

དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ .

སྐྱེ་གཤེགས་ནས་ལོ་འཁོར་གྱི་བྱ་ལོན་པའི་དུས་དྲན་གྱི་

ཆེད་སྒྲིག་ལེ་ཆོན།

ཚུམ་སྒྲིག་པའི་གཏམ།

དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་སྐྱེ་གཤེགས་ནས་ལོ་འཁོར་༡༠ལོན་པའི་སྐབས་འདི་ལ། ལུ་ཅག་ཆོས་ཁོང་ལ་.....
རྗེས་དྲན་ནམ་དུས་དྲན་གང་རུང་གི་བྱ་འགུལ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་སྒྲེལ་གྱིན་ཡོད། སྒྲེལ་ནས་ཀྱང་ “རང་གྲོལ་ཞིབ་
འཇུག” གི་ལས་དོན་རྒྱ་མཚོ་ཆེ་གཏིང་མེ་ཟེལ་བྱ་འགྲོ་བ་ཞིན་པའི་སྐབས་འདི་ལ། ཟུར་ངོས་གང་རུང་ཞིག་
ནས་ “ཁོང་——སློ་འབྲེད་བསམ་སློ་བ་ཡིན་མིན་—— ཚུམ་པ་པོ་དང་སྟན་ངག་པའི་ཆོ་ལོ་ཐོབ་མིན་——རང་
སྒྲིག་བཅད་པར་རིན་མང་ལྡན་མིན་” སྐྱེ་གཤེགས་དུས་ལོ་འཁོར་པའི་སྐབས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་གྲགས་འགུལ་མི་ཆུང་ཞིག་བཟོས་
ཡོད་ཆོད་རེད། དེ་ནི་ལུ་ཅག་ཆོས་དཀྱུལ་ཡངས་དང་དཔྱད་ཤེས་ཀྱི་སློ་མིག་གིས་ཁོང་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་
དཔྱད་འཇིག་བྱ་འོས། འདི་ལས་ལུ་ཅག་གི་ཤེས་ཡོན་པའི་སྐབས་འདི་དང་སྐབས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་པར་རེ་བ་ཆེན་པོ་.....
འདུག རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་དམིགས་ནས་ངེད་ཚུམ་སྒྲིག་པས་ “མི་སྣ་ཞིབ་འཇུག” སྐོར་གྱི་ཆེད་སྒྲིག་ལེ་ཆོན་.....
གཅིག་ལོགས་སུ་བཞག་ཡོད་པས། བྱེད་སྒྲིག་ཐོག་པ་ཆོས་ “དག་ཆོས་ཞིབ་འཇུག” དང་ “རང་གྲོལ་ཞིབ་
འཇུག” གཙོ་བྱས་བའི་ལྡན་སྐབས་ཆེད་གང་རུང་སྐྱུར་ཡོང་བར་རེ་བ་ཞུ།

«ཤར་དུང་རི» ཚུམ་སྒྲིག་པ་ནས།

དཔལ་དོན་གྲུབ་གྱི་ཁ་ཆེམས་ “སེམས་པ་འདི་ལྷག་”

བསུལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་མནན་ཏེ་མྱིང་ཏིག་ཏིག་གི་ངང་བྱེད་དང་”
གྱིས་ཕྱག་ལུལ་བ་ཡིན། ཁོ་བོས་ལམ་འདི་འདྲ་ཞིག་བདམས་པའི་
གཏམ་ངན་གོ་དུས་བྱེད་ཉིད་ཏ་ཅང་ཏང་སངས་པས་མི་ཆད།
བདག་གི་ཞོར་འབྲུལ་ཞིག་ཏུ་བཅེན་འང་ཐང་མོད། གལ་སྲིད་བྱེད་
གྱིས་སེམས་རྣལ་ལ་པབ་སྟེ་ཁོ་བོའི་ཤི་རྒྱུན་འདིར་ཞིབ་འདང་རེ་
བརྒྱབ་ཆོ། མཐའ་མཇུག་གི་གྱིས་ཕྱག་ལུལ་དོན་ལ་འང་རྒྱ་མཚན་
ཡེ་ནས་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ངེས་ཤེས་འདྲོང་འོང་གི་རེད། བྱེད་
དང་གཏན་བུལ་དུ་འགྱུར་བའི་སྐབས་འདིར་ལ། ང་ནི་བྱེད་དང་
མཇུག་འདྲོང་ཇི་འདྲ་ཆེ་ཡང་། ཡིན་ནའང་དེ་ནི་སྲིད་པ་ཞིག་མ་”
ཡིན་ཏེ། དེ་རིང་ངས་ད་དུང་བྱེད་ལ་སྒྲིག་འཕྲིན་ཞིག་བཏང་དོན་
ནི། ལྷ་ཏུ་ལས་གནས་སྤོར་བའི་བརྗེ་ཡིག་ཅིག་འབྱོར་བར་རེ་བ་
ཆེ་བས་ཡིན། འོན་ཀྱང་། ངས་བསམ་གཞིག་ཞིབ་མོ་ཞིག་བཏང་ན།
རང་རིགས་སྤྱོད་ཚོངས་དང་རྩིས་ལུས་ཀྱི་སྤོང་དུ་འབྱམས་ཤིང་།
དེའི་དོན་དུ་ཁོ་བོས་ཀྱང་ཚོམ་ཡིག་ཁ་གངས་ལོངས་བ་ཞིག་བྲིས་
ཏེ་ཁོ་པ་ཆོའི་གོ་རྟགས་དེ་སང་ན་སྟམ་ཡང་། པམ་ཁ་རང་གིས་ཉོ་
དགོས་བྱུང་བྱེད། ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམ་ཆུང་བའི་ཆེ་སྒྲིག་སྒྲོས་
བཏང་སྟེ་དུང་བརྗེ་གསལ་པོ་ཞིག་བསྒྲགས་པ་ཡིན།” **ཁ་ཆེམས་**
ཡིག་འདི་རྒྱ་ཡིག་གི་ལམ་ནས་ཁོང་གི་སྒྲིགས་པོ་སྒྲ་བ་
སྒྲ་སྒྲིག་ལ་བཞག་པ་རེད།

དཔལ་དོན་གྲུབ་གྱི་ལྷ་



མ་ཆུའི་བསམ་གཏན་གྱིས་བྲིས།
བོད་ཀྱི་མཆོད་མེ་དྲ་ཆོགས་ནས་བཏུས།

དུས་རབས་དང་མི་སྣ། ཞིབ་འཇུག་གི་སྒྲིབ།

— ཟླ་ལིང་ནས་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་སྐྱེ་གཤེགས་ནས་ལོ་འཁོར་ཉི་ཤུ་འདས་པར་ཇེས་བྱ་ཆོག་པ་འདྲ་
བསྟུས་པའི་སྟོང་གི་གཏམ་བཤད་ཐོར་བྲ།

པད་མ་རིག་འཛིན། (ཟླ་ལིང་)

ཐོག་མའི་གཏམ།

སྐྱེས་བུ་དམ་པ་གང་ཅུང་ཞིག་སྐྱེ་གཤེགས་ཇེས་དུ་
གཞོད་ཆེ་ཆེ་ལྷུང་ལྷུང་གིས་བསྟུགས་བཞིན་བྱེད་པ་ནི་རང་ལྟ་
རེའི་བོད་ཀྱི་གོམས་སྒྲུབ་རེད། ཡིན་ཡང་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དེའི་ངོ་
མཆར་བའི་གྲུབ་འབྲས་དང་ཁྱུ་པ་མེད་པའི་སྟོང་སྟོབས།
གཞན་དྲིང་མི་འཛིན་པའི་རིག་གནས་ཡོན་ཏན། རིན་ཐང་ལྟ་
བྲལ་བའི་མི་ཆེའི་ལྷ་བ་བཅས་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་རྒྱས་ལོན་
བྱས་ནས་སད་རྟོགས་འབྱུང་རྒྱ་ནི་གལ་ཆེན་ནང་གི་འགྲངས་
ཆེན་རེད། དེ་ན་ཐོག་མར་མཆོལ་ཞིང་ཆེན་ནང་བསྟན་རིག་
གནས་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་གནས་《ད་ལྟ་བུ་》 མོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་
དེང་སྐབས་ཀྱི་མཁས་པ་མང་ཆེ་བས་ “གཙུག་ན་བཞིན་པའི་ཉེ་
མོ་འོད། གངས་རིའི་རང་མདངས་ལ་སྒྲིས་ཆོ། སྤིང་ལྷའི་བ་ཀྱ་
ལ་ཡི་འདབ། དབང་མེད་གྲོལ་འདི་ཨ་མ་རྟོ།” (1) ཞེས་

བསྟུགས་ལྷལ་དུ་གྱུར་པའི་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་སྐྱེ་གཤེགས་
ནས་ལོ་འཁོར་ཉི་ཤུ་འདས་པའི་བར་སྐབས་འདིར་ཇེས་བྱ་
གི་བཞུགས་མོལ་ཆོག་པ་འདྲ་ཆོག་པར་ངས་སེམས་ཁོང་རུས་
པའི་སྟོང་ནས་ཇེས་བྱ་ཡི་རངས་ལྷལ་བ་ཡིན།

ངོ་མ་སྐྱས་ན་ང་ཆོ་ཆང་མས་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ལ་
ཞིབ་འཇུག་དང་རྒྱས་ལོན་བྱེད་དགོས་ཆེ་བྱང་བདེན་དང་དོན་
དངོས། སྐྱེས་སྐོམ་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ན་ད་གཞོད་མཁས་
བརྒྱ་འབྲན་སྟོང་དང་མེ་རྟོག་མཉམ་བཞད་ཀྱི་ཁ་སྐྱེས་དང་
ཡོངས་སུ་མཐུན་པ་རེད། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་དཔལ་དོན་
གྲུབ་རྒྱལ་ངོ་མ་ཞིག་སྒྲིག་འདོན་དང་འབྲི་བཞེད་བྱེད་ཀྱིས་
པར་ཕན་པ་ཆེན་པོ་ལྡན་ངས།

ང་ཆོ་ཆང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར་དུས་རབས་སྟོན་མའི་

སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ལོའི་ཟླ་༡༡པའི་ཆེས་མཐོའི་དཔལ་དོན་འགྲུབ་
ཀྱིས་སྤྱི་གཤམ་པ་ནས་བཟུང་ད་ལྟོ་བར་པལ་ཆེར་ལོ་རེར་
བོད་ཀྱི་དུས་དེབ་དང་ཆགས་པར་དུ་ཁོང་ལ་རྩིས་བྲན་དང་
ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཡིག་རྒྱུ་ཆད་རྒྱ་མི་འདུག ཚུལ་
ཡིག་དེ་དག་གི་བརྗོད་བྱ་ནི་ཁོང་གི་སྤྱི་ཚུལ་ལ་ཐད་ཀར་དུ་
བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་གཤམ་དང་སྤྱི་བདེ་གི་སྤྱི་
ཚུལ་བཅས་ལ་དབྱེད་པ་བཏང་བའི་སྐོར་ཡིན་ལ། ལྷག་པར་དུ་
གཅིག་དགུ་གོ་བདུན་ལོའི་ཟླ་བདུན་པའི་ནང་མི་རིགས་དཔེ་
སྤྱི་ཁང་གིས་དཔལ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་བོད་དུག་གི་བདག་
ཉིད་ཅན་གྱི་གསུང་ཚུལ་དཔར་བསྐྱེད་བྱས་པ་དེས་ང་ཚོར་
ཁོང་དང་ཁོང་གི་ཚུལ་རིག་ལ་རྒྱུ་ལོན་བྱེད་ཐུབ་པར་ཆ་ཤིན་
གང་ལེགས་བསྟུན། ང་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་དཔལ་དོན་གྲུབ་
ཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྱི་ཚུལ་ལོན་པ་ལྟ་བུ་ལ་རྩིས་
མར་ཡང་མི་བྲལ། ཡིན་ནའང་ཞིབ་འཇུག་པ་སྤྱི་ཚུལ་དག་གི་གྲུབ་
འབྲས་བཅིང་འདོག་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་ལས་ཁས་ལེན་ཡེ་ནས་
བྱེད་མི་སྲིད། རྒྱ་མཚན་ནི་རྩིས་ལྷན་གྱི་བཅོད་ལམ་ཁོང་ནས་
ན་གཞིན་གསར་པ་ནམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཆ་དང་། རང་
ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཚེའི་རིམ་ཐང་། རང་ཉིད་ཀྱི་
མཛེས་དཔྱད་ལྟ་བུའི་ཐད་ནས་ཁོང་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱ་ཏ་
ཅང་གལ་ཆེ་སྟེ།

ང་ཚོས་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་

དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།

དཔལ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ནི་ད་སྐབས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མི་སྣ་ཞིག་
དུ་གྱུར་བའི་ཆ་ནས་ང་ཚོས་ཁོང་གི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་
ལ་ཕྱགས་སྒྲིལ་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས། ལོ་རབས་བརྒྱ་
བརྒྱུ་པའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་དང་ཚུལ་སྤྱི་གཤམ་ལ་མཚོན་ན་.....
འཚོལ་སྤྱི་གཤམ་གྱི་དུས་སྐབས་ཤིག་དང་། སྤྱི་ཚུལ་དང་དེང་
རབས་གཉིས་ཀྱི་གདོང་ཐུག་ཇ་དུག་ཡིན་པའི་དུས་རབས་
ཤིག ཟན་པ་དང་ན་གཞིན་ནམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་འབྲེལ་མཐུད་
དཀའ་བའི་དུས་རབས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན་པས་དུས་རབས་དེའི་
“གསར་བརྗེ་བ” རོ་མ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་ནི་ཏ་ཅང་ལག་
འདུག ཡིན་ནའང་དཔལ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་སྤྱི་ཚུལ་ལ་
དང་སྤྱི་བོད་པའི་དར་ཆ་མཐོན་པོར་བསྐྱེད་ནས་སྐབས་
དེའི་ལྟོ་འཇགས་ཀྱི་མི་ལམ་ཁད་ཀྱིས་དཀྱོག་ཤིང་ཐེ་ཚོམ་
ཀྱི་བྱ་བ་རས་བཞིན་གཏུབས་པ་ནི་དུས་རབས་དེའི་སྤྱི་
ཚུལ་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་འགོ་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་ལྷན་གྲུབ་
གྱུར་བ་རེད། གོ་སྐབས་སྤྱི་ཚུལ་བཤད་ན་དུས་རབས་བརྒྱ་
བའི་སྐབས་སུ་བོད་མི་ནམས་ཀྱིས་ཁ་ཕྱགས་གསར་བ་ཞིག་
དང་བཅོད་སྐྱེད་ཡང་དག་ཅིག་འཚོལ་བའི་དུས་སྐབས་རེད།
དེ་བས་དཔལ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་སྤྱི་ཚུལ་གཞིར་བཞག་གི་
སྤྱི་ཚུལ་བསམ་སྒྲུབ་གཏོང་སྐྱེད་གསར་བ་ཞིག་དང་། འཚོ་
བ་རོལ་སྐྱེད་ཡང་དག་ཅིག་ནང་འབྲེན་བྱེད་པར་བཅོན་པའི་

དམིགས་ཡུལ་ཡང་མི་རིགས་འདིའི་བསམ་སྒྲིའི་ཁྱབ་ཁོངས་རེ་
ཆེ་དང་། འཛོལ་འཕྲིལ་ཆུན་རེ་བཟང་། རང་ཉིད་ཀྱི་རིན་ཐང་རེ་
མཐོ། འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གོམས་སྤྲེལ་རེ་མཐོ་གསུམ་སྤྲེལ་གྲང་རྒྱ་
བཅས་ཀྱི་ཆེད་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག

“མི་ནི་འཛིག་ཉེན་གྱི་སྒྲུབ་ཆ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། སྤྱི་
ཆོགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མང་གཞིའང་ཡིན།” (2) ཞེས་བརྗོད་
པ་བཞིན་བོད་མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་སྤྲེལ་གྲང་མཁན་དང་མི་
རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གསར་བཏོད་བྱེད་མཁན་ཆེད་མ་མི་ཡིན། དེ་
བས་བསམ་སྒྲིའི་གོ་རྟོགས་མཐོ་ཞིང་སྤྲེལ་བསམ་གྱི་བཞུར་.....
རྒྱ་རིང་བ། རྟོལ་རྒྱུ་གི་བརྒྱལ་ཁྲུགས་མི་འཛིན་པ། རང་གི་
མི་རིགས་ལ་འགན་ཁུར་བའི་དཔལ་དོན་སྒྲུབ་རྒྱལ་ལྟ་བུའི་མི་
མང་བོ་ཞིག་དུས་རབས་གང་རུང་ལ་ངེས་པར་དུ་དགོས། མི་
ཀྱན་གྱི་ཆ་བཡིན་ན་རང་གཤིས་ཡོད་པའི་མི་དང་ཐུན་མོང་མ་
ཡིན་པའི་ལྟ་བུ་ཡོད་པའི་མི་ནི་ཉ་ཅང་གཤམ་ཆེན་ཡིན། (ངས་
འདིར་བརྗོད་བཞིན་ཡོད་པ་གཤམ་ན་ཁུ་ཚུར་ལྟ་བུའི་རང་
གཤིས་ལ་གོ་བ་མིན།) ། དེ་ལྟ་བུའི་མི་ཡོད་ཆེད་གཞོན་གསར་
གཏོད་ནི་ཁ་ནང་གི་ཆུ་བཞིན་དུ་ཤར་མར་བརྒྱལ་ངེས། ད་
སྐབས་ལྟ་ཆོས་ཕྱིར་མིག་བལྟས་ན་ད་གཞོན་དཔལ་དོན་སྒྲུབ་
རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཆེད་མ་ཡང་དག་ཡིན་པ་གསལ་བོར་
ཤེས་ཐུབ། གཤམ་ཉེ་མི་འགྲིག་པ་ཞིག་ཡོད་ན་རང་སྤྲོག་བཅད་པ་
དེ་ནོར་འཁྲུལ་དང་ཁྱུང་གུང་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་མཐོ་ས་

ཞིག་ནས་བཤད་ན་དཔལ་དོན་སྒྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་གིས་བཤད་པ་
རེ་བཞིན་ “རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་སྤྲོག་དོར་ནས་མི་རིགས་འདི་སང་
རྟོགས་འབྱུང་དུ་འཇུག་ངེས” (3) པའི་བྱ་སྤྱོད་དེ་ནི་སྤྲོག་མོ་
ལུས་སྤྱོད་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་ལས་འགོངས་པའི་སྤྱོད་ཤིག་ཡིན་
ཟིན།

དཔལ་དོན་སྒྲུབ་རྒྱལ་གྱིས་དེ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་
དང་རང་གཤིས། སྤྲེལ་བསམ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལོ་རྒྱུ་མང་བོ་
ཞིག་ལ་འབད་བརྩོན་བྱས་པ་དེ་ད་སྐབས་མི་མང་བོ་ཞིག་གིས་
དང་ལེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཁས་ལེན་
དང་གདེང་འཛིག་ཐོབ་བཞིན་ཡོད། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་ད་
སྐབས་ཀྱི་ཤེས་ལུན་པ་མང་བོ་ཞིག་གིས་ད་དུང་ལུ་མཐུན་དུ་
སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་འོས། འདི་ནི་ལྷ་ཅག་གིས་དཔལ་དོན་སྒྲུབ་རྒྱལ་
ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་རྒྱུས་ལོན་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡིན་
པར་འདོད།

དཔལ་དོན་སྒྲུབ་རྒྱལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་རྩིས་བྱུང་ བྱེད་ཐབས་ཀྱི་སྐོར།

ངས་གོང་ནས་བརྗོད་ཆེད་བའི་བཞིན་ང་ཆོས་དཔལ་
དོན་སྒྲུབ་རྒྱལ་གྱི་གཤམ་ཆེན་རང་བཞིན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་.....
དགོས་ཞེས་པ་བཞིན་གཤམ་ཆེན་རང་བཞིན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་
ན་ཐབས་ལམ་སྤྲོད་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཆོག
གཅིག་དཔལ་དོན་སྒྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་གི་བཟང་ས་རྒྱུན་

སར་བརྟེན་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ།

ངས་བུས་ན་དཔལ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ལྷ་ལྷོ་གྲགས་པོ་སྒྲིག་
རྒྱུ་དགའ་བའི་མི་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད། དེ་ནི་ང་ཚོས་ཁོས་
བྲིས་པའི་ཚུམ་ཡིག་དང་འཕྲིན་ཡིག་ལས་གསལ་པོར་ཤེས་ཐུབ།
ཁོའི་གྲགས་པོའི་ཁྲོད་ན་སྒྲིབ་ཆེན་སོ་སོའི་དགེ་ཆན་དང་། སྤྱི་
གཞུང་ཁག་གི་མི་སྣ། དཔོན་ལྷན་གྱི་པ། ཁོང་རང་གི་སྒྲིབ་མ།
ཐ་ན་བྲིས་པའང་ཡོད་པ་རེད། ཁོས་མཆོ་སྤྲོད་རྒྱུ་འཕྲིན་ཁང་
དུ་བྱ་བ་བསྐྱབས་སྐབས་དུས་རྒྱུན་དུ་བྲིས་པ་དག་དང་ཆེད་མོ་
རོལ་རྒྱུ་དགའ་ལ་བྲིས་པ་རྣམས་ཁོ་ལ་ཏ་ཅང་དགའ་བར་
བཤད། དེ་བས་ང་ཚོས་དཔལ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ལྷ་ལྷོ་གྲགས་པོ་
ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ན་ཁོའི་གྲགས་པོ་རྣམས་དང་གཏན་ནས་
འབྲལ་ཐབས་མེད། ཁོའི་གྲགས་པོ་སྐོར་ཞིག་ནི་སྤྱི་ཉི་ཉེ་པོ་
མཉམ་ཞོན་དང་། ལྷག་གི་ཁྲུང་པོ་མཉམ་ཁྲུང་བྱེད་རོགས་ཡིན་
ལ། གྲགས་པོ་སྐོར་ཞིག་ནི་ཤུཅད་གི་སྤྲོད་ཆེན་ལྷོ་ན་ཡིན། རྒྱ་ཆེན་
དེའི་དབང་གིས་གྲགས་པོ་སྐོར་ཞིག་གིས་ཁོ་ལ་སྤྲོ་སྤང་དང་
སྤྲོད་སྤྲོས་བྱེད་ཐུང་ལ། གྲགས་པོ་སྐོར་ཞིག་གིས་ཁོ་ལ་རེ་སྤྲོད་
དང་བསམ་གཞིག་བསྐྱལ་ཐུང་། ཐ་ན་གྲགས་པོ་སྐོར་ཞིག་གིས་
ཁོ་ལ་ཡིད་ཆད་དང་སྤྲོད་བསྐྱལ་ཡང་བྱེད་ཐུང་། གང་ལྟར་
མངར་སྒྲུར་ཁ་བསྐྱེད་དྲོ་བ་དེ་དག་གིས་ཁོའི་ཚུམ་རིག་གི་
བརྗོད་བྱ་ལུས་སྤྲོད་ཆོག་པར་བཏང་ཞིང་། མི་ཚོའི་བཤོད་
ལམ་ཐུང་ཐུང་དེ་ཀྱག་ཀྱིས་ནས་སྤྲོ་མང་དུ་བསྐྱུར་བ་རེད།

ང་ཚོས་དཔལ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ལྷ་ལྷོ་གྲགས་པོ་སྤྲོད་ཆོག་
འཇུག་བྱེད་ན་ཁོ་འཆོ་གཞིས་གནང་སྐབས་ཀྱི་མི་སྣར་དང་ཁོ་
དང་འབྲལ་འདྲེས་ཡོད་པའི་མི་སྣ་སྤྲོད་ཆོག་པ་བཅར་འདྲི་
དང་རྒྱས་ལོན་བྱས་ན་ད་གཟོད་ཁོ་རང་ངོ་མ་དེ་སྤྲོད་འདོན་
བྱེད་ཐུབ།

གཉིས། རྩོམ་པ་ལས་སྤྲོད་ཆོག་གི་ཞིབ་འཇུག་
བྱེད་ཐབས།

ངས་ཀྱང་འདི་ནས་པོ་ངན་ཆོག་ལ་ཉིས་བཤད་དང་། མོ་
ངན་ཆུང་པ་ཉིས་འཐག་གིས་ཚུལ་དུ་བཤད་ན་དཔལ་དོན་.....
གྲུབ་ཀྱི་ལྷ་ལྷོ་གྲགས་པོ་སྤྲོད་ཆོག་པ་ལྷོ་གྲགས་པོ་
ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། ཐབས་དང་པོ་གོང་
ནས་བཤད་ཆར་ལ། ཐབས་གཉིས་པ་ཡིན་ན་ཁོས་དངོས་སུ་
བཞོལ་སྤྱོད་བྱས་ཐུང་བའི་དངོས་པོ་སྤྲོད་ཆོག་དང་ལྷག་བྲིས།
དག་རྒྱུན་སྤྲོད་དགའ་ལྷག་ལ་མ་འཛེམ་པར་ལྷུར་དུ་གསོག་
འདོག་བྱེད་དགོས། གལ་ཏེ་དུས་ད་ལྟ་ནས་བཟུང་གསོག་.....
འདོག་དང་ཉར་ཆོག་མ་བྱས་ན་ལོ་མང་པོ་ཞིག་གི་རྩོམ་སྒྲུ་
ཚུགས་དུང་གི་ལ་ཟས་སུ་འགྱུར་ངེས། དེ་དུས་དཔལ་དོན་གྲུབ་
ཀྱི་ལྷ་ལྷོ་གྲགས་པོ་སྤྲོད་ཆོག་ཀྱང་གཞུང་ལྷགས་སྐོར་པོ་ཅམ་ལས་ཅི་
ཡང་ཡོད་མི་སྤྱི། ངོ་མ་བཤད་ན་ལུས་དུ་བྱུང་བའི་ “རང་.....
རིགས་གཞོན་ནུའི་ཚུམ་རིག་སྤྲོད་ཆེན་མཁས་ཅན་དང་། བོད་.....
རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་མཁས་ཅན་” (4) དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྤྲོད་.....

གཤེགས་ནས་ལོ་འཁོར་ཉི་ཤུ་འགོར་ཡང་རྒྱུ་བྱུང་གི་.....
ཆོགས་འདྲ་རེ་གཉིས་ལས་མ་ཆོགས་པ་ནི་ངོ་ཆ་དང་ཡིད་སྐྱོ་
དགོས་པའི་དོན་དག་ཅིག་རེད། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་ང་ཆོ་
བོད་ལ་ད་སྐབས་འཛམ་གླིང་ན་སྟོན་གྲགས་ཡོད་པའི་སྐྱེས་བུ་
དམ་པ་འབྲུང་བྱུང་མེད་པའི་གནད་ཀྱང་མི་སྣ་གྲགས་ཅན་ལ་
བརྩེ་འཛིག་མ་བྱས་པ་དེར་བྱུག་འདུག རྒྱ་མི་རིགས་ལྟ་བུར་
མཆོན་ན་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་གང་དྲུང་ཞིག་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་
པ་དང་། རྒྱུ་བྱུང་ལང་མེད་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེར་རབས་
ཀྱི་མཁས་པ་གྲགས་ཅན་ཏའོ་ཉིས་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་ཁོ་རང་སྐྱོ་
མ་གཤེགས་པའི་ཡར་སྐྱོན་ནས་བཟུང་ཏའོ་སོང་ཕིན་ཞེས་པའི་
གསང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཁོའི་འགྲོ་འདུག་སྐྱོད་གསུམ་ཟིན་ཐོར་
འགོད་པ་དང་དངོས་པོ་ཅག་ཅིག་ཉར་ཆོགས་བྱས་པས་ད་
སྐབས་ཐེ་མཐོན་ན་ཏའོ་ཉིས་རྒྱུ་བྱུང་ལང་ལས་ཁ་ཆང་བ་དང་།
དོན་སྦྱང་ལྡན་པ། རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་མེད་པར་གྲགས། ད་སྐྱོང་
དཀྲུགས་འོ་མའི་མར་ལོ་ནི་འུ་ཅག་གིས་ཀྱང་དཔལ་དོན་གྱུ་བ་
རྒྱལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྐབས་དེའི་ཕྱགས་ལ་མཉམ་འཛིག་བྱས་
ན་དོན་སྦྱང་ཆེན་པོ་ལྡན་སྟུང་།

**གསུམ། གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་
ཐབས།**

གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཐབས་ནི་.....
རྒྱགས་ཆེ་ཞིང་རྒྱན་ལྡན་གྱི་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ཡིན་

ལ། ད་སྐབས་རང་རེ་བོད་ན་དཔལ་དོན་གྱུ་བ་རྒྱལ་ལ་གཞུང་
ལྷགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་སྐྱེ་ཞབས་ཨ་བུ་ལྟ་
བུ་རེ་གཉིས་ཡོད་པས་འདི་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཁ་དང་ཨ་ཕྱེ་
གནའ་གཏམ་མི་བཤད། རབ་ཡིན་ན་གོང་གི་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་
ཐབས་དེ་གསུམ་དཀྲུགས་གཅིག་ཏུ་བསྐོས་ནས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་བཏིང་
ཟབ་པའི་སྐོན་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཆེ་ད་གཞོད་འུ་ཅག་གིས་
དུས་རྒྱུན་དུ་སྤྱིང་བཞིན་པའི་དོན་གྱུ་བ་རྒྱལ་ལོ་མའི་སྐྱང་
བརྟན་དེ་ནམ་ཡང་འཐོར་མི་སྲིད།

ངས་དེ་རིང་ནས་བརྩིས་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡར་སྐྱོན་
ནས་《དཔལ་དོན་གྱུ་བ་རྒྱལ་དང་ཡང་ན་ཁོའི་རིག་གནས་ཀྱི་
སྐང་ཚུལ་》⁽⁵⁾ ཞེས་པའི་རྒྱང་སྒྲིག་ལེ་ཆོན་ཞིག་བསྐྱབ་པར་
སྟོགས་བྱས་ཐུང་། ལེ་ཆོན་གྱི་དགོས་དབང་གིས་ངས་ཁོ་དང་
འབྲེལ་འདྲིས་ཡོད་པའི་མི་སྣ་སྐོར་ཞིག་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་
ཐུང་། དེ་ལས་ལ་ལ་ཞིག་གིས་ཁོ་མི་རིག་ཆོད་ཅིག་རེད་ཟེར། ལ་
ལ་ཞིག་གིས་ཁོར་ཏ་ལས་དགོས་པའི་སྒྲིམ་ཆུལ་ཡོད་ཟེར། ཏ་
ལས་དགོས་པའི་སྒྲིམ་ཆུལ་ཡོད་པ་མི་རེ་གཉིས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ལས་
བདེན་དཔང་བྱས་ཆོག རུབ་བྱང་མི་རིགས་སྤྱོད་ཆེན་གྱི་སྤྱོད་
དཔོན་ཆེན་མོ་དོར་ཞི་མཆོག་གིས་“དུས་ཆོད་གཅིག་གི་ལྷུ་ལ་
ཀྱང་མ་སོང་བར་སྟོན་ཆོག་ཤིག་ལྟེ་བཞི་ལྟེ་ཅན་བརྩམས་གྱུ་བ་
ནས་ང་ལ་བསྟན་བྱུང་། འཆར་སྐོར་སྐྱུར་ཞིང་སྒྲིམ་འོང་བ་ཏ་
ལས་དགོས་པའི་ཆོད་དུ་གདའ”⁽⁶⁾ ཞེས་བྲིས་ཡོད་པ་དང་།

དེ་མིན་མཚོ་སྒོན་བོད་སྐད་རྒྱུང་འཕྲིན་གྱི་མགོ་འཛིན་པ་
འབྲུག་ལྷ་ས་མཚོ་སྒོན་མི་རིགས་དག་ཐོན་སྐྱོབ་གྲུ་སྐྱོབ་སྦྱང་
བྱེད་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་དང་ཁོ་གཉིས་
ལ་འགྲོ་འོང་གི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དང་། ཉེན་ཞིག་སྐྱོབ་གྲུ་
སྒྲན་དག་གྱུར་འདོན་གྱི་བྱ་འགུལ་ཞིག་སྒྲེལ་བས་ཁོས་དཔལ་
དོན་འགྲུབ་རྒྱལ་ལ་གྱུར་འདོན་སྒྲན་དག་ཅིག་གི་དགོས་པའི་
རེ་བ་བཏོན་ཆེ་སྐར་མ་བཞི་ལྷ་ལས་མ་འགོར་བར་《སྤྱི་
དཀར་གྱི་འདབ་མ》ཞེས་པའི་སྒྲན་དག་ཅིག་གིས་ནས་བྱིན་
བྱུང་། རྗེས་ནས་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་སྐྱ་གཤེགས་རྗེས་སྒྲན་
དག་དེ་《མང་ཚོགས་སྐྱ་ཆུལ་》སྤྱི་བཞེད་འདུག་ལ་གཅིག་
ཀྱང་བཅས་མི་འདུག་ཟེ། ར་ཚོས་གོང་གི་གནད་དོན་འདི་
ལས་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་ཚོམ་ཆུལ་ལྷ་ས་པ་ཤེས་ཐུབ། ཡང་
ལ་ལ་ཞིག་གིས་བྱིས་པ་མ་རབས་ཤིག་རེད་ཟེ། འདིའི་ཚུགས་
ལའང་ར་ཚོས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཆོག་ མི་རིགས་གཞན་པར་

མཚོན་ན་མི་སྣ་གྲགས་ཅན་ཆེ་གོ་མོའི་ལ་རྒྱས་སུ་མ་བཞེད་པའི་
བཤད་རྒྱུན་མང་བོ་ཡོད་པ་ (རྒྱ་སྐད་ཀྱི་ ‘轶事’ ཞེས་པར་གོ་
དགོས) དེའི་རིགས་གསལ་འཛིན་བྱས་ནས་མི་སྣར་ཞིབ་
འཇུག་བྱེད་པའང་ཡོད། ཡང་ལ་ལ་ཞིག་གིས་ངས་དུས་རྒྱུན་དུ་
ཁོས་ཆང་འབྲུང་བཞིན་པ་མཐོང་བ་ལས་ཚོམ་འབྲི་བཞིན་པ་
མང་བོ་མཐོང་མ་ཆོང་ཟེ། ཡང་ལ་ལ་ཞིག་གིས་གང་ལྟར་མི་
ཡ་མཚན་ཞིག་རེད་ཟེ། ཡང་ལ་ལ་ཞིག་གིས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ནི་
དྲང་བདེན་ཁོ་ནས་ཆེད་དུ་འབད་བཅོན་བྱེད་མཁན་ཞིག་རེད་
ཟེ། དེ་ན་དུས་ཚོད་ཀྱི་དབང་གིས་ངས་ཀྱང་འདི་ནས་ “གང་
ལྟར་ཀྱང་མི་ཡ་མཚན་ཞིག་རེད” ཅས་པ་འདིས་ངའི་གཏམ་
བཤད་མཇུག་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ། ཡོད་པ་ནས་ཆ་ཆང་། ཆ་
ཆང་ནས་དོན་སྤྱིང་ལྷན་པ་ཞིག་དུ་འགྱུར་ཐུབ་པར་སེམས་
ཁོང་རུས་པའི་སྤྱིང་ནས་སྒྲོན་འདུན་བྱས་པ་ཡིན། བཀའ་བྲིན་
ཆེ།

༢༠༠༥ལོའི་ཟླ༡༡པའི་ཚེས༢༢ཉིན་བེ་ལིང་ནས།

འབྲེལ་ཡོད་དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ།

- (༡) དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་གསུང་འབུམ་སྟེ་བཙུམས་སྤྱི་གསུང་བསྐྱོགས་ལས།
- (༢) 《ཡང་བསྐྱར་རྟོའི་མིས་བཏུགས་པ་》 ཞེས་པ་ལས། (རྒྱ་ཡིག)
- (༣) དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་ཁ་ཆེམས་ལས།
- (༤) དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་གསུང་འབུམ་སྟེ་བཙུམས་སྤྱི་གསུང་བསྐྱོགས་ལས།

(༥) 《བཤོ་སྤེང》ལེའོ་ལས་བཏང་ཟིན། (མཆོ་སྤོན་མི་དམངས་ཀྱི་བྱ་བ་རྒྱུང་འཕྲིན་ལས་ཁུངས་) །

(༦) དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་གསུང་འབུམ་སྟེ་དབྱེད་ཚོམ་ཕྱོགས་སྒྲིག་ལས།

☆☆

གསལ་བཤད།

ཚོམ་པ་པོ་ཅེ་སྒྲེས་དག་འདུན་དཀོན་མཆོག་གིས་ཉེར་སྟོན་《ཤར་དྲུང་རི》 སྤྱི་དེབ་གངས་བཙུང་དཔེ་ཉེ་དུ་《སྐྱུ་ཅལ་གྱི་སྒྲ་སྟོན།》 ཞེས་པའི་བཅུ་མ་མཚས་ཤིག་སྤེལ་གྱིང་། སྐབས་དེར་ཚོམ་པ་པོ་འདི་དང་དངོས་མིང་(སྐྱུ་ག་མིང) གང་ཡང་སྦྱོར་རྒྱུ་མ་བྱུང་བས་འདིར་ཆེད་དུ་གསལ་བཤད་བྱས་པ་ཡིན། གནད་དོན་གཞན་ཡོད་ཆོལ་པར་ལས་གསལ་ཁུངས་དོན་ཆོག།

《ཤར་དྲུང་རི》ཚོམ་སྒྲིག་པ་ནས།

དུས་རབས་ཤིག་གི་ལྷ་སྒྲུང

—དོན་གྲུབ་རྒྱལ་དང་ཁོང་གི་མི་ཚེའི་རིན་ཐང་།

——སྐུའབས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་སྐྱེས་ཤིག་གི་ནས་ལོ་འཁོར་༢༠ལོ་ན་པའི་ཆེས་དྲན་དུ།

ཁྱེད་མཆོད་པའི་(ཟླ་ལོང་)

དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ནི་བོད་ཀྱི་དེང་རབས་ཚོམ་འབྱུང་ལོ་...
རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐུག་པ་ལྟར་མ་ལྟར་བའི་མི་སྣ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ།
ཁོང་གི་གྲུབ་འབྲས་དང་མཛད་ཆེས་ཀྱིས་ང་ཚོར་ཚོམ་རིག་གི་
བསྐྱེད་ལམ་གསར་པ་ཞིག་མཛོད་པར་བཏོད་ཡོད་པས། ང་.....
ཆོས་ཁ་ཁ་ཆང་ཁར་ཡིན་ནའང་འདྲ། ང་ཚོས་འགྲོ་ཞོར་འདུག་
ཞོར་དུ་ཡིན་ནའང་འདྲ། བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་གསར་པའི་སྐོར་གྱི་
སྤྱིང་མོལ་ཕྱན་ཙམ་བྱེད་དུས་ཀྱང་། ཐོག་མར་དྲན་པའི་མཁའ་
དོགས་སུ་བྱ་རྒྱལ་མྱོད་པོ་བཞིན་རང་དབང་གིས་འཕུར་ཡོང་
བ་ནི་ཚོམ་པ་པོ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་ཉིད་ལགས། དེར་བཞེན་ང་
ཆོས་བོད་ཀྱི་དེང་རབས་ཚོམ་རིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དུས་
ཁོང་ཉིད་ནི་ནམ་ཡང་གཡོལ་མི་རུང་བའི་བརྗོད་གཞི་ཉག་
གཅིག་གོ ད་ལྟ་ཚོམ་པ་པོ་ཁོང་ཉིད་འཇིག་རྟེན་མི་ཡུལ་དང་
ཁ་བྲལ་ནས་ལོ་འཁོར་༢༠ལོ་ན་པའི་སྐུའབས་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ཁོང་།

ལ་ཆེས་དྲན་ཁུ་བ་ནི་ཏ་ཅང་གིས་དགོས་གལ་ཆེ་སྟེ། འདི་ནི་ང་
ཆོས་ཁོང་ཉིད་ཀྱི་མཛད་ཆེས་ལ་ཆེས་སུ་ཡི་རང་དང་བཅི་
འཇིག་གནང་བའི་མཆོད་རྟགས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།།

དོན་གྲུབ་རྒྱལ་སྤྱིའི་དུས་དང་ཆོས་ལོ་རབས་བརྒྱུད་ཅུ་
པའི་ན་གཞོན་ཆེའི་སྤྱིང་སྟོབས་དང་སྟོབས་པ་མ་ལེར་དྲན་.....
འོང་སྟེ། ཁོ་ཆོ་ནི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ལོ་རྒྱུས་སྤྱིའི་དཀྱིགས་
མཆོམས་ཆེས་ཆེ་བ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་སྤྱུག་དང་ལས་
དབང་གཞན་ལ་མི་བསྟེན་པར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་ཅི་
སྤྱབ་བྱེད་པར་འབད་པའི་དཔུང་སྡེ་དང་པོ་ཡིན། ལོ་རབས་
དེའི་ནང་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ལས་ཤེས་ཡོན་གྱིས་ཕྱག་ཅིང་ལྟ་རྒྱ་
མཐོང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་མེད་ཅེས་ཁོ་བོ་ནམ་ཡང་.....
དོགས་པ་མི་ཟ། ཡིན་ནའང་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་བཞིན་གསར་.....
གཏོད་དང་དོགས་སྤོང་། དགག་སྒྲུབ་བཅས་ཀྱི་སྤྱིང་སྟོབས་

ལྷན་པའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་མེད་པ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་ང་ཚོར་ར་སྤོང་
བྱས་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་རྒྱུན་དེའི་དབང་གིས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་
ཉིད་རིག་གནས་གསར་པའི་དར་ཆ་མཁའ་ལ་འཕྱར་མཁན་ནི་
ཨང་དང་བོ་ཡིན་ལ། ལོ་རབས་བརྒྱད་ཙུ་པ་ནི་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་
ཀྱི་དུས་རབས་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་འགལ་བ་མེད་སྟེ། ཁོང་ཉིད་
ཤ་དར་ཁག་དར་གྱི་དཔུང་ལྗེ་དེའི་ཁོད་ཆེས་སྤོང་དུ་འབྱེད་
བའི་གདོང་མཚོང་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས། ཁོང་གིས་……
བརྟན་པའི་ཁུས་པ་ནི་གཞན་དག་ལས་ཀྱང་ཁྱད་དུ་འཕགས་
པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། སྤྱང་གཏམ་གསར་པ་དང་ལྷག་ཚུལ་གསར་
པ། ལྷན་དག་གསར་པ། ལ་ཤགས། གཞས་ཆོག་སྟགས་ཚུལ་
རིག་སྒྱུ་ཚལ་གྱི་ཕྱགས་སྒོ་མོ་ཀྱན་དང་། ད་དྲུང་རིག་གཞུང་……
ཞིབ་འཇུག་བཅས་ཀྱི་ཐད་དུ་འང་གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་པའི་
གྲུབ་འབྲས་ཆེན་པོ་ལྷངས་པ་རེད། འདི་འང་མཐར་གཏུགས་ན་
ཁོང་ལ་གསར་གཏོང་གྱི་སྤྱིང་སྟོབས་ཆེན་པོ་ཞིག་ལྷན་པས་……
རེད། དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་གིས་ཀྱང་ “གསར་གཏོང་གྱི་སྟོབས་”
མེད་ན། དྲང་བདེན་ཟེར་བ་ཡང་མེད་ལ། རྒྱ་འབྲས་ཟེར་བ་
ཡང་སྒྲག་རྒྱུ་རེད།” ཅས་གསར་གཏོང་གྱི་སྤྱིང་སྟོབས་ནི་ཡོད་
ཚད་ཀྱི་གཞི་ཚ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་ངས་པར་དུ་མཁོ་བའི་འབོད་
སྒྲུལ་བཏང་ཡོད།

ཚུལ་པ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་ཁོང་གི་མི་ཆེ་ལྟ་བུ་དང་འཛིག་
ཉེན་ལྟ་བུ་ཀྱིས་རང་གི་གསར་ཚུལ་གྱི་ལ་ཕྱགས་ཐག་གིས་

བཅད་ཡོད་དེ། ང་ཚོས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་གསར་ཚུལ་གྱི་ཤུལ་
ལམ་ལ་ཕྱིར་ལྟ་ཞིག་བྱས་ན་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཡང་དེ་ལྟ་ཡིན།
ཁོང་གི་སྒྱུ་གུའི་མདུང་ལ་གཏོད་ཡུལ་ནི་གཙོ་བོ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་
ཚོགས་སྤྱིང་གི་ཚུལ་མེད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་དང་། ཚོངས་ལུན་གྱི་ནམ་
པ། བཙེ་དྲང་ལ་རང་དབང་མེད་པ་བཅས་ཀྱི་ནམ་པ་སྒྲག་པོ་
དེ་ཡིན། དེར་དཀར་པོ་གྲན་དང་ནག་པོ་ཐུར་འདེད་ཀྱི་
དཔེ་ལྟར་དགག་རྒྱག་དང་སུན་འབྱིན་བྱེད་རྒྱར་ཁོང་གིས་རང་
ཉིད་ཀྱི་འགན་ཁུར་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་བཟུང་འདུག ཁོང་གི་
བཙུམས་ཚོས་《སྒྲུལ་སྒྱུ》《ལང་ཆོའི་ཐབ་རྒྱུ》《སང་གྱིས་
བཙུམ་པའི་མེ་ཏོག》《རྒྱང་ལམ་ལྷ་མོ》སྟགས་གང་ལ་བལྟས་
ཀྱང་ཐུན་མོང་གི་ཕྱོད་བའདི་ཅུང་རྒྱུད་ལ་འདྲོངས་ཐུག་ ལྷག་
པར་དུ་ཁོང་གི་《ལང་ཆོའི་ཐབ་རྒྱུ》དེ་དྲུང་བརྗོད་ཞིག་ཡིན་པའི་
དབང་དུ་བཏང་ན། ལྷ་ལ་བསྟོད་པ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ལ། འདྲེ་ལ་
དམོད་མོ་བྱེད་པའང་མེད་པར་གངས་ཅན་གྱི་གཞོན་ལུ་ནམས་
ལ་བསྒྲགས་པའི་ལང་ཆོའི་བསྒྲགས་གཏམ་ཡིན་ལ། ཁོ་ཚོར་
བསྟོད་ཆོག་འབུལ་བ་དང་འབོད་སྒྲུལ་བཏང་བའང་ཡིན་པས།
གངས་སྤྱངས་ཀྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལྟུང་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཤིང་། དེ་མ་
ཐག་རང་རེའི་ཚུལ་རིག་གསར་པའི་ཞིང་ས་ཀྱན་ལ་གསོན་
ཤུགས་དྲག་དུ་རྒྱས་པ་དང་དཔལ་འབར་བར་ཐུར་ཅིང་།
སྤོང་དག་ཅས་པའི་ཚུལ་ལུས་འདིར་གི་འཐབ་རྩི་འཐབ་བྱེད་
པའི་དཔུང་ལྗེ་རབ་དང་རིམ་པ་བྱུང་ནས། ལྷན་དག་གསར་

པ་འབྲི་བ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་བརྒྱུད་པ་དང་དེ་འབྲི་མཁན་ནི་
མི་རིགས་ལ་བརྟེན་དུ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་བཞིན་ཡོད།
དོན་ངོ་མ་དེ་ལྟ་ཡིན་ཀྱང་ཆོག་ལ་མིན་ཡང་རུང་། གང་ལྟར་
དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་ཉིད་ཀྱིས་ང་ཚོར་དེ་ལྟ་བུའི་ཁོར་ཡུག་
གསར་པ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་སུ་ཡིས་བསྐྱེད་མི་ཐུག། ཚུམ་རིག་
དབྱེད་བརྒྱུད་སྤེལ་མཁན་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ལང་ཆོའི་ཐབ་རྒྱས་ཐོན་
པའི་རུས་པ་ནི་བརྒྱུ་མཆོས་རང་སྟེང་ལས་བཞུགས་འདུག་ཅེས་
བརྗོད་ཅིང་། ལ་ཤས་ཀྱིས་ཚུམ་ལུས་འདི་ལ་ད་དྲུང་རང་གྲུལ་
སྟན་ངག་ཅེས་འབོད་པས་ཀྱང་ཡོད་ཆོད་ར་སྟོན་བྱས་
འདུག་དེ་བཞིན་ཁོང་གི་སྦྱང་གཏམ་《སྤུལ་སྤྱེལ་ལྟ་བུར་མཚོན་
ན་ཐད་ཀར་སྤྱི་ཚོགས་སྟེང་གནས་པའི་དོན་ཁྱེན་ངོ་མར་གཞི་
བཙུག་ནས་ཐེར་འདོན་དང་དགག་གཞག་སྒྲིས་ཡོད་
པས་ (དོན་དུ་སྤུལ་སྤྱེལ་རྒྱུ་མ་ཞིག་ཡིན། ལོ་རབས་དེར་ཁོང་
ཉིད་མིན་ནས་ “འདྲེ” ཏུ་བསྐྱར་མཁན་ཡང་གཅིག་མིན་གཉིས་
མིན་དུ་བྱུང་སྐད། དོན་དམ་དུ་སྦྱང་གཏམ་གྱིས་དོ་ཁྱུར་བྱ་ཡུལ་
ནི་མི་ཡིན་ལ། ཚུམ་པ་པོས་ཚུམ་འབྲིའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་བྱུང་
རིམ་རགས་རྒྱས་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་དཔེ་མཚོན་མི་སྣ་.....
ཞིག་བཞེངས་བསྐྱེད་བྱེད་པ་དང་། སྒྲིག་པ་པོར་སྤྱི་ཚོགས་དང་
འཆོ་བར་ངོས་འཛིན་ཐོབ་པར་རོགས་རེས་བྱེད་པ་དང་།
སྒྲིག་པ་པོར་ཉམས་སྦྱང་འདོན་སྟོན་བྱས་ཏེ་ཀྱན་སྦྱོང་དང་
བསམ་སྒྲིག་ཐད་ནས་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་བག་ཆགས་ཤིག་

འཛིག་རྒྱུ་དེ་ལགས། དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་ཉིད་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོང་
ཡང་དེ་ལས་མ་འདས་མོད། ཡིན་ན་ཡང་ཁོང་གི་སེམས་ཀྱི་སྒྲི་
དབྱངས་ལ་ན་བ་སྒྲགས་ནས་ཉན་མཁན་མང་བོ་མེད་པར་དེ་
ལས་སྒྲིག་ཏེ་ཀྱེ་སྒྲི་ཚོགས་བཏོན་ཅིང་། ད་དྲུང་ཁོང་ཉིད་ལ་
འཛིགས་སྤུལ་གཏོང་བའི་སྦྱོར་བ་ཡང་དངོས་སུ་བཤམས་
འདུག། ཚུམ་པ་པོ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་གཞན་གྱིས་རང་གི་
བརྒྱུ་མཆོས་ལ་གོ་བ་ཡང་དག་མི་མེད་པའི་ཁར་སྒྲིག་སྤྱེགས་
ནས་ལོག་འགྲེལ་རྒྱག་པ་དང་། ད་དྲུང་དུས་རབས་ཀྱི་ཉེས་
ཅན་དུ་བགྱངས་ཆོ། དེ་ནི་བརྗོད་དགའ་བའི་ན་རྒྱག་ཅིག་ཡིན་
པ་གདོན་མི་ཟེམ་དུ། འོན་ཀྱང་སྤྱི་ཚོགས་དེ་ལ་མཚོན་ན་ན་
རྒྱག་ཅམ་ཡང་མེད་པར་འཛོམ་སྦྱིང་དུ་གྱུར་འདུག་པས་ལྷག་
ཏུ་སྦྱོ་ཨང་། (ཁོང་གི་《ཀྱང་ལམ་ཕྱ་མོར་》མཚོན་ན་བསྟོད་
ལམ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་བརྒྱུད་ནས་འཛིག་རྟེན་ལྟ་
རྒྱུ་གཉིས་གསེད་འགྲོལ་བྱས་ཡོད་ལ། ཁོང་གི་འདམ་ག་དང་
ཁོང་གི་ལྟ་བུ། ཁོང་གི་བསམ་སྒྲི་སྒྲིགས་ཀྱང་བསྟོད་ལམ་ཆེ་ཆུང་
གཉིས་ཀྱི་སྟེང་ནས་མངོན་པར་བསྟན་ཡོད་པ་རེད།

དབྱེད་བརྒྱུད་པའི་སྤེལ་ནས་ད་དྲུང་ཁོང་གི་《ཀྱང་
ལམ་ཕྱ་མོ་》ལས་ལྷག་པའི་ལྷག་ཚུམ་ཡག་ཤོས་ཤིག་བྱུང་མེད་
ཅེས་བརྗོད་ན་ཡང་ “གསེར་ཞིང་ནོར་བུས་སྤྲས་པ་” མ་ཡིན་
པར་དོན་དངོས་སུ་འཁྲུམ་མོ། དོགས་སྦྱང་མཁན་ཞིག་གི་
ངོས་ནས་བཤད་ན། ལ་རྒྱས་སྒྲོར་གྱི་དབྱེད་ཚུམ་དང་སྤྱེ་

ཞབས་ལྷ་བ་ལྟོ་གྲོས་སྐོས་ལ་སྤྱིངས་པའི་འཕྲིན་ཡིག་དག་
ལས་ཁོང་ནི་ཐུག་པའི་སྐར་གི་རིལ་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་
ཡིད་ཀྱི་དཔྱད་པ་བརྒྱད་ནས་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་གསོང་བར་
བརྗོད་ཡོད་པ་ལས་ཀྱང་དྲི་གས་སྤྱིང་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་
བོར་ཤེས་ཐུབ་ལ། ཁོང་ཉིད་ཚུལ་པ་པོ་ཞིག་ནས་“སྤང་ཚུལ་”
རིགས་ཤིག་ཏུ་ཡུར་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ཡང་གོང་གི་སྤྱིང་ནས་
མཚན་པ་ཡིན་ལས་ཆེ།

ངོ་མ། དུས་ཚོད་ཀྱི་འགྲོས་ནི་ཅི་འདྲའི་མཁྱེས་པ་ལ་
ཨང་། མིག་རྟེན་དབང་ཅན་གྱིས་རིང་ལ་རང་གི་རིགས་ལ་ཞེན་
པ་དཀར་ཞིང་། སེམས་ཁོང་ན་ལ་རྒྱའི་ཤུ་འོད་དྲག་ཏུ་རྒྱུ་
བའི་དཔལ་བོ་ཞིག་དང་། ཚུལ་རིག་ལས་དོན་ལ་ཤ་ཐང་ཐང་
དུ་འབད་པ་བྱེད་པའི་ཚུལ་པ་པོ་ཞིག་མཐོ་སྐར་མ་མའི་པང་
དང་བྲལ་ཏེ་ལྷ་ཡི་འཁོར་མོ་ཉི་ཤུ་འདས་སོང་། ཁོང་གིས་ཚད་
ཡོད་ཀྱི་མི་ཚོའི་ཐུང་དུའི་ནང་རང་གི་ལང་ཚོའི་འོད་སྤང་ཡོད་
ཚད་གངས་རེའི་ཐུངས་སུ་གཏོར་ཞིང་། ཐ་ན་རང་གི་ཆོ་སྤྲུལ་
ཀྱང་གནས་འདིར་“དམར་མཚོད་” བྱས་ཚར་བས་ཁོང་གི་.....
རིན་ཐང་དེ་ཡང་ཚུལ་རིག་གི་བྱུང་ཁོངས་ཅན་ལས་འདའ་ཉི་
མིག་ཤིས་ཀྱི་མཐོ་ཚད་ཅིག་ཏུ་བཞེངས་སྐྱབ་བྱས་ཡོད་པས། དེ་
ཡང་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་ཉིད་གཤེགས་པའི་རྗེས་སུ། ཁོང་གི་
བརྒྱུམས་ཚོས་ལ་ལད་སྒྲོས་བྱེད་མཁན་རྒྱུན་མཆད་ལ། སྒྲོབ་ལྷ་
ཆེ་འབྱིང་ཁག་ཏུ་ཁོང་ལ་རྗེས་དྲན་ལྟ་བུའི་མཛད་སྒྲིལ་ཆེ་ཆུང་

གང་མང་བསྐྱུས་ཤིང་། རྗེས་དྲན་དེབ་ཀྱང་སྐྱུམ་དཔར་ལྷགས་
དཔར་སྐྱ་ཚོགས་་་་བྱུང་སྤྱིང་པ་མ་ཟད། ཁོང་གི་འདས་རྒྱུན་
ཡང་ཀུན་གྱི་བརྗོད་གཞིར་ཡུར་ནས་བཤད་རྒྱུན་མི་གཅིག་པ་
མང་དུ་ཡོད། དེའི་སྤྱིང་མང་ཆེ་ཤོས་ནི་འུད་ཤོད་དང་རྒྱུན་
གཏམ་འབའ་ཞིག་ཡིན། ཁ་ཤས་ཀྱིས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གཤེགས་
མི་འདུག་རྒྱ་གར་ན་ཡོད་པ་མིག་གི་མོས་དངོས་སུ་མཐོང་སྤྱིང་
ཟེར་ཞེས་བཤད་པའང་ཁོ་བོས་ཐོས་སྤྱིང་ལ། ད་དྲུང་ཁ་ཤས་་་
ཀྱིས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ནི་ངའི་སྤྲོ་གས་པོ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་།
ངས་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་ཨ་རག་འཐུང་སྤྱིང་ཞེས་ངོ་མ་སོ་བྱེད་
པ་དེ་རང་གི་གཟི་བརྗོད་ཅིག་ཏུ་བརྩི་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། གང་
ལྟར་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་ཉིད་་་་རྒྱལ་དང་སྤྱོད་གཏུང་། ཁེར་.....
རྒྱུང་དང་ན་ཟུག་བཅས་ཀྱིས་སྒོ་ནས་ང་ཚོ་དང་གཏན་དུ་བྲལ་
སོང་མོད། མི་ཅི་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཁོང་ཉིད་ལ་བརྟོད་སྐྱུ་
འབུལ་ཞིང་། བརྩི་བཀུར་བྱེད་ལ། དད་པ་བྱེད་མཁན་ཡང་.....
ཡོད་པ་འདིས་ཀྱང་ཁོང་གི་རིན་ཐང་གི་ཆ་ཤས་ཅན་ཅིས་ཀྱང་
རྟོགས་ཡོང་ལ། དོན་གྲུབ་རྒྱལ་སྐྱུ་གཤེགས་པ་དེ་ཁོང་ཉིད་སྐྱུ་
གཤེགས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པར་དེ་དང་ལྷན་དུ་ང་ཚོའི་རང་ཉིད་
ཀྱི་ཆ་ཤས་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཤོར་སོང་བའི་ངེས་ཤིང་སྤྱིང་ཐུབ་
ཆོ། དེ་རིང་ད་དྲུང་“འཚོ་ཞིང་གཞེས་པའི་ང་ཚོས་” རང་ཉིད་
ལ་ཞིབ་ལྟ་དང་། མིག་ཟུང་ཆེས་ཆེར་གང་ངས་ནས་ཆོ་སྤྲུལ་ལ་
གོ་བ་གསར་དུ་རྟོད་ཐུབ་ཨང་།

དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་དེ་རིག་ཚན་ཞིག་
ཏུ་བཀོད་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་དགེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་དེ།
དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་ཉིད་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཁོང་གི་བཙམས་པ་
ཆོས་ཡིན་ནའང་འདྲ། ང་ཚོའི་དེང་རབས་རྩོམ་འབྲུང་ལ་རྒྱས་
དང་སྤྱི་ཚོགས་སྤེང་བཞག་པའི་དོན་སྤྱིང་དང་བག་ཆགས་དེ་
སྤྱི་ཡིས་ཀྱང་བསྟན་དུ་མེད་དེ། “རང་སྤྱོད་ཞིབ་འཇུག” གི་
སྤྱིང་སྤྱིང་མཁན་སྤྱི་མཐུན་ཨ་ཁུ་ལགས་ནས་ཀྱང་“དོན་གྲུབ་”
རྒྱལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་ཁོང་གི་རིན་ཐང་སྤྱི་འདོན་བྱེད་རྒྱ་
དེའོས་མི་ཆེ་གང་ཐོར་སྤྱོད་ཀྱང་འབྲུབ་དགའ་” ཟེས། དེ་བས་
ང་ཚོ་མི་སྲུང་ལས་མང་པོ་དཔྱད་ལྟེ་འདིའི་ཁྲོད་དུ་ཞུགས་ནས་
རང་སྤྱོད་ཞིབ་འཇུག་གི་མ་ལག་འཇུག་མེ་ཆང་དང་གྲུང་མེ་
ཅོམ་དུ་གཏོང་བའི་འགན་ཁུར་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོའི་ཁོང་ཉིད་
གཤེགས་ཉིན་ཏེ་ལྷ་¹¹ བའི་ཆོས་³⁰ ཉིན་རང་རེའི་བོད་ཀྱི་རྩོམ་
རིག་གི་དུས་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཁེལ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་ཆེ་རྩོམ་
པ་པོ་ཁོང་ལ་མར་མེ་སྤྱོད་ཐུག་སྟོན་པ་ལས་ཀྱང་དོན་སྤྱིང་ཡོད་
པར་བསམ། འཇོམ་སྤྱིང་ན་མིང་དུ་གྲགས་པའི་སྟན་ངག་པ་
ཡུས་སའེ་ཉིན་སྤྱི་གཤེགས་རྩེས། ཨ་ཕོ་ལ་སི་ཏྲེ་ལགས་ཀྱིས།
“ངས་བལྟས་ན་ང་ཚོའི་མི་རིགས་ཡོངས་ནས་ཡུས་སའེ་ཉིན་

ལ་ལྷ་ངན་ཞུས་ན་འགྲིག” ཅས་བརྗོད་པ་འདི་ལས་གཞན་
རིགས་ཀྱིས་རྩོམ་པ་པོ་འམ་སྟན་ངག་པར་ངེ་འདྲའི་བཀུར་
བསྟོ་མཐོན་པོ་ཞིག་མཇུག་ཡོད་པ་རྟོགས་ཐུབ། དེ་བཞིན་རྒྱ་
ནག་གི་སྟན་ངག་པ་ཏེ་ཅི་གཤེགས་རྩེས་རྒྱ་ནག་གི་རིག་གནས་
པའི་སྟེན་སྤྱིང་འདྲའི་གདེང་འཇོག་མཐོན་པོ་ཞིག་མཇུག་ཡོད་
ཨང་། དེ་དག་ཡོད་ཆང་ང་ཚོའི་དཔེ་སྟོན་དུ་ཅིས་མི་རུང་།

དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་བཙམས་ཆོས་ལས་མི་འདང་ས་དང་
ཞན་ཆ་མེད་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཁོང་གི་བཙམས་པ་
ཆོས་མང་ཆེ་ཤོས་སྤྱི་བསམ་སྤྱི་སྟོན་པ་ལས་ཆོར་འདྲུ་བརྗོད་པ་
ཤུགས་དྲག་ཅིང་། ཁོང་གི་སྤྱི་འདོན་གི་མི་སྤྱི་མང་ཆེ་ཤོས་ཆོན་
སྤྱི་གཅིག་གིས་བྲིས་པའི་རི་མོ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་རང་རང་ལ་
ཐུན་མིན་གྱི་བྱང་ཆོས་ཆེན་པོ་མེད་པར་ཆེག་རྒྱང་པའི་ཚུལ་དུ་
མངོན། ཡིན་ན་ཡང་སྟོན་ཆ་འདི་ཅམ་གྱིས་ང་ཚོས་ཁོང་གི་
བཙམས་ཆོས་སྤྱི་ཤུག་པར་དགའ་བ་དང་། ཁོང་གི་ལག་རྩེས་ལ་
བརྩི་བཀུར་བྱེད་པ། ཁོང་ལ་རྩེས་དྲན་ཞུ་བ་སོགས་གྱི་སེམས་
འདུན་ལ་བཀག་འགོག་ཐེབས་མི་སྤྱིང་པས། ཁོ་བོས་སེམས་
ཁོང་རུས་པའི་གཏོང་ནས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་མཆོག་ལ་གུས་འདུད་
ཞུ་བ་ཡིན།

༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་ ༡༡པའི་ཆོས་ ༢༩

བསམ་སྒྲིལ་འཕེལ་རིམ་སྒྲིང་གི “བདག”

མེ་ལྷོ(ཟིམ་མེ)

དཔལ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་སྒྲིག་ཤེས་ནས་ལོ་འཁོར་གྱི་ཤུ་
འགོར་བར་རྗེས་དྲན་ཞུ་བའི་སྐབས་སུ། ལོ་རྒྱུ་ཤིང་འདིའི་
རིང་གི་བོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲིལ་འཕེལ་རིམ་སྒྲིང་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་ནས་
གལ་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། དོན་གྲུབ་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་དུས་རབས་སྔོན་
མའི་ལོ་རབས་བརྒྱ་ལྷམ་ཅི་མི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིང་མི་
རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱུ་ཁོག་དཔུང་བ་སྐབས་བཞིན་འཕྱོ་བའི་དུས་
རབས་ཤིག་རེད། ཡང་ན་ཆོག་སྒྲིང་དུ་ལྷན་མཐུན་གྱི་འདུ་ཤེས་
ཤུགས་དྲག་པའི་དུས་རབས་ཤིག་རེད། ཁོར་ནི་དུས་སྐབས་
དེའི་བསམ་སྒྲིལ་གཙོ་འཛིན་མི་སྣ་དང་དར་ཆ་ལྟ་བུ་རེད་ལ།
ཚུམ་རིག་གི་ལམ་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་
ཁོག་དཔུང་། མི་རིགས་ཀྱི་རི་བོ། མི་རིགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་
མི་རིགས་ཀྱི་མཐུན་ལམ། མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྲོས་ཆེས་
མང་པོ་བརྗོད་མཁན་ཡང་རེད། མདོར་ན། མི་རིགས་ཞེས་པ་
དེ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་དང་ཡང་ན་སྐབས་དེའི་ཡོན་ཏན་པའི་སྒྲིལ་
བསམ་སྒྲིལ་སྤྱི་ཤིང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་ཡུར་འདུག དོན་གྲུབ་ཀྱི་
སྒྲིག་ཤེས་པ་དང་ལྷན་པར་དུ་གྱུར་གྱི་ཤིང་གྲུ་ལོའི་གནས་
བདེ་སྒྲིལ་ཆེ་ཡི “དུག་བཞི” དོན་ཆུན་བྱང་བ་ནས་བཟུང་།
བོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གྱི་ཤུགས་འགྲུལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྒྲིང་།

འཇགས་སུ་གནས་ཤིང་ལྷན་ཆུ་ཆད་པའི་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་ལ་
ཉེ་བ་རེད། དུས་རབས་ཉེ་བའི་མཐུག་རྒྱུགས་ལ་ཉེ་བའི་
སྐབས་ཉེ་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་སྐྱེས་ཞབས་ཞོགས་དུང་ལགས་.....
ཀྱིས་《མཆོ་སྔོན་བོད་ཡིག་གསར་འགྱུར་》 ཉེད་དུ་《སྔོང་སྒྲིལ་
འཛུམས་པའི་གཏར་ཁ》 (《འཕགས་འཆོག་གི་ང་རོ་》
དང་《བག་ཆགས་དོང་སྒྲིག་》 གཉིས་སྒྲིལ་སྤྱི་ཤིང་སྤྱི་ཤིང་
ཁྲུལ་ཡོངས་ལ་གཡོ་འགྲུལ་ཆེན་པོ་བཟོས་པ་རེད། དེ་ནས་.....
༢༠༠༡ ལོར་ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་ནས་《དཔྱད་
ཤེས་རྒྱུང་འབོད་》 པར་སྐྱེད་བྱས་པ་དང་། ༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་
དང་པོར་《བདག་དཔེ་ཆོགས་》 པར་སྐྱེད་བྱས་པ་སྤྲོས་ཀྱིས་
ཡོན་ཏན་པའི་སྒྲིལ་དང་བསམ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཤིང་ཤིང་ཤིང་གི་
ཁོར་ལྷན་ཅིག་ངང་གིས་ཆགས་ཤིང་རིག་གནས་ལ་ཆེ་སྤྱི་གི་
གསོན་སྤྱི་བས་རྒྱས་འགོ་ཚུགས། དུས་མཆུང་སུ་“རང་ཉིད་
ནས་འགོ་ཚུམ” དང་“མི་རང་ཉིད་ནས་ཅི་ལྟར་འགོ་ཚུམ་.....
དགོས” ཞེས་པ་སྤྲོས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་བཏོན་ནས་ཡང་དག་པའི་
“བདག” རྒྱུང་འབོད་བྱས་ཤིང་། ཡོད་ཆད་མི་བྱ་རང་ཉིད་
ནས་འགོ་ཚུམ་དགོས་པའི་ངས་ཤེས་ཟབ་མོ་རྟོག་པ་རེད། ཁོ་
ཚོས་“བདག” བྱི་ཡོད་ཆད་ཀྱི་སྤྱི་བ་དང་། “བདག” བྱི་.....

འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གཞི་རྩ་ཡིན་ལ། “བདག” གི་འདུ་ཤེས་ནལ་མ་
ཞིག་འབྲུངས་ཆོ་རང་དབང་དང་ལྡན་ལ་རང་སྟོབས་ཡོད་པའི་
གནས་ལུགས་དེ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་བརྒྱ་ཆར་དང་གལ་སྔོན་ཆེ་ལ་
ནན་ཏན་གྱི་ཚུལ་གྱིས་ཡང་ཡང་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དེས་མི་ཆོད་
མི་བྱ་ནི་རང་རྒྱ་འཕེར་བའི་སྒྲེར་ཚུགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་
པས་ “བདག” ཏུ་སྤྱུལ་པ་དང་། “བདག” ཡོད་པས་ད་གཞི་དང་
སྒྲེར་ཚུགས་ཀྱི་མི་གཞི་དང་སྒྲེར་ཚུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་ལྟ་བུ་པར་
འདོད་ལ། “བདག” ཡོད་པས་ད་གཞི་དང་སྒྲེར་ཚུགས་ཀྱི་བསམ་
གཞིག་གཏོང་བྱུང་པ་དང་སྒྲེར་ཚུགས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་འཇུག་ཐུབ་
པར་ཡང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བསམ་སྒྲོལ་ཐད་ཀྱི་ “བདག”
བཅའ་ཅིང་ “བདག” རྟེན་པའི་གསར་རྟེན་འདི་ནི་ཐོད་ཀྱི་
བསམ་སྒྲོལ་ལྟ་བུ་སྟེང་གི་ཐོད་བཟུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་ལ།
འདི་ལ་དུས་ཀྱི་དབྱེ་མཆོམས་གཅོད་པའི་ལྟ་བུ་དོན་སྟོང་
ཡང་ལྡན་པ་རེད། དོན་སྤྱུལ་རྒྱལ་སྐབས་ཀྱི་ “མི་རིགས་” ནས་
དེང་གི་ “བདག” གི་བར་ལ་བསམ་སྒྲོལ་ཆ་ནས་ཐོད་བཟུལ་
ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པས་མི་ཆོད། བསམ་སྒྲོལ་ངོས་འཛིན་ཐད་ཀྱི་
སར་བརྟེན་ཅིག་ཀྱང་ཡིན་པ་རེད། དེ་ནི་ཆོགས་སྤྱི་ཐུན་མོང་
གིས་སྤྱུལ་པའི་མི་རིགས་ནས་བྱེ་བྲག་གི་མི་བྱ་རེ་རེས་སྤྱུལ་པའི་
“བདག” གི་སྟེང་དུ་ཐོད་བཟུལ་བྱས་པ་དང་། གཞན་ཉིད་
དང་གཞན་པ་དང་གཞན་དོན་ནས་རང་ཉིད་དང་། རང་
གཅེས་དང་རང་དོན་གྱི་སྟེང་དུ་ཐོད་བཟུལ་བྱས་པ་ཞིག་གོ།

“རང་ཉིད་དུ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ན་དུ་”
གཞི་དང་གཞན་གྱི་འགལ་འབྲེལ་ཐག་གཅོད་བྱེད། བྱིསྤྱི་
པན་གཞི་དང་རྟེན་མས་བྱེད། རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་སྟོབས་ལ་
བརྟེན་ན་དུ་གཞི་དང་རྟེན་གྱིས་སྤྱུལ་པའི་ཆོགས་པ་གང་
དེའི་གསོན་ཤུགས་མངོན། རྒྱལ་ཁབ་གང་དེའི་དར་ཐུག་མངོན།
ཞིག་སྟེ་རང་ཉིད་ཐོར་བའི་ཆོགས་སྤྱི་དེ་ནི་གལ་ལ་སྤྱུལ་ན་སྤྱུས་
གསོབ་ཅན་དང་རི་མོ་ཅན་ཏེ་འཇིགས་འཇིགས་བཤད་ཀྱང་
ཐོ་ཡོར་ཞིག་དང་ཁྱད་པར་མེད། དེ་བཞིན་དུ་རང་ཉིད་ཐོར་
བའི་མི་དེ་རྩ་མི་ཤིང་མི་ཤིག་སྟེ་མགོ་བོ་བཏེགས་ཀྱང་དུང་དེ་
འགྲོ། རང་ཉིད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་མི་དེས་ནམ་ཡང་གཞན་
ཉིད་བཤད་པ་རེད། གཞན་ཉིད་ལ་ལྟ་བུ་རེད། གཞན་ཉིད་
ལ་རེ་བ་རེད། དེ་ལ་རང་གཅེས་དང་རང་མཐོང་། རང་ཆེས།
རང་དབང་། རང་སྟོབས་སོགས་ཀྱི་ཆ་ཅན་ཡང་ཡོད་པ་མ་
རེད། ① རང་ཉིད་ཐོར་བའི་མི་དེ་རྩ་མས་ལ་སྤྱུལ་བས་ཏུའུ་མི་
ལགས་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་སྟེད་དེ། “ཁྱོད་རང་ཉིད་ཀྱི་རང་དབང་
བཟོན་ལེན་བྱེད་པ་ནི་དོན་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་བཟོན་
ལེན་བྱེད་པ་ཡིན། ཁྱོད་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་གཞི་སྤྱུང་འཛིན་བྱེད་
པ་ནི་དོན་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆོད་དུ་མི་གཞི་སྤྱུང་འཛིན་བྱེད་པ་”
ཡིན། ཅིའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། རང་དབང་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་རྒྱལ་
ཁབ་ཅིག་ནི་རྒྱལ་གཡོག་(奴才) སྒྲེར་ཞིག་གིས་འཇུགས་སྤྱུལ་
པ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་ལོ། ” ཅས་བརྗོད་པ་རེད།

རང་ཉིད་ཐོར་ཅིང་རང་ངོ་མ་ཟེན་པའི་མི་ལ་བསམ་སྒྲུ་མེད།
ཆོར་བ་མེད། སྒྲུ་བ་མེད་པར་ནམ་ཡང་གཞན་གྱི་བྱ་དང་ཁོལ་
ཡིན་པ་རེད། ཁོ་ཆོ་ནི་“རྒྱུ་བ་ཟེར་ན་ཨ་པའི་མགོ་ལ་རྒྱག་
མཁན་དང་རྒྱགས་ཟེར་ན་དམུལ་བའི་འཕྲང་ལ་རྒྱག་མཁན་”
རྒྱུ་ཡིན་པས། རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིག་དབང་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ལོ་
དབང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སྐྱེས་ཡི་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད།
“མི་ནི་མི་དུ་ཉིད་ཡིན་བྱེད་ནི། ཁོ་ལ་ལྷན་སྦྲེས་ནས་གཞན་
ལ་སྤེར་དུ་མེད་པ་དང་། སྦྲུང་དུ་མེད་པ། འཕྲོག་དུ་མེད་པ་ཞིག་
ཡོད་དེ། དེ་ནི་‘ང་’ ཡིན་ནོ། དེ་ནི་མི་གཞི་ཡིན། དེ་ནི་ཅེས་
ཐང་ཡིན་ནོ།” ②

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་རྒྱ་ཆོག་པའི་སྒྲིབ་ས་
དང་ལྷན་པ་དང་། དར་ཅིང་ཕྱག་པ་ཞིག་དུ་འབྱུང་དགོས་ན།
ཐོག་མར་མི་རྒྱལ་རང་ཅེས་ཆེ་བ། རང་གཅེས་བྱེད་པ། རང་
དབང་ལྷན་པ། རང་རྒྱ་འཕེར་བ། རང་སྒྲིབ་ས་མངའ་བ་སྤྱི་བྱེད་
བྲག་གི་མི་བྱ་རེ་རེའམ་རང་ཉིད་ནས་འགོ་ཚུམ་དགོས་པ་རེད་

ལ། “བདག” གམ་རང་ཉིད་ནས་འགོ་ཚུམ་པ་དེ་ནི་ཆོང་རའི་
དཔལ་འབྱོར་དང་། རང་དབང་འདྲ་མཉམ། ཅ་སྤྲིམས་ཆབ་
སྲིད་(宪政) འབྱུང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུའམ་ས་བོན་ཡང་ཡིན་པ་རེད།
དེ་ཡང་“བདག” མེད་ས་ནས་ཆོང་ར་དང་འདྲ་མཉམ། རང་
དབང་། དམངས་གཙོ་སྐྱེས་འབྱུང་མི་ཐུབ་ལ། དེ་བཞིན་
དུ་ཆོང་ར་དང་འདྲ་མཉམ། རང་དབང་། དམངས་གཙོ་སྐྱེས་
མེད་ས་ནས་“བདག” ཀྱང་རྟེན་པར་དཀའ་བ་རེད། མདོར་ན།
རྒྱའི་ན་གཞོན་མཁས་པ་ལིའུ་ཅུན་ཉིན་ལགས་ཀྱིས་“ང” སྒྲིབ་
བའི་སྐབས་སུ། “ཅ་སྤྲིམས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་མི་ཉིད་ཀྱི་ལོ་
དབང་ལ་འགན་སྲུང་དང་། སྲིད་གཞུང་གི་དབང་ཆར་ཆོང་
འཛིན་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད། ‘ང་’ མེད་པ་ཡིན་ན་ཅ་སྤྲིམས་ཆབ་”
སྲིད་ལའང་འགན་སྲུང་བྱེད་ལུལ་ཡོད་པ་མ་རེད། ③ ཅེས་……
བརྗོད་པ་ལྟར་རེད། དེ་བས་དེང་རབས་ཀྱི་ཅ་སྤྲིམས་ཆབ་སྲིད་
ཀྱི་ཆ་རྒྱུ་ལ་ “བདག” ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱའོ།

༢༠༠༥ལོ་ཟླ༡༡པའི་ཆོས་ལུགས་ཁྱེད་མེ་ལིང་དུ།

མཆན།

① ཉི་གཞོན་གྱི་《རིག་གནས་སྤྱི་བའི་སྒྲིབ་ས་》 ཡུན་ནན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་། ༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་དང་པོའི་པར། ཐོག་ངོས༢—༣

པར་གསལ།

② 刘军宁：《共和・民主・宪政-自由主义思想研究》P. 18 上海三联书店 1998 年 12 月版

▲ ཤར་བྱང་རི་ ▲

▲ གསུང་རི ་

▲ སྒྱུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་དུ་བྱུང་། ་

▲ ཤར་བྱང་རི་ ▲

▲ གསུང་རི ་

▲ སྒྱུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་དུ་བྱུང་། ་

▲ ཤར་བྱང་རི་ ▲

▲ གསུང་རི ་

▲ སྒྱུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་དགྲ་བོ་ ་

▲ ཤར་བྱང་རི་ ▲

▲ གསུང་རི ་

▲ སྒྱུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་དུ་བ ་

▲ ཤར་བྱང་རི་ ▲

▲ ཤར་བྱང་རི་ ▲

▲ སྤྱི་འདུན་གྲངས་བཅུ་དགུ་བ་ ▲

▲ ཤར་བྱང་རི་ ▲

▲ ཤར་བྱེད་རི་ ▲

▲ སྤྱི་འདུག་ཁྲིམས་འཁུར་བ་ ▲

☆☆

“སྐྱེ་ཁམས་སྤངསྤྱོད་” དང་འབྲེལ་བའི་ལས་འགུལ་གྱི་སྐྱབས་དོན་ཆེད་སྒྲིག་ལེ་ཆོན།

ཚཱ་སྒྲིག་པའི་གཏམ།

“སྐྱེ་ཁམས་སྤངསྤྱོད་” གི་མིའི་རིགས་འཆོ་བསྔོན་གནད་དོན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་ལ། ཚ་དོན་ཞིག་ཏུ་འདྲུང་གི་སྐྱེ་ཁམས་སྤངསྤྱོད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ལྟར་ཅིག་ལྟ་བུ་འབྲེལ་བའི་ལས་འགུལ་དང་སྤངསྤྱོད་ལེན་དུ་གཏོར་བ་རེད། འདི་གི་མིའི་རིགས་ལ་ལོ་རྒྱུས་གསལ་པོ་ཞིག་གི་ཁ་བྱེས་བ་མ་ཡིན་ནམ། འདི་གི་འཕྲོ་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་བྱུང་མཐོན་པོར་བཏོགས་ཏེ་“རང་ཉིད་ནས་མགོ་ཚཱ་པའི་” བདེན་ཏུ་གསལ་བྱས་བམའི་ནམ། འདི་ལ་འཕྲོ་ཆོས་རྒྱུ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་གདངས་འཛོགས་བྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་བརྟན་འོས། ཉེ་ལམ། དྲ་ཆོག་སྤྱད་ཀྱི་མཁས་པ་ལྟ་བུ་འཆོ་བརྟེན་དོན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཡིག་ནས་བྱས་པའི་《བོད་ཀྱི་རྒྱུ་མོས་དེ་རི་དྲགས་ཚ་ཆེན་གྱི་པགས་རིགས་དང་གྲེས་ན་འགྲིག་།》《藏族服饰应远离珍稀动物的皮毛》 ཅེས་བ་དང་” རྒྱའི་མཁས་པ་མང་ལེ་ཞུན་ (王力雄) ཀྱིས་མཛད་པའི་《ཡམ་བསྐྱེད་དཔེ་གསར་ཅི་ལྟར་བཏོད་པ་རེད་།》《丑陋时尚是如何制造的》 ད་དུང་སྐྱེ་ཁམས་ཞོགས་དུང་གི་《འཕྲུབ་སྟོན་པ་སྐྱེས་ལ་བཤོ་སྤྱོད་བ་》 “.....” སྐྱེས་ལ་བཅུ་མས་ཆོས་མང་པོ་འདུག་ དེ་བས། རེད་ཚཱ་སྒྲིག་པ་ཆོས་ཀྱང་ཆེད་དུ་འདི་ཕྱོགས་ལ་མཐོང་ཆེན་གཙུག་ཆེན་གྱི་བཤོ་བ་ལྟར་སྤངས་ཏེ་དཔྱད་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིག་ཅེ་གཏོད་པའི་རེ་བ་དང་བཅས་ཏེ་ལེ་ཆོན་འདི་” བཀོད་སྒྲིག་བྱས་བཡིན། ཁྱེད་ཀྱི་པ་པོས་དཔྱད་བརྗོད་བྱ་རྒྱུ་ལོ།

«ཤར་དྲུང་རི»ཚཱ་སྒྲིག་པ་ནས།

▲ སྤྱིའི་དེབ་གངས་བརྩུ་དགུ་བ་ ▲

དང་རྒྱལ་ཁའི་དང་བྱུང་ཁའི་སྐྱེ་མཆོམས་སྤྱུང་དུས་སྤྱུ་ རྒྱུ་
ཆོའི་ཁྱོད་ན་ཅ་དོན་རྒྱུ་འཁྱོད་སྤྱེད་ཐུབ་མཁན་གཞོན་པ་.....
ཡོད། རྒྱུ་ཆོའི་ཁྱོད་ན་གནས་ལྷན་སྤྱུང་ལ་མི་སྤྱུར་མཁན་ག་
ཆོན་ཡོད། དེ་བས་བདག་གིས་བཏུས་ན། འུ་ཆོས་དེ་རིང་བར་
བསམ་བཞིན་པ་དང་ལས་བཞིན་པ་མང་དག་ཅིག་འུ་ཆོའི་
དང་པ་བྱེད་བཞིན་པའི་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་
འགལ་བ་ལྷན་སྤྱུང་དུ་ཡུར་ཡོད་འདུག་དོན་འདི་དེ་རིང་དཔེ་
མཆོན་དུ་ཡུར་བའི་བྱུར་གཞན་ཞིག་ནས་ཁ་གསལ་བཀོལ་.....
ཆོག་འུ་ཆོའི་རྒྱུ་གོས་ལ་དཔེ་ལྟར། འཛམ་གླིང་མི་རིགས་གང་
ལ་བསྐྱར་ན་ཡང་འུ་ཆོའི་རྒྱུ་གོས་ལྟ་བུའི་“རིན་ཐང་ཆེ་བ་”
“ཅུ་བ་ཡོད་པ་” ཞིག་མཐོང་དགའ་རྒྱ་རེད། ཁྱོད་དྲུང་
དགའ་རྒྱ་མ་སྤྱུ་ རྒྱུ་ཆོའི་རྒྱུ་གོས་ནི་མ་སྤྱུགས། སྤྱུ་པགས།
གཡི་པགས། ལྷན་པགས། གཟིག་པགས་སོགས་སེམས་ཅན་
གཅན་གཟན་གྱི་པགས་རིགས་སྤྱུ་ཆོགས་ཀྱིས་བཅོས་པ་རེད།
(བྱིས་པ་བ་ལྟ་ཅི) ད་སྐབས་ཆ་རྒྱུ་བཟང་བའི་ཨ་ལགས་
དང་སེར་མོ་བཅོས་ཀྱང་སྤྱོད་འགག་དང་ཐུར་རིང་སོགས་ཀྱི་
གོང་འདབས་སྤྱུ་སྤྱུ་གཟིག་བརྒྱབ་ཡོད་པ་རྒྱུ་དུ་མཐོང་རྒྱུ་
ཡོད། བོད་མི་ས་ཡ་དུག་ལས་བྱིས་པ་བ་མ་མཐར་ཡང་ས་ཡ་
བཞི་ཡོད་ཀྱི་རེད། ལྷང་ཅེས་བྱས་ཏེ་མི་རེའི་སྤྱུ་པགས་གཉིས་
རེ་རྒྱབ་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཡང་སྤྱུ་པགས་ས་ཡ་བརྒྱད་
རེད། ས་ཡ་བརྒྱད་ཁྱི་བརྒྱད་བརྒྱ་རེད། རྒྱུ་ཆོའི་ཏེ་བའི་བོད་

རིགས་སྤྱུ་རྒྱ་རྒྱ་པ། གངས་ཀ་འདི་ས་རྩོ་ཅེ་ཤིང་གི་གངས་
ཀ་མ་རེད། འདི་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱུ་བཅད་པའི་གངས་ཀ་རེད།
སྤྱུ་ཤེས་ཀ། ཁྱོད་ཀྱི་ཁོག་ན་སྤྱུ་སྤྱུ་སྤྱུ་བཞིན་པ་དེ། ཁྱོད་
ལུས་ན་སྤྱུ་སྤྱུ་འབར་བཞིན་པ་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཏེ་
མའི་དགར་དོགས་ཀྱི་འགྲོ་འདུག་འཆག་ཉལ་ཡོད་ཆོད་དེ།
སྤྱུ་སྤྱུ་པོ་ཆོ། རྒྱུ་ཆོའི་ལྷར་རང་གི་སེམས་མཁོ་ཁྱོད་དང་སེམས་
རྟེན་རྒྱུ་ཏེ་སྤྱུ་གསོག་སྤྱུ་གསོག་བརྒྱབ་འོང་པའི་ཁ་
རྒྱབ་གསོ་སྤྱུ་ཅུ་པོ། དེ་བཞིན་ཆུ་ལྟ་གི་མཛེས་དཔྱད་ལྟ་
བ་ལས་བྱུང་བའི་ཆུ་ལ་འཆོས་ཀྱི་ཁ་རྩ་སྤྱུ་དང་སྤྱུ་པོ་
མེད་པའི་འགན་སེམས་སྤྱུ་སྤྱུ་འཁྱོད་མེད་པངས་མེད་
ཐབས་མེད་ཀ་མེད་ངང་། རི་སྤྱུ་གཅན་གཟན་གྱི་པགས་
རིགས་སྤྱུ་ཆོགས་ལ་བརྒྱུ་བའི་སྤྱུ་རྒྱུ་བའི་སྤྱུ་རྒྱུ་གསལ་དྲུང་
མ་བཤད། གཞན་དང་ཆོས་རང་གིས་ཏེ་བཞིན་པ་དང་གྱོན་.....
བཞིན་པའི་པགས་པ་འདི་དག་སེམས་ཅན་སྤྱུ་དང་ལྷན་པ་...
ཞིག་གི་རྒྱབ་ནས་དམར་བལྟ་བརྒྱབ་འོང་བ་ཡིན་པ་དྲན་གི་མི་
འདུག སེམས་ཅན་དེ་ཡང་དང་ཐོག་འུ་ཆོ་དང་འདྲ་བར་
མཁའ་དབུགས་འབྱེད་ཐུབ་བྱེད་ཀྱི་ཏེ་འོད་ཀྱི་ཁྱོད་ནས་
དགའ་སྤྱུ་དང་འཆོ་བཞིན་ཡོད་པ་དྲན་གི་མི་འདུག སེམས་
ཅན་དེ་ཆོ་ལ་ཡང་འུ་ཆོ་དང་འདྲ་བར་མ་དུའི་བརྒྱུ་སེམས་དང་
མོ་མོའི་ཆགས་ཞེན་འདྲ་འདྲར་ཡོད་པ་དྲན་གི་མི་འདུག་
མདོར་ན་སེམས་ཅན་དེ་ཆོ་ཡང་འུ་ཆོ་དང་འདྲ་བར་བའི་བ་

འདྲི་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདྲི་པ་ཤ་སྤྱུག་ཡིན་པ་དྲན་གི་མི་
འདུག འདྲི་ལ་ན་དུ་འཕྲོ་ཆོས་པ་ལ་ཆེར་དེ་ཁོ་འཆོང་མཁན་ལ་
སྤྱུག་པ་མེད་ན་ང་ཉོ་མཁན་ལ་ཉེས་པ་ཅི་ཞེས་གནས་ལུགས་
ངར་ངར་ཤོད་ཡོང་རྒྱ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་མ་བཟེད། ཉོ་
མཁན་མེད་ན་འཆོང་མཁན་ཡོད་མི་སྲིད། འཆོང་མཁན་མེད་
ན་གསོད་མཁན་ཡང་གང་ནས་ཡོང་། དེ་གསུམ་ཁ་མེད་པར་
ལྷུང་ན་འོ་རྩོ་ནད་ཡམས་བཞིན་དུས་རབས་ཀྱི་སྤྱི་ཚར་ཁྲབ་
ཀྱིན་པའི་གཅན་གཟན་གྱི་པགས་རིགས་ཉོ་འཆོང་རྒྱག་པའི་
ཆོང་ར་གཉོས་ཆེ་བ་འདི་ཡང་ཡོད་མི་སྲིད། ང་ཆོས་ཆེ་ཆེ་
རབས་རབས་སུ་དང་བ་བྱེད་ཀྱིན་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་གཞུང་
ན་ཡང་སྤྱུག་པ་བཞོ་བཤའ་རྒྱག་ས་མི་འགྲོ་བའི་ཚུལ་མང་དུ་
གསུང་འདུག དཔེར་ན་ལུག་གཅིག་བཤས་ན་འང་དེ་གསོད་
ཐབས་ལག་ལ་སྦྱར་མཁན་དེའི་ཤུག་བཟའ་མཁན་དེ་བསད་
པར་རྩེས་སུ་ཡི་རངས་བྱེད་མཁན་ཆོང་མར་སྤྱུག་པ་ལུག་ཅམ་
རེ་འདྲ་མཉམ་གྱིས་ཡོད་ཚུལ་གསུང་འདུག འོ་ན་ང་ཆོས་ཡང་
རང་གིས་ནམ་ཡང་ཆོང་མར་འཛིན་གྱིན་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་
ཆོས་ལ་ཤེས་བཞིན་དུ་གོ་བ་བྱིན་ཅི་ལྟག་དུ་ལེན་རྒྱ་ཡིན་ནམ་ཅི།
ཡང་ན་རང་གི་ཁམས་དང་མཐུན་པའི་ཁོ་དང་རན་པའི་ལྟ་བ་
གསར་པ་ཞིག་གཏན་ལ་འབེབས་རྒྱ་ཡིན་ནམ་ཅི། དེ་ལྟར་མིན་
ན་འཕྲོ་ཆོ་སྒྲིམ་རྒྱ་ཅན་དག་དག་ཞེ་རེད། རྒྱ་འབྲས་ཅན་དག་
དག་ཞེ་རེད། ད་སྐབས་མང་དག་ཅིག་གིས་འཕྲོ་ཆོས་སངས་

རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་དུ་སྒྲུངས་པས་ད་གཞོད་དངོས་
པའི་འཆོ་བ་རྩེས་སུ་ལུས་སོང་བ་རེད་ཟེར། ངས་བལྟས་ན་འཕྲོ་
ཆོས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་ལ་ཁ་གཡུང་ནས་རང་གི་
ལེ་ལོ་དང་སྦྱིད་ལུགས་སྒྲིན་རྒྱུགས་དང་སྒྲིན་རྒྱུགས་འགེབ་
ཐབས་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པ་ལས་གཞན་རྒྱལ་བ་སྤྱུག་དང་བཅས་
པའི་དགོངས་པ་གང་ཡང་ལོན་གི་མི་འདུག འཕྲོ་ཆོ་སྤྱུགས་རྩེ་
ཆེན་པའི་བུ་སྦྱོབ་རྩེས་འཇུག་ཡིན་ཟེར་བ་མིན་ནམ། རྒྱ་ཆེ་
ཅན་གྱི་བུ་རབས་ཆ་རྒྱུད་ཡིན་ཟེར་བ་མིན་ནམ། འཕྲོ་ཆོས་ནམ་
རྒྱུན་འགྲོ་བ་ “རིགས་དྲུག” ཅས་མི་དང་དྲུང་འགྲོ་ལས་གཞན་
ད་དྲུང་རིག་རྒྱ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་བཞི་ཅམ་བཟང་ལྟེ་དེ་
དག་ཐམས་ཅད་ལ་རང་གི་མ་ལྟར་སྤྱིང་རྩེ་སྒྲིམ་པ་མིན་ནམ།
འོ་ན་གོང་གསལ་གྱི་དེ་རིང་རྒྱུད་ཆད་ལ་ཉེ་བའི་ཉམ་རྒྱུད་ཉེས་
མེད་ཀྱི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་ལས་དབང་ལ་འབྲེལ་བ་ཅི་ལྟར་
རྒྱག་རྒྱ་ཡིན། རིང་ས་ནས་མི་བཤད། ལོ་རེ་རེར་མཆོ་སྒྲིན་བོད་
སྐད་བརྟན་འཕྲིན་ཁང་གིས་བོད་དམངས་ཁྱོད་ནས་པབ་
བསྐྱེད་བྱེད་དང་བྱེད་བཞིན་པའི་ལོ་གསར་དགྲུང་ཆོགས་དག་
ལ་ཅིག་སྟོས་དང་། མདོ་འཛིན་པ་ནས་འཁྲབ་སྟོན་པ། (རང་
གིས་ཀྱང་སྒྲིན་ཆད་ཐེངས་གཅིག་མིན་པར་བརྟན་པའ་འཕྲུལ་
འཁོར་གྱི་སྒྲིན་ནས་འདི་ལྟའི་སྒྲིན་རྒྱུགས་ཆ་བོ་གང་མང་
བསྟན་ཐོང་) དེ་ནས་ཡང་ལྟ་མོ་བ། ཆོགས་ར་ཉིལ་བོན་
སྤུང་དང་གཟིག་གི་ག་རིས་འོད་དུ་འཇུག་གིན་འདུག མ་དང་

གཡི་ཡི་སྤྱ་ཞགས་རྒྱང་བུས་གཡོ་བཞིན་འདུག ད་དུང་དེ་.....
སྒྲིབས་འབྱོར་གྱི་མཆོན་རྟགས་ཤིག་ལ་བརྩེ་བཞིན་.....
འདུག མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཏུ་བགྱང་གིན་.....
འདུག 《བདུད་འདུལ་》 (གེས་ར་སྤྱང) དུ་བདུད་ཆུན་སྤྱ་གཙུག་
སྤྱོད་སའི་བདུད་ཡུལ་ལ་ཡར་ཁམས་བྱང་མ་རི་བརྒྱུད་དུ་.....
འབོད་ལ། དེ་དུ་གཙུག་གཟན་གྱི་པགས་པ་རི་ལྟར་བརྩེགས་
ཡོད་ཅེས་པ་ཡང་པལ་ཆེར་མཆོ་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་གཙོ་བྱས་པའི་
བོད་ལོ་སར་དགྲང་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་ར་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཆུ་
རེད། དེ་སྤྱོད་ཞོགས་དུང་གིས་བོད་ཀྱི་སྤྱ་མ་བསོད་ནམས་
དབང་མོའི་རྒྱན་གོས་ཐད་ལ་བལྟས་གིན་བལྟས་གིན་ཟོག་ཅིག་
དང་འབྲེལ་བའི་ཐད་འདུག་པ་མཐོང་མ་ཐག་དངོས་གནས་
དང་ལེན་བྱེད་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། བསོད་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་...
རེད། འོན་ཀྱང་བདག་ལ་དེ་རིང་དེ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་བཅོས་...
མིན་ཞིག་སྒྲིབས་བྱུང་། འུ་ཆོ་སྤྱས་ཀྱང་ཨ་ཆེན་གངས་རྒྱུད་ན་
འཆོ་བའི་བོད་གཙོ་དག་སྤྱུག་གི་རྒྱུ་རྒྱུའི་ཚོན་པ་ཆོས་ཁ་
བཏགས་སོང་ཞེས་ནམ་རྒྱུན་གཤེ་གཤེ་གཏོང་བ་མིན་ནམ།
ངར་ངར་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱོད་པ་མིན་ནམ། འོན་ཀྱང་ལུ་བ་སྤྱི་དག་གི་
མཐོ་རིམ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱད་ཀྱི་ལུ་མ་མོ་ཆོས་བོད་གཙོ་དཀྱི་ཁྱོ་...
ལུས་འཐག་པའི་སྤྱོད་དཀྱིས་བཅིངས་རྒྱུར་དགའ་བས་སྤྱིང་རྒྱེ་
བའི་བོད་གཙོ་དེ་ཆོ་ཆར་ལ་ཉེ་བར་གཏུག་པ་རེད། དེ་དང་
དེ་ནང་བཞིན་འུ་ཆོ་བོད་པ་ཆོ་ཡང་སྤྱམ་གཟིག་གྱུན་རྒྱུར་

དགའ་པོ་ཡོད་པ་མིན་ནམ། འོན་ཀྱང་གྲུ་ལ་དང་པུ་རི་སི་ཐན་
སོགས་ས་ཆ་གཤེ་མོ་ཞིག་ན་གཙུག་གཟན་སྤྱུག་གཟིག་དང་...
སྤྱམ་སོགས་ཀྱང་བོད་གཙོ་དེ་ཆོ་དང་འབྲེལ་བར་དམར་གསོད་
གཏོང་གིན་མེད་དམ། སྤྱོད་མདངས་དང་གྲུ་ལ་མི་གཅིག་པའི་
པགས་པ་བརྒྱ་ཤོག་སྤྱོད་པུག་ཁྲག་གི་ཁ་བརྒྱུད་ཐུལ་ལི་ལི་
དམར་བཟུ་རྒྱུ་གིན་མེད་དམ།
འདི་ཆང་མ་འུ་ཆོ་བོད་པ་ཆོའི་གོམས་སྤྱོད་པས་...
བསོས་པ་མིན་ནམ། གཏེ་བོ་དེ་ཆོ་མིན་ན་སྤྱུ་ཡིན། སྤྱིང་རྒྱེ་མེད་
པའི་ལག་དམར་དེ་ཆོ་མིན་ན་སྤྱུ་ཡིན། ད་དུང་གཞན་ལ་སྤྱིང་
རྒྱེ་མི་འདུག་ཅེས་འཁང་ར་བྱེད་གྱིན་འདུག ལེ་བདའ་བྱེད་
གྱིན་འདུག དམོད་མོ་བྱེད་གྱིན་འདུག འོན་པ་ཆོ་ལ་
འཁང་ར་འབབ་བམ། དམོད་མོ་འབབ་བམ།
ད་ལོའི་སྤྱི་ལྷོ་གཉིས་པའི་ཆོས་བདུན་ལུགས་སྤྱིང་གི་ལྷོ་
དང་བོའི་ཆོས་བཅུ་ཉེན། བོད་ཨ་མདོ་རེ་བ་གོང་གི་ས་དཀྱིལ་སྤེ་
བའི་ཡུལ་མི་ཆོས་རང་འགྲུལ་སྤྱོད་ཆ་འཕྱུགས་བྱས་ཏེ། རང་
བྱིས་ཀྱི་བཟའ་མའི་ལུ་བའི་སྤྱིང་གི་སྤྱམ་གཟིག་སྤྱུག་པགས་...
སོགས་བཀོག་སྤེ་ལུགས་སྤྱིང་གི་ཆོས་བཅོ་ལུ་སྤེ་ཨ་མདོའི་ཆོ་
འཕྱུལ་སྤྱོད་ལམ་ཆེན་མོའི་སྤྱོད་སྤྱུ་རྒྱ། རོང་བོ་དགོན་ཆེན་གྱི་
ཐང་ཆེན་ནས་མེར་བསྐྱོག་སྤེ་སྤྱོད་ཁམས་སྤྱང་སྤྱོད་ལ་ཉེན་བརྒྱ་
རྒྱུ་རྒྱུའི་སེམས་བསྐྱུན་ཡོད། བྱེད་ཚུལ་འདི་རིགས་ལ་དེར་
འདུས་ཀྱི་མང་ཆོགས་མང་མང་གིས་ཀྱང་བསྤོད་བསྐྱུགས་དང་

དང་ལེན་གྱི་ནམ་འགྱུར་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། ད་དྲུང་ཡུལ་མི་
ཆོ་བརྟན་རྒྱལ་དང་མགོན་པོ་རྒྱལ་སྐོས་ཀྱིས་ཁ་མལ་དེད་
ནས་སྒེ་ཁྲིད་དེ་རང་གི་སྤུངས་དང་གཟིགས་སྐོས་མེ་རུ་བརྒྱབ་སྟེ་
མིག་དཔེ་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། གཞན་ཇ་བ་ཁྲུལ་དང་མགོ་མོ་མོ་
ལོག་གཅན་ཆོ་སྐོས་ནས་ཀྱང་བྱ་འགྲུལ་འདི་རིགས་གཅིག་
ཇེས་གཉིས་མཐུན་གྱིས་སྤེལ་འདུག འདི་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་
འཕགས་མཆོག་ལྟ་བུའི་ “དབྱིན་རས་བསྐྱེད་པ་” དང་རྒྱ་
རྒྱལ་རབས་ཀྱི་དཔལ་པོ་ལེན་ཅོ་ཞིའི་ “རྟོལ་ལྷན་ནས་ཉལ་ཐ་
བསྐྱེད་པ་” ལྟ་བུའི་བསམ་སྒྲོགས་ར་བཞེ་དང་གནས་བབས་
ལེགས་བཅོས་ཀྱི་བོད་སྤྱི་ཆོགས་ལས་འགྲུལ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ཞིག་
རེད། འོན་ཀྱང་འབྲེལ་ཡོད་སྟེ་ཁག་གིས་ལས་འགྲུལ་འདི་ལ་
བཀག་འགོག་རབས་དང་རིམ་པ་བྱས་ཡོད་འདུག འདི་རོ་མ་
ཏ་གོ་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། རྒྱལ་ནང་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྟེང་ནས་
རྒྱུ་རྩེ་མཁན་ཆོའི་ས་ནས་གཞུང་བཞེས་བྱས་པའི་གཙོ་བོ་
པགས་དང་སྤང་ཆེན་གྱི་བ་སོ་སྐོས་དེའི་མགོ་ཙམ་རེ་སྤངས་
ཏི་སྤང་ཅིག་དེ་ཉིད་ལ་དུ་ནག་ལྟོག་སྟོག་མེ་རུ་བསྐྱེད་གིན་
འདུག ད་དྲུང་ཐབས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྐོས་ཆགས་དམར་
གསོད་གཏོང་མཁན་ཆོར་ཆོ་རྒྱུང་དང་དམངས་ཡོངས་ལ་སྤྱི་
ཁམས་སྤང་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པའི་འཛོད་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་བྱ་
གནང་གིན་འདུག བདག་གིས་བརྟེན་ནས་འབྲེལ་ཡོད་སྟེ་ཁག་
གིས་སྤྱི་ཆོགས་བདེ་འཇགས་ཁག་ཐག་ཡོད་པའི་སྤྱོད་འགྲོའི་ཆ

ཞུག་འོག་མང་ཆོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་ནང་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོད་
དོན་དང་ཁྲུས་གཞི་ནང་བཞེན་རང་འགྲུལ་སྐོས་སྤེལ་བའི་སྤྱི་
ཁམས་དང་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྤྱོད་ལ་དམིགས་པའི་ལས་འགྲུལ་
འདི་རིགས་ཁྲིམས་མཐུན་དུ་བཞེས་ན་འཛོད་པོ་ཡོང་རྒྱ་རེད་
སྟེ།
ཁྲོད་ཆོས་སྟོན་དང་། སྤྱོད་གསོ་ཆེར་བརྒྱུད་མ་མུང་བའི་
ང་ཆོའི་ཡུལ་མི་ཆོས་སྤྱི་ཁམས་སྤང་སྤྱོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོག་མཆོད་
ཕྱིར། ཁྲོད་གྲུང་དང་འགོ་སོང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རང་གིས་
འཁྱུར་དགོས་ཀྱང་། སྤྱོད་དུལ་ཁྲི་དུལ་བཏང་སྟེ་ཉལ་པའི་
སྤུངས་གཟིགས་སྐོས་པགས་སྐོས་ཐད་ཀ་ཐད་ཀར་འབར་ཁྱུན་
གཅིག་གི་སྤྱོད་ནས་གཞི་བུལ་ལེར་བསྐྱེད་སོང་། སྤྱོད་པས་
དང་ཆོད་སེམས་འདི་ལ་རོ་མ་ང་ཆོ་རྒྱལ་གྱིས་ཇེས་སྤྱོད་གཞུང་
གྲས་ཡི་རངས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ང་ཆོ་ཁ་ཡར་གྲགས་
ལ་བསམ་སྒྲོག་བཅེངས་འགྲོལ་ཁ་མར་གྲགས་ལ་སྤྱོད་སྤེལ་བཅོས་
བརྒྱུར་ཐེར་མཁན་དཔེ་ཆ་བཙོ་རོ་མ་རོ་གཞོང་དགོས་པ་ཞིག་
རེད། ཁ་སྤྱོད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ང་ཆོ་སྤྱོད་གིས་ཆོམ་
ཆོམ་མེད་པར་སྤུངས་ནང་གི་ལུ་བ་དག་བྱི་རུ་སྤངས། ཡང་ཆོམ་
ཆོམ་མེད་པར་སྤུངས་གཟིགས་དག་བཀོག་པར་བྱེད། ཡང་ཆོམ་
ཆོམ་མེད་པར་དེ་ཁྲོམ་གཞུང་ངམ་ཐང་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བྱེད་ནས་
སོང་། མཐའ་མཐུག་ཆོམ་ཆོམ་མེད་པར་འུར་སེ་མེ་རུ་སྤྱོད།
དེ་ཏ་ཅང་དཀའ་མོ་ཞིག་རེད། ཆོད་སེམས་དང་སྤྱོད་པ་ཞིག་

མེད་ན་བསམ་སྒྲོས་ལངས་ཀྱང་མེར་སྤྲོས་ལངས་རྒྱ་མ་རེད།
གནད་འགག་ཡང་འདི་ན་འདུག འུ་ཚོའི་པ་མེས་ཡང་མེས་
ཚོས་སྤུ་གཟིག་ཡག་ཚུལ་འཕྱར་ཚུལ་གྱི་བག་ཆགས་འུ་ཚོར་
བཞོས། འུ་ཚོས་ཀྱང་དེ་ཅེ་ཆེ་ཚུལ་རིན་ཡོད་ཚུལ་གྱི་ཉལ་བར་
གི་བྱ་ལྷན་ཚོར་བརྒྱུད་སྒྲོག་བྱས། དེ་ཚོ་དང་དེ་ཚོའི་འཕྲོ་ཡི་མི་
རབས་དག་གིས་ཀྱང་དེ་ཉལ་མེས་པོ་ཚོའི་བཅའ་སྒྲུལ་ལས་.....
སྒྲུལ་ཆད་ལྷག་མེད་པར་བྱགས་མཐུད་དབྱིག་པ་བཞིན་མར་
མར་བརྒྱུད་སྒྲོད་བྱེད་རྒྱ་རེད། འདི་ཉལ་འཁོར་སྒྲོད་ངན་པ་
ཚར་ཞིང་རྒྱུགས་པའི་དུས་ནས་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཇི་སྲིད་འཁོར་
སྒྲོད་འདི་མ་རྒྱུགས་ན་དེ་སྲིད་སྒྲོག་ཆགས་གཉིས་རྒྱུད་དེ་དག་
དམར་གསོད་གཏོང་བའི་ལས་ཀ་མཚམས་འདྲི་གེ་སྲིད་ལ།
ང་ཚོའི་གཅན་གཟན་གྱི་པགས་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་དགའ་པོ་བྱེད་
པའི་སྐྱོ་སྲིད་སྒྲོད་པ་འདི་ཡང་བསྐྱར་དུ་མེད་དོ། བྱ་རིགས་.....
ཀྱིས་ཁོ་ཚོའི་སྒྲུལ་རྒྱུན་གྱི་དུས་ཆེན་ཞིག་ལ། བ་སྐྱང་ཞིག་སྤྲོ་.....
ཐུག་གིས་སྤོང་བོར་བཏགས་ཏེ་གསོན་བཞིན་དུ་གྲག་ཁེམ་རེ་
དང་ཁྱེད་མོར་ཆད་རེ་ལེན་བཞིན་དལ་བ་དལ་བྱར་ག་ལེ་ག་.....
ལེ། སྤྱ་དབྱངས་ལེན་ཞོར་ཞབས་སྤོ་འཁྱུག་ཞོར་བཤད་ཞོར་
དགོད་ཞོར་ངན་གསོད་བྱེད་པའི་གདོད་མའི་སྒྲོད་པ་ཞིག་..
འདུག གཞན་ཞིག་གིས་ཉལ་རྒྱ་རྒྱ་ན་འུ་ཚོའི་གོ་མས་གཤིས་འདི་
དག་ཀྱང་འདི་ཉལ་ཡང་བཞིག་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་...
མེད།

དེ་རིང་ཡུལ་མི་ཚོས་སྒྲོབས་པ་དང་ཆོད་སེམས་ཆེན་པོས་
ང་ཚོ་ལ་མིག་དཔེ་འདི་འདྲ་ཞིག་བསྟན་པ་རེད། སྒྲོས་མ་དགོས་
ཏེ་ཁོ་ཚོའི་མཐར་ཐུག་གི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་སྒྲེ་ཁམས་སྤང་
སྒྱུབ་གྱི་བྱིར་ང་ཚོའི་གཅན་གཟན་གྱི་པགས་རིགས་གང་ཡག་..
གིས་ཤོམ་ལ་བཟོ་རྒྱུར་དགའ་བའི་ངན་གོ་མས་འདི་བསྐྱར་བར་
འདོད་པ་དེ་ཁོ་ན་རེད། རྟོན་བྱ་སྤྲོ་བས་པོ་ཆེ་འདི་ལེགས་འབྱུབ་
བྱུང་དགོས་ན་ང་ཚོ་རེ་མེས་མི་རང་ཉིད་ནས་མགོ་རྩམ་དགོས་
རྒྱ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ལས་བྱེད་ཆོ། ཁ་ནས་མང་ཆོགས་གྱི་དེ་
འགྲིག་འདུག

ཡུལ་མི་ཚོ་ངར་བ་རེད་ཟེར་བཞིན་རྒྱབ་ལག་བཅས་ཏེ་
མི་ཚོགས་གྱི་མཐའ་ཁ་ནས་ཉལ་མོར་གཡེང་བ་ལས་རང་ཉིད་
དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡེ་མེད་པ་ཉལ་དུ་འདུག འོན་ཀྱང་གནས་...
ལུགས་ཅེ་བཞིག་ཡིན་ན་དྲང་བདེན་སྤང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་
དེ་ཉལ་སྤོང་ས་ཞིག་གང་ན་ཡོད། ང་ཚོས་ཀྱང་ཆོད་སེམས་.....
ཆེན་པོས་ས་དཀྱིལ་སྤེལ་བར་སྒྲོབ་སྒྲོད་བྱེད་དགོས་རྒྱ་རེད། ད་...
ཐངས་གྱི་བྱ་འབྲུལ་ལ་ཞུགས་པའི་ཡུལ་མི་ཀྱན་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོད་.....
བྱེད་དགོས་རྒྱ་རེད། ཉེ་ཆར་དྲ་བོས་སྤྲོ་བའི་གསར་འཕྱུར་
ཞིག་ཏུ་མཆོ་སྤྱོད་བྱུག་ཏེ་ནས་ཡིན་པའི་བོད་ཀྱི་ཆོད་བ་སྒྲོབ་ཞིག་
གིས་བྱ་འབྲུལ་འདི་དང་བསྐྱུན་ནས་རིན་གོང་མར་འཆག་ཡོད་
པའི་སྤུ་གཟིག་འབོར་ཆེན་ཏོས་ཏེ་བརྒྱ་འཕྲིན་རྒྱུས་ལུས་ཡིན་
པའི་བོད་ས་ཕྱོགས་སུ་སྤྲུགས་ཆོད་རྒྱག་ཅིས་བྱེད་གྱིན་འདུག་

ཟེར། འདི་འདྲའི་ངོ་ཆ་མེད་པའི་རྒྱ་འབྲས་སྟོག་པའི་གནས་ལ་
ལུགས་མི་ཆེ་པའི་ཐ་ཤལ་བ་དག་ལ་ང་ཚོས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ལ་
རྩེད་དུག་པོ་གཏོང་དགོས་རྒྱུ་རེད། འདི་ལྟ་བུའི་འཆལ་བོ་མགོ་
ཆག འབྲུམ་པོ་མདོ་མེད། བསྐྱེད་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་རྩེད་དག་ལ་ཉམས་
འཛིག་མ་བྱས་ན་ཁོ་ཚོས་སྐབས་བསྐྱེད་ཀྱིས་མང་ཆོགས་ལ་
མགོ་སྐྱོར་གཏོང་ཆེས་འདུག ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱ་འགུལ་ལ་ཞུགས་
ཕྱགས་ཀྱི་རྩལ་པ་འདོན་ཆེས་འདུག

མདོར་ན་ང་ཚོ་སྤྱི་ཁྱད་བྱ་འགུལ་འདི་ལ་རྩལ་ཆེད་
ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་རྒྱག་པ་ལས་བཀག་འགོག་དང་བར་ཆད་བཟོ་
ག་ལ་རུང་། དུལ་མི་ཚོས་ཀྱུན་ལ་ཕན་པའི་དོན་ཞིག་སྤྱི་བ་
བཞིན་པ་ལས་ཁོ་མོ་དུག་ཉེ་སྤྱི་ཆོགས་ལ་ལུས་ཟེང་བཟོ་བ་ག་ལ་
ཡིན། ཁོ་ཚོས་ལོ་ངོ་སྟངས་ལྟར་མའི་རིང་བོད་ཡུལ་ཤིལ་བོར་
དར་མ་སྤྱོད་པའི་དོན་དག་བཟང་པོ་ཞིག་བསྐྱབ་པ་རེད། བོད་
པ་སུ་ཡི་ཡང་སྟོ་ཡུལ་བསམ་རྒྱུ་ལ་འཆར་དཀའ་བའི་བྱ་
འགུལ་དོན་སྟོང་ལུགས་ལ་ཞིག་སྤེལ་བ་རེད། ཁོ་ཚོའི་བསམ་རྒྱུ་
འདིའི་ཤུགས་རྒྱུན་ཀྱིས་གཞན་ཐག་རིང་ས་མི་བཤད། ཁོ་ཚོའི་
བྱིམ་མི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཆོ་མོ་དག་ལ་བག་ཆགས་ག་འདྲ་
འཛིག་རྒྱུ་རེད། བྱིམ་མཆོས་རྩ་སྐྱོར་སྤེལ་ཡུལ་ཆོ་ལ་བག་ཆགས་
ག་འདྲ་འཛིག་རྒྱུ་རེད། མ་མཐར་ཡང་སེམས་ལ་དོགས་སྤྱོད་སྟེ་
ཆོགས་འཛིག་རྒྱུ་རེད་ལ། ད་ལོ་ན་འགྲིག་འདུག འདི་མགོ་
བརྒྱུམས་པ་རེད། ང་ཚོ་ཆང་མས་འདི་ལྟར་མགོ་ཚུལ་ཐུབ་ཆེད་

ཆོའི་མི་རབས་རྗེས་མ་རྗེས་མ་ཆོས་མེས་པོའི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་
ཐོས་དུས་རིམ་བཞིན་སྤྲུལ་གཟིག་གི་འཕྱོར་གོས་ལ་ལྟ་ཚུལ་
གཞན་པ་ཞིག་འཛིན་རྒྱུ་རེད། དེ་བཞིན་དུས་ཡུན་ངེས་ཅན་
ཞིག་བརྒྱུད་མཐར་གཞི་ནས་སྤེལ་དན་འདི་སྤྱོད་རྒྱུ་རེད། དགོ་
མཚན་ཡང་འདི་ན་འདུག གཅིག་ནས་ཉམ་རྒྱུད་སྟོག་ཆགས་
དེ་དག་བསྐྱབས་སྤང་བ་རེད། རྒྱུ་ཁམས་ལ་གཞོན་འཆོ་མ་
བཏང་བ་རེད།

གཉིས་ནས་དེང་རབས་ཀྱི་ལག་ཐབས་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱད་
དེ་ཉམ་རྒྱུད་ཉེས་མེད་ཀྱི་སྟོག་ཆགས་དེ་དག་དམར་གསོད་
གཏོང་མཁན་ལག་དམར་སྐྱོར་ཞིག་ལ་དུས་རབས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་
ནན་མོ་བཅད་པ་རེད། ད་དྲུང་འཕྱོང་ཆོའི་གོམ་གཤིས་དན་པ་འདི་
བེད་སྤྱད་དེ། གཅན་གཟུན་ཀྱི་ཤགས་རིགས་ཁྱི་སྟངས་གི་ལུལ་
ནས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྟར་མར་དདུལ་ལོར་གྱི་ཁེ་ཕྱག་ཁོ་ན་བསམ་
བཞིན་པའི་ཉམ་འཆོང་བ་སྐྱོར་ཞིག་ལ་དགག་རྩེད་ཆོ་ནན་
བརྒྱབ་པ་རེད། གསུམ་ནས་ལུ་ཆོས་སྟོན་ཆད་ནང་བཞིན་བྱིམ་
གང་བོའི་ཡོང་སྟོ་ཤིལ་བོ་ལས་མང་ཤོས་བཞོལ་ཏེ་སྤྲུལ་གཟིག་
སྟོགས་དོན་སྟོང་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཉེ་མི་དགོས་པས་དཔལ་
འབྱོར་འཆོ་བ་ཡང་རྗེ་བཟང་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་རེད། དེ་ལྟར་སྤྲུལ་
གཟིག་སྟོགས་ཀྱི་ཤགས་རིགས་རྒྱུན་དུ་མི་སྟོན་པའི་ལྟ་བུ་ལག་
པོ་ཞིག་དམངས་ཡོངས་ལ་ཆགས་པའི་ཉེན་མོ་ནི་འཕྱོང་ཆོས་མའི་
རིགས་ལ་མིག་དཔེ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ཞིག་བསྟན་སྤང་བའི་ཉེན་མོ་

མ་ཡིན་ནམ། འདི་ལ་ཆོ་སྤྱོད་མཐའ་དག་ཞི་བདེ་མཉམ་གནས་
ཡོང་རྒྱུ་བཙོན་བཞིན་པའི་འཛམ་གླིང་མི་དམངས་ཡོངས་
ནས་མཐེ་བོང་མི་སྤྱིང་ངམ།

མདོར་དྲིལ་ན། བདེན་དོན་བཙོན་ལེན་དང་བདེ་སྦྱིད་
འཆོལ་སྟེག་བྱེད་བཞིན་པའི་འཛམ་གླིང་མི་རིགས་ཀྱི་པོ་སྤྱི་
ལ་པན་པའི་སྤྱོད་ཐོན་ཡ་རབས་ཀྱི་ཕྱགས་སུ་བསྐྱོད་ཀྱིན་པའི་
ཉན་མོ་འདིར། ང་ཆོ་ཡང་གདོད་མའི་ལྷང་པ་ནས་ཅིས་ཀྱང་ཕྱི་
རུ་ཐོན་དགོས་ནི་རེད། ད་དུང་བཀག་རྒྱ་ཆེ་རུང་རྒྱང་ཐག་.....

