



འབར་ཁུན་འབྲུལ་དེ་བ། [༠༩༩]



ཨ་མཆོག་སྐལ་བཟང་སྒྲིན་པས་བརྩམས།

རྒྱལ་འཆྐབ་ཁྲིད་གྱི་ལ་དྲགས།

ལ་དྲགས་སྐོར་གྱི་སྐད་ཆ་ཤོག་ཅིལ་ས། (1)

CHANGING DUST CLOUDS OF LADAKH

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དེབ་ཆུང་མེད་པར་གྱུ་ཡོད།

SJRB-0322

འབར་ཞུན་འཕྲུལ་དེབ་གྱི་པར་ཆ་གཞིར་བཞག་བྱས་ཡོད།
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྱིག་ཁང་གིས་འཕྲུལ་དེབ་རྩ་བཅོས།
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།
༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་དྲུག་པར་ཚོམ་སྤྱིག་བྱས།
༢༠༢༢ ཟླ་དགུ་པར་བསྐྱར་སྤྱིག་བྱས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་བྱ་བར་གྱུ་ཡོད།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་བྱ་བར་གྱུ་ཡོད།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དཀར་ཆག

རྒྱལ་འཕྲོད་ཁྲིའུ་ལ་དྲགས་དང་བདག་གི་གཏམ་རྒྱུད།	༡
དང་པོ། རྟོག་བཏགས་ལྟ་རྒྱུད་ཁྲིའུ་ལ་དྲགས།	༡
གཉིས་པ། དཔེ་དབ་ལྟ་རྟོག་ཁྲིའུ་ལ་དྲགས།	༩
གསུམ་པ། རྩ་སའི་པར་རིས་ཁྲིའུ་ལ་དྲགས།	༥
བཞི། གཏམ་རྒྱུད་རྟོག་བརྟན་ཁྲིའུ་ལ་དྲགས།	༡
ལྔ་བ། མིག་གིས་དངོས་མཐོང་ཁྲིའུ་ལ་དྲགས།	༡༠
༡) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་ཐོ།	༡༦
༢) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་ཐོ།	༡༧
༣) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༠ ཉིན་ཐོ།	༡༨
༤) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༡ ཉིན།	༢༠
༥) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༢ ཉིན།	༢༠
༦) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༣ ཉིན།	༢༩
༧) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༤ ཉིན།	༣༩
༨) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༥ ཉིན།	༤༡
༩) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༦ ཉིན།	༤༡
༡༠) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༧ ཉིན།	༤༤
༡༡) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༨ ཉིན།	༤༥
དྲུག་པ། སེམས་གྱིས་ཐོང་རྩལ་ཁྲིའུ་ལ་དྲགས།	༥༥
བདུན་པ། ཐུན་མིན་གཤེས་ལྷགས་ཁྲིའུ་ལ་དྲགས།	༦༡
བརྒྱད་པ། རྒྱལ་འཕྲོད་ལོང་ལོང་ཁྲིའུ་ལ་དྲགས།	༩༡

རྩལ་འཕྲིན་ཁོང་གི་ལ་བོད་མྱོད་ཁང་གི་ཚིག་བཟོ་ལ་འབྲུག་ཙམ་ལྟ་བུ།	༩༩
དང་པོ། ཐོག་མའི་བརྗོད་སྟེགས་རྟོ་ལ་ལྟ་བུ།	༩༩
གཉིས་པ། ལ་བོད་མྱོད་ཁང་གི་བྱང་འཕྲིན་ལ་ལྟ་བུ།	༩༩
གསུམ་པ། ལ་བོད་མྱོད་ཁང་གི་བརྗོད་སྟེགས་ལ་ལྟ་བུ།	༡༠༣
བཞི་པ། ལ་བོད་མྱོད་ཁང་གི་ཚིག་ཐབས་ལ་ལྟ་བུ།	༡༡༠
ལྔ་པ། ལ་བོད་མྱོད་ཁང་གི་ཕྱི་ནང་གི་དབྱིབས་བཞུགས་ལ་ལྟ་བུ།	༡༡༥
དྲུག་པ། ལ་བོད་མྱོད་ཁང་གི་ཕྱི་ཚིག་ཁ་མདོག་ལ་ལྟ་བུ།	༡༡༩
བདུན་པ། ལ་བོད་མཐའ་མཆམས་ཁག་གི་རྟོ་མཁར་ལ་ལྟ་བུ།	༡༢༣
བརྒྱད་པ། ལྟ་གཤིབ་ལས་རྟོད་པའི་ལ་བོད་མྱོད་ཁང་གི་ཚིག་བཟོ།	༡༢༤
དགུ་པ། མཐུག་བསྐྱེད་མཐུག་མཐུག་རང་ལ་ལྟ་བུ།	༡༢༧
ལ་བོད་མྱོད་ཁང་ཚིག་བཟོའི་ཡིག་རྒྱུ་ཆ་ཁག་ཅིག་.....	༡༢༩
རྩལ་འཕྲིན་ཁོང་གི་ལ་དྲུགས་དང་བདག་གི་དབྱངས།	༡༣༢
མེས་པོ་དྲན་པ།	༡༣༢
དྲན་པའི་ཁྲོད་གི་ལ་དྲུགས།	༡༣༣
བརྗོད་སྟེགས།	༡༣༣
ཐོག་མའི་ལེའུ།	༡༣༩
བར་གྱི་ལེའུ།	༡༣༩
མཐའ་མའི་ལེའུ།	༡༣༩
ལྟོ་མཐའ་ནས་དྲན་པའི་ལ་དྲུགས།	༡༣༩
མཐུག་བྱང་།	༡༤༡
ཁ་བཏགས་ཤིག་གི་ཆབ་ཏུ།	༡༤༦

རྒྱལ་འཚུབ་ཁྲོད་ཀྱི་ལ་དྲགས་དང་བདག་གི་གཏམ་རྒྱུད།

མི་ཆེ་ནི་མ་གཞི་ནས་སྣ་མང་སྡེ་འཛིང་གི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ཡིན་ལ། གཏམ་རྒྱུད་
དེ་ཡང་མི་ཞིག་གི་མི་ཆེ་འབྲུལ་བཞུད་ཀྱི་གོ་རིམ་ཁྲོད་ནས་འཁོར་ཞིང་བསྐྱོད་པའི་
འཁོར་བའི་བསྐྱངས་གཟུགས་ཉིད་དེ། རང་ཉིད་པར་དུ་བཏབ་པའི་རང་གི་གྲིབ་རིས་
ཀྱང་དེ་ལྟ་ལགས་ན། རྒྱལ་འཚུབ་ཁྲོད་ཀྱི་ལ་དྲགས་དང་བདག་གི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱང་གོ་
རིམ་དེ་ལས་མ་འདས།

དང་པོ། རྟོག་བཏགས་ལྟ་སྤྱད་ཁྲོད་ཀྱི་ལ་དྲགས།

ང་རྒྱུད་དུས་སུ་(ང་ནི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་མགོ་ར་མོད་ཤར་ཕྱོགས་མདོ་སྐད་ཆ་བར་གི་ལྟོ་རྒྱུད་
ཨ་མ་ཆོག་ཏུ་སྐྱེས་ཤིང་དའི་བྱེས་དུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་ཀྱང་གནས་དེ་ནས་བསྐྱལ་བ་ཡིན)དའི་པ་ཡུལ་ན་
བརྟན་འཕྲིན་དང་ཁ་པར་སོགས་དེང་དུས་ལྟ་བུའི་བརྟན་འཕྲིན་གྱི་ཆ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་
མེད་ནའང་། ཁྱིམ་ཆང་རེ་ན་གོ་བྱམ་བརྒྱབ་ཡོད་པའི་རྒྱུད་འཕྲིན་ཉན་ཆས་འབྲིང་ཙམ་
རེ་ཡོད། དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གི་གནས་ཚུལ་ལེགས་ཉེས་དག་ཉན་བྱེད་མ་ཡིན་
པར་མི་རིགས་རང་གི་སྤྱུ་གར་དང་གོ་སར་སྤྱང་ལ་ཉན་བྱེད་དེ། ཁྱིམ་གྱི་ཅ་དངོས་
འདར་ཆེན་ཁྲོད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན། དེད་ཆང་གི་སློ་བོ་གཙོས་པའི་ཁྱིམ་མི་ཆང་མ་གོ་སར་
སྤྱང་ལ་ཉན་རྒྱུར་ཏུ་ཅང་དགའ་བས། ང་ཆོས་ད་ལྟའི་ལྟ་འབྲེལ་བརྟན་འཕྲིན་རྒྱོས་གར་

ཞིག་ལ་ལྟ་བ་བཞིན་མཆམས་མ་ཆད་པར་ཉན་པ་ཡིན།

དེ་དུས་ངས་གོ་སར་སྤྱང་ནི་རྟོག་བཏགས་ལྟ་སྤྱང་གིས་རོལ་ཅིང་ཅིག་ཡིན་པར་
བསམ་མ་སྤྱོད་ལ། དེ་ཡང་མ་སྤྱོད་བར་མ་ཟད། དཔལ་རྒྱལ་རེ་རེ་ཡི་ག་ཤིས་ལུགས་
དང་རྟ་པོའི་ཁ་མདོག་དམག་གི་མང་ཅུང་། སུ་ཞིག་གང་གི་གཉེན་ཆེན་ཡིན་མིན་
སོགས་ཁོ་ཆོ་ནི་རང་དང་ཆ་ཡོད་རྒྱས་ཡོད་ཀྱི་མི་ཏག་ཏག་དུ་བསམ་ནས་ཁོ་ཆོར་
ཡིད་སློན་འོར་བ་ཅིས་སུ་མེད་ལ། རང་ཉིད་ཀྱང་ཁོ་ཆོ་དང་མཉམ་པོར་ཡོད་པའི་མི་
ལམ་མིས་བཤང་བྱངས་ཀྱིས་ག་ལ་ཆོད།

ཁོ་ཆོས་གཡུལ་འབྱེད་མང་པོ་བྱས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་རེ་ལ་ངོ་མཆར་ཞིང་གཞན་
ཀྱི་སྒོ་ཡིད་ལས་འགོངས་པའི་བྱང་བ་སྤྲ་མང་ཡོད་པའི་ཁྱོད་ནས། ལ་དྲགས་རྒྱལ་པོ་
གཞོན་ཅུ་དགའ་བོ་འཆམ་ལ་པབ་སྐྱབས། འིང་བྱ་གསར་བཅོ་བྱས་ནས་མཁའ་
དབྱིངས་སུ་འཕྱར་སྤྱོད་ཀྱིས་ལ་དྲགས་དབང་དུ་བསྐྱེད་ཅུ་ཞི་ནམ་ཡང་སེམས་ངོས་
ནས་ཡལ་དུ་མེད་པའི་ངོ་མཆར་གྱི་བྱང་བ་ཞིག་རེད་ལ། བྱང་བ་དེ་དང་འགྲོགས་ནས་
རྟེན་ཅིང་མཐོང་བ་ནི་ལ་དྲགས་པའི་ཕྱི་ཁོར་ཡུག་གི་རི་བྲག་མཐོ་ལ་འགག་སྒོ་བཅན་
པས་གཡུལ་འབྱེད་མང་པོའི་ཁྱོད་གླིང་དམག་པམ་ཉེས་བསྐྱུན་མར་བྱང་མཐར། ཁོ་
ཆོས་ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད་ཀྱིས་འིང་བྱ་ཞིག་གསར་བཅོ་བྱས་པ་དེ་རེད། དེ་ཡིས་ང་
ལ་བཞག་པ་ནི་རི་བོ་མཐོ་ལ་བྲག་རིའི་འགོ་གསོ་བཅན་པའི་ལ་དྲགས་ཡུལ་སྤྱོད་ས་ཀྱི་
སྤང་བརྟན་ཡིན།

ངས་ཀྱང་རང་གི་པ་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་བྲག་ཁ་གདང་སོགས་ལ་བལྟས་ནས་ལ་
དྲགས་ཡུལ་གྱི་བྲག་རི་དག་ཀྱང་འདི་འདྲ་ཞིག་ཨེ་ཡིན་ནམ་སྟམ་པའི་ཆོད་དཔག་ཡང་

ཡང་བྱས་ཐོང་། ད་དུང་བྲག་རི་དེ་དག་ལ་དྲགས་ཀྱི་བྲག་རི་དང་རང་དང་མཉམ་པའི་
བྱིས་པ་དག་སྤོང་གི་དཔའ་རྒྱལ་ཞིག་ཡིན་ཁུལ་གྱིས་བྲག་རིའི་ངོས་ལ་འགོས་ནས་
གཡུལ་འབྱེད་ཀྱི་ཆེད་མོ་མང་པོ་ཆེས་ཐོང་། དུས་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་སེམས་ཀྱི་གཏིང་
རིམ་དུ་ལ་དྲགས་ཞེས་པའི་མིང་དང་ཁོར་ཡུག་གཉིས་སྒྲིབ་འཇགས་པར་གྱུར་བ་ནི་
ངས་ཉོག་བཏགས་ལྟ་སྤྱད་ཁོང་ནས་ཆེད་པའི་བྱིས་སྤོང་ངོས་ཀྱི་ལ་དྲགས་ཉིད་དོ།

གཉིས་པ། དཔེ་དེབ་ལྟ་སྤྱོད་ཁྲིའི་ལ་དྲགས།

ངས་མདོ་སྤྲད་ར་རྒྱའི་ཡུལ་གྱི་གངས་ལྗོངས་ཤེས་རིག་ཞོར་བུའི་སློབ་སྤྱིང་དུ་
གང་ཐུབ་ཅི་བྱས་ཀྱིས་དཔེ་དེབ་ཁ་ཤས་ལྟ་སྤྱོད་བྱས་པའི་གོ་རིམ་ཁོང་། ལ་དྲགས་
རྒྱལ་རབས་ཞེས་པའི་དེབ་ཆུང་ཞིག་ཀྱང་བཅ་བསྐྲགས་བྱས་པ་ཡིན། (གངས་ལྗོངས་
ཤེས་རིག་ཞོར་བུའི་སློབ་སྤྱིང་ནི་ས་དེ་གའི་ལྷ་རྒྱུ་མ་འཇིགས་མེད་རྒྱལ་མཆོན་མཆོག་གིས་ཕྱི་ལོ་
༡༩༩༩ལོར་གསར་འཛུགས་བྱས་ཤིང་། ད་ལྟ་བོད་ཁམས་ཡོངས་ན་སྟན་པ་འབར་བའི་སློབ་སྤྱིང་ཞིག་ཡིན།
སློབ་སྤྱིང་འདིས་ད་ལྟའི་བར་དུ་མཐར་ཕྱིན་སློབ་མ་ཆེན་མོར་སྟོན་ལྟོད་བསྐྱེད་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཡོད་ལ། སློབ་བུ་དེ་དག་
གིས་བོད་ཁམས་ཀྱི་སློབ་གསེབ་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དུ་བོད་སྐད་ཡིག་གི་ལས་དོན་ལ་མཛོན་གསལ་གྱིས་བྱ་བ་
འབྲས་བཏོན་དང་འདོན་བཞེན་ཡོད།) དུས་དེ་ནས་བཟུང་ངས་ལ་དྲགས་ཞེས་པ་བོད་བཅའ་
པོའི་བྱ་རབས་ཆ་རྒྱུད་དེ། སྤྱིད་བདེ་ཉི་མ་མགོན་ནས་བཟུང་ཁོང་གི་བྱ་རྒྱུད་རིམ་བྱོན་
གྱིས་གཏོར་ཞིང་བསྐྱེད་པའི་པ་ས་པ་གཞིས་སུ་བྱས་པའི་དངོས་ཡོད་བྱུང་བའི་
སྤེབས་རིས་གས་ཆག་མ་ཞིག་མཐོང་ཐུབ་སོང་ལ། རང་གི་སེམས་ངོས་ཀྱི་ལ་དྲགས་
ཟེར་བ་དེ་ཡང་ཏ་ཅང་ཐག་རིང་ཐག་རིང་ཞིག་མ་ཡིན་པའང་ཤེས་སོང་། ཡིན་ནའང་

སྐབས་དེར་ལ་དྲགས་པ་བོད་ལས་ལོགས་སུ་གྱུར་བའི་རང་བཙན་རྒྱལ་མན་གྱི་ནམ་
བ་གསལ་ཡང་རྒྱལ་པོ་དག་གིས་མཛད་འཕྲིན་ཅི་བྱས་གསལ་པོ་མེད་ལ། ཡོད་པ་ནི་
མིང་གི་གངས་འབྲེན་རབ་རིབ་ཅིག་གོ།

རྒྱ་གར་དུ་འཕྱོར་རྗེས་ལ་དྲགས་ཡུལ་ལུང་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་དེབ་རི་སྟོན་ཅིག་
ལྟ་སྟོག་བྱས་རྗེས་ལ་དྲགས་རྒྱལ་རབས་ནང་རྒྱལ་པོ་སེང་གེ་ནམ་རྒྱལ་ཞེས་ཆོས་
སྲིད་ལུགས་གཉིས་གནས་དུ་འདེགས་པའི་བུ་ཚོད་ཐོག་འབྲ་བ་ཞིག་བྱུང་སྟེང་བ་ཤེས་
སོང་ལ། ཆང་རག་དང་རྟ་ཐོག་སྟོ་ལོ་གཅིག་བྱུར་གཡེང་བྱེད་གྱིས་ཡབ་མེས་གོང་མའི་
མཛད་འཕྲིན་གྱི་སྟོལ་བཟང་སྤང་མེད་དུ་བཞག་ནས། ལ་དྲགས་ཡུལ་ཁམས་རྒྱད་
པའི་གཡེང་དུ་ཁྱིད་མཁན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེ་དཔལ་དོན་འབྱུང་ནམ་རྒྱལ་ཟེར་བའི་ཙན་
དན་ཤུལ་དུ་བྱིང་ཞིག་སྐྱེས་རབས་ཀྱི་བྱུང་བ་སྤྲ་མང་སྟེ་འདུས་དེ་དག་མཐོང་ཞིང་རྟེན་
པའི་ཁྱོད། བོད་དང་ལ་དྲགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ཡུན་གྱིས་རིང་དུ་སོང་བ་དང་ག་ལེར་
ཆད་སོང་བ་དེ་རེད།

རྩམ་སྤྱི་གཡུལ་འབྲུག་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སྤྲང་ཡང་ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་པ་
མཉམ་འབྲེལ་གྱིས་རྩམ་མའི་དམག་དབྱང་པམ་བར་རྒྱག་རྒྱུའི་གཡུལ་འབྲེད་ཀྱི་ལས་
འཆར་ཆང་མ་ལམ་ལྟོད་མ་བྱུང་བར། ལུས་མེད་ཅ་གཏོར་དུ་སོང་ནས་བསྐྱར་དུ་སྲིད་
ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྤང་ནས་ཆད་པས། ལ་དྲགས་པས་མི་ལོ་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ལྷག་གི་
རིང་ལ། རྩམ་སྤྱི་རྒྱལ་པོའི་མངའ་ཁོངས་ནས་སྤྱི་ཆད་སྟོ་སྤྱག་གིས་བསྐྱལ་བའི་ལོ་
ཟླ་དེ་ཆོད། ཁོ་ཆོས་ལ་དྲགས་པའི་སྤུང་ནག་གི་དུས་རབས་ཞེས་འབོད་དགོས་བྱུང་
བའི་གདུང་འབོད་སྟོགས་ལ་བོད་པས་རོགས་པན་ཞིག་བྱས་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་

སྒྲིག་ཅིག་ཀྱང་མཐོང་དུ་མེད་པ་དེ་ནི། དཔེ་དེ་ལ་ལྟ་སྒྲིག་ཁྲི་སྒྲི་བའི་སྒྲོང་གི་ལ་
དྲགས་ཅིད་དོ།

གསུམ་པ། ར་སའི་པར་རིས་ཁྲིའི་ལ་དྲགས།

ར་སའི་མེག་ཀྲན་གྱི་དཔེ་ཆོང་ཁང་དང་ལམ་འབྲམ་གཤམ་གཤོན་གྱི་པར་རིས་
བཙོང་ས་དག་ན་བཙོས་མིན་འདྲུམ་རིས་རང་བྱུང་དུ་བཞུག་ཅིང་སྒྲུལ་བུའི་ལ་མོ་
དམར་འཛོང་འཛོང་རེ་བྱོན་པའི་ངོ་གདོང་དམར་སྒྲུག་ཅན་གྱི་པར་མང་པོ་འཛོང་རྒྱ་
ཡོད་པའི་པར་རིས་དག་གི་མདུན་ཞབས་དང་རྒྱབ་ངོས་གང་རུང་ན་ལ་དྲགས་ཞེས་
བྲིས་འདུག། (ར་ས་ཞེས་པ་ར་རམ་ས་ལ་ཞེས་པའི་བསྐྱུས་མིང་ཡིན་ལ། རྒྱུན་གྱི་དུས་སྟེང་ལ་ར་རྒྱ་ར་ཞེས་
འབོད་ཅིང་ཡུལ་འདིའི་ཉེ་ཞེས་དུ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་བསྐྱུས་པར་སྒྲུ་མེད་བྱས་རྗེས་འཛོག་མཁན་གྱི་
སྒྲིམ་ཆེན་དམ་པ་རི་སྒྲིག་ཅིག་བྱོན་པ་དང་ཁོ་ཆོ་སྒྲིམ་སྒྲུབ་ལའང་བཞུགས་ཐོང་བར་བཤད། དུས་ད་ལྟ་བོད་
མི་སྒྲི་ཡི་དབྱལ་བའི་མེག་བྱུང་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་བ་ཡིད་བཞིན་ཅོང་བུ་དང་། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་གཞུང་གི་སྐྱོན་
ཁང་ཁག་སོགས་བྱས་སྔོན་བོད་མའི་ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱེ་གནས་ཡིན།)

ཡང་ལྟ་མའི་གཤམ་གཤོན་དང་མདུན་རྒྱབ་ཡོངས་དདུལ་དང་ཁབ་གྱིས་བརྒྱན་
ཅིང་སྒྲི་གཙུག་མེ་ཉོག་གིས་བརྒྱན་པའི་བུ་མོ་གདོང་པ་དཀར་མདངས་ཅན་དང་།
སྒྲོན་མོ་གཡུ་རྒྱུ་རེ་རེར་ལེབ་གྱིས་བཏིང་བ་མགོ་ནས་རྒྱབ་ངོས་ཡོངས་ཞབས་པའི་
ཨ་ནེ་ཨ་ཅེ་གང་རུང་ཞིག་གི་པར་རིས་སྒྲ་ཆོགས་ཆོགས་ཤིག་ལའང་ལ་དྲགས་ཞེས་
བྲིས་འདུག་ནའང་། རྗེས་སྟེན་ཞིབ་མོར་ཤེས་དུས། ལ་དྲགས་ཡུལ་ཁམས་འདི་དུམ་བུ་
བཞེ་རུ་ཡོད་པ་ཤེས་སོང་ལ། དུམ་བུ་རེ་རེ་ནི་གཤམ་སྒྲིགས་པ་དང་(མདའ་ཉི་མེ་བ།)

ཟངས་དཀར་གྱི་བྱ་བ་དང་བྱང་ཐང་བ་བཞི་ལ་ཟེར། ཁོ་ཚོའི་གྲོན་གོས་མི་འདྲ་བར་
མ་ཟད་སྐད་གདངས་ཀྱང་ཅུང་མི་འདྲ་བ་རེད་འདྲི། དེ་དག་ལས་ཟངས་དཀར་བ་
དང་། བྱ་བ་དང་། གཤམ་སྤྱོད་པས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གྲོན་གོས་ལ་མི་འདྲ་བ་ཆེར་མེད་ལ།
དེ་བཞིན་སྐད་གདངས་ཀྱང་ཉ་ལམ་གཅིག་པ་རེད་ཅེས་བཤད་ཀྱང་མི་ཚོགས་ཆེར་མི་
འདྲི་གཞི།

འོན་ཀྱང་མདའ་ཉི་ལྷ་བ་དང་བྱང་ཐང་བ་གཉིས་ལ་དྲགས་ལུལ་སྤྱི་དང་བསྐྱར་
ནས་སྐད་གདངས་དང་གྲོན་གོས་མི་འདྲ་ས་ཅུང་མང་ཅམ་འདྲི། མདའ་ཉི་ལྷ་བའི་
ཡབ་མེས་དག་ནི་ཤར་ཏུར་གི་སི་ཐན་(East Turkestan)ཀྱི་ཡུ་གུ་མི་རིགས་ནས་
མཆེད་བའམ། ཡང་ན་ཡུ་གུ་བའི་(Uyghur)ཡབ་མེས་རྒྱལ་མདའ་ཉི་ལྷ་བ་ལས་
མཆེད་པ་གང་ཡིན་ཀྱི་བཤད་པ་བདེན་སྟབ་ཅིག་མཐོང་ཐོས་ལུལ་དུ་མ་གྱུར་ཀྱང་། ལ་
དྲགས་པ་བསོད་ནམས་སྤུན་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱུ་མས་པའི་ < < ལ་དྲགས་དང་ཡུ་གུ་
ཀྱི་མི་རིགས་འབྱུང་ཚུལ་ > > ཞེས་བར་”ཡུ་གུ་དང་ལ་དྲགས་གཉིས་ས་འབྲེལ་
ཡིན་སྟབས་གནད་དུ་ནས་ཆོང་འབྲེལ་ཐོག་ཡར་རྒྱས་ཤིག་བྱུང་ཡོད་པ་སྟོན་རབས་
སུ་གསལ། དེར་མ་ཟད་ཡུ་གུ་བ་ཆོང་བ་འགའ་རེ་སྤེལ་བྱ་བ་ཀྱང་འཇགས་སུ་གནས་
ནས་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ས་ལྷན་པུན་མཆོང་མཉམ་སྦྲེལ་ནས་བྱུང་བའི་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ས་ལྷན་པུན་དེ་ལ་ཨར་
གོན་ཞེས་གྲགས་པ་ཡིན་” (ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ <<ལོ་འཁོར་གྱི་དེབ>>་ཤོག་ངོས་ ༣༩ ན་གསལ།)
ཞེས་པ་དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་ཞིག་མ་ཡིན།

མདོར་ན་ཡུལ་ལྷང་འདི་གཉིས་བར་ལ་ལྷོས་བཅས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡོད་ཚུལ་
སྤྱིར་ཞིང་བཤད་བཞིན་པ་ནི། ཅུང་ཅམ་བདེན་པའི་གཏམ་དུ་མད་དེ། ཡུལ་ལྷང་གཉིས་

ཀྱི་མི་ཚོའི་འདྲ་མཚུངས་ཀྱི་གདོང་དབྱིབས་གཅིག་ཤུས་ཀྱང་འགྲེལ་བཤད་རབ་རིབ་
ཅིག་རྒྱག་གིན་པ་ནི་ཞོར་འཕྲོས་ཀྱི་གཏམ་མོ།

མདའ་ཏུ་བྱ་བ་དག་གིས་ཞུ་མོར་དདུལ་གྱི་སྤྱོད་དང་རྒྱ་ཁབ་མང་བོས་བརྒྱན་
ལ་སྟེང་དུ་རྒྱ་བྱག་རིང་ལ་རྟིང་རལ་དུ་མི་འགྲོ་བའི་མེ་ཏྲོག་ཅིག་གིས་བརྒྱན་པའི་ཞུ་མོ་
དེ་མདའ་ཉི་ལྷ་བ་གཅིག་ཤུའི་ཐུན་མིན་གྱིས་ཁྱད་ཆོས་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ངོ།

བྱང་ཐང་བ་དག་གི་གྲོན་གོས་ནི་ལ་དྲུགས་ཡུལ་ཡུང་སྤྱི་དང་མི་འདྲ་ཡང་། བོད་
པའི་ཕྱ་བ་དེ་ག་ཉིད་ལས་དམིགས་བསལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་མི་འདུག། བོད་གི་པར་དག་
ལས་མི་རྒྱན་པའི་པར་རིས་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་མ་ཉི་འཁོར་ལོ་མང་བོ་ཡོད་ས་དང་།
དགོན་པའི་འདུ་ཁང་དང་ལྷ་ཁང་མང་བོའི་ཕྱོགས་དང་ཟུར། མཆོད་རྟེན་སོགས་ཀྱི་
མཐའ་ནས་རྒྱ་བ་པ་ཤ་སྟག་རེད། མི་སྣ་དེ་དག་ལ་གཅིག་མཐུན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་རེ་ཡོད་
པ་ནི་ལག་ཏུ་སྟང་བ་དང་མ་ཉི་འཁོར་ལོ་རྒྱུད་རྒྱུད་རེ་བ་བྱུང་ནས་སོས་དལ་བག་
ཐེབས་ཀྱིས་འཆོ་ཞིང་གནས་པའི་པར་རིས་མང་དག་ཅིག་མཐོང་ལ། དེ་བཞིན་དགོན་
པ་དང་གྲོང་སྡེ་སོགས་ཀྱི་པར་ཡང་མང་བོ་མཐོང་། དེ་དག་ཆོང་མར་གཅིག་མཚུངས་
ཀྱིས་ལ་དྲུགས་ཞེས་འདུག་ནའང་། པར་རིས་དེ་ཆོ་ལ་བལྟ་སྟངས་རེ་རེར་སྤྲོན་མ་གང་
ཞིག་ནས་མཐོང་སྤྱོད་བ་འདྲ་བོ་དང་། བོད་ནང་གི་ཡུལ་ཡུང་གང་ཡང་རུང་བའི་དགོན་
གྲོང་ཞིག་ལོས་ཡིན་སྟུང་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཆོར་བསྐྱད་མར་ཡོང་གི་འདུག་ལ།
སེམས་ཆོར་དེ་དང་འགྲོགས་ནས་པར་རིས་དེ་ཆོར་ཡང་ཡང་བལྟ་འདོད་ཀྱིས་སེམས་
པ་འགོག་མེད་ཅིག་ཡོང་གི་འདུག།

ཡིན་ཡང་ལ་དྲུགས་ཀྱི་པར་རིས་ནང་ལ་ཡོད་པའི་ཡུལ་མིའི་གྲོན་གོས་སོགས་

བོད་པ་དང་འདྲ་བོ་ཆེར་མེད་ན་འདྲ་མིའི་གདོང་པ་དང་པར་ལེན་བྱེད་སའི་ཁོར་ཡུག་གཉིས་སྟོང་མངའ་རིས་ཕྱོགས་དང་རྩི་འདྲའི་མཚུངས་པ་ལ། རང་གི་ཡུལ་ལུང་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་དང་འདྲ་ཞིང་མ་ཐུན་པ་དག་ལ་བརྟེ་ཞེན་གྱི་སེམས་ཚོར་ཞིག་ངར་གིས་ཤོར་འགྲོ་བ་ནི། རང་གི་པ་ཡུལ་དང་ཁ་གྲུས་པའི་ས་མཐའི་མི་སྤྱི་མ་ཐུན་ལ་ཡོད་པའི་དགའ་ཕྱོགས་ཉིད་དུ་ཟད་ཀྱང་། ང་ལ་མཚོན་ན་དེ་ཉིད་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་སྟ་སྒྲུང་དང་དབེ་ངོས་གྱི་ལ་དྲགས་རྩེ་ཉིད་རྩེ་གསལ་གྱི་ལམ་སྟེ་ཞིག་ཟེན་པའི་དགའ་ཞེན་གྱིས་བྱུད་ནས་འོང་བའི་མཐོང་སྒྲུང་གསར་བ་ཞིག་གི་སྟེ། རང་གི་མིག་ཟུང་ནས་སེམས་ངོས་སུ་ཁད་གྱིས་འཐེམ་པའི་པར་རིས་མཐོང་སྟེའི་ཁོད་གྱི་གཟུགས་རིས་ངོ་མ་ཞིག་གི་ལ་དྲགས་ཉིད་དོ།

བཞི། གཏམ་རྒྱུད་ཆོག་བརྟན་ཁོད་ཀྱི་ལ་དྲགས།

ཉིས་སྟོང་དྲུག་གི་ཡོར་རྩ་སའི་ཉི་འཁྲིས་སུ་ཡོད་པའི་ཁོར་གླིང་མཐོ་སྟོབ་རུ་འཇུ་ལ་ཞུགས་བྱས་ཏེ། སྒར་ཡང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱི་ལ་སྒྲུང་བཅོན་བྱེད་པའི་བསྐྱལ་བ་བྱུང་། (ཁོར་གླིང་མཐོ་སྟོབ་ནི་ད་ལྟའི་ཁོར་གླིང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྟོང་ཁང་གི་རིས་སྟོན་བསྐྱལ་བཟང་ཡེ་ཤེས་མཚོག་གིས་བྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ ལོར་ཁོར་གླིང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྟོང་ཁང་དུ་གསར་འཇུགས་བྱས་ཤིང་ཁོར་གླིང་རང་གི་འཛིན་སྟོང་འོག་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྡེ་ཆོན་ཞིག་ཡིན།

ཁོར་གླིང་མཐོ་སྟོབ་འདི་ཡང་བཅོན་བྱོལ་བའི་མཐོ་སྟོབ་སྤྱིའི་སྟོབ་སྟོང་གི་ཁོར་ཡུག་དང་འདྲ་བོ་ཡོད་ན་འདྲ་། མི་འདྲ་ས་ནི་མཐོ་སྟོབ་འདིའི་སྟོབ་སྟོང་གི་ཁོར་ཡུག་ནི་

དཔེ་དོན་གྱི་སྒྲོབ་སྒྲོང་གཅིག་ལ་སྒྲོགས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རིག་གནས་ལུལ་
སྒྲོར་དང་། དཔོན་བྱུང་དང་རྟོག་སྒྲུང་གི་སྒྲོག་བརྟན་སོགས་གྱི་ལམ་ནས་སྒྲོབ་མའི་
ཚུལ་འབྲིའི་རྒྱས་པ་དང་། བསམ་གཞིག་གི་སྒྲོ་འཕར་ཡངས་པོར་འབྱེད་པའི་ཐབས་ཅི་
རིགས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲོབ་གསལ་བྱེད་ཐབས་དམིགས་བསམ་པ་ཞིག་ལག་ལེན་དུ་
བསྐྱར་གྱི་ཡོད་པའི་མཐོ་སྒྲོབ་བྱུང་པར་བ་ཞིག་དང་། ད་ལྟའི་བར་སྒྲོབ་མ་བརྒྱ་ལྷག་
སྒྱེད་བསྐྱངས་བྱས་ཤིང་དེ་དག་གིས་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་གང་ཅིར་རྒྱས་པ་བཏོན་དང་
འདོན་བཞིན་ཡོད།) དུས་དེར་ངས་ལ་དྲགས་ལུལ་ནས་བརྟན་པའི་བྱས་པའི་གཏམ་
རྒྱུད་སྒྲོག་བརྟན་ཁ་ཤས་ལ་བལྟས་སྒྲོང་། དེ་དག་གི་ཁྲིད་ནས་མི་ལ་ངས་པ་དང་
འཁོར་བ་(སམ་སྐྱ་ར་/Samsara)ཞེས་པའི་སྒྲོག་བརྟན་གཉིས་ལས་ལ་དྲགས་གྱི་རང་
བྱུང་ཁོར་ལུག་དང་མི་ཡི་འཆོ་བའི་སྤྱི་དོན་རགས་ཅིམ་ནས། བྱུང་པར་དགོན་པའི་
འཆམ་དང་གྲ་བའི་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་གནས་བབ་སོགས་ཀྱང་རབ་རིབ་ཅིག་བསྐྱར་བྱུང་།

ཡིན་ནའང་ང་ལ་མཆོན་ན་གཏམ་རྒྱུད་སྒྲོག་བརྟན་དེ་གཉིས་དོན་དཔོན་དང་
མ་ཐུན་མི་མ་ཐུན་ནི་ངས་མཐོང་འདོད་པའི་ལ་དྲགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡེ་ནས་མེད་དེ།
བདག་གིས་བལྟ་བར་འདོད་ཅིང་མཐོང་བར་རེ་བ་ནི་གཡའ་དག་པའི་ནམ་མཁའ་དང་
ལྷུང་ལྷུང་དཔ་གིས་འབབ་པའི་གངས་ཆབ་དངས་མའི་བཞུར་རྒྱུ། རི་ཅེ་གངས་གིས་
བརྒྱན་པའི་ལྷན་པོའི་བཟང་ཉམས། སོས་དཔ་བག་ཐེབས་གིས་འཆོ་ཞིང་གནས་པའི་
འགྲོ་བ་མའི་རིགས་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་གི་གནས་བབ་དང་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་ཅིག་གི་
སྤང་བརྟན་གསེན་པོ་དེ་དང་། འདྲི་རིགས་རྟ་ཐོའི་གོང་ནས་བང་གིས་རྒྱག་བཞིན་ཡོད་
པའི་ཉམས་སྤང་དག་ཡིན་པ་ལས་སམ་སྐྱ་རའི་ནང་གི་འབྲིག་སྒྲོང་གྱི་སྤང་བརྟན་མིན་

ལ། མི་ལ་རས་པའི་ནང་གི་རྟོག་བཏགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་དེ་ཡང་མིན། ད་དུང་
ངས་བལྟ་བར་འདོད་ཅིང་མཐོང་བར་རེ་བ་ནི་རང་བྱུང་སྤྱན་ཆགས་ཀྱི་རང་བྱུང་ཁམས་
དེ་དང་སྤྱད་མེད་དུངས་གཅད་གི་པོད་བརྒྱད་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་དང་
སྤྱུ་ཁང་ཁག་ཡིན།

དེ་ལྟ་ནའང་རེ་བ་ཞག་མཐོན་པོ་དེའི་ཁྲོད་ནས་ང་ལ་ཐོབ་ཅིང་སོན་པ་ནི་སྤྱ་སྡེ་དང་
ཟུང་ངོས་ཙམ་རེ་ལས་མེད་རུང་། བདག་ལ་སྤར་ལས་ཀྱང་ལ་དྲགས་ཕྱོགས་སུ་
རྒྱས་ལོན་གཏིང་ཟབ་བྱ་འདོད་ཀྱི་ཆོར་སྤང་ཞིག་བཅོས་མིན་དུ་སྤྱེས་སུ་བཅུག་ལ།
ཆོར་སྤང་དེ་དང་འགྲོགས་ནས་ལ་དྲགས་སུ་འགྲོ་འདོད་ཅིག་ཀྱང་རང་གིས་འཁོར་
བྱུང་། དེ་ནི་ལས་སྐལ་དང་བསྐྱེད་ཅིག་རེད་ཅེས་བཤད་པའི་དཔའ་སྤོབས་བྲལ་
ནའང་། ལ་དྲགས་ལུལ་ལ་དུངས་ཞེན་གྱི་སེམས་པ་ཞིག་སྤར་ལས་ཀྱང་ཆེ་རུ་སོང་བ་
ནི། གཏམ་རྒྱུད་སྒྲོག་བརྟན་དེ་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་དོན་དང་འཁྲབ་ཅུལ་གྱིས་འཁྲིད་པ་མ་
ཡིན་ཡང་། ལ་དྲགས་པའི་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་པ་ལུལ་གྱི་ལུལ་ལུང་གང་ཡང་རུང་བ་
ཞིག་དང་ཏ་ཅང་འདྲ་ཞིང་མ་སྟན་པའི་གཟུགས་རིས་ཤིག་གིས་བྱད་ནས་ཁྲིར་བའི་
སེམས་པ་སྤང་ནས་ཞོར་བའི་ལ་དྲགས་མ་རེད་ཅེས་བརྗོད་མི་སྤུབ་པས། དེ་ནི་བཅེ་
ཞེན་གྱི་བན་གདུང་སྒྲོང་ནས་མཆེད་ཅིང་དུངས་པ་ལུལ་གྱི་མཐའ་རུ་འཕྱུར་པའི་
འགྲུལ་སྒྲོད་ཁྲོད་ཀྱི་ལ་དྲགས་ཉིད་རེད་དོ།

རྩ་བ། མིག་གིས་དངོས་མཐོང་ཁྲོད་ཀྱི་ལ་དྲགས།

སྤབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ཉིས་སྟོང་དགུ་ལོའི་ནོར་གླིང་མཐོ་སྤོབ་ཀྱི་རིག་གནས་

ཡུལ་སྐོར་དེ་ (Education tour) ལ་དྲུགས་ཁུལ་དུ་གོ་སྤྲིན་བྱས་བྱུང་བས་ང་ལ་
མཆོན་ན་བསམ་ཐོག་རྟ་དང་འདོད་ཐོག་ཆར་ཞེས་པའི་དཔེ་ལས་མ་འདས།

ཕྱི་རྒྱ་དྲུག་པའི་ཆེས་བཙུན་ཉིན་ང་ཚོ་དགེ་སློབ་བཅུ་བཞི་ལོར་གྲིང་ནས་ལ་
དྲུགས་ཕྱོགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས་བ་ཡིན། ཆེས་བཅུ་དྲུག་ཉིན་གྱི་སྤོར་རོ་ཐང་ལ་
མགོར་སྤེབས་སྐབས་ཁ་བས་གཡོགས་པའི་ལ་མགོན་གྲང་ངར་ཆེན་འདྲ། གྲང་ངར་
གྱིས་ང་ཚོ་དང་ཁ་བའི་བར་གྱི་དུངས་ཞེན་ག་ལ་འགོག་བྱུག། ང་ཚོས་ཁ་བའི་སྒོར་
ནས་ལྷ་རྒྱལ་འཕེན་བཞིན་པར་མང་དག་ཅིག་བརྒྱབ་ཐེས་སྤར་ཡང་ལམ་དུ་ཆས་བ་
ཡིན།

དེ་ཅེར་ཁ་བས་གཡོགས་ཡོད་མེད་གྱི་ལ་ཆེ་ཆུང་ཁ་གས་བརྒྱབ་ཐེས་དངོས་སུ་
ལ་དྲུགས་གྱི་རྒྱལ་ས་སྤེ་དུ་འབྱོར་དུས། ཞིང་ཁ་དང་ཡ་གོང་ས་མཆོག་གིས་དུས་
དབང་གསུངས་སའི་ཞི་བའི་ཆེལ། ལམ་འགྲམ་གཡས་གཡོན་དང་གོང་སྤེ་ཁག་གིས་
ཆེད་བཅུགས་བྱས་པའི་རྒྱ་ལྷང་དག་གི་ལྷང་མདོག་ལས་གཞན་ལ་དྲུགས་གྱི་དེ་ལྷང་
ཐང་གསུམ་རྩོད་ཁག་དང་བྱེ་དེས་ཡོངས་སུ་གང་བའི་ཡུལ་ལྷང་སྤྱེལ་ལེབ་མོ་ཞིག་ཡིན་
ནའང་། སྤེལ་ཁང་བ་པལ་ཆེ་བའི་བཟོ་བཞོད་དང་། ཆོང་རའི་ཅ་དངོས་གྱི་སྤྲིག་བཞོད་
དང་བཤམས་སྤངས་སོགས་ཏ་ལམ་ལྷ་སའི་བར་སྐོར་གྲིང་གི་བཞོད་བ་དང་གཉིས་
སུ་མེད་པས། མི་རྒྱུས་ཀྱིས་སྤེལ་ལྷ་ས་རྒྱང་བ་ཞེས་འབོད་བ་ཡང་རྒྱ་མཆོན་མེད་བ་
ཞིག་མ་རེད་སྟེ། མཆོམས་འདིར་སྐབས་དེའི་དུག་གནས་ཡུལ་སྐོར་སྐབས་གྱི་
དངོས་མཐོང་ཁག་ཞིབ་འཁྲི་བྱས་པའི་ཉིན་མོ་ཁ་གས་ལེབ་འགོད་བྱས་ན།

༡) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལཱ་ ༤ ཆེས་ ༡༥ ཉིན་ཐོ།

དེ་རིང་ཕྱི་རྒྱུ་ཆུ་ཆོད་ལྔ་ཡས་མས་སུ་ང་ཆོ་དག་སློབ་བཅུ་བཞི་ལོར་གླིང་ནས་
ལ་དགས་ཕྱོགས་སུ་རིག་གནས་ལུ་ལ་སྒོར་དུ་ལམ་ལ་ཆས་བ་ཡིན། ང་ཆོ་འོ་སྒྲོད་སའི་
ཕྱི་སྒྲོད་རྒྱང་ས་འཁོར་ནང་དུ་འཆང་ཁ་ཏ་ཅང་ཆེ་ཡང་། ང་ཆོས་ད་ནངས་ཞོགས་བ་
ནས་འཛིན་བྱང་ཉོས་ཡོད་པས་ང་ཆོ་ལ་སྒྲོད་ས་རིག་མིན་གྱི་དཀའ་ངལ་ཅི་ཡང་མེད་
ཕྱིར་དག་འཕྲོའི་སྐྱ་སྐྱ་དང་བཅས་ལམ་ལ་ཆས་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ང་ཆོ་བང་ལང་པོར་
(Palampur)དུ་འབྱོར་ལ་ཉེ་སྐྱབས། སློབ་གྲོགས་བཟ་ཤེས་ལོར་བུ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་
འཁོར་དུག་(Kinetosis)དབང་གིས་ཕྱིར་མི་ལོག་ཀ་མེད་བྱུང་བས། ང་ཆོས་མངས་
སེམས་དང་བཅས་ཕྱིར་ལོར་གླིང་དུ་འབྱལ་སྐྱེལ་རྒྱང་ས་འཁོར་ཆུང་བ་ཞིག་དུ་ལམ་
འཇུག་བྱས་བ་ཡིན་ལ། ཁོའི་རྒྱབ་སྐྱོགས་སྒྲིར་པོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་སུ་འགྲོ་བའི་
རང་རིགས་ཀྱི་ཨ་ཅག་ཅིག་ལ་རིན་མེད་དུ་སྤྲད་བ་ཡིན། འདི་ནི་ང་ཆོས་འགྲོ་ཞོར་དུ་
རང་རིགས་ལ་གཅེས་བའི་སེམས་བའི་བྱུང་ངོས་ཅམ་ཞིག་ཡིན།

ཆེས་བཅུ་དགུ་ཡི་ཞོགས་བའི་ཆུ་ཆོད་གསུམ་བཞི་ཡས་མས་སུ་སྐྱ་ན་ལེ་
(Manali)དུ་འབྱོར་ནས་རྒྱང་ས་འཁོར་ལས་ང་ཆོ་འོ་ཅ་དངོས་དག་མར་ལེན་སྐྱབས།
ཡིད་མངས་བ་ཞིག་ལ། ང་ཆོ་འོ་སློབ་གྲོགས་དོན་འབྱུང་དང་འཁོར་བུ་དབང་གསལ་གཉིས་
ཀྱི་སྐྱབས་བདེ་མལ་ཆས་མི་འདུག་པས་ང་ཆོས་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་
ཕྱི་ནང་གང་སར་བཅུ་ལ་བྱང་། རྟེན་ཐབས་ཡེ་ནས་མ་བྱུང་། ཁོ་གཉིས་ནི་ངའི་སློབ་
གྲོགས་ཆོ་འོ་གསལ་ནས་ང་ལ་ཆེས་ཆ་རྒྱས་ཡོད་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཡོད་བའི་མི་གཉིས་
ཡིན། དོན་འབྱུང་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཕྱོགས་ནས་དཀའ་ངལ་ཅང་མེད་ཀྱང་། འ་པོ་

དབང་གྲགས་ནི་དང་རང་ནང་བཞིན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་འཁོས་ཀ་ཏ་ཅང་ཞན་པའི་མི་ཞིག་
ཡིན་པས། ཁོའི་སྐབས་བདེ་མལ་ཆས་ཐོར་བརྒྱགས་བྱུང་བར་དཔལ་པངས་སེམས་ཅི་
འདྲ་ཆེ་ཡང་། བྱ་ཐབས་ཅི། དེ་མཆོམས་ལན་རེ་སེམས་སྟུ་ཤར་བ་དང་ཁ་ནས་
བཤད་པ་གཉིས་དོ་མི་མཉམ་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་ཤོ་བོ་དབང་གྲགས་ལ་སེམས་
གསོའི་ཆ་བ་དུ་ཁྱོད་ནི་གང་དུ་སོང་ཡང་དོན་མི་འགྲུབ་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པས་རང་ཉིད་
གྱི་མལ་ཆས་ཐོར་བརྒྱགས་བྱུང་བར་མ་ཟད། རང་ཉིད་དང་ཆེས་སེམས་ཐག་ཉེ་བའི་
གྲོགས་དོན་འགྲུབ་གྱི་མལ་ཆས་ཐོར་བའང་ཁྱོད་དང་འབྲེལ་བ་ངེས་ཅན་ཡོད་ཅེས་དོན་
མེད་ཉོག་གཏམ་ལུང་བ་གང་བཤད་ཀྱང་། ཁོས་ནམ་རྒྱུན་བཞིན་དེ་མཐུན་གྱིས་ལན་
འདེབས་པ་ཉིད་ལས་གཞན་གང་ཡང་བཤད་མ་བྱུང་།

དེ་ནས་ད་ཆོས་ང་ཆ་བོ་ཐོར་བ་གང་རེ་འཐུང་ནས་ནས་ལངས་པར་བསྐྱབ་པ་
ཡིན། ནམ་ལངས་ནས་ཁོར་ཡུག་རིམ་གྱིས་གསལ་བོར་གྱུར་སྐབས། ལུ་ན་ལེ་ཡི་
རྒྱངས་འཁོར་ས་ཆོགས་ནས་མཐོང་བའི་ཁོར་ཡུག་ནི་པ་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་ལུང་གཉིས་གྱི་
ཁོར་ཡུག་དང་ཏ་ཅང་ཆ་འདྲ་བོ་ཡོད་དེ། གཅིག་ནི་དང་རང་རྒྱ་གར་ལ་འོང་སྐབས་གྱི་
བལ་བོད་ས་མཆོམས་གྱི་འགྲམ་དང་དེ་དང་ཆེས་ཉེ་བའི་གཉའ་ལམ་གྱི་ཁོར་ཡུག་དང་
འདྲ་ལ། གཞན་ནི་དང་རང་རྒྱལ་མོ་ཆ་བ་ཐོར་དུ་བལྟ་སྐྱོར་ལ་ཕྱིན་དུས་གྱི་ཆ་བ་ཐོར་གི་
ཁོར་ཡུག་དང་འདྲ་ས་མང་བོ་འདུག

དེ་ནི་གཡམས་གཡོན་དང་མདུན་རྒྱལ་གྱི་རི་ངོས་མཐོ་ཞིང་གཟར་ལ་རི་ངོས་ཤིང་
ནགས་གྱིས་ཁེབས་ཡོད། ད་དུང་རི་འདབས་གྱི་གཞུང་ལམ་དང་གཙང་ཆུ་རྒྱུང་།
གཡམ་དག་པའི་མཁའ་དབྱིངས། ཅག་ཁ་ཡང་རྒྱང་ཡོད་པ་སོགས་གྱིས་འདྲ་ཆོས་ཁ་

སྟོན་བྱས་ཡོད་དོ།

༡) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་མོ།

ཞོགས་སའི་རྒྱ་ཚོད་ལྷ་དང་བྱེད་ཀ་ཡས་མས་སུ་ང་ཚོས་ཅ་དངོས་དག་འབྲུལ་
སྦྱེལ་རྒྱུ་ལ་འཁོར་(TATA SUMO)རྒྱུ་བ་ཞིག་གི་སྟེང་ལ་བཅུགས་ནས་ལ་དྲགས་
ཕྱོགས་སུ་འབྲུལ་བཞུགས་བྱེད་པར་གྲ་སྒྲིག་བྱས་པ་ཡིན། སྦྱིར་རྒྱུ་ལ་འཁོར་འདྲིའི་
རིགས་ཀྱི་ནང་དུ་མི་བཅུ་རེ་མ་གཏོགས་ཁྱེད་ཀྱི་མེད་མོད། ང་ཚོའི་མི་བཅུ་གསུམ་
མོ་འཆངས་ཁ་བརྒྱུན་ནས་ལ་དྲགས་ཕྱོགས་སུ་འབྲུལ་བཞུགས་བྱེད་མགོ་བཅུམས་པ་
ཡིན།

རྒྱུ་ལ་འཁོར་ས་ཚིགས་བསྐྱར་ནས་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་ལུང་བའི་ནང་སླེབས་
དུས། ལུང་བ་འདྲིའི་རི་རྒྱ་ནགས་གསུམ་མཛེས་སྒྲུག་ལྟ་བུར་མ་ཟད། རི་ཅེ་གངས་
ཀྱིས་གཡོགས་འདུག་པས་པ་ཡུལ་དེ་ན་བའི་གདུང་བ་ཉ་ཅང་སྒྲི། ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་
འབྲུལ་བཞུགས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་འཁོར་ཤིང་ལྷགས་དང་མཁྱོགས་ཚད་ཉ་ཅང་ཆེ་ལ།
ཁ་ལོ་བ་ཡང་སྟོན་ཀྱི་དུས་སུ་ང་ཚོ་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་བའི་ལ་དྲགས་པ་གཤེས་
འཇམ་ཞིག་དང་། སྒྲུག་ཞུས་ཉན་པར་སྟོ་སྒྲུང་ཡོད་མཁན་ཞིག་རེད། སུ་ན་ལེ་དང་རྒྱུང་
ཐག་རིང་དུ་སོང་སྐབས་གཞུང་ལམ་ནི་དུ་ས་དང་སུ་ན་ལེ་བར་ཀྱི་གཞུང་ལམ་ནང་
བཞུན་མ་ཡིན་པར་སྒྲུམ་ལམ་ཆད་མ་མཐུད་ཡིན་ཅུང་། སྦྱིའི་ཆ་ནས་ལམ་ནི་བདེ་
སྟོམས་ཤིག་རེད། འོན་ཀྱང་ཕྱིའི་ཁོང་ཡུག་གི་རི་ངོས་ཐང་གསུམ་ནི་སྟོད་མངའ་རིས་
ཕྱོགས་སུ་ཕྱོག་འཕྲོ་བྱེད་བཞུན་འདུག་ལ། ཅག་བསེར་བུའི་ཁ་སྐྱབས་ཀྱང་རེ་མོད་

ནས་རྗེ་ཀོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཡུན་རིང་མཐོང་མ་སྤྱོད་བའི་གཡག་བཞོན་ཞིག་མཐོང་
བས་སེམས་ཁོང་སྒྲོ་སྒྲོང་གིས་བཏེགས་འོང་བ་དེ་ཡིས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་སྟན་
ངག་མཁན་པོ་ནག་མོ་ཁོལ་གྱི་མི་ཆེ་གཏམ་རྒྱུད་དེ་བཞུ་བ་ཅུག རིམ་གྱིས་ལ་
མགོར་སླེབས་པ་ན་ང་ཚོ་རྒྱངས་འཁོར་ལས་བབས་ནས་ཡུན་རིང་རེག་མ་ཐུབ་པའི་
ཁ་བར་ལག་པས་རེག་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ཁ་བའི་འདབ་མ་རྒྱལ་དུ་བཅུགས་པའི་
གངས་ཁོད་ནས་ལྷ་རྒྱལ་གྱི་གི་སྒྲ་མཐོ་པོ་དབྱིངས་སུ་གྱུར་བ་དང་། རྣམ་པ་འབྲུ་མིན་
གྱི་པར་རིས་ཀྱང་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་ཅི་དགར་རྟེན་པ་ཡིན།

དངོས་གནས་པ་ཡུལ་དུ་ཡོད་པའི་སྤང་བ་བྱུང་བ་དང་དེའི་ཚོར་སྤང་ནི་དངོས་
གནས་འགོག་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། ང་ཚོ་སྤྱོད་སའི་ཉག་ཁའི་གངས་ཐང་འདི་ལ་མི་
དག་གིས་རོ་ཐང་ཞེས་འབོད་ཀྱིན་ཡོད་ལ། དེ་ལ་ལོ་རྒྱུས་གྱི་རྒྱབ་ལྗོངས་ཡོད་པའི་
བཤད་རྒྱུ་ཁ་ཤས་ཤིག་འདུག ལ་ཤས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་བཅན་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྷེ་བཅན་གྱིས་
རྒྱ་གར་ལ་དམག་རྒྱག་སྐབས་ས་འདིར་ཁངས་ཆག་ལྷུང་ནས་དམག་མི་མང་པོ་ཤི་
བའི་རོ་ཡིས་ཉག་ཐང་འདིར་བཀའ་བས་ས་འདི་ལ་རོ་ཐང་ཞེས་བཏགས་པར་བཤད་
པ་དང་། ལོ་རྒྱུས་གྱི་ཡིག་ཚགས་འགའ་ཞིག་ཏུ་ལ་དྲགས་ས་གནས་རྒྱལ་མཉན་དང་
བོད་ལྷེ་བ་གཞུང་བར་ནང་འཁྲུགས་བྱུང་སྐབས་བོད་དམག་མང་པོ་ཁ་བས་མནན་
ནས་ཤི་བའི་རོ་ཡིས་གང་བས་རོ་ཐང་ཞེས་ཉེ་རབས་ཀྱི་མིང་བརྟེན་ཞིག་ཡིན་པར་
བཤད།

རོ་ཐང་བཀྲལ་ནས་གཤོང་དུ་སླེབས་དུས་ཞོགས་པའི་ཚུ་ཚོད་དགུ་དང་སྐར་མ་
ཁ་ཤས་རེད་ལ་ཉེ་འོད་འཇམ་པོ་ཞིག་ཀྱང་ས་གཞི་ཡོངས་ལ་འཕྲོས་བྱུང་། ང་ཚོས་

ཞོགས་ཟས་ལ་རྒྱ་གར་བའི་ཇ་མངར་མོ་དང་བག་ལེབ་ཁ་གས་བཟས་ནས་ལམ་ལ་
ཆས་བ་ཡིན།

ཉིན་རྒྱབ་ཚུ་ཆོད་བཞི་བར་རས་གྲུར་ཕུབ་ནས་འབྲུལ་བཞུད་བར་སྒྲེ་ལེན་བྱེད་
བར་བེལ་བའི་གྲུར་ཆོགས་ཤིག་ལ་ཐུག་བསམ། ང་ཆོར་ཡང་བསྐྱར་གྲུར་ནང་ནས་ཟ་
མ་བཟའ་བའི་བསྐལ་བཟང་བྱང་བས་ཆོར་བ་སྦྱིད་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆོག་མོད། འོན་ཀྱང་
ཡུན་རིང་རྒྱངས་འཁོར་ལ་བསྐྱད་པས་མགོ་བོ་ན་བ་དང་། གྲུར་འདིར་མ་ཐུག་གོང་ལ་
གངས་ཁོད་ཅིག་ནས་ཕྱང་རྒྱང་ཐང་ལ་སོང་སྐབས་ང་ལ་ཉི་སྤྱིབ་མིག་ཤེལ་མེད་པས་
མིག་ཀྱང་ཕྱང་ཆ་བའི་ཆོར་སྤང་སོགས་མི་བདེ་བ་མང་དག་ཡོད་མོད། ཟ་མ་བཟས་
རྗེས་སུ་ཕྱང་བདེ་རུ་གྲུར་སོང་བས་གལ་དག་བའི་གྲུར་ནང་གི་ཅ་དངོས་སྤྱིག་སྤངས་
ལ་ཞིབ་བཟྱ་ཕྱང་ཅམ་བྱས་བ་ཡིན། གྲུར་ནང་འདིར་ཤིང་གི་མལ་ཁྲི་སོགས་མེད་ཀྱང་
ས་རྩོལ་མལ་ཁྲི་བཟོས་ཡོད་ལ། ཐང་དུ་ཨར་འདས་བཉིངས་འདུག་ལ། སྤབས་བདེ་
ཐུག་བ་དང་ཐ་མག་སོགས་གྲུར་དཀྱིལ་ན་ཆ་འཛོག་སྐམ་ནང་རིམ་བར་བསྤྲིགས་
ཡོད་འདུག་ སྦྱིན་བདག་མས་ཀྱང་བོད་སྐད་ནམ་དག་ཅིག་ཤོད་ཀྱིན་འདུག་པ་ནི་སྦྱོ་
སྤང་འཕེལ་བའི་གཞི་གཅིག་གི་ཁ་སྦྱོན་རེད། ང་ཆོས་འདི་ནས་སྤབས་བདེ་ཐུག་བ་
གཉིས་རེ་དང་འོ་ཇ་རེ་འཐུང་ནས་ལམ་ལ་ཆས་བ་ཡིན།

ལ་མཐོན་པོ་གཅིག་བཀལ་ནས་ཡང་བསྐྱར་ལ་མཐོན་པོ་གཅིག་གི་ཉག་ཁར་
སྤེབས་དུས་ས་སྤོད་ཀྱི་དུས་ཡིན་ཡང་། ང་ཆོ་རྒྱངས་འཁོར་ལས་བབས་ནས་ཉག་
ཁའི་དར་ལྗོག་ལ་སྒྲོར་བ་བརྒྱབ་ནས་ཡང་བསྐྱར་ལྟ་རྒྱལ་འཐེན་བ་ཡིན། ག་ལེར་
ག་ཤོང་དུ་འབབ་དུས་ལམ་འགྲམ་ན་མི་ཞིག་ཁྲོགས་མེད་ཁེར་རྒྱང་དང་གསོན་འཆི་

ངེས་མེད་དུ་འབྱེད་འདུག་པས་སྤྱི་ཟླ་དང་སྤྱི་ལོ་ཞིག་ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་འཕྱར་
བྱུང་ཡང་། ང་ཚོའི་ལ་ཤས་ཀྱིས་ས་འདིར་ཇག་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་པས་ཁོ་ཚོའི་གཡོ་
འཕྱུལ་ཡིན་སྲིད་ཅེས་བཤད་པས་བསྐྱར་ཏེ་ཡོང་ཡང་། ཅི་བྱ་གང་བྱས་ཀྱི་སེམས་
འཁྲལ་ལྷག་མ་ཞིག་གིས་སྤྱན་ནག་ཁོད་དུ་བྱི་མིག་ཡང་ཡང་ལྟ་བཞིན་མཆན་མོའི་ཆུ་
ཚོད་བཅུ་བ་ཡས་མས་སུ་ང་ཚོ་གྱུར་ཆོག་སེག་དུ་འབྱོར་ནས་ཞག་སྡོད་བྱེད་
སྐབས། ང་ཚོའི་དགེ་བཟང་པོ་ལགས་ཀྱི་གྲོན་གོས་བཞག་ཡོད་སའི་ཁྲག་མ་བོར་
བརྒྱགས་བྱུང་འདུག་པ་ནི་ང་ཚོས་ཅ་དངོས་བོར་བརྒྱག་ཐེབས་པ་ཐེངས་གཉིས་པ་
ཡིན།

འདིར་མི་གཅིག་རེར་མལ་སྤྱོད་ལྔ་བཅུ་དང་། སྤྱག་པ་དཀར་ཡོལ་བྱེད་རེར་
སྤྱོད་སུམ་ཅུ་རེ་རེད། མཆན་མོ་མི་གཅིག་གིས་མལ་གོས་གཅིག་གྲོན་ན་གང་བར་
སྤྱམ་ནས་ང་དང་སྤྱོད་གྲོགས་སྤྱབ་བསྐྱར་གཉིས་རུམ་བྱས་ནས་ཉལ་བ་ཡིན།

༩)བྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལྷ་ ༥ ཚེས་ ༢ ཡི་ཉིན་ཐོ།

ཞོགས་པའི་ཆུ་ཚོད་དྲུག་དང་བྱེད་ཀར་ང་ཚོ་ལམ་ལ་ཆས་པ་ཡིན། ལ་དམའ་མོ་
གཉིས་བཀྲལ་ནས་མང་ཕྱོགས་ཐང་གཤོང་དུ་འབབ་དུས་ཁོར་ཡུག་གི་རི་ལུང་ཐང་
གསུམ་སྤར་བཞིན་སྐྱོ་ཐང་ཐང་ཡིན་ཡང་། ཁོར་ཡུག་ཅུང་མང་བའི་འབྲོག་ཁྲིམ་རེ་
གཉིས་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། འོན་ཀྱང་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་སྤར་ལྟར་སྤོང་སངས་དུ་གནས་
པས་ཁོ་ཚོའི་ཁོར་ཡུག་གིས་ཅི་ཞིག་བཟའ་བཞིན་ཡོད་དམ་སྤྱམ་པའི་དོགས་པ་ཞིག་
ངང་གིས་སྐྱེས་འོང་།

དེ་ནས་རིམ་བཞིན་གཤོང་ནས་གཤོང་དུ་འབབ་དུས་དུད་ཁྱིམ་ཁ་ཤས་ལ་ཐུག་
བྱུང་། དུད་ཁྱིམ་རེ་རེ་ཡི་ཉེ་འཁོར་ཀུན་ལ་རྒྱ་ལྷང་བཅུགས་ནས་ལྷང་མདོག་རེ་མངོན་
འོང་བཞི་བོད་མདོ་སྤྲད་ཁྱིམ་ཁྱིམ་ལྷང་དང་ཉ་ཅང་ཆ་འདྲ་བོ་འདུག་ཅུ་ཆོད་དགུ་བ་ཡས་
མས་སུ་ལ་དྲགས་པའི་ཁྱིམ་ཆང་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་གིས་གཉེར་བའི་སྒྲིང་གཉེར་ཆོང་ཁང་
དང་ཟ་ཁང་རྒྱང་རྒྱང་མཉམ་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་ནས་རྩ་འཁྱུང་བ་དང་། བག་ལེབ་མངར་མོ་
སོགས་བཟས་ནས་ངལ་ཅུང་ཅམ་གསོ་ཞོད། ཁྱིམ་བདག་ཀླན་པོ་དང་མཉམ་དུ་ཁ་
བརྩ་ཅུང་ཅམ་བྱས་པ་ཡིན། ཁོའི་མིང་ལ་དོན་འབྲུབ་ཟེར་ལ། ཁོས་བཤད་པའི་སྐད་
ཆའི་སྒྲ་གདངས་ནི་བོད་མདོ་སྤྲད་ཀྱི་སྐད་གདངས་དང་ཆ་འདྲ་བོ་འདུག་ལ། ཁ་ན་
སོགས་ཀྱི་མིང་ཡང་ཨ་མ་དོ་བ་དང་ཆ་ཡོངས་སུ་འདྲ་བོ་རེད། ཁོ་ཆང་གི་སྒོ་མདུན་ཀྱི་
ར་སྒོར་ནང་ན་ཐགས་འཐག་པའི་གྲ་སྒྲིག་གི་བལ་སྐྱད་འཐེན་ཡོད་པ་དེར་བལྟ་བར་
སོང་སྐབས། ཐགས་འཐག་བྱེད་ཀྱི་ཅ་ལག་དག་གི་མིང་ཡང་ཨ་མ་དོ་བས་འབོད་པའི་
མིང་དང་གཅིག་མཚུངས་རེད།

སྐབས་ཐོག་དེ་ག་ནས་བཟུང་བདག་གི་བསམ་པར་ཨ་མ་དོའི་སྐད་གདངས་ནི་
བོད་གནའ་བོའི་སྐད་གདངས་ལྷན་མེད་པ་དེ་ཉིད་དེ། སྐད་གསར་བཅད་མ་བྱས་ཡར་
ཐོན་ཀྱི་བོད་པའི་སྐད་གདངས་ཡིན་པར་སྦྲུམ། དེ་ལྟར་མིན་ན་ལ་དྲགས་པ་དང་ཨ་
མ་དོ་བ་གཉེས་ཀྱི་བར་ས་བབ་དང་འགྲིམ་འབྲུལ་སོགས་ཀྱི་ཐད་ནས་འབྲེལ་བའི་གྲེང་
ཚུལ་ཞིག་མེད་པ་གསལ་པོ་རེད། ང་ཚོས་ཀླན་པོ་དོན་འབྲུབ་ལ་བྱོད་ཀྱིས་བོད་ཡིག་
སྒྲིག་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་འདྲི་སྐབས། ཁོང་གིས་ཅུང་ཅམ་སྒྲིག་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་
བས་བདག་གིས་ < <གདངས་རྒྱན་མེ་ཉོག> > གི་དེབ་ཅིག་ཁྱེར་འོང་ནས་གཅན་མེ་

སྐྱུ་གི་སྐྱོན་དག་ཅིག་བསྐྱེད་སྐྱུ་བཅུག་པར་ཁོང་གིས་བོད་ཡིག་ཡག་པོ་སྒྲིག་ཤེས་
གྱི་ཡོད་ལ། སྒྲིག་སྐྱེད་སྐྱེད་ཨ་མ་དོ་བའི་སྒྲིག་སྐྱེད་སྐྱེད་ཁོན་ཉིད་དེ། སྐྱེད་དང་ས་
ལ་དག་རྒྱུ་གྱི་ཉམས་ཤིག་དང་གིས་འདྲེས་ཡོད་པའོ།

དེ་ནས་གན་པོ་དོན་འབྲུག་ལ་བདེ་མོ་བཞག་སྟེ་ལམ་ལ་ཆས་ནས་མར་ནས་མར་
དུ་སྐྱེའམ་དུས། རྒྱ་གར་གཞུང་གི་དམག་སྤར་ཆེ་མ་རྒྱུ་གསུམ་ལ་བར་མི་ཆད་དུ་
ཐུག་རྒྱུ་ཡོད་པས་ལ་དྲུག་པ་ཡུལ་ཡུང་ནི་གཡུལ་འབྲུག་རྒྱག་པར་བྲེལ་བའི་འདྲིགས་
རམ་གྱིས་ཁངས་པའི་གཡུལ་ས་ཞིག་ལོས་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་ཉམས་སྤྱང་དང་གིས་སྐྱེས་
འོང་གི་འདུག ལ་དྲུག་པ་ས་ཆ་ནི་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་དམག་གིས་འགྲོ་གྲོན་ཆེ་ཤོས་
གཏོང་ཡུལ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད་གྱིན་འདུག་པའང་དངོས་ཡོད་རེད་བསམ།

ཉིན་གྲང་ཡོལ་རྒྱུ་ཅིག་དུ་ལྷོག་ལམ་ཆལ་དུ་ཡོད་པའི་བོད་སྐྱུ་ཁྲིའི་སྟེ་རུ་
འབྱོར་ནས། ཡིག་ཆ་དང་དུ་དེ་ཆོ་འབྱོར་ཡོད་ཚུལ་ཞུས་སྐྱབས། ཡིག་ཆ་དང་གི་དུང་ཡིག་
དང་འགན་འཛིན་སོགས་ལས་བྱེད་དག་གིས་དེ་ཆོ་ལྷོག་ལམ་ཆལ་དུ་འོང་གི་ཡོད་པ་
ཏ་གོ་ཡོད་ཀྱང་། ཁོ་ཆོས་དེ་ཆོ་ལ་སྟོད་གནས་དང་ཟ་མ་སོགས་གོ་སྐྱིག་བྱེད་དགོས་
པ་ཤེས་གྱི་མེད་ལ། ཁོད་ཆོ་འདི་འདྲའི་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་མ་ཐུན་རྒྱུན་སྦྲོར་ཐུབ་གྱི་
མེད་གསུངས། ད་དུང་ཁོ་ཆོའི་འགན་འཛིན་མཆོག་གིས་ད་ལ་རྒྱ་རམ་ས་ལ་ནས་ཁ་
པར་ཞིག་འབྱོར་བ་དེ་ཡིས་ནོར་གླིང་ནས་སྒྲོབ་སྐྱུག་ཁ་ཤས་ཤིག་ ལ་དྲུག་པ་སྐྱེ་རིག་
གནས་ཡུལ་སྒྲོར་དུ་ཡོང་གི་ཡོད་པས་ཁོ་ཆོར་རོགས་པ་ཞིག་གནང་རོགས་གསུངས་
པ་ཅམ་ལས་མ་ཐུན་རྒྱུན་དེ་འདྲ་སྦྲོར་དགོས་པ་གང་ཡང་མ་གསུངས་པས། དས་
བསམ་པར་རྒྱུངས་འཁོར་དང་མགྲོན་ཁང་སོགས་བཅའ་རོགས་ཡིན་པར་བསམ་

བྱང་གསུངས་ནའང་། ང་ཚོས་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་ང་ཚོར་སྒྲོར་མོ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་
སྣ་མང་ཞིག་བརྗོད་རྗེས་སུ། ཁོ་ཚོས་ང་ཚོར་སྤྱིར་རྗེ་གཞིགས་ནས་ལ་དྲགས་སུ་སྤོང་
པའི་དུས་ལུན་ནང་བོད་སྐད་ཀྱིས་སྡེ་དུ་སྤོང་ཆོག་པ་དང་། མཐུན་ཆུན་རོགས་རམ་
གང་ཐུབ་བྱ་རྒྱུའི་ཁས་ལེན་བྱས་སོང་བས་ང་ཚོའི་སྒྲོ་བ་འདི་གང་གིས་མཚོན་ཐུབ་
བཅ། ང་ཚོས་འཇུག་རིས་ཁོད་ནས་ཅ་དངོས་དག་བོད་སྐད་ཀྱིས་སྡེ་ཡིས་བཀོད་སྒྲིག་
བྱས་པའི་སྤོང་གནས་སུ་བཞག་རྗེས་ལྷོག་ལམ་ཆལ་དུ་འོང་ནས་ཟ་ཁང་ཞིག་དུ་ཉིན་
གྲང་ཟ་མ་བཟས་པ་དང་རང་དགར་སྤང་ལ་ཉལ་བ་ཡིན། ཕྱི་ལོར་ཕྱིར་བོད་ཀྱིས་དུ་
འོང་ནས་ལྷོད་ལྷོད་ངང་ཉིན་ཐོ་བྲིས་པ་ཡིན།

༥) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢༧ ཉིན།

ད་ནངས་ཞོགས་པའི་མཁའ་དབུགས་འཇམ་ལ་ཉི་འོད་ཏ་ཅང་བོ། ཚུ་ཚོད་བརྒྱད་
ཀྱི་སྟེང་ང་ཚོའི་སྤྱོད་ཤོད་པ་དགོན་ཀྱིས་ཀྱུན་བཟང་དང་མཉམ་དུ་འབྲལ་སྐྱེལ་སྐྱངས་
འཁོར་(TAXI)ཚུང་བ་གཉིས་སུ་བསྐྱད་ནས་དགོན་སྡེ་ཁ་གསལ་ལ་ལྷ་སྒྲོར་དང་རྒྱས་
ལོན་བྱེད་པར་ལམ་ལ་ཆས་པ་ཡིན།

ཐོག་མར་ང་ཚོ་གཙང་བོ་སངས་གོ་ཁ་འབབ་ཀྱི་པར་ཁ་ན་ཡོད་པའི་སྐྱག་སྐྱ་དགོན་
དུ་སོང་བ་ཡིན། དགོན་པ་འདི་རི་ཚུང་ཚུང་ཞིག་གི་སྒྲང་ན་ཆགས་ཡོད་ལ། དགོན་པའི་
མིང་ལ་སྐྱག་སྐྱ་ཞེས་ཟེར་ལ། མིང་དེ་ལྟར་འཕོད་དོན་ཡང་དགོན་པ་བཞེངས་སའི་རི་
ཚུང་འདིའི་དབྱིབས་སྐྱག་ཅིག་གི་སྐྱ་དང་འབྲ་བོ་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་ཐོགས་པར་བཤད།
ང་ཚོར་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་མཁན་དགོན་པ་འདིའི་བྲ་བ་རིག་འཛིན་རྗེ་རྗེ་ཡིན་ལ། ཁོང་

ནི་རང་ལོ་སྤྱི་ཅུའི་ནང་གི་སྤྱི་གཞི་ཞིག་རེད། ཁོས་བཤད་པ་ལྟར་ན། དགོན་པ་འདི་
ཕྱག་འདེབས་མཁན་ནི་ཆོས་རྒྱུ་གས་འཛིན་ཡིན་པ་དང་། ཕྱག་བཏབ་ནས་ད་ལྟའི་
བར་མི་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་ལྷག་འགོར་ཡོད། དགོན་པའི་མིང་ཆ་ཆང་ལ་ཐེག་མཆོག་
བདེ་ཆེན་གླིང་དང་། དགོན་པ་འདིའི་ཆོས་བརྒྱད་ནི་འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱད་དང་ནང་
རྟེན་གྱི་གཙོ་བོ་སྤྱན་རས་གཟིགས་གསུང་འབྲེན་དང་། སྤང་མ་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་ཡིན་
ཟེར་ནའང་། < < ལྷག་སྤྱད་གོན་གྱི་ཆགས་རབས > > ཞེས་པའི་དཔེ་དེབ་ཅིག་གི་ནང་དུ་
"རིའི་ཅེར་དགོན་པ་འདེབས་ན་ལེགས་ཚུལ་གསུངས་པ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ ལོར་
རིའི་ཅེར་འདིར་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བཅས་ལེགས་པར་བཞེངས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠
བར་ལོ་ ༣༧༩ སོང་" (ལོག་ངོས་ ༡༩ ན་གསལ) ཟེར་བ་ལྟར་ན་དགོན་པ་འདི་ཕྱག་བཏབ་
ནས་ད་ལྟའི་བར་མི་ལོ་ ༣༩༡ འགོར་འདུག་ཡོད་པས་ན་གང་བདེན་དཔྱད་པར་
འཆོལ།

དགོན་འདིའི་འདུ་ཁང་ནང་དུ་ཆོས་རྒྱུ་གས་འཛིན་སྐྱབས་རིམ་ཕྱོན་གྱི་སྐྱེ་
གསུང་དང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་གྱི་སྐྱབས་བརྟན། ཐང་ག་རྟིང་པ་མང་པོ། བོད་ས་མ་ཞོར་
སྟོན་དུ་བཤ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་བོད་མདོ་སྤྱད་ཕྱོགས་སུ་འབྲུལ་སྤྱད་ལ་འགྲོ་སྟོད་
ཆོག་པའི་བཀའ་ཡིག་ཁ་ཤས་འདུག ལྷག་སྤྱད་གོན་འདིའི་ནང་རྟེན་གཙོ་བོ་ནི་སྤྱན་
རས་གཟིགས་གསུང་འབྲེན་གྱི་སྐྱེ་དེ་ཡིན་ལ། སྤྱན་རས་གཟིགས་གསུང་འབྲེན་འདི་
དང་འབྲེན་བཞིག་ས་གནས་གཞན་ཞིག་ན་ཡོད་རབས་ཀྱང་བཤད་གྱི་འདུག་ཟེར།
དགོན་པའི་འདུ་ཁང་གི་ཕྱི་ནང་དང་ལམ་སོགས་ཞིག་གསོ་ལེགས་སོ་བྱས་འདུག་ལ་
དེ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྩིས་རྩེ་ཞེས་པའི་གྲྭ་མ་ཞིག་གིས་གཙོ་འགན་འཁུར་ནས་ཞིག་གསོ་

བྱས་པར་བཤད། སྟག་སྟ་དགོན་གྱི་མངལ་སྐོར་གྲུབ་རྗེས་ང་ཚོ་སྟག་སྟ་ནས་ལྷེ་བདེ་
ཕྱོགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས་པ་ཡིན།

ཞོགས་པའི་ཚུ་ཚོད་བཅུ་གཅིག་དང་སྐར་མ་བཅུ་གཅིག་སྟེང་ལྷེ་བདེ་དགོན་དུ་
འབྱོར་སོང་། དགོན་པ་འདི་སྟག་སྟ་ལས་རི་ཅུང་མཐོ་བ་ཞིག་གི་རི་ལྗེབས་ན་ཆགས་
འདུག་ལ། དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་དང་འདུ་ཁང་སོགས་རི་ཡི་སྟེང་དང་གྲུ་ཤག་ཁག་རི་
ངོས་ན་འདུག་པའི་དགོན་པ་བརྗེད་ཉམས་ལྡན་པ་ཞིག་རེད།

