སྙུག་རྩེའི་དགའ་ཚལ། 03

ལྷུག་རྩོམ་
ངག་གི་རོལ་མཚོ།

2026ལོའི་ཟླ་11ཚེས་13ཉིན། རྩོམ་འགན་པ།མགོན་པོ་བཀྲ་ཤིས། རྩོམ་སྒྲིག་པ།བདེ་སྐྱིད་པདྨོ། པར་ངོས་སྒྲིག་མཁན།ཁང་ཞང་ཡན།

ང་ནི་དངོས་གནས་རླུང་ཁའི་ཁུར་མོང་བཞིན་སྐབས་
རེར་རང་ཚུགས་དང་བརྟན་བརླིང་མེད་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པར་
ཚོར།ཉེ་འགྲམ་སྣང་བརྙན་གྱི་དགའ་ཚལ་དུ་འདྲེན་བྱེད་མིག་
ཟུང་གི་འཕུར་གར་རྩེན་ཐེངས་རེར་དེ་དང་འབྲལ་མི་འདོད་
པའི་སེམས་ཁམས་ཤིག་ཀུན་ནས་བརྟས་པས།གཟུགས་མེད་ཐ་
ཚིག་གི་རི་མོ་དེ་དག་ཀྱང་རབ་རིབ་མག་མོག་ཏུ་གྱུར་ནས།ཉིན་
གཅིག་གི་ལས་ཀྱི་སྣེ་མོ་བོར་ཏེ།བྱིས་པ་རྩེད་རྒོད་ཅན་གྱི་འདུ་
ཤེས་ལྟར་དམིགས་ཡུལ་དང་འཆར་གཞི་མེད་པ།དུས་ཚོད་ཀྱི་
རླབས་ཕྲེང་རེ་རེ་ཆོ་མེད་པ་མཚོ་ཁར་སྐྱོམ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་ཅི་
ཡང་མཚུངས།དེ་འདྲའི་བྱ་བ་འདས་ཟིན་པའི་ལོ་ཟླའི་ཁྲོད་མང་
པོར་བྱུང་མྱོང་བས།ད་ཆ་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་ནས་
ཕྱིར་དྲན་གྱི་སྒེའུ་ཁུང་ལས་བལྟས་པའི་ཚེ།འགྱོད་གདུང་མང་པོ་
ཞིག་སོས་ཀའི་ཁ་བ་བཞིན་ཡིད་ཀྱི་ས་འཛིན་ཡང་ཡང་བརླན་
པར་བྱས།

ད་ནི་བཅུ་ཕྲག་གསུམ་གྱི་བགྲང་བྱའི་ཁུར་དུ་ལྕི་བའི་མི་
ཚེའི་བང་རིམ་མཐོན་པོར་བསྙེགས་ཟིན་པས།ངས་སྔོན་ཆད་ཀྱི་
ཐ་ཚིག་རྡོ་ལ་རི་མོ་བརྐོས་པ་ལྟར་ལོ་ཟླ་དང་ཆར་ཆུས་ཇི་ལྟར་
གཙེས་ཀྱང་འཇིག་པར་མེད་པ་སེམས་ལ་ཉར་ཅི་ཐུབ་བྱས་ལ།
ཞོགས་པའི་སྐྱ་རེངས་ཀྱི་འཛུམ་མདངས་དང་འགྲོགས་ཏེ་ཤེས་

