

ར་ལྷ།

ཆོ་རིང་དོན་གྲུབ།



## གཅིག

ཤོག་དཀར་མདུན་ལ་སྒངས་ནས་ར་ལོའི་གཏམ་རྒྱུད་འབྲི་རྒྱ་ནི་སྟོ་སྒང་ཐུན་པའི་དོན་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ—

ནམ་རྒྱུན་ཁོའི་སྒྲ་མདོར་འཕྲུང་བའི་སེར་ལ་སྟོམ་པའི་སྒྲ་བས་དེ་ངའི་མིག་ལམ་ནས་ཕར་གཡོ་ཚུར་གཡོ་བྱེད་གྱིན་འདུག

ར་ལོ་མི་ཡུལ་འདིར་སྐྱེས་པ་ནས་བཟུང་ཨ་མ་མ་གཏོགས་གཉེན་ཉེ་ཟེར་བ་ཞིག་ཐོས་མ་སྟུང་། ཁོས་སྐད་ཆ་སྟུང་གིས་པའི་དུས་སུ་ཐེ་བའི་ནང་གི་སྐྱེས་པ་མ་རབས་ལ་ལས་ཁོ་ལ་“ཁྱོད་ཀྱི་ཨ་ཕ་སུ་ཡིན།”

ཞེས་ཀྱང་འདི་ཚུལ་གྱིས་འདྲི་བར་བྱེད་དེ་ནི་ར་ལོར་མཚན་ན་ངེས་པར་དུ་ཨ་མར་འདྲི་དགོས་པའི་དོན་ཞིག་རེད།  
“ཨ་མ་ཁྱེད་ཀྱི་ཨ་ཕ་སུ་རེད།”

“རྒྱུ་སུ་ཨ་ཕ་ཞེས་པ་གཏན་ནས་སྤང་མི་ཚོག་”

ཨ་མས་ཁོ་ལ་འགྲམ་ལྷག་གཅིག་གཞུས་པ་དང་མཉམ་དུ་ཁོ་རང་ཚུར་འཐེན་ནས་རང་གི་བྲང་ཁར་སྦྱར་བར་བྱེད། ཡིན་ན་ཡང་དུས་ཡུན་རིང་བོ་ཞིག་མ་འགོར་བར་མཚན་མའི་དུས་སུ་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཁོ་ཚང་ལ་ཡོང་གིན་འདུག

ཕྱིས་སུ་རིམ་བཞིན་ཉིན་དཀར་ཡང་ཡོང་སྟེ་མཐའ་མར་ཁོང་ཚང་ནས་གཞི་སྟོན་བྱས་སོང་། དེ་དུས་ཨ་མས་བྱམས་བ་བཅའི་ངང་ནས་“ར་ལོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཨ་ཕ་རེད།”

མི་འདི་ཁྱོད་ཀྱི་ཨ་ཕ་རེད།”

ཟེར་འོན་ཀྱང་མི་དེ་ནི་ཕྱིས་པ་གཞན་དག་གི་ཨ་ཕ་དང་མི་འདྲ་བར་ར་ལོ་ལ་ཀ་ར་གཅིག་ཀྱང་ཉོས་མ་སྟུང་ལ་འོ་ཞིག་ཀྱང་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད། ར་ལོ་དེའི་གམ་ལ་བཅར་ཆོ་ཁོས་སུན་སྒྲུང་གི་ངང་ནས་

“ཉེ་སྒྲ་མདོའི་སྒྲ་བས་ལ་སྟོམ་དང་། བར་སོང་”

ཟེར་། རོ་མཁར་ལོའི་སྒྲ་བས་དེ་རང་འབབ་ཀྱི་རྒྱ་བཞིན་དུ་ད་ཕྱིས་ན་ད་བཅུར་འོངས་པས་ཁོའི་ཨ་མས་རྟག་དུ་  
“ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་བཅུར་”

གྱིན་འདུག་ཟེར།

ཤས་མེད་ཚར་མེད་ངང་ར་ལོ་ཕོ་ལོ་བཅུ་བཞིར་སྐྱེས་ན་འང་ཡ་ཁའི་སྒྲ་བས་དེ་ཐུར་ལས་ཀྱང་སྟོམ་ཞིང་རིང་བོར་

‘འཕྱང་འདུག་པ་ལས་ཁོའི་ན་རྒྱ་ཚོས་ཏྲ་རྒྱུག་མདའ་ཅིང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ནའང་ཁོ་རང་ད་རུང་ཞོན་པ་གཡུང་མ་  
ཞིག་ལའང་གཅིག་བྱར་ཞོན་མི་ཤོད་པར་ཨ་མའི་འཕོང་ལ་བབས་ནས་འགོ་དགོས་དེ་དུས་ལ་ལས

“ར་ལོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཨ་མ་པང་ལ་བབས་ནས་འགོ་བ་ཡིན་ནམ།”ཞེས་ཀྱུ་རེའང་བྱེད།

རུ་དགུན་སར་སྒྲོར་བའི་སྒྲ་མོ་ཞིག་ལ།ར་ལོས་གཡལ་གཅིག་གི་སྒྲ་ནས་བབས་ཞིང་ཕ་ཡར་ཀྱིས་དེ་ལ་ཁལ་འགལ་  
བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་གཡལ་དེ་འདྲོག་རྒྱུག་ཅིག་བྱས་པ་ན་ཕ་ཡར་ཀྱིས་ར་ལོ་ལ་“སྒྲ་མོ་བྱས་དམ་པོར་བྱངས་”

ཟེར།

ར་ལོས་ཨ་མ་གཅིག་ས་བསྐྱམས་ནས་མ་ཁར་སོ་བདེ་བ་ཅིང་སྐབས་སོ་ཐོག་ལ་ཐེགས་བཞིན་དུ་གཡལ་སྒྲ་དམ་པོར་  
བབས་ནས་བསྐྱད།

“འོ་ཡ།མི་ཞིག་ཡོད་ན་ཁྱི་ཞིག་གི་ཡན་རེད།”ཕ་ཡར་ཡོད་ཚེ་མ་པའི་ངང་ནས་“དམ་པོར་བྱངས་དམ་པོར་.....”

ཞེས་ཚིག་མཚུགས་མཛོགས་གོང་གཡལ་དེ་སྒྲར་ཡང་སྒྲོར་རྒྱུག་ཅིག་བྱས་པས་ར་ལོ་ཁ་སྐྱབ་དུ་བསྐྱེལ་ཏེ་ལག་གི་སྒྲ་  
ཐེག་ཤོར་མ་ཐག་

གཡལ་ཆན་དེ་གཏོན་ཞུགས་པ་ལྟར་བང་གིས་བརྒྱགས་ནས་རྒྱབ་ཀྱི་སྒྲ་ཡང་དཔོ་ཞབས་ལ་སྦྱང་སྟེ་མིག་པས་བརྗེ  
ས་པས་དངོས་པོ་རྒྱམས་ལེན་རྒྱ་མེད་པར་བཅོས།

“ཚིག་པ་གཡལ་ལ་ཐོས་ཏེ་ལྷག་གིས་ཏྲ་ལ་བྱབས་”ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་ཕ་ཡར་ཁོང་ཁྱོའི་ངང་ནས་བརྒྱགས་ཡོང་སྟེ

“ར་ངན་སྐབས་ལྷག་འདིས་གཡལ་སྒྲ་ཞིག་ཀྱང་འཛིན་མི་སྲབ།”

ཟེར་བཞིན་ར་ལོར་འགམ་སྐྱག་ཆ་བོ་གཉིས་གཞུས་ནས་སྐབས་དེ་མ་ནིའི་མགོ་ནས་བྱང་ཁའི་བར་འདུད་དུ་བསྐྱ  
ག་པ་ན་ཨ་མ་བརྒྱགས་ཡོང་ནས་“ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་བྱ་ལ་རྟུང་མི་ཚོག་

ད་ནས་བབས་ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་བྱ་ལ་མཚུབ་གུས་གཅིག་སྲབ་ན་.....ཁྱོད་རང་བྱིམ་འདི་ན་འདུག་ས་མེད་”ཟེར།

“ཏྲ་ཏྲ་ངས་ཁྱོད་མ་བྱ་གཉིས་ཀར་སྦྱང་རྗེ་ནས་བསྐྱད་པ་མ་གཏོགས་འདུག་འདྲོད་ཆེ་ནས་བསྐྱད་པ་མིན།ང་རང་  
ད་ལྟ་ཉིད་ལ་འགོ་ཚིག་”ཕ་ཡར་དངོས་གནས་ལམ་ལ་ཆས་སོང་།

“ཨ་ཕ་འགོ་རུ་མ་འཇུག་.....”

“ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱི་ཁ་བྱམ་ནས་སྒྲོད་ཁྱོད་ལ་ཨ་ཕ་ཞིག་གང་ན་ཡོད།”

འབྲམ་ལྷག་གཅིག་དང་མཉམ་དུ་ར་ལོ་བྱང་ཁར་སྒྱར་ནས་མ་བྱ་གཉིས་ཀ་དུས།  
འཛིག་རྟེན་ཁམས་ན་ཇི་འདྲའི་མི་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཨང་། ཡིན་ནའང་ར་ལོར་དེའི་ཁྲོད་ན་ཨ་མ་མ་གཏོགས་གཉེན་ཉེ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ། དེ་ནི་ཨ་མར་ཡང་དེའི་ཁྲོད་ན་ར་ལོ་མ་གཏོགས་གཉེན་ཉེ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་དང་འདྲ། འོན་ཀྱང་འཆི་བདག་གིས་དེ་ལ་སྙིང་རྩེ་ཞིག་གང་ནས་སྒྲིམ་དེ་ནི་ལྷག་ཁྱའི་ནང་ལ་སྤྱང་གི་བརྒྱགས་དུས་གང་ཟིན་ན་དེ་ཡིན་པ་ལྟར་དེ་མེད་པ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་མི་མང་བོའི་ནང་ནས་བསམ་བཞིན་ར་ལོའི་ཨ་མ་ཕྱི་མའི་ཡུལ་དུ་ཁྲིད་སོང་སྒྱིར་ཁོང་མ་བྱ་གཉིས་ལ་གཉེན་ཉེ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ནའང་དེ་དུས་མིག་ཚུ་མི་གཏོང་བའི་མི་གཅིག་ཀྱང་མེད་དེ་ནི་ར་ལོར་སྙིང་རྩེ་སྒྲིམ་པ་སྒྲོས་ཅི་དགོས།

## གཉིས།

ར་ལོའི་ཨ་མ་ཤི་བའི་ལོ་དེའི་དབྱར་ཁར་ཁྲེ་བའི་ནང་གི་མི་བསམ་ཤེས་འགས་གོས་བྱས་ནས་ར་ལོ་ཡུལ་ཆོའི་སློབ་རྒྱུ་ནང་ལ་བསྐྱལ་ཡོང་བ་རེད། དེ་ནི་ཁོ་རང་ཡི་གེ་སློབ་པར་བསྐྱལ་ཡོང་བ་ལས་དོན་དངོས་སུ་འཆོ་བ་འཁྱོལ་ཐབས་སུ་བསྐྱལ་ཡོང་བར་ན་འགྲིག།

ང་ཡང་ལོ་དེར་སློབ་གྲུར་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་ར་ལོ་དེ་གཉིས་འཛིན་གྲ་གཅིག་ཏུ་འདུས། འོན་ཀྱང་ར་ལོ་ང་ལས་ལོ་ལྔ་མེ་ལ་ང་ཆོའི་འཛིན་གྲའི་ནང་གི་ལོ་ཆེས་ཆེ་བའང་ཁོ་རང་རེད།

དང་ཐོག་ར་ལོ་སློབ་སྦྱང་ལ་ཤིན་ཏུ་བཟང་བ་འདྲ་སྟེ་སློབ་གྲོགས་སུས་ཀྱང་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་སྟོར་མ་ཟིན་གོང་ལ་ར་ལོས་ཐོག་མར་སྟོར་ཟིན་པས་དགོ་ཆུན་གྱིས་ཀྱང་“ཆང་མས་ར་ལོར་སློབ་སྦྱང་བྱས་”

ཟེར། འོན་ཀྱང་ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་དགོ་ཆུན་གྱིས་སློབ་གྲོགས་རེ་རེར་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་སྟོར་སམ་རྟེང་ལ་འབྱི་རུ་བརྒྱག་དུས་ར་ལོས་“ཀ”གཅིག་པོའང་འབྱི་མ་ཤེས་པས་སློབ་གྲོགས་ཆང་མ་གད་མོ་ཤོར་བ་དང་། དགོ་ཆུན་གྱིས་“ཆང་མས་ར་ལོར་སློབ་སྦྱང་བྱེད་མི་རུང་”གསུངས།

“ཆང་མས་ར་ལོར་སློབ་སྦྱང་བྱེད་མི་རུང་།”ཞེས་སློབ་གྲ་ཡོངས་སུ་བྱུང་སོང་།

ར་ལོར་ངོ་མ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་མི་རུང་བ་འདྲ་སྟེ་ཆོ་འཛིན་གྲ་འཕར་སྐབས་ར་ལོས་ད་རུང་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་འབྱི་མི་ཤེས་པས་སློབ་སྦྱང་མི་བཟང་བ་དང་། ཆུན་པར་སྐབས་ལྷག་པས་གཙང་སྒྲིམ་མི་བཟང་། དུ་བ་འཐེན་པས་སྒྲིག་ལ་

མ་ཡང་མི་བཟང་ཟེར་ནས་འཛིན་གྱི་འཕར་མ་ཐུབ་འོན་ཀྱང་དེ་ནི་ར་ལོར་མཚན་ན་སེམས་ཁུར་བྱེད་དགོས་པའི  
དོན་ཞིག་མིན་ཏེ་རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོ་ལ་འཛིན་གྱི་འཕར་མ་ཐུབ་པ་ལ་སྤྲིགས་དམོན་བྱེད་མཁན་མེད་པས་རེད།ར་ལོ  
ས་སེམས་ཁུར་བྱེད་ས་གཙོ་བོ་ནི་ཁོ་རང་དབྱར་གནང་སྐབས་སུ་ཡུལ་ལ་འགོ་ས་མེད་པ་དང་།དགེ་སློབ་ཚོ་ཡུལ་  
ལ་སོང་རྗེས་ཁོའི་དུ་བའི་འབྲུང་ཁུངས་ཆད་པ་རེད།དེ་ཡང་མ་གཞི་ར་ལོའི་དུ་བའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི་དགེ་རྒ  
ན་ཚོའི་བྱིས་ལུང་དང་།འཛིན་གྱི་མཐོན་བའི་སློབ་མ་ཚོའི་གྲོན་པ་བཟུ་བའམ་ཟ་མ་ལེན་པ།ཉིན་རེས་ཀྱི་སློབ་མ་  
ཚོའི་ཚབ་ཏུ་སློབ་ཁང་ལ་གཙང་སྤྱ་བྱས་ན་དེ་ཚས་ར་ལོར་དུ་བ་རྒྱང་རེ་སྟེར་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་རེད།  
འབྲོག་ཕྱོགས་ཀྱི་སློབ་མ་ཚོར་གོམས་གཤེས་ངན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་གནང་བ་བྱིན་ན་དུས་ལྟར་ཕྱིར་མི་འོང་བ་ད  
ང་།དབྱར་གནང་དགུན་གནང་ཚར་ནས་ཕྱིར་ཚོགས་དུས་ཀྱང་མ་མཐའ་ཡང་ཉིན་ལྔ་དུག་ལ་སློབ་འགོ་རྩོམ་མི་  
ཐུབ་འོན་ཀྱང་ར་ལོས་ཡུལ་ལ་གནང་བ་ཐེངས་གཅིག་ཀྱང་ཁྱས་མ་སྦྱང་བར་མ་ཟད།དབྱར་དགུན་གནང་ལའང་  
ཕྱིར་མ་འཚོགས་གོང་ནས་སློབ་གྲྭར་སླེབས་ཡོང་།དེའི་ཐད་ནས་ངོ་མ་ཚང་མས་ར་ལོར་སློབ་སྦྱང་བྱས་ན་འགྲིག  
སློབ་གྲྭ་ཞིག་གི་ནང་ན་འཁོན་རྩུང་རེ་གཉིས་ཙམ་ཡང་མེད་པ་ག་ལ་སྤྲོད་ཚའི་སློབ་གྲྭའང་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ་སློབ  
མ་བསྟན་བཤེག་ལ་ལས་བསམ་བཞིན་ར་ལོའི་ཐོས་ས་ནས་“ཚང་མས་ར་ལོར་སློབ་སྦྱང་བྱེད་མི་རུང་”

ཟེར་བ་ན།ར་ལོས་སློབ་མ་དེ་ཡར་བདའ་མར་བདའ་

བྱས་ནས་གཏོང་བར་མི་བྱེད།གལ་ཏེ་སློབ་མ་དེས་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་ཁོ་དང་རྩུང་རེས་རྒྱག་ཅིས་བྱས་ཆེ་ར་ལོས  
“ང་ལ་དགེ་རྒན་གྱིས་རྩུང་རེས་མ་རྒྱག་ཟེར།”

ཟེར་ནས་ངེ་གཉོམ་དུ་འགྲོ་འོན་ཀྱང་སློབ་མ་དེས་ཁོ་ལ་མ་བརྩུངས་པར་ཕར་འགོ་ཅིས་བྱས་པ་ན་ར་ལོས་སྐར་  
ཡང་དེའི་རྗེས་བསྟེགས་ཏེ་“ང་ལ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་མི་རུང་དོན་ཅི་ཡིན།”

ཟེར་བཞིན་དཔུང་གཏུག་རྒྱག་པར་བྱེད།ཉིན་ཞིག་ཁོ་ལས་ལོ་བདུན་གྱིས་རྩུང་བའི་སློབ་མ་ཞིག་གིས་ཁོ་རང་ཁ་སྤྱ  
བ་ཏུ་མནན་ནས་རྒྱབ་ལ་ཞོན་ཏེ་“ངའི་རྟ་འདི་གོམ་ལག་བདེ་བར་སྟོས་དང་།”

ཟེར་ཞོར་ཨོང་རྟེན་བྱེད་ཀྱིན་འདུག།

ར་ལོས་“ཨ—དགེ་རྒན་.....”