དགོན་པ་འདི་ཕྱག་བཟབ་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་འཁོར་ཡོད་པར་བཤད། དགོན་
པ་འདི་དང་པོ་རྒྱལ་པོ་སང་གོ་ནམ་རྒྱལ་གྱི་མཁར་ཡིན་པོད། རྗེས་སུ་རྒྱལ་པོས་ཁོང་
གི་དབུ་མ་སྟེ་མ་སྟག་ཆང་རས་པ་ཆང་ལ་ཕྱལ་བ་དེ་རིམ་གྱིས་དགོན་པར་གྱུར་བ་
ཞིག་རེད། རྒྱལ་པོ་འདི་དང་མ་སྟག་ཆང་རས་པ་གཉིས་ནི་ལ་དྲགས་པའི་ཡིག་ངག་
གཉིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཁག་གི་ནང་། རྒྱལ་པོ་སང་དང་འབྲ་བའི་སང་གོ་ནམ་རྒྱལ་དང་མ་
སྟག་དང་འབྲ་བའི་སྟག་ཆང་རས་པ་ཞེས་རྒྱང་ལྟར་གྲགས་པའི་སྟག་སང་ཁ་སློད་དེ་
མཛད་འཕྲིན་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་པའི་རྒྱབས་ཆེན་མི་སྟ་གཉིས་རེད།

ལྷེ་བདེ་དགོན་པ་འདི་དང་ཉི་མི་སུ་གཉིས་ནི་ལ་དྲགས་ཕྱོགས་ན་ཡོད་པའི་
འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་དགོན་པ་ཆེས་ཤོས་གཉིས་རེད་ལ། སྟོན་གྱི་དུས་སུ་མ་
སྟག་ཆང་རས་པ་ལོ་རེ་ཡི་རྒྱ་དྲུག་རིང་ལ་ཉི་མི་སུ་དང་། ལྷེ་བདེ་དགོན་དུ་རེས་མོས་
སུ་བཞུགས་པ་རེད། དེར་སང་མ་སྟག་ཆང་རས་པ་སྐྱེ་བྱེད་དྲུག་པ་ཡིན་ལ་ཁོང་ད་
ལྟ་ལ་དྲགས་ལུལ་ན་མི་བཞུགས་པར་བོད་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་གི་མཚན་
ལ་ངག་དབང་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་གསོལ་བར་བཤད།

སྤྱིར་སྤྱོད་བཤེས་པ་ནི་ཡུལ་གྱི་མིང་དགོན་པ་ལ་བཏགས་པ་ཞིག་སྟེ། བཤད་
ཚུལ་ལ་ཡུལ་འདིའི་མི་རྣམས་ནི་ཁ་བདེ་སྤྱོད་བཤེས་པ་མིང་དེ་ལྟར་ཐོགས་ལ། ད་ལྟ་
ཡང་ཡུལ་འདིར་ཁ་བདེ་སྤྱོད་བཤེས་པ་ཅན་གྱི་མི་མང་པོ་ཡོད་རབས་བཤད། ད་ལྟ་དགོན་
འདིར་གྲུ་བ་རྒྱུང་བ་ཞེ་ལྷ་དང་ཆེ་བ་བདུན་ཅུ་ཡོད། སྤྱིན་མ་དགོན་འདིར་སོག་དམག་
སྤེབས་སྐབས་གྲུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཉ་གོ་ནས་སྤྱང་མ་མགོན་པོར་གསོལ་བ་བཏང་དུས།
སྤྱང་མ་འེ་མདུན་གྱི་མེ་མདའ་མར་བཞགས་པས། དགོན་གཉེར་གྱི་མེ་མདའ་ཁྲེར་ནས་
སོག་དམག་(སོག་དམག་ཅེས་པ་དགའ་ལྷན་ཆེ་དབང་རབ་བརྟན་དང་ཡུ་གར་བ་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཆོལ་)
ལ་འབངས་པ་མི་ལ་མ་འཕོག་པར་པོར་བ་ལ་ཕོག་པས་སོག་དམག་གིས་དགོན་པ་ནི་
པོར་བ་ཅུ་ལས་མེད་ཀྱང་། སྤྱང་མ་ནི་གཡལ་ག་ཅུ་འདུག་ཟེར་བཞིན་དམག་བརྒྱག་
མ་ཐུབ་པར་ཕྱིར་ལོག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པར་བཤད། དགོན་འདི་དུ་བཟོད་པ་པ་ལས་
ཞེས་པ་ཐང་ག་གཙག་དུ་བ་ལ་མཁས་པའི་མི་ཞིག་གིས་བཞེངས་པའི་གཙག་དུ་བ་གྱི་
ཐང་ག་ཁ་ཤས་ཡོད་ནའང་། ཕྱི་རྒྱ་དགུ་བའི་ནང་མ་གཏོགས་མངལ་ཆོག་གི་མི་འདུག
དགོན་འདིའི་གུ་དུ་ལྷ་ཁང་གི་བཞུགས་ཁྲིའི་སྤྱིང་ན་སྤྱང་མ་འབྲུག་ཆེན་པའི་སྐུ་བར་ཆེན་
པོ་ཞིག་བཞག་འདུག་ལ། ཁོང་ནི་མཆོ་བསྐྱེད་བོད་པ་ཞིག་གི་བྱིས་དུ་འཁྲུངས་པ་དང་།
ཁོང་ད་ལྟ་བུངས་དཀར་དང་ལྷ་ན་ལེ་ཡི་བར་ན་སྤྱོད་འཆམ་ལ་ཐེབས་བཞིན་འདུག་ཚུལ་
བཤད། ཡིན་ནའང་དགོན་པའི་འདུ་ཁང་ནི་དེ་འདྲའི་རྩིང་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ་མི་ལོ་ལྷ་
བརྩའི་ལོ་རྒྱུས་ཅུ་ལས་མི་འདུག

སྤྱིར་དགོན་པ་འདིའི་ཕྱིར་བཞེངས་དབྱིབས་གྱི་བཀོད་པ་ནི། བོད་དུ་ཡོད་པའི་
དགོན་པ་བདེ་ཆེན་ཆོས་དགོན་ལ་དཔེར་སྤངས་པ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱིན་གྱི་དུས་སུ་

དགོན་འདིའི་གྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་བོད་དུ་ཡོད་པའི་བདེ་ཆེན་ཆོས་འཁོར་དགོན་ལ་སློབ་
གཉེར་དུ་མེབས་པ་རེད་ཅེས་དགོན་འདིའི་གྲ་དག་དབང་ཆོས་འབྱོར་གྱིས་འགྲེལ་
བརྗོད་གནང་བུང་། ད་དུང་ཁོང་གིས་ལ་དྲགས་སུ་ཡོད་པའི་དགོན་པ་མང་ཆེ་བའི་
ཆགས་ཡུལ་རི་ཅི་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དགོན་པའི་ཁོང་ཡུག་གཙང་དག་ཡོང་
བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལ། གཞན་ཡུལ་འདིར་མཆོད་རྟེན་མང་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་
སྟོན་གྱི་དུས་སུ་མི་སུ་དང་གང་གི་ཉེས་པ་བསགས་པའི་ཉེས་ཆད་དུ་མཆོད་རྟེན་རེ་
བཞེངས་སུ་བཅུག་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་རྒྱལ་པོའི་ཡབ་ཡུམ་སོགས་ཀྱི་སྐུ་འདས་
སྐལ་བ་དག་བསགས་སུ་ཡུལ་མི་དག་གིས་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་པའི་སྟོབ་ཡོད་པའི་
རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་ས་འདིར་མཆོད་རྟེན་མང་བ་ཡིན་པར་གསུངས། དགོན་འདིའི་ཐོག་མའི་
མང་གཞི་བྱེད་ས་ནི་ཁྲ་མ་ལྷ་ཁང་ཞེས་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་ཉིད་ཡིན་པར་བཤད་ལ། འདིའི་
ནང་ཁྲ་མ་ཁག་གི་སྐུ་གཤུང་དང་གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲེགས་བཅ་མང་པོ་འདུག འདིའི་སྒྲིའི་
གཡས་ཕྱོགས་ན་ཕུག་རྗེས་སའ་ཡོད་པའི་རྫོ་ལོག་ཅུང་རིང་པོ་ཞིག་འདུག དགོན་པ་
འདིར་དོ་སྤང་ཆེན་པོས་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་བལྟ་འདོད་ཡོད་པ་ཞིག་ནི་འདུ་ཁང་སྟོང་གི་
གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་རྒྱང་རྒྱང་དེ་རེད། དེ་ཏ་ཅང་གཙང་ལ་གྲལ་འགྲིག་
པའི་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་ཞིག་གི་ཁྱད་ཆོས་མེད་ནའང་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐང་ག་རྟིང་པ་
དང་ལག་གིས་བྱས་པའི་ཆོས་དཔེ་མང་པོ་དང་། ར་དུང་སྐབ་གསུམ་སོགས་ཆོས་
ཕྱོགས་ཀྱི་ཡོ་ཆས་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་འདུག་ལ། མདའ་གི་མདུང་གསུམ་དང་ཐབ་ཆས་
སྐྱ་གསུམ་སོགས་ཏ་ཅང་རྟིང་པ་ཡིན་པའི་དངོས་རྩས་ཅི་སྟེད་ཅིག་འདུག་པ་དེ་དག་
རེད། ཡིན་ནའང་ཡིད་པངས་པ་ཞིག་ལ་དངོས་རྩས་སའ་མེ་ཆེ་ཞིག་དུས་རབས་ག་

ཆོད་ནང་ཡིན་མིན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་གསལ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་མེད་པ་དང་། འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་མཁན་དགོན་འདིའི་གྲུང་ག་དབང་ཆོས་འབྱོར་ལའང་འགྲེལ་བཤད་རབ་རིབ་ཅིག་ལས་མེད་པ་དེ་རེད། དགོན་འདིར་ལྟ་སྐོར་གྲུབ་མཆམས་སྲུང་ཆོས་དགོན་འདབས་ནས་མཉམ་པར་སོགས་པར་མང་པོ་སྤངས་ཤིང་། ང་ཆོ་བཀ་ཐོག་དགོན་སྤྲལས་སྲུང་མ་ལ་ཆས་པ་ཡིན།

ཉིན་གུང་ཆུ་ཆོད་གཅིག་དང་སྐར་མ་ལྔ་རུ་ང་ཆོ་བཀ་ཐོག་དགོན་དུ་འབྱོར་ཡང་དགོན་གཉེར་མི་འདུག་པས་ང་ཆོས་དགོན་འདབས་ཀྱི་ཆུ་མིག་འགྲམ་ནས་གྲུང་ཟས་ལ་རོལ་བ་ཡིན། སྤྱིར་དགོན་པ་འདི་ནི་ལྷེ་བདེན་ས་སྤྱི་ལེ་གཉིས་ལྷག་གི་སར་ཡོད་ལ། འདུ་ཁང་དང་ལྷ་ཁང་དག་ནི་བྲག་ཐེམ་རྩུང་རྩུང་རེ་ཡི་སྤྱོད་དང་རྒྱབ་ཀྱི་ཅིག་ངོས་བྲག་ལ་གཏད་ཡོད་པ་ཤིང་སྤྲལ་རེད།

དེ་ཤིང་ནས་དགོན་འདིའི་གྲུང་བཤད་སྤྱབ་ངེས་དོན་ཟེར་བ་ཞིག་སྤྲེལ་སོང་ཡང་ཁོང་ནི་དགོན་གཉེར་མིན་པས་ལྷ་ཁང་ཁག་གི་སྒོ་འབྲེད་ཐབས་མ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་ཁོང་གིས་ང་ཆོར་དགོན་འདིའི་བྱང་རབས་འདི་ལྟར་ངོ་སྤྲོད་གནང་བྱུང་། དགོན་པ་འདི་ནི་རྟིང་མ་པའི་གྲུབ་མཐའ་འདི་སྤྱོད་མཁན་ཞིག་དང་ད་ལྟ་དགོན་འདིར་གྲུབ་པ་ལྔ་བཅུ་ཡོད། སྤྱི་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་བཅུ་གསུམ་པའི་ནང་གྲུབ་ཐོབ་བསྐྱེད་ལས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ལྔ་དང་བཅས་གནས་འདིར་སྒོམ་བརྒྱབ་པ་ཡིན། བརྒྱ་ལྷག་བཅུ་ལྔ་པའི་ནང་ཀུན་དགའ་དུན་ཆོགས་ཟེར་བའི་ཆོས་སྒོན་ཞིག་གིས་དགེ་འདུན་གྱི་སྤེ་ཐོག་མར་བཅུགས་པ་ཡིན། ཁོང་ནི་རྒྱལ་པོ་འཇམ་དབྱངས་ནམ་རྒྱལ་དང་སང་གེ་ནམ་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་སྒོན་པོ་ཡིན། ཤིང་སྤྱོད་ཀྱི་ལུང་ལ་ཁང་ཆོན་དུ་སྤྲུག་གཤེགས། དེའི་ཤིང་སྤྱོད་པ་སྒོམ་དཔོན་

དཔལ་འབྱོར་བོད་དུ་ཕེབས་ནས་དོ་བྲག་རིག་འཛིན་ཆེན་པོའི་བྱང་དུ་ཀུན་དགའ་ཕྱན་
 ཆོག་གི་ཡང་སྤྱད་བཅའ་དུ་སོང་ཡང་། ཁོང་གི་ཡང་སྤྱད་མི་རྙེད་པས་དོ་བྲག་རིག་
 འཛིན་ཆེན་པོས་སློབ་དཔོན་དཔལ་འབྱོར་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོང་གི་ཆབ་བྱས་ནས་དཔོན་
 པ་བསྐྱུང་དཔོན་པའི་བཀའ་བསྟུལ་ཏེ། སྐུ་མ་ཀུན་དགའ་ཕྱན་ཆོག་གི་ཕྱག་དཔེ་
 སོགས་ཁོང་ལ་གནང་བས་ཁོང་གིས་བསྐྱུངས། དེའི་རྗེས་སྐྱོང་པ་སློབ་དཔོན་ཚུལ་
 བྱིས་པ་ཕྱན་ཆོག་གིས་བསྐྱུངས། དེའི་རྗེས་སུ་པར་ཏ་ཞེས་པ་སྐྱ་སྟན་སྐར་ཅེས་
 སོགས་ལ་མཁས་པའི་མི་ཞིག་གིས་བསྐྱུངས། དེའི་རྗེས་སྐྱོང་པ་སློབ་དཔོན་བསྟན་པ་
 དར་རྒྱས་ཞེས་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་ཁམས་ཕྱོགས་ནས་བཀའ་བསྟན་སོགས་གདན་
 བླངས། དེའི་རྗེས་སྐྱོང་པ་སློབ་དཔོན་དོན་འབྲུག་དོན་ལྡན་གསེར་ཟངས་ཀྱི་གྲུ་དུ་
 མཚན་བརྒྱན་དང་སྐྱབ་པ་དཀའ་བརྒྱན་གྱི་ཐང་ག་དགུ་བཞེངས་ནས་དཔོན་འདིར་
 གདན་བླངས། དེའི་རྗེས་སློབ་དཔོན་པ་སྐྱ་ཆོས་ལུན་གྱིས་ཅེ་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེ་ས་འདིའི་
 དཔོན་བདག་ཏུ་གདན་བླངས། ཁོང་ནི་བོད་ས་ཡོངས་སུ་ཤོར་རྗེས་རྟ་སར་བཞུགས་
 ཡོད་པའི་དུས་སུ་གདན་བླངས་པ་ཡིན་ལ། ད་ལྟ་ཁོང་སིམ་ལར་བཞུགས་ཡོད། ཁོང་
 གི་མཚན་ཡོངས་ལ་བཤད་སྐྱབ་སྟེང་བཅུད་འཕྲིན་ལས་བཟང་པོ་ཞེས་གསོལ་བས་
 དཔོན་འདིའི་གྲུ་བ་མང་ཆེ་བའི་མིང་ལ་བཤད་སྐྱབ་ཟེར། དེ་ནི་ཁོང་གི་མཚན་གྱི་ཆ་
 ཤས་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ཟེར། དཔོན་པ་འདི་ལ་དྲགས་སུ་ཡོད་པའི་རྙིང་མ་པའི་
 དཔོན་པ་ཆ་ཤོས་དེ་རེད་འདུག།

དཔོན་འདིའི་ཉེ་འདབས་ན་གསེར་གྱི་ཞེས་པའི་གྲོང་ཆོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་དཔོན་
 འདིའི་སློབ་དཔོན་དཔལ་འབྱོར་འཁྲུངས་ཡུལ་ཡིན་པར་མ་ཟད། ད་ལྟ་ལ་དྲགས་པའི་

ཅིག་བཟོ་ཆེད་མཁས་པར་གྲགས་པའི་དགོན་བསོད་ནམས་དཔལ་རྒྱལ་ཟེར་བ་ཞིག་
ཡོད་པ་གོ་ཐོས་བྱུང་བས། ང་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་ཁོང་གི་ཁ་ཕྱོགས་ཆེད་དུ་གསེར་སྤྲོད་
ཆོ་རུ་བསྐྱར་བ་ཡིན། རྒྱུ་ཆོད་གསུམ་དང་སྐར་མ་གསུམ་ལ་ང་ཚོ་ཁོང་གི་བྲིས་དུ་
སྤེལ་སོང་། ཁོང་ནི་མི་ལོ་བདུན་ཅུ་ལྷག་བརྒྱལ་བའི་མི་རྒན་ཞིག་ཡིན་ཡང་གཟུགས་
གཞི་ཉ་ཅང་བདེ་ཐང་དང་སྤྲ་ལྷེ་དག་པའི་རྒན་པོ་ཁ་སངས་པོ་ཞིག་ཡིན་པས། ང་ཚོས་
ལ་དྲུག་པ་ལྟལ་གྱི་ཅིག་བཟོའི་སྐོར་ལ་གང་བྱིས་ཐམས་ཅད་ཁོང་གིས་དགའ་བའི་ངང་
ལན་འདེབས་བྱས་བྱུང་བས་ང་ཚོ་ཁོང་གི་བྲིས་དུ་བཅར་བ་ཡང་དོན་སྤྲོད་ལྷན་པ་ཞིག་
ཏུ་གྱུར་སོང་།

དེ་ནས་བྱི་བོ་རྒྱུ་ཆོད་བཞི་དང་སྐར་མ་བཞི་བཅུ་རུ་ང་ཚོ་ཞིག་སེ་དགོན་དུ་འབྱོར།
དགོན་འདིའི་བྱིའི་བཞེངས་དབྱིབས་ནི་ང་ཚོའི་པོ་བྲང་པོ་རྒྱ་ལ་དང་ཉ་ཅང་འདྲ་པོ་འདུག
དེ་ལ་ངག་རྒྱུ་གྱི་བཤའ་བ་ཡང་འདི་འདྲ་ཞིག་མཆིས་ཏེ། ཐོག་དང་པོ་འདི་ནི་དགོན་
པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རིག་པ་མགོན་གྱིས་མཁར་ཡིན་པ་དང་མཁར་འདི་མ་བཞེངས་
སྟོན་མི་ཞིག་ལྟ་ས་རུ་སོང་ནས། པོ་བྲང་པོ་རྒྱ་ལའི་དཔེ་དབྱིབས་པགས་པ་ཞིག་ཏུ་
བྲིས་ནས་ཁྲིམ་འོང་བ་ལམ་ཐག་རིང་བས་རྒྱུན་གྱིས་པགས་པ་གཉེར་བཀུག་བྱུང་སྟེ་
དཔེར་རིས་ཀྱང་རབ་རིམ་ཏུ་སོང་བས་པོ་རྒྱ་ལ་དང་ཅུང་འདྲ་བ་ཞིག་ལས་བཞེངས་མ་
ཐུབ་པར་བཤའ། དགོན་འདི་དགོ་ལུགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་མཁན་ཞིག་ཡིན་
པར་མ་ཟད། ལ་དྲུག་པ་ལྟལ་གྱི་དགོ་ལུགས་པའི་མ་དགོན་ལྟ་བུ་རེད་འདུག དགོན་
པའི་ཡིག་ཆ་དང་ནས་བྲུ་བ་རྒན་པ་ཞིག་གིས་ང་ཚོར་དགོན་པ་འདི་རྩོད་བྱས་པ་ལྟར་
ན། དགོན་པ་འདི་ནི་རྗེ་ཙོང་ཁ་པའི་སྟོབ་མ་བསྟན་པ་ཕྱོགས་མཐར་སྐྱོང་བའི་དར་ཆེན་

དུག་གི་ནང་གསེས། གྲོང་བྱང་སེམས་ཤེས་རབ་བཟང་པོའི་སློབ་མ་དཔོན་དཔལ་ལྷན་
ཤེས་རབ་གྲིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༧ ཁྱིམ་སེ་དཔོན་འདི་དང་སྐྱལ་མའི་དཔོན་པ་གཉིས་
ཕྱག་བཏབ་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ལ། དཔོན་འདིའི་མཆོན་འདོགས་སྐྱངས་ཀྱང་གོང་
གི་བྲ་བ་ཁོང་གིས་གསུངས་ན། དཔོན་དཔལ་ལྷན་ཤེས་རབ་གྲིས་སྐྱལ་མའི་དཔོན་ནས་
ཚུ་གཏོར་གཏོར་བ་པོ་རྒྱུ་ཅིག་གིས་ཁུར་ཏེ། རི་པོ་འདིའི་ཅེ་རུ་ཁྱིམ་དོ་ཞིག་ཡོད་པ་
དེའི་སྟེང་ཁྱིམ་སེ་བཞག་པས་ཁྱིམ་སེ་དཔོན་པ་ཞེས་མིང་ཐོགས་པ་དང་། ད་ལྟ་དཔོན་
པ་འདིར་བྲ་བ་བརྒྱ་ལྷག་བཞུགས་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དང་མཉམ་དུ་ཁྱོད་ཆོས་ཞིབ་
པར་ཤེས་འདོད་ན་ང་ཆོའི་དཔོན་པའི་བླ་གནས་ལ་གཟིགས་ཞེས་བྱ་བྱང་www.thik-
sey-monastery.orgཞེས་པ་འདི་ཡང་གནང་བྱུང་།

གཞན་གཤམ་ས་ཆེན་པོ་བཟུ་ཤིས་ལྷན་པོའི་དཀའ་ཆེན་དགེ་བཤེས་དཀའ་ཆེན་
སློ་བཟང་བཟོད་པ་མཆོག་གིས་བརྩམས་པའི་ < < ཁྱིམ་སེའི་དཔོན་པ་ཚུལ་ཁྱིམས་
ནས་དག་གླིང་ > > ཞེས་པར་རྗེས་སུ་དཔོན་མིང་ལ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་ཐོགས་པར་
བྲིས་ཡོད་དེ། “རྒྱལ་པོ་སློ་གྲོས་མཆོག་ལྷན་དང་སློན་པོ་བཅས་ཀྱིས་སློ་མར་བཀུར་ཏེ་
དད་གུས་ཆེད་མེད་བཞིན། ཟངས་དཀར་དང་རུབ་རྩ་སོགས་ལ་དྲགས་ཁུལ་གྱི་བྲ་བ་
ཡོད་རིགས་བསྐྱུས་ནས་དབྱར་དགུན་གྱི་ཆོས་ཐོག་བཙུགས། དུས་སྐབས་ཤིག་དགེ་
འདུན་ཁྱིམ་ཡོང་དུ་ཉེ་བ་འདྲུ་བས་ན་ཁྱིམ་ཆོགས་དཔོན་པ་ཞེས་པའི་མཆོན་ཡང་ཐོགས།
སྤར་ལོ་རྩ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར། དཔོན་པའི་མཆོན་ལ་ཁྱི་
ཆོགས་ཚུལ་ཁྱིམས་ནས་པར་དག་པའི་གླིང་ཞེས་བརྗོད་དོ།” (ལ་དྲགས་ཀྱི་ལོ་དེབ་ <<ཤེ་
ར་བ>> སྤྱིའི་དེབ་གངས་བརྒྱད་པའི་ཤོག་ངོས་ ༧ ན་གསལ།) ཞེས་པར་བལྟས་ན་སྤར་ནས་

བཟུང་དགོན་པ་འདི་འཆད་ཉན་དང་གྲ་བའི་གངས་ཀ་གང་ཐད་ནས་ཀྱང་ལ་དྲགས་
ཁུལ་གྱི་དགོན་པ་གཞན་དག་ལས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ།
སྤྱིར་དགོན་པ་འདི་ལ་དྲགས་པའི་དགོན་སྡེ་གཞན་དག་ལས་ཀྱང་ཕྱིའི་བཞེངས་བཀོད་
བརྩེད་ཉམས་ཀྱིས་སྤྱག་པར་མ་ཟད། ལྷ་ཁང་ཁག་གི་ནང་གི་བཀོད་པ་གཙང་ཉམས་
ལྷན་ལ། བྱུང་བར་དགོན་འདིའི་བྱམས་ཁང་ཆེན་མོ་དང་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་གཉིས་ནི་
ཡུལ་སྐོར་བ་སོགས་འགྲུག་བྱེད་ཀྱི་རིག་དངོས་རྩ་ཆེ་ཤོས་གཉིས་རེད་དོ།

དེ་ནས་ཕྱི་ཤིང་ཆུ་ཆོད་ལྷ་དང་སྐར་མ་ཞེ་ལྷ་རུ་ཤེལ་མཁར་དུ་འབྱོར་སོང་།
མཁར་འདིའི་མདུན་ཐད་སྟོན་ཆད་མཆོ་ཡིས་བཀང་ཡོད་པས་མཁར་འདི་ནི་ཤེལ་སྟོང་
ནང་བལྟས་པ་བཞིན་ཡོད་པས་ཤེལ་མཁར་ཞེས་ཐོགས་པའི་བཤའ་རྒྱུན་ཞིག་མཆིས།
སྟོན་ཆད་མཁར་འདི་རྒྱལ་པོ་བདུད་འདུལ་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་མཁར་ཡིན་ལ། མཁར་འདི་
བཞེངས་ནས་ད་ལྟའི་བར་མི་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་འགོར་འདུག དང་ཐོག་མཁར་འདི་
རྒྱལ་པོས་སྐྱ་མ་སྟག་ཆང་རུས་པ་ཆང་ལ་སྤུལ་རུང་སྐྱ་མ་མ་བཞུགས་སྟབས་རྗེས་
སུ་སྐྱ་མ་འབྲུག་ཆེན་པ་ལ་སྤུལ་འདུག ད་ལྟའི་ལྷ་ཁང་འདི་དང་འདིའི་ནང་རྟེན་གཙོ་བོ་
སྟོན་པའི་སྐུ་བརྟན་དང་མཆོད་རྟེན་སོགས་ནི་རྒྱལ་པོ་སེང་གེ་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་མ་ཡུམ་
འདས་པའི་དགོངས་རྒྱུགས་ཀྱི་དགེ་ཅར་བཞེངས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་སེང་གེ་རྣམ་རྒྱལ་
དང་བདུད་འདུལ་རྣམ་རྒྱལ་གཉིས་སྟན་མཆེད་ཡིན་ཟེར། ང་ཚོར་འབྲེལ་བཤའ་རྒྱག་
མཁན་ནི་གྲ་བ་རྒན་པ་ཞིག་ཡིན་ལ་ཁོང་གི་མཆན་ལ་ངག་དབང་བཟང་པོ་ཟེར། ཁོང་
གིས་ང་ཚོར་ཁོའི་བཤའ་བ་དག་ནི་ཁ་རྒྱུན་གྱི་བཤའ་བ་ཙམ་ཡིན་པས་ཡིད་བརྟན་
ཆེན་པོ་བྱ་རྒྱུ་མེད་པར་གསུངས། ལྷ་ཁང་འདིར་ཞབས་བརྟན་སོགས་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་

མཛད་སྒོ་ཅི་ཡོད་སྐབས་ལ་ཉིས་མིས་དགོན་ནས་བྲ་བ་ཆེད་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་འདུག
གཞན་སྡེ་དུས་མཁར་འདིའི་མདུན་ཐད་དུ་ཡོད་པའི་མཚོ་དེ་ལ་བཤད་རྒྱུ་གཞན་
ཞིག་ཡོད་པ་ནི་རྒྱལ་པོའི་བཙུན་མོའི་བཞིན་རས་བཏུ་བྱེད་ཀྱི་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་གི་ཆབ་
དུ་བྱས་པས་ཤེལ་མཁར་ཞེས་བཏགས་པའི་བཤད་སྲོལ་ཞིག་དང་གཞན་ཐོག་དང་
པོར་མཁར་བཅུགས་ཡུལ་ནི་བྲག་རི་ཤེལ་འབྲ་བ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ཡང་ཐོགས་
པར་བཤད་དོ།

4) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༩ ཆེས་ ༢༢ ཉིན།

ཞོགས་པའི་དུས་ཚོད་བརྒྱད་ཀྱི་ཐོག་ང་ཚོ་སྤྲ་གཏོང་རྒྱངས་འཁོར་ཚུང་བ་གཉིས་
སུ་བགོས་ནས་འབྲུལ་བཞུད་ཀྱི་གོམ་ཁ་ཉིས་མིས་དགོན་པའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱར་བ་
ཡིན། ལམ་སྐབས་ནས་ང་ཚོས་བོད་བཅན་པོའི་སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་སྤྱི་དང་ཁྱད་
པར་དམག་གི་སྟོབས་སྤྲུག་སོགས་ལ་སྐྱེད་མོལ་བྱས་པ་ཡིན། དེའི་སྐབས་ཀྱི་བོད་
བཅན་པོའི་དམག་འཁྲུག་རྒྱུ་སྤངས་ནི། ཁོ་ཚོས་ཆ་གང་དུ་སྟེབས་ན་དེ་ཡི་རྒྱ་ཁོར་
སོགས་བཅན་བཟུང་གིས་གཞིས་ཀ་ཆགས་ཞོར་དང་དམག་འཁྲུག་རྒྱུ་ཞོར་གྱིས་
བོད་བཅན་པོའི་མངའ་ཐང་རྒྱ་བསྐྱེད་པ་རེད།

གཞན་དེའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་བ་ལ་དམག་གི་སྟོབས་སྤྲུག་ཆེར་མེད་ཀྱང་སྤྱི་
ཅུལ་བཟོ་བཀོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ངོས་ཐད་ནས་སྐྱེད་ན་དངོས་གནས་འགན་ཁུངས་བ་
ཞིག་རེད། དུས་སྐབས་དེ་གར་བཞེངས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། བཞོས་བྲིས་རི་
མོ། ལྷག་པར་དུས་དེ་གའི་ལྷ་མེས་སུ་བཞེངས་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་ཨ་ཅི་ཏ་(Ajanta)དང་།

ཨེ་ལོ་ར་(Ellora)སོགས་གྲིས་འབྲེལ་བཤད་དང་ཁ་གྲགས་གི་འདུག་པ་སོགས་
ཐོགས་ཡང་མར་གྱི་སྐད་ཆ་འདྲ་མིན་བཤད་བཞིན་ཉིས་མེས་དགོན་དུ་འབྱོར། ཐོག་
མར་ང་ཆོ་གུ་རུ་ལྷ་ཁང་དུ་མཇུག་བར་བྱིན་པ་ཡིན། ལྷ་ཁང་འདི་ནི་བྱི་ལོ་ ༡༩༤༣
ལོར་གསར་དུ་བཞེངས་པའི་ལྷ་ཁང་གསར་པ་ཞིག་རེད། སྤྱིར་དགོན་པ་འདིའི་མིང་གི་
ཐོགས་སྐད་ས་ནི་དགོན་འདི་ཆགས་ཡུལ་གྱི་ཁོར་ཡུག་གི་ས་དབྱིབས་དེ། བོད་ཡིག་
གི་ཉི་གཟུགས་སུ་ཡོད་པས་མིང་དེ་ལྟར་ཐོགས་པར་གསུངས།

དགོན་འདི་ནི་བྱི་ལོ་ ༡༥༣༦ ལོར་སྐྱབ་ཆང་རས་པ་སྐུ་བླེང་དང་པོ་ཤ་མོན་ཐང་
ངག་དབང་རྒྱ་མཆོས་བྲལ་བཏབ་པ་དང་། ཁོང་གི་འཁྲུངས་ཡུལ་ནི་འབྲུག་ཡུལ་ནས་
ཡིན་པར་གསུངས་མཁན་དང་གཞན་བོད་ཀྱི་ལྷོ་ཁ་ཙ་རི་ནས་ཡིན་པར་གསུངས་
མཁན་གྱི་རིགས་གཉིས་མཆིས། ད་ལྟ་ཟླ་བ་གཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཅིག་བཞུགས་འདུག་
ལ། དགོན་འདི་བཞེངས་མཁན་གྱི་བཙུན་པའི་ཡུལ་འདྲིར་མིང་དུ་གྲགས་པའི་ཅིག་བཙོ་
མཁས་པ་བཙོ་བ་དཔལ་ལྷེ་ཞེས་པ་དེ་དང་། སྤྱིན་བདག་ནི་རྒྱལ་པོ་སངས་ཤིན་མུ་རྒྱལ་
ཡིན་པར་བཤད། དགོན་འདིའི་ནང་ཉེན་གཙོ་བོ་སྟོན་པའི་སྐུ་བརྙན་དང་། སྐབས་
མགོན་རྒྱལ་སྤུས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་སྤྱིན་བདག་བྲས་ཤིང་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་གསེར་དཔལ་
ལས་བྲས་པའི་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་ཐང་ག་ལོ་བཅུ་གཉིས་མཆོམས་སུ་ཞལ་ཐང་བྲེས་
ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། གཞན་བཀའ་ཐང་གསེར་བྲིས་མ་དང་སྒྲོལ་མ་གསུང་འབྱོར་མ།
དཔལ་གྱིས་བཞེངས་པའི་སྐྱབ་ཆང་རས་པ་སྐུ་བླེང་གོང་མའི་སྐུ་གདུང་སོགས་བྱིན་
རྒྱབས་ཅན་མང་པོ་བཞུགས།

དགོན་པ་འདིའི་ལྷ་ཁང་པལ་ཆེ་བའི་ནང་ལ་མཇུག་དུས་ཉ་ཅང་རྙིང་པ་ཡིན་པའི་

ཉམས་སྒྲིབ་ཞིག་བཅོས་མིན་དུ་སྒྲིམ་རུང་། དགོན་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རྫོ་ཐེམ་
གཡོན་ཞབས་ཀྱི་ཕྱོགས་ན་ཡོད་པའི་དབྱིན་ཡིག་གི་ཐེབས་བྲིས་ཤིག་གི་ནང་དུ་ཕྱི་ལོ་
༡༧༠༣ ལོར་གསར་བཞེངས་བྱས་ཞེས་བྲིས་འདུག དེ་ལྟ་ན་འདྲ་དགོན་པ་འདི་དང་
མོར་རྒྱལ་པོ་མེང་གི་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་སྦྱིན་བདག་བྱས་ནས་བཞེངས་པར་བཤད་པ་དེ་
བསམ་ན། དེ་ལས་སྔ་བ་ཞིག་ངས་པར་ཡིན་དགོས་ཏེ། རྟོག་མཁར་དུ་ཡོད་པའི་ལ་
དུགས་རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱོན་གྱི་མཚན་བྱང་དང་ལོ་ཚིགས་བསྒྲིགས་ནས་བཤམས་
བཀོད་བྱས་པ་ཞིག་ན་འདི་ལྟར་བཀོད་འདུག་སྟེ།

A Chronological order of Namgyal Dynasty

No Rulers of Ladakh Dates

1. Skid-De Nyi-mam Gon 0975-0990 (AD)
2. Lha-Chen dPal-gvi mGon 0990-1020
3. Gro-mGon-Chos-mGon 1020-1050
4. Lah-Chen Grogpa lDe 1050-1075
5. Lha-Chen Bvang-Chub Sems-pa 1075-1100
6. Lha-Chen rGyal -Pa 1100-1125
7. Lha-Chen Ot-pa-llaha 1125-1150
8. Lha-Chen Nag-Lug 1150-1175
9. Lha-Chen dGe dhe-dGe-Bum 1175-1200
10. Lha-Chen Jo-rDor 1200-1230
11. Lha-Chen bTa-Shs mGon 1230-1265
12. Lha-Chen Lha-rGyal 1265-1275
13. Lha-Chen Jo-dPal 1275-1300

14. Lha-Chen dNga-drub mGon 1300-1325
15. Lha-Chen rGyal-bu Rin-Chem 1325-1350
16. Lha-Chen Shes-Rab 1350-1375
17. Lha-Chen Khri-grzng Lbe 1375-1400
18. Lha-Chen Drags-pa ‘Bum-lde’ 1430-1455
19. Lha-Chen bl-o-gRos mCho-IDon 1455-1475
20. Ba-rGon Lha-Chen RinChen rNam-rgyal 1475-1500
21. bKra-Shis rNam-rgyal 1500-1532
22. Tshe-dbyang rNam-rgyal 1532-1560
23. Jam-dbang rNam-rgyal 1560-1590
24. Sengge rNam-rgyal 1590-1620
- 26 bDel-ldan rNam-rgyal 1620-1645
26. De-leg rNam-rgyal 1645-1680
27. Nyi-ma rNam-rgyal 1680-1720
28. bDe-skyong rNam-rgyal 1720-1740
29. Phun-tshog rNam-rgyal 1740-1760
30. Tshe-bdang rNam-rgyal 1760-1780
31. Tshe-bdang rNam-rgyal 1780-1790
32. Tshe-tan rNam-rgyal 1790-1830
33. Tshe-bdang Rabs-stan rNam-rgyal 1830-1834
34. Jig-med rNam-rgyal 1834-1873
35. So-nam rNam-rgyal 1873-1896
36. Jig-med Da-dul rNam-rgyal 1896-1946
37. Dkun-bzang rNam=rgyal 1925-1974
38. Jig-med dbang-chuk rNam-rgyal 1966
39. Bstan-rdzin jig-med rNam-rgyal 1997

འདི་ལ་གཞིགས་ན་དགོན་པ་རང་གི་དབྱིན་ཡིག་ལྟེན་པ་གིས་མ་དེ་ལས་ཀྱང་
རིང་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པར་འདོད།

སྤྱིར་ཉིས་མིས་སུ་དགོན་པ་འདི་ནི་ལ་དྲགས་ལུལ་གྱི་དགོན་སྡེ་གཞན་དག་ནང་
བཞིན་རི་སྒང་དང་རི་ལྟེན་པ་ཆགས་ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ལུང་བ་རྩུང་རྩུང་
ཞིག་གི་ལུང་མདོའི་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉིན་ངོས་ན་ཆགས་འདུག། ད་དུང་དགོན་པ་
གཞན་དག་དང་མི་འབྲས་ཞིག་ནི་དགོན་པ་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་། རྟེན་དངོས་ཀྱི་འབྲས་
པར་སོགས་གང་དགོས་སྟེ་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་རེད། ང་ཚོ་འདིར་འབྱོར་དུས་སུ་དགོན་པ་འདི་
གར་འཆས་ཀྱི་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་འདུག་པས་གྲ་མང་བྲེལ་ལ་འཆབ་འཆུབ་བྱེད་ཀྱི་འདུག
དགོན་པ་འདི་ནི་འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱོང་མཁན་ཞིག་རེད།

ལ་དྲགས་ལུལ་གྱི་དགོན་སྡེ་དག་པོ་དེ་ཀྱི་དགོན་པ་དག་དང་རྩུང་མི་འབྲས་ཉམ་
ཅིག་ཡོད་པ་ནི། ཅིག་ལྟེན་པ་ཀྱི་ངོས་སམ་གསེང་དུ་གོ་ཐུས་བརྒྱབ་ཡོད་པའི་མ་ཉི་
འཁོར་ལོ་རྩུང་རྩུང་ཁ་གསལ་བཞག་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་མང་ཤོས་ཞིག་ལ་སྐྱོར་བྱེད་
ཀྱང་གོ་བའི་གསེབ་ན་ལག་པ་འཇུ་སའི་སྐྱོར་ཐག་ཐུང་དུ་རེ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་དགོན་
འདིའི་ལྷ་ཁང་མང་དག་ཅིག་ཉམས་གསོ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག། ང་ཚོ་དགོན་འདིའི་ནང་རྟེན་
གཙོ་བོ་དག་བཞུགས་སའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་ཏུ་མཇུག་པར་སོང་བ་ན། དགོན་འདི་ལྷག་
འདེགས་མཇུག་མཁན་སྐྱེས་སྤྱུག་ཆོང་རས་པའི་སྐྱེ་བརྒྱན་རྒྱ་དཔལ་གྱིས་བཞེངས་པ་
ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་དབུ་ལ་ཁ་ཆེའི་ལྷ་མོ་འབྲས་བཞིག་མན་བས་ཡོད་པའི་སྐྱེ་བརྒྱན་ཆེན་པོ་
ཞིག་འདུག། ཁོང་གི་དབུ་ལ་ཁ་ཆེའི་ལྷ་མོ་འབྲས་ཞིག་མན་བས་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཐང་ལ་
བཞག་ཚུལ་འདི་འབྲས་ཞིག་མཆིས། དེ་ནི་སྤྱུག་ཆོང་རས་ཁོང་རང་གི་སྐྱེ་མའི་བཀའ་

བཞིན་ཨོ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ་ཏེ་ད་ལྟའི་ཨོ་རྒྱན་གྱི་སི་ཐན་(Afghanistan)ཡུལ་དུ་གནས་
སྐྱོར་ལ་མེད་ས་སྐྱབས་མེད་ས་ལས་བདེ་ཕྱིར་དུ་མན་བས་པ་དེ་ཉིད་ལྟར་བཞེངས་པ་
ཞིག་ཡིན་ཚུལ་བཤད། ལྷ་ཁང་འདིའི་ནང་དགོན་པ་རང་གི་ནང་རྟེན་གཙོ་བོ་སྐྱེལ་མ་
གསུང་འབྲེན་སོགས་རྟེན་གྱི་གཙོ་བོ་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་འདིར་འདུག

གཞན་དགོན་འདིའི་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་དུ་ཡོད་པའི་སྐུ་བརྟན་དག་ནི་དགོན་པ་
རང་གི་ལྷ་ཁང་དང་དགོན་སྡེ་གཞན་དག་ནང་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་དག་དང་མི་འབྲུ་བར་
བལ་ཡུལ་དང་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་བའི་ལྷ་ཁང་ཁག་དང་། ཉིན་རྒྱའི་ལྷ་ཁང་དག་གི་ནང་ན་
བཞུགས་ཡོད་པའི་སྐུ་བརྟན་ཆོ་དང་ཆ་ཡོངས་སུ་འབྲུ་བོ་ཡོད་པ་འདི་ཡང་དམིགས་
བསལ་གྱི་བྲད་ཆོས་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་འདིར་ཡོད་པའི་ཐང་ག་རྩྭ་པ་དག་གི་རི་
མོ་འབྲི་ལུགས་དང་། བཟོ་དབྱིབས་ནི་བོད་པའི་ཐང་ག་རང་རེད། འདིར་གསེར་ཐང་
དང་ནག་ཐང་སོགས་ཏ་ཅང་རྩྭ་པ་ལོས་ཡིན་སྟེ་པའི་ཐང་ག་ཁ་ཤས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་
ཆོའི་རིན་ཐང་གཞལ་མི་རུས་པ་ནི་དེ་དག་དུས་ནས་ཞིག་ལ་བཞེངས་པ་ཡིན་པའི་ལོ་
རིས་མི་གསལ་བ་དེ་རེད། འགྲེམས་སྟོན་ཁང་འདིའི་ཐང་གའི་འགྲེལ་བཤད་ཅིག་ཏུ་
དགོན་འདི་ཕྱག་འདེབས་མཛད་པ་པོ་སྟག་ཚང་རས་པ་སྐུ་ཐོང་དང་པོ་ལུ་ཉི་པ་ནི།
བྱུང་ཐོབ་ལུ་ཉི་པ་སྟེ་བདེ་མཆོག་གི་བྱུང་ཐོབ་དང་པོའི་སྐུལ་བ་ཡིན་པར་བྲིས་འདུག
འདིར་དེ་སྟོན་མཇལ་མ་ཐོང་བའི་སྐུ་ན་རས་གཟིགས་གྱི་སྐུ་བརྟན་དབུ་གསུམ་དང་
ཕྱག་གཉིས་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ། ཕྱག་གཡོན་པར་བུམ་པ་དང་གཡས་པར་བརྒྱ་བསྐྱམས་
པ་ཞིག་ཡོད་ལ། དེར་སྐུ་ན་རས་གཟིགས་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུ་ཞེས་ཟེར། དགོན་འདིར་
ཟེན་བྲིས་འབྲི་ཞོར་དང་པར་སོགས་ལེན་ཞོར་གྱི་བྲེལ་བའི་ཁྲོད་གི་མཇལ་སྐོར་བྱུང་།

མཚམས་སུ་མང་སྟོང་གོ་ན་པའི་ཕྱོགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས་བ་ཡིན།

ཉིན་གྲང་ཆུ་ཆོད་བཅུ་གཉིས་དང་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་རུ་ང་ཆོ་མང་སྟོང་གོ་ན་པར་
འབྱོར་སོང་ལ། དགོན་འདིའི་མཚན་ཆ་ཆང་ལ་དཔལ་མང་སྟོང་ཐུབ་བསྟན་ཤུ་གྲིང་ཆོས་
འཁོར་ཞེས་ཟེར། དགོན་འདིའི་ཟླ་བ་ཞིག་གིས་ངོ་སྟོན་གནང་བ་ལྟར་ན། དགོན་འདི་ནི་
མི་ལོ་དུག་བརྒའི་ཡར་སྟོན་དུ་སྐྱེས་ཟུབ་པ་དོན་ཡིས་ཐུག་བཟུང་མཛད་པའི་ས་སྐྱ་
པའི་ཟུབ་མཐའ་འཕེལ་ཆོས་བརྒྱད་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་གྱི་དགོན་སྡེ་
ཞིག་རེད། དགོན་པའི་ཡིག་ཆའི་ཁྲུངས་གཏུགས་ས་ནི་གོ་རབ་འབྲམས་པའི་ཡིག་ཆ་
རེད། ད་ལྟ་དགོན་འདིར་ཟླ་བ་བརྒྱ་ཡས་མས་ཤིག་དང་། སྤང་མ་རོང་བཅན་ཁ་བ་
དཀའ་དམར་གཉིས་རེད། ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སྐྱ་རྟེན་ལ་ལྟ་པའི་ཀྱི་ཡོད་འདུག་པ་དང་། སྐྱ་
རྟེན་པ་ནི་དགོན་པ་རང་གི་ཟླ་བ་ཡིན་ལ་ལྟ་པའི་དུས་ནི་བོད་ཆུ་དང་བོད་ཆོས་བརྒྱད་
ནས་བཅོ་ལྔའི་བར་རེད་འདུག། དགོན་འདིའི་ལྷ་ཁང་རྙིང་ཆོས་ནི་མགོན་ཁང་རེད་ལ།
མགོན་ཁང་ནང་ན་ཐང་དུ་པང་གཅེས་སོགས་མེད་པར་ཐང་ཡོངས་སུ་ནས་འབྱུང་ནང་
དུ་རྒྱང་པ་ཐུག་འཁོར་ཞིག་བཅུ་ལྟ་འདུག། དགོན་པ་འདིར་དགོན་སྡེ་གཞན་དག་ལས་
ལྷག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཐང་ག་རྙིང་པ་ཆོས་ཏུ་ཅང་མང་བ་དེ་རེད།

ང་ཆོ་ལྷ་ཁང་ཡང་སྟེང་གི་ཁང་ཆུང་ཞིག་ཏུ་སོང་བ་ཡིན། དེ་དུ་འཛིན་སྐྱ་བཟོ་
མཁན་གྱི་ལྷ་བཟོ་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་འཛིན་སྐྱ་བཟོ་བཞེན་འདུག། ངས་ཁོ་ཆོར་ལག་
ཅེས་འདི་རིམ་ལྔར་སྐྱར་བའི་སྐོར་ལ་བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐབས། ཁོ་ཆོ་ནི་འཛིན་སྐྱ་བཟོ་གཅིག་
དུ་བཟོ་མཁན་མ་ཡིན་པར་ཐང་ག་ཡང་འབྲི་བཞེངས་བྱེད་པར་མཁས་པའི་རི་མོ་བ་
ངར་བ་ཉག་ཉག་ཡིན་པ་ཤེས་སོང་། ཁོ་ཆོའི་དགེ་ཆུན་ནི་ལ་དྲགས་ལུལ་འདིར་མིང་

གྲགས་ཡོད་པའི་ཐང་ག་སོགས་འབྲི་བཞེངས་བྱེད་པར་མཁས་པའི་ཆེ་རིང་དབང་
འདུས་ཡིན་པས། ཁོ་ཆོའི་བྲིས་རྒྱན་སོགས་ནི་གཙང་བྲིས་ཡིན་པ་དང་། ཁོ་ཆོའི་དགོ་
ཆན་ཆེ་རིང་དབང་འདུས་མཆོག་གིས་ཐང་གའི་སྐོར་གྱི་དཔེ་དེབ་གཉིས་བརྩམས་
ཡོད་པར་བཤད། ཆེ་རིང་དབང་འདུས་ཁོང་གིས་སྤྱི་ཉིལ་དགོན་དུ་བོད་པ་དགོ་ཆན་
མཁས་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས། མི་ལོ་བདུན་ལ་ཐང་གའི་རི་མོའི་སྐོར་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་
པ་ཞིག་རེད་ཅེས་མིང་ལ་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་པ་ཞིག་གིས་འབྲེལ་བཟྃ་
བྱས་སོང་། ཁོང་ཡང་ཆེ་རིང་དབང་འདུས་ཀྱི་སློབ་མ་དང་ད་ལྟ་མི་ལོ་ལྔ་བཅུ་ཡས་
མས་ཅན་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་མང་སློབ་དགོན་པ་མངལ་སྐོར་གྲུབ་ཆེས་དགོན་པའི་ཉེ་
འདབས་སུ་ཡོད་པའི་ཐང་ཐང་ཞིག་ལ་ཡོང་ནས། ཉིན་གྲུང་གི་ཁ་ལག་ཟས་པ་དང་
འདྲ་བར་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་མཆོམས་ལྟོད་ལྟོད་ངང་ཉོག་མཁར་དུ་ལམ་ལ་ཆས་པ་
ཡིན།

ཉིན་གྲུང་ཆུ་ཆོད་གཉིས་དང་སྐར་མ་ལྔ་བཅུ་དུ་ར་ཆོ་ལ་དྲུག་པ་རྒྱལ་པོ་ཆེ་
དཔལ་དོན་གྲུབ་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་བཞེངས་པར་གྲགས་པའི་ཉོག་ཁོང་ཆོ་དུ་ཡོད་པའི་
ཉོག་མཁར་དུ་འབྱོར། ཉོག་མཁར་ནི་མཐའ་ཡོངས་ལྷགས་རིས་བསྐོར་འདུག་པ་དང་
མདུན་ཕྱོགས་ནས་བལྟས་ན་ཐོག་བཅེགས་བཞི་ལྔ་ཅན་གྱི་པོ་བྲང་བཟྃ་ཉམས་ལྡན་
པ་ཞིག་རེད།

འདིར་ངས་པར་འཛིན་བྱང་ཉོད་གོས་ཟེར་བས་ང་ཆོས་ངེད་ཅག་ལུལ་སྐོར་བ་མ་
ཡིན་པར་མངལ་སྐོར་ལ་ཡོང་བའི་སློབ་སྤྱུག་ཁག་ཅིག་ཡིན་རབས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོན་མང་
དག་ཅིག་བཤད་ཀྱང་། སློ་སྤྱང་ལ་དྲུག་པ་སུ་མོ་དེས་དམིགས་བསལ་ཡེ་ནས་མ་

བཏང་བས་འདྲིན་བྱང་ཉིས་ནས་མཁར་ནང་དུ་སོང་བ་ཡིན། མཁར་འདི་ནི་སའི་སྐས་
རིམ་ལ་བལྟས་ནས་བཅེགས་ཡོད་པ་ལས་དོན་དུ་ཐོག་བཅེགས་གཉིས་གསུམ་ལས་
མི་འདུག་ལོག་གི་ཁང་བ་མང་ཆེ་བའི་སྒོ་བརྒྱབ་འདུག་པས་ནང་གི་དབྱིབས་བཀོད་གི་
རིམ་པ་ཞིབ་སྒྲེང་མི་ཐུབ་རུང་། ཉིས་ཐོག་ན་རྒྱལ་སྒོན་གི་འདུ་ར་ཆོགས་ས་དང་།
རྒྱལ་པོའི་གཟིམས་ཁང་། ངལ་གསའི་བཞུགས་ཁང་། མདའ་གི་དང་ཁབ་སྒོག་སྐ་སྐབ་
སོགས་འདྲོག་སའི་ཁང་ཆུང་། མཛོད་ཁང་སོགས་ཆ་ཆང་ཞིང་གཅིང་ཉམས་གིས་
ལྷག་པའི་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྲང་ཞིག་གི་སྒྲང་བརྟན་འདུག་པས་ན། སྤར་གི་ལ་དྲགས་པའི་
མཁར་གི་བཟོ་བཀོད་གི་ཆབ་མཚོན་རང་བཞིན་རེད་ཅེས་བཛོད་ན་མི་ཆོག་པ་མེད་
པར་སེམས། ཉིས་ཐོག་གི་རྒྱབ་ངོས་ན་རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱོན་དག་གི་བཅུན་པོ་ཆོའི་རྒྱན་
ཆའི་རིགས་མང་བའི་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་དངོས་གནས་ལྟ་
རིན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་སྐབས་དེ་དུས་ནས་ལ་དྲགས་པར་གསེར་དཔུལ་བཞུ་
བརྟུང་གི་ལག་ཅུལ་ཅེར་སོན་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་གི་ངོ་གདོང་རབ་རིབ་ཅིག་ཀྱང་མཐོང་
ཡོང་།

མཁར་འདི་ནི་ལ་དྲགས་ལུལ་གི་རྒྱལ་པོས་བཞེངས་པའི་སྐྱུ་མཁར་ཐ་མ་ཡིན་
པས་ན། དུས་ཆོགས་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆེས་རྗེས་མ་སྟེ་སྟེ་ལོ་གཅིག་སྟོང་བརྒྱད་
བརྒྱ་ཅུམ་གི་ནང་། ཆོས་རྒྱལ་ཆེ་དཔག་དོན་གྲུབ་ནམ་རྒྱལ་གི་སྐྱུ་དུས་སུ་གསར་
བཞེངས་མཛད་པར་གྲགས་པས་ན། ཉམས་སྟོང་སོགས་སྟོགས་ཡོངས་ནས་ཡར་
རྒྱས་གི་རྣམ་པ་སྣང་ངར་མཛོན་འདུག་པ་ཞིག་རེད། མཁར་འདིའི་མདུན་ཐད་གི་
གཅིག་ཐོག་གི་ཡང་སྟེང་ན། ར་འཐུང་ས་ཏ་ཅང་སྐྱིད་མདོག་ཁ་བོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་།

དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་ཁུངས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སློབ་མ་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་ང་རིན་མཐོ་
དགས་པས་རྩི་ལྟར་འཁུངས་བྱུང་བཅ།

ང་ཆོས་ཏོག་མཁར་དུ་མཇུག་ཞིབ་བྱུང་རྩིས་ཀྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཚུ་ཆོད་ལྔ་བ་ཡས་མས་
སུ་ཕྱིར་བོད་སྤྱད་ཁྱིམ་སྡེ་དུ་འབྱོར་ནས་ངལ་གསོ་བྱས་པ་ཡིན། ཚུ་ཆོད་བདུན་དང་
ཕྱེད་ཀ་དུ་སློབ་གྲོགས་ཁ་ཤས་དང་མཉམ་དུ་སྟོག་ལམ་ཆོལ་གྱི་སྤང་ལ་རང་དགར་
ཉལ་བ་དང་ཤག་པོ་ཟ་ཁར་དུ་སོང་ནས་འོ་མ་འཁུངས་ཞོར་ཁ་བརྟེན་ཅི་རིགས་
བྱས་རྩིས། ཚུ་ཆོད་བརྒྱད་དང་སྐར་མ་བཞི་བཅུ་དུ་ཕྱིར་བོད་ཁྱིམ་དུ་ཡོད་པའི་ང་ཆོད་
སྟོད་གནས་སུ་འོང་ནས་དེ་རིང་གི་ཉིན་མོ་ཞིབ་འབྲི་བྱས་པ་ཡིན།

(༤) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༤ ཆེས་ ༢༩ ཉིན།

ཞོགས་པའི་ཚུ་ཆོད་བརྒྱད་དང་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་དུ་ང་ཆོ་ལ་དྲུག་ལ་གྱི་རྒྱལ་ས་སླེ་
དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱུངས་འཁོར་རྒྱུང་བ་གཉིས་སུ་བགོས་ནས་སླེ་དུ་འབྱོར་དུས། ང་ཆོ་ལ་
དྲུག་ལ་རྒྱལ་རབས་ནང་ཆོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་གང་གི་ཆ་ནས་མཆོན་སྟན་གྱི་
གྲགས་པ་འབར་བའི་རྒྱལ་པོ་སང་གོ་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བཞེངས་པའི་སླེ་ཆེན་དཔལ་
མཁར་ཞེས་པ་དེར་མཇུག་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན། མཁར་འདི་ནི་ད་ལྟའི་གྲོང་ཁྱེད་རྒྱུ་
སྟོགས་ཀྱི་རི་རོམ་ན་འདུག མོག་དང་པོར་མཁར་འདིའི་གཤམ་ན་ཡོད་པའི་གཅན་
གདའ་གཟིགས་ཟེར་བའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་ལ་ཐུག་ཀྱང་དཀོར་གཉེར་མི་འདུག་པས་
མཇུག་ཐུབ་མ་བྱུང་།

དེ་ནས་ལྷ་ཁང་འདིའི་གཤམ་སྟོགས་སུ་ཡོད་པའི་རྒྱུང་ལམ་འདེད་ནས་སོང་བས་

མེ་ཆེན་དཔལ་གྱི་ཕོ་བྲང་གི་སྟོར་བཤུར། རུས་དེར་ཐ་གན་ཞིག་ཡོང་ནས་འཛིན་བྱང་
 ཉོད་ཤོས་ཟེར་བས་ང་ཚོས་ཀྱང་ཁ་སང་ཉོག་མཁར་ལ་མཇལ་སྐབས་གྱི་སྐད་ཆ་དེར་
 ཆོ་ཡུལ་སྟོར་བ་མ་ཡིན་པར་མཇལ་སྟོར་ལ་ཁོང་གའི་སྟོབ་ཐུག་ཁག་ཅིག་ཡིན་རབས་
 དེ་བསྐྱར་བརྒྱས་ཤིག་ཀྱས་པས་འཛིན་བྱང་ཆག་ཡང་གི་སྐད་ཆོག་ས་ཙམ་ཡུང་སོང་།

དེ་ནས་པོ་བྱང་ནང་གི་རྒྱལ་པོ་མེད་གི་ནམ་རྒྱལ་གྱི་མཆོད་ཁང་དུ་མཇལ་བ་
 ཡིན། དེ་དུ་པོ་ཏོ་བཞི་བརྒྱའི་ཡར་ཕྱོན་དུ་བཞེངས་པར་གྲགས་པའི་འཕགས་མ་
 གཏུགས་དཀར་མོ་དང་། རྒྱུ་ཐུབ་པ། བརྒྱ་འབྱུང་གནས་སོགས་ཀྱི་སྐུ་བརྟན། ཏ་
 ཅང་གི་པོངས་ཆེ་བའི་བཀའ་འབྱུར་གྱི་པོ་ཉི་སོགས་རྒྱལ་བའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་
 རི་སྟོད་ཅིག་བཞུགས་པས་ང་ཆོས་ཕྱག་མཇལ་དང་གསོལ་བ་སྟོན་ལམ་བཏབ་པ། ང་
 ཆོར་འཛིན་བྱང་ཉི་དུ་བཅུག་པའི་སྤྲ་ཤན་དེས་མཐོང་བས། ཁོང་དེ་དུ་པོང་ནས་ངས་
 ཁྱེད་རང་ཆོ་ཕྱི་སྤྱིང་བ་ཁག་ཅིག་ཤེད་བསམ་སོང་། ཁྱེད་ཆོ་དངོས་གནས་མཇལ་སྟོར་
 བ་ཤེད་ཟེར། ང་ཆོས་ཀྱང་ང་ཆོ་བོད་པའི་སྟོན་ཕྱག་ཁག་ཅིག་ཡིན་པ་བཤད་དུས། ཁོང་
 གིས་དགོངས་དག་ངས་ངོ་མ་ཤེས་མ་སོང་ཟེར་བཞིན་སྐར་སྤངས་པའི་ཉིན་སྟོར་ལྔ་
 བརྒྱ་དེ་ཕྱིར་གནང་བྱུང་། ཡིད་པངས་པ་ཞིག་ལ་ད་ལྟ་པོ་བྱང་ཞིག་གསོ་བྱེད་བཞིན་
 པའི་སྤང་ལ་ཁེལ་བས་ཁང་མིག་པལ་ཆེ་བ་སྟོང་བ་དང་སྟོ་བརྒྱབ་འདུག་ཞིག་གསོ་ཡི་
 ལས་གཞི་འདི་འགོ་བཙམས་ནས་ཀྱང་སྤྲ་གསུམ་ཙམ་ལས་ཕྱིན་མེད་པར་བཤད།
 ཐོག་ཁང་གི་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁང་མིག་ཅིག་དུ་པོ་བྱང་ནང་གི་གཙུ་ཆོ་ཆོ་སྐུ་པར་
 དང་། ལ་དྲགས་ཡུལ་གྱི་དགོན་རྟེ་ཁག་རྒྱ་གར་གྱི་གནས་ཆེན་ཁ་ཤས། པོ་བྱང་འདི་
 ཞིག་གསོ་མ་བྱས་ཡར་ཕྱོན་གྱི་པར་སོགས་ཡོད་ལ། ལྷ་མོ་རྟིང་བ་དང་། དཔར་ཤིང་།

དོད་དང་ས་ཡི་རྩ་མ་སོགས་དངོས་རྩ་མ་ཁག་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ནས་ཡིན་གྱི་འབྲེལ་
བཤད་ཅི་ཡང་བྱེས་མི་འདུག དེའི་ཕྱི་ལྟོ་བས་དོས་ན་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་རི་མོ་
སྒྲ་ཆོག་ས་ཤིག་ཡོད་ཀྱང་། དེ་དག་རྒྱུ་བ་ཡིན་པའི་བཟོ་ལྷ་ཅི་ཡང་མི་འདུག མོ་བྲང་
འདིའི་བཟོ་དབྱིབས་བོད་ཀྱི་གཙུག་ཁང་དག་དང་ཅུང་མི་འབྲ་བ་ནི། མོ་བྲང་གི་རྒྱལ་
སྒྲིའི་ཡང་སྟེང་དུ་ཤིང་གི་སེང་གོ་ཆེན་པོ་གསུམ་འདུག་ལ། དཀྱིལ་དུ་ཡོད་པ་དེ་ཁང་
བའི་བཟོ་དབྱིབས་ལྟ་བུའི་ཁང་ཅུང་ཞིག་གི་ནང་བཞག་འདུག་པ་དང་། ཀ་བ་ཡང་ཤིང་
སྒྲིམ་པོ་གཅིག་གི་རྒྱབ་དོས་ཡོངས་ཤིང་ཐུན་གྱིས་སྒྲུ་ར་ནས་བྱུ་བ་པ་ཞིག་གསལ། ཡང་
ན་ཤིང་ཐུན་ཐུང་བསགས་གྱི་བྱུ་བ་པ་གང་ཡིན་མི་གསལ་བ་ཞིག་རེད་འདུག སྤྱིར་སོ་
བྲང་འདི་བྱི་ནས་བལྟས་ན་གཤུགས་ཐུབ་ལྟ་བུ་དང་། ནང་ནས་བལྟས་ན་བྱུ་བ་ལྟ་བུ་
ཡིན་ཚུལ་ཡང་བཤད།

དེ་ནས་ང་ཆོ་རི་སྒྲིང་དུ་ཡོད་པའི་རྣམ་རྒྱལ་ཅེ་མོ་ལྷ་ཁང་དུ་མཇུག་བར་བྱིན་པ་
ཡིན། ལྷ་ཁང་འདི་ནི་ལ་དྲགས་པའི་ཁ་རྒྱན་ལ་རྒྱལ་པོ་ཆེ་རིང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་
བཞེངས་པར་བཤད་ཀྱང་། དོན་དུ་འདི་ནི་རྒྱལ་པོ་བཟླ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བཞེངས་
ལ། ཅེ་མོ་དགོན་ཞེས་གྲགས། སྤྱིར་རི་ཅེ་འདིར་ལྷ་ཁང་གསུམ་འདུག དེ་དག་ནི་ཅེ་མོ་
ལྷ་ཁང་དང་། ཅེ་མོ་མཁའ་། བུམས་པ་ལྷ་ཁང་གསུམ་རེད། ཅེ་མོ་ལྷ་ཁང་གི་ནང་ན། རོ་
རྩེ་འཛིགས་བྱེད་དང་། དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོ། རྣམ་སྤྲུལ། ཆོས་རྒྱལ། ལྷམ་སྤྱང་སོགས་གྱི་
སྐུ་བརྙན་ཆེ་ལ་བཞེད་ཉམས་ལྷན་པ་རེ་བཞུགས་འདུག་ཀྱང་། སྐུ་བརྙན་དེ་དག་གི་
ཞལ་རས་ལ་རས་ཞབས་གྱིས་གཡོག་འདུག་པས་མཇུག་ཐུབ་གྱི་མི་འདུག ངག་རྒྱན་
ལ་ཅེ་མོ་ལྷ་ཁང་འདི་སོག་དམག་དང་འཐབ་ནས་དམག་བསད་པའི་རོ་ཡི་སྟེང་དུ་

བཞེངས་པ་དང་། ལྷ་ཁང་འདི་དག་གི་མང་གཞི་ནི་རྒྱལ་པོ་བཟླ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་
མཁར་ཡིན་ཞེས་དགོན་འདིའི་གྲུ་མོ་བཟང་དབང་ལྷུག་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་འབྲེལ་བ་རྫོང་
གནང་བྱུང་། མཁར་འདིའི་འདབས་གྱི་གྲོང་ཚོ་འདི་ལ་རྒྱ་བེའི་གྲོང་ཟེར་ལ། རྒྱ་བེའི་
གྲོང་ནི་སྐབས་དེའི་དུས་གསར་དུ་ཆགས་པར་བཤད།

རྒྱལ་པོ་བཟླ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་ནི་ཚས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་གང་གི་ཆ་ནས་མཛད་
རྗེས་རྒྱབས་ཆེན་བཞག་གྲོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། སྲིད་ལྷུགས་ནས་ཉོར་དམག་པས་
པར་བརྒྱབས་པ་དང་། ཚས་ལྷུགས་ནས་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་འགྲུར་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དྲགས་
སུ་ཐོག་དང་པོར་གདན་དྲངས་པ་སོགས་མཛད་རྗེས་མང་པོ་བཞག་རབས་འདུག ད་
དྲུང་ལ་དྲགས་པའི་ལུལ་མི་མང་ཆེ་བའི་ཁ་རྒྱན་ལ་ལ་དྲགས་ལོ་སར་བོད་རྩ་བཅུ་
གཅིག་པའི་ནང་སར་བའི་འགྲུར་བ་དེ་རྒྱལ་པོ་སེང་གེ་རྣམ་རྒྱལ་དམག་ལ་འགྲོ་
དགོས་བྱུང་བས། ཁོང་གིས་འགྲུར་བ་བཏང་བའི་བཤའ་རྒྱན་གྱི་གྲགས་པ་ཆེ་ཡང་།
དོན་དུ་དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་སེང་གེ་རྣམ་རྒྱལ་མ་ཡིན་པར་བཟླ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་འདི་ཉིད་ཡིན་
ཏེ། ལ་དྲགས་ལུལ་དུ་བཀའ་འགྲུར་ཐོག་དང་པོར་གདན་འདྲེན་མཁན་དང་ལ་དྲགས་
པའི་ལོ་གསར་བོད་རྩ་བ་བཅུ་གཅིག་པར་འགྲུར་བ་མཁན་ནི་རྒྱལ་པོ་བཟླ་ཤིས་རྣམ་
རྒྱལ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཁོང་དམག་ལ་འགྲོ་དགོས་
པས་ཡིན། ད་དྲུང་བཅཅན་པོ་སྲོང་བཅཅན་གྱི་ཞུ་བཞེས་མཁན་ཡང་ཁོ་རང་ཡིན་འདུག་
ཅེས་སོགས་རྒྱལ་པོ་བཟླ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་འདི་མཛད་འཕྲིན་ཆེན་པོ་རྒྱས་ཡོད་རབས་
ལ་དྲགས་དང་འབྲེལ་པའི་དབེ་དེབ་ཁ་ཤས་སུ་བྲིས་ཡོད་ནའང་། <<མང་ལུལ་ལ་དྲགས་
གྱི་ཐུན་རབས་ཀུན་གསལ་མེ་མོང་>> ཞེས་པར། “དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་སྐལ་ཏི་ལུལ་ལ་དམག་

ཀྲག་པ་ཐག་བཅད། ལོ་གསར་ཡང་བོད་རྒྱ་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་བྱས། དམག་མང་
ཅམ་ཁྱིད་ནས་སྤེལ་ཏེ་ཡུལ་ལ་ཐེབས་"འོག་ངོས་ ༡༩༣ ན་གསལ) ཞེས་འཇམ་དབྱངས་
རྣམ་རྒྱལ་ཡིན་ཚུལ་ཡང་བཤད་ཡོད་པས་གང་བདེན་བཏགས་པར་བྱ། ཡང་བཅན་པོ་
སྲིང་བཅན་གྱི་ཞུ་ཞེས་པ་ནི། དགེ་ཚེས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་ཐང་དུ་ཡོད་པ་དེ་ག་
རང་ཡིན་ཟེས་ཏེ། "མངའ་རིས་རྒྱ་དྲགས་སུ་རང་རེད་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་གདུང་རྒྱུད་དུ་
གྲགས་པ་དུང་ཡོད་པ་རྣམས་ལོ་གསར་སོགས་ཀྱི་ཆེ་སྡོན་གྱི་ཆས་ཡིན་ཅེས། ཞུ་
བཅན་ཞུ་ལྟ་བུའི་རིང་པོ་ཞིག་གྱོན་ཏེ་དེ་ལ་དར་དམར་གྱིས་མདུན་ནས་བསྐྱོལ་
བསྐྱེགས་ཏེ་དཀྱིས། སྤེ་གཉིས་རྣ་བ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ནས་འབྱང་། སྐྱུ་ལ་ཕུ་ཐུང་
ལྷ་བཤག་ལྷ་བུ་གསོལ་བ་ཡིན།"ཞེས་པ་དེ་ཉིད་དོ། (བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་
ཁང་ནས་བསྐྱུན་པའི་ < དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་རྒྱུ་ > གཉིས་པའི་འོག་ངོས་ ༡༩ ན་གསལ)

ད་ལྟ་རྣམ་རྒྱལ་ཅེ་མོའི་མཁར་གྱི་ཁང་པ་མང་ཆེ་བ་ཞིག་རལ་དུ་སྲིང་ནས་ལྟ་ཁང་
གཅིག་མ་གཏོགས་མི་འདུག དེའི་ནང་རྣམ་རྒྱལ་མཆོད་རྟེན་དང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་
ཕྱག་སྟོང་སྤྱན་སྟོང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་ཕྱག་བྲག་སོགས་འདུག བྱང་ངོས་ཀྱི་རི་མོ་
དང་ཐང་ལ་བཏིང་བའི་ཤིང་གི་པང་སོགས་ཏ་ཅང་རྙིང་རུལ་དུ་སྲིང་བ་དག་ནི་དེ་དུས་
ཀྱི་དེ་ཉིད་པར་བསམ། ལྷ་ཁང་འདི་ཡི་གྲ་བ་ནི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བྱུང་མཐའ་སྟོང་
མཁན་ཡིན་པར་བཤད།

དེ་ནས་བྱམས་པ་ལྟ་ཁང་དུ་མཇལ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན། ལྷ་ཁང་ནང་གི་ནང་རྟེན་
གཙོ་བོ་ཡང་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྐུ་བརྙན་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་ལ། བྱམས་པའི་སྐུ་བརྙན་
འདི་ནི་བྱམས་པ་རྣམ་གསུམ་ཞེས་རྒྱལ་བོ་གྲགས་པ་འབྲུམ་སྡེ་ཡི་སྐུ་བས་སུ་བཞེངས་

པར་གྲགས་པའི་བྱམས་པའི་སྐྱབ་རྟན་ཁོད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་ཞེས་ལྟ་ཁང་འདིའི་དགོང་གཉེར་གྱ་བ་ཞིག་གིས་འགྲེལ་བཞིན་བྱས་བྱུང་། བྱམས་པ་ལྟ་ཁང་འདི་དང་གོང་གི་ཅེ་མོ་ལྟ་ཁང་གཉིས་ཀྱི་གྲ་བ་དག་ནི་དགེ་ལུགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྦྱོར་མཁན་རེད་འདུག་ཀྱུལ་པོ་གྲགས་པ་འབྱམ་ཕྱེན་ནི་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་དང་དུས་མཉམ་པའི་ལ་དྲགས་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་ཙོང་ཁ་བར་དད་གྲུས་ཏ་ཅང་ཆེ་རབས་ཀྱི་སྦྱང་ཏ་ཅང་སྟན་མོ་ཞིག་གྱང་འདུག་བྱམས་པ་ལྟ་ཁང་འདིའི་མིང་གཞན་ལ་རྩོམ་ལྟ་ཁང་ཡང་ཟེར། རྣམ་རྒྱལ་ཅེ་མོའི་ལྟ་ཁང་དག་ལ་མཇུག་སྐྱོར་ཡོངས་སུ་ཆོར་རྗེས་དེ་བོའི་པར་དོས་ཀྱི་གཤོངས་ན་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོན་སྟོབ་གྲ་རུ་ལྟ་སྐྱོར་ལ་སོང་བ་ཡིན།

སྟོབ་གྲ་འདི་ནི་ལ་དྲགས་ཀྱི་སྟོབ་གྲ་ཁག་གི་ནང་ནས་སྟོབ་སྦྱོར་ཡག་ཤོས་དང་བོད་ཡིག་ལ་དོ་སྦྱང་ཡོད་མཁན་ཡིན་པར་བཤད་པས། ང་ཚོས་དེ་ཅེ་ནས་རྒྱང་ལམ་དེད་དེ་ཐད་ཀར་སོང་བས་ཚུ་ཆོད་བཅུ་གཅིག་དང་སྐར་མ་ལྔ་བཅུ་རུ་ལམ་སྟོན་སྟོབ་གྲར་འབྱོར་ནས་སྟོབ་སྦྱིའི་ལས་ཁུངས་སུ་སོང་རུང་། སྟོབ་སྦྱི་བཞུགས་མེད་པས་སྐར་མ་ཁ་ཁ་ཤས་ལ་དེར་བསྐྱག་བ་ཡིན། སྟོབ་སྦྱིའི་ལས་ཁུངས་ནི་ཐོག་ཅིག་གཉིས་པ་ཞིག་ན་འདུག་ལ། ནང་གི་དབྱིབས་བཞོད་སྦྱི་ནི་ཟ་ཁང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གི་ནང་ལོགས་དང་ཏ་ཅང་འདྲ་སྟེ་སྟོབ་སྦྱི་བཞུགས་ས་ནི་ཟ་ཁང་ནང་གི་ཟས་རིན་ལེན་མཁན་གྱི་སྡོད་ས་འདྲ། ཁོ་རང་གི་རྒྱབ་ལོགས་དང་གཡས་སྟོགས་ཀྱི་གྲང་དོས་ཤེས་སྟོམ་དག་གི་ནང་ལ་གཟེངས་བཞེད་ཀྱི་ཉགས་མ་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་བསྒྲིགས་གཤོམ་བྱས་འདུག་སྟོ་འགམ་གྱི་གྲང་དོས་ན་སྟོབ་གྲའི་བྱེད་སྟོལ་གྱི་དང་ཡགོང་ས་སྐྱབས་མཚོག་ཆེན་པོ་གཙོས་པའི་གནད་ཡོད་མང་མི་སྣ་དག་ཅིག་སྟོབ་གྲར་ཆིབས་བསྐྱར་བསྐྱངས་པའི་

བར་རིས་མང་པོ་སྤྱར་འབྲེམས་བྱས་འདུག དེ་ནས་སློབ་སྤྱི་པེབས་བྱང་ཁོང་ནི་ལོ་
གངས་ལྷ་བཙུ་ལྷག་ལ་པེབས་པའི་མི་གཟུགས་གཞི་འབྲིང་ཙམ་དང་སྐམ་པོ་ཞིག་རེད།
ཁོང་གིས་ར་ཆོར་སློབ་ཟླ་འདི་ལྟར་རོ་སློང་བྱས་བྱུང་། ལམ་སློན་སློབ་ཟླ་འདིར་སློབ་མ་
ཆེག་སྟོང་སྤུམ་བརྒྱ་དང་། ས་གནས་ཁག་གཞན་དག་ན་ཡན་ལག་སློབ་ཟླ་བཙུ་
གཅིག་ཡོད་ལ། ཐག་རིང་ནས་འོང་བ་དང་ཉམ་ཐག་ཡིན་པའི་སློབ་མ་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་ལ་
སློབ་ཡོན་རིན་མེད་དང་སློབ་སྟོང་སྟོང་བཞིན་ཡོད་རབས་བཤད། སློབ་ཟླ་འདི་ནི་ཕྱི་ལོ་
༡༩༥༣ ལོར་བསྐྱ་ཕྱི་ནམ་རྒྱལ་ཆོག་མ་བཞེས་པའི་སློབ་གར་ཆོག་མ་བཞེས་གིས་
འབྲོ་ཐོན་བཟང་ནས་གསར་འཛུགས་བྱས་པ་ཡིན་འདུག བསྐྱ་ཕྱི་ནམ་རྒྱལ་ནི་ལ་
དྲགས་ས་གནས་རང་གི་མཁས་དབང་དང་མི་སྣ་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད། འདིར་སློབ་ཟླ་
གཞན་དག་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་བོད་ཡིག་སྟེ་རྩོམ་ཁྲིའི་འབྲེམས་ཆེན་
པོས་སྤྱིང་གི་ཡོད་པ་དང་། དགོ་གནས་ཆོ་ཡང་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་ཆེད་
མངགས་བྱས་པ་མང་པོ་ཡོད།

སྤྱིར་ན་འདི་ནས་སློབ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སློབ་སྤྱུག་ཆོར་སྤྱི་ཆོག་མ་སྤྱི་བོད་ཡིག་
བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྲབ་རྒྱ་ཉ་ཅང་ཆུང་རུང་། སློབ་སྤྱུག་ཆོར་བོད་ཡིག་སྤྱིང་མི་འདོད་པའི་
དཀའ་ངལ་ཅི་ཡང་འཕྲད་ཀྱི་མེད། དེ་ནི་སློབ་སྤྱུག་ཆོར་རང་གི་པ་མེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་
གི་ཡང་སྟིང་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་གཞུང་ཁག་ལ་སྤྱིང་འདོད་ཡོད་པ་དང་།
གཞན་སྟེ་རྒྱ་འབྲིན་ལས་ཁུངས་སོགས་སྤྱི་ཆོམ་ཡོད་པས་སློབ་བར་དཀའ་ངལ་ཅི་
ཡང་མེད། སློབ་ཟླ་འདིའི་ཐོག་མའི་སློབ་དཔལ་ནི་བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་
བསྐྱིགས་པ་དེ་ཡིན་ཡང་། རྩིས་སྤྱི་ལ་དྲགས་རང་གི་རྒྱལ་རབས་དང་ཆོས་འབྱུང་