རིག་གི་དགའ་ཚལ་ཞིག་ནས་སློབ་སྦྱོང་གི་ཐེམ་སྐས་རེ་རེ་བཞིན་
རྒལ་གྱིན་ཡོད།ལན་རེ་ངས་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་མདའ་མོ་རང་
ཕྱོགས་སུ་སྐོར་ཚེ།རང་ཉིད་རིག་གནས་འདི་དང་འདི་ལ་བྱང་
ཆ་ཡོད་སྙམ་པའི་ཁ་ཕྱོགས་ཙམ་ཡང་རྙེད་པར་དཀའ་མོད།ཡིན་
ཡང་ད་དུང་སློབ་སྦྱོང་ལ་དགའ་བ་མ་ལྷོད་པ་ནི།ནར་སོན་པའི་
རྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་སློབ་སྦྱོང་གི་ཁོར་ཡུག་བཟང་པོ་ཞིག་འགྲིམ་པའི་
བག་ཆགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསླངས་པ་རེད་སྙམ།དུས་ཚོད་རེ་རེ་
གསེར་ལྟར་དཀོན་པའི་ངེས་ཤེས་མ་སྐྱེས་ཀྱང་།ཕ་མའི་གནང་
བའི་མིག་སྔར་གྱི་དུས་ཚོད་རེ་རེ་ལ་དམ་འཛིན་དང་གཅེས་
སྤྲས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པར་ཅིས་ཀྱང་འབད་པར་ལྷུར་ལེན་
བྱས་ཤིང་།རྗེས་ནས་འགྱོད་གདུང་དང་ཕོངས་སེམས་མེད་པའི་
མི་ཚེའི་རྒྱུད་རིམ་ཞིག་ད་ནས་བརྟུན་པར་བསྐྱེད་དགོས།ངས་
ནམ་ཡང་འབད་བརྩོན་ནི་གུ་དོག་པའི་བསམ་བློའི་ཁྱབ་
ཁོངས་རྒྱ་ཇེ་ཆེར་བཏང་ནས་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་མ་
རྨོངས་ཤིང་།ཐོས་བསམ་ལག་ལེན་བསྟར་ནས་ནང་བསམ་
པའི་དཔལ་ཡོན་ཕུན་ཚོགས་སུ་གཏོང་འདོད་པའི་ཆེད་དུ་
ཡིན་པ་ལས།འགྲན་རྩོད་དང་ཕྲག་དོག་གིས་ཀུན་ནས་བསླངས་
ཏེ་སྙན་གྲགས་དང་བསྙེན་བཀུར་དོན་དུ་གཉེར་བ་འགྱུར་མི་
རིགས་སོ།།

མཐོང་གསལ་བཞིན།རྔམ་བརྗིད་ཀྱི་རི་སྐེད་དུ་གནས་པའི་ལྗོན་
འདབས་རེ་རེར་སེར་ཐིགས་བབས་ཤིང་།ཞོགས་པའི་ཉི་འོད་ཀྱིས་དྲོད་སྣང་
ཕྱོགས་ཀུན་གཏོར་བཞིན་འཚེར།ཡངས་བའི་ས་ཆེན་གྱི་ཁམས་འདིར་བྱིལ་
བྱིལ་ལན་གཅིག་བྱས།ནམ་ཟླའི་འགྱུར་བག་གིས་བསྐྱེད་པའི་དུས་ཚིགས་
འདི་ཇེ་འཁྱག་ཏུ་འགྲོ་མགོར་བརྩམས།དེ་ལྟར་སེམས་ནང་གི་མུན་པ་ཡལ་
བའི་བར་སྐབས་ཤིག་ཏུ།སྒེའུ་ཁུང་འགྲམ་གྱི་སྡོང་ལོ་དག་རླུང་བུས་གང་སར་
སྤུར་ཞིང་རྒྱང་རིང་དུ་ཁུར།ཡིད་གར་བཞད་པའི་མཛེས་སྡུག་གི་ནམ་ཟླ་ཞིག་
དེ་དང་ལྷན་དུ་རྒྱང་དུ་བཞུད་པར་བྱས།བློས་གཏོང་མི་ཐུབ་པའི་མེ་ཏོག་གི་
ལང་ཚོའི་གཟི་དཔལ་མཐོང་ལམ་ནས་གཏན་བྲལ་བྱས་ཤིང་གསེར་མདོག་
གིས་བྱུག་པའི་ཉམས་སྣང་བསྟན་བྱུང་།སྡོང་པོ་རེ་རེའི་སྟེང་གི་ལོ་མའི་ཆ་
ཤས་རེ་རེ་སེར་པོར་གྱུར་ཞིང་གུད་པའི་ཉམས་ཀྱིས་ས་རུ་འཐོར་བྱུང་།མིའི་
ཚོར་གཤིས་དེ་དང་ཆ་མཚུངས་པ་བཞིན་སྐྱོ་སྣང་དང་བཅས་ཇེ་གཉོམ་དུ་
ཕྱིན་སོང་།ཐལ་རྡུལ་གྱིས་གཡོག་པའི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་གི་རང་སྣང་བསྟན་
བྱུང་།དེ་ལྟར་ངེས་མེད་ཀྱི་གྲུ་ག་རེ་རེའི་མཚར་སྡུག་གློ་རྡེག་ཏུ་རྨི་ལམ་བཞིན་
མཚན་ཐུན་གཅིག་གི་མྱོང་བྱ་ཁོ་ནར་གྲུབ།
ད་ནི་དགུན་གྱི་ཟླ་བ་བསླེབས་སོང་།དགུན་མགོ་མའི་རང་བྱུང་གི་
གནམ་གཤིས་འདིས།ང་རང་རང་དབང་མེད་པའི་ངང་ཕ་ཡུལ་དྲན་དུ་
བཅུག་ལ།གྲང་ངར་ཆེ་བའི་ཕ་ཡུལ་གྱི་ནམ་ཟླ་ཡིད་ལ་འཆར་དུ་བཅུག་སོང་།
ད་ནི་ཉིན་རེ་བཞིན་ཙག་ཁ་ཇེ་རྒོད་དང་ཉེ་འགྲམ་གྱི་ཆུ་ཀླུང་དག་གི་ཆུ་སྒྲ་ཇེ་

