

བོད་གདངས་སུ་གྱེར་བའི་སྒྲན་ཕྱོམ།

འོད་ཟེར་གྱིས་བརྒྱམས།

༡༧༧༩

སྔོན་འགྲོའི་གཏམ།

༥ རེ་བྱ་དང་པོ། རྟེན་པོ།

ལྷ་ས། ལྷ་ས་ལགས།

བར་བསྐྱོར། ཅེས་པའི་ཁེར་རྒྱུ་གི་སྒྲིང་ཕྱར།

སྔོན་མའི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་པོ་བྱང་།

ང་ཡི་པ་ཡུལ་སྡེ་དག

ས་ག་ཁྱེ་བ། བོད་ཀྱི་དབྱུང་པོའི་དུས་སྔོན་ལྟེན།

༥ རེ་བྱ་གཉིས་པ། རྟེན་པོ།

རྒྱལ་བ་ཀུན་པོ་དཔྱད་བཞུགས་དུས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུ།

ཉིས་ཆེ་རིང་གི་མིག་ཁྱེ།

བོན་པོའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གི་གཏམ་རྒྱུད།  
བསྟན་འཛིན་དང་ཁོང་གི་བྱ།  
སྟོག་གཙོད་ཐེངས་ཤིག་གི་བཤོད་བསྟོད་ཟིན་པོ།

## ༼ལེའུ་གསུམ་པ༼

འབྲས་སྤངས་དགོན་དུ།  
ཕྱི་ཐག་སྐྱེ་འཆིའི་ཁོད་ཡུན་དུ་ཉར།  
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ལོའི་སྤྱི་ལོ།  
ཆོག་དུམ་ཉེར་གཅིག་མ།  
ཡུ་ཕྱིད་ཀས་བོད་ལ་འོད་གྱིས་རྒྱན།

## ༼ལེའུ་བཞི་བ༼

ཐལ་རུལ་གྱིས་བཀྲུབས་པའི་འདས་དོན།  
བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ནི་དུ་ནག་རེད་དམ།  
ཕོ་བྲང་པོ་རྒྱལ་འཛིན་ཉམས་རྒྱུད།  
ཨོ་རྒྱན་སྤུངས་ལུང་དུ་འགོ་བ། འཛོལ་སྟེག་ཡིན་ནམ་གྲོས་བྱོལ་ཡིན།  
བོད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འབྲེལ་བཟོད།  
འབྱུང་བྱང་།                      ལྷགས་མོ་འཛོ།

## ཚུམ་པོ་པོ་འོ་ལོ་རྒྱལ་མཛེར་བསྐྱུས།

འོད་ཟེར་ལགས།མིང་ཁྱིལ་བོར་ཆོ་རིང་འོད་ཟེར། མོ། བོད། བྱི་ལོ་ ༡༩༦༤ལོར་༩་རིག་གནས་གསར་  
བརྒྱུ་ཆེན་མོ་འོ་ལོ་ལས་འགུལ་ཁོད་ལྷ་སར་སྐྱེས་ཤིང་། བ་ཡུལ་བོད་མདོ་ཁམས་སྡེ་དགེ་ཡིན་པ་དང་།  
༡༩༨༤ལོར་རྒྱ་ནག་ཁོམ་འདུས་རྒྱལ་ཁིན་ཏུ་འབོད།གྲོང་ཁྱེར་ནང་ཡོད་པའི་ལྷོ་རུབ་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་  
ཆེན་མོ་ནས་སློབ་མཐར་ཕྱིན་རྗེས། ཏུས་ཡུན་རིང་པོར་ལྷ་སའི་«བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་རྒྱ་ཚུལ་»རྒྱ་ཡིག་ཏུས་  
དེབ་ཀྱི་ཚུམ་སྒྲིག་པའི་འགན་བཞེས། བརྩམས་ཆོས་གཙོ་བོ་«བོད་དེ་ཡང་སྟེང་ན»ཞེས་པའི་སྟེན་ཚུམ་  
དང་ལྷག་ཚུམ་«བོད་གདངས་སུ་གྱེར་བའི་སྟེན་ཚུམ་» འབོལ་ཚུམ་«བོད། ཏུས་སྒྲིག་གི་ས་ཁ»ཞེས་པ་  
དང་བོད་ཀྱི་རིག་གསར་སྐོར་གྲིས་པའི་«བོད་ཀྱི་བླ་མོ་»དང་«གསར་བརྒྱུ»སོགས་དང་།

བརྩམས་ཆོས་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་ནག་དང་ཐེ་ཝན་གྱི་པར་

སྐྱུན་ཁང་ནས་འདོན་སྤེལ་བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། དབྱིན་  
ཡིག་དང་སྐད་སྐད་སྐད་ཀྱི་ཡི་གེར་ཡང་བསྐྱུར་ཡོད། ད་ལྟ་  
འོད་ཟེར་ལགས་ནི་རང་དབང་གི་ཚུམ་པོ་པོ་ཞིག་ཡིན།

ཁོ་མོ་འོ་གསར་ཚུམ་གྱི་ལྷ་བའམ་ཁ་ཕྱོགས་ནི།  
ཚུམ་འབྲི་བ་ནི་ཡུལ་བསྐོར་དང་ཚུམ་འབྲི་བ་ནི་གསོལ་  
འདེབས། ཚུམ་འབྲི་བ་ནི་དངོས་མཐོང་གི་དཔང་  
རྟགས་ཟིན་ཐོ་ཡིན།



འོད་ཟེང་།

གཞིས་ལུས་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ང་རང་སྤྱི་ཐོག་པའི་སྒྲུབ་སྟེན་དེ་ནི་མཉེན་ཅོད་ཀྱི་གིས་སྦྱུང་  
སྟོང་བྱས་པའི་རིག་གནས་གསལ་བ་ཤེས་ཆེན་མོའི་ལས་འགུལ་གྱིས་མདོད་བྱས་མཐོ་སྒྲུང་ཡོངས་སུ་བྱ་

པའི་དུས་སྐབས་དང་འཕྲད་ཡོད་ལ། ང་རང་འཆར་ལོངས་བྱུང་པའི་ལོ་ཟླའི་ཁྲོད་སྐྱེས་པའི་གྲུང་ཁུན་བཅོན་  
 དབང་པས་བོད་ནང་བཞག་པའི་རྟགས་མཚན་གྲངས་ལས་འདས་པ་ཞིག་དོལ་རིམ་བཞོས་པ་ཇི་བཞིན་  
 གསལ་ལྟར་རེར་ཡོད། འདི་ནི་གཞིས་ལུས་བོད་མི་ས་ཡ་དུ་མའི་ལས་དབང་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་  
 རེད། དེ་ལས་ལྷོ་ག་སྟེ་དཙུང་པ་ཡུལ་རྒྱུ་ཏུ་བསྐྱར་ནས་ཁ་གྲུས་པའི་བཅོན་བྱེད་ཀྱི་བོད་མི་  
 སྤྱན་རློན་མས་དང་ཤ་རུས་གདུང་རྒྱུད་གཅིག་ཡིན་རུང་། འདས་པའི་ལོ་ཟླ་མང་པོའི་ནང་འཇིག་རྟེན་མི་  
 འབྲ་བ་གཉིས་ནང་བཞིན་ཆགས་ཡོད། དེ་བས་བོད་ནང་སྟོད་པའི་ང་རང་གིས་རྩོམ་ཡིག་འདི་དག་འབྲི་  
 དོན་ཡང་བོད་ནང་གི་གནས་ཚུལ་དོམ་དེ་དག་བཤད་རྒྱུ་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས། འོན་ཀྱང་རྩོམ་འབྲི་པའི་  
 སྐབས་སུ་མ་བསམ་ས་ནས་རང་ཉིད་སོ་སོར་གྲུས་བཞིན་པ་མཐོང་། ང་རང་དགའ་ཞིང་དུང་བའི་མི་  
 རིགས་འདི་འང་ཁ་ཁར་འཐོར་བཞིན་པ་མཐོང་། བོད་མི་མང་པོ་ཞིག་ཁ་ཁར་གྲུས་བཞིན་པ་འང་མཐོང་།  
 གཅིག་བྲས་ན་འདི་ནི་མི་སྐྱེར་བ་ཞིག་གི་ལས་དབང་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར། འདི་ནི་བོད་མི་རེ་རེའི་ལས་དབང་  
 ཡིན་ཡང་སྲིད། འདི་ལྟ་བུའི་ལས་དབང་གིས་ང་དང་བོད་མི་མང་པོ་ཞིག་གཅིག་ཏུ་སྒྲེལ་ཡོད་ལ། དེའི་ནང་  
 ལྷགས་མོ་འཆོ་དང་སྟག་ལྷ་རྒྱལ། ལྷོད་སྤྲས་བཅས་ཡོད། དཙུང་པ་ཡུལ་མཚན་ལྟོད་པ་ལྟོད་པ་ལྟོད་པ་  
 གྲོས་བསམ་པ་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་ཤིང་རེ་བའི་མདུད་པ་མཉམ་དུ་བརྒྱབས་ཡོད་པས་རང་བཞིན་གྱིས་  
 བསྟོད་ལམ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་ཞུགས། ངས་རྒྱ་ཡིག་གི་ལམ་ནས་རྩོམ་ཡིག་བྲིས་པ་དེ་དག་ཁོང་རྣམ་པ་  
 གསུམ་གྱིས་རྒྱ་ཡིག་ནས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་ལས་དོན་ནང་ཞུགས་པས། དེས་གནས་བཤད་ན་  
 འདི་འང་དོན་སྤྲོད་ཟབ་མོ་ལྡན་པའི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་ཡིན།

འདི་རུ་ཡང་བསྐྱར་ལྷགས་མོ་འཆོ་དང་སྟག་ལྷ་རྒྱལ། ལྷོད་སྤྲས་བཅས་ནས་ལས་ཀའི་བྲེལ་འཇུག་  
 ཁྲོད་དེབ་འདི་བསྐྱར་ནས་ངས་རང་གི་གདུང་རྒྱུད་གཅིག་པའི་སྤྱན་རློན་ཆོས་སྤྲོད་གཏམ་བཟོད་པའི་བསྐལ་  
 བ་མཛོན་འབྱུང་བྲས་པར་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གིས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། གཞན་བོད་ཡིག་ཐོག་  
 པར་སྐྱེས་བྱེད་པར་རོགས་རམ་དང་རྒྱུ་སྐྱེར་གནང་མཁན་ཆོ་དང་ཆོགས་པ་ཁག་ལ་སྟིང་ཐག་པ་ནས་  
 ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་ཡིན། ཁྱེད་རང་ཆོའི་བཀའ་བྲིན་དེངས་དུས་རྟག་ཏུ་ཡིད་སེམས་ཀྱི་དཀྱིལ་དུ་འཛིན་  
 དེས་ཡིན་ཞིང་། དེབ་འདི་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་རྟག་བརྟན་སྤྱོད་ཐོག་ཉག་ཉག་སྟེ་སྤྱི་ནོར་ཡགོངས་རྒྱལ་བ་

རིན་པོ་ཆེ་དང་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ཀྱི་བོད་མི་སྤྱོད་སྤྲོ་རྣམས་ལ་ཕུལ་བ་ཡིན། བྱིད་དང་བྱིད་རྣམ་པས་ང་  
ལ་ཆེ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་རྗེས་མར་གནང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ངས་འདི་ལྟར་སྤོན་ལམ་འདེབས་བཞིན་  
ཡོད།

བོད་ཡ་བོད།

ངའི་སྐྱེ་བ་ཡང་རྒྱན་གྱི་ས་ཡུལ།

གལ་སྲིད་ང་རང་མཆོད་མེ་ཁྱོད་བྱ་གང་ཡིན་ན།

བྱིད་ཀྱིས་ང་རང་བྱོད་འབྲམ་དུ་ནམ་ཡང་མི་འཇོག་པར་འཇོག་རོགས།

གལ་སྲིད་བྱིད་རང་འཕུར་བསྐྱོད་ལ་ཕྱོགས་པའི་སྤྲུག་ཁྱོད་ཅིག་ཡིན་ན།

བྱིད་ཀྱིས་ང་རང་འོད་སྟོང་འཕྲོ་བའི་དག་ཞིང་དེར་འབྲིད་རོགས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༦ལོའི་ཟླ་ ༥ཆེས་ ༡ཉིན་ལ་བེ་ཅིན་དུ་བྲིས།



# ལྷ་ས་! ལྷ་ས་ལགས་? |

ལྷ་ས་! ལྷ་ས་ལགས་? ངས་ཇི་ལྟར་བརྗོད་ན་ལེགས་སམ།

དཔེ་མཚན་ཞིག་ཞུས་ན་ལོ་ཞིག་གི་ལོ་སར་ཆོས་གཅིག་གི་ཞོགས་པར། ངས་ལྷ་ས་འི་བསྐྱོར་ལམ་  
དུ་བརྒྱུད་ས་ཕྱག་འཆའ་བའི་གྲ་བཅུན་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་གི་རྗེས་བསྐྱེགས་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་རིན་གོང་རྒྱུད་བའི་  
པར་ཆས་བཟུང་ནས་བྱང་ཆ་བྲལ་བའི་ལག་ཕྱལ་གྱིས་ནམ་རྒྱུན་མཐོང་དགོན་པའི་ཁོང་ཆོས་མཉམ་  
གཅིག་དུ་བརྒྱུད་ས་ཕྱག་འཆའ་བའི་བརྗོད་ཉམས་ལྡན་པའི་རྣམ་པ་འདིར་རྒྱུད་རིང་ནས་འདྲ་པར་བསྐྱོན་  
པ་ཡིན། ཡང་འདབ་བརྒྱད་བཞད་འདྲའི་རིཚ་གས་ཀྱི་དབུ་ཕྱོར་ཁ་སང་གི་ཁ་བའི་གཡོགས་ཤིང་། དེའི་  
ཡང་སྟོང་ན་སྡེ་ཞིང་མཐིང་ལ་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་ཨ་སྡེ་དང་སྤྱིན་ཕུང་ཆོམ་བུར་བཀྲ། འོན་ཏེ་པར་ཆས་  
ཤེལ་སྒོ་རྒྱུད་ཉེས་ར་བསྐྱོར་བ་ན་དེ་དག་ཅི་ཡིན་ནམ། བན་རྒྱུན་དྲ་བ་བཞིན་འཐེན་པའི་སྒོ་ག་སྐྱུད་དང་མཐོ་  
དམའ་མི་མཉམ་པའི་ཁང་བཅུགས། གཅིག་གཤམ་གཅིག་དུ་མཐུད་པའི་ཆོང་ཁང་དང་ཟ་ཁང་། ཡར་འགོ་  
མར་འོངས་མཚམས་ཆད་མེད་པའི་རྒྱུད་ས་འཁོར་དང་མི་ཚོགས་ཀྱི་འཆང་ཀ་ཤིག་ཤིག་ ཁྲོམ་སྤང་གི་མི་  
ཆང་མས་ནང་ལོག་ན་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་ལུ་བ་བཟོ་དབྱིབས་གཅིག་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་མན་བས་འདུག ལྷ་ས་འི་ཕྱི་  
བསྐྱོར་གྱི་ལམ་ཁ་ཕྱེད་ཀ་ལས་མང་བ་བྱོང་བྱེད་ཀྱི་དཀྱིལ་ནས་བརྒལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། བརྒྱུད་ས་  
ཕྱག་འཆའ་བའི་གྲ་བཅུན་ཉིས་བརྒྱ་དེ་དག་ནས་བྱོང་བྱེད་དཀྱིལ་བརྒྱུད་ནས་གོག་བཟོད་བྱེད་དགོས་པ་  
དང་། ལན་རེར་མི་ཚོགས་ཀྱི་འཆང་ཀ་ཤིག་ཤིག་གི་ཁྲོམ་སྤང་བཞི་མདོ་འཕྲེད་བརྒལ་གནང་དགོས་



བས་ན། ཁོང་ཚོ་འོ་ཁྱོད་དགུང་ལོ་རྒྱུད་ཤོས་དེ་ལོ་ན་བརྒྱད་དགུ་ཙམ་གྱི་གྲ་བཅུ་ན་བཅུ་མ་རྒྱུད་རྒྱུད་ལ་  
 ཤས་ཡོད་པ་ཉ་ཅད་སྤྱིང་རྩེ་བོ་འདུག། ཡིན་ནིང་རྒྱུད་ཙམ་འཛུབ་ཆ་ལངས་པའི་ཉམས་ཤིག་འདུག་ལ།  
 ཡང་ཁ་ཤས་ནས་ཅིང་སྤྱོད་ཞེན་ནས་ཉ་ཉེ་ཞེས་གདམས་དགོད་ཞོར་མགྲོགས་པོར་པར་བརྒྱལ་བྱེད་ཀྱིན་  
 འདུག། དགུང་ལོ་རྒྱན་པ་ཚོས་ཅི་ཡང་མི་སྟམ་པར་མིག་གཉིས་གཡོ་བ་མེད་པར་མདུན་ལ་རིག་པ་སྒྲིམ་  
 ནས་གོ་རིམ་ཡོད་པའི་ངང་ལུས་ཚད་ཀྱི་མཚམས་ནས་གོམ་པ་གསུམ་རེ་མདུན་དུ་སྤྱོད་ཏེ་བརྒྱུད་སྤྱོད་ཀྱི་  
 འཚལ་གྱིན་འདུག། ལམ་ཁ་འགགས་པའི་རྒྱུད་སྤྱོད་འཁོར་རྒྱུད་བ་དང་གྲ་ལེན་རྒྱུད་སྤྱོད་འཁོར་། འབྲུལ་སྤྱོད་  
 རྒྱུད་སྤྱོད་འཁོར་རྒྱུད་བ་སོགས་མང་ཆེ་ཤས་ནས་བཟོད་སེམས་ཀྱིས་ངང་སྒྲུག་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ། ཡང་ཁ་  
 ཤས་ནས་ཉ་ཅད་སྤྱོད་སྤྱོད་གིས་ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱུད་སྤྱོད་འཁོར་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཞིན་འདུག། གདོད་པ་ནག་པོའི་  
 ཉེན་རྟོག་དམག་མིའང་ནམ་རྒྱུན་ལས་མང་དུ་བྱིན་ཡོད། ཀླང་འཐེན་འཁོར་ལོ་གཏོང་མཁན་དང་ལྷ་མ་  
 བཟོ་བ། ཅ་ལག་ཅག་ཅིག་བཙོང་མཁན་དང་ཁང་པར་ཚོན་ཅི་བྱུག་མཁན། ལྷོང་པན་བཙོང་མཁན་ཀྱི་ཁོ་  
 ཚོ་མང་ཆེ་བ་རྒྱ་ཡུལ་ནས་ཡོང་པའི་ཞོར་ལས་འཚོལ་མཁན་ཡིན། ཕྱི་མ་པ་པོའི་མཆན། །ཚོ་སྤར་བཞིན་  
 རང་རང་སོ་སོའི་ལྟོ་གོས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྲེལ་བཞིན་ཡོད། ལྷ་སའི་བགྲས་པོ་ཚོས་སྤར་བཞིན་ཨ་བ་སོ་ཞེས་  
 པའི་སྤྱོད་འབྲུལ་བའི་བྱི་རྒྱུ་རྒྱུད་རྒྱུད་དང་ཡང་ན་གདོད་ལ་མཚལ་མདོག་དམར་པོ་བྱུགས་པའི་ཚོ་ཐར་ལ་  
 བཏང་བའི་ལུག་རེ་ཁྲིད་ནས་སྤྱོད་བསང་གི་གོམ་པ་རྒྱག་བཞིན་སྤྱོད་གཡོང་གིས་སྤྱོད་བར་ཐེབས་བཞིན་  
 མཆིས། དེ་བཞིན་དུས་ཚིགས་འདིར་མང་པོ་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་འཆམ་འབྲུལ་བའི་ཆ་  
 ལུགས་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་ནས་དགའ་མགུའི་འདྲ་པར་སྤྱོད་ཀྱིན་སྤྱོད་འདོགས་ཀྱིས་ཉ་ཅད་སངས་པའི་རྣམ་  
 འབྲུར་སྤྱོད་ཀྱིན་འདུག།  
 ང་དང་ངའི་གྲོགས་མོ་ལྷན་ཅི་སྟེ་ཁོ་མོ་ནི་སྤྱོད་པ་ནང་བཞིན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་ཅིང་ལོ་གསུམ་གྱི་  
 སྤྱོད་ལ་ལྷ་སར་བསྐྱེབས་ནས་འགྲོ་འདོད་མེད་པའི་ཀྱི་ལོས་ཡིན་རྩེས་སུ་ཁོ་མོ་བྱིར་ལོག་སོང་། །པེ་ཅིན་  
 ཀྱི་བུད་མེད་ཅིག་ཡིན། དེད་གཉིས་ཀྱིས་ལག་ཏུ་པར་ཆས་བཟུང་ནས་དུས་ཡུན་རིང་པོར་གྲ་བཅུ་རྣམས་  
 ཀྱི་རྩེས་དེད་དེ་བྱིན་པ་དང་ཁོང་ཚོས་གནས་འདིར་ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་འཆམ་ལ་ཡོང་མཁན་འབྲུལ་བ་རེད་  
 བསམ་འདུག། ང་རང་རིམ་བཞིན་དོགས་མི་བདེ་བར་གྱུར་ཏེ་ལྟོག་ཏུ་བསམ་སྤྱོད་བཏང་པ་ཡིན། ང་རང་སུ་

ཡིན་ནམ། ལྟ་མོ་ལྟ་མཁན་ཡིན་ནམ་ལྟ་ཞིབ་བྱེད་མཁན་ཡིན། ཡང་ན་འཆར་སྒྲུང་ལ་དྲུང་པའི་པར་བ་  
 ཞིག་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་རྒྱ་རང་དེ་འདྲ་བྱེད་འདོད་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་ན་། བདེན་དཔང་བྱེད་མཁན་ཞིག་  
 ཡིན་ནམ། ཡང་ན་རིགས་རྒྱུད་དེད་ན་ཁོང་ཚོ་དང་གཉུང་རུས་གཅིག་པའི་བོད་མི་ཡིན་ནམ། ངས་ཅི་ཞིག་  
 ཤེས་འདོད་དམ་ཅི་ཞིག་ཟིན་གྱིས་ལ་བཀོད་བསམ་མམ། དྲང་མོར་བཤད་ན་འཆར་སྒྲུང་རྒྱུད་རྒྱུད་གིས་  
 ཡིན་ནམ། ང་རང་ནས་གྲུ་བཅུན་དེད་ག་ལ་ཨ་རག་གི་ཤེལ་དམ་ཆགས་གྲུམ་གྱིས་སྤྲུལ་བཅོས་པའི་རྒྱུ་  
 རྒྱུ་དང་སྤྲུལ་མཁའ་གསལ་གྱི་ཨ་ར་འདམ་ས་འོས་ལས་དཔལ་བར་སྤྲུལ་པོག་པ། དེ་བཞིན་དགུན་དུས་ལ་  
 གཤོད་ན་བཞུར་བའི་རྩལ་རྒྱུ་ལས་ཅི་ཞིག་མཐོང་ངམ། ངས་ལན་རེར་ཁོང་ཚོར་སྐད་ཆ་ལ་བ་ན་འང་ངས་ཁོང་  
 ཚོའི་སེམས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་རི་ལྟར་རྟོགས་རུས། ཁོང་ཚོ་མི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲོམ་གཞུང་ན་གོག་བསྟོད་བྱེད་  
 གྱིན་མཆིས་ན་འང་ཁོང་ཚོའི་རྣམ་འགྱུར་ཁྲོད་འགོག་ཐབས་དཀའ་བའི་བདེ་སྐྱིད་ཅིག་མཐོང་ཞིང་། ཉ་  
 ལམ་སྐབས་འདིར་ཁོང་ཚོ་ནི་ཆེས་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་དུས་ཤིག་ཏུ་འཆོ་བའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་སྤྲད་སོང་། དེ་བས་  
 ཁོང་ཚོའི་གཤོད་ན་ཡུན་རིང་འཛུམ་དཔལ་གྱིས་ཁེངས་ཡོད་ལ། འཛུམ་མདངས་དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཟང་  
 ཟིང་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་འདུག།  
 ཁོང་ཚོས་འདི་ལྟར་ཉིན་ཤས་ལ་ཕྱག་འཆའ་སོང་། དེང་ཐོག་མི་བཅུ་ལ་ཞིག་ལས་མེད་པ་དང་དེ་ནས་ཇེ་  
 མང་ཇེ་མང་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་རིང་ནས་བརྒྱུད་སྤྱི་ལོ་ཉེ་ཐོན་མ་ཐག་པ་དེད་ག་དང་ཡང་ན་ལྟ་སའི་  
 རང་ངེས་མེད་འཇུགས་ནས་ཡོད་པའི་གྲུ་བཅུན་རྣམས་ཀྱང་བསྐྱུད་མ་བསྐྱུད་ཐོག་གིས་གྲལ་ནང་དུ་  
 ཟུགས་ཏེ། སོ་དེའི་དགུན་ཁའི་ལྟ་ས་གྲོང་ཁྱེར་ཉིན་ཉིད་པོར་དམར་སྤྲིག་གི་རྒྱ་བོའི་རབ་ཁ་ལྟ་བུས་  
 བསྐྱོར་ཡོད་ལ། ཡིན་ན་འང་། གོ་ཐོས་ལ་དུས་སུ་བཀག་སྡོམ་བྱས་པའི་ཉིན་མཐའ་མ་དེ་ཡིན་ཞིང་། སྤིད་  
 གཞུང་ནས་འདི་ལྟ་བུའི་མདོན་གསལ་གྱི་ཕྱག་འཆའ་རུ་ཁག་ལ་དགའ་མོས་བྱེད་ཀྱི་མེད་པ་རེད། ངས་  
 ཁ་སང་དགའ་ཐོད་དེད་ག་མཐོང་པ་ཡིན། ཁ་སང་ཞོགས་པར་ཉུང་བུན་ལམ་ཁར་གསེར་མདོག་ལྡན་པ་དང་  
 སྤྱི་ལོ་ཞུན་པའི་ཟངས་ལས་བཅོས་པའི་མདའ་གཞུ་འགྲུག་པའི་རྟ་བའི་འབག་འདྲའི་ཟུར་དུ། ལྟ་སའི་  
 རང་ཡོད་པའི་གྲངས་ཀྱི་བྲལ་བའི་རྒྱ་ཁོག་ཟ་ཁང་གསལ་གྱི་གཅིག་སྟེ་ཅིན་ཨ་ར་ཅིན་། ཟ་ཁང་གི་ཚོན་  
 མདོག་སྡོན་མོའི་ཤེལ་སྟོའི་མདུན་གྱི་རྒྱུངས་འཁོར་འདུག་སར་སྟོ་བྱུང་དུ་ཚོས་མདོག་དམར་སྤྲིག་གིས་

ཁེངས། དེའི་ཉག་ཉག་ཁོང་ཚོས་ཕྱག་འཚེལ་ནས་མཚམས་དེར་ཐོན་ཤིང་ཅུང་ཙམ་ངལ་གསོའི་སྐབས་  
 སུ་དགོན་པའི་འགོ་ལུགས་ལྟར་མཉམ་དུ་ཁ་འདོན་སྒྲུར་ཞོར་དྲིས་ཇ་འབྱུང་ཅིས་ཡིན་འདུག གནས་  
 སྐབས་འདིས་ལྟ་དམོ་ལྟ་མཁན་མང་པོ་བསུས་བྱུང་། མི་རིགས་ཐ་དད་པ་མང་པོས་རྣམ་འགྱུར་ལས་ཡ་  
 མཚར་དང་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་དཀའ་བ་མཛོན་པར་མཚོན་ནའང་། ཁོང་ཚོར་འཛུལ་དོགས་ཅི་ཡང་མེད་པར་  
 ལོ་ན་ཆུན་པའི་དབུ་མཛེད་ཀྱིས་སྤྲོ་ཁྲིད་དེ་ཁ་བཏོན་སྒྲུར་ཞིང་། མཚན་ལ་བཞག་པའི་ཆ་སྒྲུར་མངར་ཁའི་  
 རྒྱ་ཁོག་གི་དྲི་མ་མཆེད་པའི་ཁོད་གཟབ་ནན་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་སྤེལ་བ་རེད། འདིར་སློང་འོས་པ་ཞིག་ནི་  
 ཁོང་ཚོས་ཕྱག་འཚེལ་ཏེ་ཕོ་བྲང་པོ་དྲུ་ལའི་ཞོལ་གྱི་སྤྲོ་ཆལ་བཙོང་སར་བསྐྱབས་མཚམས་དེའི་ལྟ་ས་གྲོང་  
 ཁྱེར་གྱི་སྤྲོ་ཆལ་བཙོང་ས་ཆེཤས་དེར་ད། རྩོམ་པོ་པོའི་མཆན་དམར་གསོད་བྱས་མ་ཐག་པའི་སེམས་  
 ཅན་གྱི་ཤ་རིགས་དང་ཤ་གཏུབ་ལྟ་ལོ་གས་གར་འཕངས་པ་དང་། ལྟ་སའི་རྒྱུ་ལོ་འཛིན་གི་ཉ་དང་ནང་  
 ལོག་ནས་དཔོར་འདྲེན་བྱས་པའི་ཉ་རིགས་ཐོ་བ་ཆེ་ཆུང་བྱས་ཏེ་བཞག་པ་མཐོང་དུས་དེང་ཐོག་འགོ་  
 མཚམས་བཞག་ནས་མགོ་གཡུག་ཞོར་སྐད་ཅོར་བརྒྱབས་ཏེ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཅེར་ནས་ཁྱུ་ཐུག་གི་  
 རྣམ་པས་རེ་ཞིག་ཉོན་ཐོར་ཏེ་བསྐྱད་པ་དང་། སློ་བུར་དུ་ཁོང་ཚོས་མགྲིན་པ་སྟོན་ནས་གདུང་འབོད་ཇི་  
 བཞིན་ཁ་བཏོན་མཉམ་དུ་སྒྲུར་ཞོར་གོམ་པ་ཆེན་པོས་མདུན་དུ་བསྒྱུད་ཏེ་སྤྲོ་ཆལ་བཙོང་ས་རྩོམ་པོ་དང་གྲུ་  
 དོག་དྲགས་པས་བརྒྱངས་ཕྱག་འཚེལ་བྱུང་མེད་པ་རེད། ། ཁོང་ཚོའི་སྐད་གདངས་དང་འགྲུལ་སྒྱུད་ཁོད་  
 བརྩེ་སེམས་དྲག་པོས་བརྟས་ཡོང་དུས་སྤྲོ་ཆལ་བཙོང་སའི་མི་ཚང་མ་ཁ་གདངས་མིག་གཅེར་ནས་  
 བསྐྱད་འདུག ངས་དེའི་ཁོད་ཀྱི་སྤྲོ་མ་ཞིག་ལ་སྐད་ཆ་འདྲི་དུས་ཁོང་ནས་ས་འདིར་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཀྱི་དྲི་མས་  
 ཁེབས་ཡོད་པས་སྤྲིག་གཅོད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་ཀྱིན་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་  
 བྱུང་། དེའི་རྗེས་ངས་ནང་ལོག་གི་གྲོགས་པོ་ཞིག་ལ་ཁ་པར་གཏོང་སྐབས་སློ་བུར་དུ་མགྲིན་པ་འགག་  
 སོང་། ཡིན་ནའང་ངས་ཁྱུ་ཚུགས་ཀྱིས་ལྟ་སའི་འོད་ལམ་ལམ་གྱི་ཉི་འོད་དང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཐང་  
 ཆེན་གྱི་མགོ་ཡོམ་འཁོར་བའི་འོད་ཟེར། བར་བསྐྱར་ལམ་གྱི་མཐུ་ལྷས། མངར་ཇ་འབྱུང་སའི་རྩྭ་ཁབ་ལེན་  
 ལྟ་བུའི་འདྲེན་ལྷགས། དདུང་སྤྱིང་ཉི་བའི་དགོན་པ་དེད་ག་སློང་བ་ཡིན་ལ་དགོན་པ་དེད་ག་གི་ཡིད་  
 སེམས་འགྲུག་པའི་སྐྱུ་འབྲུ་དང་སློ་ཡིད་འདྲེན་པའི་སྤྲོ་མ་དང་དགོ་འདུན་པ་ཆོ་སློང་བ་ཡིན། དདུང་ང་རང་

འདྲ་བའི་ཁྲག་རྒྱ་དང་རྩ་གསེང་ན་རྒྱ་མིན་བོད་མིན་གྱི་མི་ཚོ་འདྲ་བ་ཡིན། བོད་ཡུལ་དང་རྒྱ་ཡུལ་  
ན་ཁམས་པའི་ཡུལ་སྐད་འདྲེས་པའི་དབྱས་སྐད་དང་སྤྱོད་ཡུལ་སྐད་འདྲེས་པའི་རྒྱ་མིའི་སྤྱི་སྐད་བརྗོད་  
ཀྱིན་པ་ལྟ་བུ་འདྲ་བ་ཡིན། ངས་མཐར་ཐུག་ཁྲག་གིས་བརྗིས་པའི་སྤྱོད་ཆལ་ཚོར་ར་གསོལ་འདེབས་  
ཁྱོད་བཞུལ་པའི་ཁོང་ཚོ་སློང་ཐུབ་མ་སོང་། བརྒྱུད་ཕྱག་འཚལ་བའི་གྲ་བཅུན་ཉིས་བརྒྱ་ཡ། ངས་ཇི་  
ལྟར་བྱས་ན་དག་ཅོད་ཁྱེད་ཚོ་རྟོགས་ཐུབ་བཅ། ཁ་པར་གྱི་པ་རོལ་ནས་མི་ཞིག་གི་སྐད་གདངས་ལྟ་  
ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲོག་རྒྱན་ཉག་ཉག་གི་སྒྲ་དང་འགྲོགས་ནས་བཞུར་ཡོང་། ཏ་ལམ་དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་  
ཡིན་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱི་འདི་ལྟ་བུའི་སྒྲ་བ་བན་བུན་དང་འདི་འདྲའི་རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་ཐིག་གཏན་འཁེལ་མེད་  
པ་ཏག་ཏག་ཁྱོད་ཀྱི་ཡིན་པ་ལས་གཞན་གྱི་ཡིན་མི་སྲིད།

འོན་ཀྱང་། ངས་བརྗོད་འདོད་པ་དེ་རང་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ངས་ལྟ་ས་ཁོ་ན་སློང་འདོད་བྱུང་། ཀྱག་ཀྱོག་གི་གོ་  
སྐབས་མང་པོ་བརྒྱད་པའི་གནའ་བོའི་གོང་ཁྱེད་ལྟ་ས་འདི་ཉིད་སློང་འདོད་བྱུང་། རུས་དེར་གནས་འདིར་  
འོད་ཀྱི་སྐད་པའི་བསྐྱེལ་མཚམས་ཁྱོད་མཛེས་རིས་འདྲ་མིན་ཤར་བ་རེད། ཡིན་ཡང་འདི་ནི་ཇི་འདྲའི་  
འགྲེལ་བརྗོད་དཀའ་བ་ཞིག་རེད།

ཐེངས་ཤིག་ང་རང་དང་གསར་དུ་ནང་ལོགས་ནས་བསྐྱེད་པས་མ་ཐག་པའི་རི་འཛོགས་གནང་མཁན་གྱི་  
གྱོན་ཆས་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་པའི་གྲོགས་པོ་ཞིག་དང་དབྱུང་བ་མཉམ་གཤིབས་ཀྱིས་ལྷགས་ཏེ་ཞོན་ཏེ་དགུན་  
སྟོད་ཀྱི་ལྟ་སའི་ཕེ་ཅིན་སྤང་ལམ་བརྒྱད་ནས་འགྲོ་སྐབས། བལྟས་པ་ཅིམ་གྱིས་གདོང་མདོག་སེར་པོར་  
བྱུར་བྲགས་པའི་ཁོང་ནས་མགོ་བོ་ཡར་དབྱེས་ཏེ་ཁོ་ཁྱེད་ལྟ་ས་(Coca-Cola)མངར་ཆུ་ཞིག་  
འཐུང་ཞོར་སློང་བུར་དུ་ཚོར་སྒྲུང་བཅའ་མས་བརྗོད་དོན་ཀྱི་ཁྱེད་ལྟ་ས་འདིས་བྱོ་བ་ཕེ་ཅིན་དང་འདྲ་བོ་མི་  
འདུག་ཀྱི་ཟེར། སྐབས་དེར་ངས་བྲེལ་འཚུབ་ཀྱིས་ང་ཚོའི་སྤྱོད་ན་རྒྱ་བའི་སྤྱད་ས་འཁོར་ལ་བལྟས་ནས་  
ཁོང་གི་སྐད་ཆར་དོ་སྒྲུང་མ་བྱས། ཀྱི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་མི་འདྲ་བ་ཤེས་སམ། རེད་ཡ། ཁོ་ལྟ་ནི་གཅིག་པ་  
རེད་མི་འདྲ་ས་ནི་ཁོར་ཡུག་གི་རྒྱུ་རེད་ཀྱི་ཅས་ཁོང་གི་སྐད་ཆའི་ནང་མི་འདྲ་བ་གང་ཞིག་མཚོན་  
དོན་ཀྱི་དཔེར་ན་རྒྱ་ཁོག་བཅུ་ལྟ་ལྟ་འདུས་རྒྱས་ཁིན་ཏུ་འབོད། སྤྱར་མཁན་ཡག་པོ་ཡོད་རེད། བསྐྱར་  
བཤེར་གྱི་ཁོར་ཡུག་དེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་ཐ་ན་དེར་བརྗོད་པའི་སྐད་ཆའི་གདངས་དེ་འདྲ་རྒྱ་ཁོག་དང་འཕྲོད་པོ་

ཡོད་པ་རེད། ས་ཆ་གཞན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བརྒྱུ་བ་ཡིན་ན་ཐོ་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་མ་རེད། ཟེའ། ང་རང་ལ་  
ལམ་སངས་སྒོ་སྒོ་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་བརྟེན་ན་ས་ཁོངས་ལ་འང་མཛོན་གསལ་ཡ་མཚར་གྱི་སྟོབས་ཤུགས་  
དང་གསལ་བ་སྒོ་ག་ལྟར་འདུག་ཅིང་། མི་རྒྱལ་ས་ཚོར་སྤང་དང་བྱི་རོ་རེག་བྱའི་ཚོར་བ་འདྲ་མིན་གནས་  
འདིར་སྟེར་བྱ་བ་ན་འང་ས་ཆ་བརྟེན་ནས་ཆེས་དེ་ལྟར་མ་ཡིན། འདི་ནི་པལ་ཆེར་མཁའ་དབུགས་དང་  
ས་གཤིས་སོགས་ཀྱི་གྲུབ་ཆས་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པས། གཞན་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ། ཁོ་ལྷ་མངར་ཆུ་  
ལྷགས་བྱིན་གང་ཡང་འདི་ལྟར་ཡིན་ན་གཞན་པ་སྟོས་ཅི་དགོས།

དེ་དུང་ང་རང་གི་གྲོགས་མོ་གཞན་ཞིག་སྟེ་སྤྱན་མཆེད་ལྟ་བུའི་གྲོགས་མོ་སྤྱི་རོང་དེ་སྤྱན་ལྟ་སར་ལོ་ཁ་  
ཤས་ལ་བསྐད་ཆུང་ཡོད་ལ་མི་གཞན་ལ་རི་མོ་འབྲི་ཞོར་དང་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་འགྲིམས་ནས་  
བསྐད་ཆུང་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་ཁོ་མོ་གནས་གཤིས་ཀྱི་དྲོད་བྱངས་སྟོམ་པའི་རང་གི་པ་ཡུལ་སྤུ་གྱིག་  
ཏུ་བྱིར་ལོག་རྒྱུ་ཟེན་ཐོའི་ནང་འདི་ལྟར་བྲིས་འདུག། ང་རང་ཐོག་མར་འགོ་ས་དེ་ལྟ་ས་དང་གནས་མཆོག་  
དེའི་དཀྱིལ་དབུས་ཡིན། མི་དེ་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་གི་མི་ཆེ་གང་པོའི་རེ་སྟོན་ནི་ལྟ་སར་སོང་ནས་སྟོན་པར་  
ཐོད་པ་གཏུགས་སྐྱེད་ཁོ་ན་རེད། དེ་བས་ངས་བསམ་པར་མཛོན་སྤྱུ་ཁྱོད་དངོས་གནས་འདི་འདྲའི་གྲོང་  
ཁྱེར་ཞིག་ནས་འདི་འདྲའི་དྲངས་གཅོད་མཆོག་གྱུར་གྱི་རེ་སྟོན་དང་ཆ་མཚུངས་ཆགས་བྱུང་བམ་སྟུམ།  
མི་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་རྒྱས་ཤུགས་ཡོད་ཆུ་དང་དཀའ་སྤྱུག་བྱངས་མེད་བྱངས་ཏེ་ལྟ་སར་བསྐྱེབས་དུས་དོན་དུ་  
ཐོལ་མེད་གྱི་ཡིད་པམ་དང་ཐོར་བརྒྱག་གི་སྤང་བ་ཞིག་མི་སྟེར་རམ། ཡང་ན་ཁོང་ཚོ་ལྟ་སར་བསྐྱེབས་དུས་  
མཐོང་རིག་དང་བསམ་པ་ནི་སྤྱར་བཞིན་ཁོང་ཚོའི་སེམས་ནང་གི་ལྟ་ས་ཡིན་ནམ། འོན་ཀྱང་མཛོན་སྤྱུ་  
གྱི་ལྟ་ས་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཡོད་འབའ་ཞིག་ ང་ཚོའི་ཤོག་བྱའི་ཐོག་བཀོད་པའི་ཡི་གེ་ནང་བཞིན་  
ཡིན་ནམ། ཡང་ཅིག་བཤད་ན་ངའི་སེམས་ནང་གི་གསལ་བའི་རེ་བ་དེ་བཞིན་ལྟ་ས་མཐོན་པོའི་ཡང་སྟེང་ན་  
སྤྱད་མེད་དྲངས་གཅོད་གི་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ཇི་བཞིན།

ང་རང་ནས་ལྟ་ས་དུ་འཛོལ་བ་དང་ལས་ཀ་བསྐྱུབས་རྒྱུ་སམ། ནམ་ཞིག་མཛོན་སྤྱུ་འཛོལ་བའི་ནང་  
སྤྱང་ཡོད་དུས་ཡོད་ཆོད་འཇིག་རྟེན་གྱི་གོམས་སྟོལ་བསྐྱར་སྒྲོས་རང་རེད། ཟབ་ཟིང་ངང་འཛོལ་བ་དང་ལྟ་  
སའི་ཉི་འོད་དྲག་པོའི་བྲག་མདངས་གཅིག་མཚུངས་དང་། གཅིག་མཚུངས་དམིགས་མེད་གྱི་འཇིག་



ཉེན་གྱི་དགའ་སྐྱོད་སྐྱོན་བཞིན་འདུག ངས་ཡེ་ནས་ང་རང་གིས་ཉོག་བཟོ་བྱས་པའི་ལྷ་ས་དེ་མཐོང་མི་ཐུབ་  
ལ། ངས་སློ་བཟོ་བྱས་པའི་བོད་དེའང་མཐོང་མི་ཐུབ།

ང་རང་ནམ་རྒྱུན་ས་སྤོད་ཀྱི་དུས་སུ་གནས་མཇལ་བ་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་བསྐྱོར་བར་བྱིན་པ་ཡིན།  
གཙུག་ལག་ཁང་གི་མཐའ་བསྐྱོར་དུ་ཐེངས་མ་རེ་རེར་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བར་འགོ་བཞིན་འགོ་བཞིན།  
མཐའ་འཁོར་དུ་ལག་ཏུ་མ་ཉི་འཁོར་ལོ་བཟུང་པའི་དད་ལྡན་པའི་ཁེངས་ནའང་། རིགས་རྒྱུད་མི་གཅིག་  
པའི་མི་ཚོགས་ཁྲོད་ཀྱི་ང་རང་སྤྱོད་ཆད་ནང་བཞིན་ཡང་བསྐྱར་རྒྱས་ཡོད་ཀྱི་ཁར་རྒྱུད་གི་ཚོར་བས་གཅོས་  
ཡོང་། ལག་ན་ཁབ་སྐྱུད་ཅིང་ཡང་མེད་པས་དམིགས་བསལ་གོ་དོན་ཟབ་མོ་མེད་པས་ཡིན་ནམ། སྤྱིང་རྩེ་  
བའི་སེམས་བབང་ཚོ། སེམས་ན་དད་པ་མེད་ན་ཁ་ནས་མ་ཉི་ཡིག་དུག་བསྐྱོད་ཡང་འབྲས་མེད་སྟོང་པ་རེད།  
གོང་བརྗོད་ཡིག་འབྲུ་དེད་ག་འབྲི་དུས་ རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱིན་པའི་བྱིས་པ་ལྷ་སར་འགོ་བེམ་ཞེས་རང་ཉིད་  
ཀྱིས་རང་ལ་བཏགས་པའི་ལྷ་རོང་ནས་ལོ་གསུམ་གྱི་རྩེ་སུ་ཁོ་མོ་ཡང་བསྐྱར་ལྷ་སར་ཐེབས་དུས། རང་  
ཉིད་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པར་སྐྱབས་བཅོལ་མཁན་གྱི་གནས་མཇལ་བ་ཞིག་ཏུ་བྱུར་བྱིན་པ་སུ་ཞིག་གི་  
ཡིད་ལའང་ཤར་ཕྱོད་ཡོད་མི་སྲིད།

ངས་ནམ་རྒྱུན་ཉ་ཅང་མདོན་སུམ་དང་ཐད་ཀར་གྱིས་ངའི་སེམས་སུ་འཕོས་པའི་བྱ་དངོས་ཞིབ་འབྲི་བྱེད་  
ཀྱིན་ཡོད་ལ། ང་རང་ནས་ནམ་རྒྱུན་ཕྱོགས་གཅིག་གཅིགས་འཛིན་དང་ཕྱོགས་ལྷུང་གི་ཚོར་ཤེས་ཡོད་  
སྤྱིད་པས་དེད་ག་ཆད་ལྷག་མི་ཡོང་ཆེད། འདིན་ས་ངས་དེ་སྤྱོད་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཡོངས་ལ་ཐེབས་ཕྱོད་  
ཡོད་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་ལྷ་སར་ཐེངས་མང་རིང་ཐེབས་ཕྱོད་མཁན་རྒྱ་རིགས་ཚོམ་པ་པོ་ལྷང་ལི་ཁུང་གིས་  
མདོན་སུམ་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྐྱུག་ཅེ་ནས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དང་དངོས་ཡོད་ལམ་ནས་ད་ལྟའི་ལྷ་སའི་རྣམ་  
པར་དཔྱད་གཏམ་སྤེལ་བ་ལུང་འདྲེན་བྱས་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་ས་ནི་བོད་མི་ཚོའི་སེམས་ནང་གི་གནས་  
མཆོག་ཡིན་པས་། མི་རབས་ནས་མི་རབས་དུ་བོད་མི་གངས་ལས་འདས་པའི་རེ་སྤྱོད་ཆེ་ཤོས་ནི་མི་ཚོའི་  
ནང་ལྷ་སར་གནས་མཇལ་དུ་ཐེངས་ཤིག་འགོ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ལ། དམིགས་འདུན་དེའི་ཆེད་དུ་ཁོང་ཚོའི་ཐ་ན་  
ཁྱིམ་གཞིའང་བྲད་དེ་མེད་བརྒྱག་དུ་བྱིན་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་ས་ན་སྤྱང་པོ་དེ་འདྲ་མང་བ་ལ། དོན་གཤིས་ཐོག་  
སྤྱང་པོ་དེད་ག་ཁྲོད་ཀྱི་གང་ལ་གང་འཆོམས་ཤིག་ལྷ་སར་གནས་མཇལ་དུ་ཐེབས་མཁན་ཡིན་འདུག རྒྱ་

མཚན་ནི་ལམ་གྱོན་ཚར་བའང་རྒྱ་ནི་ར་ཐམས་ཅད་མཚན་པར་ཕུལ་ནས་ཕྱིར་ཡུལ་དུ་ལོག་ཐབས་བྲལ་ཏེ་  
 ད་གཞོན་སྤང་པོར་ཆགས་པ་རེད། ཡིན་ཡང་ཁོང་ཚོ་དེའི་ཐད་སློ་མོས་ཡིད་སློ་གནང་བཞིན་འདུག།  
 སྤྲོན་མར་རྟུབ་ཕྱོགས་པའི་སེམས་ནང་དུ་ལྟ་ས་ནི་བོད་ཀྱི་སྤྱུལ་བ་ཡིན་ཞིང་དུས་རབས་ཁ་ཤས་ནས་  
 བཟུང་རྟུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱུལ་དབྱེད་མི་སྣ་ཚོས་དཀའ་སྤྱད་ཚད་མེད་ཀྱིས་འབྲུལ་བཞུད་ལམ་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་  
 ཚར་མ་ལྟ་སར་གཏད་ཡོད་ལ། ལྟ་སར་འགོ་མ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན་ཁོང་ཚོའི་བྱུང་འབྲས་ཉམས་ཤོར་མདོག་  
 མེད་དུ་བྱུར་ཏེ་བོད་ནང་ཐེབས་སྤྱོད་མེད་པ་ལྟ་བུར་ཆགས་འདུག།  
 དེང་སང་གི་གནས་སྤངས་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་ཁ་ཁ་ཡིན་ལ་ལྟ་ས་ནི་བོད་ནང་རོལ་དུ་ཆེས་ལས་སྤྱོ་བོར་བསྐྱེབ་སྤྱོབ་  
 པའི་ས་ཁུལ་ཞིག་དུ་བྱུར་ཡོད་པ་དང་། ཁྲོམ་འདུས་༼ཁྲོན་ཏུ་བྱེད་པེ་ཅིན། ཞི་ཨན་༼ཁང་  
 ཨན།༽བཅས་ནས་ཐད་ཀར་ལྟ་སར་འཕྱར་བསྐྱོད་ཀྱི་གནས་སྤྱོད་བསྐྱེད་ནས་རྒྱ་ཚོད་ཁ་ཤས་མ་  
 གཏོགས་འགོ་དགོས་ཀྱི་མེད་ལ། ལྟ་སའི་ཁྲོམ་སྤང་ནས་འགོ་དུས་རྒྱ་ནག་ནང་ལོག་གི་གོང་ཁྱེར་ཞིག་  
 དུ་བསྐྱེབས་པ་ལྟ་བུའི་ཚོར་བ་སྤྱོད་ཀྱིན་འདུག ལྟ་ས་གོང་ཁྱེར་ཕྱི་ལོ་བོར་ལྟ་ས་བྱང་བར་ཕྱི་ལོགས་ནས་  
 ཡོང་པའི་མིས་ཁོངས་ཤིང་། གནས་མཇལ་དུ་ཐེབས་པའི་བོད་མི་ཚོས་དེའི་ཁྲོད་བསྐྱར་ཚད་ཉུང་ཉུང་ཞིག་  
 མ་གཏོགས་ཟིན་གྱི་མེད་པ་རེད། མང་ཆབ་ཚོད་རྒྱག་མཁན་དང་ཞོར་ལས་བཅའ་མཁན་གྱི་རྒྱ་མི་དང་  
 ཁ་ཆབ་ཡིན་པ་རེད། དེ་དུང་ཤ་མདངས་སྣ་མ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ཡུལ་བསྐྱོར་སྤྱོ་འཆམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
 གཞུང་དོན་ཕྱོགས་བསྐྱོད་ལ་ཐེབས་པའི་རྒྱ་ནག་གི་གཞུང་ཞབས་མི་སྣ་ལོགས་ཡོད་པ་རེད། གལ་སྲིད་  
 ལྟ་ས་གཅིག་པོར་མ་གཏོགས་མ་བསྐྱེབས་པ་ཡིན་ན་དེ་རིང་གི་དུས་དེ་ལས་ལྷོག་སྤྱོ་བོད་དུ་བསྐྱེབས་  
 མེད་པར་བསམ་གྱིན་འདུག ལྟ་སའི་ནང་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་གནས་མཚན་གི་འཕགས་པའི་འོད་མདངས་  
 ཤོར་བཞིན་པ་མ་ཟད། ཚད་ངེས་ཅན་གྱི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་བྱེད་ཚོས་ཀྱང་ཉམས་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།  
 ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ལོའི་སྤྲོན་ལྟ་སའི་གོང་ཁྱེར་གྱི་གཞི་རྒྱ་ཡོངས་ལ་སྤྱི་ལེ་བྲུ་བཞི་མ་གསུམ་ལས་མེད་པ་  
 དང་ད་ལྟ་སྤྱི་ལེ་བྲུ་བཞི་མ་ལྷ་བཅུང་གཅིག་དུ་རྒྱ་བསྐྱེད་བྱས་ཡོད་ལ། དེ་སྤྲོན་ཆར་བ་འབབ་དུས་འདས་  
 ཀྱིས་ཁོངས་པའི་ས་དྲེའི་སྤང་ལམ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་དེང་སྐབས་རིང་ཚད་ལ་སྤྱི་ལེ་ཆིག་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་ལྷག་  
 ཡོད་པའི་ཨར་འདམ་གྱི་གཞུང་ལམ་དུ་བཟོ་བསྐྱེད་བྱས་ཡོད་པ་དང་། སྤྲོན་མའི་གད་སྤྱོགས་གས་གར་

བྱམ་ཅིང་བྱི་སྒྲོམ་དང་སྤྱང་པོ་གང་སར་འབྱམས་པའི་ལྷ་སར་ཨར་ལས་འཛུགས་སྐྱོན་ཉིན་རེ་དང་ཟླ་རེ་  
 བཞིན་འཕགས་ནས་གནའ་བོའི་བོད་དབྱིབས་ཅན་གྱི་ཁང་སྤྱང་བསྐྱབས། བརྟེན་ཆགས་པོ་བྱང་པོ་ཏུ་ལ་  
 མ་གཏོགས་དེ་རིང་གི་ལྷ་སར་འདས་པའི་རྣམ་པ་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མི་འདུག  
 གྲོང་ཁྱེར་ཕྱི་རོལ་གྱི་རྣམ་པའི་འགྱུར་བ་ལས་གཞན་ལྷ་སར་འགྱུར་བ་ཆེ་ཤས་ནི་ཁྲོམ་སྤང་འབྲུམ་གཉིས་  
 སུ་ཟ་ཁང་དང་ཆང་ཁང་། ཆོང་ཁང་། སྤྱ་གཞས་ཁང་། མཚན་མོའི་སྤྱོད་ཁང་སོགས་ཀྱིས་ཁེངས་འདུག  
 ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ལ་སྤྱོད་འབངས་མི་གངས་ཆིག་འབུམ་ཉིས་ཁྲི་༩་ཕྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་ཆིག་འབུམ་  
 ཆིག་ཁྲི་བདུན་སྟོང་བདུན་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་དག་སུམ་ཡོད་། ལས་མེད་ནའང་། སྤྱིར་གྱི་ཆོང་ལས་གཉེར་  
 མཁན་ཆིག་ཁྲི་སུམ་སྟོང་ལྷག་ཡོད་པས། གཉེར་སྤྱོད་དར་སྒོལ་ལས་འགོ་རྒྱག་པ་སྤྱོད་མེད་རེད།  
 འདས་པའི་ལྷ་ས་གནས་མཆོག་ཏུ་འབོད་དོན་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གནས་མཆོག་དང་  
 བོད་ཀྱི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྟོན་གནས་ཡིན་པ་རེད། དུས་དེར་འཇིག་རྟེན་གྱི་དགའ་སྟོན་ལ་རོལ་  
 ནའང་། ཆོང་མ་ཆོས་ལུགས་དབུ་གཅིགས་སུ་བཅིངས་པའི་བླ་ན་མེད་པས་བསྐྱབས་ཡོད། དེ་རིང་  
 གི་ལྷ་ས་ནི་བླ་དེ་ཐ་དད་རེད་དགོན་པ་རྣམས་བསྐྱར་གསོ་བྱས་པ་དང་དགོ་འདུན་པ་མང་པོ་ཡོད་ལ། ས་  
 ཁུལ་སོ་སོ་ནས་བོད་མི་ཚོ་གནས་མཇལ་ལ་ཐེབས་ཀྱིན་ཡོད་ནའང་། སྤྱིར་བཏང་གི་འཛོ་བས་ལྷ་སའི་  
 གཙོ་ཁྲིད་གོ་གནས་ལ་བསྟོས་མེད་ཏམ་བཟུང་བྱས་འདུག ལྷ་སའི་ཁྲོམ་དུ་རྣམ་པ་སྤྱོད་གས་ཀྱི་སྤྱོད་བྱང་  
 དང་རྒྱ་རྩལ་བཅོང་མཁན་དང་འགྲུལ་བ་འགྲུག་པའི་སྐད་ཅེར་མཆོམས་ཆད་རྒྱ་མེད་ལ། སྤྱད་འཛོང་མས་  
 འཆལ་ཉམས་སྟོན་པ་དང་། ཟ་ཁང་གི་གཡོས་བསྐོལ་དྲི་མ་ཕྱོགས་བཞིར་བྱུང་ཡོད་པས། ལྷ་ས་འདས་  
 པའི་གནས་མཆོག་ནས་རྒྱ་དངོས་པོ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་། འཛོ་བ་སྤྱིད་པོ་རོལ་སའི་སྤྱིར་བཏང་གི་  
 གྲོང་ཁྱེར་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་འདོད་ཞེན་ལང་ལོང་འཕྱོ་ཞིང་ཕྱོགས་བཞིར་ལྗིད། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་བ་ལྟར་ན་  
 གོམས་སྒོལ་ཉིན་བཞིན་ཉམས་ནས་མི་སེམས་སྤྲུག་ཏུ་བྱིན་པའི་དུས་སུ་འཁེལ་ཡོད་རེས།  
 གོང་བརྟེན་དབྱེད་པ་འདིར་ལྷ་སའི་ནང་འཛོ་བ་རོལ་བཞིན་པ་དང་རོལ་སྟེང་མཁན་ཆོར་ཐུན་མོང་གི་ཆོར་  
 ཤེས་བསྐྱེད་ཐུབ་པར་ང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ལ་ང་རང་ཉིད་ལའང་དེ་འདྲའི་ཆོར་བ་དྲག་པོ་སྤྱིར་གྱིན་འདུག  
 གང་ལྟར་ཀྱང་མ་མཐར་དེ་རིང་ཆོས་དད་པའི་གངས་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་གིས་ལྷ་སའི་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་



མཐའ་བསྐྱོར་ནས་བརྒྱུད་སྤྱོད་པའི་གནས་མཐའ་བའི་རུ་དབྱུང་དེ་མཐོང་བྱུང་གི་ཡོད་ལ། དེ་ནི་  
ཏྲ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་དང་གུན་གསལ་ཆེས་དཀོན་པོ་ཞིག་རེད། ད་ལྟ་མཐོང་དཀོན་པོར་གྱུར་བ་ཡིན་ནའང་།  
ངས་བསམ་ན་ཁོང་ཚོ་ནི་ལྟ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་འཇའ་ཚོན་ཞིག་ཡིན་ལ་མཁའ་དབྱིངས་ནས་མི་ཡུལ་ལ་  
རྟོག་སྒྲུལ་གྱི་འཇའ་ཚོན་དེ། ཡུན་ཅིག་ལ་ཤར་ཞིང་ཡལ་བའི་འཇའ་ཚོན་ཞིག་ཁོང་ཚོ་ལས་ལྟ་ས་དེ་  
མཐར་ཐུག་ལྟ་ས་ཡིན་པ་རྟོགས་པ་མ་ཟད་དེ་དུང་འཇའ་ཚོན་ལྟ་བུའི་མཛེས་སྒྲུག་རེ་ཤས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་  
འདུ་འཛིན་ཟང་ཟང་ཁྲོད་འཐིམ་ཡོད།

ལོ་ཞིག་གི་ཐངས་ཤིག་གི་འགྲུལ་བཞུད་རིང་མོ་མཚུགས་པ་ནང་བཞིན། ལྟ་ས་དང་རྒྱུང་ཐག་སྒྲིལ་  
ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་གི་འདམ་གཞུང་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ཐོལ་གྱིས་ཤར་བའི་འཇའ་ཚོན་བཤམ་པ་གཉིས་ཀྱི་  
སྒྲུལ་བསྐྱོད་ཁྲོད་རང་ལྟ་སར་བྱིར་བསྐྱེབས་པ་ཡིན། འཇའ་ཚོན་གྱི་མཛེས་སྒྲུག་ཁྲད་པར་བ་དེ་དུས་  
ཡུན་རིང་བོར་བའི་སེམས་ཁོངས་སུ་བྱུག་བའི་མིག་ལམ་གྱི་ལྟ་སར་འགྱུར་ལྡོག་བྱུང་། དོན་དངོས་སུ་ལྟ་  
སར་འགྱུར་བ་ཐེབས་འདུག འདི་ལྟ་བུའི་གནས་ཤིག་ཏུ་དེ་དུང་སྐབས་དེར་ལྟ་སའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་  
འཇའ་ཚོན་གྱི་གྲིབ་མ་ཅིམ་མེད་ལ་ཡང་ན་འཇའ་ཚོན་སྤར་ནས་ཡལ་བེན། ཡིན་ཡང་ང་རང་ལ་འཇའ་ཚོན་  
ཡར་འཕགས་པའི་གནས་སུ་བསྐྱེབས་པའི་ཚོར་བ་དྲག་པོ་ཞིག་སྒྲུས། ལྟ་སའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་མི་  
མཛེས་པའི་འཇའ་ཚོན་གྱི་མཛེས་སྒྲུག་གིས་གཡོགས། འཇའ་ཚོན་གྱི་མཚར་སྒྲུག་གི་བྲག་མདངས་ང་  
ཚོའི་རྩལ་གྱིས་ཁེབས་པའི་ཡིད་སེམས་སུ་འཕྲོས། ལོ་འགའ་ཤས་ཀྱི་སྔོན་ལ་ལྟ་སར་རྒྱལ་ཁམས་ཐ་  
དད་ཀྱི་སྒྲུས་འགྲོའི་དགའ་འཕོད་དང་འཚོལ་སྒྲུག་གི་ཚིག་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ནི། རྒྱ་གསར་བ་ཇི་ཅམ་  
སྤྱོད་བྱེད་སའི་གནས་ཡུལ་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ཏུ། འདི་རུ་ཡོད་ཚད་བལྟས་པ་ཅིམ་གྱིས་ཤིན་  
ཏུ་ཡོད་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། རྒྱ་བས་འདིར་སྤར་བཞིན་དེ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་དེ་བཞིན་དུ་དུས་ཚད་ཡོལ་མེད་  
པར་སྤང་། ངས་ཐ་ན་ཡང་བསྐྱར་ལྟ་སར་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་དགོས་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྒྲུས། རེད་དེ་གནའ་བོ་  
ནས་བརྒྱུད་པའི་ཀྲག་ཀྲོག་དང་གོ་སྐབས་སྤྱི་མང་འཛོམས་པའི་གནས་འདི་ཡང་བསྐྱར་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་  
འོས། ལྟ་ས་ཡ། ལྟ་ས་ལགས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ ལོའི་ཟླ་ ༢ པའི་ཚེས་ ༡༢ ཉིན་ཏེ་བོད་ཆུ་རྩལ་ལོ་འཁྱེད་ལྟ་བུ་ལྟ་སར།

བར་བསྐྱོར། ཅ་ཅ་མང་པོའི་ཁེར་རྒྱུད་གི་སྤྲིང་ཕྱན།

ཐོ་རིངས་མ་སྐྱེབས་པའི་ཡར་སྤོན། ལྷ་ས་གོང་ཁྱེད་ནང་ད་དུང་ནག་རོག་གི་འདུག་མོད། ཤར་མཐར་  
འཁལ་བའི་གནའ་བོའི་སྤང་ལམ་དེ་གཉིད་ལས་སད་ཟིན། གན་པ་རྣམས་རང་གྲིམ་ནས་ཕྱི་ལ་ཐོན་ཏེ་  
བསྐྱོར་བར་བསྐྱོད་ཀྱིན་པ་དང་། ཁོང་ཚོའི་ལག་པའི་ནང་སྤེང་བ་དང་མ་ཉི་འཁོར་ལོ་ཁ་མི་འབྲལ་བའི་  
ཁར། ད་དུང་ཕྱི་རྗེས་སུ་ཁྱི་གུ་རྒྱུད་རྒྱུད་རེ་འམ་མི་གཤེས་ཏེ་ལམ་འཇགས་ཟིན་པའི་ལུག་རེ་ཁྲིད་ཡོད་ཅིང་།  
ལུག་འདི་དག་གི་བལ་གྱི་ཁ་དོག་དམར་པོར་བསྒྱུར་ཡོད་པ་དང་། མ་གཞི་ནས་སེམས་ཅན་འདི་དག་ཆོ་  
ཐར་ལ་བཏང་ཟིན་པའི་རིགས་ཡིན། མི་མང་ཆེ་བས་ཏེ་ལེན་ནང་བཞིན་གྱི་རས་ཁྲག་དཀར་བོ་མཐུད་མ་རེ་  
བསྐྱམས་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ནང་དུ་བསང་ཅི་བཅུག་འདུག་ལ། བསྐྱོར་ལམ་དུ་བསང་གཏོང་ས་འང་ས་ཅི་  
དཀར་པོས་བྱུགས་པ་མང་པོ་བཟོས་ཡོད།

ཉིམ་གཅིག་གི་མཆོད་མཇལ་འདི་ལྟར་འགོ་བཅུ་མས་སོང་། མི་སྐྱོར་ཞིག་གཉིད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཡུར་  
ནས་འདུག་སྐབས། མི་སྐྱོར་ཁག་གཞན་ཞིག་གིས་འདི་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་ལྟ་  
ལ་བསོལ་བ་སྟོད་བྱེད་ཀྱིན་བསྟོད་ཀྱི་ཡོད། ཉན་འདུན་གྱིས་མི་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་ཞིག་  
ཐོན་དུ་བཅུག་ཡོད་ཅིང་། འདི་ནི་ལྟ་སའི་བསྐྱོར་ལམ་ཁག་གིས་བདེན་དཔང་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན།

བསྐྱོར་ལམ་ཁག་ཡོངས་སུ་རྟག་བརྟན་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་གཅིག་སུ་ནི་བར་བསྐྱོར་ལ་གཏད་ཡོད་པས།

༼བར་བསྐྱར༽ ཡ། ལེ་མང་རབ་ཅིག་ལ་དུས་རྒྱུན་གྱི་ཉིན་མཚན་རེ་རེར་སྟུ་སྟུན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཚོ་  
བོ་རིན་པོ་ཆེའི་ཉེ་འབྲེལ་སྤུ་འཁེལ་གྱི་ཡོད་པས། དུས་རྒྱུན་འདི་ལྟར་མི་ཚོ་གསལ་ལ་བསྐྱུ་མ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།  
སྟུར་གཙུག་ལག་ཁང་གསལ་ར་བཞེངས་གནང་སྐབས། ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐུ་མ་པོས་སྒྲོལ་མའི་སྤྱུལ་  
བར་གྲགས་པའི་བཙུན་མོ་རྣམས་ཁྲིད་ནས་སྦྱིད་ཤོད་ཐང་གི་མཆོད་ཉེ་སྐང་དུ་བཙན་ཚོང་བཞིན་བཞིན་ཅིང་  
དོ་ཅིག་གིས་སྤྱད་བྱིབས་སུ་འཁོད་པ་ནི་བར་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་མའི་རྣམ་པ་ཡིན། འདི་ལྟར་མན་ཁལ་ནང་

བཞིན་གྱི་ཁང་བ་ཁག་བཅིག་པ་དང་། དེ་དང་ཅིན་ཐང་བུ་ལ་བའི་ཇོ་བོ་ཤུ་མུ་ནིའི་འབག་སྐྱ་བཞུགས་  
སུ་གསོལ་བ་རེད། དེ་ནས་བཟུང་། གདོང་བ་དམར་བོ་ཅན་དུ་འབོད་པའི་བོད་མིས་སྐར་ཚོགས་ཀྱིས་ཟླ་བ་  
མཐོ་བུ་བཏེགས་པ་ནང་བཞིན་བར་བསྐྱར་གྱི་མཐའ་ལ་སྐྱ་གྲུང་གིས་བསྐྱར་ཞིང་། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་ལྷན་  
འཛོལ་བ་དང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཕུགས་བསམ་འཛིག་རྟེན་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་བ་དང་། གཡོ་བསྐོལ་དང་  
མཆོད་གསོལ། ཁྱིམ་ལས་དང་དགོ་ལས་སོགས་གཅིག་ལ་གཅིག་བཏེན་གྱིས་རྒྱན་བསྐྱུངས་ཡོད་པས།  
ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་པའམ་འབྲལ་སྒྲུངས་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

སྔོན་ཆད་གིས་པའི་ལྟ་སའི་ས་ཁ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་ཁང་དཀར་དང་ཁང་དམར་རེ་འགའ་མ་ཚུད་པའི་རྒྱ་རྒྱན་  
དང་ནགས་གྲོང་གི་ཁོད་དུ་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་ཅིང་། གཅིག་དེ་དམར་པོ་རིན་གྲོང་རེ་  
འབྲིངས་པའི་གསེར་གདུགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་ཆོས་རྒྱལ་ཚོའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་ཡིན་པ་དང་། ཅིག་ཤོས་  
དེ་ནི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་གཡས་རོས་སུ་མན་ཀལ་བཤམས་པ་ནང་བཞིན་དུ་སྤང་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་རེད།  
སྟོལ་རྒྱན་གྱི་རི་མོའི་བྱད་ཆོས་འབྱར་དུ་ཐོན་པའི་ལྟ་སའི་ས་ཁ་འདྲིའི་མཆོན་ན། དེས་ཡོད་ཀྱི་སྟེང་དུ་  
འཆར་ཡན་བསྐྱོན་ནས་བྱུང་བའི་རི་མོ་ཞིག་ཡིན་པས། ལྟ་ཡུལ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས་ཤིང་། དོན་ལ་  
ལྟ་ཡུལ་ཡང་འདྲིའི་འབྲུག་གཡུ་ལ་རུས། ཡིན་ནའང་། གཙུག་ལག་ཁང་གི་མཐའ་བསྐྱར་དུ་བཀྲམས་པའི་  
གྲོག་མ་ལྟར་གང་སར་མཆོད་པའི་ཆོང་བ་ཚོའི་སྟེང་དུ་ངས་ཉ་ལམ་འཛོལ་བའི་བྱད་ཆོས་ཀྱིས་ཕུག་པའི་མི་  
ཡུལ་ཞིག་གི་སྟོ་སྒྲིད་མཐོང་སོང་།

མི་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་ན། བར་བསྐྱར་ནི་མཆོད་མཇལ་བྱེད་སའི་བསྐྱར་ལམ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་སྤྱི་  
ཚོགས་ཆ་ཆང་མཆོན་ཐུབ་པའི་བསྐྱེད་གཞུགས་ཤིག་ཏུ་བཤད།

སྤར་པོ་ཏུ་ལར་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐུ་བ་བཞུགས་ཡོད་ཅིང་། བར་བསྐྱར་ནི་མི་སེར་སྐྱ་  
མ་སྐྱ་ཚོགས་འདུས་སྔོན་བྱེད་སའི་རྟེན་གཞི་ཡིན། གནས་འདྲིའི་སྔོན་མཁན་ཁོད་ལྟ་སེར་པོ་རིང་བོ་དང་  
གཡུས་སྤ་གཡོགས་པའི་ཞུ་མོ། གསེར་གྱི་རྒྱ་རྒྱན་བཏགས་ཤིང་། གོམ་གང་ཡང་ཉ་ལ་བཅིབས་དགོས་  
པའི་སྐྱ་བྲག་ཚོ་མ་གཏོགས། མང་ཚོགས་ཁོད་ཆེས་མཛོན་གསལ་དོད་པོས་མཐོང་ཐུབ་པ་ནི། ཤར་རུབ་  
སྟོ་བྱང་འབྲིམ་པའི་ཆོང་བ་རྣམས་ཡིན། ཆོང་རྩས་ཁོད་དར་གོས། གཡུ་བྱར། སྔོན་ཆས། ཇོ་སོགས་

གཙོས་ཏྲ་དེད་ཀྱི་ཚོར་རྒྱལ་མཁན་ཡང་ཡོད། ལག་ཕྱལ་སྤྱ་མང་ལ་བརྟེན་བཞིན་པའི་ཁྲོད་དུ་བཟོ། ཤིང་  
བཟོ། རི་མོ་བ། ས་གདན་འཐག་མཁན། གསེར་མགར་དཔུལ་མགར། རྩོམ་ཐོག་གས་ཡོད་ལ། རང་རང་  
ཕ་ཡུལ་གྱི་ཐོན་ཏུས་དམིགས་བསལ་བ་རེ་ཁྱུང་ཡོང་བའི་ཞིང་བ་དང་འབྲོག་པ་འང་ཡོད་པས། ད་གཟོད་  
བར་བསྐྱར་ལ་གསོན་ཤུགས་གསར་བ་ཞིག་རྒྱས་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་གནས་མཇལ་སྐྱ་སེར་ཕོ་མོ།  
སྤྱ་བ་དང་སྤྱ་མ། སྤྱང་པོ་དང་ཁྲིམས་ཤིང་ཁྱུང་ཏེ་སྤང་ལམ་འགྲིམ་གྱིན་པའི་བཙོན་མ། མི་རྣམས་ཀྱིས་  
དམའ་འབབས་བྱེད་ཡུལ་མགར་བ། བཤན་པ། དུར་མཚོད་བྱེད་མཁན་བཅས་ཡོད། གཞན་ཡོང་དང་ས་  
སྤྱོད་སྤྱིའི་མི་རྣམས་འདྲེས་ནས་ཡོད་ཅིང་། འདི་ནི་དུས་རབས་བཙོན་བརྒྱད་པའི་དུས་འགོར་ལྷ་སར་  
བསྐྱེབས་ཐོང་བའི་ཡི་ཤིའི་ཚོས་པ་ཞིག་གིས་བཤད་པ་ནང་བཞིན། རྒྱ་མི། སོག་པོ། རྒྱ་གར་བ། བལ་  
ཡུལ་བ། ཀ་སྤྱིར། འབྲུག་པ། རུབ་ཕྱོགས་པ་བཅས་ཚུད་ཡོད་པ་རེད།

བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ལ་ཕྱི་བསྐྱོད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་རེད། དེ་བས། བར་བསྐྱར་ནང་སྐབས་དེར་མགོ་  
ལ་༼པད་འབྲུག་༽ ཁྱོན་པའི་སྐྱ་དྲག་གི་བྱད་མེད་དང་། ལན་བྱ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་བསྐྱེས་པའི་ཁམས་དང་  
ཨ་མདོ་ནས་ཡོང་བའི་བྱད་མེད་ཚོས་དཔུལ་གྱི་སྤྱོད་འདོགས་བཏགས་ཡོད་པ་དང་། མར་གྱིས་གཤོང་པ་  
བྱགས་ནས་མཛེས་པ་རང་འགྲུལ་གྱིས་ཡིབ་ཡོད། ས་གནས་རང་གི་བྱད་མེད་ཚོར་མཚོན་ན། དུས་ཆེན་  
ལ་མ་གཏོགས་གཟབ་འཚོར་སྤྱས་ཀྱི་མེད་པས། ནམ་རྒྱུན་སྤྱིར་བཏང་རང་བཞིན་གྱི་མཛེས་པ་ཞིག་  
མཛོད་ཡོད་ཅིང་། ཁོ་མོ་ཚོ་ཚང་མ་མཛེས་མར་བཤད་ཆོག་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། སྐབས་འདིར་དམངས་  
གཞས་ཤིག་ཡོད་པ་འདི་ལྟར།

ལྷ་སའི་བར་བསྐྱར་ནང་དུ།  
སྤེལ་ཁུང་སྤོལ་ས་མང་བ།  
སྤེའི་ཁུང་ནང་གི་བྱ་མོ།  
རུས་པ་ཤ་ལས་སྤྱི་སོང་།

ཉིམ་ཤར་རིའི་ཕྱོད་ནས་དལ་གྱིས་འཕགས་ཡོང་དུས། གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤོ་མདུན་དུ་ལྷ་བསང་གི་དུ་  
བས་གཡས་དྲུག་བརྒྱབས་ཡོད་ཅིང་། བར་བསྐྱར་ནི་ཉིན་རྒྱུན་འདི་ལྟར་ཏེ། མཚམས་ཆད་ཐོང་བའི་ཉིན་

མ་ཞིག་ཉ་ལམ་མེད་ལས་ཆེ། མཚོད་མཇལ་བས་མཚོད་མཇལ་དང་། ཚོང་ལས་པས་ཚོང་སྒྲུག་པ།  
འཆམ་འཆམ་བྱེད་མཁན་ཚོས་འཆམ་འཆམ་བྱེད་པ། ཉ་ལམ་གནའ་ནས་དེད་གི་བར་སྒྲུན་གནས་དང་།  
འདིད་ག་གི་སྒྲུབ་ཆ་འདས་སྐྱེ་དོ་སྐྱེས་དང་གཞན་ཡོད་བ་རྣམས་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། མི་མཚུངས་པའི་ཆ་ནི་  
མན་ཚུན་གྱི་དོ་གཏོང་། བསྒྲུན་གོས་སོགས་ཡིན། ཚོང་ཇུས་དག་ལ་འབྱུང་བ་བྱུང་ཅོམ་ཡང་མེད་པར་སྤང་  
ལམ་ཆེ་ཆུང་ཀུན་ཏུ་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གིས་བཤམས་ཡོད་ལ། སྒྲུབ་བྱ་དང་ཁ་གཏུག་གི་དང་མེ་ཆ།  
དདུལ་མོར་དང་ཤིང་མོར། གཏུ་དང་མཚོད་ཀ྽ོང་། ཟངས་སྒྲུ་དང་ཐང་ཀ། རྒྱ་སྒྲིང་དང་དུང་། ཉ་ལམ་  
གནའ་ནས་འདི་ལྟར་བཤམས་ནས་ཡོད་བ་དང་མཚུངས་པའི་ཁར། ཁ་དོག་ལ་འབྱུང་བ་བྱུང་ཅོམ་ཐེབས་  
པ་དེས་གནའ་རབས་ནས་བསྒྱུད་པའི་ལོ་སྒྲིའི་རྗེས་ཤུལ་ཟབ་མོ་རེ་སྒྲོན་བྱ་བ་ཡོད། རྒྱ་བས་ལ་ལར་  
འདས་ཟིན་པ་དག་བརྗོད་དཔལ་བསྐྱར་སྒྲུམ་འཁོར་བས། ཉ་ལམ་ཞེས་པ་འདི་བསྐྱར་བསྐྱོས་གང་མང་བྱས་  
པ་ཡིན། །

དེ་མ་སྒྲུ་ཆོག་པ་ཏེ། དཔེས་རྒྱུ་དེ་ཕྱི་ཕྱི་དེ་དཀའ་བའི་གནའ་རྒྱུ་གི་རྒྱུ་དེ་དང་། གོས་ཆེན་ཐེངས་མ་  
ལས་མཆེད་པའི་བསྐྱེད་དེ། རྒྱ་གར་གི་སྤྱོད་དང་བོད་སྤྱོད་ལས་ཆོར་ཡོང་བའི་མངར་དེ། ཁྱིམ་གཞིས་  
དང་ཟ་ཁང་ལས་མཆེད་ཡོང་བའི་ལུ་སྤྱོད་དང་དཀྱུག་ཇའི་དེ་མ། དཔེས་འགྲམ་བཅར་ནས་སྤྱོད་ཀྱིན་པའི་  
སྤྱོད་ལྷགས་དང་མ་ཞུ་གྱིན་མཁན་ཆོ་ལས་མཆེད་ཡོང་བའི་རི་དྲགས་གི་ཤ་དེ། དཔེས་ཡུལ་བསྐྱོར་སྤྱོད་  
འཆམ་པ། ལྷག་པར་དུ་ཕྱི་སྤྱོད་བ་ལས་མཆེད་ཡོང་བའི་ལུས་དེ་དང་དེ་ཆུ། དེ་མ་འདི་དག་གི་ཁོད་དུ་མར་  
དེ་འཁྱུལ་ནས་ཡོད་ཅིང་། ཏ་ལམ་མི་འམ་ཅ་ལག་འདུས་པའི་ཡོད་ཆོད་མར་ལས་རྒྱུར་བཏོན་ཡོང་བ་དང་  
འདྲ། གལ་སྤྱི་དེ་ཁོམ་ལམ་བརྒྱུད་དགོས་བྱུང་ཆོ། འབྲི་མར་སེར་བོའི་མངར་དེ་འགོ་བར་བྱེད། འདི་ནི་ཉིན་  
མོའི་བར་བསྐྱོར་རམ། གནའ་ནས་ཅེ་ཅི་འདྲུ་འཛིན་ཁོད་སྤྱོད་བཞིན་ས་རུབ་རེག་བར་རྒྱུན་མཐུད་བྱེད་  
ཀྱིན་མཆིས།

བར་བསྐྱོར་ཡ། དགོན་པར་གྲུན་ཞིང་། འཛིག་རྟེན་པའི་སྤྱོད་དག་འཕྱི་ལ་བཅོལ།  
བོད་ལྷ་བྱུང་དུས་ཆེན་གིས་ཁེངས་པའི་ས་གནས་འདིར་དུས་ཆེན་ག་ཆོད་ཅིག་བར་བསྐྱོར་དང་འབྲེལ་བ་  
ཡོད་དམ།

འདས་པའི་དུས་ཡུན་ནང་། ཆེས་ཆེན་ནི་ལོ་གསར་སྐབས་གི་སྤྱོད་ལམ་ཆེན་མོ་ཡིན། སྐབས་དེར།  
གཙུག་ལག་ཁང་དང་བར་བསྐྱོར་ནི་དུས་ཆེན་གི་ལྷ་གནས་ཡིན་ཞིང་། གདན་ས་གསུམ་གི་གྲ་བ་ཁྱི་སྤོང་  
མང་པོ་འདི་གར་ཐེབས་ནས་ཆོས་འདོན་པ་དང་། ཆོས་རར་རྩོད་པ་བྱེད་པ། འདྲེ་འབྱུང་པ། རྒྱལ་བ་  
བྱམས་པ་བསུ་བ། མེ་རྟོག་མཆོད་མཇལ་བཅས་གི་བྱ་འགུལ་སྤེལ་གི་ཡོད་པས། རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷ་ར་བཅོལ་  
བའི་ས་ཁུལ་ཁག་གི་མཇལ་བ་དང་། སྐབས་སྤྱགས་བཅའ་ནས་འབྱོར་ཞིང་གྲངས་གིས་གཞལ་དཀའ་  
བའི་ཆོང་པ། རྒྱལ་ཁམས་པ་དང་ཉེ་འཁོར་དགོན་པ་དག་གི་གྲ་བ་ལྷ་སར་འདྲུ་འཛོམས་བྱེད་གི་ཡོད།  
སྐབས་དེར་ཉིན་རྟོག་པ་མེད་ནའང་། འབྲས་སྤྱངས་དགོན་པ་ནས་འདེམས་པའི་གཞུགས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་  
དག་བསྐྱོས་སྤོར་ཞིག་གིས་གོ་རིམ་ལ་བཏང་འཛིན་བྱེད་གི་ཡོད་ལ། རྒྱ་ཡིག་ནང་། ལྷགས་དཀྱུག་  
ཐོགས་པའི་སྤྱོད་མ་། ཞེས་འབོད་མོད། དོན་ལ་ཁོང་ཆོས་བསྐྱམས་ཀྱིན་པ་ནི་དཀྱུག་པ་དང་རྟ་ལྷག་ཡིན་  
སྐབས། མི་སྤྱོད་ཞིག་མ་རབ་སྤྱོད་ཆོག་གི་ལས་སྤྱོད་ཞུགས་པ་ཡིན་ན། དཀྱུག་པ་དང་ལྷག་གིས་ནམ་ཡང་ངོ་



མོ་གཏོང་གི་མེད་པ་འདྲ་གསལ་བོ་ཡིན། དེའི་ཁོད་དུ་མི་སེམས་ལ་གཡོ་འགུལ་སྒྲོང་བའི་དུས་ཆེན་ནི་ཟླ་  
 དང་པོའི་ཆོས་ཉེར་ལྷ་སྟེ། མ་འོངས་པའི་རྒྱལ་བ་བྱམས་པ་བསུ་སྟེན། ཆེད་དུ་འདེམས་པའི་གྲ་བ་ཆོས་  
 གཙུག་ལག་ཁང་ནས་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྐུ་འདྲ་ཤིང་རྟ་ཞིག་ཏུ་གདན་འདྲེན་གྱིས་བར་བསྐྱར་ལ་  
 བསྐྱར་བ་ཐེངས་ཤིག་རྒྱག་པ་དང་། མི་ཚོགས་འཛང་ཁ་ཤིག་ཤིག་སེམས་འགུལ་སྒྲིན་པ་འཕྱོ་འཕྱེའི་  
 ངང་སྒྲོན་དབྱངས་མཐོ་རུ་གྱུར་བཞིན་པས། བལྟ་བས་མི་བཟོད་པ་ཞེས་པ་སྦྱར་ཆོག་གི་ཡོད། དེ་མཚུངས་  
 སུ་ཟླ་དང་པོའི་ཆོས་བཅོ་ལྷ་འདྲ་ཉ་ཅང་གི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། མེ་ཏོག་མཆོད་པ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
 ཤིང་སྐྱས་སུ་བཤམས་ཤིང་། ཟླ་འོད་འོག་མཆོད་མེ་སྟོང་ཕྲག་མང་པོར་གཟི་འོད་འཕྲོ་བ་དང་། ནམ་  
 མཁའ་དང་མི་ཡུལ་འོད་ཀྱིས་བརྒྱན་ཡོད་པར་མ་ཟད། གྲ་བཙུན་ཆོའི་ལག་པ་ལས་འབྱུངས་པའི་མེ་ཏོག་  
 མཆོད་པའི་སྟེང་དུ་རི་སྐྱེས་སྟོག་ཆགས་དང་མེ་ཏོག་བྱུང་མཆར་ཅན་མང་པོའི་བསྐྱར་བའི་དབུས་སུ་  
 གསེན་ཉམས་དོད་པོའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་ལ་འོད་སྤྲང་དྲག་ཏུ་བཅོལ།  
 ངས་བར་བསྐྱར་དུ་དུས་ཆེན་གཉིས་མཐོང་ཕྱོད་ཞིང་། གཅིག་དེ་བཅུ་བའི་ལྷ་མཆོད་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ལོ་རྒྱུ་  
 དྲག་བརྒྱ་ལྷག་གི་ཡར་སྟོན་ཞིང་ལ་གཤེགས་ཟིན་པའི་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་རྗེས་དྲན་ཡིན། མཆོན་མོ་  
 དེར་བར་བསྐྱར་གྱི་ཁྱིམ་གཞིས་ཀྱན་གྱིས་མཆོད་མེ་བསྟོན་པ་དང་། མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྐྱབས་འགོ་དང་  
 དམིགས་བརྩེ་མ་གྱུར་བཞིན། མཁའ་པ་སོགས་གདུག་སྟོས་བཀོལ་ནས་མེ་ལྷེ་མཁའ་ལ་མཆོད་ཀྱིན་  
 པའི་བསང་གཏོང་ཞིང་། བྱིས་པའམ་སྤུ་གྲུ་མང་པོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཟོས་པའི་ཤོག་བྱུ་འོག་ལ་བཟུང་  
 ནས་པར་རྒྱག་ཚུར་རྒྱག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས། ཁོ་ཆོའི་སེམས་ཁོང་དུ་རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་འགྲན་ཟླ་བལ་བའི་  
 སྟོ་སྦྱིད་ཀྱི་མཆོན་ལྗོངས་ཤིག་གནང་ཟིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་པར་འདྲ།  
 གཞན་གཅིག་དེ་ལྷ་སའི་བྱང་མེད་དུས་ཆེན་ནམ། དཔལ་ལྷ་གསོལ་བསྟོད་ཀྱི་ཉིན་མོ་ཡིན། འདི་ནི་  
 གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཡོད་པའི་མོ་ལྷ་དཔལ་ལྷ་དཔལ་གདོང་མར་འབྲེལ་བ་ཡོད་ཅིང་། ཁོ་མོ་སྤུལ་གདོང་  
 ཡིན་པ་དང་དུས་རྒྱུན་ཞལ་ཁེབས་ཀྱིས་གཡོགས་ནས་ཡོད་པ་དང་། ལོ་རྒྱུ་ཐེངས་རེར་མ་གཏོགས་ཞལ་  
 ཁེབས་བྱེ་གི་མེད། ཁོ་མོའི་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་སྦྱར་གསུམ་བགྲད་ནས་མཆེ་བ་བྱི་ལ་གཅིགས་ནས་ཡོད་  
 པའི་དཔལ་ལྷ་མོ་ཡོད། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྟངས་ཁོད་ཁོ་མོ་གཉིས་བསྟན་སྟང་

གཙོ་བོ་ཡིན་ཞིང་། གཙུག་ལག་ཁང་ངམ་ལྷ་སའི་སྤང་མ་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོས་མི་འདྲ་བའི་ཆ་བྱད་མདོན་  
 ཚུལ་དུ་བཤད་ཀྱིན་ཡོད་ནའང་། དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་བཤད་རྒྱུན་དུ་ཁོ་མོ་གཉིས་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོའི་སྤྲུལ་མོ་  
 ཡིན་པར་བཤད། བྱ་མོ་རྒྱུ་བ་དཔལ་ལྷ་མོ་རིག་པ་སྤྱད་པོ་དང་ཨ་མར་གུས་བཀྱར་ཆེ་བས། ཨ་མ་ཁོ་  
 མོར་ཉ་ཅང་གི་བརྟེ་བ་ཆེ་བ་དང་། བྱ་མོ་ཆེ་བ་པད་ལྷ་སྤལ་གདོང་མས་ཁ་མི་ཉན་པ་དང་། རྒྱུ་བ་ཏུ་རྒྱ་  
 བཟའ་ཀོང་མའི་བསྐྱམས་ཐེབས་པའི་༼ཇོ་བོ་རིན་པོ་ཆེ༽ ཡི་སྐྱུ་སྤྱང་ཁྱི་སྤོང་བཙན་ལ་དགའ་བོ་ཆགས་  
 པས། དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོར་ཁོང་ཁྲོ་གཏིང་ནས་ལངས་ཏེ་ཁྱི་སྤོང་བཙན་གཙུག་ལག་ཁང་ནས་རྒྱུད་རྒྱུ་ལྷ་  
 མཐར་བསྐྱད་པ་དང་། བྱ་མོས་ཁྱབ་ཡང་ཡང་འཐེན་པ་བརྒྱད་ནས་ལོ་རེར་ཐེངས་གཅིག་ལ་ཐུག་འཕྲད་  
 བྱས་ཆོག་པར་བཞེས། དེ་བས། ལོ་རེ་རེར་བོད་ཅིས་ཀྱི་ཟླ་ ༡༠ ཆོས་ ༡༥ ཉིན། གཙུག་ལག་ཁང་གི་གྲ་བ་  
 ཆོས་ཞལ་ཁེབས་ཕྱེ་ཟིན་པའི་དཔལ་ལྷ་སྤལ་གདོང་མ་ཁུར་ནས་བར་བསྐྱོར་ལ་བསྐྱོར་བ་ཐེངས་ཤིག་  
 རྒྱག་པ་དང་། བར་བསྐྱོར་གྱི་ལྷོ་སྤྱོར་བསྐྱེབས་འཕལ་ངལ་གསོ་ཏེ་ག་ཅུ་རྒྱག་པས། དཔལ་ལྷ་སྤལ་  
 གདོང་མ་དང་རྒྱུ་བོའི་པ་རོལ་གྱི་གནམ་སྤྱང་ལྷ་གཉིས་ཀྱི་བྲལ་གདུང་སེལ་ཆེད་རྒྱང་རིང་ནས་རེ་ཞིག་པར་  
 ལྷ་རྒྱུ་ལྷ་བྱེད་དུ་འཛོག་གི་ཡོད་ཚུལ་དུ་བཤད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཆུ་འཚོལ་ཡང་༼དཔལ་ལྷན་ལྷ་  
 མོའི་འཕལ་བསྐྱོར་དུས་ཆེན༽ ཞེས་པ་འདི་ལྷ་སའི་བྱད་མེད་ཀྱི་དུས་ཆེན་ལ་བྱུར་འདུག ཉིན་འདིར་ལྷ་  
 སའི་བྱད་མེད་ཆོས་གཟབ་འཆར་སྤྱས་ཏེ་ལག་པར་གདུག་སྤྱོད་བསྐྱམས་ནས་བསྐྱོད་སྤྱུ་གྱུར་བཞིན་  
 དཔལ་ལྷ་སྤལ་གདོང་མ་ཁུར་ནས་བསྐྱོར་བར་བསྐྱོད་ཀྱིན་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་བར་བསྐྱོར་ལ་  
 བསྐྱོར་བ་རྒྱག་པ་དང་། དེ་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་སོང་ནས་ཐུག་འཚོལ་བ་དང་མཚན་གསོལ་བྱེད་  
 སྤལ་འདུག དེང་སྐབས་དཔལ་ལྷ་སྤལ་གདོང་མ་ཁུར་ནས་བསྐྱོར་བར་བསྐྱོད་པའི་གོམས་སྤལ་བཀག་  
 སྤོམ་བྱས་ཟིན། ཡིན་ནའང་། མོ་ལྷ་དེའི་གདོང་ཁེབས་ལོ་རེ་བཞིན་ཕྱེ་བཞིན་པ་དང་ལྷ་སའི་བྱད་མེད་ཆོས་  
 གཟབ་འཆར་ཐེངས་རེར་སྤྱས་ཀྱིན་པ་དང་། ཆང་མ་མཚན་མཇལ་ལ་ཡོང་གིན་འདུག  
 ངས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་ང་རང་ནི་བར་བསྐྱོར་ལ་དུང་བ་ཟབ་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད། དོན་དངོས་སུ་  
 མི་ཆང་མ་གཅིག་འདྲ་རང་རེད།  
 ངས་སྤར་བཤད་ཐོབ་དུང་། བར་བསྐྱོར་ལ་སྤྱོད་གར་གྱི་ཆོར་བ་དུག་པོ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། མི་རྣམས་ལ་མགོ་ཡོམ་



འཁོར་ནས་དངོས་བབས་བརྗེད་དུ་འཛོལ་གི་འདུག མགོ་ཡོམ་འཁོར་བའི་ཚོར་བ་ནི་ཉ་ཅང་གི་སྒྲིད་པོ་  
 ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཉ་ལམ་ལུས་སེམས་སྤྲིད་དུ་འཛུགས་པ་དང་མཚུངས་ཤིང་། རྟོང་སིང་སིང་གི་སེམས་  
 སྤྲིད་ཅིག་ཀྱང་ཡིན། འོན་ཀྱང་། འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་བྱ་དངོས་མང་པོ་ཞིག་གིས་མི་ལ་སྤྲིད་སྒྲུབ་སྟེར་ཞིང་།  
 བར་བསྐྱར་ནི་དེད་གཞུགས་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་མདོན་མཚོན་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། རྒྱུ་ཆའི་ཁྲོད་དུ་  
 བྱ་རུའམ་གཡུས་པ་རྒྱུ་བཏབ་པའི་དདུལ་གྱི་སོར་གདུབ་ཅིག མ་ཞི་ཡིག་རྒྱག་བཞོས་པའི་དདུལ་གྱི་  
 ལག་གདུབ་ཞིག མ་ཞི་འཁོར་ལོའི་དབྱིབས་རིས་བཀོད་པའི་དདུལ་གྱི་སྐྱེ་རྒྱུ་ཞིག ཁམས་པའི་བྱ་མོ་  
 ཞིག་གི་རྩ་སྒྲེ་ནས་བཏོགས་ཡོང་བའི་དདུལ་གྱི་རྩ་ལུང་རིང་བོ་ཞིག རྒྱུ་ཆའི་ཁྲོད་དུ་འདུལ་པ་རིང་བོ་  
 ཞིག་གི་རྟོང་དུ་དདུལ་སྒྲིད་དང་གསེར་སྒྲིད་ཀྱིས་གཅག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་མེ་ཏོག་སྒྲ་ཚོགས། རྐྱེ་  
 དཀྱིས་རིང་བོ་ཞིག་གི་སྒྲིང་ན་བྱུར་དུ་དབྱངས་པའི་སྟེ་མའི་མདུད་པ། སྒྲུམ་བུས་བཟོས་པའི་ལྷ་མོ་དེ་མི་  
 གཞན་གྱིས་ཁྱོད་ཆོ་རྒྱུ་ཉམས་ཐོན་པ། དདུང་ས་གདན་ཉིད་བཞིག ས་ཁ་ཉིད་བཞིག གདོང་འབག་  
 ཉིད་བཞིག ཐང་ཀ་ཉིད་བཞིག གཞན་གྱིས་མ་ཉོས་པར་ང་རང་ལ་རིན་གོང་ཕྱེད་བཅག་གིས་བཙོང་བའི་  
 རུས་པའི་ཐོང་བསྐྱར་ཞིག གཞན་ཡང་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ལྷ་བུའི་རྒྱུང་རིང་ལ་ཡིད་སེམས་འཚོར་བར་  
 བྱེད་པའི་རོལ་ཆས་རོལ་དབྱངས་ཀྱི་སྒྲ་ཐག་ཅིག་ཏུ་དུས་ལུན་བྱུང་བུ་རེ་ལ་༼ ཅལ་༽ ཞེས་ཐེངས་རེར་  
 གྲགས་པ། རྒྱ་སྒོར་དགུ་ལ་སྐྱམ་ཚུང་བཅུ་རེ་སྤྲོད་པའི་སྒྲ་ཐ། མགོ་སྒྲ་དམར་པོར་བཟོ་བྱས་པའི་བྱག་རྩེས་  
 དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ཚོར་བ་སྤྱི་བའི་ཟ་ཁང་དག་ཏུ་དབྱངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྱུན་ནམ། འབྲས་སྒྲི་  
 གཞན་པ་བཀོད་པའི་སྒྲོག་ལྷ་བཅས་ཀྱི་སྒྲ་དུ་མགོ་ཡོམ་འཁོར་བའི་ཚོར་བ་ཡོང་བཞིན་འདུག  
 དདུང་སྤང་ལམ་དག་གི་གཏིང་རིམ་དུ་༼ བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་༽ བཀོད་པའི་སྒྲོ་ཡོལ་གྱི་རྒྱབ་  
 ལོགས་སུ་མི་སྐྱོར་ཞིག་གིས་དཀྱུགས་ང་འཐུང་བཞིན་བརྟན་འཕྱིན་ལས་༼ ཐང་སུན་སྒྲ་མའི་རྩམ་  
 ཐར་༽ ལ་ལྷ་བཞིན་པ་དང་། ཡང་ན། ཞིམ་མདོག་ངང་རྒྱ་མིས་བཟོས་པའི་ལྷིང་པན་༼ ཐུག་འབྲུག་༽ །  
 ཁ་ཆེའི་རྩབ་རིང་༼ ཐུག་པ་རིང་བོ་༽ ། བལ་ཡུལ་གྱི་ཡུང་ཐུག་ལ་རོལ་བཞིན་པ་དང་། གཞོན་སྐྱེས་པ་  
 ཚོག་ཚོས་སྐྱོད་པ་སྒྱུར་སྒྱུར་གྱིས་སྟེགས་བུའི་སྒྲོ་ལོ་རྒྱག་གིན་པ་བཅས་ཀྱིས་སྤང་མདོ་འགག་ནས་ཡོད་  
 པས། ནང་དུ་འཛུལ་ཡོང་བའི་རྒྱངས་འཁོར་རིགས་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད། རྐྱབས་ལ་ལར་སོང་

གིན་སོང་གིན་སྒོ་གྲང་མཐོན་པོ་ཞིག་མཐོང་ལམ་དུ་མངོན་ཡོང་ཞིང་། སྒོ་མདུན་དུ་ལྷ་སའི་གནའ་བོའི་  
 འཛུགས་བསྐྱེད་སྤྱད་སྒོ་བ་ཁང་། ཞེས་གྲིས་འདུག བཤད་ཚུལ་ལྟར་ན། ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའི་ལོ་རྒྱུས་  
 ཡོད་སྟེ། ཉང་ལ་བལྟ་སྐབས། ལྷགས་པ་མཉེད་མཁན་དང་། གྱོན་པ་བཟུ་མཁན། ཉིམར་ལྷེ་མཁན་  
 བཅས་ཡོད་སྟབས། བྱིས་གཞིས་མང་པོ་ཞིག་གིས་གཞི་ས་བཟུང་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ། སྐབས་ལ་ལར།  
 སྒོ་བྱར་དུ་ཞིག་རལ་དུ་གྱུར་བའི་གནའ་ལུལ་ཆེན་པོ་རེ་མཐོང་ལམ་དུ་མངོན་ཡོང་། དེ་ནི་སྤར་དུས་ཡུན་  
 ཞིག་གི་ནང་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེན་ཡོད་པའི་དགོན་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། རྒྱ་རིག་གསར་། ཉང་སྤྱོན་ཐོན་པ་  
 ཆོས་དྲག་རྒྱུ་ལྱེད་སའི་རྟེན་གཞི་ཡིན་པ་དང་། དེང་སྐབས་ཞིག་རལ་དུ་གྱུར་ལུལ་དུ་ཀ་བ་འགའི་མགོ་  
 བོ་ནམ་མཁར་བསྟན་ཡོད་ཅིང་། གྲིས་པ་གཉིས་བརྒྱགས་ཡོང་ནས་ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས་ང་ཚོར་གྲང་ལྷེབས་  
 ཀྱི་འབག་སྐྱར་བལྟ་དུ་འགོ་ཟེར། དེ་ནི་བསྟན་སྤྱད་སུ་ཞིག་གི་འབག་སྐྱར་ཡིན་མིན་དབྱེ་བ་འབྱེད་དཀའ་  
 ཡང་། འདས་འབག་རྩ་གདན། ཤིང་སྤྱ་གཙོས་ཆ་མི་ཆང་བའི་རྒྱང་ལག་བཅས་ལྷག་ཡོད་པས། ས་སྤོང་  
 ཀྱི་མཆོམས་སྤྱོན་འོག་དུ་ལག་མཚུབ་དེ་དག་གསལ་ལེར་མངོན་ཡོང་བ་དང་། སྐད་ཆ་བཤད་མདོག་གི་  
 ངང་ཚུལ་དང་འཇིགས་སྤང་གི་སྤྱོད་ཤིག་གྲང་བསྐྱངས་ཡོང་བ་ཞིག་རེད།  
 ད་དུང་སྤང་མདོར་བསྟེས་པའི་དགོན་པ་རྒྱང་བ་དག་ཡ། ངས་བཤད་པ་ནི་རྒྱ་རི་ཞོལ་བ་། རྒྱ་མིང་འདི་  
 བརྟག་དགོས། སྤྱར་མཁན་། ཡིན། ཉམ་རྒྱན་ང་རང་གྲུ་ལོགས་ཤིག་དུ་བསྐྱེད་ནས་གྲུ་བ་ཆོའི་འདོན་  
 དབྱངས་ལ་ཉན་རྒྱུར་དགའ་བོ་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་ཆོའི་གསུང་དབྱངས་ནི་དུང་སེམས་འཁོལ་བའི་ཕྱིར་དབྱང་  
 ཞིག་སྟེ། སོ་གཞོན་འདི་དག་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་དུང་སེམས་རྣལ་མ་ཞིག་འཛོམས་པ་ནི་ཡིད་ཆེས་དཀའ་བ་  
 ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་། འདོན་པ་ཁ་ཤས་གྱུར་མ་ཐག་མི་སེམས་གཡོ་བར་བྱེད་པ་ནི་དངོས་བདེན་ཡིན།  
 སྐབས་ལ་ལར། ང་རང་གིས་འདོན་ཆོག་པ་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་འདུ་ཁང་ནང་གད་རྒྱག་གིན་ཡོད། གནས་དེ་  
 ནི་གནས་རྒྱང་ཆོས་རྒྱལ་དང་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོར་མཆོད་གསོལ་བྱེད་སའི་དགོན་པ་ཡིན་ལ། སྤྱང་མ་  
 དམར་ནག་གཉིས་ཀྱི་མདུན་དུ་ནས་ཆང་ངམ་ཆང་དཀར་གྱིས་ཁོངས་པའི་ཟངས་པོར་ཆེན་པོ་ཞིག་  
 བཞག་འདུག ཡ་མཆར་བ་ཞིག་ལ་འདིར་ཆང་གི་ཡལ་ནས་བརྒྱན་བཤེར་ལྷན་པའི་དྲི་མ་ཞིག་མཆེད་  
 ཀྱིན་མཆིས། གྲུ་བ་ཆོར་དང་ཚུགས་དང་བརྟེན་ཤིག་ལྷན་ཞིང་། གཟུགས་པོ་འང་ཆེན་པོ་ཡོད་ལ། ཁོང་ཆོའི་

PDF created with pdfFactory trial version [www.pdffactory.com](http://www.pdffactory.com)

ཤེས་ཤིང་། བཤད་པའང་ཉ་ཅང་བཟང་། ང་ཚོས་སྐད་ཆ་ཚིག་ཁ་ཤས་ཕར་བཤད་ཚུར་བཤད་བྱས་མཐར་  
རང་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་མི་ཤེས་པ་ཕྱི་ལ་མཛོད་ཡོང་བས། ད་གཞོན་ཁོང་ཚོས་འཕྲ་སྟོན་བྱེད་གཞིར་འགྱུར་  
གྱིན་ཡོད། མི་ཁ་ཤས་ནི་བོད་ཅེས་པར་ཐོགས་པ་མེད་ཅིང་། གལ་སྲིད་ཐེང་བ་ཐོགས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན།  
དེ་ནི་ནང་བའི་རྗེས་འཇུག་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཁར། གྲུབ་མཐའ་ཁག་གི་དབྱེ་བའང་ཐོགས་འདུག་མེད་ལ།  
བཤད་ཆོད་ལ་གནས་ལུགས་ལྡན་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། དེ་ལས་གཞན་གྱོན་པར་དང་དོད་ཆེ་བ་དང་། ལུས་  
སྟོབས་ཆེ་བ་དང་ཁུར་བོ་ཡང་བའི་གཞོན་སྐྱེས་ཆེད་ལས་ཡུལ་བསྐྱོར་སྟོ་འཆམ་པའང་མང་།  
ཨ་རི་བ། དབྱིན་ཇི་བ། ཟླ་རན་སི། འཇར་མན། ཨི་ཏ་ལི། སིད་སི་པ། ཉི་ཏོང་བ། ལྷོ་ཀོ་རི་ཡའི་མི་  
སོགས་བར་བསྐྱོར་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཉ་ལམ་འཇམ་སྒྲིང་ཕྱི་ལ་བོ་ནས་ཡོང་བའི་མི་རྣམས་མཐོང་ཐུབ། ང་ཚོའི་  
གྲོགས་པོས་གནམ་འོག་ཁེངས་འདུག་ ཡིན་ནའང་། བོད་མི་རྣམས་ལ་མཚོན་ན། ཁོང་ཚོ་ཆ་ཆོད་ ཉེ་ལ་  
ལོ་ Hello ་ རེད། བར་བསྐྱོར་གྱི་ཆོང་བ་ཚོས་དཔོན་རྒྱུན་འབྱེད་དཀའ་བའི་གནའ་རྒྱས་ཁག་ལ་  
མཚུབ་མོ་འཇུགས་གྱིན་ཡིད་ཆེ་མས་པའི་ངང་ནས་བརྗོད་རྒྱུར། ཉེ་ལ་ལོ་ ཆོ་བསྐྱེད་པས་རྗེས། ཆ་ཆོང་  
ཉོས་འགོ་བ་རེད་ཟེར།

དུས་རྒྱུན་འདི་ལྟར། ཁྱོད་རང་གཅིག་ཕུ་བར་བསྐྱོར་དུ་བསྐྱོད་སྐྱབས། དཔུང་བ་བཟར་ནས་བསྐྱོད་འགོ་  
བའི་ཕྱི་སྒྲིང་བ་ཚོའི་གདོང་དོར་ཡུལ་བསྐྱོར་བའི་མཆར་སྤང་ཁྱོད་དོགས་མི་བདེ་བ་ཞིག་མཛོད་འདུག་ འདི་  
ནི་དུས་རབས་བརྒལ་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཞིག་ཀྱང་རེད། ལྷ་ས་གོང་ཁྱེར་ནང་དེང་རབས་ཀྱི་མོ་ཏ་སྐྱ་ཚོགས་  
འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་གྱིན་པར་ལྟ་བཞིན་ཁོང་ཚོས་འདི་ནི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་མཇུག་གི་ལྷ་ས་ཡིན་པར་  
ངོས་ལེན་མི་བྱེད་རང་བྱེད་དུ་འགྱུར་བཞིན་འདུག་ ཡིན་ནའང་། ཁོང་ཚོས་རྒྱུར་ཐག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོར་  
འདུ་དུས་རབས་བརྒལ་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཞིག་གི་ནང་དུ་བསྐྱུ་བཞིན་མཆིས། ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བསམ་  
ཆོག་སྟེ། དེ་རིང་གི་ལྷ་ས། ཕྱི་སྒྲིང་བ་མང་ཆེ་བར་མཚོན་ན། ཆེས་ཟབ་པའི་སྟོ་པམ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་  
ཚོས་ལོ་ངོ་བརྒྱའི་ཡར་སྟོན་ནས། ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའི་ཡར་སྟོན་གྱི་ལྷ་སའི་ཆོར་བ་རྟེན་ཐུབ་གྱི་མེད་ལ།  
དེ་ནི་ཁོང་ཚོའི་པ་མེས་ཀྱིས་བཀའ་སྟོན་ལུང་བ་འདིའི་སྐད་ནས་རྟེན་པའི་ཆོར་ཤུགས་དང་བདེ་སྐྱིད་ལ་  
བསྐྱུར་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། དེ་རིང་། ཁོང་ཚོར་ཉེན་མཚོང་བྱེད་འདོད་པའི་སྟོང་འདང་ལུ་བ་བཞིན་ལལ་

གྱིན་ཡོད་ན་འང་། ད་དུང་རྗེས་འདེད་ཀྱི་བསམ་མཁོ་འགག་མི་འདུག རྗེས་འདེད་ཀྱི་བསམ་མཁོ་དེ་ཁོང་ཚོའི་གདོང་ན་མངོན་ཡོད་པ་དང་། སངས་མེད་ཀྱིས་བོད་ལ་སྤྱོད་སེམས་བརྟེན་བའི་བྱ་སྤྱོད་དུ་འང་མངོན་ཡོད། ང་ཚོས་ཁོང་ཚོའི་འདོད་འདུན་ལ་བསམ་མཁོ་གཏོང་མི་ཐུབ་པ་ཅི་ཡོད།

དེང་སྐབས་སྤར་བྱི་སྤྱིང་གི་ཉན་མཆོངས་པ་སྒྲོར་ཞིག་བོད་ཡུལ་དུ་བསྐྱོད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་ཡིག་དུ་བསྐྱར་ཡོད། དཔེར་ན། ལྷ་རན་སིའི་ཆོས་དཔོན་རྒྱའོ་པའོ་ཀའི་<<བོད་བསྐྱར་བློ་ཐོ་>> ལྷ་ཅུ་སུའི་མཁས་པ་ཆེན་མོས་ཁྱེས་ཁྱེས་ཀྱི་<<གནས་མཆོག་ལྷ་སར་ནང་བའི་མཇལ་བ་མང་>> དབྱིན་ཇིའི་གཡུལ་སའི་གསར་འགོད་པ་ལཱ་ཀྱི་ལའི་<<ལྷ་སའི་རྣམ་ཐར་དམར་རྗེས་མ་>> ཞོ་ཏི་ལིའི་རི་འཛེག་མཁན་པོ་ཉ་རོས་<<ལྷ་སར་ཉན་བསྐྱོད་>> ཉི་ཏོང་གི་ནང་བར་དད་ལྷན་པ་ཏའོ་ཐེན་གྲོན་གྱི་<<བོད་བསྐྱོད་དངོས་གྲིས་>> གཙོས་ངར་ངེས་དགའ་བའི་ལྷ་རན་སིའི་བོད་རིག་པའི་མཁས་པ་ཏཱ་མེ་ལྷ་རྟ་གྱི་<<པ་རི་སིའི་བྱད་མེད་ཅིག་ལྷ་སར་བསྐྱོད་པའི་བློ་ཐོ་>> སོགས་རེད། གསོན་ཉམས་དང་ཉན་སེམས་མ་ཡལ་བའི་གཟི་ཉམས། ཡ་མཚར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་བྱད་ཆོས་བཅས་ལྷན་པ་འདི་དག་བསྐྱོད་འབྱུང་ལམ་ནས་ཁོང་ཚོའི་རྗེས་རབས་པ་འཕེལ། དབྱིན་ཇི་བ་ཏའོ་ཐུ་ཁྱེས་ཀྱི་<<འཛམ་གླིང་ཡང་ཅེར་བསྐྱོད་མཁན་>> སིད་སི་བ་ཐའེ་ལིས་ཀྱི་<<བོད་ལ་ངེས་ཤེས་ཆེད་པ་>> དང་ཨ་རི་བ་མའེ་ཁྱེས་ཀྱི་<<བོད་ནང་འཆོལ་ཞིབ་>> སོགས་ཀྱི་ཚུམ་དེབ་དུ་བསྐྱས་འདུག ཚུམ་དེབ་འདི་དག་གྲོག་གྲུང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། སྤར་བྱི་བྱི་སྤྱིང་བ་དེ་དག་གི་ཁོད་དུ་ཆོས་པ། ཡུལ་སྒྲོར་བ། ལོ་རྒྱུས་སྒྲུབ། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་རིག་པ། ས་རྒྱུས་སྒྲུབ། རང་བྱུང་འཆོལ་ཞིབ་པ་དང་། ཐ་ན་ལྷུ་ལ་དབྱུང་པ། དམག་མི་དང་ནང་ཆོས་དད་པའི་བྱི་སྤྱིང་བའང་ཡོད་པས། འཛམ་གླིང་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སུའི་མཐོ་ཆད་ལྷན་པའི་གསར་བའི་གནས་མཆོག་འདིར་ཇི་འདྲའི་སྤྱོད་བཞིག་མཆེད་ཡོད་ཨང་། མཐོ་ཆད་འདི་ནི་ས་རྒྱུས་སྒྲུབ་གི་མཐོ་ཆད་ཅིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཤེས་རིག་སྒྲུབ་གི་མཐོ་ཆད་ཅིག་ཀྱང་ཡིན་པས། ཁོང་ཚོས་ཆོ་སྲོག་དོར་རྒྱུའང་འགྲོ་གྲོན་དུ་བྱུལ་ནས་ཉན་མཆོངས་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་རེད། ཆེས་བརྒྱུ་མོད་ལྷན་པ་ནི་དགོན་མཆོག་གི་ཆོས་སྤེལ་བར་སྤྱོད་སེམས་འཁོལ་བའི་ཆོས་པ་རྣམས་ཏེ། ཉི་མ་ལ་ཡ་རི་རྒྱུད་དང་རྒྱ་ནག་བརྒྱུད་ནས་བོད་ལ་ཡོང་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་དུག་དང་རིག་གཞུང་གི་ཉེ་བཤུ་བྱེད་དུ་བསམ་ནས་དཀའ་



བ་ཁྱི་ཕྱག་བརྟལ་ནས་དཀོན་མཆོག་གི་བསྟན་པ་སྤེལ་བར་ཡོང་ནའང་། གནས་འདིའི་མི་རྣམས་སྤར་  
 རས་ནང་ཆོས་ལ་དད་ཟིན་པའི་ངེས་ཤེས་ཆེད། ཆོས་པ་ཆོས་འབད་འབྱུངས་མཐའ་དག་ཏུ་ལམ་པམ་  
 ཁའི་ལམ་ནས་མཐུག་གི་ལ་ཡོད་པ་དང་། བན་ཚུན་གྱི་འགལ་བ་ས་ཁའི་སྤང་མཛོན་ཡོད། དཔེ་མཆོན་ནི་  
 བོད་ཀྱི་མཐའ་བསྐྱར་ལ་པབ་པའི་བོད་འཛུལ་འཆར་གཞིའི་མདའ་རྟགས་དེད་ག་གོར་གོར་ཞིག་ཏུ་གྱུ་  
 ཐུབ་མེད་ལ། མི་ཁ་ཤས་ཤིག་ལམ་དུ་བསྐྱོད་པ་ནས་ཕྱིར་འཁོར་རྒྱ་མེད་པའང་བྱུང་སྤྱང་འདུག  
 ཏམ་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱལ་བའི་སྤྱོད་འདའ་ནི་སྤྱ་ཆོགས་ཤིག་སྟེ། བོད་ཅེས་པའི་ས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཤེས་ཐུབ་  
 མེད་པའི་ཡུལ་གྱུ་འདིར་ཕྱི་གླིང་བའི་འགྲམ་ཆུ་ཆེས་ཆེར་ལྷིང་འགོ་བརྩམས་ཤིང་། དེའི་ནང་དུ་མི་སྤྱོད་  
 དང་། ཆོགས་ཁག་སྤྱིད་གཞུང་བཅས་འདུས་ཡོད། མཆར་སེམས་རིམ་བཞིན་ཆོས་ལུགས། ཆོང་ལས།  
 ཆབ་སྤྱིད། དམག་དོན་བཅས་ཀྱི་དམིགས་འབེན་ལ་གྱུར་ཅིང་། བོད་ནི་ཇི་ལྟར་རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་  
 ལུགས་རི་དང་མིས་བཟོས་མཐུགས་འཛིན་ནང་གནས་ཡོད་ནའང་། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བར་བསྐྱེབས་  
 འཕལ། བོད་ཀྱི་སློ་མོ་དེང་རབས་ཅན་གྱི་སྒྲིགས་མདེལ་གྱིས་བྱེ་བྱུང་། ཐོག་མར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༣ལོར་  
 དབྱིན་ཇི་བ་རྩོན་ཏེ་ཕིང་། སྤྱིང་འདི་བརྟག་དགོས། སྤྱིར་མཁའ་། ། གིས་སྤྱོ་ཁྱིད་པའི་མིང་ལ་ཕོ་ཉའི་རུ་  
 ཁག་དང་དོན་ལ་བཅོན་འཛུལ་དམག་མི་སྤྱོད་ལས་གྱུབ་པའི་དཔུང་ཁག་ཅིག་ལྟ་སར་ཤར་བསྐྱོད་བྱས་  
 ཡོད་ཅིང་། རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་གཡུལ་སའི་གསར་འགོད་པ་ཞིག་གི་དཔུང་བརྗོད་ལྟར་ན། སྤྱི་དུས་རབས་  
 བར་མའི་དམག་དཔུང་ཞིག་ལ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་ཡ་ང་བའི་བྲག་ཆས་ཀྱི་མདུན་དུ་པམ་ཉེས་བྱུང་སོང་  
 ། ། ཟེར། འདིན་བོད་ལ་ཁ་གཏད་པའི་ཉེན་མཆོངས་བྱ་འགྲལ་ཁོད་ཀྱི་ཆེས་སྤྱུག་བྱོ་བའི་འབྲལ་ཆན་ཞིག་  
 ཡིན་པས། དྲག་ལས་ཁོད་ཁག་གི་ཆུ་སྤྱོ་བརྗོད་ཞིང་། རོ་ཡིས་ས་གཞི་ཁེངས་ཡོད་ལ། མི་གཤེས་ཁོད་  
 ཀྱི་ཆེས་སྤྱིང་རྗེ་མེད་པ་དང་། ཆེས་གདུག་རྒྱབ་ཆེ་བ། ཆེས་ཡ་ང་བའི་ཕྱོགས་གཅིག་ཕྱི་ལ་མཛོན་ཡོད།  
 དེའི་ནང་དུ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ལོར་མའོ་ཅོ་ཏུང་གིས་མངགས་ཡོང་བའི་བཅིངས་འགོལ་དམག་མིའང་འདུ་  
 ཞིང་། རྒྱ་ཆེ་བའི་བོད་ཁམས་ཡོངས་སུ་གཡུལ་འཐབ་ཀྱི་མེ་ཕུང་རེ་རེ་བསྐྱོན་ཡོད། དེ་བས། དྲག་ལས་  
 མཐའ་དག་ལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་སེམས་བྱེད་ཐབས་མེད་ཅིང་། ང་ལ་ཡང་བསྐྱར་ཕྱིར་བཏུ་བྱེད་འདུན་  
 ཡེ་ནས་མེད།

ས་སྟོན་ལ་བསྐྱབ་ལ་ཉེ་མཚམས། ང་རང་བར་བསྐྱར་གྱི་མངར་ཇ་ཁང་ངས། ཡང་ན། མགོ་བོ་བཏེགས་  
 རྒྱུ་མོ་བྱང་པོ་ཏཱ་ལ་མཐོང་ཡོང་བའི་རང་གཞིས་ཀྱི་དྲ་མའི་བྱི་རོལ་ཏུ་ཉེ་མར་ལྡེ་ནས་མངར་ཇ་འབྱུང་ཞོར་  
 དུ་དཔེ་དེབ་འདི་དག་གྲོག་པར་དག་འཁོ་ཡོད། ས་སྟོན་གྱི་དམར་མདངས་འོག་ སྤར་གྱི་གར་སྟེགས་  
 ཤིག་སྐྱུ་འཕྱུལ་གྱིས་མིག་མདུན་དུ་མཛོན་བྱུང། དཔེ་དེབ་ཏུ་བཀོད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་ཁྱད་མཚར་བའི་  
 མི་སྣ་དག་ས་ལ་བབས་བྱུང། དེ་དག་གི་ཁོད་དུ་ངས་ཐོག་མར་མཐོང་བ་ནི་སྐབས་དེའི་བོད་ཡིན་ཞིང་།  
 གཞུང་ལམ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ། གང་ས་གང་དུ་ངལ་གསོ་རྒྱག་གནས་དང་འགག་སྐྱོའི་ཁེངས་འདུག  
 སྐབས་དེའི་བོད་དུ་གངས་རྒྱལ་པ་དང་། སེར་བ་འབབ་པ། ས་ཡོམ་རྒྱག་པ། སྤང་གི་དང་བྱ་གློད་མང་བ་  
 དང་། ལྷ་འབྲེ། རྒྱུ་མུ། རྒྱལ་པའང་མང་བར་མ་ཟད། ཅུ་ཆེ་བའི་ཆོས་རྒྱལ་དང་བྱངས་མང་བོའི་སྤྲོ་མ།  
 གཏུམ་དྲག་ཆེ་བའི་སྐྱུ་དྲག་དང་ཉམ་ང་བའི་མང་ཆོགས་ཀྱང་འདུག དེར་མཐུད་ནས་ངའི་མིག་ལམ་དུ་  
 སོན་པ་ནི། བརྩལ་ཐོད་ཅན་གྱི་ཉེན་མཚོངས་པ་དང་། སྐག་ཚོས་ཀྱི་ཐབས་ཅུལ་སྣ་ཆོགས་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བོད་དུ་ལྷགས་པའི་འབྲུལ་བཞུད་པ། དེས་པར་དུ་སྐག་ཚོས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་སར་འཇུག་  
 དགོས་ཤིང་། འདི་ལ་སྐད་ཆའི་མཚོན་དཀའ་བའི་མཛེས་སྤྱད་ཅིག་ཡོད། ལ་ལ་རྒྱ་ནག་གི་ཆོང་པར་  
 བརྩས་པ་དང་། ཁ་ཤས་ལ་དྲགས་ཀྱི་མཇལ་བར་བརྩས་པ་དང་། ལ་ལས་སོག་ལྷ་གྲོན་ནས་སོག་པོར་  
 བརྩས་ནས་སོག་པོའི་ཆོང་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་འདེད་ཀྱིས་བསྐྱབས་པ་དང་། པར་བལྟས་ཆོད་ལ་ཁྱར་བོ་  
 མཁན་དང་མཚུངས། བོད་ཀྱི་ས་བབ་ལ་རྒྱས་ལོན་བྱེད་ཆེད་ཁོ་ཆོས་ཐོང་བ་རྩམ་མ། མ་ཞི་འཁོར་ལོ་རྩམ་  
 མ་བཅོས་ནས་སྐྱོག་ཏུ་ས་ཆ་འཇལ་ཆས་དང་ཕྱོགས་སྟོན་འཁོར་ལོ་སྤྲས་ནས་ས་ཐག་གོམ་པས་གཞལ་  
 ཏེ། རྒྱ་སྐར་དབྱེ་འབྱེད་དང་། རྟོད་ཆོད་འཇལ་བ་བཅས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་གཟེངས་སུ་ཐོན་པའི་ས་དབྱུང་  
 ལས་ཀ་བསྐྱབས་ཡོད་པས། ཁོ་ཆོས་འཇལ་བའི་ལམ་ཆད། ཁ་ཕྱོགས། མཐོ་ཆད། འབྲེད་ཐིགས་  
 སོགས་དང་སྐབས་ཀྱི་དབྱུང་གཞིའི་རྒྱ་ཆ་དང་ཉེ་བག་རྒྱུང་ཆོགས་ལས་མེད་པས། སའི་གོ་ལ་སྤིལ་བོའི་  
 ས་ཁྲའི་སྤང་གི་སྟོང་ཆེན་གསལ་འདུག དེ་མཚུངས་སུ་ཁོ་ཆོས་ཞིང་ལས། ཕྱགས་ལས། རྒྱུ་ཐོན་  
 ཁུངས། གསེར་གཏེར། འཚོ་བ་རོལ་སྤངས། སྤྱི་ཆོགས་གལ་རིམ། ཆོས་ལུགས་གོམས་སྟོལ་སོགས་  
 མི་དང་རིག་གནས་སྐོར་གྱི་གསང་བའི་དབྱུང་ཡིག་མང་པོ་བསྐྱུ་རུབ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཅི་ཤིང་རིག་པ་སྤྱི་

བཞིག་གིས་ལྷ་སའི་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་རྒྱུད་དུ་བོད་ཀྱི་རག་རྒྱུན་ནང་གྲགས་པའི་ཆེས་མཛེས་སྤྱད་ལྷན་  
པའི་མེ་ཏྲོག་སྒྲོན་པོ་མིང་བརྟག་དགོས། དུ་ནག་གི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་འདྲ། སྦྱར་མ་ཁན་ཆེད་སོན་བྱུང་  
བ་དང་། ཁོས་དབྱིན་ཇིར་ཡོད་པའི་རང་གཞིས་ཀྱི་མེ་ཏྲོག་ར་བའི་ནང་དུ་སྦྱར་འཇུགས་བྱས་ཡོད་འདུག  
༼འདི་ནི་ཆེས་བརྗེད་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན༽ ཞེས་ཉེ་སྤྱོད་ཁི་ཁུས་བཤད་ཡོད།

གལ་སྲིད་སྒྲ་རན་སའི་བྱད་མེད་དེ་དེང་འདིར་ལྷ་སར་སླེབས་པ་ཡིན་ན། གང་ཞིག་ནས་དེ་འདྲའི་ཡིད་  
སེམས་འགྲུག་པའི་གར་སྟེགས་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་བྱབ་བས། དེང་སྐབས་ཁྲོམ་འདུས་རྒྱས་ཁིན་ཏུའི་རུ་  
འབོད། སྦྱར་མ་ཁན་ནས་གནམ་གྱུར་བསྐྱད་ན་དུས་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་ནས་བར་བསྐྱར་དུ་བསླེབ་བྱབ་པ་  
དང་། བྱད་མཚར་བསྐྱོམས་ནས་བསླེབས་ཏེ་སྒོ་པམ་བྱུང་བའི་ཁོད་ཀྱི་ཡུལ་བསྐྱར་བ་ཞིག་ཡིན་སྲིད། བེ་  
ཅིན་ནས་ཡིན་པའི་ཨ་ཛོན་གྱིས་བཤད་དོན། ༼དུས་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་ནས་འཛམ་གླིང་དུ་ཆེས་ལྷགས་  
ཆེ་བའི་གོང་བྱུང་ནང་བསླེབ་བྱབ་པས། འདི་ནི་གུས་བཙུ་མེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་རེད༽ ༼དེ་བས། མི་མང་  
པོ་ཞིག་གིས་མོ་ཏར་བསྐྱད་ནས་ལྷ་སར་བསྐྱོད་རྒྱ་གདམ་ག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་སྒོ་པམ་ཡོད་ཆད་  
ལས་ཅུང་ཅུང་བའི་གྲས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཡིན་ཞིང་། གོམ་པ་བརྒྱབས་ནས་ཡོང་བའི་ཆབ་ཏུ་མོ་ཏར་  
བསྐྱད་ནས་ཡོང་མཁན་གྱི་ཉེན་མཚོངས་བསམ་སྒོ་མཛོན་འབྱུང་བྱས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། མོ་ཏར་བསྐྱད་  
ནས་བསྐྱོད་པའི་འབྲུལ་བཞུད་ཁོད་དུ་ཉེན་ཁ་ཅུང་ཅིམ་བྱུང་བའང་ནོར་བུ་རེག་པ་ལྷ་བུའི་ཕྱིར་བཞུད་དང་  
སེམས་ཚོར་དུ་བྱུར་ཡོད། དེ་བས། བར་བསྐྱར་གྱི་མགོན་ཁང་དང་ཟ་ཁང་ལག་གི་ནང་དུ་རྒྱ་སྤྱོད་ཞན་  
པའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་དེ་བ་ལ་ཤས་མཐོང་རྒྱ་འདུག་ལ། དེ་འདྲ་བོད་དབྱིན་རྒྱ་གསུམ་སྤྱོད་བར་མཁས་པའི་སྤྱོན་  
བདག་སྤྱང་པོ་ཚོས་དུས་ལྷར་ཁོ་ཚོའི་བསམ་སྒོ་དེར་གཞོགས་འདེགས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། མ་གཞི་  
ཁྲོམ་རར་རྒྱ་སྐྱོར་གཉིས་ནས་གསུམ་གྱིས་ཉོ་བྱབ་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། སྤྱིང་རྗེ་འོས་པའི་ཉེན་མཚོངས་པ་ཚོས་  
ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཁ་ལག་ཟ་ཞོར་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ལམ་བར་གྱི་མཐོང་ཐོས་ཐྱོད་གསུམ་  
ཟིན་བྲིས་སུ་འདེབས་ཞོར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས། ནང་དོན་ཉ་ལམ་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་སྟེ། ལམ་འགག་  
གང་ཞིག་ནས་ཡུལ་བསྐྱོར་སྒོ་འཆམ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་སྤྱོད་མོ་ནས་ཉེན་ཏྲོག་པར་སྐྱོག་འབྲེལ་གྱིས་སྐྱོར་  
མོ་ག་ཆད་སྤངས་ཚུལ། ཡང་གོང་བརྟག་གང་ཞིག་ཏུ་རིན་གོང་རྒྱུང་ཞིང་ཞིམ་ཤ་དོད་པོའི་ཁ་ལག་ཐོས་



ཚུལ། སར་ཕྱོགས་ནས་འདིཕྱོགས་བར་གྱི་ལམ་ཚད་སོགས་རེད། ཉ་ལམ་འབྲུལ་ལམ་གྱི་མགོན་ཁང་།  
ཟ་མ། ལམ་ཐག་སོགས་གྱི་གནས་ཚུལ་ཡིན་པ་དང་ཞིབ་ཕྲ་ལྡན་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། རྒྱ་ཡིག་འབྲུར་  
འབྲུར་རེ་གྲིས་ཡོད་པའི་ནང་གསལ་དོན། རྒྱ་མི་སྤྱི་བར་སྒྲོར་སྤྲུལ་ཅུ། རྒྱ་ནག་པར་སྒྲོར་བཅོ་ལྔ་ཀྱི་ཞེས་  
བཀོད་རྒྱུ་། རྒྱ་ཉམས་ཆེན་པོ་ཞིག་བརྒྱབས་འདུག མང་ཆེ་ཤོས་ཆེད་ལས་རང་བཞིན་གྱི་ལམ་ཁ་ཡོད་པ་  
དང་། ཉ་ལམ་གཅིག་མཚུངས་ཀྱིས་དོན་དག་ཅིག་བཀོད་ཀྱིན་པ་ནི། རྒྱ་དུག་གི་སྒྲོར་རེད། རིམ་ཞིག་ཏུ་  
མི་ཞིག་གི་ཁྲད་པ་དལ་མེད་དུ་སྒྲུང་འབྲུར་དུ་འབྲུར་བཞིན་པ་དང་། མིག་ཟུང་ཆེ་ཆེར་གདངས་ནས་སོ་  
འཆའ་བཞིན་པ་དང་། ཁ་ནང་དུ་ཉང་སངས་བའི་རྒྱགས་ཤིག་མེ་འབར་བ་བཞིན་གང་སར་འཕྱོ་བཞིན་པར་  
དོན་སྤྱིང་ལྡན་པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ཡོད།

ལ་ལ་ཞིག་གིས་མི་ལ་འདྲོགས་སྒྲོང་བའི་སྐད་ཆ་ཁ་ཤས་ནང་མཆོན་རྒྱགས་བཀོད་ནས་རྒྱ་གསལ་བའི་  
དབྱེད་ཡིག་ཀྱི་ཅེས་བཀོད་པའི་འོག་ཏུ་ཉམས་སྒྲུད་ཀྱི་རྒྱ་ཉན་བཟོ་ཀྱི་འགོག་སྒྲོམ་ཀྱི་རྒྱ་གནད་  
དོན་ཀྱི་རྒྱ་འཛིགས་རུང་ཀྱི་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་བཀོད་ཡོད་ཅིང་། སྐད་ཆ་འདི་དག་འཛིག་པར་སྒྲོ་བའི་  
ཡུལ་བསྒྲོར་སྒྲོ་འཆམ་པ་མང་ཆེ་ཤས་ཉི་ཉོང་བ་རེད། ཡང་། ཉི་ཉོང་བ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྩས་འགོད་  
བྱས་པའི་ཆགས་ཤོག་རྒྱུད་བཞིག་བོད་དབྱིན་ཉི་ཉོང་རྒྱ་ཡིག་བཅས་བཀོལ་ནས་ཟིན་གྲིས་འབྲི་དེབ་སྒྲུང་  
སྒྱུར་ཡོད་པ་དང་། ནང་དོན་ཉ་ཅང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ཤིང་། ཕྱིར་བྲན་དང་མཐོང་ཐོས། ཡུལ་བསྒྲོར་བ་དག་  
ལ་དམིགས་པའི་ཤེས་བྱ་སོགས་རེད་ལ། བར་གཞིར་གསོན་ཉམས་ལྡན་ཞིང་། བར་རིས་ཀྱང་མང་པོ་  
ཞིག་བཀོད་འདུག དེ་དག་ནི་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ཆང་ཀྱི་རྒྱ་ཉན་ཉི་ཉོང་ཀྱི་ཐུ་གུ་མོས་པའི་མངར་ཟས་ཤིག་སྒྱུར་  
མཁན། རྒྱ་ཡིས་བྱ་དཀར་བོའི་ཤོག་ཐུམ་ཀར་ཞིག་སྒྱུར་མཁན། རྒྱ་Marlboroཀྱི་དང་  
རྒྱ་འཛིན་ཀྱི་རྒྱགས་ཅན་གྱི་ཐ་མག་གི་ཤུན་སྒྲོགས། ཡུལ་བསྒྲོར་སྒྲོ་འཆམ་ཁང་དང་གནམ་གུ་མཐུན་  
གཉེར་ཁང་གི་མཆོན་རྒྱགས། ཀྱང་འཁོར་དང་སྒྱེལ་འདྲན་མོ་ཏུ་འབྲིང་བའི་འཛིན་བྱང་བཅས་སྒྱུར་ཡོད་  
པར་མ་ཟད། བོད་ཡིག་གི་ཁ་བྱང་བཀོད་པའི་ཆགས་ཤོག་རྒྱུད་བའི་བོད་མིས་གྲོག་གུབ་ཀྱི་མེད་ཀྱང་  
གཤམ་དུ་རྒྱ་འགྲེམས་སྒྲེལ་བྱེད་ཡུལ་ཉི་ཉོང་ཀྱི་རྒྱ་འགྲེམས་སྒྲེལ་དུས་ཚོད། ཕྱི་ལོ་༡༩༩༤ལོའི་  
ཟླ་༧ཀྱི་རྒྱ་འགྲེམས་སྒྲེལ་པ་དང་འགྲེལ་གདུགས་བྱེད་ཡུལ། མི་འགོད་ཀྱི་ཅེས་མཆན་འགྲེལ་བསྒྲུན་

འདུག

ཕྱི་སྤྱི་བ་ལྷགས་རྟ་ཞོན་ནས་བོད་ལ་ཡོང་མཁན་ཡང་ཉུང་ཤོས་འདུག ཕྱི་སྤྱི་བའི་ལྷ་བསྐྱར་ལ་གཏན་  
འཁེལ་བྱས་པའི་ཡིག་ཐོག་དང་དག་ཐོག་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་འདི་བསྐྱར་འདོད་ཡོད་ཀྱང་  
ཐབས་ཤེས་ཟད་པའི་འུ་ཐུག་གི་གནས་སུ་དེད་ཟིན། ཤར་ཕྱོགས་པ་ནམ་རྒྱུ་འདོད་འདུན་ལྟར་བསྐྱོད་  
ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མ་གཞི་ནས་སྤྱི་གཞུགས་རྒྱ་ནག་པ་དང་འདྲ་བོ་ཡོད་པའི་ཁར། རྒྱ་སྐད་ཅིག་བཤད་  
ཤེས་ཆེ་ལམ་བར་དུ་དཔང་རྟགས་སོགས་ཕྱི་ལ་འདོན་དགོས་ཀྱི་མེད་ལ། མང་ན་སྒྲོར་མོ་ཁ་ཤས་སྒྲོག་  
རན་དུ་སྤྱད་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པས། གང་དུ་སོང་མི་ཆོག་པ་ཡོད་དམ། ངས་ ༼གསང་ཆགས་༽ ཞིག་དུ་མཐོང་བ་  
ནི། ཉི་ཉོང་བ་ཞིག་མདོ་སྟོད་བདེ་ཆེན་ནས་ལྷ་ས་བར་ལྷགས་རྟ་ཞོན་ནས་ཡོང་ཡོད་པ་དང་། གྲུན་འཕྲེང་  
བསྐྱེད་པའི་ལམ་ཁྲའི་འོག་དུ་ཉི་ཉོང་གི་ཡི་གེ་མང་པོ་ཞིག་བྲིས་འདུག དེའི་ཁོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིག་གི་ཡིག་  
གཞུགས་སུ་མདོན་པ་ནི། ༼འགྲོ་དཀའ་བའི་ལམ་ཐག་ལྷགས་རྟ་བཀལ་ཞིང་། རི་མཐོ་ས་གཙང་།  
གནམ་གཤིས་ཆེས་གདུག་རྒྱབ་ལྡན། ཐོ་སྐྱོད་པོ་༽ འདིར་བཀོད་པའི་ ༼ཐོ་སྐྱོད་པོ་༽ ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་  
བསྟོད་ཡིན་ནམ།

ཡིན་ནའང་། ལྷ་སའི་སྤང་ལམ་དུ་ལྷགས་རྟ་ཞོན་པའི་གསེར་མདོག་གི་སྒྲ་ལོ་ཅན་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པས། ཉ་  
ལམ་ལྷགས་རྟ་ཞོན་ནས་མགུ་ཁེངས་ཡོད་ལས་ཆེ། ཞོན་སྤངས་གཞན་དང་མི་མཚུངས་པ་ཞིག་མདོན་  
བཞིན་འདུག ཁོ་ཆོས་ལྷགས་རྟ་ཞོན་སྤངས་ནི་མགྲོགས་ཤིང་། སྐབས་སྐབས་ལ་རྒྱབ་ཀྱང་སྟེགས་བུའི་  
སྤང་རེག་གི་མེད་པ་དང་། རྩ་དུག་འགོག་སྤྱད་དུ་བཤད། དོན་ལ་ལུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱི་སྤྱི་བ་མང་པོའི་ལུས་  
སྟོབས་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱི་སྤྱི་བ་ཆོའི་ལུས་སྟོབས་ལས་བཟང་བོ་ཡོད་པ་རེད། ཐེངས་ཤིག་ལ་ངས་  
བརྟུལ་ཚུགས་མདོན་པའི་ཟངས་གཡག་གི་གཤམ་དུ་ཕྱི་སྤྱི་བ་ལྷ་རྒྱུ་ཅིག་གིས་ལྷགས་རྟ་གཅིག་  
ཞོན་ནས་ཡོང་བཞིན་པ་མཐོང་ཞིང་། ལྷགས་རྟ་དཔུལ་མདོག་ཅན་དེའི་སྤང་དུ་རྒྱང་བ་ལྷ་རྒྱུ་ཅིག་ཡོང་  
སྟེགས་སུ་སྒྲོས་ནས་བསྐྱར་བསྐྱོད་བྱེད་ཀྱིན་པས། ཉི་ཉོང་འོག་འོད་ལམ་ལམ་དུ་འཕྱོ་བཞིན་མཆིས་པས།  
ལྷ་ས་མགྲོགས་ལྡན་པའི་གཡོར་གྱུ་རྒྱང་བ་ཞིག་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས། ཕྱི་སྤྱི་བ་དེད་གཤེན་གཞོན་  
ཞིང་། བདེ་ཐང་ལྡན་པ། ཐོ་སྐྱོད་ལགས་པོ་ཅན་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་དང་། བསྐྱོད་ལམ་དུ་དགོད་སྤྱོད་ཞིག་བསྐྱེད་

སོང་། ངས་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་བྱུང་བ་ནི། ཁོ་ཚོ་འི་སེམས་ཁོང་དུ་སྤར་གྱི་ཉེན་མཚོངས་པ་ཚོ་འི་  
དྲན་ཤིང་ཡོད་པེས་པས། འདི་ལྟར་བསྐྱོད་ཀྱིན་པ་འད་ཁོ་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེན་མཚོངས་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་ལ་ངོས་  
འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་པར་སྲིད་པ་ཞིག་རེད།

ཆེས་ཉེན་མཚོངས་ཀྱི་སྒྲོ་སྟོབས་ཡོད་མཁན་གྱི་ཕྱི་སྤྱིང་བས་ལྷགས་རྟ་ཞོན་ནས་ལྷ་ས་བརྒྱལ་གྱི་ཡོད།  
ངས་མཐོང་ཚྱུང་ལ་ཐོས་ཀྱང་ཚྱུང་། གོ་ཐོས་སུ་ཕྱི་སྤྱིང་བ་ཞིག་གིས་ལྷགས་རྟ་ཞོན་ནས་ཡར་འབྲོག་གཡུ་  
མཚོ་འི་འགྲམ་གྱི་གམ་པ་ལ་མོ་རྒྱག་སྐབས། ཞོན་ནས་བགོད་མ་ཐུབ་པར་དབུགས་ཉད་ཉད་ཀྱིས་ཁྲིད་  
ནས་བསྐྱོད་ཀྱིན་པར་བཤད།

གོ་མ་པ་བརྒྱབས་ནས་ཡུལ་བསྐོར་བྱེད་ཀྱིན་པ་འདི་ངོས་ནས་བཤད་ན། ཡུལ་བསྐོར་སྒྲོ་འཆམ་ལས་ཁུངས་  
ཀྱིས་གོ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱིན་པ་ཆེས་མང་ཞིང་། གཞན་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་དང་ཉེན་ཁའང་རྒྱུད་། ལོ་འགའི་ཡར་  
སྒྲོན། ངས་མ་བསམ་ས་ནས་གོ་མོ་འི་ནགས་ཚལ་ཁོད་ཀྱི་དགོན་པ་ཞིག་གི་སྒྲོ་མདུན་གྱི་གསལ་  
བསྒྲགས་ཤིག་ཏུ་དུས་ཡུན་ཞིག་གི་ནང་དུ་འདིར་ཕྱི་སྤྱིང་བ་ཞིག་ལྷགས་རྟ་ཞོན་ནས་ཡོང་བ་བོར་བརྒྲག་  
བྱུང་བས། མཐོང་མཁན་ཡོད་ན་འདིར་འབྲེལ་བ་གནང་རོགས་ཞེས་བཀོད་འདུག་རྒྱལ་ཁབ་གང་གི་ཡིན་  
པར་དེང་སྐབས་ང་ལ་དྲན་སོས་ཀྱི་མི་འདུག་མོད། བསམ་གཟས་ནས་སྒྲོམ་རྒྱག་ཀྱིན་པ་འཇམ། ངག་རྒྱུན་  
ཁོད་ཀྱི་མི་དྲེད་ཀྱིས་འཇུས་ནས་དྲེད་སྒྲུག་ཁག་ཅིག་གི་ཨ་པར་གྱུར་རམ། སྒྲིག་ཉེན་ལ་ཐུག་ཡོད་མེད་  
བཤད་དགའ། གང་ལྟར་ངས་དྲན་སོས་པ་ནི་བོར་བརྒྲག་བྱུང་ནས་དུས་ཚོད་མང་པོ་སོང་བེན་ཞིང་། རོ་  
གཏོང་དང་མིག་ཟུང་གི་འོད་མདངས་མདོག་ཤོར་བཞིན་པ་འདི་གསལ་བསྒྲགས་ཀྱི་ཤོག་ངོས་སུ་གསལ་  
ཡོད།

ང་རང་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་ཕྱི་སྤྱིང་བར་དོ་སྤང་ཆེ་ཅམ་བྱུང་ཚུང་ཡོད། དཔེར་ན། དངོས་མིང་ལ་ཉིས་ཀོ་ཁུ་ལ་དང་  
བོད་མིང་དུ་བསོད་ནམས། རྒྱ་མིང་ལ་ཀོ་ཁུ་ཐུ་ལུ་དང་ཐོག་ངས་ཀོ་ཁུ་ཐུག་གམ་རུས་པ་ཞེས་པར་ནོར་  
སོང་།འབོད་པ་འི་རྒྱ་རན་སི་འི་མི་དེ། ང་རང་གིས་༼མ་སྐྱེས་ཨ་མ་འི་༽ཆང་ཁང་དུ་ངོ་ཤེས་པ་དང་། ཆང་  
ཁང་དེ་ནི་ཕྱི་ངོས་སེར་པོས་བྱུག་ནས་རྒྱལ་བ་ཆོངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་བརྟན་ཡོད་ལ།  
རང་ས་དང་གཞན་ས་འི་བྱུང་ཚོས་བསྐྱེས་ནས་གྲུབ་པ་འི་བླ་ཁང་རྒྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དགུན་ཁའི་གང་

འབྲུག་གི་མཆོན་མོར་དྲིན་ཁོལ་འབྲིལ་བའི་ཇ་ཁང་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ང་དང་གྲོགས་པོ་སྟོར་ཞིག་  
 ཁམས་དང་ཨ་མ་དོན་མ་གཏོགས་མཐོང་དགོན་པའི་ལྷགས་ཐབ་གྱི་མཐའ་ལ་བསྟོར་ནས་མངར་ཇ་  
 འཐུང་བའམ། ཇ་ནག་ཁུ་འཐུང་ནས་ཁ་བཟད་བྱེད་པའམ་དཔེ་ཆར་བལྟ་བ། ཡང་ན་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྤྱད་བྱངས་  
 ལ་ཉན་བཞིན་ཡོད། འཛམ་གླིང་ཕྱི་ལ་བོའི་སྤྱད་བྱངས་གསར་བ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཐོན་བཞིན་འདུག ཅིག་ལྟེབས་  
 སྤྱོད་ཀྱི་བྱོ་བ་འཕྱོ་བའི་པར་རིས་དང་རིམ་བཞག་ཡོད་ཅིང་། རིམ་ཅན་གྱི་ས་གདན་གྱིས་ཁེངས་པའི་  
 ཁང་རྒྱུང་དེའི་ནང་དུ་ང་ཚོ་རྒྱན་དུ་ཡོང་བཞིན་པ་དང་། གཞན་གཅིག་ཡོད་པ་ནི་ཁྱུ་ཅུ་སིའི་སྟོག་བརྟན་ནང་  
 གི་མི་སྣ་ཞིག་དང་ཉ་ཅང་འདྲ་བོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་རན་སིའི་མི་དེ་དང་། སྤྱི་ཀྱང་བརྗོད་ཡུལ་ལས་འདས་པ་  
 ཞིག་ལ་ཨ་ག་ཚུམ་རིང་བོ་སྤྱི་ནས་ལོ་ནའང་ཚོད་དཔག་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་ཁོ་བོས་བོད་སྐད་བཤད་ཤེས་  
 པར་མ་ཟད། མདོད་བྱས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ལུང་སྐད་ལ་བྱང་ཆ་ཡོད་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པས། ང་རང་ཁ་  
 སྤྱིངས་དགོས་བྱུང་སོང་། དེ་ལས་ཀྱང་ཁོ་བོས་སྐད་རིགས་བརྒྱད་དགུ་ཞིག་བཤད་ཤེས་པའི་ཁོད་དུ་རྒྱ་  
 སྐད་བརྒྱབ་པའང་ཡག་པོ་ཡོད་མོད། བོད་མིའི་གམ་ནས་སྟོབ་སྟོབ་བྱས་རྒྱན་བོད་ཀྱི་སྐད་གདངས་ཤིག་  
 ངང་ངམ་ཤུགས་གྱིས་ཐོན་བཞིན་འདུག ཡ་མཚར་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཁོ་བོ་ནི་སྐད་བཟད་རིག་པའི་མཁས་  
 པ་ཞིག་རེད་ཟེར་བ་ལས་བོད་རིག་པ་སྤྱོད་མཁན་ཞིག་རེད་ཅེས་བཤད་ཆོག ཁོང་གིས་དེང་སྐབས་བོད་  
 དབྱིན་རྒྱ་གསུམ་གྱི་བཟོ་སྐྱོད་རིག་པ་གཤེབ་བསྐྱར་ཐད་ཀྱི་ཆེད་ཚོམ་ཞིག་འབྲི་བཞིན་ཡོད་ནའང་། ཁོང་  
 གིས་གཞན་དཔྱད་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ནང་ཚུལ། དམངས་སྟོལ། གནས་བབ་བཅས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་།  
 ཨ་རི་ནས་ཡིན་པའི་རྒྱ་དྲུག་སི་ཐན་ནམ་ཁྲ་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཉམས་རྒྱུད་ཀྱི་འབྲི་མཁན་དེའི་དོ་རྒྱུར་  
 འོངས་པ་ཞིག་འདུག ཁོ་ཚོ་ཆོང་མ་བོད་མི་འདུས་སྡོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ནང་འདུག་མྱོང་  
 ཞིང་། བཟའ་ཁྱེད་འདྲ་བོ་དེ་དྲོད་ཀྱི་སི་ཐན་གཉན་འཐོར་བྱས་ཐིན་སྐད། བོད་མྱོངས་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་  
 རིག་ཁང་དུ་བྱ་བ་སྤྱོད་ཀྱིན་པའང་གཅིག་མཚུངས་རེད། ང་ལ་ཁོ་བོ་འདི་ལྟར་བོད་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་དོན་  
 ཤེས་འདུན་བྱུང་བའི་ལན་དུ་ཁོ་བོས་བཤད་དོན། ཁྲ་རང་ནི་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་མི་ཞིག་ཡིན་པས། ང་ཚོ་  
 འཛམ་གླིང་པ་ནི་གཅིག་ཁྱུར་རེད། ... .. །  
 དཔྱད་གཞུགས་པོ་རིང་བོ་ཡོད་པའི་ཕྱི་གླིང་བ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། ཨ་རི་ནས་ཡིན་པ་དང་བོད་མི་དུ་ཡོན་ཏན་

ཁྱུ་མཆོར་འབོད། ལོ་མང་རབས་ཀྱི་སྤྲོན་ནས་ནང་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཟིན་པ་དང་། རི་  
ཁྲོད་འགྲིམས་ནས་ཀམ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆོས་ཉམས་ལེན་ཡང་ལོ་གསུམ་ལྷག་ལ་གནང་འདུག་པའི་  
ཁར། འཛམ་གླིང་གི་ལོ་ཐོག་ནང་ཆོས་དར་སྤེལ་གཏོང་བའི་ལས་དོན་ནང་ཁྱེད་ཀྱི་འདུག་ བར་བསྐྱོར་དུ་  
བསྐྱོད་པའི་ཤ་མདོག་འདྲ་མིན་གྱི་འདུ་འཛིན་ཁྲོད་ཁོ་བོས་ང་ལ་བཤད་རྒྱུ་། དད་པ་ལ་རྒྱལ་མཆོམས་  
ཡོད་པ་མ་རེད།

དེ་རིང་། བོད་འདི་ཉ་ལམ་འཛམ་གླིང་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྐད་བདེན་ཁྲོད་ཀྱི་འབྱུང་འགོས་སྤར་གྱི་དག་ཅུབ་  
དང་བསྐྱུར་ན་ཞི་བའི་ལམ་ན་བསྐྱོད་ཀྱིན་འདུག དོན་དངོས་སུ་ཉེན་མཆོངས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་བསྐྱོད་པའི་  
འགྲུགས་ཤུགས་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་རེད། ཁྱུ་མཆོན་ནི་བོད་དུང་ཡོད་པས་ཡིན། ཉེན་མཆོངས་ཀྱི་བསམ་  
སྒྲོ་བསྐྱོད་པའི་འགྲུགས་ཤུགས་ནི་བོད་རང་སྤྲོད་གི་འགྲུགས་ཤུགས་ཡིན་པས། དོ་བོ་འབྱུར་ཟིན་པའི་བོད་  
མི་ཞིག་གི་སྐད་དུ་འདྲ་ལྟ་ཡང་ཅོམ་མ་གཏོགས་ཅུས་པ་དེ་ཡོད་པ་རེད། ཞིབ་ཕྱའི་ཆ་ནས་བར་བསྐྱོར་ལ་  
དུང་སེམས་ཆེ་བའི་སྐད་ནས་མཆོན་གྱི་ཡོད། ངས་བཤད་ཀྱིན་པ་ནི་ང་རང་ཉིད་དེ། ང་རང་བོད་དབུས་སུ་ལོ་  
མང་རིང་འཛོལ་བ་བསྐྱལ་མཐར་ཕྱིན་གྱིས་འགྲུགས་ཤུགས་དེ་མཐོང་ཞིང་། དེ་ནི་མཛོས་སྤྲུག་གིས་བཞན་  
པའི་མེ་ཏོག་སྤྲོན་པོ་དང་མཚུངས་པའི་ཁར། མི་རྣམས་དབང་མེད་དུ་བཟུང་བར་བྱེད་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། དེ་  
ལྟ་ནའང་། དོན་དངོས་སུ་ཡོད་པའི་མེ་ཏོག་སྤྲོན་པོ་དེ་བོད་ཀྱི་དག་རྒྱུན་ཁྲོད་ཡོད་ཅིང་། མི་རྣམས་ཀྱིས་  
བཏོགས་ནས་འགྲོ་བཞིན་པ་ནི་དེ་དང་ཆ་མཚུངས་པའི་མེ་ཏོག་སྤྲུང་བཏང་བ་ཞིག་རང་རེད། དངོས་  
གནས་དེ་འདྲ་རང་ཡིན།

ཉིན་གུང་ཞིག་ལ། ཉི་འོད་ཀྱིས་ཁྱེད་འོངས་པའི་དུས་ཚོད་ཀྱི་འོབས་དོང་རིང་མོའི་ནང་དུ་ལྷ་སའི་ཡོད་ཆ་ད་  
མི་ཞིག་གི་ཕྱིར་དུ་གྱི་གྲོང་ནས་བསྐྱུར་གསོ་གྲུབ།

ངས་ཁོ་བོའི་རྗེས་དེད་ནས་བར་བསྐྱོར་ནང་བསྐྱོད་ཀྱིན་པ་དང་། ཁོང་གི་ཕྱི་ཚུལ་ལ་རྒྱས་ཉམས་ཤར་ཡོད་  
ཀྱང་ནང་སེམས་དུང་ལྟར་དཀར་བ་མཐོང་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ང་རང་ལ་ཡོད་འགྲུལ་ཆེན་པོ་ཐེབས། དེ་  
རིང་ངས་དུས་ཡུན་རིང་བོར་མིང་དུ་བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན་འབོད་པའི་བོད་མི་ཞིག་རེད། ཁོང་གི་ལས་  
གནས་གཞན་ཞིག་ནི་བོད་རང་སྤྲོད་ལྗོངས་བྱུང་མེད་ལྷན་ཚོགས་ནས་ལས་འབྱུར་ངལ་གསོ་བྱས་ཟིན་



པའི་ལས་བྱེད་ཅིག་ཡིན་པས། ཁོང་གི་གྲོན་པ་སྤྱིར་བཏང་བ་ལས་མང་ཚོགས་དང་ཅུང་མ་འདྲ་བའི་ཆ་  
ཞིག་ཀྱང་ཡོད། ཁོང་གི་བཞུགས་གནས་སྤྱི་ལ་ལམ་གྱི་ཁོད་ཡངས་པོའི་སྒོ་གུང་གྱུ་བཞི་མ་ཞིག་གི་ནང་  
དུ་ཡོད་ཅིང་། ཁང་དབྱིབས་ལས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་བའི་ནང་གི་བོད་རྒྱ་བྱུང་འབྲེལ་  
གྱི་འཛུགས་བསྐྱེད་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་བྱུང་། དེ་དང་སྐབས་ལྷ་སར་གསར་དུ་རྒྱག་གྱིན་པའི་ལས་འབྲུང་  
ངལ་གསོ་བའི་ཁང་བ་དང་བསྐྱར་ན་དུས་ལས་ཡོལ་བྱིན་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། ཁོང་གི་ཤ་མདོག་ནག་ཅིང་  
ཤེལ་མིག་ཆེན་པོ་ཞིག་གྲོན་ཡོད་པ་དང་། གཟུགས་པོ་རིང་བོ་དེ་ཅུང་སྐྱར་འདུག ངས་གོང་དུ་བཅོད་པ་  
བཞིན་ཕྱི་ཚུལ་ནས་ལྟ་སྐབས། ཤས་ཉམས་ཐོན་ཡོད་པས། ལོ་ན་ང་བདུན་ལས་སོན་མེད་པའི་མི་འདིར་  
ངས་ཡང་ཡང་བཟླ་དགོས་བྱུང་སོང་། མིག་ལ་བྱག་པའི་ཉི་འོད་འོག་ཏུ་སྒྲ་བོ་ནས་ཤས་བྱིན་པའི་མི་འདི  
ལོ་ངོ་སྐུ་མ་ཅུའི་ཡར་སྤྲོན་སྐྱེ་སྐྱབས་ཀྱི་དཔལ་འབར་བའི་ན་གཞོན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་ཁོང་གི་འདྲ་པར་  
བསྐྱུས་དེབ་ལས་མཐོང་བྱུང་པ་དང་། སྒྲ་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་སྦྱིང་དུ་སློབ་སྦྱོང་གནང་སྐབས་ཀྱི་  
ཨེས་བྲན་འདྲ་པར་གྱིས་གསལ་བཤད་བྱས་འདུག སྐབས་དེའི་ཁོང་ནི་ཡ་མཚར་དགོས་པའི་སྐྱེ་སྐྱབས་  
ཀྱི་དཔལ་འབར་བ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ནའང་། དེ་དང་སྐབས་ཆ་ཚང་ལྷག་ལུས་མི་འདུག སྐབས་དེར་ཁོང་  
ལ་༼སྐས་སྐྱེ་ཞབས༽ ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

བོད་སྐད་ནང་གི་སྐས་སྐྱེ་ཞབས་ནི་འདས་པའི་དུས་སུ་སྐྱེ་བའ་བྱིས་རྒྱུད་དུ་འབྱུངས་པའི་བྱ་རྣམས་ཀྱི་ཞེ་  
ས་ཡིན་ཞིང་། མི་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐད་མིང་དུ་གྲགས་པའི་རྟོར་ཁང་བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་མི་རབས་བཅུ་  
གཅིག་པ་ཡིན་པ་དང་། མིང་གིས་བོར་རྟོར་ཁང་བྱམས་པ་བསྟན་དར་འབོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་གིས་ང་  
ལ་བཤད་རྒྱུར། རྒྱ་རང་རྟོར་ཁང་བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིན་པས། སྐྱེ་མ་ཐག་ནས་ཡབ་མེས་ནས་བརྒྱད་པའི་  
དཔོན་ཐོབ་བརྒྱད་འཛིན་བྱས་ཚེག་ལ། དེ་ནི་རིམ་པ་བཞི་བའི་དཔོན་ཐོབ་ཡིན། གལ་ཏེ་ང་རང་ལ་རྩས་པ་  
ཡོད་ན། རྩ་སྐྱེ་གི་རིམ་པར་འཕར་ཚེག་པ་དང་། དེ་ལས་མཐོ་བའི་བཀའ་སློན་དུ་འང་བསྐྱེད་ཚེག རྩ་  
སྐྱེ་དང་བཀའ་སློན་ནི་བཀའ་ཤག་སྤིད་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་མཐོ་ཤོས་ཡིན། འོན་ཀྱང་། འདི་དག་ནི་  
འདས་བྱིན་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུད་བའི་ལམ་སྟོལ་ནང་འདི་འདྲ་རེད། དེ་དང་སྐབས་ལ་མཚོན་ན། ང་རང་ནི་མང་  
ཚོགས་པལ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། བཅིངས་གྲོལ་བྱས་པའི་ཨེས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ལྟར་ན། རང་ཁ་རང་གསོ་བྱུང་

པའི་ངལ་སྒྲིལ་བ་ཞིག་ཡིན། རེད་ག་ནི་ལམ་སྒྲོལ་གྱི་འགྱུར་འགྲོས་འོག་སྤར་གྱི་དབང་བསྐྱར་བར་  
བསྐྱར་བཅོས་ཐེབས་པའི་གོ་རིམ་ཞིག་ཡིན་པས། ང་རང་ལ་དོ་སྣང་ཡོད་ཀྱང་བྱད་པར་བ་ཞིག་མ་རེད།  
ངས་ཤེས་འདོད་པ་ནི་སྐབས་དེད་ག་ལ་བོད་ལས་བྱང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཁག་ཡིན་པས། ཁོང་གིས་ང་རང་  
ཁྱིད་ནས་ལྷ་སའི་མཁར་རྩིང་ལ་བསྐྱོར་བ་ཐེངས་ཤིག་བརྒྱབ་པ་དང་། ཡུལ་དངོས་དག་འོ་འཕྲོད་པར་  
བྱས་པ་དེ་རེད།

ངས་མི་འདིར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་བ་ཞིན་ཡོད། ཁོང་གིས་ཁས་འཆེས་པ་ལྟར་ལག་ལེན་དུ་བསྐྱར་བ་དང་།  
ཁོང་གིས་དཀའ་ངལ་ལ་མི་འཛེམས་པར་ང་རང་ཁྱིད་ནས་ལྷ་སའི་ནང་འདས་ཟིན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཁག་  
འཛོལ་བསྐྱུའི་བཅར་འདྲི་བྱས། གཏམ་རྒྱུད་འདི་དག་བར་བསྐྱོར་གྱི་སྤང་ལམ་དོག་མོ་ཁག་གི་གཏིང་  
རིམ་དང་། སྐྱེད་རྒྱུ་འཐིམ་ཞིང་ཡལ་བའི་སྤིང་ཀའི་མཐའ་འཁོར་དུ་བཀྱམས་འདུག ལོ་རྒྱུས་བྱབ་  
ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་མིང་མང་བོ་ཞིག་བརྒྱད་དགོས་ཏེ། ཉོར་ཁང་། སྤོམ་མདའ་། ངལོད་། ཀ་ཤོད་པ།  
བསམ་པོ། ཐུན་ཁང་སོགས་དང་། སྤར་མིང་འདི་དག་གི་མཚོན་རྟགས་ལྟ་བུར་བྱུར་བའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་  
རྩིང་ཤེད་ཆེ་བའི་མཁར་རྩིང་། དེང་སྐབས་བྲོང་ཁྱེར་འཛུགས་བསྐྱུན་གྱི་འབོད་སྐད་དམ། ཁང་སྤོང་རྩིང་  
བྱུལ་དུ་བྱུར་བའི་ནང་དུ་གནའ་མི་རྒན་པ་འམ། སྤོར་སྤོད་པས་གནས་བཅས་ཡོད་ཅིང་། སྤྱི་དྲུག་དམར་  
བོ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་པའི་བོད་རིགས་སུ་གྱུ་འགའ་དྲག་དུ་འཁོལ་བའི་ཉི་འོད་འོག་མཛོད་བྱུང་། ལྷ་སའི་  
དབྱར་དུས་གྱི་ཉི་འོད་ལ་རྩིས་འགྱུར་ལྟ་བུའི་བྱེད་རྒྱས་ཡོད་པས། འདྲ་པར་བཀྱ་བྱེད་གྱི་སྤོམ་རྒྱུད་དང་གཅིག་  
མཚུངས་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྤོམ་རྒྱུ་རྩི་འདྲ་ཞིག་གིས་དག་ཟོད་འདྲ་པར་མཛོད་སྐབ་པ་བྱེད་དམ། ངས་བསམ་  
སྒོ་བཏང་ན། ཉིན་ཞིག་ངས་དེད་ག་རེ་རེ་བྱས་ནས་བཞེད་ངེས་ཡིན།

ས་རུབ་ལ་ཉེ། ཡིན་ནའང་། བར་བསྐྱོར་དུ་ནམ་གུང་མ་གཏོགས་གྲགས་འགྲུལ་མེད་པ་ཆགས་མི་ཐུབ།  
ནམ་གུང་དྲུག་ལ་དུང་དང་ཉེ་འབྲེལ་རྣམས་དལ་ཅག་གེར་བར་བསྐྱོར་དུ་འགྲོ་བ་ཞིན་སེམས་གཏིང་གི་  
སྤྱུག་བསྐྱུལ་ཞི་བར་བྱས། སྤར་ངཚོའི་ཁོད་གྱི་ཆེས་ཐག་ཉེ་བའི་གཉེན་མཆེད་ཅིག་ཉིན་གསུམ་གྱི་ཡར་  
སྤོན་ངཚོར་ཁ་གྲུས་ནས་སྤྱི་བ་བྱི་མའི་ལམ་ཆེན་དུ་བསྐྱེགས་ཟིན། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ནམ་གུང་དྲུག་ལ་  
ཡུལ་སྒོལ་ལྟར། ང་ཚོས་ཁོང་ལ་སྤྱིལ་མ་ཞུ་བ་ཞིན་པ་དང་། ང་ཚོས་གདུག་སྤོས་མཐོ་རུ་བཏོགས་ཤིང་ག་

ལེར་གསེལ་སྒྲིག་གི་འདོན་པ་བསྐྱར་བཞིན་ཡོད། རེད་དེ། ང་ཚོས་སེམས་ཁོང་ནས་སངས་རྒྱས་བྱང་  
སེམས་ཐམས་ཅད་ལ་ང་ཚོའི་གཉེན་མཆེད་འདས་པོ་ལ། སྤྱག་གིས་གཟིར་ཚུང་བའི་མི་བཟང་དེའི་མི་  
ཡུལ་གྱི་ཆོ་ཆད་བསྐྱུས་ནས་ཁོར་རྒྱུ་ལྷུས་ཀྱང་ཤེས་མི་བྱུང་བའི་ཡུལ་གྱི་དེར་བསྐྱོད་ཀྱིན་པར་བཅོལ་  
བདམས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ལ། ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱིང་རྩེ་ཡི་ལྷགས་ཀྱིས་འཛིན་  
རོགས་གནོངས། ཁོ་བོ་དང་ང་ཚོ་སྐྱེ་བ་འདིར་མཇལ་འཛོམས་ཀྱིས་ཤ་ཁྲག་འབྲེལ་ཞིང་། འབྲེལ་ཐབས་  
མེད་པའི་ཤ་ཉེ་རྩ་སྐྱེ་བར་གཞོགས་འདེགས་མཛོད།

ནམ་གུང་དཀྱིལ་དུ་བར་བསྐྱར་ནི་འདི་འདྲའི་ཐུན་ནག་ཅིག་དང་། དེ་འདྲའི་ལྷིང་འཇགས་ཤིག་སྤྲས་ནས་  
མི་མཛོན་པ་ཞིག་རེད། ཁ་བཏགས་བཟུང་བའི་མི་རྣམས་རང་རང་གི་བྱིས་གཞིས་བསྐྱེགས་ཕྱིར་སྤང་  
མདོ་ཁག་ལ་བསྐྱོད་ཀྱིན་འདུག། བཟོད་ལམ་མི་མཐོང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་བསྐྱེབ་པའི་ཡར་སྤྲོན།  
དཀར་འཇམ་གྱི་ཁ་བཏགས་ཀྱིས་ལམ་ནོར་མི་ཐེབས་པ་གནད་རོགས། རྣམ་ཤེས་ལ། ཉམས་སྤང་བའི་  
རྣམ་ཤེས། བསྐྱར་ལམ་བརྒྱད་ནས་འཁོར་རོགས་ཀྱིས། སྤྱོད་དཔོན་པུ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་མཛད་ཅིང་།  
ཅུབ་ཕྱོགས་པ་ཞིག་གིས་བསྐྱེད་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་འཕོ་བའི་ཆོ་ག་། རྣང་འབྲེལ་དོན། ཁྱེད་པོར་  
ན། མི་ཞིག་མཆོན་མོ་སྤང་ལམ་དུ་བསྐྱོད་སྐྱབས། ཤིང་རྩྭ་དང་། ཁང་བྱིས། ཟམ་སྤྱེ། དགོན་པ་དང་མཆོད་  
རྟེན་སོགས་ལམ་རྟགས་སུ་མཛོན་གྱི་ཡོད་པ་བཞིན། རྣམ་ཤེས་ལ་འང་མི་ཡུལ་དུ་འབྱུང་བཞིན་པའི་སྤང་  
ཚུལ་འདི་ཡོད་ཅིང་། ལུས་སྤང་གིས་ཟིན་མེད་སྤྱབས་ས་ཆ་གཅིག་ནས་ཡུན་རིང་གནས་མི་བྱུང་བ་དང་།  
བྱ་སྤྱོད་བཞིན་གར་འགོ་ངེས་མེད་ཡིན། རྣམ་ཤེས་འབྱུང་དུ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དུ་བོད་ལ་ཁ་བཏགས་  
ལམ་མདོ་སྐྱོ་ཆོགས་ལ་འདོགས་པའི་སྤོལ་དར་བ་རེད།

ནམ་གུང་དཀྱིལ་དུ། ང་ཚོ་བར་བསྐྱར་གྱི་ཡང་སྤྱོད་བསྐྱེབས་པ་དང་། དེ་ནི་ཡང་སྤྱོད་ཡིན་ལ་འགོ་འཇུགས་  
ཀྱང་ཡིན་པས། གཙུག་ལག་ཁང་ལ། ང་ཚོའི་སྐྱེ་བ་ཡང་རྒྱན་གྱི་རེ་བ་བཅོལ་ཡུལ། མཆོད་མེ་སྤྱོད་ཐུག་  
ཁྲ་ལམ་མེར་འཕྱོ་ཞིང་། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་མཐའ་སྤྱོད་བཞིན་ཅོང་སྤྱོད་གསལ་ལྷང་ངེ། རོ་བོ་རིན་པོ་ཆེའི་  
བཞིན་ཤར་དགོད་འཇུག་གྱི་ལེར། ང་ཚོའི་གཉེན་མཆེད་མཇུག་མཐར་བུད་སོང་། ཁྱོལ་སོང་། ང་རང་ལ་  
དག་འསྐྱོ་གཉིས་འདྲེས་ཀྱི་སྤང་བ་ཞིག་འཁོར་ཞིང་། མིག་མཐའ་ནས་མཆི་མ་རྒྱ་རྒྱུན་ལྟར་བཏོལ་སོང་།



ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ལོ་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ལོ་རལ་ས།

# སྤྱོད་མའི་ཆས་རྒྱལ་གྱི་ཕོ་བྲང་།

ཕྱི་ཕོ་ལ།

ཕྱི་ཕོ་ལ་ར་ང་ཆོས་ཅི་ཞིག་བཤད་དམ། ཉིན་མོ་ར་ང་ཆོས་ཅི་མིག་ལམ་ན། མཚན་མོ་ར་ང་ཆོས་ཅི་མིག་ལམ་ན།  
ཡིན་ཡང་། ང་ཆོས་ཅི་ཞིག་བཤད་དམ།  
བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་དུ་ཕྱི་ཕོ་ལ་ར་བསྟོད་དབྱངས་དང་བསྟོད་ཆོག་ཚོགས་མཐའ་མེད་པ་ཞིག་ཡོད།  
ཕོ་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གདན་ས།  
འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་།  
སྤྱོད་མ་བྱང་། ལུག་ནས་ཤར་དུ།  
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིན།  
ཕོ་ལ་བརྟེན་ཆགས་ཀྱིས་འབྲངས་ཡོད།

ཕོ་བྲང་ཕོ་ལ་འདི་གསེར་རྟོག་དུ། གསེར་མདོག་གི་ཉིམ་ཤར།  
དེ་ནི་ཉིམ་མ་རེད། སྤྱོད་མའི་ཞལ་རས་རེད།

ཕོ་བྲང་ཕོ་ལ་འདི་རི་སྐད་དུ། གསེར་གྱི་དུང་སྒྲ་གྲགས་སོང་།  
དེ་ནི་དུང་སྒྲ་མ་རེད། སྤྱོད་མའི་འདོན་དབྱངས་རེད།

ཕོ་བྲང་ཕོ་ལ་འདི་རི་རྩ་དུ། དར་མཚོན་སྤྱི་ལོ་ཁ་བཏགས་བསྟོད།  
དེ་ནི་ཁ་བཏགས་མ་རེད། སྤྱོད་མའི་ཆས་གོས་རེད།

རྒྱལ་དབང་ལྷ་བས་བསྟོད་ཆོག་ནང་པོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ནི་འཁོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་སའི་དག་ཞིང་གི་  
 མཚོན་བྱེད་དུ་བཀོད་ཡོད།  
 ཐོག་དང་པོ་པོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་མཐོང་བའི་ཕྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྱག་ཅེ་ལས་ཐོན་པའི་ཡ་མཚར་ཞིང་ཉང་སངས་པའི་  
 རྣམ་འགྲུར་ནི་འདི་ལྟར།  
 པོ་བྲང་ཞིག་རིའི་སྟེང་དུ་ཆགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་དེ་ནི་པོ་བྲང་གི་རི་སྐང་ཞིག་  
 ཡིད་སེམས་དད་མོས་དང་རེ་འདུན་གྱིས་ཁེངས་ཤིང་སྟོང་འཇགས་ཀྱི་མཐོ་སྐང་ནས་ཐོན་པའི་གནས་  
 མཇལ་པ་ཚོས་གསེར་མདོག་གི་རྒྱ་ཕིབས་ཉི་འོད་ཁྲོད་མེ་ལྷེ་ཇི་བཞིན་འོད་ལམ་ལམ་བྱེད་པ་དེ་མཐོང་ཆོ།  
 སེམས་ཁོང་དུ་བཤད་མི་ཤེས་པའི་བདེ་དྲོད་ཀྱི་ཚོར་བ་ཞིག་སྐྱེས་ཡོད་པ་ཁོ་ཐག་ཡིན།  
 ཐ་ན་བཙན་འཛུལ་བ་ཡིང་ཉ་སྟུ་པན་གྱའི་FRANCIS YOUNGHUSBAND རེ་མག་  
 དོན་རྒྱུད་བསྐྱོད་མཚུགས་ཐོག་པའི་དུས་ན་མཚམས་སྟོན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཀྲུགས་པའི་པོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལར་  
 ཕྱིར་ལྟ་བྱེད་དུས། ཁོ་བོའི་སེམས་ཁོང་ལ་དབང་མེད་དུ་ཤར་པ་ནི་༩ ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྟོ་  
 སྒྲུང་གིས་ངར་ལ་སེམས་འགྲུལ་རབ་དུ་ཐེབས་ནས་བཟོད་བསྐྱེད་བྱུང་། སྟོ་སྐྱོད་ཀྱི་དུས་ཡུན་བསྟུན་  
 སྤར་བྱུང་བ་དང་། བདག་གི་སྤྱག་རུས་ཀྱི་ལས་ལ་བསམ་སྟོག་འདོད་ཡོད་ནས་མེད་ལ་མི་སྟུ་དང་སྟུ་  
 ལའང་དག་རུ་འཛིན་པའི་ངན་སེམས་སྐྱེ་མི་ཤོད། འདོད་པ་དང་མི་ཚོས་ཡོད་ཆད་མཚར་སྤྱག་འོད་ཟེར་  
 ཁྲོད་འཁྱུ་ཞིང་། ལྷ་ས་དང་མཐའ་མཚུགས་ཁ་བྱལ་བའི་དུས་ཡུན་དེ་ནི་མི་ཚོ་ཕྱི་ལ་བོར་བྲན་གསེ་སྤར་མྱོང་  
 བྱེད་རིན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། གོ་ཚོད་ལྟར་ན་ཁོ་བོ་འདས་གྲོངས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འང་ཁོ་བོའི་བཙུལ་  
 གདམས་བཞིན་བོད་ཀྱི་ལྷ་སྐྱེ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་དུར་སྐྱས་བྱས་ཡོད་སྟེ།  
 ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོའི་དབྱར་ཁར། པོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལར་གོས་སྐྱད་ཆེན་མོ་འབྲེམས་བཤམས་བྱེད་པའི་སྐབས་  
 སུ་ཡུན་ནན་ནས་ཡོང་བའི་རྒྱ་རིགས་སྟན་ངག་པ་ཡས་ཅན་གྱིས་འདི་ལྟར་སྐབས་དེའི་རྣམ་པ་བྲིས་ཡོད་  
 འདུག།  
 མཛད་རིམ་འདི་ལོ་རོ་བཞི་བཅུ་ལྷག་གི་རིང་ལ་མཚམས་ཆད་དེ་སྤར་ཡང་སྟེལ་ཡོད་པ་མ་རེད། ལྷ་སའི་  
 སྤྱིང་གི་པོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་མཐོང་ས་ཡོངས་སུ་མིས་ཁེངས་ཡོད་པ་དང་། ལུས་གཟུགས་ཅུང་ཆུང་བའི་ཞིང་

འབྲོག་གི་མི་དེ་ཚོ་སྔོན་སར་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་ཁྱེན་ནས་མཐོང་མི་བྱུང་མོད། ཁོང་ཚོ་གོས་སྐྱད་ཡོད་སའི་  
ཕྱོགས་དེར་ཁ་གཏད་ནས་མིག་གཉིས་ལས་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་མིག་རྒྱ་བཞུར་བཞིན་འདུག། རྣམ་པ་འདི་  
དང་ང་རང་གཉིས་ཅུ་བ་ནས་མི་མཚུངས་ཏེ། ངས་གོས་སྐྱད་མ་མཐོང་ཚེ་ཡོད་ཆད་སྟོང་པ་ཡིན་པར་  
བསམ་ཡོད། དེའི་རྗེས་སུ་ངས་ད་གཞོན་ཏེ་གོ་སོང། གོས་སྐྱད་དོམ་མ་མཐོང་མཁན་ནི་ང་རང་རེད།

ཁོང་གི་སྐུ་མཐུད་དུ་འདི་ལྟར་གྲིས་འདུག།

མཇལ་བ་སྟོང་ཕྱག་དུ་མས་གོས་སྐྱད་ཆེན་མོ་བཤམས་པའི་ཉིན་མོ་འདིར། ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལར་མཇལ་སྐོར་  
ལེན་པ་དང་། ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ས་རྩལ་གྲིས་གཡོགས་འདུག བོད་པ། རྒྱ་རིགས། རུབ་གླིང་པ། ལྷ་  
བཙུན། འབངས་མི་སོགས་ཀྱན་པ་བསྐྱོར་ཞིང་གྲིས་པ་ཁིད་དེ་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་གནས་སྟོན་གང་  
ཞིག་དང་མཚུངས་མོད། མཇལ་བའི་དཔུང་ཁག་དེ་སྔོན་དུ་སྐྱོད་གྱིན་མེད་པར་གནས་གཅིག་དུ་གཡོ་  
འགུལ་བྱེད་པ་དང་འདྲ།

མོར་བྱ་གླིང་ཀ།

བོད་ཞེས་པའི་སྐྱ་མའི་རྒྱལ་ཁབ་འདིར་མཚོན་ན། ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་དང་མོར་བྱ་གཉིས་ཀ་ཏུ་ལའི་སྐྱ་མའི་  
ཕོ་བྲང་ཡིན། ལྷ་སའི་རོང་ཡུལ་གྱི་དཀྱིལ་དུ་གནས་པའི་ལྷ་རི་དམར་པོ་རིའི་སྟེང་ཆགས་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་  
ལར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱན་རིང་ལ། གཞེངས་སུ་ཐོན་ཞིང་མཚོག་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་  
སུམ་བརྒྱའི་སྔོན་གྱི་ཆོས་རྒྱལ་སྟོང་བཅོན་སྐམ་པོའི་སྐབས་སུ་དང་ཐོག་གི་མཁར་རྫོང་ལྷ་བྱའི་དབྱིབས་  
སུ་བསྐྱུན་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༦༥༨ ལོར་རྒྱལ་མཚོག་ལྷ་བ་ཆེན་མོས་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་གི་སྲིད་གཞུང་  
གསར་འཛུགས་བྱས་ཤིང་བོད་ཁམས་གཅིག་གྱུར་བྱས། མཁས་དབང་དུ་མས་མགྱིན་དབྱངས་གཅིག་  
གིས་དོས་ལེན་ཆ་འཛོག་བྱེད་གྱིན་པ་བཞིན་༼ རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་ཆེན་མོ་བོད་ཀྱི་སྐྱ་ན་མེད་པའི་ཆོས་སྲིད་  
གཉིས་ཀྱི་དབྱུ་ཁིད་དུ་གྱུར། ཁོང་གི་མཇེད་རྗེས་གཞན་ཞིག་ནི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་སྔོན་མའི་མཇེད་གཞིའི་སྟེང་  
རྒྱས་བཞེངས་བྱས་པ་དེ་རེད། ༽ བཟིད་ཆགས་ཉམས་འབྱུར་གྱིས་སྐྱག་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་དུས་དེ་  
ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་མཚོན་རྟགས་སུ་གྱུར། རྒྱལ་མཚོག་ལྷ་བ་ཆེན་མོ་ཁོང་ཉིད་དེ་རྩ་  
བཞུགས་ཤིང་དེ་རྩ་གཤེགས། དེ་དུང་ཁོང་གི་སྐུ་གདུང་མཚོན་རྟེན་ཡང་དེ་རྩ་བཞེངས་ཡོད། དེ་ནི་ཏུ་ལའི་

