

ལྷན་སྐྱོད་པ་ཡི་ཤུའི་ཚོས་ལྷགས་གྱི་  
དྲིས་ལན་བཞུགས་སོ།།



# ང་སྤྱད།

ཀ) མི་ཚའི་སྐོར་འདྲི་བ་གལ་ཆེན་མང་པོ་ཡོད། དཔེར་ན་འཇིག་རྟེན་ལམས་གང་ནས་བྱུང་། མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱུང་ཚུལ་དེ་ཅི་ཡིན། མི་རྣམས་ཅིའི་བྱིར་སྤྲུག་བསལ་བྱོང་། འཆི་བའི་རྗེས་སུ་ཅི་འབྱུང་བར་འགྱུར། དགོན་མཚོག་སུ་ཡིན། དེང་སང་གི་བོད་པ་རྣམས་འདྲི་བ་འདྲི་ཚོའི་ལན་ནི་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་ནས་ཤེས་པར་འགྱུར།



ཁ) ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་ནི་འཇོམ་སྐྱིད་གི་ཚོས་ལུགས་ཆེ་ཤོས་ཡིན། འཇོམ་སྐྱིད་ལ་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ལ་དང་བ་བྱེད་མཁན་ཐེར་འབྲུམ་གཉེས་ལས་མང་བ་ཡོད་ཅིང་། ཁོ་རྣམས་ཀྱང་གོ་ཚུད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱུང་ཡོད། ཀྱང་གོར་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལ་དང་མཁན་དུང་ཕུར་གཅིག་ཅོམ་ཡོད། ཁོ་ཚོའི་ནང་ནས་བོད་རིགས་དང་སོག་རིགས་ཀྱི་དད་ཚུན་བའང་ཡོད། སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་རྗེས་སུ་འབྲང་མཁན་ཡིན་ན་འབྲངས་གང་ནས་ཡིན་པ་ལ་རགས་མ་ལས། དེ་དང་འདྲ་བར་ནང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་

བོད་རིགས་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད། དེས་ན་བོད་རིགས་ཡིན་ན་ནང་པ་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད། མི་  
རིགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མེད་པར་མི་སྲུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་ན་ཚོག

ག) ལོ་ངོ་ཉེས་ལྷོང་གི་སྟོན་ལ་ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུ་ནི་ཨི་ཤེ་ཡ་རུབ་ཕྱོགས་སུ་སྐྱུ་འཁྲུངས། ཁོང་གིས་སྲིག་  
ཉེས་སེལ་བ་དང་། དཀོན་མཚོག་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐོ་ནས་དབག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་འཐོབ་པའི་  
སྐོར་བསྟན་པར་མངོད། དྲིས་ལན་འདིའི་བརྗོད་དོན་ནི་ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལྷགས་ཡིན། དཀོན་  
མཚོག་སྲུ་ཡིན། དཀོན་མཚོག་དང་ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་དཀོན་མཚོག་གསུམ་གཅིག་པ་ཡིན་ནམ། ལྷོན་  
པ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱས་ན་ཕན་ཐོག་གང་ཡོད་དམ། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལ་ངི་ལྷར་དད་པ་བྱས་ནས་རྗེས་  
སྲུ་འབྲང་དམ།

# ལཱུ་དང་པོ། དཀོན་མཆོག་གི་སྐོར།

1.1 གྲི་བ། དཀོན་མཆོག་སུ་ཡིན་ནམ།

1.2 ལན། དཀོན་མཆོག་ནི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་དང་དེར་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཀོད་པ་པོ་  
ཡིན་ནོ། ཁོང་ལ་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ཡིན། ཁོང་ལ་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་དང་། འགྲུར་བ་མེད་པ་ཡིན།  
ཁོང་ནི་གང་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིན་པས། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་ཁོང་ལ་རྟེན། ཁོང་གིས་མི་དང་གནས་ལུགས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པས་ཀུན་མཁུན་ཡིན།  
དཀོན་མཆོག་མཐོང་མི་སྲིད་ཀྱང་། ཏུས་རྟེན་ཏུ་གང་སར་བཞུགས། ཁོང་ནི་དམ་པ་དང་དྲང་  
བདེན་ཡིན་པས། རྗེས་ཉེས་ནས་ཡོངས་སུ་འབྲལ་བ་ཡིན། དཀོན་མཆོག་ནི་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀའི་ཡབ་  
ཡིན། ཁོང་ལ་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་གས། ཡ་མེ་དཀོན་མཆོག་དབང་ཀུན་དང་ལྡན་པའི་དཀོན་  
མཆོག་ ལྷ་ན་མེད་པའི་དཀོན་མཆོག་ཀྱང་ཟེར། དབང་ཀུན་དང་ལྡན་པའི་དཀོན་མཆོག་གཉིས་  
ཡོད་མི་སྲིད་པས། ཡ་མེ་དཀོན་མཆོག་གཅིག་པོ་དཀོན་མཆོག་ངོ་མ་ཡིན།

