

སྐད་ཡིག་ཆ་ནས་
ཐངས་ཉུང་དུ་ཐུབ་རིགས་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་།

ལག་ལེན་བསྟར་ཕྱོགས་
ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ།

ཐངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་སྐོར་ལ་མཉམ་
འཇུག་གྱི་ཚོགས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་སྟོན་པ།

བོད་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་མང་གཙོ་འཕེལ་རྒྱས་ལྗོངས་ཁན་ཁོ་སྒོ་གནས་ཁང་གིས་བོད་རྒྱལ་གྱི་ (ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧)



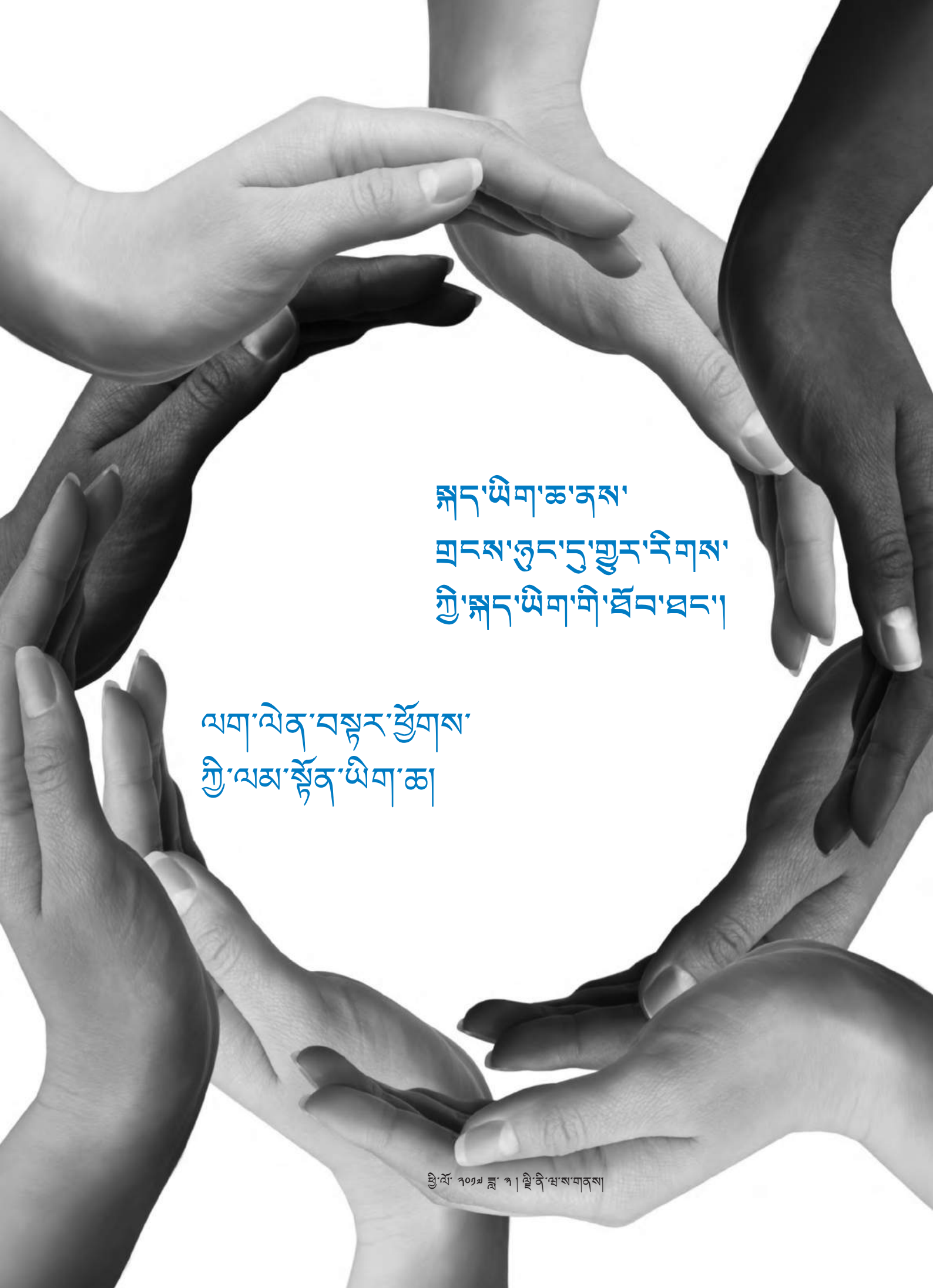
བོད་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་མང་གཙོ་འཕེལ་རྒྱས་ལྗོངས་ཁན་ཁོ་སྒོ་གནས་ཁང་གིས་
TIBETAN CENTRE FOR HUMAN RIGHTS AND DEMOCRACY

Handbook by the United Nations Special Rapporteur on minority issues

United Nations Special Rapporteur on minority issues
c/o Office of the High Commissioner for Human Rights
United Nations at Geneva
814 Avenue de la Paix
1211 Geneva 10
Switzerland

<http://www.ohchr.org/EN/Issues/Minorities/SRMinorities/Pages/SRminorityissuesIndex.aspx>
Email: minorityissues@ohchr.org

Photo: Shutterstock



སྐད་ཡིག་ཆ་ནས་
ཐངས་ཉུང་དུ་བྱུང་རིགས་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་།

ལག་ལེན་བསྟར་ཕྱོགས་
ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ།

ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་དང་བྱ་བ་ཚད། 5

ས་བཅད་དང་པོ། ཅི་ཞིག་ལ་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ཟེར་རམ། 6

ས་བཅད་གཉིས་པ། སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་གལ་གནད། 10

ས་བཅད་གསུམ་པ། སྐད་ཡིག་གི་གནད་དོན་ཐང་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གཞི་
རྩ་འཛིན་པའི་བསམ་སྟོན་དང་ལག་ལེན། 15

ས་བཅད་བཞི་པ། སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལག་ལེན་བསྟར་སྟོན་གྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་པ། 20

༤༡ གཞུང་གི་སྟོབ་གསོའི་ལམ་ལུགས། 20

༤༢ མེར་གྱི་སྟོབ་གསོའི་ལམ་ལུགས། 26

༤༣ འཛིན་སྐྱོང་དང་འཕྲོད་བསྟེན་སོགས་གཞུང་གི་ལས་རིགས་གཞན། 28

༤༤ བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རོ་བོ། 29

༤༥ ཁྱིམ་ས་ལུགས་བྱང་ཁོངས་ཀྱི་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག 34

༤༦ གསར་འགྲུབ་བརྒྱུད་ལམ་དང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག 41

༤༧ མེར་གྱི་ལས་རིགས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་། 45

༤༨ སྐད་ཡིག་བེད་སྟོན་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱིས་རུས་པ་ཐོན་པའི་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་པ། 47

ལྟན་ཐབས། ཁྱིམ་ས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་ལག

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལོར་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་དམིགས་བསལ་སྟེན་སྟོན་པ་རི་ཏ་ཨི་
 ར་སག་ཏི་ཡ་ཡེ་ Rita Izsak-Ndiaye མཚོག་གིས་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་འགོ་བཙུག་པ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལྷན་ཚོགས་ལ་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་
 རས་གྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དང་དཀའ་ངལ་སྐོར་གྱི་ལོ་འཁོར་སྟེན་ཐོ་སྤུལ་ཡོད། ཁོ་མོའི་སྟེན་ཐོའི་ནང་ས་ཁུལ་གང་
 སར་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྣམས་གྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་བའི་རིགས་ལ་ཐོབ་ཐང་ལོངས་སྤྱོད་པའི་དཀའ་ངལ་འབྲུད་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནས་
 ཚུལ་འཁོད་ཡོད། གནས་ཚུལ་དེའི་ཁོངས་སུ་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྣམས་གྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་བའི་རིགས་ལ་སྟོན་སྟོང་གི་གོ་སྐབས་དང་
 བྱིས་པ་ཚོར་རང་གི་ཕ་སྐད་ཐོག་སྟོན་གསོ་ཐོབ་པར་ཚོད་འཛིན་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་དང་གསར་འགོད་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ཏུ་
 གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྟོན་པར་ཚོད་འཛིན་ཡོད་པ་བཅས་འཁོད་ཡོད། ཁོ་མོས་འཛམ་གླིང་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་
 ཀྱི་སྐད་ཡིག་མང་པོ་ཞིག་རྒྱལ་ཁབ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་རིམ་པར་དོས་འཛིན་བྱེད་པའི་སྐད་ཡིག་ཆེ་ལག་གི་དབང་སྐྱུར་དང་། ལྷགས་
 རྒྱུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྟོན་པ་མཁན་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ་བཅས་ཀྱི་གནས་སྟངས་འོག་ཉམས་སྐྱོད་དང་ཅ་མེད་དུ་འགྲོ་
 ཉེན་ཆེ་བའི་ཉེན་བརྟེན་བཏང་ཡོད། ཁོ་མོས་བསམ་སློབ་གཏོང་གཞིའི་གནད་དོན་གཙོ་བོ་དགུ་དོས་འཛིན་གྱིས་གོ་བསྐྱུར་བྱས་ཡོད།
 དང་པོ། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྣམས་གྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་བའི་རིགས་སོར་གནས་མི་སྤུལ་པའི་ཉེན་ཁུག་
 གཉིས་པ། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལ་དོས་འཛིན། གསུམ་པ། སྤྱི་ཚོགས་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་
 རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྟོན་པ། བཞེ་པ། སྟོན་གསོ་དང་འབྲེལ་བའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལྟ་པ། གསར་འགོད་བརྒྱུད་ལམ་
 དང་འབྲེལ་བའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རྒྱུག་པ། འཛིན་སྟོང་དང་བྲིམས་སྤྱད་ལ་འབྲེལ་བའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་
 སྐད་ཡིག་བརྒྱུད་པ། མིའི་མིང་དང་ས་མིང་མཚོན་རྟགས་བཅས་སུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྟོན་པ། བརྒྱུད་པ། དཔལ་
 འབྱོར་དང་སྤྱི་དོན་ལས་རིགས་ནང་ཞུགས་པ། དགུ་པ། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་གནས་ཚུལ་སྤེལ་བ་དང་གྲངས་
 ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྟོན་པའི་ལས་རིགས་སྟོན་པ།

ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་ནི། སྤྱི་བྱས་གཏུན་འབབས་བྱེད་མཁན་དང་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཚོར་
 ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཁྲིད་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྣམས་གྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་བའི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོབ་ཐང་གི་བྱུང་བ་ཚད་ཡོངས་རྫོགས་ཤེས་
 རྟོགས་ཡོང་བར་སྤུར་བས་གཞེགས་འདེགས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ལ། སྤྱི་བཀའ་གི་ཆེད་སྟོན་སྐད་ཡིག་དང་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྣམས་གྲངས་
 ཉུང་དུ་གྱུར་རིགས་ཀྱིས་སྐད་ཡིག་གང་ཞིག་ལ་འདོད་མོས་བྱེད་པར་བརྗེ་འདོག་དགོས་པའི་འགན་འཁུར་གཉིས་པོ་དོ་མཉམ་ཡོང་
 བར་འབད་བརྗེན་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྤྱད་སྟོན་དང་གོང་སྤེལ་གཏོང་བ་ལ་བརྗེན་ནས་འཛམ་གླིང་གི་སྐད་ཡིག་
 ལྷ་མང་སྤྱད་སྟོན་ཡོང་བར་རུས་པ་འདོན་སྤྱོད། དེ་བཞིན་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་ནི།

- སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྣམས་གྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་རིགས་ལ་སྐད་ཡིག་འདེམས་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོབ་ཐང་སྟེན་སྟོན་ཡོད་པ་
 གསལ་ལྟོན་བྱ་རྒྱུ།
- སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྣམས་གྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་རིགས་ལ་སྤྱི་བཀའ་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོར་འགན་འཁུར་ཅི་ཞིག་ཡོད་སྟོར་
 གསལ་ལྟོན་བྱ་རྒྱུ།
- སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྣམས་གྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྐྱུར་ཡོང་བར་ཕན་རུས་སྤུལ་པའི་བྱེད་ཐབས་རིགས་
 ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱ་རྒྱུ།
- གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཚུད་པ་དང་མཉམ་ཞུགས་ཡོང་བ། ཁོ་ཚོའི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྐྱུར་
 དོན་འབྱེད་ཡོང་བ་བཅས་ལ་འཚམས་པའི་བྱེད་ཐབས་འདོན་རྒྱ་བཅས་ཡིན།

“སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་” དང་ “སྐད་ཡིག་འགན་ལེན་” ཅི་སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་དང་། མི་
 གྲུབ་ཚོགས་ལྟེ་གཞན་བཅས་ཀྱི་ངོས་ནས་སྐད་ཡིག་གང་ཞིག་འདེམས་པའམ་སྦྱོད་པ་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་
 ཡོད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡིན། དུས་རྒྱུན་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ནི་སྐད་ཡིག་འགན་ལེན་ལས་རྒྱ་ཆེ་
 བར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་འདིའི་ནང་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་སྦྱར་རིགས་ཀྱི་
 ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་གནད་སྲིད་ཡོང་བར་གཞི་རྩའི་བྱེད་ཐབས་དང་བྱེད་ཐབས་གཞན་གང་ཡོད་སྐོར་ལ་གོ་
 བསྟར་ཡོང་སྐད་བརྗོད་འདི་གཉིས་ཀ་བཀོལ་ཡོད། སྐད་ཡིག་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་དང་རིག་གཞུང་གི་
 གཞི་རྩ་ཡིན་ལ། རོ་བོ་མཚོན་བྱེད་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་སྐད་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ནི།
 སྐབས་རེར་སྤང་རྒྱུ་བྱེད་པ་དང་། གས་ནས་སྤུང་པ། དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་གནས་སྟངས་འོག་སྐད་ཡིག་
 གི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་སྦྱར་རིགས་ལ་སྤོང་མིན་གྱི་ནུས་པ་དང་རིག་གཞུང་གི་རོ་བོ་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་པར་འདུ་
 ཤེས་དུགས་པོ་སྦྱེད་བྱེད་ཅིག་དང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

སྐད་ཡིག་འགན་ལེན་གྱི་གོ་དོན་ནི་སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་བྱེ་བྲག་གི་སྐད་ཡིག་ཅིག་
 རྒྱུགས་མང་པོར་སྦྱོད་པའམ། ཡང་ན། སྐར་གྱི་ལྟེ་ཚོན་ཁག་གི་སྐྱོ་བརྗོད་དང་སྐད་ཡིག་འདེམས་ཀ་ལ་ཐེ་གཏོགས་
 མི་བྱེད་པའི་འགན་ཁུར་དེ་ཡིན། དེ་ནི་གངས་ཉུང་མི་རིགས་སམ་ས་གནས་ལྷུ་ལ་མིས་སྐད་ཡིག་སྦྱོད་པ་ལ་ངོས་
 འཛིན་ནམ་རྒྱུ་སྦྱོར་བྱེད་པའི་འགན་ཁུར་ལའང་གོ་ཚོགས་སྐད་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ནི་
 སྐད་ཡིག་དང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་སེལ་ཐབས་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་གི་ནང་སྐད་ཡིག་སྐྱོ་
 ཚོགས་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ལ་གཞིགས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་ཆེད་སྐད་ཡིག་དང་ངོས་
 འཛིན་ཁག་གཞི་རྩར་བཟུང་བའི་བྱིམས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན། སྐད་ཡིག་ཐོབ་ཐང་ནི་དབྱེ་འབྱེད་འགོག་པའི་
 བྱིམས་ལུགས་དང་། སྐྱོ་བརྗོད་རང་དབང་གི་ཐོབ་ཐང་། མི་སྐྱེར་གྱི་འཚོ་གནས་ཐོབ་ཐང་། སློབ་གསོའི་ཐོབ་ཐང་།
 སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་སྦྱར་རིགས་ཀྱིས་སོ་སོའི་སྦྱི་ཚོགས་ནང་རང་གི་སྐད་ཡིག་སྦྱོད་པའི་ཐོབ་ཐང་
 ལྟ་བུའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་བྱིམས་ཡིག་མང་པོའི་ནང་འཁོད་ཡོད། དཔེར་ན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༩ ལོར་
 མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་མི་རིགས་དང་། ཚོས་ལུགས། སྐད་ཡིག་བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་སྦྱར་རིགས་
 ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱུགས་ཡིག་དང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། ཚོན་རིག་རིག་གཞུང་བཅས་ཀྱི་
 ཚོགས་ལྟེ་སྐད་ཡིག་དང་སློབ་གསོའི་རྩ་དོན་གསུམ་གྱི་ཡིག་ཆ། མི་རིགས་དང་། ཚོས་ལུགས། སྐད་ཡིག་བཅས་
 ཀྱི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་སྦྱར་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱུགས་ཡིག་ལག་བསྟར་བྱེད་སྐབས་སྐོར་ལ་མཉམ་འབྲེལ་
 རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་སྤོང་བའི་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤད། བྱོས་མཐུན་རྩ་
 འཛིན་ཡིག་ཆའི་འབྲི་དོན་ལྟར་ལུ་རོ་བོ་ལྟོན་ཚོགས་ཀྱིས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་
 བརྗོད་དོན་བྱེ་བྲག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་ཨང་གསུམ་པ། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་འགན་ལེན་སྐོར་ལ་
 རོར་ཐེའི་རྒྱལ་ས་ཨོ་སུ་ལོ་རུ་ལུ་རོ་བོ་བའི་འཇགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་ལྟོན་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བརྗོད་ལྟ་བུའོ། སྤྱིར་
 བཏང་བྱེད་པར་བྱུང་ཅོམ་རེ་ཡོད་ནའང་། རྩ་བའི་ཆ་ནས་འདི་དག་ཚང་མས་སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་
 ཚོས་སྐད་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་འགན་འཁུར་དགོས་ལུགས་གཅིག་མཚུངས་སུ་སྤོང་གི་
 ཡོད། རྩ་དོན་འདི་ལ་གཞིགས་ན།

- སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ས་གནས་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལ་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་རི་བཞིན་བརྩི་འཛིན་བྱ་དགོས།
- རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་སྣ་མང་གི་རང་བཞིན་ལ་ངོས་འཛིན་དང་གྲུ་ཡངས་བྱེད་པ། སན་ཚུན་བརྩི་བཀུར་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཆ་ཡོངས་ནས་བསམ་ཤེས་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཡོང་བ་བྱ་དགོས།
- སྐད་ཡིག་འགན་ལེན་ལག་བསྟར་ལ་སློབ་པའི་རྩ་འཛིན་ལམ་སྟོན་ཁ་གསལ་གྱི་སྤྲིམས་དང་སྲིད་བྱུས་བཟོ་དགོས།
- སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ཚད་དང་རན་པོའི་སློབ་སྐད་ཡིག་སྣ་ཚོགས་སྦྱོང་པའམ་ཡང་ན་སྐད་ཡིག་སྣ་ཚོགས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པ་དང་སྐྱེར་གྱི་ཚོགས་སྡེ་ཁག་གི་སྐད་ཡིག་རང་དབང་གི་རྩ་དོན་བཅས་གཞི་རྩར་བརྩམས་ཤིང་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་འགན་ཁུར་ལག་བསྟར་བྱ་དགོས།
- སྲིད་གཞུང་ངོས་ནས་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྦྱོང་པ་དང་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལ་བརྩི་བཀུར་བྱེད་པའི་ལས་འགན་ལེགས་འགྲུབ་ཡོང་སྟེ། གཞུང་གི་ལས་རིགས་ཁྲོད་གོ་སྐབས་དང་མཐུན་ཆུན་སྣ་ཚོགས་བསྐྱུན་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ཆེ་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་མཁན་ཚོས་སྲིད་གཞུང་གིས་གོ་སྐྱིད་བྱས་པའི་ལས་རིགས་དང་མཐུན་ཆུན་འཐོབ་སྟེད་རེ་སྐུལ་བྱུ་མི་དགོས་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོས་མཁོར་གཞིགས་ཏེ་ངལ་མེད་དུ་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་ཆོད།
- སྐད་ཡིག་གི་འགན་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་སེལ་བའམ་ལེགས་བཅོས་ཡོང་སྟེ། སྤྲིམས་ཁང་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྡེ་ཚན་ཁག་ལ་བསམ་འཆར་འབྲུལ་སྟོགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་གང་ལེགས་བསྐྱུན་དགོས།

རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་སྡེ་ཁག་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་གི་རྩ་དོན་འདི་དག་ལག་བསྟར་ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་དང་ལག་བསྟར་བྱེད་སྟོགས་གསལ་པོ་ཡོང་སྟེད་བརྒྱུད་རིམ་དང་། ལམ་སྟོན། མཐུན་ཆུན་སོགས་ཡར་རྒྱས་བཏང་ཡོད། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ངོས་ནས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་གླེང་བའི་ཚོགས་ཆེན་དང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། ཚན་རིག་རིག་གཞུང་བཅས་ཀྱི་ཚོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གི་སྐད་ཡིག་དང་སྐད་ཡིག་སྣ་ཚོགས་པའི་སྡེ་ཚན། གངས་ཉུང་མི་རིགས་སྤྱི་བྱོལ་གྱི་གོས་མཐུན་རྩ་འཛིན་ཡིག་ཆའི་སྐོར་ལ་ཡུ་རོབ་ཀྱི་སློབ་སྟོན་ལྷན་ཚོགས། ཡུ་རོབ་བདེ་འཇགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གངས་ཉུང་མི་རིགས་སྐོར་གྱི་ཆེས་མཐོའི་ལྷན་ཚོགས་བཅས་ནས་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་བྱེད་སྟོགས་ཐད་

འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་དང་། ལམ་སྟོན། མཐུན་ཁྲིམ་བཅས་རྒྱུན་མར་ཡར་རྒྱས་ཡོང་སྲིད། ཤེས་ཡོན་བརྗེ་རེས་དང་རྒྱུ་སྐྱོད། ཆེད་ལས་བཅས་ཡོང་བར་སྤོངས་ཆ་རྒྱུན་གྱི་ཡོད། འདི་དག་ཚང་མའི་ཁྱད་ཚོས་གཤམ་ཆེན་གཅིག་ནི་སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ཐོབ་ཐང་དེ་རིགས་ལག་བསྟར་གནང་སྟེ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྲིད་བྱུས་བཟོ་བ་དང་། ལག་བསྟར་བྱེད་པ། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དུ་བྱེ་བྲག་གི་གནད་དོན་སྣ་ཚོ་གསུམ་ཐད་ཡིད་ཉེན་རྒྱུ་ཆ་འཛོམ་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ལ། རྣམས་བསྟུན་ལས་རིགས་དང་རྒྱས་པ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་བཞིན་ཆེད་སྲིད་ཡིག་དང་། བྲིམས་ལུགས། ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་འདི་དག་ནང་རྒྱན་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་བཞི་གཙོ་བོར་འཛིན་གྱི་ཡོད།

1. **ཆེ་མཐོང་།** འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཡོངས་ཁྲུབ་གསལ་བསྐྱགས་ཀྱི་དོན་ཚན་དང་པོའི་ནང་། འགྲོ་བ་མི་ཚང་མར་སྐྱེ་བའི་རང་དབང་དང་། ཆེ་མཐོང་དང་ཐོབ་ཐང་འབྲ་མཉམ་ཡོད་ཚུལ་འཁོད་ཡོད། འདི་ནི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྲིམས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་མོལ་དང་ཅ་དོན་ཡིན་ལ། ཁྱད་པར་དུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་དོ་བོ་སྲུང་སྐྱོབ་དང་གོང་སྤེལ་ཐད་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན།
2. **རང་དབང་།** སྐྱེར་གྱི་བྱ་གཞུག་ཁོད་རྒྱན་ཡིག་འདེམས་ཀ་ནི་སྐྱེ་བརྗེད་རང་དབང་དང་། མི་སྐྱེར་གྱི་འཚོ་གནས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་། སོ་སོའི་རྒྱན་ཡིག་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ངམ། དབྱེ་འབྱེད་འགོག་པའི་ཐོབ་ཐང་ལྟ་བུའི་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྒྱུ་ཚའི་ཐོབ་ཐང་རིགས་ཀྱི་སྲུང་སྐྱོབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། མི་སྐྱེར་གྱི་ཚོང་ལས་དང་། སྐྱེ་རྩལ། ཚོས་ལུགས། ཆབ་སྲིད་སོགས་ཀྱི་བྱེད་སྐོ་གང་འབྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྒྱུ་ཚའི་ཐོབ་ཐང་གི་སྲུང་སྐྱོབ་ཡོད་པ་ལྟ་བུའོ།
3. **འབྲ་མཉམ་དང་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པ།** དབྱེ་འབྱེད་འགོག་པ་དེས་སྲིད་གཞུང་གིས་རྒྱ་མཚན་གནས་ལུགས་ཀྱི་གཞི་རྒྱུ་ཚའེད་པར་གཞུང་གི་ལས་ཀ་དང་། མཐུན་ཁྲིམ། རྒྱུ་སྐྱོད། ཐོབ་ཐང་སོགས་རྒྱན་ཡིག་ལ་གཞིགས་ཏེ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་པ་བརྒྱུད། གསུམ་སྤྱི་ཚུད་པ་བཟོ་བའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བཀག་འགོག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
4. **ངོ་བོ།** རྒྱན་ཡིག་གིས་འཛིན་པའི་དོ་བོ་ནི། མི་སྐྱེར་དང་། སྤྱི་ཚོགས། ཡང་ན་སྲིད་གཞུང་བཅས་གང་གི་དོས་ནས་ཡིན་ཡང་གཞི་རྒྱུ་ཚའེད་ལྟར་ཡོད། འདི་ཡང་སྐྱེ་བརྗེད་རང་དབང་གི་ཐོབ་ཐང་དང་། མི་སྐྱེར་གྱི་འཚོ་གནས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་། སོ་སོའི་རྒྱན་ཡིག་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ངམ། དབྱེ་འབྱེད་འགོག་པའི་ཐོབ་ཐང་བཅས་ཀྱི་དོས་ནས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་ཚོགས།

