

ཚོང་ཁའི་མཁས་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་སྒྲིག་གཞི།



ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

དཀར་ཆག

ཡང་།	དོན་ཚན།	ཤོག་གྲངས།
༡	རྒྱབ་ཁྱེད་ལ།	༡
༢	དམིགས་ཡུལ།	༢
༣	འཇུག་མི་བསྐྱོ་བཞག།	༣
༤	འཇུག་མིའི་ཁྱད་ཚད།	༤
༥	འཇུག་མིའི་གནས་ཡུལ།	༤
༦	ཞལ་འཛོམས་ཚོགས་རིམ།	༥
༧	མཁས་ཚོགས་ཀྱི་འགན་དབང་།	༥
༨	མཁས་ཚོགས་ཀྱི་ཐག་གཅད་ལམ་ལུགས།	༥
༩	མི་འཛིན།	༤
༡༠	འཇུག་མིའི་དྲུང་ཚེ།	༧
༡༡	མཁས་ཚོགས་འཇུག་མིའི་ཐོབ་ལམ།	༧
༡༢	འཕྲི་སྐྱོན།	༧

༩༽ དམིགས་ལུལ།

༡༽ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁའི་ ཡིག་སྐབ་མ་འདྲམ་ཡོད་མི་ཚུ་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཡིག་སྐབ་ཀྱི་
གནས་ཚད་ གཅིག་མཚུངས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡོད་པ་བཟོ་ནི།

༢༽ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱ་ཞིབ་འཚོལ་དང་དབྱེ་དབྱེ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་ནི།

༣༽ རྫོང་ཁའི་མིང་ཚིག་མི་སྡེ་ནང་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡོད་རུང་ ཡིག་ཐོག་ལུ་མ་བཀོད་པར་ལུས་ཡོད་མི་ཚུ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་
བཀོད་དེ་ ཆ་འཛོག་འབད་དེ་གཏན་འཁེལ་བཟོ་ནི།

༤༽ རྫོང་ཁའི་བརྗེ་སྐྱེར་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ རྐྱད་ཡིག་འདི་རའི་ནང་ལུ་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་རྐྱད་ཡིག་རིག་པའི་ ལམ་ལུགས་
དང་མཐུན་མ་སྡེ་ཚད་ལྡན་བཟོ་ནི།

༥༽ རྫོང་ཁའི་ནང་མིང་ཚིག་གསར་པ་བཟོ་དགོ་པ་ཡོད་མི་ཚུ་ གསར་ཚུམ་འབད་དེ་གཏན་འཁེལ་བཟོ་ནི།

༡༠༽ འཇུག་མི་བསྐོ་བཞག།

༡༽ མཁས་ཚོགས་འཇུག་མི་ཚུ་ འོག་ལུ་འཁོད་དེ་ཡོད་པའི་བྱུང་ཚད་དང་བསྟུན་ཏེ་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོ་བཞག་གནང་
དགོ།

༢༽ འཇུག་མི་དྲུང་ཆེན་མ་བརྩིས་པར་མཁས་ཚོགས་འཇུག་མི་བསྐོ་མས་ 10 འོང་དགོ།

༡༡༽ འཇུག་མིའི་བྱུང་ཚད།

འཇུག་མི་ཚུ་ལུ་འོག་གི་བྱུང་ཚད་ཚུ་ལས་ཉུང་ཤོས་གཅིག་ཚང་དགོ།

༡༽ ནང་པའི་རིག་གཞུང་གི་ཤེས་ཡོན་ལུ་མཁས་མཚོག་ཡོད་མི།

༢༽ རྫོང་ཁའི་དཔེ་དེབ་ཚུམ་སྐྱིག་དང་ལུན་དག་གི་ལུ་ནང་ཉམས་ལྗོངས་ཡོད་པའི་ཁར་ རྫོང་ཁའི་མིང་ཚིག་གི་ཐ་སྙད་བཟོ་
ནི་ལུ་གོ་མས་གཤིས་དང་སྦྱང་བ་ཡོད་མི།