ཞན་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པའི་ཚོད་ཅིག་སླེབས་འདུགདུས་ཚིགས་འདིར་ཁ་
བའི་ཚོགས་ཀྱིས་ལྷ་ཡུལ་ནས་དྭངས་གཙང་གི་གངས་ཆབ་བཞུས་ཏེ་ས་རུ་
བསྟིམ་སྲིད་ལ།འཇམ་མཉེན་ལྡན་པའི་ཁ་བའི་མེ་ཏོག་རེ་རེ་ས་ནས་འབུས་ཏེ་
ལྡེམ་འཁྱུག་བྱེད་སྲིད།ཡང་ན།མ་དག་པའི་ས་སྒང་གི་སྤྱི་གཙུག་ཧྲིལ་བོ་ཁ་
བའི་འདབ་མས་ཆག་ཆག་གནང་ངེས།ངས་དེ་ལྟར་ཞིབ་རྩིས་བྱེད་བཞིན་
སླར་ཡང་དགུན་ཟླ་རིང་མོ་བསྐྱལ་བར་སྟ་གོན་བྱས།དགུན་ཟླ་ནི་གྱེས་བྲལ་
མོད་པའི་དུས་ཚིགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་།འཁྱག་རླུང་གི་བསྡམས་པའི་དགོང་
སྲོད་རེ་རེ་ཁེར་རྐྱང་གིས་བསྐྱལ་དགོས་པའི་ནམ་ཟླ་ཞིག་ཡིན།དགུན་ཟླ་ནི་
འདུ་བྲལ་ཆེ་བའི་དུས་ཚིགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་།ཙག་རླུང་རབ་ཁ་བརྒལ་དུས་མི་
ཚང་མས་རང་རང་གི་ནང་སེམས་ཕྱིར་མངོན་མི་ཐུབ་པའི་ནམ་ཟླ་ཞིག་ཡིན།
དགུན་ཟླ་ནི་འགྲུལ་བཞུད་མང་བའི་དུས་ཚིགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་།ཕན་ཚུན་
འཕྲད་ཙམ་གྱིས་བཅོས་འཛུམ་རེ་སྟོན་བཞིན་འཚོ་དགོས་པའི་ནམ་ཟླ་ཞིག་
ཡིན།དགུན་ཟླ་ནི་སྙིང་བོ་མེད་པའི་དུས་ཚིགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་།རྟག་བརྟན་
མེད་པའི་བརྩེ་དུང་གིས་ཡང་ཡང་ས་རུ་འགྱེལ་དུ་འཇུག་ངེས་པའི་ནམ་ཟླ་
ཞིག་ཡིན།དགུན་ཟླ་ནི་སྙན་ངག་གི་སྒར་ཁ་ཚོར་བས་བཟུང་བའི་དུས་ཚིགས་
ཤིག་ཡིན་ཞིང་།སྙན་ངག་པ་ཚོས་དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྡང་གི་རང་གཟུགས་
བདག་མི་ཐུབ་པའི་ནམ་ཟླ་ཞིག་ཡིན།དགུན་ཟླ་ནི་ཤིན་ཏུ་འཁྱག་པའི་དུས་
ཚིགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་།མི་དག་གིས་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་དྲོད་འཇམ་འཚོལ་བའི་ནམ་
ཟླ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།།