རྒྱན་ཡིག་ལ་འགན་ལེན་བྱེད་པའི་གནད་དོན་ལག་ནི། ༡ ་ སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་རྣམས་དང་

འབྲེལ་བའི་ལས་རིགས་ཀུན་གྱི་ཁྲོད་དོན་འཛིན་ཡོད་དགོས། ༡ ་) སྐད་ཡིག་འདེམས་ཀ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་དང་། སྤྱི་
 ཚོགས། མི་སྡེར་བཅས་ཀྱི་དོ་བོའི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད། ༡ ་) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་མཉམ་
 ལྷགས་བྱེད་པ་དང་བྲམ་སུ་ཚུད་པར་བྱགས་རྒྱན་ཡོད། ༤ ་) སྐད་ཡིག་གི་གནད་དོན་སེལ་བར་དོ་མཉམ་མ་ཡོང་
 བའམ་ཡང་ན་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་ཐབས་ལམ་རིགས་མ་སྤྱད་ཚེ། འོགས་སུ་འབྱེད་པའམ་ཟུར་ལ་སྤུད་པའི་
 བསམ་སློབ་བསྐྱེད་ནས། ༥ ་) གནས་བབས་དང་གནས་སྐབས་ཐ་དད་པའི་ཁྲོད་བཟོན་སྤྱིང་མེད་པ་དང་ཚོད་རྫོག་
 འབྱུང་གི་ཡོད། འཛམ་གླིང་ཁྱོད་ཡོངས་སུ་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོར་བྱད་ཚོས་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པའི་ཁྲོད་སྐད་
 ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་བྱེད་ཐབས་དེ་བརྒྱ་གོ་གཅིག་ཚོད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོང་མི་ཐུབ།

ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་འདིས་སྐད་ཡིག་ལ་འགན་ལེན་བྱེད་པའི་ཐུན་མིན་གྱི་བྱད་པར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་ལ།
 སྐད་ཡིག་གི་གནད་དོན་ཐད་ཆེ་མཐོང་དང་། རང་དབང་། འདྲ་མཉམ། དོ་བོ་བཅས་སྤྱིང་བོར་བཟུང་སྟེ་ལག་
 བསྟར་ཡོང་བ་དང་། སྤྱིད་གཞུང་དོན་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་འགན་དབང་ལེགས་འགྲུབ་ཡོང་བར་
 སྐད་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་གཞི་རྒྱའི་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་དོན་འབྱོལ་ཡོང་བ་བཅས་ཀྱི་མང་གཞི་
 རྒྱན་གྱི་ཡོད།

༡) མཐུན་ཚུན་ལྟེན་རྒྱུན་ཆེ་བུ་གཏོང་བར་ཕན་པ།

སྲིད་གཞུང་གི་སློབ་གསོ་དང་དེ་མིན་གྱི་སློབ་གསོའི་བྱུང་ཁོངས་གཞན་དུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐད་ཆེ་འགོ་སོང་རྒྱུ་ལ་ཐུབ་འབྲས་ཆེ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། སྲིད་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་གསར་སྤྱོད་སྐད་ཡིག་ལོ་ན་སྤྱོད་པའི་སློབ་གསོའི་ལས་འཆར་གྱི་ལོ་རེའི་འགོ་སོང་ནི་ལ་སྐད་ཐོག་སློབ་གསོ་སྤོང་པའི་འགོ་སོང་ལས་ལྡན་བརྒྱུད་ཀྱིས་རྒྱུ་ལ་ཐུབ་འབྲས་ཆེ་བ་ཡོད་ནའང་། གཞི་རིམ་འོག་མའི་ལོ་རྒྱུག་རིང་གི་འགོ་སོང་གི་ཁྱོན་འབོར་ནི་ལྡན་ཉི་ཤུ་ཅ་བདུན་ཅམ་གྱིས་ཆེ་བ་ཡོད། དེ་ནི་གཙོ་བོ་དུས་ལྡན་འཛིན་རིམ་འཕེལ་མ་ཐུབ་པར་བརྒྱུར་ལྡན་བྱེད་པ་དང་སློབ་བྱེད་བྱེད་པའི་གྲངས་ཚད་མཐོ་བྱེད་པས་ཡིན། དེ་བཞིན་མང་ཚོགས་ཚང་མས་ཡག་པོ་གོ་མི་ཐུབ་པའི་སྐད་ཅིག་གི་ཐོག་སྲིད་གཞུང་གིས་གསར་འགྱུར་རྒྱུ་སྲིད་བྱེད་པ་དེའང་དམིགས་བསལ་གྱིས་ལུས་པ་ཆེ་བ་དང་འགོ་སོང་རྒྱུ་ལ་ཐུབ་འབྲས་ཆེ་བ་ཡིག་ཡོང་གི་མེད། གནད་དོན་འདི་ལྟ་བུ་ལ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐད་ཆེ། འགོ་སོང་རྒྱུ་ལ་ཐུབ་འབྲས་ཆེ་བུ་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།

༢) འབྲེལ་ལམ་དང་མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་ཞུ་སྐྱབ་པར་ཕན་པ།

འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྤོང་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུ་སློབ་གསོ། ལས་ཞུགས་ལམ་སྟོན། བྱིས་ལུགས་སོགས་མང་ཚོགས་ཆེད་ཞབས་ཞུ་སྐྱབ་པའི་ལས་རིགས་ཁྲོད་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐད་ཆེ་ཞབས་ཞུ་དང་འབྲེལ་ལམ་ཐད་རྒྱས་པ་ཆེ་བ་ཐོན་གྱི་ཡོད། འབྲེལ་ལམ་ནི་རང་གཞན་སྤྱོད་ཀྱི་གཉིས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས། སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་མི་ཚང་མར་ཡུལ་དུས་གནས་བབ་གང་དུའང་སྲིད་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་ལོ་ན་སྤོང་པའི་དགོས་འདུན་འདོན་མི་རུང་། མང་ཚོགས་ཁྲོད་སྐད་ཡིག་མི་གཅིག་པ་ཚོར་ཡང་ཐུབ་ཐུབ་པའི་ལས་ཀ་སྐྱབ་དགོས། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོར་ཁོ་རང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ནས་འབྲེལ་འདྲིས་ཐུབ་པ་མ་བྱས་ཆེ། ཁོ་རང་ཚོའི་བསམ་པར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲུ་དུ་མ་བརྒྱུ་པ་ལྟ་བུའི་ཚོར་བ་སྐྱེ་ངེས་ཤིང་། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ནས་འབྲེལ་འདྲིས་བྱས་པ་ན། མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་ཐུབ་པ་མ་ཟད། ཁོ་ཚོའི་ངོས་ནས་ཀྱང་མཉམ་ཞུགས་གང་ལེགས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། སྐད་ཡིག་ནི་འཕྲོད་བསྟེན་ཞབས་ཞུའི་བརྒྱུད་རིམ་དུ་འགོག་སྐྱོར་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན་པས། ཁོ་ཚོའི་སྐད་ཡིག་སྐད་ཆེ་བ་ལོ་ཚོའི་ཆོ་སྲོག་ཀྱང་སློབ་ཐུབ་པ་ཡོང་གི་ཡོད།

གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཙོ་བོར་བརྒྱུང་ན་མི་ལ་བདེ་འཇགས་སྐྱུན་སྲུབ། (སོག་ཡུལ།)

ལྷིང་སོག་ཡུལ་ནི་ཡར་རྒྱས་འགོ་མགྲོགས་ནང་དང་། སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་སུ་གྱུར་བ་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་འགྲུར་བ་དེ་ཅུམ་མེད་པར་རང་སོར་ལུས་ཡོད། གནད་དོན་འདིར་གཞིགས་ཏེ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོར། སོག་ཡུལ་གྲིང་གཞུང་དང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། ཚན་རིག་རིག་གཞུང་བཅས་ཀྱི་ལྷན་ཚོགས་དང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱིས་པ་ལྷན་སློབ་ཀྱི་རོགས་དཔུལ་ཚོགས་པ། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་ཡར་རྒྱས་ལས་གཞིའི་ཚོགས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན་ནས་ཡུལ་དེའི་འབྲོག་པ་ཚུད་པའི་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་སུ་གྱུར་རིགས་དང་། ཁྲོད་གསེབ་གཞི་ཚུང་རྣམས་རང་ཁ་རང་གསོ་དང་ཡུན་དུ་བདེ་འཇགས་ཡོང་ཐབས་སུ་ལས་འཆར་ཞིག་འགོ་འཇུགས་བྱས་ཡོད།

གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། འཕྲོད་བརྟེན་གོ་རྟོགས། ལག་ཤེས་སློབ་བརྗེ་བཅས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་ལས་གཞི་རིམ་པར་སླེབ་སྐབས་སུ་གནས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནི་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། མ་གནས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་རྒྱུང་གིང་བྱེད་པའི་རླུང་འཕྲིན་དང་བརྟན་འཕྲིན་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དཔལ་འབྱོར་དང་། འཕྲོད་བརྟེན། སློབ་གསོ་སོགས་གནས་ཚུལ་གཞན་མཐོ་སློང་ཡོང་བར་ཕན་ཐོག་གི་ཡོད། ཚོང་ལས་གཞེས་པའི་གོ་སྐབས་དང་། ལག་ཤེས་སློབ་བརྗེ་བྱིས་པ་དང་དར་མའི་སློབ་གསོ་སོགས་ཀྱི་ཁྲོད་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་དོན་འཛིན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེ་ཏུ་བཏང་ཡོད། ལས་འཆར་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་སོག་ཡུལ་གྱི་ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་པའི་སྲིད་ཅུས་འདིར་བ་དང་ལག་ལེན་བརྗེས་སྤོགས་བཅས་ནི་སློང་ལོའི་ཡར་རྒྱས་ལས་གཞིའི་དམིགས་སློབ་ MDGs དང་ཁྱད་པར་དུ་སློང་ལོའི་ཡར་རྒྱས་ལས་གཞིའི་དམིགས་སློབ་དོན་ཚན་བདུན་པ་དང་མཐུན་པ་ཡོང་བ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ལ། མ་གནས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཙོ་བོར་འཛིན་པ་དེས་སྲིད་ཅུས་འདིར་མཐུན་ཚོར་ཕན་ཐོག་ཆེན་པོ་ཡོང་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

(ཞིབ་འཇུག་གི་ཁྲུངས། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། ཚན་རིག་རིག་གཞུང་བཅས་ཀྱི་ལྷན་ཚོགས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོ།)

༥) བརྟན་ལྷིང་ཡོང་བ་དང་ཚོད་རྫོག་མི་འབྱུང་བར་ཕན་བ།

རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ནང་ཅི་ཅུམ་གྱིས་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ཆེ་བ་ཡོད་ན་དེ་ཅུམ་གྱིས་དེའི་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་མི་རིགས་ཕན་ཚུན་འཁོན་འཛིན་དང་ཚོད་རྫོང་རྒྱུང་བ་ཡོད། དེར་བརྟེན་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐྱུད་ཆེ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མཉམ་ཞུགས་མང་བ་བྱེད་པ་དང་། མཐོང་རྒྱ་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ། ཁོ་ཚོར་ལས་གཞི་གོ་སྐབས་རག་པ་སོགས་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད། དེས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་མཐུན་སྦྲིལ་དང་བརྟན་ལྷིང་ཡོང་བར་ཕན་གྱི་ཡོད། དེ་མིན་གྲིང་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་མི་སློང་པ་དེ་ནི། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ལ་ཚོལ་གྱི་ཡོད་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དཔལ་སློང་གྱི་གནས་ཚུལ་འབྱུང་གི་ཡོད། འདི་ནི་ཚོད་རྫོག་སློབ་འགོག་ཆེད་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་འགན་ལེན་སྐོར་ལ་འོར་མེའི་རྒྱལ་ས་ཨོ་སུ་ལོ་རུ་ཡུ་རོབ་བདེ་འཇགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བརྗེད་ཡིག་ཆ་འཛོག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཅིག་ཆགས་ཡོད།

རྒྱུ་ཡིག་གི་གནད་དོན་ཐད་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གཞི་རྩར་འཛིན་པའི་སྐོར་དེ་ནི། རྣམ་འཛིན་དང་། ལག་ལེན། ཡར་རྒྱས་བཅས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བརྒྱུད་སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ལས་འགན་དང་མཉམ་བསྐྱེད་ཡོང་བའི་ཐབས་ཤིག་ཏུ་བརྒྱུད་ཚོགས་སྲིམས་ལུགས་དང་། སྲིད་ཅུས། ལག་བསྟར་བཅས་ཀྱི་སྲོད་རྒྱུ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་སློམ་གཞིར་གཏོགས་པར་རྣམ་འཛིན་དགོས། དཔེར་ན། དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ཐོབ་ཐང་འདི་དག་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ་དང་སྲོད་ལམ་སྲོད་ཡམ་བུལ་བ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་བྱ་དགོས་ལ། དེ་འབྲེལ་གྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་ཡུལ་གང་ཏུ་འདྲེན་དཀའ་ངལ་སེལ་བའི་ཐབས་བྱ་དགོས།

རྒྱུ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་ཐད་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གཞི་རྩར་འཛིན་ཏུ་གལ་ཆེན་ཡིན་དོན་ནི།

- དེས་ས་གནས་དང་། རྒྱལ་ཁབ། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྱོད་བཅས་སུ་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་སྲུང་སྲོལ་དང་དར་སྐྱེལ་ཡོང་བའི་ཐབས་ཀྱི་སྲིམས་ལུགས་དང་། བྱེད་ཐབས། ཞིབ་འཇུག་ལག་བསྟར་བཅས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་གི་ཡོད། རྒྱུ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ནི་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་དང་། རྒྱུ་ཡིག་ལ་འཛིན་ཏུ་གཏོན་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་འབྲེལ་བཅོད་བྱས་ཆེ། ལོ་ལོ་སྤྱོད་བྱེད་དང་། དགག་པ་རྒྱག་པ། དང་ལེན་མི་བྱེད་པ་སོགས་ཡོང་སྲིད། དེ་བས་རྒྱུ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་རྣམས་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་སློམ་གཞིར་ནང་བཅུག་སྟེ་གསལ་འདོན་བྱས་ཆེ། རྒྱུ་ཡིག་གི་གནད་དོན་དེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་སྲིམས་ལུགས་དང་། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་ནང་ཁྲུལ་གྱི་སྲིམས་ལུགས་ལ་མཐུན་སྲོད་བྱ་བའི་ཐབས་ཡོང་འཆེན་པོ་ཡོད།
- དེས་རྒྱུ་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་སྲིད་ཅུས་སློམ་གཞིར་ལ་ལམ་སྟོན་དང་རྒྱ་ཆེ་ཏུ་གཏོང་བར་ཕན་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་སྲུང་སྲོལ་བསྐྱེད་སྐྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཕན་ཚུན་བར་ཉམས་ཕྱོང་སྐྱེལ་རིམ་དང་ཤེས་བྱ་བཅའ་རིམ་གྱིས་ལག་ལེན་བསྟར་ཚུགས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་རྣམས་ལས་དཔེ་ལེན་རིམ་ཡོང་བུལ་ལ། དེས་རྒྱུ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ནི་སྲིམས་ལུགས་དང་། སྲིད་ཅུས། བརྒྱུད་རིམ་བཅས་ལག་བསྟར་སྐབས་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྲིམས་ལུགས་དང་ཚད་གཞིར་མཐུན་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཏུ་བརྒྱུད་བར་ལུས་པ་ཐོན་གྱི་ཡོད།
- དེས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚད་གཞི་དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་ཡིག་གི་སྲིད་ཅུས་རིགས་རྣམས་འཛིན་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་མི་འཕྲོད་ཀྱི་ལྷན་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་སྤྱད་མེད་ཏུ་འདོད་བའམ་ཐ་ན་ཚོད་རྒྱུ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་གཞིར་སྲིད་ཅུས་དེ་རིགས་ཏུ་གཏོང་བའི་ཐབས་ལ་ཕན་ཐོག་རྒྱུ་ཡིག་གི་གནད་དོན་ཐད་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལག་ལེན་མཐེལ་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་ཆེ། དེས་གནད་དོན་གལ་ཆེན་དང་ལྷན་ཆུན་མི་ལེགས་པའི་རིགས་རྣམས་འཛིན་དང་ལོ་ལོ་སྤྱོད་ལེགས་ལེགས་བཅོས་བྱ་བར་ཡང་ཕན་པེས།
- རྒྱུ་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་ཁྲུབ་ཁོངས་གཙོ་བོ་བཞི་ཡོད།

ཆེ་མཐོང་།

འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཡོངས་ཁྲུབ་གསལ་བསྐྱགས་ཀྱི་དོན་ཚན་དང་པོའི་ནང་། འགྲོ་བ་མི་ཚང་མར་སྐྱེ་བའི་རང་དབང་དང་། ཆེ་མཐོང་དང་ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་ཡོད་ཚུལ་འཁོད་ཡོད་ལ། འདི་ནི་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྲིམས་ལུགས་ཀྱི་ཚ་འདྲིན་ཡིན། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱིས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་སྐོར་ལ་ཡོངས་ཁྲུབ་གསལ་བསྐྱགས་སྡེལ་བའི་ནང་། སྲིད་གཞུང་གི་འདྲིན་སྲོད་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན་ཆེ། དེས་སྲིམས་ལུགས་དང་། འདྲིན་སྲོད་། མངའ་སྲོངས་བཅས་སུ་ཆེ་མཐོང་དང་ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་སྐོར་ཞི་བདེ་དང་འཆམ་མཐུན་ཡོང་བར་བྱ་རེས། དེ་ལྟར་ན་ཆོ་བ་དང་སྡེ་ལག་མི་འདྲ་བའི་རིགས་མཉམ་གནས་དང་སོ་སོས་རང་ཉིད་ཀྱི་དོ་བོ་སྲུང་སྐྱོབ་དང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བྱེད་པ་ཡོང་རེས། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རེ་འདོད་སྐོར་བ་དང་ཐོབ་ཐང་ལ་འགན་ལེན་བྱེད་པ་ནི་མི་ཚང་མའི་ཆེ་མཐོང་དང་འདྲ་མཉམ་ལ་བརྩི་སྲུང་བྱས་པ་ཡིན་ལ། དེས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ལས་གཞིའི་ནང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་མཉམ་ཞུགས་ཡོང་བར་རུས་པ་ཐོན་པ་དང་། ཕྱི་ནང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཚང་མའི་འཆམ་མཐུན་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཉུང་དུ་གཏོང་བྱེད།

རང་དབང་།

རྣམས་ཡིག་ཐོབ་ཐང་གི་གལ་གནད་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཆ་གཅིག་ནི་མི་སྐྱེར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ལ། མི་སྐྱེར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐད་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་སྲིམས་ལུགས་ནང་མི་སྐྱེར་གྱི་རྣམས་ཀྱི་རང་དབང་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད། འདིའི་སྲོངས་སུ་མི་སྐྱེར་གྱི་ཚོང་ལས་དང་གསར་འགྲུར་ལས་རིགས། སྤྱི་དམངས་ཀྱི་ཚོགས་སྡེ་དང་སྐྱེར་གྱི་ཚོགས་པ། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་སྐྱེར་གྱི་གར་སྡེགས་བསྐྱུན་པ། སྐྱེར་རོལ་ནས་སྲིད་དོན་ལས་རིགས་དང་ལས་རིམ་སྐྱོ་ཚོགས་ལ་ཞུགས་པ། སྐྱེར་གྱི་དཔར་བསྐྱུན། ཐ་ན་སྐྱེར་གྱི་མིང་རྣམས་ཀྱི་ཡིག་གང་ཞིག་གི་ཐོག་འབྲི་བ་སོགས་ཚུད་ཀྱི་ཡོད། སྐྱེར་གྱི་སློབ་གསོའི་ལས་རིགས་ནང་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པ་དང་། གསར་འགྲུར་རྒྱུ་སྤྱོད་པར་སློབ་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱེར་གྱི་ལས་རིགས་ཚང་མའི་ནང་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ནི་རྣམས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། སྤྱི་ཚོགས་ལ་བརྟུན་གསེག་གཏོང་བའམ། མང་ཚོགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་དོ་སོག་གཏོང་བ། ཡང་ན། ཡ་རབས་ལུགས་དང་འགལ་བའམ། འཁོན་འདྲིན་གྱི་བསམ་སྡེའི་རྒྱུ་རྐྱེན་དུ་གྱུར་བ་ལྟ་བུའི་སྲིམས་འགལ་གྱི་གནས་སྣངས་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་མིན་ཆེ། སྤྱིར་བཏང་གི་རྣམས་ཆ་བཤད་པ་དང་། སྐྱོ་བརྗོད་རང་དབང་། མི་སོ་སོའི་རྣམས་ཀྱི་ཡིག་གི་འདེམས་ཀ་བཅས་ལ་ཚོད་འདྲིན་བྱ་མི་རུང་། རྣམས་ཀྱི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་གྱུར་རིགས་ལ་གངས་ཉུང་ཡིན་པར་དམིགས་ཏེ་ཆེད་དུ་བྱས་ཚོད་དང་འདྲིགས་སྐུལ་སོགས་གཏན་ནས་བྱ་མི་ཚོག་དེར་བརྟེན་དབང་འདྲིན་པ་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་གྱུར་རིགས་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཏེ་ལམ་ཚུད་པའི་འཁོན་འདྲིན་དང་ཕྱོགས་འདྲིན་གྱིས་དོ་སོག་མི་འབྱུང་ཆེད་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་དགོས།

གནས་སྣངས་མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་གཞིགས་ཏེ་བྱེ་བྲག་གི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་ཁྲུབ་སྲོལ་སོ་སོར་འབྲེལ་སྐྱོར་བྱ་དགོས། དཔེར་ན། ཚོགས་མཚོན་སློབ་ལམ་ཞིག་གི་ཆེད་སྤྱོད་པའི་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་དང་རང་

དབང་གི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལྟ་བུའོ།། སྤྱིར་བཏང་སྐད་ཡིག་གི་རང་དབང་ནི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་
ལུགས་ནང་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་གཙོ་བོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཤམ་འཁོད་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགོ་བ་མིའི་
ཐོབ་ཐང་གི་ཚིངས་ཡིག་ནང་གསལ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་འགན་འཁུར་ལག་ལ་གཞི་འཛིན་ཀྱི་ཡོད།

- སྤྱི་བཟོད་རང་དབང་དང་། ཚོགས་ཞུགས་བྱ་མིན་རང་དབང་། ཚོས་དད་རང་དབང་།
- སྐར་གྱི་འཚོ་གནས་ཐོབ་ཐང་།
- བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མར་ཚུར་སོ་སོའི་པ་སྐད་སྦྱོད་པའི་ཐོབ་ཐང་།
- དབྱེ་འབྱེད་རིགས་བཀག་འགོག་བྱེད་པ།

དབྱེ་འབྱེད་མེད་པའི་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོབ་ཐང་ནི་སྐར་གྱི་ལས་རིགས་གཅིག་ལ་བྱུང་བ་ཙམ་མིན་པར།
སྐར་ངོས་ནས་སྐད་ཡིག་གང་ཞིག་ལ་དགའ་མོས་བྱེད་པ་དང་སྐད་ཡིག་གང་ཞིག་འདེམས་ཀ་བྱེད་པའི་སྐད་
ཡིག་གི་སྤྱི་དབང་སྤྱི་ཚོགས་ལའང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