༣༽ རྐྱད་ཡིག་རིག་པའི་ཤེས་ཡོན་དང་ རྐྱད་ཡིག་སྐྱ་མང་གི་ཤེས་ཡོན་ དེ་ལས་ ཉམས་ལྗོངས་ཡོད་མི།

ང། རྫོང་ཁ་དང་ཚོས་སྐད་གཉིས་ཆ་ར་ནང་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལོ་ངོ་ ༡༠ ལས་ལྷག་པའི་ལཱ་གི་ཉམས་ཚུང་ཡོད་མི།

༥། འཇུས་མིའི་གནས་ཡུན།

ཀ། མཁས་ཚོགས་འཇུས་མིའི་གནས་ཡུན་འདི་ ཐངས་རེའི་ནང་ལོ་ངོ་ ༣ རེའི་དོན་ལུ་བསྐོ་བཞག་གནང་དགོ།

ཁ། འཇུས་མིའི་རང་སའི་ལཱ་ལུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ལོག་སྟེ་བསྐོ་བཞག་གནང་ཚོག།

ག། འཇུས་མི་གཅིག་གིས་ ཞལ་འཛོམས་ནང་ལས་ ཚོགས་ཐངས་གསུམ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ཆད་སྟོད་པ་ཅིན་ དགོངས་ཐོགས་གཏང་ཚོག།

ང། འཇུས་མི་གཅིག་གིས་ གནས་ཡུན་གྱི་ནང་འཁོད་དགོངས་ལུ་འབད་དགོ་པ་ཅིན་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲི་འཛིན་ལུ་ཡིག་ཐོག་སྟེན་ལུ་འབད་དེ་དགོངས་ལུ་འབད་ཚོག་ དེའི་ཚབ་ ལུ་མའི་ལྷན་ཚོགས་ཞལ་འཛོམས་ནང་ལུ་བསྐོ་བཞག་གནང་དགོ།

༦། ཞལ་འཛོམས་ཚོགས་རིམ།

ཀ། མཁས་ཚོགས་ཀྱི་ཞལ་འཛོམས་འདི་ ལོ་རེའི་བར་ན་ཚར་གཉིས་རེ་འཚོག་དགོ། དམིགས་བསལ་སྟེ་འཚོག་དགོ་པ་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་ བམ་ར་འབད་རུང་འཚོག་ཚོག།

ཁ། ཞལ་འཛོམས་འཚོག་ནིའི་དོན་ལུ་ འཇུས་མིའི་ཡོངས་བསྟོམས་ལས་ གསུམ་དབྱ་གཉིས་ཚང་དགོ།

ག། ཞལ་འཛོམས་ནང་ གྲོས་བསྟུར་སྐབས་ར་ཁུངས་གཟབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཡིག་ཚང་གི་འབྲེལ་ཡོད་མི་ངོམ་འདི་ངེས་པར་དུ་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ།

ང། དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་མཁས་མཚོག་ཚུ་ ཕྱི་ཁ་ལས་གྲོས་སྟོན་པ་སྟེ་འབོ་ཚོག།

ཅ། ཞལ་འཛོམས་ནང་ ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་གི་ རུང་ཚེན་དང་ཁྱད་རིག་འགོ་དཔོན་ཚུ་ ལྷ་ཏོག་པ་སྟེ་འཇུལ་ཚོག།

ཡ། མཁས་ཚོགས་ཀྱི་འགན་དབང་།

ཀ། མཁས་ཚོགས་ཀྱིས་ ཉམ་བཤད་ཅན་གྱི་ཚོང་ཁའི་ཚོད་སྒྲ་དང་ཡིག་སྟེབ་ བད་སྒྲིང་ མིང་ཚིག་ ལ་སོགས་པའི་རིགས་
ཐག་གཅད་ནིའི་འགན་དབང་ཡོད།

