ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྱི་དམངས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་ཁེ་དབང་གང་དག་ཤེས་སམ།

བཙའ་ཁྲིམས་ཤེས་བྱའི་དྲི་བ་དྲིས་ལན།

དངུལ་གཡར་གན་རྒྱའི་ལག་ལེན་རང་བཞིན།

རང་བྱུང་མིའི་དབར་གྱི་དངུལ་གཡར་གན་རྒྱ་ནི་ལག་ལེན་གྱི་གན་རྒྱ་ཡིན་པ་སྟེ། གཡར་འཛིན་ཡོད་ཀྱང་དབང་ཡིག་གིས་གོ་མི་ཆོད་པའི་སྐབས་ངེས་པར་དུ་ཕ་རོལ་པོར་དངུལ་འཕྲོར་བའི་དབང་ཡིག་མཁོ་འདོན་བྱས་ན་གཞི་ནས་ཆོག་གི་ཡོད།

དངུལ་ཁང་ནས་དངུལ་བསྒྱུར་བ་ཡིན་ཕྱིན་དངུལ་བསྒྱུར་བའི་དབང་ཡིག་མཁོ་འདོན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དངུལ་སྐར་ཡིན་ཕྱིན་ཕ་རོལ་པོས་སྤྲད་པའི་བྱུང་འཛིན་མཁོ་འདོན་བྱེད་དགོས།

གཡར་འཛིན་དང་ཆད་འཛིན་གྱི་ཁྱད་པར།

གཡར་འཛིན་ནི་དངུལ་གཡར་གན་རྒྱའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཆད་འཛིན་ནི་བུ་ལོན་འཇལ་མཁན་གྱིས་བུ་ལོན་གཡར་བ་ཁས་ལེན་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།

གཡར་འཛིན་གྱི་མཚན་ཉིད།

གཡར་འཛིན་ཞེས་པ་ནི་བུ་ལོན་གཡར་མཁན་གྱིས་བུ་ལོན་གཏོང་མཁན་ལ་འབྲིས་པའི་བུ་ལོན་གྱི་དབང་ཡིག་ལ་ཟེར་བ་དང་། དེའི་ནང་དངུལ་བུན་གྱི་ཁ་གྲངས་དང་། སྐྱེད་ཀ་མང་ཉུང་། བུ་ལོན་སྤྲད་པའི་དུས་ཚད་སོགས་ཀྱི་ཆ་འཕྲིན་གསལ་པོར་བཀོད་ཡོད་ཅིང་། བུ་ལོན་གཡར་མཁན་གྱིས་བུ་ལོན་གཏོང་མཁན་ས་ནས་བུ་ལོན་བླངས་པ་ཁས་ལེན་བྱས་པ་མཚོན་གྱི་ཡོད། གཡར་འཛིན་ནི་རྒྱུན་དུ་ཕྱོགས་གཉིས་པོའི་དབར་བུ་ལོན་གཡར་རེས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གཏན་འཁེལ་བྱུང་རྗེས། བུ་ལོན་གཡར་མཁན་གྱིས་རང་འགུལ་ངང་བྲིས་ནས་མིང་བཀོད་པའི་དབང་ཡིག་ཅིག་ཡིན།

ཆད་འཛིན་གྱི་མཚན་ཉིད།

ཆད་འཛིན་ཞེས་པ་ནི་བུ་ལོན་གཡར་མཁན(རྒྱུན་དུ་བུ་ལོན་གཡར་མཁན་ཡིན་པ)གྱིས་བུན་བདག(དངུལ་བུན་གཏོང་མཁན)ལ་སྤྲད་པའི་བུ་ལོན་གྱི་དབང་ཡིག་ལ་ཟེར་ཞིང་། དེ་ནི་གཙོ་བོ་བུ་ལོན་ཡོད་པ་དང་བུ་ལོན་ག་ཚོད་ཡོད་མེད་གསལ་བཤད་བྱེད་པར་ཟེར། ཆད་འཛིན་འབྲི་སྐབས་སྤྱིར་དངུལ་བུན་གཡར་བའི་དམིགས་ཡུལ་དང་སྐྱེད་ཀ་སོགས་ཁ་གསལ་འབྲི་མི་དགོས་པར། སུ་ཞིག་ལ་དངུལ་ག་ཚོད་ཆད་ཡོད་མེད་ཐོ་འགོད་པར་ཟེར།