སྐད་ཡིག་བཀོལ་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་མི་སྐར་གྱི་རང་དབང་ནི། རང་དབང་དང་། འཚམ་མཐུན། མང་
གཙོ་བཅས་ལྟར་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྱང་ཚོས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན། སློབ་གསོ་དང་། བྱིས་ཚང་། མི་སྐར་གྱི་མིང་དང་།
ས་གནས་ཀྱི་མིང་། སྐར་གྱི་དཔར་བསྐྱུན་བདག་དབང་། སློབ་འཛིན། གཞུང་། རིག་གཞུང་གི་དབང་ཆེན། ཚོས་
ལུགས་ཀྱི་དབང་ཆེན། ཚོང་ལས། སྤྱི་དོན་ལས་རིགས་སོགས་མི་སྐར་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་རིགས་ཚང་མ་མི་
སྐར་གྱི་སྐད་ཡིག་གི་རང་དབང་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

འདྲ་མཉམ་དང་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པ།

མི་ཚང་མར་སྐད་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་དབྱེ་འབྱེད་མི་ཡོང་ཆེད་འདྲ་མཉམ་དང་སྤྱི་བཟོད་ཀྱི་འགན་
ལེན་ཡོད། དེའི་དོན་ནི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་མེད་པར་གང་འདོད་དུ་མི་སྐར་གྱི་སྐད་ཡིག་གི་འདེམས་ཀ་འཕྲོག་
པ་ནི་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་དབྱེ་འབྱེད་ཡིན་པར་བཟོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་ནི་སྐད་ཡིག་གང་ཅུང་གཉིས་བར་ལྟ་སྦྲངས་མི་
འདྲ་བ་འཛིན་པ་སྟེ། སྤྱི་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་དག་གི་བར་རམ། ཡང་ན། སྤྱི་གཞུང་
གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་དང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བར་ལྟ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་འཛིན་པ་
སོགས་ལ་གོ། སྤྱི་གཞུང་གི་ལས་རིགས་ཁྲོད་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ངེས་པར་དུ་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་།
གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ལས་ཀ་དང་། ཁྲིམས་ཞིབ། དུལ་ཁང་། སློབ་གསོ། མི་སེར་གྱི་ཐོབ་ཐང་བཅས་སུ་སྐད་ཡིག་གི་
དབྱེ་འབྱེད་མི་ཚོགས་པའི་ཁྲིམས་སྤྱིག་ལ་སྲུང་བཅི་བྱེད་དགོས།

སྤྱི་དམངས་དང་ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དང་། རིགས་རྩས་དབྱེ་འབྱེད་
འགོག་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་དེ་བཞིན་སྐད་ཡིག་དང་སློབ་གསོའི་ཚ་འཛིན་དང་། མི་རིགས་དང་ཚོས་ལུགས་སྐད་
ཡིག་བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱངས་ཉུང་དུ་སྲུང་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱུགས་ཡིག་ལག་བསྟར་བྱེད་སྤྲངས་སྐོར་ལ་
མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་སྤོང་བའི་ཚོགས་ཚེབ་སྐབས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་

ལྟ་བུའི་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་ལག་ཏུ་གསལ་བའི་དབྱེ་འབྱེད་རིགས་བཀག་འགོག་བྱེད་པའི་ནང་། ལྷ་མཚན་མེད་
པར་གང་འདོད་ཏུ་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པ་འགོག་ཐབས་ལེགས་ཤོས་ནི། སྲིད་གཞུང་གིས་རྒྱ་ཆེ་
ས་ནས་སྤྲོད་ལུགས་དང་། སྲིད་ཏུས། ལག་བསྟར་བཅས་ཀྱི་ཁྲོད་ལག་ལེན་ཚུལ་བཞིན་ཡོང་བ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་
ཚུལ་འཁོད་ཡོད།

སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་དབྱེ་འབྱེད་བྱ་མི་རུང་བ་དང་དེ་བཞིན་འདྲ་མཉམ་གཞི་རྩུབ་འདྲིན་པའི་སྤྲོད་ལུགས་
ཡིག་ཚང་མས་སྲིད་གཞུང་དོན་ནས་སྐད་ཡིག་གི་འདེམས་ཀ་ཚུལ་བཞིན་སྟོན་པའི་འགན་ཁུར་སྐབ་པར་སྐུལ་
འདེད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདི་ཡིས་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གིས་སྤྱོད་སྐད་ཡིག་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་རུས་པ་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་
གང་ཡང་ཐེབས་ཀྱི་མེད། འོན་ཀྱང་འདི་ནི་སྐད་ཡིག་གི་སྲིད་ཏུས་དང་། སྐད་ཡིག་འདེམས་ཀ་སྐད་ཡིག་ལ་ཚོད་
འདྲིན་བཅས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་བརྩེ་སྲུང་བྱེད་པའི་འགན་ཁུར་དང་
འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་ལམ་ནས་དཀའ་ལྷོག་སེལ་ཐབས་འདིས་མི་དང་མི་པན་
ཚུན་བར་ལྷ་ཚུལ་འདྲིན་སྟངས་མི་འདྲ་བ་གཙོ་བོར་འདྲིན་པ་ལས་སྐད་ཡིག་གཙོ་བོར་འདྲིན་ཀྱི་མེད། དེར་
བརྟེན་མི་སྐྱེར་ལ་སོག་ཐུག་འབྱུང་བ་འདིར་སྲིད་གཞུང་གི་དབང་ཆ་དང་སྲིད་གཞུང་གི་བྱ་སྟོན་རིམ་པ་མཐའ་
དག་ཏུ་སྲིད་ཏུས་དང་ལས་རིགས་ཁྲོད་སྐད་ཡིག་གི་འདེམས་ཀ་ཚུལ་བཞིན་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་
དགོས། དེ་ཚུལ་བཞིན་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཐབས་ནི་ས་གནས་སོ་སོའི་གནས་བབས་ལ་གཞིགས་
ཏེ་ལག་ལེན་བྱེད་སྐབས་གཞུང་གི་ལས་རིགས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཡིག་གི་གནས་ཚུལ་ཐད་འདྲ་མཉམ་ཡོད་
མེད་གཙོ་བོར་འདྲིན་རྒྱ་དེ་ཡིན།

སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་ཁྲོད་སྟོན་པ་དང་། སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་བྲལ་ནས་སྤྱད་པ། སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་
འདྲ་བོ་བྱེད་མིན་བཅས་ནི་སྲིད་གཞུང་གི་ལས་རིགས་དང་ལས་རིགས་གཞན་དག་ཁྲོད་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་སྟོན་པར་འདྲ་མཉམ་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་ཀྱི་གཞི་འདྲིན་ས་གཙོ་བོ་ཡིན། མང་ཚོགས་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་
བྱེད་པ་དང་གནས་ཚུལ་བརྗེ་རེས་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་སྲིད་གཞུང་གི་དབང་ཆ་ལ་ཚོས་གྲངས་ཉུང་མི་
རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་ཆོ། གྲུབ་འབྲས་དང་རུས་པ་ཆེ་བ་ཐོན་ཀྱི་ཡོད། ལས་ཁུགས་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གོ་
སྐབས་ཐད་ལའང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་ན་པན་རུས་ཆེ་བ་ཐོན་ཀྱི་ཡོད། མང་ཚོགས་ཀྱི་འཕྲོད་
བསྟེན་ལྟ་བུ་གལ་གནད་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་ལས་རིགས་ཁྲོད་ཞབས་ཞུ་སྐབས་མང་ཚོགས་གང་དེའི་སྐད་ཡིག་
སྤྱད་ཆོ་ལས་རིགས་ཐད་རུས་པ་ཆེ་བ་ཐོན་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་མང་ཚོགས་ལ་གསར་འགྱུར་ཞིག་བཤད་ནའང་
མང་ཚོགས་དེའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་བཤད་ཆོ་གནས་ཚུལ་གསལ་བོར་རྟོགས་པར་པན་ཀྱི་ཡོད། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་
ལ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སྟོན་གསོ་སྤྱད་ཆོ་དེའི་བྱུང་ཁོངས་ཁྲོད་ཡོངས་ལ་བྱུང་སྐབས་པའི་རུས་
པ་ཐོན་ཀྱི་ཡོད། འཛམ་གླིང་དུལ་ཁང་དང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སྟོན་གསོ་དང་། ཚན་རིག་རིག་
གཞུང་ལྷན་ཚོགས། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱིས་པ་ལྷན་སྟོན་གྱི་རྟོགས་དུལ་ཚོགས་པ་བཅས་
ཀྱི་དོན་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ལྟར་ན། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་སྲིད་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་
བྱས་པའི་སྤྱོད་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཚད་དང་རན་པོར་མཉམ་སྟོན་བྱས་ཏེ་སྟོན་བྲིད་གང་ལེགས་བྱས་ཆོ། 9)

ཕུགས་ལ་འགོ་སྐོར་རྒྱུ་བ་དང་། ༡) སློབ་ལྷན་འགྲིམ་མཚམས་འདྲིལ་པ་དང་འདྲིལ་རིམ་འཕམ་མི་ཐུབ་པར་ཡང་
 བས་བསྐྱར་དུ་ལུས་པའི་གངས་ཚད་ཉུང་དུ་གཏོང་བྱས་པ། ༢) སློབ་ལྷན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་གི་ཐུབ་འབྲས་ཡག་ཏུ་
 འགོ་བ་དང་ཁྱད་པར་དུ་སློབ་མ་བྱ་མོ་ཚོའི་སློབ་སྦྱོང་གི་འབྲས་བུ་མངོན་གསལ་དོད་པོས་ཡག་ཏུ་འགོ་ཡི་ཡོད་པ།
 ༣) བྱིས་སློབ་གི་ཚད་གཞི་གོང་འཕེལ་འགོ་བ་དང་། རང་གི་པ་སྐད་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་གཉིས་ལ་བྱང་ཆ་
 ལྡན་པ་ཡོང་བྱས་པ། ༤) བྱིས་ཚང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་མཉམ་ཞུགས་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེ་བ་ཡོང་བྱས་པ། ༥)
 དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འདྲིལ་སྦྱོང་དང་སྤྱི་གཞུང་གི་ལས་རིགས་གཞན་དག་ནང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་
 ཡིག་སྦྱང་ཚོ། མཐུན་སྦྲིལ་དང་། མཉམ་ཞུགས། བྱང་ཆ་ད། སྤྱི་ཚོགས་ཚད། ལུས་པ་སོགས་ཀུན་གྱི་ཆ་ལ་ཁྱད་པར་ཆེན་
 པོ་ཡོང་གི་ཡོད།

རྒྱུ་

སྤྱི་ཚོགས་འཆམ་མཐུན་ཡོང་བར་མི་སྐྱེར་གྱི་ངོ་བོ་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ངོ་བོ་གཉིས་ཀ་གཅིག་མཚུངས་སུ་
 གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། འདི་ཡིས་སྐད་ཡིག་ནི་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་ཐུར་རིགས་སམ་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གི་
 ངོ་བོ་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ཡིན་པ་སྟོན་གྱི་ཡོད།

མི་ཞིག་གིས་རང་གི་མིང་སྐད་ཡིག་གང་གི་ཐོག་འབྲི་མིན་སོ་སོའི་འདོད་ཚུལ་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྤྱི་
 གཞུང་གི་དབང་འདྲིལ་པ་ཚོས་ཀྱང་དེ་ལ་ངོས་ལེན་བྱ་དགོས། སྐད་ཡིག་གི་གནད་དོན་ཐད་དེ་བྱེད་འབྱེད་མེད་
 པར་འཆམ་མཐུན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་བསྐྱབ་པར་གངས་ཉུང་མི་རིགས་འདུས་སྡོད་ས་ཁུལ་དུ་ས་གནས་དང་གཞུང་
 ལམ་སོགས་ཀྱི་མིང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་འབྲི་དགོས་པའང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། རྒྱལ་
 ཁབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ངོས་འདྲིལ་དང་སྐད་བརྗེ་བྱ་བར་གངས་ཉུང་མི་རིགས་དང་དེའི་སྐད་ཡིག་རྒྱུད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
 ཆ་ཤས་ཡོངས་ནས་ལེགས་སྐྱེས་སྤུལ་ཡོད་པར་ངོས་འདྲིལ་བྱ་དགོས།

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་སྤྱི་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་ནི་འགོ་
 བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་ཆ་ནས་བཤད་ན་སྤྱི་ཚོགས་ལུགས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་དང་མཐུན་པ་ཆགས་གྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་
 བཤད་དེ་དག་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་དང་སྐྱབས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་དང་འབྲེལ་བའི་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་
 འགན་ཁུར་སྤོང་མེད་དུ་འདོར་མི་རུང་། ཁྱད་པར་དུ་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོར་གཞོན་གཞིའི་རིགས་ཀྱི་
 ལས་བསྐྱབ་མི་རུང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་མི་རིགས་དང་། ཚོས་ལུགས། སྐད་ཡིག་བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་
 གངས་ཉུང་དུ་ཐུར་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱབས་ཡིག་གི་དོན་ཚན་དང་པོའི་ནང་ངོ་བོ་མཚོན་བྱེད་གཙོ་བོ་གང་
 ཡིན་གསལ་འདོན་བྱས་ཡོད།

སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལ་བརྗེ་བཀུར་བྱེད་པ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མི་ཉམས་རྒྱུ་འདྲིལ་ཡོང་བར་
 མཐུན་འགྱུར་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ནི་སློབ་མེད་རེད། འོན་ཀྱང་མིང་གི་གནད་དོན་ནི་ངོ་བོ་དང་ཆེ་མཐོང་ལ་འབྲེལ་བ་
 དམ་ཟབ་ཆགས་གྱི་ཡོད། མི་སྐྱེར་དང་། སྤྱི་ཚོགས། ས་གནས་སོགས་ཀྱི་མིང་ནི་སློབ་རྒྱུ་དང་། རིག་གཞུང་། ལོ་
 རྒྱུས། འབྲུང་ཁུངས་སོགས་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་གྱི་ཡོད་པས་དེས་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཟབ་མོ་སྦྱེད་གྱི་ཡོད།

ས་བཅད་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་སྲིད་རྒྱུ་བཟོ་མཁན་དང་། སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ། དེ་
བཞིན་རྣམ་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་རྒྱུར་པ་ཚོར་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་བྱེད་མཁན་
འབྲེལ་ཡོད་གཞན་དག་བཅས་ཡིན་ལ། དེ་མཚུངས་པན་ཅུས་ལྟར་པའི་བྱིས་ལུགས་དང་སྲིད་རྒྱུ་གཏན་
འབེབས་ཀྱིས་སོ་སོར་རྣམ་ཡིག་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁག་གི་དགོས་མཁོ་དང་འདོད་པ་བསྐྱར་ཉེ་སྤྱི་ཚོགས་ཚོན་
ཡོངས་ལ་འཆམ་མཐུན་ཡོང་བ་བྱ་དགོས། འདིར་རྣམ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་བྱུང་བ་ལོངས་རེ་རེ་
འབྲེལ་བཟོད་མདོར་ཅམ་བྱ།

- ཅི་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་སམ།
- ཅིའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་དགོས་སམ།
- བྱིས་ལུགས་དང་དེ་མིན་གྱི་ཆ་འཛིན་གང་ཞིག་གཞི་རྩར་བཟུང་ནས་དེ་བསྐྱབ་སྐྱབ་བམ།
- ལག་ལེན།

༤།། གཞུང་གི་སློབ་གསོའི་ལམ་ལུགས།

ཅི་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་སམ།

གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་ཐོག་སློབ་གསོ་རག་འདོད་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་སམ། གངས་ཉུང་
མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་ཐོག་སྲིད་གཞུང་གི་སློབ་གསོའི་ལམ་ལུགས་ལག་བསྟར་རན་པོར་བྱ་དགོས། འདི་ལྟར་
སློབ་འགྲོའི་སློབ་གྲྭ་ནས་མཐོ་རིམ་གཞུག་ལག་སློབ་གཉེར་གྱི་རིམ་པ་བར་བྱ་དགོས། རྣམ་ཆ་བཤད་མཁན་གྱི་མི་
འབོར་དང་རྒྱ་རྒྱུ་གཞན་དག་དབང་གིས་མཐུན་རྐྱེན་ཅི་བཞིན་སྦྱོར་དཀའ་ནའང་། སྲིད་གཞུང་གི་དབང་
འཛིན་པ་ཚོས་གང་དགའ་ཅི་བྱ་གིས་མ་མཐར་ཡང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་སློབ་བྱིད་ཡོད་པའི་ཆ་
རྒྱུན་བསྐྱབ་དགོས། དེ་བཞིན་བྱིས་པ་ཚང་མར་སྲིད་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རྣམ་ཡིག་གམ་སྤྱི་རྣམ་
སྦྱོར་བའི་གོ་སྐབས་ངེས་པར་དུ་ཡོད་དགོས།

ཅིའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་དགོས་སམ།

རྣམ་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་རྒྱུར་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ནི་ངེས་པར་དུ་བརྗེ་བཀུར་བྱ་དགོས་པའི་
འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཡིན་སྟབས། དེ་ཚད་དང་རན་པོར་སློབ་སྐྱོད་པའི་ཁོར་ཕུག་བསྐྱབ་དགོས། སློབ་གསོ་ནི་
གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ལ། རྣམ་ཡིག་སྤྱི་ཚོགས་ཡུན་གནས་
ཡོང་བའི་གཞི་རྩར་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། སློབ་བྱིད་བྱེད་ཀྱི་མེད་པའི་རྣམ་ཡིག་ཞིག་ཡིན་ཆེ་རིང་པོ་མ་འགོར་བར་
མེད་པར་ཆགས་འགྲོ་ངེས།

དེར་སྐབས་འཇམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་བྱིས་པ་ཚོར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ།

གཞི་རིམ་འོག་མའི་སློབ་ཕྱག་ ༡༠༠༠༠༠ ལ་སློབ་གསོ་སློབ་པའི་འགྲོ་སོང་དང་པལ་ཆེར་གཅིག་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།
 དངུལ་གྱི་གྲངས་ཀའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་ཨ་སློར་ས་ཡ་ལྔ་ཙམ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་ལའི་ཡུལ་དུའང་དེ་མཚངས་ཀྱི་
 ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ལྟར་ན། རྒྱ་རན་སིའི་རྒྱ་དུ་ཡིག་གཅིག་པུའི་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱེད་པའི་ལོ་རེའི་འགྲོ་སོང་ས་རྒྱ་
 ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱེད་པ་ལས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་ཀྱིས་ཉུང་བ་ཡོད་ནའང་། གཞི་རིམ་འོག་མའི་ལོ་དྲུག་རྒྱུ་ལོར་སློབ་
 ཕྱག་གཅིག་ལ་སློབ་གསོ་སློབ་པའི་འགྲོ་སོང་ནི་པ་རྒྱ་དུ་ཡིག་སློབ་གསོ་སློབ་པ་དང་བསྐྱར་ན་བརྒྱ་ཆ་ཉེ་ལྷ་ཅ་
 བདུན་ཙམ་གྱིས་ཆེ་བ་ཡོད། འགྲོ་སོང་དེའི་ཁྱད་པར་གཙོ་བོ་ནི་འཛིན་རིམ་དུས་ཐོག་ལ་འཕར་མ་ཐུབ་པར་
 བསྐྱར་འདོན་བྱ་དགོས་པ་དང་སློབ་གཉེར་མཐའ་མ་འཁྲོང་བར་མཚམས་འཛིག་བྱ་དགོས་པའི་གནད་དོན་
 ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ཁྲིམས་ལུགས་དང་དེ་མིན་གྱི་གཞི་རྩ་འཛིན་དགོས་པའི་ཅ་འཛིན་གཞུང་གང་དག་ཡིན་ནམ།

- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) དཔལ་འབྱོར་དང་། ལྷི་ཚོགས། རིག་གཞུང་བཅས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 2 (2)+13
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) ལྷི་དམངས་དང་ཚབ་མིང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 26
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེད་ཀྱི་ལས་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 5(e)(5)
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) ཕྱིས་པའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 2+28, 29,30
- ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། ཚན་རིག་རིག་གཞུང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་དུ་ཡིག་དང་སློབ་གསོའི་ཅ་དོན་
 དོན་ཚན་དང་པོ།
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། ཚན་རིག་རིག་གཞུང་ལྷན་ཚོགས།) སློབ་གསོའི་སྐོར་ལ་དབྱེ་འབྲེད་བྱེད་པ་འགོག་པའི་
 ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 1+4
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡུ་རོབ་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 14 + ཡིག་ཆ་ཨང་ 1
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) བྲངས་ཉུང་མི་རིགས་སྤྱང་སློབ་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་ཅ་འཛིན་དོན་ཚན་ 14
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) ཡུ་རོབ་ཀྱི་བྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་དུ་ཡིག་སྐོར་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ 8
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) མི་རིགས་དང་། ཚོས་ལུགས། རྒྱ་དུ་ཡིག་བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱབས་ཡིག་
 དོན་ཚན་ 4
- ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེད་མི་འབྲུང་ཆེད་དང་བྲངས་ཉུང་མི་རིགས་སྤྱང་སློབ་ཆེད་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་ལྷི་ལྷ་བྱང་
 ཆའི་ལམ་སློབ་ཡིག་ཆ་ཨང་ 18
- རྒྱལ་ཡོངས་བྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་གསོའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་འབྲེལ་བཞེད་ཡིག་ཆ་ཨང་11-18

རྩི་ལྟར་བརྒྱུད་དགོས་སམ།

གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་གཞུང་གི་སློབ་གསོ་རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་ཆེ་བས་གཤམ་འཁོད་དོན་ཚན་གསུམ་ཙུ་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

1. དོ་མཉམ་ཡོང་ཐབས་ཙུ་འཛིན་བྱེད་པ། སྐད་ཡིག་དེ་སློབ་མཁན་གྱི་མི་གངས་དང་། འདུས་སྡོད། འདོད་པ། དེ་སློབ་བྱིད་ལ་སློབ་པའི་སྐད་ཡིག་དང་དེའི་མཐུན་རྐྱེན་སོགས་གཙོ་གནད་དུ་འཛིན་ཀྱི་ཡོད།
2. ཆ་རྒྱུན་གང་ལེགས་བརྒྱུན་པ། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་གཞུང་གིས་སློབ་གསོ་སློབ་པར་ཆ་རྒྱུན་འཛོམས་པ་དང་སློབ་སློབ་ཀྱི་འདུན་པ་བརྒྱུན་པ།
3. འཚམ་མཐུན་ཡོང་བ་ཙུ་འཛིན་པ། སློབ་སླུག་ཚང་མར་སྤྱི་སྐད་སློབ་པའི་གོ་སྐབས་སློབ་པ་དང་། བར་ཁུལ་རིག་གཞུང་གིས་རེས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་བརྒྱུན་པ།

ས་སྐད་ཐོག་གཞུང་གིས་སྤྲུལ་ཚད་ལྡན་པའི་སློབ་གསོ་སློབ་པ་དེ་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་རིམ་པ་བར་གང་སྐབས་ཀྱིས་ལུན་རིང་བར་སློབ་པར་འབད་པ་བྱེད་དགོས། སྤྱིར་བཏང་མ་མཐར་ཡང་ལོ་དུག་ནས་བརྒྱུད་བར་རམ་ཡང་ན་དེ་ལས་མང་བར་ས་སྐད་ཐོག་སློབ་གསོ་སློབ་པའི་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ས་སྐད་ཐོག་སློབ་གསོ་རག་འདོད་ཡོད་མཁན་ནམས་ཁ་བཟམ་ཡོད་པའམ་རྒྱ་རྒྱུན་གཞུན་དག་དབང་གིས་དེ་ལྟར་སྤྲུལ་ཐབས་དཀའ་བ་ལྟར་། སྤྱི་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་གང་སྐབས་ཀྱིས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་གསོ་སློབ་པར་ཚུ་ཡོད་ལ་འབད་དགོས། གཞི་རིམ་འོག་མའི་སྐབས་ཀྱི་ལོ་རོ་ཁ་ཤས་རིང་སྐད་ཡིག་གཅིག་གི་ལམ་ནས་སློབ་བྱིད་བྱས་ཤིང་། བད་དེ་སྐད་ཡིག་གཞན་པ་ཞིག་ལ་འགྱུར་བ་བཏང་བ་དེས། སློབ་གྲྭ་འགྲིམ་མཚམས་འཛོགས་པ་དང་སྐབས་འབྲས་ཞན་དུ་འགོ་བར་བྱགས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཐ་ན་ས་སྐད་དང་སྤྱི་སྐད་གཉིས་ཀའི་འགྲིམ་གྱི་ཚད་གཞི་དམའ་ཏུ་འགོ་ཡི་ཡོད།

