐྱེས་བཙན་དང་ གནས་བདག་མཆོད་དེ་ བརྩི་སྲུང་ཞུཔ་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་དུས་སྟོན་དེ་གི་སྐོར་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་ཆེནམོ་ཅིག་བཀོད་དེ་མེད་པའི་ཁར་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་ལམ་སྲོལ་དེ་ལུ་ སྣང་མེད་བསྐྱུར་ཏེ་སྲོ་བ་བསྐྱེད་མ་བཏུབ་པར་ ཉམས་ཉེན་ལུ་ཐུག་སྟེ་འདུག། དེ་འབདཕ་ལས་ དུས་སྟོན་དེ་གི་ འབྱུང་ཁུངས་དང་དགོས་པ་ཤེས་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ དུས་སྟོན་གྱི་བྱ་རིམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ ཉམས་མ་བཏུག་པར་བཞག་ནི་ལུ་དམིགས་ཏེ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་དང་ཁུངས་ཐུབ་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ ཁུངས་བཙན་ཐབས་ལམ་ནང་ལས་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡི། ཞིབ་འཚོལ་དེ་ནང་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས། དུས་སྟོན་གྱི་དགོས་པ། དེ་ལས་ མཆོད་པའི་ལས་སྣ་གི་བྱ་རིམ་དང་ དུས་སྟོན་དེ་ལུ་འགྱུར་བ་ཞུགས་མི་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྦེ་ར་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ གསལ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོདཔ་ཨིན། ཞིབ་འཚོལ་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མཆོད་པའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་ དགོས་པ་ཤེས་ཚུགས་ནི་དང་ མཆོད་པའི་ལས་སྣ་གི་བྱ་རིམ་ཚུ་ ནོར་མ་བཏུག་པར་བདག་འཛིན་འབད་དེ་ འགྱུར་བ་ཞུགས་ཏེ་ཡོད་པའི་སྲོལ་ཚུ་ཡང་ ཉམས་པ་སོར་ཆུད་འབད་དེ་བཞག་ཚུགས་པའི་ཁེ་ཕན་ཡོད།

གཙོ་བོ་ཚིག། དུས་སྟོན། མཆོད་པ། གྲོང་པ། རྣད་པོ་པ། དཔའ་བོ། བོན་པོ། བཀའ་གདམས་པ།

ངོ་སྤྲོད།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་འདི་ གཞལམ་སྒང་རྫོང་ཁག་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ ངང་ལྷ་ཐེད་འོག་གི་གཡུས་ཚན་ ངང་ལྷ་གྲོང་ཟེར་མི་ནང་ལུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ རང་ཟླ་བཅུ་པའི་ཚེས་༡༩ ལས་༡༨ ཚུན་ ཉིན་གྲངས་༣ གྱི་རིང་ལུ་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་བརྩི་སྲུང་ཞུ་དོ་ཡོདཔ་ཨིན། དུས་སྟོན་དེ་ ཚེས་༡༣ ལུ་འཛོམས་འདུ་འབད་ཞིནམ་ལས་ ཚེས་༡༧ ལུ་ཁ་འབྲལ་མཇུག་བསྡུ་གི་ཉིནམ་༡ འབདཔ་ད་ ཡོངས་བསྡོམས་ཞག་གྲངས་༥ གི་རིང་ བརྩི་སྲུང་འབདཔ་ཨིན་མས། “མཆོད་པའི་དུས་སྟོན” ཟེར་མི་འདི་ དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ ལྷ། ཀླུ། བཙན། བདུད་ཚུ་ལུ་ལོ་གཅིག་གི་རིང་ ཁོང་ར་ཞིང་ནང་ལཱ་འབད་དེ་ཐོབ་ཡོད་པའི་ འབྲུ་དང་འབྲས་སྣ་ཚུ་གི་ཕུད་དེ་ མཆོད་པ་ཕུལ་མི་ལུ་ མཆོད་པ་དང་། མཆོད་པ་ཕུལ་བའི་ཉིནམ་དེ་ལུ་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་ཟེར་སླབ་ཨིན་ཟེར་ (རྡོ་རྗེ་འཕྲིན་ལས། རྟ་མགྲིན་དབང་ཕྱུག། རིན་ཆེན་རྒྱལ་མཚན། ལས་སྐྱིད་དབང་འདུས། ༢༠༢༡) གིས་བཀོད་དེ་འདུག། གཡུས་གོ་དེ་ནང་ ཆོས་བཅུ་དང་གསོལ་མཆོད་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་གྲས་ལས་ མཆོད་པ་དེ་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་དང་བྱིན་རླབས་ཆེ་ཤོས་སྦྲེ་རྩིཔ་ཨིན་མས་ པོམ་རེཊ་ (Pommaret, 2015)། མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་འདི་ བཙན་དང་བདུད་མཆོད་ནི། ལོ་གཅིག་གི་རྐྱེན་ངན་བཟློག་ནི། བསོད་ནམས་གོང་དུ་འཕེལ་ནི་དང་ བསམ་པའི་དོན་གྲུབ་ཐབས་ལུ་ མཁར་དུང་དཀར་སྒྲོང་ལུ་ ཆགས་ཡོད་པའི་ སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་ལྷ་ཁང་ཟེར་ ངང་ལྷ་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ བརྩི་སྲུང་ཞུཝ་ཨིན་མས།

ཨིན་རུང་ སྟོན་ཐོན་རྒྱལ་བ་གོངམ་གིས་མཛད་བཞག་པའི་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ཡང་ དེང་སང་གི་ འགྱུར་བ་དང་འཕྲོལ་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་སྤྲོ་བ་བསྐྱེད་མ་བཏུབ་པར་ ཡལ་འགྱོ་ནིའི་དུས་ཚོད་ལུ་ལྷོད་དེ་འདུག། དེ་མ་ཚད་ ངང་ལྷ་མཆོད་པ་གི་སྐོར་ལས་ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་ ཞིབ་འཚོལ་ཆེནམོ་ཅིག་འབད་དེ་མེད་པའི་ཁར་ དུས་སྟོན་དེ་གི་ལས་རིམ་གྱི་སྐོར་ལས་ཤེས་མི་ཡང་ ཕ་རྒན་དག་པ་ཅིག་ལུ་ཐུག་སྟེ་འདུག། རབ་བརྟན་ (Rabten, 2004) གྱིས་ཡང་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་ ལོ་དང་ལས་རིམ་ཚུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་ལུ་ཉམས་མྱོང་དང་ ལག་སྦྱང་ཡོད་མི་ཚུ་ རིམ་གྱིས་ཡལ་འགྱོ་མི་དང་དུས་མཉམ་ ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་དེ་ཚུ་ལུ་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་སྤྲོ་བ་བསྐྱེད་མ་བཏུབ་པར་ ཡལ་འགྱོ་བའི་དུས་

ལུ་ཐུག་སྐེ་འདུག་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས། མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་འདི་ ཉམས་མ་འགྱོ་བའི་སྟོན་གོང་ལས་ར་ དུས་སྟོན་དེ་གི་འབྱུང་ཁུངས་དང་དགོས་པ་ དེ་བཟུམ་སྦེ་ར་ མཆོད་པའི་ལས་སྣ་གི་བྱ་རིམ་ཚུ་ལུ་ནོར་འཁྲུལ་ཞུགས་མ་བཅུག་པར་ བདག་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ཁེངས་དང་ལྷ་ལུ་གསོལ་བའི་མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་སྐོར་ལས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡི།

ཞིབ་འཚོལ་དེ་ཡང་ ཁུངས་བཙན་ཐབས་ཤེས་ནང་ལས་ ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐབས་ཤེས་ཐོག་ལུ་དུས་སྟོན་གྱི་སྐོར་ལས་རྒྱུས་ཡོད་མི་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་ནི་དང་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་ཉིད་ ལས་རིམ་ནང་ལུ་དངོས་སུ་སྦྲེ་བཅའ་མར་གཏོགས་ཏེ་ གནས་སྡུད་བསྡུ་ལེན་དང་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ཡོད་པའི་ཁར་ ཁུངས་ཐུབ་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཡང་ མཐིལ་ཕྱིན་སྦེ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡི། སྤྱིར་བཏང་རྩོམ་ཤོག་དེ་ནང་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་དགོས་པ་ མཆོད་པའི་ལས་སྣ་གི་བྱ་རིམ་ དེ་ལས་ དུས་སྟོན་དེ་གི་འགྱུར་བ་གི་སྐོར་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དང་གྲོས་བསྟུར་ཚུ་གསལ་སྟོན་འབད་དེ་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ གནད་དོན་དེ་ཚུ་གིས་ མཆོད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་སྟོན་གྱི་དགོངས་དོན་ཏ་གོ་ནི་དང་ དུས་སྟོན་གྱི་ཁུངས་དང་དགོས་པ་ དེ་བཟུམ་སྦེ་ར་ དུས་སྟོན་གྱི་རིམ་པ་ཚུ་བདག་འཛིན་འབད་དེ་ ལམ་སྲོལ་བདག་འཛིན་ནི་ལུ་ ཕན་འདེབས་འབད་ཚུགས།

རྩོམ་རིག་བསྐྱར་ཞིབ།

ཞིབ་འཚོལ་རྩོམ་བྲིས་འདི་ནང་ གཞལམ་སྣང་རྫོང་ཁག་ ཁེངས་སྨད་དང་ལྷ་ཀྲོང་གི་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་ཟེར་མི་ཅིག་ ལོ་ལྟར་བཞིན་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྲོལ་ཡོད་མི་འདི་ མི་རབས་ལས་མི་རབས་བརྒྱུད་དེ་འོང་མི་ལམ་སྲོལ་རྙིང་ཤོས་ཅིག་ཨིནམ་ལས་ དོན་ཚན་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་རྩོམ་རིག་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོདཔ་ཨིན།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་རིམ་པ་ཉམས་འགྱོ་ད་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས།

རང་སོའི་གཡུས་གོ་ཚུ་ནང་ ལྷ་མཆོད་གླུ་མཆོད་འབད་དགོ་མི་འདི་གཙོ་བོ་ར་ འཕྲུལ་གྱི་རྐྱེན་སེལ་ཐབས་དང་ ཕྱུགས་ཀྱི་ལམ་བཟང་ཐབས་ལུ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ ཆོས་བསྟན་ཚེ་རིང་ (༢༠༡༥) གིས་

གསོལ་མཆོད་ཞུ་ དགོ་པའི་ཁུངས་ཡང་ དམངས་ཀྱི་ལོ་གཅིག་གི་རྒྱུན་སེལ་རིམ་གྲོ་སྒྲེ་ཨིནམ་སྒྲེ་བཤད་དེ་ཡོད་པའི་ཁར། པདྨ་དོན་གྲུབ་ (༢༠༡༨) ཀྱིས་ཡང་ ལྷ་བོན་གསོལ་མི་ ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མི་ལུ་ཚེ་དང་། ནོར་ལུ་གཡང་། ཟས་ལུ་བཅུད། གོས་ལུ་དྲོད། དབང་ཐང་གི་ དངོས་གྲུབ་གནང་ནིའི་དོན་ལུ་ ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཁར་ གསོལ་མཆོད་ཞུ་མི་འདི་ རང་ལུ་སྐྱབས་གཟིགས་ནི་དང་ ལོ་ཐོག་ཚུ་སྨུང་སྐྱོབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཡུལ་ལྷ་གདན་འདྲེན་ ཞུ་དོ་ཡོདཔ་ཨིན་མས།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་སྐབས་ལུ་ ལས་སྣ་ཚུ་གི་རིམ་པ་ཚུ་ གོང་འོག་འཛོལ་ཏེ་ མཆོད་པའི་ལས་འགན་པ་ཚུ་ལུ་ གདོང་ཆང་དྲང་ནི་གི་གོ་རིམ་དང་ འཆམ་བརྟོན་ནིའི་རིམ་པ་ཚུ་ གོང་འོག་ནོར་བ་བྱུངམ་ཨིན་མས་ (རྡོ་རྗེ་འཕྲིན་ལས་ཚུ་ ༢༠༢༡)། དེ་བཟུམ་སྦྲེ་ར་ རབ་བརྟན་ (Rabten, 2004) གྱིས་ཡང་ གཡང་དང་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ གནང་སྲོལ་ཡོད་པའི་པདྨ་གླིང་པའི་འཆམ་བསྒྱུ་བཏང་ ཡོད་པའི་ཁར་ ཨམ་རིང་ལྷ་མོ་ལུ་གསོལཔ་བཏབ་ནི་དང་ ལུང་བསྟན་ཞུ་ནི་ཚུ་ཡང་ མཚམས་འཛོག་འབད་ནི་ལུ་ལྷོད་དེ་འདུག་ཟེར་ཨིན་མས། དེ་ལུ་དཔྱད་པ་ཅིན་ ཧེ་མ་མཆོད་པའི་ལས་རིམ་ཚུ་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱསཔ་སྦྲེ་བརྩི་སྲུང་ཞུ་སྲོལ་ཡོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ ལྷག་ཆད་ལེ་ཤ་ཞུགས་ཏེ་ དུས་སྟོན་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་ལུ་ ནོར་བ་ཞུགས་ཏེ་ཉམས་འགྱོ་དོ་ཡོདཔ་ཨིན་མས། དེ་བཟུམ་སྦྲེ་ར་ པོམ་རེཏ་ (Pommaret, 2015) གིས་ཡང་ ངང་ལྷ་གྲོང་གི་གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ལམ་སྲོལ་དེ་ འགྱུར་མ་འགྱོཔ་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་བཞག་དགོཔ་འདུག་ཟེར་ གསལ་བཀོད་འབད་དེ་འདུག། དེ་བཟུམ་སྦྲེ་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་ ལྷ་དང་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་ལུ་ ཉམས་མྱོང་ཡོད་མི་དང་ལས་རིམ་གྱི་སྐོར་ལས་ གོ་རྟོགས་ཡོད་པའི་ཕ་མ་རྒན་རབས་བཟང་པོ་ཚུ་ རིམ་གྱིས་ཡལ་འགྱོ་བའི་བསྐང་ལས་ ལམ་སྲོལ་དེ་ལུ་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་སྦྲོ་བ་བསྐྱེད་མ་བཏུབ་པར་ ཕྱི་པའི་ལམ་སྲོལ་ལུ་ཤུགས་ཐལ་ཏེ་སྲོལ་ཁྱུན་དེ་ ཁོང་དང་འདྲན་འདྲ་ཡལ་བའི་ གནས་སྟངས་འཁྲུལ་སི་སི་ལུ་ལྷོད་དེ་ཡོདཔ་སྦྲེ་ (རྡོ་རྗེ་འཕྲིན་ལས་ཚུ་ ༢༠༢༡) བཀོད་དེ་འདུག།