སྒྲུ་མ་སྒྲུ་ཕྱེད་རིམ་གྱིས་བརྒྱད་འཛིན་བྱེད་དགོས་པའི་སྔོན་རྒྱུན་དུ་ཆགས་ཡོད།  
 ཏུ་ལའི་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་ཕྱེད་བཅུ་བཞི་བས་ཁོང་གི་རང་རྒྱུ་ ༼བཅའ་གྲོལ་ཁོང་གི་རང་དབང་༽ རང་གསུངས་པ་  
 རང་བཞིན། ༼ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་དངོས་གནས་ཏེ་ཅང་མཛེས་སྤྱད་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེའི་སྔོན་གནས་  
 ཕུན་སྲུང་ཆོགས་པ་ཞིན་མིན། དེའི་ནང་ཤིན་ཏུ་གང་མོ་ཡིན་ལ་དཀར་འོད་ཀྱང་ཡག་པོ་མེད། རྒྱལ་  
 མཆོག་ལྷ་བ་ཆེན་མོ་གཤེགས་པའི་རྗེས་སུ་དེ་མི་སུ་ཞིག་གིས་རིག་མྱོང་ཡོད་མེད་ལ་དོགས་པ་ཡོད།  
 རང་གི་ཅ་དངོས་ཡོད་ཡོད་ཆང་མ་གནའ་བོའི་དངོས་རྗེས་སྤྱིང་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། ཕྱོགས་བཞིའི་རྩིག་  
 རོས་ཀྱི་ཡོལ་བའི་ལྷག་རྒྱབ་ན་ལོ་རོ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མར་ཆགས་པའི་ས་རྩལ་ཡོད། ༼  
 ཕ་མོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ལུབ་སྤྱིང་པ་ཞིག་ལ་ཕྱིར་མིག་གི་ཚུལ་གྱིས་ཁོང་ཉིད་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལར་  
 བཞུགས་སྐབས་ཀྱི་ཆོར་སྤང་གསུངས་ཡོད།  
 ང་རང་ལོ་ན་རྒྱུང་བའི་དུས་སུ་མཆོམས་མཆོམས་སུ་གཤམ་ཏེ་ང་ནི་མི་པལ་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་  
 བ། གཅིག་བྱས་ན་སྤྱོད་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པའི་སྤྱོད་ནས་འཆོ་བཞིན་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་བསམ་སྤྱོད་འཁོར་མྱོང་།  
 རང་སྤྱོད་སུ་དགུན་དུས། དགུན་གྱི་དུས་ལ་བསྐྱེབས་པ་དང་མཉམ་དུ་ངའི་འགྲལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་པོ་  
 བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་ནང་གི་ཁང་མིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་དུ་ཆོད་བཀག་བྱས་ཡོད། རམ་ལངས་ནས་ཉིམ་ལུབ་པའི་  
 བར་དུ་དེའི་ནང་འདུག་དགོས། འདི་འདྲའི་དུས་ཡུན་ཟླ་བ་ལྷ་ཡོད་པ་རེད། སྔོན་རྒྱུན་གྱི་འགོ་སྔོན་ལྷར་  
 ངས་ངེས་པར་དུ་འདྲེ་འཛི་སྤྱོད་དགོས་པ་དང་། དུས་ཆོད་ཡོད་ཆོད་གཟུངས་སྤྱོད་འཛིན་བྱེད་པར་བསྐྱལ་  
 དགོས། ངའི་ཁང་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་ཕྱན་ནག་ཡིན་ལ་གང་མོ་འང་ཡིན། ད་དུང་ཅི་གྲུ་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད་དྲི་  
 ངན་གྱིས་ཁངས་ཡོད། ཉིན་མོ་རྒྱགས་ལ་ཉིདུས་ངས་ནམ་རྒྱུན་སྤྱོད་ཁུང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་བལྟས་  
 པ་དང་། ཕྱན་པས་རིམ་བཞིན་བར་ཐག་མི་རིང་པའི་སེ་ར་དགོན་པ་མི་མཐོང་པར་བྱུང་ཆོ་བདག་གི་ཡིད་  
 སེམས་སུ་སྤྱོད་སྤྱག་གིས་ཁངས། ངས་ནམ་རྒྱུན་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་མདུན་དུ་འབངས་མི་ཆོས་ཞོགས་པར་  
 ར་ལུག་རིལ་འདེད་པ་དང་ཉིམ་ལུབ་ལ་ཉིདུས་ཕྱིར་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་པར་བལྟས་པ་ཡིན། བར་བལྟས་  
 ཆོད་ཀྱིས་ཁོང་ཆོ་དེ་འདྲའི་དགའ་དགའ་སྤྱོད་སྤྱོད་བདེ་ཞིང་སྤྱོད་པ་ཞིག་རེད་ལ། འགོ་ཞོར་དུ་སྤྱོད་གཞས་ལེན་  
 ཞོར་བྱེད། སྤྱན་འཛེབས་ཀྱི་སྤྱོད་བྱེདས་ངའི་རྣ་ལམ་དུ་བྱལ་འོངས། གཅིག་བྱས་ན་ཁོང་ཆོས་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་

ལར་གནས་སྔོན་བྱེད་པའི་ངའི་འཆོ་བར་ཡིད་སྟོན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་སྟེ།      ཡིན་ཡང་དོན་དངོས་སུ་ཁོང་ཆོས་  
 ཏུ་ལའི་སྒྲ་མས་ཁོང་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་འཆོ་བ་འོལ་འདོད་ཀྱི་སེམས་པ་དེ་ནམ་ཡང་མི་ཆོར།      རྒྱ་བོད་ཀྱི་  
 ཆགས་འཇིག་-----བོད་ཀྱི་མི་རིགས་རིང་ལུགས།      འོན་ཏེ་

དེའི་ཕྱིར། དགུང་ལོ་གཞིན་པའི་ཕགོང་ས་སྐུལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མོ་བྱང་གཞན་ཞིག་ལ་སྒྲག་པར་སྤྲུགས་སྡོམ་  
 ཆེ་ལ། དེ་ནི་རང་བྱུང་དང་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་གཉིས་འཛོམས་ཡིན་པའི་ནོར་བུ་གླིང་ཀ་ཡིན། ཁོང་  
 གིས་བྱམས་བརྟེ་ཆེ་བའི་སྤྲུགས་རེ་ཡིས་ནོར་བུ་གླིང་ཀར་ཕེབས་པའི་དུས་དེ་བསྐྱེད་པའི་ཡིན། དེ་ནི་སྤྲུ་སའི་  
 ལོ་རེའི་ནང་གི་དུས་སྟོན་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པ་དང་། རྫོད་འཇམ་གྱི་དབྱིད་དཔལ་ནང་སྡིད་ཏིག་ཏིག་གི་དགུན་  
 ཆས་སྤྱད་པའི་མི་རྣམས་དབུལ་སྤུག་དང་བྲག་ཞན་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཚང་མས་རབ་དཀར་བྲི་མ་  
 མེད་པའི་ཁ་བཏགས་མཐོན་པོར་ཕྱར་ཏེ་སྤྲིང་ནས་གུས་པའི་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབྱར་

བྱམས་ནང་བཞུགས་པའི་བྱིས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་གི་འབངས་མི་ཁྱི་སྟོང་གི་སྟོང་དགའི་ཁོད་མོར་བྱ་སྤྱིང་ལ་  
རྒྱུང་ནས་མཐོང་དུས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ནི་རྣམ་འགྱུར་དེ་ཡིད།

ངང་པོ་བྱང་པོ་རྒྱ་ལའི་ནང་སྤྱང་སྤྱེལ་བྱས་ཀྱང་མི་ཚང་མ་སོང་ཚར་རྗེས་སྤྱལ་དབང་མཆོག་སྤྱ་གར་ནས་  
 ཉམས་པའི་སྤངས་འཁོར་ནང་བཞུགས་ཏེ་ལྷག་སྒོ་ནས་མི་གཅིག་གིས་ཀྱང་མི་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྤྱེས་  
 དངོས་སྤྱ་ཆོག་གིས་ཡོངས་སུ་ཐུག་ཅིང་འདབ་ཆགས་རི་དྲགས་འདྲ་མིན་གྱིས་རབ་ཏུ་བརྒྱན་པའི་ནོར་  
 བུ་སྤྱིང་ཀར་ཕྱིར་ཐེབས་འགྲོ། སྤྱལ་དབང་བཙུ་བཞི་བས་སྤྱིད་དབང་བསྐྱངས་རྗེས། ནོར་བུ་སྤྱིང་ཀའི་ནང་  
 སྒོ་ག་བརྟན་སྟོན་སའི་ཁང་པ་བཀོད་སྤྱིག་བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཕྱི་ལོ་ ༡༧༥༧ལོ་ནས་༥༨ལོ་འི་བར་པོ་  
 བྱང་གསར་པ་རྟག་བརྟན་མི་འགྱུར་པོ་བྱང་བཞེངས་བསྐྱུན་བྱས་ཡོད་པ་དང་མཁའ་སྤྱང་གི་གཟིམ་ཁང་  
 ནང་དེང་རབས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ལྷན་པའི་སྤྱིག་བཤམས་ཀྱིས་མ་འདྲ་བ་ཆགས་ཡོད། བསམ་ཡིད་ལས་  
 འདས་པ་ཞིག་ནི་ལོ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ། ནོར་བུ་སྤྱིང་ཀ་སྤྱལ་དབང་བཙུ་བཞི་ཆེན་མོ་འི་མ་འོངས་པའི་ལོ་  
 རོ་བཞི་བཙུ་ལྷག་གི་རིང་ལ་ཡུལ་གྱུར་འཆོ་གནས་ཀྱི་འགོ་ཚུགས་ས་དེར་གྱུར་ཡོད་པ་རེད།  
 ཁོང་གི་རྣམ་ཐར་ནང་ཕྱི་ལོ་ ༡༧༥༧ལོ་འི་སྤྱི་ ༣པའི་ཆོས་ ༡༢ཀྱི་དཔོང་མོར་ནོར་བུ་སྤྱིང་ཀའི་ནང་གི་  
 བསྐྱུན་སྤྱང་ལྷ་ཁང་དུ་ཐེབས་པའི་མཐའ་མཚུག་གི་སྤྱང་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཕྱི་མིག་གི་ཚུལ་གྱིས་བྲིས་འདུག  
 རོས་ཀྱིས་ལྷིད་ཏིག་ཏིག་གི་ཤིང་སྒོ་ཙོག་སྒྲ་དང་མཉམ་དུ་བྲེས་ནས་ནང་དུ་སོང་ཏེ་བསམ་སྒོ་རེ་ཞིག་  
 བཏང་རྗེས་སྤྱང་ཚུལ་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དྲན་ཤེས་སུ་ཤར། སྤྱ་མ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྤྱང་མའི་  
 སྤྱ་མདུན་དུ་སྒྲོན་ལམ་གསོལ་འདེབས་བྱེད་བཞིན་མཆིས་ལ། ལྷ་ཁང་ནང་སྒོ་ག་སྒྲོན་མེད་པར་མཆོད་མེ་  
 བཙུ་བྱངས་ཤིག་སྤྱ་མདུན་དུ་སྒྲོན་འདུག་པས་འོད་སྤྱང་གསལ་ལ་མི་གསལ་བ་ཞིག་བྱུང་འདུག ཕྱིག་  
 རོས་ལྷེ་བས་རིས་ཀྱིས་ཁོངས་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་པ་ཉུང་ཉུང་ཞིག་མཆོད་སྟེགས་སྤྱང་བཞག་འདུག རོ་  
 གཤོད་གི་བྱེད་ཀ་སྤྱན་པའི་ནང་སྤྱས་པའི་མཆོད་འབུལ་པ་ཞིག་གིས་རྒྱ་ཁོག་ཆེ་བའི་ནང་ནས་མར་ཁུ་  
 སྤངས་ཏེ་མཆོད་མེ་རེ་རེའི་ཁར་སྒྲོན་གྱིན་འདུག ཁོང་རྣམ་པས་ང་ནང་ལ་ཡོང་པ་ཤེས་ཡོད་ཀྱང་མི་གཅིག་  
 གིས་ཀྱང་མགོ་མ་བཀྱགས་པར་བསྟུན། རའི་གཡས་ཕྱོགས་ཀྱི་གྲ་པ་ཞིག་གིས་ཏིང་ཤག་ལག་ཏུ་བཟུང་  
 པ་དང་གཞན་ཞིག་གིས་སྤྱན་ཞིང་རིང་ལ་ཡིད་སེམས་སྒྲོ་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིད་པའི་སྤྱ་དབྱངས་ཤིག་ཁ་  
 རུ་བཙུགས་པའི་དྲུང་མ་སྤྱིང་ལས་འབུད་དགོལ་གནང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་ཏིང་ཤག་གི་དྲུངས་ལ་  
 གསལ་བའི་སྤྱ་སྤྱན་གྱིས་མི་སེམས་འཇགས་པར་བཟོ་ཞུས། ང་མདུན་དུ་སོང་ནས་ཁ་བཏགས་དཀར་



པོ་ཡུག་གཅིག་ཕུལ་བ་ཡིན། འདི་ནི་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུ་གི་བྱས་བྱལ་གྱི་འགྲོ་སྲོལ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།  
དེའི་འགྲོད་བཤགས་དང་ཕྱིར་ཡོང་པའི་འདོད་པའང་མཚན་ཡོད།  
ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ། ལྷ་སར་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བྱུང་མ་ཁྱེད་པའི་མེ་སྒྲིགས་སོགས་ཀྱི་བྲག་གོལ་ཁོད། རྣམ་བུ་  
སྤྱིང་ཀ་དམར་གསོད་རབར་བྱུང་། ལོ་དུ་མའི་རྗེས་སུ་དཔུང་ཕྱིག་པའི་སྤྱིང་དུ་བྱུག་པའི་མདེལ་ཤུལ་མཐོང་  
ཐུབ་ལ་མཚལ་མདོག་གི་ཕྱིག་པའི་རྩ་བའང་པོ་སྒྲིག་མི་དགོས་པར་ཀེང་རུས་རྩོགས་མེད་ཕྱིར་མདོན་  
ཡོང་། དེའི་ཕྱིར་རྣམ་བུ་སྤྱིང་ཀ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱིང་གི་དུས་འགྱུར་བྲག་པོ་ཞིག་གི་དཔང་རྟགས་སུ་བྱུར་  
ཡོད།

དུས་དེན་ས་བཟུང་རྣམ་བུ་སྤྱིང་ཀ་མིང་དོན་དང་མི་མཚུངས་ཤིང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ལོའི་ཕྱིན་དུ་དཔུང་མིང་  
སྤྱིང་ཅམ་བཟུང་ཡོད་ཀྱང་། ཡེ་ཤེས་རྣམ་བུ་མི་བཞུགས་པའི་རྣམ་བུ་སྤྱིང་ཀ་དེ་རྣམ་བུ་སྤྱིང་ཀ་ཡིན་སྲིད་  
དམ། གཅིག་བྱས་ན་འདི་ནི་སྲིད་དབང་གསར་བའི་འདོད་སྤོང་ཡིན་པ་དང་། མི་དམངས་ཀྱི་མིང་སྤྱིང་ནས་  
མིང་གསར་པ་ཞིག་བཏགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་མིང་དོན་དང་མཚུངས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། བྱེད་ལོག་གི་  
བསམ་པ་ལྟ་ན་པའི་དམར་སྤྱང་དམག་མི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚོས་ཐོག་མར་༼རྣམ་བུ་སྤྱིང་ཀ་དེ་སྤྱིན་ཏུ་ལའི་རང་གི་  
མིང་དང་མཐུན་པར་བཅོས་ཏེ་བཏགས་པ་རེད། ཏུ་ལའི་ནི་ཆེས་ལོག་སྤྱོད། ཆེས་ཐུན་ནག་ ཆེས་གདུག་  
རྩུབ། ཆེས་ཀློག་འོ་བཀས་བཀོད་ཞིང་བཟན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་གཞི་རྩ་ཡིན་པས། ང་ཚོས་ཏུ་ལའི་ཡི་མིང་  
ངན་དེང་ལ་རྩོལ་མི་དམངས་ཀྱིས་བཅོ་བསྐྱུན་བྱས་པའི་སྤྱིང་ཀ་ལ་ཐད་དེ་བཏགས་མི་ཆོག་ཀྱེ་ཅས་  
གསལ་བསྒྲགས་བྱས། དེན་ས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ལོའི་ལྷ་ས་པའི་ཆོས་ལུ་ཉིན་༼བོད་ལྗོངས་ཉིན་རེའི་ཆོགས་  
པར་༽སྤྱིང་བཀོད་པ་ནང་བཞིན་༼མི་དམངས་སྤྱི་སྤྱིང་དེའི་སྤྱིན་གྱི་རྣམ་བུ་སྤྱིང་ཀ་གི་གསར་བརྗེ་ལས་  
བཅོ་བསམ་སྤྱོ་སེམས་འཁོལ་བའི་རང་ཞོགས་པ་ནས་དམར་སྤྱང་དམག་དང་གསར་བརྗེ་མང་ཚོགས་  
ཐེབས་པར་དགའ་བསུ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཉིན་འགའི་སྤྱིན་དུ་ཁོང་ཚོས་གསར་བརྗེ་དཔའ་བོ་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་  
གསར་བརྗེ་སྤྱིང་སྤྱོ་བས་ལ་སྤྱོ་བ་སྤྱིང་བྱས་ཤིང་གོས་བསྐྱར་སྤྱུག་པོ་བྱས་རྗེས་དམར་སྤྱང་དམག་གིས་  
བཏོན་པའི་གོས་གཞི་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྒྱབ་སྤྱོར་བྱེད་རྒྱུ་ཐག་གཅོད་བྱས་ནས་༼རྣམ་བུ་སྤྱིང་  
ཀར་༽༼མི་དམངས་སྤྱི་སྤྱིང་༽དུ་མིང་བསྐྱུར་བྱས་ཡོད་པ་དང་། དེ་མིན་དཔུང་མང་ཚོགས་ལ་མགོ་

གཡོག་མགོ་སྐོར་གཏོང་བྱེད་མྱོང་ས་དད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཙུ་གཏོར་དང་ཐལ་རྩལ་དུ་སྒྲིག་པ། སྒོ་ཆེན་སྟེང་དུ་  
སྐར་ལཱ་འི་དར་དམར་ཞིག་བཙུགས་ཏེ་འཛིག་རྟེན་རྟིང་པར་དམག་བད་གཏོང་བའི་དམ་བཅའ་མཆོན་ཡོད་  
པ་རེད། ཉིན་འདིར་དམར་སྤྱང་དམག་མིས་༼མི་དམངས་སྤྱི་སྡིང་༽ ཞེས་པའི་སྒོ་བྱང་ཆེན་པོ་དེ་བྱེད་  
ཡོང་མ་ཐག་ཁོང་ཆོས་མགྲོགས་སྤྱར་དང་མདུན་བསྟུ་བྱས་ཤིང་སྒོ་བྱང་སྒོ་ཆེན་པོ་འདི་སྟེང་དུ་བཀལ།  
སྐབས་འདི་རུ་ལས་བཟོ་བ་ཡོངས་དང་གསར་བཅུ་འི་མང་ཆོགས་སྟོང་ཕྲག་དུ་མས་འཁར་རྩ་རྩལ་དང་  
དགའ་མགུའི་སྤྱ་གཞས་ཀྱིས་ལྷ་སའི་བར་སྤྱང་ཁེངས། མི་དམངས་སྤྱི་སྡིང་ནང་དུ་ལྟ་དམོར་ཡོང་པའི་མི་  
རྣམས་ཀྱང་མིང་བསྐྱར་མཛད་སྒོའི་ནང་མཉམ་ཞུགས་བྱས་ཤིང་ཆང་མ་དགའ་སྒོའི་དང་སྤྱ་གར་གྱི་དཔལ་  
ལ་རོལ་བཞིན་༼མི་དམངས་སྤྱི་སྡིང་༽ གསར་བཅུ་འི་མེ་དཔུང་དྲག་པོ་འདི་ཁོད་འབྱུངས་པ་རེད།  
ཉིན་འདིར་༼མངའ་བདག་ཆེན་པོ་གསུམ་༽ དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ཅིང་། སྒོ་བ་ལྷན་ཞུ་གི་འཐབ་རྩེད་  
གཡོལ་བའི་ཆེད་དུ་དེ་གར་ཡོང་བའི་སྒོ་བ་འབྲིང་གི་སྒོ་བ་མ་དེ་མོ་དབང་ཕྱག་རྩི་རྩོམ་བྱ་སྡིང་ཀར་སྒོས་  
ནས་དེ་བའི་བཞུགས་པའི་བོད་ཡིག་དག་ཀན་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་ཞོར་བྱ་སྡིང་ཀ་མི་དམངས་སྤྱི་སྡིང་དུ་  
མིང་བསྐྱར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་དངོས་སུ་མཐོང་ཡོད། ཁོང་གིས་ཕྱིར་དྲན་བྱས་པ་གཤམ་གསལ།  
ལྷ་སའི་༼ལྷ་འབྲེ་གདོན་བགོགས་༽ ཐོག་དང་པོར་ཁོམ་བསྐོར་བྱས་པའི་ཉིན་གཉིས་པར། ཞོར་བྱ་སྡིང་  
ཀའི་སྐྱེད་ཆལ་བཟོ་བའི་རུ་ཁག་གིས་ཙུ་འཛུགས་བྱས་པའི་དམར་སྤྱང་དམག་གྲུན་ལོག་དཔུང་ཁག་ང་  
རང་དང་ལིན་༼རྒྱ་རིགས་དག་ཀན་ཞིག་ཡིན་པར་སྒྲིམ། སྤྱར་མཁའ་༽ ༼དག་ཀན་གྱི་སྟོན་གནས་སུ་  
སྤྱག་བཤེར་བྱེད་ཆེད་ཡོང། ང་ཆོས་ཅ་དངོས་ཆང་མ་ཞོར་བྱ་སྡིང་ཀའི་སྒོ་ཆེན་ཕྱི་ལོག་དུ་དབྱུག་ ད་དུང་  
ཆོའི་པར་ཆས་ནང་གི་སྤྱན་ཤོག་ཕྱིར་བཏོན་ནས་འཕྲོ་བརྒྱག་དུ་བཏང། དེ་དུས་ངས་པར་མང་པོ་ཞིག་  
བརྒྱབ་ཡོད་པ་དང་མང་ཆེ་ཤོས་ལྷེ་བས་རིས་སྤངས་པ་ཡིན། མཆོ་དཀྱིལ་པོ་བྱང་ནང་དུ་ཡིན་ན་སྟོན་ཆད་  
ལྷེ་བས་རིས་མང་པོ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་༼རྟིང་བཞི་ཙུ་གཏོར་༽ ཀྱི་ལས་འགུལ་སྐབས་ཆང་མ་གཏོར་  
ནས་ཤུལ་ཡང་མེད་པར་བཟོས། ང་ཆོའི་སྤྱ་སྤྱད་འཕུལ་འཁོར་ཡང་ཁོང་ཆོས་དབྱེ་ཕྱོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་  
ཉན་བྱེད་ཀྱི་དཔང་རྟགས་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་བྱེད་སོང་། དངོས་གནས་བཤད་ན་དབྱེ་ཕྱོགས་ཀྱི་  
གནས་ཚུལ་ལ་ཉན་ན་ཇི་ལྟར་བཅོལ་དགོས་པ་འང་མི་ཤེས། ཁོང་ཆོས་དེད་གཉིས་སྒོ་ཆེན་ཁ་རུ་འབྱེད་ས་

ལྷ་བཅུག་ནས་སྤྱོད་ཅིང་ལོ་ཤིང་བཞག་སྐབས་དེར་དམར་སྤྱད་དམག་མང་པོ་ཞིང་གཞིག་བསྐྱེབས་  
 སོང་། ཡིན་ཡང་ང་ཚོའི་སློབ་གྲུ་འཁོར་གཅིག་ཀྱང་ཡོང་མི་འདུག་ཚད་མ་སློབ་གྲུ་གཞན་དག་གི་རེད། ཁོང་ཚོ་  
 མཉམ་དུ་འཛོམས་ནས་ནོར་བུ་སྤྱིང་ཀར་མིང་གསར་པ་ཞིག་དུ་བསྐྱུར། མིང་གསར་པ་ལ་ཁྱི་མི་དམངས་  
 སྤྱི་སྤྱིང་ེ་ཟེར། དེའི་རྗེས་སུ་ཤིང་རྩ་འཁོར་ལོ་ཞིག་སྐྱེབས་སོང་དེའི་ནང་དུ་ལག་ལ་མདུང་རིང་སྤྱད་དམར་  
 ཅན་ཐོགས་པའི་དམར་སྤྱད་དམག་འགའ་ཤོས་འདུག་ དེ་ཚོས་ང་ཚོ་ཕྱིར་སློབ་གྲུར་བཅན་ཁྲིད་བྱས་སོང་།  
 སྐབས་དེར་ཅིའི་ཕྱིར་ཕོ་བྲང་པོ་དྲུ་ལའི་མིང་མ་བསྐྱར་བའི་རྒྱ་མཚན་མི་ཤེས། ནོར་བུ་སྤྱིང་ཀྱི་མི་  
 དམངས་སྤྱི་སྤྱིང་ེ་དུ་མིང་བསྐྱར་པ་ནང་བཞིན་ཕོ་བྲང་པོ་དྲུ་ལ་ཡང་ཁྱི་མི་དམངས་ཕོ་བྲང་ེ་དང་ཡང་ན་  
 མིང་གཞན་ཞིག་དུ་མི་བསྐྱར་རམ། ཕོ་བྲང་འདི་གཉིས་ཀ་སྤྱོད་ཆད་ཀྱི་ཁང་འབདག་ཆེན་པོ་  
 གསུམ་ེ་གྱི་མགོ་གཙོས་ཁྱི་མཚན་མི་དམངས་ལ་གདུག་རྩུབ་ཀྱིས་གཉའ་གཞོན་བྱེད་སའི་བཀའ་  
 བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་མཁར་རྫོང་ནང་གི་གཅིག་ེ་མ་ཡིན་ནམ། ཕོ་བྲང་པོ་དྲུ་ལ་ཁྱི་མཚན་གསུམ་གྱི་ཕོ་བྲང་  
 དམར་པོ་ེ་དུ་མིང་བསྐྱར་བྱེད་དགོས་པའི་དགོངས་འཆར་བཏོན་སྤྱོད་ཡོད་པར་མ་ཟད། ད་དུང་ཁྱི་མཚན་  
 ཏུང་ཁྱི་ལོར་བཏོན་པར་ཤོག་ེ་ཅས་པའི་ཡིག་འབྲི་བརྒྱུད་པོ་བྲང་བུ་ཆེ་ཐག་ཆོད་ཅིག་བཞེས་ཏེ་ཕོ་བྲང་པོ་  
 དྲུ་ལའི་གསེར་ཏོག་གི་མདུན་སོ་བུ་བཞག་ནས་ལྷ་སའི་སྤྱིང་དུ་མི་མཐོང་བ་མེད་པར་བྱེད་སྤྱོད་འདུག་  
 ལྷ་བས་ཆེན་གྱི་གཙོ་འཛིན་མའོ་ཀུན་ཞི་བཞུགས་གནས་ཀྱང་ནན་ཉེ་ནས་ཕོ་བྲང་པོ་དྲུ་ལ་བུ་གནས་སྤྱོད་བྱེད་  
 རྒྱ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་མའོ་ཅོ་ཏུང་ཞེས་པའི་ཉི་མ་དམར་པོ་འདི་དུས་དེ་ནས་བཟུང་ཕོ་བྲང་པོ་དྲུ་ལའི་རྩེ་བུ་  
 རིམ་བཞིན་ཤར་རྒྱ་ཡིན་ནམ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ལོ་སྟོན་ལོ་གནས་གསར་བཟུང་ཆེན་མོ་མཚུགས་ལོ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ། དེ་ཅིན་  
 སྤྱིད་གཞུང་གིས་འདུམ་འབྲིག་གི་རྣམ་འབྱུང་འོག་རྒྱ་གར་ན་བཅན་བྱོལ་དུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་  
 མགོན་དྲུ་ལའི་སྤྱི་མ་དང་ལོ་སུམ་ཅུའི་རྗེས་སུ་ཐོག་དང་པོ་འབྲེལ་བ་བྱས། གོ་སྐབས་དེ་ལ་བསྐྱུན་ནས་དྲུ་  
 ལའི་སྤྱི་མས་སྐྱོ་ཆབ་ལྷ་སྐོར་ཆོགས་པ་མངགས་ནས་བོད་ས་ཡོངས་ལ་གཟིགས་བསྐྱོར་དུ་ཕེབས།  
 ཁྱི་དམངས་སྤྱོད་སྤྱི་ལོ་གྱི་ཡུལ་གྱར་ཟིན་ཐོ་ེ་ཡི་རྩམ་པ་པོ་ཡོས་ཉན་ཞེ་རྩེ་ཞེ་བུ་ཞེ་བུ་ཞེ་བུ་གྱིས་རྒྱལ་  
 བ་རིན་པོ་ཆའི་གཅིན་པོ་སྤྱོད་བཟང་བསམ་གཏན་ལགས་ཀྱིས་དབུ་ཁྲིད་པའི་གཟིགས་སྐོར་ཆོགས་པ་ནོར་

བྱ་སྒྲིང་ཀར་ཐེབས་པའི་རྣམ་པ་བྱིས་ཡོད་པ་ལས་དེའི་ནང་གི་ཚན་པ་གཅིག་འདི་ལྟར་བྱིས་འདུག  
 ཐོ་བྱང་གསར་པ་དང་དེའི་ལྷུ་མ་བྱ་ཙམ་དང་ཤིང་མ་སྒྲོང་གིས་ཡོངས་སུ་ཁེངས་པའི་མེ་ཏོག་ལྷུ་མ་ར་  
 གཉིས་ལས་གཞན། མཚོད་ཁང་ནི་ཕྱི་ཉི་ཅིག་པ་ལས་མི་འདུག་པ་མ་ཟད་དེའང་འགྲུང་ལ་ཁལ་ཡིན་པ་  
 དང་། དེའི་ནང་སྔོན་ཆད་མེད་པ་ཞིག་ནི་ཉ་ཅང་ཡ་མཚར་ཅན་གྱི་སྔོན་ཆགས་ར་བ་ཞིག་གསར་བསྐྱུན་  
 བྱས་འདུག་ལ་དེའི་ནང་རི་སྐྱང་བཅོས་མ་ཞིག་དང་སྤྱི་ཡི་གཟེབ་མ་ཁ་ཤས་བཞག་འདུག རྒྱ་རིགས་  
 སྤྱིས་པ་ཞིག་དང་བྱད་མེད་ཅིག་གིས་ཉ་ཅང་པལ་པའི་ཉིས་ཐོག་ཅན་གྱི་ཐོ་བྱང་གསར་པའི་ནང་ང་ཚོ་  
 གཟིགས་སྒྲུབ་དུ་ཁྲིད། ལྷ་སྒྲོར་ཚོགས་པས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་གསལ་བཤད་ལ་ཉན། གསལ་བཤད་ཀྱི་  
 ནང་དོན་ནི་བོད་ཀྱི་དབྱ་ཁྲིད་ཀྱི་འཚོ་བ་རོལ་སྤངས་ཡིན་པ་དང་ནམ་ཀུན་གྲངས་ཀ་མི་མང་པའི་ལྷ་དཔོ་  
 བར་འདིདག་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཤད་དགོས། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ལྷ་སྒྲོར་ཚོགས་པར་ རྒྱ་འདི་ནི་ཏཱ་ལའི་ཡི་  
 གཟིམ་ཤག་རེད། འདི་ནི་ཏཱ་ལའི་ཡི་ཞལ་ལག་མཚོད་ས་རེད། འདི་ནི་ཏཱ་ལའི་ཡིས་ཁོང་གི་མ་ཡུམ་དང་  
 མཇལ་འཕྲད་ཞུས་རེད། འདི་ནི་ཁོང་གི་སློབ་སྦྱུལ་ཁ་པར་རེད། འདི་ནི་ཁོང་གི་སློབ་སྦྱུལ་སྤྱད་གཡལ་  
 རེད། མཐའ་མཇུག་སློབ་བཟང་བསམ་གཏན་གྱིས་མ་བཟོད་པར་གསུངས་རྒྱུར་ རྒྱ་འདི་ཚོར་གསལ་  
 བོར་ཞུ་ཆོག བྱེད་ཚོས་ངས་དེ་རིང་འདི་ཕྱི་བྱེད་རང་རྣམ་པ་ས་ཆ་གང་ན་ཡོད་པ་བཤད་དགོས་མི་བསམ་  
 མམ། ཐོ་བྱང་འདི་ནི་ངས་བཞེངས་བསྐྱུན་བྱས་པ་ཡིན། སྔོན་ཆད་ཉིམ་རྟག་པར་ངས་འདི་ཕྱི་ལས་ཀ་བྱེད་  
 བཞིན་ཡོད། ཁོང་ཚོས་གསལ་བཤད་མཚམས་བཞག་ཏེ་ རེད་ལགས། སློབ་བཟང་ལགས་ཀྱིས་ངོ་  
 མས་ང་ཚོ་ལས་མང་བོ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཟེར། དེ་ནས་ཕྱང་མ་འགོར་བར། ལྷ་སྒྲོར་ཚོགས་པ་སྐལ་  
 བཟང་ཐོ་བྱང་མདུན་ནས་ཕར་འགོ་དགོས་ཐུག འདི་ནི་ནོར་བུ་སྒྲིང་ཀར་ཐོ་བྱང་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་  
 སྔོན་ཆད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཡུ་ཆེའི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་ས་ཡིན། མདུན་སྒྲོར་ལྷགས་ཟླ་བརྒྱབས་  
 ཡོད་པ་ཀུན་གྱི་མཐོང་། དེའི་ཕྱིར། ཕྱི་རོལ་དུ་བཅུགས་པའི་ཤིང་སྐྱས་ལས་ཡར་འཛེག་སྟེ་ཞིག་རལ་དུ་  
 སོང་པའི་སྤྱི་ལུང་ལས་ཐོ་བྱང་གི་ནང་ལོག་མཐོང་། མཚོད་ཁང་ནང་དུ་གཏོར་བརྒྱག་ཐེབས་ཏེ་ལོ་ངོ་བརྒྱ་  
 ཤལ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ལྷ་སྐྱུའི་ཆག་རོ་དུ་མ་དང་མཚོད་ཁྲི་ཞིག་རལ་སོགས་ཀྱིས་ཁེངས་འདུག་ལ། སྤྱི་ཁྲིད་  
 པས་ལམ་སང་ རྒྱ་དངོས་པོ་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་ང་ཚོས་མི་རྣམས་ཀྱི་ལག་ཏུ་སྤྱད་སྒྲོབ་བྱས་པ་ཡིན། རིག་

གནས་གསར་བཤེ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་འདི་དག་གཏོར་བཞུག་བྱེད་མཁན་མི་དམངས་རང་ཚོ་ཡིན་པ་  
ལས་རང་ཚོ་མིན། ཁོང་ཚོས་གསེར་དངུལ་སོགས་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་ནུམས་གཅིག་ཀྱང་མ་ལྷག་པར་  
འཕྲོག་བཅོམ་བྱས་པ་དང་། དོན་དངོས་སུ་གཤམ་ཏེ་རང་ཚོས་ལྷ་སྐྱུ་འདི་དག་སྤངས་ཆོས་ཀྱི་ཚེ་འདི་དག་  
ཀྱང་སྐྱོག་ཏུ་རྒྱ་རེས་ཡིན་ེ་ཟེར།

སློབ་ཐང་བསམ་གཏན་གྱི་ཡིད་ལ་སྐལ་བཟང་པོ་བྱུང་ནང་གི་གཏོར་བཞུག་ཐེབས་པའི་ལྷ་སྐྱུ་དེ་དག་ཤར་  
རྒྱུ། གཞུང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྡེ་ལེན་པ་ལས་བྲལ་ཏེ་པོ་བྱང་གི་ཐེམ་སྐྱས་སྤངས་པོང་སྤེ་གསུང་བཤད་གནང་  
འགོ་བཙུམས། ཁོང་གི་སྦྱོང་ཚུལ་འདི་དང་རྒྱ་ནག་གཞུང་གཉིས་བར་གྱི་ཡོངས་ཁབ་གཏམ་སླེང་མི་  
གནང་རྒྱུའི་གྲོས་ཚད་དང་རྒྱབ་འགལ་ཡིན།

བོད་མི་སྤྱོད་ཐུག་ཁ་ཤས་ལས་སངས་བྱང་མདུན་གྱི་རྩོལ་བ་གྱི་བཟོས་པའི་ཐང་དུ་འདུས། ཉེན་སྲུང་བ་  
སྐྱོར་ཞིག་གིས་ལག་དང་འཐེན་ཏེ་མི་ཚོགས་ཕྱིར་འདེད་ཐབས་བྱས། སློབ་ཆས་གོན་མེད་པའི་ཉེན་སྲུང་  
བ་དེ་དག་གིས་པར་ལེན་པ་དང་ཟིན་བྲིས་འདེབས་པ་སོགས་རེ་ཞིག་ཏུ་བར་བེད་དུ་བྱུང་བ་དང་། སློབ་ཐང་  
བསམ་གཏན་གྱི་རུ་ཐོན་མ་ཐག་མི་ཚོགས་ཀྱིས་༼ ཏུ་ལའི་སྤྱོད་མ་ཁྲི་ལོར་བཏན་པར་ཤོག་ེ་ཅེས་སྐད་  
འགོ་མཐོན་པས་ཁུར་རྒྱག་གིན་འདུག།

དེ་མིང་དཔུང་ཡང་ལྷ་སའི་གོང་ཁྲེན་ནང་མི་རེ་གཉིས་ཀྱིས་མོར་བུ་སྤྲིང་ཀར་༼མི་དམངས་སྤྱི་སྤྲིང་༽དུ་  
འབོད་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་། དེ་སྡོན་མཚལ་མདངས་ཀྱི་སློབ་ཆེད་སྤྱོད་བཀལ་བའི་མའོ་གྲུ་ཞེའི་པར་ཆེན་  
དང་༼མི་དམངས་སྤྱི་སྤྲིང་༽ཞེས་པའི་སློབ་བྱང་དེ་གཉིས་མི་མཐོང་བར་བྱུང་། མོར་བུ་སྤྲིང་ཀ་ཡང་བསྐྱར་  
སྡོན་གྱི་མིང་དུ་བསྐྱུར། འོན་ཀྱང་། ག་ས་གང་དུ་རང་སྤྱང་གང་ཤར་གྱི་སྦྱོང་ཚུལ་ཅན་གྱི་ལྟ་དམོ་བ་དང་སློབ་  
གསེང་བྲན་ཏེན་དངོས་རྒྱས་དང་ཕྱི་ཚུལ་ཡག་རྒྱ་མེད་པའི་དོམ་ཁའི་སྤྱིགས་རྩ་ཡིས་ཁེངས་པའི་མོར་བུ་  
སྤྲིང་ཀ་ ༼མི་དམངས་སྤྱི་སྤྲིང་༽ཞེས་རང་འཇགས་སུ་བཞག་ན་དེབས་མིང་དོན་དང་མཚུངས་པ་ཞིག་  
རེད།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོའི་ཟླ་ ༡༡ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ལོའི་བར་ལྷ་སར།



# ང་ཡི་པ་ཡུལ་སྡེ་དག

པ་ཡུལ་དང་ཐག་ཇེ་ཉེན་ཇེ་ཉེར་ཕྱིན་སོང་ང་ཡི་པ་ཡུལ་སྡེ་དག བརྒན་བཤེར་གྱི་མཁའ་དབུགས་ཇེ་  
མང་ནས་ཇེ་མང་ཡིན་པའི་ཁྲོད་རབ་རིབ་ཏུ་ལྷང་བའི་རྒྱས་ཡོད་དང་སྤྱིང་ཉེབའི་དྲི་དང་འདྲིས་ཡོད། དེའི་མི་  
སྐྱེར་ལ་གཏོགས་པའི་དྲི་དང་ཅིག གསང་པའི་དྲི་དང་ཅིག ཤ་ཉེའི་རྒྱད་འབྲེལ་ཁོ་ནར་གཏོགས་པའི་དྲི་  
དང་ཅིག མིས་ཆེད་དུ་ཆོད་འཛིན་བྱས་པའི་ས་གཤིས་ཀྱི་ཆ་ནས་རིང་དུ་གྱུས་པ་དང་སེམས་ཀྱི་བར་བཅད་  
གྱིས་ཐུན་བྱ་ཅམ་ལས་ལྷག་མེད་ཀྱང་རུང་། མི་ཞིག་གི་མི་ཆེ་ཤིས་པོ་ཁེངས་ནས་ཡོད། ཉིན་ཤས་རིང་  
ངས་སྤར་ནས་ཡུན་རིང་མནན་པའི་བཙུ་སེམས་ཀྱིས་རྒྱང་ནས་ལྟ་དུས་མ་ཁི་གངས་དཀར་ལྟ་བུའི་ཁང་  
མིག་དང་། གཡུ་ལུང་མཆོ་མོ་གོང་བྱར་རྒྱུང་པའི་མཆོ་རིས་མཐོང་དུས། ག་ལེར་ག་ལེར་སེམས་གསོ་  
ཞིག་གམ་བག་ཐེབས་ཀྱི་སྒྲུབ་བ་ཞིག་སྐྱེས། ཡིན་ཀྱང་པ་ཡུལ་དང་ཐག་ཇེ་ཉེན་ཇེ་ཉེ་ཡིན་པས་ངས་ཡེ་  
ནས་བཟོད་ཐབས་བྲལ།

ངའི་པ་ཡུལ་སྡེ་དག་ནས་ཐོག་མར་ལམ་འབྲམ་གྱི་མ་ཁི་རྩོམ་འབྲམ་རེ་རེ་མིག་ལམ་དུ་རྒྱ་བྱུང་། རྩོམ་འབྲམ་  
གྱི་ཁ་དོག་ཉ་ཅང་ལྷན་མེད་ཅིག་སྟེ་མཐིང་མདོག་དང་ཡང་ན་ཆོན་མདོག་དམར་སྤྲིག་བྱུགས་པའི་རྩོམ་ལེབ་  
སྟངས་མ་ཁི་བཀོས་ཡོད་ལ། མ་ཁི་རྩོམ་ཅིགས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་དུ་སྤྲོ་ནག་གི་ཆོན་ཐག་ལྟ་བུའི་མི་ཐག་རེ་  
ཕྱོགས་བཞི་མཆམས་བརྒྱད་དུ་བསྐྱོར་ནས་འཐེན་ཡོད། དེའི་ཐོག་དར་ལྗོངས་གིས་ཁེངས་ཡོད་པ་དང་  
ངས་དཀར་སྟངས་སྤྲིག་ཆ་ནག་པོས་བྲིས་པའི་ཡི་གེ་ཡིས་ཁེངས་ཤིང་། རྒྱུད་གཡུག་མཆམས་བཞག་ཅིང་  
དར་ལྗོངས་འདི་དག་ག་ལེར་འཕྱོ་བསྐྱོད་བྱེད་གྱིན། ཡི་གེ་རེ་རེའི་ནང་དད་ལྡན་གྱི་མི་རེ་རེའི་ཐུགས་འདུན་  
གྱིས་ཁེངས་ཕྱིར་དེ་ལ་ཆེ་སྤྲིག་ལྡན་ཡོད། མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཉེ་འབྲམ་དུ་མ་ཁི་རྩོམ་སྟངས་ཀྱི་བཞིན་ཡོད་ལ།  
དེའི་བོད་མི་རེད་དེ་སྡེ་དགའི་བོད་མི་རེད། ངས་ཉ་ལམ་ཁོང་ཆོའི་གདོང་ལས་ཅི་ཞིག་མཐོང་བྱུང་། ངས་ཉ་  
ལམ་ཁོང་ཆོས་བཀོས་པའི་རྩོམ་འབྲམ་ལས་ཅི་ཞིག་མཐོང་བྱུང་། ངས་ག་ལེར་ཁོང་ཆོས་རྩོམ་འབྲམ་ཀྱི་བཞིན་  
པར་བལྟས་ནས་བསྒྲུབ་པ་ཡིན། ངའི་མིག་མཐར་མཆིས་འཁོར་བཞིན་ཁོང་ཆོས་རྩོམ་འབྲམ་བཀོས་ནས་ང་



ལ་སྒྲོན་པར་སྒྲུག་སྟེ་བསྐྱད་པ་ཡིན། ངས་རང་ཉིད་ལ་ལབ་རྒྱུར། འདིན་པའི་གཉེན་ཉེ་ཆོའི་ཆེད་དུ་དང་པོ་  
གྲོངས་ཟིན་པའི་གཉེན་ཉེ་ཆོའི་ཆེད་བཀོས་པ་ཡིན། དེ་ནས་ངས་བཀོས་ཚར་པའི་མ་ཆི་དོ་ལེབ་ཅིག་ལག་  
པས་བསྐྱར་ཏེ་ལམ་འགྲམ་དུ་བཅིགས་པའི་མ་ཆི་དོ་འབྲུམ་ཁོད་བཞག་པ་ཡིན་ཞིང་། ཁྱོད་བསྒྲུམས་མ་  
ཆི་དོ་ལེབ་དགུ་བཀོ་བྱ་བཅུག

ས་སྒྲོན་གྱི་གྲོང་བཅའ་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་མི་གྲིས་གསལ་པོར་སྒྱུ་རིས་སུ་མཐོང་དུས་ངས་ཡེ་ནས་བཟོད་བསྐྱར་  
བྱེད་མ་ཐུབ། དེ་ནི་དངོས་གནས་དམར་སྒྲུག་གི་གྲོང་བཅའ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཉི་མ་ཡུལ་སྟེ་དགེ་རེད། ང་རང་  
ལོ་ན་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་དུས་སུ་ཐེངས་གཅིག་ལ་ཡོང་ཕྱིར་སའི་མ་ཡུལ་སྟེ་དགེ་རེད། ངས་དཔྱད་གཞུང་གི་  
ཟེགས་མ་རེ་རེའི་ཁོད་བྲིས་པའི་སྒྲན་དག་ཇི་ལྟར་བཟོད་གསོལ་བྲལ་ལ། སྐབས་དེའི་མཛོན་གསལ་ལས་  
དུང་མི་ཡི་སེམས་པ་བཅོམ་པའི་མཛོན་གསལ་དུ་འགྱུར་དུས། ང་རང་ལ་ཆ་བཞག་ནས་བཤད་ན། སྟེ་  
དགེ་ནི་ས་མིང་ཞིག་མ་ཡིན་པར་དེ་ནི་མི་ཁ་ཤས་ཀྱི་མིང་ཡིན་ལ་གཉེན་ཉེ་དེ་དག་གི་མིང་ཡིན། དེ་བས་  
ངས་སྟེ་དགེ་མཐོང་མ་ཐག་དམར་སྒྲུག་གི་གྲོང་བཅའ་རྒྱུ་རྒྱུ་འདིས་ང་ལ་སེམས་གསོ་དང་སེམས་པ་  
སྒྱུ་བའི་ཆོར་བ་ལྟ་བུ་འགྱུར་སྟེ། ཡིན་ཀྱང་ང་རང་དང་ལོ་སྟོང་གཅིག་པའི་ལས་དབང་གི་རྟ་མཆོག་གང་ན་  
ཡོད་དམ། དེ་ནས་ང་ཁྱིད་དེ་པོ་གྲོངས་ཟིན་པའི་གཉེན་ཉེ་དང་བསྐྱར་མཇུག་དུ་ཕེབས་པ་ཡིན་ནམ།  
ཡིན་ཀྱང་སྟེ་དགེ་ནི་པོ་མ་ཡུལ་ཡིན་ནམ།

པ་ཡུལ་ཞེས་པ་དེ་ཅི་ཞིག་གི་མཆོན་དོན་ཡིན་ནམ། ཐོབ་ཁུངས་ཡིན་ནམ་འབྲུངས་ཡུལ་ཡིན་ནམ་ཡང་ན་  
ཆོ་འདིར་ཅི་ཡང་མིན་པར་སྟོ་ཁ་ཕྱོགས་ས་དེ་ཡིན་ནམ།

སྟེ་ལྷན་ཁང་ཀྱི་ར་ནས་བརྗོད་ན་ རྟེན་པའི་གནས་སྟོན་པའི་འཆོ་བ་ནི་ཨང་ཕྱིས་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་  
རེད་ཀྱེ་ཟེར། དཔེར་ན་དབང་གྱི་པོ་ཆོ་སྟོག་ནི་དུས་ཆོད་ཅི་ཅུང་དང་བར་སྟོང་ཅི་ཅུང་ནས་རེ་རེ་བཞིན་  
གྲངས་ཕྱིས་གསལ་པོར་རྒྱག་ཐུབ་པ་ཞིག་གལ་ཡིན།

ཕྱི་ཉིན་ཞོགས་པར་ང་རང་གཅིག་པོ་སྟེ་དགེ་ཉི་མུང་ལམ་བརྒྱད་ནས་དགོན་པའི་ཕྱོགས་སུ་སོང་པ་ཡིན།  
ང་རང་ལ་གཉེན་ཉེའི་འགྲོ་རོགས་དང་ལམ་ཁ་འདྲི་མི་དགོས་པར་བསྐྱབ་ཐུབ་ལ། སྟེ་དགེ་ནས་མི་སུ་  
ཞིག་ཡིན་རུང་ཆོང་མས་དགོན་པ་རྟེན་དེས་རེད། གང་ལ་ཞེ་ན། གྲོང་བཅའ་རྒྱུ་རྒྱུ་དེའི་ཆེས་ཡར་

གྲོགས་ན་ཡོད་ཅིང་རི་སྒྲིབ་དུ་དམར་ལམ་མེར་ཡོད་པས་གསལ་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་རང་ལ་གཉེན་ཉེའི་  
 འགོ་རོགས་འོག་ཕྱིན་པ་དང་ངས་གཡོལ་ཐབས་བྲལ། གསང་བ་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་གཉེན་ཉེའི་འབྲེལ་ཐག་  
 བྱིས་ཞིང་སྤྲུལ་མཁུགས་ཀྱི་སྐྱུད་པ་ཇི་བཞིན་ངའི་སེམས་དབྱས་ཀྱི་ལས་དབང་གི་རྟ་མཆོག་ལ་ཁ་ལོ་  
 བསྐྱར་ཡོད། ང་རང་ཁེར་རྒྱུ་གིས་དམར་སྐྱུག་གི་ཁང་པ་དེར་སླེབ་དུས། དམར་སྐྱུག་གི་བྱིས་གཞི་ལ་  
 སླེབ་དུས་གཉེན་ཉེ་ཆོས་སྤར་ནས་དམར་སྐྱུག་གི་ཁྱེན་པ་གོན་ནས་ང་ལ་ངང་སྐྱུག་གནང་འདུག  
 རིམ་གྱིས་ཡར་ལ་འཕགས་པའི་གྲོང་བརྒྱལ་རྒྱུ་རྒྱུ་འདི་དེའི་མིག་ལམ་དུ་ཁྱུད་མཆོར་གྱིས་ཅི་ཡང་མེད་  
 པར་སྤང། དེས་གནས་བཤད་ན་ངས་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་པ་རེད། ངས་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་མི་བྱེད་རང་བྱེད་  
 རེད། རྒྱ་མཆོན་ནི་གཉེན་ཉེད་གི་གདོང་དང་མིག་མདངས་ཇི་གསལ་ཇི་ཆེ་རེད། ཁང་བརྟེན་གསལ་ར་  
 རྒྱུ་མཆོན་པའི་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ཡིན་པའི་བཟོ་བཀོད་རེ་རེའི་སྤྱིང་མཛེན་པ་མ་ཟད་ལ་  
 ཅེར་ནས་འདུག ཉ་ལམ་ང་ལ་འདི་ནི་ང་ཚོའི་འཆོ་བ་རོལ་སྤྱོད་སའི་གནས་ཡིན་ཞེས་གསུང་པ་དང་འདྲ།  
 འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཨ་པའི་མི་ཆེ་རྒྱལ་པོ་ལོ་སྤྱི་ལོ་རིང་འཆོ་བ་རོལ་སའི་གནས་ཡིན། ཡིན་ནའང་ངའི་ཨ་  
 བ་ལགས་ངའི་བརྟེན་བའི་ཨ་པ་ལགས། ད་ལྟ་ངའི་མགོ་ན་རྒྱ་བའི་སྤྱིན་དཀར་དེ་ཁོང་གིས་དེ་སྤྱིན་  
 གཟིགས་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ངའི་རྒྱུ་ལོག་གི་དོ་འདིར་དེ་སྤྱིན་ཁོང་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་མ་རེད་དམ། སྒྲོ་སྒྲེགས་  
 དེ་ཁོང་གིས་ག་ལེར་བྱས་པ་དང་ཡང་ན་ཤུགས་ཀྱིས་བརྒྱབས་པ་མ་ཡིན་ནམ། མི་དེ་ཆོ་ནི་ཁོང་གིས་གད་  
 མོ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའམ་ཡང་ན་དུང་ག་འདོན་དུ་བཅུག་སྤྱོད་པ་མ་རེད་དམ།  
 ངའི་ཉ་ལམ་མིག་ལམ་དུ་མཐོང་པ་ནི་ལོ་དེར། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ལོར་ཁོང་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་ལ་སོན་མ་  
 ཐག་པའི་དུས་སུ་ཁོང་གི་ཨ་པས་དམག་ལ་བསྐྱལ་བ་དེ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱབ་ལྗོངས་རྩོག་འཛིང་དང་  
 མིག་རྒྱུང་རིང་པའི་རྒྱ་མི་བོད་ལ་འཛུལ་པའི་བཅིངས་གྲོལ་དམག་མིའི་སྤྱིན་བསྐྱོད་དམག་དབྱུང་ནང་  
 བསྐྱལ། ལམ་ཁ་གང་པོར་རྒྱ་བསྐྱོད་བྱེད་ཀྱིན་པའི་བཅིངས་གྲོལ་དམག་མི་རམ་བཞིན་དང་རང་ཉམས་  
 ལྷན་པར་སྤེལ་དགོས་པའི་བྲལ་ཏེ་ཆབ་མདོའི་དམག་འཁྲུག་གི་མེ་ལྷེ་སྤར་ལ་ཉེ་བའི་བོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་ཆེན་  
 ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད། ཁོང་དམག་དབྱུང་གི་རྒྱུ་སྤྱི་ལོ་ཤིང་དམག་ལྷ་རིང་བྲགས་ཏེ་མིག་ནང་གི་མཆི་མ་  
 ཐོན་གྲབས་བྱེད་པ་བསྐྱུར་ནས་ལམ་འགྲམ་དུ་སྤྱིང་མོ་རྒྱབ་ལ་ཁྱུར་པའི་ཨ་པ་ལགས་སུ་གཟིགས།

ཁོང་གི་ལུས་པོ་བདེ་ཐང་མེད་པ་དང་བྱམས་སེམས་ལྡན་པའི་ཨ་མ་དང་ཁ་བྲལ་འདོད་ཇི་འདྲ་མེད་ནའང་།  
 ཨ་མར་བཅངས་པའི་བཙེ་བ་ནི་ཁོང་གི་སེམས་གཏིང་དུ་ཆེས་ཟབ་ཅིང་ཆེས་མཐུག་པོ་རེད། གཤམ་ཏེ་ཁོང་  
 གིས་སྤར་ནས་ཨ་མ་དང་ཁོང་གཉིས་བར་ལ་ལོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་ལས་སྐལ་མ་གཏོགས་མེད་པ་རྟོགས་  
 པ་ཡིན་ཆོ། ཁོང་ནས་ཨ་མས་དམ་པོར་བསྐྱམས་པའི་ལག་པ་གྲོད་སྲིད་དམ། ལོ་བཞི་ཡི་འོད་སྤང་ལས་  
 ལྷག་མེད་པའི་ཨ་མ་དུས་ཏེ་སྤར་ནས་མིག་གཉིས་ལས་མཆིམ་བར་མེད་དུ་བཞུར་གྱིན་འགྲོད་སེམས་  
 གྱིས་འདུག མདང་དགོང་མིག་ལས་མཆིམ་འདོན་པ་ཁོ་ནའི་ཁོད་དུས་ཆོད་བསྐྱལ་ཏེ་བྱ་ཡི་ཆེད་གས་  
 པའི་དམག་ལུ་ཐུང་དུ་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་རྒྱུ་འདུག་བཟེད་འདུག  
 ངའི་དུང་བྱིས་པ་ཡིན་པའི་ཨ་མ་འདི་ལྟར་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་གནད་འགག་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་དུས་སྐབས་ཁོད་  
 བྱགས་པ་རེད། རྒྱབ་ཁྲག་གཅིག་དང་རྒྱུ་པ་གཉིས་དུང་པ་ཡུལ་དང་གཉིན་ཉིད་ན་གདུང་གིས་མནར་  
 པའི་སེམས་པ་ཞིག དེ་བཞིན་ལུས་ལ་འོས་འཚམས་མ་ཡིན་པའི་དམག་ལུ་ཞིག  
 ཡང་ཁོང་གི་ཨ་མ་ལགས་ཁོང་དང་མིང་སྲིང་ཆོའི་ཁྲག་རྒྱུད་ལ་འབྱུར་བ་གཏོང་མཁན་དེ་ནས་ང་དང་མིང་  
 སྲིང་ཆོས་ཁྲག་རྒྱུད་ལ་འབྱུར་བ་གཏོང་མཁན་གྱི་མི། རུས་མིང་ཁྱིན་ཡིན་ཞིང་གྱིས་ཁྲུངས་སི་ཁོན་  
 ཞིང་ཆེན་རྒྱུན་ལྡན་ཡིན་པ་རེད། དེ་སྔོན་ཇག་ཆོགས་དང་ལིག་ཕོ་ཁྲིན་གྱིས་དེ་སྔ་སྤྱི་ཁྲིད་བྱས་པའི་ཀོ་མེན་  
 ཏང་དམག་དཔུང་གི་ཀྲང་ཞོའི་Lieutenant colonelདཔོན་གནས་གཞོན་པ་ཁྲུང་མྱུང་ཡོད་  
 འདུག ཁོང་དགུང་ལོ་དར་མའི་དུས་སུ་ཅིའི་ཕྱིར་གཅིག་པོ་སྤྱོད་དགའི་རིགས་རྒྱུད་མི་གཅིག་པའི་གནས་  
 འདིར་བྱོས་བྱོལ་ལ་ཡོང་བ་ཡིན་ནམ། བཤད་རྒྱུ་མི་གཅིག་པ་ཁ་ཤས་འདུག་ལ་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་  
 མཐའ་སྔོན་ལོ་རྒྱུས་དོན་རྒྱུན་གྱིས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་ཡིན་པས་ཁོང་གིས་རྒྱུན་ལྡན་མ་ཡིན་པའི་བྱོས་བྱོལ་  
 གྱི་ཐབས་ལམ་དེ་འདེམས་འདུག  
 ཁོང་གི་འཆོ་གནས་ཀྱི་རུས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཁོང་གི་མི་ཆོའི་ཉམས་མྱོང་དང་འདྲ་མཚུངས་ཆགས་ཡོད་  
 པ་རེད། ཁོང་ནས་དམག་ལུ་ཐུང་དེ་ལོ་རྒྱུས་གསང་སྤྱོད་བྱས་ཤིང་མི་འགྲངས་པར་ལོ་ན་གཞོན་པའི་  
 ཁམས་པའི་བྱ་མོ་ཞིག་དང་ཆང་ས་བསྐྱབས་ཏེ་བྱ་དང་བྱ་མོ་བདུན་གྱིས་པ་དང་། གསེར་བཞོད་དང་དགོ་  
 བཞོད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་རྩེས་སུ་ཀོ་མེན་ཏང་གི་བདག་སྐྱོང་འོག་གི་རྫོང་སྲིད་གཞུང་གི་ནོར་སྲིད་འགན་འཛིན་

དང་ཨྲིང་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་མི་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ཀྱང་ལོ་སྤུམ་ཅུ་འི་རྗེས་སུ་ལྷག་པར་དུ་ངའི་ཕྱོམ་  
སྡེ་མོ་ནས་མི་ཡུལ་དང་ཁ་གྲུས་པའི་རྗེས་ཁོང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚད་མེད་སྤྱིས་ཏེ་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བར་ཞེན་  
པ་ལོག་འདུག མཐར་ཐུག་ཅུས་སྟོབས་ཅི་ཞིག་ནས་ཉམས་ཆུང་གི་ཆོ་སྲོག་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་གྱིན་ཡོད་  
དམ། ཁོང་གིས་བྱིས་ཀྱི་དངོས་པོ་རིན་ཐང་ཅན་དང་ལྷགས་ཐོག་ཆ་ཚད་དགོན་པར་སྤུལ་ནས་སྡེ་དགེ་ས་  
ཁུལ་གྱི་ཆེས་དད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱ་མི་དེ་ཆགས་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོད་མི་མི་ཉུང་པ་ཞིག་དང་བསྐྱར་ན་དེ་བས་  
སློ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་རེད། ཁོང་དེ་ནས་དབུལ་པོར་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱང་ཁོང་གིས་དོ་སྣང་མི་བྱེད་པར་འདུག ཁོང་  
ཉིན་རེའི་ཞོགས་པ་དང་ས་སྟོན་དུ་དགོན་པའི་སློ་ཆེན་ལ་ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་སྐྱར་ནས་ཕྱག་འཆིལ་བ་  
དང་། མ་ཉི་འདོན་ཞོར་བསྐྱར་བ་བྱས་ཏེ་ཁོང་གི་སུ་ཁོན་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་གདངས་བསྐྱེད་པའི་དབྱངས་  
རྟའི་ཁ་བཏོན་གྱིར་འདོན་དང་། དབུ་སྐྱ་དཀར་པོར་ཆགས་པའི་དབྲལ་བ་ལྷག་པར་གསལ་ལྷང་རེར་ཡོང་  
དུས། བསྐྱར་བར་འགོ་བའི་བོད་མི་མང་པོས་མ་གྱིན་དབྱངས་གཅིག་གིས་བསྐྱགས་བརྗོད་བྱེད་བཞིན་  
འདུག

པའི་ཉན་ཞིའི་མི་ཞིག་ཡོད། ཁོང་གིས་མཉམ་དུ་ཁོང་གི་པ་ཡུལ་གྱི་སྐད་ཆ་བརྗོད་སྐབས་སེམས་སུ་སྙིང་  
ཉེད་ཡིད་སྤངས་ཀྱི་ཚེར་བ་ཞིག་ཏན་ཏན་ཡོད་པེ། པ་ཡུལ་གྱི་མཛེས་ལྗོངས་རེ་རེ་མིག་ལམ་དུ་  
གསལ་ལྟང་རེར་མཆིས་ཤིང་། པ་ཡུལ་གྱི་གཉེན་ཉེད་ས་དང་ནམ་པ་ཀུན་དུ་སེམས་སུ་འཁོར། དེ་བས་  
ཁོང་གིས་ཁོང་གི་མདུན་གྱི་རིགས་རྒྱུད་ཐ་དད་ཀྱི་ཁག་རྒྱན་བཟུང་པའི་བུ་བུ་མོ་ཚོར་བརྗོད་དོན། ཁོ་ཚོས་  
ཡིད་ལ་ངས་དགོས་པ་ཞིག་ནི་བྱོད་ཚོའི་རུས་མིང་ཁྲིན་ཡིན་པ་དང་བྱོད་ཚོ་ཁྲིན་མི་ཚང་གི་གདུང་རྒྱུད་ཡིན་  
པ་ཤེས་དགོས་ཞེས་ཁོང་ནས་ཁོ་ཚོས་ནམ་ཡིན་རུང་ཁོང་གི་རྩ་ལམ་ནས་བཟུང་པའི་ཁག་རྒྱན་ཕྱིད་ཀ་དེ་  
མི་བརྗོད་པའི་རེ་བ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

ཁྲིམ་ན་ཉར་ཆགས་བྱས་པའི་མདོག་སེར་པོར་གྱུར་པའི་འདྲ་པར་གསལ་དེ་བ་ཁོད་བཞིན་རས་སྐྱེ་འབྲས་  
དུངས་ཤིང་གཟུགས་རིང་པོ་མིན་པའི་སྐྱེས་པ་ཞིག་གིས་ནམ་རྒྱུན་རྒྱ་མིའི་སྤོལ་རྒྱུན་ལྷ་བ་རིང་པོ་གྱོན་  
ཞིང་ཁོང་གི་མཐའ་འཁོར་དུ་རི་ཚོགས་ལྷ་མཐའ་བྲལ་ཞིང་དགོན་པ་ཆེན་པོ་གནས་ཤིང་ལོ་ན་གཞོན་ཞིང་  
ཡིད་འོང་གལ་དག་གི་ཕྱོམ་ནས་མགོ་ལ་གཡུ་བྱར་བཏགས་ཤིང་བོད་ལྷ་གྱོན་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་ངའི་  
ལོ་གཞོན་ཡིན་པའི་ཨ་པས་སྤྲིན་མ་བསྐྱས་ཤིང་གཟུགས་གཞི་ཞན་པའི་ངང་ཉ་ལམ་བུ་ཆེ་བའི་འགན་  
ཁུར་སྤྱོ་མོ་སྤར་ནས་སྤྲག་པར་བབས་པ་དང་འདྲ།

དངོས་གནས་བཤད་ན་རྗེས་སུ་ཉ་ལམ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ལོའི་ལོ་མགོར་ཁོང་ཐེངས་ཤིག་ཕྱིར་ཁྲོད་ཆེན་དུ་  
ལོག་ཁྱོད་ཡོད་ལ། དེ་ན་ཁོང་གི་རྒྱུང་འདྲིས་བཟའ་ཚང་དང་བུ་མོ་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁོ་མོ་  
ཚོས་མཐར་ཐུག་ཁག་རྩ་བརྗེས་པ་ལྟ་བུའི་ཁོ་རང་འགོག་སྤྱོད་མེད་པ་རེད། ཁོང་ནས་འདས་ཟིན་པའི་ལོ་  
ཟླའི་ཁོད་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཡོད་ཚད་ལ་བསྟུན་རྒྱ་ཁག་པོར་གྱུར་པ་གསལ་པོ་རེད། རྒྱ་ནི་དངོས་པོ་ལས་མི་མ་  
ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་དོན་དངོས་རྒྱ་ནི་ཅི་ཡང་མ་རེད། ཁོང་གི་མཐའ་མའི་སྤྱོད་གནས་དེ་སྤར་ནས་རྒྱ་ཡུལ་  
མ་ཡིན་པར་སྤྱེ་དགོ་ཡིན་འདུག ན་བཟའ་དུར་སྐྱུག་གྱོན་མཁན་ནས་ཁེབས་ཤིང་ཚོས་ཀྱི་དུང་སྐྱ་དང་  
བསང་དུད་མཁའ་ལ་བྱབ་པའི་གྲོང་བརྡལ་རྒྱུང་རྒྱུང་དེ་ཡིན་འདུག དང་ཐོག་བསམ་སྤོ་འཁོར་དུས་ཁོང་ལ་  
རུས་མིང་མེད་ལ་སྐྱེས་ཁུངས་མེད་ཅིང་གཉེན་ཉེ་གྲོགས་པོ་མེད་པར། ཁོང་དེ་སྤྱོད་གཅིག་པོ་སེམས་ཀྱི་  
དངངས་སྐྱག་ཁྱེར་ནས་ལག་གཉིས་སྟོང་པར་ལུས་སྟོང་གི་མ་ཁ་དང་ལྷན་དུ་བེལ་འཛུབ་ཀྱིས་ཐོན་དུས།



ག་ལེར་ག་ལེར་དངོས་པོ་ཞིག་གིས་ཁོང་ལ་སེམས་གསོ་དང་བསྐྱེད་ཤོད་བྱས་ཤིང་། དེ་སྔོན་ཁོང་ལ་མེ་  
བཞིན་སྟེག་གིན་པའི་ཁོ་གྲགས་ཀྱི་སེམས་པ་འཇགས་སུ་བཅུག། དེའི་ནང་ཁམས་པའི་བྱད་མེད་ཅིག་  
དང་ཡང་བསྐྱར་དོད་སྦྱིད་ཀྱི་ཁྱིམ་གཞི་དང་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་བོད་ས་ཡོངས་ལ་བྱབ་པའི་ཆོས་ལུགས་  
འདུས་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེབས་ཁོང་ཕྱིར་ཡོང་བ་རེད། མཐར་ཐུག་ཕྱིར་ཡོང་བ་རེད་ཕྱིར་ཁོང་གི་རྒྱན་ཐག་  
རིང་པའི་ལས་སྐལ་ཁོད་ཀྱི་པ་ཡུལ་ཞིག་གི་གམ་དུ་ལོག་པ་རེད། སྐབས་དེར་ངའི་ཕྱོམ་ལགས་འཇིག་  
རྟེན་མི་ཡུལ་དང་ཁ་གྲུས་ནས་ལོ་བཅུ་འགོར་ཡོད་ན་འང་ཁོང་ཕྱིར་དོན་དངོས་ཀྱི་པ་ཡུལ་ཏེ་སྡེ་དགེར་ལོག་  
བྱུང་།

ངའི་ཨ་པ་ལགས་སུ་ཆ་བཞག་ན་ཁོང་གིས་རིང་བྲགས་པའི་དམག་ལུ་དེ་གྱོན་པ་ནས་བསྐྱུང་། ཁོང་མི་  
སྒྲིབ་ཀྱི་དོན་དུ་འཆོ་གཞེས་གནང་ཚུངས་མེད་པར། ཁོང་ཉ་ལམ་རང་གི་དོན་དུ་འཆོ་གཞེས་གནང་ཚུངས་མེད་  
ཅེས་བརྗོད་ཆོག་གང་ལ་ཞེ་ན། ཁོང་ནི་དམག་མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དམག་མི་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲིད་དབང་  
སྒྲིབ་འཛིན་ཀྱི་འཕུལ་འཁོར་ལག་ཆ། སྐྱར་མཁན་གྱི་མཆན་ཡིན་པས། བཀའ་རྒྱ་དང་ལེན་བྱེད་པ་ནི་  
དམག་མིའི་ལྟོག་ཐབས་བྲལ་པའི་འགན་འཁུན་ཞིག་རེད་ལ། དེ་བཞིན་ཉ་ལམ་མི་ཆོ་གཅིག་རིང་དམག་  
མི་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ལུགས་ལས་བྲལ་པའི་དཔུང་སྐར་དང་རྒྱ་རྒྱན་ལྟ་བུའི་དམག་མི་བྱས། གསལ་པོར་  
བཤད་ན་ཁོང་ནི་ཡུལ་མི་གཞིས་སྤོས་པ་ཞིག་དང་ཁོང་གི་འཆོ་བ་ནི་ཨང་ཕྱིས་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་རེད།  
ཁོང་གི་རྒྱན་གྱིས་ཁོང་གི་བྱིམ་མིའང་འདི་ལྟར་ཡིན་འདུག ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ལོར་ཁོང་གིས་གཞིས་ཀ་རྩེ་  
ནས་ཡིན་པའི་རང་གི་རྒྱུང་མ་དང་བྱ་བུ་མོ་གསུམ་པོ་ཁྲིད་དེ། ཆོས་མདོག་དམར་སྐྱ་ག་མ་ཡིན་པར་དམར་  
པོར་བྱུར་ཟིན་པའི་ལྷ་ས་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ། བོད་རྒྱུ་འབྲས་སྡོད་ཀྱི་ས་ཡོངས་ལ་བསྐོར་བ་བྱས་ནས་  
ལོ་ངོ་ཉི་ཤུའི་རིང་བསྐོར་བ་བརྒྱབས་ཡོད་པ་རེད། མཐའ་མཇུག་ཡེ་ནས་གཞོན་ཐབས་བྲལ་པའི་གསང་བ་  
ཞིག་གིས་ཁོང་ཡང་བསྐྱར་ལྟ་སར་ལོག་བྱུང་། གསང་བ་འདི་ཁ་ནས་བརྗོད་ཐབས་བྲལ་པའི་གསང་བ་  
འདིས་ཁོང་ལ་སྐྱལ་འདེད་ཀྱིས་ཁོང་གིས་བྲེལ་འཇུག་ཀྱིས་ཨང་ཕྱིས་ཕྱིས་གཞི་དེ་ཡོངས་འགྲུབ་བྱས།  
བྲེལ་འཇུག་ཀྱིས་སྤྱོད་ནས་ཡོངས་འགྲུབ་བྱས་ཏེ་གངས་རྩིས་ལྷག་མ་བཞག་པ་དེ་སྦྱོར་བ་གཞུག་མའི་  
བར་དུ་བསྐྱོངས། སྦྱོར་བ་གཞུག་མར་ཁོང་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་ཏུ་སྦྱོས་རྒྱ་བར་དུ། གངས་རྩིས་ལྷག་འཕྲོ་



དེ་ལྟོ་ག་གྱུར་མཚོན་རྟགས་ལེགས་འཛུམས་མཛོན་པར་མཚོན་ངེས། འདི་ནི་ཁོང་བདག་འཛིན་མི་སྤྱབ་པ་  
འདི་དང་ཁ་གྱུས་ནས་རྩང་མ་འགོར་པར་བོད་སྐད་ཁང་གི་སྐར་ཅིས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་སྤྲོ་མ་ཞིག་ནས་  
ཅིས་རྒྱབ་པ་རེད།

སུ་ཞིག་གིས་ཁོང་གི་མི་ཚེ་འདི་ལས་གཞན་འདི་འདྲའི་གསང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་རྟོགས་གནང་བྱུང་།  
དེ་ནི་ལོ་མང་པོ་ཞིག་གི་སྤྲོན་ལ་བོད་ཀྱི་མཐའ་མཚམས་སུ་སྐོར་སྐྱུང་སྐྱུལ་ཞིབ་དུས་སུ་ཁོང་གིས་བར་  
སྐྱུང་ན་ཡོད་པའི་སྐྱབ་ཕྱག་ཅིག་ཏུ་ལུས་གོས་ཀྱིས་མ་བསྐྱབས་ཤིང་དབུ་སྐྱོད་ཀྱི་ལུས་ཀྱིས་པའི་བཞིན་  
མདངས་ཅན། སྤྲོ་སེམས་འཕེལ་བའི་དང་དྲུག་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་བཞུགས་པའི་སྐོམ་སྐྱབ་པ་ཞིག་མཐོང་ཡོད་ལ།  
མཐའ་འཁོར་དུ་རྒྱུན་ཏུ་མཐོང་དགོན་ཞིང་ཐང་ཀྱི་ནང་དག་ཟོད་མཐོང་ཚུང་པའི་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་  
ཀྱིས་བསྐོར་ནས་ལ་ལ་ཉལ་ཞིང་ལ་ལ་ལངས་ནས་ཁྲ་སིམ་མེར་གནས་པ་མཐོང་འདུག ཡོད་ཚད་འདི་  
ལྟར་བག་ཐེབས་དང་ཞི་སྤྲོད་ཀྱིས་གནས་ཡོད་པས་ན་ཁོང་གིས་ཀྱང་ག་ལེར་རྟ་ལ་ལྷག་གིས་བྲབས་  
ནས་ཁ་གྱུས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་བཟུང་འདི་ལྟ་བུའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཟིང་ཟིང་དང་བུལ་པའི་སྐྱེ་བ་ཞིག་ལེན་  
རྒྱུ་ནི་ཁོང་གི་མི་ཚེ་གང་པོའི་རེ་སྤྲོན་ཡིན་ཞིང་། རེ་སྤྲོན་འདི་ནི་ངེ་འདྲའི་ལྟོ་ག་གྱུར་དང་ཡིད་དུ་འོང་པ་ཞིག་  
རེད། སུ་ཞིག་ལ་ལབ་ཀྱང་ཚང་མས་མི་ལམ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱོམ་ངེས། འདི་འདྲའི་རེ་སྤྲོན་ནི་འཛིག་རྟེན་འདིར་  
གཞི་ནས་མཛོན་འགྱུར་བུལ་པ་ཞིག་རེད། སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་ཁོ་ནར་མ་གཏོགས་སྐྱེ་བ་གཞུག་མའི་ཁོང་  
གིས་དག་ཟོད་རང་དབང་གིས་འདོད་པ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་ངེས།

དེ་ལྟར་ཤ་ཉེའི་འབྲེལ་ཐག་དེ་ལྟོ་ག་ཏུ་མི་སྐྱུང་པའི་གཉེན་ཉེའི་འབྲེལ་ཐག་དེས་ངའི་ཡིད་སེམས་ཀྱི་ལས་  
དབང་གི་རྟ་མཚོག་ལ་ཁ་ལོ་བྱས་ཏེ། ང་རང་ཚོས་མདོག་དམར་སྐྱུག་གི་ཁང་པ་དེར་འཁྲིད་རོགས་  
གཞོངས་དང་། དེ་ནི་དག་ཟོད་ང་ཡི་བྱིས་གཞིས་ཡིན། ངའི་དུས་གཏན་གྱི་བྱིས་གཞི་འབའ་ཞིག ངའི་  
ཚོས་མདོག་དམར་སྐྱུག་གི་བྱིས་གཞི་འདིར་ངའི་གཉེན་ཉེ་ཚོས་སྤར་ནས་དམར་སྐྱུག་གི་གྲོན་ཆས་བརྗེ་  
བོ་བརྒྱབས་ཏེ་ཁྲ་སིམ་པོར་ང་ལ་རེ་སྐྱུག་གནང་བཞིན་པ་ངས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་།  
སེམས་ཀྱི་རེ་སྤྲོན་འགྲུབ་ཆེད་དུ་ཡང་བསྐྱར་མཇུག་པའི་ཆེད་དུ། སྐྱེ་བ་རྗེས་མའི་དམ་བཅའ་མཛོན་འགྱུར་  
ཆེད་དུ།

དངོས་གནས་སྒྲིབ་སོང་།

ཐོག་མར་སྡེ་དགའི་པར་ཁང་མཐོང་སོང་།

ངོམ་བཤད་ན་པར་ཁང་ནི་དགོན་པ་མ་རེད་ལ། པར་ཁང་ཚང་མ་དགོན་པའི་ནང་ན་ཡོད་ལ་དེ་ནི་དགོན་པའི་  
ཆ་ཤས་ཤིག་རེད། ཡིན་ནའང་སྡེ་དགའི་པར་ཁང་ནི་དམིགས་བསལ་བྱ་དུ་ཆོས་ལུན་ཞིང་། དེའི་ཕྱི་ངོས་  
དང་ཚོན་མདོག་གྲུབ་ཚུལ་གཞི་རྒྱ་བཅས་ཚོགས་གཅིག་གིས་བཤད་ན་དེ་དགོན་པ་དང་གཉིས་སུ་མ་  
མཆིས། ལྷག་པར་དུ་དམར་སྤྲིན་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་དག་གལ་སྲིད་དེའི་ཚོན་མདོག་དེ་མིན་ན་དེ་བས་  
མཁར་ཚྲོང་ཞིག་དང་པོ་བྱང་ཞིག་དང་ཡང་ན་མི་རིགས་ཀྱི་བྱ་དུ་ཆོས་ལུན་པའི་ཁང་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་  
མཚུངས།

ལོ་བཅུ་ཕྱག་སྤྲོན་ལ་ལོ་བཅུ་ཕྱག་སྤྲོན་ལ་ཡང་ན་དེ་ལས་སྡེ་ཤོས་སུ། གནས་འདི་སྟེ་སྡེ་དགའི་རྩ་ཚོས་  
མདོག་དམར་སྤྲིན་ལས་གཞན་ལ་དོག་ཅི་ཡང་མེད་པ་འདྲ། མི་རྒྱལ་སྤྲིན་གནས་འདི་ནི་ལྷ་ས་དང་  
གཞིས་ཀ་ཙེ་ནང་བཞིན་གྱི་གནས་མཆོག་དུ་བརྩིས་ཡོད་པ་རེད། གནས་མཆོག་འདིའི་དཀྱིལ་དབུས་སུ་  
ལོ་ངོ་ཉིས་བཅུ་བདུན་བཅུ་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལས་མེད་པའི་པར་ཁང་ཡོད་ལ། གདོད་མ་ནས་འདིར་གནས་  
པ་དང་གསལ་ལྷང་ངར་གྲོང་ངར་འགྱུངས་ཡོད། དེ་ནི་བོད་ཡོངས་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ཆེ་ཤོས་དེ་རེད། རེད་  
དེ་དེ་ནི་དེར་རབས་དོན་སྤྲོད་ལུན་པའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་མ་ཡིན་ཀྱང་། བྲངས་འབོར་དཔག་དཀའ་ཞིང་སྤྲོ་  
མཐུད་དུ་འཕར་སྤོན་གནང་བཞིན་པའི་དཔེ་དེབ་གསོག་ཉར་ཁང་ཞིག་གྲུབ་ཡོད་པ་རེད། འདྲ་མཚུངས་  
མ་ཡིན་ལ་རྩོག་འཛིང་མ་ཡིན་པའི་དཔེ་དེབ་སྒྲིགས་བཅུ་མང་ཞིང་ཡིག་ཚོགས་ཆེ་བ་༩ དེར་སང་ཇེ་རྒྱུད་  
དུ་བཏང་ནས་འོད་སྤེར་སྤྲོད་མོའི་ནང་བཅུག་ཆོག་རྩོམ་པ་པོའི་མཆན། ༡། མི་རྒྱལ་སྤྲིན་མཐོང་བ་ཙམ་  
གྱིས་བསྐྲུགས་བཅོམ་བྱེད་ལ་མི་ཆོར་པ་མཐའ་ཡོད་ཀྱང་ཤེས་བྱར་གཞལ་མཐའ་བྲལ་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་  
ངང་ངམ་ཤུགས་གྱིས་སྒྲིབ་ཡོང་།

དོན་དངོས་དེ་ནི་པར་གཞི་གསོག་ཉར་དང་ལག་ཤེས་ལག་རྩལ་མཉམ་འབྲེལ་བྱས་པ་ཞིག་རེད།

དེར་པར་ཤིང་མི་འདྲ་བ་རིགས་འབྲུམ་གཉིས་དང་ཁྱི་ལྷ་ལྷག་བསྐྱེད་ཉར་བྱས་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ནང་  
བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་ཉིད་བཅུད་དེ་༩ སྡེ་དགའི་པར་ཤིང་། དུ་འབོད་པ་དེ་ཡོད་ལ། བྱད་མཚར་དང་གསང་

པ་ལྟོག་ལྟར། རྒྱུད་འཕེལ་དར་རྒྱས་ཀྱི་ལྷན་ཤུགས་ཀྱིས་པར་བཏོག་ལས་ཀ་བྱེད་ས་དང་མཉམ་ཏུ་འབྲེལ་  
ནས། ལོ་རེ་ཉིས་བརྒྱའི་རིང་ཉ་ལམ་ལས་ཀ་མཆོམས་འཛུགས་བྱེད་སྤྱོད་མེད་ལ། རིང་ཞིང་ཞིང་སྤ་བའི་  
ཤོག་ལྷེ་རེ་རེ་དུམ་བུ་བྱས་པའི་དཔེ་ཆ་སྣ་རིང་དུ་སྒྲུབ་ནས། ལྟོག་ལྟར་དང་དར་འཕེལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པའི་  
ཤུལ་རྩིས་ཐབས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྤྱིང་པར་ཤིང་འདི་དག་གི་ཡི་གེའི་པར་རོས་དང་རིམ་འི་པར་རོས་ཆང་མ་  
ནང་དོན་སྤྲོས་སྤྲོམ་ཚོགས་ཤིང་རིན་ཐང་རྩ་ཆེན་ཡིན་ལ། ཁ་ཤས་ནི་འཛམ་གླིང་ཐོག་མཐོང་དཀོན་པའི་  
པར་ཤིང་དུ་སྒྱུར་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གང་ནས་སྐྱེས་པའི་མ་གང་ཡིན་ཀྱང་སྤྱི་དགེ་ཤིང་  
པར་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་དུས་ཆང་མས་བརྩི་བཀྱར་དང་མཐོང་ཆེན་མི་བྱེད་མཁན་ཡོད་པ་མ་རེད། སལ་ཆེར་  
བོད་ཀྱི་དགོན་པ་ཡོད་དོཅག་གིས་སྤྱི་དགེའི་ཤིང་པར་གྱི་ཆོས་དཔེ་ཉར་ཆགས་བྱས་ཡོད་ཅིང་། དགེ་  
འདུན་པ་ཆང་མས་སྤྱི་དགེའི་ཤིང་པར་གྱི་ཆོས་དཔེ་བཀྲུགས་སྤྱོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་མིན་གནའ་བོའི་སྤྱི་  
དགེའི་དཔེ་རྩིང་ཅིག་བཀྲུག་པ་ཡིན་ན་སྤྱི་དགེའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ས་ཁམས། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྟོགས་ངེས་  
རེད།

རིམ་པ་འོག་མ་ལས་གཞན་པར་ཁང་ལ་ཁང་བརྟེན་ས་རིམ་པ་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་པར་ཤིང་གསོག་  
ཉར་བྱེད་ས་དང་པར་ས་དཔེ་དེབ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུ་བྱས་བྱེད་ས་བཅས་ཡིན་པ་དང་། དཀྱིལ་དབུས་ནི་ཁོབ་དེ་  
འདྲ་ཡངས་པོ་མ་ཡིན་པའི་སྐར་ཁུང་ཡིན་ཞིང་། འབྲམ་གྱི་སྐལ་འཛུགས་སྤྱིང་ཡར་སོང་པ་ན་མི་རྣམས་  
ཀྱིས་སྤྱི་སྤྱི་དང་གསལ་སྤྱིང་སྤྱིང་གི་སྤྱི་སྤྱིའི་ཁོད་ལྷན་ཤུགས་ཆེན་པོ་འདོན་མི་དགོས་པར་ཆོས་དཔེ་  
དཔར་བཞིན་པའི་ཤག་ཤག་གི་པོ་རིམ་ཡོད་པའི་སྤྱི་རྣ་ལམ་དུ་བྲགས་ཡོང་།

དེ་ནས་ཡར་སོང་ན་སྐར་ཁུང་གི་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་སྤྱི་འབྲེལ་གྱི་བར་ཁྲམས་ཡིན་ཞིང་ན་གཞོན་བརྩ་  
བྱངས་ཤིག་གིས་སྤྱི་སེམས་འཕེལ་བའི་ངང་ལས་ཀ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ། ཁོང་ཚོ་མི་གཉིས་རེ་ཆོན་པ་  
གཅིག་བྱས་ནས་མི་གཅིག་གིས་འབྲེད་དུ་བཞག་པའི་པར་ཤིང་ཐོག་སྤྲུག་ཆ་བྱགས་པ་ན་མི་གཞན་པ་  
དེས་ལག་པ་གཡོན་པས་ཐོག་མར་ཤོག་བུ་བཏིང་བ་དང་དེ་ནས་ལག་པ་གཡས་པས་ལྷུ་མ་གཟུགས་  
ཤིག་སྒྱུར་དུ་ཕར་བྱུད་པ་ན་ཡི་གེ་ཤོག་བུའི་ཐོག་གསལ་པོར་བབས་ཤིང་། ཤོག་ལྷེ་གཅིག་དེ་ལྟར་  
ལེགས་འགྲུབ་བྱུང་པ་རེད། བརྒྱད་རིམ་ཆ་ཆང་དབུགས་ལེན་ཅོམ་ལས་མེད་ལ་ཉ་ཅང་མགྲོགས་པོའི་མི་

ལ་མིག་གིས་ལྟ་ཁོམ་མེད་པར་མིག་འབྲུལ་བའི་སྒྲུང་བ་སྟེ། མིག་དེབ་ཅིམ་གྱིས་འཕྲུལ་ཆས་ནང་  
བཞིན་སྒྲུར་བའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་པར་དཔེ་བཞག་ན་དུང་དལ་བའི་ཚོར་བ་སྦྱིན་ཡོང་། དེདག་  
ཁྲོད་ཆེས་མགྲོགས་ཤོས་ནི་ལོ་ན་ཆེ་རྒྱ་རྒྱ་མེད་པའི་ན་གཞོན་ཚོ་ཡིན་ལ་འཕྲུལ་ཆས་ལ་ཚོད་འཛིན་  
ཉམས་པ་ཇི་བཞིན་མགྲོགས་སྒྲུར་གྱིས་འཁོར་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱིན་ལག་གི་ཤོག་བྱ་ཁ་བའི་འདབ་མ་ས་ལ་  
ཟེགས་པ་བཞིན། ཤོག་བྱ་གཅིག་ཡར་སྐྱངས་ནས་བལྟས་པ་ན་ཡི་གེ་གསལ་བོར་བབས་ཡོད་པ་རེད།  
དེ་མཚུངས་སུ་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུ་སྐད་ཆེས་གསལ་བོར་ཐོས་ཡོང་། བོད་མི་རྣམས་འདི་ལྟ་བུའི་འབྲུར་མེད་  
ཀྱི་ངལ་རྩིས་དུས་སུ་འད་སྤོ་བའི་ཁེངས་ཤིང་། ཁོང་ཚོ་འོ་སྒོ་ཁ་སྤོ་བའི་ཁེངས་པ་དང་བརྒྱུད་ནས་ང་རང་  
ལ་འད་དག་འསྤོ་དཔག་མེད་འཕེལ།

དེ་ནས་དུང་ཡར་སོང་བ་ན་བར་བྱམས་རིང་པོ་ཡོངས་སུ་ཐག་པའི་བརྒྱས་ཤིང་དེདག་ཐོག་དེམ་ཐག་  
དཔར་ཟེན་པའི་ཤོག་ལྷོ་སྤོ་པ་རེ་རེ་བཏགས་ཡོད་ལ། སྤྱིད་ཏིག་ཏིག་གི་དར་སྤྱོད་ནང་བཞིན་སྐར་བྱང་  
ལས་བསིལ་རྒྱུད་དལ་བྱར་གཡུག་པ་དང་། མི་རྣམས་ཕར་བགོད་ཀྱི་ཤྱགས་ལས་རྒྱུད་བྱ་ཕན་ཅིམ་  
བསྐྱོམས་པ་ན་དར་སྤྱོད་ཇི་བཞིན་གྱི་ཤོག་བྱ་འདི་དག་ག་ལེ་ག་ལེར་རེ་རེ་བཞིན་གཡོ་བསྐྱོད་བྱེད་ཀྱིན་  
པར་ཁང་ཡོངས་གསོན་ཤྱགས་ལྡན་པར་གྱུར།

ཡང་ཤོག་བྱ་འདི་དག་ནི་ཤོག་བྱ་གཞན་པ་དང་འདྲ་བོ་མ་ཡིན། ཚོན་མདོག་དང་རུས་པ་གང་གི་ཕྱོགས་  
ནས་ཀྱང་འདྲ་བོ་མིན་ལ་དེ་ལས་ལྷག་པར་ཤིན་ཏུ་དམིགས་བསལ་གྱི་རྒྱ་ཆ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། མི་རྣམས་  
ཀྱི་དེར་ཁྱོད་ཤོག་ཀྱི་ཅེས་འབོད་ཀྱིན་ཡོད་ལ་མིང་འདི་ལས་ཤོག་བྱ་བོད་ན་མ་གཏོགས་མེད་པ་གསལ་  
བཤད་བྱེད་པ་འདྲ། དེས་ན་རྒྱ་ཆ་མི་འདྲ་ཅི་ཞིག་གིས་ཤོག་བྱ་འདི་བཟོས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མི་རྣམས་  
ཀྱིས་བརྗོད་ན་ཤོག་བྱ་འདི་དག་གི་རྒྱ་ཆ་ནི་མིང་ལ་ཨ་ཇོ་རུ་ཇོ་ཞེས་པའི་རྩི་ཤིང་ཞིག་གི་རྩ་བ་ཡིན་པ་  
དང་། དེར་ཚི་སྐྱ་དང་དུག་རྩལ་ཡོད་ལ་བཀོས་མ་ཐག་གཅིང་མ་བཀྱས་ནས་རྩི་ནང་སྤང་རྩལ་སྤྱག་སྤྱག་  
བྱས་ཏེ་ཡང་ནས་བསྐྱར་དུ་དྲངས་སྟེགས་བཅུད་ལེན་བྱས་ཏེ། མཐའ་མཐུག་མདོག་སེར་པོར་གྱུར་ནས་དེ་  
འདྲ་ཞིབ་ཚགས་མིན་ཡང་མཉེན་མོ་ཡིན་པ་ཞིག་བཟོས་འདུག དེའི་བྱད་ཆོས་ནི་འབྲུ་དང་ཅི་གྲུ་མི་ཟ་  
བ་དང་། ཅི་ཅིམ་ཉར་ཚགས་བྱས་ཀྱང་མི་རུལ་པས་ཆོས་དཔེ་བཟོ་བྱེད་ཀྱི་ཆེས་ལགས་ཤོས་ཀྱི་ཤོག་བྱ་

ཡིན་པ་རེད། གནའ་ནས་ལོ་རྒྱུ་ཕྱག་བརྒྱ་ཕྱག་རིང་བོད་ཀྱི་དགོན་པ་ཆ་ཚང་ནང་མཐའ་ཡས་གངས་  
ཀྱིས་མི་ལངས་པ་དང་རྒྱ་ཆད་མེད་པར་དཔར་བཞིན་པའི་ཚོས་དཔེ་ཚང་མ་ཤོག་བྱ་འདིདག་བེད་སྤྱོད་  
བྱེད་ཀྱིན་པ་རེད།

ང་རང་ཡང་ཤོག་བྱ་འདིར་ལྷག་པར་དགའ་བོ་ཡོད། ང་རང་ཤོག་བྱ་འདིའི་ཚོན་མདོག་སྐྱ་བོ་དང་ཉི་འོད་  
འོག་གསལ་ལ་མི་གསལ་པའི་ཁ་རིས་ལ་དགའ་བོ་ཡོད། དེ་ནི་འཇམ་མཉམ་རྩ་ལྔ་དགེ་ཅུ་བ་ཡིན་ཞིང་  
དེ་ལག་ནས་ག་ལེར་སྐྱལ་དུས་སྐྱེད་གི་ཤུར་སྐྱ་གྲགས་པར་དགའ་བོ་ཡོད། ཡིན་ཀྱང་དེར་དུག་ཡོད་ཚུལ་  
ཀྱི་བཤད་རྒྱུ་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ངས་དེ་ཁ་ནང་དུ་འཛོག་པར་ཞེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་དེར་ལྷོག་གྱུར་  
ཀྱི་མཐུ་ཅུས་ཀྱིས་ཁེབས་འདུག

ཤོག་བྱ་འདིདག་དར་ལྷོག་ཇི་བཞིན་ཀྱི་ཤོག་ལྷེ་དེདག་ལྷག་པར་དུ་པར་ཤིང་སྤྱོད་ཕྱག་ཁི་ཕྱག་འདིདག་  
ལས་པར་ཁང་ལ་བྱད་མཚར་གྱི་པན་འབྲས་སྒྲིན་འདུག

དེ་ནས་ང་རང་ནང་ལོག་དུ་སོང་པ་ན་ཀྱག་ཀྱོག་གི་མགོ་འཐོམ་སའི་གབ་ཁང་ཞིག་དུ་འཇུལ་བ་ནང་བཞིན་  
འདུག ཁང་པ་རེ་རེའི་ཆགས་སྤངས་སྟོག་འཛིང་མིན་ནའང་ཀ་བ་སྒྲོམ་པོའི་དབར་དུ་གསོག་ཉར་བྱས་  
པའི་པར་ཤིང་གི་ཤིང་སྒྲོམ་མང་དྲགས་པ་དང་མཐོ་དྲགས་པས། ཅུང་ཅིམ་པར་རྒྱུར་བཤོད་པ་ན་ལམ་ཁ་  
ནོར་ཉེན་ཆེ་བ་རེད། ཤིང་སྒྲོམ་གྲལ་ཤར་རེ་རེ་སྒྲོམ་བཅོ་ལྔ་རེ་བྱས་ནས་ཡོད་ལ། སྒྲོམ་བྱ་རེ་རེའི་ནང་  
ཚགས་ཞིབ་མོ་བྱས་ནས་པར་ཤིང་བརྒྱས་ཏེ་ཤིང་པར་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཡུ་བ་བཏགས་འདུག པར་ཤིང་  
ཆེས་ཐོག་མ་དེདག་ལེན་ན་ངས་པར་སྐྱས་འཛོགས་སྟེང་ཡར་འཛོགས་ཏེ་འགོ་དགོས། ཤིང་སྒྲོམ་དང་  
པར་ཤིང་ཚང་མར་ཚོས་མདོག་དམར་སྒྲིག་བྱགས་ཤིང་། དེ་བཞིན་པར་ཁང་གི་བསྐྱོར་གྱི་ཚོན་མདོག་ཀྱང་  
གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་རེད། ཉ་ལམ་སྒྲོན་མེ་མེད་པ་འདྲ་ཡང་གཅིག་བྱས་ན་ཡོད་ཀྱང་ངས་མ་མཐོང་པ་  
ཡིན་སྟེ། རང་བྱུང་གི་འོད་སྤྲེང་འདིས་ཉ་ཅང་ཕན་བྱ་མ་གཏོགས་མཐོང་མི་སྤྱབ་པས་ཤིང་སྒྲོམ་དང་པར་  
ཤིང་རིམ་གྱིས་སྐྱོན་ནག་གིས་བཏུམ་སྟེ་མཐའ་མི་མདོན་པ་དང་གཏིང་རིམ་དཔག་དཀའ་བ་ཞིག་རེད།  
ངས་དེ་སྒྲོན་ལབ་པ་བཞིན་པར་ཤིང་འདིདག་ལ་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་ཅུས་པ་ཞིག་ལྷན་པ་ཇི་བཞིན། རོམ་དེ་ལྷར་  
རེད་འདི་འདྲའི་ཁོར་ཡུག་དུ་གསང་བ་ལྷོག་གྱུར་དང་དེ་བཞིན་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་སྐྱེ་འཕེལ་བྱེད་པ་དངོས་

གནས་ཁྱད་མཆོར་བོ་ཞིག་རེད།

པར་ཤིང་འདི་དག་མང་ཆེ་བ་རྩིང་པ་ཡིན་ལ་ཆེས་རྩིང་ཤོས་དེ་ལོ་རྒྱུས་ནང་བཀོད་པ་ལྟར་ན། དཔེར་ན་  
༼འཕགས་པ་བརྒྱད་སྟོང་༽ ལྟ་བུ་ཡིན་ལ་ཕྱི་ལོ་ ༡༧༡༣ལོར་ཤིང་བཀོས་ལེགས་སྐབ་བྱུང་ནས་ད་བར་  
ལོ་ཉིས་བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུ་བྱ་བུ་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་རེད། སྟན་གྲགས་ཆེ་བའི་༼བཀའ་འབྱུར་༽དང་  
༼བསྟན་འབྱུར་༽གཉིས་ཀྱི་པར་ཤིང་ཡང་དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་ནང་བཀོས་ནས་ལེགས་འབྲུབ་བྱུང་  
འདུག ངས་ག་ལེར་པར་ཤིང་ཞིག་ཚུར་འཐེན་དུས་བསམ་ཡུལ་མ་འདས་པར་ཉ་ཅང་ལྗིད་མོ་ཡིན་ཕྱིར་  
ལག་པ་ཡ་གཅིག་གིས་ཡར་ཐེག་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད། བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ལྗིད་མོ་འདི་ལས་པར་ཤིང་  
འདིའི་རྒྱ་ཆ་འཇིག་རྟེན་འདིར་གཏོགས་མིན་མི་ལ་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱི་ཐེ་ཆོམ་ཞིག་སྟེ། རྗེས་སུ་རྩོད་གི་  
ལོ་རྒྱུས་ལས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་པ་ན། པར་ཤིང་དེ་ནས་རྒྱུན་ལོ་མ་དམར་པོ་ཅན་གྱི་ཤིང་སྟག་པ་ཡག་  
ཤོས་འདེམས་ནས་དུམ་བུར་བཅད་དེ་མེ་རྒྱུད་ཅུའི་བདུག་ངར་བྱས་ནས་ལུད་དོང་ནང་དབྱུག་ཁ་ཞིག་ལ་  
སྤང་རྗེས་ཡང་བསྐྱར་རྒྱུའི་ནང་བཅོས་ཏེ། སྐམ་དུ་བཅུག་ནས་ངོས་མཉམ་པོར་གཞོགས་པ་དང་། དེ་ནས་  
གནའ་བོའི་སྒོ་ལ་རྒྱུན་གྱི་ལག་ཅུལ་ལྟར་ཡི་གེ་འམ་རི་མོ་བཀོས་ནས་གཟབ་ནན་གྱི་ཞིབ་དག་བརྒྱད་ད་  
གཟོད་པར་ཤིང་གཅིག་བཟོས་ཆར་བ་རེད། དེ་ལྟར་ལས་འདི་འདྲའི་ལྗིད་ཏིག་ཏིག་ཅིག་ཡིན་ནམ། ལྗིག་  
ཏིག་ཏིག་འདི་པར་ཤིང་ཡིན་པའི་རྒྱུན་མ་ཡིན་པར་དེའི་སྟངས་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་རྒྱུན་དང་མཚུངས། འདིའི་  
ཡི་གེ་རེ་རེར་དེ་འདྲའི་ལྗིད་ཆད་ཡོད་མི་སྟོན་དམ།

ངས་པར་ཤིང་ཞིག་པར་དུ་སྤངས་ཏེ་ཞིབ་དུ་ལྟ་ཞོར་ལག་པས་དལ་བུར་རེག་དུས། སྒོ་བུར་དུ་མགོ་ཡོམ་  
འཁོར་བའི་ཆོར་སྒྲུལ་སྟེ། པར་ཤིང་འདིའི་ཐོག་དྲི་མ་ཡ་མཆོར་ཞིག་འདུག དྲི་བསྐྱེད་ཆེ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་  
དྲི་མ་མེད་པའང་མིན་ལ་རྩལ་དྲི་དེ་བས་མ་ཡིན་པར་མི་ལུས་སྒྲིད་པར་བྱེད། དེ་ནི་ལོ་མང་འགོར་བ་དང་  
འབྲེལ་བ་ཡོད་ནའང་བརྟེ་སེམས་ག་གེ་མོ་དང་དེ་བས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པར་སེམས། ཡིན་ནའང་དེ་ནི་སྤྱ་  
ཞིག་གི་བརྟེ་སེམས་ཡིན་ནམ། འབར་འབྱར་ངོས་མི་མཉམ་པ་དང་ཤུལ་རྗེས་མེ་ཏོག་རི་བཞིན་གྱི་ཡེ་གེ་  
འདི་དག་ཉ་ཅང་རྒྱུས་མེད་དང་གཤམ་ཆོག་རི་བཞིན་གནམ་ཡིག་རི་བཞིན། དེ་དག་གློག་སྐབ་པར་ངས་ཡིད་  
ཆེས་བྱེད་མི་སྐབ་པ་འདྲ། མི་རྣམས་ཀྱིས་དེ་དག་རེ་རེ་གདངས་གསལ་ཞིང་དག་པར་གློག་སྐབ་པ་རེད།



ཡིན་ཀྱང་སུ་ཞིག་གིས་འབྲུལ་མེད་ཀྱིས་དེ་དག་གི་ནང་དོན་རྟོགས་སམ། ང་རང་འདི་ལྟར་གཏིང་ཐོབ་  
 ནས་ཐོབ་ཀྱིས་སྟོང་འདྲ་ཁྱོད་གདའ་དུས། མིག་ཟུང་སྟོ་བྱར་ཐོག་ཅེ་ན་ཡོད་པའི་ཤིང་སྟོ་སྟོང་འཁོར་  
 སོང་། དེ་ན་ཚོན་མདོག་གི་སྐྱ་དཔར་རྒྱ་རྒྱ་རེ་རེ་བཞིན་འཛོ་བཞིན་ཤིང་འཇགས་ངང་ཐི་མི་སྐྱམ་པར་  
 བཞུགས་འདུག ངས་དེ་མ་ཐག་ཡི་གེ་དེ་དག་ནི་སུ་ཞིག་གི་གསང་སྒྲགས་ཡིན་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་།  
 གལ་ཏེ་ང་རང་པར་ཤིང་འདིའི་སྟེང་གི་ཡི་གེ་ཞིག་ཏུ་སྐྱུལ་བྱལ་པ་ཡིན་ན་ང་རང་དེ་ལྟར་བྱེད་འདོད་ཡོད་ལ།  
 ང་རང་པར་ཤིང་ཁྱོད་མང་པོ་འདིའི་ཁྱོད་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་བྱུར་ཏེ། གཞན་གྱི་ཆེད་མ་ཡིན་སུ་ཞིག་གསང་  
 སྒྲགས་ཁོ་ནར་སྐྱུལ་ནས་སུ་ཞིག་གིས་ང་རང་འདིར་བཞག་སྟེ། གཏན་དུ་གནས་འདིན་ས་འདུག་འདོད་  
 ཡོད་ལ་ངའི་མ་ཡུལ་སྡེ་དགེ་ནས་འདུག་འདོད་ཡོད།  
 པར་ཤིང་འདི་ལས་ངས་ཡིད་འོངས་ཀྱི་མདུན་སྡོངས་མཐོང་བའི་ཚོར་བ་སྐྱེས། ངས་སྐྱེ་བ་གཞུག་མའི་  
 དམ་བཅའ་དེ་འང་འདི་ལས་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོད་མི་སྲིད།  
 དེ་བས་ང་རང་དགོན་ཆེན་ལ་སླེབ་དུས་སྒར་ནས་སྟོད་ལ་བབས་འདུག ང་ལ་མ་གྲོགས་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་  
 སྟབས་བསྟུན་བག་ཐེབས་ཀྱིས་རྒྱལ་མོ་དཔུལ་རྒྱུའི་ཡར་ཕྱོགས་སུ་སུ་མཐུད་གནས་མཇལ་ལ་བྱིན།  
 སུ་ཞིག་གིས་དེ་སྔོན་ངའི་སེམས་ཁོངས་ནས་འབྱུར་པའི་བླ་བས་མཐོང་བྱལ་བམ།  
 ཡིན་ཡང་དགོན་ཆེན་དེའི་སྔོན་མའི་གཟུགས་བརྟན་དེ་གང་དུ་ཡོད་དམ།  
 ངས་དེ་ཡང་བསྐྱར་དང་ཐོག་གི་གནས་སུ་བསྐྱེབ་པར་ཡིད་ཆེས་བྱལ། སལ་ཆེར་དང་ཐོག་འབྲུ་བོ་རེད།  
 དགོན་པ་གཙུག་ཤོས་ལས་ལྷག་མེད་དམ། ཡང་ན་དེ་སྔོན་ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བྱིན་འདུག གསར་དུ་ཚོན་ཅི་  
 བྱགས་པའི་དགོན་པའི་མཐའ་རུ་དཔུང་རྫོང་ཞིག་དང་གྲ་ཤག་བཅུ་གངས་ཤིག་འདུག  
 ཡིན་ཡང་དགོན་ཆེན་གྱི་དེ་སྔོན་གྱི་སྒྲོང་བརྟན་གང་ལ་བྱིན་པ་ཡིན་ནམ།  
 དེ་སྔོན་མ་ནང་བཞུགས་འདུག ཉ་ལམ་སྔོན་མ་ནང་བཞུགས་གཙུག་ཆེན་མ་གཏོགས་མི་འདུག་པས་ང་  
 རང་ཡིད་མི་ཆེས་པར་བྱུང་། ཡང་ན་སྔོན་མ་ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བྱིན་འདུག མཐའ་བསྐྱར་ནས་ཚོན་ཅི་  
 བྱགས་པའི་གཙུག་ཤོས་ལ་དཔུང་རྫོང་ཞིག་བརྒྱབས་ཡོད་ལ་གྲ་ཤག་བཅུ་ལ་ཞིག་འདུག ཡིན་ནའང་  
 ཁ་སང་གི་དར་རྒྱས་འགྲོ་བའི་སྐབས་དང་བསྐྱར་ན་ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་ནང་པར་སྐྱོན་བྱས་པའི་རྫོང་གི་ལོ་

རྒྱུ་གདན་རབས་ནང་བཞེད་པ་ཇི་བཞིན་དགོན་པ་སྤེལ་པོ་དཔུལ་ཚུའི་འགྲམ་རྒྱུད་དུ་འབྱར་འཁྱར་  
 ཆགས་ཡོད་ལ་ཤར་ན་གཙོ་དགོན་དང་གྲ་ཤག རྩལ་ཕྱོགས་སུ་པར་ཁང་དང་ཐང་སྟོང་ལྟ་ཁང་བཅས་  
 གྱིས་ས་ཞིང་ཁེབས་ཤིང་བཟོ་སྐྱོན་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆགས་འདུག  
 ཐོག་མའི་ཆགས་རྒྱལ་བཞེད་ན་དགོན་པ་འདི་ཐང་སྟོང་ལྟ་ཁང་དང་འབྲེལ་ལམ་དམ་ཟབ་ཡོད་ཅིང་། ལོ་ངོ་  
 ལྔ་བརྒྱའི་སྔོན་མཆོན་སྟན་ཡོངས་ལ་བྱབ་པའི་སྡེ་དགེ་རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་ཐོག་དང་པོ་སྟོ་ཐར་བཀྲ་ཤིས་སེང་གེ་  
 དང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྐྱ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲས་བྱམས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཁོད་ཟམ་པ་བཞེངས་པ་དང་གར་གྱི་  
 སྟོལ་བཏོད་མཁན། དབུས་གཙང་ནས་བསྐྱེབས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམ་མཁན་དགེ་འདུན་པ་ཐང་སྟོང་  
 རྒྱལ་པོ་དང་མཉམ་དུ་ལྟ་ཁང་དེ་བཞེངས་པའི་མིང་ལའང་ཐང་སྟོང་ལྟ་ཁང་ཞེས་བཏགས་པ་རེད། སྡེ་དགེ་  
 རྒྱལ་པོ་ཇི་མ་བྱོན་གྱིས་ས་སྐྱ་པར་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཕྱིར་དོན་དངོས་ཐོག་ལྟ་ཁང་དེས་སྐྱ་བའི་ལྟ་ཁང་  
 ཞིག་ཡིན་འདུག དེའི་རྗེས་དུས་རབས་བཅུ་དྲུག་པའི་མཚུག་དུ་སྡེ་དགེ་རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་ཐོག་དྲུག་པ་ནས་སྡེ་  
 དགེ་དགོན་ཆེན་གྱི་གཙོ་དགོན་གསར་བཞེངས་གནང་བ་དང་། དུས་རབས་བཙུ་བརྒྱུད་ཀྱི་དུས་མགོར་སྡེ་  
 དགེ་རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་ཐོག་ཉི་ཤུ་པའི་རིང་། ལོ་བཅུའི་ནང་དགོན་ཆེན་རྩལ་ནས་རྒྱ་བསྐྱེད་བཏང་སྟེ་བོད་ས་སྤེལ་  
 པོར་སྟན་གྲགས་ཆེ་བའི་པར་ཁང་དགོན་པར་ཕྱིས་སྤྱད་བདག་གཉེར་བྱེད་དུ་བཅུག་ཡོད་པ་རེད། དེབས་  
 མཁར་རྫོང་གི་བྱེད་ཀ་ཟིན་པའི་དགོན་ཆེན་ནི་སྡེ་དགེའི་མཆོན་རྟགས་སུ་གྲུབ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཁོངས་  
 གཏོགས་དགོན་ལག་བཅུ་ལ་ཞིག་ཡོད་འདུག དེ་རིང་གི་དུས་སུ་གལ་ཏེ་སྐྱ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་སྡེ་དགེ་  
 བ་ཡིན་ཞེས་བཞེད་དུས། མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་སྡེ་དགེ་དགོན་ཆེན་གྱི་ཡིན་ནམ། སྡེ་དགེ་འཛོ་  
 མདའ་ནས་ཡིན་ནམ་ཞེས་འདྲི་ངེས། །ལོ་རྒྱུས་ཐོག་འཛོ་མདའ་ནི་སྡེ་དགེ་རྒྱལ་པོ་འཁྱེད་སུ་  
 གཏོགས་པ་དང་། དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་ལོ་རབས་ལྔ་བཅུའི་རྗེས་སུ་སྤྱི་དབང་གསར་པས་བོད་རང་སྐྱོང་  
 ལྗོངས་ཀྱི་ཆབ་མདོས་ཁྲུལ་དུ་ཆ་བགོས་བྱས་པ་རེད། ཕྱི་མ་པ་པོ་འི་མཆན། ། སྐད་ཆའི་ནང་སྡེ་དགེ་  
 དགོན་ཆེན་གྱི་ཡིན་ན་དག་ཟོད་སྡེ་དགེ་བ་ངོ་མ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས་འདུག  
 ཡིན་ནའང་དེང་སང་གི་དགོན་ཆེན་ནི་ངས་སྐབས་འདིའི་ཕྱིར་བྲན་ནམ། དེ་བཞིན་ཡོད་ཆོད་མདོག་ཡལ་  
 བའི་ཆོར་སྤང་ཞིག

དན་ཤེས་སུ་དགོན་པའི་རྒྱུ་མེད་ལ་ཕྱོགས་བཞིར་ཤིང་ཆ་དང་ཤིང་གཞོགས་ཀྱིས་ཁེངས་ཤིང་།  
 ཁྱི་རེ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྱིད་ལུག་དང་ཉི་མར་ལྷེ་འདུག་པ་ལས་མིའི་འགོ་སྒྱུད་དབེན་ཞིང་སྟོང་འཇགས་སེ་  
 འདུག་སྒོ་འགྲམ་དུ་ས་གནས་དེའི་གནས་མཇལ་བ་ཁ་ཤས་ང་ཚོའི་འགྲམ་ནས་ཕར་ཕྱིན་སོང་། འོད་ཟེར་  
 རྒྱང་པའི་འདུ་ཁང་ནང་ང་ཚོས་ལོ་ན་བགྲས་པའི་དགེ་འདུན་པ་བཞི་ཡིས་ཚས་འདོན་བཞིན་པ་མཐོང་།  
 དགེ་འདུན་པ་གཞན་པ་ཚོ་གང་ལ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནམ། ངའི་སེམས་སུ་ང་ཚོ་སོང་ཕྱིར་པའི་ཡུལ་ཤུལ་གྱི་  
 དགོན་པ་དེ་ཚོ་ནང་བཞིན་དབྱར་གནས་གོལ་མ་ཐག་ཕྱི་ལོག་དུ་དུས་བྱུང་འཆམ་བསྐྱོད་ལ་ཕྱིན་པ་འདྲ་  
 སྟམ། གལ་སྲིད་ཚང་མ་འཆམ་བསྐྱོད་ལ་ཕྱིན་ཀྱང་རུང་། སྐམ་ཞིང་ན་ཚོད་ཀྱིས་པའི་དགེ་འདུན་པ་དེ་བཞི་  
 བོ་གལ་སྤྱིངས་གཅིག་དུ་བཞུགས་ཏེ་དམིགས་བསལ་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་བསྐྱུན་ཡོད་ལ། ཁོང་ཚོ་དེར་  
 བཞུགས་ནས་ཁ་བཏོན་འདོན་བཞིན་པ་འདྲ། ཁོང་ཚོའི་ཕྱག་ལ་མནབས་པའི་དོ་རྩེ་དེའི་སྤྱི་ཚོས་མདོག་  
 ཡལ་བ་དང་ཆེ་རྒྱུ་སྒྲོན་མེ་ཞིག་གི་ཁ་མར་བསྐྱོར་བ་དང་མཚུངས་ལ། ཁོང་ཚོའི་ཕྱག་རྒྱེས་ཟབ་ཅིང་སྒྱག་  
 བོ་དང་ཕྱག་བྱུང་རེ་རེ་རྩ་རྒྱུད་ཤར་རེར་གཉེར་མས་ཁེངས་འདུག ཁོང་ཚོས་ན་བཟའ་ལྟེན་མ་རེར་  
 བཅུགས་ཤིང་དམ་པོར་དཀྱིས་པའི་མགྱིན་པ་ལས་ཐོན་པའི་སྐྱི་ཏ་དང་བོད་ཀྱི་དབྱངས་ཏ་འདུ་ཁང་ནང་  
 ལྷིང་སྒྲི་དང་བྲག་ཆགས་ལ་ལ་མི་གསལ་འདུག དུང་ཁོང་ཚོའི་གཡོ་མེད་ཀྱི་སྒྱུན་བྱུང་དང་ཁོང་ཚོའི་  
 ཉག་སྤ་བའི་འཛུམ་དཔྱལ་ཞིག་ཏ་ལམ་མཐོང་བྱུང་། འདི་དག་ཡོད་ཚད་ལས་མི་རྣམས་ལ་དུས་ནི་འདས་  
 ཟེན་པའི་དུས་དེ། དུས་ནི་དགོན་ཆེན་གྱི་དགེ་འདུན་པ་བགྲས་པོ་བཞི་པོའི་ལུས་ན་གོང་བྱར་འཁེངས། ལོ་  
 རྒྱུས་ནི་དགོན་ཆེན་གྱི་དགེ་འདུན་བགྲས་པོ་འདི་བཞི་པོའི་ལུས་ན་གོང་བྱར་འཁེངས་པ་ཇི་བཞིན། ག་  
 ལེར་འགྱུར་བའི་འོད་ཟེར་དང་བསྐྱུན་ནས་ཁོང་ཚོའི་བྱུང་གཟུགས་ག་ལེ་ག་ལེར་ཇེ་ཆེར་གྱུར། འདི་ནི་  
 དགོན་ཆེན་ཚོར་མེད་དང་རྒྱས་བཞིན་པའི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་མ་ཡིན་ནམ།  
 འདུ་ཁང་གི་བཞུགས་ཁྱིའི་སྤྱིང་ས་སྐྱ་བའི་སྤྱ་མ་ཞིག་གི་སྐྱ་བརྟན་བཞེངས་ཡོད་ལ། སྐྱ་བརྟན་གྱི་གཞུག་  
 གི་ཚོན་མདོག་མེད་པའི་སྐྱ་པར་ཞིག་ལ་ངས་དོ་སྤངས་བྱས་པ་ཡིན། སྐྱ་པར་སྤྱིང་རྣམ་འགྱུར་གཟབ་ནན་  
 དང་སྒྲོབས་པས་ཁེངས་པའི་མི་ཞིག་ནས་སྐྱ་ལ་ན་བཟའ་མནབས་ཤིང་དབུ་ཞུ་གྱོན་པའི་སྤྱ་ཆེན་ནང་  
 བཞིན་བཞུགས་འདུག གནས་ཚུལ་དེ་སྒྲོད་ནང་འདི་ནི་སྤྱི་མ་སྐད་གསལ་བོད་ལ་བྱུང་ཅིང་བོད་ཤར་

ཕྱོགས་དབང་ལ་བསྐྱུས་པའི་སྡེ་དགེ་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པ་རེད། ཡིན་ཡང་ཁོང་སྐྱེ་ཐོག་སུ་ཞིག་དང་མཚན་ལ་  
ཇི་གསོལ་སོགས་ངས་འདྲི་ས་མ་ཆེད། ཇེས་སུ་འབྲེལ་ཡོད་དཔེ་དེབ་ནང་ངས་ཕལ་ཆེར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་  
བ་ལྟར་ན་སྐྱེ་པར་སྤྱང་གི་མི་དེ་ཉ་ལམ་སྡེ་དགེ་རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་ཐོག་ཉི་ཤུ་བ་དང་སྡེ་དགེ་ཆོས་རྒྱལ་སྐྱེ་ཐེང་  
བཅུ་གསུམ་པ་རྗེ་རྗེ་སངས་ཀྱི་ཡིན་ཤས་ཆེ། དོན་དངོས་སུ་ངས་ཁོང་གི་མཚན་སྟོན་ཡིན་གཅིག་མིན་  
གཉིས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནའང་སྡེ་དགེ་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཕྱིན་ཉམས་ཞིབ་གནང་འོས་པ་ཞིག་རེད།  
གང་ལ་ཞེ་ན། ཁོང་ཆོའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་ཉ་ལམ་སྡེ་དགེ་འི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་པ་དང་ཕལ་ཆེར་ཁམས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་  
མང་ཆེ་བ་རེད།

ཡིན་ནའང་སྡེ་དགེ་རྒྱལ་པོར་རྒྱ་ནག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆའི་ནང་། སྡེ་དགེ་ཐུ་སུ་། ཟེར་ཞིང་དེ་ནི་ཕྱོགས་  
གཅིག་ཅུམ་གྱི་གཏམ་དུ་འགོ་བ་དང་འདིན་ས་གནས་སྐབས་བཅུ་དྲུག་གྲས་པ་ཡིན།

སྡེ་དགེ་ས་ཁུལ་གྱི་སྡེ་མ་སྐད་གཤམ་ལྡན་པའི་བྱིམ་རྒྱུད་ཆོ་བ་གཉིས་ཡོད་ལ་གཅིག་ནི་སྤྱིང་ཆང་དང་  
གཞན་པ་དེ་ནི་སྡེ་དགེ་རེད། སྡེ་རྗེས་ཕན་ཚུན་སྟོན་འབངས་མང་འཕྲོག་བྱས་ཏེ་ཁ་གཏད་དོ་སྐྱར་ལངས་  
སྤྱོད་ནའང་མཐའ་མར་སྡེ་དགེ་རྒྱལ་པོའི་ཕྱོགས་ནས་དབང་དུ་བསྐྱུས་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱིང་ཆང་ནི་ས་ཁུལ་འདིའི་ས་སྐྱེས་རྗེ་སྐྱེས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རིང་ཤོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་ཡིན་ལ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་  
དང་འཛམ་སྤྱིང་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིང་ནང་བཞུགས། སྤྱིང་ཆང་གི་མེས་པོའི་རྒྱལ་རྒྱུད་སྐྱེ་ཐོག་བཞི་བཅུ་ཞེ་  
ལྷའམ་ཡང་ན་བཞི་བཅུ་ཞེ་དུག་གི་དུས་ཏེ། སྤྱིང་ཆང་གི་བྱིམ་རྒྱུད་ནས་བཞུགས་པར་ཕྱི་ལོ་དུས་རབས་བཅུ་  
གཅིག་གི་དུས་སུ་འཛམ་སྤྱིང་གི་སར་རྒྱལ་པོས་དེང་སངས་ཀྱི་སྡེ་དགེ་དང་རྗེ་རྒྱལ། དཔལ་ཡུལ་བཅས་  
སུ་ཐོག་མར་ཁ་མོ་སྤྱིང་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱུར་ཏེ། མདོ་ཁམས་ས་ཁུལ་གྱི་ཆབ་སྲིད་དང་དམག་དོན་དབང་  
ཤུགས་ཆེར་བསྐྱེད་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་གནང་ནས་དེང་སྐབས་ཀྱི་སི་ཁོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་དཀར་མཛེས་རྩབ་བྱང་ས་  
ཁུལ་དང་བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་ཆབ་མདོ་དང་མཆོ་སྡེ་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཡུལ་ཤུལ་དང་མ་རྒྱུའི་འབྲུང་ཡུལ་  
ས་ཁུལ་བཅས་དར་སྤེལ་བཏང་། དེང་སང་བལྟས་ན་རི་མཐོ་བྲག་གཟར་དང་རི་གློང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ།  
རི་རྒྱུད་མི་འབྲེལ་དུ་བརྒྱས་ཤིང་། ཆང་ཆིང་སྟག་པོའི་ནགས་ཆེལ་དང་མཉམ་པལ་གཡུ་ཡི་གཤོངས་པ་དང་  
མི་མཐའ་བུལ་པའི་རྩ་ཐང་དུ་དེ་སྡེ་ན་འབྲུན་སྐྱེ་བའི་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་རྒྱུད་དེ་ཁ་མོ་སྤྱིང་འབྲུངས་སྤྱོད་

ཕ་རེད་ཅེན་སུ་ཞིག་གིས་ཡིད་ཆེས་ཅིས་མི་བྱེད།  
 འོན་ཏེ་སྡེ་དགོ་ཆོ་བའི་བྱིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་སློ་རིག་གིས་ཁེངས་པའི་མགར་སྐྱོད་བཅོན་  
 རྒྱ་བོད་སྐྱོད་སྐབས་ཀྱི་སློན་ཆེན་ཞིག་སྟེ་བོད་རྒྱལ་སྲོད་བཅོན་སྐུམ་པོའི་བཀའ་མངགས་བཞིན་སྐྱོད་  
 ལམ་དུ་རྒྱ་བཟའ་ཀོང་ཇོ་བསུ་བུ་ཕེབས་སྐབས་བྱས་རྗེས་ཆེན་པོ་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཚུམ་པ་པོའི་  
 མཆན། ། གྱི་མི་རྒྱུད་ཡིན་པ་རེད། ཉེན་ཡོལ་ཆེད་གནས་འདིར་བྲོས་བྱོལ་དུ་ཡོང་སྟེ་རིམ་གྱིས་རྒྱུད་སྟེལ་  
 བྱས་ནས་བོད་ཀྱི་ས་རྒྱ་བའི་དབུ་ཁྲིད་དང་ཡོའན་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་དབུ་སྟོང་འཕགས་པ་ནས་ རྒྱ་སྟེ་དགོ་  
 ། ཞེས་པ་བྱིས་རྒྱུད་ཆོ་བའི་མིང་དུ་བཏགས་པ་དང་། རྗེས་སུ་རིམ་གྱིས་ས་མིང་དུ་གྱུར་བ་དང་ས་ཁོངས་  
 རྒྱ་བསྐྱེད་བྱས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྟེ་དགོ་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བཟོད་པ་རེད། འོ་རྒྱུས་ཐོག་བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་བྱ་ཆེབ་  
 རབ་དུ་བྱུང་ནས་དགོན་ཆེན་གྱི་མཁན་པོ་གནང་སྟོལ་ཡོད་ལ། སུ་རྒྱུད་པ་སྐྱོ་བོ་བྱས་ནས་རྒྱལ་རྒྱུད་སྐྱོང་  
 གོན་ཡོད་པ་རེད། གལ་སྲིད་བུ་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་ན་མཁན་པོ་དང་རྒྱལ་པོ་གཅིག་སྟོགས་གནང་  
 བཞིན་པ་རེད། རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱོན་གྱི་སྒྲིང་ཆོད་དང་སྟེ་དགོ་སུ་ཡིན་ཀྱང་ཆོད་མས་ཆོས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་དབྱེ་  
 འབྱེད་མེད་པར་ཆོད་མ་མཉམ་གནས་ངང་ རྒྱ་སོ་སོར་བརྟེན་ས་ཐ་དད་ཡིན་ཀྱང་། ཚུམ་པ་པོའི་  
 མཆན། ། སྐྱོང་གི་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོའི་མངའ་འོག་དུ་རྒྱུང་མ་བ་དང་ས་སྐྱོ་བ། བཀའ་བརྒྱུད་པ། དགོ་  
 ལུགས་པ་དང་བོན་པོ་བཅས་ཆོས་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་ལྷ་མཉམ་གནས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཆགས་འདུག སྐབ་  
 མཐའ་སོ་སོའི་དགོན་པ་བསྟོམས་པའི་ཉིས་བརྒྱ་ལས་བརྒྱལ་འདུག་ལ་གྲུ་བཙུན་སུམ་ཁྲི་ལྷག་ཡོད་པ་  
 རེད། རྒྱལ་པོ་རང་ལ་དགོན་པ་ཡོད་ལ་སྟེ་དགོ་རྒྱལ་པོའི་དགོན་པ་དཔེར་ན་ས་སྐྱོ་བའི་དགོན་ཆེན་ལས་  
 གཞན་དཔེར་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་དཔལ་སྐྱེད་ས་དགོན་པ་དང་། རྒྱུང་མ་པའི་ཀ་ཐོག་དགོན་པ། དཔལ་  
 ལུལ་དགོན་པ། རྗེས་ཆེན་དགོན་དང་ཞེ་ཆེན་དགོན་ཡོད་པ་རེད། དེ་མིན་རྒྱལ་པོ་སྐྱོ་བོ་གནང་མཁས་  
 པ་དང་སྐུན་པ་སྐྱོད་གྲགས་ཅན་སོགས་མང་པོ་བྱོན་ཡོད་ལ། དཔེར་ན་སྟེ་དགོ་རྒྱལ་པོ་སྐྱོ་བོ་གནང་བུ་བ་དང་  
 བཙུ་གཅིག་པ། བཙུ་གཉིས་པ་བཅས་གསེ་རིག་ཐད་བྱང་ཆ་ཡོད་པས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྐུན་སྟེ་བསྐྱོར་བྱས་  
 པ་དང་བོད་སྐུན་གྲགས་ཅན་ རྒྱ་རིན་ཆེན་གྲང་སྐྱོར་ ། དེ་དག་ཁོད་ཀྱི་གཅིག་རེད།  
 ཆེས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་ནི་སྟེ་དགོ་རྒྱལ་པོ་སྐྱོ་བོ་གནང་བཙུ་གཉིས་པ་བསྐུན་པ་ཆོ་རིང་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གི་ལོ་



༡༦༥ ལོར་སྐྱེ་འབྱུངས་པ་དང་ཕྱི་ལོ་ ༡༧༣ ལོར་སྐྱེ་གཤེགས་འདུག ཁོང་གིས་གཙོ་བོ་སྡེ་དགེ་པར་  
 ཁང་གསར་བཞེངས་གནང་སྟེ་འབངས་མི་འཁོར་ཆེན་བསྐྱེལ་ན་བྱས་ནས་༼ བཀའ་འབྱུང་༽ པར་ཤིང་  
 བཀོས་པ་དང་། སི་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་ཐེང་བརྒྱད་པར་དཔལ་སྤྲུངས་དགོན་པ་ཕྱག་འདེབས་གནང་རོགས་  
 བྱས་པ་མ་ཟད། ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའི་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པར་ཚང་མ་མཉམ་གནས་གོང་སྤེལ་གྱིས་  
 ཆོས་ཀྱི་དགོངས་དོན་སྐྱེལ་སྤེལ་བྱས་པས་ཁོང་གིས་དབང་བསྐྱུར་དུས་སུ། རྒྱ་ཆེའི་མངའ་ཁོངས་སུ་  
 ཆབ་སྲིད་དང་རྒྱས་དང་རིག་གནས་གོང་འཕེལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། འདི་ནི་སྡེ་  
 དགེའི་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་གི་འོད་སྟོང་འབར་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་པ་རེད། དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་ནས་  
 དུས་རབས་བཅུ་དགུའི་བར་བོད་ཀྱི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་དགེ་ཕན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་དབྱེར་མེད་སྤེལ་པ་དེ་  
 བྱེ། དུས་སྐབས་འདི་ནས་བྱུང་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ཡིན་པ་སྟོས་མེད་རེད། རྒྱབས་ཆེན་གྱི་ནང་པའི་སྤྲ་ཆེན་  
 དཔེར་ན་རྫོང་གསལ་མཁའ་གྲུབ་སྐྱེ་ཐེང་དང་པོ་དང་འཇམ་མགོན་མཆོག་གྲུབ་སྐྱེ་ཐེང་དང་པོ། གྲུབ་ཆེན་  
 ཆོས་རྒྱལ་སྤྱི་ན་པ་སོགས་མང་པོ་བྱོན་ནས་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཐར་བ་ལས་བསྐྱབས་འདུག དེའི་ཁོད་རྫོང་  
 གསལ་མཁའ་གྲུབ་ལ་སྐྱེལ་བ་རྣམ་དགུ་ཡོད་པ་ནི་སོ་སོར་རྫིང་མ་དང་ས་སྐྱ། བཀའ་བརྒྱད་སོགས་གྲུབ་  
 མཐའ་ཡིན་པ་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་གྲུབ་མཐའི་ཚོད་རྩོག་ལས་ཐར་དུ་བཅུག་ནས་ཉིས་དོར་གཉིས་  
 སྟོང་གིས་སྐྱར་དུ་དར་སྤེལ་སོང་པ་རེད།

ལོ་རྒྱུས་ནི་ཉ་ལམ་གང་ཟག་རེ་གཉིས་སམ་ཡང་ན་མི་ཁ་ཤས་ནས་དེབ་རོར་བཀོད་པ་ཡིན་པས་འགོ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་བརྟེན་པ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་སྟེ་འཆིའི་རིམ་འཕོས་ཁོད་ན། གང་ཞིག་སྟེས་དབང་དང་རྟོག་མེད་  
 ཀྱིས་འཕྲད་ཀྱང་ཚོད་དཔག་དཀའ་བས་ན་འདི་འདྲའི་བཤད་སྟོལ་ཡོད་པ་ལྟར། ལམ་འགོ་རྒྱུད་ཉ་  
 བརྒྱགས་པའམ་གོད་ཆག་ཕོག་པ་གང་ཡིན་ཡང་ཐབས་ཤེས་མེད་པར་དེ་ནི་ནམ་རྒྱུན་མི་རེ་གཉིས་སམ་  
 ཁ་ཤས་ནས་ཐག་གཅོད་བྱས་ཟིན་པ་ཇི་བཞིན།

ང་རང་དགོན་ཆེན་གྱི་མཐའ་བསྐྱོར་ལ་འགོ་བཞིན་པའི་དུས་སུ་འདས་ཟིན་པའི་ཆོན་མདོག་བྲལ་པའི་འདྲ་  
 པར་ཞིག་ནས་གནས་ལུགས་འདི་རྟོགས་བྱུང་།

སྡེ་དགེར་ང་རང་གནས་སྡོད་ཀྱི་ཉིན་དེ་དག་ནང་རིམ་གྱིས་དེས་རྩལ་གྱི་འོག་ནས་རོ་བོ་ལྷང་ལ་བྱུང། ངས་



དེའི་ཁམས་ཀྱི་ས་གཞིའི་སྟེང་མེད་པར་གྱུར་པའི་བྱེད་མཆོར་ཞིག་ལ་བརྟེན་ཆོག་གསུམ། ཡང་ན་གོས་  
ཆེན་དམར་སྒྲུག་གི་སྒྲིངས་ཆའི་མེ་ཏྲག་འདབ་མ། ལོ་ལྔའི་འགྱུར་འགོས་ཁྲོད་སྒྲར་བཞིན་བདུམས་པའི་  
སྒྲོ་མདོག་གི་གཡུ་རིས་ཆེན་པོ་དེ་ཡིན་ནམ། ཡིན་ཡང་ཞིབ་ཀྱིས་བལྟས་ན་ངོ་ཡིས་ནོགས་ཤིང་སྒྲོན་སྒྲ་  
མོས་གོས་པའང་མཐོང་བྱུང་ལ་སྒྲོན་དེ་དག་ནི་གཤམ་ཡིབ་དཀའ་བ་དང་གུན་གསལ་ཁག་པོ་ཞིག་རེད། དེ་  
དག་ཇི་མང་ནས་ཇི་མང་དང་ཇི་ཟབ་ནས་ཇི་ཟབ་རེད། སྒྲི་དགུ་ཡོད་ཚད་མཐར་ཐུག་འདི་འདྲའི་གནས་སྟོན་  
སྒྲུག་སྟོང་གི་འཁོར་སྒྲོད་བརྒྱད་དགོས་པ་ཆོས་ཉིད་རེད་ལ་དེའི་སྟེང་མིས་བཟོས་སྒྲུ་རྒྱུན་གྱིས་དེ་བས་  
འགོག་ཐབས་བྲལ་བ་ཞིག་རེད།

ཚོར་ཉི་ཤུ་ནས་འདི་ལྟར་གསུང་ཚུངས།

རི་བོ་ཞིག་དང་རྒྱུ་བོ་ཞིག་གོང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་སྐར་མའི་ཆགས་དབྱིབས་དེ་ཆོང་མ་ལྟ་ཡི་སྐད་ཆ་ཡིན་  
ཤས་ཆེ། ཡིན་ཡང་དུས་ཀྱི་བརྒྱད་རིམ་ཁྲོད་རི་བོ་བདེ་ཐང་དུ་འགྱུར་སྟེ་ལ་རྒྱུ་བོའི་ཁ་སྒྲིགས་བཅས་ངེས་  
ལ། རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཆགས་འཛིག་འབྱུང་སྟེ་ལ་དང་སྐར་མའི་ཆགས་དབྱིབས་འགྱུར་ངེས་པ་མ་ཟད་ཨ་  
སྒྲོན་ལ་འཕོ་འགྱུར་ཡོང་སྟེ་ལ་དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་རྒྱས་ཀྱང་སྟེད། ངས་དེ་ལས་སྒྲ་བརྟན་འགྱུར་མེད་  
ཁ་ཤས་དང་དེ་ལས་གཞོད་འཆོ་མི་ཕོག་པའི་དངོས་པོ་འཆོལ་གྱིན་ཡོད། ངས་ཤུན་ཤོགས་དང་ལྷ་ལྷང་བྱ་  
རིགས་དང་མི་ཡི་པ་རབས་ཆ་རྒྱད་བསམ་བྱུང་།

རེད་དེ་སྒྲི་དངོས་དང་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་པ་རབས་ཆ་རྒྱད་ལྟག་པར་དུ་མི་ཡི་པ་རབས་ཆ་རྒྱད།

སྟོལ་རྒྱུན་ལྟར་ན་གནས་འདི་ཡི་མི་དམངས་ནི་སྟོན་མ་ནས་འགྲོག་པ་དང་ཆོང་པ། ཆེས་བབ་ཆགས་ཀྱི་  
ཞིང་པ་དེ་བཞིན་ལག་ཤེས་པ་བཅས་རེད། དེ་བས་ཁོང་ཆོ་ཁོང་ཆོའི་གཉེན་ཉེའི་ཁྲོད་གང་འཆོམས་ཀྱི་ཆ་  
ཤས་གསུམ་གར་ཁེངས་པའི་དགོན་པ་དང་རི་ཁྲོད་འགྲིམས་ནས་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲ་བཙུན་མང་པོའི་གསུམ་ཀྱི་  
གཅིག་ཡིན་འདུག དེ་ཡང་སྒྲུག་འཆོར་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱི་ལ་མནའ་དཔང་ཐུལ་པའི་མི་འདི་དག་ནི་བོད་  
ཀྱི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་དཔུང་ཁག་ཅིག་ཏུ་གྲུབ་ནས་ཉ་ལམ་བྱིས་ཆོང་རེ་རེ་གྲུ་བ་རེ་ཡོད་པ་རེད། ཅེས་  
གསུངས་པ་ཇི་བཞིན། ད་ལྟའི་ནང་དོན་གྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན་སྟེ་དགོ་ཐུ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ལོའི་སྟོན་ལ་ཆེས་ཉུང་  
ན་གྲུ་བཙུན་གྱི་གངས་ཀའི་སྤྱིའི་མི་གངས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆའི་སུམ་ཅུ་བཞིན་པ་རེད། འདི་འདྲའི་རང་འགྲུལ་དང་

བསམ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་བཀོད་སྒྲིག་ལས་དེའི་དོན་སྤྲིད་ནི་གཞུགས་མེད་བར་སྒྲུང་དང་མཚུངས་སམ།  
 མཐར་ཐུག་མཛོན་པའི་ཐར་བའི་ལམ་ཁ་གང་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་ཐར་བའི་ལམ་ཁ་ཉག་གཅིག་དེ་ཡིན་ནམ།  
 སེམས་པ་ནི་དག་ཟོད་ཏྱག་བཏན་ཡིན། གང་ལ་ཞེ་ན། སེམས་པས་ངན་པ་དེ་པར་བཞག་ནས་མཚོག་  
 བྱུང་དེ་ཉར་ཚགས་བྱས་ཚོག་ལ་མིག་དཔེའི་ནང་མིག་དཔེར་སྟོན་ཚོག་པས་ན།  
 སེམས་པ་ནི་དྲངས་གཙང་རྣམ་དག་བྱས་ཚོག་པ་རེད།  
 དེ་བས་ལོ་རྒྱུས་སྤྲོད་དང་དེ་བཞིན་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་གནས་འདི་ནས།  
 ཕྱི་ལོ་དུས་རབས་དགུ་པའི་ནང་ཐུན་ཐོད་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་དབང་འཕྲོག་པའི་གྲང་དར་མས་ནང་ཚོས་རྩ་མེད་  
 བཏང་སྟེ། ནང་ཚོས་དར་བ་ནས་ཐེངས་དང་པོར་གོད་ཆགས་ཆེན་པོ་ཐེབས་པ་རེད། ལོ་བརྒྱ་ལ་ཉེ་བའི་རིང་  
 དབུས་གཙང་དུ་ནང་ཚོས་མེད་པར་བཟོས་པ་རེད། དད་མོས་རྩ་བ་ནས་བསྐྱར་འདོད་མེད་པའི་དགེ་འདུན་  
 པ་ཁ་ཤས་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ལ་བྲོས་བྲོལ་དུ་ཐེབས་ནས་ཨ་མ་དོད་ལམས་ཀྱི་ས་ཁུལ་དུ་  
 སྤྲས་ཡིབ་བྱས་ནས་བཞུགས་ཏེ་གསང་བའི་ཐོག་ནང་ཚོས་དར་སྟེལ་བྱས་པ་དཔེར་ན་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་  
 དཔེ་དེབ་<<ཐུའུ་བཀྲ་ན་གྲུབ་མཐའ་>>ནང་འདི་ལྟར་གསུང་དོན། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པའི་མེ་རོ་  
 སྤྲད་ནས་གསོས་ཏེ། སྤར་ཡང་བསྟན་པ་དར་བའི་མགོ་ཚུགས་ཏེ་རིམ་གྱིས་འཕེལ་བས་དབུས་གཙང་གི་  
 ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དགེ་འདུན་གྱི་སྟེས་བཀའ་སྟེ་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གྱུར་ཏེ།  
 དེ་བས་ས་ཁུལ་འདི་དག་ཏུ་དོན་དངོས་སུ་བོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་བསྟན་པའི་ཉིང་བཅུད་དང་སྦྱོད་འཛུགས་ཐབས་  
 ལམ་བཅས་ཉར་ཚགས་བྱས་ཡོད་པའི་ཁར་རིག་ཐར་རྒྱང་ཐག་རིང་ཞིང་དངོས་རིགས་རྙིང་པ་རང་  
 འཇགས་གནས་ཤིང་མི་གཤིས་གཞུང་དྲང་ཡིན་ལ། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་གདོད་མའི་རྣམ་པ་ཇི་བཞིན་  
 གནས་ཤིང་གདོད་མའི་མི་ཚོས་ལྟ་དམེད་ངང་གནས་པས་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་སྟོམ་སྐྱབ་དང་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་  
 ལེན་གྱི་གནས་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་རེད།  
 དེ་བཞིན་སྐྱེས་ཆེན་སྤྲ་ཆེན་རྣལ་འབྱོར་བ་མང་པོ་བྱུང་བ་རེད།  
 ཉམས་ལེན་པ་ཚོས་དག་པའི་ཞིང་དང་ཡང་ན་བསྐྱར་དུ་སྟོན་ལམ་བརྒྱབས་ཡོད་ལ། སྟོམ་སྐྱབ་པ་གཅིག་  
 ཇེས་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱལ་བྲོལ་བའི་རེ་སྟོག་བྱས་ཏེ། མེ་སྟག་རྒྱུང་ཡང་རི་བོ་མེར་བསྟེགས་སུ་བ་

པ་རེད།

ངས་བོད་ཀྱི་མེད་ས་གཞིའི་སྟེང་གི་སྐྱེས་ཆེན་ཁོང་ཚོ་དྲན་དུས་སྐྱོན་ལས་ཡོན་ཏན་ཆེ་བར་དེ་བས་ཡིད་  
ཆེས་ཡོད།

ཡང་ན་ཆོ་སློག་གི་སྒྲིན་ཤིང་ནས་ཡང་ཉམས་པ་མེད།

རྒྱུད་དུས་སྤྱི་དང་རང་པ་ཡུལ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་གྱིས་མགོ་འཐོམས་སྤྱི་བཅུག་པ་དེ་དང་རང་གི་གདུང་རྒྱུད་  
གྱིས་མགོ་འཐོམས་སྤྱི་བཅུག་པ་ཇི་བཞིན།

ངས་རྒྱུན་དུ་འདི་ལྟར་བསམ་བཞིན་ཡོད། ས་གནས་གཅིག་དུ་མི་ཆོ་སྤྱི་པོ་བསྐྱལ་པའི་དབང་དུ་བཏང་  
ནའང་དེའི་ཅི་ཞིག་གསལ་བཤད་བྱེད་ཐུབ་བམ། གང་ལ་ཞེ་ན་དོན་དག་ལ་ཤས་ཏེ་དཔེར་ན་གདུང་རྒྱུད་ལྟ་  
བུར་ཆ་བཞག་ན། དེ་ནས་ཞིག་རེ་མིན་ལུག་མིན་དུ་ཐུར་ཆར་དུས་ཕྱིར་སྒྲོག་ཁག་པོ་རེད། མི་ཡི་གནས་  
སྤངས་རྣལ་མ་དེ་གཅོང་རིང་མཐའ་འཁོབ་ཀྱི་གནས་ལ་བཞག་པ་དང་འདྲ་བར་གྲོག་རིང་གཏིང་ཟབ་ཅིང་  
བགྲོད་ལམ་ཀྱག་ཀྱོག་ཡིན་པ་མ་ཟད། སར་བསྐྱད་ཀྱང་ཚོགས་མཐའ་མེད་པའི་སྤྲིག་སྤྲིན་སྤྲིག་པོས་  
གཡོགས་ནས་ཁ་ཕྱོགས་བཅའ་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད། མི་ཆོ་སྤྱི་པོར་འདི་འདྲའི་མཐའ་འཁོབ་ཁྱག་ཀྱོག་དུ་  
སོམ་ཉིར་ལྟག་ངེས། འདིའི་གཞི་ནས་རང་ཉིད་ཁོར་རྒྱུད་དེ་དེ་པར་ཕྱོགས་ཀྱི་མིས་རྒྱུར་དེད་ཅིང་རྒྱུར་  
ཕྱོགས་ཀྱིས་པར་ཐུད་ནས་ལས་སྤོ་མ་ཡིན་པར་བརྟན་པོར་འགྲེངས་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་བལྟ་དུས་ཆང་  
མ་རབ་རིབ་དུ་སྤྱང་། ཇི་འདྲའི་བཟོད་ཐབས་བྲལ་བའི་ཁོར་རྒྱུད་གི་སྐྱོ་གདུང་ཞིག་ལུས་ལ་གྱི་ཡིས་  
གཙགས་པ་ནང་བཞིན་སྤྲུལ་ཟབ་ཅིང་སོས་དཀའ་ཅང་།

མི་ཞིག་གི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱང་དུས་རབས་མང་པོའི་འཕེལ་འགྲོས་ལས་འབྱུར་བ་ཐེབས་སམ།

དུས་ཡུན་རིང་པོ་ནས་ང་ལ་གང་ལ་བསྐྱུན་དགོས་མིན་མི་ཤེས་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་གིས་བརྟན་ནའང་། དུས་  
མཚུངས་སྤྱི་དང་རང་ནས་པ་ཡུལ་སྟེང་པའི་དུས་སྤྱི་བྱ་རྒྱས་ཆང་ལ་འཁོར་བ་ནང་བཞིན་དོན་དངོས་ཀྱི་འཚོ་  
བ་རོལ་ཐུབ་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སྐབས་དེར་ངས་སློག་ཙམ་གཞོད་པའི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱི་ཤུགས་  
རྒྱུན་བརྟེན་པར་ཐུར།

ང་རང་མཐའ་མར་ལྟ་སར་ཕྱིར་ལོག་པའི་དུས་སྤྱི། ངས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་དོན་དག་ཐོག་མ་ནི་སྐྱེས་པ་

ནས་ཡོད་ཅིང་བོད་སྐད་མང་པོ་བྱེད་མྱོང་མེད་པའི་བོད་མིང་དེར་ལམ་སང་བཟེ་བོ་རྒྱག་རྒྱ་དེ་རེད། དེའི་བོད་  
 མིང་ལ་འོད་ཟེར་དང་མིང་ཆ་ཆོང་ལ་ཆོ་རིང་འོད་ཟེར་ཞེས་དེའི་ཨ་མས་བཏགས་པ་རེད། མིང་དེ་བོད་མིའི་  
 ཁྲོད་མང་པོ་མེད་ལ་མང་ཆེ་བ་སྦྱེས་པར་འདོགས་སྟོལ་འདུག ང་རང་ད་དུང་རིག་འཛིན་དབང་མོ་ཞེས་པའི་  
 མིང་ལ་ཉ་ལས་པའི་དགའ་པོ་ཡོད། དེ་ནི་རྒྱལ་བ་ཆོངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོའི་མགུར་སྐྱུའི་ནང་གི་ཡིད་འོང་  
 ནང་དོན་ཟབ་པའི་སྒྲན་ཆོག་ཅིག་ཡིན་ལ་འདི་ལྟར་བྲིས་ཡོད།  
 ཤར་ཕྱོགས་རི་བོའི་ཕྱོད་ནས། དཀར་གསལ་ལྷ་བ་ཤར་བྱང་།  
 མཛེས་པའི་རིག་འཛིན་དབང་མོ། ཡིད་ལ་འཁོར་འཁོར་བྱས་སོང་།  
 ཡིན་ཡང་རིག་འཛིན་དབང་མོ་ནི་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་ནམ། མི་ཡུལ་གྱི་བྱད་མེད་ཅིག་ཡིན་ནམ།  
 ལྷ་ཡུལ་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ངས་ནམ་རྒྱུན་མཚན་མིང་གིས་གདུང་རྒྱུད་ཀྱི་འབྲུན་རྒྱར་  
 ལངས་བྱུང་པར་བསམ་གྱིན་ཡོད། ཡང་ན་འོས་འཚམས་ཀྱི་མཚན་མིང་ཞིག་གིས་མི་རྣམས་ལ་རང་ཉིད་  
 སྤྱི་ཡིན་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་། དེ་མིན་ཉམ་ཏུ་མཚན་མིང་བཟེས་པ་ན་མི་ལ་ཡང་བསྐྱར་སྦྱེས་པ་ལྟ་བུའི་  
 ཆོར་བ་སྦྱོད་ལ། མཚན་མིང་བཟེ་བ་དང་རང་གི་མིང་དངོས་སྤྱོད་ཡིག་བྱེད་པ་ནི་འཚོ་བ་དངོས་ཀྱི་ནང་ནམ་  
 རྒྱུན་བྱུང་མི་སྲིད་པའི་དོན་རྒྱུན་ཞིག་དང་། རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་དོན་སྤྱིང་ལྡན་པ་དང་ཐེངས་གཙོ་ཆོད་ལ་ཡང་བསྐྱར་  
 སྦྱེས་ཀྱང་གཟུགས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན་ལས་ཤན་ཤུགས་གཞན་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ།  
 དེ་ནི་བོད་ཡིག་སྟོབ་པ་ནང་བཞིན་ས་སྐད་ཀྱི་བོད་ཡིག་དེ་མཐའ་མེད་ཀྱི་ཀླད་པ་ལས་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ཇི་  
 བཞིན་བཟེད་པར་བྱུང་། ཇི་ལྟར་དཀར་བ་སྦྱད་ནས་བསྐྱབས་ནའང་འབྲས་བུ་ཐོན་མ་བྱུང་། ཆོ་འདིར་ཡིག་  
 གཟུགས་སྐྱ་བཞིའི་རྒྱ་ཡིག་ནང་འཁོར་ནས་འདུག་དགོས་པ་ཐག་བཅད་ཟིན་པར་མ་ཟད། དུས་དེང་སང་  
 ད་དུང་སྤར་བཞིན་ངས་ཆེས་ཐོག་མར་ཡིག་གཟུགས་སྐྱ་བཞིའི་རྒྱ་ཡིག་གིས་ང་ལ་སྦྱོད་པའི་དགའ་སྐྱོང་  
 ཉར་ཆགས་བྱས་ནས་ཡོད། ད་ལྟ་ངས་དང་ཐོག་བསྐྱབས་པའི་རྒྱ་ཡིག་དེ་གང་ཡིན་ཡིད་ལ་མི་བླན་ཡང་།  
 རོ་མས་རྒྱ་ཡིག་མང་པོར་མཐུ་ལུས་བྱུང་པར་ཅན་རེ་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་རྒྱ་ཡིག་ནང་གི་ཁྱི་  
 ལམ་། ལྟ་བུར་མཚོན་ན་དེ་ནགས་ཆོལ་ཁྲོད་ན་སྟོག་བྱུར་གྱིས་རྒྱ་བའི་ཚུ་བོའི་ནང་གི་ལྷ་མོ་ནང་བཞིན་དང་  
 ཡང་ན་ནགས་ཆོལ་ཁྲོད་ཀྱི་སྤྱང་སྤྱང་ལྡན་པའི་མིག་བྱང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།

གཞན་ཡང་རང་རྒྱུ་མིའི་བེ་ཁྲུང་ལ་ཆས་ལ་ཉ་ལས་པའི་དགའ་པོ་ཡོད། བེ་ཁྲུང་ལས་དགོལ་པའི་སྒྲ་  
དབྱངས་རེ་རེ་ཐོས་མ་ཐག་དེའི་འགྱུར་ཁྱགས་རེ་རེ་སེམས་ལ་བྱག་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྟེར་ལ། དེ་བས་  
ཡིད་དབང་ཞེས་པའི་ཚིག་དེའི་དོན་རྟགས་སྤྱབ་ལ། ལན་རེར་མིག་ཚུད་བང་མེད་བཞུར་ནས་བརྗོད་མི་  
ཤེས་པའི་སྒྲ་གདུང་ཞིག་གིས་ཉ་ཅང་རྒྱས་ཡོད་དང་སྟོང་ཉེ་ཞིང་ཤོར་ཚར་བའི་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་འབྱེད་ངེས། དེ་  
ནི་སྒྲ་བ་སྟོན་མའི་གནས་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་གནས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། བོད་ཡིག་དེ་བ་ཐེར་ནང་རྒྱ་  
ནག་གོས་ཆེན་ཡུལ་གྱུ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ནམ་ཡང་ན་ལུ་ཡུལ་དུ་གཞུགས་སུ་བཀོད་པའི་སྤྱག་སྟེལ་ཡུལ་  
ཞེས་པ་ཡིན་ནམ།

ཡིན་ཡང་མཚན་མིང་གིས་གདུང་རྒྱུད་དང་ཁ་གཏད་བྱེད་སྤྱབ་ཀྱང་རུང་མཚན་མིང་རིམ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པར་  
བཏྲ་རྒྱ་མ་བཟད། ནང་སྟོན་མཚན་མིང་དེ་སུ་ཞིག་གིས་བཏགས་པར་བཏྲ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བོད་མི་  
ཚོས་བྱིས་པ་བཅས་མ་ཐག་དགོན་པར་བྱིན་ནས་སྟོན་གྲགས་ཅན་གྱི་དགེ་འདུན་པ་འཕམ་རིན་པོ་ཆེས་མིང་  
གསལ་པའི་གོམས་སྟོལ་ཡོད་པ་རེད། བ་མའི་སྤྱིར་བཏང་རང་གི་བྱིས་པར་མིང་འདྲེགས་ཀྱི་མ་རེད། མི་  
མང་པོ་ཞིག་གིས་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་འགྲེལ་བརྗོད་དཀའ་ཡང་དུས་ནམ་ཞིག་ལ་དར་བ་བཤད་དཀའ་བའི་  
སྟོལ་རྒྱན་འདིར་བཅི་འཛོག་བྱེད་ངེས་རེད། དེ་བས་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་མིང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པས།  
དཔེར་ན་༼རྩྱ་རྩྱ་༽ དང་༼སྟོལ་མ༽ ཞེས་འབོད་པ་མང་པོ་མཐོང་རྒྱུ་འདུག། བོད་ཡུལ་ན་རྩྱ་རྩྱ་དང་སྟོལ་  
མ་ཞེས་པ་གི་སྟོང་མང་པོ་ཡོད་ལ་བོད་དང་བོད་མིར་ཆ་རྒྱས་མེད་པ་ཚོས་འདི་འདྲའི་མཚན་མིང་བསྐྱར་  
སྟོན་མང་པོ་ཡོད་པར་དགོད་བྱོ་པར་མཐོང་སྲིད་ལ། དེའི་དོན་དངོས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཤེས་རྟགས་ཡོད་པ་  
མ་རེད། ཡིན་ཡང་དེ་ནི་སྒྲ་བ་འདི་བྱིའི་འདུ་ཤེས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་འཁོར་སྒྲོད་བྱེད་  
པའི་རྣམ་ཤེས་མཚན་རྟགས་ནང་བཞིན་གསལ་རྟགས་དགོས་ལ། ཡང་བསྐྱར་གསལ་རྟགས་ཡོང་བའི་  
དུས་སུ་ཏན་ཏན་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད།

འདི་ལྟར་བཤད་ཀྱང་མི་ཚོགས་པ་མེད་བསམ་གྱིན་འདུག། དེ་ནི་མི་མང་པོ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཞིག་དང་འདྲ་ལ་ཡང་  
བསྐྱར་དེའི་སྤྱགས་དེད་ནས་ཡར་བྱིན་པ་ན་དག་ཐོད་སྒྲིམ་སའམ་པ་ཡུལ་ངོམ་དེར་བསྟེན་ངེས་རེད།  
འདི་ལྟར་བཤད་ཀྱང་མི་ཚོགས་པ་མེད་བསམ་གྱིན་འདུག། འདི་འདྲའི་མཚན་མིང་ཞིག་ཡོད་དུས་གདུང་རྒྱུད་

ནི་ཅི་ཡང་མིན་ཞེས་བརྗོད་ན་ཆོག་གསལ། ང་རང་ནས་ནམ་རྒྱུན་དུས་ཚོད་སྟོང་སྟེལ་བྱས་ཏེ་ལོ་བཞི་འཁོར་སྟོན་ལ་དག་ཅོད་འདི་འདྲའི་མིང་ཞིག་ཐོགས་པ་ཡིན།

ལོ་ཤས་སྟོན་ལ་ངའི་སེམས་ཀྱི་ཁ་སྤྱོད་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་པའི་དུས་སུ། ང་རང་སྐྱོངས་དད་དང་ཉེ་བའི་ལམ་ནས་ཉ་ལམ་ལས་སྐྱལ་མཇལ་ཁ་ཐོབ་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཆང་མར་མིང་ཞིག་སྟེལ་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་ལ། མཆོན་སྟན་ལྷན་པའི་རིན་པོ་ཆེ་འདི་དག་ནས་ནམ་རྒྱུན་ཡིད་མགུའི་ངང་ཞལ་བཞེས་གནང་སྟེ། ང་རང་ལ་ཡུན་རིང་གཟིགས་རྗེས་མཆོན་མིང་སྟེལ་པ་དང་མིང་ཆང་མ་ཡིད་དུ་འོང་པ་ཅེ་ཅེ་དང་ཆང་མའི་ཁྲོད་ཉག་ཉག་སྟོན་མའི་ནང་དོན་འདུག ཁ་ཤས་ནས་རྒྱུ་ཆོས་སྟོན་ཀྱི་དང་ཁ་ཤས་ཀྱིས་རྩ་སྟོན་ཀྱི་ཡང་ཁ་ཤས་རྒྱུ་ཆོས་སྟོན་ཀྱི་ཞེས་བཏགས་བྱུང་། ཉ་ལམ་སྟོན་མ་ཞིག་ལ་ང་རང་མཆོད་མདུན་གྱི་མཆོད་མེ་ཁོང་བྱ་གང་ཡིན་པ་འདྲ། མཁུན་ལྷན་གྱི་སྤྲོ་མ་འདི་དག་ནས་ང་རང་ཅོས་ཟིན་ཏེ་མིང་དེ་བསྐྱུལ་བ་ཡིན་ཐག་ཆོད་ཅེད། མཆོན་མིང་ཅེ་ཅེ་འི་ནང་ག་ལེར་སྤར་བའི་མར་མེ་མཆོད་པའི་ཁེངས་འདུག ངས་སྤྲོ་མ་འདི་དག་ལ་སྤྱགས་རྗེ་ཆེ་བཞིན་ཡོད་ལ་མཐའ་མར་ངས་རང་ཉིད་སྟེ་ཡིན་ཏྱ་གས་སོང་། ང་རང་གཏན་ནས་གཏན་དུ་གཟིམས་མེད་ཀྱི་མཆོད་མདུན་གྱི་མར་མེ་ཁོང་བྱ་གང་བྱེད་འདོད་ཡོད།

ག་ལེར་ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེས་སའམ་པ་ཡུལ་གང་དུ་ཡོད་པ་རྟོགས་སོང་། དོན་དངོས་སུ་སྐྱེས་སའམ་པ་ཡུལ་ནི་འདྲེ་ཤས་སྤྱི་མཆོན་པ་ཞིག་ཅེད། དེས་གནས་བྱེ་བྲག་པ་གང་རུང་དུ་གཏན་འཁེལ་དཀའ་འཛིང་། གལ་སྲིད་ཆ་མཚུངས་ཀྱི་ས་གནས་ཅེ་གཉིས་ཡོད་པ་དཔེར་ན་ལྷ་སའམ་སྤེ་དགེ་ལྷ་བྱུངངས་གནས་འདི་དག་ན་བྱགས་པའི་ཆོན་ཅི་དམར་སྐྱུག་སྟེ་ཁ་དོག་ཡོད་ཆོད་ལས་ཆེས་མཛོས་ཤོས་ཡིན་པ་དེ་རང་ཅེད། གལ་ཏེ་ངས་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་ས་གནས་ཤིག་གཏན་འཁེལ་དགོས་ན་དེ་ནི་ལྷ་ས་དང་སྤེ་དགེ་ཡང་ན་བོད་ཡོངས་ཅེད།

སྤེ་ལན་ཁོན་ཏི་ར་ནས་འདི་ལྟར་ཅོལ་དབྱངས་ནི་མེས་རྒྱལ་གྱི་ཡུལ་མི་གཞིས་སྤོས་པའམ་འབྲམ་ཉུལ་པར་དཔེ་བཞག་ནས་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་ཡོད།

ཁོས་མེས་རྒྱལ་ཉག་ཅིག་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་ས་གནས་ཉག་ཅིག་ནི་ཅོལ་དབྱངས་ཅེད། ཅོལ་མོ་བ་ཡོད་ཆོད་ཀྱི་ཅོལ་དབྱངས་ཅེད། ཅོལ་དབྱངས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཅེད། འདི་ནས་ཁོ་གཏན་སྟོན་བྱས་ཏེ་རྩ་བ་ཚུགས་པ་



དང་གཞིས་འདུག་ཁྱེད་པའི་གཏན་འཁེལ་བ་རེད། འདི་ནས་ཁོས་མཐའ་མའི་ཁོའི་སྤྱན་རྒྱ་ཉག་ཅིག་དང་  
གཉེན་ཉེ་ཉག་ཅིག་ ཁྱིམ་མཚེས་ཉག་ཅིག་རྟེན།

ངས་གོང་བརྗོད་སྐད་ཆ་དེའི་ནང་གི་ རྩོམ་དབྱངས་། ཞེས་པ་བོད་ཅེས་པའི་ཚིག་ལ་བརྗོད་བྱ་བ་ན་  
འགྲིག་གིན་ཡོད་དམ།

སྡེ་དགེ་ནས་ངས་རང་ལ་བྱམས་བཅེ་སྤྱད་གི་ཚོར་བ་སྟེར་བའི་གནའ་བོའི་སྤྱི་འབངས་ཀྱི་སྡེ་དགེ་ནས་  
དེ་འཚོལ་གྱིན་ཡོད།

ཁང་ཤར་དེར་སྡོན་མར་བའི་གཉེན་ཉེ་ཚོའི་དགའ་སྦྱོར་ཆགས་སྤང་དང་སྤེལ་པ་དང་སྤྲུལ་འཐིམ་ཡོད་པ་རེད།  
བའི་ཨ་པ་ལགས་གོངས་པ་ནས་བཟུང་བར་རྒྱ་དེང་གི་བོད་ཤར་ཕྱོགས་པ་ཡུལ་གྱི་ཁང་རྒྱུང་འདིའི་སྦྱོར་  
སྤང་གི་བཅེ་བར་རྒྱུད་ཀྱང་གནས་དེར་བཞུགས་མ་བྱས་པར་ཁང་སྤྲོད་དུ་སྤྱད་ཡོད་པས། སྐབས་འདིར་ངས་  
ཕྱོགས་བཞིར་བཅོལ་དུས་ངས་ད་གཟོད་གནས་དེན་ཁང་སྤྲོད་ཅིམ་ཡང་སྤྱད་མེད་པར་སྤྲོད་ཀྱི་གནས་  
ལུལ་དུ་རྒྱལ་གཉེར་པར་ལེན་ཁང་དང་ཚོང་ཁང་བརྒྱབ་འདུག་པ་མཐོང་། ཡིན་ནའང་ངས་ད་དུང་  
གནས་དེན་བའི་བཞུགས་ཐོན་པའི་གཉེན་ཉེའི་ང་ལ་རེ་སྤྱད་བྱས་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་ཡོད། དེ་བས་ངས་  
གནས་གཞན་པ་སྟེ་ཐག་རིང་གི་རི་སྐོད་ན་རྩ་ལུ་སྤྱད་པོས་ཁངས་པའི་དུར་ས་དེར་ཁོང་ཚོར་མཇལ་བར་  
ཕྱིན།

ངོ་མས་ཁང་སྤྲོད་ཅིམ་ཡང་སྤྱད་མེད་པས་ང་རང་གིས་མཐོང་པ་ནི་ཇི་འདྲའི་མཇོས་སྤྱད་གི་བཟོ་སྐྱེན་ཡིན་  
ཡང་རུང་ཚང་མ་ཆ་མེད་རྒྱས་མེད་ཅིག་རེད།

བའི་གཉེན་ཉེ་ཚོ་སྤྲོད་ནས་གནས་སྤོས་ཚར་པ་རེད། ཁོང་ཚོས་ཁང་རྒྱུང་དེ་བསྐྱར་ནས་ལུས་ཀྱི་བཅའ་པོ་དང་  
ཕྱི་པགས་བསྐྱར་བ་ནང་བཞིན་དེང་གི་དུས་ལ་རི་བོ་འདིའི་པང་དུ་འཁྱུད་ཡོད་ལ། ས་རྩོམ་ཉམ་བསྐྱེས་ཀྱི་  
ཁང་བ་གཞན་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཉ་ལམ་ཀེང་རུས་ཤིག་ལས་ཅི་ཡང་སྤྱད་མེད།

བོད་མིའི་དུར་འཕྱག་གོ་མས་གཤིས་ཁོད་ས་གཏོར་དང་སྤྱིན་སྤྱེག་ རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་དུར་མཚོད་ཁྱེད་སྤོལ་  
ཡོད་ནའང་ཆེས་ཡོངས་སུ་བྱ་བ་པ་བྱ་གཡོང་ རྩ་གཏོར་ཡང་ཟེ། སྤྱོད་མཁན་གྱི་མཆན། ། རེད།

གནའ་སྤྱོད་མར་ས་གཏེར་ཁྱབ་ཆེལ་བཅན་པོའི་དུས་སུ་མི་ཡུལ་དང་ལྷ་ཡུལ་གྱི་སྤྱུག་དཔག་འབྲུག་  
ཁྱོད་བཅད་པས། བཅན་པོའི་གདུང་རབས་བརྒྱད་པ་ནས་བཟུང་བཟོ་དབྱིབས་བྱ་བཞིའི་བང་སོ་དར་ཏེ་  
བཅན་པོའི་སྤྱོད་གདུང་འཛིན་སྲོལ་དར་ཞིང་། དེ་ལྟའི་བར་བོད་ཀྱི་ལྷོ་ཁ་ས་ཁུལ་དུ་བཅན་པོ་རིམ་བྱོན་གྱི་  
བང་སོ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་སྤྱོད་པོར་བྱ་གཡེང་གི་སྲོལ་དར་ཁྱབ་ཕྱིན་ཡོད་ལ། དེ་ནི་བེམ་  
པོ་བྱ་རྒྱུ་ལ་སྤྱིན་པ་བཏང་པ་ཅམ་གྱི་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་ཁེ་ཕན་ཁོ་ནའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་ཅམ་མ་  
ཡིན་པར། གསང་སྤྲུགས་ནང་བྱ་རྒྱུ་ཆོད་ནི་མཁའ་འགྲོ་མའི་སྤྱུལ་པར་ངོས་འཛིན་གནང་གི་ཡོད་ལ། རྒྱ་བཟོ་  
མཁའ་འགྲོ་། ཞེས་འབོད་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད། གོ་ཐོས་སུ་བྱ་གཡེང་དུས་སུ་བྱ་རྒྱུ་ཆོད་ཆང་མ་གོ་རིམ་  
བསྐྱེགས་ནས་མར་བབས་ཏེ་བེམ་པོ་གཙང་མ་བྱེད་ངེས་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་ཤི་བོའི་སྤྱོད་བ་ལེན་པར་ཕན་  
ཐོགས་ཡོད་ལ། དེ་ལས་ལྷོ་གསེབ་ན་བྱ་རྒྱུ་ཆོད་ཚུ་བ་ནས་མར་མ་བབས་པ་ཡིན་ན་ཤི་བོ་གསོན་དུས་སྤྱི་ག་  
པ་མང་པོ་བསགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་མཆོན་པ་རེད།

མི་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་བྱ་གཡེང་འཛིན་སྲུ་རུང་པར་མཐོང་གིན་ཡོད་མོད། དངོས་གནས་བྱས་ན་དུར་  
མཆོད་ཁྱོད་བྱ་གཡེང་ལས་ལྷག་པའི་མི་ལ་ཤི་གསོན་གྱི་རྟོགས་སད་ཅིག་མི་འདུག་སྟེ། དེ་ཆོ་གཅེར་  
བྱར་འཛིན་རྟོན་འདིར་འོང་ཞིང་གཅེར་བྱར་ཕྱིན་པ་རེད། སྤྱོད་བ་འདིར་མི་ལུས་ནི་གྲོན་ཆས་རྟོང་པ་བཞིན་  
དེའི་ནང་བཏུམས་པ་ནི་གཞུགས་མེད་དང་ངོ་བོ་ཞིག་ སྤྱོད་བ་དང་རྣམ་ཤེས་སོ་སོར་བྱེས་པས་ན་གྲོན་  
ཆས་རྟོང་པ་དོར་བར་ཡོད་པས་ཅི་ཞིག་ཡོད།

ང་རང་ནམ་ཞིག་ཤི་རྒྱུ་བྱ་གཡེང་བྱེད་པར་དགའ་མོས་ཆེན་པོ་ཡོད།

ངས་ང་རང་གི་ལོ་ངོ་མང་པོར་ང་གཅེས་རང་བདག་གི་མི་ལུས་བྱ་རྒྱུ་ལ་སྤྱིན་པ་ཕུལ་པའི་རེ་བ་བྱེད་  
ཀྱིན་ཡོད་ལ། ངས་བྱ་རྒྱུ་ཆོད་དམ་གསང་བ་སྟོག་བྱུང་གྱི་པོ་ཉ་འདིས་ངའི་ཤ་རུས་བྱེད་ནས་སྤྱོད་མ་རྣམ་པས་  
མ་གཏོགས་མཁྱེན་ཐབས་དཀའ་བའི་གནས་དེར་འཁྲིད་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

ཡིན་ནའང་སྤྱོད་པོ་རྫོང་དུ་སྤྱིན་སྤྱོད་ལ་གོམས་བྱང་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ཁམས་ཀྱི་ས་ཁུལ་མང་པོ་  
ནས་སྤྱིན་སྤྱོད་གི་གོམས་སྲོལ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། གནའ་སྤྱོད་མོ་ནས་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ་ཡང་ན་བར་  
སྐབས་ཤིག་ནས་སྲོལ་དེ་དར་བ་ཡིན་ནམ་ཤེས་ཐབས་བྲལ། དཔེར་ན་དུས་རབས་སྤྱོད་མའི་ནང་རྒྱ་མི་

བོད་ལ་ཡོང་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་གསལ་ཆ་མེད། དེ་ཡང་ཆེན་གོང་མའི་དམག་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞིག་  
 གས། བོད་མི་ཚོ་ལྷ་ནང་བཞིན་བཞུགས་ཏེ་གོག་མ་བཞིན་དམར་གསོད་གཏོང་མཁན་དམག་སྤྱི་གྲུ་  
 ཉམིན་གྱིས་དེ་སྔོན་བྱ་གཡེང་དང་ཆུ་སྐྱར་བྱེད་ཆུ་བཀག་སྡོམ་དང་ས་གཏོར་དར་སྤེལ་བྱས་པའི་བཤད་  
 སྲོལ་ཞིག་འདུག གང་ལྟར་སྡེ་དག་རྫོང་ཤར་གྱི་ཉེ་འགམ་གྱི་རི་སྐང་ཞིག་ཏུ་ཆང་མ་མཐོ་དམར་ཆ་མི་  
 མཉམ་པའི་དུར་སའི་ཁངས་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་མིའི་དུར་ས་ནང་བཞིན་རྒྱས་པོ་མཐོན་པོ་དང་ཆེན་པོ་མེད་ལ། ས་  
 འབྱར་རྒྱུ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཡིན་པ་དང་དེའི་ཐོག་ནི་བཀོས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། སྔོན་མ་ས་གཏོར་མ་བྱས་སྔོན་  
 ལ་སྤྱོད་མ་གདན་འདྲན་གྱིས་དུར་འཇུག་གི་དུས་ཚོད་སོགས་མོ་ཕྱིས་རྒྱག་པ་རེད།  
 ང་རང་དང་ཨ་ནེ་ཁོ་མོའི་བྱ་མོ་བཅས་ལྷན་དུ་དུར་སར་ཕྱིན་པ་ཡིན། ཁོ་མོ་ཚོ་མ་གཏོགས་སྡེ་དག་ན་ང་ལ་  
 གཉེན་ཉེ་གཞན་པ་ལྷག་མེད། ཨ་ནེ་འི་བྱ་གཉེན་ཉེ་མི་ཡིན་ཞིང་ཆོང་གཉེར་ཆེད་གནས་འདིར་  
 བསྐྱེད་པས་ནས་ས་འདིའི་བོད་མོ་ཞིག་དང་ཆང་ས་བརྒྱབས་ཏེ་གཏན་སྡོད་བྱས་ནས་འབྱོར་ཕུག་གི་འཚོ་བ་  
 རོལ་གྱིན་ཡོད་པ་རེད། ཨ་ནེ་བདེ་སྐྱིད་ནི་མིང་སྲིང་ཁོད་ཆེས་རྒྱུ་ཤོས་དེ་ཡིན་ལ་ཕུ་བོ་དང་ཨ་ཅེ་རྒྱམས་  
 སྔོན་མ་ནས་གསར་བརྗེའི་ནང་ཞུགས་ཏེ་ཆོང་མ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྫོང་དང་ཁུལ་རིམ་པའི་ལས་བྱེད་པ་  
 ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ནང་ན་ལྷག་པའི་ཁོ་མོ་༩་རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་དུས་སུ་ཞིང་གྲོང་ལ་ངལ་  
 རྩ་བ་བསྐྱར་བཀོད་བྱེད་དུ་བཅུག་པའི་པ་མ་དང་མཉམ་དུ་ཞིང་ལས་གཉེར་འདུག འོ་ཤས་སྔོན་པ་མ་  
 གཉིས་གྲོངས་རྗེས་ད་གཟོད་ཕྱིར་སྡེ་དག་ལ་ལོག་པ་རེད། ཨ་ནེ་ལགས་ས་སྐྱེས་དོ་སྐྱེས་ཀྱི་ཁམས་པའི་  
 བུད་མེད་ཅིག་ཏུ་བྱུར་ཡོད་ལ་རྒྱ་སྐད་ཤར་རྒྱག་ཏུ་བརྗོད་ཆུ་ཁག་པོ་རེད་འདུག ང་མཐོང་མ་ཐག་ཁོ་མོས་  
 མིག་རྒྱ་འདོན་བཞིན་ངའི་གཟུགས་བྱད་ངའི་ཨ་པ་ལགས་དང་ཉ་ཅང་འདྲ་པོ་འདུག་ཅེས་གསུངས་སོང་།  
 འོ་བཅུ་ལྷག་ཕྱིན་པས་སྤྱོད་པོ་དང་ཕྱོམ་ཡི་དུར་ས་གང་ཡིན་ཨ་ནེས་ཀྱང་གསལ་བོ་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག དེ་  
 བས་ཁོ་མོས་ཨ་ཁུ་བཀྲ་ཤིས་དོ་རྗེ་ཁྲིད་ཡོང་བ་དང་། ཁོང་ནི་བོད་ཁུལ་དུ་ནང་ཆོས་གཞུང་ལུགས་ཐད་ཀྱི་  
 མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། གསོ་རིག་དང་སྐར་ཕྱིས་ལ་འདུལ་གསུམ་པ་མེད་པས་སྤྱོད་ཆེན་མང་པོར་  
 འཆད་ཁྲིད་གནང་མྱོང་བ་དང་། དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་འཐིམ་ནས་ལོ་མང་འགོར་པའི་ཀུན་  
 གཟིགས་པཎ་ཆེན་སྐུ་ཕྱེད་བཅུ་བས་དམིགས་བསལ་མཇུག་ཁ་གནང་མྱོང་ཡོད་པ་རེད། ས་གནས་བོད་

མིའི་ཁྲོད་ཁོང་ནི་སྒྲ་མ་ནང་བཞིན་བཀྱར་པའི་མཁས་པ་སྟེན་གྲགས་ཅན་ཞིག་རེད། མི་མང་པོ་ཁོང་གི་  
གཤམ་དུ་བཅར་ནས་གྲོངས་ཟིན་པའི་ནང་མིའི་ཆེད་མོ་ཕྱིས་བྱས་ཏེ་དུར་ས་འདེམས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ངའི་  
སློ་པོ་དང་སློ་མོ་ཡི་དུར་ས་འདེམས་གཟིགས་པ་ཡིན་པས། དགྲུང་ལོ་བྱུག་ཅུར་བསྐྱེབས་པའི་ཁོང་  
གིས་དུས་དལ་ལྟ་འདེམས་ཆོ་ག་དུ་དུར་སྐྱས་བྱས་ཡོད་པ་གསལ་པོར་བྲན་གྱིན་འདུག  
སྟབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ངས་དེ་དུང་ས་གནས་དེའི་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་དུར་སར་དངོས་སུ་གདན་འདྲན་ཞུས་  
ཏེ་བསྐྱོ་སྟོན་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་ཡིན། འདི་ནི་དང་ངའི་གཉེན་ཉེ་ཆོར་ཆ་མཆོན་ན་ཇི་འདྲའི་བཀའ་བྲིན་ཆེན་  
པོ་ཞིག་རེད།

ཉིན་གུང་ཉི་འོད་ཚ་ལམ་ལམ་དུས་སུ་ང་ཆོ་ཆང་མའི་ལུས་ཐོག་ནས་དཔུལ་ཚུ་ཐོན་ཞིང་ཕལ་ཆེར་སྤྱི་ལེ་  
བཞི་ཅུ་ལ་སོང་བ་ན་ད་གཟོད་དུར་སར་ཐོན། ག་ལེར་ས་ལ་བསྐྱར་ནས་ཕྱག་གསུམ་འཛུལ་པ་དང་  
མཆོད་པ་སྤུལ། ག་ལེར་མིག་ལས་མཆིམ་ཤར་ཤར་བཞུར་ཞོར་དུ་སེམས་ནས་གསོལ་བ་བཏབ།  
རྩ་ལྷུ་མ་དང་རི་སྐྱེས་མེ་ཏོག་རྩོལ་གྱིས་གཡོགས་པའི་དུར་ས་རེ་རེ། ཉི་འོད་དང་བསིལ་རྒྱུང་གི་ཁ་  
དབུགས་ཀྱིས་དུར་ས་རེ་རེར་གཟིགས་སྒྲོང་གནངས་ཀྱིན། གནས་འདི་སྟོང་འཇགས་སེར་བཞུགས།  
ངས་སྒྲོ་བྱར་དུ་རི་བོ་འདི་དུར་སའི་ཁོངས་པ་དང་རེ་རེ་གཅིག་ཏུ་སྒྲུང་ལ་དུར་ཁོད་ཡོངས་ནི་དུར་ས་གཅིག་  
ནང་བཞིན་མཐོང་བས་ང་ལ་བཟོད་ཐབས་བྲལ་བའི་ཆོར་བ་ཞིག་སྐྱིན། འདི་ནི་དུར་ས་རེ་རེ་ལས་ཁྲ་ཆིལ་  
ལེར་འཕྲོ་པའི་གྲིབ་སོ་བཞིན་ཡུན་རིང་གི་ལོ་རྒྱའི་ཁོད་འབྲུལ་སྒྲུང་ལྟ་བུའི་རྩས་པ་ཐོན་འདུག གསོན་པའི་  
མི་རྒྱལ་གྱིས་སྒྲི་འཆིའི་སྒྲི་གདུང་ལས་མིག་རྒྱ་ཤར་ཤར་ཐོན། ཇི་ལྟར་ད་གཟོད་དུར་ས་ན་འཕྲོ་བའི་རྒྱལ་  
ཤེས་མཐོང་བྱུང་བས། ཡིན་ན་འད་ངས་རྒྱལ་ཤེས་མཐོང་འདོད་མེད། གཤམ་ཏེ་རྒྱལ་ཤེས་དཔུང་འདི་ན་འཕྲོ་  
བ་ཡིན་ན་ཁོང་དཔུང་ཐར་བ་ཐོབ་མེད་པའི་ཏྲགས་རེད། ངས་ཀའང་རུས་མཐོང་བ་ལས་རྒྱལ་ཤེས་མཐོང་  
འདོད་མེད།

རིན་པོ་ཆེས་སྟོན་ལམ་གསུང་འགོ་བཅུགས་ཤིང་གཟུངས་སྤྲུགས་རི་ཁོད་ན་ལྗོང་ཞིང་ཕྱག་རྒྱ་རྒྱལ་ཤེས་  
ཀྱི་གསེབ་ན་རྒྱ། གུས་པར་འོས་པའི་སྒྲ་མ་ཁྲོད་ཀྱིས་ང་ཡི་གཉེན་ཉེ་ཆོར་བའི་སྐྱིན་པར་འཛུལ། ང་རང་  
ནས་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་གངས་མེད་ཞུ་རེས།

ཉིན་འདི་དག་ལ་ང་རང་ནས་པ་ཡུལ་འཛོལ་བ་དང་འདས་དོན་གྱི་ནང་འཁོར་ནས་ངའི་ལམ་གྲོགས་ཚོའི་  
 སྐྱོར་ཡུན་རིང་གླེང་མེད། ཁོང་ཚོ་དོན་དངོས་ཀྱི་ཡུལ་སྐྱོར་སྤྱོད་འཆམ་པ་སྐྱོར་ཞིག་རེད། དམར་སྐྱུག་གིས་  
 རྒྱན་པའི་སྒྲེ་དགེ་གྲོང་བདེལ་ནང་པར་རྒྱུ་ལ་བསྐྱོད་གནང་བཞིན། ཉིམ་རེ་རེར་ཚོར་བ་དང་ལག་ཡོང་  
 གསར་བ་རེ་རེ་གི་འདུག ཁོང་ཚོས་སྐྱེད་པར་གྱི་བཏགས་པའི་ཁམས་པ་ཞིག་གི་རྒྱུ་སྒྲིག་བཞིན་  
 འདུག གོ་ཐོས་ལ་གྱི་ཡག་ཤོས་དེ་དཔལ་ཡུལ་ནས་ཐོན་པ་དང་སྐྱུས་ཀ་ལེགས་ཤིང་དབྱིབས་ཡག་པོ་  
 དང་གྱི་རྣམ་པོ་ཡིན་པས། ཁམས་པའི་མིས་དཔལ་ཡུལ་གྱི་གྱི་ནི་ལེགས་ཤོས་སུ་བརྩི་བ་རེད། དེ་བས་  
 གྱི་འི་ཡུ་བར་རིམ་བཞོས་པ་དང་ཁ་ཡིས་བརྒྱན་པའི་གྱི་རིང་ཐུང་མི་འདྲ་བ་ཉི་འོད་ཁོད་ཀྱི་ཁམས་པའི་  
 སྐྱེས་པ་དང་བུད་མེད་ཚོ་རར་ཤུགས་དང་སྒྲིག་ཉམས་ཀྱི་འགོ་བསྐྱོད་ཁོད་འོད་སྒྲུང་འཕྲོས་ཤིང་ཁོང་  
 ཚོའི་ཁྲ་ཡུལ་སྐྱོར་སྤྱོད་འཆམ་པར་གོ་སྐྱུར་མཁན་གྱི་མཆན། རིག་ཟུང་བཀུག ཁོང་ཚོས་རང་དབང་མེད་  
 པར་ལག་ཟུང་ཁམས་པའི་གྱི་ལ་འབྱར་ཏེ་བཙོང་བར་ཞུ་བ་བྱེད། ཁམས་པའི་མིར་གནའ་ནས་བཟུང་ཚོང་  
 གཉེར་གྱི་གོམས་སྒོལ་ཡོད་པས་ན། བཟོད་གསོལ་གྱི་རྣམ་འབྱུང་ཁོད་འགོ་མཚམས་བཞག་ནས་  
 འཛུལ་དམུལ་དམུལ་གྱིས་ཚོང་རྒྱག་འགོ་བཙུགས། ཉོས་ཡོང་པའི་གྱི་དེ་དག་ནང་ཀྲོ་ཡུན་གྱིས་ཉོས་  
 པའི་གྱི་དེ་ཆེས་མཛུས་པོ་འདུག དེ་ནི་ཡུ་བར་དཔལ་ཐག་བརྒྱས་པའི་གྱི་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་ཡིན་ལ་གཟུགས་  
 རིང་པོ་ཅན་གྱི་ཁམས་པའི་བུད་མེད་ཁ་ཤས་ཀྱི་ལག་ནས་ཉོས་པ་དང་བུད་མེད་དེ་ཚོ་དགོད་ཞོར་ང་ཚོར་ཤ་  
 ཟ་སྐྱུད་ཀྱི་གྱི་མེད་པར་བྱུར་ཞེས་བརྗོད་འདུག ལམ་གྲོགས་ཚོའི་ནང་ནས་གླིང་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཨ་རི་  
 ནས་ཡོང་པའི་ཁང་བཟའ་ལྷ་གཉིས་ཁུར་བོ་ཆེས་མང་ཤོས་ཡིན་པ་དང་མང་ཆེ་བ་ཁང་ལྷ་མ་མོའི་མཛུས་  
 ཚོས་བྱུག་རྒྱས་ཡིན་པས་ལོ་ན་དྲུག་ཅུར་སོན་པའི་སྐྱུ་ཞབས་ཁང་ལགས་ཐང་ཆད་ནས་དབྱགས་རིང་  
 འབྲིན་གྱིན་འདུག ཁང་ལྷ་མ་མོ་གཤེས་ཀ་ཁ་རི་ཁ་སྐྱུག་ཅིག་ཡིན་པས་དངོས་པོ་ཚོང་མར་བྱུད་མཚར་  
 སྐྱེས་ཏེ་ཚོད་ལྷ་བྱེད་གྱིན་འདུག མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་དཀྱགས་ཇ་དང་རྩམ་པ་བཟ་བོམས་སྐྱུ་ཁག་པོ་  
 ཡིན་ནའང་ཁོ་མོས་སྤྱོད་པ་འཕེལ་བའི་ངང་བཞིན་འདུག ཉིན་ཞིག་ལ་ས་དེའི་བྱིས་ཚང་ཞིག་ཏུ་ཁོ་མོས་  
 སྤྱོད་སྒྲུང་ཆེན་པོས་བོད་ལྷ་ཞིག་གོན་པ་དང་། དེ་ནི་རིན་གོང་ཆེ་བའི་བོད་ལྷ་ཞིག་ཡིན་པས་དུས་ཆེན་སྐབས་  
 སུ་མ་གཏོགས་གོན་གྱི་མ་རེད། དེ་ནི་གོས་ཆེན་གོང་བ་དམར་པོའི་སྐྱུག་ལྷ་མཐའ་རྒྱན་སྐུ་པགས་ཅན་