1.3 གྲི་བ། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་སུ་ཡིན་ནམ།

1.4 ལན། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱེས་དང་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱབས་  
མགོན་ཡིན་ཏེ། ལོ་ངོ་ཉེས་ལྷོང་གི་སྡོན་ཏུ་ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཞེས་ཟེར་བའི་ཡུལ་ཏུ་སྐྱུ་འབྱུངས། ཁོང་ནི་

ཡ་རྩ་དྲ་མི་རིགས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་སྟོན་པ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་ལ་ཉེ་གནས་བརྩུ་གཉིས་དང་  
རྗེས་སུ་འབྲང་མཁན་མང་པོ་ཡོད། ཁོ་ཚོའི་ནང་ནས་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཁོང་གི་གསུང་ནི་ཞལ་ཆད་  
གསར་པ་ཞེས་ཟེར་བའི་དཔེ་དེབ་རྩ་བཀོད། སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་དགེ་བ་གསོག་པ་དང་། ཚས་ཀྱི་ཚོ་  
ག་མིའི་ལུགས་སོལ་སོགས་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱན་ལྗེས་ཐར་པ་འཕྱོག་པའི་ཕྱིར་ཕན་མེད་ཡིན་པར་  
གསུངས། ཁོང་གི་གསུང་ལྟར་དཀོན་མཆོག་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱ་འདོད་མཁན་གྱིས་བྱ་བ་དེ་རྣམས་  
ཀྱི་ཚབ་ལ་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་ལ་སློབ་གཅིག་སེམས་གཅིག་དང་རུས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་བརྩེ་བར་བརྩུང་  
སྟེ། རང་ལས་གཞན་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས། སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་གལ་ཏེ་མི་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་  
ལྷིག་ཉེས་ཅན་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་བྱས་ཏེ་སྦྱོད་པ་དན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱར་ན། དཀོན་  
མཆོག་གིས་ཁོའི་ལྷིག་ཉེས་སེལ་ངེས་ཡིན་པར་གསུངས། ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་རྣམས་ཞི་བདེ་དང་དགའ་  
སྦྱོའི་དང་ནས་དཀོན་མཆོག་དང་དུས་གཏན་དུ་གནས་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་  
དཀོན་མཆོག་ལ་ངོ་སྤོལ་བྱེད་མཁན་ཐམས་ཅད་དཀོན་མཆོག་དང་ཁ་བཤལ་ཏེ་དམུལ་ཁམས་སུ་དུས་  
རྟག་རྩ་གནས་དགོས་པར་གསུངས། དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་དབང་ཆ་ཡོད་པ་མཚོན་པའི་ཕྱིར་ཁོང་  
གིས་ངོ་མཚར་ཅན་གྱི་མཛད་པ་མང་པོ་བསྟན། དཔེར་ན་དཀོན་མཆོག་གི་རུས་མཐུའི་སྟོན་ནས་ཁོང་  
གིས་ནད་རིགས་མི་འདྲ་བའི་ནད་པ་མང་པོ་བཅོས་གནང་བ་དང་། གདོན་འདྲེ་མང་པོ་བསྐྱད་པ།  
གཤེན་པོ་རྣམས་འཚོ་བ་ལས་བསྐྱངས་པ་ལ་སོགས་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛད།

1.5 དེ་བཞུགས་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དགོན་མཚོག་དང་ནང་པའི་  
ཚོས་ཀྱི་དགོན་མཚོག་གསུམ་དབར་བྱུང་བར་ཅི་ཡོད།

1.6 ལན། རང་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དགོན་མཚོག་  
གསུམ་ནི་སངས་རྒྱུས་དང་གཅིག་ཚོས་དང་གཉིས། དགོ་  
འདུན་དང་གསུམ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་  
ཀྱི་དགོན་མཚོག་ནི་དགོན་མཚོག་གཅིག་རང་ཡིན་ཏེ།  
ཡབ་དགོན་མཚོག་དང་། སྲས་དགོན་མཚོག་དམ་  
པའི་ལུགས་ཉིད་བཅས་ཡིན་ལ། གསུམ་པོ་དེ་  
མི་གཅིག་པ་ཡིན་ཡང་། རོ་བོ་གཅིག་རང་  
ཡིན། ཡབ་དགོན་མཚོག་ནི་སྲས་དགོན་  
མཚོག་སྟེ་ཡེ་ཤུ་མྱ་ཤི་ཀའི་ཡབ་དང་། ཡེ་ཤུ་མྱ་  
ཤི་ཀ་ནི་རང་ཚོ་སྟོན་ཉེས་ཀྱི་ཆད་པ་ལས་ཐར་བར་མཛད་པའི་ཕྱིར་  
འཛམ་གླིང་འདིར་ཐེབས་པ། དམ་པའི་ལུགས་ཉིད་དགོན་མཚོག་ནི་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ལ་བཞུགས་པ་དེ་རྣམས་ཡིན། དེ་ནི་རང་པའི་ཚོས་ཀྱི་དགོན་མཚོག་གསུམ་  
དང་མི་མཚུངས་པ་གསལ་པོར་སྟོན། དགོན་མཚོག་ནི་སྣང་ལ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་མ་ཡིན།  
ཁོང་ལྟ་མཐའ་མེད་པ་ཡིན་པས་མི་རྣམས་ཀྱིས་བཟོ་སྐྱབ་པའི་སྐྱེ་འདྲ་དང་རྩ་བ་ནས་མི་འདྲ།



