

མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོ་ལས་ལོ་རྒྱུས་
སྤྱིའི་གཞུང་ཤིང་།

ཏོར་གཙང་འཛིགས་མེད་ཀྱིས་བཅམས།

དཔེ་མཛོད་ཁང་གིས་དཔར།

དཔར་སྐྱོན་གསལ་བཤད།

༡༡། སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་དང་
མཐུན་འགྱུར་གནང་བ་ལྟར་སྤྱི་བུར་ཉོར་གཙང་འཛིགས་མེད་ལགས་ནས་ལོ་ངོ་དགུའི་རིང་
འབད་པ་ལྟོད་མེད་བགྱིས་འབྲས་ད་ལམ་མདོ་སྦྱང་ལོ་རྒྱུས་སྒྲུགས་བམ་དུག་ཏུ་གྱུར་པ་འདི་ག་
པོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་དཔར་སྐྱོན་བྱ་བྱུང་བར་དགའ་བ་འཕེལ། ད་ལྟོ་པོད་ནང་
གི་དཀའ་ངལ་གཉན་འཕྲང་གི་གནས་ཚུལ་དང་པ་རོལ་པོས་བསམ་བཞིན་དུ་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
འཁྱོག་བཤད་བྱེད་པའི་སྐབས་འདིར་དད་པ་དག་སྣང་དང་སྦྱང་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་བཅས་མིན་
དངོས་ཡིད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་འགོད་དང་བྱབ་སྤེལ་བྱུང་བ་ཤིན་ཏུ་གལ་འགངས་ཆེ་བས་ཚུ་མ་
པ་པོས་ཀྱང་ཁ་སྤྱོད་མཐོར་བཤད་། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྣངས་དེང་རབས་ཀྱི་ལེགས་
ཆ་དང་མཐུན་པ་སོགས་བྱེད་ཆོས་གཟེངས་ཐོན་མང་དག་ཅིག་འདུག་པར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་
ལེགས་སོ་ཞུ་བཅས་པོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་འགན་མིང་འཛིན་པ་སྟོ་མས་ལས་པ་ལྷག་ཏོར་
བྱིས་ ༢༠༠༩ ཕྱི་ཟླ་ ༡ པོའི་ཆེས་ ༡༠ ལ། །

© 2009 The Library of Tibetan Works & Archives
First Edition 2009

ALL RIGHTS RESERVED

No portion of this book may be reproduced or used
in any form, or by any means, without prior permis-
sion of the publisher.

ISBN: 978-81-86470-82-4

Published by the Library of Tibetan Works & Ar-
chives,
Dharamsala, H.P. and printed at ?

བོད་མི་མང་ལ།

Tibetans

ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་ལྷན་སྐྱེད་ཀྱི་འགྲུལ་འདྲི་ལྟར་ཆགས་ཆགས་ཀྱི་དཀར་ཆག

དཔེ་སྐྱེད་གསལ་བཤད།	3
ཐུགས་རྗེ་ལེགས་གསོལ་བོད་ཡིག	15
ལོ་རྒྱུས་བྱང་རིམ་རྒྱུད་བོད་ཡིག	23
ཐུགས་རྗེ་ལེགས་གསོལ་དབྱིན་ཡིག	38
ལོ་རྒྱུས་བྱང་རིམ་དབྱིན་ཡིག	43
ཚུལ་པ་བོ་མཆམས་སྟུང་།	54
ཐུགས་རྗེ་ལེགས་གསོལ་བོད་ཡིག	1
མདོ་སྐྱེད་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོའི་བྱང་རིམ་བོད་ཡིག	17
ཐུགས་རྗེ་ལེགས་གསོལ་དབྱིན་ཡིག	33
མདོ་སྐྱེད་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོའི་བྱང་རིམ་དབྱིན་ཡིག	38
བོད་ཡུལ་ཆགས་སྟུང་།	1
དང་བོ། བོད་སྐྱེད་གནས་བབ།	1
གཉིས་པ། མདོ་སྐྱེད་ཀྱི་རི་དང་རི་རྒྱུད།	13
གསུམ་པ། མདོ་སྐྱེད་ཀྱི་ཆུ་དང་ཆུ་རྒྱུད།	27
བཞི་པ། མདོ་སྐྱེད་ཀྱི་མཚོ་དང་མཚོ་ལྷོ།	34

VIII

ཐོད་ཏུ་འགྲོ་བ་མི་བྱུང་ཚུལ།	39
༡། གཞོན་སྐྱེན་ནག་པོ།	59
༢། མགོ་གཡག་བདུད།	60
༣། སྤྲོན་པོ་གཉན་རིང་།	61
༤། དམར་འཇམ་ལྷ།	62
༥། དམུ་རྒྱལ་ཁོ་རྩེ།	63
༦། ཀྲོག་ཀྲོག་འབྲེ།	64
༧། མ་སངས་རུ་དགུ།	64
༨། ལྷ།	65
༩། རྒྱལ་བོ།	66
༡༠། འགོང་བོ།	66

གནའ་ཇུས་ཀྱི་ཚོག་ནས་ལོ་རྒྱུས་ལུ་འདེད།	73
གཅིག རྫོ་ཆས་རྫིང་མའི་དུས་སྐབས།	73
གཉིས། རྫོ་ཆས་གསར་མའི་དུས་སྐབས།	75
གསུམ། ཕུར་རྒྱལ་དང་ཕུར་རྒྱལ་བཅན་པོའི་དུས་རབས།	79
བཞི། ཁྱེ་བྲག་མདོ་སྤྲད་ཀྱི་གནའ་ཇུས།	81
ལྔ། རྫོ་ཆས་ལས་མདོ་སྤྲད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལུ་འདེད།	89

འ་ཁ་དང་བྱུག་བྱུ་རྒྱལ་བྲན་གྱི་སྒོར།	93
དང་བོ། འ་ཁའི་རིགས་རུས་ལ་དབྱད་པ།	93
གཉིས་པ། འ་ཁ་དང་འོར་གཉིས་གཅིག་ཡིན་ནམ།	105
གསུམ་པ། འ་ཁ་གནས་ཡུལ་ངོས་བཟུང་བ།	108

བཞི་བ།	འཛ་དང་དུ་གྱ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་བསྐྱབས་པ།	109
སུམ་པ་རྒྱལ་ཕྱན་གྱི་ལོ་རྒྱུས།		125
སྒྲོང་མི་ཉག་རྒྱལ་ཕྱན་གྱི་སྒྲོར།		135
འདྲེན་རྒྱལ་ཕྱན་གྱི་སྒྲོར།		150
ཆུང་གི་སྒྲོར་ལ་བརྟེན་ཆུང་ས།		156
ལི་ཡུལ་རྒྱལ་ཕྱན་གྱི་སྒྲོར།		167
དང་པོ།	སྤྱི་ལོ་གནས་བབ།	167
གཉིས་པ།	ལི་ཡུལ་ངོས་འཛིན།	171
གསུམ་པ།	ལི་ཡུལ་བའི་རྒྱལ་རབས།	177
བཞི་བ།	ལི་ཡུལ་བའི་རིགས་རྒྱུད།	179
ལྔ་བ།	ལི་ཡུལ་འབྲེལ་ནས་མཐོང་བྱུང་།	184
དྲུག་པ།	རི་ལྷོ་ནང་བསྐྱེད་ལི་ཡུལ་དུ་དར་བ་ཡིན་ནམ།	188
ལོ་རྒྱུས་སྒྲོན་འགྲོའི་བསྐྱེད་ཁག་ཅིག་ངོས་འཛིན་དང་དབྱེད་ཞིབ།		195
དང་པོ།	བོད་ཅེས་པའི་མིང་གི་གོ་དོན།	195
གཉིས་པ།	བོད་ཅེས་པའི་མིང་གི་བྱུང་ལུང་།	198
གསུམ་པ།	བོད་ཆེན་པོ་ངོས་འཛིན།	200
བཞི་བ།	མདོ་ཁམས།	202
ལྔ་བ།	མདོ་ཁམས་སྐང་དྲུག་	204
དྲུག་པ།	མདོ་ཁམས་སྐང་གསུམ།	206
བདུན་པ།	ཁམས།	208

བརྒྱད་པ།	མདོ་སྟོང་།	213
དགུ་པ།	མདོ་སྟོང་།	216
བརྒྱ་པ།	ཆོལ་ཁ།	219
བརྒྱ་གཅིག་	ཙོང་ཁ།	228
བརྒྱ་གཉིས།	གཡར་མོ་ཐང་།	232
བརྒྱ་གསུམ་པ།	ཨ་མདོ།	235
བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་དོ་བོ་ལ་དབྱེད་པ།		241
གཅིག་	བོད་ཡུལ་སྤྱིའི་གནས་བབ།	241
གཉིས།	མདོ་སྟོང་སྐོར་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དབྱེད་པ།	255
གཉའ་ཁྲི་ནས་དར་མ་བྱུ་བྱམ་བཅན་བར་གྱི་མདོ་སྟོང་།		261
དང་པོ།	གནས་བབ་སྤྱིར་བཏན་པ།	261
གཉིས་པ།	གཉའ་ཁྲི་ཡར་སྟོན་མདོ་སྟོང་དུ་བོད་མི་ཡོད་དམ།	264
གསུམ་པ།	གཉའ་ཁྲི་ཡར་སྟོན་མདོ་སྟོང་གི་ཤེས་རིག་	267
བཞི་པ།	བཙན་པོའི་རྒྱལ་རབས་སྐབས་ཀྱི་མདོ་སྟོང་།	269
ལྔ་པ།	སྐབས་དེའི་མདོ་སྟོང་གི་རྒྱ་ཁྲོན།	271
དྲུག་པ།	སྐབས་དེའི་མདོ་སྟོང་གི་རྒྱ་ལུགས་སྟོན་ལམ།	273
བདུན་པ།	སྤྱི་ལོ་༦༠༠།༧༠༠ བར་གྱི་མདོ་སྟོང་།	283
བརྒྱད་པ།	མགར་སྟོང་བཙན་ཁྲིམ་རྒྱུད་དང་མདོ་སྟོང་།	286
དགུ་པ།	བཙན་པོའི་དབུང་དམག་གིས་མཐའ་སྤྱང་།	290
བརྒྱ་པ།	སྤྱི་ལོ་༧༠༠།༩༠༠ སྐབས་ཀྱི་མདོ་སྟོང་།	292
བརྒྱ་གཅིག་པ།	སྤྱི་ལོ་༩༠༠།༩༠༠ སྐབས་ཀྱི་མདོ་སྟོང་།	305

ལྷ་ཁང་ལོགས་ལས་ཚོས་རིག་གི་བྱང་ཚད་ལ་སྟབས།	319
ཡུལ་དོ་བའི་གསར་བརྗེ་བྱེད་ལངས།	334
བསྟན་བའི་ཨོ་སྤྲུག་ནས་གསོས་བ།	343
མདོ་སྤྲུག་ཚོང་ཁ་རྒྱལ་བོད་སྟོན།	364
སྤྲིང་གི་སར་དང་མདོ་སྤྲུག་གི་ལོ་རྒྱུས།	397
དང་པོ། སྤྲིང་བྱང་བའི་དུས།	397
གཉིས་པ། སྤྲིང་གི་ལོ་རྒྱུས་འབེལ་རིམ།	400
གསུམ་པ། སྤྲིང་ཤུལ་ངོས་འཛིན།	404
བཞི་པ། མདོ་སྤྲུག་དང་སྤྲིང་གི་འབྲེལ་བ།	416
འོད་སོག་འབྲེལ་ལས་དང་དེའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱབ་སྐྱོངས།	421
དང་པོ། རྒྱུང་གི་ལྷན་གྱིས་སོག་ཡུལ་གཅིག་ཁྱུར་རྒྱ་བསྐྱེད།	421
གཉིས་པ། རྒྱུང་གི་ལྷན་གྱི་སྟོབས་ལྷགས་པོད་ཡུལ་དུ་སྟེབས་པ།	427
གསུམ་པ། སེལ་བུའི་ནམ་ཟུང་ཟད་དེ་སྤྲིང་ཡང་གཅིག་བསྐྱེལ།	433
བཞི་པ། ཧོར་སོག་དང་མདོ་སྤྲུག་གི་འགལ་འབྲེལ།	443
སྤྲི་སྤྲུག་ལག་གྲུས་འོད་ལ་དབང་བསྐྱུར་སྐབས་ཀྱི་མདོ་སྤྲུག།	459
དང་པོ། སྐབས་དེའི་པོད་སྤྱིའི་གནས་བབ།	459
གཉིས་པ། སྐབས་དེའི་མདོ་སྤྲུག་གི་གནས་བབ།	463
གསུམ་པ། རྗེ་ཚོང་ཁ་བས་རིག་གཞུང་གསར་བརྗེ་དང་པོད།	468

XII

བཞི་བ།	རྩོམ་ཁ་བ་དང་བོད་ཀྱི་སྤྱད་དོན་གནས་བབ།	480
ལྔ་བ།	གསོན་ཤུགས་ལྡན་པའི་རྩེའི་བསྟན་པ།	483
གཅིག	སྐབས་དེར་དབུས་ཁུལ་དུ་བཏབ་པའི་དགོན་ཤེ།	483
གཉིས།	སྐབས་དེར་ཁམས་ཁུལ་དུ་བཏབ་པའི་དགོན་ཤེ།	490
གསུམ།	མདོ་སྨད་ནས་བྱོན་པའི་རྩེའི་དངོས་སྟོབ་སྐོར་ཞིག	494
དྲུག་པ།	རྩེའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱིས་བོད་ལ་བཞག་པའི་ཤུགས་རྒྱུན།	495
བདུན་པ།	མདོ་སྨད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་གལ་ཆེན་སྐོར་ཞིག	503
རིན་སྒྲུབ་ས་མ་དང་གཙང་བ་ཕྱེ་སྤྱད་སྐབས་ཀྱི་ཨདོ་སྨད།		506
གཅིག	རིན་སྒྲུབ་ས་པའི་སྐབས།	506
གཉིས།	གཙང་བ་ཕྱེ་སྤྱད་སྐབས།	511
དང་བོ།	གཞུང་ས་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་དབུ་བརྟེས་པ།	514
གཉིས་པ།	གཞུང་ས་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་བའི་སྐོམ་གཞི།	520
གསུམ་པ།	གཞུང་ས་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་བ་དང་མདོ་སྨད།	520
ཕྱེ་སྤྱད་ས་ས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོའི་སྐབས་ཀྱི་ཨདོ་སྨད།		537
དང་བོ།	སྤྱིའི་ཆེང་ས་བསྟན།	537
གཉིས་པ།	ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་དག་གི་འགལ་འབྲེལ་སོགས།	554
གསུམ་པ།	ལྷ་བ་ཆེན་པོའི་ཤུགས་རྒྱང་རིང་བའི་འཆར་འགོད།	570
བཞི་བ།	རྒྱལ་དབང་དྲུག་པའི་འདས་ལོའི་སྐོར་ལ་དབྱད་པ།	574
རྒྱལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་སྐབས་ཀྱི་ཨདོ་སྨད།		581
དང་བོ།	སྤྱིའི་གནས་བབ།	581

གཉིས་པ།	ཚུ་ཡོས་དུས་འབྲུག་ཆེན་མོའི་སྐྱུར་ཅི།	585
གསུམ་པ།	ཚུ་ཡོས་དུས་འབྲུག་གི་མངུག་འབྲས།	587
བཞི་པ།	སྐབས་དེར་བྱོན་པའི་མདོ་སྨྲད་ཀྱི་སྐྱེས་ཆེན་ཁག་	595
	རྒྱལ་དབང་བཟུང་བ་ནས་བཟུང་གཉིས་བའི་སྐབས་ཀྱི་ཨདོ་སྨྲད།	600
དང་པོ།	སྤྱིའི་གནས་བབ།	600
གཉིས་པ།	བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱོད་ཆ་མདོ་ཆ་དོར་བའི་སྐབས།	610
གསུམ་པ།	རྒྱལ་དབང་དགུ་བ་ནས་བཟུང་གཉིས་སྐབས།	616
བཞི་པ།	སྤྱི་སྤྱོད་དག་དབང་འཇམ་དཔལ་ཚུལ་གྱིས་	618
	རྒྱལ་དབང་བཟུང་གསུམ་བའི་སྐབས་ཀྱི་ཨདོ་སྨྲད།	623
དང་པོ།	སྤྱིའི་གནས་བབ།	623
གཉིས་པ།	རྒྱལ་དབང་བཟུང་གསུམ་པ་དང་མདོ་སྨྲད།	629
གསུམ་པ།	སྤྱི་སྤྱོད་ཆ་དོར་དག་དབང་སློབ་བཟང་།	634
བཞི་པ།	ཅོ་ནེ་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་དང་གཞུང་ལྷ།	635
ལྔ་པ།	དགེ་བཤེས་ཤེར་རྒྱལ་དང་སྐབས་དེའི་བོད་གཞུང་།	640
ལྔ་པ།	དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་དང་བོད་གཞུང་།	645
དྲུག་པ།	ལྷ་མ་དཀར་བོ་དང་སྐབས་དེའི་བོད་གཞུང་།	647
	རྒྱལ་དབང་སྐྱེ་བྱེད་བཟུང་བཞི་བའི་སྐབས་ཀྱི་ཨདོ་སྨྲད།	662
དང་པོ།	སྤྱིའི་གནས་བབ།	662
གཉིས་པ།	སྐབས་དེའི་མདོ་སྨྲད་ཀྱི་སྐོར་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པ།	685
གསུམ་པ།	སློབ་སྦྱང་མི་སྟེར་བའི་བདེན་པ།	689
བཞི་པ།	མངུག་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་བསམ་ཚུལ་དུ་མ།	693

XIV

ཁམས་ཆེན་གྱི་ཚོག་ནས་གཞུང་དམངས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལ་ལྟ་བ། 696

ཟི་ལིང་མཁར། 704

དང་བོ། ཟི་ལིང་མཁར་དེ་སྲུང་བཅེགས་པ་ཡིན་ནམ། 704

གཉིས་པ། ཟི་ལིང་མཁར་གྱི་བཀོད་པ་དང་རྒྱ་ཁྱོན། 706

གསུམ་པ། ཟི་ལིང་ཞེས་པའི་མིང་ལ་དབྱེད་པ། 707

བཞི་པ། ཟི་ལིང་མཁར་དུ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་མཁན་སུ་བྱང་། 709

ལྔ་པ། ཟི་ལིང་དུ་ཡོད་པའི་བོད་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ཁག 719

ཁ་ཆེ་ལྷ་ཁྱིམ་རྒྱུད་དང་། དེས་མཆོ་སྒྲུབ་དབང་རྒྱུར། 723

དང་བོ། ལྷ་ཁྱིམ་རྒྱུད་ལ་དག་པའི་སྒྲོབས་ལྷགས་བྱང་སྒྲོར། 723

གཉིས་པ། ཁ་ཆེ་ལྷ་པུ་སྤང་གི་ཁྱིམ་རྒྱུད་དང་མི་ཆོ། 728

གསུམ་པ། ལྷ་དག་གིས་མདོ་སྤང་དུ་དག་གཞོན་ཅི་བྱས་སྒྲོར། 737

ཨོ་རྒྱུས་སྒྲིག་ས་བཅ་དང་བོད་དབྱེད་གཞིའི་འབྱུང་བྱངས། 745

ཨོ་རྒྱུས་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་རྣམས་བྱས་པ་ཁག་གི་ཚོག་ཞུང་རགས་བིམ། 771

ཐུགས་རྗེ་ལེགས་གསོལ།

ཕན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་གཞི་འདི་ལོ་ངོ་དགའེ་རིང་ལ་
བསྐྱབས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། སྤྱི་སྤྱེར་མང་པོ་ཞིག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲེལ་
ལམ་སྣ་ཚོགས་བྱུང་ཡོད་ཅིང་། ལས་ཀ་འདིའི་ནང་རོགས་རམ་བྱས་ཚད་གྱི་
མཆན་དངོས་སུ་འགོད་དགོས་ན་ཏེ་ལམ་མི་སྲིད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེས་ན་འདིར་
མཆན་འབོད་དངོས་སུ་བྱུང་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཁོང་ནམ་པའི་དོན་གྱི་བྱས་
རྗེས་དཔེ་དེ་བའདི་དག་ཏུ་རྒྱུད་ཡོད་པས་དགའ་བ་སྟོམ་འོས་པ་ཡིན།