ཐོག་མར་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་གསོ་སློབ་པ་དེ། རིམ་བཞིན་འོས་འཚམས་ཀྱིས་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ཐོག་སློབ་གསོ་སློབ་པ་ན། སློབ་བྱིད་ཀྱི་སྐབས་འབྲས་ལེགས་པ་ཡོང་གི་ཡོད། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱེད་པའི་གཞུང་གི་སློབ་གྲྭ་ཁག་ནང་མཐའ་མའི་ཡིག་རྒྱུགས་ཀྱང་སྐད་ཡིག་དེའི་ཐོག་རེས་པར་དུ་གཏོང་འཇུག་དགོས།

གཞུང་གི་གཙུག་ལག་མཐོ་སློབ་ཁག་དང་སློབ་གསོའི་སྡེ་ཁག་གཞན་དག་ནང་ཞུགས་པའི་ཡིག་རྒྱུགས་འོད། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱས་པའི་སློབ་གསོའི་ལམ་ལུགས་ལ་དོས་འཛིན་ཡོད་དགོས། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཡིག་རྒྱུགས་གཏོང་འཇུག་པའམ། ཡང་ན། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ནམས་ལ་གོ་སྐབས་རག་ཆེད་གོ་སྐབས་དང་ཐབས་ལམ་གཞན་ལག་བརྒྱུར་གང་ལེགས་བྱས་ཆོ། དེས་མེད་དུ་ཁོ་ཚོས་མཐོ་སློབ་འགྲིམ་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་འགྱུར་བའི་གནད་དོན་མི་འབྱུང་བར་ཐན་རྒྱས་ཐོན་བྱ། སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་གསོའི་བརྒྱུད་རིམ་འོད་སློབ་སླུག་ཚོར་རིགས་རུས་ཀྱི་དབྱེ་

འབྲེད་བྱ་མི་རུང་། མུན་མོང་གི་རྣམ་ཡིག་སྲོད་མཁམ་ཚོར་སོ་སོའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་མུན་མོང་གི་རྣམ་
ཡིག་ཐོག་སློབ་བྲིད་བྱས་ཚེ་རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེད་ཀྱི་གནད་དོན་འབྲུང་གི་མེད།

གུ་ཡངས་དང་འཆམ་མཐུན་ཡོང་ཆེད། སློབ་སྤྲུལ་ཚང་མས་ཕན་ཚུན་རྒྱས་ལོན་ཡོང་བ་བྱ་དགོས། གྲངས་
ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་ལ་རྒྱལ་ཁོངས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཉིལ་པོའི་རྣམ་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་ལ་རྒྱས་ལོན་དང་ལས་
རིགས་སྣ་ཚོགས་ཁོད་མཉམ་ཞུགས་བྱ་བའི་གོ་སྐབས་སྲོད་དགོས་ལ། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་མ་ཡིན་པ་ཚོ་ལའང་
གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་ལ་རྒྱས་ལོན་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་བསྐྱེད་དགོས། གཞུང་གི་
སློབ་གསོའི་ལས་རིགས་ལ་རོགས་དུལ་སྲོད་སྐབས། རྣམ་ཡིག་ལ་བརྟེན་ནས་དབྱེ་འབྲེད་མི་བྱེད་པར་གྲངས་
ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་ལའང་གཅིག་མཚུངས་སུ་རོགས་དུལ་ཐོབ་པ་བྱ་དགོས། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་
རྣམ་ཡིག་ཐོག་སློབ་གསོ་སྲོད་སྐབས། རྣམ་ཡིག་གཞུང་དག་ཐོག་སློབ་གསོ་ཐོབ་པའི་གོ་སྐབས་ཀྱང་ངེས་པར་དུ་
བསྐྱེད་དགོས། སློབ་སྤྲུལ་ཚོར་སྤྱི་རྣམ་ཡིག་པོ་སྲོད་པའི་གོ་སྐབས་སྲོད་དགོས་མོད། སྤྱི་རྣམ་སྲོད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་
ཁོད་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་སྐྱེད་མེད་དུ་འདོད་མི་རུང་། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་སྲོད་པའི་སློབ་
སྤྲུལ་གི་གྲངས་འབོར་ཉུང་ཉུང་ཡིན་སར་དོ་མཉམ་ཡོང་བའི་བྱེད་ཐབས་རན་པོར་སྲོད་དགོས། དཔེར་ན། ཉེ་
འབོར་དུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྲིད་བྱེད་པའི་སློབ་གྲྭ་ཞུགས་སྤྲོད་ཆེད་འགྲིམ་འབྲུལ་གི་
མཐུན་ཚུན་སྲོད་བ་ལྟ་བུའོ།

གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་གཙོ་བོ་དག་ཐོག་རྣམ་ཡིག་ཡིན་པའམ། ཆེད་ལས་དགེ་མཉམ་ཚད་
ལྡན་མེད་པ། ཡང་ན། བྱེ་བྲག་གི་རྣམ་ཡིག་དེའི་ཐོག་སློབ་བྲིད་ཀྱི་རྒྱ་ཚད་དོན་པོ་ཡིན་སྐབས། ས་གནས་ས་ཐོག་
ནས་སློབ་བྲིད་ལས་རོགས་ལེན་པའམ་ས་གནས་ས་ཐོག་གི་རྣམ་སྲུང་གི་ལས་གཞི་ཡིས། སློབ་གྲྭའི་ནང་གྲངས་
ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་བྱིས་པ་སྤྱིའི་སློབ་སྲོད་གི་ཚད་གཞི་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བར་ལུས་པ་ཐོན་གྱི་ཡོད། གྲངས་ཉུང་མི་
རིགས་ཀྱི་གྲངས་འབོར་ཉུང་དགས་པས་གཞུང་གི་སློབ་གྲྭ་འཛུགས་མི་སྲུབ་པའི་གནས་སྐབས་སྲ། དཔལ་འབྱོར་
དང་རོགས་རམ་གཞན་གྱི་ལམ་ནས་སྤྱི་རོལ་ནས་སློབ་གསོ་སྲོད་ཐབས་ཀྱི་མཐུན་ཚུན་སྲུང་འབྲུལ། མིན་གཞུང་
གི་དབང་འདོན་པ་ཚོས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་ཐོག་བསྐྱེད་གཞི་རྩ་འདོན་བཟོ་བ་དང་དགེ་མཉམ་འོས་
སྲོད་སྲོད་ཐབས་གང་ལེགས་བྱ་དགོས། བྱེ་བྲག་གི་གནད་དོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་རྣམ་ཡིག་སློབ་གསོ་ངེས་པར་
སྲོད་དགོས་པ་མ་ཟད། བསྐྱེད་གཞི་རྩ་འདོན་གཙོ་བོའི་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། སློབ་རྒྱུ།
རིག་གཞུང་བཅས་འབོད་དགོས།

ལག་ལེན།

- མི་པོ་ལོ་རྒྱུས་ལས་ནང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ས་མ་ཚོས་སོ་སོའི་
རྣམ་ཡིག་ཐོག་སློབ་གསོ་སྲོད་དགོས་པའི་རིན་ཐང་ཉ་གོ་སྐབས་བ་བྱུང་བ་དང་། རང་གི་སྤྲུལ་ཚོས་ཡོངས་ཁྱབ་
ཀྱི་རྣམ་ཡིག་གང་མཚོགས་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད་སྟུང་པའི་དངངས་སྐྱབ་མེད་པར་སྲུང་ཡོད།

- ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ལོར་རྫོ་ལི་མི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ས་གནས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཆེ་ཤོས་གསུམ་གྱི་ཆེད་གཞུང་དོན་ལུགས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་གསུམ་བཅུགས་ཏེ། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ས་གནས་ལྷན་པས་ཡར་རྒྱས་བཏང་ཡོད།
- སེ་ནི་རྣལ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་སློབ་སྦྱོང་ཚོར་ས་སྐད་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱས་པའི་ཡིག་རྒྱུགས་ལོང་ཚད་བརྒྱ་ཆ་ ༥༥ ཟེན་པ་དང་། སྤྱི་སྐད་དམ་སྲིད་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱས་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཡིག་རྒྱུགས་ལོང་ཚད་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠.༧ ཡིན་པ་རེད།
- ལྷོ་ཏེ་མ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོར་རང་གི་ས་སྐད་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱས་པར་བརྟེན་ནས་འགོ་སོང་བསྐྱོད་ཚུགས་ལོང་བ་དེ་ནི། སློབ་སྦྱོང་ ༡༠༠༠༠༠ ལ་གཞི་རིམ་སློབ་གསོ་སློབ་པའི་འགོ་སོང་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དེ་དང་ལྡན་ལ་ཕབ་ན་ཨ་སྐོར་ས་ཡ་ལྷ་ཟེན་གྱི་ཡོད།
- མ་ལི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོར་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིན་རིམ་འཕར་མི་ཐུབ་པར་བསྐྱར་འདོན་བྱ་དགོས་པ་དང་སློབ་གྲྭ་འགྲིམ་མཚམས་འཛོག་པ་བཅས་ཀྱི་གྲངས་ཚད་ཉུང་དུ་བྱིན་པས། སྤྱི་སྐད་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱས་པ་ལས་འགོ་སོང་བརྒྱ་ཆ་ ༡༧ ཉུང་བ་ཚགས་ཡོད།
- ལུ་ཡ་སྐྱེ་རི་ཁའི་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་ལྷུར་གི་ན་རྩ་སོ་དང་། མང་གཙོ་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་གོང་གོ། ཨེ་རི་ཏ་རི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་བཅས་ཀྱི་ནང་ལོ་ ༦ ལྷན་དེ་རིང་བྱིས་པ་ཚོར་རང་གི་ས་སྐད་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱས་པ་ལ་སློབ་སློབ་གི་གྲུབ་འབྲས་ཡར་རྒྱས་བྱིན་ཡོད་པ་དང་། འཛིན་རིམ་འཕར་མི་ཐུབ་པར་བསྐྱར་འདོན་བྱ་དགོས་པ་དང་སློབ་གྲྭ་འགྲིམ་མཚམས་འཛོག་པ་བཅས་ཀྱི་གྲངས་ཚད་ཉུང་དུ་བྱིན་ཡོད།
- ཨ་རིའི་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ས་སྐད་ཚོར་དང་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པར་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རྒྱད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སུན་ཚུན་འབྲེལ་འདྲིས་ལེགས་པ་ཡོང་ཡོད་པ་དང་། སོ་སོའི་བྱ་སྦྱོང་གི་སློབ་གསོའི་སྐོར་ལ་གོ་རྟོགས་ཡར་རྒྱས་བྱིན་ཡོད།
- རྒྱ་གར་ནང་གཞུང་གི་སློབ་གསོའི་བརྒྱུད་རིམ་དུ་དོ་མཉམ་པོ་ཡོང་བའི་བྱེད་ཐབས་རྒྱད་དེ། གཞུང་གི་སློབ་གྲྭ་ཁག་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ ༩༠ ལྷག་སློབ་བྱི་ཡོད་པ་དང་། རིམ་བཞིན་ཉིན་རི་དང་ཨིན་ཡིག་ཀྱང་སློབ་འགོ་འཛུགས་ཀྱི་ཡོད།
- ཏན་ཇོ་ནི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོར་གཞི་རིམ་གོང་འོག་བར་གསུམ་ཆ་ཚང་དུ་ཨིན་ཡིག་གི་ཚབ་ལ་རང་གི་ས་སྐད་རྒྱད་པས། སློབ་སྦྱོང་མང་ཆེ་བའི་ཆ་སློམས་ཀྱི་སློབ་གསོའི་གྲུབ་འབྲས་གང་ལེགས་བྱུང་ཡོད།
- ཨི་ཏ་ལི་དང་། འཇར་མན། དེ་བཞིན་ལེ་ཏིན་སྐད་ཡིག་སློབ་པའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཁག་གི་མི་འབོར་ཉུང་ཉུང་ཡིན་ནའང་ས་སྤུལ་གཅིག་ལ་འདུས་སྡོད་བྱས་ཡོད། ཁོ་ཚོ་འདུས་སྡོད་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་གི་སློབ་གྲྭ་ཁག་ནང་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཡོད་པ་དང་། འཇར་མན་སྐད་ཡིག་སློབ་པའི་སྡེ་ཚོན་ལྷ་བུ་ཡིན་ན། སྐད་ཡིག་གསུམ་མཉམ་སློབ་བྱེད་པའི་མཐོ་རིམ་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་གྱི་རིམ་པ་བར་རང་གི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་གཉེར་རྒྱུ་འཕྲོད་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཡོད།

- མེ་ཆེ་ལི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཐོག་མའི་ལོ་དྲུག་གི་རིང་སློབ་སྦྱོང་ཚང་མར་མ་སྐད་ཐོག་སློབ་གསོ་སློང་གི་ཡོད་ལ་ལོ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་སློབ་ཚན་ཉུང་ཤམ་ཤིག་ཞིན་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱེད་གི་ཡོད། མྱ་རན་སེའི་སྐད་ཡིག་ལོ་དྲུག་གི་རྗེས་ནས་འགོ་འཛུགས་བྱེད་གི་ཡོད།
- ཁེ་ན་ཏ་དང་སློབ་ལན་ཏ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་གི་སྐད་ཡིག་སློང་མཁན་རྣམས་ཁ་འཕྲོད་ཏུ་ཡོད་པ་དང་། གཞུང་གི་འགྲིམ་འགྲུལ་མཐུན་ཚུན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོ་ཚོ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་གི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱེད་པའི་སློབ་གྲྭ་ལ་འགོ་བྱལ་པ་ཡོང་གི་ཡོད།
- མོ་སི་གོ་ལི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གདོད་མའི་མི་རིགས་ཁ་ཤས་ལ་ངག་ཐོག་སྐད་ཡིག་མ་གཏོགས་མེད་པའམ་ཆེད་ལས་དགེ་ཚུན་ཚད་ལྡན་མེད་པ། ཡང་ན། བྱེ་བྲག་གི་སྐད་ཡིག་དེའི་ཐོག་སློབ་བྱིད་གི་རྒྱ་ཆ་དཀོན་པོ་ཡོད་པས། ས་གནས་ནས་སློབ་བྱིད་ལས་རོགས་ལེན་པའམ་ས་གནས་གི་སྐད་སྦྱར་གྱི་ལས་གཞི་སློང་གི་ཡོད།
- ཀམ་སློ་རྟེ་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ས་མཐོའི་བྱིས་པའི་སློབ་གསོའི་ལས་འཆར་དུ་ས་གནས་ཁུག་གྲོག་ཏུ་ཡོད་པའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་གི་སྐད་བཤད་མཁན་གི་ས་གནས་དགེ་ཚུན་རིགས་བསྐྱེད་ཏེ་སློང་བརྗེས་སློང་གི་ཡོད།

༤།༡ མེ་རྩི་གི་སློབ་གསོའི་འཕམ་ལུགས།

ཆེ་ཞིག་བརྒྱུད་དགོས་པའམ།

གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་གི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱེད་པའི་སློབ་བརྩམས་སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་ཚོགས་མཆོན་སློང་པ་དང་། རོས་འཛིན་བྱེད་པ། མཐུན་ཚུན་སྦྱར་བ་བཅས་བྱ་དགོས།

ཆེ་སྦྱར་བརྒྱུད་དགོས་པའམ།

རྒྱལ་སློབ་འཛུགས་ལུགས་ནང་གཏན་འབེབས་བྱས་ནས་ཡུན་རིང་འགོར་བ་ལྟར། མིང་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སློབ་གསོའི་མིང་རྒྱལ་ལ་མ་སློབ་བར་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་དུ་སྦྱར་རིགས་གིས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱེད་པའི་སློབ་གྲྭ་རྒྱར་འཛུགས་བྱ་ཚོགས་འཛུགས་ལུགས་འདི་ནི་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་དུ་སྦྱར་རིགས་གིས་སོ་སོའི་སློབ་ཚན་ལ་མ་སྐད་ཚུན་བར་རང་གི་སྐད་ཡིག་སློང་པའི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་གི་ཡོད། དུས་རྒྱུན་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་དུ་སྦྱར་རིགས་ལ་གཞོན་ལུགས་ཆེན་པོ་སློབས་གི་ཡོད། སྐབས་རེར་བསམ་བཞིན་ནམ་བསམ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་གང་རུང་གིས་ཁོ་ཚོའི་སྐད་ཡིག་དེ་གཞན་གྱི་ནང་འཁྲིམ་འགོ་བཙུག་སྐད་མེད་དུ་འདོར་བ་སོགས་ཅི་རིགས་ཡོང་གི་ཡོད། སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་དུ་སྦྱར་རིགས་རྣམས་ཁེར་རྒྱུ་དུ་མི་ལུས་ཆེད་སློབ་དམ་སློབ་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་སློང་བའི་ཐོབ་ཐང་ཡང་ཡོད།

ཁྲིམས་ལུགས་དང་དེ་མིན་གྱི་གཞི་རྒྱ་རྒྱུ་ལྟེང་གི་འཛིན་དགོས་པའི་ཚུ་འཛིན་གཞུང་གི་དག་ཡིན་ནམ།

- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) དཔལ་འབྱོར་དང་། རྒྱ་ཚོགས། རིག་གཞུང་བཅས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 2 (2)+13,14
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རྒྱ་དམངས་དང་ཚབ་མིའི་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 26, 27
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་ལས་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 5(e)(5)
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) ཕྱི་ལོ་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 30
- ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ པའི་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། ཚན་རིག་རིག་གཞུང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་སློབ་གསོའི་ཚ་དོན་དོན་ཚན་དང་པོ།
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་། ཚན་རིག་རིག་གཞུང་ལྷན་ཚོགས།) སློབ་གསོའི་སྐོར་ལ་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པ་འགོག་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 5(c)
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) འགོ་བཤམ་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡུ་རོབ་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 10 & 14 + ཡིག་ཆ་ཨང་ 1
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་སྤྱད་སློབ་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་ཚ་འཛིན་དོན་ཚན་ 13
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) ཡུ་རོབ་ཀྱི་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐོར་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ 8 (2)
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) མི་རིགས་དང་། ཚོས་ལུགས། རྐང་ཡིག་བཅས་ཀྱི་ཚ་ནས་བྱངས་ཉུང་དུ་རྒྱུ་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱབས་ཡིག་དོན་ཚན་ 2, 3, & 4
- (ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༩) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྱེད་མི་འབྱུང་ཆེད་དང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་སྤྱད་སློབ་ཆེད་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་ལྷན་ཁུངས་ཆའི་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་ཨང་ 18
- (ཉེ་ག) རྒྱལ་ཡོངས་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་གསོའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་འབྲེལ་བཞེད་ཡིག་ཆ་ཨང་ 4, 8, & 9
- (ཨོ་སུ་ལོ།) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཨང་ 6

ཇི་ལྟར་བརྒྱུད་དགོས་མཁམ།

ཁྲིམས་ཐོག་ནས་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་པའི་སློབ་གྲྭ་འཇུགས་ཚོགས་པ་གསལ་པོ་བཟོ་དགོས། སློབ་གྲྭ་ལྷ་སྤྱིའི་ནང་སློབ་བྱིད་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་དག་ཡིན་ཡང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་པར་ཚོད་འཛིན་བྱ་མི་རུང་། འོན་ཀྱང་གྲིད་གཞུང་གིས་སྐད་ཡིག་ལ་ཐེ་གཏོགས་མེད་པའི་སློ་ནས་སྤྱི་ཚོད་ལྷན་པའི་སློབ་གསོའི་ནང་དོན་དང་བསྐྱབས་གཞི་རྒྱ་འཛིན་གྱི་དགོས་མཁམ་ལོ་གསལ་ཐུག་གཅོད་བྱ་ཚོགས་དེ་བཞིན་སློབ་གསོ་སློབ་སྐྱབས་གཞུང་དོན་ནས་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚམས་སྤྱི་ཚོགས་ལས་ལོགས་སུ་ལྷུང་འདོན་མི་བྱ་བར་རིག་གཞུང་མི་འདྲ་བ་སྤྱ་ཚོགས་ལ་གོ་ཉེགས་བསྐྱེད་ཐབས་བྱ་དགོས། དེར་བརྟེན་གཞུང་དོན་ནས་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ལ་རང་གི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྱིད་བྱེད་པའི་རང་དབང་མ་དོར་བར་སྤྱི་སྐད་སློབ་པའི་གོ་སྐབས་སློབ་དགོས།

ཁྲིམས་ལུགས་དང་གྲིད་ཇུས་དོན་ནས་སྐོར་གྱིས་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་གསོའི་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་པ་ཙམ་མིག་པར་རྒྱབ་སྐྱོར་རུས་ལྷན་བྱ་དགོས། དཔེར་ན། གལ་ཏེ་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་

སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་གསོ་སྡོད་ཐབས་མེད་ཚེ། སྐར་ངོས་ནས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་གསོ་
སྒྲེལ་མཁན་ཚོར་དཔལ་འབྱོར་དང་དེ་མིན་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་དགོས་གནང་དགོས། བྱང་པར་དུ་མི་འབོར་ཉུང་
ཞིང་ཁ་འབོར་དུ་གནས་རིགས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་ལེགས་བྱ་དགོས།

ཞིབ་ཚགས་པོའི་སློབ་པ་བཤད་ན། སྲིད་གཞུང་ལ་སྐར་གྱི་སློབ་གྲུབ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྡོད་དགོས་པའི་ལས་
འགན་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་སྐད་ཡིག་སྐྱོ་ཚོགས་དར་སྤེལ་དང་སྲུང་སྐྱོབ་ཆེད་དང་། དེ་བཞིན་གཉོད་རྒྱུང་
གི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོའི་གནས་སྡངས་ལ་གཞིགས་ན་རྒྱུ་རྒྱུ་སྡོད་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། སྲིད་གཞུང་
ཁ་ཤས་ཀྱི་ངོས་ནས་སྐར་གྱི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་སློབ་གྲུབ་ལ་ཁོ་ཚོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་དཔར་བསྐྱུན་བྱས་པའི་
སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་མཐོ་སྡོད་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ནས་དགོས་ངེས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ནང་འདེན་བྱེད་པ། དཔེ་ཚན་བསྐོ་
བཞག་བྱེད་པ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

སྐར་གྱི་སློབ་གསོའི་མཐུན་རྐྱེན་ཐད་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་སྐབས་དབྱེ་འབྱེད་རིགས་གང་ཡང་མེད་པ་བྱ་
དགོས། སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བར་བྱུང་པར་འབྱེད་སྤངས་རྒྱུ་མཐུན་ཚད་ལྡན་མ་བྱུང་ཚེ། སྲིད་གཞུང་ངོས་ནས་
གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་གྲུབ་དང་བྱེད་བྱ་གི་སྐད་ཡིག་གཅིག་ཁོ་ནར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པ་དེ་དབྱེ་འབྱེད་བྱ་
ཅུང་བའི་རྩ་དོན་དང་འགལ་བ་ཚགས་ངེས།

སྲིད་རྒྱུ་བཟོ་མཁན་ཚོས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱིས་སྐར་བཅུགས་སློབ་གྲུབ་ནང་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་
ཐོག་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པ་ལ་ཉེས་སྲིམས་མི་གཅོད་པའི་འགན་ལེན་བྱ་དགོས། ཁོ་ཚོ་དེ་ལྟར་སློབ་མཐར་ཕྱིན་པ་ལ་
ངོས་འཛིན་དགོས་པ་དང་། མཐོ་སློབ་ལ་ཞུགས་པའི་ཡིག་རྒྱུགས་ཀྱང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་
གཉོད་ཚོག་པ་བཟོ་དགོས། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཚེ་བྱེད་ཐབས་གཞན་སྟུན་དེ་ཁོ་ཚོར་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་གྱི་གོ་
སྐབས་ཐོབ་པ་བྱ་དགོས། དཔེར་ན། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་མཐོ་སློབ་འབྲིམ་པའི་གོ་སྐབས་
བསྐྱུན་པ་ལྟ་བུའོ། དེ་མིན་འདྲ་མཉམ་དང་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་སློབ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ཚོར་
མཐོ་སློབ་འབྲིམ་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་གྱུར་ཚེ། དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱ་ཚོག