ཐོགས་གཏོང་གན་རྒྱ།

ཐོགས་གཏོང་གན་རྒྱའི་དུས་ཡུན་རིང་ཤོས་ལོ་20ལས་བརྒལ་ཆོག་གི་མེད།

ཁ་ཆད་གཞན་དག་ཡོད་པ་ཕུད། དེ་མིན་ཐོགས་མར་གཏོང་མཁན་གྱིས་ཐོགས་མར་གཏོང་བའི་དངོས་རྫས་ཉམས་བཟོའི་འགན་འཁུར་དགོས།

ཉོ་ཚོང་བྱས་རྗེས་ཐོགས་གཏོང་གན་རྒྱར་ཤུགས་རྐྱེན་མི་ཐེབས་པ།

ཐོགས་གཏོང་གན་རྒྱའི་ནུས་པ་སྔར་བཞིན་ཐོན་གྱི་ཡོད།

《དམངས་དོན་ཁྲིམས་གཞུང་》ནང་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་"ཉོ་ཚོང་བྱས་རུང་ཐོགས་གཏོང་ལ་ཤུགས་རྐྱེན་མི་ཐེབས"ཞེས་པ་ནི། ཐོགས་མར་གཏོང་རིང་ཐོགས་མར་གཏོང་རྒྱའི་དངོས་རྫས་ཀྱི་བདག་དབང་ལ་འགྱུར་བ་བྱུང་རུང་། ཐོགས་གཏོང་གན་རྒྱའི་ནུས་པ་སྔར་བཞིན་ཐོན་གྱི་ཡོད་པར་ཟེར།

དཔེར་ན། རང་ཉིད་དང་ཁང་བདག་དབར་ཁང་པ་ཐོགས་གཏོང་གི་གན་རྒྱ་བཞག་ཡོད་པ་དང་། གན་རྒྱའི་དུས་ཡུན་མ་ཐིམ་གོང་ལ་ཁང་བདག་གིས་ཁང་པ་དེ་བཙོངས་ནས་རང་ལ་སྤོ་དགོས་པའི་རེ་བ་བཏོན་ན། ཞུ་གཏུག་བརྒྱབ་ན་ཆོག་གི་ཡོད།

གཅེས་ཉར་སྲོག་ཆགས་ཀྱིས་མི་ལ་རྨས་སྐྱོན་བཏང་བ།

གནོད་འཚེ་ཕོག་མཁན་གྱིས་ཚང་བཙུགས་ནས་བསྙད་བཀོས་ཡོད་མེད་གང་ཡིན་རུང་སྲོག་ཆགས་ཉར་མཁན་གྱིས་ནོར་འཛོལ་མེད་པའི་དབང་གནོད་ཀྱི་འགན་འཁྲི་འཁུར་དགོས་ངེས་རེད། འོན་ཀྱང་གནོད་འཚེ་ཕོག་མཁན་གྱིས་ཚང་བཙུགས་ནས་བསྙད་བཀོས་པ་དེ་སྲོག་ཆགས་ཉར་མཁན་གྱི་འགན་འཁྲི་ཡང་གཏོང་གི་རྒྱུ་རྐྱེན་དུ་བརྩི་ཆོག