ལས་ཀ་འདིའི་མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་དུ་འགོ་སྤང་པ་དང་སྤེལ་
མཁན་ནི་ཡཔོད་གངས་ཅན་པ་ནམས་འཆོ་གནས་གྱི་སྟོག་གིང་ཡཔོད་ས་རྒྱལ་
དབང་མཆོག་ཡིན་ལ། ཁོང་གིས་ལས་གཞི་འདིའི་ཐོག་གོན་དངུལ་འབོར་ཆེན་
པངས་མེད་དུ་བསྐྱུལ་བ་ནི། ཕན་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་གྱི་ཆེད་དུ་མ་ཡིན་པར་བོད་
གངས་ཅན་པ་ཡོངས་ལ་ལོ་རྒྱུས་གྱི་ལེགས་སྦྱོར་གསར་བ་ཞིག་འབུལ་བའི་
མཐུན་རྐྱེན་སྤུར་བ་ཡིན་སྟབས། རང་ཅག་གིས་ཡསྐྱབས་མགོན་རྒྱལ་དབང་
མཆོག་ལ་བཀའ་ངོན་རྗེས་དྲན་ལན་བརྒྱུད་ཏུ་དགོས་པ་ཡིན།

ལས་གཞི་འདིར་སྤྲོ་ཡོད་ཐོག་ལས་རོགས་གནང་མཁན་དག་བྱུང་
རིམ་ངོ་སྤྱོད་དུ་གསལ་ཡོད་པས་འདིར་མཆན་འབོད་དངོས་སུ་བྱེད་མི་དགོས་

པ་བྱས་ཡོད། སྐྱེའབས་སྟན་དགེ་མཁུན་རབ་ལགས་དང་། སྟན་པ་དཀའ་
བརྩ་བ་ཆོས་ལོ་ཐར། ས་ར་ལོ་རྒྱས་དགེ་ཆན་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆན་བཅས་
ཀྱིས་སྤྲི་ཀ་དང་གཅན་ཆའི་ལོ་རྒྱས་ཟིན་བྲིས་ལ་ཞུས་དག་བཏང་བ་དང་། ཤེས་
བྱ་ཀུན་འདུས་ཚེ་མ་སྤྲིག་ཁང་གི་ལས་བྱེད་པ་སྐྱེའབས་གཡང་ཁོ་རྒྱལ་དང་། རྒྱ་
རིགས་ཐར། སྟན་དག་མཁན་གཟུངས་ཕྱག་སྦྱིད་བཅས་ཀྱིས་མང་རའི་ལོ་
རྒྱས་ཟིན་བྲིས་ལ་ཞུས་དག་བཏང་བ།

འབྲས་སྒོ་མང་སྐྱེའབས་ཚོག་རི་བསྟན་པ་ལགས་གཙོས་སྟོ་བྱགས་པོ་
ཉའི་སྐྱག་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་མི་སྐྱེའབས་ཚྱང་བོ་བསྟན་འཛིན་ཐོགས་མེད་དང་།
ཨ་མཆོག་བཟོད་པ། སྤྲི་ཀ་མཁན་གྲུབ། སྐལ་བཟང་རྡོ་རྗེ། གསེར་རྟ་བ་ཚུལ་
ཁྲིམས་བསྟན་འཛིན་བཅས་ཀྱིས་མ་ཟིན་ཁག་ལ་ཞུས་དག་གཏོང་རོགས་
གནང་བ། སྐྱེའབས་སྐལ་བཟང་བསྟན་པ་ལགས་དང་། གསེར་རྟ་བ་སྟོ་
བཟང་བསྟན་འཛིན་ནམ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷ་རོ་གཅིག་སྟག་གི་རིང་ལ་ཞུས་དག་
སོང་བ་ནམས་སྟོག་ལྷ་ད་དུ་བཟོས་བཙོས་གནང་བ།

སྐྱེའབས་ཏོར་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ཀྱིས་ཞུས་དག་སོགས་རོགས་
རམ་དུར་ཐག་གནང་བ་དང་། དགེ་བཤེས་ཤེས་ཚང་འཕྲིན་ལས་ལགས་དང་།
དགེ་བཤེས་ཚེ་ཁོག་པ་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཚོ། རེབ་ཆ་བ་བཙོན་འབྲས་རྒྱ་མཚོ།
དབལ་བན་ཆང་དཀོན་མཆོག་ཤ་ཁྲིས། དབལ་བན་ཆང་དཀོན་མཆོག་དཀྱིག་
ལོག་བསང་ཁོག་པ་དགེ་བཤེས་འཛིན་མེད་བཅས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་ཟིན་མང་
དག་ལ་ཞུས་དག་གཏོང་རོགས་གནང་བ།

ཞོར་སྤྲིང་ཞིབ་འཇུག་འགན་འཛིན་སྐྱེའབས་རྡོ་རྗེ་དབང་ཕྱག་དང་།
ཞོར་སྤྲིང་སྟོལ་རྒྱན་སྐྱེའབས་ཞིབ་འཇུག་པ་ལྟ་ཆབ་སྦྱིན་པ་གཉིས་ཀྱིས་མཚོ་སྟོན་
ཀྱི་སྟེ་ཆའི་ལོ་རྒྱས་ལ་ཞུས་དག་བཏང་བ། ཤེས་རིག་བྱང་དུང་སྐྱེའབས་བཀ་
ཤིས་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་རྒྱལ་རོང་སོགས་ཀྱི་སྟེ་ཆའི་ལོ་རྒྱས་ལ་ཞུས་དག་བཏང་གཞུང་

ངེས་མེད་སྡེ་ཆེན་གྱི་དྲུང་ཆེ་ལས་འཕར་སྐྱེ་ཞབས་བཀྲ་ཤིས་རྒྱ་མཚོ་ལགས་
 དང་། འོ་རྒྱུ་མཐོ་སྒོ་བསྒོ་བ་དག་དང་ཉམས་ཞིབ་གཅིག་སྟོགས་ཨ་འཇམ་
 དབྱངས་ཚུལ་ཁྲིམས་ནམ་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་སྟེགས་བཅ་དང་བོ་ལ་ཞུས་དག་
 གནང་བ། སྐྱེ་སྤྱང་ཆེ་ར་བ་ཆེ་རྒྱུ་ལགས་ཀྱིས་དགོན་སྡེ་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྟེ་
 དཔྱད་བཅ་སྟེགས་གནང་བ། ལེགས་སྐྱུར་སྐྱུ་བ་སྐྱེ་ཞབས་ཇོ་ལེབས་ཆོས་འཕེལ་
 ལགས་དང་། ཉམས་ཞིབ་པ་སྐྱེ་ཞབས་ར་དུ་ལ་ནམ་གཉིས་ཀྱིས་དགོན་སྡེ་ལོ་
 ལོ་རྒྱུས་ངེས་ཅན་ལ་ཞུས་དག འོ་རྒྱུ་མཐོ་སྒོ་བ་ཆོས་སྟེགས་པ་བསྟན་འཛིན་
 འཇམ་དབྱངས་ལགས། འོ་རྒྱུ་ཉམས་ཞིབ་པ་ཆོས་རྒྱུ་བསྟན་པ་ལགས།
 སྐྱེ་ཆོགས་མེ་ལོང་ཆོས་སྟེགས་པ་ཨ་འཇིགས། རང་དབང་གི་ཆོས་པ་བོ་གངས་
 དཀར་རྒྱལ་སྐྱུ་ལགས། མཛོད་དག་བ་དཀར་ཐབས་ཆེ་རིང་། བོད་མི་
 དམངས་སྐྱེ་འཕུས་སྐྱེ་ཞབས་གསེར་རྟ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་འོད་ཟེར་ལགས་བཅས་
 ཀྱིས་ཞུས་དག་གི་རོགས་རམ་གནང་བ་བཅས་ལ་སྙིང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་
 ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བཀའ་འབྲེལ་བཞིན་སྐྱེ་སྤྱང་ཡིག་ཚང་གི་སྐྱེ་དོ་བྱམས་བསྟན་ལགས་
 ཀྱིས་ལོ་རྩི་གཅིག་རིང་ལོ་རྒྱུས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཞུས་དག་གནད་སྟོན་གནང་
 བ་དང་། དེ་འབྲེལ་གྱི་དགོངས་འཆར་གལ་ཆེན་བཏོན་པ། སྐྱེ་དོ་བྱམས་བཙུན་
 ལགས་ཀྱིས་དབྱད་ཡིག་གལ་ཆེན་ཁག་ཅིག་འཆོལ་སྐྱབ་གནང་བ། སྐྱེ་སྤྱང་
 དྲུང་བྱུར་སྟོ་བཟང་སྟེན་པ་ལགས་དང་། དྲུང་ཆེ་བེ་སེང་ལགས་ཀྱིས་སྐྱབས་
 བབ་གྱི་མཐུན་འགྱུར་གང་ལེགས་གནང་བ་བཅས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་
 ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

རྟ་ས་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་སྐྱེ་ཞབས་སྟོ་བཟང་ཤེས་གཞི་པ་ལི་
 བོད་ཡིག་སྡེ་ཆེན་གྱི་ལས་བྱེད་ནམས་ཀྱིས་ལོ་མང་རིང་ལོ་རྒྱུས་དབྱད་གཞི་སྟོ་
 མང་གཡར་འཆོལ་གནང་བ་དང་། སྟོན་རི་བོན་དགོན་གྱི་དཔེ་མཛོད། ཀེ་རྟེ་

ཁྱེས་པ་གྲ་ཚང་གི་དཔེ་མཛོད་དང་། ས་ཏ་ར་དཔེ་མཛོད། རྣམ་རྒྱལ་གྲ་ཚང་གི་དཔེ་མཛོད། མཚན་ཉིད་དཔེ་མཛོད་བཅས་ཀྱིས་དབྱད་གཞི་མི་ཉུང་བ་གཡར་སྤོལ་གནང་བ། ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་དཔེ་མཛོད་ཁང་བོད་ཡིག་སྡེ་ཚན་གྱི་འགན་འཛིན་སོ་ལུ་ཟན་(Susan Manheit)ལགས་བཅས་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤྱོད་གནང་བ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་བ་ཡིན།

འདིར་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་ནི། ཨ་རིའི་མོ་ལུ་ཡོ་ཀ་དུ་ཡོད་པའི་ལ་ཙེ་དཔེ་མཛོད་ཁང་ཡིན། ལ་ཙེ་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནི་ཕན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་ཆ་འཛོལ་ས་གཅིག་སུ་མ་ཡིན་པར། སྐད་ཆ་བཤད་རོགས་དང་། དཔེ་ཆ་འཛོལ་རོགས། ཉིན་གྲུང་ཟ་མ་མཉམ་དུ་ཟ་རོགས། རྒྱགས་པེ་བས་མཁས་པ་ཁག་དང་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་ས་བཅས་འོ་ལ་ཁོ་ལ་ལྷན་པའི་བྱིས་ཚང་གཅིག་ལྟ་བུར་ལོ་ངོ་དུ་མ་བསྐྱལ་ནས་ལོ་རྒྱུས་ལས་གཞི་འདིར་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་སྟབས། གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱད་ནས་དཔེ་མཛོད་འགན་འཛིན་སྐྱོ་ཞབས་པ་ལྷ་འབྲུམ་ལགས་དང་། ཁིར་ལི་ཤི་ན་(Dy-Liacco, Kristina)ལགས། བདེ་སྐྱིད་ལགས་བཅས་ཀྱིས་སྤྱི་བར་གསུམ་དུ་ཕན་ལ་དཔེ་ཆ་གཡར་བ་དང་། རིན་མེད་ཐོག་པར་སློག་བརྒྱབ་པ། ར་དང་ཁོའོ་སྤྱི་པའི་མེད་དུ་སྤྱད་པ། ཕན་གྱི་ལས་ཀ་ལ་འཐུས་ཤོར་མི་འབྱུང་ཆེད་སྤྱ་གྲུ་དག་ལ་ཙེ་མོ་སྤྱ་ཚོགས་ཀྱི་མཐུན་ཆེན་སྤྱར་བ་སོགས་ལས་ཀ་འདིར་རྒྱལ་སྤྱོད་ཐུགས་ཆེན་གནང་བ་ལ་སློང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་བ་ཡིན།

སྤྱིར་སེམ་ལ་ངོ་ནང་མ་དགོན་དང་། ཤིང་བཟའ་སྤྱ་བྲང་དང་། བོད་མི་དམངས་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ་སྐྱོ་ཞབས་སྤེན་པ་ཆེ་རིང་ལགས། བདེ་སྤྱང་བཀའ་སློན་འབྲོང་རྒྱུད་དངོས་བྱུང་ལགས། སྐྱ་སྤྱིར་བྱུང་ཆེ་ཆེ་ར་བ་ཆེ་རྒྱུ་ལགས། ཐའི་ཕན་སྐྱོ་ཆ་བ་དོན་གཅོད་ལྷ་བ་ཆེ་རིང་། བདེ་སྤྱང་ཉམས་ཞིབ་བྱུང་བྱུང་འཕགས་པ་ཆེ་རིང་ལགས། བོད་གཞུང་ངེས་མེད་སྤེ་ཚན་གྱི་བྱུང་

དུང་བུ་ཆུང་ལགས། ཨ་མཆོག་སྤྱིན་པ། རེ་མདོ་སེང་གེ་སོག་ཡུལ་དགའ་
 ལྷན་དགོན་གྱི་དགེ་ཆན་རྩ་བ་བཙུན་འགྲུས། ཀེ་རྟེ་བྱེས་པ་གྲ་ཆང་གི་སློབ་དགེ་
 སོ་རུ་མའི་དར་རྒྱས། ཆོལ་གསུམ་ལོ་རྒྱུས་ཚོམ་སྤྲིག་པ་མགོ་ལོག་དམ་ཆོས་
 དཔལ་བཟང་དང་མཁན་པོ་བསྟན་སྐྱོང་ལགས། ཨ་རི་བ་རྩོ་རྩོ་ཆོ་བརྟན། སོག་
 ཆང་ནེ་ཆན། སོག་ཆང་ལེགས་བཤད་བཅས་ཀྱིས་དཔེ་དེབ་དང་དཔུང་ཡིག་
 མང་དག་གཡར་སྦྲེལ་གནང་བ་དང་། སྐུ་ཞབས་སླ་བྲང་སྐལ་བཟང་ལགས་
 ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཔེ་དེབ་རིན་ཐང་ཅན་མང་དག་ཡངས་མེད་དུ་གནང་བ།
 འབྲུག་གླེ་ལགས་ཀྱིས་བོད་ནང་དཔེ་དེབ་མི་ཉུང་བ་དང་པར་རིས་གང་འཆོམ་
 བྱེད་ཡོང་བ། ཤེས་རིག་ལས་བྱེད་ཆུང་ཆོ་རིང་ལགས་ཀྱིས་མི་དབང་རྟོགས་
 བརྗོད་ལས་འབྲེལ་ཡོད་ཤོག་གླེ་དུ་མ་པར་བཤུས་འདོན་སྤྱོད་གནང་བ་བཅས་
 སྤྱི་སྤྱོད་མང་བོས་ལོ་རྒྱུས་དཔུང་གཞིའི་རྒྱ་ཆ་མང་དག་གཡར་སྦྲེལ་དང་མཐུན་
 འགྲུར་གནང་བ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྤྲུགས་རྩི་ཆོ་ཞུ་བྱེད།

བོད་ནང་གི་ཤོགས་པོ་དང་མཁས་པ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་ལས་ཀ་
 འདིར་རོགས་རམ་སླ་མེད་གནང་བ་ལ་ངེས་པར་སྤྲུགས་རྩི་ཆོ་ཞུ་དགོས་པ་
 ཡིན་མོད། རྒྱ་གཞུང་གི་ལངས་སྤྱོད་གྲུ་དོག་དྲགས་པའི་དབང་གིས་རེ་ཞིག་
 ཁོང་ནམས་ཀྱི་མཆན་དངོས་སུ་འབོད་མི་དགོས་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

ལས་ཀ་འདིའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་མཐུན་འགྲུར་སྤྲོ་ཆོགས་གནང་བ་
 ཁག་ནི། སློ་མང་དཔེ་མདོ་དེ་ཁང་གིས་སློ་རོ་གཞིས་མ་ཟིན་རིང་སྤོད་གནས་
 གོ་སྤྲིན་ཐོག་སྐམ་སྤོག་སོགས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་སླ་ལྷག་དུ་བསྐྱབས་པ། པར་
 སྤོག་དང་མ་ཟིན་དཔར་སྐྱུན་སོགས་ལ་མཐུན་རྐྱེན་གོང་ན་མེད་པ་གནང་བ་
 དང་། དཔེ་མདོ་དེ་ཁག་འདྲིན་སྐུ་ཞབས་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོ་ལགས་ཀྱིས་
 ཟས་སོང་ནར་གཏོང་གནང་བ། ལྟ་སྤྱོད་པ་པོ་ཉ་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་གིས་སློ་རོ་
 གཞིས་ཀྱི་རིང་སྤོག་ལྷད་གཞིས་རྒྱུན་གཡར་གནང་བ། སྤོ་གསལ་སྤྱིང་སློབ་

སྤྱི་སྤྱོད་ཞབས་དག་དབང་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ཀྱིས་སློབ་ཁྲིད་རྒྱན་གཡར་གནང་བ།
མེས་སྐད་པ་སྤྱོད་ཞབས་སློབ་བཟང་སློབ་ལམ་ལགས་ཀྱིས་དཔེ་དེབ་ཀྱི་རྒྱབ་ཤ་རྩལ་
འགོད་སོགས་མཐུན་འགྱུར་དཔེ་མེད་གནང་བ་བཅས་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ་
བཞིན་ཡོད།

ཨ་རིའི་དཔེ་མཛོད་དུ་འགོ་རྒྱུར་སྤྱོད་རྩལ་ཆེ་སློབ་བཟང་སྤྱན་པ་
ལགས་ཀྱིས་འགོ་སྤང་བཀའ་འཁྲུག་གནང་བ་དང་། སྤྱོད་ཞབས་ཚེ་བརྟན་
དབང་ཕྱག་ལགས་ཀྱིས་མགོན་ཤོག་བཏང་བ། སྤྱོད་ཞབས་བོན་རྒྱལ་ལགས་ཀྱིས་
ཟླ་ངོ་གཉིས་ལྷག་གི་རིང་སྟོན་གནས་དང་བས་སོང་ནར་གཏོང་གནང་བ། སྤྱོད་
ཞབས་དཔལ་ལྷན་རྒྱལ། རྩོམ་ཆེ་བརྟན། སྤྱོད་ཞབས་བཟང་ཆོ་གཉིས།
ལྷགས་མོ་འཛོ། ཆོ་རིང་དོན་གྲུབ། པར་རྩོམ་ཆེ་ཆང་བཅས་ཀྱིས་གང་ཅིར་མཐུན་
འགྱུར་གནང་བ་དང་། རོལ་རྩེར་རྩེས་སུ་ལྷན་སྤྱོད་ལིས་ཟ་(Lisa Hochman)དང་།
པར་ཆོས་སློབ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཟླ་ངོ་དུ་མའི་རིང་སྟོན་གནས་དང་བས་སོང་
སོགས་མཐུན་འགྱུར་སྤྱོད་ལྷག་དུ་གནང་ཁར། ཆོན་དབྱང་(Chunyang
Monastery)དགོན་པར་ཡོད་པའི་སྤྱོད་ཞབས་ཞབས་རིམ་ལྷན་(Dr. Richard
Guard)ལགས་ཀྱིས་མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་བསགས་པའི་དཔེ་མཛོད་ངོ་
མཚར་ཅན་ངོ་སྟོན་གནང་བ་བཅས་ལ་སྤྱོད་ཐག་པ་ནས་སྤྱོད་ཆེ་ཞུ་བ་
ཡིན།

ནོར་བུ་འགན་འཛིན་རྩལ་ཡིག་ཉེ་མ་འཛོལ་གས་དང་། རོལ་རྩེར་
སློབ་ཁྲིད་བོད་ཡིག་རྩལ་འགོད་པ་དགོན་མཚོག་བཀྲ་ཤིས་ལགས་རྣམ་གཉིས་
ཀྱིས་མཐུན་འགྱུར་རོགས་རམ་གནང་བ། གཟའ་རུ་དར་རྒྱས་ལགས་ཀྱིས་ས་
ཁྲ་ཁག་ལ་ལས་སློབ་གནང་བ། བསང་ཁོག་པ་འཇམ་དབྱངས་སྤྱོད་ཞབས་ལགས་
ཀྱིས་ཟླ་ངོ་དུ་མའི་རིང་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཁ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་པོ་གནང་བ་བཅས་ལ་
ལྷག་བསམ་བོལ་མེད་ཀྱིས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