ཟེར་བཞིན་དུས་ནས་མིག་རྒྱ་བས་དང་འདྲིས་ཤིང་རྒྱབས་སྟེང་ལ་ས་རྩལ་འབྱར་ཏེ་འཕག་འཚག་རྗེ

‘ལྷ་རྒྱུ་ཀྱང་སྒྲོབ་མ་དེ་པར་གཡུག་མ་ཐུབ་དེ་ནས་བཟུང་ཚང་མས་ར་ལོ་གཟུགས་ཆེ་བ་མ་གཏོགས་ཤིང་མེད་  
བ་ཤེས་ཏེ་ཁོ་ལ་གཏོམ་འཛོག་མཁན་ཇི་མང་དུ་སོང་།  
ང་ཚོ་ཐེངས་གཉིས་པར་ལོ་རིམ་འཕར་སྐབས་ར་ལོས་ད་རུང་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་གྲོག་ཤེས་བ་ཙམ་ལས་འབྲི་མི་ཤེས་  
བས་ལོ་རིམ་འཕར་མ་ཐུབ་ལ།ཐེངས་གསུམ་པ་དང་བཞི་བའང་དེ་ལྷར་ཡིན།འོན་ཀྱང་དགེ་ཤུན་ཚོས་སྐམས་ལྷག་  
རེ་བཤའ་སྐབས་ར་ལོ་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ལོ་རིམ་འཕར་མ་ཐུབ་ན་ཡང་སྒྲོན་མེད་བ་འདྲ།  
ལོ་ལྔ་བར་ང་རང་སྒྲོབ་ཚུང་ནས་མཐར་ཐུན་ཏེ་རྫོང་མི་རིགས་སྒྲོབ་འབྲིང་ནང་དུ་ལྷགས།

## གསུམ།

དགུན་དཀྱིལ་གྱི་ཞོགས་པ་ཞིག་ལ།རྒྱབ་བྱང་མཐོ་སྒང་ལ་ཅི་འདྲིད་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱང་དང་ཁ་བས་བར་སྒང་ཁམས་  
ན་རང་མོས་ཀྱིས་འབྲབ་སྟོན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས་ངས་གཞུང་ལས་ཁང་གི་ལྷགས་ཐབ་ནང་ལ་མེ་ཁྱར་ཁྱར་དུ་བྱ་  
ས་བ་ཡིན།

སྒོ་བྱར་དུ།འབྲོག་པ་ཞིག་གིས་སྒོ་འང་མ་བརྒྱངས་པར་ནང་ལ་འཕྱལ་ཡོད་ལྟེ

“འདི་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་ཨེ་རེད”ཟེར།

“རེད།ཁྱོད་ལ་དོན་ཅི་ཡོད།”

“ཨ་ཙོ་ཁྱོད་དོན་གྲུབ་མེན་ནམ།”

“ཡིན་ལ།ཁྱོད་.....”

“ང་མི་ཤེས་ཁུལ་མ་བྱེད་”

ཟེར་བཞིན་དུ་ཁོས་རང་འགྲལ་གྱིས་རྒྱབ་སྟེགས་ཤིག་ལྷགས་ཐབ་གམ་ལ་འཐེན་ནས་སྟེང་དུ་བསྐྱེད་མ་ཐག

“ལས་བྱེད་བ་བྱས་རྗེས་སྒོ་བ་གྲོགས་ཡང་བརྗེད་སོང་ངམ”ཟེར།

འོ།འདི་ནི་ལོ་བཅུ་ལྷག་སྟོན་གྱི་ངའི་སྒོ་བ་གྲོགས་ར་ལོ་མ་ཡིན་ནམ།ཨ་ཙོ་ར་ལོ་ངོ་མ་ཤས་འདུག

ཁོའི་ཐོད་པར་གཉེར་མ་བབས་ཤིང་མཚུ་འགམ་དུ་རིང་ཐུང་མི་མཉམ་པའི་ཁ་སྐྱ་ཡང་མང་བོ་སྟེས་འདུག

འགྱུར་མེད་པ་ནི་སྣ་མདོའི་སེར་ཞིང་སྒྲོམ་པའི་སྣ་བས་དེ་རེད།

“ཡུའོ་ལོས་ཤེས། བྱོད་ལ་དོན་ཅི་ཡོད་དམ།”

“དོན་དག་ལོས་ཡོད།”ར་ལོས་སྣ་བས་ཁྱུང་འཛིབ་ཅིག་བྱས་ནས

“ངའི་ཆུང་མ་གཞན་གྱིས་སྒྲོགས་སོང་། མི་དེའི་མིང་ལ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཟེར། ཁོ་རང་ང་ཚོའི་སྤེལ་བའི་ནང་གི་མི་ཆེས་ཐ་ཤལ་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་མ་རེད་བསམ་ན་བྱོད་རང་སོང་ནས་ང་ཚོ་བྲག་དམར་སྤེལ་བའི་ཤར་གཞོན་ཀྱན་ལ་དྲིས་དང་ཤེས། ཆོ་བདེས་ན་ནིང་ཨ་ཁུ་རབ་རྒྱས་ཚང་གི་རྟ་བརྒྱས་བྱོང་། ད་ལོ་ཡང་ཨ་ཁུ་མཚོ་སྤྱོད་ཚང་གི་མཛོ་ཤར་བརྒྱས་ནས་ཉོས་ཉོས་ཤིག་ལ་བཙོངས། ཁ་སང་ཡང་ཁོས་ཅི་མི་སྒྲོམ་པར་ང་ལ་རྩུང་དེག་བྱས་པར་མ་ཟད་ངའི་ཆུང་མ་འང་འཕྲོགས་སོང་། དེས་ན་བྱོད་ཚོ་བྲིམས་ཁང་ལ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ནོན་པའི་བྲིམས་ཤིག་མེད་པ་ཡིན་ནམ་ཡང་ན་བྱོད་ཚོ་ཁོ་ལ་སྒྲག་པ་ཡིན། བྱོད་ཚོ་མི་དམངས་བྲིམས་ཁང་གིས་ང་འབྱོར་མེད་གྲལ་རིམ་ར་ལོ་ལ་རོགས་བྱེད་ན་དེ་རིང་ཡིན་ལ་མི་བྱེད་ན་འང་དེ་རིང་ཡིན།”

ར་ལོས་བཤད་ཀྱིན་བཤད་ཀྱིན་སྣ་བས་ལྷག་ནས་མ་ནིའི་མགོ་ལ་ཐུག་སོང་།

“བྱོད་ལ་རོགས་ལོས་བྱེད་ཡིན་ན་འང་ང་ཚོའི་གཞུང་ལས་ཁང་འདི་ཉེས་དོན་ཁང་ཡིན་ལ་བྱོད་ཀྱི་བྱོང་གཞི་འདི་དམངས་དོན་ཁང་ལ་བཤད་དགོས་”

“ངས་དམངས་དོན་མ་དོན་མི་ཤེས།”ར་ལོ་ཁོང་ཁྱོ་ལངས་བྱུང་བ་འདྲ།

“བྱོད་ཚོ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ལ་སྒྲག་པ་མིན་ན་ཁོ་རང་བཙོན་ལ་བརྟུག་སྟེ་ངའི་ཆུང་མ་བྱིར་སྤྱོད་དགོས། ཁོ་མ་ཡང་བཙོན་ལ་འཇུག་རན་འདུག་”

“བྲེལ་བ་མ་ལངས།”ངས་ར་ལོར་དུ་བ་རྒྱང་གཅིག་བྱིན་ནས

“སྒོ་བ་གྲོགས་ར་ལོ་ཁྱུ་གཉིས་ལོ་མང་བོར་ངོ་མ་ཐུག་པས་ཐོག་མར་ཁ་བརྟུག་བྱས་དང་།—

བྱོད་རང་ལོ་མང་བོར་རིག་རྒྱ་མེད་པ་གང་ལ་སོང་བ་ཡིན།”