ད་རུང་ རབ་བརྟན་ (Rabten, 2004) གྱིས་ཡང་ སྒོ་ཤིང་མཆོད་པ་དེ་བཤོལ་མ་བཞག་པར་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་བརྩི་སྲུང་ཞུ་ནི་ལུ་ ངེས་པ་ག་ནི་ཡང་མེན་འདུག། ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྦྲེ་ ཆོས་སྒྲོན་

(Choden, 2004) གྱིས་ ལྷ་ཟེར་ལྷུན་རྩེ་སྒོར་ཚོམས་ལུ་ཡོད་པའི་ལྷ་གསོལ་དེ་ཡང་ ལྷ་བོན་དེ་ཤི་བའི་དུས་ལས་མར་ཉམས་འགྱོ་ནི་འགོ་བཙུགས་ནུག། དེ་མ་ཚད་ དང་ཕུ་མི་སྡེ་ནང་ལུ་ ལྷ་གསོལ་གྱི་ལམ་སྲོལ་དེ་བརྩི་སྲུང་ཞུ་དགོ་པའི་དགོས་པ་དང་ རྒྱུ་མཚན་གསལ་རི་རི་སྦྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ དེ་གིས་གཅིག་སྒྲིལ་དང་དགའ་སྤྲོ་བྱིན་ཚུགས་ཡོད་རུང་ ད་རེས་ན་གཞོན་ཚུ་ལུ་ཟུར་ཙམ་ལས་མི་བྱིན་དོ་ཡོདཔ་ཨིན་མས། ཟེར་སླབ་མི་ལུ་དཔྱད་པ་ཅིན་ མཆོད་པའི་སྐོར་ལས་ ད་རེས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ མ་བཞག་པ་ཅིན་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་ དེའི་དགོས་པ་དང་རྣམ་གཞག་ཚུ་མ་ཤེས་པར་ ཡལ་འགྱོ་ནིའི་ཉེན་ཁ་འདུག། ལྷག་པར་དུ་ གཡུས་ཁའི་ན་གཞོན་ཚུ་གིས་ཁྲོམ་ཁར་གཞིས་སྤོ་འགྱོ་སྟེ་ ལས་རིམ་དེ་ནང་ བཅའ་མར་མ་གཏོགས་པར་ལུས་མི་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ད་རེས་མཆོད་པ་ལྷའི་དུས་སྟོན་དེ་ ཕམ་རྒན་ཤོས་ཚུ་གིས་བརྩི་སྲུང་ཞུ་རུང་ མ་འོངས་མཆོད་པའི་ལམ་སྲོལ་དེ་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་མིང་ཙམ་ཡང་མ་ཤེས་པའི་དུས་ཤར་སྲིད་ནི་དང་ དུས་སྟོན་དེ་རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་མི་དང་ བདག་འཛིན་འཐབ་མི་མེད་པར་ལུས་ནི་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ རྡོ་རྗེ་འཕྲིན་ལས་ཚུ་ (༢༠༢༡) གིས་ཡང་ ངང་ལྷ་མཆོད་པ་དེ་ རིམ་གྱིས་ཡལ་འགྱོ་བའི་ཚབས་ཆེན་གྱི་གནས་སྟངས་འདི་ནང་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མ་བཞག་པ་ཅིན་ ལམ་སྲོལ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ འབྱུང་སྟོར་ཤོར་འོང་ཟེར་བཤད་དེ་འདུག།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་ཕན་གནོད།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་ལུ་སྤྲོ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ རིམ་གྱིས་ཉམས་འགྱོ་མི་དེ་ དུས་སྟོན་མཛལ་དགོ་པའི་དགོས་པ་དང་ འཆམ་དང་ལས་རིམ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་དང་ཕན་པ་ མ་ཤེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཨིན་པའི་ཁར། ཆོས་སྒྲོན་ (Choden, 2004) གྱིས་ཡང་ གཡུས་གོ་ནང་ལུ་ ཆརཔ་དང་སེརཕ་ཤུགས་སྦྲེ་རྐྱབ་དེ་བཟུམ་སྦྲེ་ རླུངམ་ཤུགས་སྦྲེ་འཕུ་མི་འདི་ ཡུལ་ལྷ་དང་འདྲེ་གདོན་ཚུ་ལུ་ གསོལ་ཁ་ཕུལ་ནི་ཆད་དེ་སྒྲིབ་ཞུགས་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། གལ་སྲིད་དགོས་ཁུངས་མ་ཤེས་པར་ མཆོད་པའི་ལས་རིམ་ལུ་ ལྷག་ཆད་ཞུགས་བཙུག་པ་ཅིན་ དཀོན་མཆོག་དང་ཆོས་སྲུང་གིས་བཀའ་ཆད། ལྷ། ཀླུ། བཙན། བདུད་ཚུ་ཐུགས་མ་དགྱེས་པར་ གཡུས་གོ་ནང་ལུ་ ནད་དང་མུ་གེ་ཚུ་བྱུང་ནིའི་ཉེན་ཁ་འདུག། དཔལ་འབྱོར་ (Penjor, 2004) གྱིས་ཡང་ གསོལ་ཁ་ཚུ་ཆད་པ་ཅིན་ མི་དང་སེམས་ཅན་གྱི་ ལུས་

ཁམས་དང་ སྐྱེ་ནུས་ལུ་གནོད་པ་ཞུགས་ནི་དང་ ཆར་ཆུ་དུས་ལུ་འབབ་མ་བཏུབ་པའི་དུས་སྐྱིད་འོང་ཉེན་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་འབདཔ་ལས་ གསོལ་ཁ་ཚུ་ག་ཅི་ར་ཕུལ་ནི་ཡོད་རུང་ ལས་རིམ་ག་ཅི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་རུང་ སྔར་ག་ཨིནམ་སྦེ ལྷག་ཆད་མེད་པར་ཕུལ་དགོ་པའི་བརྡ་སྟོནམ་ཨིན་མས། ལྷག་པར་དུ་རབ་བརྟན་ (Rabten, 2004) དང་ རྡོ་རྗེ་འཕྲིན་ལས་ཚུ་ (༢༠༢༡) གིས་ མཆོད་པའི་གསོལ་མཆོད་དེ་ལོ་བསྟར་སྔར་བཞིན་ཕུལ་ཚུགས་པ་ཅིན་ རང་ལུ་རྐྱེན་ངན་ཐམས་ཅད་ཞི་ཞིན་ན་ བསོད་ནམས་འཕེལ་ཏེ་མི་སྡེ་ནང་ལུ་ ནད་དང་མུ་གེ་ཚུ་བསལ་ཚུགས་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། མདོར་བསྡུ་བ་ཅིན་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་སྐོར་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ག་ར་གིས་ མཆོད་པའི་ལས་རིམ་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་ལུ་ལྷག་ཆད་དང་དུས་སྟོན་གྱི་ཁྱུངས་དང་དགོས་པ་མ་ཤེས་པའི་ཁར་ ན་གཞོན་གྱིས་སྦྲོ་བ་བསྐྱེད་མ་བཏུབ་པར་ དུས་སྟོན་ཉམས་འགྱོ་དོ་ཡོད་པའི་ཚ་གྱང་བཤད་དེ་འདུག།

ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ།

ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དམིགས་དོན་ མཐིལ་ཕྱིན་སྦེ་སྒྲུབ་ཐབས་དང་ དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལུ་ ལྷན་ཐབས་འབད་ཚུགས་པའི་ ཁྱུངས་བཙན་གྱི་ཐབས་ཤེས་ནང་ལས་ ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ཤེས་ཐོག་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡི། དེ་ཡང་ (Creswell, 2012) གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་སྦེ་ར་ ཁྱུངས་བཙན་ཐབས་ཤེས་ཀྱིས་གྲུབ་འབྲས་ཁྱུངས་དང་ལྡན་པ་དང་ སྤྱུས་ཚད་མཆོག་འགྱུར་ཅན་ཐོབ་ཚུགས་ནི་དང་། ཞིབ་འཚོལ་འབད་བའི་གྲུབ་འབྲས་ལུ་ མི་གཞན་གྱིས་ཡིད་ཆེས་དང་ཆ་གནས་བསྐྱེད་ནི་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ཁྱུངས་བཙན་གྱི་ཐབས་ཤེས་འདི་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོདཔ་ཨིན།

གནས་སྡུད་བསྡུ་ལེན་དང་དབྱེ་དཔྱད་ཐབས་ལམ།

གནས་སྡུད་བསྡུ་ལེན་འདི་ དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་དཔེ་ཚད་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ མཆོད་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་མི་ གྲོང་པ་གསུམ་དང་མཁོ་ཆེ། དེ་ལས་ ལས་རིམ་འདི་ནང་ཞུགས་འབག་བཞེས་མི་ དཔའ་བོ་དང་བོན་པོ་ དེ་བཟུམ་སྦེ་ར་ རྒད་པོ་པ་དང་བློམ་ དེ་བཞིན་དབུ་མཛད་ ལྷག་པར་དུ་ གཞན་ལས་རིམ་དེ་གི་སྐོར་ལས་ཉམས་མྱོང་ཡོད་མི་ གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་ཨཔ་གཅིག་དང་ ཨམ་གཅིག་གདམ་འཐུ་

འབད་དེ་ གནས་སྟུ་བསྟུ་ལེན་འབད་དེ་ཡོདཔ་ཨིན། དེ་ཡང་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྟུད་མཐིལ་ཕྱིནམ་སྦེ་ བརྟག་ཞིབ་འབད་དེ་ གྲུབ་འབྲས་བཏོན་ནི་ལུ་ སྟབས་བདེ་དྲགས་ཡོདཔ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན། ཞིབ་འཚོལ་དཔེ་ཚད་ཚུ་ལས་ གནས་སྟུད་བསྟུ་ལེན་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ སྒྲིག་བཀོད་ཆ་མ་ཚང་བའི་དྲི་བ་དྲིས་ལན་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་ ཁ་སྐད་ཁེངས་ཁ་ཐོག་ལས་འདྲི་བཀོད་འབད་མི་གནད་དོན་ཚུ་ བརྗོད་དོན་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་སྟེ་ ཛོང་ཁ་ནང་ལུ་སྐད་སྒྱུར་འབད་དེ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་ གནས་སྟུད་བསྟུ་ལེན་འབད་ཡི། ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་ཉིད་ གཡུས་སྒོའི་ཁ་སྐད་བརྡ་དོན་སྤྲོད་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ དཀའ་ངལ་མེདཔ་ལས་ ཁེངས་ཁ་ནང་སླབ་མི་འདི་ ཛོང་ཁ་ནང་ལུ་སྐད་སྒྱུར་འབད་དེ་ བྲི་ནི་ལུ་དཀའ་ངལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ སྐད་སྒྱུར་རྒྱབ་ཚུགས་ཅི། དེ་མ་ཚད་ལམ་སྲོལ་ཏ་གོ་ནི་དང་ འབད་ཐངས་བཅའ་ཐངས་ཚུ་ ལྟ་རྟོག་འབད་དགོཔ་ལས་བརྟེན་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་ སྤྱི་ལོ་༢༠༢༢ ཀྱི་ལོར་ ལས་རིམ་དེ་ནང་ ཧིལ་བུམ་སྦེ་བཅའ་མར་གཏོགས་ཏེ་ ལྟ་རྟོག་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ གནས་སྟངས་དང་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་ཚུ་ཐོ་བཀོད་བཞག་སྟེ་ གནས་སྟུད་མཐིལ་ཕྱིན་སྦེ་བསྟུ་ལེན་འབད་ཡི།

དེ་ལས་གནས་སྟུད་དབྱེ་དཔྱད་དེ་ སྒྲ་བཟུང་འཕྲུལ་ཆས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་དང་ངོ་རྒྱང་རྒྱུན་འབྲེལ་ཐོག་ལས་ གནད་སྟུད་བསྟུ་ལེན་འབད་ཡོད་མི་དེ་ ཡིག་ཐོག་གུར་ཕབ་ཞིན་ན་ དྲི་བའི་ལན་ཚང་མ་ཚང་དང་ འབྲེལ་བ་མེད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ ཕྱི་བསལ་རྒྱབ་སྟེ་ འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ཚུ་ བརྗོད་དོན་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡི། དེ་བཟུམ་སྦེ་ ལྟ་རྟོག་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ཐོ་བཀོད་རྒྱབ་ཡོད་པའི་ཟིན་བྲིས་ཚུ་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་སྦེ་ལྷག་ཞིན་ན་ གནས་སྟུད་ཚུ་གི་བར་ན་ འགལ་བ་དང་མཐུན་པ་ག་ཅི་ར་འདུག་ག་ བལྟ་སྟེ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ཡི། དེ་མ་ཚད་ སྒྲ་བཟུང་འབད་མི་ནང་དོན་དང་ ལྟ་རྟོག་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ཐོ་བཀོད་བཞག་མི་ཟིན་བྲིས་གཉིས་ཀྱི་ བར་ན་ག་བསྡུར་འབད་དེ་ མཐུན་པའི་ཆ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཆ་ ག་ཅི་ར་ཡོད་མེད་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་མཐིལ་ཕྱིན་འབད་དེ་ གནས་སྟུད་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ཡོདཔ་ཨིན།