དཔེ་མངོན་འགན་འདོན་ལོ་ཙྰ་བ་ཆེན་མོ་སྐུ་ཞབས་ལྷག་རྟོག་ལགས་
དང་། དཔེ་མངོན་དཔེ་དེབ་རྩམ་འགྲོད་མཁས་པ་ཆེ་ནམ་ལགས་ནམ་གཉིས་
ཀྱིས་གྲུ་ཡངས་བསམ་ཤེས་ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བ་ལ་སླེང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་
རྟེན་བཞེན་ཡོད།

ལས་སྒོན་ཀྱིས་གཅིག་དུ་མ་ཐུན་པའི་གྲོགས་སྐྱའི་ཞབས་ཞུ་བ་བཟླ་
འཕྲིན་ལས་ལགས་དང་། རོར་སྤྱིང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅིས་སྦྱང་ཁང་གི་
འདོན་སྐྱོང་ངེས་སྟན་པ་སྒྲོལ་མ་སྐུ་ཞབས་ནམ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷ་རྩེ་མང་བོའི་བོས་
གོས་གནས་མལ་གྱི་མཐུན་འགྱུར་དཔེ་ལྷ་མེད་པ་གནང་བ་དང་། ལྷག་པར་
དུ་སྒྲོལ་མ་སྐུ་ཞབས་ལགས་ཀྱིས་ལས་གཞི་འདི་མགོ་བཙུགས་པ་ནས་སྒྲིག་སྐྱོད་
འབྲུག་བཅོས་སོགས་དུས་ནས་དུས་སུ་དཀའ་ལས་མང་བོ་བརྒྱབ་པ་ལ་གོ་
སྐབས་འདི་བརྒྱད་ནས་ཐུགས་རྟེན་ཆེ་ཆེ་ཞུ་བ་ཡིན།

ཚེ་མོ་ཉི་མ་ཆོས་སྒོན་ལགས་ཀྱིས་ལོ་ངོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་རིང་ལ་གྲོན་ཆས་
འབྲུད་བཤལ་དང་། ཕུ་གྲུ་ཆོར་ལྷ་རྟོག་ཁ་ཟས་བཟོ་སྦྱར་སོགས་སྦྱོང་ལ་མེད་
པར་གནང་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཕྱན་གྱི་བཟའ་ལྷ་རྩེ་ཆེ་ལྷ་མོ་ལགས་ཀྱིས་
ལོ་མང་རིང་ངལ་བ་བྱུང་བས་ད་ཀྱིས་ནང་མི་འཕོར་ཆེན་གྱི་སྟོ་གོས་འཆོལ་སྐྱབ་
དང་། ཕུ་གྲུ་དག་གི་མདུན་ལམ་སྒོལ་སྦྱོང་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་སོགས་ཁྱིམ་
ཆང་གི་བྱ་བ་ཡོད་ཆད་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུས་ཁུར་དུ་བྱེད་ཏེ་ལས་གཞི་འདིར་
རྒྱབ་སྐྱོར་དང་སྒོས་བཏང་གཞན་འགྲན་མ་མཆིས་པ་གནང་བ་བཅས་ལ་སླེང་
ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྟེན་ཆེ་ཆེ་ཞུ་བ་ཡིན།

ཁ་ཏྲོ།

བཀྲ་ཤིས།

རྒྱལ་པོ་ལྷན་པ་མེད་པ་སྤྱོད་ཀྱི་གཟུགས། །
ཁོ་པོའི་བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་ཉེར་བྱས་པ། །
ལམས་གསུམ་སྒྲིལ་དགུས་འདུད་པའི་ངང་སྤང་ཆེ།
ཁ་བ་རི་བའི་དཔལ་དུ་རྒྱལ་བྱུང་ཅིག །

མདོ་སྐད་ལོ་རྒྱུ་ཆེན་མོའི་བྱང་རིམ།

བོད་གངས་ཅན་པ་ནམས་འཛོ་གནས་ཀྱི་སྒོག་ཤིང་ཡགོང་ས་རྒྱལ་
དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བརྩ་བཞི་བ་ཆེན་པོ། དོན་གྱི་སྐད་དུ་མཆན་ནས་
སྒོས་ཏེ་ཡར་བཙུན་ངག་དབང་སྟོ་བཟང་འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་བསྟན་འཛིན་
རྒྱ་མཚོ་སྲིད་གསུམ་དབང་རྒྱུར་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྡེ་དཔལ་བཟང་བོ་
མཆོག་གི་ཞབས་ཀྱི་པརྫོ་ལ་སྟོ་གསུམ་གྲས་པས་ཕྱག་འཆལ་ཞིང་རྒྱབས་སུ་
མཆོད།

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོའི་ཟླ་༡༡ ཚེས་༡༡ ཉིན་ཡགོང་ས་རྒྱབས་མགོན་རྒྱལ་
དབང་མཆོག་གི་རྒྱ་བྱང་དུ་མཇལ་བཅར་གྱི་སྐལ་བཟང་བྱང་ཞིང་། སྤྱི་ལོ་
༡༩༩༩ ལོར་རྒྱབས་བཅོལ་དུ་སླེབས་པ་ནས་བཟུང་རང་ནུས་ལ་དཔགས་པའི་
གཞུང་དམངས་ལ་ཞབས་ཞུ་ཅི་རྒྱུ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རོབ་བསྟུས་དང་། རང་
རེའི་སྤྱི་ཚོགས་སྟོན་གྱི་བདེན་དོན་བྱད་གསོད་བྱེད་མཁན་འགའ་ཞིག་གིས་
སུན་གཅིར་ཡང་ཡང་བྱས་པ་ལ་ཡིད་ཐང་ཆད་པས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་བྱི་བྱོགས་ལ་
སྟོབ་སྟོང་གི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཐབས་འཛོལ་ལ་རེ་བ་ཡོང་མདོག་ཤར་བ་བཅས་
ཀྱི་རྒྱ་མཆན་ལ་བརྟེན་ནས་གཟིམ་རྒྱུང་མཇལ་ཁ་ཞུས་པ་ཡིན།

རང་གི་བསམ་ཚུལ་དང་འཆར་སློ་ནམས་སྟན་གསན་ཞུས་ཀྱང་
མཆམས་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་གསུངས་དོན། དེར་ཏུས་
རང་རིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་ཉན་ཅི་སྦྱོར་མཁན་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། སྤར་དང་
བརྩུར་ན་དུ་ཉན་ཅི་འོག་གནས་ཆད་ཡག་པོ་ཡོད་མཁན་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་
ཆོན་དང་ཆོན་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། འཆོ་བྱུང་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཏུ་སོང་ནས་
དུ་ཉན་ཅི་སྦྱོངས་པའི་དབང་ཏུ་བཏང་ཡང་། སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་(Professor
)དང་། འབྲུམ་རམས་པ་(PhD)སོགས་ཀྱི་ཚོབ་ཐང་ནི་རག་ཁག་པོ་ཡིན། དེ་
བས་ཁྱེད་རང་མོད་ཡིག་ནི་ཡག་ཐག་ཆོད་རེད། རང་གི་རིག་གཞུང་དང་
འབྲེལ་བའི་ལས་ཀ་ཞིག་ཁྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་སྤྱི་ཚོགས་ལ་པན་ཚོགས་ཆེ་བ་མ་
ཡིན་ནམ། ཞེས་བཀའ་ཐེབས།

ཕན་གྱིས་ཡིན་རྒྱ་ནི་དེ་འདྲ་ཡིན་ཀྱང་། སྤར་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེར་
མངལ་བཅར་ཞིག་གི་སྐབས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་དགོངས་པ་ཞུས་ཏེ་བོད་
ཀྱི་རིག་གཞུང་ཞིབ་འདུག་གི་ལས་ཀ་ཞིག་ཁྱེད་འདོད་ཡོད་ཚུལ་ཞུས་སྐབས།
ཁྱེད་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ཡག་པོ་རེད་དེ། མོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་ཞིབ་འདུག་
བྱས་ནས་སྒྲིག་སྒྲུབ་སྤྱོད་རྒྱ་རེད་དམ། ཞེས་གསུངས་ཚུལ་དང་། གསུང་
བབ་དེར་བདེན་པ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ནམས་ཞུས་སྐབས།

ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས། ཁྱེད་མོད་ཀྱི་ཨོ་རྒྱུས་ལ་
དོ་སྣང་ག་འདྲ་ཡོད། གསུངས། ཕན་གྱིས་སྤར་བོད་ཀྱི་ཨོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་གང་
འཆམ་ལྟ་སྟོག་ཁྱེད་སྦྱོང་བ་ལས་དམིགས་བསལ་གྱིས་དོ་སྣང་མེད་ཚུལ་ཞུས་
པ་ཡིན།

ཨོ་ན་མདོ་སྤྱད་ཨོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འདུག་ཅིག་ཁྱེད་ཐུབ་ན་ག་འདྲ་འདྲག་
ཅེས་བཀའ་འདྲི་ཐེབས་པར། སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་སྤྱན་ཅིས་མཐོ་སློབ་རིག་དགེ་

ཡིན་སྐབས་ནས་དེ་འདྲའི་བསམ་སྒྲོ་འཁོར་ཚུང་ཡང་། མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་
 རྒྱ་དེ་དང་དུས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་སུ་གྲགས་པ་སྟེ། གཞུང་ཁྲི་ནས་དར་
 མ་ཁུ་དུམ་བཅན་གྱི་བར་དང་། ས་སྐྱ། བག་གྲ། རིན་སྤངས་པ། གཞུང་ས་
 དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་བཅས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་གཙོ་བྱས་དུ་མའི་གནས་བབ་གང་
 འཆམ་བྲིས་པ་ལ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སུ་འབོད་པ་ལྟ་བུའི་འབྲི་སྐབས་བདེ་བོ་མེད་
 ཅིང་། རྒྱ་བོད་དབྱིན་གསུམ་ལ་བྱང་ཞིང་། ས་གནས་ཡུལ་ཡུང་མང་བོ་ལ་རྒྱུས་
 མངའ་ཐབ་པོ་ཡོད་མཁན་ཞིག་མིན་ན། མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་རྒྱ་ཏུ་ཅང་ཁག་
 བོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡར་ཁྱེད་སྐབས། དེང་དུས་རྒྱ་ཡིག་དང་དབྱིན་ཁྱི་
 ཨིས་མཁན་གྱི་ཨི་རག་ཁག་པོ་མིན། འགྲོ་སྐོང་ལ་སེམས་བྲལ་ཨི་དགོས། མདོ་
 སྨད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དགོས་པ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་རེད། དེས་ན་བྱིད་ཀྱི་ཉི་མ་གསུམ་
 ལ་བསམ་སྒྲོ་བཟང་ནས་ཡིག་ཆ་དང་ལ་ལན་བྲལ་ཞོགས། ཞེས་བརྗེ་གཟིགས་
 དང་ཐུགས་རེ་ཆེན་པོ་གནང་བ་ལ་དགའ་ཚོར་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་སྦྱེས་ནའང་། ཟླ་
 དེའི་ཆེས་ཀྱི་ ཅམ་ལ་ཨ་རིར་འགྲོ་གནས་ཁེལ་ཡོད་སྐབས་བྱེད་སྤངས་མ་ཤེས་
 པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ནས། མི་ཆུན་ཉམས་ཚུང་ཅན་དུ་མར་དེའི་སྐོར་གྲོལ་མོལ་ཞུས་
 སྐབས། དེང་སང་བོད་ཀྱི་ཆེས་དང་རིག་གཞུང་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་མིང་གིས་བཏགས་
 པའི་ཆོགས་པ་ཏུ་ཅང་མང་བོ་བཙུགས་དང་འདྲུགས་བཞིན་ཡོད་པ་དག་ལ་
 བཀའ་མངག་དང་ཐུགས་རེ་འདི་ལྟར་མ་གནང་བར། བྱིད་རང་ལ་ཐུགས་
 རེ་གནང་བ་རང་གི་བསོད་ནམས་རེད། འདི་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་རྒྱ་ཅི་ཡང་
 ཡོད་པ་མ་རེད། བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་དགོས་པ་རེད་ཅེས་ཁོང་ནམས་མགིན་
 དབྱངས་གཅིག་གྱུར་ལྟ་བུས་བཤད་པ་བཅས་ལ་བརྟེན་གནས་སྐབས་ཨ་རིར་
 འགྲོ་རྒྱ་བྱིར་འཐེན་གྱིས་ལས་གཞི་འདི་བསྐྱབ་རྒྱུའི་སེམས་ཐག་བཅད་དེ་ཡིག་
 ཆང་ལ་དེ་ལུགས་སྟན་གསན་ཞུས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་ཡང་བསྐྱར་གཟིམ་ཆུང་མངལ་བཅར་གྱི་གོ་སྐབས་ནས་ལོ་
 རྒྱུས་ལས་གཞི་འདི་འོ་སྐོར་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་བ་ནི། བྱིད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་
 འབྲུག་གི་ལས་གཞི་འདི་རྒྱབས་བཙོལ་བོད་གཞུང་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ལ། དེ་
 མིན་གྱི་ཆོག་ས་སྡེ་དང་ཆོས་རྒྱུད་ཀྱི་བླ་མ་གང་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་མེད། འདི་
 གི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འབྲུག་པ་ཞིག་གིས་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ལ་ཞིབ་འབྲུག་བྱས་པའི་གྲུབ་
 གོམས་ལས་དྲ་དབར་རྒྱ་དེ་ཡིན། བྱིད་ཀྱིས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་གི་
 རོད་ཡིག་ལ། བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོ་ཡུལ་མདོ་སྤྱད་ཀྱི་བྱུང་འབྲེལ་གནས་གསུམ་
 གི་བཞིན་འདི་རྒྱ་དེ་ཡིན་མོད། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འབྲུག་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་
 གི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་རིག་གཞུང་ཞིབ་འབྲུག་པ་དག་གིས་ཞིབ་འབྲུག་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་
 ཐབས་ལམ་འདི་སྤྱོད་གཏོང་བྱུང་ན་ཡག་ཤོས་འདི། ཅས་ལས་དོན་བྱེད་ཚུགས་
 ལ་ཆེས་རང་དབང་དང་གྲ་ཡངས་ཀྱི་སྒོ་མོ་བྱེ་སྤྱོད་ལམ་སྟོན་གསལ་ཐེབས་
 མངོན་སྟབས་ལས་ཀ་འདི་བསྐྱབ་རྒྱུར་སྐར་བས་སྒྲོ་སྤང་ཆེན་པོ་བྱངས།

ཐོག་མར་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་ལས་འཆར་རགས་རིམ་བཞེས་ཤིང་། ཐོགས་
 མ་ཆུའི་འཇམ་དབྱངས་དང་། ཆོ་བརྟན་རྒྱལ་གཉིས་ལས་རོགས་སུ་བཙལ་དེ་
 ལས་མགོ་བཙུགས་ཀྱང་། རང་ཉིད་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་རྒྱས་
 ཟུང་ཞན་སྟབས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྒྲིམ་གཞི་ངེ་ལྟར་བསྐྱང་དགོས་པའི་སྤྱི་ཁོག་མ་
 ཤར་བར་ལྷོ་ངོ་བརྒྱད་ཅུ་ལ་ལས་ཀ་གནད་དུ་སྒྲིམ་པ་ཞིག་བྱེད་མ་ཐུབ། ལས་
 རོགས་གཉིས་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་ལ་དམིགས་བསལ་སྒོ་བ་སྤྱོད་གནང་ཟུང་མེད་པས་
 ཁོང་གཉིས་ཀར་ལས་བགོས་ངེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱུ་འདུང་ལས་སྤོ་བོ་ཞིག་མ་བྱུང་། གང་
 ལྟར་ལས་ཀ་བྱེད་ཞོར་དང་། ཉམས་ཟུང་གསེག་ཞོར་ལ་ཁོ་བོས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱི་
 སྒྲིམ་བཞེས་འཆར་དང་། འཇམ་དབྱངས་ཀྱིས་དུས་དེབ་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་
 ཆ་ཁག་ཐོ་འགོད་དང་འཆོལ་སྤྱད། ཆོ་བརྟན་རྒྱལ་གྱིས་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱ་ཡིག་

ཁག་ཅིག་བོད་བསྐྱར་བྱ་རྒྱུ་བཅས་ལས་བགོས་བརྒྱབ་སྟེ་གོམ་བཞེད་རྒྱག་མགོ་
བཅམས་པ་ཡིན།

བར་སྐབས་རྒྱ་རྒྱུ་དུ་མ་ལ་བཞེན་ནས་ཀུན་ཐར་དོན་གྲུབ་ལགས་
ཀྱང་ལས་རོགས་སུ་སྒྲུངས་ཏེ། ཁོང་གིས་ལྷ་ལོ་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་འབྲེལ་ཡོད་
རྒྱ་ཡིག་གི་རྒྱ་ཆ་དུ་མ་བོད་སྐྱར་གྱི་ལས་ཀ་བསྐྱབས།

དེ་ནས་ལས་ཀ་འདི་དགོས་དབང་གིས་ལྷ་ཆབ་སྐྱེན་པ་ལགས་ལས་
རོགས་སུ་སྒྲུངས་ཏེ་ལོ་ངོ་གཅིག་ལྷག་གི་རིང་མདོ་སྤྲད་གྱི་རི་རྒྱ་སོགས་ཐོ་འགོད་
བྱེད་དུ་བརྒྱག་པ་ཡིན། རིམ་བཞིན་སངས་རྒྱས་དོན་གྲུབ་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་
ཆ་ཁག་དུ་མ་བོད་སྐྱར་བྱེད་དུ་བརྒྱག་པ་དང་། ཨ་འཁོར་བཟོད་པ་ལགས་ལ་
མགོ་ལོག་དང་རྩ་བའི་དགོན་སྡེའི་ལོ་རྒྱུས་རིམ་མིག་དུ་དབབ་རྒྱ། མདོད་དགེ་
དཀའ་ཐུབ་ཆོ་རིང་ལ་ལགས་ལ་རྒྱལ་རོང་གི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་
ཆ་དམ་དུ་མ་མང་བོ་བོད་སྐྱར་གྱི་ལས་ཀ་སྤྲད་པ་ཡིན།

སྤྱི་ལོ་༡༠༠༩ ལོའི་ལོ་མཇུག་ཙམ་ལ་སྤེབས་སྐབས་སྤར་གྱི་ལས་འཆར་
ལ་འགྱུར་བ་སྐབས་ཆེན་ཞིག་ཐེབས་པ་ནི། ཐོག་མའི་ཆར་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་ནང་
མདོ་སྤྲད་ལོ་རྒྱུས་ཡོངས་རྫོགས་སྤེགས་བམ་སྟོད་སྤྲད་གཉིས་སམ། ཡང་ན་
སྟོད་སྤྲད་བར་གསུམ་དུ་བསྐྱུ་ཐུབ་པར་བྱ་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་དེར་འགྱུར་བ་བྱུང་
ནས། སྤེགས་བམ་དུག་ཙམ་བཟོ་རྒྱུའི་ལས་འཆར་གསར་བ་བཟོས་ཏེ་སྟོན་
གསན་ཞུས་པ་ཡིན། འདི་ནི་ལོ་ངོ་དུ་མའི་རིང་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་དངོས་
སུ་ཞུགས་པའི་ཉམས་སྦྱོང་གིས་བསྐྱུངས་པའི་སྤྱི་སྟོན་རང་ཆས་པ་ཞིག་ཀྱང་
ཡིན་སྟེ།

རྒྱ་མཆན་དེའི་དབང་གིས་ཚུམ་པ་བོ་སྐྱུ་ཆང་སྟོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས་
དང་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་བཞིན་ཁོང་གིས་སྤེམ་ཐོག་མདོ་སྤྲད་ཆོས་འབྱུང་