རིང་རུང་དཔལ་ཡོན་གྱི་ཕྱགས་སུ་གོམ་པ་ཅིས་ཀྱང་སྤྱོད་དགོས་
ནི་རེད། ལམ་སྐབས་ནས་ཤ་ཟད་རུས་པ་རྩོལ་འཕྱོག་སྟེ་ས་རུ་
འགྱེལ་དུས་ཀྱང་མགོ་བོ་ཁ་ཕྱགས་དེ་ལ་སྟོན་དགོས་ནི་རེད།
ཐ་ན་དབུགས་ཉག་རྟ་རྩ་བོ་དུམ་སེ་འཆད་དུས་ཀྱང་
འབྲུག་པོར་འབྱུར་བཞིན་པའི་མིག་ནང་དུ་ཁ་ཕྱགས་དེ་འཆར་
དུ་འཕྱག་དགོས་ནི་རེད།
༡༩༩༩ལོའི་ཟླ༡༥པར་བྲིས་ཟླ༤པར་བཅོས།

ग

¶

རི་རྒྱུས་ཤོག་ཆགས་སུང་རྒྱུ་བ་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཆུགས་པ་དེས་ “འཕྲོ་
བམས་བདག་འཛིན་རྒྱུ་བ་ཏུ་གཡུག་ནས་རྫོང་བཅུད་སྟོམས་
པའི་ས་སྐང་རྒྱི་ཚོགས་འཁྱགས་སྐྱུན་བྱ་དགོས་” པའི་བསྒྲགས་
ཚིག་བཏོན་ཞིང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་འཇར་མན་དང་སྤྱ་རན་
སྒོ་དབྱེན་ཇི། དབྱེ་ཐ་ཡི། ལུའེ་ཏེ་ལ། ལུའེ་ཙེ་། ཤི་ལི་ཕྱི་སྐགས་
ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱི་ཕྱིར་གཞུང་སྐོར་གཉིས་ཀ་ནས་འདི་འདྲའི་ཚོགས་
པ་ཆ་འཁྱགས་བྱས་ནས་རང་བྱུང་ཁམས་དང་རི་རྒྱུས་ཤོག་

ཆགས་སྤྱང་སྦྱོབ་མཛད་པའི་ལས་ཀ་དངོས་སུ་བརྩམས་པ་རེད།

ག

ད་ཐེངས་ས་ཕྱགས་སོ་སོ་ནས་སྤེལ་བའི་ལས་འགྲུལ་.....
འདིས་ཀྱང་མི་མང་པོ་ཁ་གདངས་མིག་ཅེར་དུ་བཏང་འདུག་
ལ། བོད་མི་ཆོས་ད་ལོར་གཅན་གཟན་རི་དྲགས་ཀྱི་ཆོགས་ལ་...
སོས་དལ་བག་ཕེབས་སུ་བསྐྱད་ཆོག་པའི་དབྱིང་ཀ་ཞིག་བསྟུས་
འོང་། ཆོ་སྤྱོད་ལ་ཅིས་ཐང་གནང་བྱུང་། ཆོ་སྤྱོད་དང་ཆོ་སྤྱོད་
འདྲ་མཉམ་གྱི་འཆོ་ཐུབ་པའི་སྤྱོད་ལམ་སྤྱིང་ནས་བཏབས་.....
བྱུང་། འདི་འདྲའི་བྱ་གཞག་ལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པའི་ལམ་གནང་....
འོས་ནའང་ཁྱེད་མེད་ལང་ཤོར་གྱིས་ཁ་ལོག་རྒྱབ་གཏོང་བྱེད་
མཁན་ནི་མུར་བཞེན་ས་གནས་སྤྱིད་གཞུང་རང་རེད། ༡༠༠༤
ལའི་ཟླ་༡བའི་ཆོས་༡༢ཉེན་ལས་འགྲུལ་འདི་དངོས་སུ་སྤྱེ་བྲིད་
བྱ་མཁན་གྱི་ན་གཞོན་བདུན་དུས་མཉམ་དུ་རྩ་བ་རྩོད་སྤྱོད་
གཞུང་གིས་བཀག་ཉལ་བཅོས་བྱུང་། ན་གཞོན་འདི་དག་ལ་....
སྦྱར་བའི་ནག་ཉེས་ནི་རི་དྲགས་དང་རང་བྱུང་ཁོར་ལྷག་ལ་....
སྤྱང་སྦྱོབ་བཟོ་དྲགས་པས་རེད།

ང

རྒྱལ་པ་རྒྱལ་མ་དང་གྱི་གསོད་ལག་དམར་ཆོའི་གལ་དུ་
ན་གཞོན་ཤེས་ཡོན་པ་མི་མགོ་བདུན་པོ་གཡས་ལོག་གཡོན་.....
ལོག་བྱས་ནས་བསྐྱད་ནི་རེད་ཟེར། ལྷ་ས་སྤྱོད་དང་ཆབ་མ་ཡོད་
ཆོད་བཞིག་ནས་དྲག་པོས་གཉའ་གཞོན་ལ་ “ལགས་སོ” ཞུ་

དགོས་བྱུང་། ཁོ་པ་ཆོ་ནི་མི་གངས་ཁྱི་ལྷག་མཉམ་དུ་བསྟུས་
ནས་ཁོར་ལྷག་སྤྱང་སྦྱོབ་ཀྱི་སྦྱར་བ་ལག་དུ་ལེན་མཁན་རེད།
ཁོ་པ་ཆོ་ནི་ལས་འགྲུལ་འདི་སྤེལ་བར་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སེམས་
ངོས་ཀྱི་རྩལ་རྩལ་གཏར་མཁན་རེད། ཁོ་པ་ཆོའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་
འགྲོ་བ་མི་དང་སྤྱོད་ཆགས་གཞན་དབར་གྱི་ཐུན་ནག་གི་ལོག་
སྤྱོད་དེ་མཆོམས་འཛིག་རྒྱ་རང་རེད།

ཅ

ཆོ་སྤྱོད་ལ་ཅིས་ཐང་སྤྱོད་པ་དང་ཁོར་ལྷག་སྤྱང་སྦྱོབ་ཀྱི་
ལས་ཀར་འདྲུས་པའང་དམར་པོའི་ཆབ་སྤྱིད་ལ་སྦྱར་ནས་ན་
གཞོན་འདི་དག་གི་སྤྱོད་པ་བསྐྱུགས་ཅིས་བྱེད། སྦྱོགས་འདི་འདྲ་
བ་དང་ཆོའི་རྒྱལ་ཁབ་མ་གཏོགས་གཞན་ན་ཡོད་རྒྱུ་མ་རེད་སྟེ་
ལ། གནས་ཚུལ་འདི་གཅིག་དུས་ཀྱང་དང་རང་ཆོ་སྤྱོད་ས་གནས་
ཡུལ་འདི་ཉེན་ཁ་ཅི་འདྲ་ཆེ་བ་ཤེས་འོང་གི་རེད། དེ་ལྟ་ནའང་...
དེད་ཆོའི་པ་ཆོ་མའི་རིང་གི་རྒྱུ་འོག་གིས་གཞི་འདི་ཐུན་ནས་...
ཐུར་དུ་རབས་ཆ་རྒྱུད་ཀྱིས་རང་གི་ཆོ་སྤྱོད་གིས་བདག་སྤྱང་མི་
བཟོ་བར་གང་ལ་འགྲོ་ཨང་། འགྲོ་ས་ཡེ་ནས་མི་འདུག

ཆ

ཆོགས་འདྲུ་ཆེ་མ་རྒྱུད་གསུམ་ཐོག་ན་མགོ་བྲིད་
ཆོས་ “རྒྱལ་ཁབ་ཁ་བྲལ་རིང་ལུགས་ལ་དགག་པ་རྒྱག་དགོས་”
ཞེས་ཁ་འབོད་སྤྱོད་གི་འདུག་ཅིང་། ཆོག་དུམ་འདི་ཡིག་ཐོག་
དང་དག་ཐོག་གང་རུང་ནས་ས་བཤད་རྩོད་བཤད་བརྒྱབས་

བརྒྱབས་མཐར་ད་ལྟ་ང་ཆོའི་སེམས་སུའང་ང་ཆོ་རྒྱལ་ཁབ་
འདིར་མི་གཏོགས་ཨང་སྟུང་པའི་བག་ཆགས་ཤིག་བསྐྱབ་ཀྱི་
འདུག་ལ། བག་ཆགས་འདི་ང་ཆོས་རང་གི་ཁ་ནས་མ་
བཤད་སྟོན་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ང་ཆོའི་ན་ཚར་སྐྱར་དོན་ག་རེ་
ཡིན། བག་ཆགས་འདིས་དོན་ངོ་མར་ལས་ཀ་ཅི་ཞིག་ལས་.....
འོང་བ་སྤྱད་ཤིང་ས་མ་རེད། དེ་ཆང་གིས་ཤུམ་སྤྱང་ཉེ་ལྟ་བུའི་
ནུམ་འབྱར་ཅི་ཙམ་ངོ་མ་ནའང་དོན་དངོས་སུ་ང་ཆོར་ནུམ་
ཡང་ནང་མི་ངོ་མ་ཞིག་གི་འདང་ཡེ་ནས་རྒྱག་གི་མེད་པ་འདྲ།
ང་ཆོ་རང་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་སྤྱོད་ཆོད་ཡོད་པའི་བསམ་མཁྱེས་
ཁེར་ཚུགས་ཅན་གཏོང་དགོས་ས་རེད། ཁོག་ཅིས་དེ་ལྟ་བུ་
འཐེན་མ་ཐུབ་ན་ནི་ནུམ་ཉེ་མར་ཁྱོད་ཀྱིས་བསམ་ཡུལ་ལས་
འདས་པའི་སྐྱག་གྱིང་རེག་གི་རེད།

ར

སྤྱི་མ་འདར་གོང་ལ་འདྲེ་འདར་དགོས་དོན་མི་འདུག་
ནའང་སྤྱི་བདེ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཁོ་ཆོ་ཁོར་ཡུག་སྐྱབ་སྐྱབ་ཀྱི་ལས་
འགུལ་འདི་ “བོད་རང་བཙན་དང་འབྲེལ་བ་ཨེ་ཡོད” ཅེས་དྲི་
བ་ཏོན་ལོག་པ་བཏང་བྱུང་ཟེར། ཁོར་ཡུག་སྐྱབ་སྐྱབ་ཀྱི་དྲི་
བ་འདོན་གྱིན་པའི་བར་མཆོམས་སྤྱོད་བྱུང་དུ་ “ཁྱོད་བོད་རང་
བཙན་ལ་ཨེ་དགའ” ཞེས་ཁ་མཆང་ངོ་མཆང་བྲིས་ནི་རེད་ཟེར།
འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། འདི་སྤྱི་བདེ་ལས་ཁུངས་དག་གི་དེ་རིང་
ཁ་སང་གི་ཆབ་སྲིད་གོ་རྟོགས་རེད་ཟེར་རམ། འདི་གཉོམ་ཆུང་

ལ་སྤང་རྒྱར་གོམས་པའི་དྲག་པོ་ལོས་ཡིན་ཨང། ཁོར་ཡུག་སྐྱབ་
སྐྱབ་བྱས་ནས་ཆད་པ་རེག་ས་དེ་སྤར་ཐོས་མ་སྤྱང་ནའང་ད་
རེས་ཁོར་ཡུག་སྐྱབ་སྐྱབ་བྱས་ཉེས་ཆད་དྲག་པོ་འདི་འདྲ་
འཁུར་དགོས་བྱུང་སོང་བས། བྱིས་སྤྱད་སྤྱད་ཁོར་ཡུག་སྐྱབ་སྐྱབ་
བཅོས་ན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོན་དག་འཇིགས་རམ་ཅན་དེར་བཅི་
ས་རེད། ང་ཆོའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་གྲལ་ན་
ཡོད་ཀྱི་མ་རེད། རྒྱ་མཆོན་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་
སྐྱབ་སྐྱབ་མཛད་ནས་ས་སྐྱང་ལ་དགེ་བའི་ལས་བསགས་ཀྱི་
འདུག་ནའང་ཐུན་ནག་པ་འདི་དག་གིས་འདི་ལ་སྐྱེལ་བ་.....
བཅུམས་པ་ནི་འགྲེལ་བ་རྒྱག་ཐབས་མེད་པའི་སྐྱོག་ར་ཆེན་པོ་
རང་མ་ཡིན་ནམ། ཁོར་ཡུག་སྐྱབ་སྐྱབ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་མ་.....
ཡིན་ལ་བདག་གི་སྤྲད་དུ་མིན། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་དེ་རིང་གནས་
བབས་འདི་ལ་སྟོས་པའང་མ་ཡིན། འདི་འདྲའི་ལས་ཀ་རྒྱབས་
པོ་ཆེ་ཕྱག་ལ་ལེན་དོན་ནི་མ་འོངས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། མ་.....
འོངས་པ་ནི་མང་པོ་མང་པོ་འདུ་ས་ཞིག་ལ་ཟེར་གྱི་འདུག།

ཉ

བོད་སྤྱི་ཆོགས་ད་བར་བརྟན་བརྩིང་ཡིན་ནའང་དེར་
བརྟན་བརྩིང་མ་རེད་ཟེར་མ་ཁན་དང་། བརྟན་བརྩིང་མིན་པ་
ཏ་གོ་མ་ཁན་ནི་ཁོ་ཆོ་རང་ཉིད་རེད། བསམ་གཟུགས་ནས་
དཀྱགས་ཤིང་བཅོས་ཏེ་བརྟན་བརྩིང་མ་ཡིན་པར་བཏང་ན་
ངེད་ཆོ་རང་ངོས་ན་འགན་ཁུར་ས་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཅི་ཡང་ཡོད་

རྒྱ་མ་རེད། ཁྱོད་ཀྱིས་བཅན་ཤེད་ལ་ཚད་ནས་ང་ཚོ་འདེད་ཀྱི་
འདུག ཁྱོད་ཀྱིས་ངོ་མ་འདི་ལྟར་འདེད་རྒྱུ་ཡིན་ན་ང་ཚོ་འང་
སྐྱལ་མི་ཤེས་པའི་མཚན་ཤིག་ལ་གཏུགས་མི་ཡོང་ངམ། སྤྱི་
ཚོགས་བརྟན་བརླིང་ནི་དགོས་དུས་ཐོན་འོང་རྒྱུ་ཞིག་དང་མི་
དགོས་དུས་བུད་འགོ་རྒྱུ་ཞིག་མ་རེད། དེ་ནི་དྲང་ཕྱགས་དང་
ལྷོག་ཕྱགས་གཉིས་ཀས་བཅེ་སྤང་གནང་ས་ཞིག་རེད། སྤྱི་
ཚོགས་བརྟན་བརླིང་ཡོང་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོ་ཁོ་ནའི་ངོས་ན་
ཡོད་ནི་མ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན།

ད

ཁོར་ཡུག་སྤང་རྒྱུ་ལས་འགྲུལ་འདི་ཆབ་སྲིད་ལ་སྦྱར་
བ་ནི་འཛམ་གླིང་གི་གསར་འགྱུར་ཡིད་སྦྱོར་ཐོ་ཞིག་རེད་ཅེས་
ལབ་ཀྱི་འདུག མཐར་གཏུགས་ན་ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་ངོ་
ཚ་ཆེན་པོ་རང་རེད། ལས་འགྲུལ་འདིའི་ཁྲོད་དུ་མི་མང་པོ་འཛུ་
བཟུང་དང་བཀག་ཉལ་བཅོས་པ་དེས་ང་ཚོ་མི་རིགས་ས་ཆར་
ཁོར་ཡུག་སྤང་རྒྱུ་མི་དགོས་པའི་གོ་བ་དྲ་ཡང་བ་སྤང་སོང་།
འོན་ཀྱང་འགོ་བ་མིའི་གལ་དུ་མཐུད་དུ་ཁོར་ཡུག་སྤང་རྒྱུ་

ཀྱི་ལས་ཀ་ཅི་རིགས་སྤེལ་རྒྱུ་རེད། ང་ཚོས་ཙུ་བྲིམས་ཁས་ལེན་
གྱི་ཡོད། ཙུ་བྲིམས་ནང་ན་ཁོར་ཡུག་སྤང་རྒྱུ་བཅོས་ན་ཉེས་
ཆད་གཅོད་པའི་དཔེ་ཡོད་ན་མི་འདུག། དེང་ཕྱིན་ཙུ་བྲིམས་
ནང་དུ་འང་དཔེ་དེ་རིགས་ཡོད་ན་ང་ཚོས་མཚན་བཞག་ན་
ཚོགས་གི་རེད།

ཐ

༢༠༠༤ལོའི་ཟླ་༢བའི་ཚེས་༡༢ནས་༡༧བར་ཉིན་བཅོ་
ལྔའི་རིང་ཁྱོད་བསྐྱམས་ཚུ་ཚོད་༤༡༢ལྷག་ལ་རིག་གནས་ཀྱི་
ལས་ཀ་གཉེར་བའི་མི་མགོ་བདུན་སྲིད་གཞུང་གིས་བཀག་ཉལ་
བཅོས་ཏེ་མ་ཉེས་ཁ་གཡོག་གིས་ལས་ཀ་བརྒྱབས་པ་ནི་ཅི་.....
འདྲའི་སྒོར་མི་ཤོང་བའི་གནས་ཚུལ་ཚབས་ཆེན་ཞིག་རེད།
འདྲ་མཉམ། མཐུན་སྦྲིལ། བཅེ་བཀྲར། བརྟན་བརླིང་། བདེ་
འཇགས་སོགས་རྐང་བཞིས་ལག་བཞིས་བྱས་ཏེ་དྲག་པོས་.....
འཇིགས་ངོམ་བྱས་པ་འདིས་ང་ཚོ་རང་གི་པ་ས་པ་ཡུལ་ནས་ས་
མཐའི་མི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པར་ར་སྤྲོད་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནམ།



“སྐད་བསྐྱར”དང་“འབྲེལ་བའི་ཁ་བདེ།

ཟུར་གསུམ་མ། (སེམྱེན)

ད་ནངས་ཨ་མཚོག་མཚན་ཉིད་དགོན་པའི་སློན་ལམ་
གཏོར་རྒྱལ་སོང་བའི་ཕུ་བོ་བྱིར་ཐོན་དུས། མངལ་བཞོས་མ་
ལྷ་དང་ལེ་ཚར་①བསྐྱེགས་ཚུལ་ཞིག་སྤེལ་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་.....
དྲིས་རྒྱུ་གནས་ཚུལ་ཉ་གོ་ཐལ། དེའི་རྒྱུ་སྤྱི་ཨ་མདྲོ་རྩ་བ་.....
རྫོང་ནས་ཀྱང་ཐོངས་གཉིས་ལ་སྟག་གཟིག་མ་སྐྱེས་ཀྱི་པགས་
པ་འཕོར་ཆེན་བསྐྱེགས་པ་དང་། རྟོན་དག་དེ་འདྲ་བོད་ཚུལ་ཁ་
གསུམ་གྱི་ས་ཆ་མང་བོར་བྱུང་ཚུལ་ཁ་པར་དང་དྲ་ཚིགས་ལས་
ཤིས་སོང་།

འདི་ནི། ལས་རྒྱ་འབྲས་ཅི་དགོས་ཟེར་བའི་མི་རིགས་....
ཤིག་གིས་རྩོམ་དགོས་པའི་བཟྱ་བསྐྱར་བཏང་བ་ཞིག་རེད།

འདི་ནི། དུས་སྟོན་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐོང་བའི་མི་རིགས་ཤིག་གིས་
རང་ཉིད་ནས་མགོ་རྩོམ་ཚུལ་ཞིག་རེད།

འདི་ནི། རྒྱལ་སྐྱོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཤིག་གིས་འགྲོ་བ་.....
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འགྲོད་བཤགས་བྱས་པ་ཞིག་རེད།

གང་ལྟར་དོན་དག་ནི་བྱུང་བའི་ལ་གྲགས་རྒྱ་ཐམས་
ཅད་ཀྱང་གྲགས་ཆོས། ཡིན་ནའང་། རང་གཞན་ཀྱན་པོ་ལུས་....
ལུས་ཟིང་ཟིང་ཞིག་ལ་བཏང་ཆོར་བའི་འཕྲོས། ད་ནི་བསམ་

གཞིག་ནས་མས་བྱིར་རྟོགས་ཤིག་བྱེད་འོས་སྟུམ།

གཞིག

རི་དྲགས་ཀྱི་པགས་པ་རྒྱུ་དུ་བྱེད་པའི་སྤྲེལ་རན་ལ་.....
སློན་ཞིག་ནས་དཔྱད་ཤིས་པ་ཆོས་སྐད་ཆ་བཤད་ཟིན་མོད་.....
གྲགས་འགྲལ་ཞེན་ཅན་ཡང་སྤྲོད་མ་ཐུག། ད་ལྟ། རི་བོ་རྩོ་མ་.....
སྤང་མའི་ཡར་ནང་ནས་གཟུགས་ཅན་གཟུགས་མེད་ཀྱི་བཀག་
རྒྱ་ཐམས་ཅད་བརྟོན་ཏེ་ཡོང་བའི་སྐད་བསྐྱར་ཅན་གྱིས། ལྷོང་
འཇགས་ཀྱི་རི་རྒྱང་འདི་ཟིང་ཟིང་ལུས་ལུས་དུ་བཟོས་སོང་བ་
ཅི་ཞིག་གིས་ཡིན་ནམ། དད་པའི་རྟོགས་ཀྱིས་བྱེད་པའི་ལྷོང་
ཆོའི་ལྟ་ཚུལ་དང་རིན་ཐང་ལྟ་ཚུལ་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་པའི་དད་....
ལུན་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཡ་རྒྱུང་སེམས་པའི་ངོས་ན། བདེན་ལྟགས་
ཟེར་བ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། བདེན་ལྟགས་འཆད་མཁན་དེ་ཡང་
སུ་ཞིག་ཡིན་ནམ། མ་གཞིར་ལུ་ཅག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྟེང་ན། ཤིས་
ཡོན་ཅན་ནལ་མ་ཞིག་བྱུང་བའི་ཟིན་ཐོ་རྟོང་ཆར་ལྷག་འདུག་
ལ། བྱི་སྤྱིང་གི་“སྤྱོད་འབྲེལ་ལས་འགྲལ།” དང་རྒྱ་ནག་གི་“ལུ་
བཞིའི་ལས་འགྲལ།” ལྟ་བུའི་“སྤྲེལ་རྒྱུན་” ཞིག་ཡོད་མ་ཅུང་
བས་ན། གནའ་ནས་ད་བར། ད་ནས་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་གི་

ནང་། དད་ལྡན་མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ན། བདེན་ལུགས་ཟེར་
བ་སངས་རྒྱུ་གྱི་གསུངས་ཁོ་ན་རེད་ལ། སངས་རྒྱུ་ཁོ་ནས་
བདེན་ལུགས་འཆད་རྒྱ་རེད། གཤམ་སྲིད། ལུ་ཅག་ལའང་སྤྱི་.....
ཚོགས་སྤྱལ་སྤྱོད་པའི་ལས་འགུལ་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད་ན། ལུ་ཅག་
གིས་སྤོང་གིན་པའི་སྐད་ཆ་དང་སྤྱུབ་ཀྱིན་པའི་ལས་ཀ་འདི་
དག་དད་ལྡན་མང་ཚོགས་ཀྱིས་གོ་མེད་ཚར་མེད་དུ་གཤམ་
གཤ། ལུ་ཅག་གི་བཅའ་སྒྲིལ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་བར་ན་ཡུལ་
དུས་ཀྱི་བར་བྱུང་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་སྲིད་དམ། སྒྲེར་གཅོད་
དང་བཟོ་བསྐྱར་གཤམ་སྤྱུབ་ཀྱི་བར་སངས་རྒྱུ་ཚས་ལུགས་
འདི་བོད་དུ་དར་བ་ནས་བཟུང་། དེའི་ཡར་སྐྱོན་དུ་འང་ཡོད་
སྲིད། རིག་གནས་དེས་སྒྲེར་གཅོད་པ་མང་པོ་བསྐྱུངས་ནས་.....
ཡོང་ཞིང་། དད་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པའི་མང་ཚོགས་ནི་སྒྲེར་
གཅོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་གྱུབ། དད་པའི་དབང་.....
གིས། སྒྲེར་གཅོད་ཐམས་ཅད་ “ལུགས་མཐུན” དུ་གྱུར་ཅིང་།
དད་པའི་དབང་གིས། ཅི་ནས་ཀྱང་སྒྲེར་གཅོད་མཁོ་བར་གྱུར།
སྒྲེར་གཅོད་ཆེས་ཆེར་བྱིན་ཞིང་བཟོ་ལ་གོམས་པའི་ཁོར་ཡུག་
ཀྱང་རང་དབང་གི་བསམ་སྒྲིལ་འདྲའི་གསོན་དཀའ་ལ། རང་
དབང་གི་སྤྱོད་པོ་འདྲའི་གཉོམ་རྒྱུང་ཡང་།

སངས་རྒྱུ་གྱི་སྤྱན་ནས། ཤེས་ཡོན་ཅན་ནི་ཅི་ཡང་མ་.....
རེད།
སངས་རྒྱུ་གྱི་སྤྱན་ནས། ཤེས་ཡོན་ཅན་ལ་གནས་.....

ལུགས་ཤིག་མེད།
སངས་རྒྱུ་གྱིས་བདུལ་བྱེན་པའི་ས་ཆེན་འདིར།
ཤེས་ཡོན་ཅན་ལ་གནས་ལུགས་ཤིག་འཆད་ས་ཡོད་དམ། ཤེས་
ཡོན་ཅན་གྱི་ “ཉོག་ལབ་” ལ་ཉན་མཁན་ཞིག་ཡོད་དམ། སངས་
རྒྱུ་གྱི་ “བཀོད་སྤྱིག” གཅིག་དུས་ཚོག་པའི་བྱི་རབས་འདི་ལ།
“ཁྱུང་ཐང་མེད་སར་བྱ་ཉིང་འགྲོག་པའི་” ཤེས་ཡོན་ཅན་གྱི་སྤྱི་
ནི་དགོས་མེད་ཀྱི་བྱི་ཚོགས་ལྷག་མ་ཞིག་རེད་ཨང་། དེ་རིང་།
“བྱ་བརྒྱ་ཁྱུང་རྩོག་ཅིག་གིས་དགྲོགས་” སང་བ་འདི། ཡང་.....
སྤྱིང་ང་ཚོའི་སྤྱོད་ཀར་ཡིན་ནམ་སྤྱོད་ཀར་ཡིན། བྱི་སེམས་རྒྱ་ཡིས་
འབྲིང་གིན་པའི་ཁ་སང་དེ་རིང་། ང་ཚོས་སྤྱི་ཞིག་གི་རྣམ་ཤེས་
བོར་འགྲོ་བར་རྟོགས་པ་བྱ་དུས། ང་ཚོར་སྤྱི་ཞིག་གི་རྣམ་ཤེས་.....
བོར་བར་སྤྱི་སྤྱི་དུས། “བྱ་བརྒྱ་ཁྱུང་རྩོག་ཅིག་གིས་”
དགྲོགས་” པ་འདིས། མ་མཐའ་ཡང་རང་སེམས་ལ་ཡིད་ཆེས་
ཀྱི་བདེ་བ་རྒྱུང་ཅོམ་བཞག་སང་།

གཉིས།

གཤམ་གཤམ་གྱི་ཉུན་ནས་ང་རང་ཁྱོད་མགྲོགས་ཀྱིས་.....
སྤམ་གཟིག་གི་པགས་པ་དམར་པོ་བྱེ་སྤྱང་ལ་གཤམ་གིན་པའི་
བྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ནས། སྤམ་པགས་རྒྱུ་དུ་བྱས་པའི་སྤྱི་བོ་སྤྱི་
ཞིག་དུང་ཅི་ཞིག་ཡིན་མདོག་གིས་ལངས་བཟོད་དམ། རང་
གིས་གཟིག་པགས་སྤམ་པགས་སྤྱང་བོར་བྱས་ནས་བྱེ་ལ་སྤྱོད་
མཁན་དག་གི་ཁྱོད་ན། “ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་” ཅན་གཚོད་

ཡོད་དམ། “སྟག་བསམ་ནམ་དག” ཅན་དེ་དག་གི་ཁྲོད་ན།
དོན་དམ་དུ “ངས་འདི་བསྟེན་དགོས་པའི” རྒྱ་མཚན་སེམས་
ལ་གསལ་བོ་ཡོད་ས་ཅི་ཅམ་ཡོད་དམ། སངས་རྒྱུ་གྱི་བཀའ་
བརྟེན་ནས་བསྟེན་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་……
མེད་པར་འུར་ལངས་ནས་བསྟེན་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཡང་
ན། རྒྱ་བས་ཐོག་དེར་རང་གི་དོ་སྟོང་སྤང་ཕྱིར་ཡིན་ནའང་
འདྲ། གང་ལྟར་སྦྱོར་བ་ནི་རྒྱ་བས་ཆེན་རེད་མོད་ཅ་བ་ནི་ཀྱང་
སྦྱོང་ལ་བལྟ་དགོས་སྟུག། གལ་སྲིད། དམར་བོ་ཕྱེ་རུ་ཐལ་
བར་བྱས་པ་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ “གཟིག་པགས” དེ་མ་ཡིན་ན།
གལ་སྲིད། རང་གི་སེམས་ན་གཟིག་པགས་ཀྱི་མཛེས་སྟུག་སྤར་
བཞིན་ནམ་པར་བཀྲ་ན། ལོ་རྒྱུ་ཤས་ཀྱི་རྒྱུ་སྟུག་ ཏུ་མཆོད་
སྟོན་མོ་དག་གི་སྟེང་ན། “སྟག་གཟིག་མ་སྟུག” མང་བོ་སྤར་
ཡང་ཤམ་ཤམ་དུ་འགྲོ་གི་མེད་པའི་གདངས་ཆོད་ཡོད་དམ། དེ་
ཏུ་སྟུག་ བ་རྩལ་བོས་སྟུག་གཟིག་གི་པགས་པ་རྒྱ་ཆེར་རྒྱུ་དུ་སྟུག་
ནས་ཅི་མི་སྟུག་པར་འགྲོ་འདུག། བྱེད་པ་མཐོང་ཏུ་སྟུག་ ཆེ་བ་
གཡས་གཡོན་ནས་ “ཁོའི་གོང་ཁའི་གཟིག” དང་ “མོའི་ཞོལ་
ཁའི་སྟུག” ཞེས་སྟེང་ཡོང་བ་ཐོས་ཏུ་སྟུག་ སྟུག་གི་སྟུག་གཟིག་གི་
མཛེས་པར་ཉེ་བ་ལངས་པ་དང་རང་གི་ སྤར་གྱི་ “བྱས་ཉེས”
ལ་སྦྱོར་འགྲོད་ཀྱིས་འགྲམ་ཤ་འཐེན་མཁན་མེད་ཅེས་ཁ་ཆོད་
གཅད་ཐུབ་པལ། ལྷོ་ཞིག་གི་མཛེས་དཔྱད་ཀྱི་ལྟ་ཆུང་ལྷོ་ཆོགས་
ཀྱི་འགྱུར་བས་བསྐྱར་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་སྟེང་གྱི་བདེན་ལུགས་

དེ་དོན་ལ་གནས་ཆེ་ཐག་རིང་རྒྱུ་དུ་བསྐྱར་གཅིག་གིས་
བོད་པ་ཆོའི་ནང་སེམས་ན་ལོ་རྒྱུ་སྦྱོང་མང་བོར་གསོན་
ནས་བསྟེན་པའི་ “སྟག་གཟིག་མ་སྟུག” ཀྱི་མཛེས་པའི་རྒྱུ་དེ་
ཅ་བ་ནས་བཅད་སོང་ཞེས་ན་བདེན་དུ་འཛིན་ནམ། རང་གིས་
གོས་ངན་ལྟམ་རྟུགས་བྱས་ནས་སེན་མགོ་བྲག་དང་སེན་ཅ་……
རྟུག་གིས་བསྟེན་པའི་མཛེས་སྟུག་གི་ནོམ་པ་འདི་དག་ད་ལྟ་
ལྷོ་ཆོགས་ཀྱི་སྟུག་ནས་སྦྱང་ཅིག་མར་དམར་བོ་ཕྱེ་རུ་ཐལ་བ་……
བྱས་སོང་བ་བདེན་མོད།

ཀྱང་སྦྱོང་བདེན་ནམ། ཉག་གམ། ཡིན་ནའང་། བ་རྩལ་
བོའི་ “སྟུག་ལས་སྟུག་ཉགས” ལ་ཁོང་ནས་དགོད་པའི་ “ཤེས་
རྒྱ་ཅན” དང་། རང་གི་ “སྟག་གཟིག་མ་སྟུག” རྩོམ་སྟུག་དུ་
གཏེར་ལ་སྟུག་པའི་བྱུག་ཆེན་སྤང་ལམ་གྱི་མཐའ་ཁ་ན་ཤམ་
ཤམ་གྱིས་འགྲོ་བའི་ “རང་གཤེས་ཅན” ཞེས་པར་མ་བྲ་བའི་
“སྟག་གཟིག་མ་སྟུག” གཞན་ལུ་དུ་ཁྲོལ་ལ་བཤམས་པའི་
“ཆོང་བ” ཆོ་དང་བསྐྱར་ན། རང་གི་ཆོ་བསྟེན་སྟུག་གང་བོ་
ལྷོ་སྤང་ལ་གཡུག་ཟེན་པའི་སྟེང་བོ་དག་གི་སྦྱོར་བ་ནི། གང་ལྟར་
ཀྱང་རྒྱུ་སྟུག་ལི་རང་གི་མཐེ་བོང་བསྐྱེད་ས་རེད་སྟུག་མོ།

ལྷོ་ཆོགས་རིམ་གྱིས་ཐོར་རྒྱུ་ ལྷོ་སྤང་གི་དུ་བ་གནས་
ལ་བུད་ཐལ། ལྷོ་སྤང་གི་ཐལ་བ་རྒྱུད་གིས་བྱེད་ཐལ། ལོ་རྒྱུ་
འགའི་རྒྱུ་ཞིག་ལ། དེ་རིང་གི་ལྷོ་སྤང་འདིར་ཀྱང་རྩོམ་མཁན་
ཡོད་དམ། དེ་རིང་གི་སྟུག་མཁན་ཆོར་འཕྱ་དགོད་བྱེད་མཁན་

ཡོད་དམ། དེ་རིང་གི་སྒྲིག་མཁན་ཚོ་སྐར་ཡང་ཁྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིག་
ན་ཤམ་ཤམ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་དམ།
སུ་ཞིག་ལ་ཞེན་ས་སྤང་ཞོར་བྲེལ་བྲེལ་འཆུབ་འཆུབ་ཀྱིས་སྐར་
གི་ཡོད་དམ།

གསུམ

བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ནི། ཨ་མདོ་རྩ་བ་རྒྱུང་
གི་སྐམ་སྒྲིག་ལས་འགྲུལ་རྩ་འཛུགས་བྱེད་མཁན་གྱི་ན་གཞོན་……
བདུན་པོ་ལས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་གཉིས་ཉེ་མ་བཅོ་ལྔ་……
ལྷག་དང་གཞན་ལྔ་པོ་ཉེན་བརྒྱ་ལྷག་ལ་བཅོན་དུ་བཀག་སྡོད་།
ཁོ་ཚོའི་ནག་ཉེས་ནི་“ཁྲིམས་འགལ་གྱི་འདུ་འཛོམས་” ཞེས་པ་
དེ་ཅུ་མ་རེད་མོད། རྩ་བ་“སྐད་བསྐྱར་” ལ་ཐུག་འདུག་སྐད་
བསྐྱར་གྱིས་ཁོ་ཚོར་གི་དམིགས་ཡུལ་དང་འཆར་གཞི་རིང་པོ་
བཞག་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་དང་གསུངས་བཤད་དག་ཟེལ་གྱིས་
མནན་སྡོད་བས་རེད། “སྐད་བསྐྱར་” ཀྱིས་དབྱུག་རིང་མ་ཐོན་
གོང་ལ་དབྱུག་ཐུང་གིས་ཡར་བརྒྱབ་པས་རེད། ཁྱི་གཅིག་……
གི་“སྐད་བསྐྱར་” གྱེན་དུ་བྱས་ནས་རྒྱབ་སྐྱོད་ཀྱི་ལས་འགྲུལ་
འདི་དྲག་པོའི་ཁྲིམས་ཀྱིས་ཨེ་སྡོད་ཨེ་ནོན་བྱེད་ན། པ་རྩལ་གྱི་
“དག་པོར་” བྱས་ནས། པ་རྩལ་པོའི་གནས་ལུགས་ཡིན་མིན་

ལ་ངོ་འགའ་ཡི་རྩིས་ཀྱི་དེ་རིང་ཞིག་ལ། ང་ཚོས་ཡང་
བསྐྱར་བྱེ་ཐུང་འདི་འདྲ་སུ་ཞིག་གི་ཁ་ཞབས་ལག་འོག་ནས་……
ཐམས་ཅད་ཤིལ་གྱིས་གཡུག་ན། དཀྱེལ་ཡངས་དང་རྩ་འབྲས་
སྒྲིམ་གཅིག་ཅན་གྱི་སྒྲེ་པོ་དག་གིས་བཟོད་པར་དཀའ་ཨང་། ཁོ་ཚོ་
སྐག་ས “སྐད་བསྐྱར་” རེད། “སྐད་བསྐྱར་” ཀྱིས་སྒྲིག་ཏུ་མེད་
པ་ཅི་ཞིག་བསྐྱར་འགྲོ་བར་སྐག་པ་རེད། ད་ལྟ་སྐར་གྱི་དོན་
དག་ཅིག་གི་དོན་དུ། འགྲོ་བ་མྱེད་རིགས་ལ་སྤྲོད་པའི་ལས་……
འགྲུལ་འདི་འདྲ་སྤེལ་དུ་མི་འཇུག་ན། སྐར་གྱི་“གན་འགྱུར་”
བཟང་ནས་མྱེད་རིགས་ཀྱི་ཁེ་སན་ཐང་ལ་གཡུག་ན། དུས་དང་
ནུས་པ་གང་དུ་འང་ཞི་བདེ་འགྲིག་མཐུན་སྤེང་མཁན་ཞིག་གི་……
ཚུལ་འཚོས་ཀྱི་ངོ་གདོང་ལྡང་ལ་བུད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དོན་ངོ་
མར། ཐེངས་འདིའི་རྩ་འཛུགས་པ་བདུན་པོས་ཡང་སྤྲོད་ནག་
ཉེས་ཅི་ཞིག་ཁུར་ཡོད་དམ། མང་ཚོགས་ལ་རི་སྐྱེས་སྒྲིག་ཆགས་
སྤང་སྐྱོབ་བྱེད་དགོས་པའི་སྐུལ་མ་བྱས་ཤིང་སྐྱོར་བ་དངོས་སུ་
བསྐྱར་བ་མ་འགྲིག་པ་ཡིན་ནམ། ཁོར་ལུག་སྤང་སྐྱོབ་ལ་རང་
འགན་ཁུར་ཏེ་རང་ཉིད་ནས་མགོ་བཙུགས་པ་འཆུག་སྡོད་ཡིན་
ནམ། ཀལ་སྤྱི་དེ་འདྲ་མིན་ན། ངས་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་ངོ་མ་མི་
ཤེས་གོ།

མཆན།

① འདི་ཕྱིགས་ནས་བྱི་ལར་ཁ་སྐད་དུ་“ལེ་ལེ” ཟེར་ཞིང་། ནང་མ་ལེ་ལེའི་པགས་པ་འདྲ་བས་བྱས་པ་ལ་ལེ་ཚར་དང་། མ་
པགས་ཀྱི་ནང་མ་ཅན་ལ་མཆར་ཟེར།

ཨ་རིག་ཐར་ཆེན། (སྤྱི་ཁྱོན་)

- 40 -

དང་པད་མ། ལྷན་པ་སྐོས་པ་རང་ཅག་ལ་ཆ་རྒྱས་བཤུགས་པའི་སྤང་བ་རྟུན་སྤྱོད་ཆོག་པ་འཁུར་ཡོང་འཁྲིགས་པ་དེས་འུ་ཆོའི་ཚུལ་རིག་དེ་.....
སྤྱིར་ཕྱན་གཞན་ཞིག་དང་དུས་རབས་གཞན་ཞིག་ལ་ཕྱིར་བསྐྱེལ། ཕྱགས་གཞན་ཞིག་ནས་རྒྱ་མཚོ་དང་གཡོལ་གྱི་བྱེ་རི་དང་གྲུ་ལ།
ལ་སྤྱོད་དང་ས་ཁི་སི་སྐོས་པ་ལྷ་བུའི་གསར་རྟེན་ཐ་སྟངས་ལ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་སྤྱོད་ཐང་དུ་འབྱུང་བའི་རང་རེའི་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲིག་པ་པོའི་ཡིད་.....
ངོར་སྟོང་སྤང་འབྲུལ་བའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ལས་ཆོར་རྟོགས་ཅན་ཡང་མེད་པས་སྒྲིག་པ་པོའི་ཆོག་པ་དང་བར་ཐག་སྒྲིག་པ་བ་ཞིག་
བཞུགས་ཡོད། སྤང་ཆུལ་དེ་དག་ནི་གཡས་ལྷང་སྐབས་འཆོལ་རིང་ལུགས་དང་གཡོན་ལྷང་སྐབས་འཆོལ་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཁོར་འབྲུལ་དུ་.....
ཆུང་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས། འོ་ན། ཐོག་མར་རང་རེའི་ད་ལྟའི་འཆོ་གནས་ཀྱིས་ད་ལྟའི་ཚུལ་རིག་དག་ལ་ཐུན་མོང་གི་བསམ་སྒྲིའི་ཡུལ་
ཁམས་འཛོམས་པོ་ཞིག་ཆགས་ཆུལ་དེས་ཤེས་འདྲོངས་དགོས་ཏེ། དེར་རབས་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ཕྱོགས་བསྐྱེས་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་དཔལ་
འབྱོར་དངོས་ཀྱིས་དང་། དམག་དོན་སྟོབས་ཀྱིས་མི་རིགས་བསམ་སྒྲིའི་འདུས་ཀྱིས་བཅས་སུ་བཏོན་པ་ལས་ཀྱང་ཐུན་མོང་གི་
བསམ་སྒྲིའི་འདུས་ཀྱིས་དེའི་གཡུ་ཆེའི་དོན་སྟོང་གསལ་བཤད་བྱས། ལ་ཟླ་རིང་མའི་འཁོར་སྐྱོད་ཁྱོད་མི་རིགས་ཤིག་གི་དར་རྒྱས་
ལས་མཛོན་པའི་མི་བུ་དེ་ཆོའི་འདུས་སྟོང་ལས་དབང་ལ་བསམ་ན། ཐུན་མོང་གི་དཔལ་འབྱོར་འཆོ་བ་དང་ཐུན་མོང་གི་སྤྱོད་དང་ཡི་
གི་ཐུན་མོང་གི་སེམས་ཁམས་སྤང་ཆུལ། ཐུན་མོང་གི་མཛོས་རྟོགས་ཀྱང་གཤིས་སྐོས་ཐུན་མོང་ར་བ་ཞིག་གྲུབ་པ་འདི་ནི་རང་ཅག་
གི་རྟོགས་གཞིགས་གསར་བའི་བསམ་སྒྲིའི་རྒྱུ་འབྱུངས་སའམ་ཕྱོག་དུ་མེད་པའི་ཚུལ་རིག་རྒྱུ་འབྱུངས་ཡིན། ཐུན་མོང་གི་ར་བ་.....
འདིས་ཚུལ་པ་པོ་དང་བཅམས་ཆོས་ཀྱི་བར་ཁྱད་ཆུང་དུ་གཏོང་བུལ་ལ་སྒྲིག་པ་པོ་དང་བཅམས་ཆོས་ཀྱི་བར་ཁྱད་ཀྱང་ཆུང་དུ་.....
གཏོང་བུལ། དེ་ལྟར་སྒྲིག་པ་པོ་དང་ཚུལ་པ་པོའི་བསམ་སྒྲིའི་དཔུང་དང་གཅིག་དུ་སྒྲིལ་བས་རང་རེའི་བཅམས་ཆོས་དེ་སྤྱོད་ཆོག་པ་འཁུར་
འཁོར་སྐྱོད་རིམ་བར་སྤེལ་བ་ཡིན། དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ་བཅམས་ཆོས་གང་ཞིག་སྒྲིག་པ་པོའི་ཆོག་པ་ཀྱིས་ཡལ་བར་བོར་ཆེ་དེ་ནི་སྐོས་
དབང་ཤོར་བའི་བཅམས་ཆོས་ཤི་བོ་སྟེ། ལྟར་མི་བཟོད་པའི་ཡི་གེའི་གད་སྟོགས་སུ་གྱུར་བ་རེད། སྤྱོད་ཆོག་པ་འཁུར་སྐྱོད་ཀྱི་ངོ་བོ་
ཤོར་བས་ཚུལ་རིག་གི་ཕན་ལུས་རིན་ཐང་ཡང་ཅིག་ཅར་ཤོར་ཏེ་འཆོ་བ་དང་ངང་གིས་བཞུགས་པའི་སྤང་ཆུལ་བྱུང་བ་རེད།

གནད་དེར་ཕྱིར་རྟོགས་འདུ་ཤེས་དང་འཛིག་རྟེན་འདུ་ཤེས་ཤིག་ཆགས་དགོས་པ་གཡུ་ཆེ་སྟེ། རང་རེའི་གནས་བབས་ཀྱིས་རང་
རེ་ནི་སྤྱོད་ཆོའི་ཐེལ་རྟོག་གི་དཔེ་དུ་བསྟན། བཅམས་ཀྱིས་ཉེས་ཀྱི་གཡུང་དུ་རྒྱུང་དེ་སྐོས་ཐག་པ་མོ་འཆད་རྒྱ་ཉག་གཅིག་ལས་འགྲུལ་
ཅན་ཀྱིས་ཀྱང་སིལ་བྱུང་འཐོར་སྤྱོད། ཉོར་རིང་གྱར་རྒྱལ་པོ་ནས་གོ་དན་དང་སེ་ཆེན་རྒྱལ་བོའི་བར། གི་ཤི་ཉན་ནས་ལྷ་བཟང་ཉན་
དང་རིན་གྱར་བའི་བར་སྐོས་སྤྱོད་ལས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱི་དགའི་དམར་གསོད་མནར་གཅོད་དམ། བོན་ནས་བན་དང་། ས་སྐྱེ་ནས་

ཕག་གྲུ། ཕག་གྲུ་ནས་གཙང་བ་ཕྱེ་བྱིད། གཙང་བ་ཕྱེ་བྱིད་ནས་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་བར་སོགས་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱངས་པའི་ནང་དགའི་
དམར་གསོད་མནར་གཅོད་ཁྲོད་གདོད་དམར་པའི་ལས་དབང་ལ་ཉལ་ཐོབ་ཀྱི་འཕྲོག་ཚྩོད་བརྒྱབས་ཤིང་། ཤར་ཕྱོགས་བཙན་ཀྱུལ་
གསུམ་དུ་གྲགས་པ་ལས་རང་རེའི་རྒྱབས་ཆེན་མེས་པོའི་བཙན་བརྒྱུད་ཀྱུལ་རབས་ཐོར་ཞིག་དུ་སྤང་བས་མི་རིགས་འདིའི་རྣམ་ཤེས་་་
ཀྱང་དངོས་ཡོད་ལས་འདས་པའི་སྐྱུ་འཕྲུལ་འཇིག་རྟེན་ཞིག་དུ་སྤུལ་བ་ཁྱུང་ནང་ན་ཡོད་ཅུང་བསམ་པ་སྤྱིང་དཀར་སྟོང་དུ་བཅངས་
ནས་མི་ལོ་སྟོང་ཁ་ལྷག་ལ་གཟིམས་པར་གྱུར། དེ་ནས་བརྒྱུད་འཇིག་རྟེན་པའི་འཆོ་གནས་སྤང་མེད་དུ་གཡུགས་ཤིང་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་་་
འཕེལ་བྱས་ཆོར་མེད་དུ་བཞག ཆོས་པས་ཆོས་པ་་གསོད་ཅིང་ཆོས་པས་འཇིག་རྟེན་བསྐྱངས་པའི་ལོ་ལྷའི་ཁྲོད། རང་རེའི་མཐོ་བོད་
སྤྱོད་སྤྱོད་གི་རྟ་རྟོད་དེ་རང་རིགས་ཆོས་པའི་བསྐྱེད་བྱིས་བརྒྱུད་ཞིང་གཞན་རིགས་དཔའ་བོའི་བཙན་ཆོལ་གྱིས་བདུལ་ཏེ་ད་ལྟའི་
གཡུང་ཞིང་བབས་ཆགས་པ། སྤྱོད་ཀྱང་ཞིང་དུན་རིག་པ། གཤིས་རྒྱུད་གྱིང་ཞིང་བཅོད་བསྐྱུར་ཆེ་བ། བར་གཤིས་ཆེ་ཞིང་བདག་
འཛིན་བུལ་བ་སོགས་ངོ་མ “འགམ་གཡས་པར་ཐལ་ལྷག་གཞུས་ཆེ་དེ་མུར་འགམ་པ་གཡོན་པ་གཟེད་པའི” གོམས་གཤིས་དག་རང་
རེའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གི་གཏིང་རིམ་དུ་བྱུག གོམས་ས་གཤིས་ལ་སྒྲིམས་དྲག་པས་གནས་བབས་དབུལ་ཞིང་ཕོངས་ལ་བསམ་སྒྲོ་སྒྲིངས་ཞིང་
གྱིང་ཡང་ལོ་རྒྱུས་ཕྱིར་རྟོགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་མེད་པར་ང་ཆོའི་ཕྱི་བཤོལ་གྱི་ཁ་གཡོལ་སའི་གཏེ་བོ་སྟེ་ “ལས་དབང” གི་འདོད་སྒོ་ཁ་ན་་་
དྲག་དུ་འཕེལ། དེ་བཞིན་ལོ་རྒྱུས་བསྐྱར་དཔར་གྱི་དུས་རབས་ཅི་ཙམ་སོང་ཡང་དཔར་ཤིང་རིང་ལུགས་ཀྱི་རང་རེའི་འཆོ་གནས་ལ་
འཕེལ་འགྱུར་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་། གནའ་རྒྱས་རྟོགས་ཞིབ་རིག་པས་རང་ཅག་འཇིག་རྟེན་འདིར་ལྷགས་ནས་ལོ་ངོ་བྲི་ཆོ་ལྷན་ཚུལ་ར་་་
སྤྱང་པ་ཇི་བཞིན་རང་ཅག་འཇིག་རྟེན་དང་གྲུས་ཏེ་ལོ་ངོ་སྟོང་ཆོ་འགྲོར་ལྷགས་ཀྱང་ཞར་ལ་རྟོགས་མི་འོངས་སམ། འདས་པའི་ལོ་་་་
རྒྱས་དང་ད་ལྟའི་གནས་བབས་ནི་མ་འོངས་པར་བལྟ་བའི་ཆོད་ཐུབ་མེ་ལོང་ཡིན་མོད། ད་དུང་སྒྲིངས་ཞིང་འཕྲོམས་པའི་སྟོང་བསམ་
མི་ལམ་ལས་སད་པར་རེ་ཞིང་བསྐྱུགས་ཆེ་ནམ་ཞིག་ཤ་མདོག་དང་སྒྲིལ་ཆུགས་མི་མཚུངས་པའི་དྲངས་གསལ་དུས་རབས་ཀྱི་དྲངས་
གསལ་མི་བུ་དེ་ཆོའི་དྲུང་དུ། ཕྱགས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་རིགས་ལ་དང་མི་ཡི་རང་བཞིན་རི་མོག་དུ་གྱུར་ཏེ་འུ་ཅག་གི་རྩིས་ཐང་ཙམ་མ་ཟད་
སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་བོའང་གཞན་གྱི་རྟོག་འོག་འབའ་ཞིག་དུ་ཤོར་ཆར་བའོ། དེར་བརྟེན་སྒྲིངས་འཕྲོམས་མནར་གཅོད་ལས་རྟེད་པའི་བཙོས་
བསྐྱར་སྟོང་སྟོབས་འདི་ཉིད་རང་རེའི་ཚོམ་རིག་འབྲི་སྟོག་གི་འཆོལ་རྟོགས་རྩ་རྟོག་དུ་འཛིན་པར་རིགས། དེ་ནི་རང་རེའི་སྤྱོད་སྤྱོད་
གཤིས་ཀྱིས་བྱུབ་པའི་ཚོམ་རིག་རྒྱབ་སྐྱོངས་ཁྲོད་རྟོགས་སད་པ་(ཚོམ་པ་པོ་དང་སྟོག་པ་པོ) དང་བཙམས་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་འབྲེལ་ཚུལ་་་་
ཞིག་སྟེ། སུའི་ལེན་དང་འཇར་པན། ཀྱང་གོ་སོགས་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་མང་པོའི་གསར་བརྟེན་དུས་སྐབས་སུ་བཙམས་བྱུབ་

གནངས་པའི་ཚཱ་རིག་བཅམས་ཚས་པལ་ཆེ་བས་ཀྱང་ལ་རྒྱས་ཕྱིར་རྟགས་དང་འཛམ་སྤྱིང་ཤེས་རིག་གསར་བའི་སྤྱོད་གི་འཇིག་ཉེན་
འདུ་ཤེས་ལས་ཚུགས་ཏེ། བསམ་སྤོའི་དཔལ་གདེང་ལ་བརྟེན་ནས་གཉིད་དྲོགས་གི་སྒྲ་ལྟ་བུའི་འགན་ཞིག་ཁྱུང་ཡོད་པ་ནི་ཁོ་ཆོའི་
ཚཱ་རིག་སྤྱིང་སྟོབས་རེད། གཅིག་མཐུན་གྱི་སྤྱིང་སྟོབས་དེ་རིགས་ཀྱིས་ད་གཟོད་ཚཱ་མཁན་དང་སྟོག་མཁན་གྱི་ཚཱ་རིག་བར་ཐག་
བསྐྱངས་ཏེ་སྒྱུ་ཚལ་གྱི་སྤྱོད་དུ་འཛོལ་དཔྱད་གྱི་ཀླང་ཚུགས་པར་འགྱུར་རྒྱ།

ཚཱ་པ་པོ་དང་སྟོག་པ་པོའི་བར་ཐག་འདི་ཉིད་འཛོལ་དང་བཅམས་ཚས་བར་ཐག་གིས་བྱས་ཡོད། འཛོལ་མ་དག་འཛོལ་
འཛོལ་མེ་ཤེས་ཤིང་། འཛོལ་མ་རྒྱས་བྲལ་བྱིན་འཛོལ་རྟགས་སད་ཀྱང་འབྱུང་ཚུལ་མེད། དེར་བརྟེན་སྤྱི་ཚུགས་འཛོལ་མཚོན་
པའི་སྒྱུ་ཚལ་ཚཱ་རིག་རེ་རེ་ནི་རྟགས་སད་རིགས་རེའི་སྤྱང་བརྟན་བརྟན་ཉགས་ཡིན་པས་འཛོལ་ཟབ་ཞུགས་དང་འཛོལ་དཔྱད་
ཤེས་བྱེད་པ་ནི་ཚཱ་རིག་སྤྱོད་བསྐྱངས་དང་ཚཱ་རིག་ཕྱོད་རྩལ་མཐའ་དག་གི་མང་གཞིར་བྱུང་ཡོད། རང་བྱུང་སྤྱང་ཚུལ་དང་སྤྱི་
ཚུགས་སྤྱང་ཚུལ་གྱི་སྤྱོད་མང་པོ་ནི་མེད་རིགས་ཀྱི་དག་འཛོལ་སྤྱི་ཚུགས་སྤྱང་གི་ལྷ་མིག་ལྟ་བུ་རེད། སྤྱང་ཚུལ་བྱེད་ཐག་པ་རེ་རེར་ཀྱང་མི་
ཆོའི་གནས་ལུགས་དང་དངོས་པོའི་བྱུང་གཤེས། འཛོལ་པའི་ཚས་ཉིད་སྤྱོད་གསལ་གསལ་ཉམས་ལུན་པར་མཚོན་ཞིང་ཡང་དག་པའི་སྤྱོད་
ཆོག་གྲུབ་པའི་ཁྱུངས་ལུན་དཔྱད་གཞི་ཁོ་ནར་ངེས། མཚོན་བྱེད་ཅམ་འགོད་པ་ནི་དེང་རབས་ཚཱ་རིག་གི་སྒྱུ་ཚལ་ལག་ཐབས་གཙོ་བོ་
ཤིག་སྟེ། དངོས་ཡོད་འཛོལ་པའི་དཔེ་གཞི་མང་པོར་གནས་ལུགས་ཀྱི་སྟོག་སྟེར་དེ་མི་ཆོའི་སྤྱང་ཚུལ་དང་འཛོལ་གནས་གནད་དོན་ལ་སྒྲུལ་
སྤྱོད་གི་སྟོག་བརྟན་དང་སྟོག་པ་དེ་རེད། རང་རེའི་ད་ལྟའི་ཚཱ་པ་པོ་དག་ལ་མཚོན་བྱེད་ཡིད་གཟུགས་ཀྱི་ཡིད་དང་གཟུགས་
བརྟན་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ཞེན་དོན་སྒྲུབ་པས་སྤྱོད་ཀྱི་གཟུགས་རྒྱུ་དང་བསྐྱེད་བརྟན་ཀྱི་ཉམས་དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱི་ངེས་གཏན་
མཚུངས་ཚས་ཅམ་ལས་བརྒྱུད་དུན་དང་འཆར་ཡན། རྟོག་པ་འོག་འཁྱའི་མངོན་སྟངས་བཅས་བག་ལ་ཞ་བ་དང་། ཡིད་གཟུགས་
དང་ཡིད་གཟུགས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་སྟོད་པས་ཚཱ་གྱི་སྤྱོད་གཞི་ཉམས་པ་སྤྱོད་ནི་དངོས་ཡོད་འཛོལ་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་བརྟན་ཉགས་ཐོན་
ཁྱུངས་དེ་དག་ཚཱ་རིག་བཅམས་ཚས་སྤོའི་འཛོལ་གྱིས་རྟོག་འདོན་མ་བྱུང་པས་ཉེས། བཅམས་ཚས་དང་འཛོལ་པར་དུ་མཚོན་
མཚོན་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྤྱོད་པ་དེས་ཚཱ་མཁན་དང་སྟོག་མཁན་གྱི་བར་ཐག་ཉེ་དུ་བཏང་བ་ཡིན་ལ།
འཛོལ་པའི་བདེན་པ་དང་སྒྱུ་ཚལ་གྱི་བདེན་པ་ནི་ཚོད་སྒྲུབ་ཀྱི་གཅིག་འདུ་ཡིན་པས་ཚཱ་པ་པོ་དང་སྟོག་པ་པོ་མང་མང་འཛོལ་པའི་
གཏིང་རིམ་གྱི་ཚས་ཉིད་སྤྱོད་དུ་འཛོལ་ཏེ་གནས་ལུགས་འགྲེལ་བའི་བརྟན་ཉགས་རེ་རེ་འཛོལ་རྒྱ་ནི་གནད་ཀྱི་དོན་པོ་ལོ།

མདོར་ན། རང་རེའི་ཚཱ་པ་པོ་དང་སྟོག་པ་པོ་དག་གིས་ཟུར་དུ་སྤྱོད་པའི་བསམ་གཞིགས་སྤྱད་དེ་ལ་རྒྱས་ལ་ཕྱིར་རྟགས་

བྱེད་ཅིང་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་ལམ་ཚད་བཙེ་བ་དང་། འཕྲེད་དུ་སྦྱོས་པའི་བསམ་གཞིགས་ཀྱིས་ད་ལྟའི་རང་རེ་དང་ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་
བར་འཆོག་ནས་གཤེབ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་འཕེལ་བྱས་ཀྱི་བར་བྱུང་གཞུང་དགོས་ཤིང་། དེའི་མཁུག་གྲངས་ཀྱིས་སྡོན་ཐོན་ (དར་རྒྱས་)
གྲངས་ལ་བགོས་ཆེ་ཐོབ་གྲངས་ནི་འཇིག་རྟེན་གྲངས་ཁོ་ནར་ངེས་ཚུལ་རྟོགས་དགོས། དེ་ལྟར་དངོས་ཡོད་འཆོ་བའི་གནས་བབས་……
སྤང་ཚུལ་དང་གནས་སྤངས་ནམ་པས་རང་རེའི་ཁྲུང་པར་སྒྲིག་བརྒྱུ་སྤྲད་དེ་ཚུམ་རིག་གི་བསྟན་བྱ་དང་མཆོན་དོན་ཐད་གོ་བ་རང་
མཆོན་པ་རེ་ཆགས་པར་བྱས་ཆོ། ཚུམ་པ་པོ་དང་སྟོག་པ་པོ་མཐའ་དག་ཀྱང་སྟོ་ཁམས་ཐུན་མོང་བའི་ཚུམ་རིག་བྱུང་སྤངས་ནས་ཕྱད་
སྤྲོད་ཅིང་། འཆོལ་དཔྱད་དང་དོགས་སྦྱང་ཁྲོད་དཔའ་མི་ཞུས་པའི་སྟོས་ཐུབ་ཀྱི་གྲགས་པོ་རེ་རེར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། དེ་དུས་རང་རེའི་
ཚུམ་རིག་ཅེས་བའང་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྒྲ་སྟོག་གསོ་བའི་གཉེན་པོར་གྱུར་བ་རེད་ལ། དེ་ནི་འདུས་ཤུགས་ཆེ་བའི་མི་རིགས་བསམ་
སྟོའི་སྤྲོད་སྟོབས་ཀྱི་དུ་འགྲེང་ཚུལ་ཡིན།

☆☆



རུ་ཐར། (ལྷ་ལུ་བམི་རིགས་སྒྲོ་བཞེན་)

ཚུམ་རིག་ལ་སྟོ་བ་ཡོད་པའི་སྟོག་པ་པོ་པལ་བ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན། དུས་དེབ་བམ་ཆགས་པར་གསར་བ་ཆོ་མཐོང་
ཐེངས་རེར་ང་ལ་གཞོན་ཐབས་བྲལ་བའི་དགའ་སྟོ་ཞིག་སྟེས་འོང་། འོན་ཀྱང་། དུན་རིང་ལ་རེ་སྐྱུག་བྱས་པའི་མཁུག་འབྲས་ནི་དེ་ལས་
སྟོག་སྟེ། ཡི་ཆད་དང་སྟོ་པམ། འུ་ཐུག་སེམས་……ཁྲལ་བཅས་རེད། ཐོད་ཀྱི་དུས་དེབ་སྟེང་བྲིན་ཆེ་བའི་ཚུམ་པ་པོ་སྐོར་ཞིག་གི་འབྲི་བཞིན་
པའི་བཅའ་སྟོན་ཆོས་དེ་དག་སྟོག་ཐེངས་རེར་ང་ལ་སྦྱ་མི་ཤེས་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་བྱིན་ཡོང་། བསམ་སྟོ་གསར་བ་སྟོངས་ཤིང་འགན་ཁུར་
ཀྱི་འདུ་ཤེས་དཔེ་བའི་ཚུམ་པ་པོ་འདི་དག་ནི་ཉག་ཉག་ལ་རེར་ཐོད་ཀྱི་ཚུམ་སྟེགས་སུ་བྱུང་གའ་ཆེ་མ་ཆུང་གསུམ་ལེན་བཞིན་པའི་
“སྐད་གྲགས་ཅན” ཆོ་རེད།

སྟོ་ལོ་༡༩༩༩ལོའི་ལྷ་བརྒྱུ་བར་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་རྒྱ་འབྲས་སུ་བཙེ་བའི་སྤྲ་རན་སའི་ཚུམ་པ་པོ་གྲགས་ཅན་སར་ཐར་ལགས་ཀྱིས་

ནི་པེལ་གསེར་གྱི་རྟགས་མ་དང་ལེན་མ་བྱས་ཤིང་། སྤྱི་ལོ་༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་༧པའི་ཚེས་༢༠ཉིན་བོད་ཀྱི་ཚོམ་པ་པོ་འགས་ “ གངས་རྒྱན་
རྟགས་མ་” ཞེས་པའི་བྱ་དགའི་རྟགས་མ་ཞིག་ལག་ཏུ་ཐོགས་ནས་ཡིན་ཅིག་ཅིག་གིས་པར་བརྒྱབ་ཡོད་པ་མཐོང་རྗེས་ང་རང་དགོང་
བོ་བྱུང་། བཅུ་གཉིས་ཀྱི་དགའ་ལ་ཤི་འཐམ་རོ་འཐམ་བྱེད་པའི་ཚོམ་པ་པོ་ཁོ་ཚོ་ནི་ཞིང་ཆེན་ཚོམ་པ་པོའི་མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲོ་གཅོད་དང་
དུས་དེབ་ཆེ་གོ་མོའི་ཚོམ་སྤྱི་པ་ཡིན་སྟེ། ཁོ་བོས་བྱ་དགའ་འདིའི་ལྷག་རྒྱུ་གྱི་ངོ་ཚ་བོར་བའི་བྱ་སྤྱོད་ལྷ་ཆོགས་ཤིག་ག་ལེར་.....
མཐོང་ཡོད། སྤྱིར་ན་ཚོམ་པ་པོ་ཡིན་ཕྱིན། མི་རིགས་ཤིག་གི་གནས་བབ་ལ་ཕྱིར་རྟོག་དང་ལས་དབང་ལ་མཐོང་བས་མ་གཏོང་བ་ལྟ་ནི་
ཆེས་མ་མཐའི་གཞི་འཛིན་ས་ཡིན་ཅི་ན། རང་རེའི་ཆོའི་རུལ་བཞིན་པའི་ཚོམ་སྤྱི་པས་སུ་འཆང་ཀ་ཤིག་ཤིག་གིས་འདྲར་བཞིན་པ་ནི།
བསྟོད་སྤྱི་ལེན་མཁས་པའི་ “ཁྱ་བྱག” ཆོ་དང་། དངོས་ཡོད་འཆོ་བ་ལ་གཡོལ་བའི་ “ཕ་མོ” ཆོ། ལགས་ཉེས་གང་ཡིན་སྟངས་མེད་དུ་
འཛིག་པའི་ “སྐམ་པོ་བ” ཆོ་རེད། འུ་ཆོའི་ཚོམ་སྤྱི་པས་སུ་ཕྱང་བཞིན་པའི་ནད་ཡམས་འདིས། ལྷག་འཛིན་པ་མང་བོ་ཞིག་རིག་པ་
འབྲལ་འབྲལ་དང་སྤང་བ་བན་བྱུང་དུ་སྐྱུར་གྱིན་འདུག རྒྱ་ནག་གི་ན་གཞོན་ཤེས་ཡོན་པ་ལྷང་ཁེ་ལེན་གྱིས་སྤང་ཆ་འདི་འདྲ་ཞིག་
འཆད་ཐུང་སྟེ། “འགན་ཁུར་གྱི་འདུ་ཤེས་མེད་ན་སྐྱུ་ཅལ་སྐྱུ་མ་ཐབས་བྲལ་བེར” འོ་ན། རང་ཅག་གི་ཚོམ་སྤྱི་པས་སུ་བྱགས་ཆེ་བའི་
ཚོམ་པ་པོ་དག་ལ་འདི་འདྲའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་སྤྱོད་ཐུང་པམ། ང་ལོ་མ་ཐེ་ཆོམ་ཟེའོང་། ལྷ་རུ་སྤྱི་ཚོམ་པ་པོ་གྲགས་ཅན་སྤྱི་ཚོམ་
གྱིས་ “འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྐྱུ་ཅལ་བསྐྱུན་” ཟེད། ཐེ་མོན་སི་ཡིས་ང་མི་ཡིན། མི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཐད་གང་ལ་འབྲེལ་
བ་ཡོད་ཟེད། ལྷུ་ཐབས་ཆེ་བའི་མི་པོ་ཆེད་གཡིད་ལ་བྱུང་དུས། ངས་ངོ་མ་རུལ་བཞིན་པའི་བོད་ཀྱི་ཚོམ་སྤྱི་པས་སུ་ཅི་ཞིག་མི་སྐྱུ་ཐབས་.....
མེད་བྱུང་། འུ་ཆོས་ཅི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་འབྲི་བཞིན་ཡོད། གཟེངས་བསྟོད་ཞིག་གི་ཆེད་དམ། ཆོ་ལོ་ཞིག་གི་ཕྱིར་རམ། ཡང་ན་ནི་ཐད་
ཀར་རང་གི་ཕོར་བ་ལ་རག་ལས་བ་ཡིན། ཁོ་ལ་དུ་བྱུང་ནས་སྤོང་བ་ཞིག་ནི་པ་ཡུལ་སྤེད་གོ་ཡིན་པའི་བོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཚོམ་པ་པོ་འོད་
ཟེར་ལགས་ཡིན། ཁོ་མོ་ཉིད་ཀྱི་མ་ཡུམ་ལྟ་བུའི་བཙུ་སེམས་དང་བརྗོད་སྟོབས་ཀྱི་སྤྱིང་སྟོབས། འགན་འཁུལ་འདུ་ཤེས། བདེན་པ་.....
བསྟོགས་པའི་ཚོམ་པ་བཅས་ཀྱིས་ངའི་རེ་ཆད་ཀྱི་མིག་ཟུང་ལ་རེ་བ་ཡི་འོད་སྤང་བྱུང་ཡོད། ཁོ་མོས་བྲིས་ཟིན་པ་དང་འབྲི་བཞིན་པ་
དག་སྟོག་ཐེངས་རེར། ང་ལ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་པ་ཆོས་ཅི་ཡང་རུས་ཀྱིན་མེད་པའི་ཆོར་བ་སྤྲ་ལྷག་གིས་སྟེ། དོན་ངོ་མར། འུ་ཅག་གིས་འབྲི་
བཞིན་པ་དག་ནི་སྤྱི་པ་ཤོག་ཤོན་པའི་རྒྱ་ཚམ་ལས་མ་འདས། ལྷག་ཤོགས་པ་ཞིག་གི་སེམས་གཏིང་ན་ཆེས་དྲངས་གཙང་ལྟ་མེད་དུ་
སྐྱེས་པའི་ཚོམ་སྤྱི་པས་སུ་རུལ་སྤངས་སུ་བྱུར་ན། ང་ང་ཆོ་ལ་རྒྱུན་གྱིས་མ་བསྐྱུང་པའི་མཁའ་དབྱགས་གཙམ་ལུལ་དུ་ལུས་ཡོད།

བོད་ཚཱ་གསར་བའི་རི་འདབས་ཀྱི་ལབ་སྒྲེང་ཁ་གསལ།

ཅར་འཇམ། (ཀན་སྟོ)

ངས་འདི་ནས་བརྗོད་ཀྱིན་པའི་བོད་ཚཱ་གསར་བའི་ས་
པ་ནི་རང་རེའི་རང་མོས་སྟན་ངག་གི་ཆ་ནས་བཤད་པ་ཡིན།
བོད་ཚཱ་གསར་བའི་འབྲི་སྒྲུལ་འདི། བོད་ལ་གཞན་ཚཱ་བྱུར་
ཆགས་བྱས་ཏེ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ནི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུའི་
སྐབས་སུ་སྤྲུལ་བས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་《ལང་ཆོའི་བཟུངས་》
བོད་ཀྱི་ཚཱ་རིག་གི་ས་ཁོངས་ལ་ཆེས་ཐོག་མར་གསར་གཏོང་གི་
ས་བོན་བཏབ། སངས་བཞི་ལ། གསར་ཚཱ་གྱི་སྒྲོབས་པ་
དང་བསམ་སྒྲུབ་ཡོད་པའི་ཁོ་གཞན་དུས་སུ་ཆོ་ལས་འདས་པ་ནི།
ནར་མ་སོན་པའི་བོད་ཚཱ་གསར་བའི་སྐྱེ་གར་དང་གྲོང་གུང་
ཆབས་ཆེན་ཡིན། རང་རེའི་སྟན་ངག་གསར་བ་དར་ནས་ད་
རག་བར་དུ་བཟང་བྱ་ཉི་ཤུའི་སངས་ལམ་ཡོད་ཀྱང་ད་དུང་གང་
ཞིག་དུའང་སྒྲོབས་མེད་པ་འདྲ། དེང་སྐབས་མི་མང་པོ་ཞིག་...
གིས་སྟན་ངག་འབྲི་བཞིན་འདུག་ཀྱང་དུས་རབས་ཀྱི་ཆབ་བྱེད་
ཐུབ་པའི་སྟན་ངག་ལེགས་པོའི་ཁ་གྲངས་ཉུང་བས། གྲོག་པ་པོ་
མང་པོས་འཁང་ར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། གནས་ཚུལ་འདིས་སྟན་
ངག་འབྲི་བ་ནི་ལས་སྒྲུལ་མོ་ཞིག་མ་ཡིན་པ་བདེན་དཔང་བྱས་
འདུག རྒྱ་ཆལ་ཚཱ་རིག་གྱི་ལ་སྟན་ངག་ཟེར་བ་དང་། དེ་ནི་...
བརྗོད་པའི་རྒྱ་ཆལ་ཚཱ་མིན་ལ་རྟོགས་ཤིང་ཁོ་ནས་ཁོ་འདྲ་མིན་

པར་དེ་གཉིས་བྱུང་མཉམ་རིང་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པས། སྟན་
ངག་མིན་པ་ནམ་ཡང་སྟན་ངག་དུ་འབྱུར་མི་སྲིད། ལྷ་ཆོག་ལྟ་
བུའི་ལོ་རེ་གཉིས་ལས་གང་ལ་མི་ཐུབ་པར་རོ་བོ་ཤོར་ཏེ། ཐ་...
སྟན་ཆོག་ཆོགས་སུ་འབྱུར་བ་ནི་སྟན་ངག་མིན་པ་ཐ་དོས་...
འཛིན་ཐུབ་དགོས། སྟན་ངག་ནི་འཆོ་བའི་འོ་མ་ཆོ་བསྐབས་
པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་མར་ལོ་རེ་ཡིན་པས། ཅིས་ཀྱང་ཁ་
སང་བལྟས་ན་དེ་རིང་ལེགས་ཤིང་དེ་རིང་ལས་སང་ཉིན་...
བལྟས་ན་མཆར་བའི་དོན་རྒྱ་འབྲུལ་ཞིག་ཡིན་དགོས། བོད་...
ཚཱ་གསར་བ་ནི་གཞན་དབང་གི་ཚཱ་རིག་ཅིག་ཡིན་པ་ལས་
རང་སྦྱང་གི་སྟན་ངག་མིན། སྤྱིར་ན། དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་...
གིས་ “རང་རེའི་ནམས་ཀྱི་དུམ་ལྷའི་ཚཱ་ལུགས་འདི་ནི་རྒྱ་སྐད་”
བོད་དུ་བསྐྱར་བ་ནམས་ཀྱི་དབྱིབས་ཁོ་ནར་བྲིས་པ་ཡིན་ལ། དེ་
ན་བར་འཇགས་ནས་གོ་བདེ་བར་སང་བ་ཡིན་གྱི་བོད་སྐད་
རང་དབང་བའི་སྒྲིག་ཚུལ་མིན་པར་ངེས་མོད། སུ་ཞིག་གི་ན་
བར་འགོ་” ཅིས་གསུངས་པ་དང་། ཚཱ་རིག་ཅིག་གིས་ཚཱ་...
རིག་གཅིག་གི་བྱུང་ཆོས་བསྐྱེད་ལེན་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་རང་ཉིད་
ཀྱི་བྱུང་ཆོས་ཤོར་བ་ལ་ཚཱ་རིག་ཉམས་འབྱུར་ཟེར། རང་རེའི་
སྟན་ངག་ལ་རང་ཚཱ་གྱི་བྱུང་ཆོས་མེད་པ་ལམ་གྱི་སྤུ་ལྟ་བུར་

བཟུང་ན་ཚུམ་རིག་ཉམས་འགྱུར་ཞེས་པའི་འཇིག་རྟེན་ལ་འང་
འདང་བྱུག་མྱེ།

སྟན་ངག་འབྲི་བ་གཞན་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ལས་.....
མིང་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་གཏན་ནས་མིན་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁ་
གཡང་སྟོག་དོན་གྲུབ་བྱུང་གིས་ “ང་རྒྱལ་ནི་ལ་རྒྱ་ཡིན་ལ་ཕྱག་
དོག་ཅིག་ཀྱང་ཡིན།” ཟེར་བ་དེ་སྟན་ངག་ལ་རིགས་འབྲེལ།
སྟན་ངག་འབྲི་བ་ནི་མིང་གི་དོན་ཡིན་ལ་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན།
འཇིག་རྟེན་སྟེང་ན་མིང་གྲགས་མི་འདོད་པའི་མི་གཅིག་ཀྱང་....
མེད་པས། སྟན་ངག་འབྲི་བ་ནི་མིང་དོན་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་འཇིག་
རྟེན་འཆོ་སྤངས་ཤིག་རེད། ཇི་སྐད་དུ། རང་ཉིད་མ་གྲོ་ལ་
གཞན་ཉིད་གདམས་པ་མེད་པས། སྟན་ངག་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་
སའི་ཡུལ་ཞིག་དགོས། སྟན་ངག་པ་ནི་འཆོ་བ་ལ་ཁ་སྟོགས་པ་
དང་། འཆོ་བ་ནི་མེ་ལོང་ལྟ་བུ་དང་སྟན་ངག་ནི་དོག་དོང་ལྟ་བུ།
མེ་ལོང་དང་དོག་དོང་གཉིས་ནས་ཡང་མིའི་ “བྱིས་” ན་པན་....
ཚུན་ཁ་གཏད་རེད།

བསམ་སྒྲོ་མེད་པ་དང་མི་ཆེད་ལྟ་བུ་མེད་པ། ཆད་མའི་
རང་བཞིན་མེད་པ། རིང་ལུགས་མེད་པ། སྟན་ངག་གཞན་
ནས་སྤངས་ཏེ་གཞན་དུ་འགོད་པ་དང་སྟན་ངག་ལ་བལྟས་
ནས་སྟན་ངག་འབྲི་བའི་མ་གཅིག་བྱ་གཉིས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་སྟུག་
པོས་བོད་ཀྱི་སྟོག་པ་པོ་གང་མང་ཞིག་ལ་སྟན་པོ་བཟོས་ཤིང་...
བོད་ཚུལ་གསར་བར་ནད་ཡམས་པོག་ འདི་ལྟར། མ་མེན་མོ་...

མིན་དང་རྒྱ་མིན་བོད་མིན་གྱི་སྟན་ངག་མ་ནིང་གིས་ན།
“འཕྱོན་མའི་བུ་བཞིན་དུ་རིགས་ཀྱི་ནད་ན་མི་མངོས་སོ།” དོན་
དངོས་ནས་བཤད་ན་སྟན་ངག་དེའི་རིགས་གནས་ལུགས་འདི་
ལས་བདེན་པའི་ལེགས་བཤད་ཅིག་གང་ན་ཡོད་མོད། ཅུས་
རབས་གསར་བའི་དགོས་དབང་གིས་མ་འོངས་བར་རེ་སྟོག་གི་
རྐང་སྟབས་ལ། སྟན་ངག་གི་བརྗོད་བྱ་གསར་བ་དང་བརྗོད་....
བྱེད་གསར་བ། རྣམ་པ་གསར་བ་བཅས་ང་ཆེད་དགོས་མཁོ་
དང་འཆོམ་པའི་ལྷེད་བང་གསར་བའི་གསར་གཏོད་ལ་སྟུ་.....
ཆོགས་ཀྱིས་མཐོང་ཆེན་མི་བྱེད་པ་ནི་ཁྱབ་ཆེས་ན་བོད་ཚུམ་
གསར་བ་རྗེས་ལུས་ཀྱི་གནད་དོན་རེད། གནས་བབ་འདི་
ལ་ “ལམ་རྒྱགས་དེ་ལས་མེད་ན་ཡང་། ལམ་ཐག་ད་དུང་རིང་ན་
ཡང་། ལོ་ལྔ་ན་ག་པོའི་རྒྱབ་ཡོལ་ལ་སྤྱང་བའི་གི་མདུང་མདའ་...
མའི་ནགས་ཆལ་གཞན་ཞིག་ནི་མི་བུ་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་བཙོན་ནས་
ཀྱང་མ་འགྱུར་བའི་ཁ་སྟོགས་ཡིན་ནམ།” ཞེས་མདོ་སྤྲད་པ་.....
སྟན་སྒྲུབས་ཀྱི་བཤད་དོན་ལྟར། རང་རེའི་བོད་ཚུམ་གསར་
བ་འདི་འཇོམ་སྤྱིང་ཚུམ་རིག་བང་མཛོད་དུ་སྟེལ་བར་ལམ་ལ་
འགྲོ་མགོ་འབྲེའིང་མང་གཞི་ཞན་པས་བར་ཐག་ད་དུང་རིང་
ན་ཡང་། དེ་ཏ་གི་ལར་སའི་བྱ་སྤྱང་བྱེད་སྤྱིང་གི་གསར་གཏོད་
ལྟ་བུའི་ཆོད་སེམས་བརྟན་པོས། གཏོར་བཟླག་བྱས་ཏེ་ཚོམ་.....
རིག་གསར་བརྗེས་ལོག་པ་གང་རེ་སྟོན་དུ་སྟོན་དགོས། འདི་ནས་
གཏོར་བཟླག་ཟེར་བ་ནི་མི་ཤི་ཏ་འགྲེལ་གྱི་འཐབ་འཛིང་བྱེད་

དགོས་ཟེར་བ་མིན། དེ་ནི་བསམ་སྒྲོག་གཤག་བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་
བཤད་པ་ཡིན། གསར་གཏོད་དང་མཐུན་སྦྱོར་གྱི་ཆེད་དུ
“གཏོར་བརླག” རྱེད་པ་ནི་རང་རེའི་སྒྲིལ་རྒྱན་སྟན་པ་གཤམ་
ལམ་བསྟུབ་པའི་ཆེད་དུ་མ་ཡིན་པར་དེ་ཉིད་གཞུང་རིམ་རིང་
དང་རྒྱ་རིམ་རིམ་གཏོར་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་པས་དགོས་གཤམ་ཆེ།

མ་ཉི་པེ་ཡན་རེ། དུས་ཚོད་ཀྱི་དྲིལ་བུའི་སྟེང་ན་ཡིག་
འབྲུ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཁྲི་ལྔ་པ་ནི་“ད་ལྟ་” ཞེས་པ་དེ་ཡིན།
ང་ཚོས་ཀྱང་དེ་རིང་གི་དུས་ཚོད་དམ་དུ་བཟུང་ནས་ད་ལྟ་ནས་
རྒྱ་ཆལ་གྱི་བ་གམ་ལ་འཛིག་འགོ་རྩམ་དགོས། ཁ་སང་གི་ནམ་
མཁའ་དེ་རིང་གི་ནམ་མཁའ་ཡིན་ཡང་ཁ་སང་གི་སྤྱིན་པ་དེ་...
རིང་གི་སྤྱིན་པ་མིན། ཁ་སང་གི་ཉི་མ་དེ་རིང་གི་ཉི་མ་ཡིན་ཡང་།
ཁ་སང་གི་འོད་ཟེར་དེ། དེ་རིང་གི་འོད་ཟེར་མིན། ཁ་སང་གི་ས་
ཡུལ་དེ་རིང་གི་ས་ཡུལ་ཡིན་ཡང་། ཁ་སང་གི་འཚོ་སྤངས་དེ་...
རིང་གི་འཚོ་སྤངས་མིན། ཁ་སང་ང་ཚོ་དེ་རིང་གི་ང་ཚོ་ཡིན་
ཡང་། ཁ་སང་གི་བསམ་སྒྲོག་དེ་རིང་གི་བསམ་སྒྲོག་མིན་པ་ནང་
བཞིན། ཁ་སང་གི་སྟན་པ་དེ་རིང་གི་སྟན་པ་ཡིན་ཡང་། ཁ་
སང་གི་སྟན་པ་དེ་རིང་གི་སྟན་པ་གཏན་ནས་མིན།
ངས་འདི་ལྟར་གཟབ་ནན་གྱིས་བཤད་དགོས་དོན་ནི་རང་རེའི་
བོད་ལ་“དངོས་དོན” གསར་རྩམ་མཁོ་བའི་ཆེད་དུ་དང་།
བོད་རྩོམ་གསར་བ་ཅེས་ཀྱང་། རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱུ་ཆས་ཏེ་འཛུལ་
སྤྱིང་ལ་བཞུད་དགོས་པས་ཡིན།

འདས་པའི་ལོ་ལྔ་ཉེ་ཤུའི་ནང་བོད་རྩོམ་གསར་བའི་
ཆ་སྒྲུབ་སྒྲོད་དུ་རྩོམ་པ་པོ་གང་མང་ཞིག་གིས་སྟན་པ་གཤམ་
ལང་ཆོ་སྤྱོད་ཡང་། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་...
གྱིས་“རི་ལྟར་དངོས་པོའི་གཤིས་ལ་ཉེ་གྱུར་བ། དེ་བཞིན་
མཁས་པའི་ཆོག་ནི་སྒྲིག་འགྱུར་བ།” ཅེས་གསུངས་པ་གནད་
དུ་ཕྱིན། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་འཛིག་རྟེན་བོད་ཀྱི་གཏམ་ལ་...
“འཕྱི་བ་བརྒྱ་ཡི་ནང་ན་སྒྲིལ་ཆེན་གཅིག་ རི་བོད་བརྒྱ་ཡི་
ནང་ན་སྒྲིལ་ཆེན་གཅིག” ཟེར་བའི་དཔེ་བཞིན་རང་རེའི་སྟན་
པ་ལ་ཕེལ་བའི་བཞུད་རིམ་དུ་མཚོན་ཐབས་དང་ནམ་
པར་(མཚོན་ཐབས་ནི་རྟོག་འགྱུ་གསར་བ་དང་ནམ་པ་ནི་ཕྱི་
ངོས་ཀྱི་ཆོག་སྒྲིལ་སྟེང་སྤངས་མ་ཡིན་ལ་ཡིག་འབྲུ་གསར་བའི་
ཕྱང་བོ་ཡང་མ་ཡིན།) བརྒྱར་བཅས་བཏང་། དེ་རང་གི་རྩོམ་...
གཤིས་ རང་གི་སྤྱོད་ རང་གི་གཤིས་ལུགས་སྤྱུ་ཆས་འབྲུ་དུ་
སྟན་པའི་སྟན་པ་ལ་ཅིག་ལས་བྱུང་མ་ཕྱིང་། རྒྱ་མཚན་ནི་...
རིམ་སྒྲིལ་ཀྱང་ཙམ་འདོན་པ་སྟན་པ་མིན་པས་བརྒྱར་སྒྲིལ་གྱི་
བརྩམས་ཆོས་མང་སྤང་བ།

དམིགས་དཔེ་རང་བཞིན་ལྟར་པའི་སྟན་པ་གཤམ་
བརྒྱར་ཞིག་གིས་གངས་དཀར་ལ་མཚར་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཅིང་རི་...
ལུང་སྟོང་འཇགས་དཀྲོགས། རྩོམ་པ་པོ་གཉིས་པ་རྟེ་སྟན་པ་
སྒྲིག་པ་པོ་གང་མང་ཞིག་ལ་གཡོ་འགྲུལ་གྱི་རྩལ་པ་ཐེབས་ཏེ་ཉི་
མའི་ཕྱགས་སྤྲིད། འདི་ལྟར། བོད་རྩོམ་གསར་བའི་མི་རབས་

དང་པོས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་དུས་མཇུག་དུ་མཆོམས་སྤྱིན་
བསུས།

●**དོན་གྲུབ་ཀྱིས་**—— བོད་ཚྭ་མ་གསར་བའི་མི་རབས་དང་
བོད་གདོང་ལེན་པ། ཁོང་གིས་བོད་ལ་སྟན་པ་དག་གསར་བ་ཐོན་
འབྱེད་བྱས་པ་ལས་སྟན་པ་དག་རང་སྦྱོང་གི་ས་ཁུལ་ཞིག་……
འཇུགས་པའི་ཁོམ་པ་མ་བྱུང་བར་ཆེ་ལས་འདས་པ་ནི་དེང་
རབས་སྟན་པ་དག་གི་ཁ་ཕྱོགས་ཆུ་ཆ་གར་བྱིད་དུ་ཡུར་བས་མི་
རབས་གཅིག་གི་ཕམ་ཁ་ཡིན་ལ་བོད་ཀྱི་རང་མོས་སྟན་པ་དག་གི་
ཐོབ་ཤོར་ཡིན།

●**འཇུ་སྐལ་བཟང་**—— བོད་ཚྭ་མ་གསར་བའི་རིམ་པ་……
གཅིག་གོང་དུ་སྒེལ་བའི་ཆབ་མཆོན་སྟན་པ་དམི་སྤྱི་དཔོན།
སྤྱི་ཚོགས་དཔུང་ཞིབ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ལས་དབང་འཆོལ་……
སྟེག་བྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་སྟན་པ་དག་གི་བྱ་གཞག་ལ་……
ལུགས་ཏེ་ཁོང་གི་སྟན་པ་དག་ནི་གནའ་བོའི་སྟན་པ་དང་འདྲ་
བར་མཆོན་ཉིད་གཤེས་ལུགས་ཟབ་མོའི་སྟོང་བཅུད་དང་ལུ།
སྒྲིལ་རྒྱུན་ཁོད་ནས་སྟན་པ་དག་གི་བརྩེ་སེམས་འཆོལ་རྒྱས་ཤིང་……
སྟན་པ་དག་གི་བརྩེ་སེམས་ཟབ་ཆད་དང་སྦྱུ་རྩལ་གྱི་རིམ་པ་ཤིན་
དུ་མཐོ་བའི་ཁར་ལོ་རབས་བརྒྱུད་རྩ་ནས་དགུ་བརྩེའི་གངས་……
ལྗོངས་སྟན་པ་དག་གི་གྲུབ་པ་ཐོབ། དཔུང་བརྗོད་པ་བདུད་ལྟ་……
རྒྱལ་གྱིས་ “འཛམ་གླིང་ཚྭ་རིག་གི་རྒྱ་མཐིང་ཉིད་ན་འཇུ་སྐལ་
བཟང་གི་མྱེད་ཆད་ག་འདྲ་ཡིན” ཞེས་ཆད་མཐོ་བའི་གདོང་

འཛིག་བྱས། ཡིན་ན་ཡང་ཁོས་ཆད་དཔུངས་རྒྱ་མཐོའི་མགུར་
སྤྱད་དག་ལ་ཚོམ་གྲགས་ཅན་དག་ལས་ལེགས་པའི་སྟན་པ་
འབྲི་མ་ཐུབ་པ་ཁོའི་སྟོང་ཆ་རེད། སྤྱིར་ན། “ལྷ་བས་སྤེང་བྱི་
མས་ལྷ་བས་སྤེང་སྤྲུལ་པ་དེད་དེ་འོངས་” བའི་གནས་ལུགས་……
བཞིན་སྤྲུལ་རབས་སྟན་པ་དག་ལས་བྱི་རབས་སྟན་པ་དག་རྗེ་ལེགས་
སྤྱེད་པེལ་དགོས་མོད། ཡང་བདུད་ལྟ་རྒྱལ་གྱིས་ “འཛམ་གླིང་
ཚྭ་རིག་ལོ་བེར་བྱ་དག་འལེན་པར་རེ་བ་ཆེ་བའི་རྒྱལ་སྤྱས་……
ཞིག་གིས་སྤྱུག་མཆོམས་བཞག་པ་རྗེ་འདྲའི་སྦྱོལ་དང་” ཟེར་བ་དོ་
མ་ཤུགས་ཆེ། དོན་དམ་དུ་བོད་ཚྭ་མ་གསར་བའི་མི་རབས་དང་
བོད་སྟན་པ་དམི་ཁོད་དུ་རིམ་པ་མི་འདྲ་བའི་སྒྲིག་མཐན་……
(སྤྱོད་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་) ལ་བག་ཆགས་ཆེས་ཟབ་མོ་
བཞག། གངས་རི་ལས་བརྒྱལ་བའི་བརྩེ་སེམས་ཆོས་ཀྱི་ཁ་གངས་
ཉུང་བ་ནི་ཁོའི་མ་འདད་བའི་ཆ་ཡིན།

●**ལྗང་བུ་**—— སྟན་པ་དག་གི་ཞིབ་ཆ་ནི་བརྩེ་སེམས་ཏེ་བསམ་སྒོ་
ཡིན་པ་ལས་ཡིག་འབྲུ་སྟེ་ཚོག་གི་ཞིབ་ཆ་མ་ཡིན་པར་བསམ་སྒོ་
བཏང་ནས། ཁེང་རས་ཕག་གི་མཛེས་མ་ལྟ་བུའི་དོན་དོ་མ་ག་
འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་མི་མཐོང་བས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་བྱོད་ཀྱི་
བསྐྱེས་བརྗོད་སྟན་པ་དག་གི་རྗེས་མ་ཆོད། “བྱོད་ཀྱིས་སྒོག་པ་
པོ་མེད་པའི་ཁེར་རྒྱུད་གི་སྤྱུག་བསྐྱེས་བཟོད་རུང་། ད་ཆོས་ཚྭ་
རིག་གི་བསྐྱེས་བྱིད་ལྗོངས་དཀའ་” ཞེས་སྟན་པ་དག་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་
བྱང་ཆོས་ལུགས་དགོས་ཀྱང་དེར་ཡོངས་ཁྱབ་རང་བཞིན་ལུགས་

དགོས་པའི་སྒྲིམ་ཆོག་འདྲིལ་མཁན་ཡང་བྱང་། ཡིན་ནའང་།
གངས་རིའི་སྐུ་དཔལ་གྱི་སྒྲན་དག་ལ་དྲིལ་སྤྲོད་དང་བྲེལ་
འཕྲུབ་བསྐྱེད་པ་ལས། བྱོད་གྱི་སྒྲན་དག་ནི་སྒྲན་དག་ཡིན་པའི་
སྒྲན་དག་གི་ཁོ་ལག་སྟེ་བོད་ཚཱ་གསར་བའི་རི་སྒྲོང་ན་བསྐྱོད་
པའི་ལྷག་བསམ་དམར་བོའི་མཁྱེན་པ་འགྲོས་ཡིན།

●**ཞི་བདེ་ཉི་མ**——སྒྲན་དག་གི་སྐྱེད་ཆ་དང་བསམ་སྒྲུ་
ཆེ་བས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་རང་སྤྱིར་གྱི་གཤིས་ལྷགས་
དང་ཡོན་ཏན་ཀྱང་དང་མི་མཚུངས་བ་ཞིག་ལྡན་ཡོད། (སྒྲན་
དག་སྐྱེད་ཆ་ནི་གསེར་ལྷ་ར་བཙུངས་བྱས་བའི་སྒྲུ་ཆ་ལ་གྱི་
སྐྱེད་ཆ་ཞིག་ཞིས་སྒྲན་དག་ནི་དབང་བོ་བྱེ་བྲག་པའི་སྐྱོད་ལྷ་ལ་
དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྤང་ཅན་མ་ཡིན་པར། དབང་བོ་སྐྱོད་དང་ཤེས་
པ་ལས་བརྒྱལ་བའི་བསམ་གཞིགས་ཏེ་སྒྲུ་ཆ་ལ། མི་ཆོ། མིའི་
རིགས་བཅས་ཀྱི་མངོས་དཔྱད་ལྷ་པའི་ཁ་ཕྱགས་ངོ་མ་མངོན་
པར་མཆོན། ད་དུང་སྒྲུ་ཆ་ལ་གྱི་ཁ་དྲིལ་རྒྱུ་དང་བས་ནས་མཁའ་
དང་རྒྱ་མཚོ། ས་གཞི་བཅས་ལ་འཆོ་བའི་སྤྲོད་དུ་ལྷེས་ལྷགས་
ཤིག་བསྒྲན་ནས་སྒྲོག་པ་པོ་རྣམས་དབྱངས་སྒྲུ་བསྐྱེད། གང་ལྟར།
ནང་སེམས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་རྣམས་ལྷ་གྱི་སྒྲུ་ཆ་ཆོར་འདྲུལ་
སྐྱར་ཏེ་རྒྱལ་གཅིས་སྒྲན་དག་གི་ཆོད་ཆེས་མཐོ་བས། དུས་
རབས་ཕྱི་མ་དང་མི་རབས་རྗེས་མ་ཞིག་གིས་བྱོད་ལ་ཡང་
བསྐྱར་གདོང་འདྲིལ་བྱེད་དེས།