ཁ། ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་གིས་ཕུལ་མའི་གོས་གཞི་ཚུ་ འཇུག་མི་ཚུ་གིས་ ཞལ་འཛོམས་མ་འཚོགས་པའི་སྲ་གོང་ལས་
ཞིབ་འཚོལ་མཐིལ་ཕྱིན་འབད་ནིའི་འགན་ཁག་འབག་དགོ།

༤། མཁས་ཚོགས་ཀྱི་ཐག་གཅད་ལམ་ལུགས།

ཀ། གསུང་གོས་ཀྱི་དོན་ཚན་ཚུ་ཐག་གཅད་པ་ད་ གཞུང་གི་སྲིད་བྱུས་དང་། ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་དང་དར་ཁབ་ཀྱི་ རྒྱལ་
ཡོངས་སྲིད་བྱུས་དང་ཐབས་ལམ་ཡིག་ཆ། དེ་ལས་ རྒྱ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱལ་ཁྲུངས་ལུ་གཞི་
བཞག་དགོ།

ཁ། མཁས་ཚོགས་ཀྱིས་ གནད་དོན་གང་རུང་གོས་ཐག་གཅད་པ་ད་གཙོ་བོ་ར་ ཚོང་ཁའི་འབྲི་ཐངས་བདག་འཛིན་འབད་
ཚུགས་པ་ཅིག་དང་། ཚོང་ཁ་འཇམ་ཉོང་ཉོང་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་རོ་བདེ་ཉོག་ཉོ་གི་གཞི་རྩ་ཚུ་འི་ཐོག་ལས་ཐག་གཅད་
དགོ།

ག། གནད་དོན་ག་ཅི་ཡིན་རུང་ འཇུག་མི་ག་ར་མོས་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཆ་འཛོག་འགྲུབ་དགོ། ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་ ཞལ་
འཚམ་འབྲུང་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཞི་འཛིན་མ་བཅིས་པའི་འཇུག་མི་གཞན་ཚུ་ཚོགས་རྒྱན་བསྐྱར་ཉེ་ མང་མོས་ཀྱི་ཐོག་
ལས་གོས་ཐག་གཅད་དགོ། འདིའི་སྐབས་འཇུག་མི་ག་འབད་རུང་ཅིག་གིས་ཚོགས་རྒྱན་མ་བསྐྱར་བར་སྟོན་མི་ཚོགས་
གལ་སྲིད་ ཚོགས་རྒྱན་གྱི་ཁྲུངས་ཁ་འབྲན་འབྲ་ཐོན་སོང་པ་ཅིན་ ཞི་འཛིན་གྱིས་ཐག་གཅད་ཀྱི་ཚོགས་རྒྱན་བསྐྱར་ཐོག་
ལས་ཐག་གཅད་དགོ།

ང། འཇུག་མི་རུང་ཆེན་ལུ་ ཚོགས་རྒྱན་གྱི་ཐོབ་དབང་མེད།

ཅ། མཁས་ཚོགས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་གནང་མི་གནད་དོན་ཚུ་ ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་ལུ་སྟོན་དགོ། མཁས་ཚོགས་ནང་ལས་
གོས་ཚོད་འགྲུབ་མི་འདི་ མཐའ་དབྱུད་གོས་ཚོད་ཡིན་མ་ལས་ ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་གིས་དེ་དང་འབྲེལ་ཉེ་ལག་ལེན་གྱི་
དོན་ལུ་བྱུང་བསྐྱགས་འབད་དགོ།

ཆ། ཚོགས་རིམ་ནང་ལུ་ཐག་གཅད་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཐོག་ལས་ བུལ་མའི་
ཚོགས་རིམ་ནང་ཐག་གཅད་གནང་དགོ།

༧༽ ལྷི་འཛིན།

༡༽ ལྷི་འཛིན་འདི་ འཇུག་མི་མང་མོས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ བཅག་འཇུག་འབད་དགོ།