དང་། གླིང་བཅིངས་དཔུལ་དང་ན་རྒྱན་དང་སྒྲིལ་ཆོང་མ་གསེར་དང་བྱ་རུ་གཟི་བཙས་ཡིན་པས། མི་སྲུ་  
 ཞིག་གིས་བོད་ལྷ་དེ་གོན་ནས་རྒྱན་ཆ་དེ་དག་སྒྲོས་པ་ན་ལམ་སེང་ལྷ་མོ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་ལ་བྱོན་པ་  
 བཞིན་མཆོར་སྒྲིག་ཡིད་དུ་འོང་པར་འགྱུར་ངེས་རེད། ངས་ཀྱང་རང་དབང་མེད་པར་བོད་ལྷ་དེ་གྱོན་ནས་  
 འདྲ་པར་ཁ་ཤས་བསྒྲིལ་ཞིང་། རྗེས་སྲུ་པར་བཀྲས་ནས་ལྷ་སྐྱབས་ང་རང་དབང་འདི་འདྲི་ཡིད་དུ་འོང་པ་  
 གཏན་ནས་མཐོང་མྱོང་མེད། ལམས་ཀྱི་གོས་རྒྱན་ནི་བོད་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བོད་ལྷ་འི་ནང་ཆས་མཛེས་  
 སྤྱག་ལྷན་པ་དེ་ཡིན་ཤས་ཆེ།  
 གྲེ་དགོ་ལགས་གྲེ་དགོ

གནས་འདིའི་མཆོངས་ལས་མི་དཀར་སྐུམ་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་བཞི་ཅུ་མཐོ་ཞིང་ས་རྩོམ་མཉམ་བསྐྱེས་ལས་  
 བརྟེན་པའི་ཁང་རྩིང་དང་། གནས་འདི་གླིང་གི་སར་རྒྱལ་པོས་དབྱ་འདུལ་གཉེན་སྦྲེང་བྱེད་ས་དང་།  
 གནས་འདིའི་སྒྲིལ་འཛེབས་ཉམས་འགྱུར་ལྷན་པའི་སྐད་གདངས། གནས་འདིའི་གྲུབ་མཐའ་ཐ་དད་ཞི་  
 མཐུན་མཉམ་གནས་ཀྱི་དགོན་པ། གནས་འདིའི་དཔའ་རྒྱལ་སྒྲིལ་གྲགས་ཅན་དང་དད་གྲུས་ཆེ་བའི་རྒྱལ་  
 པོ་རྣམས་པ། གནས་འདིའི་ནགས་ཆལ་སྤྱག་པོ་དང་ས་འོག་གཏོར་གྱིས་ཁེངས་པ། དྲུངས་གཙང་རྩམ་མེ་  
 སྒྲ་སྒྲིག་རིག་སེང་གཏོར་གྱིས་སྤྱག་པ། ཐོལ་བྱུང་འཕྲད་པའི་སྤྱལ་སྐྱུ་རྒྱུང་རྒྱུང་དང་མཁའ་དབྱགས་ནང་  
 ནམ་མཁའི་ལྷ་མོའི་དྲི་ཞིམ་ལྷང་ཞིང་དཔུལ་གྱི་ཐག་ཐེང་ལ་རྩོམ་པ་ལམ་བརྒྱས་པའི་གྱི་རྒྱུང་། གཟུབ་  
 རྒྱས་དུས་ཆེན་སྐབས་སྲུ་བྱོན་པའི་མཛེས་སྤྱག་ཡིད་དུ་འོང་པའི་བོད་ལྷ། དཔུང་རྒྱུང་རིང་ནས་བྱ་ལྷར་  
 འཕྱར་ཡོང་པའི་རྟ་མཆོག་ངའི་ལས་སྐལ་གྱི་རྟ་པོས་ང་ལ་ལམ་སྟོན་གྱི་འཆོར་སྒྲ་སྒྲིག་གིན་པ་ནང་བཞིན།  
 དཔུང་གནས་འདིའི་གྲེ་དགོའི་པར་ཤིང་ཁོ་ནས་ཀྱང་མི་རྣམས་བསམ་གཞིགས་དང་ཡང་ན་སྟོང་འདྲང་  
 ཁོད་འཁྲིད་ངེས།  
 གྲེ་དགོ་ལགས། ཁྱེད་ངའི་བྱུངས་ཁྲག་ནང་སྐྱེ་བ་ནས་སྐྱེ་བའི་བར་ལྷོག་ལྷོག་རྒྱ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ལོའི་ཟླ་ ༢པར་ལྷ་ས་ནས།



# པའག་ལྟུང་འཁྱེད་ཀྱི་འཕྲུལ་འཁོར་ལྟུང་པའམྲུག་།

༡

བོད་ལུགས་ཀྱི་སྐྱབ་ཞི་བ་ལ་བོད་ཀྱི་གནས་དབྱུང་སྐར་ཅིས་ནང་ས་ག་སྐྱབ་བ་ཟེར་ཞིང་། རྒྱ་སྐར་ཉི་ཤུ་ཙུ་  
བརྒྱད་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཏེ་ས་ག་འཆར་བའི་སྐྱབ་བ་ཡིན་ཕྱིར་དེ་ལ་ས་ག་སྐྱབ་བ་ཟེར། བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ནང་། རྒྱ་  
སྐར་ས་ག་འཆར་བའི་ཉོར་སྐྱབ་བ་ཞི་བ་འདི་སངས་རྒྱུ་ཤུག་ཐུབ་པས་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་  
ཀྱི་ཆོག་སྐྱབ་པ་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟ་ས་ག་སྐྱབ་བ་ཆོས་  
ལུགས་ཀྱི་དོན་སྦྱིང་ལྡན་པའི་མཆོན་ཏྲགས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་འདུག ནང་སྐོར་སུ་བོད་ལུགས་ཀྱི་ཉོར་སྐྱབ་  
བ་ཞི་བའི་ཆོས་བཅོམ་ལྷན་པས་རྒྱུ་ཤུག་ཐུབ་པ་སྐྱབ་བ་ལྟུང་པའི་པ་དང་། སངས་རྒྱུ་པ། ལྷ་འཛུགས་  
འདས་པའི་དུས་ཆེན་གསུམ་འཛོམས་ཡིན་པར་འདོད་པས་ཉིན་འདི་ནི་ས་ག་སྐྱབ་བའི་ནང་གི་ས་ག་ཉིན་  
མོར་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

ནང་པ་སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཙུ་གཅིག་བྱེད་པའི་བོད་མིས་ས་ག་སྐྱབ་བའི་ནང་དགེ་བའི་ལས་  
གཅིག་བསྐྱབ་ན་དགེ་བ་ཁྱིེ་འབྱུར་གྱི་བསྐྱབ་པའི་ཕན་ཡོན་ལྡན་པར་འདོད་ལ། དེའི་ཕྱིར། སྐྱབ་བ་འདིའི་  
ནང་དགེ་བའི་ལས་མང་པོ་བསྐྱབས་ཏེ་རང་གི་སྤྲིག་སྤྲིབ་འདག་པར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤང་  
བ། སྤང་གནས་སྤང་བ། མཆོད་པ་འབུལ་བ། སྐོར་བ་ལེན་པ། མཇལ་བྱས་བྱེད་པ། སྤྲིན་པ་གཏོང་བ་དང་  
སྤྲིག་ཐར་དུ་གཏོང་བ་སོགས། ལྷ་སར་སངས་རྒྱུ་ཤུག་ཐུབ་པ་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་ལ་ཐེབས་པའི་སྐྱབ་  
ཆོད་དང་མཐུན་པའི་ལྷ་སྐྱབ་གཙོ་སྐྱབ་བཞུགས་པའི་ལྷ་ལྡན་གཙུག་ལག་ཁང་དཀྱིལ་སྤྱིང་དུ་བཟུང་ནས་  
མཇལ་བསྐོར་བྱེད་པ་ཡིན། བསྐོར་ལམ་ལ་ནང་བསྐོར་དང་། བར་བསྐོར་དང་ཕྱི་སྐོར་ཡོད། ལྷ་ལྡན་གཙུག་  
ལག་ཁང་གི་མཐའ་སྐོར་དུ་མ་ཁྱིེ་འཁོར་ལོ་སུམ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཡོད་པའི་བསྐོར་ལམ་ལ་ནང་བསྐོར་  
དང་། བར་བསྐོར་ནི་ལྷ་ལྡན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྐད་གྲགས་ཅན་གྱི་ཆོང་ལས་སྤང་ལམ་ལ་བར་སྐོར་  
སྤང་ལམ་ཟེར། སྤྱིང་བསྐོར་ཞེས་པ་ནི་ལྷ་ལྡན་གཙུག་ལག་ཁང་། ལུགས་པོ་རི། པོ་བྱང་པོ་ཏྲ་ལ། ར་མོ་ཆེ་  
སོགས་པལ་ཆེར་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྤང་ལམ་མང་ཤས་འདུས་ཡོད། དེ་མིན་དུང་ཙུ་བསྐོར་ཡོད། དེ་ནི་  
པོ་བྱང་པོ་ཏྲ་ལའི་བསྐོར་ལམ་ཁོ་ན་ལ་ཟེར། ནམ་རྒྱུན་ས་ག་སྐྱབ་བའི་ནང་། བསྐོར་ལམ་ཆོང་མ་ཚུ་སྐྱབ་

བཅོལ་འདྲའི་མཇལ་བས་ཁེངས་ཡོད་པ་དང་མི་ཚང་མས་ཡང་སྐྱོར་བསྐྱར་སྐྱོར་གྱི་མགོ་མཇུག་སྒྲེལ་ཏེ་  
 དངོས་གནས་བཤད་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན། དད་ལྡན་ཚོས་ལག་པ་གཅིག་གིས་མ་ཆི་འཁོར་ལོ་བཟུང་  
 ཞིང་། ལག་པ་ཡ་གཅིག་གིས་སྤེང་བ་འདྲེན་ཞོར་དུ་ཁ་ནད་ནས་མཚམས་ཆད་རྒྱ་མེད་པའི་མ་ཆི་ཡིག་  
 ིུག་སྐྱོར་འདོན་བྱེད་ཀྱིན་པ་དང་། བསང་ཁུང་རེ་རེའི་མདུན་དུ་སྒྲེབ་ཆོ་བསང་རྩི་འདེབས་པ་དང་ནས་ཆང་  
 སོགས་མཆོད་རྗེས་ཡང་སྤུ་མཐུད་དུ་སྐྱོར་བར་བྱེལ། བསང་དུད་ནང་ཡོངས་སུ་སྤང་བའི་ས་གྲྭ་ཁྲ་བ་འདྲིའི་  
 ནང་ལྟག་པར་དུ་ནང་ཚོས་གྱི་འཚོ་བའི་ངང་རྩལ་འབྱར་དུ་ཐོན་ཡོད། ཉོར་རྒྱ་བཞི་བའི་ཚོས་བཙུ་ལྷོ་ཞི་རྒྱ་བ་  
 ིུལ་བའི་ནང་ཆེས་གཤམ་ཆེན་གྱི་ཉིན་མོ་རུ་ཆགས་ཡོད་པས་མཆོད་འབུལ་དང་མཇལ་ཕྱག་སོགས་དག་  
 བའི་ལས་སྒྲུབ་པའི་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་སྤྱོད་ཆོགས་གྱི་ཕྱི་རུ་སོན་ངེས་ཡིན།  
 དེའི་ནང་། སྤྱིན་པ་ནི་དག་བའི་ལས་གྱི་ནང་ནམ་རྒྱུན་མཐོང་ཐུབ་པའི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ལ་མཇལ་སྐྱོར་གྱི་  
 སྐབས་སུ་གཅིག་བསྐྱུས་གྱིས་གསལ་མཆོན་བྱས་ཡོད། དད་ལྡན་སྤྱིས་བུ་ཕོ་མོས་བསྐྱོར་ལམ་རིང་ཐུང་  
 ཀུན་གྱི་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གི་སྤྱོད་མ་བ་རྣམས་ལ་སྤྱིན་པ་གནང་ངེས་ཡིན། སྤྱིན་  
 དངོས་པར་ཆེར་སྤྲོན་མ་ནས་དེུལ་ཁང་སོགས་སུ་བརྗེས་ཟིན་པའི་སྐྱོར་བྱུང་གསར་པ་དང་ཡང་ན་སོ་  
 སོས་བསོགས་པའི་སྐྱོར་བྱུང་རྣམས་དང་། སྐྱོར་གཅིག་དང་གཉིས་སོགས་ཡིན། སྤྱིན་གཏོང་པ་ཚོས་དུས་  
 རྒྱུན་གཅིག་ཀྱང་མི་ཆད་པར་སྤྱིན་པ་གནང་སྒོལ་ཡོད་ལ། སྐྱོར་བ་གཅིག་རྗེས་རྗེས་ཉུང་ན་བརྒྱ་པ་  
 འགའ་དང་མང་ན་ཁྲི་ཚོ་བརྒྱལ་ངེས་ཡིན། སྐྱོར་མོ་བ་དེ་དག་ནི་ལྷ་ས་ལ་བར་ཐག་ཅུང་རིང་པའི་ཡུལ་གྱི་  
 ཁག་ནས་ཡོང་པའི་གནས་མཇལ་པ་དབུལ་བོ་དང་ཡང་ན་དམིགས་བསལ་གྱིས་དུས་འདི་དང་བསྐྱུན་  
 ནས་ལྷ་སར་སྐྱོར་མོར་ཡོང་པའི་དབུལ་བོའི་དུད་ཁྱིམ་ཁག་ ཡང་ན་ཕྱོགས་མེད་རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམ་པའི་  
 བཅུན་པ་དང་། ཡང་ན་མཉམ་དུ་བཞུགས་ཏེ་ཞལ་འདོན་སྐྱོར་པའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་དགོན་པ་རྒྱུང་དུ་དག་ལས་  
 ཡོང་པའི་བཅུན་མ་ཡིན། དེ་རུ་རྒྱན་པ་དང་བྱིས་པ་ཡོད་ལ་ནད་པ་དང་དབང་བོ་སྤྱིན་ཅན་ཡང་ཡོད། དེའི་  
 ཕྱིར་། ལྷ་ས་རུ་ས་གྲྭ་ཁྲ་བ་ལ་ ་དབུལ་བོའི་དུས་སྟོན་ ་ཟེར་ལ་ ་སྐྱོར་མོ་བའི་དུས་སྟོན་ ་དུའང་འབོད།  
 སྤྱོད་རིན་ཡོད་པ་ཞིག་ནི། ཉེ་བའི་ལོ་འགའི་རིང་ལ་སྐྱོར་མོ་བའི་དཔུང་ཚོགས་གྱི་ནང་དུ་རྒྱ་མི་རྣམས་  
 མཉམ་བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱུ་རྗེ་མང་ནས་རྗེ་མང་རེད། རྒྱ་མི་འདི་དག་ནི་ནམ་ཀུན་ལས་ཀ་ཚག་ཅིག་ལས་པའི་

ཡུལ་མི་ལས་བཟོ་བ་ཡིན་ལ། ཕར་བལྟས་ཚོད་ཀྱིས་ལུས་སྟོབས་དར་པའི་ཕོ་གསར་དང་གཞོན་སྐྱེས་  
བྱད་མེད་རྒྱུ་རྒྱུ་རེད་འདུག ཡིན་ཡང་དེའི་ནང་ལོ་ལོན་གྱིས་པ་དང་ད་དུང་ནད་པའང་འདུག གོ་ཚོད་ཡིན་  
ན་རྒྱ་མི་འདི་ཚོས་ས་ག་ལྷ་བ་ལ་༼བོད་མིས་སྒོར་མོ་སྟར་པའི་ཉིན་མོ་༽རུ་འབོད་ཀྱིན་ཡོད། རྒྱ་མཚན་  
ནི་ཉིམ་གཅིག་ལ་སྟོང་མོ་ལས་རེག་པའི་ཡོང་སྟོན་ནི་ནམ་རྒྱུན་གྱི་ཉིན་གཅིག་གི་ལས་ཀའི་སྒྲ་ཕོག་ལས་  
ལྷ་བ་འགྱུར་གྱིས་མང་བས་སོ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ལོ་ནས་བཟུང་། ས་ག་ལྷ་བའི་ནང་སྟེལ་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྒྲ་ཚོགས་ལ་ས་  
གནས་སྤྱིད་གཞུང་གིས་ཚད་བཀག་ནན་མོ་བྱས་པ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ལོར་ཚད་བཀག་སྒྲིལ་ལས་ཇེ་  
བྲག་ཏུ་བཏང་སྟེ་ལྷ་སའི་ལས་ཁུངས་ཁག་ལ་ཆེད་དམིགས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་བཀམ་ནས་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་  
པ་དགོན་པ་རུ་མཆོད་འབུལ་དང་མཇལ་སྟོར་དུ་སོང་མི་ཚོག་ལ་གཤམ་ཏེ་སོང་བ་ཡིན་ན་གནས་དབྱུང་  
གཏོང་རྒྱ་དང་། ལས་བྲལ་ངལ་གསོ་བ་དང་ཡང་ན་རྒྱ་ཡོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་རྒྱ་གསེའི་འཚོ་དཔུལ་  
མཚམས་འཛོག་བྱེད་རྒྱ་དང་། སྟོབ་མ་ལ་སྟོབ་ལྷ་ལས་བྱིར་འཕུད་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པའི་བཀག་སྒྲིལ་བཀམ་  
རྒྱ་བཏང་འདུག བཀའ་བྲིམས་དེ་ལག་བསྟར་ཡག་པོ་བྱེད་ཆེད་ལས་ཁུངས་སོ་སོའི་མི་སྒྲ་ཆེད་  
མངགས་ཀྱིས་བསྐྱར་ལམ་ཀྱི་ངེས་བརྒྱད་ལམ་ཁ་ལུགས་པོ་རིའི་རྒྱབ་ཏུ་རང་སོ་སོའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མི་  
ཡོད་མེད་ལ་ལྟ་ཞིབ་བྱེད་དུ་བཅུག ཡིན་ཡང་འབངས་མི་པལ་བ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོའི་ནད་ཞུགས་  
ཚོག་ཀྱང་གོང་ཁྱེད་ཀྱི་གཙང་སྒྲ་དང་འགྲིམས་འགྲུལ་ལ་ངེས་པར་དུ་མཉམ་འཛོག་སྤང་འཛིན་བྱེད་  
དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིག་ལམ་གསར་འཛུགས་བྱས་ཡོད་འདུག སྐབས་ཤིག་ལ་མཇལ་སྟོར་བ་ཇེ་ཉུང་  
དུ་སོང་བ་མ་ཟད་བསྐྱར་ལམ་ཀྱི་སྟོང་མོ་བའང་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བར་ཆགས། བསང་དུད་ཀྱང་རེ་ཞིག་ལ་ལང་རེ་  
ལིང་རེ་ཞིག་མ་གཏོགས་མེད་པར་ཆགས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ལོའི་ས་ག་ལྷ་བ་ལོ་སྟོན་མ་ལས་རབ་ཞིག་ཇེ་  
བཟང་དུ་སོང་། མཇལ་སྟོར་བ་ཚོས་ག་ས་གང་དུ་བསང་མི་ཕུལ་པའི་ཆེད་དུ་སྟོར་ལམ་དུ་བསང་ཁུང་བཅུ་  
ཁ་ཞིག་གསར་བཞེངས་བྱས། ས་གནས་ཀྱི་ཚོགས་པར་ནང་བཏོན་པ་ལྟར་ན། དེ་ནི་ལྷ་ས་གོང་ཁྱེད་ཀྱི་  
ཁོར་ཡུག་སྤང་སྟོབ་སྟེ་ཁག་གིས་དམིགས་བསལ་གྱིས་དད་ལྡན་མཇལ་བ་རྣམས་ལ་སྟབས་བདེ་དང་།  
གོང་ཁྱེད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གཙང་སྒྲ་སྤང་སྟོབ་བྱེད་པར་ཆེད་དམིགས་ཀྱིས་བཟོས་པ་ཡིན་ཟེ།

དཔེ་སྟེ་ཕྱི་ལོ་ 2002ལོའི་ས་ག་ཟླ་བ་ནི་སྤྱི་ཅིས་ཀྱི་ཟླ་ 4བའི་ཆོས་12ནས་ཟླ་6བའི་ཆོས་10བར་ཡིན།  
 ཉིན་དང་པོ་ནས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རང་ཚུལ་ཐོབ་ཀྱི་འཕམ་བཞིན་པ་གསལ་བོར་ཆོར་ཐུག། མཇལ་སྒྲོར་  
 དུ་འོངས་པའི་དད་ལྡན་མཇལ་བ་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ཞོགས་པ་ཉི་མ་མ་ཤར་གོང་ནས་ཕྱི་དོན་ཉི་མ་རིའི་རྒྱབ་  
 ཏུ་ལུབ་བར་གྱི་དུས་ཚོད་ཆོད་མ་བར་མེད་དང་བཀའ་། ན་གཞོན་ཆེས་མང་ཤོས་ཡིན་ལ་དེའི་རྗེས་གཞོན་  
 རྒྱུས་བ་དང་སྒྲུ་ལོ་དུང་ལྟར་དཀར་པའི་རྒྱན་རབས་ཀྱང་མང་པོ་འདུག། མཇལ་བ་ཚོ་ནམ་མཁའི་བྱ་ཡི་  
 མཁྱོགས་ལྷུང་ལྡན་ཞིང་ཡིད་སེམས་སྒྲོ་བས་ཁེངས་ཏེ་ལུས་ཤུགས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་ཡོད། མི་ལ་འདི་ནི་  
 དམངས་ཡོངས་ཀྱི་གཞུགས་གཞི་བདེ་ཐང་དང་ལུས་རྩལ་དར་སྤེལ་གཏོང་རིན་ཡོད་པའི་ལུས་རྩལ་ཞིག་  
 ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཆོར་ངེས་ཡིན། བརྒྱུད་པའི་འཆའ་བཞིན་པའི་དད་ལྡན་པོ་མོ་ཡང་མང་པོ་ཡོད་ལ་  
 ཁོང་ཚོས་ལུས་རྩལ་བོ་ས་རྩལ་གྱིས་གཡོགས་ཤིང་དཔལ་བར་སྐྱད་འབྱར་ཐོན་ཡང་དེ་ལ་དོ་སྣང་ཡོད་ནས་  
 བྱེད་ཀྱིན་མེད་པར་ལུ་མཐུད་དུ་མཐར་ཐུག་གི་དམིགས་ཡུལ་གྱི་ཆེད་དུ་སློབ་ཅི་གཅིག་གཏད་ཀྱིས་འགོ་  
 བཞིན་མཆིས། ས་ཁྲག་སོ་སོ་ན་བདེ་སྤང་མི་སྣ་ད་རུང་ཡང་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་མང་ཆེ་ཤོས་ནི་  
 འགྲིམས་འགྲུལ་གྱི་སྒྲིག་ལམ་སྤྱད་འཛིན་རྒྱུ་འཁྱོངས་བྱེད་པའི་སྤྱད་དུ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ཚོས་བཀོད་  
 སྒྲིག་འོག་རྒྱ་རྒྱུན་བཞིན་རྒྱ་བའི་རྒྱུད་ས་འཁོར་སྤྱོད་ཆོགས་སྐབས་སྐབས་སུ་མཆོམས་བཀག་སྟེ་མཇལ་  
 བ་ཚོ་འགོ་སའི་ལམ་ཁ་ཞིག་སྤྱད་ངེས་ཡིན། སི་ལ་ཆོང་པ་དག་གིས་ཟླ་གཅིག་གི་དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་  
 བྱས་ཏེ་སྒྲོར་ལམ་གྱི་གཡས་གཡོན་གཉིས་ན་ཆོང་ཐོག་རྒྱུད་དུ་དང་བཟའ་བཏུང་གི་རིགས་སྤྱོད་ཆོགས་  
 བཤམས་ཡོད་ལ་མང་ཤོས་མཁྱོགས་ཟས་ཀྱི་རིགས་རྒྱུད་རྒྱུད་རེད་འདུག།  
 ཕྱི་ཟླ་ 4བའི་ཆོས་24ཉིན་ནི་བོད་ཅིས་ཀྱི་ཟླ་ 8བའི་14ལ་ཁེལ་འདུག། ཞོགས་པ་རྒྱུ་ཆོད་དུག་གི་སྟེང་  
 ནམ་ལངས་མ་ཐག་ངས་པར་ཆས་ཁྱེར་ནས་ཕྱི་ལོ་ག་ཏུ་སོང་། ཅུང་མ་འགོར་བར་མཇལ་སྒྲོར་བའི་དཔྱད་  
 ཆོགས་ནང་འཐིམ། བསང་དུད་ཀྱི་དྲི་ཞིམ་བར་སྤྱད་ཀྱན་ཏུ་འཐུལ་ཞིང་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་དབྱངས་ཏྲ་  
 རྩོགས་བཞིར་བྱུང་། ལུས་འགྲམ་དུ་རྒྱུད་ལྟར་རྒྱ་བའི་མཇལ་བ་དག་པར་བལྟས་པ་ཅོམ་གྱིས་བོད་ཁྲལ་  
 གང་ནས་ཡོང་བ་གསལ་བོར་ཤེས་ཐུག། ངས་འདི་རུ་སྟོན་པ་ནི་དབྱུས་གཙང་། ཁམས་དང་ཨ་མ་མཛོད་འཛིན་

ལུ་གསུམ་ཡིན། ལྷ་སར་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་དུ་འདི་འདྲའི་བོད་པ་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་མ་མྱོང་བ་འདྲ།  
 ནམ་རྒྱུ་ཁོང་ཚོ་ཚང་མ་ཇི་མང་ནས་ཇི་མང་དུ་འགོ་བཞིན་པའི་རིགས་གཞན་པའི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་ཉུག་པ་  
 ཇི་བཞིན། བར་སྐྱོར་དུ་ཅུང་ཙམ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ལས་ས་གནས་གཞན་དག་དུ་མཐོང་རྒྱུ་མེད། སྐབས་  
 འདི་དུ་ཁོང་ཚོའི་ལུས་སེམས་ཡོད་ཚད་ཆོས་ཕྱོགས་སུ་གནས་ནས་སྤོང་མོ་བར་ཐུག་ཆོ་སྤྱོན་སྐྱོར་གནང་  
 རྒྱུ་དང་བསང་ཁྲུང་ལ་ཐུག་དུས་བསང་ཙྱི་འབུལ་རྒྱ། འདི་ཡིས་བདག་གི་སེམས་སུ་ཉ་ཅང་བཤད་དཀའ་  
 བའི་ཆོར་ཤེས་རྣམས་པོ་ཞིག་སྤྱི་བཅུག་སྟེ་དུས་དོན་གྱི་འབྱུང་ལྡོག་ལ་ཇི་ལྟར་ཆོར་སྤང་བྱེད་དགོས་པའང་  
 མི་ཤེས། ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་བཀག་རྒྱས་ངས་འདི་ལྟར་གོ་མ་པ་ཁེར་སྟོ་གཉིས་སྟོས་ལོ་ངོ་  
 གཉིས་ལྷག་གི་རིང་ལ་བསྐྱོར་བ་སོང་མྱོང་མེད་ལ། མཚམས་ལན་རེར་ལུགས་རྟ་ཞོན་ཏེ་སྤྲིང་སྐྱོར་གྱི་  
 རྒྱུ་དུ་སོང་བ་ཡིན། དེའི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་མཇལ་སྐྱོར་མིན་པར་ལམ་བར་དུ་ལྷ་ཞིབ་བྱེད་ས་གཙོ་དང་  
 ཡོད་མེད་ལ་ཐོ་འགོད་བྱས་པ་ཡིན། དེའི་སྐབས་ཀྱི་ཆོར་བ་ནི་སྐྱག་སྤང་དང་འབྲེལ་བའི་གཞོན་ལྷགས་  
 ཉིད། ཡིན་ཡང་ཚད་བཀག་མང་པོ་ཞིག་དེ་རིང་ཡང་མེད་པར་བཟོས་མེད་ལ། ལས་ཁུངས་མང་པོ་ཞིག་  
 གིས་ས་གཞི་བའི་སྤྱོན་དུ་ཆོགས་འདུ་འཆོགས་ནས་དམར་ཕྱོགས་ཆོགས་མི་ཡིན་པའི་ལས་བྱེད་མི་སྣ་  
 དང་རྒན་ཡོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སོགས་མཇལ་སྐྱོར་དུ་སོང་མི་ཆོག་པའི་ཉེན་བརྒྱུད་ནས་གལ་ཏེ་དེ་འདྲའི་  
 གནས་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཤེས་ཆོ་ཐག་གཅོད་ནན་མོ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་རྒྱུ་ནན་བཤད་བྱས་འདུག ཡིན་ཡང་ལོ་  
 སྤྱོན་མ་གཉིས་དང་བསྐྱར་ན་ཉེན་བརྒྱུད་དེ་དག་རིམ་བཞིན་རྣམ་པ་ཅན་དུ་ཆགས་བཞིན་ཡོད་པས་སྐྱོར་ལམ་  
 དུ་གཞུང་ཞབས་པའི་རྒྱུགས་ཀ་ཅན་གྱི་མཇལ་བ་མང་པོ་འདུག ཁོང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་བོད་ལྷ་མི་གོན་པས་  
 བོད་ལྷ་གོན་པའི་འབངས་མི་དང་ཐད་དེ་མི་འདྲ་བའི་རིགས་གཉིས་སྐྱོར་ལམ་དུ་མཐོང་ཐུག།  
 དེ་ལས་ལོ་སྤྱོན་མ་དག་དང་མི་མཚུངས་པའི་རྣམ་པ་གཞན་ཞིག་ནི། སྐྱོར་ལམ་དུ་དམིགས་བསལ་གྱིས་  
 བསང་ཁྲུང་གསར་བཞེངས་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད་སྤོང་མོ་བ་ཡང་ས་གནས་འགར་གཏན་ཁེལ་བྱས་ཏེ་  
 གཅིག་བསྐྱས་བྱས་ནས་ནམ་རྒྱུན་བཞིན་སྐྱོར་ལམ་གྱི་གས་གང་དུ་རང་འདོད་ཀྱིས་སྤོང་མི་ཆོག་པར་  
 བཟོས་འདུག ལྷ་སའི་གནས་རིང་འབོད་པའི་ལུགས་པོ་རིའི་ཉེ་འགམ་གྱི་ལམ་བར་དུ་གཅིག་ཇེས་  
 གཅིག་མཐུད་ནས་སྤོང་མོ་བ་ཁྱི་སྤོང་མང་པོས་ལག་པ་སྟོབ་ཆོད་དུ་བསྐྱིངས་ནས་སྤོང་བཞིན་པ་དང་། མི་



རྣམས་ལ་ཉང་སངས་སུ་འཇུག་པ་ཞིག་ནི་སྤྱོད་མོ་བའི་དཔུང་ཁག་ནང་རྒྱ་མི་མང་ཐག་ཚད་ཅིག་མཉམ་  
 བསྐྱེད་བྱས་ཡོད་ལ། རགས་ཅིས་ཤིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་སུམ་ཆའི་གཅིག་ལྷག་ཟིན་ཡོད་འདུག་པ་མ་ཟད་  
 ཚང་མ་གཞིན་སྐྱེས་དར་མ་ལུས་སྟོབས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་རེད། ལ་ལས་བྱིས་པ་འང་མཉམ་དུ་  
 ཁྲིད་ཡོད་ཡོད་ལ། བྱིས་པའི་ནང་ན་སྟོབ་གྲུ་འཕྲི་སྐྱེག་ཆས་དཔུང་ཡང་གོན་ཡོད་པ་ཁ་ཤས་ཀྱང་འདུག འདི་  
 ནི་སྤྱོད་ཆད་ཀྱི་ས་ག་ཟླ་བའི་སྐབས་གཏན་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་ཚོ་འགའ་རེ་དོན་ཅེ་བོད་པའི་ནང་  
 བསྐྱེད་ནས་སྟོང་བཞིན་པ་ཡོད་ལ་སྟོར་སྟོར་བྱིས་ས་གནས་ཤིག་བདག་བཟུང་བྱས་པ་འང་ཡོད། ལག་པ་  
 གཅིག་གི་ནང་སྟོར་བྱུང་འགའ་བཟུང་སྟེ་ལག་ཡ་གཅིག་རིང་པོ་ཕར་བསྐྱོངས་ནས་ཚང་མས་གཅིག་  
 མཚུངས་ཀྱིས་ཞུ་མོ་འདྲ་མི་འདྲ་གོན་ནས་རོ་གདོང་མི་མཐོང་བར་བྱས་ཡོད། ཁོང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་སྟོང་  
 བཞིན་པའི་བོད་པ་དག་དང་བསྐྱེད་ན་ཁོང་ཚོ་འཁྱུན་གོས་སྤྱིར་རལ་སྟོ་མདོག་མེད་པ་མ་ཟད་དཔུང་ཡག་  
 པོ་འདུག་ཅེས་ལབ་ཆོག ཞིབ་ཀྱིས་ལྟ་དཔུང་དང་བསྐྱེད་གཤེབས་བྱས་ཆོ། སྟོང་མོ་བ་ཡིན་པ་གཅིག་  
 མཚུངས་ཀྱི་ཆ་ནས་རྒྱ་མི་དང་བོད་མིའི་རྣམ་འབྱུང་ཡང་ཅི་འདྲའི་མི་འདྲ་པ་ལ། རྒྱ་མི་རྣམས་སྟོ་འཆ་བ་  
 ཀྱིས་ངང་ནས་ལག་ཏུ་སྟོར་མོ་རེག་རྩེས་ལམ་སང་ཡང་བསྐྱུར་ལག་པ་བསྐྱོང་ངེས་ཡིན་ལ། བོད་པ་ཚོ་འདི་  
 ལག་ཏུ་སྟོར་མོ་རེག་རྩེས་ལྷགས་རྩེ་ཆེ་ཞེས་བཀའ་བློན་ལྟ་ངེས་ཡིན་ལ། ལ་ལས་སྟོར་མོ་མགོ་རུ་བཞག་  
 ནས་དེ་ལས་ལྷག་པའི་ལྷགས་རྩེ་བཀའ་བློན་ཆེ་བ་མཚོན་གྱིན་ཡོད། ལ་ལས་དཔུང་ཁ་གཡེང་གསོལ་  
 འདེབས་སོགས་སྟོར་ངེས་ཡིན། ངས་དཔུང་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་པ་ཞིག་ནི། རྒྱ་མིས་ཕན་ཚུན་བར་སྐྱད་ཆ་  
 བཤད་མཁན་ཤིན་ཏུ་ཉུང་ཞིང་། ཕར་བལྟས་ཆོད་ཀྱིས་ལྷ་ས་དང་བར་ཐག་ཅུང་རིང་ས་ནས་ཡོང་བའི་བོད་  
 པ་སྟོར་ཞིག་གིས་དུས་སྟོན་རོལ་པ་ཇི་བཞིན་སྐྱད་དག་མཐོན་པོས་ཁོང་ཚོ་འཁྱུང་བའི་དམངས་གཞས་  
 ལེན་བཞིན་ཡོད་ལ། མཇལ་སྟོར་སྐྱོན་པ་གཏོང་བའི་མཇལ་བ་རྣམས་ཀྱང་རེ་ཞིག་ཁོང་ཚོས་སྐྱུ་དག་གིས་  
 བཀའ་གསུངས་ནས་འགྲོ་མཚམས་བཞག་སྟེ་ཉན་ནས་བསྐྱེད་འདུག  
 འདི་འདྲའི་སྐྱེད་ཚུལ་ཟིན་ཐོའི་ཚུལ་དུ་འགོད་རྒྱུ་འཁྱུན་སྟོང་ཁོ་ནས་ངས་ལམ་སང་ཕར་ཆས་སྐྱངས་ཏེ་ཕར་  
 རྒྱག་འགོ་བརྩམ། སྟོ་བྱུར་དུ་མི་ཞིག་གིས་ངའི་ཐུག་པ་རུང་གིན་འདུག ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་བལྟས་ཆོ་  
 གཞུང་ཞབས་ཀྱི་བཟོ་ལྷ་ཤར་བའི་སྐྱེས་པ་ཞིག་གིས་མཐེ་བོད་གྲུ་དུ་བསྐྱོངས་ཏེ་ཕར་སྐྱངས་པ་རོ་མའི་



ཡག་པོ་རེད། མང་བོ་ཞིག་ལེན་རྒྱུ་མཛད་དང་། རྒྱ་མིས་བོད་མིས་སྤོང་མོ་བྱེད་པའི་སྐལ་ཡང་འཕྲོག་  
 བཞིན་འདུག་པ་མི་རྣམས་ལ་སྟོན་རྒྱུ་ཅེས་དང་། རྗེས་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོར་ལམ་གྱི་རྒྱ་མི་སྤོང་མོ་བ་  
 བོད་མི་ལས་ཀྱང་མང་སྤྱོད་པ་རེད། ཁོང་གིས་སུ་མཐུན་དུ་གསུངས་རྒྱུར། ང་ཚོ་བོད་པ་འདི་ཅི་འདྲའི་  
 རྒྱལ་ཁས་པ་ཞིག་རེད་དམ། ཅི་འདྲི་རྒྱ་མི་འདི་ཚོར་དདུལ་སྦྱིན་དགོས་སམ། དེ་ལ་ངས་ཡིན་མིན་གྱི་ལན་  
 གཅིག་ཀྱང་མ་བཏབ། སྐྱོར་ལམ་དུ་སྦྱིན་པ་གཏོང་མཁན་པལ་ཆེ་བ་བོད་མི་ཡིན་པ་དང་། ཅུབ་ཕྱོགས་  
 རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་ལྷ་སྐྱོར་སྤྱོད་བསང་བ་རེ་འགའ་དང་ནང་ལོག་གི་རྒྱ་མི་སྤྱོད་བསང་བ་ལ་ལས་ལད་མོ་དང་  
 ཡང་ན་ཡ་མཚར་བའི་སེམས་པས་སྐྱོར་བྱུང་འགའ་འགྲོ་ཞོར་དུ་སྦྱིན་མཁན་རེ་བྱུང་ཡོད། སྤོང་མོ་བ་ལས་  
 ལྷན་འགྲུལ་གྱིས་མང་བའི་སྦྱིན་གཏོང་བ་དེ་དག་ནི་འགྲོ་འདུག་མི་བདེ་པའི་རྒྱན་ཁོག་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་  
 རྒྱུན་འཆོ་བའི་ཁོད་སྐྱར་གང་བྱུང་གཅིག་གིས་བསལ་ནས་པའི་སྦྱིན་སྐྱོར་རྣམས་གཅིག་རེ་གཉིས་རེ་བྱས་ཏེ་  
 ལག་པ་བསྐྱངས་པ་ཆང་མར་གཅིག་ཀྱང་མི་ཆད་པར་སྦྱིན་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཚོར་མཚོན་ན་སྦྱིན་པ་  
 གཏོང་ཡུལ་དེ་བོད་མི་དང་རྒྱ་མི་ལ་བྱེད་པར་སྤྱི་ཚུལ་ཡང་མེད། བར་བལྟས་ཆོད་ཀྱིས་ཁོང་ཚོ་ནི་ཞི་བདེས་  
 བཅིངས་གྲོལ་བཏང་བའི་ལྷ་ས་གསར་པ་ལས་ལོ་བཅུ་ལྷག་གི་རྒྱན་པར་སྤྱང་། དངོས་གནས་བཤད་ན་  
 སྦྱིན་པ་གཏོང་མཁན་ལ་ཁྱོད་དང་ང་ཡི་ཕྱོགས་སེམས་མེད་པ་མ་བཟད་སྦྱིན་པ་གཏོང་ཡུལ་གྱི་སྤོང་མོ་བ་  
 འདི་དག་ལ་འང་རང་གི་སྤོང་སྐལ་ངོ་འཕྲོག་བྱེད་བཞིན་པའི་རྒྱ་མི་འདི་དག་ལ་ཕྱིར་འབྱུང་མི་བྱེད་པར་  
 མཉམ་གནས་མཉམ་སྤོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ། བོད་མི་དང་རྒྱ་མི་གཉིས་མཉམ་གནས་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱི་  
 བར་རིས་གསོན་ཉམས་ལྷན་པ་ཞིག་ངང་གིས་བྱུབ་འདུག

3

དོན་དངོས་ཐོག་ ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་དོན་གཏིང་ཟབ་པའི་ས་གཞི་བ་ནི་བོད་ཀྱི་སྤོང་མོ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་  
 དུམ་བུ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ནང་གི་མཇལ་སྐྱོར་དང་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་ནི་རིག་གནས་འདིའི་ནང་གི་ཆོས་རྒྱུན་  
 ལྷན་གྱི་བྱེད་སྟོན་ཞིག་ཡིན། མཇལ་སྐྱོར་གྱི་ལམ་དུ་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་། མཇལ་སྐྱོར་གྱི་ལམ་ནས་སྤོང་  
 མོ་ཁྱུ་བ། སྦྱིན་པ་པོ་དང་སྤོང་བ་བོ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་མཁོ་ཡི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞིང་།  
 བན་རྒྱུན་འཆམ་པོ་ནང་གཅིང་ཡིན་ལ་རང་རང་སོ་སོར་མཁོ་པ་དེ་འང་ཐོབ་ཡོད་པས་ཆང་མ་དག་འདྲག་འ

སྒྲོ་སྒྲོ། མཐའ་གཅིག་གི་དབྱེ་མཚམས་མེད། དེའི་ཕྱིར། ས་ག་རྒྱ་བ་ནི་དབུལ་བོའི་དུས་སྟོན་ཡིན་ལ་སྒྱིན་  
པ་གཏོང་མཁན་ཚོའི་དུས་སྟོན་ཡང་ཡིན། ཡིན་ཡང་རྒྱ་མི་སྤྲོད་མོ་བས་མཉམ་ཞུགས་ཀྱིས་འདིའི་རང་  
བཞིན་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས། ཁོང་ཚོ་ཡང་ན་ཁོང་ཚོའི་སྤྲོད་ཀྱི་མི་མང་ཆེ་བ་ཞིག་སྤྲོད་མོ་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་ཡོང་  
བ་ཡིན་ལ་སྤྲོད་མོའི་དོན་དུ་སོང་བའང་ཡིན། སྒྱིན་པ་གཏོང་མཁན་ཚོས་གནང་བཞིན་པའི་སྤྲོད་མོ་དེ་སྤྲོད་  
མོ་ཁོ་ན་ལས་དེའི་ནང་འདུས་པའི་བསམ་པའི་དོན་སྟོང་དེ་ཡལ། བོད་མི་སྤྲོད་མོ་བ་དག་སྤྲོད་པའ་དུ་  
བསྐྱད་དེ་སྤྲོད་མོ་ཞུ་བའི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་སྤྲོད་མོ་ཡིན་མོད་འོན་ཀྱང་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྤྲུགས་རྗེ་  
བཀའ་དྲིན་ཞུ་བའི་ཉམས་འགྱུར་དང་སྤྲོད་ཚུལ་ནི་དྲིན་ལན་མཇལ་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱས་  
ཆོག། ཤིན་དུ་སྤྲུགས་བདེ་པའི་རང་ཚུལ་ཞིག་དུ་མཐོང་ཡང་ཆོས་ལུགས་ནང་དྲིན་ལན་བཟང་མཇལ་གྱི་  
བསམ་སྒྲུབ་དེ་གོང་ས་དོན་དངོས་སྤྱད་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

ས་ག་རྒྱ་བ་ལ་ད་དུང་མིང་གཞན་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་ནི་སྤྲོག་ཐར་ཆོ་ཐར་ཡང་འབོད། སྤྱིར་མཆན།གཏོང་  
པའི་དུས་སྟོན་ཟེར། བོད་ཅིས་ཀྱི་ཉོར་རྒྱ་བཞི་པའི་ཆོས་བཙུན་ཉིན་ལ་སྤྲོག་ཐར་གཏོང་པ་དང་སྒྱིན་པ་  
གཏོང་པ་གང་ཡིན་ཡང་དགེ་བ་སྤྱད་པ་དང་ཆོག་གས་གསོག་པའི་ལས་ཡིན་པས་བོད་མི་མང་པོ་ཉ་བཙོང་  
སའི་ཁྲོམ་རར་སོང་ནས་ཉ་མོ་ཁྲི་སྟོང་མང་པོའི་སྤྲོག་སྤྱིས་ནས་ཆོ་ཐར་དུ་གཏོང་ངེས་ཡིན། ཉ་བཙོང་མཁན་  
དེ་ཆོ་མང་ཆེ་ཤོས་སི་ཁྲོན་གྱི་རྒྱ་མི་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཆོས་འཚང་ལ་ཤིག་ཤིག་གིས་ཉ་ཡོད་ཆད་བོད་མི་ལ་  
བཙོང་ཐབས་བྱེད་པ་དང་། ཁོང་ཚོས་ཉིན་མོ་འདིར་བོད་མི་ཆོས་ཉི་སྤྲོག་སྤྱི་བ་ཉ་གོ་ནས་རིན་གོང་མཐོན་  
པོ་བཞག་སྟེ་མར་འབབ་མེད། དེའི་ཕྱིར་ཉིན་འདིར་གོང་ཆད་འགྲིག་སྤྱི་ཤིན་དུ་ཁག་པོ་ཡིན། དེ་མིན་ད་  
དུང་ཉ་རྒྱ་མར་འཇལ་སྤྲུགས་ཀྱང་ཚོད་རྩོག་མང་བོ་འབྱུང་ངེས་ཡིན། དཔེར་ན་ཉ་ལྷུག་སའི་སྤྲོད་ཀྱི་ལྗོད་  
ཆད་འཕྲི་དགོས་པ་དང་རྒྱ་འཛིན་ཡག་བྱེད་རྒྱ་སྤྲུགས། སྤྲོད་བྱེད་རྒྱའི་ཉའི་གངས་ཀ་ལོང་ཆོ་དེ་དག་རྒྱང་  
འཁོར་དང་འདུད་འཐེན་འཁོར་ལོ་སྤྲུགས་སུ་བཞག་ནས་ལྷ་སའི་སྤྲོད་རྒྱའི་འགྲམ་དུ་ཐོན་རྗེས་སྤྲོག་སྤྱི་  
བྱས་པའི་ཉ་འདི་དག་རྒྱའི་ནང་དུ་མ་བཏང་གོང་སྤྲོད་མ་ཞིག་གིས་ཡང་བསྐྱར་ཆོ་སྤྲོག་དང་རང་དབང་ཐོབ་  
པའི་ཉ་འདི་དག་ཕྱིར་རྒྱའི་ནང་དུ་བཏང་རྗེས་ཉ་མ་སེམས་ཅན་གྱི་མིས་མི་འཛིན་པ་དང་། འཛིན་གྱིང་  
ཡོངས་ལ་ཆར་རྒྱ་འཛིན་ཤིང་འབྱུང་ཤིགས་ཀྱིས་བང་མཛོད་བཀའ་རྒྱ། འགོ་བ་ཐམས་ཅད་འགྲིག་མཐུན་

མཉམ་གནས་ཡོང་པའི་གསལ་འདེབས་སྟོན་ལམ་གསུང་རྩིས་ད་བཟོད་ཆུང་ནང་གཏོང་བ་ཡིན། དེའི་  
 དབང་གིས་ས་ག་རྒྱ་བ་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན་ཉ་ཡི་དུས་སྟོན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།  
 ང་བསྐྱད་མར་ལོ་འགའ་ལ་ཁམས་པ་བ་སྐྱོར་ཞིག་དང་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་སྦྱིད་ཆུང་འབྲམ་དུ་  
 སློག་ཐར་གཏོང་བར་སོང་བ་ཡིན། ཐེངས་རེ་རེའི་འགྲོ་སོང་ནི་རྒྱ་ནག་གི་སྐྱོར་མོ་༡༥༠༠༠ཡས་མས་  
 ཡིན་ལ་ཉ་རྒྱ་མ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་ཉི་ལྟ་དུས་ཤིང་གཙང་པའི་ཆུ་བོ་འོད་ལམ་ལམ་གྱིས་མདུན་དུ་བཞུར་  
 ཞིང་། རིན་པོ་ཆེས་ཉ་ཅང་གཟབ་ནན་གྱིས་ཉ་ལྷག་སའི་སྐྱམ་གཞོང་རེ་རེའི་ནང་སྐྱོན་ཆུས་གས་གཏོར་དེ་  
 དུས་རྒྱུན་རིང་པོ་ཞིག་ལ་གསལ་འདེབས་སྟོན་ལམ་སྐྱོར་བར་བྱེད། བྱེད་སྒོ་འདི་ཆོང་མ་མཚུག་རྩོགས་  
 རྩིས་ད་བཟོད་ཉ་ཆོང་མ་ཆུང་ནང་བཏང་། དུས་གཙང་ཆུ་བོའི་ནང་དགའ་མགའི་འབྲུག་འགྲོས་བྱེད་པའི་  
 ཉ་མོ་དག་ཅུང་མ་འགོར་བར་མི་མཐོང་བར་གྱུར། གོ་ཚད་ལ་ད་ལྟ་ལྟ་སའི་སྦྱིད་ཆུང་ནང་ཉ་རིགས་ཉ་ཅང་  
 མང་ལ་མང་ཆེ་ཤོས་སྟོན་ཆད་མེད་པ་རྒྱང་རྒྱང་རེད་འདུག་ཟེར། མི་རྒྱམས་གྱིས་དེ་དག་ཆོང་མ་ནི་གནམ་  
 བྱར་བསྐྱད་དེ་ཡོང་པའི་བོད་སྟོང་ས་རོགས་སྐྱོར་གཞུང་ཞབས་པ་རེད་ཅེས་ཀྱང་རེའི་ཚུལ་གྱིས་ལབ་ཀྱིན་  
 འདུག ཡིན་ཡང་ཉ་འདི་དག་མ་འགག་དུ་ཐོན་ཆེ་ཡང་བསྐྱར་བཟུང་ནས་ཆོང་རར་བསྐྱལ་ནས་ཇི་ལྟར་བྱས་  
 ཀྱང་སློག་ཉན་ལས་ཐར་ཐབས་མེད་པར་སེམས་ཁུར་བྱེད་བཞིན་འདུག བར་བལྟས་ཆོད་གྱིས་ཉ་ཅང་  
 གཤེས་འཇམ་ཐོལ་མེད་གྱི་ཁམས་པ་བ་ཞིག་གིས་དེ་རིང་དགེ་པ་སྐྱབ་ན་ཡང་ལྷ་བ་སྐྱག་བརྒྱའི་དགེ་བ་  
 ཡོད་ལ་སྤྲིག་པ་བྱས་ཀྱང་ལྷ་བ་སྐྱག་བརྒྱའི་སྤྲིག་པ་ཡོད་ཟེར། དེས་གནས་འདི་འདྲའི་ཉ་མང་པོ་ཞིག་ས་  
 ཆུ་མི་གཅིག་པའི་ཆུང་ནང་བཏང་ཆེ་མིས་མི་འཛིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་ག་ཆོད་ཅིག་གསེན་སྐབ་པ་སྟེ་  
 གཅིག་གིས་ཀྱང་མི་ཤེས། ཁོར་ཡུག་སྤངས་སྐྱོབ་པ་ཞིག་གིས་འདི་འདྲའི་ཆེ་ཐར་མང་པོ་བཏང་ན་སྐྱེས་  
 ཚུལ་གྱི་རྒྱུད་ལ་དོ་མཉམ་ཤོར་ནས་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་ཡག་པོ་མེད་པ་བཤད་ཡོད་ཀྱང་སློག་ཐར་  
 གཏོང་རྒྱུ་ལོ་མས་པའི་བོད་མི་ལ་མཚོན་ན་ཉ་གཅིག་ལས་མ་གསེན་པ་ཡིན་ཡང་དེ་ནི་གཞལ་དུ་མེད་  
 པའི་དགེ་བར་སེམས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ལོའི་ཟླ་ ༤པར་ལྷ་ས་ནས་།

# རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བོད་ནང་དུ་བཞུགས་དུས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད།

རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མཆོག་ནི་བོད་ཀྱི་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཀམ་པ་ཀའ་བརྒྱད་པའི་ཆེས་མཐོའི་སྤྱོད་མ་ཡིན་  
ཞིང་སྤྱོད་མའི་ཕྱོད་བཅུ་བདུན་བརྒྱད་ཡོད་པ་དང་། དེ་མང་གི་རྒྱལ་བ་སྤྱོད་བཅུ་བདུན་པ་ཨོ་རྒྱལ་  
འཕྱོད་ལས་དོ་རྩེ་མཆོག་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ལོར་བོད་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་འབྲོག་ཁྱིམ་དཔྱུས་མ་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད་  
འབྱུངས་ཤིང་། དེའི་རྩེ་སྤྱོད་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་སྤྱོད་ཕྱོད་མའི་ཞལ་ཆེས་བཞིན་འཛོལ་ཆེད་གནང་ཡོད་  
ལ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༢ལོར་ལྷ་སའི་ཉེ་འཁྱིམ་གྱི་མཚུར་སྤྱོད་ཤོན་པར་ཁྱི་འདོན་མཛད་སྒོ་རྒྱ་ཆེན་གནང་ཡོད་  
པ་མ་ཟད། ཤོན་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་དོས་འཛིན་གནང་ཞིང་རྒྱ་ནག་གི་དགའ་ལྷན་པ་ཡང་ཆོག་མཆན་  
བཀོད་འདུག ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ལོའི་རྒྱ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆེས་མཐོའི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་གསང་བའི་ངང་བོད་  
ནས་བོས་ཏེ། ཉིན་བརྒྱད་དང་མཆན་བརྒྱད་དེ་སྤྱོད་ཆེག་སྤྱོད་དུག་བརྒྱ་ལྷག་གི་འབྲུལ་བཞུད་རིང་མོ་  
བརྒྱད་མཐར་ཐུག་བདེ་སྤྱོད་དང་རྒྱ་གར་གྱི་བཙན་བྱོལ་བོད་མི་ཚོའི་བསྟོན་གནས་བཞུགས་སྐར་རྩ་རམ་ས་  
ལར་བསྐྱེབས་ཟིན་པར་མ་ཟད། ཤོན་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་མཛུལ་ཁ་གནང་འདུག

༡

རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མཚུར་སྤྱོད་ཤོན་པའི་ཆོག་ས་ཆེན་འདུ་ཁང་ཉིས་ཕྱོག་གི་བྱང་ཕྱོགས་ལ་གཏད་སའི་ཁང་  
བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བཞུགས་ཡོད་ལ། ཆེས་རིང་པོའི་སྤྱི་ལུང་སྤྱོད་གསེར་མདོག་གི་གོས་ཆེན་གྱི་ཡོལ་བ་  
འཕྱོད་ཞིང་། ཁ་ཉི་མར་གཏད་ཡོད་པས་མཐོ་སྒང་གི་ཉི་ལྷོ་ཀྱི་འོད་ཟེར་གྱིས་ཁང་ཆེན་དུ་གསེར་འོད་ལམ་  
ལམ་འཕྲོ་བཞིན་འདུག སྤྱི་ལུང་དང་ཁ་གཏད་དུ་བོད་ཀྱི་བཟོ་དབྱིབས་ཅན་གྱི་མཚོད་སྒྲུལ་ཞིག་བཞག་  
པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀ་ལེགས་པོའི་སྤྱོད་འབྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ་མང་པོ་བཤམས་ཡོད་པ་དེ། ཆེས་ནང་ལོག་ཏུ་བོད་ཀྱི་  
བཟོ་དབྱིབས་ལྡན་ཞིང་མེ་ཏོག་གི་རིམ་བཞོས་པའི་གཟིམ་ཁྲི་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་བཞུགས་  
གནས་ཡིན་ལ་ཁོང་མཆན་མོར་སྤྱོད་པ་གསོ་སའང་ཡིན། གཟིམ་ཁྲིའི་གཡས་ཕྱོགས་སུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་

པ་སྐྱུ་ཕྱིང་སྒྲོན་མའི་སྐྱུ་པར་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཀལ་ཡོད་ལ་ཁོང་གི་རྣམ་འགྱུར་དང་སྐྱུ་ཕྱིང་འདི་བ་ཡ་  
 མཚར་བའི་ལམ་ནས་འདྲ་བོ་འདུག ད་དུང་མཐོ་ཚད་ལ་མི་དྲུག་གཅིག་ཙམ་གྱི་ཟངས་ཀྱིས་བཞེས་ཤིང་  
 ཐོག་ལ་གསེར་ཚུབྱ་གས་པའི་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་འབག་སྐྱུ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ཤེས་རབ་དཔག་མེད་  
 ཀྱི་སྐྱུ་ལ་པར་ངོས་འཛིན་གནང་བཞིན་པ་རེད། སྐྱུ་ལ་བ་ཀལ་པ་ནམ་སྐྱུ་དྲུག་ལ་ཁྱུང་དུ་གཟིམ་ཁྲི་འདིར་  
 བཞུགས་ཏེ་སྐྱོབ་གཉེར་དང་མཇལ་དུ་ཕེབས་མཁན་ཚོར་མཇལ་ཁ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད།  
 ཁོང་ནམ་སྐྱུ་ཁོང་ཉིད་ཀྱི་ཁང་པར་བཞུགས་དགོས་ལ་དུས་རྟག་ཏུ་འབྲམ་ན་ཁོང་ལས་ལོ་ན་བཅུ་ལྷག་  
 གིས་ཆེ་བའི་དགོ་འདུན་པ་མང་བོས་བསྐྱོར་ཡོད་ལ། ཁོང་རང་དགར་ཕྱི་ལ་ཕེབས་མི་ཆོག་པར་རབ་ཡིན་  
 ནའང་སྒྲོ་ཕྱིའི་རབ་གསལ་སྟེང་འཆམ་འཆམ་ཙམ་བྱེད་པ་དང་། གལ་ཏེ་ཁོང་ཐོག་ཁང་ལས་ཕྱིར་ཕེབས་  
 ན་ཆོག་པ་འདྲུ་ལ་ཞུགས་པའམ་ཡང་ན་སྐྱོར་བར་ཕེབས་པའམ་ཡང་ན་ལྷ་སར་ཕེབས་དུས་ཡིན་ངེས།  
 ཆོག་པ་འདྲུ་མང་པོ་ཞུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་ཁང་པ་ཆེན་པོ་འདི་ལས་དེ་བས་ཁང་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་  
 ཕེབས་པ་ཙམ་དང་། བཞུགས་ཁྲི་འདི་ལས་དེ་བས་མཐོན་པོ་ཞིག་ཏུ་བཞུགས་པ་དེ་རེད། བཞུགས་ཁྲི་  
 དེའི་ཐོག་ནམ་སྐྱུ་ཉིན་ཕྱིང་ལྷག་ལ་བཞུགས་དགོས་ཤིང་། གསོལ་ཇ་བཞེས་ཆོག་ཅིང་བཞེས་ལག་  
 བཞེས་པ་ཉ་ཅང་ཉུང་ལ། ཆེས་མང་ནའང་གོ་འབྲས་ཉུང་དུ་ཙམ་མ་གཏོགས་བཞེས་ཀྱི་མེད་པ་རེད། དེ་  
 བཞིན་ལྷ་སར་ཡང་ལོ་གཅིག་ལ་ཐེངས་ཁ་ཤས་ཕེབས་ཀྱིན་ཡོད་པ་དང་། སྤྱིར་བཏང་འཐབ་ཕྱོགས་  
 གཅིག་གྱུར་ལས་ཁྱུངས་དང་ནང་ཆོས་མཐུན་ཆོག་པ་ཡང་ན་ལོ་གསུམ་བའི་བཞུགས་མོལ་ཆོག་པ་འདྲུ་  
 སོགས་སུ་ཞུགས་ཆེད་ཡིན་འདུག གལ་སྲིད་ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་ལྷ་སར་ཕེབས་བསམ་ན་ཡིན་  
 གཅིག་མིན་གཉིས་ཀྱིས་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཁག་ལ་སྐྱུ་སངས་ལྷ་ས་དགོས་ཤིང་། དོན་དངོས་ལ་ཁོང་ཡང་  
 བསྐྱུར་ཁང་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་འཇུལ་བ་ཙམ་རེད། ལྷ་སའི་ཞོལ་གྱི་སྡེ་གསལ་གྲོང་ཆོའི་བོད་ཀྱི་བྱད་ཆོས་  
 ལྷན་པའི་ཁང་བཅུ་གས་གཉིས་པའི་སྟེང་གི་ཁང་པ་དེ་སྤར་བཞིན་གསེར་མདོག་གི་ཡོལ་བས་བཀལ་ཡོད་  
 ལ། ཁོང་གྱུང་སྤར་བཞིན་རང་འདོད་དུ་སྒྲོ་ཕྱིར་ཕེབས་ཆོག་གི་མ་རེད། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་ནང་གི་མི་སེར་  
 རྣམས་ཁྱུང་བའི་ཆོག་པ་བཞིན་རུབ་ནས་ལག་ལ་མཇལ་དར་དང་བསྐྱེན་བཀྱར་བཟུང་ནས་གལ་ཕྱིང་  
 བསྐྱེགས་ཏེ་སྤྱི་བདེ་ཉེན་རྟོག་པའི་ལྷ་བ་གྱོན་པའི་མི་སྐྱོར་ཞིག་གི་ལྷ་རྟོག་འོག་རེ་རེ་བཞིན་ཁང་བཅུ་གས་



འོག་མའི་ཚེམས་ཁང་དུ་ཕྱིན་ནས་ཁོང་གི་མཇལ་ཁ་རེག་བཞིན་འདུག། ཁོང་ཕྱི་ལ་ཐེབས་པའི་དུས་སུ་  
ཉེན་རྟོག་པའི་སྤངས་འཁོར་གྱིས་ལམ་ཁ་བྱས་སུ་བཅུག་སྟེ་ཉེན་རྟོག་སྤངས་འཁོར་གྱི་དུང་སྒྲ་མཚམས་  
ཆད་མེད་པར་རྒྱང་ཐག་རིང་པོ་ནས་ཐོས་ཐྱབ་པ་མ་ཟད། ཉེན་རྟོག་པ་སྦྱིས་པའི་སྐད་གདངས་སྒྲོམ་པོ་ཅན་  
ཞིག་གིས་ལམ་ཁ་གང་པོར་བོད་སྐད་ཀྱིས་ རྒྱ་ལམ་ཁ་བྱས་དང་། ལམ་ཁ་བྱས་དང་། ཅེས་བརྗོད་ཀྱིན་  
འདུག།

དེ་བས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཆེས་ཐུགས་སྦྱིད་པའི་དུས་ནི་དགོན་པའི་མཐའ་བསྐྱོར་ལ་ཐེབས་པའི་དུས་ཡིན་  
ཞིང་སྤར་བཞིན་རྒྱབ་མདུན་གཉིས་བསྐྱོར་ནས་སྤང་མཁན་དང་ཆོས་དུང་གི་གསལ་ལ་སྒྲ་ལྟངས་དང་།  
དུད་བསང་མཁའ་ལ་འབྱུག་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱོད་ཞིང་དུངས་པའི་ནམ་མཁའ་དང་རི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཞིང་  
འབབ་ཆུ་ལྟངས་ལྟངས་རྒྱལ་། ད་དུང་མཐའ་སྐྱོར་ལམ་དུ་སྒྲིབ་ཐུག་དང་མཚམས་ཁང་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཁོང་  
གི་སྒྲ་སྟོན་མ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་སྒྲ་ཐོང་བཅུ་དུག་པ་མཚམས་ལ་བཞུགས་ནས་སྒྲོམ་རྒྱག་སའི་གནས་  
ཡིན། མི་གཅིག་གི་ལུས་པོ་ཅམ་ལས་མི་ཤོང་བའི་མཚམས་ཁང་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ཁོང་གི་སེམས་  
ཀྱི་ཆེས་རང་དབང་དང་བག་བརྟེན་བསྐྱུན་གནས་དེ་ཡིན་འདུག། དེ་བས་ཁོང་ནམ་རྒྱུན་དལ་བྱར་ཐེབས་  
ཞོར་ཕྱོགས་བཞིར་གཟིགས་ཏེ་ཞལ་ན་མཐོང་དགོན་པའི་སྟོང་གཡེང་གི་འཛུམ་ཞིག་ཤར་ཡོད་པ་རེད།  
ཉིན་ཞིག་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་སྐྱོར་ལམ་དུ་ཐེབས་སྐབས་སྒྲོ་བྱར་དུ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ཞལ་གཏད་ནས་ཐུག་  
འཚལ་ཞིང་རྣམ་འབྱུང་ལས་ནམ་རྒྱུན་མཐོང་དགོན་པའི་དགའ་མགྱུ་དཔག་མེད་ཅིག་མཐོང་འདུག། ཁོང་  
གིས་གུས་ཐུག་ཐུག་ཚར་རྗེས་ཞབས་ཁུ་བ་དགོ་འདུན་པ་ཚོས་གུས་གུས་ཞུམ་ཞུམ་དང་སེམས་རྒྱང་  
གིས་རྒྱ་རྒྱུན་འདྲི་སྐབས། རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་རྒྱུན་གྱིས་མཁའ་ལ་གཟིགས་ཏེ་ད་ལྟ་རང་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་  
མཐོང་བྱང་ཞེས་གསུང་འདུག། ཡང་ཐེངས་ཤིག་སྐྱོར་བར་ཐེབས་པའི་དུས་སུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་སྒྲ་ཐོང་སྟོན་  
མ་ཞིག་གི་མཚམས་ལ་བཞུགས་སའི་སྒྲིབ་ཐུག་གི་འབྲམ་དུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཐུག་ལ་མནབས་པའི་  
གཟན་ལུབ་སྤངས་ཏེ་རྗེ་ཐོག་ཅིག་ལ་བཀའ་རྗེས་སྤར་མོར་རྗེ་སྟོང་དུ་མཛུབ་མོས་ཁ་ཤས་འབྱུང་ནས་སུ་  
མཐུད་དུ་སྐྱོར་བར་ཐེབས་སོང་། རྗེས་ན་སྟེག་ཡོང་བཞིན་པའི་དགོ་འདུན་པ་ཞིག་མདུན་ལ་སྒྲིབས་ནས་  
ལྟ་དུས། རྗེ་ཐོག་བོད་ཡིག་གིས་འབྱུང་མ་གུས་པའི་ རྒྱ་ཀམ་པ་མཁྱེན་ནོ། ཞེས་པའི་ཡི་གེ་དམར་པོ་



བབས་ཡོད་པ་ཉི་འོད་འོག་གསལ་ལྟར་དེར་མཐོང་། དགོ་འདུན་པ་ཚོ་དོ་མཚར་དང་དགའ་མགུའི་བརྟམ་  
ཤིང་སྤར་ལས་ཡིད་ཆེས་དཔག་མེད་ཅིག་སྟེ།

༢

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོའི་ཟླ་ ༥པར་མཚུར་ཕུ་དགོན་པའི་སྤྲུཆེན་སྐྱབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་ཕྱུང་ན་ལས་འདས་  
ཡོད་ལ། དེ་སྤྱི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ལོའི་ལོ་སྟོན་ཏུ་ཁོང་རྒྱལ་བ་ཀ་མ་པ་སྐུ་ཕྱིང་བཅུ་དྲུག་པ་དང་མཉམ་དུ་ཕྱི་  
ལོ་གསུམ་ནས་ཡོང་བའི་སྲིད་དབང་གསར་བར་ཕྱི་བྱོལ་ཆེད་བོད་ནས་བྱོས་བྱོལ་དུ་ཕེབས་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་  
ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོའི་ལས་འགུལ་ཁོད་ཚུ་མེད་བཏང་པའི་ཀ་མ་པ་ཀའ་བརྒྱད་  
པའི་མ་དགོན་བསྐྱར་གསོའི་ཆེད། ཀ་མ་སྐུ་ཕྱིང་བཅུ་དྲུག་པའི་མངགས་བཅོལ་ལྟར་འབྲས་ལྗོངས་ཀྱི་  
རུམ་བུ་གསུམ་དགོན་པ་ནས་ཕྱིར་ལྷ་སར་ཕེབས་ཏེ་གྲུ་བཅུན་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་ནས་དགོན་  
པ་བསྐྱར་གསོ་བྱས་པ་རེད། འབྲོག་པ་དང་ཞིང་པ་མང་པོས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཚོ་བའི་མཁོ་ཆས་ཏེ་གཡག་ཏྲ་  
དེ་མིན་མར་ཆུར་རྩམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱོན་པ་བཏང་པ་དེ་དག་སྐྱབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་དགོ་འདུན་པ་ཚོས་  
ཆེས་ཚུ་ཆེན་དུ་གཟིགས་ནས་དགོན་པ་གསར་འཛུགས་ཐད་ཀྱི་དཔོན་པོར་བརྗེ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ། མཚུར་ཕུ་  
དགོན་པའི་གཙུག་ལག་གི་ཀ་བ་རེ་རེ་འདི་ལྟར་བསྐྱར་གསོ་གནང་པ་དང་དགོན་པ་འགྲུབ་རྗེས་ཐང་ག་  
དང་འབག་སྐུ་མཚན་ཆས་དང་སྟེགས་བམ་བཅས་རེ་རེ་བཞུགས་སྐྱབས་ནས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༢ལོར་རྒྱལ་བ་  
ཀ་མ་པ་སྐུ་ཕྱིང་བཅུ་བདུན་པ་མཚུར་ཕུ་དགོན་པར་ཁྲི་འདོན་མཛད་སྟེ་དུས་སུ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་དགོན་པ་  
ཆ་ཚང་ལེགས་འགྲུབ་བྱུང་ཡོད་ལ། སྐྱབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེས་མི་རྣམས་ལ་ ཁྲི་དཔལ་མི་སྟོར་གྱི་ཆ་ནས་  
བཤད་ན་ངའི་འོས་འགན་མཚུགས་སྒྲིལ་ལ་ཉེ་ཞིང་མ་མཐའ་ཡང་ངས་མཚུར་ཕུ་དགོན་པའི་ཆ་ཤས་ཤིག་  
བསྐྱར་གསོ་བྱས་ཟིན་པ་ཡིན། ད་ལྟ་སྟོ་བདེ་བའི་ཐོག་མཚུར་ཕུ་དགོན་པ་རྒྱལ་བ་ཀ་མ་པར་རྩིས་སུ་ལ་བའི་  
དུས་རེད། ངས་རང་གི་ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་དང་མིག་ཤེད་དབང་པོ་ཉམས་པ་ཐ་ན་ཆོ་སྟོག་ལ་མ་  
འཛེམས་པར་ངས་འོས་འགན་ལེགས་འགྲུབ་བྱུང་ཡོད་ཀྱི་ཅེས་གསུང་འདུག།

ཁོང་དགོངས་པ་རྫོགས་པའི་རྗེས་སུ་དགོན་པ་གྲྭ་ཚང་ཡོངས་ནས་བདུན་བདུན་བཞི་བཅུ་ཞེ་དགུའི་རིང་  
དམིགས་བསལ་སྟོན་ལམ་འཛོགས་ཡོད་པ་མ་ཟད། བདུན་རེའི་ཐུགས་སྟོན་དུས་སུ་རྒྱལ་བ་ཀ་མ་པས་

དངོས་སུ་དབུ་བཞུགས་སྒོན་ལམ་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོག་ན་བཅན་བྱོལ་དུ་ཡོད་པའི་ཀམ་  
བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སླ་ཆེན་ཁག་ཐེབས་ཡོད་ལ། སློམ་གྱི་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གནང་མཁན་པོ་དཀར་  
རིན་པོ་ཆེ་འདུ་ཐེབས་འདུག སྐུ་ཕུང་དུར་འཇུག་མཛད་སྒོའི་ཉིན་གཅིག་གི་སྡོན་ལ་སྐྱབ་དཔོན་རིན་  
པོ་ཆེའི་སྐུ་གདུང་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་ནང་གདན་འདྲེན་གནང་སྟེ་པོ་དཀར་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཁན་པོ། སླ་  
སྐུ་ལ་རྣམ་པས་གྲུར་ཀྲུམ་གྱི་རྩུ་སྐུ་གདུང་གཙང་མ་བཀྲས་ནས་ན་བཟའ་དང་སྐྱུང་སྤྱི་ཟེལ་གཞོན་གྱི་  
དབུ་ཞུ་བསྐྱོན་དེ་ཕྱག་གཉིས་ཆོས་རྒྱ་པབ་ནས་དམིགས་བསལ་གྱིས་བཅོས་པའི་ཤིང་སྒྲོམ་ནང་བཞག་  
སྟེ། རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་གཟིམ་ཁང་དང་གཅིག་དུ་སྟེལ་བའི་འདུ་ཁང་ཉིས་ཐོག་གི་བར་ཁྲམས་སུ་བཞག་  
ནས་ས་དང་དོ་ལས་སྐྱབ་པའི་སྐུ་གདུང་འབྲུལ་ཁང་དུ་མཆོད་རྟེན་གྱི་དབྱིབས་ཀྱི་མཆོད་སྟེགས་ཤིག་  
བཞེངས་ཤིང་། ཕྱོགས་བཞི་ནས་སྒྲོ་རྩུང་རེ་ཡོད་པ་དང་སྟེང་གི་ཕྱོགས་བཞི་ཐོག་ཆེན་ཡོལ་བས་  
གཡོགས་ཏེ་བཞེད་ཉམས་ལྡན་པའི་མཆོད་སྟེགས་ཤིག་སྐྱབ་ཡོད་པ་རེད།

ཕྱི་ཟླ་དྲུག་པའི་ཆོས་ ༣༡ཉིན་དེར་མཁའ་དབྱིངས་སུ་སྤྲིན་པ་ལང་ལོང་གིས་ཁབས་ལ། ཉེ་འཁྲིས་གྲོང་སྡེ་  
ཐ་ན་ལྷ་ས་ནས་ཡང་ལག་དུ་མཇུག་དར་བཟུང་བའི་དད་ལྡན་པ་མང་པོ་བསྐྱེབས་ཡོད་པ་དང་། ཞོགས་  
པའི་དུས་ཆོད་དགུ་དང་ཕྱེད་ཀའི་སྟེང་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་སྐུ་དངོས་སུ་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་དུ་ཐེབས་ནས་སྐུ་  
གདུང་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་དང་། དེ་ནས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་དང་པོ་དཀར་རིན་པོ་ཆེ་གཉིས་ནས་དབུ་ཁྱིད་  
དེ་གནད་ཡོད་སླ་སྐུ་ལ་བཅུ་ནས་ཕྱག་དུ་གཟིམ་སྟོས་བསྐྱམས་པ་དང་དགེ་འདུན་པ་བཅུ་ནས་རེག་དུངས་  
འབྲུད་པ་དང་ཡང་དགེ་འདུན་པ་བཅུ་ནས་ཕྱག་དུ་སྟོས་ཐོར་བཏེགས་ཤིང་དགེ་འདུན་བཅུ་གངས་ཤིག་  
ནས་སྐུ་གདུང་བཞག་པའི་སྒྲོམ་བུ་ཁྲར་ནས་ག་ལེར་ཐོག་ཁང་ལ་བསྐྱོད་པ་དང་སྐྱོད་གདངས་དམར་མོའི་  
ཆོས་དཔེ་སྐྱོར་འདོན་ཁོད་མཆོད་སྟེགས་ལ་བསྐྱོར་བ་གསུམ་བརྒྱབ་རྗེས་གུས་ཞུས་ངང་སྐུ་གདུང་འབྲུལ་  
ཁང་དུ་བཞག་ནས་ཐོག་ལ་རས་དམར་པོ་ཞིག་བཀའ་པ་དང་། སྐབས་འདིར་མི་མང་ནང་སྐྱད་རྒྱུ་དུ་འི་  
ལམ་ནས་དུ་བཞིན་པའི་སྐྱ་ཐོས་ཡོང་།

རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བབ་བསྐྱིད་གཟབ་ནན་ཐོག་ཆོགའི་གཏན་འཁེལ་གྱི་གོ་གནས་སྟེང་བཞུགས་ཏེ་དུར་  
མཆོད་མཛད་སྒོ་སྟེལ་བཞིན་པ་དང་། དེ་མིན་ཕྱོགས་བཞི་ན་སླ་མ་རེ་རེ་ནས་དབུ་འཛིན་གནང་བཞིན་

འདུག སློན་ལམ་འདིན་ཞི་རྒྱས་དབང་ཚད་བཞིན་ནང་གི་སྤྱིན་བསྐྱེད་གི་ཞི་བ་སྤྱིན་བསྐྱེད་གི་རིགས་ཡིན་  
 ལ། དེའི་སྤྱིན་བསྐྱེད་གི་རྒྱ་གཞིམ་པ་༽དང་༽རྒྱ་འཕེལ་བ་༽ རྒྱ་དོག་པ་༽རྒྱ་ཉིས་པ་༽བཞི་ཡི་  
 འབྲས་བུའི་ཁོད་ཀྱི་རྒྱ་གཞི་དེ་འཛོེ༽བསྐྱོད་བཞིན་ཡོད་པས། སྤྱི་བ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེས་ཆོས་ཁམས་  
 འགྲིམས་པའི་གོ་རིམ་ཁོད་གོགས་བར་ཆད་ཡོད་ཆད་སེལ་བའི་ཆེད་ཡིན་པ་རེད། སྤྱིན་བསྐྱེད་གི་འབྲུ་  
 རིགས་ཁོད་དཔེར་ན་ནས་དང་འབྲས། སྤུན་མ། སྤུན་རྒྱུད་ནག་པོ་དང་༽སིལ་རིགས་སྐྱམ་པོའི་སྐྱོར་སིལ་  
 དམར་དང་ཁམ་བུ། སིལ་རྩ་སྐྱོ་སྤྱོད་ནས་དང་༽རྩ་ཀྱུ་ཤ་དང་ཞོ། མར་འཁོར་ཆེན་སྤྱོད་ནས་འདུག ཉ་ལམ་  
 དུས་ཚོད་བཞིན་ཤིང་སྤྱི་སྤྱོད་ལམ་བར་སྐྱབས་མཚམས་བཞག་སྤྱི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཆོས་གོས་དང་དབྲུ་  
 ལྷ་བཟུང་ཏེ་བཞུགས་ཁྲི་དང་ཁ་གྲུས་ནས་སྤྱི་གདུང་འབྲུལ་ཁང་གི་མདུན་དུ་ཕེབས་ནས་ཕྱོགས་བཞིན་  
 དབྲུ་འཛིན་སྤྱོད་མ་གཞན་དག་དང་ལྷན་དུ་ཁ་འདོན་སྤྱི་ཞོར་དུ་མེ་ཆོམ་ཞིག་བསྐྱོན་ནས་སྤྱི་གདུང་ལྷགས་  
 འབྲུལ་ནང་བཞག་ཤིང་ཕྱིར་བཞུགས་ཁྲིར་སྤྱི་མཐུན་དུ་བཞུགས་ནས་ཆུ་སྤྱོད་ནས་རིང་པོ་ཞིག་གིས་མཚོད་  
 རྒྱས་ཆོད་མ་ཟངས་ཀྱི་སྤྱིར་མ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་དེད་པ་དང་༽ དེ་ནས་ཟླ་བ་ཞིག་གིས་ཟངས་སྤྱིར་ནང་  
 གི་མཚོད་རྒྱས་དང་མར། བུད་ཤིང་བཅས་སྤྱི་གདུང་ལྷགས་འབྲུལ་ནང་བཞག་པ་ན་མེ་ལྷེ་ཆེན་པོ་མཁའ་  
 ལ་འཕྱར་ཞིང་༽ མཐའ་འཁོར་གྱི་དད་ལྷན་པ་ཆོད་མ་གྲལ་སྤྱིར་བསྐྱོད་ནས་མཚོད་ཁྲིར་ཁ་བཏགས་  
 ཕུལ་ཏེ་གདུང་མཐའ་ལྷ་བཞིན་མི་ཆོགས་ཁོད་སྤྱིར་ཡང་དུ་སྤྱོད་ཤིང་ཤུབ་ཤུབ་ཐོས་ཡོད་༽  
 སྐབས་འདིར་མཁའ་རུ་ཆར་བ་ཟམ་ཟམ་བབས་ཤིང་སྤྱོད་གདུངས་དམའ་ཞིང་རྒྱན་རིང་གི་ཁ་བཏོན་སྤྱིར་  
 གྲོག་དང་ཆོས་དུངས་ཀྱི་སྤྱི་དབྱངས་ཁོད་གཞན་ཀུན་མས་ཡང་མཁའ་ཉིན་རྒྱུགས་གནང་སྤྱི། སྤྱི་བ་དཔོན་རིན་  
 པོ་ཆེ་གཤེགས་པར་མིག་ཆུ་ཤོར་བ་དང་གཉིས་སྤྱི་མ་མཆིས། རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་སྤྱིར་བཞིན་སྤྱོད་སྤྱི་  
 མེད་པར་ཆར་རྒྱུད་གི་དྲག་འཛུབ་ཁོད་འདོན་པ་སྤྱིར་བཞིན་ཉིན་ཉིལ་པོ་གཅིག་ལ་སྤྱོད་སྤྱི་དམ་མི་གསོ་  
 ལ་བཞེས་པའང་མི་བཞེས་པར་བཞུགས་འདུག འབྲུམ་ན་ཡོད་པའི་དཔོན་སྤྱོད་ཤིང་གྲང་ནས་བར་  
 མཚམས་སྤྱི་དགོན་པའི་ཉེ་འབྲུམ་གྱི་ཟ་ཁང་ནང་ཕྱིན་ནས་སྤྱོད་པ་དང་ཇ་འབྲུང་ཤིང་དག་ཟོད་རྒྱན་རིང་གི་  
 ཆོས་ཀྱི་ཆོག་པ་ཡང་བསྐྱར་བཏུ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན། རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་སྤྱིར་བཞིན་དཔའ་ཉམས་ལྷན་པ་དང་  
 སྤྱི་རིག་སྤྱི་ཤིང་གྲང་དང་དང་བཞུགས་སྤྱོད་ཤིང་མེ་ནས་བཟུང་ཅིང་༽ ཆར་རྒྱུན་བཞུགས་གཤེར་དང་སྤྱི་ཐང་ཆད་

ཁྱུ་གཏན་ནས་མེད་པར་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་གཟུགས་དང་ཆ་མཚུངས་མ་ཡིན་པའི་འཕགས་  
པའི་དགོངས་པ་རྣམ་པར་མངོན་བྱུང་།

ཕྱི་དྲེའི་དུས་ཚོད་རྒྱག་དང་ཕྱེད་ཀའི་ཐོག་བསྡེ་སྡོན་བདེ་ལེགས་ངང་མཚུགས་སྒྲིལ་ནས་སྐྱེ་གཏུང་ཞུགས་  
འབུལ་ན་དུད་སྤྱིན་ཉུང་དུ་ལས་ལྷག་མེད་ལ་དེ་ནི་སྐྱབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་དུ་བར་སྐྱུལ་ནས་རྒྱུང་རིང་དང་  
དྲུངས་གཙང་གི་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འཕགས་པ་ཡིན་ངེས།

༣

རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་སྐྱེ་གམ་དུ་ནམ་རྒྱུན་དུང་ཡིག་ཅིག་ནས་རྗེས་འབྲངས་ཡོད་ལ་ཁོས་ག་དུས་ཡིན་ཡང་  
རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་རྒྱན་ལྗན་མ་ཡིན་པའི་གསུང་བཤད་ཁ་ཤས་ཟིན་གྱིས་ལ་བཀོད་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་ཁོང་  
གི་ཐོལ་བྱུང་གི་གསུང་ཚིག་རེ་རེ་ཡི་གེར་ཕབ་ཀྱིན་ཡོད་ལ། རྒྱ་མཚན་ནི་དེའི་ནང་སྐྱེ་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་  
ཆེན་དམ་པ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཡང་སྐྱུལ་འབྲུངས་པའི་སྐློར་གྱི་མ་འོངས་ལུང་བསྟན་ཡོད་སྟེ། དཔེར་ན་དཔའ་  
བོ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་བྱེད་བཅུ་གཅིག་པ་ངོས་འཛིན་གནང་སྟངས་དེ་ལྟར་རེད། དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི་བཀའ་  
བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའི་ཁོད་སྐྱུལ་སྐྱེ་ཆེ་ཤས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པས་སྟོལ་རྒྱུན་ལྟར་ན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་དངོས་  
སུ་ངོས་འཛིན་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེའི་སྡོན་ལ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་ན་མེད་པ་ཡོད་པའི་སྐྱུལ་སྐྱེ་ཆོད་བང་ནི་དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེའི་  
ཁོངས་གཏོགས་གནས་རྒྱུད་དགོན་པའི་མཁན་པོ་ཡིན་པ་དང་། ཐེངས་མང་པོར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་མདུན་  
དུ་ཕྱིན་ནས་ཁོང་ཚོའི་རིན་པོ་ཆེ་གང་ན་འབྲུངས་ཡོད་པའི་སྐློར་ལ་ལུང་བསྟན་ཞུས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་  
རྟག་ཏུ་ད་དུང་དུས་ལ་བསྐྱེབས་མེད་ཅེས་གསུངས་འདུག ཉིན་ཞིག་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ནང་ཆོས་སྟོབ་  
གཉེར་གནང་སྐབས་སྟོ་བྱུང་དུ་ནམ་རིག་སྤྱིམ་ནས་སྤྱན་གཉིས་ཀྱིས་བར་སྐྱུང་དུ་གཟིགས་ཏེ་ཅི་ཞིག་  
མཐོང་པའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་མ་ཐག་ཤོག་བྱུང་འོག་སྤྱིམ་ཚིག་ཅིག་གིས་ནས་ཡོངས་འཛིན་སྐྱུལ་སྐྱེ་ཉིམར་  
སྤྱད་ཡོད་ལ་དེའི་ནང་། དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་ཕེབས་བྱུང་། སུ་རྒྱུང་མཛེས་སྤྱུག་སྤྱིང་རྗེ་བོ་ཞིག་རེད་ཀྱི་ཅེས་  
གསུང་འདུག སྐྱུལ་སྐྱེ་ཉིམས་སྤྱན་ཚིག་དེར་གཟིགས་མ་ཐག་ཉང་སངས་ཡོད་ལ་རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོང་གིས་  
རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་སྤྱན་ངག་དེའི་སྐློར་ད་དུང་སྟོབ་ཁྱིད་གནང་མེད་པ་མ་ཟད། སྤྱན་ཚིག་གི་ནང་དོན་གྱིས་

ཁོང་ལ་དེ་བས་ཀྱང་སྤྱོད་བས་བརྟམ་འདུག སྤྱོད་ཆོག་དེའི་ནང་དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་འབྲུངས་སའི་ས་ཕྱོགས་  
 དང་ཡབ་ཡུམ་གྱི་མཚན་སོགས་ཞིབ་ཐུ་ལུང་བསྟན་གནང་ཡོད་པ་རེད། དུས་མཚུངས་སུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་  
 བས་སྤྱལ་སྤྱོད་ཆོད་བང་གིས་སྤྱོད་ཆོད་དེ་གནས་རྒྱུ་དགོན་པའི་དགེ་འདུན་པ་ཚོས་ལྷ་ཉ་གྲུ་ཅུའི་འབུམ་  
 གཏེར་བཞེངས་རྒྱུའི་ལམ་སྟོན་གནང་འདུག  
 སྤྱལ་སྤྱོད་ཉིམས་ལམ་སང་དྲེ་ཆེའི་འཆམ་རྒྱག་སྐབས་དཔའ་བོ་འབྲུབ་མཁན་གྱི་གྲ་བ་དེ་ཁྱིད་དེ་ཆོང་བ་  
 ཞིག་ཏུ་སྤྱལ་ནས་སྤྱོད་ཆོག་ནང་ལུང་བསྟན་གནང་སའི་བོད་བྱང་ཐང་ཁུལ་ཏུ་སྤྱལ་སྤྱོད་འཛོལ་ཞིབ་གནང་  
 ཆེད་ཕེབས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཐངས་དང་པོར་རྟེན་སོན་མ་བྱུང་པར་ཕྱིར་དགོན་པར་བསྐྱེབས་ནས་རྒྱལ་  
 བ་ཀམ་པར་ཡར་ཁྱུ་གནང་པ་ན། རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཡང་བསྐྱར་འཛོལ་ཞིབ་གནང་པར་མངགས་ཏེ་རྒྱང་  
 ཐག་རིང་པོར་འཛོལ་བའི་བཀའ་གནང་ནས་༼ཁྱེད་ཚོས་ང་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པ་ཡིན་ནམ།༽ ཞེས་ཕྱིར་དྲི་  
 བ་བཏང་ཡོད་པ་རེད། སྤྱལ་སྤྱོད་ཉིམ་དེ་མ་ཐག་ཕྱིར་བཅོལ་བར་ཕེབས་ཏེ་རྟེན་སོན་བྱུང་ཡོད་ལ་ཐངས་  
 འདིར་སྤྱོན་མ་ལས་ཅུང་ཙམ་མདུན་ཏུ་བསྐྱོད་པ་ན་ནག་ཚུ་གྲོང་བཤེལ་གྱི་ཆོང་ལས་ཅག་ཅིག་གཏེར་བའི་  
 ཁྱིམ་ཆང་ཞིག་གི་ན་གཞོན་ཁྱོ་ཤུག་གཉིས་ལ་བཅས་ནས་ཅུང་མ་འགོར་བའི་བུ་རྒྱུད་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཉ་  
 ཅང་མཛེས་སྤྱག་ཡིད་ཏུ་འོང་པ་ཞིག་རེད། གནས་སྟངས་ཆ་ཆང་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་སྤྱོད་ཆོག་ནང་བཀོད་  
 པ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་ཡིན་ལ། སྐབས་དེའི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ནི་དགྲུང་ལོ་དགུ་ལས་སོན་མེད་པ་རེད།  
 མི་རྒྱམས་དགའ་སྤྱོད་ཆོད་མེད་ངང་ཡང་སྤྱལ་དེ་གནས་རྒྱུ་དགོན་པར་གདན་དྲངས་པ་དང་། ཁྱིམ་པ་དེས་  
 སྤྱོད་བགེས་པོའི་སྤྱོད་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་མཐོང་མ་ཐག་ལག་པ་གཉིས་བསྐྱེདས་ནས་ཁོང་གི་པར་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
 དང་ཤུགས་ཀྱིས་ཁོང་གི་གདུང་ལ་དུས་ཡུན་རིང་བོར་འོ་བྱས་ཡོད་ལ། སྤྱོད་ཐང་སྤྱོན་མ་དེ་བལ་ཡུལ་ནང་  
 དགོངས་པ་རྩོགས་པའི་དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཛེས་འབྲེལ་དམ་ཐབ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་དཔོན་རིན་པོ་ཆེས་  
 སྤྱོད་ཆབ་ཡུན་རིང་བཏོན་བྱུང་། དེ་ལས་ཀྱང་ཡ་མཚར་བ་ནི་གཟིམ་ཁུག་ནང་བཞག་པའི་ཡང་སྤྱལ་ནས་  
 ཐངས་དང་པོར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མཐོང་དུས་རྒྱངས་འཁོར་མཚུར་སུ་དགོན་པར་བསྐྱེབས་མ་ཐག་མི་  
 རྒྱམས་ཀྱིས་གསལ་པོ་དང་ནོར་བ་མེད་ཅིང་ཁྱད་མཚར་ངང་དུང་སྐད་ཆ་བཤད་མི་ཤེས་ཤིང་ལམ་ཐག་  
 ཅིལ་པོར་གཉིད་ཁུག་ནས་ཡོང་པའི་ཁྱིམ་པ་དམར་འབྱར་དེས་སྐད་ཆ་དང་པོ་ནི་༼ཀམ་པ་མཁྱེན་







ཅིང་ཆས་ཕྱག་ཏུ་སྤྲད་པ་ན་ཁོང་ད་གཟོད་དུ་མཆོམས་བཞག་ནས་མཚུམ་མདངས་བསྟན་འདུག  
 དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཐངས་དང་པོར་ངོས་འཛིན་གནང་པའི་སྤྱལ་སྤྱུ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།  
 གོ་ཐོས་ལ་དགོན་པའི་འབད་བཅོན་བརྒྱུད་སྤྲོད་གཞུང་ནས་ཡང་དེ་སྤྲོན་དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེར་ཁྲི་འདོན་  
 མཛད་སྟོན་བསྟུ་བར་མོས་མཐུན་བྱེད་ཅིས་ཡོད་ཀྱང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ལོའི་སྤྱི་ཟླ་བ་ཀམ་པ་  
 མཆོག་གི་བྱར་དུ་རྒྱ་གར་ལ་བཅན་བྱོལ་དུ་ཕེབས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྲོད་གཞུང་ཁ་སྤྲོད་ས་ཁོང་ཁྲོ་ལངས་  
 ནས་དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱིར་ཕ་མའི་གམ་དུ་མངགས་ཏེ། ཁོང་དགོན་པའི་ནང་བཞུགས་མི་ཆོག་པ་དང་  
 སྤྱལ་སྤྱུར་ངོས་ལེན་བྱེད་ཅིས་མེད་པའི་འཆར་གཞི་བཏིང་ཡོད་ནའང་མཐའ་མར་དགེ་འདུན་པ་དང་དད་  
 ལྷན་མང་ཆོགས་ནས་ངོ་ཚྏ་ལ་བྱེད་པར་སྒྲགས་ཏེ། གནས་རྒྱུད་དགོན་པའི་མཐའ་འཁོར་དུ་ཉེན་རྟོག་དམག་  
 མིས་སྒྲོར་སྤང་དམ་དྲག་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ། གནས་རྒྱུད་དགོན་པ་སྤིང་པོར་དགེ་འདུན་པ་ལྷ་བཅུ་ལྷག་  
 ལས་མེད་ནའང་མེ་མདའ་ཐོགས་པའི་དམག་མི་སྒྲོར་སྤང་པ་བཅུ་གངས་ཤིག་ནས་ལྷ་རྟོག་ནན་མོ་བྱེད་  
 གྱི་ཡོད་འདུག

གོ་ཐོས་ལ་དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་སའི་མཐུན་སྤྱིལ་གྲོང་གསར་གྱི་སྟོན་རྒྱུད་ནང་ལོ་གཉིས་ལ་སྟོན་གྱར་  
 ཕེབས་ཁྱོད་བར་མ་ཟད་རྒྱ་སྤྲད་ཁ་ཤས་བསྟོན་ཤེས་གྱི་ཡོད་འདུག གཞན་ཡང་གོ་ཐོས་སུ་ཕྱི་ལོ་  
 ༢༠༠༣ལོའི་ལྷ་བཅུ་གཉིས་ལ་སྤྲོད་གཞུང་གིས་དགེ་སེམས་བཅངས་ནས་ཁོང་ཕྱིར་གནས་རྒྱུད་དགོན་  
 པར་ཕེབས་ཆོག་པའི་ཆོག་ཆན་སྤྲད་པ་མ་ཟད་ཁོང་ཁྲི་འདོན་མཛད་སྟོན་སྟེལ་པར་མོས་མཐུན་བྱུང་འདུག  
 དེབས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ལོའི་དབྱར་ཁར་དེ་སྤྲོན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མཚུར་སྤྲོད་དགོན་པ་དང་ཞལ་གྲུས་པའི་རྗེས་  
 སུ། ང་རང་ཐངས་དང་པོར་གནས་རྒྱུད་དགོན་པར་བྱིན་པ་དང་དུས་དེར་དགྲུང་ལོ་དགྲུ་ལ་སོན་པའི་དཔའ་  
 བོ་རིན་པོ་ཆེ་མཇལ་བྱུང་། ཁོང་རྒྱུད་དུས་ནང་བཞིན་སྤྲོད་རྗེ་བོ་མི་འདུག་ལ་སྤྱི་ཤ་ཉ་ཅང་རྒྱས་འདུག  
 མཐོང་མ་ཐག་ཁོང་ཐུགས་སྤྲོད་པོ་མེད་པ་རྟོགས་ཐུབ་ལ་མཐའ་མཚུག་བར་གསུམ་ཏུ་མཚུལ་ལ་འབྱར་  
 འབྱར་བྱས་ནས་སྤྲོད་པའི་ཁོང་ནས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་གསུང་གི་མི་འདུག ཁོང་གི་གཟིམ་ཁང་སྤྲོན་ཆད་  
 དང་གཅིག་མཚུངས་རེད་ལ་ཁོང་གིས་རྒྱུད་དུས་ནས་༩༧་མ་༩༩་ཞེས་འབོད་པའི་གྲགས་པ་ལས་  
 གཞན་དཔྱད་སྤྱོད་ཆས་གོན་པའི་བོད་མི་ཞིག་གིས་ལག་པ་གཉིས་ཁྲག་མའི་ནང་བཏང་ནས་རྣམ་འགྱུར་

མི་ལེགས་པའི་མིག་ཟུང་གིས་རིག་པ་སྒྲིམ་ནས་རྗེས་འདེད་བྱེད་པར་བལྟས་ན་དམག་ལུ་གྱེན་མེད་པའི་  
ཉེན་རྟོག་ལས་བྱེད་ཅིག་ལོས་ཡིན་བསམ་པའི་ཚེར་བ་ཞིག་འདུག། རྗེས་སུ་ཤེས་རྟོག་ལས་དངོས་གནས་  
མི་དེ་སྤྱི་བདེ་མི་སྣ་ཞིག་རེད་འདུག་ལ་ཕྱི་ལོག་ལ་དཔའ་བོ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་སྤང་མི་སྣ་ཡིན་ཚུལ་བརྗོད་  
ཀྱིན་ཡོད་འདུག། གང་ལྟར་སུ་ཞིག་ཐོན་ཡང་ལོས་འགྲམ་ནས་སྤང་བསྐྱད་ཡོད་ཕྱིར་ཐེབས་མཁན་ཚང་མ་  
འཚུབ་ཆ་ལངས་ནས་སྐད་ཆ་མང་པོ་བཤད་རྒྱ་དང་དུས་ཚོད་མང་པོར་འདུག་པར་འཆར་སྤང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་  
པ་རེད།

༥

རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཕྱི་ལ་མ་ཕྱིན་པས་སྡོན་ལ་མཚུར་སུ་དགོན་པའི་རྒྱུད་རྩ་ཉ་ཅང་དར་ཞིང་། གོ་ཐོས་ལ་སྒྲིབ་  
རེ་རེར་ས་ཕྱོགས་སོ་སོ་ནས་ཐེབས་པའི་དད་ལྡན་པའི་འབུལ་བ་བསྐྱམས་ན་རྒྱ་ནག་གི་སྒྲོར་མོ་ཁྲི་ཉི་ཤུ་  
སུམ་ཅུ་ཡོད་ལ། མཚམས་ལན་རེར་དེ་ལས་ཀྱང་མང་པོ་ཡོད་འདུག། དེ་མིན་དད་ལྡན་པའི་ཁྲོད་བོད་ཁུལ་  
གྱི་མི་སེར་རྣམས་ནི་ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་མཐོང་བ་ཞིན་པའི་ཆེས་དཔྱུས་མའི་དད་ལྡན་པ་དེ་དག་ཡིན་པ་ལས་  
གཞན། དད་ལྡན་ལོག་དང་ཉང་ཁང་། ཐེ་མན། ལུབ་ཕྱོགས་བཅས་ནས་ཐེབས་པའི་རིགས་རྒྱུད་འདྲ་  
མིན་ནས་བསམ་དོན་ཡང་ཐ་དད་བཅངས་ནས་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད།

ལོ་ཤས་སྡོན་ལ་ཐེ་མན་གྱི་གྲོགས་པོ་ཞིག་ལྟ་སར་གནས་མཇུག་དུ་ཡོང་སྐབས། ཐེ་མན་ནས་བཏོན་པའི་  
ཚགས་པར་༼རང་དབང་དུས་བབས་༽ ཕྱི་ལོ་༡༩༩༤ལོའི་སྤྱི་ལོ་༡༠ཚེས་༡༤ཉིན་སྤེལ་བ་དང་ཐེ་ལན་ཀྲས་  
བཏོན་པའི་༼ཞིན་ཅིན་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར་༽ གཉིས་ཁྱེར་ཡོང་ཡོད་པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཤེས་རབ་དག་  
འདུན་རིན་པོ་ཆེ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་ཐེ་ལན་ཀྲའི་ནང་ཕྱིན་ནས་ཆོས་སྤེལ་པའི་སྐོར་གྱི་གནས་ཚུལ་གཙོ་བོར་  
བཞག་ནས་སྤེལ་ཡོད་པ་རེད། འདྲ་པར་དེ་མཐོང་མེད་ན་དུང་འགྲིག་འདུག། མཐའ་ཤིང་དམར་པོ་ཅན་  
གྱི་པར་སྒྲོམ་དུ་གསེར་འོད་ལམ་ལམ་འཁྱུག་པའི་སྒྲ་བྲེས་གཉིས་ཀྱི་འོག་ན་གྲ་ཆས་དུར་སྤྲིག་གོན་ཞིང་  
གཟན་སེར་པོ་དཀྱིས་པ་དང་། མགོ་ལ་༼སྒྲོ་༽ ཡི་དབྱིབས་ཀྱི་གོས་ཆེན་དབུ་ཞུ་གོན་ཏེ་ལག་གཉིས་  
པར་བསྐྱངས་ནས་འགྲམ་གཉིས་ན་ལག་དུ་ཁ་བཏགས་བཟུང་སྟེ་གུས་གུས་ཞུམ་ཞུམ་གྱིས་ས་ལ་  
བསྐྱད་ནས་མཇུག་ཁར་ངང་སྐྱབས་བྱེད་ཀྱིན་པའི་ཐེ་མན་གྱི་དད་ལྡན་པར་མཇུག་ཁ་གནང་བ་ཞིན་པར་འདྲ་

པར་བརྒྱབ་ས་འདུག དེ་བཞིན་པར་གྱི་ཟུར་གྱི་འགྲེལ་བཟོན་དུ་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱུལ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་  
བརྒྱད་ཀྱི་གཅིག་སྟེ་ཀམ་འཕྲིན་ལས་རྩི་ཆེ་ཤེས་རབ་དགེ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་བྲིས་འདུག ང་ཅེས་ཞིག་  
ཉང་སངས་སུ་བཅུག་སོང་། རྒྱ་མཚན་ནི་ངས་དེ་སྔོན་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མཇུག་ཁའི་དུས་སུ་མི་དེ་མཐོང་  
མྱོང་ཡོད་ལ། སྐབས་དེར་ཉག་ཉག་ནམ་རྒྱུན་ཡིན་ན་སྔོན་ལམ་ཆེན་མོའི་དུས་སུ་མ་གཏོགས་མཉམས་  
ཀྱི་མེད་པའི་གྲོན་ཆས་འདི་དག་གོན་ནས། བོད་ཀྱི་དགེ་འདུན་པའི་གྲོན་ཆས་གོན་ཞིང་རྒྱུ་ཕྱི་  
ལུགས་དང་ཡང་ན་ཇོ་Jeans གྲོན་པའི་ཐེ་མན་གྱི་མི་ཚོགས་སྐྱོར་ཞིག་ཁྲིད་ནས་སྐད་ཅེར་ཆེན་པོས་  
ཁུར་བྱིང་སྒྲིག་བཞིན་འགྲོ་བ་མཐོང་མྱོང་། ཇེས་སུ་ངས་འདྲི་རྟོག་བྱེད་མྱོང་ལ་མི་དེར་བོད་མིང་ཅི་མ་ཡོད་པ་  
ལས་བོད་མི་ངོམ་ཞིག་མིན་འདུག

རྒྱ་རང་དབང་དུས་བབས་ཀྱི་ནང་བཟོན་ན་ཤེས་རབ་དགེ་འདུན་ཟེར་བ་ནི་རྒྱ་ནག་གི་བོད་ཀྱི་གསང་  
སྤྲུགས་བཀའ་བརྒྱད་ཤེས་རབ་བྱུ་བ་མཐའ་ཚུ་བའི་སྤྱོད་ལ། དེ་སྔོན་བོད་ཀྱི་གསང་སྤྲུགས་གཡང་འོད་ཡིད་  
བཞིན་ནོར་བུ་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་བཀའ་མངགས་བཞིན་བོད་ཀྱི་གཟུངས་སྤྲུགས་མ་འོངས་རྒྱུན་འཛིན་  
མཁན་གྱི་སྤྱུལ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱི་གསུམ་སྤུ་འཛིན་གནང་ཡོད་ཚུལ་བྲིས་འདུག གསུམ་ཤོག་གཞན་  
པ་དེའི་ནང་ཤེས་རབ་དགེ་འདུན་ཟེར་བ་ནས་དེ་སྔོན་རྒྱ་ནག་སྐྱམས་ས་ཆེན་མོ་ནས་ནང་ཆོས་སྒྲོབ་གཉེར་  
བྱས་ཏེ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ལོར་རྒྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དཔལ་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱི་གསང་པའི་དབང་ལུང་  
གནང་ཚུལ་དང་། རྒྱ་གཡང་འོད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་མོས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་གནང་ཚུལ་  
སོགས་བལྟས་པ་ཅི་མ་གྱིས་རལ་པོར་ལྷན་པས་མི་ཁེབས་པ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་གཏམ་ཡིན་པ་གསལ་བོར་  
རྟོགས་བྱུག།

གང་ལ་ཞེ་ན། བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་བྱུ་བ་མཐའ་གཅི་བོ་བཞི་ཡོད་པའི་ཁྲོད་བཀའ་བརྒྱད་པར་ཡན་ལག་  
མང་པོ་ཡོད་ལ་རྒྱ་ཆེ་བརྒྱད་བཞི་དང་རྒྱུད་བརྒྱད་བརྒྱད་ཀྱི་ཅེས་དབྱེ་སྤུལ་ཡོད་ནའང་རྒྱ་ཆེ་བརྒྱད་བཞི་  
ཀྱི་ཡིན་ནའང་འདྲ་རྒྱུད་བརྒྱད་ཀྱི་ཡིན་ནའང་ཆོག དེ་དག་ཁྲོད་རྒྱ་ལེ་ཤེས་ཀྱི་བཀའ་བརྒྱད་པ་  
ཟེར་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་ལ། ཡང་ཅིག་བཤད་ན་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་བྱུ་བ་མཐའ་སོ་སོའི་རང་ཉིད་ཀྱི་  
བསྟན་བཅོས་གདན་རབས་ཐད་གཅིག་ཆེན་དང་། གོ་རིམ་གསལ་པོ་དང་མ་ལག་ཆ་ཆོང་། ཉར་

ཚུགས་པ་ཞིང་ཞིབ་མོ་ཡིན་པ་དེ་ནི་བོད་ཀྱི་དེ་རིང་བར་དར་སྤེལ་ཡོང་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ།  
 སྤྱལ་སྐྱེ་རིམ་བྱོན་མ་ལག་གེ་བ་ཚང་མ་དེ་ལྟར་རེད། བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་སོ་སོ་ན་སྤྱལ་སྐྱེ་ཆེ་ཆུང་སྟོང་ཕྱག་ཁ་  
 ཤམ་ཡོད་མོད། མགོ་ནས་མཐུག་དང་སྐྱབ་མཐའ་སོ་སོ་བར་རིམ་བསྐྱིགས་ཀྱང་། སྤྱལ་སྐྱེ་ཆེ་བ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་ཟེར་བའི་བཤད་ཚུལ་གཏན་ནས་མི་འདུག གཞན་ཡང་བོད་མི་ཚང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར།  
 བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱལ་སྐྱེ་ཡོད་དོཅག་ནང་། ཡི་ཤེས་ནོར་བུ་ཀྱི་ཞེས་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་  
 མཆོག་དང་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ། འཇིགས་མེད་ཕུན་ཚོགས་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཁ་ཤམ་ལ་མ་གཏོགས་འབོད་  
 སྤེལ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེས་ན་། བོད་ཀྱི་གསང་སྐྱབས་གཡང་འོད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་  
 པོ་ཀྱི་ཞེས་པ་དེ་སྤྱི་ཡིན་ནམ། ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དཔལ་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེ་ཀྱི་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་སྤྱི་ཞིག་  
 ཡིན་ནམ། རྗེས་སུ་གནས་འཕྱིན་ཏེ་བ་ལས་གནས་ཚུལ་ཤེས་རྟོགས་ལྟར་ན། སྤྲོན་མ་དེ་སྤྲོན་ཆད་སི་  
 ཁོན་ཞིང་ཆེན་ཁིན་ཏུ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཕྱོག་དགོན་པའི་ནང་ལྷ་བཟོ་བྱེད་ཚུང་མཁན་རྒྱ་མི་ཡིས་ཡོན་ཀོ་  
 ཟེར་བ་ཡིན་ཞིང་། རྗེས་མ་དེ་ཡི་ཡོན་ཀོ་ཡི་མི་ཚང་གི་སྐྱབ་བཞིང་པ་ཞིག་ནས་བརྩམས་ཏེ་ཁོ་ཆོ་རང་ཉིད་ནས་  
 སྤྱལ་སྐྱེ་ཡིན་ཚུལ་གྱིས་མགོ་སྟོར་བསྐྱེད་བྱེད་བཏང་ནས་དེ་རིང་བར་དུ་བྱིན་ཡོད་པ་རེད།  
 གནས་ཚུལ་ནང་དུང་བཟོན་ཤེས་རབ་དགེ་འདུན་ཟེར་བ་ན་ནིང་བོད་ཀྱི་མཆུར་སྤྱད་གོན་པར་བྱིར་  
 ཐེབས་དུས། བོད་མི་ཆོས་དད་པ་གྲུས་བཀའ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་སྐྱེ་སྤྱོད་བཅུ་བདུན་པས་སྐྱེ་  
 དངོས་སུ་དགོན་པ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ཁྲིད་ནས་བོད་ཀྱི་གསང་སྐྱབས་འགོ་  
 ལུགས་ལྟར་གྲུས་བསྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཆེན་བྱས་ཡོད་ཚུལ་དང་། དུང་ཐང་ཀ་བཟོན་ལ་ཕུལ་ཚུལ་དང་མཉམ་དུ་སྐྱེ་  
 པར་བསྐྱོན་ཡོད་ཚུལ་སོགས་གྲིས་འདུག དེ་དག་ནི་རྩོན་གཏམ་ཤ་སྟག་རེད། ང་རང་ནས་དོན་དག་དེའི་  
 ཆེད་དུ་མཆུར་སྤྱད་གོན་པའི་དགེ་འདུན་ཆོར་རྒྱས་ལོན་བྱེད་དུས། དགེ་འདུན་པ་ཆོས་བྱིར་བཏང་བྱས་ན་  
 དངོས་གནས་མི་དེ་འདྲ་ཁ་ཤམ་ཡོང་ཚུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ནི་སྤྱིར་བཏང་གི་ནང་ལོག་དང་ཡང་ན་བྱི་  
 རྒྱལ་ནས་ཡོང་པའི་དད་ལྡན་པ་ནང་བཞིན་མ་གཏོགས་དམིགས་བསལ་བསྐྱབ་གང་ཡང་བྱས་ཡོད་པ་  
 མ་རེད། ཆོང་མས་ཤེས་གསལ་བཞིན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ནམ་རྒྱུན་སྟོང་རྗེ་དང་བྱམས་སེམས་བཅངས་  
 ནས་དད་ལྡན་པ་ཆོ་འི་རེ་འདུན་ལྟར་ཁོ་ཆོར་བྱག་དབང་གནང་པ་མཉམ་དུ་སྐྱེ་པར་བསྐྱོན་བཞིན་ཡོད་ལ་དེ་

ནི་ཆེས་སྤྱིར་བཏང་གི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད། དད་ལྡན་པ་སོ་སོས་རང་ཉིད་ཀྱི་གཟི་བརྟིན་དང་བསོད་  
ནམས་ཆེན་པོར་བརྟེན་བཞིན་ཡོད་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་གསལ་བཤད་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་  
ཡང་གལ་ཏེ་དེ་ནི་གསལ་སྤྲུགས་ཀྱི་གྲུས་བསྟུ་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་བྱས་ཚུལ་བརྟེན་ཀྱིན་ཡོད་ན། དེ་ནི་རང་ཉིད་  
ཆེར་བསྟོད་ཀྱིས་སེམས་ངན་གཞན་ཞིག་བཅངས་ཡོད་པ་ཤ་སྟག་རེད།

༤

ལོ་དེར་གྲུང་ཁུན་ཚོགས་པས་ངོས་འཛིན་བྱས་པའི་པཎ་ཆེན་སྐུ་ཕྱེད་བཅུ་གཅིག་པར་གཞིས་ཀ་རྩེ་བྱ་  
ཤིས་ལྷན་པོ་དགོན་པའི་ནང་ཁྲི་འདོན་མཛད་སྒོའི་དུས་སུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའང་ངོས་བསྟོད་ཆེད་མགྲོན་  
འབོད་གནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོད་ཁྱལ་གྱི་སྤྱི་ཆེན་སྐད་གྲགས་ཅན་མང་པོ་མགྲོན་འབོད་གནང་ཡོད་པ་དེ་  
བཞིན་སྤྲིད་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་ཀྱང་མང་པོ་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་སྐུ་འབྲམ་དུ་སངས་  
ཆེན་སྒོ་བཟང་རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེད་ཡོད་ལ། ཁོང་ནི་དེ་སྔོན་བྱ་ཤིས་ལྷན་པོ་དགོན་པའི་དགོན་ལག་ཅིག་  
གི་གོ་གནས་མཐོན་པོ་མིན་པའི་སྤྱལ་སྐུ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་སྔོན་ཆད་ཕྱི་ལོ་༡༩༤༤ལོར་ཀུན་  
གཟིགས་པཎ་ཆེན་སྐུ་ཕྱེད་བཅུ་པར་དགག་པ་འཐབ་རྩོད་བྱེད་པའི་ཚོགས་ཆེན་ཐོག་ཆོད་འདོན་ཞོར་དང་  
སྐུ་འཛིན་ཞོར་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་དགོན་པའི་ནང་གི་རྩེ་བཙུན་ཅན་ཚོར་རྟེན་བྱས་ཚུལ་གྱི་ནག་  
ཉེས་བགྲངས་ཏེ། སྐུ་དག་དང་སྤྱལ་སྐུ་ཁ་ཤས་གཞན་དག་དང་མཉམ་དུ་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར་དམར་  
འབེབས་དང་སྐུར་འདེབས་ཀྱི་ནག་ཉེས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཞུ་གཏུགས་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཐ་ན་མཆིལ་  
མ་འདེབས་པ་དང་འབྲམ་ལྷག་ཀྱང་གཞུས་ཡོད་པས། བདག་པོ་གསར་པའི་དགའ་མོས་ཐོབ་ནས་མི་  
འགྲུངས་པར་གནས་རིམ་སྤར་བ་དང་རྒྱ་མོམ་པའི་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཡོད་པ་རེད། འདི་ནི་ཁོ་ཚོས་  
པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར་འཐབ་རྩོད་བྱས་པའི་བྱ་དགའ་ཡིན་པས་ན། ལྷ་ས་བ་ཚོས་སྒོག་ནས་ཁོ་ཚོར་༩པཎ་  
འབར་། ཞེས་འབོད་ཀྱིན་པ་དང་དེ་ནི་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར་འཐབ་རྩོད་བྱས་ནས་རྒྱ་འབྲོར་བ་དང་དབང་  
ཆ་ལྡན་པར་གྱུར་པའི་མི་ལ་བརྟེན་འདུག སང་ཆེན་ལ་དུས་དེ་ནས་བཟུང་བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་སྤྲིད་གྲོས་ཀྱི་  
ཚོགས་གཞོན་དང་རྒྱལ་ཡོངས་སྤྲིད་གྲོས་ཀྱི་རྒྱན་གཏན་འཁུས་མི། བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་  
འཁུས་མི་ཚོགས་ཆེན་གྱི་ཚོགས་གཞོན་སོགས་སུ་གོ་གནས་ཡུལ་འཕར་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ༩ལམ་རྒྱ་



རྒྱུ་འདི་དག་གིས་ཡིན་ནམ་ཡང་ན་རྒྱུ་གཞན་དག་ཡོད་མིད། གང་ལྟར་ཁོས་སྐབས་དེར་དགྲུང་ལོ་བཅུ་  
 ལས་སོན་མེད་པའི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མིག་ནང་དུ་བཞག་མི་འདུག། གོ་ཐོས་ལ་ཁོ་དང་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་  
 བར་སློང་མོལ་ཁ་ཤས་བྱས་རྗེས། སློ་བུར་དུ་ཁོས་ལག་པ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་དབུ་ལ་རེག་ནས་བྱིས་པ་  
 ཞིག་ལ་ཕྱེད་མོས་ཚུལ་གྱིས་བྱར་བྱར་ཅམ་བྱས་པ་ན། རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ལམ་སངས་དབུ་པར་ལ་གཟུར་  
 ནས་ཐོལ་གྱིས་སྐྱེ་ཡར་བཞེངས་ཏེ་སངས་ཆེན་ལ་འགྲམ་ལྷག་གསལ་ཐག་ཆོད་ཅིག་བྱིན་འདུག། མཐའ་  
 སྐོར་གྱི་མི་རྣམས་ཉང་སངས་ཡོད་ལ་སངས་ཆེན་རང་ཉིད་དེ་ཆོ་དང་ཁོང་ཁྱོད་འི་ངང་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་  
 ནས་གདོང་ཡོངས་དམར་པོར་གྱུར་ཡོད་འདུ་བྱུག། ལོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རྗེས་སུ་རང་ཉིད་སྡོད་སའི་ཁང་གིས་  
 གྱི་སློ་མདུན་དུ་སྐྱེ་ཡིན་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ནས་གསལ་གཏོར་ཁུང་བུ་བརྟོལ་ཁྱོད་པའི་སངས་ཆེན་ལ་སློ་བུར་དུ་  
 ནད་ཆབས་ཆེན་བྱུང་ནས་འདས་གོངས་ལ་ཕྱིན་ཡོད་པ་དང་། ཁོ་ནི་སྐུ་ལ་སྐྱེ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་པས་ཆ་  
 ནས་རང་སྐྱུང་གང་ཤར་གྱིས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་དབུ་ལ་རེག་པའི་རྒྱ་འབྲས་འཁོར་བ་ཡིན་ཚུལ་བོད་མི་  
 མང་པོས་ཤབ་ཤུབ་དུ་བརྗོད་བཞིན་པ་རེད།

༢

རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ལ་སྐྱེ་ངལ་གསོ་བའི་དུས་སུ་སྐྱེ་འགྲམ་གྱི་དགོ་འདུན་པ་  
 དང་ལག་པའི་ཤུགས་རྩལ་འགྲན་པར་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་ཡོད་པ་རེད། ནམ་རྒྱུན་སྐབས་དེར་ཞབས་ཁུ་བ་  
 གན་པ་སྐྱེ་ཕྱོགས་སྐྱབ་སྐྱས་སྐྱར་དུ་གོས་ཀྱི་ལག་ཕྱི་སེར་པོ་ཞིག་སྤངས་ནས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་ཕྱག་དུ་  
 བཞག་ནས་ད་གཞོན་མི་གཞན་དང་ཕྱག་འཇུ་བྱེད་པ་དེ་གྲུས་བཙིའི་རྣམ་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་ནམ་  
 རྒྱུན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཞབས་ཁུ་བ་བགྲས་པོ་དེའི་ལག་ཕྱི་སེར་པོ་ཕྱི་ལ་བརྟོན་མེད་པའི་སྡོན་ལ་འགྲན་  
 བསྐྱར་འགོ་བརྩམས་ཡོད་པ་རེད། ས་རོལ་བོས་ལག་ཤུགས་འགྲན་ནས་ཤུགས་ཆེན་པོ་བཀོལ་མི་རུས་  
 པར་ཆང་མས་གྲུས་ཞིམ་གྱིས་དངངས་འཆབ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ཀྱི་ཡོད་ཕྱིར་ནམ་ཡང་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་རྒྱལ་  
 ཁ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་ཁོང་གཏན་ནས་ཡིད་ཆོམས་ཀྱི་མེད་པ་རེད། ཞབས་ཁུ་བ་བགྲས་པོ་སྐྱབ་སྐྱད་གཤམ་  
 བོ་བྱེད་ཀྱི་མེད་བྱུང་བརྗོད་རུས་ཀྱི་མེད་པ་རེད། ཡིན་ཡང་དགོ་འདུན་པ་ཆོས་གལ་ཏེ་ཤུགས་ཆེན་པོ་བརྟོན་  
 ནས་ལག་ཤུགས་འགྲན་ནའང་ཁོ་ཆོས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་ཕམ་དུ་འཇུག་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད་ཅེས་ལབ་བྱུང་།



ཐེངས་ཤིག་ལ་ཐེ་ཐན་ནས་ཐེབས་པའི་དད་ལྡན་པ་ཞིག་གིས་རྒྱ་མིའི་སྐད་བརྗོད་ཤེས་པའི་གྲ་བ་དག་  
 ལེགས་ལ་སྦྱ་གྲ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་སྤྲད་ཡོད་པ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉར་འདོད་མེད་པར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་  
 ལག་སྦྱེས་སུ་སྤུལ་འདོད་སྦྱེས་འདུག དགོན་པའི་ནང་དག་འདུན་པ་ཚང་མ་དེ་འདྲ་རེད། རང་ལ་དངོས་  
 པོ་ཡག་པོ་གང་ཡོད་ཀྱང་ཚང་མ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་སྤུལ་བར་སྦྱོམས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དག་ལེགས་  
 ནས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་མཇལ་བར་ཕྱིན་ཏེ་ཐད་ཀར་སྦྱ་གྲ་ཡག་པོ་དེ་ལག་གཉིས་ཀྱིས་ཡར་སྤུལ་དུས།  
 རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་རྩྭ་ལེན་གྲབས་བྱེད་སྐབས་ཞབས་ཁྱ་བ་བགྲེས་པོ་སྦྱབ་སྤྲོས་སྤྲིག་ར་སྦྱལ་དོན། དེ་  
 འདྲ་བྱས་ནས་ག་བ་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་ཤོག་བྱ་ཞིག་སྤངས་ནས་ཡང་ཡང་ཕྱིས་རྩེས་ད་གཟོད་ལག་  
 གཉིས་ཀྱིས་ཡར་སྤུལ་བས། སྐབས་འདིར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་སྤྲུགས་མི་དགྲེས་པར་དང་ལེན་མི་བྱེད་པར་  
 སྤྱན་ཆེན་པོར་བགྲད་ནས་ཞབས་ཁྱ་བ་སྦྱབ་སྤྲོས་གཟིགས་འདུག  
 ལོ་བགྲེས་པོའི་གྲ་བ་སྦྱབ་སྤྲོས་ཀྱི་སྦྱ་གཟུགས་ཉ་ཅང་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་ལ། བཙེ་སེམས་ཀྱིས་བྱུག་པའི་  
 མིག་ཟུང་ནས་ནམ་རྒྱུན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་རྩེས་སྤྲིག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་དེ་དུང་སྦྱ་ཆེ་ནར་སེན་མེད་པའི་ན་  
 གཞོན་གྱི་སྤྱ་ཆེན་འདི་བའི་བྱམས་བཙེ་ལྡན་པའི་ཨ་མ་ལགས་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། རྒྱལ་བ་ཀམ་  
 པ་དང་ཁོང་གཉིས་བར་བཙེ་བ་ཟབ་མོ་ཡོད་པས། ཐེངས་ཤིག་སྦོན་ལམ་དུས་སུ་རྒྱ་སྤྱིང་དང་རྩ་སྤྱིའི་ཁོད་  
 ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་དུ་ཐེབས་བཞིན་པའི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་སྤྱོ་བྱར་དུ་རྒྱུ་པ་འགྲུལ་བསྦྱོད་མི་བདེ་པའི་  
 ཞབས་ཁྱ་བ་རྒན་པ་དེས་པང་ནས་ཞབས་ཟུང་ཆེན་པོའི་ངང་གྲུལ་ཤར་རིང་པོ་གྲ་བཙུན་དཀྱིལ་གྲུང་ལ་  
 བཞུགས་པའི་གྲུལ་གཉིས་བརྒྱད་དེ་བཞུགས་ཁྱི་མཐོན་པོའི་སྤྱིང་བསྐྱེབས་པ་ན། དག་འདུན་པ་ཚང་མ་  
 གད་མོ་ཤོར་ནས་དགྲེ་སྦྱར་ཡང་བྱེད་སྤྲོབ་པར་གྱུར་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་འདི་ལྟར་ཁོང་གི་  
 ཞབས་ཁྱ་བགྲེས་པོར་ཉ་ཅང་དུང་ཞེན་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ཁོང་གིས་བོད་ནས་བྲོས་བྱོལ་དུ་ཐེབས་རྒྱུ་  
 སྤྲུགས་དགོངས་བཞེས་དུས་སུ་འང་ཞབས་ཁྱ་བགྲེས་པོ་སྦྱབ་སྤྲོས་ཡང་གང་ལྟར་ཁྱིད་རྒྱ་སྤྲུགས་ལ་  
 བཅངས་ཡོད་པ་རེད། གྲ་བ་སྦྱབ་སྤྲོས་རང་ཉིད་དགྲུང་ལོ་བགྲེས་པོ་ཡིན་ཕྱིན་ལམ་ཁ་ནས་ཚང་མར་  
 དཀའ་ལས་ཁག་པོ་བཟོ་པར་སེམས་ཁྱེལ་བྱས་ཡོད་ནའང་། རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་སྤྲུགས་དགོངས་བརྟན་  
 པོའི་ངང་། ལམ་འགོ་ཡོང་གི་རེད། འགོ་ འགོ་ འགོ་། ཞེས་གསུངས་འདུག

ཀྱུལ་བ་ཀམ་པ་མཚམས་ལན་རེ་གནས་ཚུལ་ལ་ཤས་ཀྱི་རྒྱུ་ལྱིས་སྤྲུགས་ཁྲོས་པ་དང་། ཁོང་སྤྲུགས་  
 ཁྲོས་དུས་གསུང་ཅི་ཡང་མི་སྤྲོ་བར་ལ་རོག་གོར་གནས་ཤིང་། དེ་ལྟར་དུས་ཡུན་རིང་པོར་ཅི་ཡང་མི་གསུང་  
 པར་བཞུགས་དུས་འཐའ་འཁོར་གྱི་མཁའ་དབུགས་ཀྱང་གོང་བུར་འཁེངས་པ་བཞིན་གནས་ངེས་རེད།  
 དེ་ནས་ཆོག་ལ་ཤས་གསུང་འགོ་རྒྱགས་འདུག མི་ལ་ལས་དེ་ནི་ཀྱུལ་བ་ཀམ་པ་སྤྲུགས་ཁྲོས་པ་མ་ཡིན་  
 པར་སྤྱིང་ཁམས་གཟེར་པའི་སྤྱང་གཞིའི་རྒྱུ་རེད་ཅེས་བརྗོད་འདུག གོ་ཐོས་སུ་ཀྱུལ་བ་ཀམ་པར་རྟག་ཏུ་  
 སྐྱེས་ལ་ཟུག་གཟེར་ལངས་པའི་སྤྱང་གཞི་ཡོད་ན་འདྲ། སྤྱན་ཁང་དུ་ནད་བརྟག་ལ་ཐེབས་ཡོད་ལ་བོད་  
 སྤྱན་སྐད་གྲགས་ཅན་ཆོར་ཡང་བསྟན་ཡོད་ན་འདྲ་ཆང་མས་ཤེས་དབྱེད་ཐུབ་མེད་ལ་སྤྱན་རིགས་གང་ཞིག་  
 གནང་དགོས་པ་འདྲ་ཤེས་མི་འདུག དགྲུང་ལོ་གཞོན་པའི་ཀྱུལ་བ་ཀམ་པར་སྐྱེས་བཞེས་པའི་སྤྱང་གཞི་  
 བརྒྱད་ཚུངས་ཡོད་འདུག

དཔུ་འཛིན་འབྲུག་རྒྱུ་མཚང་མིང་ལ་༼ཁྱི་རྒན༽ ཟེར་ཞིང་ཁོང་དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་ལ་ཤས་ཡིན་མོད། ལོ་  
 ཤས་སྤྱོད་ལ་ཁོང་དང་གྲུ་བ་ལ་ཤས་རྒྱ་གར་དུ་གོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོར་མཇུག་ལ་གནང་པར་འགྲོ་  
 འདོད་སྤྱེས་ཡོད་པ་རེད། མ་སོང་པའི་སྤྱོད་ལ་ཁོང་ཀྱུལ་བ་ཀམ་པའི་སྐྱེ་མཁའ་དུ་བཅར་ཡོད་པ་དང་། དོན་  
 དངོས་ཁོང་གི་རྩ་བའི་སྤྱོད་མར་གྲུ་བ་ལ་པར་ཕྱིན་པ་ཡིན་འདུག ཀྱུལ་བ་ཀམ་པས་ཁོང་ལ་  
 གཟིགས་ནས་སྐྱེ་འབྲུམ་དུ་མི་ཆོར་༼ཁྱི་རྒན༽ འདི་ཁྱེད་ཆོས་དམ་པོར་བཏགས་ནས་ལེགས་པོ་  
 བཏུས་ན་མ་གཏོགས་ཁོང་འགྲོ་ངེས་རེད་ཅེས་གསུང་འདུག མཐའ་འཁོར་གྱི་མི་ཆང་མ་གདམ་དགོད་  
 པ་དང་མི་ཞིག་ནས་ཁྱིའི་ལད་མོ་བྱས་ནས་༼མང་མང་༽ ཞེས་ཟུག་སྐད་བརྒྱབ་ཡོད་འདུག གྲུ་བ་འབྲུ་  
 རྒྱུ་མེམས་སུ་དོགས་མི་བདེ་པར་ཀྱུལ་བ་ཀམ་པས་ཅི་ཞིག་ཆོར་བ་ཡིན་ནམ་སྟེ། ཡིན་ཡང་ཉིན་ཤས་  
 རྗེས་ཁོང་ལ་རོག་ལ་བྲོས་བྱོལ་བྱས་ཀྱང་འབྲུམ་འགག་སྒོ་ནས་མཐའ་སྤྱང་དམག་མིས་འཛིན་བཟུང་  
 བྱས་ཏེ་ལོ་གཅིག་ལྷག་བཅོམ་དུ་བཅུག་རྗེས་སྒོ་དྲོལ་བཏང་ཡོད་ན་འདྲ། ཁོང་དེ་ནས་བཟུང་ཕྱིར་དགོན་

པར་ལོག་ཆོག་གི་མ་རེད། གང་ལ་ཞེ་ན། ཁོང་དང་མཉམ་དུ་བློས་བྱོལ་དུ་བྱིན་པའི་དགེ་འདུན་པ་ཆོང་མ་  
 དགོན་པ་ནས་བྱིར་འཕུད་བྱས་འདུག འབྲུ་ཚུ་ནི་མཚུར་ཕུ་དགོན་པའི་ནང་གི་ཡག་ཤོས་གྱི་གས་ཡིན་ལ་  
 ནང་སྒོས་ཁོང་གི་སྐད་གདངས་ཡག་པོ་ཡོད་པས། སྒོན་ལམ་ཆེན་མོའི་ཆོག་ས་ཐངས་རེ་རེ་ཁོང་གི་དབུ་  
 འཛིན་གནང་ནས་འདོན་པ་སྐྱོར་སྐབས་ཡིད་འགྲགས་པའི་རུས་པ་ཡོད་འདུག ཁོང་འཛིན་བཟུང་བྱས་པའི་  
 སྐད་ཆ་ཐོས་མ་ཐག་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཉ་ཅང་ཐུགས་སྐྱོ་བའི་ངང་སྐྱེ་འགྲམ་གྱི་དགེ་འདུན་པར་བཀའ་བཀྲོན་  
 གནང་དོན། རྟོས་དང་། ཁྱད་ཆོས་ངས་ཁར་མི་ཉན་པར། ། ཁྱི་རྒན་། ལ་ཡག་པོ་བལྟས་མི་འདུག་  
 ཅེས་གསུང་འདུག

༡༠

རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་དང་ལྷན་དུ་བློས་བྱོལ་ལ་ཐེབས་པའི་སྐྱ་མ་ཆོ་དབང་ནི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཆོད་དཔག་དཀའ་  
 པའི་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན་ལ། བྱིན་ས་བལྟ་དུས་ཁོང་གིས་སྐྱ་ཆས་བྱོན་ཞིང་དབུ་སྐྱ་ནག་པོ་བཞག་པ་དང་རྩྭ་  
 རོ་དང་། དུང་ནམ་རྒྱན་སྐད་ཆ་རྩུབ་མོ་ལབ་པ། སྦྱོད་པ་ངན་པ་མི་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་པལ་ཆེར་སྐྱ་མ་  
 ཞིག་གི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་རང་ནས་ཐངས་ཤིག་ཁོང་དང་ཁ་བརྒྱུད་པོ་ཞིག་བྱས་  
 པའི་གནས་རྒྱལ་དེ་ནམ་ཡང་བརྟེན་ཐབས་བྲལ། ཁོང་གིས་གསུང་ན་ཁོང་དོན་དངོས་ཐོག་དགོན་པའི་ནང་  
 ཆོས་ལ་སློབ་གཉེར་གནང་ནས་འདུག་འདོད་ཆེན་པོ་ཡོད། ཡིན་ཡང་རི་ལྷོང་བྱེད་དམ། གནས་རྒྱུང་དགོན་  
 པའི་གཙོ་འགན་བཞེས་མཁན་ཡིན་པས་ཆོན་པ་དགེ་འདུན་པ་ལྟ་བུ་ལྷན་དང་སྐྱེ་ན་གཞོན་པའི་དཔའ་  
 བོ་རིན་པོ་ཆེ་གཉོར་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་ལ། དུང་ཞང་གི་མང་ཆོག་ས་ཆེད་བཙུགས་པའི་སློབ་གྲྭ་རྒྱ་རྒྱུང་  
 དེར་རོགས་སྦྱོར་བྱེད་དགོས་པས། ཁོང་སྤྱི་ཆོག་ས་ཐོག་ཕྱོགས་ཡར་མར་ལ་བརྒྱགས་ནས་མ་དུལ་  
 བཅོལ་དགོས་པས། ང་ཆོང་རྒྱག་ཏུ་འགོ་དགོས་པ་རེད། འོན་ཏེ་ཁོང་ནས་སྤྱི་ཆོག་ས་ཐོག་གི་འཛིག་  
 རྟེན་པའི་ལས་དོན་དེ་རིགས་བྱོན་ནས་སྐྱབ་མི་ཤེས་པས་ཉ་ཅང་ལག་པོ་འདུག་ཅེས་གསུང་ནས་  
 མཆོམས་འདིར་བསྐེབས་དུས་སྐྱ་མ་ཆོ་དབང་གི་མིག་རྒྱ་བཞུར་སོང་།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ལོ་ནས་བཟུང་སྐྱ་མ་ཆོ་དབང་གིས་དུས་རྒྱུན་སྤྱིན་པ་ཁོ་ནར་མི་བརྟེན་པའི་ཐག་གཅོད་བྱས་  
 ཏེ་ནང་སྒོས་ཕྱི་ལོག་གི་སྤྱིན་པར་བརྟེན་ནས་དགོན་པ་དང་སློབ་གྲྭ་གནས་ཐབས་མི་བྱེད་པར། ཁོང་གིས་

རང་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་སྐོར་སྐོར་འཆམ་སྒྲེ་ཤན་ལས་ཁང་བཅུགས་ཏེ་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་ཡུལ་སྐོར་སྐོར་འཆམ་  
སྒྲེ་ཤན་པའི་ཕྱག་ལས་གནང་བྱིང་པའི་གཡང་ལྷ་སོགས་སྒྲེ་ཤན་པ་གདན་འདྲན་ཞུས་པར་མ་ཟད། འབྲི་  
ཚུ་སོགས་ལ་ཡུལ་སྐོར་སྐོར་འཆམ་ལས་ཁང་དུ་ལས་ཀ་སྤྱད་དེ། ལོ་གཉིས་པ་དེར་ལོ་མཚུག་གི་ཡོང་སྐོ་  
སྐོར་འབྲུམ་གཉིས་ལ་ཉེ་བ་ཐོན་ལེགས་བྱུང་པའི་དུས་མཚུངས་སུ་ཆོང་ལས་རྒྱང་རྒྱང་གཞན་པ་གཉེར་པ་  
དང་། ད་དུང་བོད་ཀྱི་སྐོལ་རྒྱུན་ལག་ཤེས་རིམ་རྒྱ་ཙམ་འབྲི་བའི་སྐོབ་གྲ་ཞིག་བཅུགས་པ་དང་། སྐོབ་མ་  
གྲ་བ་དང་དུ་མུག་ནམས་ཡིན། བར་ཀ་འབྲི་བའི་གཡང་ལྷ་འི་ཁྱོ་ག་ནས་དགོ་རྒན་གྱི་འགན་བཞེས་ཡོད་  
པ་རེད།

རྗེས་སུ་གཡང་ལྷས་ང་ལ་བརྗོད་ན་ཁོ་མོའི་ཆེས་མཐའ་མར་སྒྲུ་མ་ཆོ་དབང་མཐོང་པ་ནི་རྒྱལ་བ་ཀུམ་པ་  
བློས་བྱོལ་དུ་མ་ཐེབས་པའི་ཉིན་ཤས་སྔོན་ཡིན་ལ། སྐབས་དེར་སྒྲུ་མ་ཆོ་དབང་གིས་སྐོ་བྱར་དུ་གཡང་  
ལྷར་གསུང་དོན། རྒྱལ་བ་ཀུམ་པས་ཁོ་རང་ལ་ཇི་ལྟར་གསུང་ན་དེ་ལྟར་སྐྱབ་ངེས་ཡིན་ཟེར། ཡང་ཅུང་ཅམ་  
མཚམས་བཅད་ནས་བསྐྱད་རྗེས་དེ་ཅམ་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་པའི་ངང་གསུང་དོན། རྒྱལ་བ་ཀུམ་པས་ང་  
ལ་རྒྱག་པ་ཐོ་ཞེས་གསུང་ནའང་ངས་དེ་ལྟར་སྐྱབ་ངེས་ཡིན་ཟེར། སྐད་ཆ་དེ་ནི་བཤད་ཕྱོགས་ཆོག་རྒྱབ་མོ་  
ཞིག་ཡིན་འདྲ་བོད་མིའི་མིག་ནང་མནའ་ཆོག་གལ་ཆེན་ཞིག་ལ་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེབས་གཡང་  
ལྷས་སེམས་གཏིང་ནས་བརྗོད་རྒྱུ། སྒྲུ་མ་ཆོ་དབང་རྒྱལ་བ་ཀུམ་པར་དངོས་གནས་དད་པ་ཡིད་ཆེས་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་འདུག ཡིན་ནའང་སྐད་ཆ་དེ་དག་ནི་ཁོང་གིས་ང་ཆོ་དང་ཁ་གྱུས་པའི་ཆོག་ཡིན་པ་  
ཤེས་མ་སོང་ཞེས་གཡང་ལྷས་སྐྱར་ཡང་བརྗོད་དོན། ནམ་རྒྱུན་སྒྲུ་མ་ཆོ་དབང་ཡང་དེ་གཡོང་དེ་ཞིག་ཡིན་  
ནའང་ཐེངས་རེ་རེར་གསང་བའི་ངང་གོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐོར་སྐོར་དུས། ཁོང་ནས་བསྐྱར་མི་ཐུབ་  
པར་མིག་ཚུག་ཏོང་ངེས་རེད། གཡང་ལྷ་བཟའ་སྒྲུ་གཉིས་ནས་རྒྱལ་བ་ཀུམ་པ་ནི་སྟོད་མངའ་རིས་བརྒྱད་  
ནས་བློས་བྱོལ་དུ་ཐེབས་པར་བསམ་གྱིན་འདུག གང་ལ་ཞེ་ན། ཕྱི་སྒྲུ་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་སྒྲུ་མ་ཆོ་དབང་  
གིས་དགོན་པར་དགུན་ཤ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་དགོས་ཚུལ་གྱིས་རྒྱུངས་འཁོར་བསྐོར་ཏེ་མངའ་རིས་སུ་ཕྱིན་  
ནས་ཉིན་བཅུ་གངས་རྗེས་སུ་མཐའ་མར་སྐམ་ཤ་རྒྱུ་བ་གཅིག་དང་སྐད་གསུངས་ཅན་གྱི་སྐུ་ཉིད་གི་དཀར་  
ཡོལ་ཁ་ཤས་མ་གཏོགས་ཁྱེར་ཡོང་མི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་བྱུང་ལ། ཁོ་ཆོས་སྐབས་དེར་སྒྲུ་མ་ཆོ་དབང་

ལམ་ཁ་ཅད་ཞིབ་བྱེད་ཕྱིན་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱིན་འདུག།

ཡིན་ནའང་སློ་པམ་པ་ཞིག་ལ་སླ་མ་ཉིམ་ལགས་ཐེབས་སྐབ་མེད་པ་རེད། ཁོང་ནི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་  
ཡོངས་འཛིན་ཡིན་ཞིང་སེར་ར་ཉིམ་ཞེས་སྐད་གྲགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༩ལོའི་སྤྱི་ལ་ཁོང་ནི་  
སེར་ར་དགོན་པའི་དགེ་འདུན་པ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱང་འབྲས་ཅིར་སོན་དང་ཅོད་པ་ཕུལ་བྱུང་ཡིན་པས་མཚན་  
སྟན་དེ་ཐོབ་པ་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༩ལོའི་སྤྱི་ཟླ་གསུམ་པར་ཁོང་བོད་མིའི་ཞི་བའི་རོ་རྒྱལ་ཁོམ་སྐོར་ནང་  
ཞུགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་དགོན་པ་ནས་ཕྱིར་འཕུད་བཏང་པ་དང་། རྗེས་ནས་མཚུར་ཕུ་དགོན་པར་ཞུགས་ཏེ་  
ལོ་གསུམ་སྟེ་གསུམ་ཉིན་གསུམ་ལ་མཚམས་སུ་བཞུགས་སྤྱོད་ལ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ལོའི་ལོ་སྟོན་དུ་རྒྱལ་  
བ་ཀམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་ཆུན་པ་སྐུ་གཤེགས་པས། མཚུར་ཕུ་དགོན་པས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་ཆོས་ཀྱི་  
སློབ་གཉེར་གནང་བུམ་མཁན་བཅའ་པའི་ཁོད་སླ་མ་ཉིམ་ལས་གཞན་ཞིག་མ་ཆེད་པར་བརྟེན། དགོན་པ་  
དང་སྤྱིད་གཞུང་གཉིས་ཀ་གཅིག་གྱུར་མོས་མཐུན་བྱུང་ནས་ཁོང་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་  
བསྐོས་ཡོད་པ་རེད། གཤོད་ཡོངས་སྤྱི་འདུན་ཡོངས་པའི་སླ་མ་ཉིམ་ལགས་ནས་རྒྱུན་སྒྲིབ་བཞེད་ཉུང་ཞིང་གྲ་  
བཅུན་ཁོད་སྟན་གྲགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་བློས་བྱོལ་ཐད་ཁོང་ནས་ཉུས་པ་གལ་  
ཆེན་ཐོན་ཡོད་པས་ན། འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཁག་ནས་དེ་སྤྱིན་ཁོང་བདམས་པར་སློ་འགྱུར་སྐྱེས་ཀྱིན་ཡོད་མེད་  
ཤེས་རྟོགས་མེད།

༡༡

རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་རྩ་རམ་ས་ལར་བསྐྱབས་པའི་རྗེས་སུ་ཐེ་མན་གྱི་གསར་འགོད་པ་གྲགས་ཅན་ལྷན་གྲོ་  
ཀྱིན་ནས་ཐེངས་མང་པོར་བཅར་འདྲི་གནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། ། ཁྱུ་སིམ་པའི་བཅན་བྱོལ། སྐུ་ན་གཞོན་  
པའི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་། ཅེས་པའི་དེབ་ཅིག་གིས་པའི་ནང་དུ་བསྟན་དོན།  
སྐུ་ན་གཞོན་པའི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་སྐུགས་སུ་ཆོད་སེམས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡོད་ལ། དེ་ནི་ཁོང་གི་ཡོངས་  
འཛིན་སླ་མ་ཉིམ་ཁོ་ན་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་འདུན་ཡོད་པ་དེ་རེད། སླ་མ་ཉིམས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཐེབས་པ་  
ལས་ཐབས་མེད་པ་གསལ་རྟོགས་ཡོད་པ་རེད། དེབས་བྲོས་བྱོལ་གྱི་ལས་འཆར་འདི་ལགས་འབྲུག་ཁོ་  
ན་མ་གཏོགས་པམ་ཉིས་བྱས་ཆོག་གི་མ་རེད།



ཀྱུལ་བ་ཀམ་པར་ལོ་རེར་དུས་ཚོད་ཐུང་ཐུང་ངང་མཆོམས་ལ་བཞུགས་སྒོལ་ཡོད་པས། ལོ་རེར་ནམ་རྒྱུན་  
ལྟར་ཆོག་སྤེལ་རྒྱ་གཏན་འབེབས་བྱས་ཏེ་མཆོམས་བཞུགས་གོ་སྐབས་སུ་བློས་བྱོལ་ལ་ཐེབས་རྒྱ་བྱས་  
འདུག། ཀྱུལ་བ་ཀམ་པས་ཆོས་ ༢༧ནས་བཟུང་བདུན་ཕྲག་གཉིས་རིང་མཆོམས་ལ་བཞུགས་རྒྱ་བྱི་ལ་  
ཁྱབ་བསྐྱབས་གནང་འདུག།

འགོ་འཇུགས་དུས་ནས་བཟུང་སྤྱི་མ་ཉི་མ་ལགས་ཤུལ་ནས་བཞུགས་རྒྱུ་འོ་ཆོད་སེམས་བཅངས་འདུག།  
ཉི་མ་ལགས་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ཆོད་བང་ལགས་སྤྱི་མ་གསུམ་པོ་ནམ་རྒྱུན་གྲོགས་པོ་ཡག་ཤོས་  
ཡིན་འདུག། ཉི་མ་ལགས་ནས་༼ཁྱེད་རང་གཉིས་ནས་ངེས་པར་དུ་གཟབ་གཟབ་བྱེད་དགོས། རྒྱ་མཆོན་  
ནི་ཁྱེད་ཆོད་དང་རྒྱུལ་བ་ཀམ་པ་མཉམ་དུ་ཡོད་པ་རེད། ང་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་མི་དགོས། གནད་དོན་བྱུང་  
གི་མ་རེད། ཅེས་གསུངས་འདུག།

ཆོས་ཉེར་བརྒྱད་ཀྱི་དགོང་མོ་དུས་ཚོད་བཅུ་དང་ཕྱེད་ཀའི་སྟོང་སྤྱི་མ་ཉི་མས་མཚུར་ཕུ་དགོན་པའི་དགེ་  
འདུན་པ་ཆོང་མ་ཁང་པ་གཅིག་གི་ནང་བོས་ཏེ་བརྟན་འཕྲིན་ལ་བཏུ་བཅུག་ནས་བྱི་ལོག་ནས་སྒོ་ཟླ་  
བརྒྱབ་སྟེ་བྱི་རོལ་ལ་འགོ་བྱུང་མེད་པས། དུས་ཚོད་སྐར་མ་ལྔ་འི་རིང་རྒྱུལ་བ་ཀམ་པ་སྤངས་འཁོར་དུ་  
བཞུགས་ནས་ཁ་གྲུས་ངེས་རེད།

རྒྱུལ་བ་ཀམ་པ་བློས་བྱོལ་དུ་ཐེབས་ཟིན་ནའང་བྱི་ལོག་གི་མི་ཆོང་མས་ཁོང་མཆོམས་ལ་བཞུགས་ཡོད་  
པར་འདོད་བཞིན་ཡོད་ལ། གསོལ་ཐབ་ཐུབ་བསྟན་ནས་ཉིན་རེ་བཞིན་ཞལ་ཟས་ནང་དུ་བསྐྱུལ་རྒྱུས། ཉི་མ་  
ལགས་ནས་ཡང་ཉིན་རྒྱུན་ཞལ་ཟས་ནང་དུ་འདྲིན་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། མཆོམས་ལ་བཞུགས་མཁན་ནས་  
གསུང་བཅོད་ཆོག་གི་མེད་ཕྱིར། གལ་ཏེ་ཞལ་ཟས་བཞེས་པའམ་གདོང་བཀྲ་ན་མདའ་རིའམ་རྩ་རྒྱུང་རྒྱུང་  
ལྟ་བུ་ཞིག་རྩེད་གིན་ཡོད་ཕྱིར། སྤྱོད་དག་བྱི་རོལ་ནས་ཐོས་ཀྱིན་ཡོད་ལ་དེ་བས་དུས་ཚོད་ལ་བསྐྱེབས་མ་  
ཐག་སྤྱི་མ་ཉི་མ་ལགས་གར་མཁན་ཇི་བཞིན་རང་ཉིད་བྱི་ལོག་ནས་ཞལ་ཟས་ནང་དུ་སྐྱེལ་བ་དང་།  
མཆོམས་ལ་ན་རེར་མི་རེ་གཉིས་ནས་རྒྱུལ་བ་ཀམ་པར་ཕྱག་ལྟོ་གཟིགས་པའམ་སྒོ་འདྲི་དུས་ཉི་མ་  
ལགས་ནང་དུ་བྱིན་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ནང་དུ་མོ་ཕྱིས་འདེབས་པ་དང་ལྟ་ལ་ཞུས་ནས། བྱི་ལོག་བསྐྱེབས་མ་  
ཐག་ཆོང་མར་༼རྒྱུལ་བ་ཀམ་པས་འདི་འདྲ་གསུང་བྱུང་༽ ཞེས་གསལ་བཤད་གནང་བཞིན་པ་རེད། འདི



ལྟར་ཉིན་གསུམ་མཚན་གསུམ་ལ་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱས་ཤིང་། སྤྱི་མཆོད་བང་ཐེབས་ཁར་ཉིམ་ལགས་  
 སུ་མངགས་བཅོལ་གནང་དོན་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཉལ་མ་ཉིན་གསུམ་ཞག་གསུམ་ལ་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་ཐུབ་  
 སོང་ན། ང་ཚོ་སྤར་ནས་མཐའ་མཚམས་བརྒྱལ་ཏེ་བོད་དང་ཁ་གྲུས་ངེས་རེད། ཅེས་གསུངས་འདུག  
 བལ་ཡུལ་དུ་སླེབ་སྐབས་སྤྱི་མཆོད་བང་ལགས་ནས་དེ་སྔོན་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཞལ་པར་ཞིག་མཚུར་སྤྲད་གོན་  
 པའི་ནང་བཏང་ནས་གཙོ་བོ་སྤྱི་མཆོད་ལགས་འགོ་ཐུབ་ཡོད་མེད་ཐད་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་བསམ་པ་ཡིན་  
 ཞིང་། ཞལ་པར་ཐད་ཀར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་གཟིམ་ཁང་དུ་བཏང་པ་ཡིན་ནའང་། ལེན་མཁན་ནི་མི་ཆ་རྒྱས་  
 མེད་པ་ཞིག་གི་སྐད་ཡིན་འདུག ཀྱི་དེལས་རྒྱ་མི་ཚོ་སྤར་ནས་མཚུར་སྤྲད་གོན་པར་བསྐྱབས་ཚར་བ་  
 མཚོན་ཕྱིར་། སྤྱི་མཆོད་བང་ལགས་ནས་ལམ་སངས་ཞལ་པར་མཚམས་བཅད་ཡོད་པ་རེད།  
 གོང་བརྗོད་དེབ་ནང་གིས་དོན་ཀྱི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བློས་བྱེད་ཐེབས་པའི་རྗེས་སུ་སྤྱི་མཆོད་དང་གསོལ་  
 ཐབ་ཐུབ་བརྟན་གཉིས་དུ་བོད་དུ་ལྷག་ཡོད་པས་བློས་བྱེད་གནང་མཁན་ཚང་མས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་བདེ་  
 འཇགས་ཐད་སེམས་ཁུལ་ཆེན་པོ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། མིག་སྤར་ཁོང་གཉིས་གར་སོང་དང་ཤི་གསོན་  
 གསལ་ཆ་མེད་ལ། དད་ལྡན་པའི་ནང་མིག་ལམ་དུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བདེ་བླག་ངང་བློས་བྱེད་གནང་ཐུབ་པ་  
 ནི་ཁོང་གི་ཐུགས་སྤྱུལ་སྤྱུལ་རྟགས་ཡིན་ཕྱིར། རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཐུགས་སྤྱུལ་སྤྱི་ན་མ་མཆིས་པ་ཡང་  
 བསྐྱར་ཐངས་ཤིག་མཛོད་རྟོགས་བྱུང་ནའང་། དོན་དངོས་ཀྱི་རྒྱབ་ལྗོངས་ལ་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་དུས་དེ་ནི་རང་  
 གི་མགོན་པོར་སློ་སེམས་སྤྲུག་དཀར་ཞིང་མིའི་སེམས་ཀྱི་བརྟེ་བ་མཛོད་པར་བསྟོད་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་མ་ཡིན་ནམ། །

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ལོའི་ཁྱེད་ཀྱི་པར་གསུམ་གར་སྤྱོད་ཡིབ་བྱས་ནས་སྔོན་པའི་སྤྱི་མཆོད་ལགས་བོད་ཀྱི་ཉིང་  
 ཁྱི་ས་ཁུལ་དུ་འཛོན་བཟུང་བྱས་ཏེ་ས་གནས་དེའི་བཙོན་ཁང་ནང་བཀག་ཉར་བྱེད་དུས་སུ་མནར་སྦྱོད་བྱས་  
 པོ་བཏང་བར་ཟས་བཅད་ངེ་རྒྱལ་གནང་ཡོད་ལ། རྗེས་སུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་འབོད་སྐུལ་ནན་མོ་བྱས་པར་  
 བརྟེན་སྔོན་གྲོལ་བཏང་ཡོད་ནའང་འབྲི་རྒྱལ་གསུམ་ནང་བཞིན་དགོན་པས་སྤྱི་གཞུང་གི་བཀའ་རྒྱུར་མི་ཉན་  
 ཐབས་མེད་ཀྱིས་དགོན་པ་ནས་ཕྱིར་འཕུད་བྱས་པ་དང་། དེ་ནས་བཟུང་ཁོང་འཇིག་རྟེན་སྐུ་བོ་ཞིག་ཏུ་སྦྱར་

བ་ཅེད།

༡༢

ཐེངས་ཤིག་ལ་ངའི་གྲོགས་མོ་ཞིག་མི་མང་པོ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་མཇལ་པར་ཕྱིན་འདུག ཁོ་  
མོ་ནི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་སྐྱབས་བཅོལ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལ་རྒྱན་ཏུ་མཚུར་ཕུ་དགོན་པར་གནས་སྐྱོར་དུ་  
འགོ་བཞུགས་པ་དང་། ཁོ་མོས་རྒྱན་ཏུ་དེབ་དང་འབྲུ་པར་སོགས་བསྟེན་བཀྲར་དུ་འབུལ་གྱི་ཡོད་པ་ཅེད།  
ཐེངས་དེར་ཁོ་མོས་ཐེ་ཕན་ནས་པར་སྐྱོན་བྱས་པའི་བོད་རྒྱ་ཤན་སྐྱར་གྱི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་དཔེ་ཁ་  
ཤས་ཁྱེད་ཡོད་ལ། ཁོ་མོས་ཁ་བཏགས་དང་བསྟེན་བཀྲར་ཕུལ་པའི་དུས་ལ་བསྐྱེབ་སྐབས། གཟུགས་ཉ་  
ཅང་རྒྱགས་པ་ཅན་གྱི་ཐེ་ཕན་གྱི་མི་ཞིག་ས་གདན་ལ་འཕྲོག་ནས་དེ་ཅུ་མིན་ན་སར་འབྱེལ་བའི་རྒྱུ་  
གྱིས་མི་རྣམས་ལ་གད་མོ་བསྐྱངས་ཡོད་པ་དང་། འདུ་བྱིང་གི་དུས་ཡུན་སྐད་ཅིག་མའི་རིང་རྒྱལ་བ་ཀམ་  
པས་སྒྲོ་བུར་དུ་སྐྱེ་མར་བསྐྱར་ནས་ག་ལེར་ཁོ་མོར་སྐྱབས་མགོན་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐོར་གྱི་དཔེ་དེབ་  
ཡོད་དམ་ཞེས་སྐད་ཆ་བྱིས་བྱུང་། ཁོ་མོས་མིག་བྱང་ཅེར་ཞིང་སེམས་སུ་དགའ་སྟོན་དཔག་མེད་སྐྱེས། རྒྱ་  
མཚན་ནི་ཏག་ཏག་ཁོ་མོར་སྐྱབས་མགོན་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ལོ་རབས་ནང་ཕྱག་བྲིས་  
གནང་བའི་༡༩འོས་ཀྱི་པ་ཡུལ་དང་འོས་ཀྱི་མི་དམངས་། ཞེས་པའི་བོད་ཡིག་དེབ་ཅིག་ཡོད་ལ། དེ་ནི་ཁོ་  
མོའི་གྲོངས་ཟིན་པའི་ཨ་པ་ལགས་ནས་གནང་བ་ཡིན་འདུག ཁོ་མོས་སྐྱར་དུ་མགོ་བྲུག་བྲུག་གིས་ཡོད་  
ལགས་ཞེས་ཁ་ཕྲོག་ལ་ཐེངས་ཇེས་མར་ཁྱེད་ཡོང་ཞེས་བརྗོད་དུས། ཞལ་མདངས་སྟོན་བའི་ཁེངས་པའི་  
རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཁོ་མོར་གཟིགས་ཅིམ་ཡང་མི་བྱེད་པར་སྐྱར་ཡང་སྒྲ་མ་ཉིམར་སྐད་ན་འགྲིག་ཅིས་  
གསུངས་བྱུང་། ཉིན་ཤས་ཇེས་སུ་ཁོ་མོ་ཡང་བསྐྱར་མཚུར་ཕུ་དགོན་པར་ཕྱིན་ཏེ་སྒྲ་མ་ཉིམ་ལགས་  
བཅོལ་ནས་ཁོང་ལ་ཡིག་ཐུམ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐད་ཡོད་པ་ཅེད། དེའི་ནང་དེབ་དེམ་གཏོགས་ད་དུང་༡༩བོད་  
ནང་ལོ་བདུན་། ཞེས་པའི་བརྒྱན་སྒྲེར་ཞིག་བཞག་ཡོད་ལ། དེ་ནི་ཉོ་ལིས་ཨོ་ཧེ(Holaiwood)སྟོག་  
བརྒྱན་པར་སྐྱོན་ཁང་གིས་ཨོ་ལི་ཁྲི་རི་ཡའི་རི་འཛུགས་མཁན་སྐད་བྲགས་ཅན་ཉི་ལི་འོས་ཉ་འོས་ནས་ཕྱི་  
ལོ་ ༡༩༩༩ལོ་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡བར་ལྷ་སའི་ནང་བཞུགས་དུས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་སྟོག་བརྒྱན་དུ་བསྐྱར་བ་  
ཡིན་པ་ཅེད། ཉ་འོས་དེ་དུས་གོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་དབྱིན་ཇིའི་དགོ་ཆུན་གནང་ཡོད་པ་དང་། སྐབས་

དེར་གོང་ས་ཏུ་ལའི་སྒྲ་མ་མཚོག་ནི་སྒྲ་ན་པ་བའི་དུས་ཡིན་ལ།      དེ་མིང་གི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་དང་ཉ་ལམ་  
 དགུང་གངས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་འདུག  
 ཁོ་མོས་ཆེས་མཐའ་མཐུག་ཏུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མཇལ་བ་ནི་ཞོལ་གོང་གསར་དུ་ཡོད་པའི་མཚུར་ཕུ་དགོན་  
 པའི་རྒྱ་དོན་གཅོད་ཁང་། དུ་ཡིན་པ་དང་། མིང་དེ་ནི་དགེ་འདུན་པ་ཚོས་བཏགས་པ་ཞིག་རེད། མི་མང་པོ་  
 ཡོད་ཅིང་མང་ཆེ་བ་ཁམས་པའི་ཆ་ལུགས་ལྟན་པའི་སྤྱིར་བཏང་གི་གནས་མཇལ་བ་ཡིན་པ་རེད། ཁོ་མོ་  
 ཆེད་དུ་ཆེས་མཐའ་མཐུག་པ་ལས་ནམ་རྒྱུན་ཏུ་རྒྱ་གསོར་། འཛུལ་མེད་འདུག ཆེད་དུ་  
 མཇལ་བ་ཚོར་མཇལ་ཁ་གནང་སའི་ཁང་པར་བྱིན་པ་ན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བཞུགས་ཁྱི་མཐོན་པོའི་སྤྱིར་  
 བཞུགས་ནས་ཕྱག་ལ་གོས་དམར་པོའི་ནང་བཏུམ་པའི་ཤིང་དབྱུག་རིང་པོ་ཞིག་མནབས་ཡོད་ལ། དེའི་  
 ཕྱེ་མོར་གོས་སེར་པོ་སྤྲན་བུ་མང་པོའི་མདའ་དར་བཏགས་ཡོད་པ་དང་།      མཇལ་བ་རྣམས་གམ་དུ་  
 བསྐྱེབས་ནས་ལུས་པོ་མར་བསྐྱར་བ་ན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཕྱག་ག་ལེར་འགྲུལ་ཅོམ་གནང་དུས་གསེར་  
 མདོག་མཆེད་པའི་སྒྱེ་སྤྲན་མཇལ་བ་ཚོའི་མགོ་ནས་ཡུད་ཅོམ་ཕྱར་ཏེ་མཇལ་ཁ་གནང་བ་མཚོན་པ་རེད།  
 ཁོ་མོར་ཡང་དེ་ལྟར་མཇལ་ཁ་ཐོབ་འདུག་ལ། ཁོ་མོའི་སེམས་སུ་འདོད་པ་དེ་ཅོམ་ཁེངས་མེད་པ་རེད། ཁོ་  
 མོས་ར་སྒྲོར་ནང་བྱིར་འཐེན་བྱས་ནས་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་ལ་ཁོ་མོས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་སྐྱེ་པར་བསྐྱོན་པ་  
 དེ་དག་སྤྲད་དེ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་མཚན་རྟགས་བཀོད་པའི་རེ་བ་ཞུ་བསམ་པའི་སྐབས་དེར་ཁོ་མོ་སྤྲན་པོ་  
 ཡོད་པའི་མི་དེ་ཚུར་ཡོང་སྟེ།      ཁོ་མོར་བལྟས་ནས་མཇལ་ཁ་ཞུས་ཚར་བས་སེང་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་  
 བཞོད་བྱུང་།  
 ཁོ་མོས་མི་དེར་ལའང་སྤྲན་པོ་ཡོད་པ་ཤེས་ཡོད།      ཐེངས་ཤིག་ཁོ་མོ་ཁེར་རྒྱང་གིས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་  
 མཇལ་ཁ་གནང་བའི་རེ་བ་ཞུས་ཡོད་ལ། གང་ལ་ཞེ་ན། ནམ་རྒྱུན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་དགོན་པའི་ནང་  
 བརྟན་འཕྱིན་ལ་གཟིགས་པ་ཉུང་ཉུང་ཡིན་བྱིར།      ཁོང་ལྟ་སར་ཕེབས་དུས་དམིགས་བསལ་གྱིས་  
 གཟིགས་ཆོག་པས་ན་ཁོ་མོས་ཆེད་དུ་བརྟན་སྡེར་VCDལ་ཤས་ཁྱེར་ཡོང་ཡོད་ལ་དེ་དག་ནི་ཁྱི་ཁན་  
 ལུང་གིས་འཁྲབ་པའི་དྲག་རྩལ་དང་ལྷ་ཁྱེན་katon བཅས་ཀྱི་སྒྲོར་ཡིན་ཞིང་། དེའི་སྒྲོན་ལ་ཁོ་མོས་  
 ཡང་དེ་དག་ནང་སྤྱེས་སྤྱོད་ཆོས་གཟིགས་མི་འོས་པའི་སྒྲོར་ཡོད་མེད་ལ་དོགས་ནས་ཞིབ་དུ་བཏགས་དཔྱད་

བྱས་ཟིན་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་མི་དེས་ཁོ་མོ་བཀག་ནས་བརྒྱན་སྒྲེར་ག་ཅེས་སྐོར་ཡིན་མིན་དང་དུང་  
 འཆལ་སྒྲེད་སྐོར་ཡོད་མི་ཡོང་ངམ་ཞེས་སྐད་ཆ་འདྲི་དུས། ཁོ་མོ་ངོ་མ་ཁོང་ཁོ་ཆོད་མེད་སྐྱེས་འདུག་ལ།  
 ཁོ་མོས་བརྗོད་དོན་ངས་དེ་འདྲའི་བྱ་བ་ཐ་ཤལ་བྱེད་སྲིད་དམ། ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ང་རང་ནི་ནང་པའི་  
 དད་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ངའི་རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲུ་མར་དེ་ལྟར་བྱེད་སྲིད་དམ། ཁྱེད་ངོ་མས་མི་ཐ་ཤལ་བ་  
 ཞིག་ཅེད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས་ཁོ་རང་ཡང་ཁོང་ཁོ་ཆོད་པོ་ལངས་བཞིན་ཡོད་ནའང་བརྗོད་ས་མེད་པར་ལྷག་  
 འདུག ཐེངས་འདིར་ཁོང་ལ་ཤ་འཁོན་ལེན་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཅེག་ཕྱིར། ཐེངས་ཁ་ཤས་ལ་ད་ཁྱེད་རང་  
 སོང་ན་འགྲིག་གི་ཅེད་དོན་དག་མེད་ན་འདིར་མ་འདུག་རོགས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱིན་འདུག ཁོ་མོས་ཁོར་མིག་  
 ལོག་གིས་ལྟ་ཞོར་ཁྱོད་རང་ཉིན་རྟག་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཉ་ལས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས། ཁོ་ལམ་  
 སེང་རར་ཤུགས་ཀྱིས་རྩུར་ཡོང་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཅི་ལ་བ་སོང་ཞེས་ཁོའི་བཟོ་ལྟར་ལྟ་དུས་ཉ་ལམ་དུག་ཤུགས་  
 བཀོལ་མི་ཡོང་ངམ་སྒྲུ་མ་པའི་སྐབས་དེར། ཁོ་མོས་མི་ཞིག་གིས་ཁོ་མོ་འབོད་བཞིན་པ་ཐོས་བྱུང་བས་  
 མགོ་ཡར་དབྱེས་ནས་ལྟ་དུས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཅེད་འདུག ཁོང་ཐོག་ཁང་དུ་བཞེངས་ཏེ་ཁོ་མོར་སྐད་  
 གདངས་མཐོན་པོས་ད་གིན་གྱི་པར་དེ་སང་ཉིན་ད་དུང་མང་ཙམ་བཀྲས་ནས་ཁྱེད་ཡོང་རོགས་ཞེས་  
 གསུངས་བྱུང་། ཁོ་མོས་དག་འཐག་ཆོད་ཀྱིས་བསྐྱད་མ་བསྐྱད་ཐོག་བྱས་ནས་ལན་འདེབས་བྱས་འདུག  
 དེ་ནས་ཁོ་མོས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་མཆོན་རྟགས་བཀོད་པའི་སྐྱུ་པར་དེ་དག་ཁྱེད་ནས་ཡིད་ཆོམས་པའི་ངང་  
 སོང་ཡོད་པ་ཅེད།

ཉིན་གཉིས་པར་མི་དེའི་མིག་གི་མཐོང་ས་ནས་ཁོ་མོས་རྩོན་བདུན་ཅན་གྱི་སྐྱུ་པར་ལྔ་བཅུ་བསྐྱར་པར་  
 བཀྲས་པ་དེ་དང་ཐད་ཀར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་སྤྲད་ཡོད་ལ། སྐྱུ་པར་ཐོག་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མཆོག་མཆུར་ཕུ་  
 དགོན་པའི་སྐོར་ལམ་དུ་ཐེབས་ཀྱིན་བོད་ཀྱི་ཉི་འོད་ཁོང་གི་མཛེས་སྤྱད་གི་ཞལ་ལ་འཕྲོས་ཏེ་གཟི་བྱིན་  
 ཁྱད་འཕགས་ཀྱི་བཀྲག་ཉམས་རྒྱས་འདུག རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཉ་ཅང་ཐུགས་དབྱེས་པའི་ངང་དེམ་ཐག་  
 མཐའ་འཁོར་གྱི་མི་རྣམས་ལ་ཁ་ཤས་གནང་ཡོད་པ་ཅེད། འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་ལས་ཁྱུངས་ནས་  
 བོད་ལ་རོགས་སྐྱོར་དུ་ཡོང་པའི་འགན་འཛིན་ཁྱེན་ཡང་དེའི་གས་སུ་ཡོད་ལ། ཁོ་མོའི་པར་ལེན་ལག་  
 རྩལ་ལ་བསྐྱགས་བརྗོད་ཆེན་པོ་བྱས་འདུག ཁོ་མོས་སེམས་སུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཐུགས་དབྱེས་པ་ཡིན་ན་

ཅིཞིག་ལས་ཀྱང་འགྲིག་སོང་བས་མ་འདུག ཡིན་ནའང་ཁོ་མོས་ཤེས་ཐབས་བྲལ་བ་ནི་ཟླ་གཅིག་གི་  
ཨེས་སུ་གྲང་ངར་གྱིས་གཅོས་པའི་མཚན་མོ་ཞིག་ལ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་སྟོ་བྱུང་དུ་ལྷ་ས་དང་ཞལ་གྲེས་  
སོང་། བོད་དང་ཞལ་གྲེས་གནང་ནས་དབུ་འཛིན་འབྲི་ཚུལ་གས་ཡིད་སྟོན་བྱེད་སའི་གནས་དེར་ཐེབས་  
སོང་། རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཁོང་གི་སྐྱུ་པར་མི་རྣམས་ལ་གནང་བའི་སྐབས་དེདུས་ནས་ཞལ་གྲེས་ཞུ་བའི་  
ཐུགས་དགོངས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ།

༡༣

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ལོའི་ཟླ་དང་པོའི་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་ཉིན་གུང་། སྐུལ་སྐྱུ་ག་གེ་མོ་ནས་སྟོ་བྱུང་དུ་ཡོན་ནན་དུ་  
ཞལ་པར་བཏང་སྟེ་ངའི་གོགས་མོ་བྱུང་དུ་མཚུར་ཕུ་དགོན་པར་ཕྱིན་ནས། ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད་ཀྱིས་  
རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མཇལ་ཐབས་བྱས་ཏེ་ཁོང་གི་ཆབ་དུ་གྲུབ་མཐའི་ནང་ཁྲལ་གྱི་དོན་དག་ཅིག་གི་རྒྱུན་  
གྱིས་ཁོང་མཚུར་ཕུ་དགོན་པར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མཇལ་བར་ཐེབས་དགོས་མིན་ཐད་བཀའ་འདྲི་ཞུ་དགོས་  
ཚུལ་གསུང་པ་དང་། ཡང་ཁོང་ནས་གནས་ཚུལ་ཉ་ཅང་ཇི་ཉེ་ག་ཡིན་པས། ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་ཁོ་མོ་  
འགོ་དགོས་ཚུལ་ནན་ཏན་གྱིས་གསུངས་གནང་འདུག  
ཁོ་མོས་དཀའ་ལས་མང་པོ་བརྒྱད་གོགས་པོ་ཞིག་གི་སྐྱེད་ས་འཁོར་གཡུང་ནས་ཉིན་གཉིས་པའི་ཞོགས་  
པར་གྲང་ངར་ཁོད་མཚུར་ཕུ་དགོན་པར་ཕྱིན་ཡོད་དུས། སྟོན་མ་ནས་ངོ་ཤེས་པའི་སྐྱེ་མ་ཆོས་ཁོ་མོར་བརྗོད་  
པའི་གནས་སྟངས་གཅིག་མཚུངས་མ་ཡིན་པར། གཅིག་གིས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་མཚམས་ལ་བཞུགས་  
ཡོད་ཚུལ་ཉིན་བདུན་གྱི་ཨེས་ནས་མཚམས་གོལ་ཚུལ་གསུངས་བྱུང་། ཡང་གཅིག་ཤོས་ནས་ཟླ་གཅིག་  
འགོར་ཚུལ་གསུངས་ཀྱིན་འདུག དེདུང་གཞན་ཞིག་ནས་མར་བསྐྱུར་ནས་ཅི་ཡང་མི་སྐྱུ་བར་འདུག  
ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་མདུན་གྱི་ར་སྟོར་ནང་སྐྱེད་ས་འཁོར་མང་པོ་བཞག་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེདུང་རྣམ་  
འབྱུང་འཚུབ་ཆ་ལངས་པའི་ལས་བྱེད་པ་དང་སྤྱི་བདེ་ཉེན་རྟོག་པས་ཁེངས་འདུག དེདུག་ཁོད་ཁོ་མོས་ངོ་  
ཤེས་པ་ཞིག་འདུག ཁོ་ནི་འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་གྲུར་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་རྒྱ་ཡིག་དག་  
གན་དུ་མངགས་པ་དེ་རེད། ཁོས་ཐག་རིང་ནས་ཁོ་མོར་གོ་བཅུ་བཏང་སྟེ་ཁོ་མོ་ཅིའི་ཕྱིར་ཡོང་པ་དྲིས་བྱུང་།  
ཁོ་མོས་གནས་མཇལ་དུ་ཡོང་པ་ཡིན་ཞེས་ཕྱིར་ཁོར་ཅིའི་ཕྱིར་ཡོང་པ་འདྲི་དུས། ཁོས་ཆོགས་འདུ་



འཚོགས་ཏུ་ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་ལན་འདེབས་བྱས་འདུག  
 དགོང་མོ་དེར་སྐུལ་སྐུག་གི་མོས་ཁོ་མོར་ཞལ་པར་ཐུལ་ཡོང་ནས་ཡང་ནས་བསྐྱར་དུ་སྐད་ཆ་བྲིས་པ་དང་  
 གལ་ཆེར་པ་རོལ་ནས་ཟིན་གྱིས་འདེབས་ཀྱིན་ལོས་ཡོད་བསམ་པའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་འདུག སྐུལ་སྐུ་  
 དེས་དཔུང་ཁོ་མོའི་ཚོར་བ་ལྟར་ན་གནས་ཚུལ་ཅི་ཞིག་བྱུང་པ་འདྲ་ཞེས་འདྲི་དུས། ཁོ་མོས་བསམ་སྒྲོ་མ་  
 བཏང་པར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བློས་བྱོལ་དུ་ཐེབས་པ་མིན་ནམ་ཞེས་བརྗོད་དུས། ཁོང་གིས་འཚུབ་ཀྱིས་ཁོ་  
 མོར་ཇི་ལྟར་ཤེས་སོང་ཅེས་བྲིས་འདུག ཁོ་མོས་ཚོད་དཔག་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་ལན་བརྒྱབ་པས། འོ་ན་  
 ཁྱེད་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་ཤེས་སོང་ཞེས་འདྲི་དུས། ཁོང་གིས་མི་ལམ་མིས་བྱུང་བེད། ཡིན་ནའང་ཁོ་མོས་ཡིད་  
 ཆེས་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག ཞལ་པར་ནང་དུ་ཁོང་གིས་དཔུང་ཡིད་སེམས་སྒྲོ་བའི་ངང་ཆོག་གཉིས་གསུངས་  
 བྱུང་ལ་ཁོ་མོས་ཡ་མཚར་ཅན་དུ་བསམ་འདུག ཁོང་གི་གསུངས་ཚུལ་ལྟར་ན། རྒྱལ་བ་ཀམ་པས་ཅི་ཞིག་  
 ལ་བཟོད་སྒྲོམ་ཅུང་ཅམ་མི་བྱེད་དམ། ཁོང་རྒྱལ་བ་ཀམ་པར་གོ་སྐྱར་མཁན་གྱི་མཆན། ། ཅན་ཀམ་  
 བཀའ་བརྒྱད་པའི་བྱ་བ་ཞག་ཐད་ཐུགས་བསམ་མང་དུ་གཏོང་དགོས་པ་རེད། ཀམ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་ཉི་  
 མ་དག་གི་ཡར་ལ་འཕགས་བཞུགས་པའི་དུས་སུ་གནམ་ནས་སྤྲིན་ནག་འཁྲུགས་པ་རེད། དཔུང་མུ་མཐུང་  
 དུ་གསུང་དོན་མིན་གཞུང་གིས་སྤྲིན་མ་ནས་བཀའ་བརྒྱད་པར་གཅིགས་ཆེན་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད། མིག་ནང་  
 དགོ་ལུགས་པ་མ་གཏོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ལྟར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཐེབས་  
 ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད། ད་ནས་གནས་ཚུལ་འདི་མགོ་གསུམ་ལྟར་མར་ལ་ཉམས་འགོ་དེས་རེད་ཅེས་གསུངས་  
 བྱུང་། ཅི་ཞིག་གི་རྒྱུན་ཡིན་མིན་མི་ཤེས་ཡང་ཁོ་མོས་གནས་ཚུལ་འདིའི་ཐད་སྐུལ་སྐུག་གི་མོ་དེའི་  
 ཐུགས་བསམ་གཏོང་སྐྱེད་མང་ཆེ་བ་རང་ཉིད་ཡིན་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྐྱེད་འདུག ཁོང་དངོས་གནས་ཡིན་  
 ན་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བློས་བྱོལ་ལ་ཐེབས་པར་དགའ་འོས་པ་ཞིག་རེད།

༡༥

སེམས་ལ་བླན་པ་ཞིག་ལ་ཉིན་དེར་ང་རང་རྒྱུད་དུས་གཉིས་སྒྲིང་བྱེད་མཁན་ཏེ། བར་སྐྱོར་ལམ་ན་གནས་  
 སྤྱོད་བྱས་ཡོད་པའི་ཕྱི་ཤེས་ལགས་རེད་ཆོད་དུ་ཡོང་ནས། རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་ཡབ་ཡུམ་གྱི་བྱིས་ལ་ལྟ་  
 རྟོག་ནན་མོ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ལ། ཉན་རྟོག་མི་སྣ་བཅུ་གངས་ཤིག་གིས་ཉིན་མཚན་མེད་པར་ལྟ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་



ཡོད་པ་མ་ཟད། ཁྱིམ་ན་ནང་ལས་བྱེད་མཁན་བཅུ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་འང་བསྐྱོར་བ་དང་སྡོམ་ཆེན་སོགས་  
 ཉེ་དུ་འགོ་དུས་སུ་ཡང་མིས་རྗེས་འདེད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཚུལ་གསུང་བྱུང་། ཡང་གཅིག་བརྗོད་ན་ད་ལྟ་བར་སྐྱོར་  
 ལམ་ཁར་མི་ཚང་མས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བློས་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་པའི་སྐོར་ལ་སྐྱོད་སྐྱོད་བྱེད་ཐོད་ཀྱི་མེད་ལ། རྒྱ་  
 མཚན་ནི་གང་ས་གང་ན་སྤྱི་བདེ་མི་སྣ་དང་དམག་ལུ་བྱོན་མེད་པའི་ཐུལ་ཞིབ་པ། རྒྱ་ཅོག་གི་གསང་བ་  
 བརྗོད་མཁན་ལ་ཟེར། རྩོམ་པ་པོའི་མཆན་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཚོང་ཁང་ནང་བཅོང་བཞིན་པའི་  
 རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་སྐུ་པར་དག་སྤར་ནས་ཚང་མས་འཕྲོག་ཚོད་བྱས་ནས་ཉོས་ཏེ་གཅིག་ཀྱང་ལྷག་མེད་པ་  
 རེད།

ད་དུང་བརྗོད་ན་རྒྱལ་མ་ཀམ་པའི་སྐུ་གཅེན་བཅུ་མ་དེ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་དང་ལྷན་དུ་ཐེབས་མེད་པར། དུས་  
 སྡོམ་ལ་བྱིན་པ་ཡིན་པས་སྐབས་དེར་སྐུ་གཅེན་རྟ་རམ་ས་ལ་ནས་གནས་མཇུག་ནང་པའི་སྐབས་དང་  
 འཁེལ་ཡོད་ཕྱིར་ཐོལ་བྱུང་གིས་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བྱི་ལ་ཐེབས་པའི་གནས་ཚུལ་ཐོས་ནས་ཡབ་ཡུམ་  
 གཉིས་ལ་ཞུ་པར་ཐུལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཁྱིམ་དུ་བཞུགས་དུས་ཀྱི་གཅེས་མིང་ལ་  
 ཟེར། རྩོམ་པ་པོའི་མཆན་བདེ་སྐྱབས་ངང་སྤྱོད་པས་སོང་ཞེས་གསུངས་འདུག ང་རང་གིས་གནས་འཕྲིན་བྲ་  
 བ་ལས་པར་བལྟས་བྱས་པའི་དགུང་ལོ་བཞེས་པའི་སྐབས་མགོན་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་བྱམས་བཙེ་ལྡན་  
 པའི་ལམ་ནས་སྐུ་ན་གཞོན་པའི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་ཕྱག་ན་དམ་པོར་འཇུག་ནས་སྐུ་པར་བསྐྱོན་ཡོད་པ་དེ་  
 ལོ་ན་བདུན་ཅུར་སོན་པའི་ཕྱི་ལོ་ཤེས་ལགས་ནས་མཐོང་མ་ཐག་ལམ་སང་མིག་རྒྱ་བཞུར་གྱིན་འདུག  
 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ལོ་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠༩ལོའི་བར་ལྟ་ས་ནས།

# ཉིམ་ཆེ་རིང་གི་མིག་ཀྱི།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ལོའི་དབྱར་གཞུང་ཞིག་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མདུན་ཐང་དུ་ནམ་རྒྱུན་དང་འདྲ་བར་གནས་མཆེན་བ་དང་ལྷོངས་རྒྱ་ལྟ་སྒོར་བས་ཁེངས་བསྐྱེད་ཡོད་ལ། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་དུས་རྒྱུན་ལྟ་སྒོར་མདུན་དུ་འཛིན་བྱང་འཆོང་ཞོར་དུ་དབྱིན་སྐད་དང་རྒྱ་སྐད་ནང་རྒྱུ་ཐག་རིང་པོ་ནས་བསྐྱེད་པའི་འགྲུལ་བ་ཆོར་སྐད་རྒྱུར་གྱི་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་བཞིན་འདུག། འདི་ནི་ཁོང་གི་ཕྱག་ལས་ཡིན་པས་དགེ་འདུན་པ་གཞན་དག་དང་མི་འདྲ་བར་ཁོང་ལ་ནམ་རྒྱུན་ཆོག་པར་དང་བརྟན་འཕྲིན་ནང་སྡོད་ཤིང་དགེ་འདུན་པ་ཞེས་འབོད་གྱིན་ཡོད་ལ། དོན་དངོས་སུ་ཁོང་ནི་སྡོད་ཤིང་གཅིག་ཕུ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་མཆོན་གནས་མང་པོ་ཞིག་འཁྱུར་བཞིན་པའི་ཁོད་དུ་ལྟ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མི་དམངས་འཁྱུས་མི་ཆོག་ཆེན་གྱི་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་མཆོན་གནས་དེ་ཆེས་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་སྟབས། ང་ཆོས་ནམ་རྒྱུན་བོད་རང་སྐྱོང་ལྷོངས་དང་ལྟ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་བརྟན་འཕྲིན་གསར་འགྱུར་ནང་བཞིན་ཉམས་ལུན་པ་དང་འཇུག་གིས་ཁེངས་པའི་གཞུང་འབྲེལ་དཔོན་རིགས་མང་པོའི་ནང་དུ་ན་བཟུང་དུར་སྐྱུག་མན་བས་པའི་ན་གཞོན་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་མཐོང་བྱས་ལ། ཁོང་ནི་རྟག་ཏུ་བག་ཐེབས་དང་བསམ་ཤིང་། རང་ཆོད་ཟེན་པའི་རང་གནས་ཡོད།

