



ཐུན་མེད་སྒྲོལ་མ།

ཐེངས་ཅུ་ལྔ་ གྱི་ལོ་ 2026 ལྷ་བ་བརྒྱད་པའི་ཆེས་¹

[illegible]

Tags:

DAILY RHYTHMS

MONASTERY

[the-pilgrimage](https://dzongplum.netlify.app/bo/living-monastery/daily-rhythms/04-the-pilgrimage) [https://dzongplum.netlify.app/bo/living-monastery/daily-rhythms/04-](https://dzongplum.netlify.app/bo/living-monastery/daily-rhythms/04-the-pilgrimage)



ཁོང་ཚོ་སྤྱོད་ཐག་མེད་པོའི་སྤྱིང་མིང་བྱང་བཏགས་ནས་ཐོན། དཔོན་པ་ཞིག་གིས་བྱིས་པ་མང་པོ་ཞིག་བྱིམ་ནས་ཐག་ཅིང་དུ་བྱིད་སྐབས་དེ་ལྟར་

བདུན་པ་ལ་འགོ་འཛིན་པ་ལྟ་བུར་ཆོས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆུ་འཕྲུལ་གྱི་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས། འཛིན་བྱ་དང་། ཞལ་འདོན། དགོན་པའི་ཐ་མལ་གྱི་འགྲོས། དེ་ནས་ཁོང་ཚོ་སྤྱི་སྤྱོད་འཁོར་ལོའི་ནང་ལྷགས། ཡི་གེ་ཤེས་པ་ནས་བརྒྱུད་སློབ་མཉམ་པའི་གནས་རྣམས་རིམ་པས་སླེབས་འགོ་

ཚུགས།

དེ་རྗེས་པད་བྱ་ཁོང་ཆོ་དེ་རྗེས་པད་བྱ་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕྱིན། རྒྱུན་ལྷན་ལྷན་ན་ལོ་ངོ་ ༢༥༠༠ ལྷན་གི་སྒོ་ནས་པད་བྱ་གིས་བྱང་ཆུབ་ཤིང་གི་བྱང་དུ་མངོན་པར་རྗེས་པར་སངས་རྒྱུས་པའི་གནས་དེ་ཡིན། སྒོ་ནས་ལམ་དང་སྒོར་བ་བྱས། རྒྱག་བཞེན་པའི་རིང་མེ་ཏོག་མཆོད་པ་ལག་གཉིས་ཀྱིས་གུས་པར་བརྒྱུང། ལྷོང་དུ་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་དར་ཕྱོག་དང་། ཆ་བའི་ནང་ལྷན་རིང་ལངས་ནས་རྒྱག་པའང་བྱུང།

རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དུ་ཁོང་ཚོ་བྱ་ཆོད་ལུང་པོའི་རིར་འཛེགས། བད་བསྟན་གྱི་དར་ཆ་མདུན་དུ་བྲིད་ནས་རི་སྐམ་པོའི་ནང་གི་ལམ་བརྟུན་ཡར་སོང་།
 ཚེ་མོར་སློན་ལམ་དང་དར་ཆ་བྱུང་། ཚེ་མོ་ནི་ཡལ་ཆེར་སྟོད་སའི་བྲག་དྲོན་མོ་ཡིན་པ་འདེགས། ལྷ་ལེན་འཛེག་གཏོར་བྱལ་ཡང་མཐོང་། དེར་གྲ་པ་
 བྲམས་ཀྱིས་ལོང་བདུན་བརྒྱའི་རིང་སློབ་སྦྱང་བྱས།

དང་སྲོང་ལྷུང་བ་སྟེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཆོས་འཁོར་དང་པོ་བསྐྱོར་བའི་གནས་སུ། རོགས་པ་སྤྲོ་མོ་རྩ་ལ་ད་དུང་ན་བྱུན་ཡོད་སྐབས་ལྷུམ་རར་འཆག་
 ཙོ་ཁན་ཤི་མཆོད་རྟེན་གྱི་རྩ་བར་འཛོམས། དེ་ནི་ས་ཡག་གི་བང་རིམ་ཅན་གྱི་ཡུང་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ། པར་ལེན་ཆེད་ཐག་རིང་ཙམ་དུ་ཕྱིར་འཐེན་
 དགོས།

དེ་དག་གི་བར་དུ་འབྲུལ་བ་ལྷན་རང་ཉིད་ཡོད། དེ་ལང་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན། རིག་ཤོ་རྣམས་གྲུལ་དུ་བསྒྲིགས་ཏེ་སྟོན་རེར་བྲུ་པ་གསུམ་
ལྟ་བུ་སྒྲིལ་བའི་ལོ་ལོ་ཆེད་གྲུལ་དུ་སྒྱུག་པ། ཕྱི་དྲོའི་གྲང་ལ་སྤྲུའི་ག་ལྟ་གས་ཐག་ལ་བརྟེན་ནས་གཉིད་དུ་སོང་བ། ལམ་འགྲམ་གྱི་འཆོང་ཁང་ནས་
རྒྱུ་ཤིང་ལོ་ལོ་ཆེད་གྲུལ་དུ་སྒྱུག་པ།

ལོ་མང་གི་རིང་སློན་ལམ་ནང་གནས་ཀྱི་མིང་འདི་དག་བསྐྱེད་མཆོད་བྱེད་ཀྱིས་པ་ཞིག་ལ་མཆོད་ན། དེར་སླེབས་པ་ནི་ཡ་མཚན་གྱི་རིགས་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་ཡིན། གནས་དེ་དག་དངོས་སུ་ཡོད་པ་ཤེས། ཞིང་ཁ་དངོས། རི་དངོས། ས་ཕག་དངོས་ཏེ་རྒྱང་འོག་ཏུ་བྱོན་མོ། སྐར་གཏམ་རྒྱུད་ཙམ་ཡིན་པ་དེ་རང་ཉིད་ཕྱིན་མཆོད་བའི་ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར།

གནས་སྐོར་ནི་ཚོས་ཀྱི་འགྲུལ་བཞུད་ཅིག་ཡིན། གྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་མཚོན་ན་སྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་བྱིམ་ནས་ཐག་རིང་དུ་འགྲོ་བའང་ཡིན།
གཉིས་ཀ་དུས་མཉམ་དུ་བདེན།

པར་མཛོད།



དང་སྲོང་ལྷུང་བའི་ཚོ་ཁན་ཁྱིམ་མཚོད་རྟེན་དུ།



ཞོགས་པ་སྤྱི་མོར་དང་སྲོང་ལྷུང་བའི་དགོན་པའི་ཁྱམས་ར་བརྒྱུད་འགྲོ་བ།



དོ་རྩེ་གདན་དུ་དར་ལྗོངས་གི་ལོག



མེ་རྟོག་མཆོད་པ་ཐོགས་ནས་སྐྱུག་པ།



གནས་ནས་གནས་སུ་རིག་པོ་ཡིས་འགྲོ་བ།



དང་སྲོང་ལྷང་བའི་ལྷམ་རར་འཆག་པ།