༢༽ ལྷི་འཛིན་གྱི་གནས་ཡུན་འདི་ལོ་ངོ་གཅིག་ཨིན།

༣༽ ལྷི་འཛིན་གྱིས་ གོས་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཞལ་འཛོམས་འགོ་ཁྲིད་འབད་དགོ།

༤༽ ལྷི་འཛིན་གྱིས་ ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་ཀུན་སྲོད་རྣམ་གཞག་ཚུ་བདག་འཛིན་འབབ་དགོ།

༡༠༽ འཇུག་མི་དྲུང་ཚེན།

༡༽ རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་གི་གོང་འཕེལ་སྡེ་ཚན་གཙོ་འཛིན་གྱིས་ འཇུག་མི་དྲུང་ཚེན་འབད་དགོ།

༢༽ མཁས་ཚོགས་ཞལ་འཛོམས་འཚོག་ནིའི་ ས་གནས་དང་ཚེས་གངས་ གོས་གཞི་ཚུ་ ལྷ་གོང་ལས་ལྷན་ཚོགས་དྲུང་ཚེན་ ལས་གནང་བ་ལྷན་ལྷན་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ འཇུག་མི་ཚུ་ལུ་བཀམ་ཏེ་ ཞལ་འཛོམས་འགོ་འདྲེན་འབབ་དགོ།

༣༽ གོས་ཚོད་ཟིན་ཟིན་འབབ་ནི་དང་ མཐའ་དབྱེད་གོས་ཚོད་བཀམ་དགོ།

༤༽ ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འཆར་དབུལ་དང་བདག་སྲོང་ ཡིག་རིགས་འཛིན་སྲོང་ལ་སོགས་པའི་འགན་ཁག་འབག་དགོ།

༡༡༽ མཁས་ཚོགས་འཇུག་མིའི་ ཐོབ་ལམ།

༡༽ མཁས་ཚོགས་འཇུག་མི་ཚུ་ལུ་ ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་རིང་ ལུང་འཇུག་ གཞུང་ལས་དུས་དང་དུས་སུ་བསྐྱར་གསོ་འབད་ ཡོད་པའི་ ཚོད་གཞི་དང་བསྐྱར་ཏེ་འཐོབ།

༢༽ མཁས་ཚོགས་འཇུག་མི་ཚུ་ལུ་ རང་སོའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྲོད་གནས་ལས་ ཞལ་འཛོམས་ཚོགས་ས་ཚུན་གྱི་ སར་ཚུར་ འགོ་འགྲུལ་དང་ཉིན་འཇུག་ཚུ་ གཞུང་གི་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་འཐོབ། འདི་ཡང་ གཞུང་གཡོགས་ཨིན་པ་ཅིན་རང་ སོའི་སྡེ་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ་ནི་དང་ སྐར་པ་ཨིན་པ་ཅིན་གཞུང་གཡོགས་མཁས་མཚོག་སྡེ་རིམ་གྱི་ ལྷན་ཚོགས་ཅིག་ སྲོད་ཚོད་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ།

༡༢ ་ འཕྲི་སྒྲོན།

༡༡ ་ ལམ་སྒྲོན་སྒྲིག་གཞི་འདིའི་གནད་དོན་གང་རུང་ལུ་ འཕྲི་སྒྲོན་འབད་དགོཔ་མེ་བྱུང་པ་ཅིན་ ལྷན་ཚོགས་ནང་ལས་གནང་བ་འགྲུབ་དགོ།