པར་ལེན་པ།
ཀྲུའུ་ཧྥུ་ཀྲང་།

སུ་ཞིག་གིས་ཅི་ཞིག་འཚོལ་བའམ།
བཙལ་ཡང་མ་རྙེད་པར།
དུང་མདོག་གི་ཁ་བའི་འདབ་ལོ་རུ་སྤྲུལ་ནས།
ཟང་ཟིང་གི་འཇིག་རྟེན་འདི་ལ་མེ་ཏོག་གི་དོ་ཤལ་སྤྲས་དོན་ཅི།
སུ་ཞིག་གིས་ཅི་ཞིག་སྙེགས་པའམ།
སྙེགས་ཀྱང་མ་ཐོབ་པར།
དངུལ་མདོག་གི་ཁ་བའི་གོས་དཀར་ལ་སྤྲུལ་ནས།
བདག་མེད་ཀྱི་མི་ཡུལ་འདི་ལ་རབ་དཀར་གྱི་ན་བཟའ་བཀླུབས་དོན་ཅི།
བཙལ་ཡང་བཙལ་ལ།
སྙེགས་ཀྱང་སྙེགས་པའི།

ཡིད་འོང་གི་སེམས་འགྱུ་དྲོན་མོ་དགཁ་བའི་མེ་ཏོག་ལ་བཅོལ་ནས།
ལྷབ་ལྷུབ་ཡིད་དགའི་མདངས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་མཐོང་སྣང་དུ་བབས་ན།
གདུང་སེམས་ཀྱིས་བཟི་ལ་སྐྱོ་གདུང་གིས་མནར་བའི།
ཁོ་བོའི་ཡ་ཆུང་སྙིང་གི་ཞིང་ས་རུ་དགོས་འདོད་ཀྱི་སྦྲང་ཆར་ཟིམ་ཟིམ་དུ་འབབ་སྲིད།
ཁ་བའི་མེ་ཏོག་ཡ།
དུས་ཚིགས་ཀྱི་ཁུགས་སོ་འདི་ནས།
ངས་དབྱར་གྱི་མཛེས་སྡུག་མི་གླེང་ལ་སྟོན་གྱི་གསེར་མདོག་དེ་བས་ཀྱང་གླེང་མི་སྲིད།
ངས་ཁྱེད་ཀྱི་ཁུ་སིམ་མེར་བསྐྲུན་པའི་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་འདིའི་བདེ་བ་ལ་ཡིད་མགུ་བྱེད་བཞིན།སྔར་བཞིན་འཚོལ་སྙེག་གི་ལམ་བུ་གསར་བ་རེ་གཏོད་སྲིད།

ང་ལ་རྨི་ལམ་ཞིག་ཡོད།
♦ཨ་བཙུན་གཡུང་དྲུང་བཀྲ་ཤིས། 【དཀར་མཛེས】

དགུན་ཆུང་མེ་ཏོག
♦གངས་ཆབ་ལྷ་སྲས། 【དཀར་མཛེས】

ཁ་བའི་མེ་ཏོག
♦དཀའ་ཐུབ་བཀྲ་ཤིས། 【བོད་ལྗོངས་སློབ་ཆེན】