སོགས་སྤྱང་དགོས་པར་ཆེད་དམིགས་ཀྱིས་ས་གནས་རང་གི་མཁས་པ་དག་གིས་
 ཆེད་བསྐྱེགས་བྱས་པའི་དེབ་ཀྱིས་སློབ་ཀྱི་ཡོད། སློབ་ཟླ་འདིའི་སློབ་མ་ཆོར་བོད་
 གཞུང་གིས་དམིགས་བསལ་གྱི་སློབ་ཟླ་ཁག་ཏུ་སྒྲུངས་པ་དེ་འབྲེལ་མེད་ཀྱང་། རྩ་ས་བོད་
 ཁྱིམ་སློབ་ཟླ་རུ་བྱ་ལྟར་ཡོད། ཁོ་ཆོ་ཉི་ཆོན་རིག་སློབ་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ཡིན། གལ་
 ཆའི་མི་སྣ་ཐེབས་པའི་ཐད་ནས་ཀྱང་ལགོར་ས་སྤྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཐེངས་བཞིར་
 ཆེབས་བསྐྱུང་བསྐྱུངས་པ་དང་ད་ལོ་ཡང་པལ་ཆེ་ཐེབས་སུ་བརྒྱ་རེད་བསམ་བཞིན་
 ཡོད་པ་སོགས་འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་ཆར་ཟེས། སློབ་སྤྱིས་འདི་གར་དགོ་ཞན་བྱེད་ཀྱི་
 ཡོད་པའི་བོད་པ་དགོ་བསྟན་འཛིན་ཟེར་བ་ཞིག་ལ་ང་ཆོར་སྤེལ་འབྲིད་བྱེད་དུ་བཅུག་
 པས་ཁོ་དང་འགྲོགས་ནས་དཔེ་མཛོད་ཁང་དང་སློབ་ཁང་། སྤྱོད་འགྲོའི་སློབ་ཟླ་སོགས་
 སུ་ལྟ་སྒྲོར་བྱས་པ་དང་། འགྲོ་ཁོར་དུ་སློབ་སྤྱུག་ཆོའི་བོད་ཡིག་གི་གནས་ཆད་སྒྲོར་ལ་
 བཀའ་འདི་བྱས་དུས། ཁོས་བཤད་ན། ས་འདིའི་སློབ་སྤྱུག་དག་ལ་བོད་ཡིག་སྤྱོད་
 འདོད་དེ་འབྲེལ་མེད་ལ། དེ་བཞིན་པ་མ་དག་ལ་འང་མི་འདུག དེ་ནི་བོད་ཡིག་བཀོལ་སྤྱོད་
 བྱེད་ས་མེད་པས་ལན་བ་ཡིན་ཡང་སྲིད། གཞུང་ལ་སྟན་ཏུ་སོགས་གཏོང་དུས་དེ་ནི་
 ཉིན་ནི་འཕམ། ཡང་ན་དབྱེན་ཡིག ཟུར་དོའི་འབྲི་དགོས་པ་ལས་བོད་ཡིག་འབྲི་ས་ཞིག་
 མེད་པ་དང་། ད་དུང་སློབ་ཟླ་འདིར་བོད་མི་དགོ་ཞན་བཅུ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་ང་ཆོའི་ནང་
 གི་གཅིག་མ་གཏོགས་བོད་ཡིག་སློབ་མཁན་མ་རེད་གསུངས།

ང་ཆོས་ལ་དྲགས་པར་མི་གྲངས་ཅི་ཡོད་བཀའ་འདི་བྱས་པར། ཁོར་གིས་དེ་ནི་
 བཅོན་བྱེད་བོད་མིའི་མི་གྲངས་དང་ཉ་ལ་མ་འབྲེལ་བོ་ཞིག་ལས་མེད། ད་ལྟ་སྤེལ་བྱ་བ་ཆའི་
 མི་གྲངས་ལོ་རེ་ནས་ལོ་རེར་འཕར་སྟོན་འབྱུང་བཞིན་པ་ནི། ལ་དྲགས་པའི་ད་ལྟའི་

དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡིན་པར་གསུངས། སློབ་གྲུའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་དཔེ་དེབ་མང་པོ་
མེད་ལ། བོད་ཡིག་དཔེ་དེབ་རྙིང་པ་རེ་གཉིས་ལས་མི་འདུག ང་ཚོ་སློབ་ཁང་དུ་སོང་
ནས་སློབ་ཐུག་ཆོས་གྲིས་པའི་བོད་ཡིག་གི་ཡིག་གཟུགས་ལ་ལྟ་དུས་ཡིག་གཟུགས་
ཏ་ཅང་ཡག་པོ་གྲིས་འདུག་པས། ངས་སློབ་ཐུག་བྱ་མོ་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ལ་ཁོ་མོའི་མིང་
འབྲི་བྱ་བ་ཐུག་པར་མིང་ལ་བསྟན་འཛིན་སློལ་དཀར་ཟེར་ལ། ཡིག་གཟུགས་ཏ་ཅང་
ཡག་གི་ ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་དང་ཅུང་མི་འབྲ་ས་ནི་བསྟན་འཛིན་དང་སློལ་དཀར་གཉིས་
བར་དུ་འབྲེད་ཐིག་ཅིག་འཐེན་གྱི་འདུག དེ་ནས་བོད་དགེ་བསྟན་འཛིན་དང་ང་ཚོ་
མཉམ་པོར་བྲན་རྟེན་འབྲ་པར་ཞིག་སྒྲངས་བ་ནས་ཁོང་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་རྗེས་ལས་
སློན་སློབ་གྲྭ་དང་ཁ་བྲལ་ནས་ཕྱིར་སླེ་གོང་ཁྱེར་དུ་འབྱོར་དུས། གོད་པ་ལྟོགས་གྱི་ཡོད་
བྱང་ཐོག་དང་པོ་ང་ཚོ་དཔེ་ཆོད་ཁང་ཞིག་དུ་སོང་ནས་བདག་གིས་ལ་དྲགས་གསར་
འགྱུར་ཞེས་པའི་བོད་ཡིག་གི་ཆ་གས་ཤོག་ཅིག་དང་། < < ཡོན་ཏན > > ཞེས་པའི་
བོད་ཡིག་དུས་དེབ་གཉིས་ཉོས་པ་ཡིན། ང་ཚོས་རང་རང་དགོས་པའི་དཔེ་དེབ་
སོགས་ཉོས་རྗེས་སྒང་ལས་དོག་མོ་ཞིག་གི་ཉིས་ཐོག་ན་ཡོད་པའི་ལྷ་སའི་པོ་རྒྱ་ལ་བ་
ཁང་-ཨ་མ་དོའི་ཞལ་ལག་ཅེས་གྲིས་ཡོད་པའི་བ་ཁང་དེ་དུ་སོང་བ་ཡིན། ད་ལྟ་ང་ཚོ་བ་
ཁང་དེ་ན་འཐེན་ཐུག་ལ་བསྐྱུག་ནས་བསྐད་ཡོད་ལ། ཉིན་གྲུང་གི་ཚུ་ཆོད་གཉིས་དང་
སྐར་མ་ཉི་ཤུ་ཉག་ཉག་རེད།

ཉིན་རྒྱུ་གི་ཚུ་ཆོད་གསུམ་དང་དང་སྐར་མ་བྲུག་གི་སྟེང་ལ་ང་ཚོ་ལ་དྲགས་ནང་
ཆོགས་གྱི་རྩོམ་ཞེས་པའི་ལྷ་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་མཇལ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན།
ལྷ་ཁང་འདི་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ས་པོ་བྱིའི་ས་ག་རྒྱ་བའི་ཆོས་ ༡༥ ཉིན་ཉེ། ཕྱི་

མོ་ ༡༩༥༥ མོར་ལ་དྲགས་ནང་ཚོགས་ཀྱིས་གསར་བཞེངས་བྱས་པ་དང་། ལྷ་ཁང་གི་
ཁ་སྐོ་རུ་གཏད་ཡོད་ཅིང་། དབྱིབས་ཅུང་ཟུ་བཞིའི་རྣམ་པའི་སྟེང་ཐོག་གསེར་གྱི་རྒྱ་
མིབས་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་རེད།

ནང་ལོགས་ན་རྒྱལ་བའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་མང་པོ་འདུག་ལ། གལ་མགོ་རུ་
ཁྱི་གསུམ་དང་གཡོན་ཟུར་གྱི་གལ་མགོ་རུ་ཁྱི་གཅིག་སྟེ་བསྐྱེམས་པའི་ཁྱི་བཞི་འདུག
དེའི་ཁྱིའི་སྟེང་ན་ཡལ་པོར་ས་མཚོག་གི་སྐུ་པར་དང་། གཡས་ཁྱིའི་སྟེང་ན་རྒྱལ་བ་ཀམ་
བའི་སྐུ་པར། གཡོན་ཁྱིའི་སྟེང་ན་འབྲུག་ཆེན་པའི་སྐུ་པར། གཡོན་ཟུར་གྱི་ཁྱི་སྟེང་ན་
ས་སྐུ་པོར་མ་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་སྐུ་པར་བཅས་བཞག་འདུག བཞུགས་ཁྱི་དེ་དག་གི་རྒྱབ་
ཡོལ་དང་མདུན་ཅོག་སོགས་ནི་ཤིང་བརྐྱས་མཁས་པ་ལག་ཅུལ་ཅེར་སོན་ཞིག་གིས་
ཅལ་དུ་བཏོན་ནས་བརྐྱས་པ་འདྲ་བའི་བརྐྱས་རིས་རི་མོ་སྐྱ་མང་ཁྱད་འཕགས་ཀྱིས་
སྐྱུག་པ་ཉག་ཉག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ལྷ་ཁང་ནང་ལོགས་ཀྱི་ཁྱོན་ཡོངས་ཀྱང་ལ་དྲགས་
ཡུལ་གྱི་ལྷ་ཁང་གཞན་དག་དང་མི་འདྲ་བར་གལ་དག་ཅིང་དེར་རབས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་
ལྡན་པའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་རེད། བྱི་ལོགས་ཀྱི་མཐའ་སྐོར་ན་མ་ཉི་འཁོར་ལོ་རྒྱུང་རྒྱུང་གི་
བསྐྱར་སྟེང་ཞིག་བསྐྱེགས་ཡོད་ལ། ར་བའི་ནང་ཡོངས་ཨར་འདམ་གྱིས་གཡོགས་
ཡོད་པས་གཙང་དག་ཅིག་རེད། རྒྱ་སྐོའི་ནང་གི་གཡོན་འབྲུམ་ན་དབྱེན་ཡིག་གི་དཔེ་
དེབ་ལས་བོད་ཡིག་གི་དཔེ་དེབ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པའི་དཔེ་ཆོར་ཁང་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་
ཡོད་པ་དེ་ནི་ཡུལ་སྐོར་དུ་ཡོང་བའི་བྱི་སྒྲིང་བ་ཆོའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་འདྲ།

དེ་ནས་ང་ཆོ་རང་རང་གི་འདོད་མོས་ལྟར་སྒྲང་ལ་ཉུལ་བ་ཡིན། སྒྲེ་ཡི་སྒྲང་ལམ་
དང་ཆོང་ཁང་དག་ནི་ང་ཆོའི་རྒྱལ་ས་ལྷ་སའི་བཀོད་པ་དང་ཆ་ཡོངས་སུ་འདྲ་བོ་ཡོད་

པས། ལྷ་ས་རྩ་སྤྱོད་ས་པ་ལྷ་བུའི་ཆོར་སྒྲུང་བཙུང་མཉམ་དུ་ལྷ་
ས་རྩ་ཡོད་པའི་བདག་གི་སྤང་མོ་གཉིས་ཀའང་བཟུང་། གཞན་བོད་པ་སྤྱོད་ས་
བཙུང་བའི་ཆོར་ར་ཞིག་ཏུ་བལྟ་བར་སོང་ཡང་དེ་རྩ་ཡོད་པའི་ཆོར་ཐོག་དག་ནི་ད་ས་
རྩ་ཡོད་པའི་ཅ་དངོས་དག་ལས་དམིགས་བསལ་བ་ཅང་མི་འདུག ཁྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་ཅུང་
ག་ཤམ་སྤྱོད་ས་ན་ཡོད་པའི་རྒྱུང་ས་འཁོར་འབབ་ཆོག་སུ་འགྲོ་སའི་ལམ་གྱི་གཡས་
སྤྱོད་ས་ཤིག་ན། ལ་དྲུག་ས་གནས་རང་གི་ཐོན་ཐོག་མར་དང་། ལྷ་ས་པ། ཅམ་པ།
ཤིང་ཉོག་སྐྱམ་པོའི་རིགས་སྤྱ་ཆོག་ས་གཤམ་དུ་བསྐྱར་འདུག་པས། བདག་གི་སྤོབ་
སྤོག་ས་ཁ་ཤས་ཤིག་དེ་དག་མངགས་ཉི་ཤེད་པར་བྲེལ་གྱི་ཡོད་རུང་། དཔལ་འབྱོར་
གྱི་འཁོར་ཀ་ཞན་པའི་བདག་གིས་ཅི་ཞིག་ཉོམས། གང་ཡང་ཉོ་འདོད་མ་བྱུང་།

ཕྱིར་ལྷོག་ལམ་ཆལ་གྱི་བོད་སྤྱོད་ས་ཁྱིམ་སྤེ་རྩ་འབྱོར་དུས་ཚུ་ཆོད་ལྔ་བ་ལས་
མས་རེད། ཟ་མ་བཟས་ཆར་རྩེས་ངལ་ཅུང་ཅམ་གསོས་རྩེས་ཨ་འཇམ་དང་མཉམ་དུ་
སྤང་ལ་ཉུལ་དུ་འོང་བ་ཡིན། ཤག་པོ་ཟ་ཁང་དུ་སོང་ནས་འོ་མ་འཕྱང་ཞོར་ཟ་ཁང་དེའི་
ཞབས་ཁུ་བ་སྤེ་བོད་པའི་དམག་མི་ཁྱེད་ཡོལ་དུ་སོང་བ་ལྷག་པ་ཟེར་བ་ཞིག་དང་ཁ་
བརྟེན་མཉམ་ཅི་རིགས་བྱས་རྩེས་གྱི་ས་རྩ་བ་མཆམས་སུ་བོད་ཁྱིམ་གྱི་ང་ཆོའི་སྤྲོད་
གནས་སུ་ཕྱིར་ལོག་བྱས་ནས་ངལ་གསོ་བྱས་པ་ཡིན།

ཧ) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༢༤ ཉིན།

དེ་རིང་ངལ་གསོའི་ཉིན་མོ་ཡིན་པས་ཞོགས་ཇ་འཕྱང་ཆར་རྩེས་སྤོབ་སྤོག་ས་ཆོ་
སྤེ་རྩ་ལྷ་སྤོར་ལ་འགྲོ་བར་གྲ་སྤྱོད་ཤེད་ཀྱིན་འདུག ཨ་འཇམ་དང་རེད་གཉིས་ཀྱང་

མཉམ་དུ་སྒྲེ་རུ་འགྲོ་བྱ་བྱས་མོད། སྒྲེ་རྒྱང་འཕྲིན་ཁང་གི་འབྲེལ་མ་ཐུད་པ་ལ་དྲགས་ས་
གནས་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྷན་ཆོག་གི་འཐུས་མི་ཞིག་དང་། ང་ཆོད་སྤེལ་གན་པ་དག་གི་
ཀམ་ཀུན་བཟང་གཉིས་སྒྲེབས་བྱུང་བས་ཨ་འཇམ་ང་དང་མཉམ་དུ་སྒྲེ་རུ་འགྲོ་མ་ཐུབ་
པས། སྒྲོབ་གྲོགས་ལ་བོད་བར་གྲགས་དང་རེད་གཉིས་ཞི་བའི་ཆལ་དུ་ཡོད་པའི་ལ་གོང་
ས་མཆོག་གི་བཞུགས་ཁྲིའི་ཉེ་འབྲེལ་ན་རྒྱ་གར་དམག་མིའི་ཅེད་མོ་ཞིག་ཡོད་རབས་
ཟེར་བས་དེར་འགྲོ་བྱ་བྱས་ནས་གཞུང་ལམ་དུ་འོང་ཡང་། དེ་རུ་འགྲོ་མཁན་གྱི་རྒྱངས་
འཁོར་མ་རྙེད་པས་ཅི་བྱ་མ་རྙེད་པར་རང་དགར་སྒྲེ་རུ་ལམ་ལ་ཆས་པ་ཡིན། སྒྲེ་རུ་
འབྱོར་ནས་ཀྱང་ཐོག་མར་དམིགས་ཡུལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཆོང་ཁང་སོགས་སྒྲོར་
གཡེང་འབྲས་བྱས་ཇེས། བོད་པའི་ཨ་ཅག་ཅིག་ལ་སྒྲེ་ཡི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ཆེ་བ་དེ་གར་ན་
ཡོད་མེད་བྲིས་ནས་དེ་རུ་སོང་བ་ཡིན། དཔེ་མཛོད་ཁང་དེ་ནི་སྐྱབས་བཙུང་བོད་མིའི་
ཆོང་རའི་ཁ་གཏད་ཀྱི་ལམ་གྱི་ཡར་ཕྱོགས་ན་འདུག་ལ། རང་ན་བོད་ཡིག་གི་དཔེ་ཆ་
མང་པོ་མེད་ཀྱང་། ཡོད་པ་དག་གི་མང་ཞོས་ཤིག་ནི་བདག་གི་ལས་འགན་ཉེ། ད་རེབ་
ཀྱི་ལྷ་སྒྲོར་ཚོམ་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་དེབ་འབའ་ཞིག་རེད།

དང་ཐོག་ངས་ས་ཐུད་དཔལ་ལྷན་གྱི་བརྒྱུ་མས་པའི་ < <ལ་དྲགས་> > ཞེས་པའི་
དཔེ་དེབ་ཅིག་བསྐྲུགས་པ་ཡིན། དེ་རུ་སྒྲེ་ཞེས་པའི་མིང་ཐོགས་དོན་དང་ལ་དྲགས་ཀྱི་
ས་བྱོན་བཅས་ལ་འབྲེལ་བ་ཤད་འདི་ལྟར་བྱ་བ་ཡོད་དེ། “སྒྲེ་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་དང་སྤང་
ཡོད་པའི་འདམ་ལ་ཟེར་ཞིང་། ཐོག་མ་ཆགས་པའི་རྒྱ་སྤྲིའི་མདུན་ན་སྤང་དང་འདམ་
ཡོད་པས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲེ་ཐོགས་པ་ཡིན།” (ཤོག་ངོས་ ༡ ན་གསལ) “ལ་དྲགས་ནི་
བདུད་ལ་ནས་རྒྱ་ལུལ་བར་དུ་བཅི། ལ་དྲགས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ནི་སྒྲེ་ཡིན་འདི་ནི་ལ་དྲགས་

ཀྱི་དབུས་ན་གནས་ཡོད།” (ཤོག་ངོས་ ༩ ན་གསལ) ཅེས་བ་དང་། “ལ་དྲུགས་ཀྱི་ས་ཆའི་
རྒྱ་ཁྲི་ཁེ་ཀའ་ ༡༠༧༥༠༥ ཡོད་ཀྱང་ཁེ་ཀའ་ ༩༥༩༩༥ ཅམ་མ་གཏོགས་འབད་
འབྱེད་བྱེད་མི་བྱུབ།” (ཤོག་ངོས་ ༡༥ ན་གསལ) ཅེས་སོགས་བཤད་འདུག གཞན་བཟ་
ཤིས་རབ་རྒྱས་ཀྱིས་བཅུ་མས་བའི་ < < མར་ཡུལ་ལ་དྲུགས་ཀྱི་སྡོན་རབས་ཀྱི་
གསལ་མེ་འོང་ > > ཞེས་བར་ལ་དྲུགས་ཀྱི་མིང་ཐོགས་སྐངས་ལ་འདི་ལྟར་འབྲེལ་
ཡོད་དེ། “ལ་དྲུགས་ཀྱི་སྡོན་དུས་ཀྱི་མིང་ནི་མར་ཡུལ་ཡིན། དེ་ཡང་གངས་རི་ཀ་ར་བུ་
རམ་དང་རི་བོ་གངས་ཅན་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱད་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་ཡོད་པའི་ལ་དྲུགས་
ཀྱི་རི་རྒྱད་འདི་ཡི་མདོག་དམར་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལ་བརྟེན་སྡོངས་འདི་ཡི་མིང་ལ་
དམར་ཡུལ་ཐོགས་བ་ཡིན། ད་ལྟ་ཡང་རི་རྒྱད་འདི་ཡི་མདོག་དམར་པོ་ཡོད་དོ།”
(ཤོག་ངོས་ ༡༠ ན་གསལ) ཞེས་བ་དང་། “ལ་དྲུགས་ནི་རྩེ་སྤྱོད་ཐོགས་པའི་མིང་ཡིན་ཏེ།
དང་པོ་ནི་ལ་དྲུགས་གོང་ཁ་ཡན་ཆོད་ཀྱི་ས་ཆ་ཉ་ལམ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་
ལ་མང་པོའི་མདུན་ནམ་འདབས་སུ་ཡོད་པས་ན་ལ་དྲུགས་ཟེར།” (ཤོག་ངོས་ ༡༩ ན་
གསལ) ཞེས་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་ནའང་། ལ་དྲུགས་ཡུལ་མིའི་ཁ་རྒྱན་ལ་བཤད་སློལ་
འདི་འདྲ་ཞིག་མཆིས་ཏེ། ལ་ཞེས་བ་ནི་ཡུལ་འདིར་མཁར་དོང་ལ་སོགས་པའི་ལ་
མཐོན་པོ་མང་པོ་ཡོད་པས་ན་ལ་དང་། དྲུགས་ཞེས་བ་ནི་གནས་འདིར་རི་དྲུགས་མང་
པོ་ཡོད་པས་ན་དྲུགས་ཞེས་བཤད་བ་ནི་བདེན་བདེན་འདྲ་བ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་རུང་། དེ་ནི་
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཤོག་ངོས་ནས་ཆེད་མི་བྱུབ་པས་ན་ཁུངས་མེད་ཀྱི་གཏམ་དུ་ཟད་པར་
སེམས།

གཞན་ར་དང་གྲོགས་དབང་གྲགས་གཉིས་ཀྱིས་དེར་ཡོད་པའི་དབེ་དབེ་དག་

ལས་ཡུལ་མིང་སོགས་རང་ལ་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཁ་ཤས་ཟིན་གྱིས་སྟུ་ཐབ་
བལྟས་དང་། མང་པོ་ཞིག་པར་བལྟས་སོགས་རྒྱག་པའི་ལས་ཀར་བྲེལ་བཞིན་པའི་
སྐབས་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་སྒྲིག་ཆད་སོང་བས་མང་པོ་ཞིག་པར་བལྟས་དང་ཐར་
རྒྱག་མ་སྟུབ་པར་ལུས་པས། དཔེ་མཛོད་དོད་མ་པ་དང་ཨ་ཅག་གཉིས་ལ་དཔེ་དེབ་
གཅིག་ལ་གཏང་མར་ཉིན་སྟོར་བརྒྱ་རེ་བཞག་ནས་གཡམ་རྒྱའི་རེ་འདུན་ཞུས་པར།
ཁོང་གཉིས་ཀྱི་ནང་གོས་ཅུང་ཅམ་བྱས་ཐེས་ངེད་གཉིས་ལ་སྟོང་རྩེ་སྟེས་བཤམ། ཡང་
ན་ཁོ་ཆོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཤེས་རིག་ལ་དོ་སྙམ་ཆེན་པོས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཞིག་
མཐོང་བས་སྟོ་སྙམ་སྟེས་བ་ཡིན་ཡང་སྲིད། རེད་གཉིས་ལ་ཡུལ་སྟོར་ཚོམ་འབྲིའི་ལས་
ཀར་པན་ཐོགས་ཡོད་པའི་དགོས་ངེས་དཔེ་དེབ་སོ་དགུ་རིན་མེད་དུ་སྟོང་རྒྱ་བྱས་བྱུང་
པས། རེད་གཉིས་ཉ་ཅང་དགའ་བའི་ངང་ནས་ཁོང་གཉིས་ལ་བཀའ་བྲིན་ཡང་ཡང་
ཞུས་ཐེས། ཟན་ཉེན་མཉམ་པར་བརྒྱབ་ནས་བསྐྱར་རྒྱ་ཁས་ལེན་བྱས་ཐེས་དཔེ་དེབ་
ཁྱེད་ནས་ཕྱི་ལོགས་སུ་ཡོང་བ་ཡིན།

སྤང་ལམ་ཞིག་ནས་ཡུན་རིང་མ་སྟག་པའི་མི་ཞིག་སྟེ། བལ་ཡུལ་སྟེ་ལེན་ཁང་དུ་
ངོ་ཤེས་ཤིང་ཨ་མདོ་མཚོ་སྟོན་ནས་ཡིན་པའི་ཆེ་རིང་ཉི་མ་ལ་སྟག་བྱུང་། ཁོས་སྟོ་སྙམ་
ཆེན་པོས་རེད་གཉིས་ལ་ལག་འཇུ་བྱས་པར་མ་ཟད། ད་ལྟ་ཁོ་རང་གིས་ཨ་མདོ་མཚོ་
སྟོན་ཟེམས་ཁང་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེ་གར་ཡོང་དགོས་པའི་སྐུལ་མ་བཏང་
བྱུང་། རེད་གཉིས་ཀྱང་བཅའ་བྱོལ་བོད་པའི་ཁྲིམ་ར་སོགས་སྤང་ལམ་རེ་གཉིས་ཤིག་
གི་ཆོང་ཁང་ཁ་ཤས་སུ་ལྟ་སྟོར་བྱས་ཐེས་ཨ་མདོའི་མཚོ་སྟོན་ཟེམས་ཁང་དུ་སོང་ནས་
ལེམ་ཇ་འཐུང་ཞོར། ཆེ་རིང་ཉི་མ་ཁོ་རང་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་ལག་དཔེ་མེད་པས་ལ་

དྲགས་ས་གནས་ཉེན་རྒྱུ་པས་བཅོན་འདུག་བྱས་པའི་བརྒྱད་རིམ་སོགས་གསར་
འབྱོར་བ་ཆོའི་དཀའ་ངལ་དང་འབྲེལ་ནས་ཁ་བརྒྱུ་མེད་ཅི་རིགས་བྱས་ནས་བྱིར་
སྒྲིག་ལས་ཆའ་གྱི་བོད་ཁྱིམ་དུ་འོང་བ་ཡིན།

བྱི་བོའི་ཚུ་ཆོད་དུག་དང་བྱེད་ཀ་རུ་དགོང་ཟས་བཟས་རྗེས་ཨ་འཇམ་དང་མཉམ་
དུ་སིལ་སྒྲར་ལན་ཏེ་(Silverland)ཟེའང་དུ་སོང་ནས། མོག་མོག་ཅིག་ཟ་ཞོར་ཟ་ཁང་
གི་སྤྱན་བདག་མ་དང་ཁ་བརྒྱུ་བྱས་དུས། མོ་རང་ལ་དྲགས་ལུལ་ནས་མ་ཡིན་པར་རྟེ་
ར་ལྷན་(Dehradun)ནས་འདིར་བག་མར་འོང་བ་སོགས་ཁ་བརྒྱུ་ཅི་རིགས་ཤིག་བྱས་
ནས་བསྐྱད་མཐར། ཚུ་ཆོད་དགུ་བ་ཡས་མས་སུ་བོད་ཁྱིམ་དུ་ལོག་ནས་ངལ་ག་སོ་
བྱས་པ་ཡིན།

༡) བྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༩ ཆེས་ ༢༥ ཉིན།

དེ་རིང་གི་ཞོགས་པའི་གནས་རོ་སྤོ་ཞིང་དྲངས་ལ་གཡའ་དག་པ་ཞིག་རེད། ཚུ་
ཆོད་བདུན་དང་བྱེད་ཀ་རུ་ང་ཆོ་སྒྲ་མ་གཡུང་དུང་སྤྱོགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས་པ་ཡིན། ང་
ཆོའི་སྒྲངས་འཁོར་ནི་སྤར་གྱི་ཆེད་སྒྲས་བོད་པའི་སྒྲངས་འཁོར་རྒྱུང་བ་དེ་གཉིས་ཡིན།
ལམ་བར་དུ་དང་པོར་ང་ཆོ་སྒྲ་འབྲིལ་དགོན་དུ་མཇམ་བར་སོང་བ་ཡིན། སྒྲ་འབྲིལ་
དགོན་ནི་སྒྲ་མ་གཡུང་དུང་གི་ལམ་ལས་རྒྱུང་ལམ་ལོག་ཅིག་ཡིན་རུང་། ཞོགས་པའི་
ཚུ་ཆོད་དགུ་དང་བྱེད་ཀར་ང་ཆོ་སྒྲ་འབྲིལ་དགོན་དགའ་ལྡན་དར་རྒྱས་སྤེའུ་འབྱོར་།
འདིར་ང་ཆོ་ལས་གཞན་པའི་བྱི་རྒྱལ་མགོ་སེར་མ་ལུལ་སྒྲོར་བ་ཁ་ཤས་ཤིག་འདུག།
དགོན་པ་འདི་ནི་དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་སྤྱད་དེ་བྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལས་ ༡༩༩༩

ཅམ་གྱི་སྐབས་སུ་ལ་དྲགས་རྒྱལ་པོ་ལ་སྒྲ་བ་ལྟ་ཆེན་དཔལ་མགོན་གྱི་དུས་སུ་སྒྲ་མ་
 ལྟ་དབང་ཆོས་རྗེས་ཕྱག་བཏབ་བ་དང་། གྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ནས་ ༡༩༩༠ ལོའི་བར་ཅམ་
 རྟེ་རྒྱལ་པོ་སྒྲོ་བོས་མཆོག་ལྟན་གྱི་སྐབས། དགེ་ལུགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་བ་ལྟ་
 དབང་སྒྲོ་བོས་གྱིས་དགེ་ལུགས་པར་བསྐྱར་བ་ཞིག་རེད། ད་ལྟ་དགོན་འདིའི་དགོན་
 བདག་སྒྲ་མ་ནི་མངའ་རིས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་རབས་བཤད། རྟེན་དང་པོར་ང་ཆོ་དགོན་
 འདིའི་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་དུ་མཇུག་བར་བྱིན་བ་ཡིན། འདུ་ཁང་འདི་ནི་ཀ་རིང་
 གཉིས་ལས་གྲུབ་པའི་ལྟ་ཁང་སྐྱུ་དག་ཅིག་རེད་ལ། གྲུལ་གདན་གྱི་སྟེང་ན་གྲུ་མང་གི་
 རྒྱ་གམ་མེར་པོ་དག་རང་རང་གི་བུའུགས་གནས་ན་བཞག་འདུག། སྤྱིར་དགོན་པ་
 འདིར་གྲུ་བ་སྐྱུ་བ་རྒྱ་ལྟ་ཡོད་ཀྱང་མང་པོས་ཤིག་སྟོ་སྟོགས་གྱི་གདན་ས་ཁག་ཏུ་
 སྟོབ་གཉེར་ལ་བྱིན་པས་ཤུལ་དུ་གྲུ་བ་བདུན་ཅུ་ཅམ་ལས་བུའུགས་མི་འདུག། དགོན་
 འདིའི་ནང་རྟེན་གཙོ་བོ་ནི་རྗེ་ཙོང་ཁ་པའི་སྐྱུ་གསུང་འབྲོན་ཞིག་འདུག་པ་དེ་རེད། འདིར་
 ཡོད་པའི་བཀའ་བསྟན་གྱི་པོ་ཉི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་བོད་ས་མ་ཤོར་སྟོན་
 དུ་བོད་ནས་གདན་དྲངས་བཤུགས་ཡིན་པར་བཤད།

སྤྱིར་དགོན་འདིའི་མིང་ཐོགས་སྟངས་ནི་དགོན་ས་འདེབས་པའི་ས་དབྱིབས་ནི་
 ལྟ་སྐྱལ་འབྲིལ་བ་ལྟ་དུ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ཐོགས་པ་ཡིན་པར་གྲགས། དེ་ནས་
 སྐྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ལྟ་ཁང་དུ་མཇུག་བར་བྱིན་བ་ཡིན། འདིར་སྐྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཕྱག་
 རྟེང་སྤྱན་རྟེང་གཙོ་སྐྱུ་བྱས་པའི་སྐྱུ་བརྟན་དང་། ལྟེབས་རིས། བཀའ་བསྟན། གཞན་
 འབྲེལ་བཤད་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ལྟ་གས་སྐྱུ་ཁ་ཤིག་འདུག། དེ་མིན་རྗེ་པོ་ལྟ་ཁང་ལ་
 སོགས་པའི་ལྟ་ཁང་ཁ་ཤིག་ཤིག་འདུག།

དགོན་འདིའི་མངེས་པའི་རྒྱ་དུ་གྱུར་ཅིང་དོ་སྤང་ཆེན་པོས་ཡང་ཡང་མངེས་
འདོད་པ་ནི། རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྐྱབས་ཆེན་པོ་སྤྱད་ཁྲི་བདུན་ཅུ་དོན་ལྡེག་ཡོད་
པ་དེ་དང་། དེའི་གཡས་སྟོགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་ཨོན་རྒྱ་བསྐྱའི་སྐྱབས་ཆེན་དང་
རྡོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ལྷ་བཙུགས་པའི་སྒོས་བསྐྱངས་དཀྱིལ་འཁོར། འགྲེམས་སྟོན་
ཁང་དུ་ཅ་དངོས་རྩིང་པ་ཏ་ཅང་མང་བ་དང་ཁྲུད་པར་ཐང་ག་རྩིང་པ་མང་བ་དེ་རེད།
འདིར་ཡོད་པའི་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྐྱབས་ཆེན་པོ་ནི་གསར་དུ་བཞེངས་པ་ཞིག་སྟེ་
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་གྲུབ་པ་ཞིག་རེད།

འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་གཡོན་དུ་ཡོད་པའི་ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་ལྷ་ཁང་
ནང་དུ་རྒྱ་ཅན་དན་ལས་བཞེངས་པའི་སྟོན་པའི་སྐྱབས་ཆེན་ལ་ལ་སྤྱད་ཁྲི་བདུན་ཅུ་
སོགས་ཀྱི་སྐྱབས་ཆེན་མང་པོ་འདུག། དེའི་འགྲེམས་ཀྱི་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ནང་
སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་དབུལ་སྐྱབས་དང་། ཐང་ག་རྩིང་པ་ཁ་ཤས་འདུག། ལྷ་ཁང་འདིའི་
ཡང་སྟེང་ན་ཡོད་པའི་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་གཟིམ་རྒྱུང་ནང་དུ་ཡོད་པའི་སྐྱབས་
ཆེན་དག་གི་རྒྱ་ཅན་དན་ལས་བཞེངས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ལྷ་ཁང་ནང་ཅན་དན་གྱི་བྱི་
མས་ཁྲབ་འདུག། དེའི་འགྲེམས་ན་མངའ་རིས་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་གཟིམ་རྒྱུང་གཡུ་དག་ཅིག་
འདུག། ཡང་དགོན་པ་གཞན་དག་དང་རྩུང་མི་འབྲས་མ་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་དག་གི་ཡང་
སྟེང་ན། གསེར་རྟོག་དང་རྒྱལ་མཆོན། ཐིག་ནག་ཡོད་པ་ལས། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་
རི་དྲགས་པོ་མོ་མི་འདུག་པ་དང་། ལྷ་ཁང་དག་གི་ཁང་རོས་ཡོངས་རས་ཀྱིས་
གཡོགས་ཡོད་པ་དེ་རེད། དགོན་འདིར་གྲུབ་པ་ལོ་རྒྱུད་དག་གི་ཆེད་དུ་སྟོབ་བྱ་ཞིག་
འདུག་ལ། དེ་དུ་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་བཞིན་པའི་གྲུབ་པ་ལོ་རྒྱུད་བཞི་བཙུག་ཅིག་ཡོད་པ་

ཤེས། དགོན་འདིའི་དབྱ་ལས་ཡིན་པའི་གྲ་བ་དགྲང་ལོ་བཞི་བཅུ་ཡས་མས་གཉིས་
ཀྱིས་ང་ཚོ་རྟ་རས་ས་ལ་ནས་ལ་དྲགས་ཁུལ་གྱི་དགོན་པ་དག་ལ་ལྟ་སྐོར་དུ་ཡོང་བའི་
སློབ་སྤྱད་ཁག་ཅིག་ཡིན་པ་ཤེས་རྗེས། ང་ཚོ་དགོན་པའི་སྤྱོད་ལའང་དུ་འཁྲིད་ནས་སྤྱོད་
ལེན་གཟབ་རྒྱས་བྱས་སོང་ལ། ང་ཚོ་ཁ་བད་བྱེད་དུས་ཀྱང་ཁོང་ནས་གཉིས་ཀྱིས་ལ་
དྲགས་ལུལ་སྐད་མི་གསུངས་པས་ན་སྐད་གྱི་ཕྱོགས་ནས་ང་ཚོར་ལོ་རྒྱ་པ་མི་དགོས་
པས་ཏུ་ཅང་སྟབས་བདེ་བྱུང་། སྤྱིར་དགོན་པ་འདིའི་མཐའ་སྐོར་ཡོངས་ཤིང་ནགས་
སམ་རྒྱ་ལུང་གིས་བསྐོར་འདུག་པས་དངོས་གནས་ལྟ་སྐོར་ཅིང་ཉམས་དགའ་བའི་
དགོན་པ་ཞིག་རེད། ལྷ་འབྲུལ་དགོན་འདི་ནས་ང་ཚོ་ཨ་ལྷོ་ལྷ་ཁང་དུ་མཇུག་བར་བྱིན་
པ་ཡིན།

ཚུ་ཚོད་བཅུ་གཅིག་དང་སྐར་མ་ལྔ་བཅུ་དུ་ཨ་ལྷོ་དུ་འབྱོར། ང་ཚོ་རྒྱངས་འཁོར་
ལས་བབས་ནས་ལྷ་ཁང་དུ་མཇུག་བར་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་ཞིག་ཏུ་ལོ་རྒྱ་པ་རིན་ཆེན་
བཟང་པོའི་བྲག་རྩོད་འཁྲལ་མེད་ཡིན་ཟེར་བའི་ལྷོན་ཤིང་མདུན་གྱི་གྲང་ངོས་ན་ཤིང་
ལེབ་ཅིག་ཏུ་དབྱིན་བོད་གཉིས་ཀྱིས་འབྲེལ་བ་ཤད་འདི་འདྲ་བྲིས་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་སྤྱད་
སྟེ། (༡༡༥། ལྷོན་ཤིང་འདི་ནི་རྒྱ་མ་ལོ་རྒྱ་པ་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་བྲག་མེར་འཁྲལ་མེད་ཡིན། (THE
ORIGINAL WALKING STICK OF LAMA LOTSAVA RINCHEN
ZANGPO) དེ་ལྟ་ན་ལོ་རྒྱ་པ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ནི་རབ་བྱུང་མ་ཚུགས་གོང་གི་ས་པོ་
རྩ་སྟེ་བྱི་ལོ་ ༡༥༤ ནས་རབ་བྱུང་དང་པོའི་ཤིང་མོ་ལྷག་སྟེ་བྱི་ལོ་ ༡༥༥༥ པོའི་བར་གྱི་
མི་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་ན། བྲག་རྩོད་དུ་ཡིན་པར་གྲགས་པ་འདི་ཡང་སྤོང་ཆུན་ཞིག་
ཡིན་ཆོག་ནའང་། སྤོང་བོ་འདི་ལ་ངོ་མཆར་བའི་ཉམས་སྒྲིང་ཅི་ཡང་མེད་དེ། ལྷོན་ཤིང་

དེ་ནི་ལོ་མང་སོང་བའི་སྤོང་ཆུན་ཞིག་མ་ཡིན་པར་གསར་སྤྲེས་ཀྱི་ཤིང་སྤོང་ཞིག་རེད།
དེ་ནི་ཅི་ཡིན་མི་ཤེས་པའི་ཁྲད་མཆར་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད།

དེ་ནས་ཨ་ལྷོ་རྒྱལ་སྤང་ལྷ་ཁང་དུ་མཇལ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན། ལྷ་ཁང་འདིའི་བཙོ་
བཀོད་ལ་དུས་རབས་གསར་བའི་བཙོ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷ་ད་སྐྱོན་ཅི་ཡང་འདྲེས་མེད་པའི་
གནའ་བོའི་ལྷ་ཁང་རྙིང་པ་ཞིག་རེད་ཟེར་ཡང་མི་ཆོག་པ་ཅི་ཡང་མེད་དེ། ཕྱིའི་བཙོ་
དབྱིབས་དང་ནང་གི་བཀོད་པ་དག་བོད་དང་ལ་དྲགས་ཀྱི་དགོན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་
དག་དང་མི་འདྲ་བར་གནའ་བོའི་རྒྱ་གར་གྱི་ལྷ་ཁང་ཁག་དང་། ཉིན་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་
ཀྱི་ལྷ་ཁང་དང་ཉ་ཅང་འདྲ་ས་མང་བ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་བཞེངས་མཁན་གྱི་ལས་བཙོ་བ་
ནི་བོད་དང་ལ་དྲགས་རང་གི་མི་མ་ཡིན་པར་ཀ་ཤྲིའི་མར་(Kashimiri)ནས་ལོ་རྒྱ་བ་
རིན་ཆེན་བཟང་པོས་འབྲིང་ནས་འོང་བ་ཡིན་པས་ཡིན་ཡང་སྤིང། དེ་ལྟར་བདེན་ན་ལྷ་
ཁང་འདི་དག་བཞེངས་ནས་མི་ལོ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་འགོར་ཡོད་འདུག ལྷ་ཁང་འདི་དག་
བདག་གཉེར་གྱི་འགན་ཆང་མ་གྲུབ་ཤིང་དགོན་པས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཟེར། རྒྱལ་སྤང་ལྷ་
ཁང་གི་རྟེན་གཙོ་བོ་རྒྱལ་སྤང་དང་། གཡས་ན་སྤུན་རས་གཟིགས་གསུང་འབྲོན་
སོགས་ལྷ་སྤྲེ་སྟེང་ཅིག་བཞུགས་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་རེད། ལྷ་ཁང་འདིའི་མདུན་
སྟོའི་ཐང་གི་གུང་སྟེང་ན་ཞིག་རལ་ཏུ་སོང་བའི་མཆོད་རྟེན་གྱི་བསྐྱར་སྟེང་ཞིག་འདུག
དེ་ནས་ལྷ་ཁང་གི་སྟོ་ཉ་ཅང་དམའ་བའི་ལོ་རྒྱ་ལྷ་ཁང་དུ་མཇལ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན། དེ་
དུ་རྟེན་གྱི་གཙོ་བོ་ལོ་རྒྱ་བའི་སྤྲེ་བརྟན་དང་། གུང་ངོས་ལྷ་སྤྲེ་འདྲ་མིན་གྱི་ལྷེབས་རིས་
རྙིང་པས་ཡོངས་སུ་གང་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།

ལྷ་ཁང་འདིའི་གཡོན་ཕྱོགས་ན་རྟེན་གྱི་གཙོ་བོ་འཇམ་དབྱངས་དམར་སེར་གཙོ་

བྱས་པའི་འཇམ་དབྱངས་ལྟ་ཁང་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག དེར་འཇམ་དབྱངས་དམར་སེར་
 དང་། དཀར་པོ། སྟོན་པོ། དམར་པོ་སོགས་ཀྱི་སྐྱབ་སྟན་འདུག ཡིན་ནའང་འཇམ་
 དབྱངས་སྐྱ་ཡི་ཕྱག་མཚན་སོགས་པོད་སྐྱ་དང་མི་འབྲ་བ་ཆེར་མེད་ཀྱང་། ཞལ་
 དབྱིབས་དང་སྐྱ་ན་སོགས་པོད་ཀྱི་འཇམ་དབྱངས་སྐྱབ་སྟན་དང་ཅུང་ཅམ་མི་འབྲ་བ་
 ཞིག་རེད། ལྟ་ཁང་འདིའི་གྲང་ལྗེ་བས་ཡོངས་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་གྲིས་སྐྱ་རྩིང་བས་
 བཀའ་འདུག་པ་ཞིག་རེད། སྟོན་པོ་རྩ་ལྟ་ཁང་གི་སྟོང་ལས་ཅུང་ཆེ་ཅམ་ཞིག་རེད། བོད་
 གི་ནམ་སྤང་ལྟ་ཁང་གི་གཡས་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་གསུམ་མདའི་ལྟ་ཁང་ནང་ན།
 དཀྱིལ་ན་བྱང་ཆུབ་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། གཡས་ཕྱོགས་ན་སྐྱ་ར་རས་
 གཟིགས་གཙོ་སྐྱ་ཡིན་པའི་རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་དང་། རྒྱབ་ཕྱོགས་ན་རྒྱལ་བ་
 བྱམས་པ་གཙོ་སྐྱ་ཡིན་པའི་ལྷ་ཚོགས་ཤིག་དང་། གཡོན་ཕྱོགས་ན་འཇམ་དབྱངས་
 དམར་སེར་གཙོ་སྐྱ་ཡིན་པའི་འཇམ་དབྱངས་རིགས་ལྗེའི་སྐྱབ་སྟན་བཞུགས་འདུག
 འདི་དག་འཇམ་སྐྱ་རྒྱང་བ་རེད། གྲང་ངོས་ཀྱང་ལྟ་སྐྱ་འབྲ་མིན་གྱི་ལྗེ་བས་རིས་ཀྱིས་
 ཡོངས་སུ་བཀའ་བ་ཞིག་རེད། ད་དུང་རྗེས་ནས་ཨ་ལྷའི་ལྟ་ཁང་དག་དང་འབྲེལ་བའི་
 ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་གསུམ་ཤིག་ན། ཀྱན་རིག་ནམ་སྤང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་སོགས་ཡོད་
 པར་བཤད་ཀྱང་། བདག་གི་ཡུལ་སྐོར་གྱི་སྐབས་དེར་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་མཇུག་པའི་
 བསྐྱལ་བ་མ་བྱུང་། ལྟ་ཁང་འདི་དག་གི་ཉེ་འཁོར་ཡོངས་ན་དོ་རྩིག་གིས་བཞེངས་པའི་
 མཆོད་རྟེན་དབྱིབས་གཞུགས་སྐྱ་ཚོགས་ཅི་རིགས་ཀྱི་བཀའ་འདུག སྤྱིར་འདི་དག་ནི་
 ལ་དྲགས་ཡུལ་གྱི་ལྟ་ཁང་དང་དགོན་པ་བྱིངས་དང་མི་འབྲ་ས་གཞན་ཞིག་ནི། ལྟ་ཁང་
 འདི་དག་རེ་མེད་ཅེ་ན་བཞེངས་ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། གཤོངས་ཤིག་ན་བཞེངས་

ཡོད་པ་དེའི་དོ།

ས་ཆ་འདི་ནི་ལ་དྲུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་སླེ་དང་ཅུང་ཐག་ཉེ་བའི་ལྷང་མདོག་ཡོད་པའི་
ལྷང་བ་ཞིག་དང་། ཞིང་ཁའི་ལོ་རྒྱུ་ཐེངས་གཉིས་ལ་འདེབས་ཐུབ་པའི་ཡུལ་ལྷང་
གཅིག་བྱ་རེད། ཡུལ་འདིའི་མིང་གི་ཡི་གེ་ནི་ལམ་འགྲམ་གྱི་སྐྱར་བྱང་ཞིག་ཏུ་བོད་
དབྱིན་གཉིས་སྐད་འདི་ལྟར་བྲིས་འདུག་སྟེ། བོད་ཡིག་གི་ཨར་རྩེའི་དང་དབྱིན་ཡིག་AL-
CHIཞེས་བྲིས་འདུག་ནའང་། ས་གནས་རང་གི་ལ་དྲུགས་བ་ཞིག་གིས་བཤའ་ན། ཨ་
མྱེ་ཞེས་འབྲི་དགོས། དེ་ནི་ཕྱོད་མའི་མེས་མེས་ཆོས་(མེས་མེས་ཞེས་པ་ནི་མེས་པོ་དང་རྒྱ་
རབས་པ་ལ་གོ་དགོས)བཤའ་ན། དེ་ནི་ལ་དྲུགས་རྒྱལ་པོའི་ཁྲལ་བསྐྱུ་མཁན་ཁྲལ་ལེན་དུ་
ཡོང་དུས། ཕྱོད་དུས་གཅིང་བོ་སེང་གེ་ཁ་འབབ་ལ་ཟམ་པ་མེད་སྟབས། ཁྲལ་ལེན་
པས་གཅིང་འགྲམ་ནས་སྐད་རྒྱུ་བ་ནས་འབོད་སྐྱབས་ཨ་ལན་འདེབས་མཁན་ཁག་པོ་
དང་ལྷུ་མོ་ཡོད་པས་ཨ་མྱེ་ཞེས་མིང་དེ་ལྟར་ཐོགས་པ་རེད་གསུངས། ཞེས་བདེན་ཆོག་
ཆོག་འདྲ་བོ་འདུག་རུང་། <<མར་ཡུལ་ལ་དྲུགས་ཀྱི་ཕྱོད་རབས་ཀྱན་གསལ་མེ་ལོང་>>ཞེས་པ་
ལས། "དེང་སང་སྐྱོན་ཆེར་མ་སོང་བར་བཞུགས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུ་པས་བཞེངས་པའི་
ལྷ་ཁང་རྒྱམས་ནི། ཨ་ལ་ཅི་(ཨ་གཅིག) ཆོས་བསྐྱོད། མང་རྒྱུད་དང་། གསུམ་མདའི་ལྷ་
ཁང་རྒྱམས་ཡིན་ནོ།" ཞེས་པ་སོགས་ཡི་གེ་འབྲི་ཚུལ་ཅི་རིགས་ཤིག་འདུག་གོ། དེ་
ནས་ཨ་མྱེ་དུ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ཁག་ལ་མཇལ་སྐྱོར་གྲུབ་མཆམས་སྒྲ་མ་གཤུང་བྱང་
དགོན་པའི་ཕྱོགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས་པ་ཡིན།

ཉིན་གུང་ཆུ་ཆོད་གཉིས་པ་ཡས་མས་སུ་ལམ་ལྷང་གི་ཆུ་བོ་ཞིག་གི་འགྲམ་ནས་
ང་ཆོས་ཉིན་གུང་གི་ཁ་ལག་ཟས་ཆར་རྩེས་ཡང་བསྐྱར་ལམ་ལ་ཆས་པ་ཡིན། ལམ་

བར་དུ་མཁར་ཅེ་ཞེས་པའི་གྲོང་ཚོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་གི་ཟ་ཁང་ནས་མངར་ང་ཞིག་འཐུང་
བཞིན་ངལ་རྒྱུང་ཅམ་གསོས་རྩེས་ཐུ་མ་ཐུད་ནས་སྒྲ་མ་གཡུང་དུང་ཕྱོགས་སུ་ལམ་ལ་
ཆས་པ་ཡིན། ཕྱི་རོ་རྒྱ་ཚོད་ལྷ་དང་སྐར་མ་ཉེར་བཞི་རུ་སྒྲ་མ་གཡུང་དུང་དུ་དངོས་སུ་
འབྱོར། ས་གནས་འདི་ཡང་ལ་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་གཞན་དག་དང་འདྲ་བར་ཞིང་ཁའི་
ལྷང་མདོག་རྒྱུང་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱུང་ཁ་རྒྱུང་ཚོད་པས་རྩལ་འཚུ་བ་ཡོང་ཡོང་གེད་
པའི་ཡུལ་ལུང་རྒྱུང་མི་སྤྱིད་པ་ཞིག་རེད། ང་ཚོའི་སྤེལ་ཤོན་པ་དགེ་ཀམ་ཀུན་བཟང་
ལགས་ཀྱིས་ང་ཚོ་དགོན་པའི་མཚོན་ཁང་མདུན་ནས་སྐྱལ་ཏུ་བཅུག་ནས་ཁོ་རང་གྲོང་
ཚོའི་ནང་ང་ཚོར་གྱུར་བྱུང་པ་ཞིག་གསུ། ཡང་ན་སྤོད་ཁང་ཞིག་གཡུང་རྒྱ་ཨེ་རྙེད་
བལྟ་ཕྱིར་ཕྱིན་སྟེ་མཁྱོགས་པོར་རྒྱུར་ལོག་ཡོང་གསུངས་ནས་ཕྱིན་སོང་། རྒྱུང་ཅམ་
ལས་མ་འགོར་བར་རྒྱུར་ལོག་ནས་ཁང་པ་ཞིག་རྙེད་ཡོད་གསུངས་པས། ང་ཚོ་དགའ་
སྟོ་དང་བཅས་དེ་རུ་སོང་བ་ཡིན།

བྲིམ་ཆང་དེ་ནི་དགོན་པའི་གཡུང་གཡམ་ན་འདུག་ལ། ཁང་པའི་མདུན་ངོས་
ཉིས་ཐོག་དང་རྒྱབ་ཕྱོགས་གཅིག་ཐོག་ནར་དབྱིབས་ཅན་གྱི་ཁང་པ་ཁང་མིག་མང་པོ་
ཡོད་པ་ཞིག་རེད། བྲིམ་དེ་ཡི་བྲིམ་བདག་ཨ་མ་ཀུན་མོ་ལོ་བདུན་རུ་ལོན་པ་དེ་དང་ཁ་
བརྟེན་བྲིས་སྐབས། མོ་ནི་ས་གནས་འདི་ནས་མ་ཡིན་པར། འདི་གར་གནས་ལ་ཡོང་བ་
ཞིག་རེད་ལ། མོ་ལ་བྱ་ཕྱོད་བཞི་དང་བྱ་གཉིས་འདུག་མའི་སྐད་གདངས་ཀྱི་ཆ་ལ་ངའི་པ་
ཡུལ་གྱི་ཡུལ་སྐད་གདངས་མང་ཡོད་པས་གོ་བརྟེན་མི་འབྲོད་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེར་མི་འདུག་
པས་མོ་དང་ཁ་བརྟེན་རྒྱུང་ཅམ་བྱས་པ་ཡིན། དགོང་མའི་ཟ་མ་བཟས་ཆར་རྩེས་དེ་རིང་
ལམ་བར་གྱི་ངལ་དུབ་གྱི་དབང་གིས་ཐང་ཆད་འདུག་པས་མཁྱོགས་པོར་ཉལ་བ་ཡིན།

(༧) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོའི་ཟླ་ ༥ ཆེས་ ༢༥ ཉིན།

ཞོགས་སའི་ཚུ་ཚོ་དང་། ༣༠ རུ་ཁྱེ་མ་གཡུང་རྒྱུད་དགོན་དུ་མཇུག་བར་སོང་བ་
ཡིན། དགོན་པ་འདི་ནི་ཆོས་རྒྱུ་མཛུགས་ཀྱི་དགའ་བྲག་པ་གངས་རིན་པོ་ཆེ་ནས་
འདིར་ཐེགས་ནས་བྱུག་བཏབ་པ་དང་འབྲི་གྲུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་
སྲོང་མེལ་གསུམ་གྱི་དཔེ་དགོན་གྱི་ཞིག་རེད། འདི་ནི་ལ་དྲགས་རྒྱལ་པོ་འཇམ་
དབྱངས་ནས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་དུས་ཡིན་རབས་བཤད། ཐོག་མར་ང་ཚོ་དགོན་པའི་འདུ་
ཁང་དུ་མཇུག་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ལ། འདུ་ཁང་ནི་ཀ་རིང་གཉིས་ཅན་ཞིག་དང་རྟེན་གྱི་
གཙོ་བོ་ནི་སྲོབ་པ་འཛིན་རྟེན་མགོན་པོའི་སྐུ་བརྙན་རེད། འདུ་ཁང་གི་དགོར་གཉེར་
གྱིས་འབྲེལ་བ་རྫོང་བྲས་པ་ལྟར་ན། ཐོག་དང་པོ་ས་འདི་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་ལུང་
བརྟན་ནས་ས་འདིར་དགོན་པ་ཞིག་བཏབ་ན་ལེགས་པོ་ཡོང་ཞེས་གསུང་མཁན་ནི་
དབང་བཅོས་པ་ཉི་མ་གྲུང་པ་ཡིན། དང་པོ་དགོན་པ་འདིའི་མིང་ལ་གཡུང་རྒྱུད་ཐར་བ་
སྲོང་དགོན་པ་ཟེས། དེ་ནི་དགོན་པ་དང་པོར་བྱུག་འདེབས་མཛད་སྐབས་ཚུ་གཏོར་གྱི་
འབྲས་གཏོར་བ་གཡུང་རྒྱུད་རིས་སུ་བབ་པས་གཡུང་རྒྱུད་རིས་ཞེས་ཐོགས་པ་ཡིན།
སྲིར་དགོན་པ་འདིར་བྱ་བ་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཡོད་ཀྱང་ད་ལྟ་མང་ཆེ་བ་རྟེན་ར་ལྟན་
སོགས་སུ་སློབ་གཉེར་ལ་ཕྱིན་ནས་མང་པོ་ཞིག་མེད། སྲར་དགོན་འདི་སོག་དམག་
གིས་(སོག་དམག་ཅེས་པ་དགའ་ལྟན་ཆེ་དབང་རབ་བརྟན་ནས། ཡང་ན་ཡུ་གུར་བ་གོ་དགོས་པ་འདྲ་སྟེ་
དེ་ནི་ལ་དྲགས་པས་ཡུ་གུར་བ་ལ་རྟོར་ཞེས་འཛོད་ཀྱི་ཡོད་པས་སོ།) རྩེད་ཉམས་ཆག་བཏང་བ་
ལས། དེ་མིན་གྱི་གནོད་སྐྱོན་ཅི་ཡང་བྱུང་སྲོང་མེད་པར་གསུངས། འདུ་ཁང་ནང་དུ་
ཐང་ག་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྲོབ་པ་འཛིན་རྟེན་མགོན་པོའི་གོས་ཐང་ཞིག་

རེད་ལ། རིང་ཚད་ལ་རྒྱས་ཁི་བྱལ་ཅུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་ལོ་བདུན་གྱི་ཡར་སྡོན་དུ་
 བོད་ནས་གྲུ་བ་བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་གདན་དངས་པ་རེད།
 འདྲུ་ཁང་ནང་གི་གཡོན་ཟུར་གྱི་རྒྱབ་ལོགས་སུ་ཡོད་པའི་ཨ་ཕྱི་ཁང་དུ་མགོན་པོ་ཕྱག་
 བཞི་བ་དང་། ཨ་ཕྱི་བཞིན་བཟང་དབྱིངས་ཕྱག་ལ། བདེ་མཚོག་རྣམས་སྤྱི་ཅེ་ཅུ་
 དམར་སོགས་ཀྱི་སྐྱེ་བརྟན་འདུག་ལ། དགོན་པའི་སྤང་མ་གཙུག་པོ་ནི་ཨ་ཕྱི་བཞིན་
 བཟང་དབྱིངས་ཕྱག་མ་ཡིན་པར་བཤད།

འདྲུ་ཁང་ནང་གི་གཡོན་ཕྱོགས་ན་རྒྱ་རོ་བའི་སྐྱབ་ཕྱག་ཅིག་འདུག་ལ། སྐྱབ་ཕྱག་
 རང་ན། མི་ལ་རས་བ་དང་། རྒྱ་རོ་བ། ཉེ་ལོ་བ་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་བརྟན་འདུག་སྐྱབ་ཕྱག་
 འདི་ནི་རྒྱ་རོ་བའི་སྐྱབ་ཕྱག་ཡིན་པ་དང་ཁོང་ཉིད་སྐྱབ་ཕྱག་འདིའི་ནང་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༤
 ཡས་མས་སུ་ལོ་བཅུ་གཉིས་ལ་བསྐྱེད་མཚམས་ལ་བཞུགས། ཁོང་ནི་ས་འདིར་སི་
 རིས་རྒྱ་གར་(Srinagar)བརྒྱུད་ནས་ཤེབས་པ་ཡིན་འདུག་ དེ་ནས་ར་ཚོ་མགོན་ཁང་
 དུ་མཇལ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན། མགོན་ཁང་ནང་ན་བྱང་རྒྱབ་མཚོད་རྟེན་གསུམ་དང་།
 མགོན་པོ་ཕྱག་བཞི་བའི་སྐྱེ་བརྟན་རྟེན་པ། སྐྱོབ་པ་འཛིག་རྟེན་མགོན་པོ་དང་མི་ལ་རས་
 བ་སོགས་ཀྱི་སྐྱེ་བརྟན་བཞུགས་འདུག་ལ། མཚོད་རྟེན་གསུམ་ནི་གསེར་དཔུང་དང་
 གཡུ་བྱར་གྱི་སྤྲ་རྒྱན་བཏབ་པའི་མཚོད་རྟེན་རྩ་ཆེན་ཏག་ཏག་རེད་འདུག།

དེ་ནས་དགོན་གཤམ་ན་ཡོད་པའི་སེང་གེ་སྤང་ཞེས་པའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་ཏུ་མཇལ་
 བར་ཕྱིན་པ་ཡིན། འདིའི་ནང་གི་ལྷེབས་རིས་དག་ནི་ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་ཀ་
 བྱི་མར་ནས་བཟོ་བ་གདན་དངས་ནས་བཞེངས་པར་གྲགས། ལྷ་ཁང་ནང་ན་རྒྱལ་བ་
 རིགས་ལྷའི་འཛེམ་སྐྱེ་སོགས་སྐྱེ་བརྟན་མང་པོ་འདུག་ ལྷ་ཁང་ནང་གི་གཡོན་ཕྱོགས་

ནས་སྒོ་རྒྱུད་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་ལྷ་ཁང་ཞིག་ཏུ་སོང་བ་ན། དེ་རུ་ལྷ་མོ་དམ་སྤང་མ་དང་
མགོན་ཆོས་སོགས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོར་ཅེ་ཅམ་རེ་འདུག ལྷ་ཁང་འདི་ནི་ལོ་རྒྱུ་པ་རེན་
ཆེན་བཟང་པོས་ལྷ་ཁང་ལྷ་བཞེངས་པའི་ཐོག་མ་འདི་ཉིད་ཡིན་པར་བཤད། ལྷ་མ་
གཡུང་རྒྱུད་དགོན་པ་ཆགས་སའི་གནས་ནི་ཡུལ་ཡུང་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་མིན་
ནའང་། འདུ་ཁང་དང་ལྷ་ཁང་སོགས་ནི་ནང་བསྟན་དགོན་སྡེ་ཞིག་གི་གསོན་ཉམས་
ཀྱིས་ཕྱག་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནས་ལྷ་མ་གཡུང་རྒྱུད་ནས་ཕྱིར་ལོག་གིས་གཏིང་སྒྲང་
ཕྱོགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས་པ་ཡིན།

ཚུ་ཆོད་ ༡༢:༡༥ རུ་གཏིང་མོ་སྒྲང་དུ་འབྱོར། དེ་སྒྲང་འདིའི་གཤམ་གྱི་རི་གཟར་
གྱི་རྩར་གདོང་གི་ངོས་དག་ན་ཞིག་རལ་དུ་རྒྱུར་བའི་གྲང་རྩིང་བར་མི་ཆད་དུ་མ་སྤྱད་
ཡོད་ལ། མཐོ་ཞིང་བརྗིད་ལ་གསེར་གྱི་རྒྱ་ཕིབས་ལྷན་པའི་བྲམས་ཁང་གཙུག་ལག་
ཁང་ནི་རི་སྒྲང་འདིའི་ཏོག་ཏུ་ལྷ་མ་མེར་འགྱིང་འདུག ཡིན་ནའང་ང་ཆོ་འདིར་སྤེབས་
དུས་དཀོར་གཉེར་མི་འདུག་པས་ལྷ་ཁང་དག་གི་སྒོ་བརྒྱབ་འདུག་པས་ཅི་བྱ་གཏོང་
བལ་གྱི་སྐབས་དེར། ང་ཆོའི་སྤེལ་ན་པ་དག་ཀྱིས་ཀུན་བཟང་གིས་གསུངས་ན། ལྷ་
ཁང་དག་གི་སྒོ་སྤྱོད་ན་དཀོར་གཉེར་གྱི་ཁ་པར་ཨང་གངས་འདུག ངས་ཁ་པར་གཏོང་
ཟེར་བཞིན་ང་ཆོའི་རྒྱུད་ས་འཁོར་ཕྱོགས་སུ་སོང་ནས་ཁ་པར་བཏང་ཐེས། དཀོར་
གཉེར་སྤེབས་པས་ང་ཆོ་ཐོག་དང་པོར་སྐྱུན་རས་གསུང་འབྱོན་ལྷ་ཁང་དུ་མཇལ་བར་
ཕྱིན་པ་ཡིན། དེ་རུ་རྩོ་ཀ་མ་རུ་ལས་བྱུང་བའི་རང་བྱོན་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐྱུ་
བརྒྱན་སོགས་རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་གསུང་བྱགས་རྟེན་མང་དག་ཅིག་འདུག སྐྱུན་རས་
གཟིགས་ཀྱི་རང་བྱོན་སྐྱུ་བརྒྱན་འདི་ནི་སྒོ་བྱུང་བརྒྱ་ཅན་ནས་གདན་བྲངས་པར་བཤད་

ཀྱང་། རོན་ལ་རྒྱ་གར་རྡོ་གི་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཕྱོགས་ལོ་རྒྱུན་གྱི་ཡུལ་ནས་གདན་
 བངས་ནས། རྒྱལ་པོ་གྲགས་པ་འབྲུམ་སྡེ་ཡི་ཐུགས་དམ་རྟེན་དུ་ཡུལ་བར་བཤད་པ་དེ་
 དང་རོན་གཅིག་ཡིན་པ་འདྲ། ད་དུང་རི་རྩེ་འདིར་ཡོད་པའི་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་ལྷ་ཁང་
 དུ་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྐུ་བརྙན་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཆད་ཅན་ཡིན་པར་གྲགས་
 པའི་སྐུ་བརྙན་སོགས་བཞུགས། ང་ཚོར་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་མཁན་གྱི་བྲ་བ་དེས་རྒྱལ་
 བ་བྱམས་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་ནི་རི་རྒྱང་འདིར་ཐོག་དང་པོར་རྒྱལ་པོ་གྲགས་པ་འབྲུམ་སྡེ་
 ཡིས་མཛོ་ལྗང་སྲུང་བཅེགས་ལྷ་ཁང་ལ་དཔེར་བྲས་ནས་གསར་བཞེངས་མཛད་པར་
 བཤད་ཀྱང་། <མར་ཡུལ་ལ་དྲགས་ཀྱི་སྡོན་རབས་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་དུ། > > “རྒྱལ་པོ་འདི་
 ཡིས་ལྷ་སྐྱུ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཀྱི་ས་མཛོ་ལིང་(ལྗང)དུ་བཞེངས་པའི་ལྷ་ཁང་སྲུང་བཅེགས་
 ལ་དཔེར་མཛད་ནས་ལྷ་ཁང་ཞིག་བཞེངས་པར་གྲགས་ཀྱང་ད་ལྟ་མ་མཆིས།”(ཤོག་
 རོས་ ༡༢༢ ན་གསལ) ཞེས་བྲིས་འདུག་པས་གང་བདེན་མ་ཤེས། སྐུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་
 ལྷ་ཁང་ནི་ནི་དུས་གསར་བཞེངས་བྲས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་གནའ་རབས་ཀྱི་བྲད་ཆོས་
 ཅི་ཡང་མི་འདུག སྤྱིར་འདིར་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་དག་གི་ནང་ཏ་ཅང་གཅོང་ལ། མཚོད་
 མེ་ཡང་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་ཆུང་སྟེང་ན་དུད་པ་འགོ་སའི་ལྷགས་སྐྱག་ཁང་སྟེང་དུ་ཡུད་པ་དེ་
 འདུག ལྷ་ཁང་འདི་དག་ནི་དུས་རབས་བཙོ་ལྷ་བའི་ནང་རྒྱལ་པོ་གྲགས་པ་འབྲུམ་སྡེ་
 ཡིས་བཞེངས། སྐབས་འདི་དག་ཏུ་ཡང་ལ་དྲགས་པ་རང་དབང་རང་བཅོན་གྱི་རྒྱལ་
 ཐུན་ནལ་མར་འགྱུར་མེད་པར་བསམ་སྟེ། སྐུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་དུ་ཡོད་པའི་
 དུས་སྐབས་དེ་གར་བྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཔེ་རྟེན་ཞིག་ན། འཕགས་པ་སྐུན་རས་
 གཟིགས་ཀྱི་འདུལ་ཞིང་ཐོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་ཀྱི་བྲག་སྟོད་མངའ་རིས་སྟོར་

གསུམ་གྱི་ནང་ཆོན་མང་ཡུལ་ལ་དྲགས་གྱི་ཡུལ་འདིར། ཞེས་འབྲི་བཞིན་པ་དེ་ཉིད་
དོ།

སྤྱན་རས་གཟིགས་གྱི་ལྷ་ཁང་གི་རྒྱ་བ་ཕྱོགས་གྱི་ལྷ་ཁང་ཞིག་གི་ནང་དུ་སྤྱན་
རས་གཟིགས་དང་རྫོགས་པ་སྤྱོད་པ་གྱི་སྤྱོད་བརྟན་འདུག་ལ། ལྷ་ཁང་ཡང་ཉ་ཅང་གནད་
པོའི་སྤྱོད་ཅལ་གྱིས་ཕྱག་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་རྒྱུང་བ་ཞིག་རེད། ལྷ་ཁང་འདི་དག་
འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་བྱ་བ་མཐའ་འཛིན་པས་བདག་གཉེར་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་ འདི་
གར་གྱི་བ་དཀོར་གཉེར་གཅིག་བྱ་ལས་གྲ་མང་མི་འདུག་ལ། དཀོར་གཉེར་ཡང་ལྷ་
བདེ་དགོན་དང་ཉི་མེས་སུ་དགོན་གཉིས་ནས་དུས་བཅད་ཀྱིས་རེ་མོས་གཏོང་བ་རེད་
ཟེས། དེ་ནས་རི་རྒྱུང་འདིའི་ལྷ་རྫོང་ཉེ་གོང་གི་ལྷ་ཁང་གཉིས་གྱི་མདུན་ཐང་ན་ཡོད་པའི་
ལྷ་ཁང་དེར་མཇལ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན། ལྷ་ཁང་འདིར་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྤྱོད་བརྟན་ཉ་
ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞུགས་ལ། ལྷ་ཁང་གི་ཕྱི་ནང་ཆོང་མ་ཞིག་གསོ་བྱས་ཡོད་པས་
གཙང་ཞིང་གྲལ་དག་པ་ཞིག་རེད། ལྷ་ཁང་འདི་དག་ཕྱགས་པའི་བྱ་བ་མཐའ་འཛིན་
མཁན་དག་གིས་བདག་གཉེར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས། ལྷ་ཁང་གི་དཀོར་གཉེན་ཡང་སྤྱ་
འབྲེལ་དགོན་པ་ནས་གཏོང་གི་འདུག་པ་ཞིག་རེད་དོ།

དེ་ནས་ཕྱི་རྫོང་ཆུ་ཆོང་ ༥: ༣༥ ནུ་རྩ་སུ་མགོ་(བ་མགོ་)དགོན་དུ་འབྱོར་ནས་དེ་ན་
ཡོད་པའི་གསེར་ཐངས་ལས་བཞེངས་པའི་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྤྱོད་བརྟན་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་དེར་མཇལ་བ་ཡིན། ལྷ་ཁང་འདིའི་ཕྱི་དབྱིབས་ནི་རྫོང་ཡུལ་སུ་སྤྱ་
རྒྱུང་དང་ཉ་ཅང་འབྲུག་ལྷ་ཁང་འདིའི་ནང་གི་ཐུགས་རིས་མང་ཆེ་བར་རྒྱུང་ནས་
ལྷ་དུས་ཉ་ཅང་རྒྱུང་བ་ཡིན་པའི་སློལ་མངོན་ཡང་། ཞིབ་ཏུ་ལྷ་དུས་ལྷ་སྤྱའི་རི་མོ་རང་ལ་

དེ་འབྲེལ་ཉིད་པ་ཡིན་པའི་སྒོལ་ཆེར་མ་མཐོང་། ལྷ་ཁང་འདིའི་མིང་ལ་རབ་བརྟན་ལྷ་
རིས་ཟེར་ཞིང་། ལྷ་ཁང་ནི་རྒྱལ་པོ་གྲགས་པ་འབྲུམ་གྱིས་གསར་བཞེངས་མཛད་པ་
དང་། ཉན་གི་ལྡེབས་རིས་དག་ནི་རྒྱལ་པོ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བཞེངས་
པར་བཤད། གསེར་ཟངས་ལས་བཞེངས་པའི་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྐུ་བརྟན་ནི་རྒྱལ་
པོ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བཞེངས་མགོ་བཅུམས་ཀྱང་ཁོང་སྐུ་འཆོ་བཞུགས་
ཀྱི་དུས་སུ་མ་འབྲུབ་ཀྱང་། ཁོང་གི་སྤྲུལ་སྤྱོད་གོ་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་འབྲུབ་པར་
བཞེངས་པ་ཡིན། དགོན་པ་འདི་ཡང་འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་མཐའ་འཛིན་
མཁན་ཞིག་རེད།

སྤྱིར་དགོན་པ་འདི་མཇུག་ཆར་རྗེས་ང་ཆོས་སེན་ཡང་དགོན་པར་མཇུག་དུ་འགྲོ་
རྒྱུའི་འཆར་གཞི་ཡོད་ཀྱང་། ས་ཡོངས་སུ་རུབ་ཟེན་པས་དུས་ཚོད་ཀྱི་དབང་གིས་
མཇུག་པའི་བསྐྱལ་བ་མ་ལྟོ། མཚན་མོའི་ཚུ་ཚོད་ ༩:༡༥ རུ་ང་ཆོ་ཕྱིར་ལྷོག་ལམ་
ཆལ་དུ་ཡོད་པའི་བོད་སྤྲུག་བྱིས་སྒྲེ་རུ་འབྱོར་བ་ཡིན།

༡༠) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༧ ཉིན།

དེ་རིང་གནམ་གཤིས་ལེགས་ལ་ངལ་གསའི་ཉི་མ་ཡང་ཡིན་པས། ཞོགས་པའི་
ཚུ་ཚོད་ ༥:༠༠ ཡས་མས་སུ་གྲོགས་དབང་གྲགས་དང་བསྟན་འཛིན་རབ་བསྟན་ང་ཆོ་
མཉམ་དུ་གཙུག་པོ་སེང་གོ་ཁ་འབབ་ཀྱི་འགྲམ་དུ་གྱོན་པ་བཟུ་རུ་སོང་བ་ཡིན། ང་ཆོ་
འགྲོ་སའི་ལམ་ཁ་དེ་ནི་སྤང་དང་རྒྱ་ལུང་ཡོད་པའི་སྤྱིད་ཆལ་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་གཙུག་
འགྲམ་དུ་འཕྱེན་འདུག་པ་ཞིག་རེད། ང་ཆོ་སྤྱིད་ཆལ་འདིའི་སྐོ་ཁར་སྤེབས་དུས་སྤོ་སྤང་

མཁན་ནི་ལ་དྲུག་པ་ལྟལ་མི་གན་བ་ཞིག་རེད། ཁོང་གིས་ང་ཚོར། ཁྱོད་ཚོ་སློབ་ནས་མ་ཐོབ་ས་རྟོགས། གལ་ཏེ་ཐོབ་ས་ན་ནི་སློབ་མོ་དགོས་པས་དེ་ལས་ར་སློབ་ཀྱི་སྟངས་མཚོངས་ཏེ་ཐོབ་ས་དང་། ངས་མ་རྟོག་ཁྲུལ་བྱས་ཚོག་གསུངས་པས་ང་ཚོ་ར་སློབ་ལས་ལྷང་ནས་སོང་བ་ཡིན།

ར་སློབ་ནང་ནི་དངོས་གནས་ཏ་ཅང་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་རེད། ལྷང་སྟོང་ཆེན་པོ་དག་གི་འོག་ན་ལྷགས་ཀྱིས་བཟོས་པའི་རྒྱབ་སྟེགས་དང་། རྒྱག་ཚུ་རྒྱང་རྒྱང་དག་ལ་རྒྱང་མཐོང་ཉམས་དོད་པའི་ཐམ་བ་སོགས་འདུག ང་ཚོ་སེང་གོ་ཁ་འབབ་ཀྱི་འགྲམ་དུ་སྟེབས་དུས་སེང་གོ་ཁ་འབབ་ནི་ཚུ་རྩོག་ཅིག་དང་གད་སྟེགས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་གཙང་པོ་ཞིག་རེད། ང་ཚོས་གོན་བ་བཟུས་རྗེས་ང་དང་བསྟན་འཛིན་རབ་བརྟན་གཉིས་ལ་གཟུགས་སོ་བཟུ་བ་དང་ཚུ་ཅེད་བྱེད་པའི་འདོད་པ་མ་བྱུང་ཡང་། དབང་ལྷགས་ཀྱིས་སེང་གོ་ཁ་འབབ་ནང་ཚུ་ཅེད་བྱས་རྗེས་ཉིན་གུང་ཕྱིར་བོད་ཁྱིམ་དུ་ལོག་ནས་ངལ་གསོ་བྱེད་བཞིན་རང་དགར་བསྐྱད་པ་ཡིན།

༡༡) ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢༥ ཉིན།

ཞོགས་པའི་ཚུ་ཚོད་ ༩:༣༠ རུ་ང་ཚོ་བོད་ཁྱིམ་ནས་ལ་དྲུག་པ་ལྟོག་ལམ་ཚལ་ཀྱི་ས་གནས་རང་ན་ཡོད་པའི་བོད་པའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་ཅིག་དང་ལྟོག་ལམ་ཚལ་ན་ཡོད་པའི་ཡོངས་གྲགས་སུ་མཚན་ཉིད་སྟོབ་གྲར་རྒྱས་ལོན་བྱེད་འདོད་ཀྱི་ལམ་ལ་ཆས་བ་ཡིན། ཚུ་ཚོད་ ༡༠:༡༤ རུ་སྟོབ་གྲུའི་སྟོ་བྱང་ལ་དབུས་ནང་པའི་རྟོག་གནས་སྟོབ་ཁང་སྟེ་ལ་དྲུག་པ་ཞེས་བྱེས་ཡོད་པའི་སྟོབ་གྲ་ཞིག་རུ་འབྱོར་དུས་སྟོབ་མ་དག་