སོགས་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་ཁག་ཏུ་གསལ་བའི་མདོ་སྨད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཡོངས་
 རྫོགས་དང་། སྐྱུ་ལ་དགེ་བཤེས་མཁས་པ་ཁག་ ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་གྲགས་ཅན་
 ཁག་གི་མཛད་ནུས་མདོར་བསྡུས་སོ་འགོད་བྱེད་དུ་བརྟུག་པ་ཡིན། སྤྱི་ལོ་
 ༡༠༠༩ ལོའི་ལོ་མགོ་ནས་སྤྱི་ལོ་ཡིག་ཆ་འཕེལ་སྐྱོན་གསན་བརྒྱུད་སྤྱི་ཆ་ཆོ་
 བཟང་ཡེ་ཤེས་དང་། མདའ་ཚན་པ་ཆེ་རིང་དོན་གྲུབ་གཉིས་ལས་རོགས་སུ་
 སྐབས་ཏེ། སྤར་གྱི་ལས་ཀ་དེ་བརྒྱུར་བཞུག་བྱེད་དུ་བརྟུག་པ་ཡིན། ཁོང་ནུམ་
 གཉིས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་ལྷག་གི་རིང་འབད་བཅོན་བྱས་པས་གྲུབ་འབྲས་མི་
 དམན་པ་བྱུང་ཡང་། ལས་མཐུག་ཆ་ཆ་འཕེལ་གྲུབ་གོང་ཤིན་ཏུ་གཅིས་པའི་
 གྲགས་སྡེ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ཁོང་འཕྲོད་བཞེན་སྤང་མེད་འཇུག་ཤོར་ལ་བརྟེན་
 བས་འདས་གོངས་སུ་བྱིན། ཁོང་སྡོ་བྱར་འདས་གོངས་སུ་བྱིན་པ་དེ་སྤན་གྱི་
 ལོ་རྒྱུས་ཚུལ་སྤྲིག་གི་གོད་ཆག་ཅམ་མ་ཡིན་པར། རང་ཅག་བོད་ཀྱི་ཤེས་ལྷན་
 གྲགས་པོ་དག་ལ་སྡོ་རོར་གོང་དཀའ་བའི་གོད་ཆག་སོག་པ་ཞིག་གྱང་ཡིན།

གང་ལྟར་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མ་ཟེན་ཅམ་གྱི་རིང་བྱིས་ཆ་འཕེལ་འཁོར་
 བ་དང་། བཟང་ལྷའི་ལས་རོགས། སྤྱི་གྲུ་དག་གི་སྡོ་བ་སྡོང་སོགས་མད་དེ་རྒྱབ་
 སྤྱིར་གྱིས་ལས་ཀ་འདི་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་སྡོམ་བཏང་དུར་ཐག་བྱས་པའི་རྒྱ་ཆོགས་
 གངས་ཆང་ལ་བརྟེན་ནས། དེ་རིང་སྤན་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྲེགས་བཅའ་འདི་
 དུག་པོ་འདིག་ཉེན་འདིའི་སྤྱི་རྣམས་སུ་འདོག་ཐུབ་པ་བྱུང་བའི་དཀའ་སྡོ་ནི་སྤྱི་
 བརྗོད་ཀྱི་ལམ་ནས་མཚོན་ཐུབ་པ་ཞིག་མིན།

སྤྲེགས་བཅའ་དུག་ལས་དང་བོ་ནི་མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གཞུང་ཤིང་ཨ་
 མ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། འདི་ལ་གཞུང་དངོས་གཞི་ཤོག་ངོས་༥༠ ལྟག་ཡོད་ཅིང་།
 བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་འགོ་བ་མི་བྱང་བ་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ བར་གྱི་རྒྱལ་རབས་
 རེ་རེ་དང་། སྤྱི་གཞུང་རེ་རེའི་སྐབས་ཀྱི་བོད་སྤྱིའི་གནས་བབ་དང་། སྐབས་

དེ་དག་ཏུ་མདོ་སྤང་གི་གནས་བབ་རིམ་ཡིན་པ་སོགས་གྲགས་པའི་རྗེས་སུ་
མ་འབྲངས་ཤིང་། ལྷ་སྤྱུལ་དང་། ས་གནས་དཔོན་རིགས། དེ་མིན་གྱི་ཡུལ་
གཞན་པོ་དག་གིས་ཅི་ཟེར་ལའང་འཛིགས་སྤང་དེ་ཙམ་མ་བྱས་པར་སྐྱབས་
མགོན་རྒྱལ་དབང་མཆོག་གི་ལམ་སྟོན་ལྟར་རང་དབང་གི་རྣམ་དཔྱད་བེད་
སྤྱོད་གཏོང་ཐབས་ལ་འབད་བཅོལ་བྱས་པ་ཡིན་ཀྱང་། ད་དུང་དོན་
གནད་རེ་འགའི་ཐད་ཆེས་རང་དབང་གི་བསམ་ཚུལ་ཡོངས་རྫོགས་འབྲི་རྒྱའི་
སློ་སྤྱོད་མ་འདང་ས་དུ་མ་ཡོད།

སྤྱི་གས་བཅ་གཉིས་པ་ནི། ལྷ་རྒྱལ་མོ་ཆ་བ་རོང་ནས། ར་བ་སྟོད་སྤང་།
མཛོད་དག་ཤོག་པ་བརྒྱ་གཉིས། མགོ་ལོག་ཁག་གསུམ། དབལ་ཤུལ་གསེར་
ཏ། དབལ་ཤུལ་ཆེ་བ། ཟངས་དཀར་ཁག་གསུམ། ཟུང་ཆུ། འབྲུག་ཆུ། ཅོ་
ན། བ་ཅོ། ཐེ་བོ། སོགས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱམས་ཏེ་སྤྱི་གས་བཅ་གཉིས་བཟོས་
པ་ལ་ཤོག་ངོས་༤༩༠ ལྷག་ཡོད།

སྤྱི་གས་བཅ་གསུམ་པ་ནི། ད་ལྟའི་སྤང་བསང་རྒྱ་རྫོང་ཁོངས་ཀྱི་ཡུལ་
སྤེ་ཁག་དང་། ལྷ་རྒྱུ་རྫོང་། མ་རྒྱུ་རྫོང་། སོག་པོ་ཡུལ་ཀན་རྫོང་བཅས་ཀྱི་མངའ་
ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་སྤེ་ཆོ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་
བསྐྱམས་པས་ཤོག་ངོས་༤༩༠ ལྷག་ཡོད།

སྤྱི་གས་བཅ་བཞི་བ་ནི། རེབ་གོང་ནས་བཟུང་མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་
མངའ་ཁོངས་ཀྱི་བོད་སྤེ་ཁག་དང་། དཔལ་རིས་བཅས་ཀྱི་བོད་སྤེ་ཁག་གི་ལོ་
རྒྱུས་ཡིན་ལ། དེ་དག་བསྐྱམས་པས་ཤོག་ངོས་༤༩༠ ལྷག་ཡོད། སྤྱི་གས་བཅ་
འདི་གསུམ་ནི། མདོ་སྤང་གི་ས་གནས་ལོ་རྒྱུས་སམ་ཡུལ་ལུང་གྱེ་བྲག་པ་དག་
གི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་ལ། འདི་དག་ཏུ་ལྷ་རྒྱལ་རོང་ནས་བྱང་མཆོ་སྟོན་དང་། ཤར་
ཀ་རྒྱ་ནས་ཐུབ་མགོ་ལོག་གི་བར་གྱི་རྫོང་ཁག་༤༩ དང་། དེ་དག་ཏུ་མ་རྒྱུད་

པའི་ས་ཁུལ་དུ་མ་བཅས་སུ་གནས་སྡོད་བྱེད་པའི་སྡེ་ཆོ་ནམས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་
འབྲི་བྱས་པའི་ཁུལ་ཡིན་ཀྱང་། ས་ཆ་འགའ་ཞིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཚན་ལག་སོན་
མ་བྱུང་ཁར། འབྲེལ་ཡོད་ལ་འབྲི་རྟོག་བྱེད་སའང་མ་རག་པས་སྡོད་ལུས་སུ་
གྱུར་པའང་དུ་མ་བྱུང་སོང་བས། ཡུལ་དེ་བ་ནམས་ལ་བཟོད་གསེལ་ཞུ་རྒྱུ་ལས་
ཐབས་ལམ་གཞན་མ་རྟོག་པར།

སྤྲེགས་བཅའ་ལྟར་ན། མདོ་སྨད་ཀྱི་ལྗོངས་སུ་ཆོས་རྒྱུད་ཆེན་པོ་བཞི་
དང་། གཡུང་རྒྱུང་པོན་བཅས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་དང་། རི་ཁྲོད། སྤྲེགས་ཁང་སོགས་
ལག་དྲུག་རྒྱུད་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་བྱས་ཡོད་ཅིང་། འདི་ལ་གཞུང་དངོས་གཞི་
ཤོག་ངོས་༧༩༠ ལྟག་ཡོད། འདིའི་ནང་དུ་དགོན་སྡེ་དེ་དག་གི་བཏབ་ལོ་དང་།
འདེབས་མཁན། བཏབ་ཡུལ། ཆོས་རྒྱུད་བཅས་གང་ངེས་གསལ་འབྲི་དང་།
བྱུར་བཅོལ་གྱི་ལམ་ནས་དགོན་སྡེ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནད་དོན་
གལ་ཆེན་ཁག་ཏུ་ཅང་མདོར་བསྡུས་སུ་བྲིས་ཡོད་པས་ལྟ་སྟོག་བྱེད་མཁན་
ནམས་ལ་སུན་སྤང་མི་སྤྲོས་པ་དང་། ལོ་ཆིགས་སོགས་འཕལ་དུ་སློང་ས་འབྱུང་
ཐུབ་པའི་པན་འབྲས་མི་དམན་པ་ཡོད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྤར་ཡོད་ཡིག་ཆ་
ཁག་དྲུ་ལོ་ཆིགས་གཏན་ནས་མི་གསལ་བ་མང་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཅད་
དེ་འཕུས་སྒོ་ཆང་བ་ཞིག་འབྱུང་ཐབས་མ་རྟོག་པར་དང་། དུས་ཆོད་ཀྱི་དབང་
གིས་སློང་དོད་ཅིན་དུ་ཆོམས་པའི་ཞིབ་འཇུག་ཏུ་ཅང་གནད་སྤྲོད་བྱ་མ་ཐུབ་
པས་ནོར་འབྱུག་གི་སྒྲིན་ཡང་འབྱུང་གིད་པ་བཅས་ནི་སྤྲེགས་བཅའ་འདིའི་ཞན་
ཆ་ཞིག་དུ་འང་ཕྱི་ས་ཆོག་པ་ཡིན།

སྤྲེགས་བཅའ་དྲུག་པ་ནི། ཡུལ་མདོ་སྨད་ཀྱི་ལྗོངས་སུ་བྱོན་པའི་མཁས་
བྱུང་སྤྲེགས་ཆེན་ཁག་གི་མངོན་ནམ་ལག་དྲུག་རྒྱུད་ལས། ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་དེ་དག་
གི་འབྲུངས་ལོ་སྤྱི་འབྲི་ལྟར་བསྐྱེགས་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་ནམས་ཀྱི་མཆན་དང་།

འབྲུངས་ཡུལ། འབྲུངས་ལོ། འདས་ལོ། ཆོས་རྒྱུད་བཅས་ལག་ཏུ་གང་ཚུད་
གསལ་འགོད་བྱས་ཡོད་ཅིང་། ཟུར་བཞོན་གྱི་ལམ་ནས་ཁོང་ནམས་ཀྱི་མཛད་
ནམ་མཐོར་བསྐྱེས་རེ་བཀོད་ཡོད་པས་ལེགས་ཆ་མི་དཔལ་པ་ཡོད་ཀྱང་།
འབྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས་གཏན་ནས་མི་རྟེན་མཁན་དང་། འབྲུངས་ཡུལ་མི་
རྟེན་པ། བཅོམ་ཅམ་ལས་མཛད་ནམ་མི་རྟེན་པའང་མང་དག་ཕྱུང་སོང་བས་
ཕྱིས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཞིབ་པ་སྤྲུག་ནང་ཐུབ་མཁན་དག་གིས་ཁ་སྐོང་
བྱ་རིགས། འདི་ལ་གཞུང་དངོས་གཞི་ཤོག་ངོས་མཁན་ཡོད།

ད་དུང་ལོ་རྒྱུས་ཚོམ་སློག་གི་ཞོར་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མིང་ཆོག་ནམས་
བསགས་ནས་ཆོག་མཛོད་ཅིག་བསླིག་ཏེས་པར་མཐོང་སྟེ། ཟླ་ངོ་བྱུག་ཅམ་
གྱི་རིང་གངས་དཀར་རྒྱལ་སྐྱེས་ལགས་ལ་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་ཏུ་བཅུག་པ་ཡིན་པོད།
ད་དུང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མིང་ཆོག་འཆོལ་སྤྱད་བྱེད་དགོས་པ་མང་ཞིང་། ཏུས་ཆོད་
གིས་ཚ་ནས་མ་ཕྱོགས་སྟབས་ད་ལམ་དཔར་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཐུབ་ཀྱང་། ཕྱིས་རིམ་
གིས་ལས་མཇུག་འབྲུབ་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་གཞི་འདིའི་མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་དུ་
དཀའ་ངལ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། མཐའ་གཅིག་དུ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
ཆང་གི་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་པའི་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཁག་ཡིན། རྒྱུ་ཡིག་ཆ་
དེ་དག་དུ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདི་སྤྱི་ལོ་མ་ཚུགས་པའི་ཡར་སྤོན་ནས་རྒྱ་ལོག་ཡིན་ཚུལ་
དང་། བོད་བཅན་པོའི་རྒྱལ་རབས་སྐབས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྲག་གཉིས་ཅམ་གྱི་རིང་
ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནམ་པ་ཅམ་ལས་གཞན་མཐའ་གཅིག་དུ་རྒྱ་ལོག་ཡིན་པའི་དམ་
བཤད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་རི་བོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་དཔར་འགྲེམས་བྱས་པ་དཔེར་
ན། རྒྱ་ནག་མིང་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཟིན་བྲིས་ཞེས་པ་ལས་བོད་ཀྱི་སྐོར་དུ་
ཕྱུངས་པ་སྐོག་བཅས་གསུམ་དང་། བན་རྒྱུའི་རྒྱལ་རབས་སྐབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་

ཟིན་མིས་དེ་བ་བརྒྱ་ལྟ་ཡོད་པ་ལས་བོད་ཀྱི་སྐོར་བྱུང་པ་སྐྱེགས་བརྒྱ་
གཅིག་ཡོད་པ་དག་དཔར་འགྲེམས་བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་
བྱུ་ཀྱན་དུ་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཙུང་ལྷན་གསལ་བཅུགས་ཏེ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་བཟོ་
འཁྱོག་བཤད་བྱས་པའི་ཚུལ་ཡིག་དང་། དེ་དེ་བ་དཔར་འགྲེམས་བྱས་པ་
ཁག་ལྟ་སྟོན་ཆ་ཆང་དང་། ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ། ཁ་བྱང་གཅིག་ཕུ་
བཤུ་འབྲི་བྱེད་དགོས་ན་ངལ་བའི་རྒྱུ་འབྱུང་བ་དེ་ནམས་ཡིན།

ལྟག་པར་དུ་སྤར་བྱང་རྒྱ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་(དེང་དུས་རྒྱའི་
དབང་རྒྱུར་འོག་བོད་མི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་པལ་མོ་ཆེ་འདིའི་ནང་དུ་
ཚུད་མེད།) ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ལྟ་སྟངས་ཙུང་ལྷན་མི་འབྲས་ཀྱི་
ཕྱོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་ནམས་ཀྱིས་ཕྱགས་རྒྱང་རིང་བོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
དམིགས་ཡུལ་བཟུང་སྟེ་ཡོད་ཆད་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ངོ་བོར་བརྒྱུར་ཐབས་ལ་འབད་
བཅོམ་བྱས་ཡོད་ལ། བོད་ཕྱོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་ནམས་ཆབ་སྲིད་ལ་
དོ་སྤང་མི་ཆེ་སྟབས། སླ་མ་ག་གེ་མོའི་རྒྱ་འབྲུལ་དང་། མངོན་ཤེས། མི་ལམ་
ཚུན་ཆད་ཀྱི་ཆེ་བརྗོད་འབྲི་རྒྱ་ཙུང་ལ་བཏོན་བྱས་ཡོད།

རྒྱ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་དེ་ནམས་ཀྱི་ཡོངས་ཁུངས་ཀྱང་ཙུང་ལྷན་
མི་འབྲས་བ་དཔེར་ན། རྒྱ་ནམས་ལ་ནི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ས་རིས་ཡུལ་ལུང་མིག་གིས་
མཐོང་ཆད་དང་ན་བས་ཐོས་ཆད་ངའི་ཡིན་ཟེར་བའི་གཤིས་ཀ་རང་ཆས་སུ་
ཡོད་ཁར། ཁོང་ནམས་པལ་ཆེར་བྱིམ་པ་ཆེ་འདིའི་སྟོ་གོས་གཏམ་གསུམ་དོན་
གཉེར་ཅན་ཤ་སྟག་ཡིན་ལ། བོད་ཕྱོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་པལ་མོ་ཆེ་ནི།
ཆེ་འདིའི་འདོད་ཡོན་ལོངས་སྟོན་དང་། རྟེན་པ་སྟན་གསལ་ཡོད་ཆད་མི་ལམ་
ཀྱི་བདེ་བ་ལྟ་བུར་ཅི་ཞིང་། ཕྱི་མའི་བདེ་བ་དོན་གཉེར་བྱེད་མཁན་གྱི་ཆོས་
ལུགས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་སྟབས། ཕྱོགས་དེ་གཉིས་ལ་འདིག་ཉེན་ལྟ་སྟངས་ཐུན་

མོང་བ་ཚ་ནས་མེད་ཅིང་། དེ་མེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཙམས་ཆོས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
ལའང་ཆབ་སྲིད་གཅིག་སྲུང་འཛིན་པ་དང་། ཆབ་སྲིད་བྱུང་དུ་གསོད་པའི་
ལྷ་སྐྱེས་འགལ་བ་ལྟག་སློང་གི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཕྱན་གྱིས་ལོ་ངོ་དགའི་རིང་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་མྱོང་ཆོར་
གསལ་ཤོས་ནི། བོད་ཀྱི་སླ་ཀན་ལོ་རྒྱུས་སྐབས་དག་གིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ངོས་
མ་ཟིན་པའམ་དེ་ཉིད་གལ་ཆེན་དུ་མ་ཅིས་པ་ཅམ་ལས། ལོ་རྒྱུས་འབྱོག་བཤད་
དང་། རྒྱུ་བཟོ་བྱས་པའི་ཉེས་པ་ད་ཅང་ཉུང་ས་ཤིང་། རྒྱ་མི་ནམས་ཀྱིས་བྲིས་
པའི་ལོ་རྒྱུས་པལ་མོ་ཆེར་ཡིད་ཉོན་དཀའ་སྟབས། བོད་ཀྱི་དེང་རབས་ལོ་རྒྱུས་
སྐབས་དམུ་དགེ་བསམ་གཏན་གྱིས། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་སྐབས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
ཡིག་ཆ་ཁག་གཙོ་བོ་དང་། རྒྱའི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་སྐབས་རྒྱའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཁག་
གཙོ་བོར་བྱེད་དགོས་པའི་དགོངས་ཚུལ་གསུངས་པ་ཤིན་ཏུ་ཡང་དག་པར་
མཐོང་ནས། སྐབས་སུ་གང་བབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་སྐབས་ཐོག་མར་བོད་ཀྱི་ལོ་
རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་ཆར་དབྱེད་དེ། དེའི་ནང་གི་བརྟག་བཟོད་པ་ཁག་གཞི་ལ་བཞག་
ཅིང་། རྒྱའི་ཡིག་ཆར་དེ་དང་མ་འདྲ་བ་བཤད་ཡོད་ན་དེ་ལ་ཁུངས་ལུང་རྒྱ་
མཆན་ཡོད་མེད་ལ་དབྱེད་ནས་འབྲི་ཁུལ་བྱས་ཡོད།