“དེ་རེད། དེ་ཆོག་གི”ར་ལོའི་གཤིས་ཀ་ཇི་འཇམ་དུ་སོང་ནས་ང་ལ་ཁ་བརྟུག་བྱས་བྱུང་།

གཤམ་ནི་ར་ལོ་ངེད་གཉིས་ཁ་བྲལ་རྗེས་ཀྱི་དོན་དག་འགའ་ཡིན་ལ། ངས་སྤྱང་ཚོས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཡོང་ཆེད་འབྲི་སྒྲོན་ན་རྩུང་ཙམ་བྱས་པ་མ་གཏོགས་པལ་ཆེར་དངོས་དོན་ཡིན་པས་སྤྱང་ཉེ་བའི་སྒྲོག་མཁན་རྣམ་པས་ཡིད་ཆེས་བྱས་

ཚོག

## བཞི།

ར་ལོས་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་འབྲི་མི་ཤེས་ནའང་སློབ་ཚུང་དེའི་ནང་གི་དགེ་ཆུན་པ་ལ་ཆེར་ལས་ཀྱང་ལོ་ཆེ་བས་ཁོ་རང་  
‘ངོ་མ་སློབ་གྲུའི་ནང་ནས་འཛོག་ཐབས་མེད་པས་བྱིར་མི་གཏོང་ཀ་མེད་བྱུང་།

(ཁ་གཡོར་ས་ནི་ར་ལོས་བྱུང་མེད་དགེ་ཆུན་ཞིག་གི་སྒྲོ་བརྩུངས་པ་རེད་ཟེར)

དེས་ན་ར་ལོ་ལ་བྱིས་དང་གཉེན་ཉེ་མེད་པས་ཁོ་རང་གང་འདོད་དུ་འབྱུང་བ་ལས་ཐབས་ཅི་ཡོད།

ར་ལོ་དང་ཐོག་སྤྱི་ཚང་ལ་སླེབས་ནའང་རང་འགྲུལ་གྱིས་དེ་ཚང་ནས་ལས་ཀ་ལས་པ་དང་ཐོག་འཆོ་རུ་འགྲོ་བས་  
ཁོའི་སྒྲོ་བར་འདང་རྒྱག་མེད་པར་གྱུར་སྐབས་ཤིག་ལ་བྱིས་ཚང་ཞིག་གིས་“ཨེ—

བྱ་མོར་གང་ལྟར་མག་པ་ཞིག་དགོས་འདུག

མི་རྒྱུང་ར་ལོ་འདིས་ཡ་ཁའི་སྒྲུབས་ཉར་མི་ཐུབ་ནའང་ཐོག་རྩི་བཟང་བོ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད་གོ་ཚད་ལ་ཁོའི་ལ་  
ག་པ་གཙང་མ་རེད་ཟེར།དེས་ན་ཁོ་རང་མག་པར་བཞག་ན་གཉེན་རྟགས་ཀྱང་སྟེར་མི་དགོས་པས་མི་བཟང་ངམ  
”ཟེར།

དེ་ནི་ར་ལོའི་འདོད་ཐོག་ཏུ་རྟ་བརྒྱགས་པ་རེད།

ཡ་མཚན་ཞིག་ལ་ར་ལོ་རིམ་བཞིན་གདོན་གྱིས་བསྐྱུས་པ་ལྟར

“ང་རང་ཁྱོད་ཚང་གི་མག་པ་ཡིན་པ་ལས་གཡོག་པོ་མིན་”

ཟེར་ནས་ལས་ཀ་ཅི་ཡང་མི་ལས་ཤིང་ཐོག་རྩི་ལའང་མི་འགྲོ་དེ་ལྟར་ཨ་ཁང་ཚང་ལྷག་པར་ཁྱོས་ཏེ

“ཨ་ཨ་དྲིན་ཆེན་ལ་དྲིན་ལོག་ཟེར་བ་འདི་མིན་ན་ཅི་ཡིན།མི་རྒྱུང་སྒྲུབས་ལྷག་འདི་ལ་གཞན་ན་མ་དཔེ་བའི་བརྟ་  
ས་བཅོས་ཤིག་མ་བྱས་ན་བྱ་མིན་”ཟེར།

ཡིན་ནའང་ར་ལོའི་ཐོས་ས་ནས་ཚོག་ཟུར་ཅམ་ཡང་མ་སྒྲིང་བར་ཁོ་རང་ཅི་འདོད་བཞིན་སྒྲོད་དུ་བརྒྱག

ར་ལོའི་ཡ་ཁའི་སྒྲུབས་ལ་འདག་ཐབས་མེད་ནའང་ཁ་གྲུའི་སེར་ཁ་རྣམས་སོས་ཤིང་གདོང་ལ་དམར་མདངས་རྒྱ  
ས་པར་མ་ཟད།ཉིན་ལྟར་ཕྱ་ཞིང་ཐུང་བའི་རལ་བ་བྱི་བའི་རྩ་མ་འདྲ་བ་ཞིག་བཞག་ཡོད་པ་དེ་ཡང་ཡང་ཤད་ན



ས་འདུག་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་སྐབས་ཀྱང་“ཨ

——”“དེ་འདྲ་ཡིན་ནམ——” “ཡ་མཚན——”

“གོ་མ་ཐྱོང་ཡ——”“གནའ་མིའི་གཏམ་དབེ་ལ——”

ཟེར་ནས་ཆོག་གི་བར་ཐག་ཀྱང་ལྷབ་འགྱུར་གྱིས་ངེ་རིང་དུ་སོང་ནས་ཉིན་འགའི་ཕྱི་མེ་རྒྱང་སྐབས་ལྷག་རེད་  
‘ཟེར་ན་སྐབས་ཀྱང་ན་བར་མི་འགོ་བའི་ཚད་ལ་སྒྲེབས་ཡོད།

འོན་ཀྱང་“གཞན་ན་མ་དབེ་བའི་བརྟན་བཅས་”ཤིག་གིས་ཁོ་ལ་བསྒྲགས་ཡོད་པ་ར་ལོས་གང་ནས་ཤེས།

ཉེ་ཕྱིན་བྱིམ་ཚང་དེས་ཚང་དང་དུ་བཀལ་ར་ཉོས་ཤིང་ཁོ་རེ་ལས་པ་དང་སྐམས་ལྷག་བཤས་ནས་སྟོན་ཆེན་ཞིག་  
ལ་ག་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་འདྲ།ར་ལོས་འདི་ཅི་ཡིན་དྲིས་ཆོ་“ཁྱ་ཚང་ལ་སྒྲ་ཆེན་ཞིག་སྒྲེབས་རྒྱ་རེད་”ཟེར།

“འོ——དེ་ངོ་མ་ཁྱ་ཚང་གི་བསོད་ནམས་རེད་ཡ——”ར་ལོས་རལ་བ་ཤད་བཞིན་དུ་དེ་སྐད་སྒྲས།

ར་ལོར་གོམས་གཤིས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི་ཞོགས་པ་མལ་ལས་ལངས་པ་ཤིན་ཏུ་འཕྱ།

དེ་རིང་ཡང་ཁོ་རང་གོམས་སྒོལ་ལྟར་པལ་ཆེར་ཉིན་གུང་ལ་ཉེ་དུས་ཡར་ལངས་ཏེ་སྒོག་པ་གཡང་ཤམ་བྱས་ནས་  
རས་གྱར་གྱི་སྒོར་བྱང་དུས་སྒྲ་སྒོ་ན་ཏྲ་མང་བོ་བཏགས་ཡོད་པ་དང་བྱིམ་ན་སྒྲ་ལེན་གར་ཅིང་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པ  
ས།ར་ལོའི་སེམས་ལ་“སྒྲ་ཆེན་པེབས་བྱུང་”

བསམས་ཏེ་ཐུར་དུ་སྐྱ་རགས་བཅིངས་ནས་ཕར་སོང་བ་ན་ཚང་མས་ངོ་མཚར་བའི་མིག་གིས་ཁོ་ལ་བརྟན་འདུག་  
ར་ལོ་ཏྲ་ལས་ཏེ་ཡར་ལྟ་མར་ལྟ་བྱས་དུས་རང་གི་རྒྱུང་མ་དེ་ཕོ་གསར་གཞན་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་རྒྱན་གོས་ཕུན་  
སྒྲུལ་ཆོགས་པས་སྒྲས་ཏེ་གཡལ་ན་དབྱང་བ་མཉམ་གཤིབ་བྱས་ཏེ་ཙོག་ཕུར་བཟང་འདུག་པ་མཐོང་བས་ར་ལོ་དེ་བ  
ས་ཀྱང་ཏྲ་ལས་ནས་“འདི་ཅི་ཡིན་”ཞེས་རིག་རིག་བྱེད་བཞིན་དྲིས།