མངོན་བྱུང་ལས་ཆབ།

མངོན་བྱུང་ལས་ཆབ་ཅེས་པ་ནི། ལས་ཆབ་བྱེད་དབང་མེད་པའི་ལས་ཆབ་པར་ལས་ཆབ་བྱ་སྤྱོད་དངོས་སུ་སྤྱོལ་དབང་ཡོད་པས། ལས་སྒོ་གཉེར་མཁན་གྱིས་གང་དེར་ལས་ཆབ་བྱེད་དབང་ཡོད་པ་ཡིད་ཆེས་དགོས་པ་མ་ཟད། ལས་སྒོ་གཉེར་མཁན་གྱིས་སེམས་བཟང་བྱས་པ་ཡིན་པས། ལས་ཆབ་པའི་ས་ནས་ལས་སྒོ་གཉེར་གྱི་ཡོད། མངོན་བྱུང་ལས་ཆབ་ཅེས་པ་ནི་ཁྱབ་རྒྱ་ཆེ་བའི་གོ་དོན་གྱི་ལས་ཆབ་བྱེད་དབང་མེད་པའི་རིགས་ཤིག་ཡིན།

དཔེར་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་ལམ་ཟུར་ནས"ཀྲུང་གོའི་སྤྲུལ་བདེའི་XXཚོང་གཉེར་ཐིང"ཞིག་མཐོང་སྟེ་ནང་དུ་འཛུལ་ནས་ལས་སྒོ་གཉེར་འགོ་བཙུགས་པ་དང་། དེའི་ནང་གི་ལས་མིས་ཀྱང"ང་ཚོ་ནི་སྤྲུལ་བདེའི་ལས་མི་ཡིན་པས་ཁྱེད་རང་ལས་སྒོ་གང་གཉེར་དགོས་སམ"ཞེས་དྲིས་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྒོ་ཁག་གཅིག་གཉེར་གྱི་ཡོད། མཐར་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཐོན་ནས་སྤྲུལ་བདེའི་ཞབས་ཞུ་བར་ཁ་པར་རྒྱག་སྐབས། ཕ་རོལ་ནས་སྤྲུལ་བདེའི་རང་གཉེར་ལས་གཉེར་ཐིང་མིན་པར་དབང་བསྒྱུར་ལས་གཉེར་ཐིང་ཡིན་ཞེས་བཤད་དེ། དེ་དོན་འགན་མ་ཁུར་ཚེ་ཀྲུང་གོའི་སྤྲུལ་བདེ་ཁྲིམས་ལ་སྦྲུར་ན་ཆོག་གི་ཡོད།

འཕྲུལ་སྒྲུལ་འཁོར་རིགས་ཀྱི་འགྲིམ་འགྲུལ་ལས་འཛོལ།

རོགས་པར་རླངས་འཁོར་གཡར་ནས་འགྲིམ་འགྲུལ་ལས་འཛོལ་ཐོན་མིན་ལ་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ། རང་གིས་འགན་འཁྲི་འཁུར་དགོས་མིན་ཐད་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་དགོས་མིན་འདུག གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་རོགས་པར་རླངས་འཁོར་གཏོང་ཆོག་པའི་ལག་ཁྱེར་མེད་པ་དང་ར་བཟི་ནས་རླངས་འཁོར་གཏོང་བ་སོགས་ནོར་འཁྲུལ་གྱི་བྱེད་སྟངས་ལྡན་པ་མི་ཤེས་པའི་གནས་ཚུལ་འོག་འཕྲུལ་སྒྲུལ་འཁོར་རིགས་གཞན་ལ་གཡར་ཚེ་འགན་འཁྲི་དེ་འཁོར་རིགས་གཏོང་མཁན་དེས་འཁུར་དགོས།

གསལ་བཤད་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ནི་གལ་ཏེ་སྐྱེལ་འདྲེན་གན་རྒྱའི་འབྲེལ་བ་མིན་པར་སེམས་བཟང་གིས་མི་གཞན་བླུགས་པའི་གནས་ཚུལ་འོག་འགྲུལ་པར་རྨས་སྐྱོན་ཐོག་རིགས་དབང་གནོད་ཀྱི་འགན་འཁྲི་འཁུར་དགོས།