མཆོད་པའི་གྲོས་བསྡུར་དང་གྲུབ་འབྲས།

མཆོད་པའི་བྱུང་ཁུངས།

མཆོད་པ་ཟེར་མི་འདི་ ལྷ་ལུ་མཆོད་པ་ཕུལ་བའི་ཉིནམ་ཨིན་ཟེར་ བཤད་སྲོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྦྲི་ར་ དཀོན་གསུམ་དང་ ལྷ་གླུ་བཙན་བདུད་ལུ་མཆོད་པ་ཕུལ་བའི་ དུས་ཆེད་ཅིག་ལུ་གོཔ་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ དཀོན་མཆོག་གསུམ། ལྷ། གླུ། བཙན། བདུད་ཚུ་ལུ་ ལོ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་ ལཱ་འབད་བའི་ལོ་ཐོག་དང་ བསགས་པའི་རྒྱུ་ནོར་གྱི་ཕུད་ཀྱི་མཆོད་པ་ཕུལ་མི་ལུ་མཆོད་པ་དང་ མཆོད་པ་ཕུལ་བའི་ཉིནམ་བཅོ་སྔུང་ཞུ་མི་དུས་ཆེད་ཅིག་ལུ་ དུས་སྟོན་ཟེར་གོཔ་ཨིན་མས། མཆོད་པའི་བྱུང་ཁུངས་འདི་ ངག་རྒྱུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ ངང་ལྷ་གི་གཡུས་ཚན་དེ་ནང་ མཆོད་པ་ཕུལ་ནིའི་སྲོལ་དེ་ ས་ཆགས་གནམ་ཆགས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ར་ དར་ཡོདཔ་སྦྲི་བཤད་སྲོལ་ཡོད་རུང་། རབ་བརྟན་ (Rabten, 2004) གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་སྲོལ་དེ་ དུས་རབས་༡༧ པའི་ནང་ལུ་བླ་མ་ཞབས་དྲུང་འབྲུག་ལུ་བྱོན་པའི་དུས་མཉམ་ལུ་བྱུང་ཡོདཔ་སྦྲི་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྦྲི་ར་ མཆོད་པ་ཕུལ་ནིའི་སྲོལ་དེ་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་གི་གནས་བདག་ ཨོ་ཕང་བདུད་ཆེན་དང་། བྲག་མཁར་རྒྱལ་པོའི་བདུད་ཀྱི་འཁོར་དང་བཅས་པའི་འཁྲུགས་པ་བྱུང་སྟེ་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་ཡོད་པའི་མི་ཚུ་སྲོག་བཅད་དེ་ མི་རབས་ཆད་པའི་སྐབས་ལུ་ ལྷ་སྨན་པའི་ཀྲོང་པ་ལུ་བུ་གསུམ་ཡོད་ས་ལས་ བུ་བར་མ་འདི་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་གི་སློབ་མ་ དོན་དམ་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་ཨོ་ཕང་བདུད་ཆེན་དང་ བྲག་མཁར་རྒྱལ་པོའི་བདུད་ཀྱི་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྲི་གནོན་ཏེ་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་གི་མི་དང་ཆོས་ཀྱི་སྲུང་མ་སྦྲེ་ བྱིན་གྱིས་བརླབས་གནང་སྟེ་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་གནོད་པ་མི་བཀལ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ གནམ་དགུན་ལུ་མཆོད་པ་ཟེར་ གསོལ་ཁའི་གཏོརམ་བཞེངས་ཏེ་ ཕྱག་མཆོད་འབད་དགོ་པའི་བཀའ་གནངམ་ལས་ཚུར་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ བཅོ་སྔུང་ཞུ་ནིའི་སྲོལ་བྱུང་ཡོདཔ་ཞིབ་འཚོལ་བའི་ལུ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡི། དེ་བཟུམ་སྦྲི་ར ཨཔ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་ཡང་ གཡུས་ཚན་དེ་ནང་བདུད་ཀྱི་འཇིགས་པ་བྱུང་སྟེ་ མི་རབས་ཆད་པའི་སྐབས་ལུ་ མཆོད་པ་དེ་ཞབས་དྲུང་གིས་སློབ་མ་ དོན་དམ་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་ བདུད་དང་བཙན་ཚུ་ལུ་ གནམ་དགུན་གྱི་མཆོད་པ་ཟེར་ ཁ་གནོན་སྦྲི་སྲོལ་གཏད་ནུག་ཟེར་སླབ་ཅི་ (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ།༡༥/༡༢/༢༠༢༣)། དེ་འབདཔ་ལས་ གཡུས་ཚན་དེ་ནང་བོན་ལུགས་ལྟར་དུ

མཆོད་པ་ཕུལ་ནའི་སྲོལ་སྲོན་ལས་ར་ཡོད་ཡུང་ ཡོངས་གྲགས་ལ་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་རྩེ་སྲུང་ཞུ་སྲོལ་དེ་ དུས་རབས་༡༧ ལས་ཚུར་ དར་ཁྱབ་བྱུང་བྱུངམ་ཨིན་མས།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་བརྩེ་སྲུང་ཞུ་མི་འདི་ རྒྱུ་མཚན་གཙོ་བོ་ར་ རང་སོའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལུ་ཕྱག་མཆོད་ཕུལ་ཏེ་ སྐྱབས་སུ་འགྲོ་ནི་དང་། བདུད་ཀྱི་འཁྲུགས་པ་བཀག་ནི། མི་རིགས་རང་རང་སོ་སོའི་སྐྱེས་བཙན་མཆོད་དེ་ འཕྲུལ་གྱི་རྐྱེན་ངན་པ་སེལ་ཏེ་ ཚོགས་བསགས་ནི་དང་སྒྲིབ་སྦྱང་སྟེ་ ཕྱུགས་ཀྱི་ཐབས་སྒྲིག་ནིའི་དོན་ལུ་ བརྩེ་སྲུང་ཞུཝ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ སྤྱིར་དཀོན་མཆོག་ དེ་བཞིན་ ལྷ། ཀླུ། བཙན། བདུད་ལུ་ མཆོད་གསོལ་ཞུ་མི་ལུ་བརྟེན་ ཆག་ཆེ་ཉམ་ང་། ཐྱི་ལམ་མཚན་མ་ངན་པ། རྟགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ངན་པ། སྐྱེག་དང་ཕུང་སྲི། ནད་དང་བགེགས་རིགས་བཟློག་ཚུགསཔ་ལས་བརྟེན་ཨིན་མས། ལྷག་པར་དུ་ བོན་པོ་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས་སླབ་མི་ནང་ མཆོད་པ་དེ་ སྔོ་ཤིང་བཅགས་པའི་བཅགས་རིན། །ཤིང་ར་བཏོག་པའི་བཏོག་རིན། །རྗོ་རུག་སློག་པའི་སློག་རིན། ཟེར་ ལོ་ཐོག་བཏབ་པའི་སྐབས་ལུ་ བདུད་དང་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ཨིན་པའི་ ཤིང་བཏོག། རྗོ་རུག་གློག་པའི་ཁར་མེ་བཏང་རུང་ མི་སེར་ལུ་གནོད་པ་མ་བཀལ་བར་ ཏིང་སྐལ་གྲོགས་རམ་འབད་མི་ལུ་ དགའ་ཚོར་གྱི་མཆོད་པ་ཕུལཝ་ཨིན་ཟེར་སླབ་ཅི (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༧/༡༢/༢༠༢༢)། དེ་བཟུམ་མའི་མཆོད་སྲོལ་འདི་ ཆོས་བསྟན་ཚེ་རིང་ (༢༠༡༨) གིས་ འབད་རུང་ འགྲོ་བ་ལུ་གནོད་པའི་གདོན་ཞི་ནི་དང་ ཚེ་བསོད་རྒྱས་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིནམ་དང་ བསྟན་འཛིན་རྡོ་རྗེ་ (༢༠༢༡) གིས་ཡང་ ལོ་གཅིག་གི་རྐྱེན་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ དངོས་གྲུབ་ཞུ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་ཟེར་ བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཁར་ པདྨ་དོན་གྲུབ་ (༢༠༡༨) ཀྱིས་ཡང་ མཆོད་གསོལ་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མི་ལུ་ཚེ། ནོར་ལུ་གཡང་གི་དངོས་གྲུབ། ཟས་ལུ་བཅུད། དབང་ཐང་འཕེལ་ནིའི་དགོས་པ་ཡོད་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་འབདཝ་ལས་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ གཡུས་ཚན་དེ་ནང་གི་ ལྷ་ལུ་བཙན་བདུད་ལུ་མཆོད་པ་ཕུལ་ཏེ་ མི་གི་རྐྱེན་ངན་སེལ་ཐབས་དང་ གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ ཕུན་ཚོགས་པའི་ཐབས་སྒྲིག་ནིའི་དོན་ལུ་ དུས་སྟོན་དེ་བརྩེ་སྲུང་ཞུཝ་ཨིན་མས།

མཆོད་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འཛུགས་འཐབ་མི།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་འགོ་འཛུགས་འཐབ་མི་འདི་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་ཡོད་པའི་མི་རིགས། བྲེ་ལྷ། ལྷ་སྨན་པ། དེ་ལས་བྱཱར་པ་ཟེར་ མི་བརྒྱུད་གསུམ་ཡོད་པའི་ཁར་ གོང་གི་མི་བརྒྱུད་ཚུ་ལུ་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་འགོ་འཛུགས་འཐབ་ནིའི་འགན་ཁུར་ཡང་ སྐོར་རྒྱབ་འབད་དེ་ཕོག་པའི་སྐབས་ལུ་ འགོ་འཛུགས་འཐབ་ཨིན་པའི་ཁར་ སྐོར་རྒྱབ་ཕོག་མི་མི་བརྒྱུད་ཀྱི་བཟའ་ཚང་དེ་ མི་རིགས་ཀྱི་གྲོང་པ་སྦྲ་ ལྷ་ཁང་གི་སྦྲོ་ལོགས་ཁར་ ཡོད་པའི་ རང་རང་སོའི་གྲོང་ཁྱིམ་ནང་བཏོན་ཏེ་ གྲོང་པ་སྦྲེ་སྡོད་དགོཔ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ ལྷ་སྨན་པའི་མི་རིགས་ལས་སྐོར་རྒྱབ་ཕོག་མི་ལུ་ ལྷ་སྨན་པ་གྲོང་པ་དང་ བྲེ་ལྷ་དང་བྱཱར་པའི་མི་རིགས་ལས་ཕོག་མི་ལུ་ བྲེ་ལྷ་དང་བྱཱར་པའི་གྲོང་པ་ཟེར་སླབ་ཨིན་མས། གྲོང་པ་གསུམ་འདི་ གྲོང་ཁྱིམ་དེ་ནང་སྡོད་དེ་ ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་འགོ་འཛུགས་འཐབ་ནིའི་ འགན་ཁུར་ཕོགཔ་ཨིན་པའི་ཁར་ ལོ་གསུམ་གྲོང་པའི་གནས་ཡུན་ཚང་རུང་ གྲོང་པ་དེའི་ཤུལ་ལས་སྐོར་རྒྱབ་ཕོག་མི་ གྲོང་པ་གསརཔ་འདི་ལུ་ ལས་རིམ་འགོ་འཛུགས་འཐབ་ནི་ལུ་ལམ་སྟོན་དང་ ཆ་རོགས་འབད་དགོཔ་ཨིན་མས། དེ་འབདཝ་ལས་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ གཙོ་བོ་གྲོང་པ་གསུམ་གྱིས་འགོ་འཛུགས་འཐབ་དོ་ཡོདཔ་ཨིན་མས།

གྲོང་པ་གསུམ་གྱིས་ དུས་སྟོན་འགོ་འཛུགས་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ མགོ་ཆེ་གིས་བཀའ་སློབ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འགོ་འཛུགས་འཐབ་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ རྡོ་རྗེ་ (Dorji, 2005) གིས་མགོ་ཆེ་དེ་ གདུང་རུས་ཀྱི་རྒྱལཔོ་ཟེར་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་གི་དཔོན་ཨིན་ཟེར་ གསལ་བཀོད་འབད་དོ་བཟུམ་ གྲོང་པ་ཚུ་གིས་ཡང་ མགོ་ཆེ་ལུ་དགོངས་སྐོར་ཞུ་སྟེ་ མཆོད་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འཛུགས་འཐབ་ཨིན་ཟེར་ ཨཔ་ལྷུན་གྲུབ་དང་བུམ་པ་གིས་སླབ་ཅི (ངོ་རྐྱང་བརྒྱུད་འབྲེལ། ༡༥/༡༢/༢༠༢༢)། མགོ་ཆེ་འདི་གདུང་རུས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཟེར་ ཧེ་མ་གཡུས་གོ་དེའི་དཔོན་ཨིན་རུང་ དེང་དུས་གུས་ཞབས་དང་བརྩི་བཀུར་མེད་རུང་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་སྐབས་ལུ་ ལམ་སྲོལ་གྱི་ཁྱུན་སྲུང་ག་ཨིནམ་སྦྲེ་ར་བཞག་ནིའི་དོན་ལུ་ གཞན་དཔོན་ཁག་ཆེ་བ་ག་བཙོན་རུང་ རྒྱལ་བ་གོངམ་སྦྲེ་གྲལ་གྱི་འགོ་དང་ བཞུགས་གདན་དང་ཅོག་ཙེ་འདི་ མགོ་ཆེ་ཁོ་ར་ལུ་ར་ཕུལ་ཏེ་ གུས་ཞབས་དང་བརྩི་བཀུར་ཞུ་བ་ཅིན་ ཧེ་མའི་སྲོལ་ཁྱུན་དེ་མ་ཉམས་པར་ བུ་གཞི་ལུ་སྤྲོད་ཚུགས་ཟེར་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་ མཆོད་པ་དེ་མི་གཅིག་དང་གཉིས་ལུ་འགན་ཁུར་སྤྲོད་མ་བཞག་པར་ གཞུང་གཡོག་ནང་ཞུགཞུ