བར་སྒྲིག་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་གཏོང་གི་འདུག སློབ་ཕྲེང་འདི་ནི་འཛིན་རིམ་བརྒྱུད་པ་མཉམ་གྱི་
སློབ་ཕྲེང་ཞིག་སྟེ། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་སེམས་ཡོད་པའི་མཆོན་ཉིད་སློབ་ཕྲེང་སྟེ་དབུས་ནང་པའི་
རིག་གནས་མཐོ་རིམ་སློབ་ཕྲེང་ཞེས་པ་དེ་མ་ཡིན་པར་དེའི་ཡན་ལག་ཅིག་རེད། ང་ཚོ་
སློབ་ཕྲེང་འདི་དང་ཁ་བྱལ་ནས་ལ་དྲགས་དགོན་སྡེ་ཁག་མཉམ་འབྲེལ་གྱིས་བཅུགས་
པའི་སྡེ་མཆོན་ཉིད་སློབ་ཕྲེང་སྟེ་དབུས་ནང་པའི་རིག་གནས་མཐོ་རིམ་སློབ་ཕྲེང་སོང་བ་
ཡིན། སློབ་ཕྲེང་འདིའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཡང་སྟེང་གི་དཀྱིལ་ན་སློབ་བཅོམ་དམ་པའི་རིམ་མོ་ཞིག་
ཡོད་པ་དེའི་འོག་ན་བོད་ཡིག་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་འདི་ལྟར་གྲིས་ཡོད་དེ། དབུས་ནང་པའི་
རིག་གནས་མཐོ་རིམ་སློབ་ཕྲེང་ཞེས་གྲིས་འདུག སློབ་བཅོམ་དམ་པའི་གཡས་སྤྱོད་གས་ན་
ཉིན་རྒྱུ་དང་གཡོན་སྤྱོད་གས་ན་དབྱིན་ཡིག་གཉིས་ཀྱི་ཐིག་ཐེང་གཉིས་ཡི་གེ་ཆེན་པོ་རེ་
གྲིས་འདུག དབྱིན་ཡིག་འདི་ལྟར་གྲིས་འདུག Center Institute Buddhist Stud-
ies.Lhe Ladhak དེའི་གཤམ་ན་ (MISITRY OF TOURISM AND CUL-
TURE. GOVT.OF INDIA) ཉིན་རིམ་ནང་གང་ཞིག་གྲིས་ཡོད་པ་མི་ཤེས་ཀྱང་
པལ་ཆེར་དབྱིན་ཡིག་རྒྱ་གང་གྲིས་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་པ་འདྲའོ།

སྤྱིར་མཐོ་སློབ་འདི་ཉིད་བཅུགས་ནས་མི་ལོ་ལྔ་བཅུ་འགོར་ཡོད་པ་དང་། སློབ་
ཕྲེང་ཁོར་ལུག་ཏུ་ཅང་རྒྱ་ཆེ་ལ་ཁང་བཅུགས་དག་གི་བཟོ་བཀོད་ལ་དུས་རབས་ཀྱི་
ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པར་མ་ཟད། ལ་དྲགས་ས་གནས་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱང་མངོན་པ་ཞིག་
རེད། ད་ལྟ་ཞིགས་པའི་ཆུ་ཆོད་ ༡༠:༢༡ າད། དེ་རིང་ང་ཚོའི་སྟེ་ཤེས་པ་དགེ་ལྡན་
ཀྱན་བཟང་མེད་པས། ང་ཚོ་སློབ་ཕྲེང་འདིའི་ཤིང་ཆོས་འཛིན་ཕྲེང་ཞིག་གི་སློབ་ཁང་གི་སྒོ་
འགྲམ་ལ་འབྱོར་དུས། ང་ཚོའི་དགེ་ལྡན་ལྷན་པ་གཉིས་ཀ་སློབ་ཕྲེང་ཡིག་ཆ་རྒྱུ་

འབྲེལ་བ་བྱེད་དུ་ཕེབས་སོང་བས། ང་ཚོས་ཁོང་རྣམས་པ་གཉིས་ལ་བསྐྱུག་ནས་བཟུང་
ཡོད། སློབ་གྲུའི་ར་དཀྱིལ་ན་ཀང་ཅིང་སློ་ལོ་ཐང་དང་དེའི་མཐའ་སྐོར་ན་ལྟ་ལོ་བ་སྟོང་
སའི་མྱེང་ཁང་ཡོད་པའི་ཅིང་ཐང་འདི་ཡིས་མཐོ་སློབ་འདིའི་ཁོར་ཡུག་ལ་བརྩིན་ཉམས་
ཞིག་བསྐྱན་འདུག

ང་ཚོའི་དགེ་ཆན་རྣམས་གཉིས་ཕྱིར་ཕེབས་བྱུང་ལ་ཁོང་གཉིས་དང་མཉམ་པོར་ང་
ཚོར་འབྲེལ་བ་རྫོང་བྱེད་མཁན་གྱི་གྲ་བ་ཆན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཕེབས་འདུག། ཁོང་གིས་ང་
ཚོར་འཛིན་ཁང་ཞིག་གི་ནང་ནས་སློབ་གྲུ་འདི་ལྟར་ངོ་སྟོན་གནང་བྱུང་། ང་ཚོའི་སློབ་གྲུ་
འདི་ཐོག་མར་འཇུགས་པའི་དམིགས་ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན། ང་དགུ་ལོའི་
ཡར་སྟོན་དུ་ང་ཚོའི་ཡུལ་ཕྱོགས་འདིའི་གྲ་བ་ལོ་གཞིན་མང་པོ་ཞིག་བོད་ཡུལ་དུ་སློབ་
གཉེར་ལ་འགྲོ་བའི་སློབ་ཡོད་ཀྱང་། བོད་ས་ཤོར་རྗེས་བོད་ལ་སློབ་གཉེར་ལ་འགྲོ་སློབ་
མེད་པ་ཆགས་རྗེས། སྐབས་རྗེ་བ་ཀྱི་ལ་རིན་པོ་མཆོག་གིས་རེ་འདུན་ཞུས་དོན་ལྟར།
ནོ་རྩོ་སྟོན་ཆེན་མཆོག་གི་བཀའ་བཀོད་བཞིན་བཙུགས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ་སྐབས་དེ་དུས་
ཚུང་ཚུང་ཞིག་ལས་མེད། སློབ་གྲུའི་སློབ་སྤྱི་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གཉིས་བོད་པ་ཞིག་
གིས་བྱས་པས་ཕྱོགས་གང་ཐད་ནས་ཡར་རྒྱས་ཡག་པོ་ཕྱིན་ཡོད་ཀྱང་། གསུམ་པ་དེ་
རྒྱ་གར་པ་ཞིག་གིས་བྱས་པས་ཉམས་ཆག་དུ་བཟང་ཡོད། དང་ཐོག་སློབ་གྲུ་འདིར་གྲུ་
བ་གཅིག་ལུ་ལས་མེད་ཀྱང་ད་ལྟ་སྤྱི་མེད་གཉིས་དང་པོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་ཡོད། བསྐྱེད་བྱ་
ལ་དཀྱིལ་ཡིག་ཉིན་རྒྱུ་མཆོད་ཉིད། སུམ་ཏྲགས། སྟན་ངག་པར་ཕྱིན་སྐབས་བརྒྱད་
ཀྱི་རྒྱུད་མཐོང་སྟོན་འཇུག་སོགས་ཡིན་ལ། ཡིག་རྒྱགས་ཀྱི་མི་ཤོག་ཁག་ལྷན་ཁྲུ་ནས་
བཟང་ཡོང་བ་ཡིན། ད་ལྟ་སློབ་གྲུ་འདིར་སློབ་སྤྱུག་བཞི་བརྒྱ་གྲུ་དང་དགེ་ཆན་སོ་

གསུམ་ཡོད་ལ། <<ལ་དྲགས་པར་བ་>> ཞེས་པའི་ལོ་དེ་བ་ཅིག་ཀྱང་འདོན་བཞིན་ཡོད།
 གྲེ་ཡང་སྤོན་གྱི་གྲེ་ཚན་དང་། ཐང་གའི་གྲེ་ཚན། ཤིང་ཤོས་གྲེ་ཚན། འཇིག་བཟོའི་གྲེ་
 ཚན། སྐད་ཡིག་གྲེ་ཚན་བཅས་བཞི་ཡོད། སྐད་ཡིག་གྲེ་ཚན་གྱི་ནང་ལ་ལེགས་སྦྱར་
 དང་། དབྱེན་ཡིག་ཉིན་རྒྱུ་ལྷན་དུ་བཅས་ཀྱི་གྲེ་ཚན་གཅིག་དང་། བོད་ཡིག་རྒྱང་
 བའི་གྲེ་ཚན་གཉིས་ཉེ་བསྐྱེམས་པའི་གྲེ་ཚན་གསུམ་ཡོད། དཔེ་མཛོད་ཁང་གཉིས་
 ཡོད། རྗེས་མར་ཅིས་དཀར་ནག་གི་གྲེ་ཚན་ཞིག་ཀྱང་འཇུགས་རྒྱུ་འཆར་གཞི་ཡོད་
 བ་རེད།

གཞན་སྤེལ་རང་མ་ཡིན་པའི་ཐངས་དཀར་སོགས་ས་གནས་གཞན་དག་ན་ཡན་
 ལག་སློབ་བྱ་བཅུ་གཅིག་ཙམ་ཡོད། འདིར་སྤར་བོད་བ་དག་ཀྱང་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་ད་
 ལྟ་གཉིས་ལས་མེད། སློབ་བྱ་འདི་ནི་ངས་སྤྱ་ཀླ་ཤི་མར་མངའ་སྤེ་ཡི་འཛིན་སྐྱོང་ལ་མི་
 གཏོགས་པར་རྒྱ་གར་དབྱས་གཞུང་གི་ལྟ་སྐྱོང་འོག་ན་ཡོད་ཅེས་ང་ཚོ་གྲེ་ཚན་ཁག་
 དང་དཔེ་མཛོད་སོགས་སྤྱ་འབྲིད་ནས་འགྲེལ་བཞེད་གསལ་ཐག་ཆོད་གནང་བར་མ་
 ཟད། ད་ལོ་སློབ་བྱ་བཅུ་གས་ནས་ལོ་འཁོར་ལྷ་བཅུ་འཁོར་བའི་དུས་བྲན་གནས་རྒྱས་
 ཤིག་འཆོགས་རྒྱ་ཡིན་རབས་དང་། དགོན་ཁོང་གི་མཚན་ལ་དགོན་མཆོག་རྣམས་རྒྱལ་
 ཟེར་བ་དང་ང་དགྲའི་ཡར་སྤོན་ལ་བོད་དུ་སློབ་གཉེར་ལ་སོང་ནས་གདན་ཞུ་པོ་
 འབྲས་སྤར་སློབ་གསལ་གྲིང་དུ་ཆོགས་ཞུགས་ཀྱིས་མི་ལོ་བདུན་ལྷག་ལ་སློབ་གཉེར་
 གྲས་ཚུ་ལ། ང་རང་གི་དགོན་པ་ནི་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ཡིན་ཡང་ངའི་སློབ་གཉེར་གྲས་ས་
 དགོན་ལྷགས་པ་ཡིན་པས་བཀའ་དགོན་གཉིས་ཀ་ཡིན་ལྷགས་སོགས་ཞལ་ཅེད་དང་
 བཅས་གསུངས་བྱུང་། སྤྱིར་སློབ་བྱ་འདིར་བྱ་ལས་བྱ་མོ་མང་བ་འདུག ང་ཚོ་སྤོན་གྱི་

ཕྱེ་ཚན་དུ་སོང་དུས་དགེ་སློབ་ཚོས་རྩ་སྟེན་སྒྲིབ་སྦྱོར་གྱིས་བོད་སྟེན་བཟོ་བཞིན་
འདུག་ལ། བོད་སྟེན་བཟོ་མཁན་གྱི་སློབ་སྤྱུག་མང་ཆེ་བ་ཡང་བྱ་མོ་རེད་འདུག དེ་མིན་
སློབ་གྲྭ་འདིར་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མང་དག་ཅིག་འདུག་ནའང་། འདིར་ཆེས་དམིགས་
བསམ་ལ་བ་ཞིག་ནི་དཔེ་མཛོད་ཁང་རེད། དཔེ་མཛོད་ནང་ན་བོད་ཡིག་གཙོས་པའི་དཔེ་
དེབ་ཉ་ཅང་མང་བར་མ་ཟད་གྲུལ་དག་ལ་ཁོད་ཡངས་པ་དང་། བོད་ནང་ནས་པར་
བསྐྱུན་བྱས་པའི་བོད་ཡིག་གི་དཔེ་དཔ་མང་བ། སློབ་གྲྱེའི་བྱ་མོ་དག་གིས་ལ་དྲགས་ས་
གནས་རང་གི་གྲོན་ཆས་མི་གོན་པར་རྒྱ་གར་བྱ་མོའི་ཆས་གོས་གྲོན་ཡོད་པ་སོགས་
རེད། ལྷ་སྐྱོར་ཡོངས་སུ་བྱུབ་མཆམས་དགོན་དགོན་མཆོག་རྣམས་རྒྱལ་དང་ར་ཆོ་
མཉམ་དུ་བཞུགས་པར་བཞག་བརྒྱབ་རྗེས་ཁོང་ལ་སྤྱུགས་རྗེ་ཆེ་བྱས་ནས་ཕྱིར་བོད་
བྱིས་དུ་ལོག་པ་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ཆུ་ཚོད་ ༩:༥༠ ལུ་བོད་བྱིས་གྱི་ཚན་བཀྲར་ཁང་དུ་སོང་བ་ཡིན། འདིར་སློ་
བོ་ཉི་ཤུ་དང་རྩ་མོ་ཉེར་བཞི། ཁོང་ཆོ་བདག་སྦྱོང་བྱེད་མཁན་གྱི་ཨ་མ་གཉིས་འདུག ཁོ་
ཆོའི་གསུམ་ན་བྱ་སྤྱུག་ཡོད་མེད་གཉིས་ཆ་འདུག མོག་མར་ར་ཆོས་ཀྱི་ཀམ་རྩི་རྩི་ཐེར་
བ་ཞིག་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་པ་ཡིན། ཁོང་ནི་ད་ལྟ་དགྲུང་ལོ་དོན་བརྒྱད་རེད་ལ། རྒྱ་
གར་དུ་ཕྱི་ལོ་དྲུག་ཅུ་རེ་གཉིས་ལོར་ཕེབས་པ་ཞིག་རེད། ཁོང་གི་པ་ཡུལ་ནི་སྟོད་
ལྷགས་ཁང་རེད། ཁོང་གིས་གསུངས་ན་ར་ཆོ་གྲོང་པ་བདུན་བརྒྱད་ཅིག་དང་མཉམ་དུ་
འོང་བ་ཡིན། དེ་དུས་ར་ཆོར་ར་ལུག་ལྷ་བརྒྱ་ཅམ་ཡོད། དར་བོར་ར་ཆོས་ལ་དྲགས་
ཡུལ་མི་ར་ཆོའི་རྒྱན་ཆ་དང་ཁ་ལག་བརྗེ་བོ་བརྒྱབ་ནས་ར་ཆོ་ཆང་མས་གྲུར་བརྒྱབ་
ནས་བསྐྱད་པ་ཡིན། མི་ཆང་སུམ་བརྒྱ་ལྟ་ཡོད་ཆང་མའི་སེམས་སུ་མཁྱོགས་བོར་

ཕྱིར་ལོག་སྐབ་རྒྱ་རེད་བསམ་བ་ལས། ལོ་འདི་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ལྷན་འགྲོ་བའི་
བསམ་བ་ཡེ་ནས་མེད། བོང་ས་མཆོག་གིས་གང་གསུངས་བ་དེར་སྒོ་གཏད་འགྱུར་
མེད་གི་ཡིད་ཆེས་དང་གང་ལྟར་ང་ཚོའི་གནས་སྐབས་འདི་ལ་འགྱུར་བ་ཞིག་འགྲོ་ཐག་
ཆོད་རེད་བསམ་གི་ཡོད་ཟེར། ང་ཚོས་ཁོང་ལ་འདིར་ཡོད་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་
གང་ཡིན་དང་། བོད་བ་དང་ལ་དྲགས་ལུལ་མིའི་བར་འབྲུག་རྒྱུ་ཤོར་སྤོང་ཡོད་མེད་
སོགས་འདི་ལྟ་དུས། ཁོང་གིས་སྤྱིར་བཏང་དཀའ་ངལ་ཏ་ཅང་གི་ཆེན་པོ་མེད་ཀྱང་།
ཞིང་ས་སོགས་སུ་རྒྱ་འདྲང་ངེས་མི་རག་བ་སོགས་རྒྱ་ཡི་དཀའ་ངལ་དེ་གཙོ་བོ་ཞིག་
རེད། ལུལ་མི་དང་བོད་པའི་བར་འབྲུག་བ་ཆེན་པོ་བྱུང་མ་སྤོང་ཡང་། བྱུང་ཐང་དུ་
ལྷགས་ཐོག་འཆོ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ས་མཆོམས་བར་ལ་འབྲུག་བ་རུང་ཅམ་རེ་ཤོར་སྤོང་
ཡོད་ཅེས་གསུངས།

ཡང་སྒོ་བོ་བཀའ་ཤིས་ཆེ་རིང་ལ་བཅར་འདྲི་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན། ཁོང་གི་དགྲུང་ལོ་
གྲ་བཞི་དང་བ་ལུལ་མངའ་ངེས་བདེ་འབྱུང་ནས་རེད། ཁོང་རྒྱ་གར་དུ་ཕྱི་ལོ་རེ་དགྲུ་
ལོར་ཐེབས་བ་དང་ཁོང་གིས་བོད་དུ་ངལ་རྩོལ་བསྐྱར་བཀོད་ཅེས་པའི་བཅོན་པའི་
མིང་ཐོགས་ནས་དཀའ་སྤྱུག་སྤོང་རབས་གི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་གསུང་རྒྱུ་འདུག། ཁོང་
གིས་གསུངས་ན་དེ་དུས་ང་ཚོར་མི་རེ་ལ་ལྟ་རྟོག་བྱེད་མཁན་གི་མི་ལྔ་རེ་ཡོད་ལ།
མཆོན་མོ་ཡང་ལུལ་དུ་འགྲོ་མི་ཆོག་པར་ངལ་རྩོལ་མགོ་བ་དང་མཉམ་དུ་འདུག་
དགོས་པ་ཞིག་རེད་སོགས་དང་། ཁོང་རང་རྒྱ་གར་དུ་འོང་དུས་ཀྱང་ཤི་འགྲོ་བའམ།
ཡང་ན་འདྲིང་དགོས་བསམ་བ་ལས། རྒྱ་གར་དུ་ཐར་འགྲོ་བའི་བསམ་བ་ཡེ་ནས་བྱུང་
མ་སོང་བར་གསུངས། ད་དུང་ཁོང་གིས་བོད་དུ་དཀའ་སྤྱུག་ཏ་ཅང་མང་པོ་སྤོང་བར་

མ་ཟད། ས་མཆམས་ཀྱི་རྒྱ་གར་དམག་མིས་ཀྱང་ཁོ་རང་གསང་སྤྱལ་བ་རེད་ཟེར་
ནས་དཀའ་སྤྱད་མང་པོ་སྤོང་དུ་བཅུག་པ་སོགས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་སྤོང་ནས་ཐེབས་
བ་ཞིག་རེད། ཁོང་རྒྱ་གར་ལ་ཐེབས་དུས་དགུང་ལོ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་བོད་དུ་ཚུང་མ་
དང་། བུ་བུ་མོ་གཉིས་འདུག བྱི་ལོ་གྲ་བུ་གེ་སོགས་སུ་ཁོ་ཆོར་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་པར་
ཁོང་རང་བོད་དུ་ཐེངས་གཉིས་ལ་བྱིན་ཡོད་ཀྱང་། བོད་དུ་མ་བསྐྱད་པར་བྱིར་ལོག་
འདུག དེ་ལྟར་བྱིར་ལོག་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཅི་ཡིན་འདི་སྐབས། ཁོང་གིས་ང་
རང་རྒྱ་མི་ལ་གཏན་ནས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་མི་འདུག་དེས་སྐབས་ཀྱིས་བོད་དུ་བསྐྱད་འདོད་
ཡོད་ནས་མ་བྱུང་བར་གསུངས།

ཆན་བཀྱར་ཁང་འདིའི་དགུང་ལོ་ཆེས་ཆན་བ་ནི་སློ་བོ་མགོན་པོ་བཟླ་ཤིས་རེད་
ལ། ཁོང་ནི་དགུང་ལོ་གོ་གཉིས་རེད། ཁོང་གི་རྒྱ་བས་ཅི་ཡང་ཐོས་ཀྱི་མི་འདུག་ལ་ཁོང་
གིས་བཤད་པ་དག་ཀྱང་། ང་ཆོས་ཉ་གོ་མི་ཐུབ་གི ཨ་མ་བསྟན་འཛིན་ཆོས་སློན་ནི་
དགུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་རེད་ལ། ཁོ་མོ་ནི་མཆོ་སྤྱ་ནས་ཡིན་པ་དང་ཁོ་མོར་བུ་མོ་གཉིས་
ཡོད་ལ། ད་ལྟ་ཁོ་ཆོ་རྗེ་ར་ལྟོན་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། ཁོ་མོར་འབྲེལ་བ་གཏན་ནས་བྱེད་ཀྱི་མི་
འདུག་ཟེར་ནས་མིག་རྒྱ་སྤྱུམ་གཏོང་གི་འདུག།

བུ་སྤྱག་ཅི་གང་མེད་པ་ནི་དགུང་ལོ་གྲ་བདུན་སོན་པའི་ཨ་མ་ཆེ་རིང་གཡང་སྤྱིད་
རེད། ཁོ་མོའི་རྒྱ་མཆོག་གིས་ངས་ཆོས་བཤད་པ་དག་གསལ་བོ་ཞིག་ཐོས་ཀྱི་མི་
འདུག་ཀྱང་། ཁོ་མོའི་རིག་པ་གསལ་བོ་དང་ཁོ་མོས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་དག་ཀྱང་ཉ་
ཅང་གསལ་བོ་རེད།

འདིར་ཡོད་པའི་ཆན་འཁོགས་ཆང་མས་རེ་བར་ཁོ་ཆོའི་ཆེ་མཐུག་འདིར་བོད་པ་

ཆང་མ་བོད་དུ་ཕྱིར་ལོག་གྱེད་ཐུབ་པར་ཡིད་ཆེས་གྱེད་ཀྱི་འདུག། སྤྱིར་ཀན་བཀྱར་
ཁང་འདྲིའི་གནས་བབ་ཏུ་ཅང་ཐབས་ཆག་ཅིག་མ་ཡིན་ཡང་། དེ་འདྲིའི་ཆ་རྒྱུ་
འཛོམས་པོ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཆོའི་ཉལ་ཁང་པལ་མོ་ཆེ་ཡི་ནང་གི་ཕྱི་ལོ་དང་
ཁང་དོས་ཡོངས་དུད་པས་ནག་པོ་བཟོས་ཡོད་པ་དང་། ཐང་ན་ཡང་ཤིང་གི་པང་གཅེས་
སོགས་ཅི་གང་མེད་པར་རྩལ་འཚུ་བ་སྤྱོད་ལོག་གེར་འདུག་པས། གན་འ་བོའི་དགོན་རྩེ་
ཞིག་གི་ཐབ་ཆང་དང་འབྲ་བོ་འདུག་ལ། ཀླས་འཁོགས་ཆང་མའི་གྲོན་གོས་ཀྱང་ཏུ་
ཅང་རྩེད་རུལ་དུ་སོང་ནས་མདོག་ལོག་ཡོད་པ་རྒྱུར་རྒྱུར་དང་། ཁ་ཤས་ཀྱི་གྲོན་གོས་
ནི་ལྷན་པའི་ལྷེད་ལ་ལྷན་པ་བཅེགས་པ་རེད་འདུག། གཞན་ཀླས་འཁོགས་བྱ་སྤྲུག་ཡོད་
མཁན་དག་གིས་ཁོ་ཆོའི་བྱ་སྤྲུག་ཆོ་རང་ཉིད་ལ་བལྟ་རུ་ཡོད་ན་ཅི་མ་རུང་སྤྲུམ་པའི་རེ་
སྤྲུག་གི་མིག་ཟུང་ལས་མཆི་མ་ཆད་མེད་གཏོང་གི་འདུག་ལ། བྱ་སྤྲུག་མེད་མཁན་
དག་ཀྱང་ཏུ་ཅང་ཁེར་རྒྱུར་དང་སྤྲུམ་སྤྲུང་གིས་གང་བའི་བཞེན་རས་སོགས་ཡང་ཉམས་
ཐག་གི་ཀན་བཀྱར་ཁང་གི་སྐྱོང་ལ་དག་མཐོང་སྐབས། སེམས་བསམ་པའི་གཏོང་ལ་
སྐྱོ་བའི་མཆི་མ་སྤྲུམ་སྤྲུམ་བབ་ཀྱང་། གང་ཅིའི་ཐད་ནས་འཁོས་ཀ་ཏུ་ཅང་ཞན་པའི་
བདག་ལྟ་བུ་ལ་བྱ་ཐབས་ཅི།

མཐུག་མཐར་སྟོང་ལྷང་ལྷང་གི་སེམས་ངལ་ལྷུ་མོ་ཞིག་འཁྱར་བཞེན་ཁོ་ཆོ་ཆེ་
རིང་ནད་མེད་དང་། བདེ་སྤྱིད་ཡོང་བའི་བཅོས་མིན་སྟོན་འདུན་ལྷགས་བྲག་ཅིག་གིས་
བདེ་མོ་བཞག་སྟེ། དགོང་རྩོ་ཕྱིར་བོད་ཁྱིམ་དུ་ལོག་ནས་ནམ་རྒྱུན་ལྷར་ཉིན་རེ་ཡི་
མཐོང་ཐོས་ཁྱོད་གསུམ་ཐར་ཐོར་རེ་ཐེན་གྱིས་སུ་གྱིས་ཤིང་འབྲེ་བཞེན་པའི་སྐབས་སོ་
ཞེས་ཉིན་ཐོའི་སྐོང་གི་ལ་དྲགས་ཉིད་དེ། མིག་མཐོང་ལག་ཐེན་གྱི་བར་ནས་རྩེད་ཅིང་

ཐོབ་པའི་དངོས་བསྐྱེད་ཁྲི་ལ་དྲགས་ཉིད་དོ།

བྱག་པ། སེམས་ཀྱིས་སྤྱོད་རྒྱུ་ཁྲི་ལ་དྲགས།

ཉིས་སྟོང་དགུ་ལོའི་ལོ་མཇུག་ཏུ་ཡགོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་
གཟིམ་ཆུང་མཇུག་ཁ་ཁྱུས་ཏེ། ཁོང་གི་བཀའ་ལྟར་སྤྱི་བོར་ཁྱར་ནས་སྤར་ཡང་ལ་
དྲགས་སྟོགས་སུ་དགོ་ཆེན་བྱེད་དུ་སོང་བའི་མི་ལོ་གཅིག་དང་ཆེ་བྱག་ལྟག་ལ་བསྟན་
པའི་གོ་རིམ་ནང་། ལ་དྲགས་པའི་མི་ཆེ་མ་ཆུང་གསུམ་དང་སྤྱི་བོ་མོ་གཉིས་ཀར་
འགྲོགས་ཤིང་འདྲིས་པའི་བརྒྱད་རིམ་ཁྲོད་ཁོ་ཆོའི་ལྟ་མེད་དྲངས་གཙང་གི་མི་
གཤམ་ཀྱང་ཁོ་ཆོའི་ནམ་མཁའ་བཞེན་ཏེ་ཅད་དྲངས་མོ་ཡིན་པ་ཤེས་ལ། བྱམས་དང་
སྟོང་ཟེ། གཞན་གཅེས་ཀྱི་ཆོས་སེམས་དེ་ཡང་ཁ་མིན་དོན་འབྲེལ་གྱི་ལག་ལེན་གསེར་
གྱི་ཐེགས་པ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་ཏེ་གོ་སོང་།

ཕྱི་ཡི་འབྲོར་སྤྱག་ལ་ཤ་འཐམ་རུས་འཐམ་གྱིས་སྟོར་བྱར་གཅིག་གི་ཁེ་སྟོགས་
ཡིན་ནའང་ཁ་དང་སྤྱ་ནས་འགྲོག་འགྲོ་བའི་དུས་རབས་འདིར། ལ་དྲགས་པ་སྤར་
བཞེན་རྒྱ་འབྲས་བྱང་སྟོམས་ཀྱི་ས་ཆོགས་ན་ཀྱང་དེར་ལངས་འདུག་སྟེ། ཁོ་ཆོའི་གྲང་
བྱིས་པལ་ཆེ་བའི་ཕྱི་སྟོ་ལ་སྟོ་ལྟགས་རྒྱག་སྟོལ་མེད་པ་གཅིག་ལུས་ཤེས་ལ། འདས་
པའི་ལོ་ཆེའི་ནང་ལའང་ཁོ་ཆོས་ལ་དྲགས་ཡུལ་ལ་གསར་དུ་སྟེབས་པའི་མི་དག་གིས་
སྐད་བད་ཏེ་གོ་མིན་གྱི་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་བྱས་ནས། མགོ་གཡོག་མགོ་སྟོར་གྱིས་
དདུལ་དངོས་གཡོ་ལེན་བྱས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་མེད་ལ། དེར་སང་ད་དུང་ཡང་ཁོ་ཆོ་དེ་
ཡི་ས་མཆོམས་ལས་བཞུལ་མེད་དེ། ཁོ་ཆོའི་ཡུལ་ལྟར་ནས་མི་ཆེན་གཞོན་གང་དང་

སུ་ཞིག་ལ་ཐུག་ན་འདྲ་ལེ་(འདྲ་ལེ་ཞེས་པ་ནི་ཐོན་ལེགས་ལ་གོ་དགོས)གར་ནས་བྱོན་ཡིན་ལེ་
དང་། ཁང་པ་ལ་མེབས་ནས་གསོལ་ཇ་འདོན་དང་(འདོན་དང་ཞེས་པ་ནི་བཞེས་དང་ཞེས་པར་
གོ་དགོས)ཟེར་བ་ནི་ལུང་བ་ཐུན་མོང་ལ་མངའ་བའི་ཡ་རབ་ཀྱི་གཤེས་ལུགས་རོ་མཆར་
བ་དེ་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཁོ་ཚོས་ཇ་རིན་ཟས་རིན་སོགས་གཏན་ནས་མི་ལེན་པ་དང་།
སྐབས་རེར་ལེན་པ་དེ་ཡང་ཡིན་ལུགས་ཚུ་ལ་མ་ཐུན་ཞིག་ལས་མགོ་གཡོག་མགོ་སྐྱོར་
སོགས་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པ་དེ་རེད།

དེ་མིན་ཁོ་ཚོའི་མི་ཚན་གཞིན་གང་དང་སུ་ལ་སྤྱོད་པས་ཡར་མར་ལ་འགྲོ་སའི་ལམ་
ཁ་སོགས་སྐད་ཆ་ཅི་ཞིག་དྲིས་ན་ལན་བྱང་མོ་བྱང་རྒྱང་འདེབས་ལ། མ་ཤེས་པ་
སོགས་ཀྱང་ཤེས་མཁན་གྱི་མི་གང་ཡང་བྱང་བ་ཞིག་གི་མདུན་དུ་འཁྲིད་ནས་སྐད་ཆ་
འདྲི་རོགས་སོགས་སྤྲ་མེད་རོགས་པན་སྐྱབ་པའི་བྱ་ལས་སོགས་ཁོ་ཚོར་མཚོན་ན་
དོན་དག་ཆེས་སྤྱིར་བཏང་བ་ཞིག་རེད། ལ་དྲགས་པའི་མི་ཀུན་ཀྱང་ཅེ་ཅེད་མཆར་ལ་སྤྱོ་
པས་ཁོ་ཚོ་མཉམ་འདྲེས་ཀྱི་དུས་གང་དང་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དགོད་སྤྱད་དང་མཉམ་
པོ་ཡོད་ཅེས་བཤད་ཆོག་ཆོག་ཡིན་ལ། ཁོ་ཚོའི་མི་པལ་ཆེ་བ་དབྱར་དུས་སུ་སོས་
དལ་གྱི་ཁོམ་ལོང་ཆེར་མེད་པར་ཞིང་ས་འདེབས་སྐྱབ་དང་། ཁང་པ་གསར་བཙོ་
སོགས་བྱ་ལས་སྤྲ་ཆོགས་ཤིག་ཡོད་ནའང་། ཁོ་ཚོ་མཉམ་འདྲེས་ཀྱི་དགོད་སྤྱད་གཤེས་
ཆད་དུ་འདྲུག་སྤྲིད་དེ། དེའི་དུས་ཀྱང་ཁོ་ཚོར་དགོད་ཆོགས་བྲ་རྒྱས་བསྐྱས་ཅི་རིགས་
དང་། གཉེན་སྟོན་ཆེ་མ་ཚུང་གསུམ་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་དགུན་གྱི་དུས་སུ་གནས་
གཤེས་འབྲུག་པས་མི་རྣམས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་ཀ་ཆེར་མེད་པར་ཁོམ་ལོང་
ཆེ་བས་ཁོམ་ཆོགས་མང་པོ་བསྐྱལ་བསྐྱལ་སྟངས་ཀྱང་སྤྲ་ལེན་གར་ཅེད་དང་། གཡས་

གལ་གཤམ་གྱི་འགྲུ་ལྟར་མཉམ་སྦྲུང་སྐབས་ཀྱི་ཡོད། ཁོ་ཚོས་ཁྲིའི་
ཚོགས་ཆེན་པོའི་རིགས་ལ་ཁྲིའི་དང་རྒྱུ་དེ་རིགས་ལ་མི་དོ་(དེ་ནི་ཁོ་ཚོས་ཕྱི་རྒྱལ་མི་དོ་
ཟེར་གྱི་ཡོད་པས་ཕྱི་རྒྱུ་དོན་ཡིན་པས་ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་དེ་ནི་དེ་ཕྱིན་ཡིག་གི་picnic་སྐབས་ཀྱིས་བ་
ཡིན་པར་ཡང་བཤད་ཟེར་གྱི་ཡོད། མི་ཉི་མེ་སྐབས་རེར་གནས་ལ་མ་སོང་བའི་བྲ་མོ་ན་
རྒྱུ་དག་གིས་རང་བྱིས་ནས་ཤ་དང་གོ་སྤེལ་ཅུང་ཙམ་རེ་དང་། དེ་ལྟར་ཅུང་ཤོས་རེ་བསྐྱ་
རྒྱུ་གིས་མཆན་མོར་མི་ཆང་གང་ཡང་རྒྱུ་བ་ཞིག་ཏུ་མཉམ་འཛུལ་གྱིས་དགོང་
ཟས་ཅུང་རྒྱས་སྒྲོས་ཤིག་བཏང་ནས། དེར་རབས་སྐྱ་གཞས་དང་དྲ་མན་སྐབས་སྐྱ་
དབྱངས་དང་འགྲོགས་ནས་སྐྱ་ལོན་གར་ཅེད་གིས་ནས་ཕྱི་དང་སྤོང་གྱི་ཡོད།

ཡང་མཆན་པ་རེ་མན་པ་མཆོ་དང་བྲ་མེད་ལྟལ་འདྲུག་མ་དག་གིས་ཀྱང་གོང་
བཞིན་གྱི་མི་དོ་གཏོང་སྐབས་ཡོད། གཞན་བྲ་མེད་མོ་ལོ་བཞི་བཅུ་དང་ལྔ་བཅུ་བྲ་པ་
དག་གིས་མཆན་པ་རེ་མི་དོ་གཏོང་གི་ཡོད་རྒྱུ་། ཁོ་ཚོའི་མི་དོ་མཉམ་སྦྲུང་སྐབས་
དང་མི་འདྲ་བར་ཉ་ཅང་ཞི་སྤྲོད་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་སྤྲོད་གོང་བྱིས་གང་རྒྱུ་ཞིག་ཏུ་མཉམ་
འཛུལ་གྱིས་ནས་བལ་འཁེལ་ཞོར་སྤྱོད་པ་ཡང་མར་གྱི་ཁ་བརྒྱུ་ལ་རོལ་བ་དང་
མཆན་པ་རེ་དྲ་མན་རྒྱུ་དག་སྤོང་གི་ཡོད་ཀྱང་། མི་དོ་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་
སྤྱོད་པ་ཡང་མར་གྱི་ཁ་བརྒྱུ་ཞོར་ནས་ཟད་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན།

སྤྱིར་ཁྲིའི་ཚོགས་བསྐྱེད་སྐབས་དང་ཚོགས་སྐྱེད་སྐབས་གཉིས་ཀར་རྣམ་པ་སྐྱ་ཚོགས་
ཚོགས་ཤིག་ཡོད། དེ་ལས་ལོ་གསར་ཁྲིའི་ཚོགས་ནི་རྣམ་པ་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་དང་དུས་ལུག་
རིང་ཆེས་གྱི་ཁྲིའི་ཚོགས་ཡིན། དེ་ནི་ལོ་གསར་སྐབས་ཀྱི་ཆེས་ཉེར་དགུ་དང་གནས་
སྤོང་ཉེན་གཉིས་ཀྱི་མཆན་མོར་གོང་སྤེད་པའི་བྱིས་ཆང་དག་སྤོང་སྤྲོད་གཉིས་སུ་བགོས་

ནས་ཁྲིམ་ཆོགས་བསྟུ་ལ། གཅིག་ལ་ཁྲིམ་གོང་མ་དང་གཞན་པ་དེ་ལ་ཁྲིམ་འོག་མ་
ཟེར། ཁྲིམ་གྱི་ཆོགས་གནས་དང་བཟའ་བཏུང་སོགས་ལོ་རེ་ཡི་མོ་སར་གྱི་མཇུག་ཏུ་
བསྐྱོ་བཞག་བྱས་པའི་གཉེར་པ་གསུམ་གྱིས་གོ་སྤྲིག་བྱེད་གྱི་འདུག ས་རུབ་མཆམས་
སུ་གོང་མི་དག་རང་རང་གི་ཁྲིམ་གྱི་ཆོགས་གནས་སུ་འཛོམས་ནས། ཁ་མཆར་ཀུ་རེ་
དང་དགོད་སྤྱིའི་ཁྲོད་ནས་བཟའ་བཏུང་ལ་རོལ་རྗེས། ཁྲིམ་འོག་མའི་སྤྲེས་པོ་མོ་གཉིས་
ཀ་ཁྲིམ་གོང་མར་ཡོང་ནས་སྤྱ་ལེན་གར་ཅེད་དང་རྩ་ཆང་ལ་རོལ་ནས་གར་འཆམ་
བསྟུང་རྗེས། ཁྲིམ་གོང་མའི་པོ་མོ་གཉིས་ཆ་འབྲིད་ནས་ཁྲིམ་འོག་མར་འོང་ནས་སྤྱ་
གར་ལ་རོལ་བ་དང་། མི་ཁ་བདེ་ལྟེ་བདེ་ཞིག་གིས་ཁ་མཆར་ཀུ་རེ་སྤྲ་ཆོགས་བཤད་
ནས་མི་རྣམས་ལ་གད་མོ་སྤོང་བ་སོགས་དགོད་སྤྱིའི་ཁྲོད་ནས་ནམ་བུའི་བར་བསྟུང་
རྗེས་གཟོད་ནས་མི་རྣམས་སོ་སོའི་རང་བྲིམ་དུ་ལོག་འགོ་བ་དང་། མོ་སར་གྱི་དུས་
ཡུན་ནི་ཆེས་ཉེར་དགུའི་དགུ་ཐུག་གི་དགོང་མོ་ནས་ཆེས་དགུའི་དགོང་མའི་བར་ཡིན།
ཡིན་ནའང་ཆེས་ཉེར་དགུ་དང་གནམ་སྟོང་གཉིས་ལ་གོང་རྩེ་སྟོད་སྟུང་གཉིས་སུ་བཅད་
ནས་ཁྲིམ་ཆོགས་བསྟུ་བ་ལས། ཆེས་གཅིག་ནས་བཟུང་ཉི་མ་རེ་ལ་བྲིམ་ཆང་བཞི་ལྔ་
རེ་ཡིས་ཉིན་མོར་པོ་རྣམས་མགོན་དུ་བོས་ནས་མགོན་བསུ་བྱེད་གྱི་ཡོད་རུང་། མོ་
རྣམས་མགོན་དུ་འབོད་སློལ་མི་འདུག་ཀྱང་མཆན་མོར་ཉིན་དེ་ཡི་མཐའ་མཇུག་གི་
བྲིམ་ཆང་དེ་རུ་པོ་མོ་ཡོངས་རྫོགས་འཛོམས་ནས་རྩ་ཆང་ལ་རོལ་བཞིན་ཀན་པ་
རྣམས་གྱིས་སྤྱོགས་ཡར་མར་གྱི་གནས་ཚུལ་སྤྱོད་པོར་སྟོད་ཞོར་གཞོན་པ་
དག་གི་སྤྱ་གར་ལྟ་བ་དང་། ན་གཞོན་དག་གིས་གནའ་སྤྲ་མའི་རོལ་ཆས་དྲ་མན་རྩུང་
བ་དང་ས་གནས་རང་གི་དེར་རབས་སྤྱ་སྤྲ་ཆོགས་སྤྱ་པབ་ལས་བཏང་བའི་རོལ་

དབྱངས་དང་འགྲོགས་ནས་སྒྲ་གར་ལ་རོལ་ནས་གང་དགའ་གང་སྒྲིད་བྱེད་པའི་དུས་
ཡུན་རིང་ཤོས་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟར་མིན་ཡང་གོང་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལྟན་འཛོམས་ཀྱི་ཁྲིམ་ཆོགས་རྒྱུང་བའི་
རིགས་ཀྱང་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་ལ་དེ་དག་ཆང་མར་རོམ་ཆར་བའི་ལྟ་མོ་དང་དགོད་
སྒྲ་རྒྱན་མི་ཆད་པ་ཡོད། གཞན་དབྱར་དུས་སོགས་ཁོ་ཆོའི་རྒྱང་དཀའ་ལས་ཆེ་བའི་
ལས་ཀའི་སྐབས་དག་ཏུ་ཡང་གོང་ཁྲིམ་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་པན་རྒྱན་མཉམ་རོགས་
མཉམ་ལས་ཀྱིས་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས། དུས་སྐབས་དེ་དག་ཏུའང་ཁོ་ཆོར་ཐང་
ཆད་པ་དང་དཀའ་ལས་ཁག་པའི་ཟུར་ཞིག་མཐོང་མི་སྤུའ་སྟེ། ཁོ་ཆོའི་ལས་ཀ་དག་ཁ་
མཆར་ཀྱ་རེ་ཡི་དགོད་སྒྲིའི་ཁྱོད་ནས་མཐུག་རྫོགས་འགྲོ། སྤྱིར་ལ་དྲུག་ས་ཡུལ་གྱི་
རང་རྒྱང་ཁོར་ཡུག་དང་། མི་མང་གི་དབལ་འབྱོར་གྱི་གནས་བབ། འགྲིམ་འབྲུལ་གྱི་
ལམ་ཁ་སོགས་ཤི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཐད་ནས་ལ་དྲུག་ས་ཡུལ་ན་སྤོང་རིན་ཡོད་པ་
ཞིག་དང་ཡིད་སློན་བྱེད་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་མོད། ཁང་སེམས་ཀྱི་འབྱོར་སྤུག་གི་
ཐད་ནས་བཅོས་མིན་སེམས་ཀྱི་འཇུ་མ་མདངས་ཉམས་དགའ་བ་རེ་དང་། འཇུ་མ་
མདངས་དེ་ལས་མཆེད་ཅིང་འཕྱར་ནས་འོང་བའི་མ་བཅོས་པན་སེམས་ཀྱིས་
བསྐྱངས་པའི་སྤྲང་གཏམ་དག་གིས། མའི་རིགས་ལ་རང་ཉིང་མི་ངོ་མ་ཞིག་ཡིན་མིན་
གྱི་ཐ་མའི་ཆད་གཞི་འདི་ལྟར་འཇལ་དགོས་ཞེས་སྒྲུལ་མ་བྱེད་པ་དང་འབྲས་སྟེ། ཁོ་ཆོས་
དུས་ནས་ཀུན་ཏུ་རང་གི་སེམས་སུ་ཉར་ཞིང་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྐབས་ཐོག་དག་
ཏུའང་དགོ་སྤྲིག་སྤང་བྱེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་དེ་བཞུགས་འོང་བས་འདིར་ཟུར་ཅམ་བྱངས་ན།
རྒྱན་དང་ཕྲ་མས་ཁོ་ཆོ་མ་སྒྲིད་པ་དང་མི་དགའ་བ་བྱ་ན་ནི་གསོག་པོ་ཡིན་ལོ། སྤྲིག་པ་

ཡིན་ནོ་ལེ། ང་དང་ཚང་མས་འདྲེས་སྤྱོད་བྱས་སུ་ཡིན། གཞན་ལ་ཡ་ཐོ་བྱ་ཡ་དང་
 རོགས་པ་བྱ་ཡ་པོ་ནི་ཆོས་སུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་རེག་ལེ། དག་བ་ཡིན་ནོ་རེག་ལེ། ང་དང་
 ཚང་མ་བས་བཙོན་འགྲུས་སུ་བྱོད་གོ་བྱས་ཡིན་ནོ་རེག་བསམ། དེའི་མིས་ང་དང་ཚང་
 མ་ལོ་སྦྱེས་པ་བྱེ་མ་པན་ཆད་པོ་ལ་དགའ་མོ་སྦྱིད་པོ་ཡོང་བྱས་སུ་ཡིན། ཟུན་དང་མ་
 མ་མ་ནས་མི་གཏོང་བ་བྱོ་རྒྱ་པོ་མང་ཁག་ཅན་ཡིན་ནོ་རེག་ག་ལེ་རེད། གཞན་ལ་ཡ་ཐོ་
 དང་རོགས་པ་སུ་བྱས་ཀྱི་པོ་ཡང་ང་དང་རང་རང་གི་དོན་དག་ཅིག་ཡིན་ནོ་རེད་
 བསམ། དུལ་སྐད་དེ་བོད་སྐད་དུ་བྲིས་ན། (ཟུན་དང་མ་མས་གཞན་མི་སྦྱིད་པ་དང་མི་དགའ་བ་བྱ་
 བ། སྤྱག་ཅག་དང་སྤྱིག་པ་ཡིན་ནོ། ང་ཆོ་ཚང་མས་འདྲེས་སྤྱོད་པ་ཡིན། གཞན་ལ་མོགས་དང་རོགས་པ་
 བྱེད་པ་ནི་ཆོས་རེད་ལ། དག་བའང་རེད། ང་ཆོ་ཚང་མས་དེའི་ཕྱོགས་ལ་འབད་པ་བྱ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་
 བྱས་ན་དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ང་ཆོ་ཚང་མ་སྦྱེས་པ་བྱེ་མ་པན་ཆད་ལ་བདེ་བོད་སྦྱིད་པོ་ཡོང་རྒྱ་ཡིན་སྟབས། ཟུན་
 དང་མ་ཡེ་ནས་མི་བཤད་པ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་རེད་ལ། གཞན་ལ་མོགས་དང་རོགས་པ་བྱེད་རྒྱ་ནི་རང་
 གཞན་ཚང་མའི་དོན་དག་ཅིག་རེད་བསམ) (ལ་དྲགས་)ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་འདི་དང་སེམས་པ་འདི་
 ལ་དྲགས་པ་སྦྱི་ཡོངས་ལ་ཤུ་འདྲེས་རུས་འཕྲིམ་ལ་སོང་བའི་ཁ་མིན་དོན་སྤྲོད་གི་ལག་
 ལེན་ཉིད་དུ་ཡོད་དེ། ཁོ་ཆོར་པལ་མོ་ཆེར་རུབ་ཕྱོགས་པའི་དེང་རབས་རིག་གནས་
 དང་བསམ་སྒྲོས་བསྐྱལ་སྒྲུམ་མ་ཐེབས་པར་མངོན་སྟོག་བྲལ་བའི་གནའ་བོའི་ཆོས་
 ལུགས་རིག་གནས་ཀྱི་དད་འདུན་བརྟན་པོ་དེ་དང་། མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་
 བརྒྱད་པའི་རིམ་མཐུག་པའི་གོམས་གཤིས་དང་བག་ཆགས་དག་ཀྱང་ཁོ་ཆོའི་བྱིན་
 གི་ཁོར་ལུག་ན་ད་དུང་མ་ཉམས་མ་འགྱུར་བར་གནས་ཡོད་པས་ཡིན་སྟེ། དེ་ཡང་
 ཡིན་ཏེ་ལ་དྲགས་པས་གནའ་སྡེ་མོ་ནས་བཟུང་གཞན་ཀྱི་རྒྱ་དངོས་བསྐྱུ་བྱིད་གཡོ་

ལེན་དང་། བཅན་ཁྲིའི་གཏུམ་སྤྱོད་། དག་རྒྱལ་གྱི་སྒོ་ནས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱིད་བཅོམ་
བརྒྱལ་གཏིང་བརྒྱལ་གི་སྤྱིང་ནས་རང་གི་བདེ་སྤྱིད་བཅོམ་བའི་ཁྲིའི་དང་མིག་རྒྱས་
མྱོས་བའི་སྤྱོད་ལ་རིང་མོའི་བྱང་རབས་ཤིག་ཏུ་ལམ་མི་འདུག།

དེ་ལྟར་འདས་བའི་ལ་དྲུགས་ཀྱི་བྱང་རིམ་ནི་ཆོས་ལུགས་རིག་གནས་ཁོང་གི་
ཤམ་རྩ་ལ་དང་། དག་བའི་ཞིང་ཟེར་བ་དེ་ཆོ་ཡིན་ཆོག་ལ། དུས་སྐབས་དེ་ཡི་མི་དག་
ཀྱང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དབང་ཞེས་བའི་བསམ་སྒྲུའི་རྒྱ་ཁྲོན་རབ་རྒྱ་ཡངས་བ་དེ་ཆོའི་
ནམ་སྤྱལ་མིན་ཞེས་སྤྱི་ཡིས་ཁ་ཆོན་གཙོད་ཀྱས། དེས་སྐབས་ཀྱིས་དུས་ད་ལྟ་ཡང་
བསམ་སྒྲུའི་རྒྱལ་སྤྱི་རྒྱན་དེའི་མཁའ་དབུགས་སྤྱུམ་པོ་ཞིག་གིས་ཟེན་ནས་ཡོད་པས་
ན། ལ་དྲུགས་ལྷལ་ལྷལ་ལྷལ་གྱི་ཆེས་མཐུག་མཐའི་དག་ཞིང་གཅིག་ལྷུ་དེ་ཡིན་
པ་དང་རང་ཉིད་ཀྱང་དག་ཞིང་འདིར་སྤེལ་ས་པར་མ་ཟད། འདིར་འཆོ་ཞིང་གནས་བའི་
མི་དག་ལ་འདྲིས་ཤིང་འདྲིས་བའི་སྤྱོད་གཞན་པར་དཀའ་བའི་སེམས་ཆོར་དག་པོ་
འདི་ནི་སེམས་ཀྱིས་སྤྱོད་རོལ་ཁོང་གི་ལ་དྲུགས་དངོས་གནས་བ་དེ་ཡིན་ནོ།

བདུན་ལ། ཐུན་མིན་གཤིས་ལུགས་ཁོང་གི་ལ་དྲུགས།

ལ་དྲུགས་ནི་ལྷལ་ལྷལ་ལྷལ་ལྷལ་ཞིག་ཡིན་ནའང་གཞན་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
བའི་ལུགས་སྒོལ་དང་གོམས་གཤིས་སོགས་ནི། ཏྲ་མོག་མོག་གི་སྤྱི་རིས་བཞེན་སྒྲ་
མང་སྟེ་འདུས་ཀྱི་གཏིར་མཛོད་ཅིག་དང་མཚུངས་ཏེ། གཉེན་སྤྱིག་གི་ལམ་སྒོལ་དང་།
གཤེན་པོའི་འདས་མཛོད་ཀྱི་གོ་རིམ། ཁྱོ་གཅིག་ལྷུག་གཉིས་ཀྱི་གནའ་སྒོལ། མཐོན་པོ་
གསར་བ་སྟེ་ལེན་བྱེད་བའི་ལུགས་སྒོལ། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་དང་མི་ལའི་རྣམ་

མགུར་སོགས་འབྲི་བཞེངས་བྱེད་ཚུལ། དགུན་དུས་ཁ་བ་འབབ་བཞིན་པའི་སྐབས་
ཁྱིམ་ཆང་པན་ཚུན་ལ་ཁེ་བྱིད་ཁྱེར་ལུགས། ལོ་སར་གྱི་ཀན་པོ་དང་ཀན་མོ་བཀུར་
ལུགས། མདའ་ཅིང་གྱི་གནས་བབ་ལས་ལོ་གཅིག་གི་བྱ་བ་སྡོན་དཔག་བྱེད་སྟངས།
མགར་བ་རིགས་ངན་དུ་བཅི་བའི་གོམས་སྟོལ། ད་དུང་གོང་སྡེ་པན་ཚུན་དང་ཁྱིམ་
ཆང་པན་ཚུན་བར་གྱི་ལྷ་གསོལ་ལྷ་གསོལ་སོགས་བཅིན་གངས་གྱིས་མི་ཆོད་པ་
ཞིག་འདུག་ཀྱང་། ཞིབ་བརྗོད་བྱེད་པར་རང་ཉིད་གྱི་སྒོ་ཤོས་དང་དུས་ཆོད་སོགས་གང་
ཅིའི་ཐད་ནས་ཉ་ཅང་དཀའ་རུང་། དེ་དག་ལས་རེ་གཉིས་ཤིག་གི་ཟུར་རེ་རོབ་ཅ་མ་
སྒྲིང་ན་འདོད།

སྤྱིར་གཉེན་སྟོན་ནི་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་སྤྱི་མཐུན་གྱི་ལམ་སྟོལ་ཉིད་དུ་ཟད་པས་
ན། ལ་དྲགས་པ་ཡང་གོ་རིམ་དེ་ལས་མ་འདས་རུང་། ཞིབ་ཏུ་བསམ་ན་ལ་དྲགས་པའི་
གཉེན་སྟོན་དང་གཉེན་སྤྱིག་བྱེད་སྟངས་ནི་གོ་རིམ་ལྡན་ལ། ཞིབ་ཆགས་གྱི་རང་བཞིན་
ཆེས་ཆེར་ལྡན་པ་ཞིག་སྟེ། དང་པོ་གོང་ཁྱིམ་གང་ཞིག་གིས་སུ་ཆང་གི་བྱ་མོར་གཉེན་
སྒྲིང་བ་ཡིན་ན། གཉེན་ཆང་ལ་སུ་མོ་སྒྲིང་བའི་སྒྲིང་ཆང་ཁྱེད་ཚུལ་སོགས་བོད་མི་
བྱིངས་ཀྱི་འགྲོ་སྟངས་ལས་དམིགས་བསལ་ཆེར་མེད་ཀྱང་། ཁོ་ཆོས་དེ་ལ་སྒྲིང་ཆང་
མི་ཟེར་བར་འདྲི་ཆང་ཟེར། དེ་ནི་སུ་མོ་དེ་ཁོང་ཆང་ལ་མནའ་མར་སྤྱིན་མིན་འདྲི་བའི་
ཆང་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བཏགས་པར་འདོད། ཆང་དེ་བཏུང་ནས་སུ་མོ་སྤྱིན་པར་
ཁས་ལེན་བྱས་ཆར་རྒྱབ་ཏུ་ཆང་གི་རིགས་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་ཏེ། དང་
པོ་སུ་མོའི་སྒྲོ་བོ་སྒྲོ་མོ་དང་ཨ་ཞང་། ཨ་ཁུ་སོགས་ལ་ཁེལ་གཉིས་ཆང་ཞེས་ཆང་ཞིག་
འབུལ་གྱིན་འདུག དེའི་རྗེས་སུ་གཉེན་ཆོན་དུ་གཏོགས་པ་ཀུན་ལ་ཁལ་གསུམ་ཆང་

ཞེས་ཆང་ཞིག་འབྲུལ་གྱིན་ཡོད། དེ་ནི་བྱ་མའི་ཕྱོགས་ནས་ཁོ་ཆོའི་གཉེན་ཆེན་ཀུན་གྱི་
མིང་ཐོ་འདྲ་ཐོ་སྤྲོད་ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་འདུག འདི་ཆང་དང་ཁེལ་གཉིས་ཆང་། ཁེལ་གསུམ་
ཆང་སོགས་ཆང་ག་ཞི་ངེས་པར་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་དགོས་གཏན་ཁེལ་མེད་ལ། དེ་
དག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཆང་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་པར་དེའི་ཆེན་ཏུ་སྒྲིབ་མོ་བཅུ་དང་
ཉི་ལུ་སོགས་གྱིས་འཕུས་པར་བྱས་ཀྱང་ཆོག

གཉེན་སྟོན་ལ་ཡང་ག་རྒྱས་བསྐྱུས་ངེས་པ་གསུམ་ཡོད། དང་པོ་ནི་སྐབས་བདེ་
ཡི་སྒྲོན་ས་གཉེན་སྒྲིག་སྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་མ་འཕྲད་དུ་བཅུག་པའི་བརྒྱུད་ངེས་ནང་བྱ་དང་
བྱ་མོ་གཉིས་མཉམ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱད་ནས་ལུས་འབྲེལ་བྱེད་པའི་གོ་ངེས་ཙམ་སྟེ། དེར་
བྱ་མའི་ཕྱོགས་ནས་བརྒྱུད་པ་མེད་ལ། བྱ་ཡི་ཕྱོགས་ནས་བག་མ་བསུ་བའི་སྟོན་མོ་
ཆེན་པོ་མེད་པར་གཉེན་ཉེ་ཁ་ཤས་ཤིག་སྐྱད་བཏང་ནས་ཟས་ཆང་གི་མགྲོན་འབོད་
སྐབས་བདེ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་ཁོ་ཆོས་མགོ་ངས་ཟེར་ཞིང་དུས་འདིར་བྱ་མོ་དེ་གནས་
ལུལ་ཆང་ན་གཏན་ཆགས་སུ་བསྐྱད་མེད་པར་སྐྱེས་ལུལ་རང་ན་བསྐྱད་ཡོད།

གཉིས་པ་ག་རྒྱས་ཤོས་ཀྱི་སྟོན་མོ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ་དུས་ལུན་ཡང་། ཉི་མ་བཞི་
ནས་ལྗེའི་བར་ཡིན། དུས་འདིར་ཡང་བསྐྱར་བྱ་མོ་དེ་རང་ལུལ་ནས་གནས་ལུལ་ལ་
བསུས་ཡོང་བའི་གོ་ངེས་ག་རྒྱས་པོ་ཞིག་ཡོད་དེ། བག་མ་བསུ་དུ་འགྲོ་མཁན་ལ་
གཉེར་དཔོན་ཞེས་བག་གཞས་གཏོང་བར་མཁས་པའི་མི་རྒན་གས་ཤིག་དང་། དེའི་
རོགས་སུ་ཉོབ་པ་ཞེས་པ་ཁོ་ལ་བག་གཞས་དང་གར་འཁྲབ་རོགས་སུ་མི་བདུན་
བརྒྱད་ཅིག་ཡོད་ལ། དེ་དག་ལ་ཡ་ཐོ་པ་ཞེས་ཆང་དང་ཅ་ལག་ཁྲིར་རོགས་བྱེད་མཁན་
གྱི་མི་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད། དུས་འདིར་བྱ་མོ་འདི་ཕྱོགས་ནས་ཀྱང་བྱིས་ཆང་གི་དཔལ་

འབྱོར་ལ་གཞིགས་པའི་བརྒྱུད་པ་གཞིག་གཏོང་ལ། མག་པ་དང་གནའ་མའི་
སྒྲིགས་སུ་གཏོགས་པའི་གཉེན་ཉེ་ཆང་མས་འགྲང་རྒྱས་དང་། བ་དར། ར་གཏགས་
ཞེས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་གཉེན་སྟོན་ལ་ལེགས་སྦྱེས་སྒྲིམ་མང་ཕུལ་སློལ་འདུག ད་དུང་
སྐབས་འདི་དག་ཏུ་མག་གསར་དང་བག་གསར་གཉིས་དགའ་ཉེ་བྱིས་ཆང་དག་གིས་
མཐོན་དུ་འབོད་སློལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཉ་ལམ་བོད་དང་འབྲ་བོ་ཞིག་འདུག

གསུམ་པ་ནི་མནའ་མ་དེ་ལ་བྱ་བྱག་བྱ་དང་བྱ་མོ་གང་རུང་སྦྱེས་རྗེས་སུ་རང་གི་
པ་མའི་བྱིས་དང་ཡོངས་སུ་ཁ་བུལ་བའི་གོ་རིམ་ཞིག་སྟེ། དུས་འདི་ནས་བརྒྱུད་མནའ་
མ་དེ་གནས་ལུལ་ནས་གཏན་སྟོན་བྱ་དགོས། (སྦྱིར་ལ་དྲགས་ལུལ་འདིར་བོད་ནང་བཞིན་
གཉེན་སྦྱིག་བྱས་པ་ནས་བྱ་མོ་དེ་གནས་ལུལ་དུ་སྟོན་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད) དེ་ནི་མནའ་མ་གནས་
ལུལ་གྱི་བྱིས་ཆང་དེ་ཡིས་བྱ་དང་མནའ་མ་གཉིས་ལ་རྒྱ་ཁོར་བགོ་བཤའ་བྱས་ཏེ་
བྱིས་ཆང་ནས་ལོགས་སུ་འབྱུང་དུ་བཅུག་པའམ། ཡང་ན་བྱིས་ཆང་དེ་ཡི་ནང་གི་པ་མ་
གཉིས་དང་བྱ་བྱག་གཞན་དག་ལོགས་སུ་འབྱུང་སྐབས་གཉེན་ཆེན་ལྟན་འཛོམས་
ཀྱིས་སྐབས་བདེ་སྟོན་མོ་ཞིག་ཡིན།

གཞན་གཤམ་པའི་འདས་མཆོད་ཀྱི་གོ་རིམ་དག་ནི་བོད་དང་ཉ་ལམ་འབྲ་བོ་ཡོད་
ནའང་། མི་འབྲ་ས་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་མི་ཆང་མས་རང་གི་བྱིས་དུ་རོགོས་ཞེས་གོས་ཁྱོན་
ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་སྒྲ་མ་སྒྲ་ཆེན་ཞིག་ལ་བྱིན་རྒྱལས་ཞུས་ཏེ་ཉར་འཛོག་བྱེད་སློལ་ཞིག་
ཡོད་པ་དང་། གཤམ་པའི་རོ་རང་བྱིས་ནས་དུར་ཁྲོད་ལ་མ་བྱིར་གོང་དུ་མི་གཉིས་ཀྱིས་
གཅིག་གི་ལག་ཏུ་དབྱུག་པ་ཞིག་གི་མགོ་ལ་རས་དཀར་པོ་དཀྱིས་པ་ཞིག་བརྒྱུད་བ་
དང་། གཅིག་ཤོས་ནི་མའི་དེའི་ལམ་གྲོགས་པ་ཡིན་ཁོ་གཉིས་རོ་མདུན་དུ་ཡོང་ནས་

དབྱུག་པ་བཟུང་ཡོད་པའི་མི་དེས་སྐད་ཆ་འདི་འདྲ་ཞིག་བཤད་དེ། ཁྱོད་འདི་ནས་མ་
འདུག་དགོན་པར་འགོ་དགོན་པའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་མངལ་དུ་འགོ་ཞེས་ལབ་
ཞོར་དུ་རོའི་སྟེང་ལ་དབྱུག་པ་དུད་ཅམ་བྱས་རྗེས། ཁོའི་ལམ་གྲོགས་སྟོན་དུ་འགོ་ནས་
ལམ་འཁྲིད་ཅིང་ཁོས་དབྱུག་པ་དེ་ཁྱུང་ནས་དགོན་པར་སོང་རྗེས། ད་གཞོན་རོ་ལ་
ལག་པ་འཆང་ནས་དུར་ཁྱིད་དུ་ཁྱེར་བའི་བྱ་བ་དངོས་ལ་ཞུགས་དགོས་པ་ནི་མི་འདྲ་
སའི་བྱད་པར་གཙོ་བོ་ཞིག་རེད།

ཡུལ་འདིར་མི་ཁྱེད་རབས་པའི་ཁྱོད་ན་ཁྱོ་གཅིག་ཤུག་གཉིས་ཅན་དེ་སྟེང་ཅིག་
ཡོད་པ་དང་རྩེ་མ་གཉིས་ལ་ཆེན་མ་དང་རྩེ་མ་ཞེས་མིང་ཡང་དེ་ལྟར་གནས་ནའང་།
ད་ལྟའི་གཞོན་རབས་པའི་ཁྱོད་ན་ལམ་སྟོལ་དེའི་རྒྱན་ཏ་ལམ་ཆད་འདུག་པ་ལྟ་བུར་
མཐོང་། ད་ལྟ་སྟོན་མ་ནང་བཞིན་ཆེན་མ་དང་རྩེ་མ་ཞེས་གཉེན་སྲིག་པའི་ལམ་སྟོལ་
ཆད་པ་མ་གཏོགས་བྱ་མོ་གཅིན་གཟུང་གཉིས་བདག་བཟུང་བྱས་ཡོད་པའི་མི་བྲིས་
ཡང་གངས་ཀ་ཉུང་ཉུང་མ་རེད། གཞན་བྲིས་ཆང་ཞིག་ན་བྱ་སྒྲུབ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད་པ་
དང་དེའི་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲུབ་མཆོད་གང་རུང་ཞིག་ལ་རྩེ་མ་སྐྱངས་ཡོད་ན། རྩེ་མ་སྐྱངས་
ཡོད་པའི་སྒྲུབ་མཆོད་དེ་ས་གནས་གཞན་སོགས་སུ་སོང་བྱ་བ་ཏུ་རྩེ་མ་མེད་པའི་
སྒྲུབ་མཆོད་གང་རུང་གིས་རང་ཉིད་ལ་རྩེ་མ་སྐྱངས་པར་དུ་མཆོན་མོར་རང་གི་
སྒྲུབ་མཆོད་ཀྱི་རྩེ་མའི་སར་འགོ་བ་དང་། འགོ་བའི་ལུགས་སྟོལ་མ་ཉམས་པར་འདུག་
དེ་ལྟ་ནའང་ཁྱོ་གཉིས་ཤུག་གཅིག་ཅན་ཀྱི་ལམ་སྟོལ་མི་འདུག།

མགོན་པོ་སྟེ་ལེན་བྱེད་ཚུལ་འདི་ཡང་བོད་པ་དང་ཏ་ལམ་གཅིག་མཚུངས་ལྟ་བུ་
ཡོད་ནའང་། རུང་ཅམ་མི་འདྲ་ས་ནི་ཁོ་ཆོའི་བྲིས་དེ་ལ་ཡོང་མ་སྟེང་བའི་དགའ་ཉེ་སྒྲུབ་

མཆེད་དང་ནང་གི་པ་ལགས་དང་བྱ་གང་རུང་གི་གྲོགས་པོ་སོགས་ཁྱིམ་དུ་འབྱོར་བ་
ན། མི་དེའི་གདོང་གི་སྒྲིན་མའི་མཚམས་དང་། བོར་བའི་ཁ། མདུན་གྱི་ཅག་ཅེ་སྟེང་
སོགས་སུ་མར་གྱི་སྤ་རྒྱན་འདེབས་སྲོལ་དེ་ཡང་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན།
གཞན་དགུན་དུས་སུ་ལ་དྲགས་པའི་གནམ་གཤིས་ཏ་ཅང་གང་སྟབས་སྤྱི་ལོགས་ན་
ལས་ཀ་ཆེར་མེད། དུས་འདིར་ཁོ་ཆོའི་མི་ཆང་ཡ་རབ་དང་ཆེན་པོ་དག་གིས་ཡུལ་
འདིར་ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་བྲིས་ལེགས་པོ་ཡོད་པའི་མི་ཁ་ཤས་ཆེད་དུ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་
ཉིང་འཕགས་བསྐལ་གསུམ་གཙོས་པའི་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་དང་། གེ་སར་སྦྱང་དང་
སྤང་ས་འོད་འབྱུང་སོགས་རྣམས་ཐར་རྒྱུས་གར་རྣམས་འབྲི་རུ་བཅུག་གི་ཡོད། དེ་ལ་ཁོ་
ཆོས་ཆོས་བཞེངས་པ་ཟེར། མི་ཆང་གང་ཞིག་གིས་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཞེངས་ཀྱི་ཡོད་
ན། མི་ཆང་དེ་ཡི་དགའ་ཉེ་སོགས་ཀྱིས་ཉིན་གཅིག་དང་ཡང་ན་ཇ་སྤུན་གཅིག་གི་སྒྲིན་
བདག་བྱ་སྲོལ་ཡོད་ལ། ཆོས་ཆན་གང་ཞིག་འབྲི་བཞེངས་བྱས་ཆར་རྒྱབ་ཀྱི་མཇུག་
བྱང་གི་སྒོན་ཆོག་དུ་སྒྲིན་བདག་གི་མིང་ཐོའི་གས་སུ་ཁོ་ཆོའི་མིང་འབྲི་སྲོལ་འདུག་འདི་
ཡིས་བོད་དུ་ཡང་ལག་བྲིས་ཏ་ཅང་མང་བ་དང་། དེ་དག་རི་ལྟར་བྱུང་བའི་བོད་པའི་
སྤར་སོང་ལོ་རྒྱུས་རབ་རིབ་ཅིག་ཀྱང་ང་ཆོའི་མིག་མདུན་ལ་བྱངས་ཡོང་ངོ་།

གཞན་ཁ་བ་འབབ་པའི་ཉིན་དག་ལ་ལོ་གཞོན་དག་གིས་ཁེ་གྱིད་(ཁེ་སྤྱིང་ཅེས་པ་ནི་
ཁ་སྤྱིད་ཀྱི་དོན་ཉེ་ཟ་མ་ཞེས་པོ་བཟའ་བའི་དོན་ཨེ་ཡིན་སྟེ།)ཅེས་ཤོག་བྱ་ཞིག་གི་ངོས་སུ་མོག་
མོག་སོགས་རང་གིས་གང་བཟའ་འདོད་ཡོད་པའི་ཟས་རིགས་དང་མི་ཅི་ཡོད་ཀྱི་མིང་
ཁ་ཤས་བྲིས་རྗེས་མི་ཆང་གང་རུང་གི་ཁྱིམ་དུ་གང་དགར་མགྲོན་དུ་ཡོང་ཚུལ་གྱིས་
ང་སོགས་འཐུང་ནས་ཁ་བརྟེན་བྱེད་ཞོར་ཤོག་བྱ་དེ་གདན་དང་། ཅག་ཅེ། ཐབས་སོགས་

གྱི་འོག་ཏུ་སྤྲུལ་རྗེས་དེ་ནི་འབྲེ་བོ་ཆགས་སོང་བས་འགྲོ་དགོས་ཚུལ་བཤད་ནས་ཕྱི་
རོལ་ཏུ་འོང་སྟེ། སྒྲིབ་ཆེན་པོས་ཁེ་གྱིད་ཁྲིར་ཡོད། དེ་གདན་གྱི་འོག་ཏུ་བཞག་ཡོད་
ཅེས་བཤད་རྗེས་བོས་འགྲོ་གཤམ་སྤྱིད་བོས་ནས་མི་ཆང་དེ་ཡི་མི་སྤྱི་ཞིག་ཀྱང་ཁོའི་
རྗེས་མ་ཆོད་པར། ཁོ་རང་གི་བྱིས་དུ་སྟེབས་སོང་བ་ཡིན་ན། ཁེ་གྱིད་འཛོག་ལུལ་གྱི་
བྱིས་ཆང་དེ་ཡིས་འོག་ངོས་སྤྱི་མི་ག་ཆོད་ཅིག་གིས་མིང་གིས་ཡོད་ན་དེ་དག་མགྲོན་
དུ་བོས་ནས་ཟས་རིགས་ཀྱང་འོག་ངོས་སྤྱི་གང་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་མགྲོན་བསྐྱེད་
དགོས། ཡིན་ནའང་དེ་ལྟར་རྒྱལ་ཁ་ལས་སྤྱི་བོར་ཐོབ་པ་ཞིག་ཡིན་མིན་ཏེ། ཁ་བ་
འབབ་པའི་ཉིན་མོར་ཁྱོད་རང་མི་ཆང་གང་ཞིག་ལ་སོང་ན་དེ་ཆང་གིས་ཁྱོད་ལ་དོགས་
པ་ཟ་བར་མ་ཟད། གཤམ་སྤྱིད་དོགས་པས་ཁྱོད་ལ་བསྟོགས་བཤེར་བྱས་ནས་ཡི་གེ་དེ་
ཁོ་ཆོའི་ལག་ཏུ་འོར་བ་ཡིན་ན། ཁྱོད་གྱི་ཡི་གེའི་ནང་ཟས་རིགས་གང་གིས་ཡོད་པ་
ལྟར་མགྲོན་བྱ་དགོས་ལ། མི་ག་ཆོད་ཅིག་གི་མིང་གིས་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དེ་དག་གིས་
ཀྱང་མི་ཆང་དེ་ཡི་མི་དག་གོ་ངེས་བཞིན་མགྲོན་བསྐྱེད་དགོས་པར་མ་ཟད། ད་དུང་
ཁྱོད་ལ་ཉེས་པ་ཅི་གཙོད་ལ་ངེས་པ་མེད། གཞན་ཁྱོད་ཉིད་བོས་ཀྱང་ཁོ་ཆོས་ལམ་བར་
ནས་ཐོན་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་གྱི་མགོ་ལ་སྐབ་བསྟོན་ཅིང་རྒྱབ་ཏུ་སྤྲུལ་བསྟན་ནས་བཞོན་པ་
སོགས་བྱེད་པ་དང་། ད་དུང་ཁྱོད་གྱིས་ཁོ་ཆོར་མགྲོན་དུ་བོས་ནས་འོག་ངོས་སྤྱི་གང་
གིས་ཡོད་པ་ལྟར་ཟས་རིགས་ཀྱི་སྟེ་ལེན་བྱ་དགོས་པ་སོགས་ཏུ་ཅང་ངོ་མཆར་ཞིང་
ཡོད་མཁུ་བའི་སྟེན་མིན་གཤམ་ལུགས་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་དགོད་སྤྱི་ཁྲོད་དུ་སེམ་པ་
ཞིག་ཡིན་ནའང་། ཏུ་ཅང་ཡོད་སྟུག་པའི་སྟེན་མིན་གོམས་གཤམ་མེད་པའང་མིན་ཏེ།
མི་ཆང་གང་ཞིག་ན་བྱ་སྤྲུལ་ཁ་ལས་ཡོད་ཀྱང་བྱིས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོར་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་བྱ་ཆེ་

བར་གཏོགས་པའི་རྒྱན་སྒྲིབ་དེ་ཡིས་ད་ལྟ་ལུ་བྱའི་བར་མ་འཆམ་པ་མང་དག་ཅིག་
འབྱུང་བཞིན་པ་དང་། ལུ་མོ་ལ་ནང་གི་རྒྱ་ཁྱོད་དང་སྒྲོང་གི་གོ་སྐབས་སོགས་ལུ་
ལྟར་འཛོལ་གྱི་མེད་པའི་སྤང་ཚུལ་རྒྱན་འབྲམས་སུ་ཡོད་པ། ནང་གི་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་
འཁོགས་ཆགས་སྐབས་ལུ་སྤྲུག་དག་ལས་ལོགས་སུ་འབྱུང་པའི་དགོས་པའི་རྒྱན་
སྒྲིབ་ཁ་ཆག་སྤྲེལ་པ་ཁ་ཁགས་ད་ལྟ་དུང་ཡང་མ་ཉམས་རང་གནས་སུ་ཡོད་ཀྱང་།
སྒྲོན་དང་བསྐྱར་ན་མི་ལེགས་པའི་སྤྲོགས་འདི་དག་ཉམས་དམས་སུ་སོང་ཡོད་པར་
བཤད།

ལོ་སར་གྱི་རྒན་པོ་དང་རྒན་མོ་ནི་ལོ་སར་སྐབས་སུ་གདོང་དུ་ཤིང་གི་འབག་
གྲོན་པའི་རྒན་པོ་དང་རྒན་མོའི་ཆ་ལུགས་སྤྲས་པ་ཞིག་དང་། གཞན་ཤིང་འབབ་བྱ་
རོག་གི་གདོང་འབབ་སྤྲས་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་སྟེ། ད་དུང་མི་དེ་གསུམ་ལ་ཉད་རི་བ་ཞེས་
དུ་མན་རྟུང་མཁན་ཞིག་དང་། རྒྱ་སྤིང་འབྱུང་མཁན་བཅས་ཁོ་ཆོ་མི་ལྔ་ཡོད་པ་དེ་ལ་
ལོ་སར་གྱི་རྒན་པོ་དང་རྒན་མོ་ཟེར། ཁྱིམ་ཆང་གང་ཞིག་གི་ལོ་སར་གྱི་མགོན་གྱི་ཐོག་
མར་ཁོ་ཆོ་འབོད་ལ། ཁོ་ཆོས་མི་ཆང་དེར་ལོ་གསར་པའི་ནང་མི་ལ་ན་ཆ་དང་སྤྲུགས་
ལ་གོད་ཆག་མི་འབྱུང་བའི་ཤིས་བརྗོད་དང་། སྒྲོན་འདུན་བསང་གསོལ་དང་མཉམ་དུ་
ལུ་ལ། ད་དུང་འཆམ་འདྲུ་བོ་ཞིག་གྱང་འཁྲབ་སྒྲོལ་ཡོད། དེའི་སྐབས་དུ་མན་དང་རྒྱ་
སྤིང་གི་རོལ་ཆ་འབྱུང་རྟུང་བྱེད་པ་དང་དུས་དེར་ཁྱིམ་ཆང་དེས་ཁོ་ཆོར་སྐྱེ་ཡོན་ལྟ་
བུའི་སྒྲོར་མོ་འབྱུལ་དགོས་ལ། འབྱུལ་བ་ཉུང་འདུག་བསམ་ན་ཁོ་ཆོས་ཡང་བསྐྱར་
འཆམ་འདྲུ་བོ་དེ་འཁྲབ་ན། ཡང་བསྐྱར་སྒྲོར་མོ་ཁ་སྒྲོན་བྱ་དགོས། ལྷག་པར་ཁྱིམ་ཆང་
ཞིག་གི་ལོ་དེའི་ནང་མན་འཕ་དང་མག་བ་སྦངས་པ་དང་། ལུ་མོ་གང་རྟུང་ཞིག་ལ་བུ་

ཕྱག་སྐྱེས་ཡོད་ཆེ་སྒྲོར་མང་ཙམ་སྒྲོད་དགོས་པ་དང་། ཀན་པོ་དང་ཀན་མོ། བྱ་རོག་པ་
གསུམ་ནི་ལོ་རེ་བཞིན་གྲོང་སྡེ་དེ་ཡི་བྱིས་ཆང་རེས་བསྐྱོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཡུལ་སྒོལ་
ཞིག་ཡིན། གཞན་ལོ་སར་ཀན་པོ་དང་ཀན་མོ་སོགས་ཀྱིས་ཁོ་ཆོར་སྐྱོར་མོ་ཁ་སྒོན་བྱ་
དགོས་པའི་དགོས་འདུན་འདོན་པ་སོགས་དགོད་བྱོ་བའི་སྤང་ཚུལ་མང་དག་ཅིག་
མཐོང་སྐྱབས། ང་ལ་ནི་འདི་ཡང་རྒྱན་རྒྱལ་དང་ཁམ་པ་སུ་ཞིག་གིས་བཟོས་པའི་མགོ་
སྒྲོར་སྐྱ་བྱིད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་དང་གཏམ་སྒྲོར་ཉིད་དུ་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲོར་རེ་འགོག་
མེད་དུ་སྐྱེས་སྒྲོང་།