●**གངས་ལྷན**——《སྤྲོད་ཆར》དུས་དེབ་ཀྱི་རྒྱུ་འཛིན་

ཚཱ་པ་པོ། བོད་གྱི་སྒྲན་དག་པ་ཆེན་མོ་ཡི་དམ་ཆེ་རིང་.....
གིས་ “མི་རིགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ཅི་ལྟར་ལྡན་ན། དེ་ལྟར་འཛིན་
སྤྲོད་ལ་གཏོགས་སོ” ཞེས་བཤད་པ་ལྟར། ཁོའི་སྒྲན་དག་པ་
གནའ་ཚཱ་གྱི་བསྐྱར་སྒྲོས་མེད་པ་དང་དེང་རབས་ཀྱི་ལད་.....
སྒྲོས་མེད་པར་ཚཱ་གཤིས་ལ་རང་ལྷགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་དུ་མ་.....
ལྟ། ཞེས་ཁ་སྤྲོད་པ་སྒྲན་དག་གི་ཡོན་ཏན་དུ་ཚཱ་གས་གོ་སྒྲུ་
བའི་སྐྱེད་ཆའི་སྒྲན་ཚཱ་མང་བོ་ཞིག་བར་དང་མཚན་ས་
མཚན་ས་སྒྲན་དག་སྐྱེད་ཆའི་སྒྲུ་ཆ་ལ་ཐབས་ཀྱིས་ཆོག་ཏེ་
ཅང་ལྷག་ནས་སྒྲོས་པ་དེ། སྒྲན་དག་གི་སྒྲིག་གཞི་སྐྱེད་གཏམ་
སྒྲན་དག་ལྟ་བུར་སྤང་བའི་སྐྱོན་དུ་སྒྲུ།

འདི་དག་ནི་བོད་ཚཱ་གསར་བའི་མི་རབས་དང་.....
བོད་གཟུངས་ཐོན་ཆོ་ཡིན་ལ། ད་དུང་ཡང་རང་ཚཱ་གྱི་བྱང་.....
ཆོས་ལྡན་པའི་གཅན་མེ་སྒྲན་བྱང་ཐར་རྒྱལ། གོ་སར། སྤྲོད་དུ་
སྐགས་མང་བོ་ཞིག་གིས་བོད་ཚཱ་གསར་བའི་རི་སྤྲོད་ནས་རྒྱ་
སྒྲན་གི་རྩ་མར་འཇུག། འདི་ནི་དེ་ཆོའི་སྤྲོད་པ་ཡིན་ལ་སྤྲོད་ས་
ལྷགས་ཀྱང་རེད། དེ་དང་བསྐྱར་ཏེ་བོད་རང་སྐྱོད་གི་སྒྲན་དག་
ས་ཁུལ་ཞིག་འཛིན་སྤྲོད་སྒྲན་དག་གི་གོ་ལའི་བྱིས་ནས་.....
འཇུགས་པར་ “ཨ་མའི་བུ་ལ་དབང་སྤྲོས་ན། དགའ་ལྡན་གྱི་ལ་
བདག་པོ་མེད། ” ཨེ་ཏེ་ལའི་སྒྲན་དག་པ་ཐུ་སོན་ན་དེ། “སྒྲན་
དག་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁོང་གི་སྤྲོད་བྱངས་དང་། ཤེས་
རབ་ཀྱི་ཉི་འོད། དགའ་སྐྱེད་ཀྱི་སྤྲོད་ཡིན་ལོ” ཟེ།

《སང་གི་ཉི་མ》 (བོད་ཀྱི་རི་མོ་བ་ཉི་མ་ཆོ་རིང་གིས་
བྲིས་པས་རི་མོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་²⁰⁰² ལོའི་《སྐྱེང་ཆར་》 པར་
ཐེངས་དང་བོད་རྒྱལ་ཤོག་ནང་མར་བཀོད་ཡོད། བཞིན་དེང་
སྐབས་བོད་ཚུམ་གསར་བའི་སྟེགས་བུ་རུའང་མི་རབས་གཉིས་
པ་སླེབས་བྱུང་། 《ཐོ་རིངས་སྐར་ཆེན་》 ལས “རི་རབས་ཀྱིས་
མནན་ཡང་། སྐབས་ཀ་ལས་བརྗོད་འོང་། རྒྱ་མཚོ་ཡིས་བརྟུང་
ཀྱང་། ལྷ་བ་ལས་སྒོལ་འོང་” འདི་ལྟ་བུའི་བོད་ཀྱི་སྟན་ངག་
ལ་《མེ་ལོང་མ》 ལ་མར་བརྟུགས་ཡང་། བོད་ཚུམ་གསར་བའི་མི་
རབས་གཉིས་པ་མ་ཡུམ་མི་རིགས་ལས་བཅས།

● **སྐབས་ཆེན་བདེ་སྒོལ**——བོད་ཚུམ་གསར་བའི་མི་
རབས་གཉིས་པའི་གདོང་ལེན་ལ། ཁོས་གནམ་འོག་ན་སྟན་ངག་
ལ་ས་མཚམས་རྒྱ་མཚམས་མེད་པ་སྟན་ངག་གྲུབ་མཐའི་……
བསྐྱགས་གཏམ་སྟེལ། ཀྱན་དང་མཐུན་པ་མི་ཚས་རྩ་བ་ཡིན་
ཡང་ཀྱན་དང་མི་མཐུན་པ་སྟན་ངག་པའི་ཀྱན་སྦྱོང་དུ་ཅིས་
ནས་ཚད་མཐོ་བའི་རྒྱ་ཚད་ཀྱིས་སྟན་ངག་རང་བཅན་ལ་གོམ་
འགོས་བསྐྱར། མི་ལོ་བརྟུ་གཉིས་ནས་སྟན་ངག་འབྲི་འགོ་……
བརྩམས་ཤིང་རྒྱུ་ནས་ལོ་ཚད་ལས་བརྒྱལ་བའི་བསམ་སྒྲོ་
རྒྱ་ཆེ་བའི་སྟན་ངག་དོ་མས་ཁེར་རྒྱུ་གི་ཞིང་ཁམས་ཤིག་དང་
སྦྱ་འཕྲུལ་གྱི་ལྷ་མོ་ཞིག་བཟོ་སྦྱོར་བྱས། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་

པར་བོད་ཀྱི་སྟན་ངག་པའི་གཅེས་ཤུག་ཁོས་གཙང་ཆེན་རགས་
ལས་ཤོར་བ་ལྟར་སྟན་ངག་དྲག་བཞུར་དུ་གངས་རི་བརྒྱལ་
ནས་འཛམ་གླིང་ཁྱོན་ལ་སྦྱོག་

སྐབས་ཆེན་བདེ་སྒོལ “ཡ་གླིང་གི་འོད་ཟེར་” རེད།
བོད་ཚུམ་གསར་བའི་མི་རབས་གཉིས་པ་སྐབས་ཆེན་
བདེ་སྒོལ་གྱིས་ཟླ་བྲིད་དང་སྐྱ་ཞབས་སྐྱ་རྩ་སྟགས་ཀྱང་ཕྱིར་མི་
ལོག་པའི་སྟན་ངག་པ་ཞིག་ཡིན་པར་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་……
བཅོལ།

བོད་ཚུམ་གསར་བ་འཛམ་གླིང་ཚུམ་རིག་བང་མཛོད་དུ་
སྐྱེལ་བྱུབ་པ་དང་ཚུམ་རིག་གཞན་ལས་ལོགས་སུ་དགར་བྱུབ་
པའི་སྟན་ངག་རང་མཚན་པ་ཞིག་དུ་འགྱུར་བར། མི་ཚོ་ལ་……
གཅེས་པའི་རིག་གནས་པ་ཞོགས་དྲུང་གིས་ “བསམ་སྒྲོའི་……
དུངས་ཞེན་གྱི་ནད་” ལ་སུན་འབྲིན་བྱས་བ་ལྟར། བོད་ཀྱི་……
སྟན་ངག་སྟོག་པ་པོ་དང་། དཔུང་བརྗོད་པ། ཚུམ་སྐྱིག་པ་……
གསུམ་པོ་ “ཕྲག་དོག་” དང་ “དུངས་ཞེན་” གྱིས་མ་སྐྱགས་
བར། གསེར་ས་འོག་གི་སྟན་ངག་པ་དང་བརྩམ་ཚུལ་མ་འོངས་
པ་ལ་ཁ་ཕྱོགས་པ། གསར་གཏོད་ལ་ཁ་ཕྱོགས་པ། འཛམ་གླིང་
ལ་ཁ་ཕྱོགས་གཏོར་འདོན་བྱེད་རྒྱ་ནི་བདག་གི་ལལ་སྐྱེད་དང་
དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་དཔུང་གཏམ་ཡིན།

སྒྲིབ་གི་མི་ལས་བཞུར་བའི་ཆོག་གྲུབ་པ་ཤིང་།

མདའ་བཅན་པོ། (མཆོག་)

(༡)

གཙོང་རོང་དུ་སྒྲུབ་ཞིང་སྐད་སྒྲ་ཆད་པའི་མི་བྱ་ཞིག
ལྷ་སྒྲུང་དང་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོང་ནས་ཕྱི་རུ་མ་བུད་པའི་མི་བྱ་ཞིག
གས་ཤིང་འཁོགས་རུང་ལང་ཆོ་མ་རྒྱས་པའི་མི་བྱ་ཞིག
མི་བྱ་ཞིག ལོ་རྒྱུད་གི་སྒྲིབ་ཀྱི་གངས་རི་བཞིན
ཁེར་རྒྱུང་དང་ གང་ཤུར་ཤུར་དང་ཕུས་བཅོག་ཏུ་བསྐྱད་ནས་ཅི་ཙམ་འགོར

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཀར་ཡོལ་ཏུ་སྒྲགས་པའི་གཟི་བརྒྱུད་སྐམ་ཞིང་རུལ་དུས
ཁྱོད་ཀྱིས་ཁ་རོག་གེར སུ་ལ་སྒྲུག་ཅིང་བཏུས་ཡོད
མི་སེམས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་སྒྲུག་དང་དུ་བས་འཁྲིགས་ཤིང་འཐིབ་དུས
ཁྱོད་རང་ཁ་རོག་གེར གང་ལ་སེམས་ཞིང་འཐིབ་ཡོད

དབུལ་འཕོང་དང་ལྷ་དཔལ་ཀྱི་འོབས་དོང་ལས་ཕྱི་རུ་བུད་ན
ཁྱོད་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིབས་པ་དང་ལུས་པ་ཡིན་ངེས
ཁྱོད་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་རིམ་བཞིན་དང་རྒྱལ་ཁ་ཡིན་ངེས

(༢)

སུ་ཞིག་གི་བྲང་ཁོག་ནི་མུན་ནག་གི་མཚན་མོ་རེད
སུ་ཞིག་གི་ཁྲག་རླུང་དང་ལང་ཚོ་ནི
གྲོག་རོང་དང་བྱེ་ཐང་དུ་འབྱུང་གིན་པའི་ས་གནས་འོ་གདོང་སྟོང་བ་རེད
ངས་ ཁྱོད་ལ་སྐྱུག་དུས་ཀྱི་ཁ་དབུགས་བཞིན
ཁྱོད་རང་དབེན་ལ་ཁུ་སིམ་པའི་ལོ་ལྔའི་བཟུང་རྒྱུན་རིང་མོ་ཞིག

ད་ནི་ མིག་གི་མཐོང་ལམ་དང་དྲན་པའི་ཟིན་མཚམས་གང་ནས་ཀྱང
རེ་སྐྱུག་ཆེ་དགས་པའི་ཁྱོད་རང་དྲན་དུས་
སྐྱོ་སྤང་ཞིག་དང་ངལ་དུ་བ་ཅིག་ཁད་ཁད་ཀྱིས་སྐྱེས་འོངས་ལ
རེ་བཞག་མྱོ་དགས་པའི་ཁྱོད་རང་དྲན་དུས་
དཀའ་ཆོགས་ཤིག་དང་རྩལ་རྒྱ་ཞིག་ཁྲོམ་ཁྲོམ་གྱིས་བཟུང་འོངས་

ང་ལ་དབུལ་འཕོང་དང་ནད་ཡམས་སྐྱར་གྱི་ཆེར་ཕུང་མ་སྤོང་དང
ང་ལ་འཇིགས་ཉེན་དང་འཆི་བའི་སྐྱར་གྱི་གཡང་གཟར་མ་སྟོན་དང
ངས་ ཁྱོད་ལ་མ་འོངས་པ་ཟེར་བའི་བུ་རྒྱུང་ཞིག་གི་སྐྱེས་སྐྱར་གྱི་ལོང་
དཔའ་མཛངས་དང་མཚར་སྐྱུག་གི་རྒྱབ་ལྗོངས་ཡངས་མོ་གྱི་ལོང་

(༣)

ཁྱོད་ཀྱི་ལས་སྐལ་ལ་བསམ་གཞིགས་བསྐྱར་ནས་བསྐྱར་དུ་བཏང་ཞིང
རང་གི་ནད་སེམས་ཀྱི་སྒྲ་གོན་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྐྱེགས་དུས་

ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མའི་སྒྲོན་ནས

ཐང་སྒྲོང་ནས་བོར་བའི་བྱ་རུའི་མགུལ་རྒྱན་གྲོང་རང

ད་ལྟ་ ཇི་ལྟར་འཐོར་ཡོད

སྐྲག་གི་གཤོག་བྱང་དང་ཉ་མཆོག་གི་མིག་པས་ང་ལ་སྤྱར་ཆོད་བསྐྱལ་བྱུང

རྒྱ་མོའི་བཅུར་རྒྱན་དང་རི་རབ་ཀྱི་བརྗེད་ཀྱིས་ང་ལ་སྒོ་སྒྲོབས་བསྐྱལ་བྱུང

ས་གཞི་དང་ནམ་མཁའི་རྒྱ་གྲོན་ཆེན་པོས

ང་ལ་གྲོད་ཀྱི་ཐག་རིང་གི་མཆར་སྤྱག་ཡུལ་སྤྲོངས་འོད་ཆེན་ཆེན་དུ་བསྐྱན་བྱུང

དེ་བས བདག་གི་རྟོག་སྒྲུ་ནི་གྲོད་རང་ཡར་འབྱོར་བའི་སྐད་སྒྲུ་དང་བོ་ཡིན་ལ

བདག་གི་སྤྲོད་གི་འཕར་སྒྲུ་ནི་གྲོད་ཀྱི་གི་རྒྱངས་ཀྱི་ངར་ལྷགས་ཅི་ལ་མིན

ད་ལྟ་ ཅ་ལམ་ཀྱི་ཁྲག་རྒྱན་ཡོད་ཆོད་མེ་རུ་འབར་བའི་ད་ལྟ་

ཡིད་འོང་གི་གྲོད་རང གསེར་གྱི་ཉི་ཟེར་བཅུར་བ་བཞིན

ཐུན་ནག་གི་བྲང་ཁ་ནས་ཐབ་རྒྱ་ལྟར་འཕྱོ་ཤོག་དང

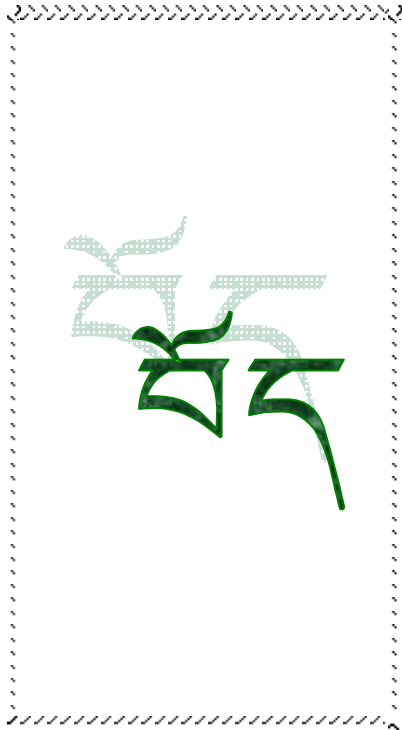
མཆར་སྤྱག་གི་གྲོད་རང རྒྱང་གི་འདབ་ལོ་རྒྱས་པ་བཞིན

ས་ཆེན་གྱི་སྐལ་གཞུང་ནས་མཆོམ་ལྟར་མེར་ཤོག་དང

གྲོད་ཀྱི་ཡོད་ཆོད་ལ་གཏམ་རྒྱུད་དང་སྤྲུ་སྒྲུ་གསར་བ་ཡོད

ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མར་དབེན་ཐང་ནས་བཙོག་ཕྱར་བསྐྱད་པའི་བྱ་རྒྱང་ལགས

༢༠༠༥. ༩. ༡



ཕྱིང་བྲུ། (པེ་ཅིན)

བདག་གིས་གཅེས་པའི་མིང་གིས་མ་བོས་ན་བསམ་བཞིན།
འགྲེང་གྱིན་པའམ་བཞུར་གྱིན་པའི་སྤྱང་བོ་ལ་ཤས་ཀྱི་རྒྱལ་གཞུགས་མཐོང་བྱུང་
བདག་པོ་ཚོ་ཉ་མཆོག་དང་ཡུ་ཚུགས་ཀྱི་བར་ན་ཟམ་པར་རྒྱུ།
ཡུན་ཞིག་ལ་རྒྱུང་རིང་གི་དོག་སྒྲ་ཐོས་མི་སྲིད།
མིག་རྒྱུད་ག་དང་ཉན་དུ་སྒྲིག་རྒྱུ་ལ་ལྷུང་རྩེས།
ཉི་མ་ཤར་མཆོམས་ཀྱི་སྤྱང་དབྱིངས་ནས་གནའ་བོའི་རྩལ་དབྱངས་དེ་གྲགས་འོངས།
སྒྲན་ངག་རྒྱལ་མོ་འགའི་སྒྲོམ་གདུང་གིས་མགྱིན་པ་བགགས།
རྩལ་དབྱངས་དགྲོལ་བའི་འབྲོང་ཁྱུ་ལ་གཤམ།

༢༠༠༥. ༥. ༡༩མཚན་མོར།

༢༠༠༥. ༡. ༡༩ལ་བཅོས།

བྱིས་པ་དང་ནམ་མཁའི་ཤོག་བྱ

(ཞར་བཀོད་འགའ)

མདོ་སྤངས་ཏེ་ཅུ་ཀ། (ལན་གྲུ)

དབྱིང་ཀར། སྤྱི་ལོ་ཚམས་ཁང་གི་བར་སྤངས་ན་ཤོག་བྱ་མང་བོ་འཕུར་ཞིང་ལྗིང་
བྱིས་པ་ཚོ་རྒྱུག་གིན་ཡོད། ཤོག་བྱའི་མཐོ་དམའ་བསམ་ནས་རྒྱུག་གིན་ཡོད།
གོམ་རྒྱུང་པ་མོའི་རྩེས་ལ་གོམ་རྒྱུང་པ་མོ་རེ་མཐུད་ནས་རྒྱུག་དུས།
ལག་བྱུང་གི་སྤྱང་པ་རེ་རིང་རེ་རིང་ཡིན།

སྐྱད་པར་བརྒྱས་པའི་ལག་བྱུང་རྩེ་བྱུང་ཡིན

ས་ཡི་བྱིས་པ་ཆོར་ལྟ་བཞིན་ཡང་ན་ནམ་མཁའི་ཤོག་བྱར་ལྟ་བཞིན་

བདག་གི་སེམས་པ་རྒྱང་རིང་ཞིག་ལ་ཁུར་སོང་སྟམ་

འཕུར་གྱིན་པའི་ཤོག་བྱ་ནམས་མཐོང་དུས་

བདག་གིས་ད་གཞོད་བྱིས་པ་ནམས་ནར་སོན་གྱིན་པ་རྟོག་ཡོང

ཉིན་རེར་བཞིན་འཚར་ལོངས་བྱུང་གྱིན་པ་མཐོང་ཡོང

ནར་སོན་རྩེས་ བྱིས་པ་ཆོ་ཤོག་བྱ་ལྟའི་ཆེད་ཆས་ལ་བསྐད་ནས་རྒྱང་རིང་ལ་འཕུར་སྲིད་

རྒྱང་རིང་གི་མཐའ་ནས་བྱིར་རང་ཡུལ་ལ་ལོག་ངེས་

བདག་གི་སེམས་དང་བསམ་པར་བརྒྱས་པའི་སྐྱད་ལྟ་དེ་

བདག་གི་དད་པའི་ཆས་གཉེར་ལས་བཤང་བའི་སྐྱད་ལྟ་དེ་

སྐྱད་ལྟ་དེ་ ཤོག་བྱའི་སྒྲ་ཐིགས་ཡིན་

སྒྲ་ཐིགས་རྩེ་རིང་རྩེ་རིང་ཡིན་

མཚམས་རེར་ཤོག་བྱར་ལྟ་བཞིན་ ལན་རེར་བྱིས་པ་སེམས་གྱིན་

ངས་རྒྱང་བྱ་གཡུགས་ཐངས་ཤིག་ལས་

ཤོག་བྱའི་སྒྲ་ཐིགས་བྱེད་འགྲོ་བསམ་ནས་སྐྱོང་གི་ཡོད་

དུངས་གཙང་གི་སྒྲ་ཐིགས་ ངའི་སེམས་ཁུང་ལ་བརྒྱས་པའི་སྐྱད་ལྟ་ཆད་འགྲོ་འམ་

༢༠༠༩. ༩. ༢༢

ཁེར་རྒྱང་གི་ཁྲོད་ད་དུང་མི་རྒྱང་ཡིན་ནམ་



དུས་ནམ་ཞིག་ལ་རུལ་དགོས་པའི་ང་དང་ཁྱོད

དུས་ནམ་ཞིག་ལ ཁོར་ཡུག་འདིར་འཇུག་པའི་ཐལ་རུལ་རེ་རེ
ང་ཚོའི་ངོ་གདོང་དང་སྐྱི་པགས་ཀྱི་འཇུམ་གོང་ལ་འཆར་སྲིད
སྐྱི་པགས་དང་འཐིམས་རྗེས་རུལ་ཚུད་ལྟ་བུ་འཇུམ་ངེས
དྲི་ངན་ཀྱང་རབ་རིབ་ལྗང་ཡོང

དུས་ནམ་ཞིག་གི་རྗེས་ལ ང་དང་ཁྱོད་ཀྱང་ཐ་སྐད་ཀྱི་སྐུ་ཁར་འཆར་སྲིད
དེ་དུས་ རེད་ཅག་གིས་བརྒྱད་པའི་ལམ་བུའི་རིང་ཚད་སྲིང་དགོས
ད་དུང ཀས་གཉེར་ཆགས་པའི་ལག་བྱང་དང་དབྱགས་རྩབ་ཁེག་པའི་མགོན་པ་འདིས
དུས་ཚོད་ཀྱི་ལྷགས་ལོང་བརྒྱད་མི་བྱབ་ཀྱང་ཡུ་ཚུགས་སྒྲོང་དགོས་པའི་དུས་ཞིག་ཡོད་ངེས
དུས་ནམ་ཞིག་གི་རྗེས་ལ
རེད་ཅག་གིས་ཀྱང་མི་ཚོ་རིང་མོ་ཞིག
དུས་ཡུན་ཐུང་བའི་རྩལ་དབྱངས་ཀྱི་སྐྱི་གཉེར་ལ་བསྐྱང་རྗེས
མི་ཚོ་ནི་མེ་ཏོག་ཅིག་གསལ མེ་ཏོག་ཅིག་མི་ཚོ་ལ་ཆ་འཇོག་བྱེད་ངེས་སམ

༢༠༠༥. ༡༢. ༢༩ཉིན་གྱི་ན་གྱིག་ནས

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

འ

གཡུ་གྲུ་ག (ལན་གྲུ)

འ

ལྷགས་ཐག་གི་སིལ་སྒྲུའི་ཁྲོད་དུ

འ

ཟུག་འཐེན་དང་རེ་འཕོད་ཀྱིས་རི་ལུང་བསྐྱལ་ཡང

འ

ལྷགས་ལུར་ཤུགས་ཀྱིས་བརྟུངས་པ་ནས

འ

དུ་སྐད་རྒྱུད་རྒྱུད་གི་ཆོ་སྤྲུལ་ལྷུ་རྒྱུ་གྱིས་ཟད

འ

ཁ་སང་དེ་རིང་

འ

བཏགས་ཁྱི་མེན་པའི་བཏགས་ཁྱི་རེ་འགའ་ཡང

འ

ན་ཟུག་མེད་ཀྱང་ཡོད་ལུལ་གྱིས་དུ་གིན་འདུག

འ

དགོད་ཞོར དུ་ཞོར

འ

ཆོར་བའི་རྒྱུན་དེ་ལྷ་མོ་ནས་ཆད་འདུག

གངས་ཅན་གྱི་ལས་དབང་།

འཕལ་འོ་མཆོ། (མཛོད་དགེ)

སྤྱི་རྒྱུན་རྟིང་བ་གང་མཆིས་འཛོན་རྒྱུད་ཞིག།

གསར་བཏོད་སྐབས་ཆེན་གང་ལ་འཛོམ་དོགས་ཤིག།

འཛོན་འཛོམ་རྟོག་འཛོང་འཐབ་པའི་བརྗོལ་མཚམས་ན།

གངས་ཅན་བོད་ལ་རྗེས་ལུས་རྒྱུད་རྗེས་ཤིག།

སྤྱི་པའི་རྒྱུད་ལ་བཙོལ་མེན་ཆེ་སྤྱི་ཞིག།

སྤྱི་མཆོལ་དམའ་འབབ་མཐོང་རྒྱུད་ཞིག།

▲ སྤྱི་དེབ་གངས་བཅུ་དགྲུ་བ ▲

གོལ་མིལ་པོ་འདྲ་མཉམ་སྒྲོང་རུམ་འོག།
གངས་ཅན་བོད་ལ་ཙེལ་པོའི་ལྷ་རྒྱུགས་ཤིག།

ཡ་གཤི་ལྷ་ཞེས་དད་པའི་འཛུམ་རྩུང་ཞིག།
མ་གཤི་འདྲེ་ཞེས་སྒྲིག་པའི་ཁོག་འདར་ཞིག།
གང་བྱས་ལྷ་འདྲེར་བཙེལ་བའི་བར་མཆོམས་ན།།
གངས་ཅན་བོད་ལ་ཚེན་ཆས་ཡ་མཆོན་ཞིག།

ཐ་གཟུགས་ག་གེར་འབུལ་བ་འབྱུངས་ཆེན་ཞིག།
དཔོན་པོ་འགའ་རེར་ལྷག་སྒྲིའི་བླ་ཐང་ཞིག།
འབུལ་ཁུལ་ཁྱར་མེ་བཏེགས་པར་བཟོད་བྱུལ་དུ།།
གངས་ཅན་བོད་ལ་འཆོ་བ་དཀའ་ལག་གཅིག།

སྒྲགས་སྒྲོམ་རེ་རེས་གདོན་སྒྲུལ་རྒྱུ་ཉམས་ཅིག།
སྒྲུལ་སྒྲུལ་ལས་ཐུབ་ཉགས་ཐུབ་ཆོད་ཅིག།
གདོན་ཉགས་སྒྲུལ་མ་མཁན་པོའི་ཆོ་འཕུལ་འོག།
གངས་ཅན་བོད་འབངས་ཁྱུ་གཅིག་འཆང་ཀ་ཞིག།

ཤིན་རིགས་དུག་འབྱུམ་སའི་ལམ་ཆེན་ཞིག།
གསོན་ན་ལས་སྒྲུལ་བའི་འབྲས་བུ་ཞིག།
གང་ཚུམ་སྒྲིག་གྱུར་བྱ་ལས་འཆར་མེད་པའི།།

གངས་ཅན་བོད་ལ་སྤྱི་ཡི་ལས་དབང་ཞིག།

ཟུང་ན་སྤྱི་རིམ་སྤྱི་པའི་ཤིས་འདུན་ཞིག།

ན་ཆེ་མོ་ལུང་བརྟག་པའི་ཐབས་བཀོད་ཅིག།

མང་མང་ཚོང་ས་དང་སྤྱང་དུ་འདྲིང་མཁས་པའི།

གངས་ཅན་བོད་ལ་ལྷ་ཆོས་མཁྱེགས་ལྟ་ཤིག།

དེའུ་འབྱར་རེའི་མགོར་ལ་བ་ཙེ་རྩལ་ཆེན་ཞིག།

སུམ་མདོ་རེ་ལ་དེའུ་བསོགས་རི་བོ་ཞིག།

དེ་དག་རེ་རེར་བཅོལ་བའི་རེ་འབོད་ཀྱི།

གངས་ཅན་བོད་ལ་ཁ་གཡང་གངས་མེད་ཅིག།

རོང་བས་འབྲོག་སྡེ་ན་ཟེར་ཞིང་མིག་ལོག་ཅིག།

འབྲོག་པས་རོང་ཟུན་ཟེར་ཞིང་ཆོག་ལོག་ཅིག།

རོང་འབྲོག་དོན་མེད་ལྷན་ཀའི་དྲ་ནང་ན།

གངས་ཅན་བོད་ལ་ཀོས་ཐག་ཐལ་མདོག་ཅིག།

གྲ་བའི་སེམས་ལ་གྲོང་བ་སྤྱིད་སྤང་ཞིག།

གྲོང་བའི་བསམ་པར་གྲ་བ་བདེ་སྤང་ཞིག།

གྲ་གྲོང་བསམ་སྒྲིའི་ལྟ་བའི་འཁྱེར་ཕྱགས་ན།

གངས་ཅན་བོད་ལ་རེ་དོགས་སྡེ་མང་ཞིག།

རི་ལུང་མུ་ཚུ་ཚོད་པའི་ནང་དམེ་ཞིག།
བོན་བན་གྲུབ་མཐའ་ཚོད་པའི་ལང་ཤོར་ཞིག།
མ་བརྟགས་ཅལ་ལ་འདྲོགས་པའི་གཡུལ་འཐབ་འདིས།
གངས་ཅན་བོད་ལ་མནར་མེད་དཔྱལ་བ་ཞིག།

དེ་ལྟར་མཐོ་སྒང་ལྟར་མོ་རེ་མཚན་ཞིག།
ཀུན་གྱི་གཟིགས་མོར་བཤམས་པའི་སློབས་པ་ཞིག།
འཕན་བྱའི་སྟོང་ནས་མ་བཟོད་ཐལ་མ་འདིས།
གངས་ཅན་བོད་ལ་གསལ་འདེབས་ཚུལ་སྟོན་ཅིག།



☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཆོང་། ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

དཔོན་པོ་ཡོད་ཚད་སྒྲུབ་པོ་མེན་ན་ཡང་ཁོ་ཚོའི་ཁྲོད་དུ་སྒྲུབ་པོ་རེ་གཉིས་མེད་མི་སྲིད་པ་དང་དེ་ཚོ་ཚང་མ་མཁུ་པར་བསྟོས་ན་སྒྲུབ་པོ་ཡིན་པ་བདེན་གྲུབ་དང་། མི་སེར་ཚང་མ་དོན་མེད་གྱི་ཐུབ་ཚད་ཚྱུང་མཁུ་མེན་ན་ཡང་དམིགས་བསལ་གྱི་ཁོར་ཡུག་ནས་དཔོན་པོ་སྒྲུབ་པོ་ནམས་གྱི་དོན་མེད་གྱི་ཐུབ་ཚད་འཁྱུར་དགོས་པའང་དངོས་དོན་སྟེ་དེའི་ཁྲོད་དུ་ང་རང་ཉིད་ཀྱང་འདུ་བ་སྤུ་ལ་གསང་།

སྦྱིར་ན་ཁུ་ཅག་གི་སྦྱི་ཚོགས་འདི་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་དང་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་རིགས་ཀྱིས་གྲུབ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལའང་ནམ་པ་རིམ་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་ལས་བྱེ་བྲག་གི་ནང་གསེས་རེ་གཉིས་ཀྱང་དབྱེ་ཚོགས་སྟེ། ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་ལའང་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་ཡོད་པ་དང་གནས་སྐབས་སུ་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་ཚྱུང་དོན་ནི་མཐའ་མར་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་ཁོ་ན་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཕྱིར་ན་ཟུག་དེ་ཙམ་པོ་བཟོད་ཐུབ་པ་ཡིན། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་འཚོ་ནི་ནམ་ཡང་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་ཡིན་པ་དང་མི་འདོད་བཞིན་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་པ་ལ་དགོས་དབང་གི་དམིགས་ཡུལ་སྟོན་ཅི་ཡང་མེད་ན་ཡང་ནམ་རྒྱུན་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་ཁོ་ན་བྱེད་དགོས་པའི་ཁར་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་མང་ཆེ་བར་ན་ཟུག་ཅི་ཡང་མེད། གཅིག་བྱས་ན་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་ཁྲོད་ཁྲོད་ཀྱི་ཉུང་ཤས་དེའི་ཚོར་བ་ཅི་ལྟར་རྒྱ་ཡང་ན་ཟུག་ཅི་འདྲ་ཆེ་ཡང་བཟོད་བསྐྱེད་མི་བྱེད་ཐུ་མེད་ཡིན་ཚད་རེད།

དེ་ཡང་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་མང་གས་སུ་གཏོགས་པའི་ཡུལ་མི་ནམས་གྱིས་མཚན་མོ་དེར་སྒྲོག་ཆད་པའི་སྤྱི་ཚུལ་ལ་འཁང་གཏམ་བཟོད་དུས་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་ཉུང་གས་སུ་སྒྲོམ་འདུག་པའི་ངས་ཅི་ཞིག་བྱ་འོས། ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་བྱེད་མཁུ་དག་གི་ངག་ཚབ་བྱས་ནས་དེ་འདྲ་མི་སྲིད་དོ་ཟེར་དགོས་སམ་སྲིད་ཀྱང་ཐབས་ཤེས་མི་འདུག་ཟེར་དགོས། ཡོན་ཏན་ཁྱོད་ལ་ཡོད་ཀྱང་དབང་ཆ་ང་ལ་ཡོད་ཟེར་བའི་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་མཁུ་ཞིག་གིས་ངས་བྲིས་པའི་སྒྲིལ་ཆོག་ལས་ཁྱོད་པོ་ཁྱུང་ཆེན་དུ་བཅོས་བྱུང་བ་སྦྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་ནས་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་གང་ནའང་ཡོད་ཟེར་དགོས་སམ། ངའི་ན་ཟུག་ཀྱན་ལས་ཆེ་ཟེར་རམ།

དགོད་སྒྲོ་ཞིག་ལ། བྱི་ཉིན་གསལ་ཁ་བྱང་བ་ནི་སྤྱི་དང་གང་གི་ལག་རྒྱུས་ཀྱང་མ་ཡིན་པར་མཚན་མོ་དེར་པ་ཡུལ་གྱི་ཤ་གཟུགས་ཤེད་འཚོང་གཏོང་མཁུ་དང་བྱེད་མཁུ་གཉིས་ཀར་སྒྲོག་ཆད་སོང་།

བཟོད་དཀའ་བ་ཞིག་ལ། ངས་པ་ཡུལ་ལ་དམིགས་བསལ་དུ་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་པའི་གར་རྒྱུང་གསར་པ་བརྟན་འཕྲིན་ལས་བཀྲང་ཆོང་འཁྲབ་གཞུང་ལ་གཙོད་འབྲེག་གཏུབ་གསུམ་ཐེབས་འདུག་པ་ཡོན་ཏན་མེད་ཀྱང་དབང་ཆ་ཡོད་པར་སྟོམ་པའི་པ་ཡུལ་

ཅམ་གཞོངས་དང་བོད་ཡུལ་དུ་གྲ་ལུ་མང་བ་དངོས་གནས་རྒྱལ་ཁ་རེད་དམ་པམ་ཁ་རེད།

ང

བསྐྱེད་མར་ལོ་ཁ་ཤས་རིང་རིང་དུ་ཡུལ་ཚོའི་སྡེ་མི་འགར་གནམ་ལྷགས་ཐེབས་ཏེ་བཀོད་སྟེ། འབྲུང་བཞི་ལ་དབང་འབྱོར་བའི་
ཨ་ལགས་ཏུ་མཐའ་ཚང་མར་བསོད་ལ་ཐེབས་ཞོར་ཐོགས་མི་རྒྱག་པའི་སྐྱེ་རིམ་ཉིན་གསུམ་ལ་བྱས། ཚས་ཡོན་དུ་སྡེ་དཔོན་ཚོས་ཐག་
བཅད་པ་བཞིན་སྡེ་བ་ཡོངས་ཀྱི་ཉིན་མར་དང་ཉིན་རྒྱུར་ལུགས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་དཔྱར་ཁར་བུ་མོ་ལོན་བཅུ་དྲུག་ཡས་མས་ཞིག་གནམ་ལྷགས་
ཀྱིས་ལྷ་ལམ་དུ་བཟངས།

སྡེ་མི་ཚང་མས་ན་ནིང་ཨ་ལགས་ཚང་གི་གསུང་ལ་དཀར་ནག་གི་དབྱེ་བ་གང་ཡང་མེད་པར་ “སྐྱེ་རིམ་གྱིས་མ་ཁྱོགས་” ཞེས་
གཏམ་སྡེ་གཞན་དུ་འབྱོགས། སྐད་པ་མངའ་ཞིང་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་ཤེས་པའི་འགྲོ་བ་མི་ཡིན་ན་སྟེང་ན་འབྲུང་བཞིར་དབང་འབྱོར་
བ་མེད་པ་ཤི་བ་བསྒྲིག་མེད་ཡིན་པ་དེས་གསལ་བོ་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ།

ཅ

འཁོར་ཁང་གི་ཉིན་ལྷགས་ན་རང་གསོ་བྱས་འདུག་པའི་ཨ་ཁུ་ཚོས་དགས་འདུག་གོགས་ནམས་ལ་བཤད་རྒྱུ། དེང་སང་གི་
ནག་མོ་ཚོའི་མགོ་འཕང་མཐོ་བ་འདི་ལ་སྟོས་དང་། སྐྱེས་པ་ཚོ་མིག་ལམ་དུ་མི་འཛོག་ ང་ན་གཞིན་དུ་ནག་མོ་ཚོར་འགྲོགས་རབས་
བཤད་ན། རྩེ་སྒྲ་མའི་སྐྱེ་མའི་ལངས་རྒྱ་རེད། ནག་མོ་ཟེར་ན་སྟན་རེད། མགོ་འཕང་དེ་འདྲ་མཐོ་རྒྱ་ཅི་ཡོད།

ཁོས་ཁ་ནས་གདོན་བཞིན་པའི་མ་གྱུར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཞེས་པ་དང་སེམས་གཏིང་གི་ཕོ་མཆོག་མོ་དམན་གྱི་
འདུ་ཤེས་དེ་བོད་མི་ཡོངས་རྫོགས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་དེ་བསམ་ན་སྐྱོ་བ་ལ་ཨང་།

ཆ

ཨ་ལ། ལྷ་འཁྱུ་མདུན་དུ་སྒྲོར་མོ་འཛོག་དོན་ཅི་ ཞེ་ལུ་ (བུ་རུང་) ཁྱོས་ཤེས་ནི་མ་རེད། འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀ་བཟང་ནི་རེད། འོ་ན་ལྷ་
སྐྱེ་ཚོར་སྒྲོར་མོ་མ་སྟེར་ན་སྐྱོ་ལངས་རྒྱ་ཨ་རེད། ད་དེ་བ་བྱས་ན་མི་ཚོགས་ ཨ་གོ་ཐལ།

ཨ་ལ། འཛོམ་རྩེ་ལ་རུང་རུང་འདི་ང་ལ་ཅེད་སྐྱེད་དུ་ཨ་བཞིན། འདྲེ་སྐྱག་ལྷ་སྐྱེད་ཅེད་སྐྱེད་བྱེད་ནི་ཁྱོད་ལས་མེད། གཞན་པས་
གོས་ནས་དེ་ལྟར་བཤད་ན་ངས་ཁྱོད་གསོད་རྒྱ་ཡིན། ཨ་གོ་ཐལ།

ཨ་ལྷེ། ཨ་ལགས་གན་ན་མིག་གཡོན་པ་མེད་གི་ གདོན་སྐྱག་ཨ་ལགས་ཚང་ལ་དེ་ལྟར་ཟེར་མི་རུང་། ཨ་གོ་ཐལ།

བྱ་ཆུང་ལ་སྣང་དོགས་ཅམ་མེད་ལ་པ་མེས་ཆོར་སྣང་དོགས་དེ་ལྟར་ཆེ། མི་ཡི་སྤྲད་མེད་ཀྱི་རང་གཤིས་ངོ་མ་གང་ཡིན་ནམ།

ང

རང་རིགས་སྤྲོད་གྲུའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མང་པོ་ཤེས་བྱའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་རྒྱུན་པོ་གཤོག་ཆད་བཞིན་འཕུར་ཆུལ་མེད་
མོད། གནས་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་ཚབ་ཏུ་དབྱུག་པ་ལུས་ཆད་མ་རེ་ལག་ཏུ་བསྐྱབས་ཏེ། ལས་དང་པོའི་སྤྲོད་གྲུགས་ཆོ་རང་གི་འབངས་མིར་
བཀུག་པའི་སྣང་ཆུལ་མཐོང་ན་ངའི་ཡ་ཁོག་གི་མཆི་མ་རྒྱ་མཚོར་འབྱེལ།

དགེ་ཆུན་རྣམས་པ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནག་ཉེས་ཁུར་བའི་བཙོན་མ་ཡིན་ཡང་མགོ་ལག་པས་སྐྱོར་དགོས་ཆད་མི་
འདུག་པས་གནས་ལུགས་དུད་འགྲོས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་ན་ངེ་ལྟར་བཤད།

ཉ

བོད་པ་ཆང་གི་ཨ་མ་ཀུན་བྱམས་དང་ཨ་པ་རིགས་གསལ་ནི་སྤྱོད་རིག་བརྒྱ་བའི་པ་མ་གཉིས་རེད། མི་ལོ་བརྒྱ་ཡས་མས་ལ་སླེབས་
པའི་བྱ་མོ་ལས་སྤྱིད་སྤྱག་རང་གི་ཤ་ལས་ཆད་པའི་བྱ་མོ་ཡིན། དེ་རིང་སྤྱོད་བྱར་དུ་ནད་གཞི་ལྷོ་མོ་ཞིག་ཕོག་ཏེ་མལ་ཁུང་ནད་དུ་ལྷུང་།
ཨ་ལགས་ཀུན་མཁྱེན་ཆང་ལ་ཕྱག་མོ་གཟིགས་རྗེས་སྐྱ་རིམ་བྱེ་བ་འདུམ་མང་པོ་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་བར་བསྐྱབ་ན་སྤྱོད་ཉེན་མེད་པ་
དང་སྤྲོན་པར་བསྟན་ན་པན་ཐོགས་མེད་ཞེས་གསུངས། རིམ་གྱོད་དག་དགོན་ཁག་སོ་སོར་བཙོལ་འདྲོད་བྱས་ནས་ཚུང་མ་འགྲུངས་
པར་བདེ་སྤྱིད་འཚོའི་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་མཚམས་ཆད།

རྩ་སྐར་བཙོན་མོའི་ནད་གཞི་རྒྱ་ལྷག་རེད། རྒྱ་མ་རུལ་ནས་ཆད་འདུག་ཞེས་བྱ་མོའི་ཡབ་ཡུམ་ལ་བཤད་དུས་འགྲོད་གཏུང་གིས་
མིག་ཆུ་སྤྲར་ཡང་ལྷུང་། ཨ་ལགས་དང་ཡབ་ཡུམ་ཟུང་། བྱ་མོའི་ལག་དམར་རང་ཡིན་པ་ལ་འགྲེལ་བཤད་གསལ་བོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་.....
མེས་ལ་ཟུངས་ཤིག།

ཏ

ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་བོད་ཁུལ་དགོན་ཁག་གཙོ་བྱས་གང་མང་གི་ནད་ཉེན་ལྷ་སྤྱོད་རང་མགོ་མི་ཐོན་པའི་འབྱར་གཏམ་གོ་རྒྱུ་
མང་བས། ས་ཁུལ་མང་པོའི་བོད་མི་ཆོ་ཏ་ལས་བའི་གཏམ་སྤྱིང་སྤྱེ་མ་སྤྱེ་ཆོགས་བཤད་ཀྱིན་པ་ནི་ “དེ་ལྟར་ལས་ཐོད་པ་ལ་.....
ཨང་” སོགས། ད་ལོ་ཡང་ཁྱོད་སྐྱབས་ཐུགས་རྗེས་ཆེན་པོའི་ལྷ་སྤྱིའི་སྤྱིང་གི་གསེར་དཔུལ་གཡུ་བྱར་གྱིས་ཁ་བཏབས་པ་ཆང་མ་རྒྱན་ལ་
ཤོར་སོང་། ད་ཐུག་གི་བར་རྒྱན་མཁན་ལག་ལ་མ་རྟེན་པ་དེ་བདག་ཅག་གི་སྐྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་བསྐྱུང་ཡོད་ཁོ་ཐག་རེད་

ལ།

ཐ

གཉན་ཆེན་འཕོ་བ་རོག་པོ་ནི་དེད་འབྲོག་སྤྱོད་ཆོ་བ་ལྷའི་གཞི་བདག་ལ་བ་ཆེ་ཡི་དྲུང་ས་ཆེ། ཁོ་ལ་འབྲོག་སྤྱོད་ཆོ་བ་དེ་དག་
ནང་དོ་མཆར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་བཤད་དུ་མཆིས་མོད། ན་ནིང་གནམ་ལྷགས་ཐེབས་པས་མདའ་ཤིང་ཆང་མ་ཐལ་རྩལ་ཙམ་
ལས་ལྷག་ལྷས་མེད་པ་དེ་ལེགས་བཤད་དང་བཟང་བཤད་རིམ་ལྷན་གྱིང་། རྣམ་རིག་གསལ་བའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་གསལ་བཤད་དེ་
ལས་ལྷག་པ་གཅིག་གང་ན་མཆིས།

=====

སྒྲུལ་མ་ཉེར་གཅིག་

ལྷང་བྱ་གསར་སྤྱོས་ (ལན་གྲུ)

(༡)

“སྒྲུལ་མའི་འཇིག་རྟེན” ཏུ་རྩོད་འབྲོག་བྱ་མོ་
ནམས་ཀྱང་སྒྲུལ་མ་ཡིན་ལ་སྒྲུལ་མ་གང་ཡིན་ལྟ་མོར་.....
སྒྲུལ་ཞིང་དེ་མིན་ཐམས་ཅད་འདྲེ་རུ་སྒྲུལ་པའི་བག་
ཆགས་ཤིག་སྤྲོ་མོ་ནས་ཤག་ཟུན་གདོང་དམར་ཆོའི་ཤ་
གསེང་ན་རུས་རྒྱུད་བཞིན་འཐིམས་ཡོད།

(༢)

སྒྲན་ངག་པའི་སྒྲུག་ཆེར་འབྲིལ་བའི་སྒྲུལ་མ།
བག་བྱ་བརྒྱ་ཕྱག་ལ་ཤས་འདས་པའི་དེ་རིང་《མེ་མོང་
མའི》 མཐའ་ཤན་འདའ་འགོངས་མ་བྱུང་པའི་སྒྲུལ་མ་

ཡིན་ལ། ཆོག་རྒྱན་ལ་རམ་དྲགས་པས་སྒྲུག་གི་དབང་...
བོའང་བོར་བེན་པའི་སྒྲུལ་མ་ཡིན། ལྷན་ལ་སྒྲན་པའི་
མིག་ཟུང་དང་རྒྱ་སྤྱོད་དམར་པོའི་ལག་ཟུང་། ལྷས་ལ་
ཏ་རི་ཙན་དན་གྱི་དྲི་བོ་བ་རྒྱ་གར་ལྟ་མོའི་འཇུ་བག་...
གིས། སྒྲན་ངག་གི་སྒྲོ་ཐེམ་ཐོག་མར་འཇོག་པའི་སྒྲུག་
འཇོན་གངས་ཕྱག་བག་གིས་མི་ལང་བ་ཞིག་མི་གཙང་
ལྷན་ལྷན་བའི་ཕག་དང་མི་བྱིས་མི་དོ་མི་ཤེས་པའི་...
ལྷན་རའི་སྤྱོད་བཏང་འདུག་པ་ལ་ཨང་།

(༣)

སྤྱོད་སྤྱོད་མཆོའི་མགྲིན་པར་འགྲག་པའི་སྒྲུལ་མ།

ཆོས་དུང་དཀར་པོའི་སྐྱེད་བྱངས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་བྱུག་པའི་
སྒྲོལ་མ་ཡིན་ལ། དཔྱད་ཤིས་བསམ་སྒྲིའི་གྲུ་ཆར་གྱིས་
ཡོངས་སུ་དབྱུལ་བའི་སྒྲོལ་མ་ཡིན། ཉ་ཅང་རྒྱས་དྲགས་
པའི་བསྟོད་ཆོག་སྐམ་རིད་དེ་དག་དབྱངས་རྟ་ལ་འབྲེན་
ཐངས་རེད། འུ་ཆང་གི་རྩོད་འབྲོག་མང་ཆོགས་ངེ་འདྲ་
མང་པོ་ཞིག་ངོ་འཛུལ་ཆུང་གི་ལེར་ཆོངས་པའི་ཐུན་ཁུང་
དུ་འཛུལ་སོང་ལ། དུ་ཆུང་ཤིས་རབ་རྒྱ་མཆོ་དང་དུ་མོ་
ཐུན་ཆོགས་སྒྲོལ་མའི་གཉེན་སྲིག་རང་དབང་གི་བཅེ་་་
དུང་སྐྱ་གཞས་ཀྱང་ཐོལ་གྱིས་འཇགས་སོང་། གཡུ་་་
བྱུར་གཟིགས་མཐུ་ལ་རབས་དུ་མོའི་རྒྱན་དུ་འཛིན་པའི་ལྷ་
མོ་ལགས། གསལ་བྱེད་སུམ་རུའི་ལྷ་ལག་མེ་འབྱོར་བའི་
ཡིག་རྒྱུ་ལྷ་ལྷུལ་དེ་དག་གིས་སྒྲོབ་དཔོན་ཐོན་མའི་
སྐལ་ལྷན་དུ་སྒྲོབ་ངེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ལན་ཆགས་་་་་་
བཅོན་རར་བརྟག་ཐོང་ཨང་།

(༤)

ལོ་རྒྱུས་སྒྲུབ་ཆོའི་སེམས་ཁོང་ན་ཉལ་བའི་སྒྲོལ་མ།
“པ་སྤེའུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དང་མ་བྲག་གིན་མོ་རྩེ་
བཅུན་སྒྲོལ་མའི” རྒྱུད་པ་ལས་མཆེད་པའི་སྒྲོལ་མ་ཡིན་
ལ། ཡབ་ཆེན་སྤེའུའི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱང་རྒྱ་གར་ཆོས་ཀྱི་་་
ཞིང་ཁམས་ནས་མཆེད་འོངས་པའི་སྒྲོལ་མ་ཡིན། རྒྱལ་
རབས་བཞི་བརྒྱའི་རྒྱན་ཐག་ཁྱེད་སོང་ཕྱི་རྩྭ་གས་སྐོ་

འབྱེད་ཐབས་རུས་ཉམས་ལེན་བརྒྱུད་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱོགས་
བསྐྱས་སྒྲོབས་ཤུགས་སྤིང་གསུམ་འགོངས་པའི་བོད་་་་
རྒྱལ་སྤྱི་བཅོན་སྐམ་པོའི་སྒྲུ་མེད་མཛད་དགོངས་་་་
འཆོར་འདུག་ལ། རྒྱ་ནག་བཟླ་ཤིས་ཁྱི་སྐོ་དམག་ཤུགས་
ཀྱིས་གཏོར་རྒྱལ་ས་ཁྲང་ཨན་ཉིན་བཅོ་ལྔར་བདག་ཏུ་
བཟུང་བའི་ “འཛམ་་་སྤྱི་རྒྱལ་བོའི” ངོ་མཆར་གཏམ་
རྒྱུད་ཡོད། “གཉན་པོ་གསང་བ” ཉག་ཉག་ལྷ་སྐྱ་གཉན་
གསུམ་མཆེད་པའི་ལྷ་སྤྱང་རིང་མོ་ཞིག་དང་། ཁབ་ཀྱི་་་
རྒྱལ་བོ་མཐའ་མ “འུ་འི་དུམ་བཟན” ཀྱི་ཁྱེད་རྒྱུན་དུས་
རབས་དེའི་འཕར་ཆ་དང་བསྟོངས་ཏེ་གངས་རྒྱངས་སུ་
བཟུར་ཉིན་ནས། མི་ཤི་རྟ་འབྱེལ་དང་ཁྱོད་ཤིང་གསོན་
ཀྱི་ནང་དཔེ་འཁྲུག་ལོང་ཁ་བ་དུ་ཡུག་འཆུབ་པ་བཞིན་
མཆོམས་ཆད་མ་ཐོང་ལ། འབྱོར་བྱུག་ལོངས་སྤྱིད་རྣམ་
སྐས་མཛོད་ལ་འགྲན་པའི་ “བོད་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་”
ཀྱང་རྒྱུམ་ཟད་མར་མེ་བཞིན་མོག་པོར་གྱུར་སོང་།
རྒྱབས་ས་རེ་ས་མེད་པའི་འགོ་བ་སེམས་ཅན་བཛོད་ཀྱིས་
མི་ལང་བ་ཞིག་ལྷ་ལུང་དཔལ་རྟོག་གི་བྱམས་བཅེའི་་་་
ཤུགས་ཁུར་འོག་ད་ལྷ་འང་མགོ་སྐྱར་སྐྱར་ཏུ་ཞུམ་ཞུམ་
ངང་མ་སྐྱེས་སྐར་མ་དང་ཉམ་ཐག་དུད་འགྲོའི་བརྒྱལ་་་
ཞུགས་སྐྱར་བཞེས་ཡོད་པ་ལ་ཨང་། ལྷ་ཆོགས་ཀྱི་མགོ་
འཕང་ངེ་མཐོ་ནས་ངེ་མཐོ། འདྲེ་ཆོགས་ཀྱི་སེམས་

ངལ་ངེ་མཐུག་ནས་ངེ་མཐུག་

(༥)

དུས་རབས་ཀྱི་ལྷབས་ཚེ་ན་འཕྱ་བའི་སྒྲིལ་མ།
གནས་ལུགས་ཟབ་མོ་ཞིག་གི་ཚུ་མགོ་འཛུལ་བའི་སྒྲིལ་མ་
ཡིན་ལ། འཛོ་སྤངས་གསར་བ་ཞིག་གི་ལམ་གྱི་འཛུལ་
བའི་སྒྲིལ་མ་ཡིན། བཏུས་བཏུས་རིག་རིག་ང་ཚོའི་.....
མདུན་རྒྱབ་གཡམས་གཡོན་ནས་རྩོད་བལ་ཆ་བའི་རིག་
གནས་འགན་ཚུན་ཀྱི་ཆ་ལྷབས་ཤིག་སྟོན་སྟོན་འཕྱར་.....
འོངས་པ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་དང་འཛོ་གནས་ཀྱི་
དགོས་མཁོ་རེད། གཞན་ཚོས་ལྷ་བའི་གོ་ལ་བདག་ཏུ་
བབུང་ནས་སྟོང་ལོ་གཉིས་དང་ཉག་མ་ཁ་ཤས་འདས་
པའི་དེ་རིང་ཚོས་ད་དུང་བྱམས་སྟིང་བྱག་ཤིང་མཛུབ་
མོས་ཚེན་བཞེན་《གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་ནམ་ཐར་》
དང་《སྤྱི་རབས་སོ་བཞིའི་རྟོགས་བརྗོད་》ལ་ན་བ་.....
སྤྲུགས་ཏེ་ཡོད། ཁ་ཕོ་ལྷ་ཚུགས་ཆེ་ཞིང་ཁ་བཤད་དོན་
ལ་མི་གནས་པ། ཨ་གསར་ཕྲག་དོག་ཆེ་བ་སོགས་མགོ་
ནག་བོད་པའི་གཤིས་ཀ་ཡིན། སྤྱི་མེད་སྤྱི་འཕེལ་རིགས་ནི་
མ་གཞི་ནས་རང་དོན་འབའ་ཞིག་བསམ་པའི་རི་སྤྱང་
འབྲམ་པོ་ཡིན་པས་ནམ་ཞིག་ལྷག་ཏུ་མེད་པར་བཏང་
བའི་བསྐྱེད་འཛུལ་དཀར་ཁྱེད་ཀྱིས་བཟོད་རྩལ་སམ།
“རྟིང་བ་ཐམས་ཅད་ལྷ་གསར་བ་ཐམས་ཅད་བདུད་དོ་”

མཆར་པལ་ཆེར་ཐན་ལྷས་ཉིད་དུ་སྒྲིལ་བ་” སྤང་བ་བོད་
ཀྱི་ལུགས་སྒྲིལ་ཡིན། འདིའི་དོན་དུ་འཛུལ་གླིང་ན་.....
དཀོན་པའི་པཱེ་ཅུའི་བུ་མ་ཞིག་ནོར་དོ་མ་ཆོད་པར་.....
རྩོལ་བརྒྱབས་ཆར་ཞིང་། བོད་ལྷ་ན་དཀོན་པའི་.....
རྟོགས་སད་ཀྱི་ཅོང་བར་ཞིག་མི་བུ་རང་གོ་ལ་གྱི་གཅེས་.....
སྒྲིག་ལ་བརྗེད་གོས་སོང་། “གསེར་དང་མཚུངས་པའི་.....
ནམ་དཔྱད་དག། མཉམ་དུ་ཤིན་ཤིན་ཏུ་པངས།” ཀྱང་
རི་ཚོགས་ཏ་ཅང་ལྟིང་འཇགས་རེད། 《དཔྱད་ཤེས་.....
རྒྱང་འབོད་》 ཀྱིས་མི་བུ་ནམ་གཉིས་ཀྱི་དུང་བར་མཁའ་
དབྱིངས་ནས་སྒྲིགས་བཞིན་མི་ཁ་མཐུག་ས་མི་གཞི་.....
དབེན་སར་ཁེར་རྒྱང་ངང་ལམ་ལ་ཆས་དུས། 《བདག་
དཔེ་ཚོགས་》 ཀྱང་ཕྱི་རོལ་གྱི་དྲག་ཆར་རྒྱང་འཛུལ་ལ་
འཛོམ་དོགས་ཅི་ཡང་མེད་པར་དཔའ་ངར་ཆེར་བསྐྱེད་
ཀྱིས་ “བདག་” འཛོལ་བའི་སྤང་དུ་ཅིས་ཀྱང་སྒྲིལ་
བསྐྱངས་དང་འདུལ་རྒྱུགས་བྱེད་དགོས་སོང་། དེ་ནི་མི་
རབས་གསར་པ་འདིས་སྤྲུལ་ནམས་ཀྱི་དཔའ་མཛེས་
སྟིང་སྟོབས་དང་སྒྲོ་གྲས་ཉིང་བཅུད་ལས་བྱུང་བའི་རིག་
གནས་ལ་ཕྱིར་རྟོག་དང་བསམ་གཞིག་ཡང་ཡང་བྱས་
པའི་འབྲས་རྟོགས་ཡིན་ལ། དེ་ནི་མི་རབས་གསར་པ་
འདིས་དཔྱད་ཤེས་དང་དོགས་སྒྲིང་གི་གོ་མཚན་འབྱེར་
ཏེ་འཛུལ་གླིང་རིག་གནས་བང་མཛོད་སྒྲིག་བཤེར་དང་

འཆོལ་རྟག་བཀྱིས་པའི་ཐོབ་བྱ་ལགས། བྱིད་ཀྱིས་རི་
གསུམ་ཅེ་ལྷང་གསུམ་མདོ་ནས་རྒྱང་མཐོང་དང་མེ་ལོང་
བཟུང་སྟེ་སྒྲོལ་མའི་བཞིན་རས་ལ་གཟིགས་དང་།
དངོས་གནས “དོན་དང་མཐུན་པའི་གཏམ་སྒྲུབ།
འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཤིན་ཏུ་དགོན།”

(༥)

བག་ཆགས་དེའི་དབང་གིས། “སྒྲོལ་མའི་
འཇིག་རྟེན” གྱི་ས་རྒྱལ་ན་འཆོ་གནས་ཀྱི་ཉམ་སེམས་...
དྲགས་པས་མནར་ཞིང་སྒྲོལ་མའི་བཞིན་རས་དོ་མ་...
མཐོང་བའི་འདྲེ་ཆོགས་ཀྱི་ཆེ་སྟོག་ཅིག་ཁད་ཀྱིས་ནར་...

སོན་བཞིན་ཡོད། དཔྱད་ཤིས་ཀྱི་རལ་གྱི་ཐོགས་པའི་མི་
བྱ་སྤྱིང་སྟོབས་ཅན། དོགས་སྤྱོད་གི་གྲ་ཆ་བགོས་པའི་མི་
བྱ་ཁེར་ཚུགས་ཅན། དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་སྤྱང་བྱ་འཆང་བའི་
མི་བྱ་ནམ་དཔྱད་ཅན། དྲང་བདེན་གྱི་ཉག་ཤུན་འཛིན་
པའི་མི་བྱ་མི་གཞི་ཅན་སྒྲོལ་མའི་ལས་དབང་སྤྱོད་བརྗོད་
རང་མོས་ཀྱི་སྟེགས་བུའི་མདུན་ན་འཆང་ཁ་ཤིག་ཤིག་
བང་། རིག་གནས་གསར་པའི་ལས་འགུལ་གྱི་དར་ཆ་
མཐོ་ནས་མཐོ་བྱ་སྤྱོད་བཞིན་མདུན་ནས་མདུན་ཏུ་སྤྱོད་
ཀྱིན་གདའ།

༢༠༠༥. ༣. ༡༩—༢༡



“དགྲ་གཏར”

(པཱིཔ)

གར་འོང་ཆ་མེད་གྱི་སྐུན་སྣང་ཞིག་གིས་རང་གསལ་ནས་འདུག་མ་བཟོད་པར་སྤྱིར་མི་འབྲུང་ཐབས་མེད་བྱུང་། སྤྱིར་ཡིན་ན་……

ཉིན་འདི་དག་རིང་ལྟ་ས་ “གཤལ་པ་” ཞིག་དང་འདྲ་བར་སྲང་མདོ་ཆེ་ཆུང་གུན་མདྲོག་མི་གཅིག་པའི་ “གསྐྱང་” གིས་རུབ་ནས་ཡོད་

པས་སྤྱིར་འགོ་ཆོད་ཅིག་གཏན་ནས་མིན་ཡང་། དོད་གོང་གི་སྐུན་སྣང་འདིས་……

ཕྱི་དོའི་ཆར་ཞོད་དེས་ “ག་སྤང་” མང་སྟོགས་བདས་ཆོར་ཡང་། གཤོག་སྒྲོ་མ་ནེམ་པའི་ “ག་སྤང་” རེ་གཉིས་ད་དུང་ཡང་……
 མཐོང་རྒྱ་འདུག དམིགས་ལུལ་མེད་ཀྱང་ཡོངས་སྟོགས་ཀྱི་བར་བསྐྱར་བརྒྱད་ནས་འགོ་དུས། རྫོལ་མང་མདུན་གྱི་མངགས་གཏོང་ཁང་
 དེའི་སྒོ་ད་དུང་གཏན་མེད་འདུག དམག་ལྷ་ཁྱོན་པའི་སྤྱི་བདེ་མི་སྣ (ལྷ་སའི་མང་ཆོག་སྤྱི་ཁོ་ཆོར་ “གསོན་འབྲེར་” ཡང་འབོད)
 རེ་གཉིས་ཕྱིར་བུང་དེ་ཡིན་སྤང་གིས་རྫོལ་མང་མདུན་གྱི་རྫོག་ཅལ་ཏུ་གཅིན་གཏོང་གིན་འདུག ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་ལ་ཁོ་ཆོ་མངག་……
 གཏོང་ཁང་དེའི་ཉེས་ཅན་མིན་ཡང་། ཁག་མེད་ས་ཞིག་ནི་ད་ལྟ་ནམ་གོང་གི་རྩ་ཆོད་བཅུ་གཉིས་ཟེད།

(ସାବିତ୍ରୀ)

པོ་ཏ་ལའི་རྒྱབ་གཞུང་གི་ས་ར་དཔོན་པར་འགྲོ་སའི་ལམ་ཆེན་དེ་ཉིན་མཆོན་གོ་ཚུག་གི་སྐར་ཤར་ཞིག་ཡིན། བལ་ཆེར་ལེ་
དབར་གཅིག་ལྷག་ཡོང་བའི་སྐར་ཤར་དེ་ས་རུབ་མ་ཐག་གློག་འོད་དམར་པོའི་འག་ན་འདྲུ་འཛི་ཏ་ཅང་ཆེ། གྲངས་ཀྱིས་མི་ལོངས་
པའི་རྒྱ་བོད་རྩོར་གསུམ་གྱི་ཐུང་འཆོང་མ་ (ལྷ་ས་བས་ “དེ་པོ” ཟེར) མང་པོས་སྒྲོར་བྲུག་མཐུག་པོ་ཅན་གྱི་ཁ་ནག་ངོ་ནག་གི་ལྷ་ས་བ་
ཆོ་དང་། ཐག་རིང་ནས་འོང་བའི་ཁ་དཀར་ངོ་དཀར་གྱི་གནས་མངལ་བ་ཆོ། བྲུ་ཆས་ཐུང་ནས་རྒྱ་གར་ལ་འབྱོ་བར་ཚུམ་པའི་སྐྱེ་མིན་
སེར་མིན་གྱི་མགོ་རྩོ་གཉའ་སྐྱར་སོགས་མདྲོར་ན་ལམ་དེར་བྲུགས་པའི་འབྲུལ་བ་ཡོད་དོ་ཅིག་ལ་མངོན་སུམ་འདྲིམ་མེད་ཀྱིས་
“ཞབས་མཚོན” གཏོང་གི་འདུག།

སྤྱི་ཡིན་ན་ལྷ་ས་ནི་ཉེན་རྟོག་པ་དང་སྤྱི་ཚོགས་པའི་འཇགས་རུ་ཁག་ཆེས་མང་པའི་གྲང་བྱེད་ཀྱི་གསལ་ཡིན། བྱ་སྤྱིང་གི་རྫོང་ས་
རྒྱ་བཞིག་གིས་ཀྱང་ “འཛམ་གླིང་འབྲུག་ཆེན་གཉིས་པའི་བྱ་ནས་ངས་འདི་འདྲའི་དམག་མི་འཕོར་ཆེན་ཞིག་མཐོང་མ་ཅུང་” ཟེད།
འོན་ཀྱང་རྒྱག་མེད་བྱིས་མེད་ཀྱི་སྤང་ཤར་འདི་ཉེན་རྟོག་ས་ཁོངས་ཀྱི་གསལ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནམ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྤྲུལ་བཞིན་འོང་།

དུས། ༡༡ སྤྱི་ལོ་དེ་པའི་ཉེན་འཁོར་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་སྒྲིག་འོད་དམར་པོའི་ལོག་ན་ཏ་ཅང་ཉམ་རྒྱུ་གིས་བསྐྱར་འདུག དངོས་གནས་ “གསོན་འབྲི” རེད་…… “གསོན་འབྲི” ཞེས་ངག་ལས་བྱུང་བྱུར་བ་རྒྱ་དུས། བྱུང་མེད་ཅིག་ངའི་ལག་ལམ་ཁོར་འཁྱུ་ནས་ “ཨ་མ་དྲོ་སོ་གཏོང་གི་ཨ་ཡིན” ཟེད།

(གཞུང་)

ན་ནིང་ (༢༠༠༥) དཔྱད་ཐོག་བརྒྱུད་པའི་སྐུ་མཆོག་པོས་ཆོག་པ་འདྲ་ཞིག་བསྐྱེད་འདུག ཆོག་པ་
འདྲའི་ཁ་ཡིག་དུ་ “མ་ཁས་དབང་དམུ་དགོ་བསམ་གཏན་སྐྱུ་མུ་ངན་ལས་འདས་ནས་ལོ་ ༡༡ ལོར་བར་རྩེས་དྲན་དང་དེ་དང་འབྲེལ་
བའི་《ཀུན་གྱུ་མཆོག་པོའི་》 ཚུམ་རིག་བསྟོ་གྲོང་” སྐགས་བྲིས་འདུག་པས་བོད་ཀྱི་མ་ཁས་པ་འགའ་ཡང་བསྐྱེད་འདུག་གྲང་། ཡ་མཆོག་
པ་ཞིག་ལ་ཆོག་པ་སྟེགས་ལས་མར་འཁོར་མ་ཁན་དང་སྟེགས་ཞེས་ནས་ཡར་འཁོར་མ་ཁན་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ད་ཅུ་ཡས་མས་ཆོས་གོས་དམར་
སྐྱ་གཏྱོན་པའི་གྲུ་བ་རེད། དེ་མིན་ཆོག་པ་ཁང་གཞུགས་ཀྱི་གྲུ་ལོག་ཞིག་ཏུ་ལག་ཏུ་སྐྱ་གྲང་འབྲི་དེབ་སྟོགས་པའི་འབར་དགའི་སྐྱབ་
མ་འགའ་ཡང་ “དད་པའི་སྤྲོ་ལོང་” གི་ཚུ་ལ་དུ་བཅར་འདུག།

འདི་ནི་ངས་དོན་གྱི་རྩམ་རིག་ཡིན་ནམ།

དྲི་བ་འདིས་བྱེད་ཅག་ཁོང་ཁྱོད་མྱོང་བར་སྲིད་ཀྱང་། ཚུགས་ཐོག་དུ་ངས་དངོས་གནས་ཚོམ་མིག་བརྗོད་བྱར་བྱུང་བའི་གཏམ་……

སྲིང་བ་གཉིས་ལས་མཐོང་མ་ཐུག། དེ་བྱིངས་ཚང་མས་དམིགས་ལྷལ་དང་། ལྷ་བ་གཅིག་མཐུན་དང་། རམ་རམ་རྒྱུ་རྒྱུ་གིས་བརྗོད་བྱ་

གཅིག་ལྷུང་ལྷུང་འདུག།

དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཚུལ་ལྷགས་རེད།

(ସବି)

ཐངས་ཤིག་ཐངས་ཚུམས་པ་ཞིག་གི་གདན་ཞུ་ལྟར་ལོ་རྒྱུ་འགན་ཁུར་ནས་མཆོ་སྡོན་གཙན་ཆའི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་ཞིང་གོང་.....
 ཞིག་དུ་སོང་། ང་དང་མཉམ་དུ་འགོ་མཐན་ཨ་མ་མེ་དང་སྤྱོད་ཡུ་ནོར་མེ་སྟགས་ཀྱི་ཕྱི་སྤྱིང་པ་མེ་གཉིས་དང་། རྩེ་པ་དེའི་ལྷ་པ་གཅིག་དེ་
 མེན་མཆོ་སྡོན་སྤྲོད་ཆེན་ན་སྤྲོད་གཉེར་བྱེད་པ་ཞིན་པའི་ཆབ་ཆའི་དུ་མོ་གཉིས་པཅས་ཡོད།

ང་ཚོ་ཕྱི་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་ཚོའི་ “སྐྱེ་ལས་མགོན་” ཞིག་སྤྲོ་བས་ད་ལྟར་གཅིག་རྒྱུ་ལ་ཕྱིས་མཐུད་ཀྱིས་རྒྱུ་བའི་
 མཉམ་ཁུངས་ཚོའི་མིག་ནས་མཆི་མ་འདྲོན་བཞིན་ “བྱེད་ཆོ་ཨ་འི་ཡིན་ནའང་འདྲ་ནོར་རུ་ (ནོར་མེ) ཡིན་ནའང་འདྲ་ང་ཚོའི་སྤེ་བའི་……”

སྒྲིབ་སྤྱད་ཀྱི་ཆོ་གཅིག་གསལ་། ཟེམ། སྤྱིར་ཡིན་ན་ལྟེ་བ་འདི་དངོས་གནས་ཕྱོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་དཀའ་ངལ་ཏུ་ཅང་ཆེ་བའི་་་་
ཞིང་ལྟེ་ཞིག་རེད། ལྟེ་བ་གོང་ཞོལ་གཉིས་ཕྱེས་ཡོད་ཅིང་ཆགས་ས་རི་ཕྱི་ལ་གཞུང་ལམ་མེད་ཅིང་རྒྱུ་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཆུ་ཆོད་བཞི་་་་
ལཱའི་རི་འཛེགས་ཀྱི་ལམ་ཡོད། ལྟེ་བའི་ནང་སློབ་ཆེན་སློབ་མ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ་སློབ་གྲྭ་རྒྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་པའང་ལོ་ངོ་གཉིས་གསུམ་
ཅུ་མ་གྱི་ལྟ་རྒྱུས་རེད། དགོ་ཆེན་གཅིག་ཡོད་ཟེར་བའང་ང་ཆོ་སྤྱད་ཀྱང་མཐོང་མ་སོང། འོ་ན་མེ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཕྱི་སྤྱིང་བ་དེས་ “ཁོང་ཆོའི་
ལྟེ་བ་འདི་ལ་རྟོགས་བྱས་ནས་ལོ་ངོ་བརྒྱུད་སོང་། ཟེར་ཡང་། ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ལ་ལྟེ་བ་འདིར་ཁོང་ཆོའི་སྤྱབ་འབྲས་ཆུ་དོང་འགའ་
ཤས་དང་གསང་སྤྱོད་གཅིག་རེད།

འོ་ན་ཁོ་ཆོའི་ལོ་ངོ་བརྒྱུད་ཅི་ལྟར་བསྐྱལ་བ་རེད།

ཕྱི་དྲོ་ལྟེ་མི་ཡོངས་ཆོགས་འདྲར་བསྐྱས་རྗེས། ཁོ་ཆོའི་ལྟེ་བ་འདིར་ཤ་ཆོར་བས་དང་སྤྱིང་ཉེ་ལྷགས། ལུ་མཐུད་དུ་རྟོགས་སྤྱོད་བྱེད་ཚུལ་
སྤྱོད་ལྟེ་མི་ཆོའི་ཁ་ཆུ་འཐོར་རེག་བར་བཤད་རྗེས། ཁོ་ཆོའི་དམིགས་ཡུལ་དངོས་དེ་སྤྱིང་ལ་བུད་ཡོང་། ས་ཆབ་ཆོའི་སྤྱབ་ཆེན་བུ་མོ་
གཉིས་དང་ཆོས་ལྷགས་གང་ཡང་མི་ཤེས་པའི་གྲ་བ་དེ་བརྒྱུད་ནས་ཏུ་ཅང་བྱང་ཆ་ལྟན་པའི་ངང་ས་ཨ་མ་དོའི་བོད་ཀྱི་ཞིང་ལྟེ་ཆུང་་་་་
ཆུང་དེར་ “གྲ་འོར་” གྱི་ཆོས་འགྲེད་གནང་བྱུང་།

དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ལྷགས་རེད།

(ལུ)

སྤྱོད་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་ཡང་བསྐྱར་ «སྤྱོད་ཆོའི་ལང་ཆོ་» ཞེས་རྒྱ་བོད་ཡིག་བྲུང་གིས་ “ཉེན་བཤད་” བྱས་ཡོད་པས་ལྷག་ཚུམ་
དེ་བ་ཆུང་ཞིག་བཀྲམས་ཡོང་། དེ་ནི་ང་ཆོས་ལྟན་རིང་མ་བསྐྱུགས་པའི་ཚོམ་ཡིག་གི་སྒྲིབ་སྤྱོད་ ང་ཆོའི་ “དབྱར་ཀ་ལ་བསྤྱོད་པ་” དང་
“དགུན་ཁ་ལ་སྤྱོད་པ་” སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་ཚོམ་གསུ་སྤྱོད་གསུ་ནའང་།

«བསམ་གཞིགས་རྗེས་མ་» ཞེས་པའི་ལྷག་བརྗོད་དེས་དངོས་གནས་ཅི་ཞིག་ “བརྗོད་སྤྱོད་” ཡོད་པའི་ཆོར་སྤྱོད་ཞིག་སྤྱོད་པ་ལས་
གོང་གི་ཚོམ་ཆུལ་དེ་དང་རིང་དུ་གྱེས་འདུག ཁོས་ལྟ་བ་དང་བརྗོད་བྱ་གང་ཞིག་ལ་དགག་གཞིག་དང་སྤྱོད་འབྱོར་གྱི་ལྟ་ཆུལ་བཟུང་
ཡོད་པ་འདྲ་ཡང་། ལྷན་མི་ལྟན་པ་ནི་ཁོས་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་གཟུགས་བྱུང་གྱི་ཆ་དང་གྱོན་ཆས། འཚོ་བ་སྤྱོད་དགག་གཞི་དང་
གཏན་ནས་འབྲེལ་བ་མེད་པ་སྤྱོད་ཞིག་ལ་ལང་གོར་གྱི་སྤྱོད་ཆས་དགག་གཞིག་བྱས་འདུག

ཆོད་ཐིག་འདི་མཐོ་དྲག་པས་ཡིན་ནམ་མི་འདི་དག་དངོས་གནས་ “བཅོག་” དྲག་པས་ཡིན།

དོན་དུ་མི་དགོས་ས་ནས་ངས་ཁྱོད་ལ་རྒྱུ་ལོན་ཐངས་གཅིག་བྱས།

(བྲུག)

ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། ལྷ་སྤུལ་ཆོས་ཆོས་གཞུང་བསྐྱར་ནས་རྒྱ་ཡིག་ཆོག་འབྲུ་རེ་གཉིས་ལྷན་གྱིན་འདུག།

ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། ལྷ་སྤུལ་ཆོས་དགོན་པ་བསྐྱར་ནས་རྒྱ་གྲང་ལྷུལ་གྱིན་འདུག།

ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། ལྷ་སྤུལ་ཆོས་དང་ལྷན་མང་ཆོག་པ་བསྐྱར་ནས་ཆ་མེད་སྤྱིན་བདག་འཆོལ་གྱིན་འདུག།

ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། ལྷ་སྤུལ་ཆོས་དང་ལྷན་མང་ཆོག་པ་ཀྱི་ཁྲག་རྒྱ་གོས་བཅོར་བའི་དུལ་ལོར་གྱིས་རང་ཉིད་ལ་ “མི་ལས་”

གྲ་དག་རེ་བྱས་ཆེས། དམིགས་ཡུལ་མི་རྟོགས་པའི་རྒྱུ་མེད་ཀྱི་སྤྱིན་བདག་རེའི་ཆེས་སུ་རྩ་མ་མེད་པའི་བྱི་ལྷན་བྱང་འགྲོ་ལོ་རྩ་

འགའ་ཤས་མ་འགོར་བར་ལབ་སྐྱོས་མི་གཅིག་པའི་སྟོགས་དྲ་རེ་བྱེད་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་རྩ་བྱེད་པ་ཡུལ་དུ་སྤྲེགས་ཡོང་། དང་ལྷན་མང་.....

ཆོག་པ་གྱིས་ད་དུང་སྤྱར་ཐང་བསྐྱེགས་ནས་ “གདུང་མངལ་” བྱེད་གྱིན་འདུག།

དོན་དུ་ཁྱོད་གྱིས་ཕན་ཉིལ་འབྲུ་ཅམ་ཡང་མ་ཐོགས་པར་གནོད་རི་ལྷན་བཀལ་བའི་ཉེས་ཁུར་བ་ཞིག་གིས་དེ་ལ་ “རང་སྤྱུག་
རང་གིས་ཉོས་པས་སྤྱུག་གྱོང་རེད་” ཅེས་ལབ་ན་འགྲིག་པ་ལས། སྤྱིང་བོའི་སྤྱོད་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་བཅོམ་པོར་ཐོད་པ་གཏུག་པ་ཉ་ཅང་མི་
རན་པར་སེམས།

(བདུན)

དོན་དུ་ “སྤྱུ་ཅལ་” ཞེས་ཆོན་མངའ་ས་སྤྱོད་ཕྲག་གི་སྤྲེགས་བཅའ་གྱི་འཇིག་རྟེན་ནི་མི་བྱ་སུ་ཞིག་གི་ཐོས་བསམ་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཡིན།

རིག་དགའ་ནི་བོད་ཀྱི་རྒྱུང་ལེན་སྤྱུ་ཅལ་བ་ཞིག་རེད།

ལྷ་སྤུལ་ཆོས་དགོན་པ་ཤགས་སྤྱུ་ཅལ་བ་ཞིག་རེད།

ཁོ་ཆོས་ནར་མ་སོན་པའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་དག་དང་། འགན་མ་ཁུར་བའི་སྤྱུ་བརྗོད་ཀྱི་སྟོགས་རོ་དག། ཁེངས་དྲེགས་ཉམས་གྱིས་ང་
ཆོའི་མིག་གི་མདུན་དང་ན་བའི་གསེབ་དུ་བཅང་ཡོང་དུས། ང་ཆོས་མཉམ་དུ་སྤྱོད་གྱིན་པའི་ “བོད་” ཅེས་ཐ་སྦད་ཆེན་པོ་དེའི་དུང་
ཞེན་གྱི་དབང་གིས་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ཅེས་ཀྱང་གཏོང་དགོས་སོང་། བསམ་སྒྲོ་དེའི་ལྷན་རྒྱུ་བ་ནས་ཐག་རིང་གི་མཛེས་པ་དེར་དངོས་
གནས་རིག་མ་ཐུབ་ཡང་།

ཁར་དུ་བྱམ་ཡོང་བའི་བཤད་ཚུལ་ནི་ “བྱི་སྐྱུག་ཁ་ཕུ་བཟུང་ནས་ མཛེས་པའི་འཇའ་ཆོན་སྟོག་པ་” བྱིས་པའི་ཆེད་མོ་ཁོ་ན་ཡིན་

པ་དེལྟ།

(བརྒྱད)

དབྱུས་པ་ཞིག་གིས་ “ཆོས་དང་མེད་པའི་ཨ་མ་དོ་བ་རྒྱ་མི་རེད” ཟེར། “འཐབ་ལ་དགའ་བའི་ཁམས་པ་བར་སྟོག་གྲང་མི་……
དགོས” ཟེར།

འོ་ན་ཆོས་ལ་དང་ཅིང་འཐབ་ལ་མི་དགའ་བ་ནི་དབྱུས་བ་ཆོ་ཡིན་ནམ།

(དགུ)

ཅེད་ར་ཉྩ་བུའི་ཉྩ་ས་ནས། རྩོམ་ཉྩ་བུའི་པོ་ཉྩ་ལའི་མདུན་ནས། ངའི་མདོ་དབྱུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་བོད་པ་ཆོའི་ངོ་གདོང་……
དངོས་དེ་མཐོང་བྱུང་། སྤྱི་ཆོགས་དང་རང་ལུགས་གཅིག་ནས་སྤྱི་ཆོགས་དང་རང་ལུགས་གཞན་ཞིག་ལ་བཅན་འཇུག་གནང་བའི་མི་
རིགས་ཞིག་གི་སྒྲིག་པ་མཐོང་བྱུང་།

“ཆོས་དང་ཆེ” བའི་དབྱུས་པ་ཆོ་རྒྱ་ལོ་རྒྱུས་བསྟུལ་འདུག

“དཔའ་རྩལ་ཆེ” བའི་ཁམས་པ་ཆོ་རྟེང་ཞེན་གྱིས་བརྒྱན་འདུག

“རིག་རྩལ་ཆེ” བའི་ཨ་མ་དོ་ཆོ་ལྟར་བེད་གིས་ཆོམས་འདུག

——༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་༥པར་ཉྩ་སར།

ལྷོ་རྒྱ་རྒྱ་མཚོ་ཐད་པོ་རྒྱ་མཚོ་

ཉྩ་ས་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

བོད་ཀྱི་རྒྱུན་གོས།

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཁྲིམ་ཞུག་གཟིག་དང་སྤུས་སྤྲུགས་ཀྱི་མཐའ་ཤན་ཕྱ་མོ་རེ་ཡོད་པའི་ཁྱོན་ཆས་གོན་སྤྱོད་གཏན་ནས་མེད་པ་མ་ཡིན་ཡང་། ཉེ་བའི་ལོ་འདི་གའི་རིང་དར་བྱུང་ཆེན་པོར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཅིག་ནི། བོད་ཡུལ་དུ་རང་རྒྱུང་ཕྲོངས་དང་རང་རྒྱུང་ཁུལ་རང་རྒྱུང་རྫོང་ཚུགས་པའི་དགའ་སྟོན་ཆོགས་འདུ་ཆེ་ཆུང་དག་གི་སྐབས་དང་། རྫོང་ཁུལ་སོ་སོས་ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་སྐོར་རིག་གནས་དར་སྤེལ་གྱི་ཆེད་དུ་ཁྱོན་ཆས་འགྲེམ་སྟོན་ནམ་རྒྱུན་གོས་འགྲན་བསྟར་གྱི་བྱ་འགུལ་སྤྲེལ་སྤེལ་བ་དེས་ཡིན།

དེའང་འབྲེལ་ཡོད་བྱ་འགུལ་རྩ་འཛུགས་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་རྒྱུན་གོས་རྩ་ཆེ་མེད་ལ་ཨང་རིམ་བཀར་ཉེ་བྱ་དགའ་སྦྱོང་པ་དེ་དང་། རྒྱུན་གོས་ཁྱོན་མཁན་དག་ལ་མཆོན་ན་རང་རང་གི་ཉོར་དང་འབྱོར་བ་གཞན་ལ་ངོམ་འདོད་དམ། གྲགས་སྐམ་དོན་གཉེར་གྱི་སློབ་ཆུང་གྱི་དོགས་ཀྱི་བསམ་སློབ་དེ་ནི་རྒྱུན་གཙོ་བོ་རེད་སྟེ།

རྒྱ་འབྱོར་གཞན་ངོམ་དང་གྲགས་སྐམ་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་སློབ་དེ་མེད་ཟེར་ན་བོད་ཡུལ་དུ་བྱ་འགུལ་དེ་དག་གི་སྐབས་སུ་རྒྱུན་གོས་རང་ལ་མེད་ཀྱང་གཞན་ནས་གཡོར་བའམ། ཐ་ན་ས་ལེ་དབར་བརྒྱ་ཕྲག་གིས་ཆོད་པའི་རྫོང་ཁུལ་གཞན་ནས་གཡོར་ཉེ་ཁྱོན་པ་ནི་རང་རེའི་བོད་ཀྱི་གསང་བ་མེན་པའི་གསང་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་དེས་ཀྱང་ར་སྦྱོང་ལུག་

སྤྱིར་བཤད་ན་སྟག་གཟིག་སྤུས་གསུམ་ནི་རྩ་ཆའི་རེ་དྲགས་ཀྱི་གསུ་སུ་གཏོགས་པས་དེ་དག་གསོད་པའམ་པགས་རིགས་ཉི་འཆོང་བྱེད་པའང་བྲིམས་འགའ་གྱི་ལས་ཤིག་ཡིན་མོད། དེར་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་བཀག་འགོག་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད། ཆོང་ར་ན་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་དུ་ཉི་འཆོང་འགྲོ་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ཀྱང་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་ཡོད།

དེའང་འཆོང་མཁན་དག་ལ་མཆོན་ན་ཁེ་སྤྲོད་དོན་གཉེར་གྱི་ཆེད་དང་། རྒྱུགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན་དམངས་ཀྱི་འཆོ་བ་དང་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་དུ་སོང་ཡོད་ཚུལ་གཞན་ལ་བརྒྱུད་སྤྲོད་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་ལག་ཆ་ཞིག་ཏུ་དམིགས་པ་ཡིན་ཀྱང་སྤྲོད་ཀྱིན་གོས་མཛོས་མེད་ཀྱི་བྱེད་པར་ནི་དེའི་རིན་གོང་མཐོ་དམའ་དང་རྩ་ཆེ་མེད་ཀྱིས་འབྱེད་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་། རང་རེའི་བོད་དུ་ཁྱོན་གོས་མཛོས་མེད་དེ་རིན་གོང་དང་རྩ་ཆེ་མེད་ཀྱིས་འབྱེད་པའི་འཁྱོག་གཟུགས་ཀྱི་མཛོས་དཔྱད་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་རིན་ཐང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་དང་ཆགས་བཞིན་ཡོད་པ་དེས་ཡིན་སྟེ།

དེའང་སྟག་གཟིག་སྒམ་གསུམ་གྱི་པགས་རིགས་ཀྱི་ན་པ་དེས་རི་དྲགས་དེ་དག་དངོས་སུ་བསང་པ་མ་ཡིན་ཡང་བསོད་མཁན་ལག་
དམར་ལ་ཁེ་སློགས་སྒྲིབ་པ་ཡིན་པས་རྒྱ་དེད་ན་ལག་དམར་གཉིས་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད། བོད་ནི་ཆོས་ལུན་གྱི་ཡུལ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་སྟག་
གཙོད་པར་འཛེམ་པས་ན། ཆོས་ལུགས་ཁོ་ནའི་ཆ་ནས་བཤད་ནའང་འདི་མཛེས་དཔྱད་གྱི་ལྟ་བར་འགལ་ཡོད་སྟེ། རིན་ཐང་ལྟ་ཆུང་ལ་
གྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན་བོད་གྱིས་རྒྱན་གོས་གྱི་ཕྱགས་སུ་གཏོང་བཞིན་པའི་རྒྱ་འབྱོར་དེ་དག་གིས་པའི་སྒྲིབ་གསོ་དང་ཐོན་སྐྱེད་ལག་ཆའི་
ཕྱགས་སུ་གཏོང་འོས་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་བོད་མི་སྤྱི་ལོ་སྒྲིབ་གསོའི་ཆུ་ཚད་མཐོར་འདེགས་དང་སྤྱི་ཆོགས་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་བཅས་ལ་
ཕན་སྟེ།

ད་ལོའི་སྤྱི་ཟླ་བཞི་བའི་ཆེས་བཅུ་གཉིས་ཉིན་ནས་བཟུང་མཆོ་སྟོན་བརྟན་འཕྲིན་ཁང་གི་བོད་སྐད་ལེ་ཆོན་གྱི་འགོ་འཛིན་པས་ཡང་
བསྐྱར་སྒམ་པགས་གྱི་མཐའ་ཤན་ཡོད་པའི་བོད་ལྷ་ཁྱེན་ཏེ་ལེ་ཆོན་འགོ་འཛིན་བྱེད་གྱིན་འདུག རྒྱལ་ཁབ་དང་སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་
ཁྱབ་བསྐྱོད་གི་བྱ་བཞག་དོན་དུ་གཉེར་བའི་བརྟན་འཕྲིན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱི་ཁམས་ཁོར་ཡུག་སྤངས་སྤྱོད་གྱི་དགོངས་དོན་དང་
རྒྱལ་འགལ་དུ་སོང་བའི་བྱ་སྤྱོད་དེ་འདྲ་སྤེལ་པ་ནི་འབྲེལ་ཡོད་འགོ་ཁྲིད་དང་ལེ་ཆོན་གྱི་འགོ་འཛིན་པས་མཐོ་བསམ་ཞེས་དུ་བཞེས་
དགོས་པའི་དོན་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད།

2006-4-15

བོད་གྱི་སྤྱི་གནས་

ང་ཆོ་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་བརྒྱལ་གྱི་སྤངས་ལམ་མཁ་སྤྱི་གནས་ཁང་། ཡང་ན་ནང་མ་ཁང་། ཟ་ཁང་སོགས་སུ་འགྲིམ་སྐབས་ཀྱི་དུས་རྒྱུན་ན་
ལམ་དུ་ཐོས་འོང་བ་ནི་བོད་གྱི་སྤྱི་གནས་སྤྱི་མཐུན་དག་གིས་བླངས་པའི་སྤྱི་གཞུང་ཁག་ཅིག་སྟེ། «ཤམ་པ་ལ་རྒྱུང་མི་རིང» «དག་ཞིང་དུ་……
བསྐྱོད་པའི་ལམ» «དག་འཕྲོ་འབྱུར་པའི་རྩ་ཐང» «ཨ་མ་གཅིག་གི་བུ་མོ» སོགས་རེད།

སྤྱི་གཞུང་དེ་དག་ཏུ་ “འདི་ན་སྟག་བསྐྱེད་མེད་ཅིང་འདི་ན་སྤྱི་སྤྱོད་མེད་” “དུས་ད་ནས་བཟུང་རི་ལ་མཐོན་པོ་མེད་ཅིང་ལམ་ལ་
ཁད་ཐག་མེད། རིགས་སོ་སོའི་མི་དམངས་འདི་ནས་མཉམ་འཛུམས་བྱེད་” “དག་འཕྲོ་འབྱུར་སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་” སོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོག་
ཀྱང་ན་བར་བྱུགས་ཡོད། སྐབས་དེ་དག་ཏུ་བོད་རང་གི་དངོས་ཡོད་དང་གནས་བབ་ལའང་བསམ་སྒྲུབ་མི་གཏོང་ག་མེད་བྱུང་། དོན་
དངོས་སུ་བོད་པའི་དངོས་ཡོད་ནི་དག་འཕྲོ་འབྱུར་དང་སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞིག་ཡང་ན་སྟག་བསྐྱེད་མེད་ཅིང་འདི་ན་སྤྱི་སྤྱོད་……

མེད་པ་ཞིག་ཡིན་མེན་ནི། འཛོམ་སྤྱིད་དུ་གྱུར་བའི་མི་ཞིག་གམ་བཟེ་སྤྲོན་འབྲུང་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་མེན་ཆོ་གསལ་བོར་ཤེས་ངེས་སྟུན།
(གལ་ཏེ་མི་འཁོར་ལྷ་སར་ཐོན་ཏེ་རིགས་སོ་སོའི་མི་དམངས་དེ་ནས་མཉམ་འཛོམས་བྱས་ཆོ་ཡུལ་དེ་གའི་རིག་གནས་དང་ཁོར་ཡུག་
ངེ་ལྟ་བུ་ཞིག་དུ་འགྱུར་པ་སུ་ལ་གསལ།)

གཞན་ཡང་བརྟུ་བའི་ཆོས་གཅིག་དང་བདུན་པའི་ཆོས་གཅིག་ལྟ་བུའི་ཆོས་གཅིག་ཆོས་བཞི་སོགས་དུས་ཆེན་གྱི་སྐབས་སུ། སློབ་གྲྭ་ཆེ་
འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བོད་ཆས་གཟབ་འཛོར་སྤྲོས་ཏེ་གྲུ་ཞིའི་རྟེགས་དུའི་གཡས་གཡོན་གྱི་མེ་ཏྲག་རྒྱུན་པོ་དག་
དང་ལྟན་དུ་ཁྲ་ལམ་མེར་གནས་པའི་དུས་སམ། ཡང་ན་བོད་ཁྲུལ་གྱི་ཨྲོངས་རྒྱའི་དུས་ཆེན་གྱི་སྐབས་སུ། བོད་ཀྱི་རྒྱུན་གོས་གཟབ་་་་
འཛོར་སྤྲོས་པ་དག་གིས་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ནས་ཡོང་བའི་མགོན་པོ་རྣམས་དང་ལྟན་དུ་པར་རྒྱག་པའི་སྤང་ཚུལ་དེ་དག་་་་
མཐོང་དུས། བོད་ལྷ་ནི་གང་ཞིག་མཚོད་བྱེད་གྱི་མཚོད་མདུན་ “མེ་ཏྲག་” གམ་ཡང་ན་ཅི་ཞིག་བརྒྱུན་བྱེད་གྱི་ “རྒྱུན་ཆ” ཞིག་དུ་གྱུར་
མ་སོང་ངམ་སྟུན། (བོད་མི་རིགས་དང་བོད་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ནི་མ་གཞི་ནས་ཞོར་གཏོགས་དངོས་པོ་ཞིག་དུ་གྱུར་འདུག་སྟུན་པའི་་་་་་
འཛིགས་སྤང་ཞིག་གིས་ང་རང་བཅན་གྱིས་བརྟུར་བྱུང་)

ད་དྲུང་གྲོང་ཁྱེར་འགའི་བོད་ཀྱི་སྐྱུ་གར་ཁང་མང་པོ་ཞིག་དུ་རྒྱ་སྐད་དུ་མ་དིག་གིས་བོད་གཞས་ལེན་པའི་སྐུ་བ་སྐུ་མཆོས་བཞེན་ལ་
འཇུག་གིས་ཁེངས་ཤིང་ངག་ནས་ “བསྟོད་སྐུ” ལེན་བཞེན་ཕྱོགས་ཡོང་མགོན་པོ་དག་ལ་ཁ་བཏགས་འབུལ་བའི་དུས་སམ། ཡང་ན་་་་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་བོད་ཀྱི་ནང་མ་ཁང་འགའ་ཞིག་གིས་མགོན་པོ་འགྲུགས་ཆེད་ཉིན་རེའི་སྤྱིད་ཀྱི་དུས་སུ་ནང་མ་ཁང་གི་སྒོ་ཁ་ལྟེ་སྤང་ལམ་
དུ་སྒྲོར་བོ་འཁྲལ་བའི་སྤང་ཚུལ་དེ་དག་མཐོང་ཆོ། བོད་ཀྱི་སྐྱུ་གར་ནི་སུ་ཞིག་ལ་ཆེད་དུ་བཟོས་པའི་ཆེད་ཆས་མིན་ནམ་སྟུན་པའི་ཆོར་
བ་དབང་མེད་དུ་བརྟེན་ཡོང།

གོ་ཐོས་སུ་དབུས་གཙང་དུ་བཅོན་ཁང་གི་བཅོན་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ “ང་ཚོ་འདི་ལ་འཛོམས་འཛོམས་” ཞེས་པའི་སྐུ་གཞས་ལེན་གྱིན་
འདུག་ཟེར་བར། རྒྱུན་མར་དགོང་ཁ་ཤོར་སོང་ཡང་ཕྱིས་སུ་ཞིབ་འདད་རེ་བརྒྱབ་ཆོ་དེར་ཅི་ལག་ ང་ཚོར་བོད་མི་རང་གི་སེམས་པ་
མཚོན་ཐུབ་པའི་སྐུ་གཞས་སམ་གཞས་ཆོག་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།

ད་ལྟའི་ང་ཚོ་བོད་ལ་མཆོན་ན་དབྱངས་སྒྱུར་མཁན་ཉུང་ལ་བོད་སྐད་ཀྱི་ཆོག་ཚཱ་མཁན་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཉུང་། འདི་འང་འུ་ཚང་གི་སྐུ་བ་སྐྱེ་མ་འགའ་རེས་ནམ་རྒྱུན་དུ་སྐྱེ་ཉིང་སྤེམ་ཆུང་དོས་ “དམར་པོ་” མ་གཏོགས་མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་དེ་དག་རྒྱ་སྐད་ད་མ་དེག་གིས་” ལེན་བཞིན་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ་བསམ།

2006-5-21

བོད་ཀྱི་མི་མིང།

“ལོ་བཅུའི་གོང་ཆག་” གི་སྐབས་སུ་བོད་ཁུལ་དུ་བོད་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་གསར་བརྗེ་སྐབས་སམ་ཏང་དགའ་སྦྱིད། བྱ་ཐུན། བོང་ཆེས། སྤགས་དུས་སྐབས་དེའི་ཤུལ་རྗེས་ཟབ་པའི་མིང་གང་མང་ཞིག་བཏགས་ཡོད་ལ། ད་ལྟའང་གོང་ཁྱེར་དང་རྫོང་མཁར་ན་གནས་པའི་བོད་མི་ལ་ཤས་ཤིག་གིས་རང་གི་བྱིས་པའི་མིང་ལ་ཏུང་ཏུང་ངམ་མོང་མོང་། དེ་ལ་སྤགས་རྒྱ་མིང་འདྲགས་རྒྱུར་དགའ་པོ་བྱེད་པའམ་གཟེ་བརྗེད་ཞིག་ཏུ་ངོམས་ཀྱིན་འདུག།

ལོ་ངོ་ལྔ་བཅུ་ལྷག་གི་རིང་ལ་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་ས་མིང་དང་རྒྱ་མིང་། མི་མིང་མང་པོ་ཞིག་གཞན་བསྐྱུར་བྱས་ཤིང་ད་ལྟའང་རྒྱུན་འབྲམས་སུ་སོང་ཡོད་པ་ནི་ཆང་མས་ཤེས་གསལ་རེད། དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་གམ་དུས་རབས་ཤིག་ལ་ངན་ལག་དཀྲིས་ཀྱང་བྱུང་། རྣང་རྒྱུལ་དེ་དག་ནི་རྣང་རྒྱུལ་རང་ག་བཞིག་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཕྱི་འོང་རིག་གནས་ཞིག་གམ་དུས་རབས་ཤིག་གིས་ང་ཚོར་བཞག་པའི་ནག་དྲིག་རེད། བོད་མི་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་རང་མིང་རང་གིས་འདྲགས་པའི་རང་དབང་ཡོད་བཞིན་དུ་ད་ལྟའང་ནག་དྲིག་དེ་གཞོང་ལ་བྱུགས་པའི་དགོས་པ་མེད་པར་སྟམ།

ཡང་གཅིག་བཤད་ན་མི་མིང་དང་ས་མིང་རྒྱ་མིང་སྤགས་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་རིག་གནས་ཀྱི་རྣང་རྒྱུལ་ཞིག་ཡིན་སྟམ་ལ། མི་ཞིག་གམ་མི་རིགས་ཤིག་གི་རང་རྒྱུས་མཆོན་བྱེད་ཀྱང་རེད་བསམ། དེ་ལྟར་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་མོ་རེ་བཏང་ཆོད་དུས་ནམ་ཞིག་གི་ཆོར་རེའི་རིག་གནས་དང་འདྲ་ཤིས་འཛིན་སྟངས་སྤགས་ཀྱང་གཞན་དབང་དུ་མི་འགོ་འཕྲུལ་སྟམ་པའི་དངངས་སྒྲག་ཅིག་ཀྱང་ངང་གིས་སྦྱེས་འོང་…… ཞིང་རྣང་རྒྱུལ་དེའི་མཁུག་འབྲས་ལ་ཆང་མས་བསམ་གཞིགས་ནན་ཏན་བྱ་དགོས་སྟམ་མོ།

2005-12-13

(ལུ་འགོད་)

ཉིགའོན (ཟླ་ལྷང)

རེད་ཡ། རོན་དངོས་སྤྱང་ཆོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་འདོད་པ་
 ཡིན་ནམ། ཞོང་ནས་བཤད་པ་བཞིན་ངི་བ་འདི་ད་ལྟ་གནད་……
 རོན་ཞིག་ཏུ་ཟུར་འདུག་པར་མ་ཟད། གནད་རོན་གང་ཡིན་
 གྱི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་གསུམ་ཐོག་མར་རང་སྤྱིང་ནས་འཆོལ་དགོས་
 པ་རེ་ཆོད་ཆུབ་པའི་རིགས་ལམ་ཞིག་ཏུ་ཐག་ཆོད་པས་ན། གནད་
 རོན་འདི་རང་སྤྱིང་ལ་རྒྱུ་བཅུགས་ཏེ་བཤད་དགོས་པའང་དེ་
 བཞིན་གྱི་རང་བཞིན་རེད། དེ་བས་གནད་རོན་འདི་རེ་ཆོད་རང་
 སྤྱིང་ལ་ཁ་བསྐྱར་ཏེ་མཐོ་བསམ་བཏང་ན། རེ་ཆོས་ཅི་ཞིག་
 བཤད་འདོད་པ་དེ་གཙོ་བོ་མ་རེད། དེ་ལས་གལ་ཆེ་བ་ནི་ད་……
 ཆོས་ཇི་ལྟར་བསམ་གཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་པ་དེ་རེད། འོ་ན་ད་……
 ཆོས་ཇི་ལྟར་བསམ་གཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་དམ།

བསམ་གཞིག་གི་བྱུང་པར།

ཟྱེར་ན། བ་སྐྱད་ཀྱི་ངོས་ཐད་ནས་བསམ་གཞིག་ཅེས་
 བ་གནད་དོན་གང་ཞིག་ལ་དབྱད་པ་དང་རྟོག་པས་བསམ་སྒྲོ་
 ཞིབ་པ་གཏོང་བའི་དོན་ཡིན་ཞེས་ཆོག་མཛོད་དག་ལས་……
 འབྱུང་། དེ་ཡང་བྱུང་བ་སྐྱད་མཐོང་ཞེས་པའི་དོན་དང་ཕལ་ཆར་
 འདྲ་བར་སྐྱད་། དེ་ལྟར་ན་བ་སྐྱད་ཀྱི་ངོས་ཐད་ནས་བསམ་

གཞིག་ཅེས་པའི་གོ་དོན་ཏུ་ཅང་གསལ་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་...
ཐ་སྐྱད་གང་ཞིག་གནས་པའི་དོན་སྟོང་ནི་དེའི་ཆོག་ངོས་ཀྱི་གོ
དོན་འགྲེལ་སྒྲངས་ཙམ་མ་ཡིན་པར་གདགས་གཞི་དངོས་དེའི་
དོན་བྱེད་ཀྱི་སྟེང་ནས་མངོན་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་བས་
བསམ་གཞིག་ཅེས་པའི་རིག་ཐང་ནི་བསམ་གཞིག་དེ་ཉིད་ཆོག་
ངོས་ནས་འཛོག་རྒྱ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། འུ་ཆོ་ཆང་མས་ཐ་སྐྱད་
གང་དེའི་གོ་དོན་རིམ་བཞིན་བསམ་གཞིག་གཏོང་མི་གཏོང་གི་
ངོས་ནས་འཛོག་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ཡང་དེ་ལས་ཅུང་ཟད་རིམ་
ཞིབ་ལ་བཏང་ན། བསམ་གཞིག་རིམ་རྒྱར་གཏོང་བ་ལ་རག་ལས་
ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཡང་དེ་ལས་ཅུང་ཟད་རིམ་ཞིབ་ལ་བཏང་ན།
བསམ་གཞིག་རིམ་རྒྱར་གཏོང་བ་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།

བསམ་གཞིག་རིམ་རྒྱར་གཏོང་བ་དེ་ཡང་བསམ་གཞིག་དེ་
ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྱི་སྟེང་ནས་བཤད་ན། དེ་ལ་རང་
དབང་གི་བསམ་གཞིག་གཏོང་ཚུལ་དང་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་
པའི་བསམ་གཞིག་གཏོང་ཚུལ་གཉིས་འདུག རང་དབང་གི་
བསམ་གཞིག་གཏོང་ཚུལ་ནི། འུ་ཆོ་སྤྱི་ཞིག་གིས་གནད་དོན་
གང་ཞིག་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་པས་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་དུས། ཐོག་
མར་གནད་དོན་གང་དེའི་སྤྱི་ཚུལ་ཙམ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་
པར་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཁྱེད་གསུམ་གྱི་ངོས་ཐད་ནས་ལྟ་བུ། ལྟ་བའི་ཟུར་
དང་རྟོགས་ནི་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ། དེའི་འཕྲོ་ནས་དབྱེད་...
རྟོག་གི་རིགས་ལམ་གཞན་གང་ཞིག་གིས་སྒྲིབ་པ་དང་འབྲིང་