1.7 གྲི་བ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་གང་ནས་བྱུང་བ་ཡིན།

1.8 ལན། ཐོག་མར་དཀོན་མཆོག་གིས་ཐམས་ཅད་གསར་དུ་བཀོད་གནང་། ཁོང་གིས་གནམ་ས་གཉིས་དང་། ཉེ་ལྷན། མཚན་མོ་ང་ཚོས་མཐོང་སྐབ་པའི་སྐར་མ་བཅས་མཛད། ཁོང་གིས་བོད་ཡུལ་གྱི་གངས་རི་དང་བྱང་ཐང་། གཙང་པོ་དང་མཚོ། ཉུ་ལོ་ལུག་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱགས་རིགས་དང་སེམས་ཅན་གཞན། བོད་རིགས་ཚུད་པའི་འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བཀོད་བར་མཛད།

1.9 གྲི་བ། མིའི་རིགས་གང་ནས་བྱུང་བ་ཡིན།

1.10 ལན། ཐོག་མར་དཀོན་མཆོག་གིས་རང་ཉིད་དཔེ་རྒྱས་ཏེ་མི་གཉིས་བཟོ་བར་མཛད། རང་ཉིད་དང་འགྲོགས་པའི་ཆེད་དང་། སྤྱིད་པོ་དང་དམ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཁོང་གིས་སྐྱེས་པ་ཞིག་དང་བྱུང་མེད་ཅིག་མཛད། དཀོན་མཆོག་དང་འདྲ་བར་མི་དེ་གཉིས་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྐབ་པའི་སེམས་ཡོད་ཅིང་། ཉེན་ལྟར་དཀོན་མཆོག་དང་བཀའ་མོལ་ལྷས། མིའི་རིགས་ནི་དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡང་དག་པ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་མཛད། ཁོང་གི་སྤྱན་སྦར་མི་རྣམས་ནི་གལ་ཆེན་ཡིན།





# ལེབ་གཉེས་པ། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུའི་འཕྲིན་བཟང་གི་སྐོར།

2.1 ཇི་བཞུགས་པ། ལེབ་ཏེ་དགོན་མཚོག་གིས་ཐོག་མར་མི་རྣམས་སྐྱིད་པོ་དང་དམ་པར་འགྱུར་བའི་  
ཆེད་དུ་བཀོད་པར་མཛད་ན། དེང་སང་སྲུག་བསྐྱེད་ཡུལ་གྱུ་གང་སར་ཡོད་པ་དེ་ཅི་ཡིན།

2.2 ལམ། དགོན་མཚོག་ནི་བྱམས་སེམས་དང་ལྡན་པའི་ཡབ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གིས་  
སྐྱེས་པ་དང་བྱུང་མེད་ཐོག་མར་མཛད་སྐབས་འཆི་བ་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཕྱིར་ཁོ་གཉེས་ལ་བཀའ་རྒྱ་ཞིག་  
གནང་། འོན་ཀྱང་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་མ་ཉན་པར་རང་འདོད་བྱས་པས་མི་དེ་གཉེས་སྲིག་  
ཉེས་ཅན་དུ་གྱུར། དུས་དེ་ནས་བཟུང་མི་ཐམས་ཅད་ལ་སྲིག་པའི་རང་གཤིས་ཡོད་པས། སྲིག་པ་  
ནས་སྲུག་བསྐྱེད་དང་འཆི་བ་འབྱུང་།

2.3 ཇི་བཞུགས་པ། སྲིག་ཉེས་ཀྱི་དོན་ཅི་ཡིན།

2.4 ལམ། སྲིག་ཉེས་ནི་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་མ་ཉན་པ་དེ་ཡིན། དཔེར་ན་མི་སོག་གཙོ་  
བོད་པ་དང་། ལོག་གཡེམ། བ་མ་གཉེས་ལ་བཀའ་རྒྱ་མི་བྱེད་པ། བག་མེད་སྤོད་པ། ལྷ་ལ་རྟེན་པ། མཐུ་  
སྲུགས། ལྡང་སེམས། འཕྲུག་ཚོད། སྲག་དོག་ཁོང་ཁོ་ལངས་བདེ་བ། འཁོར་སེམས། ར་བཟི་བ། རྩུན་  
ཤོད་པ་བཅས་སྲིག་ཉེས་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱེད་མཁན་དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡང་དག་པ་མེད།

2.5 གྲི་བ། མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཟློག་ལས་བྱེད་མྱོང་ངམ།

2.6 ལན། བྱེད་མྱོང་། མི་ཐམས་ཅད་ལ་ཟློག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཡོད་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཟློག་ཉེས་བྱེད་མྱོང་། མི་འོས་པའི་བསམ་བཤམ། རྐང་ཆའམ། བྱ་བའི་སློ་ནས་ང་ཚོས་ཉེན་ལྟར་ཟློག་ཉེས་གསོག་ཅིང་། ལྷན་མེད་པའི་དགོན་མཚོག་ལ་ལོག་ཕྱག་གཏོང་། དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོ་དགོན་མཚོག་དང་རྒྱུང་རིང་དུ་གནས།