མགར་བ་རིགས་ངན་དང་སྤྱག་ཅག་དུ་མཐོང་ཚུལ་ནི་དབྱས་གཙང་ཁུལ་དང་
གཅིག་མཚུངས་ལས་གཞན་པའི་བྱུང་པར་ཆེར་མ་མཐོང་། མདའ་ཅེད་འགྲན་སྤྱར་ནི་
ལོ་སར་རྩེས་ཀྱི་བོད་ལྷ་དང་པོའི་ལྷ་མཁུག་དུ་ཡིན་ལ་དེའི་སྐབས་ཁངས་ཡོད་ན་ཁ་བ་
མི་གཟུགས་ལྟ་བུ་ཞིག་སྤངས་ཤིང་དེའི་དཀྱིལ་དུ་ཤོག་བྱ་མཐུག་པོ་བྱ་བཞི་ཁྲི་གང་མ་
ཞིག་གི་ངོས་སུ་རི་མོ་གོར་གོར་ནང་རིམ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ནང་རིམ་རེ་རེ་
ཆོན་སྒྲ་མི་འདྲ་བའི་བྲིས་ཡོད་པ་ཞིག་བཞག་ནས་དེའི་དཀྱིལ་དུ་མི་སུ་ཞིག་གིས་
མདའ་པོག་ན། ཁོ་ཆོས་དེ་ལ་བཙའ་བཅག་པ་བཟུང་ཞིང་དེ་ལྟར་བྱུང་ན་ལོ་དེའི་ནང་མི་
དེའི་ཁ་ལས་རྒྱུད་ཏུ་དར་བའི་རྟགས་སུ་བཅི་ལ། མི་དེ་ཡིས་གྲོང་སྡེ་དེ་ཡི་བྱ་དག་ལ་
བས་ཆང་གིས་མགྲོན་བསུ་བྱ་དགོས། དུས་འདིར་བྱ་དག་མདའ་ཅེད་ལ་རོལ་ནས་
སྒྲོད་པ་དང་བྱ་མོ་ནམས་ཀྱིས་ཁོ་ཆོར་བས་ཆང་ག་སྐྱིག་བྱ་དགོས་པར་མ་བཟད། མི་
ཆང་རེ་ཡི་བྱ་མོ་དག་གིས་མདའ་ཅེད་ཅེད་ས་དུ་ཆང་བྲིར་ཡོང་ནས་བྱ་དག་ལ་ཁུ་
ཚུགས་ཀྱིས་ཆང་པོར་མང་དག་ཅིག་ཞབས་དག་བརྒྱག་གི་འཇུག་སྒོལ་ཡོད། མཚན་

མོ་ཡང་ཉིན་དེའི་ཟས་མ་བཟོ་ཡུལ་གྱི་ཁྱིམ་ཆང་དེ་ནས་གྲོང་སྡེ་ཡོངས་ཀྱི་པོ་མོ་མཉམ་
འཛོམས་ཀྱིས་དགོང་ཟས་ལ་རོལ་བ་དང་དུ་མན་རྩང་ནས་སྒྲུག་ར་ལ་རོལ་སྟེ་ནས་
བྱེད་བར་དུ་སྟོད་པའི་དུས་སྟོན་སྐབས་བདེ་ཞིག་དང་། ཡང་མཆམས་ལན་རེ་གྲོང་སྡེ་
པན་ཚུན་བར་ལ་འགན་སྦྱར་ཡང་བྱ་སྟོལ་ཡོད་པའི་དམངས་ཁྲིད་ཀྱི་རིག་ཅལ་བྱེད་སྟོ་
ཁྲད་པར་བ་ཞིག་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཨ་མ་དེའི་རྩེ་ཁྲལ་གྱི་མདའ་ཅིང་ལྟར་དུ་མདའ་
ཅིང་སྐབས་མདའ་ཅིང་གྱི་བློ་གཞུང་གཏོང་སྟོལ་དེ་འདྲ་མི་འདུག་ཀྱང་། དེ་ཡང་མེད་པ་
མིན་པར་ཉམས་སོང་བ་ཡིན་ཚུལ་བཤད་པས་ན། སྟོད་ཀྱི་ལ་དྲགས་པ་དང་སྤྲད་ཀྱི་
ཨ་མ་དོ་བའི་བར་ན་གང་དང་ཅི་ཞིག་གི་འབྲེལ་ཐག་ཡོད་དམ་ཞེས་པའི་དྲི་བ་རེ་ཞར་
དང་ཞོར་ལ་ཤོར་དང་འཆར་བ་ཞིན་ཡོད་དོ།

ལ་དྲགས་པས་མི་གཞན་ལ་སྤྱིང་ཉེ་དང་བྱམས་པའི་ཉམས་འཁྱུར་སྟོན་སྐབས་
ནི་བྲད་མཆར་བ་ཞིག་སྟེ། མི་གང་དེའི་མ་ལེ་ལ་ལག་པས་སྤྲུག་ཅམ་རེ་བྱེད་བཞིན་
བཟུལ་གྱིས་བདེ་ལེགས་དང་འཇུ་ལེ། ཁྲོད་ཆེ་རིང་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་ནི་ལ་དྲགས་པ་ཁོ་
ཆོར་དེ་ནི་སེམས་པ་ཉེ་ཚུལ་གྱི་བརྟན་ཉགས་ཤིག་ཏུ་ཟད་ནའང་། ང་ཆོར་དེ་ནི་མཐོང་
ཚུང་བྱས་པ་ལྟ་བུའི་རྣམ་འཁྱུར་ཉིད་དུ་མཐོང་བས་ཏ་ཅང་དོགས་མི་བདེ་བ་ཞིག་རེད།

སྤྱིར་ལ་དྲགས་པའི་ཡུལ་འདི་ཡང་ཡུལ་ལྷང་གཞན་ལྟར་ཡུལ་སྟོལ་གོམས་
གཤིས་ཀྱི་ཆ་ལ་དགེ་སྟོན་གཉིས་ཀའི་ཆ་མཆིས་ནའང་། སྟོན་ལས་དགེ་མཆོན་མང་
བས་ལ་དྲགས་ཡུལ་གྱི་ཐུན་མིན་གཤིས་ལྷགས་པལ་ཆེ་བ་ཞིག་མའི་རིགས་ཀྱི་འཆོ་
གནས་ཐད་ལ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱས་པ་སྤྲ་མེད་བཏོན་དང་འདོན་བཞིན་པའི་སྤྲ་མེད་
བསམ་སྒྲུབ་ཤིང་ཤིས་རིག་གིས་སྤྲུག་པའི་ཡུལ་ལྷང་ཞིག་སྟེ། ཀུན་བྱས་སེམས་འཁྱུར་གྱི་

རམ་མཐུག་སའི་ལ་དྲགས་ཉིད་དོ།

བརྒྱད་པ། རྒྱལ་འཕྲིད་ཁྲིའི་ལ་དྲགས།

ད་ལྟའི་ལ་དྲགས་ལུལ་ནི་གནའ་རབས་རིག་གནས་ཀྱི་བང་མཛོད་ཅིག་དང་ཡང་
དག་མི་གཤེས་ཀྱན་སྟོང་གི་ཆོད་ཐིག་ཅིག་གི་གོ་མཁའ་དུ་གནས་ཡོད་ནའང་། འདི་
ཡང་མི་ལོ་ཉི་ཤུ་དང་སྟུང་ཅུའི་རྗེས་སུ། ལ་དྲགས་ལུལ་ཁམས་ན་འཆོ་ཞིང་གནས་
པའི་མི་ཆོ་དང་འབྲེལ་བ་ཅད་ནས་ཆད་པའི་འབྲེལ་ས་སྟོན་ཁང་གི་བཅ་པོའི་གཟུགས་
རིས་ཀྱི་ཅ་ལག་ཅིག་ཏུ་འགྱུར་འགྲོ་ངེས་པར་བསམ་ན་ཅི་འདྲའི་པངས་སེམས་ཆེ་
ཨང་། པངས་སེམས་དང་སེམས་ངལ་ཡོད་མཁན་ནི་ང་རང་གཅིག་ཤུ་ཡིན་མི་སྟོང་།
དེ་ནི་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ལ་དད་ཞེན་མངའ་བའི་མའི་རིགས་སྤྱི་མཐུན་
ལ་ཡོད་ལ། སྟོས་སུ་ལ་དྲགས་པའི་ལུལ་ཁམས་ན་འཆོ་ཞིང་གནས་པའི་ལ་དྲགས་པ་
སྤྱི་དང་། ཡང་སྟོས་ཀྱན་རབས་པ་དག་ལ་དེ་ལྟའི་སེམས་འཁྲལ་གྱི་ངལ་བ་ཏ་ཅང་ལྟ་
ནའང་། ཁོ་ཆོར་བྱ་ཐབས་ཅི།

ལ་དྲགས་པར་བྱའི་དཔལ་འགྱོར་གྱི་ཆ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་རིག་དངོས་སྤྱང་སྟོབ་
བྱེད་པའི་དགོས་ངེས་དཔལ་འགྱོར་གྱི་རྒྱལ་བཞེན་འདར་ངེས་ཤིག་མེད་པ་དང་།
གཉིས་ན་ལུལ་ལུང་གཞན་དག་ནས་གནས་སྟོར་བྱས་པའི་མི་འཁོར་ལོ་རིམ་ཞེན་མང་
དུ་འཕེལ་བཞེན་པ། གསུམ་ན་ལ་དྲགས་པའི་མི་རབས་གཞོན་པ་དག་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་
པ་མེས་ཡང་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་སྐད་ཡིག་དང་བར་ཐག་རྒྱུད་དུ་བཞེད་བཞེན་པའི་
སྤང་ཚུལ་སོགས་ཀྱིས་ལ་དྲགས་པའི་ལུལ་ཁམས་འདི་ཡང་སྤྲུམ་གྱིས་ཐོས་པའི་ཤོག་

སྒྲེ་ཞིག་དང་མཚུངས་པར་རང་མདོག་མ་འགྱུར་ཀ་མེད་ཀྱི་གནས་མལ་ལྡོག་མེད་ཀྱི་
ཆོགས་མལ་དུ་ཡོད་པས། དེ་ལ་གཟུར་ཐབས་ཤིག་ཡེན་མེད་མི་སྲིད། དེ་ནི་འཁོར་
བའི་རང་གཤིས་དང་འཇིག་རྟེན་འབེལ་འབྲིབ་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དུ་ཟད་པ་ཡིན་ཡང་སྲིད།
གང་ལྟར་ཁ་སྒྲོགས་ལོར་ཞིང་དམིགས་འདུན་མེད་པའི་ད་ལྟའི་ལ་དྲགས་པའི་སྤྱི་
ཆོགས་ཀྱིས་ལ་དྲགས་པའི་མི་གཤིས་དང་། ཀྱན་སྒྲོད། བསམ་སྒྲུའི་བྱས་ཡོད་ཆད་
བརྒྱག་ངེས་རེད།

དེ་ལྟར་འདྲ་ལ་དྲགས་པའི་མི་གཤིས་དང་བསམ་སྒྲུའི་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་གནས་
པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲོན་ཆོག་བྱས་མེད་རེ་ཞར་དང་ཞོར་ལ་ཤོར་འགྲོ་བའི་
གཤིས་ལྷགས་འདི་ལ་རྒྱ་མཚན་དང་གནས་ལྷགས་ཆེར་མེད་ཀྱང་སྲིད་མོད། འོན་
ཀྱང་རང་གི་པ་མེས་ཡས་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་རིག་གཞུང་དང་དེའི་མ་ལག་དག་
གིས་བསྒྲུ་བྲིད་དང་མགོ་སྐོར་མ་རེད་ཅེས་སྒྲུ་བར་མི་བྱས་ཏེ། ང་རང་ལ་དྲགས་དང་ཁ་
སྒྲོགས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་ཆོར་དག་ནི། སངས་སེམས་ཀྱི་ངལ་བས་རབ་ཏུ་མནར་བའི་
དུལ་འཚུ་བ་ལོང་ལོང་ཁྲོད་ཀྱི་ལ་དྲགས་ཉིད་དོ།

རྒྱལ་འཕྲུབ་ཁྱོད་གྱི་ལ་ཤོད་ཕྱོད་ཁང་གི་ཚིག་བརྗོད་ལ་འབྲུག་ཙམ་ལྟ་བུ།

དང་པོ། ཐོག་མའི་བརྗོད་ཉེག་ས་རྣམས་ལྟ་བུ།

དེ་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཐོན་དངོས་ཆེས་སྤྱིར་བཏང་བ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། འགྲོ་
བ་མིའི་རིགས་རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་མོར་གནས་མཁུ་བཅའ་བའི་རྒྱན་རིང་འཆོ་བའི་
མཁོ་སྦྲུབ་ཐང་ལ། དེ་ནི་ཅིས་ཀྱང་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཐོན་དངོས་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་
རེད། དེའི་སྟབས་ཀྱིས་རྫོད་དང་མིའི་རིགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ནི། མིའི་རིགས་ས་སྐྱང་ཕྱི་ལ་
ཐོའི་འདྲིའི་སྟེང་དུས་ལུན་ཅི་ཙམ་བར་དུ་འཆོ་གནས་བྱེད་མིན་གྱི་བར་ལ་རྫོད་དང་མིའི་
རིགས་ནི་ནམ་དུ་འང་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་ལ། འབྲལ་ཡང་མི་སྲིད་པའི་ལྟོས་བཅས་ཀྱི་
འབྲེལ་བ་རང་མཚན་པ་ཞིག་རེད། ད་མིགས་བཀར་མིའི་རིགས་ཀྱིས་རྫོ་ཅིག་ལག་
ཤེས་རིག་དངོས་ཐང་ལ་བཞག་པའི་བྱ་བ་འབྲས་སོགས་ནི་སློང་རིན་ལྡན་ཞིང་དགོས་
གཤམ་རང་བཞིན་ཆེ་བའི་བརྗོ་སྦྲུན་གྱི་མ་ལག་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད། ལྷག་པར་བོད་
བ་ནི་རྫོ་ཡི་ལག་ཤེས་དང་ལག་རྩལ་ལ་སློང་གོམས་དང་། འདྲིས་བྱང་ཡོད་པའི་མི་
རིགས་ཤིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། རྫོ་བའི་རིག་དངོས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྦྲུག་པའི་མི་རིགས་
ཤིག་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རྫོ་མཆོད་དང་། དེའུ་འབྲས། ལྷ་རྫོ། མནའ་རྫོ། མ་ཁེ་རྫོ་སྤྱངས།
གཉན་རྫོ། ལྷ་རྫོ། ད་དུང་རྫོ་ཡི་རིགས་སུ་གཏོགས་པའི་གཡུ་བྱར་གྱི་འདོགས་རྒྱན་

སོགས་མང་ཞིང་དེ་དག་ལ་སྒྲ་མང་ཀུན་མཛོད་གི་མཚོན་དོན་དང་། རྒྱབ་སྡོངས་གཏིང་
ཟབ་ཆང་བའི་ངོ་མཆར་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་བ་ཏ་ཅང་མང་།

དེ་ལས་ཀྱང་བོད་པའི་སྔོན་ཁང་ཅིག་བཟོ་ལ་རྒྱན་རིང་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་བ་ཡོད་པ་
དང་། བཟོ་རྩལ་དང་ལག་རྩལ་གྱི་ཆ་ལ་ཡང་བོད་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐུན་མིན་བཟོ་བཞོད་
མང་གཞི་གཙོ་གཉེར་གྱི་སྤྱིའི་ལ་འདབས་འབྲེལ་གྱི་ཡུལ་ཡུང་གཞན་དག་ནས་ཀྱང་།
སྔོན་མོན་བཟོ་རྩལ་ཚུར་ལེན་གྱིས་ཡར་རྒྱས་དང་མདུན་སྔོན་གྱི་ལམ་བུར་ཕྱོགས་
བའི་རིག་དངོས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད་ལ། དེ་ལྟའི་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་རིག་དངོས་མང་
པོའི་ཁྲིད་ནས། འདིར་འཆད་འབྱུང་ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་ཀྱི་སྔོན་ཁང་ཅིག་བཟོའི་རིག་
དངོས་ལ་ལྷ་གཞིབ་ཅུང་ཅམ་བྱ་བར་འདོད་པ་དེ་ཉིད་དོ།

གཉིས་པ། ལ་བོད་སྔོན་ཁང་གི་བྱུང་རིམ་ལ་ལྟ་བ།

སྤྱིར་མའི་རིགས་ཀྱི་ཡ་ཐོག་སྔོན་ཁང་བྱུང་རིམ་གྱི་ཐད་ལ་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་
གཉིས་ཡོད་དེ། དེ་ནི་ཐོག་མའི་སྔོན་ཁང་ཤིང་ཁང་དང་རྡོ་ཁང་གང་ཡིན་ལ་ཅོད་པ་ཉིད་
རེད། འོན་ཀྱང་བདག་གིས་འདི་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འདི་ཡིན་དེ་མིན་གྱི་ཁ་ཆོད་ཅིག་
གཙོད་རྒྱ་ནམ་དུ་འང་ཡོང་མི་སྲིད་པར་འདོད་དེ། དེ་ནི་མི་རིགས་རང་རང་བྱུང་འཕེལ་
གྱི་ཁོར་ཡུག་ཉིད་ལ་རག་ལས་བསམ་སོ།

ཡིན་ནའང་ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་གཉིས་ལ་མཚོན་ན། ཐོག་མའི་སྔོན་ཁང་རྡོ་ཁང་
ཡིན་པར་བསམ་ཆོག་སྟེ། བོད་མི་བྱུང་འཕེལ་གྱི་ལོ་རྒྱས་དངོས་ལ་བལྟས་ན། ཐོག་
མའི་སྔོན་ཁང་བྲག་ཕུག་ཏུ་གནས་བཅའ་བའི་འཆོ་སྣངས་ལས། རིམ་གྱིས་རྡོ་ཁང་

ཅིག་བཟོའི་ཕྱོགས་སུ་འཕྲོ་འགྲུང་བྱུང་བར་མངོན་ཏེ། “ < <གཡུང་བྱང་བོན་གྱི་
བསྟན་འབྲུང་ཕྱོགས་བསྟུས་> > སུ་ད་དུང་ཡང་མི་བྲིམ་ཡང་ས་ཁུལ་བྲག་ཕྱག་
དང་། བྱང་བའི་དོ་ཁང་བཅེགས་བྱེད་བའི་ལས། སྤང་གཙོད་ཐག་ཆེན་སོགས་ཀྱི་
ལས་མི་ཤེས། ཞེས་བཀོད་བར་གཞིགས་ན། དེས་དོན་གྱི་མི་སྒོ་རིག་སྤར་ལས་རྩེ་
གསལ་དང་། ངལ་རྩེ་ལ་འདོན་ཐང་རྩེ་ཆེར་བྱིན་པ་དང་བསྟན་ནས། དོ་ཁང་བཅེགས་
དབུབ་བྱེད་བའི་ལག་རྩལ་ཡོད་པར་གྱུར་”¹ ཞེས་བསམ་ཤེས་ལ། བྱིའི་ཁོར་ཕྱག་གི་ཆ་
ནས་ཀྱང་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་འདིར། བྲག་རི། གཡལ་འདི། དོ་ཐང་སོགས་དོ་ཡི་ཐོན་
ཁུངས་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པོ་དང་གྲུ་ལོ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། བོད་མིའི་མི་རྒྱུད་ཀྱི་
མཆེད་ཁུངས་ཀྱང་སྤྱུ་དང་བྲག་སྒྲིན་ཡིན་ཟེར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཉིད་དོན་དངོས་དང་
མཐུན་མིན་གང་ལྟར་ཡང་། ལ་ཐོག་གཤོད་མའི་དུས་སུ་ང་ཆོའི་མེས་པོ་ནམས་བྲག་
ཕྱག་ལ་གནས་བཅའ་བ་ཡིན་པའི་ཡིག་ངག་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་པ་ཡོད། དེ་ལྟར་མིན་ན་
ད་ལྟ་ང་ཆོའི་མཐོང་ལམ་ན་ཡོད་པའི་མཁར་རྫོང་དང་། ཐོ་བྲང་། དགོན་སྡེ་སོགས་ཀྱི་
ཅིག་པ་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་དོ་བ་ཉིད་ལས་བཞེངས་བསྟན་བྱས་པའི་ལག་རྩལ་འདི་ཉིད་
ཡོད་མི་སྲིད། ཁུང་བར་མདོ་སྟོད་ཆབ་མདོ་ཁ་རོ་མ་ནས་མི་ལོ་བཞི་སྟོད་ཡར་ཕྱོན་གྱི་
དོ་ཅིག་ཐོག་ཁང་ཞིག་རྟེན་པ་སོགས་ཀྱིས་གཅིག་ན་དེ་དུས་ནས་བོད་བར་དོ་ཅིག་
ལག་རྩལ་རྩལ་འབྲུས་ཆང་རང་བཞིན་དུ་བྱིན་ཡོད་པ་ཤེས་སུབ་ལ། གཉིས་ན་བོད་
པའི་དོ་ཁང་ཅིག་བཟོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཟུར་ངོས་ཤིག་ཀྱང་མཐོང་སུབ། རྒྱ་མཆན་དེ་དག་
གི་རྒྱུན་པས་བོད་མིའི་སྟོད་ཁང་ཐོག་མ་དོ་ཁང་ཡིན་ཟེར་ཡང་འགལ་བ་ཆེར་མེད་པར་
བསམ། རྒྱ་མཆན་དེ་ལྟ་ན། ལ་དྲུག་ས་པའི་སྟོད་ཁང་ཐོག་མའང་བོད་པ་དང་གཅིག་

མཚུངས་ཡིན་པར་བཤད་ཆོག་སྟེ། སྡོན་གྱི་དུས་སྟེ་ལ་དྲགས་ནི་བོད་ལས་ལོགས་སུ་
གྱུར་བའི་ཡུལ་ལྷང་རང་མཚན་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། སྡོད་མངའ་ངེས་སྟོར་གསུམ་གྱི་
ནང་ཚན་དུ་གྱུར་བའི་ཡུལ་ལྷང་གྲེ་གྲག་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཚིན་མེད་ཡིན་སྟབས། བོད་
པའི་སྡོད་ཁང་ཐོག་མ་གང་ཡིན་ངོས་བཟུང་བ་དེ་ཉིད། ལ་དྲགས་པའི་སྡོད་ཁང་ཐོག་མ་
ལའང་ངོས་བཟུང་ཆོག་པར་སེམས་སོ།།

ད་ནི་ལ་དྲགས་པའི་ངོ་ཅིག་གི་བྱང་ངེས་དངོས་ལ་བལྟས་ན། ལ་དྲགས་པའི་
ཡུལ་འདིར་སྡོན་དུས་སྟེ་སྡོད་ཁང་ཅིག་བཟོ་བོད་ཀྱི་ས་གནས་གཞན་དག་ལྟར་དར་
རྒྱས་སོང་མེད་པར་མངོན་ཏེ། “སྤར་ཡིན་ན་ཡར་རྒྱས་མེད་པར་མི་ཀུན་ལྟག་བཤམ་
བ་གོ་དང་ཁང་ཆུང་བུ་ལུ་རེ་ནང་བསྟན། དེ་ནས་ངེས་པས་ཡར་རྒྱས་སོང་ནས་ངོ་བ་
དང་ས་པག་གིས་ཁང་པ་ཅིག་པའི་སྟོལ་དར། ཁང་པ་ཀུན་གྲུབ་བཞི་སྟོ་དང་སྐར་ཁུང་
ཡོད་པ། མི་དང་དུད་འགྲོ་སོ་སོར་འཛོག་སའི་ནང་མིག་ཁག་བཟོས་ནས་ཁང་པ་ཅིག་
བཟོ་དང་ཅིག་སྟངས་ནང་ཡར་རྒྱས་ཆེར་སོང་བ་ཡིན། དེ་ནས་ངེས་པས་བྲིས་སྟེ་མང་
དུ་སོང་ནས་ཡུལ་མང་པོ་ཚུགས་པ་དང་། འགོ་དཔོན་ངོ་བོ་དང་རྒྱལ་པོ་སོགས་ཀྱི་
སྟོལ་དར། དེ་ནས་མཁར་དང་གཟེམ་ཁང་སོགས་བཅིགས་པར་འགོ་འཇུགས་འདུག་
”2 ཅས་པ་ལྟར་ལགས་ནའང་། མི་ཁག་གིས་ལ་དྲགས་པའི་ཡུལ་འདིར་གནའ་སྤ་
མོ་སྤ་མོ་ཞིག་ནས་ཅིག་བཟོ་ལག་ཅུལ་དར་རྒྱས་སོང་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་སོགས་སུ་
ཟངས་དཀར་གྱི་ས་ནི་ཀ་ནི་ཀའི་མཚོད་ཉེན་གྱི་ཅིག་བཟོའི་ངེས་པ་སོགས་བྲིས་ཡོང་
དུང་། དེ་དག་ལ་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པའི་བྱེད་རུས་ཏེ་རྟོག་
བཟགས་ཀྱི་ཆ་གང་མང་ཞིག་འདྲེས་ནས་ཡོད་པས། དངོས་ཐོག་བདེན་འཆོལ་གྱིས་

ཞིབ་འཇུག་གི་རང་བཞིན་ལ་དགེ་མཉན་ཅི་ཡང་མེད་པས་སྐྱེད་བར་མ་འདོད་དོ།

དེ་བས་བོད་བཅན་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་སིལ་བྱུང་འཛོར་ནས་ལ་དྲགས་པ་རང་བདག་
རང་སྦྱོང་གི་རྒྱལ་མན་གྱི་རྣམ་པར་ཆགས་པ་ནས་སྔོན་ཁང་ཅིག་བཟོའི་ལག་རྩལ་
ཡང་རྒྱས་དང་བྱུང་བཞུགས་ཀྱི་འགོ་བཙུགས་པ་ཡིན་པར་ངེས། དེ་ནི་ལ་དྲགས་པའི་
རྒྱལ་པོ་ཐོག་མ་ལྟ་ཆེན་དཔལ་གྱི་མགོན་ནས་རྒྱལ་རབས་སོ་གསུམ་པ་ཆེ་དཔལ་
དོན་འབྱུང་རྣམ་རྒྱལ་བར་གྱི་རྒྱལ་པོ་དག་གིས་སྦྱོ་མཁར་མང་པོ་བཞེངས་པ་ནས་
མགོ་བརྩམས་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་ཆོག་པར་སེམས་ཏེ། ཅིག་མཁན་བཟོ་བ་ཡང་ས་
གནས་རང་གཅིག་བྱ་ནས་མ་ཡིན་པར་འདབས་འབྲེལ་གྱི་ཡུལ་ལུང་གཞན་དག་ནས་
གདན་བྲངས་པ་ཡིན་པས་གསལ་འགྲེལ་རྒྱག་ཡོད། དེ་དག་ལས་མང་པོས་ཞིག་དུས་
རབས་བཅུ་བ་ནས་བཅུ་དགུ་ཡས་མས་སུ་བཞེངས་པ་རེད། ལ་དྲགས་པའི་ཡུལ་འདི་
ནའང་བོད་པའི་ལྷ་རྒྱུ་གྱི་བཤའ་སྒོལ་ཞིག་སྟེ། མཁར་ལ་ལྷ་བ་ཡུམ་བུ་ཆེ་སྒྲིབ་ཞེས་པའི་
བཤའ་རྒྱུ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས། ཁོ་ཆོའི་དམངས་སྤྱོ་སོགས་སུ་འང་མཁར་ལ་ལྷ་
བ་ཁ་ལ་ཅེ་ཞེས་ཟེར་སྒོལ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་རུང་། དོན་དུ་ལ་དྲགས་རྒྱལ་པོའི་མཁར་གྱི་
ཐོག་མ་ནི་ཁ་ལ་ཅེ་མ་ཡིན་པར་རྒྱལ་པོ་ལྟ་ཆེན་དཔལ་མགོན་གྱིས་སྤྱི་ལོ་དགུ་བརྒྱ་
དང་སུམ་ཅུ་བའི་ནང་ལེལ་དུ་རྒྱལ་ས་མཛད་ནས་ལེལ་དཀར་པོ་བྲང་ཞེས་སྦྱོ་མཁར་
ཆུང་ཆུང་ཞིག་བཞེངས་པ་དེ་རེད། ཡིན་ནའང་། དུས་དེར་བཞེངས་པའི་ལེལ་དཀར་པོ་
བྲང་དང་། སྤྱི་ལོ་གཅིག་སྟོང་བརྒྱ་དང་བཅུ་ནས་བརྒྱ་དང་བཞི་བཅུ་འེ་བར་བཞེངས་
པའི་ཁ་ལ་ཅེ་སོགས་མཁར་རེ་གཉིས་ཞིག་ལོ་རྒྱུ་འཁོར་བསྟོན་བར་ནས་ཡོངས་སུ་
བྱུང་སྟེ་ཡུལ་ཅུ་མ་ལས་སྟག་མི་འདུག།

སྤྱིར་ལ་དྲགས་པའི་ཡུལ་འདིར་ས་གནས་རྒྱལ་པོ་དག་གིས་མཁར་མང་
 བཞེངས་པ་དོན་དངོས་རེད་མོད། ད་ལྟ་མང་ཞོས་ཤིག་དགོན་སྡེ་ཡི་ངོ་མོར་བྱལ་ཆར་
 འདུག དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ཡབ་མེས་ཀྱི་སྐྱེ་མཁར་དག་རང་ཉིད་དང་
 འདུན་ཡོད་པའི་སྐྱ་བྱ་རྣམས་ལ་ལུལ་ནས། རང་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་མཁར་གསར་པ་རེ་
 བཞེངས་པའི་ལམ་སྲོལ་བྱུང་བ་འདྲ། དེ་ལྟ་མིན་ན་ལ་དྲགས་པའི་ཡུལ་འདིར་འདི་
 འདྲའི་སྐྱེ་མཁར་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་མི་ཐུབ་ལ། དགོན་སྡེ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆ་རྒྱལ་ས་
 ཤིག་དེ་བས་ཀྱང་འཕྱར་མི་ཐུབ་པར་སེམས། དེའི་སྐྱབས་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་
 མཁར་མང་ཆེ་བར་པོ་བྱང་གི་ཉམས་ཡོངས་སུ་ཤོར་ནས་བོད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་གཙུག་
 ལག་ཁང་དག་གི་བརྒྱུད་ཉམས་ཀྱིས་བྱལ་ཡོད་པ་ནི། དགོན་པའི་སྐྱ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་
 དགོན་པ་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལས་གཞི་སྒྲ་མང་བརྒྱལ་པའི་གོ་རིམ་ཁོང་ཁོ་ཆོས་དཔེ་བལྟ་
 ས་དང་། ཅིག་བཞེངས་བྱེད་མཁན་ཀྱི་ལས་བཅོ་བ་མང་ཞོས་ཤིག་བོད་འབྲུག་གཉིས་
 ནས་བྱོན་པ་ཡིན་པས་ན། སལ་ཆེ་བར་ས་གནས་རང་གི་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱུང་
 ཆོས་ཆེར་མི་འདུག དེ་ལྟར་ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་སྐྱེ་འཆོ་བཞུགས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་ལ་
 དྲགས་པའི་ཅིག་བཅོ་ཆེད་མཁས་པ་རྒན་བསོད་ནམས་དཔལ་རྒྱལ་གྱིས་བཤད་ན།
 (རྒན་བསོད་ནམས་དཔལ་རྒྱལ་ནི་ལྷེ་བུ་དགོན་པ་དང་སྤྱི་ལེ་གཅིག་ལྷག་གི་སར་ཡོད་པའི་གསེར་ཁྱིའོང་
 ཆོ་རུ་བཞུགས་ཡོད་ལ། ད་ལྟ་དགྲུང་ལོ་བདུན་ཅུ་དོན་གསུམ་རེད། ཁོང་ཉིད་རང་ལོ་བཅུ་བཞི་ནས་བརྒྱུད་དོ་
 ཅིག་གི་ལས་ལ་ཞུགས་ཏེ། ལ་དྲགས་པའི་དགོན་སྡེ་དང་སྐྱེ་མཁར་མང་པོ་ཞིག་གི་ཞིག་གསོ་དང་། གསར་
 བཞེངས་ཀྱི་ལས་ཀའི་ཁོང་ཁོང་གིས་བྱས་རྗེས་སྐྱ་མེད་བཞག་སྤྱོད་ཡོད་པའི་དོ་ཅིག་ཆེད་མཁས་པ་ཞིག་
 ཡིན།) “ལ་དྲགས་པའི་དོ་ཅིག་ལག་ཤེས་ནི་ཡུལ་ལྷུང་གང་ནས་ཀྱང་བརྒྱུད་པ་ཞིག་མ་

ཡིན་པར་ས་གནས་རང་ནས་གསར་གཏོད་དང་། ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་བུར་བརྟུན་པ་
ཡིན་” 33ཟེར་ལ། བོད་པའི་དོ་རྩིས་དང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ཡང་ཁ་ཤས་སྦྱང་བྱང་
ཡང་། དེ་དག་ལོག་ནས་བཤད་པར་བྱ་བའི་རྩིས་ཐབས་ནས་འབྱུང་བས་འདིར་སྦྱང་
བར་མི་བྱ།

རྩིས་བཟོ་མཁས་པ་ཁོང་གིས་ལ་དྲུག་པ་པའི་དོ་རྩིས་བོད་ནས་ཁྱེད་ལོང་བ་གཏན་
ནས་ཁས་མི་ལེན་མོད། འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་གང་ནས་སྦྱང་བ་དང་། ཁོང་གི་དགོ་ཆ་
གྱིས་གང་ནས་སྦྱང་བ་སོགས་ལ་བཅར་འདི་བྱེད་དུས། དགོ་ཆ་གྱིས་བོད་པ་རྩིས་
བཟོ་མཁས་པ་ཞིག་ལས་སྦྱང་བ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་ལ་བསམ་ན། དོན་དངོས་
སྤྱ་ལ་དྲུག་པ་པའི་དོ་རྩིས་དང་པོ་བོད་ནས་མཆོད་ཅིང་། རིམ་གྱིས་ས་གནས་རང་གི་
ཁྱད་ཆོས་ཀྱིས་ཁ་སྐོང་ནས་ད་ལྟའི་བར་རྒྱན་མ་ཆད་པར་བྱུང་བ་དེ་ཉིད་རེད་ལ། དུས་
ད་ལྟ་ཡང་ཁོ་ཆོས་ལ་དྲུག་པ་པའི་ཡུལ་འདིར་དོ་རྩིས་ལག་ཤེས་ཀྱི་རྒྱན་སྐྱོང་བཞིན་
ཡོད་དེ། རྩིས་བཟོ་མཁས་པ་ཆུན་བསོད་ནམས་དཔལ་རྒྱལ་གཅིག་ལུས་བསྐྱེད་ས་
པའི་དོ་རྩིས་ལག་ཤེས་པ་བཞི་བཅུ་ལྷག་ཡོད་པ་འདིས་མཆོན་པའི་ལ་དྲུག་པ་པ་རང་
གི་ཡབ་མེས་ཀྱི་དོ་རྩིས་ལག་ཤེས་རྒྱན་སྐྱོང་དང་། དར་སྤེལ་སྤྱ་མཐུད་ནས་སྐྱོང་
བཞིན་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱས་སོ།

སྤྱིར་བཏང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་གནའ་སྤྱ་མའི་དུས་ཉེ། རྗེ་འབངས་སམ་དཔོན་
གཡོག་གལ་རིམ་གྱི་སྤྱི་ཆོག་ས་ལམ་ལུགས་མ་བྱུང་གོང་གི་གཏོད་མའི་སྤྱི་ཆོག་ས་
ནས་བརྒྱུད་སྟོད་ཁང་རྩིས་བཟོའི་ལག་རྩལ་རྩུང་འཐུས་ཆང་རང་བཞིན་གྱི་རོ་བོར་
བྱུང་ཡོད་དེ། “སྐབས་དེའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ཆེ་སྟོག་དང་རྒྱ་ཁོར་སྤྱད་ཆེད། ཕྱི་

དག་འགོག་སྒྲ་ཞིང་རང་ཉིད་སྤང་སྤྱོད་པའི་རྟོག་དང་བྲག་མཁར། བཅན་མཁར་
 སོགས་ཅིག་པ་སྒྲ་ཞིང་བརྟན་པ་མང་པོ་བཅིགས་པ་དང་། མཁར་དང་ཁང་པ་དེ་དག་
 ཅིག་པའི་གོ་རིམ་ཁོད་དུ། བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་ཅིག་བཟོའི་ལག་རྩལ་ཡར་འཕེལ་ཆེན་པོ་
 བྱང་"4ཞེས་པ་ལྟར་ལགས་ལ། རྗེས་ཀྱི་དབང་མཛད་བཅུའི་སྐབས་སུ་འང་སྤར་གྱི་
 ཅིག་བཟོའི་མང་གཞི་དེའི་སྤྱིང་ནས་ལེགས་བཅོས་རབ་དང་རིམ་པ་བྱས་ཡོད་པེས།
 སྐབས་དེའི་མཁར་རྫོང་མང་པོ་ཞིག་གཡུལ་འབྲུག་གི་ཆེད་དུ་བཅིགས་པ་ཡིན་པས་
 བ། དབང་མཛད་བཅུའི་སྐབས་སུ་འཐབ་འཛིང་རྒྱག་བྱེད་ཀྱི་མཚོན་ཆ་གང་མང་ཡར་
 རྒྱས་དང་གསར་གཏོད་ཀྱི་ལམ་དུ་སྤྱོད་པ་དེ་ཡིས། རང་ཉིད་བརྟན་སྤང་གི་མཁར་
 རྫོང་རྣམས་ཀྱི་སྤྱ་བརྟན་དེ་བས་ཀྱང་མཐོང་འདེགས་བྱས་ཡོད་པ་སྤྱོས་མེད་རེད་
 བསམ། ལྷག་པར་དེའི་རྗེས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱན་བཅུ་གཉིས་དང་སིལ་མ་བཞི་བཅུའི་སྐབས་
 སུ་སྤར་ལས་འཐབ་འབྲུག་གི་ངོ་པོ་རྗེ་ཆེར་སོང་བའི་བབ་དང་བསྐྱུན་ནས། རྒྱལ་
 མཚམས་བཅད་བཟུང་གི་བཅན་མཁར་རི་སྤྱོད་ཅིག་བཅིགས་ཡོད་པར་འདོད། ལྷ་
 པར་རྒྱལ་སྤྱན་དེ་དག་གིས་རང་རང་ས་ཁོངས་ནས་མཁར་རེ་བཅིགས་པའི་བྱང་བ་
 ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་དུ་འང་གསལ་ཏེ། "རྒྱལ་སྤྱན་ཡུལ་ཡུལ་བ། མཁར་བྱ་རེ་རེ་གན་སྡེ་
 "ཞེས་པ་སོགས་ཀྱིས་བོད་པར་སྡོན་དུས་ནས་རྟོ་ཅིག་བཟོ་ལས་ཀྱི་མང་གཞི་བརྟན་པོ་
 ཡོད་པ་ཞེས་བྲུག། དེ་ལྟར་སྤར་རྒྱལ་བཅན་པའི་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྱི་བཅན་པོས་སྤྱ་
 མཁར་ཐོག་མ་ཡུམ་བུ་མྱ་སྤར་བཞེངས་པ་ནས། ཁོང་གི་མི་རབས་རྗེས་མ་སྡེ་པའི་
 ལེགས་བྲུག་གིས་ཀྱང་། ལྷག་ཅེ། བོད་ཅེ། ཡང་ཅེ། ཁྱི་ཅེ། ཅེ་མོ་བྱང་རྒྱལ། ཁྱི་
 བཅིགས་འབྲུམ་གཞུགས་ཏེ་སྤྱ་མཁར་བྲུག་བཞེངས། སྤོང་བཅན་སྐམ་པོ་དང་ཁོང་གི་

བཅུན་མོ་སོགས་ཀྱིས་མོ་བྲང་པོ་ཏ་ལ་དང་། ར་ས་འབྲུལ་སྤང་། རྒྱ་སྟག་ར་མོ་ཆེ་
གཙོས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གང་མང་བཞེངས་ལ། བྱད་པར་ཁྱི་སྒོང་ལྷེ་བཅན་གྱིས་
བོད་པ་རང་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ཅིག་བཟོའི་ལག་རྩལ་མཉམ་བསྐྱེས་ཀྱིས་བསམ་
ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་བཞེངས།

མདོར་ན་བཅན་པོ་རིམ་བྱོན་དག་གིས་བོད་ཀྱི་དོ་ཅིག་བཟོ་ལས་ཐད་ལ་མཛད་
རྗེས་སྒྲ་ན་མེད་པ་བཞག་པར་མ་ཟད། སྔོན་ཁང་བཅིགས་ཡུལ་ཡང་རི་ཅེ་དང་བྲག་
རྫོང་ནས་ཡུན་གྱིས་ཐང་བདེ་སར་བཞེངས་མགོ་བཙུམས་པ་ཡིན། རྗེས་སུ་བོད་
བཅན་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཉམས་རྒྱད་དང་འཛོར་ཞིག་གི་ལམ་དུ་སོང་ཡང་། དོ་ཅིག་ལག་
རྩལ་སྤྲོ་ནས་སྤྲོ་བ་རྒྱ་བསྐྱེད་པ་རེད། དེ་ནི་བཅན་པོའི་གཤུང་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་བྱ་
རབས་ཆ་རྒྱད་དག་གིས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཁམས་བཅད་བཟུང་གིས་རང་ཉིད་སྔོན་སའི་
ཡུལ་ལུང་དེར་མོ་བྲང་རེ་གསར་བཞེངས་བྱས་པ་དང་། བོད་ཡུལ་འདིར་བོད་བརྒྱད་
ནང་བསྟན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྣ་མང་བྱུང་བའི་བརྒྱད་རིམ་ཁོད་དུ་འབྱོར་ཆོའི་རྗེས་སྐྱོང་སྒྲ་
བྲུ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་སྐྱོང་དར་སྤེལ་གྱི་ཆེད་དུ། མདོ་དབྱས་
ཁམས་གསུམ་གྱི་ཡུལ་ལུང་གང་སར་དགོན་སྡེ་གསར་འདེབས་ལ་བྲེལ་བ་དེ་ཡིས།
བོད་པའི་དོ་ཅིག་ལག་རྩལ་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་བྱབ་ནས་ད་ལྟ་ང་ཆོའི་མིག་གི་
དམིད་དུ་ཤར་བའི་ས་དགེ་ཉིད་གསུམ་དང་། རོ་བོན་དྲགས་གསུམ་གྱི་དགོན་སྡེ་མ་
ལག་གི་གཙུག་ལག་ཁང་འདི་རྣམས་རེད་ལ། བཞེངས་མཁན་བཟོ་བའི་དབྱང་སྡེ་ཡང་
བོད་པའི་ཡུལ་ལུང་གང་སར་བྱོན་པ་དང་། དེ་ནི་བར་མ་ཆད་པར་འཛིན་སྐྱོང་བྱས་
ནས་དེ་རིང་བར་སླེབས་པ་ཡིན་མོད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཔེ་ངོས་གཞན་ཞིག་དུ་མདོ་ཁམས་

སྤྱ་བཅན་པོའི་སྐབས་ནས་དོ་རྩིག་ལག་རྩལ་ཆེས་ཆེར་དང་ཡོད་པར་བཤད་པ་ནི།
མདོ་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷང་གྲེ་བྲག་པ་རྒྱལ་མོ་ཆ་བ་རོང་བའི་ཡུལ་དུ་དར་བ་དང་དེ་ཡི་
འབྲག་ས་རྒྱུན་ཡུལ་ལྷང་རེ་གཉིས་ཤིག་ལ་བྲབ་པར་བསམ་ཆོག་ཀྱང་། མདོ་ཁམས་ཀྱི་
ཡུལ་གྱི་ཀུན་ལ་རྒྱ་བྲབ་ཏུ་འགྲོ་བྱེད་ནི་དགོན་སྡེ་གསར་བཞེངས་ཀྱི་བྱ་ལས་ཉིད་ལས་
གཞན་ཞིག་མ་མཐོང་ངོ་།།

འོན་ཀྱང་མ་འོངས་ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་པའི་དོ་རྩིག་ལག་རྩལ་གྱི་ལས་ཁ་ནི་དེ་
འདྲའི་ཁོད་ཡངས་མོ་དང་བདེ་མོ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དེར་རབས་ཨར་
ལས་བཟོ་བསྐྱུན་གྱི་ཆ་རྒྱལ་ཤིག་འགོག་མེད་ངང་འཕྱར་གྱིན་ཡོད་པས་སོ།། དེ་ལྟ་
ནའང་དེ་ནི་རྒྱུ་ཆ་བཅས་པར་བཞུགས་པོའི་སྡོད་འཁུགས་ཉིད་དུ་སོང་བས་འདི་ལ་
བྱ་ཐབས་ཅི་སྟེ། གང་ཡང་མེད་ངོ་།།

གསུམ་པ། ལ་བོད་ལྗོད་ཁང་གི་བརྩིག་ཡུལ་རྩ་བ།

ལ་དྲགས་པའི་ཡུལ་འདིར་བོད་པའི་བརྩིག་ཡུལ་གསར་བཟུང་བཞིན་ས་ལ་དགེ་
བརྩུ་ཆང་མིན་དང་། རྩོགས་བཞིའི་སྤང་མ་ཤར་གྱི་སྟག་སྒྱུ་བོ་དང་། ལྟོ་ཡི་གཡུ་འབྲུག་
སྟོ་མོ། ལུབ་ཀྱི་བྱ་དམར་པོ། བྱང་གི་རུས་སྐལ་སེར་པོ་སོགས་འཛོམས་མིན་གྱིས་ས་
བཟང་བཟང་རན་དང་བརྟག་ཐབས་མོད་ལས་ལོགས་སུ་གྱུར་བའི་ཐུན་མིན་གྱི་བཤད་
རྒྱུན་ཡོད་པའི་དཔེ་རིས་ཤིག་ ལ་དྲགས་པའི་རྩིག་བཟོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ངག་
གཉིས་ལས་མཐོང་ཐོས་གང་ཡང་མ་བྱུང་རུང་། ཁོ་ཆོས་བོད་པའི་བརྩིག་ཡུལ་ངོས་
འཛིན་མཐར་ཆགས་སུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་པའོ། ཡང་ན་དེ་འབྲེལ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་

ཡོད་དགོས་པ་གོང་གི་ཅིག་བཟོའི་བྱང་རིམ་ལས་གསལ་པོ་ཞེས་ཀྱང་། ད་རེབ་ཁ་
གསལ་བདེན་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་པ་ཞིག་ཡེ་ནས་མ་བྱུང་ཡང་། དུས་རབས་གོང་མའི་མོ་
རབས་བརྒྱད་ཅུ་བའི་ནང་ཟངས་དཀར་དཔའ་ཏུམ་དུ་གསར་བཞེངས་བྱས་པའི་
“ལ་གོང་ས་ཏུ་ལའི་སླ་མའི་མོ་བྱང་བཞེངས་སྐབས་ཀྱི་སྡོན་འགྲོའི་ཆོ་གའི་རིམ་པ་དག་
སྡེ་སྤྲོད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོའི་བེ་དཀར་ལུགས་བཞེན་བྱས་པ་ཡིན་ལ། སྡོན་གྱི་དུས་
ནས་བཟུང་དེ་ལྟར་བྱེད་བཞེན་ཡོད་པ་འདྲ་”5ཞེས་ཟངས་དཀར་ཆ་བ་སྡོན་པོ་བསོད་
ནམས་དབང་ལྷག་གིས་གསུངས་པ་འདི་ལ་གཞིགས་ན། (སྡོན་པོ་བསོད་ནམས་དབང་ལྷག་
ཀྱི། དཀར་ཆའི་རྒྱལ་པོ་ཆེ་བརྟན་ནས་རྒྱལ་གྱི་སྡོན་པོ་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་མི་རྒྱུད་ཡིན་པས་དུས་ད་ལྟ་ཡང་
ཟངས་དཀར་བ་ཆང་མས་ཁོང་ལ་སྡོན་པོ་ཞེས་འབོད་ཀྱི་འདུག ཁོང་ནི་རང་གི་ཡབ་མེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྤྱི་ལ་
ལ་ཞེན་ཏུས་ཞེན་དང་སྤྱང་བ་ཟབ་མོ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཅིས་དཀར་ནག་དང་སྟན། ཐང་གའི་རི་མོ། ཟངས་
དཀར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་ལ་མཁུན་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཡངས་པའི་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཉེ་ཆར་ཁོང་གིས་ཟངས་
དཀར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་བརྩམས་གནང་འབྲུབ་ནས་ཉི་མ་ལ་ཡའི་ནང་བའི་ཆོས་རིག་འཛིན་སྐྱོང་
ཆོགས་པར་དཔར་བསྐྱར་བྱེད་རྒྱུར་བཏང་འདུག) བཅིག་ཡུལ་ངོས་འཛིན་གྱི་རིམ་པ་སོགས་
ཀྱང་སྡོན་མ་ནས་བོད་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ལོས་ཆེ།

སྤྱིར་ལ་དྲགས་ཡུལ་གྱི་དགོན་སྡེ་དང་སྐྱུ་མཁར་མང་པོ་ཞིག་རི་ངོས་སམ་རི་
སྐང་དག་ན་བཞེངས་འདུག དེ་ལྟར་བཞེངས་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་ལྟེ་བདེ་དགོན་
པའི་གྲ་དག་དབང་མཆོག་ལ་བཀའ་འདྲི་བྱས་པར། ཁོང་གིས་“དེ་ནི་སྐྱུ་མཁར་དང་
དགོན་སྡེ་དག་གི་བརྗོད་ཉམས་མཛོན་ཕྱིར་དང་། ཁོར་ཡུག་གཙང་བཟོ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་
ཡིན་”6པར་གསུངས་ཀྱང་། དེ་ནི་བདེན་དངོས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་གཅིག་ཕྱར་མི་མཐོང་ཉི།

སྐྱུ་མཁར་འདི་དག་བཞེངས་པའི་ཕྱ་རྗེས་སུ་བྱི་ཡི་རྒྱལ་ཁབ་སོག་པོའི་(སོག་པོ་ཞེས་པ་
 དགའ་ལྷན་ཆེ་དབང་རབ་བརྟན་ནས། ཡང་ན་སོག་པོའི་དམག་དབུང་དངོས་ཡིན་མིན་ཆ་འཇལ་)དམག་
 དབུང་སོགས་ཀྱི་འཛིགས་པ་བརྟུན་མར་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་དང་། བྱིའི་ཁོར་
 ཡུག་ཀྱང་ད་ལྟའི་ཁོར་ཡུག་ནང་བཞིན་བྲག་རི་དང་བྱེ་རི་བྱེ་མས་ཡོངས་སུ་ཁེངས་
 ནས་ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པ། ལ་དྲགས་རྒྱལ་ས་སྤེ་ཡི་མིང་གི་སོགས་སྙངས་གཅིག་
 དུས་ཤེས་འོང་བས། བོད་པའི་སྤར་གྱི་མཁར་རྫོང་བཞེངས་སྐྱུན་ལས་ཡུགས་ཏེ། བྱི་
 ཡི་དབྱ་དབུང་འགོག་པའི་གཡུལ་འཁྲུག་གི་དགོས་མཁའི་ཆེད་དུ་གཙོ་བཞེངས་བྱས་
 པ་ཡིན་པ་ལས། ཁོར་ཡུག་གི་བྱེ་མའི་རྒྱང་འཇུབ་མི་སོག་པ་དང་། བརྗེད་ཉམས་ཀྱི་
 མཛེས་སྤྱིས་སོགས་ལ་འབྲེལ་བ་ཆེར་མེད་པར་བསམ། ཡིན་ནའང་ <<ལ་
 དྲགས>>ཞེས་པའི་དེབ་ཅིག་ཏུ་ "ལ་དྲགས་ནང་ཡོད་པའི་མཁར་ཀུན་ས་མཐོན་པོ་
 དང་རི་ཅེར་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་འདུག དེ་ནི་ས་བཙན་པ་དང་རྒྱལ་པོའི་ཆེ་བའི་བྱིར་དུ་
 ཡིན་པར་བཤད་"ཡོད་ལ། ད་དུང་ "སྐྱུ་མཁར་དང་དགོན་པ་ཀུན་རི་ལ་བརྟེན་ནས་
 བཞེངས་པ་ནི་མཐོ་ཞིང་བརྗེད་ཉམས་ཆེ་ལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་རྒྱང་ཏྲ་དར་བའི་རྟགས་
 སུ་མངོན་འདུག"7ཅས་རི་ཅེར་བཞེངས་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་མང་བོ་སྤྱོད་ཡོད་ཀྱང་།
 མེན་གྱི་ལ་དྲགས་ཡུལ་སྤྱོདས་ཀྱི་བཀོད་པ་ལ་བལྟས་ན་ནི། གཡུལ་འཁྲུག་གི་དགོས་
 མཁའི་ཉིད་ལས་ཅི་གང་མིན་པར་འདོད། ལ་དྲགས་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོའི་སྐྱུ་མཁར་ཀུན་རི་
 ཅེར་བཞེངས་ཡོད་ལ། གནའ་སྤྱ་མོར་རི་ཡི་གདོང་ཟུར་ནས་སྤར་དུ་བྱང་མཁར་
 བཅེགས་ཏེ་རི་འདབས་སུ་བྱུག་ཡོད་པར་མ་ཟད། རི་འདབས་ཀྱི་ཐང་གཤོངས་སུ་
 རྩུགས་རི་བཅེགས་ཡོད་པ་དེའི་ནང་སྒོན་འབངས་ཀུན་གྱི་སྤྱོད་ཁང་བཅེགས་ཡོད་དེ།

“སྤར་རྒྱལ་དུས་སུ་སྒྲོན་འབངས་ཀྱན་གྱི་ཁང་པ་མཁར་ལོག་གི་ལྷགས་འི་ནང་ཚུད་
དགོས་པ་གནད་ཅན་ཅི་འདུག རང་འཐད་དུ་ཁང་པ་ཅིག་པའི་དབང་ཡང་མེད་པ་དང་།
ལྷགས་འི་ནང་ལ་མ་ཚུད་ན་སྤྱི་དག་ཡི་འཛིགས་པ་ཡང་ཆེ། དེ་བཞིན་ལ་དྲགས་པའི་
ཁང་པའི་ལའང་མཁར་ལོག་གི་ཁང་པ་དང་། རྗེས་ལོག་གི་ཞིང་ཟེར་” 8 ཞེས་པའི་གཏམ་
དཔེ་སོགས་ལས་ཤེས་ལོང་ལ། དུས་ད་ལྟའང་གཉིང་མོ་སྤར་གི་རི་ཡི་གདོང་བྱུར་ན་
ཞིག་རལ་དུ་སོང་ཡོད་པའི་གྲང་རོད་གཞི་དེ་ཡི་བདེན་པའི་དཔང་བོ་ཉག་གཅིག་རེད།
ད་དུང་རྒྱལ་མཁར་རི་ཅི་དང་སྒྲོན་འབངས་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་རི་འདབས་སུ་ཅིག་སྒོམ་དེ་
དབང་ཆའི་ཐོབ་ཐང་གི་ཆ་ཞིག་འབྲེས་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་རེད། མདོར་ན་སྤར་གྱི་དུས་སུ་
ལ་དྲགས་པའི་སྤྲོད་ཁང་ཅིག་ཡུལ་རང་མོས་ཀྱིས་འདེམས་ཆོག་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་
ཁྲིམས་སྒོམ་ལམ་ལྷགས་ཤིག་གི་ལོག་ནའང་གནས་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་དོ།

བོད་ལ་ནི་བཅན་པོའི་རྒྱལ་རབས་མ་གྲུང་གོང་གི་བོད་པའི་དཔོན་འབངས་
གཉིས་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་དག་རི་བྲག་བཅན་ས་དག་གི་རི་ཅི་སོགས་སུ་བཅུགས་ཡོད་པ་
ལས་ཐང་ལ་ཅིག་པའི་སྒོམ་ཞིག་ཏུ་ལམ་མེད་པ་འབྲསྟེ། < < ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་
སྟོན > > ལས། “རྒྱལ་ཕྱན་དེ་ནམས་འཐབ་ཚོད་གསོད་གཙོད་དགལ། ལེགས་ཉེས་མི་
ཅི་བཞུན་འབེབས་བཅོན་རར་འཇུག། མཐའ་བཞིའི་རྒྱལ་པོས་རྟག་དུ་མནར་ཞིང་
གཅོ། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་ཤིང་ལ་སྤྱལ་ལྟར་འབྱོ། རྒྱ་གར་རྒྱལ་པོ་ལྷག་ལ་སྤྱུང་ལྟར་
འཇུག། ལྷག་གཟིག་རྒྱལ་པོ་བྲ་བྲུར་ཁ་ལྟར་རྒྱག གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཤིང་ལ་རྟ་ལྟར་
འཇུག། ཅེས་སྐད་ཏོ། འཐབ་དུ་མི་བྱབ་བོད་ལ་དམག་གཏངས་ཉུངས། ཡུལ་གཞན་
འབྲོ་དུ་རྒྱལ་ཕྱན་གྱིས་མི་སྟེར། ཐང་ལ་མི་ཆགས་བྲག་རི་བཅན་པོ་འཛིན།” 9 ཞེས་

བ་ལྷར་ཡིན་ཏེ། དེ་དུས་དཔོན་འབངས་ཡོངས་ཀྱི་སྡོད་ཁང་རི་བྲག་བཙན་ས་དག་ལ་
 བཅུགས་ཡོད་པ་དང་བཅུག་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡང་གསལ་པོར་ཤེས། བོད་བཙན་
 བོའི་རྒྱལ་རབས་བྱུང་རྗེས་སུའང་པོ་བྲང་ཁ་ཤས་རི་རྩེར་བཞེངས་ཡོད་ནའང་། རིམ་
 གྱིས་རྒྱལ་ཁམས་ཞི་བདེ་བརྟན་བརྩིང་གི་ངོ་བོར་གང་འཆམས་སོང་རྗེས་སྡོད་ཁང་
 རྩེག་ཡུལ་རི་ལས་ཐང་ལ་སྤོར་མགོ་བཅུམས་པ་དང་། བྱད་པར་རྟ་ཆོས་རིག་གནས་
 ཀྱི་དབང་ཤུགས་རྗེ་ཆེར་སོང་བ་དང་བསྟུན་ནས་གནའ་བོའི་སྡོད་ཁང་བཅུག་ཡུལ་
 རོས་འཛིན་གྱི་རིམ་པ་ཅུང་ཙམ་ཡོད་པ་དེའི་སྤྱིང་ལ་མོ་རྩིས་ལུང་ག་སུམ་དང་། ས་
 དབྱེད་མཁས་པའི་བཅུག་ཡུལ་ཁོར་ཡུག་གི་སའི་ལེགས་ཉེས་བརྟག་པའི་ཐབས་རྩལ་
 སོགས་རྩེག་ཡུལ་རོས་འཛིན་གྱི་ལམ་སྒོལ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་དར་ཐུབ་པ་བྱུང་ལ། དེ་
 དག་ལས་མོ་རྩིས་ལུང་ག་སུམ་གྱིས་རྩེག་ཡུལ་རོས་འཛིན་བྱེད་ཐབས་མང་ཤོས་ཤིག་
 དམངས་སམ་པལ་བའི་སྤྱོ་བོ་མི་སྤྱོར་གྱི་སྡོད་ཁང་རྩེག་ཡུལ་རོས་འཛིན་གྱི་ཐད་དུ་
 སྤྱོད་སྒྲོ་ཆེ་བའི་བྱེད་ཐབས་སུ་སོང་བ་དང་། ལྷ་དཔོན་དང་དགོན་སྡེ་སོགས་ཀྱི་རྩེག་
 ཡུལ་རོས་འཛིན་ནི་མོ་རྩིས་ལུང་ག་སུམ་ལས་བརྒལ་ནས་གཙོ་བོ་ས་དབྱེད་མཁས་
 པས་རྩེག་ཡུལ་རོས་འཛིན་གྱི་རིམ་པ་ལག་ལེན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས་ན།

འདིར་དེའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྩེག་ཡུལ་རོས་འཛིན་གྱི་རིམ་པ་རགས་ཙམ་བཀོད་ན།
 “སའི་དགེ་བཅུ་(ཁང་ས་ཞིང་ས་དང་། གས་འཕྱོག་རྒྱང་འཕྱོག་འཕྱང་རྒྱ་ཡུར་རྒྱ། ཁང་ཤིང་བྱུང་ཤིང་།
 རྩེག་རྟོག་ཉེར་རྟོ་)དང་། ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱང་བཞི་(ཤར་དུ་བྲག་རི་དཀར་པོ་མཐོང་ཆེད་ལ་ཤར་གྱི་སྤྲག་སྤྱུ་
 བོ་ཟེར་བ་དང་། རྟོར་རྒྱ་རྒྱུན་འབབ་པ་སྒྲེའི་གཡུ་འབྲུག་སྒོ་མོ། ལུབ་དུ་བྲག་དམར་པོ་གནས་ན་ལུབ་ཀྱི་བྱ་
 དམར་པོ། བྱུང་དུ་སྤང་རི་མཐོན་ན་བྱུང་གི་རུས་སྤལ་མེར་པོ་ཟེར་)དག་འཛོམས་མིན་དང་ས་བག་

བཟང་ངན་སོགས་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེ་བར་བཅི
སྟེ། དེ་ཡང་ས་བག་ལེགས་པ་ནི་གནམ་ལ་འཁོར་ལོ་ཅིབས་བརྒྱད་དང་། ཟངས་དཀར་
འོ་མས་བཀང་འདྲ། ཉན་འབྲུ་བཞག་ལྟ་བུ་དང་། ས་ལ་བད་མ་འདབ་བརྒྱད་དང་།
གསེར་གཞོང་མར་ཁུས་བཀང་འདྲ། རིན་ཆེན་སྒྲུང་བོའི་དལ་ཁུག་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་བཟང་
མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དེ་འདྲའི་ཆ་རྒྱུན་མ་འདྲོམས་ན་འང་རྒྱབ་རི་མཐོ་ལ་རི་རྒྱན་རིང་བ་
དང་། མདུན་རི་དམའ་ལ་རྒྱག་པ། ཉི་ཁྲ་འཆར་སྤྲ་ལ་བྱབ་འཕྲི་བ། མདུན་ངོས་སུ་ཆུ་
ལམ་ཐང་གསུམ་འདྲོམས་པ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ་ལེགས། མདུན་རྒྱབ་ཏུ་
གཙོང་རོང་དང་། གནམ་ལ་མཆོབས་བྱུག་ཁ་དང་མོ་མཆོན་འདྲ་བའི་ཕུག་པ། སྤྲུལ་
དང་སྟིག་རྩ་བུར་རྒྱག་ལྟ་བུའི་རི་སྤྲ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་དང་ས་དབྲུ་མེད་པ་ཞིག་འཆོལ་
དགོས། གལ་སྟེང་ས་དབྲུ་དེ་དག་སྟོང་མི་བྱབ་ན་དེ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཅིག་ངོས་ལ་དྲོའི་བྱ་
དང་མོ་མཆོན་ཀྱི་གཟུགས་སོགས་བཅོས་ཏེ་སྟོང་བ་དང་། ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྲང་མ་བཞི་མ་
ཆང་ན་ཡང་ཤར་དུ་སྟག་དང་། རྟོར་འབྲུག་བྱབ་ཏུ་བྲ། བྲང་དུ་བྲས་སྤལ་བཅས་ཀྱི་
གཟུགས་བཅོས་ཏེ་མཁར་སྟེང་དུ་བཞག་པས་བག་མི་ཤིས་པ་ནམས་བསྒྲོག་ཅེས་ཟེར་
སྟེ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཐོག་མར་ས་ལ་སྟོ་བྱའི་ཐིག་འདེབས་པ། དུལ་ལྷ་གསོལ་བ།
དགོན་སྟེ་ལྟ་བུ་དང་། ལྷ་ཁང་གི་རིགས་ལ་ཤིས་བརྟེན་དང་བག་ཤིས་གསོ་སྟོང་
འཆོགས་པ་སོགས་གཞི་འདིར་བའི་ཆ་ག་བྱ་སྟེ་ཡང་ཡོད་དོ། "10 ཞེས་པ་སོགས་
བཅིག་ཡུལ་ངོས་འདྲིན་ཀྱི་རིམ་པ་མང་བོ་ཞིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་བསྟན་ན་འདི་ལྟར་
ངེས་འདྲིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་འདྲ་སྟེ། <<བེ་དཀར>> ལས། "སྤྱིར་ན་གནས་ཀྱི་
མཆོན་ཉིད་ནི། རྒྱབ་རི་དར་དཀར་ཡོལ་བ་འདྲ། དེ་ཡང་རྒྱང་རིང་མཐོང་བ་དང་།

ཤར་རི་དམའ་ཞིང་ལྷན་སྒྲུག་ན། རྒྱལ་འབྱོར་སྤྱི་ཆེ་རིང་བ་ཡིན། ལྷོ་རི་སྤྱོད་འབྲུག་རིང་ལ། འབྲུད་དམ་བཅུམས་བ་འབྲུག་ན། རྒྱལ་འབྱོར་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཡིན། ལུ་བ་རི་ཅུང་ཟད་མཐོ་བ་དང་། བགས་ཆགས་འཁོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ། བྱང་རི་མཐོ་ཞིང་སྤྱོད་འབྲུག་ན། ལུགས་བརྟན་མདའ་ནི་ཕྱག་རྒྱ་བསྟོལ། "11 ཞེས་པ་ལྟར་པལ་ཆེ་བས་ཅིག་ལུལ་ངོས་འཛིན་གྱི་རིམ་བཤད་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱེད་གྱི་ཡོད་ལས་ཆེ་ཤོ།

གཞན་པལ་བཤེས་སྤྱོད་པོ་མི་སྤྱོད་ཁང་ཅིག་ལུལ་ངོས་འཛིན་མོ་ཅིས་ལུང་གསུམ་གྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་དོན་ནི། སྤར་བོད་པར་ཤེས་ལྡན་པ་ཅུང་བར་མ་ཟད། ཡི་གེ་ཤེས་མཁན་ཅུང་། དེ་བས་ཀྱང་སའི་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་ཤེས་པའི་ས་དབྱེད་མཁས་པ་ཏ་ཅང་ཅུང་སྐབས་ཁོ་ཆོར་མཆོན་ན། ས་དབྱེད་མཁས་པ་ཞིག་ཉིད་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཉིད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། འོན་ཀྱང་མོ་ཅིས་ལུང་གསུམ་གང་ཅུང་བྱེད་མཁན་བོད་ས་སྤྱོད་སྤྱད་བར་གསུམ་ན་ཤིན་ཏུ་མང་བས། པལ་བཤེས་སྤྱོད་པོ་མི་སྤྱོད་དག་ལ་མཆོན་ན་ཁོ་ཆོ་ནི་རང་གི་མིག་མདུན་གྱི་སྐབས་མགོན་ཉག་གཅིག་ལས་གཞན་ཅི། མོ་ཅིས་ལུང་གསུམ་བྱེད་མཁན་དག་གིས་ཀྱང་ཁོ་ཆོར་དེ་མཐུན་གྱི་རིམ་གྱི་འཛིན་གཏོ་བཅོས་རེ་འདོན་པའམ་འདོན་དུ་བཅུག་ཟེས་སྤྱོད་ཁང་བཅིག་ལུལ་དངོས་སུ་ཐག་གཅོད་བྱེད་གྱི་ཡོད།

ཡིན་ནའང་བོད་པའི་ལུལ་སྤྱེ་རེ་གཉིས་ཤིག་གི་དམངས་ཀྱི་སྤྱོད་ཁང་ནོ་བཅིགས་ཉིད་ལས་བྱུང་བཅོ་བྱས་ཡོད་པ་ལས་གཞན་དམངས་ཀྱི་སྤྱོད་ཁང་པལ་ཆེ་བ་ནོ་བཅིགས་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་ས་གྲང་གིས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་པས་ན། རོ་ཅིག་གི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཟུར་ངོས་སོགས་སྤྱིར་དུས་ངེས་པར་དུ་ཐུ་དཔོན་གང་ཅུང་ཞིག་གི་

གཞིས་ཁང་ངམ། རོ་བུ་དང་། དགོན་སྡེ་དག་གི་ལྷ་ཁང་འདྲུ་ཁང་སོགས་ཀྱི་ཅིག་བཟོ་
ཉིད་བཤད་དགོས་ནའང་། བཅིག་ཡུལ་ངོས་འཛིན་གྱི་རིམ་བཞི་སྟེ་གྲང་དང་རྩོ་ཅིག་
གང་ཡིན་ལ་ལྷོས་བ་མེད་པར་ཐུན་མོང་དུ་ཡོད་དགོས་པའི་བོད་པ་རང་གི་བསམ་སྒྲིལ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་ཚུལ་དམིགས་བསམ་ལ་བཞིག་རེད། ཅུང་འཕྱི་བོར་བཞེངས་པའི་བོད་
པའི་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། སྐྱ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་གཞིས་ཁང་དང་ཕོ་
བུང་། དམངས་ཀྱི་སྡོད་ཁང་བཞེངས་ཡུལ་ལམ་བཅིག་ཡུལ་ས་དབྱེད་དང་མོ་ཅིས་
ལུང་གསུམ་གྱིས་རིམ་བས་ཐག་བཅད་བ་ཞིག་རེད་མོད། འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་ཞིབ་དུ་
བསམ་ན་བོད་མི་མཐོ་དམའ་བར་གསུམ་གྱི་སྡོད་ཁང་མང་ཆེ་བ་རི་བོའི་འདབས་དང་།
ལུང་བའི་མདོ་དག་དུ་ཆགས་ཡོད་ལ། སྡོད་ཁང་རྒྱ་བ་སྟོགས་ཀྱང་རི་རྒྱ་ད་ཅིག་ལ་
གཏད་ཡོད་པ་གཅིག་མཚུངས་རེད། བོད་པའི་སྡོད་ཁང་ཡུལ་ལུང་གཞན་དག་ལྟར་
ཁོད་ཡངས་པའི་ཐང་དུ་ཆགས་པའི་སྟོང་ཆེས་ཆེར་མ་དར་བ་ནི། འཕྱར་ཚུའི་དགོས་
མཁོ་དང་གནམ་གཤིས། དུས་བཞིའི་འགྱུར་འགྲོས་ཀྱི་བོད་བབ་སོགས་ལའང་འབྲེལ་
ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་སྙམ་མོ། འོན་ཀྱང་ལ་དྲགས་པའི་དམངས་ཀྱི་སྡོད་ཁང་
དག་ནི་བོད་པ་ནང་བཞིན་རྒྱ་བ་སྟོགས་རི་བརྒྱ་ད་ཅིག་ལ་གཏད་མེད་ཀྱང་། ལུང་བ་
གང་རུང་ཞིག་གི་འདབས་རོལ་དུ་ཆགས་དགོས་དོན་ཡང་གནམ་གཤིས་ཀྱི་བོད་བབ་
དང་འཕྱར་ཚུའི་དགོས་གཤིས། ཞིང་ཁ་དག་ཀྱང་ཆུ་མའི་ཞིང་ས་རྒྱ་བ་ཡིན་པས་རེད་
བསམ་ལ། ཁོ་ཆོའི་སྡོད་ཁང་གི་རྒྱ་བ་སྟོགས་རི་བརྒྱ་ད་ཅིག་ལ་གཏད་མེད་པ་ནི། ལ་
དྲགས་པའི་ཡུལ་ལུང་པལ་ཆེ་བར་དབྱུག་དུས་ཁ་བའི་འབབ་རྒྱན་ཏ་ཅང་ཆེ་བས་རི་
ངོས་ནས་ཁངས་རུད་འོང་བའི་འཛིགས་པ་ཆེ་སྟབས་ཉེན་གཡོལ་གྱི་ཆེད་དུ་སྡོད་ཁང་

རྒྱལ་ཕྱོགས་རི་རྒྱུད་ཅིག་ལ་མ་གཏང་བ་ལས། དེ་མིན་གྱི་རྒྱལ་མཆན་གཞན་ཞིག་མེད་
པར་འདོད།

ཆོག་ཉུང་དུ་བཏང་ན་ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་པའི་སྡོད་ཁང་བཅིག་ཡུལ་གྱི་མི་འདྲ་
ས་གཙུག་ཆེ་ཤོས་ནི་སྡོད་ཁང་གི་རྒྱལ་ཕྱོགས་རི་རྒྱུད་ཅིག་ལ་གཏང་ཡོད་མེད་དེའོ།

བཞི་བ། ལ་བོད་སྡོད་ཁང་གི་ཅིག་ཐབས་ལ་ལྟ་བ།

ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་ཀྱི་ཅིག་བཟོ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེར་རབས་ཀྱི་ཅིག་བཟོ་
ནང་བཞིན་རྒྱ་ཆ་མང་པོ་ཞིག་མི་དགོས། ལྷག་པར་ལ་དྲགས་པའི་ཡུལ་འདིར་ཆར་
རྒྱུ་འབབ་རྒྱུ་ཉུང་བས་སྐྱམ་ཤོས་ཆེ་སྟབས་ཅིག་རྟེན་ཡང་བོད་ནང་བཞིན་གཏིང་
ཟབ་མོ་མི་དགོས་པར་མཛོད་ཏེ། ད་ལྟའི་ལ་དྲགས་ཡུལ་གྱི་ཅིག་བཟོ་མཁས་པ་ཀླན་
བསོད་ནམས་དཔལ་རྒྱལ་གྱིས་བཞད་ན། “ས་གནས་འདིའི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཅང་སྐྱམ་
པོ་ཡིན་པས་ས་འོག་ལ་རྒྱས་ཁྱི་གཅིག་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པ་ཡིན་མོད། ས་གནས་གཞན་
དག་ལ་རྒྱས་ཁྱི་བརྒྱུད་དགུ་དེ་དགོས། རྫོང་ཅིག་དངོས་གཞིའི་སྐབས་ཀྱང་དེར་སང་
ནང་བཞིན་ཨར་འདམ་སོགས་སྐུར་ཇུས་སྟེ་མང་མེད་པར་འདམ་འབག་གཅིག་ལུས་
དེར་དུས་སྐུར་ཇུས་ཀྱི་ཆབ་བྱས་ནས་རྫོང་ཆེ་མགོ་སྟོམ་གྱིས་བཅིག་དགོས་ལ།
ཐོག་ཅིགས་གཉིས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ཅིག་མང་རྒྱས་ཁྱི་གཉིས་དང་། དགོན་པ་སོགས་
ཡིན་ན་ཅིག་མང་རྒྱས་ཁྱི་བདུན་དགོས། ཅིག་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཅིག་པ་གཉིས་
སྟོལ་དུ་བཅིག་དགོས་པ་དང་། ཅིག་པ་ཐོག་ཅིག་གཅིག་ཅམ་གྱི་མཆམས་ནས་ཅིག་
པའི་ཁ་བསྐྱོར་ཡོངས་ལ་ཤིང་ལེབ་མ་ཐུག་པོ་རེ་བཞག་ནས་མ་ཐུད་མཆམས་ལ་ཤིང་

འཛིན་གྱིས་བཅན་པོར་མ་སྤྲད་དགོས། ལ་དྲུག་ས་པའི་ཡུལ་འདིར་ཅིག་པར་སྒེན་མ་
འཛིན་པ་ནི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡིན་པས་མི་ཆང་མས་འཛིན་ཆོག་གི་མེད། སྒོན་མར་སྒེན་
མ་སྒོམ་བྱེད་གཡག་གི་ཅིད་པ་ཡིན་མོད། ད་ལྟ་དེའི་ཆབ་ཏུ་རྩ་འཛག་མས་སྒོམ་གྱིན་
ཡོད་”¹² ཅེས་ཁོང་གི་ཞལ་འགྲོས་ལས་ཐོས་པར་ཆོག་འགྲོས་ཅུང་ཙམ་བཟོ་བཅོས་
གྱིས་བཀོད་པ་ཡིན།

དེ་ལས་གཞན་ལ་དྲུག་ས་ཡུལ་གྱི་རྫོ་ཅིག་ཅིག་ཐབས་ཀྱི་རིམ་བ་སྟེ། འདས་
འབག་སྟལ་སྒོམ་དང་ཅིག་མང་གི་རྫོ་ཆེན་འཛིན་པའི་གོ་རིམ་སོགས་པལ་ཆེ་བ་བོད་
ཅིག་དང་ཆ་ཡོངས་སུ་འབྲ་ནའང་། ཐོག་ཅིག་ས་གཅིག་གི་ཅིག་མཆམས་ནས་ཅིག་
པའི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་ཁ་སྐོར་ཡོངས་ལ་ཤིང་ལེབ་མ་སྤྲུག་པོ་རེ་ལེབ་འཛིན་བྱས་
ཡོད་པར་མ་ཟད། ཤིང་གི་མ་སྤྲད་མཆམས་དག་ཀྱང་ཤིང་འཛིན་གྱིས་ཏ་ཅང་དམ་
པོར་མ་སྤྲད་ཡོད་ལ། ཅིག་པའི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་ཤིང་ལེབ་ཀྱི་བར་མཆམས་དག་
ཀྱང་ཤིང་ལེབ་ལག་ངར་འབྲ་བ་རེ་ཡིས་སྤྱི་ཁྱི་གཅིག་ཙམ་གྱི་མཆམས་ནས་ཤིན་ཏུ་
བརྟན་པོར་མ་སྤྲད་ཡོད་པ་ནི། ཅིག་པ་སྒོམ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་རགས་ཤིག་དང་འབྲ་ལ། ཅིག་
པའི་མཐོ་དམན་ཆད་ལོངས་པའི་སྟེང་ལ་སྒེན་ཏོག་གམ་སྒེན་རྒྱན་ཅིག་ཁའི་ཕྱི་ལོགས་
སུ་བཞག་ཡོད་པ་ནི། བོད་ནང་ལྟར་སྒེན་མ་རྒྱན་པོ་རེ་རེ་ངོས་སྒོམ་གྱིས་བསྐྱམས་
ནས་བཞག་ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རྒྱ་ལྟང་གི་ཡལ་གའི་ལྷག་ཐུན་སྒེན་མ་བཞེན་
རྒྱན་པོ་རེ་རེ་ངོས་སྒོམ་གྱིས་བཞག་ཡོད་པ་དང་། སྒེན་རྒྱན་གྱི་སྟེང་ལོག་གཉིས་ཀྱི་
གཅིག་ཤོས་ལ་མ་གཏོགས་སྒྲིང་བ་དང་བཟོ་ཐོད་འཛིན་སྒོམ་མེད་པ་འབྲ་སྟེ། ངས་
མཐོང་བའི་ལ་དྲུག་ས་ཡུལ་གྱི་དགོན་སྡེ་དང་མཁར་རྫོང་པལ་ཆེ་བར་སྒེན་རྒྱན་གྱི་ལོག་

ན་མེད་བ་དང་བ་ཐོད་ཡོད་ན། མྱེད་ན་མེད་བ་དང་། འོག་ན་མེད་བ་དང་བ་ཐོད་མེད་
ན་མྱེད་ན་ཡོད་པའི་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་བྱེད་ས་ཙམ་དང་། གཞན་ཅིག་ངོས་ཡོངས་
འདས་གྱིས་གཡོགས་ནས་ཅིག་རྩོགས་ལ་པོར་མི་མཐོང་བ་བཟོས་ཡོད་པ་ཙམ་ལས་
བོད་ཅིག་གི་ཅིག་ཐབས་ཉིད་དང་བྱེད་པར་ཆེར་མི་འདུག་གོ།