ཉིན་ཞིག་སློབ་ཕྱིར་དུ་མི་ཞིག་ཁོང་གི་སར་བསྐྱེད་ནས་ཕྱི་བསྐྱོད་ལག་ཁྱེར་བཟོ་བའི་ཆེད་དུ་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཆོན་ལ་འདྲ་བར་གཉིས་འབྲོད་དགོས་པའི་བདེ་སྦྱོར་བཏང་བྱུང་། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་དེ་ཤིས་རྟོགས་བྱུང་བ་ལྟར་ན། ཉིན་ཤས་རྗེས་སུ་ཁོང་དང་ཐོག་པེ་ཅིན་ལ་བསྐྱོད་རྒྱུ་དང་། དེ་ནས་སྤིང་གཞུང་གི་སྡེ་ཆོན་ཁ་ཤས་ཀྱི་དཔོན་རིགས་འགའ་དང་ལྟ་ས་དུ་བྱགས་འཕྲད་བརྒྱུད་ནོར་ཤེ་ལ་ཐེབས་ནས་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱལ་སྤྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཆོག་ཆེན་འདུ་ཞིག་ལ་ཞུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག། རོར་ཤ། དེ་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ལོར་གོང་ས་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་མཆོག་ལ་རོར་ཤེལ་ཞི་བདེའི་གཟུངས་

དྲགས་ཐོབ་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་མ་ཡིན་ནམ། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་དབང་མེད་དུ་སྒྲིབ་ས་བརྟམ་པ་དང་ལྷན་  
དུ་མི་བདེ་བའི་ཆོར་བ་ཞིག་ཀྱང་བསྐྱབས། གོང་རིམ་ལ་འདྲ་པར་སྒྲོད་སྐབས་མི་ཞིག་ནས་ཁོང་ལ་  
གདམས་ངག་དང་གོ་སྐྱོན་སྒྲོབ་གསོ་ཡང་ཡང་བཏང་བ་དང་། ཉིམ་ཆེ་རིང་གི་ངང་ཚུལ་རྒྱན་ལྡན་མིན་པ་  
མཐོང་ནས་བརྗོད་དོན། སེམས་ཁུལ་གནང་དགོས་ཀྱི་མ་རེད། བྱིད་དང་མཉམ་དུ་ཐེབས་མཁན་ཆང་མ་  
མཆོན་གནས་ཡོད་པ་ཏག་ཏག་རེད། ང་ཆོའི་ལྷ་སའི་དཔོན་རིགས་ནང་བཞིན་གང་ཡང་ཤེས་ཏྲགས་མེད་  
པ་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་མ་རེད་ཅེས་བཤད།

དེ་ནས་ཅང་མ་འགོར་པར་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་གཅིག་ཕུ་གནམ་གྱུར་བསྐྱད་ནས་རྒྱལ་ས་པེ་ཅིན་དུ་བསྐྱོད་  
ཡོད་པ་དང་། བྱོགས་གཉིས་ཀ་ན་སྐྱེལ་བསུ་བྱེད་མཁན་བཀོད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད་པས། མི་སྤྱ་ཞིག་དང་  
ཐུགས་འཕྲད་ཀྱིས་སྐད་ཆ་ག་རེ་བཤད་པ་ད་ལྟ་ཁོང་གི་བྲན་ཤེས་སུ་མག་མོག་ཏུ་གྱུར་འདུག ཉིན་  
གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སུ། ཁོང་དང་

མི་སྤྱ་བཅུ་གངས་ཤིག་ནོར་ཕེ་ལ་གནམ་གྱུར་བསྐྱད་ནས་འབྲུལ་བསྐྱོད་བྱས་ན་འང་། འབྲུལ་བཞུད་ལམ་  
ཁའི་ཡོད་ཆོད་སྐར་བཞིན་བྲན་ཤེས་ནང་མག་མོག་གི་གནས་སུ་ལྷུང་། འདིན་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཐངས་  
དང་པོར་ཕྱིར་རྒྱལ་ཁབ་ལ་བསྐྱོད་པ་ཡིན་པས། མཐོང་ཐོས་ཚུངས་གསུམ་རེ་རེ་བཞིན་གསལ་ལེར་སེམས་  
རོར་འཇགས་འོས་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་། འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཞེས་པའི་ཆོག་འབྱུང་དེ་དང་བསྐྱར་ན་  
ཆང་མ་བྲན་ཤེས་སུ་གལ་ཆེར་བརྗེས་མི་འདུག་ཁོང་གི་སེམས་པ་ལྷིད་ཏིག་ཏིག་གིས་གནས་སུ་དེད་པ་  
ཆོགས་འདུ་དེ་ལས་གང་ཞིག་ཡོད། ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཁོང་ནི་མི་སྤྱ་བཅུ་གངས་ཡོད་པ་དེ་དག་  
ལས་གྲུབ་པའི་འཐུས་ཆོབ་ཆོགས་པ་འདིའི་ཁྲོད་དུ་བོད་དུ་ཐེབས་པའི་བོད་པ་ཉག་ཅིག་དེ་ཡིན་པར་མ་  
ཟད། ན་བཟའ་མནའས་པའི་དགེ་འདུན་པ་ཁོ་ན་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་རེད། འོན་ཀྱང་། མི་སྤྱ་བཅུ་གངས་ལས་  
གྲུབ་པའི་འཐུས་ཆོགས་མི་གཞན་དག་ཁོང་དང་བསྐྱར་བ་ན་ལོ་ན་བགེས་པོའི་དཔོན་རིགས་ཤིག་སྟག་  
ཡིན་པའི་ཁར། དེས་གནས་ལྷ་སའི་དཔོན་རིགས་ཆོ་དང་བསྐྱར་ཐབས་མེད་ལ། རེ་རེར་རིག་གནས་  
ཡོན་ཆོད་ལྡན་པར་མ་ཟད། སྤྱི་བ་ཉུང་ལ་གང་བྱུང་སྟུག་དཔོན་ཀྱང་གཏོང་གི་མི་འདུག ཉིམ་ཆེ་རིང་  
ལགས་ཀྱི་བྲན་པོས་སུ་ད་ལྟ་དུངས་གསལ་བོར་བཅངས་བཞིན་པ་ཞིག་ནི་མི་རིགས་ཆོས་ལུགས་དོད་མ་

ལས་ཁུངས་སུ་གོ་གནས་གཤམ་ཆེན་ཡོད་པའི་དཔོན་རིགས་ཤིག་ནས་ཁོང་གི་སེམས་པ་ཉ་ཅད་སྐྱོ་བོའི་  
 གནས་སུ་ལྷུང་སྟེ་མིག་ཚུ་འཐོར་ལ་ཁད་གི་དུས་སུ། ག་ལེར་“ཁྱེད་རང་སྐྱུ་ཁམས་མི་བདེ་བ་རེད་  
 དམ”ཞེས་འདྲི་བ་ཙམ་ལས་ཚིག་གཞན་པ་གང་ཡང་དྲིས་མ་སོང་། ཡིན་ནའང་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་  
 ཇི་ལྟར་བསྟན་ཀྱང་བསྟན་མ་ཉུས་པར་མཚུགས་མཐར་མིག་ཚུ་ཉིམ་ཉིམ་དུ་ཤོར་སོང་། མི་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་  
 ཁོང་ལ་དེའི་སྐོར་གྱི་ཚིག་ཟུར་ཙམ་ཡང་དྲིས་མ་སོང་བས། དེའི་མི་ལ་བརྩི་འཛིན་མོས་བསྟན་གྱི་གནས་  
 ཚུལ་ཞིག་ལ་བརྩིས་ཏེ་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་དེར་བྱགས་ཇི་ཆེ་ཞུ་བཞིན་འདུག  
 དེང་སང་ཚོགས་འདུ་དེའི་སྐོར་ལ་བསྐྱེད་བྱེད་སྐབས། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་ཚོགས་འདུའི་བརྒྱུད་རིམ་  
 ནང་མི་སྒྲིལ་ནང་དོན། དེ་བཞིན་ཚོགས་འདུའི་རྒྱུ་ལྡོངས་དང་ཁོར་ཡུག་ཚོགས་འདུའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་རོ་རྒྱལ་  
 འདུ་འཛུམས། བསྐྱོ་སྐྱེད་སོགས་ཀྱི་ཐད་མང་པོ་ཞིག་སྐྱེད་མོལ་བྱེད་གྱི་མི་འདུག་ལ། དོན་དངོས་ཐོག་  
 སྐབས་དེའི་གནས་ཚུལ་ཁག་གཉིས་ཀྱང་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་གང་བྱུང་ཡར་མར་ཁ་བརྒྱུད་དུས་  
 སུ་ཐོལ་བྱུང་གིས་སྐྱེད་བ་ཞིག་ཡིན་པས། སྐྱོ་བུར་དུ་ཁོང་གིས་སེམས་ལ་ཉར་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་དག་  
 ཁོག་པའི་ནང་སྒྲས་ཐབས་བལ་ནས་ཡར་མར་གྱི་ཁ་བརྒྱུད་དག་མཆམས་བཞག་སྟེ། དེ་སྔོན་ཁོང་  
 ལ་འཕྲད་པའི་མི་འདོད་པའི་ཁྱེད་ཆོར་དེ་དབང་མེད་དུ་ངག་ནས་ཤོར་བ་ཞིག་རེད།  
 ཉིན་དང་པོར་སྔ་དྲུའི་ཚོགས་འདུ་མཚུགས་ཇོགས་ཏེ་ཕྱིར་རྒྱ་ནག་གཞུང་ཆབ་ཁང་ལ་ཉིན་གུང་གི་གསལ་ཇ་  
 ཐེབས་སྐབས། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས་ཁོང་ལ་དོགས་མི་བདེ་བའི་འདྲི་གཞི་རེ་དྲིས་ཞེ་ཡོང་བས་མ་  
 པའི་སེམས་ཁུར་དེ་དག་རིམ་བཞིན་ཡལ་བར་གྱུར་དེ། ལམ་ཁ་ནས་སྐུ་ཁུ་ཁུ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡོ་རོབ་བྱང་  
 མའི་ཨར་ལས་ཁུར་ཆོས་འབྱུར་དུ་ཐོན་པའི་ཁང་བཅུགས་དང་སྤང་ལམ་གྱི་ཡུལ་ལྡོངས་རེ་རེར་གཞིགས་  
 མོར་རོལ་གྱིན་ཁོང་གི་འགྲམ་དུ་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱི་སྤྱི་བ་ཁ་ཤས་དང་སྟོད་ཡངས་ངང་ཁ་བརྒྱུས།  
 ནམ་རྒྱུན་ཁོང་གིས་ལྷ་སའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕྱི་སྤྱི་བའི་འགྲམ་བ་རྣམས་ཁྲིད་ནས་སྐད་སྒྱུར་བྱེད་པ་  
 དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས་མོད། སྐྱོ་བུར་དུ་སྤངས་འཁོར་འགྲོ་མཆམས་བཞག་ནས་སྐྱོ་བྱས་མ་ཐག་མི་དེ་  
 འདྲའི་མང་བོ་ཞིག་དང་སྐད་སྒྱུ་དེ་འདྲའི་གཟེར་པོ་མང་པོས་ཁོང་ལ་བསམ་དབང་བཤོལ་དབང་མ་བྱུང་  
 བར་གཙུག་ཡོང་དུས། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ལྷིད་ཏིག་ཏིག་གི་དངོས་པོ་ཞིག་གིས་ཁོང་གི་མགོ་བོར་

བསྐྱུན་ནས་བྱམ་མེད་དུ་བཏང་བ་ལྟར་འགྲུལ་སྐྱོད་མི་སྤྱོད་པའི་ཚེར་བ་ཞིག་བསྐྱེབས་སོང་།  
 རྒྱ་མི་..... ། རྒྱ་མིའི་སློམ་.....། བྱུང་ཁུན་ཚོགས་པའི་སློམ་.....།  
 གཞུང་ཚབ་ཁང་གི་མདུན་དུ་གཤིང་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་པའི་ཁེངས་པའི་མི་གྲངས་བཅུ་ལྷག་ཁ་ཤས་གཤམ་  
 ཡོང་བའི་གཤིང་བག་རེ་རེ་ནི་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལ་ཉ་ཅང་ཆ་རྒྱས་ཡོད་པའི་དོག་དོང་རེ་རེ་ཡིན་ལ། ཁོང་ལ་  
 གོམས་བྱང་ཡོད་པའི་སྐད་ཆ་རེ་རེ་བརྗོད་ཀྱིན་འདུག དེ་དག་ནི་ཉིམ་ཆེ་རིང་དང་ཉ་ལམ་ལོ་ན་འདྲ་མཉམ་  
 གྱི་ཤ་རུས་གདུང་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ན་གཞོན་པོ་མོ་ཤ་རྟག་རེད། མི་འདྲ་ས་ཉག་གཅིག་ནི་ཁོང་ཚོ་ནི་ཕྱི་  
 ལོག་ན་ཡོད་པའི་བཙན་བྱོལ་བོད་མི་ཡིན་ལ། ཁོང་ནི་བོད་ནང་བཅིངས་འགོལ་ཞེས་པ་ཐོབ་པའི་བོད་མི་  
 ཞིག་རེད། ཏག་ཏག་སྐབས་འདིར་ཡགོང་ས་ཏུ་ལའི་སློམ་མ་མཚོག་གིས་ནོར་ཆེལ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་  
 ཏགས་བཞེས་སའི་གྲོང་ཁྱེར་འདིའི་ནང་བཅའ་སྡོད་རྒྱ་ནག་གཞུང་ཚབ་ཁང་གི་མདུན་དུ་ཁོང་ཚོ་དང་ཁོང་  
 ནི་འཐུས་ཚབ་ཐ་དད་དུ་བྱུང་པའི་དཔུང་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་མི་སྣ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།  
 ཁོང་ཚོས་ལག་ཏུ་འཕྲེད་དར་མཐོན་པོར་བཏེགས་པའི་སྟེང་བོད་ཡིག་དང་དབྱིན་ཡིག་རྒྱ་ཡིག་བཅས་ཀྱི་  
 ནང་དུ་“རྒྱ་མི། ང་ཚོའི་ཕ་ཡུལ་ཕྱིར་ང་ཚོར་སྤྱོད་དགོས་”སོགས་བྲིས་འདུག  
 སྐད་སྒྲུབ་འཁོར་ནང་གི་མི་ཚོ་སྐད་མེད་ཀྱིས་པར་གཤམ་ནས་བྱུང་སོང་། ཡིན་ནའང་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ལ་  
 མཚོན་ན་དེ་ནི་ཉ་ཅང་གི་དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་ཨང་། རྗེས་སུ་ཁོང་གིས་རི་ལྷོང་ལམ་ཐག་དེ་  
 བཀལ་བ་ད་ལྟ་འདྲ་བྲན་ཤེས་སུ་རབ་རིབ་ཏུ་བྱུང་ཡང་། དེ་ནི་ཁོང་གི་མི་ལོ་སུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་ཀྱི་ཤུལ་  
 ལམ་ཁྱོད་ཆེས་རིང་ཤོས་དང་ཆེས་དཀའ་ཚོགས་ཀྱི་བགོད་ལམ་ཞིག་ཡིན་པ་མངོན་གསལ་རང་རེད།  
 ཁོང་གི་ན་བཟའ་མེ་ལྷེའི་སྤྱར་བ་བཞིན་ཁོང་གི་གདངས་ཅན་བོད་མི་ཞིག་གི་སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་ལ་བོར་ཆ་དོད་  
 རྒྱས། བོད་མིའི་སེམས་པ་མར་མའི་མཚན་ཀླད་ནང་སྤྱར་བའི་མེ་ལྷེ་ལེབ་མོ་བཞིན། མཐོང་རྒྱུད་གི་ཟུར་  
 མིག་རེ་རེ་མར་མའི་ཟེགས་མ་རེ་རེ་བཞིན་ཁོང་གི་སྤྱིང་ཁོང་དུ་བྱུག ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱི་མགོ་བོ་ཐུར་དུ་  
 དཔུངས་ཤིང་སྐལ་བ་སྐྱར་སྐྱར་དང་གོམ་པ་འབྱར་འབྱར་གྱིས་སེམས་པའི་ནང་བཟོད་ཐབས་བྲལ་བའི་མ་  
 ཁས་ཁེངས།  
 སྐབས་མཚམས་འདིར་བསྐྱེབས་དུས། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱི་སྐད་གདངས་ནོན་པོས་ངས་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་



ཡིན། ངས་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། ངས་ན་བཟའ་མཉམས་ཡོད་པས་ཞེས་ཉི་འོད་ཁྲོད་གཟི་མཛད་ས་འཆར་  
བའི་ན་བཟའ་ལ་ཕུར་ཕུར་བྱེད་ཞོར་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་ཆིག་ལབ་རྒྱག་བཞིན་སྐད་གདངས་ལྟ་བུ་  
ལྷང་།

དུས་དེན་ས་བཟུང་ཉིན་བཞི་ཉིད་ཐོར་ང་རང་སེམས་པ་སྐྱིད་པོ་ཡེ་ནས་མ་བྱུང་ལ། ངས་ཅི་ཞིག་ལ་རྟོ་ལེབ་  
ཆ་བོའི་སྟངས་གི་གོགས་མ་ལྟར་སྟོད་མི་རྒྱགས་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་འབྱུང་དེའི་གོ་དོན་རྟོགས་སོང་ཞེས་ཉི་  
ཆེ་རིང་ལགས་ནས་ཕྱིར་དྲན་གྱིས་གསུངས་སོང་།

གལ་སྲིད་དོན་དངོས་ཐོག་གོགས་མ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཡག་པ་ལ། གོགས་མ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྟོ་  
ལེབ་ཅི་འདྲའི་ཆ་བོ་ཡིན་ནའང་། ཡིད་སེམས་ནག་པོ་དང་དཔའ་ངར་གྱིས་པར་མཆོངས་པ་ཡིན་ན། རྒྱུ་  
ཐག་རིང་ཐོར་མཆོངས་མི་སྲིད་པའང་མ་རེད། ཡིན་ནའང་། སྐྱག་ས་ནི་ག་ས་གར་རྟོ་ལེབ་ཆ་བོའི་ཁེངས་  
ནས་བྱང་བསེལ་བསེལ་གྱི་ས་གཞི་ལེབ་མོ་ཞིག་རྟོད་དཀའ་བ་དེ་རང་རེད།

ཉི་མ་ཆེ་རིང་ལགས་མཐའ་མར་ཆེས་དཀའ་ཆོགས་དང་མནར་གཅོད་གྱིས་ཁེངས་པའི་ལམ་ཕྱན་དེ་  
བཀལ་ཐུབ་པ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་ཁོང་གི་སྐྱུ་ལུས་ཉིད་བོ་ཕྱ་ཁས་བསྐྱེད་ནས་ཕྱ་ལྟལ་བཟ་མོའི་ཁེངས་  
འདུག ཕྱ་ཁ་དེ་དག་གིས་ཁོང་ལ་ན་ཟུག་སྐྱེས་ནས་དུས་དྲན་རྒྱག་འདོད་ནའང་མིག་རྒྱུ་ཐོན་རྒྱུ་མི་འདུག  
རྒྱ་ནག་གཞུང་ཆབ་ཁང་གི་མི་ཆང་མས་གནས་རྒྱལ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་ལུས་གྱིས་སྤང་མེད་དུ་ཡར་མར་གྱི་  
ཁ་བདེ་བྱེད་ཞོར་ཕན་རྒྱན་གྱིས་བརྟེ་བག་ཐེབས་གྱིས་ཞལ་བས་བཟ་བཞིན་འདུག་ལ། ཁོ་ཆོར་མཆོན་ན་  
གནས་རྒྱལ་དེ་དག་ལ་སྤར་ནས་གོམས་ཟིན་པའམ། ཡང་ན་སྤྱིང་རིན་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྲིད། འོན་  
ཀྱང་ཉི་མ་ཆེ་རིང་ལགས་ལ་བས་ཁམ་གང་བཟ་བའི་སྟོ་བ་ཡེ་ནས་མེད་པ་དང་། ཁོང་གིས་ཐེངས་དང་པོར་  
ཡུལ་གྱུ་གཞན་པའི་ནང་རང་གི་ཤ་རུས་གདུང་རྒྱུད་གཅིག་པའི་སྤྱན་རླུང་ཡུལ་གྱུར་བོད་མི་བཅར་བ་འདི་  
འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་བའི་ཁར། ཁོང་ཆོ་དང་བར་ཐག་ཅི་འདྲ་ཉེ་ཡང་ལ་ལུང་མང་བོས་བཅད་པ་  
ལྟར་སོ་སོར་བྱེས་འདུག་པ་ཆོར།

མི་མང་བོ་ཞིག་གིས་ཉི་མ་ཆེ་རིང་ལགས་དང་མཉམ་དུ་ཡར་མར་གྱི་ཁ་བདེ་མང་བོ་བྱས་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་།  
སེམས་པ་གྱིས་གཅིགས་པ་ནང་བཞིན་འཇགས་མེད་ཟུག་གཟེར་གྱིས་ཁེངས་པའམ་སྒྲ་སྟོག་བྱེར་བ་

དང་འདྲ་བར་ཁོང་ལ་མཚོན་ན་སྐད་ཆ་དེ་དག་ཐོས་མ་ཐོས་ནང་བཞིན་དྲན་གྱི་མི་འདུག ཡིན་ནའང་  
གསལ་བོར་ཁོང་གི་དྲན་ཤེས་སུ་འཇགས་པ་ནི། རྒྱུད་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱི་སྒྲིང་བ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་དེ་དག་  
གིས་གདུང་སེམས་མཉམ་སྦྲེད་གྱིས་ཁོང་ལ་ཡང་ཡང་གཟིགས་པ་ལས་གཞན་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་པེ་ཅིན་  
ནས་ཡོང་བའི་དཔོན་རིགས་ཤིག་གིས་སྐད་དག་འཇམ་པའི་སྒྲོ་ནས་“ཁྱེད་རང་སྐྱུ་གཟུགས་མི་བདེ་བ་  
རེད་དམ” ཞེས་དྲིས་བྱུང་། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་དེ་ཅུམ་མིན་ན་མགོ་བོ་བྲུག་བྲུག་གིས་ཁས་ལེན་  
བྱས་སོང་། མི་དེ་བལྟས་ཅུམ་གྱིས་གཤེས་འཇམ་དང་བྲུས་བཅི་ཆེན་པོ་ཅན་ཞིག་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན།  
ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འཕེལ་བའི་མི་རིགས་དང་ཆོས་ལུགས་ཐད་ཀྱི་གཞུང་ཕྱོགས་ཀྱི་མགྱོན་  
ཚབ་པ་ཡིན་པས། འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་མིང་ཁྲེང་བའི་ཚོགས་འདུའི་སྐྱད་དུ་མཇུག་མང་གི་འབེན་ལྟ་  
བུར་གྱུར་ཡོད་པ་རེད།

ཉིན་ཤས་རིང་གི་སེམས་ཁུལ་མ་ཡལ་གོང་། སྐྱུ་གཟུགས་ལ་འཕར་མ་ཞིག་ཡང་བསྐྱར་སེམས་ལ་འཁོར་  
བྱུང་། དེ་ནི་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ལྟ་ས་ནས་ཁ་མ་བྲལ་བའི་སྒྲོན་ལ་བྱུང་བ་དང་དོར་ཐབས་བྲལ་བ་ཞིག་  
རེད་ལ། སྐབས་འདིར་ལྟག་པར་སེམས་ཁུལ་བྱེད་ཡུལ་དུ་གྱུར། གལ་སྲིད་སྒྲོ་ཕྱི་ལ་སོང་ན་ཁོང་ཆོ་དང་  
འཕྲད་སྲིད་དམ། ཁོང་ཆོས་མཐོང་རྒྱུད་དང་ཟུར་བ། སངས་པོ་མི་བྱེད་དམ།

དེའི་རྒྱུན་གྱིས་ཁོང་སྒྲོ་སེམས་མི་བདེ་བ་དང་གཟུབ་ནན་སེམས་རྒྱུད་གིས་གཞུང་ཚབ་ཁང་གི་ཕྱི་རོལ་ལ་  
ཐོན་དུས། བག་ཕེབས་ཀྱི་དབྱུགས་རིང་ཞིག་རྩལ་ལེན་བྱེད་ཞོར་འཕྲལ་དུ་སེམས་མི་སྦྱིད་པའི་སྐྱུང་བ་  
ཞིག་ཀྱང་བསྐྱེབས། སར་ཕྱོགས་དེར་དེ་སྒྲོན་དར་ཉམས་ཆེན་པོ་སྒྲོན་པའི་མི་གངས་བཅུ་ཤག་ཡོད་པའི་  
སྤྱན་རླུ་ཆོ་དུ་གང་ལ་ཕེབས་པ་ཡིན་ནམ། གནས་དེ་སྒྲོང་འཇགས་སེ་ལྟུང་འདུག  
ཉིན་གཉིས་པ་དུས་བདེ་གནས་འཇགས་ཁོད་ཕྱིན་སོང་།

ཉིན་གསུམ་པར་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་ཚོགས་འདུའི་ཐོག་གཏམ་བཤད་བྱས་པ་དང་། དེ་ནི་དཔེ་དང་ས་  
ཁོང་ཆོགས་འདུ་དེར་ཞུགས་པའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་དེ་འདྲ་རེད། ཁོང་གིས་རང་གི་མཐོང་ཐོས་ཚུང་  
གསུམ་གྱི་ལམ་ནས་བོད་ནང་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་དང་། བོད་མིའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་སྐྱུང་  
སྒྲོབ་དང་ཁག་ཐེག་ཡོད་པ་དངོས་སུ་བདེན་དཔང་བྱེད་དགོས་པ་རེད། ཚོགས་འདུ་སྒྲོན་མ་ཁ་ཤས་

གྱི་ཐོག་བོད་ནང་གི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་གནད་དོན་སྤངས་སྤོང་བྱེད་སྐབས། རྒྱ་ནག་གཞུང་ཕྱོགས་ཀྱི་  
ཁུངས་ལུང་གིས་ཏུ་ཞན་པ་དང་རྒྱ་མཚན་ནི་བོད་ནང་གི་འབྲུག་ཚབ་མེད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། འདི་ནི་ཉིམ་  
ཆོ་རིང་ལགས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་མ་ལ་ཡིན་པ་སུ་ཞིག་གིས་མཁྱེན་ནམ། ཅི་ཞིག་བརྗོད་ཆོག་པ་དང་གང་  
ཞིག་བརྗོད་ཆོག་གི་མ་རེད། ཁོང་གིས་དེའི་ཐད་སེམས་ཁུལ་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག། ཁོང་ནས་རང་ནི་ན་  
བཟའ་དུར་སྐྱ་ག་གྱོན་པའི་མེ་ཏོག་བུམ་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིག་ཆས་ཅམ་ཡིན་པ་གསལ་བོར་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་  
ཀྱང་། ཁོང་གིས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པ་དང་ཚད་ལས་བཞུལ་བ་མང་བོ་བརྗོད་ན་འགྲིག་གི་མེད་པས།  
ཁོང་ནས་ཁ་རིག་ལ་ཡིད་ཆེས་ཅུང་ཡོད་པའི་ཁོང་ཆོའི་ཁྲོད་ཀྱི་ཕྱི་སྤྱི་བ་ཞིག་ལ་སྐད་ཆ་འདྲི་དུས། ཕྱི་སྤྱི་  
པ་དེས་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པར་རགས་རིམ་ཞིག་བརྗོད་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་ཕྱིར་ཁོང་ལ་ཤབ་ཤུབ་གྱིས་  
སྐྱས་སོང་།

དེ་བས་ཉིམ་ཆོ་རིང་ལགས་ནས་གཞུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོག་པ་པར་དང་རྒྱུང་འཕྲིན། བརྒན་འཕྲིན་ནང་དྲིལ་  
བསྒྲགས་བྱེད་ཀྱིན་པ་དེ་ག་མར་བཤུས་ནས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཇི་ལྟར་སྤྱང་སྐྱོབ་དང་ཡར་  
རྒྱས་གཏོང་གི་ཡོད་ཚུལ། ཆོས་དད་རང་དབང་ཡོད་ཚུལ། རྒྱ་ཆེའི་དགོ་འདུན་པས་རྒྱལ་གཅིས་ཆོས་  
གཅིས་ལས་སྒོ་སྤེལ་ཚུལ་སོགས་བརྗོད་དུས། ཆོག་པ་ཞུགས་མི་སྣ་ཚང་མས་ཁུ་སིམ་མེར་ཉན་ཡོད་ལ།  
ཨ་མེ་རི་ཀའི་མི་ཞིག་གིས་དེ་ཕྱིན་སྐད་ཐོག་ཉིམ་ཆོ་རིང་ལགས་ལ་དྲི་བ་དྲིས་དོན། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཁྱེད་  
རང་ཆོར་ཡགོང་ས་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་མཆོག་དང་ཞལ་མཇལ་གནང་བའི་རང་དབང་ཡོད་དམ་ཟེར། ཉིམ་ཆོ་  
རིང་གིས་སུར་ནས་གནད་དོན་འདི་དག་ཐད་ཇི་ལྟར་ལན་འདེབས་བྱེད་དགོས་པ་གྲ་སྒྲིག་ཆ་ཆང་བྱས་ཡོད་  
ཀྱང་། ཁོང་རེ་ཞིག་ཉང་སངས་སུ་བརྟུག་ ཡགོང་ས་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་མཆོག་གི་མཚན་ཐོས་ཡོད་དུས། ཉིན་  
དང་པོར་མི་ཞིག་ནས་ཁོང་ལ་ཡགོང་ས་ཏཱ་ལའི་བླ་མའི་ཞི་བདེའི་གཟེངས་རྟགས་བཞེས་སའི་ས་ཆ་དེ་  
བརྟན་པ་ནང་བཞེས་ཡང་བསྐྱར་ཉོན་ཐོར་ལ་ཁད་དུ་བརྟུག་ ཡིན་ནའང་ཁོང་ལ་མ་སངས་ལྟོད་ལ་བབས་ནས་  
སྤྱང་པོའི་ཚུལ་གྱིས་བརྗོད་དོན། དེ་ནི་སྤྱི་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་སྟབས་ངས་ལན་  
འདེབས་ཀྱི་མིན་ཞེས་བརྗོད། ཇི་ལྟར་སྤྱི་དོན་གྱི་གནད་དོན་ཟེར་རམ། བོད་མི་ཞིག་དང་། དགོ་འདུན་པ་  
ཞིག་ནས་རང་གི་རྩ་བའི་བླ་མར་ཞལ་མཇལ་ཞུ་བ་ནི་སྤྱི་དོན་གྱི་གནད་དོན་ཡིན་ནམ། ཡིན་ཡང་དེའི་

རྗེས་མི་སྲ་གཅིག་གིས་ཀྱང་ཁོང་ལ་དྲི་བ་འདྲི་མཁན་བྱང་མ་སོང་། ཉ་ལམ་དེར་ཡོད་པའི་མི་ཚང་མས་  
ཁོང་གི་གནས་སྟངས་དང་སེམས་ཁམས་ལ་ཤེས་རྟོགས་རྒྱས་ལོན་ཡོད་པ་འདྲ། གང་ལྟར་ཉིམ་ཆེ་རིང་  
ལགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བསམས་སོང་ཞེས་བཤད།

ཉིན་བཞི་བར་བསྐྱབས་དུས་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས་དེ་ཉི་མའི་གཅོད་ཀྱི་ཉིན་དེད་གཞོགས་ལ་ཉེ་བར་  
བསམ་ཡང་། ཆེས་བརྗོད་ཐབས་བྲལ་བའི་དོན་དག་ཅིག་ཉིན་བཞི་བ་དེར་བྱུང་སོང་།

གང་ལ་ཞེ་ན། དེ་ཉི་མའི་མཐའ་མ་དེ་ཡིན་པས་ཆོག་པ་ཞུགས་མི་སྣ་ཚང་མ་ནོར་ལཱའི་ནང་སྐད་གྲགས་ཅན་  
ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་སྤྱོད་ཞིག་དུ་འཆམ་འཆམ་ལ་ཁྲིད་པ་རེད། སྤྱི་སྤྱོད་དེ་དངོས་གནས་མཛེས་སྤྱད་ལྟ་ན་  
སྤྱད་ཅིང་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ལྟན་ཅིག་འདྲེས་པའི་གཟི་ཉམས་ཀྱིས་ལྷག་ཡོད་པས། རྒྱུད་དུས་སྲ་འཛུལ་  
སྤྱོད་ཡང་སྤྱོད་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བའི་དགེ་འདུན་པ་དེར་མཆོན་ན་སེམས་ཀྱི་འདུན་པ་དབང་མེད་  
འཕྲོག་སྟེ་ཡར་མར་ལ་གཟིགས་མོ་བྱེད་པའི་དུས་སྤྱོད་བྱུང་དུ་མཐུན་ཕྱོགས་ནས་ན་གཞོན་བུ་མོ་ཞིག་  
བསྐྱབས་བྱུང་། གཞོན་ལུ་མ་དེས་དེར་རབས་ཀྱི་ཕྱི་ཆས་ཆ་ཆང་མན་བས་པ། གཡས་གཡོན་ཀྱི་ཕྱི་སྤྱོད་བ་  
ཆོའི་གྲོན་ཆས་དང་གཉིས་སྲ་མ་མཆིས་ནའང་། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་བལྟས་མ་ཐག་མོ་རང་བོད་མི་  
ཞིག་ཡིན་པ་ལམ་སང་ཆོར་བྱུང་། དེ་ཉི་ཁོ་མོའི་སྟེང་དུ་བོད་ཀྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གདོང་བག་དང་  
གཤིས་རྒྱུད་ལྟར་རེར་བྱུང་ཡོད་པས་ཡིན་འདུག།

བོད་མོའི་བྱད་ཆེས་འབྱར་དུ་ཐོན་པའི་མོ་རང་ཐད་ཀར་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱི་མཐུན་དུ་བསྐྱབས་ནས་  
ལག་བྱུང་ཕར་བསྐྱོངས་ཏེ། ཡུན་རིང་བོར་མ་མཇུག་བའི་གྲོགས་པོ་ཞིག་དང་བསྐྱར་དུ་འཕྲད་པའི་བཙེ་  
བའི་མིག་ཞགས་ཀྱིས་ཅེར་འདུག།

སྐབས་དེར་ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱི་སྣང་རོར་བན་བྱུང་རང་ས་ཆ་གང་ཞིག་ནས་མཐོང་ཚུང་བ་བཞིན་ལམ་  
སང་བྱུང་པ་སོས་མ་སྤྱབ་ཀྱང་རང་དབང་མེད་པར་བྱུང་མེད་དེའི་ལག་པ་ནས་འཕྱུ་ཞོར་བསམ་སྟོབ་བྱང་།  
འོན་ཏེ་ཡིད་ལ་འཁོར་དབང་མ་བྱུང་བར་བྱུང་མེད་དེས་ཁོང་གི་ལག་བྱུང་དམ་པོར་འཕྱས་ཏེ་སྐད་གདངས་  
མཐོན་པོས་ལམ་ནས་དུ་ཞོར་བོད་སྐད་ནང་བརྗོད་དོན། སྤྱི་ཤོགས་ལགས། རང་གིས་འདི་ན་ག་རེ་བྱེད་  
ཀྱིན་ཡོད་དམ། རྒྱ་མི་དེད་ག་དང་མཉམ་དུ་ག་རེ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་དམ། ཁྱེད་རང་བོད་པ་ཞིག་མ་རེད་དམ།

ཁྱེད་རང་བོད་པ་ཡིན་པ་ཉ་གོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་མ་ཐེབས་རོགས་གནང་། སྐུ་གཅེས།

ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཁ་སྐྱེད་ས་ཤིང་འཛུབ་ཆ་ལངས་པ་དང་། སེམས་པར་སྐྱོབ་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་གཙུག་ནང་ལག་པ་ཚུར་འཐེན་ཐབས་མེད་ལ། གང་ཞིག་བརྗོད་འོས་པའང་ཤེས་མ་སོང་། མི་མང་བོ་ཁོང་གཉིས་ཡོད་སར་རུབ་ཡོང་བ་དང་ཆོང་མ་ཕྱི་སྒྲིང་བ་རེད། ན་བཟའ་མཉམ་པའི་དགེ་མཛུགས་ཞིག་བྱུང་མེད་ཅིག་གིས་བཟུང་ནས་དུ་ཞོར་ཅི་ཞིག་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་ན་བསམས་ནས་ཁྱད་མཚར་སྐྱེས་བཞིན་པ་འདྲ། ཡིན་ནའང་ཁོང་དང་ལྷན་དུ་ཚོགས་འདུར་ཡོང་མཁན་ཚོ་དེ་ལས་ལྗོན་སྟེ་འཛབ་བེ་འཛུབ་བེར་པར་བཤོལ་ནས་རང་ཉིད་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བྱུང་སོང་བས། ཉིན་བཞིའི་རིང་གཞུང་ཆབ་ཁང་གིས་ཆེད་དུ་ཉིམ་ཆེ་རིང་གི་རྒྱུ་འདེད་དུ་བཅུག་པའི་མི་དེ་དང་ཁོང་གཉིས་མ་གཏོགས་ལྷག་མི་འདུག སྐབས་དེར་མི་དེའི་བརྗོད་སྐྱར་ཉིམ་ཆེ་རིང་། འགོ། རྩས་གཏོགས་ཁྱེད་དགོས་ཀྱི་མ་རེད།

བོད་མོ་དེས་སྐུ་མིའི་སྐད་ཤེས་ཀྱི་མེད་ནའང་པལ་ཆེར་ནང་དོན་ཚོད་དཔག་བྱབ་ཡོད་པ་འདྲ། ཁོ་མོས་རར་ལྷགས་ཆེན་པོས་དབྱིན་སྐད་ནང་སྐུ་མི་དེར་གཤེགས་ཤེ་བཏང་བྱུང་། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་འཕྲལ་དུ་བཀག་ནས་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་དུ་བཞིན་པའི་བྱུང་མེད་དེར། ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་དུས། བོད་མོ་དེས་ཁྱེད་རང་ནས་དངོས་གནས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ན། ཕྱིར་སྐྱོན་ག་ནང་མ་ཐེབས་རོགས་གནང་ཞེས་བྱང་ག་གི་ལམ་ནས་བརྗོད་ཡོང་དུས། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས་སེམས་ཁོང་གི་སྐད་ཆ་མི་བརྗོད་ཐབས་མེད་དུ་བྱུང་། “ཕྱིར་མ་སོང་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད། དེ་ནི་ང་ཚོའི་ཕ་ཡུལ་རེད། ཆོང་མ་ཕྱིན་ཆོང་ན་ཕ་ཡུལ་སུ་ལ་སྟེར་སྐྱོབ་ཡིན་ནམ་”ཞེས་ལན་བཏབ་ཀྱིན་བཏབ་ཀྱིན་ཁོང་ཡང་རང་དབང་མེད་པར་མིག་ཟུང་མཆིམས་བརྒྱན་སོང་།

དེའི་རྒྱུ་སྐྱེད་ནས་ནོར་མེ་ནང་སྐྱོབ་གཉེར་དང་གཟིགས་སྐྱོར་དུ་ཐེབས་པའི་བོད་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་རྣམ་པ་དེ་ལས་གྲོལ་ཐབས་བྱས། ཁོང་ཚོ་ནི་ལྷ་སའི་སྐྱེ་ཚོགས་ཆོན་རིག་ཁང་དང་བོད་ལྗོངས་སྐྱོབ་གྲྭ་ཆེན་མོ། དཔེ་མཛོད་ཁང་སོགས་གཞུང་འབྲེལ་ལས་ཁུངས་ནས་ནོར་མེའི་ནང་མངགས་ཡོད་པ་ཤ་སྟག་རེད། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས་ཁོང་ཚོ་དོ་ཤེས་ཀྱི་མེད་མོད། འོན་ཏེ་མི་དེ་དག་ནི་ཁོང་དང་འདྲ་བར་བོད་ནས་ཡོང་



བ་ཡིན་པ་བལྟས་མ་ཐག་གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ། ཡིན་ནའང་དུས་ད་ལྟའང་ཁོང་གིས་ཉིན་དེར་བོད་མི་  
རྒྱབ་ལྗོངས་མི་འདྲ་བ་དེ་འདྲ་མང་བོ་ཞིག་ལྟ་དུ་འཛོམས་དོན་ཤེས་རྟོགས་གསལ་བོ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད་  
ལ། སྐབས་དེར་ཁོང་ལ་བསམ་སྒྲོ་དེ་འདྲའི་མང་བོ་ཞིག་གཏོང་དབང་མ་བྱུང་བར་གྲེལ་འཛུབ་ཀྱིས་དཔྱད་  
དུ་བཞིན་པའི་བྱད་མེད་དེའི་ལག་ནས་བཞོལ་ཞོར་དང་ན་བཟས་རང་གི་མིག་ཟུ་འཕྱིད་ཞོར་འཐུས་ཚབ་  
ཚོགས་པའི་ཧྲེས་སུ་བསྟེགས་

སྐྱེ་ཤོགས་ལགས། མི་ཚོགས་ཁྲོད་ཀྱི་བོད་མི་ཞིག་ནས་ཁོང་ཕྱིར་བོས་ཏེ་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གིས་  
བརྗོད་རྒྱུ། གལ་སྲིད་ཁོང་ཚོས་བྱེད་རང་ལ་སྐད་ཆ་དྲིས་པ་ཡིན་ན། བྱེད་ནས་ཁོ་མོའི་བྱིས་ཀྱི་ནང་མི་  
ཞིག་འདས་གོངས་སུ་ཕྱིན་ཟིན་པས། བྱེད་ཕྱིར་ལྟ་སར་བསྟེབས་ཧྲེས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མཆོད་མེ་ཞིག་  
བསྟོན་རོགས་གནང་ཞེས་བརྗོད་སོང་བར་བཤད་རོགས་ཞེས་གདམས་ངག་བསྐྱབས་སོང་། ཉིམ་ཆེ་རིང་  
ལགས་ནས་རྟ་རྟ་བེའི་རང་མགོ་བོ་ལྡེམ་ལྡེམ་གྱིས་སྟིང་ལ་ཡང་བསྐྱར་གྱིས་བསྐྱར་པ་ལྟ་བུའི་བྱག་  
གཟེར་ཞིག་བྱང་། སྐར་ནས་རྩས་མོལ་བྱས་ཟིན་པ་ཇི་བཞིན་ཁོང་གིས་ཁོ་ཚོའི་ཧྲེས་ཟིན་སོང་ནའང་མི་སྒྲ་  
བཅུ་གངས་དེ་དག་ནང་སུས་ཀྱང་ཁོང་ལ་གཟིགས་ཙམ་ཡང་མ་བྱས་པར་མ་ཟད། སྐད་ཆ་ཚིག་གཅིག་  
འདྲི་མཁན་ཡང་མ་བྱང་། ཏ་ལམ་གནས་ཚུལ་ཅི་ཡང་བྱུང་མ་སོང་བ་ནང་བཞིན་དུ་སྐར་ཡོད་པས། ཡང་  
གཅིག་བཤད་ན་སྟེང་རིན་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་ཡོད་ཀྱང་སྲིད།

ནོར་མེ་དང་ཁ་གྲུས་པའི་ཉིན་དེར་བསྟེབས་བྱང་། འོན་ཀྱང་འཕལ་དུ་འགོ་རྒྱ་མིན་པར་འཐུས་ཚབ་ཚོགས་  
པ་དེ་གནམ་ཐང་ནས་ཚུཛོད་གཉིས་ལྷག་ལ་འདུག་རྒྱུ་རེད། གཞུང་ཚབ་ཁང་གི་འགོ་ཁྲིད་དང་སློ་མཐུན་  
ཚོས་ཁོང་ཚོ་གནམ་ཐང་བར་སྐྱེལ་མ་བྱས་ཆར་ཧྲེས་ཕྱིར་ལོག་སོང་། ཉིན་གངས་བཞི་རིང་ཉིམ་ཆེ་རིང་  
དང་གྲིབ་མ་བཞིན་འགོགས་པའི་མི་དེ་འདྲ་ཕྱིན་ཆར་འདུག་དུས་ཚོད་རིང་བོ་དེའི་རིང་ཁོད་ཡངས་ཤིང་འོད་  
མདངས་བཟ་བ་དང་། སྐར་བ་སྐྱིད་པའི་གནམ་ཐང་གི་འགྲུལ་བའི་ཚོམས་ཁང་དུ་མི་མང་ཆེ་བ་རྒྱབ་  
སྟེགས་སྐང་བསྐྱད་ཡོད་པ་དང་། ལ་ལ་ལངས་བསྐྱད་པ་དང་། ལ་ལ་འགོ་བཞིན་འདུག་ལ། རྒྱལ་ཁབ་  
གང་ཞིག་གི་མི་སེར་ཡིན་ཡང་རང་དབང་རང་འདོད་ཡིན་པས། ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱང་རང་དབང་རང་  
ཕར་འགོ་རྒྱར་འོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས། སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ཐེ་གཏོགས་བྱེད་ཀྱི་མེད་ལ། རང་ཉིད་

གནས་གང་ལ་འགོ་ཚེག་ཚེག་ཡིན་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་ངང་གིས་སྒྲེས།   སྐད་ཅིག་མ་དེའི་ནང་གྲོ་བྱར་དུ་  
ཁོང་གི་སེམས་ལ་དྲི་བ་ཞིག་བསྐྱེབས་བྱུང་།   གལ་སྲིད་ང་རང་ཁོ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་མ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན།  
གང་ལྟར་ཕྱི་བསྐྱོད་ལག་ཁྱེར་རང་གི་ལག་དུ་ཡོད་ལ། དེའུ་ཡང་འདྲང་ངེས་ཤིག་བཟུང་ཡོད་སྟབས། དེ་  
མིན་ན་ངས་བསྐྱར་དུ་གནམ་གྱའི་འཛིན་བྱང་ཞིག་ཉམ་ནས་ཡུལ་གྱུ་གཞན་ཞིག་ལ་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ན་  
བསམ་བྱུང་།

འདི་ནི་ཐོལ་བྱུང་གི་འཆར་སྒྲུང་ཙམ་ལས་གོང་དུ་བཞུགས་པ་ལྟར། སྤྱི་ཡོངས་ནས་བཤད་ན་ཉིམ་ཆེ་རིང་  
ལགས་ནི་བརྟན་བརྩིས་དང་བསམ་ཤེས། རང་ཚོ་ད་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཡིན་པས། མཐའ་མར་ཁོང་སྤར་བཞིན་ཁོ་  
ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ཕྱིར་ལོག་སོང་། གནས་གང་ནས་ཡོང་ན་ཕྱིར་དེར་ཕྱིན་ཡོད། ཁོང་ལ་མཚོན་ན་འདི་ནི་  
བཀོད་རྩལ་ཆེས་ལེགས་ཤོས་དེ་རེད།   གནམ་གྱུ་དལ་བ་དལ་བྱར་ཨོ་སྤུ་ལོ་གནམ་ཐང་ནས་མཁའ་  
དབྱིངས་སུ་འཕྱར་ཏེ། རིམ་གྱིས་རང་དབང་གི་མཚོན་རྟགས་སུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་གྱུ་འདི་དང་ཁ་གྲེས་དུས།  
ཉིམ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱི་སྐམ་ཞིང་རིད་པའི་མཁུར་འབྲམ་གཉིས་སུ་སྒྲོ་བའི་མིག་ཆུ་ཐང་དོག་གཉིས་ག་  
ལེར་ཉིལ་བྱུང་།

ཕྱི་ལོ་༢༠༠༠ལོའི་ལྷ་ལེར་ལྷ་ས་ནས།

# བོན་པོའི་སྒྲུ་མ་ཞིག་གི་གཏམ་རྒྱུད།

བོད་བྱང་ཐང་གི་སོག་རྫོང་ན་མི་ཞིག་ཡོད་ལ་གོ་ཐོས་སུ་རྩུ་འཕུལ་ལ་ཉ་ཅང་མཁས་པའི་བོན་པོའི་སྒྲུ་མ་  
ཞིག་ཡིན་འདུག ཡིན་ཡང་གནའ་སྡུ་མོར་ཁོ་ནི་མི་ཚང་མར་རྒྱས་མང་འཕྲོད་པའི་ཐག་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན་པ་  
རེད། སོག་རྫོང་གི་དགོན་པ་ཆེ་ཤས་ནི་དགེ་ལུགས་པའི་ཁོངས་གཏོགས་ཅན་དན་དགོན་པ་ཡིན་ཞིང་།  
སྒྲོར་ཞིང་རྒྱ་ཐང་རེར་གནས་པའི་རི་སྒྲོང་ཞིག་ན་བཞེངས་ཡོད་ལ་རྒྱང་ནས་ལྷ་དུས་པོ་བྱང་པོ་ཏ་ལ་དང་  
འབྲུ་བོ་འདུག ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྲུབ་མཐའི་རྩོད་རྟོག་གམ་ཡང་ན་རྒྱ་རྒྱུ་ཅི་ཡིན་གསལ་ཆ་མེད་ཀྱང་མི་  
དེས་ཅན་དན་དགོན་པར་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་རྒྱུའི་མནའ་བསྐྱལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། དངོས་གནས་ཐངས་ཁ་  
ཤས་སུ་སོང་ནས་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་ཅིས་བྱས་ཀྱང་ལམ་འགྲོ་བརྒྱགས་མེད་པ་རེད། དེ་ནི་གནའ་སྡུ་མོའི་  
གནས་རྒྱུ་ཞིག་རེད་ལ་དེ་དུས་ཁོ་འང་ཉ་ཅང་ལོ་ན་གཞོན་པའི་དུས་ཡིན་འདུག ཕྱི་ལོ་ ༡༧༥༧ལོར་ཅན་  
དན་དགོན་པ་ རྒྱུ་ཐང་འབྲུག་ ་ རྒྱ་ ཕྱི་ལོ་ ༡༧༥༧ལོར་ལྷ་ས་སོགས་ནས་བོད་མིས་རྒྱ་ནག་གཞུང་ལ་  
རོ་རྒྱལ་གྱི་ལས་འགུལ་སྒྲེལ་བར། རྒྱ་གཞུང་ནས་ རྒྱ་གསར་བརྒྱུ་རོ་ལོག་གི་ཐང་འབྲུག་ ་ ཅས་འབོད་  
ཀྱིན་ཡོད་ལ། བསྐྱུས་མིང་ལ་ རྒྱུ་ཐང་འབྲུག་ ་ ཅས་འབོད་ ་ རྩོམ་པ་པོའི་མཆན་ ་ ཞུགས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་  
བཅིངས་གྲོལ་དམག་མིས་དྲག་གཞོན་བྱས་ཡོད་པ་རེད། མི་དེས་བཅིངས་འགྲོལ་དམག་མིའི་ལམ་  
འཁྲིད་པ་བྱས་ཏེ་དགོན་པར་གཏོར་རྒྱལ་བྱེད་སྐབས་དཀའ་ཆོགས་ཆེན་པོས་འཐབ་འཛིང་བྱས་ཡོད་  
འདུག དགོན་པའི་ནང་དགེ་འདུན་པ་ཆོར་མཆོན་ཆ་སོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཅིངས་གྲོལ་དམག་གི་འབྲུག་ཡ་  
མེད་ནའང་མགོ་འདོགས་པའི་རྣམ་པ་ཡེ་ནས་མེད་པར་བརྟེན། དམག་འཐབ་རྒྱག་ཞོར་དང་ཕྱིར་འཐེན་  
བྱེད་ཞོར་བྱས་ནས་དགོན་པའི་ཆེས་ཆེ་མོར་བསྐྱབས་དུས་དེ་དུང་ཀྱང་ཕམ་ཁ་ཁ་དང་ལེན་མ་བྱས་པས་དུས་  
དེར་བཅིངས་གྲོལ་དམག་མིའི་གནམ་གྱུ་ཞིག་འཕྱར་ཡོད་སྟེ་འབར་མདེལ་འཕངས་ནས་དགོན་པ་སལ་  
ཆེར་རྩེ་མེད་དུ་བཏང་ཡོད་ལ། གོ་ཐོས་སུ་གནམ་གྱུ་དེ་འང་དམའ་དྲགས་པས་གཏོར་རྒྱལ་ཁོད་བར་མེད་

གས་འཐོར་ཕྱིན་བཞིན་པའི་ཁང་པའི་ཀ་བ་དང་ས་རྩོམ་ནས་ཕྱང་ཙམ་མིན་ན་གནམ་གྱུར་པོག་ཡོད་པ་རེད།  
སྐབས་དེ་ནས་ཕྱིར་ཤོད་ལ་ལན་སྟོན་མཁན་གྱི་མེ་མདའི་སྐད་གྲགས་རྒྱ་མ་བྱུང་པས་བཅིངས་གྲོལ་  
དམག་མིས་ཀི་རིང་འདེབས་བཞིན་དགོན་པའི་ནང་བརྒྱགས་ནས་ལྷ་སྐབས་གས་གར་འཐོར་བའི་སྐྱ་  
འདྲ་ཆག་རོ་ཞིག་རོའི་སྒྲིགས་རོའི་ཁྲོད་མི་གཅིག་གི་བཅའ་པོ་སྐས་པ་མཐོང་ཡོད་ལ་རྗེས་སུ་ཅན་དན་  
དགོན་པའི་མཁན་པོ་ཡིན་པ་རེས་འཛིན་བྱས་འདུག མ་གཞི་མཁན་པོ་འདི་བའི་འགོ་བས་སྐད་ཁྲོད་དགོ་  
འདུན་པ་གཞན་དག་སྐྱ་མོ་ནས་གཟན་གྱིས་ཐག་པ་བཟོས་ཏེ་དགོན་པའི་ཁང་ཆེ་ནས་མར་དབྱངས་རྗེས་  
དེར་འཐམ་ནས་ལྷན་དེ་བྲོས་ཡོད་ལ། ལྷུང་ན་མཁན་པོ་གཅིག་པོས་འགོག་ཤོད་མཐའ་སྐྱེལ་བྱས་པ་  
ཡིན་འདུག

མི་དེ་འང་རང་བཞིན་གྱིས་བཅིངས་གྲོལ་དམག་མི་དང་མཉམ་དུ་དགོན་པའི་ནང་འཛུལ་ཡོད་ན་འང་དཔོན་  
པོ་ཅི་ཙམ་འཕྲོག་ཐུབ་ཡོད་མེད་གསལ་ཆ་མེད་ཀྱང་། ཁོར་མཆོན་ན་མན་འབསྐུལ་བ་དེ་མཛོན་འགྱུར་བྱས་  
པ་ནི་དཔོན་པོ་འཕྲོག་པ་ལས་ལྷ་བ་འགྱུར་གྱིས་གལ་ཆེན་ཡིན་པ་རེད། གང་ལྟར་དེ་འདྲའི་མན་འཞིག་  
བསྐུལ་བ་འདི་འདྲའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཏུ་མ་གཏོགས་མཛོན་འགྱུར་ཅ་བ་ནས་བྱེད་ཐུབ་མེད་ལ། གལ་  
སྲིད་མན་འབསྐུལ་བྱས་པ་དེ་མ་འགྱུར་པ་ཡིན་ན་རྩ་ཐང་གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་འཕྱ་དཔོན་བྱེད་གཞིར་འགྱུར་  
རྒྱུ་མ་ཟད། ཟུར་བུ་དེ་མི་རབས་ཚ་རྒྱུད་ཀྱི་རིང་ལུང་འཕྱ་དཔོན་བྱེད་སའི་གཞི་ཡིན་སྲིད། རེད་ལ། འདི་  
ནི་དེ་ནས་བཟུང་མི་དེས་སྟོབ་དེ་བག་ཐེབས་དང་གཞོང་འགྱོད་མེད་པར་འགྲེལ་བཅོང་བྱེད་སྐྱེད་སྲིད་ཤིག་  
རེད། རྒྱུ་ཆ་ཆོལ་འཇགས་ཀྱི་གསར་བཅུ་རོའོག་གི་ཐིང་འཁྱུག་ཞོལ་འཇགས་ཟེར་བ་རེད། ཚུམ་  
པ་པོའི་མཆན་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཁོ་འང་རང་རེའི་ཏང་རྒྱུ་དམར་ཕྱོགས་ཚོགས་པར་གོ་སྐྱུར་མཁན་གྱི་  
མཆན་ཀྱི་གོ་འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་མི་སྣའི་ཐོབ་ཐང་རེག་ནས་གསར་དུ་སྐྱེས་པའི་དམར་པོའི་སྲིད་  
དབང་གི་རྒྱུ་ཆ་ཞིག་གི་ཆབ་སྲིད་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མིར་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

ཡིན་ཡང་རིག་གནས་གསར་བཅུ་འཛིན་པོའི་དུས་སུ་བོན་པོའི་སྐྱ་མ་འདི་བའང་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་ཆག་སྟོ་  
ལས་གཡོལ་ཐབས་མེད་པར། རྒྱ་ཆེའི་རྒྱལ་ལངས་ཞིང་བྱན་ཀྱི་ཚོས་ཁོའི་བྱིས་ནས་སྟོག་བཞེར་བྱས་  
པའི་རྒྱ་རྒྱུ་པ་བཞིའི་རྒྱ་བསམ་སྟོ་རྒྱུ་པ་དང་རིག་གནས་རྒྱུ་པ་གོ་མས་གཤིས་རྒྱུ་པ། ལམ་སྟོལ་

PDF created with pdfFactory.com trial version



གཏོང་དུས་གནས་ལུགས་མེད་པ་ཞིག་མ་རེད། དེང་ཐོག་སྤྱི་གཞི་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་ཞིང་འཁོན་སེམས་  
 ཟབ་པའི་ཞིང་པ་དབུལ་པོ་དང་ཞིང་འབྲིང་འོག་མ་རྣམས་ནས་ཡང་བཅིངས་གྲོལ་དམག་མིར་ཁ་ཡ་མི་  
 བྱེད་པའི་དུས་སུ། གཤམ་སྤིད་ཁོ་ལམ་འཁྲིད་པ་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཅན་དན་དགོན་པ་ཚུར་ལེན་པའི་ཁྲོད་  
 དཀའ་ལས་དེབས་མང་པོ་རྒྱག་དགོས་ལ། དེ་མིན་ཁོ་འཁྲིར་བྱེད་བྱས་པའི་གནས་ཚུལ་རེ་རེར་གསོན་  
 ཉམས་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྐབས་དེའི་ཚད་བྱ་གི་མེ་མདའི་དམར་འཛིང་དང་གནམ་གྲུའི་མཁའ་  
 ཐོག་གཏོར་རྒྱལ་གྱི་གནས་སྤངས་ལ་ལད་མོ་བྱས་ཡོད་དུས་ཚང་མས་རྣ་བ་གཏད་དེ་སྤྱོད་བཞུགས་པའི་  
 ལམ་ནས་རྣ་བ་གཏད་ནས་ཉན་བཞིན་ཡོད་ཕྱིར། དགག་རྒྱག་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་ཞིག་འདི་ལྟར་  
 ཁོས་སོག་རྫོང་གི་གསར་བརྒྱུ་ལོ་རྒྱུས་སྙན་སེང་ཁྱེད་ཀྱི་ཚོགས་འདུར་གྲུར་བ་རེད།  
 རྗེས་སུ་ཁོ་རང་རྩ་ཐང་ལ་ཕྱིར་འབུད་བྱས་ཏེ་རྒྱ་ཆེའི་འབྲོག་པ་དབུལ་པོ་དང་འབྲོག་འབྲིང་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་  
 རྟོག་འོག་དལ་ཚོལ་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་དུ་བཅུག་ཀྱང་ཁོར་ནམ་རྒྱུན་གཤམ་ཐབས་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོགས་ཡོད་པས། མི་  
 རྣམས་དུམ་དགོན་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ཁོས་མའོ་གྲུ་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱི་པར་དེ་རིང་མགོ་  
 ལ་འདོགས་པ་དང་སངས་ཉིན་བྲང་ལ་འདོགས་པ། གཞུས་ཉིན་དབུང་པར་འདོགས་པ་སོགས་བྱེད་ལ།  
 ཉིན་ཞིག་ཀླང་པར་བཏོགས་ཡོད་ལ། ཉ་ཅང་རྫོང་འདི་ལྟམ་གྱི་ཐོག་བཏགས་ནས་དགའ་ལྷང་ལྷང་གིས་  
 ཚང་མར་ངོམས་ནས་འགྲོ་བཞིན་འདུག དེ་ནི་ཚབས་ཆེན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་པས་ན་གསར་བརྒྱུ་  
 མང་ཚོགས་ནས་སྤྱི་ལོ་ཆེད་དུ་དགག་རྒྱག་ཚོགས་འདུ་བསྐྱེད་ཏེ། ཁོས་སྐབས་ཆེན་གྱི་གཙོ་  
 འཛིན་མའོ་གྲུ་ཁྱེད་ཀྱི་བརྒྱུ་བཅོས་བྱས་པའི་ནག་ཉེས་ཐེར་འདོན་བྱེད་སྐབས། སྤྱི་ལོ་དཔག་དཀའ་བ་  
 ཞིག་ལ་ཁོས་དེ་འདྲའི་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གིས་གསལ་བཤད་བྱས་དོན་དེ་ལ་དངོས་གནས་མ་  
 ཉེས་ཁག་གཤམ་གསུངས་བྱས་སོང་། ངས་མའོ་གྲུ་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་རན་བཞིན་བཀྱར་གྱི་ཡོད། མའོ་གྲུ་ཁྱེད་ཀྱི་འདི་མགོན་  
 སྐབས་དང་དགོན་མཆོག་ཡིན། ངས་ཁོང་ལ་ང་རང་སྐབས་སུ་འཛིན་པའི་གསོལ་འདེབས་ཁྱེད་ཀྱི་བཞིན་ཡོད།  
 དེབས་ངས་རང་གི་ལུས་པོ་གང་ནས་བདེ་ཐོ་མེད་ན་དེར་འདོགས་ཀྱི་ཡོད། ངའི་མགོ་ན་དུས་མགོ་ལ་  
 འདོགས་པ་དང་སྤྱི་ལོ་དུས་བྲང་ལ་འདོགས་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་རིང་ངའི་ཀླང་པར་ན་ཟུག་ཆེན་པོ་རྒྱག་གི་  
 ཡོད་ཕྱིར། ངས་མའོ་གྲུ་ཁྱེད་ནས་ང་ལ་སྐབས་སུ་བཅིངས་ནས་ངའི་ཀླང་པར་ན་ཟུག་དགས་ཐབས་ཀྱི་

གསེལ་བ་འདེབས་ཀྱིན་འདིལྟར་བསྐྱབས་པ་ཡིན་པས། འདིམི་འགྲིག་པ་ཅིཞིག་ཡོད་དམ། ཞེས་  
བརྗོད་འདུག རོ་མ་དེལྟར་ཡིན་ན་མི་འགྲིག་པ་ཅིཞིག་ཡོད་དམ། ད་ཐེངས་ཡང་རྟུར་བཙོན་པ་དེ་ཆོ་ཅི་བྱ་  
གཏོལ་མེད་དུ་བྱུང་ནས་ཁོར་གྲོལ་ལན་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་བཤད་རྒྱ་མེད་པར་ཆོགས་འདུ་མཆམས་འཛོག་  
མི་བྱེད་ཐབས་མེད་དུ་བྱུང་།

དུས་དང་གནས་ཀྱི་འབྱུར་འགྲོས་ལས་སྐད་ཅིག་ལ་བཅས་བསྐྱར་སྒོ་འབྱེད་ཀྱི་དེ་རིང་ལ་བསྐྱེབས་ཤིང་།  
གོ་ཐོས་སུ་ད་ལྟ་ཁོ་ཡང་བསྐྱར་རྗོད་སྤྲོད་གྲོས་ཀྱི་ཆོགས་མི་ཡིན་ལ་ཕྱོགས་བཞི་མཆམས་བརྒྱད་ཀྱི་མི་  
སེར་དཀྲུས་མ་ཆོས་ནམ་རྒྱན་མར་རྒྱུ་དང་གཡག་ཤ་ཁྱེར་ནས་ཁོ་མཇུག་བར་ཡོད་སྟེ་མོ་ཕྱིས་དང་  
བཅའ་བ་བསྐྱབ་དུ་འཕྱག་གི་ཡོད་འདུག ཁོ་ད་ལྟ་ཉ་ཅང་གསུམ་འཁོགས་སུ་ཆགས་ཡོད་ན་འང་ཁོ་རང་  
ལས་ལོ་ན་བཅུ་གངས་ཤིག་རྒྱུད་པའི་འབྲོག་མོ་ཞིག་རྒྱུད་མར་སྤངས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཡང་བསྐྱར་ཞིག་  
གསོ་གནང་པའི་ཅན་དན་དགོན་པའི་ཞོལ་ནས་དུ་བ་དང་ཨ་རག་བཙོང་སའི་ཆོང་ཁང་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་  
གཉེར་བཞིན་འཛོལ་ཁོངས་འཁྱོལ་བ་ཞིག་རེལ་བྱིན་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་འི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་དག་ནི་གྲོང་  
ཁྱེར་དམངས་སྤྱི་དང་ཆོས་དོན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཅིག་ལམ་ཁ་དེ་བརྒྱུད་དུས་ཁོ་འི་ཆོང་ཁང་དུ་  
ཨ་རག་ཉེས་ནས་འཐུང་སྐྱབས་ཁོས་བརྗོད་ཡོད་པ་དང་། ལོ་ཤས་རྗེས་སུ་ལས་བྱེད་དེས་ཡང་གཏམ་  
རྒྱུད་དེ་དག་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཐོལ་བྱུང་གིས་ངོ་ཤེས་པའི་ངལ་བརྗོད་བྱུང་། དུས་དེར་ང་ཆོས་མཉམ་  
གཅིག་ཉ་ཉ་ཞེས་གད་མོ་བགད་པ་ཡིན། འོན་ཏེ་སྐབས་འདིར་ངས་གཏམ་རྒྱུད་དེ་དག་ཟིན་བྲིས་ལ་  
བཏབ་པའི་དུས་སུ་ད་གཟོད་རང་ཉིད་ཀྱིས་བོན་པོའི་སྒྲ་མ་དེའི་མཆོན་ལ་ཅི་ཟེར་བ་འདི་རྒྱ་བརྗོད་འདུག དེ་  
བཞིན་ཁོ་རང་ད་ལྟ་འཛོལ་བཞེས་ཡོད་མེད་ཀྱང་ཤེས་ཏོགས་མེད། ཡིན་ཡང་དེ་དག་གཡ་ཆེན་པོ་མ་རེད།  
ཨེ་རེད་དམ།

མཐུག་དུ་ཁ་གསལ་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་ལ། ངས་དེ་སྔོན་ཚུམ་པ་པོ་ལྷ་ལིས་རྩ་ཡིས་བྲིས་པའི་དེབ་སྟོང་  
བྱང་ཐང་གི་འགྲིལ་བཞུད་ཀྱི་ཅེས་པའི་ནང་ཅན་དན་དགོན་པའི་སྐོར་ལ་འདིལྟར་བྲིས་ཡོད་པ་གྲོག་མྱོང་།  
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ལོར་སྐྱེས་དུས་ཅན་དན་དགོན་པར་གཏོར་བརྒྱག་ཐེངས་ཤིག་ཐེབས་ཏེ་འཐབ་འཛིང་གི་  
གནས་ལུལ་དུ་བྱུར་ཡོད་ལ། སྐྱོགས་མདེལ་གཉིས་དགོན་པར་ཁ་གཏད་ནས་འཐངས་ཡོད་ཅིང་དེ་འདྲའི་

ཚབས་ཆེན་མ་རེད། ཕ་མེད་རང་བཞིན་གྱི་གཏོར་ཤོལ་དེའི་ལོ་ ༡༩༦༢ལོར་ཡིན་ཞིང་། དགོན་པ་དེ་བོད་  
བྱང་ཐང་གི་དགོན་སྡེ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་ཤས་ནང་བཞིན་ཕ་གཏོར་བྱེད་པའི་ལས་དབང་ལས་ཕྱོགས་སྐབ་མེད་པ་  
རེད།

དད་ལྡན་མང་ཚོགས་མི་ཉུང་པ་ཞིག་སློ་ཡུལ་ལས་འདས་ཏེ་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་འགུལ་དེའི་ནང་  
ཞུགས་ནས་ཅན་དན་དགོན་པ་འདི་ལྟར་སྟ་སྟུང་སྟར་སྟངས་མེད་དུ་བྱུང་། ཡར་ལྷ་ཤམ་པོའི་པང་དུ་ཅི་ཡང་  
བྱུང་མེད་པ་ལྟ་བུར་མཆིས་ལ་དགོན་པའི་སྟུང་དང་ཐང་ག་ མཚོད་ཆས་ཁ་ཤས་ས་གནས་སྲིད་གཞུང་  
དུ་བསྐྱལ་བ་དང་ཁ་ཤས་ཞིག་རྫོང་ཐོག་དུ་བཞག་འདུག་ལ། ཁ་ཤས་ཤིག་དམངས་ཁོང་དུ་བོར་བསྐྱག་  
ཕྱིན་འདུག གོས་ཆེན་གྱིས་བཟོས་པའི་ཀ་མུམ་དང་ཀ་པན་སོགས་རྒྱུད་མ་རྒྱུད་ཐག་བྱས་ནས་རྫོང་སྲིད་  
གཞུང་གི་སྡེ་ཚལ་འདེབས་སའི་རྩྭ་ཁང་ཤེས་སྟེན་ཐོག་བཀའ་ཡོད་པ་རེད། དགོན་པའི་ཅན་དན་ཚང་མ་  
སྟུན་ཁང་གི་སྟུན་མཚོད་ནང་བཞག་ཡོད་པ་དང་། ཤིང་དང་རྩེ་སོགས་རྒྱ་ཆ་ནས་དམངས་ཁོང་གི་ཁང་པ་  
བརྒྱབས་ཡོད་འདུག

ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པའི་དགོན་པ་འདིའི་འདུ་ཁང་ནང་ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ་ཆེན་པོ་གཉིས་  
ཡོད་པ་དེ་ལས་དགོན་པའི་མིང་ལ་འང་ཅན་དན་དགོན་པ་ཞེས་ཐོག་པ་དང་། དག་རྒྱུན་ལ་དེ་ནི་རང་བྱུང་  
གིས་བྱུབ་པ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ་ཉ་ཅང་ངོ་མཚར་ལྡན་པའི་རུས་པ་ཡོད་པ་དང་། ལོ་  
རྒྱུས་ཐོག་བྱུང་མ་ཁྱོང་པའི་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོ་མ་སྟེབས་པའི་སྡེ་བར་དུ་ཤུལ་ན་མང་པོ་  
ལྷག་མེད་པའི་དགོན་པ་དེ་འདེགས་སྟོར་བྱས་ནས་བསྐྱེད་ཡོད་ནའང་། ཉ་ལམ་མཚན་གཅིག་ལ་གནས་  
ས་འགུལ་བའི་ཁ་གཡང་ཁོད་ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ་དེ་གཉིས་བཅད་ནས་ཁྱེར་ཡོད་ལ། མི་དེས་དགག་རྒྱག་  
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་དཔའ་བོའི་བྱས་རྗེས་ཕྱིར་དྲན་ལས་རྒྱ་ཆེའི་འབྲོག་པ་དབུལ་པོ་དང་འབྲོག་འབྲིང་  
འོག་མ་དང་ལྷག་པར་དུ་འཛད་མེད་རིམ་བཞིན་བྱང་གིན་པའི་རྩྭ་བཙོན་པ་དེ་ཚོའི་སྟོ་སྟོ་བྱས་པའམ་ཡང་  
ན་སྟོབ་གསོ་ཐེབས་པ་ཡིན་ནམ། གནམ་ཀན་མ་ལས་སུས་ཀྱང་རྟོགས་མི་སྲིད།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ལོའི་ཟླ་ ༡༠པར་ལྷ་ས་ནས།

# བསྟན་འཛིན་དང་ཁོང་གི་བླ་

བསྟན་འཛིན་ནི་དེ་ལོ་དགུང་ལོ་ ༥༥ ཡིན་ཞིང་ད་ལྟ་ལྷ་ས་གོང་ཁྱེད་བྱང་ཕྱོགས་ཉེ་འགམ་གྱི་ཀམ་ཀུན་  
བཟང་གོང་ཚོ་གསར་པར་གནས་སྡོད་བྱས་ཡོད་ལ། ༡༩༩༨ལོར་རྒན་ཡོང་ལ་མ་ཕྱིན་པའི་སྡོན་དུ་མཚོ་  
སྡོན་ཞིང་ཆེན་ཡུལ་ཤུལ་ཁུལ་རྒྱ་སྟོད་རྫོང་གི་ཆབ་སྲིད་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོའི་འགན་བཞེས་ཕྱིར་  
བ་དང་། ༡༩༩༩ལོའི་སྡོན་གྱི་ལོ་ངོམ་ཕུ་རྩ་གཉིས་ཀྱི་དུས་ཡུན་ལྷ་ས་ནས་བསྐྱལ་བ་དང་། སྤུངས་སུ་  
སྡོངས་ཞིང་འབྲོག་ལས་ཁུངས་དང་སྡོངས་ཞིང་ལས་ཁང་། སྡོངས་རྒྱུ་བེད་ལས་ཁུངས་སོགས་སུ་བྱག་  
ལས་གནང་ཕྱིར་ཡོད་པ་མ་ཟད། འཕྲིན་སྒྲིལ་བ་དང་ཁོ་ལོ་བ། ལག་རྩལ་པ་བཅས་ཀྱི་བྱག་ལས་ཀྱང་  
གནང་ཕྱིར་ཡོད་འདུག གལ་སྲིད་ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚགས་ནང་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ཁོང་གི་༽པ་  
ཡུལ་༽རེ་བྱ་མིག་ནང་མངའ་རིས་ཁུལ་དགེ་རྒྱས་རྫོང་ཞེས་གྲིས་ཡོད་ལ། བསྟན་འཛིན་ནས་ནམ་ཡིན་  
རུང་འདི་ལྟར་འབྲི་བཞིན་ཡོད། ད་དུང་༽སྤྱི་ཚོགས་འབྲེལ་ལམ་༽ཞེས་པའི་ནང་དུ་ཐུག་ཅེས་འབྲི་རིས་  
རེད་ལ། ༽མི་སྒྲིལ་གྱི་ཐོབ་ཁོངས་༽ནང་འབྲོག་པའི་ལས་བཅོ་བཞེས་གྲིས་ཡོད། དོན་དངོས་ཐོག་  
བསྟན་འཛིན་གྱི་པ་ཡུལ་ནི་མཚོ་སྡོན་ཞིང་ཆེན་ཡུལ་ཤུལ་ཁུལ་རྒྱ་སྟོད་རྫོང་ནས་ཡིན་པ་དང་། བ་མ་  
གཉིས་སྤུ་མོ་ནས་གོང་ས་ཟིན་ཏེ་དུ་ཐུག་ཏུ་ལྷག་ཡོད་ཅིང་ཁོང་ལ་སྟུན་མཆེད་གསུམ་དང་གཉེན་ཉེ་གཞན་  
མང་པོ་ཡོད་པའི་མི་ཚང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་འདུག ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱང་འབྲོག་པའི་ལས་བཅོ་བཞེས་མ་ཡིན་  
པར་རྒྱ་སྟོད་རྫོང་གི་ཀམ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་དགོན་པ་ཞིག་གི་དགོན་བདག་སྤུལ་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་  
གི་མི་ཚང་ཡང་སྐྱབས་དེར་སྐྱད་བྲག་ས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཨ་མ་ལགས་ནི་སྟོང་དཔོན་ཞིག་ཡིན་  
ལམངའ་འབངས་སྟོང་གི་ཐོག་གཞུང་གི་ཐོབ་གོ་ས་ཡོད་པར་ཟེར། ཕྱི་མ་པ་པོའི་མཆན་ཨ་མ་ལགས་ཀྱང་  
ཡུལ་ཤུལ་ནང་ཆེན་རྫོང་གི་སྡོན་མའི་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ལམས་ཕྱོགས་ནས་སྤྱི་དགའི་རྒྱལ་པོ་དང་གོ་ས་

གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པའི་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཡིན། ཚུམ་པ་པོའི་མཆན་ཁྲིམ་རྒྱུད་ནས་ཡིན་པ་རེད།  
 བསྟན་འཛིན་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༠ལོར་ཞིང་ལས་ཁང་གི་ལས་གྲོགས་དང་རྒྱལ་ཁྲིམ་སྟོན་འཛིན་མེད་  
 པའི་ལྷ་སའི་མི་ཚང་པལ་བའི་བུ་མོ་ཞིག་དང་གཉེན་གྱི་ཆོག་ར་ཞུགས་ཏེ། བུ་གཅིག་དང་བུ་མོ་གཉིས་  
 སྐྱེས་ཞིང་། བུ་མོ་ཆེ་བ་དེ་དུས་ལྷ་སའི་མགོན་ཁང་ནང་ཕྱག་ལས་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཟད། རྒྱ་མཐུན་  
 སྤྱི་ལ་རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམ་རྒྱུད་འདྲིས་པའི་མི་རྒྱུད་ལ་ཟེར། ཚུམ་པ་པོའི་མཆན་ཁྲིམ་པ་  
 ཞིག་དང་གཉེན་བསྐྱིགས་ནས་ཡོད་པ་རེད། བུ་ཚུངས་པ་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༧ལོར་  
 འབྲུངས་པ་དང་། ལྷ་ས་དང་རྫོང་རྫོང་སོ་སོ་ནས་སློབ་རྒྱུ་དང་སློབ་འབྲིང་གི་སློབ་གསོ་བརྒྱུད། རྒྱ་  
 སྐད་ཡག་པོ་བཤད་ཤེས་པ་མ་ཟད་རྒྱ་ཡིག་ཀྱང་བྱང་ཆ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ལོར་ཁོང་རང་  
 འབྲུལ་གྱིས་དགེ་འདུན་པ་བྱས་ཡོད་ལ། བསྟན་འཛིན་ནས་རང་གི་བུ་ལྷ་ས་དང་རྒྱུད་ཐག་རིང་པའི་  
 མཚུར་ཕུ་དགོན་པར་ཞུགས་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་ན་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཆན་ནི་མཚུར་ཕུ་དགོན་པ་  
 ནི་ཀམ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་མ་དགོན་ཡིན་པས་ཁོང་གི་ཆོས་འབྲེལ་བརྒྱུད་འཛིན་ཐུབ་པར་ངོས་འཛིན་གནང་  
 འདུག དེ་བས་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་ཡང་དགོན་པ་དེའི་དགེ་འདུན་པ་སུམ་བརྒྱ་ལྷག་ཡོད་པའི་  
 གས་ཀྱི་གཅིག་ཆགས་ཏེ་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་སློབ་གཉེར་ཟབ་མོ་གནང་ཡོད་ལ། དཔེར་ན་ལོ་གསུམ་དང་ལྔ་  
 གསུམ་ཉིན་གསུམ་རིང་མཆོམས་ལ་བཞུགས་པའི་རྗེས་སུ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་མདུན་ནས་ལོ་གཅིག་ཅུ་  
 ལ་ཞབས་ཞུ་བསྐྱབས་སྦྱང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ཡང་ཁོང་ནི་གཤེས་ཀྱི་གྲོང་པོ་དང་དགའ་སྤང་གསལ་  
 འབྱེད་གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས། དགོན་པའི་ནང་ཁྲལ་གྱི་དབང་ཆའི་འཕྲོག་ཚད་ཁྲོད་རྒྱལ་བ་ཀམ་  
 པའི་མདུན་དུ་ཡུན་རིང་ལ་འདུག་ཐུབ་མེད་པ་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོའི་སྟོན་ཀར། འཇམ་དབྱངས་  
 དཔལ་ལྷན་ཕྱིར་མཆོ་སྡོན་པ་ཡུལ་དུ་གཉེན་འཕྲད་ལ་འགོ་བར་ཁ་གཡར་ཏེ། བ་བསྟན་འཛིན་དང་མཉམ་  
 དུ་བལ་ཡུལ་དང་རྒྱ་གར་ནང་ཐེབས་ཡོད་ལ། འདི་ནི་ཁོང་ཐེངས་དང་པོར་ཕྱི་ལོ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཐེབས་པ་  
 ཡིན་ལ་དུས་དེ་ནས་ཁོང་ཕྱིར་ལོག་མེད་པ་རེད། རྒྱ་མཆན་ནི་ཁོང་འབྲི་བྱུང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྤྱ་ཆེན་  
 འགའ་ཤས་ནས་སྤྱལ་སྤྱུ་བྱུང་གལ་ཆེན་ཞིག་གི་ཡང་སྤྱལ་དུ་ངོས་འཛིན་གནང་ནས་མཆན་ལ་འཛིགས་  
 རྣམ་ཞེས་བཏགས་ཡོད་པ་མ་ཟད། གོང་ས་སྐབས་མགོན་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཡང་ངོས་འཛིན་



གནང་འདུག མིག་སྒྲར་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་ལགས་ནས་ཐེ་མན་གྱི་བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་ཆོས་  
 ཚོགས་ཏེ་གངས་འབོད་དུས་འཁོར་ཆོས་ཚོགས་ནང་མཐུན་དུ་སློབ་གཉེར་དང་ནང་ཆོས་དར་སྤེལ་  
 གྱིས་སྐྱེ་འགོར་ཀླན་པན་གྱི་ཕྱག་ལས་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།  
 ལོ་ངོ་ཕྱི་ལོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་གི་རིང་བསྟན་འཛིན་ནས་ཁོང་གི་སྐྱེ་ཁྲུངས་སྤྱི་གསལ་བྱས་ཏེ་མི་ཚེ་འོ་རྒྱུ་  
 གཞན་པ་ཞིག་གསར་བཟོ་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ཡོད་ལ། ཁོང་དགྲུང་ལོ་ཉེར་ལྷའི་དུས་སུ་མི་ཚེ་གང་པོར་  
 ཆོས་ལ་ཞུགས་པའི་དམ་བཅའ་བསྒྱུར་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱིས་པའི་སྒོལ་ལ་ཞུགས་ཡོད་ནའང་། ཁོང་སྐར་  
 བཞིན་ལོ་རྒྱུ་ཡུན་རིང་ལྷན་པའི་དགོན་པ་དེའི་སྤྱུལ་སྤྱི་ཡིན་ཞིང་། ད་དུང་དེ་སྔོན་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་བློས་  
 བྱེད་ལ་ཕྱིན་པའི་སྤྱོད་པ་དང་སངས་ཨ་རིའི་ནང་ཡོད་པའི་འབྲི་གྲང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་ཁོད་དུ་སྐད་གྲགས་ཅན་  
 གྱི་སྤྱོད་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེ་མིན་ད་ལྟ་ཁོང་གི་གཅེས་ལོར་ཏེ་སྤྱི་ལྷན་ཡང་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ན་  
 གཞོན་སྤྱུལ་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་འདུག གང་ལྟར་གལ་ཏེ་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ན་བསྟན་འཛིན་དང་ལྷན་ས་  
 བྱོང་བྱེད་ནང་གི་རྒན་ཡོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ལས་བྱེད་པ་དེ་ཚོའི་བར་བྱུང་པར་གང་ཡང་མཐོང་གི་མི་འདུག་ལ།  
 ཁོང་དེ་བས་ཀྱང་ལྷན་སའི་སྔོན་དམངས་དཀྱུས་མ་ཞིག་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོང་ནས་  
 རྒྱན་དགོན་པ་འདྲ་མིན་དང་ཀུམ་པའི་རྩེས་འཇུག་པའི་མི་ཚོགས་ཁོད་ཞུགས་ནས། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་  
 བྱེད་པའི་བྱུང་ཆོས་ཡེ་ནས་མེད་པ་རེད། ཁོང་གི་གཞུགས་གཞི་འབྲིང་ཅམ་དང་གཞོན་ལ་བྱམས་ཀྱིས་  
 ཁོངས་ཤིང་ཏྲ་ཏུ་རྒྱ་མིའི་བྱོན་པ་གོན་གྱིན་འདུག ཁོང་གིས་རྒྱ་སྐད་ཀྱང་ཡག་པོ་ལ་བ་གྱིན་ཡོད། ད་  
 དུང་སྤྱོད་ཆོས་ཆའི་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་གདངས་བྱང་ཅམ་འབྲས་ཡོད་ནའང་། དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཁོང་གི་པ་ཡུལ་  
 དང་སྤྱོད་ཆོས་ཁམས་བྱོགས་བྱིས་མཆོས་ཡིན་པས་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར། མང་ཆེ་བ་ནི་ཁོང་གི་རྒྱ་སྐད་སློབ་  
 སྤྱོད་བྱེད་དུས་མཐའ་འཁོར་གྱི་རྒྱ་མི་ཚང་མ་སྤྱོད་ནས་ཡིན་པས་རེད། སྤྱིར་ན་གལ་སྲིད་སྤྱོད་ཞིག་གིས་  
 ཀྱང་ཐེངས་དང་པོར་བསྟན་འཛིན་མཐོང་དུས་ཁོང་དགྲུང་ལོ་དུག་གི་ཐོག་མི་མང་ཁྱི་སྤག་དུ་མས་དད་ཕྱག་  
 འབུལ་སའི་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་མི་སྲིད་ནའང་། ཁོང་གི་བྱིས་ཀྱི་མཆོད་ཁང་ནི་དེས་  
 གནས་སྤྱིར་བཏང་གི་མི་ཚང་དང་མི་འདྲ་བར་གྲལ་དག་པོ་དང་ཆོས་ཀྱི་ཚོགས་པོ་རིམ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།  
 བསྟན་འཛིན་དང་མཉམ་དུ་དེ་འདྲའི་སྤྱོད་ཆོས་རིང་པོ་ཞིག་བྱེད་བསམ་པ་ངས་ཀྱང་པར་ཡང་ཤར་མྱོང་



མེད། ངས་ཁོང་རང་ཐེངས་གསུམ་མ་གཏོགས་མཐོང་ཚུང་མེད་ལ། ཐེངས་དང་པོ་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ལོར་  
 མཚུར་ཕུ་དགོན་པའི་ནང་དབྱར་འཆམ་དབྱར་ཁར་དུས་འཁོར་གྱི་འཆམ་རྒྱག་པ། སྐུར་མ་ལན་གྱི་  
 མཆན་རྒྱག་པའི་དུས་ཡིན། སྐབས་དེར་ཐེངས་དང་པོར་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་ངོ་ཤེས་སྐབས་ཁོང་ནི་  
 མཚུར་ཕུ་དགོན་པའི་ནང་གི་སྐུང་བྱུང་ལྷན་ལ་མཁུན་རྒྱ་ཡངས་ཤིང་ཁ་ལྷེ་བདེ་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་མཐོང་  
 སོང་ལ། ངས་ད་དུང་ཁོང་ནི་ཡང་སྐུལ་ཞིག་ཡིན་སྲིད་ཅེས་ཀྱང་འདུག་ཅིང་ཚུང་ཡོད། ཉིན་ཞིག་གི་དགོང་རྩོར་  
 ང་རང་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་དང་དགེ་འདུན་གཞན་པ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་སྒྲོར་བར་འགོ་སྐབས་སྒྲོར་  
 ལམ་གྱི་རིག་ཟུར་ལ་ཀྱག་ཀྱོག་ཡིན་པས་བགོད་ཁག་པོ་ཡོད་ཀྱང་། འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་གྱི་  
 འཕྱར་བ་ལྷར་གོམ་ཁ་ཡང་ཞིང་ད་དུང་མཚམས་ཆད་མེད་པར་གནས་ཅུ་ཆེན་དང་ཆོས་གཞུང་གི་གཏམ་  
 རྒྱུད་མང་པོ་གསུང་གི་འདུག ང་རང་ལངས་མ་གོག་གིས་རི་རྩར་བསྐྱེབས་དུས་བསྐྱེན་འཛིན་དང་འཕྲད་  
 སོང་ལ། ཁོང་ནི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་མདུན་དུ་ཆོ་དབང་ཞུ་བར་བསྐྱེབས་པ་ཡིན་ཞིང་སྐྱ་མ་ཞིག་གིས་ཁོང་  
 ཀྱང་སྐུལ་སྐྱུ་ཞིག་རེད་ཅེས་བཅོད་བྱུང་། ཞིབ་ཏུ་ལྟ་དུས་ཁོང་གི་ཁྲད་སྐྱ་མེད་པ་དང་མིག་དང་ན་བ་ཆེན་པོ་  
 གཉིས་བཅས་མཐོང་དུས་དངོས་གནས་སྐུལ་སྐྱུ་ཞིག་འདྲ་བོ་འདུག ཡིན་ནའང་ངས་བལྟས་ན་ཁོང་གི་བྱ་  
 རྒྱུད་དེབས་ཀྱང་སྐུལ་སྐྱུ་ཞིག་དང་འདྲ་བོ་འདུག  
 ཐེངས་གཉིས་པར་ཁོང་མཐོང་དུས་ཁྱེ་ཤས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཡིན་ལ་ཁོང་གིས་སྒྲོ་བྱར་དུ་ཁ་པར་བཏང་ཡོང་སྟེ་  
 འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་པ་རོལ་ལ་ཕྱིན་ཟེན་པ་མ་ཟད། སྐུལ་སྐྱུ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་གནང་ཆར་ཡོད་  
 ལ། ཁོང་པ་རོལ་ནས་ཡོང་མ་ཐག་ཡིན་ལ་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་ནས་ང་ལ་ལྷ་སྐྱ་རྒྱུ་རྒྱུད་ཞིག་  
 བསྐྱར་ཡོད་པས་དེ་ལེན་དུ་ཡོང་རོགས་ཞེས་བཅོད་བྱུང་། ང་རང་ཀམ་ཀུན་བཟང་གོང་ཚོའི་བོད་ཀྱི་བཟོ་  
 དབྱིབས་ཅན་གྱི་ར་སྒྲོར་དེའི་ནང་འཇུལ་མ་ཐག སྐད་གདངས་སྤྱི་ཞིང་རིང་པའི་སྐུལ་སྐྱུ་འི་ཨ་པ་ལགས་  
 ཀྱིས་སྒྲོན་ལ་ཁོང་གནམ་ཐང་ནས་འཕྲད་པའི་གནས་རྒྱལ་ཞིག་སྒྲོ་བ་ཆེན་པོའི་ངང་དོན་བཟང་ཞིག་དང་  
 འདྲ་བར་སྐྱས་སོང་། ཁོང་གིས་བཅོད་ན་ཁ་ཉིན་ཁོང་གནམ་གྱུ་ལས་བབས་མ་ཐག་མི་ཞིག་གིས་བཀག་  
 ནས་ལག་བྱུར་ལ་བལྟས་ཏེ་ཁོང་གི་མིང་ལ་བསྐྱེན་འཛིན་ཟེར་བ་བདེན་དཔང་བྱས་རྗེས་ཁོང་འཁྲིད་རྩིས་  
 བྱེད་སྐབས། ཁོང་གིས་ཡེ་ནས་གནས་རྒྱལ་མི་ལགས་པ་ཞིག་དང་འཕྲད་པ་ཤེས་ཏེ་རྒྱ་མཚན་འདྲི་ཞིབ་

བྱས་པ་ན། མི་དེ་དུང་ཅུང་རྒྱ་འབྲས་ཅན་ཞིག་རེད་ཁོང་སློབ་ཀྱི་ཅིག་གི་མདུན་དུ་ཁྲིད་ནས་བཤད་རྒྱུ་ཡི།  
 ཁྱོད་ཀྱིས་ལྟོས་དང་གོང་རིམ་ནས་གཤམ་སྲིད་བསྟན་འཛིན་ཟེར་བ་ཞིག་སྤྲེགས་པ་ཡིན་ན་ལམ་སངས་པེད་  
 འཇགས་ལས་ཁུངས་ལ་ཁྲིད་ཤོག་ཟེར། བསྟན་འཛིན་ནས་ཕྱིར་ཕྱོད་ལན་སློབ་སྟོན་བོད་རིགས་ནང་མིང་ལ་  
 བསྟན་འཛིན་ཟེར་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ང་བསྟན་འཛིན་ཟེར་བའི་མི་དེ་ཡིན་པ་ཇི་ལྟར་ཤེས་སམ། གཤམ་  
 སྲིད་བསྟན་འཛིན་ཟེར་བ་ཚང་མ་འཛིན་བཟུང་བྱེད་དགོས་ན་རང་སྐྱོད་སྒྲོང་སྒྲོང་གི་བསྟན་འཛིན་སྤུ་ཅི་འདྲ་  
 འཛིན་དགོས་པ་མ་རེད་དམ་ཞེས་ཕྱོད་པ་བྱས་ནས་སྔོན་སྐབས། ཁོང་གི་བྱ་མོ་དང་མག་པ་གཉིས་  
 བསྤྲེགས་ཏེ་མག་པས་འགག་སློའི་ལས་ཁུངས་ནང་དོ་ཤེས་ཡོད་པ་བརྒྱུད་ཁོ་ཚོས་མཐའ་མར་ཁོང་འགོ་  
 ཅུ་བཅུག་འདུག ཡང་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ང་ལ་བཞུད་དོན་ངས་འདི་ནས་བསྟན་འཛིན་ལ་གོ། སྐྱར་མཁའན་  
 གྱི་མཆན་ཉིན་འདི་འགར་ཁོ་ཚོ་ང་བཅས་དུ་ཡོང་ངེས་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། མཐའ་མ་གནས་ཚུལ་ཅི་ཡང་  
 བྱུང་མེད་ཏེ་ལམ་ཁོ་ཚོས་བསྟན་འཛིན་ངོ་མ་དེ་རྩེད་སོན་བྱུང་པ་འདྲ་ཟེར།  
 དེ་ནས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ང་ལ་འདྲ་པར་ཁ་ཤས་བསྟན་སོང་ལ་དེ་དག་ནི་ཁོང་དང་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་  
 ལྷན་གཉིས་བལ་ཡུལ་དང་རྒྱ་གར་ནང་གནས་མཇལ་དུ་ཕྱིན་པའི་འདྲ་པར་དག་རེད། རིམ་པ་སྟོང་གི་  
 མཆོད་རྟེན་དང་བཞེངས་སྐྱེ་ཁྲི་ཕྱག་ རོ་རྩེ་གདན་དུ་དུང་འོད་ལམ་ལམ་འཁྱུག་པའི་མ་ཉི་འཁོར་ལོ་སོགས་  
 མང་པོ་བསྟན་བྱུང་། མཚུག་ཏུ་ཉ་ཅང་གཟབ་གཟབ་དང་སེམས་རྒྱུད་གིས་ཡང་བསྐྱར་འདྲ་པར་གཉིས་  
 བསྟན་སོང་། དེ་ནི་དེ་འདྲའི་ཁོབ་ཡངས་པོ་མ་ཡིན་ལ་བཞུད་ཉམས་ཅན་ཞིག་ཀྱང་མིན་ནའང་གསེར་འོད་  
 གྱིས་ཁེངས་པའི་ཁང་པ་ཞིག་གི་ནང་ཁོང་དང་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་གཉིས་གུས་ཁྱུས་ཁྱུས་གྱིས་  
 ཕྱོགས་གཉིས་སུ་འགྲེངས་བསྐྱད་ཡོད་ལ། དཀྱིལ་ན་བཞེངས་ཡོད་པ་དེ་དད་ལྷན་བོད་མི་ཚང་མར་ཆེས་  
 རྒྱས་མངའ་ཡོད་པ་དང་ཆེས་བྱམས་བརྩེས་ཁེངས་པ། ཆེས་མཇལ་འདོད་ཆེ་བའི་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་  
 རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་རེད། སྐྱུ་པར་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ལོའི་སྤྱི་ཟླ་གསུམ་པར་བསྐྱོན་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་  
 ངས་མཇལ་བའི་སྐྱབས་མགོན་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ཉེ་ལམ་གྱི་སྐྱུ་པར་དེ་ཡིན་ལ། ཁོང་གོང་ས་མཆོག་ལ་  
 གོ་སྐྱར་མཁའན་གྱི་མཆན་དངོས་གནས་བགྲེས་པོར་གྱུར་འདུག ཁོང་བགྲེས་པོར་གྱུར་ཟིན་དུས་གྱི་འགྱུར་  
 འགྲོས་དེ་འདྲའི་མགྱོགས་པ་ལ། ངས་མགྱོན་པར་མཆི་མས་འགག་ཞོར་དེ་ལྟར་ལབ་དུས་བསྟན་འཛིན་

གྱི་མིག་ནང་དུ་འང་མཆིམ་ཐོན་བཞིན་པ་མཐོང་སོང་། ཁོང་གིས་ཤུགས་རིང་ཞིག་འཐེན་ནས་བཤད་རྒྱར་  
འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་ཤུགས་ཆེན་པོས་དུས་སོང་ལ་ངས་ད་ཐངས་མ་གཏོགས་རང་གི་བྱ་དེ་འདྲ་བུ་  
བ་གཏན་ནས་མཐོང་ཚུངས་མེད་ཅེས་བཟོད་ཀྱིན་ཡང་ཁོང་དགོད་ཞོར་དུ་སྐྱེ་མཁུན་ནས་འཇམ་དབྱངས་  
དཔལ་ལྷན་ལ་ཉ་ཅང་དག་འཕྲོས་བྱེད་ཀྱི་འདུག ཁྱོད་ཀྱིས་ལྟོས་དང་། ཁོང་གིས་ད་དུང་ཁོའི་ནྟ་ཅོག་ནས་  
བཟུང་ཡོད་པ་རེད། རོམ། འདྲ་པར་སྟངས་དགོང་ལོ་བགྲེས་པོར་ཕྱིན་པའི་འཇུམ་དམུལ་དམུལ་གྱིས་  
བཞེངས་ནས་ཡོད་པའི་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་ཕྱག་གཅིག་གིས་བསྟན་འཛིན་འཆིང་  
ཡོད་ལ། ཕྱག་གཅིག་གིས་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་གྱི་ནྟ་ཅོག་ནས་འཇུམ་འདུག ཁོང་གི་རྒྱབ་ལོག་  
ན་འོད་ཆེམ་ཆེམ་དང་བཟོ་དབྱིབས་ལེགས་པོ་ཅན་གྱི་བྱ་དགའི་གཟེངས་རྟགས་ཤིག་མཐོང་འདུག་པ་དེ་  
ནི་མོ་ཆེལ་ཞི་བདེའི་བྱ་དགའི་རྟགས་མ་རེད་ཟེར།

སྐར་ཡང་ལོ་བྱེད་ལྷག་གི་ཉིན་གུང་ཞིག་ལ་ཐོལ་བྱུང་གིས་བསྟན་འཛིན་གྱི་ཁ་པར་འབྱོར་ཏེ་འཇམ་  
དབྱངས་དཔལ་ལྷན་ནས་བསྐྱར་ཡོང་པའི་ལོ་ཐོ་ཞིག་ང་ལ་བསྐྱུལ་ནས་ཡོང་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར། ང་རང་ཞོལ་གྱི་  
གོང་གསལ་ལམ་ཁར་ཕྱིན་ནས་ཁོང་གྱི་མ་ལ་བསུས་ཡོང་སྟེ། དེང་ཐོག་སྐར་བཏང་གི་འཆོ་བའི་གནས་  
ཚུལ་ཅག་ཅོག་ཐད་སློང་སློང་བྱེད་པེ་རེད་བསམ་བྱུང་། ཡིན་ཡང་སྐད་ཆ་འགོ་བཅུགས་པ་ནས་མང་པོ་  
སློང་སྟེ་དུས་ཚོད་གསུམ་ལྷག་ཕྱིན་སོང་། རེད་དེ་ཁོང་གི་གདོང་ལ་བལྟས་ནས་ཐད་ཀར་བསྟན་འཛིན་ཞེས་  
བོས་ན་མི་འགྲིག་ཕྱིར། གུས་བཀྱར་ཆེད་ངས་ནམ་རྒྱུན་ཁོང་ལ་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་འབོད་ཀྱིན་ཡོད། དེ་སྡོན་  
གྱི་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བའི་རྒྱ་མིའི་གྲོན་ཆས་ཆ་ཆོང་ཞིག་མན་བས་པའི་ཐོག་སྐར་རིང་པོ་ཡོད་པའི་པགས་པའི་  
ལྷ་མོ་ཞིག་གྱོན་འདུག་ལ། སྐད་གདངས་སྐར་བཞིན་བུད་མེད་རྒན་པོ་ཞིག་ནང་བཞིན་སྤོ་བོ་ཞིག་ཡིན་  
ཞིང་ནམ་ཡང་གདོང་ན་འཇུམ་གྱིས་ཁེངས་ཡོད། ང་ཚོའི་སློང་གཞི་དེ་ཇི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་  
ཏེ་འཇིགས་རྣམ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་བསྟན་འཛིན་ཏེ་འཕན་གྲོང་རིན་པོ་ཆེའི་ཐོག་འཁོར་བ་དམ་གྱི་མི་འདུག་  
ལ། ད་ལྟ་ཕྱིར་དམ་བྱས་ན་པལ་ཆེར་ངས་ཁོང་ལ་ལྷ་སར་འཆོ་བ་རོལ་དེ་ལོ་ག་ཚོད་སོང་བ་སོགས་དྲིས་  
ནས་འགོ་བརྩམས་པ་ཡིན་སྟེ། ཁོང་གི་ཕྱིར་དམ་ནི་དེ་འདྲ་གོ་རིམ་ལྷན་པ་དང་ཐོང་འགྲིག་པ་ཞིག་མ་  
རེད། ཁོང་གི་མི་སྐྱེར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཏེ་མཆོམས་རེར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ལོ་ནས་བསྐྱད་ཡོད་ལ། ཡང་མཆོམས་

རེར་ཕྱི་ལོ་༡༩༤༢ལོར་འཕུར་སྐྱོད་དང་། ཡང་སྒོ་བུར་དུ་ཕྱིར་༼རིག་གསར་༽དང་དེ་ལས་སྐྱུ་ཤས་སུ་  
 ཕྱིར་ལྡོག་བྱས་ཏེ། རོ་མཚར་ལྡན་པའི་ཕུ་ཐང་གི་ཆོ་ཤོག་དུས་རབས་ཀྱི་ཁོང་གི་དཔལ་འཇུག་སྒོ་སྟོབས་ཆེ་  
 ཞིང་མདའ་གྱི་ཐོག་ས་མཐའ་མེད་པའི་སྟོང་དཔོན་ཨ་མ་ལགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སོགས།  
 སྟོན་ལ་རྒྱུད་རིང་མག་མོག་གི་འདས་དོན་བཞག་སྟེ་ངས་བསྟན་འཛིན་རང་ཉིད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གོ་རིམ་ལྟར་  
 དུ་ཁོང་གི་མི་ཆེ་འོ་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་སྒྲིང་བ་ན།  
 ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ལོར་བསྟན་འཛིན་གྱི་འཛིན་ཁབ་ཁོངས་མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་༼སྐབས་དེའི་མངའ་སྡེའི་སྤྱི་  
 ཁབ་ནི་ཁ་ཆེ་འོ་དམག་ཤེད་ཅན་སྐ་སྤྱད་རེད། ཚུ་མ་པ་པོས་མཆན་༽དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་དོན་དངོས་ཁབ་  
 ཁོངས་ཁམས་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་བདག་དབང་འོག་གི་ཡུལ་ཤུལ་ཕུ་ཐང་ཡིན་པ་རེད། ཁོང་ནི་སྟན་  
 གསལ་ཅན་གྱི་ཆོ་དཔོན་གྱི་བྱ་གཉིས་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། སྟོན་མ་ནས་ཁོངས་གནས་དགོན་པ་ཞིག་གི་  
 མ་ལན་ཆེན་སྤུལ་སྐྱར་དོས་འཛིན་གནང་འདུག ཁོང་གི་སྤྱི་བོ་འང་འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་དགོན་པ་  
 གཞན་ཞིག་གི་སྤུལ་སྐྱར་དོས་འཛིན་གནང་ཡོད་ཀྱང་། སྟོང་དཔོན་གྱི་ཐོབ་གོ་ས་ཡོད་པའི་ཨ་མ་ལགས་  
 ནས་བྱ་རྒྱུ་པ་དེ་བྱིས་རྒྱུད་འཛིན་སྐྱོང་པར་གཏན་འཁེལ་བྱས་ནས་དགོན་པར་བཞག་མི་འདུག དགོན་  
 པར་བཞག་ས་མིན་ལ་མ་བཟུངས་པར་བྱ་རྒྱུ་པའི་སྤུལ་སྐྱེའི་ཐོབ་ཐང་ལ་འབྱུང་བ་མེད་ཀྱང་ཕན་ཚུན་  
 གཉིས་པན་ཐབས་ཤེས་ནི་རང་གི་བྱིས་དང་མིག་ལ་མ་ནས་འདུག་རྒྱུ་དེ་རེད། ཡིན་ནའང་བྱ་གཉིས་པ་དེ་  
 དགོན་པར་མི་གཏོང་པའི་རྒྱུ་མཚན་མེད་ཕྱིར་བསྟན་འཛིན་དགུང་ལོ་དུག་གི་ཐོག་དག་རྒྱུན་ལ་ལོ་ངོ་  
 བརྒྱད་བརྒྱའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པའི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་དགོན་ག་དགོན་པར་བསྐྱལ་འདུག དགོན་པ་དེ་ནི་  
 སྟོན་མར་གྲུབ་མཐའ་མང་པོའི་ཁྲོད་ཀྱི་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞི་རྒྱུད་བརྒྱུད་གས་ཀྱི་འབའ་རོང་བཀའ་བརྒྱུད་  
 པ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་ཆེན་མོའི་དུས་སུ་སོག་པོ་ཀྱུ་ཤིར་བའི་དབང་ཤུགས་ལ་བསྟེན་ནས་ཀམ་  
 བཀའ་བརྒྱུད་པར་བསྐྱར་བཅོས་གནང་འདུག ༼དོན་དངོས་ལ་སྐབས་དེར་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་  
 མཐའ་མང་པོ་དགོ་ལུགས་པར་བསྐྱར་ཡོད་པ་རེད། ཚུ་མ་པ་པོའི་མཆན་༽གང་ལྟར་ཆོང་མ་བཀའ་བརྒྱུད་  
 པ་ཡིན་པས་ཕུ་བའི་ཆ་ནས་རྒྱུད་འཛིན་མ་ལག་གཅིག་ཡིན་པ་རེད། འཕན་གྲོང་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་བོར་བཅུ་  
 གསུམ་པར་དོས་འཛིན་གནང་པའི་བསྟན་འཛིན་ནས་དེང་སང་ད་དུང་དེ་སྟོན་ཁོང་གི་དགོན་པར་སྤྱི་འདྲ་ཙུ་

ཆེན་དང་མཆོད་ཆས། ཐང་ཀ་སྒྱུ་རྩལ་ཇི་འདྲི་མང་པོ་ཡོད་པ་ཡིད་ལ་གསལ་ལེར་འཆང་འདུག ཡིན་  
ཡང་དེད་དུས་ལ་དེ་ཆོང་མ་རྩ་གཏོར་མེད་པར་བཟོས་ནས་འཛུབ་མོས་གངས་རྩིས་ཐུབ་པ་ཁ་ཤས་མ་  
གཏོགས་ལྷག་མེད་པ་རེད།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ལོར་ཁོང་གི་ལོ་ན་བགྲེས་པའི་ཨ་པ་ལགས་ནས་ཀྱི་གཅེས་ཀྱི་ལྷ་སར་གནས་མཇལ་ལ་  
ཕེབས་པ་དང་། ཁོང་གི་སེམས་ཀྱི་རེ་སྒྲོན་འབྲུབ་ནས་འཇིག་རྟེན་མི་ཡུལ་དང་འབྲལ་ཁར་སེམས་ཁྱར་  
ཆེ་ཤས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། ཁོང་གིས་ཁ་ཆེམས་ནང་མི་འགྲངས་པར་དུས་འབྱུར་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་པས་  
ཁྱེད་ཆོ་དུས་བཟུང་དཔོན་པོ་དང་སྤྱལ་སྤྱུ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་གསུང་འདུག ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ལོར་བོད་  
ས་ཡོངས་སུ་བྱེད་འཁྲུག་ཟེར་བ་འགོ་བཙུགས་ཡོད་ནའང་། དགྲུང་ལོ་གཞོན་པའི་འཕམ་གྲོང་རིན་  
པོ་ཆེན་དགོན་པའི་ནང་སྤྱོད་ཤིག་བསྐྱེམས་ནས་ཆོས་གཞུང་ལ་སྒྲོབ་གཉེར་གནང་བཞིན་པའི་དུས་ཡིན་  
ལ། ད་དུང་ལོ་ཤས་སོང་པ་ན་ཁོང་གི་དགོན་པའི་ནང་གི་སྒྲོབ་གཉེར་ཆ་ཆོང་མཐུག་སྒྲིལ་ནས། ཁོང་གི་ད་  
དུས་འཁོར་གྱི་ཁྲི་ལ་བཞུགས་ཏེ་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་དགོ་བའི་སྐྱོང་པའི་ལས་ལ་ཞུགས་དགོས་པ་དང་།  
དེ་ནས་ལོ་མང་པོའི་རྗེས་སྤྱོད་ཤིག་ན་འཆིའི་ཆོས་ཉིད་ལྟར་ཁོང་གི་སྤྱོད་བ་རིམ་འཕོས་ཀྱི་སྒྲོན་པའི་དགོངས་  
པར་མཐིམ་ངེས་རེད། སལ་ཆེར་དེ་ལྟར་ཡིན་ཤས་ཆེ། གངས་ཅན་ལྗོངས་སུ་ནམ་མཁའི་སྐར་ཆོགས་ལྟ་  
བུའི་དགོན་པ་གངས་མེད་བོད་མི་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་མགོན་སྐྱབས་སུ་བཀུར་བའི་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་སྤྱོད་  
ཆེའི་འབྲུལ་བཞུད་འདི་ཐེངས་མ་ཁྲི་སྟོང་མང་པོར་མ་རོན་བཞིན་པ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱོད་བཙུགས་ལས་པ་  
ཁོང་བསྟན་འཛིན་ལ་གོ་སྐྱར་མཁན་གྱི་མཆན་གྱི་དུས་སུ་ན་བཟའ་དུར་སྒྲིག་མན་བས་པའི་ཁོང་གི་སྤྱོད་ཆེར་  
ཕྱི་ལོ་གནས་ཐོན་པའི་འཇིགས་སྐྱག་གི་སྒྲོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་ཅད་དེ་གཏུབ་པ་རེད།  
དོན་དངོས་ཐོག་བསྟན་འཛིན་ནས་ཁོང་གི་དགྲུང་ལོ་བཙུགས་པའི་སྒྲོན་གྱི་དགོན་པའི་འཆོ་བ་དུན་པར་  
གསལ་ཆ་དེ་འདྲ་མེད་ལ་དེ་ནི་ཉ་ལམ་དེ་ལྟ་བུའི་ཉིན་རེ་དང་ལོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཉིན་རེ་ནང་བཞིན་གཅིག་  
མཚུངས་ཀྱི་བསྐྱར་བསྐྱོས་ཁོད་འདའ་བས་ཡིན་སྟེད། བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་ཆེའི་དུན་ཤེས་ནི་ཕྱི་ལོ་  
༡༩༥༩ལོ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཡོད་ལ། ལོ་དེའི་དབྱིད་ཀར་ཁོང་གི་དགོན་པ་ཞིག་གི་སྤྱལ་སྤྱུ་ཡིན་པའི་ཕུ་  
བོ་ནས་སྤྱོད་བྱེད་ཁོང་དགོན་པ་ནས་ཕྱིར་ཁྲིད་དེ་ཁོང་ལ་ད་སྐབས་དུ་བོས་བྱོལ་ལ་མ་ཕྱིན་ན་སྤོག་ཀྱང་ཐར་



དཀའ་བ་གསུང་རྗེས་ཁོང་ལ་མེ་མདའ་རིང་པོ་ཞིག་དང་ཏྲ་གཅིག་སྤྲད་ནས་པོ་མོ་སྟོང་ཕྱག་ཁ་ཤས་དང་  
 ལྷན་དུ་བློས་བྱོལ་གྱི་ལམ་ཁར་ཞུགས། ཡང་ཅིག་བཤད་ན་འདི་ནི་ཕྱིར་ཡོང་མེད་པའི་༼ཟླ་བ་  
 འཁྲུག་༽ཟེར་བའི་ལམ་ཁ་དེ་རེད། དཔུང་ཁག་འདིས་དམག་འཐབ་རྒྱལ་ཞོར་དང་འགོ་ཞོར་བྱེད་དགོས་  
 ལ། ༼ཟླ་བ་ཆེན་འཇགས་༽གྱི་ལས་འགན་ལག་ལེན་བྱེད་མཁན་བཅིངས་གྲོལ་དམག་མིས་ལམ་ཁ་  
 གང་པོར་རྗེས་ལྷལ་དམ་པོར་བསྟེགས་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ཕྱིར། ད་ལྟའི་མངའ་རིས་ཁྲལ་གྱི་དགོ་རྒྱས་རྗེས་  
 དུ་བསྟེབས་དུས་མི་གངས་སྟོང་ཕྱག་ཁ་ཤས་ཁོད་བཅུ་གངས་ཤིག་མ་གཏོགས་ལྷག་མེད་ལ། ཁ་ཤས་  
 ཤི་བ་དང་ཁ་ཤས་རྩས་པ་ཁ་ཤས་བློས་པ། ལ་ལ་ཁ་འཐོར་ལ་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད། བསྟན་འཛིན་ནས་ཁོང་  
 གི་འགྲམ་དུ་ནམ་རྒྱུ་མི་གསོན་པོ་ཞིག་སྟོ་བྱུང་ཤི་འགོ་བ་སོགས་མཐོང་དུས་དེད་ཐོག་ཁོང་དངངས་  
 རྒྱག་ཆེན་པོ་སྟེས་ན་འང་ག་ལེར་གོམས་བྱང་ལ་འགོ་གི་འདུག་ཟེར། དེས་གནས་བཤད་ན་གོམས་དང་  
 མ་གོམས་བཤད་རྒྱ་མེད་པར་སྐབས་དེར་བསྟེབས་དུས་ཆོང་མས་སྟོག་ཐར་ཨོ་ཐུབ་ཆེད་བློས་བྱོལ་བྱེད་  
 བཞིན་པ་རེད། བསྟན་འཛིན་ནས་རྗེས་སུ་ཤེས་ཏྲོགས་ལྟར་ན་ཁོང་དང་སྤྱན་མཆེད་གསུམ་པོ་མཐའ་མའི་  
 ཁ་བྱུས་ས་དེ་དགོ་རྒྱས་རྗེས་ཡིན་འདུག གང་དང་དང་སྟོང་འཇགས་སུ་མཐའ་བྲལ་བའི་རྩ་ཐང་ཆེན་མོ་  
 འདིར་མེ་མདའི་སྐད་སྒྲིའི་ཁོངས་པའི་སྤྱན་ནག་གི་མཆོན་མོ་ཞིག་ལ་མང་པོ་ལྷག་མེད་པའི་མི་རྣམས་ཁ་  
 ཏྲ་བཞིན་འཐོར་ཞིག་ཏུ་ཕྱིན་ནས་ཁོང་ཆོ་འཁྲུར་མིད་དང་ཡང་ན་སྤྱན་ནག་གི་འགོ་བས་སྤྱང་ཁོད་གར་སོང་  
 ཆ་མེད་དུ་གྱུར་བ་རེད། ཏྲ་རྒྱལ་བྱེད་པའི་བསྟན་འཛིན་དོམ་གོམ་པ་གང་ཡང་སྟོ་མི་ཐུབ་པའི་དུས་སུ་  
 ཁོང་གིས་རང་གི་འགྲམ་དུ་སྤྱན་མཆེད་མེད་ལ། ཡོངས་འཛིན་མེད་པར་སུ་ཡང་མེད་པར་ཁོང་ཉིད་གཅིག་  
 པོ་ལྷག་པ་གཞི་ནས་ཤེས་ཆོར་བྱུང་། ཁོང་སྟོ་ཐག་ཆད་པའི་ངང་སྐད་ཆེན་པོས་དུས་ཡོད་ལ། འདི་ནི་ཁོང་  
 གི་མི་ཆོའི་ཁོད་ཐངས་དང་པོར་འདི་ལྟར་ལྷགས་ཆེན་པོས་དུས་པ་དང་ཆེས་མཐའ་མར་དུ་སྐད་ཆེན་པོ་  
 བརྒྱབས་པ་དེ་འང་ཡིན་འདུག དེའི་རྗེས་ཁོང་གིས་མིག་རྒྱ་ཕྱིས་ནས་སྤྱན་ནག་ཡོད་སའི་ཕྱོགས་ལ་བསྟོད་  
 དེ་ཅུང་ལྷག་པོའི་འགོག་ཁྲིམ་ཞིག་ཏུ་སྒྲ་བ་བྱས་ཡོད་པ་རེད།  
 དུས་དེ་ནས་དགུང་ལོ་བཅུ་བཞིར་སོན་པའི་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ཁོང་གི་མཆོན་དེས་དང་ལོ་རྒྱས་སྤྱས་  
 གསང་གིས་འཆོ་བའི་ལོ་སྟོ་རིང་མོ་ཞིག་རོལ་འགོ་བརྩམས། རིམ་བཞིན་མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱིས་པ་བྱ་རྒྱུ་



འདིན་མི་མེད་པ་ལྟར་དུ་གངས་ཅིན་པོ་ཆེར་གནས་མཇལ་ལ་འགྲོ་བའི་ལམ་ཁར་པ་མ་སྟུན་མཆེད་དང་  
 ལ་འཐོར་དུ་སོང་ནས་དུ་སྟག་ཏུ་ཐུར་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་སྡོད་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ནི་  
 རྒྱུན་ཏུ་མཐོང་པའི་སྒྲུབ་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་པས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ཡང་དེ་  
 སྟུན་མི་རྣམས་ཀྱིས་གཅིག་གསུ་བཀུར་བའི་སྟུལ་སྟུ་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ད་ལྟ་མིའི་བྱིས་དུ་གཡོག་པའི་  
 ལས་ཀ་བྱེད་སྐབས་ཁོང་ལ་ཇི་འདྲའི་སྟུག་རུས་དང་སེམས་ཤུགས་ལྡན་པ་ནི་རྟོགས་བྱུང་པ་ཞིག་རེད།  
 དུས་ཚོད་རིང་པོ་ཕྱིན་པ་དང་བསྟན་ཏེ་འགྲམ་གྱི་དགོན་པའི་སྒྲུ་མ་ཞིག་གིས་ཁོང་གིས་ཡི་གེ་ཤེས་པ་  
 རྟོགས་ཏེ་ཁོང་ལ་གྲྭ་བ་བྱས་ན་མི་ཆོ་འཕྲོ་བརྒྱག་ཡིན་ཚུལ་གྱི་གོ་བསྟོན་བྱས་ནས་ཁོང་དགོན་པར་ཡོང་  
 རྟེན་གྱི་བྱེད་པའི་གདམ་ག་བྱས་པ་དང་། བསྟན་འཛིན་ཡང་བསྐྱར་རབ་དུ་བྱུང་བའི་དུས་སུ་ལས་དོན་  
 ཚོགས་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཐང་དུ་བསྐྱེད་པས་ནས་རྒྱ་ཆེའི་བྲན་གཡོག་རྣམས་ལ་ རྩ་ཡར་ལངས་ཀྱི་ཐོབ་སྟེ།  
 རྩ་བཅིངས་གོ་ལ་ཀྱི་ཐོབ་དུ་བཅུགས་ནས། དུ་སྟག་བསྟན་འཛིན་གསར་བཟུང་དཔུང་སྡེའི་ཚོད་ཞུགས་ཏེ་  
 འཕྲིན་སྟེལ་བ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཞིག་དུ་ཐུར་ཡོད་པ་རེད།  
 ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ལོར་རིག་གནས་ཡོད་པའི་བསྟན་འཛིན་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོར་སློབ་སྦྱོང་  
 ལ་མངག་རྒྱ་གཏན་འཁེལ་བ་རེད། འདིན་བོད་རིགས་ལས་བྱེད་པ་གསོ་སྦྱོང་གནང་སའི་དཔོན་གནས་  
 ཀྱི་ལམ་ཁ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དགོ་རྒྱས་རྫོང་དང་པེ་ཅིན་བར་རྒྱུང་ཐག་རིང་དུགས་ནས་བསྟན་འཛིན་དང་མི་  
 གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་ལོ་གཅིག་གི་ལམ་ཐག་བརྒྱད་དེ་ལྟ་སར་ཐོན་སྐབས། མི་གཞན་དག་ཚོ་  
 སྤར་ནས་མའོ་ཀླུ་ཞིའི་མདུན་ལ་བཅར་ནས་གསར་བཟུང་སློབ་གསོ་རིག་ཚར་བ་རེད། དེ་ན་ཇི་ལྟར་བྱས་  
 ནས་ལེགས་སམ། ཡང་བསྐྱར་དགོ་རྒྱས་རྫོང་ལ་ཡོང་ནས་སུ་མཐུད་དུ་གསར་བཟུང་བྱེད་རྒྱུ་ལམ་ལྟར་  
 སར་བསྐྱད་ནས་སློབ་སྦྱོང་སྦྱོང་བཅར་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ནམ། འབྲེལ་ཡོད་འགོ་ཁྲིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཁོ་ཚོའི་བསམ་  
 ཚུལ་འདྲི་དུས། བསྟན་འཛིན་ནས་ཁོང་ལ་མི་ཆོའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་གསལ་ཆ་གཏན་ནས་མེད་པའི་ལྟ་ས་  
 འདེམས་འདུག ཁོང་གིས་ཆེས་སྡུ་ཤས་ཀྱི་སྐབས་ཤིག་ལ་ རྩ་སྟོན་བོད་མིར་སྟེ་ལེན་བྱེད་སའི་གཞུང་  
 ལས་ཁང་ཀྱི་དུ་འཕྲིན་སྟེལ་བ་བྱས་སྦྱོང་པ་དང་། དེ་ནས་བྱང་མ་འགོར་བར་ རྩ་འབྲོག་ལས་  
 ཁུངས་ཀྱི་རྩིས་ནས་རང་སྦྱོང་ལྟུངས་ཞིང་ལས་ཁང་ལ་མིང་བསྐྱར་འདུག ཚུམ་པ་པོའི་མཆན་སུ་ལས་

གནས་སྤྱོད་ཡོད་ལ། འཕྲིན་སྒྲིལ་བ་དང་ཁ་ལོ་བ། ལག་རྩལ་པ་བཅས་ཆེས་དཔྱུས་མའི་ལས་ཀ་དག་  
བྱས་འདུག བསྟན་འཛིན་ནས་ནམ་ཡིན་རུང་གཟབ་ནན་སེམས་རྒྱུང་དང་རང་ཆེ་རང་ངོས་གཏན་ནས་མི་  
བྱེད་པར་དུ་སྒྱུག་དང་སྒྲིལ་བ་ལས་བཟོ་བ་བྱས་ནས་ རྩལ་ལངས་ཞིང་བྱན་ཤིང་བཅིངས་གྲོལ་ཐོབ་པ་དང་།  
དེ་ལྟར་ རྩལ་གསར་ཤིང་ ལས་འགུལ་སྒྲེབས་པ་རེད།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ལོར་བསྟན་འཛིན་གྱིས་གཞིས་ཀ་རྩེའི་ཞིང་གོང་ཞིག་ན་ཞིང་ལས་ལག་རྩལ་གྱི་ལས་ཀ་  
བྱེད་སྐབས། ཁོང་སྤྱོད་མའི་དགོན་པའི་ནང་སྤྱོད་གཉེར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཇི་བཞིན་སྤྱོད་སེམས་སྤྱིམ་ནས་  
ཞིང་ཁར་ལས་ཀ་འི་ནང་མགོ་འཁོར་ཏེ་རྩ་བ་གཉིས་ཀྱིས་ལས་དོན་གཞན་པར་མཉམ་འཛུགས་ཡེ་ནས་མེད་  
ལ། ཁོང་ཕྱིར་ལྟ་སར་བསྒྲེབས་དུས་གཞི་ནས་ཉང་སངས་དགོས་བྱུང་སོང་། མཚོན་ཆས་དྲག་འཐབ་  
འགོ་བརྩམས་ཟིན་ཡོད་ལ་དགོན་པ་ཁག་རྩ་མེད་བཏང་སྟེ་ རྩ་ལྟེ་གདོན་བགགས་ཤིང་ གྱི་ལུས་སུ་ཁོང་  
ལ་ཉ་ཅང་ཆ་རྒྱས་ཡོད་པའི་ན་བཟའ་དང་དཔོན་ཆས་བསྟོན་འདུག ཡིན་ནའང་ རྩ་ལྟེ་འགོ་མཁའ་  
དབང་འཛིན་པས་ རྩ་ལྟེ་འགྲུལ་ལ་ཁོང་ནས་ཤེས་རྟོགས་མི་བྱུང་པར་གནས་ཡོད། བསྐྱལ་བ་ཡང་  
བསྐྱར་འབྱུར་བྱུང་། བསྐྱལ་བ་འབྱུར་ནས་ཁོང་ལ་མི་ལེགས་པར་བྱུང་། བསྟན་འཛིན་གྱིས་སྤྱོད་པར་བབ་  
བསྟན་འདུག་ཤེས་གནང་འདུག་པ་འདི་ནི་རང་ཉིད་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་གཞན་ལ་གཞན་འཆོ་མེད་པའི་གཡོ་  
ཐབས་སམ་སྤྱང་པོའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་ཡིན་ལ། དེས་གནས་བསྟན་འཛིན་གྱི་བྱང་ཆགོམས་པའི་  
ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན་པས་ད་ལྟ་དེ་དབུ་དེ་བཤད་དུས་ཁོང་གིས་ཉ་བ་ཆ་ཆེན་པོའི་གདམ་བརྒྱབ་ནས་སྤྱོད་  
ཡིད་ཆོམས་པོའི་རྣམ་པ་ཞིག་སྟོན་ངས་རེད། ཁོང་གིས་གསུང་ན་སྐབས་དེར་ཕྱོགས་ཁག་གཉིས་མཉམ་  
འབྲེལ་བཀོད་འདོམས་ཁང་དང་བྱེད་ལོག་སྤྱི་བྱུང་ཁང་། རྩ་ལྟེ་པོའི་མཆན་བར་འགལ་སྤྱོད་དྲག་ཡིན་  
པས་ད་རང་གདམ་གྱི་ཁོངས་སུ་འདུག་ཡིན། ཡིན་ཡང་ལས་ཁུངས་ནང་ཞིང་གོང་གི་ཡིན་ཚུལ་གྱིས་མགོ་སྟོར་  
གྱིས་གཡོལ་ཐབས་བྱེད་བྱུང་ནའང་ཕྱི་ལོ་གཡོ་ལ་ཐོན་མ་ཐག་དུས་རྒྱུན་ཕྱོགས་ཁག་གཉིས་ཀྱི་མིར་འཕྲད་  
སྤྱོད་པས་ཁོ་ཆོས་གནས་ལུགས་མེད་པར་འཛིན་བཟུང་བྱས་ནས་ཕྱོགས་ཁག་གདམ་གྱི་ཡིན་ཚུལ་འདི་  
གཙོད་བྱེད་པ་མ་ཟད། ལམ་སངས་ཁོ་ཆོས་ཕྱོགས་ཁག་ལ་ཞུགས་སྤྱོད་སྤྱོད་འདོན་པ་མིན་ན་ཁྱོད་ལ་  
དོགས་གཞི་བྱས་ནས་གཙུག་རྒྱུ་བྱེད་ངས་རེད། དེའི་ཕྱིར་ངས་དཔུང་རྟགས་གཉིས་བཟོས་ནས་གཅིག་

གི་ཐོག་ཏུ་མཉམ་འབྲེལ་བཞོན་འདོམས་ཁང་། ཞེས་གྲིས་ཡོད་ལ། གཞན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་གྱེན་  
 ལོག་སྤྱི་བྱབ་ཁང་། ཞེས་གྲིས་ཏེ་རང་གི་ཁྲག་མ་གཉིས་སུ་སོ་སོར་བརྩམས་ཁོ་ཚོ་དང་འཕྲད་སྐབས་  
 ཁོ་ཚོ་འདྲུང་རྟགས་ལ་གསལ་པོར་བལྟས་ཇེས་ཁ་ལོག་ལ་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་དཔྱད་རྟགས་དེ་སྤངས་  
 ནས་འདོགས་གྱིན་ཡོད། ཐབས་ཤེས་འདིས་ཉ་ཅང་རྩལ་པ་ཐོན་གྱིན་འདུག་ཐེངས་ཤིག་ལ་ཕྱོགས་ཁག་  
 གཉི་ལས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་དམག་འཐབ་བྱེད་དུས་སུ་ཐོག་མར་ཏུ་གྱེན་ལོག་སྤྱི་བྱབ་པས་། ནང་  
 རོལ་དུ་བདག་འཛིན་བྱས་པ་དང་དེ་ནས་དམག་མི་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཏུ་མཉམ་འབྲེལ་བཞོན་  
 འདོམས་། ཕྱོགས་ནས་སྤྲོས་ཏེ་ནང་དུ་འཛུལ་ཐབས་བྱས་ཡོད་ལ། སྐབས་དེར་གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
 སྒོ་མདུན་དུ་མི་མང་པོ་འདྲུ་འཛོམས་ཀྱིས་ཆུ་ལོག་བཞོལ་བ་ལྟར་ནང་དུ་འཛང་ཀ་བྱེད་གྱིན་ཡོད། ང་རང་  
 དང་པོར་ལྟ་དམོ་བལྟ་རུ་ཡོང་པ་ཡིན་ནའང་མི་མང་གི་འཛང་ཀ་འདྲི་ཁྲོད་ནང་རོལ་ལ་བསྐྱེབས་བྱུངས་འདུག་  
 ང་རང་དེ་དག་ནང་ཞུགས་འདོད་མེད་པས་འཚུབ་ཆའི་ཁྲོད་སྐྱར་དུ་མཉམ་འབྲེལ་བཞོན་འདོམས་། ཀྱི་  
 དཔྱད་རྟགས་ཕྱིར་བཏོན་ནས་དཔྱད་བར་བཏེགས་ཏེ་སྤྲིག་ལམ་སྤངས་ཏེ་བྱེད་མཁན་ཡིན་ཚུལ་གྱིས་ཕྱི་  
 ལ་གྲོས་ནས་ཐོན་པ་ཡིན།

ཏུ་རིག་གསལ་ཏུ་དུས་སུ་བསྟན་འཛིན་གྱི་བློ་སྤྲོད་ཁོང་དང་ལས་ཁུངས་གཅིག་གི་ལས་གྲོགས་  
 ཤིག་གིས་མི་གཞན་པར་ནད་ལ་བརྟག་པར་དགའ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ནམ་རྒྱུན་བཀའ་བཞོན་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་  
 ཚོངས་དད་ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་པར་དགའ་བས་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲ་མ་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་གྱི་ཡོད་ལ་ཁོང་  
 རང་ཉིད་ནས་ཡང་ཡིན་མདོག་བྱེད་གྱི་ཡོད་པས་མཐའ་མར་རུང་མིན་ན་འཐབ་ཚོད་ཁྲོད་དམར་གསོད་  
 བཏང་ཡོད་འདུག་ ཇེས་སུ་མི་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་འཛིན་ནི་སྒྲ་མ་དོམ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་དུས་  
 གཅིག་ཇེས་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་བཤད་རྒྱུར། སྒྲ་མ་དོམ་དེར་འཐབ་ཚོད་མ་བྱས་པར་སྒྲ་མ་རྩོན་མ་ཞིག་  
 ལ་འཐབ་ཚོད་བྱས་འདུག་ བསྟན་འཛིན་ཁྲོད་དོམ་གཡོ་སྐྱུ་ཅན་ཞིག་རེད་ཟེར།

དེའི་ཇེས་སུ་བསྟན་འཛིན་ནས་གཉེན་བསྐྱེགས་པ་དང་བྱིས་པ་གཉིས་ཡོད་ལ་ཁོང་དངོས་གནས་ལྟ་སའི་  
 མི་དོམ་ནང་བཞིན་ཆགས་པ་དང་། བག་ཡངས་སྟོད་བདེའི་ངང་འཚོ་བ་རོལ་པའི་ལྟ་ས་བ་ལྟ་བུར་ཆགས་  
 པ་རེད། ཡིན་ཡང་ལོ་རྒྱུས་དུས་འཕྲོལ་ལས་ཁོང་གི་བློ་གདུང་འགོག་ཐབས་བྲལ་ཏེ་དེ་སྤྱི་མཉམ་དུ་

བོས་བྱོལ་དུ་བྱིན་པའི་སྤྱན་མཆེད་རྣམས་དཔྱད་ཞིང་། ཁོང་ཚོ་འདས་ཟིན་པའམ་ཡང་ན། འཚོ་བཞེས་གནང་  
 ཡོད་དམ། གཤམ་ཏེ་འཚོ་བཞེས་གནང་ཡོད་ན་ད་ལྟ་གནས་གང་ཞིག་ཏུ་འབྱམས་ཉལ་གནང་བཞིན་ཡོད་  
 དམ། ཁོང་གིས་ཁ་རོག་ལ་ཅུད་གཅོད་དང་འདྲི་ཞིབ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག། ཐེངས་རེར་ལས་ཁུངས་མར་གཞི་  
 རིམ་ལས་དོན་ཐད་ཚུགས་བསྐྱེད་བྱེད་སྐབས་ཁོང་རང་འགྲུལ་ངང་འགོ་བར་དགའ་ཤོས་དེ་ཡིན་ཞིང་ལྷག་  
 པར་དུ་མངའ་རིས་དང་ནག་རྩལ་ཁུལ་དུ་འགོ་རྒྱུར་དེ་བས་དགའ་བོ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། ས་ཁུལ་དེ་དག་ཏུ་  
 དངོས་གནས་ཁོང་དང་པ་ཡུལ་གཅིག་པའི་མི་འདུག། ཁོང་ནས་ཁོང་ཚོ་དེ་སྔོན་ཁ་འཐོར་དུ་བྱིན་པའི་  
 རོགས་པ་ཚོ་ཡིན་པ་གསུང་བའི་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་ཁོང་ནས་ཁོང་ཚོ་གཏན་ནས་བཅའ་ཁྲིམ་མེད་  
 ལ། ཁོང་ནས་སྤར་བཞིན་གསང་བའི་ཐོག་གྲགས་མེད་ཚོར་མེད་ཀྱིས་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཁོང་  
 ལ་སྤར་ནས་འདི་འདྲའི་གོམས་གཤིས་ཤིག་ལོབ་འདུག། འདི་ལྟར་བྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་སྤེལ་སྤྱོད་  
 ཡང་བསྐྱར་ཁོང་མངའ་རིས་ལ་བསྐྱེད་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་རེག་པ་མ་ཟད། གནས་མཆོག་གངས་རིན་པོ་  
 ཆེ་དང་ཐག་ཉེས་ཞིག་རེད། ལས་རོགས་ཀྱི་ཤ་ཉེ་ཞིག་ཀྱང་ཁོ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱུངས་འཁོར་ལ་བསྐྱེད་དེ་  
 གངས་བསྐྱོར་ལ་བྱིན་པ་ན་གངས་འདབས་ལ་སྤེལ་པའི་མཚམས་སུ་མི་དེས་ཁོང་ལ་ཁོ་རང་གནས་རིམ་  
 རོལ་བརྒྱུད་ཀྱི་གར་ལ་བོས་བྱོལ་དུ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་བརྗོད་བྱུང་། ཐེངས་འདིར་བསྟན་འཛིན་ལ་སྐྱག་སྤྱོད་  
 མེད་པར་དེ་ནི་ཁོང་གིས་སྤྱན་མཆེད་རྣམས་ཅུད་གཅོད་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཡིན་པས་ཚོར་ཤེས་དབང་  
 མེད་བྱིན། གཅིག་བྱས་ན་ཁོང་གི་སྤྱན་མཆེད་རྣམས་གནས་དེར་ཡོད་ཀྱང་སྤིད། དེ་ནས་ཁོང་གིས་མི་དེར་  
 ཁོང་ལ་རོགས་བྱས་ནས་ཁོང་དང་ལོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་རིང་ཁ་འཐོར་དུ་བྱིན་པའི་སྤྱན་མཆེད་རྣམས་ཅུད་གཅོད་  
 བྱེད་པའི་མངག་བཅོལ་བྱས་པ་དང་མི་དེའི་ཡང་ཁས་ལེན་བྱས་སོང་། དེ་ནས་ཁོང་ཚོ་མཉམ་དུ་གངས་  
 སྐོར་ལ་བྱིན་ཏེ་སྐོར་བར་འགོ་བཞིན་འགོ་བཞིན་སོ་སོའི་གནས་སུ་ལོག་ཀྱི་འཆར་གཞི་བཏིང་ཡོད།  
 འོན་ཏེ་སྤྱི་ཀྱང་དཔག་དཀའ་བ་ཞིག་ལ་སྐྱོས་གར་རང་བཞིན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་མིག་ལས་དུ་བྱུང་  
 སོང་།

བསྟན་འཛིན་ནས་ངས་རྩོམ་པ་པོར་གོ། སྤྱར་མཁན་གྱི་མཆན། ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་པར་དོགས་ཏེ་བསྐྱེད་མ་  
 བསྐྱེད་ཐོག་བྱས་ནས་འདི་ནི་ངོ་མ་ཡིན། དངོས་གནས་ཡིན་ཞེས་གསུང་བྱུང་ངའི་ཚོ་གངས་བསྐྱོར་ལ་འགོ་

བའི་དུས་སུ་དེ་དགོན་པའི་ནང་གི་སྤྲོ་མ་ཞིག་དང་འཕྲད་བྱུང་ངའོ་ཁ་གྲུས་ནས་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཕྱིན་ཡོད་  
 པ་མ་ཟད། སྐབས་དེར་ང་རང་གྲིས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ངའོ་ཕན་ཚུན་ངོ་ཤེས་ཏེ་ངོས་འཛིན་གསལ་པོར་  
 བྱས་པ་ཡིན། ང་ལ་སློབ་གིས་བརྒྱབ་པ་ལྟ་བུར་བྱུང་འདི་ནི་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་གི་རིང་ང་རང་ཐེངས་དང་པོར་  
 གདོང་དང་གདོང་ཐུག་ནས་པ་ཡུལ་གྱི་མིར་འཕྲད་པ་རེད་ལ་ཁོང་དཔེ་དགོན་དེའི་སྤྲོ་མ་ཞིག་རེད། ང་རང་  
 ཉོན་འཐོར་ནས་ས་དེར་འབྱེངས་བསྐྱེད་སྐབས་ཁོང་ཡང་ཉོན་འཐོར་ནས་ང་ལ་བལྟས་འདུག སྤྱི་ཁྱད་  
 ཡིད་ཆེས་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། མཐའ་མཚུག་ཁོ་རང་ནས་ཕུས་མོ་ས་ལ་བཅུགས་ཏེ་སྐད་གདངས་ཆེན་  
 པོས་དུས་པ་མ་ཟད། ཁོང་དུ་ཞོར་བཤད་རྒྱར་༼སྤྱུལ་སྤྱ། ཁྱེད་སྤྱི་ཤ་རྒྱགས་པར་ཕྱིན་པ་ཅི་མ་  
 གཏོགས་སྡོན་མ་ནང་བཞིན་འདུག་༽ཟེར། རེད་དེ། གནས་སྤངས་དེ།  
 དངོས་གནས་སྟེས་དབང་ཞིག་རེད། གངས་སྒོར་གྱི་ལམ་བར་ནས་འཕྲད་པའི་སྤྲོ་མ་དེ་ནི་པ་རོལ་ནས་རི་  
 གྲོང་བརྒྱལ་ཏེ་གནས་མཇལ་ལ་ཡོང་བ་རེད། བསྟན་འཛིན་ནས་གསུང་རྒྱུར་དེ་དུས་ས་མཆོམས་གྱི་  
 བཀའ་སྤྲོ་མ་དོད་མ་དུ་ལྟ་ནང་བཞིན་དམ་བུ་བྱེད་གྱི་མེད་ཕྱིར་བལ་ཡུལ་གྱི་འབྲུལ་བསྐྱོད་ལག་ཁྱེར་  
 ཡོད་ན་པར་ཕྱོགས་གྱི་མི་འདི་ཕྱོགས་ལ་ཡོང་ནས་གནས་བསྐྱོར་ལ་སོང་ཆོག་གི་ཡོད་པ་རེད། བསྟན་  
 འཛིན་ནས་གསུང་དོན། སྤྲོ་མ་འདི་འང་དེ་སྡོན་མཉམ་དུ་བློས་བྱོལ་གྱི་གསལ་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཁོང་གི་སྤྱོན་  
 མཆེད་རྣམས་དང་ཉམ་དུ་རྗེས་འབྲངས་མཁན་ཞིག་ཡིན་འདུག ཁོང་གི་སྤྱོན་མཆེད་རྣམས་རྒྱ་གར་ལ་  
 བློས་བྱོལ་དུ་སྟེབས་ཟིན་པ་བདེན་པ་རང་རེད་ལ་ཁོང་གི་པ་རྒན་གྱི་བཀའ་འགོག་འོག་རང་ཡུལ་དགོན་  
 པར་བརྟེན་པའི་ཕུ་བོ་རྒན་པ་ནས་དེ་སྡོན་ཕུ་བོ་གཉིས་པ་དང་མཉམ་དུ་བུད་མེད་ཅིག་རྒྱུང་མར་བརྟེན་ཏེ་ལོ་  
 མང་རིང་འཆོ་བ་རོལ་ཡོད་ཅིང་། ལོ་ཤས་སྡོན་ལ་ཕུ་བོ་རྒན་པས་ཕུ་བོ་གཉིས་པར་ཁྱེད་གྱིས་ཁྱིམ་འདིར་  
 བདག་སྐྱོང་བྱོས་དང་ང་རང་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་དུ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་གསུང་  
 རྗེས་དེ་ནས་བཟུང་མི་སྤྱི་བྱེད་འདོད་མེད་པས་ཕུ་བོ་རྒན་པ་ཡང་བསྐྱར་རྒྱུ་པོ་རིན་པོ་ཆེ་གནང་འདུག  
 དེ་ལྟར་བསྟན་འཛིན་གྱིས་མཐར་ཐུག་ཁོང་གི་སྤྱོན་མཆེད་རྣམས་ཆེད་སོན་བྱུང་ལ། དེ་ལྟར་གནས་ཚུལ་ངོ་  
 མ་ཤེས་ཏོགས་བྱུང་། དེ་ལྟར་ཁོང་གི་རྒྱུང་མ་ཐེ་བའི་མི་རྣམས་གྱིས་དགའ་བོར་བསྟན་འཛིན་སྡོན་མ་སྤྱུལ་  
 སྤྱི་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཏོགས་བྱུང་། སྤྲོ་མ་དཀོན་མཆོག་ལ་བྱམས་བརྟེན་ལྡན་ཞིང་གང་ལྟར་སངས་རྒྱས་



གྲིས་འོས་འཛམས་ཀྱི་དུས་སུ། ལས་སྐལ་གྱི་རྒྱ་འཛོམ་པའི་དུས་སུ་དགེ་སྲུག་གི་ལས་འབྲས་མདོན་  
 སུམ་དུ་ཤར་ནས་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གཟིགས་སུ་འཕྱག་རེས་རེད།  
 ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༢ལོར་བསྟན་འཛིན་གྲིས་ནང་མི་ཚང་མ་ཁྲིད་དེ་ཁོང་གི་པ་ཡུལ་རྩ་སྟོན་དུ་ལོག་པ་མ་ཟད། དེ་  
 ནས་བརྒྱུད་ཁོང་གིས་ལག་རྩལ་མི་སྣས་ཕྱག་ལས་མ་གཉེར་པར་རྫོང་ཆབ་སྲིད་གྲོས་ཚོགས་ནང་ཕྱག་  
 ལས་གནང་པ་དང་སྟོན་ལ་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཚོགས་གཞོན་དང་དེ་ནས་ཚོགས་གཙོའི་འགན་བཞེས་ཡོད་པ་  
 རེད། ཁོང་གི་སྤུལ་སྤྱུ་ཡིན་པའི་རྒྱུན་གྲིས་དག་ཟེར་ཚོགས་གཙོར་བསྐྱད་པ་ཡིན་ཡང་ཁོང་གི་སྤུལ་རྒྱུན་  
 སྤྱིང་པོར་བཅངས་པའི་སྤུལ་སྤྱུ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཁོང་ལ་བྱིས་དང་རྒྱུད་མ་ཡོད་ལ་བྱ་དང་བྱ་མོ་གཅིག་  
 བཅས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བོད་མི་དགུས་མ་ཚོས་ཚོས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྤུལ་སྤྱུ་འཛིན་ཉེན་གྱི་འཚོ་  
 བར་ངོས་ལེན་དང་བབ་བསྟུན་བྱེད་ཅིང་། ཡིན་ནའང་དོན་དངོས་ཐོག་ཁོང་གི་དེ་བས་ཀྱང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་  
 ལས་བྱེད་པ་ཞིག་དང་འབྲེལ་འདུག ལོ་དུག་གི་རྩིས་སུ་བསྟན་འཛིན་གྱི་ལྷ་སའི་རྒྱུད་མ་རྩ་སྟོན་འབྲོག་  
 རུལ་གྱི་འཚོ་བར་མ་གོམས་པར་བྱས་པ་གཉིས་ཁྲིད་ནས་ཕྱིར་ལྷ་སར་ལོག་ཡོད་ལ། འགོ་ཁར་དཀར་  
 ཚོགས་མི་སྤྱིང་ཆེད་སྟོན་ལ་ལས་གནས་སྟེང་རྒན་ཡོལ་དུ་བྱིན་འདུག བསྟན་འཛིན་གྲིས་སུ་མཐུན་དུ་  
 པ་ཡུལ་ནས་ལོ་ཁ་ཤས་ལ་རྒྱུན་འབྱོར་སྤྱོད་ཀྱིས་ནས་བསྐྱོད་དེ་དབྱར་ཁར་རྩ་སྟོན་དུ་འདུག་པ་དང་དགུན་  
 ཁར་ཕྱིར་ལྷ་སར་ལོག་ནས་རྒྱ་བྱ་སྐོ་ནག་རི་བཞིན་དུས་ཚོགས་དང་བསྟུན་ཏེ་སྤྱོད་ཀྱིས་ལ་འཕུར་  
 བསྟོད་བྱེད་བཞིན་མཐར་ཐུག་དེ་ལྷ་ར་འཕུར་མཚམས་བཞག་སྟེ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ལོར་དགུང་ལོ་ལྔ་བཅུར་  
 སོན་མེད་པའི་ཁོང་ཀྱང་སྟོན་ལ་ལས་གནས་སྟེང་རྒན་ཡོལ་དུ་བྱིན་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་སའི་ནང་བག་ཐེབས་  
 ཡིད་ཚིམས་དང་སྟོད་གཡེང་ངང་ཚོས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་གྲིས་ཁེངས་པའི་རྒན་ཡོལ་གྱི་འཚོ་བ་རོལ་གྱིན་  
 འདུག དེའི་སྐབས་སུ་ཁོང་རྒྱ་གར་ལ་བྱིན་ནས་ནང་མི་སྣུན་མཆེད་དང་ལྷན་འཛོམས་བྱུང་སྟེ་པན་ཚུན་  
 དམ་པོར་འབྱུད་ནས་མིག་རྒྱ་བཞུར་ཞིང་ཡང་བསྐྱར་སྐྱིད་པའི་གདོང་ལ་འཛུམ་གྲིས་ཁེངས་འདུག དེའི་  
 སྐབས་སུ་ཁོང་དང་བསྐྱར་ན་ཚོས་འབྲེལ་དེ་ལས་ཟབ་པའི་བྱ་རྒྱུད་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་གྲིས་རང་  
 འགུལ་གྲིས་འཛིན་ཉེན་པའི་འཚོ་བ་དོར་ཏེ་ལྷ་མཁུན་དུ་སྟོན་པའི་དཀར་གསལ་མཆོད་མེ་ལྷ་བུར་གྱུར།  
 དོན་དངོས་ལ་གོང་བརྗོད་དེ་དག་གི་བསྟན་འཛིན་ཞེས་པའི་དེང་ཐོག་བོད་མི་སྤྱིར་བཏང་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པ་



ཁོང་ཆེས་སྤྱིར་བཏང་གི་བོད་མི་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པའི་མི་ཚོའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་ལ། སྤུ་རྩེས་གཉིས་བསྐྱར་བ་ཡིན་ན་ང་ཚོས་སྤྲོན་མ་དེ་ཁོང་གི་འདེམས་པར་མོས་པའི་ལམ་ཁ་ཡིན་མིན་ཤེས་རྟོགས་དཀའ་ནའང་། རྩེས་མ་ནི་ཁོང་ཆེས་འདེམས་འདོད་མེད་པའི་ལམ་ཁ་དེ་ཡིན་པ་ང་ཚོས་གསལ་པོར་རྟོགས་བྱུང་། བ་ཡུལ་མེད་ལ་ཤ་ཉེ་མེད་པ། མིང་ཡང་མེད་ཅིང་འདས་པ་མེད་པའི་མི་ཞིག་ལ་ཆ་མཚན་ན་ཅི་ཡང་མེད་པ་རེད། ཁོང་སྤྲོན་གྱི་ལམ་ཁ་དེ་ནས་བཅན་གྱིས་བྲོས་བྱོལ་མི་བྱེད་ཐབས་མེད་ངང་དུ་ལྷ་འི་ལམ་ཁ་འདིར་བསྐྱོད་སྐབས། མཐར་ཐུག་ཁོང་གི་སྤྲོན་མ་ཆེད་ནུམས་དང་མ་ཤི་གསོན་བལ་བྱས་པའི་མཚན་མོ་དེ་ལྷ་བྱ་མང་པོ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་ཁོང་གི་ན་ལམ་ནུམ་སྤྲོན་མེ་མདའི་སྐད་སྒྲ་མཚམས་ཆད་མེད་པར་གྲགས་ཤིང་ཁོང་གི་མིག་ལམ་དུ་བྲག་གི་གཙང་པོ་བར་མེད་ཀྱུ། དེའི་སྐབས་སུ་ཁོང་ནི་ལོ་ན་བཅུ་བཞི་ཅུ་གྱི་ན་ཆུང་བྱིས་པ་ཞིག་རེད།

སྐབས་འདིར་ངའི་ཁ་གཏད་དུ་སྤྲོད་པའི་མིག་ཟུང་འཇུག་གྱིས་ཁེངས་པའི་བསྐྱེད་འཛིན་ནི་བལྟས་ཆོད་ལ་དགྲུང་ལོ་ལྷ་བཅུ་དུ་ཅུ་ཅུ་མ་ཡིན་པར་དེ་ལས་ལོ་ན་བཅུ་གངས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཆེ་བའི་སྤྲང་བ་ཞིག་སྤྱར་གྱིན་འདུག འདས་དོན་ཕྱིར་དྲན་དུས་སུ་ཁོང་གི་མི་ཚོའི་ནང་དགའ་འོས་པའི་གནས་ཚུལ་གསུམ་ཡོད་ཅེས་ཁོང་ནས་གསུང་བྱུང་། གཅིག་ནི་དེ་སྤྲོན་སུ་བོའི་ཁ་ཉན་ནས་མཉམ་དུ་བྲོས་བྱོལ་ལ་ཕྱིན་པ་དེ་རེད། གལ་སྲིད་སྐབས་དེར་མ་སོང་པ་ཡིན་ན་ཁོང་ཀྱང་ཁོང་དགོན་པའི་ནང་སྤྱལ་སྐྱུ་གཞན་པ་ཞིག་དང་ཇི་བཞིན་ཁྱེད་ཀྱི་གསལ་པོ་མ་སྤྲོད་པར་མཉམ་ཆོད་བྱས་ནས་གསོད་ངེས་རེད། གཉིས་པ་དེ་ཁོང་གིས་སྤྱུས་ཀྱང་མི་ཤེས་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་གསལ་བཅོ་བྱས་པ་དེ་མ་ཟད་བདེ་བྲག་ངང་སྤྱུས་གསང་བྱེད་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་རེད། དེ་མིན་ན་ཁོང་ཀྱང་ཁོང་གི་རང་ངོམ་བྱེད་པར་དགའ་བའི་ལས་གྲོགས་དེ་ནང་བཞིན་ཁྱེད་ཀྱི་གསལ་པོ་སྐབས་སུ་འཐབ་ཆོད་ཆོད་ཤི་མ་གསོན་དུ་གཏོང་ངེས་རེད། གསུམ་པ་ནི་ཁོང་གིས་དུས་ཐོག་བྱ་ཆུང་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་བོད་ནས་ཕྱི་ལོ་གལ་བསྐྱལ་བྱིན་པ་དེ་རེད། དེ་ལྷར་མིན་ན་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་སྤྲོད་པ་གྲགས་ཀྱི་མཚན་མོར་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་བྲོས་བྱོལ་དང་བསྐྱེད་ཁོང་གི་བྱ་ནས་ཀྱང་དཀའ་སྤྱུག་མི་ཉུང་བ་ཞིག་མྱོང་ངེས་རེད།

མཐར་མར་བསྐྱེད་འཛིན་ནས་ཁོང་གི་རེ་སྤྲོན་གསུང་བྱུང་། དེ་ནི་ཁོང་གི་དེང་སྐབས་ཀྱང་རལ་ཤིག་རོར་

གུར་པའི་དགོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གདན་རབས་ཤིག་འབྲི་ཅིས་ཡོད་པས། ངས་དེ་བུ་དེ་རྒྱུ་ཡིག་ནང་བསྐྱར་  
རྒྱུ་འི་རེ་བ་ཞུས་སོང་། ལམ་སངས་ཀྱི་ཁས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། ངས་བོད་ཡིག་ཤེས་ཀྱི་མེད་པས་  
རང་ཉིད་མ་སྐད་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་ཡིག་ལྷོངས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བཞེད་པ་ཡིན། བསྟན་འཛིན་ནས་དེ་གཤམ་  
ཆེན་པོ་མ་རེད། ངས་ངག་ཐོག་ནས་སྐད་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཟིན་བྲིས་སུ་བཏབ་ན་འགྲིག་གི་རེད་  
ཅེས་གསུང་བྱུང་།

ད་དུང་ཁ་གསལ་བྱེད་རྒྱུ་ཞིག་ལ་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྟོང་དཔོན་ཨ་མ་ལགས་ཀྱི་དཔའ་བོའི་ངོ་འཚར་ལྡན་  
པའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ། བཤད་རྒྱུ་ལ་ཁོང་གི་གཤིས་ཀ་གཏམ་པོ་དང་དགའ་སྤངས་གསལ་འབྱེད་གནང་  
མཁན་གྱི་ཁམས་པའི་སྐྱེས་པའི་བྱད་ཆོས་འབྱར་དུ་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག དེ་ལས་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་གི་  
ཁོང་ལ་མདའ་མོ་ག་ཚོད་འཕངས་ཀྱང་མེད་ཀྱིས་མི་ཟིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། བསྟན་འཛིན་གྱིས་གསོན་  
ཉམས་ལྡན་པའི་ངང་འབྲེལ་བཞེད་གནང་དོན། ལོ་ཞིག་ལ་དབང་ལྷན་དང་དམར་འཛིང་བྱེད་དུས་སུ་དབང་  
ལྷན་ཁོང་གི་བྱིས་ཆོང་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་མེ་མདའ་འཕངས་པའི་དུས་སུ་བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་པོའི་ནང་མི་  
སུས་ཀྱང་གྲོལ་ལན་སྟོག་ཐུབ་མེད་འདུག མོ་མོ་ལགས་ནས་བྱིས་དུ་སྟོན་ཟླ་བསྐྱབས་ཏེ་བཀག་ཡོད་པའི་  
ཨ་མ་སྐྱེའུ་བྱང་ལས་བྱིར་བྲོས་ཏེ་དབང་བོའི་ཐོག་མཚོང་ཞིང་མེ་མདའ་རྒྱག་གང་ཐུབ་བྱས་པའི་ས་དེར་མི་  
གསུམ་བསད་འདུག དབང་བོའི་ཕྱོགས་ནས་དངངས་མ་འཚབ་ཀྱིས་གྲོལ་ལན་སྟོན་སྐབས་མིག་ལམ་དུ་  
མི་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་ནག་ལྟོག་ལྟོག་གི་གྲིབ་མ་ཞིག་ཤར་ཡོང་བ་མིན་ན་རབ་བེ་རིབ་བེའི་རྟ་ཡི་བཟོ་རྟ་  
ཞིག་མ་གཏོགས་མཐོང་གི་མེད་པས་འཚབ་མ་འཚུབ་ཀྱིས་མེ་མདའ་ཁ་ཤས་བསྐྱབས་ཤིས་སྐྱར་དུ་རྟ་  
ལ་ཞོན་ནས་བྲོས་ཟིན། དེ་བས་གཡུལ་འབྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁའི་ཁྱོད་ཕྱིར་ལོག་པའི་སྟོང་དཔོན་ཨ་མ་ལགས་  
བྱིས་རྒྱུད་ཀྱི་མི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་དགའ་འབོད་བསུ་ལེན་ཁྱོད་འབྱེད་ཏེ་དགའ་མགུ་ཡིད་ཚིམས་ཀྱིས་  
རང་གི་སྟོག་པའི་སྐྱེ་རགས་བཟོལ་སྐབས་ཤག་ཤག་གི་སྐྱ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་རིམ་ནས་མ་དེའུ་མང་པོ་  
མར་ལྷང་སོང་ཅེས་གསུང་འདུག

གཞན་ཡང་ད་དུང་ཁ་གསལ་ཆོག་གཉིས་བྱེད་རྒྱུ་ལ་བསྟན་འཛིན་ཏེ་སྐྱ་སར་བབས་པའི་འཕན་གྲོང་རིན་  
པོ་ཆེ་དང་འཛིགས་རྣམ་རིན་པོ་ཆེའི་ཨ་མ་ནས་ང་ལ་། རིག་གསར་། སྐབས་སུ་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་སྐད་ཆ་

གཉིས་བོད་སྐད་ནང་བསྐྱབས་སོང་། བཅ་རྒྱུན་མི་རྣམས་ཀྱིས་པན་ཚུན་བྱག་འཕྲད་སྐབས་སུ་འཆོམས་  
འདྲིའི་སྐད་ཆ་ཞིག་རེད། འདི་ལྟར་མི་གཅིག་གིས་སྡོན་ལ་༼ཆེས་མཐོའི་མཚུབ་སྡོན་༽ ཞེས་བཟོད་པ་ན།  
མི་གཞན་པ་དེས་ལམ་སང་༼མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ༽ ཞེས་བཟོད་དགོས་འདུག

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ལོའི་ཟླ་ ༢པར་ལྷ་ས་ནས།

# སྤྲུལ་གཙོད་ཐེངས་ཤིག་གི་བསྐྱོད་བསྐྱོད་ཟིན་ཐོ།

ལས་ཁུངས་འགྲམ་གྱི་ཆང་ཁང་ཞིག་ཏུ་ངའི་མ་སྤྲུལ་གཙོད་པོ་རྒྱ་མཚོ་དང་འབྲུག་པས་སྐད་ཆ་རེ་གཉིས་  
བཤད་མ་ཐག་ང་རང་ཉིད་གཉིས་པར་བདེ་གོང་ཚུ་ཚན་ལ་འགོ་བར་གདན་འདྲན་ཞུས་སོང་། ཁོ་རང་ནས་  
བཤད་པ་དེ་ཉག་ཉག་ང་རང་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་པོ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་ཡིན་དུས། ངའི་བྲན་ཤེས་སུ་ལམ་སང་ཆེ་  
འོད་འོག་ཆ་ལམ་ལམ་འཕྱར་བའི་རི་ཁོང་གི་ཚུ་མིག་དེ་ཤར་བྱང་པས་དེ་མ་ཐག་མོས་མཐུན་བྱས་པ་ཡིན།  
གཏེར་སྤྲོམ་ཚུ་ཚན་ནི་ལྷ་སའི་ཤར་ཕྱོགས་གྱི་མལ་གྲོ་གུང་དཀར་རྫོང་དུ་ཡོད་པ་དང་། ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན་  
ཀྱག་ཀྱོག་མང་པའི་རི་གསེབ་ན་ཡོད་ཅིང་ལྷ་ས་ནས་ཉ་ལམ་སྤྱི་ལེ་བརྒྱ་དང་ལྷ་བཙུ་བྱ་གཙུག་ཅི་སར་ཡོད་པ་  
རེད། ཡིན་ཡང་རྫོང་ཐོག་ནས་རིང་པོར་མ་བསྐྱོད་པར་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་འཁོར་བ་ན་ས་ལམ་མིན་ན་རྩ་  
ལམ་ཡིན་ཞིང་། ད་དུང་ཁ་ཤས་ཚུ་ལམ་ཡིན་པ་རེད་ལ་དབྱར་ཁར་ཚུ་ཁྱུག་དང་མཚུངས་ཤིང་དབྱུག་ཁར་  
འབྲུགས་པས་བསྐྱུལ་ས་འདུག དེ་བས་དུས་ཚོད་ལྷ་བཙུ་བྱ་གཙུག་དགོས་ལ་ཐ་ན་དེ་ལས་མང་པོར་  
བསྐྱོད་དགོས་པ་འདྲ་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད།  
ལམ་ཁ་སྤྲུབས་བདེ་མེད་ན་འང་ལོ་དང་ཆེ་ལ་ལམ་ཁ་འདི་བརྒྱད་ནས་བསྐྱོད་མཁན་གྱི་སྤངས་འཁོར་དང་  
སྤྱོ་བོ་མི་ཉུང་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཚོ་ནི་རི་ཚོགས་གྱི་གསེབ་ན་མཛེས་ལྗོངས་གནའ་ཤུལ་གྲགས་  
ཅན་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་དཔེར་ན། བཀའ་བརྒྱུད་སྐུ་མཐའི་ཡན་ལག་གལ་ཆེ་ཤོས་འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་  
པའི་འབྲི་གུང་མཐའི་དགོན་པ་དང་བོད་ཀྱི་བྱ་གཡེང་བྱེད་ས་ཆེ་ཤོས་འབྲི་གུང་མཐའི་བྱ་གཡེང་དུར་ཁོང་  
ཡོད་པ་རེད། བོད་མི་ཚོས་ལྷ་ག་པར་བྱ་གཡེང་བྱེད་ས་འདིར་གཙོགས་ཆེན་བྱས་ཏེ་མི་ཤི་རྩེས་གནས་  
འདིར་བྱ་གཡེང་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་རྣམ་ཤེས་དག་ཞིང་དུ་མགྱོགས་པོར་བསྐྱེད་ཐུབ་པ་དང་། ཡང་བཤད་  
ན་འབྲི་གུང་མཐའི་བྱ་གཡེང་བྱེད་ས་ནི་འཛིག་རྩེན་གཉིས་བར་གཞི་འདིང་སའི་སྤྲུབས་བདེའི་སྐྱུ་ཐེམ་  
ལྷ་བྱར་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད།  
བདེ་གོང་ཚུ་ཚན་དེ་འདྲེ་འགྲམ་དུ་ཡོད་པས་དེར་སྤྱིར་བཏང་གི་ཚུ་ཚན་ནང་བཞིན་གྱི་སྤྲུལ་བཅོས་ཀྱི་ལུས་

ཕ་ལས་གཞན་ནད་རིགས་མང་པོ་དྲག་ཐུབ་ལ་གོ་ཐོས་ལྟར་ན་ལྟག་པར་དུ་སྟོན་དེ་བྱིད་དུས་སུ་སྒྲན་གྱི་  
 རུས་པ་མངོན་གསལ་འབྱར་དུ་ཐོན་གྱིན་ཡོད་འདུག དེ་བས་གལ་ཆེ་བར་ད་དུང་ཆོས་ཀྱི་དོན་སྦྱིང་ཟབ་མོ་  
 ཡོད་པ་རེད། གོ་ཐོས་སུ་ལོ་ཆིག་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་ལྟག་གི་སྟོན་ལ་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་  
 གནས་འདིར་ལོ་མང་རིང་སྟོམ་བརྒྱབས་ནས་བཞུགས་མྱོང་པ་དང་། ཁོང་གིས་ཕྱག་གི་དོ་རྩེ་བྲག་གཡང་  
 ལ་པངས་པས་ན་རི་དུམ་བུ་གཉིས་སུ་བྱས་ཏེ་རི་མགོ་ནས་ཐོན་པའི་གངས་རྒྱུ་མི་སེར་དཀྲུག་མའི་ཞིང་  
 སར་གཞི་འདྲན་བྱས་པ་དང་། དུས་མཚུངས་སུ་ས་འོག་ལ་དྲག་སྒྲལ་ཐེབས་ནས་བྱི་ལ་འཕྱར་བའི་ཆ་  
 ལམ་ལམ་གྱི་རྒྱུ་མིག་གངས་མེད་བྱུང་སྟེ་ཆོ་བོད་སྟོམ་པའི་རྒྱུ་ཆོན་དེའི་ལུས་པོར་ཁྲུས་བྱེད་དུས་ཉ་ཅང་  
 སྒྱིད་པོ་ཡིན་པ་ལས་གཞན་ཁྱད་འཆར་གྱི་སྒྲན་བཅོས་རུས་པ་ཐོན་གྱིན་ཡོད་པ་རེད།  
 ཡིན་ཡང་སྟོན་ཆད་མི་ཆང་མས་ཁྲུས་བྱེད་ཆོག་ཆོག་ཅིག་མ་ཡིན་ལ་ཕྱོགས་བཞི་རུ་རྩེའི་རགས་བརྒྱབས་  
 རས་གོང་འོག་གཉིས་སུ་བྱས་ཤིང་རྒྱ་རྒྱན་གཅིག་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་ཆོན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། གོ་མས་གཤེས་  
 ལྟར་ན་རྒྱུ་ཆོན་གོང་མ་དེ་སྒྲལ་དང་འབྲི་གྲང་མཐིལ་དགོན་པའི་ཆེས་སྒྲན་མེད་པའི་སྒྲལ་སྒྱུའི་ཁྲུས་  
 གསོལ་གནང་ས་ཡིན་ལ། འོག་མ་ནི་སྒྱུ་པོའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྒྱུ་དྲག་ཆོས་ཁྲུས་གསོལ་བྱེད་ས་ཡིན་དུས། རིམ་  
 པ་དམའ་ཤོས་སུ་བརྩི་བའི་སྒྱུར་བཏང་གི་མི་སེར་ལ་དེ་ལོངས་སུ་སྦྱོད་པའི་བསོད་ནམས་མེད་པ་རེད།  
 དེའི་རྩེས་ནམ་ཞིག་ནས་བཟུང་མི་ཆང་མས་རྒྱུ་ཆོན་དེའི་ནང་ཁྲུས་བྱེད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སུས་ཀྱང་  
 གསལ་ལོར་བརྩོད་ཐུབ་ཀྱི་མེད། རྒྱལ་ལངས་ཞིང་བྲན་ཁྲི་འབྱུང་མང་པོར་བཅིངས་གྲོལ་ཐོབ་ཀྱི་པའི་  
 རྩེས་སུ་ཡིན་ནམ། དེ་ཡིན་ན་འདི་དོན་དག་བཟང་པོ་ཞིག་རེད། ཡིན་ཡང་མི་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཡོང་བཞིན་  
 པས་རྒྱུ་ཆོན་གྱི་རོ་བོའམ་ཡང་ན་སྒྲན་རྒྱུ་ཆོན་ལ་པའང་རྩེ་ཞེན་དུ་འགོ་གི་མེད་དམ། གཞན་ཡང་སྒྱེས་པ་  
 རྣམས་རྒྱུ་ཆོན་གོང་མའི་ནང་ཁྲུས་བྱེད་པ་དང་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ཞོལ་མ་ནས་ཁྲུས་བྱེད་དགོས་དོན་ཅི།  
 རྒྱུ་ཆོན་གོང་མའི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱན་རྒྱུ་ཆོན་ཞོལ་མ་བརྒྱད་ནས་རྒྱ་གུ་རྒྱུ་ཆོན་ནང་བཞུར་གྱིན་ཡོད་པ་གསལ་པོ་  
 རེད། སྒྱེས་པ་ནི་བྱུང་མེད་ལས་དངོས་གནས་གཅིང་མ་ཡིན་ནམ། ཁ་ཤས་ནས་བརྩོད་ན་བོད་ཀྱི་ཁ་དཔེར་  
 རྒྱུ་ཆོན་གང་བཞུར་ན་གཅིང་མ་ཡིན་ཟེར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་འདི་དོམས་ཡིན་སྟིན་དམ། གང་ལྟར་ཁྲུས་  
 བྱེད་སྒྲངས་འདིར་མི་མེད་དུས་རང་ཉིད་གཅིག་པོ་སོང་སྟེ་ཁྲུས་བྱས་ན་མ་གཏོགས་ནམ་རྒྱུན་སེམས་ནས་

དོགས་མི་བདེ་བར་གནས་འདུག

ང་རང་དེ་སྔོན་བདེ་གོང་ཚུ་ཚན་དུ་ཐེངས་གཉིས་འགོ་ཁྱོད་། ཐེངས་དང་པོ་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ལོའི་དབྱར་སྔོན་  
ཡིན་ལ། ང་རང་སྔོན་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལས་འཁོར་རྒྱུ་པ་དེའི་མགྲོགས་ཚད་ཉ་ཅང་དལ་བས་ཐ་ན་ངས་  
བགྲོད་བསྐྱོད་སྐབས་སུ་རྒྱུ་ལས་འཁོར་ནང་ཚུ་མ་འབྲི་བཞིན་ཡོད། སྐབས་དེར་པོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་ཚུ་ཚན་གོང་  
ཞོལ་གཉིས་ཀ་འགོ་བས་གཡོག་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཕྱི་ལ་མཛོན་ཡོད་པས། གལ་སྲིད་སུ་ཞིག་ནས་མི་  
གཞན་གྱི་ལུས་པོར་ལྷོག་ལྟ་བུར་བསམ་ན་ཉ་ཅང་ལས་སྤྱོད་པོ་རེད། དེ་མིན་དུང་སྤྱོད་མང་པོ་ཡོད་པས་  
ཕྱ་ཞིང་རིང་པོའི་སྤྱོད་སྤྱོད་དེད་ག་དལ་བྱར་གོག་ཉུང་གིས་ཉེ་འགམ་གྱི་རྩོམ་གལ་འབྱེད་ཡོད་ལ། མི་  
སུ་ཞིག་ནས་ཐེངས་དང་པོར་མིག་གིས་མཐོང་མ་ཐག་སྐྱག་སྐྱང་གིས་ཤི་ལ་ཁད་དུ་འབྱར་ངེས། ཡིན་  
ནའང་སྤྱབས་ལེགས་པར་སྔོན་མ་ནས་མི་ཚོས་གནས་འདིའི་སྤྱོད་གིས་མི་ལ་གཞོད་མི་བྱེད་པ་བྱས་སྤྱོད་  
བྱས་ཡོད།

ཐེངས་གཉིས་པ་དེའོ་གཉིས་སྔོན་གྱི་དབྱིད་ཀ་ཡིན་ལ་དུང་ཁ་བ་འབབ་ཀྱིན་འདུག ཡིད་ལ་བྲན་པ་ནི་  
ཚུ་ཚན་གྱི་འགམ་དུ་ཐོན་མ་ཐག་སྒོ་བྱར་དུ་རྒྱུ་ལས་པ་འཐིབས་པའི་ཚུའི་ནང་དམར་ཉེང་ངེས་གནས་པའི་ཕྱི་  
སྤྱོད་གི་བྱེད་མེད་གཉིས་ཕྱིར་ཐོན་ནས་དེ་མ་ཐག་ལུས་པོར་ཁ་བའི་འདབ་མའི་ཁེབས་པ་དང་དེ་ནས་ལམ་  
སང་ཞུ་བ་ན་ཁོ་མོ་གཉིས་དག་འཕྲུང་ཕྲུང་གི་གདམ་དགོད་པ་ཐོས། སྤྱང་ཚུལ་དེ་དངོས་གནས་ཉ་ཅང་གི་  
བརྗེད་དཀར་བ་ཞིག་རེད།

ཐེངས་གཉིས་ཀར་ང་རང་ཨ་ནེའི་ཞིག་གི་ཁང་པའི་ནང་བསྐྱུད་པ་ཡིན། སྔོན་ནས་བཤད་རྒྱུ་བརྗེད་ཐོན་འདི་  
ན་འབྲི་བྱང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱི་རྩིང་མ་པའི་ཨ་ནེ་དགོན་པ་ཞིག་ཡོད། དོན་དངོས་སུ་  
ཚུ་ཚན་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་གི་རིངོས་སུ་མཐོ་དམར་ཆ་མི་མཉམ་པའི་མདོག་དམར་པོ་ཅན་གྱི་ཁང་པ་རེ་རེ་  
འདུག དེའི་ནང་གི་ཨ་ནེ་ཚང་མ་ས་གཞན་དང་བསྐྱུར་ན་མཛོས་སྤྱོད་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་དེ་ནི་ལྷ་ཆབ་ལྟ་བུའི་  
ཚུ་ཚན་འདིའི་འཛོམས་བཅུད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་གསལ་པོ་རེད། ང་རང་སྔོན་ས་དེ་འང་བོད་དབྱིབས་ཅན་གྱི་  
ཁང་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་ཚུ་ཚན་སར་གོམ་པ་ཁ་ཤས་ལས་འགོ་མི་དགོས་པས་ཁྱུས་བྱེད་པར་ཉ་ཅང་སྤྱབས་  
བདེ་ཡིན། ཡིན་ནའང་གཉིད་སྤྱོད་པོ་ཁྱུག་རྒྱུ་ཁག་པོ་འདུག བདེ་གོང་ནང་གི་མང་པོ་ཡོད་ཕྱིར་མི་ལ་སོ་མི་



ཐུག་ནའང་ནམ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོང་དུས་སུ་ཕོ་བཟོ་བར་བྱེད་པ་ཞིག་རེད། ཉིན་དཀར་དེ་དག་ད་དུང་ཁྱ་  
སེམ་པོ་འདུག་མོད་མཚན་དཀྱིལ་ལ་བསྐྱབས་དུས་ཕྱོགས་བཞི་ནས་ཁྱིའི་ཟུག་སྐད་ཀྱིས་ཁེངས་ཏེ་མོར་  
རྒྱུ་རྒྱུ་མི་འདུག དེའི་ཐོག་མཚན་གྲང་ལ་ཁྱས་བྱེད་མཁན་གྱི་གོམ་སྒྲ་དང་ལྷ་བ་ལྷོ་བ་ཀྱི་སྐད་སྒྲ་  
སོགས་ཉིན་དཀར་ལས་ཀྱང་མཚན་མོ་འཁྲུག་ཆད་པོ་རེད།

དེ་བཞིན་ང་རང་ཡང་མཚན་མོར་ཁྱས་བྱེད་དུ་འགོ་བའི་གས་ཡིན། ཇི་ལྟར་བཤད་ཀྱང་ང་རང་ནས་སྐྱེས་པའི་  
རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་མར་བཞུར་ཡོང་པའི་རྒྱལ་འཛམ་དོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེས་གནས་བྱས་ན་མཚན་མོར་  
མ་རེད། མཚན་གྲང་དཀྱིལ་ལ་ཁྱས་བྱེད་མཁན་ཉ་ཅད་ཉུང་པ་དང་། མཚན་ལས་ལན་རེར་ཁྱོད་གཅིག་པུས་  
དུས་ལྷན་རིང་པོར་རྒྱུ་རྒྱུ་འཛམ་ནང་སྤང་ནས། རྒྱ་འོད་ཁྱོད་རྒྱུ་མིག་དྲུངས་ཤིང་གས་ལ་བའི་གཏིང་གི་རྩ་  
རིགས་ཆེ་རྒྱུང་རེ་རེ་གྲངས་ཅིས་སྐྱབ་ལ། དུ་བ་སྤན་བུ་ལྟ་བུའི་སྐྱུ་པ་ལང་ལོང་འཕྱོ་བའི་ཁྱོད་མཚན་མོའི་  
མཁའ་དབྱིངས་ལ་ལྷ་དུས། སེར་མདོག་གི་རྒྱ་བ་དང་དུམ་མདོག་གི་སྐར་ཚོགས་མཉམ་དུ་བརྒྱས་  
ནས་རབ་རིབ་དུ་སྤོང་ཞིང་མཛེས་སྤྱད་འགྲན་རྒྱ་བལ། རྒྱ་ལམ་དུ་གྲགས་འོང་པ་ནི་གདངས་ཉམས་སྤྱ་  
བའི་ཁྱིའི་ཟུག་སྐད་དང་ལྷན་གཅིག་དུ་རྒྱུང་རིང་ལ་བཞུར་བའི་རྒྱུ་རྒྱུ་གྱི་རེབ་སྒྲ་རེད། འདི་དག་ཚང་མར་  
མི་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་བདེ་སྐྱིད་དང་ཡིད་སྦྱོན་གྱི་དབྱུགས་རིང་འབྱིན་པ་ལས་གཞན་ཅི།

སྤྱང་ཡོང་དུས་བདེ་བྱོང་རྒྱུ་རྒྱུ་ནི་དེས་གནས་ང་རང་འགོ་སྤྱང་སའི་རི་སྤྱང་དེ་འདྲ་མང་པོའི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆེས་  
དགའ་ཤོས་གས་ཀྱི་གཅིག་ཡིན།

༢

ཉིན་གཉིས་པ་ནི་རེས་གཟའ་སྤེན་པ་ཡིན་ཞིང་རྒྱུ་རྒྱུ་བཟུང་བའི་སྤྱང་འགོ་རྒྱུ་བྱས་ཡོད་ནའང་། ངས་རྒྱུ་རྒྱུ་  
བཟུང་གཉིས་ཐོན་ལ་ཉེ་བར་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ངས་རང་ཉིད་ལ་འཕྱ་དམོད་ཀྱིས་བོད་རིགས་མི་དམངས་  
སྐྱེས་པ་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཀྱི་འདུ་ཤེས་མེད་ཟེར་བ་ཁག་མི་འདུག་སྟུང་། ངས་W ནས་རྟག་དུ་བརྗོད་པའི་  
སྐད་ཆ་ཞིག་བྲན་བྱུང་། བོད་མི་ནི་གྲངས་ཀའི་བདག་འཛིན་མེད་པའི་མི་རིགས་ཤིག་རེད་ཟེར། དེང་ཐོག་  
ཁོས་དེ་ལྟར་བརྗོད་དུས་ངས་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རྩོད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ཡང་དོན་དེས་མང་  
པོའི་ཐོག་དེ་དེས་གནས་ཡིན་པ་ར་སྤྱོད་བྱས་སོང་།

སངས་པ་ན་ཏྲགས་ཅན་གྱི་སྤངས་འཁོར་ནང་མ་སྤྱོད་གཙུང་པོ་རྒྱ་མཚོ་ལས་གཞན་དུང་ཁོ་དང་ལོ་ན་འདྲ་  
མཉམ་གྱི་བོད་རིགས་ན་གཞོན་བཞི་འདུག དེའི་ཁྲོད་གསུམ་གྱིས་མཛེས་ཞིང་སྤྲུག་པའི་༼པགས་  
ཙམ༽ གྱོན་འདུག པགས་ཙམ་ནི་བོད་མིའི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་གྱོན་ཆས་གསུམ་གྱི་གཅིག་ཡིན་ལ། ནང་ལ་ཆ་  
རུ་དང་ཕྱི་ལ་རས་བརྒྱབ་ཅིང་མཐའ་རྒྱན་གོས་གྱིས་བརྒྱན་ཡོད་པ་དང་། སྤྲོན་ཆད་བགས་པོ་རྒྱན་གྱོན་གྱི་  
དགུན་ལ་ཡིན་པ་རེད། ལོ་འདི་གཉིས་ནང་ལྷ་སར་དར་བྱབ་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ཏེ་ན་གཞོན་པོ་མོ་རྣམས་གྱི་དེང་  
རབས་གྱོན་ཆས་སུ་གྱུར་ནས་ཚོན་མདོག་དང་རྒྱ་སྤྲུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ལ་རིན་གོང་ཡང་ཆེན་པོ་རེད།

༼པགས་ཙམ༽ ཡག་པོ་ཞིག་ལ་རྒྱ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཐུག་ཁ་ཤས་ཡིན་པ་རེད།

ཁོ་ཚོའི་གྱོན་ཆས་འདྲ་བོ་གྱོན་ཡོད་པ་མ་ཟད་མི་ཚོའི་བརྒྱད་རིམ་ཡང་བྱད་མཚར་འདྲ་བོ་འདུག ཚང་མ་  
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༠ནང་སྤྱི་པ་དང་ནང་ལོག་གི་བོད་སྤྲོད་སྤྲོད་འབྲིང་དུ་སྤྲོད་སྤྲོད་བྱས་པ། དེ་ནས་སྤྲོད་བྲལ་  
ཆེན་མོ་དང་ཡང་ན་ཆེད་སྤྲོད་སྤྲོད་བྲལ་ནས་སྤྲོད་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་ཕྱིར་ལྷ་སར་ལོག་ནས་བྱ་བ་བསྐྱབས་པ་  
དང་། ད་ལྟ་ལས་གནས་སྤྲོད་ཕྱིར་བྱད་དེ་ཚོར་རྒྱག་གི་མེད་ན་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་གཞུང་གི་ལས་ཀ་བྱེད་  
པ་དང་ཞོར་ནས་ཚོང་ལས་གཉེར་བཞིན་ཡོད་ཕྱིར། དེ་ལྟར་བཞིན་ཚོང་ལས་མཐོ་རྒྱ་བས་ཁྲོད་དཀར་སྤྱད་  
འབད་བཅོན་བྱེད་པའི་ཉམས་ཤིག་འདུག དེ་བཞིན་ཚང་མ་བྱིས་ཀྱི་རྒྱབ་སྤྲོད་སྤྲོད་ལེགས་པོ་ཡོད་པའི་ལས་  
བྱེད་པའི་བྱིས་ཚང་གི་ཡིན་ཞིང་། ས་མ་ཚོ་དེ་སྤྲོན་མང་ཆེ་བ་༼ཡར་ལངས་ཞིང་བྱན༽ གྱི་སྤྱི་པ་ཁོངས་  
ཡིན་ཕྱིར། ཏང་གུང་ཁྲན་དམར་ཕྱོགས་ཚོགས་པར་ཟེར། སྤྱི་པ་མཁན་གྱི་མཆན་ལ་དགའ་བ་དང་། ཏང་  
གིས་ཀྱང་ཁོ་ཚོར་ཐོབ་ཐང་ཡག་པོ་སྤྲད་ཡོད་ལ། དེ་བས་མི་རབས་རྗེས་མ་འདི་དག་གི་ལུས་ཐོག་ན་  
མདོན་བསྤྲོད་བརྗོད་མཁས་ཀྱི་མཚོག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་བཟུང་ཡོད་པར་མ་ཟད། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྱི་  
ཚོགས་ཐོག་ཏུ་ཅད་དོན་རྒྱས་ལྡན་པའི་འབྲེལ་བའི་བྲལ་ཅིག་འཐེན་འདུག་ལ་དེ་ནི་ལྷ་སའི་སྤྱི་པ་བཏང་  
གི་ན་གཞོན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་རེད།

དེ་སྤྲོན་དུལ་ཁང་ནང་རྩིས་གཉེར་གྱི་ལས་ཀ་བྱེད་སྤྲོད་པའི་ཆོད་བང་ལ་ཆ་མཚོན་ན་ཤ་ཉེ་འཁྲོད་འདི་གའི་  
ལས་ཁུངས་ཤིག་གི་འགན་འཛིན་མིན་ན་དེ་དཔོན་རིགས་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་བོད་ནང་དབང་ཆ་ཆེས་མཐོ་  
ཤོས་ཀྱི་དམར་ཤོག་རྩེ་ཆེ་རག་སྤྱིས་ཀྱི་བུའི་སྤྲོད་སྤྲོད་གོགས་ཡིན་པ་རེད། གཞན་ཡང་མིག་ཤེལ་རྒྱུང་རྒྱུང་