རྒྱུང་མའི་མིང་བོས་“ངེད་ཚང་ལ་མག་པ་བཞག་པ་མིན་ནམ།”ཟེར།

“ཁྱ་ཚང་གི་སྐུ་ལ་མག་པ་བཞག་པ་རེད།”

“ཨ་ཅེ་མ་གཏོགས་ང་ལ་མག་པ་འཛོག་སྲིད་དམ།”ཟེར་བས་ཚང་མས་ཏྲ་བ་ཆ་བརྒྱབ།

“ཨ་ཅེར་མག་པ་གཉིས་བཞག་ན་ཆོག་གམ།”

“ཅི་ཟེར་མག་པ་གཉིས་གང་ན་ཡོད།”

“ང་།ཁོ”

“ཏ་ཏ་ཏམི་རྒྱང་སྒྲུབས་ལྷག་འདི་ཆང་མ་འཕྱང་བར་བཟེ་འདུག

ཁྱོད་རང་ངེད་ཆང་གི་ཟོག་རྩི་ཡིན་པ་ལས་མག་པ་གང་ནས་ཡིན།”

“དཔེ་མི་སྤྲོད་འདི་འདྲའི་བརྟན་བཅས་ཤིག་བྱེད་སྒོལ་གང་ན་ཡོད།ང་དེ་རིང་འདི་ནས་འཆི་མ་ཐུབ་ན་བྱ་མིན།”

ར་ལོས་ཁྱ་ཚུར་ཕྱར་ནས་བརྟུགས་པ་ན་མི་ནམས་ཀྱིས་ར་ལོ་འཛིན་ཅི་ཐུབ་བྱས།དེ་ཡང་

“ཁྱི་ངན་བཀག་ན་མི་ཁོགས།མི་ངན་བཟུང་ན་མི་ཐུབ།”ཟེར་བའི་

དཔེ་ལྟར་ར་ལོ་ཐུར་ལས་རྩི་བཅན་དུ་སོང་སྟེ་

“ཏ་ཏ།ང་ར་ལོ་ཆང་གི་པ་རྒྱལ་བའི་འཕྱངས་རབས།མ་རྒྱལ་མའི་སྐྱེས་རབས་ཁྱོད་ཆོས་གོ་

ཞེ་སྟོང་།ངས་དེ་རིང་སྟེ་བ་འདི་ཁྱག་དཀྱུགས་དཀྱུགས་ཤིག་མ་བྱས་ན་ང་མི་རྒྱང་ར་ལོ་ཟེར་བ་མིང་ཙམ་ཡིན།ང་

ར་ལོ་ཁྱོད་ཆོ.....”

ཞེས་ངར་ངར་གྱིས་བཤད་བཤད་པས་ར་ལོའི་སྒྲུབས་ཁ་ནང་དུ་བཞུར་ནས་ཐུ་མཐུད་དུ་བཤད་མ་ཐུབ།

མི་ནམས་ར་ལོའི་ཚུགས་ཀར་དགོད་རྒྱ་གཏིང་ནས་སྐྱེས་ཏེ་ཁོ་རང་སྟོད་ནའང་ར་ལོས་སྐྱད་པོར་ཁྱ་ཚུར་གཞུ་མ་

པོད་པར་དཔུང་གཏུག་བརྟུབ།

སྐྱད་པོས་

“ངས་དེ་རིང་ཨ་ཅེད་གཉེན་སྟོན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་བསམས་ནས་མི་རྒྱང་སྒྲུབས་ལྷག་ཁྱོད་ལ་རྟུང་འདོད་མི་འདུ

ག

ཁྱོད་གྱིས་རང་ཆོད་བྱུངས་ལ་གང་ནས་ཡོང་ན་དེ་ཅུ་ཕྱིར་སོང་ཟེར།འོན་ཀྱང་ར་ལོས་དེ་ལ་དཔུང་གཏུག་ཡང་ཡང་

‘བརྟུབ་ནས་འགོ་ན་འགོ་རྩ་མ་བརྟུག་འདུག་ན་འདུག་ཏུ་མ་བརྟུག་པས་དེ་ཡང་ཐབས་ཟད་དེ་ར་ལོའི་རལ་བ་ན

ས་བཟུང་སྟེ་གཡུག་སྐོར་ཞིག་བྱས་པ་ན་ར་ལོ་གན་རྒྱལ་དུ་འབྱེལ་བ་དང་རལ་བ་རྩ་ནས་བལ།

“ཨ་རྟོ། འདི་རལ་བ་གཡུག་རིན་དེ་ཨང་.....”

ར་ལོས་ས་ནས་འཕག་འཇག་རྒྱག་བཞིན་དུ་

“ཁྱོད་གྱིས་འདི་རལ་བ་མི་འཇལ་ན་ང་དེ་རིང་འདི་ནས་མི་འགོ་ཁོ་ཐག་ཡིན།”ཟེར།

“ཁྱོད་མི་འགོ་ན་ངས་ཁྱོད་ཀྱི་ན་བ་གཙོད་སྟེ།”

སྐད་པོས་གི་བཏོན་ནས་རྒྱུ་ཡོད་བ་ན་ར་ལོ་ཐུར་དུ་ཡར་ལངས་ནས་བྲོས་སོང་།

ལ།

ར་ལོས་ཁོ་རང་མ་བདེའ་གོང་ལ་རྒྱུ་མར་མག་པ་བཞག་པ་དེར་སེམས་ཁུལ་བྱེད་ཀྱི་མེད་ལ།སེམས་ཁུལ་བྱེད་ས་  
གཙོ་བོ་ནི་རང་གི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རལ་བ་དེ་མེད་པར་མི་གཤམ་ལ་ཇི་ལྟར་འགོ་བསམ་གྱིན་ཡོད་པ་དེ་རེད།ཡིན་  
ནའང་རྒྱུ་མ་འགོར་བར་ར་ལོའི་ཕོ་བ་སྟོགས་པས་ཁོ་རང་མི་གཤམ་དུ་མི་འགོ་ཀ་མེད་བྱུང་།

ར་ལོས་སྡེ་བ་མང་བོ་ཞིག་བརྒྱུད་པ་དང་བྱིམ་ཚང་མང་བོ་ཞིག་ནས་མི་རྒྱུད་དུ་བསྐྱེད་དང་ཐོག་ཁོ་རང་སྟེ་ཚང་  
ལ་སླེབས་ནའང་རང་འགྲལ་གྱིས་ལས་ཀ་ལས་པ་དང་ཐོག་འཛོལ་འགྲོ་འོན་ཀྱང་ཕོ་བ་འགྲངས་རྩིས་རིམ་བཞིན  
“ཨ——”“འོ——”

“གནའ་མའི་གཏམ་དཔེ་ལ——”

སོགས་ཚིག་གི་བར་ཐག་ཤིན་དུ་རིང་བའི་སྐད་ཆ་དེ་རྣམས་བཤད་བཞིན་འདུག་པ་ལས་ཐོག་རྩི་ལ་

མི་འགོ་བསམ་བྱིམ་ཚང་ལ་ལས་ཁོ་ལ་“སོང་”ཟེར་ནས་དེད་པ་དང་།

ལ་ལའི་བྱིམ་ནས་ཁོ་རང་རང་འགྲལ་གྱིས་བྱུང་འགོ།

ཉིན་ཞིག་ར་ལོ་དགོན་པ་ཞིག་གི་ནང་ལ་སླེབས་ཤིང་།དགོན་པ་དེ་སྐར་གསེབ་བྱེད་བཞིན་པའི་སྐར་ཡིན་ལ་གྲུ་བ་

མང་བོ་ཞིག་ཀྱང་སྐད་ལེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པར་ཁེལ།

“སྦྱིར་ན་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བར་སྦྱང་བོ་མེད།ལྷག་པར་དུ་གསོན་སྦྱང་ལེན་རྒྱ་བོ་དེས་རང་གི་རལ་བ་གཡག་རིན་

ལུན་པ་དེ་བཅད་སོང་བར་རང་ཉིད་མི་གཤམ་དུ་འགོ་སྐོལ་མེད།ད་ལྟ་གྲུ་བ་ཞིག་བྱས་ནས་ཨ་མའི་རྩིས་སྟེ་ཚས་རེ་

བཏོན་ནའང་མི་བཟང་རྒྱ་མེད་”སྐམ་ནས་ར་ལོས་སྐུ་ལྔ་ཕྱད་ནས་གྲུ་བ་ཀྱི་ཚས་མིང་“ཚས་དབྱིངས་གཤགས་པ་”