ལག་ལེན།

- འདྲར་པན་རྒྱལ་ཁབ་ལ་མཚོན་ན་གོ་རི་ཡའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པའི་སྐར་སློབ་ཁག་ནས་
སློབ་མཐར་ཕྱིན་ཚེ་མཐོ་སློབ་ཁག་ཏུ་སློབ་ཞུགས་ཚོག་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
- ཕྱི་ལོ་༡༩༧༠ ཙམ་ནས་མ་ལེ་ཤི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གཞུང་སྐར་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་གཞི་རིམ་གོང་མའི་སློབ་གྲུབ་
ཁག་ཏུ་རྒྱ་ཡིག་ཐོག་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། གཞུང་གི་གཞི་རིམ་འོག་མའི་སློབ་གྲུབ་ཁག་ཏུ་འདྲ་གྲངས་ཉུང་མི་
རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་འདིའི་ཐོག་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
- ཀ་ཇ་གི་ས་ཏན་དང་ལི་ཐོ་ནི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ཀྱིས་སྲིད་གཞུང་གཞན་དང་ལྡན་དུ་གཉིས་མོས་ཕྱོས་

ཚོད་བཞག་སྟེ། རྒྱལ་ཁབ་དེ་དག་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་གསོ་སྦྱོང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་
གཞན་གྱི་མཐོ་སློབ་འཕུགས་ཚོགས་གི་ཡོད། དཔེར་ན། ལི་ཐོ་ནི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་པོ་ལན་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐོ་སློབ་
བརྒྱུགས་ཡོད་ལ། དེར་པོ་ལན་ཏེ་རི་སྐད་སློབ་མཐའ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པས།
མཐོ་སློབ་རིམ་པ་བར་གྱི་སློབ་ཚན་ཚམས་པོ་ལན་ཏེ་རི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཁྲིད་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ལོ།

- བ་སྐད་སྐལ་ལེ་ཡིན་པའི་ཐེ་ལན་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སློ་སྟོན་ལས་གནས་སུ་ཡོ་གསུམ་རིང་བ་སྐད་ཐོག་སློབ་
གསོ་སྦྱང་རྗེས། གཞི་རིམ་འོག་མའི་འཛིན་རིམ་དང་པོ་(བྱིས་པ་ལོ་ ༦ ལས་ ༥ བར།) ལ་བ་སྐད་ཐོག་སློབ་ཁྲིད་
བྱས་པའི་སློབ་སྟུགས་ཚོའི་སློབ་དང་། ཨང་ཅིས། སློ་ཚོགས་ཚན་རིག་ཐེ་ལན་ཏེ་རི་སྐད་ཡིག་བཅས་ཀྱི་བྱུང་འབྲས་
ནི། ཐེ་ལན་ཏེ་རི་སྐད་ཡིག་ཁོ་ནའི་ཐོག་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པའི་གཞུང་གི་སློབ་གྲུབ་སློབ་སྟུགས་ཚོ་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠
མཐོ་བ་བྱུང་ཡོད། དཔེར་ན། སྐལ་ལེ་སྐད་ཡིག་སློབ་པའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་མ་ཚོས་ཨང་ཅིས་ཡིག་
རྒྱགས་ལོང་ཚད་བརྒྱ་ཆ་༡༣༩ ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ལོ།

༤༡ འཛིན་སྦྱོང་དང་འཕྲོད་བརྟེན་སོགས་གཞུང་གི་ལས་རིགས་གཞན།

ཅི་ཞིག་བརྒྱུད་དགོས་མཁས།

གང་ཏུ་ལག་བརྟུར་བྱེད་བྱུང་ན་དེ་ཅུ་ཁ་གསལ་པོ་དང་སྐབས་བདེ་པོའི་སློ་ནས་གཞུང་གི་འཕྲོད་བརྟེན་
ལྟ་སྦྱོང་དང་། སློ་ཚོགས། འཛིན་སྦྱོང་། དེ་བཞིན་གཞུང་གི་ལས་རིགས་གཞན་དག་ཁྲིད་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་སློབ་དགོས།

ཅིའི་བྱིད་བརྒྱུད་དགོས་མཁས།

གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་བྱེ་བྲག་གི་ས་གནས་ཤིག་ལ་བྱེ་བྲག་གི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་
ཡིག་ཅིག་སློབ་སྟུང་བ་ཡོད་ནའང་། རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་མེད་པར་དེ་མ་སྟུང་ཚོ། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྲིམས་ལུགས་ལྟར་ན།
གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བེད་སློབ་ལ་འགོག་རྒྱུ་སློབ་པ་དང་། འཛིན་སྦྱོང་དང་གཞུང་གི་ལས་རིགས་
གཞན་དག་ཁྲིད་སྤྱོད་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་གམ་སློབ་ཁོ་ན་སློབ་ཐབས་བྱེད་པ་ནི་
དབྱེ་འབྱེད་བྱས་པ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་གི་ཡོད། གཞུང་གི་འཕྲོད་བརྟེན་ལྟ་སྦྱོང་དང་། སློ་ཚོགས་ཞབས་ཀྱི།
གསར་འགྱུར་རྒྱུད་སྤོང་སོགས་ཀྱི་ཚད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཐོན་ལུང་སྒྲིལ་བཞིན་སློབ་དགོས། སྤྱོད་གཞུང་ཞིག་ལ་
མཚོན་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དམིགས་ལུས་མངོན་འགྱུར་ཡོང་བར་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཚམས་མི་སློབ་
པར་སློབ་སྐད་གཅིག་ཁོ་ན་སློབ་པ་ནི་འགོ་སྔ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲོ་བརྒྱུག་འགོ་གཞི་ཡིན། དར་བྱུང་ཆེ་བའི་སྐད་
ཡིག་གཅིག་ཁོ་ན་སློབ་པ་ནི། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་དང་བྱུང་པར་དུ་བྱུང་མེད་ཚོར་ལས་ཀ་མི་རག་པའི་འགོག་

རྒྱུ་ཚེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་འདྲིན་སྐྱོད་དང་། འཕྲོད་བརྟེན་ལྟ་སྐྱོད་། དེ་བཞིན་གཞུང་གི་ལས་རིགས་གཞན་བཅས་སུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཚུལ་བཞིན་སྤྱད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སུ་ཚུན་འབྲེལ་འདྲིས་དང་། ལས་རིགས་གཉེན་བཤེན་ལས་རིགས་གཉེན་བཤེན་བའི་སྤྲུལ་ཚད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་གནས་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་རིགས་ཉུང་མི་རིགས་མཉམ་ཞུགས་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལྷན་འབྲེས་གང་ལེགས་བྱུང་ཡོད། གཞན་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བེད་སྤྱོད་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལས་མེད་ཀྱི་གྲངས་འཕེལ་ཉུང་དུ་གཏོང་བྱུང་པ་བྱུང་ཡོད་ལ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོ་བོ་དང་མཐུན་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་དོ་བོ་དང་འཚམ་མཐུན་གྱི་རྣམ་པ་གོང་འཕེལ་བྱིན་ཡོད། སྤྱི་དྲུས་བཟོ་མཁན་དང་། བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་བཟོ་མཁན། སྤྱི་དྲུས་གཞུང་གི་དབང་འདྲིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཤམ་གྱི་དོན་ཚན་གསུམ་པོ་ཡིད་ལ་འདྲིན་དགོས།

༡) གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོན་ཡོངས་ཀྱི་གསུ་ཚུད་ཆེད། འོས་འཚམས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོའི་སྐད་ཡིག་བེད་སྤྱོད་བྱ་དགོས། སྤྱི་དྲུས་གཞུང་གི་དབང་འདྲིན་པ་ཚོས་མི་སྐོར་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་ཡོང་ཐབས་ལེགས་ཤོས་ནི་ཁོ་ཚོའི་སྐད་ཡིག་བེད་སྤྱོད་བྱ་གང་ཐུབ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

༢) གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱོད་འོས་པ་དང་སྤྱོད་དགོས་ངེས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལ་མ་སྤྱད་ཆོ། ལས་དོན་འགྲུབ་པར་ལུས་པ་མི་ཐོན་པ་དང་། འགྲོ་སོང་བེད་མེད་དུ་འགྲུང་ངེས། (སྤྱི་སྐད་སྤྱོད་ཆེ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱིས་རི་བཞིན་གོ་དོན་རྟོགས་མི་ཐུབ་པ་དང་སྤྱོད་མི་བདེ་བ་ཡོང་བ་དང་། འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པར་འགྲོ་

བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་དང་དེ་མིན་གྱི་གཞི་རྩ་འདྲིན་དགོས་པའི་རྩ་འདྲིན་གཞན་གང་དག་ཡིན་ནམ།

- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) དཔལ་འབྱོར་དང་། སྤྱི་ཚོགས། རིག་གཞུང་བཅས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཡིག་དོན་ཚན་ 2 (2)+9, 10, 12, 15
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) སྤྱི་དམངས་དང་ཆབ་སྲིད་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཡིག་དོན་ཚན་ 26
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེད་ཀྱི་ལས་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཡིག་དོན་ཚན་ 5(a) 5(e) (4)
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) བྱིས་པའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཡིག་དོན་ཚན་ 2+28, 29, 30
- (རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕེལ་རྒྱུ་ཚོགས།) རང་དབང་ལྡན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ནང་ཡོད་པའི་ས་གནས་རང་གི་མི་མང་དང་ཚོ་བའི་སྐོར་གྱི་བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཡིག་(ཨང་༡༤)དོན་ཚན་ 24, 25, 30
- (ཡུ་རོབ་ལྗོན་ཚོགས།) འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡུ་རོབ་བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཡིག་དོན་ཚན་ 12
- (ཡུ་རོབ་ལྗོན་ཚོགས།) གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་སྤྱང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཡིག་རྩ་འདྲིན་དོན་ཚན་ 10(2)
- (ཡུ་རོབ་ལྗོན་ཚོགས།) ཡུ་རོབ་ཀྱི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐོར་གྱི་བཅའ་བྱིས་སྤྱི་ཚོགས་དོན་ཚན་ 10, 13
- (ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེད་མི་འབྲུང་ཆེད་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་སྤྱང་སྐྱོབ་ཆེད་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ལྷན་བྱུང་ཆའི་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་ཨང་ 11
- (ཨོ་སུ་ལོ།) གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཨང་ 13-15

སོང་མང་སོ་གཏོང་དགོས་ཆགས་ངེས།)

༡) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམས་ཡིག་རྒྱུད་ཆེ་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་ཆབ་སྲིད་དང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མཉམ་
ཞུགས་སྐབས་པ་དང་། ཁོ་ཚོའི་རྣམས་ཡིག་རྒྱུད་པའི་མཐོ་སློབ་འགྲིམ་མཁན་ཡང་མང་ཏུ་འགྲོ་ངེས།

ཇི་ལྟར་བརྒྱུད་དགོས་པམ།

འཕྲོད་བརྟེན་ཞབས་ཞུ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུ་འདྲིན་སྤོང་། དེ་བཞིན་གཞུང་གི་ལས་རིགས་གཞན་
ཏུ་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམས་ཡིག་རྒྱུད་པ་ནི། བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཚད་
འཇུག་མཉམ་བཅས་ཀྱི་གནད་དོན་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། གཞུང་གི་སློབ་གསོའི་ནང་བྱངས་ཉུང་མི་
རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་བྱེད་པར། རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དོ་མཉམ་ཡོང་བའི་བྱེད་ཐབས་གཙོ་བོར་
འདྲིན་གྱི་ཡོད། དེ་ཡང་དོ་མཉམ་ཡོང་བར་གཙོ་བོ་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་བྱངས་འབོར་དང་འདུས་སྡོད་ཀྱི་རྣམ་
པ་ལ་རག་ལས་ཡོད། འདི་ཡིས་འབྲེལ་ཡོད་སྲིད་གཞུང་གི་དབང་འདྲིན་པ་ཚོས་བབ་བསྐྱོན་དང་འོས་འཚམས་
ཀྱིས་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམས་ཡིག་བེད་སྤོང་བྱ་ཡུལ་དང་ཚད་གཞི་ངོས་འདྲིན་སྐབས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་འདི་
ཡིས་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་མང་ཆེ་བའི་ནང་འདྲིན་སྤོང་དང་གཞུང་གི་ལས་རིགས་ཁྲོད་རྣམས་ཡིག་གཅིག་ལས་
མང་བ་བེད་སྤོང་བྱེད་པའི་སན་རྒྱས་ཅི་ཅམ་ཐོན་གྱི་ཡོད་སྟེན་གྱི་ཡོད།

རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམས་ཡིག་ཚང་མ་འདྲིན་སྤོང་དང་
གཞུང་གི་ལས་རིགས་གཞན་དག་ཁྲོད་སྤོང་དགོས་ངེས་ཆགས་ཀྱི་མེད། དེ་ལྟར་བེད་སྤོང་གཏོང་བར་འོས་
འཚམས་དང་བབ་བསྐྱོན་ཡིན་མིན་ནི་རྣམས་ཡིག་དེ་སྤོང་མཁན་གྱི་བྱངས་འབོར་དང་འདུས་སྡོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་
རག་ལས་ཡོད། རྒྱུ་བྱ་གི་ས་གནས་གི་ཏུ་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་འདུས་སྡོད་བྱེད་ཚད་ཀྱིས་ས་གནས་དེའི་མི་
འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཟིན་གྱི་ཡོད་ཆེ། ཁོ་ཚོར་འདྲིན་སྤོང་དང་གཞུང་གི་ལས་རིགས་གཞན་དག་
ཁྲོད་འོས་འཚམས་ཀྱིས་སོ་སོའི་རྣམས་ཡིག་སྤོང་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། འདྲིན་སྤོང་དང་གཞུང་གི་ལས་རིགས་གཞན་
དག་ཁྲོད་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམས་ཡིག་བེད་སྤོང་མ་བྱས་ཆེ་མཚུག་འབྲས་ལན་པ་འབྲུང་ངེས་ལ། སྲིད་ཁྲིམ་
བཟོ་མཁན་ཚོས་ཀྱང་འབྲེལ་ཡོད་རྣམས་ཡིག་དེ་བེད་སྤོང་རྒྱལ་བཞིན་བྱས་ཏེ་མང་ཚོགས་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་དང་
ལས་རིགས་མཐོ་སློབ་སྐབས་པ་བྱ་དགོས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། གཞུང་གི་འཕྲོད་བརྟེན་སྤོང་ཐད་བྱངས་
ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམས་ཡིག་རྒྱུད་དེ་མང་ཚོགས་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་ཟབ་པོ་བྱ་སྐབས་མིན་ནི་འཆི་གསོན་ཐག་གཅོད་
དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་རེད། དོ་མཉམ་ཡོང་བའི་བྱེད་ཐབས་ལག་བསྟར་བྱེད་རྣམས། རྣམས་ཡིག་
གཉིས་སམ་ཏུ་མ་ཤེས་པའི་ངལ་རྩོལ་བ་ཚོར་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམས་ཡིག་གཞིར་བཞག་གིས་གཞུང་གི་
ལས་ཀ་གཉེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྤོང་ཆེ། གཞུང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་ཚུད་པ་དང་མཉམ་
ཞུགས་མང་བ་ཡོང་བར་སན་རྒྱས་ཐོན་གྱི་ཡོད། ད་རྒྱ་དང་ཚན་རིག་ལག་རྒྱུ་གསར་པ་ལྟ་བུའི་བྱེད་ཐབས་
གསར་པ་རིགས་སྤོང་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱངས་འབོར་ཉུང་ཉུང་དང་ཁ་འཐོར་ཏུ་ལྷུས་པ་ཚོར་ཁྱབ་པར་རྒྱས་པ་
ཐོན་གྱི་ཡོད།

ཁྲིམས་བཟོ་སྐབས་ཐོབ་ཐང་འདི་དག་ལྟར་ཁོངས་གང་ཞིག་ཏུ་ལག་བསྟར་རི་ལྟར་བྱ་དགོས་ཚུལ་གཏན་
འབེབས་བྱ་དགོས་ལ། ལག་ལེན་མ་ཐུབ་པར་དཀའ་ངལ་གྱི་གནས་སུ་ཡོད་རིགས་ལ་ལེགས་བཅོས་ཡོང་བའི་
བྱེད་ཐབས་སྦྱོང་པར་འགན་ལེན་བྱ་དགོས།

ལག་ལེན།

- ཨ་སི་ལན་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་གི་ཁར་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བ་བདུན་པེད་སྦྱོང་བྱེད་གྱི་ཡོད།
དེའི་དམིགས་ལུལ་ནི་རིག་གཞུང་སྣ་འཛོམས་ལྟེ་གནས་ཁང་དང་ཏར་འཕྲིན་ཁང་བརྒྱུད་སྦྱི་ཚོགས་དང་གཞུང་
གི་གནས་ཚུལ་རྒྱུ་བསྐྱབས་བྱེད་པར་མན་རྟུས་ཐོན་ཕྱིར་ཡིན་པ་རེད།
- རྒྱ་ཨ་མེ་རི་ཁའི་ནང་ཨི་སློ་ལ་ཟེར་བའི་ནང་ཡམས་ལྟབ་སྐབས། སི་ར་ལོ་ནི་དང་། ལུ་ལི། ལེ་ལྷོ་རི་ཡ་
བཅས་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟར་ཁང་དོས་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱིས་པ་སྤྱི་སྡོམ་གྱི་རོགས་དཔུལ་ཚོགས་པ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་
ཚོགས་པ་གཞན་དག་ལྟར་དུ་རྒྱུང་འཕྲིན་དང་། དེབ། བརྟན་འཕྲིན། སྤྱི་ཡིག་སོགས་གྱི་ལམ་ནས་གནས་ཚུལ་
དང་ལམ་སྟོན་རྣམས་གང་མཚུགས་མང་ཚོགས་ཁོད་ལྟབ་ཐུབ་ཆེད་ས་གནས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་གྱི་སྐད་ཡིག་
པེད་སྦྱོང་བྱས་ཡོད།
- ཨར་ལན་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་སྦྱོང་ཁང་མཁོ་སྦྱོང་ཞབས་ཞུ་ཁང་གིས་གནས་ཚུལ་སྤེལ་སྐབས་སྦྱོང་ཁང་དུ་
འདུག་མཁན་ཚོའི་མཐུན་རྐྱེན་ཡིག་ཆ་ཚང་མ་ཨར་ལན་ཏའི་སྐད་དང་ཨིན་སྐད་ཐོག་མ་ཡིན་པར་འོས་འཚམས་
གིས་ཁོ་རང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་པའམ་ཡང་ན་སྐད་སྦྱོར་སོགས་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱོར་གྱི་ཡོད།
- ལྷོ་ཨ་མེ་རི་ཁའི་མངའ་ཁོངས་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་སྣོ་ས་མ་ན་ནང་གཞུང་དོས་ནས་མང་ཚོགས་ལ་འབྲེལ་
འདྲིས་བྱེད་སྐབས་རྣམས་ཏུའི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་གྱི་ཡོད། དེར་མི་འཕོར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༥ གྱིས་སྐད་ཡིག་དེ་དང་ཨིན་ཡིག་
སྦྱོང་གྱི་ཡོད། སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་སྤྱི་རིགས་འདུས་སྦྱོང་བྱ་ལུལ་ལག་ཏུ་འདྲིན་སྦྱོང་དང་གཞུང་
གི་ལས་རིགས་གཉེར་བར་འགོ་སོང་ཚུང་བ་དང་རྟུས་པ་ཐོན་པ་ཡོང་ཆེད་བྱང་རྒྱལ་ལུ་ཡེ་ཡི་ལྷ་བུའི་གངས་
ཉུང་མི་རིགས་གྱི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་གྱི་ཡོད།
- ཨོ་སི་ཀོ་ལི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་དོས་གསུམ་ཅན་རྟོག་གཞུགས་གྱི་འགུལ་བརྟན་བཟོ་སྐབས། ས་གནས་དེའི་
ལུལ་མིའི་རྣམ་པ་དང་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་དེ་ནང་པ་ཚོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྦྱོང་སྦྱོར་གྱི་གནས་ཚུལ་གཤམ་ཆེན་རིགས་
སྤེལ་ཐབས་བྱེད་གྱི་ཡོད།
- ཨིན་ལུལ་དུ་གཞུང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྦྱོང་ལས་གཞི་ལག་བསྟར་བྱེད་མཁན་ཚོས་ཨིན་སྐད་མི་ཤེས་

མཁན་ཚོར་འབྲེལ་འདྲིས་དང་ལྷ་སྐྱོང་བྱེད་སྐབས་འདྲ་མཉམ་དགོས་པའི་སྤྲིམས་ལུགས་བཞེས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ས་གནས་གཞུང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷ་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་ཏུ་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཤེས་མཁན་དང་། བཅ་ཚུན་དོ་སྤྲུལ་ནས་སྐད་སྐྱུར་བྱེད་མཁན། ལ་པར་བརྒྱུད་སྐད་སྐྱུར་བྱེད་མཁན། ལྷན་གྱི་སྐོར་ཡིག་སྐྱུར་གྱིས་དཔར་བའམ། ཡང་ན། ཡིག་ཆ་དང་བརྟན་གྱི་རིགས་ཏེ་ཐོག་ཏུ་འགོད་པ་སོགས་བྱེད་གྱི་ཡོད།

- མེག་སི་ཀོ་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་ནས་ས་གནས་མང་ཚོགས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷ་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་ཁུངས་ཟུར་འདུགས་བྱས་ཡོད་པ་དང་། དེར་ས་གནས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་གྱི་སྐད་ཡིག་སྐྱོད་གྱི་ཡོད། གཞུང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷ་སྐྱོང་ལས་གཞིའི་ནང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་གྱི་སྐད་ཡིག་སྐྱོད་པ་ནི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་གཞིའི་བཅ་རྒྱས་དོན་རྐྱེན་ཡོང་ཆེད་ཡིན་པ་རེད།

- ཨེ་ཐོ་ཡི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་མང་ཚོགས་འདུས་སྡོད་ས་ཁུལ་ཁག་ཏུ་སྲིད་གཞུང་གི་ལས་རིགས་ནང་ཡུལ་དེའི་སྐད་ཡིག་གཙོ་བོ་རྣམས་སྐྱོད་གྱི་ཡོད།

- རྒྱ་གར་ལ་མི་འབོར་དུང་ཕྱུར་ ༡༦ ཡོད་པ་དང་། སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བ་ ༤༠༠ ལྷག་ཡོད། དོ་མཉམ་གྱི་བྱེད་ཐབས་ལག་ལེན་ཡོང་ཆེད་སྤྱི་སྐད་ཏུ་ཨིན་ཡིག་དང་ཉིན་རུའི་སྐད་ཡིག་སྐྱོད་གྱི་ཡོད་པ་དང་། དེ་མིན་ས་གནས་སྲིད་གཞུང་ཁག་གིས་ས་གནས་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བ་ ༩༠ ཙམ་སྐྱོད་གྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད། འདུས་སྡོད་བྱེད་པའི་གངས་ཉུང་མི་རིགས་གང་འཚམས་ཡོད་པའི་ས་གནས་ཁག་ཏུ་སྐོབ་བྱུང་དང་ས་གནས་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་བཅས་སུ་ས་གནས་དེའི་གངས་ཉུང་མི་རིགས་གྱི་སྐད་ཡིག་སྐྱོད་གྱི་ཡོད།

- ཨ་རིའི་སྤྱི་མཐུན་མངའ་སྡེའི་འདྲ་མཉམ་གྱི་སྤྲིམས་ཡིག་ནང་སི་པན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་། རྒྱ་ཡིག་པར་སི་སྐད་ཡིག་མེད་ནམ་གྱི་སྐད་ཡིག་ལྷ་བུའི་གངས་ཉུང་མི་རིགས་གྱི་སྐད་ཡིག་རྣམས་ས་གནས་གང་ཞིག་ཏུ་སྐད་ཡིག་དེ་དག་གང་རུང་སྐྱོད་པའི་མི་འབོར་ ༡༠༠༠༠ ཟིན་པའམ་ཡང་ན་དེ་རིགས་གྱིས་ས་གནས་དེའི་མི་འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥ ཟིན་ཆེ་བཞེད་སྐྱོད་བྱ་རྒྱ་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད།

- དོ་མཉམ་གྱི་བྱེད་ཐབས་ལག་ལེན་ཐད་རྩིན་ལན་༣་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ས་གནས་གཞུང་གི་ལས་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་སུ་སྡེ་ཁོར་གྱི་སྐད་ཡིག་སྐྱོད་མཁན་མ་མཐར་ཡང་བརྒྱ་ཆ་ ༩ ཟིན་གྱི་ཡོད་པའམ། མི་འབོར་ ༩༠༠༠ ཙམ་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་གྱི་གས་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་རྒྱུ་རྐྱེད་ལྱི་ཆ་ནས་སྡེ་ཁོར་དང་རྩིན་ལན་༣་འདྲི་སྐད་ཡིག་ནི་ཡུལ་དེའི་སྤྱི་སྐད་ཡིན། སྤྱི་མི་མི་རིགས་ནི་ཡུལ་དེའི་ས་རྒྱུས་རྩི་རྒྱུས་གྱི་མི་རིགས་ཡིན་པ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ནང་མི་འབོར་ཁྲོན་བརྗོད་མས་ ༢༥༠༠ ཙམ་ཡོད། གཞུང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ཞབས་ཞུ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུ། དེ་བཞིན་གསར་འགྱུར་དང་གནས་ཚུལ་སྤྱི་ཚོགས་སྐོར་ལ་སྤྱི་མི་མི་རིགས་འདུས་སྡོད་ས་ཁུལ་དུ་མི་