གྲོན་པའི་དར་རྒྱས་ནི་དཔོན་པོ་ག་གེ་མོ་ཞིག་གི་བྱ་ཡིན་ལ། ཁོ་ཚོས་མཉམ་འབྲེལ་གྱིས་མགྲོན་ཁང་དང་  
ཆང་ཁང་བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ད་དུང་ཚོང་ལས་གཞན་པ་གཉེར་གྱིན་ཡོད་ཅིང་དེར་སྐབས་ཡུལ་སྐོར་སྒྲོ་  
འཆས་གྱི་ལས་ཁང་ཞིག་བཙུགས་ཏེ་མིང་ལ་བདེ་གྲོང་ཞེས་བཏགས་འདུག བདེ་གྲོང་ས་ཆ་དེ་རི་ལྷོ་ཁོ་  
ཚོའི་སྒྲོར་བབས་པ་ཤེས་ཐབས་བྲལ།

བདེ་གྲོང་དུ་སྐད་གཤམ་ཅན་གྱི་ཚུ་ཚན་ཡོད་ན་འད་མིག་སྒྲུའི་བར་གཞུང་ལམ་མེད་ལ་སྒྲོག་དང་ཁ་པར་  
ཡང་མེད། མལ་གྲོ་གུང་དཀར་རྫོང་གིས་གནས་དེ་དུལ་འགྲུག་པའི་སྒོ་རྟགས་དང་ས་རྒྱའི་གཏེར་མཛོད་  
ཡིན་པ་ཤེས་ན་འད་དེར་འཛུགས་སྐྱོན་བྱེད་བྱུང་མེད་པ་དང་། བོད་ཀྱི་མིང་གཞིའི་འཛུགས་སྐྱོན་མང་པོ་  
ཞིག་དེ་ལྷོ་ཁོ་ཚོས་པས་རྫོང་བར་ལ་ཐོན་དུས་མཚམས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཚོ་དབང་ཁོ་ཚོར་རང་ཉིད་ཀྱི་  
ཅིས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་ན་མ་གཏོགས། ཁོ་ཚོས་ད་ལྟའི་བར་མ་དུལ་འགྲུག་བརྒྱད་དགུའི་འགྲོ་གྲོན་  
བཏང་ནས་ཚུ་ཚན་མཐའ་འཁོར་གྱི་ས་ཞིང་ཚང་མ་བོགས་མར་སྤངས་ཏེ་མགྲོན་ཁང་བརྒྱབས་པ་དང་ཁ་  
པར་འཐེན་ཡོད་ལ། ད་དུང་གཞུང་ལམ་བསྐྱར་གསོ་དང་གཞི་རྒྱ་རྒྱུ་པའི་རྒྱ་སྒྲོག་ས་ཆོགས་བཅས་བཟོ་  
སྐྱོན་བྱེད་འཆར་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་ཚོས་ས་ཞིང་བོགས་མར་སྤངས་པའི་རྒྱ་ཁྲོན་དང་ལོ་བཞི་བཅུའི་རིང་  
བོགས་ལེན་དུས་བཀག་ཆད་གཞིར་ལྟ་དུས་འགྲོ་གྲོན་མ་དུལ་ཆེས་ཉུང་ཞིག་མ་གཏོགས་བཏང་མི་  
འདུག དེ་མིན་ཆང་མ་རྒྱུ་ལམ་སྒྲོག་ཁུ་ལྷང་ཁུའི་འོག་ཤར་བསྐྱོད་བྱས་པ་ཡིན་པས་སྐབས་བདེའི་སྒོ་ཆེན་  
ཡངས་པོར་བྱས་པ་སྒྲོས་མེད་རེད། བོད་ཀྱི་རིམ་པ་སོ་སོའི་དཔོན་རིགས་ཚོར་མཚོན་ན་དམར་ཤོག་རྩང་  
ཆེར་གསྲིས་ཞེས་པའི་མཚན་དེ་ན་བར་འབྲུག་སྒྲུ་ལྷིར་བ་ལྷོ་ཁོ་ཚོས་ཡིན་ཞིང་། རྩང་ཆེར་གསྲིས་ཀྱི་བྱ་ནས་བོད་  
དུ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་སྐྱབ་བསམ་ན་བསྐྱབ་མི་བྱུང་པ་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།

དེབས་ཐངས་འདིར་བདེ་གྲོང་ལ་འགྲོ་སྐབས་ཚོང་དཔོན་གཉིས་པ་ཚོ་དབང་གིས་རྒྱ་མཚོ་གདན་འཕྲེན་  
ཞུས་ཏེ་དངོས་སུ་ས་ཁུལ་དེར་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་དུ་བཅུག་ནས་རྗེས་སུ་ཁོ་ཚོའི་དོད་མ་སྒོ་འདོན་པ་གཅིག་  
ལྟོགས་བྱེད་ཅིས་ཡོད་པ་རེད། མ་སྐྱོན་གཙུང་པོ་རྒྱ་མཚོས་ལྷོ་སའི་མགྲོན་ཁང་ཞིག་ནང་ལོ་མང་རིང་ལས་  
ཀ་བསྐྱབས་མྱོང་པ་མ་ཟད་དེ་སྒོན་སྒྱུའི་བདག་གཉེར་པའི་ལས་རོགས་གཙོ་བོ་དང་། རྗེ་ཚན་ཞིག་གི་  
སྒྱུའི་གཉེར་བའང་བྱས་མྱོང་ལ་ད་ལྟ་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཀྱིན་པ་ང་ལ་གསལ་ཆ་མེད། ཁོའི་རྒྱ་ཡིག་དང་དབྱིན་

ཡིག་གཉིས་ཀ་བོད་ཡིག་ལས་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད།  
 མི་གཞན་པ་གཉིས་ནང་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་ལས་ཁུངས་ཤིག་ན་བྱ་བ་སྒྲུབ་བཞིན་པའི་པ་སངས་ཀྱང་  
 དམིགས་བསལ་གྱི་ཁོར་ཡུག་དེའི་ནང་གཏོགས་ལ། ཡིན་ནའང་ཤེས་རབ་བལྟས་ཚོད་ཀྱིས་ཁོ་ཚོ་དང་  
 མི་འདྲ་བ་ཞིག་འདུག། གྲོན་ཆས་གྲོན་སྒྲུངས་ཐད་དོ་སྒྲུང་ཆེན་པོ་མེད་ཅིང་ཁོའི་ལུས་ཐོག་ན་སྒྱུར་བཏང་མི་  
 མེད་གྱི་དྲི་མ་ཞིག་འདུག་ལ། སྐད་ཆ་ལ་བ་དུས་ཀྱང་ཚིག་མང་ཆེ་ཤོས་བོད་མིའི་རྒྱན་སྒྱུད་ཚིག་སྟེ་  
 རྒྱ་ཤོན་མཚོག་ཀྱི་དང་རྒྱ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩོམ་ཤུ་མཉམ་སྒྲུབས་མགོན་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མནའ་  
 དཔངས་སུ་འཛོག་པ། ཚུམ་པ་པོའི་མཆན་ཞེས་བརྗོད་ལ་དགོན་པ་དང་སྤྱི་མ་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་འང་ཁོ་  
 ཚོ་ལས་མང་པོ་ཤེས་རྟོགས་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ནས་དཔྱད་ཁོ་ནི་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཞིག་  
 རེད་བསམ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་རྒྱ་མཚོས་ང་ལ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་ན་ཁོ་ནི་བདེ་འཇགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མི་  
 ཡིན་ཞིང་མཐའ་མཚམས་ས་ཚོགས་ཤིག་གི་འགན་འཛིན་ཡིན་འདུག།  
 ངས་དེ་སྔོན་རྒྱ་མཚོ་ནས་ང་རང་མགོན་འབོད་བྱེད་དོན་ནི་རྒྱ་ཆོན་ནང་ཁྱས་བྱེད་ཆེད་ཁོ་ན་ཡིན་ངེས་བསམ་  
 ཡོད་ལ། ལྷ་སའི་ནང་ཡོད་པའི་མ་སྤྱན་གྱི་གཅན་གཙུང་མང་པོའི་ཁྲོད་དང་ཁོ་རང་གཉིས་ཅུང་ཅི་གོས་  
 ཁ་མཐུན་པོ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ནམ་རྒྱུན་ཁོ་རང་གཟུགས་རིང་པོ་ཡོད་ཅིང་དཔྱད་བྱིས་པའི་སྤྱད་ཚུལ་ལྟ་  
 མེད་པར་མཐོང་། རྗེས་སུ་ངས་དགའ་བོད་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཁོས་ང་ལ་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་  
 པའི་གཏེར་སྒྲོམ་རྒྱ་ཆེན། མ་རེད། གཏེར་སྒྲོམ་ཡུལ་བསྐྱོར་སྒྲོ་འཆམ་ལས་ཁང་གི་སྐོར་ལ་ཚུམ་ཞིག་  
 འབྲི་བའི་རེ་བ་བཅངས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ངས་འདི་ལྟ་བུའི་ཚུམ་ཡིག་ཅིག་བྲིས་ཡོང་བ་ཁོའི་  
 བསམ་སྒྲོར་ཤར་བྱུང་ཡོད་མི་སྲིད། རྒྱ་མཚོས་དེ་སྔོན་ང་ལ་འདི་ལྟར་བཤད་བྱུང་རྒྱ་ཅག་ཀྱི་ཁྱེད་ནས་  
 བོད་ཀྱི་སྐོར་འབྲི་དུས་ང་ཚོ་ལྟ་བུའི་ན་གཞོན་བོད་མི་འདི་དག་ཀྱང་བྲིས་ན་འོས་པ་ཞིག་རེད། ང་ཚོ་ནི་ད་  
 གཞན་བོད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་བདག་པོ་རེད། སྐབས་དེར་སྐད་ཆ་དེ་ཐོས་དུས་དོ་སྒྲུང་བྱས་མེད། ཡིན་ནའང་  
 ཐེངས་འདིའི་དུས་ཡུན་ཐུང་ཐུང་གི་འགྲུལ་བཞུད་བརྒྱུད་པ་ཚོར་སྒྲུང་བཤད་མོ་ཞིག་སྤྲད་པར་མ་ཟད་ཉ་  
 ཅང་ཡིད་སྦྱོར་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད།

གདམ་ཤོར་འོས་པ་ཞིག་ལ་ང་ཚོ་ད་དུང་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་ནང་སྐོར་བ་བརྒྱབས་ནས་ལྷག་ཡོད། ལྷ་ས་བ་  
 ཚོས་གོམས་གཤིས་ལྷ་ར་པ་ཉིན་རེ་མངར་ཇ་འཕུང་སྟོལ་ཡོད་པ་བཞིན། ཁོ་ཚོས་ཀྱང་མངར་ཇ་  
 ཤེལ་དཀར་ཁ་ཤས་འཕུང་ནས་མ་གཏོགས་འགྲོ་གི་མི་འདུག དེ་བས་རྒྱངས་འཁོར་བར་སྐོར་ལམ་རྒྱུ་  
 གི་རྒྱ་གསར་བརྗེ་ཞེས་པའི་མངར་ཇ་ཁང་དུ་བསྐོར་ནས་ཕྱིན་འདུག རྒྱབ་ལོག་འདུག་སྟེགས་སྟེང་མི་  
 བཞི་བསྐྱད་པས་བཙོར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ཡང་ང་དང་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་སྐུ་པོ་ཡིན་ཕྱིར་མི་རྒྱག་པ་  
 གཅིག་གི་སྟོད་གནས་མ་གཏོགས་བཟུང་མེད། འོན་ཏེ་ཉེན་རྟོག་པས་དེ་ལྟར་བསམ་གྱི་མ་རེད་རྒྱངས་  
 འཁོར་རྒྱང་བ་ཞིག་ཏུ་མི་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད་པ་མཐོང་དུས་ལམ་སང་ཐིག་ཉམས་ལྷན་པའི་ངང་ལག་བརྟ་  
 སྟེད་པ་ན། རྒྱགས་པ་ཀྱི་ཞེས་དར་རྒྱས་ཀྱིས་ཁ་ནས་ལྷ་བ་ལྷིབ་སྟོན་ལག་པ་གཡུག་གིན་པར་ཕྱིན་  
 པ་དང་། གཞན་པ་ཚོར་ཡང་སྐད་དོག་རྩ་བ་ནས་མེད་པར་འདུག དམག་ལྷ་རིང་པོ་འོག་ཏུ་ལྷགས་  
 མདུང་ཞིག་དང་འདྲ་བའི་ཉེན་རྟོག་པའི་གདོང་མདོག་དམར་ནག་ཡིན་ཞིང་བོད་རིགས་དང་ཡང་ན་རྒྱ་  
 རིགས་ཡིན་པ་ཤེས་གྱི་མི་འདུག་ལ། དར་རྒྱས་ལ་གུས་འདུད་ཅིག་ཞུས་ཐེས་དེར་མཐུད་ནས་སྐད་ཆ་མང་  
 པོ་ལབ་གྱིན་ཡོད་ལ། སྐད་ཆ་ལབ་ཆར་ཐེས་སྟོན་མར་གྲོང་རེ་ལངས་བསྐྱད་པའི་དར་རྒྱས་ཀྱིས་སྐད་པ་  
 སྐྱར་སྐྱར་བྱས་སོང་པས། ཚོ་དབང་ཁོ་ཚོ་མགྲོགས་སྐྱར་པར་སོང་སྟེ་ཆང་མས་ཉེན་རྟོག་པའི་མཐའ་  
 བསྐོར་བྱུང་། ང་རང་དེ་ཅུ་འཇུག་ཆ་ལངས་པ་ན་རྒྱ་མཚོས་གཤམ་ཆེན་མ་རེད། ཁོ་ཚོས་ཐག་གཅོད་འོས་  
 འཚམས་བྱེད་དེས་རེད་ཅེས་བརྗོད་བྱུང་། རོ་མ་ཁོ་ཚོ་རེ་རེ་གདོང་ལ་འཇུག་གིས་བསྐྱས་ནས་ད་དུང་ཉེན་  
 རྟོག་པར་ལམ་ཁ་ཕྱིས་ཏེ་ཉེན་རྟོག་པའི་འདོད་པ་ལྟར་བརྗེད་ཉམས་ལྷན་པའི་ངང་རྒྱངས་འཁོར་བསྐོར་  
 ནས་བྱུང་སོང་།

གཤམ་ཆེན་མ་རེད། ང་ཚོ་སྟོན་ལ་སོང་ནས་ཇ་འཕུང་། དོན་དག་དེ་དར་རྒྱས་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་དེས་རེད་  
 ཅེས་ཚོ་དབང་གིས་རྒྱ་གསར་བརྗེ་འཇུག་སྟེགས་སུ་འགྲོ་ཞོར་དུ་སྐད་ཆེན་པོས་བརྗོད་བྱུང་།

རྒྱ་གསར་བརྗེ་འོ་ནི་མངར་ཇ་ཁང་ཁོད་ཀྱི་རྒྱུང་ཤས་དེ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུང་པ་ཞེ་ན་དེ་འདྲ་དུས་ཡུན་རིང་པོ་  
 མ་རེད་མིང་ལ་ཉན་མ་ཐག་ཇ་ཁང་དེ་ལོ་རབས་ག་དུས་ཀྱི་ཡིན་པ་གསལ་པོ་རེད། རྒྱུག་

ཆང་ཀྱི་དང་རྒྱུ་ཆང་ཀྱི་ལྷ་བུའི་ཇ་ཁང་ནང་བཞིན་ལོ་རྒྱུས་ཡུན་རིང་ཡོད་མི་སྤྱིད། ཡིན་ཡང་ལྷ་ས་བ་



ཆོ་སྒྲུང་ནག་ཤལ་འཁོར་བ་ལྟར་གྱི་མངར་ཇ་ཁང་ཡིན་པ་རེད། ཇ་ཁང་རྩིང་པ་ཆོང་མ་གཅིག་འདྲ་རེད་  
ནག་རོག་གེར་ཚོང་པོ་ཡིན་ལ། རྒྱབ་སྟེགས་དང་ཅོག་ཅོ་ཆོང་མ་འབྲུར་རེ་འབྲུར་རེ་ཡིན་པ་དང་དབྱར་ཁ་  
སྒྲུང་ནག་གིས་ཁངས་ཤིང་དབྱུག་དུས་སྒྲུང་པོ་མཆོམས་ཆད་ཀྱི་མེད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ལྟ་སའི་གནས་  
ཚུལ་ཆེམ་ཚུང་གསུམ་འདུ་སྦྲིག་དང་བརྒྱད་སྟོན་གྱི་ལྟེ་གནས་ཀྱང་ཡིན་འདུག བདེན་ཏུ་འདྲེས་མ་དང་  
ཐ་ན་བྱད་མཆོར་གྱི་དྲེད་གས་གཏམ་ཁོད་སྒྲོར་བྱར་གཉིས་གསུམ་ཅན་གྱི་མངར་ཇ་ཤལ་དཀར་གང་དེ་  
དམིགས་བསལ་གྱིས་ཞིམ་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་མིན་དུང་བོད་སྐད་ཀྱི་གདངས་འདྲེས་པའི་རྒྱ་གསར་  
བརྗེ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེར་ཡིད་འགྲུག་ཅུས་པ་ཡ་མཆོར་ཞིག་ཡོད་ཕྱིར་རྒྱ་གསར་བརྗེ་ཞེས་པའི་ཇ་  
ཁང་གཉིས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་འདུག

ལྟ་སའི་པོ་མོ་རྒན་གཞོན་ཆོང་མ་ཇ་ལོ་དམར་པོའི་ནང་ལོ་མ་དེང་སང་མང་ཤོས་འོ་སྐམ་རེད། ཚུམ་པ་པོའི་  
མཆོན་དང་མངར་མོ་བསྐྱེས་པའི་དབྱིན་ཇིའི་བྱད་ཆོས་ལྟན་པའི་ཇ་འདི་འཐུང་པར་ཉ་ལས་པའི་དགའ་  
མོས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ཡང་སྟོལ་རྒྱན་ནང་བྱད་མེད་ཆོ་ཇ་ཁང་དུ་འགོ་ཆོག་གི་མ་རེད། གལ་སྲིད་སོང་པ་  
ཡིན་ན་སྟོད་ལམ་ལེགས་པོ་མེད་པར་མཐོང་ངེས་རེད། འོན་ཏེ་སྤར་ནས་གོམས་སྟོལ་འབྱུར་བའི་དེ་རིང་  
བོད་རིགས་སྐྱེས་པ་སྟོ་མཐུན་ཆོའི་བསྐྱབ་ཅུས་པ་ཞིག་བོད་རིགས་བྱད་མེད་སྟོ་མཐུན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
བསྐྱབ་ཀྱི་ཡོད་ལ་ལྟག་པར་འགོ་ས་ནི་རྒྱ་གསར་བརྗེ་ཡིན་ཕྱིར། མངར་ཇ་ཁང་གི་སྟོ་ནམ་རྒྱན་སྤུ་མོར་  
ཕྱེས་ཡོད་ལ་སྟེ་ལེན་བྱེད་ཡུལ་མང་ཆེ་བ་བསྐྱར་བར་འགོ་པའི་རྒན་གློན་རྣམས་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་ཆོད་གཞན་  
པའི་དུས་སྟེ་ལས་རིགས་འདྲ་མིན་གྱི་ན་ཆོད་མི་འདྲ་བ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། ལས་བྱུངས་མི་ཉུང་པ་ཞིག་  
གི་བོད་མི་རྣམས་ལས་ཀར་ཞུགས་པའི་དུས་ཆོད་དང་མངར་ཇ་ཁང་དུ་ཇ་འཐུང་པའི་དུས་ཆོད་པལ་ཆེར་  
འདྲ་མཉམ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ང་རང་དང་ཐག་མི་རིང་པའི་ས་ན་ལོ་ན་གཞོན་པའི་པོ་མོ་ཁ་ཤས་ནས་ཁྱེད་ཤོབ་སྟོང་བཤད་རྒྱག་གི་ཡོད་  
ལ་ཞིབ་ཏུ་ཉན་དུས་རྒྱ་སྐད་བཤད་ཀྱིན་ཁྱེད་ཐག་གིས་ཆོག་དངོས་གདངས་སྒྲོར་གྱིས་མཆོམས་རེར་བོད་  
སྐད་ཀྱི་ཆོག་རེ་གཉིས་བསྐྱེས་ཀྱིན་འདུག པ་སངས་དང་ཡང་ན་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀའི་ནང་གི་གཅིག་གིས་  
ཁོ་ཆོ་ནི་ཉེ་འབྲམ་གྱི་བོད་སྟོངས་སྟོབ་ཟླ་ཆེན་མོའི་སྟོབ་མ་ཡིན་ཚུལ་བརྗོད་དེ་ཁོ་ཆོ་སྟང་རིན་མེད་པའི་



ནམ་འགྱུར་ཞིག་བསྟན་བྱུང་། མངར་ཇ་ཇ་དེམ་གང་དང་མི་རེ་རེར་ཐུག་པ་དཀར་ཡོལ་གང་རེ་སྤངས་པ་  
དང་། སྐམ་ཤའི་ཁུ་བ་བསྟན་པའི་ཐུག་པའི་སྒྲིམ་ཕྱ་ཐུར་མ་ནང་བཞིན་ཡོད་ལ་ནམ་རྒྱུན་བོད་ཐུག་  
། ཅེས་འབོད་པར་བསྟན་ན་དེ་རྒྱ་མི་དང་ཁ་ཆེའི་ལག་ནས་ཡོང་པ་མ་ཡིན་པར་བོད་མིའི་ལག་ཟས་ཡིན་  
པས་མིང་དེ་ཐོགས་པ་འདྲ། ཅུང་མ་འགོར་བར་དར་རྒྱས་བསྐྱེབས་སོང་ལ་རྒྱུངས་འཁོར་གྱི་ལྷེ་མིག་ཅིག་  
ཙེ་ཐོག་གཡུག་ནས་བཤད་རྒྱུར། ཁོས་ད་དུང་ངས་འགྲིམས་འགྲིལ་སྒྲིག་ལམ་གྱི་ནང་དོན་ལེན་གང་དང་  
དོན་ཆོན་གང་ལ་རྒྱབ་འགལ་བྱས་སོང་ཟེར། ངས་ཁོ་ཆོའི་འགན་འཛིན་བཅའ་བས་ན་ཁོ་རང་ལ་སྐད་ཆ་  
བཤད་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར།

ཉིན་གུང་ཚུ་ཆོད་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཀའི་སྟངས་ཉི་འོད་ཕྱོགས་བཞིར་འཕྲོ་དུས་གཞི་ནས་ལམ་ལ་ཆས་སོང་།

༤

རྒྱུངས་འཁོར་བསྐྱར་ནས་ལྷ་སའི་ཟམ་ཆེན་ཐོག་བསྐྱེབས་མ་ཐག་མདུན་ན་སྟོད་པའི་པ་སངས་ཀྱིས་  
ལུས་པོ་མར་བསྐྱར་ནས་ལག་སྒྲིམ་འབར་མ་དེལ་གྱི་བཟོ་དབྱིབས་དང་འདྲ་བའི་ཤོག་སྒྲག་ཅིག་ཁྱེར་  
ཡོང་ནས་བཤད་རྒྱུར། འདི་གས་གཏོར་བྱེད་གྱི་ཡིན་ཞེས་སྐད་གདངས་ལས་སྟོ་བའི་ཁེབས་པའི་དུས་སུ།  
ཆོ་དབང་གིས་ལམ་སང་བཀག་འགོག་བྱས་སོང་། དམག་མིས་ཟམ་པ་སྤྱང་བཞིན་པ་མཐོང་མ་བྱུང་ངམ།  
དེ་གས་གཏོར་བྱས་ན་ང་ཆོ་འཛིན་བཟུང་བྱེད་ངེས་རེད་ཟམ་པ་བརྒྱལ་ན་བཤད་ཅེས་བརྗོད་བྱུང་།

ཟམ་པ་བརྒྱལ་མ་ཐག་ལག་སྒྲིམ་དེ་ལམ་ཁ་གང་པོར་ཡང་ཡང་བཀག་བྱུང་། ལམ་ཁ་ན་ག་ས་གར་  
གཏོར་པའི་གད་སྟིགས་དང་སྦྱུ་ལྷུག་ས་ཆོགས། ལམ་འགྲམ་གྱི་གོང་སྟེ་དང་ཆོང་ཁང་རྒྱུང་རྒྱུང་། མི་  
མངོན་པར་ཡོད་སའི་དམག་སྒྲར་དང་ཞིང་ར། རི་སྟོང་གི་གྲང་རོ་ཞིག་རལ། གསར་དུ་བྱུག་ཅི་བཏང་པའི་  
དགོན་པ་དང་སོ་ཐག་དཀར་ཅི་མའི་ལས་པའི་ཁང་བཙེགས་ཅན་གྱི་རྫོང་མཁར། འདི་ཆང་མ་གས་གཏོར་  
དམིགས་འབེན་མ་ཡིན་ལ། ལམ་གྱི་ཕར་འགྲམ་ན་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ད་གཟོད་ཡིན་འདུག དེ་དག་  
ཁོད་ཤིང་རྟ་འདུད་པ་དང་འདུད་འཐེན་འཁོར་ལོ་སྐྱར་པའི་ཞིང་པ་དང་། ལམ་འགྲམ་ན་སྟོད་པའི་འགྲུལ་  
སྟོད་རྒྱུངས་འཁོར་ནང་གི་འགྲུལ་བ། གཉིས་རེ་གསུམ་རེ་བྱས་ནས་འགོ་བའི་ཞོར་ལས་པ་། རྒྱུ་ཞོར་ལས་  
པ་བསྟན་མ་ཐག་སི་ཁོན་ནས་ལོས་ཡིན་སྟུང་པའི་རྒྱ་མི་དེ་ཆོ་མཐོང་མ་ཐག་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ལམ་སང་

དེ་ཚོ་འོ་ཐོག་སྒྲོམ་གཏོར་དང་ཞེས་སྐད་ཅེར་རྒྱག་གིན་འདུག ཚུམ་པོ་པོ་འུ་མཆན། ད་དུང་ན་བཟའ་དུར་  
སྒྲིག་མན་བས་པའི་གྲ་བཅུན་དང་བསྐྱབ་ལུག་པའི་བྱིས་པ་རྒྱུ་དུ་སོགས་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་ཚོ་འོ་གམ་དུ་  
ཤོག་སྒྲིག་གདམ་ཐག་སྒྲིག་ནས་སྐད་ཅེར་རྒྱག་པ་མིན་ན་བཤོལ་གྱིན་འདུག དེ་མིན་ཐག་དང་ཁྱི། རྣམ་  
ལུག་ཏུ་སོགས་ཚང་མ་ལྷག་དུ་བཅུག་མ་སོང་།

གས་གཏོར་སྒྲུ་ལས་གསལ་ཞིང་མཐོ་བའི་དགོད་སྒྲུ་ལམ་ཁ་གདམ་གཏོར་ཞིང་། པ་སངས་ཀྱིས་ཤོག་  
སྒྲིག་གི་སྐད་སྒྲེ་ནས་འཐེན་མ་ཐག་རྒྱགས་ཀ་དེ་མའི་ལག་སྒྲོམ་ཞིག་ཕྱི་རོལ་གཡུག་པ་དང་གཉིས་སུ་  
མ་མཆིས་ལ། ཁོ་ཚོ་ཚང་མས་ལྷུང་དུ་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་དགའ་སྒྲོ་དཔག་མེད་སྒྲེས་ཀྱི་འདུག ངས་དེ་  
ལག་སྒྲོམ་རྩུན་མ་ཡིན་པ་དང་ཤོག་སྒྲིག་ཅིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཡོད་ལ་དེ་བཞིན་བྱིས་པ་སྒྲེས་པ་ཚོ་དངོས་  
གནས་བཤད་ན་ཁོ་ཚོ་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་རེད། ཚུམ་པོ་པོ་འུ་མཆན། ཅེད་མོར་ཞེན་ཞིང་ཀྱ་རེར་དགའ་བ་ཤེས་ཡོད་  
ཀྱང་སེམས་ནང་སྐྱིད་པོ་ཞིག་མ་རེད། གལ་ཏེ་སེམས་རྒྱུ་མ་བྱས་པར་རྒྱངས་འཁོར་ཕྱི་ལ་འཐེན་མ་ཐུབ་  
པར་ནང་ནས་བཀའ་ན་ཅི་བྱེད་བསམ་ནས་དེ་བས་ཀྱང་སེམས་ཁལ་བྱས་ཡོད།

གོང་ནས་བརྗོད་ཟིན་པ་ལྟར་རྗོད་ཐོག་ནས་བདེ་གོང་རྒྱ་ཚུན་བར་ལམ་ཁ་ཡག་པོ་མེད་པས་སངས་ཐ་ན་  
རྒྱངས་འཁོར་བསྐྱར་ནས་འགོ་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་ཁོ་ཚོས་ཀྱང་སྒྲོན་ནས་འབྲེལ་བ་བྱས་ཟིན་པས། མལ་གྲོ་  
གུང་དཀར་རྗོད་ལ་ཐོན་མ་ཐག་ས་གནས་ཁལ་བསྐྱུ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྩུན་ཐེན་TOYOTA  
SUVབྱེས་བཟོད་རྒྱངས་འཁོར་ཞིག་ག་སྒྲིག་བྱས་འདུག ངའི་སེམས་སྒྲོད་ལ་བབས་བྱུང་མཐར་  
ཐུག་ལག་སྒྲོམ་ཚང་མ་བཀའ་ཚར་འདུག སྒྲོར་མ་ཤར་བ་ཞིག་ལ་རྒྱངས་འཁོར་བརྗོད་སྒྲོར་དུས་སུ་དར་  
རྒྱས་ཀྱིས་སྒྲོམ་སེམས་ཁེངས་པའི་ངང་རྒྱངས་འཁོར་རྒྱབ་ནས་མེ་མདའ་ཐུང་ཐུང་ཞིག་སྒྲངས་བྱུང་།  
ངས་མེ་མདའི་ཅི་བྱེད་དམ་ཞེས་འདྲི་དུས་རི་དྲགས་རྗོད་གྱི་ཡིན་ཞེས་དར་རྒྱས་ཀྱིས་ཁ་རུ་ཁ་ཐུག་དུ་  
བརྗོད་ནས་ཏུ་ལམ་ངའི་དྲི་བ་དེ་ལྷག་མ་རེད་བསམ་མེད་འགོ་སུ་ཞིག་གིས་ཚིག་ཁ་སྒྲོན་རྒྱབ་ནས་རི་བྱ་  
ཁ་ཤས་གསོད་བསམ་པ་ཡིན་ཟེར། ངའི་སེམས་སུ་དེ་མ་ཐག་ལྷིད་ཏིག་གིར་གྱུར།  
མེ་རྩས་དྲི་མས་ཁེངས་པ། མ་རེད། དམར་གསོད་ཀྱི་དྲི་མས་ཁེངས་པའི་འབྲུལ་བཞུད་ཅིག་གི་འགོ་  
བཅུགས་སོང་། དེ་ནི་ངས་མཐའ་མཐུག་བསམ་ཁོང་བྱུང་མེད་པ་ཞིག་རེད། ངས་ཡོ་ནས་འདི་འདྲའི་

རིགས་རྒྱུད་གཅིག་པ་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་བདེ་བྱོང་ལ་འགྲོ་བསམ་སྦྱོང་མེད་པ་བཞིན། དེང་ཐོག་ཁོ་ཚོ་  
 དང་འཕུལ་སྐབས་རེ་རེ་གྲུས་ལུགས་ཡོད་པ་དང་གྲུལ་དག་གཙང་མ་སློ་རིག་གོད་པོ་ཅན་དང་། བོད་སྐད་  
 དང་རྒྱ་སྐད་ཡག་པོ་ལབ་ཀྱི་འདུག་ལ། བོད་མི་མང་ཤས་ནང་བཞིན་རྒྱ་སྐད་ཚིག་གཅིག་བཤད་ཡོད་དུས་  
 རྒྱ་མའི་རྒྱུ་ཉེ་ཅས་ཚིག་སྒྲུག་སྒྲུག་མི་ལབ་ལ། མཚམས་ལན་རེར་ཁོ་ཚོས་ཀྱང་ཚིག་ཁ་ཤས་  
 བཙུག་ནའང་། རྒྱ་མའི་གཏད་ཉེ་ཅས་བཙུག་ཀྱིན་འདུག ཡང་གཅིག་བཤད་ན་ངའི་མ་སྒྲུན་གཙུང་པོ་རྒྱ་  
 མཚོའི་གྲོགས་པོ་ཡིན་པས་ལོས་ཡིན། རོ་མ་བཤད་ན་ང་རང་ཁོ་ཚོར་ཞེན་ལོག་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག  
 ཡིན་ནའང་དེ་ཅི་མ་ནས་ང་རང་ཁོ་ཚོར་ཞེན་པ་ལོག་བྱུང་། ཞེན་པ་ལོག་པས་མ་ཚད་སྒྲུན་སྒྲུང་སྒྲུབ་བྱུང་།  
 སྒྲོང་ཕྱན་ལྡོན་ཤིང་མང་པོས་ཁེབས་པའི་རི་བོ་བརྒྱུད་སྐབས་དམར་གསོད་ཀྱི་དམིགས་འབེན་གཞི་ནས་  
 མཐོང་སོང་། རི་བོང་ཞིག་རེད། སྒྲུན་སྒྲུགས་ཀྱི་རི་བོང་ཞིག་རེད་རང་ཉིད་ཡངས་ཤིང་ཆེ་བའི་ས་ལུགས་  
 ཤིག་ཏུ་ཁོ་ཚོར་རང་ཉིད་གསོད་དུ་འབོད་པ་ནང་བཞིན། དར་རྒྱས་ཀྱིས་སློ་བུར་རྒྱངས་འཁོར་བསྐྱད་དེ་མེ་  
 མདའ་བཟུང་ནས་མདུན་ལ་ཕྱིན། ཁོས་ཐ་ན་རྒྱ་རྒྱུ་ལག་འཇུག་དང་སེམས་རྒྱུང་མ་བྱས་པར་མེ་  
 མདའ་ཡར་བཏོགས་ནས་མནན་མ་ཐག་རི་བོང་དེའི་རྒྱུང་པ་རྒྱུ་མར་ཁེལ་འདུག ངས་རྒྱ་མ་  
 རྒྱུ་ཀྱི་ཅས་སྐད་བརྒྱབས་པ་འཕྱི་བྲགས་དང་རྒྱུང་བྲགས་ཤིང་ལམ་སང་རྒྱངས་འཁོར་ཕྱོགས་བཞི་ནས་  
 དགའ་འབོད་ཀྱི་ཁུར་སྒྲུའི་བསྐྱབས་སོང་།  
 ངས་དངོས་མཐོང་གནས་རྒྱལ་འདི་དག་བཟོད་བསྐྱན་བྲལ་ཞིང་དེ་ལས་ཀྱང་བཟོད་སྒྲོམ་བྱེད་དཀའ་བ་ནི་  
 དར་རྒྱས་ཀྱིས་མེ་མདའ་བཟུང་ནས་རྒྱུ་བསྐྱབས་པ་ན་དེ་ཐར་ས་ཞིག་གང་ན་ཡོད། མས་ཟིན་པའི་རྒྱུང་  
 པ་རྒྱུད་ནས་གོམ་པ་ཁ་ཤས་ལས་མ་སྒྲོས་པར་དར་རྒྱས་ཀྱིས་ཡང་བསྐྱར་མེ་མདའ་ཁ་སྒྲོན་བྲལ་ཏེ་  
 བསད་ཡོད་ལ། རྒྱ་གསེབ་ཏུ་འབྱེལ་བའི་རི་བོང་གིས་ཤི་ཁའི་འཕག་འཚག་རྒྱག་པའི་སྒྲི་གཡའ་པའི་  
 ངང་རྒྱལ་མཐོང་མེད་ནའང་། ངས་གསོད་མཁན་ལ་སྤྱིང་རྒྱུ་ཅི་མ་མེད་པར་རྒྱུ་སྒྲུག་བྱེད་པ་གསལ་པོར་  
 མཐོང་བྱུང་། སྤྱིང་རྒྱུའི་འཕར་ཅིམ་ཡང་མེད་པར་ཡ་ང་སྤྱིང་རྒྱུ་པ་དང་གཏུག་རྒྱུ་ཆེ་བ་མིག་ཤེལ་  
 གྱིས་འགོབས་པའི་མིག་རྒྱུང་ལས་མདོན་འདུག ཁོས་གོམ་པ་རེ་རེ་སྒྲོ་པའི་གོམ་ཁ་ལས་མདོན་འདུག  
 མི་གཞན་པ་རྣམས་དགའ་སྒྲོའི་ཐལ་མོ་རྟེན་བཞིན་རྒྱངས་འཁོར་ལས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་རི་བོང་གི་རོ་བཏུ་རུ་

འགྲོ་བའི་མཆོངས་རྒྱལ་ལས་ཀྱང་མདོན་འདུག དེ་ནི་ཆོ་སྲོག་ཅིག་རེད་ཡ་དང་ཐོག་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་  
གཞི་ནས་རང་དབང་གིས་འཆོ་གནས་ཀྱི་ཆོ་སྲོག་ཅིག་རེད། འདི་ལྟར་སློ་བུར་དུ་དམར་གསོད་བཏང་བ་  
རེད།

མིག་གིས་རིག་རིག་ལ་ཆོ་སྲོག་ཅིག་མེ་མདའ་བརྒྱབ་ནས་བསད་པ་མཐོང་དུས་ང་རང་ཡིད་མཉམ་པ་ཅིམ་  
མ་ཡིན་པར་སེམས་སྒྲུག་ཆེན་པོ་སྒྲེས་བྱུང་། ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ང་རང་ནས་དུས་རྒྱུན་འགྲོ་བ་  
སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་པ་དང་འགྲོ་བ་རིགས་རྒྱལ་རང་གི་གཉིན་དུ་བཙི་བའི་སློབ་གསོ་བརྒྱད་པས་ན།  
འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ནི་མི་ཅིམ་མ་ཡིན་པར་མཁའ་ན་འཕུར་བ་དང་ས་ན་རྒྱ་བ་རྒྱུ་ནང་རྒྱལ་བའི་སྲོག་  
ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་ཟེར་ཞིང་། རི་བོང་འདི་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་སྒྲེ་བ་གྲངས་མེད་ཀྱི་སྤྲོན་ལ་ང་དང་འབྲེལ་བ་  
ཡོད་མེད་སྤྱི་ཞིག་གིས་བརྗོད་ཁག་པོ་རེད། དེ་སྤྲོན་ངའི་མ་མ་དང་ཡང་ན་གཅན་གཟུང་ཡིན་པ་ངས་གཏན་  
མེད་ལ་གང་ལྟར་ཏན་ཏན་ལས་འཕྲོ་རྒྱུན་མཐུན་བྱས་ཡོད་ངེས། དེ་མིན་ན་ང་རང་དེ་དང་འཕྲད་དོན་ཅི། ཡིན་  
ཡང་ངས་དེ་མིག་མདུན་དུ་རང་དགར་གསོད་དུ་བཅུག་ནས་སྲོག་སྒྲོབ་མི་བྱེད་དོན་ཅི། ངས་ཇི་ལྟར་ཡིད་  
ཆེས་དཀའ་བ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་ ཁྱ་མ་རྒྱལ་ ། ཅེས་བཤད་པ་ཅིམ་ཡིན། ང་རང་ནང་ཆོས་དད་ལྡན་པ་ཞིག་  
གང་ནས་ཡིན་ནམ། ལག་དམར་གྱི་རྒྱབ་རོགས་པར་ཆགས་པ་མ་ཡིན་ནམ།

དེར་མཐུན་པའི་འགྲུལ་བཞུད་ཁྲོད་ངའི་ཡིད་སེམས་སྒྲོ་སྒྲུག་དང་ཁོ་བའི་མནར་ཏེ་སྐད་ཆ་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་  
ལབ་མེད། ལམ་ཁ་ནས་ཟ་འབྲུ་དང་སྐམ་ཤ་རྒྱབ་ཏུ་ཁྱུར་བའི་བཅུན་མ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱངས་འཁོར་  
འགོག་པར་འཕྲད་རག་བར་དུ། གདོང་ལ་འཛུམ་དཔྱུལ་དཔྱུལ་གྱིས་ཁེངས་པའི་དར་རྒྱས་རྒྱངས་འཁོར་  
ལས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་ཁོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྒྱངས་འཁོར་ནང་བཞག་བྱུང་། དེ་ལྟར་ཁོ་མོ་གཉིས་ལྟོད་  
གཡེང་གིས་གོམ་པ་རྒྱབ་ནས་བདེ་གྲོང་ལ་བསྐྱེད་པར་ངེས་རེད། ཡང་བསམ་ན་ཁོ་རང་ཨ་ནེ་ཆོ་འི་ཐོག་  
ཡག་པོ་འདུག སྤྲོད་པ་འདི་དུང་བོད་མི་ཞིག་དང་འབྲེལ་བོ་འདུག་སྐྱུ་མ་སོང་། དེ་ནས་ངས་ཁོ་ཆོར་གུ་  
ཡངས་གནང་སྟེ་ཡང་བསྐྱུར་ཁོ་ཆོ་དང་ལབ་སྐྱེད་བྱས་པ་ཡིན་ལ། རེ་ཞིག་རྒྱངས་འཁོར་གཞུག་ལ་  
གཡུག་པའི་ཁྲག་ཇར་ཇར་གྱི་རི་བོང་དེ་བརྗོད་དུ་བཅུག་པ་ཡིན། འོན་ཏེ་རྗེས་ནས་ཤེས་རྟོགས་ལྟར་ན་  
དངོས་གནས་དེ་འདྲ་རེད་མི་འདུག

གཏེར་སྒྲོམ་ཚུ་ཆོན་དུ་བསྐྱབས་སོང་། ཡིན་ཡང་ཐོངས་སྤྱོད་མ་གཉིས་ནང་བཞིན་གྱི་དགའ་ཚོར་སྤྱོད་མ་  
 སོང་། དགོང་མོའི་དུས་ཚོད་བདུན་ལ་བསྐྱབས་གྲགས་ཡོད་ཅིང་། ཉིམ་ཡོངས་སུ་ཚང་ལ་ཕྱིན་མི་འདུག  
 ལམ་ཁ་མི་མཐོང་པའི་རི་ལྗོངས་ནས་མར་བལྟས་པ་ན་གྱི་ཁའི་འོད་ཟེར་ནང་བཞིན་བྲ་ལམ་ལམ་མཆེད་  
 པའི་ལྷགས་གྱི་ཁང་ཕྱེ་ལྷག་དུ་མིག་ལ་འཆོར་བ་ཞིག་རེད། ཆོ་དབང་གིས་ལྷགས་ལེབ་བཀའ་པའི་ཁང་  
 ཕྱེ་དེ་དག་དེ་སྤྱོད་བྱེད་དོན་དེ་ནི་ང་ཚོས་གསར་རྒྱག་བྱས་པའི་འགྲུལ་ཁང་རེད། སྐད་ཆ་དེ་བཞིན་སྐབས་  
 རང་སྒྲོམ་གྱིས་ཁེངས་པ་དང་འདྲ། ངས་ཡིད་མངས་པའི་ངང་འདི་འདྲའི་ཁང་ཕྱེ་བཟོས་ནས་ཅི་བྱེད་དོ་མི་  
 མཉམ་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་བཞིན་སྐབས། ཆོ་དབང་གིས་དེ་བེད་སྤྱོད་ལྡན་པ་རེད། དེ་མ་ཡིན་ན་དབྱར་ཁར་  
 ཆར་ཚུ་མང་པོས་བོད་དབྱིབས་ཅན་གྱི་ཁང་པ་ཆང་མར་ཐིགས་ཚུ་བཞུར་ངས་རེད་ཅེས་བཞིན་བྱུང་། ཡིན་  
 ཤས་ཆེ་ཡིན་ན་འང་མ་དོག་ཉེས་པོ་འདུག་ཅེས་ངས་ལབ་པ་ཡིན།

ཨ་ནེ་ཆོའི་ཁང་པ་དམར་པོ་སྤར་བཞིན་དོ་ཇེ་པ་ལམ་དམར་པོ་ཇི་བཞིན་རི་སྐོད་དུ་བརྒྱས་འདུག་ལ།  
 དངོས་གནས་བྱས་ན་འཛིག་ཉེན་འདིར་མི་འཆོམས་པའི་ལྷགས་ལེབ་གྱི་ཁང་ཕྱེ་ནས་ལྷགས་རིགས་གྱི་  
 མིག་ལ་འཆོར་པའི་འོད་སྤྲོད་ལྡན་པའི་སེམས་གསོ་ཇི་བཞིན། རི་ལྗོངས་ནས་མར་ལྷ་དུས་ཆོ་  
 རྒྱངས་འཕྱར་པའི་ཚུ་ཆོན་དར་ལྷོག་གིས་ཁེབས་པའི་རི་སྐོད་དང་འགྲུལ་ཁང་ཁང་ཤར་ཁ་ཤས་གྱིས་  
 བསྐྱོར་པའི་དཀྱིལ་དབྱས་ན་ཡོད་ཅིང་། ཚུ་ཆོན་དེ་མཐོང་ཡངས་པོ་བྱས་ནས་བཞག་མེད་ལ་མང་ཆེ་བར་  
 ཤིང་གི་ར་བ་མཐོན་པོ་བསྐྱོར་ཏེ་མི་གང་བྱུང་གི་སྒྲོག་ལྷའི་མཐོང་ལམ་བཀའ་ནས་གྲལ་དག་པོ་ཞིག་  
 བཟོས་འདུག ལྷག་དུ་གལ་ཆེ་ཤོས་ནི་མི་རྣམས་གྱིས་ཚུའི་ནང་སྤར་བཞིན་ཉིན་དཀར་དང་མཚན་མོར་  
 མཁའ་དབྱིངས་ལ་ལྷ་ཚོག་ཚོག་རེད། འདི་ནི་འོས་ཤིང་འཆོམ་པའི་ལེགས་བཅོས་ཤིག་ལ་བརྟེན་ཆོག་  
 འདུག

འགྲུལ་ཁང་དེ་རིགས་གཉིས་གྱིས་བྱུབ་ཤིང་ལྷགས་ལེབ་གྱིས་ཁང་ཕྱེ་བཀའ་པའི་ཨར་འདམ་གྱི་ཁང་  
 བརྟེན་ཤས་ཤར་མ་གཉིས་ནི་ཆོ་དབང་ཁོ་ཚོས་གསར་སྒྱུན་བྱས་པ་མངོན་གསལ་རེད། ཚུ་ཆོན་ལ་མཐུན་  
 ནས་བོད་དབྱིབས་གྱི་ས་ཁང་གྲལ་ཤར་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དགོན་པའི་ཡིན་ལ། མཚར་པོ་ཞིག་ལ་བལྟས་ན་

གསར་པ་དང་གཙང་མ་ཡིན་པའི་ཁང་བཅུགས་ཅེ་ཅེསྟོ་བརྒྱབས་ནས་མི་སྟོན་མཁན་མེད་ཅིང་ས་འོག་  
ནས་ཐོན་པའི་རིག་དངོས་བཞིན་བྱར་བྱོར་དུ་གནས་པའི་བོད་པའི་ཁང་པའི་སྟོ་མདུན་ན་༼པགས་  
ཅག༽ གྲོན་པའི་ཕྱི་སྤྱིང་པ་ཁ་ཤས་སར་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ངའི་སེམས་པར་འགྲུལ་ཁང་གཉིས་ཀྱི་རིན་  
གོང་འདེམས་ཀ་བྱེད་སའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ནའང་། རྩི་མ་དེ་དང་ཚོར་བ་དེ་ཡོད་མེད་ཏེ་ལམ་མི་  
རྣམས་འགྲུགས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡིན་ཤས་ཆེ་སྟེ།

དེ་བས་ཆོ་དབང་གིས་ཐབས་མེད་དང་ཡང་ཕྱག་དོག་བསྐྱེས་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱིས་བརྗོད་དོན། ཨ་ནེ་དེ་ཆོ་  
སྤོན་པ་རང་རེད་ཁོ་མོ་ཆོར་ཐངས་མང་པོར་ལབ་པ་ཡིན། རིན་གོང་ཅུང་ཙམ་ཡར་སྟོར་རོགས་གནང་ཞེས་  
བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་མིན་དུས་ང་ཚོའི་ཁང་མིག་གཅིག་ལ་རྒྱ་སྟོར་དུ་གཏུ་ཡིན་ན་ཁོ་མོ་ཆོར་ཐངས་མིག་ལ་རྒྱ་  
སྟོར་བཅུ་ལས་ལེན་གྱི་མེད་པས་མི་རྣམས་ཁོ་ཆོར་ཐངས་ཁང་དུ་འདུག་པ་རང་བཞིན་རེད། ཡིན་ནའང་  
ཁོ་མོ་ཆོར་ཐངས་སྤོན་པ་རེད། བསམ་སྟོ་ཞིག་བཏང་པ་ཡིན་ན་ཁོ་མོ་ཆོར་ཐངས་ཆ་ཆང་གི་རིན་གོང་བསྐྱེན་  
ན་ང་ཚོའི་ཁང་མིག་གཉིས་ཀྱི་རིན་གོང་ཙམ་རེད། དེ་མིན་ཡུལ་སྟོར་སྟོ་འཆམ་པ་མང་པོའི་དུས་ཆེགས་སུ་  
ང་ཚོའི་ཁང་མིག་ཆང་མ་ཁ་གང་གི་འདུག དེ་ལས་ཁང་པ་གྲུལ་ཤར་དེ་ང་ཚོར་བཙོང་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པས་  
རེད། ཁོ་ཆོར་ཡང་དམིགས་མེད་སེམས་ཁུལ་མེད་པའི་ཆེད་ཅེས་ཟེར།

དེས་ན་ཅི་འདྲི་བྱིང་བྱོད་ཆོར་མ་བཙོང་བ་རེད་ཅེས་ངས་བྱི་བ་འདྲི་དུས།

ང་ཚོས་ཁོ་བཟང་ལེན་པས་རེད་བསམ་ནས་ཁོ་མོ་ཆོ་སྐྱག་སྐྱང་ཡོད་པ་འདྲ་ཞེས་ཆོ་དབང་གིས་ལན་  
བཏབ་བྱུང་། འདས་པའི་རིང་། ས་ཞིང་འདི་དག་དགོན་པའི་རེད། རྗེས་སུ་ཚུ་ཆོན་སྟོ་འབྱེད་གསར་སྟེལ་  
བྱས་ནས་དེང་ཐོག་རྫོང་གི་གཞུང་གིས་འདི་ནས་སྡེ་ལེན་ཁང་ཞིག་བརྒྱབ་པ་རེད། དེང་ཐོག་དགོན་པར་  
སྟོར་མོ་སྟེར་བའི་ཁས་ལེན་བྱས་ཀྱང་རྗེས་ནས་སྟོར་མོ་སྟེར་མ་གང་ཡང་བྱིན་ཡོད་པ་མ་རེད། དགོན་པར་  
སྟོར་ཆ་བཤད་ས་མེད་པར་གྱུར་ཏེ། ད་ལྟའི་ཡོང་སྟོ་ཉུང་དུ་འདི་ལས་མེད་ནའང་དེ་ལས་ལྷག་པའི་སྟོར་མོ་  
བཙོལ་པར་ཡོད་ཆེས་མེད་པ་རེད།

དོན་གནས་ང་ཚོས་ཁོ་མོ་ཆོར་ཐངས་ནས་ཁོ་བཟང་ལེན་བསམ་གྱིན་ཡོད་ཅེས་དར་རྒྱས་ཀྱིས་དགོད་ཞོར་  
སྟོར་ཆ་རྒྱུན་མཐུད་བྱས་ནས་བཤད་རྒྱུར། ད་དུང་ས་ཆ་འདི་འདྲི་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ལྷག་པོ་



ཆགས་པར་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་ད་ལྟ་ང་ཚོར་མི་བཅོང་ན་གཡུག་ཞོག་ག་ལེར་ང་ཚོས་གྲོང་  
 ཁྱེར་གྱིས་ཞིང་གྲོང་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་ཡོང་དུས་མཉམ་དུ་ཅ་མེད་བཅོས་ཚོགས་བཞུགས་པ་  
 སྐད་ཆ་འདི་དག་བཞུགས་པ་ཚོ་ཉག་ཉག་ཨ་ནེ་འི་ཁང་པའི་ནང་བསྐྱེད་ནས་ཇ་འཕུང་བཞིན་ཡོད། ཚེ་  
 དབང་ཁོ་ཚོ་འི་ཁང་པ་གསར་པ་དེ་དག་ནང་མི་སྡོད་མཁན་མེད་པས་ལྷེ་མིག་འཛིན་མཁན་བདག་གཉིས་  
 པས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་གུང་གསེང་སྤྱད་དེ་ཕྱིར་ཡུལ་ལ་ལོག་ཡོད་པས། དོད་གོང་ང་ཚོ་དགོན་པའི་འགྲུལ་  
 ཁང་ནང་མི་སྡོད་ག་མེད་དུ་གྱུར་པ་རེད། ཁོ་ཚོ་ཚང་མས་ཨ་ནེ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་དགོན་ཞོར་སྐད་ཆ་བཤད་  
 པར་ལྟ་དུས་ངས་དངོས་གནས་ཁོ་ཚོ་ཨ་ནེ་ཚོ་འི་ཐོག་ཡག་པོ་འདུག་བསམ་བྱས་པ། ཨ་ནེ་གསུམ་ཡོད་པ་  
 ཉ་ཅང་ལོ་ན་གཞོན་པ་དང་ངོ་གཞོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཁ་ལག་པའི་བཀའ་ནས་དགོན་ཞོར་ཡང་ནས་ཡང་  
 དུང་ཚོར་དགྲགས་ཇ་ཕུལ་གྱིན་པ་མ་ཟད། ད་དུང་ང་ཚོར་ཐུག་པ་སྐམ་པོ་རེ་ཆུང་འོང་སྤང་བྱས་པ། ཡིན་ཡང་  
 ཁོ་མོ་ཚོས་ཁོ་ཚོ་འི་སློབ་བས་ཅི་ཞིག་འཐེན་བཞིན་པ་གཏོགས་ཐབས་བྲལ། ཁོ་ཚོས་རྒྱ་སྐད་ནང་སྐད་ཆ་  
 བཤད་དུས་ཁོ་མོ་ཚོ་རེ་རེ་བཞིན་ཁ་གདངས་ནས་ཅི་ཡང་ཤེས་རྟོགས་མེད་པར་ལྷག་འདུག  
 རྒྱུ་ཐོག་ནས་ཉིས་ཡོང་པའི་སྐམ་པོ་བཅོས་ཏེ་སི་པན་ཁ་ཚད་དང་བག་ལེབ་མཉམ་དུ་བསྐྱེད་ནས་ཟ་དུས་  
 ཉ་ཅང་ཞིམ་པོ་འདུག སྐབས་འདིར་རྒྱ་བ་སྤར་ནས་མཁའ་རུ་འཕགས་ཏེ་ཆུ་ཚོན་ནང་ཁྱུས་བྱེད་པའི་དུས་  
 ལ་བསྐྱེད་བས་བྱས་པ།  
 རྒྱ་མིག་གི་འགྲམ་དུ་ཡུང་ལཱ་གཉིས་སྤར་པའི་འོད་སྤྲོད་དུ་སྤྲོད་སྤྲོད་པོ་འོད་སྤྲོད་པ་ལས་ཞི་འཇམ་གྱིས་  
 འཛེར་ཞིང་། མ་མཇལ་ཡུན་རིང་གི་རྒྱུ་འཇམ་གྱིས་ལམ་སང་ངའི་ལུས་ཀྱི་གང་འབྲུག་པར་དེད་ལ། དེ་  
 ལས་ཀྱང་སེམས་ནང་རྒྱུ་འོད་ཀྱི་ེས་ཁངས་པ་ནི་རྒྱ་འོད་འོག་ཚ་ལྷོག་ལྷོག་འཕྱར་པའི་རྒྱ་མིག་ རྒྱར་རྒྱལ་  
 མི་ཤེས་པའི་ངས་ཡང་འབྱར་པ་དང་ཅུང་ཙམ་ཤུད་པའི་རྩོམ་གསལ་ནས་དལ་བྱར་འགྲུལ་སྤྱོད་བྱས་པ་  
 ཡིན། རྒྱ་མིག་དུངས་ཤིང་གཙང་ལ་རྒྱུ་འོད་པོ་ཡིན་པས་མཉམ་མཐུན་གྱི་རུས་པ་ཡོད་ཚད་ཤོད་ཞིང་ཐུག་ལ་  
 རྒྱ་མིག་དེ་འོད་སྤྲོད་བྱེད་པ་ཕྱི་ཕྱི་འདི་གསུམ་ཤོད་པ་ཇི་བཞིན།  
 རྒྱུ་འོད་ད་དུང་ཨ་ནེ་ཁ་ཤས་ནས་དམའ་ཞིང་དལ་བའི་སྤྲོད་འཇམས་དབྱངས་ལ་བཀྲགས་ནས་སྤྱོད་  
 གཞས་ལེན་བཞིན་མཆིས་ཤིང་། ཞིབ་དུ་ཉན་སྐབས་གཞི་ནས་ཨོ་རྒྱན་གྱི་རུ་རུ་འོད་ཆེན་བསྤྱོད་པའི་

གསུང་མགུར་ཡིན་པ་རྟོགས། ཉན་མ་ཐག་སྒྲིག་ཞུས་དང་ཡང་ན་རིག་ཞུས་ནང་བཞིན་འདུག  
ཅུང་ཙམ་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་མོ་ཞིག་བསྐྱབས་བྱུང་ལ་བལྟས་ཙམ་གྱིས་འབྲོག་ཁུལ་ནས་ཐེབས་པ་འདྲ།  
འབྲོག་ཁུལ་མང་ཆེ་བའི་བྱུང་མེད་ནང་བཞིན་ནམ་རྒྱུན་སློག་པའི་བུམ་ཡོད་ནའང་། སློག་པའི་སྐྱེ་རགས་  
གྲོལ་པ་ན་སྒྲིག་བྱུགས་མཛེས་པ་དཔེ་མཚན་བྲལ་ཞིང་ཐ་ན་དགུང་ལོ་བགེས་པའི་བྱུང་མེད་འདིའང་དེ  
ལྟར་སྤང་། གཞུགས་གཞིའི་གཡོ་སྒྲིམ་ཁོད་དུ་ལང་ཚོའི་དུས་ཀྱི་སྐྱེག་ཉམས་འཕུལ་གྱིས་མཛོད་འདུག  
རྗེས་སུ་ཁོ་མོ་ཚོ་ཚང་མ་ཕྱིན་ཡོད་ལ་འགོ་ཁར་ཚང་མས་ང་ལ་རྒྱུ་མང་པོ་མ་སྤང་རྟོགས་སེམས་པར་  
དངངས་འཚབ་སྒྲིམ་ངེས་ཅིང་ཁ་ཏ་བྱས་སོང་།

སྤྲེལ་ཡང་ང་རང་གཅིག་པོ་དོད་འཇམ་གྱི་རྒྱུ་ནང་སྤང་སྟེ་ཡང་ཡང་དུ་བ་སྤན་བྱ་ལྟ་བུའི་སྐྱེག་པ་ལང་ལོང་  
འཕྲོ་བའི་ཁོད་མཚན་མོའི་མཁའ་དབྱིངས་ལ་ལྟ་དུས། སེར་མདོག་གི་སྒྲིབ་དང་དཔུལ་མདོག་གི་སྒྲིབ་  
ཚོགས་མཉམ་དུ་བརྒྱས་ནས་རབ་རིབ་དུ་སྤྲོད་ཞིང་མཛེས་སྤྱད་འགྲན་སྒྲིབ་ལ། རྩ་ལམ་དུ་གྲགས་འོང་  
པ་ནི་གདངས་ཉམས་སྤྲོད་པའི་ཁྱེད་སྤྱད་དང་ཡུན་ཅིག་དུ་རྒྱུང་རིང་ལ་བཞུར་བའི་རྒྱུན་གྱི་རྟེན་སྒྲིབ་  
རེད། འདི་དག་ཚང་མར་ཡང་བསྐྱར་མི་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་སྤྱོད་དང་ཡིད་སྤོམ་གྱི་དབུགས་རིང་འབྱིན་པ་  
ལས་གཞན་ཅི། ངས་རང་དབང་མེད་པར་ཁོ་དྲན་ཞིང་རྒྱུང་རིང་གི་རིགས་རྒྱུད་ཐ་དད་ཀྱི་ཁོའང་གལ་ཏེ་  
གནས་འདིར་དངོས་སུ་ཐེབས་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་རི་འབྲུའི་བདེ་སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་རེད་ཨང་།

༤

ང་རང་གཅིག་ཕུར་ཉལ་ཁྱི་རྒྱུག་ཡོད་ནའང་སྒྲོ་གཏན་མེད་པའི་ཁང་མིག་ཅིག་དུ་བསྐྱད་པ་ཡིན། ཉལ་ཁྱི་  
ཚང་མའི་ཐོག་ས་རྩལ་གྱིས་ཁེབས་འདུག་ལ་ཚང་མ་ཁང་པའི་གྲང་ཕྱིག་ལས་མར་ཟེགས་པའི་ས་རྩལ་  
རེད། ཡིན་ནའང་ངའི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉལ་ཆས་ཁུག་མ་བྱེད་ཡོང་ཡོད། ཏྲག་དུ་ས་ཕྱོགས་ཡར་མར་ལ་  
བསྐྱོད་པའི་ཉམས་སྤྱོད་ལས་རང་ཉིད་ལ་བདག་སྐྱོད་ལེགས་པོ་བྱེད་པའི་གོམས་གཤིས་བྱུང་ཡོད།  
ནམ་ལངས་མ་ཐག་གཉིད་ལས་སད་བྱུང་པས་ཡང་བསྐྱར་མི་མེད་པའི་རྒྱུ་ཚན་ནང་ཅམ་སྤང་རྗེས་པར་  
ཆས་བཟུང་སྟེ་དགོན་པའི་རྒྱབ་རིང་འཛེགས་པའི་ཚོ། སྒྲོ་བུར་དུ་དར་རྒྱས་ཀྱིས་མེ་མདའ་ཁྱུར་ནས་  
མཚོད་ཉེན་མཐུན་ནས་འཁྱུག་ཙམ་ཕྱིན་པ་མཐོང་བྱུང་། ཁོས་གནས་འདི་ནས་ཡང་རི་མི་སྒྲིམ་པར་སློག་

གཅོད་བྱེད་པ་ཡིན་ནམ། ང་རང་དེ་མ་ཐག་ཉ་ཅང་མི་དག་འབར་གྱུར། བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གང་ཏུ་འད་དགོན་  
པའི་ཉེ་འཁོར་ནི་སློབ་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྷ་འི་ཞིང་ཁམས་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་རེད། ང་དེ་སྤྱོན་རྒྱུ་རིང་མཐའ་  
འཁོར་གྱི་དགོན་པ་ཞིག་ལ་འགོ་བྱེད་། དེ་ནས་ཚུ་བོའི་ནང་ཉ་མོ་ཚུར་དགོ་འདུན་པ་ཚོའི་ལག་དཀྱིལ་ལ་  
མཆོང་ཡོང་སྟེ་རྩམ་པ་བཟུང་ནས་འདུག་ ཡིན་ནའང་བདེ་གོང་ནི་རྩོན་པ་ཚོའི་དག་འཛུལ་ལྟ་བུར་གྱུར་འདུག་  
དགོན་པའི་རྒྱབ་ནི་ཨ་ནེ་ཚོའི་ཁང་པ་དམར་པོ་རེ་རེ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཡར་ཕྱོགས་ན་རི་ཁོང་པའི་སྐྱབ་ཕྱག་  
ཡོད་ལ། གོ་ཐོས་སུ་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་གསང་ཡུམ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་གྱི་སྤྱུལ་པ། དགྲང་ལོ་བདུན་ཅུ་  
ལྷག་ལ་སོན་པའི་མཁའ་འགོ་མ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་། ང་རང་ཐེངས་རེ་རེར་གནས་འདིར་ཡོང་  
སྐབས་ཁོང་མཆོམས་ལ་བཞུགས་ཡོད་ཕྱིར་ཉ་ལམ་མཇུག་པའི་ལས་སྐལ་མེད་པ་འདྲ། ལོ་ལྔའི་སྤྱོན་ལ་  
ང་རང་འདི་ལྟར་གཅིག་པོ་རེ་ལྟེན་སུ་གན་རྒྱལ་དུ་ལོག་ནས་རི་སྐོད་དུ་རྟེན་དཀར་པོ་སྤྱངས་པའི་མ་ཁྱི་རྩོད་  
འབུམ་ལ་ལྟ་སྐབས། ན་བཟའ་དམར་སྤྱག་གྱོན་པའི་ཨ་ནེ་ཚོའི་ཚུ་བོར་ནས་ཕྱིར་ལོག་པར་ལྟ་དུས།  
སྐབས་འདིའི་ཡུལ་ལྗོངས་སྤར་བཞིན་ཡང་དུས་ཚོད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་མག་མོག་ཏུ་གྱུར། བོད་ཀྱི་དུས་ཚོད་ནི་  
གཞན་དང་གཅིག་འདྲ་མ་ཡིན་པ་བཞིན། དེ་ནི་གྲུ་གྱའི་ངང་ལྷགས་སྤྱད་ཅིག་གི་མགོ་རྩ་གཅིག་ཏུ་མཐུད་  
པའི་རྒྱུ་སྐྱོར་རིམ་བཞིན། དེ་བཞིན་ས་ལ་འཕོས་པའི་འོ་ཞོ་ལྟར་དུ་ག་ལེར་བཞུར། ཐ་ན་ང་རང་གི་སེམས་  
ཁམས་ཀྱང་དེ་སྤྱོན་རིམ་བཞིན།

དེ་ནས་དགོན་པར་ཕྱིན་དུས་ཆོ་དབང་དང་མ་སྤྱན་གཙུང་པོ་རྒྱ་མཆོར་འཕྱད་བྱུང་། ང་ལ་མཆོན་ན་དགོན་པ་  
ནི་རང་གི་བྱིས་གཞིས་ནང་བཞིན་ཡིན་པས། དེ་བས་ང་རང་དགོན་པའི་ནང་སྤྱོད་པས་མ་ཐག་ང་ལ་བྱམས་  
བཅེ་ལྷག་ཏུ་ཆེ་བའི་བྱ་དངོས་དེ་དག་རེ་རེ་བཞིན་བརྗོད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་མཆོད་  
སྟེགས་ནི་ཁོང་གི་རྩལ་རྩལ་འབྲན་སྤྱུ་བུལ་པའི་དགོ་སྤྱག་ཉི་ཤུ་ཙུ་ལྔ་དང་ཁོང་གི་སྐྱབ་ཉགས་བརྒྱད་ཀྱི་  
སྤྱུལ་བ། སྤྱང་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་མ། ངས་བསྐྱན་མ་རྩལ་པར་ཁོ་ཚོར་ཁྱོད་ཚོས་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་  
སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་གནས་ནས་ཆོང་དོན་གཉེར་པས་ན་གནས་མཆོག་གི་ས་འདིར་གྱས་ཞུམ་མཆོད་  
བཀྱར་གྱི་སེམས་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་དག་ཟོད་ཁྱོད་ཚོར་མགོན་སྐྱོབ་གནང་གི་རེད་ཅེས་ལབ་པ་  
ཡིན། ངས་ཀུན་སྤྱོད་ནི་ཁོ་ཚོས་དེ་ཅི་སྒྲིང་རྒྱུ་རྩེ་བསམ་ཤེས་བྱེད་པའི་རེ་བ་ཡིན།

ཆོ་དབང་གིས་མིག་ཅིར་ནས་བརྗོད་དོན་དེ་ན་ངས་ངེས་པར་དུ་ཁོང་ལ་གུས་ཕྱག་འཚལ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་ཡང་  
བསྐྱར་བཤད་རྒྱུ་། སྤོན་ཆད་ང་རང་གཏན་ནས་དགོན་པར་འགོ་གི་མེད་དུ་བདེ་གོང་གི་ཆོང་གཉེར་ཆེད་  
རྟག་དུ་དགོན་པར་འགོ་དགོས་བྱུང་ཞེས་ཟེད། ངའི་སེམས་སུ་ཁྱོད་ཅི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་དགོན་པར་འགོ་  
བཞིན་པ་ངས་གསལ་པོར་ཤེས་རྟོགས་ཡོད་སྟེ། འདི་འདྲའི་ཁེ་ཕན་གྱི་དད་པ་ནི་ལམ་སངས་ཕན་ཐོགས་  
སྤྲིན་པའི་རེ་འདོད་ལས་གཞན་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད།

དགོན་པ་ཉ་ཅང་རྒྱུ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཐེབས་ཆག་རེད། བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཡོངས་ན་འདི་འདྲའི་དགོན་པ་མང་པོ་  
ཡོད་པ་དང་། ས་གནས་མང་ཆོགས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་དག་མང་ཆོགས་དང་གྲ་  
བཅུན་ཆོ་རང་རང་གི་བྱིས་མིས་བསྟེན་བཀྲར་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། དགོན་པ་རང་ངོས་ནས་ཀྱང་དགོན་པ་  
སྦྱོང་པའི་དགོན་པ་རང་གི་སྒོ་ལ་རྒྱན་ཡོད་ན་འདྲེ་རྒྱབ་འགོ་བ་ཅིམ་རེད། བཅུན་མའི་དགོན་པ་ནི་དེ་བས་  
བབ་ཆགས་ཡིན་པས་རྒྱ་ཚན་འདི་ཁོང་ཆོའི་དགོན་པར་དགོས་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་གསལ་ཐག་ཆོད་རེད།  
དོན་དངོས་ཐོག་ཁོང་ཆོས་འཛིན་བྱང་བཅོང་པའི་ལམ་ནས་རྒྱ་ཚན་ལ་བརྟེན་ཏེ་འཆོ་བའི་རྣམ་པ་ལེགས་  
བཅོས་ཅིམ་བྱས་ན་མི་ཆོག་པ་མེད་མོད། ཡིན་ན་འད་དུ་ཁོང་ཆོར་ཡོད་པའི་འགྲུལ་ཁང་གྲུལ་ཤར་དེ་  
གཉིས་ཀྱང་གཏན་དུ་བརྟན་པོར་གནས་རྒྱུ་ཁག་པོ་ཡིན་པ་འདྲ།

༢

ང་ཆོ་ཉིན་གྲུང་བདེ་གོང་རྒྱ་ཚན་དང་ཁ་གྲུས་པ་དང་མེ་མདའ་རིང་པོ་དེ་པ་སངས་ཀྱིས་འཆར་སྒྲུང་སྤྱད་ཅིམ་  
མེད་པར་ལག་ལ་བཟུང་ནས་ཡོད་པ་དང་། ཁོ་ཆོའི་མིག་འབྲས་ཀྱིས་རྒྱུངས་འཁོར་འགྲམ་གཉིས་སུ་སོ་  
ལྟ་བུས་ཏེ་རྟོག་འབེན་ཞིག་ཤོར་པར་དོགས་ཐོན་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག ངས་བསམ་བཞིན་དུ་ནང་ཆོས་  
ཁོད་ཀྱི་ལས་རྒྱུ་འབྲས་སྒྲོར་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ལ་བ་པ་ཡིན། ངས་བཤད་དོན་ངའི་ཨ་ནེའི་སྐྱེ་བའི་ན་  
གཞོན་པའི་དུས་སུ་བཀའ་སྟོན་གསེལ་ཆེད་སྐྱབ་དང་ཤུ་བ་མ་མོ་སོགས་མི་ཉུང་པ་ཞིག་བསད་ཚུང་  
ཡོད་པ་རེད། རྗེས་སུ་བཅོས་ཐབས་མེད་པའི་ནད་ཅིག་ཕོག་ཅིང་། རོ་མི་ཤེས་པའི་སྤྱོད་མ་ཞིག་གིས་ཕྱག་མོ་  
གཟིགས་དུས་སྒོ་ག་གཅོད་བྱས་པའི་རྣམ་སྤྲིན་འཁོར་བ་ཡིན་ཚུལ་དང་། སྒོ་ག་སྤྱི་ཅིམ་བྱས་ན་དེ་ཅིམ་  
གསོན་ཐུབ་པ་གསུང་སོང་པས་ཁོང་གི་ནང་མིས་ཉིན་རེ་བཞིན་ཉ་མང་པོ་ཉོས་ཡོང་སྟེ་སྒོ་ག་ཐར་བཏང་

ནའང་། ལོ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུ་ཁོང་རང་གྲོང་ས་ཡོད་པ་རེད།

བོད་མི་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་སྤྱིར་བཏང་གཏམ་རྒྱུ་འདི་རིགས་ལས་རྣམས་ཉྱེས་ཏེ། འདུལ་ཁྲིམས་དང་  
ཚུལ་ཁྲིམས། རྒྱུ་ཁྲིམས་སྤང་ངེས་ལ། དེད་གཤམ་ངེས་པར་དུ་སྤང་བཅུ་ངེས་རེད། གོང་ས་  
སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ནམ་ཞིག་མི་ཞིག་གི་སེམས་སུ་འདུལ་ཁྲིམས་འདི་བརྟན་སྤང་བྱས་  
པ་ཡིན་ན། ཐ་ན་མ་རིག་ལོག་པའི་འདུ་ཤེས་ཤར་མ་ཐག་ཏུ་གང་ཟག་གང་དེས་བཟོད་སྒྲོམ་རང་གཅུན་  
ཐུབ་པ་རེད་ཅེས་གསུང་པ་ཇི་བཞིན། བོད་མིའི་ཁྲོད་མ་རེད་བོད་མི་ངོམ་ཞིག་གི་འཛོལ་འཁྲུག་ནང་ཆོས་ཀྱི་  
རྒྱུན་གྱིས་རྒྱུ་ཁྲིམས་མང་པོ་འདུག་ཅིང་། དེའི་ཁྲོད་ཆོས་གཤམ་ཆེ་ཤོས་ནི་སློག་མི་གཅོད་པ་དེ་རེད། ཡིད་  
འགྲུག་ཐུབ་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཆ་ནས་བཤད་ན། སློག་གཅོད་ཀྱི་མཚུག་འབྲས་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་  
པན་རྒྱུན་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྲེལ་ཡིན་ཕྱིར། བྱ་བ་བཟང་ངན་གང་སྐྱབ་ཀྱང་དེ་ལ་དེ་བཞིན་འབྲས་བུ་ཐོབ་  
ཅེས་པའི་དཔེ་ལྟར། འདིའི་ནང་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྒྱས་ཀྱི་ལས་འབྲས་གོང་བུ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ཡོད་པ་  
རེད། རང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་བྱམས་དང་སྤྱིང་རྩེ་ཡིན་ཕྱིར། དེའི་ནང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་སློག་ལ་བརྩི་མཐོང་དང་  
སྤྱིང་རྩེ་འདུས་པས་ན་དག་ཟོད་འགྲོ་བ་མི་རེ་རེའི་ཆོས་སློག་བྱེ་བྲག་པའི་འབྲས་ཚང་ལམ་ཁ་བྱེས་པ་རེད།  
སློག་མི་གཅོད་པའི་རྒྱུ་ཁྲིམས་ལས་མི་རྣམས་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་ཆོས་སློག་ཁོ་ན་ཅ་ཆེན་ཡིན་པ་ཅིམ་མ་  
ཡིན་པའི་རྟོགས་སྤྱད་ཀྱི་དང་ཡང་གཅིག་བཤད་ན་སྐྱེ་བོ་ཞིག་ནས་གཤམ་སྤྱིད་ཉམ་རྒྱུད་གི་ཆོས་སློག་  
ཡོད་ཚད་རང་ཉིད་ཇི་བཞིན་བརྩི་མཐོང་མ་བྱས་པ་དང་། ཆོས་སློག་གཞན་པ་ཅ་ཆེན་དུ་མ་བརྩིས་པ་ཡིན་ན།  
ཁོ་དང་ཡང་ན་ཁོ་མོ་ནི་ངེས་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་སློག་ལ་སྤྱང་རྒྱུད་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་སྤྱིད། འདི་འདྲའི་  
རྒྱུ་ཁྲིམས་ནི་དངོས་གནས་ཤིན་ཏུ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་ཁྲོད་ཀྱིས་ཆོས་སློག་ལ་ཐ་ན་བཟོད་  
གསོལ་དང་། ཆོས་སློག་གི་གནམ་སར་གྲུས་བརྩི་དང་ཁེངས་སྦྱོང་། ཐུགས་རྩེ་ཆེ་མཚོན་པ་རེད། འདི་  
འདྲའི་རྒྱུ་ཁྲིམས་ལ་སྤྱང་མེད་བྱེད་པ་ཆོས་རང་ཉིད་ལ་ཚད་འཛིན་མེད་པ་མ་ཟད། གུས་བརྩི་དང་ཁེངས་  
སྦྱོང་ཐུགས་རྩེ་ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་། ཡོད་པ་ནི་ད་རྒྱལ་དང་ཁ་རྩུང་སྤྱང་རྒྱུད་གཏོར་བཞིག་ འཁོན་འཛིན་དང་  
མེད་བརྒྱག་ཡིན་པ་རེད། ཅུམ་པ་པོ་ཞིག་ནས་འདི་འདྲའི་སྐད་ཆ་ཞིག་སྟེ་ཆོས་སློག་མེད་བརྒྱག་གཏོར་པ་ནི་  
ཐྲོན་ཇི་རིང་ལུགས་(Fascist) རོལ་ཅེད་ཅིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཡོད་པ་རེད།



ངས་ཀྱན་སྐྱོད་པ་ཞིག་དང་ཡང་ན་ཚེས་ལུགས་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་རང་ཉིད་ལག་པོར་བསྐྱར་འདོད་མེད།  
 ངས་ལས་རྒྱ་འབྲས་འཁོར་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ངོ་མ་བཤད་པ་དེའང་རང་ཉིད་ལ་དཔྱད་སྐྱེལ་གྱི་ཆེད་ཡིན། ངས་  
 རང་གི་ཞན་ཆ་གསལ་པོར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་། ཁ་སང་རི་བོང་དེ་གསོད་པའི་དུས་སུ་ང་རང་བྱུར་དུ་ལྟ་དུ་  
 ལྟ་མཁན་ཞིག་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། ངས་རང་ཉིད་ལག་དམར་གྱི་རྒྱབ་རོགས་ཐེངས་ཤིག་བྱས་པ་  
 བཤད་ཟིན་པ་ཡིན་ནའང་ངས་སྤྲོ་མཐུད་དུ་འདི་ལྟར་འགྲོ་འདོད་མེད་པས་ན། འདི་ལས་ང་རང་ལ་སེམས་  
 གྱི་དཀའ་ངལ་སྤྱིད་ཏིག་ཏིག་ཅིག་སྤྲད་འོངས།  
 ཡིན་ཡང་ཅུས་པ་གང་ཡང་མ་ཐོན། ཅུས་པ་ཅུང་ཙམ་ཡང་མ་ཐོན། ཁོ་ཚོས་སེམས་ན་མིའི་འདོད་རུང་  
 གྱིས་སྤྲོ་ཁྲིད་པའི་མི་སྒྲིལ་གྱི་དགའ་སྤྲོ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཞིག་འདུག གལ་སྲིད་སློག་གཅོད་བྱས་པས་འདོད་  
 པ་ཚོམས་ཤིང་སྤྲོ་བ་སྤྲོར་བ་ཡིན་ན་དེ་ལྟར་བསད་ན་ཉེས་པར་མི་བརྟེན་བ་དང་འདྲ། དེ་བས་ཁོ་ཚོའི་ལུས་  
 ཡོངས་ལ་སློག་གཅོད་གྱི་ཀྱན་སྐྱོང་གིས་ཁེངས་འདུག ད་དུང་རི་བོང་གཅིག་གིས་ཆོག་གི་མེད་པར་སྤྲར་  
 ཡང་རྩ་གསེབ་ནས་སྤྲས་པའི་རི་བོང་གཞན་ཞིག་དང་རི་བྱ་ཀོང་མོ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་གི་ཐོག་གཅིག་མཚུངས་  
 གྱི་མཚུག་འབྲས་སྤྲོན་བྱུང་། ཐ་ན་ཞིང་གོང་གི་ཞིང་པའི་ནས་ཞིང་ཁར་ཡོད་པའི་ཕུག་རོན་ཐོག་ཏུ་འང་སློག་  
 གཅོད་གྱི་སེམས་སྤྱིད་འཁོར་འདུག མི་མདའི་སྐད་རྒྱུད་ལས་འབྲེལ་སོང་། ངས་གཏམ་རྒྱུད་བཤད་  
 ཚར་མེད་ནའང་སྤྲོ་མཐུད་བཤད་ཐབས་བྲལ། ངའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་དག་སེམས་ཁེངས་ནས་ཚེས་ལུགས་  
 གྱི་ས་བོན་འབྲས་པའི་བོད་མི་ཁོ་ནར་མ་གཏོགས་འོས་འཚམས་མིན་འདུག ཁོ་ཚོ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་འབྱར་དང་  
 ཡང་ན་ཕྱིའི་ལུགས་སུ་འབྱར་བ་མདོར་ན་དེང་རབས་ཅན་དུ་འབྱར་པའི་བོད་མི་ཚོར་བེད་སྤྱོད་གང་ཡང་  
 ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱུད་ཐག་མི་རིང་སར་ཚོན་མདོག་ནག་པོ་དང་གོང་ངེར་ལངས་པའི་བྱ་བྱེད་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་  
 དཀྱིལ་ན་སྤྲོན་ཞིང་འཛེབས་པར་བཞུར་གྱིན་འདུག རྒྱུ་སྤྲོ་ནག་ཅེས་དར་རྒྱས་གྱིས་སྐད་ཅོར་བརྒྱབས་  
 ནས་ཡང་བསྐྱར་གསོད་རུང་གྱི་སྤྲོ་པའི་བརྟན་པ་འདྲ། ང་རང་ནས་ལམ་སངས་སྐད་ཆེན་པོས་ངང་དེ་གསོད་  
 མི་ཉན། དེ་གསོད་མི་ཉན་ཞེས་བརྗོད་དུས་ང་རང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྲོ་གདངས་འབྱར་བ་ཐོས་བྱུང་། དར་  
 རྒྱས་རྒྱུད་ཙམ་ཉོན་ཐོར་ནས་བསྐྱད་རྗེས་སྤངས་འཁོར་འདུག་ཅིས་བྱེད་པ་དེ་མཚམས་བཞག་ནས་བཤད་  
 རྒྱུར། ཡིན་དུ་ཡིན་དེ་དག་བསད་ན་ཁྲིམས་ལ་སྤྲོད་ཏེ་བཙོན་དུ་འཇུག་གི་རེད་ཅེས་སྤྲོ་མཐུད་དུ་སྤངས་



འཁོར་བསྐྱོར་ནས་མདུན་དུ་བསྐྱོད། ངས་ཁོ་ལ་བཙོན་ལ་འཇུག་པར་དོགས་པ་ཁོ་ནི་ཆེད་དུ་དག་ཅོད་དེ་  
ཆོ་ཐར་ལ་བཏང་པ་ཡིན་ནམ། དེ་དུང་རང་ཉིད་ཀྱིས་དེ་གསོད་མི་ཉན་ཞེས་བརྗོད་དོན་ཅི་ཡིན། དེས་ན་  
གཞན་པ་དེད་ག་གསོད་ཆོག་གི་རེད་དམ་ཞེས་ངི་བ་བཏོན། ངས་ཉ་ལམ་ཆུབ་དེད་ག་གིས་སྐད་རྒྱག་པ་  
ཐོས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོར་བ་བྱུང་། སྐད་སྒྲ་དེ་ཆོག་གིས་གཞུགས་སུ་བཀོད་ན་ཆུབ་འི་དུ་འབོད་བྱེད་པ་དང་འབྲ་  
བོ་འདུག

སྒྲོ་བུར་དུ་རྒྱངས་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ་གས་ཆག་ཕྱིན་ཞིང་། སྐབས་འདིར་བྱེ་རྒྱུ་གཡུག་ནས་གཞུང་ལམ་  
དང་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་པོ་གཡོགས་བྱུང་། ངས་ཁོ་ཆོ་རྒྱུང་འཁྱབ་ཁོད་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་གྱུར་པའི་རྣམ་པ་  
མཐོང་དུས་ང་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དགའ་སྤང་ཞིག་གིས་བརྟས་ནས་བསྐྱོད་ཐབས་མེད་པར། ལྟོས་  
དང་འདི་ནི་ཁྱོད་ཆོས་རི་དྲགས་རྩོད་པའི་རྣམ་སྤྲིན་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན། མ་སྤྱན་གཙུང་པོ་རྒྱ་མཚོས་  
ལམ་སང་ང་ལ་འཐེན་ཅམ་བྱས་ཏེ་བཀག་འགོག་གི་བདེ་བསྐྱོད་བྱུང་། དོན་དངོས་ཐོག་ཁོས་མེ་མདའ་  
བརྒྱབ་ནས་གཅིག་ཀྱང་མ་ཐོག་པ་མ་གཏོགས་ཁོ་ཆོ་གཞི་གཏོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཏོན་ཡོད་པ་རེད།  
དུས་ཆོད་གང་འཆམས་འགོར་རྗེས་ཡང་བསྐྱར་ལམ་ལ་ཆས་པ་དང་ཅུང་མ་འགོར་པར་མལ་གྲོ་བྱུང་  
དཀར་རྩེ་དུ་སླེབས་ནས་རྒྱངས་འཁོར་བརྗོད་སྒྲོ་བུས་སུ་མེ་མདའ་བརྒྱབ་ནས་བསད་པའི་སྒོ་ག་  
ཆགས་དེ་ཆོ་ཡངས་ལ་གཡུག་བྱུང་། རི་བོང་གཉིས་དང་ཕུག་རོན་གཅིག་ རི་བྱོལ་མོ་གཅིག་བཅས་  
མཆིས་ལ་དེད་ག་རེ་རེའི་ཐོག་མདེལ་ཨི་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་ཁུ་  
ཞིག་རེད། དུས་ཆོད་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་དེ་དུང་ལྷ་གསེབ་དང་མཁའ་དབྱིངས་ནས་གསོན་ཤུགས་ལྷན་  
པར་མཆོངས་ལྷིང་དང་མཁའ་ན་ལྷིང་སྐྱོར་རྒྱག་བཞིན་པ་རེད། ཡིན་ཡང་སྐབས་འདིར་རེངས་ཤིང་  
མཁུགས་པོར་འགྲུལ་ཅམ་མེད་པར་གྲང་འབྲུག་གི་ས་ཆེན་སྟངས་ལྷུང་འདུག སལ་ཆེར་མི་ཞིག་ནས་འདི་  
ལྟར་བརྗོད་སྤྱད་རི་བོང་དང་ཕུག་རོན་རི་བྱོལ་ཁ་ཤས་བསད་ན་ཅི་ཡོད་དམ། དེ་ལྟར་ཉ་ལས་པའི་ཡ་མཆོན་དང་  
འབྲུག་སོད་པར་སྟར་རེ་འབྲུར་དོན་ཡོད་དམ། ཡིན་ནའང་འདི་ནི་དོན་ཆེན་མིན་ན་ཅི་ཡིན་ནམ། དེད་ག་ཆོ་  
སྒོ་ག་མ་ཡིན་ནམ། མེ་མདའ་དམར་གསོད་བཏང་པ་དེ་ཆོ་ཡིན་ཡང་དེ་ཆོ་འི་མདའ་ཡིས་ཐོག་ས་དེ་དེ་ཆོ་འི་  
བྱམས་སྤྱིང་རྗེའི་སེམས་པ་མ་ཡིན་ནམ།

ངས་མུ་མཐུད་དུ་བཟོད་བསྐྱེད་མ་ཐུབ་པར་སྒོ་བྱར་དུ་ཁོང་ཁྱོད་ཆེན་པོ་སྐྱེས་བྱུང་། སྔོན་མ་ཡིན་ན་ང་རང་སྟོང་  
གཡེང་དང་སྒྲོ་བའི་ངང་ཐེངས་འདིར་བདེ་བྱོང་ལ་བསྐྱོད་པའི་ལམ་དུ་ཆས་ནའང་། མི་འདི་ཆོར་མི་ཆོས་  
དང་བྱམས་སེམས་མེད་པར་སྟོག་གཅོད་བྱེད་པའི་ལམ་ནས་ང་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་འཕར་མ་སྐྱིན་སོང་།  
གལ་སྲིད་བཀག་འགོག་མ་བྱས་ན་ང་རང་ནང་པའི་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་ཆ་ནས་  
ཆོས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་རྒྱབ་འགལ་བྱས་པ་རེད། ཡང་བཀག་འགོག་བྱས་ན་ཁོ་ཆོར་མི་དགའ་བ་བྱས་  
པ་རེད། ངས་ཇི་ལྟར་ཁོ་ཆོར་འདི་ལྟར་འཛམས་ཐོན་གཏན་ནས་མེད་པར་སྟོག་གཅོད་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་  
ཡིན་ནམ། བཀག་འགོག་བྱེད་མི་ཆོག་པ་རེད་དམ་ཡང་ན་བྱེད་མི་ཤོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ཇི་ལྟར་བཀག་  
འགོག་བྱེད་དགོས་པ་མ་རྟོགས་པ་རེད་དམ། འདི་ལྟར་བསམ་གཞིགས་གཏོང་གིན་རང་ཉིད་ཐོག་སྤང་པ་  
མ་ཟད་ཁོ་ཆོར་མི་ཐོག་དེ་བས་ཀྱང་ཁོང་ཁྱོད་སྐྱེས་བྱུང་། ཁོ་ཆོས་ཅི་ཞིག་ལ་འདི་ལྟར་ཁྲིམས་མེད་ལུགས་མེད་  
བྱས་པ་ཡིན་ནམ། ཅི་ཞིག་ལ་ང་རང་ལ་ཁོ་ཆོར་མི་སྤྱག་སྐྱོད་ཅོལ་ཅེད་འདི་མིག་གིས་ལྟ་མོར་གྱུར་བ་ཡིན་  
ནམ།

ཅི་ཡིན་ཡང་རུང་གལ་སྲིད་འདི་ནས་མཆོམས་བཅད་པ་ཡིན་ན། འོན་ཏེ་ཁོ་ཆོ་སྤར་བཞིན་མཆོམས་མེད་  
པར་མིག་ཟུང་སྤྱག་སྐྱོད་ཀྱིས་ཁེངས་ནས་མེ་ལྷེ་འབར་བ་ནང་བཞིན་སྤྱག་སྐྱོད་ཀྱི་མེ་སྤྲེད། རྩོད་ཐོག་ནས་  
ལྷ་སར་འགོ་བའི་ལམ་ཁ་གང་པོར་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་དགུན་ཁའི་རྩྱག་ཤོངས་གསོག་པའི་སྤང་ཐང་རེ་  
དང་། དེ་ལས་རྒྱང་ཐག་རིང་པོ་ན་བཞུར་རྒྱན་སྤར་བའི་རྩྱག་ཁ་ཤས་འདུག ལྷ་དང་ལྷ་བྱས་པའི་ངང་བ་  
སེར་པོ་རྩྱག་ཤོང་དེ་དག་ན་གཡེང་རྩྱུལ་བྱེད་ཀྱིན་མཆིས། ཁ་སང་ལམ་ཁ་རུ་ཁོ་ཆོས་ད་དུང་ངང་བ་ནི་  
བཅེ་སེམས་ཟབ་མོའི་སྟོག་ཆགས་ཤིག་ཡིན་ཚུལ་དང་། དེ་ནི་ཆ་དང་ཆ་བྱས་ནས་ཡོད་ཕྱིར་ཆ་གཅིག་  
བསད་པ་ཡིན་ན་ཆ་གཞན་པ་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་གསོན་མི་སྲིད་ལ། རང་གི་སྐྱེ་ཡའི་བཅའ་རོལ་བསྐྱོར་བ་  
བྱས་ནས་འཕུར་སྐྱོད་བྱས་ཏེ་དབུགས་མ་ཆད་པར་མཆོམས་མི་འཛོག་པ་ལྷག་བརྗོད་བྱེད་ཀྱིན་འདུག  
ཡིན་ཡང་སྐབས་འདིར་ཁོ་ཆོས་སྐད་ཅོར་རྒྱག་ཞོར་རྒྱངས་འཁོར་ལས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་མེ་མདའ་ངང་བ་ཞིག་  
ལ་དམིགས་ནས་ཁྱད་པ་བསྐྱོར་བྱུང་།

དེ་ཆོག་སོང་ངས་ཐད་དེ་བཟོད་བསྐྱེད་བྱལ་ཏེ་ཁོང་ཁྱོད་སངས་འཁོར་གྱི་སྒོ་ཕྱིས་ནས་རྒྱངས་འཁོར་

ཀྱབ་ལོག་གི་རྟོག་པོས་སྒྲངས་ཏེ་ཁྱར་ནས་ཁེར་རྒྱུ་དང་སྒྲོན་ལ་སོང་བ་ཡིན། བྱེ་རྒྱུ་ཡང་བསྐྱར་གཡུག་  
ཅིང་བྱེ་རྒྱུ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ཁེངས། བྱེ་རྒྱུ་དྲུག་སྟུག་ཇི་བཞིན་ཕྱོགས་བཞིར་འཕྱར་ནས་སྟོ་བྱར་དུ་ས་  
སྟོང་གི་བོད་གི་མཁའ་དབྱིངས་བྱིངས་ལ་ཁེབས། དེའི་ནང་ཚོད་དཔག་དཀའ་བའི་མཚོན་དོན་ཡོད་པེ།  
མཐའ་མར་མིག་རྒྱས་གདོང་ཡོངས་སྟུག་དཔལ་ཇི་ལྟར་འདི་ལྟ་བུའི་སྐྱེས་བོ་དང་དབྱང་གོགས་སྟོང་བ་ཡིན་  
ནམ། དཔལ་ཇི་ལྟར་འདི་འདྲའི་མི་རྣམས་དང་དབྱང་གོགས་སྟོང་བ་ཡིན་ནམ། འདི་འདྲའི་རང་ཉིད་བོད་གི་  
མ་འོངས་བདག་པོར་བསམ་མཁན་ཚོ། ས་ཆེན་འདི་ནི་ཁོ་ཚོའི་བྱིས་གཞི་རེད་ལགས། ཁོ་ཚོས་རང་ཉིད་  
གི་གཞི་བྱིས་ལ་འད་དག་འཛིན་མེད་ལ། དེ་ནི་ཚོ་སྟོག་ལ་མནར་གཅོད་གཏོང་སའི་བཤའ་ར་དང་ཚོ་སྟོག་  
གི་འདམ་རྩིབ་ཏུ་བཏང་ན་དག་ཟོད་སྟོ་སེམས་ཚེམས་པ་མ་ཡིན་ནམ།

བོད་མི་ཚོ། བྱོད་གྱིས་འདི་ལྟར་བྱེད་རུང་ངམ། བྱོད་ལ་རང་ཉིད་གི་ས་གཞིའི་སྟེང་སྟོག་གཅོད་སྟུག་  
བསགས་གི་ཁེ་དབང་གཏན་ནས་མེད། བྱོད་གྱིས་དམར་གསོད་བྱེད་བཞིན་པ་དེ་དག་རང་ཉིད་གི་རྣམ་  
ཤེས་ཡིན་པ་ཤེས་གིན་ཡོད་དམ།

ཁོ་ཚོས་མཐར་ཐུག་མཚམས་འཛོག་གིས་ཡང་བསྐྱར་མེ་མདའ་རྒྱབ་ནས་ཉེས་མེད་གི་ཚོ་སྟོག་བཅད་མ་  
སོང་། སྐད་ཆ་ཚིག་གཅིག་མི་སྟོ་པར་རེ་རེ་བཞིན་ཏུ་ཅང་མི་དག་འབའི་དང་བྱིར་རྒྱུངས་འཁོར་ནང་ལོག་  
མ་སྟུན་གཙུང་པོ་རྒྱ་མཚོ་སྐར་མོར་དེའི་གམ་ལ་ཡོང་ནས་རོམ་ཡིན། དམེ་མདའ་རྒྱག་གི་མ་རེད་རྒྱུངས་  
འཁོར་ནང་སྟོད་དང་དང་ཚོ་བྱིར་ལྟ་སར་འགོ་ཞེས་བརྗོད་བྱུང་། ཁོའི་གདོང་ཡོངས་དོགས་མི་བདེ་པའི་བཟོ་  
ལྟ་མཐོང་སྐབས་དེའི་སེམས་སྟེ་བྱེད་སོང་། བཟང་གི་བྱིར་ལྟ་སར་ལོག་འགོ་བསད་ཟིན་པའི་རི་བོང་དང་  
ཕུག་རོན་རི་བྱ་དེ་ཚོའི་བཅའ་པོ་བཞི་བོ་བྱེད་ནས། ད་ཚོ་དེ་དག་གཡོས་སྟོར་བྱེད་སའི་ལྟ་སར་ལོག་འགོ་  
བག་མེད་རྒྱས་སྟོས་གྱིས་ཤུ་མར་གྱི་རི་མ་ཡལ་ཞིང་སྟུ་ལེན་གར་ཕྱེད་གྱིས་གསོལ་འདེབས་གི་སྟོ་  
དབྱངས་བཀའ་ལ། དེ་ནི་སྐར་ནས་དག་འཛིན་དང་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་དང་སྐྱིད་པའི་གནས་མཚོག་མ་  
ཡིན་པའི་ལྟ་ས་ཡ། སུས་ཀྱང་གནས་དེའི་མ་འོངས་པའི་དམིགས་འདུན་རྟོགས་ཐབས་བྲལ། དེའི་མ་  
འོངས་དམིགས་འདུན་དོས་གནས་གང་ན་ཡོད་དམ།

རེད་དེ་དང་ཚོ་བྱིར་ལྟ་སར་ལོག་འགོ། རྩིས་རྒྱབ་ཏོན་ནའང་། ལུ་བ་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་སྲིད། སྐད་སྒྲ་མེད་ལ་

ཁོ་བ་མེད། ཡང་ན་མིག་ཚུ་བཏོན་ཡོད་མེད་གསལ་ཏོགས་མེད་པ་དང་། ཡང་ན་མི་ལམ་ཁོད་དུ་དབུགས་  
འབྱིན་རྩལ་བྱེད་པ་ཇི་བཞིན་། ཟླ་འོད་འོག་གི་བདེ་གོང་ཚུ་ཁོ་ལ། ། ཚུ་མིག་ སྟོག་ཆགས་རྣམས་ཀྱིས་  
བཤད་ན། ཉིན་རེ་འདི་གོང་མོར་ཉིམ་ལྷུ་བ་རིར་ཡིབ་དུས་ཚུ་མིག་གིས་མཆིམ་འདོན་ངས། །  
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ལོའི་ཟླ་དང་པོའི་ཚེས་ ༡༩ཉིན་ལྷ་སར།

# ཡུལ་གྲུ་ཡུལ་། འབྲས་སྤྲུངས་དགོན་དུ།

༡

ཡང་འབྲས་སྤྲུངས་དགོན་པར་བསྐྱེབས་སོང་། དགོན་པའི་གྲུ་ག་ཡོངས་ཀྱིས་ང་རང་ལ་སྒོ་སྤྲུང་ཞིག་གནང་བྱུང་།

ཚོར་ཤེས་དེ་དང་། འཕྲེད་ཀྱིས་འཕྲོས་པའི་འོད་ཐིག་དེ། དུང་མཚལ་མདོག་གི་དམར་མདངས་དེས་ང་རང་ལ་དུས་རྒྱུན་སྒྱེ་བ་སྒྲོན་མ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དུང་སྤྲུང་ཞིག་ཀྱང་བསྐྱེད་འོངས།

དགེ་ལེགས་ཀྱི་ཁང་མིག་སྒོ་ར་གྲུ་བཞི་མ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཤིན་ཏུ་གཙང་ཞིང་ཉ་ཅང་ལྷིང་འཇགས་ལྡན་པ་ཞིག་རེད། ཉམས་དམར་བའི་ལྗང་མདོག་གི་སྤང་ཐེམ་ཞིག་གི་སྤྲང་དུ་སྒྲོང་ཆུན་གཉིས་དང་སྒྲོང་ཕུག་གཉིས་སྒྲིས་འདུག་པ་དང་། སྒྲོང་ཆུན་གྱི་ཡལ་གའི་བར་དུ་བྱ་ཚད་ཞིག་འདུག་སྤང་མ་རྣམས་བཟུང་བའི་དབྱངས་འགྲོས་ཁོད་པར་འཕུར་ཚུར་འཕུར་བྱེད་ཀྱིན་པ་དང་། སྒྲོང་ཕུག་གཉིས་ཀ་ཁམ་སྒྲོང་ཡིན་པའི་ཁར། ཁམ་བུའི་མེ་ཏྲོག་ཀྱང་བརྒྱད་དགུ་ཞིག་འབྲས་ཐེན་པས། དགེ་ལེགས་ཀྱིས་རྗེས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁམ་སིལ་འབྲས་རྒྱ་རེད་ཅེས་བཤད་བྱུང་། ང་རང་ཡིད་ཆེས་དཀའ་བ་ཞིག་ནི། འདི་འབྲའི་ཕྱ་ཞིང་གཉོམ་པའི་ཡལ་གའི་སྤྲང་ཁམ་སིལ་ཞིག་འབྲས་སྤྲུང་དམ། རོ་མ་ཡ་མཚན་རེད།

བྲོད་འཇམ་ལྡན་པའི་ཉི་འོད་སྒོ་ར་གྲུ་བཞི་མའི་ནང་དུ་འཕྲོས་ཤིང་། མཐོ་རྒྱ་མེད་པའི་སྒོ་གྲང་རྒྱབ་ལོགས་སུ་མདོན་པ་ནི་དབྱར་དུས་གོས་སྒྱུད་ཆེན་མོ་བཤམས་གནས་རེད། སྐབས་དེར་མི་རྣམས་ལ་ཅི་འདྲི་སྒོ་སྤྲུང་ཞིག་ལྡན་ཨང་། མཚར་སྤྱུག་ཡིད་དུ་འོངས་པའི་གོས་ཐང་ཞོགས་པའི་ཉི་འོད་དང་ལྡན་དུ་དལ་གྱིས་བཤམས་དུས། དལ་ཅག་གི་ར་འཇུག་དཔུལ་ལེ་མེ་ཏྲོག་གི་རྒྱལ་དུ་མཐོང་འོངས། ཐངས་ཤིག་གྲུ་བ་

ནམས་ཀྱིས་མགྲིན་དབྱངས་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་བའི་འདོན་ཆོག་གྱུར་སྐབས། ཆོས་ལུགས་གཞན་ཞིག་གི་  
བསྟོད་དབྱངས་ཀྱང་འཕྱར་སོང་། དབྱངས་འགྲོས་གཞན་ཞིག་ བདེ་སྤང་གཞན་ཞིག་ དེ་ནི་ལྷ་ཡི་ཕོ་ཉ་  
གཞན་ཞིག་སྟེ། དབྱངས་འགྲོས་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་དེད་ནས་ལྷ་དུས། སྐྱ་སེར་མིག་ལྷང་གི་ཕྱི་རྒྱལ་བ་ནམས་  
ཀྱིས་མགོ་བོ་སྤྲད་ནས་སྤྲ་མར་ཁ་བཏགས་སྟོན་བཞིན་མཆིས།

ཏག་ཏག་སྐབས་དེར་ངས་བྱ་ཆོང་ཡོད་པའི་སྤྲོད་བོའི་ཡལ་གའི་འོག་ཏུ་ཇ་འབྱང་ནས་བསྐྱད་ཡོད། བལ་  
མི་འདོད་པའི་འདུན་པ་ཞིག་ངང་ངམ་ཤྱགས་ཀྱིས་འཁོར་ཡོད་ནའང་། དགོན་པའི་ནང་སྐྱེས་མ་ཆོ་བསྐྱད་  
ཆོག་གི་མི་འདུག། སེམས་ཁོང་དུ་འཁོར་འོངས་པའང་དེ་སྤྲོད་ཐུག་པའི་དགོན་པ་དག་རེད། དཔལ་  
སྤྲངས་དགོན། དཔལ་ཡུལ་དགོན། ཀ་ཐོག་དགོན། དདུང་མིང་འདོན་མི་བྱབ་པའི་དགོན་པ་རྒྱུད་དུ་འང་  
མང་པོ་ཞིག་འདུག་ཨང་ཞེས་ཁེར་ལབ་ཤོར་སོང་། ཨོ། ཀ་ཐོག་དགོན་ནི་རི་སྐང་གི་སྐྱུག་སྒྲིན་ཁོད་ཡོད་  
པས། སྤྲ་རབས་ཀྱི་གཟན་ཤམ་དམར་པོ་ཅན་འཕྱར་བསྐྱོད་ལ་ཞུགས་པའི་ངག་རྒྱན་ནང་གནས་ཡོད།  
སྟོབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་དོ་ཇེ་བཞུགས་ཁྲི་དང་དཀར་ཐུབ་ལ་བཞུགས་གནས། བཤད་རྒྱུ་ལ་  
མཁའ་འགྲོ་མ་རུའང་ལབ་ཡོད་བས། ང་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཞིག་  
རེད།

༼ཅལ༽ ཅེས་གྲགས་མ་ཐག་ མགོ་ཐོག་ལ་ལྷང་བའི་དངོས་པོ་དེ་ག་རེ་ཡིན་སྟུམ་འཁོར་ཞིང་། ལག་  
པ་མགོ་ཐོག་ཏུ་བསྐྱངས་ནས་བལྟ་སྐབས། ལག་ཐོག་ཏུ་འགོས་འོངས་པ་ནི་བྱ་སྐྱུག་ལྷང་ཁུ་ཞིག་རེད་  
ལ། ཇི་མ་ཁ་བོ་འདྲ་མི་འདུག། ཐོལ་བྱུང་གི་དོན་དག་དེར་མཆོན་དོན་འདྲ་ཡོད་དམ་ཞེས་དག་ལེགས་  
ལ་འདྲི་དུས། བྱིས་སྟོད་འཇགས་པའི་དག་ལེགས་ཀྱིས་རྩེད་མོའི་རྒྱུ་དུ་དེ་ནི་དབང་ལུང་གནང་བ་རེད་  
ཟེར། འོ་ན། སྐྱ་ཞིག་གིས་ང་རང་ལ་དབང་ལུང་གནང་བ་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་ང་རང་ལ་དེ་སྤྲོད་ཐུག་ཀྱིས་སྟོན་  
ཆད་བྱ་ཞིག་ཏུ་མཆོངས་པར་ཉིན་རྒྱུན་དགོན་པའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ལྷིང་སྟོར་རྒྱག་གིན་ཡོད་དམ།



༢

ཀྱའོ་རེས་ལ་སྒོ་བྱར་དུ་བསམ་སྒོ་ཞིག་འཁོར་སོང་། ཁོ་མོ་མོ་ཀྱའོ་བསྐྱེད་དེ་ཆབ་མདོ་ནས་སྡེ་དགེ་དཀར་  
མཛེས། བྲག་མགོ། ཏུ་དུ་དར་ཅེ་མདོ་དང་ལྷ་ལག་རི་བོ་བཅས་བརྒྱད་དེ་འགོ་འདོད་བྱུང་། དེ་ནི་ར་རང་  
བརྒྱད་ཚྱུང་བའི་ལམ་ཐིག་སྟེ། བཞུད་ལམ་དུ་མཛོན་པའི་དཔེ་རྒྱས་དབེན་པའི་མཛེས་སྤྱད་ཀྱིས་ཀྱེ། འདི་  
ལྟར་མ་བསྐྱོད་ཆོ་གས་ཉིན་ལ་ཐུག་པའི་རྒྱ་རིགས་བྱུང་མེད་དེར་སེམས་ཁུལ་ཆེ། ཁོ་མོས་ཁ་བྲལ་ལ་ཉེ་  
བའི་དུས་ཡུན་འདི་བེད་སྐྱོད་ཀྱིས་འདི་ལྟར་ཆས་འདུན་ཡིད་ལ་བཅངས་ཡོད་ཅིང་། ཁོ་མོའི་པ་ཡུལ་ནི་དེར་  
སྐབས་ཉ་ཨེར་མེན་ེ་རྒྱ་ནག་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་གོང་ཁྱེར་ཞིག་གི་མིང་། སྐྱར་མཆན་རེད། དེའི་རྗེས་ནས་  
ཁྱེན་ཀྱི་ཡིན་པས། ཁོ་མོ་ཞེ་སྤྱོད་བའི་ལམ་ནས་བརྗོད་དོན། ར་རང་ས་འདིར་གནས་འཁོད་སྤྱུ་མ་ཅི་  
འདྲའི་ཆེ་ཨང་། ཡིན་ནའང་། མོ་ཅིས་སུ་ར་རང་ས་འདིར་བསྐྱེད་རྒྱུར་འོས་འཆམས་མེད་པར་འབབ་དོན་  
ཅི། ཁོ་མོར་ཉ་ལམ་མིག་རྒྱུ་ཐོན་སོང་།

༣

དོ་བཀོས་རྒྱག་མཁན་ཀྱི་གྲ་ཤག་རྒྱུད་ཅུ་ཞིག་ཏུ་འགོ་སྐབས། མཐོ་དམའ་མི་སྟོམ་པའི་དོ་སྐྱེས་ལས་  
གྲུབ་པའི་ལམ་ཁ་རིང་བོ་ཞིག་བརྒྱད་དགོས་ཀྱི་འདུག འབྲམ་རོགས་གཉིས་སུ་དོ་ཡིས་བཟོས་པའི་གྲ་  
ཤག་དག་ཡོད་ཅིང་། ཁང་ཁྲུང་དུ་གཟན་ཤམ་དམར་པོ་དང་འདྲ་བའི་སྟེན་མ་རྣམས་ཕན་ཚུན་ལ་བསྐྱེས་  
ནས་བཅིགས་ཡོད་པ་མཐོང་ཡོང་། གོམ་པ་གང་མདུན་དུ་བརྒྱབ་ན་སྐར་ཆ་གཅིག་ཕྱི་བསྐྱར་བྱེད་ཀྱིན་པར་  
མཚུངས་པར་མ་ཟད། སུ་མཐུད་དུ་ཕྱི་བསྐྱར་བརྒྱབ་ནས་གནའ་སྡེ་མོ་ཞིག་ལ་སྤྱོད་པར་དང་ཀྱུན་ནས་  
འདྲ། ཀྱའོ་རེས་ཀྱིས་དེབ་ཅིག་ཏུ་ར་རང་འབྲས་སྤྱུངས་དགོན་པར་འགོ་བེད་ས་རེར་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་གི་སྡེ་  
རོལ་དུ་སྤྱོད་པར་ལྟ་བུའི་ཆོར་སྤྱང་སྤྱད་ཡོང་རྒྱུ་ལ་འཁོད་འདུག་ཅེས་བཤད། དགེ་ལེགས་ཀྱིས་གོ་བརྗོད་  
མ་ལོན་པའི་ཉམས་ཀྱིས་ལོ་ངོ་སྟོང་གཅིག་གས། ར་རང་ཆོའི་དགོན་པར་ལོ་ངོ་སྡེ་བརྒྱའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་  
མེད་པས་ཞེས་ལན་བསྐྱོན་སོང་།

ལྷ་ཤག་ཆུང་བུ་དེའང་ལྷིང་འཇགས་ཁོད་མར་གྱིས་སྤག་པའི་སློ་མོ་དམ་པོར་གཏན་འདུག སེམས་ཆུང་གིས་ཐོག་ཁང་དུ་བསྐྱོད་སྐབས། དེ་ནི་ནམ་མཁར་འཛེག་སའི་དོ་སྐྱོལ་གིག་དང་མཚུངས་པས་ང་རང་གིས་ངལ་དབུགས་ཕྱི་ལ་འདོན་དགོས་བྱུང་ཞིང་། ང་རང་འདི་ལྟ་བུའི་དོ་སྐྱོལ་ག་ཚོད་ཅིག་གི་སྤང་འགོ་མྱོང་ངམ། འདི་འདྲའི་མཐོ་ཞིང་། འདི་འདྲའི་སྤྱ་མཁེགས་ལྡན་པ། འདི་འདྲའི་ཕ་མཐའ་བུལ་བའི་དོ་སྐྱོལ་དག་གི་སྤང་དུ་སོང་མི་ཚར་བ་ཅི་ལ་བྱག་ཡོད་དམ།

ཁྱམས་རིང་གི་ལྷེབས་ངོས་སུ་ལྷ་མོ་དང་བྲུ་གིས་རྟགས་བརྒྱད་བྲིས་ཡོད་ཅིང་། ལྷེབས་རིས་ཀྱི་བར་དཀྱིལ་དུ་མཐའ་རྒྱན་ནག་པོས་དཀྱིས་པའི་སྒྲེའུ་ཁུང་དང་སྒྲུལ་བུ་འཕྱོ་བའི་ཁང་སློ་འདུག་ལ། ཁ་དོག་པའི་སྤྱང་ཁུང་ལས་འཕྲོས་པའི་འོད་ཀོར་གསལ་ལ་མི་གསལ་བས། སློ་བུར་དུ་ང་རང་ལ་སེམས་འཚུབ་ཅིག་ལངས་སོང་། རྒྱ་མཚན་ནི་ངས་མི་ཞིག་གི་གཟུགས་རིས་མཐོང་སོང་། རྒྱ་འགའི་ཡར་སྤྱོད་གཟུགས་རིས་དེ་དང་དེ་གཉིས་མཉམ་འགྲོགས་ཀྱིས་དབུས་གཙང་དང་ཤར་བོད་ཀྱི་ཁྱམས་རིང་འདི་ལྟ་བུ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་ལུས་དང་གྲིབ་མ་མཉམ་གཤིབས་། ཁ་དང་ལུས་མོ་མཉམ་བུག་གིས་བསྐྱོད་མྱོང་ནའང་། ད་ལྟ་ངལ་ཁོ་བོ་མཐོང་འདུན་ཡེ་ནས་མི་འདུག མཐོང་འདུན་མེད་པ་ཞིག་སྤྱར་ཡང་མཐོང་དགོས་བྱུང་བ་ནི་ཇི་འདྲའི་ལུ་བྱག་ཐབས་ཐད་ཅིག་རེད་ཨང་།

ལྷ་ཤག་ནས་ལོག་སྐབས། ཀྲག་ཀྲོག་མ་བརྒྱད་པར་རང་འདོད་ལྟར་སློ་དགའི་ངང་ལོག་པ་དང་། གྲིབ་བསིལ་འོག་ཏུ་མེ་ཏྲོག་མཛོན་པ་ལྟ་བུའི་ཚོར་སྤྲང་ཞིག་ཀྱང་འཁོར་སོང་། དེ་ནི་ངོ་མ་ཡིན། ཚུད་རའི་ནང་འབྲས་བུ་སྒྲིན་ཟིན་པའི་ཁམ་སྤྲོད་གིས་ཁངས་ཡོད་ཅིང་། ཁམ་བུའི་མེ་ཏྲོག་ཁྲ་ཆིལ་ལེར་བཞད་པའི་ཚུད་རའི་དབུས་སུ་མེ་ཏྲོག་དཀར་སྒྱུ་དང་དམར་མདོག་གིས་བརྒྱན་པའི་སྤྲ་མ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་འབྲས་འདུག དོ་གཅལ་སྤང་བསིལ་རྒྱུང་དལ་གྱིས་ལྡང་། མེ་ཏྲོག་གི་འདབ་མ་གཡོ་བའི་ཁོད་དུ་ངས་འབྱུང་བཞེས་པའི་བཅུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་ཐིང་བསྐྱོར་ཞིང་། ཐལ་མོ་ངས་སུ་དེབ་ཀྱིན་གསུང་སྐད་ཆུ་རྒྱན་ལྟར་བཅོལ་བས། ང་ཚོའི་མིག་མདུན་དུ་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྲ་མའི་མཛོས་སྤྱག་ཅིག་སྤང་དགོས་པར་གོར་མ་

ཆག

༥

སློབ་བཟང་ཡོན་ཏན་དུ་འབོད་པའི་གྲ་བ་གཙང་སྤྱ་ཅན་དེས་ངའི་སེམས་པ་འཕྲོག་སོང་། མ་རེད། སེམས་པ་  
འཕྲོག་པ་མ་རེད། འཕྲོག་ཆོག་ཆོག་ཅིག་གང་དུ་ཡོད་དམ། ཆེས་མངན་ཅུང་མ་འདྲ་བའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་  
བྱུང་བ་ཅུང་རེད།

གཙང་སྤྱ་པལ་བ་སྟེ། སྤྱིན་མཚམས་སུ་མངོན་ཡོང་བའི་བརྟན་ལྷིང་དེ་དང་། སྦྱོད་ལམ་དུ་ཤར་ཡོད་པའི་  
མཛེས་པ་དེས་མི་བརྒྱའི་གྲུལ་དུ་ཁོ་བོ་མཐོང་མ་ཐག་ཡིད་སྤྱོན་འཆར་དགོས་པར་བྱུང་ལ། དེའང་ཡིད་  
སྤྱོན་ཅུང་དང་དོ་སྣང་ཅུང་མང་ཅུང་སྤྱད་ཡོད་པས་ཡིན་སྲིད། ཁོ་བོ་ནི་རབ་བྱུང་གི་སྤྱི་མ་པ་བཞེས་ཟིན་པའི་  
དགེ་སྦྱོང་ཞིག་ཡིན་པས་ཀྱང་རེད། དེའི་སྤྱབས་ཀྱིས་ཐེངས་སྤྱོན་མར་ཁོང་ཚོས་ཆོས་རྩྭ་གནང་སྐབས།  
ངས་ཁོ་བོར་འདྲ་པར་བསྐྱོན་པ་གཞན་ལས་ཅུང་མང་།

དགེ་ལེགས་ཀྱིས་བཤད་ན། དེའི་རྗེས་སུ་གྲ་བ་ཚོས་ཕན་ཚུན་ལ་ཁོ་རང་གི་འདྲ་པར་སྤྱུས་གཙང་ཡིན་  
དོན་ཅི། ཁོང་ཚོས་བཤད་པའང་འདྲ་པར་གཅིག་རང་སྟེ། སྤྱོད་བསའ་གི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་སྤྱིན་དཀར་ལྷིང་  
ཀྱིན་པའི་འོག་གི་བསྐྱར་ལམ་རྩིང་པ་ཞིག་ཏུ་བརྟན་བརྩིང་དང་མཛེས་སྦྱོད་བྱུང་དུ་འབྲས་པའི་སློབ་བཟང་  
ཡོན་ཏན་ལགས་གཡུ་སྤྱོད་རྒྱུང་ཁ་ན་འཕྱོ་བཞིན་པའི་ཐོལ་དུ་ཡོད་པ་དེ་རེད།

སློབ་བཟང་ཡོན་ཏན་ལགས་ང་རང་ལ་དོ་སྣང་ཡོད་པ་ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་། དོ་སྣང་ངམ་དགའ་བ་  
ཞེས་པ་ནི་ཕོ་མོའི་བར་གྱི་བརྟེ་དུང་གི་དགའ་བ་སྤྱ་མོ་ཅུང་ཡང་མ་རེད། ཡང་གཅིག་བཤད་ན། དེ་ནི་  
སེམས་གཏིང་ནས་ཡོང་བའི་སྤྱོད་སྣང་གི་རིགས་ཤིག་སྟེ། ཁོ་བོར་ང་རང་མཐོང་མ་ཐག་སྤྱོད་སྣང་མངོན་གྱི་  
ཡོད། འོན་ཀྱང་། རྣམ་འགྱུར་ལ་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་གང་ཡང་ཐོན་གྱི་མེད་པའི་ཁར། ངས་ཀྱང་ཁོ་བོའི་  
སེམས་གཏིང་དུ་མི་འདྲ་བའི་ཚོར་འདུ་མེད་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། དེ་བས། སྤྱི་རྒྱུང་སྤྱོད་

ཐོས་མ་ཐག་སྒྲིལ་བྱ་བེབས་པའི་ཁོ་བོར་སྒྲིལ་མཁས་ཤིག་མཛོན་ནས་གཟན་ཤམ་ཕྱག་ཏུ་གཡུག་ཞོར་དེ་རུ་  
བཞུགས་རོགས་ཞེས་གསུངས་སོང་།

གྲ་རྒྱ་ཚོའི་ཤག་ཏུ་ཅད་གི་ཉམས་རྒྱུད་ཡིན། ཚས་དཔེ། ཐང་ཁ། སྒྲ་མའི་སྒྲ་པར། མཚོད་མེ་དང་མཚོད་  
པ་ལས་སྒྲིག་བཤོམས་གཞན་པ་ཕལ་ཆེར་མེད། བོད་ལུགས་ཀྱི་ཉལ་ཁྱི་དང་མདུན་ཅོག་ནི་སྒྲིམ་རྒྱག་  
པར་སྒྲ་བས་བདེན་པར་། སྒྲོ་བཟང་ཡོན་ཏན་ལ་ལྷག་མ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ཁོ་བོའི་གཟན་ཤམ་འོག་གཉིད་  
ལ་ཡུར་བའི་ཞི་མི་དེ་དང་། ཁོ་བོས་ཞི་མི་སློང་ཡོད་སྐབས། ངས་མཐོང་ཚུང་བའི་དགའ་བ་དང་སྒྲོ་སྒྲ་  
མཐོང་སོང་། ཆེད་དུ་བཏོགས་པའི་མངར་ཇའི་སྐབས་སུ་འདྲམ་མཐོང་སོང་།

ཀྱའོ་རེས་ཀྱིས་ཁོ་བོར་དེད་སྐབས་ཅི་ཞིག་སྒྲོང་གིན་ཡོད། སྒྲ་མཚར་ཇེས་གང་ཞིག་སྒྲ་མཚར་དགོས་ཀྱི་  
ཡོད་པའམ། དུས་ཡུན་ག་ཚད་ལ་སྒྲ་མཚར་དགོས་ཀྱི་རེད་སོགས་དྲིས་བྱུང་བས། ཁོ་བོས་གཅིག་གཅིག་  
བྱས་ནས་ལན་བཏབ་པར་མ་ཟད། མཚུག་མཐར་དགོད་ཞོར་དུ་སྒྲ་མཚར་ནས་ཤི་དགོས་པ་དང་། སྒྲ་མཚར་  
ནས་བྱང་རྒྱུ་དགོས་ལ། སྒྲ་མཚར་ནས་ཐར་བ་ཐོབ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར། ད་གཟོད་ངས་ཁོ་བོའི་དགོད་  
མཚུམ་ལས་བརྟན་བརླིང་དང་མཛོས་སྒྲོད་གང་ནས་ཡོད་བའང་ཤེས་སོང་།

སྒྲོ་བཟང་ཡོན་ཏན་ཤག་གི་ཕྱི་རོལ་ནི་འཕྲེད་ཀྱིས་ཉལ་བའི་རི་རྒྱུད་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། རི་རོལ་སུ་ཁམ་སྒྲོང་  
གཅིག་ཡོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཀུན་ཏུ་ཁམ་བྱའི་མེ་ཏྲག་ཚར་དུ་དངར་བའི་སྐབས་ཤིག་དང་། ལུ་བྱུག་གི་  
གསུང་སྒྲ་ཡང་མཚམས་མཚམས་ན་ལམ་དུ་གྲགས་ཡོད་གིན་འདུག། བྱེས་བུ་ལ་ཁྱེས་སྐབས། ཁོ་བོས་  
རི་རོལ་སུ་མཚུབ་མོ་བཅུགས་ནས་བཤད་དོན། དབྱར་ཀར་ཐེབས་ཤོག། ང་ཚོས་དེ་གར་སོང་ནས་སྤིང་ཀ་  
གཏོང་ཆོག། བརྟན་བརླིང་དང་མཛོས་སྒྲོད་འཛོམས་པའི་དགེ་སྒྲོང་དེར་ངས་ཡོད་ངེས་ཡིན། ངས་པར་དུ་  
ཞེས་ལན་བསྒྲོན་པ་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ལོའི་ཟླ་ ༣ནང་ལྷ་སར་གྱིས།

# ཕྱི་ཐག་སྒྲེ་འཆིའི་ཁྲོད་ཡུན་དུ་ཉར།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོའི་སྐྱོད་དང་པོའི་ཆོས་གཅིག་ཉིན། ལྷ་ས་འེ་ཁ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་འབྲུག་བསེལ་བསེལ་གྱི་བར་སྐྱོང་  
དུ་ཤོག་སྐྱག་ཐ་ཐོར་ཞིག་གསུམ་འཐོར་བྱུང་བཞིན་པ་དང་། རྒྱ་ནག་སྲུ་ཀྲའི་འོ་ཉན་ཉན་དགོན་གྱི་ཅོང་རྒྱུང་  
ཐེངས་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ལ་རྩུང་བའི་བརྟན་རིས་ཆོང་ལས་ཅན་དུ་གོམ་ཁ་ཕྱོགས་པའི་བརྟན་འཕྲིན་གྱི་ལེ་  
ཆོན་དེ་བརྒྱད་ནས་གཉིད་ལ་ཡུར་གྲགས་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་རྩ་འབྲམ་དུ་གྲགས་སོང་། ངས་ད་དུང་  
ཅུང་མ་འགོར་བའི་ཡར་སྔོན་གྲོགས་པོ་རྒྱུང་བ་ཞིག་ལ་ཤིས་ཆོག་ཅིག་ལག་ཐོགས་ཁ་པར་བརྒྱད་ནས་  
བཏང་བར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བཞིན་ཡོད། མ་གཞི་ངས་ཁོ་བོར་བཤད་འདོད་པ་ནི། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོར་བཟུ་  
ཤིས་བདེ་ལེགས་ཁྱུ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ནའང་། ངས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོ་ཞེས་བརྒྱུར་བརྒྱུས་ཐེངས་གཉིས་བྱེད་  
དགོས་བྱུང་སོང་། ཉ་ལམ་ལོ་གསར་བ་བསྐྱབས་པའང་ཡ་མེད་དུ་འཛིག་འདོད་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ཡིན་  
ལས་ཆེ། འོ་ན། རྒྱུང་ཐག་རིང་ཞིང་སྐྱུ་ཐིང་དེར་ལྷག་པའི་ལོ་བཅུའི་ཡར་སྔོན་ལ་འགྲོ་འདོད་པ་དེ་དེད་དམ།  
སྐབས་དེར། ང་རང་ནི་མི་རིགས་སྒོ་བ་གླིང་གི་སྒོ་བ་ལྷག་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། ཁྲོམ་འདུས་ཁྲིན་ཏུ་བྱུ་གྱི་གྲིབ་  
འབྲུག་དང་བརྟན་ཆུས་ཐིན་པའི་དགུན་གཞུང་དེར་ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྦྱིར་བཏང་བའི་མི་ཆོ་བཤོད་ལམ་སྤྲད་  
སེམས་སྒྲུག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ཆེད་དུ་འབྲི་དེབ་དམར་པོ་ཞིག་གི་མདུན་ཤོག་སྐྱང་མའི་སྒྲིང་དུ་ཡིད་  
འགྲུལ་ཕྱི་ལ་ཕྱུང་སྟེ་འབྲི་དོན། རྩ་ག་ཆར་ཡ། སྒྲུག་རྒྱུབ་ཀྱིས་འབབ་རོགས་མཛོད་ཅིག་ ང་ལ་བརྟུལ་  
སོད་ལྡན་པའི་ཁྲག་ཏུ་ཞིག་ཏུ་འབྱུར་སྟེ་ཅིས་མི་འདུག མཐིང་མདོག་གི་སྒོ་ག་འབྱུ་ཞིག་དང་མཚུངས་  
པར་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ལྷིང་བསྐྱོར་བརྒྱབ་ཆོག།

དེང་སྐབས་ཀྱི་བྱིས་པ་ཆོས་དཔའ་བོ་རིང་ལུགས་ཀྱི་རོ་བཅུད་ལྡན་པའི་ཆོག་དུམ་འདི་ཐོས་ཐྱོང་མིན་སྐུས་  
ཤེས། གཅིག་བྱས་ན། ཁོ་རང་ཆོའི་བསྐྱབ་གཞིའི་ཁྲོད་ཀོར་ཞེར་ཅི་ལྟ་བུའི་གསར་བརྗེ་རྩོམ་པ་པོ་འདིའི་  
མིང་གི་ལྷག་མའང་མཐོང་རྒྱ་མེད་ལས་ཆེ། ཁོ་བོ་ནི་ང་རང་ནས་བརྩིས་པའི་མི་རབས་གཅིག་གསུམ་  
གཉིས་ཀྱི་སྒྲིང་སྒྲོབས་ཀྱི་འབྱུང་ཡུལ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ལེ་ཏུ་ཉམིན། པའོ་ཞེས། ཁྲུ་ཆ་ཅིན། ཀྲང་ཉའེ་ཏེ་

སོགས་སྟེ། སློབ་ཆེན་འགྲིམ་གྱིན་པའི་དང་ཐོག་ གྲུང་གོ་དང་བེ་བུ་ནམ་གྱི་དམག་འཐབ་ནང་ཞུགས་མྱོང་  
 བའི་དམག་མི་ཚོར་འཕྲིན་ཡིག་གཏོང་བ་དང་། འཆ་མས་འདྲིའི་ལག་སྐྱེས་བསྐྱར་བ་སོགས་བྱེད་མྱོང་།  
 ཡིན་ནའང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༦ལོའི་ཚེས་ནས་བཟུང་། གསར་རྒྱུད་། འཆར་ཡན། ལྷོག་གོལ་གྱི་བསམ་སྒྲེའི་  
 སློན་ཡུལ་རང་གཤེས་ཅན་དང་། སྐུ་ཅུལ་རང་བཞིན་དུ་ཕྱོགས་པའི་སྟོན་དག་གི་རྒྱབས་རྒྱུན་གྱིས་སྟོན་  
 བཞིན་པའི་གོ་རིམ་མེད་པའི་འདུ་ཟིང་ཁོད་དུ་བྲེལ་ཤ་དོད་པོས་ཞུགས་འགོ་བཙམས། དུས་རབས་དག་  
 གཅིག་མཚུངས་ཤིག་མ་རེད། དུས་རབས་རེར་ཕུགས་བསམ་རེ་དང་། དུང་འདུན་རེ། ཁ་གཡང་རེ་དང་།  
 གཏོར་སྦྱོན་རེ་ཡོད་པས། མི་རྒྱུས་ཀྱི་སེམས་དོས་དང་ཐོད་པའི་སྒྲུང་དུ་མེ་ཐམ་བཞིན་བབས་འདུག་ སྐྱེ་  
 བ་འདིར་བསུབ་ཐབས་བྲལ་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའང་ཕྱེད་མཛོན་ཕྱེད་ཡིབ་ཀྱིས་ཡོང་སྲིད་པར་ངས། ཅུ་ལམ་དུ་  
 ཆེས་གནའ་བོའི་བྱ་སྟོད་ཀྱི་ཁག་རྒྱུན་རྒྱུ་བཞིན་པའི་ང་རང་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། བ་ཡུལ་གྱི་མཛེས་  
 ལྡོངས་ནི་ང་རང་གི་ལྟ་ཁག་མ་འཕོ་བའི་ཡར་སྔོན་ནས་འགྱུར་བེན། དཔེར་ན། བ་སྐད་དེ་ནི་ལམ་དུ་ག་  
 ཚོད་ཐོས་ན་འང་སེམས་དོས་སུ་ནམ་ཡང་འཛིག་མྱོང་མེད། དེ་ནི་མོར་འབྲུལ་གཞན་ཞིག་གིས་ང་རང་གི་  
 འཚོ་སྤྱོད་དེ་ཡིད་ལ་འང་ཤར་དཀའ་བ་ཞིག་དུ་བསྐྱར་བ་ཡིན་ནམ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོའི་ལོ་གསར་ལ་འཛམ་གླིང་གི་སྲུ་ག་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མའི་ལམ་ནས་བསུ་  
 མ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ནའང་། ས་ཆ་ག་གོ་མོ་ཞིག་རྒྱ་འབྲེལ་ལྟར་གྲགས་འགྲུལ་གྱིས་དཔེན་ཞིང་། དར་རྒྱ་དང་  
 སྒྲ་ཚོགས་བརྒྱད་ཚེས་ཁྲུ་སིམ་མེར་གྱུར་བའི་རྒན་པོ་ཞིག་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས། ཞིས་ཉིས་གྲོང་ཁྱེར་དུ་  
 གོང་ཚད་ཆེས་མཐོ་བའི་ཤོག་སྐག་འཕེན་བཞིན་པ་དང་། ལུན་ཁྲིན་གྲོང་ཁྱེར་དུ་སིལ་ཆང་གི་མཚོད་སྒོ་བྱེ་  
 ཡོད་ལ། ཞོ་མོན་དུ་སློག་འགྱུར་འོག་གཅིག་གྱུར་འོག་རྒྱུད་ལ་ཉེབའི་རྒྱབ་ཐོ་གཡུག་གཡུག་བྱེད་ཀྱིན་  
 འདུག། དུང་ཅིན་དུ་ན་གཞོན་ཚོས་དདུལ་མདོག་གི་དབུགས་སྒྲུང་ཐོགས་ནས་སྐད་ཅོར་རྒྱག་གིན་པ་དང་།  
 རྒྱ་མཚོའི་ཕ་མཐའི་ནེ་ལྷོ་ཡོག་གྲོང་ཁྱེར་དུ་སྐག་ཚོས་མཐུག་པོ་བྱུགས་པའི་མི་དཀར་དང་མི་ནག་གིས་  
 མིག་མཐའ་མཆི་མས་ཁེངས་བཞིན་སྐྱེ་འདུས་བྱེད་ཀྱིན་མཆིས། དེ་བས། ང་ཚོའི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་རྒྱལ་ས་  
 པེ་ཅིན་དུ་འང་མི་རིགས་ལྷ་བཅུ་དང་དུག་གི་འཐུས་མི་གཅིག་ཀྱང་ཆད་མི་ཚོག་པའི་བཀའ་རྒྱུའི་འོག་སློག་



སྒྲོན་སྒྲུ་མང་དབུས་སུ་གར་སྒྲེགས་སུ་མངོན་བྱུང་། ཡིན་ནའང་། ལ་དོག་རྩིག་ཀྱང་སྒྲུ་མང་གྲོན་ཆས་ཀྱི་  
འོག་ཏུ་ཁུང་བུ་གཅིག་ནས་དབྱུང་བ་ལྟ་བུའི་དགོད་འཛུམ་དང་གར་སྒྲེགས། ད་དུང་ངའི་སྒྲུང་དོར་མདོ་  
འཛིན་པའི་སྐད་སྒྲུ་འདི་མི་འདྲའི་ན་བྱང་དུ་བྱུང་ཡོད་པ་ཞིག་ཨང་། ང་དང་མི་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ལ་  
འགྲོགས་ནས་ཐལ་ཆེ་བའི་བྲོ་གར་དོན་རྒྱུན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་དེ་དག་བརྒྱུད་ཡོད་ལ། སྒྲོབས་ཉམས་ཆེན་པོ། ངར་  
ཤུགས་ཆ་བོ་དང་སྒྲོ་བྱུང་མཐོ་ལྷིང་གི་ཁོད་ནས་ཡོང་ཡོད། དེ་ལས་ཉམས་སྒྲུབ་དང་གཅིས་ཉམས་དོད་པོ་  
འདི་ཆོང་ངའི་སྒྲི་ཆོགས་འདིས་གསོལ་རས་གནང་བ་ཞིག་ཡིན།

ཡིན་ནའང་། དོན་དངོས་སུ་༼མེ་སྒྲོང་སྒྲོན་མོ་དབུལ་གྱི་འདབ་ལོས་བརྒྱན་ཞིང་ཉིན་མོར་བྱེད། སྒྲུན་རྒྱ་ལོ་  
མོ་སྒྲུ་དང་གར་གྱི་ཁོད་དུ་མཛེས་ཉམས་སྒྲོད་༽པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། མི་རྒྱམས་ཀྱི་གདོང་དོར་ཆོས་རུ་  
བཞིན་དབྱུངས་པའི་སྒྲོན་མའི་བར་བརྒྱུད་ནས་ཆས་སོང་པས། སྒྲུས་ཀྱང་ཆོར་དཀའ་བའི་གྲིབ་རིས་དེས་  
གང་ཞིག་སྒྲོན་བཞིན་ཡོད་དམ། མའི་ཅི་ཏུང་གིས་རང་ཉིད་གཤེགས་ལ་ཉེ་བའི་ཡར་སྒྲོན་སྒྲོག་བརྟན་ལ་  
ཐེངས་ཤིག་བལྟས་སྒྲོང་ཞིང་། སྒྲུར་ཁྲག་དམར་བརྒྱལ་ནས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་བཅིངས་གྲོལ་དམག་མི་  
གྲོང་ཁྱེར་ནང་འཛུམ་སྐབས་མི་དམངས་ཀྱིས་དགའ་བསུ་བྱེད་ཀྱིན་པ་མཐོང་འཕྲལ་ག་དུས་ཀྱང་  
མཁའ་གསལ་ཤེད་ཆེ་བའི་དངོས་གཙོ་སྒྲུ་བ་ཁོ་བོ་འང་མིག་རྒྱུད་ག་ཆར་བཞིན་བཤོལ་ནས་རང་ཆོད་མ་ཟིན་  
སྐད། དེ་ལས་ངའི་སྒྲོར་འབབ་པ་ནི་ཟུ་རུ་མིའི་བས་མཐའ་ན་གནས་པའི་ཉ་འཛིན་གྱི་གྲོང་ཆོ་ཞིག་ཏུ་བྱང་  
སྒྲེ་ཡི་དེལ་མོང་བཞིན་སྒྲོ་མིག་བརྟུལ་ཞིང་མཆོ་གཟིག་ལྟར་བཅུ་མེས་ཆེ་བའི་ངལ་རྩལ་པ་དེ་དག་ཡིན་  
ཞིང་། ཁོང་ཆོས་མེ་ཕུང་འགྲམ་དུ་ཉ་ཤ་བསྐྱེག་མ་ཐོགས་ནས་ཨ་རག་ལ་རོལ་བཞིན་སྒོལ་རྒྱུན་གྱི་  
ཞབས་བྲོར་རོལ་ནས་འདུག བཤད་རྒྱུལ་ལ་ཁོང་ཆོ་ནི་སའི་གོ་ལའི་སྐང་ཆེས་སྒྲུ་མོར་ལོ་གསར་ལ་རོལ་  
མཁན་ཡིན་སྐད། ཤ་མདོག་སྒྲུག་ཅིང་མཛངས་ཉམས་དོད་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་ན་གཞོན་དག་གིས་སྒྲུ་མཐའ་  
མེད་པའི་བྲོ་ཐང་སྒྲོང་མེས་རྒྱལ་ལ་བསྟོད་སྒྲུ་འབུལ་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། བསྟོད་སྒྲུའི་ནང་འཛིག་རྟེན་ན་དོ་རྒྱུ་  
མེད་པའི་མེས་རྒྱལ་དེ་ཡིན་པས། བྱིས་པ་ཆོ་སྒྲོ་དགས་བརྟས་སོང་། རྒྱལ་གྱི་ཞུ་མོ་གྲོན་པའི་གཞོན་ཏུ་  
མ་ཆོར་ཡང་འཛུམ་མདངས་མངོན་བྱུང་། དོག་དོང་ཕྱིལ་བོ་གཉེར་རིས་ཀྱིས་བོས་པའི་རྒན་གྲོན་ཆོ་འད་སྒྲོ་

བྱང་། ཨ། མེས་རྒྱལ། བཙེ་བའི་མེས་རྒྱལ། ཁྱོད་ཉིད་གང་དུ་ཡོད་དམ།

ངས་སྤོས་ཆུའི་ནང་ལག་པ་བཀྱས་ཇེས། དགོན་པའི་ནང་ཕྱིན་པ་ཡིན། ངས་རང་ཉིད་མཆོད་མེ་ཁོང་བྱ་གང་  
གི་ཚུལ་དུ་བཞག་ནས་སྐྱེ་འདྲ་དང་ཐང་ཀ་ཀུན་ལ་སྐྱབས་འཇུག་ཞུས་པ་ཡིན། གཅིག་དེམ་གྱུར་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་དང་། གཉིས་དེ་སྤྲོ་མ། གསུམ་དེ་སྤྲོ་མཆོད། བཞི་བ་ནི་རང་ཉིད་ཡིན། གང་ལྟར་ཀྱང་ལོ་  
གསར་བ་ཞིག་སྤྲེགས་ཟིན་པས། ཐམས་ཅད་གསར་བའི་ལམ་དུ་བཞུད་ཀྱིན་པས། འདི་ནི་སྤྱོད་འདྲངས་རྒྱར་  
མོ་གང་མིན་པར་སྤོན། མག་མོག་གྲོང་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་མཉམ་འཇམ་ལྡན་པའི་ཕྱག་  
སྤྱོད་བསྐྱངས་ཏེ་དལ་གྱིས་ངའི་འཇགས་ཐབས་མེད་པའི་སེམས་པ་ལ་བྱིལ་བྱིལ་བཏང་བྱུང་བས། ཨ།  
ཁོ་བོ་འདྲ་ཆས་ཟིན། ཁོང་གི་ཆས་རྟགས་དེ་ཇི་འདྲའི་གསལ་ལ་བོ་ཞིག་རེད། ཐ་ན་དམར་སེར་ལྷན་  
བསྐྱེབས་ཀྱི་གཟན་ཤམ་གྱི་ལྷོ་བ་མ་རེ་རེ་འདྲ་གཉེར་རིས་གྲོན་འདུག ཡིན་ནའང་། ཁོང་གི་བྱམས་བཙེ་ཡི་  
ལུས་སྤྱོད་མ་ནི་ཅི་འདྲའི་མི་སེམས་སྤྱོད་པའི་སྐྱུ་ལ་ཤུགས་ཤིག་རེད་ཨང་། ད་དུང་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱན་ཟུང་  
ལ་དཔེ་སྒྲིལ་མི་དཀའ་མེད་པས། ང་རང་གི་སེམས་པ་སྤྱོད་སྤྱིད་ཀྱིས་བརྟས་ཤིང་མིག་ཆུའི་འབབ་རྒྱན་བརྗོད་  
བྱུང་།

ནམ་གུང་ཆུ་ཆོད་གསུམ་པའི་སྐྱང་ཁ་པར་གྱི་ཅོང་བཅས་ང་རང་གཉིད་ལས་དྲོགས་བྱུང་། སྐད་ཅིག་མ་  
དང་པོ་འདི་ནང་ངས་ད་དུང་སྐྱེ་རེངས་ཤར་ཟིན་པར་ཆོད་དཔག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། སུ་ཞིག་གིས་དུས་ཆོད་འདི་  
འདྲ་འཕྱི་བོ་ཞིག་ཏུ་སྤྱིང་གཏམ་ཕྱི་ལ་འཕོ་ཕྱིས་ཡོད་དམ། ཁ་པར་གྱི་ཕར་སྤྱོད་རྒྱ་ནག་ལྟོ་ཕྱོགས་ཀྱི་འདུ་  
ཟིང་ཆེབའི་གྲོང་ཁྱེར་གོང་ཀྱུ་ཅུ་རེད། རྒྱ་ལམ་དུ་བརྒྱུད་འོངས་པ་ནི་དེ་གའི་འཇགས་མཐའ་མེད་པའི་མོ་ཁ་  
སྤྱོད་གས་དང་བརྟན་འཕྱིན་ལས་གྲགས་པའི་སྐྱད་སྐྱེ་ཡིན་པས། རོ་མ་གཉིད་དུ་མེད་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་  
པོ་རང་རེད། འདི་ག་ ངས་བཤད་ཀྱིན་པ་ནི་ལྟོ་ས་ཡིན། སུ་མོ་ནས་གཉིད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཞུགས་ཟིན་  
པ་དང་། མཆོམས་མཆོམས་ཁྱི་སྐད་ཐ་ཐོར་རེ་གྲགས་འོངས་པ་ཅོམ་དང་། སྤྱི་ཅུ་ཁྱེད་གི་ཕྱི་རོལ་དུ་འབབ་  
ཀྱིན་པའི་ཁ་བའི་སྐྱེ་ལས་ཅི་ཡང་ཐོས་རྒྱུ་མེད། གནའ་བོའི་ཐོ་བྱང་དེ་ལ་མཆོན་ལྟོངས་སུ་མཛོན་པའི་སྐྱོག་

གུང་དང་སྐྱོ་ཉམས་ཀྱང་ངས་བརྟེན་གསུང་བརྟེན་ལ་ནས་མཐོང་ཡོང་བའི་སྐྱང་བ་འཁོར་འོངས། སྐབས་  
འདིར། གལ་ཏེ་བརྟེན་སྐྱོ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་ནི་ཆེས་གནའ་བོ་ནས་བརྒྱད་པའི་དགོན་པ་ཁག་གི་ནང་  
གཞལ་དུ་མེད་པའི་མགྲིན་པ་དག་ལས་བྱུང་བའི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པར་ཐུལ་བའི་བརྟེན་སྐྱོ་ཁག་ཡིན་  
སྐབས། སྐྱོ་ཞིག་གིས་དེ་ནི་ལྟ་སྐྱོང་ལྟར་བྲགས་ཤིང་། ཉམས་སྐྱོད་དུ་སོང་བའི་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་རོལ་གྱི་གོང་  
ཚོ་དེས་ཡིན་པར་ལབ་ཐུབ་བས།

འཁོར་བའི་འདས་རྒྱུ་ནང་གཏི་མུག་བོར་ཟིན་པའི་མི་དེས་སྐྱད་གདངས་དམའ་མོའི་ལམ་ནས་བརྗོད་  
དོན། སྐྱོར་མོ་བཀོལ་ནས་སྐྱོད་པོ་གཏོང་མི་རུང་བ་གང་ཡིན་ནམ། ཡིན་ནའང་། ངའི་བསམ་སྒྲུབ་ནང་རང་  
ཉིད་དུས་རྒྱུན་མཐོ་སྒྲུལ་ཅན་གྱི་བུ་མོ་ཞིག་ཡིན་པས། འདི་ལྟ་བུའི་དམའ་རིམ་གྱི་བྱ་སྐྱོད་ཅིག་ལ་ཞུགས་  
ཆོ་རང་ཉིད་ལ་རང་གིས་མཐོང་རྒྱུས་པ་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཆེས་དམའ་བའི་སྐྱོ་བོའི་རྒྱུ་དོར་དུ་ལྷུང་བ་  
ལས་གཉིས་སུ་མི་འདུག་སྒྲུལ། དེས་སུ་བཤད་ན། ནང་ཆོས་སུ་བསྟན་པའི་སྐྱོ་བ་སྒྲུབ་ཕྱི་ནི་མི་ཡུལ་དུ་  
ཡོད་ཅིང་། མི་ཡུལ་དུ་ནམ་རྒྱུན་མཐོང་ཐུབ་པ་ནི་དཔུལ་བ་ཡིན། དཔུལ་བ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། རྒྱ་  
བོའི་རྒྱུ་དོར་ཀྱི་དཔུལ་བ་རེད། སྐྱོན་ཆད་རང་ཉིད་གཞན་དང་མི་མཚུངས་པའི་སྐྱང་བ་ཁྱེད་ནས་ལྟོག་  
སྒྲུབ་བྱེད་ཐེངས་རེ་དང་། ངར་སེམས་རྒྱས་ཐེངས་རེ་ནི་རྒྱ་བོའི་རྒྱུ་དོར་ཀྱི་ལ་འགྲན་སྐྱོང་བྱས་པ་ཡིན་  
མོད། ཡིད་ལའང་འཆར་དཀའ་བ་ཞིག་ནི་དེང་སྐབས་རྒྱ་བོའི་རྒྱུ་དོར་ཀྱི་ནང་ཟགས་ཟིན་ལ། རྒྱ་  
བོའི་རྒྱུ་དོར་ཀྱི་ནང་གི་མི་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་འདི་དཔུལ་བ་ནི་ཡོད་པའི་འདྲེ་ཞིག་དང་སྐྱོ་ཀུན་ནས་  
མཚུངས། མི་དཔུལ་བ་ལས་སྐྱོབ་ཐུབ་པའི་སྐྱོན་ཞིག་ཡོད་དམ། རྒྱ་བོའི་རྒྱུ་དོར་ཀྱི་ཡིན་ནམ། འོན་ཀྱང་།  
རྒྱ་བོའི་རྒྱུ་དོར་ཀྱི་གད་དུ་ཡོད་དམ།

ཁ་པར་ལས་རྒྱ་བོའི་རྒྱུ་དོར་ཀྱི་གི་རེ་འདུན་དེ་ཇི་འདྲའི་སྐྱོང་བ་ཞིག་དང་། ཡང་ག་འདྲའི་དཀའ་པོ་ཞིག་རེད།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ ལོའི་ལོ་གསར་ཉིན་ཉིམ་ནམ་རྒྱུན་ལྟར་འཕགས་ཤིང་། དུས་རྒྱུན་ལྟར་བཞུད་སོང་། བོད་མི་

ནམས་ཀྱང་སྒར་བཞིན་ཉལ་ལངས་བྱེད་པ་དང་། ཕྱག་འཆིལ་བ་དང་། མཚན་མེ་བསྐྱོན་པ། གཙུག་ལག་  
ཁང་ལ་བསྐྱོར་བ་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ལས་སུ་བྱགས་འདུག ངས་སྤྱི་མཐའ་བསྟེན་པའི་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་  
གིས་སྤྱིན་བདག་ཅག་གི་ཨ་མར་བསྐྱོ་སྟོན་བྱེད་སྤྲད་སྐབས་བཅུ་གངས་ཤིག་ཁྲིད་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་  
དུ་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་གནང་བཞིན་པ་དང་། དེ་ནས་བྱང་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། གནས་དེར་མང་ཆོགས་དང་  
སྟོ་ཕྱགས་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་བརྒྱར་འཕྲད་མ་སྟོང་བའི་གངས་སྟོན་ལ་འཐབ་འཛིང་བྱེད་ཀྱིན་མཆིས། ང་རང་  
དུས་རྒྱུན་ལྟར་མདུན་ཅོག་ལ་ཁ་གཏད་ནས་བསྐྱོད་དེ་ཉལ་མ་ཉིན་ལྟར་གྱི་ལས་བྱར་གྱུར་བའི་དཔེ་ཆ་གྲོག་  
པ་དང་། ཚུམ་ཡིག་འབྲི་བ། དུང་ཆོས་འདོན་པའི་ལས་སུ་བྱགས་ཡོད།

དངོས་གནས་བཤད་ན། དགོན་པ་ཆེ་ཆུང་དེ་དག་ནི་སྤྱི་མཐའ་མེད་པ་དང་རི་བོ་ཆོར་དུ་དངར་བའི་ས་  
 གཞིའི་སྟེང་སྤྱི་ཆུན་དུ་བཏབ་པའི་སྤྱི་ཉིག་དམར་པོ་ཤ་སྟག་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུང་འཕྱིར་ཁྲོད་ཆག་འཛིག་  
 བརྒྱད་ནས་མཁར་རོར་གྱུར་ཡོད་པའང་འདྲག་མོད། འོན་ཀྱང་མིག་དབང་འཕྲོག་པའི་འོད་སྤྲང་ལམ་ལམ་  
 འཕྲོ། ད་དུང་གཟན་ཤམ་དམར་པོ་མན་བས་པའི་གྲ་བ་རྒན་དར་གཞོན་གསུམ་སྤྱི་ལ་འཕྲད་ནའང་དགོད་  
 འཕྲུལ་སྟོན་བཞིན་སྟེ་ལེན་མི་བྱེད་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ། དེའི་ཁྲོད་དུ་གྲ་བ་གསུམ་དང་དེའི་མིང་  
 གཅིག་མཆུངས་རེད། ཆེས་ཆུང་བ་ལོ་ལྔ་དུག་ཅིམ་ལ་སྟེ་བས་ཡོད་པ་དང་། དཔར་དོས་སུ་ཁོ་བོའི་མིག་  
 ཟུང་ཅེར་ཞིང་མགོ་བོ་འཕྲེད་དུ་བཞག་ནས་ཡིད་དུ་འོངས་པའི་བཟོ་ལྷ་ཞིག་ཐོན་ཡོད་ནའང་། ཕྱི་ཉིན་ཁོ་  
 བོའང་ཆོས་སྐད་བརྒྱ་གྲགས་སྟོང་ལྷིང་ཁྲོད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་པ་སུ་ཞིག་གིས་ཤེས་ཐུབ་བམ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོའི་ལོ་གསར་ཉིན། ངས་ཡང་བསྐྱར་བོད་སྐོར་གྱི་དཔེ་དེབ་འགའི་ཁ་བྱེ་བས། ངས་བྲེལ་  
 འཕྱིར་དང་བོད་ཀྱི་བྲི་མ་མངར་བོ་ཞིག་ཆོར་བྱུང་། དེ་ནི་མངར་མོའི་ནང་གི་མངར་མོ་ཞིག་དང་། མི་ལམ་  
 ཁྲོད་ཀྱི་མི་ལམ་ཞིག་དང་མཆི་མའི་གྲོང་གི་མཆི་མ་ཞིག་རེད། ངས་བཤད་ཀྱིན་པ་ནི། ང་རང་གི་ལུས་པོ་  
 བོད་དུ་ཡོད་ཀྱང་བོད་ངོ་མ་ཞིག་དཔེ་དེབ་ལས་མ་གཏོགས་མཐོང་མ་ཐུབ་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

རེད་ཡ། དཔེ་དེབ་གསུམ་སྟེ། ཆོན་མདོག་སེར་པོ་ཅན་གཅིག་ ཆོན་མདོག་དམར་པོ་ཅན་གཅིག་ གན་མ་  
 སྟོན་པོའི་འོག་དུ་ཞུ་མོན་མན་བས་པའི་བཙུན་པ་གཉིས་ཀྱིས་དུང་ཆེན་འབྲུད་ཀྱིན་པ་ཅན་གཅིག་བཅས་  
 རེད། དོན་གྱིས་མཐོང་ཐུབ་པ་ཞིག་ལ་དེ་དག་ནི་གངས་ལྗོངས་སུ་ཁོངས་པའི་རམ་བཟིད་ཀྱི་བཟོ་བསྐྱུན་  
 ཁྲོད་མང་པོ་རོ་མར་གྱུར་ཡོད་གངས་ཀས་གཞལ་ཐབས་བྲལ་ཞིང་། ཆུན་བུ་སྤྱི་ལ་བསྐྱུལ་པའི་སྤྱི་  
 མཐའ་གསལ་འཛོམས་པའི་ཤོག་བྱའི་སྟེང་ཡིག་གཟུགས་གསལ་ལྷང་དེར་བབས་པའི་གནའ་རབས་ནས་  
 བརྒྱད་པའི་དེབ་ཐེར་དག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་སྟིང་བསྐྱུས་རེད། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ལྟ་སྐྱབས། དེ་ནི་  
 འདས་ཟིན་པའི་དུས་ཡུན་ཞིག་གི་བྲན་ཐོ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས། ཇི་འདྲའི་བྲན་ཐོ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། ཇི་



འདྲའི་རྩ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་ཨང་། དུན་ཐོ་འདི་དག་གི་ལྷི་ཆོད་དང་རིན་གོང་ནི་དུས་རབས་ཀྱི་འགྲོས་དང་  
བསྐྱེད་ནས་ཞོ་བསྐྱེད་ལ་བ་ནང་བཞིན་གསོ་བ་སྟེ། གཞུགས་ཡོད་དང་གཞུགས་མེད་ཀྱི་བར་སྐྱེད་ཁེངས་ངེས་  
པར་མ་ཟད། ང་ཚོ་འི་མི་རབས་འདིས་དེང་ཐོག་དུས་ཀྱི་གཏོར་བ་ནས་རིམ་བཞིན་གཉོམ་ལག་རྒྱས་  
སྐྱབས། དང་འབྲེག་མེད་པར་ལུས་པོ་འི་གཉོམ་སར་ཕོག་པས། བསུབ་ཏུ་མེད་པའི་མཁ་ཟབ་མོ་ཞིག་ཏུ་  
གྱུར་སོང་།

འོན་ཀྱང་། དཔེ་དབ་དེ་དག་གྲོག་ཡོང་སྐྱབས། ཇི་འདྲའི་བརྗོད་པ་བདེ་ཞིང་། ཇི་འདྲའི་སྒྲན་འཛེབས་ལྡན་  
པ། ཇི་འདྲའི་གཏིང་ཟབ་པ་ལ། བཅོན་ཚུགས་བཤད་དཀའ་བ་དང་དྲོགས་གཏམ་འོད་འཛེར་བ་ཞིག་  
ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མིན་པར་མ་ཟད། ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་སྟོང་འདང་དང་སྒྲན་ངག་ནང་བཞིན་མི་  
རྣམས་ལ་སྟོ་བའི་འབྲུལ་སྐྱེད་ངམ་སྒྲན་ངག་གི་རོ་བཅུད་ཅིག་བསྐྱེད་ཡོང་། དཔེར་ན། “ ” ས་མ་རུབ་  
པའི་ཡར་སྔོན། ངོས་རང་མཐའ་མཐུག་ནག་པོ་ཆེན་པོར་མཆོད་བཤམས་བྱས་ཡོད་པའི་སར་སོང་བ་ཡིན།  
ཁོ་རང་ནི་ངའི་སྐྱེད་མ་ཡིན། ངོས་ནས་མཆོད་ཁང་གི་སྒོ་ཕྱེ་སྟེ་ནང་ལ་སོང་ནས་རེ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ།  
མཐའ་འཁོར་གྱི་བཟོ་དབྱིབས་ཆ་ཆོད་ཀླད་པའི་ནང་འཁོར་ཡོང་གི་འདུག ལྷ་བ་མང་པོས་སྐྱེད་མའི་མདུན་  
དུ་མཆོད་གསོལ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག མཆོད་ཁང་དུ་མར་མེ་བཅུ་ཕྱག་འགའ་ཤས་ལས་སྒྲོག་མེད་ཀྱང་འོད་  
སྐྱེད་འོག་གསལ་བོར་མཐོང་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། ཕྱིག་ངོས་སུ་ལྷེབ་རིས་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་།  
གཏོར་མ་ཞིག་དཔུལ་གྱི་སྒྲེར་མའི་ནང་བཞག་འདུག རོ་ཕྱེད་གཡོགས་པའི་ཞབས་ཁུ་བས་མར་ཁུ་  
མཆོད་ཀློང་དུ་སྒྲོན་པ་བརྒྱབ་སོང་། ཁོང་ཚོས་ངོས་རང་ནང་དུ་ཡོང་བ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། མི་གཅིག་  
གིས་ཀྱང་མགོ་མ་བཏེགས་པ་དང་། ངའི་གཡས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེས་ཏིང་ཤགས་བསྐྱེད་པ་དང་།  
གཡོན་ཕྱོགས་སུ་ལྷ་བ་གཞན་གཅིག་གིས་དོང་ཆེན་འབྱུང་འགོ་ཚུགས་པས། སྒྲན་འཛེབས་ཡོད་དབང་  
འཕྲོག་པའི་རོལ་དབྱངས་ཤིག་རྒྱ་ལམ་དུ་བརྒྱད་འོངས། ཏིང་ཤགས་ཀྱི་རྩང་སྒྲུ་དེ་ལས་ཀྱང་བར་  
མཚམས་མ་ཆད་པས། རྩང་སྒྲུ་དེས་མིའི་སེམས་ལྷིང་འཇགས་སུ་བཏང་འོངས།

ངོས་རང་མདུན་ལ་སྒྲིམ་ནས་ཁ་བཏགས་ཤིག་བསྒྲོན་པ་ཡིན། འདིན་པོ་དམིགས་གྲུས་ཁར་བཤམས་པའི་  
ཆོག་ཞིག་སྟེ།

བཟོད་གསོལ་དང་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་བ་མཆོན་གྱི་ཡོད། ངོས་ཀྱིས་ངག་བསྐྱམས་ནས་གསོལ་མཆོད་ཅུང་  
ཅིམ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། གྲུ་བ་ཆོས་ངོས་རང་ལོག་འགྲོ་བ་ཉ་ལམ་ཆོར་ཡོད་ཆོད་ཡིན། ཡིན་ནའང་། ཁོང་  
ཆོས་ངོས་རང་ལ་དམིགས་ནས་གསང་བྱ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁ་མ་བྲལ་བའི་ཡར་སྤྲོན་ངོས་  
རང་སར་བསྐྱད་ནས་སྐར་མ་ཁ་ཤས་རིང་དཔེ་ཆ་སྒྲིམ་ཞིག་གྲོག་པ་ཡིན། རྒྱ་རིགས་ཀྱི་བྱ་སྒྲོབས་པ་  
བསྐྱེད་ཅིག་ཀྱི་ཅེས་པའི་མཆོམས་དེར་བསྐྱབས་འཕྲལ་བསམ་སྒྲོ་ཅུང་ཅིམ་བཏང་བ་ཡིན། ཏུ་ལའི་སྒྲུ་མ།  
བཅན་བྱོལ་ཁོད་ཀྱི་སྟོད་ཤ

ཡང་དཔེར་ན།

མངའ་རིས་རིན་པོ་ཆེ་ཏུ་ལའི་སྒྲུ་མའི་གཙུང་པོ་གསུང་དོན། ང་ཆོ་སྐྱབས་མ་ཐག་ངར་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་  
ཆེར་མཇལ་དུ་ཁྱིད་པ་དང་། ཉིས་ཐོག་གི་ཁང་མིག་རྒྱུང་བ་ཞིག་གི་ནང་དུ་སོང་བ་ཡིན། སྒོ་ཁ་གཏད་  
ཕྱོགས་སུ་སྒྲིམ་ཁུང་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དཀར་འོད་ཅུང་ཅིམ་མཐོང་ཐུབ་པར་མ་ཟད། རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་  
ཡིས་འགྱུར་ཏུ་ཞིག་བསྐྱམས་ནས་སྒྱུ་ཆས་མནབས་འདུག་པ་དང་། སྒྲིམ་ཁུང་གི་འགྲམ་དུ་བཞེངས་  
འདུག ངས་སྤར་ཁོང་གིས་འདི་འདྲ་ཞིག་མནབས་ཡོད་པ་མཐོང་མ་ཁྱོད་ནའང་། དོན་དངོས་སུ་ཁོང་ལ་  
སྟོད་ཤ་ཞིག་མཛོད་འདུག ཁོང་གིས་ང་ལ་ཁྱོད་རང་གི་ཆོར་བ་གང་འདྲ་འདུག་ཅེས་བྲིས་བྱུང་། ངས་ཁོང་  
ལ་རྒྱ་ཆོར་བ་ཅི་ཡང་མི་འདུག ཡོད་ཆོད་སྤར་བཞིན་རེད། ཡིན་ནའང་། ཏུ་ཞོན་ནས་ཡོང་བ་དང་རྒྱུང་འཆུབ་  
ཀྱང་ཅུང་ཆེ་བས། ཞུ་མའི་ཀླང་པ་ན་གི་འདུག་ཀྱི་ཅེས་ལན་བསྒྲོན་པ་ཡིན། དེར་མཐུད་ནས་ཁོང་གིས་ང་  
ལ་ཅུང་ཅིམ་གཟིགས་བསྐྱད་ཆེས། རྒྱ་ཆོས་རྒྱལ་འདི་ནི་ངའི་སྤྱིར་བཏང་གི་མིང་ཡིན། དེ་ལྟ་ནས་ང་ཆོ་  
སྐྱབས་བཅོལ་བ་རེད་དེ་ཀྱི་ཞེས་གསུངས་སོང་། གངས་སྒྲོངས་ཕྱི་ལོགས་ཀྱི་བཅན་བྱོལ་ཟིན་ཐོ་  
“ ... བོད་ནི་ལྷ་འཕེལ་བྱེད་མཆོར་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་ཤིག་མ་ཡིན་པར་ནང་ཆོས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་མི་མང་  
གི་རྒྱལ་ཁམས་ཤིག་ཡིན། ཁོང་ཆོས་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱི་ལམ་ནས་འོས་འགན་སྐྱབ་འཇལ་བྱེད་ཀྱིན་པ་

མིན་པར་དགའ་ཐག་ཆོད་པོའི་དང་སྤངས་ཀྱི་ལམ་ནས་ལམ་ཁ་དེར་བཞུད་ཀྱིན་པ་རེད། རྒྱལ་ཁམས་  
 འདིའི་མི་རྒྱལ་གྱིས་རེ་སྟེག་བྱེད་ས་གཙོ་བོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མགོན་ཆུབ་སེམས་ཡིན།  
 གཤམ་སྤྱིད་དེ་ནི་བྱད་མཆར་ཞིག་ཡིན་ན། བོད་ནི་བྱད་མཆར་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་ཤིག་ཡིན། རྒྱ་མཆོན་ནི་  
 འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལུ་མཐུན་ནས་མིའི་གཟུགས་སུ་བྱོན་བཞིན་པར་མ་ཟད། ང་ཚོར་དབྱ་ཁྲིད་  
 པ་དང་རོགས་མགོན་གནད་གི་ཡོད། དེ་ནི་གྲོང་གསེབ་རང་ངོས་སུ་གནད་བའི་རོགས་མགོན་ཞིག་ཀྱང་  
 རེད། ངས་བཤད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི། སྤྱོད་ཐབས་ཟད་ནས་པ་ཡུལ་དང་ཁ་བྲལ་བའི་ང་ཚོར་མཆོན་ན། བོད་  
 ཀྱི་རི་རྒྱུན་གསལ་གསལ་མཐོང་སྤང་ལས་ཁ་བྲལ་བར་མ་ཟད། པ་ཡུལ་གྱི་འཇམ་རྒྱུད་གི་རིག་བྱ་བྱངས་  
 མི་སྤྱབ་པ་དང་། མཁའ་དབྱུགས་གཙང་མར་འབྱོར་རྩལ་ཀྱང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པ་དེ་གྲོང་གུང་ཆེན་པོ་ཞིག་  
 རེད། གྲོང་གསེབ་ཏུ་ང་ཚོའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྤངས་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་ཏེ་ནད་ལ་སྤྱོད་པ་ཡིན། བོད་  
 དུའང་ང་ཚོ་འཇམ་སྤྱིང་འདིའི་སྤང་འཇོ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱིན་པར་མ་ཟད། འཇམ་སྤྱིང་འདི་དང་གཅིག་གྱུར་ཅན་དུ་  
 འགྱུར་ཡོད་ལ། བོད་ནི་མ་གཞི་ནས་ང་ཚོ་ཆང་མས་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྷ་ས་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

... བོད་དུ་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མ་རིག་པ་ཙུ་མེད་བཟོ་སྤྱབ་པར་ཡིད་ཆེས་ཡོད་  
 ཅིང་། མ་རིག་པར་གོ་བ་ལེན་སྤྱབ་པ་དང་རང་ཉིད་རང་གིས་གོ་བ་སྤྱབ་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་བོད་མི་ནི་བོད་མི་  
 རང་དུ་གྱུར་བ་ཡིན་ལ། བོད་མིའི་འཇོ་བའང་དག་ཟེད་དོན་སྤྱིང་ཅན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་རེད། ནང་ཆོས་  
 ནང་ནམ་རྒྱུན་ང་ཚོར་སྤྱོད་སྤྱོད་གནད་བཞིན་པ་ནི། མ་རིག་པ་ནི་སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་ཡིན། རྒྱུ་ལྡན་ལྷ་བྱའི་  
 རིག་ཤེས་དེས་ཀྱང་ང་ཚོའི་འཇོ་བར་མཛེས་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། མཛེས་སྤྱོད་དེ་བོད་མི་  
 ཆོས་མཐོང་སྤྱབ་པ་དང་། སྤྱོད་པོའང་གྱུར་ཡོད་པ་རེད། ངས་བཤད་ན། བོད་ནི་མཛེས་སྤྱོད་གི་རྒྱལ་  
 ཁམས་ཤིག་སྟེ། དོན་དངོས་སུ་འདྲ་དེ་འདྲ་རང་རེད། ང་རང་ཉིད་ལ་མཆོན་ན། ཆེས་མཛེས་སྤྱོད་ལྡན་པ་ནི་  
 མང་ཆོག་གསལ་གྱིས་དད་པ་བཏྲན་མོས་ཆོས་ཀྱི་འཇོ་བ་རྩལ་བཞིན་པ་དེ་ཡིན། སྤྱོད་བསྐྱེད་འཇིགས་མེད་ནོར་  
 བྲ། བོད། ལོ་རྒྱུས། ཆོས་ལུགས། མི་དམངས།

དཔེ་དེབ་འདི་འདྲ་ཁོ་ན་དག་ཡིན་པས། ངའི་བསམ་སྒྲིལ་ནང་སྒྲིལ་མེད་པའི་ལས་འགན་གྱི་མོ་ཞིག་དང་  
གསལ་ལ་ཁ་དོད་པོ་ཞིག་ཐེངས་འདི་ལས་ཆགས་སྤྱོད་མེད་ལ། བཅར་ཡང་སྤྱོད་མེད། ཐ་ན་རིགས་རྒྱུད་མི་  
གཅིག་པའི་རྒྱ་མི་སྟེན་དག་པ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ཉིན་འགའི་རིང་བོད་བསྟོད་ཀྱི་ཡུལ་བསྐྱར་གྲུབ་རྗེས།  
བསྐྱུས་བརྗོད་དམ་གཞུགས་ལྡན་གྱི་ཆོག་ལ་ཤས་ཤིག་གིས་པ་གཤམ་གསལ། དེ་བོད་ལ་གོ་དགོས་ལ་  
ཕྱི་ལོ་གསུམ་མཛེན་པའི་གསང་བའི་གསང་མཛེད་ཅིག་ཡོད་ཅིང་། ཆེས་ཆེ་བའི་མཆི་མ་རྟོག་གཅིག་དང་།  
ཆེས་ཆེ་བའི་ཉི་འོད་དམ་ཆེས་གཏིང་ལ་ལྡིར་བའི་ཆོས་ཀྱི་འདོན་དབྱངས་ ... ..

ངས་དེང་ཕྱིན་གྱི་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བའི་ཁ་ཕྱོགས་གཏན་ལ་ཕབ་ཐིན་པ་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་བདེན་དཔང་པ་  
ཞིག་སྟེ། མཐོང་བ་དང་། ཉོགས་པ་དང་། གསང་བརྟོན་ལ། དུང་སྒྲིལ་ཡིད་ལས་འདས་པ་དང་མི་སེམས་  
བསྐྱུལ་བ་དག་བརྒྱད་བསྐྱགས་བྱེད་དགོས། ཡིན་ནམ་དང་། མི་སྐྱེར་གྱི་གསང་བ་ཞེས་བཤད་པ་མིན།  
དཔེར་ན། མི་ཆོ་ཞིག་ལ་ རྒྱ་ན་ཤེས་ཀྱིས་ རྒྱ་བརྗོད་དེས་ རྒྱ་ལ་ཁ་གཏད་བཅག་པའི་ཨེ་རེལ་གྱི་རྩོམ་  
པ་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཨེ་རེལ་གྱི་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། རྒྱ་ཆོས་གནའ་གཏམ་བཤད། དེ་ནི་ང་ཆོ་འོས་  
འགན་དང་པོ་ཡིན། དཔྱད་འགྲེལ་ལ་ཞིབ་ཆ་དེས་པར་དུ་ཐོན་དགོས། དེ་ལས་ལྡོག་ན། ཁོ་ཆོ་གསང་རྒྱ་  
འཐོར་བར་དོགས་པའི་བྱ་དངོས་དག་སྐབས་ལ་ཡིབ་པའམ་ཆབ་བྱེད་དུ་འགྱུར་སྟེ།

དེ་བས། ངས་ཀྱང་གནའ་གཏམ་བཤད་པར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད། ངས་རྒྱན་དུ་མཐོང་བྱུང་བའི་  
སྐད་བརྗོད་ཞིག་དང་། བསྐྱར་དུ་དེས་ཆོག་བཀོད་པའམ་དག་གཙང་། གསར་བཏོད་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་བརྗོད་  
ཞིག་གིས་གནའ་གཏམ་བཤད་རྒྱ་ཡིན། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ རྒྱ་གཞན་པ་ཡོད་ཆོད་ལ་སྐྱབས་ཆོག་པ་དང་།  
དེས་པར་སྐྱབས་དགོས། རྒྱ་གཞན་དག་ནི་སྤྱོད་བ་ཡིན། ཨེ་རེལ་ཨེ་རེལ་གྱི་ཆོག་ འདི་ནི་ངའི་འོས་འགན་  
ཡིན་ལ། ཕྱགས་བསམ་དང་འབད་བརྟོན། ལྡོག་ཏུ་མེད་པ་དང་གཡུགས་ཐབས་བྲལ་བའི་འོས་འགན་  
ཡང་ཡིན།

ཡིན་ནའང་། ང་རང་ནི་ཇི་འདྲའི་དོ་གཞི་དང་ས་པ་ཞིག་ཟེད། ཡང་གཅིག་བཤད་ན། ང་རང་འདི་ལྟ་རེ་  
གཞི་དང་ས་ནས་འཆོ་དགོས་ཀྱང་སྲིད།

ཨ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོའི་ལོ་གསར། ང་ལ་ཉིན་འདིར་མ་གཏོགས་འདི་འདྲའི་གསལ་བོ་གསལ་ལ་རྒྱང་ཞིག་  
ཆགས་མ་ཐོང་། འོན་ཀྱང་། འཁོར་བའི་ནང་དའི་གནས་སྐབས་ནི་ཉམ་ང་བ་ཞིག་སྟེ། ཁག་རྒྱུད་འདྲིས་  
པའི་བུ་མོ་ཞིག་ གཞན་ཡུལ་དུ་ལོ་མང་འབྲམས་པའི་ནམ་ཤེས་ལྡོམ་པོ་ཞིག་ མ་སྐད་ཀྱི་སྒོ་མོ་རི་བོས་  
བཅད་པ་ལྟར་རྒྱར་བའི་དབང་པོ་སྒྲོན་ཅན་ཞིག་ སྒྱུ་རྩལ་གྱི་རང་བཞིན་དམའ་རིམ་པའི་འཆོ་བའི་ནང་ལྟུང་  
བའི་མྱ་ས་མ་ཞིག་ དགོན་པའི་སྒྲུབ་ཞིག་ཏུ་བཀྱམ་ཚིག་ཏུ་བསྐྱད་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལས་དང་པོ་བ་ཞིག་  
ནམ་ཡང་འཁོར་བའི་བས་མཐའ་ན་བསྐྱར་བ་རྒྱག་གིན་ཡོད་པས། ཆོས་དད་པ་ནང་བཞིན་ལུས་འབྲལ་  
སྟོག་འབྲལ་ཐུབ་པའི་ཁེར་རྒྱུ་བ་ཞིག་ ... ..

ཡིན་ནའང་། ངས་ད་དུང་སྤྱི་མཐུན་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་ཀྱི་ཡོད། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་དུས་མཚུགས་  
འབྱུར་འགོས་སྐྱོ་མང་གི་ཁྲོད་དུ་རྒྱ་བའི་སྤྱ་ཅུབ། ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷག་བསམ་དང་ལས་འཕྲོ་བཀོལ་ནས་  
གསོལ་བ་འདེབས་སྟིང་། བཀའ་འཁྲོལ་གནང་རྟོགས། གནའ་གཏམ་དག་ཆ་ཆར་དོན་འགྲིག་ཅིག་མ་  
ཡིན་ནའང་། བསམ་སྒྲོག་གཉིས་འགལ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་སེམས་པའི་གྲོང་། ཏན་ཏིག་དང་སྐད་གདངས་  
དམའ་མོས་དལ་གྱིས་འཕོ་འོངས། ... ..