འོན་ཀྱང་རང་ཅག་སྐང་བ་བོད་པར་གྲགས་པའི་མི་རིགས་འདི། ལས་
འཆར་ཆེན་པོ་བཟོ་འགོད་ཀྱི་སློ་སྤྲོས་ཞན་ཅིང་། དཀའ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལས་
གཞི་གསར་བཟོ་ལ་འཛིགས་སྤང་ཆེ་བ། གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་འབད་འབྲས་
ངོམ་དུ་རི་བ་དག་ཁས་ལེན་བྱེད་འདོད་མེད་པའི་གཤིས་ཀ་དེ་དག་ལ་རྒྱུས་
མངའ་ཆེ་སྟབས། མི་རྒྱུད་བདག་གིས་ལོ་མང་རིང་ངལ་བ་བྱུང་བས་ད་ཀྱིས་
བསྐྱབས་པའི་བྱུང་འབྲས་འདིས་མགྱ་བ་བསྐྱེད་པའི་རེ་བ་ཆེན་པོ་མ་མཆིས་
ཀྱང་། མི་ལོ་དགའི་རིང་ཉིན་མཆན་ལྟོས་མེད་ཀྱིས་འབད་འབྲས་བྱས་པ་

འདི། ཞེན་རེའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ཞིག་གིས་བསྐྱབ་པའི་དབང་
 ཏུ་བྱས་ན་མི་ལོ་ཉི་ཤུ་ལ་བསྐྱབས་ཀྱང་འབྲུབ་དཀའ་བའི་གནས་ཡིན། དེས་
 བློ་གཏེར་སློབས་དང་བཅས་བཤད་ཐུབ་པ་ཞིག་ནི། མིའི་རྣམ་པས་མ་འདང་
 བ་དང་། དཔུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་མ་རག་པ། ཚེས་མཁན་གྱི་ཉམས་ཚུང་དང་
 ཤེས་ཆ་དུས་མ་འདང་བ། ཚེས་སྤྱི་བྱེད་པའི་དུས་ཚོད་ཀྱིས་མ་ལྟོགས་པ་
 བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་ལོ་རྒྱུས་སྒྲིགས་བམ་འདི་དག་ལ་མ་དག་པ་དང་། མ་ཆང་
 བ། མ་འགྲིག་པ་སོགས་སྟོན་གནས་གང་འཆམ་འབྱུང་རྒྱ་ནི་གཡོལ་དུ་མེད་
 པ་ཞིག་ཡིན་མོད། ཁོ་བོས་དཀའ་ལས་སྤྱིང་ལ་གྲགས་དགོས་པ་ཞིག་བརྒྱབ་
 བས་བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་སྟབས། འདིའི་ནང་གི་དོན་དག་བརྒྱ་ཆའི་
 དགྲ་བརྩ་གོ་ལྷ་ལྷག་འགྲིག་ཡོད་པ་ཐག་གིས་བཅད་ཆོག་པ་ཡིན་པས། ལེགས་
 འབྲས་ཅི་ཡོད་ལ་དེ་མཐུན་གྱི་དོས་འདོན་ཡོད་འོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

འདིར་ངས་པར་གསལ་བཤད་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་ནི། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་
 འཇུག་གི་ལས་གཞི་འདིའི་མགོ་མཇུག་ཡོངས་རྫོགས་ཡག་པོར་སྐྱབས་མགོན་
 ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་རྒྱུས་རྒྱུས་ཆེ་སྟབས། རྩོན་སྲེང་ལྷགས་ཚེས་གནང་རྒྱུའི་བཀའ་
 བཟང་སྤྱི་ཐེབས་བྱུང་བ་བསོད་ནམས་ཀྱི་དཔལ་དུ་མཐོ་ཡང་། སྤན་གྱི་བསམ་
 རོར་འཆར་བ་ནི། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པ་འདི་སྤྱིར་བཏང་གི་གཞུང་ལུགས་གཞན་
 དག་དང་མི་འདྲ་བར། བརྗོད་བྱའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མི་སྣ་ཤིན་ཏུ་མང་བོ་ཞིག་དང་
 ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་ཅིང་། ལོ་རྒྱུས་སྐྱབ་པ་རེ་རེ་ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་དེ་དག་གི་
 རྩོན་ཡོན་ལ་དོས་འདོན་བྱེད་ཚུགས་ཀྱང་འདྲ་མི་སྤྱིད་པ་ཡིན་སྟབས། སྤན་
 གྱི་ལོ་རྒྱུས་འདིའི་ནང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནས་བབ་གང་བཤད་པ་རྣམས་ཡག་པོར་ས་
 རྒྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་དགོངས་གཞི་ཡིན་པའི་ངས་པའང་མེད་ཁར། འདིའི་
 ནང་གི་དོན་གནད་སྤྱི་བྱེ་ཁག་ཅིག་ལ་བྱིས་འབྱུང་ལྟ་སྟོག་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་

མཁན་དག་དང་ལྷ་སྒྲངས་གཅིག་མཚུངས་འབྱུང་བའི་རེས་པའང་མེད་པས།
གཞན་གྱི་ལྷ་ཕྱོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཡགོང་ས་རྒྱལ་དབང་མཆོག་ཐག་ཞོར་
འབྲེང་འབྱུང་བྱེད་དོགས་ལ་སྒོས་འགན་མ་བཟོད་ནས་སྟོན་སྒྲིང་ཞུ་བའི་སྟོ་
སྟོབས་རྒྱུད་ནས་རྒྱུད་དུ་སོང་། དེས་ན་ལོ་རྒྱུས་སྒྲིགས་བམ་འདི་དག་དུ་མི་
འགྲིག་པའི་སྟོན་གནས་ཅི་བྱུང་ཕྱན་གཅིག་ཕུ་ལ་འགན་ཡོད་པ་ལས་གཞན་
འགོ་སོང་གནང་མཁན་སོགས་སུ་ལའང་ཁག་དཀྱི་མི་གནང་བའི་རེ་བ་ཞུ་
བཞིན་ཡོད།

ཁྱོད་ཀྱིས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པར་བྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ལ་
དམིགས་བསལ་གྱི་བྱད་ཆོས་གང་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་བའདིར་ལན་འདེབས་དངོས་
གནས་བྱེད་མཁན་ནི་ལྷ་སྟོན་བྱེད་མཁན་སྟེ་དང་། ལྷག་པར་ལོ་རྒྱུས་རིག་པར་
ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་མཁས་པ་དག་གིས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་།

༡། ལྷ་སྟོན་༡༤༥༥ ལོར་བྲག་དགོན་པ་དགོན་མཆོག་བསྟན་པ་རབ་རྒྱས་
ཀྱིས་མདོ་སྨད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་ཚུལ་སྒྲིག་མཛད་པ་ཙམ་ལས། མདོ་སྨད་
སྟེ་ཡོངས་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་མེད་པ་ནས་ཡོད་པར་གྱུར་པ་དང་།

༢། ལོ་རྒྱུས་འདིའི་ནང་དུ་ལྷ་སྟོན་ཞིང་བཀོད་འབྲི་བཞེངས་ཀྱི་ཆབ་དུ་
མའི་སྟེ་ཆོགས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་སྒྲངས་བཤད་རྒྱ་གཙོ་བོར་བྱས་པ།

༣། ཡིག་ཆ་མཐོང་ཆད་ལ་བདེན་ཁ་སྤྱད་དེ་རང་གི་ནམ་དུ་བྱེད་གཞན་
ལ་ཅིས་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་དེ་མ་ཡིན་པར། གཞན་གྱིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ལས་བདེན་
དོན་གྱི་གནས་ལུགས་ཡོད་པ་ནམས་རྒྱ་མཚན་དང་སྤྲུགས་ནས་གསལ་སྟོན་
བྱ་རྒྱ་གཙོར་འདོན་བྱས་པ།

༤། ས་བྱ་དང་མེ་ཡོས་ལྷ་བུའི་ལོ་ཁམས་ཙམ་བཀོད་པ་ལས་དེ་དག་རབ་
བྱུང་གང་ལ་ཁེལ་མིན་སོགས་ལ་དབྱད་ཞིབ་དང་། ལོ་ཁམས་རྩ་ནས་མེད་

མཁན་མང་དག་ལ་ཐབས་ལམ་གཞན་སྟུང་དེ་ལོ་ཆོགས་གསལ་འགོད་བྱས་
པའང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་རྟེན་སོན་བྱང་ཡོད་པ།

༥། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱི་ཁོག་དང་། ལྷ་སྤྱུལ་མཁས་པ་ཁག་གི་མཛད་ནུས་
དགོན་སྡེ་ཁག་གི་གདན་རབས་ལོ་རྒྱུས་སོགས་འདྲིལ་ཞོག་དུ་བསྐྱེས་པས་ལྷ་
བདེ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཆེད་དེ་དག་སོར་སོར་བཀར་བ།

༦། ཆོག་ཞོག་གི་ལོ་མ་སྤྱང་ཅི་ཐུབ་དང་། སྟན་ངག་དང་ཆོག་རྒྱན་
གིས་གཡོགས་དེ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་སྤྱོད་རྟེན་མི་ཐུབ་པ་ལྷ་བུའི་སྟོན་སྤང་ཅི་ཐུབ་
ཀྱིས། ཆོག་ཉུང་ལ་དོན་དེལ་བ། དུལ་ལྷུང་ཉི་ཆེ་བའི་བརྟན་སྟངས་ལོག་པ་བེད་
སྟོང་མ་བྱས་པར་བོད་ཡིག་ཤེས་མཁན་སུས་ཀྱང་ལྷ་སྟོན་ཐུབ་པའི་སྤྱི་ཡིག་
རྒྱགས་ཆེ་བ་བཀོལ་སྟོང་གང་ཐུབ་བྱས་པ།

༧། མཁས་པ་གཞན་གྱི་ནུས་དཔྱད་ལ་བཙེ་བཀྱར་མེད་པར་གཞན་
ཆོག་རང་ཚྭ་ཡིན་མདོག་གིས་ལེབ་བཤུས་བྱེད་པའི་སྟོན་གནས་ལ་འདྲིལ་ཅི་
ཐུབ་ཀྱིས། གཞན་གྱི་ལྷུང་ཆོག་འདྲན་དགོས་པ་ཁག་ལ་བཟོ་བཅོས་ཀྱིས་མ་
ལྟར་པར་ངོ་བཞིན་བཀོད་དེ། དེ་དག་གི་ལྷུང་ཁྲུངས་གང་ཡིན་རྒྱབ་མཆན་
གྱི་ལམ་ནས་གསལ་འགོད་བྱས་པ།

༨། ས་མིང་དང་། དུལ་མིང་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མིང་ཆོག་ཁག་ལ་བཟོ་
བཅོས་ཀྱིས་ལྟར་བཞིན་པའི་འགོ་སྟངས་དེར་འདྲིལ་ཅི་ཐུབ་བྱས་དེ། དེ་དག་
ལ་གོ་དོན་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་ཡིན་ནམ་སྟམ་པ་ལྷ་བུའི་དབྱེད་གཞིའི་ངོ་བོར་
བཞག་ཡོད་པ་ལས། འོ་ལོ་ཆོད་ཀྱིས་ཁ་ཆོན་བཅད་མེད་པ།

༩། སྤྱི་བྱང་ལོ་རྒྱུས་དང་ནུས་ཐར་སོགས་ཡིག་ཆ་ཆད་ལྷན་དུ་གསལ་
བའི་མིང་ཆོག་ཁག་རང་སོར་བཞག་པ་ལས། དེར་དུས་གཞན་ལ་ངོ་སོ་གཞེར་
ནས་སྤྱི་མཁས་པའི་གསུང་ཆོག་ནག་བསུབ་དུ་གཏོང་བའི་ལས་ལ་འཇུག་

མ་དགོས་པ་གཙོར་འདོན་བྱས་པ།

༡༠། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བཤད་སྐབས་རང་གི་ཚོར་བ་མཉམ་
ཞུགས་བྱེད་མི་དགོས་པའི་འབད་བཙོན་བྱས་པ་སོགས་ལེགས་ཆ་མང་བོ་ཡོད་
པའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

མི་སྣོད་དུས་ཀྱི་མགོན་པོ་གཤེགས་པ་ན། །
ཡབ་མེས་བང་སོ་འཆོལ་བའི་གཞོན་ནུ་དག །
མི་ཚུང་སོར་མོས་བསྐྱན་པའི་སྤིང་ག་འདིར། །
རང་གིས་འདྲུ་བའི་མི་ལམ་བདག་གིས་མཐོང་།།

དཀའ་བའི་གནས་ལ་ཆད་མའི་ཐུན་ཀ་དང་། །
ནོར་བའི་སྦྱོན་ལ་ནག་ཐོག་གཙགས་ཁེལ་གྱིས། །
ངས་དོན་མཁས་པའི་ལུང་རིགས་རོལ་ཅེད་ལ། །
ནམ་ཡང་དང་བས་ཡིད་ཀྱིས་བསུ་བར་བྱེད། །

འོན་ཀྱང་ཅོལ་ཚུང་བྱི་བ་སྐང་འཆོགས་དང་། །
ལུང་ཆན་རུབ་འདྲོམས་ཅི་ཅིའི་སྤིགས་སྣོད་དག །
འོག་རྒྱང་ཡན་པོའི་གནས་སུ་བཀོད་བྱས་ཏེ། །
ངང་སྤང་ཆེན་པོའི་འདུམ་གྱིས་ཁྲེལ་བར་བྱེད། །

ཞེས་སྤྱི་ལོ་༡༠༠༩ ལྷ་༡༠ ཚེས་༡༠ ཉིན། ཚུམ་པ་བོས།

Acknowledgements

Because I have devoted nine years to completing this historical research project, it has involved the cooperation of many people, on both an individual and public level. It is almost impossible to record here the names of each and every person who offered help in the course of writing this book. Nevertheless, I would like to note that, irrespective of whether their names appear here or not, everyone whose contributions are reflected in this work should rightly deserve to feel quiet satisfaction.

Throughout the writing of this book, His Holiness the Dalai Lama, the life-line of all the people of the Snowland of Tibet, was unrestrained in meeting the expenses. His dispensing of substantial funds for this project, without any restraint, was not for my personal enjoyment but was to facilitate the provision of a gift of a new historical work to the entire people of the Snowland of Tibet. In view of this, we are beholden to express gratitude to him a hundred times.

The names of the paid assistants in this project have already been introduced in the preface and repeating their names in this section has therefore, been dispensed with.

Tibetan Medicine teacher Mr. Khyenrab, Tibetan Medicine doctor Mr. Choelo Thar and Sahra history teacher Mr. Sonam Gyaltzen proofread the draft of the history of Trika and Chentsa. Sheja Kuntue Editorial Centre's officials Mr. Yangkho Gyal, Mr. Gyarig Thar and Poet Zungchug Kyil proofread the draft history of Mangra.

Ven. Mogri Tenpa the Director for the Southern Messenger's Pen Association and other members at such as Shonngwo Tenzin Thogmey, Achog Zoepa, Trika Khedup, Kelsang Dorje and Serta Tsultrim Tenzin helped to proof-

read draft texts. For over a month, Ven. Kelsang Tenpa and Serta Lobsang Tenzin corrected, on computer, the drafts that had already been proofread.

Ven. Hor Zhide Gyatso was diligent in providing help in proofreading. Geshe Shitsang Trinley, Geshe Tsekhog Konchog Gyamtso, Rebtsawa Tsondue Gyatso, Welbentsang Konchog Shatri, Welbentsang Konchog Kyoglog and Sangkhog Geshe Jigme also helped to proofread a considerable number of draft texts.

Norling research head Mr. Dorje Wangchuk and Norling traditional arts researchers Mr. Lhachab Jinpa proofread the histories of the principalities of the Tso-ngon area. Sherig Joint Secretary Mr. Tashi Dhondup proofread the histories of the principalities in the Gyalrong and other areas. Additional Secretary Mr. Tashi Gyatso of the Tibetan Government-in-Exile's department without portfolio and Norling Higher Studies Institute's teacher-cum-researcher Mr. A-Jamyang Tsultrim proofread the first volume of this work. Secretary at the Private Office of His Holiness the Dalai Lama, Mr. Ngawa Tsegyam, carried out an overall corrective reading of the histories of the monasteries. Sanskrit-fluent Mr. Jholeb Choephel and researcher Mr. Rahula helped to proofread specific histories of the monasteries. Editor of the Biography of His Holiness the Dalai Lama project at Norling Mr. Tenzin Jamyang, Norling researcher Mr. Choezong Tenpa, Chitsog Melong editor Mr. Ajig, freelance writer Gangkar Gyalsey, Zoege Kathab Tsering and Tibetan Parliament-in-Exile member Mr. Serta Tsultrim Wooser all helped with proof-reading. To all of them, I owe my heartfelt gratitude.

As instructed, Ku-ngo Jamten-la at the Private Office of His Holiness the Dalai Lama carried out substantive proofreading of the entire history text for a full year and made important suggestions. Ku-ngo Jam-tson-la helped to seek out some essential research documents and former Secretary at the Private Office of His Holiness the Dalai Lama Mr. Lobsang Jinpa along with Secretary Dresang-la leant their full assistance from time to time. To all of them I extend special thanks.

X L

Mr. Lobsang Shastri and other staff at the Tibetan section of the Library of Tibetan Works and Archives in Dharamsala sought out and loaned numerous historical research materials over many years. The library of the Menri Bon Monastery, the Kirti Jhepa Dratsang Library, the Sahra Tibetan College Library, the Namgyal Monastery Library and the library of the Buddhist Dialectics School loaned a significant number of research materials. I express my thanks to all of them and to Ms Susan Manheit, head of the Tibetan Section at the Library of Congress, USA.

I owe special thanks to the Latse Contemporary Tibetan Cultural Library in New York. The library was not merely a place where I sought materials for my historical work, but was a vital influence, providing a fertile forum for lunchtime discussions with fellow researchers and visiting scholars during the course of my research. I spent many years there like a member of the Latse ‘family’ and it was of great benefit to my work. I, therefore, take this opportunity to thank its Director, Mr. Pema Bhum, as well as Kristina Dy-Liacco and Dekyi-la. They generously loaned me texts, provided photocopies without charge, liberally served me tea and coffee and supplied all kinds of playthings for my children so that I would not be disturbed. Because of their strong support for my work, I offer my heartfelt thanks to them all.

At various times, I was loaned numerous books and reference materials by Jonang monastery at Shimla, and Shingsa Labrang; the Speaker of the Tibetan-Parliament-in-Exile, Mr. Penpa Tsering; Department of Security Secretary at the Tibetan Government in Exile, Mr. Dongchung Ngodup; Secretary at the Private Office of His Holiness the Dalai Lama, Mr. Ngawa Tseggyam; His Holiness the Dalai Lama’s Representative in Taipei, Mr. Dawa Tsering; Joint-Secretary at the Department of Security’s Research and Analysis Centre, Mr. Phagpa Tsering; Joint-Secretary of the Tibetan Government in Exile’s department without portfolio, Mr. Bhuchung; Achog Jinpa; Rebdo Sengge; teacher at the Ganden Monastery in Mongolia, Mr. Ngawa Tsondue; Kirti Jhepa Dratsang teacher, Soruma Dhargay; Cholsun history writer Golog Dhamchoe Pelsang and Khenpo Tenkyong; Ariwa Dorje Tseten; Sogtsang Negen and Sogtsang Legshey. Mr. Ladrang Kelsang was

generous in lending me numerous priceless, historical books. Drugbe-la brought many books out of Tibet along with a substantial number of illustrations. To all of these people who provided me with abundant historical reference materials in their private or official capacities, I offer wholehearted thanks.

Considerable assistance was provided by many friends and scholars living in Tibet and I undoubtedly owe them gratitude. Regrettably, due to the overly rigid position of the Chinese government at present I will, for the time being, refrain from mentioning their names.

At different stages during the course of this work, I was offered assistance of various kinds by the following: for nearly two months I stayed at Gomang Library, who went out of its way to arrange services for me like a power generator, whilst being exceptionally generous in providing photocopying facilities and printing my draft manuscript. The Librarian, Geshe Konchog Gyatso, supplied me with meals free of charge. The Southern Messenger newspaper put at my disposal two computers during those two months, while the Loseling Principal, Ven. Ngawang Gyatso, was ever willing to provide me with a computer. Ven. Lobsang Monlam of Sera Mey was exceptionally cooperative, especially in designing the book cover. To all of them I express my gratitude.

Ku-ngo Lobsang Jinpa sanctioned the expenses for my trip to the Library of Congress in Washington D.C. Mr. Tseten Wangchuk sent me the invitation. Mr. Bhongyal provided me with accommodation and free meals for more than two months of my stay there. Mr. Palden Gyal, Mr. Dorje Tseten, the Lama Kyab couple, Chagmo Tso, Tsering Dhondup and Pema Dorje Tsang provided me with all kinds of assistance. During the months in New Jersey, Ms. Lisa Hochman and Pema Choedon were especially generous in offering me free accommodation and meals, introducing me to Dr. Richard Guard's a wondrous collection of books acquired over a period of more than 50 years at the Chunyang Monastery. To all of them I offer my utmost appreciation.