༡༣ ་ མཁས་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་སྒྲོན།

- ༡ ་ རྫོང་ཁ་དང་ཚོས་སྐད་གཉིས་ཆ་ར་ སྐད་ཡིག་གི་རིགས་གཅིག་ལས་བྱུང་བྱུང་མ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མིང་ཚོག་དང་བད་སྒྱུར་ལམ་ལུགས་ཚུ་ བརྒྱ་དཔུ་ ༡༠ དེ་ཅིག་ གཅིག་མཐུན་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་མ་ལས་ རྫོང་ཁ་དང་ཚོས་སྐད་ཀྱི་མིང་ཚོག་ཅོག་འབད་པ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་ ཡིག་སྐད་དང་བད་སྒྱུར་ལམ་ལུགས་ཚུ་ ཚོས་སྐད་ནང་ཡོད་མི་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཞག་དགོ།
- ༢ ་ རྫོང་ཁ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ རང་གི་སྐད་ཡིག་ཅིག་ཨིན་པའི་ངོ་རྟགས་ཉམས་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྒྲའི་རག་གཤིས་འདི་ ཉམས་མ་བཅུག་པར་བཞག་དགོཔ་ཨིན། དེ་ལས་བརྟེན་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྒྲའུ་གཞོན་པ་ཡོད་པའི་མིང་གི་ཡིག་སྐད་ཚུ་ ལེགས་བཅོས་འབད་དགོཔ་དང་། ཚོས་སྐད་ནང་མེད་པའི་རྫོང་ཁའི་མིང་ཚོག་གི་ཡིག་སྐད་ཚུ་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྒྲའུ་དང་བསྟུན་འཇམ་ཏོང་ཏོ་བཟོ་དགོ།
- ༣ ་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་གཞི་བཞག་ས་འདི་ གཙོ་བོ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༡ ཡན་ཚད་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་དར་བྱབ་བྱུང་སྟེ་ཡོད་པའི་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་བཀའ་དང་བསྟུན་བཅོས་ གཞུང་དང་རིག་གནས་ཚུ་ལུ་བསྟེན་དགོ།
- ༤ ་ རྫོང་ཁའི་མིང་ཚོག་གསར་པ་བཟོམ་ད་ རྫོང་ཁའི་རག་གཤིས་ཀྱི་རྫོང་སྒྲའུ་ངོ་མ་ལུ་ ཐོ་མ་ཐོག་པའི་ཁར་ ལམ་སྐོལ་གྱི་རྒྱབ་ཁུངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཡིག་སྐད་ཡང་འཇམ་ཏོང་ཏོ་དང་ གོ་དོན་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ བད་སྒྱུར་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་ཡིག་སྐད་ལས་རིགས་འགྲེལ་ཏེ་བཟོ་ནི་ལུ་གཙོ་རིམ་བྱིན་དགོ།
- ༥ ་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྒྲའི་གཞི་བཞག་ས་འདི་ རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ རྫོང་ཁའི་རག་གཤིས་དང་བསྟུན་པའི་རྫོང་སྒྲའི་རྣམ་གཞག་གཏན་འབེབས་ཀྱི་དཔེ་དེབ་དང་ སྤྱི་འཁོར་སློག་རིག་ཐོག་ལུ་ རྫོང་སྒྲའི་ལམ་སྒྲོན་བཟོ་མི་འདི་ལུ་ཆ་བཞག་དགོ།
- ༦ ་ ཚོས་སྐད་ཀྱིས་མ་འགབ་པའི་རྫོང་ཁའི་བད་སྒྱུར་ཚུ་ རྫོང་ཁའི་རག་གཤིས་ཀྱི་འཇུག་པ་དང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚད་ལྷན་སྐད་ཡིག་རིག་པའི་ཁུངས་དོན་དང་བསྟུན་པའི་ བད་སྒྱུར་གཞུང་ལུགས་ཚུ་གིས་ལམ་སྒྲོན་འབད་དེ་ གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།