2.7 གྲི་བ། ཟློག་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེ་ཅི་ཡིན།

2.8 ལན། ཟློག་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་འཆི་བ་ཡིན། ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་དྲང་བ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་དགོན་མཚོག་ཟློག་ཉེས་ལ་ལྡང་། མཐའ་མའི་ཉེན་མོར་ཁོང་གིས་ཟློག་ཉེས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲིམས་གཙོད་གཏོང་ངེས་ཡིན། འཇིགས་སྐྱབས་དང་ལྡན་པའི་ཟློག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་ནི་དགོན་མཚོག་དང་བཟལ་ཏེ་དུས་གཏན་དུ་དཔྱལ་ཁམས་སུ་སྐྱབས་བཟལ་མྱོང་དགོས་པ་དེ་ཡིན། མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྐང་བཅུགས་ནས་ཟློག་ཉེས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པས་དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡང་དག་པ་མེད། དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོར་མེད་རིགས་དང་དགོན་མཚོག་གི་འབྲེལ་བ་གསོ་བར་མཛད་ཕྱབ་པའི་བར་མི་ཞིག་དགོས།

2.9 ཇི་བཞ། དཀོན་མཚོག་གི་བྲིམས་གཙོད་ལས་ཐར་བའི་ལམ་ཡོད་དམ།

2.10 ལན། ཡོད། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ང་ཚོའི་བར་མི་ཡིན་པས། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་སྐྱོད་པ་ངན་པ་  
རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བརྒྱུར་ཏེ་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱས་ན། ཟླུག་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་ལས་ཐར་བར་  
འགྱུར་བ་མ་ཟད། དཀོན་མཚོག་གི་མདུན་དུ་དུས་གཏན་དུ་བཞུགས་ངེས་ཡིན།

2.11 ཇི་བཞ། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ནི་མི་ངོ་མ་ཡིན་ནམ།

2.12 ལན། ཡིན། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ནི་ང་ཚོའི་ཟླུག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཕྱིར་མི་ཡི་རྣམ་  
པར་འཇིག་རྟེན་འདྲིར་སྐྱེ་ལོའི་དུས་རབས་དང་པོར་སྐྱེ་འཁྲུངས་པ་ཡིན། ཁོང་ནི་ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཡུལ་  
གྱི་བྱང་སྐྱོགས་ག་ལིལ་གྱི་ས་ཆར་ཡབ་ཡོ་སེབ་དང་ཡུམ་མེར་ཡམ་གྱི་བྲིམ་ཚང་དུ་འཚར་ལོངས་བྱུང་  
ཞིང་། དགུང་ལོ་སྟུམ་ཅུའི་སྐབས་སུ་བྲུས་གསོལ་མཁམ་ཡོ་ཉ་ནན་ཞེས་ཟེར་བའི་ཡུང་རྫོན་པ་ཡིས་  
ཁོང་ལ་ཡོར་དན་གཙང་པོར་བྲུས་གསོལ་གནང་། ཚོས་ཀྱི་སྐོབ་དཔོན་སྟན་འགས་ཚེན་པོ་ཞིག་ཏུ་  
གྱུར་ནས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀས་དཀོན་མཚོག་དང་། ཟླུག་པ། ང་ཚོ་ཟླུག་པའི་ཉེས་ཚད་ལས་སྐྱོབ་པའི་  
ཚད་དུ་གང་ཞིག་བྱེད་དགོས་པའི་སྐོར་གསུངས། ཁོང་གིས་ཡབ་དཀོན་མཚོག་གིས་ཁོང་ལ་གང་ཞིག་  
མཛད་པ་དང་གསུང་བ་ཁོ་ན་མཛད། དཀོན་མཚོག་གི་མདུན་ནས་ཡོང་བར་རྫོན་པའི་ཕྱིར་ཁོང་  
གིས་ནད་པ་དང་གདོན་འདྲེས་ཟེན་པའི་མི་གསོ་བར་མཛད་ཅིང་། གཤེན་པོ་རྣམས་སྐར་གསོན་  
དུ་རྒྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་མཛད་པ་མང་པོ་བརྒྱབས་པའོ།།



2.13 དྲི་བ། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ཇི་ལྷར་གྲོངས་སམ།

2.14 ལམ། ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཡུལ་གྱི་དཔོན་རིགས་ཀྱིས་ཁོང་གི་གསུང་དང་ལེན་མ་བྱས་པས་ཁོང་  
རྒྱང་ཤིང་སྤེང་གཟེར་བརྒྱབ་ནས་གསོད་རྒྱུར་ཐག་གཅོད་བྱས། དེད་རྣམས་ཀྱི་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་  
ཚད་ང་ཚོའི་ཚབ་ལ་སྤྱོད་འོང། ང་ཚོ་དཀོན་མཆོག་གི་ཁྲིམས་གཅོད་ལས་སྦྱོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡེ་ཤུ་  
ལྷ་ཤི་ཀ་རྒྱང་ཤིང་སྤེང་གྲོངས།