པའི་རྗེས་སུ་མི་འགྲོ་བར་རང་རྟོགས་ཀྱི་སྟོབས་དང་ལྡན་པ།
ལྟག་པར་དུ་སྐྱེས་བྱ་ཆོད་མ། ལྟ་བ་ཆོད་མ། གཞུང་ལུགས་ཆོད་
མ། བདེན་དོན་ཆོད་མ་སོགས་དབང་དང་གྲགས་པའི་ཆོད་
བགག་མ་ཐེབས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཚན་ཅི་
ཡིས་ཤེན་བསམ་གཞིག་རང་སྟེང་གི་རིན་ཐང་ནི། གཞི་མི་བྱ་
སོ་སོ་རང་རང་གི་བསམ་སྒྲོའི་ཤེས་རྒྱུང་གི་སྟེང་དུ་བཞག་པ་...
ཞིག་དང་། ལམ་གཞན་དབང་དུ་མ་སོང་བའི་རང་རང་གི་...
འཆོལ་རྟོག་དང་དཔྱད་ཤེས་ཀྱི་རིགས་ལམ་འཛིན་པ་ཞིག་...
འབྲས་བྱ་རང་རང་སོ་སོའི་ཆོ་སྤྱི་དང་བདེ་སྤྱི་དང་འཕེལ་
རྒྱས་ལ་ཕན་པ་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་ཡིན་དགོས་པ་རེད། དེས་ན་
རང་དབང་ཅན་གྱི་བསམ་གཞིག་དེས་བདེན་འཆོལ་དང་།
དོགས་སྒྲོང་། དགག་སྒྲིབ་དང་། དཔྱད་ཤེས་དང་། འཆོལ་རྟོག་
སོགས་ཀྱི་སྟེང་སྟོབས་གཙོ་བོ་མི་འཛིན་ཐུ་མེད་ཡིན་པ་རེད།

དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི་བསམ་...
གཞིག་ནི། གནད་དོན་གང་ཞིག་གི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཁྱེད་གསུམ་དང་
ངོ་བོ་རང་བཞིན་ལ་གཞན་གང་ཞིག་གིས་བསམ་གཞིག་བཏང་
ཟིན་པ་དང་། སྤྱི་ཆོག་བཞག་ཟིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་གནད་དོན་
གང་ཡིན་ལ་དཔྱད་པ་དང་རྟོག་པས་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་པ་གཏོང་
བ་ལ་ཟེར། ཏར་གྱིས་བལྟས་ན་སྐབས་འདིའི་དབྱེད་པ་དང་...
རྟོག་པས་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་པ་གཏོང་བ་ཞེས་པར་བསམ་གཞིག་
རང་དབང་ཅན་གྱི་གོ་དོན་ཡོད་པར་སྤང་ཡང་། དོན་ལ་གཞན་

གང་ཞིག་གི་ལྟ་བུ་དང་རིགས་ལམ་ལས་མ་འདས་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་
ན་ཁྱོད་གྱི་བསམ་གཞིག་དེས་ཐོག་མར་རྒྱབ་ཉེན་གྱི་ལུང་
བཅན་པོ་ཞིག་འཆོལ་དགོས་པ་ཡིན། ཁྱོད་གྱིས་བཅོལ་བའི་……
རྒྱབ་ཉེན་གྱི་ལུང་བཅན་པོ་དེ་ནི་ཉག་ཉག་གཞན་གང་ཞིག་……
གིས་དཔྱད་པ་དང་རྟོག་པས་བསམ་གཞིག་བཏང་ཟིན་པའི་……
འབྲས་བུ་ཡིན་པ་རེད། གལ་ཏེ་བསམ་གཞིག་གང་རུང་གི་……
འབྲས་བུ་ལྟ་བུ་ཞིག་འབྱུང་ངེས་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་
གཞན་གང་ཞིག་གི་ལྟ་བུ་དེ་དོན་ལ་ཁྱོད་གྱི་ལྟ་བུའི་གཞི་འཛིན་
ས་རེད། གཞི་འཛིན་སའི་ལྟ་བུ་དེ་ལས་ཁྱོད་རང་འགོངས་མི་
བརྟུབ་པ་ཡིན་ཏེ། འགོངས་པས་ན་ཁྱོད་རང་ལྟ་བུ་དེ་ལས་
འགོ། ལྟ་བུ་དེ་ལས་ལྟ་བུ་ལྟགས་འཆའ་བ་ཁྱོད་རང་མི་འདོད་
དོ། དེ་བཞིན་དུ་ཁྱོད་གྱི་བསམ་གཞིག་གི་རིགས་ལམ་ནི་ཁྱོད་
གྱི་གཞི་འཛིན་སའི་ལྟ་བུ་དེ་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་ལམ་འབའ་……
ཞིག་ཡིན་པ་རེད། རིགས་ལམ་དེ་ཡང་གཞན་གྱི་རིགས་ལམ་སྟེ།
ཁྱོད་གྱིས་ཐོག་མར་གཞན་གྱི་རིགས་ལམ་དེ་ཤ་ཟད་རྩས་ཐུག་
ཏུ་སྦྱོང་དགོས་པ་རེད། དེ་ལ་སྦྱང་བ་བྱང་རྒྱུ་ལས་སྤང་ཆོ་
ཡང་ཁྱོད་རང་ཕྱིར་འཁོར་ཏེ་དང་ཐོག་གི་ལྟ་བུ་དེ་ཡང་དག་……
ཚུལ་སྒྲིབ་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་དམིགས་……
ཡུལ་ནི་“ལུང་རིགས་འགལ་མེད་གཅིག་གྲགས་གཅིག་འཆར་”
ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་རེད། “ལུང་རིགས་འགལ་མེད་གཅིག་……”
གྲགས་གཅིག་འཆར་” ཡོང་དགོས་ན་ཁྱོད་གྱི་དཔྱད་རྟོག་གི་

བསམ་སྒོ་པ་རིགས་གང་ལྟར་ཡང་རྗེས་འདུག་དུ་ཡི་རྗེས་སུ་དུ་
མ་གཏོགས་འཐོབ་རེ་མེད་པ་དང་། གཅིག་སྟེང་གཅིག་བཞག་
ན་ཐོབ་འབྲས་གཉིས་ལས་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ལ་ཡང་
བསྐྱར་བསྐྱར་བསྐྱར་གྱིས་བསམ་གཞིག་གཏོང་བ་ཅན་ལས་མ་
འདས། དེ་བས་ང་ཡིས་དེ་ལ་བསམ་གཞིག་གཞན་དབང་ཅན་
དང་ཡང་ན་བསམ་གཞིག་བཏགས་པ་བ་ཟེར་གི་ཡོད།

བདེན་ཏེ། གནད་དོན་གང་ཞིག་ལ་ཐོག་མར་བསམ་
གཞིག་གཏོང་མཁན་གཞན་དེ་ལ་ནི། དངོས་གནས་རང་
དབང་གི་བསམ་གཞིག་མངའ་བ་བསྟོན་མེད་རེད། ཡིན་
ནའང་། ཁོ་རང་དང་ངམ་ཐུགས་གྱིས་ལྟ་བུ་ཆད་མ་དང་……
རིགས་ལམ་ཆད་མའི་གསེར་ཁྲི་མཐོན་པོར་འབྱེད་བག་གིས་
བཞུགས་འགོ་བ་རེད། བཞུགས་ནས་ཀྱང་རང་ཤེད་ཆོ་པོས་
གཞན་རྣམས་ལ་རང་དབང་གི་བསམ་གཞིག་འབྱུང་བའི་གོ་
སྐབས་ཡེ་ནས་སྟེར་བ་མ་རེད། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་གཞན་
དབང་གི་བསམ་གཞིག་ལ་གོམས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས། ཁོ་པ་……
ཆོའི་ཆབ་ཏུ་རང་དབང་གི་བསམ་གཞིག་གཏོང་མཁན་དེ་ཕྱི་
ནང་གང་ཆ་ནས་ཆད་མའི་གསེར་ཁྲིར་མངའ་གསོལ་བ་རེད།
མངའ་གསོལ་ནས་ཀྱང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཕྱི་ནང་
གསང་བའི་བསམ་གཞིག་གི་གཞི་འཛིན་ས་ནི་ཐོག་མ་གང་དེ་
ལ་བཅོལ་བ་རེད། ཐོག་མ་གང་དེས་ཁོ་པ་ཆོའི་ཆབ་ཏུ་གནད་
དོན་གང་ཡིན་ལ་བསམ་གཞིག་གནད་དུ་སྒྲིན་པ། དཔྱིས་ཕྱིན་

པ་བཏང་ཡོད་པར་སེམས། དེ་བས་མི་རྣམས་ཀྱི་བསམ་གཞིག་གིས་གཏད་ཡུལ་ནི་གནད་དོན་གང་ཞིག་མ་ཡིན་པར་གོང་མ་གོང་མའི་ཚད་མའི་བསམ་གཞིག་དེ་ཡིན་པ་རེད། ཁོ་ཚོའི་མཐུན་ཐད་དུ་མངོན་པའི་གནད་དོན་ནི་ཚད་མའི་བསམ་གཞིག་དེ་ཚད་མ་ཡིན་པ་གཞིར་བཞག་གིས་འཛིན་སྐྱོང་སྒེལ་གསུམ་བྱེད་པ་དེ་རེད། ཡང་ན་ཁོ་ཚོའི་འགག་ཚུལ་གནད་དོན་ནི་ཚད་མའི་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་གསུམ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་རེད། ཡང་ན་ཚད་མའི་རིགས་ལམ་དེ་འཆད་ཚུལ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། འདི་ལྟའི་རིན་ཐང་སྤང་དོར་གྱིས་ཐག་བཅད་པ་ནི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་བསམ་གཞིག་རྒྱུ་རྒྱུ་རེད་ལ། གཞན་དབང་ཅན་གྱི་བསམ་གཞིག་འདིས་ཀྱང་དེ་ལྟའི་རིན་ཐང་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་བསམ་སྐྱོར་འབའ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་རེད། དེ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་བསམ་གཞིག་གིས་ཐོག་མའི་གནད་དོན་དེ་བསྐྱར་ཏེ་གཞན་གང་ཞིག་གི་བསམ་གཞིག་རིགས་ལམ་དེ་དང་། ཡང་ན་གཞན་གང་ཞིག་གི་གཞུང་ལུགས་དེ་ལ་བརྟེན་ཤིང་གཅོད་པའི་ལས་གཙོ་ཐོར་འཛིན་པ་རེད། གླུ་ཆ་ཆོག་གཅིག་གིས་བཤད་ན་ “གཞུང་ལུགས་” དང་ “གནད་དོན་” གཉིས་ལས་གལ་ཆེ་བ་དང་གཙོ་ཆེ་བ་ནི་ “གཞུང་ལུགས་” ཡིན་པར་འདོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གང་ཞིག་གི་ལྟ་བུ་པའི་ཐིག་ཤིང་འབྱེད་ཏེ་

གཞུང་ལུགས་དེ་ཡང་དག་པ་ཡིན་མིན་གྱི་ཚད་འཇལ་བ་དང་། རང་ཉིད་མོས་ཤིང་རང་ཉིད་དད་པའི་ལྟ་བུ་གང་དང་མི་མཐུན་པ་དག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཆར་གཙོད་པའི་ལས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་གསུམ་སྐྱར་ལེན་པ་རེད། ཡང་དེ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་ཆོས་དང་ཀུན་སྐྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་ཁོངས་ལས་འགོངས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཆབ་སྲིད་སྒྲིམ་ལས་སྒྲིམ་གཞན་དག་གི་དོན་ནས་ “བསམ་སྒྲིམ་གཅིག་གུར་” “བསམ་སྒྲིམ་ཉེས་པ་” བརྗོད་དེ། མཐའ་མ་བསམ་གཞིག་གཞན་དབང་ཅན་ཁོ་ཚོས་ “བསམ་སྒྲིམ་ཉེན་རྟོག་པའི་” བརྒྱལ་ཞུགས་འཛིན་པ་རེད།

རང་དབང་ཅན་གྱི་བསམ་གཞིག་གིས་དུས་དང་རྣམས་ཀུན་ཏུ་གནད་དོན་གང་དེ་གཞིར་འཛིན་པ་རེད། གནད་དོན་གང་ཞིག་གཞིར་བཟུང་བ་ཡིན་ན། གནད་དོན་གཅིག་ལ་ལྟ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གངས་མེད་འབྱུང་བའང་རྒྱུ་ལྡན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེ་རྒྱུ་ལྡན་ཡིན་པ་ལས་ལེན་དང་ཡིན་འཛིན་(肯定) བྱེད་པའང་བསམ་གཞིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བྱེད་ཆོས་རེད། རང་དབང་ཅན་གྱི་བསམ་གཞིག་གིས་རང་རང་གི་ཉམས་སྦྱང་དང་ལག་ལེན་གཙོ་ཐོར་འཛིན་པ་རེད། ཅི་སྟེ་རང་རང་གི་བསམ་གཞིག་གི་ཟབ་ཚད་དང་ཞིབ་ཚད་དང་བྱ་བ་རྒྱ་གཞུང་ཡིན་ན་ཡང་། གཞན་གང་ཞིག་གིས་རང་རང་གི་ཚབ་ཏུ་བསམ་གཞིག་གཏོང་བའང་བཏང་ཆོག་པའི་བསམ་སྐྱོར་ནམ་ཡང་དང་ལེན་བྱེད་གི་མ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་རང་རང་གིས་ཀྱང་རང་

ཉིད་ཀྱི་བསམ་གཞིག་གི་འབྲས་བུ་དེ་ཅི་ལྟར་ཡང་དག་པ་ཡིན་
ཚུལ་གྱིས་གཞན་ལ་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་གིས་གོ་བསྐྱོན་བྱེད་
པའི་ལྟ་སྦྱོར་ཀྱང་འཛིན་གི་མ་རེད། རང་གཞན་ཚང་མས་
གནད་དོན་གང་ཞིག་ལ་འཛིན་པའི་“བསམ་སྒྲོག་གཅིག་ཀྱང་”

(思想统一) འོང་དགོས་པའི་རེ་བའང་འཛིན་གི་མ་རེད།

དེ་བས་རང་དབང་ཅན་གྱི་བསམ་གཞིག་ནི་རང་རང་
གི་གནད་དོན་རང་རང་གིས་ཐག་གཅོད་པ་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་
དང་། བྱེད་ཐག་གི་མི་བུ་སོ་སོའི་“རང་དབང་གི་བསམ་སྒྲོག་” (自
由之思想) དེ་མངོན་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཉག་གཅིག་
རེད་ཟེར་དགོས་འདུག མདོར་ན་རང་དབང་ཅན་གྱི་བསམ་
གཞིག་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་ན་བསམ་སྒྲོག་རང་དབང་ཅན་ཟེར་བ་
གཏན་ནས་འོང་གི་མ་རེད། བསམ་སྒྲོག་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ་
ཡིན་ན་མི་བུ་སྐྱེར་ཚུགས་ཐུབ་པ་ཞིག་ནམ་ཡང་ཡོང་རེ་ཡོད་པ་
མ་རེད། བྱེད་ཐག་གི་མི་བུ་རེ་རེས་སྐྱེར་ཚུགས་མ་ཐུབ་ན་སྦྱི་བྱའི་
ཁེ་དབང་སྒྲ་ཆོགས་མངོན་པར་བྱེད་པའི་རེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་
པ་མ་རེད། ང་ཚོས་ཤོད་བཞིན་པའི་གནད་དོན་གྱི་ཕྱགས་འདི་
རུ་ཡོད་ལ། ཕྱགས་སུ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་དེ་ལ་ང་ཚོས་འདི་
ལྟར་བསམ་གཞིག་གཏོང་གི་ཡོད།

གནད་དོན་གྱི་ཕྱགས་གནད།

“དོན་དངོས་སུ་བྱུང་ཆོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་འདོད་པ་ཡིན་”
ཟེར་བའི་དྲི་བ་འདིའི་ཕྱགས་སུ་དེ་ལས་ལྷེ་བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་

འདུག ཅི་རེད་ཟེར་ན། “བྱུང་ཆོས་རང་རེའི་ཆོས་དང་རིག་
གནས་མེད་པར་ཚོམ་པ་རེད། མདོར་ན་རང་རེའི་སྒྲ་འཛོང་གི་
ཡོད་པ་རེད” ཟེར་བ་འདི་རེད།

དེང་སང་འུ་ཚོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསམ་བཞིན་དང་
བསམ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་བསམ་སྒྲོག་ལས་སྒྲོག་མཐའ་དག་གི་……
སྦྱར་དངོས་འབྲས་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བཞག དུས་ནམ་……
ཀྱང་གྱི་དོན་བྱ་མཐའ་དག་ཆོས་འབའ་ཞིག་ལ་རག་ལས་……
འདུག་སྟུང་པའི་“ཆོས་ལུགས་ཆིག་ཚད་སྒྲ་བའི་” ལྟ་ཚུལ་ཞིག་
ཟེན་ཟེན་དུ་ཐོན་གི་འདུག ཆོས་ཀྱིས་རིག་གནས་ཁེབས་……
དགོས་པ་དང་ཆོས་ཀྱིས་ཁེབས་པའི་རིག་གནས་དེས་མི་རིགས་
འདིའི་དར་རྒྱུད་མཐའ་དག་ཐག་ཆོད་པར་བསམ་གྱིན་ཡོད་པ་
རེད། ལྷག་པར་དུ་“……མདོར་ན་རང་རེའི་སྒྲ་འཛོང་གི་……
ཡོད་པ་རེད” ཅས་སྒྲ་ཆོག་སྒྲ་མ་ཞིག་བཏོད་པ་དེར་ཞིབ་
འདེད་རེ་བརྒྱབ་ན། མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲིག་ནི་རང་རེའི་ཆོས་ཡིན་
པ་དང་། ཆོས་མེད་ན་རང་རེའི་རིག་གནས་དང་མི་རིགས་ཟེར་
བ་འདིའང་མེད་འགྲོ་བ་ལྟར་སྣང་། དེ་ལྟའི་གཅིག་ཐག་……
གཅིག་གིས་ཆོད་པའི་གཏན་ཆོགས་ལྟར་སྣང་ལས་བྱུང་བའི་
སྐད་ཆ་དེ་དག་དང་། འུ་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་སྒྲ་མཐོ་དུང་ཆེན་(高音
喇叭) ལས་ཐོས་དང་ཐོས་བཞིན་པའི་“གྲུང་ཁྲག་ཏང་མེད་ན་
ཀྱང་གོ་གསར་པ་མེད” ཟེར་བའི་ཁ་གཏམ་དེ་ལ་ནང་སྟོང་གི་
འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཅིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་ལས་འཕྲོས་

ཏེ་རང་རེའི་ཆོས་འདིས་ནི་འགྲོ་བ་མེད་རིགས་ཀྱི་གནས་
སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་ལ་དམིགས་པའི་རིག་པའི་སྒྲིམ་བྱི་……
ཕྱག་གི་ཉིང་བཅུད་མཚན་པ་དང་། གཞན་ཤེས་རིག་དང་རིག་
གཞུང་གི་ལྟ་སྤྱད་ཡོད་དོ་ཅིག་ལས་སྒྲིམ་ནས་སྒྲིམ་དུ་ཐོན་པའི་
རང་བཞིན་མཚན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ “མཚན་པ་ནམ་གསུམ་”
དང་ནམ་ལྔ་དང་ནམ་བུ་གང་རུང་ཅི་འདྲི་པ་ཨེ་ཡིན་ནམ།
དེ་བཞིན་དུ་ཁོ་རང་ཆོའི་བསམ་སྒྲིམ་སྒྲིམ་གཅོད་ཀྱི་ཁ་གཅིག་
དབང་གཅིག་ལ་དོགས་སྒྲིམ་དང་དགག་སྒྲིམ་བྱེད་པ་ནི་མཐའ་
གཅིག་ཏུ་ཆོས་ལ་མི་དགའ་བ་དང་། རིག་གནས་མེད་པར་སྒྲིམ་
པ། མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲིམ་འཛོལ་བ་རེད་ཅེས་ཆོག་ཐག་བཅད་འདུག་
པར་བལྟས་ན། དོགས་སྒྲིམ་དང་དགག་སྒྲིམ་བྱེད་མཁན་ཡོད་
ཆད་མི་མང་དང་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཕྱོག་ཕྱོགས་སུ་
བསྐངས་ཏེ་བསམ་སྒྲིམ་དང་ཀུན་སྒྲིམ་ཀྱི་ཆད་གཞིར་བྱས་
པའི་ “དྲང་ཕྱོག་གི་ནམ་གཞག་བརྒྱུད་” དང་བཅོ་བརྒྱད་དང་
བརྒྱ་ཙམ་བརྒྱུད་སྐོས་ཅི་འདྲི་འདྲི་དུ་ཅི་རྒྱུ་ཨེ་ཡིན་ནམ།

“དོན་དངོས་སུ་ཁྱོད་ཆོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་འདྲི་པ་ཡིན་”
ཟེར་བའི་དྲི་བ་འདི་ལ་བརྟག་གཞིགས་གནད་སྒྲིམ་སྒྲིམ་ན་དེ་
ལྟར་བྱིར་སྒྲིམ་གི་དྲི་བ་ཐན་ཐུན་ཞིག་ཀྱང་རང་རང་ལྟུགས་
ཀྱིས་མི་ཐོན་རང་ཐོན་དུ་ལྷུང་། ཡིན་ནའང་དེ་ནི་རང་ཆོས་བསམ་
སྒྲིམ་ཐོངས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་རེད་ཅེས་ཀྱང་གཏན་ནས་
མི་འདྲི་དེ། བསམ་གཞིག་རང་དབང་ཅན་འབྱུང་བའི་སྒྲིམ་

ཙམ་བཞིན་གཅོད་པའི་ “བྲན་བརྒྱུར་རིག་གནས་” རྒྱུང་མཁན་
དང་ “བྲན་བརྒྱུར་སྒྲིམ་གསོ་” སྤེལ་མཁན་ཆོས་དེ་ལྟར་ “བསམ་
སྒྲིམ་ཉེས་པ་” བརྗོད་དེ། སོ་སོའི་ཁ་གཅིག་དབང་གཅིག་གི་
ཆབ་སྲིད་སྒྲིམ་གཅོད་དང་རིག་གནས་སྒྲིམ་གཅོད་ཀྱི་རྒྱུན་རྒྱུང་
བ་རེད། དེ་ནི་དེང་དུས་གོ་ལ་སྒྲིམ་འདིའི་སྒྲིམ་གཅོད་ཀྱི་ཆོགས་
ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཨེ་ཡིན་ནམ།

འོ་ན་རང་ཆོས་དངོས་གནས་རང་རེའི་ཆོས་དང་རིག་
གནས་མེད་པར་སྒྲིམ་འདྲི་པ་ཨེ་རེད། རྟོགས་པ་ཏ་ཅང་
དམན་པས་སམ། ཡང་ན་རྩ་བ་ནས་བསམ་གཞིག་གཏོང་ཤེས་
ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་བཤད་ན་དྲི་བ་དེ་རིགས་འདྲི་མཁན་ཁོང་
ཆོ་ཐུགས་དགུས་པ་མི་ཡོང་ཐག་གིས་ཆོད། དེས་ན་ད་ནི་གོང་
ནས་སྒྲིམ་པ་བཞིན་ཡོད་ཆད་རང་སྤྲོད་ལ་ཆགས་བཞག་སྟེ་
རང་ཉིད་ནས་འགོ་སྒྲིམ་ཞིང་རང་གིས་རང་ལ་སྒྲིམ་བའི་ཚུལ་
བཟུང་ན་ཅི་དགའ། དེ་འདྲི་ཡིན་ཅོང་སྐད་ཆ་མང་པོ་ཞིག་
བརྒྱུར་བཤད་ཀྱི་ཆོགས་ལས་རྒྱག་དགོས་འདུག་ཀྱང་། རང་
སེམས་འདི་ལྟར་བཞིན་བྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཅིག་ཡོང་ཆད་
གནད་དོན་ཀྱི་ཐུགས་གནད་གང་ཞིག་ཡང་ཡང་གསེད་འགྲོ་ལ་
མི་བྱེད་ཐུ་མེད་དུ་ལྷུང་།

“རང་རེའི་ཆོས་” ཟེར་བའི་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་དང་སྒྲིམ་
བཤད་སྒྲིམ་ཆོགས་ཆོས་གཞུང་དང་བལྟན་བཅོས་དག་ན་ཕ་
རགས་གང་རུང་གསུངས་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་ཏེ། རང་ཆོས་མཚན་

ན་ཚོས་ཕྱགས་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་སྐར་དེ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་བཤད་དུ་
མེད་ཅིང་བཤད་པའི་དགོས་བབ་ཀྱང་མེད་པར་འདོད། ཡིན་
ནའང་ལ་ཤས་ཀྱིས་ང་ཚོར་ཚོས་ཕྱགས་ཀྱི་རྒྱན་མཐོང་བར་
ཆད་སྒྲ་མོ་འགའ་རེའི་གོ་བའང་མེད་པར་འདོད་དེ་ “.....
བདག་མེད་ཟེར་བ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་མ་བརྟོས་པར་རང་.....
བཞིན་གྱིས་བྱུ་བ་མེད་པའི་དོན་དང་.....དེ་ལ་དབྱེ་ན་ཚོས་
ཀྱི་བདག་མེད་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་.....” སྟགས་.....
བརྟན་བཅོས་དང་ཆོག་མཛོད་དག་ནས་ཆོག་བྱུ་བར་ཐར་ཐོར་རེ་
གྲུང་བསྐྱེགས་ཏེ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་
བྱེད་པ་མང་པོ་མཐོང་གི་འདུག་ཀྱང་། དངོས་དོན་གྱི་ཚོས་དང་
བདག་མེད་ལ་སྟགས་ཁོང་ཚོ་ནང་བཞིན་ཆོག་དུ་མ་འགའ་རེས་
བཤད་ལུས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ངེ་འདྲའི་སྒྲ་བ་ལ་ཨང་། ཡང་.....
གཅིག་བྱས་ན་དེ་ལྟའི་ཤེས་བྱ་ན་ཐོས་རྒྱུ་བྱ་ང་ཚོ་ལའང་མེད་
པ་མ་ཡིན་ནོ།

དེང་སང་དགོན་རི་གྲོང་གང་ས་གང་ན་དམིགས་ང་ཚོར་
གཏད་དེ་ཚོས་ཟེར་བ་འདི་ལུ་ཅག་ལ་དགོས་མི་དགོས་དང་ལུ་
ཅག་གི་ཚོས་འདི་ཡང་དག་མིན་གྱི་ཚུང་སྤོང་སྟེ་ཆོག་སྟེ་
འདོད་འདོད་དུ་སྤེལ་བཞིན་པ་འདི་ང་ཚོས་བརྟོས་ན་ཚུང་ལ་
མེད་པའི་ཚུང་པ་ཞིག་སྟེ། རྒྱུ་ཆ་བཅོག་པོས་བཤད་ན་བྱི་.....
རྒྱགས་རྒྱུ་མར་ཟུག་པའི་དཔེ་ལས་མ་འདས། རྒྱ་མཚན་ཅི་.....
ཡིས་ཤེ་ན། ཚོས་ནི་ཚོས་ཡིན་པ་རེད། དེ་ལ་ནམ་ཡང་དགོས་.....

མིན་འགྲིག་མིན་གྱི་ཚུང་གཞི་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། གལ་ཏེ་.....
ཚུང་གཞི་ཡོད་ཟེར་ན་དེ་ནི་ཚོས་ལྷགས་བྱུ་བ་མཐའ་འཛིན་
མཁན་པན་ཚུན་གྱི་ཚུང་པ་རེད་མ་གཏོགས་ང་ཚོར་མཚན་ན་
ཚོས་ལྷགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ཐད་ནས་སུ། ཡང་ན་ཚོས་ལྷགས་
རང་ཉིད་ཀྱི་བྱུ་བ་ཁོངས་དམིགས་ནས་དགོས་མིན་འགྲིག་མིན་
གྱི་རྒྱུ་ཆ་བཤད་མ་ཐོང་ལ་ད་ལྟའང་བཤད་གིན་མེད། དེ་བས་
གནའ་བོའི་བྱུ་བ་མཐའ་ཚུང་དགག་གི་ཉམས་ཐོང་དང་སྒྲིལ་.....
རྒྱན་གྱི་རིགས་ལམ་རྒྱུད་ནས་ཅ་ཅོ་བར་མེད་སྟོག་པ་དེ་ད་ལྟའི་
“ཡོངས་བྱུ་བ་རིན་ཐང་” དོན་གཉེར་མཁན་དག་ལ་དམིགས་
པ་ཞིག་ཡིན་ན་མཐའ་མོ་སྟོག་འཕེན་དུ་སྤང་བ་རེད། དེ་ལ་
ནམ་ཡང་ཚུང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ་ཚུང་ལན་གྱང་ཡོད་པ་མ་.....
ཡིན།

གཞན་ཇི་རྒྱུད་ “ཁྱོད་རང་ཚོར་དད་པ་མེད་པས་” ཞེས་
ཅིག་ཅིག་ཉིག་ཉིག་གི་རྒྱུ་ཆ་ན་བར་གཟན་པ་མང་པོ་ཤོད་.....
གྱིན་ཡོད་པ་དེ་ལ་འདི་རྒྱུད་དུ། དད་པ་དེ་མི་རང་རང་སྤྱིར་གྱི་
དོན་དག་ཅིག་ཡིན་པ་རེད། ཁྱོད་ཚོ་ནང་བཞིན་ང་ལ་དད་པ་
ཡོད་ཅེས་ས་འཆུབ་རྩལ་འཆུབ་བྱེད་དགོས་མི་འདུག་ལ། དེ་.....
ལྟར་བྱས་པས་རང་གཞན་གང་ལ་ཕན་སྤེབས་འབྱུང་བའི་ངེས་
པའང་མ་མཆིས། ཆག་ཅིག་ནས་བརྟོས་ན་དད་པ་ཡོད་མེད་དེ་
གལ་ལ་བྱུག་ན་ཤེས་བྱུ་བ་པ་ཞིག་མ་རེད། ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་.....
ཀྱང་མ་རེད། གལ་ལ་བྱུག་ན་ད་གཞི་དེ་ཁྱོད་ལ་དད་པ་ཡོད་.....

ཆོས་ནི་ཆོས་རེད་ལ་འཇིག་རྟེན་ནི་འཇིག་རྟེན་རེད།
ཆོས་པས་ཆོས་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་དང་འཇིག་རྟེན་པས་འཇིག་
རྟེན་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་དེ་ནི་གནད་དོན་གྱི་ཕྱགས་གནད་རེད།
ཅིག་ཤོས་འབྲུབ་ན་ཅིག་ཤོས་འཕུང་བར་གསུངས་པ་དེ་བཞིན་
ཕན་ཚུན་གོགས་ཆོས་དང་འགལ་ཆར་འགྲོ་བའི་གནས་ལུགས་
དེ་ནི་དོན་གྱི་ཆ་བ་རེད། ཡིན་ནའང་། ཕན་ཚུན་མཐུན་ཆོས་
འབྲེལ་ཆའང་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ང་ཆོས་བལྟས་ན་འཇིག་རྟེན་
པས་གཙོ་ཆེར་དང་པ་དང་། མཚན་ཉིད་རིག་པ་དང་། ཀུན་
སྤྱོད་གསུམ་གྱི་ངོས་ཐད་ནས་ཆོས་དེ་དང་ལེན་གྱི་ནམ་འགྲུར་
འཛིན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་འདྲོད།

སྤྱིར་ཆོས་པས་འཇིག་རྟེན་སྤྱོད་བའི་ངོས་ཐད་ནས་ཆོས་
བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ། འཇིག་རྟེན་པས་ཀྱང་ཆོས་སྤྱོད་བ་
གཞིར་བྱས་ཏེ་འཇིག་རྟེན་འཕེལ་རྒྱས་སྤེལ་ན་གནས་ལུགས་དོ་
མཉམ་དུ་འབྲུབ་ཀྱང་། ང་ཆོས་པས་སྤྱོད་དང་དཔུང་བཞེད་
མཐའ་དག་ལ་བཤད་ཡམས་འབྲུ་འདེད་ཀྱིས་མི་བལྟ་བར་དོ་
སྤྱོད་ཏོག་ཙམ་རེ་གནད་ན་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲུལ་དཀྲུག་ཕྱག་
ཡངས་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཤིག་མཐོང་བུའ་པ་ཡིན་ཏེ།
འཇིག་རྟེན་པས་རང་ཉིད་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གནད་དོན་ལ་བསམ་
གཞིག་གཏོང་དུས་ངེས་པར་དུ་མི་ཉིད་ཀྱི་རང་དབང་དང་
ཆོས་ཐང་དང་འདྲ་མཉམ་སྒྲིགས་གཞི་རྒྱུ་འཛིན་དགོས་པའི་
གནས་ལུགས་དམར་རྒྱུ་དེ་དང་ཆོས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་

རྫོང་གྱིན་ཡོད། གལ་ཏེ་འུ་ཆོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་དབང་དང་
ཆོས་ཐང་དང་འདྲ་མཉམ་སྒྲིགས་གཞི་རྒྱུ་བཟུང་བ་ཡིན་ན།
གཅིག་ནས་ཆོས་དང་ཆོས་པའི་གོ་ཐང་བཅིས་ཡོད་པ་དང་།
གཉིས་སུ་རང་རང་གིས་རང་རྒྱུགས་ཀྱིས་བསམ་གཞིག་གཏོང་
བའི་ཁོ་དབང་ཡང་སྤྱོད་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན།
མི་བྱ་སྤྱོད་གང་གིས་ཆོས་ལ་དད་མོས་བྱེད་མིན་ནི་མི་བྱ་གང་
དེར་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་མངའ་ཞིང་འཕྲོག་དུ་མེད་པའི་ཐོབ་ཐང་
ངམ་ཁོ་དབང་ཡིན་པ་དང་། ཇི་ལྟར་སྤྱོད་རང་མོས་ཤིང་གྲུས་
པ་དེ་ལ་ང་རང་མོས་པ་མེད་ནའང་གྲུས་པ་བྱེད་དགོས་པའི་
གནས་ལུགས་དེ་བཞིན་དུ་ང་རང་དགའ་ཞིང་བཅི་བ་དེ་ལ་
སྤྱོད་རང་དགའ་བ་མེད་ནའང་བཅི་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་ལྟ་
བུ་རེད། ཡིན་ནའང་ཆོས་ལ་དད་མོས་བྱེད་མིན་དེ་མི་བྱ་སྤྱོད་
གྱི་དོན་དག་ཅིག་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་མི་རིགས་ཤིག་གམ་
ཆོགས་པ་ཞིག་གི་ལེགས་ཉེས་སྤང་དོར་གྱི་ཆོད་གཞིར་བྱས་ན་
རང་དབང་གི་རྩ་དོན་དང་འགལ་འགྲོ་བའང་ཤེས་དགོས་པའི་
གནད་ཅིག་ཡིན་པ་རེད། ཡང་ཆོས་ལུགས་གང་ཞིག་གི་མཚན་
ཉིད་རིག་པའི་ལྟ་བ་དང་དེའི་དགོངས་བཞེད་མཚན་པའི་
རིགས་གཞུང་གི་རྒྱུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཏེ་སྤྱོད་བཟུང་བྱི་ནང་གི་ཆོས་
ཐམས་ཅད་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་དཔུང་འཛིན་གི་གཏམ་བཞེད་
སྤེལ་བའང་སྤྱོད་ཀྱང་ཞིག་གི་རང་དབང་ཡིན་པ་རེད། འོན་ཀྱང་
ལྟ་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་ལ་མཐུན་མི་མཐུན་དང་འདྲོད་མི་

འདྲི་གྲི་རིགས་རྩོད་སྐྱོད་ཆོས་འབྱུང་ངེས་པ་འཛིན་རྟེན་ཆོས་
ཉིད་ཡིན་པས་ན། བདེན་པ་རང་འཁོད་ཀྱིས་ལྟ་ཚུལ་གཞན་
འབྱུང་བ་གཏན་འགོག་བྱེད་པ་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་པའི་བྱུང་
ཁོངས་སུ་འགྲིག་ངེས་ཀྱིས་འཛིན་རྟེན་མི་ཆོས་ཀྱི་རང་དབང་”
སྟེག་པའི་མི་རྣམས་ལ་མཚོན་ན་ཐོག་མའི་སྤང་བྱ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་
རེད། ཡང་བྱམས་པ་དང་། ཉིད་རྗེ་དང་། ཞི་བ་དང་། འཆོ་མེད་
དང་། དགེ་བཅུ་ལ་སོགས་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མེད་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོང་
ལྟ་ཚུལ་ནི་འཛིན་རྟེན་སྤྱི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་བཟོ་བཞོད་ཁྲོད་
མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བྱུང་ཆ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་གྱི་”
ཡོད་ནའང་། དེ་དག་ནི་སྤྱིར་བཏང་གི་འཛིན་རྟེན་མི་ཆོས་ཀྱི་
ཀྱན་སྦྱོང་རིགས་སྐྱོད་ཆོས་ཀྱི་ དཔེར་ན་ཆོན་མདངས་རྣམ་
པར་བཀྲ་བའི་སྒྲུ་ཆལ་རི་མོ་ཞིག་འབྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཆོན་ཆེ་སྐྱོད་”
གཅིག་ཅུ་ཡིན་པ་ལས། རང་གི་ཀྱན་སྦྱོང་ལྟ་བུ་གང་ལ་མ་”
འདུས་པ་མེད་པ། གཅིག་གོ་ཆོད་པ། གཞན་རྣམ་པར་གཅོད་
པ། ཡོད་ཆོད་ཀྱི་བསྐྱེད་ལྟ་བུར་ངོས་བབྱུང་ན་འགྲིག་གི་མ་”
རེད། དཔེར་ན་ཐུན་མོང་ཀྱན་སྦྱོང་གི་རྣམ་གཞག་སྟོག་མི་”
གཅོད་པ་སོགས་དགེ་བ་བཅུ་བཟང་བ་དེའི་མཐའ་མར། ཡང་
དག་པའི་ལྟ་བུ་འཕམ་ལོག་པར་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་མཐར་ཐུག་
གི་ཀྱན་སྦྱོང་ཆོད་གཞི་ཆོས་ལུགས་ལྟ་བུའི་སྤྱི་ལ་བཞག་”
འདུག་པ་དེ་ཆོས་དང་ཆོས་པ་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་འགྲིག་
ལས་ཆེ་ཡང་། འཛིན་རྟེན་ཐུན་མོང་སྤྱི་ལ་བྱུང་བའི་ངེས་པ་

གཏན་ནས་མེད་པ་ལྟ་བུ་རེད།
དེ་བས་ང་ཆོས་དོན་གྱི་དོན་ཆུང་བ་སྤྱི་ཏེ་ཤོད་བཞིན་
པའི་རང་དབང་དང་ཁེ་དབང་གི་འདུ་ཤེས་དེ་འདྲ་སྟེས་པ་”
ཡིན་ཟེ། ར་བྲག་འདྲི་པ་དང་ལུག་སྤང་འདྲི་པའི་དཔེ་
བཞིན་སོ་སོའི་འདྲི་འདུན་ཅི་དགར་མདོན་ཆོག་པའི་ཁོང་”
ལུག་ལེགས་པོ་ཞིག་ཆགས་ངེས་ལ། དེས་ནི་ང་ཆོས་གང་ཞིག་”
མེད་པར་རྩོམ་འདྲི་པ་ཡིན་མིན་ལ་བརྟེན་གཞི་ཆོག་ཆོག་
ཡིན། འོན་ཀྱང་ང་ཆོད་ཀྱི་ནང་ཀྱན་ཏུ་འདི་ལྟའི་བསམ་སྒྲུབ་ས་
བོན་ཅུ་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད། དེ་ལྟའི་ཡོངས་བྱུང་རིན་
ཐང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འགོག་ཅིང་གཅོད་པའི་མཚོན་གདེངས།
དཔུང་སྟེན། ཀེ་ཀེ་བསྟོ་བསྟོའི་ཆོད་འདྲི་དེ་དང་འགྲོགས་
ནས་གཡོ་རྒྱན་རྒྱས་གསུམ་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་ཏེ། བདུད་དམ།
འདྲེའམ། ལྷ་འཆོང་དམ།.....ཟེར་ཞིང་། ཁོ་པ་ཆོད་ “དཔའ་
མཛེངས་མཁས་” གསུམ་གྱི་བག་ཆགས་ང་ཆོད་སྤྱི་ནས་སད་
པ་ལྟར་སྤང་། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་ང་ཆོས་གནད་དོན་གྱི་བདེན་
མཐའ་འབྲེལ་བ་ལ་ཅི་ནས་ཀྱང་ “བདེན་པའི་ལྟ་ཚུགས་”
བསྟེན་དགོས་པ་ཐག་གིས་ཆོད། དེས་ན་ “དཔའ་” ལྷུ་ཞིང་
གཉའ་བསྐྱར་པ་མི་སྤྱི་པས། རང་དབང་དང་། འདྲ་མཉམ།
ཅིས་ཐང་། ཁེ་དབང་། མི་གཞི་སོགས་ཡོངས་བྱུང་རིན་ཐང་གི་
འདུ་ཤེས་ལུགས་དུགས་ཤིག་མ་འཁུངས་ན་གཏན་འདུན་གྱི་
བསམ་དོན་ཅི་ཡང་མི་འབྲུབ་ཅིང་། དེ་འཁུངས་དགོས་ན་”

ཐོག་མར་བདག་ངོས་ཟིན་དགོས་པར་མ་ཟད་བདག་ལ་གནས་
པའི་ཆེས་ཐང་དང་། ཁེད་བང་། འགན་འཁུལ་སྤྱོད་ཅི་ནས་
ཀྱང་གཤམ་སྒྲིག་གཤམ་ཉེ་བུས་ཉེ་འཆད་དགོས་བྱུང་། དེ་ལ་
ངེས་པར་དང་ཆོས་མ་ཤོད་པ་མ་གཏོགས་འཆད་བྱའི་དོན་ལ་
ནོར་འབྲུལ་བྱུང་ཡོད་དེ་ཉེ་འཆད་མི་འདོད་དོ། དེ་ཉེ་འཆད་པ་
ལའང་ཐོག་མར་སྒྲིག་འབྱེད་ཀྱི་ལས་ལྟར་ལེན་དགོས་པ་དང་སྒྲིག་
འབྱེད་ཟེར་བའང་དོན་ལ་མི་རང་རང་གིས་རང་ཚུགས་ཀྱིས་
བསམ་གཞིགས་གཏོང་གིས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱོག་བ་རེད། མི་སུ་ཞིག་
གིས་རང་ཉིད་ནི་སྒྲིག་ཚུགས་ཐུབ་པའི་ཡུལ་ཅན་(独立的主
体) ཞིག་ཏུ་ངོས་ཟིན་ཆོ། དེས་ནི་ད་གཟོད་རང་ཉིད་ཀྱི་
འགན་འཁུལ་དང་ཁེད་བང་རྟོགས་ངེས་ཡིན། དེ་ནི་མི་ཞིག་ལ་

མཚན་ན་རང་ཉིད་ནར་སོན་ཡོད་མེད་དང་རང་ཉིད་ཀྱིས་
བསམ་གཞིགས་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཚན་རྟོགས་ཡིན་པ་རེད། ང་ཆོས་
ཤོད་བཞིན་པའི་གནད་དོན་ཀྱི་ཕྱགས་འདི་ཕྱི་ཡོད་ལ། ཕྱགས་
སུ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་དེ་ལ་ང་ཆོས་འདི་ཉེ་འཆད་བསམ་གཞིགས་
གཏོང་གི་ཡོད།

དེ་ཉེ་འཆད་པ་ང་ཆོས་ “རང་རེའི་ཆོས་དང་རིག་གནས་”
མེད་པར་ཚུམ་” འདོད་པ་མ་རེད། “རང་རེའི་ཆོས་དང་རིག་
གནས་” འདོད་སྒྲིབ་སྒྲིབ་མཁན་ཏུ་ཁས་འཆེས་པ་དག་གིས་ང་
ཆོས་ཤོད་བཞིན་པའི་བདག་དང་བདག་ལས་འཕྲོས་པའི་རིན་
ཐང་ཡོད་ཆད་འགོག་ཅིང་གཅོད་པར་མ་ཟད་ཆ་ལག་དང་
བཅས་པ་ཞིག་མེད་བཟོ་བསམ་པ་རེད།



གཟེམ་གཟེམ་ (ལྟ་ས)

དེང་གི་དུས་འདིར་རིག་གནས་གསར་རྟོག་དང་། ལྟ་བ་
བཟང་དན། མི་རིགས་བཅོན་གཉིས། རིག་གནས་དང་ལག་
ཅུ་སྒྲིག་ཐོན་ཡིན་མིན་གྱི་ཚུད་པ་འཇགས་པའི་གོ་སྐབས་
བྲལ་ལ། དེ་ལས་བརྒྱུད་པའི་མི་བྱ་སྤྱོད་བཏང་བའི་ཁྱེད་མཁས་
ང་བདེན་གྱི་ཀྱུ་ཙམ་ཉིན་མཚན་གྱི་དབྱེ་ཐག་བར་ན་འབྲུག་
སྒྲིག་བཞིན་ཉེད། དེ་ལས་ང་ཆོས་སྒྲིག་བཞིན་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ཡངས་

ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་ཐོབ་ཟིན་ལ། ཡིན་མིན་གྱི་དབྱེ་ཐག་རང་གི་
དབྱེད་སྒྲིབ་ཁོ་ནས་ཐག་གཅོད་དགོས་པ་གསལ་བསྒྲགས་
བྱས་ཡོད། ང་ཆོས་རེ་སྒྲིག་བྱེད་སའི་བདེན་པའི་རང་ཞལ་
གསར་བ་དེ་ཡང་དོན་ལ་མི་བྱ་རང་གི་རིག་དབྱེད་ཁོ་ན་ལ་རག་
ལས་པའི་ལྟ་ས་བཅས་པ་ཤིག་ཡིན་པ་ལས། གཅིག་གིས་སྒྲིག་
ལས་བྱས་པའི་སྒྲིག་བྱ་ཞིག་ཡིན་ཐབས་མེད། ཀྱན་ལ་རྒྱས་

མངའ་ཡོད་པ་ལྟར། ད་ལྟ་གདོད་མའི་སྤྱུ་ལུགས་ཡོད་ཆད་
དུས་ཆོད་སྐར་ཆའི་བར་ནས་འགྱུར་འགྲོ་བའི་ལམ་དུ་ཞུགས་
ཤིང་། མའི་བསམ་པའི་འཆར་སྤངས་འཛིན་ཚུལ་དང་
ཁམས་དང་མོས་པའི་ཆགས་སྤངས་ཀྱང་ཉིན་ཞག་བར་ནས་ལོ་
རྒྱུས་ཀྱི་ལྷེབས་རིས་སུ་འབྲི་བར་གྱུར་ཡོད་པ་ལ། མི་ལ་ལས་ངོ་
ལེན་ནམ་སྤོབ་འགོག་གི་མཚོན་ཆ་བཟུང་ནས་འཆར་སྤངས་མི་
འདྲ་བ་དང་། བྱེད་སྤངས་མི་འདྲ་བ་རེ་བྱུང་ཆོམ་མི་མེད་མིན་
ཀྱི་དགག་ཆོག་འཕེན་ཅི་ཐུབ་བྱེད་པར་འགྱུར་མོད། ངས་...
བལྟས་ན། རིག་གནས་བསམ་སྒྲོག་ཡིན་ཡང་རིག་དཔྱད་...
ཀྱིས་བྱས་པའི་ཡུལ་དུས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་དང་མཐུན་འཇུག་ཡོད་...
དགོས་པ་ལས། ཡུལ་དུས་གནས་ཡུལ་དང་མི་མཐུན་པའི་
བསམ་སྒྲོལ་པར་རིག་གནས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་མཐུན་ལམ་...
བཟོ་ཐབས་ཤིན་ཏུ་དཀའ། དེའི་ཕྱིར་སྤྲོད་པའི་དབྱིངས་ནས་
བཞེངས་པའི་སྤྲོད་པ་དག་ཆོག་རྒྱུ་མའི་བོད་མའི་འདོད་སྤྲོད་
ཆོམས་ཐབས་བྱེད་མི་འོས་ལ། རྟོག་བཏགས་དང་འཆར་ཡན་
ཀྱིས་བྲིས་པའི་སྤྲོད་པ་དང་ལྷུ་ཡིས་ཀྱང་བོད་མའི་སྤྲོད་པ་
འབྲུལ་མི་རུང་། བདེན་པ་དང་ཡང་དག་ཡིན་པར་སྤྲོད་...
དགོས་པའི་སྤྱུ་རྒྱུ་ཀྱི་བསམ་པ་ལྟ་ཆུགས་ཅན་ཞིག་གིས་...
བོད་མའི་“ཆད་མ” བྱེད་མི་ཐུབ་ལ། “དད་པ” དང་དུང་
ཞེན་གཅིག་གིས་བྱས་པའི་ལྟ་ཆུགས་མཁྲགས་པོ་དེས་ཀྱང་བོད་
མི་རྣམས་ལ་མཐུན་ལམ་བསྐྱར་ཐུབ་པའི་སྤྲོད་པ་མཁྲགས་འཆར་མི་
འོས།

རིག་གནས་ནི་མི་རྣམས་ཀྱིས་འཆོ་བའི་འཕྲེང་རིང་
ནས་བསགས་པའི་མྱོང་བ་ཡིན་ལ། མྱོང་བ་དེ་ནི་བདེན་པའི་
རང་ཞལ་སྤྲོད་མཁུན་ཡིན། ང་ཆོ་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་ཉེན་གཞི་
ཡིན་པ་མ་ཟད། རིག་གནས་ཀྱི་གསར་གཏོད་པ་ཡང་ཡིན་ལ།
རིག་པའི་བདེན་པ་ནི་ང་ཆོ་རང་ཉིད་ཀྱི་དཔྱད་སྟོབས་ཁོ་ན་
ལས་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་ན་ང་ཆོས་རིག་དཔྱད་ཁོ་ནས་མཐུན་
སྤྲོད་ཀྱི་སྤྱོད་འདེན་བྱེད་ཐུབ་པ་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐོཚམ་སེལ་
བྱེད་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་སྟེ།

བདེན་པ་དང་དུང་དོན་གང་ཡིན་ཡང་ཡུལ་དུས་ལ་...

བརྟེན་པའི་སྤྱུ་བྱ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར། རིག་དཔྱད་ཀྱི་ཐོག་མའི་
ལམ་བུ་ཡང་དུས་དང་གནས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པའི་སྤྲོད་པ་སྤྲོད་
དགོས་ཏེ། ད་ལྟ་མིག་མཐུན་དུ་ལྟ་གཞི་སྤོབ་ཐོན་ཡིན་...
མིན་དང་། དུང་འབྱོག་ཅི་ཡིན། བཟང་ངན་ཅི་ཡིན་ཐམས་
ཅད་ད་ལྟའི་ཆད་གཞི་དང་། ད་ལྟའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་
ནས་མི་འགལ་བ་ནི་གནད་དམ་པ་ཡིན་སྟེ།

སྤྱི་ཆོགས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་རྣམ་པ་སོ་སོར་འབྲལ་
ཐབས་མེད་པས། སྤྱི་ཆོགས་བོར་བའི་རིག་གནས་ནི་ཉེན་གཞི་
བོར་བའི་ཀ་བ་བཞེན་གནས་ཐབས་མེད་ལ། གནས་ཀྱང་ཆ་
བ་མི་བརྟན་པས་འཇིག་ཉེན་ཀྱི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད། དེ་...
བཞེན་རིག་གནས་མེད་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ནི་འོད་སྤང་བྲལ་བའི་
ལུས་སྤྱིང་ཁོ་ན་ཡིན། དེ་ན་སྤྱི་ཆོགས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་བྱེད་
པོ་མི་ལ་རག་ལས་ལ། མའི་རྣམ་དཔྱད་ལ་ཉེན་འཆར་བའི་...
རིག་གནས་དེས་སྤྱི་ ཆོགས་ལ་སྤྲོད་སྟེ་རྒྱས་པ་ཐོན་པེས་ཡིན།
རིག་གནས་མེད་པའི་ལྟ་ལ་དུང་འགྲོ་ཟེར་ལ། རིག་གནས་མི་
དར་བའི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་གདོད་མའི་སྤྱི་ཆོགས་ཟེར།

ད་ལྟའི་ཡོན་ཏན་པའི་སྟེན་ན། རིག་གནས་ལ་གོ་ཚུལ་ཀྱི་...
སྤང་གི་གྲུ་ཡངས་དོག་བྱེད་བས། གཞི་ཆེ་བའི་སྤང་ནས་ཟ་ཉལ་
འགྲོ་འདུག་གི་དགོས་མཁོ་དང་བོ་ཡིན་པའི་བྱེད་པོར་པོའི་
རིག་གནས་དང་། ཡུལ་གོམས་ཀྱན་སྤྲོད་གཙོ་བོར་བཟུང་གི་སྤྱི་
ཆོགས་རིག་གནས། ཚོམ་རིག་དང་དད་མོས་གཞིར་བཟུང་
གིས་བསམ་སྒྲོལ་རིག་གནས་བཅས་གསུམ་དུ་དབྱེ། འདིའི་སྟེ་
ང་ནས་དཔག་ན། རྣམ་པ་སྤྲུ་མ་གཉིས་ཏེ། ཟས་གོས་འགྲུམ་
འབྲུལ་གྱིས་མཚོན་པའི་བྱེད་པོར་པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་སྐར་དང་
ཁྲིམས་ལུགས་ཡུལ་སྤྱུ་གོམས་གཤེས་སྤྲོད་ཀྱིས་མཚོན་པའི་
སྤྱི་ཆོགས་རིག་གནས་ཀྱི་ཆ་དེ་འཆོ་བའི་ངོ་བོ་ཅི་ཅམ་ཞན་ཡང་
ང་ཆོ་དང་ཆེས་ཉེ་བའི་རྣམ་པར་གནས་ལ། དེས་རྒྱུན་ལྷན་
འཆོ་བའི་སྤང་ཚུལ་ལ་རྒྱས་པ་ཐོན་བཞེན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་།
རྣམ་པ་གསར་བའི་ཆ་རྒྱུན་འོག་ཏུ། དཔལ་འབྱོར་དང་
བད་འཕྲིན། ཁྲིམས་ལུགས་དང་འགྲུམ་འབྲུལ་སྤྲོད་ཀྱི་ཆ་
གང་ནས་བལྟས་ཀྱང་། ཟ་སྤྱུ་ཡོན་སྤྱུ་ཀྱི་རིག་གནས་དང་།

མཆོད་སྒྲིལ་ལེན་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གཤིས་ཀྱི་རིག་གནས་ཤིག་གིས་འཆོ་བའི་སྒྲིལ་བྱེད་དང་། འཕེལ་བྱས་ཀྱི་སྒྲིལ་བྱེད་མ་ཐུབ་པར། དཔལ་འབྱོར་དང་བརྟེན་འཕྲིན་ཆོན་ཆུལ་དང་ཁྲིམས་ལུགས་རིག་གནས་ཀྱི་སྒྱུགས་ནས་མ་འདང་ན་མུར་བཞིན་རྩིས་ལུས་དང་། མུར་བཞིན་དབུལ་ཕུང་གི་གནས་སུ་ལུས་ཡོད། བོད་ལ་མཆོན་ན་གོང་དུ་བརྒྱུད་པའི་རྣམ་པ་གང་གི་ཐད་ནས་ཀྱང་དབུལ་ཞིང་མོངས་བས། འདི་ལ་མི་སྲུང་དང་གང་ཞིག་གིས་དཀྱིགས་བཤད་དང་བརྟོན་འདིང་བྱས་པས་ཕན་པ་མི་འདུག་གོ།

དངོས་ཡོད་གནས་བབས་ཀྱི་སྟེང་ནས་དཔག་ན། ལུལ་སྒྲིལ་གཤིས་ལུགས་ཀྱི་རིག་གནས་འདི་ལ་དར་ཆེ་བའི་རིག་གནས་དང་སྡོན་སྦྱོར་རིག་གནས་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་སྟེ། ཐུན་མོང་དང་། གསར་གཏོད། དཔྱད་སྟེན་བཞུགས་ཀྱི་ཆ་མི་ལུན་པས། དེས་ལུན་རིང་བའི་རིག་གནས་ཤིག་གི་ཁ་དྲོགས་བྱེད་ཐབས་མེད། དེ་ན་བོད་མིའི་རིག་གནས་ཀྱི་གཞི་མཐུག་ས་རིམ་པ་གསུམ་པའི་རིག་གནས་ཏེ། བོད་མིའི་སེམས་ཀྱི་རིན་ཐང་ཆད་གཞི་དང་། མི་ཆེད་ལྟ་བུ་སྦྱོང་པའི་ཆད་ཐིག་ཏུ་ཐུང་བའི་ནང་བསམ་སྒྲུབ་རིག་གནས་ཀྱི་ཆ་ན་ཡོད་ལ། དེའི་སྒྱུགས་ནས་ཐུན་སུམ་ཆོགས་ཤིང་བྱ་ཆེ་ཞེས་བཤད་ཆོག།

ནང་བསམ་སྒྲུབ་རིག་གནས་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་འཇུག་ལུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལ་དཔག་ཐབས་བྲལ་བའི་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ལུན་ན་ཡང་། བོད་མི་མང་ཆེ་བའི་སེམས་གཤིས་ལ་བྱུབ་པའི་ཤེས་རིག་གི་སྤང་ཚུལ་ནི་བཀྱར་སྒྲིལ་མཆོད་སྒྲིལ་གྱི་ཆེས་ཕྱི་རོལ་གྱི་རྣམ་པའི་རིག་གནས་ཡིན་པ་ལས་ཤེས་རིག་གི་སྒྱུགས་སྟོན་ཐུབ་པའི་བསམ་སྒྲུབ་འཆོལ་དཔྱད་ཀྱི་རིག་གནས་དེ་བྱུང་བ་ཏུ་དར་ཡོད་ཟེར་ན་ཤིན་ཏུ་དཀའ། དེ་ནི་དངོས་ཡོད་ཀྱིས་ཐག་བཅད་པའི་གནས་ལུགས་ཡིན་པས། མི་འཐད་པས་དཀྱིགས་བཤད་དང་། འཐད་ལུན་རྣམས་ཀྱིས་བྱུགས་ཆེར་སྒྲིགས་དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཅི་ཡང་མིན་པར་རང་

རང་རྣམ་དཔྱད་པ་མོས་རིག་དཔྱད་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་དངོས་དོན་ནོ།

དེ་ན་སྤྲེལ་རིག་གནས་(多元文化)ཀྱི་དུས་སྐབས་འདི་ལ། སྡོན་ཐོན་དང་བྱ་ཆེར་དར་བཞིན་པ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཆོན་རིག་དང་རང་བྱུང་ཆོན་རིག་གི་སྐྱོར་ཡིན་པ་རྟེན་གསལ་ཡོད་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོན་ཆུལ་གྱི་དུས་རབས། བརྟེན་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས། བྱངས་ཀྱི་དུས་རབས། དཔལ་འབྱོར་གྱི་དུས་རབས་དང་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་དུས་རབས་ཞེས་པའི་བརྟེན་ཆད་སྐོར་བྱུང་བ་ཏུ་ཐུང་ལ། ཀུན་གྱི་སྤང་རྩིས་གནས་རིན་ལུན་ཀྱང་སྦྱོང་རིན་ཆུང་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་མ་ལག་དེ་སྒྲིལ་བྱུན་རིག་གནས་སམ་རིག་གནས་རྟིང་བ་ཡིན་པའི་ལྟ་བ་འཛིན། དེ་ན་བོད་མི་དཔྱད་ཅུས་མི་ལུན་པའི་རིག་གནས་ཐམས་ཅད་མི་རིགས་དང་དུས་རབས་ཀྱི་ཆོ་སྒྲིག་གསོ་བའི་གསོས་སྦྱོན་དུ་འགྱུར་ཐབས་མེད་པས། དུས་རབས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ཕྲག་ལ་བབས་ཤིང་། རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་རིག་པ་ཆུལ་དུ་འབྱུག་པའི་ཁ་བ་ཅན་པའི་གཞོན་སྟེན་ཐམས་ཅད་སྒྲིལ་བྱུན་པའི་འཛིག་རྟེན་དུ་འཁོར་འདུག་ཅི་ལ་ཐུབ།

དོག་མའི་དབང་དུ་བཏང་ན། རིག་གནས་ཟེར་བ་བསམ་སྒྲུབ་འཆོལ་དཔྱད་ཀྱི་བྱུན་ཞིག་སྟེ། གསར་བཏོད་དང་ལུན་རིང་གི་མྱོང་རྟོགས་གཞིར་བཟུང་ཐོག་ཐུན་མོང་གིས་ལག་ལེན་ཐུབ་པའི་རིག་པ་བྱེ་བྲག་པ་རྣམས་ལ་གོ་སྐྱོང་སྟེ། སེམས་ཁམས་མཛེས་དཔྱད་དང་། མི་ཆེད་དཔྱད་སྟངས། རིན་ཐང་ལྟ་བུ་གཙོ་བོར་ཐུང་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་སྤྱི་ཚོགས་ཡིན། དེ་ཡང་རིག་གནས་ཀྱི་བྱེད་པར་རོ་བོ་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྟེང་ནས་རིག་ཆོན་སྤྱི་ཚོགས་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཕྱིར། དེ་ལ་སྒྲུབ་འཇུག་ཅུང་གི་གསར་བཏོད་རང་བཞིན་ལུན་པ་དང་། དངོས་ཡོད་དང་བསམ་སྒྲུབ་གསར་བའི་མཁུ་བ་སྟོན་དང་འབྲལ་ཐབས་ཅི་ལ་ཡོད།

སྤྱི་ཚོགས་རིག་པའམ་རིག་གནས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་ཆ་ནས་སྟེང་ན། རིག་གནས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་གསུམ་

ལས། རྒྱ་བསམ་སྒྲིལ་རིག་གནས་ཀྱིས་ཆེས་ཆེར་བྱུག་ན་
ཡང་། བྱི་དངོས་པོའི་རིག་གནས་དང་བར་སྤྱི་ཚོགས་རིག་
གནས་ཀྱིས་དབུལ་ཞིང་ཕུང་བས་དངོས་ཡོད་དང་གནས་
བབས་ཀྱི་ནུས་པ་ཐབས་ཆག་ཉམ་ཆུང་དུ་བྱུར་ལ། མིའི་རྒྱུ་
ལྷན་འཛོལ་འཛུགས་ལ་ཁག་ཁྲུང་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། དེ་
བཞིན་བྱི་མ་གཉིས་པོའི་བྱུག་ཀྱང་དང་པོའི་ཆ་ནས་དབུལ་.....
ཞིང་པོངས་ཆོའདྲ་མཉམ་དང་དམངས་གཙོ། མཐུན་སྦྱིལ་
དང་ཞི་བདེའི་ཆ་ནས་རྒྱུ་ཐག་རིང་ནས་རིང་དུ་བྱུར་འགྲོ་
བས་དེ་ཡང་མཐར་ཐུག་གི་འཕེལ་རྒྱས་ཤིག་ཡིན་ཐབས་མེད།
དེའི་ཕྱིར་རིག་གནས་གསར་བའི་གསོན་ཤུགས་འབར་ཞིང་།
རིག་དཔྱད་ཀྱི་མེ་སྒྲག་དབྱང་ན་འཕྱོ་བའི་ཤེས་རིག་གི་ཁམས་
སྤྱད་པས་ཅན་གཞོན་ཏུ་ཀུན་.....ཀྱིས་འབད་བཙོན་བྱེད་འོས།

ནུས་དཔྱད་རིག་པའི་འཇིག་རྟེན་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་འཇིག་
རྟེན་ཡིན་ལ། ཤེས་རབ་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་འདིའི་མི་གཞི་དང་
གཤེས་སྤྱོད། འཛོལ་བ་དང་དངོས་ཡོད་ལ་མཐོང་ཆེན་དང་ཐོག་
མའི་གོ་སར་འཇོག་དེས་ཡིན་ཕྱིར། རིག་གནས་ཀྱི་སྤྲང་ཚུལ་
གང་དུང་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར། རྣམ་པ་མང་བོའི་ཤེས་རིག་གི་
འཇིག་རྟེན་ཞིག་བསྐྱར་རྒྱ་ནི་མི་བུ་ཀུན་གྱི་རི་སྟོན་ཡིན་ལ། ད་
ལྟའི་སློབ་གསོའི་ལས་འགན་དུ་ཡང་བབས་ཡོད་སྟེ། དེ་ན་
སེམས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕབས་ནས་ང་ཚོའི་རང་གི་རིག་གནས་ཀྱི་ཆ་
བ་ཅི་ཞིག་གི་སྤྱིང་དུ་ཆུགས་འདུག་པར་དབྱང་ཆོ། གང་དུ་
བརྒྱུད་ཆར་བ་བཞིན་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་གཞི་མཐུག་ས་
ནང་བསམ་སྒྲིལ་རིག་གནས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་ཡོད་ལ། དེས་ད་ལྟའི་
བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་འཛོལ་བ་དང་བསམ་སྒྲིལ། རིག་གནས་དང་
དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཐོ་དམའི་ཆུ་ཚད་ལ་ཐད་ཀར་བའི་ཐག་
གཅོད་ཐབས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ། འདི་ལ་ཡང་ཕྱོགས་གཅིག་
གི་ཐད་ནས་ནང་བསྟན་བསམ་སྒྲིལ་རིག་གནས་དང་། ཕྱོགས་
གཅིག་གི་ཐད་ནས་བོད་མིའི་སྤྱི་རིག་གནས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལྟ་
བའི་རིག་གནས་ཀྱི་གཞི་གཉིས་ཡོད་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་བཙན་
པོའི་རྒྱལ་རབས་ནས་ནང་བསྟན་བསམ་སྒྲིལ་ལྟ་སྤྱོད་ཆར་མ་
བོད་མི་རེ་རེའི་མི་ཚོའི་རིན་ཐང་གཞུལ་བྱེད་ཀྱི་ཆད་ཐིག་དང་

བོར་བྱུར་བ་དངོས་ཡོད་བདེན་གྲུབ་ཡིན།

བོད་མིའི་འདི་བྱི་ཀུན་གྱི་འཛོལ་རྒྱུ་ནང་བསམ་སྒྲིལ་རིག་
གནས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་བབས་པས། དགེ་སྤྱོད་ལས་འབྲས། ཆོ་
འདི་བྱི་ནི་ད་སྤྱི་བོད་མི་ཀུན་གྱིས་འབད་བཙོན་གྱི་དང་བོ་དང་།
འཇིག་རྟེན་ལ་ལྟ་བའི་མིག་ཏུ་བྱུར་ལ། དེའི་བསམ་སྒྲིལ་བག་
ཆགས་ཀྱིས། བོད་མི་རྣམས་འདྲོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་མཁན་དང་།
བྱམས་དང་སྤྱིང་ཇེའི་རང་གཟུགས་གསོན་པོ་ཅན་དུ་བྱུར་ལ།
མགོན་དང་སྐྱབས་ལ་བཞེན་པའི་འཛོལ་བའི་རྣམ་པ་བྱུལ་ཡོད་
པས། གངས་རི་དང་སྤངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་བ་དང་མི་རྟོག་གི་
འདབ་རོལ་ན་འཛོལ་བ་དང་ཆེས་ཉེ་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་རྣམ་པ་
སྟེ། འགན་ཚིད་དང་གསར་གཏོད། ལག་ཚུལ་དང་ཚན་རིག་
སྤྲེལ་ད་ལྟའི་ཤེས་རིག་གི་འཕོར་ཤུགས་མ་ཐེབས་པར་དུས་
ཡུན་རིང་བོ་པར་འདས། ད་ལྟའི་དུས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་དང་.....
སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་འགན་ཚིད་ཁྲོད། རང་ཉིད་ཞི་སྟོན་དུལ་བར་
གནས་ཀྱང་ཤེས་རིག་གི་ཆུར་ཆོལ་ལ་སྤྱོད་ཀྱང་ཁ་གཡོར་སར་
མི་འགྲོ་བས་ན། རིག་གནས་ཀྱི་རིན་ཐང་བསྐྱར་དུ་སྤྱོད་རྒྱ་
དང་། སློབ་གསོའི་རྣམ་པ་བསྐྱར་རྒྱ་ཁཆ་དགོས་གཏུག་ཏུ་
བྱུར་ལ། ང་ཚོས་ཕྱོགས་ལྗང་གི་མིག་རྒྱུང་ཡལ་བར་བོར་ནས།
དྲང་བདེན་དང་དངོས་ ཡོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲིལ་དྲང་ཐད་དུ་.....
བཟུང་སྟེ་བདེན་པའི་ཞིབ་བདར་ཡང་ཡང་བྱེད་དགོས་ཆེ།

དངོས་ཡོད་ལ་མེད་ཐབས་བྲལ་བའི་ཤེས་རིག་གི་.....
སྤྲང་ཚུལ་གསུམ་པོར་མཚོན་ན། གང་ཞིག་གིས་དང་བོའི་གོ་
གནས་བཟུང་བ་དང་། གང་ཞིག་པལ་བར་བོར་བའི་སྤྱང་.....
ཚུལ་འདི་ལ་བྱིས་པ་སྐབས་ལྷག་ཡན་རྒྱས་མང་འཆེ་བས།
རིག་གནས་བཙན་ཆོལ་གྱི་གདོང་ལེན་དང་། ཐུན་མོང་དང་
འདྲ་མཉམ་གྱི་འཕེལ་ཤུགས་རྒྱུ་ཆུགས་ཆེད་ལྟ་ཆུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་.....
བོར་ནས་བོད་མིའི་ཤེས་བྱའི་སྤྱིག་གཞི་བརྩིས་ཀྱི་ལས་ཀ་དེ་
ལག་ལེན་བྱེད་པར་ངོས་ཟིན་གསར་བ་འདྲོངས་རན་ཡིན་ལ།
གཅིག་ཉམས་གཅིག་སྤེལ་གྱི་ལ་རྒྱས་ཉམས་སྤྱོད་འདི་ལ་རང་
གཞན་མི་རིགས་ཀུན་པོར་རྒྱས་མང་འཆེ་བས། གཞི་མེད་སྟོང་
བར་འགྱུར་བའི་འཇིགས་རམ་རང་ཐོག་ཏུ་འབབ་པའི་སེམས་

ཁྱུ་ཀུན་ལ་ཡོད་ཀྱང་། རིག་དཔྱད་དང་དངོས་ཡོད་མ་ཐོར་
བའི་རིག་གནས་དང་། མི་གཞི་དང་དྲང་དོན་ལ་གཞིལ་བའི་
སྒྲིབ་གསལ་ཡིས་འཆོ་བའི་ཆུ་པ་གསར་བ། ཤེས་བྱའི་སྒྲིག་
གཞི་ཡང་དག་པ། མི་རྒྱུས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དར་ཆ་གསར་བ་
ཞིག་ཚུགས་ཐུབ་པའི་ཡིད་ཆེས་འབྱུང་ལ། དེ་ལས་སྒྲིག་པའི་
ཉེན་ཁ་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་ང་ཚོའི་སྤྱི་དུ་འབབ་ཐབས་
མེད་པའི་སྒྲོ་ཆོད་ཀྱང་འཛིན་ཐུབ།

ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། རང་མོས་དཔྱད་གྲུང་གི་སྒྲོ་མོ་
ཆེས་ཆེར་ཕྱེ་བས་ཐམས་ཅད་རིག་དཔྱད་ལ་འབད་པའི་ཆུ་
པར་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་བྱུང་བའི་མཚུངས་སུ། རིག་དཔྱད་
དང་དྲང་བདེན། དངོས་ཡོད་ནི་ལག་ལེན་གྱི་ཆོད་ཐིག་ཡིན་
ཕྱིར། རིག་པའི་དཔྱད་གྲུང་དང་འབྲེལ་བའི་གྲས་མོལ་ཅི་
ཡིན་ཡང་དང་ལེན་གྱི་གནས་སུ་ངེས་སྟོན། རྒྱུན་དུ་བྲིས་ཆོད་
བཤད་ཆོད་གོ་ཆོར་གྱི་རྗེས་འབྲངས་ཅམ་དུ་འགྱུར་བ་ལས་
རིག་དཔྱད་ཀྱིས་མི་འདད་སྟམ་པའི་སེམས་ཁྱུང་སྒྲིབ་ཀྱི་ལ།

གཞན་གྱིས་གྲུང་སྒྲིབ་ཅམ་གྱིས་བསྐྱེད་པར་ཡང་བསམ་
ཐོང་། དེའི་ཕྱིར་རང་ཉིད་ཀྱིས་བདམས་པའི་ལམ་གྱི་ལྷན་དེ་
ནམ་ཡང་རིག་དཔྱད་ཀྱི་ལམ་དུ་ཡོད་ལ། དེས་རང་ལ་ཡིད་
ཆད་མི་སྟེར་བའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་འབྱུང་། དེའི་ཕྱིར་ཆེ་བའི་
བཅོན་ཚུགས་དང་། རྒྱུང་བའི་ལྷ་ཚུགས་བྱེད་པའི་རིག་པ་
ཡོད་ཆོད་གད་སྟོགས་རིག་གནས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་འདྲེན་འོས་ལ།
དགའ་སྦྱོར་དང་བསྟོད་དབྱངས་ཀྱིས་དང་ལེན་བྱེད་སྤྱོད། དེ་
ནི་རིག་དཔྱད་དང་དྲང་བདེན། དངོས་ཡོད་ལ་འབྱོར་བའི་
བྱེད་སྒྲུངས་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ། སྤྱི་ཚུགས་རིག་གནས་ཀྱི་བྱུང་
བཟར་ཁྲོད་གད་སྟོགས་རིག་གནས་ཀྱི་བག་ཆགས་མི་ཐེབས་
པའི་ཆོལ་ལན་དུ། དངོས་ཡོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུ་དོན་འདོར་མི་
རུང་བའི་དགོས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡང་ཤིན་ཏུ་གསལ་། དེའི་
ཕྱིར་བདག་གིས་ཁ་བྱང་ལས་ “རིག་པའི་བདེན་ཁ” ལ་ནན་རྟ་
གས་བརྒྱབ་ཡོད་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པ་ཡང་སྒྲིབ་མི་དགོས་
པར་གདའ་འོ།

ཐུགས་རྒྱུ་ལྟ་བུ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲིབ་ཀྱི་།

• དམིགས་བྱ། • (ལན་གྱི་)

ཉེན་འགའི་སྒྲོ་མོ་མཚན་མོ་ཞིག་ལ། ང་མལ་ཤག་དུ་འབྱོར་དུས། གྲགས་པོ་ཆོས་ཉག་ཉག་བརྟན་འཕྲིན་གྱི་མཐའ་རུབ་ནས་
སྒྲིག་བརྟན་ཞིག་ལ་ཉུ་བཞེན་པའི་སྒྲིང་རེད། རྒྱུན་པར་ང་བརྟན་འཕྲིན་ལ་བཟུང་དེ་འདྲའི་དགའ་བོ་བྱེད་ཀྱིན་མེད་མོད།
ཡིན་ནའང་། “ཐུ་སྒྲུ་ཐུ་ཐུ” * ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་དེ་དག་ངའི་མིག་ལ་དབང་མེད་དུ་སྒྲིགས་བྱུང་། དེ་ནི་ཕལ་ཆེར་དམར་
བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་ལག་ཅིག་ནས་སྒྲུ་ཐུ་སྒྲིགས་སྒྲིགས་མེར་བསྒྲིགས་པའི་དོན་རྒྱུ་རེ་འགའ་བྱུང་བ་དེ་དང་། རྒྱུང་པར་དུ་སྒྲིགས་ལ་
ཐེངས་ཤིག་བྱིན་པ་ནས་བརྒྱུང་། སྒྲུ་ཐུ་སྒྲིགས་མེར་སྒྲིག་མི་ཉན་པའི་ཆོར་འདྲུ་ཤུགས་དྲག་ཅིག་གིས་ངའི་བྱང་ཁོག་རྒྱལ་བོ་མེར་གྱིས་
བྱུང་པས། ད་ལྟ། ང་རང་སྒྲུ་ཐུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐ་སྟོང་ཡོད་དོ་ཅོག་ལ་རྗེ་གསང་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་བཞེན་ཆགས་འདུག

མཚན་མོ་དེར། ང་ཡང་གྲགས་པོ་ཚོའི་གསུམ་འཚངས་ནས་སློག་བརྟན་དེ་ལ་བརྟམ་པ་ཡིན།

《ཚུ་སྐམ་ལྷ་ལྷ》 ཞེས་པ་ནི་སློག་ཆགས་གིས་འབྲུབ་རྟོན་བྱས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་སློག་བརྟན་ཞིག་རེད་ལ། ལྷ་ལྷ་ནི་སློག་བརྟན་……
དེའི་མི་ལྷ་གཙོ་བོ་རེད། ལྷ་ལྷ་རྩ་འབྲེང་པའི་ཚུ་སྐམ་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་ནི་སྤྲོ་ཡོམ་ཡོམ་གྱི་གཙང་ངོགས་ཤིག་ནས་འཇིག་རྟེན་འདིར་སླེབས་
ཤིང་། གཙང་ངོགས་དེ་རྩ་ཚུ་སྐམ་མོ་མོ་གཉིས་དང་རི་དྲགས་མང་བོ་བག་ཡངས་སྒྱ། འོན་ཀྱང་། ལྷ་ལྷ་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཡོང་ནས་……
རིང་བོ་མ་འགོར། ཉན་ཞིག་ལ། ཤུའི་རྩེ་སྒྲིབ་པའི་མི་མང་བོ་ཞིག་གིས་ཚུ་སྐམ་མོ་དེ་བསད་ཅིང་། རིང་བོ་མ་འགོར་བར་ཚུ་སྐམ་
ལྷ་ལྷའི་མ་མའང་འཆི་ལམ་དུ་བརྒྱུད་པ་དེ་ལྟར། ཚུ་སྐམ་ལྷ་ལྷ་རྒྱུད་དུ་ནས་དུ་སྤྲུག་དུ་ཡུར་བ་དང་། འཆོ་གནས་གྱི་ཕྱིར་དུ། དུ་སྤྲུག་ལྷ་
ལྷ་གཙང་ངོགས་ནས་ཁེར་རྒྱུ་དུ་འབྲུམ་ཉུལ་བྱེད་དགོས་བྱུང་།

ཡང་བའི་འཆོ་གནས་གྱི་ཁོར་ཡུག་དེ་ནས། ལྷ་ལྷས་བཀྲེས་སྒྲོམ་དང་བདའ་འདེད་སྐྱེས་གཅེས་པའི་སློག་ལ་འཆོ་བའི་སྤྲུག་
བསྐྱེད་ཡོད་ཆོད་ལ་གདོང་སྤྲུགས་ནས་ནར་སོན་རྩེས། ཁོས་པེ་རྟེན་ཞེས་པའི་ཚུ་སྐམ་མོ་ཞིག་ཁྲིད་ནས་སྤར་གྱི་ཆོད་མལ་བསྟེགས། དེ་
དུ་པེ་རྟེན་ཡིས་ལྷ་ལྷ་ཉུལ་བྱེད་སྤྲུག་ཆོད་གང་བཅས། འདི་ལྟར་ལྷ་ལྷའི་འབྲུམ་ཉུལ་གྱི་འཆོ་བ་རེ་ཞིག་མཇུག་བསྒྲིལ།

ཡིན་ནའང་། རྩོད་རྒྱག་པའི་དུས་ཚུགས་གཞན་ཞིག་སྤར་ཡང་གནས་དེར་ལྷ་ལྷས་པ་དང་ཡང་བའི་དམར་གསོད་ཅིག་ཀྱང་ལྷ་
ལྷ་དང་ཉེ་བར་གཅར་འོང་། ཉན་ཞིག་མ་གསོད་གྱི་ལག་དམར་ཆོས་མཆེ་གཅིགས་སྤེར་བབྱེད་གྱི་ཤུའི་ཁྲིད་ནས་སླེབས་པའི་ཆོ་ན།
ལྷ་ལྷས་རང་གི་སྤྲུག་ཆོ་སློག་ཉན་ལས་སྦྱབ་ཆེད་ཆོད་མལ་དང་གྲེས་ནས་རྒྱུད་རིང་ལ་བྲོས། ཡིན་རིང་ལ་བདའ་འདེད་བྱས་མཐར། ལྷ་
ལྷ་རང་ཆོད་དང་ཁ་ཐག་རིང་བའི་ཚུ་རྒྱན་ཞིག་ནས་ལག་དམར་ཆོས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར། སྐབས་ཤིག་ལ། ཞེ་སྤང་མེ་ལྷེ་བཞེན་མཆོད་……
གྱིན་པའི་ཤུའི་ཞིག་ལྷ་ལྷའི་རྟེང་ལ་བདེ་བྱུང་བས། ལྷ་ལྷ་ཡང་དག་བོའི་སྤྲུགས་སུ་སློག་བརྟན་གྱིས་མཆོངས། སྤྲོ་ཡོམ་ཡོམ་གྱི་གཙང་……
བོའི་སྤྲོང་དུ། ཤུའི་དང་ཚུ་སྐམ་གཉིས་ཀྱིས་ཁྲོད་ཤིང་གསོན་གྱི་དམར་འཛིང་བྱས། ཡིན་རིང་ཞིག་འགོར་བའི་རྩེ་སྒྲིབ་ལ། ཚུ་སྐམ་ལྷ་……
ལྷས་ཤུའི་མཛིང་བར་སྤྲུགས་ནས་འཆི་ལམ་དུ་བརྒྱུད་པ། ཕྱིས་སྤྲུག་མས་ཕོག་པའི་ཚུ་སྐམ་ལྷ་ལྷ་གཏན་ནས་གཏན་དུ་ཆོ་མོའི་གཏིང་
དུ་རུབ་པ་དང་། ཆོ་སློག་གི་རྒྱ་བ་འགག་ཁ་མའི་དབྱགས་རྒྱན་པ་མོ་དེ་གཙང་བོའི་ངོས་སུ་རྒྱུ་བྱུར་གྱིས་བརྩོལ་ཡོང་།

སློག་བརྟན་འདི་ནི་འུ་ཅག་གི་རྒྱུད་ལེན་པ་ཆོས་ཐོལ་བྱུང་དུ་ཚོམ་ཞིང་དབྱངས་སུ་གྱེར་བའི་ “སློ་སྤྲུ་དག་དང་ཡེ་ནས་མི་འདྲ་
བར་མི་མེམས་གྱི་རི་རབ་ཡོམ་ཡོམ་དུ་སྤྲུལ་ངེས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལས་ང་ཆོས་འགྲོ་མིའི་ཡང་བའི་གདུག་སྦྱོད་ཀྱིས་གཞོན་གྱིན་པའི་ཆོ་
སློག་གི་ཆོགས་དང་། ཉན་ཁའི་མདུན་ནས་ཤི་འཐབ་རོ་འཐབ་བྱེད་པའི་སློག་ཆགས་ཀྱི་འཆོ་འདུན་དྲག་པོ་དེ་མཐོང་ཐུབ། འདི་དག་

མཐོང་རྗེས། ངས་ནི་འཆོ་གནས་ཀྱི་དོན་དུ་མ་ཡིན་པའི་སྲོག་གཙོང་འདི་རིགས་ལས་མིའི་རྒྱུད་ན་གཉུག་མར་གནས་པའི་སྲོག་པའི་
གྲིབ་ཡོར་ཆེན་པོ་དེའམ། ཆོ་སྲོག་ཅེས་པའི་དོ་བོ་དང་རིན་ཐང་སོགས་རང་སློབ་དཔོག་མིན་གྱི་གནས་ལྷགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསམ་
མནོ་འཁོར་དགོས་བྱུང་། བསམ་གཞིག་དེ་དག་གིས་སྦྱིད་པའི་འབྲས་བུ་གཞན་ཞིག་ནི། ངས་རང་ཉིད་ཡུན་རིང་ལ་གོམས་པར་གྱུར་
ཞིང་སློ་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་བརྒྱུམས་པའི་བག་ཆགས་ཤིག་གམ་འདྲ་ཤེས་འཛིན་སྟངས་རིགས་ཤིག་ལ་ཕྱིར་རྟོག་བྱེད་དགོས་བྱུང་སོང་།

ད་ལྟའི་བར་དུ། ངས་སྤྱ་ཁྲ་ལྟ་བུའི་སྲུང་གསོན་པོ་ཞིག་མངོན་སྲུང་མཐོང་མ་ཞུང་ལ། སྲོག་བརྟན་འདི་ལས་གཞན་སྲོག་ཆགས་
སྲུང་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་དེབ་ཅི་རིགས་ཀྱང་ཡེན་ས་བཏུགས་ཞུང་མེད། ཡིན་ནའང་། ང་རང་སྲུང་སྲུགས་ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་དེ།
སྲུང་སྲུགས་ནི་ངའི་ཡུལ་མི་ཆོའི་འཆོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱ་དངོས་རྩ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ཕལ་ཆེར་ངའི་མེས་པོ་ཆོའི་རིང་
ནས་བཟུང་སྲུང་སྲུགས་ནི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཁྱེད་པའི་མཐའ་རྒྱན་བྱེད་ཅིང་། ཁོ་ཆོས་དེ་ནི་རྒྱན་འཕྱར་གྱི་དངོས་པོ་རིན་ཐང་ཅན་ཞིག་ལ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། དེ་ནས་བཟུང་ཡུལ་མི་ཆོས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མེས་པོ་དག་གི་མཛེས་དཔྱད་ཀྱི་འདྲ་ཤེས་འཛིན་སྟངས་འདི་
རྒྱན་འཛིན་བྱས་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་སླེབས།

འདི་ལྟར་རྒྱུད་འཛིན་བྱས་པས། ད་ལྟ། ཕ་ཡུལ་དུ་གཞོན་སོ་དཀར་དང་ཆུན་མགོ་དཀར་ཀྱན་གྱིས་སྲུང་སྲུགས་ནི་རང་ལུས་……
རྒྱན་བྱེད་ཀྱི་འཕྱར་སྲུང་འབའ་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུ་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྲུང་སྲུགས་ལ་འཐའ་གཅིག་ཏུ་“སྲུང་” ཞེས་སུ་འབོད་
ཀྱིན་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་སྲུང་ཆེན་པོའམ། སྲུང་ཡག་པོ། རྒྱ་སྲུང་དཀར་ཁྲ་སོགས་སུ་འབོད་པ་ལས་སྲུང་སྲུགས་ཆེན་པོའམ་སྲུང་སྲུགས་
དཀར་ཁྲ་སྲུང་སུ་མི་འབོད། དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་འགོར་བས། མི་རྣམས་ཀྱི་སློང་རོ་སྲུང་དང་སྲུང་སྲུགས་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་གཉིས་ཀྱི་
དོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་བས། ད་ལྟ་མི་ཞིག་གིས་སྲུང་ཞེས་སློང་བའི་ཆོ་ན་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་དྲན་འཛིན་དུ་འཆར་ཡོང་བ་ནི་ལྷ་བའི་
མཐའ་རྒྱན་དུ་བྱེད་པའི་སྲུང་སྲུགས་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ལས། རྩོམ་ཡིམ་གྱི་གཙང་དོགས་ན་འཆོ་བའི་སྤྱ་ཁྲ་བུའི་ཤ་ཁྲག་གི་ཕུང་བོ་ཞིག་
གཏན་ནས་མ་ཡིན།

ཞིབ་ཏུ་བསམས་ཆོ། འདི་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅི་རིགས་ཤིག་ངེས་པར་མཆིས་སོ། མ་གཞི་ནས། སྲོག་ཆགས་སྲུང་ནི་སྒྲིབ་ཕྱགས་ལྷག་དང་
ཡེན་ས་མི་འདྲ་སྟེ། ལུ་ཅག་ལ་མཁོ་བ་ནི་སྲུང་ཞེས་པའི་སྲོག་ཆགས་རྒྱུད་དེའི་རྒྱབ་ཀྱི་པགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ལས་དེའི་ཤ་མི་ཟ་བ་
དང་། ལུ་ཅག་ལ་མཁོ་བ་ངེས་ནི་སྲོག་ཆགས་སྲུང་དམར་གསོད་བྱེད་མཁན་མི་སྐར་ཞིག་རང་འགྲུལ་གྱིས་བྱུང་སྟབས། ལུ་ཅག་དངོས་
ནས་སྲོག་ཆགས་འདི་དམར་གསོད་བྱེད་དགོས་མ་བྱུང་བ། གཞན་དུ་ན་ལུ་ཅག་གི་ལག་ཏུ་སོན་པ་ནི་སྤྱ་ཁྲ་བུའི་སྲོག་ཆགས་སྲུང་……

མིན་པར་ཚོང་རྩིས་སྤྱིར་བཏིག་པའི་གྲུ་ལྷགས་སམ་གྲུ་རྒྱལ་དུ་འབོད་པའི་དངོས་པོ་དེ་ཡིན་པས་ན། འུ་ཚོས་གྲུ་ཞེས་པའི་སྒྲིག་
ཆགས་འདི་ལ་པགས་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་པར་བྱ་བ་མཆོག་ཅི་ལ་མེད།

ཡིན་ནའང་། སློན་ལ་མས་དུང་ཅིང་གཞིགས་ན་འདི་ནི་མི་སེམས་སྐྱི་གཡའ་བར་བྱང་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་ནོ། ཅི་ལགས་
ཤེན། སྤྱ་ཁྱ་ལྟའི་གདོས་བཅས་ཤུག་གི་ཕུང་པོ་ཞིག་ལ་ངོ་བའམ། བེམ་པོ། བགས་པ་ལྟའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་པ་འདི་ནི་མི་སེམས་
འཛོམ་སྤྱིད་དུ་སོང་བའི་ཏན་ཏྟགས་སུ་ངས་ལ། འདི་ནི་ཆོ་སྤྱོད་ལ་སྤྱང་མེད་གཡེལ་རྒྱུང་བྱས་པའི་ཕྱིག་སྦྱོད་ཡང་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད་དོ།
གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་མིས་འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་འཆོ་བའི་ཆོ་སྤྱོད་ཡོད་དོ་ཙག་ལ་བགས་པ་ལྟའམ། དངོས་པོ་ལྟ་བུ། ཡང་ན་བཟའ་
བཅའ་ལྟའི་འདུ་ཤེས་བརྒྱུང་ཆོ། དེའི་མཚུག་འབྲས་ནི་ཡང་བ་ཞིག་དང་འཇིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་སློས་དཔག་ཏུ་རུས་
པའི་གནས་ཤིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན།

དེས་སྐབས་ཀྱིས། འུ་ཅག་ནི་ལྷ་ཁྲི་སྟག་གི་རྩེ་ལྷ་མཆོག་ཅོག་ས་ཐེང་བསྐྱད་ཀྱིས་མཆོངས་ཀྱིན་པའི་ལག་དམར་དེ་དང་དེ་འདྲ་
བ་ཆོ་སྐྱེད་སྲིང་མཁན་རེད། འུ་ཅག་ནི་ད་གཞི་དེ་ལྷ་ཁྲི་ལྷ་བུའི་སྟག་གཅིང་གི་ལག་དམར་དངོས་རེད། འུ་ཅག་ལྷ་བུའི་ཆོ་སྟག་ལ་
བགས་པའི་འདྲ་ཤེས་འཆང་མཁན་མང་བས་ཆོ་ན། ཉམ་རྒྱུད་ཉེས་མེད་ཀྱི་སྟག་ཆགས་ཅི་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་འདི་ལྷ་ར་ཤེས་མེད་ཆོར་
མེད་ཀྱིས་ཆེག་མེད་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ཨང་།

འདི་ལྟར་བྲན་པས་མོད་ལ། ངའི་མིག་ལམ་དུ་སྤྲ་ཁྲའི་བུད་ཤས་འཆོས་པའི་མིག་བྱང་ཤར་ཡོང་། སྤྲ་ཁྲའི་རྩང་རྩང་གི་ལུས་སོ་སྟོ་
ཡོམ་ཡོམ་གྱི་རྩུ་མོའི་གཏིང་ལ་བྱིངས་གྱིན་པའི་ངང་རྩུལ་དེ་ཤར་ཡོང་། ཁོའི་ཆོ་སྒྲུག་གི་ཆེས་མཐའ་མའི་དབུགས་རྩུན་དེ་ངའི་སེམས་
ཁོང་ནས་རྩུབ་པའི་ན་བཞིན་བརྟོལ་ཡོང་།

ད་ལྟོ ངས་སྐུ་ཁྱེད་ཀྱི་འོས་ཆ་ལས་མང་པོ་ཞིག་གི་མཛོེས་གི་སྐད་ཀྱི་སྐད་པལ་ལས་བཟོ་རན།

ད་ལྟ། ངའི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཡང་བསྐྱུར་བསམ་སློ་གཏོང་དགོས་བྱུང་སོང་།

2006-5-19 ཉིན་ལ།

※ 《ཆུ་མཁ་སྤྲེལ་བའི་དབྱིན་པེའི་རྒྱུ་ལྟོན་ཞེས་ཡིན་པ། འཕྲུབ་ཁྲིད་པ་ནི་རྩ་བེའི་ཆུ་ལྟོན་ཞེས་པ་ཡིན།

དགོངས་དོན་དྲུང་གིས་དོན། གནས་བརྒྱུད་བྱུང་བ།

ཨོའབར (ལན་གྲུ)

ཉེ་ཆར «ཚྭ་པའི་ལྷབས་ཕྱེང» ཞེས་པའི་དྲུང་གླིག་
པའི་ཞིང་ཁམས་ནས་ཐོན་ཞིང་ནང་ཁུལ་གྱི་སྒྲེར་གཉེར་དུས་
དེབ་ཅིག་ང་ཚོ་བོད་ཡུལ་གཡང་གི་ར་བ་འདིའི་ཡིག་ངོ་ཚད་
པའི་སྒྲེས་བོ་ནམས་ཀྱི་གཟིགས་མོའི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་གསེས་སུ་
བསྟར་བཞིན་པ་ལ། ཆེད་དུ་སློབ་ཆེན་པའི་རང་དབང་གི་སྤྱོད་
བརྒྱུད་དང་རང་དབང་གི་བསམ་སྒྲུབ་དམིགས་ཡུལ་ནི་ད་ལྟའི་
བོད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ངན་མཆོང་ཐེར་འདོན་དང་རིག་གནས་ཀྱི་
སྤང་ཚུལ་ངན་པ་དཀར་འདོན་གྱིས་དགག་བཞག་བྱེད་པའོ།
སྤྱི་མའི་ས་ཞིང་གཤིན་པོ་«ཤར་དྲུང་རི» ལ་གཟས་པ་རེད།
ལར་རིག་གནས་ཀྱི་ངོས་ནས་བརྒྱུད་ན། བཀལ་བཟླག་གི་ཚོད་
པ་རབ་དུ་བདོ་བ་དང་དགག་བཞག་གི་མེ་སྟག་རབ་དུ་མཆེད་
པ་ནི་དགའ་འོས་པའི་དོན་བྱ་མདུན་ཞིག་ཡིན་ལགས་ཏེ། ཁ་
མི་ཆོང་བ་ཆོང་བར་བྱེད་པ། འཕུས་ཤོར་བ་ལ་ཀུན་གསལ་
གཏོང་བ། སྤང་སྤང་ནམ་གཅོད་ཀྱི་རབ་དབྱེ་ལ་བདེན་པ་
བདར་བ་སོགས་སྤྲ་ཚོལ་ཕྱི་ཚོལ་གང་ལའང་ཤིན་ཏུ་སྤྲོད་པའི་
གསེས་སུ་འགྲོ་བས་རེད། ཡིན་ཡང་། ཀུན་སྤྱོད་མ་དག་པ་དང་
དགག་བཞག་སྤྱི་ཚུལ་མ་བཟང་ན་སྤྱི་ཞིང་གཡང་དག་པའི་

དགའ་སྤང་གི་ཁོར་ཡུག་གཙང་ཡངས་ཤིག་འབྱུང་མི་ཐུབ་པར་
དུ་སྤྲོད་ལང་ལང་གི་འདམ་དྲི་བྱ་བའི་སྤྱོད་པོ་སྤྲུག་པོ་ཡི་“སྤྲོགས་”
མོའི་ཁ་ཚྭ་ “ ཁོ་ནར་འཁུམས།
སྤྱི་མོ་༢༠༠༥ལོའི་«ཚྭ་པའི་ལྷབས་ཕྱེང» གི་འདོན་
ཐེངས་གསུམ་པའི་སྟེང་དུ། བན་ཤུལ་དཔལ་ལའང་རྒྱལ་ལགས་
ཀྱིས་བྲིས་པའི་«རྟོག་འཇུག་གི་དཔྱད་ཤེས་པ་» ཞེས་པའི་
ལན་དུ་སྤྲོས་བ་འབྲུལ་སེལ་འོད་ཀྱི་ཟེར་མ། ཞེས་པ་དེ་ནི། ཁོ་
བོས་བྲིས་པའི་«རྟོག་འཇུག་གི་དཔྱད་ཤེས་པ་» («ཤར་དྲུང་
རི» འདོན་ཐེངས་བཅུ་དྲུག་པའི་སྟེང་འཁོད་ཅིས་པར་ཆེད་དུ་
གཟས་པ་ཞིག་རེད། བན་ཤུལ་ལགས་ཀྱིས་ཁོ་བོའི་ཁ་བྱང་དེ་ལ་
ཆོག་རྒྱན་གྱིས་སྤྲོས་པའམ་ཡང་ན་ཞབས་མཆན་ཆོག་བཏགས་
ཕྱིན་ཐབས་སུ་བཀོད་པ་ལ། རི་ལྷར་ཁ་བྱང་ལས་ནང་དོན་
མཐོང་པའི་དཔེ་བཞིན་“འབྲུལ་སེལ་” གཏོས་ཆེན་པོ་ཞིག་
སྤྲོད་པ་བརྒྱུད་འདུག་ཕྱིར་དང་“འོད་ཟེར་” དྲངས་མ་ཞིག་
གིས་མཁུན་སྤང་བར་བྱས་ཡོད་ཕྱིར། “འབྲུལ་སེལ་” དེའི་
དོན་དུ་དགོངས་དོན་དང་དགོས་དོན་ཞེས་པའི་དམིགས་པ་
ཆེད་བཀར་གྱིས་འགོད་དགོས་བྱུང་ལ། ཞོར་དུ་“འོད་ཟེར་” དེ་

ལ “གཏམ་བཟློག” རེ་འགའ་ཡང་ཟུར་བའི་ཚུལ་དུ་སྒྲིུག་བྱུང་
ན། དེ་ལྟར་ཚུམ་ལས་ཁ་བྱང་ཉིད་པའི་ལྷགས་སུ འགྲོངས་པ་
དོན་དང་དགོས་དོན གཏམ་བཟློག་ཟུར་བཤུར་སྒྲིུག་པ་
བཟློག་འདུག་པ་ལགས།

གཅིག བན་ཤུལ་ལགས་ཀྱི་ཚུམ་དེ་ནི་རང་རྒྱུད་ལ་
མཚོན་ན་དགའ་བའི་གནས་ཞིག་རེད། རང་ཚུམ་དེ་ལ་དེ་ལྟར་
ན་བ་སྒྲགས་མཁན་དང་བསམ་གཞིགས་གཏོང་མཁན་ཡོད་
ཐོག སྒྲིུག་ཆ་ཐེར་འདོན་ལ་གཞིལ་ན་རང་རེའི་གཤིས་སུ་གྱུབ་
པའི་བཟང་ཆ་ལ་མངོན་པར་སྒྲགས་ཞིང་རན་ཆ་ལ་མིག་
གཤར་ཚུམ་ཡང་མི་བྱེད་པའི་སྒྲིུག་ཆུང་རན་དེ་ལས་ཐོག་
ཚོད་དུ་སྒྲུབ་ཡང་། ཁོས་སྒྲིུག་ཆ་ལ་མངོན་པར་སྒྲགས་ཤིང་
བཟང་ཆ་ལ་མིག་གཤར་ཚུམ་ཡང་མེད་པའི་ཚུམ་གཤིས་ཀྱི་
བབས་ལ་བལྟས་ན་སྒྲུབ་བཞིན་རིས་སུ་ཆད་པའི་རྒྱུ་མ་ཁོག་
འདྲིས་སུ་མཐོང་། གང་ལྟར་ཁོ་ཐོས་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲུབ་པ་ལ་མ་
འདོམ་པར་སྒྲིུག་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་ཁྱེད་པ་ཡིན། ཡིན་
ནའང་། དེ་ལ་དགའ་བ་ཚུམ་དང་བཀའ་དྲིན་ཁྱེད་པ་ཚུམ་པ་
ཀྱིས་ “དཔའ་པོ” (ཁོ་ཐོས་ཚུམ་དེའི་བཟློག་བྱ་ལ་གོ) དེ་ལ་
སྒྲུབ་པའི་ནང་དོན་ཡིན་མེད། དེས་ན། དགའ་བའི་རྒྱུ་
དང་སྒྲིུག་པའི་རྒྱུ་ནི་རང་གི་གསུང་ཚུམ་ཀྱི་ཟེལ་ཤུགས་དང་
ཚུམ་ཉམས་སྟེ། “ཆབ་སྲིད་པའི་ཁ་གཡང་སྒྲིུག་པ་” ལྟ་བུ་ལ་
ཁོས་ཉམས་ལོན་པ་དང་རྒྱུ་ཆེ་བར་ནག་ཐོག་གཅིག་ཁེལ་པ་

ཀྱིས་བཟློག་བྱུང་བ་ལ་འབྲེལ་བ་ཟབ་མོ་མཆིས། རེད་དེ། ལ་
རབས་བརྒྱུད་ཅུ་བའི་རང་གྲོལ་གྱི་《ལང་ཚོའི་ཐབ་ཆུ》 ནས་
བཟུང་སྟེ། ལྟན་ངག་པ་སྒྲིུག་ཆེད་བཟློག་པ་ལྟར་བྱུང་ལ། དེ་
དག་གིས་ཀྱང་ལྟན་ངག་ནི་ཁ་གཡང་སྒྲིུག་པ་ལྟ་བུའི་གོ་ལྷགས་
ལ་འབྲམས་པས་ལྟན་ངག་སྒྲིུག་པ་གྱི་ཚུམ་གྱི་ཟབ་ཆེད་ག་
རེ། དེ་ནི་ལྟན་ངག་ཁོ་ནའི་སྒྲིུག་དུ་མ་ཟད་ཀྱི། དུས་རབས་ཀྱི་
འགྲུབ་པ་ལའང་འབྲེལ་བ་དམ་པོར་གང་ལ། དེ་བཞིན་དུ་
འཕྱོང་ཚུམ་སྒྲིུག་དང་བཞིན་པའི་རང་ཚོ་ལ་མཚོན་ནའང་། འབྲི་
མཁན་མང་པོ་མེད་པར་ཉུང་ཉུང་བྱུང་བ་དག་གིས་ཀྱང་ཆེད་
དུ་རིག་གནས་ཀྱི་མི་གཙང་བ་སྟེ། བལྟར་མི་བཟོད་པ་དང་
བསམ་མི་གཟོད་པ་ལ་ཁ་གཏད་ནས་དགག་བཞག་གི་མདའ་
མོ་འཕངས་བས། མང་མང་གི་ཁྲིམས་པར་ཚག་ཤར་རྒྱག་ལ་སྒྲིུག་
ཁམས་སུ་གཡོ་བ་རབ་དུ་རྒྱས། ཞོར་དུ་དེ་དག་ལ་ལང་མོ་ཡིས་
རང་གི་ “སྒྲིུག་པ་” བཟློག་མཁན་ཡང་བགས་ཀྱིས་བྱུང་། མི་ཚང་
མའི་རེ་འདོད་དུ། ལམ་ཞིག་ཡིན་ན་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་གཞུང་ཆེ་
ཁོད་ཡངས་སུ་བྱུང་ན་བསམ། བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཐབས་ལམ་
གཙང་མའི་སྒྲིུག་པ་སུ་ལའང་མི་གཞོད་ཅིང་གང་ལའང་སྒྲིུག་
པའི་དགོས་འདོད་དུ་བྱུང་ན་རེ། གང་ལྟར་ཐོག་མ་དང་གཞོད་
མ་ཉིད་ནས་སམ་མགོ་ཚུམ་ཉིད་ནས་ལམ་སྒྲོངས་ཡངས་པ་
དང་རང་གཞན་གང་ལའང་མི་གཞོད་པའི་གནས་སུ་ཇི་
འདྲའི་བཟོན་ཆེ་ཡང་། རིམ་ཅར་བའི་ལྷགས་ཆེག་མེད་དུ་

བཏང་ནས་ཅིག་ཅར་པའི་སྒྲིལ་ལ་དགའ་མོས་ཀྱི་བསམ་ཡན་
ངེ་འདྲའི་གཞིལ་ཆེ་ཨང་། ཡིན་ཡང་། རྟོན་དག་དངོས་ལ་.....
ཞུགས་ན། སྤྱབ་ཐབས་ནི་དེ་ལས་ཕྱོགས་ཁྱོད་ཀྱང་དུ་འགྲོ་
བས། དེ་ནི་མི་རེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་དུ་མི་འགྲོ་བར་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་...
མིའི་ཐུན་མོང་ལ་སྒྲུབ་པའི་“ཞུ་ཆ” ཞིག་དུ་ཟད། སྤྱབ་
ཐབས་ནི་གནད་པོ་ཆེ་དང་ཐབས་དམ་པ་ལགས་ན། ལེགས་...
ཉེས་ལ་ཉེན་མཚན་དུས་དུག་ཏུ་བྱ་ར་དང་མེལ་ཆེ་མཁོ་བ་ཡང་
སྤྱི་འཇུག་ཟུང་གི་དོད་དུ་འགྲོ། དེར་བརྟེན། “ཞུ་ཆ” ཡོད་
པར་མཐོང་། མཐོང་ནས་རྟོག་རྟོག་ནས་དཔྱད། དཔྱད་ནས་
བཤགས། བཤགས་ནས་ཡོ་བསྐང་བ་ནི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་འགྲོ་བའི་
ཆོས་ཉིད་དུ་འགྲོད་ན། “ཞུ་ཆ” དེ་མངོན་སྟོན་གང་དུང་ནས་
གཤམ་སྤྲོད་མ་བྱས་པར་དེའི་འབྱུང་རྒྱུ་ལ་རྟོག་ཅིང་དཔྱད་ཆོ།
ཞུ་ཆ་ཡོད་པ་ཁས་སྐྱོང་ས་ཐོག་རང་གིས་རང་ལ་རང་རྟོག་...
ཅིག་ཀྱང་མི་བྱ་ཐབས་མེད་བྱུང་ལ། ཅ་ཅེ་གོ་མ་ཅེའི་གོ་རིམ་
དཔུས་མ་དེ་ཡང་མིག་རྫོགས་ཀྱི་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བར་བསམ་ནས་
མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁས་ལེན་མེད་པའི་བཅོམ་ཆག་སྤྱི་ཉིལ་དུ་
གཏོང་བའི་བསམ་སྒྲིབ་སྤེལ་མི་སྲིད་པས་ཁོ་བོས་ཐོག་མར་
རང་གི་“ཞུ་ཆ” དེ་ལ་གཙང་བཤེར་གྱིས་ངོས་ཟིན་བཞུགས་
པའོ།

གཉིས། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་ཁོ་བོས་ཆོག་རེ་རེ་དང་
འབྲུ་རེ་རེ་ལ་རྫོང་ལན་གྱི་བཀྲལ་བརྟག་གིས་ཁབ་གཙགས་.....

འཕྱག་གཙགས་དང་ཤིག་དང་སྒྲིམ་བཅལ་བཅལ་བྱེད་.....
པའི་“རིང་ལུགས་” གང་གི་ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་གི་རིགས་ལམ་
སྒྲིབ་མི་འདོད་ལ། དངོས་པོའི་ལྷ་ལག་རེ་རེ་ནས་སོ་སོར་ཕྱལ་
བཞིན་ཐ་ཆུང་སྤེ་ཆོན་གྱི་སྤྱོད་ན་དངོས་པོ་གང་དེའི་གི་མ་
ཅམ་ཡང་མེད་པར་སྟོན་བཞིན་ལྷ་བ་གང་དེའི་གནད་རྟོགས་
ཚུལ་སྟོན་པའི་ཆེ་ཆུགས་སྒྲིམ་ཆུགས་ཀྱི་འགྱུར་ཉམས་ཆེ་མདོག་
ཁ་བོ་ཡང་བྱེད་མི་འདོད། ཏག་ཏག་ཚུམ་ཉིལ་བོའམ་ཡོངས་
བྱབ་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་ཐུན་མོང་སྤྱི་མཐུན་གྱི་གོ་བ་མཐར་ཆགས་སུ་
ལན་པར་མི་བཙོན་པར་རང་ངོས་ནས་གོ་སྟོབས་རབ་རིབ་
བམ་སྤྱོགས་རེས་པ་ཐོབ་པར་འབད་འབྱུངས་ཆེ་ན། ཚུམ་གང་
དེའི་སྐད་ཆ་སྒྲིམ་བཙོན་བྱ་ཚུལ་དང་དེའི་བཙོན་བྱའི་དགོངས་
དོན། དེ་ལྟར་འཆད་དགོས་པའི་དམིགས་བྱའི་དགོས་
དོན་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་གོ་བ་ལེན་ལུགས་སྤྱི་འདོད་པས་མི་...
འདོད་མི་འཐད་པའི་མགོ་བོ་གཡུག་མཁན་ལ་ཐོག་མའི་གཏམ་
སྤྱོད་དང་གསལ་འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཐལ་སོང་། དེ་ལ་ཐོག་མར་
ཁོ་བོས་གསར་ཚུམ་དེ་ཚུམ་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་རྣམ་པར་ཚང་བ་
ནི་ད་ལྟ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་མེད་པར་ཁ་མལ་ན་སོར་གནས་གྱིས་
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར། རང་གི་ཚུམ་གང་དེ་ལ་འོར་ལྟ་བྱེད་...
ཐེངས་རེ་རེ་དང་ད་ཐེངས་བན་ཤུལ་གྱི་“འབྲལ་སེལ་” ཀྱི་རྒྱུན་
པས་སྤྱོད་དུ་འཐེན་སྒྲིམ་ལས་བྱིར་བཏོན་ནས་ཞིབ་ལྟ་བྱས་ན་
ཀུན་སྤྱོད་རབ་རིབ་ཅིག་དང་ཅམ་པོ་བཞིག་དུང་བགས་.....