XLII

My fate-destined friends Mr. Bazar Trinley and the Norling Centre for the Preservation of Tibetan Culture's administrative head Mr. Dolma Kyab were extraordinary in providing me food, clothing and accommodation over many months. In particular, Dolma Kyab worked hard on this project, right from its beginning in correcting computer malfunctions. I take this opportunity to offer my thanks to them.

For all these years, granny Nyima Choedon-la did the laundry, looked after my children, and cooked without a murmur of complaint. In particular, my wife Dorje Lhamo ignored hardship to feed our large family; she single-handedly took care of my three children's educational needs, their health, and everything else connected with our family responsibilities. Her support for this work is therefore unrivalled. I offer heartfelt thanks to them both.

The genesis of The Greater History of Amdo

On 11 November 1999, I had the good fortune to be granted an audience with His Holiness the Dalai Lama. I sought the private audience as I wanted to brief His Holiness about the services I had been able to render to our society – in my limited capacity - since coming into exile as a refugee in 1992. Besides, I had been so frustrated after being repeatedly annoyed by contempt for rectitude shown by some in our society that I had decided to seek an opportunity to study abroad.

After I presented my thoughts and ideas, His Holiness told me: “In our society today there are many people studying English. Compared to the situation in the past, the number of those graduating with a good standard of knowledge in English is not insignificant. Nevertheless, even if we go to Western countries and learn English, it is difficult for us to gain opportunities such as professorships and Ph.Ds. On the other hand, you are already very good at Tibetan. So, wouldn’t Tibetan society be better served if you could work in an area related to Tibetan culture?”

I replied that this was indeed, true. However, I also recounted that when in a meeting I had sought on an earlier occasion with Professor Samdhong Rinpoche I had expressed a desire to take leave from my membership of the Standing Committee of the Tibetan Parliament-in-Exile in order that I may pursue research in Tibetan culture, his reply had been: “It is good that this is what you are interested in. But, while you research Tibetan culture, who will take care of your livelihood?” I spoke to His Holiness about the veracity of these concerns.

XLIV

His Holiness then asked me about the depth of my interest in Tibetan history. I replied that while I had consulted and read quite a number of documents on the early histories of Tibet, I had no special interest as such.

His Holiness then asked me, “Well, how about the possibility of you researching the history of Amdo?” To this, I replied: “I had the occasion to entertain such a thought back in 1994 when I was teaching Tibetan culture at the Tibetan Medical and Astrological Institute. However, writing the history of Amdo is not as straightforward as writing what is popularly viewed today as the history of Tibet, which involves writing a fair amount of narrative about the status of the many principal historical characters from the time of Nyatri Tsenpo to Dharma Wudum Tsen, and about the periods during the Sakya, Phagdru, Rinpung, and Ganden Phodrang governments of Tibet. One needs to be fluent in Chinese, Tibetan and English and have a profound knowledge of many regions and territories. Without these, it is extremely difficult to write a history of Amdo.”

His Holiness replied, “It is not difficult these days to find people with a good knowledge of English and Chinese. You don’t need to worry about funding. It is extremely important that we have a history of Amdo. So, think this over for the next three days and bring your response to this office.”

I felt extremely happy at being an object of such personal attention and hope for His Holiness. Nevertheless, it put me in a state of indecision as I was already scheduled to leave for the USA on the 18th of the month. I conferred with a number of experienced elders. They told me that it was a matter of good merit for me that His Holiness was placing his hopes in me rather than assigning the work to one of the many associations that are continuously being set up these days in the name of religion or culture. There was, therefore, no reason to hesitate, ‘You must commit yourself to it forthwith,’ they advised. Thus, in view of their unequivocal and unanimous advice, I postponed my plan to go to the USA and resolved to fully commit myself to the task. I informed the Office of His Holiness the Dalai Lama of my decision accordingly.

In another private audience I sought afterwards, I received the following instructions: “Your work on this history research project should be independent of the Tibetan Government-in-Exile; it should also be independent of any particular group or religious sect. Your job is to put into writing the outcome of research into historical records from the perspective of a historian. The language you employ should be Tibetan. The main subject should, of course, be Amdo in terms of its origin, development and status. In terms of research methodology, the best course would be to adopt the approach of Western research scholars.” Being granted instructions to approach my research with such freedom and openness, I felt great happiness and willingness to accomplish the work.

I initially set out a draft three-year schedule for carrying out the project. I sought out my Machu friends Jamyang and Tseten Gyal as assistants and began my work. But because of my lack of familiarity with the subject of history, I found it difficult to define a detailed outline within which to build a framework for the historical work. Hence, for about eight months, I was unable to accomplish anything substantive. My two assistants also had no special qualifications in historical studies; as a result, it was not easy to allocate work between them, yet they acquired experience as they worked and set out to build a framework for the project. Jamyang noted down, sought out and collected periodicals and related materials. Tseten Gyal began translating into Tibetan a section of the relevant documents. With the work thus divided, the first foundations were laid.

In the meantime, for several reasons, I also had to hire Kunthar Dhondup as an assistant. For about ten months he translated into Tibetan some Chinese documentary materials.

Later on, when the need arose, I also hired Lhachab Jinpa. For a little over a year, he took notes about the mountains, rivers and geographical details of Amdo. After that I hired Sangay Dhondup to translate a large number of documents into Tibetan. I engaged Akhor Soepa to draw up an index of the histories of the monasteries in Golog and Ngawa and Zoege Kathab Tsering

XLVI

to translate into Tibetan numerous short documentary items related to the history of Gyalrong.

At about the end of 2003, there was a great change in this project. The initial plan had been to compile the entire history of Amdo within three years in two, or possibly, three volumes. A new plan was now formulated to compile it into about six volumes and this was duly reported. The new framework seemed to be a natural development which had evolved from years of experience of being engaged in actual historical research.

Consequently, I held a discussion with the writer Lutsang Lobsang Yeshe to whom I assigned, without pay, the work of recording brief histories and biographies of all the monasteries in Amdo, its learned Lamas, Tulkus, and Geshe, and the prominent historical figures based on findings from the religious histories of the region and other relevant documents. In the beginning of 2004, with permission from the Office of His Holiness the Dalai Lama I hired Lutsang Lobsang Yeshe and Datsenpa Tsering Dhondup. I instructed them to review everything that had been done up to this date. This they did for more than a year and their achievement was significant. However, before the work was completed, my very dear friend Lobsang Yeshe died suddenly, having succumbed to poor health. His death was a disaster not just for my historical work, but also for my friends in the Tibetan intellectual community.

For nine years, I gave up everything else to devote myself fully to this project, which also meant totally ignoring my family affairs, not sharing responsibility with my spouse, nor paying attention to my children's education. These past few years have finally culminated in the successful completion of this project. Words cannot suffice to express my joy at being able to contribute this unprecedented six-volume work of history as a common resource for everyone.

Of the six volumes, the first represents the main beams and pillars of the history of Amdo. Consisting of more than 750 pages of body text, it chronicles the history of Tibet from the time humans first emerged there until 1958, the

status of Tibet as a whole under each of the different government powers, and the status of Amdo during each of those periods. Instead of following well-established positions on matters concerning the status of Amdo during those periods, and refusing to be cowered by what the lama-tulkus, local chiefs, and other strict adherents to local positions say, I strived to follow the guideline provided by his Holiness the Dalai Lama. In line with this, I tried to exercise a completely independent course of judgements. Nevertheless, there are many places in this work where on a few particular matters, I did not have the confidence to fully record all my fully independent ideas.

The second volume contains over 640 pages. It brings together the histories of Lho Gyalmo Tsawa Rong, Upper and Lower Ngawa, the Twelve Wings of Zoege, the Three Divisions of Golog, Whelshul Serta, Whelshul Mewa, the Three Divisions of Zangkar, Zungchu, Drugchu, Chone, Batse and Thewo.

The third volume, with over 690 pages, covers the histories of Ladrang Sangchu Dzong and its jurisdictional areas, Luchu Dzong, Machu Dzong, and the Mongol Yulgan Dzong.

The fourth volume deals with the histories of the Tibetan areas of Tso-ngon Province in the Rebkong region and of Pari in over 650 pages.

The above three volumes (second to fourth) cover the histories of the Amdo region and of the particular areas within it. It encompasses 53 Dzongs from Gyalrong in the South to Tso-ngon in the north, and from Kachu in the east to Golog in the west. I have presumed to have written a detailed history of these and the numerous other inhabited areas not included in them. Nevertheless, in the case of some places, I could neither lay my hands on any written records, nor find any person to interview. There have, therefore, been many instances in which I have been left with nothing to write about. Hence, with regard to the people residing in these areas I have nothing to offer and must seek their forgiveness.

XLVIII

In the fifth volume, I have compiled whatever information I could gather on the histories of the monasteries of the four great Buddhist religious sects and of the Bon religion, the hermitages and tantric centres in the Amdo region. It consists of over 900 pages of body text. They include information about the establishment of the monasteries, the names of their founders, the places where they were set up and their religious affiliations, clarifying the history of those years to whatever extent I could gather the details. I have written very brief footnotes of importance relating to their histories, so that readers will not be irritated by lengthy commentary, retaining crucial and beneficial information that can be viewed at a glance. Nevertheless, because there were many instances in which the original, old documents contained absolutely no information about dates and other details, it was impossible to render everything complete in every respect. Accordingly, it could be considered a drawback of this volume that because of the constraints of time, it was not possible to carry out completely satisfactory research, with the result that some errors cannot be ruled out.

The sixth volume is devoted to the life stories of all the great scholars of Amdo that I could source. Presented in chronological order, it consists of over 720 pages of body text. It elucidates their names, birthplaces, dates of birth and death, and their religious affiliations to whatever extent it was possible to determine them. A brief biography of each of them appears in the footnotes and their informative value is not insignificant. Nevertheless, there have been many cases in which I could not find any dates of birth or death, places of birth, nor – apart from their names – any life stories. It should be possible for those able to carry out more in-depth research to supplement these missing details.

In the course of writing this history, I also put aside a list of historical terms, as I found it pertinent to compile a collection of them in order to create a dictionary later on. I assigned Ghangkar Gyalsey to accomplish this within six months. However, there is still much work to be done in terms of obtaining a comprehensive list of terms and with limited time, the project remains incomplete. I remain hopeful, however, of eventually publishing this work.

One of the major difficulties from the very beginning to the tail end of carrying out this research project was that the Chinese works of history were in stark opposition to the contents of the Tibetan historical archives. The Chinese documents speak of Tibet being under Chinese rule even before the beginning of the current *Anno Domini* years. The Chinese have published a pile of books a mountain-high telling shameless lies about Tibet having had only a visage of an identity as a country during almost 200 years of rule under the Tsenpo kings while being fully under Chinese rule in every respect. For example, in *Notes on the Ming Dynasty* published by the Chinese government there are three volumes on Tibet while in the *Notes on the Manchu Qing Dynasty* - consisting of over 100 volumes - there are 11 exclusive volumes on Tibet. In addition, today there are Chinese government establishments in every part of Tibet, whose output of articles and books falsifying the history of Tibet is so voluminous that it is impossible to read them all, much less to examine their contents' claims. Even copying down the addresses of the publishers alone would require a strenuous amount of effort.

It is particularly worth noting that the outlook towards the writing of history on the part of early scholars in Tibet and China (not including most of the Tibetan historians writing Tibet's history under Chinese rule today) had been totally different. The Chinese scholars had written history from the perspective of long-term political objectives with the result that their efforts were directed at trying to render the entire details of their works in political connotations. On the other hand, the Tibetan scholars of history, lacking interest in politics to any great degree, had devoted their expertise and skill to exalting the miraculous powers of lamas and their clairvoyance and dreams.

The reference sources of the Chinese and Tibetan historians were also totally different. For example, the Chinese had an inherent habit of describing as their own, any and every piece of neighbourhood, land and territory they saw or heard about, whether actual, or on maps. In addition, most of them were family men with interests in ensuring the security of their food, clothing and reputation. On the other hand, most of the Tibetan historians considered all the pleasures and fame enjoyable in this world as merely dreamlike

L

fleeting moments of happiness; they were dedicated religious scholars to whom the promise of joy in the life hereafter was more important. Thus, there was absolutely no commonality between the historians on the two sides in terms of their outlook towards life. Because of this lack of meeting of minds, their historical works too were marked, on the one side, by the viewing of politics as the wall of their historical building work, and on the opposing side an attitude of contempt for politics. Such were their back-to-back views of history writing.

The most illuminating impression I gathered during my nine years of researching historical works was that although the old lama-historians had either no grasp of the importance of politics, or did not attribute any importance to it, there was very little evidence that they were guilty of distortions or falsifications. Conversely, it was difficult to rely on the credibility of most of the historical works by Chinese scholars. In view of this, I find most instructive the suggestion of the modern scholar of Tibet, Muge Samten: 'rely mainly on Tibetan sources when writing Tibet's history, and rely mainly on Chinese sources when writing Chinese history.' In writing each section of this history, I first approached Tibetan sources and took as reference the materials that were amenable to examination. Regarding the corresponding Chinese sources, which differed from the Tibetan versions, I sought to analyse them on the basis of their reliability and authoritativeness.

However, we, the mountain people of Tibet, have an innate habit of trying to be evasive when it comes to embarking on major projects, of dreading greatly the initiation of potentially controversial new projects, and of being reluctant to acknowledge the fruits of efforts made by others. Being very familiar with these habits, I, a man of humble bearing, having accomplished this work after years of enduring hardship without complaint, do not entertain any great hope for generating applause. Nevertheless, it would be very difficult for the fruits of the continuous day-and-night struggle of my nine years of labour on this project, to be equalled by a person who worked regular office hours for twenty years. This I can say with utmost confidence. It is, of course, inevitable that these volumes are subject to some deficiencies such as a lack of clarity, incompleteness, incorrectness or incoherence,

resulting from inherent human limitations, failure to find relevant research documents, the inadequacy of knowledge and lack of experience of the author, and of time constraints in undertaking the research. Nevertheless, as the product of an effort of monumental proportions, conducted across continents, I can claim to be in a position to state that more than 95 percent of its contents are accurate. It therefore, deserves requisite recognition for whatever positive outcome it generates.

One important thing I must clarify here, is that although His Holiness the Dalai Lama has a wide knowledge about the subjects of this historical research work from beginning to end, and I perceived it as a great fortune that His Holiness had given a general assent to write its foreword, upon reflection, I deemed it proper not to ask him for his contribution. In my view, history is, unlike other works, directly concerned with a great many historical figures, and it is impossible that every historian has a similar appreciation of the virtues and vices of each one of them. Consequently, there is no certainty that the positions on historical events and developments I have adopted in this work necessarily conform to that of His Holiness. In addition, there is no certainty that in the case of some general and specific sections in this work, future readers and researchers will agree with the views adopted here. I could not bear to live with the thought that as a result of others' critical views on this work, the name of His Holiness too should be denigrated. With this in mind, my desire to seek a foreword from him progressively diminished. I remain hopeful that whatever the shortcomings of these volumes are, the responsibility should be attributed to me alone, not to others for any reason, including by association for having borne its expenses.

If someone asked for elucidation of the special features of this work of history written in the 21st century - though perhaps better provided by its readers, especially historical researchers - they are as follows:

- 1) There has been no overall history of Amdo until now, apart from Draggonpa Konchog Tenpa Rabgey's book on the religious history of Amdo written in 1865.

2) In this work, the deities' planning and building of abodes and realms have been replaced by giving pre-eminence to narrating the actual history of human society.

3) Instead of accepting as truth everything seen in writing and ignoring one's own initiative, the main focus in reading texts has been to interpret and analyze their facts.

4) In more than a few cases, there have been instances of findings and chronological explanations of events where, for example, only the years Earth-Bird and Fire-Rabbit were mentioned in the original documents without any mention of their corresponding *Rabjung* (the sixty-year cycle in the Tibetan calendar) or where, in numerous cases, the animal symbols of the years were not mentioned at all. Subsequently, recourse was taken to use alternative means of research.

5) In order to resolve problems arising from the troublesome confusion of facts in historical data or in the life stories of lama-tulkus or the histories of the status of monasteries, each was separately dealt with.

6) Every effort was made to ensure brevity and economy of language by avoiding, to the greatest extent possible, the use of obscure, archaic and elaborate linguistic terms that render it difficult to discern actual historical facts. Also, the use of distorting terms possessing only symbolic local meanings were dispensed with. Thus, the tone of the work is that of a universal language ensuring that any Tibetan-literate can read and understand it.

7) A conscious attempt was made to avoid disrespecting the accomplishments of other scholars through plagiarism of their work. Where quotes were required, they were clearly attributed without corrective adulteration. The sources of these quotes are clearly recorded in the footnotes.

8) The prevalent practice of the corrective adulteration of names and terms for local areas, regions, and so on, was avoided. Rather, research opinions

were recorded regarding the possible connotations for these names. No conclusions were drawn on the basis of mere surmise.

9) High priority was given to maintaining the names and terms clearly recorded in earlier standard historical and biographical works, no recourse having been taken to obliterating the wordings of earlier scholars in order to win credit for oneself.

10) Efforts were made on the part of the author, to ensure objectivity and impartiality, avoiding the interference of personal feelings in the narration of historical events.

The Author

30 October 2008

ཚུམ་པ་པོ་མཆམས་སྒྱུར་སྒྲིང་བསྟུས།

ཁེ་རི་དགེ་བཤེས་འཛིན་མཆོད་དཔང་རྒྱལ།

གཡུ་ལོས་མངོས་པའི་གཙུག་ལག་ནགས་སྒྱུར་ན།
སྒྱུ་ཆལ་དུག་འཁྱར་སྒྲན་པོའི་འཁྱུ་བག་གིས།
ཀུན་དགའི་དབྱར་གྱི་དུས་སྟོན་འགྲུགས་པ་ལ།
དབྱིད་ཀྱི་པོ་ཉའི་རིན་ཐང་སྒྲིང་བ་རིགས།

བོད་ཀྱི་ནང་གང་སར་ཚུམ་རིག་གི་གྲགས་པའི་མཆན་སྒྲན་འབར་བ། བོད་
རིག་པའི་སྒྲན་ངག་དང་། ལོ་རྒྱུས་སྒྲིང་བའི་ཚུམ་པ་པོ་དོར་གཙང་འཛིན་མཆོད་ལགས་
ཀྱིས། མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་མ་ཟེན་ཅམ་ལ་དཀའ་བ་བྱུང་དུ་བསད་དེ། རྒྱ་བོད་དབྱིན་
གསུམ་གྱིས་མཆོན་པའི་སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་གྱི་དབྱེད་གཞིའི་ཡིག་ཆ་ད་ཅང་མང་པོའི་
སྒྲིང་དོན་གཅིག་དུ་བསྐྱེབས་ནས། མདོ་སྐད་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོ་སྒྲིགས་བཅས་དུག་གསར་
ཚུམ་གནང་འདུག་པར་སྒྲིང་བསམ་བཞེད་ལས་འདས་པའི་དགའ་བ་ཆེས་ཆེར་འཁེལ།
ཚུམ་པ་པོ་དོར་གཙང་འཛིན་མཆོད་ཀྱི། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་དང་
ལྷག་པར་ཚུམ་རིག་ལ་དོ་སྣང་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད། གོ་མ་མྱོང་བ་དྲ་ལམ་
མི་སྲིད་ཟེར་ན་ཆོག་ཡིན་ནའང་དེང་རབས་ཀྱི་འགྲོ་སྟོན་ལ་དཔེ་དེབ་ཅིག་ཐོན་ན་
དེའི་འགོར་ཚུམ་པ་པོའི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲིང་དོན་རིམ་གྱིས་འགྲོ་སྟོན་ལོ་དང་པོ་སྒྲིག་པ་པོ་སྒྲི་
བ་སྒྲིད་པ་དང་ཚུམ་པ་པོའི་བཀའ་ངོན་དུན་པར་ཉེ་བར་མཁོ་བས་ཅིས་ཀྱང་འགོད་
འོས་པར་སེམས།