རིགས་དེའི་སྐད་ཡིག་སྒྲིང་གི་ཡོད།

- ཁེ་ན་ཏ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གཞུང་གི་ལས་རིགས་ཁྲོད་ས་གནས་གང་དེའི་མི་འཕོར་བརྒྱ་ཆ་ལྷུ་འཕ་ཡང་ན་
གོང་ཁྲུང་གང་ཞིག་ནང་མི་འཕོར་༥༠༠༠ གིས་ཐུན་མོང་གི་སྐད་ཡིག་གཅིག་སྒྲིང་གི་ཡོད་ཚེ། སྤྱི་སྐད་དུ་གྱུར་བའི་
སྐར་མེད་མིའི་སྐད་ཡིག་གམ་ཨིན་ཡིག་གང་རུང་སྒྲིང་གི་ཡོད། གཞན་ལྷུ་ལ་དེར་ས་སྐྱེས་ཅོང་སྐྱེས་ཀྱི་མི་དང་གནས་
སྤོར་ནས་ཡོང་མཁན་རིགས་འདུས་སྟོན་བྱ་ལུ་ཁབ་ཏུ་གཞུང་གི་ལས་རིགས་ཁྲོད་དེ་དག་གི་སྐད་ཡིག་སྒྲིང་གི་
ཡོད།
- སྐར་ཅི་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གོང་སྟེའི་སྤྱི་ཁབ་ལས་ཁུངས་ཁབ་ཏུ་པོ་རྒྱ་རྒྱལ་གྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲིང་པའི་ཁར་ལྷུ་ལ་
དེའི་ས་གནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྐད་དང་ལྷུ་ལ་དེར་གནས་སྤོར་བྱེད་མཁན་ཚོའི་སྐད་ཀྱང་སྒྲིང་གི་ཡོད། གོང་སྟེའི་
སྤྱི་ཁབ་ལས་ཁུངས་ཁབ་ཏུ་གཞུང་གི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་དང་ལས་རིགས་ཁྲོད་ལྷུ་ལ་དེའི་སྐད་ཡིག་བཞི་
དེས་པར་དུ་སྒྲིང་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

༤༩ བྱང་མ་རྒྱུད་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ཅོ་ལོ།

ཨི་ཞིག་བརྒྱུད་དགོས་སྐད།

ཨི་ཞིག་གི་སྐར་གྱི་ཅོ་ལོ་དང་འབྲེལ་བའི་རང་གི་མིང་ངམ་བྱིམ་མིང་སོགས་བྱང་མ་རྒྱུད་མི་རིགས་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་ཐོག་འཕྲི་བ་ལ་བཅི་བཀུར་དང་། ཅོ་ས་འཛིན་བྱ་དགོས་པ་མ་ཟད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ཀྱང་
དེ་ལྟ་སྒྲིང་དགོས། ལག་བརྒྱུར་སྐབས་གང་ཡོད་ལ་གཞུང་ལམ་དང་ས་གནས་ཀྱི་མིང་བྱང་མ་རྒྱུད་མི་རིགས་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་ཐོག་འཕྲི་དགོས་ལ། བྱང་པར་དུ་པོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཆ་ནས་གལ་ཆེན་ཡིན་པ་དང་བྱང་མ་རྒྱུད་མི་རིགས་
འདུས་སྟོན་བྱ་ལུ་ཁབ་ཏུ་བྱང་མ་རྒྱུད་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲིང་དགོས།

ཨི་འཕྲི་བརྒྱུད་དགོས་སྐད།

བྱང་མ་རྒྱུད་མི་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་གི་སྤྱིང་པོ་ནི་བྱང་མ་རྒྱུད་མི་རིགས་ཀྱི་ཅོ་ལོ་དང་སྐྱེལ་དང་སྐྱེབ་
བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་ཨི་སྐར་གྱི་འཚོ་གནས་དང་ཆེ་མཐོང་ལ་འབྲེལ་བ་ཟབ་མོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཨི་
མང་པོ་ཞིག་ལ་རང་གི་ཅོ་ལོའི་མཚོན་དོན་གལ་ཆེ་ཤོས་གཅིག་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་མིང་རང་གི་སྐད་ཡིག་ཐོག་འཕྲི་
བ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། སྤྱིར་སྐད་ཡིག་ནི་འགོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་དང་། རིག་གཞུང་། སྤྱི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ཅོ་ལོ་
མཚོན་བྱེད་གཙོ་བོ་ཡིན་པས། སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་རང་གི་མིང་འཕྲི་བ་ལ་བཅི་བཀུར་དགོས་པ་མ་ཟད། དེ་ལ་
སྐྱེལ་དང་སྐྱེབ་དང་གྲུ་ཡངས་ཀྱང་བྱ་དགོས། དེ་ལྟར་ཅོ་ལོ་སྐྱེལ་དང་བཅི་བཀུར་བྱེད་པ་དེ་ཨི་སྐར་གཅིག་ལྟར་

ཁྲིམས་ལུགས་དང་དེ་མིན་གྱི་གཞི་རྩུ་འཛིན་དགོས་པའི་ཚ་འཛིན་གཞན་གང་དག་ཡིན་ནམ།

- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) སྤྱི་དམངས་དང་ཚབ་མིང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 17, 24, 26, 27
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེད་ཀྱི་ལས་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 5
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) ཕྱིས་པའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 2+7
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡུ་རོབ་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 10
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་ཚ་འཛིན་དོན་ཚན་ 11
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) ཡུ་རོབ་ཀྱི་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐོར་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ 10
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) མི་རིགས་དང་། ཚོས་ལུགས། སྐད་ཡིག་བཅས་ཀྱི་ཚ་འཛིན་གྱི་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱེད་ཡིག་དོན་ཚན་ 2
- (ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེད་མི་འབྲུང་ཆེད་དང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་སྲུང་སྐྱོབ་ཆེད་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ལྷན་ལྷན་ཚུལ་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་ཨང་ 13
- (ཨོ་སུ་ལོ།) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཨང་ 1-3

ཅམ་ལ་མིན་པར། བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་འདུས་སྐྱོད་བྱེད་པའི་ས་གནས་ཁོན་ཡོངས་ལ་བྱ་དགོས།

ཁྲིམས་ལུགས་དང་དེ་མིན་གྱི་གཞི་རྩུ་འཛིན་དགོས་པའི་ཚ་འཛིན་གཞན་གང་དག་ཡིན་ནམ།

རྒྱལ་ཁབ་མང་ཆེ་བའི་ནང་རང་བཞིན་དང་སྤྱི་ལོ་འཇུགས་ལྡན་པའི་སྐོ་ནས་མི་སྐེར་གྱི་མིང་དང་ཁྲིམ་མིང་སོགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་འབྲི་ཚོགས་པའི་ཐོབ་ཐང་ལ་ངོས་འཛིན་དང་། འབྲེལ་ཡོད་གཞུང་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ཐོབ་ཐང་འདི་ལ་བཅི་བཀུར་བྱ་དགོས་པའི་འགན་ཁུར་བཞག་ཡོད། འདི་ནི་ཁྲིམས་ལུགས་ནང་མི་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྤྱི་ལོ་འཇུག་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོ་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་སྐབས་སོ་སོའི་མིང་སྐོར་ཚོགས་པ་དང་སྤྱི་ལོ་འཇུག་གི་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྤྱོད་དགོས་སྐོར་ཁ་གསལ་འཁོད་དགོས། འདས་པའི་དུས་སུ་མི་རིགས་རྒྱུ་བ་རྣམས་ཆེ་བའི་ནང་སེམ་འཇུག་ཐབས་བྱེད་པའམ་ཡང་ན་དེ་མཚུངས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་འཇུག་བཟུང་བ་སོགས་ཀྱིས་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་བཅོམ་ཤེད་ཀྱིས་འཇུར་བ་བཏང་བའི་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་མིང་རྣམས་བསྐྱར་བཅོས་བྱ་བར་དོན་མེད་འགོ་སོང་གཏོང་མི་དགོས་པ་དང་སྐབས་བདེའི་མཐུན་འཇུར་དང་ཚོགས་མཚན་སྤྱོད་དགོས་སྐོར་ཁྲིམས་ནང་གཏན་འབེབས་བྱ་དགོས།

སྐེར་གྱི་མིང་སྤྱོད་འཇུག་དགོས་པ་མ་ཟད། གཞུང་ངོས་ནས་སོ་སོའི་མིང་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་འབྲི་བར་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་ལ། སྤྱི་ལོ་འཇུག་ཚོས་ཀྱི་དབང་འཛིན་ཐོག་ལའང་དེ་ལྟར་འབྲི་བར་ངོས་འཛིན་ཡོད་དགོས།

སྤྱི་ལོ་འཇུག་གི་སྤྱི་སྐད་མིན་པའི་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ཐོག་མིང་འབྲི་སྐོལ་ཡོད་པ་རྣམས་གཞུང་གི་སྤྱི་

སྐད་ཐོག་འབྲི་སྐབས། དེས་བར་དུ་རྒྱ་གདངས་རང་སོར་འཛོག་ཐབས་ལ་འབད་བཅོམ་བྱ་དགོས།
 གཞུང་ལམ་དང་ས་ཆའི་མིང་ནི་སྤྱི་ཚོགས་དང་། རིགས་གཞུང་། ལོ་རྒྱུས་བཅས་ཀྱི་ངོ་བོ་མཚོན་བྱེད་
 གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། སྐད་ཡིག་སློད་སྤངས་དོ་མཉམ་ཡོང་བའི་ཅ་དོན་རྒྱན་འཁྲོང་བྱེད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་ཆེ་བ་
 ཞིག་གི་ནང་གདངས་ཉུང་མི་རིགས་འདུས་སྡོད་བྱེད་པའི་ས་ཁུལ་ཁག་ཏུ་གདངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ཞེ་འདོད་ལྟར་ས་
 མིང་སོགས་ཀྱི་མཚོན་རྟགས་རིགས་སྐད་ཡིག་གཉིས་སམ་གསུམ་གྱི་ཐོག་འབྲི་དགོས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་སོལ་གསལ་ལོ་
 བཟོས་ཡོད། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་སྤྱི་ཚོགས་ལུགས་མི་འབྲ་བ་ཡོད་སྟབས། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོས་ལག་བསྟར་བྱེད་སྤངས་
 ལའང་གདངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་མི་འབོར་གྱིས་ས་གནས་སྤྱིའི་མི་འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥ ནས་ ༡༠ ཟིན་མཚམས་
 བར་ཚད་གཞི་མི་འབྲ་བ་ཅི་རིགས་ཡོད་ལ། གཞན་ཡང་སྤྱི་དགའ་དང་། སོལ་རྒྱུ། ལོ་རྒྱུས་སོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་
 གདངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློད་པར་ངོས་འཛིན་བྱ་སོལ་ཡོད། གཞུང་ལམ་དང་ས་མིང་སོགས་གདངས་ཉུང་
 མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་འབྲི་བ་ལག་ལེན་དུ་འཁྲོལ་ཆེད་སྤྱི་ཚོགས་ལུགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཁ་གསལ་གོ་བདེ་ཡིན་
 དགོས། སྤྱི་དགའ་དང་ས་གནས་གཞུང་ལམ་དང་ས་མིང་སོགས་སྐད་ཡིག་གཉིས་སམ་དུ་མའི་ཐོག་འབྲི་བ་དེས། ས་
 གནས་གཅིག་ལ་སློད་པའི་མི་རིགས་མི་འབྲ་བ་རྣམས་པན་ཚུན་འཆམ་མཐུན་དང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྩི་
 བཀུར་ཡོད་པའི་རྣམས་པ་མཚོན་གྱི་ཡོད།

ལག་ལེན།

- ལྷུ་གུ་རི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཏར་གྱི་གདངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོས་སོ་སོའི་མིང་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སྐར་
 གསོ་བྱ་ཚོགས་གི་ཡོད།
- ཉེ་ཆར་ཨ་སི་ལན་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་མི་སེར་གསར་པ་ཚོས་དེས་པར་དུ་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་མིང་
 སློད་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་མེད་པར་བཟོས་ཡོད།
- མོ་རོ་གོ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལོ་ནས་ཨ་མ་ཇ་ཡི་གདངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་བྲིས་པའི་
 མིང་སྐ་མ་དེ་གཞུང་གིས་ངོས་འཛིན་ཡོད་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་པ་ཚོས་ཀྱང་བེད་སློད་བྱ་དགོས་པའི་
 ཐག་གཅོད་བྱས་ཡོད།
- ཨ་ལ་ལྷ་ནི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལུགས་ནང་མི་སྐོར་སོ་སོའི་སོལ་རྒྱུན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་ལ་
 འབྲེལ་བའི་མིང་རྣམས་སྐར་གསོ་ཚོགས་ཚུལ་འཁོད་ཡོད།
- ར་ཤི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གཞུང་ལམ་དང་ས་མིང་སོགས་སྐད་ཡིག་གཉིས་སམ་དུ་མའི་ཐོག་འབྲི་ཡི་ཡོད།

- རྒྱ་ནག་ཏུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་(སོག་པོ་དང་། ཡུ་གུར། བོད།)འདུས་སྡོད་བྱེད་པའི་ས་མིང་དང་གཞུང་ལམ་གྱི་མིང་རྣམས་སྐད་ཡིག་གཉིས་སམ་དུ་མའི་ཐོག་འབྲི་ཡི་ཡོད། ཨལ་རི་རི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་དང་། སེང་གུ་པོར་རྒྱལ་ཁབ། སིད་སི་རྒྱལ་ཁབ་སོགས་ཡུལ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་ས་མིང་དང་གཞུང་ལམ་གྱི་མིང་སོགས་སྐད་ཡིག་གསུམ་གྱི་ཐོག་འབྲི་ཡི་ཡོད།
- ཁ་མེ་རོན་དང་ཨ་རི་ཚུད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདྲ་མིན་ནང་ཉམས་ཆག་ཏུ་འགོ་བའི་སྐད་ཡིག་རྣམས་ཉར་ཆགས་བྱེད་པའི་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་ཚོམ་བཞིན་ཡོད།

༤༡ ཁྲིམས་ལུགས་བྱུང་ཁོངས་ཀྱི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག

ཅི་ཞིག་བརྒྱུད་དགོས་སམ།

གལ་ཏེ་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་དུ་གྱུར་རིགས་ཀྱི་མི་ཞིག་ལ་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ནག་ཉེས་བཅུགས་སྐབས། མི་དེས་ཁྲིམས་གཙོད་བྱེད་པར་སློབ་པའི་སྐད་ཡིག་དེ་ཤེས་གྱི་མེད་ཆོ། ཁྲིམས་ཐོག་ནས་ཕྱོད་དོན་ཐག་གཙོད་བྱ་བར་འགོ་སྔོན་གཏོང་མི་དགོས་པའི་སྐད་སླུར་གྱི་མཐུན་ཞུན་དེས་པར་དུ་དགོས་པ་མ་ཟད། མི་དེ་ཁྲིམས་ཐོག་ནས་སླུར་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་ཁང་གི་ཡིག་ཆ་རྣམས་མི་དེས་ཤེས་པའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་རིན་མེད་དུ་ཡིག་སླུར་ཡོད་པ་དགོས། ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དང་ཡིག་ཆ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་བསྐྱར་དགོས་ཀྱི་མེད་ནའང་། ཕྱོད་གཞི་ཐག་གཙོད་ལ་དགོས་དེས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་དང་བརྒྱུད་རིམ་གལ་ཆེན་རྣམས་དེས་པར་དུ་རིན་མེད་ཀྱིས་བསྐྱར་དགོས།

སྤྱི་དམངས་དང་ཉེས་ཁྲིམས་གཏུག་བཤེར་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་འདུས་སྡོད་བྱ་ཡུལ་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་མི་འཕོར་གང་འཆམས་ཡོད་སར། དེས་པར་དུ་ཁྲིམས་རའི་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཁྲིམས་དོན་ཐག་གཙོད་བྱ་དགོས།

ཅི་འདྲི་བྱེད་བརྒྱུད་དགོས་སམ།

ཁྲིམས་ལུགས་ནང་མི་ཚོས་གོ་དོན་རི་བཞིན་རྟོགས་ཐུབ་པའི་སྐད་ཡིག་བེད་སྤྱོད་མ་བྱས་པའི་མཇུག་འབྲས་དེ་ཉ་ཅང་ཆབས་ཆེན་པོ་ཡིན། འདི་ནི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ལུགས་ནང་མི་ཚང་མར་ཁྲིམས་ཞིབ་བྱང་མོའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འདིའི་ནང་ཉེས་ཁྲིམས་ཐག་གཙོད་དམ་དེ་དང་འདྲ་བའི་ཐག་གཙོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དུ། ཉེས་འཇུགས་བྱས་པའི་མི་དེའམ་ཡང་ན་བཀག་ཉར་བྱས་པའི་མི་དེས་སྲིད་གཞུང་གི་ཁྲིམས་གཙོད་ལག་བསྟར་བྱེད་མཁན་ཚོའི་སྐད་མི་གོ་ཆོ། ཉུང་མཐར་ཡང་ཐངས་གསུམ་ལ་སྐད་སླུར་དང་ཡིག་སླུར་རིགས་གང་དགོས་རིན་མེད་དུ་བྱ་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ཆོ་ཁྲིམས་ཐོག་ནས་ཐག་གཙོད་བྱང་མོ་དགོས་པའི་

ཐོབ་ཐང་ལག་བསྟར་ཐབས་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་རྒྱུ་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིག་སློབ་སྦྲངས་དོ་མཉམ་ཡོང་སྟེ། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་མི་འཕྲོད་དང་འདུས་སྡོད་ས་གནས་ལ་གཞིགས་ཏེ་བྲིམས་ཐོག་ནས་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་དུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིག་ཚད་དང་རན་པོར་སློབ་པར་འབད་བཅོལ་བྱ་དགོས།

བྲིམས་ལུགས་དང་དེ་མིན་གྱི་གཞི་རྩ་འཛིན་དགོས་པའི་ཆ་འཛིན་གཞན་གང་དག་ཡིན་ནམ།

- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རྒྱ་དམངས་དང་ཚབ་སྤོང་གི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 14, 26
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེལ་གྱི་ལས་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 5(a)
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) བྱིས་པའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 40
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡུ་རོབ་བྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 6, 14
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་བྲིམས་ཡིག་ཆ་འཛིན་དོན་ཚན་ 10(2) (3)
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) ཡུ་རོབ་ཀྱི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིག་སྐོར་གྱི་བཅའ་བྲིམས་དོན་ཚན་ 9
- (ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལོའི་ཡུ་རོབ་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤༧) ཕྱི་ལོ་༡༠༡༠ ཟླ་༡༠ ཚེས་༡༠ ཉིན། ཡུ་རོབ་མཐུན་ཚོགས་དང་ཕྱོས་ཚོགས་རོས་ནས་ཉེས་དོན་བྲིམས་གཅོད་བྱེད་པར་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་ཡིག་རྒྱུ་གྱི་ཐོབ་ཐང་དགོས་སྐོར་གྱི་ཐག་གཅོད།
- (ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༩) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེལ་མི་འབྲུང་ཆེད་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་སྲུང་སྐྱོབ་ཆེད་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་ལྷན་བྱུང་ཆའི་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་ཨང་ 11
- (ཨོ་སུ་ལོ།) གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཨང་ 17-19

ཇི་སྲིད་བརྒྱུ་བྱེད་དགོས་པའི་སྐོར།

བྲིམས་ལུགས་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིག་སློབ་པའི་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིག་སློབ་སྦྲངས་དོ་མཉམ་ཡོང་བ་དང་། བྲིམས་ཞིབ་བྲང་བདེན་ཡོང་བ། བྲིམས་གཏུགས་བྱེད་མཁན་དང་ཉེས་འཛུགས་བྱེད་ས་གཉེས་ཀར་གོ་སྐབས་དང་མཐུན་ཆུན་གཅིག་མཚུངས་སློབ་པ་བཅས་ནི་རྒྱུ་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་མང་པོ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

མི་ཞིག་ལ་བྲིམས་འགལ་གྱི་ནག་ཉེས་བཅུགས་ཏེ་བྲིམས་ལ་སློབ་སྦྲངས་ཀྱི་སྐོར་བྲིམས་འགལ་ནག་ཉེས་དེའི་རང་བཞིན་དང་རྒྱ་རྒྱུ་རྣམས་མི་དེས་གོ་བའི་རྒྱུ་ཡིག་ཅིག་གི་ཐོག་འབྲེལ་བཅོད་ཞིབ་གསལ་བྱ་དགོས། བྲིམས་ལུགས་ནང་རྒྱུ་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་དུ་སྐྱུར་རིགས་དང་། བྲིམས་ཀྱིས་བཀག་ཉར་བྱས་རིགས་བཅས་ཆུད་པའི་མི་ཚང་མར། རྒྱ་རྒྱུ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིན་བཟུང་དང་བཀག་ཉར་བྱས་ཆུལ་ཁོ་ཚོས་གོ་བའི་རྒྱུ་ཡིག་ཐོག་འབྲེལ་བཅོད་དགོས་སྐོར་ཞིབ་གསལ་འཕྲོད་དགོས། འདི་ནི་སྲིད་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་མི་ཤེས་མཁན་ཆའི་ཆེད་དུ་ཅམ་མིན་པར། རྒྱ་རྒྱུ་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་

ཡིག་སྐྱོད་སྒྲུང་སྐོར་ལོང་བ་དང་། གཞུང་གི་ལས་རིགས་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐྱོད་པ།
ངང་བདེན་གྱི་གནད་དོན་བཅས་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། མདོར་ན་འདི་ནི་བྱིས་མ་ཞིབ་ངང་བདེན་ཡོང་
བའི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་བ་ཟབ་མོ་ཡོད་པས། རྒྱུ་དུ་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་ལ་བྱིས་མ་ཐོག་ནས་ངོས་འཛིན་
ཡོད་དགོས།

བྱིས་མ་ཐོག་ནས་ངོས་འཛིན་དང་སྐྱོད་ཡོད་ནའང་། སྐབས་རེར་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ཞན་པ་
དང་། སྐད་སྐྱུར་གྱི་ཚུ་ཚད་ཞན་པ། བྱིས་མ་ཉེས་ཐོག་མཐའ་ཚོར་ཐོབ་ཐང་གང་ཡོད་སྐོར་གྱི་གོ་རྟོགས་མེད་པ་
བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་ལག་ལེན་ཚུལ་བཞིན་ཡོང་གི་མེད། འདི་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་དུ་
གྱུར་རིགས་ཀྱི་མི་རིགས་ཚུང་ལག་ནང་གི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་ལ། འདི་ཡིས་བྱིས་མ་ལུགས་ལག་ལེན་མི་འབྱོར་
བའི་གནད་དོན་ཆབས་ཆེན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱལ་ཁབ་མི་འདུ་བ་སོ་སོའི་ནང་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྐྱོད་
ཡོང་སྐྱོད་གཤམ་གྱི་གནད་དོན་དག་གི་ཐད་འབད་བརྩོན་བྱ་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