གྱིས་མངོན་བྱུང་། དེ་ནི་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་མིན་ཏེ། རྒྱུན་
དང་རྒྱལ་འཕྲད་པས་སྒྲ། དེར་བཞེན་སྐབས་དེ་ཤིང་གི་ཀྱན་
སྦྱང་ཉིད་དུ་ཐོངས་གྱི་ཀྱན་སྦྱང་ཙམ་པོ་བས་རྒྱབ་སྦྱོན་པའི་གོ་
ཆོད་གྱི་ཚུལ་དུ་སྒྲུབ་ལ། སྐབས་དེར་ངས་ཡིད་སེམས་ནུལ་མོ་
དང་ཞིབ་དག་གིས་《མི་ལའི་མགུར་འབྱུང་》ལ་མཇུག་ལ་ནས་
ཆར་ལ་ཉེ་བའི་ཆོ་ན། ཁོ་བོའི་ཡིད་ལ་སྒྲུབ་དུ་དོན་དག་ཅིག་
འཆར་བྱུང་། དེ་ནི་ཉག་ཉག་དག་ཆུ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་གིས་སྦྱབ་
ཁྲིད་སྐབས་སུ་བཤད་པའི་“ཞོར་གཏམ་” རེད། “ཞོར་གཏམ་”
དེའི་དགོས་དབང་གིས་ཁོ་བོས་འཕྲལ་མར་《ས་སྐྱའི་གདུང་
རབས་རྒྱུ་མཆར་བད་མཐོང་》བཙལ་ནས་རགས་བཏུ་བྱེད་
དགོས་སོང་། རེད་དེ། དགོ་ཆུན་དེའི་“ཞོར་གཏམ་” རྒྱུ་པོ་
རང་དུ་གནས་ཡོད་དེ། ཆོག་དང་འབྲུ་རེ་རེ་ནས་ཁ་འཕྲོད་རྒྱུ་
འཕྲོད་དང་ཨ་འགྲིག་ཆ་འགྲིག་རང་མ་ཡིན་ཅུང་ནང་དོན་
དཀྱིལ་སྦྱང་ལ་ཕོག་ཐུག་བཅོས་མི་འདུག་ཕྱིར་བདག་གིས་ཀྱང་
དཔེ་དོས་ལྟར་རྒྱུ་རྒྱུ་བཞིན་མ་བཞུགས་པར་ཞོར་གཏམ་དེ་ཐལ་
བར། གཏམ་ཉུང་བ་དང་ཐོར་ཡང་བ། ཁ་ལ་འབྱེད་བའི་བ་……
སོགས་དང་གཞན་དུ་ནས་རྒྱུ་མི་གཅོད་ཆེད་དེ་འདྲའི་“སྐབས་
བདེ་” བཞུགས་པ་ནི་ཆོག་ཆོག་སྐབས་བཞུགས་པའི་ཀྱན་སྦྱང་ཡིན། དེ་
ནས་ཁོ་བོས་རང་ཚོ་ན་གསལ་བའི་དགུང་ལོ་བཅུ་དགུ་ལ་……
སོན་མ་ཐག་པའི་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པས་རྟོར་རྒྱལ་བོ་ལ་དེ་
ལྟར་ལན་བསྒྲིལ་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ནས། གཅིག་ཏུ་འགྲོ་མགོན་

བས་རྒྱུ་མི་ལ་ནི་ཅི་ལྟར་བྱ་ཡིན་པ་ལ་རུས་པའི་རྒྱུ་ལགས་གྱིས་
མཇོང་པའི་《མི་ལའི་མགུར་འབྱུང་》ལ་རང་གི་རོལ་ཚུང་གཞི་
བཙལ་ནས་དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ལ་ཆོག་ཉུང་དོན་འདུས་གྱིས་
འགྲོད་ཞོར་དེ་ལ་ཡིན་རྒྱུ་གྱི་ཁས་ལེན་སྒྲུབ་བྱེད་བཞུགས་པ་
ལགས། གཉིས་སུ་འགྲོ་མགོན་གྱིས་གོ་བཞིན་པའི་“དཔལ་བོ་”
དེ་ཅི་ལྟར་བྱ་ཡིན་པ་ལ་སྒྲུབ་རེངས་ཉེ་གསལ་རེད་ལ་སྒྲུགས་ཏེ་དེའི་
པ་རོལ་གྱི་“དགོས་དོན་” ལ་ཡང་མཐོང་ཆུང་སྒྲུང་མེད་དུ་……
བསྒྲུར་མི་ཉན་པར་ངས་ཐོག་རིག་གནས་ཁྱབ་ཁོངས་གཅིག་ཏུ་
ངས་པའི་རུས་རྒྱུད་གཅིག་པ་དང་“རིགས་མཐུན་པ་ལ་མངོན་
པར་སྒྲུགས་ཡོད་ངས། སྒྲོང་ཆོག་དམར་རྒྱུ་སྒྲུང་དམ་ཆར་
མ་ཁོང་སྒྲོ་ཏོག་ཙམ་སྦྱང་བའི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་བཞོང་ན། འགྲོ་
མགོན་ཁོང་ཡང་རིག་གནས་ཀྱི་སྒྲུགས་ཞེན་ཆོས་ལུགས་རིག་
གནས་དབང་དུ་སོང་ཡོད་པ་རྟོགས་ཅུས། རྒྱུ་མཆོན་ནི་འགྲོ་
མགོན་གྱི་“དཔལ་བོ་” དེས་ཁོ་བོར་ཕོ་རྒྱས་ཁྲིད་ཀྱི་“དཔལ་
བོ་” གཞན་དག་དུན་དུ་བཅུག་ བོད་བཙན་པོའི་རྒྱལ་རབས་
སྐབས་ཀྱི་དཔལ་མཇོང་ས་མཁས་གསུམ་གྱི་སྒྲུབ་ཆེན་དུ་མ་དུ་
སྦྱོན་མགར་སྦྱང་བཙན་དང་དེའི་བྱ་རབས་ཆ་རྒྱུད། སྦྱོན་སྒྲུག་
སྒྲུ་ལྟ་ཀོང་ལ་སོགས་རེད། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་“དཔལ་བོའི་གོ་
ལུགས་” ལ་ཡང་ལུལ་དུས་ཀྱི་ཆོད་པ་གཞི་བྱས་མི་རང་རང་གི་
དགའ་སྦྱོར་ཆགས་སྤང་གིས་བཅིངས་ཡོད་པའང་མི་རྟོགས་རང་
རྟོགས་སུ་འགྲོ་ན་ཁས་ལེན་མིན་ཡང་གསལ་བོ་རེད་ལགས།

གསུམ་དུ་དེ་འདྲའི་སྒྲོན་འགྲོ་ཞིག་མཉུན་དུ་བཏང་ཟིན་ན་ཁོ་
བོས་ཀྱང་ “དཔའ་བོ” ལ་རང་ཆོད་ཀྱི་གོ་བས་གཞི་བྱས་དེ་...
གཉིས་ “གོ་བསྐྱར” ལ་བཞེན་ནས་དགོངས་དོན་རྟོགས་དགོས་
པ་ནི་ཚུམ་འདིའི་མཐར་ཐུག་གི་སྒྲིང་བོད་།

ཁོ་བོའི་ “གོ་བསྐྱར” ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སུ་ཀྱུར་ཟིན་པའི་དཔའ་
བོ་དང་ཁོ་བོའི་འདྲོད་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ལ་ཀུན་གཞི་བག་
ཆགས་དང་རིག་གནས་སྣ་གཅིག་གི་སེམས་ཁམས་སྒྲིག་གཞི་དེ་
གཞིར་བཅས་པའི་ན་ན། བསྐྱར་དངོས་གཏན་ནས་མི་འདྲ་ལ་
བསྐྱར་ཡུལ་ལ་ཆོ་ལོ་སྒྲུབ་སྟངས། ཆོ་ལོ་སྒྲུབ་བའི་དགོངས་གཞི་
སོགས་ཡིན་མི་མཐུན་པའི་ཆ་ཀ་ལ་སྒྲེབ་ཀྱི་ “བཅན” སྐྱར་
ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བར་བསམ། ཡིན་ཡང་། རིག་གནས་སྣ་མང་གི་
བརྒྱབ་གསུངས་ལས་མཆེད་པའི་མེ་སྟག་སྟེ། མི་ནི་མ་གཞི་ནས་
འདྲ་མཉམ་ཡིན་ཞེས་པའི་རིག་གནས་གོང་ཐང་གཞི་བྱས་པའི་
མི་གཞི་གསར་བའི་མིག་ཟུང་གི་ལྟ་ཚུལ་ལ་རྒྱབ་བཞེན་བཅོལ་
ན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཔའ་བོ་དེ་ལ་ཆོ་ལོ་བསྒྲུབ་མཁན་དེ་ཡང་རིག་
གནས། བོད་རང་གི་སྒྲོལ་རྒྱུན་གྱི་གོ་ལུགས་ལྟར་མ་ཡིན་པར་ད་
ལྟའི་གོ་ལུགས་ཏེ། མི་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོང་ལམ་རྣམ་བཞི་དང་...
འབྲེལ་བའི་བཟང་ལྷན་གྱི་ལུས་སྒྲོལ་གོ་ལུགས་གཤིས། ཆོ་
ག་ལམ་ལུགས། ཆོས་ལུགས། ཚུལ་རིག་སྒྱུ་རྩལ་སོགས་ཀྱི་སྒྲི་
འདུས་ལྟར་རྟོ་ཆོན་ཁག་གཅིག་གི་མི་སྣ་ཡིན་པས་རང་གི་ཆོན་
ཁག་གི་རིགས་སུ་ཀྱུར་བའི་མི་སྣར་དེ་ལྟར་ཆོ་ལོ་མཆོན་རྟགས་

གནང་ན། ང་ཚོས་ཅི་ལ་རང་ཆོད་ཀྱི་སྒྲུ་བརྗོད་བྱས་མི་ཆོག་
ཡང་། བདག་གིས་དེ་ལྟར་ཆོ་ལོ་བསྒྲུབ་བ་མིན་རྟགས་ཀྱི་སྒྲིགས་
མོ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར། ཡིན་པའི་པའི་ཁས་ལེན་སྒྲོས་ཐོག་ “གོ་
ས” གཞན་ཞིག་ཆོད་ལེན་བྱེད་འདྲོད་པ་ཡིན། བདག་
གིས་ “གཉིས་ཀ” མི་དུ་ཡིན་པ་གཞིར་བྱས། རང་རང་གི་རིག་
ཆོན་གྱི་ལས་གནས་ཅམ་མ་འདྲ་བ་མ་གཏོགས། མདོར་བྲིས་ན་
གཅིག་ཏུ་ངས། ཆོད་མ་མི་དུ་དང་མི་དུ་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པས་
སྟེ། ཏག་ཏག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡུལ་དུས་དང་དུས་རབས་མི་འདྲ་བ་
ཀྱང་དུ་ཟད།

ད་ནི་ཚུམ་དེ་འབྲི་དུས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་དགོས་དོན་
ཡང་ཞོར་དུ་གཏམ་པ་ལ། དགོངས་དོན་ནི་ཁོ་བོས་མི་དུ་ཆོད་
མ་རང་རང་གི་རིག་ཆོན་དེའི་སྒྲིགས་ཞེན་སྒྲིགས་རིས་སུ་མི་
འགྲོ་བ་དང་ཞོར་དུ་མི་རེ་རེའི་ལས་གནས་མ་འདྲ་ན། དེའི་ཆེ་
བ་བརྗོད་ཚུལ་དང་སྒྲོབ་སྦྱོང་གི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་མི་འདྲ་
བས་ཆོད་མར་རང་རང་གི་དད་ཞེན་དང་ཡུལ་ཡོད་པས་
གནས་ལུགས་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་། གནམ་གྱིས་
གར་བྱབ་ལ་གནས་ལུགས་དེས་བྱབ་པར་འདྲོད་པ་མ་གནང་
ཡང་ཞེས་ཞུ་སྟེ་འདྲོད་ཐོག་པན་ཚུན་ལ་གཞན་ལྟར་རྣམ་
གཅོད་མི་བྱ་བར་རྒྱས་ལོན་དང་དཀྱེལ་ཡངས་ཤིག་ཆགས་པར་
རེ། དགོས་དོན་ནི་འགྲོ་མགོན་གྱིས་རང་གི་གདུལ་བྱ་རྒྱལ་...
བོའི་སྒྲོ་སེམས་ཁུལ་བའི་དགོངས་གཞིའི་ཆེད་དུ་དགོས་དབང་

གི་དོན་བྱ་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་སྒྲབས་ཆེན་འབྲུབ་
པར་གཞིགས་འདེགས་ཐོབ། གལ་ཏེ་“རྗེ་མི་ལ” མ་དྲངས་པར་
བོད་བཅོན་པོའི་སྒྲབས་གྱི་དཔའ་བོ་གཞན་དག་དྲངས་པ་ཡིན་
ན། གདུལ་བྱ་འདུལ་ཐུབ་མིན་ཡང་ཅི་ཆ། དེ་དག་གི་མི་ཆོ་ནི་”
སྒྱིར་བཏང་སྲིད་ཐབས་གཡུལ་འབྱེད་རྒྱུ་དུ་འདུག་པས་སོ།
“རྗེ་མི་ལ” ལ་གཞན་དང་ཐུན་མིན་གྱི་བྱུང་ཆོས་ཡོད་པ་ནི་མི་
ཆོའི་བཤུལ་ལམ་ལ་སྦྱང་བ་མི་འདྲ་བ་ “རིམ་པ་གསུམ་” དུ་”
འདུག་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བས་ཁོ་བོས་དགོས་དབང་གི་གོ་བསྟར་”
རིགས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་དབང་སྤྱོད་བཞིན་ལེན་
དང་རྟག་ཆད་ཀྱི་རིགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་རྒྱ་གཉིས་སྤྱོད་བའི་
དབང་དུ་མི་འགོ་བར་སྤྱོད་དུ་མ་དང་སྤྱོད་དུ་མ་ནས་བསམ་
གཞིགས་དང་དབྱེ་ཞིབ་བྱ་བའི་རིག་གནས་དཀྱུལ་ཡངས་ཀྱི་
གནས་ལ་སྤྱོད་པས་བའི་དགོངས་དོན་ལ་རམ་འདེགས་པའོ།

[གཏམ་བཞིན་ཟུར་བ] (༡) ཁ་བྱང་གི་སྤེབ་ཀ་ལ་དོ་
ཆག་བཅོན་སྒྲིག་དང་རྒྱུ་སྒྲིག་བྱུང་བ། བོད་མི་རང་གི་སྐད་
དང་ཡི་གེ་ཆོད་ལྡན་དང་མི་མཐུན་ཚུལ་ལ་བ་བཞིན་དག་ཐེར་
བྱེད་དུས། ད་ལྟའི་བོད་རང་གི་སྐད་དང་ཡི་གེ་ལ་ཐེབས་བཞིན་
པའི་ཉེན་ཁ་ཆོད་ཆེན་ཏེ། ས་བསྐྱེས་རྩི་བསྐྱེས་དང་ར་འདྲེས་
ལུག་འདྲེས་ཀྱིས་འབྱུང་བཞིན་པའི་རྒྱ་མ་བོད་དང་ར་མ་ལུག་
གི་སྐད་ཆུང་གསུམ་པ་དང་འབྲུར་ཡིག་སྒྲིག་དབེན་པ་ (ཆོག་
རྒྱུན་དོན་རྒྱུན་ཉིས་ལྡན་ཅན) ཡི་སྤྱང་ཚུལ་རྒྱུ་བོ་དང་ཉིས་

བསགས་དེ་ཡིས་མགོ་སྤྱོད་བཞིན་ཁོ་བོ་ཡང་དེའི་ཁོངས་སུ་”
གཏོགས་ལ་རིགས་སུ་གྱུར་བར་ “ཆེ་བས་རྒྱུང་འགོ་བས་” ཀྱི་”
ཚུལ་དུ་རིགས་བསྒྲེ་ཡོད། ལར་ཁོ་བོ་ཡང་བོད་རང་གི་སྐད་དང་
ཡི་གེ་རིག་གནས་ལ་གཞན་རྒྱུ་ཞེན་རང་ཡོད་ཀྱི། ཐ་ན་ཡིག་
འབྲུག་ཅིག་མིང་ཆོག་གཅིག་རྒྱབ་ན་འང་འགྱོད་སེམས་སྤྱོད་
རང་སྤྱོད་སོ། ཡིན་ཡང་། དེ་འདྲའི་སྤྱང་ཚུལ་འབྱུང་བཞིན་པ་
ལ་ས་རྒྱུང་ལུང་རྒྱུ་གི་ལྷ་ཚུགས་ཆེ་བའི་རང་གཤིས་ཀྱིས་ཁྱིག་
རྒྱ་ཆོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་མི་རྟོག་པས་འཛམ་གླིང་རིག་གནས་སྤྱི་
དང་སྤྱོད་དུ་མའི་དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་སྤྱོད་ཀྱིས་ལ་བལྟས་ན།
སིམ་འཛུལ་གྱི་འཇམ་གློ་དེ་ཡི་གསང་གནད་རྟོགས་ལ་
“གདུང་སེམས་” ལས་མཆོད་པའི་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་ཡོ་ལང་ཡང་
རབ་དུ་རྒྱས་ངེས། ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་རིག་གནས་ལ་མཆོན་ན།
རྒྱབ་གླིང་བའི་རིག་གནས་སྤྱོད་པས་ཆེ་བ་དང་དཔུང་བཅོན་པས་
གཙོ་རྒྱུག་རིག་གནས་ (主流文化) སམ་རིག་གནས་གཙོ་
བོར་ (雅文化) གྱུར་ཡོད་ལ། གྲུང་གོ་ལ་སོགས་ཤར་སྤྱོད་ས་
པས་མཆོན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དག་གི་རིག་གནས་ནི་ཕལ་
བའི་རིག་གནས་ (俗文化) རེད། རིག་གནས་ཀྱི་རིན་ཐང་ལྟ་
ཚུལ་དང་གོང་ཐང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་གོ་སྐོས་ཆ་ལུགས། འཆོ་བའི་
རྒྱན་རྒྱུད་ཡོ་ཆས་སོགས་མང་བོ་ཞིག་རྒྱབ་གླིང་བའི་དེ་ཡིན་
པས་སྐད་དང་ཡི་གེ་ལ་འང་མི་མངོན་མི་ཤེས་བའི་དབྱིངས་
ནས་སིམ་འཛུལ་ཐེབས་བཞིན་ཡོད་ལ་གསལ་ཆག་གཏོང་བཞིན་

ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་ཀྱང་གོ་ནང་ཁུལ་ལ་མཚོན་ན། རྒྱུ་རིག་གནས་ནི་རིག་གནས་གཙོ་བོར་གྱུར་ཡོད་ལ་བོད་ལ་སོགས་པའི་མི་རིགས་གཞན་དག་གི་རིག་གནས་ནི་རིག་གནས་པལ་བར་གྱུར་ཡོད་པས་ “སེམ་འཛུལ” དེའི་ཡོང་རྒྱུན་ལ་རྒྱས་ལོན་རྟ་ཅམ་ནི་ཡོད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། དེ་ནི་ཉག་ཉག་ཚན་ཅལ་ལས་ཐོན་པའི་ཆ་འཕྲིན་ནམ་བཟང་འཕྲིན་གྱི་ “ཐོན་རྒྱས” རེད། དེས་འཛུལ་སྒྲིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་སོ་སོའི་ཁ་རུབ་དང་བཀག་སྡོམ་གྱི་གནས་བབ་སྤྱིར་འཇགས་དེ་གཏོར་ནས་ “གོ་ལ་གྲོང་གསེབ་ཅན” དུ་བཏང་བྱེད་ན། རིག་གནས་ཀྱི་བཟང་བ་གསེག་ཇ་དྲག་རབ་རྒྱུ་ཆེ་བ་ཡང་ཤེས་ཤིང་ཐོག་དེ་ལ་མཁོ་བ་ནི་པན་ཚུན་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་དང་རྒྱས་ལོན་ཡིན་པར་འཛུལ་སྒྲིང་གི་རིགས་སོ་སོའི་མཁས་པ་དང་ཆེད་མཁས་ཚོས་གཞི་མཐུན་དུ་དགོངས་པ་དང་ཞོར་དུ་ཐབས་ལམ་དེས་ཕྱགས་པན་ཚུན་ལ་ཐོག་ཐུག་མེད་པར་རང་རང་གི་བྱུང་ཚེས་དམ་སྤྱང་རྒྱུ་འཛིན། དར་སྤེལ་གཏོང་བར་སྤྲོད་མཚོག་ཡིན་པར་སྤྱོད་པའི་ན། དེ་བཞིན་དུ་བོད་རང་གི་རིག་གནས་ལ་མཚོན་ན་ཡང་ད་ལྟའི་གནས་བབ་ལ་ངེས་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཁེལ་བྱ་དགོས་པར་ “དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱགས” ལ་བསམ་པ་ནི་བཤོལ་དུ་མེད་པ་ལགས་ཞེས་འཕྲོས་གཏམ་སྤྲོད་ནས་བྱེད་བཞིས་པ་ལ་དགོངས་འཇགས་འཚལ། ད་ནི་ཕྱིར་སྐབས་བབ་ལ་གཞིལ་པར་བྱ་སྟེ། རྫོང་གསལ་ཅན་གྱི་གཞན་གྱི་སྐད་དེ་བསྐྱར་བར་

འདྲོད་བཞིན་སྤྱི་འབྲེལ་མི་ཆགས་པར་སྤྲོད་ན། ཁོ་བོས་འདི་ལྟར་མ་བབ་པའི་གསལ་ཁ་བཞིས་དགོས་པ་བྱུང་སྟེ། རང་གི་སྤྱིར་ཁམས་ཆེན་པོས་གང་དྲན་དྲན་དང་ཅི་འདྲོད་འདྲོད་ཀྱིས་རྒྱ་ཡིག་དང་ཡིག་རིགས་གཞན་ལས་བསྐྱར་བ་མ་ཡིན་པར། བཟང་དག་དང་ཆོག་མཛོད་ལ་བཅའ་ཞིང་རྟེན་པ་ཡིན་ན་རང་ངོས་ནས་སྒྲོ་བཟོ་དང་རྟོག་བཟོ་བྲལ་བའི་ “རྟོག་དཔྱད་པ” ཞེས་པའི་རྒྱས་བཤད་དམ་རྒྱས་འབྲེམས་ཡིན་ཏེ། “རྟོག་པར་” རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཕྱི་ཕྱིར་འཇུག་པའི་དཔྱད་པ་ཤེས་མཁན་ཞེས་པའོ། བྱུང་གིས་བཤད་བཞིན་པའི་འགྱུར་ཡིག་ནི་ཡིག་རིགས་གང་ཞིག་ལས་ཐ་སྐད་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་ལ་ཁོ་བོས་མི་ངས་གྱུང་། ནང་དོན་གྱི་ཆ་ནས་ཁོ་བོའི་ཚོམ་བྱང་དེའི་འདྲིམས་རྒྱུ་རི་བཞིན་མཚོན་ཅུས་པ་ནི་དབྱིན་ ཡིག་ལ་ “Reflexion” ཞེས་པ་དང་རྒྱ་འགྱུར་ལས་ “反思” ཞེས་པའོ། དབྱིན་ཡིག་གི་མིང་ཆོག་ཐ་སྐད་དེའི་མཆེད་ཁུངས་ནི་འོད་རིག་པ་རེད་ལ། ཐོག་མའི་དོན་ནི་ལྟོག་འཕྲོད་ཕྱིར་འཕྲོད། ཡིན་ཡང་། དེ་ནི་རིག་གནས་ཚན་ཁག་གཞན་པའི་ཁོངས་སུ་དྲངས་བྱེད་ན་ནང་དོན་ལ་ཡང་འགྱུར་བ་འབྱུང་ངེས་ཡིན་པས། མིས་རང་ངོས་ལ་དཔྱད་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་ངོས་ནས་བཟོ་ད་ན། རང་སེམས་ཀ་དག་ལ་སྒྲོ་བྱུར་དེ་མའི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྱོད་པ་དང་རྒྱ་འབྲས་སྒྲོ་མིག་གིས་ལྟོངས་པ་ལ་ཐད་ཀར་དུ་མི་རྟོག་པར། བསྐྱར་ནས་སམ་པ་རྩལ་གཞན་དཔེའམ་སྤྱོད་པའི་ཞིག་གི་ངོས་ནས་ཕྱིར་ལྟོག་གིས་

རང་སེམས་རང་གིས་དཔྱད་པ་དང་རང་རྒྱུད་རང་གིས་……
གཞིགས་པའོ། ད་དྲུང་རིག་གནས་དགག་བཞག་གི་ཐད་
ནས་བརྗོད་ན། རང་གི་རིག་གནས་དེ་དང་ཁ་འབྲེད་ཀྱིས་……
“ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་” ལ་འབད་ཅི་བྱུང་བྱས་ནས་རང་གི་བདེན་
ཁ་རང་ལ་སྦྱོར་པ་ཅན་ནི་མ་ཡིན་པར། རིག་གནས་གཞན་དེ་
ཟུར་ཉ་དང་ཟུར་འགྲོད་བཞིན་རང་ལ་རྟོག་ན། རང་ལུས་
རང་གིས་ཉ་བ་ཉར་མིན་པར་རང་གིས་མཐོང་མི་བྱུང་པའི་
“མཐོང་བྱ” མང་པོ་ཞིག་མཐོང་བྱུང་པས་སོ། དེ་བས། སྤྱི་
ཞབས་ནས་བོད་ཀྱི་དངོས་ཡོད་འཆོ་བའམ་དམངས་སྤྱུ་རིས་
ཅན་གྱི་འཆོ་བའི་དཀའ་ལྷན་མ་བཟོད་ནས་དེའི་ཡང་སྦྱང་ནི་
རིག་གནས་ཤིག་ལ་རག་ལས་པར་ (མའི་གཞི་བྱུང་ནི་རིག་
གནས་ཀྱིས་བྱུང་པའོ—— ཅོང་གེའི་གཏམ) དགོངས་པ་དང་
མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་འཕེལ་……
ཕྱགས་དེ་ཟུར་འགྲོད་ནས་རང་སྤྱིང་ལ་བྱུང་རྟོག་གིས་……
བཅུམས་བྱུང་གནད་ན། རྣམ་པར་རྟོག་ཡུལ་ནི་བོད་ཀྱི་དངོས་
ཡོད་འཆོ་བའི་གནས་བབ་དང་དཔྱད་པར་བྱ་མཁན་ཁོང་ཉིད་
ཀྱིས་དེ་ཉར་པར་སྤྲུག་གི་ཁ་ནས་མཐོང་ཆོར་སྤྲུག་པོར་བྱས་པ་
རེད། དེ་བས་ན་ཁོ་པོའི་ཁ་བྱང་དེ་ལ་ཆད་མཆད་གཞུང་ན་སྤྱི་
བཞིན་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཆད་པའི་མཆན་ཉིད་བྱེད་ཡོད་ནས་མྱེ་
ཡང་འཇལ་ན་རྒྱ་རྒྱ་དང་རྒྱ་གཞིང་གཉིས་ཀར་ཆོགས་ཆེན་པོ་
བྱས་བྱུང་ལ། ཤིག་ལ་སྤྱི་རེ་མིན་པའི་ངེས་པའང་ཅི་ལ་མེད། དེ་

བཞིན་དུ་སྤྱི་མོ་སྤྱི་མོ་དེ་དཀའ་འཕྲོད་ཀྱིས་ཀྱི་ནང་དོན་གཏོས་
ཆེན་དང་ལྷན་པར་བྱས་ནས་གོ་བ་ལེན་དོན་མེད་ལ། དེ་ཉར་ཆེ་
གས་མྱེ་བོར་གཏོང་དགོས་དོན་ཀྱང་རྒྱུ་ཡིན། 《དྲུང་དཀར་ཆོག་
མཛོད》 ལས། རྟོག་དཔྱད་ནི་སྤྱི་རེ་གི་གནས་ཚུལ་དང་ད་ཉར་
གནས་ཚུལ་གཉིས་ཆབས་ཅིག་དུ་བྱུང་ནས་བཞག་དཔྱད་བྱས་
པ་སྟེ། དེ་གཉིས་ལ་བསམ་སྒྲུབ་ཞིབ་དུ་བཏང་བའི་དོན། རྟོག་
དཔྱད་ཅེས་པའི་རྟོག་ནི་མདོན་སྤྱི་ཤེས་པའི་རྗེས་སུ་བྱུང་
ཞིང་ཡུལ་གྱི་དོན་སྤྱི་དང་འབྲེལ་ནས་ཡུལ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་
ཞིག་ཡིན། དཔྱད་པ་ནི་ཡུལ་གྱི་བྱུང་པར་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་
སྤྱི་རིས་མ་འབྲེས་པར་འབྲེད་པའི་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན། 《དྲུང་
དཀར་ཆོག་མཛོད་》 P992) ཞེས་པ་ཉར་ལགས་ན་གསལ་དག་
ཡིན་པས་ད་དྲུང་སྤྱི་ཚུགས་ཆེ་ཆུགས་ཀྱི་ཡུལ་འབྲེན་རིང་……
ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ལ་ཀ་འཆང་མི་འདོད། འབྲེལ་བཤད་འདི་ལ་ཡང་
གཅིག་གཅིག་གཉིས་གཉིས་ཀྱིས་མ་བབ་པའི་འབྲེལ་བ་ལྷན་མ་
སྟེ་བསྐྱར་འབྲེལ་ཡང་འབྲེལ་གྱི་སེམས་གཏོར་མི་བྱུང་བར་འདོད་
པས་རང་གི་འཇུ་སྟོབས་ཀྱིས་ལུས་བར་བྱའོ། དེ་ཉར་ན།
“རྟོག་པ” དང་ “འཇུག་པ” ཡང་བསྐྱར་སྒྲུབ་མིན་པ་ལས་……
ཤེས། རྟོག་པ་ནི་ཡུལ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཅམ་དང་འཇུག་པ་ནི་
ཤེས་པ་ཅམ་པོ་དེ་ཡུལ་ལ་དངོས་སུ་བྱུགས་པའོ། ཡིན་རྒྱུ་ནི་
“རྟོག་བྱུགས་” ཟེར་དགོས་པ་ལ་རང་རེའི་བརྗོད་སྤྱི་དུ་ “བྱུགས་” ཀྱི་ད་
ཆོས་ཉིད་དང་སྤྱི་བདེ་བཟོད་བདེའི་བྱུང་དུ་ “བྱུགས་” ཀྱི་ད་

ལྷ་བ “འཇུག” ཅེས་པ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་བས “རྟོག་འཇུག”
ཅེས་པ་ངག་ནས་བརྗོད་པའི་ཆེ་སྒྲ་དྲག་པོར་ཡོད་པས་རུ་
བརྗོད་ཅིག་དང་ཟེལ་ལྷགས་ཤིག་ཆོག་རང་སྟེང་ན་རང་ཆས་
སུ་ཐོན་ཡོད་སྟབས་ཁ་བྱང་ལ་བཀོད་པ་ལགས། བོད་ཀྱི་རང་
རྒྱུ་དང་བརྗོད་སྒྲུང་ལ་ཅུང་ཙམ་བྱང་ཆ་རང་ཡོད་པའི་ཡིག་ངོ་
ཆོད་པ་ཞིག་ལ་མཆོན་ན། མིང་ཆོག་འདི་ལྟ་བུ་ནི་ཁ་ལ་ཁྱེད་
བདེ་ཞིང་ངག་ནས་འདོན་བདེ་བ། རྟགས་འཇུག་གི་སྒྲ་
གདངས་དྲག་ཞེན་བར་མའི་སྟེང་སྟངས་དང་མཐུན་པོར་སྤང་
བ་ཡིན་ཕྱིར་ཁྱེད་ཀྱིས་ནི་རི་ལྟར་བསམ་པ་ལ་ཁོ་བོས་མ་དེས་
སོ། ད་དྲུང་ལྷ་མཐུད་དྲུ་ཀྱལ་ཀའི་ཚུལ་དུ་མཐའ་དཔྱད་ན།
ངས་འདོད་བཞིན་པའི་ “རྟོག་ འཇུག” དང་ཁྱེད་ཀྱིས་.....
དགོངས་བཞིན་བཀོད་པའི་དཔེར་བརྗོད་དེ “བཞད་གདང་”
དང་ “མཐོན་མཐིང་” གཉིས་ནི་མིང་ ཆོག་གི་ངོ་བོ་དང་གྲུབ་
ལུགས་གཏན་ནས་མི་འདྲ་བ་སྤྱི་སྤྱོད་སྟངས་སྟེ། བཞད་གདང་ནི་
སྒྱིར་ “བཞད་བགད་” ཡིན་དགོས་པ་ལ་ “རྒྱ་དཀར་” ལ་ “རྒྱ་
གར་” དུ་སྤང་བའི་དཔེ་ལྟར་དང་བོད་རང་གི་ མིང་ཆོག་.....
མཐུན་སྟེང་གི་གཤིས་སུ་གྲུབ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཉིད་ “མིང་མཐའ་
འདྲེན་ལུགས་” དང་འགལ་མེད་པས་སོ། ཁྱེད་ལྟར་ན་མིང་.....
ཆོག་འདི་ལ་ཡང་ཆོག་དང་དོན་གཉིས་ཐད་ནས་རྫོས་སྒྱུན་དུ་
སྤང་ཡོད་དུང་ “ངག་གི་རྒྱུན་ལ་ཆགས་ནས་དུས་ཡིན་དེས་ཅན་
འགོར་བས་” ཞེས་དང་ཡང་སྟན་ཆོག་ཚུལ་པའི་སྐབས་སུ་

“ ཆོག་གི་མངོས་ཉམས་དང་དོན་གྱི་སྟོང་བོ་འབྱིན་པ་ལ་ལྷ་
ལྷག་གི་རྒྱས་པ་ཆེར་ཐོན་པ་” ཞེས་བརྗོད་ནས་ “གྲུ་ཡངས་”
གནང་ལུགས་ལ་དཔྱད་ན།
དུངས་སྒྱུགས་ཞེན་སྒྱུགས་ཀྱི་དབང་དུ་སྤང་ནས་ “སྒྱུན་
ཆ་” ལ་མིག་གཤམ་ཙམ་ཡང་བྱེད་མི་ཐུབ་པར་སྟམ་ཞོར་དུ་
ཆོག་དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ཡང་གོ་བཞིན་མེད་པ་འདྲ་སྟེ། ཨ་ཅང་
ཀྱུ་རེ་ཡིན། མི་གོ་བ་གལ་སྲིད། ལུགས་མཉམ་མ་བཞག་པ་འདྲ།
དེ་ལ་ “བཞད་” ནི་བགད་ཀྱི་ཞེས་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་
འདྲ་ཡང་སྒྱུད་ཡུལ་མི་འདྲ་ཐོག་ཆོག་གི་རྫོས་སྒྱུན་དུ་འང་སྤང་
མེད་ན་གཞན་ནས་འགྱུར་བ་ཞིག་གལ་ཡིན་གྱི། མིན་ནོ།
དཔེར་ན་བོད་རྒྱུད་ལ་རྒྱུན་ལུགས་སུ་འབྱུང་བའི་ “གསུང་
བཤད་” དང་ “མཇུག་འཇུག་” ལྟ་བུ་སྤྱི་གསུང་མང་བར་
“གསུང་” དང་ “མཇུག་” ནི་ཞེས་ཡིན་པས་གོང་དང་འདྲ། ཞེ་
ཆོག་ནི་བོད་རང་ལ་སྤྱི་མོ་ནས་ཡོད་དེ། ཡིག་རྟེང་ལ་ “རྗེ་བོ་”
དང་ “མཆོད་གསོལ་” སྤྱི་གསུང་མང་དུ་འབྱུང་བས་ཆན་པ་དང་
ཆེ་བ་ལ་ཞེས་སྒྱུར་བ་ནི་བོད་རང་གི་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྱད་གཤིས་
སུ་གྲུབ་ཡོད་ཀྱི། གཞན་གྱི་ལད་རྫོས་བྱས་པའི་ “མངོས་མངོས་”
དང་ “ཡག་ཡག་” “རྩོད་རྩོད་” ལྟ་བུའི་རྫོས་སྒྱུན་ནི་དགའ་བོ་
མ་དག་རྒྱུན་འབྲམས་སུ་སྤང་བ་རྒྱུ་དུ་ཟད། མཐོན་མཐིང་ནི་
ཁྱེད་ཆོས་སྟན་པའི་མིང་ཆོག་དོན་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱིས་གྲུབ་
སྟེ། མཐོན་ནི་མཐོ་བའི་དོན་ཡིན་ལ་ “མཐིང་” ནི་ཁ་དོག་སྟན་

པའོ། ཁོ་པོས་ནི་ཤོག་ཟད་སྒྲག་ཟད་ལ་ཉ་ཅང་འདྲོམ་ན་རྒྱས་
བཤད་རྒྱས་འབྲིའི་ངལ་བ་འདྲིན་མི་འདོད་པས་དེའི་ཕན་ཆད་
ཀྱི་དབྱང་ཞིབ་ཕྲ་ཞིབ་ཕྲ་བ་ནི་གོང་དང་འདྲ་ལ་སྒྲིམ་སྒྲིམ་དུ་མ་
སོང་བ་ཡང་གོང་དང་འདྲ་ན་རིགས་བསྐྱེ་བར་བྱ། དེ་བས་ཐ་
སྙད་འདི་གཉིས་ནི་ཆོག་སྒྲིམ་ལུགས་དང་ངག་གི་འདོན་ལུགས་
གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཆོགས་མེད་ཡིན་ན། བལྟས་ན་མིག་ལ་
མཛེས་ཤིང་སྒྲིག་ན་ངག་ལ་བདེ་བ། བསམ་ན་རྟོགས་རྒྱ་རང་ཆེ་
ན་པོད་རང་གི་ལུ་ཉིག་སུམ་རྒྱ་འདིའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལྟེན་མཛེས་པ་ཁྱད་
འཕགས་སོ། རྟོག་འཇུག་ཅེས་པ་ནི་བྱ་ཆོག་གཉིས་ཀྱིས་ཐུབ་
པས་གོང་གི་དེ་གཉིས་དང་མི་འདྲ་བ་ནི་དུས་གསུམ་གྱི་རབ་
དབྱེ་ཡོད་པས་རེད། འདི་ལྟ་བུའི་ཐ་སྙད་སྒྲེབ་སྙད་ས་ལ་སྒྱུར་
བཏང་ད་ལྟ་བ་སྒྱུར་བ་ནི་པོད་རང་སྐད་ཀྱི་དཔེ་ལུགས་ཏེ།
སྒྲུང་སྒྲིབ་དང་འཆོལ་དཔྱད་ལྟ་བུ། ཁྱོད་ལྟར་ན་དེ་གཉིས་ཀྱང་
བསྐྱར་སྒྲིམ་སུ་འགྲོ་ཤས་ཆེ། ཡིན་ཡང་། རུས་པ་དང་ཟབ་ཆད་
གཏན་ནས་འདྲ་བ་མ་རེད། དཔེར་ན། རྒྱ་མིང་གཏིང་ཟབ་
ཅིག་ལ་བྱིས་པ་རོལ་དུ་མི་འཇུག་པ་ནི་ཉེན་ཁ་འགོག་པའམ་
སྒྲུང་བ་དང་གལ་ཏེ་སྒྲུབ་ས་མ་ལེགས་པར་བྱིས་པ་ཞིག་རྒྱུ་
རོལ་ཅེད་མ་ཤེས་པར་དེ་ལ་འཐུམ་ན་དེ་ལས་ལེན་པ་ནི་སྒྲིབ་པ་
ལྟེ་བྱིས་པའི་སྒྲིག་ཉེན་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པའོ། ད་དུང་ཁ་
གསལ་ཅིག་བྱས་ན། སྒྲུང་ནི་མ་འོངས་སྒྲིབ་འགོག་དང་ད་ལྟ་
རྒྱན་འདྲིན། སྒྲིབ་ནི་བྱུང་ཟེན་འདྲིན་ཉེན་ལས་ཐར་ཆེད་དོ།

དེ་བཞིན་དུ་འཆོལ་དཔྱད་ལས “འཆོལ་” ནི་ཡུལ་དངོས་ལ་
འཇུག་པ་དང་དཔྱད་ནི་ཡུལ་གྱི་ཤེས་པས་བརྟག་པའོ། ཞིབ་དུ་
ནི་མི་སྒྲིབ་བར་བྱ། གཞན་དུ་སྒྲིབ་ཆད་ཞིག་ལ། རྟོ་སྤྲིས་དགོ་
བཤེས་ཀྱིས་རིག་པའི་དཔལ་པོ་དགོ་ཆོས་ཀྱིས་གངས་ཅན་
ནགས་ཀྱི་སེང་གེ་ལ་གངས་སེང་ཞེས་ཆོག་སྒྲུབ་མཛད་པར་
བོད་ཀྱི་ཆོག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་འགལ་ཚུལ་དང་། རྒྱལ་བ་
ཆངས་དབྱངས་རྒྱ་མཆོས་གངས་སེང་དངོས་སུ་གཟིགས་ཚུལ་
སོགས་གསུངས་ཏེ་ཆོག་དོན་གཉིས་ཆ་ནས་དགག་པ་བསྒྲིམ་
(《སྒྲུབ་དགོངས་རྒྱན་ལ་ཆེ་མོང་དུ་བརྟགས་པ་མི་.....
འདྲིགས་སེང་གེ་ང་རྟོ་》) བར་དགོངས་དོན་དང་དགོས་དོན་
ནི་རེ་ཞིག་བསྒྲུར་ཞོག ཉག་ཉག “གངས་སེང་” གི་ཐ་སྙད་
ཅམ་ལ་ཡང་ཤ་འཐག་རུས་འཐག་རང་བྱས་ན་མཁས་པ་
བསམ་ཀྱིས་མི་བྱབ་པ་ཡིན་རུང་པོད་མི་བྱངས་ཀྱི་ངག་གི་
འགྲུག་ལུགས་དང་སྒྲུ་ཡི་ལེན་ལུགས་ལ་དེ་འདྲའི་ཐུགས་མཉམ་
མ་བཞག་པ་དང་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་ཡུལ་ལ་མ་དགོངས་པ་འདྲ་
བས “ཆོག་གི་རོལ་” རྒྱུང་དུ་ཟད། གལ་ཏེ་པོད་མི་
དམངས་པལ་བ་བྱངས་ཀྱི་སྐད་ཆའི་བཤད་ལུགས་དང་མིང་གི་
བཀོལ་བྱུགས་ལ་ཐུགས་མཉམ་རུང་ཅམ་བྱས་ཡོད་ཆོ། ཐ་སྙད་
དེ་ལ་སྒྲིབ་ཆ་བྲལ་བ་མི་མཁྱེན་རང་མཁྱེན་དུ་འགྲོ་བར་འདོད་
ལ་ཡང་ན་དེར་རྒྱ་མཆོན་གཞན་པ་ཡོད་ནའང་ཐང་། གང་ལྟར་
ཀྱང་ཆོག་སྒྲུབ་དེ་ནི་གཅིག་ནས་བོད་མིའི་སྐད་ཆའི་སྒྲིབ་.....

ལུགས་དང་མཐུན་པ། གཉིས་སུ་བརྩོན་གཞུང་གི་མིང་
མཐའ་འདྲེན་ལུགས་དང་མཐུན་པ། གསུམ་དུ་དེ་ལྟར་སྦྱང་ན་
ངག་ལ་བདེ་ཞིང་ཡིག་ཟུར་ཡང་བསྟགས་ཁྱད་ཆོས་དུ་མ་དང་
ལྷན་པར་སྒྲིཨ་གཞུག་.....ཕྱགས་ང་ཆོས་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུ་ལ་མིག་
དཔེ་དང་སྒྲིབ་སྦྱང་བྱས་ནས་ཁྱད་ཆོས་འདྲོན་ཅི་ཐུབ་ལ་རེ་
དགོས་པར་བསམ། གཞན་དུ། མིང་བརྩོན་ཐ་སྙད་དག་མཐའ་
གཅིག་དུ་བརྩོན་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་ལུགས་དང་ཆོས་ལུགས་
གཞུང་དོན་ལ་པར་ལ་བསྟན་ཅི་ཐུབ་བྱས་ན། དངོས་ཡོད་འཆོ་
བའི་ཁྲོད་བཀོལ་བཞེན་པའི་མིང་བརྩོན་ཐ་སྙད་ཀྱི་ནོམ་ཞིང་.....
ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྷག་དུ་གཏེར་ཡིག་དག་ན་ཐོན་དང་
འདྲོན་བཞེན་པའི་བོད་བཅན་བོད་སྐབས་ཀྱི་ཡི་གེ་སྟེ་བྱིས་.....
བྱོན་མཁས་པའི་ཕུར་ཆེས་མ་རེག་པའི་ཐ་སྙད་ཁྲིམ་འབྲུམ་.....
ཞིག་བྱང་རྒྱལ་དུ་གད་སྟེགས་སྒྲགས་སྐམ་དུ་མི་འཕེན་རང་
འཕེན་དུ་འགྲོ་བས་ཅི་འདྲའི་འཕངས་སེམས་ཆེ་ཨང་ཞེས་ཀྱང་
ཐལ་ལོ། མདོར་ན། ཐ་སྙད་གཅིག་ལ་དོན་དུ་མ་དང་ཐ་སྙད་དུ་
མ་ལ་དོན་གཅིག་འབྱུང་ལུགས་ནི་ང་ཆོད་བརྩོན་གཞུང་ན་
གསལ་པོ་དག་པོ་ཡིན་པས་སྐབས་དོན་གྱི་བཀོལ་ལུགས་ལ་
བཟླ་གཅིང་དཔྱད་བྱ་ཆེ་ན། དེང་སྐབས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་མཆོན་
པར་བྱས་ན་སྐད་ཆའི་གནས་བབ (语境) ལ་ཉ་ཅང་དང་.....
དོད་བྱ་དགོས། ཉག་ཉག་ཆོག་རྒྱུ་དོས་ནས་གོ་བ་མི་ལེན་པར་
ཆོག་གོང་འོག་དང་འབྲེལ་བ། ཆོམ་ཡོངས་ཁྱབ་ཀྱི་སྟེང་ནས་གོ་

ལུགས་ལ་འབྱམས་དགོས་སོ། དེ་མ་གཏོགས་དེང་སྐད་ཀྱི་.....
ལུགས་སུ་སྒྲིབ་ན་སྐར་སྒྲིབ་མཐའ་འདྲིན་དང་ཆད་མ་ཆད་
གཞུང་གི་མིང་བརྩོན་གཡར་པོ་ཞུས་ནས་བརྩོན་ན་གཞན་ལྷན་
ནས་གཅོད་ཉག་གཅིག་བྱས་པས་རང་རེད་སྒྲིཨ་འཕེལ་བའི་
བགཞགས་སུ་འགྲོ་ཉེན་ཆེ།

(2) ཁོ་བོའི་གསར་ཆོམ་དའི་བརྩོན་བྱའི་ནང་དོན་སྐར་

ལ་བན་ལྟལ་ནས་དག་ཐེར་བཀྱིས་ཡོད་པར། ང་རང་ཉིད་ཀྱི་
བཤད་པ་ཙམ་པོ་བ་དེས་རྩེ་མི་ལ་དཔའ་བོར་མི་འགྲོ་བར་ལུང་
རྩོང་མཐུག་པོ་ཞིག་དྲངས་ནས་ང་འདྲའི་ལོ་རྒྱུང་ (ཁོ་རང་ཉིད་
ཀྱི་སྐད་ཀྱི་བརྩོན་ལུགས་ལྟར་ན་ “བྱིས་སྒྲིབ་མ་ཅན”) ཞིག་
གིས་འཁྱར་ན་མི་བྱིག་པའི་ཆད་དུ་གཏོང་མདོག་ཁ་པོ་ཡོད་.....
རེད་དེ། “རྒྱ་གར་རྩོ་རྩོ་གདན་གྱི་དཔྱད་” (ཁོའི་ཆོག་
གཡར་) ལྟ་བུ་ཡོད་པས་སོ། སྐབས་འདིར་ཁོ་བོ་ལ་དྲན་ཚུལ་
གཞན་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། ཅིའི་བྱིར་ང་ཆོད་ཁ་ལྟ་བྱིག་ལྟ་ཡི་ཐད་
སོར་གནས་ལ་རུམ་ཞིང་བརྩོན་པའི་ “མ་ཆོན་སྒྲིཨ་ར” ལྟ་བུ་མ་
ཡིན་པར་ཉག་ཉག་ལྟལ་དུས་ཉིས་ཆར་གྱི་བསྐལ་བའི་ཆོད་པ་
ཅན་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་སོང་ངམ་ཞེས་པ་རང་གིས་རང་ལ་དོགས་
འདྲའི་ཚུལ་ལོ། ང་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུང་ཁྱུངས་དེ་མ་དག་པར་
འདོད་ན། 《ས་སྐྱའི་གདྲུང་རབས་དོ་མཆོར་བང་མཛོད》 ཀྱི་
གོག་དོས P151 ན་གསལ་བས་རྒྱབ་རྩེ་བཅོལ་ལྟལ་དེ་ཡིན་པས་
འོར་འདྲེན་གྱི་ཆོགས་མི་འདྲིན་པར་བྱ། ཆབས་ཅིག་ང་རང་ལྟ་

ཀྱ་ཐོས་ཀྱི་ཚུ་ཚུ་ལྟེ་གི་ “དམའ་འབེབས་ ཟུར་ཟ” ཞིག་ཀྱང་”
ཚེ་མ་ཤུགས་ན་ལྷ་མ་མེར་འཛེར་འདུག་ཕྱིར། གསལ་འདེབས་ཀྱི་
གྲོས་ཤིག་བསྟར་ན། ཁོ་ཐོས་རང་གི་མིག་དང་རང་གི་སྒྲིབ་པས་
རུས་པ་རྒྱན་ཅན་གྱི་ «མི་ལའི་མགུར་འབུམ» ལ་བཞུགས་ཤིང་
དཔུང་ནས་དེ་ཅུ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱས་པའི་མི་ལའི་སྣང་བརྟན་ཉིང་
ཆོག་ཉུང་དོན་འདུས་ཀྱིས་དགོད་པ་ལགས། དེ་མ་གཏོགས་……
ལུང་གཏོས་ཆེན་དྲངས་ནས་རང་གི་ཉུ་རྒྱ་མཉེན་རྒྱ་ཆེ་མདོག་
ཁ་པོ་སྟོན་པའི་ཟོལ་དེ་ཁོ་ཐོས་ཀྱི་ཤིས་སུ་ཆགས་མེད་
པས་ “རང་རྟོག” གིས་བརྗོད་པ་ཡིན་ན། མང་མང་གི་སེམས་
ཁམས་དང་མཐུན་དཀའ་ལ་སྒྲིབ་ཆ་ཡོད་པའང་འཐད་ལྡན་དུ་
ཁས་ལེན་ཞོར་མི་བྱ་རུ་ཉིད་ནི་དགའ་སྟོ་ཆགས་སྣང་གིས་……
ནམ་པར་བཟུང་ཡོད་པ་ལའང་མཐོང་ཆུང་སྣང་ཆུང་མི་བྱ་
པར་མཉེན། ཁ་པོ་ཆེ་ལུགས་དང་རིགས་ཆལ་གྱི་ཀྱལ་ཀའི་ཚུལ་
དུ་བཤད་པར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་དེ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་ «རྩེ་ཞབས་
དཀར་བའི་ནམ་ཐར་» དུ་བཞེངས་ཡོད་པའི་ “ལས་དག་སྣང་
ཅན” གྱི་ཡིད་དོར་འཕོས་པའི་མི་ལ་རས་པའི་སྣང་བརྟན་ཉུ་
བྱ་མཁོ་ན། རུས་དེབ་འདི་བདག་གི་ལག་ལ་འབྱོར་རུས་……
དགོང་མོ་ཡིན་ལ། དེ་རུས་ཁོ་ཐོས་ «ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་ནམ་
ཐར་» ལ་ཉུ་བཞེན་ཡོད་པར་ཁྱོད་འདྲའི་ཤ་ཡི་མིག་གིས་ཁྱད་
མཚར་གཟུགས་མེད་ན་ཉུ་དང་ཉུ་མོ་སྒྲིབ་གྱི་འདུ་འགོད་ཉུར་
མཐོང་བའི་མི་བྱ་ལ་དེ་ན་རྒྱགས་བྱེ་འཛོམས་པོ་རང་མངའ་

བའི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཆོན་ཁ་ཐོལ་ལ་བར་འཕྱར་བཞེན་ཡོད་
པས་ཁོམ་ལང་རེ་བྱང་ན་དེར་མཇལ་རྒྱུ་མ་བརྗོད་ཨང་། དེ་ན་
ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོས་ལུགས་ཟམ་བཞེངས་པ་ཐམས་ཅད་ “ལས་
དག་སྣང་ཅན” གྱི་སྣང་དོར་མ་གཏོགས་ངེ་བཞེན་དུ་མཇལ་མི་
ཐུབ། ཐ་ན་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་ལ་ ལུགས་ཟམ་བཞེངས་རྒྱུའི་……
ཀྱན་སྒྲིབ་གི་འབྱུང་རྒྱུན་ཐངས་ཤིག་ཐང་སྟོང་ཉིད་ཆོལ་གྱང་
ཐང་ནས་ལྷ་སར་འབྱོན་པའི་ལམ་བར་ལྷ་གདོང་ཤན་ཁར་གྱུ་
དཔོན་ལ་སྤྲུལ་གནང་རྒྱུ་མ་བྱུང་བས་འབྲུམ་པོ་ལྷ་པོ་ལྷ་ར་
དུ་དབུ་ལ་ཤན་སྒྱུ་ལན་གསུམ་གཞུས་ཏེ་ཆུ་བསྐྱར་ ཉུ་བྱ་ལ་
ཡང་དངོས་དོན་གྱི་གཏམ་དཔྱད་མའི་ཚུལ་དུ་མི་འགོད་པར་……
ལུར་བརྗོད་དང་སྟོ་བཏགས་ཀྱིས་རབ་དུ་རྒྱན་ཡོད་ན། ཁོ་ཐོས་
ནི་དངོས་དོན་དཔྱད་མ་དང་རྟོག་བཟོའི་དབྱེ་གསལ་ནི་རབ་
དུ་འཁོད་ན་བཟང་ཞེས་ཞུ་བ་ལན་བརྒྱར་ཞུ་ ཡིན་ཡང་ཁོ་ཐོས་
ནི་དེ་ལྷ་བྱའི་ནམ་ཐར་ཐར་ལུགས་ཚོམ་དག་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་
དགག་པ་ནི་མ་ཡིན་པར་བརྟག་དཔུང་བྱ་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཆེ་བར་
འདོད། དེ་དག་ན་སྐབས་དེ་ཤིང་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་འཆོ་
བའི་ཟུར་དོས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་བདུ་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་བོད་མིའི་
སེམས་ཁམས་ཏེ་དམངས་བྱིངས་དང་མཁས་པ་ནམ་འབྱོར་
བའི་ནང་སེམས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན། ད་དུང་སྟོད་ལམ་སྟགས་……
མཐོང་ཐུབ་པས་སོ།

སུམ་རྟ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ «ཡི་གེའི་ནམ་བཞག་

རབ་གསལ་མེ་ལོང་། ལས། ལུ་མ་རྟགས་སྟགས་ཀྱི་སྒྲིང་ནོར་
དང་། « སྒྲ་སྒྲོ་མཚན་ཆ » གི་དཔང་ལོས་བརྗོད་དང་མི་
མཐུན་པའི་སྒྲིན་མང་བས་པ་རྩེ་ཉལ་མ་མཛད་ཅེས་གསུངས་
མིང་ཀྱང་དེ་སྒྲིན་མཛད་པར་མཁས་པ་མང་བོས་བཞེད་པ་
དང་། དེ་རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲ་གཞུང་དང་རིམ་བཞིན་མི་མཐུན་ཀྱང་.....
བོད་ཀྱི་སྐད་ཅེས་ལ་མཐུན་ཕྱིར་བྱས་པ་དང་། དེ་ཉིད་འཕགས་
ཡུལ་གྱི་པའ་ཆེན་ཡིན་ཀྱང་བོད་དུ་བྱོན་ནས་ཡུན་མི་རིང་བས་
བོད་སྐད་ལ་ཆེར་མ་བྱང་བའང་སྲིད་པས་བོད་ཀྱི་དག་ཡིག་.....
སྟགས་དང་ཅུང་ཟད་མི་མཐུན་པ་གཤམ་ཏེ་སྲིད་ཀྱང་ཉེས་པ་.....
ཅུང་ལ། གང་ལྟར་ཡང་དེའི་བརྗོད་བྱ་པལ་ཆེར་ནི་བོད་སྐད་ལ་
ཉེ་བར་མཁོ་ངེས་ཡིན་པར་འདུག་ཅེས་སྲིད་བོར་བརྗོད་ཡོད་
པ་ལྟར། སྒྲིན་ཡོན་གཉིས་ཀ་སོར་བསྟན་གྱིས་ངོས་འཛིན་.....
ལེགས་པར་གནང་བ་ནི་རང་རེའི་གནད་དུ་ཆེ། དེ་མ་གཏོགས་
སྒྲིན་མཐོང་ན་ཡང་མི་སྒྲ་བའམ་ནམ་པ་གཞན་དུ་བསྐྱར་ན།
ཉེས་རྒྱ་ནི་རང་ལས་གཞན་མ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ང་ཚོ་ཐུན་.....
མིང་གི་ལུགས་དེ་གཞི་བཟུང་ན། སྒྲ་བ་དཔོན་པད་མ་འབྱུང་
གནས་ནི་སངས་རྒྱུས་གཉིས་པ་ཡིན་ཚུལ་གྱིས་འདས་མ་འོངས་
ད་ལྟ་གསུམ་ཉེ་དུས་གསུམ་ནོར་མེད་འཛོལ་མེད་དུ་གཟིགས་
པའི་མཁའ་རྒྱ་སྟོབས་མངའ་བར་སྤོང་སྒྲིན་བྱས་ ཡོད་ན། « བད་
མ་བཀའ་ཐང » ལས། མཁན་སྒྲིབ་ཀྱིས་བོད་ཕྱག་སྒྲོ་ནོར་བཤམ་
བདེ་བ་ལ་སྒྲ་བསྐྱབས་པར། ལེགས་སྒྱུར་སྐད་ན་མོ་རྟུ་ཡུ་

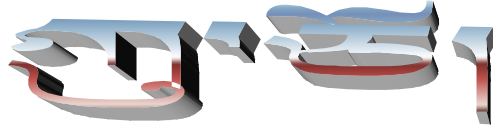
ཞེས་པ་མཁན་སྒྲིབ་ཀྱིས་མ་མོ་སྤང་མ་ཡུ་ཞེས་བསྐྱར་ནས་
བོད་ཕྱག་ལ་བསྐྱབ་ན། དེས་ཆོས་ལ་ཐག་ཐམ་མོ་སྐབས་དུ་ཉིུ
ཞེས་ལོག་འདོན་བྱས་པར་མཁན་སྒྲིབ་བྱང་དང་བོད་ཕྱག་ཆོ་
པན་ཚུན་ལ་བལྟས་ནས་ཉལ་ཆ་དེར་རེར་བགད་སྐད། (
« བད་མ་བཀའ་ཐང » P403) འདི་ལས་མཛོན་པ་ནི་སྒྲོ་བོད་
བཅན་པོ་ཁྱི་སྤང་ལྟེ་བཅན་གྱི་སྐབས་སུ་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྐད་
དང་བོད་ཀྱི་སྐད་ལ་སྒྲ་གདངས་མཐུན་ཐབས་ཡེ་ནས་མེད་པ་
རྟོགས་ཐུབ། ཁ་ལ་སྒྲངས་ཏེ་ངག་ནས་ཅི་ཐོན་ལ་འབད་ནའང་
ལྷའི་མདུད་པ་འཁྲལ་དཀའ་བ་དེ་ཆོགས་མེད་དུ་ཤེས་རུས་
ཐོག་མཁན་སྒྲིབ་བྱང་གིས་ཀྱང་བོད་སྐད་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་རིམ་
བཞིན་ཐོན་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པ་ཡང་ངེས་རུས། དེ་བས། ཁོ་བོས་ནི་
ནམ་རྒྱུན་ལ་རྒྱས་དེ་བཅེར་དང་གསུང་ཚུལ་བསྟན་བཅོས་ལ་
མཇལ་དུས་དངོས་ཡོད་དོན་མཐུན་གྱི་ཕྱགས་ལ་ན་བ་གྲོག་
གྲོག་དང་མིག་བྱང་རིག་རིག་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་ལུང་.....
བརྗོད་དང་འཁྲལ་བརྗོད་ཀྱི་རིགས་ལ་དོན་དངོས་དང་འབྲེལ་
མིན་དང་འཕྲོད་མིན་ལ་རིག་སྒྲིམ་མ་བྱས་པར་དགོངས་དོན་
དང་དགོས་དོན་གྱི་ཐད་ནས་བསམ་གཞིགས་ཐུལ་བ་ཡིན་ན་
རང་ལ་ཐོབ་འབྲས་མི་ཉུང་བ་ཡོད་ལ་འདྲ་སྟོབས་ཀྱང་རང་ཆོ་
ད་ཀྱིས་མངའ་འགོ་བས་དེ་དག་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུན་སྤྱི་མང་འཛོམས་
པ་དང་གོ་རིམ་རྒྱར་འགོས་ཅན་ལས་སྒྲིབ་རྒྱ་རྒྱུས་གདོང་...
ཐོབ་པའམ་སྒྲིབ་པ་མཁའ་རྒྱུན་སྟོབས་ཅན་དུ་ནམ་ཡང་ཡིད་རྟོན་

འཕེར་མདོག་མེད་ན། ལྷ་སའི་དམངས་གཞས་ཤིག་ཀྱང་རང་གི
ས་རང་ལ་བལྟས་ན། སྐྱ་གཟུགས་ཅ་རིའི་སྒྲུག་མ།། རྒྱ་ལམ་“
འབྲུལ་པས་བལྟས་ན།། ལྷང་སྤྱང་གཙུག་རིལ་ཤིག་ཤིག།
ཅེས་པ་ལྟར། གཞན་གྱི་མིག་ཟུང་དང་གཞན་གྱི་གནས་བབ་དེ་
ལས་རང་ལ་རྟོག་ཅིང་གཞིགས་པ་ཡིན་ན་རང་སྒྲིན་ཤིག་ཅམ་
པོ་ཡང་ལྷང་ལ་བུད་འགྲོ་བ་མ་ཟད་སྒྲོ་རིག་སྒྲིན་འགྱུར་དང་ག་
རྒྱས་སུ་འགྲོ་བའི་བསྐྱངས་གྲོགས་སོ།།

(3) བན་ཤུལ་གྱིས་རང་ནི་“སྐྱ་བོ་ཆོས་སྤྱོད་” ཡིན་པས་བདེན་
པ་བདར་ནས་ཞིབ་འཇུག་ཞུ་སྟེ་འདྲོད་པའི་སྒྲོ་བ་གཉེར་བ་“
ཞིག་ཏུ་ཁས་འཆེས་ན། རང་གི་“གོ་ས” དང་“ཁ་མལ” བརྟན་
པོ་ཞིག་ལ་ཞེན་རྗེས་ཀྱི་སྤྱོད་གཙང་མ་ཞིག་གི་ཐག་སྤྱོད་འཇུ་
ཅི་ཐུབ་ལ་རེམ་པའི་ཉམས་སྤང་དང་དམ་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲིས་ལ་
བསམ་ཤེས་སྒྲམ་ཆུགས་ཤིག་མལ་གྱིས་སྒྲོན་བཞིན་པའི་སྤང་
བའང་བཅོས་མིན་དུ་ལྟར། བདག་ལ་“བྱིས་སྒྲོ་དྲི་མ་ཅན་”
ཞེས་པའི་དམའ་འབེབས་མཐོང་ཆུང་གི་ཟུར་ཟ་ཞིག་བསྟན་
ཞོར། “བར་ཐག” ཅིག་གིས་རབ་དུ་དབྱེ་ཡོད་ན། ཁོ་བོས་ནི་
རང་ལ་“བྱིས་སྒྲོའི་” བརྒྱད་རིམ་དངོས་བརྒྱད་ཆུང་བ་ཁས་“
ལེན་ལ་”དེར་མཐུན་གྱི་དྲན་འཆར་ཅི་ཡང་བྱུང་བ་ལའང་ཁས་
ལེན་གྱིས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཆེག་མེད་དུ་གཏོང་འདྲོད་གཏན་
ནས་མེད། སྒྲིན་དྲུང་དགེ་དྲུང་རང་གི་“བྱས་ལས” ཡིན་པས་
སོ།། ཞོར་དུ་ཟུར་འཕྲོས་ཐུང་ཅམ་བྱས་ན། “བྱིས་སྒྲོ་” ཡི་ཁྱད་

ཆོས་ནི་རང་ཉིད་འཇིག་རྟེན་ངོ་མ་ཞིག་གི་ནང་ན་འཆོ་བཞིན་
ཡོད་པས་འཛོམ་དོག་མེད་པར་དྲང་བོ་དྲང་བཞག་དང་ཕྱོགས་
རིས་འཐེན་འཁྱེར་མེད་པར་རང་སེམས་རང་གིས་བརྗོད་ན།
མི་ཆེ་བ་དག་གིས་ཆེ་ཁ་དགོད་ཁའི་ཡུལ་དུ་བསམ་ནས་“ཆེ་
སྤྱད་ལོ་ལོ” ཞིག་ཏུ་འདྲོད་པ་དང་ཆོ་ཆུང་དུས་ཀྱི་རང་གི་ཆུང་
བས་བྱུབ། དེ་ལས་སྒྲོག་སྟེ། ལག་ཆགས་ནས་མི་ཆེ་དུ་གྱུར་ན།
ཐ་སྟད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་གི་ནང་ན་འཆོ་བཞིན་ཡོད་པས་སྤྱི་
ཆོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་དང་ལམ་ལུགས་གང་མང་ཞིག་གིས་གཙུན་
བཞིན་ཡོད་སྟབས་འཛོམ་དོགས་སྒྲོ་ལྟག་བཞུ་དེས་བས་དྲངས་
གཙང་གི་བྱིས་སྒྲོ་དེ་ལ་དྲི་མས་རབ་དུ་སྒྲིབ་ནས་གཉོམ་ཁུར་
འཁོས་ཆུང་དུ་འདུག་ལ་དགའ། དེ་བས། ཁོ་བོས་ནི་“བྱིས་སྒྲོ་”
དེ་ལྟ་བུར་“བཅར” ཐུབ་པར་བརྗོད་ལེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་
བཞིན་དུ་ཁྱོད་ལྟར་དུ་“དྲི་མ་ཅན་” ཡང་ཁས་ལེན་བྱ་དེས་ཏེ་
དང་ཆོ་ནི་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་གྱིས་རབ་དུ་བཅངས་པའི་“མི་
དུ” ཡིན་པས་དེ་དག་ལ་གདོང་གཏོང་ཐུབ་ལ་འགན་ཡང་ཁུར་
བྱུབ། འགྲོད་བཤགས་ཀྱང་བཞིན་ཞུས་པས་སོ།། དེ་ནི་དགོ་
ཆོས་ཀྱི་“སྤུབ་མཐའ་སྒྲོ་མ་བསྐྱར་བ་”གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་“
འདྲོད་” ཅེས་པ་དང་འདྲ་ཤས་སུ་འགྲོ་སྟམ་མོད། ཁྱོད་ལྟར་
ན་“སྤུབ་མཐའ་” ཞེས་པ་དེ་ཡང་དགོས་ཡུལ་འབྲུགས་ཆུ་ལ་
དང་ནོར་ཆུ་ལ་གྱིས་དགག་པ་བྱེད་མདོག་ཆ་བོ་སྟོན་ཀྱང་།
སྐབས་འདིར་ཆོས་གཞུང་ཆད་གཞུང་ན་སྒྲོ་བཞིན་པའི་“སྤུབ་

མཐའ་” དེ་མིན་པར་ཡིད་འཇགས་འཚལ།



གཡུ་རྒྱལ་དཀར་ (མཚོ་སྡོད་)

གངས་དཀར་དང་སྤང་ཐང་། མཐིང་སྒྲིག་སྒྲིལ་ཆུང་དང་
ཁང་ཆན་སྒྲིལ་བ་པོ་ནམས་ཁོ་བོའི་བཅེ་བ་དྲོན་མོའི་ཁྱགས་.....
སོར་བསྐར་པའི་གསལ་འཆེར་གྱི་ཐུ་ཏིག་རྩོག་པོ་རེ་ཡིན་ལ།
ཉིན་མཚན་དུས་དུག་ཏུ་ཞེ་འཁྱེད་སའི་གཟུངས་ཐག་ཀྱང་རེད།
དེ་ལྟའི་གདོད་ཀྱིས་བྱུག་པའི་བཅེ་བ་ལ་རང་ཉིད་ “མི” ཡིན་
པ་གཏིང་བརྟེན་དུ་སོང་བའམ་རྟོགས་པ་མཐོན་པོར་བྱིན་ཁུལ་
གྱི་སྒྲི་སེར་སྐད་འདུག་ཅན་ཆོས་ “བཅེ་བ་ལྟར་སྤང་”
དང་ “ཆགས་སྤང་གི་ཡོ་ལང་” སོགས་སྤྱད་མའ་ཕབ་གཏིང་.....
ངས་ལ། “ཁྱི་ཆན་ཀྱ་ཙོ་འདྲོན་པ་ལ། རྒྱ་མཚན་མེད་པར་
གཞན་དག་རྒྱགས་།” ཞེས་མི་གལ་ནས་བྱིར་བྱངས་ནས་ཁྱི་
གལ་དུ་བྱུང་འདེད་གཏིང་ཡང་སྲིད།

ཨ་མྲེ་རེ་ཁའི་སྤིང་ཆེན་སྟེང་དུ་ཨན་སྤྱི་ཨན་མིས་ (印第
安人) ལུས་གཅེར་ཐེར་སྒོས་ཡ་ཡོ་ཡོའི་ཀྱ་ཙོ་འདྲོན་པ་དེ་
གསོལ་ཆོག་ཅིག་ཡིན་པ་འདྲ་ལ། བསྐལ་བའི་དུས་རྒྱུད་གི་ཁྲོད་
དུ་ཡུལ་སྒྲིལ་ཞིག་ཏུ་ཆགས་འདུག་ དེ་བཞིན་དུ་ “འཛམ་སྤིང་”
གི་སྐལ་ཆོགས་” ལྷ་གནས་བཅས་ཤིང་འཆོ་རྟོག་བྱེད་པའི་བོད་
མིས་བསང་བྲི་གཏོས་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་མཐའ་བསྐྱར་ནས་གི་ཉི་

ཉི་སྒོས་ཀྱ་ཙོ་འདྲོན་ལུགས་དེ་དག་ལྟའི་དཔང་བསྟོད་དུ་ངོས་
འཛིན་བྱེད། དེ་ལ་མ་བཟགས་ཉམས་དགའི་སྤང་ཆོད་དུ་
ཉམས་ལུར་བ་དང་རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་གདུག་རྩལ་འདྲ་
མིན་ལ་གཡོལ་བྱོལ་བྱས་པའི་དཔེ་གསོན་པོ་དུ་འདུག་ དེ་.....
གཉིས་གང་ཡིན་ཡང་གདོད་མའི་དུས་བསྐལ་གྱི་སྒྲིབས་གསོལ་
དཔུང་རེ་འདྲོད་དོན་ནམས་གསོལ་ཆོག་ཏུ་བྱས་ཏེ་ནར་མར་རྒྱ་
ན་བསྐྱངས་པའི་སྒྲིལ་ལུགས་འབྲས་ཆང་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་
དེ་དག་དང་གཏན་ནས་མི་མཚུངས་བ་ནི་ ཀྱང་གོའི་སྒྲིལ་བས་
ལུ་ལུ་ལུགས་ཀྱིས་《ང་རོ》 (《呐喊》) ལྟར་སྤང་དུ་བཏོན་
ནས་རྒྱ་ནག་གི་རྒྱལ་དམངས་རང་བཞིན་ལས་ངན་སྒྲིགས་.....
ནམས་ཐེར་ལ་བུད་ནས་དགག་རྒྱག་བྱས་ཤིང་། བཀའ་བཏོད་
རྒྱུད་འཛིན་གྱི་ལྟ་རྟོག་ལ་ཆོལ་གཏམ་བཏང་། དེ་བཞིན་དུ་ཉི་
བའི་ལོ་འགའི་སྡོད་དུ་སྒྲིལ་བས་ཞོགས་དུང་ལགས་ཀྱིས་ལྷན་
ལྷན་མེར་མེར་གྱི་སྤྱོད་ནས་《འཕག་འཆོག་གི་ང་རོ》 བཏོན་.....
ཞིང་། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་ལགས་ཀྱིས་ “རང་རེའི་ནང་
ཆོགས་ལ་ངོ་བསྟུང་གི་གཅམ་བུ་བྱས་ན་ཤིན་ཏུ་མ་ལེགས་”
ཞེས་གསུངས་སྤྱོད་བ་བཞིན་དུ། ཁོང་གིས་ཀྱང་སྒྲིལ་རྒྱུན་རིག་

གནས་དང་དེའི་ཡན་ལག་ལེ་ལག་གིས་བསྐྱེད་ས་པའི་པོད་མིའི་
གཤེས་ཀྱི་སེམས་པའི་ལྟ་སྤྱོད་གོག་ཐུལ་དག་ལ་གནད་དུ་……
འཐེངས་པའི་མེ་བཙའ་གདལ། དེ་གཉིས་ནི་ཁོ་པོའི་བསམ་……
སྤྱི་འཕེལ་རིམ་ལ་པན་ཆ་བས་ཆེ་བས་དམིགས་བསལ་གྱིས་……
སྤྱི་དགོས་བྱུང་ལ། གདོད་མའི་ཀུ་ཙོ་དེ་སྤྱི་སྟོབས་དང་……
རིགས་ཤེས་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ར་ར་རུ་འཕྲོས་པའི་གོ་རིམ་ཡིན་
ཞིང་། མི་ནི་མཐོ་རིམ་སྒྲིག་ཆགས་ལས་མཆོག་གས་ཡིན་པ་ཤེས་
ཆོར་འབྱུང་དགོས་པའི་སྒྲིག་བརྒྱུ་ཡིན།

སྒྲིག་བྱུང་མཁས་པས་བཤད་ན་ “ཆུ་ཕན་ཉག་ཏུ་ཀུ་ཙོ་
ཆོ། ཆུ་མཆོས་ཀུ་ཙོ་ག་ལ་སྒྲིག།” ཟེར། བསམ་ཆོད་ཅིག་ལ་ཀུ་ཙོ་
སྒྲིག་མཁས་ཀྱི་ཆུ་ཕན་མེད་ཆོ་ཉམས་མེད་འབྱུང་པའི་ཆུ་མཆོ་……
ཡོང་ཡེ་མི་གདའ་སྟུམ། དྲག་འཕྱང་རྒྱུ་པོ་དང་བརྒྱུད་ལམ་
ཀྱག་ཀྱིག་གི་ཁོད་དུ་པར་བརྒྱུད་ཆུ་དེ་པ་ལས་ཆུ་ཕན་གྱིས་ཀྱི་
ཙོ་མི་འདོན་མཐུ་མེད་ཡིན་ལ། བདེ་འཕོལ་ལེར་སྒྲིག་མེད་
ནི་འཇགས་སུ་ལུས་པའི་ཆུ་མཆོས་ཀུ་ཙོ་ཙོ་ཞིག་འདོན་སྟེ།
ནད་མེད་འཁུན་སྒྲིག་ཆུ་ལས་འོས་མེད་སྟུམ། སྤྱི་སྟོབས་རེས་
མོས་སུ་བྱུངས་པའི་ཆུ་ཕན་གྱི་ཀུ་ཙོ་ལ་བརྒྱུད་མཐོང་མི་བྱེད་པ་ནི་
མི་བྱ་རང་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེས་ཐང་ལ་ཁྱད་གསལ་གཏོང་བའི་ཆུ་ལ་……
ཡིན་ལ། སྟུག་ཐུ་བའི་འོག་ནས་དུ་ཤུམ་རྒྱག་མཁན་ཆོར་དོ་ལྷར་
མི་བྱེད་པའི་དན་ཉག་ཡིན། ཀུ་ཙོ་སྒྲིག་ལུགས་དེ་དུ་ཤུམ་གྱི་
ཆོབ་ཡིན། ཀུ་ཙོ་འདོན་ལུགས་དེ་སྤྱི་ལ་ཆ་ཙག་རྒྱག་པའི་དོད་

ཡིན། མདོར་ན། གཉིད་མི་ལུགས་པའི་མཆོན་ལམ་རིང་མོ་དག་
གི་བསམ་གཞིགས་ཡིན།

དང་པོ། ལུགས་སྤྱོད་སྒྲིགས་པའི་བརྒྱུས་སྒྲིག་

སྤྱི་རབ་སེམས་སྤྱི་འབྱེད་མཁན་པོ་རོ་ལུ་སེམས་《འཁྱེད་
བཤགས་ཀྱི་རིག་ཟིག》（《忏悔录》 卢梭著）ན་ “ཁོ་པོས་
རང་ཉིད་ཀྱི་མི་རིགས་མིག་ནང་དུ་མི་འཛོག་པའི་བརྒྱ་ལྟོན་
ཀྱི་ཁྱེད་མོད། （རན་གཤེས་ལ་དམིགས་ནས་དེ་ལྟར་བྱས་པ་
ཡིན།） དོན་དངོས་སུ་མི་བརྒྱུད་ཀྱིས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་རིགས་
ལ་ཤ་ཆ་ཞིང་སྤྱི་ཉེ་མཁན་ཁོ་གཅིག་ལྟ་ཡིན་སྤྱི་ཉེད་”
ཅས་འཁོད་ཡོད་པ་ནང་བཞིན། རྩོམ་ཆེ་རྒྱལ་དང་དགོ་འདུན་
ཆོས་འཕེལ། རང་གྲོལ་སྒྲིགས་ཀྱིས་མི་རིགས་འདིའི་སྤྱི་སྟོབས་
ལ་དམིགས་བརྒྱུད་ནས་བཙུགས་ནས་བཙུགས་དང་དགག་བཞག་གི་
ཆོམ་སྤྱོད་ཀྱི་ཤིང་། རབས་དེའི་སྤྱོད་ཆོངས་རང་བཞིན་ལ་
མཆོང་འབྱེད་བྱས་ནས་མི་རིགས་འདི་ཡར་ལྡན་དུ་འཕེལ་བར་
རྒྱལ་རྒྱུ་གཏོར་མོད། སྐབས་དེར་དང་ལེག་བྱེད་པ་ལྟ་ཅི་སྤྱོད་
གང་དྲག་ཆོད་མིག་ནང་གི་ཆོར་མར་ལྟར། རྩོམ་སོར་གསེར་གྱི་
བུམ་པ་དེ་དག་རབས་དེའི་སྤྱོད་ཆོངས་དང་ལྷ་རྒྱུགས་ཀྱི་……
འཐོར་རྒྱུད་དྲག་པོས་བདས་ཏེ་ལུ་བའི་ལམ་དུ་བརྒྱུད་དེ་
དག་གི་རྩམ་དཔྱད་དང་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོད་སྒྲིགས་ལ་ལུས་སྤྱོད་མི་
སྤྱོད་རང་དབང་མི་འདུག་མོད། “འོན་ཀྱང་རྒྱུད་བཟེད་ནག་
པོ་ཅན་རྩམས་ནི་ཅི་ལ་ཡང་འཁུ་འཁྱེད་ཟ། མི་རྒྱུད་སྤྱོད་

ཅན་ནམས་ནི་གང་ལ་ཡང་ཐོག་བཞེས་ཆེ། ལར་ཁོང་གཉིས་པོ་
གང་ཡང་མགོ་མཐུགས་ཤུ་ཚུགས་ཅན་གྱི་ཡང་ཆེར་སོན་པས་”

(《དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་ཚིམ་》 བོད་གཉིས་པའི་
ཤོག་ངོས་༡༩ རྟེན་《གཏམ་རྒྱུད་གསེར་མང》 ན་ ཡོད། ཁ་སང་
དེ་རིང་གི་མཆོམས་སུ་ཡང་། རང་སྣང་རང་མཐོ་དང་གང་ལ་
ཡང་སྟོང་བོ་མེད་ཟེར་མཁན་མང་བོས་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་
ལགས་ “སྦྱོན་པ་” དང་ “བཅུན་པ་” འཆལ་བོ་” ཅུ་བཏགས་
ཤིང་། རང་གྲོལ་ལགས་ལ་ “གསར་ཞེན་གཡམ་རྒྱགས་པ་དོན་
བྱུང་བྱུང་” ཅུ་འབོད་པ་སོགས་ངོ་མ་དུ་སྟོང་འདོད་པའི་གདེང་
འཛིག་བཟུང་བཞིན་འདུག འདི་ལྟར་རྟོགས་སང་པ་དང་སྒོ་
འབྱེད་མཁན་ལ་གཅིགས་མཐོང་མི་བྱེད་པའི་སྒྲིལ་རྒྱུན་གྱི་རན་
གོམས་ཤིག་ང་ཆོར་གནའ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཡོད་དེས་ལ། ཅུས་
རྒྱན་དུ་ “སྤུས་ལྷགས་གྱི་དྲ་བར་ས་ལྗང་གནམ་ལྗང་གི་ཤོམ་
ར་བྱེད་པ་” (དོ་སྤྲིས་དགེ་བཤེས་ཀྱི་ཆོག) ལ་མཁས་པའི་ཆོ་
ལ་སྟེར་ཞིང་། ཤོམ་གང་ཡང་མཐུན་དུ་བསྐྱར་མི་ཡོད་པར་.....
ཐུགས་འཇིགས་གཞན་རིགས་ལས་ཆེ། ཐོན་མི་སམ་སྟོང་ནས་
ལ་ཆེན་པེ་རོ་ཅ་ན། རྩོམ་ཆེ་རྒྱལ་ནས་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་
རང་གྲོལ་སོགས་ང་ཆོའི་ཐུག་དོག་དང་ཤུ་ཚུགས་འདིས་སུ་
ཞིག་བཅོམ་མ་ཐོང་ངམ། རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ངོར་རྒྱུད་དུས་ནས་
འདྲིས་ཤིང་ཆགས་པའི་ལྟ་བུའི་སྒྲིལ་གཞི་དེར་ནམ་ཞིག་ལ་
དོགས་སྒྲིང་བྱས་ཐོང་ངམ། ངོས་གཅིག་ནས་རྟེན་པའི་དེས་

ཤེས་དེས་ཟུར་རེ་རེ་དང་སྣ་སོ་སོ་རྩོམ་ཅེར་དུ་མཐུན་ལུལ་བྱེད་
པའི་མཁས་ཉམས་ཐོག་དེ་ནམ་ཞིག་ལ་དོར་ཐོང་ངམ།

རྩོ་བོ་བཀའ་གདམས་པའི་ལུགས་ཀྱི་དགེ་བཤེས་ཡེར་
པའི་ཞང་བཅུན་གྱིས་ “རྟོགས་པ་ཐུལ་དུ་བྱིན་པའི་ཆོད་གང་”
ཡིན་ཞེ་ན། ཡངས་སར་ཡངས་པ་ཡིན་ཏེ་ལྟ་བུ་ཡངས་དགོས།
དོག་སར་དོག་པ་ཡིན་ཏེ་སྦྱོང་པ་དོག་དགོས།.....” ཞེས་.....
གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་ཐོགས་ཅན་གཅིག་དུ་
ལ་བདེན་ལ་མི་སྟེར་བར་མིག་ལྟོབས་ལྟོབས་ལྟོབས་བོ་དེ་ཡར་.....
འགྲུག་དགོས། དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི་མིའི་.....
རིགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་མཐའ་དག་རང་སྒོའི་ཡོལ་གོ་དུ་བསྐྱ་
གང་ཐུབ་བྱེད་པའི་ཆོད་ཡིན། གནས་ལུགས་དེར་ཁ་འཛིན་གྱི་
ཤུ་ཚུགས་ཀྱིས་བསྒྲིག་ཐབས་མེད་མོད། ད་དྲུང་ཤེས་མདོག་
ཟབ་མོས་མང་དུ་ལབ་ན་ “རང་གི་མིག་རང་གིས་ཆེད་དུ་
བཀའ་པར་གདོན་མི་ཟ་བས་ཤགས་འབྱེད་པའི་དགོས་བ་.....
མེད།” (དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ཆོག)

ཡི་གེ་འབྲི་སྟོག་ཆོད་ཅམ་གྱིས་བྱང་རྒྱལ་དུ་སྤྲོས་ན་.....
དཔྱད་ཤེས་པ་དེ་དག་གི་སྒོ་སྟོབས་ལ་སྣ་སྟེ་གང་ཅུང་ནས་ཆོ་
བྱུག (刺激) གཏོང་གིན་པས་དཔེ་མཆོན་འགའ་ཆེད་དུ་སྤྱིང་
དགོས་བྱུང་། དེ་ལ་ཡུལ་ལུང་བག་བྲག་ཁག་ན་དུས་དེབ་མང་
བོ་གྲག་ཆོང་བཞིན་བརྩོལ་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་དག་མང་ཆེ་བའི་
དམིགས་ཡུལ་དང་དགོས་བ་གང་འདྲ་ཡིན་པ་དྲང་ཐད་དུ་.....

ཚོད་དཔག་བྱེད་ཐུབ། དུས་དེའི་དང་ཚོམ་སྒྲེལ་འགའི་ཁ་བྱང་
གཡེར་བོ་ཆེ་དེས་ཏང་མངས་སུ་འཇུག་མོད། དངོས་གནས་
ཁོམ་ཁོང་ལྟ་བུ་པར་སྒྲིག་ཚུར་སྒྲིག་བྱས་ན་སྒྲིཊ་ལྟ་བུ་ཅི་
ཁོང་གཏམ་མང་བོས་ཉིན་དེའི་སེམས་ཁམས་བདེ་འཕོལ་བོ་དེ་
བརྒྱུད་འགྲོ་བས། དགོ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་ལགས་ཀྱིས་“མ་”
མཐོང་བྱུང་གཤམ་ཅན་གྱི་མ་པམ་མཚོ། དུང་དུ་སྤེལ་ན་གོ་
མོའི་ཚུ་འབྱེལ་ལོ།” ཟེར་བ་ཡང་ཉག་ཉག་འདི་འདྲའི་ཆ་མི་
འགྲིག་པའི་བྱ་བྱེད་དག་ལ་གཟུགས་པ་འདྲ། ཉེ་སྔོན་གྲགས་པོ་
ཞིག་གིས་དུས་དེའི་ཅིག་ལག་ཏུ་བསྒྲུམས་ཡོང་ནས་“བྱུང་གྱིས་
སྒྲིཊ་དང་། དགོང་བོ་བོ་ཞིག་རེད།” ཅེས་བཤད་ཞོར་པའི་ལག་
ཏུ་གཏད་བྱུང་། དེ་ནི་《བདེན་པའི་རང་སྒྲུ་མ་ཡིན་པའི་བདེན་
པའི་རང་སྒྲུ་བསྐྱེད་པའི་འཆར་སྣང་》 (ཚོམ་པ་པོ་དང་དུས་
དེའི་གྱི་མིང་འདྲི་མ་བཞོད།) ཞེས་བཞེས་འདུག་ལ། ཚིག་
རྒྱུ་ཆ་མས་ལྟ་འགྲིག་པོ་དང་འབྱུང་གཏམ་མང་བོ་སྤེལ་གཅིག་
ཏུ་བྲིས་བཅུ་མ་རེད།

བདེན་པ་ཟེར་དུས་རྒྱུན་གོས་མཐུག་པོ་དེ་ཕུ་བཤག་མདོ་
བཤག་བྱས་ནས་རྒྱུན་སྐྱེད་དེའི་སྐུ་བཅུག་ཅིང་། དེའི་པག་
ཏུ་འཆེལ་བའི་རང་ཞལ་ཐེར་ལ་འདོན་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་སྒྲིཊ་
བ་ཚོམ་པར་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་སྒྲིཊ་བས་ཤིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས།
བོད་མི་ཚོ་དུས་རྒྱུན་དུ་“བདེན་པ་” ཟེར་བྱུང་དག་འཕྱོད།
དེའི་ནང་སྒྲིཊ་མཐོང་ན་འཇིགས་སྤངས་སྒྲེལ་འགའ་བའི་ཚུལ་

ཐོག་མར་མཐོང་མཐུན་དགོ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་ཡིན། ཁོང་
གིས་“ མཐོང་ན་འཇིགས་པའི་བདེན་པ་གཅེར་བུ་ལ” ཟེར་
དུས་ལུ་ཅག་གིས་ཤེས་མདོག་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་“བདེན་པ་” དེ་
བདེན་པ་ཡིན་མིན་ཞར་ལ་རྟོགས་ཡོང་། སྐབས་འདིར་སྒྲིཊ་
བྱར་བྱུང་བའི་སྐུ་ཞབས་མེ་མེ་ལགས་ཀྱི་《བདེན་པའི་རང་སྒྲུ་
མཚོན་ན། ད་ཆོའི་འཆོ་བ་དང་ཚོམ་སྒྲེལ་སུ་མདོན་བཞེན་
པའི་རན་གཤིས་རེ་བྱུང་གི་རྒྱུན་སྐྱེད་ཐེར་ཆ་ལ་སྐར་ཆ་ལ་
གྱིས་བཤུས་ཏེ་“བདེན་པ་” གཅེར་བུར་བཏོན་ཡོད་ལ། ད་ཆོས་
ཁ་ཐོག་སྒྲེལ་ཐོག་ཞེན་ཅམ་ཡང་གཏོང་མི་པོ་དང་པའི་ཆེ་དག་ཚོའི་
ཚིང་གཤིས་ཀྱང་རྒྱུན་བཏོན་བྱས་ཡོད་པས། དངོས་གནས་ཚོམ་
ཡིག་ལགས་པོ་ཞིག་ཏུ་འདུག་ལ། ཁོ་བོར་མཚོན་ན་སྒྲིཊ་ཀྱང་
མི་ཉུང་བ་ཐོབ་ཟིན་མོད། འོན་ཀྱང་། གོང་ནས་བཤད་ཟིན་
པའི་སྐུ་གསལ་པ་དེས་འདི་འདྲའི་བརྒྱུས་སྒྲིཊ་བྱེད་དགོས་
པའི་རྒྱུ་མཚན་གང་ཡང་མི་འདུག་སྟུག། ཚོམ་དེ་ཐར་ཆགས་
སུ་བཀལ་ན་“བདེན་པ་” རེ་འདྲ་བཞིག་དོ་སྒྲིཊ་གཏོང་ཅིས་
ཡོད་མོད། མི་དགོས་པའི་ཁ་འབྱུག་དེ་ཅམ་ལ་ལན་ཞིབ་མོ་ཞིག་
སྒྲིཊ་དགོས་པའི་དོན་མི་འདུག་པས་བཏང་སྟོམས་སུ་བསྐྱར་བ་
ཡིན་ལ། དེ་དག་གིས་ཀྱང་“ཡུ་ཚུགས་ནི་རང་ཉིད་མངལ་ན་ཅི་
ཅམ་འདོད་པའི་བར་དུ་བྱེད་ཅུས་པས་སོ།” (དགོ་འདུན་
ཚོས་འཕེལ་གྱི་ཚིག་)

གོང་དུ་འཁོད་པ་ནི་དཔེ་མཚོན་ཅམ་ཡིན་ལ། “ཕྱག་”

དོག་གི་མིག་ཅེ་རེར་ལང་བ། (དགོ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་……
ཆོག) རེ་འགས་དེ་ལས་ཀྱང་སྤྱད་པའི་ཚོན་སྒྲུབ་རེ་བྱུང་བྱིས་……
ཡོད་ཆོད་ཀྱི་གཏམ་ཐོས་ཐོང་ལ། “ཆུད་གཅོད་པ་ལས་དགག་
པ་བྱེད་པ་ལ་དགའ་བ་འདི་ལྟ་ཅག་གི་གཤིས་ལྷགས་ཡིན།” ……
(དགོ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་ཆོག) པས་ཐབས་ཟད་མོད། ལར་
དགོག་གཏམ་དང་འཆལ་ཚོན་འདིའི་རིགས། གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་
ཟབ་རྒྱ་བྲལ་ཞིང་སྒྲོ་མ་སངས་བའི་ལྷན་ཤོས་འདིའི་རིགས་
བརྒྱུ་ལ་དར་བྱུང་ཆེ་བུ་སོང་ན། ཚོན་སྤྲེགས་ཀྱི་དྲངས་གཙང་ལ་
ཉམས་འགྲིབ་འབྱུང་ངེས་ལ། འཇམ་སྤིང་མི་རིགས་ཁག་གི་
མཁས་པའི་མདུན་ནས་ “བགད་ནས་ལྟོ་བ་རལ་བའི་” རོ་ཆ་ཉ་
སྲིད་པས། ཆེད་དུ་བརྒྱུར་བཤད་བྱེད་དགོས་བྱུང་སྟེ། དེ་ལ་
བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་གསང་སྤྱོད་པ་ལགས་ཀྱིས་……
“སྤྱིར་ཡང་འོ་སྒྲུབ་མི་མཛད་པ་འདི་བསྟོད་ར་ཆེ། བྱུང་པར་……
དུའང་འོ་སྒྲུབ་གངས་རིའི་སངས་ཀྱི་འདི་ཆོང་རྒྱལ་གྱི་སྒྲུང་བྱར་
སོང་ནས། རྒྱ་གཞི་ལ་ཏུ་བསྐྱེད་ན་ཆུ་མི་འཆགས་” པས། རང་……
སྤང་རང་མཐོ་དང་སྤང་བ་གང་བྱན་བྱན། ལ་འཛིན་སྤྲེགས་
འཛིན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་ནས་ད་ལྟའི་སྤྱོད་ཟུང་སྤྲེགས་ཀྱི་
གནས་བབས་ལ་དོ་ལྷར་གཏན་ནས་བྱེད་ཀྱིན་མེད་པ་འདྲ།
གལ་ཏེ་དོ་ལྷར་གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཆོ། འདི་ལྟར་ལྷགས་……
ལྷག་གི་བྱི་བ་འདྲི་སྲིད་དེ། ད་ལྟའི་གནས་བབས་འདི་འདྲ་གང་
གིས་དྲུང་འོངས་པ་ཡིན་ནམ། འོ་དེ་ལ་པར་འདེད་ཚུལ་འདེད་

བྱེད་རྒྱུ་མེད་དེ། ང་ཆོའི་སྤྱོད་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་མ་ལག་ཉིང་
ལག་དག་གིས་དྲུང་ཡོང་བ་རེད། འོ་ན། དེས་བརྒྱུངས་བའི་……
སེམས་གཤིས་དང་དེ་སྦྱོང་མཁན་གྱི་རིག་གནས་ལ་ཆོ་འདྲི་
དང་དགག་བཞག་གཏོང་དགོས་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་ རེད།
དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་གཡས་གཞུག་གཡོན་དགྲོག་བྱས་ན་དངོས་
ཡོད་ལ་གཡོལ་བྱོལ་བྱས་པ་ཙམ་ལས་ཅི་ཡང་མ་རེད། རིག་
གནས་གསར་ཉིད་གི་ཆོད་སྤང་དེ་སྤྱོད་སངས་བའི་མི་རིགས་
གང་ལ་ཡང་བྱུང་ཡོད་ཆོད་ཡིན་ལ། རིག་གནས་རྒྱུད་འཛིན་……
ཟེར་བ་ཡང་འཕེལ་རྒྱས་སྤྱིན་པའི་མི་རིགས་ཤིག་གིས་བྱིར་
རྟོག་གི་ཚུལ་དུ་བཤད་རྒྱུ་ཞིག་རེད། འཕེལ་རྒྱས་སྤྱོད་མེད་
པའི་མི་རིགས་ཤིག་གིས་བྱིར་རྟོག་གི་ཚུལ་དུ་བཤད་རྒྱུ་ཞིག་……
རེད། འཕེལ་རྒྱས་སྤྱོད་མེད་མི་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་ཐོན་
ཁུངས་བརྒྱུ་འདོན་བྱེད་ངེས་ལ་དར་བྱུང་ཏུ་ཡང་གཏོང་བྱུང་
དེའི་དུས་མན་འབྲས་ཀྱང་གཡུར་དུ་བ་ལེན་ནུས། དཔེར་ན།
ཁྱའི་ཏུའུ་མི (胡适) དང་ཁོང་གི་བྱུ་ཆོ་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་
ལྟ་བུ་རེད། དེ་ལྟར་མིན་པར་ཁ་སང་དེ་རིང་གི་དུས་དེབ་ཅག་
ཅིག་མང་པོ་ཕྱིང་པར་བསྟར་བ་ཙམ་གྱིས་སྤྱོད་རྒྱུན་རིག་
གནས་རྒྱུད་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་བམ། མཁས་རོམས་སྐད་གསེང་
ཅན་ཆོས་རྒྱགས་སྐད་མང་པོས་སྤྱོད་རྒྱུན་རིག་གནས་རྒྱུད་
འཛིན་བྱེད་ཐུབ་བམ། ཁོ་པོ་ཡང་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་རྒྱུན་རིག་གནས་
ལ་ཞེ་སྤོམ་ལ་དྲག་ཅན་ལས་མི་རྒྱུད་ཙམ་ཡིན།

དགོན་པ་བས “འཇིག་རྟེན་པའི་ལྟ་བུ་མ་གྲོག་པར། འཇིག་
རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལྟ་བུ་གྲོག་པར་བརྟུན་ཡིན” ཞེས་གསུངས་
བ་ལྟར། འུ་ཅག་གིས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྟ་བུ་རྣམས་ཞིག་
རྒྱུད་ལ་མ་འབྲུངས་བར། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལྟ་བུ་
ཇིག་ཇིག་པོ་ཞིག་ “སྤང་བོའི་ཆམ་ཁུག” ནང་ནས་ངེ་ལྟར་རྟེན་
ལུབ། སྤོབ་དཔོན་གསང་ལུ་བས “འོ་སྐལ་བོད་ཀྱི་རྟོན་པ་འདི་
ཆོ།.....ཕོ་ཆོད་འོད་(ཡོད) རྟོན་པ་གསུམ་གྱིས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་ཁ་
ཆོད་ཆད་དེ་བཅད་ནས” ཡོད་ཆད་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཉི་ཆོ་
བས་ཆད་འཇལ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ལ། དེའི་སྐབས་ཀྱི་ཁ་ཤོམ་དང་
བརྟན་ཆོག་ཐང་མར་བརྟུན་པའི་ལུགས་ལ་མཁས་ཉམས་ཅི་
ཡང་མེད་པར་སྤོ་མ་སངས་པའི་རྟགས་དང་མཚན་མ་རྟེན་
པར་མཛོན་འདུག་པས།དགེ་བཤེས་ཤ་ར་བས “རང་བཟང་
བར་འདྲོད་པས་གཞན་ལ་སྐར་བ་འདེབས་ཏེ་གཏི་མུག་གིས་
བྱས་པ་ཡིན” གསུངས་ལ། དཔེ་ཆར་རྒྱུ་དུ་བལྟ་གཟིགས་
གནང་བའི་ཆེ་རྟགས་སུ་སྤྱོད་ཏོག་ཅི་ཅིས་ཀྱང་འཐོབ་.....
ཡོད་དགོས།

ད་ལྟའི་རྟགས་སང་པ་ཆོས་འཇམ་གླིང་གི་ཕྱོགས་མང་ལྗེ་
མང་གི་དཔལ་ཡོན་རྣམས་མཐོང་ནས། སེམས་སྤོང་སྤོང་པོར་
ཀྱུར་ནས “བདེན་གཏམ་སྤང་མའི་སྐད་ཅི་མཆོས་པ་རྣམས་
དབུགས་ཐག་མི་བཅད་པར” (དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ཆོག་
སྐམ་དཀྱེལ་ཡངས་བོས་དང་ལེན་བྱེད་རྒྱ་སྤོ་གྲས་ལྟར་པ་.....