མི། ལྷ་ཁང་གི་བླམ། ཆེད་འོག་བདག་སྐྱོང་། སྐུ་གཉེར་ཚུ་གིས་ འགན་ཁུར་འདྲེན་འདྲ་འབག་སྟེ་ཕྱག་ཞུཕ་ཨིནམ་ ལས་རིམ་ལྷ་རྟོག་སྐབས་ལུ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡི། དེ་འབདཔ་ལས་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ མགོ་ཆེ་གི་བཀའ་སློབ་དང་ལམ་སྟོན་འོག་ལུ་ གྲོང་པ་གསུམ་གྱིས་འགོ་འདྲེན་པའི་སྐབས་ལུ་ གཞན་མི་སེར་ག་ར་གིས་ སྒྲི་རྒྱབ་ཐོག་ལུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དོ་ཡོདཔ་ མངོན་གསལ་བྱུང་ཡོད། ཨིན་རུང་ གྲོང་པ་བསྐོ་བཞག་དང་ཐོག་ལམ་རིམ་པ་ཚུ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་མེདཔ་ལས་ དེའི་ཁྲུན་མི་ནོར་ནི་དོན་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་བཞག་དགོཔ་འདུག། དེ་མ་ཚད་ གྲོང་པ་ཚུ་གིས་ མཆོད་པ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ག་ཅི་ར་འབད་རུང་ རིགས་རུས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མགོ་ཆེ་ལུ་ དགོངས་སྐོར་ཞུ་སྟེ་ འབད་སྲོལ་སྲོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་རྣམ་གཞག་དེ་ འབྱུང་སྟོར་ཤོར་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལས་སྣ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ མཆོད་པའི་ལས་འགན་འཆང་མི་ཚུ་ལུ་ གནོད་ཆང་དང་ཤུལ་ཆང་དྲངས་ནི། དེ་བཟུམ་སྦྲེ་ར་དཔའ་བོ་དང་བོན་པོ་ ཆད་པ་པོའི་ལས་སྣའི་བཀའ་གདམས་སྣར་པའི་ ལས་རིམ་གྱི་རིམ་པ་དང་ ཐོབ་ལམ་ཚུ་མ་ཤེས་པར་ལྷག་ཆད་ལེ་ཤ་ཞུགས་དོ་ཨིན་མས།

མཆོད་པའི་ལས་སྣ་གི་འབྱུང་ཁུངས་དང་བྱ་རིམ།

ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལས་རིམ།

གཡུས་གོ་དེ་ནང་སྟོན་གོང་ལས་ར་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ཁར་ ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་མ་འདྲཔ་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ པད་གླིང་བླ་རྒྱུན་ལས་བརྒྱུད་པའི་ པད་གླིང་གི་ཚོ་ག་གནངམ་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་ པད་གླིང་ནོར་བུ་རྒྱ་མཚོའི་ལས་བྱང་པད་མ་ལྗོན་ཤིང་དང་གསོལ་འདེབས་ལེའུ་བདུན་མ་དེ་གནངམ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ རྡོ་རྗེ་འཕྲིན་ལས་ཚུ་ (༢༠༢༡) གིས་ཡང་མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་ པད་མ་གླིང་པའི་གཏེར་ཆོས་ པད་གླིང་ནོར་བུ་རྒྱ་མཚོ་དེ་གནངམ་ཨིན་ཟེར་ གསལ་བཀོད་འབད་དེ་འདུག། ཕུར་པ་རྡོ་རྗེ་ (༢༠༢༡) གིས་སློབ་དེབ་བཟུམ་ གཏེར་སྟོན་པདྨ་གླིང་པའི་ གཏེར་ཆེན་༣༢ བཞེས་ཡོད་པའི་གྲས་ལས་ གཏེར་༢༦ པ་ནོར་བུ་རྒྱ་མཚོ་དེ་ ལྷོ་བྲག་སྨན་མདོ་བྱང་ཤར་སེང་གདོང་ཅན་ལས་བཞེས་བཞེསཔ་ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ ངང་ལྷ་ལུ་གསོལ་བའི་མཆོད་པའི་ཚོ་ག་དེ་

པད་མ་གླིང་པའི་གཏེར་ཆོས་༢༨ པ་ ནོར་བུ་རྒྱ་མཚོ་དེ་ཨིནམ་ལས་ ག་ནི་བ་བྱིན་རླབས་ཆེ་བའི་ ཚོ་ག་ཅིག་ཨིན་མས།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་སྐབས་ལུ་ ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་རིམ་པ་འབད་བ་ཅིན་ ཟླཕ་བཅུ་པའི་ཆེས་༡༣ ལུ་ གཏོར་མའི་དཀར་རྒྱན་ནམ་ལས་ ཆེས་༡༩ ལུ་གཏོར་བཞེངས་གནང་ དེ་བཟུམ་སྦེ་ར་ ཕྱི་ཟླ་ཟ་བའི་ཟླ་མ་དང་ཚོསཔ་ཚུ་ཕེབས་པའི་སྐབས་ལུ་ གཏོར་མ་ཚུ་མཆོད་བཤམ་གྲུར་བཀལ་ཞིནམ་ལས་ བཀའ་གདམས་པ་སྣརཔ་ཚུ་ལུ་ ཟ་བའི་ཟླམ་གིས་བཀའ་གདམས་གནང་ཚར་ཞིནམ་ན་ མི་དམངས་ལུ་ མེ་དབང་བགེགས་བསྐྲད་གནང་སྟེ་ པད་གླིང་ནོར་རྒྱམ་ཐུགས་སྒྲུབ་གནང་དོ་ཡོདཔ་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་གིས་ལྟ་རྟོག་བྱུང་ཡོད། དབུ་མཛད་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་གིས་ ཆེས་༡༥ ལུ་དྲི་པ་ལྷ་བསང་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ པད་མ་ལྷོན་ཤིང་འགོ་བཙུགས་གནང་སྟེ་ཚོགས་ཕུལ་ཚར་ཏེ་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་མཐོང་གྲོལ་མཇལ་ཁ་གནང་སྟེ་ ཆེས་༡༨ གི་ཉིན་མར་ པད་གླིང་ཆེ་ཁྲིད་རྡོ་རྗེ་ཕྲེང་བ་དེ་གནངམ་ཨིན་པའི་ཁར། ཆེས་༡༧ གྱི་དྲོ་པ་ལྷ་བསང་གནང་བའི་རྗེས་སུ་ གཏོར་མ་དང་སྲུང་སྐུད་ཚུ་གནང་སྟེ་ ཟླམ་ཚོསཔ་ཚུ་རང་སོའི་ཁྱིམ་ནང་བྱོན་ཏེ་ མཇུག་བསྡུཕ་ཨིན་ཟེར་སླབ་ཅི (ངོ་རྒྱུང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༨/༡༢/༢༠༢༢)། ལས་རིམ་དེ་ གོང་གི་རིམ་པ་བཞིན་དུ་གནང་སྲོལ་ཡོད་རུང་ ཧེ་མ་མཆོད་པའི་ཚོ་ག་དེ་ ཕྱི་ཟླའི་སྐར་མ་འགོ་ཐོག་ཤར་བ་དང་ལྷན་གཅིག་ཏུ་འགོ་བཙུགས་སྲོལ་ཡོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་དུས་ཚོད་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ དེའི་སྲོལ་ཕྱུན་དེ་བཤོལ་བཞག་ཡོདཔ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ གཡུས་ཁའི་པད་གླིང་གི་ཚོསཔ་དག་པ་ཅིག་ལས་མེད་པའི་ཁར་ དེ་ཚུ་མེད་པའི་སྐབས་ལུ་ པད་གླིང་གི་ཚོ་ག་དང་ལས་རིམ་ནོར་སྲིད་ནི་ཨིནམ་ལས་ ད་ལྟོ་ལས་ར་ཐབས་ལམ་སྒྲིག་བཞག་དགོཔ་མཐོང་ཅི།

དཔའ་བོ་འཆམ་གྱི་ལས་རིམ།

མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་གྱི་སྐབས་ལུ་ དཔའ་བོ་འཆམ་ཡང་རྐྱབ་སྲོལ་འདུག། དཔའ་བོ་འཆམ་རྐྱབ་མི་འདི་ འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་དང་མི་གི་བར་ན་ བར་མི་འབད་དེ་ མི་གི་རྐྱེན་ངན་བསལ་ཏེ་ གྲོགས་རམ་འབད་མི་ཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ དཔའ་བོ་དེ་གིས་ འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷའི་འཇིགས་པ་ལས་སྐྱོབ་སྟེ་ འཕྲུལ་གྱི་རྐྱེན་སེལ་

རོགས་འབད་དཔ་ཨིན་མས། ཡེ་ཤེས་ལྷུན་གྲུབ་ (༢༠༡༩) དང་འཁྲིལ་རུང་ དཔའ་བོ་ཟེར་མི་འདི་ དངོས་མེད་ལྷའི་རྒྱབ་འཛུལ་ཏེ་ འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་དང་གདོན་བགེགས་ཚུ་གི་འཇིགས་པ་ལས་ བྱུང་བའི་ན་ཚ་ལས་སྐྱོབ་མི་དང་ ཁོང་ལས་ཟས་ནོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་དང་གཡང་ཞུ་སྟེ་ འཕྲུལ་གྱི་དོན་གྲུབ་ནི་དང་ ཕུགས་ཀྱི་རྐྱེན་སེལ་ཐབས་ལུ་ སྔོན་ལམ་བཏབ་གནང་མི་ཅིག་ལུ་ སླབ་ཨིན་ཟེར་རྒྱབ་གནོན་བཀོད་དེ་འདུག། གཡུས་གོ་དེ་ནང་དཔའ་བོ་འཆམ་ནིའི་སྲོལ་དེ་ སྔོན་ས་གཞིས་ཆགས་པའི་སྐབས་ལུ་ར་ཡོདཔ་སྦེ་བཤདཔ་ཨིན་པའི་ཁར་ དཔའ་བོ་སངས་རྒྱས་རྡོ་རྗེ་གིས་ཡང་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་གི་ས་གཞིས་གནོན་མི་ར་ དཔའ་བོ་གི་རྒྱབ་ལྷ་བདེ་དབང་མོ་ཨིནམ་ལས་ ས་གཞིས་ཆགས་པའི་སྐབས་ལུ་ར་ དཔའ་བོ་འཆམ་ནིའི་སྲོལ་སྲོད་ཡོདཔ་ཨིན་མས་ཟེར་སླབ་ཅི ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༥/༡༢/༢༠༢༢)། དེ་བཟུམ་སྦེ་ མཆོད་པའི་དཔའ་བོ་གི་བཤད་རབས་ནང་ལས། ཁེངས་སྐད་ནང་སྦེ་ "གནམ་ཡ་བྲོང་པའི་བྲོང་ལོཔ། །ས་ཡ་ཆགས་པའི་བསྐང་ན། །ར་སའི་མི་ཕྱེན། །" ཟེར་སླབ་མི་དེ་ རྫོང་ཁ་ནང་སྒྱུར་བ་ཅིན་ ས་ཆགས་གནམ་ཆགས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ འོང་མི་མི་ཨིན་ཟེར་འཐེན་མི་ལུ་དཔྱད་རུང་ དཔའ་བོ་གི་སྲོལ་དེ་ སྔོན་ལས་ར་ཡོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཨིན་རུང་། གོང་དཀར་ངག་རྣམ་ (༢༠༢༠) གྱིས་ བོན་གྱི་སྲོལ་དེ་ ནང་བཙུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཚུ་ཆགས་ཚར་ཏེ་ ཕྱག་མཆོད་ཀྱི་རྟེན་མེད་པའི་སྐབས་ལུ་ འཛིགས་སུ་རུང་བའི་ཡུལ་ཚུ་ལུ་ སྐྱབས་འཚོལ་ནི་འགོ་བཙུགས་ཞིནམ་ལས་དར་ནུག་ཟེར་བཀོད་རུང་ འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་མཚན་ (༢༠༢༡) དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ བོན་གྱི་སྲོལ་དེ་ འབྲུག་ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ལུ་ དུས་རབས་༧ པ་ལས་དར་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ དཔའ་བོ་འཆམ་གྱི་སྲོལ་དེ་ཡང་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་ཡང་ དུས་ཚོད་དེ་བསྐང་ལས་ཚུར་ དར་དརཔ་ཨིན་མས།

མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་ དཔའ་བོ་གིས་གསོལ་མཆོད་ཞུ་མི་དེ་ དཔའ་བོ་གི་རྒྱབ་ལྷ་ བདེ་དབང་བཟང་མོ་ལུ་ གསོལ་ཁ་ཕུལཔ་དང་འབྲེལ་ ལོ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ ནད་མུ་གེ་ཞི། ཚེ་དང་བསོད་ནམས་འཕེལ། ཆར་ཆུ་འབབ། ལོ་ཕྱུགས་ལེགས་ནིའི་ ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཐབས་སྒྲིགཔ་ཨིན་ཟེར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡི། དེ་མ་ཚད་ གསོལ་མཆོད་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལོ་གཅིག་གིས་རྐྱེན་ངན་བཟློག་སྟེ་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་བྱིན་ཆགས་ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་བདེ་སྐྱིད་ཚུགས་ནི་དང་ དངོས་གྲུབ་ཚུ་བྱུང་ནི་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ དཔའ་བོ་

གིས་ ལྷ་ཆེན་ཨ་མ་ རིང་ལྷ་མོ། བྲག་ལྷ་མོ། མནྷ་མེད་གསུམ་ལས་ མགུ་ལུ་དབང་། ཁ་ལུ་བདུད་རྩི། ལགཔ་ལུ་བྱིན་རླབས། ལུས་ལུ་དྲོད། ཚེ་དང་བསོད་ནམས། དཔལ་དང་འབྱོར་པ་ཞུ་སྟེ་ མི་སེར་ལུ་གནང་ནིའི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ཁར་ དཔའ་བོ་གི་སྐུ་འཆམ་གནང་དགོ་པའི་རྒྱུ་མཚན་འདི་ཨིན་མས།

མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་ དཔའ་བོ་གི་བྱ་རིམ་དེ་འབད་བ་ཅིན་ ཟླཝ་༧ པའི་གནམ་གང་ལས་ སྒྲིབ་མ་རེག་པར་གསོལ་ཁ་ཕུལ་དགོཔ་དང་། གལ་སྲིད་ སྒྲིབ་རེག་པ་ཅིན་ལས་རིམ་ལུ་ལྷག་ཆད་ཞུགས་ནི་དང་གཡུས་གོ་དེ་ནང་རྐྱེན་ངན་བྱུང་ནི་ཨིནམ་ལས་ སྒྲིབ་མ་ཞུགས་པར་གནང་དགོཔ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ ཟླཝ་༨ པའི་གནམ་གང་ལས་ འགྲོ་དོན་མ་འབད་བར་སྡོད་དེ་ ཟླཝ་༩ པ་ལས་ཚུར་ བསང་རབ་ཕུལ་ཏེ་རང་ཟླ་༡༠ པའི་ཚེས་༡༣ ལུ་དྲོ་པ་ལས་ཕྱགསམ་འཕྱག། ཤིར་སྟོན་འཐིང་། ལྕགས་ཕུར་བརྡབས། ལུང་བསྟན་ཚུ་ཕབ་ཚར་ཞིན་ན་ དགྲ་བཏབ་དང་ཕྱག་འཚལ་བཏང་སྟེ་ ཁྱིམ་ནང་ལས་འཐོན་ཏེ་ མཆོད་པའི་གསོལ་མཆོད་ཞུ་བར་འགྱོཝ་ཨིན་ཟེར་ཨིན་མས། དེ་ལས་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་སྐབས་ལུ་ཡང་ གོང་གི་རིམ་པ་ཚུ་ཅོག་འཐབདཔ་སྦེ་ར་ ཚེས་༡༩ ལས་ ༡༥ ཚུན་མཆོད་པའི་ལས་རིམ་བསགས་ཏེ་ གསོལ་ཁ་གནང་སྟེ་ ཚེས་༡༧ གྱི་དྲོ་པ་ ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཕོགཔ་དང་བཅས་ ལྷ་ཁང་གི་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ དུ་ཀུ་ལུང་མཆོད་རྟེན་གྱི་རྩ་བར་སོང་སྟེ་ ལྷ་ཤུལ་ཟེར་ལྷ་ཚུ་ཁོང་རའི་གདན་ས་ལུ་ ལོག་གདན་འདྲེན་ཞུ་སྟེ་ ཁོ་ར་ལོག་ཁྱིམ་ནང་བྱོནམ་ཨིན་ཟེར་ ཨམ་དབྱངས་སྒྲོན་གྱིས་བཤད་ནི་འདུག (ངོ་རྒྱུད་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༨/༡༢/༢༠༢༢)།

བོན་པོའི་ལས་རིམ།

མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་ ལྷ་བོན་གསོལ་ནི་དེ་ཡང་ ལས་རིམ་གལ་ཅན་ཅིག་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ བསྟན་འཛིན་རྡོ་རྗེ་ (༢༠༢༡) གིས་ ཚེ་དེའི་སྐྱབས་དང་གྲོགས་གནང་མི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལུ་ བསྟོད་ཚིག་འདོན་ཏེ་ གསོལ་མཆོད་ཞུ་མི་ལུ་ ལྷ་བོན་གྱི་གསོལ་མཆོད་ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྦེ་ར་གཡུས་གོ་འདི་ནང་ལུ་ཡང་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ ཚེ་དེའི་སྐྱབས་དང་གྲོགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལྷ་བོན་གྱི་གསོལ་

མཆོད་ཞུ་ནིའི་དོན་ལུ་ བོན་གྱི་གསོལ་མཆོད་ཞུཔ་ཨིན་མས། བོན་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་མི་དང་སྤྱིལ་མི་ཚུ་ལུ་ བོན་པོ་ཨིན་ཟེར་ (རྡོ་རྗེ་འཕྲིན་ལས་ཚུ་༢༠༢༡) དང་ སྐྱབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན་ (༢༠༠༩ ཤོག་གྲངས། ༡༩༣) གྱིས་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ དུས་སྟོན་དེ་ཁར་ བོན་པོ་གིས་ ཕོང་རའི་དཔའ་གཟརཔ་དྲུག་དང་གཅིག་ཁར་ ལས་རིམ་གནང་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་གནངམ་ཨིན་མས། དེ་བཟུམ་མའི་གསོལ་མཆོད་འདི་ མི་སྡེ་གི་གསོལ་མཆོད་ཨིནམ་ལས་ རིག་འཛིན་ (Rigzin, 2013) གིས་ཡང་ མི་སྡེ་སོ་སོ་ནང་ལུ་ལྷ་གསོལ་མ་འདྲཔ་ཡོད་མི་ཚུ་གར་ ལྷ་ལུ་མཆོད་ཕུལ་བའི་ཆོ་ག་ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ མཆོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ བོན་པོ་དང་དཔའ་བོའི་ལས་རིམ་ཡང་ མི་སྡེའི་གསོལ་མཆོད་གལ་ཅན་ཅིག་ཨིན་མས།

བོན་ཆོས་འདི་ སྐྱབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན་ (༢༠༠༩) གྱིས་ ཞང་ཞུང་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་འཛིན་མི་ཞབས་དྲུང་མཆན་ལྡན་བདེ་བ་ཟེར་ མི་འབྲུག་ལུ་བྱོན་ཏེ་སྐུ་འབུམ་དགོན་དང་ སེ་བ་སྒང་ལ་སོགས་པ་ བོན་གྱི་གདན་ས་བཏབ་སྟེ་ བོན་ཆོས་དར་ཡོདཔ་མ་ཚད་ བོན་ལུགས་ཀྱི་བསྐང་གསོ་དང་ སྲིད་རྒྱལ་མོའི་གསོལ་ཁའི་རྒྱུན་ཚུ་གནང་བའི་མཐར་ འབྲུག་ལུ་དར་ཁྱབ་སོང་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྦེ་ར་ ཕན་བདེ་དབང་ཕྱུག་ (༢༠༡༥ ཤོག་གྲངས། ༣༣༩) དང་ འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་མཚན་ (༢༠༢༡) གིས་ དུས་ཚོད་ལུ་དཔྱད་པ་ཅིན་ དུས་རབས་༧ ནང་ལུ་ དར་ཡོདཔ་འབད་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ གཡུས་གོ་དང་ལྷའི་གཡུས་གོ་དེ་ནང་ཡང་ བོན་ཆོས་འདི་དུས་ཚོད་དུས་བསྐང་ར་ དར་ཡོདཔ་འོང་ནི་ཨིན་མས།

ལྷ་བོན་གསོལ་མི་དེ་ ངང་ལྷ་རྐྱེན་འོག་གི་མི་སེར་གྱི་རྐྱེན་ངན་བཟློག་ཐབས། ལོ་ཕྱུགས་ལེགས་ཐབས་དང་ བསམ་དོན་གྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ མེད་ཐབས་མེད་པའི་ལས་རིམ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་ བོན་པོ་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས་བཤད་ནི་འདུག་ (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༧/༡༢/༢༠༢༢)། དེ་བཟུམ་སྦྲི་ ར་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་མི་དང་ལོ་ཐོག་ དེ་ལས་ སེམས་ཅན་གྱི་རྐྱེན་བར་ཆད་བསལ་ཏེ་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས་ཏེ་ ཕུན་སུམ་ཚོགས་ནིའི་དོན་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཨིན་མས། བོན་གྱི་སྲོལ་དེ་ལུ་ བོན་དཀར་དང་བོན་ནག་ཟེར་ལྷམ་པ་གཉིས་

ཡོད་ས་ལས་ གཡུས་གོ་འདི་ནང་ཡོད་པའི་ བོན་གྱི་ལྷ་གསོལ་འདི་ བོན་དཀར་གྱི་སྲོལ་ཅིག་ཨིན་མས། མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་བོན་པའི་ལས་རིམ་དེ་ རང་ལྷོ་༡༠ པའི་ཚེས་༡ ལས་ ཚངས་རབ་ཟེར་བློ་སྦྱོང་འབད་ནི་དང་ སྒྲིབ་མ་ཐོག་པར་གཙང་ཏོག་ཏོ་སྦྲེ་སྦོད་དེ་ ཟླཝ་བཅུ་པའི་ཚེས་༡༩ གི་དྲོ་པ་ལྷ་ཁོ་རའི་ཁྱིམ་ནང་ གཤེར་སྣན་ཟེར་གདན་གཅིག་འཐིང་། ཅོག་ཅོ་གུར་ ལྷ་གདན་ཟེར་དང་ལག་གི་འདབ་མ་གཅིག་བཀལ། ཆང་མཆོད་དང་བཤང་བཏང་སྟེ་ དུས་སྟོན་དེ་ནང་མཆོད་གསོལ་ཞུ་བ་འོངམ་ཨིན་མས།

དེ་ལས་གྲོང་ཁྱིམ་རེ་རེ་ནང་ལུ་ ས་གནོན་འབདཔ་ཨིན་པའི་ཁར་ གྲོང་པ་དང་པྲམ་པ་རེ་རེ་གིས་རེ་རེ་བཏོན་མི་ དཔའ་གཟངས་ཚུ་ལུ་བཀའ་གདམས་ཨིན་མས། དཔའ་གཟངས་ཟེར་མི་འདི་ བོན་པོའི་གྲོགས་རམ་འབད་མི་སྤྱི་ཚན་ཅིག་ལུ་སླབ་ཨིནམ་དང་ དེ་བསྐང་ བོན་པའི་ལས་རིམ་དེ་ལུ་ འཐུས་མ་ཤོར་བར་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་ལུ་ ཆ་རོགས་འབད་དགོ་པའི་ བཀའ་གདམས་གནངམ་ཨིན་མས། རང་ལྷོ་༡༠ པའི་ཚེས་༡༥ ལུ་ ལྷ་བྲང་མཆོད་རྟེན་ཡོད་སར་དཀྱིར་འཁོར་བཟོ་སྟེ་ ལྷ། ཀླུ། བཙན། བདུད་ལས་དངོས་གྲུབ་ཚུ་ཞུ་སྟེ་ ཤ་ལ་བའི་ཐམ་བླ་ཟེར་ ངང་ལག་ཤིང་ཤོམ་འདབ་ཀྱི་མོ་བཏབ་སྟེ་ དངོས་གྲུབ་དང་བྱིན་རླབས་གནངམ་ཨིན་ཟེར་བོན་པོ་ཚོས་གྲགས་ཀྱིས་སླབ་ཅི (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༥/༡༢/༢༠༢༢)། ཨིན་རུང་ དབྱངས་སློབ་འཆི་མེད་ (༢༠༠༤) དང་ རྫ་དཔལ་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་ (༢༠༠༢) གིས་ འཇིག་རྟེན་ལྷ་ཚུ་ སངས་མ་རྒྱས་པར་འཁོར་བའི་བཙོན་ནང་བཅིང་སྟེ་ཡོདཔ་ལས་ ཕྱུགས་ཀྱི་སྐྱབས་མི་བཏུབ་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་གི་ འཕྲལ་གྱི་དོན་ལུ་ཕན་པའི་དངོས་གྲུབ་དང་བྱིན་རླབས་མ་གཏོགས་ ཕྱི་མའི་སྐྱབས་དེ་མི་བཏུབ་ནི་ཨིན་མས།

དེ་ལས་ རང་ལྷོ་༡༠ པའི་ཚེས་༡༦ ལུ་ ལྷ་བྲང་གསེར་གྱི་གྲུ་བཞི་གི་མཆོད་རྟེན་ལས་ ཨ་མ་རིང་ལྷ་མོའི་ཕུད་སྲིབ་དེ་ དངོས་གྲུབ་དང་བྱིན་རླབས་སྦྲེ་ཞུ་འབག་སྟེ་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་གནངམ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ རྣམ་དག་བདུད་རྩིའི་ཕུད་ཟེར་ཆང་མཆོད་ཞིནམ་ལས་ ལྷ་མཁན་པའི་ཁྱིམ་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ རིམ་པ་བཞིན་དུ་གྲོང་བཤལ་རྒྱབ། ཁ་འབྲལ་ལེགས་སྨོན་ཕུལ་ཞིནམ་ལས་ ཚེས་༡༧ གྱི་དྲོ་པ་ཁོ་རའི་ཁྱིམ་ནང་ འགྲོལཔ་ཨིན་ཟེར་ བོན་པོ་ཚོས་གྲགས་ཀྱིས་བཤད་ནི་འདུག (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༧/༡༢/༢༠༢༢)། ཨིན་