ཞེས་བཏགས།

ཚས་དབྱིངས་གཤགས་པ་ཚོགས་ལ་ཐེངས་གཅིག་ཀྱང་ཆད་མ་སྤོང་བ་དང་།སྐྱབས་འགོ་སོགས་ཐོག་མའི་འདོན་པ་

རྣམས་ཀྱང་ཆད་མའི་སྤོན་ལ་སྦྱར་ཟེན།

ཁོའི་སེམས་ལ་འང

“ཆོས་ཀྱི་འདོན་པ་འདི་སློབ་མའི་སློབ་སྦྱང་ལས་སྤྲོ་བས་དངོས་གནས་སློབ་འདོད་པ་ཞིག་རེད།”

བསམས་ཏེ་མཐུད་སློབ་སྦྱང་བྱས་པས་དགེ་བསྐྱོས་ཀྱིས་ཁོ་ལ་བསྟོད་བསྐྱེད་ལང་ཡང་བྱས་ཏེ་ཕལ་ཆེར་རྒྱུ་

དུས་ཀྱི་“ཆང་མས་ར་”

ལོར་སློབ་སྦྱང་བྱོས་”ཟེར་བའི་ཆད་ལ་སྤེབས་བྱུང་།

འོན་ཀྱང་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་རིམ་བཞིན་སྒྲ་མ་ཁ་ཤས་དང་གྲ་བ་རེ་གཉིས་ཀྱི་“གསང་བའི་མཛད་པ་”

རེ་དང་“མངོན་ཀྱི་སྦྱོད་པ་”རེ་མཐོང་ཐོས་སུ་གྱུར་པས་“འདི་འདྲ་ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་སྒྲིང་བོ་མི་འདུག”

བསམས་ཏེ་དགོན་པའི་ནང་ན་འཐུང་རྒྱ་ཡོད་དུས་དང་།

འདས་པའི་བྱིམ་མི་ཆོས་གྲ་བ་རྣམས་ལ་སྒྲ་མའི་འབྲེད་རྒྱལ་དུས་མ་གཏོགས་དགོན་པའི་ཉེ་འགམ་ན་རྒྱུང་མཁ

ར་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་སོང་ནས་སྒྲ་བརྒྱན་ལ་ཉུང་བ་དང་དུ་བ་འཐེན་པ།ཐ་ན་“སེལ་ཁུ”

ཡིན་ཟེར་ནས་སྤྱ་ཆང་ཡང་འཐུང་གིན་ཡོད་པས་སྤར་ཡང་རྒྱུང་དུས་ཀྱི

“ཆང་མས་ར་ལོར་སློབ་སྦྱང་བྱེད་མི་རུང་”ཟེར་བའི་ཆད་ལ་སྤེབས།

དེ་བས་ཀྱང་ཆབས་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་བྱི་དོ་ཞིག་ལ

“ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་ཕ་གིའི་སྤེ་བ་དེའི་ནང་གི་བྱ་མོ་ཞིག་གི་རྒྱུ་བསྐྱེད་སོང་།”

ཟེར་བའི་བཤད་ཚུལ་ཞིག་རྒྱུང་ཉར་དགོན་པའི་ནང་ལ་གྲགས་ཤིང་།

དེ་རིམ་བཞིན་དགེ་བསྐྱོས་དང་གྲ་ཤུན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐོས་བྱུང་།

དགེ་བསྐྱོས་ཀྱིས་

“ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་ལེ་ལོ་སྦྱིད་ལྷག་ཅན་ཞིག་ཡིན་ནའང་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བར་ཞེན་པ་ལོག་ནས་དམ་པ

འི་ཆོས་ལ་སློ་སེམས་རྩེ་གཅིག་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་ངོ་ཚ་བྲལ་བའི་དོན་དག་སྦྱབ་མི་སྲིད།རྒྱུན་དང་ཕྱ་མ་ཡིན་ནའ

ང་སྲིད།དེ་བས་མིག་གིས་དངོས་སུ་མ་མཐོང་ན་ད་དུང་བརྟུན་ཤ་མི་ཆོད་”བསམས་ནས་བསྐྱེད།

འོན་ཀྱང་དོན་དེ་གྲ་བ་གཉིས་ཀྱིས་དངོས་སུ་མིག་གིས་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ་—

ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པར་ལས་རྒྱ་མེད་པས་རྩེ་རྒྱའི་འགམ་

དུ་སྤྲོ་ལྟོ་ཞིག་བཟུང་ནས་འཁྱུང་བར་སོང་།དེ་ནི་དབྱར་དུས་ཀྱི་ཉིན་གུང་ཞིག་ཡིན་ལ།དགུང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་ཅེ་  
གཞུང་ཡོངས་སུ་འཕྱོས་ཤིང་།འཇམ་མཉེན་གྱི་རྩ་ལྡང་ཁོད་དུ་མེ་རྟོག་སེར་ཆེན་ཚུན་པོ་ཚུན་པོར་སྐྱེས་འདུག་པ་  
ནི་རྒྱང་ནས་བརྟམ་ན་ས་གདན་ལྡང་ཁུ་རི་མོ་སེར་པོ་ཅན་ཞིག་བཏིངས་པ་དང་འདྲ།ཅེ་ཅུ་སྟོན་མོ་སྟོད་འཇགས་  
བག་ཐེབས་ཀྱི་ངང་ནས་བཞུར་བཞིན་འདུག་ལ།གལ་ཏེ་སྐྱུ་རྩལ་གྱི་ཕྱ་ཕུང་ཅུང་ཙམ་ལྡན་པའི་མི་ཞིག་དེའི་འག  
མ་ལ་སྐྱེབས་ཆེ་《མཐིང་མདོག་གི་རྟོ་ནོ་གཙང་བོ》

རང་ཤུགས་ཀྱིས་སེམས་ལ་དྲན་ཞིང་ན་བར་གྲགས་པའི་སྤྲང་བ་ཞིག་སྟེར་སྤྲོད་ཀྱི་མཚན་ནི་མཚམས་འདིའི་ཅེ་ཅུ་  
དེ་ཕྱོགས་གང་ནས་བརྟམ་གྱིང་དངོས་གནས་མཛེས་ཤིང་ལྟ་ན་སྐྱུག་པའི་རྟོ་ནོ་གཙང་བོ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པས་  
རེད།

མཚམས་ཤིག་ལ་པ་གིའི་སྟེ་བ་དེའི་ནང་གི་བྱ་མོ་ཞིག་ཚུ་ལེན་པར་ཡོང་།བྱ་མོ་དེ་ནི་དངོས་གནས་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
ཞིག་ཡིན་ལ།ཁོ་མོས་ཚུ་ལེན་ཞོར་དུ་པ་གིའི་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པར་བྱར་མིག་གིས་ལྟ་ཙམ་བྱས་པ་དེས་ཆོས་ད  
བྱིངས་གྲགས་པ་རི་དྲགས་སྟེ་ལ་ཐེབས་པ་ལྟར་གྱུར་ཅིང་།ཁོའི་སེམས་ལ

“མ་གཞི་འཇིག་རྟེན་སྟེང་གི་ཆེས་ཡིད་དུ་འོང་བ་ནི་བྱད་མེད་རེད།”སྟམ་སྟེ་རང་དབང་མེད་པར་ལ་

གཞས་ཤིག་ངག་ལས་ཤོར་སོང་།

“རྩ་རྒྱང་རྒྱང་སྐྱུག་པ་ཅན་པོ།

འཕྲོང་བྱ་དམར་འཁོར་ན་ཨེ་ཆོག།

མཚོ་རྒྱང་རྒྱང་ལྡང་ཤ་ཅན་པོ།

ཉ་གསེར་མིག་འཁོར་ན་ཨེ་ཆོག།

མ་རྒྱང་རྒྱང་མོ་སྟོ་ཅན་པོ།

ཕོ་ང་རང་འགྲོགས་ན་ཨེ་ཆོག།”

ཅས་མ་སྟོའི་གཞས་དབྱངས་ཀྱིས་སྒངས་པ་ན།ཚུ་ལེན་བྱ་མོ་དེས་ཀྱང་མ་བསམས་པར་དེའི་ལན་ལ།

“སྟོན་པ་ཁ་སེར་གཏིང་ནག།

སད་དང་སེར་བའི་གཞི་མ།

བན་དེ་སྐྱ་མེན་སེར་མེན།

སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་དབང་བོ།”

ཞེས་ཀན་སྟོའི་གཞས་དབྱངས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་ཐུར་བར་སྤངས་པས་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་དེའི་ཆོག་འབྲུ་མ་གོལ།

|

བསམ་སྒོ་ཡང་མ་བཏང་བར་སེམས་སུ

“སྦྱིར་ན་བྱ་མོ་ཆོས་སྦྱིས་པ་ཆོའི་ལ་གཞས་ལ་ལན་སྟེར་བ་ཏ་ཅང་དགོན་ཡང་།

བྱ་མོ་འདིས་དེ་མ་ཐག་ལན་བྱིན་པ་ནི་ང་རང་སྒོ་ལ་བབས་པ་མེན་ན་ཅི་ཡིན་”