རྣམས་ཀྱིས་མཁྱེན་དགོས་ཤིང་། “བོད་ལ་བྱིན་ཆེན་བྱས་ཀྱང་
བྱིན་མི་གོ” (སྤོབ་དཔོན་པད་འབྲུང་གི་ཆོག་བར། ད་དྲུང་
རྟོགས་སང་པ་དག་ལ་བྱུང་གསོད་དང་བརྟན་སྤྱོད་གཏོང་བའི་
ཚུལ་འདིའི་རིགས་ནི་ད་ལྟའི་བསམ་སྦྱར་ཚུལ་མཁན་དག་གི་
རང་སྤང་དང་སྤང་ཞེན། ཆིང་སྦྱོང་དང་སྤངས་འཐོམས།
གྲགས་འཆོལ་དང་དཔུང་ངོམས། མིག་སེར་སྐགས་གཞོན་མ་
ལུབ་པར་བྱེད་འཕོ་བ་ཅི་མ་ཡིན་ལ། སྤོ་མ་སངས་པའི་རང་
མཚང་གསང་མཚུགས་པར་བྱེད་མཛོན་པ་ཅི་མ་ཡིན་པས་དེའི་
དོན་མཁྱེན་པར་མཛོད།

གཉིས་པ། དུལ་རྒྱུང་བཞིན་འཆུབ་པའི་བརྟན་ཐེར།

ལྷ་རན་སའི་སྤོ་འབྲེད་མཁན་པོ་རེད་མི(卢梭) ཡིས་
“ཁོ་བོས་དྲང་གཏམ་ཤོད་རྒྱུ་ལས། བྱོང་ཆོས་ཡིད་ཆེས་གནང་
རྒྱུར་རེ་བ་བྱས་མེད” ཟེར། དེའི་རྒྱུ་མཚན་ནི་འགྲོ་མི་པལ་མོ་
ཆེ་ལ་འཛིན་ཕྱོགས་འཛིན་གྱི་ཤེད་ཆེ་ལ། དེ་སྤོ་སེམས་ངོས་སུ་
ཆགས་པའི་ལྟ་བུའི་སྤོ་མ་གཞི་ལ་ཕོག་ལུག་གཏོང་རྒྱུར་ཤིན་ཏུ་
སྤྱག་པས་རེད། དྲང་གཏམ་བཤད་རྒྱུ་ནི་དཀའ་ཆོག་ཆེ་བའི་
ལས་ཀ་ཞིག་ཡིན་ལ། དངོས་གནས་ “ཆོར་མའི་ལམ་བུ” ཡིན་
ཤག་ཤག་རེད། གལ་ཏེ་སུ་ཞིག་གིས་དྲང་གཏམ་བཤད་རྒྱུ་ནི་
སྤོ་མོ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ནི་མི་བུ་དེས་དྲང་གཏམ་བཤད་
ཀྱིན་མེད་པའི་རྟགས་རེད།

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སྤོ་གྲས་བྱས་མ་ཐག་ བོད་

སྐད་ཀྱིས་བསྐྱུན་པའི་བརྟན་ལྷེར་མང་པོ་ང་ཚོའི་འཆོ་བའི་
བྱ་བ་ཁོངས་སུ་ཁངས་སྐྱ་བཞིན་ཉིལ་འོངས། དེ་དག་གི་ཁྲོད་
ན་སྤྱད་བྱངས་དང་རྩུང་ལེན། སྤྱད་པ་ལ་གཞས། ལ་ཤགས་
སྐགས་རོ་བྱོ་མི་གཅིག་པའི་ལ་ཟས་མང་པོའི་ལྷེར་སྤྱངས་ལྟར་
འུ་ཅག་གི་མཐུན་ཐང་དུ་ལྷགས་ཡོང་ནས་མིག་དང་ན་བའི་
ལམ་དུ་དགའ་སྐྱང་བསྐྱེལ། དེ་དག་གིས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་རིག་
གནས་དར་སྤེལ་དང་རྒྱུད་འཛིན་སྐགས་ཀྱི་ལག་ལང་ཆེན་པོར་
སྒྲིག་བཞིན་པའི་ཟོལ་ལ་བལྟས་ན་མི་རིགས་ཀྱི་ལས་སྐྱལ་ལ་དོ་
ཁུར་བྱེད་པའི་ཚུལ་དུ་འདུག་མོད། རྒྱ་ཆལ་གྱི་སྒྲོ་རྒྱུད་ཏྲག་ཅམ་
ཡང་མེད་པར་སྐད་དག་སྟན་མོ་ཅམ་གྱིས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་
དང་རྒྱ་ཆལ་སྐགས་དར་སྤེལ་གཏོང་བྱ་བ་བཅ། རྒྱ་ཆལ་ནི་ཤིན་
ཏུ་གཟུགས་ཅན་གྱི་ལས་རིགས་ཤིག་རེད། ཆོ་སྤྱོད་ལ་འཇིགས་པ་
སྤང་ཡོང་སྒྲ་བའི་ལས་རིགས་ཤིག་རེད། མིའི་རིགས་ལ་འོད་
སྤང་སྟོན་ཅུས་པའི་ལེགས་ལམ་ཞིག་རེད། རྟོང་ལ་སྤྱར་སྟོབ་
བྱས་ནས་སེམས་པ་འདི་རྩམ་ཅི་བཞིན་བཟུང་དུ་འཇུག་པ་
དགོས་པའི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད། གང་གིས་ཀྱང་ཟླར་མ་མཆིས་
བའི་དྲུངས་ཞེན་དྲག་པོས་(激情) བསྐྱངས་པའི་སྒྲུབས་ཆེན་
ཀྱི་བྱ་གཞག་ཅིག་རེད། དེ་ལྟའི་སྒྲ་མེད་ཀྱི་བྱ་གཞག་ཅིག་ཆེད་
ཞོར་དགོད་ཞོར་དང། ར་ཞོར་ཆང་ཞོར། སྒྲ་རིང་བོ་ཅམ་དང་
ར་ཇི་ལུག་ཇི་དག་གིས་གང་འདོད་དུ་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ང་
ཆོ་ཇི་འདྲའི་ལས་བསྐྱེད་ཆེ་བ་ལ།སེམས་ཁམས་པ་བ་ཅོང་གོ་

(容格) ཡིས་རྒྱ་ཆལ་པ་གྲགས་ཅན་པེ་ལ་སོ་ (毕加索) ‘
སྐགས་ཀྱི་སྒྲོད་སྤངས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་འཕྲལ་གསུངས་པ་
རྒྱུར་ “ཁོ་བོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་གཞིར་བཟུང་ནས་སྒྲིག་
པ་པོ་ཆོར་གསལ་འགྲེལ་བྱས་ཏེ་ཡིད་ཆེས་གནང་རྒྱ་ནི། ཁོང་
(པེ་ལ་སོ་) གི་རི་མོའི་ཁྲོད་དུ་མངོན་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་
པའི་གནད་དོན་ནམས་ཁོས་ནད་པ་ (སྤྱིང་རྒྱུད་ཅན་精神病
患者) དག་གི་ལུས་སྤེང་དུ་བལྟ་ཞིབ་བྱས་པའི་གནས་ཚུལ་
དང་ཆ་ཡོངས་ནས་གཅིག་མཐུངས་རེད” ཟེར། དེ་ལྟར་ཡིན་
ཆོ་རྒྱ་ཆལ་བ་ཟེར་བ་འདི་རང་ག་བ་ཞིག་མིན་པ་རྟོགས་དེས་
ལ། དེའི་བརྒྱུ་ཆལ་ཆོས་ཀྱིས་ཀྱང་འགྲོ་མའི་གཏུག་མའི་གཤིས་
ཀ་ལྷག་འདོན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་ཤེས་བྱ་བ། དེ་ནི་རྟོགས་པ་སྒྲོང་
བརྒྱལ་བ་དང་སེམས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཤིག་རྟེན་ཡོང་བའི་རྟགས་
རེད། གདངས་དབྱངས་ཀྱི་འགྲོས་རིམ་དག་གི་གསེབ་ན་སེམས་
པ་འདི་ཤར་གྱིས་བཟུང་བཞིན་ཡོད་པས་བརྒྱལ་བོག་གི་ཉེན་
ཡང་ཆེ་མོད། ང་ཚོའི་སྤྱ་བ་སྤྱ་མ་དག་སྒྲོ་བམིང་ངར་སྟོད་པའི་
ཚུལ་ལ་གཞིགས་ན། རང་ཉིད་སྒྲིག་སྤེལ་དང་ལྟ་མོ་བའི་སྤྱན་
ནས་ཞོར་ལས་བསྐྱེད་པའི་ལས་འདི་གཞན་ལ་ངོམས་སོ་བྱེད་
པ་དང་མཐུངས།
གོང་གསལ་དང་འདྲ་བར་ལྟ་མོ་བ་ལ་ཡང་རྒྱ་ཆལ་
ཀྱི་སྒྲོ་རྒྱུད་ཅིས་ཀྱང་མཁོ་བས། བལྟ་ཞིབས་དང་རྩུང་རྒྱན་
གོམས་མིན་པ་ཞིག་མཐོང་འཕྲལ་མགོ་བོ་གཡོན་དུ་གཏུ་བའི་

ལས་དེ་ཅུང་མི་འོས། དཔེར་ན། བ་ཞིང་ལོར་བསྐྱུན་པའི «མ་
ཁྱུགས་དང་པོའི་ལྷན་འཛུམས» སྤྱི་མཁའ་ཆོས་ཀྱིས་སྒྲུབ་ས་
བའི «ཡུ་མོ་ཤེའུ» དེའི་རྣམ་པ་ཅུང་ཙམ་འགྱུར་སོང་བས།
མཁྱེལ་འཛོལ་ལ་གོམས་པའི་རྣ་ཤེས་དང་མིག་ཤེས་ལ་སོག་
བཏང་བའི་རྒྱུ་རེད། སྤྱི་དབྱངས་དེ་ནི་མདོ་འཛོལ་པས་
བཤད་པ་ལྟར་ “ལང་ཆོ་དང་གསོན་ཤུགས་ཀྱིས་བརྟམ་ཡོད་ལ།
ཁྱེད་ཆོས་གཞན་ཞིག་གི་ཤུ་མོ་ཤེའུ་རྒྱུ་ལྟར་བྱེད་ཐུག།” དེ་
ལས་ད་དྲུང་གཏུང་ཡུས་དང་འཕག་འཆག་རྒྱུ་འགལ། རྒྱུང་
འབོད་སོགས་ཀྱི་དོན་མང་པོ་ཡང་ཁར་ལ་བསྐྱུན་ཡོད།

ཁོ་པོས་སྤྱི་དབྱངས་དང་རྒྱུང་ལེན་སོགས་ལ་རྒྱུང་
ཁྱེད་བྱེད་དུས་སྤྱི་ཆོག་ལ་གཞིགས་བསལ་གྱིས་མཉམ་འཛོག་
བྱས་བ་ཡིན། དེ་ལྟའི་གོ་རིམ་ཁྱོད་དུ «མ་ཁྱུགས་དང་པོའི་
ལྷན་འཛུམས» བེ་ཅུང་ལེགས་འཁྱུག་བྱུང་བའི་བརྟམ་ལྟེན་...
ཅིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཆོག དཔེར་ན། ལྷན་སྒྲུབས་ལགས་
ཀྱིས་སྤྱི་ཆོག་བཅུམས་པའི «རྒྱུང་འདྲིས་བྱམས་པ» ལྟ་བུར་
མཆོན་ན། དེ་ལྟའི་སྒྲིབ་ཀྱིས་ཀྱི་བརྟེན་ཁྱེད་ཁྱེད་མཆར་པོ་དེ་
དངོས་ཡོད་འཆོབ་དང་ཁད་ཐག་རྗེ་ཉེར་སོང་འདུག་ལ། དེ་
ལྟའི་ཆོག་རྒྱུན་གྱི་སྒྲིབ་ཀྱིས་དེ་དག་དབུལ་ཤུལ་དུ་ཅུང་གོ་བའི་
བའི་རྣམ་པར་བྱས་ཤིང་མི་སེམས་དངོས་གནས་བ་དང་འདྲིས་
པར་བྱས་ཡོད། གཞན་ཡུམ་ཆོ་རིང་ལགས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་
སྤྱི་ཆོག «གངས་ཅན་པ» སོགས་མང་དུ་འདུག བཟང་ཕྱགས་

ནས་དེ་ལྟར་ཡིན་ལ། མཚུ་བ་མོན་དང་གུག་གིས་བཟང་ཐུབ་ཆོད་
ཡིན། འོན་ཀྱང་ཆོད་ཐིག་ཅུང་དམའ་ཤོས་སམ་འབྲི་ཐབས་
བྱས་པའི་སྤྱི་ཆོན་རྣམས་བརྟམ་ལྟེན་ཁག་དུ་མང་དུ་མདོན་རྒྱ་
ཡོད་པས་རེ་རེ་བཞིན་བརྟེན་མི་ལངས་ལ། དཔེ་མཆོན་དུ་...
དྲངས་ན། སྤྱི་ཆོག་ཅིག་དུ་ “མདོ་གཏུགས་སྒྲིབ་གསུམ་ང་ཆོད་
ཁ་བཏོན་ཡིན།” ཞེས་དང་ “མདའ་དང་མདུང་དང་གི་དང་
གསུམ། ལྟག་ཤར་གཞོན་པའི་རྒྱུ་ཆ་ཡིན།” ཞེས་སོགས་དགོ་
སྒྲིབ་དང་ཇགས་ཞིག་གིས་སྤྱི་བརྟམ་ང་ཆོད་མིག་མདུན་དུ་
བསྐྱུན་ཡོད། “ན་ཟུག་” དང་ “ལུན་ནག་” “ཁེར་རྒྱུང་”
སོགས་གང་བྱུང་དུ་བྱུང་དེ། དེ་དག་གི་ཟབ་ཆོད་བྱངས་མ་བྱང་
བར་ཉི་ཆོ་བའི་སྒྲིབ་ཡུས་ལ་འཁེན་ཏེ་ཆེ་གཏམ་བར་མེད་དུ་
འབྲིན། «གངས་རིའི་དགོང་སྒྲིབ་» (ཁ་ཤགས་ཀྱི་བརྟམ་ལྟེན་
ཅིག་ནང་བཞིན་རིག་གནས་སྤྱི་ལྟེན་རིང་ལུགས་ (文化保
守主义) ཀྱི་དར་ཆ་འཕུར་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སྤྱི་
ལ་ཡང་ས་ཆོད་རྒྱུ་ཆོད་རྒྱུ་མི་ཉན་ཚུལ་དང་ཡི་གེ་སྒྲིབ་དགོས་
རབས་ཀྱི་གངས་རྒྱུང་བར་ “རྒྱུང་འདྲིས་ཆོད་དུ་འཇུག་”
ན་ཐད་ཀར་དུ་སྤྱི་ཆོག་གི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བཀག་རྒྱུ་བཟོ་སྤྱིད་
ལ། དེ་དག་གི་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆོད་རིམ་མཐོར་བསྐྱེགས་ལ་ངན་རྒྱུན་
ཐེབས་ནས། སྤྱི་ཆོག་མང་པོ་ཞིག་ངན་མཆོང་འདུ་རེས་ཀྱི་
བརྟམ་ཆོག་དུ་འགྱུར་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཡང་མཆིས་པས། འདི་ལ་
དཔྱད་ཤེས་བ་ཆོས་ཤུགས་གཏད་གནང་དགོས་པའི་བསམ་

འདུན་དང་ཐོག་མའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དུ་ཕུལ་བ་ལགས།

གསུམ། སློབ་རྒྱུ་དགོས་ཆུང་ཞིག་གི་ལྟ།

སློམ་ཐུན་ཅང་ཅེ་མེན་གྱིས་ “ཆོ་གང་བོར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུ་ནི་
དེར་དུས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་སྦྱི་ཆོག་ས་འཕེལ་རྒྱས་སུ་འགོ་བའི་……
བསྐྱོག་མེད་ཀྱི་དཀྱིག་མཆོམས་ཡིན་” ཞེས་དེར་སང་རྒྱལ་ཁབ་
ས་སའི་སློབ་གསོའི་འགན་ཅོད་ཀྱི་གནད་སར་འཇུག་ནས་
གཏམ་བཤད་གནང་ཡོད་ལ། རྒྱལ་ནང་དུ་དེ་སྤར་སྦྱུ་ཞབས་”
ལུ་འུ་ཞུན་གྱིས་ “བྱིས་པ་སྦྱོབ་རིགས་” ཞེས་འཛོད་སྤྲུལ་……
བསྐྱུགས་པའི་ཚུལ་ནམས་ལ་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲིགས་སྐོམ་དུ་བསྐྱར་ནས།
ད་ཉླ་གཞི་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་སློབ་གསོའི་ཆ་ལག་ནམས་བདེ་
ཐང་གི་ཕྱགས་སུ་བསྦྱོད་པའི་སྐར་རེད། འོན་ཀྱང་ས་སྐར་གི་སྦྱི་
གུལ་གན་འགྱུར་ས་བའི་བོད་པ་ཆོས་ཕྱགས་བཅུའི་བསེལ་རྒྱུང་
ལ་ལ་ལ་མི་བྱེད་པར་རང་རང་ས་ན་ཉོར་ཚུགས་ཀྱིས་འགྱུར་ས་
འདུག

སྦྱིར་ན། གཞི་རིམ་སློབ་གསོ་ནི་སློབ་གསོའི་མ་ལག་……
ཀྱན་གྱི་སྒྲིབ་འགོ་ཡིན་པ་བསྟན་དུ་མེད་ལ། དེའི་འཕེལ་རྒྱས་ནི་
ཐད་ཀར་དུ་སློབ་གསོའི་སྐྱེས་རིམ་གོང་མ་དག་གི་གཞི་ཉེན་དུ་
སྤུབ་ཡོད། ལས་རིགས་དེ་བསྐྱབ་མཁན་གྱི་དགོས་ཆུང་ལ་མཆོན་
ན་འགན་བབས་ཤིན་དུ་ཆེ་ལ། སྤྱུག་ཀྱང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་……
སྦྱོང་བཞིན་འདུག འོན་ཀྱང་འབྲས་བུ་ནི་དེ་འདྲའི་ཡིད་ཆོམས་
པ་ཞིག་ལོན་ཐུབ་ཀྱིན་མེད་པ་གང་ལ་རག་ལས་སྟམ་ན། གཞི་

རིམ་སློབ་གསོར་མི་ལོ་དུ་མར་འཇུག་ཤིང་འཐམས་པའི་ཉམས་
སྦྱོང་དང་འབྲེལ་……ཡོད་ཀྱི་ཤེས་བྱས་ཟུར་བརྒྱན་ཏེ་ཕྱགས་
འགའ་ནས་སྒྲིབ་བར་བྱ་སྟེ། དང་པོ། རྒྱལ་ཁབ་དང་སྤྱིད་……
འཛིན་སྟེ་ཁག་མཐོ་རིམ་དག་གིས་སློབ་གསོའི་ཕྱགས་ལ་མ་……
དདུལ་འཛོར་ཆེན་གཏོང་བཞིན་……ཡོད་ལ། སྐོས་སུ་ཐུབ་ལུལ་གྱི་
སློབ་གསོའི་ནམ་པར་དམིགས་ཏེ་གྲན་དདུལ་ཤིན་དུ་མང་བོ་
གཏོང་བཞིན་ཡོད། དེ་དག་ཐད་ཀར་དུ་སློབ་གསོའི་སློབ་ཁྲིད་……
སྒྲིག་ཆས་དང་ཡོ་བྱད། འབྲེལ་ཡོད་དཔེ་དེབ་ཀྱི་རྒྱ་ཆ། དགོ་
ཆན་གསོ་སྦྱོང་དང་ཟབ་སྦྱོང་། སློབ་མའི་འཆོ་བ་སོགས་ཀྱི་……
ཐེབས་སུ་མ་སོང་བར་ལམ་སྐོང་སྤང་སྐོང་ནས་ཏྲག་ཙམ་ཟད།
དེ་ནས་སློབ་གསོའི་རྒྱས་སྐྱོས་དང་འབྲེལ་ལམ་གྱི་ལུགས་ནས་
མང་དུ་ཟད་པས། ང་ཆོའི་མིག་སྒྲན་དུ་རྒྱུང་བ་ནི་ཆེས་ཐོ་ (帳
目) ཉིང་གི་ཆེས་ཆ་ཆོང་དེ་ཡིན་པས། ད་ནི་སྤུལ་ཡང་ལེ་ལན་
བདའ་རྒྱ་མེད། (གལ་ཏེ་རང་ཉིད་ལ་དེ་སྟེའི་བྱས་ཉེས་མེད་ཆོ་
དགོངས་འགལ་མེད་པར་ཞུ།) གཉིས། སློབ་གསོ་ནི་མི་ལ་……
ཤུགས་རྒྱུན་བཏང་ནས་མི་བཅོས་བསྐྱར་དང་། མི་བཞེངས་
བསྐྱན་བྱེད་པའི་བྱ་གཞག་ཅིག་རེད། དེ་བསྐྱབ་མཁན་ཞིག་ལ་
ལས་རིགས་ཀྱན་སྦྱོང་ (职业道德) དང་ཤེས་བྱའི་ཆུ་ཆོད་
གཉིས་ཆར་ནས་ལགས་པོ་ཞིག་འཁྱུངས་དགོས་པས། དུས་རྒྱུན་
དུ་གཉའ་ལྷུ་ལྷུ་དང་སྦྱིད་པ་ལུམ་ལུམ་སྐོས་རྒྱབ་གཡོག་གི་
བཟོ་ལྟ་རྒྱུ་ཏོ་བསྟན་ན་ད་ལྟའི་སྤེར་གཤིས་ཅན་ (个性化)

ཕྱགས་པའི་སློབ་གསོ་སྒྲེལ་ཐབས་བྲལ་ལ། འབྱུང་འབྱུར་གྱི་
འགྲན་ཚྭ་རབ་དང་རིམ་པ་ཁ་འཐབ་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཁ་
གཏོང་པའི་མི་རབས་གསར་བ་འཛར་སྐྱེད་འབྱུང་ཐབས་མེད།
གསུམ་པ། དགེ་སློབ་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི་འདྲ་མཉམ་དང་
མཇེལ་མཐུན་ལ་ཕྱགས་དགོས་ཤིང་འདྲ་མཉམ་གྱི་འབྲེལ་བ་……
ཟེར་དུས་དགེ་སློབ་བར་གྱི་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཚྭ་སྤར་ལ་གོ་
དགོས། དེ་ཡིས་དགེ་ཆུན་ལ་འཐོབ་ཅེས་བའི་གྲས་སློབ་དང་
བཅུ་བཀྲུང་ལ་ཤུགས་ཀྱི་ཐེབས་མི་སྤྲོད་དེ། ལས་རིགས་ཀྱི་
སྤྱོད་ཀྱིས་ང་ཚོར་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་བྱ་བའོད་པས་རེད། བཞི་བ།
དགེ་ཆུན་ནི་ཆུ་པ་ཀྱང་ཏུ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་མཁས་ཡིན་པས། དེ་
སྤྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱོད་པས་བསྐྱེད་པའི་ཤེས་ཡོན་དེ་ཙམ་གྱིས་བྱ་ལྟར་……
འཕྱར་བའི་དུས་རབས་འདིའི་དགོས་མཁོ་ཡོངས་སུ་སྐོང་མི་
ཐུབ་པས། ཟབ་སྦྱང་དང་གསོ་སྦྱང་གི་ཕྱགས་ལ་ཤུགས་སྐྱེད་
གཏོང་དགོས་ལ། སློབ་མ་ཚོར་ཆེ་གང་ཐོར་སློབ་སྦྱང་བྱེད་……
དགོས་པའི་ཡར་སེམས་སྤོང་དགོས། ལྷ་བ། སློབ་མའི་ཤེས་བྱ་
དང་ཐབས་ཚལ། རྣམ་འབྱུར་དང་རིན་ཐང་ཉ་ཚུལ། དགོས་
མཁོ་འདྲ་མིན་སྐོར་ལ་གཞིགས་ཏེ་མི་སྤྱིར་གྱི་ཆེས་ཐང་ལ་
དང་དོད་གནང་དགོས། དུག་པ། དགེ་ཆུན་དག་གིས་སློབ་བྱིད་
དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཉམས་སྦྱང་མང་ཐོར་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་
བྱིར་རྟོག་གནང་དགོས་ཏེ། ཨ་རིའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བ་པོ་
པི་ཏུ (波斯纳) ཡིས་དགེ་ཆུན་ཡར་སྐྱེད་འབྱུང་བར་བཏོན་

པའི་མན་ངག་སྟེ་“ཡར་སྐྱེད་ཉམས་སྦྱང་བྱིར་རྟོག” གི་ཚུལ་……
སེམས་ལ་འཇགས་དགོས་པ་སྐོར་གཙོ་བོ་དགེ་ཆུན་རྣམ་པར་
སྒྲུབ་བྱ་མང་དུ་བཏོན་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གྱང་ཁ་ཟེན་སྤོང་
གྱི་དཔེ་ལྟར་ཉུང་ཙམ་བཀོད་པ་ལས་རྒྱས་བར་གཞན་དུ་སྒྲིང་
ཆོག་ལ། གཞན་བྱིམ་ཚང་སློབ་གསོ་དང་སློབ་མའི་བདེ་ཐང་……
སློབ་གསོ་སྐོར་གྱི་སྐོར་རྣམས་དེའི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་ཚུལ་ཁག་
ལ་བལྟ་གཟིགས་ཡོང་བར་འཆོལ།

བསྐྱེད་དེ་ལ་མཚོན་ན་ཨོ་འགའི་མཚམས་སུ་བཞེ་སྟོན་
བྱས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱགས་སུ་གཞིལ་གྱིན་འདུག་ལ། དེ་……
སྤྱི་ལྟར་ཅན་དེ་སྤོང་གི་ཕྱགས་སུ་འགྲོ་བཞིན་འདུག དེ་
ནི་དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཡིན་ཏེ། ཐུན་མིན་དང་ཐུན་མོང་
དུ་འདྲ་ཆེན་པོར་སྒྲིག་པའི་བཅུ་ལྷག་རིག་གནས་ཀྱི་རྟོར་བུའི་
འོད་ཟེར་ཕང་ཕུང་གིས་སློབ་ཆེན་པའི་མདུན་ལ་མ་གསལ་མ་
ཐུབ་པར། སློབ་མཐར་ཕྱིན་ཡང་ཞེ་སློབ་དང་འཚམས་པའི་ལས་
ཀའི་རིག་པ་ཐུབ་པར། རང་མཁའ་འདྲ་མིན་དུ་འཚུབ་འོང་
འོང་གིས་འཚང་བཞིན་པ་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་ཡིན་པས།
“ཉི་ཤར་སྤར་མོས་འགེབ” པའི་དགོས་པ་མེད་ལ་བྱས་ཀྱང་
འབྲས་བུ་ལོན་མི་སྤྲོད་པས། སློབ་ཚུང་ནས་སློབ་ཆེན་བར་གྱི་
བསྐྱེད་གཞི་བཙས་སྒྲིག་བྱེད་དགོས་འདུག་ལ། རྟོད་མ་པ་མེ་
རྩི་རྩི་ལཱ་ལཱ (彼得·德鲁克) ཡིས་“གསར་གཏོང་དང་ཁ་
བྲལ་ཆེ་མེད་བསྐྱེད་ཀྱི་འགྲོ་ཅེས” ཟེར་བས། དེའི་ཉེན་

ཚབས་ལ་ཅིས་ཀྱང་བསམ་གཞིགས་གཏོང་དགོས། རྩོམ་ཆད་
 གྱི་འཁོར་བ་སློས་གཏོང་གི་བསམ་སྒྲུབ་དེ་ད་ལྟའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་
 སུན་ཚོགས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་ཁ་མི་འབྲང་ལ།
 དེ་རྩོམ་གྱི་“སློ་སྤྱད་ཚུལ་ལ”གཏད། ཚུལ་སྤྱད་སྤྱང་ལ་
 གཏད། སྤྱང་སྤྱད་ཤིང་ལ་གཏད་” བའི་ཚུལ་ནལ་མ་སྤྱང་”
 གཉེར་གྱི་སྤྱབ་གསེ་དེ་ད་ལྟའི་སྤྱབ་མ་གསེ་སྤྱང་གི་དམིགས་
 འདུན་དང་ཡེ་མི་མཚུངས་བས། རྩོམ་ཆད་ཀྱི་རྒྱུ་ལམ་ལྟ་མོ་དུ་
 ད་ལྟའི་སྤྱངས་འཁོར་སྤྱིང་རྩི་བོ་དག་རྩི་ལྟར་ཚུད་ཅིང་འཇུག་
 སྤྱབ་བས།

མདོར་ན། ཁོ་ལོས་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པའི་དྲང་གཏམ་
ཁག་ལ་ངེས་ཆད་དང་མཐའ་རྒྱ་མ་ཆོད་པའི་སྒྲིན་མཆིས་སྤང་

ལ། ཏུས་ཚོད་ཀྱིས་གཏུགས་དྲགས་པས་བསལ་གསེས་ཀྱི་སྐབས་
སྐྱགས་ཆེར་མ་བྱུང་མོད། “ཤེས་རབ་ཡོད་ན་སྤྱགས་གང་ནས་
ཀྱང་གནད་ཆེན་པོ་རྟེན་ལུས་པས། རིལ་གྱིས་འདོར་བ་དང་།
རིལ་གྱིས་ལེན་པ་འདི་གཉིས་ཀ་ཡང་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་ལམ་མ་……
ཡིན་པས་” (དགེ་འདུན་ཚོས་ཀྱི་ཆོག) གྲོག་པ་པོས་འདོར་……
ལེན་ཚུལ་བཞིན་ཡོང་བར་བྱ་ལ། “སྤྱེད་ཅག་གི་ན་བ་དང་།
ངའི་ཁ་ཡི་བར་ན་དཔག་ཚད་ཏུ་མས་ཚད་པའི་རྩ་མཚན་གྱིས་
ལབ་ཏུ་མ་བདེ་བའི་སྐད་ཆ་ལ་ཏ་རྒྱུས་ཡིགེར་བྲིས་བ་ཡིན།
དེས་ན་ལ་ཏ་རིང་མོ་ཞིག་ཡིགེར་བྲིས་བ་ཅམ་ལ་ལ་མཚུ་ལ་……
ཆེན་པོ་ཞིག་མགོ་ལ་བཙུགས་ཏེ། ཉེས་བ་མེད་པར་སྤིགས་མོ་
མང་བོ་མི་མཛད་པར་བྱ།” (དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་ཆོག)

☆☆

བོད་ལྗོན་འགྲེམ་རྒྱུ་དང་མཚོན་བསྟན་སོང་།

བདེ་འཛོལ (ལན་གྲ)

༡༠༠༤ ལཱ་མཚོ་ཚུན་བོད་རྒྱ་བརྟན་འཕེན་ཁང་གི་
བརྒྱུ་ས་པའི་《གངས་ལྗངས་དགྲེས་འདོམས་ཆེན་མོ་》ཞེས་པའི་
བརྟན་པལ་ནང་ནི་བདེ་ཉི་མའི་ནང་ཆོས་ཆེང་བ་ཞིག་གྱུར་

ནས་པོད་ཁུལ་གྱི་སྐྱེ་མེད་མེད་གྱི་སྤྱ་རྒྱུད་འགའ་སྐྱེས་པོ་
བའི་བྱ་སྦྱོར་དན་པར་དགག་བཞག་གི་འཁྲབ་སྟོན་ཞིག་བྱས་
པ་ནས་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུགས་སྤེད་པུ་བཅུན་གཙོ་བྱས་ཏེ་གསལ་

འགྲུལ་ཆེན་པོ་བསྐྱངས་སོང་། ཚུལ་རིག་བཅུམས་ཆོས་གང་.....
ཡིན་དུང་སྤྱི་ཚོགས་ལ་གྲགས་འགྲུལ་བཟོ་བྱུང་པ་ཞིག་ཡིན་ན་
བཅུམས་ཆོས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྒྱས་བཀལ་ཆེན་
ཞིག་ཐོན་པར་གོར་མ་ཆགས། བཞད་གར་དེ་ཡང་བོང་སྟག་རི་
ལུང་བརྒྱུད་པ་ནང་བཞུགས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་
སྤྱི་ལོ་གི་ལྷ་བཅུན་ཡོད་ཚད་ལྟས་ལ་ཕྱི་གོས་རྒྱུན་མ་གྱུན་པའི་
འཆལ་བོ་དག་རེད་ཅེས་བའི་དོན་ནི་མ་ཡིན་པར་དེར་གི་སྤྱི་
ཚོགས་སྤྱི་ལོ་མི་ལ་མགོ་སྐྱོར་གཏོང་མཁན་གྱི་ལྷ་བཅུན་རྒྱུན་
མའི་རིགས་ལ་དམིགས་འབེན་བྱས་པ་རེད། དེ་རིགས་ལ་ངེས་
པར་དུ་སྤྱི་ལོ་འབྲིན་མཐར་སྒྲིལ་བྱེད་འོས། ལྷ་བཅུན་རྒྱུན་མ་དེ་
དག་གིས་ལྟས་ལ་སྤྱི་ལོ་པའི་ན་བཟའ་གྱུན་ནས་མི་རིགས་
གཞན་གྱི་མདུན་དུ་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་ལྷ་བཅུན་བཟང་བོའི་ཡ་
རབས་གཤིས་བཟང་གི་སྤྱི་ལོ་པར་ནག་པོ་གོས་གྱི་ལྷ་བཅུན་པ་.....
བརྒྱུ་ཡོད་པས་ངེས་པར་དུ་སྤྱི་ལོ་འབྲིན་ཁ་རྒྱུད་སྒྲིལ་དགོས།
དེ་ནི་སྤྱི་ཚུལ་བཞུགས་པའི་བདེ་ཉི་མར་ལེགས་པར་བྱ་རྒྱུ་མེད་པར་སྤྱི་
པའི་མིང་རྒྱུ་ལེགས་ཀྱི་ལྷ་བཅུན་དེ་དག་ལ་ལེགས་པར་བྱས་ན་
འགྲིག ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་འདི་གན་འན་ད་བར་དུ་ཉི་
དག་འབྲུགས་ཞིན་བྱེད་པའི་སྤྱི་ལོ་པར་མ་ཉམས་སོར་བཞག་
རེད། རང་ཉིད་དང་སེམས་པ་མཐུན་ཞིང་འབྱུང་བ་མཐུན་
པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་དེའི་སྤྱི་ལོ་པར་འགྲུལ་སྤྱི་ལོ་པར་ཞིག་
བརྒྱུད་ཅི་བྱུང་དང་། རང་དང་མི་མཐུན་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་

དེའི་སྤྱི་ལོ་པར་བརྒྱུད་པའི་བོད་མིའི་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་
གྲིས་བྱུང་པའི་རང་གཤིས་ཡིན། བྱུང་མཐའི་དབང་གིས་དག་འ་
སྤྱི་ལོ་པར་བརྒྱུད་པའི་ཉི་མར་རྒྱུན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
ཡོད་མོད། འོད་ཀྱང་། སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ལོ་པར་མཁན་ཞིག་.....
ཡིན་ན་དྲུང་སྤྱི་ལོ་པར་བརྒྱུད་པའི་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
བརྒྱུད་ན་མི་རུང་། ང་ཚོའི་གནས་ལུགས་དང་དྲུང་བདེན་སྤྱི་
ལོ་པར་དུ་གཤིས་ཆེ་བ་ལས་དྲུང་སྤྱི་ལོ་པར་བརྒྱུད་པར་.....
ཤིན་ཏུ་མི་རུང་། རྒྱུད་ཀྱིས་བྱིས་པའི་ཚུལ་ཡིག 《གཞན་གྱི་
མཚང་འབྲིན་པའི་ཞོར་ལ་རང་གིས་མཚང་འབྲིན་སོང་།》 ཞེས་
པར་ “སྤྱི་ཚུལ་པ་ཡིན་ཟེར་བའི་ཞི་བདེ་ཉི་མས་” ཞེས་བའི་ཆོག་
ཐུང་ཐུང་འདིའི་ནང་རྒྱུད་རང་དགོས་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཡིན་མི་
ན་ཐག་གཅོད་བྱས་སོང་། ཁོ་བོའི་སྤྱི་ཚུལ་ལ་རྒྱུད་རང་འཐད་
པ་མིན་རུང་། ཁོ་བོས་རང་ལུགས་བཏོན་པའི་དབང་ཆ་ལ་རྒྱུད་
ཀྱི་བཅུ་བཀྱར་བྱེད་པ་ལས་གཞན་གྱི་རང་བཀྱར་བསམ་པར་
གཞོད་པའི་སྤྱི་ལོ་པར་འདི་ལྷ་བཅུན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
རྒྱུ་གལ་ཡིན། བོད་འདི་ཕྱག་དོག་དང་འགྲན་པའི་སེམས་པ་ཆེ་
སྤྱི་ལོ་པར་ཚོར་མིང་དོན་དང་མཚུངས་པའི་སྤྱི་ཚུལ་པ་རོ་མ་
གཅིག་ཀྱང་བྱུང་མ་གྱིང་།

ཡང་རྒྱུད་ཀྱི་ “སྤྱི་ཚུལ་པ་ཞེས་བའི་མི་རིགས་

དེའི་གདོང་མཚང་པ་དང་སྤྱི་ལོ་པར་ཞིག་ཡིན་དགོས་ལ།

མི་རིགས་དེའི་ལགས་པའི་ཆ་གོང་འཕེལ་དང་། མི་ལགས་པའི་
ཆ་ཡོ་བསྐང་བྱེད་དགོས་” ཞེས་བར་ང་རང་གཏན་ནས་མི་
འཐད། མི་རིགས་གང་ཞིག་འཕེལ་རྒྱས་སམ་ལགས་པའི་ཆ་……
གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ནག་ཉེས་ཡོ་བསྐང་དང་སྒྲིན་ཆ་
འགའ་སྤང་བྱས་ན་ག་ལ་འགྲིག་སྟེ། གང་ཞིག་འཕེལ་རྒྱས་སུ་
འགྲོ་བ་ལ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཞན་ཆ་ཡང་ཡང་དག་ཐེར་བྱེད་དགོས།
ཉེས་སྒྲིན་ལ་དག་ཐེར་བྱས་ན་བཟང་ཆ་རིམ་བཞིན་གོང་……
འཕེལ་དུ་སྐང་འདུག གཅིག་སྤྱན་ཅིག་ཤོས་ཏེ་འཕེལ་རྒྱས་སུ་
འགྲོ་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་བོད་དུ་སྒྲིན་
ཆ་དག་ཐེར་བྱེད་པ་ལ་ཞི་བདེ་ཉེ་མའི་བཞད་གར་དེ་ལྟ་བུ་མེད་
དུ་མི་རུང་། དེ་ལས་ཕྱོག་ཏེ་ཆང་མས་སྒྲིན་ཆ་ཡོ་བསྐང་བྱས་ན་
ནམ་ཞིག་གི་ཆེ་ང་ཆོ་མི་རིགས་འདི་སྒྲིན་གྱི་ཕུང་བོ་ཞིག་དུ་མི་
འཇུག་བར་དོགས་པ་བྱེད་མི་དགོས། སྐབས་དེར་ཐོན་དུས་ད་
གཞིང་རང་རིགས་ལ་ཤ་ཆ་མཁན་དོན་གྱི་སུ་ཞིག་ཡིན་པ་དྲན་
འོངས། དེ་དུས་འགྲོད་པ་སྤྱོད་ཀྱང་འཕྱི་འདུག ང་ཆོའི་ཚོམ་
ཡིག་འབྲི་བའམ་བརྟན་པ་སྤྱོད་པ་གང་ཡིན་རུང་ཁ་གཡང་
ལ་དགའ་བའི་བརྟན་ཚོམ་སྟགས་བྲིས་བ་ལ་བྱག་ཐོད་པར་
བཀྱར་ནས་དགའ་མགུ་བྱེད། ཟུར་ཟ་དང་སུན་འབྱིན་བྱེད་
པའི་བརྟན་ཚོམ་སྟགས་མཐོང་ན་མི་དགའ་བའི་མདོག་གི་
སྤང་མིག་ཆེ་བྱ་བཟད། ཡར་བསྐྱེད་སྤངས་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་……
ཡིན་ཆེ་དེ་ལྟར་མི་བཟླ། ཁོ་བོའི་ཡག་ཐོག་ཡག་བརྟེན་སྟགས་

གཞན་གྱི་བསམ་འཆར་དང་ལེན་དང་དེ་ལ་བརྟེན་མཐོང་སྟགས་
རང་སྤྱོད་གི་སྒྲིན་ཆ་ཇི་ཉུང་དུ་གཏོང་བར་བརྟེན་པ་ལས་
གཞན་གྱི་བརྟན་བརྟེན་བྱེད་པར་རེ་ལྟོས་མི་འཆའ། ཁ་དཔེ་
ལ་ཡང་ “ཤ་ཆ་བའི་ཆོག་ལ་སྟན་མོ་མེད། ནད་གསོ་བའི་སྟན་ལ་
ཞིམ་པོ་མེད་” ཞེས་བ་ལྟར། ང་ཆོའི་རང་ལ་དོན་གྱི་ཤ་ཆ་མཁན་
དེ་སུ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་གྱིན་མེད། ངའི་སྟོས་ན་བཞད་གར་དེར་
ཤིན་ཏུ་རིན་ཐང་འདུག གཅིག་ནས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་སྤོང་གྲ་
ཆས་རྒྱན་མ་གྱོན་ནས་དམངས་ལ་མགོ་སྐྱོར་གཏོང་མཁན་གྱི་
སྤྱི་མིན་སེར་མིན་དང་སྤྱི་སྤྱི་རྒྱན་མར་སུན་འབྱིན་ཐར་……
འདོན་བྱས་བ་དང་། གཉིས་ནས་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་
སྟེ་གང་ལ་ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་བའི་དཀོན་མཆོག་དེ་ལ་……
བྱག་མི་བྱ་བར་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མིང་ཆོག་འདི་ལ་དད་གུས་ཆེ་
བའི་ལྟ་བ་མཁྱེས་བཟུང་གི་བསམ་སྒྲོའི་འཆིང་རྒྱ་ལས་གྲོལ་
དགོས་ཚུལ། གསུམ་ནས་གནས་ལུགས་ལ་ཞིབ་མོར་དཔྱད་རྒྱ་
ལས་མཚུབ་མོ་གང་བརྟན་ཤར་དང་སྤྱོད་མའི་ཅི་གསུངས་ཆོས་
སུ་ངོས་མི་འཛིན་པར་གཟུབ་གཟུབ་བྱེད་དགོས་པ་བརྟན། གོ་
ཐོས་ལྟར་ན་ཉེ་སྤྱོད་གནའ་མཁར་ཟེ་ལིང་ནས་ཞི་བདེ་ཉེ་མར་
གྲ་རྒྱུང་འགའི་དོན་མེད་རྒྱུང་རྟེན་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཐོས། ཞིབ་དུ་
འདང་རྒྱབ་ན་དེ་ནི་པལ་ཆེར་བཞད་གར་འཁྲུག་སྟོན་འདི་རྒྱ་
རྒྱུན་བྱས་པ་ཡིན་རྒྱ་རེད། གནས་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་བ་
ཤིན་ཏུ་འགྲིག་སོང་། གནས་ཚུལ་འདིས་ཞི་བདེ་ཉེ་མའི་མི་……

རིགས་འདིའི་ཆོས་ལུགས་པ་མཐའ་དག་ནི་ཐ་ཤལ་སྤྱད་ངན་
ཏག་ཏག་རེད་ཅེས་ཐ་ཆོག་བསྒྲགས་པ་དང་སྤྱོད་འདྲིམས་བྱས་
པ་མ་ཡིན་པར་སྤྱད་ངན་སྤེལ་མཁན་གྱི་མི་དེ་ཆོའི་དངོས་ཡོད་
བྱ་སྤྱོད་ལ་སོག་ཐུག་ཐེབས་པ་ཤེས་འོངས། གལ་ཏེ་རང་སེམས་
ལ་དོགས་པ་མེད་ན། གཤམ་རྗེ་ལ་འཇིགས་པ་མེད་པས་འདི་ལྟ་
བུའི་ཐལ་སྤྲུག་གི་དོན་རྒྱུན་བསྐྱོད་དགོས་དོན་མེད་ཀྱི། གནས་
ཚུལ་འདིའི་སྤྱོད་ཚུལ་པ་ཞི་བདེ་ཉི་མར་བདེན་ཁ་བྱིན་སོང་།
བདེན་དོན་གྱི་གནས་ལུགས་ཆེ་ཆེར་བརྗོད་པའི་དུས་སྐབས་
འདིར་གནས་ལུགས་ངོ་མ་འཆོལ་བའི་ལམ་ཕྲན་ཞིག་བདམས་
པ་ལས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་རྒྱབ་བསྟེན་འཇུགས་དགོས་པའི་
གནས་མ་མཆིས་སོ། “ཁོས་ནམ་ཡང་མཐོང་བ་ནི་ང་ཆོའི་ཉེས་
རྒྱུན་ཕྱན་བུ་དེ་ཡིན་” ཟེར། དེ་ལོས་ཡིན། རྒྱུན་ཆ་ཕྱན་ཅམ་ལ་
གཟབ་གཟབ་བྱེད་པ་དེ་མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བའི་……
རྒྱུན་འགྲོ་ཡིན་པས། མི་སུ་ཞིག་ཡིན་རུང་རྒྱུན་ཕྱན་བུ་དེ་རྣང་……
མེད་འཛོག་མི་རུང་། མི་སྟག་གི་སྤང་ལྷོངས་སྟེགས་པའི་གནས་
ལུགས་འདིའི་གསལ་བཤད་བྱས་འདུག་པས་ཞིབ་ཆ་འདོན་
དགོས་དོན་མི་འདུག འཕྲབ་སྟོན་འདི་ལས་ཁོའི་བྱ་སྤྱོད་ཏ་
ཅང་ཐལ་དྲགས་སོང་ཞེས་ན་ང་རང་ཏ་ཅང་འཐད་པ་ཡིན།
རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཁམས་འབྱར་དུ་ཐོན་བྱིར་རུང་ཐལ་དྲགས་
པའི་ཆ་ལུགས་སྤེལ་ཡོད་པ་བདག་གིས་ཀྱང་མཐོང་མོད། དེ་ལ་
རྒྱུན་ཆེན་པོ་མི་འདུག

མང་ཆོགས་མང་པོའི་སྤྱོད་ཆོག་ཅིག་ཡོད་དེ། “སྤན་སྤྱོད་
སྤྱབས་ལ་ཉན་རྒྱུ་ཡོད། ཞི་བདེ་ཉི་མ་བཟླ་རྒྱུ་ཡོད་” ཅེས་པ་དེ་
རེད་ཟེར། འོ་ན་ངས་ཁྱོད་ཆོར་དྲི་བ་ཞིག་འདྲི། ཁྱོད་ཆོས་སྤན་
སྤྱའི་བཞད་གར་ལ་ཉན་ནས་ཅི་ཞིག་ཤེས་སོང་། ངའི་སྟོས་ན་
མང་ཆོགས་ཀྱི་གཅིག་ཀྱང་ཏ་གོ་མེད་པ་འདྲ། མང་ཆོགས་……
འདིའི་དོན་གྱི་གནས་ལུགས་མ་རྟོགས་པར་མཚན་ཉིད་འཛོག་
གིན་འདུག ཁོ་ཆོས་སྤན་སྤྱོད་སྤྱབས་ཀྱི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་……
ཆོག་སྤྱོད་ལ་དགའ་བ་མ་གཏོགས། དེའི་ཤུགས་བསྟན་གྱི་ནང་
དོན་དྲང་ཐད་ནས་གོ་བ་ལེན་པ་དང་། རྒྱུག་བྱུགས་ནས་གོ་བ་
ལེན་པ། རྒྱུང་རྒྱུང་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞེས་པ་ཆེན་པོ་དང་ཆེན་པོ་ཆེན་
པོ་ཞེས་པ་རྒྱུང་དུ་སོགས་ཏ་ཅང་གོ་དགའ་བ་ཞིག་ཡིན་པས་……
བོད་མི་བརྒྱ་ཆའི་དགུ་རྒྱུ་ཡས་མས་མང་ཆོགས་ཀྱི་གོ་བ་ལོན་……
ཡོད་རྒྱུ་མ་རེད། འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་དངོས་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་……
དེའི་བྱེད་རུས་དང་ཕན་ཡོན། རྒྱ་ཆ། སྤྱོད་ཆེད་སོགས་མ་ཤེས་
བར་ཅི་ལྟར་གདེངས་འཛོག་བྱེད། བྱི་རྒྱུ་ཅམ་ལ་སྟོས་ནས་
དངོས་པོ་གང་དེར་སྤོམ་ཆོག་བཞོད་ན་སྤོམ་ཆོག་ཡང་དག་པ་
ཞིག་ཏུ་མི་འགྲོ། ལྷག་པར་དུ་དཔལ་ཚལ་གྱི་འཇུག་བསྟེ་ཞོར་དུ་
“ཞི་བདེ་ཉི་མར་གར་སྟེགས་སྟེང་ནས་སྤེལ་མ་ཞུ་བ་ཞིན་ཡོད་”
ཞེས་བར་ཤིན་ཏུ་མི་འཐད། བོད་རིགས་མང་ཆོགས་འདིའི་……
འཛོན་ཐང་ལུན་པའི་སྤྱོད་བུ་གསར་སྤྱོད་དེ་དག་ལ་རྒྱབ་སྤྱོད་
བྱས་ཏེ་ཀུན་གྱི་མཐོང་ཆེན་བྱེད་སའི་མི་རྣམས་གསལ་སྤྱོད་བྱེད་

པའི་རྒྱས་བ་མེད་པར་གཉའ་ནས་གཞོན་ཨེ་བྱལ་ལ་བྱགས་་་་་་
 ཆེན་འདོན། ཁ་ཆེ་མི་རིགས་དང་ཡུ་གུར་མི་རིགས་སྐགས་མི་་་
 རིགས་གཞན་པའི་འཕེལ་རིམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་རྟོས་དང་། གཞན་
 ཆོས་རིམ་ལྟར་མི་སྣ་གསོ་རྒྱུ་དང་རྒྱལ་རྒྱུར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་དམ།
 ང་ཆོའི་སྒོ་ཞིབ་མོའི་བསམ་སྒོ་གཏོང་རན་འདུག རྩོན་ཐོན་
 རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བའི་དུས་སྐབས་འདིར་

ང་ཆོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཡུལ་དོག་དང་འབྲན་སེམས་ཀྱི་མེ་སྒྲག་
 བསོད་མི་རྒྱས་བར་པན་ཚུན་ལ་མི་གཞི་དམའ་འབེབ་སྒྲོས་
 བསམ་འཆར་དང་ལེན་བྱེད་མ་བྱལ་པར། གཅིག་གིས་གཅིག་
 ལ་གཞོད་སེམས་ཀྱི་སེམས་ངན་བཅིངས་ནས་བསྐྱད་ན་བོད་པ་
 ཆོ་ནམ་ཡང་གཞན་ཡུལ་གྱི་བྲན་གཡོག་དུ་མི་འགྱུར་བ་ག་ལ་་་་
 སྲིད།

.....

ཡེད་ལྷོད་།

བདག་གིས་འདིར་སླེང་འདོད་པ་ནི་“སྐྱོ་རྒྱལ་གིས་
བཟེ་བའི་ནམ་ཤེས” ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱའི་སྐྱེ་འག་པའམ་སྐྱུ་
རྩལ་བསམ་སྟོང་བ་ག་གེ་མོ་ཞིག་མ་ཡིན་ལ་སྟེ་སླིང་གི་རབ་ལྟོ་
འབྱུངས་པ་དེ་ཆོད་པས་མ་ཡིན། དེ་ནི་དྲུངས་གཙང་གི་རྩ་རྒྱ་
བསིལ་མོས་ལུས་སྟོང་བས་རྒྱས་ཏེ་གཞི་རིམ་གྱི་ཕུ་རྟ་མིང་སླིང་ལྟོ་

ཆོའི་ཡང་བའི་དཀའ་སྤྱད་གི་འཕག་འཆག་གི་སྒྲོང་ནས་བདེ་
བློང་དང་གི་གསལ་དཀར་ནག་གི་མཆོམས་ཐེག་ཏུ་འབྱེང་སྟེ།
གདོང་བསུ་བཞི་པོ་དེ་པའི་ཏུ་ཅག་གི་ “སྐྱོ་སྤྱད་གི་ནམ་”.....
ཤེས་” ཤེག་ཡིན།

གཞི་རིམ་ལ་ཁ་ཕྱགས་པའི་རྩལ་དབྱངས་དང་། སྤྱ་
གར། ཞབས་བྲོ། བཞུང་ཤགས་སྟགས་ཅེད་རིགས་གང་ཡིན་
ཡང་ “ནམ་པ་ཉྒྲ་མོ་ཡིན་ལ་བཞེད་བྱ་སྒྲོབ་གསོ་” ཡིན་པའི་
སྤང་ཚུལ་ཡུལ་བྱེད་གསལ་དང་བསམ་སྒྲོ་ཕྱགས་རེ་བར་སོང་བ་
ཡིན་མ་ཡིན། དེ་ཡང་། གསར་བཞེད་རྟོགས་སྟོབས་(开晓力
) དང་སྒྲོབ་གསོའི་མ་ལག་གི་གནད་ཀྱིས་སྐྱ་ཆལ་ཚཱ་རིག་པ་
དག་གིས་བཅམས་ཆོས་སྒྲོག་པ་པོའི་རེ་སྟེག་སྒྲོང་སྤང། རང་
ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་ཆལ་བཅམས་ཆོས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འབྲལ་ལེན་
ཐོང་བ་ཟབ་མོས་དགག་སྒྲུབ་སྒྲོས་ཏེ། སྐྱ་ཆལ་ལས་རིགས་ལ་
དུས་རབས་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲོག་ཞུགས་ན་དེ་དང་འཆོམ་.....
མཐུན་གྱིས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགན་འཁུལ་ཕྱག་ཏུ་སྤངས་བ་ཡིན།
གལ་སྲིད་དེ་ལས་ཐོག་ན་བྱེད་ནི་ནམ་ཡང་མི་རིགས་ཀྱི་ “སྐྱོ་
སྤྱད་ནམ་ཤེས་” ཤེག་ཡིན་མི་སྲིད་པའི་འགག་ཆར་འཇུག་ཏེ་
ཕྱགས་བཅུ་ནས་འཇིག་ཉེ་གྱིས་དུབ་པའི་དཀའ་སྤྱད་ཡོངས་
ལ་གདོང་མཆོང་གི་སྒྲིང་སྟོབས་ཀྱི་དཔལ་འབར་བ་ནི། རང་
ཆོའི་མི་རབས་འདིའི་ “སྐྱོ་སྤྱད་ནམ་ཤེས་” གཅིག་ཏུ་སྟེ།
བདག་གིས་འདིར་སྤྱོད་འདྲི་པའི་སྐྱ་ཆལ་བ་སྤྱད་སྤྱོད་པས་

སྤྱོད་སྐྱ་ཆལ་བ་སྤྱད་སྤྱོད་པས་མི་རབས་འདིའི་རིགས་དུག་
གི་གདུང་བ་ཐོང་བའི་ “སྐྱོ་སྤྱད་ནམ་ཤེས་” ཡིན། ཁོང་གིས་
འབྲལ་སྟོན་བཞིས་པའི་བཅམས་ཆོས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་དུས་
རབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་མ་ཟད་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགན་འཁུར་
ཐུབ། བཅམས་ཆོས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྤྱོད་ན་རང་ཉིད་ཀྱིས་
ཚཱ་དགོས་པ་ལས་གཞན་གྱི་ཚཱ་རིག་གི་གྲིབ་རིས་བསྐྱར་
དཔར་བྱས་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་རྟོགས་(觉悟) ཀྱི་རྒྱས་པ་རང་
ཉིད་ཀྱིས་དོག་བཞིས་སུ་བཏང་བ་རེད། སྐྱ་ཆལ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་
རང་ཉིད་ཁོ་ནས་སྒྲོང་སྤྱོད་བྱ་དགོས་པའི་ནང་བསམ་པའི་
ཆལ་རིས་ཤིག་སྟེ། གཟུང་ནན་ངང་ཡིད་རྟོག་གིས་བཞེངས་
རིས་ལ་གསལ་ཕྱགས་བསྐྱལ་ནས་སྒྲོག་པ་པོ་དག་ལ་ཉྒྲ་མོའི་
ངོས་ནས་སྒྲོབ་གསོའི་རྒྱས་སྟོབས་སྤང་དེ་གང་ཏུ་དམིགས་ས་
དེར་འབྲིད་དགོས། སྐྱ་ཆལ་ལ་དུས་རབས་རང་བཞིན་ཅན་ཏུ་
བསྒྲིང་དེ་མ་འོངས་པར་ཉྒྲ་བ་ནི་འཆོལ་སྟེག་བཞུང་ལམ་གྱི་
འགན་འཁུར་གདོང་སྤངས་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་སྤྱད་སྤྱོད་
བཅམས་ཆོས་རེ་རེར་མཐོང་བ་ནི་སྐྱ་ཆལ་གྱི་སྒྲོབས་ཉམས་
འདི་དག་ཡིན་པ་དེས་གཞི་རིམ་གྱི་ལྷ་མི་པོ་དེ་པའི་འཆོལ་ས་
བྱངས་བཅུད་རྒྱས་པའི་སྤྱད་སྤྱོད་བཅམས་ཆོས་ཡོད་ཆོད་སྤྱད་
སྤྱོད་པ་སྤྱད་སྤྱོད་གཅིག་ཏུ་ (ལས་རིགས་འདིའི་ཁྲོད་) མི་
རབས་འདིའི་སྐྱོ་གདུང་གི་ “ནམ་ཤེས་” རེད་ཅེས་བཞེད་ཆོག་
པར་སེམས། དེས་ན་ནམ་ཤེས་འདིས་དུས་རབས་ཀྱི་གོད་

ཆག་ཆེན་པོ་མགོ་ ཐོག་ཏུ་བབ་པའི་མི་རབས་ཤིག་གི་དཀའ་
སྤྲུག་སྒྲི་གདུང་གི་རྒྱ་མཚོར་མགོ་ལྟམ་ཡོངས་སུ་བྱིངས་ནས་
རང་ཉིད་ཀྱི་ཤས་མི་བཟོད་པའི་ན་བྱུག་རེ་རེ་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲིག་
པར་བྱེད། རྣམ་ཤེས་འདིས་སྒྲི་གདུང་གི་འབོད་བརྟེན་དེ་དོན་
དངོས་ཐོག་སྤྲུག་ཀྱང་ཆོར་དཀའ་བས་ཁོང་ཉིད་ཁེར་རྒྱུ་དུ་.....
ལུས། ཁེར་རྒྱུ་དུ་ལུད། ཁེར་རྒྱུ་གཉོམ་རྒྱུ་གི་ངང་དུ་.....
དྲུང་འབོད་སྒྲུལ་སྒྲིག་ས་ནི་ང་ཆོ་སྟེ། སྤྲུགས་བཞི་མཚམས་
བརྒྱུད་ན་རྒྱུད་པའི་ཐུན་པས་འཐེབ་པའི་མི་རིགས་ཤིག་གོ།

བར་བརྗོད།

སྤུན་སྒྲའི་བཅའ་མཆོས་དག་ལག་རེ་རེ་ནས་ཞིབ་དུ་...
བསྐྱུགས་ན་ཉིམ་ལའི་རི་རྩེར་གོམ་པ་སྤྱོད་བཟང་མཚུངས་པར་...
རིམ་པ་ངེས་ཅན་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་ཡོང་བ་མ་ཟད་ཀྱུག་ཀྱུག་དང་...
གྲང་རར་གྱི་ཀོལ་བ་རྩུབ་མོས་ལུས་བྱེད་བཀྲགས་མོད་ལྟ་.....
ཚུགས་ལ་ནམ་ཡང་ཕྱིར་འཁོར་མེད་པའི་དཔའ་སྤྲོ་བས་བརྗོད་
པོ་ཞིག་ཀྱང་མཐོང་། སྤུན་སྒྲའི་བཅའ་མཆོས་ཐོག་མ་ནས་ཉི་
རབས་ཀྱི་《སེམས་བདེ་མགོན་ལང》དང་《གེ་སར་རྟ་ཇི》
སྟོད་སྤྲད་སོགས་ཀྱི་བར་བརྗོད་བྱ་མི་འདྲ་བའི་བར་ཁྱད་ངེས་
ཅན་མཆོས་པ་དག་རེ་རེ་ནས་སྤྱིར་ན་རྒྱ་རྒྱུ་ཅལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱེལ་
མི་དགོས་ན་འདྲ་སྤྱེགས་བམ་གྱི་ལྷན་པོ་ཞིག་བཅེགས་དགོས་
པས་མི་སྤྲོ་བས། འདིར་སྤུན་སྒྲའི་བཅའ་མཆོས་《སྟོན་
བཤད》ལ་གོང་སྤྱོད་ལྟར་སྤྱིར་ཅམ་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྲུགས་.....

མཚུངས་སུ་འགོ་མིན་བགོ་སྤྱོད་བཤོ།

སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ།

སྤུན་སྒྲའི་བཅའ་མཆོས་ལག་ལས་《སྟོན་བཤད》འདི་
ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཁྱད་དབང་སྟེ་མང་མཆོས་པ་ཆཚང་
བར་བརྗོད་ཐབས་ཀྱིས་རེ་ཞིག་ངལ་གསོ་བར་བྱས་མོད།
མཐུན་རྫོང་གི་དཔེ་རྟེན་དཀའ་བའི་དཔུང་བརྗོད་མཁན་མང་
བ་ལྟར་རིགས་བསྐྱེས་ན་ཚོམ་པ་པོས་གཏམ་བརྗོད་འདིའི་མགོ་
སྤེལ་མ་ཐག་འཁོར་འགྱུར་གྱི་སྒྲི་རེངས་གསར་པ་ཞིག་ཐོབ་པར་
སྤྲོ་བས་བརྗོད་དུར་བཞོན་བཀྱི་བཞིན། མདུན་མཚོངས་.....
དབྱིངས་ལ་བསྟེགས་པའི་འཆར་འགོད་འཐེན་ཏེ་ཐག་ཉི་རིང་
གི་བརྗོད་བྱ་རྒྱུ་སྤྱི་གིས་“དྲང་དོན་དགོངས་པ་ཅན” དུ་...
ཐོག་མ་ཉིད་ནས་སྤྱིར་ཡོད། སྤྱི་ཚུགས་སྤེལ་པོའི་འདས་སོང་གི་
ལ་རྒྱས་ལ་སྤྲུགས་ ཡོངས་ནས་རྒྱས་ལོན་གྱི་མ་ལག་ཅན་ཞིག་དུ་
བཅའ་མཆོས་དེ་གྲུབ་དགོས་ན་འཆོ་བའི་རྒྱབ་སྐྱོངས་ལ་མི་.....
རིགས་ཀྱི་བདེ་སྤྲུག་གི་འགན་འཁུར་ཁྱོད་པའི་དཔང་དངོས་...
ཤིག་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་དགོས་པ་དེ་ཡིན། སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་ལ་རྒྱས་
གྱི་སྤྱེགས་བམ་ངོས་ནས་མཐོང་བ་ནི་དུས་ལུན་དེ་ཅམ་མེད་
ན་འདྲ་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བར་དཀར་དམར་ཁྲ་གསུམ་གྱི་ལ་རྒྱས་...
ཡོད། མི་འམ་མིའི་རིགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་རིག་གནས་ལ་
བརྟེན་ནས་འཆོ་དགོས་པས་རིག་གནས་ཟེ་བའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་
སྤྲོ་བས་ཤུགས་ནི་རིག་གནས་དེའི་ལག་རྩིས་ལ་གྲུབ་པ་ཡིན།

དེའི་ཕྱིར། སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ནམ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིག་ཆགས་ཀྱི་
སྒྲིབས་ཤུགས་དེ་ཡང་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་རིག་གནས་ཀྱིས་
གསོས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བས་འཛོམ་ལས་སྣ་
ཆོགས་རི་ཐང་དུ་བཅུལ་ནས་དོན་དངོས་ལ་ལག་འཛིག་མི་
པོ་དང་པ་དེ་ཡང་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ལྟེ་མི་ཆོའི་ཤ་ཟེན་ཁྲག་
འདྲིས་ཀྱི་རིག་གནས་ཤིག་གི་རང་མཁའ་ལ་ཡིན་པར་སེམས་
བརྩམས་ཆོས་འདིར་འཆོ་བའི་གྲུབ་ཆ་རེ་རེ་བཞིན་བཅའ་ནས་
ཡོང་བ་ན་ “སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་” དཔོན་བརྒྱུད་དེ་མི་རྒྱུད་ཅན་
དང་། མི་རྒྱུད་ཅན་ལ་དཔོན་པོ་སྟེས་ཤིང་ཐབས་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་
སྒྲིབས་ཐམ་ཀ་ལྷངས་པ་དེ་ནས་བརྒྱུད་ “སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་”
སེལ་བྱར་འཛོམ། སྒྲིབ་རྒྱུ་ལྟེ་པོས་དག་བཞི་བཏུལ་བ་དེ་
ཡང་ཐམ་ཀ་འཆོ་མི་འདྲ་བའི་དག་བཞི་སྟེ་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་
བའི་རྩས་བརྒྱུད་སེལ་བྱར་གྱུར་བ་ནམས་ནང་པན་ཚུན་ཚོད་
པའོ། དེ་ལྟར་ཉི་མ་ལའི་རི་བརྒྱུད་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོའི་འགམ་ཀྱི་
དཔོན་བརྒྱུད་བར་མཆད་པར་སྒྲིབས་པའི་ཨ་ཁུ་དཔོན་པོ་
ཆང་དང་། ཨ་ཁང་ཆང་ཡང་རིགས་རྩས་ཀྱིས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་
བའི་བྱུང་ཁོངས་སུ་བགང་བའམ་བགང་འོས་པ་ཞིག་གོ དར་
དཀར་ནག་གི་ “ལྷ་དཔོན་ལྷ་གསུམ་” ཀྱི་རིགས་རྒྱུད་དུ་གྱུར་བ་
ལས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་པ་མེས་ཀྱི་རྩས་རྒྱུད་ལ་རྒྱ་གར་ནག་
བལ་གསུམ་ཀྱི་རིགས་རྩས་འདྲིས་པ་མཆོན། ད་དྲུང་སེམས་
རྒྱུད་ལྟེ་བ་ནི་སེམས་ཅན་གྱིས་མ་རིག་སྟེ། རང་བྱུང་གི་རྒྱེན་

དང་ “རྟོག་བཏགས་” དེ་ཡང་རྩོམ་པ་པོའི་རྟོག་བཏགས་མ་
ཡིན་པར་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་འཛིག་ཉེན་དང་ཞལ་གྱིས་ཉེ་རྟོག་
བཏགས་ཀྱི་དབྱངས་སུ་འཕུར་ཐལ་ཆེ་པས། དངོས་ཐོག་
བདེན་ཐུབ་ལ་ཁ་ཕྱགས་ཉེ་འགན་ཚོད་ཀྱི་ལམ་ཁར་འདིང་
པའི་འཛིག་ཉེན་འཆོ་ ལྟེ་དང་པ་མང་བོས་དངོས་ཡོད་འགན་
ཚོད་ཀྱི་གཡུལ་ས་ནས་ “སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་” མ་མཐོང་བ་ཡིན།
འདི་ལྟར་སྒྲིབ་ཆོགས་འགན་ཚོད་ཀྱི་གཡུལ་ས་ཆེན་མོ་འདི་
རྩ་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་ནམ་ཡང་མཐོང་མི་ཐུབ། ཁོ་ཆོ་རྟོག་འབྲུལ་
དུ་སོང་ནས་སྣང་བ་རྟོན་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ཀྱིས་བམ་པོ་མང་དུ་
བརྩེགས་ཉེ་དངོས་ཡོད་ལ་ཁ་ཕྱགས་པར་མར་འགྲིབ་རྒྱུད་
པ་མང་བོར་སྣང་དོགས་མེད་པར་དབྱིངས་འཕྱུར་བྱེད་པའི་
དབང་གིས་གལ་སྲིད་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་མཐོང་ཐོས་མཁན་རེ་
བྱུང་ན་རང་དབང་མེད་པར་ལྷ་དཔོན་གྱི་མིག་རྒྱ་འབྱེལ་ཡོང་བ་
མ་ཟད། ས་མཐོའི་རི་ཆོགས་ལ་རྒྱས་མང་འབྲལ་བའི་ལྷ་དཔོན་
མཁན་རེ་བྱུང་གིས་པངས་མེད་ཀྱིས་བཏང་བའི་རྒྱ་དངོས་
ལའང་པན་རྩས་བྲལ། ལྷས་ཤེས་བྱ་ཡོངས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་
གདོང་ལྷ་མི་པོ་དང་པ་དེ་ནི་སེམས་རྩས་རྒྱུད་བའམ་ནམ་ཤེས་ཀྱི་
སྒྲིབས་ཤུགས་ཞན་པ་ཡིན་པས་དེ་རིགས་སུ་ཡིན་ཡང་སེམས་
རྒྱུད་བ་དང་མི་རིགས་དང་ལྟེ་བ་ཐ་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་ཡང་
སེམས་རྒྱུད་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་རྩོམ་པ་པོས་
དོན་མེད་དུ་རང་མཆོང་སྟོག་པ་མེན་པར་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་

ལུ་ཅིང་སྤང་ཆོའི་འཆོ་བའི་ཁྲི་ཉི་ལྟེ་ལྟེ་སྤང་དང་རྒྱ་དྲུང་
ཕྱགས་པའི་ཆེས་ཐབས་ཆག་གི་རྒྱ་དྲུང་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་
བའི་གཟུགས་རིས་འདི་མཐོང་ཆོ་སྤང་གསོན་པོ་དྲུང་ལྟེ་
བའི་འཕར་ལྟེ་གིས་སྤང་དྲུང་མ་བཅུག་པའོ། དྲུང་རབས་
བརྒྱད་པ་ནས་ཁད་ཀྱིས་མར་འགྲིབ་ཀྱི་འགོ་ཚུགས་པའི་སེམས་
རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་དངོས་ལ་མངར་སྦྱར་.....
བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་གྲོང་ཆག་མང་པོ་བསྐྱེད་མར་བྱུང་བའི་གྲུབ་
རེ་རེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་ལ་ཁག་འགའ་དགོས་ཕྱིར། རྣམ་
ཤེས་ལ་བརྟེན་ཆོ་དེ་ཡང་སྤྱིད་སྤྱི་གི་ལུས་སྤྱི་བས་སྤྱི་དབང་
བཅུ་པ་མ་ཡིན་པར་རིག་གནས་ཀྱི་ཁ་ཟས་ལ་བརྟེན་དགོས་
པའི་ཆ་བ་ནས་བཟུང་སྤྱི་སྤྱི་ཡང་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་རྣམ་.....
ཤེས་ཀྱིས་འཆོ་བའི་བཅུ་ལམ་རིང་མོར་སྤྱི་སྤྱི་གི་བྱོ་གར་རི་
ལྟར་འཁྲབ་སྤྱི་ཡང་བར་ཕྱིར་བརྟེན་སྤྱི་གི་འགག་ཆ་གང་ཡིན་
གསལ་ཁ་འབྱུང་། སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་རིམ་
དངོས་ལ་སེམས་ཆོགས་མེད་པར་སྤྱི་སྤྱི་མོར་རོལ་ནས་སྤྱི་
སྤྱི་བས་མིའི་རིགས་ཀྱི་“སྤྱི་སྤྱི་གི་རྣམ་ཤེས” དེ་ལ་རང་དབང་.....
མེད་པར་མགྲིན་པ་བརྒྱད་བའི་སྤྱི་གཏམ་ཐལ་སང་མོད།
སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་སྤྱི་གྱུང་མི་མཐོང་ཕྱིར་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བས་
ལུན་སྤྱི་སྤྱི་གི་རྣམ་སྤྱི་ཡང་མི་མཐོང་བ་དང་གང་ཡང་ཐོས་
དཀའ། སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་དལ་སྤྱི་སྤྱི་ཀྱི་དང་སྤྱི་དཔོན་
གང་ཞིག་གི་བཀའ་ལྟར་ལ་བསྐྱེད་ཀྱི་མོ་ཆེས་ལྟར་བསྤྱི་གི་

ས་སྤྱི་དོན་ཆོམ་རྒྱུད་གསུམ་ལ་ཐག་གཅོད་ཀྱི་ཐོལ་སྤྱི་དང་.....
ལུན་འཐོམ་གྱི་ཡིད་ཆེས་ལ་སྤྱི་འགའ་ནམ་ཡང་འབྱུང་མེད་དོ་
ཡིན། མདོ་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་སྤྱི་སྤྱི་མོར་དཔེས་ཤིང་སྤྱི་ཆང་ལ་
ཏ་ཅང་དང་ཆེས་ཆེ་བས་སྤྱི་བཤད་འདིའི་ནང་དྲུང་ཆོམ་པ་པོ་
ས་བདུད་ཆོམ་གི་དགོ་སྤྱི་མི་སྤྱི་གའི་ལ་ཐུག

སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ཁ་ཟས།

སྤྱི་ཀྱི་མངའ་རིས་སྤྱི་གསུམ་ནས་བདུད་ཆོམ་.....
གི་ས་སྤྱི་ནས་དཀར་དང་བར་ཀྱི་དབྱུག་གཅོད་དྲུང་བཞི་ནས་
ནས་སྤྱི་གི་མདོ་ཁམས་སྤྱི་དྲུག་ནས་ནས་སྤྱི་བཤད་
པའི་ནས་སྤྱི་མདོ་གའི་འདྲ་བ་གསུམ། མི་གཞི་མི་འདྲ་བ་.....
གསུམ་གྱིས་བསྤྱི་དཔེ་དོན། ཀྱི་ཉིང་སྤྱི་འདི་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་
བའི་རྣམ་ཤེས་སྤྱི་གའི་ཁ་ཟས་ཉིང་ལས་མ་འདས།
སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་རྣམ་ཤེས་སྤྱི་གའི་ཁ་ཟས་དེ་ཉིད་.....
སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བས་ལོ་སྤྱི་སྤྱི་གི་ཡར་སྤྱི་ནས་ད་ལྟའི་
བར་བརྒྱད་དེ་ཡོང་བའི་མ་མེས་ཡང་མེས་ཀྱི་བཞེས་སྤྱི་ཞིས་
པོ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར་དྲུག་གང་འབྱུང་བའམ་ཡང་ན་དྲུག་གཉིས་
འབྱུང་བ་ལས་འབྱུང་ཆོམ་འཆོ་བའི་སྤྱི་སྤྱི་ལྟེ་སྤྱི་སྤྱི་ལྟེ་རང་
ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱི་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འདེགས་མི་ལུས་པས་“ཐག་
སྤྱི་གི་ལོ་སྤྱི་འགོ་བའི་ལོ། དེ་འདྲའི་རྣམ་ཤེས་སྤྱི་གའི་
ཀྱི་ཁ་ཟས་བདུད་ཆོམ་ཉིང་སྤྱི་དེ་“མཐོན་པོ་སྤྱི་མས་འབྱུང་.....
དགས་ན” གྱུ་ཉིགས་སྤྱི་སྤྱི་ཡིན་པ་དང་། ཆོན་པོ་དཔོན་

པོས་འཐུང་ཉེས་སུ་སོང་ན་ “མཁས་ཉགས་” ལྟོག་ ཡང་ལྟོན་
པོས་འཐུང་བ་མང་ན་ “སྟོན་ཉགས་” ལྟོན་པེས་ཤིང་ད་དུང་
བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁུ་དེ་སེམས་རྒྱུང་གི་བའི་འདས་སོང་རྒྱས་
ཡོད་དང་། མ་འོངས་འོད་སྣང་གི་འགན་སྒེ་འགྲོག་པའི་ལུས་
ལྡན་ལོ་ལོ་མོ་ཆོས་མ་འཐུང་རྟགས་ཞེས་བསྒྲུལ་ཏེ་གལ་སྤིང་
འཐུང་ན་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲིན་རུམ་ནས་དགྲ་བསྐྱོད་རྒྱག་རྒྱ་ལས་
ས་ཐོག་ལ་མར་འབབ་སའི་ལམ་མི་གསལ་བའམ་དེ་དང་རྒྱང་
རིང་ནས་རིང་དུ་འགྲོ་ དེ་བཞིན་ནམ་ཤེས་ལུས་སྟོབས་
དར་བ་ཆོས་ཀྱང་འཐུང་ཉེས་སུ་སོང་ན་སྤྱི་གཙུག་ནས་ཀྱང་
མཐིལ་བར་སྒྲར་སྒྲིད་དེ་སེམས་རྒྱུང་གི་བའི་དོན་དངོས་ལ་.....
ཁྱེས་པའི་ “དོན་ཆེན་པོ་” དག་སྒྲུབ་མི་ཐུབ། མདོ་ “ཉིང་
ཁུ” ལུ་ལུར་པོ་འདི་འཐུང་ཆེན་གྱིས་གཞིས་ཤོར་བ་དང་
ཁ་ལས་རྒྱང་རྟ་ཡལ་བ་བྱ་བའི་འབྲས་བུ་ཤོར་བ་མང་བས་
སེམས་རྒྱུང་གི་བའི་ལུག་སྒྲུ་ལྟ་འདི་མགོ་ཐོག་ཏུ་བབ་འདུག་
ཕྱིར་དེ་ནི་ “ནས་ཁུ་མདོག་གསུམ་གྱི་ཉིང་ཁུ” འདི་སེམས་རྒྱུང་
གི་བའི་ནམ་ཤེས་སྟོག་ཆགས་ཀྱིས་བཏུང་ཤེས་ན་འཆོ་གནས་
ལ་བཀྲག་མདངས་སྒྲུལ་བའི་ “བདུད་ཅི་སྟོན་མཆོག་” ཅིག་
དང་། གལ་ཏེ་འཐུང་ཉེས་སུ་སོང་ན་སེམས་རྒྱུང་གི་བའི་གྲེ་མི་
ཆོའི་ཆེ་སྟོག་གི་སྤོང་བོ་གཅོད་བྱེད་ “མ་རུང་དུག་རྩས་” ཤིག་
ཡིན་ནོ།

ནམ་ཤེས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་ཁ་ཟས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་

དེ་ལ་ས་གནས་དང་ས་གནས་བསམ་སྒྲིའི་ཤུགས་ཀྱིན་ཐེབས་
བ་བསྟོན་དུ་མེད་པ་མ་ཟད་ཤུགས་ཀྱིན་ཐེབས་དོག་ཏུ་མི་.....
འདྲོད་པའི་དཀའ་ཁེག་མང་པོ་འཕྱོ་རིམ་འཕྱོར་བསྐྱེད་མར་.....
ཡོང་བའང་གིན། འོན་ཀྱང་། ང་ཆོའི་བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁུ་འདི་
སེམས་རྒྱུང་ “གྲེ་བའི་ཟས་སྟོན་” ལྟེ། འདི་ནི་མི་རབས་ཀྱི་ཐེང་
བར་བརྒྱས་ཏེ་ཡོང་ལ་སྒྲུབ་ཀྱང་དེས་པར་རྒྱ་བ་ལ་མཛོན་པར་
བསྟོན་པའི་ཟབ་བསྐྱིད་གི་ཉླ་སྒྲིབ་འཛོམས་དགོས་པ་ལས་ཤེས་
རིག་གཏོར་བཞིག་གི་སྣང་འཛིན་ཡེ་ནས་མི་འོས་པའི་བསྐྱབ་
སྟོན་ཟབ་མོ་བཞིས་འདུག་ མཁུག་ཏུ་མེས་པོའི་བཞེས་སྟོག་དེ་
“ང་བཤད་གི་ཞི་ལུའི་ཁ་ལ་རིག་ན་མཛོང་” ཞེས་སེམས་རྒྱུང་
གི་བས་སྟོན་མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ་དང་བར་དབུས་གཙང་རུ་
བཞི་སྟོན་མདོ་ཁམས་སྒྲུབ་དུག་བཅས་སུ་མི་རབས་ནས་མི་
རབས་བར་གཡག་རྩ་ “སྐམ་པོ་” བཅོ་བཅོ་དང་བརྒྱད་ཅུའི་.....
གན་མོ་སྟོར་སྟོར། གཅེས་པའི་བུ་རྒྱུང་ལེན་ལེན་བྱས་ཏེ་ཡོང་
བའི་བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁུ་དེ་ཆོས་པ་པོ་རང་ཉིད་དམ་རང་ཉིད་
དང་འདྲ་བའི་རི་བོ་གངས་ཅན་པའི་མཛེས་ཆ་རུ་བསྒྲུན་ཏེ་.....
སྟོལ་རྒྱན་གྱི་ཉིང་བརྒྱད་ “བདུད་ཅི་” ལ་བཅིངས་པའི་བཅི་
འཛོག་དང་ཡིད་ཆེས། རིག་གནས་གདན་ཐོབ་ཀྱི་གོང་ཆོད་རྩ་
མོ་སྒྲུང་མ་ཉར་མཐོན་པོར་བསྐྱེད་ས།

གོང་དུ་ “ཟས་སྟོན་” ཡིན་པར་བརྟེན་པའི་ཁ་ཟས་དེ་ནི་.....

ཉར་ཟས་སྟོན་ཡིན་པར་སེམས་རྒྱུང་གི་བའི་བརྒྱུད་ཆར་བའི་ལོ་

རྒྱས་དང་ད་ལྟའི་གནས་བབས། མ་འོངས་འབྱུང་འགྱུར་ལ་
བལྟས་ཏེ་བརྟག་དཔྱད་བཟུ་ཚུལ་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ལྟེ་མི་.....
ཆོས་གཟབ་ནན་དཔྱད་ལྟན་དང་གཟུར་གནས་དྲང་སྟེག་གི་སྒོ་
སྟབས་ཀྱིས་འཆོལ་རན། གལ་སྲིད་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་བར་སྤང་
སྟོན་སྒྲོང་དུ་འཕུར་བའང་རྒྱ་ཁྱེན་མེད་པ་གལ་ཡིན་མོད་སྤང་
འཛིན་གྱི་འོལ་ཆོད་ཉེས་ན་ཁྱེད་གྱི་བརྒྱུ་མཆོས་དེ་དོ་ཁ་ལ་.....
ལུར་བ་ལྟར་རོ་སྒོ་ཅི་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ངེས། དེས་ན་ཁ་
ནང་ཁོ་ནར་སྟོགས་པའི་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་སྒྲེར་གཅོད་གྱི་.....
སྟོན་སྟོག་འདི་དང་སྐབས་ཁེལ་བའི་ཚུལ་པ་པོས་རང་རུས་.....
ཆལ་དུ་སྟུགས་ཏེ། སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་རི་ལུང་ཀྱན་ན་འཕྱོར་.....
ཞིག་དུ་སོང་བའི་ལྟེ་མི་ཆོར་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་དཔོན་རྒྱུད་
དང་ད་ལྟའི་སྟོན་མོའི་བར་བརྗོད་སྐབས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བར་
འདི་ལས “ཟས་སྒོ” མེད་པར་སྟོན་པ་དེ་ཆལ་དུ་བཏོན་.....
འདུག་འཆོ་བ་རང་མོས་གྱི་འབབ་སྟེགས་སུ་ལའང་ཡོད་མེད་
ཁག་འཁྱུར་གཞན་འགལ་གྱི་ལྟ་པར་སྟུགས་ན་རུས་མེད་གྱི་
ཞན་ཅིག་བསྐྱངས་པར་རྟོག་དགོས། འགའ་རེས་བསམ་སྒོ་བ་
དང་ཆབ་སྲིད་པའི་བར་བྱད་བསྟན་འདོགས་པའང་ “བོད་མི་
བསྟན་འདོགས་ལ་དགའ་” བའི་གཤིས་སུ་སོང་བས་སེམས་.....
རྒྱུད་ལྟེ་བ “སེམས་རྒྱུད་” རྟོན་འདི་ལ་མ་རེག་པ་ཡེ་ནས་མི་.....
སྲིད་པའང་མིན། གལ་ཏེ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་རང་...
འགྲུལ་གྱིས་འདྲོར་བ་ལ་རྒྱ་མཚན་ངེས་ཅན་ཞིག་བགྱང་དགོས་

མོད་ཉེ་ཆར་གྱི་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བས་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་དུ་དགོས་
མཁོ་ཆེ་བའི་བདུད་ཚིའི་ཉིང་ཁུ་མ་འབྱུང་ན་ལུས་གྱི་བྱུངས་
བཅུད་འཆོར་རྒྱ་ཡིན་པ་ནི་གནད་བོའི་འཇར་མན་གྱི་ཤེས་.....
རིག་གཏོར་བཞིག་དང་། རྒྱ་ནག་གི་ལྷ་བཞིའི་ལས་འགྲུལ།
བོད་གྱི་ “ལུང་ཤར་དོན་རྟེན་” སྟོགས་དང་མི་འདྲ་བའི་གསང་
གནད་ཤེས་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེ་བ་དང་། གནས་ཚུལ་...
དེར་དམིགས་ཏེ་ཏང་གི་སྲིད་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟེ་བུ་བར་གསུམ་གྱི་
མཇེད་སྟོགས་ཀྱང་ང་ཆོ་ལུན་མོང་སྟོག་ལམ་དུ་བསྐྱོད་
པའི་ཐབས་ལམ་སྟེ་མང་གིས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ཆལ་ཁ་ཀྱན་
དུ་ “བྱམས་བཟེའི” རྣམ་པས་དཔུང་འཇུག་བྱས་དང་བྱེད་
བཞིན་ཡོད། འཇམ་སྤྱིང་ཡར་རྒྱས་གྱི་འཕེལ་སྟོགས་སེམས་...
རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ “རི་ཆ་བཤམ་གི་ཆེ་མོར་” འཆོལ་མཐུན་མིན་ཡང་
“པ་རང་དུ་བརྒྱུད་ཐོག་རྒྱུར་འགྲོ་བའི་” འཆོ་བའི་ཆུར་སྤང་ལ་
ཨོ་ཏ་ཡིས་ཡའི་ (澳大利亚) སྟུགས་ལས་རིག་པའི་ས་བོན་གྱི་
སྟུ་གུ་འབྱས་མི་རུས་པའི་དཔང་རྟགས་སུ་ལའང་འཛིན་རྒྱ་.....
མེད། དེར་ཆར་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ནང་ཤེས་མི་ཤེས་ཡོངས་
ནས་མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་སྤྱིང་བ་མ་ཟད་བརྟུ་ཞོགས་ལངས་
ཏེ་རང་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པའང་མཆིས་པ་འདི་དག་ལ་.....
སྤར་ནས་འདའ་འགོངས་མི་འོས་པའི་ཆོངས་ཐིག་ཅིག་འཐེན་
པ་སྟེ་ “སྟེལ་འཕུལ་ཆང་འདི་ཟས་སྒོ” ཡིན་པ་དང་ “སྟོན་མོ་...
སྟོན་མོ་ཟེར་ན་འདི་བསྟན་མ་ཤེས་ས་བསྟན་གནམ་བསྟན་.....

བྱས་ན། བསྟང་ཚར་རྩེས་མྱིག་ལ་བསྟན་ཡག་ཡིན་ནོ་ངས་མ་
གསང་དེ་རིང་བཤད་ཡག་བྱས་ནས་” ཞེས་པའོ། མི་རིགས་……
རིག་གནས་དང་རྒྱན་སྒྲིལ་འཆོ་བའི་གོམ་ཁར་རྟོག་དཔྱད་ཟབ་
མོ་བཞུས་ཏེ་ལོག་རྟོག་འབའ་ཞིག་འཕེལ་བར་མི་བྱ་བར་
དཀར་གཙང་གི་ཀྱན་སྦྱང་སྦྱོར་དུ་བཏང་ནས་ལས་རིགས་ཁག་
ལ་ནང་རྒྱས་མངའ་བ་དང་། རྩེ་འཛིང་གི་རྟོག་དྲར་ཆོལ་ལན་
ངེ་ལྟར་སྟོག་པའི་ཐབས་ཀྱིས་དང་རྟོག་པས་ཤུགས་སྤར་གསོ་བྱས་
ནས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་འདི་ལྟར་སེམས་རྒྱུད་ངང་སྟོད་དོན་……
མེད་པར་ “བདུད་རྩིས་” ལུས་རྟོག་པས་གསོ་པར་འབད་འབུངས་
བྱ་ཐབས་སུ་ “བར་བ་རི་སྐྱུང་འདུར་འདུར་” དང་ “ཨ་མ་ཆང་
མ་འདུག་འདུག་” གི་གནས་སྤང་ངོ་ཐོག་ནས་དེད་དེ་འགངས་
རྩར་ངོས་རིས་ཙམ་ལས་བཟུལ་ཏེ། བདག་དོན་སྒྲེར་ཚུགས་
དང་སྒྲེར་ཚུགས་ཅན་གྱི་ཤངས་སྦྱོད་འཛོམས་བྱ་དེ་འབའ་ཞིག་
གི་རྟེན་ཐབས་འཆོལ་ཤེས་སུ་རྟོག་པར་བྱའོ།

རྩོམ་པ་པོས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་བསམ་ཞིབ་བཞུས་
མཐའི་མྱོང་གྲུབ་ལ་རིག་གནས་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རང་མདངས་སྣ་
དགུ་འདི་དག་ཙམ་བ་རྒྱན་སྒྲིལ་ནས་ཚུགས་ཏེ་རྩེ་མོར་རིག་
གནས་གསར་བའི་ཡན་ལག་རྒྱས་ན་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བར་ “བག་
ཕེབས་སུ་གྱུར་ན་བྱི་ནས་སྤྱོད་” བའི་དང་ངས་སྐྱེས་མི་དགོས་ལ།
གལ་སྲིད་ “སྤྱོལ་འབུལ་” ཆང་དེ་ “ཟས་སྒྲོ་” མིན་པར་དྲག་དུ་
འཕྱོ་བའི་དུས་ཀྱི་རྩེ་བོར་སྤེལ་སྦྱང་སྤེལ་རྒྱལ་བརྒྱབ་ན་མགོ་

མཁུག་སྟོག་སྟེ་རྩེ་ཆུ་གཞུང་དུ་ཡོངས་སུ་བྱིང་བར་སྐྱེས་སྟེ། བདུད་
རྩིའི་ཉིང་ཁུ་འདི་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་རྟོན་མོར་ “ང་བཤད་གི་
ཞི་ལའི་ཁ་ལ་རེག་ན་མཛེའ་” ཞེས་སྐད་གསེང་མཐོན་པོས་བག་
ཆ་བ་མེད་པར་འཛིགས་པ་མེད་པའི་དམ་བཅས་སོང་།

བར་བཟོད་གཉིས་པ།

དེ་ལྟར་བདུད་རྩིའི་ཉིང་ཁུ་འདི་དག་སྦྱོར་སྤྱོད་རྩེས་……
སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་དུ་ལྟེ་སྤང་གཟུགས་དབང་གྱུར་འགའ་……
རེར་གསལ་འདེབས་བཞུས་པ་ནི། ལྟེ་བར་རྩེ་རྩེ་འཛོམས་ཀྱང་
“ལྷགས་འཆོ་བ་” ཅི་སེམས་ཀྱི་ཡར་སྔོ་ཞིག་སྟེ་དབང་འགྱུར་
ལས་རིགས་དང་ “དོན་དག་ཅི་ཞིག་བསྐྱབས་ན་འགྲོ་སྟོ” ཡིན་
པ་ནི་འབད་རྩེས་འབྲས་བུས་རྟོང་པ་དེས་སྟོན་ཏེ། དེ་བཞིན་……
རྟོན་ཐོག་དུ་བོས་མ་བོས་ཀྱི་མགོན་པོར་རེ་གལ་ཆེ་བ་དང་ “ཨ་
ཞང་ཆང་ལ་ཉེ་བ་ཆེ་བའི་” དབང་གིས་གཉེན་ཆང་ཆང་……
གིས་ “ངོ་ཐོག་གི་རྩོང་ཆེན་པོ་” འདི་མ་བཀྲག་ཐབས་མེད་བྱུང་།
རྟོན་མོ་འདི་མི་འཆོང་བའི་རྟོན་མོ་ཞིག་ཡིན་པས་རྟོན་མོ་འདི་
ལྟར་ནི་ཕལ་ཆེར་འཛིག་རྟོན་ཀྱན་ན་མཐོང་བ་བྲལ་གཤིས་
“རྟོན་བཤད་” དེ་ཡང་མིས་མི་བཙོང་ཞིང་མིས་མི་ཉོ་བའི་རྟོན་
བཤད་ཅིག་ལགས་ན་ “བཤད་གི་ཞི་ལའི་རྩིང་ཆེ་བ་” ཅི་ལྟ་ཙོར་
ག་ལ་ཡིན། ལུ་བྱ་ཅག་གིས་སྦྱོ་བ་……སྟོན་མའི་ལས་དབང་ལ་ཁ་
གཡོར་ས་བྱས་ཏེ་རྣམ་ཤེས་སྦྱོ་བའི་རང་མདངས་ལ་གསོན་……
ཤུགས་གཞན་གྱིས་སྦྱོལ་བར་རེ་བ་དེ་ཡང་རྒྱན་སྒྲིལ་དུ་ཆགས་

ནས། ཟོལ་བཅོས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་འདི་བསྐྱུན་ཞིང་སྤང་འཛིན་
པ་ལ་ལས་ཤེས་རིག་གི་འཕེལ་རིམ་ཆོས་ཉིད་ལ་རྒྱབ་གཏད་དེ་
ཅི་ཞིག་ཤེས་པ་ལྟར་འཛམ་གླིང་ཆེན་པོའི་གནས་སྤང་རི་བོ་
འདྲ་བ་དག་པོ་ད་ལྟངས་ལ་ལག་མཐིལ་འདྲ་བ་ལ་སྤྱོད་འདྲེན་……
བྱེད་འདོད་ལངས། བརྗོད་བྱའི་གནས་བབས་དངོས་དེ་ལྟ་རྒྱས་
ཅན་དུ་ལྟར་བ་ནམས་དུས་བབ་དང་མི་ཤུགས་ལ་བལྟས་ཏེ་སྤྱི་
ཆོགས་དངོས་ལ་འཆམ་མཐུན་ཡོང་མིན་བལྟ་དགོས་པ་
ལས “ཐང་གི་དོ་སྒྲུང་ནས་རྩལ་གི་བོ་ལྟངས་ན” སེམས་རྒྱུང་སྤྱེ་
བ་མདུན་ལམ་ཅི་འདྲར་བཞུད། སེམས་རྒྱུང་སྤྱེ་བའི་ནམ་ཤེས་
འདི་ལ་རྟིང་དྲིས་སྤྲུགས་པའི་ཁ་ཟས་རོ་བོ་དྲི་མར་མ་འདྲེས་པ་
ཞིག་མཆིས་པའང་ད་ལྟའི་སེམས་རྒྱུང་སྤྱེ་བའི་རྒྱ་སེར་ཡོངས་
ནས་སྒྲོས་འཆུན་མེན་གྱི་གནད་དོན་ཚུལ་པ་པོས “གནད་དོན་
མང་བོའི་གནད་དོན་གྱི་གནད་དོན” དུ་བརྒྱུས་ཆོས་གཞན་
དུ་བརྗོད་པ་བཞིན་བདག་གིས་ཀྱང་གཞན་དུ་སྤྱོད་པར་འདོད།

སེམས་རྒྱུང་སྤྱེ་བའི་འཛིན་པ།

འཆོ་གནས་ནི་མཐའ་ཡས་ཕྱིར་ད་ལྟ་མ་རྟེན་པ་མང་
པོ་ཕྱིས་སུ་ཡོང་བུ་ཡིན་པ་སྤྱོད་ཅི་དེ་ལྟར་འགྲོ་བ་མི་ཡི་རིགས་
ནི་ད་དྲུང་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཤེས་རིག་གསར་གཏོད་ཀྱི་ཆ་
ནས་གོག་འགྲོས་ཅན་ལས་ཡར་ལངས་ཏེ་བསྐྱོད་ཐུབ་མེད་པ་
མ་ཟད་ལང་ཅན་ཀྱང་བྱེད་ཐབས་བྲལ་གཤིས་ “འཇིག་རྟེན་
ཁམས་ནས་མི་རྒྱུང་” བའང་ནམ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱོད་ཐབས་ཉིད་ལ་རག་

ལས་པ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་སེམས་རྒྱུང་སྤྱེ་བ་སྤྱེ་ “བོད་ཆོས་ལྟན་གྱི་
ཞིང་ས་གཤིན་པོ་” ན་ནམ་རྟོག་ཐུན་པ་མཐུག་པོ་གནམ་ས་
གང་བར་འཐིབས་ནས་རང་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་རི་ལྟར་མཐོ་བའི་
ཚུལ་པ་པོ་ཁོང་ཉིད་དམ། ཁོང་ཉིད་ལྟར་མཆོར་སྤང་གི་སྤྱིག་
སྤྱོད་ཡལ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་དོ་རིས་ལ་རང་བཟིའི་འདུ་ཤེས་
ཤས་ཆེ་བ་དག་གང་ཆར་གསོན་སྟོབས་བྲལ་ནས་མཆོན་འཛིན་
ནམ་རྟོག་མང་བོར་ཞེ་འགྲེས་སུ་སོང་བའི་དབང་གིས་ཚུལ་པ་
པོས་རང་དབང་མེད་པར་སྤྱོད་ཀྱི་ “བཤད་གི་ཞི་ལུའི་སྤྱིང་ཆེ་
བའི་དཔལ་སྤྱོད་པས་ཡལ་ནས” “གངས་ཅན་བོད་ནས་རྒྱུང་
གི” ཞེས་ཡིད་ཆད་སྤྱོད་སྤྲུགས་ཤོར། སེམས་རྒྱུང་སྤྱེ་བ་ “རྒྱུང་……
རྒྱུང་” བ་ནི་སེམས་རྒྱུང་སྤྱེ་བའི་རིག་གནས་ཁ་ཟས་ཀྱི་རང་
མདངས་རེད། རང་མདངས་དེར་གཟི་བརྗིད་བྲལ་ཞིང་རང་
མདངས་དེ་རྟིང་གོག་དུ་ལྟར། རང་མདངས་དེའི་རྩལ་དྲིས་
བཟིན་ས “ལྟེ་རྩལ་བ་སྤྱོད་ཡིས་མཆོར” བའི་སེམས་རྒྱུང་སྤྱེ་བས་
བདག་དོན་ལས་བརྒྱུས་པའི་ལས་རིགས་ཐམས་ཅད་བྱསྤྱོད་མི་
ལ་བསྤྲུགས་པ་ལྟར་ཐལ་བར་བསྐྱུར་འདུག་པས་ཚུལ་པ་………

པོས “གངས་ཅན་བོད་ནས་རྒྱུང་གི” ཟེར་དོན་སྤྱོད་ལྟ་
སྤྱོད་སྤྱོད་བར་མིན་པར་སེམས་རྒྱུང་སྤྱེ་བའི་བདག་གམ་རྒྱ་
ཡི་འཛིན་སྤངས་ལ་བལྟས་ཏེ་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས་འདི་ལ་རྒྱས་……
སྤྱོད་ཆེ་ཡང་། དེ་ཤག་འདི་ལས་འཕྲོས་པའི “བདག་དཔོན་……
ཆོགས་” ཡིན་མིན་ཅི་རིགས་དང་ཤེས་བཞིན་དང་ཤེས་བཞིན་

མ་ཡིན་པའི་གཏམ་སྒྲིབ་ཉིན་རེར་རྩེ་མང་ལ་འགྲོ་བཞིན་ཡིན་
པས་རེ་ཞིག་འདིར་མ་སྒྲིབ་། སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བར་ “ང་རྒྱུད་”
བའི་དབང་གིས་ང་དང་ང་ཡིས་གྲུབ་པའི་བདག་ལ་ལུས་སྟོག་
ལོངས་སྟོང་གི་ཉེར་མཁོ་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ནས་མནར་”
གཙོང་ཡང་བསམ་མི་བཟོད་པའི་ “བག་མ་པལ་ཆེར་ལོ་རྒྱུད་” བ་
མ་ཟད་ “ཨ་མེད་ལྷན་ནས་དབང་རྒྱུད་” བའི་སྟོན་མོ་གཟུབ་”
རྒྱས་ཤིག་ཆོགས་ཤིང་མ་འོངས་འཆོགས་འགྱུར་གི་སྟོན་མོ་
བཟང་གིས་མི་ལང་བ་དག་ལ་ཆེད་བསྟོད་གིས་ “ལྷ་ས་ན་
མངལ་ས་མང་ནས་ཟེར་གི” ཞེས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་སེལ་བའི་
དུས་རབས་གི་བདག་ཅག་གིས་ཤེས་མ་ཤེས་གི་བར་ནས་”
གཙུག་ལག་དགོན་ལྟེ་བཞེངས་བསྐྱེད་ཁོ་ནར་གཡེང་སྟེ། མགོ་
འཁོར་ནས་བཟང་པའི་གོང་ཆག་གི་དུས་ཆོགས་ཆེན་པོ་དེ་”
ཕྱིར་དུང་བཞུགས་ཏེ་ད་ལྟོང་མཛད་རྩེས་དེའི་མཇུག་སྒྲིབ་པའི་
གཟུགས་བརྟན་ “སྒྱིར་བོད་ལུལ་ན་གྲུབ་པ་མང་ནས་ཟེར་གི”
ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། བྱེ་བྲག་ “རྩ་ས་ཆོད་སྒྲིབ་མེད་ནས་ལྟེ་བ་ཉུང་
བ” ནས་ “ཆོས་ཁྲིམས་གཙང་མ་ཅན་གི་དགོན་ལྟེ་བ་ཉུང་བ”
དང་ “རིག་མ་ཡག་མ་མེད་ནས་སྒྲིབ་པ་ཉུང་བ” “རིག་གནས་
མ་ལག་ཆང་ནས་སྒྲིབ་པ་ཉུང་བ” “སྒྱིད་ཀྱི་རྒྱུད་རྒྱུ་བ་
ནས་དཔོན་པོ་ཉུང་བ” “དེང་སང་བོད་སྐད་ཤེས་ནས་བུ་ཕུག་
ཉུང་བའི” བར་མ་ཐོག་ལ་གཙོགས་ཁབ་ལྟ་བུའི་སྟན་འབྱེན་
མཛད།

སྟོན་བཤད་ལེ་ཆོན་འདིའི་རྩེས་མར་གཏམ་གྱི་མཛའ་བ་
དང་མི་མཛའ་བའི་སྐར་སྒྲིབ་བ་ད་ལྟར་མཁོ་བའི་གཞི་རིམ་གྱི་
རྒྱན་ཤེས་སྐར་རེད། སྒྱར་རྒྱལ་བོད་གི་གཏམ་དཔེ་ཁག་”
དམིགས་ཁྱད་ཅན་གྱི་སྟོན་ཐོག་འདིར་ “བཤད་ན་མཛའ་”
ཞིང་” རེས་པར་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་དང་། སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་
བའི་དགོན་ཆུན་ཁག་གིས་དགོན་ལྟེ་བ་སྒྲིབ་འབའ་ཞིག་གིས་
གྲུབ་མཐའ་ཆོད་པའང་མི་མཛའ་བ་སྟེ་མི་འོས་བར་སྒྲིབ་མ་”
སྒྲིབ་མའི་རིག་གནས་ཤིག་དང་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་གི་རིག་
གནས་ཤིག་སྒྱི་ཆོགས་གི་འགན་འཁུར་བའི་རིག་གནས་ཤིག་
མཁོ་བར་རྩལ་འདོན་དང་། དགོན་ལྟེ་ཁག་གིས་སྒྲིབ་ཡོད་གི་
སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ཟས་སྒོ་བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁྱེ་བོད་བརྒྱུད་
རིག་གནས་ཁག་ལ་འབད་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གསེར་འབད་
འབྱུངས་ལས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ལ་ཆད་ལུང་ཆད་གི་ལྟེ་དོན་
སྟོན་དེའི་ཐོའ་ཆིག་(台球) དེ་བརྒྱབ་ན་མི་མཛའ་། དེ་”
བཞིན་ “བུ་མོ་ན་ཏོག་ཅན་” ཆོས་ཀྱང་རིག་པ་སྒྲིབ་ཏེ་སེམས་”
རྒྱུད་ལྟེ་བའི་འཕོར་ཞིག་ཏུ་སྤང་བའི་བྱིམ་གཞིས་དེ་སྒྲིབ་ཨེ་”
ཟིན་ལ་སྒྲིབ་པ་ཆོད་དང་ལྷན་ན་མཐོ་དམའ་བུལ་བའི་དཔུང་
བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱུ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་དགོན་ལྟེ་བ་འཆང་ག་”
བརྒྱབ་ནས་སྒྲིབ་རྒྱུ་གི་ཆང་སྒྱུན་ཕུད་པའི་དུས་སྐབས་ཡེ་
ནས་མིན་པ་སྒྲིབ་ཀྱི་བདག་མོ་སོགས་བུད་མེད་ལྟ་བུ་རབ་ཏུ་
བྱུང་བས་ “བསྟན་པ་ལོ་ལྟ་བརྒྱུའི་འབྲིབ་” སྤང་བར་སྒྲིབ་པའི་

ནམ་ཉོག་གིས་རང་གསལ་དུ་གྱུར།

སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་ལྟེ་བོད་གངས་ཅན་པ་ནམས་སེམ་
བྱར་འཛོམ་ནས་ད་ལྟའི་བར་གྱི་བྱུང་རིམ་སྟོན་བཤད་འདིའི་
ནང་དུ་སོང་ནས་ད་ནི་“གནམ་ལོ་གསར་བའི་དགོ་མཆོན་འདི
ཉགས་ར་སྟོན་མོས་བསྟོད་དགོས་ནས་ཟེར་གི” ཞེས་མ་འོངས་
དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་གསར་དུ་ཆོས་སྐབས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་
བས་སྐར་བྱུང་ལ་རྒྱས་ཐོང་བསགས་ཏེ་མ་འོངས་པར་གོ་མ་ཁ་
གསར་བ་ཞིག་སྟོན་དགོས་པའི་རེ་འབོད་བཏང་ནས་གཏམ་གྱི་
བསྟོད་པ་ནམ་གསུམ་རིམ་པར་བྱུང་། སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་འམ་
སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བ་དང་འདྲ་བའི་ལྟེ་བ་གཞན་དག་གིས་“ལས་
བྱེད་ནང་ནས་དགོ་ཆན་བཀྱར་དགོས་ཤིང་” “ལྟེ་བའི་ནང་
ནས་བྱུང་མེད་བཀྱར་དགོས་” “ཁྱིམ་ཆང་ནང་ནས་ལོ་ལོ་ན་
བཀྱར་བ་” དང་“མནའ་མ་བཟང་བོས་ཐབས་ཀྱིས་ཨ་ནེ་”
བཀྱར་ན་མག་པ་བཟང་བོས་ཨ་ཞང་བཀྱར་ལན་” དུ་དགོས་
ངེས་དེ་འགག་ཆར་འཁུམས། ད་ལྟའི་སྐབས་ཚུལ་ལས་“གཏམ་
གྱི་དཔངས་པ་ནམ་གསུམ་” བྱུང་བ་དང་མཁུག་དུ་སེམས་རྒྱུད་
ལྟེ་བའི་ཕྱིས་འབྱུང་གི་ཆོས་ཀྱི་ཉེ་བཅོང་གི་སྟོན་ཐོག་འདི་
འདྲར་“ཆང་འཐུང་མེད་ལ་སྤྱུ་ལེན་གར་ཆེད་བྱས་ན་ལྟེ་བ་སྟོ་
སྟོད་རྒྱས་པ་” དང་། རིགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་མ་རལ་བའི་“མནའ་མ་
བཟང་མོ་ཡིན་ནས་ལས་ཀ་ཡོད་ན་ཨ་ནེ་དགའ་” ཞིང་“ད་དྲུང་
བག་མ་མོ་སྟོ་ཡོད་ཅིང་བཅེ་སྟོ་ལྷན་ན་མག་པ་ཞི་ལུ་དགའ་” བ་

སོགས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་མནའ་མ་ཡོངས་ནས་སྟོབས་པ་ཆེན་
པོས་ཐུག་དུ་ལེན་དགོས་པ་ལོ་རྒྱས་དང་དུས་རབས་ཀྱི་འགན་
འཁུར་བསྐྱངས། སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བར་“བྱ་རིག་པ་ཡག་ནས་”
ཚོམ་པ་མ་ཁས་ན་དགོ་ཆན་སྟོད་” ཅིང་“བྱ་མཐོང་རྒྱ་ཡངས་
ནས་ཆོང་ལ་མ་ཁས་ན་པ་མ་སྟོད་” གཞན་“མ་ཤེས་རྒྱ་ཆེ་བས་”
ཀུན་ལ་བྱམས་ན་པོ་སྟོས་སྟོད་” སྟོན་ཐོག་དུ་“ཤ་ང་ཆང་”
(ཆེད་མཆོན་གསུམ་) བསྐྱགས་པའི་སྟོན་མོ་བཟང་ན་མགོན་
པོ་སྟོད་” ཅིང་“གཏམ་ཁ་ལྟེ་དག་པའི་ཆོག་རྒྱུ་བདེ་ན་ང་སྟེར་
སྟོད་གི” ཞེས་ཚོམ་པ་པོས་གཏམ་གྱི་སྟོད་པ་ནམ་གསུམ་གྱི་
ནང་དུ་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་མ་འོངས་འཆོ་བར་ཐུན་ཆོགས་
བདེ་ཐང་གི་ཁ་གཡང་ཞིག་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། སྐར་ད་ལྟའི་
སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་ཤས་མི་བཟོད་པའི་འདུས་པ་མང་བོ་ལྟེ་
“རྒྱབ་བཀྱག་མཐོན་པོ་ཅན་གྱི་དཔོན་པོ་བཟོད་པོ་” དང་
ལྷག་དོན་“སེམས་ན་ལེན་མ་མེད་ནས་རྒྱན་མ་སོམ་” འདུས་
པས། ལྟེ་མི་ཆོར་གསལ་འདེབས་ཐངས་ཤིག་བྱས་ཏེ་སྐར་ཡང་
ནན་ཏུ་རྒྱུ་དུ་“དགྲུང་ཨ་སྟོན་ཡག་གི་ཤོང་ཁ་ནས་པོ་རིག་
ནག་རྒྱུད་གཟན་ལ་འདྲུང་” བས་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བས་ལྷག་གྱ་
རྒྱུད་རྒྱུད་ཆོ་འཆོས་ཉེས་སུ་ཤོར་ན་མིག་རིལ་རྒྱུད་ཉེན་ཡོད་
པའང་གསལ་ཆེན་དུ་སྤྲོས།

མགོ་བ་མོ་དང་རྒྱུ་སེར་གྱི་སེམས་རྒྱུད་ལྟེ་བའི་
མང་ཆོགས་ཀྱི་འཆོ་བའི་རང་མདངས་ད་དྲུང་སྤྱོད་ནས་སྤྱོར་

ལས་རིགས་དེ་འབའ་ཞིག་གི་ “སྲ་ལུ་བྱས་ན་ལག་མི་དལ་པ་”
ལས་ཚུ་ཆ་པོ་ཕྱི་གང་སྐོལ་ཐབས་བྲལ་བ་མ་ཟད་ལམ་སྟོན་.....
མོར་ “ལྷགས་རྟ་ (རྟ་འཁོར་གྱི་ཐ་སྟངས་འདི་རྒྱན་བཀོལ་དུ་མི་
ལེགས་སྟམ་) ཞོན་ན་སྲ་ལུ་མི་དལ་” བ་དང་། ཟོག་གསེབ་གྱི་
“ཀ་ར་དབྱགས་རྒྱག་ལྷང་ན་ཁ་མི་དལ་པ་” མོགས་ཞོར་ལ་...
བརྗོད་པ་མང་པོར་འཆོལ་རྟོག་གཤེབ་སྤྱད་བྱ་ས་མང་། སེམས་
རྒྱུ་ཕྱི་ལོ་ལྷན་གྱི་རྒྱ་པོ་ཆེན་པོར་བཟུང་རྒྱན་རིང་ཡང་
འཛམ་གླིང་ཡང་ཆེན་སྒྲིལ་མཆོར་འབབ་པ་ལས་ཚུ་པོ་གྲེན་དུ་
ལྷག་པ་དེ་འཛིག་རྟོན་གྱི་གཤེབ་ལྷགས་གང་དང་ཡང་འགལ་
བས་སེམས་རྒྱུ་ཕྱི་ལོ་ལྷན་གྱི་རྒྱ་པོ་ཆེན་པོར་ལྷན་གྱི་
འཁྱུར་བ་དག་གི་ཕྱིར་བར་དྲངས་ཏེ་སེམས་རྒྱུ་ཕྱི་ལོ་ལྷན་
བཤད་གྱི་མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་ན་ཁྲག་དྲི་ཁ་བའི་བརྗོད་བྱ་
སྤྱད་སྟངས་དང་། འགའ་ཤས་དབང་མེད་དུ་སྒྲིག་འགྲེམས་.....
བཅུས་ཏེ་མཐུན་ན་མི་ལོན་པའི་གདུང་ལྷགས་ཀྱིས་གཡོས་ཏེ་
དཔའ་སྤྱོད་ཆེན་པོས་ “བ་བཤད་གི་ཞི་ལུ་འདི་སྟངས་ཆེ” ཞེས་ཐེ་
ཆོམ་དང་འཛིགས་སྤྱད་མེད་པར་བརྗོད་སོང་།

མཇུག་ལྟུ་།

རྒྱ་ཆལ་གྱི་ལམ་བུར་འབྲེལ་ཡོད་ལས་རིགས་ཁག་དུ་...
ཞིབ་འཇུག་གི་གོམ་ཁ་སྤྱོད་པ་ལས།

ཡུ་ཚུགས་གྱི་གཡལ་གྱི་འགྲོས་མིན་པའི་དེང་རབས་བོད་ཀྱི་ན་...
གཞོན་སྐྱེས་སྤྱི་བཅའ་སྒྲིལ་སྟེ་《རྟོན་བཤད》 ལ་འདི་ལྟར་སྤྱི་
ཁོག་དང་ནང་ཆོན་དཔྱད་གཅིག་དུ་བསྒྲིགས་ན་ཆད་པ་དང་...
ལྷག་པ་འགའ་རེ་ཡང་མཆིས་སྟམ་། དཔེར་ན་རྟོན་ཆའི་ཐད་
ནས་འབྲལ་གཞུང་གི་མི་སྤྱད་རྒྱུ་མི་འདྲིས་པ་ཁག་ཅིག་.....
ཐོན་ཡོད་པ་དང་། རྩོམ་གཞིའི་གོང་འགྲོ་འཆོལ་བ་།
མཆོམས་མཆོམས་སྤྱད་ཆའི་དབྱངས་འགྲོས་ཀྱིས་བརྗོད་བྱ་
མི་གསལ་བ་། ལྷག་པར་རྩོམ་ལུས་བྱིངས་ལ་གཞི་གཅིག་འདི་ལ་
བའི་རྩོམ་ཐག་ཆད་པའི་དབང་གི་བདག་གིས་གོང་དུ་སྤྱི་
བབས་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཆོན་པའི་ལུས་གཅོད་ཐབས་མ་རྟེན་
པར་བཅའ་སྒྲིལ་རང་དང་བསྐྱེད་པར་བཞག་པ་ལྟ་བུ་མཆིས་
སྟེ་སྤྱད་པ་དག་རྩོམ་པ་པོའི་དགོངས་ཆ་མ་ལོན་པའང་གིན་
པས་ན་མཐའ་གཅིག་དུ་ལྷག་ཆད་དུ་སྤྱད་པ་མིན་པར་སྟོན་པ་པོ་
དག་ལ་དཔྱད་གཞིར་ལུས་བའོ། མཇུག་དུ་ “རིན་ཆེན་གྱི་མི་...
ལུས་འདི་གོང་ཆེན་གྱིས་ཉོ་རྒྱུ་མེད་” པའི་གདམས་ངག་ལ་.....
སེམས་རྒྱུ་ཕྱི་ལོ་ལྷན་པོར་བསྐྱར་དུ་འདྲ་རིས་དང་ཁ་ལས་མ་...
ཡིན་པར་ནམ་རྟོག་དངོས་སྟོན་གྱི་ལྷན་པོར་དེ་ནི་རྩོམ་འདིའི་
ཉིང་དགོས་སྤྱད་བདག་གིས་བདམས་ཏེ་ མ་རྟོག་ལྷག་པར་ཞུགས་
པ་དག་རྩོམ་པ་པོར་བཟོད་པར་གསོལ་།