2.15 དྲི་བ། ད་ལྟ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་གསོན་པོ་ཡིན་ནམ།

2.16 ལམ། རྒྱང་ཤིང་སྤེང་ལ་གྲོངས་ནས་ཉི་མ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་དཀོན་མཆོག་གིས་ཡེ་ཤུ་འཆི་  
བ་ནས་སྤར་གསོན་པར་མཛད། དེ་ལྷར་མཛད་པའི་སྒོ་ནས་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོའི་སྲིག་ཉེས་  
སེལ་བའི་དམར་མཚོད་དེ་དང་ལེན་མཛད་པར་བཞུག། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་འོང་  
ཁམས་སུ་ཡར་ལེབས་ནས་ད་ལྟ་ཁོང་གི་མི་རྣམས་དབང་དུ་སྦྱར་འོང། དཀོན་མཆོག་གི་མདུན་དུ་  
ཁོ་ཚོའི་དོན་ལ་འབྲུང་མཛད། དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་དཀོན་མཆོག་གི་འོང་ཁམས་ནས་ཕྱིར་  
ལོག་ལེབས་ནས་ཁོང་གིས་ཤི་གསོན་གཉིས་ལ་ཁྲིམས་གཅོད་མཛད་པེས་ཡིན།

2.17 དྲི་བ། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་གྲོངས་ནས་སྤར་གསོན་པའི་དོན་ཅི་ཡིན།

2.18 ལམ། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་གྲོངས་ནས་སྤར་གསོན་པ་བརྒྱད་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་སྲིག་ཉེས་  
ཀྱི་ཚད་པ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་ཤིག་གནང། ཞལ་ཆད་གསར་པའི་མདོ་ཞིག་ཏུ་བཀོད་པ་ལྟར།

དགོན་མཚོག་གིས་རང་གི་སྤྲུལ་གཅིག་པོ་གནང་བ་ཚམ་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་རྣམས་ལ་བྱམས་པར་  
མཛད་པས། སྤྲུལ་ལ་དང་བ་བྱེད་མཁན་ཚང་མར་འཇིག་པར་མི་འགྱུར་བར་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་  
ཚོ་ཐོབ་ངེས་པའི་ཞེས་གསུངས། ལྷོད་པ་ངན་བ་རྣམས་སྤངས་ཤིང་སེམས་བསྐྱུར་ནས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་  
ཀ་ལ་དང་མཁན་ཡོད་ཚད་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སློབ་ངང་ནས་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་དུས་གཏན་ཏུ་  
གསོན་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། ཁོང་གི་གསུང་དང་ལེན་མི་བྱེད་མཁན་རྣམས་དགོན་མཚོག་དང་  
བྲལ་ཏེ་དཔྱལ་ཁམས་སུ་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་ཕོག་ངེས་ཡིན།

2.19 དྲི་བ། སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་ཕོག་པ་ལས་ཐར་བའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་ཅི་བྱེད་དགོས།

2.20 ལན། དགོན་མཚོག་ནི་དང་བདེན་གྱི་ཁྲིམས་དཔོན་ཡིན་པས་སྤྲིག་ཉེས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ལ་ཁྲིམས་གཅོད་གཏོང་རྒྱ་ངེས་ཀྱང་། དེ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་ནི། དེད་རྣམས་ཀྱིས་ལྷོད་པ་ངན་  
བ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་སྐྱུར་ལ། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ཁོ་ནར་དང་བ་བྱེད་དགོས།

2.21 དྲི་བ། བསོད་ནམས་གསོག་པའི་སློ་ནས་ང་ཚོ་ཐར་བར་འགྱུར་སྲིད་དམ།

2.22 ལན། མི་སྲིད་དེ། དགོན་མཚོག་དཔེ་མི་སྲིད་པའི་དམ་པ་དང་དང་བདེན་ཡིན་ལ། ང་  
ཚོ་སྤྲིག་ཅན་ཡིན་པས་དེད་རྣམས་ཀྱིས་གསོག་ཐུབ་པའི་བསོད་ནམས་ནི་དགོན་མཚོག་གི་སྤྲུལ་སྤར་  
མི་འདང་ངོ་།

2.23 ཇི་བཤ། གཤལ་ཏེ་ངེད་རྣམས་ཀྱིས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་མ་ཟད། སངས་རྒྱས་དང་ལྷ་རྣམས་ལ་  
དད་པ་བྱས་ན་ཐར་བར་འགྱུར་སྲིད་དམ།

2.24 ལམ། མི་སྲིད་དེ། ཁོང་ཁོ་ནར་སྲིག་ཉེས་ལས་ཐར་བར་མཛད་པའི་དབང་ཆ་ཡོད་པས་  
ང་ཚོས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ཁོ་ནར་དད་པ་བྱེད་དགོས།