དེ་ནི་བོད་ཀྱི་རྩོག་གི་ཅིག་ཐབས་རགས་ཙམ་གྱི་བོད་པའི་ཆེས་སྡོན་མའི་
ཅིག་ཐབས་ཀྱི་རིས་པ་ནི་འདི་ཡིན་དེ་མིན་གྱི་བརྗོད་པ་ཞིག་ལོན་ཏུ་ལས་ཀྱང་བཤད་
ཁག་ནའང་། ཡབ་མེས་ནས་བརྒྱུད་ཅིང་ད་ལྟའང་ལག་ལེན་ལ་བསྟར་བཞིན་པའི་ཅིག་
ཐབས་ཀྱི་རིས་པ་ནི། བཅིག་ཡུལ་གཏན་འབེབས་ཀྱི་རིས་པ་སོང་ཆར་རྒྱབ་ཏུ་སྒྲ་
གང་རུང་ཞིག་གདན་བྲངས་ནས་ས་གཅོག་པ་སོགས་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་རིས་གོ་གང་
ལེགས་བྱས་རྗེས་སུ་ཅིག་དཔོན་དང་ཁོང་གི་ལག་རོགས་གཉིས་ཀྱིས་ཁང་བདག་
གཤམ། ཅིག་བདག་དང་གྲོས་བསྟར་གྱིས་ཅིག་རྟིང་སྒྲོག་པའི་ཉིན་འགོ་གཏན་འབེབས་
བྱས་ནས་བཅིག་ཡུལ་གྱི་ས་ཁྱོན་འཇལ་ཞིང་འཆར་འགོད་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། “དེའི་རྗེས་
སུ་འགོ་བ་དང་ཐེ་བྲིས་ས་རྒྱ་འཇལ་ཅིང་ཅིག་བཞེང་གི་འཆར་གཞི་དེ་མོར་བྲིས་ཏེ།
ཅིག་པའི་བདག་པོ་དང་གྲོས་བྱས་ཏེ་མཐུན་ཆེ་འཆར་གཞི་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དེ་
ཡང་ཅིག་བཞེང་འགོ་རྩོམ་པའི་ཉིན་མོ་དེར་ལོ་རིས་ས་གཡང་དང་མཐུན་པའི་མི་ཞིག་
གིས་འཛོར་ཞིག་བཟུང་སྟེ་བཞེང་སའི་དཀྱིལ་དུ་ལན་གསུམ་བཞོས་པ་ན་བཟོ་འགོ་
བརྒྱུ་མས་པའི་བདུན་ཏེ། བཟོ་པོ་སོ་སོ་རང་གི་ལས་གནས་སུ་སོང་སྟེ་བཞེང་འགོ་
བརྒྱུ་མས་”¹³ཞེས་པ་ལྟར་ལགས།

སྤྱིར་ཅིག་རྟིང་གི་ཐབ་ཆད་དང་ཅིག་ཞེང་གི་ཆེ་རྒྱུང་སོགས་ནི་ཅིག་པའི་མཐོ་

ཆད་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ལས་མཐའ་གཅིག་འདྲིན་གྱི་ཐག་གཅོད་ཅིག་
མེད་ལ། ཡོད་ཀྱང་མི་སྲིད་དོ། ཅིག་ཉིང་སློབ་པ་བྱུང་རྗེས་སུ་ཅིག་མང་ལ་སྤྱོད་ཐུགས་
གྱི་ཚུ་རྫོ་ལེབ་ལེབ་ཡིན་པ་རིང་ལ་སྤྱོད་པ་མཐུག་མཚུངས་པ་དག་ཞིབ་ཆགས་གྱིས་
བསྐྱེགས་པའི་སྤྲོད་དུ་ས་གྲང་བརྟུངས་པ་དང་། དེ་ནས་ས་རྫོ་རིས་མོས་གྱིས་ཅིག་མང་
ཡོངས་སུ་འབྱུང་དགོས་ལ། ཅིག་པ་དངོས་སུ་འགོ་འཇུགས་མ་བྱས་པའི་ཡར་སྤྲོད་དུ་
རྫོ་འདས་ཤིང་གསུམ་གྱི་ཚུ་ཆ་འདི་དག་རིས་པར་ཆང་འབྱུང་བྱ་དགོས་ཏེ། “རྫོ་ལ་རྫོ་
ཆེན་དང་། རྫོ་རྩུག་རྫོ་གཡམ། གཡམ་པ། རྫོ་རྫོ་སོགས་དང་། ས་ནི་ས་དམར་དང་། ལ་
དགའ། ས་དཀྲུས་མ། བྱེ་མ། སྲིད་པ་བྱེ་མ། (རྫོ་ལ་མི་བྱེ་མ)གཞན་ཡང་བ་སྤྱོད་དང་།
ཡར་ག་བཅས་དང་། ཤིང་ལ་ཡང་མཁུགས་ཤིང་དང་། སོམ་ཤིང་(སྤྲོད་པ་)སྤྱོད་སྤྲོད་
སྤྲོད་(པར)ལེབ་སོགས་སྤོམ་ཁྲ་(ས)ཆེ་ཆུང་སྤྱོད་ཆོགས་”14རིས་པར་ཆང་བར་བྱས་
ནས་ཅིག་གཞི་དངོས་འགོ་འཇུགས་བྱ་དགོས་པར་བཤད། ཅིག་ཐབས་གྱི་གོ་རིམ་
སོགས་ནི་ཅིག་ཐབས་གྱི་ལག་ལེན་དང་བརྟུན་རིམ་དངོས་ལ་བྱང་ཆ་ཡོད་པའི་ཁ་
སྤྲོད་བན་དེ་མཁར་གྱིས་བྲིས་པའི་ < < བོད་གྱི་ཅིག་བཟོའི་གནས་ཚུ་ལ་ཅུང་ཟད་
བརྗོད་པ་ > > ཞེས་པར། “ཅིག་མང་འབྲུ་ཆེ་བཅིག་བྱའི་མཁར་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཡང་
བསྐྱར་ཐེངས་གཅིག་བརྟུང་དགོས་པ་ཡིན། ཅིག་པའི་ཡོན་ཏན་མང་ཞེས་པའི་གཏམ་
དཔེ་ལྟར་ཅིག་པ་བརྟན་སོ་ཡོང་མིན་མང་ཐུགས་ཚུ་རྫོ་ལེབ་ཅིང་རིང་ལ་མཐུག་སྤྱོད་
མཚུངས་པ་དག་ཞིབ་ཆགས་གྱིས་བསྐྱེགས་པའི་སྤྲོད་དུ་ས་གྲང་རིམ་གཅིག་
བརྟུངས། དེ་ལྟར་ས་རྫོ་རིས་མོས་གྱིས་ཅིག་མང་ཡོངས་སུ་འབྱུང་བར་བྱའོ།” ཞེས་
པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། “དེ་དང་བསྐྱེད་ནས་བྱེ་ནང་གི་རྫོ་ཆེན་སོ་སོ་སྐྱར་མ་ཉི་

ལུས་མ་ཐུག་ཅམ་ཐེང་ལྟར་བསྐྱེགས་ཏེ་འཛོག་གི་ནང་གི་དོར་ཐིག་གིས་བྱང་དུ་པབ་
 ཁུལ་བཅད། དེ་ལ་དོ་ཆེན་དང་མཉམ་པ་ཁོག་དོད་དང་། ལ་ལོག་ལ་གཞུག་ནམས་རིམ་
 པར་བརྒྱབ་པ་འདག་ནན་མོར་བརྒྱབ་སྟེ་ཁོག་འདམ་དང་ལེབ་ཆ་རྒྱག་པ་དང་།
 སྤྱབས་སྤྱབ་རྒྱག་པ་བཅས་ཡིན། དེ་ནས་ཕྱི་ངོས་སུ་ཅབ་ལ་ཞིབ་ཆགས་ཀྱིས་
 བསྐྱེགས་པ་དང་། ཁ་སྟོམ་རྒྱག་དེའི་སྟེང་དོད་འཛོག་དེའི་ཁོག་ལ་ཁ་གཅོད་བརྒྱག་སྟེ་
 སྟེང་དུ་དོ་ཐིགས་སྒྲུགས། དེ་ནས་ཁ་ཆགས་རྒྱག་པ་བཅས་ཀྱིས་དོ་རིམ་གཅིག་བྲུག་
 དེ་ལྟར་དོ་རིམ་གྱི་སྟེང་དུ་དོ་རིམ་བཞག་སྟེ་ཡོངས་སུ་འབྱུང་པར་བྱལོ།”15 ཞེས་པ་
 བཞིན་ཡིན་ལ་ཅིག་ཁའི་སྟེང་ལ་སྟེན་རྒྱན་འཛོག་སྟོལ་ཡོད། སྟེན་རྒྱན་ནི་སྟེན་མ་ཚུན་
 བོ་བྱས་ནས་བསྐྱམས་ཤིང་མགོ་མཇུག་སྟེ་མོ་དང་ཞེད་པ་སྟོམ་བོ་བྱས་པ་མཐོ་གཉིས་
 ཅམ་གྱི་མཆམས་ཏེ། ཞེད་ནས་གིས་གཏུབ་ཅིང་ཚུན་པོ་རེ་རེ་ཡི་གཏུབ་མཆམས་གྱི་
 ངོས་སྟོམས་བོ་ཅིག་ཁའི་ཕྱི་ལོགས་སུ་བསྐྱོར་ནས་ཆགས་དམ་པོར་བསྐྱེགས་ཤིང་།
 གྱང་ཐོ་སོགས་ཀྱིས་བཅག་བཅག་བྱས་ནས་སྟེ་མོར་བཞོས་པ་དང་། སྟེན་གྱི་དུས་སུ་
 སྟེན་མ་སྟོམ་བྱེད་རྒྱ་ལྟར་གི་ལྷག་སྟེན་སོགས་ཡིན་མོད། ད་ལྟ་དེའི་ཆབ་དུ་ནོ་སྐྱད་སྟེ་
 མོ་བེད་སྐྱོད་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཅིག་ཁའི་ནང་ལོགས་གྱང་དེ་དང་མཉམ་པོར་དོ་བཅིགས་
 བྱས་ཡོད། དེ་ནི་གཅིག་ན་ཅིག་པ་རེ་ཡང་དུ་གཏོང་སྤྱབ་པ་དང་། གཉིས་ན་མིག་ལ་
 མཛེས་པ། གསུམ་ན་ཆར་ཚུ་འབྱེན་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་ཆོས་མང་བོ་ཆང་རབས་
 བཞད།

དེ་ལས་གཞན་སྟེན་རྒྱན་གྱི་སྟེང་བ་དང་བྱབ་ཐོད་ནི་སྟེན་རྒྱན་གྱི་སྟེང་ལོག་གཉིས་
 ལ་བཞག་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ། སྟེང་བ་ནི་སྟེང་ན་རི་མོ་བོར་ཐིག་དཀར་པོ་འབྱུར་རྟོགས་སུ་

ཐོན་ལོན་པའི་ཤིང་ལེབ་ཟུ་བཞིན་མོ་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཕྱིག་ཁའི་ཕྱི་ལོགས་ཡོངས་
སུ་བསྐྱོར་ནས་སྤེན་རྒྱན་གྱི་གོང་ལོག་གཉིས་སུ་བསྐྱེགས་ཤིང་ནང་ངོས་སུ་རྩོ་
བཅིགས་བྱས་འདུག དབ་ཐོད་ནི་ཤིང་དུམ་ཟུ་བཞིན་མོ་དག་ཕྱིག་ཁའི་སྤེན་རྒྱན་གྱི་
ཞབས་ལ་ཡོད་པའི་སྤང་བའི་ལོག་རྩ་འཛོག་པ་ཡོད། དེའི་སྤྲོད་རྩོག་ལ་བཞག་ཡོད་པ་
དང་། རྩོག་ལ་བཞི་གཡལ་མ་སྤྱབ་མཐུག་རན་ཅམ་བཅོས་ཏེ་གཡལ་པ་མོ་བཞིན་བཞག་
འདུག རྩོག་ལ་བཞི་དུ་བྱུག་བྱུབས་བཅོས་ཆར་རྩིས་ཕྱིག་པ་ཡོངས་སུ་འབྱུབ་པ་
ཡིན་ནོ། ། འདི་ནི་ཆེན་པོ་ལྷ་དཔོན་དག་གི་གཟིམ་རྒྱུད་དང་པོ་བྱང་། དཔོན་སྡེ་ཁག་གི་
ལྷ་ཁང་སོགས་ཀྱི་ཕྱིག་པའི་གོ་རིམ་ཅམ་ཡིན་པ་ལས། དམངས་ཀྱི་རྩོ་ཁང་དག་ལ་དེ་
ལྷའི་ཕྱིག་བཅོའི་རིམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་ལ། སྤེན་རྒྱན་སོགས་
འཛོག་པའི་ལམ་སྲོལ་ཞིག་དེ་བས་ཀྱང་མེད་དོ།

གཞན་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་གྱི་དམངས་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་གི་ཕྱིག་ཐབས་
སོགས་རེ་རེ་བཞིན་སྤང་ན་ཤིན་རྩ་ནས་ཀྱང་དག་མཚན་ཆེ་མོད། ཉམ་འགྲོ་བར་
དོགས་ནས་རེ་ཞིག་དེ་ཅམ་གྱིས་འབྱས་པར་བྱ་དགོས་བྱུང་ལ། གོང་གི་རྩོ་ཕྱིག་གི་
རིམ་པ་རེ་རེ་སོང་མཚམས་སུ་འབྱུབ་སྟོན་གྱི་སྟོན་མོ་ཆེ་མ་རྒྱུད་གསུམ་བྱེད་སྲོལ་གྱི་
རིམ་པ་སོགས་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ནའང་ཡིག་ཆོགས་ལ་འཛིགས་ནས་དེ་ཅམ་
གྱིས་ཆོག་པར་བྱས་པའོ།

ལྷ་བ། ལ་བོད་སྤྲོད་ཁང་གི་ཕྱི་ནང་གི་དབྱིབས་བཞོད་ལ་ལྷ་བ།

ལ་དྲུག་པ་རྒྱལ་འབངས་ཡོངས་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་པལ་ཆེ་བ་ཟུ་བཞིའི་ནམ་པར་

བཅེགས་ཡོད་པ་ནི། བོད་པའི་སྔོན་ཁང་བཟོ་དབྱིབས་དང་ཆེས་ཆེར་མི་མ་ཐུན་བཤམ།
ལོགས་སུ་གྱུར་བའི་ས་གནས་རང་གི་སྔོན་ཁང་བཟོ་བཞོད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་རེད་
བསམ་རུང་། ཟངས་དཀར་པ་ཀན་ཆེ་དབང་རིག་འཛིན་གྱིས་བཤད་ན། (ཁོང་གི་ཟངས་
དཀར་གྱི་ཉེ་བ་དཔལ་ཏུ་མ་ནས་ཀུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་སྤྱི་ལེ་སུམ་ཅུ་ལྷག་གི་སར་ཡོད་པའི་སྤྲ་སྐམ་གྱིང་ཆོ་རུ་
བཞུགས་ཡོད་ལ། ད་ལྟ་ཁོང་ལོ་དྲུག་ཅུ་རེ་དགྲ་རེད། ཁོང་གི་གྱོང་ཆོ་འདྲིའི་ནང་གི་སྔོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་
ཤེས་མཁན་དང་། བོད་ཡིག་གི་གནས་ཆད་ཅུང་ཡག་པོ་ཡོད་མཁན་ཞིག་རེད། ཁོང་གི་ཁྱིམ་ཆང་ནི་སྔོན་གྱི་
དུས་སུ་ལས་དཔོན་ཞེས་པའི་གོ་གནས་ཅུང་ཅུང་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཀྱང་རེད།) “སྔོན་གྱི་དུས་སུ་ལ་
དྲགས་ལུལ་གྱི་སྔོན་ཁང་དག་གྲུ་བཞིའི་རྣམ་པར་ཅིག་ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་གོར་
གོར་རམ་རྒྱུ་པའི་བཟོ་ལྟར་བཅེགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། རིམ་གྱིས་འགྱུར་
སོང་བ་རེད་” 16 ཅེས་བཤད་པ་འདྲི་ནི་ཤིན་ཏུ་ནས་ཀྱང་བདེན་དེས་ཀྱི་གཏམ་དུ་
མད་དེ། དུས་ད་ལྟའང་ལ་དྲགས་ལུལ་གྱི་ལུལ་སློལ་གོམས་གཤེས་སོགས་གཙོས་
པའི་ཆེས་གངས་བཅེ་སྟངས་མན་ཆད་བོད་ལས་ལོགས་སུ་གྱུར་བའི་ཐུན་མིན་གྱི་
ཁྱད་ཆོས་ཤིག་གཏན་ནས་མེད་པས་ན། སྔོན་གྱི་དུས་སུ་དེ་བས་ཀྱང་ཡོད་ག་ལ་སྲིད་
དེ། མི་སྲིད་པས་ན། བོད་པའི་སྔོན་ཁང་བཟོ་དབྱིབས་ཀྱི་རིམ་བ་སྟེ། “ཁང་བ་གྲུ་བཞི་
འཇུག་པ་རྒྱན་མི་ཆད་” ཞེས་པ་ལྟར་ཁོ་ཆོས་ཀྱང་གྲུ་བཞིའི་རྣམ་པར་བཅེགས་མི་སྲིད་
དོ་སྙམ། སྔོན་མ་རུབ་ཕྱོགས་པ་ཞིག་གིས་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱད་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་
སྔོན་ཁང་ཕྱི་དབྱིབས་ནི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་མཚུངས་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དང་ཡང་ཉ་ཅང་
མ་ཐུན།

སྤྱིར་མི་རིགས་སུ་དང་གང་གི་སྔོན་ཁང་དབྱིབས་བཞོད་ལ་བལྟ་སྐབས་ཕྱོགས་

གསུམ་ནས་བཏྲ་དགོས་ཏེ། དེ་ནི་ཆོས་ཁང་དང་། རྒྱལ་ཁང་། དམངས་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་།
གསུམ་དུ་དཀར་དགོས་བྱུང་། ལ་དྲུགས་ཡུལ་དུ་རྒྱལ་ཁང་དང་ཆོས་ཁང་གཉིས་ལ་
དམིགས་བསལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཆེར་མེད་བས། རྒྱལ་ཁང་དང་དམངས་ཁང་གཉིས་སུ་
བཀར་ན་ཆོག་པར་བསམ། ལ་དྲུགས་མཁར་གྱི་ཐུན་མེན་བཟོ་དབྱིབས་དང་བཀོད་
བ་སྐྱོང་སྐབས་ངེས་པར་སྐྱེའི་མཁར་གྱི་ཕྱི་ནང་གི་བཀོད་བ་ནས་སྐྱོང་དགོས། དེ་ནི་
སྐྱེའི་མཁར་གྱི་ཕྱི་ཅིག་བཏྲ་ཞིང་བཟིན་ལ་བཟོ་དབྱིབས་ལེགས་པ། ནང་གི་བཀོད་བ་
ལེགས་ཤིང་མཛེས་སྤྱད་ཀྱི་རི་མོ་ཡིད་དུ་ཁོང་བ་སོགས་ལ་དྲུགས་མཁར་ཀུན་གྱི་
གཙུག་རྒྱན་ལྟ་བུར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས་སོ།།

མཁར་འདི་ལ་ཐོག་ཅིགས་ངེས་པ་དགུ་དང་དུས་ཡུན་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་ནང་
བཞེངས་འབྲུབ་བྱས་པ་དང་། མཁར་འདི་བཞེངས་མཁན་ནི་ལ་དྲུགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སངས་
གོ་ཀྲམ་རྒྱལ་ཡིན་པར་བཤད། ཡིན་ནའང་ངས་མཐོང་བའི་མཁར་འདིའི་བྱང་བ་
སོགས་སུ་ཁང་མིག་ཅི་ཡོད་ཀྱི་གངས་ཀ་དང་རྒྱ་ཁྲོན་སོགས་ཞིབ་མོར་མཐོང་ཐོས་མ་
བྱང་ཡང་། ནང་གི་བཀོད་བ་རགས་བསྐྱུས་ཤིག་བཀོད་ན་ནི། དེར་རྒྱལ་འབངས་ནང་
འཁོར་ཀུན་གྱིས་ཕྱག་མཆོད་བསྟེན་བཀུར་དང་། སློན་ལམ་འདེབས་སའི་ཞིང་རྒྱལ་
བ་བཙུང་ལྟ་བུར་འདས་ཀྱི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་བཞུགས་སའི་མཆོད་ཁང་། སྐབས་
ཡུལ་དམ་པ་དགེ་འདུན་གྱི་ཆོགས་གདན་བྱངས་ནས་ངེས་པོ་སོགས་མཛད་སའི་ལྟ་
ཁང་། རྒྱལ་པོའི་དབུ་སྐྱེ་མགོན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་སྐྱེ་མགོན་འགངས་ཆེན་
ཁག་བཞུགས་སའི་གཟིམ་རྒྱང་། རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱལ་མོ་དག་བཞུགས་སའི་གཟིམ་
རྒྱང་། རྒྱལ་སློན་མཁས་མཛངས་ཀུན་གདན་འཛོམས་ནས་ཆོས་སྤྲིད་ཀྱི་བྱ་བ་ཀུན་

ལ་གྲོས་ཐག་གཅོད་སའི་འཛོམས་ར་ཐེག་ཆེན་གོང་ལོག་གཉིས་དང་། དགའ་སྟོན་རྟེན་
 འབྲེལ་དང་མཛད་སྒྲོ་སྤྱ་མང་གནང་སའི་ཆོམས་ཆེན་ཁག་ལ་དྲགས་པའི་ཁ་ཉྱག་ཆེན་
 མོ་ཟེར་བའི་མཛད་སྒྲོ་དང་གཞུང་འབྲེལ་ལོ་སར་གྱི་སྐབས་སུ་དག་ཤོས་མ་(དག་ཤོས་མ་
 ཞེས་པ་ནི་ལ་དྲགས་ཡུལ་གྱི་མཛེས་མ་གོ་དགོས་)ཀུན་གྱིས་སྒྲུ་གར་ཅེད་འཛོ་བྱེད་སའི་ཕྱིང་
 ཁང་། གསེར་དཔུལ་གྱི་ཁུད་ནོར་དང་ཟས་གོས་བྱ་ལོ་མ་འཛོག་སའི་མཛོད་ཁང་ཀ་
 བཅུ་བ། གཞན་མཐོན་ཁང་། གསོལ་ཐབ་ཁང་། ཞབས་ཕྱི་ཁང་། གསང་སྟོད་སོགས་
 སྟེང་ལོག་བར་གསུམ་ཀུན་ན་ཡོད། དེ་ལྟའི་ཁང་མིག་ཀུན་གྱི་ཀ་བ་དང་གཏུང་མ་ཀུན་
 ལ་གཟི་གདོང་དང་། རོར་བུ། བསྐྱ། འབྲུག་སོགས་ལེགས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རི་མོ་
 སྤྱ་ཆོགས་བརྐོས་ནས་ཆོན་ཅིས་མཛེས་པར་བྱས་ཤིང་། ཅིག་ངོས་ཀུན་ལ་འང་བཟ་
 ཤིས་ཇུས་བརྒྱད་དང་། ཉགས་བརྒྱད། རྒྱལ་མིང་སྤྱ་བདུན་སོགས་གྱི་རི་མོ་ངེ་སྟེང་
 ཅིག་གིས་ཡོད། མཁར་གྱི་ཕྱི་ཟུར་དུ་གདུགས་དང་། རྒྱལ་མཚན། བཟ་ཤིས་བཟ་
 ཤིང་སོགས་བསྐྱེད་ས་འཛུགས་གྱི་ལམ་སྟོལ་ཡང་ཡོད་རབས་བཤད། མཁར་འདི་ལ་
 སྟོ་ཆེན་གཉིས་ཡོད་པ་ནི་གཞུང་སྟོ་དང་རྒྱ་སྟོ་ཡིན་ལ། སྟོ་མོ་གཉིས་གྱི་སྟེང་ན་ཤིང་ལ་
 བརྐོས་པའི་སེང་གེ་འཛིགས་སུ་རུང་བ་རེ་ཡོད་པས་སེང་གེ་སྟོ་ཞེས་ལ་དྲགས་ས་
 གནས་རང་ན་སྟུན་གྲགས་ཏ་ཅང་མཐོ། གཞུང་སྟོའི་མདུན་ཐད་ནས་དོ་སྐྱོམ་ལ་བརྟེན་
 དགོས་པ་དང་། བར་གྱི་སྟེང་ལོག་ཀུན་ལ་འང་དོ་སྐྱོམ་དང་ཤིང་གི་རྒྱ་སྐྱས་སོགས་རིམ་
 པ་མང་པོ་ཡོད་ལ། རབ་གསལ་དང་སྐར་ཁུང་ཀུན་ཤིང་བརྐོས་པ་ཏ་དང་མེ་ཉྱག་
 སོགས་གྱི་བྲ་མིག་ལ་རས་དང་ཤོག་བྱ་སྒྱར་ཡོད་པ་དང་། མེན་ཅའི་སོགས་དར་གོས་
 གྱི་ཡོལ་བ་བཏང་སྟོལ་ཡོད་པའི་བཤད་འགྲོས་འདི་དག་ལ་དྲགས་པ་དགོན་ས་མུད་

དཔལ་ལྷན་གྱིས་བརྒྱུ་མཁས་པའི་ < <ལ་དྲུག་གསལ> > ཞེས་པའི་དེབ་དེར་ཡོད་པའི་ལ་དྲུག་གསལ་གྱི་ཕྱི་ལོ་བཟོ་(གནས་ཁང་)ཞེས་པར་ཁྲུང་ས་གཏུག་ས་ཁུལ་བྱས་པ་ཡིན་མོད། རོན་ཀྱང་ར་རང་ཉིད་གྱིས་མཐོང་བའི་སྒྲེ་ཆེན་དཔལ་མཁར་ལ་གོང་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ཉ་ལས་ཤིང་ཡིད་འཕྲོག་པའི་བཟོ་དབྱིབས་གྱི་བཀོད་པ་ཞིག་མཐོང་མ་ཐུག། དེ་ནི་དུས་ཚོད་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་རིང་མོས་ཉིད་རྒྱལ་བཟོས་པ་དང་། དུས་སྐབས་དེ་ཡི་བཟོ་བཀོད་གྱི་རིན་ཐང་ད་ལྟས་གཞལ་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་སྐབས་ཐོག་དེ་ཡི་མིའི་རིགས་གྱི་བཟོ་བཀོད་དང་ཁོར་ལུག་གིས་འཇལ་དགོས་པས་ལོས་ཀྱང་ཡིན། ལྷག་པར་ར་རང་འགྲོ་བའི་སྐབས་དེར་མཁར་འདི་ཞིག་གསོ་བྱེད་བཞིན་པའི་སྐར་ལ་ཁེལ་བས་ཡིན་ཡང་སྤྲོད། གང་ལྟར་བདག་གིས་མཐོང་བ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

མཁར་འདི་ད་ལྟའི་སྒྲེའི་གྲོང་ཁྲུང་རྒྱབ་སྤྱོད་ཀྱི་རི་རོས་གཡས་ཟུར་ན་ཡོད་ལ། མདུན་ཐང་ན་ལ་དྲུག་ས་ལུལ་གྱི་ལུས་རྩལ་སོགས་རིག་རྩལ་སྤྲ་མང་སྒྲེལ་པའི་ཐང་ཡངས་མོ་ཞིག་དང་། དེའི་གཡས་གཡོན་གྱི་ཁང་བ་དག་ནི་སྤྲོད་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ཁག་ཡིན་པར་བཤད། དེ་བརྒྱལ་ནས་སྤང་ལམ་ཀྱག་ཀྱོག་ཁག་གསལ་བརྒྱུད་མཆོམས་སུ་གཅན་གདའ་གཟིགས་དགོན་ཞེས་པའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་ཏུ་སྤྱག་ལ། དེའི་གཡས་སྤྱོད་ཀྱིས་ན་ཐང་ལ་རྩོམ་པའི་ཁྲུང་ཁྲོད་ཡངས་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཐང་ཀར་སྒྲེ་ཆེན་མཁར་གྱི་གཞུང་སྒྲོལ་སྤྱག་འདུག། གཞུང་སྒྲོལ་སྤྲོད་ན་ཤིང་གི་སེང་གེ་ཆེན་པོ་གསུམ་ཡོད་ལ། དེའི་མ་དེ་ཁང་བཟང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གི་ནང་ནས་མགོ་དང་ལག་པ་བྱི་ལོགས་སུ་ཐོན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། གཞུང་སྒྲོལ་ཀ་བ་ནི་ཤིང་སྒྲོམ་པོ་གཅིག་གིས་བཟོས་ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཤིང་སྤྲོད་ཀྱི་བ་དང་མཉམ་པ་མང་པོ་

ཕུང་གསོག་གིས་གྲུབ་པའམ། ཡང་ན་ཀ་བའི་ཕྱི་ངོས་ཡོངས་སུ་ཤིང་ཐན་གྱིས་གཤམ་
ནས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། གཞུང་སྒྲིའི་ཆ་ཀུན་བརྒྱུས་གིས་འབྲུར་གཞུགས་ཀྱི་རི་མོས་
བརྒྱན་ཡོད་ནའང་། ཉ་ཅང་རྩིང་བས་ནག་རུལ་དུ་སོང་ནས་ཁྱད་འཕགས་མཛེས་
རིས་ཀྱི་ཉམས་སྤང་ཅི་ཡང་མི་འདུག། སྤྱིར་སོ་བྲང་འདིའི་ནང་གི་མཚོད་ཁང་ཕུད་པའི་
ཁང་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ཁང་པའི་མཐོ་ཆོད་ཉ་ཅང་དམའ་ལ་སྤེལ་ཁྱད་ཡང་ཆུང་བས་
དེ་འདྲའི་གསལ་ཆ་དོད་པོ་མི་འདུག། ཁང་པ་མང་ཆེ་བའི་ཐང་ངོས་ན་ཤིང་གི་པང་
གཙལ་སོགས་ཅི་ཡང་མེད་པས་གཙང་ཞིང་གྲུལ་དག་པའི་རྒྱལ་པོའི་སོ་བྲང་ཞིག་གི་
མཛེས་ཉམས་མེད་པས་ན། ནང་ལོགས་ནས་ཀྱང་མི་ཆང་དགུས་མ་ཞིག་གི་ཁང་བྱིས་
དུ་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་ཆོར་བ་ལས་གང་ཡང་མི་འབྱིན་རུང་། ཕྱི་ལོགས་ནས་བལྟས་ན་ནི་
དངོས་གནས་སོ་བྲང་ཞིག་གི་བཟེད་ཉམས་ཆེས་ཆེར་ལྡན་པ་ཞིག་རེད།

འོན་ཀྱང་བདག་གིས་བསམ་ན་ནི་དེ་དག་ལས་ལ་དྲགས་རྒྱལ་པོའི་མཁར་གྱི་
མཐའ་མར་འབོད་པའི་ཏོག་མཁར་ནི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀར་སོ་བྲང་ཞིག་གི་ཉམས་སྤང་མ་
ཤོར་བའི་མཁར་གཅིག་ཕུ་རེད་བསམ། སོ་བྲང་འདི་ནི་ལྷོག་ལམ་ཆལ་གྱི་ཐད་ཀའི་
གཙང་པོའི་སེང་གོ་ཁ་འབབ་ཀྱི་པར་གའི་ཏོག་ཡུལ་གྱི་རི་སྐང་དམའ་མོ་ཞིག་གི་སྤྱང་
ན་ཡོད་ལ། མཐའ་ཡོངས་ལྷགས་རིས་བསྐྱོར་འདུག་པ་དང་མདུན་ཕྱོགས་ནས་བལྟས་
ན་ཐོག་བཅུགས་བཞེ་ལྷ་ཅན་གྱི་བཟེད་ཉམས་འདུག་ཀྱང་། དེ་ནི་སའི་སྐྱས་རིམ་ལ་
བལྟས་ནས་བཅུགས་ཡོད་པ་ལས་དོན་དུ་ཐོག་བཅུགས་གཉིས་གསུམ་ལས་མི་འདུག།
འོག་གི་ཁང་པ་མང་ཆེ་བའི་སྒོ་བརྒྱབ་འདུག་པས་ནང་གི་དབྱིབས་བཞོད་ཀྱི་རིམ་པ་
ཞིབ་སྒྲེང་མི་ཐུབ་རུང་། ཉིས་ཐོག་ན་རྒྱལ་སྒོན་གྱི་འདུ་ར་ཆོགས་ས་དང་། རྒྱལ་པོའི་

གཞིམ་ཁང་། ངལ་གསེའི་བཞུགས་ཁང་། མདའ་བྱི་དང་ཁབ་ཚོགས་སྤྱི་ལ་སོགས་
འཛིག་སའི་ཁང་ཚུང་། མཛོད་ཁང་སོགས་ཆ་ཆང་ཞིང་གཙང་ཉམས་ཀྱིས་སྤྱི་ལ་སའི་
རྒྱལ་སའི་སོ་བྱང་ཞིག་གི་སྤྱང་བརྟན་འདུག་པས་ན། སྤྱི་ལ་དྲུག་པ་སའི་མཁར་གྱི་
བཅོ་བཏོད་ཀྱི་ཆབ་མཚོན་རང་བཞིན་ནམ། ཆེས་བཅོ་བཏོད་ལེགས་པ་ནི་ཉོག་མཁར་
ཡིན་པར་སེམས། དེ་ནི་མཁར་འདི་ལ་དྲུག་པ་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་སོས་བཞེངས་པའི་སྤྱི་
མཁར་ཐ་མ་ཡིན་པས་ན། དུས་ཚིགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆེས་རྩེ་མ་སྟེ་སྤྱི་ལ་
གཅིག་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཅམ་གྱི་ནང་ཚོས་རྒྱལ་ཆེ་དཔག་དོན་བྱུང་ནས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་
དུས་སྤྱི་གསར་བཞེངས་མཛད་པ་ཡིན་པས་ཉམས་སྟོང་སོགས་སྤྱི་གས་ཡོངས་ནས་
ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ནམ་པ་ལྟར་ངར་མཛོན་འདུག་པ་ཞིག་གོ།

ལ་དྲུག་པ་སའི་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་ལྷ་ཁང་དང་འདུ་ཁང་མང་ཆེ་བ་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་
ཁང་ཁག་ལ་རྩེས་ནས་ཞིག་གསོ་ཡིས་ཅུང་ཅམ་བསྐྱར་ཡོད་པ་རེ་དང་། རྩེས་ནས་
གསར་བཞེངས་བྱས་པའི་ལྷ་ཁང་འདུ་ཁང་དག་ཀྱང་བོད་སའི་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་ལྷ་
ཁང་འདུ་ཁང་དག་ལས་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་བྱད་པར་གང་ཡང་མི་འདུག།

ཟླ་བཅུན་ཚོའི་སྟོད་ཁང་མང་ཆེ་བ་སོག་ཅིགས་གཉིས་ཅན་དང་བཅོ་དབྱེབས་
ཀྱང་བྱ་བཞི་ཁ་གང་མར་བཅིགས་འདུག་པའི་སྟོད་ཁང་སྟེ་དམར་གྱི་རྒྱ་རིས་དང་
ལྷན་པར་མ་ཟད། ཅིག་ངོས་ཡོངས་སུ་ས་ཅི་དཀར་པོ་དང་སྟོད་སྟེ་ཁུ་ཁུ་གི་མཐའ་
སྟོར་དུ་ཅི་ནག་པོ་བཏང་འདུག་པ་ཤ་སྟག་རེད། (སྟེ་དམར་ཞེས་པ་ནི་ཅིག་ཁའི་དོག་ཡམ་ལོག་ཏུ་
ཆོས་གཞི་དམར་པོ་སྟེན་རྒྱུ་གྱི་དབྱེབས་ལྟར་ནར་མོ་ཞིག་འཐེན་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྟོད་ཁང་གི་སྟེ་དམར་ཟེད།)
དེ་དག་པལ་ཆེ་བའི་ལོག་ཁང་དག་ནི་གསར་སྟོད་དང་། དགུན་ཁར་མེ་གཏོང་བྱེད་གྱི་

འབྲུད་ཤིང་དང་ཨོང་བ། རྒྱན་བཀོལ་མ་ཡིན་པའི་དངོས་རྩལ་དང་བཟའ་བཅའི་རིགས་
བཞག་འདུག ཐོག་ཁང་ན་མཚོད་ཁང་དང་དབྱར་དགུན་གཉིས་སུ་སྔོན་ཁང་བཟེ་
བསྐྱར་བྱེད་པའི་ཁང་མིག་རྒྱུད་ལ་དོག་པ་རེ་དང་། ལྷུང་ཁོད་ཡངས་མོ་རེ་བཅས་
འདུག ལ་དྲགས་པའི་དམངས་ཀྱི་སྔོན་ཁང་མང་ཆེ་བ་ཡང་གྲུ་བཞི་ཁ་གང་མའི་
དབྱིབས་བཟོ་ཡིས་བཅིགས་ཡོད་པ་དང་། མང་ཆེ་བ་ཐོག་ཅིགས་གཉིས་ཅན་རེད། སྒོ་
དང་སྒྲིལ་ཁུང་རྒྱུད་ལ་ཅིག་ངོས་ཡོངས་སུ་འདས་གྱིས་གཡོགས་ནས་ས་ཅི་དཀར་པོ་
བཏར་འདུག ཅིག་ངོས་ལ་སྦྱར་རྒྱུའི་འདས་གྱི་ས་ལ་ཁོ་ཆོས་མར་ཀ་ལ་ཟེར་ཞིང་འདི་
ཡིས་འཛིན་བཟོའི་ས་རྒྱ་ཡང་བྱས་ཆོག་པར་བཤད།

ལ་དྲགས་པའི་དམངས་ཀྱི་སྔོན་ཁང་ཁག་གི་བཟོ་བཀོད་ནི། དུས་ད་ལྟ་ལ་དྲགས་
པའི་དམངས་ཀྱི་སྔོན་ཁང་ཆང་མ་ལའང་ཕྱི་ཅིག་གི་ཀྱང་ཁར་སྒྲེ་དམར་གཏོང་བའི་
སྒོལ་ཞིག་དར་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་ད་ལྟ་ལ་དྲགས་པའི་དམངས་ཀྱི་སྔོན་ཁང་
ཡོངས་སུ་རྩོགས་པར་གཅིག་མཐུན་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། སྔོན་གྱི་དུས་སུ་
ཁང་བྱིས་གང་ཞིག་ན་བཟ་སྟོང་གསེར་གསུམ་(བཟ་ཤིས་བཅིགས་པ་དང་འཕགས་པ་བརྒྱ་སྟོང་
བ། གསེར་འོད་དམ་པ་གསུམ་ལ་གོ་དགོས།)སོགས་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲིགས་བཅ་
བཞུགས་ཡོད་ན་ནི་སྔོན་ཁང་ལ་སྒྲེ་དམར་བཟོས་ཆོག་པ་ལས། དེ་མིན་དམངས་ཀྱི་
སྔོན་ཁང་སུ་དང་གང་གིས་ཀྱང་སྒྲེ་དམར་བཟོ་ཆོག་གི་མེད་པར་བཤད། སྔོན་ཁང་མང་
ཆེ་བའི་ཐོག་ཁང་མི་སྔོན་ས་དང་འོག་ཁང་ནོར་ལྷག་ཁ་ཤས་དང་རྒྱན་བཀོལ་མ་ཡིན་
པའི་དངོས་ཐོག་བཞག་འདུག ཐོག་ཁང་ནང་དུ་ཤེལ་ཁང་དང་། ཆོམས་ཁང་། མཛོད་
ཁང་། དགུན་ཁང་། མཚོད་ཁང་སོགས་ཡོད། ཤེལ་ཁང་ནི་ཁང་བའི་ཟུར་གྱི་ཉི་མ་ཤོག་

ཡུལ་ཏེ་སྟོ་བྱུང་མཆམས་ན་ཡོད་ལ། ཉི་མ་སོག་སའི་ཕྱོགས་གཉིས་ཤེལ་གྱིས་བཅད་
ཡོད། དེ་ནི་དགུན་དུས་སུ་ཉི་མར་བསྐྱོ་ས་རེད། ཆོམས་ཁང་ནི་ཁང་པའི་དགྱིལ་གྱི་
ནང་ཏ་ཅང་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན་པས་ཉགས་དང་སྟོན་མོའི་སྐབས་མི་མང་འདུ་འཛོམས་
བྱེད་ས་དང་དབྱར་ཁང་སྟོན་ས་རེད། མཛོད་ཁང་ལ་ཁང་མིག་གཉིས་གསུམ་ཅམ་
ཡོད། དེ་ནི་ནས་སོགས་འབྲུ་ཡི་རིགས་འཛོག་ས་དང་། གྲོ་བྱེད་མར་ལྷུང་འཛོག་ས།
གྲོན་གོས་དང་། བལ། ཁུ་ལུ། འག་སོགས་དངོས་རྩལ་ཉུང་ཉུང་སྒྲ་མང་འཛོག་ས་རེད།
དགུན་ཁང་ནི་ནང་རྒྱུང་ལ་དོག་པ་དང་སྟོ་སྟེའུ་ཁུང་ཡང་རྒྱུང་རྒྱུང་བཅོས་ཡོད་པའི་
ཁང་པ་ཞིག་སྟེ་དགུན་ཁ་སྟོན་ས་རེད། འདི་ལ་དགུན་ས་ཡང་ཟེར། མི་ཆང་ཁ་ཤས་ཀྱི་
དགུན་ཁང་འོག་ཁང་དུ་འདེམ་ཡོད། མཆོད་ཁང་ནི་ནང་རྒྱུང་ཅམ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་
ནང་གི་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཉེན་དང་། ལྷ་སྐུལ་སོགས་ཀྱི་སྐྱ་པར་བཤམས་
སྟངས། ཐུག་མཆོད་བྱེད་ཚུལ་སོགས་བོད་པ་དང་ཆ་ཡོངས་སུ་འབྲ་བོ་འདུག གཞན་
བྱིས་ཆང་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྟོན་ཁང་འདི་དག་ལ་དྲངས་མཛེས་དང་། ཉི་མ་ལྷ་ཁང་། སྟོ་
གཡམ་སོགས་ཀྱི་མིང་ཅི་རིགས་བཏགས་པའང་འདུག འོག་ཁང་ནས་ཐོག་ཁང་འགོ་
བྱེད་ལ་རྩོ་སྐྱས་དང་ཤིང་སྐྱས་ནམ་མང་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཁོ་ཆོས་ཐེམ་ཐེར་ལ། དེ་ནི་ཐེམ་
པ་ཞེས་པའི་བསྐྱུས་མིང་ཡིན་པར་བསམ། ཁང་པའི་ཡང་སྟེང་གི་མཐའ་བསྐྱོར་ཡོངས་
སུ་སྐྱོར་ར་ཞེས་འབྲུད་ཤིང་གིས་བསྐྱོར་ནས་བཞག་ཡོད་པ་དང་དགུན་དུས་སུ་ནོར་
ལུག་ལ་སྟེར་རྒྱུའི་གཟན་རྩའི་རིགས་མང་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཁང་པའི་སྟེང་དུ་བཞག་ཡོད་ལ།
ད་དུང་ཡང་སྟེང་གི་ཕྱོགས་མཆམས་སོགས་སུ་རྒྱལ་མཆན་ཅེ་མའི་དར་ལྗོག་ཁ་
མདོག་སྒྲ་ལྷ་བཙུགས་ཡོད།

ཁང་པའི་མདུན་ཐང་ན་ར་སྒོར་རྩེ་རྩེ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་བཏང་ར་ཟེར་བ་དང་།
 ཡང་ཁང་པའི་ཉི་མ་རྩོད་སའི་ལོགས་ཤིག་ན་རྩོས་ར་ཞེས་པའི་ར་སྒོར་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་
 དགུན་དུས་སྤྱོད་ལུག་ལ་རྩ་གཏོང་ས་དང་ཉིན་མོར་བསྟུ་ས་རེད། ར་སྒོར་འདི་
 གཉིས་ཁང་པའི་མདུན་དང་རྩེ་ན་ཡོད་པའི་ཁྱད་པར་ཅམ་ལས། རྩོད་ཁང་དང་
 ཡོངས་སྤྱོད་ལ་ཞུས་ཡོད། མིའི་རྩོད་ཁང་མང་ཆེ་བའི་ནང་མལ་ཁྲི་སོགས་མཐོ་
 དམན་གྱི་ཆ་མེད་པར་ས་ངོས་རང་ལ་འབོལ་གདན་བཏིང་ནས་བསྟར་འདུག དེ་ནི་
 ཡུལ་འདིའི་ཁང་པའི་མཐོ་ཆད་ཏ་ཅང་དམའ་མོ་ཡིན་པས་རེད་བསམ་ལ། དེའང་
 གནམ་གཤིས་ཀྱང་ཡུལ་ལུང་གཞན་དང་བསྟར་ན་ཏ་ཅང་གང་མོ་ཡིན་པས་ཆེད་དུ་
 ཁང་པའི་མཐོ་ཆད་དམའ་མོ་བཟོས་པ་ཡིན་ཡང་སྲིད། ལ་དྲགས་ཡུལ་གྱི་ཁོང་མི་ཆོད་
 རྩོད་ཁང་པལ་ཆེ་བའི་རྒྱ་སྒོ་ལ་སྒོ་ལྷགས་རྒྱག་སྒོ་ལ་མེད་པར་ཤིང་ཀྱུ་ལིག་ (ཀྱུ་ལིག་
 ཅེས་པ་ནི་སྒོ་ལྷགས་སམ་རྩ་དང་ལྗེ་མིག་ལ་གོ་དགོས) ཞེས་ཤིང་དུམ་ཞིག་སྒོའི་རྒྱབ་ལོགས་སྤྱོད་
 འཕྲེད་དུ་བཞག་ཡོད་ས་དེ་ཡི་ཅིག་པར་ཁྱད་བྱ་བཏོན་ཡོད་པས་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀ་ནས་
 འཕྲེད་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། ཡང་བསྒོར་འཁྲོག་ཅེས་ལྷགས་སྒྱུད་སྒོ་མ་པོ་སྒོའི་འགམ་གྱི་
 ཤིང་ལ་འཁྲོག་པོར་བཞག་ཡོད་པ་དེ་ཤིང་ཀྱུ་ལིག་དང་འབྲ་བར་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀ་ནས་
 འཕྲེད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཀྱང་བཞག་ཡོད་པ་ཅམ་ལས། སྒོ་ལྷགས་རྒྱག་པའི་ལྷགས་སྒོ་ལ་
 ཏ་ལམ་མི་འདུག དེ་ནི་ཡུལ་ལུང་འདིར་ཆོམ་རྒྱན་གྱི་འཛིགས་སྤངས་ཡེ་ནས་མེད་
 པར་ཞི་བདེ་བག་ཐེབས་དང་། ལ་རབས་སྒྱོད་བཟང་གིས་ཀྱན་ནས་སྤྱག་པའི་མངོན་
 རྟགས་ཤིག་ཅེ་ལ་མ་ཡིན། དེ་ལྟ་མིན་ན་དེང་དུས་ཡུལ་ལུང་མང་ཆེ་བར་ཆོམ་རྒྱན་སྒོ་
 ལྷགས་ཀྱིས་མི་ཁྲིགས་པར་ཆེད་དུ་སྤང་མཁན་གྱི་མི་འདུག་དགོས་པའི་སྤང་ཚུལ་ག་

ལ་ཡོད།

མདོར་ན་ལ་དྲུག་པ་པའི་རྒྱལ་དམངས་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་ཁང་གི་ནང་གི་དབྱིབས་
བཀོད་ཏུ་ཅང་གྲ་རྒྱས་པོ་དང་ཆ་འཛོམས་པོ་ཞིག་མིན་ནའང་། ས་གནས་རང་གི་ཐུན་
མིན་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་རྒྱུ་མ་ཉམས་གསོན་པོར་གནས་ཡོད་ཅེས་སྤྱི་འཇུག་ཆ་ནས་སྒྲེང་
ཆོག་ཆོག་ཅིག་རེད་སྟེ། ཡིན་ནའང་ཨ་ཁྱེ་རྒྱལ་པར་སྤང་མཛད་ཀྱི་ལྷ་ཁང་དང་། མང་
རྒྱ་རྒྱལ་པར་སྤང་མཛད་ཀྱི་ལྷ་ཁང་། གསུམ་མདའ་རྒྱལ་པར་སྤང་མཛད་ཀྱི་ལྷ་ཁང་གི་
བཅོ་དབྱིབས་སོགས་ལྷལ་ལུང་གཞན་གྱི་བཅོ་ཅལ་ཚུར་ལེན་བྱས་ནས་བཞེངས་པའི་
ལྷ་ཁང་ཁ་ཤས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་དག་གི་བཞེངས་བཀོད་ལ་གཅིག་ན་ས་གནས་རང་གི་
བྱུང་ཆོས་མེད་པ་དང་གཉིས་ན་ཅིག་བཅོ་བྱེད་མཁན་གྱི་བཅོ་བ་ཡང་ལ་དྲུག་པ་པ་རང་
ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཀ་ལྷོ་མར་འོང་བ་ཡིན་པས་ན། དེ་དག་གི་བཅོ་བཀོད་ནི་སྐབས་
འདིའི་སྤྱོད་བྱ་དང་འབྲེལ་བ་ཆེར་མེད་པར་མཐོང་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ནོ།

ཐོད་པའི་སྤྱོད་ཁང་གི་དབྱིབས་བཀོད་སྤྱོད་མཁན་གྱི་མི་མང་ཆེ་བས་རིགས་
གསུམ་དུ་དབྱེ་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ནི་དགོན་པའི་སྒྲ་བྲ་རྒྱལ་པར་སྤྱོད་ཁང་དང་ལྷ་ཁང་
སོགས་ཆོས་ལུགས་མི་སྣའི་སྤྱོད་ཁང་དང་། རྒྱལ་པོའི་པོ་བླང་དང་དེའི་ཁོངས་
གཏོགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་དང་རྫོང་གཞིས་དག་གི་མཁར་རྫོང་སྤྱོད་ཀྱི་མི་སྣའི་སྤྱོད་ཁང་།
པལ་བའི་མི་མང་ཆོགས་སམ་སྐྱེ་བོ་མི་སྣེར་གྱི་སྤྱོད་ཁང་བཅས་རིགས་གསུམ་ནས་
སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པས་འདིར་ཡང་དེ་མཚུངས་ལྟར་རགས་བསྐྱུས་ཤིག་བཙུང་ན། དགོན་
པའི་འདུ་ཁང་དང་ལྷ་ཁང་། བྲ་མང་གི་སྤྱོད་ཁང་དག་གི་བཅོ་བཀོད་ནི། འདུ་ཁང་མང་
ཆེ་བ་ཐད་ལ་ནར་དབྱིབས་སུ་ཡོད་ལ། འོག་ཁང་ནི་བྲ་མང་ཆོགས་ལ་འཆོགས་ས་

དང་སྐྱག་གཙང་ཁང་ཡིན། དེར་སྒྲེལ་ཁུང་བཏོད་སྒོལ་མེད་པར་ཅིག་ངོས་ཡོངས་སུ་
ལྷ་སྐྱེ་འབྲེལ་མེན་གྱི་ལྷེབས་རིས་དང་། དགྱིལ་དུ་འདུ་ཁང་གི་ཆེ་ཆུང་ལ་གཞིགས་ནས་
ཀ་རིང་ཉིས་ཐོག་དང་མཉམ་པ་བཞི་དང་བརྒྱད། བརྒྱ་དྲུག་ཀ་ཐུང་ཡང་ཀ་རིང་གི་
མདུན་རྒྱབ་དང་གཡས་གཡོན་དུ་གང་དགོས་ལྟར་ཡོད། ཀ་རིང་ལ་མེད་གཡམ་དང་
དེའི་མདུན་ངོས་གྱི་རྒྱང་མཐོང་ཁར་རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་གྱིས་དཀར་གསལ་བཏོད་
ཡོད། སྐྱག་ཏུ་ལྷ་སྐྱེ་ཁང་དང་བྲམས་ཁང་སོགས་ཡོད་ལ། བྲམས་ཁང་དུ་འང་ཀ་རིང་
གཉིས་དང་བཞི་སོགས་བྲམས་ཁང་གི་ཆེ་ཆུང་ལ་སྒྲོས་ནས་ཡོད། འདུ་ཁང་གི་ཀ་རིང་
དག་གི་དགྱིལ་དུ་གོས་ཆེན་གྱིས་བཞོས་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ་རེ་དང་། མཐའ་སྒོར་
གྱི་ཀ་ཐུང་དག་གི་བར་ལ་འང་དེ་མཐུན་གྱི་རྒྱལ་གདུགས་ཅི་རིགས་གྱིས་བརྒྱན་ཡོད་
ལ། འོག་གི་ཀ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཡང་གོས་ཆེན་གྱི་ཀ་འཕན་གྱིས་བརྒྱན་ཡོད་
པ་དང་། ཀ་རིང་གི་རྒྱང་མཐོང་ཁའི་རབ་གསལ་གྱི་རྒྱབ་དང་གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་
ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་མང་གི་ཐང་ག་དབྱངས་ཡོད་རུང་། མདུན་དུ་ཐང་ག་མེད་པར་གོས་ཆེན་
འཆེམ་དུབ་གྱིས་བཞོས་པའི་མཚོན་ཐྱང་དབྱངས་འདུག མདོ་ལ་སྒོ་འཕྱོར་དང་སྒོ་
འཕྱོར་ལ་ཀ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྒོ་འཕྱོར་མཐའ་ལ་བལ་ཡོལ་ཞེས་ཅིད་པ་དང་ཁུ་ལུ་ཡིས་ཐགས་
པའི་ཡོལ་བ་འཐེན་ཡོད་པ་དེའི་སྟངས་ལ་གོས་དཀར་གྱིས་བཞོས་པའི་ཆོས་འཁོར་དང་
རི་དྲགས་པོ་མོ། མདུན་པ་དང་དུང་སོགས་གྱི་རི་མོ་པམ་ཡོད། སྒོ་འཕྱོར་སྟེང་གི་ཁང་
པར་རབ་གསལ་དང་། གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་སྒྲེལ་ཁུང་བཏོད་ཡོད། ཐུན་གྱི་དུས་
སུ་རབ་གསལ་ལ་སྒོ་པང་མ་གཏོགས་ཏེ་མ་བཞོ་མེ་ཆོག་པའི་སྒོལ་ལུགས་ཡོད་པར་
བཤད་ཀྱང་ད་ལྟ་སྒོ་དང་ཏེ་མ་གཉིས་ཆ་བཞོས་ཡོད། རབ་གསལ་ལ་རས་གྱི་ཡོལ་

བའི་སྟེང་ན་ཆོས་འཁོར་དང་རི་དྲགས་པོ་མོ། རྒྱ་སྟོན་གྱི་ཁ་རུ་བཏེགས་བའི་ནོར་བུའི་
སྟེང་བའི་རི་མོ་སོགས་གྲིས་ཡོད་བའི་ཡོལ་བ་དང་། ཡང་ན་དེ་མིན་གྱི་རས་གྱི་ཡོལ་བ་
གང་རུང་ཞིག་འཐེན་ཡོད། རྒྱང་མཐོང་གི་མཐའ་འཁོར་གྱི་ཁང་པ་ཆེ་ཆུང་དེ་དག་གི་
ནང་ལ་རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཉེན་མང་པོ་བཞུགས་ཡོད། ཡང་རབ་གསལ་གྱི་
ཡང་སྟེང་གི་གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་གསེར་ཟངས་ཀྱི་གདུགས་དང་རྒྱལ་མཚན།
དབུས་སུ་ཆོས་འཁོར་དང་རི་དྲགས་པོ་མོ། ཆོས་འཁོར་གྱི་ཕྱང་རྒྱབ་ལོགས་སུ་བྱས་
གཟུགས་ཀྱི་གསེར་ཉོག་ཆེན་མོ། དབུ་ཅེར་གསེར་ཟངས་ཀྱི་རྒྱ་ཐིབས་ཡོད་མེད་ཅི་
རིགས་དང་། རྒྱབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐུར་གཉིས་སུ་ཐིག་ནག་ཟེར་བའི་རྩྭ་དྲུག་གྱི་རྒྱལ་
མཚན་ཅེ་ལ་ཁ་ཁྱི་ཅེ་གསུམ་ཡོད་བ་རེ་བསྐྱེད་པ་འདྲུགས་བྱས་ཡོད། ཅིག་ཁའི་སྟེན་
རྒྱན་གྱི་སྟེང་ལ་ཟངས་དང་འཁར་བ་གང་རུང་གི་ཐོག་ཏུ་རྩམ་བཅུ་དབང་ལྡན་སོགས་
གྱི་རི་མོ་མཁ་ཡོད་བའི་བཟོ་དབྱིབས་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་མཛེས་བར་བྱས་བ་ཡོད་བ་དང་།
འདྲུ་ཁང་པལ་ཆེ་བའི་སྒོ་འཕྲོར་གྱི་དཀྱིལ་ནས་སྒོ་ཆེན་དང་གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་
སྒོ་སྒོ་ཞེས་བའི་སྒོ་ཆུང་རེ། སྒོ་འཕྲོར་མདུན་ཐང་དུ་དྲོ་བེམ། འདྲུ་ཁང་གི་མདུན་དང་
ཡང་ན་མཐའ་སྒོར་ཡོངས་སུ་ར་སྒོར་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ཡོད་ལ། ཡོད་བ་དག་ལ་ཡང་
གོང་ལྷར་མདུན་དཀྱིལ་ན་སྒོ་ཆེན་དང་གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་སྒོ་ཆུང་རེ་བཏོད་ཡོད།
སྒོ་ཁང་དག་ནི་སྐྱུ་གཏུ་གཅོང་ཁང་མེད་བ་ཅམ་ལས་བཟོ་བཏོད་བྱིངས་ཏ་ལམ་འདྲུ་
ཁང་དང་འདྲ་ལོ།

ཟླ་སྟུལ་དང་གྲ་བ་དཔྱུས་མའི་སྟོན་ཁང་ཁག་གི་བཟོ་དབྱིབས་ནི། བྱ་བཞིན་མོ་
འདྲུ་ཁང་གི་བཟོ་དབྱིབས་དང་འདྲ་བོ་ཡོད་ནའང་། རྒྱ་ཁྲོན་དང་སྐྱུས་གཅོང་མིན་

སོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་སྒྲ་སྒྲུལ་དང་བྲ་བ་དུས་མིའི་སྤྲོད་ཁང་གཉིས་བསྐྱར་ཐབས་
མེད་དེ། སྒྲ་སྒྲུལ་མང་ཆེ་བའི་གཟིམ་ཆུང་ཅེགས་ཁང་དང་ར་བ་སྤྲོད་སྒྲུབ། ཉིས་ཐོག་
སོགས་ཀྱི་ཅིག་ཁང་སྤེན་རྒྱན་སོགས་བཞག་ཡོད་པ་དང་། བྲ་བ་དུས་མ་ཆོའི་སྤྲོད་
ཁང་ལ་རང་རང་གི་ཁོར་ཡུག་དང་ཆ་རྒྱན་སོགས་ཀྱི་སྒྲ་མང་ཡོད་ནའང་། རིགས་
བཀར་ན་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་བསྐྱེད་ཆོག་པར་བསམ། དེ་ནི་གདན་ས་སེའབྲས་དགེ་
གསུམ་གཙུག་པོའི་བྲ་ས་ཆེ་ཁག་དང་། བྲ་བའི་གྲངས་ཀ་དང་བཤད་སྒྲུབ་ཀྱི་འཆད་
ཉན་སོགས་དེ་ཙམ་མེད་པའི་དགོན་ཆུང་ཁག་གི་བྲ་དམངས་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་གཉིས་རེད།
བྲ་ས་ཆེ་ཁག་གི་བྲ་དམངས་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་ནི་ཁང་ཆན་བྲས་ནས་ཡོད་པ་དང་ཁང་ཆན་
དག་ལ་ཁང་ཅེགས་གསུམ་བཞིའི་བར་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་ཁང་ཆན་དེར་ཡོད་པའི་
ཁང་མིག་གི་གྲངས་ཀ་དང་བྲ་བའི་གྲངས་འབོར་གཉིས་མཆུངས་མིན་ཅི་རིགས་ཡོད།
ཁང་ཆན་མང་ཆེ་བའི་ཁང་མིག་རེ་ལ་བྲ་བ་གཅིག་དང་གཉིས་སོགས་བསྐྱད་ཡོད།
ཁང་མིག་དེའི་བདག་དབང་སོགས་ནི་མི་སྐྱེར་ལ་མེད་པར་ཁང་ཆན་གྱི་ལ་ཡོད་པས་
ན། ཁང་མིག་དེར་རྒྱས་སྒྲོས་བྱེད་པའི་བྲ་ལས་ལ་མགོ་བོ་འཁོར་ས་མེད་སྟབས། སྒོ་བ་
གཉེར་པ་དུས་མ་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་གིན་དུ་ནས་ཀྱང་འོས་འཆམས་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་
ཞིག་རེད། ཁང་ཆན་དག་ཆགས་ས་ནི་འདྲུ་ཁང་དང་ཆོས་རའི་གཡས་གཡོན་གྱི་ཐག་
ཉི་རིང་གང་ས་ན་ཡོད། ཁང་ཆན་ཆང་མར་ལྷ་ཁང་ཆུང་ཆུང་རེ་ཡོད་ལ་ལྷ་ཁང་དེའི་
འོག་ཁང་ནི་ཁང་ཆན་ནང་ལོགས་ཀྱི་ཆོས་ཕྱོགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲེལ་ཡུལ་ཡིན་རུང་།
ཐོག་ཁང་ནམས་སུ་གོང་ལྷར་ཁང་མིག་བཅད་ནས་ཡོད་པ་དེར་བྲ་དམངས་བསྐྱད་
ཡོད་དོ།

དགོན་ཆུང་དག་གི་ཟླ་བའི་སྟོན་ཁང་ནི་ཟླ་ས་ཆེ་ཁག་གི་ཟླ་བའི་སྟོན་ཁང་དང་
གཏན་ནས་མི་འབྲ་བར་ཟླ་བ་རེ་རེ་ཡི་སྟོན་ཁང་ལ་སྒོ་ར་དང་། སྒོ་རའི་ནང་དུ་ཁང་མིག་
མང་པོ་ཡོད་ལ། ཟླ་བ་ཡང་གཅིག་ནས་ཟླ་བ་དྲུག་སོགས་བསྟན་ཡོད། ར་བའི་དཀྲིལ་གྱི་
བྱ་བ་ལོགས་མང་ཆེ་བར་དབྱས་ན་སྟངས་དང་མཐའ་སྒོར་ཡོངས་ལ་མེ་ཉྑལ་སྒྲ་མང་
བཟུང་བའི་སྟོན་ཆ་ལ་ཆུང་ཆུང་རེ་བཅོས་ཡོད། ཁོ་ཆོའི་སྟོན་ཁང་ནི་ཆོགས་བ་དང་
གཞུང་གིས་བཅིགས་བཞེངས་བྱས་བ་མ་ཡིན་པས་ན་དེའི་བདག་དབང་ཡང་མི་སྟེར་
སོ་སོ་ལ་ཡོད་བ་དང་། སྟོན་ཁང་གི་བཟོ་བཀོད་དང་རྒྱ་སྐྱེས་སོགས་ཀྱང་ཟླ་བ་རང་
རང་གི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་བབ་ལྟར་བཟང་ངན་གཉིས་ཀ་ཡོད་རུང་། སྟོན་གྱི་ཟླ་
མང་གི་སྟོན་ཁང་ནི་ད་ལྟ་ནང་བཞེན་འབྲུམས་ར་དང་སྒྲུ་ཁུང་སོགས་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་
ཁྲིམ་པ་བའི་སྟོན་ཁང་ཁག་དང་གཏན་ནས་འབྲ་བོ་མེད་ནའང་། ད་ལྟའི་ཟླ་བ་ཆོའི་སྟོན་
ཁང་ནི་མྱོང་ཁྲིམ་དག་གི་སྟོན་ཁང་དང་ཏ་ལམ་འབྲ་བོ་ཡོད་དོ།

པོ་བྲང་དང་རྫོང་གཞིས་གྱི་མཁར་རྫོང་ཁག་གི་ཕྱི་འོ་བཟོ་དབྱིབས་ལ་གཅིག་གྱུར་
རང་བཞིན་གྱི་ཐག་གཅོད་ཅིག་མེད་ཀྱང་། མཐའ་སྒོར་ཡོངས་སུ་ས་རྒྱ་གང་རུང་གིས་
བཅིགས་པའི་ལྷགས་རི་ཡོད་བ་དང་ནང་གི་བཟོ་བཀོད་པལ་ཆེ་བ་གཅིག་མཚུངས་སུ་
ཡོད་བ་སྟེ། པོ་བྲང་དག་གི་འོག་ཏུ་མཛོད་ཁང་དང་། བར་ཐོག་ཏུ་གཉེར་ཆོང་དང་ལྷག་
མཛོད་སོགས་གྱི་ལས་ཁུངས། ཐབ་ཆོང་། དེ་མིན་ལས་བྱེད་དག་གི་སྟོན་ལག་ ཡང་
སྟེང་ཁང་དུ་མཁར་རྫོང་དེའི་རྒྱལ་པོ་འཕམ་དཔོན་པོ་གཙོ་བོའི་བཞུགས་གནས། འོག་
ཁང་ནམས་ལ་སྒྲུ་ཁུང་བཟོ་སྟོན་མེད་པར་མང་ཆེ་བར་ཕྱི་རྒྱུང་འགྲོ་འོང་བྱེད་སའི་
ཁུང་བྱ་རྒྱུང་རྒྱུང་རེ་ལས་མེད་རུང་། བར་ཐོག་ནས་སྟེང་ཁང་ནམས་སུ་རིམ་བཞིན་

སྒྲུ་ཁྲུང་ཆེ་བ་དང་། ཁང་པའི་མདུན་དཀྱིལ་དུ་རབ་གསལ། རོ་བྱང་གི་ཡང་སྟེང་དུ་
 རྒྱ་མིབས། ཐེག་ནག་རྒྱལ་མཚན། ཅིག་ཟུར་སོ་སོར་དར་ལྷོག་ཁ་མདོག་སྒྲ་མང་
 བསྐྱེད་ས་འཇུགས་བྱས་ཡོད་ལ། ཁང་པའི་དབུས་དཀྱིལ་དུ་མཛད་སྒྲོ་ཆེ་རིགས་བྱ་
 ཡུལ་གྱི་ཆོམས་ཆེན་དང་། སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་བཞུགས་གནས་བྱེད་སའི་མཆོད་
 ཁང་ཆེན་མོ། དེ་མིན་གྱི་ཁང་མིག་དང་ད་དུང་ཡང་སྟེང་དུ་གཟིམ་ཁང་དང་། སྐུ་མགོན་
 ཁང་། དཔེ་མཛོད་ཁང་སོགས་གྱི་ཁང་པའི་ཀ་གདུང་དང་གུང་ལྡེབས་རྣམས་སྤྱ་སེང་
 གཤམ་གྱི་མཛེས་སྤྲས་དང་། ལྡེབས་རིས་གྱི་རི་མོ་སྒྲ་ཆོགས། སྒྲོ་དང་སྒྲུ་ཁྲུང་
 སོགས་ལ་དབྱིབས་གཟུགས་འབྲ་མིན་གྱི་ཤིང་བཞོས་དང་། དེ་དག་ལ་དེ་མཆུངས་
 ཆོན་གཞིས་མཛེས་བར་བྱས་པ། རབ་གསལ་དང་སྒྲོ་འཕྲོར་སོགས་སྤྱ་རས་ཡོལ་
 དང་བལ་ཡོལ། སྒྲོ་སྒྲུ་ཁྲུང་དག་གི་ཁ་ཤེལ་ངོས་སྤྱ་རས་རྒྱང་དང་། གོས་ཆེན་གྱི་
 ཡོལ་བ་བཉིང་ཡོད། རྩོང་གཞིས་ཁག་གི་ཡང་སྟེང་དུ་ཡང་གོང་དང་འབྲ་བར་རས་ཆོན་
 སྒྲ་ཆོགས་གྱི་རྒྱལ་མཚན་དང་། ཐེག་ནག་དར་ལྷོག་སོགས་བསྐྱེད་ས་འཇུགས་བྱས་
 ཡོད་ཀྱང་གསེར་ཟངས་གྱི་རྒྱལ་གདུགས་དང་རྒྱ་མིབས་སོགས་གྱི་རྒྱས་སྤྲོས་རྣམས་
 མེད་ཀྱང་། ནང་གི་བཀོད་བ་པལ་ཆེ་བ་པོ་བྱང་དང་ཡོངས་སྤྱ་མ་ཐུན་ནོ།

པལ་བའི་སྒྲེ་བོ་མི་སྒྲེར་ཏེ་མང་ཆོགས་དཀྱུས་མའི་སྟོད་ཁང་ལ་གྲོང་བྱེད་དང་
 གྲོང་གསེབ། རང་རང་ཁོར་ཡུག་གི་ས་བབ་ལ་གཞིགས་པའི་སྟོད་ཁང་གི་བཟོ་བཀོད་
 སྒྲ་མང་ཡོད། གྲོང་བྱེད་གྱི་ཁང་བ་མང་ཆེ་བ་རྒྱ་ལམ་གྱི་གཤམ་གཤམ་སོགས་སྤྱ་
 བཅིགས་ཡོད་ལ། འོག་ཁང་པལ་ཆེ་བའི་མདུན་ཁང་ཆོང་ཁང་དང་། རྒྱབ་ཁང་དུ་ཆོང་
 མི་སྟོད་ས་དང་མཛོད་ཁང་། རྒྱབ་ལོགས་སྤྱ་སྒྲོ་ར་ཡོད་བ་དག་གིས་ཁང་མིག་མང་པོ་

བཅད་ནས་འབྲུལ་ཁང་དང་། སྤྲུལ་དུ་གཏོང་གི་ཡོད། འོག་གི་ཆོང་ཁང་མདུན་རྩོས་
ཀྱི་སྒོ་དང་སྒྲེལ་ཁུང་ཆེན་པོ་དང་། རྒྱལ་ཁང་དང་སྤྲུལ་དུ་གཏོང་གི་རྩོས་དང་བབ་བསྐྱུན་
ཀྱི་ཉལ་ཁང་དང་ཇ་ཁང་། འབྲུལ་ས་ར་རྒྱང་རྒྱང་རེའང་བཅོས་ཡོད་ལ། སྒོ་དང་སྒྲེལ་
ཁུང་ཡང་ནང་གི་ཆེ་རྒྱུ་ལྟར་ཡོད།

ཁྲོང་གསེབ་ཁག་གི་སྒོ་དང་ཁང་བཅོད་བྱིབས་རྒྱུ་ལོ་དང་གྲུ་བཞི་མ་ཡིན་པར་ཐད་
ལ་ནར་ག་ཐུགས་སུ་ཡོད་པ་དང་སྒོ་དང་ཁང་པལ་ཆེ་བའི་ཁ་སྒོ་དུ་གཏོང་བ། རྒྱ་སྒོ་དང་
ནང་གི་ཐེམ་སྐྱས་ཐད་ཀར་ཁེལ་དུ་མི་འཇུག་པ་སོགས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ནའང་།
བཅོ་བཏོད་སྤྱི་ལ་སྤྲུལ་ཡོད་དེ། དུལ་ལུང་ཁ་གས་ཀྱི་འོག་ཁང་དང་དེའི་ཉེ་འཁོར་དུ་
གཟན་ཁང་། ཐུགས་རིགས་འཇུག་ཁང་། རོར་གྱི་ལྷི་བ་སོགས་འཛོགས་ས་བཅོས་ཡོད།
བར་ཐོག་མི་སྒོ་དང་ས་དང་ཡང་སྤྲུལ་དུ་འབྲུ་རིགས་སོགས་སྐྱམས་སར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡང་
དུལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྒོ་དང་ཁང་གི་དཀྱིལ་དུ་ཀ་གཏུང་འཛོགས་པ་ལས་མཐའ་སྒྲོར་ལ་
འཛོགས་སྒོལ་མེད་པར་སྤྲུལ་འགོ་བས་ཆང་མ་ཅིག་ཁར་བཞག་ཡོད་པ། རོར་ཁུལ་དང་
ས་ཡོམ་གྱི་ཉེན་ཁ་ཆེ་ས་དག་ཏུ་མཐའ་དབྱུས་ཡོངས་སུ་ཀ་གཏུང་བཞག་ནས་བར་
ལེབ་མཐུག་པོའི་བར་གཅེལ་འདྲིང་བ། སྒོ་དང་སྒྲེལ་ཁུང་ནི་ཁང་པའི་ཆེ་རྒྱུ་ལྟར་ཆད་
འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། དེང་སང་ཁང་པ་པལ་ཆེ་བའི་སྒྲེལ་ཁུང་ཆེ་ཅམ་ཡོད། ཡང་
མདོ་ཁམས་ཀྱི་ས་ཆ་རེ་གཉིས་ཤིག་གི་སྒོ་དང་སྤྲུལ་དུ་བདེ་ཁང་ངམ་བྲིམ་ཞེས་
འབྲེད་ལ་ནར་མོ་ཡིན་པ་ཁང་ཆད་མཐོ་ལ་གཡས་གཡོན་གང་དུ་འདྲེས་སྒྲེལ་ཁུང་མེད་
པར་སྤྲུལ་དུ་གཏོང་བཏོད་ཡོད་པ། དེ་ལ་ཡར་བྲིམ་དང་མར་བྲིམ་ཞེས་འབོད་
པའི་ཁང་མིག་འབྲེད་ལ་ནར་མོ་ཡོད་པ་གཉིས་དང་། ཁང་མིག་རེ་རེར་སྐར་ཁུང་རེ་

ཡོད། ཡར་བྱིམ་ནི་མི་སྡོད་ས་དང་སྐྱག་ཏུ་མི་རབས་ནས་བརྒྱུད་པའི་བྱིམ་གྱི་སྤང་མ་
དང་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་བྱགས་ཏེ། འོར་ལྷའི་གཏེར་སྒྲོམ། སྒྲོམ་མའི་གཡང་གཏེར་
སོགས་ཀྱི་བཞུགས་གནས་དང་། མར་བྱིམ་ནི་དཀར་སྤར་སོགས་བྱིམ་ཆས་འཛོག་
ས་དང་སྐྱག་ཏུ་ཟངས་དང་མཁར་རའི་སྤང་ཅུང་ཆེ་ཅམ་གསུམ་བཞི་དེ་བསྐྱོན་ཡོད་
པའི་ས་ཐབ་འབྲེད་ལ་ཐབ་མིག་གསུམ་བཞི་ཡོད་པ་དེ་ཡོད། སྡོད་ཁང་འདི་མི་རྣམས་
དབྱུན་ཏུ་སྡོད་ས་དང་། ཏགས་དང་སྟོན་མོ་ཆེ་གས་སྤེལ་ས་ཡང་ཡིན། ཡར་བྱིམ་
དང་མར་བྱིམ་གཉིས་ཀྱི་གཡོན་ཟུར་དུ་པར་ཐོས་ཟེར་བ་ཏྲ་དང་གློད་མ་བསྐྱུ་ཁང་ཐད་
ལ་ནར་དབྱིབས་སུ་ཡོད་ཅིང་སྤྲོད་ན་སྐར་ཁུང་ཆུང་བ་གཉིས་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་ཡོད།
འདི་དག་ནི་ཁང་པ་གཅིག་གི་ཁང་མིག་ཡིན་པ་དང་མཐའ་སྐྱོར་ཡོངས་ལའང་ས་རྩོ་
གང་རུང་གི་ཅིག་པས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་པ་ལས་ཕྱོགས་གང་དུའང་སྤེལ་ཁུང་བཏོད་
སོལ་མེད། དེ་འབྲེལ་གྱི་མདུན་ངོས་སུ་རྒྱབ་ལོགས་བདེ་ཁང་ངམ་བྱིམ་གྱི་ཅིག་པར་
གཏད་ཡོད་ཅིང་ཉིས་ཐོག་ཡིན་པའི་སྡོད་ཁང་འབྲེད་ལ་བདེ་ཁང་ངམ་བྱིམ་དང་
མཚུངས་པ་སྟེ། ཁང་མིག་བདུན་བརྒྱུད་ཡོད་པ་སྟེ། གཡམས་གཡོན་གང་རུང་ཞིག་གི་
ཐད་དུ་ཁང་མིག་གཅིག་དང་བྱེད་ལྷག་དང་། འབྲེད་ལ་ཁང་མིག་བཞི་ལྷ་ཅམ་ཡོད་པ་
དེ་ཡོད། དེའི་མདུན་ཐད་ན་སྐྱོར་ཐད་ལ་ནར་དབྱིབས་སུ་ཡོད་པ་དཀྱིལ་དུ་རྒྱ་སྐྱོ་ཆེན་
པོ་དང་མཐའ་སྐྱོར་ཡོངས་སུ་གཅིག་ཐོག་གཅིག་ཐོག་དེ་ཡང་གོང་གི་ཉིས་ཐོག་གི་
གཅིག་ཐོག་དང་འབྲེལ་ནས་ཡོད། སྐྱོར་འི་གཡམས་གཡོན་ཞིག་ཏུ་གསང་སྟོད་གཅིག་
ཐོག་ཅིག་ཁའི་མཐའ་སྐྱོར་ལ་ཅིག་པ་འདོམ་བྱེད་ཅམ་བཅིགས་ཡོད་པ་དེ་ཡོད། ཉིས་
ཐོག་གི་ལོག་ཁང་དུ་འབྲུད་ཤིང་ཆུང་རིགས་དང་། འོར་གྱི་ཕྱི་བ། མེ་ཁ་གསོ་བྱེད་གྱི་