འཇམ་དབྱངས་སྒྲིག་ (མཆོ་སྡེ་ན)

གཅིག་ གནས་ཚུལ་།

ཀ

ཉིན་དེར་རྒྱངས་འཁོར་ལས་པ་ཡུལ་སྐྱུགས་ཀྱི་ངོ་ཤེས་བཟའ་ལྷ་གཉིས་དང་ཕྱད་དེ། ང་ཚོའི་པ་ཡུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུག་ཡག་མིན་དང་། ཡུལ་མིའི་འཆོ་བར་འགྱུར་ཞོག་བྱུང་མིན་སྐྱེས་ཁ་བརྒྱུད་པོ་བྱས། མཆོ་མས་ཤིག་ལ་རང་གི་དགའ་ཁ་འབྱེར་སྐྱུགས་ལྟར་པ་ཡུལ་བུད་མེད་ཀྱི་བདེ་སྐྱེས་སྐོར་སྐྱོང་བ་ཡིན། ངས་ཁོ་གཉིས་ལ་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་པ་ཡུལ་གྱི་སྐྱེས་པ་ནུམས་ཀྱིས་རང་གི་བཟའ་ལྷར་གཅར་རུང་སྐོར་གསུམ་བྱེད་པའི་སྐྱེས་ཚུལ་མི་ལགས་པ་དེ་བསྐྱར་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲིས་པ་ན། ཁོ་པས་ད་ལྟ་སྐྱེས་པ་དེ་པལ་ཆེར་... མཇུག་ཚྭས་འདུག འོན་ཀྱང་སྐྱེས་པ་མང་ཆེ་ཤོས་ཀྱིས་བྱིས་ཆང་གི་ལས་ཀའི་འགན་མི་འཁུར་བ་མ་ཟད། ད་དུང་བྱིས་ཀྱི་བལ་དང་ར་ཁུལ། འབྲུ་རིགས་སྤོང་གོ་ལྷག་དཀར། ར་ཁུག་སྐྱེས་སྐོར་ནས་བཅོང་རྒྱུ་ཤོ (མ་ཅང) རྒྱག་པ་དང་རང་ཁོ་ནས་ཁ་སྐྱོད་... རྒྱག་པའི་སྐྱེས་པ་དེ་ཞིག་ཆགས་དང་ཆགས་བཞེན་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་དོན་དག་སྐྱེས་སྐྱེས་བྱུང་བས་སྐྱེས་མ་མང་པོ་ཞིག་ཐབས་ཟད་ཏུ་ཐུག་འདུག ད་དུང་ཁོ་ཚོའི་སྤེ་བའི་སྐྱེས་མ་ཞིག་གིས་དབྱེད་མགོ་ཆོས་མ་ཐག་རང་གི་ཁྱོ་གས་གཞན་དུ་ཞོར་ལས་ལ་

མངགས་ཅི་ཐུབ་བྱེད་པའི་གཏམ་ཡ་མཆར་ཞིག་ཀྱང་སྤེང་། ཟུ་མཆོན། ཁྱོ་གཞི་ཁྱོ་བསྐྱེད་ན་ལས་ཀའི་འགན་མི་འཁུར་བ་མ་ཟད།
ད་དྲུང་ཁྱོ་ཆང་གི་ཡོང་འབབ་ཆང་མ་བརྒྱག་ཆར་འགོ། ཁྱོ་གཞི་ལས་ལ་སོང་ན་ཕྱིར་སྐོར་མོ་སྐར་ལི་གང་ཁྱོར་ཡོང་ཟུ་མེད་
ནའང་། ཁྱོ་ཆང་གི་ཡོང་སྐོར་བརྒྱག་མཁན་མེད་པས། སྐྱེས་མ་དེ་དགའ་བའི་ཆོད་དྲུ་འདུག་ཟེར།

ཁྱོ་གཞི་ལས་ཀྱིས་རང་གི་ཆུང་མར་གཅར་དྲུང་སྐོར་གསུམ་བྱེད་པའི་གོམས་སྒོལ་ཐན་ལྟས་དེས་ཆ་ཁ་ཤས་སུ་པལ་ཆེར་མཛུགས་
འགྲེལ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་དགའ་འོས་བཞིག་ཡིན་ཡང་། ང་ཆོས་ངས་དགོས་པ་ནི། མི་རིགས་ཤིག་ཉམས་ཅུབ་དྲུ་འགྲོ་ཆོ་མི་རིགས་དེའི་
སྐྱེས་པོ་མོ་རེ་ལེམ་སྐྱེད་ལྟག་ཅན་དྲུ་ཡུར་པས་ཡིན་ལ། དེ་བས་ཀྱང་སྐྱེས་པ་པོ་ཉམས་མ་འཛོན་པས་རེད། དེས་ན་ཁྱེད་ཅག་ཆང་མས།
དེ་ལས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་བྱ་པོ་ཆོས་དོན་དག་ངན་པ་འདིར་བསམ་སྒོ་ཞིབ་དྲུ་གཏོང་དགོས་རན་འདུག་སྟེ།

ཁ

ནམ་ཟླ་ཤིན་ཏུ་དྲུངས་ཤིང་ཁ་དབུགས་རབ་དྲུ་གཅོང་། ནངས་ང་འཐུངས་རྩེས་ངེད་ཁྱོ་ཤུག་གཉིས་སྤར་ཐུས་བཞིན་འཆམ་
འཆམ་དྲུ་སོང་བ་ཡིན། རྩེ་བའི་ཉེ་འདབས་སུ་ཐོན་པ་ན། དྲུ་མེད་ཉམས་ཀྱིས་ཆ་ཆ་ལུར་ལུར་ངང་རྩ་དང་གོ་འབྲེག་བཞིན་པ་.....
མཐོང་དུས་སེམས་སུ་སྟོན་ལེན་དུས་ལོ་ལོན་འཆི་ཁོམ་མེད་ལ་བྱིས་བསྐྱེས་ཁོམ་མེད་ཟེར་བའི་ཁ་དཔེ་དེ་ཅི་མ་བདེན་སྟེ་མ་པའི་ཆོར་
བཞིག་སྐྱེས་ཡོང་། ངེད་གཉིས་ཏུ་ཅང་སྐྱེད་སའི་སྤོང་གསེང་ཞིག་ལ་ཐོན་ནས་ངལ་གསོས། སྐབས་དེར་རྩེ་བའི་ནང་གི་ཡ་ཕྱི་ཆན་མོ་
ཞིག་གིས་རང་ལས་ཆེ་བའི་གཟན་རྩེ་དོན་ཁྲིས་ཅིག་ཁྱུར་ཡོང་ནས་ངེད་གཉིས་ལ་འཆམས་འདྲི་བྱེད་ཞོར་དྲུ་ཁྱུར་པོ་ས་ལ་འཕངས་
ཏེ་མོ་འང་དེར་བསྐྱེད་དེ་ངལ་གསོ་བྱས་པ་རེད། ངས་ཁོ་མོར་ཁྱོད་རང་ལོ་ན་མཐོ་བས་ཤིང་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱས་ན་ཅུས་སམ། ལས་ཀ་ལྷི་མོ་
དག་ལོ་གཞོན་ཆོས་ལས་ན་འགྲིག་གི་མོད། ཁྱེད་ཀྱི་བྱ་དང་མནའ་མ་གང་དྲུ་བྱ་དང་སོང་ཟེར་ནས་དྲིས་སྐབས། མོས་ཁོག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་
བརྗོད་སའི་ཡུལ་ཞིག་རྟེན་པ་བཞིན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ལྟོག་ལྟོག་དྲུ་བྱིར་བཏོན།

མོ་དང་ཐོག་ས་འདིར་བག་མར་ཡོང་སྐབས་གཞུག་ཁྲིད་བྱ་མོ་ཞིག་ཀྱང་ཁྲིད་ཡོང་། ཡིན་ནའང་བག་ཡུལ་གྱིས་མ་གཅེས་པས་བྱ་
མོ་བྱིར་པ་ཡུལ་ལ་བསྐྱེད་ཟེར། མོ་རང་ཁྱོ་གཞི་དང་གཉེན་སྲིག་རྩེས་བྱིས་པ་མ་སྐྱེས་པས་ཁྱོ་གཞི་ཆ་བོའི་བྱ་མོ་ཞིག་སྟོར་སྐྱོང་བྱས་
ནས་ད་ལྟ་བྱེད་ལོ་ཉེ་བྱ་ལྟག་ལ་སྤེབས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལོ་བརྒུ་བདུན་གྱི་རྟེང་དྲུ་ཆུང་མའང་སྤངས་ཆར། དང་ཐོག་མནའ་མ་ལེན་
སྐབས་རང་ཁྱི་གྱི་བྱ་ལུང་དོགས་ནས་ཁྱོ་གཞི་ཆ་བོ་(སྟོར་བྱ) ཆང་གི་བྱ་རུ་གཡུར་ནས་བག་མར་འདོགས་སུ་བཅུག་བྱས་སྐབས་
དེ་དང་བསྐྱེད་ནས་ཁྱི་མ་གཉིས་ཀའི་བྱ་རུ་སྐྱོག་ནས་བཙོངས་རྩེས་ལྟ་སར་བྱོས་སོང་བ་རེད། རྒྱུ་དེ་གཙོ་བྱས་ཐོག་མནའ་མའང་བག་

ཡུལ་ནས་མ་བཟང་པར་རང་ཡུལ་དུ་བྱུང་སྐད། བྱ་རུ་བཅོངས་པའི་སྒྲོལ་མོ་ནམས་བསྐྱུགས་ཚར་ཇེས་བྱ་བྱིར་པ་ཡུལ་དུ་འཁོར་མོད།
འོན་ཀྱང་མནའ་མ་བྱིར་ཡོང་ཁ་མ་ཉན། དེའི་ཇེས་བྱ་ལ་ཡང་བསྐྱར་མནའ་མ་ཞིག་སྤངས། དུས་དེར་བྱས་རྒྱུ་ཆ་བྱ་རུ་མེད་པར་ལེ་
བདེའ་དང་འཁར་ར་བྱས། ཡིན་ནའང་རང་གི་བྱ་རུ་བཅོང་བ་པར་ཞོག གཞན་གྱི་བྱ་རུའི་སྒྲིན་པ་ལ་འགྲོ་སྒྲོལ་པོ་བཏང་སྐད་སངས།
ད་བྱ་རུ་ཉོ་སྤྱད་གྱི་ཆ་རྒྱུ་ཉ་ཅང་ཞན་ཟེར། ངས་འོན་ཏྲོང་ཚང་ལ་ར་ལུག་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་པ་ན། མོས་སྒྲིན་ཆད་ང་
རང་ལོན་གཞོན་དུས་ནངས་སྤྱི་ལངས་དང་དགོང་འཕྱིས་ཉལ་བྱས་ནས་ར་ལུག་ནམས་སྤྱི་བཟང་ས་དང་ཆུ་མོད་སར་དེད་དེ་འཆོས་
པས་ར་ལུག་འཕེལ་ཁ་རྩུང་རྒྱས་ཡོད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་རང་ཉིད་ལོན་ཆས་ནས་རི་མགོ་ལ་ཐུར་ལ་ཐོག་འཆོ་རུ་འགྲོ་མི་ཐུབ་པ་མ་
ཟད། བྱིམ་ཚང་འདིའི་པ་བྱ་གཉིས་ཤ་བཟུར་དགའ་བ་ལས་ལུག་འཆོ་རྒྱར་མི་དགའ་བས་ར་ལུག་ནམས་ལོ་རེའི་དགུན་ཤ་དང་.....
དབྱར་ཤར་བཤས་ནས་རེ་ཉུང་ནས་རེ་ཉུང་དུ་བྱུང་སྐད། ཡང་ར་ལུག་སྒྲོལ་ཞིག་བཅོངས་ཟེར། བཅོངས་པའི་སྒྲོལ་མོ་ཡང་བསྐྱུགས་
ཚར། བྱ་ལས་ཀར་མི་དགའ་ཡང་གོན་པ་གང་ཡག་གང་དར་གོན་རྒྱར་དགའ་ཐོག ས་གཞན་ལ་འབྱུང་རྒྱར་ཡང་ཉ་ཅང་དགའ་བ་.....
རེད། དེ་བས་བྱིམ་ཚང་འདིའི་གདུང་འཁྱུར་མཁན་ལོ་དུག་རུ་ཡན་གྱི་ཆན་མོ་ང་གཅིག་ལྟ་ཡིན་པས། ད་སྐབས་གཡུ་བྱ་རུའི་རྒྱུ་ཆ་ཉོ་
བའི་ཆ་རྒྱུ་མེད། དེར་བརྟེན་མནའ་མ་གཞུག་མ་ཡང་རྒྱུ་ཆ་མེད་པ་དང་བྱ་ཤོ (མ་ཅང) དང་རྒྱུ་འཕྱགས་པར་དགའ་བ་སྟགས་
རྒྱུ་བྱས་ཏེ་མ་བཟང་པར་བྱིར་རང་ཡུལ་ལ་བྱུང་སྐད། བག་མ་འགྲོ་ཁར་ལོ་གཉིས་ཅན་གྱི་བྱིས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའང་ཁྲིད་སྐད།
མནའ་མ་སོང་ཇེས་བྱ་ཡང་གང་སར་ཆ་མེད་དུ་འབྱུངས། མི་ལ་ལས་བཤད་ན། ཁོ་ཉི་མ་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྒྲིན་ལ་ཆབ་ཆན་བཟང་འདུག་གི་
ཟེར། མོས་བཤད་པ་ཡིན་ན། རང་གི་ཁྲོ་གས་ལོན་གཞོན་དུས་ནས་བཟུང་ལས་ཀར་མཚུབ་མོས་མི་ཐུག ཡིན་ཡང་ཟས་ཞིམ་པོ་དང་
ཆང་བདུད་ཅི་སྒྲིད་རྒྱར་ཉ་ཅང་དགའ། ད་ལྟ་མོའི་ཁྲོ་གས་ལོ་བདུན་རུ་ལྟག་ལ་སྤྱོད་པས་འདུག་ཟེར། མོ་པ་ཡུལ་དཔལ་ལུང་ནས་ས་དེར་
ཡོང་ནས་ད་ལྟ་པར་ཆེར་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལྟག་འགོར་སྐད། ལོ་འདི་དག་གི་རིང་ལ་མོས་ཞོགས་པའི་ཐོ་རེངས་ཤར་པ་ནས་མཚན་མོའི་
སྐར་མ་འཆར་རག་བར་དུ་ངལ་སྤོལ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། ད་ལྟ་ད་དྲུང་ངལ་སྤོལ་གྱི་ཕྱི་འགན་འཁྱུར་མཁན་ཡིན་ཟེར། བསྐྱུགས་ཆོད་གྱིས་
དངོས་གནས་མོའི་ལུས་པོ་ཉ་ཅང་ཉམ་ཐག་འདུག མོས་འདི་ནི་རང་ཉིད་མོ་ལུས་སྤངས་པའི་མཁུག་འབྲས་རེད་ཟེར་ནས་རང་གི་
སྒྲིས་ཁམས་ལ་འཁར་ར་བྱེད་གྱིན་འདུག སྐབས་དེར་ངས་ང་ཆོ་དང་ཉ་ཅང་རྒྱང་ཐག་རིང་བའི་ས་ཆ་ན། སྦྱིད་ལ་ཁའི་སྤྱི་ལ་མ་ཉན་ཟ་
དང་། སྤྱག་གོང་མོའི་ཆུ་ལ་མ་ཉན་འཐུང་བྱེད་པའི་པོ་མོ་འདྲ་མཉམ་གྱི་བདེ་བ་ཅན་ཡང་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་རྒྱུ་ན་མོ་གཏན་དུ་ཡིད་མི་
ཆེས་པའི་ཆོད་དུ་འདུག

ག

ཉེན་ཞིག་ཨ་ཅེ་དེད་གཉིས་ཀྱི་བོ་ཚང་ལ་འགྲོ་སྐབས་ལམ་བར་དུ་ཨ་ཡེ་ཀན་མོ་ཞིག་དབུགས་འཚང་བཞིན་ཏུ་བ་པོར་འགྲོ་བ་དང་ཕྱད། ཨ་ཅེས་ཁྱོད་ལ་ཅི་བྱུང་སྐད་ཟེར་བ་ན། མོས་དེད་ཚང་གི་བྱ་རྒྱུ་བས་ཡང་ཤོ (མ་ཅང) བརྒྱབ་ནས་ནམ་བསྐངས་སྐད་བས་ད་དྲུང་ཉལ་འདུག མན་འམ་སྒྱ་རེངས་ཤར་མ་ཐག་ནས་ཞིང་འབྲེག་དུ་བྱུང་སྐད། ཞིང་ཁར་ཤོག་སྐྱུད་མཁན་ཞིག་ཀྱང་མེད་པས་ངས་བྱ་འབྲིང་བ་ཚང་ལ་རྒྱས་ཤིག་བྱས་ཟེར་ནས་བརྒྱག་གི་སྐད་བ་ཡིན། དེད་ཚང་གི་བྱ་འདི་ཐོག་འདྲ་བ་ཞིག་རེད། ལྷོན་ལས་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད། ད་དྲུང་བྱིམ་གྱི་ཡོད་ཡོད་ཐམས་ཅད་བརྐྱས་ཏེ་ཤོ་བརྒྱབ་འཛིག་པ་རེད་ཟེར། ངས་བལྟས་ན། དེ་ནི་ཕ་མ་ཁྱེད་མས་ཀྱིས་རང་ལ་བྱ་ཞིག་སྒྲིམ་པ་ན་བྱ་དེ་ལྷ་ལྟར་མཚོད་ཅིང་སྐྱ་ལྟར་བཀྱར་ཏེ་མི་དམིགས་བསལ་ཅན་དག་དུ་སྐྱེད་སྤིང་བྱས་པའི་མཆུག་འབྲས་རེད་སྟེ། ཡིན་ཡང་ཁོ་ཚོས་དེ་གཏན་ནས་ཚོར་གྱིན་མེད་པ་འདྲ།

ང

ཡང་ཉེན་ཞིག་ང་རང་སྤེལ་བའི་ཀན་མོ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་བྱིམ་ནས་ཁ་བརྒྱུ་ཡོད་སྐབས། ངའི་རྒྱུ་དུས་ཀྱི་ཆེ་རྒྱས་ཤིག་ཡོད་ནས་ཁོས་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་མཚན་ཞིག་སྤྲོད། བཤད་པ་ཡིན་ན། ཁོ་ལྟེ་ཤུ་མ་ཐོན་སྡོན་ལ་ཤོ (མ་ཅང) རྒྱག་མགོ་བཙམས་པ་ཡིན་ཟེར། དེ་ཁོ་རང་རྒྱུ་ཨ་ཕས་ཤོ (ཤོག་མེ) རྒྱག་སྐབས་སྒྲོར་མོ་གཉེར་མཁན་དང་། ཡང་གཞན་གྱི་ཤོག་མེ་བརྐྱ་གི་ཡོད་མེད་ལ་ལྷ་མཁན་བྱས་སྤྱོད་བས། ཤོ་ལ་དགའ་བའི་བག་ཆགས་ཟབ་མོ་བཞག་ཟེར་ནས་ཡིན་ཤིག་དུ་བྱས། དང་ཐོག་ཁོས་རང་གི་ལག་གི་སྒྲོར་མོ་ཅག་ཅིག་རེ་སྤྱད་དེ་ཤོ་བརྒྱབ་པ་དང་། དེ་ནས་བྱིམ་གྱི་དངོས་པོ་རྒྱན་ལ་བཞག་པ། དེ་ནས་གཞན་ལ་དོམ་བྱས་ཏེ་ཤོ་བརྒྱབ་པ། དེ་ལྟར་རིམ་བཞིན་ཤོ་ཆེན་པོ་རྒྱག་རྒྱར་ལོ་བས་སྐད་བ་ཡིན་ཟེར།

ཐེངས་ཤིག་ལ་སྤེལ་བ་གཞན་ཞིག་ནས་ཤོ་རྒྱག་སྐབས་ལག་གི་སྒྲོར་མོ་ཚར་རྗེས། བྱིམ་ཚང་ལ་སྤྱང་ཀན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རྒྱན་ལ་བཞག་ནས་དེ་ཡང་ཤོར་སྐད་ཟེར།

ཡང་ཐེངས་ཤིག་ལ་སྤེལ་བ་གཞན་ཞིག་ནས་རྒྱན་འཛིག་སྐབས་སྤར་བཞིན་དུ་མ་གྱི་སྒྲོར་མོ་ཚར་ནའང་། ད་དྲུང་རང་ཚོད་འཛིན་མ་ཐུབ་པས། ཁོའི་ལག་དུ་སྤེལ་བ་དེའི་མི་ཞིག་གིས་བོང་བྱ་མངགས་ཉོ་བྱེད་པའི་སྒྲོར་མོ་སྤྱད་ཡོད་པ་དེ་ཚང་མ་རྒྱན་ལ་ཤོར་རྗེས་ད་གཞོད་ལྷལ་དུ་མི་ལོག་ག་མེད་བྱུང་། ཉེན་ཞིག་བོང་བྱ་ཉོ་མཁན་དེ་ཁོའི་བྱིམ་དུ་སྤེལ་སྐབས་ཁོ་རང་ལ་གཅིག་ནས་སྒྲོར་མོ་སྤྱོད་རྒྱ་མེད་པ་དང་། གཉིས་ནས་བོང་བྱ་འདེད་རྒྱ་མེད་པས་ཐབས་ཟད་དེ་མཆུག་མཐར་ཁོས་སྐྱོན་ཚབ་དུ་རང་བྱིམ་གྱི་ར་མ་མང་པོ་སྤྲད།

སྐབས་དེར་ཡང་གྲུང་ཁུང་ཆེན་པོ་རེག་སོང་། དེའི་རྗེས་ཁོས་ཤོ་ལན་ཚར་མང་པོར་བཅད་སྤྱོད་ཟེར།

རེབ་ཅིག་ལ་ཁོ་རང་སྟེ་བའི་སྐྱེ་ཆབ་ཏུ་སྒྲོར་སྒྲོར་གསུམ་ལྟག་ཁྱེར་ནས་ས་གཞན་ཞིག་ལ་གཡུལ་གཅིག་འཕུལ་འཁོར་ཉི་ཅུ་སོང་།
ས་དེར་ཐོན་པ་ན་འཕུལ་འཁོར་འཆོང་མ་ཁན་གྱིས་འཕུལ་ཆས་པ་ཡུལ་དུ་འབྱོར་རྗེས་ད་གཞི་སྒྲོར་སྤྱོད་ཆོག་ཟེར་ནས་ཁོས་འཕུལ་
ཆས་སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་ས་གནས་གསལ་པོར་བྲིས་རྗེས་སྟོན་ལ་ཡོང་། པ་ཡུལ་དུ་ལོག་སྐབས་གྲོང་བར་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་ཞིག་བརྒྱད་ནས་ཡོང་།
དགོས་པས་ཉིན་དེར་ཁོ་རང་ས་དེར་བསྐྱོད་པ་རེད། དགོང་མོ་རང་གི་ངོ་ཤེས་ཤོ་རྒྱུག་ཅིག་དང་འཕྲད་དེ་ཤོ་ཁང་ལ་འགྲོ་བེར་བ་ན།
ཁོ་ཡང་ཤོ་སྒྲོལ་ངས་ནས་བསྐྱེད་དེ་སྟོན་མ་ཐུབ་པར་ཤོ་རྒྱུག་ཏུ་སོང་། ཤོ་བརྒྱབ་སྟེ་ནས་ལངས་ལ་ཉེ་དུས་ཁོའི་ལག་གི་སྒྲོར་མོ་སྒྲོང་
གསུམ་ལྟག་ཆང་མ་ཤོར་ཆར། སྐབས་དེར་ཁོས་སྒྲོར་གསུམ་བརྒྱ་ལྟགས་སུ་བཞག་ཡོད་པ་དེ་ཡིད་ལ་ཤར། འོན་ཀྱང་དདུལ་ཆར་ནས་
ལག་ཆ་སྒྲོང་བར་གྱུར་ན། ས་གོམ་གང་ལའང་འགྲོ་མི་ཐུབ་པའི་གནས་ལུགས་དེ་ཡིད་ལ་བྱུག། དེ་བས་ཁོ་བོས་རང་གི་ཤོ་རྒྱུགས་ལག་
ནས་སྒྲོར་བརྒྱ་བསྐྱེས་ནས་ཤོ་རྒྱུག། དེ་ཆར་རྗེས་ཡང་སྒྲོར་བརྒྱ་ལྟགས། དེ་ཆར་བ་ན་ཡང་སྒྲོར་བརྒྱ་ལྟགས། སྤྱ་གཞུག་ཏུ་སྒྲོར་སུམ་
བརྒྱ་བསྐྱེས་པ་ཆང་མ་རྒྱུང་མ་འགོར་བར་ཆར་སོང་། སྐབས་དེར་ཁོས་བསམ་ཞིག་ཆུགས་རྗེས་ད་ལྟ་མཐུད་དུ་འདི་ལྟར་སོང་ན་.....
དདུལ་སྟེར་རྒྱ་མེད་པས་སྟོག་ཀྱང་ཤོར་ངེས་སྟེ་ནས་ཤོ་རྒྱུག་མཆོམས་བཞག་སྟེ་ཡར་ལངས་ནས་སྒྲོར་བྱད། རྟོན་དངོས་སུ་ཉིན་དེ་ནི་
ཁོ་ལ་མཆོན་ན། དལུལ་བ་ཐེངས་ཤིག་བརྒྱད་པ་དང་གཞི་ནས་མཆོངས། སྐབས་དེར་ཁོའི་སེམས་སུ་འགྱོད་པ་རྟམ་མི་ཟིན་པ་ཞིག་
སྐྱེས་ཀྱང་ཡོད་ཆང་འབྲིས་བྲགས་པ་རེད། ཉིན་བྱེད་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་སེམས་པ་མནར་གཅོད་ཀྱིས་བསམ་སྟོབ་ཞི་གསུམ་བཅུ་གཉིས་
བཏང་རྗེས་ད་གཞི་ས་གཞན་ལ་འབྱམས་རྒྱ་དེ་བདམས་པ་རེད། རྒྱ་མཆོན་ཞེ་ཞེས་བའི་དོན་དག་འདི་འདྲ་བས་བྱིར་པ་ཡུལ་
དུ་ལོག་ཀྱང་སྒྲོར་མོའི་ཅིས་སྤྱོད་ཐབས་མེད། ལོ་འདི་དག་གི་རིང་ལ་ཤོ་ལ་ཞ་བའི་སྒྲོར་མོ་དང་དངོས་པོ་ཁྱོན་བསྟོམས་ན་ཉ་ལམ་སྒྲོར་
ཁྱིག་ཉིས་གསུམ་ལྟག་ལ་འབྱད། “ཉག་ཉག་དང་རང་པ་ཡུལ་ནས་བྲིས་བྱོལ་བྱས་པའི་ལོ་དེ་ནི་རའི་བྱ་མོར་སྒྲོབ་ཡོན་མེད་པས་སྒྲོབ་ལྷ་
ནས་བྱིར་པ་ཡུལ་ལ་ལོག་པའི་དུས་དེ་རེད།” ཁོས་ད་དྲུང་བཤད་རྒྱུ། “གལ་ཏེ་ངའི་བྱ་མོ་སྒྲོབ་ལྷ་སོང་ཡོད་རྒྱུ་ན། ད་ལྟ་བྱེད་ཆང་
གི་ཆོ་མོ་དང་འདྲ་བར་སྒྲོབ་ལྷ་ཆེན་མོ་འགྲིམས་བཞིན་པའི་སྤང་ཡིན། འོན་ཀྱང་བདག་གི་བྱ་མོ་ལ་དེ་སྟོན་རྒྱུ་ཞིང་སྟེ་ཞིག་ལ་
བག་མར་བྱེན། ལྷ་གཅིག་ཙམ་གྱི་སྟོན་ལ་མོས་བྱིས་པ་སྐྱེས་སྐབས་ལུས་མཆོག་ཞན་བྲགས་པས་ཞེན་ཙམ་གྱིས་སྟོག་ཤོར་སོང་། རྟོན་
དག་དེ་རའི་མིག་གིས་དངོས་སུ་མཐོང་བས་ཡིད་ལ་འགྱོད་པའི་ཁེངས་ཤིང་། སྟིང་ལ་ན་ཟུག་སྐྱེས་སོང་། འདི་ཡོད་ཆང་བརྒྱུག་མཁན་
ང་ཡིན། ང་ངོ་མ་འགྱོད་པ་སྐྱེས་” ཟེར།

ངས་ཁྱོད་ཀྱིས་རང་གི་ཚུང་མས་སེན་ཏིང་ནག་དང་སེན་མགོ་ཁྲག་གིས་དབྱར་དཀྱུན་སྟོན་དཔྱིད་ལ་ངལ་ཚུལ་བྱས་བྱས་མཐར་
བསོགས་པའི་དདུལ་དེ་ལྟར་ལས་སྒྲུ་མོས་བརྒྱགས་ན་སེམས་ཀྱིས་བཟོད་དམ་ཞེས་དྲིས་པ་ན། ཁོས་དོན་དངོས་སུ་གོ་པམ་བྱུང་བའི་
ཉེན་མི་རེ་རེ་ནི་ངའི་སེམས་པ་ཆེས་མི་སྦྱིད་པའི་ཉེན་མོ་ཡིན། དེ་བས་ངས་ཉེན་ཞག་རིས་མེད་ལ་ཟས་ཚུ་ཁ་ལ་མི་རེག་པར་བསྐྱད་
པའང་གང་མང་ཡོད། དང་ཐོག་ངས་གོ་བརྒྱབ་མ་ཐག་དེད་བཟའ་སྒྲ་གཉིས་ཀྱང་དེའི་དོན་དུ་བཟའ་འཁོན་རེ་གཉིས་བྱས་ཏུང་།
རྩིས་སྲོང་གོ་བོད་བྱིངས་ཞུགས་རྩིས་མོས་ལེ་བདའ་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་བཤད་མ་ཏུང་། བྱད་མེད་ཆོ་སྦྱོར་པས་བྱ་ངན་བསྐྱབས་པ་ཆད་
ལས་བརྒྱལ་ན་གཤིས་ཀ་རྩེ་འཇམ་རྩེ་གཉིས་རེད་ཟེར་ནས་བྱད་མེད་ལ་གསལ་ཆ་དོད་པོ་ཡོད་པའི་ཚུལ་ཞིག་བསྟན་པ་ལས། རང་གི་
ཚུང་མའི་བདེ་སྤྱད་དང་ཆོར་བ་ལ་དོ་སྣང་གང་ཡང་བྱེད་གི་མེད་པ་འདྲ། སྐབས་དེར་ཕྱེ་བའི་ནང་གི་རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམས་ཏུང་བའི་
ཁྱེད་པོ་དེས་ཁྱོད་ལ་དངོས་གནས་ཚུང་མ་རིག་ཡག་ཅིག་འདུག་མོས་ཁྱོད་ཀྱི་ཆོ་སྦྱོག་ལ་བར་ཆད་ཡོང་བར་དོགས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་མི་
ལེགས་པའི་བྱ་སྦྱོང་ལ་ལེ་བདའ་དང་འཁང་ར་གང་ཡང་མ་བྱས་པ་རེད། དེ་ནི་བྱད་མེད་དེའི་རིགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆ་རེད་ལ་ཟེར།
དངོས་གནས་ང་ཆོའི་ལུང་པ་དེར་སྦྱོར་པ་ཞིག་གིས་གོ་བརྒྱབ་ནས་སྒྲི་འགའ་གོར་རྩིས་རང་གི་བརྒྱབ་པ་རེད། ཁོ་དྲུང་སྒྲ་ཐོག་
རིག་མཁན་གྱི་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་རེད། བཤད་ཚུལ་ཡིན་ན། ཁོས་རང་གི་སྒྲ་ཐོག་གིས་གོ་བརྒྱབ་ཀྱིས་ལས་བྱས་པའི་སྒྲ་བཞུགས་ལའང་ཁ་
ལ་མི་བྱེད་པས། ཁོའི་བྱ་བ་མེད་པའི་ཚུང་མས་པག་གསོ་བ་དང་། གཙག་དུབ་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཡོང་སྒྲི་ལ་བརྟེན་ནས་བྱས་པའི་སྒྲ་བ་
ཡོན་གྱི་མཐུན་ཁྱེད་སྦྱར་བ་རེད།

དེད་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་བརྟེན་ཁྱོད་ཁོས་རང་གི་བྱ་མོར་སྒྲིབ་གསོ་མ་ཐོབ་པར་མི་ཆོ་འཕྲོ་བརྒྱག་ཏུ་བཏང་བར་འཁྱོད་སེམས་དྲག་པོ་
སྦྱོར་པ་བདེན་མོད། ཡིན་ཡང་རང་གི་ཆོ་གཅིག་སྦྱུ་ལ་སྤྱད་པ་ལྟར་བ་ནི་འོས་འཆོམ་རེད་སྟེ་མ་པའི་སྤང་བ་ཞིག་བྱིན། དོན་དངོས་སུ་
མ་དེད་ག་གི་རིང་ནི་ཁོའི་ཚུང་མར་མོ་ནད་ཅིག་བྱུང་ནས་སྤྲོན་ཁང་དུ་བསྟེན་མ་བྱུང་བར་ན་ཟུག་བཟོད་བསྐྱན་བྱས་ནས་བསྐྱད་པའི་
དུས་དང་། ཡང་ཁྱོ་གའི་གི་གསོན་ལ་སེམས་ཁུར་བྱས་ཏེ་སེམས་པ་སྤྱད་གི་མཁན་བཞིན་པོ་ལས་མོ་ལས་ཉིས་བརྟེན་གས་བྱེད་པའི་དུས་
ཀྱང་རེད། ཞིང་གོང་ནས་ཡོང་བའི་མི་ཞིག་ཡིན་ཆོ། སྟོན་ལས་དང་དཔྱིད་ལས་ཀྱི་ཆོགས་སྤྱད་ཅི་འདྲ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་གསལ་ངེས་རེད།

གཉིས་གནས་ལུགས་

གོང་གི་གནས་ཚུལ་འདི་དག་ནི་འུ་ཅག་གི་ཆེས་གཞི་རིམ་དང་ཆེས་དམའ་ས་ནས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པའི་དོན་དངོས་
རེད། ཡིན་ནའང་དོན་དངོས་ལ་གསལ་ཆ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྦྱོར་པ་ཁ་ཅིག་གིས་དྲུང་བྱད་མེད་ནམས་གཞན་བརྟེན་སྟོན་འབྱུང་རེད་

ཟེར། ངའི་སྒྲིང་རྩེ་ལུ་ཅག་ཁ་བ་རི་པའི་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་དངོས་ཡོད་འཆོ་བའི་ཁྱད་ཐུན་མོང་གི་འདྲ་ས་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། གཞན་གྱི་
ངལ་སྒྲོལ་འབྲས་བུ་མོངས་སྤྱོད་ཕྱིན་རྒྱུ་དགའ་བ་དེ་རེད། དེ་ནི་གཞན་བཞེན་སྤྱོད་འབྲུའི་མཆོན་རྟགས་མ་ཡིན་ནམ། སྐྱེས་པ་ཁ་མོ་
ཅིག་གིས། ཞེད་བར་སྤྱོད་དུས་ལས་ཀ་ཁོ་ན་སྤྱོད་པ་མ་རེད་ཟེར། ཡང་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཞེད་བར་སྤྱོད་པ་ཟ་འབྲུང་ཁོ་ན་སྤྱོད་པ་མ་རེད་
ཟེར། འོ་ན་ཁྱོད་ཆོ་ལྷ་རྟ། ཟས་ཞིམ་པོ་ཡོད་ཆོད་ཨ་པས་ཟོས། ལས་སྐྱུག་པོ་ཐམས་ཅད་ཨ་པས་ལས་ན་ད་འདྲ་མཉམ་བུང་སོང་བ་ཨེ་
རེད། དེ་ནི་ཐོག་མའི་གཞི་ཆའི་སྤྱོད་འདྲ་མཉམ་མ་ཡོང་བའི་རྟགས་རེད། འདྲ་མཉམ་མེད་ས་ཞིག་ནས་ཞེད་བར་ཅི་ལྟར་སྤྱོད། ཡང་
དཔྱད་ཤེས་པ་ཞིག་གིས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཞེད་བར་བྱུང་མེད་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལས་གཞན་གྱིས་སྤྱོད་ས་འགྲོ་བ་མ་རེད་ཟེར། ཟུར་ཅིག་
ནས་བལྟས་ན། དེ་ནི་དོན་དངོས་རེད་མོད། འོན་ཀྱང་། སྐྱེ་ལམས་ཀྱི་དྲག་ཞན་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་མེད་རྣམས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གདུལ་
བྱ་རེད་སྟེ་པའི་ཁྱོད་བར་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྒྱུན་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ། འདྲ་མཉམ་ཅི་ལྟར་སྤྱོད་དགོས། ཞེད་བར་ཅི་ལྟར་སྤྱོད་
དགོས། སྤྱོད་རྒྱུ་མང་དྲགས་ན་སྐྱེས་པ་དེའི་རིགས་ཀྱིས་གཙུག་རྩེ་ཕྱིན་པའི་ངེས་པའང་གཏན་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁྱོད་ཀྱིས་
བཤད་སའི་དམིགས་ལྡུལ་གྲོང་ཁྱེད་དུ་འཆོལ་བཞིན་པའི་བྱུང་མེད་དག་ཡིན་པ་བདེན་མོད། ཡིན་ཡང་ལུ་ཅག་བོད་པ་པལ་མ་ཆེ་རོང་
འབྲོག་ཁུལ་ནས་ཡིན་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར། ཁོར་ལུག་དེ་འདྲ་བ་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བའི་ང་ཆོར་འདྲ་མཉམ་དང་། ཞེ་
དབང་། རང་དབང་། ཅིས་ཐང་གི་འདྲ་ཤེས་ཤིག་ཅི་ལྟར་སྐྱེ་ཐུབ། ང་ཆོ་སྐྱེས་མ་ཐག་གི་སྤྱོད་འབྲུང་སྤྱོད་གསོ་སྟེ། ཨ་པས་བུ་མ་ཆོ་སྐྱེ་རིང་
ལ་སྤྱོད་ཐུང་ཟེར་ནས་ལོ་རྒྱུད་གི་གངས་དཀར་དྲན་པའི་ངོས་ལ་བྱུང་མེད་ལ་དཔྱད་ཤེས་མེད་ཅེས་ཐོག་མ་ནས་ཐག་གིས་བཅད། ཨ་
པས་མོ་ལུས་སྤངས་ན་གཙུག་རྩེ་དགོས་ཟེར་ནས་བུ་མ་ཆོའི་ཅེས་ཐང་ལ་དོག་བཞེས་བྱས་ཏེ་བྲན་གཤིས་ལྡན་པའི་མི་བྱ་དག་ཏུ་
སྤྱོད་སྤྱོང་བྱས་པ་དང་། ཡང་བུ་མ་ཆོ་སྐྱེས་མ་ཐག་ནས་སྤྱོད་དང་ཁོར་ལུག་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱོད་ཤེས་ཀྱིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡིན་དགག་
དང་ཁྱད་གསོད་བྱས་ཐོག་རིན་ཐང་ལྡན་པའི་མི་ཆོའི་འཛོན་ཐང་ཡང་དེ་ལ་དེ་བསྐྱེད་ཀྱིས་འཕྲོ་བསྐྱེད་དང་རྒྱུད་ཐོས་སུ་བཏང་དང་
གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་ང་རང་བྱུང་མེད་ཅིག་ཡིན་པ་དང་ཡང་ཁོར་ལུག་དེ་འདྲ་བ་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་
བག་ཆགས་ཟབ་མོ་བཞག་ཡོད་པས་ཡིན། ཐ་ན་དེ་རིང་ངས་རང་ཆོད་ཀྱིས་ལྟ་ཆུལ་རེ་གཉིས་འབྲི་སྐབས་སྤྱོད་ཤིང་གམ་དུ་ཡི་གེ་
གཏགས་པའི་ཐག་སྐྱ་གཤམས་མཆོམས་སུ་སྤྱོད་དུ་འདི་དངོས་གནས་ཡིན་ནམ་མེད་ལམ་ཡིན་སྟེ་པའི་ཡིད་ཆེས་དཀའ་བའི་ཆོར་མོ་
བ་རེ་གཉིས་ཀྱང་མི་སྐྱེས་རང་སྐྱེས་རེད། རྒྱ་མཆོན་བྱུང་མེད་ལ་དཔྱད་ཤེས་མེད་ཅེས་པའི་ཆོག་དེས་བྱུང་མེད་རྣམས་ངང་ངམ་མོ་
ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱུད་ཐོས་སུ་གཏོང་གིན་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཡོད་ཆོད་ཀྱི་ཡོད་ཆོད་སྤྱོད་རྒྱུན་ལ་མ་འབྲེལ་བ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། ཡང་སྤྱོད་རྒྱུན་

ཐམས་ཅད་སྟེས་དབང་དུ་གྱུ་པ་ཞིག་མིན་པར་བཤད་ཡོད། སྤྱིར་བདག་ནི་བྱང་མེད་ཀྱི་ཁོ་དབང་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཞིག་་་་
མིན། ཡིན་ཡང་རང་ཉིད་བྱང་མེད་ཅིག་ཡིན་པས་གངས་ཅན་བྱང་མེད་ཀྱི་ལས་སྒྲུག་པོ་འདི་མིག་གིས་མཐོང་ཐེངས་རེར་སྒྱུར་སྒྱུར་
བའི་ཆོར་བ་རྣམས་པོ་ཞིག་ངང་གིས་བྱིན་ཡོང་ཏེ། རང་ཆོད་ཀྱིས་འདྲིའི་སྒྲུགས་ལ་བསམ་གཞིགས་པ་མོ་འེ་མི་གཏོང་ག་མེད་བྱུང་སོང་།

ཁྱེད་དེ་དག་གཙོ་བོས་ཐོག་གནས་སྐབས་སུ་འུ་ཅག་ཁ་བ་རི་བའི་བྱང་མེད་དག་ལ་མཚོན་ན་ཁོ་དབང་སྟགས་སྟན་སྟན་པའི་་་་
མང་ཆོག་འདི་དག་ཏུ་ཅང་རྒྱས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོད་དུ་སྤང་ན་འང་། དེ་ཡང་གཏན་ནས་རིག་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཀྱང་མ་རེད། རྒྱ་ཁྱེད་ཆང་
མ་འཛོམས་ན་འུ་ཅག་ལའང་འདུ་ཤེས་དེ་རིགས་སྐྱེས་ངེས་རེད། གཞན་གྱི་སྤྱོད་ཐོན་རྒྱལ་ཁབ་ལྟར་ན་འང་བྱང་མེད་དཔྱད་ཤེས་པ་
དག་གིས་མ་སྐྱེལ་དང་ལེན་གྱིས་བྱང་མེད་ཀྱི་ཁོ་དབང་དང་འདྲ་མཉམ་ལ་རྒྱང་འཛོད་དང་བཙོན་ལེན་བྱས་མཐར་ད་གཟོད་བྱུང་་་་
མེད་ཆོར་ཐོབ་ཆོག་ཆོག་གི་ཁོ་དབང་དེ་ཐོབ་པ་རེད། འུ་ཅག་བྱང་མེད་ཤེས་ཡོན་ཅན་རྣམས་གཙོ་བོས་ཏེ་བྱང་མེད་ཀྱི་མི་གཤིས་་་་་་
རྟོགས་སང་འབྱུང་བར་བཙོན་ལེན་བྱས་ན་མི་འགྲངས་པར་འུ་ཅག་ལའང་འདྲ་མཉམ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ང་ལ་ཡིད་ཆེས་བརྟན་
པོ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་གཞན་སྤྱོད་ཐོན་རྒྱལ་ཁབ་དག་གི་བྱང་མེད་རྣམས་བརྒྱུད་སྤྱོད་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡིན་པས་རེད།

ཞོར་དུ་སྐྱེས་པ་དཔྱད་ཤེས་པ་དག་ལ་འུ་རྒྱ་ཁྱེད་ཀྱི་བྱང་མེད་ལ་ཁོ་དབང་མེད་པ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཞིག་
གཏན་ནས་མ་རེད། བཙོན་པོ་ཡོད་ས་ནས་ད་གཟོད་གཉེན་རྒྱུང་བྱུང་བ་རེད། རྒྱ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁྱེད་གཙོ་བོ་སྤྱོད་རྒྱུན་
གྱིས་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་བྱུང་དབང་གནང་བ་དེ་ནས་བྱུང་བ་རེད། སྤྱིར་དེ་ནི་མིའི་རིགས་དར་མ་ཐག་གི་འདུ་ཤེས་
འཛིན་སྤངས་ཤིག་ཡིན་ན་མི་ཆོག་པ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་འུ་ཅག་ལ་མཚོན་ན། དུས་རབས་གསར་བའི་པོ་མོ་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཁ་གཡོང་
བར་མེད་དུ་སྒྲོག་པའི་དུས་དེ་རིང་། ད་དུང་གནས་ལུགས་གང་ཡང་མི་བཅི་བར་སྐྱེས་ཁམས་ཀྱི་བཙན་ཤིང་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་བྱང་
མེད་ལ་གང་འདོད་དུ་བྱུང་ཆོད་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད། འུ་ཅག་གི་སྐྱེས་པ་དག་གི་མཛེས་དཔྱད་ལྟ་བུ་དང་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྤངས་ནི།
བྱང་མེད་རྣམས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གདུལ་བྱ་དུ་སྟམ་པའི་བསམ་སྒྲོ་དེའོ། དེ་ནི་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱོད་རྒྱུན་གྱི་བྱུང་དབང་གནང་་་་་་
དུགས་པའི་ཁྱེད་དང་། འུ་ཅག་རིག་གནས་ཀྱིས་པོ་མཚོག་མོ་དམན་དུ་འདོད་པའི་འདུ་ཤེས་ཤུགས་དུག་ལ། ཐ་ན་ཤེས་ཡོན་ཅན་སྐོར་
ཞིག་གིས་ཀྱང་སྤྱོད་རྒྱུན་གྱི་ལྟ་བུ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཏེ་མཐོང་སྟེ་མི་འདྲ་ས་ནས་བྱང་མེད་ཀྱི་བདེ་སྒྲུག་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་མོ་མ་
བཏང་བའི་ཁྱེད་རེད། དེ་ཡང་ཁོ་ཆོས་བཤད་པ་བཞིན་མི་རང་ཉིད་ནས་མགོ་རྩམ་མ་བྱུང་བའི་རྟོགས་རེད། སྐྱེས་པ་ཆོས་གདུལ་
བསམ་པའི་སྒྲོ་དེས་འུ་ཅག་གི་བྱང་མེད་རྣམས་རང་ཡུལ་དུ་སྤོང་མ་ཚུགས་པར་གཞན་ཡུལ་དུ་བཞུད་བཞིན་པའི་མཇུག་འབྲས་དེ་

བསྐྱེད་པ་རེད། བསམ་སྒོ་ཕྱ་མོ་རེ་བཏང་ཆོ། དེ་ཡང་རང་རེའི་བྱད་མེད་ནམས་ཀྱིས་ཕྱྱགས་མི་མཚུངས་པའི་ས་ནས་རང་གི་མི་ཆེའི་
སྒྱུར་བའི་སྤྱང་ཁོ་དབང་ཚྭ་གྱིན་པའི་ཉྐྱགས་རེད། ཕྱི་ངོས་ནས་བལྟས་ན་སྒྱེས་པ་ནམས་ཀྱིས་ཐུར་བཞིན་སྒོལ་རྒྱུན་གྱིས་གནང་བའི་
ཁྱད་དབང་གི་ཆོ་ལོ་དེ་སྤྱང་འཛིན་བྱས་ཡོད་ནའང་། ལྷགས་ན་བྱད་མེད་ནམས་ཀྱིས་མི་འདྲོད་པའི་ནམ་འགྱུར་རྒྱན་བཞིན་པ་དཔེར་
ན་ནང་ལོག་ཏུ་བགམས་འགྲོ་རྒྱུ་ཆེ་བའི་སྤང་ཚུལ་དེ་དག་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཐུབ་བོ། ཡང་ “ཉི་མ་ལ་ཡ” ཞེས་པའི་དྲ་ཆོགས་དེའི་སྤྱང་
བྱད་མེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་བརྗོད་ཡོད་པ་ལས། སྒྱེས་པ་སྐར་ཞིག་གིས་བྱད་མེད་ཀྱི་ཁོ་དབང་སྒྱེས་པ་ཆོར་གཏན་ནས་འབྲེལ་བ་
མེད་སྟམ་པ་རེད། དེ་དག་ནི་བསམ་གཞིགས་སྒྲོན་ལ་མ་སོང་བར་བསྐྱེད་སྒོ་མ་སྒྲིན་པའི་ལྷ་བ་ཡིན་པས་དེའི་སྐར་མེད་རིན་མེད་
ནའང་། དེ་ལས་གཞན་རང་ཉིད་ཤེས་ཡོན་ཅན་དུ་སྒྲོམ་མཁན་དག་གིས་དངོས་ཡོད་འཆོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་ཡང་བའི་སྤང་ཚུལ་འདི་.....
རིགས་ལ་དོ་སྣང་ཏྱག་ཙམ་རེ་བྱས་ན་མི་ཆོག་པ་ཅི་ལ་ཡོད། ལུ་ཅག་གིས་ཚོམ་གྱི་ལམ་ནས་བྱད་མེད་ཀྱི་བདེ་སྤྱག་དང་ལས་དབང་ལ་
ཐད་ཀར་བསམ་སྒོ་གཏོང་བ་དང་ཐེ་གཏོགས་བྱེད་མཁན་ཞིག་ད་པན་བདག་གིས་མཐོང་མ་བྱུང་། དེ་ཡང་ལུ་ཅག་གི་སྒྱེས་པ་ཆོ་.....
དངོས་ཡོད་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པར་མི་དགའ་བར་གཞུང་ལུགས་སྒྲུ་མོའི་རིགས་ལ་འཇུ་པར་དགའ་བ་དང་། ཡང་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་
ཀྱི་འཆོ་བའི་བདེ་སྤྱག་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པར་མི་དགའ་བར་རྟོག་བཟོ་དང་འཕྲུལ་སྤང་གི་ཆོར་པ་སྦྱིད་པོ་འཆོལ་སྟེག་བྱེད་རྒྱུར་དགའ་
བའི་རྒྱུན་ཡིན་ན་ཐང་མོད། སྤྱིར་མི་རིགས་ཤིག་འཕེལ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་དགོས་ན། ཕོ་དང་མོ་ནི་བྱ་ཞིག་གི་གཤོག་བྱུང་ལྟ་བུ་རེད། དཔེ་.....
ཚུང་ཚུང་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་བཤད་ན། ཁྱིམ་འཁོས་བཟང་ཞན་གྱི་གནད་དོན་དེ་སྒྱེས་པོ་མོ་རེ་རེ་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། ལུ་ཅག་
གི་ཁ་དཔེ་ལའང་། ཁྱི་ཕྱྱག་ཚུང་མ་བྱུང་། བལ་འཇམ་རྩུམ་བུ་ལེགས་ཟེར་བ་མ་ཡིན་ནམ།

མེ་ལྷེ་ལྷ་བུའི་མཆན་མོ།

བསྐལ་དྲི (ཀན་སྟོ)

མཆན་མོ། དེ་ནི་གསེར་ནག་གི་ཐིགས་པ་ཞིག་ལྟར་དལ་གྱིས་ཟེགས་ཆར་བའི་ཕངས་སེམས་ཤིག་སྟེ་མོད་མི་རྣམས་མཆན་མོ་
ལ་སྤྲོ་ཞིང་མཆན་མོ་ལ་སྤང་། ང་ནི་དེ་དང་མི་འདྲ་བར་མཆན་མོ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད། ངའི་སྤང་བར་མཆན་མོ་ནི་ས་ཁི་སའི་རྩ་ལ་
དབྱངས་ཞིག་དང་འདྲ་ལ་མཆན་མོ་ནི་བསམ་གཞིགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྲོ་དུས་ཤིག་དང་འདྲ། མཆན་མོའི་མར་ཁྱ་སེར་སྟོ་
བུའི་སྤྲོ་མའི་དོགས་སྤངས་མི་ལོ་གངས་མང་ཞིག་འབད་བཅོན་དང་རེ་བཞག་གིས་བསྐལ་ཡོད། མཆན་མོ་དུངས་གསར་ཚུམ་གྱི་
ཕྱགས་སྤྲོ་བསམ་སྤྲོ་གཏོང་ཐངས་རེ་རེར་དེ་ནི་རང་གི་སྤྲོ་ཉེ་བའི་མེ་ཞིག་ལ་ཨ་རག་གི་བཟེ་ཁའི་ཁྲིད་གྱིས་ཕྱག་ལྷ་བཞིན་པ་དང་
འདྲ་བར་ང་ལ་དགའ་སྤྲོ་གཉིས་འདྲེས་གྱི་ཆར་བ་སྟེ། ཆར་བ་དེས་ལྷག་པར་ང་རང་གསར་ཚུམ་ལ་ཞུགས་པར་སྤྲོ་བས་པ་དང་སྤྲོ་
རིག་བསྐྱེད་བྱུང་ཞེས་བཤད་ཆོག ཉ་ཅང་སྤྲོ་འཇགས་གྱི་མཆན་མོ་ལ་ངས་རང་ལ་འཇིག་རྟེན་ཞིག་དབང་སྤང་སྟེ་མེ་ལྷེ་ལྷ་བུ་
ནག་གཏོང་འཐུག་པའི་མཆན་མོར་མི་ཡུལ་གྱི་ཕྱགས་མཆན་སོ་སོའི་ཆེས་དུལ་སྤངས་དང་ཉོག་རྩེ་བ་རེ་ཞིག་ཁྱ་སེམ་མེར་གནས་ཤིང་
ཤི་བས་ངས་གོ་སྐབས་དེ་བེད་སྤྲོད་དེ་མི་ལུས་འདྲིར་དབང་བའི་དུས་ཆོད་ཀྱི་ཐིགས་པ་རེ་རེར་ཆོ་སྤྲོ་གི་རྩལ་དུ་གསེར་ནག་གི་
ཟེགས་མ་རེ་བཟུང་ཤིང་དེ་ཡིས་འདྲོད་སྤོམ་ཞིང་གྲུ་བཞིན་མེ་ཉོག་དང་འདབ་མ་ཡག་པའི་ལྗང་ལོ་རེ་བཟུང་།

རྒྱལ་ཁའི་མཁར་རྫོང་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པར་ངས་བའི་མཆན་མོའི་གསེར་མདོག་གི་ཁྲིད་དུ་ངས་བྱིས་དུས་ཀྱི་མི་ལམ་དང་གཞིན་
དུས་ཀྱི་འཆོལ་སྟེག་མཆན་པའི་དར་ཆ་སྤྲོ་བ་བསྐྱེད་པ། དེ་ནི་རྒྱ་རྒྱུང་ཞིག་གིས་རྒྱ་མཆོའི་བྲ་ལྷ་བས་དྲག་པོའི་ཁྲིད་དུ་མི་ལམ་ཡུག་
རིང་མིས་མཐར་གཟུང་གསུམ་མཐོང་བ་བཞིན་ཅི་འདྲའི་ཡིད་དུ་འོངས་ཤིང་སྤྲོ་བ་འཕེལ་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ།

མཆན་མོ། དལ་གྱིས་བཞུར་བའི་རྩལ་ཞིག་སྟེ། ངའི་སེམས་པ་ཁྱེར་ནས་འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་པ་ས་བྱང་ཐང་ལ་སོང་། གཞིན་
དུས་ཀྱི་སྤྲོ་བ་སྤྲོ་བ་རིང་ལ་སོང་། བྱིས་དུས་ཀྱི་མི་ལམ་རྒྱ་མཆོའི་པ་རྩལ་དུ་སོང་།

མཆན་མོ། ག་ལེར་འབྲེལ་བའི་མ་པམ་གཡུ་མཆོ་དང་མཆོངས་ཏེ། ངའི་སྤྲོ་བ་ལམ་དང་སྤྲོ་བ་གཏམ། ཕྱགས་བསམ་སོགས་.....

འདུག མགོ་དགོས་དམར་པོ་དེའི་ཁ་དོག་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཀྱི་དམར་ཆུང་སེམས་ནས་བརྗོད་པའི་སྐད་དག་སྟོན་མོས་བསུ་
སྦྱེལ་གངས་མེད་བྱས་པའང་བརྗོད་ཐབས་མི་འདུག

ངལ་གསོ་ཅུང་ཙམ་བྱས་དང་། ས་སྦྱེས་དོ་སྦྱེས་ཀྱི་འབྲོག་ཕྱག་མཆོ་རིང་སྦྱིད། སྤུ་ལའང་རང་གི་དགའ་སྦྱོར་ཆགས་་་་
སྤང་གི་ཆོར་འདྲུ་འདྲུ་མིན་ཡོད་དེས་པར་མ་ཟད། ཡི་ཆད་དང་རེ་སྟོན་གྱི་སྐྱབས་ཀྱང་ནམ་པ་སྣ་ཆོགས་ཡོད་ཆོད་ཡིན། དེ
དག་ཀྱང་ཆ་མི་སྟོམས་པའི་འཇིག་རྟེན་འཆོ་བའི་ཆ་ཤས་དང་དུམ་བུ་རེ་ཡིན་རྒྱུ་རེད། དེ་ལྟར་མིན་ན་ང་ཆོད་མིག་སྤར་ལྷག་
པའི་མཁའ་ཡི་དུད་སྤྲིན། འཛིན་མའི་ས་སྒྲུག གཙང་ཆུའི་རྟོག་མ་ལྟ་བུའི་བྲི་མ་དག་ཀྱང་ཆོད་ཆོད་ལ་འབྱུང་རྒྱུ་མ་རེད།

ངལ་གསོ་ཅུང་ཙམ་བྱས་དང་། ས་སྦྱེས་དོ་སྦྱེས་ཀྱི་འབྲོག་ཕྱག་མཆོ་རིང་སྦྱིད། སྤུ་ལའང་རང་གྱུ་ལ་གཞན་པམ་གྱི་་་་
སྦྱེར་སེམས་བཅན་པ་ལས་རང་ལས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་བསམ་པ་ཡོད་མཁན་དགོན་པོ་རེད། དེ་ཡང་རང་རང་སོ་སོ་མཐའ་
གཅིག་ཏུ་རྒྱལ་ན་འདྲོད་པ་དང་གཞན་དག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་པམ་ན་འདྲོད་མཁན་མོད་པོ་རེད། རོ་མ་བདེ་དགའ་ཉི་ཆོ་བ་
དེའི་ཆེད་དུ་ང་དང་བདག་རང་དག་གཉེར་གྱིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟར་མིན་ན་ང་ཆོན་མ་ཡང་འཁོར་བའི་འདམ་ཇུབ་ཁྲོད་
དུ་ཡང་དང་ཉམ་ཆུང་སྒྲོས་ལངས་གོག་བསུས་ནས་འདུར་དོན་ག་རེ་ཡོད།

ངལ་གསོ་ཅུང་ཙམ་བྱས་དང་། ས་སྦྱེས་དོ་སྦྱེས་ཀྱི་འབྲོག་ཕྱག་མཆོ་རིང་སྦྱིད། སྤུ་ལའང་གཞན་ལ་བལྟ་བའི་མིག་དེ
རྩ་ཞིང་གཞན་ལ་དམོད་པའི་ཁ་དེ་བདེ་བ་མིན་ནམ། ཐ་ན་མིག་དེས་ཐུན་ནག་གི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་བཅས་ཉེ་ཁ་དེས་
གང་བྱུང་དུ་བཤད་ཡོང་གི་མི་འདུག་གམ། ངས་དཔག་ཆོད་ཙམ་ཡང་བྱ་མི་ཤིང་པ་དེ་ནི་མིག་དེས་མཆོམས་མེད་པར་རང་ལ་
འབྲེལ་མ་འབྲེལ་གང་ལའང་བལྟ་བ་དང་ཁ་དེས་དགོས་མི་དགོས་ཅི་ཡང་བརྗོད་ཀྱིན་པའི་གནད་དོན་དེ་རེད།

ངལ་གསོ་ཅུང་ཙམ་བྱས་དང་། ས་སྦྱེས་དོ་སྦྱེས་ཀྱི་འབྲོག་ཕྱག་མཆོ་རིང་སྦྱིད། ཉག་ཉག་དུས་ཀྱི་རྩ་བོ་མདུན་དུ་རྒྱག་
པའི་འགྲོས་སུ་མི་སེམས་ཀྱང་འབྱར་གྱི་རེད། མེ་ལོང་ནང་དུ་བལྟས་ཀྱིན་བལྟས་ཀྱིན་རང་རོ་རང་གིས་མི་ཤེས་པའི་སྐབས་
འགར་ཡང་འཕྲད་ཡོང་གི་རེད། ཐག་ཉེ་ས་ནས་དཔེར་བཞག་ན། སྤང་གོང་གཉིས་སུ་སྤང་ལམ་གང་བརྟན་རྒྱག་པའི་འབྲོག་མོ་
ཆོས་ལྷས་དང་ཕྱགས་ཟོག་དུས་བཞིའི་རྩ་ཐང་གི་ནམ་པ་བརྗོད་ཅིང་ཁང་བཅེགས་དང་རྒྱངས་འཁོར་གང་རུང་། རྒྱག་འོད་
ཀྱི་མཆོན་མོ་རེ་འབྱུང་མཆོར་དུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ནམ།

ངལ་གསོ་ཅུང་ཙམ་བྱས་དང་། ས་སྐྱེས་དོ་སྐྱེས་ཀྱི་འབྲོག་ཕྱག་མཆོ་རིང་སྐྱིད། འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་སྲུ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་རང་
ཉིད་ལ་སྒྲིན་པ་འཆོར་ས་རེ་འམ་མི་ལམ་མི་ས་རེ་འམ་པར་ཡོད་འོས་ན་འདྲ། གཏན་ཐག་པ་ནས་རང་ལ་ཐོབ་རྒྱུ་མེད་པའི་དེ་
དག་གི་ཆེད་དུ་སེམས་ཆོག་ས་གཏོང་རིན་ག་རེ་འདུག ད་ནི་པལ་ཆེར་མ་རྩ་ཁོ་ནའི་སྤང་དུ་འམ་ཡང་ན་ཕྱག་པོ་ཐིག་པོ་ཆགས་
རྒྱུ་དམིགས་ཡུལ་དུ་བཟུང་སྟེ་རིན་ཆེན་སྒྲིག་ཀྱང་འདྲོར་བར་ཐག་མི་རུང་བའི་ཆོད་དུ་འཆོ་སྤྲོད་ལ་བྲེལ་མོད། མ་གཞིར་མ་རྩ་
ནི་མ་ཡུམ་དང་ཡང་ན་རང་ཉིད་དང་ནོར་མི་རུང་བའི་འཆོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན་པ་ངོས་ཟིན་ན་སྲུས་ཀྱང་རང་གི་ནུམ་ཤེས་
ལ་རྒྱབ་འགལ་འགོ་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་ཉེན་ཁ་དེ་འདྲ་བརྒྱུད་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན།

ངལ་གསོ་ཅུང་ཙམ་བྱས་དང་། ས་སྐྱེས་དོ་སྐྱེས་ཀྱི་འབྲོག་ཕྱག་མཆོ་རིང་སྐྱིད། གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་རེ་རེ་ནི་མི་མོ་.....
རྟོག་རྒྱུ་རེ་རེ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་མེ་རྟོག་རེ་རེ་ལ་རང་རང་གི་དྲི་བསྐྱུང་དང་ཁ་དོག་རེ་འམ་པར་ཡོད་འོས་པ་ཡིན་
ན་འདྲ། རང་རེ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་དང་རང་རེ་བའི་ཁོར་ཡུག རང་རེ་བའི་སྤྱི་ཆོག་ས་འདིའི་ནང་མེ་རྟོག་རང་རང་གི་དྲི་བསྐྱུང་
དེ་དང་ཁ་དོག་ཅིག་རྩི་ལྟར་འཆོལ་དགོས་པ་ཡིན། ཉེན་ཞིག ང་རང་ཁོར་རྒྱུ་དུ་ལུས་ཏེ་ཁོར་བཤད་ཀྱང་བྱ་མི་འདོད་པའི་
དུས་སྲུངས་ཡང་དང་བསྐྱུར་དུ་དབྱར་གཞུང་གི་མིན་པའི་མེ་རྟོག་གི་དྲི་བསྐྱུང་དང་ཁ་དོག་ཅིག་སེམས་ཀྱི་དམར་སར་རུམ་
ནས་ལྷག་དུ་ལྷག་དུ་ཁྱོད་རང་བྱུང་སྤྱིད།

དེ་དུས་ཁྱོད་ཀྱིས་ནག་ཉེས་ཅི་ཡོད་ཀྱི་རྩ་བ་རིག་གི་རེད། ནོར་འབྲུལ་གང་མང་གི་གོ་རིམ་འམ་ཀྱི་རེད།རང་སྒྲོས་དཔོག་
ཆོད་ཀྱི་ངེས་ཤེས་འདྲ་རེ་འདྲ་འཕྲོ་རིམ་འཕྲོར་སྐྱེས་ཡོང་གི་རེད། སྐབས་དེར་ཁྱོད་ཀྱིས་དོན་དག་ཆེ་ཕྱ་རྒྱུང་གསུམ་གང་གི་
ཐད་ལ་འདྲ “ཉམས་ཁྱོད” ཟེར་བའི་རྒྱུ་མ་དང་ཐིག་ཤིང། སྐམ་ཆོད་དང་གཞི་འདོམ་ལྟ་བུའི་གནས་ལུགས་རིགས་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་
ཁ་ལ་ཁྱེར་ནས་མཐའ་འཁོར་གྱི་མི་བྱ་ཡར་སྐྱེ་ཆོ་སུན་པོ་མི་བཟོ་བར་ངལ་གསོ་ཅུང་ཙམ་བྱས་དང་།

༢༠༠༥. ༡༢. ༡༧ཉིན་ལ་ཡུལ་དུ།

གྲོང་ཚོག་པའི་གཏམ་

སྒྲུབ་པ་ (མཆོ་སྒྲུབ་)

“འཛིག་རྟེན་ཆེད་གསལ་སྤྲོད་ ཅན་ཆུང་དྲགས་སྤྲོད་”

— ཆོས་པ་ཞིག་གི་ཆོས་དྲངས་

ང་ཅི་ཐོད་པ་ཆོའི་འཆོག་ཞེས་ཀྱི་རྒྱན་གྲོམས་ཁྲོད་ནམ་ཡང་བཟང་མི་སྲིད་པའི་སྤྱོད་འདའ་གི་རིམ་ཞིག་སྟེ། ཁ་བ་དང་བུ་ཡུག་
རི་ལྟར་འཆུབ་ན་ཡང་། རྒྱུད་ལམ་ལམ་གྱི་ཆ་ཐབ་སྟེང་སྒྲིལ་གྱུར་དུ་བཞུགས་ནས་ང་དང་ཤ་ཐུང་གྱི་གསལ་སྤྲོད་ལ་ཆོམས་མེད་རྣམས་
བཞིན། གཉིད་མ་སངས་ཀྱི་བར་གསེང་ནས་དེལ་བུ་དང་ཇུ་གང་འདོད་དུ་གཡུག་ཏེ། ཁ་ཐུར་ཐུར་གྱིས་ཡོན་བདག་གི་མཆོད་སྦྱིན་
ཡངས་ཐོར་མིག་ཟུང་རིག་རིག་དུ་འགེམ་པའི་གྲོང་ཚོག་པ་ཞིག་ཡིན།

ཆོས་པ་དང་སྟེན་དད་ཀྱི་དྲ་བར་ཆུང་པའི་རིགས་རྒྱུད་འདིའི་སྒྲིབ་ལ་ང་རང་ཟས་རང་གྲུབ་དང་གོས་རང་གྲུབ་ཀྱི་དག་
ཞིང་ཤིག་ལ་བསྐྱལ་མོད། ཡིན་ན་ཡང་ལོ་འདི་འགར། གསར་གཏོད་དང་དུས་རབས་ཀྱི་ཁ་ཐུགས་འཆོལ་བར་སྒྲོམ་པའི་“བསྟན་
དག” ཞེས་པའི་དྲུང་སྟགས་ཀྱི་སྒྲིབ་གཏམ་གྱིས་ང་ལ་དད་ལོག་བྱས་ཏེ་ཟས་རང་གྲུབ་དང་གོས་རང་གྲུབ་ཀྱི་སྒྲོམ་བསྐྱེད་མེད་མོད། སྒྲིབ་མི་
འདུག་ཁོ་ཐོའི་རྒྱལ་རིན་ལྡན་པ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་སྟགས་ཡོད་པས། བདག་གིས་ན་བཟའ་འདི་བེད་སྤྱད་ནས་བདེ་
སྦྱིད་ལ་ཆོམས་མེད་རྣམས་སྟུག་

མ་གསང་དྲང་མོར་བཤད་ན། ང་རང་ལོ་བདུན་བརྒྱུད་ཅམ་ལ་བུད་དུས་ནས་བཟུང་། གྲོང་ཆོའདིའི་ཁྲིམ་ཆང་གང་དག་
ནའང་ནམ་རྒྱུན་ཤ་ཐུང་ཁོ་ནར་རྣམས་ལས་སྦྱི་གཙུག་གི་སྒྲིལ་ཡོངས་སུ་ཤུད་དེ་གཅིག་ལས་གཅིག་རྒྱགས་ཀྱི་བྲུ་བ་དག་མཐོང་བས།
རང་ཉིད་ཀྱང་ང་དང་ཤ་ཐུང་གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ་གྲོང་ཚོག་པའི་ཆོས་དཔེ་སྤྱུ་ཐུང་འཛིན་མཁན་གྱི་ཡུལ་མི་དག་གི་ཁྲུ་ཐོ་རུ་ཐུར་སོང་།
དེ་ནས་བཟུང་མེན་མགོ་ཁྲག་དང་མེན་རྟིང་རྒྱག་གིས་བསག་པའི་རིགས་རྒྱུད་འདིའི་ནོར་དུལ་ལ་སྤྱད་དྲགས་པས། ད་ཉིད་བུ་སྟེང་
གི་སྒྲིལ་ཡོངས་སུ་ཤུད་ནས་སྦྱི་ཐེར་དུ་ཡོས་ཡོད། དེ་བས་ང་དང་རྒྱུང་རིང་བ་དེ་ཆོའི་ཁ་ཐོམ་པ་ལོས་ཡིན། གང་འདོད་ལྟར་“གྲོང་
ཚོག་པ་ཁྲོད་དམར་ཞེས་ཀྱང་འབོད།

མཆོམས་ལན་རེར་ཀན་རྒྱལ་དུ་ཉལ་ནས་བསམ་སྒྲོལ་བྱུང་ན། ངའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཉིམ་འདི་རྒྱབ་ཅེ་འགྲོ་སྒྲག་འོངས། མའི་རིགས་

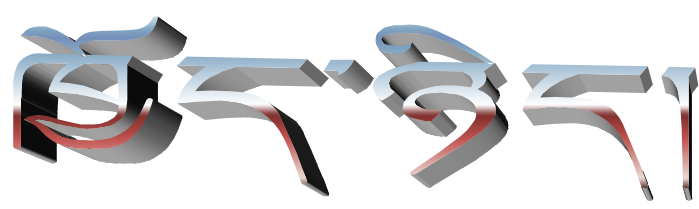
ཀྱི་འདུ་ཤེས་རིམ་ཐོ་ནས་རིམ་ཐོ་རུ་འགྲོ་དུས། ང་ཀི་བཀའ་རྒྱ་མེད་པའི་སྒྲིམ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་རིགས་རྒྱུད་འདིའི་སྒྲིབ་དང་ཁྲིད་
མགོ་སྤངས་བསམ་སྟེ།

བདག་གིས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ་བཀའ་མཐར་ཁང་མིག་དྲི་ལོ་འདིའི་ནང་རྩ་ལ་ཡང་བསྐྱར་ཞིབ་བཟླ་ཐེངས་ཤིག་བྱས་ན་
ཡང་གསལ་གསུག་རྩ་གོ་རྒྱུ་ལོ་དང་གཟུལ་བ་དག་གིས་ཁེངས་འདུག་པ་ལས་དེང་རབས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་བ་དང་སྒྲིབ་ཟུ་བ་དག་དང་མི་འདྲ་
བར་ཆ་སྟོགས་སུ་བཞག་པའི་ནམ་རྒྱུན་སྒྲིབ་མའི་འགོ་ཁྲུངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཆོས་དཔེ་དེ་གཅིག་ཤུ་ལས་ཡོད་ཚད་སྟོང་སངས་དེར་
ལུས་འདུག ཡིན་ན་ཡང་། དེ་དག་ལ་ཕངས་སེམས་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཉིན་འགའ་ལ་ཡོན་བདག་གང་ཡང་མ་ཐོན་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་
གྱིས་ཁ་ནས་རང་དབང་མེད་པར་ “འཛིག་རྟེན་ཆེད་དགས་སོང་། ཅན་རྒྱུད་དགས་སོང་། ཟེར་བའི་ཆོག་དེ་ཤོར་སོང་།

༡༩༩༧. ༡. ༡༩ཉིན།

མགོ་མང་གྲོང་བརྒལ་ནས།

☆☆



ལིན་ཏ་ཡིས་བཅམས།

བྱང་སྐར་གྱིས་བསྐྱར།

སྤྱི་དམངས་ཀྱི་སྒྲིབ་གསལ་ཞེས་པ་འདི་སྤྱིང་གཞི་ཞིག་ཏུ་
ཡུར་ནས་ཡུན་རིང་བྱིན་སོང་། སྤྱི་དམངས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་
ཚུགས་ཐུབ་དང་མི་ཐུབ་ནི་སྤྱི་དམངས་ཀྱི་སྒྲིབ་གསལ་ལ་རག་
ལས་པ་དང་། སྒྲིབ་གསལ་དེ་ཡང་《སྤྱི་དམངས་ཀྱི་སྒྲིབ་དེབ་》
སྤྱི་ལེགས་ཤིག་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་འདུག་གནས་ལུགས་དེ་
རྒྱ་ནག་གི་མཁས་པ་མང་དག་ཅིག་གིས་མཁྱེན་ཡོད་པ་རེད། ཨྱ

མ་རིམ་ཞིབ་སྒྲིབ་ཐུ་མང་པོར་སྤྱི་དམངས་ཀྱི་སྒྲིབ་གསལ་ནི་སྒྲིབ་མ་
ཆོའི་བསྐྱབ་གནས་ཤིག་ཏུ་ཡུར་འདུག 《སྤྱི་དམངས་ཀྱི་སྒྲིབ་གསལ་
དེབ་》 ཅས་པའི་བསྐྱབ་གནས་ལས་མོ་ཆེ་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་
བྲིས་པ་དང་། སྒྲིབ་ཟུ་ཁག་གི་དགེ་ཆུན་ཆོས་དེ་དག་ལས་གང་
རུང་ཞིག་སོ་སོའི་སྒྲིབ་ཟུའི་བསྐྱབ་གནས་འདེམས་སྤྱོད་བྱས་
འདུག དེ་བཞིན་འདི་བརྒྱུད་སྤྱི་དམངས་མི་འདྲ་ན་ཡང་། བརྗོད་

སྤྱི་ཙམ་རྩོམ་རྩོམ་རྩོམ་དེ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པས། བསྐྱབ་
གཞི་ཚང་མར་བྱང་པར་ཆེན་པོ་མི་འདུག དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ངས་
ལག་ལ་གང་བྱང་དུ་དེ་བ་གཅིག་ལ་བཏུས་པ་ཡིན། དེ་ནི་མེ་ཤེ
ཀན་སྤྱི་ཙམ་ (University of Michigan) གྱི་སྤྱི་ཙམ་གསེར་གྱི་
པའི་དགོ་ཆུ་ཆེན་མོ་ཞིག་གིས་བྲིས་པ་རེད། དེ་བ་དེའི་འགོ་
བརྒྱུད་དུ། “ཁྱོད་ཀྱིས་རང་རྩོམ་པར་གྱིས་” ཞེས་མཚན་མོ་
ཉིད་རིག་པའི་མཁན་པོ་ཞིག་གི་གསུང་ཆོག་ལྟར་བྲངས་པ་རེད་མོ་
འདུག སྤྱི་ཙམ་དེ་བ་དེ་ལྟར་ན། ཁྱོད་ཉིད་སྤྱི་ཙམ་ངས་ལེགས་པོ་
ཞིག་བྱེད་དགོས་ན། ཐོག་མར་ཅེས་ཀྱང་རང་གིས་རང་རྩོམ་
དགོས་ཆོད་རེད། དུ་མཚན་ལེན་བཞི་འདུག ལེན་དང་པོའི་ཁ་
བྱང་ལ་ “ཁྱོད་ཉིད་མི་ཞིག་ཡིན་” ཟེར། ལེན་དེར་ “བདེ་ཐང་”
ཡིན་པའི་མི། “ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་རང་གཤིས།” “མི་གཞན་
དང་འགྲོགས་འདྲིས།” “སྤྱི་ཙམ་ངས་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་”
བཅས་བྲིས་འདུག ལེན་གཉིས་པའི་ཁ་བྱང་ལ་ “ཁྱོད་ཉིད་མོ་”
སྤྱི་ཙམ་མི་ཞིག་ཡིན་” ཟེར། ལེན་དེར་ “སོ་སོའི་སྤྱི་ཙམ་སྤྱི་ཙམ་གྱི་རྒྱུས་
པ་ལ་བྱང་པར་ཡོད།” “སོ་སོའི་སྤྱི་ཙམ་སྤྱི་ཙམ་བྱེད་ཚུལ་ལེགས་”
བཅས་གཏོང་རྒྱ། “དྲངས་གསལ་གྱི་སྤྱི་ཙམ་བསམ་གཞིག་མོ་”
གཏོང་རྒྱ། བཅས་བྲིས་འདུག ལེན་གསུམ་པའི་ཁ་བྱང་
ལ་ “ཁྱོད་ཉིད་བྱིས་མི་ཞིག་ཡིན་” ཟེར། ལེན་དེར་ “བྱིས་ཚང་
དང་བྱིས་ཚང་ནི་མི་འདྲ།” “བྱིས་ཚང་ཚང་མར་དཀའ་ལག་”
ཡོད། “བྱིས་མི་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་” བཅས་བྲིས་

འདུག ལེན་བཞི་པའི་ཁ་བྱང་ལ་ “ཁྱོད་ཉིད་སྤྱི་ཙམ་ངས་མོ་”
ཞིག་ཡིན། ཟེར། ལེན་དེར་ “ཁྱོད་ཀྱི་འཆོ་བའི་ནང་གི་སྤྱི་
གཞུང་།” “སྤྱི་གཞུང་གནས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་” བཅས་
བྲིས་འདུག
“སྤྱི་ཙམ་ངས་ཀྱི་སྤྱི་ཙམ་དེ་བ་” འདི་བཞིན་འགོ་ཚུལ་མོ་
དགོས་དོན། དེ་བ་དེའི་སྤྱི་ཙམ་ཀྱི་ཆོག་ཀྱང་དང་པོར་བྲིས་པ་རེད་མོ་
རྒྱུ་ལ་གསལ་པོར་བཏུན་འདུག དེ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། རྒྱལ་
ཁབ་འདི་ནི་ “མི་བྱ་རེ་རེ་རིས་མེད་དུ་གཤམ་ཆེ་བོ་ཡིན་ཞེས་པའི་
ཙམ་པའི་ཙམ་ རྩོམ་དེ་གཞིར་བཅས་བཅུགས་པ་ཞིག་ཡིན། རྒྱལ་
ཁབ་འདི་རྒྱ་ སྤྱི་གཞུང་གི་ལམ་སྤྱོད་དང་། དཔལ་འབྱོར་གྱི་
མ་ལག་ མི་པན་ཚུན་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་བཅས་གང་དང་གང་
ལ་ཡང་གོང་སྤྱོད་ཙམ་རྩོམ་དེ་གཞི་རྩར་བཞག་ཡོད།” ཁྱོད་ཉིད་
མི་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་ཉ་ཅང་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད། དེའི་བྱིར་ན། ལམ་
སྤྱོད་དེ་འདྲར་ཁྱོད་ལ་ “ཇི་བྱེད་རང་གིས་ཐག་གཅོད་པ་དང་།
ཉ་ཆོད་དང་། རང་ཞོར་ (སྤྱི་ཙམ་དབང་བའི་རྒྱ་ཞོར་) བདག་
འཛིན་གྱི་རང་དབང་ ཡོད་དགོས་” ཞིང་། སྤྱི་གཞུང་ནི་
ཁྱོད་ལ་ཞབས་ཞུ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྱི་ཙམ་ཞིག་ཡིན་དགོས། དེ་
གང་ཡིན་ཟེར་ན། “སྤྱི་གཞུང་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་གཡོག་ཅིག་”
ཡིན་ཅེས་ན། ཁྱོད་ཉིད་རང་དབང་ཅན་ཡིན། སྤྱི་གཞུང་ནི་
ཁྱོད་ཀྱི་བདག་པོ་ཡིན་ཅེས་ན། ཁྱོད་ཉིད་བཅས་གཡོག་ཅིག་དང་
འདྲ་བར་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཙམ་ཡིན་” པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་རེད།

དེབ་དེ་རུ་བྱིས་པ་ནམས་ལ་ད་དྲུང་། “མི་ཉིད་ནི་གལ་ཆེན་ནང་
གི་ཡང་ཆེན་ཡིན” བས། སྲིད་གཞུང་གིས་སྲིད་གཞུང་གི་སྒོ་་་་
མོས་དེ་ཆོང་བྱེད་མཁན་གྱི་གཉའ་བར་བཅན་འགེལ་བྱེད་མི་
ཆོག་ཅིང་། ཆོང་བྱེད་མཁན་གྱིས་ཆོང་ཉོ་མཁན་ལ་མགོ་བསྐྱར་
གཏོང་མི་ཆོག དེ་བཞིན་བཟོ་ཆོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡིན་གཅིག་་་་
མིན་གཅིག་རང་ཁོངས་བཟོ་པ་རེ་རེའི་ཁེ་ཕན་གྱི་འཕུས་ཆ་བ་
བྱེད་དགོས་ཏེ། “མི་ཉིད་གྱི་ཆེས་ཐང་ནི་གོང་ན་མེད་པ་དང་སྒྲ་
ན་མེད་པ་ཞིག་ཡིན” བའི་བྱིར་ཞེས་བསྟན་འདུག

སྒྲིག་དེབ་དེ་རུ། བྱིས་པ་ཆོར་རང་ངོ་རང་ཟེན་དང་རང་
བཟེ་རང་འཛོག་དགོས་ཚུལ་གདམས་པའི་དུས་མཚུངས། རང་
མཆོག་གཞན་དམན་གྱི་སྒོ་སྒྲིང་དགོས་ཚུལ་གདམས་འདུག།
ཀུན་གྱང་མི་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གཞིགས་ཆོ། འཇིག་རྟེན་འདིར་
སྒྲིན་ཀུན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀུན་འཛོམས་པའི་སྒྲེ་བོ་ཞིག་མེད་་་
གཤེས། སོ་སའི་སྒྲིན་གྱི་ཆ་དེ་ངོས་ཟེན་ཡོ་བསྐང་ལེགས་བཅོས་
བྱེད་དགོས། སྤྱི་དམངས་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན་ཅང་དེ་ལ་མང་་་་
གཙོའི་གཤེས་ཀ་ལྷན་ངེས་ཤིང་། ཡང་སྒྲིག་དེབ་དེ་རུ། རང་་་་
སྤྱུག་གཞན་འགེལ་མི་རུང་ཞེས་དམངས་གཙོའི་གཤེས་ཀ་དེ་
འདི་བཞིན་ཆོག་ཀྱང་དོན་འདུས་གནད་འཁེལ་དུ་བྲིལ་་་་་་
འདུག དེ་ཡང་ལོས་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱིས་བྱོད་ལ་གཙེ་བ་་་
འདོད་དམ། མི་འདོད་ན། བྱོད་གྱིས་ཀྱང་གཞན་ལ་མ་གཞོད་
ཅིག་ཟེར། གནས་ལུགས་དེས་ཐོག་དྲངས་ནས་བྱིས་པ་ནམས་

ལ་སོ་སོས་རང་ཆོད་རང་འཇིན་དགོས་ཚུལ་དང་། “སྤྱི་
དམངས་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། རང་སེམས་ལེགས་སྟོམས་བྱེད་
མཁས་པ་” དང་ “ཐོས་བརྗོན་བྱེད་མཁས་པ།” “བསམ་་་་་
བརྗོན་བྱེད་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན།” དེ་དག་གཞིར་བཞག་་་་་་
ཐོག་ཁ་ཅམ་ཆོག་ཅམ་མིན་པར་ “མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་དུ་
ལག་ལེན་བསྟར་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་འོས” ཚུལ་གདམས་་་་
འདུག

སྤྱི་དམངས་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན་ཅང་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་
ཁ་དཀར་གཏིང་དཀར་སྒོ་དཀར་སེམས་དཀར་ཡིན་པ་རེད།
ལྷག་བསམ་དེ་ནི་བྱོད་གྱིས་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཕན་འདོགས་
པ་ལས་གཞོད་མི་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲིར་ལས་མངོན་ཡོང་། བརྒ་
ལ། བཅའ་གཞི་གི་ཆོ་སྲིད་གཞུང་གིས་སྒྲིན་དང་བཅས་པའི་བྱ་བ་
བྱེད་པ་མཐོང་ཆོ། བྱོད་གྱིས་དེ་ལ་སྒྲིན་བརྗོད་ཆ་ནན་བྱེད་པ་
ཡིན་ན། དེ་ནི་ཕན་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐངས་ཏེ་སྲིད་་་
གཞུང་ལེགས་ལམ་དུ་འཇུག་བྱིར་ཡིན་པ་སྒྲིན་མ་དགོས། ཡང་
བརྒ་ལ། བཅའ་གཞི་གི་ཆོ་སྲིད་གྱིས་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་བྱིན་ཅི་་་་
ལྷག་པའི་ལམ་དུ་གོལ་བ་ཤེས་བཞིན་ངེ་མི་སྟམ་པར་མ་ཟད།
ད་དྲུང་བྱོད་ཆ་བས་ཆེན། བྱོད་ཡང་དག བྱོད་ལེགས། བྱོད་
འགྲིག་ཟེར་ན། དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ལྟ་ཞིག་་་
ལྷག་སྟེ་གཞོད་སྒྲེལ་བ་གསྟག་རེད།

བྱིས་སུ་སྤྱི་དམངས་ཡིན་འཇུག་གི་བྱོད་ཉིད་ད་ལྟ་སྒྲིབ་མ་

ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། «སྤྱི་དམངས་ཀྱི་སྒྲིག་དེབ» ལས།
བསྐབ་བྱའི་ “ཡིག་ཚད་སྐར་གངས་ཀྱིས་མའི་རྒྱད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
མ་ལུས་ཇི་བཞིན་འཇལ་བྱུང་ཐབས་མེད་” ཅིང་། ཡིག་ཚད་
སྐར་གངས་དེས་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱི་ “སྤྱི་བ་ལྟའི་སྤྱད་ས་འབྲས་” ཅམ་
མ་གཏོགས། ཁྱོད་ཉིད་ཀྱི་ “མི་ཆོའི་ལག་རྒྱུས་” མཆོན་མི་བྱུང་
པ་དང་། “མའི་སྒྲི་ཆུལ་ནི་འཁོས་ཀྱི་འབྲུ་མེན་ཆེ་འདོམས་ལ་གོ་བ་……
ཡིན་” ཞེས་ཁྱོད་ཉིད་ལ་གསལ་བར་གདམས་འདུག མ་……
འོངས་པར་སྤྱི་དམངས་ཤིག་ཡིན་དེས་པའི་ཆ་ནས་གཞིགས་ན།
ཁྱོད་ཀྱིས་ཅིས་ཀྱང་དྲུང་ས་གསལ་གྱི་སྒྲི་བསམ་གཞིགས་གཏོང་
ཤེས་དགོས། སྒྲིག་དེབ་དེ་ལྟར་ན། དྲུང་ས་གསལ་གྱི་སྒྲི་
བསམ་གཞིགས་གཏོང་ཤེས་པ་ནི། སྤྱི་དམངས་ཡག་པོ་ཞིག་གི་
གཤེས་སྤྱོད་ཀྱི་ཟུར་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེ་ལྟར་མིན་
པར། དྲུང་ས་གསལ་གྱི་སྒྲི་བསམ་གཞིགས་གཏོང་མ་ཤེས་ཆོ།
མང་གཙོའི་ཁོ་དབང་ནི་འཆོམས་ལུས་མེད་པར་སྤྱད་ཀྱང་།
ཁྱོད་ནི་སྤྱི་ལུས་སྤྱི་སྤྱོད་པོ་བཅན་གཡོ་ཁམ་གསུམ་གང་རུང་
ཞིག་གི་གཞན་དབང་དུ་འགྲོ་རུང་ཡིན་པ་རེད།

དྲུང་ས་གསལ་གྱི་སྒྲི་བསམ་གཞིགས་གཏོང་བ་ཞིག་ཚུལ་ཇི་
ལྟར་ཡོང་བྱུང་བ་ཅེ་ན།

ཐོག་མར། “ཁྱོད་ཀྱི་བསམ་གཞིགས་དེ་ནི་དངོས་དོན་ལ་
ཁུངས་གཏུགས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས།” དེ་ལྟར་འབྱུང་བུ་པའི་

སྒྲི་འགོ་ནི། ཁྱོད་ལ་དངོས་དོན་ཡོད་ཚད་ཤེས་རྟགས་ཀྱི་ཁོ་
དབང་གཙང་མ་ཡོད་པ་དེ་རེད། སྤྱི་དམངས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་
ཞབས་ཞུ་བྱེད་མཁན་དུ་ཁས་འཆེ་བའི་སྤྱི་གཞུང་ཞིག་ཡིན་
ཅིང་། ཆ་འཕྲིན་གང་ཡང་བཀག་ཆ་པ་མོ་ཅམ་མེད་པར་རྒྱ་
འབྲེམས་ཀྱིས། སྤྱི་དམངས་ཡོངས་ལ་དངོས་དོན་ཇི་བཞིན་གོ་
ཤེས་འཇུག་དགོས་པ་ལྟ་སྒྲིམ་ཅི། དེས་ན། མཐུན་སྦྲེན་དེ་ཆོང་
མེད་པའི་སྤྱི་ཆོགས་སུ་སྤྱི་དམངས་ཆོད་ལྷན་ཞིག་འབྱུང་བུ་
ཁག་པོ་རེད། སྒྲིག་དེབ་དེར་སྤྱི་མ་ཅན་སུ་ལ། དངོས་དོན་……
ཉིད་པ་ཤེས་རྟགས་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོད། “ཉེན་ལྟར་འབྱུང་གིན་
པའི་དངོས་དོན་གསར་པ་དག་རྒྱུ་གསང་དོད་པོས་སྒྲིག་རྟེན་
དཔུང་རྟགས་བྱེད་” དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་དངོས་དོན་ལ་
དེས་ཤེས་ཟབ་གསལ་ཅིག་བྱུང་ཅ་ན། དྲུང་ས་གསལ་གྱི་སྒྲི་
བསམ་གཞིགས་གཏོང་མཁན་གྱིས་མཐར་ཐུག་ “གནད་དོན་
ཐག་གཅོད་བྱེད་བུ་དགོས།” ཞེས་གསལ་འདེབས་བྱས་……
འདུག

སྒྲིག་དེབ་དེར། མི་སུ་ལའང་འབྱུང་སྤྱི་ཞིང་། མ་རྟགས་
པའི་སྒྲི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ “རིགས་ལམ་མི་གསལ་པའི་”
ཆོངས་པ་དེ་བྱིས་པ་ཅན་ལ་མངོན་པར་བསྟན་འདུག དེ་
ཡང་ཐོག་མར་ ཁྱོད་ལ་རེ་སྒྲིན་གྱི་བྱུགས་ཆེ་བའི་ “རེ་སྒྲི་
བསམ་གཞིགས་” གི་སྒྲི་ཡོད་མི་རུང་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱུན་ཀྱང་ཟད་
གྱི་སྤྱི་ཆོགས་ (ཁྱང་ཁྱོད་རུང་ལུགས་ལྟ་བུ) ཤིག་རང་གི་ཡིད་ལ་

བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་ནས། དེ་མཛོན་དུ་བྱ་བ་པར་ཆ་འཛིག་
ནས་ཡང་བྱེད་མི་རིགས་པ་ལྟ་བུ་རེད། དེ་མིན། སྐྱོ་སྤྲོ་.....
“དྲུང་ས་ཞེན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་ཤོར་བའི་བསམ་གཞིག་”
འདྲར་ཅི་ཐུབ་བྱེད་དགོས་སྐོར་བྱིས་པ་ཆོར་འདི་སྐྱོད་གདམས་
འདུག “ང་ཆོ་སྤྱ་ལའང་རང་ཉིད་དགའ་པོ་ཡོད་པའི་ཆོས་
དང་རང་ཉིད་དགའ་པོ་མེད་པའི་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་...
སྤྱབས་གྱིས། ང་ཆོ་ཆང་མར་སྤྱགས་ཞེན་གྱི་ལྟ་ཚུལ་ཡོད་དེས་པ་
རེད། དེ་ལྟ་ནའང་། སྤྱགས་ཞེན་གྱི་སྒྲོ་སྒྲོན་ཅན་དེས་རང་གི་...
དྲུང་ས་གསལ་གྱི་སྒྲོ་བསམ་གཞིག་གཏོང་བ་ལ་མི་གཞོད་པ་.....
ཞིག་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཅིས་ཀྱང་བྱེད་ཐུབ་དགོས།” གཞན་དུ་ན།
ཁྱོད་ཉིད་ཐལ་མཐར་ལྷུང་དེས་པ་རེད། ཐལ་མཐའ་ཅུ་ལྷུང་
བའི་བསམ་སྒྲུབ་གྱིས། “མི་དུ་སྒྲེར་དང་རྒྱལ་ཁབ་ (མི་.....
རིགས་) ལ་དོ་སྤྱོད་ཡང་བ་གཏོང་གི་དུ་པ་རེད།” སྒྲིག་དེབ་...
དེར་ད་དྲུང་བྱིས་པ་ནམས་ལ། ཆོས་ཚུལ་ཟབ་མོ་ཡིན་པས་ཐག་
གཅོད་མི་སྲ་ཞིང་། བསམ་གཞིག་གང་ཡང་དངོས་དོན་ལ་
ཁུངས་གཏུགས་པ་ལས། “སྒྲོས་བཞག་ཙམ་ལ་ཁུངས་གཏུགས་
མི་བྱ།” དེ་བཞིན་དུ། རིང་བཞིན་དུ། རིང་ལུགས་ཙམ་ལ་
ཁུངས་གཏུགས་པས་ཀྱང་ཡིད་རྟོན་མི་འཕེར། ཐུབ་མཐའ་ཙམ་
ལ་ཁུངས་གཏུགས་པས་ཀྱང་ཡིད་རྟོན་མི་འཕེར་ཞེས་བསྟན་
འདུག

སྒྲིག་དེབ་དེ་ཅུ་ མ་འོངས་པར་ཁྱོད་དང་ཆུང་མ། ཨ་པ་

དང་ཨ་མ་ཡིན་འགྱུར་གྱི་སྒྲོ་བ་ནམས་ལ། ཁྱོད་ཉིད་བྱིས་མི་
ལག་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ནི་དམངས་ལག་པོ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུའི་གཞི་
རྩ་ཡིན་ཚུལ་བསྟན་འདུག དེ་ཡང་། བྱིས་ཆང་འདྲ་མིན་སྟེ་...
ཆོགས་ཡིན་ཅིང་། སྐྱོ་སྤྲོ་དཀའ་ཁག་གྱང་སྟེ་སྟེ་ཆོགས་ཡོད་
ཁག་ དཀའ་ཁག་དེ་དག་སེལ་རྒྱུ་ནི་ཀུན་བས་ཀྱང་ལས་སྒྲུབ་...
མིན། དེ་ལྟ་ནའང་རང་ཉིད་ལ་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་མིན་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་
འཆོ་བ་རྩལ་སྤངས་དང་། ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱོ་སྤྲོ་བྱིས་མི་གཞན་དག་
ལ་ཤུམ་ཆ་དང་སྦྱིང་ཉེ་ཉེ་བྱེད་མིན་ལ་རག་ལས་འདུག བྱིས་
པ་ནམས་ལ་རང་རང་མ་འོངས་འཕྲད་འགྱུར་གྱི་འཆོ་བའི་
དཀའ་རྒྱ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་མན་ངག་ཅིག་སྒྲིག་དེབ་མཁན་པོ་
ཆོར་དཔོག་དུ་མེད་ཀྱང་། བྱིས་ཆང་གི་གནས་ཚུལ་རགས་སྒྱི་
མཛུབ་མོས་རི་སྟོན་བྱས་པ་དེས་ཀྱང་སྒྲོ་བ་མཆོ་འབྱུང་འགྱུར་
དཀའ་ཁག་ཅི་རིགས་ལ་ཕུད་ཀྱང་བྱ་དཀའ་བྱེད་གཏད་ཀྱི་
གནས་སུ་གྱུར་མི་སྲིད་ཅིང་། “བྱིས་ཆང་གི་རིན་ཐང་” ལ་ཆེས་
མཐོང་བྱེད་པ་ནི་རང་ཉིད་སྒྱི་དམངས་ལག་པོ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུའི་
རྩ་བ་ཡིན་པའི་གནས་ལུགས་དེ་ཉ་གོ་བར་བྱས་འདུག དེར་
མ་ཟད། གཞན་པན་གཞན་པན་ཟེར་བ་དེའང་། ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱོ་
སྤྲོ་ནང་མི་དག་ལ་ཤུམ་གཅེས་སྦྱོང་གིས་པན་འདྲིགས་པའི་
རྒྱུ་ཐོགས་སུ། རྒྱལ་ཁབ་དང་། སྒྱི་ཆོགས། མི་གཞན་ལ་པན་
འདྲིགས་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་སྐོར་ཟེར་དེ་ནས། “རང་སྒྲིང་”
ཞེས་པའི་གོ་དོན་དེ་བྱིས་པ་ནམས་ལ་འབྲེལ་བཟོད་བྱས་.....

འདུག རང་སྐྱོང་ཞེས་པ་ནི་སྤྱི་དམངས་ལ་མང་གཙོའི་གཤིས་
 ཀ་ལྡན་པ་གཞིར་བྱས་ཐོག་ཚུགས་ཐུབ་པ་ཞིག་ལས། བཅོན་པོ་
 དབང་ཡོད་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་དོན་མ་ནི་མང་གཙོའི་རང་སྐྱོང་མ་
 ཡིན་ནོ། བྱི་ཚང་ལ་བྱི་ཚང་འཛིན་སྐྱོང་དོན་མ་བྱེད་ལུགས་
 ཤིག་འདུག་ལ། སློབ་གྲྭ་ལ་སློབ་གྲྭ་འཛིན་སྐྱོང་དོན་མ་བྱེད་ཀྱི་
 ལུགས་ཤིག་འདུག སློག་དེབ་དེར། བྱིས་པ་ཚོར། རྒྱུ་ཚུལ་ལོ་
 ན་རྒྱུ་དུས་ནས་ཚོགས་པ་ཅི་རིགས་འཇུགས་རྒྱུ་ཆོད་ཉུང་
 དང་། མི་རེ་རེས་རང་རྩི་རང་ཟེན་དང་རང་རྒྱུད་རང་འདུལ་
 རང་འགན་རང་འཁུར་བཅས་ཀྱིས་མི་གཞན་དག་དང་འདྲ་
 མཉམ་དུ་འགྲོགས་འདྲིས་བྱེད་རིགས་ཞེས་ལྷག་འདེབས་བྱས་
 འདུག

《སྤྱི་དམངས་ཀྱི་སློག་དེབ》 ལས “ཁྱོད་ཉིད” ལ།
 མང་གཙོ་ཞེས་པ་ནི་སྤྱི་བྱེ་གཉིས་ལས་བྱེ་བྲག་གི་ཚུས་དང་།

མངོན་སྟོན་གཉིས་ལས་མངོན་གྱུར་གྱི་ཚུས་ཡིན་ཚུལ་བསྟན་
 འདུག རྒྱ་ཁྱིམ་དེའི་དབང་གིས། སྤྱི་ཚོགས་བསྐྱར་བཞུད་བྱེད་
 འདོད་ན། ཐོག་མར་རང་གིས་རང་ཉིད་སྤྱི་དམངས་ལག་པོ་
 ཞིག་ཏུ་སྐྱར་བ་ནས་ཚོམ་དགོས། དེ་བཞིན་སྤྱི་དམངས་ལག་པོ་
 ཞིག་ཡོད་རྒྱུ་ཉེར་བཞུགས་ལེགས་པར་གྲུབ་མཚམས། རྒྱུད་
 ཉིད་དང་མི་གཞན་མཉམ་གནས་མཉམ་འཛོལ་བྱེད་ཐུབ་པར་
 འགལ་རྒྱུ་ཡོངས་སུ་སེལ་འགྲོ། མ་ཟད། དེ་ཡང་དང་ཐོག་གི་
 དམིགས་བྱ་སྟེ། མི་བྱ་སྐྱར་གྱི་བདེ་སྦྱིད་ནི་གལ་ཆེན་ནང་གི་
 དོན་ཆེན་ཡིན་པ་དེའི་རྒྱུ་དུ་འབབ་ངེས་སོ། སྤྱི་དམངས་ཀྱི་
 སློག་དེབ་ཀྱི་སློབ་ཚན་དང་པོར། “ཁྱོད་ཉིད” སྤངས་པའི་
 ཚ་བའང་གལ་གནད་དེ་ལ་ཐུག་འདུག་སོ།

རྒྱ་ཡིག་གི་དུས་དེབ་《སློག་པ་པོ་》 ༢༠༠༥ལོའི་
 འདོན་ཐེངས་༢༡པར་གསལ།

༢༠༠༩ལོའི་ཟླ༥པའི་ཚེས་༣ལ་བསྐྱར་གྲུབ།



ཉེན་གྲོང་དུ། “ནམ་དཔྱིད་ཅན་གྱི་ལས་འགུལ་” འཁེལ་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་……
 འཁེལ་འདུག་པས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་བསམ་སྒྲིང་སྤྱི་བརྒྱད་རང་དབང་གི་ཁོར་ཡུག་
 ལེགས་པོ་ཆགས་ཡོད། ཁོང་ལ་བྱལ་བཞག་གསུངས་ཚུལ་གང་ཡང་མེད་སྟབས་རྗེས་རབས་
 པས་གཙོ་བོ་ཁོང་གི་དངོས་སྒྲུབ་ཕི་ལི་ཕི་ཡི་གསུངས་ཚུལ་གཞིར་བཟུང་ནས་ཁོང་གི་བསམ་……
 གྲོས་རྒྱུས་ལོན་བྱས། སི་ཁི་ར་ཐེ་ཡི་སྐབས་སུ། ཡཱ་ཉེན་གྲོང་་ཉམས་སྐད་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་
 པས་ཁོང་ལ་མཚོན་ན། ཡཱ་ཉེན་གྲོང་་རི་ལྟར་བྱས་ནས་སྒྲུབ་པ་ནི་གཡེལ་དུ་མེད་པས་གནད་……
 དོན་ཞིག་རེད། ཁོང་གིས་མི་རྣམས་རང་དང་རང་གི་བྱ་བར་ཤེས་རྟོགས་མ་ཡོད་ཅིང་ཐུན་
 འཛོམ་ངང་ཆབ་སྲིད་གྱི་ལས་ཀར་ཞུགས་པ་དེ་ཡཱ་ཉེན་་ཉམས་སྐད་དུ་སོང་བའི་རྩ་བ་ཡིན་……
 རྒྱལ། བྱེ་བྲག་དུ་མི་རེ་རེའི་སྤྱིང་ལ་བབས་ན། རང་ཉིད་ལ་ཆ་རྒྱས་ངོས་འཛིན་གསལ་བོ་ཡོད་
 རྒྱུ་ནི་རང་གི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལེགས་འགྲུབ་ཡོང་བའི་སྡོན་འགྲོ་རེད། ཁོང་གིས་མི་རེ་རེའི་……

སྐྱེ་ཁོང་གི་ཡུལ་རྒྱལ་ཏུ་ སྤྱ་མིའ་ཉིད་མི་ (Parmenides) ཡིས་ཤེས་རྟོགས་ཏུ་ཡུལ་འོ་གཞི་གྲུབ་སྟེ་འགྱུར་མེད་ཅིག་དང་དེ་མོ་

ན་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་བཤད་ནའང་། གཞི་ཁྲུབ་དེ་ “ཅི་ཞིག་ཡིན” སའི་ཐད་ལ་ལྟ་ཚུལ་བཏོན་མེད། སྤྲིང་ཐེ་ཡི་མཛད་ཆེས་ཆེན་
 སོ་ནི། ལྷ་མེན་ནེད་སྤྲིང་ཐེ་ཡི་གཞི་ཁྲུབ་དེ་ གྲེ་བླག་ཅིག་ཏུ་ཐབ་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁོང་གི་ཁ་བརྒྱུ་མང་ཆེ་བར་ “དཔལ་ངར་ནི་ཅི་ཞིག་རེད”
 “མཛེས་ཞེས་པ་ཅི་ཞིག་རེད” ཅེས་པ་སོགས་ “ཅི་ ཞིག་ཡིན་སའི” གནད་དོན་ལ་པལ་འདྲི་ཕྱག་འདྲི་བྱས་པ་བརྒྱད་ “དཔལ་ངར” དེ་
 དཔལ་ངར་ཡིན་དོན་དང་། “མཛེས་” དེ་མཛེས་པ་ཡིན་དོན་གྱི་ཆ་བ་བཅས་པ་རེད། སྤྲིང་ཐེ་ཡིས་ནམ་ཡང་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་སྟེ
 འབྲེད་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས། པ་རྩལ་སྤོའི་ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་ཆུ་ཚད་དེ་སྟེ། མཆོན་ཅན་དང་ཡོངས་ཁུལ་ཅན་དུ་ཐོན་པར་བྱས་ཏེ་མཐར་

བོད་ལ་སྐད་ཡིག་

དགེ་ཆུན་རྣམས་མ་ཞིག་ད་དུང་འབྲུངས་མི་འདུག།

དོན་བསྐྱེད་ནམས་ཆོ་རིང་། (མཚོ་སྒྲོན་)

ཁ་བྱང་འདི་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཁྱེ་ཆོའི་ཤེས་ལྡན་པ་
མང་པོ་ཞིག་ཏྱག་སེལ་སྒྲོ་ཁ་ནས་ལངས་ཤིང་ཞེ་སྒྲོ་གཏིང་ནས་
ལངས་པར་གདོན་མི་བྲ། དེ་ཡང་ཅི་ཁག་སྒྲེ་ལོ་ངོ་མང་པོ་ཞིག་
ལ་བོད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་ལྷ་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ནས་བོད་ཡིག་ཁྲིད་.....
ཁྲིད་ནས་ད་ནི་མཁས་པ་འམ་སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱི་གོ་ས་ཐོབ་ནས་
བཟུང་ཡོད་དུས་ན། སྒྲོ་བུར་དུ་མི་ཞིག་གིས་ཁྲིད་ནི་བོད་ཡིག་
དགེ་ཆུན་ཞིག་མ་རེད། བོད་ཡིག་དགེ་ཆུན་ཆོད་ལྡན་ཞིག་མ་
རེད། བོད་ཡིག་དགེ་ཆུན་རྣམས་མ་ཞིག་མ་རེད་ཟེར་ན་དེ་མ་
ཐག་སེམས་ངོར་འབྱོར་སྒྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་མ་རེད།

ཡིན་ནའང་ཁྱེ་ཆོའི་བོད་ཡིག་རིག་གནས་ཀྱི་ཁོར་ལྷག་
དང་། དོན་དངོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། གནད་དོན་འདི་
ཐག་གཅོད་ཆེད་ཐོག་མར་རྒྱ་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གནས་བབ་
ལ་རགས་ཙམ་བཏྲ་བར་བྱ།

ནང་ལོགས་རྒྱ་རིགས་སྤུན་ལྷའི་སྒྲོ་བ་གསོ་མཁས་ཅན་
དང་། སྐད་ཡིག་དགེ་ཆུན་རྣམས་ལ་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་རྒྱ་ཡིག་གི་
རྒྱ་སྤྱོད་ཇི་ལེགས་ལ་དམིགས་ནས་༡༩༧༩ལོར་《པེ་ཅིན་ཙམ་

རིག་ཤིག་གི་བའི་དུས་དེབ་སྟེང་“སྐད་ཡིག་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་” ཞེས་
པའི་བསྒྲིག་སྒྲེལ་ཏྱག་ཏྱག་ལོ་ངོ་བརྒྱུད་ལ་ཙུང་སྟེང་བྱས་.....
ཀྱང་ལྷ་རྒྱུ་གཅིག་ཐོག་ལ་འཛོག་མ་ཐུབ། ངོ་མས་བཤད་ན་ལྷ་
རྒྱུ་གཅིག་ཐོག་ལ་འཛོག་རྒྱུ་འདྲ་མེད་དེ། མཁས་དབང་དག་
འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་“ཇི་ལྟར་དངོས་པོའི་གཤེས་ལ་ཉེ་གྱུར་
བ།། དེ་བཞིན་མཁས་པའི་ངག་ནི་སྒྲུགས་པར་འགྱུར།།” ཅེས་
པའི་ལུང་དོན་དང་མཚུངས་ལ། འདི་ནི་བྱ་དངོས་འཕེལ་རྒྱས་
གྱི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་རེད། དེ་ལྟར་བཅད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་དོན་.....
སྟེང་མེད་དོ་ཟེར་ན་སྤུན་པའི་རང་གཏམ་ཁོ་ནར་བཤད་དེ། དེ་
ལྟར་བཅད་པས་རྒྱུ་སྐད་ཡིག་ལ་སྤྱོད་དང་མི་མཚུངས་བའི་
གོ་བ་གཏིང་ཟབ་ཏུ་བྱིན། ནང་དོན་ལྡན་འགྱུར་གྱིས་ཐུན་ཐུན་
ཆོགས་པར་གྱུར། ཟབ་ཞུགས་ཀྱི་ཤེས་ལྡན་མི་སྤྱོད་གངས་.....
འཕོར་སྒྲོ་སྤྱོད་གིས་འཕེལ།

རང་རེའི་རྒྱལ་ས་ཏུ་པེ་ཅིན་སྒྲོ་བ་ལྷ་རྒྱུ་ཆོན་མའི་སྒྲོ་བ་.....
དཔོན་ཆེན་མོ་ཆན་ལེ་ཆོང་(钱理群) སྟོན་ཤིང་དུ་གྱུར་བའི་
རྒྱུ་སྐད་ཡིག་གི་ཆེད་ལས་མཁས་ཅན་ཤིན་ཏུ་མོད་པོ་.....