མཐོ་ས་ནས་ཅ་ལག་དབྱུག་པ།

ཐོག་བརྩེགས་ཁང་ཆེན་གང་རུང་ཞིག་གི་མི་ཚང་ཞིག་ནས་ཅ་ལག་དབྱུགས་ཏེ་མི་ལ་རྨས་སྐྱོན་ཐོག་ན་ཐོག་སོ་དང་པོ་ཕུད་པའི་མི་ཚང་ཚང་མས་འགན་འཁྲི་འཁུར་དགོས། ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་དུ་མི་མེད་པ་ར་སྤྲོད་ཐུབ་ན་ཉེས་པ་དེ་ཐོག་མི་སྲིད།

རྒྱལ་འགྲན་ལུས་རྩལ་ལས་རྨས་སྐྱོན་ཐོག་པ།

རྩལ་འགྲན་ལུས་རྩལ་ཁྲོད་ཀྱི་མི་ལུས་ལ་གནོད་འཚེ་ཐོག་པ་དེ་སྤྲིག་སྲོལ་ལས་ཚབས་ཆེན་འགལ་བའམ་ཡང་ན་ཆང་བཙུགས་ནས་གནོད་འཚེ་བཏང་བ་ཕུད། དེ་མིན་ཚང་མར་དབང་གནོད་བཙའ་ཁྲིམས་སྤྱོད་རྒྱུར་འཚམ་པོ་མེད།

མགོ་སྐོར་གྱི་གཉེན་སྒྲིག

བཙའ་ཁྲིམས་ནང་མགོ་སྐོར་གཉེན་སྒྲིག་ཟེར་བའི་ཤོད་སྲོལ་མེད། དཔེར་ན་མི་ཆེ་གེ་མོ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ལ་རྒྱུ་ནོར་མང་པོ་ཡོད་ཚུལ་བརྗོད་ནས་བུ་མོ་ཞིག་དང་གཉེན་སྒྲིག་བྱས་རྗེས་དོན་དངོས་ཐོག་སྐྱེས་པ་དེར་དངུལ་སྐར་ལི་གཅིག་ཀྱང་མེད་ཚེ། དེ་མགོ་སྐོར་བཏང་བ་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་དགོས་པའམ་ཡང་ན་གཉེན་སྒྲིག་ཕྱིར་འཐེན་ནམ་གཉེན་སྒྲིག་རྩིས་མེད་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་རེ་བ་བཏོན་རིགས་ཚང་མར་རྒྱབ་སྐྱོར་མི་ཐོབ།

བཟའ་ཚང་ཡོགས་དཀར་རྫུན་མ་བྱེད་པ།

བཟའ་ཚང་ཡོགས་དཀར་རྫུན་མ་བྱེད་པ་ཟེར་བའི་ཤོད་སྲོལ་མེད། རང་རྒྱལ་དུ་གཉེན་སྒྲིག་དང་བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་བ་ཚང་མ་ཐོ་འགོད་བྱས་ན་གོ་ཆོད་པའི་ཆ་རྐྱེན་ལ་བརྩི་ཡི་ཡོད། བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་གྱི་ཐོ་འགོད་བྱས་ན་དེ་ནི་བཟའ་ཚང་དངོས་སུ་ཁ་བྲལ་བ་ཡིན། གལ་ཏེ་བཟའ་ཚང་ཡོགས་དཀར་རྫུན་མ་བྱེད་སྐབས་རྒྱུ་ནོར་བགོ་བཤའ་དྲང་སྙོམས་བརྒྱབ་མེད་པ་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཞུ་གཏུག་བརྒྱབ་ཚེ་ཁྲིམས་ཁང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་ཁག་པོ་རེད། རྒྱུན་དུ་ཁང་པ་ཉོ་ཆེད་ཡོགས་དཀར་རྫུན་མ་བྱས་ནས་འགྱུལ་མེད་རྒྱུ་ནོར་མི་གཅིག་གི་མིང་འོག་ཏུ་བསྒྱུར་བས་ཕྱིས་སུ་བཟའ་ཚང་ཡོགས་དཀར་རྫུན་མ་བྱེད་པ་དེ་བཟའ་ཚང་དངོས་སུ་ཁ་བྲལ་དགོས་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ནི་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད།

རྩོམ་འགོད་པ། ཚེ་སྒྲོན།

རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཚེ་རྡོར།