སྒྲིལ་མ། སྤྱུག་ཁྲིམ་གྱི་འགྲོ་ལས། སྤྱུག་ཁྲིམ་གྱི་སྒྲིའི་གཡལ་ས་རྒྱུར་ན། ཐོག་ཁང་འགྲོ་
བྱེད་གྱི་ཤིང་སྐྱས་ཆེན་པོ་རེ་ཡོད། སྒྲིའི་ཁང་འོག་ནི་རྩ་ལྷན་གསུམ་སོགས་
བསྐྱེད་ཁང་དང་། རྒྱ་སྒྲིའི་ཡང་སྤྱིང་དུ་བསང་ཁྲི་བྱམ་ག་རྒྱགས་གདན་ཁྲི་མཐོ་ཆད་སྤྱི་ཁྲི་
གཅིག་ཙམ་སྤྱིང་ལ་ས་ཅི་དཀར་པོ་བྱགས་བ་རེ་ཡོད། ཐོག་ཁང་གི་དཀྱིལ་ཁང་ནི་
མཆོད་ཁང་དང་། གཡལ་ས་གཡོན་དག་ན་མཛོད་ཁང་། དབྱར་ཁའི་སྤྱོད་ཁང་སོགས་
ཁང་བའི་ནང་ལྷ་བྱག་ཙམ་དང་མདུན་ཐད་གྱི་མཐའ་ལ་འབྲམས་ར་དང་ཁང་བའི་ནང་
དག་གི་བར་མཆོམས་གཅོད་བྱེད་སོགས་ཁང་བའི་རྒྱ་ཆ་མང་ཆེ་བ་ཤིང་གིས་བྱུབ་
བཅོ་བྱས་ཡོད་བ་སོགས་ཡོད། མདོར་ན་ལ་དྲུག་ས་འའི་སྤྱོད་ཁང་གི་སྒྲི་སྤྱོད་ཁང་དང་
ཀ་གཏུང་། སྤྱད་འགོབས་ཙམ་ལས་རྒྱ་ཆ་གཞན་དག་ཆང་མ་ས་དོ་ཡིས་བྱུབ་བཅོ་
བྱས་ཡོད་བ་དང་བོད་གྱི་སྤྱོད་ཁང་གི་ཕྱི་ཅིག་ས་དོ་ཉིང་ལས་བཅིགས་བཅོ་བྱས་ཡོད་
བ་ཙམ་ལས། གཞན་ཁང་བའི་ནང་གི་བཅོ་བཏོད་གྱི་རྒྱ་ཆ་པལ་ཆེ་བ་ཤིང་གིས་བྱུབ་
བཅོ་བྱས་ཡོད་བ་སོགས་ལ་དྲུག་ས་བ་དང་བོད་གྱི་སྤྱོད་ཁང་གི་ཕྱི་ནང་གི་རྒྱ་ཆ་དང་།
དབྱིབས་བཏོད་བྱ་བཞི་ཁ་གང་མ་དང་ནར་མོ་བ་ཡིན་མིན་གྱི་བྱེད་བར་སོགས་མདོར་
བསྐྱས་ན་ནི་དེ་ཙམ་ལས་ཆེན་པོ་མ་མཐོང་ངོ་།

བྱག་ལ། ལ་བོད་སྤྱོད་ཁང་གི་ཕྱི་ཅིག་ཁ་མདོག་ལ་ལྟ་བ།

མི་རིགས་རང་རང་བྱུང་འཕེལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རིང་མོའི་ཁོད་ཁོར་ཡུག་སོགས་གྱི་
རྒྱུ་གྱིས་བསམ་སྒྲིའི་དགའ་ཞེན་ཁྲིའི་བྱོགས་མི་འདྲ་བས་ན། ཆོས་གཞིའི་ཁ་མདོག་
ཀྱང་དེ་ལས་མ་འདས་པར་སེམས། བོད་མི་རིགས་སྤྱི་དང་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དུ་

གནས་པའི་མི་རིགས་པལ་ཆེ་བས་ཆོས་གཞི་དཀར་དམར་གཉིས་ལ་དགའ་མོས་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཆོས་གཞི་འདི་གཉིས་མི་རིགས་རང་གི་རྒྱན་སྦྱོར་འཆོ་བའི་གཏིང་
མཐའ་དང་ཡོངས་སུ་འབྲས་ནས་ཡོད་པས་ལོས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། ཐོག་མར་བཟང་བཏུང་
དང་རྒྱན་གོས་ནས་འབྲེལ་ཞིང་འཕེལ་བའི་གོ་རིམ་ནང་དུ། རིས་ཀྱིས་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་
བསམ་སྒྲུབ་འདྲིམ་སྟངས་ཤིག་ཀྱང་འབྲས་པ་ནས་སྡོན་མའི་དགའ་ཞེན་དེ་ལ་དད་
འདུན་ཀྱི་དུང་ཞེན་འཕར་མ་ཞིག་བསྐྱེད་པས་སྡོད་ཁང་གི་ཕྱི་ཅིག་ལ་ཡང་ཁ་མདོག་དེ་
ཉིད་ལྷོག་འཕྲོས་བྱས་པ་ཡིན་ཁོ་ཐག་རེད། དེ་ལྟར་མིན་ན་སྡོད་ཁང་པལ་ཆེ་བའི་ཕྱི་
ཅིག་གི་ཆོས་གཞི་འདི་གཉིས་གཅིག་བྱས་ཁབ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་མི་སྲིད། འོན་ཀྱང་ཕྱི་
ཅིག་གི་ཁ་མདོག་སྡོན་གཤམ་དང་། སེར་ལོ། ཁ་བོ་ཡིན་པའི་ལྟ་ཁང་དང་སྒྲ་དཔོན་རེ་
གཉིས་ཤིག་གི་སྡོད་ཁང་ཉུང་ཉུང་ཞིག་སྡོན་ཀྱི་དུས་སུ་ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་ལུལ་
གཉིས་ཀ་ན་ཡོད་ཀྱང་། ད་ལྟ་ལ་དྲགས་པའི་ལུལ་ན་ཏ་ལས་མེད་ལ། བོད་ལུལ་ནའང་
གངས་ཀ་ཏ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཞིག་ལས་མེད་བས། ཕྱི་ཅིག་བྱིངས་ཀྱི་ཁ་མདོག་དཀར་
དམར་གཉིས་རེད་ཅེས་བཤད་ཀྱང་འགལ་བ་ཆེར་མེད་པར་བསམ།

ལ་དྲགས་པའི་ལུལ་འདིར་ད་ལྟ་ཞིག་རལ་དུ་སོང་ནས་གྲང་ཆག་ཅ་མ་ལས་ལྷག་
མེད་པའི་ལ་དྲགས་ཟངས་དཀར་དཀར་ཆའི་ལུལ་ན་ཡོད་པའི་ལྟ་ཁང་ཁ་བོ་དང་།
རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་མཆོད་རྟེན་སྡོད་ཀར་སེར་གསུམ་ལས་གཞན་རྒྱལ་ཁང་།
ལྟ་ཁང་། དམངས་ཀྱི་སྡོད་ཁང་གང་ཞིག་ཡིན་དུང་ཕྱི་ཅིག་གི་ཁ་མདོག་དཀར་དམར་
གཉིས་ལས་མེད་ལ། རྒྱལ་ཁང་དང་ལྟ་ཁང་སོགས་ཀྱི་ཕྱི་ཅིག་གི་ཁ་མདོག་མཆོན་
སྟངས་ཀྱང་བོད་ལས་ལོགས་སུ་གྱུར་བའི་རང་མཆོན་པའི་བརྗོད་པ་ཞིག་ཁྱོད་ནས་མི་

འདྲག ལ་དྲགས་པའི་དམངས་ཀྱི་སྡོད་ཁང་གི་ཕྱི་ཕྱི་ལོངས་སུ་རྫོགས་པར་དཀར་
ཅི་བྱགས་ཡོད་པ་དེར་ཟངས་དཀར་པ་ཀན་ཆེ་དབང་རིག་འཛིན་གྱིས་བཤད་ན།
“སྡོད་ཁང་ལ་དཀར་ཅི་བྱགས་པའི་སྒོལ་འདི་དུས་ནམ་ཞིག་ལ་དར་བ་མི་ཤེས་ཀྱང་།
ར་ཆོའི་མེས་མེས་ཀན་པོ་དག་གིས་བཤད་ན། ཕྱི་ཕྱི་ལ་དཀར་ཅི་བྱགས་ན་ནི། བར་
ལ་དཀར་ཅུ་འཛོམས་ཤིང་། བཀྲ་ཤིས་བདེ་སྦྱིད་ཆེ་རིང་ནད་མེད་ཡོང་བས་ངེས་པར་
བྱགས་དགོས་”17ཟེར་བའི་བཤད་རྒྱུན་འདི་ཡང་བོད་པས་ཁ་མདོག་དཀར་པོ་ལ་
འཛིན་པའི་འདྲུ་ཤེས་ལས་ཁྱད་པར་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་པས་ན། ད་ནི་བོད་པའི་ཕྱི་ཕྱི་
གི་ཁ་མདོག་ལ་བལྟས་ན་ནི། པོ་བྲང་དང་རྫོང་གཞིས། དགོན་པ། དམངས་ཀྱི་སྡོད་
ཁང་པལ་ཆེ་བར་དཀར་ཅི་བྱགས་ཡོད་པ་དང་། དགོན་པ་ཁག་གི་སྐྱ་གཤུང་ཁང་།
སྤང་མའི་མགོན་ཁང་དང་བཅན་ཁང་། ཁྲི་བོ་རྟ་མགིན་སོགས་ཀྱི་སྐྱ་འབྲུམ་བཞུགས་
སའི་ལྷ་ཁང་དག་ལ་དམར་ཅི་བྱགས་ཡོད། འདི་ལ་མི་ལོ་སྟོང་ལྷག་མང་པོའི་འཆོ་བའི་
གོམས་གཤིས་ཀྱི་རྒྱན་སྒོལ་དང་ཆོས་ལུགས་རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེ་གཏིང་ཟབ་ཀྱི་གོ་
དོན་ཡང་འདྲེས་ཡོད། འཆོ་བའི་གོམས་གཤིས་ཀྱི་ཐད་ནས་བཤད་ན་གནའ་བོའི་དུས་
སུ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་མང་ཆེ་བ་བྱགས་རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་པའི་འབྲོག་སྡེ་ཡིན་
པ་དང་། འབྲོག་པ་ཆོས་ཁ་མདོག་དཀར་དམར་གཉིས་ལ་ངོས་འཛིན་གྱིས་སྤངས་ནི་
འདི་ལྟ་སྟེ། དཀར་ཞེས་པ་ནི་འབྲོག་པའི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ཞོ་དང་། འོ་མ། མར་བཅས་ལ་
ཟེར་ཞིང་། དཀར་ཅུ་ཞེས་ཀྱང་འབོད་ཀྱི་ཡོད། “དམར་ཞེས་པ་ནི་ཤ་འོས་འཛིན་
འཛིན་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཤ་ཁྲག་གི་རིགས་ལ་དམར་ཟེར་”18ཀྱི་ཡོད་ཅེས་བ་ལྟར། ཁ་
ཟས་ལ་དཀར་ཟས་དང་དམར་ཟས། བསང་གསོལ་འབྲུལ་སྐྱབས་ཀྱི་དཀར་བསང་

དང་དམར་བསང་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡང་དེ་བཞིན་ལ། ཁྲག་གི་རིགས་དང་འབྲེས་
ཡོད་མེད་ཀྱིས་འབྲེད་ཀྱི་ཡོད།

རྒྱན་གོས་དང་མཛེས་ཆས་ཀྱི་ཆ་ནས་སྟོན་ཀྱི་དུས་སུ་གདོང་ལ་ཆོས་གཞི་
དམར་པོ་བྱགས་པ་མཛེས་རྒྱན་དུ་རྩོམ་སྟོལ་ཡོད་པ་ལོ་རྒྱས་དེབ་ཐེར་དག་ན་གསལ་
པོ་འཁོད་ཡོད་པའི་མཛེས་པ་དེའི་བསམ་སྒྲུབ་གོམས་གཤེས་ཀྱི་རྒྱན་ད་ལྟ་ཡང་ཆད་
མེད་པ་འབྲས་ལྟ། བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ཆོས་འབྲམ་པའི་མཁུར་ཆོས་ལ་དམར་ཅི་བྱགས་
ནས་མཛེས་ཆས་སུ་རྩོམ་པ་ཡང་། སྟོན་མའི་མཛེས་དཔྱད་སེམས་ཁམས་འདི་ལས་
མཆེད་པ་ཡིན་སྟེ། སྟོན་ཀྱི་དུས་སུ་བོད་པ་ཆོས་ནམ་རྒྱན་དབྱར་དུ་འཕྱིར་བ་དང་
དགུན་ཁར་སྟོག་པ་གྱོན་ཀྱི་ཡོད་ལ། ད་ལྟ་ཡང་གཉེན་སྲིག་གི་སྟོན་མའི་སྐབས་སུ་
མག་པ་དང་མནའ་མའི་བཞོན་ཏྲ་དང་། གདན་སོགས་དཀར་པོ་དཀར་རྒྱུད་ལ་ནི་
དཀར་སོས་ཞི་འགྲིག་འཆས་མ་ཐུན་དང་བདེ་སྦྱིད་ཆེ་རིང་གི་ཕྱ་གཡང་མཚོན་ཀྱི་ཡོད་
པས་ཡིན་སྟེ། དེ་བཞིན་དམར་པོ་ནི་དཔའ་སྟོབས་དང་སྟོ་སྟོབས་སོགས་དྲག་པོའི་
རྒྱས་པ་མཚོན་བྱེད་དེ། གནའ་སྔ་མོར་གཡུལ་འབྲེད་སོགས་ཀྱི་སྐབས་དམག་དཔོན་
རྣམས་ཀྱི་གྱོན་གོས་དམར་པོ་གྱོན་པ་དང་གཡུལ་དུ་ཤི་བའི་དམག་དཔོན་དང་མི་དྲག་
བྱས་མེས་ཅན་དག་གི་བང་སོ་ལའང་ཆོས་གཞི་དམར་པོར་བསྐྱར་པ་ནི། ཁོ་ཆོའི་
དཔའ་སྟོབས་དང་དཔའ་པོ་རུ་བཀྱར་བའི་སྒྲ་མེད་གྲུས་བཀྱར་ཀྱི་མཚོན་ཉགས་ཤིག་
རེད་དེ། “གནའ་དུས་གཡུལ་འབྲེད་སྐབས་ཀྱི་དམག་དཔོན་གྱི་གྱོན་པ་དང་། དུར་
རྒྱལ་བཅན་པོའི་མཛད་སྟེའི་སྐབས་ཀྱི་ན་བཟའ་གྱོན་ཆས་ཆང་མ་དམར་བྱགས་ཆེ་
བ་ཡིན། ཐང་ཡིག་གསར་མའི་སྒྲིགས་བཅ་216པའི་སྔད་ཆར་”དེ་གར་སྐས་པ་

ནམས་ནི་མི་ཆེན་དང་གཡུལ་དུ་དཔའ་བ་ནམས་ཀྱི་གདུང་རེད། ཁོང་ཉ་ནམས་འཆོ་
བའི་སྐབས་སུ་སྟག་ལྷགས་གྲོན་ཞེས་”19པ་དང་། དེ་མཚུངས་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་
མཆོད་གཏོར་གཙོས་བའི་བྱེད་སྒོ་ཁག་ཏུ་འང་ཆོས་གཞི་དཀར་དམར་གཉིས་ཀྱི་རྒྱས་
མཆོན་ཤིན་ཏུ་མཐོ་སྟེ། དཀར་ཕྱོགས་སྒྲིང་བའི་ལྷ་སྒྲུབ་གཉན་གསུམ་དང་། གནམ་ས།
ཉི་མེ་སྐར་གསུམ་སོགས་ལ་ཕྱལ་བའི་མཆོད་པ་སྟེ། ཞོད་དཀྱིལ་མར་བཅས་ཀྱིས་
བཟོས་ནས་ཕྱལ་བའི་མཆོད་ཡོན་དང་གཏོར་མ། བསང་གསོལ་གྱི་རིགས་ལ་དཀར་
མཆོད་ཟེར་བ་དང་། དུས་ད་ལྟ་ཡང་འདི་ཉིད་ཁྲབ་རྒྱ་ཉ་ཅང་ཆེ། ཡིན་ནའང་དམར་
མཆོད་ཀྱི་རིགས་ད་ལྟ་དེ་ཅུ་ཡོངས་ཁྲབ་རང་བཞིན་དུ་མེད་ནའང་སྡོན་གྱི་དུས་སུ་
ཤིན་ཏུ་དར་ཁྲབ་དུ་སོང་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ། ཐང་ཡིག་གསར་མ་ལས། “ཇི་ཆོན་ནམས་
ཀྱི་ལོ་རེར་འདུན་མ་ཚུང་དུ་རེ་བསྟུ། དེ་དུས་ལྷག་ཁྲི་སྟེལ་གསུམ་དམར་མཆོད་བྱེད།
ལོ་གསུམ་ན་འདུན་མ་ཆེ་བ་རེ་བསྟུ། མཆོན་དགུང་ལ་མཆོད་དངོས་ནམས་སྟེགས་སུ་
གཤམ་སྟེ། མི་རྒྱ་གཡུག་གསུམ་བོང་དུ་སོགས་དམར་མཆོད་དུ་འབྱུལ། སྟོག་ཆགས་
དེ་དག་གི་རྒྱུ་ལག་འབྲེག་ འོན་ཏེ་འདུན་དུ་སྤངས་ཏེ་བཞེ་ཞིག་གིས་གཤམ་ཏེ་འདུན་
མ་དང་འགལ་ན་སྟོག་ཆགས་འདི་ནམས་བཞིན་དུ་མི་བགྱིད་རི་ཞེས་མནའ་འདོར་
རོ།”20ཞེས་བ་ལྟར་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་དམར་མཆོད་དང་མི་སྐྱེར་གྱི་དམར་མཆོད་
སོགས་སྟེ། ཁྲབ་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་ནའང་། བྱང་བསྟན་ཆོས་ལྷགས་བོད་དུ་དར་བ་
ནས་བཟུང་དམར་མཆོད་དེ་དག་གཏོར་མ་དང་བཙོས་གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོར་བསྐྱར་
གང་སྟབ་བྱས་ཡོད་རུང་། མདོ་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་ཁ་ཤས་ཤིག་ན་ད་དུང་ཡང་
དམར་མཆོད་འབྱུལ་མཁན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད།

གནའ་སྔ་མེད་དཀར་མཚོད་དང་དམར་མཚོད་ཀྱི་མཚོད་འབྲུལ་བྱེད་པའི་གོ་
རིམ་ཁྲོད་མཚོད་པའི་དངོས་རྒྱུ་དེ་དག་ཡུལ་ལུང་གང་སར་བཞེངས་འཇུགས་བྱས་
པའི་རྗེས་སྟོན་བཅུགས་དང་རྟེན་མཁར་སོགས་སྟུ་བྱགས་སྟོལ་བྱུང་ནས། དཀར་མཚོད་
འབྲུལ་མཁན་དག་གིས་དཀར་མཚོད་འབྲུལ་ཡུལ་གྱི་སྟུ་བཅུགས་དང་རྟེན་མཁར་
དག་ལ་ཞོ་མར་འོག་སྐུམ་གསོལ་ནས་དཀར་སིང་ངེ་བཟོ་བ་དང་། དམར་མཚོད་
འབྲུལ་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་མཐུན་དམར་མཚོད་འབྲུལ་ཡུལ་གྱི་རྟེན་མཁར་
སོགས་སྟུ་ར་ལུག་རྟ་གཡག་གི་ཁྲག་འོན་བྱགས་ནས་དམར་སིང་ངེ་བཟོ་བའི་ལམ་
སྟོལ་དེ་ཉིད་རིམ་གྱིས་མིའི་སྟོད་ཁང་དང་། ལྷ་བཅན་གྱི་སྤང་མ་ཁང་གི་ཕྱི་ཅིག་
སོགས་སྟུ་འཕོས་བ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ་འོ་མར་ཆུ་སོགས་བསྐྱེས་ནས་གྲང་ལྗེབས་སྟུ་
བྱགས་བ་དེ་ཡི་ཆབ་ཏུ་ཡུན་གྱིས་ས་དཀར་བྱགས་པའི་སྟོལ་བྱུང་བ་དང་། ར་ལུག་
སོགས་ཀྱི་ཁྲག་གི་ཆབ་ཏུ་ཅག་དམར་ཟེར་བའི་ས་དམར་ཞིག་བྱགས་སྟོལ་བྱུང་བ་
རེད། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ་དུས་ད་ལྟ་ཡང་མདོ་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་ཁ་ཤས་སྟུ་སྟུ་བཅུགས་
ལ་མཚོད་འབྲུལ་བྱེད་པའི་ལུགས་སྟོལ་རང་འཇགས་སྟུ་ཡོད་བ་དང་། ཡུལ་ལུང་
གཞན་དང་ཆོས་ལུགས་གཞན་དག་གི་ཁྲོད་དུ་འང་ལྷ་གང་རུང་གི་སྐྱུ་བརྟན་གྱི་ཞལ་
རས་དང་མདུན་བྱང་། དེ་མིན་གྱི་སྟུ་བཅུགས་རྟེན་མཁར་འབྲུ་བའི་རྗེ་དང་ཤིང་། ཆུ་
སོགས་སྟུ་དཀར་དམར་གཉིས་ཀྱི་མཚོད་འབྲུལ་བྱེད་ཚུལ་སྣ་མང་ཡོད་བ་དེ་དག་ལ་
བསམ་ཆོ། མཚོད་འབྲུལ་འདི་ཉིད་གནའ་སྔ་མེད་མིའི་རིགས་སྟུ་ཡོངས་ཀྱི་མཚོད་
བཀྱར་བྱེད་པའི་ལམ་སྟོལ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་སྟེ།

དང་པོ་འོ་མར་ཆུ་སོགས་བསྐྱེས་ནས་གྲང་ལྗེབས་སྟུ་བྱགས་བ་དེ་ཡི་ཆབ་ཏུ་

ཡུན་གྱིས་ས་དཀར་བྱགས་པའི་སྒོལ་བྱང་བ་ཡིན་ཏེ། དུས་ད་ལྟ་ཡང་“མི་ཉག་
སོགས་ས་ཁུལ་མང་པོར་སྔོན་ཁང་གསར་རྒྱག་ལེགས་སྒྲུབ་བྱང་རྗེས་འོ་མར་ཆུ་
བསྐྱེས་ནས་གྲང་ལྗེབས་སུ་གཏོར་བའི་སྒོལ་ཡོད་”ཅེས་བ་དང་། ར་ལུག་སོགས་ཀྱི་
ཁྲག་གི་ཆབ་ཏུ་རིམ་གྱིས་རྒྱག་དམར་ཟེར་བའི་ས་དམར་ཞིག་བྱགས་སྒོལ་བྱང་བ་
ཡིན་ཏེ། “དུད་འགྲོའི་ཁྲག་གི་ཆབ་རྒྱག་དམར་ཟེར་བའི་ས་ཞིག་བྱས་ནས་ཨར་སྒྲུབ་
ཐོག་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བ་ཡིན།”21 དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ་བོད་མི་བྱིངས་ཀྱིས་ཆོས་གཞི་དཀར་
པོ་ནི་བཀའ་ཤིས་ལྷ་གཡང་གི་མཆོན་བྱེད་ཡིན་པར་མ་ཟད། སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་
སུའང་ནམ་དཀར་ཏེ་པན་བདེ་སྒྲུབ་པའི་བྱ་ལས་བཟང་པོ་དག་ལ་ནམ་དཀར་དགེ་བ་
ཞེས་འབོད་བཞིན་བ་ལྟར་བོད་མིས་གྲང་ཆོས་གཞི་དཀར་པོ་ལ་དེ་ལྟར་ངོས་འཛིན་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟ་ལ་དྲགས་ལུལ་གྱི་མི་བྱིས་དག་ཏུ་སྒར་ཡོང་མ་སྔོན་བའི་མགྲོན་པོ་
གསར་བ་དང་མི་སྣ་གཤམ་ཆེ་རེ་བྱིས་དུ་ཕེབས་པ་ན། མགྲོན་པོ་འཕམ་མི་སྣ་དེའི་མདུན་
ཀྱི་ཅོག་ཅེ་དང་པོར་བའི་ཁ་ལ་མར་ཐན་བྱ་རེ་སྔོར་སྒོལ་ཡོད་པ་ཡང་ཆེ་རིང་བདེ་སྤྱོད་
ཀྱི་བཀའ་ཤིས་སྒོན་ཆོག་གི་དཀར་པོའི་སེམས་འདུན་ཉིད་དུ་ཟད།

དམར་པོ་ནི་དཔའ་ངར་སྒོ་སྒྲོབས་ཀྱི་དབང་ལུགས་དང་སྒྲ་མེད་བཀྱར་འོས་
དཔའ་བའི་མི་སྣ་དག་ལ་བྲན་གསོ་བྱ་བྱེད་ཡིན་པར་མ་ཟད། ར་ཆོས་གོང་དུ་བཀྱར་
རྒྱུའི་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་གྲ་བཙུན་དག་གི་གྲོན་གོས་དམར་པོ་ཡིན་བ་དེ་ཡང་། གཙོ་བོ་ཁོ་
ཆོས་འདི་སྒར་གི་བདེ་སྤྱོད་སྒོས་བཏང་ནས་གཏན་ཀྱི་བདེ་བ་འཆོལ་བའི་རྒྱ་ཆེ་བསམ་
སྒོའི་མངའ་ཐང་གོང་དུ་བཀྱར་བའི་མཆོན་བྱེད་ཅིག་རེད་བསམ་ཡང་། བོད་པའི་སྒྲ་གྲ་
ནམས་ཀྱིས་བཤད་ན། དེ་ནི་སྔོན་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ལུལ་དུ་ཆོས་གཞི་དམར་པོ་

མདོག་ངན་ངོན་དུ་བཅི་བས། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཁོང་གི་རྗེས་
འཇུག་རྣམས་གྱོན་གོས་ལ་ཞེན་ཆགས་སྤང་བའི་ཆེད་དུ་འདུལ་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་གཞི་
དམར་པོའི་གྱོན་གོས་གནང་བ་རེད་ཟེར། དེ་ལྟར་བོད་ཁམས་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ལྷང་
གཞན་གྱི་ནང་བསྐྱེད་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་པ་ཆོས་ཀྱང་དེ་ག་རང་དང་ལེན་
བྱེད་དགོས་པར་མངོན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་འདུལ་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་གཉིས་ཤིག་ཡོད་ཆུ་
མ་རེད་བསམ་ཡང་། རྒྱ་ནག་དང་། འཇར་བན། ཐེ་ལན་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་ཡོད་
པའི་ནང་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱ་བཅུན་དག་གི་ཆེས་མཐོའི་སློབ་དཔོན་ཆོས་ཆོས་གོས་དམར་པོ་
རེ་གྱོན་པ་ལས། གཞན་གྱི་མང་གིས་དམར་པོ་མི་གོན་པ་ཅི་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལ་
འདུལ་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་དུས་དང་བསྐྱེད་ཆོག་པའི་སྐད་ཆ་དེ་བྱེད་ཡོང་རུང་། སྐད་ཆ་དེ་ནི་
འདུལ་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་དུས་དང་བསྐྱེད་དགོས་ཞེས་པའི་རྒྱལ་བའི་དགོངས་དོན་དང་
འབྲེལ་བ་ཆེར་མེད་པར་མཐོང་ནང་། བཅན་སྤྱོད་བྱེད་ན་ནི་བྱ་ཐབས་ཅི། གལ་སྲིད་
དེ་ལྟར་ཡིན་ན་བོད་པས་ཁ་མདོག་དམར་པོ་ལ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་སེམས་ཁམས་
དང་གྲ་བཅུན་ཆོའི་གྱོན་གོས་ཀྱི་ཆོས་གཞི་དམར་པོ་གཉིས་ཇི་ལྟར་འབྲེལ་ཆུ། གྱོན་
གོས་ལ་ཞེན་ཆགས་སྤང་བྱེད་དང་འདུལ་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་དུས་དང་བསྐྱེད་དགོས་ཞེས་
པའི་དགོངས་དོན་དེ་ག་རང་ཡིན་ན་ནི། བོད་པའི་ནང་བསྐྱེད་རྗེས་འཇུག་གི་བྱ་བཅུན་
ཆོའི་གྱོན་གོས་ཀྱི་ཁ་མདོག་གི་ཆོས་གཞི་དམར་པོ་ལས་གཞན་པའི་མདོག་ཅིག་ངས་
པར་ཡིན་དགོས་ངས་རེད།

མདོར་ན་དེ་དག་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པར་འདུལ་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་དུས་དང་བསྐྱེད་
དགོས་ཞེས་བཅན་གྱིས་བརྒྱུ་ཁ་གཅིག་གཅོད་བྱེད་ཆོག་པ་ཞིག་མིན་ལས་ཆེ་རུང་།

ད་ནི་མི་ཆུང་ཁ་ལ་གཏམ་ཆེན་དུ་འགྱུར་ཉེན་གྱིས་བཞག་ནས་བོད་པའི་སྡོད་ཁང་སྤི་
ལ་བལྟས་ན།

ཆོས་གཞི་དཀར་དམར་གཉིས་ཀྱི་འགྱུར་འགྲོས་ཕྱི་ཅིག་ལ་ཕོག་པ་དང་དེའི་
མཆོན་རྒྱས་སྤར་སོང་ལྟར་ལགས་ལ། དཀར་ཕོ་ནི་གྲ་བཅུན་གྱི་སྡོད་ཁང་དང་འདུ་
ཁང་། ཕོ་བྲང་། རྫོང་གཞིས་ཁག་དམངས་ཀྱི་སྡོད་ཁང་དག་ལ་བྱུགས་ཡོད། དམར་ཕོ་
ནི་ལྷ་སྤང་དག་གི་མགོན་ཁང་དང་བཅུན་ཁང་། དགོན་པ་དང་ཕོ་བྲང་སོགས་སུ་ཡོད་
པའི་སྤྲ་དཔོན་ཆོའི་གདུང་ཉེན་ཁང་། སྤགས་དགོན་ཁག་གི་ལྷ་ཁང་དང་འདུ་ཁང་
ཡོངས་ལ་བྱུགས་ཡོད། དེ་གཞན་སེར་ཕོ་བྲུགས་པའི་ལྷ་ཁང་ཡང་ཉུང་ཤིས་ཤིག་ཡོད་
དེ། ཁྱི་སྡོང་ལྷེ་བཅུན་གྱི་བཅུན་ཕོས་བཞེངས་པའི་བུ་ཆ་གསེར་གྱི་ལྷ་ཁང་དང་། བྱ་གེ་
རུ་ཡོད་པའི་མཛོ་ལྗོང་གསེར་གྱི་ལྷ་ཁང་། ཕོ་བྲང་ཕོ་རྒྱ་ལར་ཡོད་པའི་ཆེ་སྤྱབ་པའི་སྡོད་
ཁང་། སེར་ཆོས་སྤང་སྤང་གི་རྩེ་རིན་པོ་ཆའི་སྤྱབ་ཁང་། འབྲས་སྤངས་དགོན་པའི་ཉེན་
གཙོ་བྱམས་པ་མཐོང་གྲོལ་པའི་ལྷ་ཁང་། བཟ་ཤིས་ལྷན་པའི་སྤྱབ་དབང་བདུད་འདུལ་
མ་བུགས་པའི་ལྷ་ཁང་། ལྷོ་ཁ་སྤོན་གྲོལ་སྤོང་གི་འདུ་ཁང་སེར་ཕོ། མདོ་སྤྲད་སྤྲ་བྲང་
བཟ་ཤིས་འབྲིལ་དང་ཨ་མཆོག་དགོན་ཆེན་དུ་ཡོད་པའི་དགོན་བདག་འཇམ་དབྱངས་
བཞད་པའི་བུགས་གནས་གཞིམ་ཁང་སོགས་ཡོད་པར་བལྟས་ན། ཆོས་གཞི་སེར་
ཕོ་འདི་ཡང་ད་ལྟའི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་རིམ་པ་མཐོ་ཤོས་དང་སྤྲ་
མེད་གོང་བཀྱར་གྱི་མཆོན་བྱེད་ཅིག་ཀྱང་ཡིན་པ་འདྲ།

ཡིན་ནའང་ལ་དྲགས་ཡུལ་ན་མཆོད་ཉེན་ཉུང་ཤིས་ཤིག་ལ་སེར་ཅི་བྱུགས་ཡོད་
པ་ལས། ལྷ་ཁང་གཙོ་བྱས་སོགས་ལ་ཆོས་གཞི་སེར་ཕོ་བྲུགས་ཡོད་པ་མཐོང་ཐོས་མ་

བྱང་། ད་དུང་ཚོས་གཞི་དཀར་དམར་གཉིས་ལ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཞི་རྒྱས་
དབང་བྲག་དང་། མདོ་སྤྲལས་གཉིས་ཀྱི་མཚོན་རྩས་སོགས་རྒྱ་ཆེ་གཏིང་ཟབ་ཀྱི་གོ་
དོན་དང་ཡང་འགྲེལ་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་ཅུང་། ད་ནི་ཆིག་ཚོགས་བསྐྱར་སྟེ་ཆིག་ཉུང་དུ་
བཏང་ནས་མཐའ་དོན་བསྐྱས་ན་བོད་དང་ལ་དྲགས་ཀྱི་ཚོས་གཞི་དཀར་དམར་གཉིས་
ཀྱི་མཚོན་རྩས་ལ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་སེམས་ཁམས་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པ་དེ་
རེད་དོ།

བརྒྱན་པ། ལ་བོད་མཐའ་མཚམས་ཁག་གི་རྫོ་མཁར་ལ་ལྟ་བ།

རྫོ་མཁར་ནི་དབང་རྒྱ་གི་ཉེན་གཡོལ་དང་གཡུལ་འཁྲལ་གི་དགོས་གཤམ་རང་
བཞིན་དུ་བཅིགས་བཅོ་བྱས་པ་ལ་སྤྲལ་ཡིན་པས་ན། བཅིག་ཡུལ་ཡང་ལུང་བ་ཁྲགས་
དཀྲོགས་དང་མཐའ་མཚམས་ཁག་ལས་མ་འདས་པར་སེམས་ཏེ། བོད་ཡུལ་གྱི་རྫོ་
མཁར་ཤགས་ཆེ་བ་མང་པོ་ཞིག་རྒྱལ་མོ་ཆེ་བ་རོང་ན་ཡོད་པ་དང་། ལ་དྲགས་ཡུལ་
ཀྱི་ཞིག་རལ་དུ་སོང་བའི་རྫོ་མཁར་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཟངས་དཀར་ཡུལ་ན་ཡོད་པས་
ཤེས་རུས།

སྤྱིར་རྫོ་མཁར་གསར་བཅིགས་ཀྱི་ལས་གཞི་འདི་དུས་ནམ་ཞིག་ལ་འགོ་
འཇུགས་བྱས་པ་ཡིན་མིན་ཏུ་ཅང་བཤད་ཁག་ནའང་། ཟངས་དཀར་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་
རྫོ་མཁར་དག་ནི་བོད་བཅན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འཛོལ་ཞིག་དུ་སོང་བའི་རྗེས་ཏེ། ལོ་རྒྱུ་པ་
རེན་ཆེན་བཟང་པོའི་སྤྱ་རྗེས་དག་དུ་གསར་བཅིགས་བྱས་པ་ཡིན་པར་བསམ་ཆོག་
སྟེ། ཟངས་དཀར་བྱང་པོས་མཐོ་ཡུལ་ཏེ་དཀར་ཆའི་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་ཟངས་དཀར་

རྒྱལ་པོའི་མཁར་ཏེ། ད་ལྟ་ཞིག་རལ་དུ་སོང་བ་དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་ག་ཤེས་ལྟེ་ཡིས་གསར་
བཞེངས་བྱས་པ་དང་། དེ་འབྲེལ་གྱི་རྩོམ་ཁར་དག་གྲང་ཁོང་གི་སྤྲུལ་ཆེས་དག་ཏུ་གསར་
ཅིག་གི་ལས་གཞི་བཅུ་མས་པ་ཡིན་པའི་བཤད་རྒྱུ་ཞིག་གྲགས་པ་ཆེ། རྒྱལ་པོ་
ག་ཤེས་ལྟེ་ལོ་རྒྱུ་པ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་དང་དུས་མཉམ་ཡིན་པར་བཤད་པས་ན།
སྤྱི་ལོ་དུས་རབས་བཅུ་བའི་དུས་དཀྱིལ་ནས་བཅུ་གཅིག་པའི་དུས་དཀྱིལ་བར་ཡིན་
པ་འདྲ། (ལོ་རྒྱུ་པ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ནི་རབ་བྱུང་མ་བཅུ་གས་ཤོང་གི་ས་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་ ༢༥༩ ལོར་སྐྱུ་འབྱུངས་པ་
དང་རབ་བྱུང་དང་པོའི་ཤིང་ལྷག་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༥༥ ལོར་སྐྱུ་ག་ཤེས་) སྤྱིར་རྒྱལ་པོ་ག་ཤེས་ལྟེ་ཡི་
ཡབ་མེས་ནི་ཟངས་དཀར་རང་གི་ཡུལ་མི་མ་ཡིན་པར་སྤྱི་ཉིད་ཡུལ་ནས་བྱོན་པ་དང་།
ཁོ་ཆོས་རིམ་གྱིས་ཟངས་དཀར་ལྟོ་བྱང་གཉིས་སུ་དབང་བསྐྱར་བར་མཛོད་ཏེ། “སྤྱི་ཉི་
ནས་བཟང་དཀར་དུ་ལྷ་ཆེན་ཤག་ཐུབ་པེབས་ནས་དཔལ་བདུན་བཟུང་། བྱང་ངོས་
ལའང་མཁར་བཅིགས་ནས་ལྟོ་བྱང་གཉིས་ཀའི་རྒྱལ་པོ་བཞུགས་” 22 ཞེས་པར་
གཞིགས་ན་བྱང་ངོས་མཐོ་ཡུལ་གྱི་མཁར་ནི་ལྟོ་ངོས་དཔལ་ཏུ་མ་གྱི་མཁར་ལས་ཆེས་
མ་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ཟངས་དཀར་གྱི་ཁོར་ཡུག་གི་འགྲུར་འགྲོས་དང་ཁོ་
ཆོའི་དབང་བསྐྱར་གྱི་གོ་རིམ་སོགས་ཕྱོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བལྟས་ན་རྒྱལ་པོ་
ག་ཤེས་ལྟེ་ལོ་རྒྱུ་པ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་དང་དུས་མཉམ་ཡིན་པར་བཤད་པ་དེ་བདེན་
དངོས་ཀྱི་གཏམ་དུ་མཐོང་ངོ་།

ལ་དྲུགས་པ་དང་བོད་ཀྱི་རྩོམ་ཁར་གཉིས་ཀྱི་བཟོ་བསྐྱར་གྱི་སྤྱིས་ཀ་དང་རྒྱ་ཁྲོན།
མཐོ་ཆོད་བཟོ་དབྱིབས་སོགས་བསྐྱར་ཐབས་མེད་པའི་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ནའང་།
བཅིགས་བཟོ་བྱེད་པའི་དགོས་གལ་རང་བཞིན་ཏུ་ཅང་ཆ་འདྲ་བ་སྟེ། རྒྱལ་པོར་པ་

ནམས་ཀྱིས་རྫོམ་ཁར་ལ་ཁོ་བོ་ཟེར་བ་དང་དེ་ནི་རྒྱ་ཁོར་འདྲོག་གནས་ཞེས་པའི་དོན་
ཡིན་པར་བཤད། ཟངས་དཀར་པ་ནམས་ཀྱིས་རྫོམ་ཁར་ལ་མེའུ་དང་སྒྲིགས་ར་ཟེར་
ཞེས་པེའུ་ནི་སོ་བ་ཞེས་པའི་དོན་དང་སྒྲིགས་ར་ནི་དག་བྱང་སྐབས་སྒྲིགས་རྫོམ་པེན་
ས་ཡིན་པས་རེད། དེ་ལྟར་རྫོམ་ཁར་ལ་རྒྱ་ཁོར་འདྲོག་གནས་ཞེས་རྒྱ་ཁོར་ཅམ་འདྲོག་
ས་དང་སོ་བ་ཞེས་སོ་བཟུ་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་གཅིག་ཕྱའི་འདུག་གནས་དང་། དག་བྱང་
དུས་སྒྲིགས་རྫོམ་པེན་ས་ཁོ་ན་ལྟ་བུར་མཐོང་བྱང་། དེ་ག་རང་གཅིག་ཕྱ་ཡེ་ནས་མ་
ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་དམག་བརྒྱ་གཏོང་བྱེད་དང་ཉེན་གཤམ་ཁར་། རྒྱ་ཁོར་སྐྱས་ཁར་
དང་གཡུལ་ས་སོགས་སུ་རྒྱལ་རོང་བ་དང་ཟངས་དཀར་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཅིག་
མཚུངས་ལྟར་བེད་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་རེད།

དེ་ལས་ཀྱང་འབྲུ་ཆོས་ལྟར་རེར་མཛོད་ཡོད་པ་ཞིག་ནི། རྫོམ་ཁར་བརྒྱུགས་
གནས་སོ་བྱང་དང་རང་གི་སྤྲོད་ཁར་གི་རི་བོའི་སྤྲང་བྱར་གྱི་རོས་དག་ཡིན་པ་དེ་རེད།
ཡིན་ནའང་རྫོམ་ཁར་དབྱིབས་བཞོད་ཀྱི་རིམ་པའི་ཆ་གཏན་ནས་མི་འབྲསྟེ། བོད་ཀྱི་
རྒྱལ་རོང་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་སྐན་ནམས་ཀྱི་རྫོམ་ཁར་ལ་བྱར་བཞི་ཅན་དང་། བྱར་ལྔ་ཅན།
བྱར་དྲུག་ཅན། བྱར་བརྒྱད་ཅན་སོགས་ཡོད་པར་མ་ཟད། མཐོ་ཆོད་ཀྱང་པལ་ཆེ་བ་
སྟེ་29ནས་43.2དང་ཐོག་ཅིགས་རིམ་པ་དྲུག་ནས་དགུ་བའི་བར་ཡོད། ཅིག་རོས་
ལ་གཡལ་ག་མགོ་དང་རྟ་མཚོག་སོགས་དོད་དུ་བརྒྱག་ཡོད་ལ་རི་མོ་ཡང་སྐྱ་མང་བྲིས་
སྟོལ་ཡོད་པར་བཤད། རྫོམ་ཁར་དག་ཏུ་ཅང་མཐོ་བོ་ཡོད་པས་སྟེང་ནས་དག་ཐག་གི་
ཉེན་ཁ་ལ་སོ་བཟུ་བྱེད་པ་དང་གཡུལ་འཁྲུག་གི་དུས་སུ་ཉེན་ཡིབ་བྱེད་བྱུབ་ལ། རྒྱ་
སོགས་ཀྱང་དོང་ལམ་བརྒྱད་ནས་ཡེན་བྱུབ་པར་མ་ཟད། དག་བོར་པར་ཞོལ་ཀྱང་

བྱེད་ཐུབ་པར་བཤད། གཞན་དོ་ཅིག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་ཁག་ན་མདོ་
ཁམས་ཡུལ་དུ་བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་ནས་དོ་ཅིག་ལག་རྩལ་ཆེས་ཆེར་དར་ཡོད་
པར་བཤད་པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་མོ་ཆ་བ་རོང་གི་དོ་ཅིག་ལག་རྩལ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་མོས་ཆེ་
སྟེ། ད་ལྟ་ཡོད་པའི་དོ་མཁར་དག་ལ་བལྟས་ན་ནི་རྒྱལ་རོང་པ་ཆོ་སྤྲོ་མོ་ནས་དོ་ཅིག་
ལག་རྩལ་ཅུང་འཕུས་ཆང་རང་བཞིན་ཡོད་པར་ཤེས་ཐུག། དེ་ལྟར་མིན་ན་དུས་ད་ལྟ་
ཡང་གཞན་ལ་རོམ་དུ་རུང་བའི་དོ་མཁར་འདི་དག་བཟོ་སྐྱབ་བྱེད་ག་ལ་ཐུག། དོ་མཁར་
འདི་དག་གསར་ཅིག་བྱེད་སྐབས་རྒྱལ་རོང་པས་མི་ཐོག་གཉིས་ཀྱིས་ཐོན་དུལ་རྒྱ་
ཆེ་བའང་ཡོད་པ་དང་ཁོ་ཆོའི་སྒོ་སྒྲོབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱང་གསལ་བོ་མདོན་ཡོད་པ་དེ་
རེད།

རྒྱལ་རོང་ཡུལ་གྱི་དོ་མཁར་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་ཞིག་ན། “མཁར་གྱི་སྒོ་ནི་
ལྷངས་ཆོག་པའི་དོ་དང་ས་སྤངས་པ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་སྤྲོ་ཆོགས་དོ་མཁར་ནང་དུ་
འབྲེན་སྤྲོ་བ་དང་། ཏྲ་ཐོག་ཀྱང་དོ་མཁར་ནང་དུ་འབྲིད་ཆོག་མི་ནམས་གྱི་དོ་མཁར་ཕྱིའི་
ས་དོ་སོགས་བསལ་ནས་སྐྱས་བཅུགས་ནས་ནང་དུ་སོང་རྗེས་སྐྱས་ནང་དུ་ལྷངས་
ཆོག་པས་དོ་མཁར་འདི་མིང་དོན་མཚུངས་པས་ཉེན་གཡོལ་ཁང་ཡིན་”23ཞེས་བ་
ལྟར་ལགས་ལ། གཞན་ང་རང་ཕྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་གསུམ་གྱི་ལོར་རྒྱལ་རོང་དུ་སོང་
སྐབས་སུ་དོ་མཁར་ལ་ས་དོ་གང་རུང་གི་སྒོ་ཡོད་མེད་མཐོང་ཐོས་མ་བྱུང་ཡང་། དེ་ནི་
ང་རང་དོ་མཁར་ལ་ཆེད་དུ་རྒྱང་བཅུགས་ནས་འཆོལ་ཞིབ་དུ་སོང་བ་མ་ཡིན་པར་འགྲོ་
ཞོར་གྱི་མཐོང་ཐོས་ཅམ་ཡིན་པས་ན། སྤྲོན་གྱི་དུས་སུ་དོ་མཁར་ལ་གོང་ནས་བཤད་
པ་ལྟར་གྱི་སྐབས་བདེ་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ས་དོ་གང་རུང་གི་སྒོ་སོགས་ཀྱང་ཡོད་པར་

འདོད་ལ། ད་དུང་དེ་དུ་”ཕྱག་པོ་རྣམས་ལ་རང་རང་གི་ཉེན་གཡོལ་བྱེད་སའི་རྩོམ་ཁར་
རེ་ཡོད་ཆོད་རེད་” 24བ་དེ་ཡང་བདེན་དངོས་ཀྱི་གཏམ་དུ་མད་དོ།

ལ་དྲགས་ཟངས་དཀར་ཡུལ་གྱི་རྩོམ་ཁར་དག་ནི་གོང་གི་བོད་པའི་རྩོམ་ཁར་གྱི་
བཅོད་བྲིབས་ལྟར་བྱར་ལྟ་དང་དུག་བརྒྱད་སོགས་ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རྒྱུ་པོ་
དང་གྲུ་བཞི་ནར་མོར་བཅེགས་ཡོད་པ་དེ་རེད། དེ་ནི་དཀར་ཆ་མཐོ་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་
རྒྱལ་པོ་གཤེགས་ལྷེ་ཡི་རྩོམ་ཁར་དང་སྐྱ་སྐམ་གྲོང་ཆའི་གཡོན་བྱར་གྱི་རི་སྐང་ན་ཡོད་
པའི་རྩོམ་ཁར་བཅོད་བྲིབས་ཀྱིས་ཤེས་ནུས། སྤྱིར་རྒྱལ་པོ་གཤེགས་ལྷེ་ཡི་རྩོམ་ཁར་
ཡོངས་སུ་ཞིག་རལ་དུ་སོང་ཡོད་ཀྱང་། རྩོམ་ཁར་གྱི་ཅིག་མང་ལས་རྒྱུ་པོ་ཡིན་པ་
གསལ་པོ་ཤེས་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ད་དུང་ཁོ་ཆོས་རྩོམ་ཁར་གང་དང་ཅི་ཞིག་ལ་བེད་
སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའང་ཤེས་ཐུབ་སྟེ། རྩོམ་ཁར་གྱི་ཞབས་འོག་གི་མཐའ་སྐྱོར་ཡོངས་
སུ་རྩོམ་པ་ཆེན་པོ་གཤེགས་ལྷེ་ཡི་རྩོམ་ཁར་ཞི་ཕྱོག་དུས་སུ་ཅ་དངོས་དང་རྒྱ་ཞོར་
སྐས་བསྐྱངས་བྱེད་ས་ཡིན་ཏེ། དུས་ད་ལྟ་ཡང་ཅ་དངོས་རྩེད་སོང་བྱུང་གི་ཡོད་པ་
འདིས་ཤེས་ཐུབ་ལ། (ཅ་དངོས་ཁ་ཤས་རྩེད་སོང་བྱུང་ཡོད་དུང་ད་ལྟ་ཡུལ་མི་རྣམས་རྣམ་རྟོག་གིས་
འཛིགས་ནས་ད་དུང་ཨ་རྩེད་ཀྱི་ཕྱོག་འདོན་བྱེད་མི་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག) དེ་མིན་ཞིག་ཏུ་རལ་སོང་
པའི་རྩོམ་ཁར་གྱི་ཕྱོགས་ཡོངས་ན་དགའ་ལ་པར་ཞོལ་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོགས་དོ། གཙང་
འགམ་ནས་སྤོར་འཕྲེན་བྱས་པའི་རྒྱ་རྩོད་རིལ་རིལ་མི་ཡི་མགོ་བའི་ཆེ་ཆུང་དང་མཉམ་པ་
མང་བོ་ཡོད་ལ། དེ་དག་སྤོར་འཕྲེན་བྱེད་མཁན་ནི་ཉེས་ཅན་པ་ཤིང་སྤྱག་ཡིན་པར་
བཤད། སྤྱིར་ལ་དྲགས་ཡུལ་འདིར་མཆོད་རྟེན་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ཉེས་ཅན་པ་
དག་ལ་རང་གི་བྱས་ཉེས་འགྱུར་བཤགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཅེགས་བཞེངས་བྱེད་དུ་བཅུག་

ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཁྲིམས་སྒོའ་ཞིག་ཡིན་པར་གྲགས་ཀྱང་། ཟངས་དཀར་ལུལ་
འདྲིར་ལ་དྲགས་ཀྱི་ས་གནས་གཞན་དག་ལྟར་མཆོད་རྟེན་མང་པོ་ཞིག་མེད་པ་ནི་
ཟངས་དཀར་པས་ཉེས་ཅན་པ་ཆོའི་ཉེས་ཁྲིམས་སྤྱོད་མཁར་ནང་དུ་སྒྲིགས་དོ་མང་པོ་
གཙང་འབྲམ་ནས་དཔོར་འདྲེན་བྱེད་དུ་བཅུག་པས་ཡིན་པ་འདྲ། ཁོ་ཆོའི་དོ་མཁར་ལ་
བོད་ཀྱི་དོ་མཁར་ལྟར་དོང་ལམ་བརྒྱད་དེ་ཆུ་ཡང་ལེན་སྤུབ་པའི་རྗེས་ལྷུལ་འདུག་ལ་
ཁོ་ཆོས་ཆུ་ལེན་པའི་དོང་ལམ་ལ་ཆུ་ལྷུག་ཟེད།

སྐྱ་སྐམ་གྲོང་ཆོ་ན་ཡོད་པའི་དོ་མཁར་ནི་བྱ་བ་ཞི་ནར་མོར་བཅིགས་ཡོད།
བཅིགས་བྱེད་ཀྱི་དོ་མང་ཆེ་བ་ཆེན་པོ་མི་གཞུགས་དང་མཉམ་པ་འདུག་དངོས་གནས་
དོ་ཆེན་དེ་དག་ཅིག་དོ་དུ་ཅི་ལྟར་བཞག་པ་དང་རི་སྐང་དུ་སྒྲོར་འདྲེན་གང་འདྲ་བྱས་
ནས་འོང་བ་དག་ལ་བསམ་ཆེ། སྒོན་ཀྱི་མི་ཡི་གཞུགས་པོ་དང་སྟོབས་ལྷུགས་ཀྱང་
རགས་རིམ་ཅམ་ཤེས་སྤྱབ། ཡིན་ནའང་དོ་མཁར་ནང་གི་བཀོད་པ་ཞིབ་སྒྲེང་བྱེད་
ཐབས་མི་འདུག་སྟེ་ནང་དོས་ཡོངས་ཅིག་སྟེང་ནས་ལྷུང་བའི་ཅིག་དོ་ཡིས་གང་འདུག་
ཕྱིའི་དོས་སྤྱའང་འབྱར་དོད་དུ་ཡོད་པའི་གཞུགས་དབྱིབས་ཅི་ཡང་མི་འདུག་ཀྱང་ཅིག་
པའི་ཕྱོགས་སོ་སོ་ན་སོ་བཟླ་གཅིག་བྱ་བྱེད་པའི་ཁྱད་བྱ་རེ་འདུག་གཞན་ཆེ་དབང་རིག་
འཛིན་གྱིས་བཤད་ན། “སྒོན་མའི་མེས་མེས་ཆོས་བཤད་ན་ཟངས་དཀར་པའི་གྲོང་ཆོ་
ཆང་མར་ཤེུ་ཡོད་ལ་གྲོང་ཆོ་གོང་མའི་ཤེུ་ནང་མེ་མདའི་སྐྱ་དང་དུད་པ་གང་རུང་
བྱུང་ཆེ་དག་ཇག་ཡོང་བའི་བརྟེན་ཡིན་པ་དང་། ང་ཆོའི་ཤེུ་ནང་དུ་འང་ཞ་ར་བྱེད་མཁན་
ཀྱི་མི་གཅིག་ཆུན་དུ་བསྐད་ཡོད་པ་དང་མི་དེས་དག་ཇག་ཡོང་བའི་བརྟེན་མཁན་བྱུང་ན།
དེ་མ་ཐག་ཁྲིམ་གྱི་ཆུ་ཁོར་ཁྲིར་ནས་ཤེུ་ནང་དུ་འགོ་དགོས་” 25པར་བཤད་པ་

སོགས་ལ་བསམ་ན་ཟངས་དཀར་པས་ཀྱང་དོ་མཁར་ཉེན་གཡོལ་དང་རྒྱ་ལོར་འདྲི་གནས། གཡུལ་ས་སོགས་སྤྱོད་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ལྟར་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་རེད། འོན་ཀྱང་ཡིད་པངས་པ་ཞིག་ལ་ཟངས་དཀར་པའི་དོ་མཁར་གྱི་མཐོ་ཆད། ཆད་འང་ལ་བྱེད་མ་ཐུབ། དེ་ནི་རྒྱལ་ལོ་གཤེགས་ལྡེ་ཡི་དོ་མཁར་ལ་ཅིག་མར་ཅ་མ་ལས་ལྷག་མེད་པ་དང་། སྐྱ་སྐམ་གྲོང་ཆོའི་དོ་མཁར་ཡང་ཐོག་ཅིག་ས་གཉིས་ཅ་མ་གྱི་ཆད་ལས་ལྷག་མེད་པས་བྱ་ཐབས་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་། ཟངས་དཀར་བྱང་དོས་མཐོ་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་རྒྱལ་པོའི་དོ་མཁར་རྒྱུ་ལོ་དང་། ལུབ་ཡུལ་སྐྱ་སྐམ་ན་ཡོད་པའི་གྲོང་ཆོའི་དོ་མཁར་བྱ་བ་ཞི་ནར་མོར་བཅིགས་ཡོད་པ་ནི་རྒྱལ་པོ་དང་འབངས་ཀྱི་གོ་ཐོབ་རང་བཞིན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་སྟེ།

མདོར་ན་བོད་ཡུལ་གྱི་མཐའ་མཆམས་རྒྱལ་མོ་ཆ་དོར་པ་དང་ལ་དྲགས་ཀྱི་མཐའ་མཆམས་ཟངས་དཀར་པ་གཉིས་ཀྱི་དོ་མཁར་ལས་མཐའ་མཆམས་ཁག་གི་མིའི་དཀའ་སྤྱད་དང་དེར་གཤོར་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པའི་སྒོ་སྟོབས་ཤེས་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ཡུལ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་དོ་ཅིག་ལག་ཅེས་ཅེར་སོན་གྱི་བྱུང་འཕགས་རང་བཞིན་ཡང་མཛོན་ཐུབ་ལ། དོ་མཁར་གྱི་བཀོལ་སྤྱོད་རང་བཞིན་འདྲ་ཡང་བཟོ་བཀོད་ཀྱི་ཆ་ལ་འདྲ་ས་ཏ་ཅང་ཉུང་ཞིང་ཏ་ལམ་མེད་པ་ལྟར་མཛོན་པ་དེསོ།

བརྒྱད་པ། ལྷ་གཤིབ་ལས་རྟེན་པའི་ལ་པོད་མྱོད་ཁང་གི་ཅིག་བཟོ།

ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་ཀྱི་སྟོད་ཁང་ཅིག་བཟོ་ལས་རྟེན་ཅིང་མཐོར་ཐུབ་པ་ནི། ཡུལ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་དོ་ཅིག་གི་བར་ལ་འདྲ་བའི་ཆ་ཏ་ཅང་མང་ལ་མི་འདྲ་བའི་ཆ་ཉུང་བ་

དེ་རེད། འོན་ཀྱང་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་བཤད་པ་ལྟར་ལ་བོད་གཉིས་ལ་མི་འདྲ་བའི་ཆ་ཅི་
ཡང་མེད་དེ། དེ་ནི་སྟོན་གྱི་དུས་སུ་བོད་ལས་ལོགས་སུ་གྱུར་བའི་ལ་དྲགས་པ་ཞིག་
མེད་པར་ལ་དྲགས་ནི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་གྲེ་བྲག་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་སྟབས་བདེ་ཡིས་
བརྗོད་གྱི་ཡོད་པ་དེར་བདེན་ཤས་ཆེ་རུང་། དད་འདུན་སེམས་ཁམས་དང་ཡུལ་སྟོལ་
གོམས་གཤེས་གཙུག་པ་ལོ་སྟོན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ལ་དེ་ལྟར་བཤད་ཆོག་ཆོག་ཡིན་
པའི་བཟོ་ལྟ་འདྲ་བོ་འདུག་ཀྱང་། ཡུལ་སྟོལ་ལ་ཡང་མི་འདྲ་ས་ཡེ་ནས་མེད་པ་ཞིག་པ་
ཡིན་ཏེ། ལ་དྲགས་པའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་གང་རུང་ལ་མནའ་མ་དང་མག་པ་སྦངས་ནས་
མགོ་རས་བཏང་ཆར་རྒྱབ་རྗེས་ཀྱི་བག་སྟོན་ཆེན་མོ་བྱེད་སྐབས་སུ། བྱིས་དེ་ཡི་བྲིན་
ཆེན་པ་མ་ཀླན་གྲོན་གཉིས་པོ་བྱིས་ཀྱི་བྱི་ལོགས་སུ་བྱད་དེ་ཁང་ཆུང་ཞེས་པའི་སྟོད་
ཁང་ཆུང་དུ་བཅུགས་ནས་སྟོད་བའམ། ཡང་ན་བྱ་དང་མནའ་མ་དག་གིས་ཁང་བ་
གསར་བཅུགས་བྱས་ཏེ་ཁོ་ཆོ་དེ་རུ་བྱད་འགོ་བས་ན། ཀླས་པའི་ཁུར་གྱིས་ནོན་པའི་
པ་མ་གཉིས་པོ་སྟོད་ཁང་གསར་རྒྱུང་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་མ་ཉི་བར་རང་བདག་རང་སྦྱོར་
གིས་འཆོ་དགོས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་གྱི་ལུགས་སྟོལ་འདི་འདྲ་ད་དུང་ཡང་མ་
ཉམས་རྒྱན་གནས་སུ་ཡོད་པའི་ཡུལ་སྟེ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་པས་ན། སྟོད་ཁང་ཅིག་
བཟོ་ལ་མི་འདྲ་བའི་ཆ་གཏན་ནས་མེད་པ་ག་ལ་སྟིད་དེ། ཅིག་སྦངས་དང་ཅིག་ཐབས་
ཀྱི་ལས་ཀའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་སོ་བྲང་དང་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་། འདུ་ཁང་། ལྷ་དཔོན་
ཆོའི་གཟིམ་ཆུང་གི་སྟེན་རྒྱན་འཛིག་སྦངས། ཅིག་པའི་གང་མཆོམས་བར་ནས་ཅིག་
པ་སྟོམ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲེ་རགས་འདྲ་བའི་ཤིང་ལེབ་མ་ཐུག་པོ་རེ་བཞག་ཡོད་མེད་དང་། ཅིག་
ངོས་འདམ་གྱིས་གཡོགས་ནས་ཅིག་རྩོམ་ཐོང་སྐབ་མིན་དང་དམངས་ཀྱི་སྟོད་ཁང་ལ་

ཡང་སྒྲིན་རྩུན་ལྟ་བུས་ཁང་པར་སྐད་མར་བཅོ་སྒོལ་ཡོད་མེད།

གཞན་ཡུལ་མི་སྤྱིའི་སྤྱོད་ཁང་གི་བཅོ་དབྱེབས་བཞོད་བྱ་བཞི་དང་ནར་མོ་ཡིན་
མིན་གྱི་ཁྱད་པར་སོགས་ཡོད་ལ། སྤྱོད་ཁང་གི་ནང་བཅོ་སྐྱུན་བྱ་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ཆ་ལའང་
ས་དོ་དང་ཤིང་སོགས་བེད་སྤྱོད་བཏང་བའི་མང་ཉུང་། སྐོར་ཡོད་མེད། གཞི་རྒྱ་ཆེ་
ཆུང་། རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དང་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་དག་གི་ཅིག་ཡུལ་རི་བོའི་ངོས་དང་
སྒང་དག་ཏུ་བཞེངས་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་སྤྱོད་ཆོགས་གྱི་བཤའ་རྒྱུན་ཁག་གི་བར་ཐག་
སོགས་བྱེ་བྲག་ཏུ་མི་འདྲ་ས་མང་བོ་ཞིག་མཐོང་ཐུབ་པ་དང་། བདག་གིས་ཀྱང་དེའི་
ཕྱོགས་དང་མཚམས་ངོས་ཡོངས་ནས་ཅུང་ཙམ་རེ་རྟོག་པ་དེ་ལ་འབད་ཁུལ་བྱས་
ནའང་། དེའི་ཕྱོག་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་མཚུངས་ཤིང་འདྲ་བའི་སྤྱི་ངོས་གིས་ངས་འབད་
པ་འབྲས་མེད་ཏུ་བྱས་འགྲོ་སྟེ། བདག་གིས་བལྟ་བུའི་ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་གྱི་སྤྱོད་
ཁང་གི་ཅིག་བཅོ་ནི་བཅོ་རྩལ་རང་མཚན་པ་གཉིས་ལ་བལྟས་པ་མ་ཡིན་པར། ལག་
ཤེས་རིག་དངོས་ཤིག་གི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཁྱད་ཆོས་ལ་བལྟས་པའི་སྤྱོད་བྱེད་ཉིད་ཏུ་
གྱུར་འགྲོ་བས་ན། བདག་གིས་ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་གྱི་སྤྱོད་ཁང་ཅིག་བཅོ་ལ་བྱེ་བྲག་
གི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་ས་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་ནའང་། སྤྱི་ཡོངས་སུ་མི་འདྲ་ས་མེད་ཅིང་གཞི་
རྩའི་ཅིག་ཐབས་གྱི་གོ་རིམ་སོགས་ཀྱང་གཅིག་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་
སེམས་པ་རྟེན་ཅིང་ཐོབ་པ་དང་། དེ་ཉིད་བརྗོད་པར་འདོད་པ་དེའོ།

མདོར་ན་ལ་དྲགས་པ་དང་བོད་གྱི་སྤྱོད་ཁང་ཅིག་བཅོའི་ལག་རྩལ་དང་འཕེལ་
རྒྱས་གྱི་ཆོས་ཉིད་མང་བོ་ཞིག་བོད་བཙན་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་བཙུགས་ཚུན་ཆད་ཏུ་དར་
རྒྱས་བྱུང་བ་ལས། དེའི་སྤྱོད་པ་དང་རྒྱས་ཆེས་ཆེར་མེད་ཀྱང་སྤྱིད་དེ། དགོ་ཆོས་

ཀྱི་<<གཏམ་རྒྱུད་གསལ་བྱེད་ལས།>> “སྟོན་གྱི་མི་རྣམས་ཁང་བ་བརྟེན་པ་ལ་ངོ་
མཆར་དུ་བརྟེན་པའི་གནད་གཏམ་རྣམས་ན་ཡང་པོ་བྱང་དགུ་ཐོག་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་།
གོང་ཁྱེད་ཞིག་པའི་ལྷལ་སོགས་ཆེར་མཐོང་རྒྱ་མི་འདུག་པས། བལ་ཆེར་འཕྲོག་བྱིས་
གྱི་རྣམ་པར་ཆགས་ཡོད་ཆོད་དུ་འདུག”26ཅེས་པའི་བཤད་པ་ལ་བདེན་གཏམ་མི་
འདུག་ཅེས་སྟེ་ཞིག་གིས་ཁ་ཆོད་གཙོད་མི་སྤྱབ་ནའང་། དེའི་ཡར་སྟོན་དུ་ལ་དྲུགས་
དང་བོད་ཡུལ་ན་སྟོད་ཁང་དང་དོ་རྟེན་གྱི་ལག་རྩལ་མེད་ཅེས་དེ་བས་ཀྱང་སྤྲི་མི་རུས་
པས། ལ་དྲུགས་པ་དང་བོད་པའི་སྟོད་ཁང་དང་དོ་རྟེན་གཉིས་ཀྱང་མིའི་རིགས་ཀྱི་ལོ་
རྒྱུས་སྤྱི་མཆོངས་ལྟར་སྤྲོ་ལོ་སྤྲོ་ལོ་ཞིག་ནས་ཡོད་ཅེས་བཤད་ན། འགལ་བ་མེད་ཅིང་
རིགས་པས་མི་གཞོད་པས་བོད་ཀྱི་དོ་རྟེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་ཆེས་གནད་བའི་ལོ་རྒྱུ་ཞིག་
ནས་འགོ་བརྒྱུས་ཡོད་པའི་ངེས་ཤེས་ཡང་དག་ཅིག་མིག་མཐུན་ལ་བཀའ་སྲོལ་ནས་
ཡོད་པ་དེ་གཉིད་དོ།

དགྲ་བ། མཆོག་བརྒྱུད་ཆེད་མོས་རང་ལ་ལྟ་བ།

ལ་དྲུགས་པ་དང་བོད་ཀྱི་སྟོད་ཁང་ཅིག་བཟོ་ལ་འབྲུག་ཙམ་བལྟས་པའི་བརྒྱུད་
རིམ་ནང་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྟོད་ཁང་ཅིག་བཟོའི་ལག་རྩལ་ནི། རྒྱ་ཆེ་ངལ་ཅོད་མི་
དམངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲག་གིས་བཙལ་ཅིང་བསྐྱུན་པ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཀྱི་བྱུང་
བ་ཡོད་པ་དང་། བཟོ་སྐྱུན་གྱི་རྣམ་པ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཕྱི་ཅིག་གི་ཁ་མདོག་སོགས་ལའང་ལྟ་
ཆོས་རིག་གནས་དང་མི་ཆོས་རིག་གནས་ཀྱི་བསམ་བློའི་རམས་མཐུག་ལ་མཆོན་
རུས་དང་གོ་དོན་གཏིང་ཟབ་མངའ་ལ། དེ་དག་རེ་རེ་ལའང་ཉ་ཅང་ངོ་མཆར་ཞིང་ཡིད་

འཕྲོག་པའི་གཏམ་རྒྱུད་གང་མང་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ཉིད་ནས་དུ་ཡང་མིའི་རིགས་དང་ཁ་
འབྲལ་ཐབས་མེད་པའི་རིག་དངོས་འཕགས་ཤིག་གི་བྱུང་ཆོས་ཡོངས་སུ་ཆང་བར་མ་
བད། འདི་ཉིད་ལས་ཞོར་དུ་བརྟ་ཐུབ་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་པ་ཤེས་བྱུང་བས་ན།
རང་ཉིད་ཀྱིས་འགྲོ་ཞོར་དུ་བརྟས་པའི་ཁྱོད་རོལ་འདི་ལ་རིན་ཐང་ཞིག་ག་ལ་ཡོད་སྟེ།
དེ་ལྟ་ནའང་ལག་ཤེས་རིག་དངོས་འདི་ལ་བཅོས་མིན་བརྟ་འདོད་ཀྱི་སྡོན་འགྲུའི་སྐྱ་
ཐིག་ཅིག་པལ་བར་སྤྲིག་ཉེས་ཅི།

མདོར་ན་རྩོམ་སྤྱང་འདི་ལ་མ་བརྟག་བབ་ཅོལ་དང་བཤད་ཡམ་སོགས་ནོར་
འབྲལ་གང་མཆིས་སྤྱང་ནས་འགྲོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། ལེགས་ཆ་སྐྱ་ཅེ་ཅམ་རེ་
ཡོད་སྟེན་ནི། ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དུ་འཆོ་ཞིང་གནས་པའི་མི་རིགས་སྤྱི་དང་བྱུང་
པར་གངས་ཅན་ཁ་བའི་ཁྱོདས་ཀྱི་བོད་པའི་སྒྲ་སྲོག་གི་ཡང་སྤྱང་དོད་པོ་གསལ་བྱེད་
སུམ་ཅུའི་ཁ་ལས་རྒྱུང་རྟ་རི་སྟེན་བར་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་རྒྱ་རུ་བསྡོ་བ་དང་།
གཞན་བདག་ལ་ལོ་མང་རིང་སློབ་སྦྱོང་གི་མ་ཐུན་རྒྱུ་ཅི་དགོས་བསམ་མཁན་ནོར་
སྤྱང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྦྱོང་ཁང་གི་རེས་སྟོན་པ་སྐལ་བཟང་ཡེ་ཤེས་མཚོག་
གཙོས་པའི་ནོར་སྤྱང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུའི་དགེ་ལས་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲ་
མེད་བཀའ་བྲིན་གྱི་རྟེན་མཚོན་དུ་འདྲུལ་བ་ལགས་ན། ཁོང་ནས་པའི་སྐྱ་ཆེ་ཡུན་རིང་
བརྟན་ཞིང་ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་མཐའ་དག་གིགས་མེད་སྤྱན་གྱིས་འབྲུབ་པའི་སྟོན་
འདུན་རྒྱུན་མར་འདེབས་པའོ། །

སྤྱི་ལོ་༢༠༡༠/ ༩/ ༡༩ ཉིན་ཟངས་དཀར་སྐྱ་སྐམ་པག་མོ་སྤྱིང་བཙན་དགོན་དུ་མཆོག་ཐོགས་པར་

བྲིས།

ལ་བོད་མྱོད་ཁང་ཆེན་བརྒྱུ་ཡིག་དག་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ཁག་ཅིག

བཟ་རྩམ་བཅམས་པའི་བོད་ཀྱི་རྫོ་ཅིག་གི་བྱང་འཕེལ་བཤད་པ། < <བོད་མྱོངས་ཞིབ་

འཇུག> > ༡༠༠༥ མའི་དུས་དེབ་གཉིས་པའི་ཤོག་གངས་ ༡༡ ན་གསལ།

ས་ལུད་ཐུབ་བསྟན་དཔལ་ལྷན་གྱིས་བཅམས་པའི་ < <ལ་དྲགས། > > ཞེས་པའི་དེབ་ཀྱི་

ཤོག་གངས་ ༡༡ ན་གསལ།

༡༠༠༥ མའི་རྒྱ་ ༤ ནང་ནོར་གླིང་མཐོ་སློབ་ཀྱི་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་སྐབས་གསེར་ཁྲི་གོང་

ཆོའི་ཁོང་གི་བྲིས་དུ་ཁོང་དང་དངོས་འབྲལ་གྱི་དག་འགྲོས་ཆོན་བལྟས་ཡིན།

བཟ་རྩམ་བཅམས་པའི་བོད་ཀྱི་རྫོ་ཅིག་གི་བྱང་འཕེལ་བཤད་པ། ༡༠༠༥ མའི་ < <བོད་

མྱོངས་ཞིབ་འཇུག> > དུས་དེབ་གཉིས་པའི་ཤོག་གངས་ ༡༥ ན་གསལ།

༡༠༡༠ མའི་རྒྱ་ ༥ ནང་དཀར་ཆ་བརྩ་གཅིག་ཞལ་གྱི་ཁོང་གི་གཤམ་དུ་ཁོང་ལ་བཅར་འདྲིའི་

ཆོན་བལྟས་ཡིན།

༡༠༠༥ མའི་རྒྱ་ ༤ ནང་ནོར་གླིང་མཐོ་སློབ་ཀྱི་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་སྐབས་ལྷེ་བདེ་དགོན་

པའི་འདུ་ཁང་གི་ཡང་སྟེང་དུ་ཁོང་གིས་དགོན་པ་མཆོས་སྦྱར་གྱི་ཁར་ལ་བཤད་པའི་དག་

འགྲོས་ཡིན།

ཐུབ་བསྟན་དཔལ་ལྷན་གྱིས་བཅམས་པའི་ལ་དྲགས་ཀྱི་མཁར་རྩམས་ཀྱི་ཅིག་བཟོ། ༡༩༩༩

མའི་ལོ་དེབ་ < <ཤི་ར་བ> > འི་ཤོག་གངས་ ༤༥ ན་གསལ།

ས་ཕྱད་ཐུབ་བསྟན་དཔལ་ལྷན་གྱིས་བརྩམས་པའི་ < <ལ་དྲགས། > > ཞེས་པའི་དེབ་གི་
ཤོག་གྲངས་ ༥༩ ན་གསལ།

དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་སྒྲེང་བས་བརྩམས་པའི་ < <ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན། > >
མི་རིགས་ཁང་གིས་དཔར་བའི་སྟོད་ཆའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༥༦ ན་གསལ།

ཁ་སྟོད་བན་དེ་མཁར་གྱིས་བརྩམས་པའི་བོད་ཀྱི་ཅིག་བཟའི་གནས་ཚུལ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པ།
༡༩༩༥ ལོའི་ < <བོད་ལྗོངས་ཞིབ་འཇུག་ > > དུས་དེབ་དང་བོའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༩༣ ན་
གསལ།

ཕྱེ་སྤྱོད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་བརྩམས་པའི་ < <ལུག་ལུགས་ཅིས་ཀྱི་ལེགས་བཤད་བེ་
རྒྱུ་དཀར་པོ། > > 'ལྷ་སའི་ཤིང་དཔར་མའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༩ ན་གསལ།

༡༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༦ ཀང་ཁོར་སྒྲིང་མཐོ་སྟོབ་ཀྱི་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་སྐབས་གསེར་ཁྱིའི་
ཆའི་ཁོང་གི་ཁྱིས་བྱ་ཁོང་དང་དངོས་འབྲལ་གྱི་དག་འགྲོས་ཆོན་བཟུལ་ཡིན།

ཨ་ལྟོང་དཔལ་ཐར་གྱིས་བརྩམས་པའི་གཡལ་རྩ་རི་བོའི་འདབས་ཀྱི་རྩོམ་གྱི་ཅིག་པ། ༡༠༠༩ ལོའི་
< <ཁྱུང་གོའི་བོད་ལྗོངས། > > དུས་དེབ་དང་བོའི་ཤོག་གྲངས་ ༤༧ ན་གསལ།

བྱ་རིགས་པ་སྒོ་བཟང་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་བརྩམས་པའི་བོད་ཀྱི་ཨར་ལས་སྐོར་ཅུང་ཟད་བརྗོད་
པ། ༡༩༩༩ ལོའི་ < <བོད་ལྗོངས་ཞིབ་འཇུག་ > > དུས་དེབ་བཞིའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༦༠ ན་
གསལ།

ཁ་སྟོད་བན་དེ་མཁར་གྱིས་བརྩམས་པའི་བོད་ཀྱི་ཅིག་བཟའི་གནས་ཚུལ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པ།
༡༩༩༥ ལོའི་ < <བོད་ལྗོངས་ཞིབ་འཇུག་ > > དུས་དེབ་དང་བོའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༩༥ ན་

གསལ།

༡༠༡༠ མེའི་ཆེ་ ༥ བའི་ནང་སྐྱ་སྐྱམ་པག་མོ་སྒྲིང་བཙུན་དགོན་དུ་བཀའ་འདི་བྱས་པའི་ངག་
འགྲོས་ཚན་བསྐྱུས་ཡིན།

༡༠༡༠ མེའི་ཆེ་ ༩ བའི་ནང་སྐྱ་སྐྱམ་གྲོང་ཆེའི་ཁོང་གི་ཁྱིམ་དུ་བཀའ་འདི་བྱས་པའི་ངག་
འགྲོས་ཚན་བསྐྱུས་ཡིན།

མི་ཉག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བརྩམས་པའི་བོད་ལྷགས་ཨར་སྐྱན་གྱི་ཕྱི་ཅིག་ཆོས་
མདོག་ཁྱད་ཆོས་སོགས་སྒྲོར་དབྱད་པ། ༡༩༩༩ མེའི་ < <བོད་ལྷོངས་ཞིབ་འཇུག> > དུས་
དེབ་གཉིས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༩༩ ན་གསལ།

མི་ཉག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བརྩམས་པའི་བོད་ལྷགས་ཨར་སྐྱན་གྱི་ཕྱི་ཅིག་ཆོས་
མདོག་ཁྱད་ཆོས་སོགས་སྒྲོར་དབྱད་པ། ༡༩༩༩ མེའི་ < <བོད་ལྷོངས་ཞིབ་འཇུག> > དུས་
དེབ་གཉིས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༩༡ ན་གསལ།

< <དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་གསུང་འབུམ། > > བོད་བཞི་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༧༦ དང་
༡༧༧ ན་གསལ།

མི་ཉག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བརྩམས་པའི་བོད་ལྷགས་ཨར་སྐྱན་གྱི་ཕྱི་ཅིག་ཆོས་
མདོག་ཁྱད་ཆོས་སོགས་ཀྱི་སྒྲོར་དབྱད་པ། ༡༩༩༩ མེའི་ < <བོད་ལྷོངས་ཞིབ་
འཇུག> > དུས་དེབ་གཉིས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༩༡ དང་ ༩༣ ན་གསལ།

དགེ་སློང་ཚུལ་ཁྲིམས་སམ་བཞད་པ་རྫོང་ཡིས་བརྩམས་པའི་ < <རིན་པོ་ཆེ་ངག་དབང་ཆེ་
མེད་གི་རྣམ་ཐར། > > ལག་གིས་མའི་ཤོག་གྲངས་ ༧ ན་གསལ།

ཏ་རེ་སྒྲིད་དང་སྒྲོལ་དཀར་སྒྲིད་གཉིས་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་འབར་ཁམས་ཀྱི་གནའ་བོའི་རྫོ་
མཁར། ༡༠༠༩ མེའི་ < <ཀྲང་གིའི་བོད་ལྷོངས། > > དུས་དེབ་གཉིས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༩༩

ན་གསལ།

ཏ་རེ་སྒྱིད་དང་སྒྲོལ་དཀར་སྒྱིད་གཉིས་གྲིས་བརྒྱུ་མས་པའི་འབར་ཁམས་གྱི་གནའ་བོའི་རྩོ་
མཁར། ༡༠༠༩ ལོའི་ < <གྲང་གོའི་བོད་སྒྲོངས། > > དུས་དེབ་གཉིས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༤༧

ན་གསལ།

༡༠༡༠ ལོའི་ཟླ་ ༥ བའི་ནང་སྐྱ་སྐམ་པག་མོ་སྒྲིང་བརྩམ་དགོན་དུ་བཀའ་འདྲི་བྱས་པའི་ངག་
འགྲོས་ཚན་བཤུས་ཡིན།

བོད་སྒྲོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན་པའི་ < <དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་
གྱི་གསུང་རྩོམ། > > དེབ་གཉིས་པའི་ཤོག་ངོས་ ༥༩ ན་གསལ།