ཚུམ་པ་པོ་ཉོར་གཙང་འཛིག་མེད་ནི། ཡབ་བསོད་ནམས་དང་ཡུམ་ལྷ་
མོ་འཆོ་གཞིས་ཀྱི་སྲས་སུ་མདོ་སྐད་ཉོར་གཙང་འཛིག་མེད་ཆུ་གདོང་གོང་དུ་
འབྱུང་ས། ཁོང་མི་ཡུལ་གྱི་འཛིག་རྟེན་འདིར་འཕོས་ནས་མི་ལོ་བཅུ་དྲུག་གི་རིང་སློབ་
གྲུའི་སློ་ཆེན་འགྲིམས་པའི་གོ་སྐབས་མ་བྱུང་བའི་ཁར། ལོ་ན་ཆུང་དུས་ནས་བསྐྱེད་
ཡབ་གོངས་པ་དང་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་སྒྲུབ་ས་འཆུབ་པ། བྱིས་
གཞིས་ཀྱི་འཁོས་ཀ་ཞན་པ། གོང་རོགས་བྱིས་མཆོད་གཉིད་བརྟན་བཅོས་བྱུངས་པ་
བཅས་ཀྱི་ཁོད་ནས་ཆར་ལོངས་བྱུང་། སྐབས་དེ་དག་དུ་ཀ་རོ་ཙམ་མི་ཆོད་པའི་འཕྲོག་
སྤྱག་ཉམ་རྒྱུད་ཞིག་ཡིན་ཡང་། སློབ་ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱི་མཐུས་སློ་རིག་བཟླ་བ་དང་
ཤེས་རབ་ལྟར་བའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་གཞན་ལ་མེད་པའི་བྱད་ཆོས་ལྟ།

སྤྱི་ལོ་༡༩༤༠ ལོར་ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་གདན་ས་མདོ་
སྐད་ལྷོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་སླ་བྲང་བཟླ་ཤིས་འབྲིལ་དུ་ཆོས་ཞུགས་གནང་རྒྱུའི་
གོ་སྐབས་ཐོབ། དེ་ནི་ཁོང་གི་མི་ཆོད་ནང་མགོ་ཐོག་དུ་བབ་པའི་འོད་ཐིགས་དང་པོ་
དེ་ཡིན་ལ། མིག་ཟུང་ལ་འཛིག་རྟེན་གསར་པ་ཞིག་སྤང་བའི་དབང་རྟེན་གསར་པ་
ཞིག་ཀྱང་བསྐྱེད་པ་ཡིན། མི་ལོ་ཉིལ་པོ་ལྷ་ཡི་རིང་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་དེར་བསྐྱུས་གྲ་སློ་
རྟགས་ནས་པར་བྱིན་ཀྱི་བར། མཁས་པའི་གཤེས་གཞན་དུ་མའི་དྲུང་ནས་སློབ་
གཞིར་རྒྱ་ཆེར་བྱས། སྐྱེས་སྟོབས་ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་སྦྱངས་སྟོབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་མ་
བལ་བས། སློབ་གཞིར་བའི་ཁོད་ནས་འབྱར་དུ་འཕོན་པའི་སློ་གྲོས་ཀྱི་སྤྲང་བ་རྒྱས།
མཁས་པ་རྒྱན་རབས་པ་ཆོ་ལས་བཞུགས་བརྗེད་ཀྱང་མི་ཉུང་བ་ཐོབ། ཐོས་པ་ཉུང་
བ་དང་འགྲན་སེམས་ཅན་ཉུང་ཤས་ཀྱིས་སྒྲིག་དུ་ངན་སྒྲས་ཀྱང་འདྲ་མིན་བྱས་འདུག་
ལ། ས་ཐག་རིང་བ་དང་བྱིས་ཀྱི་འཁོས་ཀ་ཞན་པ། རྣམ་རིག་བཟླ་བ། སྤྱོད་པ་གྱིང་
བ་བཅས་ལ་བལྟས་ན་དེ་སློབ་སྡེ་ཆོས་སྡེ་སླ་བྲང་དུ་བཞུགས་སྐབས་དང་འདྲ་མེ་
བྱུང་འདུག།

སྤྱི་ལོ་༡༩༤༥ ལོར་ཀུན་སུ་ཞིང་ཆེན་ནང་བསྐྱེད་སློབ་གྲ་ཆེན་མོར་ཞུགས་
རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཐོབ། མཐོ་སློབ་དེའི་ནང་མི་ལོ་ཉིལ་པོ་བཞི་དང་ཟླ་དྲེ་བརྒྱད་ཀྱི་རིང་
ལ་རྒྱ་བོད་ཀྱི་ཡིག་རིགས་དང་། སུམ་རྟགས་དག་གསུམ། དབུ་ཆོད་པར་གསུམ།

སྟན་མངོན་སྟེན་གསུམ། རྒྱལ་རབས་དང་ཆོས་འབྱུང་། དེ་བཅས་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་
མཆོན་པའི་རིག་པའི་གནས་དུ་མར་བཙོན་པ་རྒྱ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་བསྐྱངས་ནས་
བསྐབས། དེའི་ཞོར་ལ་《ཚུ་ཤིང་བསྟན་བཙོན་གྱི་འགྲེལ་བ་》བཅུ་མས། 《ཚུ་ཤིང་
བསྟན་བཙོན་གྱི་འགྲེལ་བ་》ནི་བོད་ལྗོངས་ནང་བསྟན་དུས་དེ་བཅོག་བཀོད་པར་
བོད་ཀྱི་ནང་གི་སྟོག་པ་པོ་མང་པོས་གདང་འདོག་ཆེན་པོ་གནང་འདུག

སྟེ་ལོ་༡༧༧༠ ལོར་བཅ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གསར་འདྲེགས་གནང་
བའི་པེ་ཅིན་བོད་བརྒྱུད་མཐོ་རིམ་ནང་བསྟན་སྟོན་གླིང་དུ་འདྲེལ་ཞུགས་གནང་རྒྱའི་
གོ་སྐབས་ཐོབ། སྟོན་གླིང་དེར་ལོ་ངོ་གཞིས་ཀྱི་རིང་ལ་ས་དག་རྒྱུང་གསུམ་དང་། ཀ་
འབྲུག་བོན་གསུམ་གྱི་ཆོས་འབྱུང་དང་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་ཅིས་དཀར་ནས་དང་
རྒྱ་ཡིག་སོགས་ལའང་སྟེ་འགོས་ལྟར་བསྐབ་པའི་ཞོར་དུ་《སྟན་ངག་མཆོ་བྱུང་དེ་གྱེས་
པའི་འདྲེམ་ཟེར་》སོགས་བཅུ་མས། 《སྟན་འགྲེལ་མཆོ་བྱུང་དེ་གྱེས་པའི་འདྲེམ་ཟེར་
》ལ་བསེ་ཆངས་སྟོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་གྱིས་བསྐྲུགས་བརྗོད་རྒྱ་ཆེར་གནང་འདུག
ད་དུང་སྟན་ཚུལ་ཐོར་བུ་མང་པོ་གྲིས་པར་སྟོག་པ་པོ་མང་པོའི་དགའ་བསུ་རྒྱ་ཆེར་
ཐོབ། གཞིས་ལུས་བོད་ཀྱི་གཞོན་སྟེས་ཚུལ་པ་པོའི་ཁྲོད་ནས་རྩ་ཤིང་རི་བྲག་གི་ཆོག་
ལོའི་འདྲ་འབག་ཅན་མིན་པ། ནང་ཆོས་རིག་པའི་ཞག་ཅི་བསྟོས་པའི་སྟན་ངག་སྟེ་
བ་ཆེས་སུ་ལྟ་བུར་བ་ཉག་གཅིག་དེ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན་མི་ཆོག་པ་གང་ཡང་མེད།
སྐབས་དེ་དུས་ནས་མཁས་པའི་མཆོན་སྟན་གྱི་ལྷ་གུ་འབྲས་མགོ་རྒྱུགས། སྤང་ཆར་
དང་ཁྲེ་ཟེར་སོགས་སུ་བཀོད་པའི་སྟན་ངག་ཚུལ་བཀོད་པ་ནམས་ལ་སྟོག་པ་པོ་མང་
པོའི་དགའ་བསུ་ཐོབ་པར་མ་ཟད་སྟན་ཚུལ་ཁ་ཤས་ལ་ཆེས་མཐོའི་བྱ་དགའ་ཡང་
ཐོབ་འདུག

སྟེ་ལོ་༡༧༧༡ ལོ་འདུག་དུ་རྒྱ་གར་དུ་བཙོན་བྱོལ་ལ་འབྱོར་ནས། ལགོང་
ས་མཆོག་ལ་མངལ་བཅར་གྱི་སྐལ་བཟང་ཐོབ། ཅན་དན་དང་ལྷང་མའི་རིན་ཐང་
མཉམ་པ། རིག་གཞུང་དམངས་གཙོའི་ཐོབ་ཐང་དར་བའི་ཁོར་ཡུག་འདིར་ཡུལ་
གོམས་གཤིས་ལུགས་དང་། རྒྱ་ཡིག་ངོ་ཤེས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཐོག་སྤང་ཐག་
དང་ལྟག་སྟེའི་རྒྱུ་ལམ་མེད་པས། གཞེས་སྤང་སྟོང་སྤྲག་གིས་མི་ཁྱེད་པའི་བོད་

རིག་པའི་མཁུན་ཡོན་གྱི་གཅིས་ནོར་དེས་བྱས་འབྱོར་བོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ལ་བསྐྱེལ་
 བསྐྱབ་རྒྱ་ལྟ་ཞོག ཐ་ན་ཉེན་རེའི་འཆོ་བའི་ཟས་གོས་གནས་མལ་ཡང་ཐག་གཅོད་
 མི་རྒྱས་པའི་དཀའ་ངལ་འདྲ་མིན་རང་དབང་མེད་པར་མགོ་ཐོག་དུ་སྦྱངས། ཁོང་
 དང་པ་ཡུལ་གཅིག་པ་ཨ་ལགས་ཚུ་ཡས་རིན་པོ་ཆེ་བསྟན་འཛིན་དཔལ་འབར་གྱིས་
 ཁོང་གི་མཁུན་ཡོན་སྤྱི་དང་། ལྷག་དོན་སྟན་ངག་ཚུ་མ་རིག་གི་མཁུན་རྒྱ་དང་མཆན་
 སྟན་པ་ཡུལ་ནས་མཁུན་པའི་ཐོག་ས་མཐར་སང་གེ་ཐང་ལ་བབས་པའི་སྐྱོག་ར་ལ་
 གཟིགས་ནས་ཐུགས་གྱིས་མ་བཟོད་པར། ཟས་གོས་གནས་མལ་གང་ཐད་ནས་
 རོགས་སྐྱོང་གང་རྒྱས་གནང་བའི་འོག་དུས་ཡུན་གང་འཆོམ་ཞིག་ལ་སྡོད་དགོས་བྱུང་།
 སྐབས་དེའི་ཚུ་མ་སྤྱི་འགན་འཛིན་རི་ཁ་སློ་བཟང་བསྟན་འཛིན་གྱིས། ཁོང་གི་མཁུན་
 ཡོན་ལ་ཉོག་ཞིབ་རིམ་པར་བྱས་པས། ཀོ་ཤུབས་ནང་གི་གྲི་བཟང་དང་། ཚག་ལྷལ་
 གསེབ་གྱི་བྱ་བཟང་རོ་ཐག་ཆོད་དེ། ཁོང་ལ་ཤེས་ལྷན་གྱི་བྱག་ལས་ཞིག་གནང་འཆར་
 བྱས་ཀྱང་། སྐབས་མ་ལེགས་པར་ཁོ་པ་ཨ་རིར་ཕེབས་ནས་སློ་བྱར་དུ་སྐྱུ་གཤེགས་
 པ་དང་། ལས་འཕྲུལ་འཆར་འགོད་སྐོར་སྐབས་དེའི་འགན་ཆབ་ལ་མངགས་བཅོལ་
 བྱས་འདུག་ཀྱང་། གསེར་ཐག་གོན་པའི་འདོགས་ཁྱིའི་འཁྲིས་སུ་སང་གེའི་བྱས་མོ་
 ས་ལ་བཅུགས་པའི་དོན་འབྲས་སོན་ཐབས་མ་བྱུང་།

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་རྒྱ་ས་སྤྱན་རྒྱུ་ཅིས་ཁང་གི་རིག་གནས་དགེ་ཆན་གྱི་ལས་ཀ་
 ཐོབ་པ་དང་། ཁོང་གི་དགོངས་པའི་སློང་དུ་འབྲིལ་བའི་རྒྱ་མཆོ་ལས་རྒྱ་ཐིགས་འགའ་
 རེ་ཁ་ནས་གཤོ་སའི་གོ་སྐབས་ཆེད། ད་དུང་དོན་གཉེར་ཅན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ལ་བྱུར་
 དུའང་བོད་ཀྱི་ཐ་སྟངས་རིགས་གནས་སྐོར་གྱི་སློབ་ཁྲིད་གནང་བས། བོད་ཀྱི་རིག་
 གཞུང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཁ་གཡང་གང་སར་སྐྱོག་པའི་
 ཁོར་ཡུག་རྒྱུང་རྒྱུང་འདིར། ཆོས་རིག་ཅ་གཏོར་གཏོར་སའི་ཐུན་ཁོད་ནས་འཆར་
 བའི་མི་སྣ་ཞིག་གི་ཡིག་ངག་གཉིས་ཐོག་ནས་རིག་པའི་འོད་ཐིག་ལྷམ་མེར་འཕྲོ་བར་
 ལ་མགོ་འཐོམ་ཞིང་། འགའ་ཞིག་ལ་མཆན་མི་སྤྱིས་ཀ་མེད་དུ་གྱུར། སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་
 བོ་རི་ལ་རྒྱུར་(New Zealand)ལོ་གཅིག་རིང་སློབ་སྦྱོང་ལ་ཕེབས་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་རག་མི་
 གཞན་གྱི་སློབ་འབྲས་ལས་བལྟ་དུ་མས་ཤེས་ཆད་ཡག་པ་བྱུང་བས། གསར་འབྱོར་

ཆོ་འཆོ་བ་སྐྱོ་བ་ལས་རིག་པ་སྐྱོ་བོ་མིན་པའི་ར་སྤོད་བྱས། ཟ࿳་ལོ་༡༩༧༥ ལོར་ཁོང་
སྐབས་བརྟུ་གཅིག་པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་འདེམས་འཐོན་བྱང་། འགའ་རེས་
མདོ་སྤྱད་ཆོལ་ཁ་ལ་མི་རྫོགས་པ་རེད་ཟེར། ལ་ལས་དོར་གཙང་འཇིགས་མེད་ཀྱིས་
བཅན་བྱོལ་ནང་བྱས་རྗེས་ག་རེ་བཞག་ཡོད་པ་རེད་ཟེར། གང་ལྟར་ཡང་མདོ་སྤྱད་
མི་མང་གི་ཁྲིད་ནས་དོར་གཙང་འཇིགས་མེད་ཀྱི་རིན་ཐང་ཤེས་མཁན་མི་ཉུང་བཞིག་
བྱང་ཡོད་པའི་ར་འཕྲོད་གསལ་པོར་བྱས།

ཟ࿳་ལོ་༡༩༧༦ ལོར་ལུགས་གཞིས་གཟིགས་པའི་སྤྱན་དཀྱུས་མཆོག་དུ་ཡངས་
པ་བཀའ་སློན་ཁྲི་ཟུར་སྐལ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གདན་ཞུས་ལྟར། རོར་སྤིང་བོད་
ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྤྱོད་ཁང་གི་སྤྱི་བྱུང་ཚོམ་སྤྱི་གཞུང་འཛིན་གནང་། རིག་
གཞུང་གི་ལྟ་གནས་དེ་གསར་འཛུགས་ཀྱིས་དབྱུང་ཚོམ་《རོར་མཛོད་》དང་། རྒྱ་
ཚོམ་《རོར་འོད་》། རྒྱུ་ཤེས་《རོར་ལྗེ་》། ད་དུང་《གངས་ཅན་ཤེས་རིགས་བང་
མཛོད་》བཅས་གསར་བཏོད་ཀྱི་ལས་འགན་བཞིས་ཏེ། དུས་དེབ་དང་ཆོགས་ཤོག་
དེ་དག་གི་ཐོག་སྤྱི་ཚལ་དང་ཆོར་བ་བརྟུང་བའི་ཚོམ་ཡིག་འདྲ་མིན་ལུ་མཐུད་སྤེལ་
བས། རྒྱ་ཆེར་སྤྱི་གཞུང་པོ་ཆོས་དུས་དེབ་དང་ཆོགས་ཤོག་གཞན་དག་ལས་དམིགས་
བསལ་གྱིས་དོ་སྤང་དང་སྤོང་གིས། ཏར་ཐོབ་བརྒྱབ་ནས་སྤྱི་གཞུང་མཁན་དང་འབྲི་
མཁན་ཤིན་དུ་མང་པོ་བྱང་། རོར་སྤིང་དུ་བཞུགས་རིང་དུས་དེབ་དང་ཆོགས་ཤོག་
དེ་ཆོ་སྤྱད་ན་མ་གྲགས་པའི་འགྲིམས་སྤོང་ཆེར་འཕེལ་བར་མ་ཟད། དུས་དེབ་དང་
ཆོགས་པར་གང་ཞིག་འཐོན་ནའང་དེའི་ནང་དོར་གཙང་འཇིགས་མེད་གི་ཚོམ་ཡིག་
འདུག་མིན་ལྟ་རྒྱུའི་གོ་མས་སྤེལ་ཞིག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་ཕྱོགས་གང་སར་འཇགས་
པ་བྱང་།

ཐུན་གྱིས་དོར་གཙང་འཇིགས་མེད་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་མཐོང་བ་ཐེངས་དང་པོ་
དེ། སྤྱན་ཚོམ་ཕྱོགས་སྤྱི་གཞུང་དེབ་ནག་རིལ་བཞི་པོ་དེ་ཡིན། ཟ࿳་ལོ་༡༩༧༩ ལོ་མཇུག་
ལྟ་ཕྱོགས་མོན་སྤྱི་དབང་གནང་ཞེ་སྐབས། ཁོམ་ས་ནས་དེབ་འདི་ཆོ་མཐོང་བྱང་།
སྐབས་དེར་དེབ་ཉི་ཉེད་ཀྱི་དུལ་སྐར་མ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས། ཡར་འགོ་མར་
འགོ་སྐབས་ཁར་དང་ཞོར་ལ་སྤྱི་གཞུང་གི་ན་བྱས་པས་གང་འཆོམས་ཤིག་སྤྱི་གཞུང་གི་

སོང་། ཚུམ་ཡིག་ཁ་ཤས་བསྐྱགས་པས་ཚུམ་ཚུམ་མ་ཟད་ཚུམ་པ་པོ་ཡང་ངང་གིས་
 མངལ་འདྲིང་བྱུང་། ཟ࿳་ལོ་༡༩༧༥ ལོར་ཨ་ཁྱེས་མ་ཆེན་གྱིས་གོ་སྒྲིག་འགྲན་འབོད་
 བཞིན་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་ཚུམ་པ་པོའི་ཆོགས་ཆེན་ཐོག་བཅར་རྒྱུ་བཞོ་སྐབས་རག
 སྐབས་དེར་སྟོན་ཚུམ་ཁང་དུ་སོང་སྟེ་སྟོན་མ་ཞིག་གི་ལག་ནས་དེབ་ནག་རིལ་བཞི་
 པོ་དེ་དག་ཞེས་པ་ཡིན། ཟ࿳་ལོ་༡༩༧༦ ཡན་མན་ཞིག་ལ་དོར་གཙང་འཇིགས་མེད་
 བོད་ཀྱི་གདམ་བྱ་བཞིའི་ཟབ་སྦྱོང་བཞུགས་གནང་མཁན་འབྲས་སྦྱངས་ཆོས་མ་ཆེན་
 དུ་སྟེབས་སོང་བ་དེ་ནི། ངས་དོར་གཙང་འཇིགས་མེད་མངལ་བ་ཐེངས་དང་པོ་
 དེ་ཡིན། ཁོང་གི་སྟོན་ཚུམ་ཁག་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱགས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་ཐོག་རལ་
 པ་རྒྱབ་དུ་འབྱུངས་པ་དང་། ཐག་མག་ཡང་ཡང་འཐེན་པ། གཏམ་བཤད་ཀྱི་སྟོབས་
 པ་མཐོ་བའི་སྒྱུ་དངོས་མངལ་བའི་ནམ་འགྱུར་གང་ས་ནས་བལྟས་ན། རེབ་གོང་དགོ་
 འདུན་ཆོས་འཕེལ་ཡང་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་སྟེ་སྟོན་པ་ངང་གིས་ཤར། ཟ࿳་ལོ་༡༩༧༩
 ལོར་རྟ་སའི་འབྲོག་པའི་གོས་ཐུང་འདྲ་བའི་ཁྲོམ་གཤམ་དུ་དེབ་ཆོང་ཁང་ཞིག་ནས་
 སྟེང་མོལ་འགའ་ཞིག་བྱས་པས་ཁོང་གཞི་ནས་ངོ་ཤེས་བྱུང་། འདི་ནི་དོར་གཙང་
 འཇིགས་མེད་དང་དངོས་སུ་ཐུག་འབྲུད་ཀྱིས་སྟེང་མོལ་བྱས་པ་ཐེངས་དང་པོ་དེ་
 ཡིན། དེ་ནས་བརྒྱུད་རིག་པའི་གོགས་པོའི་འབྲེལ་མཆོམས་མ་ཆད་པར་ཚུམ་དེབ་
 དུ་མ་པན་ཚུན་ལེགས་སྟེས་སུ་འབྱུང་རེས་ཞུས། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་
 བཞོ་སྟེང་དང་ཆོགས་འདུ་དུ་མའི་ནང་མངལ་འདྲོམས་ཀྱིས་སྐབས་འགའ་མཐུན་
 ཞིང་། ལན་འགར་ཚོད་པ་སོགས་ཀྱིས་ཤིན་དུ་སེམས་ཐག་ཉེ་བའི་གོགས་པོ་ཆགས།