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ལོའི་ལོ་གསར་ཉིན་ལྷོ་ས་ནས་བྲིས།

# ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ལོའི་སྐུ་རླབ།

ཉིན་གསུམ་གྱི་རྒྱུ་ལྡན་སྤྱོད་ལོ་གསར་བ་རེད།

ཁོ་མོའི་སེམས་ཁོང་དུ་རྒྱུན་ལྡན་མ་ཡིན་པའི་ཚོར་བ་གང་ཡང་མི་འདུག།

འོན་ཀྱང་། ཁོ་མོར་ཡོད་འདོད་པ་ནི་མི་རྒྱལ་ལ་ཡོད་ཅིང་། ཁོ་མོར་ཅིའི་ཕྱིར་མ་རེག་པ་ཡིན་ནམ། ཁོ་མོས་འདོད་པ་ནི་མི་གཞན་དག་ལ་ཡོད་འདོད་པའི་ཚོར་བ་དེ་ཡིན་ནམ། མི་རྒྱལ་གྱིས་ཕན་ཚུན་ལ་སྤོང་ལོ་གསར་བ་ཇི་ལྟར་རོལ་སྤྱོད་ཡོད་དམ་ཞེས་ཚགས་ཤོག་དང་། བརྟན་འཕྲིན་དང་ཁ་པར་། ད་དུང་ཕན་ཚུན་འཕྲད་སྐབས་བཅས་བརྒྱུད་ནས་འདྲི་བཅད་བྱེད་ཀྱིན་འདུག། ལས་ཁུངས་ནང་དུ་ནམ་རྒྱུན་བཅར་གྱི་མེད། ལས་ཁུངས་ནང་བཅར་སྐབས་མིག་ཟུང་མེ་ཏྲོག་པདྨ་ལྟར་མཛེས་པའི་བྱ་མོ་དེར་འཕྲད་བྱུང་པས། ཁོ་མོའི་ལག་པའི་ནང་ཀ་རམངར་བས་སྤར་མོ་གང་སྤྲད་པ་ཡིན། ཁོ་མོ་ཅུང་ཁ་སྐྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ར་རང་གིས་ཆང་ས་བརྒྱབ་སོང་ཞེས་བཤད་བྱུང་། ང་ཚོའི་འགྲམ་དུ་མི་ཞིག་གིས་བཤད་དོན། འདི་ནི་འད་སྤོང་ལོ་གསར་བའི་མན་འཇ་ཞིག་ ཁོ་མོས་བཤད་སྐབས་དེ་ཐེངས་དང་ཕོར་ཐོས་པ་རེད། ཁོ་མོས་རྒྱུ་དུ་ཚགས་པར་གྲོག་གི་མེད་པ་དང་། བརྟན་འཕྲིན་ལ་འང་བལྟ་གི་མེད། དེས་གནས་ཁོ་མོ་ནི་ཁྲོན་པའི་ནང་གི་སྤལ་བ་རང་རེད།

ཇི་འདྲའི་ཁ་དྲོ་བའི་འཁོད་སྐབས་ཤིག་རེད་ཨང་། ཡིད་འགྲུལ་ཐེངས་ཤིག་ཐེབས་རྗེས། ཁོ་མོས་ཁ་ནང་དུ་ཀ་ར་དོག་གཅིག་འཛུབ་ཞོར་བཤད་རྒྱུར། ངས་ཁྱོད་རང་ལ་ཤིས་ཚིག་སྤོང་ལས་བརྒལ་བ་ཞིག་འབྲུལ་རེས། ད་དུང་བག་མ་གསར་བའི་གཡང་སྐལ་ཞིག་ཀྱང་སྤྲད་ཚོག།

སྤོང་ལོ་གསར་བ་སྐབས་རྗེས་དེར་རབས་ཅན་བཞི་མདོན་འགྱུར་བྱེད་སྐབས་སྤར་སུ་ཞིག་གིས་བཤད་



མྱོང་ངམ།

སྐབས་དེར་ཁོ་མོ་ལོ་ག་ཚད་ཅིག་ཡིན་ནམ།

ཁོ་མོས་མཚུབ་གྲུ་བཀལ་གས་ཏེ་ཕྱིས་ཤིག་བརྒྱབ་རྗེས། སེམས་སྐྱོ་བའི་ལམ་ནས་ཐུགས་བསམ་ཆེན་པོ་  
དེ་ལེགས་འབྲུབ་བྱུང་དུས། ང་རང་གས་ཟེན་འདུག

གཙུག་ལག་ཁང་ནས་ཕྱི་ལ་ཐོན་དུས་བྱ་མོ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་དང་མཚུངས་པའི་བཙུན་པ་བསྟན་འཛིན་གྱིས་  
ཁྱོད་རང་འདིར་ཡུན་རིང་པོར་སྤྲོས་མ་སོང་ཞེས་བཤད་བྱུང་།

སྐྱོ་བའི་ནང་རྒྱང་ཐག་ཉ་ཅང་རིང་བའི་འབྲོག་ཁུལ་ནས་ཡོང་བའི་བྱ་མོ་རྒྱང་རྒྱང་འགའ་ཡོད་ཅིང་། གངས་  
ཀ་གཞལ་དཀར་བའི་ལན་བུའི་འདབས་སུ་གཡུ་རྩོད་མོ་མང་པོ་བསྟར་ཡོད་པས། ལྗེ་ཐང་དུ་མེ་ཏྲིག་  
བཞད་ནས་ཡོད་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་སུ་སྒྲུབ་བར་མ་ཟད། ཁོ་མོ་ཚོའི་དགོད་འཚུམ་ཁྱོད་འཚོ་བའི་  
དཀར་སྒྲུག་རྒྱང་ཟད་ཅེ་མཛོན་ཡོང་ནའང་། མ་གཞི་ནས་མཚར་སྒྲུག་ལྡན་པ་ཞིག་རེད།

ཁོ་མོར་ཁོང་ཚོ་ལ་སྟོང་ལོ་གསར་བ་ཇི་ལྟར་བསུ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་འདྲི་བསམ་འཁོར། གཟན་ཤམ་དམར་པོ་  
གྱོན་པའི་གྲ་བ་རྒྱང་རྒྱང་ཚོས་ཀྱང་ཉ་གོ་བྱུང་གི་མི་འདུག རྒྱ་མིའི་དུས་ཆེན་རེད་དམ། མགོ་བོ་གཡུག་  
གཡུག་བྱས། ཕྱི་སྤྱིང་བའི་དུས་ཆེན་ཡིན་ནམ། བཤད་ཁག་པོ་འདུག འོ་ན། ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་དགོན་  
པའི་སྐོ་ཕྱེའམ། ཅིའི་ཕྱིར་སྐོ་ཕྱེ་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། སྟོང་ལོ་གསར་བ་ཡིན་པའི་རྒྱུན་རེད། སྟོང་ལོ་གསར་  
བར་དགོན་པའི་སྐོ་ཕྱེ་དགོས་པ་རེད་དམ། མི་བཤད། ད་གཡུག་ཞོག

ངས་ཉ་གོ་སོང་། བསྟན་འཛིན་ལ་མ་བདེ་བའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཐོན་བཞིན་ཡོད་པས། ཁྱོད་དགོན་པའི་ནང་

ཉལ་དུ་འགྲོ་བསམ་གྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲིས།

ཁོས་བཤད་ན། ན་ནིང་བོད་ལྗེ་ ༡༢ཆེས་ ༣༠ཉིན་གྱི་མཚན་མོར་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འདོན་ཆོག་གྱུར་  
ནས་ནམ་སྐྱེལ་བསམ་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་ཁ་ཤས་མ་བསྐྱུར་བའི་མཚམས་དེར་ཇོ་བོའི་ཞབས་འོག་དུ་གཉིད་  
ལ་ཤོར་སོང་།

ཉིན་གཞོན་ལ་ཕྱི་ལོགས་སུ་མ་སོང་བ་ཡིན་ནམ།ཉིན་གཉིས། ཉིན་གསུམ། ཡང་ན། ཉིན་བཞི་ཡིན་ནམ།

ཨ་མས་མགོ་བོ་འཕྲེད་དུ་གཡུག་ཞོར་གསུང་དོན། བྱི་རང་ཕྱི་ལོགས་སུ་སོང་ནའང་འདྲ། མ་སོང་ནའང་  
འདྲ་སེམས་ཁལ་གྱི་གཞི་ཞིག་རེད།

སེམས་ཁལ་ག་རེ་ཡོད་དམ། ཕྱི་ལོགས་སུ་ཐོན་ཤིང་སྐྱོད་རིང་ལ་འགྲོ་བའི་རྒྱུན་ནམ། བས་མཐའི་གྲོང་  
གསེབ་དེད་ག་ན་ཁ་པར་ཡང་མི་འདུག འོན་ཀྱང་། རྒྱུན་ངན་གང་ལའང་མ་འཕྲད་པར་ཕྱིར་ལོགས་ཡོང་བ་  
མིན་ནམ།

དེང་སྐབས་བྱི་རང་དེད་ཆོང་གི་ཚ་ལུ་མ་རེད། ཚ་ལུ་མ་གཉིས་པ་རེད་ཅེས་བཤད་ཆོར་མ་ཐག་ཨ་མ་  
བགད་བྱུང་། ཁོ་མོ་སྐོར་བ་ནས་ཕྱིར་ལོགས་མ་ཐག་ཡིན་པས་ལུས་རྩལ་བའི་ལྷ་བ་སྡོན་པོ་ཞིག་གྱོན་  
བཞིན་པས། ལྷོད་ཤ་མངོན་ཡོང་བར་མ་ཟད། ན་སོའང་གཞོན་གཞོན་ཞིག་དུ་མཐོང་ཡོང་གིན་འདུག

ཚ་ལུ་མ་ནི་སྐོ་བྱིའི་མིང་དུ་བཏགས་ཡོད་མོད། སྐོ་བྱི་དེ་མིང་ནང་བཞིན་གྱི་སྦྱང་ཇོ་བོ་ཞིག་མེད། བསམ་  
ཤེས་རྒྱ་མེད་པའི་ཁར། སྐབས་སྐབས་ཁ་མི་གྲགས་པར་དལ་ཅག་གིར་འདུག་པ་དང་། མཚམས་  
མཚམས་ཐོལ་གྱིས་མཚོངས་ནས་མི་གཞན་གྱི་ཀང་པར་སོ་རྒྱག་གིན་འདུག་པས། དུས་རྒྱུན་བཏགས་

ནས་བཞག་ཡོད།

ཁོ་མོས་སློབ་བྱ་དུ་མཐུན་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱིད་སྤྱུག་སྒྲ་མང་ལས་ཡོང་བའི་བྱ་དཔེ་འདིར་ང་རང་ཇི་འདྲ་ཞིག་  
མཁོ་ཅང་། འདི་ལྟར་ཁོ་མོ་བོར་དོགས་ཀྱི་ཐེ་ཚོམ་དུ་རྒྱུད་ཡོད་པ་ཤེས་འཕྲལ་མགོ་བོ་ཤར་རྒྱག་དུ་ཅུ་  
མའི་ཕྱག་སྟོང་དུ་འཛོག་དགོས་བྱུང་སོང་།

ལས་ཁུངས་ནས་ཕྱིར་ལོག་མ་ཐག་པའི་གཙུང་བོས་མཐོང་འཕྲལ་བཤད་རྒྱུར། བུ་མོ་ཤར་པ་ཞིག་གིས་  
ད་དུང་རྒྱུང་མདོག་སྟོན་གྱི་ཡོད་དམ།

གཙུང་བོས་ཅུ་མར་སེམས་ཁུལ་སློང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁོ་བོ་ཆང་ས་བསྐྱོན་མ་ཐག་ཡིན། གཉེན་སྟོན་  
སྐབས། མགོན་པོ་མང་ཆེ་ཤོས་ཅུ་མའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་ཉེ་དང་གྲོགས་པོ་དག་ཡིན་པས། མི་རྣམས་  
ཀྱིས་ཁོ་མོའི་བྱ་སྤྱུག་ཚོའི་ཁྲོད་དུ་འང་མི་གཞན་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱག་གུ་ཡ་རབས་འཛོལ་སྐྱེལ་ཤེས་  
མཁན་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་ཡོད་པས་ཀྱང་ཡིན།

ཕྱི་ལོགས་སུ་འགོ་དགོས་བྱུང་ཆོ། ཁོ་མོས་ནམ་རྒྱུན་ཁ་མེ་ལོང་རྒྱུང་བ་ཞིག་ལ་གཏད་ནས་གདོང་པར་  
སྐག་ཚོས་བྱུག་གིན་ཡོད་ཅིང་། ཇི་མ་དང་མཚུངས་སྐག་ཚོས་བྱུག་རྒྱུར་དེ་བས་ཀྱང་དགའ། ཡ་མཚར་བ་  
ཞིག་ནི། ཁོ་མོའི་མིག་ཟུང་སྒར་པ་ཤར་དང་འདྲ་བོ་ཡོད་ཀྱང་། དེང་སྐབས་ཅུ་མ་དང་འདྲ་བོ་ཆགས་  
འདུག་སྐབས་ལ་ལར་མིག་སྐྱིབས་ལ་གཉེར་རིས་འགའ་ཤས་ཐོན་ཡོང་གི་འདུག་ གཉེར་རིས་མཐའ་  
དག་མིག་ཁར་འདུས་པ་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས། ཁོ་མོར་སེམས་འཚུབ་ནི་ཉ་ཅང་ལྷོ། སྤང་མོའི་མིག་ཟུང་  
རང་བྱུང་ནས་ཆེ་བ་དང་ཡིད་དུ་འོངས་པས། ང་རང་གི་མིག་གི་འགྱུར་ལྡོག་ལ་ཡ་ལན་མི་སློད་པའི་ཁར།  
ཉིན། བྱིས་ནས་ཐོན་ཡོང་བ་མིན་ནམ་ཞེས་བཤད་ཀྱིན་པས། ཁོ་མོས་དེང་སྐབས་མ་བྱིས་ཀྱང་འདི་འདྲ་  
ཞིག་ཆགས་སོང་བ་མིན་ནམ། སྤང་མོས་བསྐྱར་དུ་བྱིས་བྱིས་ནས་གཟུགས་དབྱིབས་ཀྱང་འགྱུར་འདུག་

ཡང་གཅིག་བཤད་ན། ཐག་རིང་མི་མཐོང་བའི་མིག་གི་བ་ཀྱང་ཡོད་པ་མིན་ནམ་ཞེས་བཤད་བྱུང་།

སྒྲིའི་ཕྱི་ལོགས་སུ་འགྲོ་སྐབས། རྒྱ་ལུང་འདོགས་དགོས་པ་དང་། སོར་གདུབ་དང་སྒྲིའི་གཉིས་ཁ་  
འབྲལ་གྱི་མེད། ཚང་མ་དངུལ་ཡིན་ལ་དངུལ་གྱི་འོད་མདངས་དང་རྒྱ་སྐྱུ་གཉིས་ཁོ་མོའི་ནམ་རྒྱུ་གྱི་  
དག་འཕྱོགས་ཀྱང་ཡིན། མཚན་མོའི་མཁའ་ལམ་དུ་རྒྱ་བའི་སྐར་འོད་དང་འབྲལ། འཚོ་བའི་གྲོང་གི་བུད་  
མེད་སེམས་བཟང་ཚོའི་མཆིམར་ཡང་མཚུངས། མི་ཚོ་ནང་འཕྲད་དཀའ་ཞིང་སྐད་ཅིག་མའི་གྲོང་མཛེས་  
སྤྱག་གིས་བཞུད་པའི་ལས་དབང་ནང་བཞིན་ཞིག་ཡིན། ཁོ་མོས་ག་དུས་ཀྱང་བརྗེད་མི་སྲིད་པ་ནི། ལྷ་རོང་  
ལོ་དེར་ཕྱིར་རང་ཡུལ་ལ་ལོགས་སྐབས། ཁོ་མོ་གཉིས་ལ་སྒྲིའི་གཉན་ཚུང་བའི་བར་བསྐྱར་དུ་འཆམ་  
འཆམ་བྱེད་གྱིན་པ་དང་། སྒྲིའི་བུར་དུ་རུས་པའི་གཟུགས་སུ་ཡོད་པའི་དངུལ་གྱི་སོར་གདུབ་དེའི་མདུན་  
ནས་འགྲོ་མཚམས་བཞག་སྐབས་དེར། ཁོ་མོ་ཚོས་མཛེས་སྤྱག་ལ་ལྷ་སྤངས་ནི་ཡ་མཚར་དང་ཅུད་  
བསྟོད་གྱི་ཕྱོགས་ཡིན། ཁོ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་དངུལ་གྱི་སོར་གདུབ་འབྲལ་གཉིས་སོ་སོའི་མཛུབ་མགོར་  
དཀྲིས་སོང་། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ལག་གཏང་སྒྲེལ་ནས་འགྲོ་སྐབས། ནང་སེམས་ཀྱི་མཐུན་བསྐྱེབས་ཀྱིས་  
བྲལ་ཁའི་སྒྲིའི་གདུང་སེལ་བར་བྱས། རྗེས་སོར། ཁོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུ་ཆ་ཉུང་དུ་ནས་ཉུང་དུ་སོང་ཡོད་ལ།  
ཐེངས་ཤིག་ལྷ་རོང་གིས་སྒྲིའི་སྐར་ལ་བཏང་ཡོང་བ་ནི་རིམ་ཅན་གྱི་དངུལ་གྱི་སོར་གདུབ་ཅིག་རེད།

མདངས་ཅུབ། ལྷ་རོང་གིས་ཁ་པར་ལས་བཤད་རྒྱུར། དེང་སྐབས་ཁོ་མོས་གདོང་པར་སྐག་ཚོས་མི་བྱུག་  
པར་མ་ཟད། རྒྱུ་ཆ་གཅིག་ཀྱང་འདོགས་གྱི་མེད།

འོན་ཀྱང་། ཁོ་མོས་འདི་དག་འཛོག་ཐུབ་གྱི་མེད། ཁོ་མོས་འདད་བརྒྱབ་ན། ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་མཛེས་  
སྤྱག་ལྷན་པ་འདི་དག་འཛོག་ཐུབ་གྱི་མེད་ལ། མི་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲིའི་བོའི་བོ་བ་ཡོད་བསམ་ཡང་ཆོག

མི་འགྲུངས་པའི་སྒྲིའི། ཁོ་མོ་བུད་མེད་གཞན་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་བར་སྐྱར་ནང་བསྐྱོད་སྐབས། ཚོང་ཁང་

ཅུང་བ་ཞིག་ཏུ་སྐར་མའི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་དངུལ་གྱི་རྩ་ལུང་ཞིག་མཐོང་བྱུང་། ཅུང་ཆེ་བ་དང་རྩ་བ་གཉིས་  
ཀར་བཏགས་ནས་འགྲུལ་ཕྱོག་རྒྱག་སྐབས་གནའ་རབས་ཀྱི་བྲོ་བ་ཞིག་གི་བྱད་གཟུགས་ངང་གིས་  
འཁོར་འོངས། ཁོ་མོས་ཚོད་ལྟ་བུར་གྱིན་པའི་སྐབས་སུ་གྲོགས་མོས་འདྲི་རྒྱུར། ཁྱོད་ཀྱི་དེང་སྐབས་ཀྱི་རྩ་  
ལུང་འདི་བཏགས་ནས་དུས་ཡུན་ག་ཚོད་འགོར་ཡོད་དམ། ཁོ་མོ་ཅུང་ཟད་ཐེ་ཚཱ་དང་བཅས་བཤད་དོན།  
ཉ་ལམ་ལོ་གཅིག་འགོར་ཡོད་སྟེ། གྲོགས་མོ་ཉང་སངས་ནས་བཤད་དོན། འདས་པའི་དུས་ཡུན་ནང་  
ཁྱོད་ཀྱིས་ཉིན་ཤས་ནང་རེ་རེ་བཞེས་རྒྱག་གྱིན་པ་མིན་ནམ། ལྟོས་དང་ཁྱོད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ལྟ་སྟངས་ལ་  
འགྱུར་བ་ག་ཚོད་ཕྱིན་འདུག་སྐད་ཆ་དེར་ཁོ་མོ་འང་ཉང་སངས་དགོས་བྱུང་། རེད་ཡ། ང་འདི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་  
ཇི་ལྟར་གྱུར་བ་རེད་དམ། ཁོ་མོས་རང་ཉིད་ལ་ལེ་བདའ་ལྟོག་ཏུ་བྱེད་ཞོར། དེ་མ་ཐག་རྩ་ལུང་གསུམ་ཉིས་  
སྟངས་།

རྗེས་ཕྱོགས། ཁོ་མོས་བསྐྱར་འདང་ཞིག་རྒྱག་སྐབས། འདི་ལྟར་བསྐད་ན་མི་ཡག་རྒྱ་ག་རེ་ཡོད་དམ།  
མང་ན་སྦྱིད་ལུག་པའི་བཟོ་ལྷ་ཅཱ་རེད། སྦྱིད་ལུག་དེ་ནི་ཁོ་མོས་སྒོར་འབབ་པའི་སྦྱིད་ལུག་ཅིག་ཀྱང་ཡིན།

ཁོ་མོས་སྦྱིད་ལུག་དེ་སེམས་ཀྱིས་ཐེག་གི་ཡོད་ཅིང་། འདི་ལྟར་ཁང་མིག་ནང་མཚུལ་ནས་ནང་སེམས་སྒྲེ་  
བོར་བཀུར་བཞིན་རང་ཉིད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་བའི་སྦྱིད་ལུག་ཅིག་ཡིན་པས། མིང་དང་ཁེ་མན་གྱི་སྲུག་རྗེས་མ་  
ཚོད་པར་བྲེལ་བྲེལ་འཚབ་འཚབ་བྱེད་གྱིན་པ་ལས་དོན་སྦྱིང་ལུན་པ་ཞིག་ཏུ་འདོད།

ཐ་ན་ཁོ་མོ་འདས་ཟིན་པའི་ལོ་སྟེན་ནང་ཕྱི་མོར་གཡོང་དགས་པས། དུས་ཚོད་ག་ཚོད་ཅིག་འཕྲོ་བརྒྱག་  
ལ་བཏང་ཡོད་དམ།

དེང་སྐབས། ཁོ་མོས་རང་ཉིད་ལ་གང་ཞིག་མཁོ་བ་ཤེས་ཀྱི་མེད་ཀྱང་སྟོན་མོད། འོན་ཀྱང་། ཁོ་མོས་  
གསལ་ཆ་དོད་པོའི་ལམ་ནས་ཤེས་བྱབ་པ་ནི་རང་ཉིད་ལ་མི་མཁོ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡིན། འདི་ལྟ་བུའི་སྦྱིད་  
ལུག་ནི་དོན་དངོས་སུ་ཉ་ཅང་གི་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་དེང་སྐབས་དགུན་གཞུང་ཡིན་པས།

དགུན་ཁ་ནི་སྒྲི་དངོས་མཐའ་དག་ངལ་གསོར་ཕྱོགས་པའི་དུས་སྐབས་ཀྱང་མིན་ནམ། ཁོ་མོའི་སེམས་  
སུ་རང་ཉིད་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་དུས་ཚོགས་དང་མཐུན་བསྐྱབས་བྱུང་པའི་སློབ་ཆགས་ཤིག་ཏུ་མཐོང་  
བྱུང་། གཤེས་འཇམ་དང་སྤྱིང་འཇགས། འབྲུན་ཚོད་མི་བྱེད་པའི་སློབ་ཆགས་ཤིག་ཡིན་པར་སྒྲིན།

ད་དུང་དུས་རྒྱུན་ རྒྱ་ཁྱོད་ཡོམ་འཁོར་བ་ རྒྱ་བྱའི་གྲོང་སེམ་ནས་སྡོད་འོས། རྒྱ་ཁྱོད་ཡོམ་འཁོར་བ་  
ེལ་ཞེས་པའི་མིང་ཚིག་འདིས་མ་གཞི་ནས་ཁོ་མོར་རང་ཉིད་རང་ལ་མི་དབང་བར་བཟོས་ཟིན།

ཁུང་ཉི་ལའི་དཔེ་དེབ་ནང་ རྒྱ་ཁྱོད་ཡོམ་འཁོར་བ་ ལ་འབྲེལ་བཤད་བསྒྲིན་པ་ནི། རྒྱ་ཚོར་བ་དྲག་པོ་  
ཞིག་གི་གྲོང་ནས་རང་དབང་མེད་པར་འབྲེལ་སོང་ན་སྒྲིམ་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་ རྒྱ་ཡི་ཐང་ཆད་པའི་བཟེ་  
ལ་ཞིག་སྟེ། མི་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡི་ཐང་ཆད་པ་ཚོར་རྒྱུས། ཁོས་གཉ་འཆག་ནས་ཡི་ཐང་ཆད་པའི་  
གྲོང་འཚོ་སྡོད་བྱེད་པ་དང་། ཐ་ན་རེ་བ་མི་མང་གི་དཀྱིལ་ནས་ཐང་ལ་འབྲེལ་ཞིང་། སུ་མཐུན་ནས་གཤམ་  
ལ་ལྷུང་བཞིན་པ་ཞིག་ཡིན། ེ

ཁོ་མོར་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ཅིང་ཁ་གསལ་བྱུག་དགོས་པ་ནི་སར་འབྲེལ་བའི་ལུས་ཕུང་རྩལ་དུ་འབྲེས་རྒྱ་དེ་  
ཡིན། བྱ་དངོས་གཞན་ཞིག་སྟེ། རྣམ་ཤེས་ལུས་ཕུང་གི་བཅའ་དབང་འོག་ཐར་ནས་འཕུར་བསྒྲིད་བྱེད་  
སྐབས། དེ་ནི་དངོས་ཡོད་ལས་བརྒལ་བའི་མཛེས་སྤྱད་གི་ཡུལ་གྱུ་ཞིག་ཏུ་འཕུར་སྒྲིད་བྱེད་སྲིད་པར་  
ངས།

རྒྱ་ཁྱོད་ཡོམ་འཁོར་བའི་སྐབས་སམ། བྱ་དངོས་གཞན་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ རྒྱ་ཁྱོད་ཡོམ་འཁོར་བའི་  
སྐབས་ཏེ། དཔེར་ན། སྒྲན་ངག་སྤྱིང་བ། ས་ཁ། དཔེ་དཔེ་དང་རོལ་དབྱངས། ཡང་ན། ཉིན་གུང་། མཚན་  
མོ། འདས་པ་དང་སྤིལ་མ། ལྷ་ཅོ། རས་ཆང་། བདུག་སྒྲིས། རྒྱ་ནག་ལྷོ་རྒྱུད་དང་རྒྱ་གར། དེ་ལས་ཀྱང་  
དམར་མདོག་གི་བོད་ཡུལ་ཨ། ང་ལ་གཅིག་ལས་གཉིས་མེད་ཀྱི་བཙེ་བའི་བོད་ཡུལ་ཨང་།



བརྟན་འཕྱིན་ལས་བོད་ཀྱི་སློག་བརྟན་ཞིག་སྟོན་བཞིན་པ་དང་། འདི་ནི་ཁོ་མོ་ཆེས་དག་འབའི་ལྷ་དཔོན་  
ཞིག་ཀྱང་རེད། གཙུང་བོས་འགྲུལ་ཁང་དུ་སྐད་འགོ་མཐོན་པོས་ཁོ་མོ་བོས་ཡོད་ན་འང་། རྒྱ་ཉན་འཕྲུལ་  
ཆས་ལས་རོལ་དབྱངས་ཚར་གཅིག་མ་རྫོགས་པར་ཐོས་མ་སོང་།

བོད་ཀྱི་ནམ་མཁའ། བོད་ཀྱི་སྤྱིན་དཀར། བོད་ཀྱི་རི་བོ། བོད་ཀྱི་རྒྱ་བོ། ད་དུང་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་མཁའ་  
ཉིད། དུས་རབས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བརྒྱུད་པའི་བོད་ཀྱི་དགོན་པ། བོད་ལས་འཕྲོས་པའི་འོད་ཀྱི་ཟེགས་མ་རེ།  
བོད་ལས་མངོན་པའི་དོག་དོང་རེ། བོད་ལས་མཆེད་པའི་དམར་མདོག་གི་གཟན་ཤམ་རེ་རེ་ ...

ཁོ་མོས་ནམ་རྒྱུན་བརྟན་ནས་རྫོགས་རྒྱ་མེད་པ་དང་། ཡིད་འགྲུལ་ལ་གྲངས་ཀ་མེད་པས། ནང་མི་ཚད་  
མས་ཁྱོད་རང་བོད་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་དག་ན། ཕྱི་ལ་སོང་དང་ཇི་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་འདུག  
བརྟན་འཕྱིན་ལས་མང་བ་དང་དངོས་ཡོད་ཀྱང་རེད། ཡིན་ན་འང་། ཁོ་མོར་བརྟན་འཕྱིན་དང་། རོལ་  
དབྱངས་དང་། དཔེ་དེབ་ལས་མངོན་པའི་བོད་ཀྱིས་ཡིད་འགྲུལ་གཏིང་ཟབ་མོ་ཐེབས་ཀྱིན་པར་མ་ཟད།  
ཐ་ན་མཆིམའང་ཐོན་ཀྱི་ཡོད།

ཐེངས་ཤིག་བཙུན་པ་ཞིག་གིས་ཁོ་མོར་བརྟན་ཐག་ཅིག་སྤྲད་ཆུང་ཞིང་། དེ་ནི་དབྱིན་ཇི་ནས་སྐད་གྲགས་  
ཅན་ཀྱི་དོན་བརྗོད་བརྟན་པའ་མཐུན་གཉེར་ཁང་ཞིག་གིས་པའ་བསྐྱུན་བྱས་པ་རེད། ཏུ་ཅང་མཛེས་སྤྱད་  
གི་པར་དོས་ཤིག་དང་། ལྷན་འཛེབས་ཀྱི་རོལ་དབྱངས་ཤིག་གསེན་ཉམས་དོད་པའི་དོན་ཚན་རེ་རེར་སློབ་  
སྟོན་མེད་པའི་ཁར། གཏིང་ཟབ་པའི་བསམ་སློབ་དང་ཆ་དྲག་པའི་སྐད་ཆ་མེད་ན་འང་། སྤྱིར་བཏང་གི་དོན་  
བརྗོད་པའ་བསྐྱུན་ཁོད་ནས་སྒྲིབ་དུང་གི་བོ་བ་ཞིག་མཆེད་འོངས།

ཁོ་བོ་གདམ་དགོད་ཀྱིན་འདུག དགོད་སྒྲིབ་འོང་ཁོ་བོས་རང་དང་ན་མཉམ་ཡིན་པའི་སྒྲ་མ་དེབ་ལ་ཡུལ་  
ཀྱི་འགོག་སྒྲིམ་ཆེ་བའི་ལུང་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲེལ་མ་བྱས་ཤིང་། ས་ཆ་དེ་ནི་ལོ་ངོ་སྤུམ་ཅུ་འི་རིང་འགོག་སྒྲིམ་

བྱས་པའི་སྤྱི་མཐུན་ལྟེན་པ་དེ་དང་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གཞན་དག་གཅིག་མཚུངས་ཏེ། བོད་  
 སྐད་བཤད་པ། བོད་ལྷ་གྲོན་པ་དང་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་སོགས་ལས་མངོན་ཡོད། ཡིན་ནའང་། དེ་  
 སྐབས་ཉམས་སྐྱོད་ཀྱི་ཕྱིན་འདུག་མོད། བོད་ཀྱི་ཉམས་སྐྱོད་དང་གཅིག་མཚུངས་མ་ཡིན་པ་དང་། གནས་  
 དེར་སློང་དེའི་ཉིམ་ཤར་མཆོམས་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོ་བོའི་ཆོས་ཏུ་ཐེབས་པ་རེད། ཁོ་བོའི་རེ་བ་ནི་ནང་བསྟན་གྱི་  
 འོད་སྦྲེད་གནས་དེར་ཡང་བསྐྱར་གསོ་འདོད་ཀྱིན་པ་རང་ཡིན་ཞིང་། དེ་མཚུངས་སུ་ཁོ་བོས་སྤྱི་བྱ་འགའ་  
 ཡང་སྤྱོད་པ་དང་མཉམ་ཏུ་བཏང་སོང་། ཁོ་བོའི་བསམ་སློབ་ནང་འཁོར་བཞིན་པ་ནི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་བྱ་རིག་  
 གནས་སྤྱོད་གཉེར་བྱེད་སའི་སྤྱོད་གྲུ་ནང་སྤྱོད་འབྲས་སྤངས་མཐར་བརྒྱད་འཛིན་པ་ཡོད་ཅིང་། ཅ་ཆེ་  
 བའི་རིག་གནས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་དག་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་བརྒྱད་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་དེ་རེད།  
 ཐོག་མར་གནམ་གུ་དང་། དེ་ནས་རྒྱངས་འཁོར་ནས་འགོ་བརྒྱུམས་ཏེ་དེར་རབས་དཔལ་ཡོན་གྱི་མཚོན་  
 རྟགས་སུ་གྱུར་བ་སོགས་མི་མཐོང་སར་ཡིབ་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱིན་པ་དང་། སྤྱོད་ཀྱི་མའི་དོ་  
 གཤོད་ཏུ་ཉི་འོད་ཐོག་ནས་དམར་པོ་ནས་ནག་པོ་དང་། ཉ་ལམ་མངའ་རིས་ཀྱི་རི་མ་ཤོད་ཀྱི་ལུང་ཀྲོག་  
 ཁག་བརྒྱད་བཞིན་པར་མཚུངས་པའི་ཁར། ཉ་ཐོག་ནས་སྤྱོད་ཀྱི་རིག་འཛིན་པ་དང་། མཐུག་མཐར་  
 སྤྱི་མཐུན་ལྟེན་པ་བསྐྱེད་སོང་། མཁར་རྒྱུད་ནང་བཞིན་གྱི་ཕོ་བྲང་རྒྱུད་པ་དེ་དང་། ཉམས་ཆག་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 དང་རྒྱལ་མོ། ཞིག་རལ་དུ་གྱུར་བའི་དགོན་པ་ཁག་ དབུལ་ཞིང་སྤྱོད་ཉམས་མ་དོར་བའི་མང་ཚོགས།  
 མཚན་མོ་མེ་ཕུང་གི་མཐའ་ལ་རུབ་ནས་ རྩ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལ་ཉན་བཞིན་པའི་རྒན་གཞོན་པོ་  
 མོ། སྤྱོད་ཀྱི་རིག་པ་དེས་སྤྱོད་ཀྱི་གསུང་གིས་མི་ཤ་བའི་གནའ་གཏམ་རི་མོར་འགོད་ཀྱིན་པ། ཉ་འཁྲིད་  
 མཁན་བྱ་ཤིས་ཀྱི་ཕྱི་ལུས་སུ་མངོན་པའི་ར་བཟི་བའི་ཉམས་འགྱུར། བདམ་ཐོན་བྱུང་བའི་བྱིས་པ་  
 གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་ཉམས། བྱིས་པའི་ལུས་མའི་མིག་མཐའ་རུ་ཉིལ་བའི་མཆིམ། ཁོ་བོའི་སྐད་གདངས་སྤྱི་  
 ཐུང་གི་མཁར་དབྱིངས་སུ་བྲག་སྐད་ལྟར་སྤྱོད་བཞིན་མཆིས།

ཡང་བསྐྱར་ཁོ་བོ་མཐོང་བྱུང་། སྤྱོད་བཞིན་གདམས་བཞད་ཀྱིན་འདུག་ ཁོང་ནི་སྤྱི་མཐུན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡང་  
 སྤྱི་མཐུན་ཏེ། བོད་མི་བྱིངས་ཀྱི་བསམ་སློབ་ཀྱི་ཁ་བཤམ། རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་རེད། ཁོང་གིས་བྱིས་པ་གཉིས་ཀྱི་

མགོ་བོར་བྱིལ་བྱིལ་གཏོང་བཞིན་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་མིང་དང་ལོ་ན་དྲིས། མཚུག་མཐར་ཉིན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ་  
གྱིས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སྐྱ་བཞར་སོང་། དེ་ནས་བྱིས་པ་གཉིས་ཀྱིས་རང་རང་གི་པ་ཀུན་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེལ་མའི་  
མིག་མདངས་འོག་བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་བྱིས་པ་བསྐྱོད་སའི་སློབ་གྲུང་ཆས་སོང་། ... ..

འདྲི་བཞུག་ཐག་དེའི་ནང་དོན་རེད། ཉིན་རྒྱུན་འཆོ་བའི་ཁོད་ཀྱི་སྐྱ་ཙུལ་མ་ཡིན་པའི་ཟེན་བྲིས་རང་བཞིན་  
གྱི་བཞུག་ཐག་ཅིག་དང་མཚུངས། ཡིན་ནའང་། མི་སེམས་སྐྱལ་བྱལ་པ་ནི་དེའི་ནང་གི་ཆོན་པ་གཅིག་  
རེད།

སྤྲུལ་ཀུན་པ་དེ་ཉེ་ཐོག་ནས་རི་ཕྱོད་འཛུགས་ཀྱིས་རྒྱུང་གཟིགས་གནང་། དེ་ནི་བོད་དམ། ཁོ་བོ་ན་གཞོན་གྱི་  
སྐབས་སྤྱ་ཁ་བྲལ་བའི་པ་ཡུལ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ཡུལ་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བའི་བཅུན་པ་འགས་  
བསིལ་རྒྱུ་ཁོད་དར་ལྗོངས་སྤྱོད་གིན་པ་དང་། རམ་མཁའ་མཐོ་ཞིང་སྤྱིན་དཀར་འཕྱོ་བ་དང་། སྤྱོད་དོས་  
མཐའ་དག་དལ་ཅག་གེར་གནས་ཡོད་ཀྱང་། སྤྲུལ་ཀུན་པ་དེ་རི་ཕྱོད་འབྲངས་ནས་པ་ཡུལ་ལ་རྒྱུང་ལྷ་  
གནང་བཞིན་པ་དང་། ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་འགོར་མེས། ཁོ་བོས་དངན་པ་དང་བཅས་གསུང་དོན། ང་ཆོའི་པ་  
ཡུལ་ལ་ཇི་འདྲའི་མཛེས་སྤྱད་ལྷན་ལུང་ཞེས་མིག་མཐའ་མཆི་མས་ཁེངས་པར་མ་ཟད། མིག་རྒྱ་འགོག་  
ཐབས་མེད་པར་བྱིལ་འདྲིལ་བྱུང་། མཐར་བཟོད་བསྐྱེད་པ་ལྷན་པར་བྱས་པ་འདྲིལ་ཤོར་སོང་།

སྐར་ཆ་གཅིག་རིང་གི་བཞུག་ཐག་ལས་སྤྲུལ་ཀུན་པ་དེའི་ཐུག་ཟུང་བྱས་པ་བསྐྱེད་པས་ནས་འདར་ཡོམ་  
རྒྱག་གིན་པ་དང་། བྱས་པ་ལྷན་པར་བཟོད་པ་ལྷན་པར་བྱིལ་ཐོན་བཞིན་ཡོད་ལ། ལྷག་རྒྱལ་གྱི་དར་ལྗོངས་རྒྱུང་  
ཁོད་དུ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་གཡོ་བཞིན་པ་དང་། བཅུན་པ་གཞོན་སྐྱེས་ཆོའི་དོག་དོང་ལ་ངར་ཤུགས་དང་བཟོད་  
བསྐྱེད་མཛོན་བཞིན་མཆིས། རྒྱུང་རིང་། བོད་ཀྱི་རི་རྒྱུལ། གྲགས་འགྲུལ་ཅི་ཡང་མི་འདུག ... ..

དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཁོ་མོ་ནམ་རྒྱུན་སོང་ན་འདོད།

ཁོ་མོ་གནས་དེར་སོང་ན་འདོད། ཁོང་གི་མདུན་དུ་བཅར་ན་འདོད། ཁོ་མོ་དང་ཤ་ཁྲག་གཅིག་པའི་མི་  
ཚོགས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་སོང་ན་སྟམ། ཡིན་ནའང་། ཁོ་མོ་ཙམ། ད་དུང་འགོ་ཐུབ་མ་སོང་།

༼ལམ་ནང་དུ། མཆོད་ཡུལ་གྱི་ལག་པའི་རི་མོར་རྫོག་བྱ་ཅུང་ཞིང་། ལས་སྐལ་གྱི་ཐོད་པའི་རི་མོ་ཇི་ལྟར་  
བསྐྱེལ་ལམ། ཁྱད་པར་བའི་སྐད་ཆར་ངོ་གཞོངས་མེད་ལ། ཇི་ལྟར་འབག་བཅོག་གིས་སྐྱག་པའི་ཁ་ནས་  
ཐོན་ནམ། ངས་ནམ་རྒྱུན་འཆར་ལོངས་བྱུང་རྒྱུ་མེད་པའི་མེ་ཏྲག་ཅིག་རུམ་བཞིན་འདབ་ལོ་མ་རྟིད་པའི་  
ཡར་ཕྱོན་སྟེག་གིན་མིག་ཟུང་མཆིམས་ཁེངས་ཏེ་ཕྱོགས་བཞིར་འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། གཟན་ཤམ་  
དམར་པོ་ཅན་གྱི་ཀླན་པོ་དེའི་སྐད་དུ་རིན་ཆེན་གྱི་ཐེང་བ་ཞིག་དང་། དགོད་འཛུམ་རྩོན་མོ་ཞིག་སྐྱེ་འཆིའི་  
འཁོར་རྒྱུན་གྲོང་དམ་དུ་འབྱུང། ... ..༽

དེ་ལོའི་ཉིན་དང་པོ་ནི་ཁྱད་པར་བའི་ཉིམ་ཞིག་སྟེ། ཁོ་མོ་སྤྲོ་མོ་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཐང་ཆེན་དུ་  
བསྐྱེབས་པ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཐང་ཆེན་རྒྱུན་ལྡན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྐྱོར་བ་རྒྱག་མཁན་ཆོས་སྐྱོར་  
བ་རྒྱག་གིན་པ་དང་། བསང་གཏོང་མཁན་གྱིས་བསང་གཏོང་བཞིན་པ་དང་། རྒྱུང་བསྐྱགས་ཤིག་ཡོད་  
པར་སྐད་འགོ་མཐོང་བས་པས། ༼རིག་གསར་༽གྱི་དུས་སྐབས་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས།

གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྐོ་མདུན་དུ་བརྒྱུངས་ཕྱག་འཆོལ་བཞིན་པའི་མང་ཚོགས་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་ནའང་།  
མདུན་སྐོ་གཏན་འདུག་པ་དང་ལྟག་སྐོ་འང་གཏན་འདུག་

ཁོ་མོར་ནང་དུ་འགོ་སྟམ་འཁོར་ཞིང་། སྐོ་མོ་བྲག་ཏུ་རྩུང་། རོ་ཤེས་པའི་བཙུན་པ་འགའི་མིང་ནས་ཐོས་  
ནའང་སྐོ་ཕྱེ་མཁན་བྱུང་མ་སོང་། མཐའ་འཁོར་གྱི་མི་ཚོས་མིག་ཟུང་གིས་ལྟ་བཞིན་པ་དང་། སྐབས་  
འདིར་རྒྱ་སྐད་བཤད་ན་མི་རྣམས་ལ་སྤང་སེམས་སྤོང་སྤྲིད་པ་ཞིག་རེད། སྤང་སེམས་སྤོང་མཁན་དེའང་

ཁོ་མོ་མ་ཡིན་པར་ཁོ་མོའི་འགྲམ་གྱི་བྱིས་པ་ནང་བཞིན་འཕྱོར་ལུ་གྱོན་པའི་རྒྱ་མིའི་བུ་མོ་དེ་རེད།

བར་སྐོར་ལ་བསྐོར་བ་གསུམ་བརྒྱབ་ཅིང་། བསྐོར་བ་ཐེངས་གཉིས་པ་རྒྱག་སྐབས། ཚོར་བ་མ་འདྲ་བ་  
ཞིག་འཁོར་འོངས་ཀྱི་འདུག ༡་ལམ་ཕྱེད་ཀ་གསང་ལས་པ་དང་ཕྱེད་ཀ་མཇལ་བ་ཡིན་མོད། དོན་རྒྱུན་ཅི་  
ཡང་བྱུང་མ་སོང་ལ། རྒྱན་ལྡན་མ་ཡིན་པ་གང་ཡང་མཐོང་མ་བྱུང་།

མཚན་མོ་རྒྱང་བསྐྱགས་ལ་ཉན་སྐབས། ཁོང་གི་གསུང་དབྱངས་ཐོས་བྱུང་ལ། དབྱིན་སྐད་ནང་གསུང་  
བཞིན་འདུག སྐད་གདངས་རྒྱན་ལྡན་དུ་ཐོས་ཡོང་ནའང་། མི་སེམས་ལ་སྤྱག་བསུ་ལ་སྤྱད་ཡོང་བ་ནི།  
གལ་སྲིད་བོད་མི་དམངས་ལ་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱུན་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ང་རང་ཕྱིར་མ་ལོག་ཀྱང་ཚོགས་ ང་རང་རི་  
དུགས་ནང་བཞིན་ཇ་མཐའ་འགྲིམས་ནས་སྐོམ་ལ་གཞོལ་ཞིང་། འཛིག་རྟེན་ཕྱི་མར་བསམ་གཞིགས་  
གཏོང་ཚོགས།

ཁོང་རྒྱས་སོང་། ལོ་ངོ་བཞི་བཅུ་འི་ཆར་རྒྱུང་ཁོད་རྒྱས་སོང་། ལོ་ན་ ༢༥ཅན་གྱི་ན་གཞོན་ཞིག་བཅན་བྱོལ་  
གྱིས་ལོ་ན་ ༤༥ཅན་གྱི་རྒན་པོ་ཞིག་ཏུ་བྱུར་སོང་། ཁོ་མོས་དེ་ལྟར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ཞོར། ཁོང་གི་སྐྱ་ཚེ་  
བརྟན་པ་དང་མཇལ་འཛོམས་བྱུང་བའི་ཉིན་མོ་དེའི་སྐད་དུ་རང་དབང་མེད་པར་གསོལ་འདེབས་བྱས།

ཨ་རག་གིས་བཟི་བའི་གཙུང་བོས་བཤད་ན། ཁོའི་མཐའ་འཁོར་གྱི་བོད་མི་མང་པོས་ཉིན་མོ་འདི་བརྗེད་  
ཟིན་ཞིང་། ཁོ་ཚོས་ཆང་ཁང་དུ་ཨ་རག་འཁྱུང་བ་དང་། གཞས་གཏོང་བ། དེ་རིང་ཅི་ཞིག་ཡིན་པར་ཁོ་ཚོ་  
དང་འབྲེལ་བ་མེད་ཟེར།

མདང་དགོང་ཁོ་མོས་བོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོའི་ཀ་བ་སྐྱོབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་མིལ་མ་དུ་མིས་བྱུང་། ཁོང་གིས་ཁོ་  
མོའི་མགོ་བོར་ཚོས་དཔེ་སྣ་རིང་ཞིག་བཞག་ནའང་། ཅི་ཞིག་བསྐྱོབ་ཞིན་པ་ཁོ་མོས་བརྗེད་སོང་། ཁོང་ནི་

ཁོ་མོ་སངས་རྒྱུ་གི་ལམ་ཁར་གཞི་ལ་བའི་ཡི་དམ། ཆོས་སྐྱོང་དང་རྒྱབས་གནས་ཀྱང་ཡིན།

དགོངས་པ་ཚྲོགས་ཟིན་པའི་རྩིང་མ་བའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས་གསུང་བ་ལྟར་ན། རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་  
ཡུལ་དང་གངས་ལྗོངས་བོད་ཡུལ་དུ་བསམ་ཡིད་ལས་འདས་པའི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་མང་པོ་བྱོན་ཐོང་།  
ཁོང་ཆོའི་ཁྲོད་དུ་དོང་གི་དཀའ་སྤྱད་གི་དུས་རབས་འདིའི་ནང་གི་མང་ཚོགས་ལ་མཚོན་ན། རྒྱབས་ཡུལ་  
ངོ་མ་དེ་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན། ཁོང་ལ་ནང་བསྟན་ལས་བསྟན་པའི་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་དང་ཤེས་རབ་ཡོད་  
པས་ཡིན། མི་སྲུ་ཞིག་གིས་གསོལ་འདེབས་བྱས་ན། ལམ་སང་དབང་ལུང་བསྐྱར་བ་ཁོང་གི་བྱད་ཆོས་  
གཙོ་བོ་ཡིན། ། དེ་དང་གསུང་དོན། རྒྱ་དོང་གི་དཀའ་སྤྱད་གི་དུས་རབས་འདིའི་ནང་མང་ཚོས་རེ་བ་རྒྱག་  
ས་དང་རྒྱབས་འོག་དུ་འགོ་ས་ནི་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ལས་མེད་པས། བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་གསོལ་  
འདེབས་ནི་དུས་རབས་འདི་དང་འཆོམས་ཤོས་ཀྱི་གཟུངས་སྤྲགས་ཡིན། །

ཁོ་མོས་དེར་ཐེ་ཚོམ་གཏན་ནས་བྱེད་ཀྱི་མེད་ཅིང་། ཡིག་འབྲུ་བཅུ་གཉིས་དེ་ཐེངས་དང་པོར་ཐོས་པ་ནས་  
སྒོ་ལ་དམ་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་ཡོད། དེའི་རྗེས་ནས་ཁོ་མོ་འཇིགས་སྤངས་དང་འཕྲད་སྐབས། ཡང་དང་བསྐྱར་  
དུ་གཟུངས་སྤྲགས་དེ་བརྒྱུ་བཞིན་པར་མ་ཟད། ལྷན་པའི་ནང་བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱང་བརྟན་སྐྱོན་བཞིན་པ་  
དང་། ཐེངས་མ་རེ་རེར་སྤྱང་སྒྲོབ་དང་དངོས་གྲུབ་ཀྱང་སྒྲོལ་བཞིན་འདུག།

དབྱར་ཀར། ཁོ་མོ་མོ་ཁར་བསྐྱད་ནས་ཁམས་ཁུལ་གྱི་རྩིང་དགོན་ཞིག་དུ་བསྐྱོད། དེ་ནི་ཀ་ཐོག་དགོན་  
ཡིན་པ་དང་། སྤར་བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཡུན་རིང་བཞུགས་ནས་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་བྱེད་གནས་ཡིན་པར་མ་  
ཟད། རྗེ་རྒྱལ་གཉིས་པར་ཡང་འབོད། རྒྱབས་དེར་ཆར་དུས་ཡིན་ཞིང་། ཆར་བ་ཟམ་ཟིམ་དུ་འབབ་པ་  
ནས་ཆར་ཆེན་བསྐྱེལ་བྱུང་། ཁོ་མོ་དགོན་པར་ཤིང་ཆ་འབྱུང་མཁན་གྱི་མོ་ཁམས་རྒྱུངས་འཁོར་སྐྱང་ལ་  
བསྐྱད་པ་དང་། གཡས་གཡོན་དུ་ཁམས་སྐད་བཤད་མཁན་གྱི་སྐྱེས་པ་མང་པོ་འཆོང་ནས་ཡོད་པ་དང་།  
དེའི་ཁྲོད་བཙུན་པ་ཆུན་པ་ཞིག་གི་རྒྱབ་ངོས་མཐོང་གི་འདུག། ཆར་ཞོད་ཆེད་གཡས་ཁོ་མོའི་ཆར་ལྷ་ལུས་



བོར་འབྱར་ཞིང་ལྷ་མོ་ཐོད་ཁར་ལུག་བྱང་བའི་ཁར། རུས་པའི་གསེང་དུ་འང་ཆུ་རྩལ་འཐིམས་སོང་། སོང་  
 གིན་སོང་གིན་ལམ་ཇེ་གཟར་དང་འགག་འཕྲང་ཇེ་དོག་ཡིན་པས། འགག་འཕྲང་ཞིག་དྲ་རྒྱུངས་འཁོར་ཕྱི་  
 ལ་འདྲེད་འགོ་བརྩམས་པ་དང་། རྒྱུས་པ་ཆོང་མ་ས་ལ་མཆོང་ཆོང་བཞིན་པ་དང་། བརྩན་པ་ཤུན་པ་དེ་དང་  
 ཁོ་མོ་ལས་ལྷག་མི་འདུག ཡིན་ནའང་། ཁོ་མོས་ལུ་མཐུན་ནས་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེར་གསོལ་བ་འདེབས་  
 གྱིན་ཡོད་པ་དང་། ངག་སྒྲོར་འགྲིམས་ནས་ཉ་ལམ་ཆར་བའི་སྒྲུའང་བཀའ་སོང་། ཁོ་མོས་ལ་ལྷིང་མ་  
 ཐོད་ཅིང་། མར་ལ་བལྟས་ན་མགོ་ཡོམ་འཁོར་གྱི་འདུག རྒྱུངས་འཁོར་ཕྱི་ལ་འདྲེད་ནས་ཕུང་བསྐྱད་རྗེས།  
 ཡང་བསྐྱར་འདྲེད་བྱུང་བས་ཁོ་མོ་ལས་བརྩན་པ་ཤུན་པ་དེ་འང་ས་ལ་ལྷིང་ཆར།  
 སྐབས་དེར། ས་ན་ཡོད་པའི་རྒྱུས་པ་ཆོས་ཁོ་མོར་ལག་པ་བསྐྱངས་བྱུང་བས། ཁོ་མོའི་མིག་མདུན་དུ་གུ་  
 རུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུང་བརྒྱན་འཁོར་ཡོང་གི་འདུག་ལ། དེ་ནས་ཁོ་མོས་བསམ་སྒྲོག་ལ་འང་མ་བཏང་བར་  
 ས་ལ་མཆོངས་པ་དང་མི་རྣམས་ཀྱིས་འདུས་སོང་། ཡང་བསྐྱར་སྒྲོ་བྱར་དུ་བསྐྱད་ཐུབ་ཡོད་པའི་རྒྱུངས་  
 འཁོར་ལ་ལྟ་སྐབས། མོ་ཤི་ཕྱི་འཁོར་དང་གཡང་གཟར་གྱི་མཆོམས་ན་ས་ལག་མཐིལ་ཅོམ་ལས་མེད་  
 ཅིང་། ཁོ་མོའི་མིག་མདུན་དུ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲུང་བརྒྱན་ཡུན་རིང་ཡལ་ཐུབ་གྱི་མི་འདུག

རྒྱུ་ཁོང་ཆོས་ངར་དང་སྐུ་མཐོང་ཕྱོད་མེད་ནའང་། ངས་ག་དུས་ཀྱང་ངལ་དད་མཁན་དང་། ཐ་ན་མི་  
 དད་མཁན་རྣམས་ལ་འང་ཡུན་རིང་དུ་བརྟེ་བ་ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་འཛོན་དེས། ། གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གསུངས་  
 པ་རང་ལས་མ་འདས།

ད་ཁོར་ངགི་སྒྲོར་གླེང་དགོས་པ་མིན་འགོ།

ཉིན་དེར། དངོས་གནས་ཡ་མཆོར་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཁོར་ངགི་ཁ་པར་ཨང་གྲངས་ཐེངས་དང་པོར་ཐོས་  
 རྗེས། ཁོ་མོའི་སེམས་ཁོངས་སུ་སྒྲོག་ཞགས་ནང་བཞིན་གྱི་ཆོར་བ་ཞིག་འཁོར་སོང་། ནང་སེམས་ཀྱི་གུ་  
 ག་ཞིག་ལ་འོད་སྒྲུང་གིས་དཀར་གསལ་ལེར་བཏང་བ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་ཁར། དེར་མཐུན་

ནས་ཁོ་མོའི་མཐོང་ལམ་དུ་སོན་པ་ནི་དདུལ་དཀར་ནང་བཞིན་གྱི་མཛེས་སྤྲུག་ལྟ་བུ་ཞིང་། སྤྱིང་བལ་ཇི་  
བཞིན་དུ་འཇམ་ཤ་དོད་ལ། མིག་རྩུ་ལྟར་འོད་མདངས་འཕྲོ་ཅང་། དེ་ནི་ཚོག་བྱིས་གཅིག་གི་ནང་འདུ་  
བའི་ཡི་གེ་དེའི་ཡང་སྤྱུལ་མིན་ནམ།

ཡི་གེ་གཅིག་སྟེ། རྒྱལ་སྟེ། སེམས་ཁོངས་སུ་སྤྲས་ཤིང་། སྐབས་འདིར་གསལ་ཞིང་འོད་སྤྲང་འཕྲོ་  
བོད་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱལ་སྟེ། ཞེས་གྲངས་སྐབས། སེམས་ཁོངས་ནས་ཐོན་ཏེ་ཕྱེ་ཕྱེ་ནས་འགྲིལ་བའི་དབྱངས་རྟ་  
ཀླང་གཅིག་

ཁོ་རང་གི་སྐད་གདངས་ཐེངས་དང་པོར་ཐོས་ཡོང་སྐབས། ཁོ་མོའི་སེམས་ཁོངས་སུ་ཡང་བསྐྱར་སྟོན་ག་  
ཞགས་བཞིན་ཐེངས་ཤིག་འཕྲོ་སོང་།

དེ་ལས་ཀྱང་ཡ་མཚར་བ་ཞིག་ནི། ཁ་པར་མདུན་ཚོག་སྤང་བཞག་ནས་ཅུང་མ་འགོར་བར་མིག་ཞགས་  
དཔེ་ཆའི་སྐད་ལྟར་སྐབས། མིག་ལམ་དུ་མདོན་ཡོང་བའི་ཡིག་ཐེང་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། དངངས་  
འདར་ཐེངས་ཤིག་བསྐྱངས་སོང་།

ཅིའི་ཕྱིར་ཡིག་ཐེང་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཕྱི་ལམ་ནང་བཞིན་དང་ལུང་བསྟན་རང་བཞིན་དུ་མདོན་པའི་  
དཔེ་ཆ་འདིའི་སྟེང་དུ་ཡོད་དོན་ཅི། མ་གཞི་འདི་དག་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གསང་བའི་གྲིང་ཀ་རྒྱ་བཞིན་པའི་  
ཡིག་ཐེང་དག་ཡིན་མོད། སྐབས་འདིར་ཁོ་མོའི་ལས་དབང་ལ་བཞི་ཤད་བཀོད་པ་ནང་བཞིན་མདོན་ཡོད་  
པ་ནི། རྒྱུ་རང་གིས་དུས་ཚོད་ཁ་ཕྱོགས་གང་དུ་སྦྱོད་ཀྱིན་པ་བརྗེད་དུ་འཛོག་སྐབས། བྱོད་ལ་བཅུ་དུང་  
གིས་ཁ་ཕྱོགས་གཏན་འཁེལ་བཟོ་བར་རོགས་བསྐྱོར་རྒྱག་དེས་ཡིན། བཅུ་དུང་ནི་མ་གཞི་དུས་ཚོད་ཀྱི་  
ཐེང་རྒྱན་ཞིག་ཡིན། །

དེན་ཁ་ཁོ་མོས་མཆོད་མར་ཁྱར་ཏེ་དགོན་པར་བསྐྱོད་པ་ཡིན།

ཁོ་མོས་རེ་བསྐྱུལ་བཞིན་རེ་བ་ཡོད་ཆོད་བཅོལ་བའི་མཆོད་མར་གསེར་ཁོང་ནང་སྒྲུགས་རྗེས། མར་མེའི་  
འོད་ཀྱིས་བཙུན་པའི་ཞལ་རས་གསལ་བར་བཏང་བ་དང་། རེ་སྒྲུག་ལ་བསྐྱུས་པའི་སེམས་པ་ཞིག་ཀྱང་  
གསལ་བར་བཟོས་སོང་། དེན་ཁ་ཁོ་མོས་ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་སྒྱར་ནས་ཡུན་རིང་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་  
མཐར་ཐེ་ཚོམ་དང་བཅས་ཏེ་བྱུར་དམར་གྱི་ཕྱོད་བ་བཀོལ་ནས་མོ་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ཡིན།

༧༥། ཁོ་མོས་ཅི་ཞིག་མཐོང་བྱུང་ངམ།

ཕྱོད་རྫོག་གཅིག་མཛེས་སྒྲུག་གིས་མཐའ་འབྲས་སུ་མཆོངས་བྱུང་། དེའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དམར་མདོག་  
གི་ཕྱོད་རྫོག་གཅིག་བཀོལ་ནས་ཆེས་གཏིང་ལ་བྱུག་པའི་ལས་དབང་ལ་བད་རྟགས་གནང་སོང་། ཁོ་མོར་  
ཉ་ལམ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྐད་མགོ་དམར་མོས་ངའི་ཕྱ་གུ་ཁྱོད་ལ་མཁོ་བ་དེ་ང་རང་གིས་སྤྲད་ཆོག་ཅེས་  
པ་ལྟ་བུའི་ཆོར་སྒྲུང་བྱུང་།

འདི་ནི་ནམ་མཁའ་ལས་བབས་པ་ལྟ་བུའི་ཆེས་རིན་ཐང་བུལ་བའི་ལག་སྐྱེས་ཤིག་རེད།

སྟོང་ལོ་གསར་བ་བསྐྱེབ་ལ་ཉི།

སང་ཉིན། གནངས་ཉིན། གཞུས་ཉིན། དེ་ནི་སྟོང་ལོ་གསར་བ་སྟེ། ཏུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་དང་། སྤིད་  
ལོའི་རྩིས་འགོ་གསར་བ་ཞིག་རེད།

ཁོ་མོ་གང་ལའང་མི་འགོ་བར་སྒྲོག་ཁྲད་ཀྱི་མདུན་དུ་བསྐྱུད་དེ། ཁོ་མོ་ཆེས་དགའ་བའི་ཡི་གེ་དང་མཉམ་  
དུ་འདུག་ཅིས་ཡིན།

ཁོ་མོས་གསོལ་བ་འདེབས་ངེས། ཡུན་རིང་པོར་གསོལ་བ་འདེབས་ངེས་ལ། ཁོ་མོ་དགའ་བཞིན་པའི་མི་  
དེའི་སླད་དུ་དང་། ཁོ་མོས་ངོ་མི་ཤེས་པའི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་ངེས། ད་དུང་ཁོ་  
མོའི་སྐུ་ལ་དང་། ཁོ་མོའི་སྐུ་ན་ཟླ། ཁོ་མོའི་རྒྱ་ཚུ་མ་། གཞེབ་ཁོད་ཀྱི་བྱེའུ་ཆུང་། བྱང་ཐང་དུ་དམར་  
གསོད་གཏོང་བཞིན་པའི་གཙོད་རིགས། རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་གསེར་ཉ། རྒྱ་མིན་དང་ཉ་ཕྱིས་ཐ་དག་གི་སླད་  
དུ་གསོལ་བ་འདེབས་ངེས།

སླ་ན་མེད་ཅིང་། ཆེས་གསར་བའི་དུས་ཚོད་དེ་སླེབས་མ་ཐག་དུ་ཁོ་མོས་ཆང་པོར་མཐོ་བྱ་བཏེགས་ནས་  
སྤང་ངོས་དང་བྲན་བཞིན་པའི་མི་དེ་དང་ལྷན་དུ་ནམ་མཁའ་ལ་བཏྲས་ནས་ལག་བྱུང་བརྒྱུངས་ཏེ་བསུ་མ་  
བྱེད་ངེས།

དུས་སྐབས་དེ་ཅུ། ཐུན་མོང་གི་རྒྱ་སྐར་འོག་དུ་ས་ཁམས་བརྒྱལ་ཞིང་ཐ་ན་བྱ་དངོས་ཡོད་ཚད་བརྒྱལ་  
བའི་ཚོར་སྒྲུབས་ཤིག་གཞུགས་མེད་ཀྱི་མཁའ་ལམ་བརྟོལ་ནས་གསང་སྟོབས་ཀྱིས་པན་ཚུན་ཀྱི་སེམས་  
ཁོངས་སུ་རྒྱུ་ལམ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༧ལོའི་ཟླ་ ༡༢ཆོས་ ༢༤ཉིན་གྱི་ཞོགས་པའི་ཚུ་ཚོད་གསུམ་པའི་སྟོང་ལྷ་ས་ནས་ཚོམ་མཐུག་  
བསྐྱུས།

# ཚིག་རྒྱུ་ཉེར་གཅིག་མ།

## ༡ བཤད་པ།

དེད་གི་བར། བོད་ལ་ཁ་གཏད་ནས་ངས་ཅི་ཡང་བཤད་མ་ཤོད། ང་རང་བཤད་མི་མཁས་པ་མིན་མོད། ངས་ཇི་ལྟར་བཤད་དགོས་པ་འདུག་གི་མི་འདུག། བཅུ་སྟོད་ཁ་ཚད་འབྲུག་ཟིན་པས། ཚིག་གྲུབ་ཡོད་ཚད་མགོ་མཐུག་སྟེ་ལ་ཐུབ་ཐབས་མེད་ཅིང་། མདོན་བཟོད་ཆ་ཚད་དེ་རིང་གི་གནས་སྟངས་འོག་མེད་པར་གྱུར་བའམ། རྒྱུ་རིང་དུ་ཡིབ་སོང་། བཅུ་གས་ཡོད་ཚད་ནང་གསུམ་ལས་ལྷག་མེད་པ་དང་། དེ་ནི་ཚིག་འབོད་སྒྲ་དང་སྒྲོང་རྟགས་རེད།

ང་ཚོ་འི་སེམས་ཁོང་དུ་བཅུ་གས་གསུམ་གྱིས་ཁེངས་ནས་ཡོད་ཅིང་། གཞན་པ་གང་ཡང་མི་འདུག། ཐ་ན་ང་ཚོ་འི་ལུས་པོ་འི་སྟངས་དུ་འདྲ་བཅུ་གས་འདི་གསུམ་གྱི་ཤུལ་རྗེས་ཐབ་མོས་ཁེངས་ནས་ཡོད། མཐོང་བྱུང་བམ། མིག་མཐར་ཐེངས་མང་བརྒྱུད་ཚུང་བ་ནི་དེ་བ་དང་འབོད་སྒྲ་ཡིན་ཞིང་། མགིན་སྒྲོང་ཐེངས་མང་བཅར་ཡང་འགོ་གང་དུ་ཚྱུ་པ་འམ། ཞིབ་བཤད་དཀའ་བ། ཡང་རྒྱན་མཐུད་ནས་ཡོད་པའི་སྒྲོང་རྟགས་དག་ཡིན།

བོད་ཡ། ངས་ཁྱོད་རང་ཇི་ལྟར་གླེང་ན་འོས་སམ། ཁྱོད་རང་གིས་ང་ལ་མི་བཤད་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ། ཡིན་ནའང་། ང་འི་སེམས་ཁོངས་སུ། ང་འི་སྒྲ་སྒྲོན། ཅི་འི་ཕྱིར་ཁྱོད་རང་ནམ་རྒྱུ་ཆེས་ཆེ་བའི་དེ་རྟགས་ཤིག་འབོད་སྒྲ་དང་སྒྲོང་རྟགས་འགའ་ཡིན་ནམ།

## ༢ མཐོང་བྱུང་།

དེ་རིང་། བོད་ནི་ལྷོ་གཤམ་འཛིང་གི་དེ་བོས་མི་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་ལྷགས་བྱུང་། དེ་རིང་། ལྷ་འདོད་ཡོད་མཁའ་  
ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ཉལ་མ་མི་རེ་རེ་ཡིས་བོད་མཐོང་བྱུང་། རྒྱུ་རིང་ནས་ཐངས་ཤིག་བལྟས་ན་འདྲ་འདྲ།  
སའི་གོ་ལའི་མཐོ་སར་རྒྱུ་རིང་གི་ལྷོད་ན་འདྲ་ཚོགས་སུ་ཀྱང་རང་སྤྱང་དུ་འཆར་བའི་བོད་དེ་མཐོང་བྱུང་།

མི་རྣམས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དུ་བོད་ནི་དངོས་གནས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ནམ་མཁའ་ན་སྐྱོད་ཀྱིན་པའི་  
དབུགས་སྒྲུང་ཞིག་ཉིན་ལྟར་ལྷ་སྤྱང་དུ་སྤྱར་བཞིན་ཡོད་དམ། ཡང་ན། རྒྱུ་རིང་ལ་ར་བ་ཞིག་ལ་དྲག་  
བསྐྱེད་ཁྱོན་ནས་མེད་དམ།

རི་རྒྱུད་ཚར་དུ་དངར། གངས་རིར་ཁྱུ་མཐའ་བྲལ། གཙང་རྒྱུད་ཀྱི་འབབ། ལྷ་ཐང་རྒྱས་ཤིང་འཁོགས།  
ཡུལ་སྟོལ་སྤྱ་མང་འདུས། དུང་གཞལ་མཐའ་མེད་པའི་བཙུན་པ་དང་བཙུན་མའི་སྤྱ་སྟོན་ན་ཐོན་བཞིན་  
པའི་གནམ་ཡིག་ལྷ་བྱའི་འདོན་དབྱངས། མིག་ཞགས་རེ་རེ་མི་སྤྱང་རང་སྤྱང་དུ་བྱུར་ཡོད། འདི་ནི་དོ་མ་  
བཤད་ན་ཡུལ་སྟོན་སྟོན་འཆམ་པའི་ཐད་ནས་སྤྱིང་གི་ཡོད།

དོན་ལ་རྒྱུ་རིང་གི་མིག་ཞགས་ཀྱིས་ཞིབ་སྤྲིད་དངོས་དོན་ཁག་ཟིན་ཐབས་བྲལ་ཞིང་། དེ་ནི་ཕྱི་མིའི་མིག་  
ཞགས་ཀྱི་འོག་ན་ཡོད་ལ། དངོས་བརྒྱུད་མི་མང་གི་སེམས་ན་ཡོད། སྤྱ་སྤྱ་ནས་དཀྱོགས་ཚར་ཡོད་པ་  
དང་། འཁྱམ་ཡང་ཟིན་ཡོད་པའི་ཁར། མགོ་མཐུག་ལྷོག་བསྟོལ་ཡང་བྱས་ཟིན། ཟིན་མཐའ་བྲལ་བའི་  
མིག་ཞགས་རེ་རེ་ཡི་གཏིང་རིམ་ཡ། བོད་སྤྱ་སྤྱ་ནས་མག་མོག་བཟོས་ཟིན།

རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱང་མཐོང་མི་བྱུང་པའི་སྐབས་སུ། སུ་ཞིག་གིས་ཁྱོད་རང་མཐོང་བྱུང་བམ།

### ༣ དུས་ཆེན།

གནས་འདི་ནི་ཉལ་མ་འཛིང་གི་སྤྱིང་སྤྱིང་དུ་དུས་ཆེན་ཆེས་མང་བའི་ས་ཆ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། བོད་མི་སྤྱ་རབས་  
ནས་ཡོད་པའི་དུས་ཆེན་རང་རིགས་ཀྱི་རྩིས་གཞུང་ལྟར་དུ་ཡིན་མོད། མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་



དུས་ཆེན་ལག་དབང་ཆ་གཅིག་སྟུང་གི་དབང་བསྐྱར་འོག་རྩམ་རྩམ་བཟིང་བཟིང་གི་ཡོང་བྱུང་གི་མེད་ལ།  
ས་འོག་ན་རྒྱ་བཞིན་པའི་རྒྱ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་ཀུན་ནས་འདྲ། དེ་ནི་གཞི་རིམ་མང་ཚོགས་ཀྱི་རོག་དོང་།  
ལྷ་བ་དང་དེག་དྲི། དགོན་པ་ཡོད་ཚད་ཀྱི་སྒོ་འབྲམ་ན་དག་ཏུ་འབབ་བཞིན་འདུག མི་རེ་རེ་འང་ཆོས་  
ལུགས་པ་རེ་ཡིན་ཞིང་། རོག་དོང་རེ་རེས་ཀྱང་དད་པ་མཛོད་ཡོད། ཁོང་ཚོར་མཚོན་ན། དེ་ལས་གཞན་གྱི་  
དུས་ཆེན་ལ་དོན་སྤྲིང་ག་རེ་ཡོད་དམ།

དུས་ཆེན་གཞན་དག་ནི་མི་གཞན་དག་ལ་མཚོན་ན་གལ་ཆེ་ཞིང་། ཡང་གཅིག་བཤད་ན། བྱི་ཡོང་རྒྱ་མིས་  
ཁྱེར་ཡོང་བའི་དུས་ཆེན་ཤ་སྟག་རེད། དུས་རབས་ཀྱི་འབྱུར་འགོས་ཁོད་རྒྱ་བའི་གོང་ཁྱེར་གྱི་བོད་མི་  
ལ་འང་གལ་ཆེན་དུ་གྱུར་ཡོད། ཉེ་རྒྱ་བརྒྱད་པའི་ཆོས་བཙུན་། སྤང་ལམ་ཁེངས་པའི་རྒྱ་ཀོར་ཀོ་རེ་ལ་གོ་  
དགོས། རྒྱ་ར་མཁན་གྱི་མཆན་གྱིས་མཉམ་འཛུམས་མཚོན་གྱི་ཡོད་པ་དང་། ཉེ་རྒྱ་བཞི་བའི་ཆོས་བཙུན་  
ལྷ། བྱིས་པ་དག་དང་དམག་མི་རྣམས་མཉམ་དུ་གསར་བཞེས་པའི་གཤེགས་དཔལ་འོ་དུ་ཁང་དུ་  
བསྐྱོད་ནས་༼ཤི་བ་རྒྱ་བས་ཆེ་ཞིང་། ཉི་ཟླས་གསར་བ་བསྐྱུན་པ་སྤྱས་བཤད་བྱུང་༽ ཅས་པའི་ཁ་གཡང་  
འོག་ལག་པ་བཀྲགས་ནས་དམ་བཅའ་འཛུགས་དང་། མགོ་བོ་སྤྲད་ནས་བྱ་ངན་ཞུ་བ་བཅས་ཀྱི་སྒོ་བ་  
གསེ་གཏོང་བཞིན་ཡོད།

ད་དུང་དུས་ཆེན་གཞན་པ་ཞིག་ཀྱང་བསྐྱེད་སེང་། དེ་ནི་ཡེ་ཤུའི་དུས་སྟོན་རེད། འདྲིས་ཆ་མེད་པའི་ཡེ་  
ཤུའི་ཀླན་པོའི་འཛུམ་དཔལ་ཆོང་ཁང་ཁག་གི་མདུན་ཅོག་སྒྲིང་མཚར་སྤྲུག་གིས་གོད་ཅིང་ནམ་ཡང་  
འབྲམ་རྒྱ་བའི་རྒྱལ་དུ་སྤྲོང་།

## ༥ དུས་མཐའི་ཉིན་མོ།

བོད་མིར་མཚོན་ན། འཛམ་གླིང་གི་དུས་མཐའི་ཉིན་མོ་ནི་དངོས་ཡོད་ནང་མཐོང་བྱུང་བའི་ཉིན་མོ་དེ་མ་ཡིན་  
པར། བྱི་རྒྱལ་དུ་གཏོང་ཡོད་ཆེ་བ། ཆ་སྟོམས་པ། སྤྲིང་རྒྱལ་ཁྱེད་ལྷན་པའི་སྒྲིང་སྤྲུམ་དབང་སྐྱར་

སྐབས་ཀྱི་དུས་རབས་ཕྱད་ཀའི་རིང་རྒྱ་བསྐྱེད་ས་ཤིང་། རྒྱེད་བཞུག་པ་ས་ཡ་གཅིག་། བདག་པོར་  
བཀུར་བའི་དར་ཆའི་འོག་ དོན་དངོས་སུ་ཡུན་བསྐྱེད་ས་ནས་གསོད་ཀྱིན་པའི་དུག་སྒྲན་ཏེ། དལ་གྱིས་ཐོད་  
མིའི་བ་སྤྱི་བྱ་གའི་ནང་བསྐྱེད་ནས་སློ་མཆིན་ནང་སིམ་ཞིང་། ཆང་ཁུས་སྤྱིད་ནས་སྤྱོད་འདང་ཁོད་ཉིན་  
མཆིན་འདས་ཤིང་བརྒྱུད་དེས་བསྐྱེད་བཞིན་ཡོད་མོད། ཡིན་ནའང་། རྒྱུ་རིང་གི་ཡུལ་དུ་ཡོད་པའི་ཁོང་ཆོ་  
དང་བསམ་སློའི་སྤང་ཆེས་བར་ཐག་ཉི་བའི་གཉིས་ཉི་དེས་ཁོང་ཆོའི་དེ་རིང་དང་སྤྱོད་བ་ཕྱི་མའི་སྤྱད་དུ་ལོ་རོ་ག་་  
ཆོད་ཀྱི་རིང་ཇི་ལྟར་དཀའ་སྤྱད་འབད་བཅོན་གནང་ཡང་ཉ་ལམ་ཁོང་ཆོའི་བརྒྱུད་ཟེན་པ་དང་། ཁོང་ཆོ་དང་  
འབྲེལ་བ་མེད་པ་ནང་བཞིན་ལྟ་བཞིན་འདུག། དོན་ལ་དེང་གི་བོད་མི་པལ་མོ་ཆེར་མཆོན་ན། དུས་མཐའི་  
ཉིན་མོ་ནི་དེ་རིང་ཡིན་ཞིང་། ཉིམ་རྟག་པར་ཡང་ཡིན། ཁོང་ཆོའི་དུས་མཐའི་ཉིན་མོའི་ཁོད་འཆོ་སྤྱད་བྱེད་  
ཀྱིན་རང་ངོ་ཤེས་ཀྱི་མེད་ལ། དུས་མཐའི་ཉིན་མོ་ནི་དུས་མཐའི་ཉིན་མོ་རང་ལ་འང་ལྟ་བཞིན་མེད། དེ་ནི་  
ཁོང་ཆོ་དུས་མཐའི་ཉིན་མོའི་ཆ་ཤས་ཤིག་དུ་སྤྱར་ཡོད་པས་ཀྱང་རེད།

རེད་ཡ། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཛོད་སྒྲུ་སྒྲོག་སྐབས། དུས་རྒྱུན་སྒྱུ་བ་ཐོད་བྱེད་ཡུལ་དུ་གྱུར་འགྲོ། ཞིབ་ཏུ་  
 ཉན་ན། གནས་ལུགས་ཆེས་ཤོས་སུ་གྱུར་ཡོད་པ་ནི། ཁྱོད་རང་ཚོས་ང་ཚོ་རྒྱབ་ལ་གྱོན་ཞིང་ཁ་ལ་ཟོས་  
 ན་འདྲ། ད་དུང་དཔོན་མོ་འཛོམ་དོན་ཅི། ཅི་འདྲའི་ཡིད་སེམས་ནག་པོ་ཞིག་ཅང་། ཐ་ན་འཛིགས་སྒྲུང་  
 བསྐྱུལ་ནས་དུས་རབས་ཁྱད་པར་བ་འདིའི་ནང་གོམ་པ་ཐེ་མགྲོགས་སུ་གཏོང་རྒྱུ་སྟེ། དེ་ལས་ལྷོག་ན་  
 ཉེས་ཆད་པོག་ངེས། འདི་ནི་མི་སེར་སྤེལ་ཡུལ་རིགས་ཤིག་གི་བདག་པོའི་སྐད་ཆ་ཡིན་ཞིང་། དཔེར་  
 མཚོན་རང་བཞིན་གྱི་དྲག་སྤྱོད་སྐད་ཆ་འད་ཡིན།

༼ཁྱོད་རང་ཚོ་འི་ང་ཚོ་རྒྱལ་ལ་གྱུན་ཞིང་ཁ་ལ་ཐོས༽ ཟེར་བ་ནི་དོན་ལ་མག་མོག་དུ་གཏོང་བའི་རྩོན་  
གཏམ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་། སྐད་ཆ་འདི་དག་གིས་མང་ཚོགས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་བྱས་པ་དང་། མི་  
སེར་སྤེལ་མཁན་ལ་འང་གནས་ལུགས་མི་ལྡན་པའི་ཆ་མེད་པ་ག་ལ་ཡིན། ཁེ་ཕན་ཤོག་ཁག་ནང་བསྟུ་  
ལེན་བྱས་པའི་མི་རེ་རེར་མཚོན་ན། འཛོ་སྡོད་ནི་གཞན་བརྟེན་ཡིན་པའི་ཁར། གཞན་བཀྱར་ཡང་ཡིན། ཐ་  
ན་ཁེ་ཕན་ཤོག་ཁག་གི་ལུས་སྟངས་གི་སྤྱི་འབྲུ་ཕྱ་མོར་གྱུར་ཡོད། དེ་བས། བདག་པོས་ཉམ་བཤད་རིམ་  
བྱ་ཞིག་གིས་སྐད་ཆ་ཉུང་དུ་རེ་བཤད་པའི་ང་ཚོར་སྤྲིག་དམོད་གཏོང་སྐབས། ཁ་སྐྱེངས་ཤིང་ངོ་གཞོངས་  
པའི་ཉམས་སྒྲུང་ཁྱུང་ནས་ཡིབ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལས་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཀྱས་སམ།

འདི་ལྟར་ལྟ་སྐབས། གལ་སྲིད་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྐད་ཆ་བཤད་འདོད་པ་ནི་དོགས་ཐོན་འཐོར་འདེགས་བྱེད་  
དགོས་པའི་གནས་ཤིག་དུ་འབྱུང་། འདི་ནི་དབང་ཆ་ཐལ་ཚད་གནས་འདིར་བྱི་ལ་མཛོན་པའི་རྟགས་  
མཚན་ཞིག་ཡིན། སྐྱོག་དུ་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱིན་པའི་འདུལ་ཁྲིམས་ཤིག་ཀྱང་རེད། ང་ཚོས་ཡིད་སེམས་  
མི་མཐུན་པའི་ལམ་ནས་ངོས་ལེན་དང་བཅི་སྤྱད་བྱེད་དགོས་ཤིང་། གལ་ཏེ་གོ་མ་གང་ནོར་བ་ཡིན་ན།  
དབང་ཤུགས་ཀྱི་དབྱུག་པས་སྤྱིང་ཆེན་དེའི་མགོ་བོར་བསྟུན་ལ། དེ་འང་གཞན་མགོ་གཞོན་པའི་དཔེར་  
སྟོན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། མི་གཞན་དག་ལ་དཔེར་སྟོན་གྱིས་དབང་ཤུགས་འོག་གི་ར་བའི་ནང་འཚམས་པའི་  
སྐད་ཆ་མ་གཏོགས་བཤད་ཚོག་གི་མེད།

འདི་ནི་མི་སེར་སྤེལ་མཁན་གྱི་དབང་ཤུགས་ཁོ་ན་ཡིན། དེས་དབང་ཤེད་བཙོང་ནས་མི་སེར་སྤེལ་ཡུལ་  
མང་ཚོགས་ཀྱིས་ངག་བཅད་ལ་འདུག་དགོས་པ་རང་ཡིན། གལ་ཏེ་སྐད་ཆ་བཤད་འདོད་ན། གཞན་རྗེས་  
བསྟུན་ནས་བཤད་པ་དགོས་པས། ཞལ་པོར་གྱིས་བཤད་པ་བཞིན་བཙོན་རྒྱལ་རིང་ལུགས་བདག་པོའི་  
སྐད་ཆར་བསྟུན་པའི་ནོ་ཙོ་ལས་གཉིས་སུ་མེད། གོ་མ་གང་མདུན་དུ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན། དབང་ཤུགས་འདིའི་  
དར་ཆ་ཕྱར་མཁན་དང་རྒྱལ་བསྐྱགས་བྱེད་མཁན་དུ་གྱུར་ཡོད་པས། མི་སེར་སྤེལ་མཁན་དག་འཕོ་ཁྱོས་

པོ་གནང་ཡུལ་ཡང་ཡིན་ཞིང་། བསྟོད་བསྐྱབས་དང་གསོལ་རས་ཀྱང་མང་པོ་རེག་ཐུབ། དེ་ལྟར་རྒྱ་ཆོ་  
རྒྱབ་ལ་གྱོན་ཞིང་ཁ་ལ་ཐོས་ཀྱི་ནང་འགྲིག་གི་ཡོད་ཅིང་། བྱིས་བདག་གིས་སྒོ་བྱིར་རུས་རྟོག་སྤྲད་པ་  
བཞིན་ཤ་ཐོས་ཤུལ་གྱི་རུས་བཏོག་ཀྱང་རེག་གི་ཡོད་པ་རེད།

## ༤ རོག་དོང་།

བོད་དུ་ཉ་ལམ་ས་ཆ། ལོ་རྒྱུས། རིག་གནས་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་འདིའི་ཡོད་ཚད་ལ་མི་སེམས་  
འཕྲོག་པའི་བྱིས་སྒོ་རང་བཞིན་དང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཡན་ལག་ལྡན་ཡོད།

སྐབས་ལ་ལར། བྱོད་ཀྱིས་འབྲོག་ཐུག་ཅིག་གི་རོག་དོང་ལས་ཉམས་རྒྱུད་མཐོང་ཐུབ་ལ། བྱི་ལ་  
འབྱིངས་པའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གི་ཞལ་ལས་ཀྱང་བྱིས་སྒོའི་རང་བཞིན་དང་གུ་ཡངས་རང་བཞིན་མཐོང་ཐུབ། མི་  
ཚོགས་ཀྱི་འཚང་ལ་བཅོལ་དུས། བྱོད་ཀྱིས་ཁོང་ཚོའི་གནས་ཡུལ་གྱི་ཁ་དོག་དང་མཁའ་དབུགས་བརྒྱུ་  
སྤྲད་ལ། ཐ་ན་གཞན་ལས་མཐོང་དགོན་པའི་ཆ་རྒྱུད་དང་མཐོང་ཀྱང་བརྒྱུ་སྤྲད། ཡིན་ནའང་། བྱོད་ཀྱི་  
ལྷན་པའི་ནང་དུས་རྒྱུན་ཡལ་དུ་མེད་པ་ནི་ཁོང་ཚོའི་རོག་དོང་སྟེ། དེ་དག་ནི་ཉི་འོད་འཕྲོ་བཞིན་པའི་རོག་དོང་  
རེ་རེ་ཡིན།

གང་ལྟར། རོག་དོང་འདི་དག་ན་རྒྱ་བའི་ཉི་འོད་ཀྱིས་འདང་བྱེད། ལ་ལའི་རོག་དོང་ན་འོད་སྣང་དག་ཏུ་  
བཅོལ་བ་དང་ལ་ལའི་རོག་དོང་གི་འོད་སྣང་ལ་ཤེད་ཤུགས་དེ་ཅི་མ་མེད་ནའང་། ཆ་ཚང་འོད་སྣང་གི་གྲོང་དུ་  
འཚོ་ཞིང་། མཛེས་སྤྲུག་གིས་བསྐྱབས་ཡོད། མཛེས་སྤྲུག་འདི་སྤྲུག་ཁ་ནས་ཡོང་ཐབས་ཟད་པས། སྐད་  
ཅིག་མའི་དུས་ཡུན་ཁོད་དུ་པར་ཆས་ནང་གསལ་ལ་མ་གསལ་བ་རེ་འཕྲུག་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། ལོ་རྒྱུད་ཐུག་  
དུ་མའི་རིང་། མཛེས་པ་འདི་རུས་རྒྱུད་ཅིག་གི་རྒྱུན་རྒྱུད་དང་མཚུངས་པར་ཁོང་ཚོའི་ཤ་ཁག་ཁོད་སེམ་  
ཡོད་ཅིང་། ནང་སེམས་ལས་བྱི་ལ་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་འོད་དུ་རྒྱ་བཞིན་ཡོད། རོག་དོང་འདི་དག་ཨ། བྱི་ལ་  
བསྐྱབས་ཀྱིན་པ་ནི་བོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཡིན།

ཡི་གེ་དང་འདྲ་པར་ལ་བརྟེན་ནས་ཟིན་བྱིས་འགོད་འདོད་མཁན་ཞིག་གསུམ། གསལ་བ་འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་  
བསམ་མཁན་ཞིག་ལ་མཆོན་ན། རོག་དོང་འདི་དག་མཐོང་ཐོངས་རེ་རེ་དང་དངས་འདར་ཐོངས་རེ་རེ་སྤོང་  
སྤྱོད། དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་རོག་དོང་ཁག་གསུམ་སྟེ། བཅུན་པའི་རོག་དོང་། སྐན་པ་ཆོའི་རོག་དོང་། དུའུ་  
བྱིས་པ་ཆོའི་རོག་དོང་། རོག་དོང་བྱུང་པར་བ་འདི་དག་ཁོད་དུ་དུས་རྒྱུན་འོད་སྤྲུང་ལམ་ལམ་དུ་འཕྲོ་བའི་རོ་  
ག་དོང་གཅིག་ཕུ་ནི་བོད་སྐད་བའི་རོག་དོང་ཡིན།

༥ ལྟ་ས།

ཉི་ཟླའི་འཁོར་བསྐྱོད་ཁོད་འགྱུར་བ་འགོ་བཞེན་པའི་རྒྱ་ནག་སྐྱམ་སའི་དེད་གི་རྩོད་ཁག་ཅིག་ འདས་ཟིན་  
པའི་གནས་མཆོག་ཅིག་ མེག་མེད་དུ་སོང་བའི་ལྷ་སྤྱང་རྒྱུ་པོ་ཞིག་ དེད་སྐྱབས་བྱ་འཁྲིག་སྤྱོད་  
གསུམ་རྒྱབས་སུ་བཅོལ་བའི་གྲོང་ཨ་རག་གི་ལུ་བ་ནམ་མཁར་འཐོར་ཞིང་། ས་གཞི་ན་དཔུལ་ལོའི་རྒྱ་  
རྒྱུ་བཅོལ། རྩ་རྒྱུ་ཉག་གཅིག་ཀྱང་འབྱས་པའི་རེ་བ་ད་ལྟ་བྱེད་ནས་མེད། ལྷང་མདོག་ཐ་ཐོར་རེ་འགའ་  
ཡོད་པ་དག་ནི་བྱིས་ཆང་རེ་རེ་ཡིས་ཆེད་དུ་གཉོར་སྐྱོད་འོག་ལྷག་པའི་སྤང་ཐེམ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཁ་ཤས་ཡིན།  
མཐའ་འཁོར་དུ་བསྐྱོར་བསྐྱེལ་ལས་འགྲུལ་ཀྱི་སྤྱབས་པས། དབྱར་དུས་སུ་བཅད་བཞོས་བྱས་ཟིན་  
པའི་རྒྱ་སྤྱང་གའི་ཀྱང་མི་རྣམས་ཀྱིས་གྲུ་རྒྱག་པ་དང་། གདུགས་བཀར་བ། ཅོག་ཅོ་བཤམས་ཏེ་ཤོ་  
རྒྱུ། ཉག་སེ། ལྷ་ཅང་དང་ལྷན་དུ་ཨ་རག་སྤྱོད་གས་བསྐྱེགས་བཤམས་ཀྱིས་གང་འདོད་དུ་རོལ་བཞེན་  
པ་དང་། སྤྱང་གའི་ཕྱི་ལོགས་སུ་སྤྱོད་ཀྱི་དམར་པོས་བརྒྱན་པའི་ཁང་མིག་རྒྱུ་རྒྱུ་རེ་རེའི་ནང་གཏོང་ལ་  
སྐག་ཆོས་མཐུག་པོ་བྱུགས་པའི་རྒྱ་ནག་ནས་ཡོང་བའི་ལུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོས་ས་གནས་རང་དང་ཕྱི་ཡོང་གི་  
མཐོན་པོ་ཆོར་སྤྱོད་ཉམས་ཀྱིས་འཁྲིག་སྤྱོད་ལ་མཐོན་འགྲུགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས། རྒྱ་སྤྱང་གའི་ཕྱི་  
ནང་གཉིས་སུ་ཆོད་འཛིན་མེད་པའི་ངད་དུ་དབྱར་ཁ་ཞིག་འདི་ལྟར་འདས་སོང་། དགུན་རྒྱ་ཁོ་ནའི་གྲོང་། ལྷ་  
ས་ཡ། རྒྱུ་སྤྱང་ནང་བཞེན་གྱི་འདར་ལྷག་ལྷག་གི་དུ་སྤྱང་འི་རྩ་ལམ་ལ་རྟག་དུ་བརྒྱུད་འོངས།

༦ ནང་མ།

གོང་བྱུར་སྤྱི་བོར་ཁོངས་པའི་རོལ་ཅེད་རབ་རྒྱུ་རྒྱུ་འདི་དག་ལ་བོད་རྒྱུ་པའི་པོ་བྱང་རོལ་ཅེད་ཀྱི་མིང་

གིས་བརྒྱན་ཞིང་། ཉ་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་གྲུ་ཟུར་རེ་རེ་ན་ཁར་ཆད་དུ་ལྷག་ཡོད། སྤར་ཁང་འབད་ག་ཆེན་པོ་  
གསུམ་། ཁོ་ནར་དབང་བའི་མྱོང་ལོ་གི་སྒྱུ་ཕུལ་འདི་དག་དེང་སྐབས་ཁྱེད་ལའང་ས་ཞིང་བུན་། གི་  
པང་དུ་ཕྱིར་ལོག་ཡོད་ཅིང་། འདས་བེན་པའི་རུལ་སྤངས་གི་བུན་འཛིན་ལོ་ཅེད་གི་འགོས་དང་བསྐྱུན་  
ནས་སྐྱག་ཆོས་གིས་བརྒྱན་ཡོད། ཡིན་ནའང་། མ་ཁི་ཡིག་རྩལ་འདི་ལྟར་ཕྱོགས་བཞིར་མཆེད་མྱོང་མེད་  
ཅིང་། ཨ་རག་གི་སྒྱུར་བྱི་མཆེད་པའི་མཆུ་ཏྲོ་རེ་རེ་ཡི་འདོད་རྣམས་མཆན་མོའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ལྷིང་  
བཞིན། བ་ཡུལ་བུན་པའི་སྒྱུ་རག་སྒྲན་མོ་དག་འདི་ལྟར་རག་ལས་ཐོན་མྱོང་མེད། ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་  
མཆེད་པའི་སྒྲོག་ཁྱའི་ཁོད་སྒྱུ་བའི་སྒྲོ་དབྱངས་ལ་རྒྱན་སྒྱུད་མེད་ཅིང་། བདེན་ཆོག་ལ་སྤྱིང་བོས་བོར། བུན་  
སེམས་ལ་ཁ་དོག་ཡལ། འདི་ལྟ་བུའི་བདེན་ཆོག་དང་བུན་སེམས་སྐྱོང་བོད་མི་ན་གཞོན་ཆོས་འཁྲིག་  
འཆལ་གི་རྒྱ་སྒྲ་འཆར་བཞིན་དེང་རབས་རང་བཞིན་གི་སྒྲོ་སྒྱུ་ར་དག་འའབོད་སྒྲོག་ གན་པ་ཆོས་  
འཛིག་ཏེན་ལ་སྤྱིག་དམོད་གཏོང་བཞིན་བྱུར་མིག་དང་ལག་པར་དལ་ཐབས་བྲལ། ལྷ་དཀར་བཟོལ་  
བཞིན་པའི་དམ་བེ་མཐོན་ས་མཐོ་བུ་བཙུགས་ཤིང་། དམ་བེ་དག་སྟོང་བ་ནས་སྟོང་བར་བྱུར་བའི་ཉེར་ལེན་  
གིས་མཁའ་དབྱུགས་ལ་སྒྱུར་བྱི་བསྐྱུན་པས་སེམས་ཁམས་ལ་སྤྱིད་ཤ་སྟེར། དུ་བས་བར་སྒྲུང་ཁེངས་  
ཤིང་མི་ཡོད་ཆད་གི་ལུས་སྤང་ནད་དུག་རྣམས་འཇུག་གིན།

ཆེན་ས་ཆེ་རུ་འགོ་བཞིན་པའི་ཐོ་བ་དང་། དམར་མདོག་ནས་དམར་ཤ་མདོན་བཞིན་པའི་མཆུ་ཏྲོ་ཡ། ཁོ་  
མོས་བྱང་ག་བཏོན་ནའང་གནས་སྐབས་ཅམ་དང་སེམས་ཁམས་སྟོང་སིང་སིང་གི་ཕྱིར་མདོན་ཅམ་སྟེ།  
སྐབས་འདིར་བྱང་ག་ཇི་འདྲ་བཏོན་ནའང་། མཆན་མོ་འདིའི་རྗེས་ནས། མི་རིགས་གི་བྱང་ཆོས་ཡོད་  
པའི་ཁྱེད་མ་། འདི་བརྒྱལ་རྗེས་བྱང་ག་དག་ཡོད་མི་སྤྱིད་པ་ཞིག་རེད།

### ༩ བསམ་ཡིད་ལས་འདས་པ།

ལྷ་སར་མཆོན་ན། ལོ་འདི་འདྲའི་མང་རབ་ཅིག་ལ། འདི་འདྲའི་བཙུམས་མི་ཆར་བའི་ཉིན་མཆན་མང་པོ་  
ཞིག་འགོར་སོང་། འཆོ་བ་ནི་རྒྱ་བས་རྒྱན་ལ་མི་འཛིགས་པའི་ལམ་ནས་མདུན་དུ་སྒྲོད་གི་ཡོད་ཅིང་།  
གནས་འདིའི་བོད་མི་དང་རྒྱ་མི། ད་དུང་མི་རིགས་གཞན་པ་དག་བསམ་ཡིད་ལས་འདས་པ་མ་ཡིན་པའི་  
ལམ་ནས་འཆོ་བ་ལོ་བཞིན་མཆིས། བོད་མི་རྣམས་བར་སྐྱོར་ནང་འཆོང་ནས་ཡོད་པ་དང་། བསྐྱོར་ཕྱག་



དང་ཚོང་ལས་ཅག་ཅིག ཡང་ན་གོང་ཚོ་གསར་བ་དག་གི་ནང་དུ་མ་ཅང་གིས་ཉིམ་འབྱོལ་ཐབས་བྱེད་  
 གྱིན་མཆིས། རྒྱ་མི་ལ་རྩོགས་མཐའ་མེད་པའི་ཁར། ཕྱིས་ལ་ཞིབ་པས། ཁང་ལས་དང་བླ་ཁང་གཉིས་བ།  
 གཞང་ཁང་འཛིན་པ། ལྷུ་མ་རྒྱུ་ཚོས་འདོད་མགོན་འགྲུག་པ་དང་། ས་ལས་རྩོད་མཁན་ཚོས་  
 བྱི་ཤ་བྲ་བ། ཐ་ན་རྒྱ་ནག་གི་ཁྲོན་ནས་ཡོང་བའི་འཛིན་འཁོར་གཏོང་མཁན་ཞིག་གིས་བཤད་དོན། རྒྱ་  
 མའི་རོ། ལྷ་ས་ནས་སློར་མོ་མང་པོ་ཞིག་གསོག་སྐབས་རྒྱ་རེད་བསམ་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། དེའུ་གསོག་རྒྱ་  
 བར་ཞོག་ནངས་སྤྱ་ལངས་དང་དགྲུང་འཕྱི་ཉལ་བྱས་ནའང་ཤོག་སློར་རེ་འགའ་ལས་རེག་གི་མི་འདུག།  
 འོན། ག་རེ་བྱས་ནས་བྱིར་ལོག་གི་མེད་དམ་ཞེས་འདྲི་དུས། ཁོ་བོས་སློ་ཐག་བཅོཅ་དུས་ལན་  
 འདེབས་རྒྱུ། རྒྱ་མིན། ངས་སློར་མོ་གསོག་མི་སྐབས་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་མེད། ངས་སློར་མོ་གསོག་  
 ཚར་རྗེས་དག་ཟེད་བྱིར་ལོག་གི་ཡིན། བྱི་རྒྱལ་བ་དང་རྒྱ་ནག་ནང་ལོག་ནས་ཡོང་བའི་ཡུལ་བསྐོར་བ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡ་མཚར་བའི་མིག་ཟུང་ཅེར་བཞིན་སློར་འཆམ་བྱེད་ཀྱིན་པ་དང་། ལ་ལ་ཞིག་ལ་འཛིག་  
 ཉེན་ལ་མི་ཤོང་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཐོན་བཞིན་པ་དང་། ལ་ལ་ཞིག་གིས་བོད་མིའི་ཆ་བྱད་བཅོས་ནས་ཡོད་པ་  
 དང་། དགོང་ཁར་དགོན་པའི་ནང་གསོལ་སློན་གྱི་དབྱངས་ཏྲ་མཆེད་སྐབས། བྱིས་པ་ཁྲིད་ཅིང་ལག་ཟུང་  
 ཐལ་མོ་སྐར་བའི་བྱི་སྤྱིང་བ་ལག་ཅིག་ཀྱང་རྒྱ་བཞིན་པས། སྐྱ་སེར་མིག་ལྡང་གི་བྱིས་པ་འདི་དག་ལྟའི་ཕོ་  
 ཉ་ནང་བཞིན་ཡིད་དུ་འོངས། དེའུ་ལྟ་མོ་དཀར་པོ་གྲོན་པའི་ཁ་ཆེ་རྣམས་ཏེ། སྤང་ལམ་ག་ས་ག་རུ་རིན་  
 གོང་བྱེད་བཅག་གི་ཚོང་རྩིས་སྤྲོ་ཆོགས་ཤིག་ཤིང་ཉའི་སྤང་འདུད་སློར་བྱེད་ཀྱིན་པ་དང་། ཁོས་ཕྱིས་ཁང་དུ་  
 བཤམས་ཀྱིན་པའི་ཚོང་རྩིས་རྒྱན་མ་དང་། བར་སློར་གྱི་ཚོང་ཁང་རྒྱུང་བ་རྣམས་རིམ་བྱིས་ཉར་བཞིན་  
 པའང་ཁོ་ཚོ་ཡིན་པའི་ཁར། གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་ཡོད་པའི་ཁ་ཆེ་ལྷ་ཁང་དུ་གཟའ་པ་སངས་  
 ལ་འདུ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས། སློ་འགྲམ་དུ་ལྷུ་མ་མགོ་ནག་པོས་ཁངས་ནས་ཡོད། ལས་བྱེད་  
 སོགས་ཁ་དོག་མི་འདྲ་བའི་མི་དེ་དག་སྤྱིས་མ་དགོས་པ་ཞིག་རེད།

ཉིམ་ཡོད་ཚད་དམ། མི་ཡོད་ཚད་ཀྱི་ཉིན་རྒྱུན་འཚོ་བ་འདི་ལྟར་རྒྱ་བཞིན་སྤྱིང་འཇགས་ཀྱིས་སྤྱོད་ཀྱིན་  
 པ་དང་། སྤྱིང་འཇགས་ཀྱིས་དུས་རབས་གསར་བ་ཞིག་གི་རྒྱུ་མཐའ་ཀྱི་འགྲམ་དུ་སྤྱོད་པས་ཡོད། རྒྱ་སྤྱི་

ཡོད་ཚད་མཉམ་དུ་རྒྱ་རགས་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་འབྲམ་དུ་འདུསྐབས། རྒྱ་བས་རྒྱན་ཞིག་གིས་རྒྱ་རགས་  
ཀྱི་ཁ་ཤ་བརྟོལ་ནས་བརྟོལ་བྱུང་། མ་རེད། རྒྱ་རགས་ལ་རང་ངོས་ནས་མི་སེམས་སྟོ་བའི་ཁ་ཤ་ཞིག་  
བརྟོལ་བ་རེད།

བསམ་ཡིད་ལས་འདས་པའི་དོན་རྒྱུ་བྱུང་བའི་ཞིང་། དོན་རྒྱུ་དེས་རྒྱ་སྒྲ་ཡོད་ཚད་མཉམ་དུ་སྒྲིལ་ནས་  
ཆས་བྱུང་། དེ་ནི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སྔ་ལྷུ་ཕྱི་ལ་བྱོལ་བའི་མི་སྒྲ་ཞིག་སྟེ། རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་རེད།  
ལོ་ན་ ༡༥ ལས་སོན་མེད་པའི་སྐྱ་མ་རྒྱུང་རྒྱུ་བྱུང་དུ་ཕྱི་ལ་བྱོལ་བས། འདིའི་ཡར་སྔོན་གྱི་ཉིན་རྒྱུན་  
ལ་དོན་སྦྱང་ཤོར་ཞིང་ཁ་དོག་ཡལ།

## ༡༠ གསར་འཕྲིན།

ཉིམ་རེ་རེ། གསར་འཕྲིན་བྱུང་པར་བ་འདི་བྱུང་ལྟོག་དང་སྟོག་འཛིང་ལ་བསྐྱེས་ནས་སྤང་ལམ་ཁེངས་  
སོང་། ཉིམ་རེ་རེ། ང་རང་བྲེལ་འཚུབ་ཀྱིས་སྤང་ལམ་གྱི་གསར་འཕྲིན་མཐའ་དག་འཚོལ་བསྟུ་དང་།  
དངོས་དོན་ཤེས་སྒྲུལ་འཁོལ། ཡོང་ཁུངས་དང་། འགོ་ཕྱོགས། མཐའ་འབྲས་བཅས་ལ་འང་ཤེས་སྒྲུལ་  
གཏོང་ནས་འཁོལ། ཡིན་ནའང་། སྤང་ལམ་ནས་ཐོན་པའི་གསར་འཕྲིན་འདི་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་གིས་  
དངོས་དོན་ལ་སྒྲས་བསྐྱོང་དང་འབྱོག་བཤད། ནག་བསྟུབ་གཏོང་རྒྱུ་ལས་ཅི་ཡང་མི་འདུག འདི་འདྲའི་  
སྤང་ལམ་གྱི་གསར་འཕྲིན་མང་པོ་ཡ། འདིའི་མཐའ་མཚུག་གི་ལྷུས་པ་ངོ་མ་ནི་དངོས་དོན་ཁ་རོག་གེར་  
ཡུན་རིང་དུ་འཛོག་རྒྱུ་དེ་རེད།

ཅི་ཡང་མི་སྒྲ་བའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ཨང་། དེ་ནི་ལོ་ན་ ༡༥ ལས་སོན་མེད་པའི་སྐྱ་མ་རྒྱུང་བ་དེའི་སེམས་པ་  
དང་འདྲ་བར་ནམ་ཡང་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་ཐབས་བྲལ། ད་དུང་གསར་འཕྲིན་མང་པོ་འི་ཁྲོད་ཁོང་གི་རྒྱབ་  
ལྗོངས་རྒྱུ་ནས་རྒྱུ་དུ་བསྐྱོད་ཀྱིན་ཡོད་པས། མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་གི་རྒྱབ་གཟུགས་དམར་མདོག་གི་  
འཛིག་ཉིན་ཞིག་དུ་འཕྲིམ་པ་ལས་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་།

## ༡༡ མོ་ལུང་།

སྒོ་ལ་རྒྱན་མོ་ཕྱིས་ལ་མཁས་པའི་རྒན་པོ་ཞིག་གིས་ལས་དབང་ལ་ཚོད་དཔག་བྱེད་རྒྱ་དང་ལེན་མ་  
གནང་། ཟུ་བ་ཐེངས་མང་འཐེན་མཐར་ཁོང་གིས་སྤེང་བ་སྤངས་ནས་ཕུ་ཐུང་ནང་སྤྲོས་ཏེ་མོ་ལུང་རྒྱག་འགོ་  
བརྩམས་སོང་། སྤྲོས་ཀྱང་ཁོང་གིས་སྤེང་བ་དམར་ནག་དེ་ཇི་ལྟར་སེན་འདེད་བྱེད་ཀྱིན་པ་མི་ཤེས་པའི་  
ཁར། སྤྲོས་ཀྱང་མོ་བརྒྱབ་ཡོད་མེད་ཀྱང་ཤེས་དཀའ་། ཕུང་མ་འགོར་བར་ཁོང་གིས་མིག་གིས་ནམ་  
མཁའ་ལ་ལྟ་བཞིན་ཉ་ཅང་བཟང་ཞེས་བཤད་སོང་། ཡིག་འབྲུག་གསུམ་ཨང་། ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་དཀའ་བ་ནི་  
མི་ཆོ་འདྲིའི་ལས་དབང་ངམ། ཡང་ན། དོན་དག་གི་རིགས། གང་ཞིག་སྟོན་བཞིན་ཡོད་དམ། གང་ལྟར་  
ཉ་ཅང་བཟང་སྟེ། འདྲི་ནི་ཁོང་གི་ལོ་ལྡན་ཐོས་ཟིན་པའི་བཞིན་ཤིང་འོག་སྤྲོས་པའི་དྲིས་ལན་ཡིན་ནམ།

## ༡༢ རོ་ཆོ།

༼ མི་རྣམས་སྤྱི་བ་ནས་རང་དབང་ཡིན། ༽ ༼ མི་རྣམས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོར་རང་དབང་ཡོད། ༽ འདྲི་ནི་  
དུས་རབས་བྱེད་ཀའི་ཡར་སྔོན་ནས་འཛམ་གླིང་ལ་བསྐྱེདས་པའི་འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱགས་གཏམ་  
ནང་གི་མི་སེམས་བསྐྱེད་ཞིང་ཁོ་ས་ཁོ་ནར་གྱུར་བའི་ཆོག་དུམ་གཉིས་ཡིན་པ་དང་། གཉིད་བཤད་  
བརྒྱབ་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས། ལྟག་པར་དུ་དེ་རིང་གི་བོད་ནས་སྤྱི་བཟོད་ཀྱི་དབང་ཆ་  
འདྲི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་ཐོས་ཐུབ་མིན་ཡང་དུང་ཉ་མོ་གི་མེད། ང་ཚོར་འདྲི་ལྟ་བུའི་ཐོབ་ཐང་མེད་ཅིང་།  
བཅན་ཤེད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་རྣ་བར་ཞག་ཏུ་བཅུག་ཡོད་པ་ནི། མི་ཆོག་མི་ཆོག་མི་ཆོག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན།  
ཉིན་འདྲིའི་ཕྱི་དྲོ། ངས་དམག་སྐར་ལྟ་བུའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཉལ་ཁང་ནང་གྲང་དོས་རེ་རེ་དང་། དཔེ་སྐྱམ་  
ཀྱི་ཕྱིག་མ་རེ་རེ་བྱས་ནས་ང་དང་མཉམ་འགྲོགས་ཀྱིས་དུས་ལུན་བསྐྱེད་བའི་དངོས་པོ་དེ་དག་གམ།  
ཐང་ག་ མཚོད་རྒྱུ་དང་། གཞན་ཀྱིས་སྤྲད་པའམ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱོན་པའི་བཅུན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་པར་བཅས་  
བསྐྱེད་བྱས་པ་དང་། ཀུན་ནང་བཞུགས་པའི་ཤུ་ཐུབ་པའི་སྤྱི་འབྲུག་དུ་དེའི་ཐོད་ཅོག་སྔོན་པོ་  
བཅིངས་ཡོད་པ་དང་། བཞིན་ཤིང་སྤྱི་ཉམས་ཐོན་ཡོད་པས། སྤྱི་ཉམས་དེ་ཏྲག་ཏྲག་སྐབས་འདྲིར་མཛོན་  
པ་ཞིག་རེད། འདྲི་དག་ཐམས་ཅད་ང་རང་ལ་མཚོན་ན། དད་འདུན་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡིན་པའི་ཁར། སྤྱི་ཕྱུ་

གྱི་བྱད་ཆོས་ཀྱང་འབྱར་དུ་ཐོན་ཡོད། ཡིན་ནའང་། སྐབས་འདིར་ངས་འདི་དག་ཆ་ཆོད་བསྟུ་རུབ་བྱེད་  
དགོས་ཤིང་། ད་དུང་གཞན་གྱིས་ཤེས་མི་བྱུང་པའི་གནས་ཤིག་ཏུ་སྤྲོས་བསྐྱོད་བྱེད་དགོས་ལ། རྒྱ་མཚན་  
ནི་ཁོང་ཆོས་ལས་བྱེད་ཀྱི་ནང་ཆོད་དུ་ཆོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཅ་ལག་གཏན་ནས་ཉར་མི་ཆོག་  
ཅེས་བཅན་བཀའ་བཏང་བ་རེད།

སང་ཉིན་ཁོང་ཆོས་ཁྱིམ་ཆོད་རེ་རེ་བྱས་ནས་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་རྒྱུ་རེད། ཡིག་འབྲུ་འདི་སྟེ། ཞིབ་བཤེར་  
ངས་ཐང་ཀ་དང་སྐྱུ་པར། སྐྱུ་འབྲུ་སོགས་ཤོག་སྐྱམ་ཞིག་ཏུ་བརྒྱུག་ནས་འཛོག་སྐབས། གཞོན་ལྷགས་  
ཀྱི་རོ་ཆོས་ལུས་སེམས་སྟོང་།

### ༡༣ ལས་ལྷགས།

མི་རེ་རེ་བྱས་ནས་ལས་སུ་ལྷགས་དགོས་ཤིང་། སུ་ལ་འང་གཡོལ་ཐབས་མེད། ལས་ལྷགས་ནི་འཇུགས་  
བསྐྱུན་ཡིན་ལ། ལས་ལྷགས་ནི་གཏོར་བཅོམ་ཡང་ཡིན། ལས་ལྷགས་ནི་སྟོ་སེམས་འཁོལ་བའི་ཕྱི་མོ་  
ཞིག་ཡིན་ལ། སྟོ་སྦྱིད་ཀྱི་འགྲུལ་བསྐྱོད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཡོངས་གྲགས་དང་ཡོངས་གྲགས་མ་  
ཡིན་པའི་དམར་གསོད། འདི་ནི་མིག་གིས་མཐོང་ཐབས་ཟད་པའི་འཐབ་ཕྱོགས་ཤིག་ཡིན། འདོད་དང་མ་  
འདོད་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པར་མཉམ་བསྐྱོད་ཅིག་ཀྱང་རེད།

ཨ་མས་བཤད་ན། དུས་རབས་དེར་བྱོད་རང་བཅས་མ་ཐག་ཡིན་པས། ང་རང་ལས་འགྲུལ་གང་ལ་འང་  
ལྷགས་མེད་པར་ནང་དུ་བྱོད་རང་ལ་ལྟ་སྦྱོང་བྱས་ཡོད། ཡིན་ནའང་། ཁོ་མོ་ཕྱི་ལ་ཐོན་ཐེངས་རེར་སྤངས་ལམ་  
དང་ས་རོས་ཡོངས་སུ་ཆོས་དཔེ་ཡིས་ཁོངས་ཡོད་ཅིང་། གྲུན་ལངས་བྱེད་པར་གནས་ལུགས་ཡོད་  
ེ་ཅེས་པའི་འབོད་ཆོག་གྱུར་མཁན་གྱི་གསར་བརྗེ་བས་ཆོས་དཔེ་དེ་དག་ལ་རྟོག་བརྗེས་གཏོང་གིན་  
ཡོད་པས། ཁོ་མོས་སེམས་ནང་ཅི་འདྲའི་མི་འདོད་ནའང་ཀླང་འོག་ཏུ་མཞན་ནས་མི་འགྲོ་རང་དབང་མེད་  
ལ། ཁ་ཤས་སྐྱུག་ནས་རུམ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོབས་པ་དེ་ལས་ཀྱང་མེད། ... ..

### ༡༤ ཁྱེལ་གཞུང་།

སྒྲིབ་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག      བསྐྱར་བཤད་བརྒྱབ་ན་མི་རྣམས་ཀྱིས་འཕྲ་སྒྲོན་བྱེད་སྲིད་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག  
 ལྷགས་ཀྱི་སྐད་བཀའ་ནས་ཁ་དོག་འབྱར་ཞིང་།      ཤེ་ཟིན་པའི་སྒྲིང་དོག་དོག་ཅིག་རིན་གོང་ལ་དཔག་  
 ནས་བཅོང་སྒྱུ་འཁོལ་ཡོད།      མི་ཁ་ཤས་ལམ་ནང་བསྐྱོད་སྐབས་མཐོང་གི་ཡོད་ནའང་།      ཡ་མཚར་བའི་  
 ཁ་དོག་དང་བྱད་མཚར་བའི་དབྱིབས་གཟུགས་ལ་འདྲན་ཤུགས་ཆེ་བས།      བརྟེ་སེམས་ཡོད་པའི་ལམ་  
 ནས་ཞིབ་བརྗོད་བྱེད་ཀྱིན་པ་དང་།      རྩོགས་གཅིག་ཏུ་འབྲེངས་པའི་བཤན་པས་འོད་ལམ་ལམ་གྱི་རལ་གྱི་  
 མཐོ་ཅུ་བཏགས་ནས་ཡོད་སྐབས།      མི་ཚང་མས་རང་ཉིད་སོ་སོའི་སྒྲིང་བཏོན་ནས་འབྲལ་བཞིན་འདུག  
 ཅུ།      འབྲལ་བཞིན་པའི་སྒྲིང་དང་ལྷགས་ཀྱི་སྐད་གི་སྒྲིང་གཉིས་གཅིག་མཚུངས་སུ་གྲུབ་ཅིང་།      བྱད་པར་  
 གང་ཡང་མི་འདུག

## ༡༥ མི་ཉན།

འདི་ནི་ཆེ་སྟོག་ཅིག་གི་འཆོ་སྤངས་ཡིན།      ཡང་གཅིག་བཤད་ན།      ཁོ་མོའི་ཆེ་སྟོག་གི་འཆོ་ཚུལ་རེད།      ཁོ་  
 མོས་མི་ཉན་པའི་དམ་བཅའ་བཞག་ཡོད་ཅིང་།      དེ་ནི་མི་དགོས།      མི་བསྐྱབ།      མི་ཞུགས་ཞེས་པའི་རེ་བ་  
 ཅོམ་ཡིན།

མི་ཉན།      མི་ཉན་པ་ནི་ཁ་ལ་མི་ཉན་པ་རང་སྟེ།      མང་པོ་ཞིག་གམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་མ་རེད།      དཔེར་ན།  
 བསྐྱོན་འབྱིན།      དོ་རྒོལ།      རྩོག་རྒོལ་སོགས་ནི་ཇ་དྲག་པའི་བྱ་སྒྲོན་ཅིག་ཡིན།      ཆེས་མངན་མ་དགའ་བའི་  
 རྣམ་འབྱུར་ཅོམ་རེད།      མ་དགའ་བའི་སྐད་དུ་ཁ་མ་ཉན་པ་ནི།      ཕྱིར་བཤོལ་ཞིག་གམ་སྐྱས་ཤིག་རང་ཉིད་  
 ཀྱིས་བདེ་འཇགས་སུ་སྒྲོམ་པའི་ཡལ་སྤངས་ཤིག་ཡིན།

ཅུ།      ཁ་ལ་མི་ཉན་པ།      ལུ་ཐུག་ཐབས་ཟད་ཀྱིས་ རྒྱ་གནས་སྔོན་ལ་བསྐྱུ་སྐྱུ་བྱས་པ་རང་ཡིན། །

## ༡༦ སྒྲིང་འཆི།

ངས་རང་ཉིད་སྒྲིང་བ་སྤྱ་མར་ཅི་ཞིག་གིས་སྒྲིང་ཡོད་པ་མི་ཤེས།      ཤེས་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད།      སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་ངའི་ལུས་པོའི་ནང་དུ་རྣམ་ཤེས་རིགས་གཅིག་གམ་སྐྱས་བྱས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་

དམ། སལ་ཆེར་མི་ལ་ལས་ རྒྱུ་དང་བའི་སྐྱེ་བ་སྤངས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། མི་ལ་ལས་ རྒྱུ་ཆོད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་  
 སྤངས་ཀྱི་ཡོད་ལ། མི་ལ་ལས་ རྒྱུ་ལག་རྩལ་ལ་མཁས་པའི་བྱ་དཔེ་ཅིག་གི་སྐྱེ་བ་སྤངས་ཀྱི་ཡོད། འདི  
 དག་ནི་བརྩམས་སྒྲུང་ཞིག་ཏུ་བཀོད་པའི་ཆོག་དུམ་འགའ་ཡིན།  
 དངོས་གནས་ རྒྱུ་གདམ་ག་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་ཉ་ལམ་འདུ་ཤེས་མ་ཡིན་པ་ཞིག་དང་། ཆོར་  
 ཤེས་མ་བརྩམས་པ་ཞིག་གི་ རྒྱུ་གདམ་ག་ཀྱི་ཡིན་ངེས།  
 ང་རང་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་མཐའ་དག་བསྐྱོར་བསྐྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ཞིག་ཏུ་ རྒྱུ་གདམ་ག་ཀྱི་བྱེད་པར་རེ་བ་  
 ཅི་འདྲའི་ཟབ་ཨང་། བོད་ཀྱི་ས་གཞི་ཆེན་པོ་འདིའི་སྤྲོད་དུ་ཆེ་སྟོན་དང་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བརྗེ་སྟོར་གྱི་འགོ་ས་  
 དང་བརྩམས་ནས་སྐྱེ་བྱུང་གྱུར་སྐྱེ་བ་འཁོལ།

## ༡༧ དགའ་རོགས།

ལས་དབང་བྱུང་པར་བ་ཞིག་ཁོ་བོ་དང་ཁོ་མོའི་བར་དུ་གདོང་ཐུག་བརྒྱབ་པ་དང་། ལས་དབང་བྱུང་པར་བ་  
 དེ་ནི་ས་མིང་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་མདུད་པ་ཕོག་སོང་། ས་མིང་དེ། མ་རེད། ས་ཁུལ་དེ་  
 ནི་ས་རྒྱུས་རིག་པའི་སྤྲོད་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ། ས་ཁུལ་འདིའི་མཆོན་དོན་གྱི་ཆ་ནས་མི་ཞིག་ལ་དམ་དུ་  
 སྒྲིལ་ཡོད་ཅིང་། སེམས་ཆོར་མཉམ་བསྐྱེས་ཀྱི་དོན་སྤྲོད་ཡང་དེ་ག་རང་ཡིན།  
 བོད་ཡ་བོད། བྱུང་རང་གཏན་དུ་འཁོལ་བའི་སྒྲིལ་ཐག་ཅིག་དང་མཚུངས་པར་ས་གནས་གཉིས་སུ་ཡོད་  
 པའི་ངོ་མི་ཤེས་པའི་མི་གཉིས་ལྟན་དུ་སྒྲིལ་སོང་། བོད་ཡ་བོད། ས་རྒྱུས་རིག་པའི་སྤྲོད་ནས་བཤད་ན།  
 ཕྱིར་བློ་གྲོང་གི་ས་རྒྱུས་རིག་པ། དག་རྒྱུན་དུ་འཕོས་པའི་གདོང་མའི་ས་རྒྱུས་རིག་པ། ཆོས་ལུགས་  
 གཙོ་བོ་བཟུང་གི་ས་རྒྱུས་རིག་པ། དེང་སྐབས་འདིའི་སྤྲོད་དུ་ཡང་བསྐྱར་བྱེད་རྒྱུ་དང་འབྲལ་བའི་སྐྱུག་ཁ་  
 ཞིག་བབས་སོང་། ངས་བོད་ཅེས་སྒྲིལ་མ་ཐག་བྱེད་འཇམ་དང་སྐྱོ་སྤྲོད་བསྐྱེས་མ་ཞིག་སྤྲོད་ངོར་འཁོར་  
 འོངས། ཁོས་ཆེ་སྟོན་གྱི་གིལ་བའི་དགའ་རོགས་འབྱུར་བ་སྐྱེ་མང་བཤོལ་བའི་འཆོ་བའི་གྲོང་ཁྱིད་ཡོང་  
 སོང་།

## ༡༨ མང་ཆོགས།

ང་འདི་ལྟར་མི་ཆོགས་ལ་ཞེད་སྐྱེད་སྐྱེས་དོན་ཅི། ངས་ཅིའི་ཕྱིར་མི་རྣམས་དང་དལ་དལ་སྟོད་སྟོད་ཀྱིས་རང་



བྱུང་གི་འགྲོ་འདས་བྱེད་མི་བྱུང་དོན་ཅི། ཇི་ལྟར་བྱི་ལ་དེད་ཀྱང་མི་ཡལ་བའི་འཁྱུག་དང་འཚོ་བ་འཚུབ་འདི  
དག་གི་དམིགས་བྱ་གང་ཡིན་ནམ། དཔེ་དེབ་གང་ཞིག་ཏུ་བཀོད་ཡོད་པ་མི་དྲན་པའི་ཚིག་དུམ་ཞིག་  
གིས་མཐུག་མཐར་རང་ཉིད་ལ་གནས་ལུགས་ཤེད་ཤུགས་འཛེམས་པ་ཞིག་ཆེད་སོང་། ཁྱོད་ཀྱི་མང་  
ཚོགས་ལ་འབྲེལ་གཏུག་བྱེད་རྒྱ་ནི་ཆེས་ཆེ་བའི་ཉེན་ཁ་ཡིན་ཞིང་། གཟི་བུ་དེད་དང་གཞན་དོན་གཉིས་  
ཉལ་ཁྲི་གཅིག་གི་སྐད་དུ་གཤེབས་ཐབས་མེད་པའི་བྱ་དངོས་གཉིས་ཡིན། །

... ཡིན་ནམ་དང་། ང་རང་ལ་གདོད་མ་ཡོད་པའི་བྱ་མེད་ཚོའི་སྦྱིད་ལུག་གི་བསམ་སྒྲོམ། རང་ཉིད་མི་  
ཚོགས་ཀྱི་དབྱས་སྤྱུག་གཤེབས་བྱེད་སྒྲུལ་འཛིང་བ་དང་། རང་དབང་རང་བསྟོད་ཀྱི་རང་དབང་ཕྱ་མོ་དེའི་  
སྐད་དུ་གསོན་ན་འདོད།

## ༡༩ འོས་འགན།

ཚུམ་པ་པོ་རྒྱུ་བ་ཞིག་གིས་འདད་གི་མེད་ལ། དད་ལྡན་པ་རྒྱུ་བ་ཞིག་གིས་ཀྱང་འདད་གི་མེད། ཡང་  
གཅིག་བཤད་ན། མི་རྒྱུ་བ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ག་ལ་འདད། མཐའ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་བ་འདིའི་སྐྱད་ཅིག་མའི་  
ཁོད་དུ། མཐའ་མེད་པའི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མའི་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་གྲོང་དུ། འདི་དང་དེ། དེ་དང་འདི། བྱངས་ཀྱིས་  
གཞལ་དཀར་བའི་འདི་དང་དེ་ཡི་བར་སྐྱང་གི་འཁོར་བསྟོད་ནང་དུ། ང་རང་ལ་མཚོན་ན། དེས་པར་དུ་ནམ་  
རྒྱུན་མཛེས་དཔྱད་རིང་ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་འོས།

འདི་ལྟ་བུའི་མཛེས་དཔྱད་ནི། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དད་འདུན་དང་མི་གཤེས་ཀྱི་འདོད་སྐྱེད་གིས་བསྐྱུན་པའི་  
གཞན་པམ་གྱི་པ་མཐའ་ཡིན་འོས། ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། དེ་ནི་བསམ་སྒྲོམ་པ་ཡུལ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་འཁོར་གྱི་  
ཡོད། སྤྱི་མེད་དང་བྱམས་སེམས་ཀྱི་པ་ཡུལ། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གདུལ་ཞིང་། དངོས་  
ཡོད་ཀྱི་དཀར་སྤྱུག་ཁོད་གཉེན་དུ་འཕགས་ཀྱིན་པའི་ས་སྐང་འདི་ཡང་། དེ་རིང་བར་འཕགས་འཚགས་ཁོད་འཚོ་  
ཞིང་། འཚོ་སྤྱོད་ལ་རེ་སྟེག་གིས་ལྷུག་པའི་ས་སྐང་ཡ།

དེའི་སྐབས་ཀྱིས་མཛེས་དཔྱད་འདི་ལྟ་བུ་ནི་ལས་སྤྱོད་པོ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། མགོ་ཡོམ་འཁོར་བ་ཞིག་སྤྱོད་  
སྤྱིད་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིད་དབང་འགྲུག་པ་ཞིག་མིག་དབང་གཡོ་བ་ཞིག་འོད་འགྲུ་སྤྱོད་པ་ཞིག་འདི་ལྟ་  
བུའི་མཛེས་དཔྱད་ནི་སྤྱི་མེད་ན་བ་དང་། དངན་པ་མང་བ། མིག་རྒྱ་བཞེད་པ། ཉུང་མང་བའི་གཉིང་ཟབ་དང་

བསམ་གཞིགས། གློ་བཟླེད་དང་མཐོ་རུ་འཕགས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ།  
དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་མཛེས་དཔྱད་རིང་ལུགས་པ་ཞིག་གིས་མཐོང་དཔང་དང་ཟིན་གྱི་འོས་འགན་དུས་  
མཉམ་གཅིག་ཏུ་འཁུར་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

## ༢༠ བ་ཡུལ།

“ ... ” འདི་ནི་དང་གིས་སྤར་མཐོང་མ་ཕྱོད་བའི་རྩ་ཐང་སྟེ། ལྷང་མདོག་གི་ཁྲོད་དུ་མི་འབྲ་བའི་ལྷང་ཤ་  
མདོན་ཞིང་། གསེར་མདོག་ནང་མི་འབྲ་བའི་སེར་མདངས་ལྡན་ལ། སྤབ་ས་ནས་བར་བཞུལ་གྱི་རྣམ་  
པས་ཁ་དོག་གཞན་ཞིག་བཟུ་བཞིན་མཆིས་པས། ལུགས་ལ་བཙའ་ཕོག་པ་ནང་བཞིན་དམར་ཤ་དོད།  
རིམ་པ་ནས་རིམ་པ་དང་། དུམ་བུ་ནས་དུམ་བུར་ལྷོབ་བཅུགས་ཀྱིས་རི་འགྲམ་དང་མཁའ་མཐར་  
བརྒྱངས་འདུག མེ་ཏྲག་འདི་འབྲའི་མངའ་ཕོ་ཞིག་དང་། རི་སྐྱེས་སྒྲིག་ཆགས་རྒྱང་དུ་དེ་འབྲའི་མངའ་ཕོ་ཞིག་  
བསྐྱོད་ཕྱོད་ཨང་།

སྤང་ཆར་བསིལ་མ་ལྷོབ་ལྷོབ་ཏུ་བསྐྱོད་ཅིང་། རོལ་དབྱངས་ཤིག་ཨམ་ཕྱག་ནང་བཅུག་ཡོད་པའི་སྤྱ་ཕབ་  
འཁོར་ལོ་བརྒྱད་ནས་རྩ་ཅོག་ནང་ལྷང་སྐབས། དེའི་ནང་འདུས་པའི་སྐྱོ་གདུང་ཤ་འོད་བཞིན་བཏོན་ཞིང་།  
སྐད་ཅིག་མའི་ནང་སྤྱ་མཐའ་བུལ་བའི་རྩ་ཐང་དའི་སྤྱང་ལ་བཞུར་བྱུང་། རྩ་རྒྱུ་རེ་དང་མེ་ཏྲག་རེ་སྐྱོ་  
གདུང་གི་མཆིམ་ཤག་གེ དེ་བསིལ་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དེའི་ཁྲོད་དུ་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་དང་མཁའ་  
དབྱགས་ཀྱི་བྱེད་རྩུས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱི་ལ་ཐོན་པ་ཞིག་རེད། དོན་ལ་རོལ་དབྱངས་དེས་ང་ལ་རོགས་  
བསྐྱོར་གྱི་རྒྱུ་ཀྱིས་རྩ་ཐང་འདིར་ཤེས་ཏྲོགས་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་། དེ་ལས་ང་རང་རྩ་ཐང་འདིར་རྒྱུ་པ་སྤྲོ་  
ཞིང་མིག་གིས་རོལ་ནའང་། སྤྱ་མཐའ་མེད་པ་དང་ཁེར་རྒྱུ་ཙམ་ལས་ཏྲོགས་ཐབས་བུལ། ཡང་གཅིག་  
བཤད་ན། རྩ་ཐང་གིས་ང་རང་ལ་རོགས་བསྐྱོར་གྱིས་རོལ་དབྱངས་འདིའི་བྱོ་བ་ཕྱོད་ཐུབ་པར་བྱུར་བའང་  
རེད། མངའ་ཕོ་བཤད་དགོས་མི་འདུག་པར་རོལ་དབྱངས་ནི་སྐྱོ་གདུང་གིས་དལ་ཅག་གེར་གནས་པའི་སྐྱོ་  
སྤྱག་གི་མི་རིགས་ཤིག་ལས་བྱུང་བ་རེད།

ཆར་བ་ཤེད་ཤུགས་ཀྱིས་བཏོན་ཞིང་བྱུང་གི་བསྐྱོར་བསྐྱེལ་འོག་བབས་བྱུང་བས། སྤྱག་གློད་ཅིག་  
དའི་མིག་ལམ་དུ་མདོན་བྱུང་། དེ་ནི་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པའི་ཡིག་ཐེང་འགའ་ལས་མདོན་པའི་སྒྲིག་ཆགས་

ཤིག་དང་མཚུངས་པར་མཐོ་ས་ན་འཕུར་བསྐྱོད་བྱེད་ཀྱིན་པས། ངས་ཉ་ལམ་སྐད་དག་དམའ་  
མོས་༼ཆར་རྒྱུད་དག་ཏུ་བོབས་ཤོག་ཡ༽ཞེས་བསྐྱོད་དགོས་བྱུང་། ཡིན་ནའང་། ངལ་གསོ་རྒྱག་ཁོམ་  
མེད་པའི་སྒྲག་གོད་དེར་ཉ་བཞིན་ངལ་སེམས་འཚུབ་བྱུང་། མ་རེད། སེམས་འཚུབ་མ་ཡིན་པར་སེམས་  
ཁལ་ཏེ། ཁོ་བོའི་མཐའ་མཚུག་གི་བསྐྱེ་གནས་གང་དུ་ཡོད་དམ།

ངས་ཤེས་བྱབ་པ་ནི། ང་རང་སྐབས་འདིར་བཞོད་ཀྱིན་པའི་རྩ་ཐང་འདིའི་སྤྲོད་གི་དུས་ཚོད་ནི་ཉ་ཅང་གི་ཐུང་  
དུ་ཞིག་སྟེ།

རྩ་ཐང་ལ་མཚོན་ན། ལོ་རེ་བཞིན་དུས་བཞིའི་སྤྱི་འཆིའི་གྲོང་དུ་འཁོར་བསྐྱོད་བྱེད་ཀྱིན་པ་དང་། ལོ་རྒྱུས་  
སམ་འདས་སོང་ལས་ཁུར་དུ་སྤངས་པ་ཆེས་མང་བས། ཁ་མི་གྲགས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་འཛིན་པ་ལས་  
ཡོངས་གྲགས་བྱེད་དགོས་དོན་གང་ལ་བྱུག་གམ། སྐད་ཅིག་མ་འདིའི་ནང་དུ་ངས་མཐོང་བའི་དངོས་དོན་  
ཉུང་ནའང་། དོན་དངོས་སྤྱི་འཆིའི་ཞུགས་པའི་ཡོད་པ་རང་རེད། སྤར་གྱི་ཆར་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་  
རྩལ་པའི་གྲགས་འགྲུལ་དང་དུང་དེག་རིང་དུ་སོང་བ་དང་མཚུངས་ཤིང་། སྤར་གྱི་གསོལ་འདེབས་དང་  
འཕག་འཚག་སྐད་ཅིག་མའི་སྤྱོད་ཀྱང་ཉ་ལམ་རྒྱུད་ཡལ་བེན། ངས་ཇི་ལྟར་བྱིར་འདད་བརྒྱབ་ཅིང་།  
ཇི་ལྟར་ཞིབ་ལྟ་བྱས་ནའང་། རྩ་ཐང་དུ་དག་ཆས་ཐོགས་པའི་སྤྱོད་དམག་དང་། བཅུན་མང་གི་འདུ་འགོད་  
དང་མེ་ཏོག་གི་བཀྲག་མདངས། སྤྱ་གར་གྱི་རོལ་ཕྱེད་ལ་སྤྱོད་པའི་ངའི་མི་རིགས་ལས་ཅི་ཡང་མ་  
མཐོང་།

རྩ་ཐང་གི་བྱིར་དུ་ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལས་དབང་ལ་གསོལ་འདེབས་བྱས། ངའི་ཚྭ་གས་མཐའ་མེད་པའི་ཆོ་  
སྲོག་སྤར་ཡང་གནས་འདིར་ཡོང་རོགས། ཆོ་སྲོག་མཐའ་དག་གི་རྣ་བས་རྩ་ཐང་འདིར་གསན་ཡོད་ཅིང་།  
ཆོ་སྲོག་མཐའ་དག་གི་མིག་གིས་རྩ་ཐང་འདིར་གཟིགས་ཡོད་པས། དོན་ལ་ངས་བཤད་འདོད་པ་ནི།  
ངའི་རྩོམ་འབྲིའི་ལས་ཀའང་རྩ་ཐང་འདི་དང་མཚུངས་པར་ཁ་ཞེང་ཆེ་བ་དང་། ཁེར་རྒྱུད་གི་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པས་  
ལྷན་པ། སྤྱོད་ཀྱང་གི་ཆོར་ཤུགས་ཟབ་པ་དང་ཡོད་ཚད་ཐེག་པའི་ཉུས་ཤུགས་ལྷན་པའི་ཁར། ཆེས་རྩ་ཆོ་  
བའི་བྱམས་སེམས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་སྤོན།

27 གསོལ་འདེབས།

བོད་ཡ་བོད། ངའི་སྐྱེ་བ་ཡང་རྒྱན་གྱི་ཕ་ཡུལ། གཤམ་སྲིད་ང་རང་མཚོད་མེ་ཁོང་བུ་གང་ཡིན་ན། བྱེད་ཀྱིས་  
ང་རང་བྱོད་འགྲམ་དུ་ནམ་ཡང་མི་འཛད་པར་འཛོག་རོགས། གཤམ་སྲིད་བྱེད་ང་རང་འཕུར་བསྐྱོད་ལ་ཕྱོགས་  
པའི་སྐྱུག་ཁོད་ཅིག་ཡིན་ན། བྱེད་ཀྱིས་ང་རང་འོད་སྟོང་འཕྲོ་བའི་དག་ཞིང་དེར་འབྱིད་རོགས།  
༢༠༠༠ལོའི་ཟླ་ ༡ནང་ལྷ་སར་བྲིས།

# པདྨ་ཕྱེད་ཀ་ས་བོད་ལ་འོད་གྱིས་རྒྱན།

ལྷ་སར་ལོག་ཐངས་རེར་འདི་འདྲའི་བརྩེ་བ་ལྡན་པ་ཞིག་རེད། མགོ་ཐོག་གི་ནམ་མཁའ་དང་། རྩེན་རིས་  
གྱི་རི་ཚོགས། འདི་ནི་གདོད་མའི་སྐྱེ་ཁམས་རང་རེད། སློ་བུར་དུ་དལ་ཅག་གིར་གྱུར་སོང་།  
ད་དུང་དྲངས་གཙང་གི་མཁའ་དབུགས་དལ་གྱིས་འབྱོན་རྩལ་བྱེད་སྐབས། ཉ་ལམ་སློ་བ་གཙང་བཟུ་བྱེད་  
གྱིན་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

ངས་སློག་ཏུ་བཟུ་ཤིས་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་གྱིན་པའང་ལྷ་སར་བསྐྱབས་རྩེས་བདེ་ཐང་དུ་འགྱུར་བ་  
ཤེས་གྱི་ཡོད། གནམ་གྱུ་ཉི་ནང་ངམ། སྤང་ལམ། མཐའ་མཚུག་བྱིས་ཚང་གི་མཐའ་འཁོར་དུ་འང་མི་  
རིགས་གཞན་པ་ཉ་ཅང་མང་། ལམ་འགྲམ་དུ་འང་དམག་མིའི་རྒྱངས་འཁོར་སྐྱམ་ཅུ་ལྟ་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་  
ཏུ་བསྐྱད་འདུག ལྷ་སའི་གོང་ལྷ་བཟེངས་གད་སྤྲིགས་དང་གད་སྤྲིགས་ནང་བཞུགས་ཀྱི་མིས་ཁོངས་ཡོད་  
པ་དང་། ལྷ་ས་ནི་ལྷ་ས་རང་སྟེ། ང་ཚོའི་ལྷ་ས་ཡིན།

ལྷ་སའི་སློར་གྱི་ཤེས་འདོད་པ་གང་ཡིན་ནམ།  
བར་སློར་སྤང་ལམ། ཉ་ལམ་གནས་འདི་ནས་མ་གཏོགས་པོད་མི་མཐོང་བྱུང་གྱི་མི་འདུག གཙུག་ལག་  
ཁང་། ངའི་སྐྱེ་བ་སྤྱོད་མའི་བསྟི་གནས། གསེར་འོད་ལམ་ལམ་འཕྲོ་བའི་ལྷ་སྐྱེ་དག་འཛུམ་དཔུལ་  
དཔུལ་ངང་བཞུགས་ཡོད་པས། རང་དབང་མེད་པར་ངའི་དམིགས་ཡུལ་ག་དུས་འགྲུབ་རྒྱ་རེད་ཅེས་འདྲི་  
སྒྲུམ་འཁོར་བྱུང་། མཚོད་མེ་ཞིག་སློན་དང་། ཆེས་ཡག་ཤོས་ནི་རང་ཉིད་མཚོད་མེ་ཀོང་བུ་གང་དུ་འགྱུར་  
བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་། སྐྱེ་ཕྱོགས་ཉི་མས་ཀྱི་རེ་ཡི་ཚུལ་གྱིས་བཤད་རྒྱུར། ལྷགས་ལམ་ལས་དགོས་པས།  
དེད་སྐབས་བེལ་བ་ཉ་ཅང་ཆེ། ལྷགས་ལམ་ལས་འགྲུབ་རྩེས། སྤྱི་མ་ཐུར་བུར་ས་ཆ་མེད་སྐབས། ཁོང་གི་  
ནང་མིས་སློ་བོ་ཁྱེད་ནས་ལྷགས་ལམ་འགྲམ་རོགས་བརྒྱད་དེ་ཚོར་སྐད་མཐོ་བུ་བྱེད་དགོས་གྱི་རེད།

ཉིན་གུང་། སྐྱག་ཁང་སྒོ་འགྲམ་དུ་རྒྱངས་འཁོར་རྒྱུ་བར་སྤོད་སྐབས། སློ་བུར་དུ་འབྲོག་སྐྱེ་སྤྱོད་མེ་ཞིག་

གཤམ་འོངས། དེ་ནི་སྒྲིམ་པ་ཞིག་གི་དག་ལས་ཐོན་བཞིན་པར་མ་ཟད། ཉ་ཅང་གི་སྒྲན་ཆ་ལྡན་པ་ཞིག་  
ཀྱང་རེད། སྒྲ་སྐད་བརྒྱད་ནས་ལྟ་སྐབས། མགོ་བོར་རས་དྲིས་དམར་པོ་བརྒྱབ་པའི་བོད་མི་ན་གཞོན་  
ཞིག་སྤང་ལམ་དེད་ནས་ཆས་སོང་། བལྟས་པ་ཅམ་གྱིས་འབྲོག་མི་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་སྟབས་ནའང་།  
འབྲོག་ལྷ་གྲོན་མེད་པར་རྒྱ་སྤྱོད་ཞན་པའི་པགས་ལྷ་དམར་སྤྱག་གསར་བ་ཞིག་གྲོན་ཡོད་པ་དང་།  
གནམ་གཤིས་ཀྱི་རྒྱུན་ལྷ་བ་གསར་བའི་རྒྱུན་གང་ཡིན་ཆ་མི་འཚལ་ཡང་། ཁོ་བོའི་སེམས་ཁམས་  
ཉ་ཅང་བཟང་བའི་ཁར། ཁོ་བོས་རྩ་ཐང་དུ་གྱེར་གོམས་སུ་སོང་བའི་གཞས་དེ་གཏོང་བཞིན་སྒྲོད་ཀྱིན་པ་  
དང་། དས་སྒྲུ་དག་དེའི་ནང་དོན་གང་ཡིན་ཉ་མ་གོ་ནའང་ཉ་ཅང་གི་སྒྲན་མོ་ཞིག་འདུག། ཁོ་བོས་ཉེ་འགྲམ་  
དུ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྤང་བ་ཞིག་ཁྱར་ནས་རྒྱུངས་འཁོར་གྱི་དྲུང་བརྒྱ་དང་ཚོང་བའི་འབོད་སྐད་ཁྲོད་བརྒྱད་  
ནས་འབྲོག་སྒྲུ་གྱེར་བཞིན་བསྒྲོད་སོང་བས། ད་རང་ལ་བཟོད་མི་སྟབས་པའི་གདམ་མོ་ཞིག་ཤོར་སོང་།

ན་ནིང་དབྱར་ཀར་ཕྱིར་བྲན་ཞིག་བྱེད་སྐབས། ལྷགས་རྩ་ཞོན་ནས་སྤང་ལམ་འདི་བརྒྱད་ཀྱིན་པའི་ལམ་བར་  
དུ་སྒྲོ་བྱར་དུ་ཕོ་གཞོན་མོ་གཞོན་གཉིས་མདུན་དུ་ཡོང་བཞིན་པ་མཐོང་ཞིང་། པགས་རྩག་ཆེན་པོ་རེ་གྲོན་  
འདུག། མོ་གཞོན་དེས་སྒྲོད་ལྷ་དྲཀར་པོ་ཞིག་གྲོན་ཡོད་པ་དང་། བྲང་ཞེད་ཕྱི་ལ་འབྱར་ཞིང་སྤུ་སྤུ་སྐད་ལ་  
དྲིས་འདུག། ཡིན་ནའང་། དས་དོ་སྤང་བྱེད་ས་གཙོ་བོ་ཁོ་རང་གཉིས་ཀྱི་ཕྱི་རི་རྣམ་པ་མ་ཡིན་པར་སྒྲིམ་པ་  
དེས་ལག་པ་ཡ་གཅིག་སྒྲིམ་མ་དེའི་སྤྱག་པར་འཇུས་ཡོད་པ་དང་ལག་པ་ཡ་གཅིག་གིས་བྲང་གི་རུ་མ་  
འཕྱར་འཕྱར་བྱེད་ཀྱིན་མདུན་ལ་སྒྲོ་བཞིན་ཡོད་ནའང་། ཆེས་དོན་སྤྱིང་ལྡན་པ་ནི་ཁོ་རང་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་  
འགྱུར་ཡིན་ལ། ཕོ་གཞོན་དེར་སྤང་མདོག་མེད་པ་དང་། མོ་གཞོན་ལའང་གཡོ་འགྲུལ་མེད་པར་ཉ་ཉ་  
ཉོའི་ལམ་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་ཀྱིན་ཡོད་པས། བྱིས་ཚུལ་ལྡན་ཞིང་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ལམ་ནས་  
རང་བྱུང་གི་དབྱངས་འབྲོས་ཤིག་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས་སྟབས། ད་རང་ལ་ཡིད་སྒྲོན་དབང་མེད་དུ་ཤོར་  
སོང་། འོན་ཀྱང་། མི་ཚོགས་འགྲུལ་བཞུད་ལ་བྲེལ་ཤ་ལངས་པའི་སྤང་ལམ་འདིར་ད་རང་ལས་སྤྱོད་ཀྱང་  
སྤང་བརྒྱན་གསོན་པོ་དེ་མཐོང་མེད་ལས་ཆེ། ད་རང་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་སྤྱོད་དགོད་ཅིག་བྱེད་དགོས་བྱུང་  
སོང་།



ལྷགས་རྩ་ཞོན་ནས་གྲོང་ཁྱིམ་བོར་བསྐྱོར་བ་ཐེངས་ཤིག་བརྒྱབ་ཇེས། ལྷ་ས་ས་ང་རང་ལ་ཞེད་སྐྱོང་  
ཆེན་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་ས་སོང་། ཉིན་ཁ་ཤས་ལས་སོང་མེད་ཀྱང་། གྲོང་ཁྱིམ་བོར་བཅོ་བསྐྱེད་བསྐྱོན་གནས་  
ཤིག་ཏུ་གྱུར་འདུག་པ་དང་། ཕྱོགས་ཡོངས་སུ་ས་བཀོས་དེ་སློག་གིས་རྣམ་པ་བསྐྱུར་བྱེད་པ་དང་། ལས་  
ཀ་བ་མང་པོ་འདུས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལས་ཀར་གཞིལ་འདུག ལས་ཀ་བ་འདི་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་  
ནི་མི་རྣམས་ཉང་སངས་དགོས་པ་ཞིག་རེད།

ལྷ་ས་རིམ་པས་མཛེས་སྤྱད་ཅན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གྱུ་རེད་དམ། དང་ཐོག་སློག་ཁ་མཛོན་ཡོང་སྐབས། མི་  
རྣམས་ཉང་སངས་དགོས་པར་གྱུར་ཡོད། དེ་ནི་སློག་སྤྱོད་གཅིག་གི་སྐྱེད་ཏུ་སློག་སྐྱེད་འདྲ་མིན་སྤྱོད་ཆོགས་  
དཀྱིས་ནས་ཡོད་པ་དང་། ས་རུབ་ཇེས་མཐའ་དག་སྐྱེད་མགོ་ཅན་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་། འབྲུག་འགྲོས་ཅིན་  
བཞིན་པའི་ཉ་མོ་དང་མེ་ཏྲོག་པདྨའི་རྩིང་བྱར་གྱུར་ནས་དབྱངས་འགྲོས་ཁོད་སློག་འོད་ལམ་ལམ་འཕྲོ་  
བཞིན་འདུག དེ་ནི་༼བྱ་ཤིས་བདེ་ལེགས༽ ཀྱི་མཆོན་དོན་རེད་དམ། དོན་དངོས་སུ་ཆེས་ཐ་ཤལ་དང་  
དགོད་བྱོ་བའི་གནས་སུ་ལྷུང་ཡོད། ལྷ་སའི་མཆོན་ལྗོངས་ཀྱི་སྤང་ལམ་ཀུན་ཏུ་སློག་འོད་གཡག་མགོ་  
ནང་བཞིན་ཆེ་ཞིང་ཁྱད་མཆོར་བོའི་ལམ་ནས་མཛོན་བཞིན་པས། ཞིང་གྲོང་ནས་ཡོང་མཁའ་ན་འགྲོག་པ་  
རྣམས་ཉང་སངས་མདོག་ཁ་བོ་འདུག

སྤྱད་འཛོང་མས་སྤང་ལམ་ཁེངས་ཤིང་། ཁོ་མོ་ཆོ་སློ་ཡིད་དུ་ཤོང་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། དུས་ཆོགས་འདིའི་  
གནམ་གཤིས་རྒྱན་ལྡན་ཞིག་མིན་པས། ཁོ་མོ་ཆོ་ལས་གཞན་དག་གིས་ཉལ་སྤུལ་ལྟེན་མ་འགའ་རེ་  
བཅུགས་ནས་ཉལ་ཆས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། ཁོ་མོ་ཆོས་བྱང་གཞུང་དང་བརྒྱ་ཤ་ཕྱི་ལ་མཛོན་དུ་  
བཅུག་ནས་ཡོད། དར་སོ་བྱེད་ཀྱིན་པའི་སྤྱད་ཐངས་འདི་དག་ནང་གི་༼ལྷ་སྐྱེད༽ ནི་བོད་གནའ་བོའི་མ་  
འོངས་ལྱང་བསྐྱེད་དུ་བསྐྱེད་པའི་༼ལྷགས་བྱ༽ ཡིན་ནམ། རྒྱ་ནག་ནང་ལོག་ནས་ཉིན་མཆོན་དབྱེར་མེད་  
དུ་ལྷ་སར་ལྷགས་པའི་འདྲེ་མོ་འདི་དག་གིས་ལྷ་སར་ནད་ཡམས་གང་ཞིག་ཁྱེད་ཡོང་གྱུ་ཡིན་ནམ།

ཆོང་ཁང་། གླ་བཞུར་ཁང་དང་སྒྲན་ཁང་རྒྱུང་བ། ང་ཁང་ནང་གི་མ་ཅང་ཅོག་ཅེ། སྒར་སྐྱོད་རྒྱུ་འགྲམ་རྒྱུ་  
དུ་ཡོད་པའི་རྒྱུང་མ་སྒྲིང་ཀེ། དེང་སྐབས་གསལ་མགོན་ཁང་། རྒྱན་འཛུགས་ཁང་དང་འཕྱར་མཉེན་  
ཁང་སོགས་སུ་བསྒྱུར་ཡོད་པ་དང་། འདི་ནི་སྤྱི་ཚིག་གསར་བ་རྒྱ་གྲོང་ཁྱེར་གསར་བར་ཉལ་བེ། ཞེས་  
པའི་ནང་གི་རྒྱ་སའི་རྣམ་པ་གསར་བེ། རེད།

དགོན་པ་ཁོ་ནའི་ནང་མ་གཏོགས་སྤྱོད་གཤམ་བསྐྱེད་གནས་ཤིག་ཆེད་མི་ཐུབ།

ལོ་གསར་སུ་དགོང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་བརྒྱུད་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། མཇལ་བསྐྱོར་བ་ཁྲི་སྟོང་མང་  
པོ་ཡོད་པ་དང་། ཁམས་པ། ཨ་མ་དོ་བ། དབུས་གཙང་བ་བཅས་འདུག་ལ། དེའི་ནང་གི་མང་ཆེ་ཤོས་ནི་ན་  
གཞོན་རྒྱུང་རྒྱུང་རེད།

ཁོ་ཚོ་སྐབ་ཀྱིས་མ་ཚུགས་པའི་རྟ་མཆོག་ཅིག་དང་འབྲ་བར་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འཛུལ་ཞིང་། ཇོ་བོ་རིན་  
པོ་ཆེ་མཉུན་དུ་བརྒྱུངས་ཕྱག་འཆལ་བཞིན་པ་དང་། སུ་དང་སུ་ཞིག་ཀྱང་ཁོང་ཚོའི་དད་སྟོབས་ལ་ཡིད་  
སྟོན་འཆར་བ་ཞིག་རེད།

ནང་བསྟན་དང་ཚོའི་ཁྲག་རྩའི་ནང་སེམ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནི་སྐྱེ་རྒྱུད་ཕྱང་བརྒྱུད་འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་པ་དང་ཀུན་  
ནས་མཚུངས། ཉེན་རྟོག་པའི་ལུ་བ་གྲོན་པའི་མི་སྐྱོར་ཁག་ཅིག་ཀྱང་མཇལ་བསྐྱོར་བའི་རུ་གདང་ནང་  
ཞུགས་པ་དང་། གསལ་སྟོན་འདེབས་སྐབས། ཁོང་ཚོའི་སྒྲིང་དད་སྟོབས་དྲག་པོ་འཕྱར་བཞིན་པ་དང་།  
སྐྱོས་སུ་ན་གཞོན་དེ་འབྲའི་མང་པོ་ཞིག་གི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ལས་ཁྲག་རྒྱུན་དང་ཉམ་སེམས་འབྲེས་  
ནས་བརྒྱུད་ཡོད།

སྐོ་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་གིས་ང་རང་དང་ཁོང་ཚོའི་བར་མཆོམས་བཅད་ཡོད་པ་དང་། ང་རང་ཁོང་ཚོའི་རྒྱབ་

ལོགས་སུ་འབྱེད་ནས་ཡོད་པས། ཉ་ལམ་འཛིག་རྟེན་གཉིས་ན་ཡོད་པའི་སྤང་བ་འཁོར་ཡོད། འདི་  
ཕྱོགས་སུ་ང་རང་དང་དཔལ་ཅག་གེར་གནས་པའི་འབག་སྐྱེད་ག་ཡིན་པ་དང་། བར་ཕྱོགས་སུ་ང་རང་དང་  
ཁག་རྒྱུན་གཅིག་ཅིང་རྒྱ་སྤྲོ་བཞིན་བཤོལ་ཡོད་བཞིན་པའི་མང་ཚོགས་རེད། ཡིན་ནའང་། འཛིག་རྟེན་འདི་  
གཉིས་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྲེལ་ཡིན་པ་དང་། ཇོ་བོ་ཤུག་ཕུ་ནེའི་རྟག་བརྟན་གྱི་མཚུམ་དཔུལ་དང་  
བྱམས་སྙིང་རྩིས་སྤྲེལ་ནས་ཡོད། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མ་གཏོགས་མཁུན་མི་སྲིད་ནའང་། ང་ལྟ་བུའི་  
བོད་ལྗ་གྱོན་ཞིང་ཁག་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་མི་ཞིག་གི་སེམས་པ་ཅི་འདྲའི་དྲངས་གཙང་ཞིག་རེད་ཨང་།  
གལ་སྲིད་འདི་ནི་གྲུ་དོག་པའི་བསམ་སློ་ཞིག་ཏུ་བཤད་ནའང་བཤད་དུ་རྒྱག་ ངའི་གྲུ་དོག་པའི་བསམ་སློའི་  
སྤྲེལ་སུ་དྲག་པོ་མེད།

མི་སྤྲོ་མ་འདྲ་བ་ཁག་གསུམ་གྱིས་ཇོ་བོ་ཤུག་ཕུ་ནེར་གསེར་མཚོན་བྱགས་སོང་། མཐའ་དག་བོད་མི་  
རེད། ཁོང་ཚོ་མར་མེ་འོག་གསེར་འོད་ལམ་ལམ་འཕྲོ་བཞིན་པའི་ཤུག་ཕུ་ནེ་ལ་ཁ་འཁོར་ནས་ཡོད་ཅིང་།  
འདི་ནི་བོད་མིའི་སེམས་ཁོངས་སུ་གོ་གནས་བསྐྱེད་དུ་མེད་པ་ཟིན་ཡོད་པའི་འབག་སྐྱེད་ཞིག་རེད་ལ།  
གསོལ་བ་བཏབ་ཚད་ཀྱང་ལམ་འགྲོ་མཛོད་རྒྱག་ཡོད་པའི་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཁོང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
དུ་གསོལ་བ་འདེབས་ཀྱིན་པ་དང་། ཡིན་ནའང་། གསོལ་བ་དང་པོ་ཁོང་གི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་པེས། གལ་སྲིད་  
ཁྱོད་རང་ཡང་གནས་འདིར་ཡོད་ན། གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོང་ཚོའི་ངོ་གདོང་། མིག་ཟུང་དང་ལག་ཟུང་  
མཐོང་བ་ཡིན་ན། ཁྱོད་རང་ཡང་ང་དང་འདྲ་བར་གདོང་མཐུན་གྱི་ཤུག་ཕུ་ནེ་ནི་དག་ཟོད་བོད་མིའི་སེམས་  
ཁོངས་ཀྱི་རྩ་བའི་སྤྲོ་མ་སྟེ། ང་ཚོའི་འདོད་འཕྲོད་དཔག་བསམ་མམ་ ༼ རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ ༽ ཡིན།

ངས་པར་ཆས་བྱེད་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་བསྐྱོད་རྗེས། བཙུན་པ་ཚོར་རེ་བ་བཏོན་ཏེ་ཇོ་བོ་རིན་པོ་ཆེའི་  
ཀླུ་པའི་སྤང་གི་ཕྱི་ཕུམ་བཞོག་ཏུ་བཙུག་པ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་ལྟོ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པའི་བརྒྱ་གཡོན་པའི་  
སྤྲོད་དུ་སྐར་མ་གང་གི་ཆེ་རྒྱུད་ལས་མེད་པའི་ཨི་ཁུང་ཞིག་མཛོད་འདུག བཙུན་པ་རྒན་པ་ཞིག་གིས་  
བཤད་དོན། འདི་ནི་ལོ་ངོ་སྤྲོད་ལྷག་གི་ཡར་སྤྲོན་བཙན་པོ་སྤྲང་དར་མས་མདོ་རྒྱུད་བསྐྱབས་སྐབས་སྟེ་

ཡིས་བརྒྱབ་ཤུལ་རེད། མ་གཞི་དེའི་འགྲམ་དུ་ད་དུང་ཟུ་བྱུང་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནི་ལོ་ངོ་ ༣༧ ཡར་  
སྔོན་ཁྱེད་བཞི་ེ་ཙ་གཏོར་བྱེད་སྐབས་དམར་སྤང་དམག་མིས་གཏོར་བཅོམ་ཕོག་ཤུལ་ཡིན་པ་དང་།  
རྗེས་ནས་བརྒྱུར་བཅོ་བྱས་ཡོད་ནའང་། དེང་སྐབས་ལག་པས་དུང་བ་ཡིན་ན་སྔོང་སྤྱི་ཞིག་གྲགས་འོངས་  
ཀྱིན་འདུག

བཤད་ཚུལ་ལ་དུས་ཡུན་ཞིག་གི་ཁོད་དུ་རྗེ་བོ་རིན་པོ་ཆེའི་དབུ་ལ་འང་ཤོག་ཞུ་རིང་པོ་བསྐྱོན་སྤྱོད་ཞིང་།  
ཤོག་ཞུའི་སྤྱི་དུ་སྤྱི་གཞི་དམོན་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་གིས་ཡོད་སྐད། སྐབས་དེར་སྤྱི་འདྲའི་སྤྱི་གཞི་གསེར་དུལ་  
དང་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་མང་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་སྤྱི་བ་དང་། རྗེ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་འདི་ལྟར་མི་ཡུལ་གྱི་སྤྱི་  
ཡུལ་བྱུར་ནས་སྤྱི་གཞི་དམོན་སྤྱི་བ་ཞིག་ལ་ཞུ་གསུམ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
ཆེས་ནང་ལོགས་སུ་གྲགས་མེད་འགྲུལ་མེད་ཀྱིས་བསྐྱོད་དགོས་བྱུང་འདུག མཐའ་འཁོར་ཆ་ཆོང་ཕག་  
ཁང་དུ་སྤྱི་བ་ཡོད་པ་དང་། འདི་ལྟར་གཙུག་ལག་ཁང་ཕག་གསོ་ཁང་དུ་སྤྱི་བ་ཡོད་ཅིང་། ཡང་ཐོག་གི་  
མཆོད་ཁང་རེ་འགའ་ཁྱེད་བཅོམ་སྤྱི་བ་ཞིག་གི་ཉལ་ཁང་བྱས་ཡོད་འདུག

ངས་བསྐྱོད་མར་སྤྱི་གཞི་འོད་འཕྲོ་བ་དང་མི་འཕྲོ་བ་གཉིས་ཀ་བཀོལ་ནས་འདྲ་པར་ཁ་ཤས་བརྒྱབ་པ་ཡིན་  
ཞིང་། མཐའ་འགྲམ་རི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་མིན་ཤེས་ཐབས་བྲལ་ནའང་། ཟུ་བྱུང་འདི་མཐོང་ཐོངས་རེར་ངའི་  
སེམས་སུ་ཟུ་བྱུང་བཅོ་མཁན་གྱི་དམར་སྤང་དམག་མི་དེ་དཔེ་ཡོད་པ་དང་། ཁོ་བོས་འདི་འདྲའི་སྤྱི་གཞི་  
ཉེས་ཤིག་བསམས་པ་སྤྱི་བ་ཡང་རྒྱུན་དུ་འདག་མེད་པ་མངོན་སུམ་འབྱུང་མེད་ཡིན།

ཡུལ་བསྐྱོར་སྤྱི་འཆམ་པ་ཉ་ཅང་མང་པོ་འདུག མང་ཤོས་རྒྱ་ནག་ནང་ལོགས་ནས་བྱུ་དང་བྱུ་བྱས་ནས་  
ཡོང་མཁན་ཡིན་པ་དང་། ཕྱི་རྒྱལ་བ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་བཙུན་པ་ཚོའི་མདུན་དུ་བོད་སྐད་སྤྱོད་བཞིན་འདུག  
དེའི་ནང་དུ་ཕྱི་རྒྱལ་བ་ཞིག་གི་གཟུགས་པོ་ལྷགས་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་ནང་བཞིན་རིང་བས། རྒྱ་མོ་ཁ་ཤས་  
འགྲམ་དུ་བཅར་ནས་ཞིབ་ལྟ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ནའང་། ཁོ་བོས་དེ་དག་ལ་མིག་ཟུར་གཅིག་ཀྱང་མི་འཕེན་

པར་གཞི་རིམ་ནས་ཡོང་བའི་བོད་མི་ཚོར་འཇུག་དཔུལ་སྟོན་བཞིན་འདུག།

ཡང་གོགས་པོ་ཞིག་འགྲོ་རན་སོང་བས། མཐའ་མཚུག་བར་སྐོར་ལ་ཕྱིན་པ་ཡིན། བོད་ནས་བསྐྱད་འདོད་  
ཡོད་པ་དང་ཁ་མི་བྲལ་རང་བྲལ་དུ་གྱུར་བའི་གོགས་པོ་དེས་ཉན་ཉིག་གིས་བཤད་རྒྱུར། ང་རང་ལྷ་ས་ནས་  
ཁུ་སིམ་དྲགས་སོང་།

ཁུ་སིམ་? མིང་ཚིག་འདིར་ངས་ཉན་འདོད་བྱེད་ཀྱི་མེད།

ལས་ཡག་ནས་ངའི་ཕ་གཞིས་འདི་ན་ཡོད། ངས་སེམས་ནང་དུ་ཁེར་ལ་བ་ཀྱིས་དེ་ནི་དམར་མདོག་གི་  
བྱིས་གཞིས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་བཤད།

ཁུ་སིམ་པའི་ཚོར་བ་ཡོང་ཐེངས་རེར་གནས་དེར་བསྐྱོད་ན། སེམས་ཁོངས་སུ་བྱོད་རྒྱ་བས་ཤིག་བསྐྱེལ་  
ཡོང་། ང་ནི་ཇི་འདྲའི་མི་ལས་ཆེན་ཞིག་རེད་ཨང་།

མདང་དགོང་། དུས་ཡོལ་ཕྱིན་ཚར་བའི་སྐུ་དྲག་ཅིག་གིས་ཤས་སྐྱད་འོག་བཤད་དོན། ང་ཚོའི་འབྲེལ་  
ལམ་ནི་མི་དང་མིའི་འབྲེལ་ལམ་ལས་སྤྱང་གི་དང་སྤྱང་གིའི་འབྲེལ་བ་མིན་ལ། སྤྱང་གི་དང་ལུག་གི་  
འབྲེལ་བ་འང་མིན་པས། ང་ཚོ་ཚང་མ་གོགས་པོ་ཡིན།

དེ་ནས་བོད་ལ་ཁ་བྲལ་ལ་ཉེ་བའི་གོགས་པོ་དེར་མིག་ཚུ་ཐོན་སོང་།

ཁ་བཏགས། མཆོད་ཆང་། འགུལ་བསྐྱོད་ཐོད་ཀྱི་གྲེས་སྟོན། གནམ་འོག་དུ་ཁ་མི་འབྲལ་བའི་སྟོན་མོ་  
ཞིག་མེད།

མཆོད་ཆང་འདེགས་འབུལ་གྱི་སྐུ་ཚིག་ཅིག་འདི་ལྟར། གངས་ལྗོངས་སུ་ཁ་བའི་འདབ་མ་སྟེལ། འདབ་  
ལོ་རེ་རེ་ལམ་ལམ་དུ་འཕྲོ་བས། གསེར་གྱི་མཆོད་རྟེན་ལྟ་བུའི་བརྩིད་ཉམས་སྟོན། ཨ། ངའི་ཕུགས་  
བསམ། ངའི་སྤྱོད་སྤྱོད། ངའི་མི་ལམ།

དུ་ལྟ་རང་འདྲ་པར་བཞི་ལག་པར་འབྱོར་སོང་།      དེ་ནི་གོགས་པོ་ཞིག་གིས་ཡར་འབྲོག་གཡུ་མཚོ་ནི་  
འབྲམ་རྒྱུད་དུ་འདྲ་པར་བསྐྱོན་པའི་སྟོན་ལྗོངས་རེད།      བོད་ཡུལ་གྱི་སྟོན་ལྗོངས་ནི་སློ་ཡིད་དུ་ཤོད་བ་ཞིག་  
མིན་ཞིང་།      མི་མང་པོ་དང་མཉམ་དུ་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་མཛེས་ལྗོངས་འདིར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱང་བྱེད་སྟམ་  
འཁོར།

ལོ་ཞིག་ལ།      རྒྱ་མི་སྟན་ངག་པ་ཞིག་ཏུ་བྱང་ནས་བོད་ལྗོངས་སུ་ཡོང་ནས་གཤམ་གྱི་སྟན་ངག་འདི་  
འདྲའི་བྱང་མཚར་བོ་དང་ཡིད་སེམས་གཅིག་ལྗོགས་སུ་འགྲུགས་པ་ཞིག་གིས་འདུག

སྤྱང་ཆེན་གྱིས་ནམ་མཁའ་གཏོར་སོང་།  
ང་དང་བྱོད་མཉམ་དུ་ས་ཐོག་ནས་འབྱེད་འཕགས་བྱེད་ཀྱིན  
སྟེན་གཟུགས་ཀྱིས་འཐམ་འཁྱུད་ལ་རོལ་བའི་ལྷ་སྐྱ་ཆ་གཅིག

ཡང་ཆོག་དུམ་གཅིག་ཡོད་པ་ནི།

སྤྱང་ཆེན་གྱིས་གཏོར་བའི་ལུག་བྱུས་དག་འཛོགས་ཀྱི་སེམས་པ་མཐོ་རུ་འདེགས་ཀྱིན།  
ཡང་ཆོག་དུམ་གཅིག་ཡོད་པ་ནི།  
རྟ་པོ་བང་གིས་བསྐྱུལ་ནས་རི་སྒྲིང་བརྒྱལ། །  
པ་སྐྱ་བྱེད་ཀས་བོད་ལ་འོད་ཀྱིས་རྒྱན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ལོའི་ཟླ་ ༢ནང་ལྷ་སར་གྱིས།



ཐལ་རྩལ་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་འདས་དོན།

གྱིས། བྱེད་འདོད་ཡོད་པས། ཀླང་བཅུགས་གནས་ལ་སོགས་པ་དེ་མཚོན་མི་རུ་སྟེ།  
སུ་ཞིག་གིས་ རྒྱུ་བ་གཡོག་ཀྱི་བྱེད་འདོད་ཡོད། སུས་ རྒྱུ་བ་གཡོག་ཀྱི་བྱས། ཡང་སུ་ཞིག་ རྒྱུ་བ་  
གཡོག་ཀྱི་གི་སྒོར་དུ་སྟུང་།

༢

བོད་ནང་གི་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་འདྲ་པར་ཞིག་མཐོང་སྟེ། དེ་ནི་ནང་དོན་གྱི་  
ཆ་ནས་སྤྱིང་ཁུངས་སུ་བྱུག་གཟེར་སྟེ་པའི་རུས་ཤུགས་དང་རྣམ་པའི་ཆ་ནས་མཐོང་མ་ཅོམ་གྱིས་ཉ་ལས་  
ཉང་སངས་བར་བྱེད་པའི་འདྲ་པར་ཞིག་རེད། ཅུར་ཅུར་དུ་འབར་པའི་མེ་ལྷེས་གྲངས་ལས་འདས་པའི་  
ཆོས་དཔེ་མང་པོ་ཐལ་དང་རྩལ་གྱི་རོ་བོར་བསྐྱར་དང་སྐྱར་བཞིན་འདུག་ལ། འདིའི་སྔོན་དུ་ཆོས་དཔེ་འདི་  
ཚང་མ་ནི་དགོན་པའི་ནང་གི་བླ་མ་རིམ་བྱུང་བའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་རྒྱུ་རྒྱུ་རེད། མེ་རུ་  
གཏོང་མཁན་སུ་ཡིན་པ་དང་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་ལྟ་དམོ་ལྟ་མཁན་སུ་ཡིན་པ་དབྱེ་བ་འབྱེད་དཀའ། རྒྱ་  
མཚོན་ནི་ཁོང་ཚོ་མཉམ་དུ་འདྲེས་ཏེ་དག་འཕྲོའི་རྣམ་འབྱུང་ལས་གཞན་མི་མཛོན་པས་སོ། དེ་མིན་དེ་དུང་  
སྐབས་དེར་ནང་ལོག་གི་རིག་གསར་གྱི་འདྲ་པར་སྟེང་གི་མི་ཚོགས་དང་བསྐྱར་ཆེ་གྱོན་ཆས་དང་འོ་  
དབྱིབས་སོགས་སྟོགས་གང་གི་ཐད་ནས་བརྟུས་ཀྱང་འདྲ་པར་གཅིག་གི་ནང་ནས་ཐོན་པ་ཇི་བཞིན་དབྱེ་  
འབྱེད་མེད། བོད་ལུགས་ཀྱི་བཟོ་བཀོད་རྒྱུ་ལྟེངས་ཡིན་པ་ཁོ་ན་ལས་ང་ཚོར་གསལ་ཆ་བསྐྱངས་པ་ནི་དེ་  
ནི་བོད་རེད། དེ་ནི་ལྟ་ས་རེད། དེ་ནི་ལྟ་ལྟན་གཅུག་ལག་ཁང་གི་གསུང་ཆོས་ར་བ་རེད།  
སྐབས་དེར་ རྒྱུ་བ་བཞི་གཏོར་ཀྱི་སྐུ་ལ་བཟའི་འོག་དགོན་པའི་ནང་གི་ཅ་དངོས་ཡོད་དོན་ཅག་ཐམས་  
ཅད་གཏོར་བཞིག་ཐོག་མར་འཁེལ་པའི་ རྒྱུ་བ་བཞི་འོ་ ཁོང་གཏོགས་ཡིན་ཕྱིར་གཙང་ཕྱགས་ཀྱི་  
དམིགས་འབེན་དུ་འབྱུང་རྒྱུ་ལུགས་མཐུན་དུ་ཆགས་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་གཙོག་ཐུབ་པ་ཚང་མ་བཅག་  
བསྟེན་ཐུབ་པ་ཐམས་ཅད་བསྟེན་པས། འོན་ཀྱང་ རྒྱུ་བ་བཞི་ཀྱི་དངོས་གནས་མང་དྲགས་པས་བཅག་  
མི་ཚར་ལ་བསྟེན་པ་ཀྱང་མི་ཚར་ན་གཡུག་ ལམ་ནང་དུ་གཡུགས། གསང་སྟོང་ནང་དུ་གཡུགས། ཨ་  
མས་སྔོན་ཆད་པ་ལ་བཤད་སྟེང་ རྒྱ་བ་ཞིག་པའི་ཡིད་སེམས་སུ་དོ་བཞིན་བརྟན་པོར་ཆགས་ནས་བརྗེད་  
དཀའ་པའི་ལྟ་སྐྱེད་སྐབས་མོ་བཞག་ཡོད། ཉིན་ཞིག་ངས་ཅ་དངོས་ཁ་ཤས་ཨ་ཁུ་ཆེ་རིང་ཆེང་ལ་བསྐུལ་

དགོས་བྱུང་། དེའི་ཁྱོད་སྒྲེས་ནས་ང་ཐོག་དང་པོ་ཕྱི་ལོ་ག་ཏུ་སོང་པ་ཡིན། དམག་ཁུལ་གྱི་ལྷག་སྒྲིའི་ཡབ་  
 གཞིས་སྤང་མདུན་ཚོང་ནས་བར་སྐོར་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁྱུ་སྤྱག་རྒྱུང་ས་འཁོར་འབབ་ཚུགས་བར། དེ་ནས་ད་  
 དུང་པར་ལེན་ཁང་གི་ལམ་རིང་ཐུང་ཀུན་ཏུ། གཙུག་ལག་ཁང་གཏོར་བརྒྱག་བྱེད་པའི་སྤང་དང་ཡང་ན་ཉེ་  
 འཁོར་གྱི་ལྷ་ཁང་དག་གཏོར་བཞིན་པའི་སྐབས་ཡིན་མིན་མ་ཤེས་མོད། དགོན་པའི་ནང་གི་ཆོས་དཔེ་དེ་  
 ཚོ་སྤང་ལམ་གྱི་ག་ས་གང་དུ་གཏོར་ནས་སྟོན་ཁའི་སྤྲོད་བའི་ལོ་མ་ལས་ཀྱང་མང་བ། ཆོས་དཔེའི་སྟེང་དུ་  
 གོམ་པ་སྤྲོས་འགོ་སྐབས་ཀྱང་འོག་ཏུ་ཤག་སྤྲོ་བྲགས་ཏེ་སེམས་སུ་བཟོད་མི་བྱུང་པའི་འཇིགས་སྤང་  
 ཞིག་སྒྲེས་སོང་། ཡིན་ཡང་ཐབས་ཤེས་གཞན་མེད། སྤང་ལམ་ཁྱིལ་བོར་ཆོས་དཔེའི་གང་ནས་ཀྱང་པ་སྤྲོ་  
 ས་མེད་པར་གཡོལ་བསམ་ཡང་གཡོལ་ཐབས་བྲལ། ངས་ངོ་མ་ཉ་མི་གོ་ མི་འདི་ཚོ་ཆོས་དཔེའི་སྟེང་  
 དུ་འདྲ་སྤྲོ་བཅུ་བཅུ། རྒྱུང་ས་འཁོར་ལ་སོགས་པ་ཚང་མ་ཆོས་དཔེའི་སྟེང་དུ་འགོ་གི་འདུག ཆོས་དཔེ་དེ་ཚོ་  
 གཤམ་པ་རལ་དང་རྩོད་པོ་ཞེ་དྲག་ཆགས་འདུག རྩུག་ཆགས་ཐེབས་པའི་ཆོས་དཔེ་སྤྲོད་ལོ་དང་  
 མཉམ་དུ་སྟོན་རྒྱུ་ཁོད་བར་སྤང་དུ་དབང་མེད་ངང་འཕུར་ལྷིང་བྱེད། ་།

བར་སྐོར་གྱི་སྟོན་མོས་སྤྱག་སྤང་མ་འཇགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ ་ལྷ་སྤྲོ་དང་ཆོས་དཔེ་སྟེང་སྤྲོས་ཏེ་འགོ་  
 ཐེངས་རེ་རེར། སེམས་ནང་གི་དངངས་སྤྱག་དེ་བཤམ་མི་ཤེས་པ་ཞིག་རེད། དེ་དུས་སྤྱེགས་ཤིང་གིས་  
 གསང་སྤྱོད་འགའ་བྱེད་བྱས་ཡོད་པ་དང་། སྤྱེགས་ཤིང་གི་ངོས་སུ་སྤྲོ་དང་ཆོས་ཡིག་བཞེངས་ཡོད་  
 ཀྱང་། གནམ་ཤར་མ། དེའི་སྟེང་དུ་གཙུག་སྤྱག་སོགས་བཏང་བས་སྤྱི་གཉིས་ཚབས་ཆེན་བསགས་  
 ཡོད། ་།

ལོ་ན་ཤར་པའི་དད་ལྡན་སྤྲོས་བུ་པོ་མོ་དུ་མའི་ཡིད་སེམས་གོར་མོར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་འབྱུང་ཞིང་།  
 སྤྲོ་འགྲོད་ཀྱི་སྤྲོ་ངག་འདོན་བཞིན། མིའི་ཆེ་ཐག་རིང་པོ་གནས་ནས་རྒྱ་མཚོན་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ། མ་གི་  
 གསོན་པོར་བསྐྱེད་ན་རིག་རྒྱ་མཐོང་རྒྱ་མང་པོ་འདུག ཐ་ན་ལྷ་དགོན་མཚོག་གི་འདས་གྲོངས་ཀྱང་  
 མཐོང་སོང་། འདི་ལས་ལྷག་པའི་བྱ་མ་ཤིས་པ་ཞིག་ཡོད་དམ། ང་རྒྱུང་དུས་ཀྱི་གཏོར་མོ་ཨ་ཅེ་ཡེ་ཤེས་  
 ལགས་ཀྱིས་མགོ་བོ་འཕྲེད་དུ་གཡུག་ཞོར་ ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་ནམ། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོའི་  
 སྐབས་སུ་སྤྲོ་དགོན་མཚོག་ཀྱང་མནར་གཅོད་བཏང་ནས་བཀྲོངས་པ་རེད་ཟེར། ་།

དེམིན་ད་དུང་འདྲ་པར་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ང་ལ་སྤྲོད་ཆོར་ཟབ་མོ་ཞིག་བཞག་ཡོད། ལྷ་ལྷན་གཙུག་ལག་  
ཁང་གི་སྤྱོད་ཆད་ཀྱི་གསུང་ཆོས་ར་བ་དེ་དེ་ལྟར་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆ་གདོན་བཞག་གསེལ་དགག་པ་རྒྱག་སའི་ལྟ་  
གནས་སུ་གྱུར་ཡོད་པ་དང་། བར་བལྟས་ཆོད་ཀྱིས་གཞུང་ཞབས་པ་ཞིག་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཞལ་ངོར་  
འཇུག་མཛད་སྤྱི་ཁའི་པ་ལས་སྤྱོད་བཟོད་འཐབ་བཙོད་ཆོག་སུ་འདུའི་འགོ་འཛིན་ཡིན་པ་ཤེས་བྱབ།  
འདྲ་པར་དེ་གཉིས་ལ་མཐུན་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་མེད་ཀྱང་ཁོ་བོ་ཡི་ཉམས་འགྱུར་སྤྱོད་སྤྲུངས་ཏེ་  
བརྒྱུད་རིམ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་རེད། ལུས་གཟུགས་ཅུང་ལྷག་པར་དགྱེ་ཞིང་མཇུག་མཛད་སྤྱི་ཁའི་འགྱུར། རྟེན་  
རུ་ཆོས་དཔེ་མཐུག་པོ་བཏགས་ཤིང་མགོ་བོ་ནང་དུ་བསྐྱར་ནས་སྤྱོད་བཟོད་དང་ལེན་བྱེད་བཞིན་པའི་སྤྱི་ཁ་  
དེར་བཅུགས་པའི་མཇུག་མོ་དེ་མར་འཛོག་མི་སྲིད་ལ་བཞག་ཀྱང་ལམ་སང་ཕྱིར་བསྐྱར་རྒྱུའི་གྲ་སྒྲིག་བྱས་  
ཡོད་པ་དང་འདྲ།

ཁོ་བོའི་འཇུག་མཛད་སྤྱི་ཁའི་འདྲ་པར་འདི་གཉིས་ནང་གི་འཇུག་མཛད་སྤྱི་ཁའི་ན་དེ་རེད། དེམིན་མི་གཞན་  
རྣམས་འཐབ་ར་གཅིག་གི་ནང་གི་ཡར་ལངས་ཞིང་བྱན་ཏེ་ཡིན་ཡང་དེ་དག་གི་ངོ་གདོང་ན་དེ་འདྲའི་སྤྱོ་  
བདེ་བག་ཐེབས་ཀྱི་འཇུག་མཛད་སྤྱི་ཁའི་མཐོང་རྒྱ་གཏན་ནས་མི་འདུག་ལ། ཁོ་ཆོའི་ངོ་གདོང་ལ་ཤར་པ་  
ནི་ངར་མེས་འཕེལ་ཞིང་ཁོང་སྤྱོད་ལངས་པའི་གཡོ་འབྱུང་ལས་གཞན་ཞིག་ནི་དང་པོ་འཆོབ་ཀྱི་རྣམ་  
འགྱུར་དང་སྤྱོ་བར་དུ་བྱུང་པའི་མིག་སྤྱར་གྱི་འགྱུར་ལྡོག་དེར་ཡིད་ཆེས་དཀའ་བའི་མགོ་འཐོམ་པའི་  
དོགས་སྤྱོ་དེ་རེད། བ་ན་སྤྱི་ཁ་དེའི་དཔུང་བ་རྒྱབ་ནས་དམ་པོར་བཟུང་པའི་གཞོན་ལུ་དེ། དམངས་མི་  
དམར་སྤྱང་དམག་དེ། ཁོ་བོའི་ཚུགས་ཀ་དང་རྣམ་འགྱུར་གཏུམ་དྲག་ལས་ལྡོག་སྤྱོ་ཡ་མཚར་བ་ཞིག་ནི་  
སྤྱོད་བཟོད་མི་བདེ་པའི་དང་པོ་སྤྱི་ཁའི་ཞིག་དང་སྤྱོ་འཆོབ་ཅིག་མ་བཅོས་ངང་གིས་སྤྱི་ཁའི་འདུག ཁོ་རང་ཁོ་  
ན་ཉིད་ཉལ་དགོད་བྱས་འདུག རྒྱ་མི་གཞུང་ཞབས་པ་འདི་ཁོ་ན་ཡིད་ཆོམས་པའི་ངང་ཉལ་ཆ་རྒྱག་བཞིན་  
འདུག འདི་ནི་བཅོན་འཇུག་བཞིག་གི་ཉལ་ཆ་རེད། འདི་ནི་བདག་དབང་ལག་དུ་བཟུང་པ་པོ་ཞིག་གི་  
ཉལ་ཆ་རེད། འདི་ནི་བདག་པོ་གསར་པ་ཞིག་གི་ཉལ་ཆ་འདྲ་རེད། དེ་བས་ང་ཆོས་མི་འདི་སྤྱོ་ཡིན་སྤྱོ་མིན་  
གྱི་ལོ་རྒྱུས་གསལ་པོ་ཤེས་རྒྱུ་དཀའ་ཡང་། ཁོ་བོའི་འཇུག་མཛད་སྤྱི་ཁའི་དུས་ནམ་ཡང་སྤྲོད་མེད་དུ་འཛོག་

མི་རུང་། མི་འདིའི་གདོང་རས་གཡོག་པའི་འཛུམ་མདངས་དེར་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་ཡོད།  
མགོ་ལ་ཤོག་ཞུ་རིང་པོ་བསྐྱོན་པའི་གྲ་པ་དེ་ལ་འང་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་ལ། དེ་མིན་ད་དུང་ཁོ་  
བོའི་མདུན་དུ་རི་བཞིན་ཉེ་བཞིན་ཉེ་བཞིན་བསམ་སྒྲོ་ཆིང་པ། རིག་གནས་ཆིང་པ། གོམས་གཤིས་ཆིང་པ།  
ལམ་སྒོལ་ཆིང་པ་ལ་ཆིང་པ་བཞི་ཟེར། སྐྱར་པ་པོས། མིས་འཐེན་འཁོར་ལོ་འཛིན་སྤངས་པའི་མཆོད་བྱ་དྲ་  
དང་ཐང་ཀ་སོགས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་དེ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། ཁོང་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གྲ་པ་  
ཞིག་དང་ཡང་ན་སེ་འབྲས་དག་འགས་ལྟུང་གི་གྲ་པ་ཞིག་ཏུ་ངེས་འཛིན་བྱེད་མི་ཁ་ཤས་བྱུང་ཡང་།  
དངོས་དོན་དུ་ང་ཚོའི་ཁོང་ནི་བཅོན་དབང་གིས་གྲ་ཆོས་བསྐྱོན་ཏེ་ཁྲོམ་བསྐྱོར་རྣམས་སྟོན་བྱས་པའི་སྒྲ་མ་དེ་  
མོ་ཆོང་དང་ཡང་ན་དམར་སྤང་དམག་གིས་ལུགས་ཕྱི་བས་ཀྱི་མདུང་མོས་དམར་གསོད་བྱང་བའི་ལྟ་  
བཅུན་རིན་པོ་ཆེར་ངོས་འཛིན་བྱས་མཆོག་པ་ཅི། སྐྱེ་མཚན་ནི་ཁོང་ཚོར་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་མིང་ཞིག་  
ཡོད་པ་ནི་ཉེ་མངའ་བདག་ཆེན་མོ་གསུམ་ཉི་ཤེས་ཀྱི་བོད་གཞུང་། སྐྱེ་བྱུང་གི་དགོན་སྡེ་གསུམ་ལ་ཟེར།  
སྐྱར་པ་པོས། རེད།

ཕྱི་སྐྱོར་ནང་སྐྱོར་བརྒྱབ་ནས་འཆོང་ཁ་ཤིག་ཤིག་རང་ལྟ་རུབ་རྒྱག་མཁན་དེ་ཚོའི་ནང་། མི་ག་ཚོ་དེ་ཅིག་  
བཅིངས་གྲོལ་གཏོང་ཡུལ་གྱི་དག་འཕྲོས་སྐྱུལ་པའི་དངོས་ལྷགས་པ་དང་། མི་ག་ཚོ་དེ་ཅིག་འཇིགས་  
སྐྱག་དང་སྒྲོ་འཆོབ་མ་བཟོད་པར་ཡོང་བ་དང་། ཡང་མི་ག་ཚོ་དེ་ཅིག་རང་དོན་ཁོ་ནར་བསམ་སྟེ་ཡོང་བ་  
ཡིན་པ་ང་ཚོའི་ནམ་ཡང་རྟོགས་ཐབས་བྲལ་མོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་གསལ་བོར་ཤེས་པ་ཞིག་ནི་དོན་  
དངོས་སྟངས་བྱན་གཡོག་ནི་སྟོན་ཆད་ཇི་བཞིན་བྱན་གཡོག་རང་ཡིན།

འཛུམ་དཔུལ་དཔུལ་གྱི་བདག་པོ་གསར་པ་ཐོན་དུས། དེ་སྟོན་ནང་ཆོས་ཀྱི་དགོ་ཚོགས་བསགས་ས་དེ་  
བྱང་བདེན་མེད་པའི་ཁྲིམས་ཁང་དུ་བསྐྱར་དུས། མི་གང་རུང་ཞིག་ལ་ཉེས་མེད་ཉེས་འཛུགས་ཀྱིས་  
ཁྲིམས་གཅོད་བྱ་དུས། ལྟ་རུབ་རྒྱག་མཁན་པོ་མོ་ཆུན་གཞོན་དེ་ཚོ། གཅིག་བྱས་ན་ངན་རོགས་ཀྱི་གྲལ་  
མཐར་ཡང་མི་ཚུད། བར་བལྟས་ཆོད་ཀྱིས་ཞི་དུལ་དང་སྐྱུལ་བ་དེའི་རྣམ་པ་མཛོན་པའི་ལྟ་དམོ་བ་དེ་ཚོ་དོན་  
དངོས་སུ་སྤར་བཞིན་བྱན་གཡོག་ལས་མ་འདས། དངོས་དོན་བདེན་ཐོག་ཏུ་བརྟེན་ཁོང་ཚོ་སྤྱི་ཞིག་  
གིས་ཀྱང་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་བཅིངས་འགོལ་གཏོང་མྱོང་མེད།

སྐབས་འདི་རུ་ རྒྱ་གཞུང་ཚེས་རབ་༧ སྤུངས་ནས་ ལྷན་ཞིང་གཏིང་དུ་འཕུལ་པའི་ཚེས་ལུགས་ཀྱི་ལུས་  
འཁྲུག་ལ་ལེ་ཞིང་། དུས་སྐབས་འདིར། མ་རེད། དུས་རབས་འདིར། མི་རྒྱལ་པའི་ རྒྱུ་གཞུང་གི་ལུས་  
གསར་བཟོ་༧ རུ་འཕོད་པའི་དུས་རབས་འདིར། བརྒྱུ་བཙུག་གུང་ས་ལས་འདས་པ་ཞིག་གཙུག་ལག་  
ཁང་གི་ཕྱི་གཞི་སྤུ་སྤུ་མཐོང་བཞུགས་ཡོད་པས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་ རྒྱ་གཞུང་ཚེས་རབ་༧ ༡༩༦༦ལོ་  
ནས་འགོ་བཙུགས་པའི་གསར་བཟོ་དེའི་དཔང་རྟགས་སུ་གྱུར།

⌈

བར་སྐྱོར། མ་རེད། བོད་ཡུལ་བཅིངས་གྲོལ་གཏོང་པའི རྒྱུ་བརྒྱུད་  
 སྲང་ལམ་ རྟུ་འབོད་པའི་སྐད་གྲགས་ཅན་གྱི་སྲང་ལམ་རྙིང་པ་དེ། མང་ཚོགས་ཀྱིས་ངར་ཉམས་ཆེན་པོ་  
 རྟོན་པའི རྒྱུད་རྒྱ་དམར་པོའི་ རང་གསར་བརྗེ་མཚོན་པའི་མིང་གསར་པ་ཞིག་གིས་ཆོས་ལུགས་  
 གྱི་གོ་དོན་ལྡན་པའི་མིང་རྙིང་པ་དེའི་ཆབ་བྱས་སོང་། རྙིང་གཏོར་གསར་འཛུགས། ཆེ་གཏོར་ཆེ་འཛུགས།  
 གནམ་ས་བརྗེ་པའི་དཔལ་ཉམས་དེ་སྟོན་ཆད་ཀྱི་རྣམ་པ་རྙིང་པའི་དོ་གྲུང་ཕྱར་བསྐྱེད་པའི་བྱང་བྱ་གསར་  
 པ་དེའི་སྟེང་མཐོ་འཛུགས་སྤྱི་གས་འདོན་བྱས་ཡོད། རྒྱུ་བརྒྱུད་སྲང་ལམ་ རྟུ་འབོད་པའི་བཟུང་  
 རྒྱུ་གསར་འཛུགས་སྲང་ཆེན་ རྟུ་མིང་བསྐྱར་བྱས། རྟུ་གྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་གིས་དེ་རིང་ཡང་བསྐྱར་  
 བོད་མིའི་ཁ་ནང་གི རྒྱུ་བརྒྱུད་ རྟུ་འབྱུང་ཡོད་ལ། རྒྱུ་མིའི་ཁ་ནང་གི རྒྱུ་བརྒྱུད་སྲང་ལམ་ རྟུ་  
 འབྱུང་ཡོད། ཡང་བསྐྱར་མཇལ་སྐོར་དང་ཆོང་རྒྱག་སའི་སྲང་ལམ་ཞིག་ཏུ་འབྱུང་། ཡིན་ཡང་གསར་མཁུལ་  
 ཆོས་མང་སའི་སྲང་ལམ་ཡང་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་མཚན་ནི་དེ་སྟོན་ ༡༩༥༧ ནས་ ༡༩༨༩ལོའི་བར་  
 སྲང་ལམ་འདི་རྩུ་བྱིང་ཆེན་ རྟུ་སྟོང་ལོ་ཡོད་པས་སོ།  
 ཡིན་ནའང་ རྒྱུ་གསར་འཛུགས་ ཞེས་པའི་མིང་ཆོག་གསར་པ་འདི་བོད་སྐད་ནང་བསྐྱར་རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་  
 ཞིག་མིན། དེ་ནི་ རྒྱུ་གསར་བརྗེ་ རྒྱུ་གསར་ལམ་དཔེ་ རྒྱུ་འབྱུང་མེད་གསར་ལམ་གྱི་སྤྱི་དབང་སྐོར་  
 འཛིན་ རྟུ་སྤྱི་གས་འདུ་ཤེས་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཐ་སྟངས་དག་དང་མཚུངས་ཤིང་། བོད་ཡིག་ནང་དེ་ཆོ་དང་  
 གཅིག་འདྲའི་ཐ་སྟངས་ཅིག་བཅུལ་རྒྱུ་ནི་ཏུ་ཅང་དཀའ་བའི་ལས་ཤིག་ཡིན། ང་ཚོའི་སྤྱོད་ལས་རྟོགས་  
 དཀའ་པ་ཞིག་ནི་སྐབས་དེའི་གསར་བརྗེ་བ་ཚོའི་ཅི་འདྲའི་ཐབས་ཤེས་ཡོད་དགུ་ཕྱར་སྤྱི་གས་ཀྱིས་སྐད་



རིགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་འོ་ན་དྲ་གསར་འཛུགས་ཀྱི་ཅེས་པར་འབྲེལ་བཤད་ཐབས་ཆག་ཅིག་རྒྱག་ཐུབ་པའི་  
 ཐ་སྟད་དེ་གཉིས་ནི་ཇི་ལྟར་ཆེད་པ་ཡིན་ནམ། དེ་ནས་ཆ་སྒྲིག་ཡ་སྒྲིག་གིས་དྲ་རིག་གནས་ཆིང་  
 པའི་ཀྱུ་ལ་རིམ་གྱི་བོད་ཡིག་ནང་ར་མགོ་ལུག་སྦྱར་གྱིས་བཅན་སྒྲིག་བྱས་ནས་མིང་ཆོག་གསར་པ་  
 ཞིག་བཅོས་འདུག ད་དུང་དཔྱད་ཆོའི་སྒོ་ཡིད་དུ་ཤར་དཀའ་བ་ཞིག་ནི་སྐབས་དེའི་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ཀྱིས་ཇི་  
 ལྟར་བྱས་ནས་དེ་འདྲའི་ཆོག་མཁེགས་པོ་མང་པོ་ཞིག་འདོན་ཐུབ་པ་མ་ཟད་སྒྲོར་བཟུང་པ་ཡིན་ནམ། ཡིན་  
 ཡང་སྐབས་སྐབས་སུ་རྒྱ་རྒྱུ་ནང་དྲ་ཁ་ཕྱོགས་ཅན་ཀྱི་ལ་བོད་སྐད་དུ་ཕག་ཤ་དང་། རྒྱ་ལ་མ་ཕྱོགས་  
 ཅན་ཀྱི་ལ་ལུག་ཤ་སོགས་དགོད་བྱོ་བའི་དོན་དག་ཀྱང་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། སྐབས་དེ་དུས་སྒྲོན་མེད་ཀྱི་མིང་  
 ཆོག་གསར་པ་མང་པོ་ཞིག་རིམ་བཞིན་ཐོན་པ་དང་མཉམ་དུ་ཀྱ་རེ་ཁ་མཚར་ལ་དགའ་བའི་བོད་མི་  
 དམངས་ཀྱིས་སྒྲོ་རོར་འཛིན་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་དགོད་ཁ་སྒྲོང་གཞིའི་སྐད་ཆ་འདྲམང་པོ་ཞིག་སྒྲིག་བཅོ་བྱས་  
 ཡོད་ལ། གསར་ཐོན་བྱ་དངོས་ཀྱང་རྫོགས་མཐའ་མེད།  
 དོན་དངོས་སུ་འཛམ་གླིང་སྟེང་དྲ་གསར་འཛུགས་ཀྱི་གནད་དོན་མདུན་དུ་ལྷག་པ་དེ་བོད་གཅིག་ཕུ་ག་  
 ལ་ཡིན། ཡིན་པའི་Jew )ཙྏམ་པ་པོ་ཞེས་ བོས་སར་གྱི་དེ་རིང་གི་ཡིན་པའི་མི་མི་ཞིག་ཀྱི་ཅེས་  
 པའི་ནང་། རྒྱ་ལ་རབས་ཉི་ཤུ་དང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསར་བཟུང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་སྟེང་སྒྲོང་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་  
 ཡོད་ལ། སལ་ཆེར་དེ་རིང་ནང་བཞིན་ཉ་ཅང་མང་པོ་རེད། མང་དུ་གསུམ་པས་ཐ་ན་ཉ་ལྷུ་སྟེ་སྐབས་མཐའི་ལ་  
 པའི་ཞིག་གིས་ཀྱང་ཁོ་རང་འཛོ་གནས་བྱེད་ས་དེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྐབས་དོན་གྱི་མཐའ་ཁར་ཁེལ་ཡོད་ན་ཡང་  
 རྒྱས་ལོན་གསལ་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ལེ་མས་ཐག་བཅད། སྐབས་དེར་ཁོང་གིས་མི་བྱེད་དད་པའི་ཀྱན་ནས་  
 ཐུག་པའི་རྗེས་འབྲངས་དད་ལྡན་ནམས་ལ་དྲ་གསར་བཟུང་ཐེངས་ཤིག་ཀྱི་ཅེས་པའི་གསར་བྱུང་གི་མིང་  
 ཆོག་འདིར་ཅུང་གོ་བདེ་པའི་འབྲེལ་བཤད་ཅིག་བཅུལ་དུས། མི་གཅིག་གིས་ཀྱང་ལན་གསལ་བོ་ཞིག་མ་  
 ཐོབ། དེ་ནི་རྒྱ་མོ་སྟེ་ཆོས་གཞུང་ཀྱི་ཙྏམ་རིག་ནང་བྱུང་སྟེང་མེད་པའི་མིང་ཆོག་ཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 སྒྲོན་ཆད་ཐུག་མ་སྟེང་པའི་གནས་རྒྱལ་ཡ་མཚར་ཅན་དེར་འབྲད་རྗེས། ལ་པའི་ཡིས་ཡིན་པའི་ཞིག་ལ་  
 ཐུག་འདོད་ཀྱི་རེ་བ་ཞུས། མཚན་སྟན་གྲགས་ཅན་གྱི་ཆེད་ལས་དག་ཤན་ཆེན་མོ་བ་ཞིག་དང་མཇལ།  
 ཞུང་རང་དཔྱད་ཆོའི་ཉ་ལྷུ་སྟེ་རྗེས་འབྲངས་པ་ཆོས་མི་ཤེས་པའི་གནད་དོན་ཐད་དགའ་མོས་ཡོད་པའི་མི་

ཞིག་ཡིན་ཟེར། གསར་བཤེས་ཤིག་ཅེས་པའི་དོན་ཅི་རེད་ཅེས་ངེས་ཆོ། དག་གི་ཆེན་མོ་པས་ཡིད་མི་  
 ཆེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ རྒྱུད་ཀྱི་རོམ་ཤེས་འདོད་ཡོད་དམ། བཟང་གི་ དོན་དག་དེ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་  
 འདྲ། འབྱོར་མེད་གྲུལ་རིམ་དང་རུལ་སྤངས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་གྲུལ་རིམ་བར་འབྲལ་འབྲུག་ལངས་དུས།  
 དབྱེ་གཅིད་ཡོ་བསྐྱར་གི་གནས་བབ་ཞིག་རིམ་བཞིན་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་། དེ་ཡིས་འབངས་མི་རྣམས་སྲིད་  
 དབང་ཤོག་ཁག་ཅན་དུ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བར་མ་ཟད་སྤྱི་ཚོགས་དཔལ་འབྱོར་ཐད་ལ་འང་འབྱུར་བ་ཐེབས་སུ་  
 འཛོག་ཀྱི། ལ་པའི་ཡིས་ཆོག་མཆོམས་བཅད་དེ། ང་འདི་ཆེས་མི་ལས་ངན་ཞིག་རེད། དེར་སྡོན་ངས་  
 ཆོག་གཅིག་གི་དོན་མ་གོ་བ་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ད་ལྟ་ངས་མིང་ཆོག་ལྟའི་དོན་མི་གོ་བར་གྱུར་  
 ཟེར། །

སྐབས་དེར་མིང་བཤེས་བྱས་ཀྱིས་དཔལ་སྤོང་ཆེ། དེ་ནི་རྒྱུད་པ་བཞི་གཏོར་ རྒྱུད་གསར་པ་  
 བཞི་འཛུགས་ རྒྱུད་སྤྱི་དོན་ཡིན་པས་མི་བཤེས་པ་བཤེས་པེད། སྤང་ལམ། ཆོང་ཁང་། སྤེ་པ་སོགས་ཀྱི་  
 མིང་བཤེས་དགོས་པ་མ་ཟད། མིའི་མིང་ཡང་བཤེས་དགོས། ལ་མས་ཕྱིར་འདད་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་བཤད་  
 རྒྱུར། རྒྱུད་དུས་མི་རེ་རེའི་མིང་བཤེས་པའི་བཀའ་ཕབས་སོང་། བོད་ཀྱི་མིང་ནི་རྒྱུད་པ་བཞིའི་ཁོངས་  
 སུ་གཏོགས་ཤིང་བཀའ་བཀོད་བརྒྱད་འཛིན་མོངས་དད་ཀྱི་ཤན་ཞུགས་ཡོད་པས་ངེས་པར་དུ་བཤེས་  
 རྒྱུ་དགོས་ཟེར། ང་ཆོ་ཆང་མ་སྤྱི་བདེ་ཐེན་གྱིས་གཅིག་གྱུར་གྱི་མིང་བཤེས་བྱས་པ་རེད། མི་ཆང་མའི་  
 མིང་གསར་པ་ཆབ་སྲིད་ལུ་ནང་སྤྱད་དེ་ཆོག་མཆོན་བཀོད་དགོས། མིང་གི་སྡོན་དུ་མའོ་དང་ཡང་ན་ལེན་  
 སོགས་བཏགས་ཡོད། མའོ་ནི་མའོ་ཅི་ཏུང་དང་ལེན་ནི་ལེན་པོའོ། སྐབས་དེའི་རྒྱ་ནག་གི་གཙོ་འཛིན་དང་  
 པོ་དང་གཞོན་པ་ཡིན། སྐྱར་པ་པོས། མི་ལ་ལས་མིང་ལ་གོ་ཡོན་རྟོན་ཞེས་བཏགས་ཡོད། གོ་ཡོན་  
 རྟོན་ནི་མཐོ་སྤང་གི་དམར་མདངས་ཞེས་པར་འཛུགས། སྐྱར་པ་པོས། ངས་ཐོག་མར་མའོ་བེ་རྟོ་ཞེས་པའི་  
 མིང་དེ་འདེམས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྤྱི་བདེ་ཐེན་ནང་མའོ་བེ་རྟོ་ཞེས་པའི་མིང་དེ་མི་གཞན་ཞིག་གིས་  
 བཏགས་ཆར་འདུག། རྒྱའི་མིང་དུ་འདུག་ལྟ་སྡོན་དང་སྤྱི་འདྲ་བའི་མིང་ཡོད་པ་བཞིན། ང་རང་གི་མིང་ལ་  
 ལེན་གལ་སྡོན་ཞེས་བཏགས་པ་ཡིན། གཙོ་འཛིན་གཞོན་པ་ལེན་པོའོ་ཡི་མི་ཆང་གི་མིང་དང་གཅིག་པ་  
 ཆགས་སོང་། མིང་གསར་པ་དེ་བཏགས་པ་ཅོམ་མ་ཡིན་པར་བཤད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་ཞེས་སྤྲིག་ལམ་

བཞག་ཡོད་ཅུང་དམག་མི་འབྲས་མིས་མིང་ནས་འབོད་དུས་མ་གཏོགས་ནམ་རྒྱུན་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་མི་  
 བཀོལ། མི་མང་པོས་རང་གི་མིང་གསར་པ་བརྟེན་ཆར་འདུག ངའི་ལས་གྲོགས་སྣ་བ་རྒྱུད་པའི་མིང་ལ་ཀོ་  
 ཡོན་ཏྲོན་ཞེས་བཏེགས་ཡོད། ནམ་རྒྱུན་ཁོ་མོས་མིང་གསར་པ་ནས་བོས་ཆེ་ཁོ་མོར་ལན་འདེབས་མེད།  
 ང་ཆོའི་ལམ་སངས་ལྟ་བུ་ལགས་ཁྱེད་རང་འབོད་ཀྱིན་འདུག་ཅེས་སྒྲོ་གསལ་གྱི་ཚུལ་དུ་ལབ་དུས་། ཁོ་མོའི་  
 ད་བཟོད་འཆབ་བེ་འཆུབ་བེས་ཡོད་ཡོད་ཅེས་ལན་འདེབས་བྱེད་ངེས། ངོ་མོའི་དགོད་བྲོ་བ་ཞིག་རེད།  
 སྐབས་དེར་མི་ཆང་མ་སྒྲོན་པ་ནང་བཞིན་རེད། དངོས་གནས་རིག་གསར་སྐབས་ཀྱི་མི་ཆང་མ་སྒྲོན་པ་  
 རེད། ཁྱོམ་བསྐོར་དུ་འགྲོ་བེར་དུས་ཆང་མ་ནམ་གྲང་ཡིན་ཡང་ཡར་ལངས་ཏེ་སྤང་ལམ་དུ་འཛོགས་ནས་  
 སྐད་འབོད་དང་འཁར་རྩ་བརྟུངས། ད་དུང་སྒྲོབས་ཤུགས་བཟང་པོ་ཞིང་ག་རེད། །

༥

ཉིན་ཞིག་དུས་རྒྱུན་ཁ་མི་གྲགས་པའི་སྤྲ་མ་ཞིག་གིས་ཁོང་གི་སྐྱ་ཆེ་སྒྲོན་མའི་ཐུངས་ཚུལ་ང་ལ་བཤད།  
 ཁོང་གིས་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་དངོས་མཐོང་གི་རྒན་པ་ཆོ་ལས་ཤེས་པ་ཡིན་ངེས། དེ་ནི་ ༡༩༥༤ ལོ་རེད།  
 ཁམས་ཕྱོགས་ནས་༼དམངས་གཙོ་བཙོས་བསྐྱར་༽བྱེད་བཞིན་པའི་སྤྱང་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གི་སྐྱ་ཆེ་སྒྲོན་  
 མ་ནི་ས་ཆ་དེའི་དགོན་བདག་སྤྲ་མ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྤྲ་ཆེན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེ་དུས་དགོན་  
 པའི་ནང་གི་གྲུ་པ་དང་སྤྲ་མ་མང་པོ་ཞིག་བྲོས་བྱོལ་དུ་ཐེབས་སོང་བ་དང་མི་མང་པོས་མཉམ་དུ་བྲོས་བྱོལ་  
 དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་རེ་འདུན་བཏོན་ཡང་དགྲང་ལོ་རྒྱུ་ཅུར་སྤེབས་པའི་སྤྲ་རྒན་ཁོང་འགྲོ་འདོད་མ་སྤྱེས།  
 ཁོང་གིས་༼མི་འགྲོ་འདི་ནི་ངའི་དགོན་པ་ཡིན་ལ་ང་འགྲོ་མི་ཉན་༽ཟེར། ཅུང་མ་འགོར་པར་གོད་ཆག་གི་  
 དུས་ངན་དེར་བསྐྱབས་སོང་། ཉིན་དེར་༼འབྱོར་མེད་ཡར་ལངས་༽རྒྱུ་མས་གཞུང་ཞབས་པ་ཁག་གཅིག་  
 གི་འགོ་ཁྲིད་འོག་སྤྲ་མ་འདི་ཆང་དང་དེ་ལས་གཞན་ད་དུང་དགོན་པ་དེའི་གྲུ་བ་རྒན་པ་ཁ་ཤས་དང་མཉམ་  
 དུ་སྐྱག་དུང་ཞིག་གི་ཁར་འབྲངས་སུ་བཅུག་ནས་འཐབ་ཚད་སྒྲོན་བརྟེན་བྱས། རུང་རྟེན་དང་གཤེག་གཤེ་  
 གང་བྱུང་དུ་བཏང་པ་དང་། དམའ་འབེབ་སོགས་རྫོགས་ཡེ་མེད། དེ་ལས་ཡ་ང་བ་ཞིག་ནི་སྤྲ་མ་ཞིག་  
 བོད་པའི་སྤྲ་མ་ཞིག་བརྒྱགས་ཡོང་ནས་དབྱུག་པ་ཞིག་གིས་སྐྱག་དུང་ནང་གི་སྐྱག་པ་སྤངས་དེ་སྤྲ་མ་  
 དང་གྲུ་བ་ཆོའི་ཁ་ནང་དུ་བཅུག་པ་མ་ཟད་བཙན་གྱིས་མི་དུ་བཅུག ཡང་བྱུང་མེད་ཞིག་བརྒྱགས་ཡོང་།

དེ་ཡང་བོད་པ་རེད། གཅར་རྩང་དང་གཤེ་གཤེ་ཚ་ཐག་ཚད་ཅིག་བཏང་ཆེས། སྤྲུལ་དེའི་གཉའ་རུ་ཞོན་དེ་ཉ་  
ཅང་རྩོབ་པོར་ཆགས་པའི་ལྷ་བའི་འདབས་ཁ་སྤྲུལ་མའི་མགོར་གཡོགས་ནས་འཐབ་ཚུད་བྱས།

འདར་སྤྲུག་རྒྱག་པའི་གནས་ཚུལ་འདི་དག་ཐོས་ཆེས། ངའི་མིག་མཐར་དབང་མེད་དུ་མཆིམས་བརྒྱན་  
སོང་། ངས་ཕར་བལྟས་ཚུལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་ཞི་ཞིང་དུལ་པའི་སྤྲུལ་མ་དེར་༼རིན་པོ་ཆེ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ཆོ་སྤྲོན་མ་  
དེའི་དེ་ཅི་ཞིག་བྱས་སམ་ཞེས་སྤྲུལ་མ་ཐུག་དུ་དྲིས་ཆོ། ཁོང་གིས་དལ་བ་དལ་བྱས་༼དེ་ཅི་ཞིག་བྱེད། ཟ་རྒྱ་  
ལས་གཞན་མེད།༽ཟེར།

ཁོང་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ངས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དཔྱད་སོང་། སྤྲུལ་འདི་སོགས་སྐབ་ཐོབ་པ་ཆེན་མོ་ཞིག་  
ལ་མཆོན་ན་བསམ་པའི་ཡུལ་ཁམས་ནས་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་ཕར་དུ་ཕྱིན་ཡོད་པས། བཟོད་  
མི་སྐབ་པ་ཞིག་ཕལ་ཆེར་མེད་སྟེད། མཐའ་མཚུག་རྟ་རྩར་བཏགས་ནས་གསོན་པོར་ངན་གསོད་བྱས་རུང་  
ད་དུང་ཞལ་ངོ་འཛུལ་གྱིས་ཁེངས་འདུག་ཟེར། དེ་མིན་གོ་ཚུལ་དུ་བདུད་མོ་དེ་ཅུང་མ་འགོར་བར་ཁྲག་  
བསྐྱུགས་ཏེ་ཤི་བ་དང་། བདུད་ཀྱན་དེ་འང་གཟའ་བྱུང་ནས་ཤི་སོང་ཟེར།

ཡིན་ཡང་བདག་གིས་འདི་ལྟ་བུའི་དངོས་དོན་ལ་བཟོད་ཐབས་བྲལ།

6

དངོས་གནས་མ་འདུས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དུས་རྒྱུན་ཐལ་དུལ་གྱིས་མནན་པའི་འདས་དོན་དེ་དག་ལ་  
ཕྱིར་འདང་རྒྱག་དུས། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཉམ་སྒྱུ་ཞེས་པའི་མིང་ཆོག་འདིས་སྐྱབས་དེའི་མི་རྣམས་ཀྱི་  
ངང་ཚུལ་མཆོན་གྱིན་འདུག། སྐྱབས་དེ་རུ་མི་ཆང་མ་སྒྱུན་པ་རང་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ན་ཐད་ཀར་མི་  
ཆང་མ་སྒྱུན་པ་རེད་ཅེས་ལབ་ཀྱང་མ་ཆོག་པ་མེད་པ་འདྲ།

༼ཉམ་སྒྱུ་༽ནི་ལུས་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་སེམས་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་  
སྟེད། འདི་ལྟ་བུའི་གནས་ཚུལ་འོག་ཏུ་འཛོ་བར་གཏུམ་དག་འདྲ་མིན་གྱིས་ཁེངས་འདུག་པ་དང་ཐོས་པ་  
ཅམ་གྱིས་ཉ་ལས་དགོས་པའི་རྩས་ཤུགས་ཡོད་པར་གདོན་མི་ཟ། ཡིན་ཡང་། གལ་ཏེ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་  
དགོས་ཆོ་ལས་སྤྲོ་བོ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན། མི་ཉུང་ཉུང་ཞིག་སྒྱུན་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་  
རྒྱུན་སྐྱོར་གྱི་རིག་པའི་ཐོག་ནད་དོས་འཛིན་དང་སྤྲོན་བཅོས་སོགས་བྱས་ཆོག་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་མ་ཡིན་

པར་པལ་ཆེར་མི་ཡོངས་རྫོགས་དུས་གཅིག་དུ་སྒྲིན་པ་ཆགས་དགོས་པ་དེ་ཅི་འདྲི་བྱེད་ཡིན་ནམ།  
གལ་ཏེ་མི་ཞིག་སྒྲིན་པར་གྱུར་ཆེ་དེ་ལ་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིག་ཡོད་པའི་ཡིན། ལུས་ཁམས་དང་སེམས་ཁམས་  
སོགས་རང་སྤྲེང་གི་རང་བཞིན་ནི་སྤྱི་མི་དགོས་ལ། སྒྲིན་པ་ཆགས་དགོས་པའི་འབྱུང་རྒྱུན་སྤྲོད་ས་དེ་འདྲ་  
བྱེད་ལ་དང་འབྲེལ་པ་དམ་པོ་ཡོད་མིན། དེ་ནི་བྱེད་ལ་ན་འཐིབས་ཤིང་འཕྲོ་བ་དེ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཇི་ལྟར་  
མི་རྒྱལ་མི་མ་ཡིན་པའི་གནས་སུ་བསྐྱལ་འདུག

༼དབང་ཤུགས་༽ ཡིན་ནམ། ཡང་དག་པར་བཤད་ན་༼དབང་ཤུགས་བཏོས་མེད་པ་༽ ཞིག་ཡིན་ནམ།  
༼རིག་གསུང་༽ གྱི་སྐབས་དང་ཡང་ན་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་དུ་དབང་ཤུགས་བཏོས་མེད་ཀྱི་དྲ་རྒྱ་ག་  
ས་གང་དུ་ཁེབས་ཡོད་པས་མ་ཚུད་པ་དང་མ་འདུས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེའི་ནང་དབང་སྐྱུར་དང་དབང་  
སྐྱུར་གྱི་ཡུལ། ལྟ་བསྐྱལ་དང་ལྟ་བསྐྱལ་བྱེད་ཡུལ། བཙེ་སྤྱད་དང་བཙེ་སྤྱད་བྱེད་ཡུལ་སོགས་གྱི་འབྲེལ་  
བ། མི་གཉིས་ལས་མེད་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་བ་དང་བྲལ་ཐབས་མེད་ཕྱིར་མི་བཅུ་མི་བརྒྱ་མི་ཁྲི་ཁྲི་  
འབུམ་འབུམ་ཞིག་ལ་དེ་བས་ཀྱང་སྤྱི་མི་དགོས།

ཕྱོ་ཁིག་གིས་༼མི་རྒྱལ་ལ་དབང་ཤུགས་དགོས་འདོད་ཡོད་ལ་དེ་དང་མཉམ་དུ་དབང་ཤུགས་དེར་  
སྐྱབས་སྤྲོད་ཞིག་ཀྱང་དབང་མེད་དུ་སྒྱུ་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་ཆོད་མེད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དབང་ཤུགས་དེས་ནམ་  
རྒྱུན་གྱི་འབྲེལ་བར་ཐེ་གཏོགས་བྱས་པར་ངོས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པར་གྱུར་ཡོད་པ་དང་། གོམས་གཤིས་སུ་  
གྱུར་ཡོད་པ་དང་། ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་རེ་འདུན་དུ་གྱུར་ཡོད་པ་དང་། ཡང་འགྲོས་མཉམ་དང་བྱུང་  
གདལ་དུ་སོང་པའི་འཛིགས་སྤྲོད་གི་བརྗོད་སྒྲིང་དུ་འདྲུང་ཡོད། ནམ་རྒྱུན་འཆོ་བའི་ནང་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་  
པའི་དབང་ཤུགས་དེ་རང་ཉིད་དངོས་སུ་བསྐྱེབས་པ་དང་ཡང་ན་རྒྱུང་ཐག་རིང་པོ་འོག་མ་དེ་མིན། དེ་ཡིས་  
བྱེད་མི་ཐུབ་པ་མེད་ཀྱང་སྐྱེ་ལོག་སྤྱོད་ལོག་གི་འབྱུང་ལྡོག་ཀྱང་ཆེ། བྱང་བཤེད་ཡོད་དེ་ཅོག་གི་འབྱུང་ཁུངས་  
ཡིན་ལ་མགོ་གཡོག་མགོ་བསྐྱར་གྱི་དམིགས་འབེན་ཡང་ཡིན། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཙུ་དོན་དང་རྩ་འཁུལ་གྱི་  
ལུས་པ་གཉིས་ལྡན་ཡིན།༽

མིའི་ནང་ཆབ་སྲིད་ལ་མི་དགའ་བ་ཡོད་ལ་དོ་སྤྲང་མི་བྱེད་མཁན་ཡང་ཡོད། འོན་ཀྱང་མི་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་  
འཆོ་བ་དངོས་ཀྱི་ནང་ནས་འཛིགས་སྤྲོད་གི་འབྱུང་རྒྱུན་དེ་གཙང་ཐུགས་བྱེད་མི་ཐུབ། འཛིགས་སྤྲོད་ནི་



དབང་ཤུགས་སྒྲ་ཚོགས་མང་གཞི་བྱས་ཏེ་བྱང་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར། མི་གང་ཅུང་ཞིག་གིས་དབང་ཤུགས་  
ལ་དོ་སྒྲུང་དང་ཐེར་གཏོགས་མ་བྱས་ན་མ་ཚོག་པ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ག་ས་གང་ལ་ཐོན་པའི་དབང་  
ཤུགས་ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་དོ་སྒྲུང་བྱེད་སྲིད་ལ་ཚོག་བྱའང་བཟོ་སྲིད། ཅི་འདྲ་བྱས་ཀྱང་གཡོལ་ཐབས་མེད།  
ཅི་འདྲ་བྱེད་སྒྲུན་པ་ཆགས་སམ། ཅི་འདྲ་བྱེད་སྒྲུ་དགོས་སམ། ཡང་ཅི་འདྲ་བྱེད་སྒྲུ་མི་དགོས་སམ། འདི་ནི་དྲི་བ་  
དང་དྲིས་ལན་ཡིན་ནམ།

༥

གལ་ཏེ། མིན། དུས་ཚོད་ཕྱིར་ཕྲོག་མ་བྱས་ན་ངས་སྐབས་དེ་མཐོང་ག་ལ་ཐུབ། ང་ཡིས་ངེས་པར་དུ་ད་  
སྐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་སེམས་ཁམས་འཛིན་དགོས། གཞན་དུང་ང་དེའི་ནང་གི་སྐབ་ཆ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་  
འདོད་མེད། ཁ་ཐོར་དགུ་འཐོར་དང་ཆད་ཆད་མཐུད་མཐུད་ཀྱི་རྒྱས་བཤད་དེ་དག་སྐབས་དེའི་དངོས་  
ཞུགས་པ་ཚོ་འདྲོན་དངོས་སུ་ཚང་མ་ཞུགས་ཡོད་ཞལ་ངེ་མེས་བཞེན་མག་མོག་གིས་ཁེབས། སྐབས་  
མང་པོའི་རིང་ཁོ་ཚོའི་སྐད་གདངས་དང་རྣམ་འགྱུར་རྒྱན་ལྡན་ཡིན་ཡང་། རང་དབང་དུ་མི་ཡོང་པའི་དུས་  
ཡུན་སྤང་དུ་ཞིག་ནམ་ཡང་ཡོད་ངེས། དུན་པའི་སྒོ་མོ་སྒོ་བྱར་དུ་འགྱེལ་ནས་ཡིད་འཛིན་གྱི་གཏིང་དུ་སྐྱས་  
པའི་འཛིག་རྟེན་དེར་ཐད་ཀར་ཐོན་དུས། གནམ་ས་དུས་འགྱུར་སྐབས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་དཀྱིལ་དུ་ཡང་ན་  
ཟུར་སྒྲེ་ཞིག་ན། ཁོ་ཐོ་དང་ཡང་ན་ཁོ་མོའི་ཁེར་རྒྱུ་གི་གཞུགས་རིས་དེ་ལྟ་ངེར་གསལ་དུས། ཉ་ལས་  
པ། དག་འསྐྱེའི་ཁེངས་པ། མགོ་ཐོ་འཐིམས་པ། ཐ་ན་རབ་རིབ་ཀྱི་ཁོད་གཞུགས་དང་གྲིབ་མའི་དབྱེ་བ་  
འབྱེད་དག་འཔའི་ཚོར་སྒྲུང་། སྒོ་བྱར་དུ་བྱུང་བའི་གཞུགས་རིས་དེས་ལོ་དུ་མར་ལས་དབང་གི་ལོ་རྒྱུ་  
སེམས་པའི་ལྟ་ངེར་འཇགས་ཀྱི་དུན་ཤེས་དེ་གཏོར་དུས་རང་དབང་མེད་པར་དུ་སྐད་དུ་ཤོར་ཞིང་མིག་མཐའ་  
མཆིམས་ཁེངས། ཡིན་ཡང་དེ་ནི་དུས་ཡུན་སྤང་སྤང་ཅམ་ཡིན།

ནང་སྒོས་སུ་བོད་མི། ངས་སྤོང་བཞེན་པ་ནི་སྐབས་ཐོག་དེའི་བོད་མི་ཚོ། ཁོང་ཚོར་ལྡན་པ་ནི་སྒྲེ་རག་འདོན་  
པ་དང་བཀའ་བཀའ་སྐྱས་སྐྱས་ཀྱི་འགྱོད་སེམས། དེ་མིན་སྐབ་ཀྱང་དག་དག་པའི་སེམས་ངོས་སུ་  
ལྟག་པའི་འཛིགས་སྒྲག་དེ་དེ་རིང་གི་དུས་བབས་ནང་རྒྱན་བསྐྱངས་ཡོད། རྒྱ་བཤད་མི་ཕོད་ཀྱི་ཅེས་པའི་  
ཚོག་གཅིག་གིས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་བྱེད་ལ་འབྱེད་དག་འཔའི་མདུད་པ་བརྒྱབ། དོན་དངོས་སུ་ངས་



བཅར་འདྲི་བྱས་པའི་སྐབས་དེའི་བོད་མི་ཚོའི་ལུས་སྤྱི་དུ་སྲུ་ཞིག་ལ་ཆ་ཚང་པའི་སྤྱི་ཇེ་ཞིག་ལྟར་པ་  
 མཐོང་མ་མོང་། བར་སྐབས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཕྱིར་མིག་དང་སྤྱི་བསྐྱོམས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་འཚོལ་བ་ཞིན་པ་ནི་  
 དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ནམ་མིན། དེ་ནི་མི་ཞིག་གི་སྤྱི་ཇེ་འཚོལ་བ་ཡང་ན་རྒྱ་ཇེ་ཆེ་ཅུང་  
 ཞིག་བཏང་ན་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྤྱི་ཇེ་འཚོལ་བ། ཡིན་ཡང་། རྒྱ་སྤྱི་ཇེ་ཉེ་འདྲིར་ཇེ་ལྷོ་དེ་ལྟར་དབྱེ་འབྱེད་  
 བྱེད་དགོས་སམ། དེ་ནི་རྒྱ་ཡིན་མིན་ཡག་བཅོག་གི་ཤུན་འབྱེད་ཉེ་ཁོ་ན་ཞིག་གམ། མཚམས་ལ་ལར་མི་  
 སལ་བ་ཞིག་གི་སྤྱི་ཇེ་འཚོལ་ལས་དེ་མཐོང་བྱུང་། དཔེར་ན། དབང་འཛིན་ཕྱོགས་ཁག་པ་སྤྱོད་དབང་ལ་འཐབ་  
 ཚོད་བསྐྱོན་བརྒྱུད་བྱེད་དུས། མིང་ཡང་མི་ཤེས་པའི་ཇ་མ་ཞིག་གིས་གསང་བའི་སྒོ་ནས་ཁོང་ལ་ཆ་ལམ་  
 ལམ་གྱི་བོད་ཇ་དེམ་གང་དང་ཅུམ་པ་སྤྱིན་པ་དེ་བཞིན་ནོ།  
 འོན་ཀྱང་། སྤྱི་ཇེ་འཚོལ་རྒྱ་ནི་ང་ཚོའི་བར་སྐབས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དམིགས་ཡུལ་  
 ཡིན་ནམ། ང་ཚོར་འདི་ལྟ་བུའི་འདྲི་གཅོད་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལས་རིགས་ལ་ཐོབ་ཐང་ཡོད་དམ། དཔེ་  
 ཞིག་བཞག་ན་ང་ཚོར་དུས་སྐབས་དེའི་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། དེའི་ནང་གི་བྱུང་ཆ་ཞིག་ཏུ་  
 བྱུར་རྒྱ་སྤྱི་ཇེ་དགོས། དེ་ལ་སྤྱི་ཇེ་ཁྱད་གསལ་ཐབས་མེད་ལ་ཡོད་ཚད་གདམ་བྱའི་ཡུལ་དུ་བྱུར་རྒྱ་ཁང་ཁོ་  
 ཐག་ཡིན། རྒྱ་མཚན་ནི་མི་སོ་སོར་རང་འདོད་ཀྱིས་འདེམ་རྒྱུ་དེ་ཐོབ་ཐང་བྲལ་པའི་ཕྱིར། ཡང་གཅིག་  
 བཤད་ན། ང་ཚོས་ལས་ཀ་སྤྱི་བ་སྐབས་ཡིད་ལ་འཛིན་དགོས་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ནི་རྒྱ་སྤྱི་ཇེ་དེང་ལུགས་  
 པའི་ངེས་པར་དུ་དཔའ་ངར་ལ་བསྟོད་བསྟུགས་དང་གདུག་རྩལ་ལ་སྤྱི་ཇེ་འབྱེད་བྱེད་དགོས། ཡིན་ཡང་དོན་  
 རྒྱུན་ལ་འབྲེལ་བཤད་མེད། རྒྱ་དེ་ཆ་འདི་ཉིད་རིན་ཡུ་HUANG RENYU)ཡིས་  
 བརྒྱུམས་པའི་རྒྱ་སྤྱི་ཇེ་ཆེན་མོའི་ལམ་ནས་ཅང་ཅེ་ཕྱིར་(JIANG JIESHI དེ་སྤྱི་ཇེ་རྒྱ་  
 ནག་གི་རྒྱལ་དམངས་ཚོགས་པའི་སྤྱི་ཇེ་འཛིན་ཟུར་པ། རྒྱུར་པ་པོས། ཉིན་ཐོ་གྲོག་པ་ཉེ་ཞེས་པའི་ནང་གིས་  
 ཡོད། དེ་བ་དེའི་ནང་ཡང་རྒྱ་དེ་ཆ་འདི་ལྟ་བུ་འབྱེད་རྒྱུ་ལས་གཤིས་སུ་བྱུར་ཡོད། རང་འདོད་གཅོར་འཛིན་  
 མི་བྱུང་པར་དོགས་ཐོན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ཅུང་འདྲིར་གསལ་རྒྱུར་ལས་སྤྱི་ཇེ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་པར།  
 ང་རང་གི་གིས་པ་དག་ཀྱང་དེ་ལས་མ་འདས་པར། མཚམས་མཚམས་སུ་དབྱེད་གཏམ་མ་སྤྱི་ཇེ་བར་  
 དབྱེད་གཞི་འདོར་ལེན་གྱི་ལམ་ནས་ཀྱང་གྲོག་པ་པོའི་བསམ་པའི་རྒྱུར་བྱུན་དག་ཏུ་འབྱུར་ངེས་ཡིན།

གལ་ཏེ་སྐབས་ཐོག་གི་མི་དེའི་སློ་ཁར་ལྷགས་རྒྱུ་ཐེབས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་གཞི་ཁྱོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་པའི་  
 ལག་རྩལ་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་ལ་རྒྱ་ཁྱོན་རྒྱུ་དེའི་ཀྱན་སྦྱོང་གི་གནད་དོན་མང་ཤོས་ཤིག་ཏུ་མཐོང་རྒྱུ་  
 ཉ་ཅང་སྟེ། ཡིན་མིན་དང་བཟང་པོ་ཐད་དང་ཚོས་སྐབས་ཐོག་གི་མི་དེའི་དགེ་སྦྱོར་བརྗོད་པར་དྲང་བཤེན་  
 ཡོད་མེད་མི་སྟེང་། སྤྱིར་ན་ང་ཚོར་དུས་རབས་ཆེན་པོའི་ཆེད་དུ་འབྲི་བྱའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལྷ་བ་  
 ལ་དགོས་ངེས་གཏིང་ཟབ་གྱི་རང་བཞིན་བྲལ། གཞན་རྒྱུན་འབྱམས་ཀྱི་སྦྱོར་ཆས་གས་ཆོད་ཡོད་པས། ང་  
 ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་འཛུགས་སའི་གཞི་རྒྱུ་དེར་སྒྲག་སྒྲུང་སྟེ། ཁོང་གིས་ད་དུང་རྒྱུན་སྦྱོང་གི་  
 མིང་གཡུ་རྒྱས་མཐའ་མའི་མཛུགས་གཏམ་བྱས་ཏེ་བྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་རྒྱུ་དུ་ནས་ཆེན་པོར་དཔྱད་པ།  
 ལྷ་རན་སའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ལེ་ཉ་ཐེར་ལགས་ནས་ཀྱན་སྦྱོང་རིང་ལུགས་པས་ངེས་པར་དུ་དཔའ་ངར་ལ་  
 བསྟོད་བསྐྱེད་དང་གཏུག་རྩལ་ལ་སྤྲོད་འབྲིན་བྱེད་དགོས། ཡིན་ཡང་དོན་རྒྱུན་ལ་འབྲེལ་བཤད་མེད།  
 ཡང་ཆོག་བརྗོད་པའོ་ཞེས་བཤད་ན། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཀྱང་དེ་བསྐྱེད་བྱུང་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། ལྷ་རན་བཙོན་  
 ངང་རྒྱུ་དོན་རྒྱུན་ལ་འབྲེལ་བཤད་ཀྱི་བྱས་ཀྱང་། དཀའ་ཆོག་ཆེས་ཆེ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད། དེ་ལ་  
 ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུ་ས་མང་དགས་པས་ཡིན། །  
 ཟིན་ཐོ་ཁོ་ན་ལས་ཐབས་ཤེས་གཞན་མེད་པ་ཡིན་ནམ། ཟིན་ཐོ་ མང་པ་མང་པར་ཆགས་པའི་ཟིན་ཐོ།  
 འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་ཟིན་ཐོ། རྒྱུ་དོན་རྒྱུ་དེ་རེར་ཁ་ཐོར་དགུ་འཐོར་དང་ཆད་ཆད་མཐུད་མཐུད་ཀྱི་  
 རྒྱས་བཤད་ཁོད། ད་དུང་གངས་ལས་འདས་པའི་རྒྱུ་གས་འཛོལ་ཀྱི་ལས་རུམ་བཞིན་ཆ་ཆོད་  
 བའི་རྒྱུ་ཆོད་ཀྱི་ཞིག་མདོར་བསྐྱེད་བྱེད་སྐབས་ལ།  
 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ལོ་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ལོའི་བར་ལྷ་སར།

# བོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་ནི་དུད་ནག་རིད་དམ།

## --- ༥ བོ་གས་ཤིག་དང་སྤྲོད་མོལ་བྱས་པ།

ཉེ་ཆར། རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱིས་པ་ཞིག་བོད་ཀྱི་སྤྱུལ་སྤྱར་རོམ་འཛིན་གནང་བའི་འདྲ་པར་ཞིག་གིས་ ཁྱོད་གསར་པའི་སྤྲོད་མོལ་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་མོལ་ཐེངས་ཤིག་བསྒྲུབས། མིང་ལ་ཞུ་ལོ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མི་དྲ་བོ་གས་ཤིག་གིས་བོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་དང་དེའི་དད་ལྡན་པ་རྣམས་ལ་ཁོང་གི་ རིག་གནས་ཀྱི་རོམ་ཐོབ་པར་རིག་གནས་ཀྱི་རིན་ཐང་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་མཐོན་པོ་བྱེད་པ་ཞེས་པའི་གཏམ་བཤད་གནང་ཡོད། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་རྗེས་འབྲངས་པ་དང་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བདག་གིས་ཀྱང་འདི་རུ་གཏམ་བཤད་ཞུ་ལོ་དང་མི་མཐུན་པ་ནི་དཔེ་གཏམ་བཤད་དང་ལངས་ཕྱོགས་ལ་ཐར་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད། ཡིན་ཡང་མཐོན་པོ་ཕལ་ཆེར་མི་ལྡན་པ་འདྲ་བའི་རྒྱུ་ཚུལ་བྱེད་འདོད་སྤྲོད། ཨ་ལན་སློག་པ་དང་ཆབས་ཅིག་དོགས་འདྲི་ཡི་ཚུལ་དུ།

འདིར་མི་རང་གི་མིང་ཐོབ་གསལ་སྟོན་བྱས་པ་ནི་བསམ་ངན་ཁོག་བཅུག་གིས་བར་འཚམས་ཤིག་འབྱེད་འདོད་ཀྱི་དགོས་དབང་མིན་ལ་གནས་ཚུལ་རོམ་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། གལ་ཏེ་ཞིབ་ཚགས་ངང་གསལ་བཤད་བྱེད་དགོས་ཆེ་དེ་ལ་ཁར་བསྟོན་གང་མང་ཞིག་རྒྱག་དགོས། མི་ཞིག་གི་སེམས་ཁུང་གི་དངོས་དོན་དེ་དེ་འདྲ་རེད། གཅིག་བྱས་ན་དེ་གལ་ཆེན་མིན་ལ་སྤྲོད་དགོས་རྒྱུ་ཡང་མེད། ཡང་གཅིག་བྱས་ན་དོན་དངོས་སུ་དེ་ཉེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་སྲིད། དེ་དང་ལངས་ཕྱོགས་ལ་འབྲེལ་བ་དེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྒྱུ་ཚུལ་ཆོག་ལ་མེད་ཀྱང་ཆོག་པའི་སྒྲིམ་བུ་སྤྲོད་པ་ཞེས་མ་ཡིན། སྤྱི་ཤིས་

EDWARD SAID) གསུངས་པ་ནང་བཞིན། ཤར་ཕྱོགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་ཡོ་རོབ་ཀྱི་མི་ཞིག་དང་ཡང་ན་ཨ་རི་བའི་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ཁོ་རང་གི་དངོས་ཡོད་ཁོར་ཡུག་ལ་སྤྲོད་མེད་དང་དོས་ལེན་མི་བྱེད་པ་མི་སྲིད། ཁོ་དང་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་གོ་དོན་ཆག་ཐོག་མར་ཡོ་རོབ་པ་དང་ཡང་ན་ཨ་རི་བའི་ཞིག་གི་རོམ་ཐོབ་སྤྱོད་པ་དང་། དེའི་རྗེས་ད་གཟོད་བྱེད་བྱག་པའི་གང་ཟག་ཡིན། འདི་ལྟ་བུའི་གནས་སྤངས་འོག་ཡོ་རོབ་པ་དང་ཡང་ན་ཨ་རི་བའི་རོམ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་ལ་མེད་ཀྱང་ཆོག་པའི་སྒྲིམ་བུ་སྤྲོད་པ་

ཞིག་མིན། དེ་སྐྱེ་མཚན་ཡོད་ལ་ད་ལྟ་འདྲ་མཚན་ཡོད་པ་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཚོར་ཤེས་སྤྱད་པ་དེས་ཡིན། ཇི་འདྲ་ནི་  
མག་མོག་དང་ཚོར་ཡང་རང་ཉིད་ནི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཁེ་ཕན་གཏན་ལ་པབ་སྤྱད་པའི་སྟོབས་ལྡན་རྒྱལ་ཁབ་  
ཀྱི་གྲས་སུ་གཏོགས། དེ་ལས་ཀྱང་གལ་འགོད་ས་ཆེན་ནི་ས་ཡི་གོ་ལའི་སྟངས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་ས་ཁུལ་  
ག་གོ་མོ་ཞིག་ལ་གཏོགས་པ་ཤེས་ཚོར་བྱུང་། ས་ཁུལ་འདི་ནི་ཉ་མ་དུས་རབས་ནས་ད་བར་དུ་ཤར་  
ཕྱོགས་ལ་འབྲེལ་བ་གསལ་བོ་ཡོད།

ཁོང་གི་སྐད་ཆ་འདི་ནི་ནང་གི་ཤར་ཕྱོགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མི་ཡོ་རོབ་པ་དང་ཡང་ན་ཨ་རི་བ་དེ་དང་མིན་  
པ་གསལ་བོ་རེད། གལ་ཏེ་ཆབ་བརྒྱུས་ཚོགས་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། ཤར་ཕྱོགས་ནི་བོད་དང་ཞིབ་  
འཇུག་པ་དེ་ཁྱོད་རང་ཡིན།

## ༡ ལྷོ་ཤིའི་བྱ་དང་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་དམ།

ལྷོ་ཤིའི་སྐྱོ་ཤིའི་GEORGE W BUSH སྐབས་འདི་ནི་ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་གྱི་  
བྱ་རྒྱུ་ཡང་སྤྱལ་། ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཅུང་། ངས་དེ་ནི་རྒྱུ་གྱིས་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ནི་ལྷག་པར་དུ་  
སྐབས་ཆེན་དང་ཡང་ན་སྤྱན་ཚུངས་རེད་མི་བསམ།

ངས་ལྷོ་ཤིའི་བྱ་དང་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་བར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པར་མི་མཐོང་ལ། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་  
བཤད་ན་གང་ཟག་རེ་རེ་དང་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཡང་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཙུ་བའི་  
གཞུང་ལུགས་བར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པར་སེམས།

འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་གཅིག་མཚུངས་སུ་འཛིན་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་བོ་བསྟན་པའི་སྤང་གཞིར་ཆགས་པའི་  
སངས་རྒྱུས་ཆོས་ལུགས་ལ་མཚོན་ན། ལྷོ་ཤིའི་བྱ་དང་ཡང་ན་སྤྱུང་གི་བྱ་ཡིན་ཡང་ཅུང་། ཁྱོད་དང་ཡང་  
ནང་གཞི་ཙུ་བའི་སྟངས་བཤད་ན་སྟོག་གི་འབྱུང་རྒྱུ་དང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ངོས་ནས་འདྲ་མཉམ་ཡིན། ཁྱོད་  
དང་ད་གཉིས་ཀྱི་པ་མ་མི་གཅིག་པས་འབྱུང་རྒྱུ་མི་གཅིག་ དེ་ནི་སྤྱི་མཚུངས་ནང་གི་ཐ་དད་ཡིན། ལྷོ་  
ཤིའི་ལ་བྱ་མེད་ཅུང་། སྤྱུང་གི་བྱ་གཉིས་རྒྱུ་ལམ་དུ་སོང་ཆར་ཅུང་། ཁྱོད་རང་རྒྱ་མི་དང་དེ་བོད་མི་  
ཡིན་ཅུང་། འཁོར་བ་རིགས་དྲུག་གི་ནང་ཆོས་སྟོག་གི་གནས་སྟངས་ལ་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
ལྡན་ཡོད་པ་དེ་ལ་མི་ཞེས་འབོད། འདི་ནི་ནང་པའི་ལྟ་སྤྱོད་ཡིན་པས་རང་ལུགས་ཏེ་སྤྱན་ཚུངས་ཡིན་པའི་

ལྷ་ཚུལ་དུ་བརྗོད་ཆོག

མིའམ་སློག་ལྷན་ཀུན་གྱི་བྱེ་བྲག་འདྲ་མིན་གྱིས་ནང་ཆོས་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་མི་སྲིད། ཡང་དག་པར་  
བཤད་ན་ཆོ་སློག་གི་དོ་བོ་ཆེད་པའི་བསྟན་པ་ལས་སྒྱུབ་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཆོ་སློག་གི་ཕྱི་  
གཞུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་ཙམ་ལས་མི་འདྲ་བར་ཆགས་པ་མ་ཡིན་ལ། རྫོགས་པར་ཉིད་ཡིན་ཡང་  
རུང་། ལྷ་ལྷ་རང་ཉིད་ཡིན་ཡང་རུང་། མའོ་ཅོ་ཏུང་ཡིན་ཡང་རུང་། ཏུ་ལའི་སྒྲ་མ་སྒྲ་ཉིད་ཡིན་ཡང་རུང་། ལྷ་  
སྒྲ་གཉན་གསུམ་དང་ནམ་མཁའ་རུ་འཕུར་པའི་བྱ། ཡང་ན་སྒྲ་བར་གྱི་ཅི་གྲུ་ལ་སོགས་པའང་སློག་གིས་  
ཟིན་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

གལ་ཏེ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ཀུན་སྒྱུད་བྱུང་ཁོངས་ཀྱི་གནས་ཡུལ་ལྷ་སྒྲའི་ནང་ཤན་  
འབྱེད་བྱེད་དགོས་ཟེར་ན། དགོངས་དག། དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་དཀྱུས་མ་བའི་མཐོང་རྒྱུ་ཁོ་ན་ལས་མ་  
འདས། འདི་ནི་རང་རང་ཉིད་ཁོ་ནའི་ལྷ་ཚུལ་ཡིན་ཕྱིར་ཁབ་མིག་གི་མཐོང་རྒྱུ་ཞེས་ལབ་ཆོག

༢ དུད་ནག་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

ཞུ་ལོས་ རྒྱ་ཆོས་ལུགས་ཡོད་ཚད་དུད་ནག་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་ཀྱང་། ངས་ད་དུང་ཡང་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་  
ཀྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་མན་རུས་ནི་ཕལ་ཆེར་དུད་ནག་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་འདོད། །

དུད་ནག་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། <<ཅིན་ཕན་ཆོག་མཛོད>>ནང་དུད་ནག་ཅེས་པ་ནི་ཡོངས་ཁྲབ་གྱིས་  
ཉལ་ཐ་ཟེར། དེ་ནི་རྒྱ་མེན་གྱི་བྱ་བ་སྐྱེས་དུ་བཅུག་པའི་སྤྲན་རྩལ་ཤིག་ བྱ་བ་ནི་མགོ་མ་སྤྲན་པའི་གང་བུ་  
ལས་བྱུང་བ་དང་། རོ་ཆ་བ་དང་སྒྱུར་མོ་ཡིན་ལ། སྐུལ་འདེད་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྤྲིད་བྱེད་ཀྱི་དུག་རྩལ་གྱི་  
རིགས་ཤིག་།

དེ་བས། ང་ཆོའི་གྲོགས་པོ་ཞུ་ལོའི་མིག་ནང་གི་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ནི་ རྒྱུལ་འདེད་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྤྲིད་  
བྱེད་ཀྱི་དུག་རྩལ་། ཤིག་ཟེད། མ་ཟེད། མ་ཟེད། ཁོང་གིས་ རྒྱི་རོལ་གྱི་མན་རུས་། དང་ད་དུང་ རྒྱ་ཕལ་  
ཆེར་། ཞེས་བཤད་ཡོད། དེ་ནི་ཁོང་གིས་ངན་རེངས་འགྱུར་མེད་ཀྱི་དད་ལྡན་རྩལ་འབྱུངས་པ་ང་ཆོའི་བརྩེ་  
དུང་ལ་དམིགས་བསལ་གང་ལ་གང་ཙམ་ཞིག་གནད་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཁ་མེད་མིག་མེད་གྱིས་གཡོལ་  
ལོང་འགའས་ལོང་མེད་པར་འབྱེད་རྒྱག་མ་བྱས་པའི་རྟགས་མཚོན་ཡང་ཡིན། རྒྱ་ཡིན་ཡང་། རྫོགས་སྒྲུབ་

བ་ལགས་ལ་ཕྱི་དུས་གཉིད་ལས་སངས་པའི་ནམ་ཚོ་གཡོད་པའི་བཤད་སྒྲུབ་ལྟར། གཅིག་བྱས་ན་དུ་ཚོར་  
 དབྱུག་པས་འཕྲེད་རྒྱག་ཐེངས་ཤིག་དགོས་ཀྱང་སྲིད། །  
 ཕགོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་དེ་སྔོན་པེ་ཅིན་དུ་རྒྱབས་ཆེན་གཙོ་འཛིན་མའོ་ཀླུ་ཞིའི་བཀའ་སློབ་ལ་  
 གསལ་ན་དུས། མའོ་ཀླུ་ཞིས་ལོ་ན་གཞོན་པའི་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ཐུགས་ཁུར་འཛད་མེད་གནང་པ་དང་།  
 སློབ་སྟོན་ནམ་ཉན་གནང་རྒྱུ། སློབ་ཕྲུ་མགོ་བོ་མར་བསྐྱར་ཏེ་སྐྱེ་འཁྲིས་ཉི་ཤུ་བཅར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་རྣམ་  
 འགྱུར་ཡག་པོ་འདུག ཆོས་ལུགས་ནི་དུག་རྒྱས་ཤིག་ཡིན། དང་པོ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མི་གངས་ཐེ་ཉུང་དུ་  
 གཏོང་ངེས། སྟོས་དང་གྲ་པ་དང་བཙུན་མ་རྣམས་ཕྱི་ཕྱི་དུ་བསྐྱད་དགོས་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི་  
 ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་དངོས་རྒྱས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་སྤང་མེད་དུ་བཞག་ཡོད། ། ཕགོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་  
 ཆེས་སྐད་ཆ་དེ་གོ་རྒྱུས་སེམས་སུ་འཛིགས་སྒྲག་གིས་ཁེངས། ཁོང་གི་སེམས་ནང་དུ་དོན་དངོས་  
 སུ་ཁྱེད་ནི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་སྤྲེལ་མེད་དུ་གཏོང་བའི་མི་ཞིག་རེད། བསམ་འདུག  
 ཕགོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ཁོང་གི་རང་རྣམ་ནང་ཐུ་མཐུད་ནས་བྲིས་དོན། ཁྱེད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་དུང་  
 ལ་འདི་འདྲའི་གོ་ལོག་ཐེབས་དགོས་སམ། ཁོང་གིས་ཅི་ཞིག་གི་ཕྱིར་དུ་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཆོས་  
 ལུགས་ལ་དེ་འདྲའི་དད་པ་མེད་པར་འདོད་དགོས་སམ། །  
 ཐུ་མཐུད་དུ་ཁོང་གིས་ཁྱེད་ཀྱི་མའོ་ཙོ་ཏུང་ལ་བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་སྒྲིབ་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དེའི་འབྲེལ་བཤད་  
 ཁོ་ན་ཉིད་ནི་ཁོང་གིས་ངས་ཆོན་རིག་དང་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཐད་དགའ་སྤང་མཐོན་པོར་བཅངས་ཡོད་པ་  
 དེར་གོ་ལོག་ཐེབས་ཡོད། ངས་བོད་འདི་འདྲ་རྒྱ་ནག་ནང་བཞིན་དེང་རབས་ཅན་དུ་འདོད་པ་དང་། ངའི་  
 བསམ་ཚུལ་ཕལ་ཆེར་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར། ཡིན་སྲིད་པ་ཁོ་ན་ནི་ཁོང་ནི་ནང་ཆོས་ལ་  
 མགོ་ཕྱིན་པའི་ཕྱི་རོལ་པ་ཞིག་ ཁོང་གིས་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྟར་འདས་ཀྱི་བཀའ་གསུང་སྤང་མེད་དུ་  
 བཞག་ཡོད། སྟོན་པས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་ལ་གྲོག་སྦྱང་བྱེད་མཁན་སུ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་  
 དེ་ལ་དངོས་སུ་ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ་བདེན་རྒྱུན་དེ་འབྲེད་བྱེད་དགོས་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་  
 པའི་རྒྱུན་གྱིས་ངས་དེང་རབས་ཆོན་རིག་གི་བདེན་དོན་དང་རྟོགས་པར་སྒྲོ་འབྲེད་བཀའ་མེད་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 བཟུང་ཡོད། འདི་འདྲ་བྱས་པར་མའོ་ཙོ་ཏུང་གིས་ང་ལ་མཚོན་ན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ནི་རྒྱབ་རྟེན་



ཞིག་དང་ཡང་ན་གོམས་གཤིས་ཤིག་ཏུ་འདྲ་བསམ་སྲིད། ཁོང་གི་ཇི་ལྟར་བསམ་ཡང་རུང་། དེ་ལྟར་ས་  
ཤེས་པ་ནི་མཐོ་ཙུང་གིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དཔེ་བསམ་དོན་ལ་གོ་ལོག་ཐེབས་ཡོད། ། ཉུ་ལའི་སྒ་  
མའི་རང་རྣམ་བཅན་གྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་རང་དབང་།

གོ་ལོག་ དེད་ཡ་གོ་ལོག་ བཀྲང་ཁྱག་གིས་གསུངས་པ་བཞིན་ཁྱུ་དཔེ་བསམ་དང་སྒྲིག་སྒྲིག་མི་  
ཤེས་པ་ཅི་ལྟར་རྟོགས་སམ། ། བཀྲང་ཁྱག་རྒྱུ་རྒྱལ་དུས་ཉ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པས་ཉའི་སྒྲིག་སྒྲིག་ཤེས་  
པའི་ཕྱིར། ཡིན་ཡང་། གལ་ཏེ་ཡུ་ཚུགས་ཀྱིས་རྒྱུ་རྒྱལ་བའི་ཉལ་སྒྲིག་མེད་པར་བསམ་པ་དང་། ཐ་  
ན་གཏན་ནས་སྒྲིག་སྒྲིག་མེད་པ། དེ་སྒྲིག་དུ་བཅུག་ནས་འཐམ་མེ་འཐོམ་མེར་པར་བརྒྱལ་རྒྱུ་རྒྱལ་བྱེད་  
ཀྱིན་ཡོད་པ་དང་། རང་ཤེས་སྒྲིག་ཅུ་ཡང་མེད། རྒྱུ་ཐམ་གྱི་མིའོ་བོ་ཉལ་དེ་ལས་མཐོ་རིམ་གྱི་ཆོ་སྲོག་  
ཡོད་མེད་གིས་དེད་གིས་སྒྲིག་སྒྲིག་དུ་དེ་ལ་ཡ་དང་དང་སྒྲིག་རྒྱུ་མཉམ་ལྷན་གྱི་ཚུལ་གྱིས། ཨ་ལ་ལ།  
འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཆེན་པོ་འདིར་བརྟེན་ཞིང་འཛོ་བའི་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟོགས་མེད་  
འགལ་སྒྲུ་ཡང་དེ་དང་མ་འདྲ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད།

### ༣ སུ་ཞིག་དཔྱད་མཁྱེན་ཆབ་པ་ཡིན།

ཞུ་ལོས་ ཉལ་བོད་ཀྱི་ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་མང་པོ་ཞིག་གི་ལངས་ཕྱོགས་གསལ་བོའི་དང་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་  
དབྱེ་ཞིབ་མི་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་གོང་བུ་སྤྱི་ལ་ཤུགས་ཁོ་ན་བསམ་པ་མ་  
གཏོགས་ཁོང་རྣམས་པ་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་ཡང་ན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད་པ་མིན་ལ། དེ་ནི་ནད་  
བརྒྱུ་ལྟར་སྒྲིག་ཞིང་དེ་དཔེ་ས་གཡོགས་ཀྱི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཡང་རུང་། རང་གི་མི་རིགས་ལ་སྒྲོ་སེམས་  
གཉིས་མེད་ཀྱི་བརྟེ་དུང་ཟབ་མོ་བཅངས་ཡོད། དོན་དངོས་སུ་ཁོང་ཆོས་ནད་པ་སངས་རྒྱས་ཆོས་  
ལུགས་ཀྱི་ལྟོག་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཕྱི་གསལ་ནད་གསལ་ཡིན། །

འཛམས་བག་མེད་པའི་དས་རང་ཉིད་ཀྱང་ ཉལ་ལྡན་མི་སྣ་མང་པོའི་ གསལ་སུ་བཞག་ཆོག་གམ།  
ཅིས་ཀྱང་དཔེ་ཀ་དེ་ཡིག་དེ་ཆོད་པའི་བོད་མི་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་ཆོག་ གལ་ཏེ་ཆོག་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན།  
སུས་དཔྱད་མཁྱེན་གྱི་དཔྱད་མཁྱེན་སེམས་གཏིང་གི་སྐད་ཆ་དེ་བཤད་པ་ཡིན། སུ་དཔྱད་མཁྱེན་ཆབ་པ་ཡིན་  
ནམ། ཁྱོད་ཡང་ན་ཁྱོད་ཆོ་ཡིན་ནམ། འདི་ནི་དཔེ་དེ་བ་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་རྩལ་ཕྱལ་འགྲན་སྒྲུབ་པའི་མི་དངོས་གནས་ཡོད་པ་འདྲན་མ་རྒྱུན་ཁོང་ཚོའི་  
ཁོངས་སྐྱོད་གིས་ངན་ལྟ་མེད་སྤྱོད་བྱེད་ཅེས། ཁོ་ཚོའི་རྩལ་འཕུལ་གྱི་མིག་ཞགས་སྒྲོག་དམར་ཇི་བཞིན་  
བོད་ཁམས་མཐོ་སྒང་གི་རི་རྒྱུད་ཀྱང་བརྟོན་རྩལ་༼རྒྱ་མི་སྤྱན་གྲོགས་ཤིག་གིས་བོད་ཁམས་མཐོ་སྒང་  
ཞེས་པའི་སྤྱི་ཚིག་འདི་བྲིས་པ་ལ་ཡ་མཚར་རྒྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད། སྤྱད་བྱངས་འདིའི་ནང་འགྱུར་བ་མེད་པ་ནང་  
བཞིན་གྱི་གཟི་བུ་ཡིན་པའོ། བསྟོད་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱད་བྱངས་དེ་དུང་ཡོད་མི་སྲིད། འདིའི་ནང་གི་གཟི་  
བུ་ཡིན་པ་ནང་ཚོས་ནང་གི་གཟི་བུ་ཡིན་པ་ཞིག་འདྲ་ཡིན་པ་འདྲ། བད་ཀར་ང་ཚོའི་སེམས་ཁམས་  
སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་ནང་སེམས་རྩལ་པར་མཐོང་འོངས། འོ། ང་ཚོ་དོན་དངོས་སྤྱི་དན་ས་  
གཡོགས་ཅིང་འདུག

དོན་དངོས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་འདྲ་ཡིན་པ་ཞིག་འདྲ། བད་ཀར་ང་ཚོའི་སེམས་ཁམས་  
སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་ནང་སེམས་རྩལ་པར་མཐོང་འོངས། འོ། ང་ཚོ་དོན་དངོས་སྤྱི་དན་ས་  
གཡོགས་ཅིང་འདུག

དེ་ལྟར་བཤད་ན་གལ་ཏེ་འདི་བཞིན་རྒྱུན་རིང་པོ་སོང་ཆོ། མི་རིགས་འདི་ལ་རྒྱུན་ཆད་རྒྱུ་ལས་གདམ་ཀ་  
གཞན་མེད། ཁྱོད་དང་ཡང་ན་ཁྱོད་ཚོས་ང་ཚོར་འོད་ཟེར་གསར་པ་ཞིག་ཁྱེད་ཡོང་རྒྱུ་དང་ཡང་ན་བད་ཀར་  
མིག་གིས་ལྟ་མི་མོད་པའི་འོད་ཟེར་དེ་ཁྱེད་ནས་ང་ཚོའི་ཁྱི་རྩའི་འཛེར་སྐྱད་ཅིག་ཅར་ཆད་ཞིང་འཇིགས་རྩལ་  
གཡང་རུང་གི་ཡུལ་འདི་རུ་ཐེབས་ཏེ་ང་ཚོ་གཉིས་ཐོང་ལས་སྦྱོབ་དགོས། དེ་མིན་ན་ཤི་ཉེན་ལས་སྦྱོབ་རྩལ་  
པའི་ལྟ་རྒྱུ་རྩལ་ཏེ་ང་ཚོ་ལ་སྤྱན་ཐོ་གསར་པ་ཞིག་གནང་རོགས། གཅོད་ནད་འཛེམས་རྩལ་  
མི་ལུས་གསར་པ་ཞིག་ཏུ་ཞུགས་པས། ཁྱོད་ཚོས་ཤི་ཉེན་ལ་སྤྱན་ཐོ་མཐོང་ཆོ་སྦྱོབ་ཐབས་བྱེད་རྒྱུ་ལས་  
མ་མཐོང་ལུས་མི་བྱེད་པར་མཛོད།

སྒྲིལ་ཆད་སོག་པོའི་རྩ་ཐང་དུ་ལོ་མང་པོར་ན་གཞོན་ཤེས་ཡོན་ཅན་བྱེད་ཚུངས་པའི་ཀྲང་ཁྱིན་གྲུས་དེའི་རྒྱུ་  
གྱིས་སོག་པོའི་རྩ་ཐང་ནི་ཁོ་རང་གི་རྩོམ་རིག་ཡལ་ག་རྒྱས་ས་དང་རྩ་བ་འབྲུས་སའི་སྐུལ་ས་ཆེན་པོ་  
གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་དུ་རྩ་བ་ཞིན་ཡོད་པའི་རྩོམ་པ་པོ་རེད། རུ་ཞུགས་སྐབས་གནས་སྡོད་བྱས་པའི་སོག་  
པོའི་བྱིས་ཆང་གི་ཨ་མ་ཞུན་མོར་བྱིར་བྲན་བྱས་པའི་རྩོམ་ཡིག་ལོ་ངཉིས་ལྷ་རྩ་བ་རྒྱད་རིང་གི་ཁྱུག་ཇེ་ཞིག་གི་  
ནང་ཁྱིན་ཆབ་པའི་ཐོབ་ཐང་གི་གནད་དོན་ེ་སྐོར་སློང་ཡོད། ཁོང་གིས་ཁྱིན་ཆབ་པའི་རྣམ་པ་  
དེ་དུས་ནམ་ཡང་ཉེན་ཁའི་ལས་ཤིག་ཡིན། ངས་རྩ་ཐང་གི་སྐྱེད་གཏམ་ལ་ཆོད་ལས་འདས་པའི་བསྟོད་  
བསྐྱེད་གསུང་དེ་དག་ཐོས་སྐབས། ངའི་སེམས་པ་ནམ་ཡང་བདེ་འཇགས་སུ་གནས་ཐབས་མེད། ང་རང་ལ་  
དངོས་གནས་སྐྱེད་སྐྱེད་ཡོད་པའི་འདུག ང་ནི་སུ་མཐའ་མེད་པའི་བཅོན་འཇུག་དང་གཉེན་གཤོན་ཞིག་གི་  
བུ་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་པས་རེད།

སྐྱེད་གསུང་མེད་པར་བཤད་ན་ངས་ཀྱང་དེ་ག་རང་དུ་སྟུམ། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་ང་ཁོང་གི་ཁྱིན་ཆུད་ནི་  
ཁྱིན་ཆབ་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡིན་ནམ། ཁྱིན་ཆུད་ཡོད་པ་ཅི་མ་གྱིས་གང་འདོད་ལྟར་བཤད་ཆོག་གམ།  
ེ་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་འདི་ལ་འང་ཡིད་མཐུན་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ནམ་རྒྱུན་ངའི་ཁྱིན་ཆུད་ལ་ཟེར་དུས། དོན་  
དངོས་སུ་སོམ་ཉིས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གནས་ནས་ཐག་མི་ཆོད། དཔེར་ན། འདིར་ངས་ཡང་བསྐྱར་སུ་  
ཞིག་ང་ཆོའི་ཁྱིན་ཆབ་པ་ཡིན་ནམ་ཞེས་འདྲི་དུས། སེམས་ཁྱུངས་སུ་བདེ་བོ་ཞིག་མ་རེད།  
ཁྱིན་ཆུད་ཡིན་པའི་ཁྱིན་ཆུད་ལ་ཟེར་དུས།

སྐབས་འདི་དུ་ཡང་ཕོ་པོ་ཆོག་ལ་བསྐྱར་སྐྱོས་ཤིག་བྱེད་དགོས་བྱུང་སོང་། ཁྱིན་ཆུད་ལ་ཟེར་དུས་ཡང་བོད་དོན་  
ཐད་ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་མཁན་དེ་ནམ་ཡང་བོད་མི་ཡིན། ངས་པར་དུ་བོད་མི་རང་ཉིད་ཀྱིས་བོད་སློང་དགོས།  
ལངས་ཕྱོགས་ག་འདྲ་ཞིག་འཛིན་རྒྱུ་དེ་གནད་འགག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། བོད་པ་ཡིན་པ་ཅི་མ་གྱིས་ཁྱིན་  
རང་ལ་བོད་སློང་རྒྱུ་དེ་དང་ཆོད་པའི་མི་ཁྱུག། ཁྱིན་ཉིད་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པས་བོད་སློང་སྐབས་དེ་ནི་  
ཁྱུངས་ལྟར་ཞིག་ཏུ་བརྩིས་ཆོག གལ་ཏེ་ཁྱིན་ཆུད་ལ་ཟེར་དུས་ཁྱིན་ཆུད་དང་དོགས་འཆར་གྱི་ཐུགས་  
དགོངས་ལྟར་པའི་བསམ་སྒྲུབ་པ་ཞིག་མིན་དུས། ཁྱིན་ཉིད་ཀྱིས་སློང་བའི་བོད་ཀྱང་ལྟ་བུར་གང་རུང་བ་  
ཞིག་ལ་ཁྱུངས་བཅོལ་བ་དང་ཡང་ན་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྐྱེད་སྐྱེད་རིགས་ཤིག་གི་རྒྱུ་འབྲས་པ་ཞིག་ཡིན་

ངེས་པས། ཁྱོད་ཀྱིས་བོད་སྐད་བ་ལས་མ་སྐད་ན་ཡག་པོ་ཡོད། ཡིན་ནའང་། དགོད་བོ་བ་ཞིག་ནི་ང་  
ཚོའི་གོ་གསལ་པོ་ཞུ་ལོའི་བསམ་ངོས་སུ་ཁོང་གི་སྐད་སྒྲིང་བྱས་པ་དེ་ནི་ད་བཟོད་དངོས་ཡོད་ཡིན་འདོད་ཡོད།  
སྐད་ཆ་ཅུང་གོ་བདེ་མོའི་ལམ་ནས་བཤད་ན་ཁོ་བོ་ནི་ང་ཚོའི་ཁོག་པའི་ནང་གི་རྒྱ་འབྲུ་དང་འདྲ། དགོངས་  
དག དགོངས་དག

## ༥ སྐྱ་ན་མེད་པའི་ལྟ་དབང་ནི་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ནམ།

ཞུ་ལོས། ཁྱོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོའི་ཐོག་གི་སྐྱ་ན་མེད་པའི་ལྟ་དབང་གིས་འགོ་བ་མའི་གཏིང་རིང་གི་  
དོགས་འདྲིའི་ཐོབ་ཐང་སུ་མཐུད་དུ་འཕྲོག་ངེས་ཡིན། ལེ་ལོ་ལ་གཡེང་བའི་སྐྱེས་བུ་དུ་མས་ལྟ་ལ་ཁ་  
གཡར་ཏེ་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་རྒྱ་དོར་ཞིང་། བསམ་སྒྲོག་གཏོང་མཁན་མང་པོར་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་མནར་གཅོད་  
ཐེབས་ཏེ་ཁ་མི་གྲགས་པ་དང་། ཉེས་མིང་ཆེན་པོ་འཁྲར་རྒྱུར་མི་འཛེམས་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དུ་མ་སྤྲོན་  
ཆད་ཇི་བཞིན་གསར་སྐྱེས་ལྷ་གུའི་སྐུ་བས་སུ་དུས་མིན་བར་ཆད་ཀྱི་ཆོས་ལྗོན་གསལ་འགོ།

བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། གཤམ་དུ་ང་ཚོས་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་བརྗོད་གཞི་འདིར་  
སྐད་མོ་ལ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། ཏ་ཅང་ཕལ་བའི་ནང་གི་ཕལ་བར་གཏོགས་པའི་རྒྱ་ཆེའི་བོད་མི་དམངས་ལ་  
མཚོན་ན། དག་ནས་སྒྲོ་བ་ནི་མ་ཁི་ཡིག་རྩལ་སྟེ་ཨྱིམ་ཁིཔ་རྩེ་རྩྱུ་ཡིན། དོན་དངོས་སུ་ཁོང་ཚོས་དེའི་གོ་དོན་  
རྟོགས་མེད་ཅེས་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ལབ་ཆོག རྟོག་གྲུར་ངོ་མཚར་ཅན་གྱི་དབྱངས་ཏ་རེ་རེས་ཉལ་ཐསྒྲོན་  
ཇེས་ཀྱི་དལ་བུར་འབྲེལ་པའི་དུད་སྤྲུག་དེ་གྲུབ་ཡོད། ཡིན་ཡང་། བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས། རྒྱ་བརྒྱུད་ནང་ཆོས་  
དང་། ཡང་ན་ལྟོ་བརྒྱུད་ནང་ཆོས། ཐེག་ཆུང་དང་ཡང་ན་ཐེག་ཆེན། རོ་ཇེ་ཐེག་པ་སོགས་གང་ཡིན་རུང་ཅ་  
བའི་ཆ་ནས་མཐའ་མའི་འབབ་ས་དེ་གཅིག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྤྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། དག་བ་ཕུན་  
སུམ་ཚོགས་པར་བྱེད། རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །  
ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་ཡང་འདི་ལས་མ་འདས་པས། མ་གྲུར་འགོ་བ་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་ནས་འདྲ་མཉམ་གྱིས་ལྟ་རྒྱུ་ལ་བཟུང་ཡོད་པ་གསལ་ཡོད།

སྐྱ་ན་མེད་པའི་ལྟ་དབང་ཞེས་པ་གང་ལ་ཟེར་རམ། ནང་ཆོས་ནི་ཡེ་ཤེས་ཚོས་ལུགས་དང་གནམ་བདག་  
ཚོས་ལུགས། ཁ་ཆེ་ཆོས་ལུགས་འདིར་མཐོ་དམན་བསྟར་པ་མིན་པར་ནན་བཤད་བྱས་པ་ཡིན་སོགས་དང་

མི་འདྲ་ལ། རང་པའི་ཆོས་ལུགས་ནི་ལྟ་ཡོད་སྟོབ་པ་མིན་ལ་ལྟ་གཙོ་སྟོབ་པ་དེ་བས་ཀྱང་མིན། དེ་བཞིན་བོད་  
 གྱི་ནང་ཆོས་ཀྱང་ལྟ་ཡོད་སྟོབ་པ་མིན་ལ་ལྟ་གཙོ་སྟོབ་པ་འདྲ་མིན། རང་པ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་རྩ་  
 འཁུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་དང་། ལྟ་སྟོབ་གདོན་འདྲེ་སོགས་ལ་འང་འབབ་ས་རེ་སྟོན་ཡོད་པ་མཛོན་  
 གསལ་ཡིན། འོན་ཀྱང་། རྟོན་པས་༼མཛོན་ཤེས་རྩ་འཁུལ་ཀྱན་རྒྱུ་ཉིད། རྟོན་ཉིད་རྟོགས་ན་ཐར་ལམ་  
 ཟེན།༽ རྟོན་པ་ཉིད་ཀྱང་ལྟ་མིན་ལ་མི་ཡིན། མིའི་ནང་གི་རྟོགས་སད་ཀྱི་མི་ཞིག་སྟེ། དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་  
 ཐོབ་པའི་མི་བུ་གོ དེ་བས་སྤྱོད་ན་མེད་པའི་མི་བུ་ཀྱང་ཡོད་ལ་ངོ་མཚར་ཆེད་དུ་བྱུང་པའི་བྱས་རྒྱུས་ཀྱང་  
 བཞག་ཡོད་པ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་འཛིན་རྟེན་འདིའི་རྟོན་ལོ་ངོ་ཉིས་རྟོན་བརྒྱད་བརྒྱ་ལྟ་ལ་གནས་  
 ཤིང་དར་བཞིན་པ་འདི་རེད། ལྟ་ནི་ཅི་ཡང་མིན། མི་ལས་བྱུང་བཅན་པའི་ཆོ་སྲོག་ཅིག་སྟེ། ལྟ་ཡི་བཅན་ས་  
 ནི་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་བྱས་ལྟ་ན་པ ལྟ་འོག་གནས་ནི་དེ་འདྲའི་མཐོན་པོ་མིན། ལྟ་ལ་འང་སྟེ་རྒྱ་ན་  
 འཆི་ཡོད་ལ། ལྟ་འི་ནང་ན་འང་གཤེས་ཀ་ལ་འཇམ་རྩལ་ཡོད་པས་གལ་ཏེ་ལྟ་ངན་པར་ཆགས་ཆོའདྲེ་ཡིན།  
 བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་རང་ངོས་ནས་ལྟ་འདྲེ་ལ་ནམ་ཡང་དེ་ལས་ལྟ་གཙོ་པའི་གོང་བཀྱར་སྟོན་མེད།  
 སྐབས་སུ་བབས་པའི་ལྟ་དབང་ཐད་སྟེང་དགོས་ཆོ། བྱུང་གོ་སྟོབ་པའི་ལམ་ནས་དེ་ལ་འབྲེལ་བཤད་མ་འདྲ་  
 པ་གཉིས་ཡོད་པ་ནི་སྟབས་བདེའི་ཆེད་དུ་ཅིན་ཅན་ཆོག་མཛོད་དུ་འདྲན་བཤུས་བྱས་པ། དང་པོ། གནའ་  
 རབས་དབང་སྐུར་པས་རང་གི་དབང་བསྐུར་དབང་ཤུགས་དེ་ལྟ་འི་གནད་པ་ཡིན་ཞེས་ཁྲོམ་བསྐྱགས་བྱེད་  
 པ། དེའི་ཕྱིར་དབང་ཤུགས་འདིའི་རིགས་ལ་ལྟ་དབང་ཟེར། གཉིས་པ། རྩོད་ས་དད་ཀྱི་དབང་འོག་ཚུད་  
 པའོ་མིས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པའི་ལྟ་ལ་ལྟ་ན་པའི་མིའི་ལས་དབང་ལ་ལོ་བསྐུར་པའི་དབང་ཤུགས། བོད་ཀྱི་  
 རང་ཆོས་ནང་རྣམ་པ་འདི་གཉིས་ཀ་ཡོད་དམ། སྐད་ཆ་བཤད་སྟོལ་འདི་ཡང་དག་པ་ཞིག་མིན་ལ། བོད་ཀྱི་  
 རང་ཆོས་རང་ངོས་ནས་བཤད་ན་གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་བཤད་ཆོད་ནི་ནོར་འཁུལ་ཡིན་ལ་རྒྱུན་ཤེས་ཤིག་ཀྱང་  
 ཡིན། དེ་བས་ཆོག་ཅིག་བརྗེས་བཤད་ན། ཆོས་སྤྱི་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་བོད་ཀྱི་སྟོལ་རྒྱུན་སྤྱི་ཆོགས་ནང་རྣམ་  
 པ་འདི་གཉིས་ཀ་ཡོད་དམ། དཔེར་ན། ཡོག་ངས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ཁོང་གི་དབང་ཤུགས་དེ་ལྟ་འི་  
 གནད་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཚུང་ཡོད་དམ།  
 རྒྱལ་དབང་སྐུ་སྟེང་བཅུ་བཞི་པས་༼ཏཱ་ལའི་བླ་མའི་ཐད་མི་རེར་བསམ་ཚུལ་རེར་ཡོད། མི་ལ་ལས་ངན་



འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲུལ་དུ་སེམས་པ། ཡང་ལ་ལས་ང་ནི་ཆོས་རྒྱལ་དུ་སེམས་པ།  
 འོན་ཏེ། ༡༩༥༠ལོའི་མཇུག་དུ་ང་ནི་ཀྲང་ཏུ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་མི་དམངས་འཐུས་མི་  
 ཆོག་ས་ཆེན་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཨུ་ཡོན་ཀྲང་གཞོན་པ་ཡིན་པ་དང་། དེའི་རྗེས་ང་བོད་ནས་ཕྱི་ལོག་དུ་  
 ཐོན་ཏེ་བཅན་བྱེད་པའི་འཆོ་བ་མགོ་བརྩམས་པ་རེད། ངན་སྤྲུལ་གྱིས་ང་ནི་གསར་བརྗེ་དོའོག་པ་དང་  
 བཤུ་གཞོག་མཁན། གང་ལྟར་གོང་སྤྲུལ་གྱི་ཆོག་དེད་གཅི་འདྲ་ཡིན་ཡང་ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་མིན། ང་  
 རང་གིས་ཏུ་ལའི་སྤྱི་མི་རི་མི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོབ་དང་གོ་ས་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་གོ་མིང་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་པ་དང་།  
 དེ་ལས་གཞན་ང་ནི་འཛིག་རྟེན་པ་ཕལ་བ་ཞིག་དང་མ་བསམ་ས་ནས་དགེ་འདུན་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་  
 པའི་བོད་མི་ཞིག་། ཁོང་གིས་ད་དུང་༩༩ཅང་ཆ་བས་ཆེན་གྱི་ལོག་འབྲེལ་ནི་རྒྱ་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་མི་  
 ལ་ལྟ་གསོན་པོ་རུ་འབོད་ཀྱིན་འདུག འདི་ནི་ཁོ་རང་ཆོ་མོར་བ་རེད། བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ནང་འདི་ལྟ་བུ་  
 ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། མི་ཁ་ཤས་ཤིག་རང་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་འཕྲོ་བ། དཔེར་ན་ཏུ་ལའི་སྤྱི་མི་ལྟ་བུ། མི་  
 འདིའི་རིགས་ལ་ཡང་སྤྲུལ་ཟེར། ཏུ་ལའི་སྤྱི་མིའི་རྣམ་ཐར། བཅན་བྱེད་ཁོང་གྱི་རང་དབང་།  
 མོངས་དད་ཀྱི་མི་ནི་གཡག་རྒྱབ་ཀྱི་ཕྱིད་པ་ལས་ཀྲང་མང་པ་དེ་ང་ཆོས་ངོས་ལེན་བྱེད་དགོས། མི་རབས་  
 ནས་མི་རབས་བར་མཐོ་ཆད་བཏོས་མེད་མི་ལ་ལས་ལྟ་ཡུལ་གྱི་མཐོ་ཆད་དུ་འབོད་པའི་ས་རྒྱུད་འདིར་  
 འཆོ་ཞིང་གནས་པའི་རྒྱ་ཆེའི་བོད་མི་རིགས་ལ་མཆོན་ན། ཉིན་མཆོན་དུས་མེད་དུ་རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་  
 པའི་ངོས་གཏན་མེད་པའི་འབྱུང་ལྡོག་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཆོ་སྤྲུལ་ཁོང་གྱི་དུས་སྐབས་མང་  
 པོ་ཞིག་ལ་ཇོ་བོ་ཆེ་པའི་འགག་རྩའི་གཡང་ལས་ཐར་དགོས་ལ། ཡང་མཆོམས་མཆོམས་སུ་གནས་  
 མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་འགངས་ཀྱི་དཔལ་ལ་རོལ་པའི་དུས་ཀྲང་ཡོད། ལྷ་འདྲེ་ནི་ག་ས་གང་དུ་  
 ཡོད་པ་ཇི་བཞིན་དུ་འགོ་བ་མིའི་འཆོ་བའི་ཁོང་དབྱུགས་ལམ་གཅིག་གྱུར་དང་བདེ་སྤྱུག་མཉམ་སྦྲུང་ཡིན།  
 ལོས་ཡིན། ལྷ་ལོས་བཤད་པ་ཆང་མ་དོན་དངོས་དང་མི་མཐུན་པ་གཏན་ནས་མིན། ལོ་དོ་སྤྱོད་ཐུག་  
 དུ་མའི་རིང་ཆོས་ལུགས་སྟོག་ཤིང་ལྟར་བསྟེན་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཚུ་རྒྱུན་རིང་མོའི་ཁོང་༩༩ལོ་ལོ་ལ་  
 གཡེང་བའི་སྤྱིས་བུ་དུ་མས་ལྟ་ལ་ཁ་གཡར་ཏེ་བསམ་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱ་དོར་ཞིང་། བསམ་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་  
 མང་པོར་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་མནར་གཅོད་ཐེབས་ཏེ་ཁ་གྲགས་མི་ཆོག་པར་བཟོ་བ་དང་། ཉེས་མིང་ཆེན་པོ་





མཚོན་ཉགས་འདིདག་ནི་དེ་ཚོ་འི་བྱད་ཚེས་ཡིན་ནམ། ཡང་ན། མི་རིགས་ཤིག་གི་རང་ལུས་ཀྱི་བྱད་ཚེས་  
 དེ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། དཔེར་ན། རྒྱ་སྐད་ནང་། ཞེ་ཙང་། བོད་སྐད་དུ་། རུབ་བོད། ། དབྱིན་ཇི་ནང་གི་།  
 TIBET ། མཐར་ཐུག་ན་གྲེ་བྲག་ཏུ་ནང་དོན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དམ། མཁས་དབང་ཡུ་ཏུ་ཡིན་ཏེ་ས་  
 གསུངས་པ་ནང་བཞིན་། བྱུང་གོ་ཞེས་པའི་ཡི་གེ་འདི་གཉིས་ལ་མཐར་ཐུག་ན་གྲེ་བྲག་པའི་ནང་དོན་ག་  
 འདྲ་ཞིག་ཡོད་དམ། ཏཱ་ལམ་དེ་རིང་མི་གཅིག་གིས་ཀྱང་གསལ་ལ་བོ་ཞིག་བཤད་མི་ཐུབ། དེ་ནི་ས་རྒྱུས་ཀྱི་  
 མིང་ཡིན་ནམ། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་མིང་ཡིན་ནམ། རིག་གནས་ཀྱི་མིང་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་མིང་  
 ཡིན་ནམ། དས་ཚིག་ཐག་གཅོད་ཐུབ་པ་ཞིག་ནི། ས་རྒྱུས། ཆབ་སྲིད། རིག་གནས། ཡང་ན་རིགས་རྒྱུད་  
 སོགས་གང་ཡིན་ཡང་རུང་ལྟ་གྲུབ་དེ་དག་གི་ཐད་ནས་བྱུང་གོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྐད་འདི་ལ་འབྲེལ་མཚམས་  
 གསལ་ལ་བོ་ཞིག་བྲེ་རྒྱུ་ཡིན་ཆོ། ལམ་སངས་རྒྱལ་མཐའ་མེད་པའི་རྩོད་གླེང་ཞིག་བསྐྱང་ངེས་ཡིན། །  
 ། དམངས་གཙོ་དང་མི་རིགས་རང་ལུགས་ཀྱི་བར། །

ཐོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་དང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ནི་ཐོད་ཀྱི་དང་ཐོག་གི་ཆོས་ལུགས་ཡིན། དེ་ནི་ཐོན་ཆོས་  
དང་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་ཐོད་ས་ཆེན་པོ་འི་སྤྱིང་གི་ཐོན་དངོས་རེད། འདི་ནི་རྒྱན་ཤེས་ཤིག་ཡིན་ལ་དངོས་དོན་

PDF created with pdfFactory.com trial version

མོ་དེ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཡུལ་གྱི་འདིའི་རང་བཞིན་ལ་འགྱུར་ལྡོག་བྱུང་། དེ་ཡི་ཆེས་ནང་མ་དེ། ཆེས་གཤམ་  
འགག་ཆེ་བ་དེ། སྤྱིང་ནང་བཞིན་དེ་ལ་འགྱུར་ལྡོག་བྱུང་སོང་། ཙ་བ་ནས་འགྱུར་སོང་། དེ་ཆང་མ་བོད་མི་  
རང་ཉིད་ཁོ་ནས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད། ཁོང་རང་ཆོ་ཁོ་ནས་གཅིག་སེམས་གཅིག་གིས་རྟོགས་ཤིང་  
དགའ་དགའ་སྤྲོ་སྤྲོའི་རང་ཉམས་སུ་བྱུངས་ནས་མཛོན་པར་རྟོགས་ཡོད། འཆོར་སྤང་ཞིག་ལ་ངས་འདི  
ལྟར་རགས་བཤད་མཛོད་རབ་སྟོན་པའི་སྐབས། བོད་འདི་དུང་ཡང་མཆོན་རྟོགས་རང་བཞིན་དང་སྟོན་རག་  
རང་བཞིན་ཅན་དུ་འཛོག་གིན་ཡོད་དམ།

ཡིན་ཡང་། འདིར་མི་གཞན་ཞིག་གིས་ང་ཆོ་ལ་དེ་ནི་འོད་ཟེར་ཡིན་མི་སྲིད་ལ། གསེར་ཡང་མིན་ལ་འགྱུ་  
རིགས་ཀྱང་མིན། དེ་ནི་སྐུ་ལ་འདེད་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྤྱིད་བྱེད་གྱི་དུག་རྩལ་ཉལ་ཐ་རེད་ཟེར། གྱེ་མ་ཐད་དེ་  
ཤི་ཆར་སོང་ཟེར། ཁོང་གིས་འདི་ནི་ཉལ་ཐ་རེད་ཅེས་བཤད་ཆར་སོང་། དེ་བས་ཉལ་ཐ་རེད་ཐེན་པ་ལ་འཇུག་  
འབྲས་ཡག་པོ་མེད་པ་ཐག་ཆོད་རེད། འདི་ནི་ཚོད་རྒྱ་མེད་པའི་བདེན་དོན་ཡང་རེད། འོན་གཤམ་ཏེ་དེ་རང་  
ལུས་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་སུ་སྤང་ན་ ཁ་ཟུམ་པའི་གདུབ་ཀོར་ གྱེ་འཛིག་རྒྱ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ཡོད། ཅི་  
འདྲའི་འཛིགས་སུ་རུང་པ་ལ། འདི་ནི་གྲོགས་པོ་ཞུ་ལོས་ང་ཆོར་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་  
འབྲེལ་པ་ཡིན། འདི་ནི་ཁོང་གིས་ང་ཆོ་འི་ཆེད་དུ་བཅའ་པའི་བྲིས་ལན་རེད། ང་ཆོ་འི་ཁོང་ལ་བཀའ་བྲིན་  
ཞུས་ན་འགྲིག་ ལྟོས་དང་། ཁོང་གིས་བལྟས་པ་ཅམ་གྱིས་ང་ཆོ་འི་ལུས་སྤྲང་གི་སྟོག་རྩ་དེ་མཐོང་ཡོད་  
ཅང་། ལྟོས་དང་། གཤམ་ཏེ་ང་ཆོས་བོད་གྱི་ནང་ཆོས་དེ་རང་ལུས་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་ཤིག་དུ་འཛོན་རྒྱ་ཡིན་ཆོ། ང་  
ཆོ་ཆང་མ་ལོང་བ་ཞིག་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར། རང་གི་སྟོག་རྩ་དེ་གང་དུ་སྤྲས་དགོས་པ་འང་མི་ཤེས།  
ཉིན་ཁའི་དབྱིངས་སུ་ལྷུང་ཡོད་ཀྱང་རང་གིས་མི་ཆོར། ང་ཆོས་འདི་ལ་ངོས་ལེན་མ་བྱས་པར་དོར་ན་ད་  
གཞོན་སྐུ་ག་བསྐུལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ལས་ཐར་བྱུང་ལ་ ཁ་ཟུམ་པའི་གདུབ་ཀོར་ གྱེ་འཛིང་སྟོག་ལས་  
ཡོངས་སུ་གྲོལ་ངོས་ཡིན། ལྟོས་དང་། ང་ཆོ་སྐྱབ་མཁན་དེ་དངོས་སུ་བསྐྱེབས་བྱུང་། ཁོང་གིས་ཤ་ཆའི་  
གཏམ་རན་ལ་མ་འཛོམས་པར་ང་ཆོ་ལ་དེ་ནི་ཉལ་ཐ་རེད་ཟེར། འཐེན་རྒྱ་གཏན་ནས་མེད། ཉལ་ཐ་དེ་པར་  
དཡུག་དང་། དེ་ལྟར་དགཞོད་ལུས་ཕུང་བདེ་ཞིང་ཆོ་ཐག་རིང་། གཅེས་སྐུ་ག་ལ་ཉིན་དང་ཟེར།  
དོན་དངོས་སུ་བོད་གྱི་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཆང་མ་བོད་གཅིག་པོ་ཡིན་པའི་མ་བྱུང་ལ། བོད་གྱི་

ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་མི་བྱེད་མཁན་ཡོད་ཚད་བོད་མ་ཡིན་པའི་དེ་བས་ཀྱང་མ་བྱུང་། དེ་སྔོན་རྒྱ་ལྷན་མིན་  
 པའི་ལོ་རབས་ཤིག་གི་ནང་དུ། མི་མང་པོ་ཞིག་གི་དད་པ་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་སྤྱོད་ཡོད་ལ། ཆོས་ལུགས་  
 གཞན་ཞིག་ངོས་ལེན་བྱས་ཏེ། རྒྱ་ལྷན་གྱི་འཆོ་བ་གཞན་ཞིག་བསྐྱབས་སྤྱོད་ཡོད། འོན་ཀྱང་ ཇི་ལྟར་  
 སྐབས་འདིའི་མི་རིགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ལ་ངོས་འཛིན་ངེས་གཏན་བྱེད་དམ། བར་བལྟས་ཚད་ཀྱིས་བརྗོད་  
 གཞིའི་རྒྱ་དཔག་ཇི་རིང་ནས་ཇི་རིང་དུ་ཆགས་སོང་། རྟོག་འཛིང་ཡང་ཇི་ཆེན་ཇི་ཆེ་རེད། འདི་ནི་དུས་ཡུན་  
 སྤང་དུ་ཅམ་ཞིག་གི་རིང་ཡིན་ནའང་། ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་སུམ་བརྒྱ་ལྷག་གི་ལོ་ཟླའི་རྒྱ་རྒྱ་རིང་མོའི་ཁྲོད་དེ་ནི་  
 མིག་དེབ་དབང་ཅམ་གྱི་དུས་ཡུན་རེད། དེ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ཞེས་པར་ངོས་འཛིན་གཏན་འབེབས་  
 ཅི་ལྟར་བྱེད་དམ། ལྷག་རྒྱ་ཡིན་ནམ། གཅིག་བྱས་ན་འདི་ནི་གལ་ཆེན་ཡིན་སྲིད། དཔེར་ན་པ་དང་བྱུང་  
 རིགས་རྒྱ་དུ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཤེས་དགོས་ན་DNA ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་དགོས།

DNA

ཞེས་པ་དེ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་མི་རིང་འཛིན་སྟོན་གི་གཞི་རྒྱ་མ་ཡིན་ནམ།  
 ཡིན་ཡང་ངས་ངེས་པར་དུ་བཤད་དགོས་པ་ནི་ཁྲོད་ཀྱིས་༼ཉལ་ཐ༽ རུ་མཐོང་པའི་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་དེ་  
 DNA བཞིན་དུ་ང་ཚོའི་ཁྲག་རྒྱ་དང་འབྲེས་ནས་ཁྲག་རྩ་ཐམས་ཅད་བརྒྱུད་དེ་ང་ཚོའི་མི་རབས་ནས་  
 མི་རབས་ཀྱིས་བརྒྱུད་འཛིན་གཞི་རྒྱ་དུ་གྱུར་ཡོད་ལ། སྐྱེ་བ་འཁོར་ལོའི་ཁྲོད་ང་ཚོས་སྐྱེ་ཤིང་འཆི་  
 གནས་ལུགས་ཉི་མའི་རྒྱ་དང་། དག་འསྐྱེ་འདུས་བྲལ་སོགས་མཛོད་དུ་ཤེས་གསལ་ཡོང་རྒྱུའི་མཆོག་  
 རོར་ཉིད་དུ་གྱུར་ཡོད། འདི་ནི་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་བསོད་ནམས་དང་གཟི་བརྗིད་ཡིན་ལ། ངའི་བསོད་  
 ནམས་དང་གཟི་བརྗིད་ཀྱང་ཡིན། དགོངས་དག་ལྷ གོགས་པོ་ཞུ་ལོ་ལགས། ཁྲོད་ལ་དྲིན་ལན་ལོག་  
 འཇལ་བྱེད་དགོས་ཆགས་སོང་།

### ༦ བོད་མིའི་ཡིད་སྦྱོའི་གནས་སྟངས་ནི་རང་ཉིད་ལོ་ནས་བཅོས་པ་ཡིན་ནམ།

ཞུ་ལོས་གོང་གི་ཆོག་དེའི་ནང་༼བོད་མིའི་ཡིད་སྦྱོའི་གནས་སྟངས་༽ སྤྱོད་ཡོད། ༼བོད་མིའི་ཡིད་སྦྱོའི་  
 གནས་སྟངས་༽ དེ་ཇི་ལྟར་བཤད་འོས་སམ། གང་ལྟར་ང་མིན་པ་ཐག་ཆོད་ཡིན། འདི་དུ་ཡིག་འབྲུ་སྟོང་  
 སྤྲུལ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་ལྷག་པོར་འབྲི་བཞིན་ཡོད།

འོན་ཀྱང་། མང་ཉུང་གང་ཡིན་ལ་མ་བལྟས་པར་གཅིག་འབྲི་དགོས། དཔེར་ན་ལུང་འབྲེན་ཁུངས་སྤྱིལ་



བྱས་པའི་གཏམ་སྒྲིབ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ཉན་རོགས་གནོངས།

རྒྱལ་དབང་སྐྱེས་པའི་བུ་གསུམ་པ་ལ་བོད་མི་དམངས་ཀྱིས་༼རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེན་གྱི་རྒྱལ་དབང་བུ་གསུམ་པ་༽  
པ་༽ ཞེས་འབོད་ཀྱིན་ཡོད། ཁོང་གིས་པལ་ཆེར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་རང་དབང་སྐྱེར་ལངས་མཛད་ཀྱིས་  
བྱས་ཡོད། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་ནང་གོམ་པ་སྤྲོས་ཆར་པས། ཟང་བེད་ལང་ལོང་  
གི་འཕོ་འགྱུར་ནི་དུས་ཀྱི་འཁོར་ཕྱོགས་ཡིན་ལ། རང་ཉིད་མི་འགྱུར་རུང་གཞན་གྱིས་ཁྱོད་རང་ལ་འགྱུར་  
བ་གཏོང་ངེས་ཡིན། རྒྱུད་རིང་གི་༼འཛམ་གླིང་ཡང་ཕྱོད༽ ཡིས་ཀྱང་ཆ་རྒྱབ་སྐྱོར་འདི་ལ་གཡོལ་ཐབས་  
མེད། ༡༩༣༥ལོར་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་འཐིམ་པའི་ཁོང་ཉིད་ཀྱིས་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་གྱི་ཡིག་  
ཅིག་བཞག་ཡོད། ཡིག་ཡིག་དེའི་ནང་བོད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་སྐོར་ལ་ལུང་བསྟན་ཏེ་༼མིག་སྔར་རྒྱལ་  
ཁབ་སོ་སོའི་ནང་རང་སྐྱུང་གང་ཤར་གྱི་དུས་ལ་ཁེལ་ཡོད། མི་རྒྱུས་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་ནི་དམར་  
ཕྱོགས་པའི་ལས་ཀ་གནང་སྟངས་དེ་རེད། དེ་ཆོས་ཁོ་ལོན་སྤྱོད་མའི་ཡང་སྤྱིད་བཅའ་རྒྱུར་བཀག་འགོག་  
བྱས་ཡོད་པ་དང་། དགོན་པའི་ནང་གི་རྩ་ཆེན་ཅ་དངོས་ཆང་མ་འཕྲོག་བཅོམ་བྱས། དེ་ཆོས་བཅོན་དབང་  
གིས་དགོ་འདུན་པ་རྒྱུ་མཛེས་འཕེན་དུ་བཅུག་པ་དང་། ཁོང་ཆོས་ཆོས་ལུགས་རྩ་མཛེས་བཅོ་རྒྱུ་  
ཡིན་ཞིང་། ཐ་ན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མིང་ཡང་ལྷག་མེད་པ་ཞིག་བཅོ་རྒྱུ་རེད་འདུག ཁྱེད་རང་ཆོའི་ཁོ་ལོན་དུ་  
བྱུང་པའི་དོན་དག་འདི་ཆོ་ཐོས་བྱུང་ངམ། གནས་ཚུལ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་སྤྱོད་མཁུན་དུ་བྱུང་དང་བྱུང་བཞིན་  
པ་རེད། འདི་ལྟ་བུའི་གནས་ཚུལ་འདི་ཅུ་བོད་སའི་དཀྱིལ་དུ་འད་བྱུང་སྤྱིད་པ་རེད། ཁ་ལེ་སུ རྟེན་རྒྱལ་  
དབང་བུ་གསུམ་པའི་རྣམ་ཐར་༽

དེའི་རྗེས། ཡུལ་གྱུར་པའི་འཆོ་བ་ཡུན་རིང་རོལ་པའི་ཕ་ཤོངས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེས་པའི་བུ་གསུམ་པ་  
རྒྱལ་ཁའང་འདི་རུ་ཐོབ་ཅིང་པམ་ཁའང་འདི་རུ་རེག་པའི་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱིད་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ལུགས་ལ་  
འདི་ལྟར་དབྱེད་བཞེད་གནང་༼རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེན་གྱི་ལམ་ལུགས་འདི་ནི་རྒྱལ་དབང་ལྔ་པ་མཆོག་གིས་གསར་  
གཏོད་གནང་ཞིང་། ཁོང་ཉིད་ནི་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་དང་སྤྱིད་ཀྱི་དབང་ཆ་གཉིས་གཅིག་སྤྲོས་པའི་  
པའི་ཆོས་རྒྱལ་ཐོག་མ་དེ་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། སྤྱོད་པམ་པ་ཞིག་ལ་ལམ་ལུགས་འདི་སྤྱོད་ཆད་ཐོགས་པ་  
མེད་པར་བཅད་སྤྱོད་ཞེ་དྲག་ཡག་པོ་རེད། ཡིན་ཡང་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་རེ་བ་མེད་པ་དང་དུས་དང་མི་



འཆོམས་པར་ཆགས།    དེ་ལས་གཞན་དངུང་ལོ་འཁྱིལ་ལྷག་གི་སྲིད་དབང་ཚབ་སྐྱོང་གི་སྐབས་སུ་སྲིད་  
གཞུང་འདི་ཉ་ཅང་རུལ་སུངས་སུ་གྱུར་བ།    ༡    རྒྱ་ལའི་བླ་མའི་རྣམ་ཐར་བཅན་ཕྱོད་ཁྲོད་ཀྱི་རང་  
དབང་། ༡

དེ་སྐྱེ་པལ་ཆེར་དང་རབས་ཅན་ལ་འབྲེལ་གཏུག་དང་འོས་ལེན་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་ལྷན་ཡོད་པ་མ་ཟད།  
 རང་རང་སོ་སོའི་གནས་སྟངས་དང་འོས་འཚམས་ཡིན་པའི་བཅོས་བསྐྱར་དངོས་ཐོག་ཏུ་བྱེད་སྒྲུབ་པའི་  
 སྐབས་ཤིག་ཀྱང་ལྷན་ཡོད། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་མེལ་བེན་རྟོག་སུ་ཁྱིན་(MEL  
 VYN C GOLDSTEIN)ནས་སྐབས་དེའི་བོད་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཐད་ཕྱོགས་  
 བསྟུངས་ཀྱིས་༼འཕུ་སྟོང་མཚོན་པ་ཞིག་ནི་ཐབས་བརྒྱ་རྩམ་སྟོང་གིས་དད་མོས་དང་བརྩི་མཐོང་བྱེད་  
 པའི་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་བོ་དང་བསམ་སྟོའི་ལྟ་སྒྲུབ་སྤངས་བྱེད་རྒྱ་དང་། རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ལམ་  
 ལུགས་དང་བསམ་སྟོའི་ལས་གནོད་སྟོན་མི་ཐེབས་རྒྱུ་འི་ཆེད་དུ། དགོན་པའི་ཚོགས་ཁག་དང་ཆོས་ལུགས་  
 ཆིང་ཞེན་སྟོབས་ལུགས་ཀྱིས་མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་ཆང་པའི་ཆ་རྒྱུན་གསར་འཛུགས་བྱས་ཏེ་ཆོད་  
 འཛིན་བཀག་སྟོམ་བྱས། འོན་ཀྱང་། བཀའ་ཤག་སྲིད་གཞུང་གིས་ཆ་རྒྱུན་འདི་དག་གཞིར་བཟུངས་ནས་ནང་  
 ཆོས་ཀྱི་སྟོང་བོ་དང་ལམ་ལུགས་ལ་རྒྱ་ནག་དམར་ཕྱོགས་ཚོགས་ཁག་གིས་རྩེ་དེག་མི་ཐེབས་པར་  
 སྤངས་སྟོབ་བྱེད་སྒྲུབ་མེད། དེ་མིན་དཔུང་དབང་འཛིན་པའི་ནང་ཁྲལ་གྱི་མགྲོགས་རྒྱུར་ལྷན་ཞིང་རྒྱན་ལྷན་མ་  
 ཡིན་པའི་འགྲུར་ལྷོག་ལས་རྩེད་པའི་བསམ་ཡིད་ལས་འདས་པའི་མཇུག་འབྲས་ཀྱིས་བོད་ནང་འབྲུག་གི་  
 གནས་སུ་བསྐྱལ། ཏག་ཏག་སྐབས་དེར་བོད་ལ་འཕྲད་བཞིན་པའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་འཛིགས་སྐལ་ཡང་རིམ་  
 བཞིན་ཇེ་མཐོར་སོང་། མཇུག་མཐར་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་དག་གིས་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་སྲིད་གཞུང་  
 མགོ་འོང་བསྟོགས་༼༩༩༽མེལ་བེན་རྟོག་ཀྱི་སུ་ཁྱིན་སྐྱེ་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཉམས་རྒྱུ།༽  
 རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་གསར་འགོད་པ་ཞིག་གིས་ཕ་གོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེས་བཅུ་བཞི་པར་བཅར་འདྲི་  
 བྱེད་སྐབས་ཁོང་གིས་འགྲུར་ལྷོག་ཆེན་པོའི་སྟོན་བོད་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཐད་གོམ་གང་མདུན་སྟོས་ངང་  
 དཔུང་ཞིབ་ཀྱིས་གསུངས་རྒྱུར་༼རེད་ལགས། བོད་ཀྱིས་རང་ཉིད་འཛུགས་སྐྱོན་བྱེད་རྒྱུར་ཙ་བ་ནས་  
 བརྒྱུད་སོང་པ་རེད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལོ་ལོ་ ཆོས་ལུགས་ཁག་ ཆབ་སྲིད་དབང་ཆ་ཐ་ན་སྲིད་དབང་ཆ་བསྟོར་

གིས་ཀྱང་ཅི་ཡང་མི་ཤེས། ཁོང་ཚོས་མ་གཞི་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལ་དུ་གནས་ཚུལ་ཅི་ཞིག་བྱུང་བཞིན་པ་ཙུ་བ་ནས་ཤེས་  
རྟོགས་མེད། ཁོང་ཚོས་སུ་མཐུན་དུ་བོད་ནི་ལྷ་འི་ཞིང་ཁམས་ཤིག་ཡིན་པས་ནས་ཡང་མཐོན་པོར་གནས་  
ཡོད་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ཐོག་གི་རྟོག་ཟིང་གི་ཚད་སྒྲིང་སུ་གཅིག་ལ་འད་བསྐྱེབ་མི་ཐུབ་སྟམ་ནས་སྟོང་སྟོང་  
ཀྱིས་བསྐྱད་ཡོད། དེས་གནས་ལོང་རྒྱུ་ལོང་དད་རང་རེད། ། རྒྱ་སྟོན་ནེ་ཁྱི (DONNET) བོད་  
ཀྱི་སྐྱེ་འཆི་གངས་ལྗོངས་ཀྱི་མི་རིགས་རིང་ལུགས་།

བོད་ནང་བསྐྱལ་པའི་ལོ་རྒྱུ་ཕྱི་མིག་ལྟ་དུས་སེམས་པ་སྐྱེ་གདུང་གིས་ཁོངས་པའི་ཁོང་གིས་ རྒྱ་གན་  
རབས་ཀྱི་བོད་ནི་ཐུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་མིན་མོད་བདེན་དོན་དེས་ཐོག་དུ་བཤད་ན་སྐབས་དུས་བོད་  
མིའི་འཆོ་བ་ནི་དེས་གནས་ཀྱན་དང་མི་མཐུན་ཞིང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ཆོས་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད།  
མང་པོ་ཞིག་སོར་ཉར་བྱེད་རིན་ཡོད་པ་ཉན་ཉན་རེད། དེ་རིང་དེ་ཆང་མ་ཙུ་བ་ནས་རྒྱན་ཆད་སོང་། །  
༡༩༥༦ ལོར་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་ག་གེ་མོ་ཞིག་ལ་སྤྱོད་འཆམ་དུ་བསྐྱོད་པའི་ལམ་བར་དུ་ཁོང་ཕུགས་རྗེ་ཞིག་ལ་  
ཐུག་ བྱེད་རང་སུ་ཡིན་ནམ། ། ཁོང་གིས་འདྲི་རྒྱུར། ཁོ་བོའི་སྐྱེས་གཟུགས་མཐོ་ཞིང་ལུས་སྟོབས་ལྡན་  
ལ། མགོ་འོད་བྱ་སྒྲ་ཡང་གནག་ཅིང་སྟོམ། སར་བལྟས་ཚོད་ཀྱིས་གཡག་གོད་ཅིག་དང་འདྲ། རྒྱང་  
ནི་ཕགོངས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་ཁྱེད་པ་ཡིན་། ཞེས་ངས་ལན་འདེབས་བྱས། ཁོ་བོ་ནི་ཉ་ཅང་  
གཞུང་དང་བབ་ཆགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པས་ངས་ཁོང་གི་གཏིང་ཟབ་ཅིང་ཁ་སེམས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་མི་  
བྱེད་དད་པ་དེ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་པར་དགའ་སྤྱོད་ཆད་མེད་སྐྱེས། འདི་འདྲའི་རྒྱང་རིང་ལུང་ལྷག་ཅིག་དུ་འད་  
སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་འདི་ལྟར་དར་སོ་ཆེ་བ་ལ། རང་བྱུང་གི་ཁམས་ཆེན་པོ་འདི་དང་སྒྲིང་འཇགས་ཀྱི་  
ཁོང་ལུག་ཁྲོད་བདེ་ཞིང་སྐྱིད་པའི་རང་ཕུགས་རྗེ་སལ་བ་ཞིག་གི་འཆོ་བ་རོལ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ཡང་མིག་  
གི་མཐོང་རྒྱ་གྱི་གནས་ས་འབྲེལ་མཚམས་བྱ་རྒྱུ་གྱི་འཇིག་རྟེན་ལ་དེ་འདྲའི་དགའ་སྤྱོད་མེད་པ་  
མཚོན། དཔེར་ན་ཀྱི་ཁ་བར་འདིས་ང་ལ་སྤྱོད་སྐྱོད་ཆད་མེད་ཅིག་བསྐྱུན་སོང་། དེས་ངའི་མཐོང་རྒྱ་ཡངས་  
པར་བཅོས་ཤིང་ཤེས་རྒྱུ་འདྲི་ཟབ་དུ་བཏང་། ལྷག་པར་དུ་ངས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་པ་ནི་མི་འདི་ལ་རིག་  
གནས་སྟོབ་གསོ་ཉིམ་གཅིག་ལ་འད་རིག་མྱོང་མེད་རུང་། ཁོང་ལ་ཚོག་ཤེས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་ཕུག་ཅིང་།  
ཁོང་ལ་མ་མཐར་དེས་པོའི་ཆ་རྒྱན་ཡང་ཡག་པོ་ཞིག་མེད་རུང་། ཁོང་ལ་བདེ་འཇགས་ཡིན་ལ་འདང་

ཀྱུག་སྤྱ་ཅམ་ཡང་མེད། ཀྱུན་མཚན་ནི་ཁོང་གི་རྩལ་བཞིན་པ་ནི་སྤྱོན་རབས་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལོ་ངོ་སྤྱོད་  
ཕྱག་མང་པོར་རྩལ་ཡོང་པའི་འཆོ་བ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས་པས་སོ། ཁོང་གི་བྱ་རབས་ཚ་རྒྱད་རྣམས་  
ཀྱང་འདི་ལྟར་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་འཆོ་བར་རྩལ་རྒྱར་གདོན་མི་བ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འདི་ལྟ་བུའི་འཇིག་  
རྟེན་གྱི་ལྷ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་འོས་འཚམས་ཤིག་མིན་པ་གཞི་ནས་ཚར་སོང་། ཀྱུན་ག་དམར་  
ཕྱོགས་ཚོགས་པས་ཅི་ལྟར་བཟོས་ཀྱང་རུང་བོད་མི་དམངས་ཀྱིས་སློ་ཅི་གཅིག་སྒྲིམ་གྱིས་འདེམས་པའི་  
ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་འཆོ་བ་འདི་སྤྱ་མཐུད་དུ་རྩལ་ཐབས་བྲལ། རྒྱ་ལའི་སྤྱ་མའི་རྣམ་ཐར། བཅོན་ཁྱོལ་  
ཁོད་ཀྱི་རང་དབང་།

། རོད་ཀྱི་གནད་དོན་། ཐད་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་རྒྱ་ནག་གི་མཁས་པ་གྲགས་ཅན་ཁང་ལི་ཁུང  
WANG LIXIONGགིས་སྤྱོད་པ་གི་བློ་བ་ལྡན་ཡང་ཡིད་སེམས་གདུང་པའི་ཚུལ་དུ་  
འདི་ལྟར་བྲིས་འདུག རྒྱ་དེ་རུ་གཡའ་དག་པའི་རྣམ་མཁའ་སྤྱོད་ཞིང་དུངས། མཐའ་བསྐྱོར་བའི་གངས་  
རིས་མིག་དབང་འཕྲོག་དགོན་པའི་གསེར་རྟོག་གི་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཞིར་འཕྲོས། དེ་རུ་ཡོད་པ་ནི་སྤྱ་མོ་  
ནས་ནག་མོ་ནོར། དུང་བོད་ཇ་དང་རྩམ་པ། མི་ས་ཡ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ལྷ་ཁྱུ་གཉན་འབྲེ་དང་མཉམ་དུ་ལོ་ངོ་  
སྤྱོད་ཕྱག་གི་ལྷིང་འཇགས་ལ་མཉམ་རྩལ་བྲལ། དེ་རིང་གི་དུས་འདིར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཆེན་མོས་  
མཐོ་སྒྲིང་གི་ལྷིང་འཇགས་དཀྱོགས། རྒྱ་གཡའ་བོད་ཀྱི་ལས་དབང་།

ཡིན་ནའང་། ཁོ་ཚོས་རྒྱ་ཉིམ་ཡ། མཚམས་སྤྱོད་ཀྱི་འོད་སྤྱོད་རབ་དུ་འཕྱོ། ཟླ་ག་གོད་ ཡ། གཤོག་  
བྱང་བརྒྱུད་ནས་ནས་འཕང་གཅོད། མཐོ་སྒྲིང་གི་དཔྱིད་དཔལ་རྣམ་པར་མཛོས། དས་སྤྱ་དབྱངས་མི་  
ལེན་པ་ག་ལ་སྤྱིད། གངས་རི་ཡ། དུལ་མདོག་འཆོར། ཡར་སྤྱང་གཙང་པོའི་ཆ་རྒྱབས་དག་དུ་འཕྱུར།  
སྤྱོད་ནག་གི་བཀག་རྒྱ་གཏོར་ནས་ཉིམ་ཤར། གསར་བཟུང་བཟོད་ལམ་ཇི་འདྲའི་ཡངས། མའོ་ཀྱུ་ཁྱེ་  
ཡ། ཉིམ་དམར་པོ། གོང་ཁུན་ཏང་ནི་མགོན་སྐབས་ཡིན། ཡར་ལངས་ཞིང་བྲན་གྱིས་བསྐྱོད་སྤྱ་ལེན། བདེ་  
སྤྱིད་ཀྱི་སྤྱ་སྤྱུ་ཕྱོགས་བཞིར་བྲལ། རོད་ཀྱང་། ཅིའི་ཕྱིར་བདག་གི་ཚ་གདུག་འབར་པའི་རྒྱལ་ས་  
པེ་ཅིན་དུ་ཤིན་ཏུ་གསར་པའི་བོད་ཀྱི་སྤྱ་དབྱངས་འདིར་ཉན་སྐབས་དབང་མེད་དུ་མིག་ཁྱུ་བཞུར་རམ།  
པོ་བོད་ཀྱི་རང་ཆོས་ལ་དེང་རབས་འཆོ་བའི་བསམ་སློའི་ཐོན་ཁུངས་སུ་འགྱུར་རྒྱུའི་རུས་ཤུགས་མེད་དམ།

ཞུ་ལོས་༼མཐུག་བསྐྱེམས། བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་བྱེ་བྲག་པའི་ཆོ་སྒྲོན་གི་རིན་ཐང་ཐད་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་འགའ་  
མེད་སྟེང་ཆད་ངེས་ཅན་གྱི་མི་ཉམས་གཏན་གནས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྟན་ན་ཡང་། བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་དེང་  
རབས་འཛོལ་བའི་བསམ་སྒྲུབ་ཐོན་ཁུངས་སུ་འགྱུར་རྒྱུ་ལྟན་གྱི་ལྷན་གཏན་ནས་མེད།༽

འདི་ལྟར་ཕར་བལྟས་སོང་ཆོ། ཆོག་འདིའི་དོན་རྟོགས་དགོས་ན་ཐོག་མར་༼བསམ་སྒྲུབ་ཐོན་  
ཁུངས་༽ཞེས་པ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་པར་མ་ཟད། ད་དུང་སྟོན་གྱི་བྱད་ཆོས་སྟོན་པའི་  
ཆོག་༼དེང་རབས་ཀྱི་འཛོལ་བ་༽ཞེས་པ་དེ་བས་ཀྱང་ཤེས་དགོས། ཇི་ལྟར་༼དེང་རབས་ཀྱི་འཛོལ་  
བ་༽ཞེས་པའི་ཆོག་འདིའི་དོན་རྟོགས་དགོས་སམ། ཇི་འདྲའི་ངང་འདི་འདྲའི་དུས་ཚོད་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་  
ཆད་བཀག་གིས་ད་ལྟའི་འཛོལ་བ་དང་དེ་དུས་ཀྱི་འཛོལ་བར་གྱི་མི་འདྲ་ས་རྟོགས་དགོས་སམ།  
ཉོག་གཏམ་མང་པོ་མི་དགོས། ད་ལྟའི་འཛོལ་བ་དང་དེ་དུས་ཀྱི་འཛོལ་བ་གཉིས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཀྱང་མི་  
འདྲ། གཅིག་བྱས་ན་གནས་སའི་བྱད་པར་དེ་མི་ཡུལ་བཞེ་བ་དང་འདྲ། དཔེར་ན་མཁའ་རྩ་བསྟེན་པའི་  
ཐོག་ཁང་དང་ཕྱིད་པ་ལས་བཅོས་པའི་སྤྱ་གྲུར། ནག་སྤྱུ་ལམ་བུ་དང་འཕྲང་ལམ་གྱག་གྱོག་སྟོན་  
དང་མར་མེ། རྒྱུངས་འཁོར་དང་རྟ། མགྲོགས་འཕྲིན་E-maiདང་ས་ཆོགས་བར་ཕར་བསྐྱུལ་རྒྱུར་ལེན་  
གྱི་ཡི་གེ་སོགས། སྤྱི་ཆོགས་འཕེལ་རྒྱས་དང་མིའི་རིགས་ཡར་ཐོན་ནི་ལྟ་ཆོས་མི་ཆོས་ཀྱི་ལུགས་དང་  
མཐུན་པའི་བདེན་དོན་སྟོན་མེད་ཡིན་པས་ང་ཆོས་དེ་ལ་སེམས་གཏིང་ནས་དགའ་བསུ་ཞུ་ལ་བཀའ་རྒྱུ་  
གྱི་བསྟོད་བསྐྱབས་ཀྱང་ལེན་ངེས།

མི་ཞིག་མ་ཤི་གསེན་པོའི་ཆོ་དེ་འདྲའི་བསམ་སྒྲུབ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་དགོས། མའོ་ཀླུ་ཞིའི་བཀའ་སློབ་ནང་  
གི་སྐད་ཆ་འདི་ནི་བདེན་པ་རེད་ཅེས་བཤད་རིན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། གལ་ཏེ་བདེན་དོན་ཞེས་པ་ནི་ཕྱ་མཐོང་  
གི་ལམ་ནས་འདི་ལྟར་ཆོག་གཅིག་ཏུ་བདེན་པའི་གནས་ལུགས་སུ་འབོད་རུང་ན། འོ་ན། དེང་རབས་ཀྱི་  
འཛོལ་བའི་ཁྲོད་འཛོལ་བའི་ཞིང་གནས་པའི་མི་རྣམས་ལ་ཅི་འདྲའི་བསམ་སྒྲུབ་ཞིག་དགོས་སམ། ཡང་ན་དེང་  
རབས་ཀྱི་འཛོལ་བའི་ཁྲོད་འཛོལ་བའི་ཞིང་གནས་པའི་མི་རྣམས་ལ་ཇི་འདྲའི་༼བསམ་སྒྲུབ་ཐོན་ཁུངས་༽ཤིག་  
དགོས་སམ།

༼བསམ་སྒྲུབ་ཐོན་ཁུངས་༽ཞེས་པ་ནི་དངོས་གནས་བརྗོད་བྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། ངེས་པར་དུ་དང་ལེན་

བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ནི་བརྗོད་བྱ་འདིའི་ཐད་མི་རེར་ལྟ་བུ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད། གང་ལྟར་འཛིན་ཏེ་གྱི་  
ལམས་ཆེན་པོ་འདི་ནི་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐ་ན་ཁ་ཟས་ཀྱི་སྒོ་བ་ལ་འད་དག་འཕྱོགས་སོ་སོ་  
ཡིན་པས། ནང་སེམས་ཀྱི་འབྱུང་བ་དང་ཁྲུང་པའི་ནང་གི་ཀྲག་གྲོག་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མང། རོ་མ་མི་སྤུམ་  
ཅུར་བསམ་པ་སྤུམ་ཅུ་དང་མཛོ་སྤུམ་ཅུར་ལ་རྩལ་ཅུ་ཞེས་པ་ལྟར་མི་རེ་རེར་དག་འཕྱོགས་ཀྱང་མ་འདྲ་  
བ་རེ་རེ་ཡོད།

ཉིན་ལ་ཤས་ཀྱི་སྒྲིན་དུ་གྲོགས་པོ་འགའ་དང་མཇལ་འཕྲད་བྱུང། དག་འདགོས་པ་ཞིག་ལ་ཁ་བཟུང་ཁྲོད་  
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་སྒྲེད་སྒྲོད་བྱས། མཉམ་དུ་བཟ་མ་བཟ་བཞིན་པའི་མི་འདི་ཆོའི་ནང་ན་འད་རང་རང་གི་དད་  
པ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་པ་གཞི་ནས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང། ཁོང་ཆོ་ནི་ཉེ་ཤས་ལྡན་མི་སྤྱི་འོ་མིང་ཁྱེར་ཆོག་  
ཆོག་ཡིན་པའི་མི་སྐོར་ཞིག་རེད། ཅི་ཞིག་ལ་ཉེ་ཤས་ལྡན་མི་སྤྱི་འོ་བཟུང་། ངས་དད་མོས་བྱེད་སའི་  
གྲོགས་པོ་ཞིག་གིས་ཉེ་ཤས་ལྡན་མི་སྤྱི་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ་ངས་པར་དུ་འདི་འདྲའི་ཆ་རྒྱུན་གཉིས་ཆང་  
དགོས། གཅིག་ནི་ཐོག་མ་ནས་གསར་རྩོམ་གྱི་རང་བཞིན། གཉིས་པ་ནི་མཐའ་དཔྱད་གྱི་རང་བཞིན། འདི་  
གཉིས་ཀའི་ནང་གཅིག་ཀྱང་མེད་མི་རུང་འོ་བཟུང་། དེའི་ནང་གི་གྲོགས་པོ་གཞན་ཞིག་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀའི་  
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་པ་ཡིན་ལ། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་ནི་ཁོང་གི་རྩོམ་འབྲི་སྐབས་ཀྱི་ཐོན་  
ཁུངས་ཡིན་པ་མ་ཟད་བསམ་པའི་སྤྲོད་ནས་ཀྱང་དད་སེམས་ཉག་གཅིག་བཅངས་སར་ཆགས་ཡོད་པ་  
རེད། གཞན་དེ་གཉིས་ཆོས་ལུགས་གང་རུང་ཞིག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཕྱོགས་མེད་ཀྱང་མཐའ་མའི་  
བརྩེད་འདྲི་དང་གཏན་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནམ་ཡང་ཁོང་ཆོའི་རྩོམ་ཡིག་དང་བསམ་སྤྲོད་ཁྲོད་འབྱུང་དུ་  
ཐོན་ཡོད། དོན་དངོས་སུ་དེ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་མིན་ན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། དུང་མི་གཞན་ཞིག་  
ནི་མཚན་སྟན་གྲགས་ཀྱི་བ་དན་ཕྱོགས་བཞིར་བྱས་པའི་སྒྲོབ་གྲུ་ཆེན་མོ་ཞིག་ནས་ཞིབ་འཇུག་སྒྲོབ་མའི་  
སྒྲོབ་ཐོན་གྱི་ལག་འཁྱར་ཏེ་MAའི་སྒྲངས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ཡང་དེ་ལྟ་ཁོང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་  
པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་དེ་ལྟ་བོད་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་གངས་ཀྱིས་གཡོགས་པའི་རི་ལུང་ནགས་ཁོད་ཀྱི་  
ནང་བསྟན་སྒྲོབ་སྒྲིང་ཞིག་ཏུ་ཞུགས་ཡོད་འདུག འདི་རུ་ནན་བཤད་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ནི་དེ་ནི་བོད་ཀྱི་ནང་  
ཆོས་ཀྱི་ནང་བསྟན་སྒྲོབ་སྒྲིང་ཞིག་ཡིན། དུང་ནན་བཤད་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ནི་མི་དེ་ནི་རྒྱ་མི་ཡང་དག་



པ་ཞིག་ཡིན།

བྱིས་ནས་མཚམས་འདྲི་ཐོན་དུས་མིང་ལ་ཨ་ཙ་ཨ་ཨ་ Azara ། ཟེར་པའི་དྲ་གྲོགས་ཤིག་གི་  
ཤོག་བྱང་མཐོང་བས་དམིགས་བསལ་གྱིས་གཤམ་དུ་བཤུས་པ་ཡིན།

སྤྱི་ཆེ་དུག་པའི་ནང་དགནས་མཆོག་ཁ་བ་དཀར་པོར་གནས་བསྐྱར་དུ་སོང་བ་ཡིན། གྲུ་གྱུ་འཕྲང་ལམ་  
དུ་འགོ་བཞུགས་པའི་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་ཤས་ཀྱི་དཔུང་སྡེའི་ནང་དེ་ཉི་མོ་བོད་མི་ནང་འདྲེས་པའི་རྒྱ་མི་། གཅིག་  
ལུ་རེད། བོད་མི་རིགས་ཤེས་ནས་ལོ་ངོ་མང་པོ་འགོར་བའི་རྗེས་སུ་དགའ་བོ་དེ་ཉི་མོ་དཔྱོད་པ། ལྷ་སྐྱོར་  
པ་དང་གསར་འགོད་པ་སོགས་གང་ཡང་མིན་པར་གནས་མཇལ་པ་ཞིག་གི་རྣམ་པའི་ཐོག་ཁོང་ཆོའི་  
དཔུང་སྡེའི་ནང་ཞུགས་རྒྱུ་འདྲི་སྐལ་བ་ལྡན་སོང་། རྒྱ་མཚན་ནི་ད་ལྟོ་ཆང་ཞིག་གི་གཟུང་མི་ཆོ་དང་མཉམ་  
དུ་གོམ་བགོད་བྱས་པ་ཡིན།

བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐད་དང་ལ་མཚོན་ན་དད་གུས་ཡིད་སྦྱོན་ཡོད་ལ་ཞུ་ལོ་ནང་བཞུགས་ཀྱི་དོགས་པ་འདྲ་ཡོད།  
བབ་ཆགས་བྱམས་བཙེ་ལྡན་པའི་བོད་མི་མང་ཆེ་བས་དད་པ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚྭ་དང་ལ་སེམས་གསོ་  
བྱེད་པའི་རྒྱ་རྩ་ཆགས་ཡོད་བསམ་པའི་དོགས་པ་ཡོད། འོན་ཀྱང་གནས་མཇལ་གྱི་ལམ་བར་དུ་དཔྱད་ཡིད་  
སེམས་རང་དབང་མེད་པར་དགའ་སྤྱོད་ཁོངས་པའི་ཚྭ་དང་ལ་དད་ཀྱི་གོང་མི་དེ་ཆོས་བཀུགས། མཐོ་ཆད་ལ་  
སྤྱི་ཁྱེ་བཞི་སྟོང་ལྷག་ཡོད་པའི་ཞོ་ལ་ཉག་ག་བརྒྱལ་དུས་མཇལ་ལམ་གྱི་མི་ཆང་མས་མཁའ་དབུགས་  
དཀོན་ཆེན་ཕྱོགས་བཞེས་མུ་མཐའ་མི་མངོན་པའི་རི་སྐང་དུ་སྐད་མགོ་མཐོན་པོས་མ་ཁྱེ་ཡིག་དུག་སྐྱོར་  
བཞུགས་སོང་། སྐབས་དེར་དང་མཉམ་དུ་འགོ་བཞུགས་པའི་གཞོན་ནུ་མ་སྐྱོལ་མས་ད་དུ་རྒྱ་ཡོང་གི་ཟེར་ཞོར་  
དུས།

དངོས་གནས་དཔྱད་པའི་མིག་བྱང་ཡང་མཆིམས་རུབ་ཏེ་ཅི་ཡང་མི་མཐོང་པར་གྱུར།

མི་རེ་རེའི་ཀླུ་མགོར་བཅིངས་གྲོལ་ལྷམ་དང་ལུས་སྟེང་དུ་ཆར་བ་འགོག་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་  
སྒབ་མོ་རེ། ད་དུང་སྤྱུག་མ་དུམ་བུ་རེ་ལག་རྟེན་བྱས་ཡོད་རུང་། དེ་དུས་ངས་དགའ་བོ་དེ་མི་འདི་ཆོས་གྲུབ་  
པའི་མི་རིགས་དེ་ནི་ཉ་ཅང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྟོབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་གཞི་ནས་ཡིད་ཆེས་བྱས། མི་  
འདི་ཆོའི་དད་གུས་ཅེ་གཅིག་དུ་བྱེད་པའི་ཆོས་ལུགས་ལ་གཞོམ་ཞིག་མེད་པའི་རུས་ཤུགས་ལྡན་ཡོད།  
ཁོང་ཆོས་དེར་རབས་ལག་རྩལ་ལ་ཡིད་བརྟན་ཆེན་པོ་མི་བྱེད། ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྱག་མང་པོའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་



ཞིང་སར་ཙུ་བ་གཏིང་དུ་བྱུག་ཅིང་། དེ་མིན་ད་དུང་མཐའ་འཁོར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུན་རིང་པའི་རི་རབ་དང་ཚུ་བོ་  
ནགས་ཚལ་སོགས་དང་དོ་བོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། ༼བདུད་གཙོང་༽ ནང་གི་སྤྲོ་རུ་ཅན་གྱི་ཤིང་སྤྲོང་བློ་  
བྱུང་ངམ། ཁོང་ཚོ་དངོས་གནས་དཀྱིལ་སྤྱིང་གི་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ལུས་པ་རབ་ཏུ་ལྡན་པའི་རིགས་རྒྱུད་དེ་ཡིན་  
ངེས།

ང་ལ་འད་ཉལ་ཐའི་དུག་ཕོག་ཡོད་པ་འདྲ། ཡིན་ཡང་དེ་ཡག་པོ་ཞེ་དག་མ་རེད་དམ།  
བོད་ཀྱི་ནང་ཚུས་དེ་འདས་ཟིན་པའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་བསམ་སྤྱོད་ཐོན་ཁུངས་དང་བསམ་པའི་ཐོན་ཁུངས་སུ་  
གྱུར་ཏེ་ང་ཚོ་གདོད་མའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་འདི་གསོ་སྦྱོང་བྱས་ཡོད། དེང་རབས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་  
དུའང་བསམ་སྤྱོད་ཐོན་ཁུངས་དང་བསམ་པའི་ཐོན་ཁུངས་བྱེད་པའི་ལུས་ཤུགས་ལྡན་ཡོད་པས།  
མངོན་གསལ་དོད་པོར་རྒྱས་ལུས་ཐེབས་པའི་ང་ཚོའི་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་འདི་ལྷ་མཐུད་དུ་གསོ་སྦྱོང་  
བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པར་མ་ཟད། ད་དུང་བོད་རིགས་མ་ཡིན་པའི་དེང་རབས་ཀྱི་མི་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་གསོ་  
སྦྱོང་དང་ཡང་ན་ཡིད་དབང་འགྲུག་གིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་མ་ཡིན་ནམ།

#### ༤ དམངས་ཡོངས་ཀྱི་རེ་འདུན་དང་བསམ་སྤྱོད་མི་གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་བཅོལ་བ་རེད་དམ།

ཞུ་ལོས། ༼དམངས་ཡོངས་ཀྱི་རེ་འདུན་དང་བསམ་སྤྱོད་མི་གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་བཅོལ་ཡོད། འདི་འདྲའི་ཚུས་  
ལུགས་ལ་ལྷོག་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་དེ་དང་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ལས་ཆེ་བ་ཐག་ཆོད་ཡིན། དེ་རིང་གི་  
འཛིག་རྟེན་ནང་རྟེན་གསུམ་དཔྱེད་བཏང་བ་ཡིན་ན་དམངས་ཡོངས་མི་གཅིག་ལ་རྒྱབ་རྟེན་བཅོལ་པའི་ཚུས་  
ལུགས་ཉ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཡིན་ཞིང་ཕལ་ཆེར་དེད་ག་ཆོང་མ་ཕྱིར་འབུད་བྱས་ཆོར་འདུག༽

ཉོན་དང་། འདི་ལྟ་བུའི་ལབ་སྐྱོང་གི་གོ་སྐབས་བྲལ་ཞིང་ཆོག་ཐག་བཅད་པའི་སྐད་ཆ། ལྟར་སྒྲུང་གི་ཡོ་  
བསྐང་། སྦྱོད་བཟང་ངང་འཇུག་དཔྱུལ་དཔྱུལ་གྱིས་ཁྲུན་ཐག་གཙོང་དོན། སྤྱོད་ཆད་ད་དུང་དེ་རིང་གི་དུས་  
ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་དུས་རབས་འདི་ནི་སྤྲོ་མང་ཅན་ཡང་ཁས་ལེན་པའི་དུས་རབས་ཤིག་  
ཡིན་པར་ངེས་འཛིན་བྱས་ཡོད།

འདི་འདྲའི་ཕན་ཉུང་གཙོད་མང་ཞིག་ཉར་ནས་ཅི་ཞིག་བྱེད། དེ་ལས་ཕྱིར་འབུད་བྱོས་དང་། ཕྱིར་འབུད་།  
དོན་མང་པོར་འགོ་སྤྱིད་པའི་མིང་ཆོག་འདི་དངོས་དོན་དུ་ཅི་ལྟར་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བྱེད་དགོས་སམ།

དེ་སྔོན་མའོ་ཀླུ་ཞིས་ཀྱང་བྱམས་སེམས་ལག་འཇམ་གྱི་རང་ནས་ རྒྱུ་རང་ཚོའི་བསྐྱལ་བ་མ་སྟོང་བར་  
དུ་དུས་ནམ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཚེས་ལུགས་ལ་དད་པ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་གྱིན་ཡོད་པས། ང་ཚོར་ནང་པ་  
སངས་རྒྱས་ཚེས་ལུགས་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་དད་གུས་བྱེད་པའི་འདོད་སྟོ་མེད། ཡིན་ཡང་ཁྱོད་རང་ཚོས་  
དད་གུས་བྱེད་བསམ་ན་དེ་ལ་ཐབས་ཤེས་གཞན་མ་མཆིས། ང་ཚོ་ལ་ཐབས་ཤེས་སྟུ་ཅམ་ཡང་མེད།  
ཚེས་ལ་དད་གུས་བྱེད་མི་བྱེད་དེ་རང་རང་སོ་སོས་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཟེར། ཁོང་གིས་ ༡༩༥༩  
ལོའི་ཟླ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༡༥ ཉིན་འདི་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་འདི་ཕུ་ཁོང་གིས་མེས་རྒྱལ་ཁ་བྲལ་  
གཏོང་འདོད་ཡོད་པའི་ རྒྱ་འཛུགས་ཐིང་འབྲུག་པ་ གྲགས་ཆ་དེ་ཕུ་སྟེན་གསོད་བྱེད་པ་དང་ཡང་ན་ཕྱི་  
རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཏུ་མཐར་བསྐྱོད་ཐོངས་ཤོག་ཅེས་མི་དམངས་བཅིངས་གྲོལ་དམག་ལ་བཀའ་བབས་  
པའི་དུས་མཚུངས་སུ་འཁེལ་ཡོད།

ཀླུ་འུང་ལིས་ཀྱང་གསུང་ཆོག་ནན་ཞིང་ཐུགས་ཁུར་ཆེ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ རྒྱ་ལྟ་བོད་ནང་ཆིང་པ་བཞི་  
གཏོར་པའི་སྤང་རེད། དགོན་སྡེ་དང་ལྷ་ཁང་དག་གཏོར་བཤིག་བྱེད་པ་དང་། སྤྲ་མའི་ལམ་ལུགས་གཏོར་  
པ་སོགས་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། ཡིན་ཡང་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་དག་མ་བཤིག་པར་སྟོབ་ཟླ་དང་མཛོད་ཁང་  
སོགས་སུ་བསྐྱར་ནས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ན་ཡག་པོ་མ་ཡིན་ནམ། ལྷ་སྐྱེད་ག་མང་ཚོགས་ཀྱིས་གཏོར་བསྐྱེད་  
བྱེད་དགོས་ཟེར་ན་ཉུང་ཉུང་ཞིག་གཏོར་བསྐྱེད་བྱས་ན་འགྲིག་ འོན་ཀྱང་དགོན་པ་ཆེན་པོ་འགའ་སུང་སྐྱེབ་  
བྱས་ཏེ་རང་སོར་འཛིན་དགོས། གལ་ཏེ་དེ་འདྲ་མ་བྱས་ཆེ་ཆུན་པ་ཚོས་ང་ཚོར་དགའ་ཞེན་མི་  
བྱེད། ཀྱོང་གི་གཏམ་བཤད་འདི་ནི་༡༩༦༤ལོའི་ཟླ་ ༡༠ པའི་ཚེས་ ༡༥ ཉིན་གསུངས་པ་དང་། ཁོང་གི་  
དམིགས་སུ་བཀའ་ནས་དཔུང་བར་དམར་སྤུང་དམག་གི་དཔུང་ཉ་གས་གོན་པའི་བོད་རིགས་སྟོབ་མར་  
མཇལ་འཕྲད་གནང་སྐབས་གསར་བཞེ་མཐར་ཐུག་བྱེད་དགོས་ཞེས་པའི་ལམ་སྟོན་གསུང་བཤད་རེད།  
མའོ་དང་ཀླུ་གཉིས་ཀ་དེ་འདྲའི་མཐོང་རྒྱ་ཡངས་ཤིང་མིག་རྒྱུང་རིང་པའི་མི་སྣ་རེད། ཁོ་ཚོས་ལོ་རྒྱུང་  
ཐུག་མང་པོ་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་མགོ་ཕྱོད་མནན་པའི་ རྒྱ་འཛུགས་ཀྱི་བསྟོན་པས་རི་ཆེན་གསུམ་མངའ་  
བདག་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་དཔེ་འཛིན་ཡིན། སྐྱར་པ་པོས་ཡོད་པ་རེད། ཇི་འདྲའི་གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་  
དཔེ་འཛིན་དང་ རྒྱ་སྟོན་པོར་ ཀྱི་ཕྱིར་འབྲུད་ཀྱི་བཤད་སྟངས་གཞན་ཞིག་བྱེད་དགོས་དོན་ནི་ རྒྱ་དམངས་

ཡོངས་ཀྱི་རེ་འདུན་དང་བསམ་སྒྲུབ་མི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བཅོལ་བའི་། སྐྱོ་གར་དེ་མཐོང་བས་མ་ཡིན་པར་  
 དེལ་རྒྱ་མཚན་གཞན་ཞིག་ཡོད།  
 དེ་ནས་བོད་ཀྱི་ཐོག་མར་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་ཕ་རོལ་པས་ཇི་ལྟར་བསྐྱར་རྒྱུ་ནི་  
 གནད་དོན་དེ་རེད། བྱེ་བྲག་གིས་བཤད་ན་འཛམ་གླིང་སྟེང་མི་རྣམས་པའི་མིག་ནང་གི་སྒྲོག་ཁྱུང་ལོ་མཚར་  
 ཆེལ་རྟོགས་དཀའ་བ། སལ་ཆེར་བོད་མིའི་འཆོ་བ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དོན་སྟིང་དུ་བྱུར་པའི་བོད་ཀྱི་ནང་  
 ཆོས་ཀྱི་གནད་དོན་དེ་ཇི་ལྟར་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་རྒྱུ་དེ་རེད། དེ་ནས་ཐོག་མར་དན་དགུ་ལུས་འཛེམས་  
 ཀྱི་༼མངའ་བདག་ཆེན་པོ་གསུམ་༽ཀྱི་གཏེ་བོ་ཞེས་མཚན་ཉིད་བཞག རུས་ལྷགས་ཆེན་པོས་དེལ་  
 བསྐྱགས་ཀྱི་སྐོལ་གཏམ་འོག་ཕ་རོལ་བོས་གནང་པའི་རྣམ་པ་འདིལ་རྒྱས་ཀྱི་འགྲོས་དང་བསྐྱུན་ནས་  
 བར་མཚམས་མེད་པར་གཏན་འཁེལ་བྱས། སྤྱ་བརྟན་དུ་བཏང་། ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྟེལ་ཞིང་བསྐྱགས།  
 འདི་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་བཀོད་སྤྱི་གི་ཐག་གཅོད་ཀྱི་ཁོད། ཆེད་དམིགས་ཀྱི་ཐ་སྐད་སྟོར་ཞིག་ལས་གྲུབ་  
 པའི་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་མ་ལག་དང་སྐད་ཆའི་མ་ལག་སྟོར་ཞིག་དཔེ་དབྱིབས་ཅན་དང་ཁྲིམས་མཐུན་ཅན་དུ་  
 བསྐྱར། སྤྱ་ཡི་ཤིས་ EDWARD SAID གསུངས་པ་ནང་བཞིན་༼སྐད་ཆའི་མ་ལག་འདིས་  
 དངོས་དོན་དུ་འཛིན་པར་བཅུག་པའི་དངོས་པོ་སྟེ། དཔེར་ན། ལུ་ཉན་མ་ཉི་ནི་ཡུལ་བསྐྱོར་ཁམ་པ་ཞིག་  
 རེད། འདི་ནི་སྐད་ཆ་འདིའི་གྲུབ་ཆ་ཞིག་རེད། འདི་ནི་སྐད་ཆ་འདིས་ནམ་རྒྱུན་ལུ་ཉན་མ་ཉི་མིང་དང་  
 འབྲེལ་བ་བྱུང་ཆེ་མི་རྣམས་ལ་བཅན་ཤིང་ཀྱིས་བྱེད་དུ་བཅུག་པའི་ལྟོག་ཏུ་མེད་པའི་གསལ་འདེབས་  
 ཤིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་། བོད་ཀྱི་ནང་བསྐྱུན་ནི་༼མི་གཅིག་ལ་རེ་འདུན་བཅོལ་པའི་ཆོས་ལུགས་༽ ཡིན་མི་  
 སྟིང་ལ། གལ་ཏེ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ནའང་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་  
 མཚན་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་ཕ་རོལ་པ་ཞིག་༼འཇིག་རྟེན་སྐྱབས་མགོན་༽ དུ་མི་  
 འཛིན་ཞིང་། དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པའི་ཆོ་སྟོག་སྟངས་འཛིན་བྱེད་པར་དར་སྟེལ་བསྐྱེད་སྟེང་དང་ལོང་རྒྱག་མ་  
 ཡིན་པའི་སྟོ་སྟོང་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་སྟོམ་དགོས་ལ། དེའི་མཐར་ཐུག་གི་རྩ་བ་ནི་གཞན་པར་ཡིན་པ་  
 ལས་གཞན་བཀོལ་སྟུང་གཏོང་རྒྱུ་དང་ཡང་ན་གཞན་ཀྱི་བོད་སྟུང་གཏོང་རྒྱུ་དེ་མིན། ལས་ཐོབ་པའི་རྟོགས་  
 སད་དང་ཐར་བའི་གདོད་མའི་སྟོ་གོས། དེ་འདྲ་མིན་ཆོ་ལོ་རྟོང་ཐུག་དུ་མའི་ནང་དུས་དང་དུས་མ་ཡིན་

པའི་ཆར་རྩེ་ལྷགས་རྒྱག་དང་ཁ་བ་བྱ་ཡུག་སོགས་ཀྱི་བར་ཆད་མྱངས་ཀྱང་། ད་བར་དུ་རི་རབ་བཞིན་དུ་  
གཡོ་མེད་འགྲུལ་མེད་ཀྱིས་གནས་ཡོད། དེ་མིན་ད་དུང་དེང་རབས་ཀྱི་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་འཆོ་གནས་ཀྱི་  
དོན་སྤྱིང་དང་བསམ་པའི་ཐོན་ཁུངས་སྤྱང་གྱུར་ཡོད། འདི་ནི་རྒྱན་ཤེས་ཡིན་པས་མང་པོ་ལ་བ་མི་དགོས།  
དེ་ནས་རེ་འདུན་གྱི་སྐྱོར་སླེང་པ་ཡིན་ན། དངོས་གནས་ཡིན་ཡང་སྲིད་ལ་ཡིན་ཡང་ཡིན་པའི་རེ་འདུན། མི་  
རིགས་འདི་གནས་ཡུལ་ས་སྐད་འདིའི་རེ་འདུན།

### ༩ འཕེལ་རྒྱས་ནི་སྤྱ་བརྟན་གྱི་གནས་ལུགས་ཡིན་ནམ།

ཞུ་ལོས་ ཁྱེད་པལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཡར་བསྐྱལ། རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་རྒྱས་  
ཤིང་སྟོབས་འབྱོར་ལྡན་པ། མི་གཤེས་བཅིངས་འགོལ་ནི་མ་བཤད་རང་གསལ་གྱི་ཆད་ལྡན་བསྐྱར་ཞིབ་  
དུ་གྱུར་ཡོད། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རིན་ཐང་ཐད་སླེང་སྤྱོད་བྱས་འདི་དག་གཞི་འཛིན་སའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་བཞག་  
མེད་ཅུང་། དོན་དངོས་སྤྱ་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཡར་བསྐྱལ། རྒྱལ་ཁབ་དང་  
མི་རིགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་རྒྱས་ཤིང་སྟོབས་འབྱོར་ལྡན་པ། མི་གཤེས་བཅིངས་འགོལ་གྱི་ལུས་ལྷགས་  
ལྡན་མིན་དེ་བསྐྱར་ཞིབ་གྱི་ཆད་གཞིར་ཆགས་ཡོད།

གཤེས་བྱས་དང་། སར་བལྟས་པ་ཅོམ་གྱིས་ཆོག་འདི་དག་ནི་ལུད་གཏམ་མིན་པ་འདྲ་པའི་ལུད་གཏམ་  
ཞིག་ལ་བཅིས་ཆོག་ཀྱང་། དེ་ལ་ཨ་ལན་སྟོག་པའི་ཆོག་ལ་ཤས་ཤིག་བཤད་དགོས་སྟུམ།

ཐོག་མར་འདི་རྒྱ་ཞིག་ལ་འཕེལ་རྒྱས་ནི་སྤྱ་བརྟན་གྱི་གནས་ལུགས་ཡིན་ནམ། ཚུམ་པ་པོ་ཁང་ལི་ཁུང་  
གི་ཆེད་དམིགས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ད་ལྟའི་གནས་སྤངས་ལ་སླེང་སྤྱོད་བྱས་པའི་ཚུམ་ཡིག་ ཁྱེད་ཆོས་  
མཚུག་གི་དུས་རབས་༧ ཞེས་པའི་ནང་། རྣམ་པ་གཞན་ཞིག་གི་ལམ་ནས་འདི་ལ་ལན་འདེབས་བྱས་  
ཡོད། ཁྱེད་ཀྱི་ཞུ་ལོས་ཤིང་གི་འཕེལ་རྒྱས་ནི་སྤྱ་བརྟན་གྱི་གནས་ལུགས་ཡིན་ཞེས་པ་ད་ལྟ་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་  
ཡོངས་ཀྱི་བསྐྱར་བྱའི་གདམས་ངག་དུ་ཆགས་ཡོད། བོད་ས་ཁུལ་གྱི་འགྲོག་པའི་རྩ་ཐང་ནའང་འདི་ལྟ་  
བུའི་གསུང་བཏུས་ཀྱི་བྱང་བྱང་ག་ས་གང་དུ་བསྐྱངས་ཡོད། རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ས་སྤེལ་བོར་ཡང་ན་རྒྱ་  
ནག་གི་མི་རིགས་ས་ཁུལ་གྱི་གཏན་འཇགས་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་རྒྱུའི་རེ་འདུན་ཡོད་ཆད་འཕེལ་རྒྱས་ཞེས་  
པའི་ཡི་གེ་འདི་གཉིས་ལ་བཅོལ་ཡོད། དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་དང་དངོས་བོའི་འཆོ་བའི་ཆུ་ཆད་ཇི་

མཐོང་སྤང་བ་དང་མཉམ་དུ། མི་དམངས་བདེ་བར་གནས་ཤིང་ལས་ལ་བརྩོན་པ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་  
འགལ་སྐྱེའང་ཐེ་ཆུང་ནས་ཐེ་ཆུང་དུ་འགོ་རྒྱུར་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོར་བཅངས་ཡོད། །  
དེའི་རྗེས་མཐུད་ནས་ཁོང་གིས་དཔེའི་ལམ་ནས་༼འཕེལ་རྒྱས་༽དང་༼བརྟན་ལྷིང་༽གཉིས་བར་གྱི་  
ཆ་མཚན་དེ་འདྲ་མིན་པའི་འབྲེལ་བར་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་ཡོད། བསྐྱེལ་སྤྱོད་ཀྱི་བརྟན་ལྷིང་གི་དབང་  
བསྐྱུར་སྤུང་འཛིན་རྒྱུན་འབྱེད་དང་། མི་རིགས་འགལ་སྐྱེ་གཙང་སེལ་བྱེད་རྒྱུའི་ལྟ་སྟེགས་ཁོ་ནའི་སྤྱིང་  
ནས་ཀྱང་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་གཅིག་པུར་རྒྱབ་རྟེན་བྱས་ན་ཆད་ལོང་བ་ཞིག་ཡིན་མི་སྲིད། འགལ་  
སྐྱེ་ཆིང་པ་གཅིག་བྱས་ན་ཅུང་ཙམ་ཞིག་སེལ་སྤྱོད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་། འགལ་སྐྱེ་གསར་བ་རྒྱུན་མི་  
ཆད་པར་བྱུང་ངེས་ཡིན་པར་མ་ཟད་སྤྱོད་ལས་ལྷག་པའི་ཇོ་བོ་དང་ཐག་གཅོད་དཀའ་པར་འགྱུར་  
སྲིད། །

ངས་འདི་རུ་ངེས་པར་དུ་ལ་འདེད་ལུང་འདེད་ཀྱིས་རྩ་དཔྱད་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་ནི། མི་རིགས་ཤིག་འཕེལ་རྒྱས་  
བྱུང་དགོས་ན་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་དེའི་དཔལ་ཡོན་རིན་དོད་བྱེད་དགོས་སམ། ༼འཕེལ་རྒྱས་༽ཀྱི་  
སྤྱོད་འགྲོའི་ཆ་རྒྱུན་འོག་ ཡོད་ཡོད་ཆང་མས་དེ་ལ་ལམ་གཟུར་དགོས་པ། ངལ་གསོ་རྒྱག་དགོས་པ།  
ཡང་ན་ངེས་པར་དུ་ཡལ་དགོས་པ་དང་འཇིག་རྟེན་མི་ཡུལ་ནས་མི་མངོན་པའི་གནས་སུ་གྱུར་དགོས་པ་  
ཡིན་ནམ། འདི་ལས་ངའི་འདྲི་ཆོག་གཉིས་པ་དེ་རང་བཞིན་ངང་གིས་བྱུང་། ཅི་ཞིག་ལ་༼མི་རིགས་  
དཔལ་ཡོན་༽ཟེར་རམ། བོད་མི་རིགས་ལ་མཚོན་ན་དེའི་དཔལ་ཡོན་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། འདིའི་སྟོལ་  
རྒྱུན་ཆོས་ལུགས་ནི་སྟོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་དུ་གྱུར་པའི་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་དེའི་ནང་དུ་  
མ་འདུས་པ་ཡིན་ནམ།

མི་རིགས་ཤིག་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་དགོས་ན། ངེས་པར་དུ་དེའི་སྟོལ་རྒྱུན་དང་རིག་གནས་ཡོན་དོད་བྱེད་  
དགོས་སམ། མི་རིགས་ཤིག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེགལ་ཏེ་མི་རིགས་དེའི་སྟོལ་རྒྱུན་དང་རིག་  
གནས་བརྒྱལ་ས་ཡལ་དུ་སོང་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ནི་མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་  
འགྲོ་འམ། དེ་ནི་མུང་གཞི་མེད་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ དེ་ནི་རྒན་ཤེས་མེད་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ དེ་ནི་རང་  
བྱིས་མེད་པའི་མི་རིགས་ཤིག་མ་ཡིན་ནམ། བརྟན་འཕྲིན་ནང་དུ་འདི་འདྲའི་ཡིད་སྟོབས་པའི་སྤྱུང་ཞིག་མཐོང་



མྱོང་། ཡུག་བཅོམ་ཁེ་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེས་མཐའ་མའི་ས་མཆ་གྲོངས་རྗེས། ཁོང་གི་གདན་རབས་བརྒྱད་  
འཛིན་བྱེད་མི་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཁོང་ཚོས་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་དད་གུས་དང་གོང་བཀྱར་བྱེད་  
སའི་ས་མཆ་ཆོས་ལུགས་དེའོ་འོན་ཀླུ་མས་ཀྱི་ཁ་ནང་གི་ཕྱིར་བྱ་དུ་གྱུར། དེའདྲི་ཕྱིར་བྱ་དེར་བ་རིབ་  
ནས་རབ་རིབ་དུ་སོང་ཞིང་། མཐའ་མཐུག་དངོས་མང་བཤམས་སྟོན་ཁང་དུ་ཉར་ཆགས་བྱས་པའི་  
དངོས་རྒྱུ་ཁ་ཤས་སུ་འགྱུར་རྒྱུ་ལས་མ་འདས།

འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་རང་རང་སོ་སོའི་གཞི་རྩ་། དུན་ཤེས་དང་རང་ཡུལ་དོར་དགོས་  
སམ། འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ང་ཚོ་ངེས་པར་དུ་རང་གི་ས་ཆའི་སྤྲོད་གི་རྒྱས་མེད་མགོན་པོ་རུ་འགྱུར་  
དགོས་སམ། ང་ཚོས་ཁང་པ་རྙིང་པ་བཞེག་ནས་ཡངས་ཤིང་སྦྱིད་པའི་ཁང་པ་གསར་པ་ཞིག་བརྒྱབ་ཆོག་  
ཡིན་ཡང་ང་ཚོས་སྟོན་ཆད་ཀྱི་ཁང་པ་རྙིང་པའི་ནང་གི་རིན་ཐང་མེད་པའི་དུན་ཤེས་དེ་ཚོ་ཅིའི་ཕྱིར་གསར་དུ་  
བསྐྱུན་པའི་ཁང་པ་དེའི་ནང་འབྱེད་མི་ཆོག་པ་ཡིན་ནམ། ཁང་པ་རྙིང་པའི་ནང་གི་དེ་སྒྲ་ང་ཚོ་ལ་སེམས་  
གསོ་དང་སྟོབས་ལུགས་སྟེར་སྟོང་པའི་བསམ་པ་བཅོལ་སའི་དཔེར་ན་ཐང་ཀ་ཡུག་གཅིག་ ལྷ་སྐྱ་ཞིག་  
མཆོད་མེ་རྟོག་བྱ་གང་ཡང་ན་མ་ ཁྱིའི་རྩོལ་བ་གཅིག་ལ་སོགས་ཅིའི་ཕྱིར་ང་ཚོའི་ཁང་པ་གསར་པའི་ནང་  
ཁྱེད་ནས་སུ་མཐུད་དུ་ང་ཚོའི་ཆོ་སྟོན་དང་ཆབས་གཅིག་དུ་ང་ཚོའི་འཛོ་བ་ཕུན་སུམ་རྗེ་ཆོགས་སུ་བཏང་  
མ་ཆོག་པ་རེད་དམ། འདི་ཚོ་ཆང་མ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པར་དེང་རབས་ཅན་གྱི་ རྩལ་གས་ཀྱི་ཕྱགས་  
མས་ རྟེན་སྟོན་གསར་བརྗེའི་རྩལ་གས་ཀྱི་ཕྱགས་མ་ཡིན་པོ་རྒྱས་ཀྱི་གད་སྟོགས་ནང་འདེད་རོགས་ཞེས་  
སུ་ཞིག་གིས་བཤད་ཡོད་དམ།

སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་ཡོད་མེད་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་པའི་ཆད་གཞི་དེ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། སུ་  
ཞིག་ལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཆད་གཞི་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་ལྡན་ནམ། སྤྱི་དབང་དང་འགོ་ཁྲིད་པ་ཡིན་  
ནམ། དཔལ་འབྱོར་གྱི་བསྐྱར་གངས་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ང་རང་ཚོའི་སེམས་རྒྱུད་ཡིན་ནམ། འོ་དེ་སྟོང་  
ཐུག་མང་པོར་གངས་ཅན་ཐོད་ཡུལ་དུ་རྩ་བ་རྒྱས་ཤིང་རྩ་མོ་འབྲས་པའི་བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་  
ཀྱིས་གསོ་སྦྱང་བྱས་པའི་དཔལ་ཡོན་ནི་ང་ཚོ་ལ་མཚོན་ན། དེ་ནི་སྟོན་གནས་ཅམ་མིན་ལ་གཞི་བཅོལ་  
སའི་ཡུལ་གྱིས་ཡིན། རྒྱན་ཆ་མིན་ལ་མཐའ་མཐུག་གི་འགོ་ས་ཡིན། བརྗེད་པ་མིན་ལ་དུན་པ་ཡིན། ལྷན་



བོ་མིན་ལ་འགན་འཁུ་ཡིན། ང་ཚོས་གཅེས་འཛིན་མི་བྱེད་པ་ག་ལ་སྲིད། གཅིགས་འཛིན་མི་བྱེད་པ་ག་  
ལ་སྲིད། སྤང་སྤྱོད་མི་བྱེད་པ་དེ་བས་ཀྱང་ག་ལ་སྲིད།

༼མི་གཤེས་བཅེངས་གོ་ལ་༽སྐོར་སྐྱོང་ན། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མཐའ་མའི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་འདི་མ་  
ཡིན་ནམ། འོ་དེ་ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་བརྒྱད་འཛིན་བྱས་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་  
ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱུ་འདི་དག་ཀྱང་འདི་མ་ཡིན་ནམ། བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་ནི་མི་གཤེས་འཆིང་  
བྱེད་དང་ཡང་ན་ཉམས་ཉེས་སུ་གཏོང་པའི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་རེད་དམ། ༼མའོ་ཀླུ་ཞེ་ཡིས་མི་  
མངགས་ཡོང་༽ ཆོ་ལོ་དེ་སྟོང་དུ་གནས་པའི་གངས་ཀྱི་ལྷན་པོས་ད་གཟོད་དག་འཇམ་གཏེ་མགོ་བོ་ལྷུ་མ་  
ལྷུ་མ་དུ་དགོད་སྲིད་དམ། ༼དུལ་མདོག་གི་སྤྲུལ་སྟོན་གདོད་མའི་རི་གོང་འདིར་ཐོན་༽ ཆོ་ད་བཟོད་  
མིག་རྟེན་དབང་ཅམ་དུ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་པའི་ས་གཞིའི་རྣམ་པ་འགྱུར་ངེས་ཡིན་ནམ།

༢༠༠༣ལོའི་ཟླ ༤པའི་ཆོས ༡༡ཉིན་པེ་ཅིན།

པོ་ཏུ་ལའི་ཉམས་སྒྲུབ།

མི་སོང་མཁར་སྟོང་།

པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལར་འགྲེལ་བཤད་གྱི་དགོས་པ་མེད་པར་སྒྲུབ། གནའ་བོའི་གྲོང་ཁྱེར་ལྷ་སར་གསལ་གྱི་  
ལེར་འཕྲོ་བའི་འོད་ཟེར་བརྒྱ་ཕྱག་ཇི་བཞིན་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་བཟོ་བཀོད་འདི། འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་ཚང་མས་  
བོད་ཀྱི་མཆོན་རྟགས་སུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་གྱིན་ཡོད་ལ། ལྷ་སའི་དགྱིལ་གྱི་དམར་པོ་རིའི་སྟེང་བཞིན་  
ཆགས་ངང་གནས་ཡོད། གཞུགས་བརྟན་དང་ཡང་ན་མི་རེ་རེའི་མིག་ལམ་དུ་གད་ལྟར་ཡང་དེ་ལ་ངོ་  
མཚར་གྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་དཔལ་གྱིས་ཁེངས་ཡོད། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་འགོར། མཆོན་ཆ་  
བརྒྱུད་པའི་དམག་དབུང་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་འཛམ་གླིང་ཡང་ཅིར་ཉམས་འཛུལ་བྱས་པའི་གསར་འགོད་པ་  
ཞིག་གིས་རྒྱུད་ནས་༡༩༩༥ལོར་ཁོང་མེ་ལྷུ་ཇི་བཞིན་འོད་ཟེར་འཕྲོ་བའི་། པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་མཐོང་མེས་༡༩༩༥  
བྲང་ཞིག་རིའི་སྟེང་དུ་ཆགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར། དེ་ནི་པོ་བྲང་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་རིའི་ཞིག་། ཅས་  
ཉལ་ས་པའི་བསྟོད་བསྐྱབས་ཤོར་ཡོད།

ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་སུམ་བརྒྱའི་སྔོན་དུ། ཆོས་རྒྱལ་སྟོང་བཅོན་སྐུ་པོའི་དུས་སུ། པོ་ཏུ་ལ་ཐོག་མར་མཁར་  
རྫོང་དང་འབྲུ་པའི་གཞུགས་དབྱིབས་ངང་བསྐྱུན་ཡོད། དེའི་རྗེས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༨ལོར་རྒྱལ་དབང་ལྷ་  
པས་དགའ་ལྷན་པོ་བྲང་གི་སྲིད་དབང་གསར་འཛུགས་གྱིས་བོད་ཁམས་གཅིག་གྱུར་བྱས་ཏེ། བོད་  
ཁམས་ཡོངས་ཀྱི་སློན་མེད་པའི་ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་དུ་གྱུར། ཁོང་གི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་མཛོད་  
རྗེས་གཞན་ཞིག་ནི་འཕགས་པ་སྐུ་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་དམར་པོ་རིའི་སྟེང་གི་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་  
ལར་བཞུགས། དུས་དེན་ས་བརྒྱུད་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྲིད་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ལྷེ་གནས་སུ་གྱུར།  
དེའི་སློན་མ་མཆིས་པའི་ཐོབ་ཐང་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ལོའི་བར་དུ་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་སྐུང་བྱབ་ཡོད།  
ནམ་ཞིག་གི་དུས་ན། བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་ན་འདི་ལྟ་བུའི་ཡིད་སེམས་དབང་མེད་དུ་འགྲུག་པའི་དམངས་  
སྤྱི་ཞིག་ངག་རྒྱུན་དུ་བྱབ་འདུག།

ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་ཡི་ཅེ་རུ། གསེར་མདོག་གི་ཉིམ་ཤར་སོང་།  
དེ་ནི་གསེར་མདོག་གི་ཉིམ་མ་རེད། སྒྲ་མའི་ཞལ་རས་རེད།

ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་འི་རི་རྒྱུ་རུ། གསེར་གྱི་དུང་ཆེན་གྲགས་སོང་།  
དེ་ནི་གསེར་གྱི་དུང་ཆེན་མ་རེད། སྒྲ་མའི་འདོན་དབྱངས་རེད།

ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་འི་རི་རྒྱུ་རུ། ལ་དོག་སྒྲ་ལྟ་རྒྱུ་གིས་བསྐྱོད།  
དེ་ནི་སྒྲ་ལྟ་འི་ལ་དོག་མ་རེད། སྒྲ་མའི་ཆོས་གོས་རེད།

དམངས་སྤྱི་འོ་ནང་བསྟོན་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱི་མ་དེ་ཆོང་མས་མཁུན་གསལ་ལྟར། གངས་ལྗོངས་མཐོ་  
སྒང་འདིར་འཆོ་གནས་བྱེད་པའི་བོད་མིའི་གོང་བཀྱར་བྱེད་ཡུལ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་  
སྤྱུལ་ཡོངས་ཏུ་ལ་འི་སྒྲ་མ་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ལོའི་ཟླ་ ༣པའི་ཆོས་ ༡༢ཀྱི་མཚན་མོར། ཡོངས་ཏུ་  
ལ་འི་སྒྲ་མ་ཐབས་ཟད་ཅུ་ཐུག་ནས་ཁོང་བཞུགས་སའི་ཕོ་བྲང་གཞན་པ་དེ་ནོར་བུ་སྤྱི་ལ་ནས་བྲོས་བྱེད་ཀྱི་  
ཐབས། དེ་ནས་ཉིན་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སུ། གནས་མཚན་ལྟ་ས་རུ་དེ་སྤྱོད་བྱུང་མ་ཕྱིར་པའི་སྐྱོགས་མདེལ་  
གྱིས་གཏོར་རྒྱུ་དུག་པོའི་ཁོད། ནོར་བུ་སྤྱི་ལ་དང་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་གཉིས་དམར་གསོད་ཀྱི་གཡུལ་སར་  
བསྐྱུར། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྟོང་གནམ་ས་སྒྲ་འོག་བསྐྱུར་བའི་འགྱུར་ལྡོག་ཆེན་པོའི་དཔང་པོ་རུ་གྱུར་ཡོད།

༼བོད་དུ་དུག་པོའི་ངོ་ལོག་ཟིང་འབྲུག་ཞི་འཇགས་སུ་གཏོང་པར༽ དངོས་ཞུགས་བྱས་པའི་  
བཅིངས་གྲོལ་དམག་མི་ཞིག་གིས་ཕྱིར་དྲན་ལྟར་ན། ལྷ་སའི་གཙང་པོ་སྤྱི་དུ་རྒྱུ་པར་དོགས་ཀྱི་འཕགས་  
པ་རི་བོའི་རྩ་རུ་བཅའ་སྟོན་སྤྱད་བྱེད་པའི་བཅིངས་གྲོལ་དམག་གི་ ༣༠༤སྤྱོགས་དམག་དབྱུང་སྤྱོད་ལོ་  
ངོ་མང་པོར་མེ་སྐྱོགས་ཆེ་རྒྱུ་མང་པོ་འཕངས་ནས་གཙང་པོའི་ཕར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་རུ་ཁྱི་ཁུང་  
བཏོད་ཡོད་པ་དང་། ༼ཟིང་འཇགས་༽ ཀྱི་སྐབས་སུ་སྤྱོགས་མདེལ་འཕངས་པ་ཆོང་མ་མ་འབྱོག་མ་  
ནོར་པར་མཐའ་བཞིར་མཚོན་ནག་པོ་བྱགས་པའི་སྤྱི་ལྟ་ཁུང་དམར་པོའི་ནང་ཕོག་ཏེ་ནང་ལོག་ཏུ་གས་  
འབར་བྱས། སྐབས་དེ་དུས་༼ངོ་ལོག་ཇག་རྒྱ་༽ ཞིག་གི་ཕྱིར་དྲན་ནང་། བདུད་ཀྱི་ཆོ་འཕྲུལ་འདྲ་བའི་

སྒྲིགས་མདའ་དེ་ཚོས་ཅེ་པོ་ཏུ་ལ་གཏོར་བཤིག་ཆེན་པོ་བཏང་ཡོང་བས་མ་ནས་ངོ་ཡ་མ་བྱས་ཟེར།  
 སྐབས་དེ་དུས་འདྲ་པར་དང་གནས་ཚུལ་དངོས་མཆོན་སྒྲོག་བརྟན་ནང་། ཁ་བཏགས་དཀར་པོ་མཐོན་  
 པོར་འཕྱར་ནས་སྒྲིགས་མེས་ནག་པོར་བཟོས་པའི་པོ་ཏུ་ལའི་སྟེང་དུ་མར་ཡོང་བཞིན་པའི་རྒྱ་འོག་མ་ཐག་  
 ཀྱན་ེ་ཚོ་བོད་ཀྱི་བཅིངས་འགོལ་དམག་མི་ལ་བྲག་ཆས་ཅིས་འབྲུལ་དང་མགོ་འདོགས་པའི་ཡིད་སྦྱོར་  
 གནས་སྟངས་དེ་མཐོང་བྱུང་། དོན་ལ་དེ་ནི་རྒྱུ་མེད་འཇགས་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟ་བུ་སྒྲུངས་བའི་པར་ཡིན་ཞིང་།  
 སྐབས་དེའི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་དེ་སྒྲུར་ཡང་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་མདུན་དུ་བཅོན་ཁྲིད་བྱས་པའི་  
 བཟུང་དམག་དེ་དག་སྟོན་མ་ནས་བཅོན་ཁང་དུ་བཅུག་ཡོད་པ་རེད།  
 དུས་དེ་ནས་བཟུང་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་མི་སོང་མཁའར་སྟོང་དུ་གྱུར།  
 དུས་དེ་ནས་བཟུང་པའི་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་ལོང་། པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་ཉེ་གནས་མ་ཡིན་པར་བཅོན་བཟུང་  
 པས་དགོས་དབང་གིས་དུས་སྐབས་རེ་རེ་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་ཚུལ་རེ་རེའི་རྒྱབ་ལྗོངས་སུ་སྒྲིག་  
 འཛུགས་བྱས། གཏིང་ཟབ་དོན་སྟོང་མཆོན་པའི་རྒྱབ་ལྗོངས་ཡིན་ལ། མེད་དུ་མི་རུང་པའི་རྒྱབ་ལྗོངས་ཀྱང་  
 ཡིན་པ་མ་ཟད། ཀྱན་གྱི་ཤེས་པའི་རྒྱབ་ལྗོངས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཡིན།  
 དུས་ཀྱི་རིམ་འཕར་དང་བར་གསལ་གི་བརྒྱུ་སྐྱེད་སྒྲིགས་ཀྱི་འགོས་དང་བརྟན་ནས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་ཡུན་  
 རིང་བོ་ཡོད་པའི་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལར་དུས་རབས་ཕྱེད་ཀའི་རིང་གི་འདི་ལྟ་བུའི་སྐྱེད་སྐྱུ་མང་མུན་སྐྱེད་ཆོགས་པ།  
 མཆོར་སྐྱུག་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པ། ཡང་འདི་འདྲའི་གྲོགས་མེད་རོགས་མེད། ཡིད་སྦྱོར་གནས་སྟངས་  
 ཤིག་གི་འོག་ལྷག་མྱོང་མེད།

### གསར་བརྒྱུ་རྒྱབ་ལྗོངས་།

དེང་ཐོག་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་མདུན་གྱི་ཡངས་ཤིང་ཆེ་བའི་རྩ་བའང་། སྒྲིང་ཀ་དང་སྒྲུང་ཐོག་ཏུ་སྒྲིད་གཞུང་གི་  
 གཞུང་ལས་ཁང་དང་སྟོན་གནས་ཁང་། དེ་དུང་མིང་ལ་རྒྱ་ལ་ཅུ་ལ་མི་དམངས་ཀྱི་རིག་གནས་པོ་  
 བྲང་ེ་ཞེས་པའི་ཆོགས་ཁང་ཞིག་གསར་བརྐྱེད་བྱས། དེ་ཡི་བཟོ་སྟངས་ནི་དམག་སྐར་དང་གཅིག་  
 མཚུངས་ཡིན་པས་མཛེས་ཉམས་སྐྱེད་ཅིང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་དེ་དུས་ཀྱི་ལྷ་ས་ནི་གསར་བརྒྱུ་བས་  
 སྒྲུངས་པའི་བརྟོན་སྐྱེད་ཆེ་བཞིན་བཅོན་དང་རྒྱ་མཐུད་ེ་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཕྱིར་། སྤྱི་ལེ་སྟོང་ཐག་གི་

མཚམས་ན་ཡོད་པའི་པེ་ཅིན་དུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ཅི་ཞིག་སྒྲུབ་ཆོ། ལྷ་སར་ཡང་དེ་དང་བབ་  
མཚུངས་ཀྱི་ཚུར་སྐྱེད་ལན་ཆ་ཞིག་བྱུང་ངེས་ཡིན་པ་མ་ཟད་མཚམས་ལ་ལར་གཅིག་འདྲའི་ཆ་ཆ་འར་ལུར་  
བྱེད། བསྐྱེད་སྒྲོང་ལས་ཐོན་པའི་རྒྱ་ཆེན་ཏེ་ཡར་ལངས་ཞིང་བྱན་ེ་རྣམས་ཏང་ལ་རྩོལ་མི་དམངས་ཀྱི་  
རིག་གནས་ཕོ་བྲང་ེ་ནང་ཤོང་ཐབས་མེད་པས། ཁྲི་མི་མཉམ་འཛུམས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་ཕྱི་ལོ་ག་ཏུ་མི་  
འཚོགས་རང་འཚོགས་ཡིན་ཡང་། རྒྱབ་ལྗོངས་ནམ་ཡིན་ཡང་མོག་མོག་ཏུ་བྱུར་ཏེ་ཅི་ཡང་མི་སྒྲིབ་པའི་  
ཕོ་བྲང་ཕོ་ཏུ་ལ་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༦ལོར། རིག་གནས་གསར་བརྒྱུ་ཆེན་མོ་ཞེས་པའི་དམར་ཕྱོགས་འཛིགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚུང་  
དམར་འཚུབ་མས་བོད་ཡུལ་གྱི་ཕོ་སྒྲིབ། མའོ་ཅི་ཏུང་གི་རྒྱུ་ལྟོང་གསར་འཛུགས་ེ་ཀྱི་སྒྲུལ་  
བརྒྱའི་འོག་དགོན་སྡེ་རེ་རེ་གཏོར་ནས་ཀྱང་ཆག་རྩེ་སྐུལ་ལས་མི་མངོན་པར་བཟོས། མཚོད་རྟེན་རེ་  
བཞིག་ནས་ལུལ་མེད་བཟོས། ལྷ་སྐྱེ་རེ་རེ་ཐལ་བའི་རྩལ་དུ་བརྒྱགས། ཆོས་དཔེ་རེ་རེ་བསྐྱེད་ནས་ནས་ཐལ་  
བར་བཏང་། ཕོ་བྲང་ཕོ་ཏུ་ལར་ཏང་ལ་བདག་ཆེན་མོ་གསུམ་ཀྱི་འགོ་གཙོས་ངལ་རྩོལ་མི་དམངས་ལ་  
གདུག་རྩལ་གཉའ་གཞོན་བྱེད་སའི་བཀོས་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་ཀྱི་མཁར་རྫོང་གི་ཡ་གུལ་ེ་ཞེས་ཁ་རྩུང་  
བཏང་། རྩུང་ཅམ་མིན་ན་རྩ་མེད་དུ་འགྲོ་པའི་ཉེན་ཁར་སྒྲིབས། ལྷ་བས་ལེགས་ནས་འཛིག་ཉེན་ལས་ཐར་  
དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་གཅིག་ནི། ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་མདོད་བྱས་མཐོ་སྐྱེད་དེ་ལས་ལྷག་པའི་  
འོས་ཤིང་འཚམས་པའི་རྒྱབ་ལྗོངས་ཀྱི་རྒྱབ་ལྗོངས་ཤིག་བཅའ་ཡང་མི་རྟོག་པས་སོ། རོར་བུ་སྒྲིང་  
ཀྱང་མི་དམངས་སྤྱི་སྒྲིང་ེ་དུ་མིང་བསྐྱེད། མི་ལ་ལས་ཕོ་བྲང་ཕོ་ཏུ་ལར་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དམར་  
ཕོ་ེ་རུ་མིང་བསྐྱེད་དགོས་པ་དང་། ད་དུང་ཏང་མའོ་ཀྱུ་ཞི་ཁྲི་ལོར་བརྟན་པར་ཤོག་ེ་ཅེས་པའི་ཡིག་  
འབྲུ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བྱུང་པའི་བྱང་བུ་ཆེན་པོ་ཞིག་གསེར་ཏོག་གི་མདུན་དུ་བཞག་ཏེ་ལྷ་སའི་སྒྲིང་ཀ་ས་གང་  
ནས་མཐོང་པ་ཞིག་བཟོ་དགོས་པའི་བསམ་འཆར་བཏོན་ཆུང་ཡང་། ཕོ་བྲང་ཕོ་ཏུ་ལའི་ད་རུང་ཡང་སྐར་  
མིང་བརྒྱུད་འཛིན་བྱས་ཡོད། གཅིག་བྱས་ན་འདི་འདྲའི་བྱང་མཚར་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱང་ཆོས་ལ་  
རིག་ལས་ཡོད་སྲིད་ལ། ཡང་ན་རྒྱབ་ལྗོངས་ཀྱི་གནད་ཆེན་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་སྲིད། གསར་བརྒྱུ་  
ལ་དམིགས་ཡུལ་དགོས་ལ། གསར་བརྒྱུ་ལ་རྒྱབ་ལྗོངས་ཀྱང་དགོས། རྒྱར་ལྗོངས་དར་དམར་ཕོ་བྲང་ཕོ་ཏུ་

ལའི་ཕྱི་རུ་བཅུགས་ཤིང་། མའོ་ཙོ་ཏུང་གི་འདྲ་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་དེའི་བར་དུ་བཤམས་ཆོ། རྒྱ་མི་ཡུལ་བརྒྱུ་  
བའི་ཀློང་སྤྲོ་སྤྲོ་གསར་པ་ཞིག་དུས་དེ་ནས་འབྱུངས། དེའི་ཕན་ལུས་དངོས་གནས་འབྲུན་སྤྲོ་བའི་ཞིག་  
ཡིན་ངེས།

ཡིན་ཡང་། རྒྱ་བོད་ཀྱི་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་དེ་དུ་གྲགས་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་འཕྲོག་བཅོམ་བྱས་ཏེ་ཕལ་  
ཆེར་སྟོང་པར་བཏང་། ཐོ་བཀོད་ཏུ་རྟེན་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལར་བསྐྱུ་ཉར་བྱས་པའི་ཆོས་དཔེ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཚད་  
ལྡན་ཡིག་ཆ་ཁྲི་ཕྲག་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལས་མང་ཆེ་པ་ནི་གསེར་ཆུ། དུལ་ཆུ། གཡུ་ཆུ་དང་བྱུ་ཅུ་  
ཆུ་སོགས་ཀྱིས་བྲིས་ཡོད། དུང་དངོས་རྒྱུ་ཆེན་ཉར་ཆགས་བྱེད་སའི་མཛོད་ཁང་མང་པོ་འོ་ནང་བོད་  
ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སོ་སོའི་སྐབས་ཀྱི་བཅོ་ཅུལ་གྱི་ཐོན་རྒྱུ། རི་མོ། ས་གདན། འཛིམ་སྐྱུ་དང་གནའ་བོའི་ཁབ་  
ཚོགས་སོགས་གནའ་རྒྱུས། དེ་དག་གི་ནང་རིན་ཐང་གཞལ་མཐའ་མེད་པའི་རིན་ཆེན་ནོར་བུ་མ་ཡིན་པ་  
གཅིག་ཀྱང་མེད། ཡིན་ཡང་། དེ་སྟོན་རྒྱ་ནོར་དང་སྐྱུ་ཅུལ་གྱི་རྣམ་པར་བརྒྱན་ཞིང་ཕྱག་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་  
ལར་ད་ཏུ་གཏོར་བསྐྱབ་ཐེབས་པའི་ཕྱི་གཞུགས་ཅོམ་ལས་ལྷག་མེད། ཆེས་ཆུ་ཆེན་དེ་དག་ ཆེས་སྙིང་  
བཅུད་དེ་དག་ བྱངས་ཀ་མེད་པ་དེ་དག་ གཞལ་དུ་མེད་པ་དེ་དག་ འབྱེར་བྱབ་པ་ཆོང་མ་ཁྱེར་སོང་། ལྷལ་  
དུ་བཞག་པ་ནི་ལྷིང་ཡོར་ཡོར་གྱི་སྐྱུ་གདུང་མཆོད་རྟེན་ཏེ་ཡོང་ས་ཏུ་ལའི་སྤྲོ་མའི་སྐྱུ་ཐེང་བརྒྱད་ཀྱི་སྐྱུ་  
གདུང་གཅེས་ཆགས་བྱས་པའི་སྐྱུ་གདུང་མཆོད་རྟེན་དག་རེད། དེ་དག་ནི་ལྷ་མེད་སྐྱུ་བར་མི་མཁོ་པའི་  
དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷལ་དུ་བཞག་པ་ནི་ཕྱི་གཞུགས་ཀྱི་ལྷེབས་རིས། ཡིན་ཡང་ལྷེབས་རིས་དེ་དག་  
གི་ངོས་སུ་མཆོན་ཅི་དམར་པོས་བྱགས་ཤིང་དེའི་སྟེང་དུ་མའོ་ཀྱུ་ཞིའི་གསུང་བཏུས་བྲིས། ལྷལ་དུ་  
བཞག་པ་ནི་འབྱེར་ཐབས་མེད་པའི་མཆོད་རྟེན་དང་དཀྱིལ་འཁོར། བཤམས་སྟོན་ལ་དམིགས་པས་ཐང་  
ཀ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཡོ་བྲང་ཁ་ཤས། ལྷལ་དུ་བཞག་པ་ནི་མིང་ཅོམ་མ་གཏོགས་མེད་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་  
ཏུ་ལ། པོ་ཏུ་ལ་རིའི་དབྱིབས་ཀྱི་བང་རིམ་དང་བསྐྱུ་ནས་བཞེངས་ཡོད་ལ། མཁར་ཐོག་མཁར་བཅུགས་  
ནས་རིམ་བཞིན་དགུང་ལ་བསྐྱེགས། བརྒྱུད་ཆགས་འོད་སྟོང་འབར་བའི་ཕོ་བྲང་འདི་དེ་རིང་ཕྱི་གཞུགས་  
སྟོང་པ་ཞིག་ལས་ལྷག་མེད།

འདི་ནས་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་ཞིག་གིས་བདེན་དཔང་བྱས་ཆོག་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ལོར་ཀྱང་གོ་སློང་གཞུང་གིས་