རྟང་ བོན་པའི་ཕྱག་ཞུ་མི་དཔའ་གཟེར་པ་རྩ་ གནམ་ཁ་འཕུར་རྟང་འཕུར་ཚོག་ཚོག་དང་ ས་ཁར་འཛུལ་རྟང་འཛུལ་ཚོག་པའི་ དབང་པོ་རྩལ་དྲགས་ སྲུ་བདེ་དྲགས་འོང་དགོས་ཡིན་ཟེར་བཤད་སྲོལ་ཡོད་རྟང་། ད་རེས་ནངས་པ་ ཁྱད་ཆོས་ཚང་བའི་མི་རྩ་གིས་ ལས་རིམ་དེ་ལྟ་ ཡིད་ཆེས་དང་བརྩི་མཐོང་བསྐྱེད་མ་བཏུབ་པར་ རྩ་རྒྱས་དང་ཁ་མེད་དབང་མེད་རྩ་བཙུགས་ཏེ་ འབད་དགོས་འཐོན་ཏེ་ཡོདཔ་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་གིས་ལྷ་རྟོག་བྱུང་ཡི། ལྷག་པར་དུ་ མཆོད་པ་དེ་ནང་ཆོས་དང་བོན་ཆོས་འདྲེས་པའི་དུས་སྟོན་ཅིག་ཨིནམ་ལས་ ནང་ཆོས་ཀྱི་ལས་རིམ་མདུན་བཟུང་སྟེ་འོང་བའི་སྐབས་ལུ་ བོན་པོ་དང་དཔའ་བོ་གི་ལས་རིམ་དེ་ ཕྱིར་བཏོན་ལུས་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོདཔ་ལས་ མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་ དཔའ་བོ་དང་བོན་པོའི་གསོལ་ཁ་ཁག་ཆེ་རྩལ་དང་ལས་རིམ་དེའི་དགོས་ཁུངས་ ལོགས་སུ་སྤྲེ་འཁོད་དེ་འཚོལ་ཞིབ་འབད་མ་བཞག་པ་ཅིན་ བྱིན་ཅན་དང་དགོས་ཁུངས་ཆེ་བའི་ རྨང་གཞི་ཨིན་པའི་ བོན་དཀར་གྱི་ལས་རིམ་གཉིསཔོ་དེ་ ཡུན་བརྟན་དུ་གནས་ཚུགས་པར་ལཱ་ཁག་འོང་ནི་ཨིན་མས། ལྷག་པར་དུ་ དཔའ་བོ་དང་བོན་པོ། འཛོམས་མཁན་འཆམ་དཔོན། དཔའ་གཟེརཔ་རྩ་གིས་ ཁ་སྐྱུང་ཟེར་ ཟ་འཐུང་ཟས་ཁ་སྐྱུང་དང་ ལུས་འབྲེལ་གྱི་སྒྲིབ་མ་རེག་པར་སྐྱུང་དགོས་ལས་ དེ་རྩ་ལེགས་ཤོམ་སྦྲེ་མ་སྐྱུང་པ་ཅིན་ ལྷ། ཀླུ། བཙན། བདུད་ལུ་ སྒྲིབ་ཞུགས་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་ཁར་ རང་དང་མི་སྡེ་ལུ་ཡང་ རྐྱེན་ངན་འབྱུང་སྲིད་ནི་ཨིནམ་ལས་ ཁ་སྐྱུང་དེ་ དམ་གཟབ་འབད་དེ་ སྐྱུང་དགོས་གལ་ཆེ་ནི་ཨིན་མས།

རྒད་པོ་པ་དང་རྒན་མོ་མ་གི་འཆམ་གྱི་ལས་རིམ།

རྒད་པོ་པ་རྒན་མོ་ཟེར་མི་འདི་ ཨ་རྒས་ཨང་རྒས་ཀྱི་འཆམ་ཨིན། རྒད་པོ་པ་དེ་ ལྷའི་གཡུས་ལས་ལྷ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ མི་ཡུལ་ལུ་ཚེ་གི་དངོས་གྲུབ་དང་ དཔལ་དང་འབྱོར་པ་ དེ་ལས་ཞི་བདེ་སྤེལ་བར་ གཏང་ཡོདཔ་སྦེ་ རབ་བརྟན་ (Rabten, 2004) གྱིས་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྦེ་ར་ རྒད་པ་པོ་བསུ་བ་འབད་བའི་སྐབས་ཀྱི་ཁ་བཤད་ནང་ལས་ཡང་ "ཨཪོ། རྒད་པོ་ནི་སྟེང་ལྷ་ཡུལ་ནས་ཡོངས། །སྟེང་ལྷ་ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་སྦྱིན་གྱིས་བཏང་ཡི་ལགས། །འཆི་བ་མེད་པ་ཚེ་ཡི་དོངས་གྲུབ། །ཟད་པ་མེད་པ་ནོར་གྱི་དངོས་གྲུབ། །བརྒྱུད་པ་འཛིན་པ་བུ་གི་དངོས་གྲུབ། །མི་ནོར་ཟས་གསུམ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་དངོས་གྲུབ་གནང་བ་ཡིན་ལགས། །" ཟེར་སླབ་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ རྒད་པ་པོའི་ཁ་བཤད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ནང་ཡང་དེ་སྦེ་བཀོད་དེ་

འདུག། དེ་བཟུམ་སྦེ་ར་ ཀྲད་པོ་ཀྲན་མོའི་འཆམ་དེ་ རིན་འཛིན་ (Rinzin, 2023) གྱིས་ མི་ནོར་ཟས་གསུམ་དར་ཞིང་རྒྱས་ནི་དང་ ཚེ་གི་དངོས་གྲུབ་གནང་སྟེ་ ཞི་བདེ་སྤེལ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ ཀྲད་པོ་ཀྲན་མོའི་འཆམ་འདི་ བྱིན་རླབས་ཅན་དང་སྤྲོ་བ་ཅན་གྱི་ འཆམ་ཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ མི་སེར་མང་ཤོས་ཀྱིས་ར་ སྐུ་འཆམ་འདི་ སྤྲོ་བ་བསྐྱེད་དེ་མཇལ་སར་མཐོང་ཅི།

ཀྲད་པོ་པ་དང་ཀྲན་མ་མོའི་འཆམ་དེ་ ཨཔ་ལྷུན་གྲུབ་ཀྱིས་སློབ་མི་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ སྦུམ་འཕྲང་བླམ་གཡུས་གོ་དེ་ཁར་བྱོན་པའི་སྐབས་ལུ་ དེ་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ བླམ་ལུ་སྐུ་འཆམ་དགོ་པའི་གསོལ་འདེབས་ཞུ་བའི་སྐབས་ལུ་ གཞི་བཙུགས་མཛད་གནང་ནུག་ཟེར་སླབ་ཅི (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༥/༡༢/༢༠༢༢)། དེ་བཟུམ་སྦེ་ར་ རབ་བརྟན་ (Rabten, 2004) གྱིས་ཡང་ ཀྲད་པ་པོ་དེ་ བུམ་ཐང་ཨུ་རག་ལས་སྦེ་ ཁེངས་སྐོ་ཤིང་ལུ་ལྗོད་ཡོདཔ་དང་ དེ་བསྒང་བདུད་དམ་ལུ་བཏགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་སྲོལ་བཀོད་ལུགས་དཔྱད་པ་ཅིན་ སྐོ་ཤིང་གི་མཆོད་པ་དེ་ ངང་ལྷ་མཆོད་པ་ལས་དཔེ་བླངས་ཏེ་ མི་རབས་ ༣ འགྱོ་ཡོདཔ་སྦེ་ དེ་ཉིད་ཀྱིས་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ ངང་ལྷ་ཀྲད་པ་པོའི་བྱུང་ཁུངས་ཡང་ བུམ་ཐང་ཨུ་རག་ལས་ཨིནམ་སྦེ་ ཁུངས་གཏུགས་དགོཔ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ ཀྲད་པ་པོ་གིས་ སྟོན་དར་ཕུལ་མི་ཁ་བཤད་ནང་ལུ་ རྒྱུད་པའི་འགྲོ་དོན་གྲུབ་ཆེན་པདྨ་གླིང་། །ཙ་རྒྱུད་བླ་མའི་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱག་ལུ་སྟོན་དར་ཕུལ། །ཟེར་ཡོད་མི་ལུ་དཔྱད་རུང་ པད་གླིང་སྦུམ་འཕྲང་ལས་བརྒྱུད་པའི་ པདྨ་གླིང་པ་དེ་ཙ་རྒྱུད་ཀྱི་བླམ་སྦེ་བཤད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ པད་གླིང་དང་འབྲེལ་བའི་འཆམ་ཅིག་ཨིན་མས། ལྷག་པར་དུ་ ཁེངས་དང་བུམ་ཐང་ཨུ་རག་གི་ བར་ན་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྦྲོམ་ཡོད་པའི་ཁར་ སྦུམ་འབྲང་གི་བླ་རྒྱུན་ཁེངས་ལུ་བྱོན་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ འཆམ་དེ་བུམ་ཐང་ལས་བྱོན་མི་ པད་གླིང་བླམ་གིས་མཛད་གནང་གནངམ་ཨིན་རུང་ སྦུམ་འབྲང་བླམ་ག་གིས་འགོ་ཐོག་སྲོལ་གཏོད་ཡི་ག་ གཏན་གཏན་ཤེས་མི་ཚུགས་པས།

ཀྲད་པོ་ཀྲན་མོའི་འཆམ་དེ་ རང་ཟླ་༡ པའི་ཚེས་༡༥ གི་དྲོ་པ་ སྐུ་འཆམ་གནང་ནི་འགོ་བཙུགསཔ་ཨིན་མས། དེ་བསྒང་ ཀྲད་པོ་པ་གིས་ དང་པ་ར་ཙ་བའི་བླ་མ་ལུ་ཁ་བཟང་ཞུ། གཉིས་པ་གདོང་ཚང་བསྒྲིག་མི་དེ་མཆོད། གསུམ་པ་ཁ་བཤད་མདོར་བསྡུས་དང་ སྟོན་དར་གྱི་ལས་རིམ་དང་ ལྷ་ཁང་གི་ཕྱི་ཁར་སྐོ་མ

བཞི་བསྡམས་དེ་ཡོདཔ་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་གིས་ལྟ་རྟོག་བྱུང་ཡོད། དེ་ལས་ཕྱི་ཟླ་ཁམས་ལུ་ གྲོང་ཁྲིམ་སྐོར་ར་རྒྱབ་སྐབས་ གྲོང་ཁྲིམ་རེ་རེའི་ནང་ ཁ་བཟང་། གདོང་ཆང་། ཁ་བཤད་དང་སྟན་དར། བཀྲ་ཤིས། དབང་གནང་ཞིན་ན་ལྷ་ཚོགས་ཚུ་ཞུ་སྟེ་ སྐུ་འཆམ་གནང་སྲོལ་ཡོད་རུང་ ལྷ་སྨན་པའི་ཁྲིམ་ནང་ལྷོདཔ་ད་ཁྲིམ་མཇུག་འབདཔ་ལས་ གཡུས་ཚན་སྐོར་ར་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ག་ཅི་ར་ཐོབ་ཅི་ག་སྟོནམ་ཨིན་ཟེར་བའི་ཚུལ་ལུ་ ཅཏུ་ཅེ་ལས་རིམ་ཟེར་མི་ཅིག་འཛེབ་བཀལ་ཏེ་ ལོག་མགོན་ཁང་བཞུགས་རབས་གནངམ་ཨིན་ཟེར་ ཀྲད་པོ་པ་རིན་ཆེན་གྲགས་པ་གིས་སླབ་ཅི (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༥/༡༢/༢༠༢༢)། དེ་ལས་ཟླཝ་༡༠ པའི་ཚེས་༡༨ གི་ནུབ་མོ་ལོག་མགོན་ཁང་ལས་འཐོན་པའི་སྐབས་ལུ་ དང་པ་རྩ་བའི་བླ་མ་ལུ་ཁ་བཟང་ཞུ། བཤད་རབས་མདོར་བསྡུས་ཅིག་བཏང་། སྟན་དར་གྱི་ལས་རིམ་དང་ལྷ་ཚོགས་ཚུ་ཞིན་ན་ལྷ་ཁང་གི་ཕྱི་ཁར་འཐོན་པའི་འཕྲོ་ལས་ ཁ་འབྲལ་ལེགས་སྨོན་གྱི་ལས་རིམ་གནང་སྟེ་མཇུག་བསྡུཔ་ཨིན་མས། ཀྲན་མོ་མ་གི་འཐད་ཁར་ལྷོདཔ་ད་ ཁ་སླབ་ནི་མེད་རུང་ ཀྲད་པ་པོ་འདྲན་འདྲ་འཆམ་རྒྱབ་སྟེ་ ལས་རིམ་ཅོག་འཐདཔ་སྦྲི་གནང་སྲོལ་འདུག། དུས་སྟོན་དེ་ནང་ལུ་ ཀྲད་པོ་པ་དང་ཀྲན་མོ་མ་དེ་ ལས་རིམ་གཙོ་བོ་ཅན་ཅིག་འབདཔ་ལས་ ད་ལྟོའི་ལས་འགན་འབག་མི་དེ་མེད་པའི་དུས་ལུ་ ཁོང་གི་ཚབ་སྦྲི་འབད་མི་འོང་ག་ཟེར་བའི་ཚ་གྱང་དང་ ཀྲད་པ་པོ་དང་ཀྲན་མ་མོ་དེ་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་ཡོད་པའི་ མི་དམངས་ཀྱིས་བསྐོ་བཞག་འབད་རུང་ ཁ་བཟེད་མ་བཏུབ་པའི་གནས་སྟངས་ལུ་ལྷོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ དེའི་དོན་ལུ་འཆར་གཞི་དང་སྲིད་བྱུས་ལེགས་ཤོམ་སྦྲི་བརྩམ་དགོཔ་འདུག། དེ་མ་ཚད་ ལས་རིམ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་དཔའ་བོ་དང་བོན་པོ་ཀྲད་པོ་པ་དང་དེའི་ཕྲུག་ཞུ་མི་ཚུ་ལུ་ ཐོབ་ལམ་རིམ་པ་ག་ནི་ཡང་མེདཔ་ལས་ ལས་རིམ་ནང་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་མ་བཏུབ་པར་ ལྷ་ཁག་རྒྱབ་སྟེ་ཡོདཔ་ལས་ སེམས་གསོའི་ཚུལ་སྦྲི་དཔྱལ་ཕོག་དང་ དེ་མེན་རུང་ ལས་རིམ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་བའི་ཉིནམ་ལས་ཚུར་ རྒྱལ་ཡོངས་ལས་མི་གླ་ཆ་ཅིག་ གཞུང་གིས་གནང་ཚུགས་པ་ཅིན་ སེམས་ཤུགས་འཐོབ་ནི་དང་དུས་ཚོད་ལག་ལེན་འཐབ་མི་དེ་ དོན་ཡོད་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནི་ཨིན་པས་ཟེར་ ཨམ་དབྱངས་སྒྲོན། ཀྲད་པ་པོ་རིན་ཆེན་གྲགས་པ་དང་ དཔའ་བོ་སངས་རྒྱས་རྡོ་རྗེ་གིས་ཚུ་གིས་བཤད་ནི་འདུག (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ།