སྟམ་སྟེ་དགའ་ཐག་ཆོད་ནས་དགེ་བསྐྱོས་དང་ཐོམ་པ་རྩ་བ་ནས་བརྗེད་དེ་སྟམ་ཡང་མ་ཕུད་པར་ཅེ་རྒྱར་བཞུལ་

ནས་སོང་།

དང་ཐོག་བྱ་མོ་དེའི་སེམས་ལ་བརྩན་པ་དེས་ཁོ་མོ་ལ་ཀྱ་རེ་ཅེད་བཞིན་ཡོད་པས་ཁོ་མོས་ཀྱང་ཁོ་ལ་ཀྱ་རེ་ཞིག་ཅེ་

དགོས་སྟམ་ནས་དེ་ལྟར་སྤངས་པ་ཡིན་མོད་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་སྟམ་ཀྱང་མ་ཕུད་པར་སྐབས་མ་ནིའི་མགོ་

ལ་ལྷག་ནས་རྒྱར་བརྒྱགས་ཡོང་བའི་རྒྱལ་འདི་མཐོང་མ་ཐག་ཁོ་མོའི་སེམས་ལ་“འདི་གྲ་བ་སྦྱོན་པ་ཞིག་རེད།”

སྟམ་སྟེ་སྐག་ཐག་ཆོད་དེ་རྒྱ་ཐོའང་བསྐྱར་ནས་བྲོས་སོང་།

གྲ་བ་གཞན་གཞིས་ཀྱིས་ཅེ་རྒྱའི་འགྲམ་དུ་དཔེ་ཆར་སྟེ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་གོང་གསལ་གྱི་དགོད་བྲོ་བའི་རྒྱལ་

རྣམས་མཐོང་བས་རང་དབང་མེད་པར་གད་མོ་ཤོར་བས་ད་གཞོད་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་གཞིད་ལས་སད་པ་

ལྟར་རྒྱ་དཀྱིལ་ནས་ཡུན་རིང་ལུས།

## བྲུག་

ས་རྩབ་རྗེས། དགོན་པ་དེ་སྤར་ལས་ཀྱང་སྟོང་འཇགས་སེ། ལྷ་སེམ་མེར་གནས།

འཇམ་སྒྲིང་གི་ཆེས་སྦྱི་བའི་ལྷར་བོ་ནི་ལས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལས་རྒྱ་མེད་པ་དེ་ཡིན་ཟེར་བ་ཅི་མ་བདེན།

ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པར་ལས་རྒྱ་མེད་པས་དངོས་གནས་ཤིན་ཏུ་སྦྱི་བའི་ལྷར་བོ་ཞིག་གིས་མནན་པ་དང་འདྲ།

ཁོ་རང་ཞོགས་པར་མལ་ལས་ལངས་པ་འབྱེ་བས་དགོང་མོར་གཉིད་ཀྱང་མི་ཁྱགས་ཀྱི་ལེན་བྱ་མོ་དེའི་ཡིད་འོང་བ

ཞིན་རས་དང་མིག་བྱར་མདའ་ ཁོའི་སེམས་ལ་“རོགས་བཟླ་”རེད་སྟེ། དེ་ཁོའི་མིག་ལམ་ནས་ཡལ་རྒྱ་མེད།

ཁོས་དབྱགས་རིང་ཞིག་འཐེན་བཞིན་གྱི་ཤག་ལས་བྱིར་ཐོན།

ཐོར་བའི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་རྩ་བ་ཞིག་སྟོན་མཚམས་ཀྱི་མཁའ་དབྱིངས་ན་འཁར་བར་ཁེན་པའི་ཀན་པོ་ཞིག་ད

ང་འདྲ་བར་འདུག།

ཅེ་ཆུའི་པ་རོལ་གྱི་སྤེལ་བ་དེ་ནས་བྱི་སྐད་ཅིག་གྲག་པ་དང་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་དེའི་ཕྱོགས་སུ་བཞུགས་ན་བྱིམ་

ཚང་རེ་རེ་གསལ་བོར་མཐོང་བྱུང་པ་དང་།

བྱིམ་ཚང་གཅིག་གིས་ད་རུང་མེ་སྤར་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་བས་ཀྱང་གསལ་བོར་མཐོང་བྱུང།

ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པའི་མིག་ལམ་དུ་ཆུ་ལེན་བྱ་མོ་དེའི་ངོ་གདོང་སྟོག་བརྟན་བཞིན་དུ་ཡིད་གྱི་ཡོལ་རས་ངོས་

སུ་གསལ་ལེར་ཤར་བས་ཁོ་རང་བྱིར་བྱིམ་དུ་འཛུལ་ཏེ་གྲ་ལ་ཕུད་ནས་ཐར་གྱི་སྟོག་པ་རྟིང་བ་དེ་གྱོན།

དགོན་པ་ནས་ཆུའི་པ་རོལ་གྱི་སྤེལ་བའི་དེའི་བར་ལ་སྤྱི་ལེ་གཉིས་ལྷག་ལས་མེད་པས་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་སྐད་

ཅིག་ཅུ་ལ་རུ་འདབས་སུ་སྤོབས།

ཁོ་སྟོན་མེའི་འོད་གསལ་བའི་བྱིམ་ཚང་དེའི་ཕྱོགས་སུ་གཟས་ནས་སོང་སྟེ་རྒྱ་ཆང་འཇབ་ལག་འཇབ་ཀྱིས་སྤྱིའི་སྟོ་བ

ར་ནས་ནང་ལ་གཅིག་བཞུགས་དུས་བྱིམ་ན་མི་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་ལ།

དེའང་བྱད་མེད་ཅིག་ཡིན་ནའང་ཕངས་པ་ཞིག་ལ་ཆུ་ལེན་བྱ་མོ་དེ་མ་རེད།

ཁོ་མོ་ཐབ་མདོ་ན་ཅོག་ཕར་འདུག་ཅིང་།

མགོ་བོ་བསྐྱོར་ནས་འདུག་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ན་སྤྱག་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་རུ་ཚུད་ཡོད་པ་རྟོགས་བྱུང།

ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་ཆུ་ལེན་བྱ་མོ་དེ་ཅ་བ་ནས་བརྗོད་དེ་རང་དབང་མེད་པར་བྱིམ་ལ་འཛུལ་བ་ན།

བྱད་མེད་དེ་དང་ཐོག་སྤྱག་སྟེ་ཁ་ནས་“ཨ་མ”ཞེས་ཤོར་བཞིན་ཡར་ལངས་ལ།

ཡུད་ཅུ་ནས་སེམས་སྟོད་ལ་བབས་ཏེ་“ཁྱོད་སུ་ཡིན་”ཟེར།

“ང་རང་ལམ་འགོ་བ་ཞིག་ཡིན་”ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་འཛུལ་དམུལ་དམུལ་གྱི་ངང་ནས་

“གནས་ཚང་ཞིག་གཡར་ན་ཆོག་གམ”ཟེར།

བྱད་མེད་དེས་ཚས་དབྱིངས་གྲགས་པར་ཞིབ་ཏུ་བཟླས་པ་ན།

དེ་ནི་གཟུགས་རིང་ཞིང་ཤ་སྐམ་ལ་སྒྲིན་མ་སྒྱུག་ཅིང་ངོ་མདངས་སྟོ་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་རེད།

“ཨ་ཅི།

དེ་ལོས་ཚོག་ཁོ་མོ་ཡར་ལངས་ནས་འཇུག་དང་བཅས་ཚས་དབྱིངས་གྲགས་པར་ཇ་དཀར་ཡོལ་གང་སྒྲགས་ཏེ

“གདན་ཐོག་ཏུ་སྟོད་

དང་”ཟེར།

ཚས་དབྱིངས་གྲགས་པ་གདན་ཐོག་ཏུ་བསྐྱད་ནས་ཐོག་མར་ཡར་ལྷ་མར་ལྷ་ཞིག་བྱས་པ་དང་།

རིམ་བཞིན་བྱད་མེད་དེའི་གདོང་ལ་བཟླས་པ་ན་ཁོ་མོ་ཕལ་ཆེར་ལོ་སྒྲུལ་ཅུ་ལྷག་ལ་སླེབས་ཡོད་ཅིང་།

མཐུར་ཚས་དམར་ནག་ཡིན་ཞིང་སྤྱི་གཟེངས་མཐོ་བ།

ལྷས་ཤ་རྒྱས་ཤིང་བྱང་འབྱར་མདུན་དུ་ཐོན་འདུག་པས་ཚས་དབྱིངས་གྲགས་པར་ཆགས་པའི་སྒྲུ་ལོང་གཡོས་ཤིང་