ཀྱང་གོ་འཛོམས་མོ་བྱེ་བ་བཞི་བཀོལ་ནས་ཐོག་དང་པོར་ཕོ་བྲང་པོ་རྒྱ་ལར་བདག་གཅེས་ཉམས་གསོ་བྱས།  
 རྣམས་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྐྱོ་དོག་གེ་མོ་ཞིག་གིས་རྟེན་འབྲེལ་མཛད་སྒྲིལ་སྤྱོད་ཡང་དང་བསྐྱར་གྱིས་  
 གསུངས་དོན། དབུས་རྣམས་སྤྱོད་ལ་དཀའ་ངལ་ཉ་ཅང་མང་པོ་འདུག ཡིན་ན་ཡང་རྒྱུར་ཐག་འབད་ཐག་  
 གིས་བོད་ལ་དདུལ་འབོར་ཆེན་པོ་འདི་གནད་རྒྱུ་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་ཡིན། རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་  
 འཕུས་མི་ཚོགས་ཆེན་གྱི་ཨུ་ཡོན་ཀྱང་གཞོན་པ་ངེད་དཔག་དབང་འཛིགས་མེད། རྒྱ་དམར་སྤྱོད་གཞུང་  
 གིས་མཐའ་གཅིག་རྒྱ་པོས་ལེན་ཡིད་ཆེས་བཅངས་པའི་བོད་སྤྱོད་དབང་རྒྱུ་པའི་སྐྱོ་དཔག་དཔོན་ཆེན་ཁོ་ན་  
 ཉིད། རྒྱ་དཔག་ཐག་གཅིག་ཀྱི་ཆབ་སྤྱོད་བྱུང་པ་ཡང་ན་གཞན་བཀོལ་མི་སྒྲ། ཐེངས་འདིར་བདེན་ཐོག་དངོས་  
 དོན་ངང་གསུངས་རྒྱུར། གལ་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་ལ་དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་ན་ང་ཚོར་དདུལ་འབོར་ཆེན་དེ་  
 གནད་མི་དགོས་པར། ཕོ་བྲང་པོ་རྒྱ་ལར་མིང་དུ་རྣམས་རྒྱལ་བང་མཛད་ཀྱི་ཟེར་པའི་མཛོད་ཁང་ཞིག་  
 ཡོད། རྒྱལ་དབང་ལྷ་པ་ནས་བཟུང་ལོ་རེ་རེར་གསེར་དདུལ་སོགས་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་མང་པོ་དེ་རྩ་  
 གསོག་འཛོག་བྱས་ཡོད་ལ། ལོ་རེ་སྐུམ་བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་རྒྱན་ཆད་མ་སྤྱོད་བར་མ་ཟད། ཐེངས་གཅིག་  
 ལ་འང་ཕྱིར་འདོན་གྱིས་བཏུ་སྤྱོད་བཏང་སྤྱོད་མེད། འོ་ན་དེ་རིང་མཛོད་ཁང་འདིའི་སྒོ་ཕྱེས་ནས་དེའི་ནང་གི་  
 རིན་པོ་ཆེ་དེད་གུ་གིས་པོ་རྒྱ་ལ་ཉམས་གསོ་བྱས་ཆོག འདང་བས་མི་ཚད་ལྷག་ལྷག་ལྷག་ལྷག་ལོས་  
 ཡིན་བསམ་བྱུང་ཟེར། དོན་དངོས་སུ་མཛོད་ཁང་འདི་དེ་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་གཅིག་ཀྱང་  
 ལྷག་མེད། གོ་ཚོད་ཡིན་ན་ང་ཕོད་ཀྱིས་དེ་ཚང་མ་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཡིན་ལ་ཁོང་གིས་བསམ་བཞིན་  
 དུ་སྐད་ཆ་དེ་བཤད་པ་རེད་ཟེར། དེའི་ཕྱིར་མི་ཞིག་གིས་སྐབས་ཐོག་དེར་མཛོད་ཁང་སྤྱོད་མ་ནས་སྤྱོད་པ་  
 བཅོས་ཆར་རེད། དེའི་ནང་ན་གསེར་དདུལ་སོགས་རིན་པོ་ཆེ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་ཚང་མ་ཏུང་ཉེ། ཐེན་  
 ཅིན་དང་ཀན་སུ་ཁྱ་སོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཛོད་ཁང་ནང་སྤྱོད་པ་རེད་ཅེས་ལན་བཏབ། དོན་མོར་སྤྱོད་  
 ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་དེའི་ཁ་མི་གྲགས་པར་བསྟུན།

དངོས་བོའི་སྤྱོད་གི་གོད་ཆག་ནི་བཤད་ནས་ཚོད་མི་དཔོག་ལ། རྒྱལ་སྤྱོད་ས་པན་ལུས་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་  
 མེད་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་རྒྱ་ལར་འདུ་ཤེས་རྣམས་པ་ཅན་གྱི་མཚོན་མདོག་མང་ནས་མང་པོ་བྱུག་ཅིང་། རྒྱ་ཆེས་  
 ལོག་སྤྱོད། ཆེས་སུན་ནག་ཆེས་གདུག་རྒྱུབ། ཆེས་སྐྱོ་སྤྱོད་ཀྱི་བོད་རྒྱུང་པར་དགག་པ་རྒྱག་པའི་སྐབས་

ཡིན་ནའང་འདྲ། རྒྱུ་ལྡན་སྤྱི་འབར་བའི་༽ བོད་གསར་བར་བསྐྱབས་བཅོམ་བྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་ཡང་  
འདྲ། གང་ལྟར་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་གཟབ་རྒྱས་ངང་མདུན་སྟེགས་སུ་འདོན་དགོས། གསར་བཅེ་ཡི་ཡངས་  
ཤིང་ཆེ་བའི་གར་སྟེགས་མ་གཞི་ནས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་མདུན་དུ་གཏན་འཛུགས་བྱས་ཡོད། དཔེར་ན།  
སྐབས་ཅིག་ལ་ཆ་ཆ་འར་ཁུར་ཡིན་པའི་རྒྱ་བོད་ལྗོངས་གསར་བཅེ་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་༽ གིས་རྒྱ་ལམ་  
ལུགས་རྩིང་པས་ཉ་ལས་ཉངས་ངས་དགོས་པའི་རྩལ་སྤྱོད་སྒྲ་ཚོགས་༽ སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱུ་གར་རང་  
བཞིན་ཅན་གྱིས་ལྟ་བས་མི་བཟོད་པ་ཡང་ན་དང་བདེན་གྱི་ཁོང་ཁྱོ་མེ་ལྟར་འབར་བའི་འཛིན་བཞོས་བརྒྱ་  
ལྟ་བུ་བཤམས་སྟོན་བྱས་ལ། དེ་དང་ལྟན་དུ་རོལ་མོ་དང་གསལ་བཤད་ཀྱིས་རམ་འདེགས་ཀྱང་བྱས་ཡོད་  
འདུག ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༦ལོར་རྒྱ་བོད་འཛུགས་སྐྱུན་༽ ཞེས་པའི་ཆེད་དམིགས་ཀྱིས་རྩལ་སྤྱོད་གསར་  
རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ལ་ཀྱང་གོ་གསར་པ་མཆམས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་དུས་དེབ་འདིས་ནང་འདི་ལྟར་དབྱད་བཅོམ་  
སྟེ་ལ་འདུག རྒྱ་བོད་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་ཤིང་སྟོན་གཤམ་པོ་དེ་འབྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་མི་རྒྱལ་འཛིན་ཏེན་མི་  
ཡུལ་གྱི་དཔུལ་བའི་ཁམས་སྟེ་བོད་རྩིང་པའི་སྤྱོད་ཚོགས་ནང་ཁྱེད་ཐུབ། ༽ འབྲེམས་སྟོན་ཁང་མ་  
གཏོགས་དུང་ཐང་ཆེན་ཡོད། ཐང་ཆེན་ནི་དངོས་གནས་གསར་བཅེ་ལ་མཁོ་པའི་ར་བ་ཡིན། ཐང་ཆེན་ག་  
ཚོད་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་དང་འདྲ་བའི་མི་མང་དམངས་ཚོགས་༽ སུ་ཆ་འཛིན་བྱེད་པའི་འདུ་ཚོགས་དེ་ལྟར་  
ཟང་ཟིང་འར་ཁུར་ཡིན། འདི་ལས་བྱུང་པའི་ཕན་འབྲས་ཀྱང་རང་ག་བཞིག་མིན་པ་ཐག་ཚད་ཡིན། དེ་ནས།  
ཐང་ཆེན་དེ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཆེར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཏང་། དེ་ནས། སྟོན་ཆད་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་མདུན་ཐང་  
གི་རྒྱ་ཤོད་༽ སྟེ་རུ་ཡོད་པའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྟོལ་གོམས་འདྲིས་དང་འཚོ་བའི་ངང་རྩལ་མཚོན་པའི་སྟོལ་  
རྒྱུན་སྤྱོད་ཁང་ཆང་མ་རྩ་གཏོར་བྱས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ལོར། འགྲོ་སོང་འབོར་ཆེན་བཏང་སྟེ་གསར་བཞེངས་  
བྱས་པའི་རྒྱ་བོད་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་ཐང་ཆེན་༽ དུ་བོད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་བཙུགས་ནས་ལོ་འཁོར་སུམ་ཅུ་ལོན་  
པར་དག་འཕྲོན་ཏེན་འབྲེལ་གྱི་ཚོགས་ཆེན་བསྐྱེད་པ། འདི་ནི་རྒྱལ་གྲངས་དུག་ཅུ་རེ་གཉིས་ཅན་གྱི་རྒྱ་རྟེན་  
འབྲེལ་མཛད་ཆེན་གྱི་བཟོ་བསྐྱུན་༽ ཞེས་པའི་རྒྱ་བོད་ལྗོངས་རོགས་སྤྱོད་༽ གྱི་ཆེད་དོན་ནང་གི་གཅིག་  
ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་པ་གསར་བར་བསྐྱར་ཡང་མིག་ལམ་དུ་མཐོང་རྒྱ་རིག་རྒྱ་མེད་པར་སྟོང་གྱི་  
ལེར་ཆམ་མཉམ་པར་བྱུང་། དེ་ཅིན་གནས་བདེ་སྟོ་མོ་ཆེན་ཐང་ཆེན་གྱི་རྒྱལ་དར་སྟེགས་བུ་དང་གཅིག་

མཚུངས་བྱེད་སྒྲུའི་ཆེད་དུ་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་ཐང་ཆེན་གྱི་དཀྱིལ་དུ་ཉིན་མཚན་དུས་མེད་དུ་བསྐྱོད་པའི་སྐར་  
ལྷའི་དར་དམར་གྱི་སྟེགས་བྱ་གསར་པ་ཞིག་བཞེངས་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ཐེས་སུ། རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་  
དབུས་སུ་དགའ་སྟོན་རྟེན་འབྲེལ་ཁྱེད་ཆབ་སྲིད་དུས་སྟོན་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་  
དམག་ཆས་ཆ་ཚད་གྱོན་པའི་དམག་མིས་འདི་ཅུ་དར་ཆ་ཡར་འགེལ་གྱི་ཆོག་འཛིན་མཛད་སྟོན་དེ་མེད་དུ་མི་ཅུང་  
པ་ཞིག་དུ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

ཐང་ཆེན་གསར་བསྐྱར་བྱེད་སྒྲུའི་ཆེད་དུ་འབྲེལ་སྟོན་ཁང་ཡང་གནས་སྟོར་དགོས་བྱུང་། འབྲེལ་སྟོན་ཁང་  
གིས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགན་འཁུལ་གསུང་བྱུང་ཡོད་ཕྱིར་དེ་ཅུ་བཞག་ཀྱང་དགོས་མཁོ་སྟོན་མ་ནང་  
བཞིན་ཆེན་པོ་མེད། གོ་ཚད་ཡིན་ན་ས་གནས་ཞིག་ན་གསར་བཞེངས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཟེར། ཕྱི་ལོ་  
༡༩༩༩ལོར་དབུ་བརྟེན་པའི་བོད་ཀྱི་དངོས་མང་བཤམས་སྟོན་ཁང་གི་ཁ་མོར་བུ་སྤྱིང་ཀར་འཁོར་ཞིང་  
བརྒྱབ་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལར་གཏད་དེ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནའ་ཤུལ་འདི་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བཞེངས་སྐྱོན་བྱས་ཡོད་  
པ་རེད། རིག་གནས་ཤུལ་ལྡན་དང་སྐུ་རྩལ་ཐོན་ལྡན་ཆེན་མོ་ལྷག་གིས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་རིག་  
གནས་མདོན་མཚན་བྱེད་སྒྲུ་དེ་བཤམས་སྟོན་གྱི་སྤྱིང་དོན་ཡིན། ཡིན་ཡང་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་དང་བསྐྱར་རིན་  
མེད། འོན་ཏེ། གསར་བཞེ་ཡི་འབྲེལ་ས་སྟོན་ཁང་མེད་ཀྱང་གསར་བཞེ་ཡི་བྲན་རྟེན་དོ་རིང་ཡོད་པར་  
གྱུར། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ལོར། མིང་ལ་༼བོད་ཞི་བའི་བཅིངས་གྲོལ་བྲན་རྟེན་དོ་རིང་༽ཟེར་བའི་བཟོ་བཀོད་  
ཅིག་ཐང་ཆེན་གྱི་དཀྱིལ་དུ་ཀྱང་ངར་འབྱེངས་ནས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་དང་རྒྱུད་རིང་དུ་ཁ་གཏད་བྱས་ཡོད།

༼སྐློག་གྱུར་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཐོ་མོ་སྤྱི་རིང་༽འབོད་ཀྱང་སྐུ་རྩལ་གྱི་མཛེས་ཉམས་དབེན་ཞིང་། དེ་  
ལས་ལྷོག་སྟེ་མགོ་འཕང་གནས་ལ་བཏེགས་པའི་གོ་སྟོགས་ཤིག་དང་འདྲ་བར་བོད་མིའི་སེམས་སྟོང་གི་  
མཁའ་ཡང་བསྐྱར་དཀྱགས། ཇི་ལྟར་Czechoགི་ཙོ་མ་པ་པོ་ལྷག་ལེ་མུས་གསུངས་པ་ཇི་བཞིན་  
བྲན་རྟེན་དོ་རིང་བཟོ་བསྐྱར་བྱེད་སྒྲུའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་༼མང་ཚོགས་ལ་འབོད་སྟོང་གིས་དབང་སྐྱར་  
མཁན་ལ་ལྷག་སེམས་སྟོང་དཀྱུར་བཅངས་སྒྱུ་༽དེ་ཡིན། ལག་ལ་མེ་མདའ་བཟུང་ནས་བརྟན་སྲུང་བྱེད་  
པའི་དམག་མི་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཐ་ཆོག་རང་བཞིན་གྱི་ཉིན་བརྟན་ཞིག་དང་མཚུངས་བར། ནམ་ཡིན་ཡང་ཕོ་  
བྲང་པོ་ཏུ་ལ་ཡང་ན་བོད་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་སྟངས་ཤུགས་ཆེ་ཅུ་བཏང་ཡོད།

ཚོང་ལས་གོ་སྐབས་གཞལ་མཐའ་མེད་པའི་ཁེ་གྲགས་ཀྱི་དོར།

དེ་རིང་གི་དུས་འདིར། ཐོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་ཆབ་སྲིད་ཅན་གྱི་མཚོན་རྟགས་ཁོ་ན་བྱས་ཏེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱ་  
གཅིག་ཕྱ་མ་ཡིན། དུས་དང་མཉམ་རྒྱས་དང་། རྒྱ་ཕྱོགས་མཚོང་ས་བསྐྱོད་ཆེན་མོ། ཡང་ན། རྒྱ་ལེལ་  
རྒྱས་ནི་སྤྱི་མཐུགས་འཛུལ་པའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་ཤིག་ཡིན་ན། མཚོན་རྟགས་ཀྱི་བ་དན་ས་གསུམ་ལ་  
གྲགས་པའི་ཐོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལར་མཚོན་ན། མིག་སྔར་རྒྱགས་བྱུང་བའི་མཚམས་སྤྱིར་བཏུ་བྱེད་ཀྱི་  
བཤད་སྟེན་ལྟར། ཚོང་གི་གོ་སྐབས་ཚད་མེད་པ་ཞིག་མི་མཛོན་པར་ཆགས་ཡོད་པ་གདོན་མི་བ། དུས་  
ཡུན་རིང་པོ་མ་འགོར་བའི་སྔོན་དུ། རྒྱ་བས་རྩེ་ཆོས་རྒྱལ་དང་སྤྱི་མ་རྒྱས་པ་རྒྱས་འཛུལ་གྱིས་ནང་ཆོས་  
ཉམས་ལེན་བྱེད་སྤྱོད། རྒྱ་སེར་གཉིས་གའི་དཔོན་ཆེན་དང་ས་ཕྱོགས་སོ་སོའི་རྒྱ་བྱ་མི་བྲག་གི་དབང་  
ཆའི་ལྟེ་གནས། དེ་རིང་ཁོམ་འདུས་ལྟ་བུའི་འདུ་ཇིའི་ཡུལ་བསྐྱོར་སྤྱོད་བསང་གི་གནས་མཚོན་ཏུ་བྱུང་། དེ་  
སྔོན་དཔལ་དང་གཟི་བུ་ལྡན་ཞིང་སྟོན་གྱི་འཛུལ་པ་མཚོན་ཅན་གྱི་འཆམ་དང་ལྟ་མོ་སོགས་ཆོས་ལུགས་  
སྒྲོལ་གར་གྱི་འཕེལ་རིམ་གསལ་སྟོན་བྱེད་པའི་བདེ་ཡངས་ཤར་དེ་རིང་ཅེ་ཀྱི་ཅའི་ཁོད་ཡུལ་བསྐྱོར་སྤྱོད་  
འཆམ་པ་འདུ་ཆོགས་དང་རྒྱ་འདི་རུ་ཐེངས་གཅིག་སྟེབས་ཀྱི་པའི་བྲན་རྟེན་འདྲ་པར་རྒྱགས་སར་བྱུང་། ལྟ་  
བསང་གི་དུད་སྤྱོད་བར་སྤྱང་ཁེངས་ཤིང་བདུག་སྤྱོད་ཀྱི་བྱི་ཞིམ་ཕྱོགས་བཞིར་བྱུང་པ་ཁ་སང་དང་གཉིས་  
སྤྱི་མེད་ཀྱང་ལྟ་ཁང་མཚོན་ཁང་སོགས་ལ་ཞི་འཇམ་རུ་བཞུགས་པའི་གཟི་བྱིན་ཡལ། ཀྱང་བཏུ་ལག་  
བཏུ་སྟོན་ཞོར་རྒྱུ་འབྱུར་སྤྱོད་ཆོགས་འཛུལ་པའི་ཡུལ་བསྐྱོར་སྤྱོད་འཆམ་པ་དང་ལག་ཏུ་མཚོན་མེ་བཟུང་  
ནས་མཚོན་འབྱུལ་མཇལ་བྱུག་བྱེད་པའི་དད་ལྡན་མཇལ་བ་རྣམས་གཞི་གཅིག་ཏུ་འདྲེས། ལྟ་བསྐྱོར་  
ལག་དེབ་སྟེང་དུ་ཐོ་བྲང་དཀར་པོ་ཞེས་པའི་ཁང་ཤར་འགའི་ནང་ལྟ་བསྐྱོར་སྤྱོད་ཤན་གྱིས་རྒྱ་སྐད་དང་  
དབྱིན་སྐད་སོགས་སྐད་རིགས་མི་འདྲ་པའི་ལམ་ནས་རྒྱ་འདི་ནི་ཏུ་ལའི་སྤྱི་མས་སྤྱོད་རྒྱགས་སེད། འདི་  
ནི་ཏུ་ལའི་སྤྱི་མའི་གཟིམས་ཤག་སེད། འདི་ནི་ཁོང་གིས་ལྟ་སྤྱོད་མཚོན་སེད། འདི་ནི་ཁོང་གིས་  
མགོན་པོར་མཇལ་འཕྲད་གནང་སེད། འདི་ནི་ཁོང་གི་སྤྱི་སྤྱོད་འཕུལ་འཁོར་སེད། འདི་ནི་ཁོང་གི་  
གསོལ་པོར་སེད། ལ་སོགས་མཚམས་སྤྱིར་བྱེད་བཞིན་པ་ཐོས་བྱུང་། དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱིས་ནོར་  
བུ་སྤྱིང་ཀའི་རྒྱ་བྲན་མི་འཛིགས་ཐོ་བྲང་ཀྱི་ཡང་ཆོད་འཛིན་མི་བྱེད་པར་སྤྱོད་ཡོད། མི་སོ་སོས་འཛིན་

བྱང་ཉལ་པ་ཅམ་གྱིས་མི་སྒྲེར་ཞིག་གི་འཚོ་བའི་གསང་བར་གང་འདོད་ལྟ་སྟོག་བྱས་ཚེ་ག་པ་མ་ཟད་རང་  
འདོད་ལྟར་དབྱེ་སྤྲོད་བྱས་ཚེ་ག་ ཡགོང་ས་ཏཱ་ལའི་བླ་མའི་གཅན་པོ་སློབ་བཟང་བསམ་གཏན་ལགས་  
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༩ལོར་ཕྱིར་བོད་དུ་ལོག་སྐབས། དེ་སྔོན་ཇི་བཞིན་འོད་འཚོར་འཚོར་བྱེད་ཀྱང་སྔོན་ཆད་དང་  
གཏན་ནས་མི་མཚུངས་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་མཐོང་རྗེས། སྤྱིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་མ་བཟོད་  
པར་ རྒྱ་སྔོན་ཆད་ཀྱི་གཟི་བརྒྱུད་ཏིལ་འབྱུང་ཅམ་ཡང་མི་མཐོང་པར་གྱུར་། ཞེས་དབུགས་རིང་འབྲིན་

དགོས་བྱུང་འདུག

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ལོར་གནས་ཚུལ་སྟེལ་པ་ལྟར་ན། ལོ་རེ་རེར་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལའི་ཡུལ་བསྐྱོར་སློབ་འཆམ་པ་  
དང་གནས་མཇལ་བ་སོགས་མི་བྱངས་འབྱུང་ལྟ་སྟེལ་ལ་སྟེ་ལེན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་དང་། ཉིམ་རེ་རེར་མི་  
ཆིག་སྟོང་ལྟ་བུ་སྟེལ་ཡོད་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་དཔུང་བསྐྱེད་ཆའི་ཉི་ཤུའི་འཕར་ཚད་ཀྱིས་རྗེ་མང་དུ་  
འགྲོ་བཞིན་པ་དང་། ཆེས་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་ཉིན་མོ་ལ་མགོན་པོ་ལྟ་སྟེལ་བཞུགས། འཛིན་བྱང་ཡང་སྐོར་བཅུ་  
ནས་ད་ལྟའི་སྐོར་བཞུགས་ལ་འཕར་ཡོད། འདི་འདྲའི་རྒྱག་ཚད་ལས་བྱུང་པའི་གཞོན་ཤུགས་ལྷིང་ཚད་ས་རྩོ་  
ཤིང་གི་རྒྱ་ཆ་ལས་བྱུང་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལས་འབྱུང་འདེགས་བྱེད་དཀའ་སྟེ། ཟུར་དུད་པ་དང་གསུམ་པ།  
རྩིབ་པ་སོགས་བྱུང་དང་བྱུང་བཞིན་པ་ད་ལྟའི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཡིན་པ་དང་། དེ་འདྲའི་གནད་དོན་  
ཐད་བྱེད་ཐབས་གསར་པ་གཏན་འབེབས་ལག་བསྟར་བྱས་ཏེ། དཔེར་ན་ཉིན་རེའི་སྔ་དྲོར་ཚུ་ཚོད་བཞིར་སློབ་  
འབྲེད་བྱེད་པའི་རིང་ལ་ཆ་སྟོམས་དུས་ཚོད་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་རེའི་ནང་མགོན་པོ་ལྟ་སྟེལ་ཚད་བཀག་བྱས་ཡོད་  
པ་དང་། ཕྱི་དྲོར་ཚུ་ཚོད་གཉིས་དང་བྱེད་ཀའི་ནང་ཆ་སྟོམས་དུས་ཚོད་སྐར་མ་སུམ་ཅུ་རེར་མགོན་པོ་ལྟ་སྟེལ་  
ཚད་བཀག་བྱས་ཡོད། འདི་འདྲའི་ཚད་བཀག་བྱས་ཀྱང་དཔུང་ཉིན་རེར་མགོན་པོ་བཞུད་བསྐྱེད་ལྟ་སྟེལ་  
ལེན་བྱེད་དགོས།

ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་འགྲུལ་བསྐྱོད་ཁ་པར་གྱི་མཚམས་སྒྱུར་བརྒྱབ་ནང་ཤར། ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་མི་དམངས་  
ཤོག་སྐོར་ལྟ་སྟེལ་མའི་སྟེང་གི་རྒྱན་རིས་སུ་གྱུར། ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་MTVནང་དུ་མཛོད། ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་  
ལ་T དབྱིབས་ཅན་གྱི་སྟོན་བྱུང་གི་སྒྲིང་དུ་པར། ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་རྒྱུད་གསལ་ཅན་དུ་བཏང་སྟེ་རྒྱ་ཆ་ཡག་  
བཅོག་འདྲ་མིན་སྟེ་ཚོགས་ཀྱིས་སྐོར་སྐོར་བཞོས་ནས་མགོན་ཁང་དང་བཟང་ཁང་། ཚོང་ཁང་སོགས་ཀྱི་ནང་



བཤམས་སྟེ། དེ་དང་སྐབས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ནམ་པས་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པའི་ཚོང་ཇུས་དཔལ་འབྱོར་སྤྱི་ཚོགས་  
ཀྱི་གོམས་སྤྱོད་དན་པའི་ཡུལ་ལྗོངས་ལ་རྒྱན་སྒྲིབ་བྱས་ཡོད། མོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་འདི་འདྲའི་བར་མེད་ཀྱི་  
འདྲ་བཟོའི་གོ་རིམ་ཁོད་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་བུའི་མཐོ་ས་ནས་ཆེལ་ཆེལ་དུ་འཕྱར་པའི་མི་ཚོས་འཛིག་རྟེན་ནང་  
ཟེགས་འདུག

འདི་ལྟ་བུའི་གནམ་སྒྲིབ་ས་གཡོག་གི་འཛིག་རྟེན་འཁོར་བའི་ནང་། རྒྱ་མོ་ཡངས་པོར་འབྱེད་པའི་བོད་  
ལྗོངས་ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་དགའ་བསུ་བྱེད་ཀྱི་ཡང་ན་རྒྱ་ཚོང་རའི་ཁོར་ཡུག་ཡག་པོ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལ་སོགས་གྲིས་  
པའི་སྒྱུ་ཡིག་དང་། རྒྱ་ཁ་བྲལ་ལ་དེ་ཚོ་ལ། མེས་རྒྱལ་གཅིག་གྱུར་ཀྱི་ཞེས་པ་གྲིས་པའི་ཆབ་སྲིད་ཁ་  
གཡང་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་རྒྱུ་འཁོར་གྱི་ཕྱི་གཞི་སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
གཡང་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་རྒྱུ་འཁོར་གྱི་ཕྱི་གཞི་སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
ཐང་ཆེན་ཡང་བོད་སྤྱོད་གཏོང་ས་མང་པོ་ཡོད། ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེ་རྒྱ་དང་རབས་ཅན་ཀྱི་དུ་འགྲོ་བཞིན་  
པའི་བོད་གསར་པ་དེ་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ། ཐང་ཆེན་དུ་རྒྱངས་འཁོར་དང་ཁང་པ་སོགས་ཀྱི་འབྲེམ་སྟོན་དང་།  
ཡང་ན་དངོས་ཇུས་བཞེ་རེས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་འཚོག་རྒྱུ་ལ་སོགས་ཏེ་གཉིས་ཀྱི་གཅིག་ཇུས་གཅིག་གིས་མཐུད་  
དེ་ཁོམ་ལོང་ཞིག་ཁྱོན་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། ལུས་ལ་བོད་ལྷ་གོན་ཡང་བོད་མི་ཡིན་མིན་མི་ཤེས་པའི་འཛོ་  
སྒྲིག་མཛུས་མས་ཏུ་ཅང་སྤྱོད་སེམས་འཁོལ་པའི་ངང་མཐའ་སྐྱོར་གྱི་ལྟ་དམོ་བ་རྣམས་ལ་རྒྱང་རིང་ཁོམ་  
འདུས་རྒྱས་ཁྱིན་ཏུ་འབོད། སྒྱུར་མཆན་དང་ཁོམ་ཆེན་རྒྱས་ཁོན་ཆེན་འབོད། སྒྱུར་མཆན་སོགས་ཀྱི་  
འབྲུལ་ཁང་དང་བཟོ་དབྱིབས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མི་བཞུགས་རྒྱངས་འཁོར་དང་བྱེས་བཟོ་དུ་རྒྱངས་འཁོར་  
འཚོང་ཐབས་བྱེད་པ་དང་། ཚོང་འབོད་སྐད་རྒྱག་གང་མང་ཁོད་དུ་རྒྱ་ནག་ནང་ལོག་ནས་སྤྱི་ལོ་འདི་ན་བྱས་  
ཡོང་བའི་རྒྱན་བཀོལ་དངོས་ཇུས་དག་རིན་གོང་ལྡན་འབྱུང་གིས་གཡོ་འཚོང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ལ་དེའི་ནང་དུ་  
མང་ཆེ་བ་ཚོང་ཇུས་རྒྱུ་མ་རེད་འདུག དེ་མིན་མིང་སྤྱི་མི་གཅིག་པའི་བྱ་དགའི་འཛིན་ཤོག་དུ་མའང་དེ་ཅུ་  
འཚོང་བཞིན་ཡོད་ལ། སྤྱི་བསྐྱེད་སྤྱོད་དུང་ལས་སྐད་མགོ་མཐོན་པོས་དངོས་ཇུས་དང་ཡང་ན་དུལ་སྤང་  
གི་བྱ་དགའ་སོགས་ཚོང་འབོད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འུར་སྒྲིབ་མགོ་ན་ཞིང་མི་སེམས་འཚབ་འཚུབ་ཏུ་གཏོང་།  
ལྟ་སའི་ཚ་གདུག་གི་ཉི་འོད་ཁོད་བོད་མིའི་རྒྱ་རམ་གྱི་བརྒྱབ་སེམས་ཏེ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་འོག་དེ་རིང་  
གི་འདི་འདྲའི་འཕར་རྒྱས་ཤིག་བྱུང་ཆུང་མེད། འོན་ཀྱང་བོད་མི་ཕལ་བ་ག་ཚོ་དེ་ཅིག་གིས་འདི་ལྟ་བུའི་རིན་



གོང་གནས་ན་ཡོད་པའི་ཁང་པ་དང་སྒྲངས་འཁོར་ཉེ་ཐུབ་བཅ། ཐོ་བྱང་གི་ཕྱི་ལཱ་འབྲམ་གཉིས་དང་  
ཐང་ཆེན་མཐའ་སྐྱོར་དུ་ཁང་ས་པའི་ཆོང་ཁང་དང་ཟ་ཁང་དེ་དག་ཕར་བལྟས་ཆོད་ཀྱིས་ནང་ལོག་གི་གྲོང་  
ཁྱེར་རྒྱུ་འབྲིང་གི་འབྲ་བཅོ་དེ་དག་དང་། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ག་ས་གང་དུ་ཁང་ས་པའི་སོ་ཕག་དཀར་  
ཕྱི་མ་སྐྱར་ཡོད་པར་མ་ཟད་ཉ་ཡང་དང་ལྷགས་བསྐྱེས་མས་མཐའ་བརྒྱན་བྱས་པ་དང་མཐིང་སྐྱག་གི་  
ཤེལ་སྐོ་ཆེན་པོ་ཅན་གྱི་རྒྱུ་དེང་རབས་ཀྱི་ཁང་བཅུགས་རེ་རེ་ནང་ལོག་གི་ཞིང་པའི་བྱུང་པའི་ཡུལ་མི་  
ལས་བཅོ་དམག་དཔུང་གིས་གསར་བཏོད་བྱས་པའི་རྒྱལ་ཁག་འགན་ལེན་ཅུ་ཁག་གི་རིག་གནས་  
མ་ཡིན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། སྤྱོད་ཆད་ཀྱི་ལུང་སྤྱོད་སྐྱག་པོར་འབྲིལ་པའི་ཕྱ་ཐང་དུ་ལྷ་མིང་ཅམ་ལས་  
ལྷག་མེད་པ་དང་། སྤྱོད་ཆད་ཀྱི་དར་ལྗོན་སྐྱ་ལྷས་རྒྱུ་རྒྱུ་གཡོག་ས་དེ་རིང་ཕལ་ཆེར་ཕྱ་མེད་བཅོས་ཤིང་  
ས་ཤུལ་དེ་ཅུ་ལྷ་ཅང་དང་ཉག་སེཤོག་པེ་ཕྱེད་ས། རྒྱ་ལུགས་ཀྱི་གསོལ་ཇ་འཐུང་ས་དང་ཤ་བསྐྱེག་སའི་  
གཙང་རྒྱུ་ཁང་རྒྱུ་མིང་གཞན་ལ་སྐྱ་རྒྱལ་ཐང་ཡང་ཟེར། རྒྱ་བསྐྱར་འདུག རྒྱ་གས་བཞི་མཚམས་  
བརྒྱད་ཀྱན་ནས་དམ་པོར་བཅིངས་པའི་ཐོ་བྱང་པོ་ཏུ་ལ་ཐ་མལ་འཛིག་ཏེན་པའི་རང་ལུགས་ཅན་གྱི་རྒྱ་  
མཚོས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་པའི་ཁེར་རྒྱུ་གི་སྤྱིང་ཕུན་ཞིག་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། ཐོད་ཀྱི་དབང་འཛིན་  
པ་ནམས་ཀྱིས་ཉ་ཅང་རང་སྤྱོད་དང་ཡང་ན་བསམ་དོན་འབྱུང་སོང་བསམ་པའི་རྒྱལ་གྱིས་འཛམ་གླིང་  
ཡོངས་ལ་རྒྱ་འཛམ་གླིང་ཡང་ཕྱེ་ཅུ་སྤྱོད་ཆད་ཕྱ་བ་ནས་བྱུང་སྤྱོད་མེད་པའི་དུས་སྐབས་ཡག་ཤོས་དེ་  
ཤར་སོང་ཞེས་བྱུང་བསྐྱགས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

དེན་རྒྱུ་ཆོས་ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་ཆེས་ཡག་ཤོས་ཀྱི་དུས་སྐབས་འདི་འདྲེ་དུ་དམངས་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོགས་  
ཐངས་ཤིག་བསྐྱེས་ནས་བསྐྱོད་བསྐྱགས་ཀྱི་སྐྱེད་བྱུངས་ལེན་ཞོར་ཡིད་ཆོམས་པའི་བློ་གར་འཁྲབ་དགོས་  
སམ། དེན་དུས་རབས་བྱེད་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་གཏུབ་གསོད་ཀྱིས་ལུས་ཁམས་དུམ་བུར་བཅད་འདྲའི་ཆབ་  
སྤྱིད་རང་བཞིན་ཅན་དང་ཆོང་ལས་རང་བཞིན་ཅན་དུ་བསྐྱར་པའི་ཐོ་བྱང་པོ་ཏུ་ལར་འདི་འདྲེ་བའི་བྱེད་ལས་  
མ་འདྲ་བ་ཞིག་ལ་བསྐྱར་རྒྱག་དགོས་སམ། དཔེར་ན་རོལ་ཕྱེད་ཡང་ན་གཞས་གཏམ་དང་ཕྱ་ལ་ཕྱེད། བྱེ་  
བྱག་པར་བཤད་ན་ཐོ་བྱང་པོ་ཏུ་ལ་རྒྱུ་ལྗོངས་བྱས་པའི་ཐང་ཆེན་དེ་དུས་ནམ་ཞིག་ལ་ཕྱོགས་བཞི་ནས་  
ཡོང་པའི་མགྲོན་པོ་དེ་དག་སྐད་གྲགས་ཆགས་ས། སྐྱོར་མོ་ལེན་ས། རོལ་ཕྱེད་བྱེད་ས། ཀུ་ཅི་རི་སྐད་དན་

སློག་སར་གྱུར་ཏེ། རིམ་བཞིན་ཉམས་ཆག་གི་གནས་སུ་ལྷུང་བའི་དུས་ཤིག་ཡོད་པེས་རེད།  
 དེ་ནས་མིང་ལ་ རྒྱ་གཅིག་སེམས་གཅིག་འབྲེལ་ ། ཞེས་པའི་སྒྱུ་རྩལ་རུ་ཁག་གིས་ཏང་དང་སྲིད་གཞུང་གི་  
 ལྷན་བསམ་ཁྲེང་ནས་པེ་ཅིན་ནས་འདི་རུ་བསྐྱེབས་དུས། བརྟན་འཕྲིན་དགོང་ཚོགས་གྲགས་ཅན་པ་སྒོར་  
 ཞིག་གིས་བོད་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཕུལ་པའི་ཁ་བཏགས་སྒྲེ་ལ་བསྐྱོན་ནས་དབུགས་ལམ་འགག་ལ་ཁད་  
 ཀྱིས་མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་གྱི་བསྟོད་སྒྱུའི་འཁྲབ་སྟོན་བྱེད། འཁྲབ་སྟོན་སྐད་གྲགས་ཅན་རེ་གཉིས་ས་  
 མཐོའི་ནད་གཞི་ཏ་ཅང་ཆབས་ཆེན་ཡིན་ཕྱིར་དབྱང་དབུགས་ཀྱི་རྒྱལ་བ་ཁྲུང་ཏེ་འཁྲབ་སྟོན་གར་སྟེགས་  
 སྟེང་འགོ་དགོས་བྱུང་བཞིན་ཡོད། འདི་འདྲའི་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་སྲིད་པའི་བྱད་སྒྲོམ་གྱི་རྣམ་པ་  
 ལ་ རྒྱ་མི་རིགས་ལྷ་བཅུ་དུ་མེ་ཏོག་ལྷ་བཅུ་དུ་ ། ཞེས་པའི་སྒྱུ་རྩལ་ཁོད་མཐའ་མཚུག་འབྲུག་སྒྱུ་རྩལ་  
 བཞིན་གྱི་དགའ་བསུ་བྱེད། འོན་ཀྱང་དགའ་བསུའི་ཐལ་མོ་རྒྱུ་པའི་དམངས་ཚོགས་ནི་ལྷ་སའི་ལས་  
 ཁུངས་དང་སློབ་གྲྭ་བ། དམག་ཁུལ་སོ་སོ་རུ་འདེམས་ནས་ཐོན་པ་ཁོ་ན་རེད། དེ་ནས་དེང་གི་དར་སོ་ཅན་  
 གྱི་ཆས་གོས་འགྲན་བསྡུར་ཆེན་མོའི་སྟེགས་བུ་ཡང་འདི་རུ་གནས་སྟོན་བྱས་ཡོད། གནས་ཚུལ་སྟེལ་པ་  
 ལྟར་ན་ རྒྱལ་ཡོངས་ས་གནས་སོ་སོའི་དར་སོ་ཅན་གྱི་ཆས་གོས་འགྲེམ་སྟོན་མ་ལྷ་བཅུ་དུ་གཅིག་གིས་  
 གཟི་བྱན་གྱི་འོད་སྟོང་འབར་བའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་རྒྱབ་སྒྲོངས་བྱས་ཏེ། བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྟེན་  
 འཛེབས་སྒྱུ་དབྱངས་ཀྱི་འགྱུར་ཁུགས་དང་མཉམ་དུ་དེང་རབས་དར་སྟོལ་གྱི་ཆས་གོས་སྒྲིས་ཤིང་ཡི་  
 གོ་ རྒྱ་གཅིག་ ། འདི་ནི་རྒྱའི་བཤད་སྟོལ་ཞིག་སྟེ་རྒྱ་ཡིག་ཡེ་གོ་གཅིག་ནི་དྲང་མོར་འཕྲེད་དུ་བྲིས་པའི་  
 དབྱིབས་ཡིན་པས་དོན་དུ་ཐིག་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་གོ་མ་པ་མ་འཆོལ་བར་སོང་བ་ལ་གོ་ སྒྱུར་པ་པོས། གི་  
 གོ་མ་སྟབས་སྟོས་ནས། ཏ་དབྱིབས་ཅན་གྱི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་གར་སྟེགས་སྟེང་ངོ་མཚར་གྱི་ཆོར་བ་  
 སྒྲ་ཚོགས་སྟོན་པའི་དེང་རབས་ཀྱི་དར་སྟོལ་ངོ་མས་སྟོན་བྱེད་བཞིན་འདུག་ ། རྒྱ་ས་པ་སྟོང་ཕྲག་ཁ་  
 ཤས་སྒྲུབས་ཐེང་འཕྲོ་བཞིན་ ཏ་དབྱིབས་ཅན་གྱི་སྟེགས་བུ་བསྐྱར། ། དེ་ལས་ཀྱང་ནང་དོན་ལྡན་པ་ཞིག་  
 ནི་བོད་རང་སྐྱོང་སྒྲོངས་ཀྱི་ཆེས་མཐོའི་འགོ་ཁྲིད་རྣམས་ཐ་ན་དམག་ཁུལ་ཁག་གི་འགོ་ཁྲིད་ཀྱང་ཆང་  
 མ་ རྒྱ་དངོས་ཐེབས་དགའ་བསུ་ ། བྱས་པ་དང་། བྱ་དགའ་ཐོབ་པའི་གསོན་དཔེ་མར་ རྒྱ་བོད་མི་དམངས་  
 ཀྱི་ཆེས་མཐོའི་གཟི་བརྒྱུད་མེད་ཀྱི་ཁ་བཏགས་དཀར་པོ་ཕུལ། །

༼ཨ་ཤི་ཡའི་འཕྱར་མི་དང་པོའི༽ མཚན་སྟན་ཡོད་པའི་བྱ་གཞུག་ལང KE SHOU  
LIANG) ༡ ཟུང་མ་འགོར་པའི་སྟོན་དུ་དུས་མིན་གྱིས་ཤི་པའི་ཐེ་མན་གྱི་སྒྱུ་ཅུལ་པ། ཕྱི་ལོ་

༢༠༠༢ལོའི་ཟླ ༡༠ བའི་ཆོས ༡གི་ཉིན་མོར། རྒྱ་རང་རྒྱལ་གྱིས་བཅོས་པའི་ཅེ་ལེ JI LI ཉགས་ཅན་  
གྱི་མི་བཞུགས་སྐྱེད་མེད་འཁོར་བསྐྱོར་ནས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལའི་ཐང་ཆེན་དུ་འཕྱར་བསྐྱོད་སྐྱེད་མེད་  
འཁོར་༽ འབྲལ་སྟོན་བྱས། འབྲལ་སྟོན་གྱི་རྣམ་པ་ནི་རྒྱལ་སྟོན་དང་སྟོན་སྐྱོད་དང་ནས་རྒྱལ་སྟོན་ལ་བསྐྱེད་  
བ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ལ་ཕུལ་པའི་བྱ་དཔར་ཅན་གྱི་བྱ་ཤིས་པའི་ལེགས་སྐྱེས་སུ་བཤད། ༽  
གནས་ཚུལ་སྟེལ་པའི་ནང་༼ འདི་ནི་བྱ་གཞུག་ལང་གི་འཕྱར་བསྐྱོད་སྐྱེད་མེད་འཁོར་གྱི་ཆོས་ཐག་རིང་བའི་  
ཟིན་ཐོ་མིན་ཡང་འཕྱར་བརྒྱལ་ལེགས་སྐྱེས་བྱུང་བྱུང་རྒྱུ་བྱ་གཞུག་ལང་རང་ཉིད་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལའི་ཐང་ཆེན་དུ་  
ནང་སྐོས་སུ་རྒྱལ་སྟོན་གྱི་ཉིན་མོ་འདིར་ཁོང་གིས་འབྲལ་སྟོན་བྱེད་བྱེད་ཡོད་པར་གཟི་བརྗིད་ལྡན་པའི་ཆོར་  
བ་སྐྱེས་མོང་༽ ཟེར། བྱ་གཞུག་ལང་གིས་གསར་འགོད་པར་༼ མཚོ་འགག་ཕྱོགས་གཉིས་བྱིས་ཆང་  
གཅིག་ཡིན། མི་རིགས་ཡོངས་རྫོགས་མཐུན་སྤྱིལ་དམ་པོ་བྱས་ནས། གྲུང་གོ་སྟོབས་ལྡན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་  
ཅིག་དུ་འགོ་རྒྱུ་ཁོ་ཐག་ཡིན༽ ཟེར།

སྟོ་ཕམ་པ་ཞིག་ནི་དར་བྱ་སྐད་གྲགས་ཅན་གྱི་སྐུ་མ་ཉན་ཉན HAN HONG། བོད་ཀྱི་རུས་  
རྒྱུད་འབྲས་པའི་བྱུང་མེད་འདི། མོས་གྲུང་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་རང་ཉིད་བཀོལ་སྟོན་བྱེད་པའི་འབྲལ་སྟོངས་སུ་  
བསྐྱེད་ཐབས་བྱས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ལོའི་དབྱར་ཀར་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལའི་ཐང་ཆེན་དུ་མི་སྐྱེར་གྱི་གནས་  
གཏོང་ཆོགས་འདུའི་ག་སྤྱིག་བྱས། ལྷག་པར་དུ་ཁོ་མོས་༼ ཆོད་དཔག་དྲག་པས་༽ སྐབས་དེ་  
དུས་༼ བྱེད་འཕྱར་གནས་བྱུར་བསྐྱེད་དེ། བར་སྐྱེད་ནས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལར་འབབ་པ། ༽ རྒྱ་བར་སྐྱེད་  
ནས་འབབ་ས་༽ ཉི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལའི་ཐང་ཆེན་ཡིན་པ་ལས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལའི་ཕྱེ་མིན། ཡིན་ཡང་དེ་འདུའི་  
གས་འཐོར་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ཡིག་གིས་མི་རྣམས་ཉ་ལས་པར་བཅོ་རྒྱུ་དང་ཡིད་དབང་འགྲུག་རྒྱུའི་རུས་  
པ་ཡོད་པར་གདོན་མི་བ།

སྐབས་འཇུག་ཞུ། སྐྱེད་ཐབས་དང་མཁུན་ལྡན་མ་རྣམ་པ། ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལར་བཅི་མཐོང་ཞུ་རིགས་  
གཞོངས། བཅོན་པོའི་ཕོ་བྲང་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གནས་མཚོག་ མི་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་ལྗོངས་རོ་མཚར་ཅན་

འདི་ལ་བཙི་མཐོང་ཆེན་པོ་ཞུ་རྟེན་གས་གནོངས། ཡང་ན། དེ་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་གྱུར་  
 པའི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་བསམ་སྒྲོ་སྤྱོད་ཅིང་ཡང་མི་གཏོང་བར། འཛམ་གླིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་  
 ཚོགས་ཀྱིས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ཾ་འཛམ་གླིང་རིག་གནས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་རྒྱ་དངོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ལ་  
 ལྟ་རྒྱུ་ཆེན་བྱས་ཆོག འདི་རུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྤྱོད་པས་སོ་སོ་ན་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ཾ་བསྟེན་པས་ཏེ་ཡོང་བཞིན་  
 པའི་ལྷན་རྒྱས་རྣམས་པ་ཆོར་ཞུ་རྒྱུ་ནི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ཾ་བཙི་མཐོང་ཆེན་པོ་ཞུ་རྟེན་གས་གནོངས། གལ་ཏེ་དེ་  
 བཞིན་མ་བྱས་ཆོར་ཆོས་སྒྲོ་ཡིད་ལ་དཔོག་བྱབ་པ་ནི། མི་རིང་བའི་ཉིན་ཞིག་ལ་ཆེས་མང་པོ་ཡང་ན་ཆེས་  
 ཆེན་པོའི་ཁེ་ཕན་དང་ཀུན་སྒྲོང་གི་འདེད་བསྐྱེད་འོག ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ཾ་ཐང་ཆེན་འཛམ་གླིང་སྤྱོད་ཆེས་སྐྱད་  
 གཤམ་ཅན་གྱི་དུད་འགྲོའི་སྤྱོད་པ་ཚོགས་པའི་ཕྱིད་ཐང་དུ་འགྱུར་ངེས་ཡིན། དེ་སྤྱོད་ཅིང་འདི་གྲོང་ཁྱེར་  
 ལྷག་ཡོག་གི་རང་དབང་ལྷ་མོའི་ཀྱི་འཛམ་སྐྱེ་རྒྱ་མཐོན་པར་བཟོས་པའི་སྤྱོད་པ་མཁན་ཀྱི་བས་ཁོ་  
 སྤྱོད་ཕྱིར་དངོས་སུ་ཐེབས་ཏེ། འཛམ་གླིང་གི་མི་ཚང་མའི་ཡིད་དབང་འགྲུག་པའི་འབྲུག་སྤྱོད་འདི་ཡང་  
 བསྐྱར་པར་བཤུས་བྱས་ནས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ཾ་མི་མཐོན་པར་བཟོ་ཀྱི་ངེས་ཡིན། གལ་ཏེ་དེ་འདྲའི་ཉིན་མོ་  
 ཞིག་ཡོད་ཆོ། བོད་སྤྱོད་པ་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་རྣམས་པའི་ཡང་སྤྱོད་པས་པ་ཆོར་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཀྱི་འཛམ་གླིང་ཡང་ཕྱི་  
 དང་རྒྱལ་སྤྱི་བར་ལམ་བདེ་ལེགས་ངང་འབྲེལ་མཐུད་བྱས་པ་དང་། འཛམ་གླིང་གཅིག་གྱུར་ཅན་གྱི་ལས་  
 དོན་དེ་དངོས་སུ་འགྱུར་སོང་ཀྱི་ཞེས་གསལ་བསྐྱབས་བྱས་ཆོག

### བདག་གཅེས་ཉམས་གསོའི་རྒྱལ་ལོག་ན།

རེད་དེ། དབང་འཛིན་སྲིད་གཞུང་གིས་ཀྱང་གོའི་སྒྲོར་མོ་བྱེ་བ་ལྷ་དང་ས་ཡ་ལྷ་དཔུང་གསེར་དཔུང་སུ་  
 ཏིག་སོགས་གནང་སྤྱོད་གྱིས་ལོ་ལྷའི་རིང་ཚད་ལ་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ཾ་བདག་གཅེས་ཉམས་གསོ་བྱས་ཡོད་པ་  
 རེད། རེད་དེ། དབང་འཛིན་སྲིད་གཞུང་གིས་ཡང་བསྐྱར་དཔུང་འབོར་ཆེན་པོ་གནང་སྤྱོད་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ཾ་  
 བདག་གཅེས་ཉམས་གསོ་བྱས་ཡོད། རེད་དེ། འདི་དག་ཚང་མ་དོན་དངོས་ཡིན། འོན་ཀྱང་། དཔུང་  
 དངོས་དོན་ལ་ཤས་ཤིག་ཡོད། སྤྱོད་པ་གཡོག་ཐེབས་པའི། བསྐྱར་བཅོས་བྱས་པའི། བརྒྱུད་བཅུག་པའི་  
 དངོས་དོན་ལ་ཤས་ཤིག་དེ་ལས་ཀྱང་སྤྱོད་པ་ཡོད།

དཔེར་ན། ༡༩༥༩ ལོར། རྒྱ་ལོག་གི་འབྲུག་ཞི་འཇགས་སུ་གཏོང་པའི་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཕོ་བྲང་པོ་ཏཱ་ལ་ཾ་

བརྒྱུ་པ་འི་སྒྲིག་པ་མ་དེ་ལ་དེ་དག་ རྒྱུ་ལ་འབྲུག་པ་འོ་ལྟ་པ་ ཆར་གཅོད་བྱེད་པ་དང་ལྷན་དུ་སྒྲིག་དང་  
 ལྷེ་བས་རིས་སྒྲིག་ཅན་དེས་ག་ཆོད་ཅིག་ཅ་བརྒྱག་བཏང་ཡོད་པ་ཆོད་དཔག་བྱེད་ཐབས་བྲལ། དེ་  
 ལས་ས་རྩོམ་ལས་བྲལ་པ་འི་བཟོ་བཞུགས་ལ་གཏོར་བརྒྱག་མི་རྒྱུ་པ་ཞིག་བཏང་ཡོད་པ་ཁོ་ཐག་ཡིན།  
 ཡང་དཔེར་ན། རྒྱུ་ལ་གནས་གསར་བརྒྱུ་ཆོད་པོ་འི་དུས་འགོར་རྒྱུ་ལ་བཞི་གཏོར་གྱི་རྒྱུ་  
 འཛུལ་པོ་བྲལ་པོ་ཏུ་ལར་ཡང་གཡུག་ཡོད་ལ། དེའི་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྒྲིག་དུ་སྒྲིང་ཡོད་པས་འདིར་  
 ཉིས་བཤད་ཀྱི་དགོས་དབང་མེད་པར་སྒྲུམ།  
 ཡང་དཔེར་ན། ༡༩༦༩ ལོའི་རྒྱུ་ལ་མའོ་གྲུ་ཞིའི་རྒྱུ་ལ་ཐུག་གཏིང་རིང་འབྲུ་པ་དང་། འབྲུ་རིགས་རྒྱ་  
 རྒྱུ་ལ་གསོག་པ། དབང་ཡོད་མི་བྱེད་པ་ཞེས་པའི་འཐབ་རྒྱུས་ལ་མ་ཕྱོགས་ལ་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་  
 བྱེད་ཆེད། ལྷ་ས་འང་ཞིང་ཆེན་དང་གོང་ཁྲོལ། རང་སྐྱོང་ལྗོངས་གཞན་དག་ནང་བཞིན་མིང་ལ་རྒྱུ་ལ་  
 དམངས་ཀྱི་མཁའ་ཉིན་འགོག་བྱེད་ལས་བྲལ་ཞེས་པའི་བཟོ་སྐྱོན་ནང་ཞུགས་ཏེ། མཁའ་ཐོན་འོབས་  
 རྩོད་བཞེད་པ་དང་མཁའ་ཐོན་གཤམ་ཁུང་བསྐྱོན་པ་སོགས་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་ཟང་ཟང་ལང་ལང་དུ་བཏང་། དེ་རིང་  
 ཡང་སྐབས་དེར་བཞེད་པའི་མཁའ་ཐོན་འོབས་རྩོད་མཐོང་བྱལ། དེའི་པོ་བྲལ་པོ་ཏུ་ལ་ཆགས་སའི་དམར་  
 པོ་རིའི་རྒྱུ་ལ་ཡོད་པ་དང་། ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་མཁའ་ཐོན་འོབས་རྩོད་གི་ཁ་བྱུང་ནས་མི་མའོན་པར་  
 བཏང་ཡང་ཅུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་མཁའ་ཐོན་འོབས་རྩོད་དུ་ཆང་སེར་བཅོང་སའི་ཆང་ཁང་ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་འདུག  
 པོ་བྲལ་པོ་ཏུ་ལའི་ཁ་གཏད་ཀྱི་གསེག་རོས་སུ་ཕྱུ་འབྲེལ་གྱི་སྐྱོན་སྒྲིག་རིའི་སྒྲིང་གི་རང་འབབ་ཆུ་འབྲེན་  
 མཐུན་གཉེར་ཁང་དེ་སྒྲིག་གྱི་མཁའ་ཐོན་བཞུགས་འདོམས་ཁང་ཡིན། བཤད་ཚུལ་ཡིན་ན་སྐྱོན་སྒྲིག་རིའི་འོག་  
 ཏུ་འང་མཁའ་ཐོན་འོབས་རྩོད་བཞེད་ཡོད་ཟེ། དེ་ལྟར་མཁའ་ཐོན་འོབས་རྩོད་བཞེད་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་  
 བོ་ནི་དམངས་ཁོང་གྱི་བཤད་སྒྲོལ་ལྟར་ན་དེའི་བོད་ལྗོངས་ཏང་ཨུ་དང་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གི་ལས་  
 ཁུངས་དང་ཐག་ཉེ་བོ་ཡོད་པས་ཡིན། གལ་ཏེ་དགྲ་བོའི་གནམ་གུས་བཅན་སྒྲོལ་བྱས་ཆོའོ་ཁོ་ཁྱིད་ནམ་  
 པ་ཆོ་ལྟར་བ་ལྟར་དུ་མཁའ་ཐོན་འོབས་རྩོད་དུ་བསྐྱར་ཆོག དོན་དངོས་སུ་བཤད་ན་ལྷ་ས་པ་མང་ཆེ་བའི་  
 ཤེས་གསལ་ལྟར་དམར་པོ་རིའི་འོག་ཏུ་མཁའ་ཐོན་འོབས་རྩོད་བཞེད་རྒྱུ་ལྟར་དུ་འབར་གས་སོགས་མང་  
 པོ་བེད་སྒྲིག་བཏང་པས་པོ་བྲལ་པོ་ཏུ་ལའི་ལྷང་གཞི་དང་བཟོ་བཞུགས་རང་ཉིད་ཆང་མར་གཏོར་བརྒྱག་ཆོབས་



ཆེན་ཐེབས་ཡོད། སྐབས་དེར་ལྷ་ས་སློབ་འབྲིང་ནང་སློབ་ཕྲུག་ཅིག་གིས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་གས་  
འབར་གྱི་འུར་སྒྲིའི་སློབ་ཁང་ཁེངས་ནས་རྣམས་ཀྱང་མི་བཟོད་པ་དང་མཚམས་ལ་ལར་ཉེ་འབྲམ་དུ་སོང་ཆོ་  
ས་འབྲལ་ལྷ་བུའི་ཆོར་པ་དེ་ད་དུང་ཡང་གསལ་བོར་བྲན་གྱིན་འདུག འོ་འདི་འགའི་རིང་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་  
ལར་ཡང་དང་ཡང་དུ་བདག་གཅེས་ཉམས་གསོ་བྱེད་དགོས་དོན་ཡང་སྐབས་དེ་དག་གི་དུས་སུ་གཏོར་  
བརྒྱག་ཐེབས་པའི་འབྲུང་འབྲུར་གྱི་གཞོན་འཛེ་རེད།

འོན་ཏེ། བདག་གཅེས་ཉམས་གསོ་བྱེད་བཞིན་པའི་སྐབས་ལ་འང་དོན་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བཞིན་ཡོད་  
པས། དེ་ལས་ཀྱང་གོམ་གང་མདུན་སློབ་ཀྱི་གཏོར་བརྒྱག་རེད། ༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་༢པའི་ཆོས་མཉམ་ཀྱི་ཨ་  
རིའི་རྒྱང་བསྐྱངས་ཁང་། གིས་གནས་རྒྱལ་སྤེལ་བ་ལྟར་ན། བོད་ནང་གསལ་བའི་ལམ་ནས་ཕྱི་གྲར་བའི་  
སློབ་ཐག་ཅིག་གི་ནང་། དབང་འཛིན་སྲིད་གཞུང་གིས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་ཉམས་གསོ་བྱེད་པའི་བཟོ་སྐྱོན་དེ་  
བོད་ཀྱི་ཞིབ་པ་དཀར་ཆེགས་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་བཟོ་སྐྱོན་དང་ལག་རྩལ་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པའི་རྒྱ་མི་རིགས་  
ཀྱིས་བྱུང་བའི་བཟོ་བསྐྱོན་སྤེལ་ཁག་ཅིག་ལ་སྤྱད་ནས། མཚན་སྟན་གྱི་བ་དན་སྲིད་ཅིར་སློང་བའི་རིག་  
གནས་ལྟལ་དངོས་ཀྱི་ཉམས་གསོའི་བཟོ་སྐྱོན་སྤང་མེད་དུ་བཞག་འདུག་ཅེས་སྟོན་བཅོད་བྱས་ཡོད། །  
དཔེར་ན། བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་བཟོ་བསྐྱོན་བཟོ་རྩལ་ལྟར་ན་ཅིག་པའི་ནང་ཁྱད་པར་དུ་གཏན་འཁེལ་བྱས་  
པའི་ཤིང་ལེབ་ཅིག་འཛིན་དགོས་པ་དང་། འོན་ཀྱང་རྒྱ་མི་དེ་ཆོས་དོན་དག་ཅེ་ཅུང་དུ་གཏོར་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་  
ཨར་འདམ་དང་ཁོ་ལྷགས་སོགས་ཀྱིས་ཆབ་བྱས་ཡོད། ཆང་མས་མཁྱེན་པ་ལྟར། ཨར་འདམ་དང་ནོ་  
ལྷགས་བཟོ་སྐྱོན་གྱི་རྒྱ་ཆ་བྱས་ཏེ་འོ་འདྲེ་བརྒྱ་ལྷག་ལས་སོང་མེད་པ་དང་། རྒྱ་ཆ་འདི་དག་གིས་འོ་འདྲེ་ཆིག་  
སྟོང་སུམ་བརྒྱ་ལྷག་འགོར་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལར་ཉམས་གསོ་བྱས་པ་ན་དེ་ནི་འོ་རྒྱས་ལ་འཕྱ་སྟོན་དང་།  
རྒྱ་ཆ་འདི་དག་དང་སྟོན་མའི་རྒྱ་ཆ་གཏན་ནས་མི་མཚུངས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་བཟོ་སྐྱོན་  
སྤྲིག་གཞི་ལ་གཏོར་བརྒྱག་ཆབས་ཆེན་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། ། འདི་དང་འདི་ལྷ་བུའི་བདག་གཅེས་  
ཉམས་གསོའི་རྣམ་པས་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་རང་ངོས་ལ་ལྷན་པའི་བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་བཟོ་བཀོད་ཀྱི་ཁྱད་  
ཆོས་ལ་གཏོར་བརྒྱག་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

བོད་མིས་བཟོ་སྐྱོན་བྱས་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་བོད་མི་རང་གི་ཉམས་གསོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་འོས་པ་ཞིག་



།ཀྱང་ཡིན། ཅིའི་ཕྱིར་ལྷ་ས་པས་ རྒྱལ་ས་ཀ་འགན་ལེན་ཅུ་ལག་ ། ཏུ་འབོད་པའི་རྒྱ་མིའི་བཟོ་སྐྱོན་ཅུ་ལག་  
 གི་ལག་ཏུ་འཛིན་དགོས་སམ། འདིའི་ནང་གི་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་རྒྱ་མཚན་དེ་སྤྲོ་ཐག་ནང་བསྟན་པ་  
 ནང་བཞིན་ རྩམས་གསུ་བཟོ་སྐྱོན་ཁོད་བྱུང་པའི་སྒྲིག་ཟ་ཅུལ་སྤངས་དང་ཚུད་ཐོས་སུ་བཏང་པའི་སྤང་  
 ཚུལ་ ། སྒྲིག་གཡོ་ཉེ་ཆོང་གི་རྒྱན་ཡིན་པ་གསལ་བོ་རེད། དོན་དངོས་སུ་སྒྲིག་ཟ་ཅུལ་སྤངས་ཀྱི་སྤྱིད་  
 ངན་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་ཡོངས་ལ་བྱབ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་ལྷ་ས་ན་འང་ཆེ་སྤེལ་ཆེ་དར་ཡིན་པ་དང་སྒྲིག་ཟ་དང་  
 སྒྲིག་རྒྱུ་གསུ་གསུ་ལ་བྱབ་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ལོ་ངོ་མང་པོ་ཞིག་གི་རིང་ལ་གཅིག་ཀྱང་ཐེར་འདོན་བྱེད་  
 མྱོང་མེད་པས་ལྷ་ས་ངོ་མའི་འཛིན་རྟོག་འདིའི་སྤྱིད་གི་དག་ཞིང་ཁོ་ན་དེ་ཡིན་ནམ། སྤྱིན་ཆད་ནས་དག་ཞིང་  
 མིན་པའི་ རྒྱལ་སྤྱི་ཡོང་ཆེ་ ། ཉི་འོད་འོག་གི་ནག་ཉེས་ནམ་ཡང་རྒྱན་ཆད་མྱོང་མེད་པ་བདེན་དོན་  
 ཡིན། དེ་བས་ཀྱང་ཡང་བ་ནི་དབང་ཤུགས་ཀྱི་འགོ་བ་སྤྱང་འོག་འཛུམས་ཐོན་བྱེད་དགོས་ས་གཅིག་ཀྱང་  
 མེད། ཡོངས་བྱབ་ལ་མི་བསྐྱུགས་དོན་རྒྱ་མཚན་གཞན་ཞིག་ཡོད། ལྷངས་སྤྱིལ་སའི་རྒྱ་མཚན་གལ་ཆེ་  
 ཤོས་དེ་ནི་ རྒྱན་སྤྱིད་ཡོད་ཆད་ཀྱི་སྒྲིང་ན། ། ལྷ་སའི་ རྒྱན་སྤྱིད་ ། ལ་གཞོད་འཆེ་མི་འབྱུང་པའི་  
 ཕྱིར་དུ་ལྷ་ས་གཞུག་ལག་ཁང་དང་འབྲས་སྤངས་དགོན། སེ་ར་དགོན་པ་སོགས་ཀྱི་འཛིན་བྱང་བཙོང་  
 པའི་ཡོང་འབབ་དཔོན་རིགས་མཐོ་གསུ་ཀྱི་བྱ་བུ་མོས་བགོ་བཤའ་བརྒྱབ་ཀྱང་ནང་སེམས་ཀྱི་ཁོང་ཁྱོ་མེ་  
 ལྟར་འབར་ཡང་ཁ་ནས་དུ་བ་འདོན་མི་མོད་པར་འཇམ་ཐེང་རེ་མི་འདུག་ཀ་མེད་རེད། སུ་མཐུད་ནས་  
 གཡོ་ལེན་ཉམ་འཕྲོག་ག་ཆོད་བྱས་ཆོག་ཆོག་རེད། སོ་བྱང་པོ་དྲུ་ལ་ རྒྱལ་སྤྱི་ཡོང་རིག་གནས་ཤུལ་  
 བཞག་དངོས་རྒྱུ་ ། ཀྱི་གསུ་སུ་བཞག་ཡོད་ཀྱང་། སྒྲིག་ཏུ་ཉེ་ཆོང་རྒྱག་མཁན་དེ་ཆོས་འོས་མེད་དུ་  
 སྤངས་ཆར་ཡོད་པ་རེད།

### རྒྱལ་སྤྱི་ ལྷ་ས་མ་ཕྱིར་ཟེད།

དེ་རིང་གི་སོ་བྱང་པོ་དྲུ་ལ་སྤྱིན་མ་ནང་བཞིན་རིའི་རྩེ་ཅུ་གནས་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་། དེ་ཐོག་གི་མཐོ་ཆད་  
 དེ་གཏན་དུ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་རིང་གི་སོ་བྱང་པོ་དྲུ་ལ་སྤྱིན་མ་ནང་བཞིན་དག་ཞིང་ལྟར་སྤང་ཡང་འབྱུར་  
 སྤྱིག་ཆེན་མོའི་གཏོར་ཤུལ་གྱིས་སྤྱིད་འོག་བར་གསུམ་དུ་ཁེབས་ཡོད། སོ་བྱང་པོ་དྲུ་ལའི་མཐའ་འཁོར་དུ་  
 སྤྱིས་ཤིང་གསུ་པའི་ལྷ་ས་པ་ལ་མཚོན་ན་སྤྱིན་ཆད་ཀྱི་འཆོ་སྤངས་དེར་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ་ཐེབས་སོང་།

ཚབ་བྱས་སོང་། མདའ་མཐེབ་ཤོར་འཛིན་ཐབས་མེད་པའི་དཔེ་ལྟར་འདི་ཡོད་ཚད་དངོས་དོན་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ཡིན།

ཡིན་ཡང་། འདི་ལྟ་བུའི་དངོས་ཡོད་ཀྱི་ངོས་གཞན་ཞིག་ན་མུ་མཐུད་དུ་གཏིང་དུ་སྤྲོས་ནས་མི་མངོན་པ་  
ཞིག་གཅིག་རྗེས་གཅིག་མཐུད་ཀྱིས་། ལན་བརྒྱར་པམ་རུང་དཔའ་མི་ཁྱམ་པའི་སྤྱིང་སྤྱོབས་ཤིག་སྤར་  
མུས་སུ་རྒྱན་འཛིན་བྱས་ཡོད། དེ་ནི་དེ་རིང་གི་ཞོགས་པ་རེ་རེ་ཇི་བཞིན། ཡང་ན་དེ་ལས་ཀྱང་སྤར་བའི་  
ཞོགས་པ་དེ་སྤྱི་རིངས་དང་པོ་མ་ཤར་གོང་གི་ཆེས་མུན་ནག་གི་དུས་དེར། བོད་མི་རེ་རེ་རང་ཁྱིམ་ནས་ཕྱིར་  
ཐོན་ཏེ་སེམས་གཏིང་དུ་བརྟན་པོར་གནས་པའི་དད་པ་དེ་བསྐྱབ་སྤྲད་ཁོ་ན་ཡིན། བྱེད་རྒྱུ་རེ་རེ་བཞིན་  
འདད་པའི་བོད་མི་དེ་ཚོ། ལག་ཏུ་མ་ཉི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་པའི་བོད་མི་དེ་ཚོ། བརྒྱུད་པའི་འཆའ་པའི་བོད་  
མི་དེ་ཚོ། ཕྱམ་པ་དང་གོ་ནས། བསང་ཁྱག་ཁྱར་ནས་ལམ་ཐག་རིང་ཐུང་དུ་བསང་མཆོད་བྱེད་པའི་བོད་མི་  
དེ་ཚོ། སློ་བྱི་དང་ཆེ་ཐར་དུ་བཏང་པའི་ལྷག་སོགས་ཁྲིད་ནས་བསྐྱོར་བ་ལེན་པའི་བོད་མི་དེ་ཚོ། རྒྱལ་ཁབ་  
ལས་གྲུབ་པའི་ཚུ་བོ་ཞིག་དང་འབྲ་བར་ལྟ་ས་དམ་པོར་བསྐྱོར་ཡོད། ཚུ་བོའི་དཀྱིལ་ན་སྤྱིང་ཕན་ཁེར་རྒྱུ་  
ཞིག་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས་པའི་༼ཕྱི་པོ་ཏུ་ལར་༽གསལ་མི་གསལ་གྱི་སློག་འོད་འགའ་ཡམས་ཡོམ་  
བྱེད་པ་དེས་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་སྤྱིང་འཇགས་སུ་མེད་འབྱུང་སྟོན་བྱས། འོན་ཀྱང་། དེ་བས་ཀྱང་ཡོངས་བྱབ་  
ཏུ་བསྐྱགས་པ་ནི་འོད་གསལ་དེའི་དལ་སྟོད་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལམ་སྲུ་ཁོ་ན།

༡༩༩༩ལོའི་དབྱར་ཁར། པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལའི་བོད་སློལ་སྤྱི་ལུ་ཁྱེད་གིས་ཁེངས་པའི་ཕྱི་པོའི་སྤྱིང་བཤམས་  
སྟོན་བྱས་པའི་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པའི་གོས་སྐྱ་ཆེན་མོ་དེ་གཉིས་དང་འབྲ་བར། འདི་འབྲའི་གཟུབ་  
རྒྱས་སློལ་རྒྱན་གྱི་ཆོ་ག་ལོ་ངོ་བཞི་བཅུ་རིང་མཚམས་ཆད་དེ་འཛོགས་སྤྱོད་མེད་པ་དང་། འདིའི་རྗེས་སུ་  
ཐེངས་གཅིག་ཀྱང་འཛོགས་མེད། རྒྱ་ནག་ནང་ལོག་ནས་ཡོང་པའི་རྒྱ་མི་སྟོན་དག་པ་ཞིག་གིས་སྐབས་  
དེའི་རྣམ་པ་བྲིས་པའི་ནང་༼ལྟ་སའི་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ་མཐོང་སའི་ས་ཆ་ཡོད་ཚད་ཆང་མར་མི་ཡིས་གང་།  
སྤྱིས་གཟུགས་རུང་རུང་པའི་མི་མང་པོ་ལངས་ནས་འདུག་སའི་ས་དེ་ནས་གོས་སྐྱ་མཐོང་ཐབས་མེད་  
ཀྱང་། ཁོང་ཚོ་གོས་སྐྱ་བཤམས་སའི་ཕྱོགས་དེ་ལ་ཁ་གཏད་དེ་དད་པའི་མིག་རྒྱ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བཞུར་  
བཞིན་འདུག། གོས་སྐྱ་བཤམས་པའི་ཉིན་མོ་འདིར་གྲངས་ཀྱིས་མི་བེན་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་པོ་བྲང་པོ་ཏུ་

ལམ་མཇལ་བསྐྱོར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ལ། ལམ་བར་ཐལ་རྩལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཁེངས་འདུག དེ་ཅུ་བོད་མི། རྒྱ་  
མི། རྒྱ་གྲིང་བ། ཟླ་བཅུ་ན། འབངས་མི་ཤིན་པ་ཞོན་པོ་མོ་ལོ་རྒྱས་སྟེང་རྒྱ་བས་ཆེན་གྱི་གནས་སྟོན་ཞིག་  
དང་མཚུངས།

༡༩༩༩ལོ་རྒྱུགས་ལ་ཉེ་དུས། ༡༩༩༩ལོ་རྒྱུགས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་ཐོན་ལ་ཉེ་པའི་སྐབས་དེ་ཅུ། ཕ་གོང་ས་  
ཏུ་ལའི་སྐྱ་མ་བཅན་གྱི་ལ་དུ་ཐེབས་ནས་ལོ་ངོ་བཞི་བཅུ་འཁོར་བའི་ལོ་དེར། དགོང་ལོ་བཅོ་ལྔ་ར་མ་སོན་  
པའི་ཀམ་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདྲེ་བྱུང་དུ་ཕྱི་ཅུ་བསྟོད། དུས་དེ་ནས་ཁོང་བོད་ཀྱི་སྐད་གྲགས་ཅན་གྱི་བཅན་གྱི་ལ་  
པ་གཞན་ཞིག་ཆགས། ཕ་གོང་ས་སྐབས་མགོན་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་དང་བོད་མི་ཁྲི་ཁྲི་འབུམ་འབུམ་ལ་  
སྒྲེ་ལེན་བྱས་པའི་རང་དབང་གི་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་གར། ཀམ་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདྲེ་བྱུང་པའི་གནས་ལྷལ་  
དུ་འདྲུང། འདི་ཅུ་ཁོང་གི་བརྗོད་དོན་གཏིང་ཟབ་ཀྱི་སྒྲིན་དག་ཅིག་གིས་ཡོད་པ་དང་། སྒྲིན་དག་དེ་མོ་བྱང་  
པོ་ཏུ་ལ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་འདུག

དུང་སྒྲིང་གི་མེ་ཏོག

མཛེས་ལྡན་གྱི་ཁ་བའི་མཚན་ལྗོངས་སུ།

སྒྲིང་ཆར་གྱི་སྒྲིང་བུའི་སྒྲིང་ལ་དང་།

འཇའ་འོད་ཀྱི་རྩ་རྒྱུ་གོར་མོའི་ཁོད།

བྱང་བའི་གྱི་བའི་ལ་རྒྱུང་བསྟོད་པས།

སྒྲིན་དཀར་གྱི་ཞབས་བྱང་བྱང་དུ་བདས།

རེ་སྒྲིན་གྱི་མེ་ཏོག་ཁྲི་སྟོང་དུ་གོད་པས།

སྒྲི་སྒྲིང་གི་དཀར་སྒྲིང་ལ་རིམ་གྱིས་བརྗོད།

གདུང་ཞེན་གྱི་སྒྲི་རྒྱུང་དལ་བྱར་རྒྱ་བའི།

སྒྲི་བསངས་ཀྱི་དྲངས་མའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ།

སྒྲིང་ཡང་།

ལྷ་བ་ལྷ་བ་ཏུ་བསྐྱོད་པའི།  
དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་སྤྱོད་བཟང་རོལ་འགོ་ཚུགས།  
ཀ་ཡེ།  
ཕུག་པོ་ཡང་མ་ཡིན།  
སྤང་བོ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་བོ་བ།  
ཁ་ལམ་ལམ་གྱི་གུ་འཛིན་གཉིས་པའི་པོ་བྲང་ཁྱོད།  
ཟེར་སྒྲུང་གི་སྒྲེུ་ཁྲུང་ལས།  
སྤྱན་རས་གྱི་གེ་སར་འཇུག་བཞིན་དུ།  
འོ  
གས་ཟེན་པའི་ཉིམ།  
དེང་།  
ཞི་འཇམ་གྱི་ཉི་ཟེར་ཁྱོད།  
སེམས་ཁོང་གི་ཁྲག་དམར་འཛགས་པའི།  
ཡོད་ཚད་བདེན་དོན་གྱི་ཆེད་དུ།  
ཕམ་ཁྱོད་། ཅུས་མ་ཁྱོད་ཟེར།

༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་ ༥པའི་ཆོས་ ༡༦ཉིན་པེ་ཅིན་དུ།

འཆོལ་བསྟེགས་ཡིན་ནམ་བྱོལ་བྱོལ་ཡིན།

༼ཨོ་རྒྱལ་སྤྱི་ལུང་འཆོལ་བ༽ ཞེས་པ་ནི། ཙུམ་པ་པོས་སྤྱིར་ཡང་བོད་ཀྱི་ཉེ་ལོས་ནང་བྱུང་པའི་བོད་  
མི་སྤྱོད་སྒྲག་ཁ་ཤས་གནས་སྤོ་འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་རྣམ་པ་གསལ་པོར་མངོན་པ་ཞིག་རེད། ཅུང་མདོར་  
བསྟུན་ཏེ་བཤད་ན་༼དུས་རབས་སྔོན་མའི་ལོ་རབས་ལཱ་བཟུའི་ནང་༽ བོད་སྤྱོད་སྤྱང་བྱེད་ཀྱི་ནག་ཆུ་  
ས་ཁུལ་དུ། ར་མ་ཆིབས་སུ་བཅིབས་པའི་སྤྱལ་སྤྱུ་རྒྱུར་རྒྱུར་ཞིག་གིས་མི་རྣམས་ལ་སྤྱི་ཁྱིད་དེ་གྲུ་བུ་རིན་

༢ རྒྱུ་ཐུག་པའི་ནི་བྱུངས་ལུང་ཡིན་པ་འདྲ།





ཡོད། ཡིན་ཡང་། འདིན་དུས་རབས་སྔོན་མིའི་ལོ་རབས་ལྷ་བཅུའི་ནང་བོད་བྱང་ཕྱོགས་མུ་ཐང་སྟེང་གི་ཆོ་  
ལག་འགའ་རང་ཡུལ་བཞག་ནས་ཕྱིར་བྱོལ་དུ་སོང་པའི་རྒྱ་མཚན་ཁུངས་ལུང་ཡིན་ནམ། ཡང་ན། ལོ་ངོ་  
བཞི་བཅུ་ལྷག་གི་རྒྱུ་སྤྲུལ་ས་པེ་ཅིན་ནས་ཡོང་པའི་བུན་ཕུ་ལེན་གྱིས་ཁོང་ཆོར་གནང་པའི་རྒྱ་མཚན་  
ཁུངས་ལུང་ཡིན། བོད་མི་འབྲོག་པ་དེ་ཆོའི་ཁུངས་ལུང་རྒྱ་མཚན་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་། སྤྲུལ་  
གང་ལ་འང་མ་སོང་བར་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་འདྲའི་བྱང་པར་ཅན་གྱི་དུས་སྐབས་ཤིག་ལ་ཅི་ཡང་མི་བསམ་པར་  
འགོ་དོན་དེའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

༼བྱང་པར་ཅན་གྱི་དུས་སྐབས་༽ གྱིས་དུས་རབས་སྔོན་མའི་ལོ་རབས་ལྷ་བཅུའི་བོད་གྲོ་གནས་སྤངས་  
ཆབ་སྟོན་བྱས་ན་དངོས་གནས་བྱང་གནས་སྐད་ཆ་ཡང་བྲགས་པ་ཞིག་རེད། དོན་དངོས་སུ། དེའི་སྐབས་  
གྱི་བོད་མིས་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་བྱང་མ་ཁྱེད་པའི་བྱིང་ཆ་གཡོ་འགྲུལ་བརྒྱད་དང་བརྒྱད་བཞིན་པའི་སྒྲུང་རེད།

༼བཅོན་རྒྱལ་རིང་ལུགས་ཀྱི་གཉ་འགོན་འོག་གི་བོད་མི་སྤྱན་སྒྲུ་ཆོ་བཅིངས་གྲོལ་གཏོང་པའི་༽ ཆེད་  
དུ། མའོ་ཅོ་ཏུང་གིས་གོ་མཚོན་ལག་ཏུ་ཐོགས་ཤིང་མདའ་རས་ལུས་པོ་གཡོགས་པའི་༼བཅིངས་གྲོལ་  
དམག་མི་༽ མངགས་ཡོང།

༼རན་དགུ་ཆོང་པའི་མངའ་བདག་ཆེན་མོ་གསུམ་ཙུ་རྩེ་གསུམ་བྱེད་  
རྒྱུའི་༽ ཆེད་དུ། མའོ་ཅོ་ཏུང་གིས་གྲལ་རིམ་འཐབ་རྩོད་ལ་སྐྱུལ་འདེད་བྱེད་པའི་༼ལས་དོན་རུ་  
ལག་༽ མངགས་ཡོང། སྤྱི་བུར་དུ་ཡོང་པའི་གསར་བརྗེའི་བྲག་རྒྱུང་གིས་ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་དུ་མའི་རིང་སྟོང་  
འཇགས་ངང་གནས་པའི་མདོ་དབྱས་མཐོ་སྒྲུང་ཡོངས་སུ་བཞུགས། སྔོན་ཆད་༼ར་མ་སྒྲ་མ་༽ དང་བྲག་  
སྤྱ་ཆོངས་པར་དབང་པའི་བྱང་ཐང་མུ་ཐང་གིས་ཇི་ལྟར་གདོད་མའི་འཆོ་བ་རོལ་སྤངས་དེ་རྒྱུན་མཐུན་བྱེད་  
དམ། རོལ་ས་བཤད་ན་རྩོམ་པ་པོས་ཀྱང་རྩོམ་ཡིག་ནང་མདོན་གསལ་དོད་པོ་མ་ཡིན་པར་༼དེ་འདྲའི་བྱང་  
བྱིང་ལང་ལོང་གི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཏུ་གྲལ་རིམ་འདྲ་མིན་གྱི་མི་ཆོང་མའི་དེ་སྔོན་གྱི་དམིགས་འབེན་དེ་  
བརྒྱག་ནས་རང་རང་སོ་སོའི་གནས་ས་དང་ཐར་ལམ་མི་མདོན་པའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད་ཅེས་བཤད་ཆོག་  
འདིན་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་འདྲ་མཚུངས་ཀྱི་བྱིས་རྒྱུད་ཆེན་པོ་གནས་སྟོན་མ། ཡང་ན། རྒྱུང་བསྐྱོད་བྱེད་པའི་ཀྱན་  
སྟོང་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འཆོ་བ་འཆོལ་སྟེག་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་མ། ཡང་ན། གོད་  
ཆག་ཆེན་པོར་བྱོལ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། དཔེར་ན་བྱིང་ཆའི་འཐབ་འཁྲུག་དང་ནད་ཡམས་སོགས་བྱོལ་པའི་

PDF created with pdfFactory trial version [www.pdffactory.com](http://www.pdffactory.com)

པའི་ཟིང་ཆ་གཡོ་འགྲུལ་དང་ཐ་ན་མི་གསོད་ཀྱི་འཕྲོག་གི་ཆ་གསོའི་ཁོད་རང་དབང་མེད་པར་རང་སྤེལ་ནང་  
 གི་མི་མང་པོ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་ཕྱིར་ཡོང་མེད་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས། རྒྱ་བཅིངས་གྲོལ་དམག་མིས་ཀྱི་དེ་  
 དག་ཚང་མ་རྒྱ་བཅིངས་ཀྱི་འོག་པར་ཀྱི་དོས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ལམ་རིང་བྱུང་དུ་ལམ་འདྲེད་རྩེས་  
 བསྐྱེད་གསུལ་ཐུག་ཐུག་ཚང་མ་བསམད། ཟིན་ཟིན་ཚང་མ་གཏུབས་ཏེ་རྒྱ་རམ་སྒྲུ་མ་ཀྱི་ཚང་དེའི་སྤྲོན་སོ་  
 མ་ཁ་བྲལ་པའི་པ་ཡུལ་བར་དུ་འདྲེད་བཅོམ་བྱས་འདུག། གྲང་རང་ཆེ་ཞིང་ཅི་ཡང་མཐོང་ཀྱི་མེད་པ་མ་ཟད་  
 སྤུ་མཐའ་མི་མཛོད་པའི་བྱང་ཐང་རྩ་ཐང་དུ། བྲོས་བྲོལ་བ་ཆོ་ཤི་བ་ཤི། ལྷས་པ་ལྷས། འབྲོ་བ་བྲོས།  
 འཐོར་བ་འཐོར། བོད་མི་དེ་ཐང་ཆད་དྲགས་ནས་འབྲོ་ཀྱི་གོམ་གང་ཡང་མེད་དུས། ད་གཟོད་ཁོང་གི་  
 འཁྲིས་སུ་ཕུ་བོ་ལྷོ་མེད་ལ་དགོ་རྒྱན་ཡང་མེད་པ་ཤེས། ཁོ་རང་གཅིག་ཕུ་མ་གཏོགས་གཡས་གཡོན་  
 ཏུ་མི་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག། ཁོང་ཐབས་ཟད་ནས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་ཏུ་དུས་རྩེས། དུས་དེ་ནས་བརྒྱུད་ཁོང་  
 གིས་རང་མིང་དོམ་གསང་སྟེ་འཛིགས་དང་དས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་མགོ་བརྩམས། དེའི་ཕྱིར། འདི་ལྟ་  
 བུའི་མི་ཆོས་དང་བྲལ་བའི་གནས་སྟངས་འོག་འབྲུལ་སྤང་གིས་ཕྱོགས་བཞིར་རྒྱ་ཁྱེད་སྤྲོས་སྤྲོས་  
 ལུང་ཀྱི་འཆོལ་བ་ཟེར་པ་ལས་རྒྱ་ཁྱེད་སྤྲོས་ལུང་ཀྱི་བྲོས་བྲོལ་པའི་མཐའ་མཐུག་གི་འབྲོ་ས་ཉག་  
 གཅིག་ཏུ་དོས་འཛིན་བྱས་ན་འོས་ཤིང་འཆོམས་པར་སྒྲུམ།  
 རང་ས་རང་ཡུལ་རྒྱུ་ཏུ་བསྐྱར་པའི་འབྲོག་མི་དེ་ཆོར་མཆོན་ན་རྒྱ་ཁྱེད་སྤྲོས་ལུང་ཀྱི་གང་དུ་ཡོད་དམ།  
 སྤྱི་ཆོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ཆེན་ལ་ཞུགས་པའི་སྤྱི་ཡོན་པའོ་ལུ་ལུ་རྩ་ཐང་ཡོན་ནམ། དེ་ནི་ཤར་  
 ཏིར་གི་སི་ཐན་ཞིན་ཅང་གི་ལུ་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་ལ། དེ་དུ་རྩ་ཐང་འཛོམས་ཤིང་ནོར་ལུག་མང། གཡལ་ཏེ་མ་  
 ཡོན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཁོང་ཆོ་མཐར་མཐུག་དེ་དུ་གནས་གཏན་འཁེལ་ནས་འཆོ་ཞིང་གནས་ཏེ་སྤྱི་  
 ཞིང་འཁེལ་དོན་ཅི་ཡིན། ད་དུང་རྒྱ་ས་དེའི་སོག་པོའི་འཆོ་བའི་ནང་ལྷུང་མོར་ཞུགས་ལྷུང་བྱས་པ་ཀྱི་རྒྱ་  
 མཆོན་ཅི། ཡང་གཡལ་ཏེ་ཡོན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཁོང་ཆོ་འཁྱེད་རན་བར་ཆད་ལ་བྲོལ་ཐབས་མེད་པར་  
 མནར་གཅོད་གང་སྤུག་གཏོང་པའི་རྒྱ་ནག་ས་ཆ་ཡོངས་ལ་ཁེབས་པའི་ཆབ་སྲིད་འགྲུལ་སྤྱོད་ཁོད་ལྷག་  
 ནས་བརྒྱས་བཅོས་ཆད་མེད་ཐེབས་པ་དང་ཡང་ན་དཀའ་སྤུག་ཆེན་པོར་འཕྲད་ཡོད། བདེ་འཇགས་མ་ཡིན་  
 པའི་གཞན་ཡུལ་འདི་ན་རྒྱ་ཁྱེད་སྤྲོས་ལུང་ཀྱི་གི་གྲིབ་མ་ཅོམ་ཡང་མཐོང་ཀྱི་ཡོད་དམ། ལོ་དོ་སུ་མ་ཐུ་

ལྷག་གི་རྩེ་ལྷོ་ལོང་ལྷོ་ཡང་བསྐྱར་བཟུང་མི་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཕྱིར་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་དགོས་པའི་རྒྱ་  
 རྒྱུན་གཙོ་བོ་ནི་བྱ་རྒྱས་ཚད་དང་མི་རྒྱས་ཡུལ་གྱི་དཔེ་བཞིན་རང་ཡུལ་གྱི་དྲན་གདུང་མ་བཟོད་པ་ཡིན་  
 ནམ། ཡང་ན་མཛེས་སྤྱད་གི་འབྲུལ་སེམས་སྟོང་པར་གྱུར་བ་ཡིན་ནམ། ངས་ཀྱི་ཕྱིར་སོང་ཀྱི་དང་ཀྱི་ཕྱིར་  
 ལོག་ཀྱི་སྤྱད་གདུང་ལས་མཛོད་གསལ་མིན་པའི་ལམ་ནས་ཆོས་ལུགས་ལ་དོགས་འདྲི་དང་ཆོས་  
 ལུགས་ལ་དགག་པ་རྒྱག་པའི་བསྒྲུལ་སྤྱོད་ཆོག་དེ་འཆོལ་འདོད་མེད། དེ་རིང་རྒྱན་པར་ཆགས་པའི་རྒྱན་  
 མོ་ཀྱི་ར་མ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཀྱི་ཁོ་མོར་བཅར་འདྲི་བྱེད་པའི་མི་རྣམས་ལ་ཀྱོམ་རྒྱན་སྤྲུལ་ལུང་ཀྱི་ནི་དངོས་སྤྱོད་  
 ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། དེ་ནི་རྩོད་སྤྱོད་དང་རང་ཡིན་པས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མི་རུང་ཞེས་བཤད་གྱིན་ཡོད།  
 འོན་ཀྱང་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་སྤྲད་ཆ་དེ་འགྲེལ་བཟོད་བྱས་ཆོག་གཅིག་བྱས་ན་ཁོ་མོའི་སྤྲད་ཆ་དེའི་  
 ཆོག་བརྒྱད་བརྒྱ་བཤད་པའི་མདོ་ནི་ཀྱོམ་རྒྱན་སྤྲུལ་ལུང་ཀྱི་ནི་ཡུལ་ཁྱིམ་ཤོར་པའི་བཙེ་མེད་ཀྱི་དངོས་  
 ཡོད་ཁོད་ནམ་ཡང་མཛོད་མི་སྲིད་ཅེས་པ་མིན་ནམ།  
 དོན་དངོས་སྤྱོད་ལུགས་བསམ་འཆོལ་བསྟེན་བྱས་ན་ཡང་འདྲ། བྲོས་བྱོལ་དུ་སོང་པ་ཡིན་ན་རང་ཆོག་  
 དམིགས་གཏན་ལོ་རྒྱས་དུས་སྐབས་སྤྱོད་ལུང་པའི་གནས་སྤྱོད་འབྲུལ་བཞུད་དེའི་མཚུག་འབྲས་ནི་ཕམ་  
 ལ་ཡིན་པ་དངོས་དོན་གྱིས་བདེན་དཔང་བྱས་ཡོད། ཀྱོམ་རྒྱན་སྤྲུལ་ལུང་ཀྱི་ལས་འབྲོས་པའི་ཆོས་  
 ལུགས་རང་སྟོང་གི་དག་གཙང་འོད་ཟེར་གྱིས་བོད་མི་སྟོང་ཕྱག་དུ་མར་རེག་ལས་པའི་སྐྱོ་གར་ལ་མི་  
 རྣམས་ཡིད་སེམས་འབྱོལ་པའི་མཆོག་གྱུར་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན། བཤད་སྟོལ་གཞན་པ་ཞིག་གི་ལམ་  
 ནས་བཤད་ན་གལ་ཏེ་འཆོལ་བསྟེན་ཡིན་ན་དེ་ནི་བྱེད་དུ་འཕགས་པའི་འཆོལ་བསྟེན་ཤིག་སྟེ།  
 གལ་ཏེ་བྲོས་བྱོལ་ཡིན་ན་དེ་ནི་སྤྲུལ་ན་མེད་པའི་བྲོས་བྱོལ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། ཀྱོམ་རྒྱན་སྤྲུལ་ལུང་ཀྱི་ཞེས་  
 པའི་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལས་བྱུང་པའི་ཉམས་དམས་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་འདི་སྐྱོ་གར་གྱི་ཚོན་ཁ་  
 ཞན་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་བསམ་སྤྱོད་ཅུས་ཤུགས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་ཏེ། སྤྱད་བསྐྱུལ་འཛད་མེད་བྱུངས་པའི་  
 བོད་མི་རྣམས་བར་ཆད་བགེག་རྒྱུན་ལས་སྤྱོད་བར་བྱེད་ཅིང་སྟོང་སྟོང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་བསྐྱུན་ཏེ་མི་ཆོ་འདེགས་  
 བསྐྱུར་བྱས་ཡོད། འདི་ལྟ་བུའི་དཔེ་དོན་མི་རིགས་གཞན་དག་གི་རིག་གནས་ཁོད་ཀྱང་མཛོད་ཐོན་  
 གཅིག་མཚུངས་ཡིན།



གཅིག་གི་ན་ན་དུ་གཅིག་གིས་བཞག་སྟེ་བརྒྱད་ཡོང་པའི་ རྩོམ་རྒྱུ་སྤྲུལ་ལུང་། རྩོམ་པ་པོས་ང་ཚོའི་མིག་  
 ལམ་དུ་བཤམས་པའི་རྩོམ་དག་ཐོལ་མེད་ཐ་ན་འཆར་ཡན་བཅེ་སེམས་ཀྱིས་ཁེངས་ཏེ་ རྩོམ་རྒྱུ་སྤྲུལ་  
 ལུང་། འཚོལ་བའི་བྱ་མཚར་སྤྲུང་གཏམ་ནི་ལོ་རྒྱུས་རོམ་རུ་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་མེད། འདིར་མི་རྩམས་  
 ཀྱིས་ཇི་ལྟར་སློ་མོས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དམ། མ་མཐའ་ཡང་རིག་གནས་གཞན་ཞིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལོག་  
 འཚོ་བ་དང་ཡང་ན་དུས་རབས་གསར་པ་གཞན་ཞིག་གི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་མ་གཏོགས། བོད་ཡུལ་མཐོ་  
 སྐང་དུ་ས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡིན་པའི་བོད་མི་ཞིག་གིས་ཇི་ལྟར་དེ་ལ་རོས་ལེན་བྱེད་དམ། གོ་དོན་འདིའི་སྤྱི་  
 རྩོམ་བཤད་ན། རྩོམ་རྒྱུ་སྤྲུལ་ལུང་། དངོས་གནས་སྤྱོད་སེམས་སྤང་གཞི་བྱས་པའི་ རྩལ་ཁོ་མོ་ཡ  
 UTOPIA གི་ཡིན་ཡང་སྤྱིད། འོན་ཀྱང་འབྲོག་པ་བོད་མི་དེ་ཚོའི་ རྩལ་ཁོ་མོ་ཡ  
 UTOPIA གི་ཡིན་མི་སྤྱིད། ཡང་ན་ཚོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ རྩལ་ཁོ་མོ་ཡ UTOPIA  
 གི་ཡིན། ཁོ་བོས་བཙལ་འཚོལ་གྱི་བརྒྱད་རིམ་ཁྲོད་དེ་རིང་གི་བོད་མིའི་བྱིས་ཚང་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་མའོ་ཅོ་  
 ཏུང་གི་འབྲེ་པར་བཤམས་ཡོད་པ་དང་སྐབས་དེར་བྱིར་སོང་པའི་བོད་མི་ཚོས་མའོ་ཅོ་ཏུང་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 དུས་ད་དུང་ཡང་བཀའ་བློན་འཇོན་མེད་ལྷ་པོའི་བཅེ་སེམས་བརྒྱད་བསྐྱུགས་བྱེད་པ་སོགས་ས་ཐེ་པའི་རྒྱས་  
 བཤད་ཀྱིས། མི་རྩམས་ལ་ རྩོམ་རྒྱུ་སྤྲུལ་ལུང་། ནི་མའོ་ཅོ་ཏུང་གིས་བཅིངས་གྲོལ་བྱས་པའི་ རྩོམ་  
 གསར་པ་ཀྱི་ཡིན་པའི་འབྲུལ་སྤྲུང་སྤྱོད་ལྟུག་པར་མ་ཟད། མའོ་ཅོ་ཏུང་ནི་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་པལ་ཆེར་  
 གཅིག་པ་ཡིན་པ་ཞིག་བཤད་ཡོད་པ་རེད། འདི་ནི་ཁོ་བོས་སློ་བཅོ་བྱས་པའི་ རྩལ་ཁོ་མོ་ཡ  
 ཡ UTOPIA གི་དུམ་བུ་ཞིག་ཡིན། རྩལ་ཁོ་མོ་ཡ UTOPIA གི་འཇིག་རྟེན་  
 འདིའི་ནང་། མའོ་ཅོ་ཏུང་ད་དུང་ཡང་ལྷ་པོའི་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཁྲོད་ནང་བཞིན། སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 མིའི་མགོ་ཐོག་ཏུ་བསྐྱེབས་ཡོད།

༣ རྩོམ་རྒྱུ་སྤྲུལ་ལུང་པའི་ རྩོམ་རྒྱུ་སྤྲུལ་ལུང་།

སྤྱི་ལོ་ཤིང་ལོ་རྩལ་གཞན་དང་བཙན་རྒྱལ་རིང་ལུགས་ རྩོམ་པའི་ནང་གི་གལ་ཆེའི་ལྟ་བུ་ཞིག་ནི། ཤིང་





བོད་ཡུལ་ཁོ་མོ་ཡ UTOPIA ། ཞིག་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ཆོག་གཞན་ཞིག་གི་སྤངས་ནས་བཤད་  
 བ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་ཡོད་པའི་བོད་ནི་འགོ་ནད་ཐར་བའི་འཇིག་ཁོ་མོ་ཡ UTOPIA  
 ། ཞིག་ཡིན་ནམ། མ་ཡིན་ཏེ་ཡིན་མི་སྲིད། འོན་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ན་ཡོད་པའི་བོད་འགོ་ནད་  
 ཐར་བའི་འཇིག་ཁོ་མོ་ཡ UTOPIA ། ཅུ་བསྐྱར་བསྐྱུན་བྱས་ཆོ། སློ་ཡིད་ལ་ཤར་པའི་བོད་  
 ཅིག་གསར་དུ་འབྱུངས། དེ་ལོ་རྒྱུས་དང་དངོས་ཡོད་ཁོད་ཀྱི་གངས་མེད་ཡུལ་མིའི་གོད་ཆག་སྤྱག་  
 བསྐལ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ལ། ཁོང་ཆོའི་ལས་དབང་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་མེད། ཆོག་གཅིག་སྟེ་དེ་བོད་མི་  
 དང་འབྲེལ་བ་སྤྱི་ཚུལ་ཡང་མེད།  
 རྒྱ་རྒྱུ་སྤྱོད་ལུང་འཛོལ་བའི་ནང་ཚུལ་པ་པོས་ལོ་རྒྱུས་དང་དངོས་ཡོད་ཀྱི་བོད་འགོ་ནད་ཐར་  
 བའི་འཇིག་ཁོ་མོ་ཡ UTOPIA ། ཞིག་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བསྐྱུན་བྱས་མེད་པར། གནས་  
 ས་དྲག་འབྱར་གྱི་ལོ་རྒྱུ་ཁོད་ཐེངས་དུ་མའི་ཇ་དྲག་གི་ཟིང་ཆས་འབྲོག་མི་བོད་པ་དེ་ཆོར་དོན་མེད་དུ་  
 བཟོས་པའི་གོད་ཆག་མང་ཉུང་གང་ཡིན་ཡང་སྒྲོར་ཞིག་སློང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་། ཆོག་གཅིག་གཉིས་  
 ཀྱིས་གནད་ཆེ་གཡོལ་ནས་གནད་ཆུང་བརྗོད་དེ་གང་འཇམ་གང་ཡག་བཤད་པ་དང་། ཡང་ན། ལོ་དུ་མར་  
 ལ་གཅིག་གྲགས་ཀྱི་བཤད་སྟངས་གཅིག་གྱུར་བྱས་པའི་བྱུང་བསྐྱུགས་དང་བསྐྱུན་ཐབས་རྗེས་འབྲངས་  
 བྱས་འདུག དཔེར་ན། རྒྱ་དང་ཐོག་གི་ཟིང་འབྲུག་དེ་ཁམས་ས་ཁུལ་དུ་འགོ་བཙུགས་པ་ཡིན་པ་དང་།  
 དེ་ནི་གོང་རིམ་གྱི་བྱེད་གཡོག་བདག་པོ་ལ་ཤས་ཀྱི་གཡོ་ཐབས་འོག་བྱུང་པའི་ས་གནས་ལ་གཅིག་གི་  
 ཟིང་འབྲུག་ཡིན་ལ། རྒྱུ་བས་བཅོལ་བ་དེ་ཆོས་འཇིགས་སུ་རུང་བའི་གོ་ཐོས་དྲེད་གས་གཏམ་བོད་བྱང་མུ་  
 ཐང་དུ་བསྐྱགས་ཏེ་མི་སེམས་འཆབ་འཆུབ་ཏུ་བཏང་། ལྷ་བྱ་དང་། ཡང་དཔེར་ན། རྒྱ་དམར་རིམ་གྱི་  
 འགོ་གཙོ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། བཅིངས་གྲོལ་དམག་གིས་མི་རྒྱལ་སྤྱག་བསྐལ་ལས་སྐྱོབ་ཀྱིན་ཡོད་  
 པས། ཁོ་རང་དང་ཐད་ཀར་ཕོག་སྤྱག་མེད་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱང་སྐྱོད་པོན་སྐྱོད་པོ་སོགས་ཅི་ཡང་མིན་པ་  
 མ་ཟད། ད་དུང་སེམས་གཏིང་ནས་བཅིངས་གྲོལ་དམག་ལ་གནག་སེམས་བཅངས་མེད། ཡང་ཅིག་བྱས་  
 ན་བཅིངས་གྲོལ་དམག་གིས་ཁོ་ལ་གཞོད་འཆོ་བྱེད་མི་སྲིད་བསམ་ཡོད་མོད། ཁོ་བོས་ཏྲ་དམག་བཏུས་  
 ཏེ་དེ་རྒྱལ་དང་ཡང་ན་གོང་རིམ་གྱི་བཀའ་སྤྱད་བཅི་མ་བྱས་ཆོ། ཁོ་ལ་ས་གནས་དེའི་ཆོ་ཁག་མཉམ་

འབྲེལ་གྱི་འགོ་གཙུག་ཆད་པ་གཙོ་བོ་ཡིན། བརྒྱ་དཔོན་སློབ་ཐང་གིས་དེ་དག་ཚང་མ་གསལ་བོར་  
ཤེས་ཡོད་པ་དང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་ར་མ་སྤྲོ་མས་ཀྱང་བསྐྱེད་འདེད་བྱས་པས་ཁོ་བོས་བྲེལ་བྲེལ་འཆོབ་  
འཕྲིན་པ་དང་རང་གི་ལག་ལོག་གི་ཁྱིམ་ཚང་བརྒྱ་ལྷག་མཉམ་བསྐྱེད་བྱས་ཏེ་ལམ་ལ་ཆས་པ་རེད། ། རྒྱ་  
མ་སྤྲོ་མའི་། རྒྱ་རིག་གསལ་རྒྱ་སྐབས་མཉམ་པའི་བརྒྱུ་བཅས་དང་ཡང་པའི་ལས་དབང་དེ་གྲོག་ཡོང་  
ཆོ་མི་ལ་ཉང་སངས་དགོས་ཤིང་ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱོད་གཟེངས་ཡོང་བའི་ཚོར་བ་སྤྲོར་དེས།

དོན་ངོམ་བསམ་སློབ་པ་ཉང་བ་ཡིན་ན་རྩོམ་པ་པོས་ལོ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་ལམ་ཐག་ལེ་བར་ཆིག་ཁྲི་ལྷག་གི་  
འདྲི་འཆོལ་རིང་གནས་ཚུལ་ངོམ་དང་དངོས་དོན་དེ་མ་མཐའ་ཡང་ཅུང་ཞིག་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་དགོས་པ་  
ཞིག་རང་བཞིན་དང་གིས་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་ཤེས་ལྟར་ན་འདུག་ཆེར་གྱི་གཟུགས་དབྱིབས་  
ཤིག་ཤེས་ཆོག་ཆོག་ཅིག་རེད། ཡིན་ན་ཡང་། ཡིད་སྤྱོད་བཞིག་ནི་ཁོ་བོས་ཡོངས་རྫོགས་བཤད་མེད་པ་མ་  
ཟད། དུང་དེ་ལ་བསྐྱེད་བཅས་དང་བཀོད་སྤྱི་ག་གང་མང་ཞིག་བྱས་ཡོད་འདུག དེ་ལས་གནས་ཚུལ་ངོ་  
མ་སྤྲོ་མ་ཞིག་སྤྲོ་སྤྲོ་བྱས་ཡོད། དངོས་དོན་མང་པོ་ཞིག་སྤྲོ་བ་དོར་བྱས་ཡོད། དེ་དང་མཉམ་དུ་གནས་  
ཚུལ་ངོམ་དང་དངོས་དོན་འདི་དག་གི་ནང་འདུས་བའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཡང་སྤྲོ་མེད་དུ་བཞག་པ་རེད། ཡང་  
ན་གཡས་འདིང་གཡོན་འདིང་མང་བོའི་རྩེས་སུ་བརྒྱུད་བྱའི་གནད་དོན་དེ་འབྲེལ་བརྒྱུད་བྱས་ཡོད་པ་དང་།  
ཡང་ན་སྤྲོ་བ་གཉམ་གྱི་བརྒྱུད་བྱའི་གྲུ་དང་ངོམ་ཚར་བྱུང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཞིབ་པའི་སྤྲོ་བ་སྤྲོ་བ་བསྐྱེད་བྱས་ཏེ།  
གང་ལ་གང་འཆོམས་ཀྱིས་རྒྱ་འགོ་ནད་ཐར་བའི་། བོད་ཅིག་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། དངོས་ཡོད་ཀྱི་བོད་ངོ་  
མ་དེ་དེ་རིང་དུང་གསལ་སྤྲོ་བ་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། འདི་ཚང་མ་ང་ཚོས་རྟོགས་ཡོད། ཡིན་ན་  
ཡང་། རྩོམ་པ་པོ་ནི་སྤྲོ་བ་གསལ་ཅན་གྱི་བོད་ཁར་ཟས་བརྒྱབ་དུ་གོན་ཡང་བོད་མི་ཤེས་པའི་གྲོགས་པོ་  
ཡིན་པས། འདི་འདྲའི་གནད་ཆེན་གཡོལ་ནས་གནད་ཆུང་བཤད་པ། འདི་འདྲའི་ལོ་མས་འབྲས་སྤྲོ་བ་ལ་  
བཟོད་གསོལ་ཡོངས་རྫོགས་བྱེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

## ༤ རྩོད་མོའི་དགའ་སྐྱོད་

གསེར་ཡིག་དཔུལ་ཐུམ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་རྒྱ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ས་ཁམས་། ཞེས་པའི་དེབ་རྒྱ་དེའི་ཁ་  
ཕྱིས་ཆོ། མདུན་ཤོག་ནང་མའི་སྤྲོ་བ་འདི་འདྲའི་ཆོག་ཁ་ཤས་བྲིས་ཡོད་འདུག རྒྱ་བོད་ལ་ལོ་ངོ་སྤྲོ་བ་གི་རྩོད་

མོ་ཞིག་ཡོད་ལ་དེའི་མིང་ལག་ཏེ་རྩོམ་དང་གཏེ་རྩོམ་འདོན་ཟེར། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་ལས་དབང་ལ་ཡིད་ཆེས་  
 ཡོད་ན་གཏེ་རྩོམ་དང་གཏེ་རྩོམ་གྱི་སྒྲུང་གཏམ་ལའང་ངོས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། བོད་ཀྱི་ཅིང་མོ་  
 ལའང་དག་འཁེན་ཡོད་ངེས་ཡིན། ། འདི་ནི་དུས་དེབ་ཚོམ་སྒྲིག་པས་བོད་ཐོག་བསྐྱུང་པའི་རྣམས་འགྱུར་  
 ཡིན་ནམ། ཡང་ན། བུ་ཕུ་ལེན་གྱི་མི་ཆོ་རོལ་ཅིང་གྱི་སྒྲུང་ཚུལ་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་འཕོ་ཉལ་བྱེད་དུས་  
 ཏག་ཏག་པས་ཆེར་བར་སྒྲུང་དུ་ཆགས་པའི་བོད་ཡུལ་དུ་བབས་པ་ཡིན་ནམ། འབྲུག་ཆ་ཆེ་བའི་སྒྲུ་ཙམ་  
 པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཁོང་གིས་གདོང་ཁའི་སྒྲུ་ཙམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་འགོད་པའི་ རྩལ་གྱུ་ཀྱན་  
 ཏུ་ཉལ་པ་ ། ཞེས་པ་ཞིག་འབྲི་མྱོང་ཡོད་པ་དང་ལོ་རྒྱུས་གཏམ་རྒྱུད་རྒྱས་བཤད་ཀྱི་ཚོམ་ཙམ་ཤིན་ཏུ་སྒྲོ་  
 སྒྲུང་ལུན་པ་ཞིག་ཡིན། བར་བལྟས་ཚོད་ཀྱིས་མཐའ་མེད་པའི་སྒྲུ་ཙམ་གྱི་དོར་གཅིག་ཤུས་མི་ཆོད་པར་  
 ཁོད་ཡངས་པོའི་བོད་ཡུལ་ཡང་གང་འདོད་ལྟར་སྒྲོ་སྒྲིད་བག་ཡངས་བྱེད་སའི་ཡུལ་གྱུ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།  
 ཁོང་ལ་ནམ་ཡང་ རྩལ་འབྲུར་གྱི་སྒྲོ་སྒྲུང་ ། སྒྲིན་སྲིད། ཡུལ་གྱུ་ལའང་ཡུལ་གྱུ་རང་ངོས་ན་དག་མཚན་  
 ཁྱི་སྒྲོང་མང་པོ་སྒྲུང་ཚུལ་འདྲ་མིན་སྒྲུ་ཚོགས་ཡོད་པས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་སྲིད། ཡང་ན་  
 ཡུལ་གྱུ་ལའང་ཡུལ་གྱུའི་སྒྲོ་གར་དང་ཉེན་འཛིག་ཡོད་པས་ང་ཚོས་ཅུང་ཙམ་ཞིག་ཤེས་ཆོག་གམ།  
 ཁོང་གི་བོད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཡེ་གོ་དང་གཟུགས་རིས་པར་བརྟན་ཡོད་ཆོད་ཀྱི་ཁོད་དུ། མི་སྒྲུ་གཙོ་  
 བོ་ཆོང་མ་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་ཚོགས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་མི་སྒྲུ་མ། གྲུ་བཅུན། སྒྲོམ་སྒྲུབ་པ་སོགས་ཡིན་ལ། དེ་དུང་  
 དེ་ཚོ་ཁོང་དང་དམ་ཟབ་ཀྱི་བཅེ་དུང་ཡོད། ཁོ་རང་ཡང་ནམ་རྒྱུན་སྒྲིན་པའི་ལས་ལ་དག་འཕྲོས་ཡོད་པར་  
 མ་ཟད་སྒྲིན་བདག་གི་ངོ་བོས་དཔོན་པ་ལྟ་ཁང་སོགས་སྒྲུར་གསོ་བྱས་པའི་དག་བའི་བྱ་སྒྲུད་མང་པོ་  
 བཤད་རྒྱུ་ཡོད། ཕྱི་ནས་ཁོ་བོ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་སྒྲུང་ཡང་དོན་དངོས་སུ་  
 མ་ཡིན་ནོ། དེ་ལས་ཁོང་གི་འགལ་མེད་མཉམ་གནས་ནི་སྒྲུ་ཙམ་པའི་མིང་ཐོབ་དང་གཤེས་ཀ་དེ་ཡིན།  
 དེའི་ཕྱིར་ཁོང་ལ་མཛེས་སྒྲུག་ཚོར་རྟོགས་བྱེད་མཁས་པའི་མིག་ཟུང་ཞིག་དང་མཛེས་སྒྲུག་ལ་མྱོང་ཆོར་  
 བྱེད་མཁས་པའི་སེམས་ཁམས་ཤིག་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡི་མཉམ་དུ་ཁོ་བོ་རང་ཉིད་ཀྱང་སྒྲོ་སྒྲུང་གིས་  
 ཁོངས་ཏེ་དེའི་ནང་མགོ་འཁོར་ནས་སྒྲུག་ཡོད། དོན་དངོས་སུ་བོད་ཡུལ་གྱི་རང་བྱུང་མཛེས་ལྗོངས་ཁོད་  
 ངེས་མེད་འགྱུར་ལྲོག་གི་ཁ་དོག་ལ་ཕྱོགས་འཛིན་དང་། བོད་ཡུལ་དམངས་ཁོད་འཛོ་བའི་ནང་ངོ་མཚར་

ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་ཞིབ་ཆར་ཡིད་དབང་ཤོར་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡུལ་ཁམས་སུ་ཕྱོགས་  
 འབྱམས་བྱེད་དུས་ཁོང་གི་ཚོས་ལུགས་རང་སྟེང་གི་དགའ་སྤངས་ལས་བརྒལ་ཡོད། འདི་ལ་ལས་འདེད་  
 བཀའ་སློན་སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་མེད།  
 བོད་ན་ཡོད་པའི་ཁྱད་ཕྱོད་ལེན་དགའ་མགུའི་དཔལ་གྱིས་བཟེ་འདུག་པ་ཁོང་གིས་བྲིས་པའི་དེབ་ནང་  
 གསལ་བོར་ཚོར་བྱུང་། གྲོག་མཁན་ཞིག་གི་ཆ་ནས་ཁོང་གི་དགའ་བ་སྟོང་གི་བཟེ་བའི་སྦྱིད་སྤངས་གི་  
 མཉམ་དུ་ལོངས་སུ་སྦྱོང་མྱོང་། འདི་ངོས་ལེན་བྱེད་དགོས། ཤིན་ཏུ་ནས་ནམ་པ་ཀུན་གྱི་ངང་ཚུལ་ལྟ་  
 པའི་བོད་ཞིག་མིག་སྒྲར་དུ་རིམ་བཞིན་ཤར་བྱུང་། བོད་སྐོར་བྲིས་ཡོད་པའི་བཅུ་མས་ཚོས་མང་པོ་ཞིག་དང་  
 བསྐྱར་ན་འདི་ནི་ལྷག་པར་དངོས་ཡོད་དང་མཛའ་མཐུན་ལྟ་བུ་པ་ཞིག་རེད། ཁོང་གི་བོད་ཐད་ཀྱི་མཐོང་རྒྱ་  
 དེས་ངལ་ནམ་རྒྱུན་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་པར་འཕྲག་པས་ངའི་རེ་འདུན་ཡང་དེ་བཞིན་གྱིས་མཐོན་པོ་  
 བཅིངས་ཡོད། གཅིག་བྱས་ན་རེ་བ་བཅངས་པའི་ཚད་མཐོང་དགས་སོང་། ཁོང་གིས་རྒྱུན་དུ་བསྐྱབ་  
 འོས་ལས་འགན་ཁྱེར་མི་བཤོལ་པའི་འགན་འཁུའི་ཚོར་ཤེས་མེད་པར། སྦྱོ་སྦྱིད་ཀུན་གྱི་ཐོག་མར་འཛིན་  
 པའི་སེམས་པ་ནི་མི་ཚེ་རི་རྩ་དོན་དང་པོ་ཡིན་ཞེས་རང་ཉིད་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་མོད། ངས་ད་དུང་  
 ཡང་ཁོ་བོའི་བཤད་བཞིན་ཁྱོད་སྦྱོ་དགའི་ཁོངས་པའི་བོད་ཞིག་མཐོང་ཡོང་པར་མ་ཟད། ད་དུང་རྩོག་འཛིང་  
 གི་དངོས་ཡོད་དང་ལྗིད་རྫོང་ལས་བཀོལ་མི་ཅུས་པའི་བོད་ཞིག་ཀྱང་མཐོང་སོང་། འདི་ལ་སྤང་མེད་དང་  
 སྤང་རྒྱུང་བྱེད་མི་རུང་། ནང་སློས་སུ་ཁམས་ཀྱི་སྤྲོ་མ་ཞིག་གིས་མཚན་ལ་བཀའ་གསུང་ཆེ་རིང་བཏགས་  
 པའི་ཁྱད་ཕྱོད་ལེན་གྱིས་དེབ་ཀྱང་སྤང་མེད་དང་སྤང་རྒྱུང་བྱེད་མི་རུང་། གྲྲ་འདིར་ནན་བཤད་ཅིག་བྱེད་  
 དགོས་པ་ནི་ཁོ་བོ་འང་གྲངས་ཅིང་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། ཀྱང་གོ་འོ་མི་རིགས་ལྟ་བུ་བཅུང་དུག་ནང་གི་  
 རྒྱ་མི་རིགས་ཀྱི་སྦྱོར་མ་ནས་རྒྱ་རིགས་སུ་བསྐྱར་བའི་མན་མི་རིགས་ཀྱི་རུས་རྒྱུད་ཅིག་རེད། །  
 དཔེར་ན། གྲྲ་རྒྱུན་སྤྲོས་ལུང་ཞེས་པ་དང་། ཁོང་གིས་རྒྱས་བཤད་བྱས་པའི་སྤྲོང་གཏམ་དེར་ལྟ་བུ་པའི་ཁྱད་  
 མཚན་རང་བཞིན་གྱིས་མི་སེམས་བསྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་ནས་ངོ་མཚན་སྤྲོང་གཏམ་འདི་བྱང་བའི་དུས་  
 ཚོད་དང་རྒྱབ་སྦྱོངས་ལ་དོ་སྤང་མི་བྱེད་པར་བརྟེན་འགོ། ཡིན་ཡང་ཁོ་བོས་དུས་ནམ་ཡང་བརྟེན་མི་སྲིད།  
 རྒྱ་མཚན་ནི་མི་ཆིག་སྟོང་ལྷག་ཐབས་ཟད་ཡིད་སྦྱུའི་གནས་སུ་ལྷུང་ནས་གནས་སྦྱོ་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་



དུམ་བུ་དེ་ཁོང་གིས་འདི་འདྲའི་འཆར་ཡན་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བརྒྱད་བཤད་བྱས་ཡོད། འདི་ལྟ་  
 བུའི་རྒྱ་རྒྱུན་སྟེ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་བ་ཐར་ནང་འབྲི་རིན་མེད་པའི་བུན་ཆོང་གི་སྤྱང་གཏམ་འདི་བོད་ཕྱི་རོལ་  
 གྱི་མི་རྣམས་པའི་ལྟ་སྟོག་བྱེད་རྒྱུ་ཁོ་ནས་ཆེད་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནམ། དེ་དུང་། ཐག་གཅོད་དབང་ཆ་ཡོད་  
 པའི་འབྲེལ་ཡོད་མི་སྣ་ཆོར་ཐོག་མར་སྟོག་ཏུ་བཅུག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ལོ་རྒྱུས་བསྐྱར་དུ་འབྲི་དགོས་ཐུག་པ་  
 དང་། སྤྱང་གཏམ་གྱི་ཕྱི་ཚུལ་འགོ་བས་གཡོགས་རང་བཞིན་གྱི་ཚུལ་དུ་བྲིས་ཏེ་ནང་དོན་འཁྱོག་བཤད་  
 བྱས་པ་ཡིན་ནམ། གཅིག་བྱས་ན་ཁོ་བོས་བསམ་བཞིན་དུ་བྱས་པ་མིན། འོན་ཀྱང་ཁོང་ལ་སྤྱང་གཏམ་  
 བཤད་མཁན་གྱི་འགྲོག་མི་དེ་ཆོ་ཁོང་དང་ཁོང་གིས་ཁྲིད་ཡོད་པའི་པར་ལེན་དཔྱད་ཁག་དང་ཕོ་གདོང་  
 འཕྲད་ཆོ། ཤེས་གསལ་ལྟར་སྟོན་ཆད་ནས་གོམས་སྟོལ་དུ་སྒྱུར་པའི་འཛུལ་བོན་གྱི་དབང་གིས་གཅིག་  
 མཐུན་གྱིས་མངའ་སྤྱོད་གསལ་བྱས་པ་དང་ཡང་ན་གཞི་རྩའི་དངོས་དོན་དང་གནས་ཚུལ་རོམ་དགོས་  
 དབང་གིས་འཁྱོག་བཞེད་བྱས་པ་ཡིན་ནམ། གང་ལྟར་ཡང་བུན་ཕུ་ལེན་ལ་མཉམ་རུབ་གྱིས་བཞེས་པའི་  
 སྤྱང་གཏམ་ནང་ཡང་བསྐྱར་མི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོ་སྒྲུང་དེ་རེག  
 མི་འདིའི་སྟོ་སྒྲུང་དེ་གསལ་རུ་འགྱུར་བརྒྱད་ལམ་ཁག་གིས་བསྒྲགས་གཏོང་མངའ་བྱས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་  
 མཐའ་མཐུག་མང་ཆོགས་ཀྱི་སྟོ་སྒྲུང་དུ་འགྱུར། ནང་སྟོས་སུ་གོམས་སྟོལ་མི་འདྲ་བ་དོམ་ཆར་ཅན་དེ་དག་  
 སྟོ་འདོགས་ལུད་བཤད་བྱས་ཏེ། དཔེར་ན། རྒྱུད་ཀྱི་དུས་ནས་ར་མར་ཞོན་པའི་རང་བཞིན་གཤེས་ཀ་  
 འགྱུར་བའི་མི་༩ གལ་ཆེ་བ་ནི་ཁོ་མོ་རྒྱུད་ཀྱིས་ནས་སྤྱལ་སྤྱུ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད། དེའི་ཁྱད་  
 མཆོར་གྱི་བྱུང་རབས་དང་། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འཛུལ་བྱའམ་གསལ་བ་མངའ་བཞིག་ཕྱི་སྟོན་ནང་སྟོན་བྱས་ཏེ།  
 དཔེར་ན། སྟོན་པའི་ན་བཟའ་དོར་ནས་གསལ་སྤྲུགས་བྱུབ་ཐོབ་པའི་ཕྱི་ཚུལ་བཟུང་བའི་ལུས་ཡོངས་སུ་ཅི་  
 ཡང་གོན་མེད་པར་གཅེར་བུར་བསྐྱད་པའི་སྤྱེས་པ་རྒྱགས་པ་༩ ཁོ་བོ་འདྲ་སྒྲུ་མ་ཞིག་ཡིན། དགུང་ལོ་བཅུ་  
 ཅུག་གི་སྟེང་དགའ་བོ་སྤྱལ་སྤྱུར་ངོས་འཛིན་བྱས་པ་རེད། དེའི་འདྲ་པར་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུའོ། དེ་དག་མིག་  
 དབང་ཅིག་ཅར་དུ་འཕྲོག་པའི་ལྟ་གནས་སུ་འགྱུར་རྒྱུ་གཤོན་མི་བླ་མོ་དང་། འོན་ཀྱང་འདི་འདྲའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་  
 དོན་རྒྱུན་གལ་ཆེན་ཁོད་མི་མངོན་པར་གནས་པའི་འཛིན་ཏེན་མི་ཡུལ་གྱི་སྟོ་གར་སྤྱང་གཏམ། ལོ་རྒྱུས་  
 མཆོན་པའི་སྟོན་པ་གཅེས་བཞེད་ན་མི་ཆོག་རྒྱུ་མེད་པའི་སྟོ་གར་ཞིག འདི་ལྟར་རོལ་ཅིང་རང་བཞིན་ཅན་



གྱི་དམངས་ཁོད་ཀྱི་སྒྲིལ་གར་དུ་གྱུར། འདི་ལྟར་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་པངས་པའི་ངང་ནས་བོ་བ་འབྱུར་  
ཡོད་པ་ཚོར་བྱུང།

དགོད་བོ་བ་ཞིག་ནི་བྱམ་ཕུ་ལེན་གྱིས་སྒྲོན་ཆད་མི་མང་པོས་བོད་འབྲུག་བརྗེད་བྱེད་པར་སྒྲོན་བརྗེད་བྱས་  
ཡོད་པ་དང་། དུས་རབས་སྒྲོན་མའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་འི་ནང་། བོད་དུ་སོང་པའི་རིག་གནས་པ་སྒྲོར་  
ཞིག་ཀྱི་ཐེ་བར། ༡༩༥༠ལོར་ཐོན་པའི་ཏང་གི་བྱུང་བ་སྒྲུགས་སྒྲོག་བརྟན་ཀྱི་ཞིང་བཟོ་ཀྱི་ནང་གི་བོད་  
གདོན་འདྲེ་ཅན་དུ་འབྲུག་བརྗེད་བྱས་པ་དང་ཅུང་ཙམ་མི་འདྲ་ཡང་། རྒྱ་ཆར་ཡན་གྱི་འབྲུག་བརྗེད་ཅིག་  
སྟེ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་གྱི་ལྷ་ཡུལ་ཁམས་དང་། དེ་ནི་ངན་པ་ཐ་ཤལ་མེད་ས་། དེ་ནི་སྤྱད་ཉེས་ཀྱང་མེད་  
སའི་ཡུལ་གྱུ་རུ་བཤད་པ། ཡང་ཁོང་གིས་རྒྱ་འབྲུག་བརྗེད་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་བཟང་ཆ་སྤྱ་ཙམ་ཡང་  
མེད་པ་མ་ཡིན་པར། འབྲུག་བརྗེད་ཀྱི་འདུ་འཛིན་ཁོད་དུ་ལྷན་མེད་ཀྱི་སྐད་དག་ཡོད་དགོས་ཀྱི་ཟེར། འོན་  
ཁོང་གི་རྒྱ་རྒྱན་སྤྲས་ལུང་འཛོལ་བ་ཀྱི་ཞེས་པའི་ནང་རྒྱ་མེད་ཀྱི་སྐད་དག་ཀྱི་བཏོན་ཡོད་དམ།  
ངས་འདི་རུ་ཉ་ཅང་ཡིད་སྒྲོ་བའི་ངང་གིས་ཅུང་ཞིག་ཡོད་མོད་འོན་ཀྱང་ཉུང་དུ་གསུངས་ནས་པལ་ཆེར་མི་མཛོན་  
པར་གྱུར་ཡོད་ཅེས་བཤད་འདོད་སྒྲུས། འདི་ནི་རང་ཉིད་གཅིག་སྤྱི་ལྷ་སྤྲངས་མ་ཡིན་པར། བོད་མི་རིག་  
གནས་ཅན་རྣམས་པ་ཞིག་གིས་ཀྱང་སྤྲང་གཏམ་འདི་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་གི་སྟེང་ནས་བལྟས་ན་ཆོས་  
ལུགས་ལ་གློ་ལ་པའི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་གདོན་མི་བྱ་ཟེར།

༥ རྒྱ་ཡང་བསྐྱར་ཨོ་རྒྱན་སྤྲས་ལུང་འཛོལ་བའི་ལམ་དུ་འགྲོ་ཀྱི

རྒྱ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ས་ཁམས་ཀྱི་ཞེས་པའི་དེབ་འདིའི་མདུན་ཤོག་ནང་མའི་ཚུལ་གྱིས་ལག་བྲིས་ས་  
ཁ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། མིང་ལ་རྒྱ་ཨོ་རྒྱན་སྤྲས་ལུང་འཛོལ་བ་ཀྱི་ཞེས་བཏགས་ཏེ་ལྷ་ས་ནས་བྱང་ཐང་དུ་  
འགྲོ་སྟོལ་ལམ་བྲིག་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད། དེའི་སྟེང་རི་ཚུན་གསུམ་འཛོམས་ཡོད་ལ་ཁ་དོག་སྒྲ་  
ལཱའི་བརྒྱན་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་བཞག་པའི་འདྲ་པར་འགས་ལྷག་པར་དུ་སྒྲི་ལྷང་ལྷང་གི་ཁམས་ཆེན་  
པོའི་མཛེས་སྤྱད་འབྱར་མཚོན་བྱས་ཡོད། ལམ་བྲིག་ས་ཁའི་རྒྱབ་དུ་འགྲོ་ཕྱོགས་གསལ་བཤད་  
དང་རྒྱ་མ་སྒྲ་མ་ཀྱི། ལྷག་སྒྲ་ཚངས་པ། གངས་འཛོ་སྒྲོལ་མ་དང་གཅེར་བྱར་འགྲེངས་པའི་རིག་བཟང་  
སྒྲ་མའི་སྒྲི་པར་བཞག་ཡོད་འདུག དེའི་དགོ་མཚན་ནི་དེ་སྒྲོན་འགྲོག་མི་དེ་ཆོས་གསར་སྟེལ་བྱས་



བྱས་ན་གཏིང་མི་དགུ་བཅུ་གས་ཀྱི་འོག་དུ་སྤྲོས་ཡོད།      དེ་བས་འདི་ལྟ་བུའི་དེ་བཅུ་གས་ལ་ཡང་ཅི་  
ལྟར་ཁྲ་བསམ་སྒོར་ཁྲི་དྲུག་རང་བཞིན་ཅན་ཀྱི་ལྷ་སྤྲུལ་གས་འདོན་ནས།      དེའི་ནང་བོད་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་  
འབྱར་དུ་ཐོན་ཡོད་ཅུང་ཡང་བསྐྱར་ཨོ་རྒྱན་སྤྲུལ་ལུང་འཆོལ་བའི་ལམ་ལ་འགོ་ཀྱི་ལྷ་བུའི་རྩ་སྤྲུལ་འགོད།  
བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ས་ཁམས་དེ་བོད་ཀྱི་དར་ཆ་དགུང་དུ་འཕྱར་བའི་ཆོང་ལས་ས་ཁམས་སུ་འབྱུང་བ་  
མཛེན་གསལ་དོད་པོ་རེད།      ཆོང་ལས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིག་གནས་སྒྲུང་ཚུལ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་ཚབ་བྱས་  
པ་དང་།      ཡང་ན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིག་གནས་སྒྲུང་ཚུལ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱང་ཆོང་ལས་ཀྱི་གཡོ་འོག་དུ་ཚུད་ཡོད།  
༢༠༠༤ལོའི་ཁྲི་བར་ལྷ་སར།

# བོད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འབྲེལ་བཟོད།

༡

སྤྱི་ཤིང་Edward Saidཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༧ལོར་ལེགས་གྲུབ་གནང་བའི་རིག་གཞུང་རྩོམ་དེབ་  
ཆེན་མོ་<<ཤར་ཕྱོགས་རིག་པ་>>ཀྱི་འགྲུར་མཐུན་ཤོག་གི་སྐད་ལ་མར་ཁེ་སིའི་སྐད་གྲགས་ཅན་  
གྱི་ཆོག་གཅིག་བཀོད་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་ཁོ་རང་ཚོས་རང་ཉིད་འབྲེལ་བཟོད་བྱེད་ཐབས་བྲལ་ཞིང་། དེས་པར་  
དུ་གཞན་གྱིས་འབྲེལ་བཟོད་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། ༄ དེར་མཐུད་ནས་སྐད་གྲགས་ཆེར་མེད་  
པའི་དབྱིན་ཇིའི་རྩོམ་པ་པོ་ཞིག་གི་ཆོག་གཅིག་བཀོད་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་ཤར་ཕྱོགས་ནི་ཁ་རྒྱུབ་འཛོལ་སའི་  
ལམ་ཁ་ཞིག་ཡིན། ༄

༢

བོད་ནི་བློ་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁོར་ཡུག་གནས་སྐབས་དང་ཡུལ་དུས་བཅས་ལ་རྒྱུན་ཁྲིམ་ཉ་ལམ་འཛུལ་  
སྒྲིང་གི་རྒྱུ་དངོས་མཐའ་དག་དང་ཁ་འབྲེལ་དུ་བཅུག་ཡོད་པ་དང་། ཁ་བྲལ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་འདིའི་འོག་ནས་  
དམིགས་བསལ་གྱི་སྐད་ཆ་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གྲུབ་ཡོད་ནའང་། སྐད་ཆ་དེད་ག་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་ཕར་  
བཤད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཕྱི་ལོགས་སུ་ཕྱོགས་ཁག་མང་པོས་ཁོ་བོ་བོད་ལ་གོ་སྒྲུབ་མཆན་སྒྲིང་བཟོད་  
བྲལ་པའི་སྐད་ཆ་དག་ཡིན་པས། སྐད་ཆ་འདི་དག་ཕན་ཚུན་གོ་ལྡན་དང་ཐ་ན་ཁ་གཏད་ཀྱིས་མེ་ཁྱུ་ལྟར་  
གྱུར་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་། བོད་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་ཅི་ཡང་བཤད་ཐུབ་མེད་པ་དང་། གཙོ་བོ་རང་ཉིད་  
གདན་གྲུལ་དེར་ཚུད་མེད་པས་ཡིན། ཕྱི་ཚུལ་དུ་གདན་གྲུལ་དེར་ཁོ་བོ་ཡོད་པ་ཅིས་དུ་སྤྲང་ཡང་དོན་ལ་  
གདན་གྲུལ་དེར་ཚུད་ཐུབ་མེད། ཡང་གཅིག་བཤད་ན། ཁོ་བོ་ཐབས་མཁས་པོའི་ལམ་མཐོང་བསྐྱུས་བཟོད་  
ཀྱི་གོ་དོན་ལྡན་པའི་ལམ་ནས་གདན་གྲུལ་དེར་ཚུད་དུ་བཅུག་མེད་པའི་ཁར། ཕྱོགས་ཁག་བློ་མོང་གིས་  
བསམ་བཞིན་ཡིན་མིན་གང་རུང་གིས་ཁོ་བོ་གདན་གྲུལ་དེར་ཚུད་དུ་མ་བཅུག་པའི་མཐུག་འབྲས་བསྐྱུན་  
པ་རེད།

༣

རྒྱ་བོད་ཀྱི་ལ་སྤྱི་མོ་ནས་འདི་ལྟ་བུ་བྱེད་དོན་སྤྱི་ཞིག་གཏན་འཁེལ་ཚར་ཡོད་པ་དང་། བ་ན་ཐལ་བྲག་ས་  
 ཕའམ་མི་བསྐྱེབ་ས་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས། དོན་སྤྱི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གཏན་འཁེལ་བའི་རྗེས་སུ་རང་  
 ཉིད་བོད་ལ་གོ་སྤྱི་མཆན་ཀྱང་འདི་ལྟར་མི་འགོ་ཀ་མེད་ཅེད། རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་རྗེས་སུ་རང་ཉིད་ཀྱི་  
 སྤྱད་དུ་ཚོད་སྤོང་དང་འབྲེལ་བ་ཚོད་བྱེད་དམ། སྤྱི་ཞིག་གིས་ཉན་ནམ། ཡང་སྤྱི་ཞིག་གིས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་  
 དམ། ལྷག་གི་འབའ་སྤྱད་དང་གཅིག་མཚུངས་ཏེ། རྒྱ་ཁོས་རྗེས་སུ་འབོད་སྐད་བྱས་ན་འད་ལྷག་གི་འབའ་  
 སྐད་དང་གཅིག་མཚུངས་སམ། སྐད་གདངས་ཕྱ་བ་དང་བྲག་ལྷག་ས་མེད་པས། མུན་ནག་འཐིབས་པའི་  
 རྣམ་དཀྱིལ་དུ་སྤྱི་ཞིག་གི་ན་སྒྲོར་བསྐྱེབ་བྱུང་བམ། །

༤

སྤྱི་ཡི་ཤིས་བཤད་ན། རྒྱ་ཨེབ་Egyptདང་ཞོ་ལི་ཡ། Syria ཐོར་ཆི་Turkeyའབྲི་སྐབས།  
 ཡུལ་ལུང་འདི་དག་ནང་གནས་བསྐྱོར་བྱེད་ཀྱིན་པའི་སྤྱང་ཚུལ་སྟེར་ཞིང་། མདོ་དོན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཀྱན་གཞི་  
 ཞིག་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོད་མ་ཞིག་ ཆབ་སྲིད་ཀྱིས་དམ་བྲག་བྱས་པའི་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ནང་  
 བསྐྱོར་བསྐྱོད་བྱེད་ཀྱིན་པ་རང་ཅེད། །

༥

ལྟ་བུ་བྱེད་དགོས་དབང་འོག་ བོད་ཀྱི་མདུན་དུ་ལྷག་ས་པ་ནི་རྣམ་པར་བསྐྱུར་བཅོས་ཐེབས་པའི་གནད་  
 དོན་རྗེས་སུ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ནམ། ཞིབ་སྤྲིད་ལམ་ནས་བཤད་ན། མི་རྣམས་ཀྱི་མིག་མདུན་དུ་རྗེས་གསང་བ་  
 རྟོག་གྱུར་དང་དཔོག་དཀའ་བའི་ལམ་ནས་བསྐྱུར་བཅོས་ཐེབས་ཀྱིན་པ་ནི་ཉ་ལམ་བོད་མིའི་འཚོ་བའི་  
 ཁྲོད་དོན་སྤྱི་དགལ་ཆེན་བཟུང་བའི་ཆོས་ལུགས་གནད་དོན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་ངན་དགུ་ཚང་བའི་མངའ་  
 བདག་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་གཏེ་བོར་གཏན་འཁེལ་ཡོད་པ་དང་། ཤེད་ལྷག་ས་ཆེ་བའི་བྲིལ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩེ་  
 རྟོག་ཁྲོད་རྣམ་པ་འདི་གསལ་བསྐྱེད་གནང་ཡོད་པས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཚུ་རྒྱུན་རིང་མོར་འགོག་ས་ནས་སུ་  
 མཐུད་དུ་གཏན་འཁེལ་དང་ལྷག་ས་བསྐྱོར་གྱིས་བྱམ་པ་གང་བྱེད་ཀྱི་གནས་སུ་དེད་ཟེན་པར་མ་ཟད། འདི་ལྟ་  
 བུའི་རྣམ་པ་ཐག་གཅོད་ཅིག་གི་ཁྲོད་གཏན་འཁེལ་ཟེན་པའི་བསྐྱེད་མངའ་པོས་བྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་ཚོད་ཀྱི་  
 མ་ལག་ཅིག་དང་སྐད་ཆའི་མ་ལག་ཅིག་དཔེ་འགོས་རང་བཞིན་དང་ཁྲིམས་མཐུན་རང་བཞིན་དུ་བསྐྱུར་

ཡོད་ན། སྤྲ་ཡི་ཉིས་བཤད་པ་ནང་བཞིན་ རྒྱུ་ཆའི་མ་ལག་འདི་དོན་དངོས་ཤ་སྟག་ཏུ་བཅི་སྐབས།  
དཔེར་ན། མོ་ཉན་མོ་ཉིལ་ཆེ་ཉིན་པ། སྦྱར་མཆན།ནི་ཁྲམ་པ་ཞིག་རེད། འདི་ནི་རྒྱུ་ཆའི་མ་ལག་འདི་  
གྲུབ་ཆ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུ་ཆའི་མ་ལག་འདི་ནམ་རྒྱུ་མོ་ཉན་མོ་ཉིལ་མིང་དང་འཕྲད་སྐབས་མི་རྣམས་ལ་  
བཅན་ཤེད་ཀྱིས་བཤད་དུ་འཛོག་པའི་གསལ་འགྲེལ་ཞིག་ཡིན། །

༤

བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཐད་ཀྱི་མཁས་པ་མང་པོའི་ཁྲོད་དེད་སྐབས་ཨ་རིར་སྡོད་པའི་ཞུ་མེན་ཞེས་ཀྱིས་བོད་  
ཀྱི་གནད་དོན་སྐད་སྲེལ་བའི་འགྲེལ་བཞེད་ནི། རང་ཉིད་ རྒྱུ་ཆ་འཕྲད་ ། ཀྱིས་བོད་ནང་བསྐྱོད་པའི་སྐྱོ་གར་  
རང་བཞིན་སློང་སྡོད་དུ་འཛོག་གི་ཡོད་པས། རྒྱ་གསུམ་སུ་ཁོ་བོས་རྩོམ་ཡིག་སྲེལ་བའི་ལངས་ཕྱོགས་ལ་  
གཡོ་ཟོལ་མེད་པ་དང་ཡང་དག་ཡིན་པ་སྟོན་བཞིན་པའི་ཁར། ཁོ་བོས་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་སྐད་བཟུང་  
བའི་ རྒྱ་ཡངས་གྲགས་ལས་ལྡོག་པ་ ། ཟེར་བའི་རྣམ་པ་དེ་བོད་ཀྱི་འགྲེལ་བཞེད་ཚད་ལྡན་ཅན་ཞིག་ཡིན་  
པ་སྟོན་གྱི་ཡོད། ཁོ་བོས་འདི་ལྟར་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་ གདོན་གཟུགས་རང་བཞིན་ཅན་ ། དུ་བསྐྱར་བའི་  
རང་ཉིད་བོད་ལ་བསྐྱོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ རྩི་སློང་གི་ལྟ་སྦྱར་ ། ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་ཟེན་པ་དང་། དམིགས་ཡུལ་  
ངོམ་ནི་རང་ཉིད་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་ལྷག་གི་རིང་བསྐྱོད་མ་ཚུངས་པའི་བོད་དེ་ གདོན་གཟུགས་རང་བཞིན་  
ཅན་ ། དུ་བསྐྱར་འདུན་ལས་མ་འདས། དོན་ལ་ཁོ་བོས་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ནམ་དེང་གི་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་  
སྐད་གི་ཞིབ་འཇུག་ནི་དཔེ་དེབ་ཁོ་ནའི་འབྲེལ་མཐུད་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་དང་། ཁོ་བོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སློ་བཟོ་  
ལས་གྲུབ་པའི་བོད་དང་བར་སྐད་གི་འབྲེལ་མཐུད་ཅུ་མ་ལས་མ་འདས་པས། འདི་ནི་ནང་དོན་དངོས་ཀྱི་  
གྲུབ་ཆ་ག་ཚད་ཅིག་ཡོད་དམ། ཡང་གཅིག་བཤད་ན། ཁོ་བོའི་ཞིབ་འཇུག་དང་ཞིབ་འཇུག་གི་མཐའ་  
བསྡུམས་ནི་ཇི་ལྟར་གྲུ་དོག་པོའི་འཆར་སློའི་ནང་བཅུག་ཆེ་དེ་ལྟར་མཁྲགས་འཛིན་གྱི་མཐའ་བསྡུམས་  
ཤིག་དང་། འོ་ལ་ཚོད་ཀྱི་ལྟ་བ་ཞིག་ལས་གྲུད་ན་མེད་སྟབས། རྒྱ་ཁོ་ཚོར་རང་ཉིད་ཀྱི་བརྩམས་ཆས་གྲུ་  
ཡངས་དང་གཡོ་ཟོལ་མེད་པའི་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་ཅིག་ཏུ་བསྐྱར་སྟུམ་ཡོད་ནའང་། དོན་ལ་དངོས་  
དོན་ལས་ལྡོག་ནས་ཉ་ལམ་བསམ་བཞིན་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཡུལ་ལ་ཁ་གཏད་པའི་བརྩམས་དམོན་སློ་  
བསྐྱར་འབའ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། །



ལོ་ན་ ༢༢ལོ་ན་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྒན་པ་ཞིག་དེ་དག་གི་བོད་ཀྱི་ལས་དབང་དང་བསྟར་ལ་བརྒྱས་པའི་  
 ལོ་རྒྱུ་ཆ་ཆོད་བརྒྱད་རྩེས། དུང་བ་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་གསུང་དོན། རྒྱ་བོད་ནི་རང་ལ་མཚོན་ན་འདྲ་ཤེས་  
 ཤིག་གམ་དོན་སྦྱིའི་དེ་བོར་གྲུབ་པའི་ཐ་སྟད་ཅམ་དུ་མ་ཟད། དེ་ནི་ས་ཆ་ཞིག་སྟེ། ང་རང་གི་བྱིས་ཆོད་  
 རེད། ། དེའི་ཕྱིར། བརྒྱ་བཤད་སྟོང་བཤད་ཇི་ལྟར་མང་ནའང་། རྒྱ་བོད་ཀྱི་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་དངོས་ཀྱི་  
 སྐད་ཆ་མཐའ་དག་བོད་མི་རང་ཉིད་ནས་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་སྟེ་ལོ་ས་པར་མ་ཟད། དེས་པར་དུ་བོད་མི་རང་ཉིད་  
 ནས་བོད་ལ་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་སྟེ་ལོ་དགོས། གནད་དོན་གཙོ་བོ་ནི་ལངས་ཕྱོགས་གང་འདྲ་ཞིག་བཟུང་ཡོད་  
 མེད་དེ་སྟོག་ཤིང་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ལས་ཁྱོད་རང་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པས་ཁྱོད་ལ་དངོས་དོན་དང་ཡང་དག་གི་  
 ལམ་ནས་བོད་ལ་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་སྟེ་ལོ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་ཅམ་ལ་ཐུག་མེད། ཁྱོད་རང་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་  
 པས་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བུངས་ཀྱིས་ཁྱོད་རང་གིས་བོད་ལ་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་སྟེ་ལོ་བར་འོས་འཚམས་ཀྱི་རྒྱབ་ཏུ་  
 ཞིག་བསྐྱུན་ཡོད་ནའང་། གལ་སྲིད་ཁྱོད་རང་སྤེར་ཚུགས་ཐུབ་པའི་རང་གཤེས་ཅན་ཞིག་དང་ཐེ་ཚོམ་ཟ་  
 རྒྱུ་པའི་བསམ་སྒྲོ་བ་ཞིག་མིན་ཆོ། ཁྱོད་རང་གིས་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་སྟེ་ལོ་བ་དེའང་འདྲ་ཤེས་ག་གེ་མོ་ཞིག་  
 གམ་ལྟ་གྲུབ་འཛིན་སྟངས་ཤིག་གི་ཕྱོགས་གཏོགས་ཅམ་ལས་མིན་པས། ཁྱོད་རང་གིས་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་  
 སྟེ་ལོ་བ་ལས་མ་སྟེ་ལོ་ན་ཡག་ཤོས་ཡིན།

དཔེར་ན། བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་གནས་ཟེར་བའི་ལས་བྱུངས་ཁག་གི་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་སྟེ་ལོ་ ཡ་  
 མཚན་པ་ཞིག་ལ་ལས་བྱུངས་དེ་དག་ནང་གི་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟེ་ལོ་བ་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ཁོ་ཚོ་ཕལ་  
 ཆེ་བ་ཞིབ་འཇུག་ཟེར་བ་བྱེད་ཀྱིན་པའི་མི་རིགས་འདིའི་ཁྱོད་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། ཁོ་ཚོའི་ཁྱོད་  
 མི་རིགས་སམ་མི་རིགས་ཁྱོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་ཚོགས་སྡེ་དཔེར་ན་སྟེ་བའམ་གོང་སྟེ། ཁག་ཏུ་ལམ་དགོས་  
 དབང་ལྟར་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བའི་ལག་ཆ་ཅམ་ལས་མིན། ཆོས་ལུགས་ཞིབ་འཇུག་པ་ཞིག་ལ་ཆོས་  
 ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་བརྒྱུ་སྟེ་ལོ་ཆོས་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ནའང་། ཁོ་རང་གིས་སྤྱི་ཁྱུའི་འོག་དུ་ཐོན་བཞིན་  
 པའི་དགོན་པ་འདི་དག་གི་ནང་དུ་གོ་མ་པ་རྒྱག་སྟེ་མེད་པའི་ཁར། སྤྱ་བཙུན་རྣམས་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་

བྱེད་ཀྱི་དེ་བས་ཀྱང་བཤད་མ་དགོས་པ་ཞིག་རེད།

༩

ད་གཟོད་བོད་ལ་ཇི་ལྟར་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་དེས་མ་ཞིག་སྤེལ་བྱུང་གི་ཡོད་དམ། ཡང་ན། ད་གཟོད་རང་ཉིད་  
ལ་ཇི་ལྟར་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་དེས་མ་ཞིག་སྤེལ་བྱུང་གི་ཡོད་དམ།

༡༠

བཀྲ་ཤིས་ཆོ་རིང་ལགས་ལ་དེང་གི་བར་སེལ་ཐབས་བྲལ་བའི་དོགས་སྣང་ཁག་ཅིག་ཡོད་པ་ནང་བཞིན།  
༼སྤྱི་ཆེད་དུ། ཅིའི་ཕྱིར། དེང་སྐབས། སྐབས་ལ་ལར་ངས་རང་ཉིད་ལ་འདྲི་རྒྱུ། ངས་རོགས་སྒྲུབ་བྱེད་  
འདོད་པ་ནི་བོད་རེད་དམ། བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཆ་བ་དེས་དེས་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཏུ་ལའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནམ། སྐབས་  
བཅོལ་གྱི་འཆོ་བར་ཞུགས་པའི་སྐྱེད་པ་ཆོ་ཡིན་ནམ། ཁོང་ཆོས་དོན་གནད་ཆེན་པོར་དབྱེད་བསྐྱར་བྱེད་  
སྐབས་ང་རང་ལྟ་བུ་ཆོང་མ་ནང་སྤྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་ཡོད་ཨང་། ཡང་ན། བོད་ཀྱི་ཅུང་སྔ་ན་ཐོན་ཅན་གྱི་ཤེས་ཡོན་  
པའམ། རྒྱ་གར། ཨ་རི། ཡུ་རོབ་ནང་ཡོད་མཁན་དག་ཡིན་ནམ། བོད་ནི་ང་རང་ཨ་རིའི་ཉི་གིག་ཨ་འོ་སི་  
ཉིན་ནས་མཇུག་བའི་བོད་མི་དཔེ་མཛོད་དོད་མ་པ་དེ་ཡིན་ནམ། ཁོ་བོ་ང་རང་ལ་ཞེད་ནས་ཁ་བཟང་འདྲེད་  
བྱུང་གི་མི་འདུག རྒྱ་མཚན་ནི་ང་རང་རྒྱ་ནག་དམར་ཤོག་ཆོགས་པའི་ཆོགས་མི་ཞིག་ཡིན་པར་དོགས་  
ཐོན་བྱེད་ཀྱིན་པ་རེད། བོད་ནི་ཁང་མུའུ་བཅོན་ཁང་དུ་ང་རང་ལ་ཆོ་འདྲི་བྱེད་མཁན་གྱི་དམག་དཔོན་དེ་ཡིན་  
ནམ། ཁོ་བོས་རྒྱ་ནག་པ་ཞིག་ལས་ཀྱང་རྒྱ་ནག་པ་དེ་མ་ཞིག་གི་བཟོ་ལྷ་བསྐྱེད་ཡོད་ཨང་། ཡང་ན། བྱ་  
ཆོག་ལུང་བའི་རུ་མི་དག་ཡིན་ནམ། ངས་དེ་གར་སྤོབ་བྲལ་གསར་འཛུགས་ཀྱི་ལས་འགོ་བརྩམས་འཕྲུལ།  
ཁོ་རང་ཆོས་ལམ་སང་འདི་དམིགས་འབེན་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་རྣམ་པ་བསྟན། གཅིག་བྱས་ན། བོད་ནི་  
ང་རང་ལ་ཆབ་སྲིད་བཅོན་མའི་ཞུ་མོ་གཡོགས་ཡོད་སྐབས། སྤྱོད་པ་ཉུང་མེད་ཀྱིས་ང་རང་ལ་ཡིད་  
ཆེས་བྱས་པའི་བྱད་མེད་དེ་ཡིན་ནམ། ཁོ་མོས་ང་རང་དཀའ་ངལ་ལ་འབྲད་ནས་ལས་ཀ་ཞིག་འཆོལ་  
སྐབས། ལས་ཀ་ཡག་པོ་ཞིག་སྤྲད་སོང་། ང་རང་གི་ལོ་ན་ཇི་ལྟར་ཆེ་རུ་སོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་  
ལན་ཞིག་ཆེད་ཐབས་མེད་དོན་ཅི། ༩

མང་ལི་ཁྱུང་གིས་ <<བྱ་གཏོར་བོད་ཀྱི་ལས་དབང>> གྱུ་ཡིག་ནང་བསྟན་དོན། རྒྱ་རྒྱུ་རང་ཉིད་  
 དཀའ་ཚུགས་དེ་དག་ཁོད་འཕྱུལ་དུ་འཛོལ་མི་རུང་བ་ནང་བཞིན་དཀའ་ཚུགས་དེ་དག་ཕན་ཚུན་འདྲེས་ཐབས་  
 མེད་པའི་སྒྲེར་ཚུགས་ཅན་གྱི་བྱ་དངོས་སུ་བལྟས་ནས་དེ་དག་གི་ཁོད་དུ་འདི་བའི་དེ་དུས་ཀྱི་གདམ་ག་  
 བྱེད་མི་རུང་། དཀའ་ཚུགས་དེ་དག་ཐོལ་བཞུལ་གྱིས་མཐོ་ས་ནས་ཁྱོན་ཡོངས་སུ་ལྟ་ཞིབ་དང་དཔྱད་བསྟར་  
 བྱེད་དགོས་ཤིང་། ད་གཟོད་ཁ་བྱལ་དང་གཡོ་ཡོམ་གྱི་ཉེན་ཁ་སེལ་བའི་བསམ་སྒྲོགས་རབ་ཆེད་བྱུག་།  
 འདི་ལྟ་བུའི་མཐོ་ས་ནས་བལྟས་པ་ཡིན་ན། བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཟེར་བ་དེ་པེ་ཅིན་དང་རྩ་རམ་སྤྱུ་ལ་ཁོ་ནའི་  
 ཙོན་འཐེན་དང་ཡིན་མིན་ཞིག་མ་རེད། དོན་དངོས་སུ་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ནི་དེང་གི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་  
 སྤུངས་མང་གི་མདུན་དུ་ལྟགས་གྱིན་པའི་གནད་དོན་གྱི་ཕྱོགས་འདུས་ཚུར་སྤང་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད།  
 དཀའ་ཚུགས་སྒྲ་ཚོགས་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པའི་དཔེར་མཚོན་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་ནད་ཀྱི་ཐབ་ཀ་ཀྱི་ཞིག་རེད།

ང་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན། ངས་ཡི་གེར་ཕབ་གྱིན་པ་མཐའ་དག་སེམས་གཏིང་ནས་འཕྱར་འོངས་པའི་ཡི་  
 གེ་ཡིན་ཞིང་། ང་རང་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་འཕྱུར་ཟིན་འགོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ངས་ནམ་ཡང་རང་ཉིད་  
 ཀྱི་སེམས་ཁུངས་ནས་བརྗོད་འོངས་པའི་འབོད་སྐད་ལ་བརྩི་བཀུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རང་ཉིད་ལ་སྤྱུལ་ལྟག་  
 ཐེབས་པ་འཇམ། སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་པ། དངངས་འགྲུལ་ཐེབས་པ། དྲྀགས་སྤྱུལ་ཐེབས་པ། གཡོ་  
 སྤྱུལ་ཐེབས་པ། སྒྲོ་སྤྱུལ་ཐེབས་སྐབས། ངས་ཤེས་བྱུང་བ་ནི་ཟིན་གྱིས་འདེབས་རན་ལ་བསྐྱེབས་ཟིན།  
 བོད་ནང་དུ་ང་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་པ་དུས་རྒྱུན་དུ་འདི་ལྟ་བུའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་འོག་ཏུ་བྱལ་ཁྱོད་མེད།  
 སྐབས་ལ་ལར་དོན་དག་ཅི་ཡང་བྱུང་མེད་ཅིང་། མི་སོགས་གྲོངས་མེད་ལ་འཁྱུངས་ཀྱང་མེད། གཅིག་  
 བྱས་ན་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཅི་ཡང་མཐོང་མེད་ཀྱང་གྲིད། རྒྱ་མཚན་ནི་སྐད་ཅིག་མ་གྲངས་མེད་ཀྱི་ཁོད་ནས་དུས་  
 ཡུན་ཤིན་ཏུ་བྱུང་བའི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་གི་ནང་དུ་དེ་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་ཐབས་གང་དུ་ཡོད་དམ།  
 ཡིན་ནའང་། སྐད་ཅིག་མ་འདིའི་ནང་དུ་ངས་སྒྲོ་བུར་དུ་འོད་སྤང་དེ་འདྲ་ཞིག་མཐོང་སོང་། ཏན་ཏན་ཉིན་རྒྱུན་  
 ས་སྐང་འདི་འོད་ཀྱིས་སྒྱུར་བཞིན་པའི་འོད་སྤང་དེ་སྤྱི་ཀྱང་དོ་སྤང་མི་བྱེད་པའི་དུས་ཡུན་འདིར་མཐོང་བྱུང་།

མཛེས་སྤྱུག་གིས་བཟུབས་ཤིང་མི་སེམས་སྤྱུལ་བའི་འོད་སྣང་དེ་ཡ།

༡༣

འོན། ང་རང་གི་སེམས་ཁུངས་སུ་བཅོལ་བཞིན་པ་འདི་ཁོ་རང་ཚོའི་སེམས་ཁུངས་སུ་འང་བཅོལ་བཞིན་  
ཡོད་དམ། ངས་ཉ་གོ་བྱབ་མ་སོང་། གང་ལྟར་ངའི་ཁྱེད་གཅིག་དང་ཤ་རུས་གཅིག་གིས་བྱུ་  
ནའང་། ངས་ད་དུང་ཉ་གོ་བྱབ་མ་སོང་ཞེས་བཤད་འདོད། འོན་ཀྱང་། ངས་དངོས་སུ་ཐོས་བྱབ་པ་ནི། ནམ་  
རྒྱུན་དུས་ཡུན་འདིའི་ནང་། ང་ཚོར་རང་དབང་མེད་པར་སྐད་ཆ་ཚིག་གཅིག་བསྒྲོ་བཞིན་པ་དེ། ཡི་གེ་དྲུག་  
མ་སྟེ། ཨོམ་མ་ཁི་པ་དྲུའེ་རུམ། ང་རང་། ཁོ་རང་། མོ་རང་། ཐ་ན་བསིལ་རྒྱུ་ཁྱོད་ཀྱང་ཕྱི་ཤིང་མ་ཆེ་  
སྟོག་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་སྐད་གདངས་དམའ་མོས་ཡི་གེ་འདི་དག་བསྒྲོ་བཞིན་པས། དེ་ནི་ས་སྐད་  
འདིར་མེལ་ཆེ་གནང་བར་ཁས་འཆེས་ཟིན་པའི་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་ཡི་གེ་  
དྲུག་མ་རེད། ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ཚོ་བརྒྱ་ལ་གཅིག་གྲགས་སུ་མ་བཏུ་རོགས། སྤྱི་བརྒྱ་གདངས་གཅིག་ཏུ་མ་  
སྐད་རོགས། ང་ཚོར་ཡི་གེ་དྲུག་མ་ལས་ནམ་ཡང་སྟོད་བཟོད་མེད་པའི་ཉོག་གཏམ་དག་དགོས་ཀྱི་རེད་  
འདོད་དམ།

༡༤

<<བྱ་གཏོར་བོད་ཀྱི་ལས་དབང>> རྒྱ་ཡིག་ནང་སྐད་ཆ་ཚར་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་འང་ངས་བཤད་འདོད་  
པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་སྟེ། རྒྱ་གཅིག་བྱས་ན་ངས་བོད་ཀྱི་མཚོན་རིས་ཤིག་མ་གཏོགས་བཀྲམ་བྱབ་ཀྱི་མེད་  
ནའང་། ཁྱོད་རང་ང་དང་མཉམ་དུ་ཡིད་སེམས་སྤྱོད་ཤིང་སེམས་པ་གྲང་བའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་དངོས་  
ཡོད་ནང་བསྐྱོར་བསྐྱོད་ཐེངས་ཤིག་གནང་བ་ཡིན་ན། དེ་གའི་ནམ་མཁའ་སྟོ་ཞིང་དུངས། གངས་རི་མིག་  
ལ་འཆར། དགོན་པར་གསེར་མདོག་བཀྲ་གནས་དེ་ནས་འབྱུང་དང་ཞོར་གནག་ད་དུང་དཀྲུགས་པ་དང་  
རྩམ་པ་བཅས་ཡོད་པར་མ་ཟད། མི་དམངས་ས་ཡ་དུ་མ་ལྟ་འདྲེ་དང་མཉམ་དུ་ལོ་རྒྱུད་ཕྱག་ལྟག་གི་  
སྤྱིང་འཇགས་ལ་རོལ་ཕྱོད་མོད། དེང་སྐབས་ས་སྐད་དེ་རྒྱ་ལོག་ཏུ་མནན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཁོར་ཆེན་ལ་  
གཡོ་ཡོམ་ཐེབས་འདུག་གོགས་པོ་ཚོ། ང་ཚོས་མཉམ་གཅིག་ཏུ་བོད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་ལས་དབང་སྤྱད་  
གསོལ་འདེབས་བྱེད། །

ཁ་གསལ།

༡

༼རྒྱུ་འཕུད༽ཟེར་བ་ནི་ཉེས་ཅན་གཅིག་ཕུར་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གིན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ལྷན་མེན་ཞེས་  
ཀྱིས་རང་ཉིད་ནས་དོན་དངོས་དང་མཐུན་པའི་ཚུལ་ཡིག་སྟེལ་བར་རྒྱུན་བྱས་གཞིན་སྤྱོད་ཐེབས་པར་ངོས་  
འཛིན་གྱིས་༼ཡི་གེར་རྒྱུན་བྱས་བོད་ལྗོངས་སུ་རྒྱུ་འཕུད་བཏང་བ་ནི་ལོ་རྒྱུས་སྐད་ནས་ང་རང་ཨང་དང་  
པོ་ཡིན་ངེས༽ཞེས་ཆོག་ཐག་བཅད་ནས་བཤད་ཡོད། ཆོག་དུམ་འདིའི་ནང་དུ་ཁོ་ཐོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་བཙོ་  
དང་ཤུགས་བསྐྱོན་བྱས་པའི་གྲུབ་ཆ་ག་ཚད་ཅིག་ཡོད་མེད་ལ་མ་བལྟས་པར་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་བའི་ནང་  
རྒྱ་ནག་ནང་ས་ནས་བོད་ལྗོངས་སུ་བསྐྱེད་པའི་སྒོ་བ་ལྷ་ཆེན་མོ་བ་དང་སྤྱི་ཅུ་པ་ཉ་ཅང་མང་བའི་ཁར།  
དེའི་ཁྲོད་ཀྱི་ཁ་ཤས་ལྷན་མེན་ཞེས་དང་ལས་ཁུངས་གཅིག་པ་དང་སྡེ་ཁག་གཅིག་པའི་ནང་ཐུག་ལས་  
གནང་འདུག་པས། ཁོ་ཚོ་རང་གཞིན་སྤྱོད་ཐེབས་པར་རྒྱུན་བྱས་བོད་ལྗོངས་སུ་རྒྱུ་འཕུད་བཏང་ཡོང་བ་  
ཡིན་ནམ། གལ་ཏེ་ལོ་རབས་ལྔ་བཅུ་བའི་༼གཡས་སྐོལ༽ལམ་༼རིག་གསལ༽ཀྱི་དུས་སྐབས་ནང་  
བོད་ལ་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་ཡིན་སྲིད་པ་དང་ལྷན་མེན་ཞེས་ལའང་གནས་ལུགས་ཡོད་པའི་སྒོ་  
ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཚོ་ལོ་རྒྱུས་སྐད་དེ་འདྲའི་སྒོ་གར་རང་བཞིན་གྱི་ཡིག་རྟོག་གཅིག་ཡོད་འོས་པ་ཞིག་  
ཡིན། འོན་ཀྱང་། དངོས་གནས་ལོ་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ནང་ཆབ་སྲིད་སྐད་ནས་གཞིན་སྤྱོད་ཐེབས་པ་ཞིག་  
ཡིན་ན། ཁྲོད་རང་བོད་ལྗོངས་སུ་རྒྱུ་འཕུད་བཏང་བ་ཅེས་མ་ཡིན་པར་བོད་ལྗོངས་སུ་ལས་ཁུངས་མཐའ་  
དག་ནང་དམིགས་བསལ་ཡོད་པའི་རིག་གནས་སྡེ་ཁག་ཅིག་ཏུ་རྒྱུ་འཕུད་ཀྱིས་ལས་ཀ་བྱེད་དུ་འཇུག་  
སྲིད་དམ། བསམ་སྒོ་ཞིག་ཐོངས་དང་། ལྷ་གྲུབ་ཡོད་ཚད་ལས་མཐོ་བར་འཛིན་བཞིན་པའི་རིག་གནས་  
ཀྱི་སྡེ་ཁག་ཅིག་ཏུ་རྒྱུ་འཕུད་༽ཐེབས་པའི་ལྷ་གྲུབ་མི་མཐུན་པའི་མི་སྤྱི་ཞིག་འཛིན་མི་སྲིད་པ་དང་།  
དེ་ནི་ཉ་ལམ་རང་མེད་ཏང་དམར་ཤོག་ཚོགས་པར་གོ་སྤྱོད་མཆོད་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཅ་  
བ་ནས་མིན། དེ་བས། ཁོ་ཐོར་དོན་དངོས་སུ་གཞིན་སྤྱོད་ཐེབས་ནས་རྒྱུ་འཕུད་གཏོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན།  
ཁོ་ཐོ་རྒྱུ་འཕུད་ཏུ་བཏང་ཡུལ་མཚོ་སྤྱོད་ཡོད་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་གསང་རྒྱ་དམ་པའི་བཙོན་རའམ།  
མངའ་རིས་དང་ནག་རྒྱུར་ཡོད་པའི་མི་མེད་ལུང་སྤྱོད་དག་ཡིན་སྲིད་པ་ལས་བོད་ལྗོངས་ཀྱི་བསྟོ་གནས་ལྷ་

ས་ཡིན་མི་སྲིད་པའི་ཁར། མངའ་སྡེ་རིམ་པའི་དུས་དེབ་ཅིག་གི་ཚུལ་སྒྲིག་པའི་ལས་འགན་དེ་བས་ཀྱང་  
 འགོ་ལ་མི་སྲིད་པ་ཞིག་ཡིན། རོན་ལ་ཁྱུ་མེན་ཞེས་ཀྱང་ནམ་རྒྱུན་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆོ་བརྒྱད་རིམ་དེ་ནན་  
 བཤད་བྱེད་ཀྱིན་པར་དམིགས་ཡུལ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། བརྒྱད་རིམ་དེར་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་འོངས་  
 གྲགས་ལས་ལྷོག་པ་༽ ཟེར་བའི་རྣམ་པ་དེ་སྤྱད་ནས་བོད་ཀྱི་འགྲེལ་བརྗོད་ཚད་ལྡན་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་སྟོན་  
 བ་ཞིན་པར་མ་ཟད། མི་ཆོ་བརྒྱད་རིམ་འདི་དག་ནང་ཞུགས་མ་སྟོང་བའི་མི་རྣམས་སམ། སློས་སུ་ཞིབ་  
 འཛུགས་པ་རྣམས་ལ་ཁྱུ་མེན་ཞེས་རང་ཉིད་ཀྱི་གཞན་དང་མི་མཚུངས་པའི་མི་ཆོ་བརྒྱད་རིམ་འདིར་རྒྱུན་  
 བྱས་ཁོ་བོས་བཤད་པ་དང་འདྲོད་པ་འཕམ། དེས་ཚིག་བཀོད་པའི་བོད་ནི་ཆེས་བདེན་པ་དང་ཆེས་རྒྱས་ལོན་  
 ཟབ་པ། ཆེས་ཟབ་ཚད་ལྡན་པ། ཆེས་སློ་རོལ་ཤོད་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་གཞན་གྱིས་བཤད་པ་མཐའ་དག་  
 གམ། ཉ་ལམ་ཡོད་ཚད་སློ་བཟོ་ལས་གྲུབ་པར་སྟོན་བཞིན་པའི་ཁར། རང་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་ཀྱིན་པའི་སྐད་  
 ཆ་འོས་འཚམས་རང་བཞིན་ཅན་དུ་བསྒྱུར་སྤྱད་ཁྱུ་མེན་ཞེས་ཀྱིས་ཡང་དང་བསྒྱུར་དུ་སྤྱད་སྤང་མེད་པའི་  
 ལམ་ནས་བོད་བསྟོད་བརྒྱད་རིམ་དེ་རང་ཉིད་ལ་གཞན་སྟོན་ཐེབས་པ་ཞིག་དང་རྒྱང་འཕྲད་བརྒྱབ་པ་ཞིག་  
 ཏུ་བརྗོད་ནས་བོད་བསྟོད་སྟོང་བྱང་དེ་ཉ་གཞོན་གཟུགས་རང་བཞིན་ཅན་༽ ཟེར་བར་བསྒྱུར་འདུག

༢

མདང་དགོང་དཔེ་དེབ་ཅིག་ནམ་ལངས་རག་བར་དུ་བཏུགས་པ་ཡིན། དེབ་དེའི་མིང་ལ་<<བོད་  
 ནིང་འེལ་བྱིས་ཡིན། བོད་མི་ཞིག་གིས་སྟོད་ལ་བོད་རོལ་ཞིག་གི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་>> (རྒྱ་ཡིག་ཟེར་  
 ཞིང་། ཚུལ་པ་པོ་ནི་ལོ་ན་ ༧༢ མོན་པའི་བྲག་ཤིས་ཆོ་རིང་ལགས་ཡིན་པ་དང་། སྐད་པོ་འདིའི་མི་ཆོ་ལོ་  
 རྒྱུས་ནང་གི་ཁྱད་མཚར་དང་དཀའ་སྤྱད་དག་ཉ་ལམ་སྟོན་འཛིང་ཆེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་གི་བོད་ཀྱི་དེང་  
 རབས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བསྒྲུབ་གཟུགས་རང་རེད། ཁོ་བོ་གཙང་གི་བྱིས་ཚང་པལ་བ་ཞིག་ཏུ་འབྱུངས་ཤིང་།  
 སྤར་ཏུ་ལའི་སྤྲོ་མའི་རོལ་དབྱངས་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༧ ལོར་རྒྱ་གར་  
 ལ་སློབ་སྦྱང་དུ་བསྟེན། རྗེས་སོར་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ས་ཤ་ཤིན་ཀློན་ཆེན་དུ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་  
 རག་ཡོད་ནའང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༣ ལོར་ཨ་རིའི་འཛོལ་གསར་བར་གྱུས་མཐུན་ཞུས་ནས་བོད་ནང་ལོག་  
 ཡོད་པ་དང་། བོད་ནང་ལོག་རྗེས་ཞན་ཡང་བོད་ལྗོངས་མི་རིགས་སློབ་གླིང་དུ་སློབ་སྦྱང་ལ་བསྟེན་འདུག



རྒྱུ་ལྡན་གསལ་རྟེན་སྐབས་སུ་དམར་སྤང་དམག་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་མའེ་ཙོ་རྟུང་གིས་དམར་སྤང་  
 དམག་མི་ཆེན་མོ་ཁྱེད་ལྟེན་འབྲུག་གནང་བའི་གྲས་སུ་ཡོད་པོད། རྗེས་སེར་རྒྱ་གསལ་ཉལ་བའི་ཉེས་  
 མིང་། འོག་བཙོན་ཁང་དུ་ཚུད་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ལོར་གཞི་ནས་སློང་གྲོལ་ཐོབ། བོད་ནང་ལོག་རྗེས།  
 <<བོད་རྒྱ་དབྱིན་གསུམ་ཤན་སྤྱར་ཆོག་མཛོད་>> ཕྱོགས་བསྐྱེགས་བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། མ་དུལ་  
 བསྐྱེད་བྱས་སློབ་གྲྭ་བཅུགས་ཡོད་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་རྩལ་ཤུགས་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་གཞིས་ཀ་ཅེ་  
 ས་ཁུལ་དུ་སློབ་གྲྭ་ ༥༠ལྷག་འཛུགས་གཉེར་བྱས་བྱས་པ་དཔུལ་པོ་སྟོང་ལྷག་དུ་མ་སློབ་སྦྱང་གི་ལམ་  
 ཁར་བཅུག་འདུག ཁོ་བོ་བོད་སྟོང་བར་སྐྱུག་གོ་བ་དང་བོད་གསལ་བར་རེ་བའི་ཁེངས་པ་གཉིས་ཤུགས་  
 སྒྲགས་པ་དང་། ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་བ་བཅས་ལྷག་ལུས་མེད་པར་བོད་ལ་སེམས་གཏིང་ནས་དགའ་  
 བའི་བྱ་སྤྱད་ཁོད་སེམ་ཡོད་ཅིང་། ཁོ་བོས་བརྗོད་ཀྱིན་པའི་བོད་ནི་ངས་ག་དུས་ཀྱང་མཐོང་མ་ཆུང་བའི་བོད་  
 ཅིག་ཡིན་པའི་ཁར། སློ་རོལ་ཤོད་དཀའ་བའི་བོད་ཅིག་ཀྱང་རེད། གཙོ་བོ་སྐྱེ་བྱུངས་མི་གཅིག་པ་དང་ལྟ་  
 རྒྱ་མི་མཚུངས་པ། དེ་ལས་ཀྱང་མང་བ་ནི་ལོ་སྐྱེའི་བརྗེས་ཁོད་ཡོད་པ་དང་། ཁོ་བོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལས་  
 དབང་སྤྱོད་མོ་ནས་གཏན་ལ་འཁེལ་ཆར་བས། སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་བ་ཞིག་གི་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་ཐབས་  
 མེད་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། འོན་ཀྱང་། བླན་པོ་ཁོང་འདི་འདྲའི་ཀྱག་ཀྱོག་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱུད་རྗེས་སྐད་ཆ་ཆོག་  
 གཅིག་བཤད་པ་ནི། རྒྱ་བོད་ནི་ང་རང་ལ་མཚོན་ན་འདུ་ཤེས་ཤིག་གམ་དོན་སྤྱི་འདོམས་གྲུབ་པའི་ཐ་སྙད་  
 ཅི་མ་དུ་མ་ཟད། དེ་ནི་ས་ཆ་ཞིག་སྟེ། ང་རང་གི་ཁྱིམ་ཆང་རེད། ཆོག་ཐེང་འདི་གྲོག་རྗེས་ང་རང་གི་  
 གཤོད་པ་ཉོབ་ཐུག་ཁ་ལ་མིག་རྒྱས་བརྒྱན་སོང་། དེས་གནས་ཡིན། ང་རང་གི་སེམས་པ་ཉ་ཅང་སྐྱེ་  
 སོང་། རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་དེའི་སེམས་ཁོངས་སུ་འང་ཁོང་དང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་བཙེ་བ་དོམ་ཞིག་ཡོད་  
 པས་ཡིན་ངས། ང་རང་གི་རེ་བར་གཤམ་སྲིད་མི་ཆོ་ཤིལ་བོའམ་ཕྱེད་ཀ་རིན་དོད་དུ་སྤུལ་དགོས་ན་འདྲ། འདི་  
 ལྟ་བུའི་དོན་སྟོང་ཅན་གྱི་དཔེ་དེབ་ཡག་པོ་ཞིག་འབྲི་བྱས་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུམ། འོན་ཀྱང་། ང་རང་ལ་སྟོང་  
 སྟོབས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རྒྱུ་ཡིན་མིན་དུང་བཤད་བྱས་ཀྱི་མི་འདུག  
 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ལོའི་ཟླ་ ༥ཚེས་ ༡༩ཉིན་ལྷ་སར་བྱིས།

# ༡༣༥༡༡༡

དཔེ་འདྲི་ཐོག་དང་པོ་ནས་བཟུང་། སྐྱེ་ཞབས་ལྟོང་སྐྱེས་སམ་མལ་ཏུ་དངོས་མིང་ལྟ་སྟེ་གནས་ལོ་ཡག་དང་  
གྲས་མོའི་ཁྱོ་ག་སྟག་ལྟ་རྒྱལ་བཅས་དེ་དག་སྐྱེས་མཉམ་རྒྱུ་གིས་བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ཚོམ་པ་པོ་གྲགས་  
ཅན་འོད་ཟེར་ལགས་ཀྱི་ལྷག་ཚོམ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ < < བོད་གདངས་སྤྱི་བའི་སྟན་ཚོམ་ > > ལས་  
ཞོར་དུ་བསྐྱར་འགོ་བཙམས་ཤིང་། ད་ལྟ་ལེགས་སྒྲུབ་བྱུང་མཚམས་ཡིན་སྟབས། རོར་འཕྱག་གི་ཆ་ཅི་  
མཆིས་མཁུན་ལྟན་ཀྱན་གྱིས་ཡོ་བསྐྱང་ཡོང་བའི་རེ་བ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

གྲོག་པ་པོར་ཁྱེའོས་པའི་སྐད་ཆ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི། ལྷག་ཚོམ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་འདིར་དེང་རབས་  
བོད་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་པོ་བྱང་པོ་དྲུ་ལའི་སྤྱ་དེང་། གོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེར་བཅངས་པའི་དད་འདུན། རྒྱལ་  
བ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྟུང་། བོད་མིའི་རང་གཤིས་དང་འབྱུར་དུ་མེད་པའི་དད་འདུན། བོད་ཀྱི་མི་རབས་  
གསར་བའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྟངས་ལ་སློབ་འཆོའ། མཛེས་སྤྱད་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིན་རྟེན་  
འོག་དུ་ཡོབ་པའི་སྤྱད་ཡུས་བཅས་ཀྱི་ཞིབ་འཛིན་བཞེད་ཡོད་ན། དངོས་གནས་འོད་ཟེར་ལགས་ཀྱིས་  
གསུངས་པ་རང་སྟེ། གྲྲ་ཚོམ་འབྲི་བ་ནི་ཡུལ་སྐྱོར་དང་ཚོམ་འབྲི་བ་ནི་གསེལ་འདེབས། ཚོམ་འབྲི་བ་ནི་  
དངོས་མཐོང་གི་དཔང་རྟགས་ཟིན་ཐོ་ཡིན་ཞེས་པའི་འཆོལ་སྟེག་ལག་ལེན་དུ་བསྐྱར་བ་ལས་གཉིས་  
སྤྱི་མ་མཆིས་པས། བོད་ཀྱི་ཚོམ་པ་པོ་སྤྱི་དང་སྐྱོས་སྤྱི་གསར་ཚོམ་ལ་འཕྱག་མཁན་ཀྱན་ལ་འཆོལ་སྟེག་  
གི་ཁ་ཕྱོགས་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་སྟན་སྒྲུབ་ཡོད་པར་འདོད།

མཐར་ཚུལ་དེབ་འདི་བོད་བསྐྱར་ཆོག་འཕུས་ཀྱི་ཆོག་མཆན་གནང་མཁན་བྱད་མེད་ཚོམ་པ་པོ་ གྲགས་  
ཅན་འོད་ཟེར་ལགས་དང་། ཡིག་བསྐྱར་གོ་རིམ་ཁོད་རྟགས་རམ་གནང་མཁན་ཡོངས་དང་དཔར་བསྐྱར་  
མ་དངུལ་གསེལ་བསྐྱུལ་གནང་མཁན་རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་དོན་ལས་འགྲུལ་ཁང་གི་ཁོངས་གཏོགས་རྩ་འོ་  
ཡོད་ཐེབས་ཚུ་ཆོགས་པ། དཔར་བསྐྱར་གྱི་རྒྱབ་བསྐྱོར་གནང་མཁན་རྒྱ་གར་རྩ་རམ་སྤྱི་ལར་རྟེན་གཞི་  
བྱས་པའི་ཤེས་བྱ་ཀྱན་འདུས་ཚོམ་སྤྱི་གཉིས་གནས་བཅས་ལ་སྤྱིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏོང་ནས་སྤྱད་ཆེ་  
ཞུ་བཅས།

ལྷགས་མོ་འཛོམས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༦ལོའི་ཐེངས་ ༢༥ཉིན་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ས་ཨ་ཤིན་ཏེན་ནས་བྲིས།

# བརྒྱུད་ལུགས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲེལ་གྱི་འཕྲིན་ལྗོན།

ལྷགས་མོ་འཛོ། རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པ་དང་ལེན་དང་པོའི་ལྷ་ས་ལྷ་ས་ལགས། ང་ཡི་པ་ཡུལ་སྡེ་དགོ།  
སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༤ལོར་བོད་མདོ་སྐད་བོད་སྐད་ཀྱི་ལྷ་ས་ལགས་སྡེ་བར་སྤྱོད། ལོ་ན་ཆུང་དུས་  
ནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་འགྲེལ་ཏེ། ༡༩༨༤ལོར་ལན་དུ་གསུམ་ལན་གྱི་འབོད་ཀྱིས་བྱང་མི་  
རིགས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་བོད་ཡིག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ M.A ཞིབ་འཇུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
བྱང་མི་དེ། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
ལས་ཀ་བསྐྱབས་ཐོབ་ཡོད་ལ། བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་དུས་དེབ་འདྲ་མིན་ཐོག་བོད་ཡིག་རིགས་  
གཉིས་ནང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
རིང་རྒྱུ་གཞི་བྱས་པའི་ཞེ་ཡ་རང་དབང་ཆུང་འཕྲིན་ལང་དུ་ལས་ཀ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
ཀྱི་རྒྱུ་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
བྱང་མི་རིགས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
རིང་གཉིས། ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
ཀྱི་ཆུང་འཕྲིན་ལང་གི་(vot) ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
དེང་སྐབས་གཙོ་བོ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དོན་གནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་  
ས་ཁུངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལང་གི་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ལོར་ཆུང་གསུམ་

ལྷ་སྡེ་གནས་ལོ་ལྷག་ རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པ་དང་ལེན་དང་པོའི་བར་སྐད་ཅེས་པའི་ལེན་དང་པོའི་ལྷ་ས་ལགས་སྡེ་བར་  
ལེན་དང་པོའི་ལྷ་ས་ལགས་སྡེ་བར་སྤྱོད།

ལྷན་མིང་ལྟེང་སྐས་སམ་མལ་ནུ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༠ལོའི་ཟླ་ ༡ཚེས་ ༡༠ཉིན་བོད་མདོ་སྨད་ཉང་ངམ་ཐང་དུ་  
 གྱུས། ༡༩༩༢ལོར་མཚོ་སྔོན་མི་རིག་མཐོ་རིམ་དགེ་འོས་ཆེད་སྦྱང་སློབ་གྲུའི་བོད་ཡིག་སྡེ་ཁག་ནས་  
 སློབ་མཐར་ཕྱིན། བོད་ནང་སློབ་ཁྲིད་ཞིབ་འཇུག་པ་དང་། རྒྱ་ལ་ཁབ་ཁ་བྲལ་བའི་། གོ་ཐོབ་རིག་སྦྱང་།  
 ༡༩༩༩ལོ་འགོར་རྒྱ་གར་དུ་བཅོན་གྱིལ་ལ་འབྱོར། ༡༩༩༩ལོ་ནས་ ༢༠༠༥ལོར་བོད་གཞུང་བོད་གནས་  
 ཉམས་ཞིབ་ཁང་དུ་<<བོད་རྒྱའི་ས་མཚམས་ལོ་རྒྱུས་རགས་བཤད>>མ་ཟིན་བཅུ་བཅུ་ ༢༠༠༥ལོའི་  
 ཟླ་ ༩ནས་རྒྱ་ལ་སྤྱིའི་བོད་དོན་ལས་འགུལ་ཁང་གི་རྒྱ་སྐད་བཅའ་སྡོད་ཉམས་ཞིབ་པ་དང་། བརྒྱམས་  
 ཚོས་ཐད་བོད་ཀྱི་བཅོན་མའི་སྟན་དེབ་ཐོག་མ་<<མཁར>> དང་དེའི་རྒྱ་འབྲུང་མ། <<བོད་མིའི་  
 བསམ་འདུན་ཡུག་གཅིག>>རྒྱ་ཡིག་དབྱེ་རྩོམ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ བོད་རྒྱ་ཡིག་རིགས་གཉིས་ཀྱི་  
 སྟན་རྩོམ་དང་དབྱེ་རྩོམ་བརྒྱ་ཕྲག་ལྷག་དང་། དེད་ག་གི་དབྱིན་འབྲུང་ཁ་ཤས་བཅས་ཡོད།