- 20 རྩོད་ཁ་དང་། རྩོད་ཁ་ཡི་ལ། ཡི་ལ་ཡི་ལ་རྩོད་ལ། དེ་ལས་ རོན་ཚན་ཚུགས་བསྐྱེད་པའི་ཚིག་མཛོད་ཚུ་གི་རིགས་ དང་། མིང་ཚིག་གཏེར་མཛོད། མིང་དང་ཐ་སྙད་ཀྱི་མཛོད་ ཉེ་མ་ལས་ཡོད་མི་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ མེད་མི་ཚུ་གསར་ བརྒྱུ་འབད་ནི་གི་ ལུངས་ལྡན་ལམ་སྟོན་བཟོ་དགོ།
- 21 རྩོད་སྐྱོད་དོན་དག་གཅིག་འབད་མི་ལུ་ ཡིག་སྐྱེབ་མ་འདྲམ་ དཔེར་ན། ཀ་ར། ཀར་ར། ཀར་ག དཀར་ར། དཀར་ ར་ག་ཚུ་ བྱི་སྐྱེལ་གཞན་ཨིན་ཟེར་ གང་རུང་བརྟུབ་སྐྱེལ་བཞག་པར་ ག་དེ་དག་དྲག་ ཡིག་སྐྱེབ་གཅིག་ལུ་ཆ་བཞག་ དགོ། དེ་ལས་ བཛོད་དོན་གཅིག་ལུ་མིང་ཚིག་མ་འདྲམ་ དཔེར་ན། (ཁབ་ཏོ། ཁ་ལེབ།) (ཀ་ལ་རྩམ། ཉ་ཡང་ རྩམ། ཞམ་སྐྱ། གནས་ས། གནས་ཚང་།) ལ་སོགས་པ་ཚུ་མིང་གི་རྣམ་གངས་སྐྱེལ་བཞག་དགོ།
- 22 ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ལས་ཡོད་པའི་ ས་ཆ་དང་མིའི་མིང་། དེ་ལས་ མིའི་མིང་ལུ་བརྟེན་པའི་ཅ་ཆས་ཀྱི་མིང་དང་ ཚོང་ཉུགས། ད་རུང་གཞན་ཡང་ རྩོད་ཁ་ནང་བཟོ་མ་བརྟུབ་པའི་མིང་ཚིག་གི་རིགས་ཚུ་ ཕྱི་སྐད་རང་འཇགས་ རྩོད་ ཁའི་ཡི་གུ་ནང་སྐྱབ་སྐྱེ་ བྱི་ཚུགས་པའི་ལམ་སྟོན་བཟོ་དགོ།
- 23 ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ས་ཆའི་མིང་ར་འབད་རུང་ རྩོད་ཁའི་སྐད་ཡིག་ནང་ ཉེ་མ་ལས་སྐབ་སྐོལ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་རྩོད་སྐྱོད་ ཏུ་ བསྐྱར་བཅོས་མ་འབད་བར་བཞག་དགོ། དཔེར་ན། མོང་གོ་ལི་ཡ་ལུ་སོག་པོ། བེ་ལུ་ལུ་ བལ་པོ། དར་རི་སྒྲིང་ ལུ་ རོ་རི་སྒྲིང་། ཀ་ལི་མ་པོང་ལུ་ ཀ་ལི་ལྷ། ལུ་ཨེས་ལུ་ ཨ་མི་རི་ཀ་ལ་སོགས་པ་ ཉེ་མ་གི་སྐབ་ཐངས་རང་འཇགས་ བཞག་དགོ།
- 24 རྩོད་ཁའི་ཡི་གུ་ནང་ ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་མིང་ཚིག་ཚུ་བྱི་དགོཔ་ཐོན་མ་ད་ རྩོད་སྐྱོད་དག་ནི་གི་དོན་ལུ་ ར་ལུ་བརྩམ་མའི་འཇུང་ དང་། དེ་ལས་ ཐའི་ལན་ བརྩམ་མའི་ལོག་ཡིག་ ལྷ་དུར་བརྩམ་མའི་མཐུག་ཡིག་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ འཇུར་འཇུར་ ལ་སོགས་པའི་ལོག་ཡིག་ལྷ་དང་ ལྷ་རྩྭ་རྩྭ་ ལ་སོགས་པའི་མཐུག་ཡིག་ཚུ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- 25 ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་མིང་ཚིག་གི་རྩོད་སྐྱོད་ རྩོད་ཁའི་ནང་ཐབ་སྐྱེ་བྱི་དགོཔའི་རིགས་དང་ རྩོད་ཁའི་མིང་ཚིག་ ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཡི་གུ་ནང་ བྱི་དགོཔའི་རིགས་ཚུ་གི་ ཡིག་སྐྱེབ་ལམ་སྟོན་ཅིག་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཐོག་ལས་ལོགས་སུ་བཟོ་དགོ། དཔེར་ན་ Brazil ལུ་རྩོད་ཁ་ནང་བྱི་མ་ད་ བ་རི་ལ་ཟེར་བྱི་ནི་ཨིན་རུང་ རྩོད་སྐྱོད་ བརྩམ་མའི་ལུ་ལྷག་དགོཔའི་དོན་ལུ་ བ་ལུ་ རྩོད་ཉུགས་ ཅིག་བཀལ་དགོཔའི་ལམ་སྟོན་བཟོ་དགོ།
- 26 རྩོད་ཁའི་རག་གཞིས་ནང་མེད་པའི་མིང་ཚིག་གི་ཐ་སྙད་ཚུ་ དང་པ་ཚོས་སྐད་ནང་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་ནང་ལས་འོས་འབབ་ དང་འབྲེལ་ཉེ་བཅུགས་དགོ། དེ་ནང་མེད་པའི་མིང་ཚིག་ཚུ་གསར་པ་མ་བཟོ་བའི་ཉེ་མ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལུང་ཚུགས་སོ་སོའི་ བཟོ་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་ཚུ་ལས་བཅུགས་དགོ། དཔེར་ན་ compassion ལྷིང་རྩེ་ལ་སོགས་པ་ཚོས་སྐད། ག་ཟ་སྟོ་སྟོ་ གཡོ་ནི་གི་རྒྱུ་ལུ་ཁ་རང་། ཡང་རྣས་ཀྱི་ཨའི་ལུ་ ཏུ་བི་ལ་སོགས་པ།