- བྱིས་མ་ཁང་དང་ཉེན་རྟོག་ཁང་ཚང་མའི་ངོས་ནས་ས་གནས་སུ་གསལ་བསྐྱབས་དང་། རྒྱུར་ཡིག་སོགས་
མངོན་གསལ་དོད་པོའི་སློ་ནས་སྤེལ་ཏེ། བྱིས་མ་ཉེས་ཐོག་པའམ་བྱིས་མ་འགལ་ཡིན་པའི་དོགས་གཞི་ཡོད་རིགས་
ལ་བྱིས་མ་སར་སྐད་སྐྱུར་དང་ཡིག་སྐྱུར་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་འགོ་སོང་གཏོང་མི་དགོས་པར་ཡོད་སྐོར་གྲུབ་སུ་
དགོས།
- སྐད་སྐྱུར་བ་དང་ཡིག་སྐྱུར་བ་ཚད་ལྡན་གྱི་ཐོ་གཞུང་བཟོ་དགོས།
- བྱིས་མ་དོན་ཐག་གཅོད་ངང་བདེན་ཡོང་བར་དོ་སྟོན་མེད་ཆོ་བརྟན་དང་། ལ་པར། ང་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་
བརྒྱུད་ལམ་སྐྱོད་དགོས།
- སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གནད་དོན་གྲུབ་རྟོགས་གསལ་པོ་ཆགས་ཀྱི་མེད་ཆོ། བྱིས་མ་ཉེས་ཐོག་པའམ་
བྱིས་མ་འགལ་གྱི་དོགས་གཞི་ཡོད་པའི་མི་དེའི་སྐད་ཡིག་གི་གོ་རྟོགས་ཐད་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་འགན་ཁུར་དེ་
བྱིས་མ་དཔོན་དང་བྱིས་མ་ཁང་གི་ལས་བྱེད་ཚོར་ཡོད།
- གཞུང་ངོས་ནས་སྐད་སྐྱུར་མི་དགོས་པའི་ཐག་གཅོད་རིགས་ལ་བསམ་འཆར་བཤད་པའི་ཐོབ་ཐང་དང་།
སྐད་སྐྱུར་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་སྐྱུར་ཡང་ཚད་ལྡན་མིན་ཆོ་སྐད་སྐྱུར་གྱི་སྐྱུར་ཚད་རྒྱུན་གྱིས་བྱིས་མ་དོན་ཐག་གཅོད་ངང་
བདེན་མ་བྱུང་བ་ལ་བསམ་འཆར་འདོན་པའི་ཐོབ་ཐང་སྐྱོད་དགོས།

ལག་ལེན་དང་རྒྱལ་འདེབས།

ཡུ་རོབ་ལྗོངས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚོའི་ངོས་ནས་ལག་ལེན་གང་ལེགས་ཡོང་སྐྱོད་རྒྱལ་
འདེབས་བྱས་དོན་ལྟར་ན། བྱིས་མ་ཁང་དང་ཉེན་རྟོག་ཁང་ཚང་མའི་ངོས་ནས་ས་གནས་སུ་གསལ་བསྐྱབས་དང་།
རྒྱུར་ཡིག་སོགས་མངོན་གསལ་དོད་པོའི་སློ་ནས་སྤེལ་ཏེ། བྱིས་མ་ཉེས་ཐོག་པའམ་བྱིས་མ་འགལ་ཡིན་པའི་དོགས་
གཞི་ཡོད་རིགས་ལ་བྱིས་མ་སར་སྐད་སྐྱུར་དང་ཡིག་སྐྱུར་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་འགོ་སོང་གཏོང་མི་དགོས་པར་ལེན་ཚོགས་

པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་སྐོར་དང་། དེ་བཞིན་གཞུང་ངོས་ནས་སྐད་སྒྱུར་བ་དང་ཡིག་སྒྱུར་བ་ཚད་ལྡན་གྱི་ཐོ་གཞུང་
མཁོ་སློད་བྱ་དགོས།

སྟོ་ཨ་རྗེ་རི་ཁའི་ནང་གི་ཁྲིམས་མཐུན་གྱིས་སྐད་སྒྱུར་དང་ཡིག་སྒྱུར་གྱི་མཐུན་ཁྱེན་སྒྱུར་བའི་སྒྲིམ་ཚད་གོང་
མཐོར་གཏོང་ཆེད། ཁྲིམས་ལུགས་སྣངས་འདྲིན་ལྟན་ཁང་དང་གཞུག་ལག་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་བཞི་མཉམ་འབྲེལ་
གྱིས་ཁྲིམས་ལུགས་ཐོག་སྐད་སྒྱུར་དང་ཡིག་སྒྱུར་གྱི་བསྐབ་པ་མཐུན་ཐོན་བའི་དཔལ་ཡིག་སློད་པའི་གཞུག་ལག་
སློབ་ཆེན་ཞིག་བྱུང་འདྲུགས་བྱས་ཡོད།

རྒྱ་གར་ནང་ཉེ་བའི་ཆར་གྲིམས་ཞིབ་ཁང་གིས་ཁྲིམས་དོན་ཐག་གཅོད་སྐབས་བརྟན་ལམ་ནས་སྐད་
སྒྱུར་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཐུབ་པའི་བརྒྱུད་ལམ་གསར་བ་སློད་གྱི་ཡོད།

སྤྱི་སྐད་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློད་སྣངས་དོ་མཉམ་ཡོང་བའི་བྱེད་ཐབས་ལག་བསྟར་
སྐབས། རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་མི་འབོར་དང་འདུས་སྡོད་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཁྲིམས་
ཞིབ་ཁང་གིས་ཁྲིམས་དོན་ཐག་གཅོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཁོང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློད་དགོས་པ་དང་།
མ་མཐུང་ཡང་མི་ཞིག་ལ་ཁྲིམས་སར་གནས་ལུགས་བཤད་པ་དང་། ཁྲིམས་དཔོན་གྱིས་ཁོས་གང་བཤད་པའི་དོན་
གོ་བར་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་དགོས་པ་བཅས་ཁྲིམས་ཐོག་ནས་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད།

ཨེ་ཏ་ལི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་དོན་ཐག་གཅོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཆ་ཚང་ཨེ་ཏ་ལི་རི་སྐད་
དམ་ཡང་ན་འཇར་མན་གྱི་སྐད་གང་རུང་ཐོག་བྱེད་གྱི་ཡོད།

ས་ལོ་མེ་ནི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་མང་པོ་འདུས་སྡོད་བྱ་ཡུལ་ཏུ་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་
ཁྲིམས་དོན་ཐག་གཅོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་ཨེ་ཏ་ལི་རི་སྐད་དམ་ཡང་ན་ཏང་ལྷ་རི་སྐད་གང་རུང་ཐོག་བྱེད་གྱི་
ཡོད།

ཞི་ན་ཏ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ས་གནས་སྐོར་སློད་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གིས་ཉེས་དོན་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུའི་ལས་
རིགས་ཁག་ཅིག་གི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་གྱི་ཡོད་ལ། གནད་དོན་དེ་རིགས་ཐག་གཅོད་བྱེད་སྐབས་ས་སྤུ་
ཀ་ཆེ་མན་ཟེར་བའི་ས་གནས་སྤུ་འུ་རི་ཞེས་པའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བཤད་སློད་བྱ་རྒྱ་གཙོར་འདོན་བྱེད་གྱི་
ཡོད། སྐད་ཡིག་གང་རུང་སློད་མཁན་གྱི་མི་འབོར་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཨི་རུག་ཏི་ཏུ་དང་ཟུ་རན་སི་སྐད་ལྟ་བུའི་
སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་ཁྲིམས་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་གྱི་ཡོད།

༤༦ གསར་འཛུར་བརྒྱུད་ལམ་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་

ཅི་ཞིག་བརྒྱུད་དགོས་སམ།

གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོས་རང་དབང་ངང་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བརྗོད་ཚོག་པ་དང་། གྲངས་ཉུང་མི་
རིགས་ནང་ཁྱལ་དང་གཞན་དག་མན་ཚུན་སོ་སོའི་སྐད་ཐོག་ནས་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་ཚོག་དེ་བཞིན་གསར་
འཛུར་རྒྱང་གི་དང་། དཔར་བསྐྱབ། རློག་ཆས་རིགས་སློད་པའི་གསར་ལམ་ཁག་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་གྲངས་

ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་ཚོགས་དགོས།

གཞུང་གི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ཏུ་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་ཐབས་གང་ལེགས་ ཡོང་བ་བྱ་དགོས། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་ཚོགས་དང་སློབ་ཚོགས་ཚོལ་ཡོངས་ནང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ སྐད་ཡིག་མཐོང་ཐོས་ཡོད་པ་ཡོང་ཐབས་ལ་རུས་པ་གང་ཡོད་འདོན་དགོས།

ཅེ་ལྷན་འགྲུབ་དགོས་སམ།

མཉམ་གནས་དང་། བཟོད་སྟོན། གུ་ཡངས་བཅས་ཀྱི་ལྷ་བ་གཞི་རྩར་བརྒྱུད་ཤིང་གཞུང་ཚོང་མས་ གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚུད་པའི་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་མི་མང་ཀུན་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མངོན་འདོད་བརྒྱུབ་པར་གངས་ ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཚུད་པའི་སྐད་ཡིག་ཚོང་མའི་ཐོག་གནས་ཚུལ་གོ་བ་དང་སྟེལ་བའི་མཐུན་འགྱུར་བྱ་ དགོས། སྐྱ་བཙོན་རང་དབང་ལྷ་བུའི་འགོ་བ་མའི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་ལ་གཞིགས་ན། སྐར་གྱི་གསར་ལམ་ཁག་ཏུ་ གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོར་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་བསམ་ཚུལ་བཙོན་པའི་རང་དབང་ཡོད། འདྲ་མཉམ་ཡོང་བ་ དང་དབྱེ་འབྲེད་རིགས་མི་འབྲུང་ཆེད། སློབ་སྐྱོད་དང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་སྦྲངས་དོ་མཉམ་པའི་ གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཡོད་དགོས། སྐར་གྱི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ལ་དཔལ་འབྱོར་དང་དགོས་ཤེས་ མཐུན་ཆེན་ཅི་ཞིག་སྤུས་ཡང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་མཁན་གྱི་གསར་ལམ་ཁག་ཚུད་པའི་ཆ་ ཚོང་ལ་དབྱེ་འབྲེད་མེད་པར་བལོ་འགྲེམས་ཡོང་བ་བྱ་དགོས། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་གཞུང་གིས་ གསར་འགྱུར་རྒྱུ་མེད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྐྱ་ཚོགས་མཉམ་གནས་ཡོང་བར་བཟོད་སྟོན་ ཡོང་ཐབས་ཅམ་ཏུ་མིན་པར་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྐྱ་ཚོགས་དང་ལེན་དང་། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ དགོས་མཁོ་དང་མངོན་འདོད་རྣམས་ཡོ་ཁྲོག་མེད་པར་སྟེལ་ཏེ་ནང་ཁུལ་འཆམ་མཐུན་ཡོང་ཐབས་ཀྱང་བྱ་དགོས།

ཇི་ལྷན་འགྲུབ་དགོས་སམ།

གཞུང་གི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཏུ་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྐྱ་ཚོགས་འཛོམས་དགོས། གངས་ཉུང་ མི་རིགས་མང་པོ་འདུས་སྡོད་བྱ་ལུལ་ཏུ་གཞུང་གི་གསར་འགྱུར་རྒྱུ་མེད་ནང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ སློབ་དགོས། འདི་ལྷན་སྐད་ཡིག་གི་ཆས་ནས་གངས་ཉུང་ཏུ་གྱུར་རིགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མངོན་འདོད་སྐོང་ ཐབས་ཅི་དགེ་བྱ་དགོས།

གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སྟེལ་བའི་གསར་འགྱུར་རྒྱུ་མེད་ཀྱི་ལས་རིམ་རྣམས་གངས་ ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་ལུལ་ཏུས་དང་མཐུན་པ་དགོས།

གལ་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ནང་མང་ཚོགས་བྱིངས་ཀྱིས་སྐད་ཡིག་གཉེས་རྒྱན་སློབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཆེ། གཞུང་གི་བརྒྱུན་འཁུལ་དང་རྒྱུ་མེད་རྒྱུ་མེད་རྒྱུ་མེད་ཀྱི་གཉེས་ཀ་རེས་མོས་ཀྱིས་སློབ་དགོས། གཞུང་ གི་གསར་འགྱུར་རྒྱུ་མེད་ནང་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྐྱ་ཚོགས་སྟེལ་བ་དེས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་སློབ་ ཚོགས་ཚོལ་ཡོངས་ནང་ཚུད་པ་དང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་དོས་ནས་དེ་བརྒྱུན་ཀྱིས་མཉམ་ཞུགས་ཡོང་བར་རུས་

ཁྲིམས་ལུགས་དང་དེ་མིན་གྱི་གཞི་རྩུ་འདྲིན་དགོས་པའི་རྩ་འདྲིན་གཞན་གང་དག་ཡིན་ནམ།

- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) སྤྱི་དམངས་དང་ཚབ་སྤྱོད་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 19, 26
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྱེད་གྱི་ལས་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 5
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) ཕྱིས་པའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 2, 17, 30
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡུ་རོབ་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 11+14
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་རྩ་འདྲིན་དོན་ཚན་ 9
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) ཡུ་རོབ་ཀྱི་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐོར་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ 11
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) མི་རིགས་དང་། ཚོས་ལུགས། རྐྱད་ཡིག་བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱངས་ཉུང་དུ་སྐྱུར་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱགས་ཡིག་དོན་ཚན་ 2(1)
- (ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྱེད་མི་འབྲུང་ཆེད་དང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་སྲུང་སྐྱོབ་ཆེད་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་བྱང་ཆའི་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་ཨང་ 13, 15
- (ཨོ་སུ་ལོ།) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཨང་ 8-11

པ་ཐོན་གྱི་ཡོད་ལ། གཞུང་དོན་ནས་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྣ་ཚོགས་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱེད་པ་ལས་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ནམས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲལ་ནས་ལོགས་སུ་བཀར་གྱི་མེད་པ་མཚོན་ཐུབ།

བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ནམས་ཀྱིས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཐང་ཀར་ཡར་རྒྱས་འགོ་བཞེན་པའི་གསར་འགྱུར་རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ལས་རིམ་ནང་མཉམ་ཞུགས་ཐུབ་པ་བྱ་དགོས། གཞུང་གི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ནང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་པ་ན། བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་། རིག་གཞུང་། རོ་བོ་བཅས་སྲུང་སྐྱོབ་ཐང་ལུས་པ་གལ་ཆེན་ཐོན་གྱི་ཡོད།

མཐར་གཏུགས་ན་གཞུང་གི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་དུ་མི་རིགས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་སྤྱོད་པ་དེ་ནི། གཞུང་དང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་བར་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པ་དང་། གནས་ཚུལ་སྤེལ་བ། འཆམ་མཐུན་ཡོང་བ་བཅས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ཡིན། དེས་སྤྱི་དགཞུང་ཁག་ལ་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ནམས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲལ་ནས་མ་སྤྱད་པར། ཐད་ཀར་འབྲེལ་འདྲིས་དང་གནས་ཚུལ་སྤེལ་རེས་བྱེད་ཐབས་དང་། རྒྱད་པར་དུ་བཟོད་སྐྱོམ་དང་། རིག་གཞུང་སྣ་འདྲིམས། བཅ་ཚུན་བརྩི་བཀུར། བསམ་ཤེས། མཉམ་འབྲེལ་བཅས་ཡོང་ཐབས་འདོན་གྱི་ཡོད། ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། སྤྱི་དགཞུང་གི་དབང་འདྲིན་པ་དང་སྤྱི་དུས་བཟོ་མཁན་ཆོའི་དོན་ནས་ཀྱང་གཞུང་གི་གསར་འགྱུར་ལས་རིམ་སྣ་ཚོགས་ནང་སྤྱི་ཚོགས་འཆམ་མཐུན་དང་། འབྲེལ་འདྲིས། གནས་ཚུལ་སྤེལ་བ་བཅས་ནི། བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་མིན་པར་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་ཡོངས་ལ་དམིགས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་དོན་འདྲིན་བྱ་དགོས། གཞན་ཡང་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་དང་ས་གནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱོད་པར་སྐུལ་ལྷག་དང་། སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྣ་འདྲིམས་ཀྱི་གསར་འགྱུར་རྒྱུ་ལྡན་གྱི་མཐུན་ཞུགས་སྤྱོད་ཀྱི་གཞུང་དོན་ནས་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྣ་ཚོགས་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱེད་པ་ལས་སྐད་ཡིག་གཅིག་དང་རིག་

གཞུང་གཅིག་ལོ་ན་རྒྱུན་འདྲིན་མི་བྱེད་པ་གསལ་འདོན་བྱ་དགོས།

སྤྱི་སྐད་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་སྦྲངས་དོ་མཉམ་ཡོང་ཐབས་དེ་གཞུང་གི་གསར་
འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ཏུ་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། སྤྱི་གཞུང་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་དེ་
གཞུང་གི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཏུ་འོས་འཚམས་ཀྱིས་ལག་ལེན་བསྟར་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བློ་མཁས་ལུགས་
སོགས་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་པའི་གཞུང་གི་གསར་འགྱུར་
བརྒྱུད་ལམ་ཡོང་ཐབས་སྐྱ་ཚོགས་འདོན་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་དག་ཚང་མ་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་ཏུ་གྱུར་
རིགས་ཀྱི་མི་འཕོང་དང་། འདུས་སྡོད། ལྷན་ཚད། དགོས་མཁོ་མངོན་འདོད་བཅས་ལ་གཞིགས་ཏེ་འདྲ་མཉམ་
ཡོང་ཆེད་ཡིན་པ་རེད།

སྤྱི་བཞུད་རང་དབང་ནང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བཞུད་པ་དང་། སོ་སོའི་སྤྱི་
ཚོགས་ནང་ཕན་ཚུན་རང་དབང་གིས་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པ། སྐར་ཀྱི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་དང་། དཔར་
བརྒྱུན། རྒྱུ་ཆས་རིགས་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་བཅས་སུ་གཞན་དག་མཉམ་དུ་ཁོ་རང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་འབྲེལ་
འདྲིས་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་ལུས་པ་སོགས་ཚུད་ཀྱི་ཡོད།

གོང་སློབ་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ཏུ་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྤྱི་སྐད་སྦྱོང་མི་རུང་། གལ་ཏེ་སྤྱི་
ཚོ་དེས་རྒྱུང་གི་དུས་ཚོད་འཕར་མ་ཟ་བ་དང་། འགོ་སོང་ཡང་ཆེ་རུ་འགོ་དེས་ལ་སྤྱི་བཞུད་རང་དབང་དང་
དབྱེ་འབྱེད་མི་རུང་བའི་སྤྱི་མཐུན་དང་འགལ་བའང་འབྱུང་སྲིད།

རྒྱུང་གི་བྱེད་ཐངས་ཀྱི་ཚོག་མཚན་དང་། དཔལ་འབྱོར་སོགས་གཞུང་དོན་ནས་སྐར་ཀྱི་གསར་འགོད་
བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ལ་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པའི་སློབ་མཉམ་མཉམ་འགྱུར་བྱ་དགོས་ལ། རྒྱུང་པར་དུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་སྦྱོང་པའི་སྐར་ཀྱི་གསར་འགོད་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ལ་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པའི་སློབ་མཉམ་མཉམ་རྒྱུན་དེ་རིགས་
སྦྱོར་དགོས། གསར་འགོད་བརྒྱུད་ལམ་ཚང་མ་བྱ་ཐོག་ཏུ་གཉེན་བ་ཆགས་ཡོང་བའི་སྐབས་འདིར། གྲངས་ཉུང་མི་
རིགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མངོན་འདོད་ལ་སློབ་མེད་ཀྱིས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་པའི་གསར་
འགོད་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ལ་ཚོད་འདྲིན་དང་སོག་ལྷན་འབྱུང་གཞིའི་རིགས་བྱ་མི་འོས།

གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་གསར་འགོག་བརྒྱུད་ལམ་ཏུ་སྤེལ་བའི་གནས་ཚུལ་དང་ལས་
རིམ་ཁག་གིས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མངོན་འདོད་སྐོང་ལུག་ཀྱི་མེད་ཆེ། གཞུང་དོན་ནས་
གསར་འགྱུར་སྤེལ་བའི་དུས་རིམ་དང་ཚོག་མཚན། རོགས་དུལ་གྱི་མཉམ་རྒྱུན་སྦྱོར་བ་སོགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཁོ་
ཚོའི་དགོས་མཁོ་དང་མངོན་འདོད་འབྱུང་བ་བྱ་དགོས། ཁོ་ཚོའི་དགོས་མཁོ་དང་མངོན་འདོད་འབྱུང་བ་བྱ་བར།
གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་ཡོངས་བར་འབྲེལ་འདྲིས་ཡོང་ཐབས་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་སྦྱོང་པའི་སྐར་ཀྱི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ལ་རོགས་དུལ་དང་ལས་རིམ་སྤྱི་གཞུང་སོགས་ཀྱི་
ཐད་ནས་མཉམ་འགྱུར་འགྱུར་གང་ལེགས་བྱ་དགོས།

སྐད་ཡིག་གི་ཆ་ནས་གྲངས་ཉུང་ཏུ་གྱུར་རིགས་ལ་འབྲུད་པའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཆེད། གསར་ཐོག་དང་
འབྲུལ་རིགས་ཀྱི་གསར་འམ་ཁག་སྦྱོང་དགོས། དཔལ་འབྱོར་སོགས་རྒྱུ་སྦྱོར་རིགས་ག་རེ་བྱས་ཀྱང་ཕྱི་གསལ་

ནང་གསལ་ཡིན་དགོས། དེ་བཞིན་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སྤོང་བའི་ཚགས་པར་དང་། ཏུས་དེབ།
བརྟན་འཕྲིན། རྒྱང་འཕྲིན་སོགས་ལ་དབྱ་ཁལ་ཆག་ཡང་གཏོང་བ་སོགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཀྱང་རོགས་རམ་ཡོང་
ཐབས་བྱ་དགོས།

ལག་ལེན་དང་སྐྱལ་འདེབས།

- མེག་སི་ལོ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་སླེར་གྱི་རྒྱང་འཕྲིན་ཁང་ ༡༠ ལ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ ༡༠ ཐོག་
གསར་འགྱུར་རྒྱང་སྤྲོད་བྱེད་པའི་ཚོག་མཆན་དང་རོགས་དཔུལ་ཐོབ་གྱི་ཡོད།
- ཀོ་སོ་མོ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ངོས་ནས་གསར་འགྱུར་རོགས་དཔུལ་ཁང་བཙུགས་ཏེ། གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་སློབ་པའི་གསར་ལམ་ཁག་ལ་རོགས་དཔུལ་དང་དེ་མིན་གྱི་དགོས་ངེས་མཐུན་རྒྱུན་རིགས་སློབ་ཐབས་
བྱེད་གྱི་ཡོད།
- ལེ་ན་ཏ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྲིམས་ལུགས་ནང་གསར་འགྱུར་རྒྱང་སྤྲོད་སྐབས་ལེ་ན་ཏ་རེ་སྤྱི་ཚོགས་དང་
འཚམས་པར་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྣ་འདྲེས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ལྡན་དགོས་ལ། ཁྱད་པར་དུ་ཡུལ་དེའི་གདོད་
མའི་མི་རྒྱུད་ལ་དམིགས་བསལ་ཡོད་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་བཏོན་ཡོད། དེར་བརྟེན་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་མང་པོ་
ཞིག་དང་ཡུལ་དེའི་གདོད་མའི་མི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་པའི་རྒྱང་འཕྲིན་ཁང་ཁག་ལ་དམིགས་བསལ་ཚོག་
མཆན་སློབ་པ་དང་ལས་རིམ་བཟོ་བ། རོགས་དཔུལ་སློབ་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་གྱི་ཡོད།
- སི་པན་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཁ་ཏེ་ལོ་ནི་ཡ་རུ་ཡུལ་དེའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཡོད་པའི་སླེར་གྱི་དཔར་བསྐྱབ་ཁང་དང་།
རྒྱང་འཕྲིན་ཁང་། བརྟན་འཕྲིན་ཁང་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་ཆེད། དེ་རིགས་ལ་རོགས་དཔུལ་སློབ་པ་དང་
དབྱ་ཁལ་ཆག་ཡང་གཏོང་བ་སོགས་བྱེད་གྱི་ཡོད།
- ར་ཤེ་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་སྤྲོད་གཞུང་གི་རྒྱང་སྤྲོད་ཁང་དང་དེའི་ཡན་ལག་རྣམས་སུ་སྤྱི་སྐད་དང་གྲངས་
ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དོ་མཉམ་ངང་སློབ་ཐབས་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཏ་ཏར་ས་ཐན་ས་ཁུལ་གྱི་ཕྱི་ནང་
གཉིས་སུ་གནས་པའི་ཏ་ཏར་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནི་ལོ་ཚོ་འདུས་སྡོད་བྱ་ཡུལ་ས་གནས་རྒྱང་འཕྲིན་དང་
བརྟན་འཕྲིན་ཁང་ཚང་མའི་ནང་སློབ་གྱི་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ཤེ་ཤེ་དང་ཏེ་མེན་སྐད་སློབ་པའི་གྲངས་ཉུང་མི་
རིགས་རྣམས་ཀྱང་མི་འཕོར་ཉུང་ཉུང་ལས་མེད་པར་གཞིགས་ཏེ་ཏུས་ཚོད་ཐུང་རུ་དེའི་རིང་གསར་འགྱུར་རྒྱང་
སྤྲོད་ཁང་ལོ་ཚོའི་སྐད་ཀྱང་འོས་འཚམས་ཀྱིས་སློབ་གྱི་ཡོད།
- ཨོ་སི་ཀོ་ཡི་ཡ་དང་ཏང་ལྷ་རི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་ཕྱོགས་གང་སར་ཁ་འཕྲོར་དུ་