2.25 ཇི་བཤ། མི་སྲུང་ཐར་བར་འགྱུར་སྲིད་དམ།

2.26 ལམ། མི་སྲུས་ཀྱང་སྦྱོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བརྩུར་ཏེ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་  
བྱས་ན་ཐར་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གི་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་འཕྲོལ་པར་སྲིད། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུའི་  
སྐྱེ་ཚབ་པའུ་ལུ་ཟེར་མཁན་ནི་ལྷར་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་མཁན་དང་། དཀོན་མཆོག་  
གི་མི་རྣམས་ལ་མནར་གཅོད་གཏོང་མཁན། གདུག་རྩུབ་ཆེ་བའི་མི་ཞིག་ཡིན་ཡང་། རང་གི་སྲིག་  
ཉེས་སྤངས་ནས་སེམས་བརྩུར་ཏེ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱས་ནས་ཐར་བར་གྱུར། དབང་པོ་སྦྱོན་ཅན་  
ནམ། ལྷགས་རིགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་བཟོ་མཁན་ནམ། ཤན་པའམ། སྤང་ཚོང་མའམ། ཉ་པའམ། ཡོན་  
ཏན་ཡོད་པ་དང་མེད་པའམ། ལྷག་པོ་དང་དབུལ་པོ་རྣམས་སྲུས་ཀྱང་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱས་ན་ཐར་  
བར་འགྱུར་སྲིད།

2.27 ཇི་བ། ཐར་པ་ཐོབ་ན་ཕན་ཐོག་གང་ཡོད་དམ།

2.28 ལམ། མི་སུ་ཞིག་གིས་ཡེ་ཤུ་ལ་དང་པ་བྱས་ན། དཀོན་མཆོག་གིས་ཁོའི་ཕྱིག་ཉེས་སེལ་བར་མཛད། ཉེས་ཅན་གྱིས་སྲིག་ཉེས་ནམ་ཡང་མ་བྱས་པ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་ཁོ་ཚོ་ལ་བྱམས་ཤིང་། ཁོང་གི་དམ་པའི་དགོངས་པ་སྐྱབ་འདོད་མཐན་དུ་སྐྱར་བར་མཛད། ཡེ་ཤུ་ལ་ཤི་ཀ་དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱེས་ཡིན་པ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་གིས་ཡེ་ཤུ་ལ་དང་མཐན་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེས་དང་སྐྱེས་མོ་དང་འདྲ་བར་མཛད། དབང་ཀུན་ལྡན་པའི་ཡེ་ཤུས་གདོན་འདྲེ་དང་དན་པ་ལས་སྐྱེད་བར་བྱེད། ཡང་དང་པ་རྣམས་ལ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་འཐོབ་པ་དང་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཁོ་ཚོའི་སེམས་སུ་ལྷགས་པར་འགྱུར།

2.29 ཇི་བ། ཚོ་འདི་ལས་འདའ་བའི་སྐབས་སུ་གང་འབྱུང་དམ།

2.30 ལམ། ཡེ་ཤུ་ལ་དང་པ་རྣམས་ཚོ་འདི་ལས་འདའ་བའི་སྐབས་སུ་གཞུགས་པོ་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར་ནའང་། སེམས་དགའ་སྣོ་དང་ཞི་བདེའི་ངང་ནས་དཀོན་མཆོག་གི་མདུན་དུ་སྐྱར་བར་འགྲོ། དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་གཞུགས་པོ་སྐྱར་གསོན་པར་མཛད་དེས་ཡིན་ཞིང་། དུས་གཏན་དུ་དཀོན་མཆོག་དང་མཉམ་དུ་བཞུགས་པར་འགྱུར། ཡེ་ཤུ་དང་ལེན་མི་བྱེད་མཐན་རྣམས་ནི་ཤི་ནས་དཔྱུལ་ཁམས་སུ་འཕངས་ནས་དེར་དུས་གཏན་དུ་སྐྱག་བསྐྱེད་མཚུངས་དགོས།





# ལེབ་གསུམ་པ། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐོར།

3.1 གྲི་བ། བོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་མཁན་ཡོད་དམ།

3.2 ལམ། བོད་རིགས་ཀྱི་ནང་ནས་ཁག་ཅིག་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ལ་དད་མཁན་དུ་གྱུར་བྱེད། མདོ་དབྱུས་ཁམས་གསུམ་དུ་ལྷ་ཤི་ཀ་པ་རྣམས་ཀྱི་མི་གངས་མང་དུ་འགོ་བ་མ་ཟད། ཀྲང་གོ་དང་། བལ་ཡུལ། རྒྱ་གར་སོགས་སུ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་ལྷ་ཤི་ཀ་པ་ཡང་ཡོད། (ཡེ་ཤུ་པ་ཡང་ཟེར་) རྒྱ་རིགས་ཀྱི་ནང་ནས་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ས་ཡ་མང་བོ་ཡོད། ཡེ་ཤུས་བྱེད་ཡིད་ཐང་ཆད་པ་དང་ལྷུང་ཆེན་གྱིས་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་དེ་རྩེད་ཤོག དས་བྱེད་ལ་ངལ་གསོ་སྟེར་བར་བྱ་ཞེས་གསུངས། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀས་མི་ཐམས་ཅད་ཉིད་ལ་དད་པ་བྱས་ནས་ཐར་བར་འགྱུར་བར་དགོངས།