༡༨/༡༢/༢༠༢༢)། དེ་འབདཔ་ལས་ དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ལམ་སྲོལ་ཡུན་བརྟན་འབད་ནི་ལུ་ ཕན་ཐབས་སྒྲོམ་སྒྲི་ར་བྱུང་ནི་ཨིན་མས།

བཀའ་གདམས་སྐོར་པའི་ལས་རིམ།

བཀའ་གདམས་སྐོར་པ་ཟེར་མི་འདི་ མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་ རྩ་བའི་བླམ་གིས་བཀའ་གནང་ཡོད་མི་ཚུ་འཐུས་ཤོར་མེད་པར་ལེགས་ཤོམ་སྒྲི་ བདག་འཛིན་འཐབ་མི་ཅིག་ལུ་གོཔ་ཨིན་ཟེར་སླབ་མི་དང་ བན་ཤུལ་འཇམ་དབྱངས་ཡེ་ཤེས་ (༢༠༢༡) གྱིས་བཀའ་གདམས་པ་ཟེར་མི་འདི་ དུས་རབས་༡༡ ལུ་ཇོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤས་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་གཅིག་ཡང་མ་ལུས་པ་གདམས་པའི་ ཆོས་ལུགས་ཅིག་ཨིན་ཟེར་སླབ་མི་ལུ་དཔྱད་པ་ཅིན་ བླ་མའི་བཀའ་མ་ཤོར་བར་བདག་འཛིན་འབད་མི་ལུ་ གོ་ནི་ཨིན་མས། ཨཔ་ལྷུན་གྲུབ་(ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༧/༡༢/༢༠༢༢) གྱིས་སླབ་མི་ནང་ བཀའ་གདམས་སྐོར་པ་ཚུ་ བླ་མའི་བཀའ་ཟེར་མི་ཚུ་འཐབ་འཛིང་འབད་མ་བཅུག་པར་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ཁར་ དཀའ་ངལ་ག་ཅི་འབྱུང་རུང་བསལ་མི་ཨིན་པའི་ཁར་ སྒོང་པ་དང་པྲམ་པ་རེ་རེ་ལས་ སྐོར་པ་རེ་རེ་བཏོན་ཨིན་ཟེར་སླབ་ཅི། བཀའ་གདམས་སྐོརཔ་ཚུ་གིས་ལྷ་ཁང་ནང་ལས་ བཀབ་ནེ་ཕྱག་རྒྱབ་ རང་ལུགས་འབྲུག་པའི་ཆས་ གཟབ་སྒྲོ་སྒྲིག་སྟེ་ དང་པ་ལྷ་སྨན་པའི་ཁྱིམ་ནང་འཛུལཔ་ཨིན། གཉིས་པ་ བྲེ་ལྷ་དང་སྦྲུར་པའི་ཁྱིམ་ནང་འཛུལ། མཇུག་ར་ མགོ་ཆེ་གི་ཁྱིམ་ནང་སྒྲི་ རྩ་བའི་བླམ་གྱིས་བཀའ་གྲོལཔ་ཨིན་ཟེར་ འཐབ་འཛིང་དང་དཀའ་ངལ་བྱུང་ཡོད་མེད་ལྟ་རྟོག་འབདཔ་ཨིན་མས། དེ་བསྐང་ ཨ་ལེགས་ལོ་མོའི་གཞས་གླུ། ཆང་ཚང་སྐོར་མོ། མར་ཆང་གི་རིམ་པ་བཙག་སྟེ་ ཞབས་ཁྲ་གཞན་ལེའུ་གསུམ་རེ་འཁྲབ་ཨིན་ཟེར་ ཨཔ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་བཤད་ནི་འདུག (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༧/༡༢/༢༠༢༢)། ཨིན་རུང་ མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་ བདེ་སྲུང་དང་ཁྲིམས་སྲུང་འགག་པ་ཚུ་གིས་ དུས་སྟོན་ལྟ་རྟོག་འབད་དེ་ ཉེན་སྲུང་འབད་བར་འོང་མི་དེ་ ལེགས་ཤོམ་ཨིན་རུང་ བཀའ་གདམས་སྐོར་པའི་ལས་འགན་དེ་ ཁུངས་མེདཔ་འགྱོཔ་ལས་ འགན་དབང་དེ་བཀའ་གདམས་པ་ལུ་ར་བཞག་པ་ཅིན་ ལས་རིམ་དེ་གི་ དམིགས་དོན་དང་དགོས་པ་བསྒྲུབས་ཏེ་ མིང་དོན་མཐུན་པའི་ལས་རིམ་ཅིག་འོང་ནི་ཨིན་མས།

པད་མ་གླིང་པའི་འཆམ་གྱི་ལས་རིམ།

ཁ་རྒྱུན་ལས་པདྨ་གླིང་པའི་འཆམ་དེ་ སྟོན་མ་པདྨ་གླིང་པ་མཆོག་ཁེངས་སྨད་ལུ་བསོད་སྙོམས་ལུ་བྱོན་པའི་སྐབས་ལུ་ མཛད་གནང་གནངམ་ཨིན་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། དེ་མ་ཚད་ གཏེར་བཏོན་པདྨ་གླིང་པའི་བླ་བརྒྱུད་ཅིག་གིས་ གཏེར་སྟོན་མཆོག་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་ ཚོགས་རྫོགས་ཐབས་ལུ་ ཁེངས་ལུ་བསོད་སྙོམས་ལྷང་པར་བྱོན་པའི་ཚུལ་དང་ ས་གཞིས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་གནང་པའི་ཚུལ་སྟོན་པའི་དོན་ལུ་བཙུགས་བཙུགསཔ་ཨིན་མས། ལྷག་པར་དུ་ ངང་ལྷའི་པདྨ་གླིང་པའི་འཆམ་གྱི་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ། "པདྨ་གླིང་པའི་ཆོས་ལུགས་ལ། །རྒྱལ་བ་རིགས་ལྔའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།" ཟེར་བའི་ཚིག་དང་ "བྱིན་ཆགས་པར་ཤོག། གཡང་ཆགས་པར་ཤོག། ལོ་ལེགས་པར་ཤོག།" ཟེར་བའི་ཚིག་བརྗོད་དེ་ པད་སྐོར་བསྐྱིར་ཅི་ར་བཀྲ་ཤིས་བཏོར་ནི་དང་ འབྲུ་སྣའི་མིང་བརྗོད་དེ་ ལེགས་པར་ཤོག་ཟེར་སླབ་མི་ལུ་དཔྱད་པ་ཅིན ས་གཞིས་བྱིན་གྱིས་རླབས་པའི་ཚུལ་སྦྲེ་ པད་གླིང་བླ་མ་གཅིག་གིས་ གསོལ་གཏད་གནང་གནངམ་ཨིན་མས།

གཏེར་སྟོན་པདྨ་གླིང་པ་མཆོག་གིས་ སེངྒེ་སྣ་རིང་བྲག་ལས་ གཏེར་གྱི་སྒྲོམ་གཅིག་གཏེར་དང་པ་སྦྲེ་བཞེས་གནང་བའི་ཤུལ་ལུ་ (ཕུར་པ་རྡོ་རྗེ་ ༢༠༢༡) མཁའ་འགྲོའི་ལུང་བསྟན་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ མཁའ་འགྲོ་ལྷ་ལྷན་གྱི་འཆམ་ཅིག་ སྐུ་འཆམ་གནང་སྟེ་ འགྲོ་དོན་བསྐྱངས་ཡོད་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག་ (པད་མ་ཚེ་དབང་། ༡༩༩༩)། དེ་ལུ་དཔྱད་པ་ཅིན་ མཆོད་པའི་སྐབས་ལུ་རྒྱབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ པདྨའི་གླིང་པའི་འཆམ་དེ་ཡང་ རྒྱལ་བ་རིགས་ལྔའི་ཚུལ་ཨིན་ཟེར་ དབུ་ལུ་རིགས་ལྔ་བཞེས་ཏེ་ གྱངས་ཁ་ལྔ་འབད་མིའི་འཆམ་རྒྱབ་པའི་ཁར་ རྒྱལ་བ་རིགས་ལྔའི་བྱིན་གྱིས་རླབས་པའི་ ཚིག་བརྗོད་མི་ལུ་བལྟ་བ་ཅིན་ མཁའ་འགྲོ་ལྷ་ལྷན་གྱི་གཏེར་འཆམ་དེ་ཨིན་མས། སྐུ་འཆམ་གྱི་ལས་རིམ་འབད་བ་ཅིན་ ཨཔ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་ (ངོ་རྒྱུད་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༧/༡༢/༢༠༢༢) སླབ་མི་ནང་ སྐུ་འཆམ་དེ་ རང་ཟླ་བཅུ་པའི་ཚེས་༡༥ ལུ་ དང་པ་ར་ལྷ་ཁང་ནང་ན་གནང་ཞིནམ་ལས་ གཉིས་པ་མགོ་ཆེ་དང་སྦྱར་པ། བྲེ་ལྷ་དང་ལྷ་སྣན་པའི་ གྲོང་ཁྱིམ་གདོང་ཁར་གནང་ཚར་ཏེ་ གསུམ་པ་ལོག་ལྷ་ཁང་གི་ཐང་ནང་ སྐུ་འཆམ་གནང་ཐོག་ལས་མཇུག་བསྡུཔ་ཨིན་ཟེར་སླབ་ཅི། སྐུ་འཆམ་དེ་དང་ལྷན་གཅིག་ཏུ་ པདྨ་གླིང་པའི་རྟ་ཨིན་ཟེར་ ཕོ་མཚན་གྱི་ཤིང་ཅིག་གཤེད་མི་དང་ ཨ་ཙྲུང་གཅིག་ཡོདཔ་སྦྲེ་ལྷ་རྟོག་བྱུང་ཡོད། དེ་མ་ཚད་ པདྨ་གླིང་པའི་འབུལ་བ་འབབ་མི་

རྟ་དང་ དེའི་བྱུང་ཡིན་པའི་ཁར་ རྟ་གིས་ཕོ་མཚན་བཤེད་མི་དེ་ མི་ཁ་བཟློག་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་ཟེར་སླབ་ནི་འདུག། དེ་འབདཔ་ལས་ མཆོད་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ཁར་ ད་རེས་ཡོད་པའི་ལས་རིམ་གྱ་ དེ་སང་དང་ གཞན་ཁར་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་པའི་ འཆམ་དང་ལས་རིམ་ཚུ་གསརཔ་བཙུགས་པ་ཅིན་ དེ་གིས་འབད་སྟོན་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ རིམ་གྱིས་ཉམས་འགྱོ་ནི་འདི་ངེས་བརྟན་ཨིནམ་ལས་ མཆོད་པའི་ལས་རིམ་དེ་སྟོན་ག་ཨིནམ་ར་འཛམགས་སྦེ་ར་ མ་དགྲོགས་པར་བཞག་པ་ཅིན་ ཡུན་བརྟན་སྦེ་གནས་ཚུགས་ནི་ཨིན་མས།