རྒྱལ་འཕྱུར་ཁྲིའི་ལ་རྒྱལ་དང་བདག་གི་དབྱངས།

མེས་པོ་བླན་པ།

ལ་རྒྱལ་ས་གཞོན་ཅུ་ཞིག་གིས་རང་གི་མེས་པོ་བླན་པའི་ཆ་བ་རྒྱ།

གངས་ཀྱི་རི་ལས་བབ་པའི་རུས་རྒྱུ་འདྲི།
མེས་པོ་བླན་ཀྱིས་གནང་བའི་སེམས་གཞས་དེ།
ཆ་བོ་ང་ལ་མཁོ་བའི་གནས་སྐྱེས་ཉིད།
བླན་ཉིད་བླན་པ་སེམས་ཀྱི་མིག་ཚུ་ཡིན།
ཨ་མས་བླན་ནི་རྟོག་བཏགས་ལྟ་སྦྱང་བསྦྱང།
ཨ་མས་བླན་དང་རུས་འབྲེལ་མེད་པར་སྒྲོམ།
བླན་ཀྱི་ཞལ་རས་གཡོགས་པའི་ལོ་ལྔའི་གོས།
ཐོལ་བྱིས་བྱིས་པའི་སྒྲོ་སྟོབས་ང་ཡིས་འཛོལ།
པ་ལོ་མ་ལོའི་ལྟོ་བའི་ངན་གོམས་ལ།
མེས་པོ་བླན་ཉིད་ཁོ་བ་མེད་སྲིད་ཀྱང་།
ང་ཡི་གདོང་རིས་ཁ་མདོག་སྒྲུག་སང་མ།
བྱི་རབས་མི་ལ་སྟོན་པར་ངོ་རི་གཞོངས།

མེས་པོ་ཁྱིད་ཀྱིས་བརྒྱད་པའི་ལམ་ཆེན་ན།
ཁྲག་དང་རྩལ་ཚུའི་མཚོ་མོ་རེ་རེ་འབྲེལ།
མཚོ་ཁར་བཞད་པའི་བྱམས་བཅེ་མེ་ཉླག་ཚོམས།
བདག་གི་སེམས་ཀྱིས་རེ་བའི་འབྱོར་ལྷག་ཉིད།
སྡོ་བསངས་གནམ་འདི་བྱེད་ཀྱི་གཤེས་ཡིན་ན།
སྤྱིན་དང་གངས་འདི་བྱེད་ཀྱི་སེམས་ཡིན་པས།
དག་གཙང་དེ་བྲལ་བྱེད་ཀྱི་སེམས་པའི་ཁམས།
བྱེད་ཉིད་བན་པའི་ཁྲག་གི་མིག་ཚུ་ཡིན།
རལ་གྱིའི་ཐེལ་ཤུགས་བསྐྱར་བའི་ཁོད་ཡངས་སེམས།
བྱེད་ཀྱིས་བདམས་པར་འགྲིག་ཅིང་འཐད་ན་ཡང་།
བདག་གི་པ་ལོར་ཁྱིད་ཀྱི་གཟུགས་རིས་ཅམ།
འབྱར་དུ་མེད་པའི་སྐྱོང་ལ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས།
མདུན་གྱི་མེ་ལོང་བལྟས་ཀྱིན་བལྟས་ཀྱིན་དུ།
བདག་གི་གདོང་རིས་འདི་ཡང་འབྱར་སྟམ་པའི།
སྤངས་སྐྱག་གདུང་བས་བཅུམས་དང་བཅུམ་ཡོང་བས།
ཆེ་དང་སློག་ལ་གཅེས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།
འདི་ནས་བྱང་ཕྱོགས་རེ་བོའི་པར་ངོགས་ན།
མེས་པོ་ཁྱིད་ཀྱིས་བཞེངས་པའི་སྒྲ་མཁར་ལ།
ཤེས་རབ་སྟོབས་ཀྱིས་བཙལ་བའི་གདངས་འགྲོས་ཤིག

ཐོས་ཤིང་མཐོང་བའི་ཕྱི་ལམ་རྫོགས་མཐའ་བྲལ།
མང་ཡུལ་ལྗོངས་ལ་སྤང་དང་ནགས་ཀྱི་རི།
ཡོད་ཅེས་ཤོག་ལྟ་རྟོག་མ་ཐུག་ན་ཡང་།
ཨ་པས་ང་ལ་གནང་བའི་བྱེ་མའི་རིས།
བདག་གི་མཐོང་ལམ་བཅད་ཅིང་འཕྲོག་ནས་འགྲོ།
མེས་པོས་གནང་བའི་སེང་གེ་ཁ་འབབ་འདི།
འཛམ་གླིང་རིས་བྱུང་བསྐྱུར་བའི་ཐ་སྙད་ཆོགས།
ཁ་དང་སྤྲ་ལ་བཅན་གྱིས་བཅུག་ཡོང་བས།
བདག་ནི་བདག་ལ་ཡི་ཆད་གཏིང་ནས་སྐྱེས།
གངས་ལམ་ལོ་རྒྱས་འཁེལ་བའི་སྤྱད་བའི་སྒྲེ།
ལྷ་སའི་འོ་བོར་འཐེན་པའི་དད་བའི་སེམས།
མཐའ་མཆོམས་གསར་བའི་རྣོ་ངར་རལ་གྱི་ཡིས།
ཅུབ་བྲལ་བཏང་བའི་སྐྱོང་ལ་ཉམ་རེ་ང་།
ཚུར་རོལ་འདི་ཡི་གཞིས་ཁང་གྲུ་བཞི་འདིར།
ཆ་བོང་ཡི་ལྟ་ཁྲག་འཕོས་ན་ཡང་།
མེས་པོ་བྱིད་ཀྱི་ཅིག་སྒོལ་མིན་ངེས་ཏེ།
རིགས་འཕྲུལ་དཔྱད་པའི་སྒོ་མོ་བོར་ནས་འདུག
བྱིས་གྱི་ཕུགས་སུ་བཅིགས་པའི་བོ་ཉིའི་ངོས།
ཅི་བྱིས་གང་བྱིས་པ་མས་མི་མཁྱེན་བས།

དོགས་གནས་ཁུར་གྱིས་ལྷེ་བའི་བདག་གི་སེམས།
མེས་པོ་བྱེད་ལ་བྱིས་ནས་བསལ་བར་རེ།
ལོ་རྒྱའི་འབེལ་རིམ་འདི་ལྟར་བརྟེན་པ་ལྟེན་ནས།
མེས་པོའི་དབང་སྟོབས་ཉམས་ཤིང་རྒྱུད་གྲུར་ན།
ང་ཚོའི་རྗེས་རབས་འབོད་སའི་མི་ཡི་གཞོང་།
ཕ་གའི་གཡག་ཀླན་གན་དང་ཅིས་མི་མཚུངས།
རྒྱང་ཏྲ་ཡར་ཡར་བསྐྱར་བའི་མཁའ་དབྱིངས་ན།
མི་གཤིས་མར་མར་ལྷུང་བའི་ལ་དྲགས་ན།
མེས་པོའི་སྒྲ་རྒྱུང་བོར་བའི་སྤྱུང་མཛོད་ནས།
གང་ལ་འཁུར་འགོ་བསམ་ན་བདག་ཡིད་འདིགས།
འདིགས་རྩམ་སྟོང་གི་རལ་གྱིའི་སོ་ཁ་ནས།
མེས་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཆ་བོ་ཡིན་བསམ་ན།
གཞོན་གཞུག་བྲལ་བའི་དབང་བོའི་སྟོང་སྟོབས་གོས།
ཐོབ་པའི་དཀའ་བྱིན་སྟོང་ནས་ཡང་ཡང་བྲན།
བདག་གི་མིང་ལ་ཅི་ཞིག་བཏགས་སྟུར་ཀྱང་།
གཞན་གྱིས་གང་གིས་བདག་ལ་བོས་སྟུར་བྱང་།
མེས་པོ་བྱེད་ལ་དགའ་བའི་ནང་གི་སེམས།
བཅད་དུ་མེད་པ་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་བྱིན་ཉིད།
བྱེད་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་བཞུས་པའི་གངས་ཆབ་འདི།

འཛེད་མེད་གཏེར་མཛོད་ཅིག་གི་བགོ་སྐྱེལ་དུ།
པ་ལོར་བཞག་པ་ཁོང་གིས་མི་མཐུན་ཀྱང་།
ཆ་སོང་ཡི་སེམས་ན་ཁྲིག་སེ་ཡོད།
གཞན་གཅེས་བསམ་སྒྲིལ་མངའ་ཐང་བྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་སྤྱོད།
སྒྲོ་དང་ཐབས་ཀྱི་དེབ་ཐེར་བྱེད་ཀྱིས་བྲིས།
གཤོག་ཟུང་བརྒྱུད་ས་འཛིན་མ་མཁའ་ཆེན་པོ་འདི།
བདག་ལ་བསྐྱེལ་བའི་བཀའ་བྲིན་བཛྲོད་མི་ལངས།
བསམ་ཞིང་བྲན་པའི་སེམས་ཀྱི་མེས་པོ་ཁྱོད།
བདག་གི་ཉེ་སར་བྱོན་དང་འབྱོན་བཞིན་པས།
འོད་ཀྱི་ཞབས་རྒྱུ་ཉེད་པའི་གདེང་ཆོད་ཅིག
རྒྱས་པའི་རྒྱུ་ལ་འཐིམ་ཞིང་འཐིང་ནས་འོང་།
མེས་པོ་བྲན་པའི་མིག་ཚུལ་ཆར་བ་ཞིག
ཁོར་ཡུག་འདི་ནས་འབབ་པར་མི་རེ་མོད།
སྙིང་སྙོབས་དགུ་འགྱུར་ཁ་བ་དཀར་པོའི་མདངས།
ལྷ་བ་ལྷ་བ་འབབ་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱིས་གནང་།
བྱེད་ཉིད་དགྲེས་བྱེད་ལྷག་བསམ་གངས་ཀྱི་རི།
སྒྲོན་མོ་གནམ་ལ་བཏབ་པའི་སྐར་ཆོགས་ཤིག
ཡངས་པའི་ཐང་ལ་བཀྲམ་པའི་མེ་ཉྱལ་ཅིག
རྒྱ་མཚོའི་རོགས་ལས་མཆེད་པའི་རྩ་རྒྱལ་ཡིན།

མོ་རྒྱའི་བྱ་མོ་བོས་བའི་བར་རྒྱབ་ན།
བདག་གི་རུས་རྐང་ནས་ཡང་ཁྱེད་ཉིད་དེ།
བྱམས་དང་བཅེ་བའི་དབྱངས་གསལ་སོ་བཞི་བོ།
འོད་ཀྱིས་ཐེང་ཐག་བརྒྱས་པར་སེམས་ཁྲལ་མེད།
མེས་པོ་འཇུག་པའི་ཞལ་རས་སྒྲིག་མདངས་དེ།
མི་ལམ་སྐྱོང་ནས་མཇལ་བ་བཅིས་གྱུར་ན།
རྩ་རྐང་རེ་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་གདོང་པ་རེ།
ཆ་བོང་ཡི་སྒྲོ་སྒྱིད་ཕྱ་གཡང་ཡིན།
མེས་པོའི་མཛད་འཕྲིན་མཁའ་ལ་འཕྱར་བྱལ་ན།
སྒྲོབས་ཀྱིས་ཁངས་པའི་འོད་ཀྱི་ལམ་སྒྲེ་རུ།
རི་སྒྲིད་བསྐྱལ་བར་བདག་གི་མགོ་བོ་འདི།
མཐོ་རུ་འདེགས་པའི་སྐྱོངས་པ་འགྲིང་ནས་ཡོད།

དཔྱ་པའི་རྫོང་གི་ལ་དྲགས།

བརྗོད་ལྷགས།

བཅེ་སེམས་དར་དཀར་གྱི་ཡོལ་རས།
རྒྱང་རིང་ལ་དྲགས་ཀྱི་གཞུང་ནས།
ལུས་འགྲོ་བསམ་པ་རང་མེད་ཀྱང་།
ལྷ་ཤུད་ལྷ་སྐྱོར་ཞིག་ཡོད་གི།

ཐོག་མའི་ལེའུ།

ནིང་ལོའི་སྟོན་མཐུག་གི་དུས་སུ།	སྟོ་སྟོང་རེ་ཉེན་ས་རེ་ཉེ།
སྟོབ་གྲའི་མགོ་འབྲིང་གི་བཀའ་བཞིན།	སེམས་པའི་སྟེང་འོག་ནི་བརྟེན་གྱི།
རྒྱས་མེད་ལ་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ།	དབྱལ་བའི་འཛུམ་རྒྱུད་གི་འོག་ནས།
འདོད་མེད་དག་གན་ལ་སོང་ཡིན།	ཅུང་ཙམ་ངོ་ཚ་ཡི་བྱུང་མིག།
དང་ཐོག་སྐད་ཆ་ནི་མི་གོ།	ཡང་ཡང་འཕེན་བ་ཡི་ཉམས་སྒྲུང་།
བཟའ་བརྒྱུད་གནས་མལ་ཡང་མི་འཕྲོད།	ཅི་འབྲའི་ལྟ་ན་ནི་སྤྲུག་ཨང་།
ཁེར་རྒྱུད་སྤྲུང་དེ་མི་བཟོད།	ཉིན་རེའི་སྟོབ་ཁྲིའི་བྱ་ལས།
ད་ནི་ལོག་འཕྲོ་ཡང་བསམ་སྟོང་།	འབྲུབ་མ་ཐག་བ་ཡི་དུས་ལ།
ཉིན་ཞག་སྟེང་བ་ཡི་འཁོར་ལོ།	གོམ་པའི་འདེགས་འཛིག་གི་ཁ་ཕྱོགས།
ཟླ་ངོ་གཅིག་གཉིས་ལ་བརྒྱས་དུས།	དབང་མེད་གྲོང་ཆོ་ལ་ཤོར་གྱི།
བཞིན་དཀར་འཛུམ་རིས་ནི་ལྷན་པའི།	ཉིན་མཆན་གོ་ལྟོག་གི་བར་ནས།
བྱ་མོ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཤིས་སོང་།	ཤ་འཇམ་ལུས་བྱོད་ནི་ཆེ་བའི།
བསམ་སྟོབ་ཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཁྲགས་ནས།	ག་ཤིས་བཟང་བྱ་མོ་ཡི་ཆོགས་ཀྱིས།
འཕྲོགས་བདེ་འདུག་བདེ་ཡི་ལམ་བུ།	བདེ་སྦྱིད་ཁང་བཟང་ཞིག་བསྐྱུན་སོང་།
ཡང་ཡང་བཙལ་བ་ཡི་ཐ་མར།	བྱོད་མོའི་རྩམ་བརྩེད་ལ་འཛིགས་ཞོར།
རྟོད་པའི་དོན་འབྲས་དེ་འབྲུབ་སོང་།	བྱ་མོ་བརྒྱད་དགུ་ལ་འཕྲོགས་རྟེན།
འཕྲོགས་པའི་དུས་བཟང་གི་བར་ནས།	དུང་སེམས་ལྷགས་ཐག་ནི་དགུ་བསྐྱིལ།
སྐད་བརྗེ་རེ་གོ་ནས་རེ་གོ།	བསྐྱུན་འཛིན་སྟོལ་དཀར་ལ་ཤོར་སོང་།

ཆོག་སྒྲེ་མནའ་རྫོ་ཡིས་མནན་ནས།	དུང་དཀར་ཆེམས་སྒེང་དེ་མཛོང་གི།
འབྲལ་མེད་རྫོ་རྩེ་ཡི་མནའ་ཆོག་།	ཉིན་མཚན་དུས་དུག་གི་བར་ནས།
མཚོག་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་དུང་དུ།	གོ་སྐབས་ནམ་རེག་གི་དུས་ལ།
མཉམ་སྤུལ་མཉམ་ཞུ་ནི་བྱས་ཡིན།	འཛིབ་པ་ཆད་མེད་ནི་བྱས་ཀྱང་།
རང་སེམས་མེ་མོང་གི་ངོས་འདིར།	ཡིད་སེམས་ཆེམས་པ་ཞིག་མི་འདུག།
འགྱུར་མེད་སེམས་སོང་གི་བྱ་མོའི།	མགོ་བོའི་གཡས་གཡོན་ན་ཡོད་པའི།
འགྲན་མེད་ལང་ཆོ་ཡི་མཛེས་སྤྱུག་།	ཆ་འགྲིག་ན་ཅོག་དེ་མཛེས་ཀྱང་།
ཡལ་མེད་དུས་ཀུན་ནི་མངོན་ཡོང་།	སྒྲ་མང་རྣ་རྒྱན་ནི་བཏགས་པས།
བྲང་ཞིང་རིང་བ་ཡི་གཟུགས་ལ།	ཅུང་ཅིམ་རྒྱུད་པ་ཡི་ཆ་འདུག།
དཀར་འཇམ་འོ་མ་ཡི་མདངས་ཡོད།	སྒྲ་ཞིང་གསེར་མདོག་གི་སྤྱུགས་ཐག།
གནག་སྤུམ་སྤྱེ་ལོ་ནི་རིང་མོ།	རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ནི་མིན་རུང་།
མ་སྟོད་བཅིངས་ཏེ་ནི་བཞག་ཡོད།	མགུལ་བའི་རྒྱན་སྒེང་གི་ཆོས་སུ།
སྟོང་དབྱིབས་བཞིན་རས་དེ་དཀར་ཡོད།	འོས་ཤིང་འཆོམ་པོ་ཞིག་རེད་ཨང་།
སྤྲི་མ་འཁྲོག་པོ་དེ་ནག་ཡོད།	ཆོགས་དུག་སྤྱུག་མ་ཡི་ལུས་ལ།
ཁ་རྒྱུང་མིག་རྒྱང་གི་བར་ན།	རང་ས་རང་ཡུལ་གྱི་ཆས་དང་།
སྤྲི་ཡི་མཛེས་པ་དེ་ཁྲིག་ཡོད།	དེང་རབས་དཔེ་གསར་གང་ཁྱོན་ཡང་།
ཆེ་རྒྱུང་རན་ཅིམ་གི་ཁ་ལ།	མཛེས་པའི་གོས་བཟང་དུ་འགྱུར་འགྲོ།
འགྲིག་ཅིང་མཐུག་པོ་ཡི་མཆུ་ཞིག།	འཛད་མེད་བྱ་ལས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས།
དབྱེས་འཇུ་མ་སྒྲིང་མོལ་གྱི་བར་ནས།	ལག་རྒྱང་སེར་ཀ་ནི་ཞོར་རུང་།

རྟོད་འཇམ་ལྟོད་ཤ་ཡི་ཆ་ཞིག	ཤ་རུས་པགས་གསུམ་ལ་སེམ་པ།
འགྲུར་མེད་རང་བཞིན་དུ་གནས་ཡོད།	མཆན་མོའི་རྒྱ་གཞོན་གྱིས་མ་གཏོགས།
མཉེན་འཇམ་འཇུ་མ་པ་ཡི་ཞལ་ལ།	སུ་དང་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཤེས།
ལག་པས་ཐུག་ཅམ་ནི་བྱེད་སྐབས།	མཛེས་པ་དགུ་འཛོམས་ཀྱི་བུ་མོ།
བཅོས་མིན་འཇུ་མ་མདངས་ཀྱི་ཆེམས་སྲེང་།	ལེགས་པ་ཀྱན་མ་ཐུན་གྱི་གཤེས་བཟང་།
དགོད་པའི་རང་ཚུལ་དེ་མཛེས་ཨང་།	གཏན་གྱི་འདུན་མ་རུ་བྱང་བའི།
ཁ་རྒྱབས་རྟོན་མོ་ཡི་རྒྱབས་རིས།	སེམས་ཆོར་བརྗོད་ཐབས་ཤིག་མི་འདུག
གདོང་ལ་ཆ་ཆ་རང་འབྱུགས་པས།	འོས་འགྲིག་ཆ་འགྲིག་གི་རུ་འབྱར།
སེམས་པའི་གཏིང་འོག་གི་འདུན་མ།	བདེ་མོའི་མལ་ས་ཡི་ནང་ནས།
འོ་ཚུའི་རང་ཚུལ་ལ་འབྲེས་ཡོད།	འདུག་མེད་ལག་མཐེལ་གྱིས་འཕྱར་དུས།
ཆོ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ལམ་བུར།	འཇམ་ཤས་ཡང་ཡང་ནི་ཤོར་གི།
ལ་དྲགས་གཞུང་ནས་རང་རྟེན་པ།	འབྱར་གཞུགས་ཅུང་ཅམ་ཡང་མེད་པའི།
ཆོ་སྟོན་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་སྐལ།	ལྟོ་བ་ཁོད་མཉམ་གྱི་ངོས་འདི།
བསགས་པའི་བཀའ་བློན་དེ་ལོས་ཡིན།	དབུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་དང་འགྲོགས་ནས།
གཤེས་འཇམ་དར་དཀར་གྱི་གཞི་ལ།	འཕར་ལྗང་རྒྱང་རྒྱང་རེ་བྱེད་གི།
དད་འདུན་རི་མོ་དེ་བཟ་ཡོད།	བདག་ལག་རྟོན་མོ་ཡི་རང་འདི།
གཞུགས་མཛེས་ལང་ཆོ་ཡི་ཆ་ལ།	ཁོ་མོའི་ལྟོ་ངོས་ལ་བཞག་དུས།
སྟན་པའི་གསུང་སྐད་ཀྱང་འཛོམས་ཡོད།	བདེ་བ་དཔེ་མེད་ཅིག་ལྟན་ཞེས།
སྟན་མེད་དྲུང་སེམས་ཀྱི་ཁྲག་རྒྱན།	ཡང་ཡང་འཛོག་རོགས་ཞེས་གསུང་གི།

སྟོ་ཞབས་འདོམས་སྟོ་ཡི་བར་ན།	ནང་དུ་ཐོངས་དང་ནི་གསུངས་བྱང་།
འདོམས་སྟུ་ཐར་ཐོར་རེས་སྟོར་བའི།	དཀར་འཇམ་ཤ་གང་གི་བརྒྱ་བྱང་།
བདེ་བ་འབྲུམ་རྩོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོར།	ག་ལེ་ཡར་ལ་ནི་བཀྲགས་ནས།
ནག་ནོག་རིམ་ཡང་མི་འདུག	མགྲོགས་སོར་ཕྱག་ལ་ནི་གཏད་སྐབས།
ཤ་རུབ་སྟུ་སྟོ་ཡི་རོས་ལ།	ཁ་མིག་ལྷང་ལྷང་ནི་བྱེད་གི།
ལག་ཅེ་འཕྱར་འཕྱར་ནི་བྱེད་དུས།	ཁོ་མོའི་རྩང་རྩང་གི་རྒྱ་གཉིས།
མ་བྱེད་རི་དན་གྱི་གཡའ་རྩས།	བདག་གི་ཐྱག་སྟེང་ལ་བཞག་ནས།
བྱེད་ཀྱི་རྩང་རྩ་ནི་ཉམས་འགོ།	བསྐྱེད་པའི་སྤངས་སྤབས་ལ་བྲེལ་ཆོ།
དུང་སེམས་ཡིད་འཕྲོག་གི་དབྱངས་རྩས།	སྟོང་སྟོང་གིས་དང་ནི་གསུང་གི།
ཡང་ཡང་བཀག་པ་ནི་བྱེད་ཀྱང་།	སྟེང་ལོག་མདུན་རྒྱབ་སོགས་བཞེ་བཞིན།
བདག་མེད་ལག་དན་གྱི་ཅེ་འདི།	རྒྱ་སྤངས་འདྲ་མིན་ནི་བྱེད་སྐབས།
རང་དབང་ཟེར་བ་ཞིག་མི་འདུག	ལོག་འདེགས་སྟོམ་བཅུར་གྱི་ལས་དག
མཇུ་བ་ཅེ་སོར་མོ་ཡི་འཕྱལ་གྱིས།	རི་འདྲའི་འོས་འཆོམ་ཞིག་རེད་ཨང་།
ཕྱི་ནང་མེད་པར་ནི་དཀྲགས་སྐབས།	དམིགས་བཀར་རྒྱབ་ལོགས་ནས་བསྐྱེད་དུས།
ཁོ་མོའི་མགྲིན་པ་ཡི་ལམ་ནས།	འཇམ་འཇམ་ལྷག་ལྷག་གི་འཕོང་མགོས།
གཞས་མིན་གངས་སྐྱེད་ཞིག་འཁྲོལ་བྱང་།	སྟོ་རོས་རེག་པ་ཡི་བདེ་ཆོར།
བདག་མེད་ལྷགས་ནག་གི་ཕྱར་བྲ།	ཤི་ཡང་བཞེད་པ་ཞིག་མི་སྲིད།
ག་ལེར་སྟུ་སྟོ་ལ་ཐུག་ནས།	འཇམ་སྤིང་ཤར་རུབ་ཀྱི་རྒྱ་ལྷགས།
མེད་མགོ་བྱེད་བྱེད་ནི་བྱེད་དུས།	འདྲ་མིན་སྐྱ་ཆོགས་ཤིག་བྲས་པས།

སྤྱ་བསམ་རྫོང་མེད་ཀྱི་བདེ་དགས།	ཏ་ཏ་ཏོ་ཏོ་དང་བསྐྱེབས་ནས།
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ནི་བཟེ་ཐལ།	མཉམ་འགྲོགས་མཉམ་འདུག་གི་བདེ་སྦྱིད།
ཨ་ཁུན་ཁུན་སྤྱ་ཡི་བཟེ་གཏམ།	དག་པའི་ཁིང་ཁམས་ཀྱི་ལྷག་རེད།
རེ་ཞིག་མཆམས་འཛོག་ཅིག་བྱས་ནས།	ཁོ་མོའི་མཁུར་ཆོས་ཀྱི་དམར་ཤ།
ལྟོ་བ་ལྟོ་ངོས་ལ་སྤྱོར་བཞིན།	བདག་གི་བྱང་ངོས་ལ་བསྐྱེས་ནས།
མཆུ་སྤྱོས་བིམ་དམར་དེ་འཛིབ་ཡིན།	གནའ་མིའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་ཁེད་ཀྱི།
འགྲམ་པ་འགྲམ་ངོས་ལ་སྤྲན་རྩེས།	སྤྱོས་གར་ཅེད་འཛོ་ལ་རོལ་ཡིན།
དབྱལ་བ་ཐོད་ཐུག་ཅིག་བྱེད་ཞོར།	སྤྱོ་བ་ཁྱིའབྱམས་ཀྱི་མངར་ཆ།
སྦྱིད་པོ་ཨེ་བྱུང་ཞེས་བྲིས་དུས།	བདེ་བ་གངས་མེད་ཀྱིས་བསྐྱེལ་དུས།
ཁྱེད་རང་ག་འདྲ་ཞིག་བྱུང་གསུངས།	ཤར་ཕྱོགས་ནམ་མཁའ་རུ་སྤྱུ་མདའ།
སྤྱོས་ནས་དེ་རིང་ལ་ཐུག་བར།	རི་ལྷར་སྤེབས་པ་ཡང་མི་ཤེས།
བྱ་མོ་ཁ་ཤས་ལ་ཐུག་ཡིན།	བསྐྱེལ་བཟང་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་དུས་བཟང་།
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཀྱི་ཆོར་ཤེས།	རི་འདྲའི་སྦྱིད་ཉམས་ཀྱིས་འཆོ་ཡང་།
དབང་མེད་ལྟོད་མཁན་དེ་ཁྱེད་རེད།	མི་སྤྲན་གཏམ་ངན་ཀྱི་མདའ་ཅེ།
ཤ་འཇམ་ག་ཤེས་འཇམ་ཀྱི་ཁོ་མོས།	རེད་གཉིས་སྦྱིང་ལ་ནི་འཕེན་གྱི།
མི་ཡུལ་འཛིག་རྟེན་ཀྱི་ཁམས་འདིར།	བསམ་ངན་སྤྱོར་རྩུབ་ཀྱི་མི་ཡིས།
བདེ་དགའ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ།	མིག་སེར་ཐུག་དོག་གིས་ཆོལ་ཀྱང་།
དེ་རིང་གཞི་ནས་ནི་ཤེས་གསུངས།	གཟུགས་མེད་མཛའ་བཅེ་ཡི་དྲང་སེམས།
ཨ་མཆར་ཀྱ་རེ་ཡི་གཏམ་སྤྱེད།	སྦྱོད་པའི་བསྐྱེལ་ངན་ཞིག་མི་སྦྱིད།

ཆོག་དོན་མཚོག་གསུམ་ལ་བཅོལ་ཡོད།	ཆོས་ཉིད་ཟབ་མོ་དེ་ལོས་མཁུག།
བཅེ་བ་སྒོ་སྒྲིང་དང་འབྲེས་ཡོད།	འུ་གཉིས་གསེར་ནག་གི་དྲུང་སེམས།
དྲུང་བ་ལ་རུས་ལ་འཐིམ་ཡོད།	སྒོ་སྒྲིང་མཆིན་གསུམ་ན་གསལ་བས།
གཞིས་ཁྲིམ་གཅིག་ལ་ནི་སྒྲེལ་ཡོད།	གཤེན་རྩེ་རྒྱལ་བོ་ནི་མ་གཏོགས།
མི་འདོད་བྲུ་ལས་ཀྱི་དབང་གིས།	སུ་དང་གང་གིས་ནི་མི་གཏོར།
རེ་ཞིག་འབྲལ་དགོས་ནི་བྱུང་སྐབས།	མགྲིན་པ་བརྒྱུད་ཤིང་དང་བཤད་ཤིང་།
དཔུལ་དཀར་ན་ལུང་ནི་ཆ་གཅིག་	ཁོ་མོ་འཇིག་རྒྱ་དེ་ཕྱིས་ནས།
བན་པའི་སྐྱེས་སུ་ནི་ཕུལ་ཡིན།	དཔུལ་མཆམས་འོ་ཞིག་ནི་བསྐྱལ་རྩེས།
ཁོ་མོ་འཇིག་འོང་གི་ཞལ་རས།	སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལའོར་ལ་བྱུང་ཡིན།
མིག་རྒྱའི་ཐོང་རྟོག་གིས་བརྒྱན་བཞིན།	རྒྱུ་ལའོར་སྤྱི་ལུང་གི་ནང་ནས།
སྤྱོད་པོ་གཡུ་རྒྱུང་གི་མགུལ་རྒྱན།	མགོ་བོ་ཕྱི་ལོགས་ལ་བཏོན་ཏེ།
བན་པའི་རྟོན་དུ་ནི་གནང་བྱུང་།	ཕྱིར་མིག་ཡང་ཡང་ནི་བལྟས་པ།
མ་སྐྱོ་ཆེ་སྒོག་གི་ཕྱིར་ཀ	བརྩེ་མེད་ན་ལུག་གི་གཞི་རེད།
མ་འགྱུར་རང་བྱུང་དུ་བཞུགས་དང་།	རྒྱུ་ལའོར་སོང་རྩེས་ཀྱི་རྒྱལ་འཇུག།
མི་འགོར་མགྲོགས་རྒྱུར་གྱིས་སྐྱེབས་ཞེས།	ཆད་མེད་ལོང་ལོང་གི་ཁྲིང་ན།
མི་རའི་དམ་བཅའ་འདི་རྟོག་ཡིན།	ཁོ་མོ་འཇིག་སྤྱུག་གི་འབོད་པ།
རྟོག་པོ་མོ་ཞིག་གིས་ན།	གསལ་ལེ་སྤྱོད་ཁོང་ནས་ཆོར་གི།
རྟོག་པོ་མོ་ཞིག་གི་བར་དུ།	ལག་རྒྱུང་གཡུག་གཡུག་ཅིག་བྱས་རྩེས།
རི་མོ་ཡལ་མེད་དུ་གནས་པའི།	བཞིན་རས་ལག་རྒྱག་གིས་བཀག་ནས།

ལངས་སྟོང་རེས་མོས་ཀྱི་གཟུགས་གཞི། བན་ཤིང་ཆོད་མེད་ཅིག་ཉར་ནས།
སེམས་བའི་གཏིང་མཐེལ་ལ་བྱུག་གི། རྒྱ་གར་རྫོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་ནས།
གཏུང་བ་དགུ་བཅེགས་ཤིག་ཁུར་ནས། རྒྱའོ་ཁ་ཤས་ལ་བསྐྱད་ཡིན།

བར་གྱི་ལེན།

རྫོ་མཐའི་སྤེལ་གོབ་ཀྱི་བྱ་མོ།	མགྲོགས་པོར་ན་ཅ་ལ་སྒྲན་དུས།
ཁ་གསང་འགྲོགས་བདེ་ནི་ཡོད་ཀྱང་།	བསྟན་འཛིན་སྒྲོལ་དཀར་ནི་རེད་འདུག
བསྟན་འཛིན་སྒྲོལ་དཀར་ཉིད་བསམ་ན།	ལབ་སྐྱེང་མགོ་རྩ་ཅང་མེད་པར།
ལབ་སྐྱེང་ཆོར་བ་དེ་བརྒྱག་འགོ།	ཁོ་མོས་འདི་སྐད་ནི་གསུངས་བྱུང་།
ཉིན་ཞག་མཇུ་བ་ཅེ་ནས་བགྲང་བཞིན།	ནང་གི་བྲིན་ཆེན་གྱི་པ་མས།
ལྟན་འཛོམ་དུས་བཟང་དེ་སྒྲོམ་བཞིན།	ང་ཉིད་གནས་ལ་ནི་བྱིན་ཐལ།
རྒྱའོ་དགུ་ཡི་ནི་རེ་སྤྲུག	རེད་གཉིས་མཉམ་འཛོམ་ཞིག་མེད་ན།
ལོ་ངོ་དགུ་ལས་ཀྱང་རིང་སོང་།	ཟངས་དཀར་གཙང་བོ་ཡི་རྒྱབས་ཀྱིས།
མདང་དགོང་མི་ལམ་གྱི་ནང་ལ།	ང་ཡི་ལྟང་མེད་གྱི་ནམ་ཤེས།
ལྟས་ངན་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་མིས་བྱུང་།	ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ནི་ལོས་འཁྱེར།
ད་ནངས་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འཕར་ལྗིང་།	དང་པོ་མཉམ་འཛོམ་གྱི་ཁ་ཆད།
ཡར་ལ་བཀྲགས་ཏེ་ནི་བསྐྱད་འདུག	གཙང་བའི་འགྲམ་དུ་ནི་བཏབ་ཡིན།
ཁ་ལག་གཏོང་གསུམ་ནི་བཀྲས་རྗེས།	འགྲུར་མེད་གནའ་ཆོག་གི་མདུད་པ།
ཁ་པར་སང་སང་ངང་གྲགས་བྱུང་།	གཙང་བའི་འགྲམ་ནས་ནི་བརྒྱབས་ཟེར།

ཉན་ལོག་གོ་ལོག་ཏུ་བསམ་ནས།	ཅ་དགོངས་ཁྱུ་ཡིག་ཅིག་བྲིས་ཡིན།
ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་ནི་བྲིས་དུས།	རྒྱ་བ་ཁྱུག་ནག་ཆུང་དེ་ཁྱར་ཏེ།
ཁོ་མོས་ཞིབ་སྒྲ་ཡི་གནས་ཚུལ།	སྟོབ་སྟེའི་ལས་ཁུངས་ལ་རྒྱགས་ནས།
ཆད་ལྷག་མེད་པར་ནི་གསུངས་བྱང་།	ཡ་རབས་གྲུས་ཞབས་ཀྱི་སྟོན་ནས།
བདག་གི་སེམས་འཆབ་ཀྱི་སྟོང་ག།	ཐུང་ཐུང་ཁྱུ་ཡིག་དེ་ཕུལ་ཡིན།
མངོན་མེད་ལོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོག་གིས།	ནམ་རྒྱན་འཇུག་རིས་ནི་ཅན་གྱི།
སྟེང་གི་བྱེད་ཀ་ཡི་ཁོ་མོར།	སྟོབ་སྟེའི་ཞལ་རས་དེ་འགྱུར་བཞིན།
གཏམ་ཀྱི་སྟེང་ལོ་འདི་ལབ་ཡིན།	ཅི་བྱང་གང་བྱང་གི་གཏམ་ནི།
མ་དངངས་ལྟོད་ལྟོད་ཀྱིས་བཞུགས་དང་།	ཆར་བ་འབབ་འབབ་ནི་བྱེད་གི།
ཉིན་ཞག་བཞི་ལྔ་ཡི་རྩེས་སུ།	བཞུགས་གནས་ཁང་བ་དང་གསོལ་སོགས།
བརྗེད་མེད་ཟངས་དཀར་ཀྱི་ཡུལ་དུ།	སྟོབ་འཁྲིད་མང་བ་ཡི་ཐུགས་ཆོགས།
གང་ནས་ཡིན་རུང་ཡང་འབྱོར་ཡོང་།	ཅི་དང་གང་ཞིག་ནི་ཡོད་ན།
ཉན་ཉན་ཉིག་ཉིག་གི་ཆོག་གིས།	ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་དགོངས་ལྟར་བསྐྱུག་ཆོག།
གཟབ་ནན་བསྐྱར་ནན་ནི་བྱེད་དུས།	སྟོབ་བྲ་འདི་ཉིད་ནས་འགྲོ་བའི།
དུང་ག་འཕྲེས་མ་ཡི་གདངས་ཀྱིས།	ཐུགས་བསམ་ནམ་ཡང་ནི་མ་གཏོང་།
ཁྱུན་ཁྱུན་ཡ་ནི་གསུངས་གི།	དགོངས་འཁྲོལ་རེ་འདུན་ཀྱི་རི་མོ།
ཁ་པར་ཐག་སེ་ནི་བཞག་ནས།	མི་འབྲི་ཐག་གིས་ནི་བཅད་ཟེར།
སྟུ་གུ་བདེ་སའི་དེ་ཁྲངས་ནས།	བདག་ལ་གནས་ལུགས་ཀྱི་སྟེང་བ།
སོར་མོའི་འཁྱུག་འགྲོས་དང་འགྲོགས་ནས།	ཆེན་པོ་བགྱང་རྒྱ་ནི་མེད་རུང་།

ཅེས་ཀྱང་དགོངས་འཁོལ་ནི་ཡོང་བའི།།	སྤྱར་མོ་རྒྱངས་འཁོར་ལ་འཇུ་ལ་དུས།།
རེ་འཁོད་ལྷགས་ཀྱིས་ནི་ལྷས་ཡིན།།	བདེ་མོའི་རྒྱབ་སྟེགས་ནི་མེད་ཀྱང་།།
མཐའ་མཐུག་ཅུ་དགོངས་ཀྱི་རེ་འདུན།།	སེམས་པ་ཅུང་ཅམ་ནི་སྟོད་བྱང་།།
བཅོམ་བརྒྱག་གཉིང་བརྒྱག་ནི་བྱས་ནས།།	ཞེ་མཐུན་ཁོ་མོ་ཉིད་བསམ་ན།།
རྒྱལ་ཁྲིའི་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ།།	རྒྱངས་འཁོར་འགྲོ་ཡ་ཞིག་མེད་པས།།
ལྷག་ལྷག་གནང་བ་ནི་བྱུང་སོང་།།	བྲེལ་བའི་སེམས་འཆབ་ཀྱིས་གདུང་བཞིན།།
བདག་གི་བྲིས་མཆོས་ཀྱི་དགོན་ལ།།	སྤང་ལོར་བྱོགས་ལ་ནི་འགྲོ་ཡོད།།
ཁང་བར་སྒོ་ལྷགས་ནི་རྒྱུ་བས་ཞེས།།	སྤྱ་མང་སེམས་ཁྲལ་དེ་གཞོན་བྱིར།།
ཁ་བར་གཉིང་ཞོར་ནི་གཉིང་ཞོར།།	སྒྲོལ་བ་སྟོད་བརྒྱས་བརྒྱུད་ལ་བཅོན་བཞིན།།
སྤེལ་གོ་བ་གཞུང་ལ་ནི་བརྒྱག་ཡིན།།	སྤང་ལོར་འབྱོར་མ་ནི་ཐག་ལ།།
རྒྱངས་འཁོར་སྤྱག་ཆོགས་སུ་སྤེབས་སོང་།།	མི་འཁོར་འབབ་ཆོགས་སུ་བརྒྱག་ཡིན།།
རྒྱངས་འཁོར་སྤེབས་ལ་ཞིག་མི་འདུག།	མི་ཆོགས་བྲེལ་འཕྲིད་ཀྱི་བར་ནས།།
བྲེལ་བས་སྤྱག་ཚུགས་ནི་མེད་པས།།	འཆང་ཁའི་གྲལ་བར་ལ་འཇུ་ལ་ནས།།
པར་རྒྱུར་གོ་མ་བ་འགའ་བརྒྱབས་ཡིན།།	ལྷི་ལི་བྱོགས་ལ་ནི་འགྲོ་བའི།།
ན་བ་གོང་གོང་གིས་ཉན་བཞིན།།	འཛིན་བྱང་ཨེ་ཐོབ་ལ་བསྐྱུག་མཐར།།
མིག་ཟུང་ཕྱིག་ཕྱིག་གིས་བལྟས་མཐར།།	འདུག་སྟེགས་མེད་པ་ཡི་འཛིན་བྱང་།།
སྤང་ལོར་སྤང་ལོར་ནི་ཐེར་བའི།།	ཐོབ་པ་དགའ་སྤྱིའི་ངང་རྒྱངས་ནས།།
སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱངས་འཁོར་དེ་འབྱོར་སོང་།།	ལྷི་ལིར་གནས་བཞུགས་ཀྱི་བྲོགས་ལ།།
འཆང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གི་ཁྲོད་ནས།།	འཕྲིན་ཟུང་སྟབས་བདེ་ཞིག་བསྐྱར་ཡིན།།

དགོང་ཁའི་ཉི་ལུ་བ་ཀྱི་མཚམས་སུ།	འཛིན་བྱང་ཉོ་ས་རུ་སོང་སྐབས།
འཚང་ཁའི་རྩལ་ནག་གི་གསེབ་ནས།	གྲོགས་པོ་ཏང་སང་གིས་ངང་ནས།
རྒྱ་གར་བསེ་བྲི་ཡི་བར་ནས།	དངོས་གནས་ལ་དྲགས་ཀྱི་བྱ་མོ།
ཐྱི་ལིར་འགྲོ་འགོ་ནི་བཅུམ་ཡོད།	ལེན་རུ་འགྲོ་རྒྱ་ནི་ཡིན་ཞེས།
རྒྱབ་ཅིག་འཛོགས་ཞིག་པར་ཟད།	བྲི་བ་ཡང་ཡང་ནི་བྲིས་པས།
རྒྱང་བ་ཡ་གཅིག་ནི་བཀྲགས་རྩེས།	ཡིན་པའི་མགོ་ལྷོགས་ནི་ཐྲེམ་དུས།
ཕྱིར་ལ་འཛོགས་ས་ཞིག་མེད་ཀྱང་།	གང་བྱེད་འདི་བྱེད་ཀྱི་བྲི་བ།
དཀའ་སྤྱད་སྤྱད་བ་དེ་བསྐན་ཡོད།	འཛད་མེད་རྩོགས་མེད་ཅིག་བཏོན་ནས།
བཀྲས་སྒྲོམ་གཏུང་བ་ཡིས་ཡ་ཁོག	ཨ་ཆད་མུ་ཐུག་ལ་བཏང་བྱུང་།
མེ་ནི་འབར་འབར་ནི་བྱས་ཀྱང་།	གཤེས་བཟང་སེམས་མཐུན་གྱི་གྲོགས་ལ།
གསང་སྤྱོད་ནང་ལོགས་ནི་ཡོངས་སུ།	གསང་དོགས་དགོས་དོན་ཅང་མེད་པས།
མིས་ཁེངས་མཐོང་བ་དེས་བཅུམས་ཡོང་།	མ་གསང་སེམས་ཁོང་གི་སྐད་ཆ།
བསྐྱན་འཛིན་སྐྱོལ་དཀར་ཉིད་བསམ་ཆོ།	མ་ལུས་འདི་ལྟར་ནི་བཤད་ཡིན།
སྤྱོད་ལ་སྤྱད་གཏམ་གྱི་ངན་གཤེས།	མ་འོངས་འཆར་གཞི་ཡི་རི་མོ།
བཅོམ་བའི་དཔལ་སྤོབས་ཀྱི་སྤྱིང་སྤོབས།	འདི་འདྲ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེས།
ངང་ངམ་ལྷགས་ཀྱིས་ནི་རྒྱས་ཡོང་།	སྤྱིང་བའི་ངག་སྒྲོ་ཞིག་མེད་ཀྱང་།
ཉིན་ཞག་གསུམ་བྱེད་ཀྱི་རྩེས་སུ།	དུས་དང་སྐབས་ལ་ནི་བལྟ་ཆོག
རྒྱལ་ས་ཐྱི་ལི་རུ་འབྱོར་སོང་།	མ་བཅོམ་སེམས་ཁོང་གི་ངོས་སུ།
སྤོབ་གྲོགས་རྩིང་བ་དང་འགྲོགས་ནས།	མ་འཆར་ཉིན་གཅིག་རང་མེད་པའི།

མ་འཕྲད་སྤྱག་ཡུས་ཀྱི་གཏུང་བ།	གནམ་གྱ་ཡོད་མེད་ནི་འདི་དུས།
མ་ཐོང་བྱེད་རང་གིས་མི་ཤེས།	ཡོད་ཅེས་བརྟེན་ལན་གྱི་འགྱུར་ཁྱགས།
རྒྱུ་རེད་ལ་དྲགས་ཀྱི་གཞུང་ལ།	ན་བའི་བྱ་ག་རུ་འཕྲུལ་བྱུང་།
འགྲོ་རྒྱ་ཐག་ཆོད་ནི་ལོས་ཡིན།	སེམས་པ་བདེ་བྱོད་ཀྱིས་བརྟེན་བཞིན།
གཤེས་བཟང་སེམས་སོང་གི་བྱ་མོ།	སྒྲོར་མོ་ཁྲིག་སེ་དེ་སྤྲད་དེ།
བསྐྱ་རྒྱ་ཐག་ཆོད་ནི་ཡིན་ནོ།	འཛིན་བྱང་ཤག་སེ་ནི་རྒྱངས་ནས།
འགྲོ་ཞོར་ཁ་བརྟེན་ཡི་བར་ནས།	གྲོགས་པོའི་བྲིས་ལ་ནི་ལོག་ཡིན།
འཛིན་བྱང་ཉི་མ་རུ་སྤེབས་སོང་།	ལམ་ཁའི་ངལ་དུ་བ་ལ་བསམ་ནས།
ཡ་རབས་གྲུས་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོན་ནས།	མགྲོགས་པོར་ཉལ་བ་ནི་ཡིན་མོད།
སྐད་ཆ་འདི་ཉམས་ནི་བཤད་ཡིན།	མི་ལམ་རབ་རིབ་ཀྱི་སྒྲོང་ནས།
སང་ཞོགས་ལ་དྲགས་སུ་འགྲོ་བའི།	ཡང་ཡང་སང་བ་ནི་བྱས་བྱུང་།

མཐའ་མའི་ལེའུ།

ཞོགས་པའི་སྐྱ་རེངས་ཀྱི་ལོག་ནས།	ངལ་གསོ་ཅུང་ཙམ་གྱི་ཁྲིའི་ནས།
ཁ་ངོ་གཙང་མ་ཞིག་བཟུས་ཏེ།	འགྲུལ་བཞུད་བརྟེན་སྐད་དེ་གྲགས་བྱུང་།
གྲོགས་པོའི་སྐྱལ་མ་ཡི་ཁྲིའི་ནས།	མགྲོགས་པོར་ཉར་ལངས་རང་བྱེད་ནས།
གནམ་ཐང་ཕྱོགས་སུ་ནི་འགྲོ་ཡིན།	འགྲུལ་བའི་གྲལ་བསྐྱར་ལ་སྤྲིག་ཡིན།
ནམ་མང་བརྟག་དབྱེད་དེ་བརྒྱུད་རྗེས།	འཛིན་བྱང་ཞིབ་བཤེར་དེ་བཞུལ་ནས།
མགྲོན་སྐྱག་ཆོགས་མལ་དུ་སྤེབས་སོང་།	འགྲུལ་སྐྱལ་རྒྱངས་འཁོར་དུ་འཕྲུལ་ཡིན།

པར་འབྲོག་ཚུར་འབྲོག་འགའ་བྱས་ཇེས།།	སྒེ་ཡི་གནམ་ཐང་ལ་བབ་བྱང་།།
གནམ་གྱའི་འགམ་དུ་ནི་འབྱོར་བས།།	བྲེལ་བའི་གནམ་སྐས་ལས་བབ་སྐབས།།
སྒྲིག་ལེགས་ཐེམ་སྐས་ལ་འདྲེགས་ནས།།	སེམས་བཟང་ལ་དྲགས་ཀྱི་ཨ་ཅས།།
གནམ་གྱའི་ནང་དུ་ནི་སྒྲེབས་སོང་།།	འོ་འོ་སྒྲེ་ནས་རང་སྤོང་སྐབས།།
ག་བྲུགས་མཛེས་ཞབས་ཞུ་ཡི་བྱ་མོད།།	ཨ་ནེ་ཁང་པར་ནི་འབྲོག་གསུངས།།
འཇུ་མ་པའི་གྲུས་ཉམས་ལ་གཡེང་ཞོར།།	སྤོང་ཁང་ག་རྒྱས་ཅང་མེད་ཀྱང་།།
སྒྲེའུ་ཁུང་འགམ་ངོས་སུ་ཡོད་པའི།།	མ་གྲོན་ཁང་ཐེབས་ཆག་ལས་ལྷག་ཡིན།།
རང་གི་འདུག་སྟེགས་སུ་བསྟེན་ཡིན།།	འབྲོ་དང་འབྲོ་དང་གི་ཆོག་གིས།།
མོ་ལོ་བཞི་བཅུ་ལྷག་བཞུལ་ཀྱང་།།	བར་མི་ཆད་པར་ནི་སྐལ་བྱང་།།
མཛེས་མའི་གཟི་ཉམས་དེ་ཡོད་པའི།།	མ་ལྟར་ལྷག་བསམ་ཀྱི་སེམས་བ།།
ལ་དྲགས་ཨ་ཅག་གི་གསུང་སྐད།།	ཅི་བྱ་གང་བྱ་ཡི་བསམ་སྒོ།།
གཡོན་ཕྱོགས་རྒྱབ་སྟེགས་ལས་གྲགས་བྱང་།།	ཡང་ཡང་བཏང་བ་ཡི་ཐ་མར།།
འཚམས་འདྲིའི་འཇུ་ལེ་ཡི་ཆོག་དང་།།	མི་འབྲོ་ཐག་གིས་ནི་བཅད་ཡིན།།
ག་ནས་གར་ཆས་ཀྱི་བྲི་བ།།	ཉི་འོད་ཆེ་སྟེག་གི་འོག་ནས།།
ལ་དྲགས་ཡུལ་སྐད་ཀྱི་གདངས་ཀྱིས།།	རྒྱང་བྱས་རྒྱལ་འཇུ་བ་ཀྱི་དཀྱིལ་ནས།།
འཇམ་པོའི་ངག་སྒྲོ་ལས་མཆད་བྱང་།།	འདྲིས་བདེ་ལ་དྲགས་ཀྱི་ཨ་ཅར།།
ཡིན་ཡིན་འགྲིག་འགྲིག་གི་ལན་གྱིས།།	གྲིས་བརྟ་སྟབས་བདེ་ཞིག་བཞག་ཡིན།།
སྒྲོ་དགའི་ཁ་བརྟ་ལ་འཇུས་ནས།།	གནམ་ཐང་ཕྱི་ལོགས་སུ་སྐྱབ་པའི།།
སྒྲིན་པའི་བང་རིམ་ནི་བཞོལ་ཏེ།།	འགྲིལ་སྒྲེལ་རྒྱངས་འཁོར་ལ་བསྟེན་ནས།།

སྒྲིལ་གྲོང་ཁྱེད་དུ་སོང་སྟེ།
 སྒྲིལ་གྲོང་ཁྱེད་ཁ་བར་ཁང་འཇུག་ཡིན།
 རྒྱུ་འཇུག་འཇུག་དཀར་གྱི་ཡུལ་ན།
 སྒྲིལ་གྱི་ཕྱོད་ཀ་དུ་ཐུར་བའི།
 བསྟན་འཛིན་སྒྲོལ་དཀར་གྱི་ཕྱོགས་ལ།
 མཁྱོགས་པོར་ཁ་བར་ཞིག་བཏང་ཡིན།
 བར་ཕྱོགས་ཁ་བར་གྱི་སྒྲེ་ལས།
 སྒྲིལ་འཇུག་འཇུག་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ།
 བསྟན་འཛིན་སྒྲོལ་དཀར་གྱི་དག་སྒྲིལ།
 འཇུག་པའི་གདངས་འཇུག་དེ་མོས་བྱང་།
 ལག་སྒྲོང་མགོ་རྩ་ཅང་མེད་བར།
 ང་ལ་སྒྲེ་ལ་ཞི་སྒྲེབས་ཡོད།
 སང་ཉིན་གནང་ཞོགས་ཞི་ཞིག་ལ།
 བར་ཕྱོགས་ཁ་བར་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཡོད།
 ཁྱེད་ཀྱིས་བྲུ་སྒྲིག་ཞི་ཕྱོགས་ཞེས།
 འཇུག་འཇུག་དག་གིས་ཞི་བཤད་སྒྲེབས།
 སྒྲོ་དགའ་ཉམས་སྒྲིལ་གྱི་སྒྲིལ་ཀྱིས།
 ལ་ལ་ཡོ་ཡོ་ཞི་གསུངས་བྱང་།
 ལས་བར་དཀར་ལས་ཞི་ཞེ་ཞག

ང་རང་ཟངས་དཀར་ལ་ཡོང་ནས།	དུག་ཆེར་ནག་པོ་ཡི་སྤྱག་ཡིན།
ཡ་རབ་ཀྱན་མ་ཐུན་གྱི་སྒྲོན་ནས།	ཁྱོད་གྱི་སེམས་བཟང་གི་ངལ་བ།
ཁྱེད་གྱི་དྲིན་ཆེན་གྱི་པ་མར།	འབྲས་མེད་འཇའ་གཟུགས་སུ་འགྱུར་འགྲོ།
དུས་བཅུགས་གྲུས་བྱུག་གིས་ངས་ཁྱ།	མ་ཐེབས་སླེན་ནས་རང་བཞུགས་དང་།
སྒྲོང་ཆང་ཁ་བཏགས་ནི་ངས་འཐེན།	གང་ལོས་བྱ་མོ་ངས་བསྐྱབ་ཡོང་།
པ་མས་གང་བསམ་དེ་ངས་བསྐྱབ།	ང་ཡི་དྲིན་ཆེན་གྱི་པ་མར།
རུ་སྤྲེམས་ཆང་གི་མགོན་གྱིས།	བཅེ་བའི་སེམས་ཤིག་ནི་ཡོད་ན།
ཡིད་སེམས་ཆོམས་པ་ཞིག་ངས་བཟོ།	རྗེས་མར་བཟོད་གསོལ་གྱི་ཆོག་རིས།
མ་རབས་གསང་གྲོས་གྱི་ངང་ནས།	སྐབས་བབ་དུས་བསྐྱན་གྱིས་ཁྱ་ཆོག
པ་མར་རྒྱབ་འགལ་གྱིས་བྲོས་ན།	གནངས་ཉིན་བྱི་བོ་ཡི་དུས་སུ།
མི་ཁའི་གཏམ་ངན་གྱིས་ཁྱོད་རྟུང་།	རྒྱངས་འཁོར་འབབ་ཆོགས་སུ་ཡོད་པའི།
མི་ཆེ་རྒྱན་འབྲེལ་ཡང་འཆུགས་འགྲོ།	ཤིང་རྟོག་ཆོང་ཁང་གི་འགྲམ་དུ།
རབ་རིབ་རྒྱ་མཚན་ཞིག་བསྐྱངས་མཐར།	ལྷན་འཛོམས་བསྐྱལ་བཟང་ལ་རོལ་གསུངས།
ཉམ་ངའི་སེམས་ཁོང་གི་མིག་རྒྱ།	སྒོ་དགའི་སྤྲིང་གཏམ་གྱི་བར་ནས།
བཞུར་བཞེན་ལོས་ཡོད་རེད་སྙམ་པའི།	ང་ཡིས་འདི་ནས་རང་སྐྱུག་པའི།
ལན་འདེབས་ཁ་གསལ་འདི་བྱས་བྱུང་།	ཐག་ཆོད་མདུད་པ་ནི་བརྒྱབ་སྟེ།
ཨ་པའི་རང་ཤེད་གྱི་ཟུ་ཚུགས།	ཁ་བར་ག་ལེར་ནི་བཞག་ཡིན།
མཁྱེགས་པོ་རྣེས་སྤྱགས་གྱི་སྤྱག་ཡིན།	སླེ་ཡི་གོང་ཁྱེད་གྱི་ནང་ལ།
ཨ་མའི་ཞེ་སྤང་གི་སྤྲིག་དམོང།	ཁ་གཡང་མིག་གཡང་ནི་བྱེད་ཞོར།

གང་ནས་བསྐྱད་ན་ནི་མེགས་པའི།	སེམས་ཁྲམ་རྫོགས་མེད་ཀྱིས་ཟད་སོང་།
བསམ་སྒྲོ་ཡང་ཡང་ནི་བཏང་རྗེས།	མངལ་འདོམ་ཁ་ཆད་ཀྱི་དུས་བཟང་།
གོང་ཁྱེད་རྒྱབ་དོས་སུ་ཡོད་པའི།	དེ་རིང་བྱི་བོ་ནི་ཡིན་ནོ།
ཁོར་སྤིང་མགོན་ཁང་དུ་སོང་ནས།	སྤྱན་ཆགས་གྲོན་གོས་དེ་གོན་ནས།
བདུན་པག་གཅིག་ཡུན་ལ་སྡོད་པའི།	ཉི་སྤྱི་བ་མིག་ཤེས་དེ་བརྒྱབ་ཡིན།
ཐོ་འགོད་ཅིས་རྒྱག་ནི་བྱས་ཡིན།	སྡོད་གོས་ཁྲག་མ་ཡི་ནང་ལ།
ལུས་ཕྱང་གཙང་མ་ཞིག་བརྩས་ཏེ།	གསེར་གྱི་མཚུ་བ་བཀྱིས་དེ་བཅུག་ཡིན།
མཚོ་སྡོན་ཟ་ཁང་དུ་ཡོང་ནས།	ཁྲུས་ཁང་ཤེས་སྒྲོ་ཡི་ནང་ལ།
ཨམ་ཇ་ཞིག་པོ་ཞིག་འཕུང་བཞིན།	ཡང་ལྟ་བསྐྱར་ལྟ་ཞིག་བྱེད་དེ།
ཨམ་ཟས་རྒྱག་ཆད་ཅིག་བཟས་ཡིན།	སྤྱར་མོ་གོམ་འགྲོས་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས།
ཉི་མ་བྱེད་ཡོལ་གྱི་དུས་སུ།	རྒྱངས་འཁོར་འབབ་ཆོགས་སུ་བསྐྱར་ཡིན།
དཔེ་ཆོང་ཁང་ཞིག་ལ་སོང་ནས།	ཤིང་རྟོག་ཆོང་ཁང་གི་འགྲམ་ནས།
དབྱིན་བོད་དཔེ་དེ་བ་འགའ་ཉོས་ནས།	ཟངས་དཀར་རྒྱངས་འཁོར་ནི་ཨེ་སྤེལས།
སྡོད་གནས་མགོན་ཁང་ལ་ལོག་ཡིན།	སྤྱག་ཆད་མི་དག་ལ་དིས་དུས།
སེམས་ཁམས་སྡོད་སྡོད་ཀྱི་ངང་ནས།	སྤེལས་སོང་གཏམ་ལན་དེ་བྱིན་ཡོང་།
རྒྱན་འབྲུམ་སིལ་ཁུ་ཞིག་འཕུང་བཞིན།	ཁ་རྒྱུང་མིག་ཟུང་གིས་གང་སར།
དཔེ་སྒྲོག་སྒྲོ་དགའ་ཡི་སྡོང་ནས།	གཟབ་ནན་ཤེད་ཤུགས་ཀྱིས་བལྟས་ཀྱང་།
ཁོ་མོ་ནམ་སྤེལས་ལ་བསྐྱག་ཡོད།	བསྐྱན་འཛིན་སྒྲོལ་དཀར་གྱི་གྲིབ་རིས།
རིང་པོ་ཞག་གཉིས་ཀྱི་དུས་ཆོད།	མཐོང་བའི་བསྐྱལ་བཟང་དེ་མ་ཤར།

སེམས་འཆབ་དགུ་འཁྲུག་གི་སྒོར་ནས།	ག་ཟུགས་པོའི་ཕྱི་ནང་ཀྱན་བྱུང་ཡོང་།
ཉི་འོད་རྒྱབ་རི་ལ་ཡལ་རུང་།	སྐར་ཚོགས་ཁྲ་ལམ་གྱི་འོག་གི།
མ་འཆབ་སྐྱུག་ནས་ནི་སྒོར་ཅེས།	སྒྲིག་འོད་ཁྲ་ཆེལ་གྱི་དྲིལ་ནས།
སེམས་གསལ་ཁེ་ཁར་ལབ་གྱིས་བསྐྱད་ཡོད།	རྒྱས་ཡོད་འབོད་པ་ཡི་སྐྱ་ཞིག
ཤིང་ཉོག་ཚོང་ཁང་གི་བདག་པོས།	པ་གཤི་ལམ་རྒྱར་ནས་གྲགས་བྱུང་།
ཚོང་སྒོ་རྒྱག་ཞོར་དུ་ར་ལ།	མིག་གིས་དེ་ཕྱོགས་སུ་ལྟ་དུས།
འོ་འོ་གང་ནས་རང་ཡིན་ཞེས།	ངན་བའི་སེམས་ཁོང་གི་ལྟ་མོ།
གཏམ་གྱི་སྒྲེ་མོ་ཞིག་འཐེན་བྱུང་།	བསྐྱན་འཛིན་སྒྲོལ་དཀར་ཡིན་པ།
འཇུ་མ་པའི་སོ་བྲང་ཞིག་སྒྲོན་བཞིན།	བལྟས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི་ཤེས་སོང་།
ང་རང་ཟངས་དཀར་ནས་ཡིན་ཞེས།	ཁོ་མོས་ལག་གཡུག་ཅིག་བྱས་ཇེས།
བདེན་བདེན་ངེས་ངེས་གྱི་གཏམ་ལན།	གོ་མ་པ་ངའི་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོས་ཀྱང་།
འོས་ཤིང་འཆམས་པོ་ཞིག་བཏབ་ཡིན།	བདག་གི་གོ་མ་འགྲོས་གྱི་འདེགས་འཛོག
ནམ་ཁྲ་ཅུང་ཅམ་ནི་གང་ཡོང་།	དོགས་པས་རང་སར་ནི་ལུས་སོང་།
མི་ཚོགས་རིམ་གྱིས་ནི་ཉུང་སོང་།	ཁྲ་ཁྲའི་མགོ་རས་དེ་གྲོལ་བཞིན།
ཐུན་པ་ཁད་གྱིས་ནི་སྒྲེབས་ཀྱང་།	ལམ་སང་བདག་མདུན་དུ་སྒྲེབས་ཞོར།
རེ་སྐྱུག་ཐག་པ་དེ་སྒྲོད་མེད།	ཏ་ཅང་འབྲུ་བོ་ནི་ཆགས་པས།
སེམས་པའི་རུས་རྐང་གི་ཚོར་བས།	དགོངས་དག་གནང་རོགས་ཞེས་གསུངས་བྱུང་།
དེ་རིང་འཕྲད་པ་ནི་ཡོང་བའི།	སེམས་པའི་སྒྲིང་འོག་གི་མཚམས་ནས།
ཡིད་ཆེས་ཟབ་མོ་ཡི་སེམས་ཤིག	མགྲོགས་སོར་བྱང་ལ་ནི་སྐྱར་ཏེ།

འགྲམ་པ་འགྲམ་པ་ལ་སྒྲན་ནས།	ཞེད་སྤང་འཇིགས་སྤང་གིས་ཨེ་འཆོང་།
གཡས་བསྐྱོར་གཡོན་བསྐྱོར་ཞིག་རྒྱག་འདོད།	མ་དགའ་མ་ངལ་གྱི་ཆོག་རིས།
སྐད་ལྷགས་གང་ཡོད་གྱི་ངང་ནས།	འཇུ་མ་པའི་སོ་བྲེང་ལས་འཛོར་བཞིན།
ང་རང་བྱིད་ཉིད་ལ་དགའ་ཞེས།	ལག་བྱང་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་བརྒྱངས་ཏེ།
འཁོད་འདོད་སེམས་ཆོར་དག་མནན་ཏེ།	སྐེ་ལ་ལྷགས་ཀྱིས་ནི་འཁྱུང་བྱང་།
འཇུ་མ་མདངས་ཤིག་ཤིག་ཅིག་བསྟན་ཡིན།	ད་ནི་འགྲོ་དང་ནི་འགྲོ་ཞེས།
འཕྱི་བོ་ཆགས་པ་ནི་མ་སོང་།	གཏམ་གྱི་སྟེ་མོ་ལ་འཇུ་ཞོར།
བྱིད་རང་འདི་ལྟར་ནི་འབྱོར་བས།	ཚུང་ཚུང་གསེར་ནག་གི་མཇུ་བ་དཀྱིས།
ང་རང་སྟིང་ཁོང་ནས་དགའ་བའི།	ཁོ་མའི་སྲིན་མཇུ་བ་ལ་བསྐྱོན་ཡིན།
སྟོ་བ་འཇོད་མེད་འདི་གང་འཇོག	མིག་ཚུ་སྤྲུམ་སྤྲུམ་ཞིག་འཛོར་བའི།
རྒྱངས་འཁོར་འཁོར་དྲུག་གི་རྒྱན་གྱིས།	ཁ་རྒྱངས་བོད་འཇམ་གྱི་གསེབ་ནས།
ལམ་སྐྱབས་དགའ་ལས་ནི་ཨེ་ཁག	མཚུ་སྟོས་འགྲམ་ངོས་ལ་སྒྲན་བྱང་།
པ་མས་མཁུན་ན་ནི་བསམ་སྟེ།	སེམས་ཆོར་བཞིན་ཐབས་ཤིག་མི་འདུག

རྩ་མཐའ་ནས་བྲན་པའི་ལ་དྲུགས།

ཉི་ཟེར་རྒྱབས་ལ་བཏེགས་པའི་ཡིག་རིས་འདི་དག
བྱང་བཞུད་སྟིན་དཀར་བདག་དང་འགྲོགས་འདིས་བྱང་ན།
རྒྱང་བྱ་བསིལ་བསིལ་རྒྱབ་པའི་ཨ་མའི་ཞལ་རས།

ལོ་ལྔའི་ཁ་ཐག་རིང་རུང་སེམས་ཁུལ་མི་འདུག
འང་འཚོན་སྒྲེ་ལ་འཐམ་པའི་ལག་རྒྱང་ཆ་གཉིས།
ཁྱོད་དང་འབྲེལ་མེད་ཤིང་གི་ཡལ་ག་ཡིན་ན།
ཅང་ཤེས་ཏེ་མཚོག་འདྲོགས་པའི་འཆེར་སྐྱད་མཐོན་སྟོ།
ཁད་ཀྱིས་ཁད་ཀྱིས་རིང་ནས་རིང་དུ་ལོས་འགྲོ།
ལོ་ལྔས་ཉིད་རུལ་བཞོས་པའི་སྟོད་པའི་དཔར་ཤིང་།
བྱ་རབ་བདག་གི་ནམ་ལྔའི་ཐས་ལྟག་ཡིན་ན།
སྒེལ་གོ་བ་གཞུང་ནས་ཐུག་པའི་ཁ་ཆེའི་བྱ་མོད།
འདྲ་མ་འདྲས་པའི་སྐྱད་ཀྱིས་ལ་གཞས་ལེན་འདོད།
གཞིས་ཆགས་བྱ་མོ་ཡ་རབས་ཡིན་ཚུལ་གོ་ནས།
ལྟ་ཆེན་ཆངས་པ་འདོད་པས་གཏུང་རབས་བཤད་ཐལ།
བ་སྤང་གཅིན་ལ་བལྟས་པའི་སྟན་ཆོག་དེ་ཡང་།
མ་གཤིག་ཞུང་གི་སྟད་མོ་དེ་དེ་འདྲ་མིན་ནས།
ལད་སྒྲོས་རྩལ་ལ་བྱང་པའི་བོད་པའི་གཤེས་ལུགས།
ཨ་ལོང་དགུ་སྤྲིག་གཞུང་ལ་བཏེགས་པའི་བར་ན།
འགྲམ་པའི་མཁུར་ཆོས་དམར་པའི་ལ་དྲགས་བྱ་མོ།
སེམས་དང་མིག་ལ་བབ་ཅིང་འབབ་ནས་འོང་ཐལ།
ཀ་ཁའི་མིག་རྒྱང་འཇུ་མ་པའི་གཟེ་བྱིན་མདངས་ལ།
ངོ་ཆའི་རྒྱར་མིག་འཁྱོག་པོ་བྲིས་པའི་བྲལ་ན།

བན་པའི་མིག་ཆུ་ཡིག་རིས་གར་དུ་ལོས་ཆས།
རྒྱང་རིང་ལ་དྲགས་བན་པ་གངས་ཀྱིས་མི་ཆོད།
པ་ཡུལ་པ་ཡུལ་ཟེར་བའི་དབྱངས་ཀྱི་འགྱུར་ཁྱགས།
ན་བའི་བདུད་ཅིར་ལྷུང་བའི་བགོ་སྐལ་མིན་ན།
རྒྱལ་འཕྲུབ་དབྱིངས་སུ་མཆོད་པའི་ལ་དྲགས་ལྗོངས་དེ།
ཨ་མའི་སྤྱན་རླབས་ལྷ་བྱའི་སེམས་ཤིག་སྤྱས་སྤྱིན།
ལྷོ་མཐའི་སྤེལ་གོ་བ་ཁོང་གི་བོད་པའི་ཁ་ལ།
པ་མར་གད་སྤྱིགས་འབོད་པའི་སྤོན་པའི་ལྷེ་ཞིག
ཞར་དང་ཞོར་ལ་སྤྱེས་པའི་ནམ་ཁྲིའི་བར་ནས།
སེམས་ཀྱི་གཤོག་རླང་གངས་དཀར་རི་ལ་ཤོར་འགྲོ།
གངས་དཀར་རི་ལས་འོང་བའི་སྤྱན་དཀར་ཆ་འདི།
ཨ་མའི་མིག་ཆུས་བྲིས་པའི་སེམས་འཕྲིན་མིན་ན།
འགྱུར་མེད་བུ་གྲོད་དར་མའི་སྤྱ་མཁེགས་ཡང་ལྷོ།
དབྱེད་པའི་ལྷོ་རིག་གང་གིས་བཙོམ་ནས་ཡོད་འགྲོ།
དག་པའི་མཁའ་དབྱིངས་སྤྱོ་ཞིང་དྲངས་པའི་ངོས་ན།
ཉི་ཁྲིའི་འོད་ཀྱིས་འཆོ་བའི་པ་མའི་གཞིས་བྲིས།
སློབས་པའི་ང་རྒྱལ་འདེགས་པའི་རྒྱ་བ་རིར་རྫོམ་པའི།
ལྱགས་མ་ཐུན་བཞུགས་གྲལ་ལ་དྲགས་གཞུང་ན་འཛོམས་པ།
གསེར་བྱེ་ས་རྩོ་བསྐྱེས་པའི་བོད་པའི་ངག་སློ།

ཡང་དག་ཚད་ཐིག་ལངས་བའི་རི་མོར་བབ་བས།
དཀར་ནག་གོ་ལོག་ཁྱུང་སའི་མཛད་སྒྲིའི་སྟེང་ནས།
གསལ་བྱེད་སྤྲུམ་ཅུའི་བརྒྱ་ཤར་མེ་ལ་བསྐྱེགས་སོང་།
ནག་ནག་སོལ་བ་བྱས་པའི་བོད་ཀྱི་ཡི་གེ།
བཅོམ་བརྒྱགས་བྱེད་པའི་ས་མའི་ལག་ཟུང་མེད་ན།
ན་ཅུང་བྱིས་པའི་སེམས་ཀྱི་མཁོ་མེད་དངོས་པོ།
མེས་པོའི་རྩལ་ཅུའི་ཐིགས་བ་གང་ནས་ཡིན་འགྲོ།

མཆོག་བྱང་།

ལོ་ངོ་ཁ་ཤས་སྟོན་དུ་ལ་དྲགས་ཡུལ་ནས་སྐད་ཆ་མང་དག་ཅིག་ཡི་གེ་རུ་པབ་
ཡོད་ཀྱང་། དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་ལ་འབྲི་དེབ་ཏུ་སྒྲག་ཅིང་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་བརྟེན་
འགྲོ་བའི་སྐབས་ཤིག་ལ། གཞི་ནས་སྐད་ཆ་དེ་དག་དེབ་གཟུགས་སུ་བསྒྱི་བར་བཙོན་
བ་ནི་དགོང་མོ་བའི་ལས་ཁུར་ཞིག་ཏུ་ཟད་ཀྱང་སྤིང་མོད། འོན་ཀྱང་མཛའ་གཟུགས་
གྲོགས་པོའི་ཆོགས་ཀྱིས་དེབ་གཟུགས་སུ་བྱས་ན་ལེགས་རབས་ཡག་རབས་ཀྱིས་
གནས་དུ་བཀྲགས་ཤིང་རང་ཉིད་ཀྱང་སྟོ་སྒྲུང་དེའི་ཁྲོད་དུ་བཟེན་ས། མར་ཡུལ་ལ་
དྲགས་སྟོངས་ནས་བྲིས་པའི་སྐད་ཆ་ཁག་ལས། རེ་གཉིས་ཤིག་འདེམས་སྒྲུག་གིས་
དཔེ་དེབ་ཅིག་གྲུབ་པར་བྱས་པ་ནི་རིན་ཐང་ཡོད་པའི་བྱ་ལས་ཤིག་མ་ཡིན་ཡང་། ལན་
རེར་སྟེང་རིན་མེད་པའི་མི་ཆེ་དཀྱུས་མ་ཞིག་གི་གཏམ་རྒྱུད་དག་ཀྱང་། མ་འོངས་པར་
རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པའི་ཤོག་ལྗང་རེར་འགྱུར་མི་སྤིང་བ་མིན་པར་བསམ་ན། ངས་
ཀྱང་རང་ཉིད་དངོས་སྟོན་གྱི་སྟེང་བ་རེ་རེ་ཡི་གེར་སྟེབ་པར་སྟོ་བ་ལོས་ཀྱང་སྟེ།

ཡང་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བསམ་ན་བོད་ཡིག་གི་དེབ་ཅིག་དཔར་འགྲེམས་
བྱ་རྒྱ་ནི་ཡོང་སྟོ་ཅི་གང་མེད་པའི་འགྲོ་གྲོན་གྱི་བྱ་ལས་ཤིག་ཏུ་ཟད་རབས་ཀྱིས་ཆེན་པོ་
དག་གིས་སྟངས་རྟེན་དང་ཁྲེལ་འཇུག་གྱི་ངོ་གདོང་ཅི་ལྟར་བསྟན་ཀྱང་། ཁོ་བོར་མཆོད་ན་
དེ་ནི་གོམས་ལོབས་འདྲིས་ལོབས་སུ་སོང་བའི་རྒྱ་བྱི་ལྷགས་པ་ཞིག་སྟེ། རང་ཉིད་
གྱི་ལམ་སྟེར་རང་གིས་དོག་པས་མནན་པའི་སྟ་གོན་ལ་ཞུགས་པ་ཙམ་མོ།

མདོར་ན་སྐད་ཆ་ཁ་ཤས་དེ་བ་གཟུགས་སུ་འབྲུབ་པར་བགྱི་བ་ལ་དངོས་ཤུགས་
བརྒྱད་གསུམ་ནས་རོགས་པན་སྒྲ་མེད་བགྱིས་པའི་གྲོགས་པོ་ཡོངས་དང་། བྱད་པར་
ཉོ་ལན་ཤིང་(Holland)གནས་བཞུགས་གྲོགས་རྩེ་པ་པོ་ཤིང་སྤྱི་མིག་གསུམ་
པའམ་ཆབ་བྲག་བརྩོན་འགྲུས་ལགས་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མ་ཐུན་རྒྱུན་གནང་བ་
བཅས་ལ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བཀའ་བློན་དང་གྲུས་འདུད་ལྷ་རྒྱུ་མ་ཟད། ཁོ་ཚོ་གཙོས་པའི་
རང་གི་རིག་གཞུང་ལ་དགའ་ཞིང་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་དུང་བའི་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་མོག་འབྲུ་བ་
ཚོའི་ཁ་ལས་རྒྱུད་ཏྲ་དར་ཞིང་ཅི་བསམ་ལྟན་གྱིས་འབྲུབ་པའི་སྒྲོན་འདུན་དང་བཅས།
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་སྒྲོ་བྲོགས་སྤེང་ལོར་གོང་བྱེད་དུ་བྱིས།

CHANGING DUST CLOUDS OF LADAKH

PART I: PERSPECTIVES OF LADAKH

- Chapter One: Ladakh in myths and legends
- Chapter Two: Ladakh in Literature
- Chapter Three: Ladakh in pictures
- Chapter Four: Ladakh in movies
- Chapter Five: Visions of Ladakh- A personal report
- Chapter Six: Experiences & feeling of Ladakh
- Chapter Seven: Uniqueness of Ladakh
- Chapter Eight: Ladakh in flux

PART II: LADAKHI AND TIBETAN ARCHITECTURE: A STUDY

- Chapter One: Uses and significance of stone
- Chapter Two: The development of housing through the ages
- Chapter Three: Location and dwelling sites
- Chapter Four: Materials in housing
- Chapter Five: Interior and Exterior designs
- Chapter Six: Use of Paint and its symbolisms
- Chapter Seven: Forts and borders
- Chapter Eight: Research Analysis of dwellings
- Chapter Nine: Conclusion

PART III: POEMS ON LADAKH

- Chapter One: Remembrance of Ladakh
- Chapter Two: Ladakh of my heart
- Chapter Three: memories of Ladakh
- End Note

Bibliography

ཁ་བཏགས་ཞིག་གི་ཆབ་ཏུ།

རང་ཉིད་ཀྱིས་མཐོང་ཞིང་ཐོས་པའི་སེམས་རོས་ཀྱི་རིམ་ཏུ་སྤྲུགས་ཀྱི་འདུན་པ་
གཅིག་ཏུ་སྒྲུགས་པའི་ཕྱོགས་པོའི་ཆོགས་དང་བཞོ་སྐལ་མཉམ་སྦྱོར་བྱེད་པ་ནི། ཁོ་
པོར་མཆོན་ན་ཡིད་སེམས་རབ་ཏུ་སྒྲོ་བའི་བྱ་ལས་ཤིག་ཏུ་ཟད་ལ། འདིར་ཡང་རང་གི་
མཐོང་ཐོས་ཀྱི་སྐད་ཆ་དག་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཞོས་ནས་ན་མཉམ་ཕྱོགས་པོ་མང་པོ་ཞིག་
ལ་སྒྲོང་རོལ་བྱེད་པའི་སྐལ་བ་ཤར་བར་སྒྲོ་བ་ལོས་སྟེ། དེས་སྟབས་སྒྲོ་དགའི་ཡིད་
སེམས་ཁམས་འདི་ཉིད་གནང་སྟེན་བྱེད་པོ་པོད་ཀྱི་འབྲུལ་དེབ་བཞོ་སྐྱེན་པ་ཨ་ཁུ་
འབར་བྱུན་ལགས་ལ་སྦྱིང་ནས་བཀའ་བློན་བྱུངོ།