3.3 གྲི་བ། ཡེ་ཤུ་ལ་ཇི་ལྟར་དད་པ་བྱས་ནས་ཐར་བ་འཐོབ་བམ།

3.4 ལམ། བྱེད་དགོས་པ་བཞི་སྟེ། དང་ཐོག་རང་ཉིད་ཐྲིག་ཉེས་ཅན་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་བྱེད་དགོས། ཐྲིག་པའི་རང་གཤིས་མི་ཀུན་ལ་ཡོད་པས། ཐྲིག་མེད་ཀྱི་མི་འབྱུང་མི་སྲིད། དེའི་ཕྱིར་ཉེན་ལྟར་ང་ཚོས་ཐྲིག་ཉེས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཅིང་། དེའི་འབྲས་བུ་ནི་འཆི་བ་ཡིན། འཆི་བ་དེ་ནི་ཚོ་འདི་ལས་འདའ་བ་མ་ཟད། དཀོན་མཆོག་དང་བལ་ཏེ་དབྱུལ་ཁམས་དུས་གཏན་དུ་སྡོད་དགོས་པ་དེའང་ཡིན།

3.5 གཉེས་པ་ནི་སྨོན་པ་ངན་པར་འགྱུར་བཤགས་དང་དེ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་སྦྱར་དགོས།  
ཕྱིག་ཉེས་སྤོང་བ་དེ་བཅས་མིན་ཡིན་དགོས། སྨོན་པ་ངན་པ་རྣམས་མ་སྤངས་ན། མཐའ་མའི་ཉེན་  
མོར་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་ལ་ཁྲིམས་གཙོད་མཛད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཟད། དཔྱལ་ཁམས་སུ་ཕྱིག་  
ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་ཀྱང་སྨོན་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན།

3.6 གསུམ་པ་ནི་ཡེ་ཤུ་ཁོ་ནར་དད་པ་བྱེད་དགོས། ཕྱིག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་ང་ཚོའི་ཚབ་ཏུ་སྨོན་  
བའི་ཕྱིར་ཡེ་ཤུ་ནི་རྒྱང་ཤིང་སྤང་ལ་གོངས། ང་ཚོ་དཀོན་མཆོག་གི་སྦྱན་ལྗེར་རྣམ་པར་དག་པར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཁོང་འཆི་བ་ནས་སྤར་གསོན་པར་གྱུར། ང་ཚོའི་ཕྱིག་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་སྨོན་བའི་  
ཕྱིར་གཞན་སུའང་མ་ཤི་བས། མི་གཞན་དང་། ཡང་ན་ལྷ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོ་ཐར་བར་  
འགྱུར་མི་སྲིད།

3.7 བཞི་པ་ནི་ཡེ་ཤུ་ལ་སྦྱོན་ལམ་འདེབས་དགོས། དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་  
གསུངས་པ་ལྟར། གཤམ་ཏེ་བྱེད་ཀྱིས་ཁ་ཡིས་ཡེ་ཤུ་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ཁས་ལེན་བྱས་ཤིང་། སེམས་ཀྱིས་  
ཀྱང་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁོང་འཆི་བ་ནས་སྤར་གསོན་པར་མཛད་པ་དེ་ལ་དད་པ་བྱས་ན། བྱེད་  
ངེས་པར་ཐར་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས། མ་འོངས་པའི་སྐོར་མི་ཤེས་པས་ད་ལྟ་རང་དེ་ལྟར་  
བྱས་ན་ལེགས།

3.8 ཡེ་ཤུར་དད་པའི་ལམ་བུ།

1. སྲིག་ཅན་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་བྱེད།

2. སྦྱོང་བའི་སྐབས་ནས་སེམས་པ་སྦྱར།

3. ཡེ་ཤུ་ཁོ་ནར་དད།

4. ཡེ་ཤུར་སློན་ལམ་འདེབས།

3.9 ཇི་བཞུགས་ཐར་པ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་སློན་ལམ་རི་ལྟར་འདེབས།

3.10 ལན། འདི་ལྟར་སློན་ལམ་ལྟུང་དང་། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལགས། སྐྱ་ན་མེད་པའི་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་མ་ཉན་པའི་སློན་ནས་ངས་ཁྱེད་དང་མི་གཞན་ལ་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་ལས་བྱས་པ་དེ་ཁས་ལེན་བྱེད། ད་ངས་སྦྱོང་བ་དཔེ་བུ་རྣམས་སྐབས་ནས་སེམས་པ་སྦྱར་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱགས་རྗེ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་ཁྱེད་ལ་དད་པ་བྱེད། སེམས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ཁྱེད་རང་ནང་ལ་གདན་འདྲེན་ལྟུང་དུ་བྱས་པ་བཟུང་ཁྱེད་ཀྱི་དཔེ་སྟེང་མགོན་ཡིན་ཞིང་། ངས་ཁྱེད་ལ་ཞབས་བྱེ་ལྟུང་ཁྱེད་ཀྱི་ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་ཐར་པ་དང་ལ་གནད་བའི་དོན་དུ་སྐྱགས་རྗེ་ཆེ་ལྟོ།།