གནས་ཡོད། དེར་རྒྱལ་ཡོངས་ལ་བྱས་པའི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྣ་འཛོམས་ཀྱི་གཞུང་འབྲེལ་རྒྱུ་འཕྲིན་
དང་བརྟན་འཕྲིན་རྒྱུ་མིང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཉན་ལྷ་རིའི་གསར་འགྱུར་རྒྱུ་མིང་ཁང་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། ལྷ་རིའི་
ཡ་དང་། འཇར་མན། རོ་མ་ནི་ཡ། སེར་རྟི་ཡ། ས་ལོ་ཕྱག་བཅས་ཀྱི་སྐད་ཐོག་ཉིན་རེར་ཚུ་ཚོད་གཉིས་ཅན་གྱི་
གསར་འགྱུར་རྒྱུ་མིང་གི་ལས་རིམ་བཟོས་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་གོང་སློབ་དེ་དག་ལས་མི་འབོར་ཉུང་བའི་གྲངས་
ཉུང་མི་རིགས་བདུན་གྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་བདུན་སྟག་རེར་སྐར་མ་སུམ་ཅུ་ཅན་གྱི་ལས་རིམ་ཞིག་དང་། རོ་མ་ཟེར་
བའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་བདུན་སྟག་གཅིག་ནང་ཉིན་ལྷ་རིའི་རིང་ཉིན་རེར་ཚུ་ཚོད་གཅིག་རེ་ཅན་གྱི་རྒྱུ་མིང་ལས་
རིམ་ཞིག་བཟོས་ཡོད། གོང་གི་ལས་རིམ་དེ་དག་ཚང་མ་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བ་ ༡༩ ཐོག་རྒྱུ་མིང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་
ང་ཐོག་ཉུང་སྤེལ་གྱི་ཡོད།

- རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ནང་མི་མང་ཆེ་བས་སྐད་ཡིག་གཉིས་སྟོད་ཀྱི་ཡོད་ཆེ། ཁེ་མེ་རོན་རྒྱལ་ཁབ་དང་། སེ་
ཤེལ་ས་རྒྱལ་ཁབ། མོ་རི་ཤ་ས་རྒྱལ་ཁབ་བཅས་ཀྱི་ནང་གཞུང་འབྲེལ་བརྟན་འཕྲིན་དང་རྒྱུ་འཕྲིན་རྒྱུ་མིང་
བྱེད་སྐབས། སྐབས་རེར་དུས་མཉམ་དུ་སྐད་རྒྱུར་གྱིས་རྒྱུ་མིང་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སྐབས་རེར་སྐད་ཡིག་དེ་
གཉིས་རེས་མོས་གྱིས་རྒྱུ་མིང་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཡོད།

༤༡༥ མེར་གྱི་ལས་རིམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་།

ཅི་ཞིག་བརྒྱུ་བ་དགོས་ཤིང་།

དཔལ་འབྱོར་དང་། སློལ་ཚོགས། ཆབ་སྲིད། རིག་གཞུང་། ཚོས་ལྷགས་ཐོགས་མི་སྐྱེར་དང་འབྲེལ་བའི་
ལས་རིགས་ཚང་མར་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྟོད་ཚོག་པ་དགོས།

ཅི་སྐྱེད་བརྒྱུ་བ་དགོས་ཤིང་།

རང་མོས་ངར་སྐད་ཡིག་གང་ཞིག་སྤྱད་ཀྱང་སྟོད་ཚོག་པ་ལྟ་བུའི་མི་སྐྱེར་གྱི་རང་དབང་ནི་མང་གཙོ་
དང་རང་དབང་གི་སློལ་ཚོགས་ཀྱི་བྱད་ཚོས་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན། མི་སྐྱེར་གྱི་ལས་རིགས་ལྷོད་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་སྟོད་སྤེལ་བ་དགོས།

ཁྲིམས་ལུགས་དང་དེ་མིན་གྱི་གཞི་རྩུ་འཛིན་དགོས་པའི་རྩ་འཛིན་གཞན་གང་དག་ཡིན་ནམ།

- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རྒྱུ་དམངས་དང་ཚབ་མིང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 19, 26, 27
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རིགས་རུས་དབྱེ་འབྱེད་གྱི་ལས་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 5(d) (8) (9)
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) ཕྱིས་པའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 13, 30
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡུ་རོབ་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 14 + 10, 14, 11
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་རྩ་འཛིན་དོན་ཚན་ 10 (1)
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) མི་རིགས་དང་། ཚོས་ལུགས། རྐང་ཡིག་བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱངས་ཉུང་ཏུ་སྦྱར་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱེད་པའི་ཡིག་དོན་ཚན་ 2
- (ཨོ་སུ་ལོ།) བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྐང་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཨང་ 4, 6, 8, 12

རྩ་ལྷན་བརྒྱུད་དགོས་པམ།

རྐང་ཡིག་ནི་མི་ཡན་ཚུན་བར་སྐྱོད་བྱེད་ཅིག་ཡིན་པས། རྐང་གི་ཚོགས་སྡེ་ལག་ནང་ཁྲུལ་ཡན་ཚུན་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྐང་ཡིག་སྤོང་ཚོག་པ་དགོས་ལ། དེ་བཞིན་སྤོང་ཚོགས་ཚོན་ཡོངས་ཚོད་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྐང་ཡིག་དེ་རིགས་མཐོང་ཐོས་ཡོད་པའི་སྐོ་ནས་སྤོང་ཚོག་པ་དགོས། རྐང་གིས་ཁ་བརྟེན་སྤོང་པའི་རྐང་ཡིག་རིགས་ལ་འདྲ་མཉམ་གྱི་སྲུང་སྐྱོབ་དགོས།

བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྐང་ཡིག་དེ་སྐོར་གྱི་རིག་གཞུང་དང་འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་སོགས་ཀྱི་ཐད་སྤོང་པར་རྐང་ཡིག་རང་དབང་གི་ཁྲུལ་ཁོངས་ནས་བཅི་བཀུར་བྱ་དགོས།

བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྐང་ཡིག་སྤོང་མཁུན་པ་མ་གཅིག་གིས་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྐང་ཡིག་སྤོང་པ་དེ་ཕྱིས་པ་བདག་ཉར་མི་བྱེད་པ་དེ་ཁྲིམས་མཐུན་ཏུ་བྱང་མི་འོས།

སྤོང་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྤོང་དར་སྤེལ་དང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པ་ནི་ཁྲིམས་མཐུན་ཡིན་ཡང་། རོས་འཛིན་བྱེད་སྐྱེད་དེས་སྐོར་དང་འབྲེལ་བའི་བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྐང་ཡིག་བེད་སྤོང་བྱེད་པ་ལ་དོ་སྐོར་གཏོང་མི་རུང་། རྐང་ཡིག་དེ་རྐང་ཡིག་གཞན་དང་མཉམ་སྤོང་བྱེད་སྐབས་དོ་སྐོར་སྐོ་ནས་སྤོང་པ་ནས་གཅིག་ལས་གཅིག་སྤོང་གི་ཁྲུལ་པར་ཕོར་མི་རུང་།

ལག་ལེན།

ཁེ་ན་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲུལ་སྤོང་མངའ་སྡེའི་ནང་སྐོར་གྱི་མིང་བྱང་ངམ་མཚོན་ཉུགས་འབྲི་བ་སོགས་སྐོར་གྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐད་མི་སྐོར་གྱི་རྐང་ཡིག་གི་འདེམས་ཀ་ལ་བཅི་བཀུར་བྱ་དགོས་པ་དང་། རྒྱ་ཁྲུལ་ཏུ་སྤོང་པའི་གཞུང་གི་སྤོང་ཡུང་དེ་དང་མཉམ་ཏུ་མཛོན་གསལ་དོད་པོས་སྤོང་དགོས་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད། འདི་ཡིས་གཞུང་རོས་ནས་སྤོང་དར་སྤེལ་དང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་ཞོར་ཏུ། མིང་བྱང་དང་མཚོན་ཉུགས་འབྲི་བ་སོགས་སྐོར་གྱི་ལས་དོན་ཐད་མི་སྐོར་གྱི་རྐང་ཡིག་གི་འདེམས་ཀ་དང་འབྲེལ་བའི་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་དོ་སྐོར་མི་འབྱུང་བ་བྱེད་ཚུལ་སྤོང་གི་ཡོད།

ཨ་རིའི་མངའ་སྡེ་ཁག་ཅིག་ནང་ལས་ཀ་ལས་ལུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་གཞུང་གི་སྤྱི་སྐད་བེད་སྤྱོད་བྱ་
དགོས་པ་དང་། ལས་ཀ་ལས་ལུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་གཞུང་གི་སྤྱི་སྐད་ཡིག་དང་ལྷན་པར་དུ་གངས་ཉུང་མི་རིགས་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱོད་པར་ཚོད་འཛིན་བྱ་མི་རུང་བའི་སྐོར་གྱི་ལམ་སྟོན་ཁ་གསལ་ཡོད།

༤༤ སྐད་ཡིག་བེད་སྤྱོད་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཚོད་འཛིན་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཐོན་པའི་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་པ།

ཅི་ཞིག་བརྒྱབ་དགོས་སམ།

སྤྱི་ཚོགས་ནང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱིས་མཉམ་ཞུགས་རྒྱལ་ཁབ་ཐོན་པ་ཡོང་བར་ཕུར་བྱ་མཉམ་འདེགས་
ཆེད། འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་དང་། བསམ་ཚུལ་གོ་བསྟུན། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིགས་ནང་མཉམ་ཞུགས་བཅས་ཀྱི་
སྐབས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོར་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་སྤྱོད་ཐབས་ཡོང་བའི་མཐུན་འགྱུར་གང་ལེགས་བྱ་དགོས།
གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་མང་ཚོགས་འདུས་སྡོད་ཁུལ་དང་མི་འབོར་མང་པོ་ཡོད་པར། འོས་བསྐྱེད་སྐོར་གྱི་གནས་
ཚུལ་དང་། འོས་ཤོག་དེ་བཞིན་འོས་བསྐྱེད་དང་། བསམ་ཚུལ་གོ་བསྟུན། མཉམ་ཞུགས་བཅས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་
ཆའི་རིགས་ཁོ་ཚོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སྤེལ་དགོས།

སྤྱི་སྐད་དང་། ཡིག་ཆ། ཚོགས་འདུ། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་རིགས། གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཚོགས་པ། ལྷ་
གཏུགས་ཚོགས་པ། མི་སྐྱེར་བཅས་གང་ལའང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱོད་ཚོགས་པ་དགོས།

ཁྲིམས་ལུགས་དང་དེ་མིན་གྱི་གཞི་རྩར་འཛིན་དགོས་པའི་རྩ་འཛིན་གཞན་གང་དག་ཡིན་ནམ།

- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) སྤྱི་དམངས་དང་ཆབ་སྲིད་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 25, 26
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) རིགས་རྩལ་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་ལས་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 5(c)
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) འགོ་བམའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡུ་རོབ་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ 11+14
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) གངས་ཉུང་མི་རིགས་སྤྱི་བྱེད་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་རྩ་འཛིན་དོན་ཚན་ 4, 10
- (ཡུ་རོབ་ལྷན་ཚོགས།) ཡུ་རོབ་ཀྱི་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐོར་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ 10
- (མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས།) མི་རིགས་དང་། ཚོས་ལུགས། སྐད་ཡིག་བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་གངས་ཉུང་དུ་སྤྱི་རིགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱེད་པའི་
དོན་ཚན་ 2(2) (3)
- (ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩) རིགས་རྩལ་དབྱེ་འབྱེད་མི་འབྱུང་ཆེད་དང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་སྤྱི་བྱེད་ཆེད་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་བྱེད་
ཆའི་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་ཨང་ 11, 15
- (ཨོ་སུ་ལོ།) གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཨང་ 13
- (ཨོ་སུ་ལོ།) སྤྱི་ཚོགས་ནང་རྒྱལ་ཡོངས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་མཉམ་ཞུགས་གང་ལེགས་བྱེད་པ།

ལེགས་བྱ་ཐུབ།

འོས་བསྐྱེའི་ལས་རིམ་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་འདེལ་པ་དང་སྲིད་དོན་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཚོས་
ཚོགས་འདུ་དང་། རིལ་བསྐྱེགས། བརྟན་ལམ་བཅས་སུ་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་པ་ན། གངས་ཉུང་
མི་རིགས་ངོས་ནས་འོས་ཤོག་འཕེན་མཁན་ཚོར་གོ་རྟོགས་བསྐྱེད་པར་ཕན་ཐོག་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས།

འོས་བསྐྱེད་དང་ཆབ་སྲིད་ལས་རིགས་ནང་ཞུགས་པར་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྒྱུན་འདོན་པ་དེ་ངེས་པར་དུ་དབྱེ་
འབྱེད་མ་ཡོང་བ་ཞིག་བྱ་དགོས། མི་ཚོར་སོ་སོའི་པ་སྐད་ཀྱི་དབང་གིས་འོས་འཕེན་པ་དང་གཞུང་གི་ལས་གནས་
སུ་ཞུགས་པར་འགོག་རྒྱུན་འཕྲད་པའམ། ཡང་ན། སྲིད་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྤྱི་སྐད་མ་ཤེས་པའི་
རྒྱུན་གྱིས་འགོག་རྒྱུན་འཕྲད་རིགས་ལ་མཚུག་འབྲས་ཚབས་ཆེན་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་མང་ཚོགས་འཚོ་བ་དངོས་
ཀྱི་ནང་ཞུགས་པར་འགོག་རྒྱུན་དང་དབྱེ་འབྱེད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྒྱུན་འོག་མི་སེར་གྱི་བདག་དབང་ལ་སྐྱངས་འདིན་བྱེད་པ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བར་
མཉམ་ཞུགས་བྱེད་པར་འགོག་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཅིག་མེད་ཕྱིན་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྒྱུན་
འདོན་པ་ནི་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཆ་ནས་བཤད་ན་དབྱེ་འབྱེད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ལག་ལེན།

- ཨ་རིའི་སྤྱི་མཐུན་མངའ་སྡེའི་འོས་བསྐྱེའི་ལས་མཚོན་ན། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་མི་འབོར་ ༡༠༠༠༠ ཟེན་
པའམ་ཡང་ན་གངས་ཉུང་མི་རིགས་སྡོད་ལུལ་ས་གནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་མི་འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥ ཟེན་ཚོ། འོས་
བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ཆ་ཚང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་དེའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་དགོས་བའི་དགོས་འདུན་
འདོན་ཚོགས་ལ། དགོས་འདུན་དེའི་ནང་གསལ་བསྐྱེགས་དང་། རྒྱབ་བསྐྱེགས། གནས་ཚུལ་སྤེལ་བ། བ་ན་སྐད་
སྐྱར་གྱི་རོགས་རམ་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱང་ཚུད་ཡོད། ཨ་རི་ལ་མཚོན་ན། འོས་བསྐྱེའི་ཐོབ་ཐང་ལག་ལེན་ཚུལ་
བཞིན་ཡོང་བ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་ཡོངས་ནས་མཉམ་ཞུགས་སྤེལ་བའི་འགོག་རྒྱུན་སེལ་སྤང། འོས་བསྐྱེད་
དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་ནམས་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བ་ཀྱི་ལྷག་གི་ཐོག་སྤེལ་གྱི་ཡོད། འོས་བསྐྱེའི་སྐབས་
འོས་འཕེན་མཁན་ཚོས་སེལ་བའི་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་། རྒྱ་ཡིག་ ༧ ལྷག་གི་སྐད་ཡིག་ མེད་ནམ་གྱི་སྐད་ཡིག་
བཅས་སྤྱད་དེ་ཐོ་འགོད་བྱེད་ཚོགས་གི་ཡོད།
- རྒྱ་གར་དུའང་གཅིག་སྤྱད་མངའ་སྡེའི་ལུལ་དང་། མངའ་སྡེ། ས་གནས་བཅས་སུ་སྐད་ཡིག་སྤྱི་ཚོགས་སྡོད་
པར་ངོས་འདེལ་ཡོད་པའི་ཁྱིམ་སྤྱི་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད་སྟབས། རྒྱ་གར་མངའ་སྡེའི་སྐད་ཡིག་
༩༠ ལྷག་སྡོད་ཀྱི་ཡོད།
- རྒྱ་རོ་ཤི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚོས་རྒྱལ་ཡོངས་ལ་གཏན་འབེབས་བའི་འོས་མིའི་ཐོ་
གཞུང་ལ་གཞིགས་ཏེ་འོས་འཕེན་པའམ་ཡང་ན་བྱེ་བྲག་སོ་སོ་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་འོས་མིའི་ཐོ་གཞུང་ལ་
གཞུགས་ཏེ་འོས་འཕེན་པ་སོགས་གང་འདོད་བྱེ་ཚོགས་དཔེར་ན་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཆེ་ལག་ཏུ་སྤྱི་ཡིའི་
རིགས་དང་། སེར་རྟེ་ཡ་ཡི་རིགས། ཨེ་ཏེ་ཡི་ཡི་རིགས་བཅས་ལ་རྒྱུར་བཅད་རྒྱབ་སྤེགས་གཅིག་རེ་ཡོད་པ་

དང་། དེ་མིན་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚུང་ལག་ན་མས་རྒྱ་སྤེལ་གྱིས་ཐུན་མོང་གི་འཕུས་ཚབ་གཅིག་འོས་འདོན་
ཚོག་པ་ལྟ་བུའོ།།

- བེ་ལུ་རི་ལན་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་འོས་བསྐྱེད་ཆེད་མིང་ཉགས་རྒྱག་པ་ཚུད་པའི་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བ་ལྟ་བུ་སྤོད་
གྱི་ཡོད།
- མེ་སེ་རོ་ལྷོ་ཡ་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འོས་བསྐྱེད་མངའ་ཁོངས་གཏན་འཁེལ་བྱེད་སྐབས། རོ་མ་ཞེས་
པའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་འདུས་སྡོད་ས་གནས་ནས་ཀྱང་འཕུས་ཚབ་འདོན་ཚོག་པ་བཅོས་ཡོད།
- ཨིན་ཡུལ་དུ་མི་སེར་ཆགས་པའི་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྒྱུན་དུ་ཨིན་རིའི་སྐད་ཡིག་གཅིག་ཕུ་མ་ཡིན་པར། སི་
ཀོ་ཏུ་ལན་ཏུ་སྐད་དང་མེལ་ས་ཡི་སྐད་གང་རུང་ཤེས་ནའང་འགྲིག་པ་དང་། ཁེ་ན་ཏུ་ནང་ཨིན་ཡིག་
གམ་ཡང་ན་རྣམས་སེའི་སྐད་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་དགོས་གྱི་ཡོད།
- སིད་སུ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་མི་སེར་ཆགས་པའི་སྐད་ཡིག་གི་ཆ་རྒྱུན་དུ་འཇར་མན་སྐད་དང་། རྩ་རན་སེའི་སྐད།
ཨེ་ཏུ་ཡི་ཡི་སྐད། རོ་མན་གྱི་སྐད་བཅས་གང་རུང་ལ་བྱང་ཆ་ལྡན་ན་འགྲིག་གི་ཡོད།
- རོར་མེ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་འོས་བསྐྱེད་ཆེད་སྐད་མིའི་སྐད་ཡིག་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བ་བརྒྱུད་སྤོད་གྱི་ཡོད་ལ། སྐ་
མིའི་གོས་ཚོགས་འཕུས་མི་འོས་འདེབས་ལ་བྱར་དུ་འོས་འཕེན་སའི་མཐུན་འཇུག་བྱེད་གྱི་ཡོད།
- རྩོ་ཡི་མི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་དང་། ཨི་ཐོ་ཏི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ། རྩེན་ལན་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ། ར་ཤི་ཡ། སེང་ལྷ་པོར། སི་ལོ་
མི་ལི་ཡ། རྩོ་ཨ་ལེ་རི་ཁ་སོགས་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་
ཡིག་སྤོད་གྱི་ཡོད།

Further tools and resources: Legal guidelines and related official documents

1. UN Declaration on the Rights of Persons Belonging to National or Ethnic, Religious and Linguistic Minorities (UN), <http://www.ohchr.org/EN/ProfessionalInterest/Pages/Minorities.aspx>
2. Report of the Independent Expert on minority issues on linguistic minorities, A/HRC/22/49, http://www.ohchr.org/Documents/HRBodies/HRCouncil/RegularSession/Session22/AHRC2249_English.PDF
3. Other reports of the mandate of the Special Rapporteur on minority issues, <http://www.ohchr.org/EN/Issues/Minorities/SRMinorities/Pages/Annual.aspx>
4. Recommendations of the UN Forum on Minority Issues on Implementing the Declaration on the Rights of Persons Belonging to National or Ethnic, Religious and Linguistic Minorities (UN), <http://www.ohchr.org/EN/HRBodies/HRC/Minority/Pages/ForumIndex.aspx>
5. Promoting and Protecting Minority Rights: A Guide for Advocates (UN), http://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-12-07_en.pdf
6. Minority Rights: International Standards and Guidance for Implementation (UN), http://www.ohchr.org/Documents/Publications/MinorityRights_en.pdf
7. Marginalized Minorities in Development Programming: A UNDP Resource Guide and Toolkit (UNDP), <http://www.ohchr.org/Documents/Issues/Minorities/UNDPMarginalisedMinorities.pdf>
8. Advocacy Kit for Promoting Multilingual Education: Including the Excluded (UNESCO), <http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001521/152198e.pdf>
9. Guidelines on Language and Education (UNESCO), <http://unesdoc.unesco.org/images/0012/001297/129728e.pdf>
10. Why language matters for the Millennium Development Goals (UNESCO), <http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002152/215296E.pdf>
11. Thematic Commentary no. 3 on the Language Rights of Persons Belonging to National Minorities under the Framework Convention (Council of Europe), http://www.coe.int/t/dghl/monitoring/minorities/3_fcnmdocs/PDF_CommentaryLanguage_en.pdf
12. Oslo Recommendations regarding the Linguistic Rights of National Minorities (OSCE), <http://www.osce.org/hcnm/67531>

13. The Hague Recommendations Regarding the Educational Rights of National Minorities (OSCE), <http://www.osce.org/fr/hcnm/32184>

14. Guidelines on the use of Minority Languages in the Broadcast Media (OSCE), <http://www.osce.org/hcnm/32310?download=true>

15. Guidelines to Assist National Minority Participation in the Electoral Process (OSCE), <http://www.osce.org/odhr/elections/17569?download=true>

Other resources

Baldwin, C., Chapman, C. and Gray, Z., *Minority Rights: The Key to Conflict Prevention* (Minority Rights Group International: London, 2007) <http://www.minorityrights.org/download.php?id=174>

Benson, C., *Mother Tongue-based Teaching and Education for Girls* (UNESCO: Bangkok, 2005), <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001420/142079e.pdf>

de Varennes, F., *Language, Rights and Power: The Role of Language in the Inclusion and Exclusion of Indigenous Peoples*, UN Expert Mechanism on the Rights of Indigenous Peoples (OHCHR: Geneva, 2011). <http://www.ohchr.org/Documents/Issues/IPeoples/EMRIP/StudyLanguages/FernandDeVarennes.doc>

Ouane, A. and Glanz, C. (eds). *Optimising Learning, Education and Publishing in Africa: The Language Factor* (UNESCO Institute for Lifelong Learning / Association for the Development of Education in Africa: Hamburg/Tunis, 2011)

UNESCO, *Improving the Quality of Mother Tongue-based Literacy and Learning: Case Studies from Asia, Africa and South America* (UNESCO Asia and Pacific Regional Bureau for Education: Bangkok, 2008)

UNESCO, Institute for Lifelong Learning, *Why and How Africa Should Invest in African Languages and Multilingual Education: An Evidence- and Practice-based Policy Advocacy Brief* (UNESCO: Hamburg, 2010), <http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001886/188642e.pdf>

UNICEF and Vietnamese Ministry of Education and Training, *Action Research on Mother Tonguebased Bilingual Education: Improving the equity and quality of education for ethnic minority children in Viet Nam*, September 2012, http://www.un.org.vn/en/publications/publications-by-agency/doc_download/312-action-research-on-mother-tongue-based-bilingual-education-improving-theequity-and-quality-of-education-for-ethnic-minority-children-in-viet-nam.html

World Bank, *Education Notes, In their own Language: Education for All* (World Bank: Washington, DC, 2005), http://siteresources.worldbank.org/EDUCATION/Resources/Education-Notes/EdNotes_Lang_of_Instruct.pdf