འཆད་ཐུབ་པ་དང་། ཡང་ན་བྲིས་ཐྱོང་པའི་དགོ་ཆན་སུ་ཞིག་
ཡོད། ཐ་ན་གནད་དོན་འདི་དག་རེ་རེ་ནས་སེམས་རྩོད་.....
ཐེངས་རེར་དྲན་ཐྱོང་མཁན་གྱི་དགོ་ཆན་དུ་ཡོད་དམ།
གཅིག་ཀྱང་མེད་ཆོད་དུ་སྤང་དོ།

དོན་ལ་སྐད་ཡིག་ཅས་པ་ནི་སྐད་ཆ་དང་ཚུམ་ཡིག་ཅས་
པའི་བསྐྱས་མིང་ཞིག་སྟེ། དང་ཐོག་རྒྱལ་ནང་ལ་མཆོན་ན་སྐད་
ཆ་སྐད་ཆ་བྱས་ནས་བྲིད། ཚུམ་ཡིག་ཚུམ་ཡིག་བྱས་ནས་བྲིད།
བྲིས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་དང་བསྐྱར་ནས་སྐད་ཡིག་ཅས་གཉིས་...
འདུས་གཅིག་ལྟར་གྱི་རིག་གཞུང་ཡན་གར་བ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་
མགོ་བརྩམས།

འུ་ཆོས་མིང་འདི་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་སྐབས་གཅི་ཆོག་
འབྱར་དུ་མ་ཐོན་པའི་སྒྲིན་ཞིག་འདུག་སྟེ། དོན་དུ་སྐད་ཡིག་
ལས་སྐད་ཚུམ་ཞེས་བསྐྱར་ན་དོན་ལ་འབྱོར་ཞིང་སྒྲོ་རྩོད་བདེ་
སེ་འདུག འདིས་ཀྱང་སྲིད་གོས་ལ་ཆབ་གོས་ཞེས་བསྐྱར་པའི་
དགོད་ཁ་འདྲ་སྒྲིང་བར་བྱེད།

དེ་ལྟར་ཡང་ཡིན་ཏེ། སྐད་ཆ་དང་ཚུམ་ཡིག་ནི་རོ་བོ་...
གཅིག་ལ་ནམ་པ་མི་འདྲ་བའི་བརྩ་རྟགས་རེ་རེ་ཡིན། སྐད་ཆ་
ཁོ་ནས་མིའི་རིགས་སྤྱི་ཆོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་སྐོང་
མ་ཐུབ་ནས་ད་གཞི་དུ་ཚུམ་ཡིག་བྱུང་། ཚུམ་ཡིག་ཀྱང་མཐར་
གཏུགས་ན་སྐད་ཆ་ཡིན་ལ་སྐད་ཆའི་སྐད་ཆ་འཕེལ་བར་རྟགས་
ཀྱི་བརྩ་རྟགས་ཡིན་ཞེས་བཤད་ཀྱང་ཆོག

དེས་ན་སྐད་ཚུམ་འདི་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཤི་ན།
བསམ་སྒྲོ་བརྩེ་རེས་གྱི་ལག་ཆ་ཞིག་དང་། བསམ་སྒྲོ་ཀུན་སྒྱུད་
གྱི་སྐུལ་ལྷག་ཅིག མིའི་རིག་གནས་ཀྱི་སྤྱི་རྟོགས་(人文精
神) ཤིག་སྟེ་གསུམ་འདུས་གཅིག་གི་ཡུང་བོ་ཞིག་ཡིན།

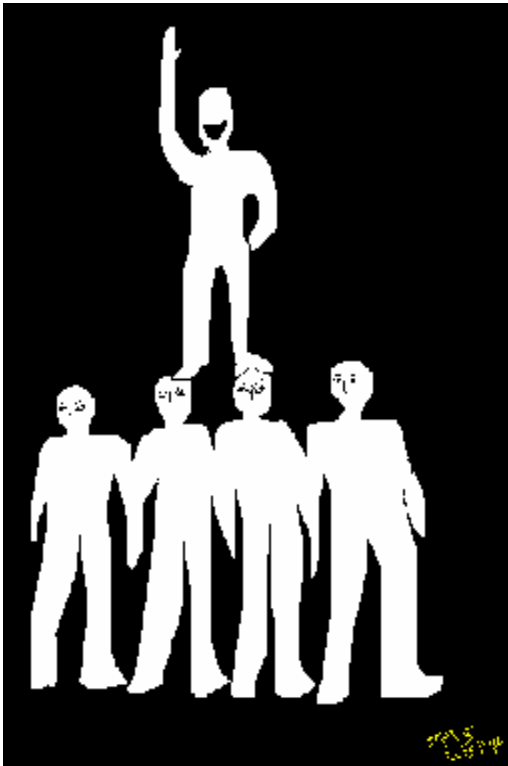
ཡང་སྐད་ཚུམ་ལ་སྐྱུངས་པ་གཏོང་བྱུགས་ཀྱི་ཆ་ནས་
བཤད་ན། ཉན་པ་དང་། འཆད་པ། ལྟ་སྟོག འབྲི་བ་ལ་བརྟེན་
ནས་སྐྱུངས་དགོས། འུ་ཆོད་སྐད་ཆས་བཤད་ན། ཐོས་རྒྱ་དང་།
འཆད་རྒྱ། ལྟ་རྒྱ། ཚུམ་རྒྱ་བསྐྱེད་དགོས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་དག་
ལས་སྒྲིབ་མའི་སྐད་ཚུམ་གྱི་ཚུ་ཆད་ལ་ལྟ་བྱེད་ཀྱི་ཆད་གཞི་
མཐར་ཐུག་ཉག་ཅིག་ནི་ཚུམ་འབྲི་བ་ཁོ་ན་ཡིན། རྒྱ་མཆོན་ནི་
ཚུམ་འབྲི་བ་ནི་ཉན་པ་དང་འཆད་པ་དང་སྟོག་པ་ནམས་ཀྱི་
འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རེད།

སྒྲིབ་མའི་ཚུམ་འབྲིའི་ཚུ་ཆད་མཐོར་འདེགས་གཏོང་རྒྱ་
ནི་དགོ་ཆན་ལ་ཐད་ཀར་རག་ལས་ཡོད། སྐད་ཡིག་དགོ་ཆན་ནི་
ཚུམ་པ་པོ་དང་། སྟོག་པ་པོ། བྲིད་པ་པོ། བསམ་སྒྲོ་བ། དཔུང་
བརྒྱུད་མཁན་གཅིག་ལྟར་གྱི་དཔེ་མཆོན་མི་སྟེ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་...
ཡིན་དགོས་མོད། འོན་ཀྱང་འུ་ཆོད་བོད་ཡིག་དགོ་ཆན་ཡོད་
ཆད་ནི་སྟོག་གི་དགོ་ཆན་དང་། འབྲེལ་བཤད་མཁན་པོ་རྒྱུང་...
རྒྱུང་ལས་མ་འདས་སོ།

དེ་ཡང་བྱེ་བྲག་གིས་བཤད་ན་སྒྲིབ་ལྷ་རྒྱུང་བའི་སྐད་...
ཡིག་དགོ་ཆན་ནི་སྟོག་གི་དགོ་ཆན་ཤས་ཆེ་ལ། སྒྲིབ་ལྷ་འབྲིང་

བའི་སྐད་ཡིག་དག་ཀྱི་ཆོས་དང་འགྲེལ་བཤད་གཉིས་ཀའི་
བྱང་ཆོས་ལྟན། སློབ་ལྷན་ཆེ་བའི་སྐད་ཡིག་དག་ཀྱི་འགྲེལ་
བཤད་མཁན་པོ་ཁོ་ན་ཙམ་དུ་བྱེད།

སྐད་ཆོས་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་བར་མཛོད་ཉག་གཅིག་
ཡིན་ཕྱིར། དེ་ནི་ནམ་ཡང་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་བའི་ (སྤུ་ལ་སྤུ་མོ་)



ལ་བསྟན། རྒྱ་བསྐྱེད་དགོས། སྐད་ཆོས་ནི་བསམ་སྒྲོ་བརྗེ་རེས་
ཀྱི་ལག་ཆ་ (གཙོ་བོ་ཆོད་རིག་གི་ཕྱོགས་བསྟན།) མེད་དུ་མི་
རུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར་དེ་ལ་ནམ་ཡང་རྩོད་གསར་བ་འདྲི་
དགོས། སྐད་ཆོས་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་རིག་གནས་སྤྱིར་སྟོབས་
ཡིན་ཕྱིར་ཁ་གསལ་བྱེད་དང་ནམ་ཡང་སྤྱིར་ཀྱི་འཆོ་སྤྱོད་སྤྱིར་
སྟོབས་དར་སྤེལ་བྱ་དགོས། སྐད་ཆོས་ནི་དུས་རབས་ཀྱི་སྤྱིར་

སྟོབས་མཆོད་བྱེད་ཅིག་ཡིན་ཕྱིར་དེ་ལ་ནམ་ཡང་བསམ་སྒྲོ་
གསར་བའི་སློབ་གཞུག་དགོས། སྐད་ཆོས་ནི་བསམ་སྒྲོ་ཀྱང་
སྤྱིར་ཀྱི་ཆོད་གཞི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར་དེ་ནི་ནམ་ཡང་མི་བུ་མ་གཞིའི་
(以人本) ཆོས་ཉིད་དང་བསྐྱེད་དགོས།

དེ་བཞིན་དུས་རབས་དང་མཐུན་པའི་འུ་ཆོད་སྐད་ཡིག་
དག་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཞོར་ལ་འོང་བ་ནི། ཨ་རི་གཙོ་བྱས་
པའི་ཕྱི་སྤྱིར་བ་དང་མཆོ་ཁའི་སྐད་ཡིག་སློབ་གསོ་ལ་རྒྱུན་དུ་
བྱུང་དཔུང་གནང་ཐུབ་པ་དང་གཅིག་པ་སྐད་སློབ་གསོའི་
སློབ་ཁྲིད་ཉམས་སྦྱོང་སྤྱི་སྤྱོད་དང་ཞིབ་འཇུག་གསར་སྐྱེད་ཀྱི་
ལུས་པ་ལྟན་པ་དང་གཉིས། སློབ་རྒྱུན་སློབ་གྲིག་དག་ཀྱི་དང་
འགྲེན་བཤད་མཁན་པོའི་གཟེབ་དུ་ལས་ཅིས་ཀྱང་ཐར་ཏེ་སྐད་
ཡིག་གི་བྱང་ཆོད་ (语文素养) མཐོ་པ་དང་གསུམ་མོ།

ཡོན་ཏན་ཁོ་ནའི་ཆ་ནས་བཤད་ན་འང་རྩ་བའི་ཆ་རྒྱུན་
འདི་གསུམ་པོ་ཆོད་པའི་འུ་ཆོད་སྐད་ཡིག་དག་ཀྱི་དང་ན་
ཡོད། སུ་ཞིག་ཡིན།

སློབ་ལྷན་ཆེ་མོ་ན་བཞུགས་སམ། སློབ་ལྷན་འབྲིང་བ་ན་
ཡོད་དམ། སློབ་ལྷན་ཆུང་བ་ན་གནས་སམ།
གང་ན་ཡང་མེད།
བོད་ལ་སྐད་ཡིག་དག་ཀྱི་རྩ་བ་མ་ཞིག་ད་དུང་
འབྲུངས་མི་འདུག།

སྤྱི་ཚོགས་སྒྲིག་སྒྲིམས་འོག་གི་བོད་ཀྱི་སྒྲོབ་གསོ།

གུ་རུ་དོན་གྲུབ། (མཚོ་སྒྲོན་)

རྒྱལ་སྤྱིའི་གི་སྒྲོབ་གསོ་དང་བསྐྱར་ན་རང་ཅག་བོད་ཀྱི་
སྒྲོབ་གསོ་ནི་ཆེས་ཆེས་ལུས་དང་རྩལ་འགྲོས་རང་བཞིན་ལྡན་
པ་ཞིག་རེད་ཨང་། རང་ཅག་ཆོས་མིའི་མི་གཞི་དང་རང་་་
ག་ཤིས། བྱང་རུས། གསར་བསྐྱུན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་སྒྲིག་སྒྲིམས་
སའི་ཁོར་ལུག་ལགས་པོ་དེ་ཆེས་སྒྲིག་གཡའ་ཞིང་འཛིགས་ཡིར་
བའི་སྤྱི་ཚོགས་སྒྲིག་སྒྲིམས་ཀྱི་འོག་ཀྱང་པ་ནས་ཀྱང་པའི་་་
སྤྱི་གས་སུ་བསྐྱར་བཞིན་པ་འདི་ར་ཆོ་སུ་ཡིན་ཡང་སྤྱིའི་སྤྱི་
པའི་གནས་ལུགས་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད་ལ། བྱ་བ་ཅི་ལའང་
འགན་ཁུར་བའི་འདུ་ཤེས་དེ་མང་དུ་བཏོང་ནས་སྒྲོབ་སྤྱི་
ཆེར་བསྐྱེད་དང་རྩལ་ཤུགས་ཡོད་ཀྱས་བཟོ་བཅས་བྱེད་དགོས་
པའི་བྱ་བ་ཞིག་སྒྲོབ་སྤྱི་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་རེད། རང་ཅག་གི་ཁོ་རྒྱས་
ངོས་ནས་བཤད་ན། བྱ་སྤྱི་དང་མཚར་དང་རྩལ་པ་བྱང་
འཕགས། ལྟ་བུ་ཆོད་བཟུལ་གྱི་མི་བྱ་གང་རུང་ལ་བདུད་དང་མི་
ཉལ་པ་སྒྲིག་སྒྲིམས་ཀྱིས་ཉེས་མིང་རེ་འདྲ་བ་རེ་བཏགས་ཏེ་མགོ་
གཞོན་ཅི་ཐུབ་བྱེད་པ་དང་དྲག་ཤིང་གྱིས་ད་དུང་གཞན་ལྟལ་
དུ་སྤྱི་གས་པ་དང་སྤྱི་ཆད་གཅོད་པ་སྒྲིག་གཡའ་མང་བོ་་་་་

མཐོང་རྒྱ་འདུག སྤྱི་ཚོགས་དེའི་ལུགས་མཁར་ནང་བཅུག་
པའི་རང་རེའི་གཅེས་སྤྱི་ཚོགས་སྒྲིག་གཡུབ་ཀྱི་སྤྱི་གི་སྤྱི་
མང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཅི་འདྲའི་ཉེས་དམས་ཤིང་སྤྱི་ཆེ་བ་ལ་
ཨང་། མིག་གིས་ལྟ་ཤིང་པ་དང་གོམ་པ་སྤྱི་ཤིས་པ་ནས་བཟུང་
ཁོ་ཆོར་པ་མ་ཡིག་ཆོངས་པ་དག་གིས་བཅན་གྱིས་གཞོག་་་
གཡུབ་བྱས་པ་དང་། དཔེ་ལྟ་ཆུང་ཆུང་ཕྱག་དུ་འཁུར་བ་ནས་
བཟུང་ཤིས་རིག་གི་སྤྱི་མིག་སྤྱི་བའི་དགོ་ཀྱན་ནམས་ཀྱིས་
རང་ཉིད་ལ་ད་བར་དུ་གཞོག་གཡུབ་རི་ལྟར་བྱས་པ་བཞིན་སྤྱི་
རིག་བཟུ་ཞིང་སྤྱི་ཚོགས་ཆེ་བ། ཁོག་དཀྱུལ་ཡངས་ཤིང་་
བཅོན་འགྲུས་ལྡན་པ། འགན་ཅོད་ལ་མོས་ཤིང་ལ་རྒྱ་ཆེ་བ།
རང་ཉིད་ལ་ཡིད་ཆེས་བཟན་ཞིང་ལྟལ་དུ་སྤྱི་སྤྱི་མེད་དུ་ཁེར་
ཚུགས་ཀྱིས་འགྲེང་སྤྱི་པའི་རང་རེའི་གཅེས་སྤྱི་ཚོགས་ཡང་དེ་
ལྟ་དེ་ལྟར་ལུགས་ཉེས་སྤྱི་སྤྱི་དཀྱུལ་བའི་ཡང་མེད་པར་
གཞོག་གཡུབ་བྱས་དང་བྱེད་ལུགས་ལགས། མིའི་རང་དབང་དང་
མི་གཤིས། འདོད་མོས། སྤྱི་རིག་དང་བཅས་པ་ཕྱི་འཛིན་བཀག་
གི་དབང་སྤྱི་ཚོགས་དུ་སྤྱི་གཅིག་ཅན་དང་ཀྱན་མཐུན་ཅན།

གཞན་དབང་ཅན་ཏུ་བསྐྱར་བ་ནི་མིའི་རང་བཟུང་བསམ་སྒྲོ་
དང་བྱ་བ་ཀྱན་ལའང་འཇུག་སྒྲོ་པའི་ཐུན་མེན་གྱི་སྤྱིང་སྒྲོ་བས་
དག་ལ་བཅན་འཇུག་བྱས་པ་རེད། སྤྱི་མ་ཐག་ནས་བྱིས་པ་
སྤྱི་མའི་ཁ་ངོ་དང་སྤྱི་མ་གཟུགས་མི་འདྲ་བ་བཞིན། ཁོ་ཆོའི་རང་
གཤིས་དང་སྒྲོ་སྒྲོ་བས། དག་ལ་ཁ་འབྱེད་ཕྱོགས་སྤྱི་མ་ལའང་
ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད། རོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་མཁས་
ཅན་རྣམས་ཀྱི་ནས་ “མི་ཆོ་ཡི་ཐོའི་གོ་རིམ་ཁྱོད་དེས་པར་ཏུ་
བསྐྱབ་དགོས་པ་ནི། སྤྱི་མ་ཐན་གྱི་མི་གཤིས་གཞིར་བཟུང་སྟེ་
ཐབས་བརྒྱ་རྒྱས་སྤྱིང་དང་ཏུར་ཐག་འབད་ཐག་གིས་དེའི་ (མི་
གཤིས་) སྤྱི་མ་རང་བཞིན་དང་འབྲེལ་མཐུད་རང་བཞིན།
མཐུན་སྦྱར་རང་བཞིན་བཅས་འཕེལ་རྒྱས་སུ་གཏོང་བ་ལས། དེ་
(མི་གཤིས་) སུན་ཚུན་ལ་བྲལ་ཏུ་བཏང་སྟེ་གཏོར་གཤིག་དང་།
སུན་ཚུན་ཅི་འདྲ་དྲུག་སྒྲུབ་ཀྱིས་བ་དང་ཅི་འདྲ་དྲུག་
འཐབ་པའི་ཕྱོགས་ལ་གཟུགས་ནན་མཐེལ་བྱིན་བྱ་ དགོས” ཞེས་
མི་ནི་ནམ་ཡང་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་མི་ཡིན་པ་དང་། མིས་འཇིག་……
ཉིན་གྱི་ཡོད་ཚད་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་ཏུས་པ་མ་ཟད་ཡོད་ཚད་……
བཞེངས་བསྐྱར་ཡང་བྱེད་ཏུས་པའི་ཐུན་མེན་གྱི་ལྟ་བུ་འཕམ་སྤྱིང་
སྒྲོ་བས་འདྲོན་སྤེལ་བྱས་པ་དང་། རང་ཅག་གི་མཁས་དབང་……
ཆོས་མིའི་ཀྱན་མཐུན་རང་བཞིན་དང་སྤྱི་མ་ཐན་གྱི་རང་བཞིན་……
མང་གཞིར་བཟུང་སྟེ་མི་གཤིས་ལ་གཤམ་གཏུབ་དྲག་པོ་……
བརྒྱབ་ནས་སྤྱི་མ་ཐོར་ཐོར་ཞིག་ཏུ་བཏང་ཆེས། མིས་ཅི་ཡང་……

བསྐྱབ་མི་ཏུས་པ་དང་མི་ནམ་ཡང་གཞན་དག་ལ་བཞེན་……
དགོས་པའི་ལྟ་བ་གསེང་མཐོར་བསྐྱགས་ཏེ་མི་ནི་ཐོག་མཐའ་
བར་གསུམ་ཏུ་མི་མ་ཡིན་པའི་མི་ཞིག་ཏུ་བཟོ་བཅོས་བྱེད་……
བཞིན་ཡོད་པས། གཞན་གྱི་མཐུན་ཏུ་ང་ཆོ་ནི་ཡན་ལག་དང་
ཉིང་ལག་ཐམས་ཅད་ཁ་ཐོར་གྱུར་བའི་ཏུས་མེད་ཉམ་ཚུང་རེ་
རེ་ཡིན་ཨང་། འུ་ཅག་གི་སྒྲོ་བ་གསའི་ཐད་ཀྱི་ནག་ཉེས་ཆེས་ཆེ་
བ་ནི་སྒྲོ་བ་གསོ་གཏོང་མཁན་ཆོས་སྒྲོ་བ་གསོ་སྦྱང་མཁན་ཆོར་
དྲང་གཏམ་མི་སྤྱི་མ་དེ་རེད། འགའ་རེས་གཞན་གྱི་ཟེར་སྒྲོས་ལ་
འགལ་བར་དྲོགས་ནས་མི་སྤྱི་མ་བརྒྱལ་ཞུགས་འཛིན་པ་དང་།
འགའ་རེས་རེ་ཐོང་ཅལ་འདྲོགས་ཀྱི་དཔེ་བཞིན་གཞན་གྱི་ཟེར་
སྒྲོས་ཁོ་ནར་འབྲངས་ཏེ་གནས་ལུགས་དོག་ཆེས་གཏོང་བས།
སྒྲོ་བ་གསོ་དེས་བསྐྱེད་པའི་འུ་ཅག་གི་བྱིས་པ་དག་དངོས་ཡོད་
གནད་དོན་གྱི་མཐུན་ཏུ་མན་ལ་བྱ་ལྟར་འབྲེང་ཚུགས་མི་ཐུབ་
པར་གྱུར་བ་རེད། སྤྱི་མ་དང་དགོ་ཆུན་ཡིན་ནའང་འདྲ། སྤྱི་མ་
དང་དཔོན་པོ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཐབས་བརྒྱ་རྒྱས་སྤྱིང་གིས་
སྒྲོ་བ་གསོ་སྦྱང་མཁན་ཆོར་འོས་མ་ཡིན་པའི་སྤྱི་མ་ཆོག་སྤྱི་མ་……
ཁྱིམ་ཤིག་བཟོས་ཏེ་བྲན་ཏུ་བཀོལ་ཅི་ཐུབ་བྱེད་བཞིན་མཆིས།
འུ་ཅག་གི་སྒྲོ་བ་གསོ་དེ་གཙོ་བོ་སྤྱི་མ་དང་དེ་ནས་དགོ་ཆུན་ལ་
གཏད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་མཐུན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། སྤྱི་མ་དང་
དགོ་ཆུན་ཡོངས་ཆོས་དང་སྤྱི་མ་ཐན་དབང་བསྐྱར་དང་བསྐྱར་
དཔར་བྱས་པ་ཞིག་ལགས་པས། རྩ་དྲག་གི་ཐབས་ཚད་ཁྱོད་འཆོ་

གནས་ལ་འབད་པའི་ཁྱ་ཅག་མཆོག་མཐར་གང་ལའང་གདོང་
གཏོང་མི་ཡོད་པར་བག་འཁུམས་དང་དབུལ་ཡོངས་ཀྱིས་འཆོ་
ཞིང་། གང་ལའང་གདོང་གཏོང་མི་འདོད་པར་སྦྱིད་ལུག་དང་
སྦྱོར་ཞིག་གིས་ག་ལེར་གཟེར་འདུག སྦྱིར་སྦྱོབ་གསལ་ཅི་
དཀྱུལ་ཡངས་ཤིག་དང་རང་དབང་ཞིག མཐུན་སྦྱོར་.....
ཅིག གསར་གཏོང་ཅིག ཀུན་པན་ཞིག་གི་ཕྱགས་སུ་འགྲོ་
དགོས་ཡོད། རང་རེའི་སྦྱོབ་གསལ་སྦྱོར་སྟེ་མིའི་བྱང་འཕགས་
ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་གྱི་དོག་པོ་ཞིག་དང་གཞན་དབང་ཞིག ཕྱི་
བཞོལ་ཞིག རྟེན་ཞེན་ཞིག སྒྲེར་པན་ཅིག་གི་ཕྱགས་སུ་
བསྐྱར་ཅི་ཐུབ་བྱས་ཏེ་མིའི་ཆེས་ཐང་ལ་དམའ་འབེབས་དང་
བྱང་གསོད་བྱེད་པའི་ཚུལ་འདི་ཤེས་རིག་གི་སྒོ་མིག་གསལ་
པའི་ཤེས་ལུན་པ་སུ་ཞིག་གིས་མཐོང་བར་བཟོད་དེ་མི་བཟོད་
དོ། བྱིས་པ་ཞིག་གི་མི་ཆོའི་བརྒྱུད་རིམ་ལ་གཞིགས་ནས་
བཤད་ན། སྦྱོས་མ་ཐག་ནས་པ་མ་ཡིག་སྒྲིངས་བ་དག་གིས་ལུལ་
དུས་ངེས་མེད་དུ་འདུལ་སྦྱོང་ཆོ་ནན་བྱེད་པར་ཚོན། བྱིས་པས་
གོམ་པ་སྦྱོ་ཤེས་བ་ནས་བཟུང་གར་འགྲོ་གར་སྟོད་ཀྱི་རང་
དབང་ཐང་དེ་འཕྲོག་པ་དང་། གཟིག་ལྷགས་ཀྱི་ན་པའི་པོང་ལུ་
སྒྲ་ཆོགས་བསྟན་ནས་འཇིག་རྟེན་དུ་མི་ནི་ཆེས་གཉོམ་ཆུང་
དང་ཅུས་མེད་ཅིག་ཏུ་ཅི་ཅུས་ཀྱིས་ར་སྦྱོང་བྱེད་ལ། རྒྱུད་ཆའི་
དོན་གོ་བ་ནས་བཟུང་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནད་དོན་དག་ལ་བྱིས་
པའི་སྒོ་ཁ་དང་བསྟན་ནས་འགྲེལ་རྒྱག་པ་ལས་རང་བྱུང་

ཁམས་ཀྱི་གསང་བ་དང་སྒྲ་ལྷ་གཉན་བཅོན་སྟགས་ཀྱི་ཅུས་པ་
ལུང་བརྗོད་པ་དང་། སྤིང་པ་འདིར་སྒྲ་སྒྲུལ་ཁོ་ནས་ཀུན་
མཁུན་པ་དང་རྟོགས་ལུན་པ། ཅི་ཅུས་ཅི་འབྲུབ་པ་ཞིག་ཏུ་
བཞེངས་སྦྱོར་བྱས་རྗེས་མིས་ནམ་ཡང་རང་ཉིད་གར་འགྲོ་ཡི་
ཁ་ཕྱགས་མི་རྟོད་པས་ཅི་ནས་ཀྱང་སྒྲུལ་དག་གི་མཆོལ་སྟོན་
ལ་ཉན་དགོས་ཚུལ་སྟགས་བདེན་ཅོག་ཅོག་གིས་སྦྱོ་བར་བྱེད་
ལ། ད་དྲུང་ཏ་ཅང་བྲིན་མདོག་དང་སྒྲམ་མདོག་གིས་བྱིས་པའི་
བསམ་པའི་ལངས་ཕྱགས་རང་ཉིད་ལ་ལད་སྒྲོས་བྱེད་དུ་འཇུག་
ཅིང་། རང་དང་མི་མཐུན་པའི་བྱིས་པའི་བསམ་སྦྱོར་མཐའ་
དག་ཁྱ་ཚུར་དང་ཐལ་ལྷག་བཞོལ་ནས་ཆོད་འཛིན་བྱེད་པ་
དང་། རྒྱབས་རྒྱབས་སུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་མི་ཤེས། མི་མཐོང་།
མི་བྲིན་པའི་ཆ་ཤིན་ཏུ་ནས་ཀྱང་སྒྲོག་ཀྱང་བའི་སྦྱོ་བ་ཐ་སྦྱོའི་
སྒྲར་ཀྱི་དྲིལ་སྒྲོག་ཡིག་ཆའང་བྱིས་པའི་གཉོམ་ལག་མ་རྒྱས་
པའི་སྒོ་ཁར་ཡང་སྒྲར་བསྐྱར་སྒྲར་བྱིས་ལུན་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་ཤ་
ཁྲག་ལས་ཆད་པའི་བྱིས་པ་དག་ལ་རང་ཉིད་རང་ཚུགས་ཐུབ་
པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་རྩ་བ་ནས་བོར་དུ་བཅུག་སྟེ།
རང་ཉིད་ནམ་ཡང་གཞན་དག་ལ་བརྟེན་ནས་འཆོ་བ་རོལ་
དགོས་པ་དང་། གཞན་ཀྱིས་ད་གཟོད་རང་ཉིད་ལ་བདེ་སྦྱིང་...
སྟེར་ཅུས་སྒྲམ་པའི་བྲན་འབངས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཤིག་བསམ་སྒྲོའི་
གཏིང་རིམ་ལ་སེམ་འཇུལ་བྱེད་དུ་བཅུག་པས། ཁྱ་ཅག་གི་བྱིས་
པ་ཆོས་གནས་ལུགས་ཀྱི་མཐུན་དུ་མགོ་བོ་མི་ཕྱོགས་ཤིང་མདོན་

སུམ་ལས་སྒྲིག་ཀྱང་ལ་རེ་སྟོན་བྱེད་པ་དང་། བདེན་པ་ལས་
རྒྱུ་པར་ཡིད་ཆེས་བཞུགས་པ་ལས་དཀའ་བར་འབྱུགས་སྒྲིག་སྟབས་
མཚུགས་མཐར་ཅི་ཡང་མི་རུས་ལ་ཅི་ཡང་མི་འབྱུང་པ་ཞིག་དུ་
ཀྱང་འགྲོ་བ་འདི་རེད།

འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ད་ལྟའི་གནས་བབ་གང་ལ་
བརྟེན་ནའང་རང་རེའི་པ་མེས་དག་གིས་བྱིས་པའི་སྒྲིག་སྟབས་
མཚམས་བརྒྱུད་དུ་གཡང་བྲག་དོང་གསུམ་བཟོས་ཏེ་ནུམ་ཞར་
ཡང་འཇིག་ཉེན་གྱི་གསང་བཅ་མངོན་སྟོན་གང་རུང་དུ་སྤྲད་
དང་སྤྲད་བཞིན་ཡོད། འཇིགས་ཡེར་ཡེར་གྱི་ཁོར་ཡུག་དེ་དུ་
བྱིས་པ་དག་གིས་མི་མང་ཆོགས་སར་སྐད་ཆ་མང་པོ་བཤད་མི་
ཉན་པ་དང་། སྤྲུལ་དཔོན་པོར་དད་པ་ལས་དོགས་སྤྲོད་བྱས་
མི་ཆོག་པ། ལོ་ན་རང་ལས་ཆུན་པ་དག་གིས་ཅི་བཤད་ལེགས་
བཤད་དུ་བཅི་དགོས་པ། བྱ་བ་ཅི་བསྐྱབ་ཀྱང་ལྟ་དང་གཞི་
བདག་སྟགས་སྐྱབས་སུ་བཀྱར་དགོས་པ་སྟགས་སྟེ་ཆོགས་པའི་
སྒྲིག་བྱིས་ཀྱིས་བྱིས་པ་ཆོ་རང་གཤིས་ཡན་གར་བ་དང་མིག་
རྒྱུ་བྱུང་བ། བྱ་བ་ཅི་བསྐྱབ་ཀྱང་སྤྲོད་སྟབས་ཀྱིས་མི་གདང་
བའི་རུས་མེད་གཉེན་རྒྱུད་ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་བཞིན་ཡོད་ལ། ལྷག་
པར་ཏུ་བོད་པ་བྱིངས་ཀྱི་ཁ་ན་ཟས་བཞིན་སྤྲོད་པའི་“ཡར་”
སྤྲང་ཁམས་ནས་བསྐྱེད་ན། ཡར་སྤྲང་ཁམས་པོར་བསྟེན་
དགོས། ཞེས་དང་། “རྟོགས་པ་ལྟ་ལས་མཐོ་རུང་། སྤྲོད་པ་མི་
དང་བསྐྱར་དགོས།” ཞེས་པ་སྟགས་དོན་ལ་ང་ཆོས་བསམ་

གཞིགས་ཀྱི་རུས་པ་མང་ནས་བསྐྱེད་སྤྲོད་ཅིག་དང་། ང་ཆོའི་
རུས་པ་དང་སྤྲོད་སྟབས། སྤྲོད་པ་སྟགས་ཆ་མེད་དུ་གཏོང་
སྤྲོད་ཅིག་ཡིན་པར་། ང་ཆོས་ད་དུང་ཡང་རང་གི་མགོ་བོ་རང་
གིས་གཅོག་པའི་ཆོས་སྤྲོད་ན་ཟུག་ཅམ་ཡང་ཆོར་གིན་མེད་
པ་རེད། ད་བར་དུ་ང་ཆོས་དེ་ལྟར་བྱིས་པའི་ཐེ་ཆོས་དང་
དོགས་གཞི་ཁྱི་འབུམ་ལ་སྤང་མེད་དང་འབྱར་འཛོམས། ཆོད་
འཇིག་། རྒྱུ་འགལ་སྟགས་བྱས་པ་དང་། པ་མ་དང་སྤྲོད་
བྲག་ དཔོན་པོ་དང་སྤྲོད་སྟབས་དག་གིས་ “གར་བསྐྱར་ཤར་
དང་། ཅི་གསུང་ཆོས་” སུ་བཅིས་ཏེ་བྲང་བདེན་དང་གནས་
ལྷགས། རང་དབང་བཅས་ཀྱི་མགོ་བོ་སྤྲོད་པའི་ཐེ་ཐུབ་
བྱས་རྒྱུ། འུ་ཅག་གི་བྱིས་པ་ཆོ་ལེགས་ཉེས་སྤང་དོར་ལ་སྤྲོ་
མིག་སྤྲོད་ཞིང་སྤྲོད་པ་མཐོང་ལག་ཏུ་གཏང་པའི་ན་གཡུང་མོ་
སྤང་དང་འབྲུ་བ་ཏག་ཏག་ཏུ་ཀྱང་པ་རེད།

སྤྲོད་སྤྲོད་ལྟ་ནི་མའི་མི་གཞི་དང་འཛོན་མང་། སྤྲོ་
རིག་ རང་དབང་སྟགས་བསྐྱེད་སའི་ཞིང་ས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་
སྤྲོད་མེད་རེད་མོད། རུབ་སྤྲོད་དང་བསྐྱར་ན་གནམ་ས་ལྟ་བུའི་
བར་ཐག་གིས་ཆོད་ཡོད་པ་རེད། རུབ་སྤྲོད་གི་སྤྲོད་ལྟ་དག་
“གཙོ་བོ་ཨ་རུའི་ཏུ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཆེན་། ཏུ་བསྐྱབ་ཆོན་གྱི་ཁ་”
དབུགས་དེ་ཆབ་སྤྲོད་ཀྱི་ཁ་དབུགས་ལས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་
སྟབས། སྤྲོད་མའི་བསམ་སྤྲོད་སྤྲོད་སྟབས། འདོད་མོས། རང་
དབང་བཅས་ལ་ཆོད་བཀག་མེད་པར་མི་ཡོད་ཆོད་འབྲུ་མཉམ་

དང་མི་ནི་ཀྱན་ཅུས་བཞིག་ཏུ་གསོ་སྦྱང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ།
ལྷག་པར་དུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐིག་ཤིང་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་མི་ལ་བཟོ་
བཅོས་དང་གཞིག་གཏུབ་མི་བྱེད་པར་བསྐབ་ཚན་གྱིས་མི་སྣ་
གསོ་སྦྱང་བྱེད་པ་གཙོ་བོ་བཟུང་སྟེ། མིས་ནམ་ཡང་འཇིག་རྟེན་
ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་དགོས་པའི་ལྟ་བུའམ་སྟོང་སྟོང་པས་འདོན་སྤེལ་
གནང་བས། ཅུབ་སྲིད་གི་སྒྲིབ་མ་དག་གིས་སྒྲིབ་མཐར་བྱིན་
རྩིས་རང་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ལ་དངོས་བརྒྱུད་གང་
རུང་ནས་ཅུས་བསྐྱར་ལྷག་ཏུ་འདོན་སྤེལ་ལ་འདོན་ཡང་སྲིད་པ་
རེད། རང་རྒྱལ་ནི་ཉག་ཉག་དེ་ལས་ཕྱོགས་སྟེ་སྒྲིབ་སྲིད་གཏུང་
ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། མི་རིགས་གང་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ།
རིག་པའི་ཁྲིང་ཀ་ཡོངས་སུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁ་དབུགས་བསྐབ་
ཚན་གྱི་ཁ་དབུགས་ལས་ཟབ་ཅིང་ཤུགས་ཆེ་སྟབས། བྱིས་པ་
སྒྲིབ་ལྟུང་ཞིག་མ་ཐག་ཏུ་དགོ་ཆུན་ཚོས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐིག་
ཤིང་རིང་པོ་རེ་འཁྱར་ཏེ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་རང་བཞིན་
དང་ཟེལ་ཤུགས་རང་བཞིན། ཚན་རིག་རང་བཞིན། གྲང་
བདེན་རང་བཞིན་སོགས་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་སྒྲིགས་པ་དང་།
ཆབ་སྲིད་དང་འགལ་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་མཚུག་འབྲས་
སོགས་ཀྱང་ཞར་ལ་གཅིག་མཐོར་གཉིས་བཏགས་ཏེ་འུང་ཆེན་
པོས་བསྐྱགས་ཀྱིན། རང་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིབ་མ་དག་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
མཐུན་དུ་དཔལ་ལྷན་པ་དང་སྟོབས་ཉམས་པ། གྲོ་འཁྱམ་པར་
ཟུར་ནས་དྲང་གཏམ་སྟེ་མི་པོ་དང་། འདི་ནི་སྟོན་ཐོན་

དང་རྩིས་ལུས་ཀྱི་ཚད་ཤིང་ཞིག་རེད་ལ་བར་ཐག་ཞིག་ཀྱང་
རེད། སྤྱིར་ཆབ་སྲིད་ནི་ཞི་བདེ་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལག་ཆ་ལྟ་
བུ་ཡིན་པ་སྟུས་ཀྱང་བསྟན་དུ་མེད་མོད། རང་ཅག་ཚོས་ཆབ་
སྲིད་ཀྱི་བྱིར་དུ་མིས་ཁྱད་ཅུས་མང་པོ་ཞིག་ཅ་གཏོར་བྱས་ནས་
འཕེལ་རྒྱས་དང་གསར་གཏོད་ཀྱི་ཁྲམ་ཅ་མི་སྐྱམ་རང་སྐྱམ་དུ་
ཟུར་འགོ་བས། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷེ་ཟད་ཅིང་འགམ་པ་
འཛོར་བའི་བར་ “ཞི་བདེ” ཞེས་སྲིང་ཡང་ཕན་པའི་གནད་
དོན་ཅམ་ཡང་འབྱིན་དཀའ་བར་འདུག་སྟུག། རྒྱ་མཚན་ནི་
འགོ་བམའི་རིགས་ཀྱིས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གཞུང་ལམ་སྟེང་ན་ཞི་
བདེ་ཡི་ལྷ་མོ་ཁྱོད་ནས་བཅུད་ཀྱིན་པའི་གནད་དེ་ངས་པར་དུ་
རྟོགས་དགོས་འདུག་གོ།

བོད་ཀྱི་བྱིས་པ་དག་སྒྲིབ་ལྟུང་ཞིག་མ་ཐག་ནས་ཐོགས་
ཡོངས་ཀྱི་ཚད་ཤིང་སྣ་ཚོགས་ལས་ནམ་ཡང་འདའ་ལག་པོ་
འདུག དེ་ལྟར་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁ་དབུགས་སྟུག་པོའི་ཁྲིད་ལྟ་
སྟེ་འདྲི་གདོན་སོགས་སྒྲིག་ཀྱི་གཟུགས་མེད་མང་པོ་ཞིག་
གིས་བྱིས་པའི་སྒྲོ་ཁ་ཡོངས་སྟོན་དམ་ལ་བཏགས་ཡོད་པས།
བྱིས་པ་ཚོས་གོམ་གང་པར་སྟོན་ནའང་འཇིགས་འཇིགས་ཤིག་
དང་དངངས་དངངས་ཤིག་གི་ཚད་དུ་སྒྲིབས་ཡོད། བྱིས་ཀྱི་
སྒྲིབ་གསོ་དང་བསྐྱར་ན་སྒྲིབ་ལྟུང་སྒྲིབ་གསོ་ནི་ཅུང་ཆ་ཚང་བ་
ཞིང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ཅུང་མཐོ་བའི་སྒྲིབ་གསོའི་ལྟ་ལག་
ཅིག་ཏུ་ངས་བཟུང་ཆོག་ཆོག་ཡིན་མོད། བྱིས་པ་སྒྲིབ་ལྟུང་

ཞུགས་རྗེས་དགོ་ཆན་མང་ཆེ་བའི་བྱིས་པའི་སེམས་རྒྱུད་དུ་
སེམ་འཛུལ་བྱས་འདུག་པའི་ལྷ་སྤྱུ་འདྲེ་གདོན་སྟགས་ཡང་
བསྐྱར་སྟོག་འདོན་བྱས་ཏེ་དེ་དག་གི་འཇིགས་ཉམས་དང་
ཟིལ་ཤུགས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་ཡང་རྩལ་དུ་བསྐྱོག་ཅུས་པའི་
བྱེད་ཅུས་བདེན་ཅོག་ཅོག་གིས་སྒྲུས་རྒྱེན་བྱིས་པ་ཆོ་སྟོན་ལས་
ལྷ་བ་འགྱུར་གྱིས་སྒྲུག་ཅིང་འཇིགས་ཡེར་བར་བྱེད་བཞིན་
མཆིས། སྒྲོབ་གྲུ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། དགོ་ཆན་གྱི་སྤྱུས་ཚད་དེ་
ཐད་ཀར་སྒྲོབ་མའི་སྤྱུས་ཚད་དང་འབྲེལ་འདུག་པས། རང་
རེའི་སྒྲོབ་གསའི་རྟེགས་བུའི་སྟེང་གཡག་ལྷ་ཁྱུ་ཚུར་གྱིས་ཕུག་
པའི་ལྷ་ཚུགས་དང་སྒྲུང་གི་གཉའ་བ་མནན་ནས་ཆུ་ལྷང་པའི་
བཅོན་ཆུགས། དབྱ་གཤིས་ཀྱི་ས་བོན་གང་སར་འདེབས་པའི་
རྫོངས་ཆུགས་སྟགས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་སྒྲོབ་མའི་སྤྱུས་ཚད་ལ་ཐད་
ཀར་རྟགས་ཐམ་བཟབ་པས། དུས་རབས་ཀྱི་བ་སྤྱ་ཅམ་ཡང་
མི་ཟིན་པའི་མི་རིགས་ཤིག་གིས་རང་དང་གཞན་གྱི་མིག་
བྱུང་ཡོད་ཚད་བསྐྱབ་ཅི་བྱབ་བཞིན་ཏེ་ལྷ་ཚུགས་ཀྱི་སྟེན་པ་
གཏད་སྟེ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲོ་བའི་རང་ཆུལ་
འདིར་ཞེ་གཏིང་ནས་མི་མེར་གང་། ལན་ཞིང་ཆེས་ཆེར་ལན་
པ་ནི་སྒྲོབ་གྲུའི་འགོ་གཙོ་དག་སྟེ། ཁོ་ཆོས་སྒྲོབ་གྲུའི་འགོ་གཙོ་
འཁྱུར་བ་ནས་བཟུང་རི་ལྷར་སྒྲོབ་མར་སྒྲོབ་སྒྲིང་གི་ཁོར་ཡུག་
ལེགས་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་རྒྱུ་དང་རི་ལྷར་སྒྲོབ་མའི་ལུས་སེམས་
འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ཐབས་དང་ཅུས་པ་ག་འདྲ་འདོན་

རྒྱུའི་ཕྱོགས་ལ་བསམ་སྒོ་དོག་ཅམ་ཡང་མི་གཏོང་བར། ཁྱི་ལ་
བསྐྱད་ཅམ་ཉིད་ནས་འགྲམ་པ་དམར་ལམ་མེར་མེ་ལྷར་
འབར་ཏེ་ཆེས་སྒྲུ་མེད་ཀྱི་སྒྲོབ་གསའི་དེ་ཆེས་རང་ག་བའི་དདུལ་
ལོར་སྟེང་གཞུས་ནས་དདུལ་ལོར་ཁོ་ན་དམིགས་ཡུལ་དུ་
བཟུང་རྒྱུ་དགོ་ཆན་ཆོར་རང་དབང་དང་སྒྲོབས་པ། ཡིད་
ཆེས་སྟགས་སྤྱིན་པ་ལས་སྟོག་སྟེ་ཡི་ལུག་དང་ཐང་ཆད་པའི་
སྤང་བ་གཅིག་མིན་བསྐྱད་མར་སྒྲིས་སུ་བཅུག་པ་དང་། དྲང་
བདེན་དང་གནས་ལུགས་ལས་སྟོག་སྟེ་ཡོད་དང་བཅོས་རྒྱུ་
མགོ་སྐྱར་སྟགས་ཀྱི་དྲན་རྟོག་མེ་ལ་སྤྱུམ་སྒྲུགས་པ་བཞིན་
སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་ཤུགས་དྲག་གིས་འབར་དུ་བཅུག་པས།
རང་རེའི་སྒྲོབ་གསའི་འོས་མ་ཡིན་པའི་གོད་ཆག་རབ་དང་
རིམ་པ་འཕེལ་བྱུང་བ་རེད། སྤྱུས་ཚད་ཞན་པའི་དགོ་ཆན་དེ་
དག་གིས་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོབ་ཤོར་ཁོ་ནར་དམིགས་ནས་
བྱིས་པའི་བདེ་སྤྱུག་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་མིག་གི་ཟུར་
ཅམ་གྱིས་ཀྱང་མི་ལྟ་བར། སྒྲོབ་མ་ཆོར་ཡུལ་དུས་ལས་བཀལ་
བའི་སྒྲོབ་སྒྲིང་གི་ཁྱུར་བོ་རི་ལྷར་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་དང་།
ཀྱན་སྒྲིང་སྒྲོབ་གསའི་དང་མི་གཞིའི་སྒྲོབ་གསའི་སྒྲོབ་སྒྲིང་སྒྲོབ་
གསའི་སྟགས་དང་ཆ་བ་ནས་འགྲེས་ཏེ་སྒྲོབ་མར་སྐྱར་གངས་
ཁོ་ནར་བཅོན་ལེན་བྱེད་དགོས་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས། བསྐྱབས་
དེབ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་སྤྱངས་མི་ཆོག་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས། དགོ་
ཆན་ལ་ཅི་འདོད་ཀྱིས་སྒྲོན་བརྗོད་མི་ཆོག་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས།

སྤྲོད་པ་ལ་མགོ་བོ་སྐྱར་ནས་ཉན་ཏེ་དགོ་ཆན་གྱིས་ཅི་གསུང་
ལེགས་བཤད་དུ་ཅི་དགོས་པའི་སྒྲིག་བྲིམས། སྤྲོད་ཆན་གྱི་གོ
དོན་ལས་སྤྲུངས་གཞི་གཙོ་བོར་འཛིན་དགོས་པའི་སྒྲིག་བྲིམས་
སྐོར་སྒྲིག་སྒྲིག་བྲིམས་ཤིག་བཟོས་ཏེ་སྤྲོད་མའི་བསམ་
སློང་དང་སྤྲོད་ལམ་ལ་ཚད་ལས་བཀལ་བའི་ཚོད་འཛིན་དང་
བཀག་བསྐྱེལ་བྱས་ཏེ་སྤྲོད་མའི་ལུས་སེམས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་
གཞོན་པ་ཚབས་ཆེན་བཟོ་བཞིན་ཡོད། རི་ལས་ཕྱི་བའི་སྒྲིག་
བྲིམས་དེ་དག་སྤྲོད་མས་ཅི་བཞིན་ཐེག་དཀའ་བ་བྱུང་སྟབས།
སྤྲོད་མའི་སེམས་ངོ་རུ་རྟག་དྲུང་བདེན་གྱིས་གཡོ་འགུལ་
བྱེད་བཞིན་པའི་དགོ་ཆན་གྱི་སྤྲང་བརྟན་དེ་རིམ་བཞིན་ཁོ་
ཚོའི་སེམས་གཏིང་ན་གཏན་དུ་བག་ཉལ་པའི་འདྲེད་དང་སྲིན་
པོ་ལས་ཀྱང་འཇིགས་ཆེ་ཞིང་དྲག་རུ་རྩམ་ལྟར་པ་ཞིག་དྲུག་
རང་རེའི་བྱིས་པ་ཞིག་དགོ་ཆན་དང་མཉམ་དུ་སྤྲོད་པ་ནི་
གཅན་གཟན་གཏུམ་པོ་ཞིག་གི་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་པ་བཞིན་
མིག་གིས་བརྟམ་མི་གཟོད་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་སྐྱེད་ཆ་བརྟོན་མི་
སྤྲོད་པ། ལུས་པོ་དྲང་བོར་འགྲེང་མི་ཚུགས་པར་ལྷ་ལྷུ་
ཤིང་མགོ་བོ་སྐྱར་ནས་སྤྲོད་པ་ལས་སྤྲོད་པ་དང་དྲང་བདེན་
རང་ཅེས་སྐོར་ཡན་པར་དོར་བས། དགོ་ཆན་གྱིས་ཅི་དྲིས་
ཀྱང་སྤྲོད་མས་དགོ་ཆན་གྱི་སེམས་ཁམས་དང་བྱ་སྤྲོད་དང་

བརྟན་ནས་སྐྱེད་ཆ་ངོ་མ་ལས་རྒྱན་མ་བཤད་པ་མང་འགྲོ་བས།
འདིས་ཀྱང་རང་ཅག་གི་སྤྲོད་གསེས་མི་སྒྲིག་སྤྲོད་ལས་
གཞིག་གཏུབ་བྱས་པ་མང་དྲག་པ་གསལ་ཆེན་གྱིས་མཆོད་
ཡོད། དེ་ལྟར་བོད་ཀྱི་དགོ་ཆན་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཁོ་
ནར་དམིགས་ཏེ་སྤྲོད་མ་ནི་རང་གི་ལས་ཀ་ལས་བྱེད་ཀྱི་ལག་
ཆ་ཁོ་ནར་བཅེས་ཏེ་སེར་སྒྲིག་དང་ཆོག་ཤེས་ཅི་ཡང་མེད་པར་
བཀོལ་ཅི་ཐུབ་བྱེད་པ་དང་། ཉམ་སེམས་དང་འགན་ཅོད་
གྱིས་ལག་ཆ་དེ་གང་ཡིན་སར་བཅུགས་པས་ལག་ཆའི་སྤྲོད་དུ་
ནམ་ཡང་མི་གཅོང་བའི་གོས་ཡོད་ལ་རྩོད་དྲི་ཞིག་ཀྱང་དུས་ཀྱི་
མཁའ་དབྱངས་སུ་ལྟང་ལྟང་འབྲུལ་གྱིན་འདུག།
གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་སྤྲོད་གསེན་ཆོས་ལུགས་སྒྲིག་
ཆོགས་ཀྱི་བྲིམས་འོག་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་འགལ་ཁྱར་
ལངས་པ་ཤ་སྟག་དྲུག་འདུག་ཅིང་། དེང་རབས་བོད་ཀྱི་སྤྲོད་
གསེན་སྤྲོད་སེམས་སྒྲིག་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲིག་བྲིམས་འོག་ལུས་མེད་
ཉམས་རྒྱུད་དུ་འཁྱར་གྱིན་འདུག་པས། རང་རེའི་སྤྲོད་གསེ་
འདི་དུས་ནམ་ཞིག་ལ་རང་དབང་དང་འདྲ་མཉམ་གཞན་
ཕན་བཅས་ཀྱི་མདུན་དུ་ལུས་སྤྲོད་པ་སྤྲོད་ཤིང་གསོན་ཤུགས་
གྱིས་བརྟན་ཡོང་ངམ།

ཚུམ་སྒྲིག་པའི་གཏམ་

སྐྱེ་ཆད་སྡོམ་སྒྲིག་གི་འཆོ་གནས་འོག “ཅེས་ཐང་” མ་ཐོབ་པའི་བསམ་སྒྲོ་བྱ་གཅིག་འཕག་འཆག་གིས་བསྐྱེད་ཅིང་།
དོགས་སྒྲིང་། དགག་སྒྲུབ། འཆོལ་རྟོག་ རྒྱ་འབྲས་སྒྲོ་མིག་བཅས་ “བདག་” གི་ཆོད་ཐིག་ལ་འབྲས་ནས་ཡོད་ཆོད་ལ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོད་
མཇལ་བྱ་བའི་ཆོ་རྒྱལ་གྱི་འཕྱར་མགོ་བཅུ་མས། སྒྲིབ་མགོ་བཅུ་མས་པ་ནི་ངེ་འདྲའི་རྒྱལ་ཆོད་ཆེད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དང་མཐུག་འབྲས་
མེད་ས་ནས། “རྒྱལ་ཆོད་” དང་ “ཆོ་ཆོད་” དག་གི་རིན་ཐང་ལ་སྒྲིབ་རིན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་ཆོད་མེད་ན་ཡང་། དུས་རབས་ཀྱི་
དཀྱིགས་མཆོམས་འདི་ནས་ཁད་ཀྱིས་བལྟས་ན། འཆོ་གནས་ཞིག་གམ་དགོས་མཁོ་ཞིག་གི་དབང་གིས་འཁྱུ་བྱ་ཅག་གི་ “རིག་གནས་
དགག་བཞག་” འདི་འདྲའི་ངེས་པར་ཀྱི་བརྒྱུད་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཅིག་ཡིན། ཉམ་ཆུང་ཞིང་ཉག་ཕྲ་བའི་ “རིག་གནས་དགག་
བཞག་” གི་བར་གསེང་འདི་ནས་མཐོན་པོའི་བཅོན་ཆུགས་དང་དམའ་མོའི་ལྷ་ཆུགས། ལྷ་དང་བཅས་བྱུང་དང་དགའ་ཁ་འཁོར་བྱུགས་
སོགས་མ་དག་རྒྱུན་འབྲུམ་སུ་སོང་བའི་བསམ་སྒྲོའི་འབྱེད་སོ་འདི་འདྲའི་ཐོག་མའི་གནད་འགག་གཅིག་ལ་འཕྲད་པ་ཅིས་མ་ཡིན། ད་
ནི་རང་རང་ས་ནས་བསམ་གཞིག་ནན་མོ་རེ་གཏོང་བའི་དུས་ལ་བབས་པ་རེད། བསམ་གཞིག་གཏོང་དུས་ “འགྲུལ་མ་ཐྱོད་པའི་སྐྱེད་
སྒྲིལ་རྟེན་བ་” དག་ལ་ཐོག་ཐུག་བཅོལ་སྤྲོད། དེ་བས། 《ཤར་དྲུང་རི》 ཡང་མང་མང་ཞིག་གི་ཕྱི་ནང་གང་རུང་ནས་ཆོ་བར་ལེར་བྱི་
མེས་ཀྱི་བཞེད་མཆོད་ནས་འགོ་དོན་ཡང་རྒྱ་མཆོན་མེད་པ་མིན། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ 《ཤར་དྲུང་རི》 སོང་ས་བསྐྱེད་ས། སྤྲོས་ས་
ཐོན་ས་ཆོང་མ་ལྟོང་འཇགས་མིན་ཞིག་ཀྱི་བཅོས་ཡོད་ལ། གདེང་འཛོག་མཐོ་དམའ་གང་རུང་གི་བསྒྲོ་སྒྲིང་ཡང་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་
འབྱུང་གིན་ཡོད། འདི་ནི་ནར་སོན་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་ངེས་པར་སྒྱུར་དགོས་ལ་སྒྱུར་སྤྲོད་པའི་གཟུར་མེད་ཀྱི་ལམ་དེའོ། དེ་བས།
ངོད་ཚུམ་སྒྲིག་པས་ཆོད་དུ་ “ཚུམ་པ་པོ་དང་སྐྱོག་པ་པོ། ཚུམ་སྒྲིག་པའི་སྐྱོང་བཟོད་” ཞེས་བའི་ལེ་ཆོན་གསར་བ་ཞིག་བཞོད་སྒྲིག་གི་
ཚུལ་གྱིས་《ཉི་མ་ལ་ཡ》 རྩ་ཆོགས་སོགས་ལས་བརྒྱུས་བའི་《ཤར་དྲུང་རི》 སྐྱོང་བ་ཞེས་པའི་ཆོན་པ་རེ་གཉིས་ཟུར་ཀྱི་བཞོད་དོ། བྱིད་
སྐྱོག་པ་པོའི་སྐྱེད་ཐུང་ལུ་ལ་ལགས། དམིགས་ལུ་ལ་ནི། སྐྱོགས་གཅིག་ནས་ཚུམ་པ་པོ་དང་སྐྱོག་པ་པོ་ཚུམ་སྒྲིག་པ་བཅས་ཀྱི་བར་ཐག་
སྤྲུལ་སྐྱེད་དང་། དཀྱེལ་ཡངས་དང་དཔྱད་ཤེས་སྒྲིལ་བསམ་འཆར་ལྷག་བཟོད་ཀྱི་བསྒྲོ་སྒྲིང་བྱེད་པར་རེ་བ་བྱས་པ་ཡིན། ལྷག་པར་
ཀྱི་《ཤར་དྲུང་རི》 དུས་དེ་བཟུང་ཁ་སྐྱོགས་དང་གནས་བབས། ཚུམ་སྒྲིག་གི་ཐད། ཡང་ན། ཚུམ་ཡིག་རེ་རེ་ལེ་ཆོན་རེར་དཔྱད་
བཟོད་བྱེད་པའམ་དཔྱད་ཚུམ་སྐྱར་གནད་མཛད་པར་བཀའ་དྲིན་ཞུ།

ལག་ལ་ནམ་ཡང་གནས་ལུགས་དང་སྤྱི་ཚོམས་ཤིག་རྟེན་མི་ཐུབ་པའང་མཚོན་ཐུག།

མགོ་ལོག་གངས་རིའི་ཉི་དགའ་: 《ཤར་དྲུང་རི》 བྱི་མི་ཚོས་རིག་གནས་དོན་གཉེར་བཞིན་པའི་དཔུང་ལྗེ་ཞིག་གིས་གཉེར་བའི་... ཏུས་དེབ་རེད་ལ་དེར་ཡང་དེ་ཡི་བྱང་ཚས་དང་སྤྱི་ཚོམས་ལྡན་པ་ནི་དགེ་མཚན་ཞིག་རེད་ལ། 《བསམ་སྒྲའི་ཤེས་རིག》 བྱི་མི་ཚོས་རིག་གནས་ལ་སྤྱུག་ཏུས་བྱེད་པའི་དཔུང་ལྗེ་ཞིག་གིས་གསར་བཏོད་བྱས་ཤིང་དེར་ཡང་དེ་ཡི་བྱང་ཚས་དང་རང་གཤིས་འདུག་པ་ནི་ཁོ་བོས་ཏ་ཅང་ལེགས་པར་འདོད། གང་ལྟར་ཏུས་དེབ་འདི་གཉིས་ནི་གཅིག་གི་ཁ་གཏད་ཏུ་གཅིག་ལང་བའི་བཅོ་ལྷ་འདུག་ལ། ཕན་ཚུན་ལ་དེ་ལྟའི་རིག་ལམ་གྱི་ངར་ཁ་བརྒྱུ་ཞིང་བསམ་སྒྲའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བྱུགས་གནང་ན་དགེ་མཚན་འབྱུང་གིས་ཐུག་པར་འདོད་དོ། ངས་ནམ་ཡང་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་འཕེལ་རྒྱས་དང་སྤྱི་བརྟན་གྱི་ཕྱིར་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཁས་ལེན་འདོད། ལྷག་ཏུ་སློབ་ཁྲིམ་ལ་སློབ་ཁྲིམ་པའི་རང་གཤིས་ཤིག་དང་། རབ་བྱུང་བ་ལ་རབ་བྱུང་བའི་རང་གཤིས་ཤིག་ཡོང་ན་ད་གཟོད་ང་ཚོར་རེ་བ་འབྱུང་བུ་རེད། སྤྱི་བརྟན་གངས་... གཅིག་གིས་ལེན་རྒྱ་ལས་ཐུན་མེད་ཀྱི་བྱང་ཚས་རེ་བཟུང་ན་འགྲིག་པར་འདོད་ལ། འདི་ནི་ངས་ཡུན་རིང་སྤོང་ལ་ཉར་བའི་རེ་སྟོན་ཉག་གཅིག་ཡིན།

ཀླུ་པ་: མགོ་ལོག་གངས་རིའི་ཉི་དགའ་ལགས་ཁོར་སང་《ཤར་དྲུང་རིས》 སློབ་ཁྲིམ་བ་མི་མཚོན་མི་ཐུབ་ལ་《བསམ་སྒྲའི་ཤེས་རིག》 གིས་རབ་བྱུང་བ་ཡང་མི་མཚོན་པས་འདི་ལས་སློབ་ཁྲིམ་བ་དང་རབ་བྱུང་བ་ལ་སྦྱར་དོན་ཅི། 《ཤར་དྲུང་རིས》 བསམ་སྒྲའི་ངེས་གཏན་མེད་ཅིང་... ཀླུ་པ་ལ་དམིགས་ཏེ་ཕྱི་དཔེ་རྒྱལ་སྤྱི་ཚོམས་ཞིག་མཚོན་པ་ལས་ང་ཚོ་སློབ་ཁྲིམ་བ་དག་གཏན་ནས་མཚོན་མི་ཐུབ་ལ་《བསམ་སྒྲའི་ཤེས་རིག》..... རིག་གིས་ཁྱོད་ཚོ་རབ་བྱུང་བ་ཁོ་ན་གཏན་ནས་མཚོན་མི་ཐུབ་ལྟེ་འདི་ལས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་མཚན་ཉིད་རིག་པ་ལས་དེ་རིང་གི་མི་རིགས་འདིར་བསམ་སྒྲའི་གཏོང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་འདི་ལས་སྤྱི་མཐུན་བར་གྱི་འགལ་ཁྲུ་ཞིག་གང་ནས་མཚོན། 《བསམ་སྒྲའི་ཤེས་རིག》 ལ་དགའ་བསུ་བྱེད་པའི་སློབ་ཁྲིམ་བ་དག་ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་མ་ཁྱོད་ངམ། ཕལ་ཆེར་རབ་བྱུང་བ་ལ་བརྟམས་ན་མང་བ་འདྲ། ལྷག་པར་ད་ལྟའི་བསམ་སྒྲའི་ཤེས་རིག་ཏུ་བོད་ཀྱི་དཔུང་བརྗོད་པ་སློབ་ཐབས་རིག་ལུན་ཟེར་བའི་བྱིམ་པ་ཞིག་གིས་བྲིས་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་སྐོར་ལ་ལན་བཏབ་པ་དེ་ནི་སྟོན་ཆད་སྤྱི་ཡོང་འདོན་མ་ཐུབ་པའི་ལྟ་བ་གསར་བ་ཞིག་ཡིན་ལ་དེ་དང་དེ་ལྟ་བུ་མང་བས་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱི་མཐུན་ལ་... སྦྱར་བ་དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་ལེགས་སོ།

རྣམ་ཐོང་: གལ་ཏེ་《ཤར་དྲུང་རི》 མི་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་ཏུ་བཏང་ན་དེ་ལ་ཐུན་མེད་ཀྱི་རང་ཚུགས་དང་སྤྱི་ཚོམས་ཡོད་ཀྱི་འོན་ཏེ་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ལག་ལེན་གྱིས་སྤོང་བའི་འུར་སྤོང་ཏུ་བཞག་སྟེ་མཁོ་མེད་ཏུ་སྦྱ་ན་དེར་ང་རང་གཏན་ནས་མི་འཐད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ནི་ལོ་

རབས་སྔ་མའི་ནང་གི་དགོང་མོ་སྐྱེས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ལྟར་སྒྲིག་བྱེད་པ་ལས་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་སའི་ཁོར་ཡུག་མེད་པ་དེའི་
འགྲུབ་གི

གཤུང་ཁྱི: རྗེ་སྤེང་ལགས། ཐུན་མེན་གྱི་རང་ཚུགས་དང་སྤྱིང་སྟོབས་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ང་ཚོའི་སྐྱོགས་ཡིན་པ་དང་བོད་ལ་ཕན་པ་
ཁྱེད་ཀྱིས་སྐྱབ་ཐུབ་པམ། འོ་ན་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་། སྤྱིང་ཏང་དང་ཚོགས་ཁག་ ཆོས་ལུགས་དང་གཞུང་ལུགས་སུ་དང་གང་ཡིན་ན་
ཡང་སོ་སོ་ལ་རང་རང་གི་ཐུན་མེན་གྱི་རང་ཚུགས་དང་སྤྱིང་སྟོབས་ཡོད་ལ། རང་གི་དག་པོ་ལ་དེ་བས་ཁེར་ཚུགས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཏེ་ཅང་
བརྟན་པོ་ཡོད་པས། དེ་ང་ཚོས་སྤྱིང་སྟོབས་ཅན་དུ་ཆེས་ནས་བཀྱར་དགོས་སམ། «ཤར་དུང་རི» ལ་ཐུན་མེན་གྱི་རང་ཚུགས་དང་སྤྱིང་སྟོབས་
སྟོབས་དགོས་ན་ཁག་མི་འདུག་མོད། ཅི་ཕྱིར་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཐུན་མེན་གྱི་རང་ཚུགས་དང་རང་གཤིས། སྤྱིང་སྟོབས་
ལ་སྤྱིང་ན་ཞིང་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་ཞེ་སྤང་ཞིང་དོག་ཐེས་བྱས་པ་ཡིན་ནམ། མི་རིགས་སུ་དང་གང་ཡིན་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེར་ཚུགས་ཀྱི་རང་མེས་
གཤིས་དང་སྤྱིང་སྟོབས་མཁྲགས་འཛིན་མི་བྱེད་མཁན་ཅིག་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། «ཤར་དུང་རི» ཡིས་ཀྱང་ཁེར་ཚུགས་ཀྱི་རང་གཤིས་དང་
སྤྱིང་སྟོབས་འཛིན་དགོས་ན་ཁག་མེད་མོད་ཡིན་ན་ཡང་ «ཤར་དུང་རི» ཡིས་བོད་མི་རིགས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེར་ཚུགས་ཀྱི་རང་གཤིས་
དང་ཁེར་ཚུགས་ཀྱི་སྤྱིང་སྟོབས་འཛིན་དུ་མི་འཇུག་དོན་གང་ཡིན་ནམ། «ཤར་དུང་རི» ཡིས་ཁེར་ཚུགས་ཀྱི་རང་གཤིས་དང་སྤྱིང་སྟོབས་
འཛིན་དགོས་ན་ང་ཚོས་འདྲོད་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན། དགོང་མོ་སྐྱེས་ཀྱི་ཡུལ་དུས་གནས་བབ་དང་དེང་སང་གི་ཡུལ་དུས་གནས་བབ་ཨེ་
འདྲ་བ་ཁྱེད་ཀྱིས་མཐོ་བསམ་ཞིབ་དུ་བཞེས་རྟགས་མངོད། འོ་རབས་སྔ་མའི་ནང་གི་དགོང་མོ་སྐྱེས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ལྟར་
སྒྲིག་བྱེད་པ་ལས་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་སའི་ཁོར་ཡུག་མེད་པ་ལས་ཁོ་ཚོའི་བསམ་སྒྲུབ་དེ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་མི་བརྟན་པ་འཕེལ་ལག་ལེན་གྱི་
རིན་ཐང་མེད་པས་ད་གཟོད་རྒྱ་ཆེ་བའི་བོད་མི་དམངས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་མ་བྱས་པ་མཚོན་ཡོད་པས། ང་ཚོས་འོ་རབས་ཀྱི་སྐྱོ་གར་དེ་ཡང་
བསྟར་འཁྲབ་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན། གཞན་ཡང་ཁྱེད་ཀྱིས་དགོང་མོ་སྐྱེས་དང་ «ཤར་དུང་རི» གཉིས་འདྲ་མཉམ་དུ་མཐོང་བ་ནི་ནོར་འཁྲུལ་ལོ།
«ཤར་དུང་རི» ཡིས་འདས་པ་ཁས་མི་ལན། ད་ལྟ་འཁྱོག་བཤད་བྱེད། ཕྱི་མ་ཡིད་མི་ཆེས། ཡོད་ཚད་དག་དུ་འཛིན་པ་ཡིན་པས། འོ་རབས་
དང་དངོས་ཡོད་ལ་བཅུ་བཀྱར་མི་བྱེད་པ་ནི་དེ་ཡི་སྤྱིང་སྟོབས་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཡང་དག་པ་ཞིག་ལ་གཞི་བཅོལ་ས་་
མེད་པར་རང་སྤང་མཚོག་འཛིན་བྱེད་རྒྱ་ནི་དེ་ཡི་སྐྱོག་ཡིན། བདག་གཞན་དང་དག་སྐྱོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་མི་ཤེས་པ་ནི་དེ་ཡི་རང་གཤིས་
ཡིན། ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐད་ནས་དགོ་མཚན་དང་རིན་ཐང་སྤྱ་ཅམ་མེད་པ་ནི་ཁོ་ཡི་བྱུང་ཚེས་ཡིན། བོད་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ཅ་མེད་དུ་གཏོང་
འདོད་པ་ནི་དེ་ཡི་དམིགས་ཡུལ་ཡིན། དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་འོ་རབས་དང་གཞུང་ལུགས་ ལག་ལེན་གྱི་ཆ་གང་གི་ཐད་ནས་ཀྱང་ཡ་མ་རྩུང་དང་ནོར་

གྱི་སྒྲིབ་ན་ཡོད་པས་དགེ་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཆོག་གི་མིའི་སྒྲིབ་པའི་ནང་དུ་མ་ཤོང་བས་ཞེས་པའི་ཁ་སྐྱབས་ལ་བཞུགས་ན་ཉིད་
གྱི་སྒྲིབ་སྐབས་དགོངས་བྱུང་གི་དགོངས་པ་ལོན་ཆོད་འདུག་པས་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་ཀྱི་ལེ་ཆོན་དུ་ཡོད་པའི་གཅན་ལགས་ཀྱི་དྲི་བ་དེར་ལན་.....
ཐོབས་དང་ང་ཆོས་བཞུགས་ནས་འདུག་གོ། འདུས་དེབ་གཞན་དག་ནི་པལ་ཆེར་གྱིས་སྒྲ་མ་ག་གོ་མའི་རྒྱུ་དང་ནང་བསྟན་གྱི་ཆེ་བ་...
བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཞེས་པ་འདི་ལ་བཞུགས་ན་ཁྱོད་དུས་དེབ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཆ་རྒྱས་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཐུན་ནག་མདའ་འཕེན་བྱེད་
མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་མཆོན་ལ་དེ་ལས་བཞུགས་ན་ཁྱོད་གྱིས་《ཤར་དྲུང་རི》 ལ་དག་སེལ་བྱེད་པའི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་ཤེས་ཐུབ། རྒྱུ་བྱེད་དང་
གཞི་བྱུང་ངོས་ནས་སྤོང་གིན་ཡོད་ཅེས་པ་ནི་ཆོག་སྟུན་ཆེ་ལྟེ་བོད་རང་གི་འགྲེལ་སྐྱབས་ལྟར་ན་བདག་ནི་རང་ཉིད་དང་གང་ཟག་གི་དོན་...
ཡིན་ལ་གཞི་བྱུང་ནི་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་པས་དགོང་ཤོ་བའི་ཐ་སྐྱབས་སྤྱི་དང་སྐྱབས་ཤིག་མིན་ནམ། ༥གང་ལྟར་ཡང་ཁྱོད་ལ་བདག་དང་གཞི་...
བྱུང་ཅེས་པའི་ཐ་སྐྱབས་ལ་གོ་བ་ལེན་སྟེགས་ཤིག་ཡོད་ཅེས་པས་འགྲེལ་བ་གསལ་པོ་ཞིག་གནང་ན་ཆོག་གམ། དེ་མིན་དེའི་ངོས་ནས་འཆོ་
གནས་སྤོང་ཞེས་པ་ནི་ཁ་སྐྱབས་ནང་གི་ཆོག་སྟུན་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། ༦ལན་འདེབས་མི་ཤེས་ན་ལན་འདེབས་མི་འདོད་ཅེས་པའི་གཡོ་བཤད་
མི་བྱེད་པར་འཆོལ། ཁྱོད་གྱིས་གནས་ལུགས་བཤད་ཐུབ་ན་ངས་ཁྱོད་ལ་ལན་འདེབས་ཐུབ་ལ་དེ་མིན་ཁྱོད་གྱིས་ང་ལ་གནས་ལུགས་སྤོང་
འདོད་མི་འདུག་ཅེས་པའི་ལྷ་མོ་བསྟན་ན་འང་ཆོག་གོ།

རྗེ་སྤྱི་པ་: ལྷག་གི་བོ་དང་བསྟོ་སྤོང་བ། ཁྱོད་ཀྱི་དྲི་བ། གཤམ་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོས་དབུ་མའི་ལྷ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བ་ལ་སྒོ་ཁ་
ནང་དུ་སྟེགས་དགོས་པ་ལས་དུས་དེབ་ཅིག་དགོས་པ་ག་ལ་ཡིན། བདག་གི་དྲིས་ལན། དགེ་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་བ་དབུ་མའི་ལྷ་བ་ཡིན་པས་ (དགོ་...
ཆོས་ལྷ་བ་དབུ་མའི་ལྷ་བ་ཡིན་མིན་དཔྱད་དགོས་ཀྱང་) གལ་ཏེ་བརྗོད་ཆེ་འདི་ལྟར་བརྗོད་དགོས།) ཟེར་བ་ལས་དགེ་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་
དབུ་མའི་ལྷ་བ་ཡིན་པས་ཟེར་ས་འགྲོ་ནི་མ་རེད། གཏན་ཆོག་ནི་འཆོ་བའི་བསམ་སྒྲོ་དང་། བརྗོད་དུ་གི་བསམ་སྒྲོ་ མི་དང་མིའི་བར་གྱི་
བསམ་སྒྲོ་སྟེགས་བསམ་སྒྲོ་ལ་སྐྱེ་མང་ནི་རེད། “དེ་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བ་ལ་སྒོ་ཁ་ནང་དུ་སྟེགས་དགོས་པ་ལས་དུས་དེབ་ཅིག་དགོས་པ་ག་
ལ་ཡིན།: ” འདི་ཁྱོད་གྱིས་ང་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་བརྗོད་པ་ཡིན། ངས་དགེ་ཆོས་ཀྱིས་རང་མི་རིགས་ལ་བཅིངས་པའི་བསམ་སྒྲོ་སྐབས་དེའི་མི་ལུ་
དག་གིས་དང་ལེན་བྱེད་མ་ཐུབ་པ་དེ་དང་། 《ཤར་དྲུང་རིའི》 ཁེར་ཚུགས་ཀྱི་རང་ག་ཤེས་སྒྲོག་པ་པོ་མང་ཤས་ཤིག་གིས་དང་ལེན་བྱེད་.....
ཐུབ་ཀྱིན་མེད་པ་གཉིས་མཚུངས་ཉུགས་སམ་དཔེ་དོན་སྦྱར་གྱིན་ཡོད་པ་ལས་ཁྱོད་གྱིས་ལབ་ཀྱིན་པའི་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་དེ་འདྲ་
གཏན་ནས་བཤད་གི་མེད། ཁྱོད་ཀྱི་དྲི་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་འུར་སྒྲིག་བྱེད་པ་ནི་དེ་ལྟ་སྒྲིག་ལས་ལག་ལེན་མ་རེད། བདག་གི་དྲིས་ལན།
དེ་ལྟ་སྒྲིག་ལག་ལེན་དུ་ངས་ཀྱང་འདོད་གི་མེད། བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བསྐྱབ་ན་འང་བསམ་སྒྲོ་བྱ་བ་དེའི་སྒྲིབ་ལ་འགྲོ་ནི་རེད། དེ་བས་དེ་དག་ཁྱེད་

བསྒྲགས་བྱེད་ས་དུས་དེའི་དང་ཚགས་པར་ཁག་ཡིན་ནི་རེད། ཉག་ཉག་སྒྲགས་འདིར་ལག་ལེན་བྱས་པ་བསྒྲགས་ཀྱི་ཆེས་ན་ཡོད་ནི་རེད།
དཔེར་ན་དུས་དེའི་དང་ཚགས་པར་ཁག་བསྒྲུབ་ཆེས་བསམ་སྒྲིའི་ཁ་ཕྱགས་ལ་འགྱུར་ཕྱོག་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་རེད། ངས་འདི་ལ་ཐོག་མའི་ལག་
ལེན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱིན་ཡོད། བྱེད་ཀྱི་དྲི་བ་འདྲ་གོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་བསམ་སྒྲིའི་གནད་ནི་སྤྱུ་སྒྱུ་བ་དགོངས་བྱུན་གྱི་སྟེང་ན་ཡོད་པས་དགོ་
ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིའི་སྒྲུབ་པ་དེའི་སྤྱེད་པའི་ནང་དུ་མ་གྲོང་བས་ཞེས་པའི་ཁ་སྒྲུབ་ལ་བསྟུན་ན་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུ་སྒྱུ་བ་དགོངས་བྱུན་
གྱི་དགོངས་པ་ལོན་ཆོད་འདུག་པས་དམ་པའི་སྟ་ཆོས་ཀྱི་ལེ་ཆོན་དུ་ཡོད་པའི་གཅན་ལགས་ཀྱི་དྲི་བ་དེར་ལན་ཐོབ་ས་དང་ང་ཆོས་བསྟུན་
ནས་འདུག་གོ་བདག་གི་དྲིས་ལན། དགོ་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིའི་གནད་སྤྱུ་སྒྱུ་བ་དགོངས་བྱུན་གྱི་སྟེང་ན་ཡོད་མེད་དང་དེ་སྒྲུབ་པའི་སྤྱེད་ཆོས་
ཀྱི་མའི་སྤྱེད་པའི་ནང་དུ་གྲོང་མ་གྲོང་ངས་སྤྱུ་སྒྱུ་གང་དུ་འདྲེས་ཀྱི་མེད། གཅན་ཟེར་བ་དེའི་དྲི་བ་མ་མཐོང་མོད་ཆེས་ཕྱགས་དེ་ལ་
བསྟུན་ཆེས་རང་གི་སྤྱུ་སྒྱུ་ལ་ཅམ་བརྗོད་ན་ཆོག་གི་བྱེད་ཀྱི་དྲི་བ་འདྲ་གོ་བདག་གི་ཕལ་ཆེར་གྱིས་སྤྱུ་སྒྱུ་གི་མའི་ཆེས་དྲན་དང་ནང་
བསྟུན་གྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ན་མ་ཞེས་པ་འདི་ལ་བསྟུན་ན་ཁྱེད་དུས་དེའི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཆ་རྒྱས་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཐུན་ནག་མདའ་
འཕེན་བྱེད་མ་ཁན་ཞིག་ཡིན་པ་མཆོན་ལ་དེ་ལས་བསྟུན་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་ཤར་དྲུང་རི་ལ་དག་སེལ་བྱེད་པའི་དམིགས་ལུལ་ཡང་ཤེས་ཐུབ།
བདག་གི་དྲིས་ལན། འདི་ནི་ངས་ཐུན་ནག་ཁྱེད་མདའ་འཕངས་པ་མིན། འོ་འགར་ངས་འདིའི་སྐོར་ལ་ཆེད་དུ་རྒྱུས་ལོན་ཟབ་མོ་བྱས་ཐོང་།
ཐོད་ཀྱི་དུས་དེའི་བརྒྱུ་ཆའི་དགྲ་བཅུས་སྤྱུ་སྒྱུ་གི་མའི་ཆེས་དྲན་དང་ནང་བསྟུན་གྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་ཀྱིན་ཡོད་པ་དང་། བརྒྱུ་ཆའི་བརྒྱུད་སྟུན་
དག་དང་སྤྱུ་སྒྱུ་གཏམ་སྐགས་ཆོམ་རིག་སྐོར་གྱིས་ཟིན་ཡོད། བརྒྱུ་ཆའི་གཉིས་ཁེར་ཚུགས་ཀྱི་རང་གཤིས་མངའ་བའི་《ཤར་དྲུང་རི》 གཙོ་
ས་དེའི་ཆེས་འཇུག་པས་ཟིན་ཡོད། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་ངས་《ཤར་དྲུང་རི》 ལ་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་སྤྱུ་སྒྱུ་ལ་དེ་ལྟར་བཟུང་བ་ཡིན། བྱེད་ཀྱི་དྲི་བ་
ལ་བདག་དང་གཞི་སྒྱུ་བ་ངོས་ནས་སྤྱེད་གིན་ཡོད་ཅེས་པ་ནི་ཆོག་སྒྱུན་ཆེ་སྟེ་ཐོད་རང་གི་འགྲེལ་སྟངས་ལྟར་ན་བདག་གི་རང་ཉིད་དང་གང་
ཟག་གི་དོན་ཡིན་ལ་གཞི་སྒྱུ་བ་ནི་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་པས་དགོང་ཕྱོད་ཐོ་བའི་ཐ་སྟངས་སྤྱོད་སྟངས་ཤིག་མིན་ན་མཁུ་གང་ལྟར་ཡང་ཁྱེད་ལ་བདག་
དང་གཞི་སྒྱུ་བ་ཅེས་པའི་ཐ་སྟངས་ལ་གོ་བ་ལེན་ཕྱགས་ཤིག་ཡོད་ཅེས་པས་འགྲེལ་བ་གསལ་པོ་ཞིག་གནད་ན་ཆོག་གམ། དེའི་ངོས་ནས་
འཆོ་གནས་སྤྱེད་ཞེས་པ་ནི་ཁ་སྒྲུབ་ནང་གི་ཆོག་སྟངས་ཞིག་མ་ཡིན་ན་མ། བདག་གི་དྲིས་ལན། འདིའི་དོན་ནི་ཆོས་ལུགས་པས་བདག་མེད་
དང་བདེན་མེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལས་ཀ་གཉེར་གྱིན་ཡོད། ང་ཆོས་རྒྱུང་ས་ནས་བཤད་ན་བདག་གི་ཕོ་བ་གཞི་སྒྱུ་བ་དང་ཆེས་ནས་བཤད་ན་
བདག་གི་དངོས་ཡོད་གཞི་སྒྱུ་བ་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཆོ་གནས་སྤྱེད་ཞེས་པ་དེའོ། ཞོང་གི་དྲི་བ་འདི་ལས་འཕྲོས་པའི་མཇུག་མཐའི་མཆེད་ཐ་སྟངས་
གོ་བ་ལེན་སྟངས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཡང་དོར་ཞིག་ཅོས་ཁྱེད་ཆོ་སྐོར་ཞིག་ལ་མི་འདང་ས་མང་གི་དོར་ཞེས་ཐོད་ཀྱི་ཤར་རྟོགས་རིག་པ་འབྲོང་བུ་

ཆེ་ཤོར་གྱི་ཆོག་དུམ་ “སངས་རྒྱལ་གྱིས་ཤེས་པ་ངས་མི་ཤེས། ངས་ཤེས་པ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་མི་ཤེས། ངས་ལྷག་བཤའ་ཤེས་ཀྱང་སངས་རྒྱལ་གྱིས་ལྷག་བཤའ་མི་ཤེས་” འདི་ལས་ང་ཞེས་པ་ཚཱ་པ་པོ་འཁྲོང་བུ་ལ་ངོས་བཟུང་སྟེ་དགག་པ་བཏང་བ་མིན་ནམ། ཇོ་མ་དགོང་བློ་བ་ལ་ཨང་། གང་ལྟར་ཐ་སྙད་གཅིག་ལ་གོ་བ་ལེན་པའི་ཆེ་ན་ཡང་རྒྱགས་ཡོངས་ལ་འདང་བརྒྱབ་སྟེ་དགག་པ་ལས་འབེན་མ་མཐོང་བར་མདའ་མ་འཕེན་ཞེས་ཀྱང་བདག་གིས་སྒྲུའོ།

ལྷག་ཤིའོ། བྱེད་ཀྱི་ངའི་དྲི་བ་ལ་ལན་གནང་བར་བཀའ་དྲིན་ཆེ་མོད་ངའི་དྲི་བ་ལ་བྱོས་ནས་གཡས་སྐྱར་གཡོན་སྐྱར་གྱི་ལན་དེ་ནི་ལན་མ་བཏབ་པ་དང་འདྲ་སྟེ། ༡། ༡དགོ་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུ་ཞེས་སྟེང་དུས་ཁོང་གི་ཆབ་བྱེད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུ་སྟེ་ཐད་ཀར་ཁོང་བསམ་སྒྲུ་བར་འཛིག་བྱེད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུ་ལ་གོ་དགོས་པ་ལས་འཆོ་བའི་བསམ་སྒྲུ་དང་། བཅེ་དུང་གི་བསམ་སྒྲུ་ མི་དང་མིའི་བར་གྱི་བསམ་སྒྲུ་སྐྱགས་ལ་གོ་མི་ཆོག་ཏེ་དཔེར་ན་མོའོ་ཙེ་དུང་གི་དགོངས་པ་ཞེས་སྟེང་དུས་ཁོང་འཆོ་བའི་བསམ་སྒྲུ་དང་། བཅེ་དུང་གི་བསམ་སྒྲུ་ མི་དང་མིའི་བར་གྱི་བསམ་སྒྲུ་སྐྱགས་ལ་མི་གོ་བ་བཞིན་ནོ། ༢ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་ཁོང་གི་བསམ་སྒྲུ་བོད་ཀྱི་ཁྲད་པའི་ནང་དུ་མ་ཤོང་བར་བཤད་པས་ན་ཁོང་གི་དབུ་མའི་ལྟ་བུ་དེ་ལས་གཞན་པའི་འདྲོད་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་གསེར་གྱི་ཐང་མ་སྐྱགས་ནི་ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་བོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུ་འདྲོད་དུ་མ་ཤོང་བེར་ཐབས་མེད་པས་སོ། ༣ད་དུང་དགོ་ཆོས་ཀྱིས་རང་མི་རིགས་ལ་བཅིངས་པའི་བསམ་སྒྲུ་སྐབས་དེའི་མི་བྱུང་གིས་དང་ལེན་བྱེད་མ་ཐུབ་པ་དེ་ཞེས་བཤད་ཡོད་ན་འང་དོན་གྱིས་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་བསམ་སྒྲུ་ཞེས་པ་རང་མི་རིགས་ལ་བཅིངས་པའི་བསམ་སྒྲུ་སྐྱར་བཤད་ཆོག་ན་དགོ་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུ་དབུ་མའི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ས་འགྲོ་ནི་མ་རེད་ཅེས་བཤད་པ་དེ་རང་གིས་བསུབ་འདུག་པ་འདི་ལ་དགོང་མི་བློ་འཕྲུ། ༤དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་བསམ་སྒྲུ་དབུ་མའི་ལྟ་བུ་ཡིན་མིན་དཔྱད་དགོས་ཞེས་བཤད་པ་དེ་ལེགས་ཏེ་ང་ཆོས་ལུ་མཐུད་དེ་དཔྱད་པར་བྱ་མོད་ 《ཤར་དུང་རིའི》 ཟུར་གསུམ་མ་དག་ལ་མཆོན་ན་དཀའ་རྒྱ་རེད། ༥《ཤར་དུང་རི》 དང་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་བསམ་སྒྲུ་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་བསྐྱར་བ་ནི་ཆོས་སྟངས་ཐོན་ཀྱང་ངས་ཀྱང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཕྱ་དམོད་མི་བྱེད་དེ་ངས་ཀྱང་《ཤར་དུང་རིའི》 བློན་ཉགས་དེ་བོར་ནས་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ནམ་དཔྱད་དང་རིགས་པ་ལྟ་བུའི་གསེར་གྱི་གཏེར་ཁ་དེ་འབྱེད་ཐུབ་པར་སྒྲིན་ནོ། ངས་འབྲེལ་མེད་བཤད་ཐང་ཡང་ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་ལས་འབྲེལ་མེད་ཅིག་བཤད་དོན་ཅི་ཡིན། ང་ཆོས་འབྲེལ་མེད་བཤད་དེ་འགན་བསྐྱར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཁྱེད་རང་རྒྱལ་ཏེ་ངས་ཁྱེད་ལ་རྒྱལ་ཁ་འབུལ་ལོ། ༦རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུ་ལུར་སྒྲིག་བྱེད་པ་ནི་དྲིལ་སྒྲིག་ལས་ལག་ལེན་མ་རེད། དྲིལ་སྒྲིག་ལག་ལེན་ཏུ་ཁྱོས་ཀྱང་འདྲོད་གི་མེད་ན་ངེད་གཉིས་ལ་བ་ཚོད་སྟངས་ཅང་མེད། དེ་དང་བསྟན་ནས་དྲིལ་སྒྲིག་དང་ལག་ལེན་གྱི་འབྲེལ་བ་བཤད་དེ་ཡང་བསྐྱར་སྒྲིག་རྒྱུ་ཡོད་པ་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་བ་དང་ཆོགས་པར་ཁག་བལྟས་རྒྱུ་ཡིན་

བསམ་སྒྲིལ་ཁྱེད་ལ་འགྱུར་ཕྱིན་པ་ལྟ་བུ་རེད། ངས་འདི་ལ་ཐོག་མའི་ལག་ལེན་ཞེས་བརྗོད་ཡོད་དེ་ནི་ངོ་མཚར་ཏེ་ཐོག་མའི་
ལག་ལེན་ཡིན་ན་ལག་ལེན་ཡིན་དགོས་པས་བསམ་སྒྲིལ་འགྱུར་བ་དེ་ལ་གཞུང་དེ་དང་འབྲེལ་མེད་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ཅིང་དཔེར་ན་དཔྱད་ཤེས་
པ་དག་གིས་སྤྱི་ཕྱོད་དགོངས་རྒྱུན་ལ་བལྟས་རྗེས་དེ་ནི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པར་ངོ་ཚྭ་ཤུད་པའི་གཞུང་ཞིག་ཏུ་ངོས་བཟུང་བ་སྟེས་ཡོད་
དེ་དེ་ནི་སྤྱི་ཕྱོད་དགོངས་རྒྱུན་གྱི་ལག་ལེན་ཏུ་གཏན་ནས་བརྩི་ཐབས་མེད་པས་སྟོལ་དེ་ནི་ངས་ད་དྲུང་ཁྱོད་གྱིས་ཐུན་ནག་ཁྱོད་མདའ་
འཕངས་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་སྟོབས་ཏེ་བོད་ཀྱི་དུས་དེབ་བརྒྱ་ཆའི་དགུ་བཅུས་སྒྲ་མ་ག་གེ་མའི་རྗེས་དྲན་མེད་ཞེས་བཤད་སྟོབས་ལ་ནང་
བཟླ་ན་གྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་པའང་བརྒྱ་ཆའི་བཅུ་ལ་སྟེབས་པ་རེད། དེ་ནི་ཁོ་བོས་སྒྲེར་གཉེར་དུས་དེབ་ལ་ཆེད་དུ་ཞིབ་འཇུག་དང་སྤྱད་གཉེར་
བྱེད་གྱིན་ཡོད་པས་སྟོལ། ཡང་ཉིད་གྱིས་ཆོས་ལུགས་པས་བདག་མེད་དང་བདེན་མེད་གྱི་ཆེད་དུ་ལས་ཀ་གཉེར་གྱིན་ཡོད། ང་ཚོས་རྒྱུང་ས་
ནས་བཤད་ན་བདག་གི་ཕོ་བ་གཞི་བྱུང་དང་ཆེས་ནས་བཤད་ན་བདག་གི་དངོས་ཡོད་གཞི་བྱུང་གྱི་ཆེད་དུ་འཆོག་ནས་སྒྲིབ་ཞེས་པ་དེ་སྤྱིར་
ལས་ཀྱང་ལྟག་པར་དགོད་སྟོབ་ཞིག་ཏེ། ༡ ཆོས་ལུགས་པས་བདག་མེད་དང་བདེན་མེད་ནི་ཁྱོད་གྱིས་གཏན་མེད་གྱི་དོན་དུ་བཟུང་འདུག་
ལ་དེ་མེད་ཉ་དང་ཉུང་མ་བསྐྱེད་པའི་གཏན་དེ་འདྲ་ག་ལ་བཤད། འདི་ལས་ཤེས་པ་ནི་ཁྱོད་ལ་མཚོན་ན་བདག་མེད་དམ་བདེན་མེད་ནི་
ཐུན་ནག་ལག་ཏོབ་ཡིན་པ་དེ་རེད། ཐུན་ནག་ལག་ཏོབ་ནི་《ཤར་དྲུང་རིའི》 རྒྱུང་ཆོས་ཉག་གཅིག་རེད། ༢ ཆོས་ལུགས་པས་བདག་མེད་
དང་བདེན་མེད་གྱི་ཆེད་དུ་ལས་ཀ་གཉེར་གྱིན་ཡོད་ཅེས་བཤད་པ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཐུན་འཛུལ་ཏེ་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་
དོན་དུ་གཉེར་བ་ལས་བདག་མེད་དང་བདེན་མེད་གྱི་ཆེད་དུ་ག་ལ་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་སྟེང་ན་བདག་མེད་དང་བདེན་མེད་ཡོད་ལ་ངའི་སྟེང་ན་
ཡང་ཡོད་པས་དེ་དོན་དུ་ག་ལ་གཉེར་དགོས་དེ་ལས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སྟོན་དུ་གཉེར་ཞེས་བཤད་ན་མི་བདེ་འཕགས་ཏེ་མི་ཤེས་ཤེས་
ཁྱུ་ཤུག་པ་འདི་《ཤར་དྲུང་རིའི》 རྒྱུང་ཆོས་རེད་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུང་ཆོས་ཀྱང་རེད། ༣ ཟ་མ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་ཕོ་བ་དང་
རང་ཉིད་ཡོད་པར་འདོད་པ་གཞིར་བཞག་གིས་ཟས་གོས་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡིན་ན་ང་ཚོས་རྒྱུང་ས་ནས་བཤད་ན་བདག་གི་ཕོ་བ་གཞི་བྱུང་
དང་ཆེས་ནས་བཤད་ན་བདག་གི་དངོས་ཡོད་གཞི་བྱུང་གྱི་ཆེད་དུ་འཆོག་ནས་སྒྲིབ་ཞེས་པར་བསམ་སྒྲིལ་ཟེ་ཟེ་བྱུང་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཉུང་དེ་ནི་
རྒྱན་པོ་ཇག་པ་སྤྱང་བོད་ག་ལའང་ཡོད་པས་བསམ་སྒྲིལ་ཞིག་ཡིན་ན་《ཤར་དྲུང་རིའི》 བསམ་སྒྲིལ་འདི་ཡིན་ནམ། ངས་ཁྱོད་ཆོ་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་
གི་ཆོད་ལ་བཞག་མེད་མོད་དེ་ནི་སྤྱང་བོད་ཁྱེད་ཀྱི་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་ཏེ་གོ་སྐྱོང་ལ་འདི་ལ་བལྟས་ན་དུ་ཆེ་བ་མགོ་དུ་ལ་གྱེད་པེར་སྐྱོང་
འདུག་གོ། ༤ བདག་གི་དངོས་ཡོད་གཞི་བྱུང་གྱི་ཆེད་དུ་ཞེས་པ་ལ་ཡང་ཆོག་སྟོན་ཡོད་དེ་དངོས་ཡོད་ཡིན་ན་གཞི་བྱུང་ཡིན་དགོས་ལ་གཞི་
བྱུང་ཡིན་ན་དངོས་ཡོད་ཡིན་དགོས་པས་སྟོལ། ༥ ཐ་སྙད་གོ་བ་ལེན་སྤངས་ཀྱི་སྒྲུབ་ལ་ནས་གང་ལྟར་ཐ་སྙད་གཅིག་ལ་གོ་བ་ལེན་པའི་ཆོད་

ཡང་སྤྱིགས་ཡོངས་ལ་འདང་བརྒྱབ་སྟེ་དགག་པ་ལས་འབེན་མ་མཐོང་བར་མདའ་མ་འཕེན་ཞེས་ཀྱང་བདག་གིས་སྤོམ་ཞེས་བཀའ་བཀྱོན་གནང་འདུག་མོད་དེ་ལ་འང་ཁོང་དགོང་ལས་མེད་དེ་། ༡ བདག་དང་གཞི་གྲུབ་ཅེས་པ་ནི་ཁོ་བོས་བཤད་པ་ལས་ཁྱོས་ལ་འང་བཤད་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ལན་འདིས་ད་དྲུང་ཁོ་བོ་དྲི་བ་བག་ཡངས་སུ་ཉལ་དུ་བརྟུག་འདུག་གོ། ༢ སྐུ་ཞབས་འབྲོང་བུ་ནི་དོན་གྱི་མཁུན་རྒྱ་དང་གཞུང་གི་ཐོས་རྒྱ། བསམ་གཞིགས་ཀྱི་རྩ་པ་བཅས་གཞན་ལས་འཕགས་པས་《ཤར་དྲུང་རིས》 གསལ་སྤྲུལ་ཚུད་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་ལ་ལྷག་པར་ཁོང་གིས་བདེན་པ་དང་ལེན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་ནི་ཁྱོད་ཚོའི་ཡུ་ཚུགས་དང་གཡོ་ཁམ་དང་གཏན་ནས་མི་འདྲའོ། ཡིན་ནའང་ཁོང་གི་དཔུང་རྩོམ་ལ་ནོར་འཁྱལ་མེད་པ་ཁོང་གིས་ཀྱང་གཏན་ནས་ཁས་མི་ལེན་པས་ཁྱོད་ཚོའི་རྩོང་ས་ཞེན་དེ་ཁོང་ལ་གལ་མངའ། ༣ ཁོང་གིས་ང་དང་སངས་རྒྱས་བསྐྱར་བ་དེ་དོར་ཞིས་ང་དེ་འབྲོང་བུ་ལ་ངོས་བཟུང་ན་འདྲ། ཁྱོད་ཚོས་འཇིག་རྟེན་པའམ་གཞན་གང་ཞིག་ལ་ངོས་བཟུང་ནའང་འདྲ་དེ་ནི་གནད་ཅི་ཡང་མེད་པའི་རྩོད་པ་ཞིག་སྟེ་ངོ་མ་དགོང་སྤྱད་ཅིག་རེད། གནད་ནི་དེའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་ངོས་ན་ཡོད་དེ་ལྷག་བཤའ་ཤེས་ན་ཤན་པ་ཡིན་དགོས་པ་དེ་རེད།དེ་ནི་བདེན་དོན་དང་གཏན་ཚིགས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་བསམ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་གནད་ཆེ་སྟེ་དེ་ཤེས་པ་དང་དེ་ལག་ལེན་བར་གྱི་གནད་དོན་ལ་གསལ་ཁ་མེད་པར་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་པའི་ལྟ་བ་ཞིག་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དེ་ནི་སྐུ་ཞབས་འབྲོང་བུ་དང་ངོས་འཕྲད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ངེད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིང་ན་ཚོག་པས་ཁྱོད་ལ་བགོ་སྒྲིང་བྱ་འདོད་མེད།

སྟོན་དུག་: འདིར་གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཞིག་གིས་《ཤར་དྲུང་རི》 ལ་དགག་གཞན་གི་ནཱ་གངས་མང་དུ་སྟེལ་འདུག དེར་ཡང་གནས་མོ་ལྷགས་ཡོད་མེད་སྟེ་ཚོགས་བྱུང་འདུག་ལ། ཕན་གྱིས་ཞིབ་ཏུ་ལྟ་འདོད་ཅིག་མ་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་ནི་གྲོགས་པོ་མི་ཉུང་བས་《ཤར་དྲུང་རིས》 བཀོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཁ་ཤས་ཀྱི་ནང་དོན་ལས་《ཤར་དྲུང་རི》 ལ་དམའ་འབེབས་དང་སྒྲིན་འཇུགས་བྱེད་བཞིན་འདུག ཕན་གྱིས་བསམས་ན་དེ་འདྲ་འགྲིག་པོ་ཞིག་ཏུ་མི་སྣང་། རྒྱ་མཚན་ནི་དུས་དེབ་ཅིག་དང་དུས་དེབ་དེར་བཀོད་ཀྱི་རྩོམ་ཡིག་རྩོམ་པ་པོ་ནི་བསམ་སྒྲོ་གཅིག་དང་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་མི་རུང་། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་དྲ་ཚོགས་འདི་ལའང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་དམོད་མོ་བྱེད་རྒྱ་རེད།དུས་དེབ་ཅིག་ཡིན་ན་དེ་བརྗེ་རེས་ཀྱི་སྟེགས་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ལྟ་ཚུལ་བརྗོད་མཁན་ཞིག་མ་རེད། དེ་མིན་དུས་མོ་དེབ་ཀྱི་མིང་དེ་མི་ཐོབ། 《ཤར་དྲུང་རི》 ལ་ཕན་ནས་སྒྲིན་ཆད་མང་པོ་བལྟས་སྤྱོད། ཉེ་ལམ་པར་བསྐྱེན་པ་ཡོད་ཀྱང་ལག་ཏུ་མ་སོན། གང་ལྟར་ཕན་གྱི་སྣང་ངོར་《ཤར་དྲུང་རི》 ནི་གསར་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷ་གྲུ་ཇི་བཞིན་ད་དྲུང་ཉམ་རྒྱུད་ཞིག་རེད། (སྤྱིར་བཏགས་ལ་དང་སྒྲོར་འབབ་ཚོག་ཚོག་གི་དུས་དེབ་ཅིག་ད་དྲུང་མ་བྱུང་ཅེས་བཤད་ཀྱང་འགལ་པ་ཆེན་པོ་མེད་པར་འདོད། དེ་བས་རེ་བ་ཡིན་ན། གྲོགས་པོ་ཚོས་རྩོམ་ཡིག་རེ་གཉིས་ལས་དུས་དེབ་ཅིག་ལ་དམའ་འབེབས་དང་དགག་པ་མ་རྒྱག་དམིགས་འབེན་གསལ་པོ་གནང་རྟོགས། དུས་དེབ་ཅིག་གི་ངོས་

ནས་དེའི་ཚམ་སྒྲིག་བྱེད་སྟངས་དང་ཚམ་གྱི་སྤྲུལ་ཀ་སྟགས་ལ་དགག་གཞག་བྱས་ན་འགྲིག་པོ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་ངོ་།

སྤྱོད་པ་སྤྲུག་ཐོགས་ གོང་ན་སྟགས་པོ་མང་པོ་ཞིག་གིས་《ཤར་དྲུང་རིའི》ཚམ་གཤིས་དང་བསམ་སྒྲུབ་སྐོར་སྐོར་ལ་རང་སྒྲུང་མང་པོ་……
ཞིག་བརྗོད་འདུག འོན་ཀྱང་ངས་བསྟན་ན་ད་ལྟའི་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་གནས་བབས་ལ་མཚོན་ན། བསམ་སྒྲུབ་རྣེས་དབལ་ལྡན་ཞིང་རིག་
པའི་འཆིང་རྒྱ་སྟོང་པའི་བཅམས་ཆོས་དང་དུས་དེབ་ཞིག་གི་ཏུ་མཁོ་སྟུང་། འདི་ནི་སྤྱི་ཚོགས་གི་གྲིག་མཆོམས་ཀྱི་ཆེབ་བཟར་ཡིན།

སྤྱོད་དུག་ རེད། ཁྱེད་ཀྱི་བཤད་པ་དངོས་གནས་རེད། ཡིན་ཀྱང་ང་ཕབ་གཞུང་འདི་ལ་གསལ་ཆ་མེད་པས་ཡིག་གཏགས་པར་དཀའ་
ངལ་གིན་ཏུ་ཆེ་སོང་། འདི་ནས་སྤྱོད་སྟགས་ནམས་ལ་ཞོར་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་ལ། དེ་རིང་སང་ཉིན་《ཤར་དྲུང་རི》ལྟ་བུའི་དུས་དེབ་ལ་ཤས་
ཡོད། དཔེར་ན། 《སྤང་སྤྱོངས་》དང་《དུས་རབས་ཀྱི་ང་》སྟགས་བྱུང་དང་འབྲུང་ལྷན་སྤྱོད་པ་རེད། འདི་ནི་སྤྱོད་སྟགས་གཅིག་ནས་བསྟན་
ན། མཁས་བརྒྱུ་མགྲིན་གཅིག་གི་བསམ་སྒྲུབ་སྐོར་སྐོར་གཙོད་ཀྱི་དུས་མཚུགས་ཚོགས་བཞིན་པའི་ཉམས་རེད་སྟུང་།