3.11 ཇི་བཞུགས་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱས་ནས་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་རྗེས་སུ་ཅི་བྱེད་དགོས།

3.12 ལན། བྱིས་པ་འཚར་ལོངས་བྱེད་པ་ལྟར། ཡེ་ཤུ་ལ་ཐོག་མར་དད་པ་རྣམས་ཐར་པའི་ཐོག་ནས་སློན་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་དགོས། དད་མཁན་རྣམས་ནི་རང་འདོད་པ་ལྟར་

མི་ཚེ་མི་སྐྱེལ་ཏེ། དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་ལྟར་མི་ཚེ་སྐྱེལ་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་རང་གིས་གཙོ་བོ་དགོན་མཚོག་ལ་སློ་གཅིག་སེམས་གཅིག་དང་ཡིད་གཅིག་གིས་བརྩེ་བར་བྱུངས་ཤིག འདི་ནི་བཀའ་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཤོས་དང་དང་བོ་དེ་ཡིན། གཉིས་པ་དེ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། དེ་ནི་བྱིམ་མཚོས་ལ་རང་དང་འདྲ་བར་བརྩེ་བར་བྱུངས་ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་ལྡན་ཞེ། དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཉིན་ལྟར་སློག་པའམ་ཉན་པ་དང་གཅིག་ཉིན་ལྟར་དགོན་མཚོག་ཁོ་ནར་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་པ་དང་གཉིས། དད་ལྡན་གཞན་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་འཛོམ་པ་དང་གསུམ། དགོན་མཚོག་དང་མི་གཞན་ལ་བརྩེ་བར་འཛིན་པ་དང་བཞི། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་སློར་མི་གཞན་རྣམས་ལ་དཔང་བོ་བྱེད་པ་དང་ལྔའོ། བྱེད་རྣམ་པ་ལ་ཕན་པའི་བྱིར་www.gsunggrab.org གྲྭ་ཚོགས་ལ་གསུང་རབ་ཚུད་པའི་ཕབ་ལེན་རྒྱ་ཆ་མང་བོ་ཡོད།

3.13 ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀར་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ལམ་བུ།

1. དམ་པའི་གསུང་རབ་ཉིན་ལྟར་སློག་པའམ་ཉན།
2. ཉིན་ལྟར་དགོན་མཚོག་ཁོ་ནར་བསྟེན་བཀུར་བྱེད།
3. དད་ལྡན་གཞན་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་འཛོམ།
4. དགོན་མཚོག་དང་མི་གཞན་ལ་བརྩེ་བར་འཛིན།
5. ཡེ་ཤུས་སློར་ལ་མི་གཞན་རྣམས་ལ་དཔང་བོ་བྱེད།



# ལེན་བཞི་པ། དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྐོར།

4.1 གྲི་བ། དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཅེས་པ་དེ་ཅི་ཡིན།

4.2 ལམ། དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་གནང་བའི་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ཡིན། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་ཞལ་ཆད་རྙིང་པ་དང་ཞལ་ཆད་གསར་པ་ཟེར་བའི་ཆ་ཤས་གཙོ་བོ་གཉིས་ ཡོད་ལ། དེ་ཚོ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བཀོད་པའི་ཚུན་གྱི་དུས་རབས་མང་བོའི་ནང་གིས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཞལ་ཆད་རྙིང་པ་ནི་ལོ་ངོ་2,500-3,000 ཚུན་དང་། ཞལ་ཆད་གསར་པ་དུས་རབས་དང་བོའི་ རྒྱབས་ལུ་གིས། དེ་ནི་རྒྱང་གོའི་ཉན་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་དུས་ལུ་ཡིན། ཞལ་ཆད་རྙིང་པ་ནི་ལ་ཉུ་དུ་བ་མི་ རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་ཡོད། ཞལ་ཆད་གསར་པ་ལ་སྟོན་པ་ཡི་ཤུའི་རྣམ་ཐར་དང་། ཁོང་གི་ཚོས་ ཚོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་ཡོད། གསུང་རབ་ནང་དཀོན་མཆོག་གི་བདེན་པའི་བཀའ་དང་། ཐར་པའི་ ལམ། དང་བོའི་བྲིམས་སོགས་ཐུག་ཅན་ཐར་ཐུབ་པའི་དགའ་སྟོན་འཕྲིན་འབྲུང་བཀོད་ཡོད། མདོར་ བ། དཀོན་མཆོག་གི་སྐོར་གང་ཤེས་དགོས་པ་ཐམས་ཅད་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་བཀོད་ཡོད།

4.3 དྲི་བ། དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་གང་ནས་འཕྱོལ་སྲིད།

4.4 ལམ། དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་[www.gsungrab.org](http://www.gsungrab.org) དྲ་ཚོགས་ནས་ཕབ་ལེན་གནང་  
ན་ཚེག