ཁོང་གི་བཙམས་ཆོས་ཐད། གཙན་བྱོལ་དུ་དཔེ་སྟུན་དང་འབྲེལ་སྟེལ་
 བྱས་པ་ཐེངས་དང་པོ་ནི་སྟོན་ཚུམ་དེབ་རྒྱུང་བཞི་པོ་དེ་རེད། སྟོན་ཚུམ་དེ་དག་གི་
 སྒྱུ་རྩལ་དང་ཉམས་འགྱུར་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་། དགའ་སྟོན་ཁྲོ་ཆགས་ཀྱི་ཆོར་བའི་འགྱུར་
 འགྲོས་འབྱུར་དུ་འཐོན་པ་སོགས་ཀྱིས། དྲང་པོ་བཤད་ན་བཙན་བྱོལ་ཁྲོད་སྟོན་ཚུམ་
 འདི་ལས་ཆོད་མཐོ་བཞིག་ད་པན་བྱུང་མི་འདུག་ལ། ཕྱི་ཆད་ཀྱང་འབྱུང་བ་དཀོན་
 པ་ཞིག་རེད་སྟེ། སྟོན་ཚུམ་འདི་བོད་ནང་དུ་འང་འགྲིམས་སྟོ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་ཏེ།
 དོར་གཙང་འཇིགས་མེད་གི་དེབ་ནག་རིལ་ཞེས་གྲགས་པ་ཆེ་ཆུལ་ཐོས་བྱུང་ལ། བོད་

ཕྱིན་དང་གཉིས་ཀར་སྟོན་ཚུལ་ཕྱོགས་སྒྲིག་གི་དེ་བ་དཔེ་སྟོན་བཟོ་རྒྱུའི་ལུགས་སྟོལ་ཡང་
འདི་ནས་མགོ་འདྲུགས་བྱས་པ་ཞིག་རེད། འདི་དག་ལ་དཔེ་བཞུགས་ནས་དང་སང་
བོད་ཕྱིན་དང་གཉིས་ཀར་རིམ་ཐང་ཡོད་མེད་ལ་མ་ཉྟོས་པའི་སྟོན་ཚུལ་དེ་བ་ཐེངས་འདྲ་
མིན་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཞིག་བཏོན་དང་འདོན་བཞིན་པ་རེད། དེ་རྗེས་《གདོན་འཕྲུལ་
ལྟ་བུའི་གཟེ་ཁ》ཞེས་པའི་སྟོན་ཚུལ་བཏོན་པའི་ཚུལ་གཤིས་ཐད། གནའ་རབས་
མཁས་པའི་སྟོལ་རྒྱུན་མ་བཞུགས་པའི་ཐོག་ནས། དེང་རབས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོ་བ་
འདོན་སྤངས་ཀྱི་བྱུང་ཚུལ་འབྲུར་དུ་ཐོན་པ་དང་། སྟོན་དག་འགའ་ཞིག་ནི་དགེ་
འདུན་ཚུལ་འཕེལ་གྱི་སྒྲི་ཉམས་དང་འདྲེས་པའི་བྱུང་ཚུལ་ཁྱད་རང་བཞིན་གྱིས་
འབྲུར་དུ་ཐོན་འདུག གོ་གསལ་ལྟར་ན་བོད་ནང་དུ་དོར་གཙང་འཇིགས་མེད་གི་
ཚུལ་སྟོལ་ཞེས་སྟོན་དག་ཚུལ་སྟོལ་གསར་པ་ཞིག་གི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱང་
ཆགས་པ་རེད་ཟེར།

ཁོང་གི་ཚུལ་ཚུལ་《དང་བདེན་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལོ་བ་》ནི། མདོ་སྤང་
པ་དགེ་འདུན་ཚུལ་འཕེལ་གྱི་མི་ཆེ་རྒྱུད་རིམ་ལ་དཔྱད་པའི་ཆེད་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།
ཚུལ་ཡིག་དེ་ཉིད་བཅན་བྱོལ་དུ་མ་ཟད་ལོ་ཤས་སྟོན་ནས་བོད་ནང་དུ་འང་སྒྲིག་ནས་
པར་སྒྲིག་བརྒྱབ་སྟེ་འཆོང་འགེམ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་འདུག བཅུ་མས་ཚུལ་དེ་ཉིད་
མདོ་དབྱས་སྒྲོར་གསུམ་གྱི་གཞི་སྒྲིམ་མང་པོ་ཞིག་གིས་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་གནང་གིན་
ཡོད་པར་མ་ཟད། དེང་སང་ནི་བོད་ནང་མཆོད་མེ་དང་རྒྱ་ཐོག་དུ་འང་འགོད་སྟེ་ལ་
བྱས་པར་དཔྱད་བརྗོད་ཀྱང་མང་པོ་བྱིས་འདུག

ཁོང་གི་ཚུལ་ཚུལ་《ཁྲག་ཐེགས་ལས་སྐྱེས་པའི་ལྔ་རྒྱུགས་》ནི། བཅན་
བྱོལ་ནང་བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་གི་བྱུང་རིམ་ལ་དཔྱད་པའི་ཚུལ་དེ་བ་ཐེངས་དང་པོ་དེ་
ཡིན། དེའི་ནང་བོད་ཕྱིན་དང་གཉིས་ཀར་རིམ་བྱུང་འཕེལ་གྱི་རྒྱུད་རིམ་ཐད། དུམ་མཆོམས་
གསུམ་དུ་བྱས་ནས་དབྱེ་ཞིབ་ནན་པོ་བྱས་འདུག དུམ་མཆོམས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་ཞིབ་
འདི་ཡང་བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་འཕེལ་རིམ་ལ་དཔྱད་པའི་སྒྲིམ་གཞི་གསར་བཏོད་ཀྱི་རང་
བཞིན་ལྟར་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་མི་འགྲིགས་པ་གང་ཡང་མེད། ད་དུང་ཁོང་
གི་བཅུ་མས་ཚུལ་ཁྲོད་ནས། པ་བའི་གཡུལ་ས་དང་། ཞེ་སའི་ཁ་དམག་ཤམ་ལྟ་ལའི་

ཕྱིག་ཞེས། ལྷ་བྱང་གི་ལྷ་ལོག་སོགས། དེ་སྟོན་དག་ཆོས་བཅོན་དུ་སྦྱང་བའི་ནག་
ཉེས་དང་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་བསགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དགོད་བོ་ལ་དུ་ཡང་བོ་བ་དང་།
དཔྱོད་འོས་ལ་བསམ་དགོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་སྤང་སྤང་མིན།

སྤྱི་ལོ་༡༠༠༩ ཉོར་གཙང་འཛིགས་མེད་ཨི་རི་ལ་ཕེབས། རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བ་
སྤྱི་ལོ་སྟོན་ལམ་ལས་ལོག་ནས། མཁས་པ་རྣམས་ནི་བཀྱར་བ་མེད་པ་དང་། བསོད་
སྟོམས་དག་ཀྱང་རྟེན་པ་མེད་པའི་གྲུ་ཟུར་འདིར། སེང་ལྷགས་ལས་ར་ལྷགས་
འགྲིམས་སྟོ་ཆེ་བས་སྤྱགས་ཁག་མེད་མོད། དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཁོང་རྒྱ་གར་ནས་ཨ་རིར་
ཕེབས་པ་ནི། ཉོར་བུ་མི་ལག་དུ་ཤོར་བ་རང་རེད་བསམས་ཤིང་། ཁོང་ལའང་རང་
བཞིན་གྱིས་རྒྱངས་རིང་དུ་སོང་། ཁ་སང་ཉིན་ཤས་སྟོན་ཁ་པར་ཞིག་སྟེབས་བྱུང་
བར་ཨ་ལན་བྱས་པས། ཁོང་ནི་ཉོར་གཙང་འཛིགས་མེད་རེད། ཉོར་སྤིང་དུ་ཁ་
བརྟེན་སྤྱད་འཕྲད་ཞུ་བྱས་པ་ལྟར། ཁོང་དང་མཇལ་སྐབས། ལོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རིང་
ཁོང་གིས་《མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོ་》པོད་ཆེན་དུག་(བདུན་པ་ཆར་རྒྱ་རེད)ཅམ་
བཅམས་བྱུང་བ་དང་། བཅམས་ཆོས་དེ་དག་མགོ་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་ལམ་སྟོན་
ནས་མཛུགས་ཆོས་བསྟུ་མ་བྱས་བར་གྱི་རྒྱུད་རིམ་རགས་བསྟུས་དང་འབྲེལ་ནས། ངའི་
རེ་བར་ཚུལ་ཡིག་འདི་ཆོ་རྟ་སའི་ཁུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བཙོར་སྤྱན་བསྟར་རེ་ཞུ་བའི་རེ་
བ་ཆེ་ཡང་ད་རེས་དུས་ཚོད་གྱིས་བྱུང་མ་སོང་། ཡིན་ནའང་ཁྱོད་གྱིས་དུས་ཚོད་གང་
ཡོད་ཅིག་གཏོང་ནས་ལྷ་རྟོགས་གསུངས་པ་བཞིན། པོ་ཏི་ཆེན་པོ་དུག་དུས་ཚོད་སྤང་
དུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བལྟ་སྟབས་ཐབས་བྲལ་ཡང་རགས་བསྟུས་ཤིག་བལྟས་པས། གཞི་
ནས་ཉོར་གཙང་འཛིགས་མེད་ཨི་རི་ལ་ཕེབས་པ་དང་། (B.A.)ཐོན་མཁན་བོད་པའི་
ཕོ་གསར་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཆོ་ཨ་རིར་འགོ་བ་གཉིས་འདྲ་ས་མེད་པར། བདག་ཉིད་
ཆེན་པོ་གང་དུ་གཤེགས་ཀྱང་རུང་། །གཞན་དོན་སྦྱབ་ལ་སྦྱོང་ལ་མེད་པ་དང་། མཁས་
པ་ཆེན་པོ་གང་དུ་ཕེབས་ན་ཡང་། །འཆད་ཚིད་ཚུལ་པའི་མཛད་པ་དོར་བ་མེད་པ་
དེ་གཞི་ནས་ཤེས་བྱུང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དེ་བ་ཐེར་ཆེན་པོ་འདི་དག་ལ་མཆོན་ན། བྱུང་
རིམ་གྱི་བང་འགྲིགས་པ། ས་བཅད་ཀྱི་འགྲོས་དམ་པ། རྒྱུས་བཤད་ཀྱི་ཁོག་ཡངས་
པ། ཆོག་དོན་གྱི་འབྲེལ་ཆགས་པ། རྒྱལ་སྤྱི་དང་སྤྱི་ལུང་མང་པ། རྒྱ་མཚན་གྱི་རིགས་

པ་ཟབ་པ། དེ་སྐོན་མདོ་སྤྲུང་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ནམ་ཐར་དུ་མའི་ནང་
གི་འབྲུག་པ་ནམས་སྟེང་པ། གཤམ་པ་རྩེན་གཅེར་དུ་བྱུང་པ། བོད་སྤྱི་འོ་རྒྱུས་ཀྱི་
ག་མ་ཉམས་པ། བྱེ་བྲག་ས་ཁུལ་སོ་སོའི་བྱུང་རིམ་གྱི་གྲུ་མ་ཆག་པ། གནའ་རབས་
ཀྱི་ཁོག་མ་བཞགས་པ། དུས་རབས་ཀྱི་འགྲོས་མ་འཆུགས་པ་བཅས་ཀྱི་བྱུང་ལྡན་པ་
མཐོང་ལ། གྲོག་པ་པོ་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཆ་རྒྱས་ངེས་ཅན་རེ་ཡོད་མཁན་དང་། རྣམ་དཔྱད་
ཀྱི་ཆལ་ཡང་མི་དམན་ཅི་རེ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད། དེ་བཅེར་འདིས་
དགའ་བ་མི་བསྐྱེད་པའི་རང་དབང་མེད་ངེས་ཡིན། ད་དུང་ཡང་ངས་ཏོར་གཙང་
འཇིགས་མེད་ལ་ལྷ་རྒྱུགས་དང་ལུས་རྒྱུགས་ནན་པོའི་ལུགས་སུ་བྱས་ནས་ཞུ་གསོལ་
འདེབས་རྒྱ། གང་དུ་ཐེབས་ཀྱང་རུང་། གང་དུ་བཞུགས་ཀྱང་རུང་། གང་ཞིག་
མཛད་ཀྱང་རུང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་གི་
བྱ་བཞག་ཐོག་རྒྱ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་འབབ་རྒྱན་མི་ཆད་པ་དང་། ཞི་ཟུང་འོད་བཞིན་
གཟེ་འོད་མི་ཉམས་པ་གནང་རྒྱའི་གསོལ་བ་ལན་བརྒྱར་འདེབས་དེ་རྒྱ་ཡིན།

མཐའ་དོན་ཚོམ་པ་པོ་ལ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་ལེགས་གསོལ་དང་། བོད་རིགས་
གཞོན་སྐྱེས་ཆོར་ཁ་མིག་ཡར་ལྷ་དང་། གོམ་པ་མདུན་སྐྱོས་ཀྱིས་མདོ་དབུས་སྐོར་
གསུམ་རང་རང་གི་སྟོད་བརྒྱད་ཆགས་རབས་དང་། དུལ་གོམས་གཞིས་ལུགས། རྟེ་
དཔོན་མི་རབས། དགོན་སྡེ་སློབ་རབས་ཀྱིས་མཆོན་པའི་དེ་བཅེར་ལོ་རྒྱུས་གང་རུས་
གསར་ཚོམ་གནང་རྒྱའི་དྲན་གསོ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

སྟེ་ཆ་སྐྱམ་པོ་གཤེགས་པའི་ཤུལ་ལམ་ནས།

ཏོར་གཙང་ས་མཐར་འབྱུངས་པའི་རྒྱ་རྩེས་འགའ།

སྤྱིན་དང་ན་བུན་འཐེབས་པའི་སྤྱི་ཀ་ནས།

མཛུབ་མོས་རྒྱང་བསྐྱན་བྱས་པ་འདི་ཉིད་ཅིམ།

སྤྱི་ལོ་༡༠༠༧ ཟླ་༡ ཆོས་༡ (བཟང་པོ་བརྒྱ་འདྲིམས་ཀྱི་)ཉིན་མོ་ས་གངས་
རྒྱུད་རང་ཤག་དུ་བྱིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ།

མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོ་ལས་སྒྲེགས་ བཅ་དང་བོ།

གང་གི་ཞལ་སྒྲེས་མེ་ཏོག་སར་བའི་བྲང་། །
བསོད་ནམས་མགུལ་བ་མངོས་པའི་དཔལ་གྱུར་པ། །
དེ་ཡི་སྟོབས་ཀྱིས་ཉིན་དང་མཆན་སྒྲེལ་ནས། །
མི་ལོ་དགུ་ཡི་ཆེ་སྟོག་ངང་གིས་བརྟུང་། །

སྒྲུང་སྲིད་ཡོ་ལང་སྒྲིན་པོའི་ཆོ་འཕུལ་གྱིས། །
ཐེན་མེད་ལས་ཀྱི་མཐའ་ལ་སྦྱར་བྱས་ཏེ། །
རྒྱལ་པམ་རེས་སུ་ཤར་བའི་སྒྲིག་པར་དེར། །
སྟོན་རབས་མཁས་པས་བྱང་བ་རབས་སུ་བཏགས། །

ཐེག་རྒྱུང་རྩ་གོག་སྒྲུར་བའི་ཞུམ་འགོས་དང་། །
སྒྲི་དམ་རྒྱ་སྲིན་སྤུལ་བའི་ཁ་སྟོབས་སོགས། །
འཛིགས་ཞུམ་སྒྲ་ཐག་ཆད་པའི་སྤང་ཐང་ན། །
བདག་གཞོན་ཁྱུར་བོ་བྲལ་བའི་བྲེ་མེར་འབྲོང་། །

མཁས་པའི་ནམ་དཔྱད་བསྐྱེལ་བའོ་མའི་སྣང་། །
 ལྷན་པོའི་ཐོ་ཅོ་གཅིག་གིས་འཛོམས་ནས་པས། །
 བདེན་པ་བྱུང་དུ་གསོད་པའི་གར་སྟེགས་ན། །
 ནམ་དཔྱད་སྐྱེས་ཀྱི་མཆོག་འདིར་རིན་ཐང་ཆུང་། །

ཀས་འཁོགས་སྟག་གིས་སྟེར་མས་མ་ཟེན་ཅིང་། །
 རོ་བཟང་མ་མོའི་ག་ཡིས་མ་ཁྲག་པ། །
 ལྷན་པོ་ལྷག་གིས་བསྐྱེད་པའི་སྟོང་ཁམས་འདིས། །
 བ་གཞིས་རྩོན་མོ་རང་རོ་འཕྲོད་པར་ཤོག །

ཚུལ་གསུམ་ཆད་མས་དཔྱད་དུ་མི་བཟོད་ཅིང་། །
 རོ་རྩེ་ཟེགས་མའི་རྟགས་ཀྱིས་མི་ཆོད་པ། །
 རི་ལུང་གོང་སྟེ་འབུམ་གྱི་མིང་དང་བན། །
 ཞེ་གྱོང་ཆད་པོ་དག་གི་རང་འདོད་ཉིད། །

འདིར་སྣང་སྐྱུར་མར་མཐོང་བའི་རབ་བྱང་དང་། །
 སྐྱུ་ཅུལ་དབང་ཅ་སྟོང་པའི་ཚོམ་རིག་པ། །
 བན་བུན་སྣང་བ་འཕྱན་པའི་གསར་སྟོང་ཆོ། །
 བྱང་རབས་སྐྱེས་འདིས་མགྱ་བ་བསྐྱེད་པ་མིན། །

ཀན་པོ་སོས་དལ་མཁས་པ་བདག་མེད་སོགས། །
 ལས་མེད་སྐྱོ་སྣང་ཆེ་བའི་ཁེར་རྒྱང་མི། །

གནའ་གཏམ་བསྟར་ལ་བརྒྱས་པའི་གཟིགས་མོ་འདིས། །
མུན་པའི་སེམས་ལ་འོད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་འདྲེན། །

གསེར་གྱི་ཁྲི་དང་པད་མ་རྒྱ་གཞི་ཏོག །
ཆེན་པོ་རིགས་ཀྱིས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གནས། །
མ་རྟུས་བདག་མེད་སྒྲེགས་བམ་སྟོང་གི་རྩལ། །
ལོ་མང་སྤྱུག་པའི་ངལ་བ་དང་དུ་སྦྲངས། །

ཡི་དམ་ལྷ་ཆོགས་ད་གྲེས་པའི་གནང་བ་སོགས། །
གཞུང་ལུགས་ཚཱ་པའི་རྒྱ་ཆོགས་མ་ཆང་ཡང་། །
འབད་པའི་རྒྱ་ཡིས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་འདི། །
ཉེན་འབྱུང་རིགས་པའི་འགོས་དང་མཐུན་ནམ་སྟུམ། །