- ༡༤ མིང་ཚིག་གསར་པ་བཟོ་དགོ་མི་ཚུ་ གཙོ་བོ་དོན་འགྱུར་ལུ་ཆ་བཞག་སྟེ་ ཚིག་ག་དེ་འཇམ་འཇམ་གྱི་ཐོག་ལས་བཟོ་དགོ།
དཔེར་ན་ TV ལུ་རྒྱང་མཐོང་དང་ democracy ལུ་དམངས་གཙོ་ཟེར་དོ་བཟུམ་བཟོ་ནི།
- ༡༥ མི་རིགས་གྱི་བྱུང་རབས་ཤེས་ཚུགས་ནི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་དོ་རྟགས་བདག་འཛིན་འཐབ་ནི་ དེ་ལས་ རྫོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་
གི་རྒྱབ་ཁུངས་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་སྐད་རིགས་ཚུ་ཡང་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དགོ།
- ༡༦ རྫོང་ཁའི་ཚོམ་རིག་གནས་ཚད་ ཡར་འགྲུབ་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ རྫོང་ཁའི་ཐོག་ལུ་བྲི་དོ་ཡོད་པའི་དཔེ་དེབ་དང་། བན་
བརྒྱུད་གྱི་གསར་ཤོག་དུས་དེབ། དེ་ལས་ ཁ་བྱང་དང་བན་བྱང་གི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ནང་གི་ ཡིག་སྐབ་དང་བན་སྐབ་ཚུ་
གཅིག་མཚུངས་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ལུན་དག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་བཅས་པའི་ ལམ་སྟོན་བྱིན་ཚུགས་པ་འབད་དགོ།