གཟབ་འཆམ་གྱི་སྐོར།

གཟབ་འཆམ་དེ་ ཟླ་བ་བཅུ་པའི་ཚེས་༡༥ གི་དྲོ་པ་ གུ་རུ་རྡོ་རྗེ་གྲོ་ལོད། ཕྱག་ན་རྡོ་རྗེ། སེང་གེ་སྒྲ་སྒྲོག་གི་ཞལ་འབགཔ་བཙུགས་ཏེ་གནང་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་ གནོད་པའི་གདོན་དང་འབྱུང་པོ་ལྷ་སྲིན་གདུག་ཅན་ཚུ་ བདའ་ནིའི་དོན་ལུ་གནངམ་ཨིན་ཟེར་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྦེ་ར་ ཏེ་མ་མི་མ་ཡིན་པའི་གདོན་དང་འབྱུང་པོ་ཚུ་གིས་ མི་ཚུ་ལུ་གནོད་དེ་སྟོད་པའི་སྐབས་ལུ་ ཁྱིམ་གུང་རེ་རེ་ནང་ མེ་དབང་བགེགས་བསྐྲད་གནང་མ་ཚུགས་པར་ མི་དམངས་ཀྱི་མེ་དབང་བགེགས་བསྐྲད་ལུ་དམིགས་ཏེ་ གནངམ་ཨིན་ཟེར་ དབུ་མཛད་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་གིས་སླབ་ཅི (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། ༡༨/༡༢/༢༠༢༢)། འཆམ་དེ་ རྒྱད་པ་ཕོ་དང་རྒྱད་མོ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ སྦྲུག་ལུ་འཁྱིད་ཞིན་ན་ མགོན་ཁང་ནང་ལས་འཐོན་ཞིན་ན་ ལྷ་ཁང་བསྐོར་ར་རྐྱབ་ལན་གསུམ་རྐྱབ་ཞིན་ན་ མཇུག་ལུ་ལྷ་ཁང་གི་རྡོ་གཅལ་ཁར་སྐྱུ་འཆམ་གནང་སྟེ་ མཇུག་བསྡུཔ་ཨིན་མས།

མཇུག་བསྡུ།

ཁེངས་དང་ལྷའི་དུས་སྟོན་མཆོད་པ་ལྷ་དེ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ ཟླ་བ་༡༠ པའི་ཚེས་༡༩ ལས་ ༡༨ཚུན་དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་སྦེ་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་གི་གཞི་བདག་ ཨོ་ཕང་བདུད་ཆེན་དང་བདུད་ཀྱི་འཁོར་ དེ་ལས་བཙན་ཆེན་ལྡ་དང་ དེ་བཟུམ་སྦེ་ར་ ལྷ་ཆེན་ཨ་མ་གསུམ་དང་ དེའི་བུ་མོ་སྤུན་དགུ་ཚུ་ལུ་ གསོལ་ཁ་ཟེར་མཆོད་པ་ཕུལ་ཏེ་ མི་དང་ལོ་ཕྱུགས་ཀྱི་རྐྱེན་བར་ཆད་བསལ་ནི་དང་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ ཆགས་ནིའི་

དོན་ལུ་ དུས་སྟོན་བཅོ་སྒྲུང་ཞུཔ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ མཆོད་པ་དེ་ གཙོ་བོ་མི་སེར་ཚུ་ ལོ་གཅིག་གི་རིང་ ཤིང་དང་རྡོ་སོགས་མེ་བཏང་སྟེ་ སོ་ནམ་གྱི་ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ལྷ། ཀླུ། བཙན། བདུད་ཀྱིས་གནོདཔ་མ་བཀལ་བར་ བྱིན་རླབས་དང་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་རྗེས་དྲན་གྱི་མཆོད་པ་དང་། ད་རུང་ རང་གི་དཀོན་མཆོག་དང་ ལྷ། ཀླུ། བཙན། བདུད་ཀྱིས་ རྐྱེན་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ དངོས་གྲུབ་གནང་ནིའི་དོན་ལུ་ མཆོད་པ་ཕུལཔ་ཨིན་མས། དུས་སྟོན་དེ་ གྲོང་པ་གསུམ་དང་པྲུམ་པ་ དེ་ལས་མཁོ་ཆེ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ ལྷ་འདྲེ་མི་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ཁར་ ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལས་རིམ། རྒྱུད་པོ་པ་རྒྱན་མོ་མའི་འཆམ་གྱི་ལས་རིམ། བོན་པོའི་ལས་རིམ། དཔའ་བོའི་སྐུ་འཆམ་གྱི་ལས་རིམ། པད་མ་གླིང་པའི་སྐུ་འཆམ་ལས་རིམ་། འབངས་གདམས་སྐར་པའི་ལས་རིམ། གཟབ་འཆམ་དང་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་མཐོང་གྲོལ་མཇལ་ཁ་གནང་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འཕྲུལ་མི་ཁ་ལ་སོགས་པའི་ཆག་ཆེ་ཉམ་ང་བཟློག་པའི་ཁར་ ཚེ་གཡང་རླུང་རྟ་འཕེལ་ཏེ་ཕྱུགས་ལུ་དག་པའི་ཞིང་ལུ་སྐྱེ་ཚུགས་པའི་དགོས་པ་འདུག། དེ་མ་ཚད་ དུས་སྟོན་དེ་ དཔེ་གསར་གདོང་ཁར་འཐུ། དཔེ་རྙིངམ་རྒྱབ་ཏུ་རོལ། ཟེར་དོ་བཟུམ་སྦེ་ སྔོན་གྱི་ལམ་སྲོལ་ལུ་ དཔེ་གསརཔ་ལེ་ཤ་ཞུགས་ཏེ་ རིམ་གྱིས་རིམ་པ་དང་ཐོབ་ལམ་ཚུ་ ལྷག་ཆད་དང་ནོར་བ་ཞུགས་པའི་ནང་ལས་ཡང་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་སྲོ་བ་དེ་ཅིག་ར་ མ་བསྐྱེད་པར་ལུས་ཏེ་འདུག།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་ཐོ།

སྐྱབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེ། (༢༠༠༩) *རྡོ་འབྲུག་ཆོས་འབྱུང་།* ཀེ་ཨེམ་གྲི་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

གོང་དཀར་ངག་རྣམ། (༢༠༢༠) *གཡུ་རྔུང་བོན་གྱི་ཆོས་འབྱུང་།* ཁ་བཏ། བོད།

མཆོད་རྟེན་ཚེ་རིང་། (༢༠༡༥) *གདོན་བཙོས་རིམ་གྲོའི་ངོ་སྤྲོད་ལམ་བཟང་། འབྲུག་གི་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ།* ༥ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་།

བསྟན་འཛིན་རྡོ་རྗེ། (༢༠༢༡) *གྲོང་གསར་སྟག་རྩེ་དང་གཡུས་གསར་ལུ་གསོལ་བའི་ལྷ་བོན་གྱི་ཁྲུངས་དོན་དང་བྱ་སྤྱོའི་རིམ་པ།* འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ། འཕྲིན་རིམ་གཉིས་པ། ནང་ཆོས་ཞིབ་འཚོལ་ལྟེ་བ། སྟག་རྩེ་རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

རྡོ་རྗེ་འཕྲིན་ལས། ཏྲ་མཁྱེན་དབང་ཕྱུག། རིན་ཆེན་རྒྱལ་མཚན། ལས་སྐྱིད་དབང་འདུས། (༢༠༢༡) དང་ *ལྷ་མཆོད་པ་ལྷ།* ཕུན་ཚོགས་གླིང་། ཀེ་ཨེམ་གྲི་པར་སྐྲུན་ལས་སྡེ།

པད་མ་དོན་གྲུབ། (༢༠༡༥) *ཚང་ཁ་ལྷ་བོན།* འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ་དང་འཁོར་གནས་སྟངས། ༧ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་།

པད་མ་ཚེ་དབང་། (༡༩༨༩) *འབྲུག་གི་རྒྱལ་རབས། འབྲུག་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།* ཐིམ་ཕུ། འཇམ་དབྱངས་ལྷུན་གྲུབ།

ཕུརཔ་རྡོ་རྗེ། (༢༠༢༡) *གཏེར་སྟོན་པདྨ་གླིང་པའི་གཏེར་ཆོས་༣༢ ངོས་འཛིན།* འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ། འབོན་རིམ་གཉིས་པ། ནང་ཆོས་ཞིབ་འཚོལ་ལྟེ་བ། སྟག་རྩེ་རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

ཕན་བདེ་དབང་ཕྱུག། (༢༠༡༥) *རྣ་རྫོང་ཁག་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་བོན་སྐོར་ ལྷ་གསོལ་གྱི་སྐོར་ལས།* འབྲུག་གི་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ། ཞིབ་འཚོལ་གོ་རིམ་དྲུག་པ། (དཔར་ཐེངས་གཉིས་པ།) འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་། སྤྲ་རོ།

འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་མཚན། (༢༠༢༡) *འབྲུག་ལུ་བོན་ཆོས་ཐོག་མ་ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ལུ་དར་ཡོད་པའི་རྒྱབ་ལྕངས།* འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ། འབོན་རིམ་གཉིས་པ། ནང་ཆོས་ཞིབ་འཚོལ་ལྟེ་བ། སྟག་རྩེ་རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

བན་ཤུལ་འཇམ་དབྱངས་ཡེ་ཤེས། (༢༠༢༡) *བཀའ་གདམས་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་བགྲོས་ཐོར་བུ་རྣམས་བཞུགས་སོ།།* གངས་ལྗོངས་ཤེས་རིག་ནོར་བུའི་སློབ་གླིང་།

དབྱངས་སློབ་འཆི་མེད། (༢༠༠༦) *སྐལ་བཟང་ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན། རང་ལུགས་ནང་པའི་ཆོས་བཤད།* འབྲུག། སྤྲ་རོ། རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ།

ཇ་དཔའ་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེ། (༢༠༠༢) *སྙིང་ཐིག་སྔོན་འགྲོའི་ཁྲིད་ཡིག། ཀུན་བཟང་བླ་མའི་ཞལ་ལུང་།* རྒྱ་གར། དྷེ་ལི། ཤྲི་དྷར་ཐ་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

ཡེ་ཤེས་ལྷུན་གྲུབ། (༢༠༡༨) དཀའ་སེང་ཚོགས་གོང་མའི་ལྷ་གསོལ། འབྲུག་གི་དངོས་ཅན་དང་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ། ༤ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་།

Choden, T. (2004). *Ha: The Bon Festival of Gortshom Village*, Wayo, Wayo – Voices from the Past, the Centre for Bhutan Studies.Thimphu, Bhutan.

Creswell, J. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating. Quantitative and qualitative research (4th Ed).* Pearson Education, Boylston Street.

Dorji, L. (2005). *The Historical Anecdote of Kheng Nobilities.* Journal of Bhutan Studies.

Dorji, P. (2004). *Wamling Kharpu: A Vibrant Ancient Festival*, Wayo, Wayo – Voices from the Past, the Centre for Bhutan Studies. Thimphu, Bhutan.

Pommaret, F. (2015). *The Community of Ngangla Trong.* Twilight of Cultures: Tradition and Change in Four Rural Communities in Bhutan. Thimphu: Helvatas.

Rabten, P. (2004). *GoshingChodpa*, Wayo, Wayo – Voices from the Past, The Centre for Bhutan Studies. Thimphu, Bhutan.

Rigzin, K. (2013). *Ties that bind: identity and community in the Kharphu festival of Tsamang, Mongar, Bhutan.* Safeguarding Intangible Cultural Heritage in the Asia Pacific: Proceedings from the ICH and Musuems Field School Alumni Seminar, Princess Maha Chakri Sirindhorn Anthropology Centre.

Rinzin,C.R. (2006). *Blessings of Gadpo and Gadmo*. Kunsel. Thimpu, Bhutan

ཞིབ་འཚོལ་པའི་ངོ་སྤྲོད།

རྡོ་རྗེ་འཕྲིན་ལས། རང་ཉིད་ གཞལམ་སྒང་རྫོང་ཁག་ ངང་ལྷ་རྐེད་འོག་ ངང་ལྷ་གྲོང་ལས་ཨིན་པའི་ཁར་ སྤ་རོ་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནང་ལས་ རྫོང་ཁའི་གཙུག་ལག་གཞི་མཆོག་གོང་མ་མཐར་འཁྱོལ་ཏེ་ཡོད། ད་ལྟོ་ ལྷུན་རྩེ་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ་ནང་ལུ་ རྫོང་ཁའི་སློབ་དཔོན་སྤྲེ་ཕྲུག་ཞུཔ་ཨིན། ང་གིས་ **རལ་གྲི་འོད་**

འབར་བ་ཟེར་བའི་སྨུང་དེབ་ཅིག་ གནམ་ལོ་༢༠༢༠ ནང་ལུ་ པར་སྐྲུན་འབད་ཡོད་པའི་ཁར་ གནམ་ལོ་ ༢༠༢༡ ལུ་ **ངང་ལྷ་མཆོད་པ་ལྷ**་ཟེར་བའི་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དེབ་ཅིག་ཡང་ པར་སྐྲུན་འབད་དེ་ཡོད། དེ་ལས་ གནམ་ལོ་ ༢༠༢༢དང་ ༢༠༢༩ལུ་ ཤེས་རིག་དང་རིག་རྩལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག་ནང་ལས་ ཤེས་རིག་བསྟན་རྩའི་མ་དངུལ་ཐོབ་སྟེ་ **ཆ་གླིང་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་འོག་མའི་སློབ་རིམ་བརྒྱད་པའི་ རྫོང་ཁའི་ཡིག་སྡེབ་མ་འཛོལ་བར་བྲི་ནི་ལུ་བརྒྱུད་སྐྱུལ་འབད་ནི།** ཟེར་མི་འདི་དང་ **ཆ་གླིང་སློབ་གྲྭ་ཆུང་བའི་སློབ་རིམ་ལྔ་པའི་ རྫོང་ཁའི་འབྲི་རྩོམ་འབྲི་ཐངས་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི།** ཟེར་བའི་དོན་ཚན་ལུ་ཐོག་ལུ་ ལག་ལེན་ཞིབ་འཚོལ་ཡང་འབད་དེ་ཡོདཔ་ཨིན།