།

ངོ་གདོང་དམར་བོར་འགྱུར་བཞིན་“ཁྱོད་གཅིག་ལུ་ཡིན་ནམ་”ཟེར།

“ཨེ——”ཁོ་མོས་དབྱུགས་རིང་ཞིག་འཐེན་ཞིང་དེ་མ་ཐག་གདོང་ལ་སྒྲུག་ཉམས་ཤར་ཏེ

“སྒྲིས་པ་ཁྲིལ་མེད་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་ཁྱ་ས་ནས་ང་རང་བསྐྱར་ཏེ་རབ་བྱུང་བསྐྱབས་སོང་”ཟེར།

“ཨ——དེ་ངོ་མ་ཁྲིལ་མེད་ཅིག་རེད།རབ་བྱུང་བ་ཕལ་ཆེར་དེ་འདྲའི་ཁྲིལ་མེད་ཡིན།

ང་རང་རབ་བྱུང་བ་ལ་ཏ་ཅང་མི་དགའ།”

“རེད་ཡ། འཇིག་རྟེན་ན་རབ་བྱུང་བ་རྣམས་ལས་ཀྱང་ཟ་འདོད་ཆེ་ཞིང་ལས་ཀ་མི་འདོད་པ་ཞིག་གང་ན་ཡོད།”

“སྒྲུག་རྩན།”

“ཨ།”

“འོ——རབ་བྱུང་བ་དེ་ཚས་སྒྲུག་རྩན་ཡང་སྒྲ།”

... ..

“ཁྱོད་ཀྱིས་དུ་བ་འཐེན་ནམ་”བྱད་མེད་དེས་དེ་ལྟར་དྲིས།



“ག་ལ་འཐེན། འོ... ..ལོས་འཐེན། ལོས་འཐེན།”

“ང་ལ་རྒྱ་གཅིག་སྟེར་རོགས། ལྷན་སྒྲུབ་གི་དབང་གིས་ང་ལ་དུ་བ་ལོ་བས་ཡོད།”

ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་དུ་བ་འཐེན་ན་བཟང་རབས་ལེགས་རབས་གང་མང་ཞིག་བཤད་རྗེས་རུམ་ལ་ལག་པ་

གཅིག་བཏང་སྟེ་“ཨེ—ཕངས་པ་ཞིག་ལ་ངས་དེ་རིང་དུ་བ་བཟུང་མི་འདུག”ཟེར།

ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་བུད་མེད་དེའི་ཁམས་དང་བསྐྱུན་ནས་ལབ་སྐྱེད་བྱས་པར་མ་ཟད།

མཚམས་རེར་ཁོ་མོ་ལ་ངོ་བོ་སྟོང་གི་ཆོག་ཀྱང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་སྤྲོས་པར་བཏེན་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་ག

ཅིག་ཐོག་དུ་སོང་།

“ཨ—‘ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་ནང་ན་སྤྲོད་མེད་ཀྱང་ཨོང་ཤ་ན་གི

འཛིག་ཏེན་འཁོར་བའི་ནང་ན་སྦྱིད་མེད་ཀྱང་སྦྱོ་བ་སངས་ཀི་ཟེར་བ་ཅི་མ་བདེན།”

“ཅི་རེད། བྱོད་རང་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་ནང་དུ་འང་བསྐྱེད་ཐོང་ངམ།”

“སྟོན་ཆད་བསྐྱེད་ཐོང་།

འོན་ཀྱང་དེར་དོན་སྦྱིང་མི་འདུག

གལ་ཏེ་འདྲ་གཉིས་ཆོག་པར་མཉམ་དུ་འདུག་རྒྱུ་ན་ཅི་མ་རུང་།”

“གལ་ཏེ་བྱོད་ལ་དེ་འདྲའི་འདུན་མ་ཡོད་ན་དེ་ནི་ལས་སྤོ་མོ་ཞིག་རེད།”

“འདུན་མ་ལོས་ཡོད། འོན་ཀྱང་ས་འདིར་འདྲ་གཉིས་མཉམ་དུ་འདུག་ཐབས་མེད། རྒྱ་མཚན་ནི་...

...”ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་ཁོ་མོར་རང་གི་དཀའ་ཁག་རྣམས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་བཤད་པ་དང་།

ཉིན་འགའ་རེར་ཁྱིམ་ཆང་དེར་དེ་གར་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱེད་རྗེས།

ཁོ་མོར་རོགས་བྱས་ནས་མཁོ་གལ་ཆེ་བའི་དངོས་རྒྱུ་ཡོད་ཆད་ཁྱར་ཏེ་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པའི་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་

དེ་སྟོན་དང་འདྲ་བར་སྐྱོད་ལ་བསྐྱེད་ནས་སོང་།

## བདུན།

ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་གྲ་བ་ཡིན་སྐབས་སུ་ཞིག་གིས་ཁོ་ལ་“ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པ”མི་ཟེར་བར་“ར་ལོ”

ཞེས་བོས་ན་

ཁོ་རང་ཁོང་ཁྱོད་རབ་རྩ་འབར་ནས་དེ་ལ་དབྱང་གཏུག་བརྒྱུག་སྤྱང་ཁྱུང་ད་ཉྟ་པ་ཡུལ་གྱི་མི་ཚོས་ཁོ་ལ་ཟུར་ཉྟར་  
ར་ལ་ཞེས་འོབ་ད་བཞིན་ཡོད་ལ་ཁོ་རང་ཡང་དེ་ལ་དགའ་བ་འདྲ། དེས་ན་ང་ཚོས་ཁྱུང་སྐར་ཡང་ཁོ་ལ་“ར་ལོ”  
ཟེར།

ར་ལོའི་བྱིམ་ཐོད་དུང་ས་འདི་ཅུ་ཡོད་པ་དང་།

མ་ཅན་ཡོད་དུས་ཀྱི་སྤྱང་དང་ཅ་ལག་འགའ་བོའང་སྤེ་བའི་མཛོད་ཁང་ནང་ན་ཉར་འདུག  
འབྲོག་དམངས་ལྷུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གིས་ཁོ་ལ་སྒྲོར་མོ་འགའས་དཀའ་ཆོག་ས་བསལ་བ་དང་ཆང་མའི་ལག་ནས་ཐོ  
ག་ལུག་འགའ་བསྐྱས་ནས་ཁོ་ལ་ཕྱགས་ཀྱི་གན་རྒྱུང་བྱིན།  
དང་ཐོག་ར་ལོས་འབད་བཅོན་བྱས་ནས་དུད་བྱིམ་ཞིག་གི་ཚྭ་གས་ཀ་མངོན་བཞིན་ཡོད་ནའང་ར་ལོའི་རྒྱབ་མ་འ  
བྲུག་པོ་མ་ལྷོགས་པས་རིམ་བཞིན་ཁོའི་ལེ་ལོ་སྤྱིད་ལུག་གི་ལྷ་གུ་སྐར་ཡང་འབྱས་ནས་ཕྱགས་མི་འཚོ་བ་དང་ལས་  
ཀ་མི་ལས་པར་རྫོང་མཁར་ལ་འབྱམས་ནས་བསྐད་པས་གན་རྒྱུའི་ཕྱགས་ཐོག་ཆར་བ་དང་ཡུང་མ་ཡང་ཁོ་ལ་ཡི  
ད་ཆད་སོང་།ར་ལོ་རྫོང་མཁར་ལ་སོང་ནས་ཉིན་འགའ་འགོར་ཞིང་ལག་གི་སྒྲོར་མོ་ཆང་མ་བསྐྱགས་ཆར་རྒྱས་བྱི  
ར་ཡུལ་ལ་ཡོད་དུས་རྒྱུང་མ་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར་བྱིམ་མཚོས་ནམས་ཀྱི་བཤད་ཚུལ་ཉྟར་ན་བསོད་ནམས་དར  
རྒྱས་ཀྱིས་བྲིད་སོང་ཟེར་བས།

ཁོ་རང་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཆང་ལ་སོང་སྟེ་རྒྱུང་མར་ཡུལ་ལ་འགོ་ཟེར།

“ངའི་ཡུལ་འདི་ཆང་ཡིན།”

“ཨ་ཅོ། བྱོད་རང་གདོན་གྱིས་བསྐྱས་པ་མིན་ནམ།”

“གདོན་གྱིས་བྱོད་རང་བསྐྱས་པ་འདྲ།”བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཁོའི་གམ་ལ་ཡོང་ནས་

“ཁོ་མོ་ངའི་བྲིམས་མཐུན་གྱི་རྒྱུང་མ་ཡིན་པས་འདི་ལས་གཞན་གྱི་ཡུལ་ཞིག་གང་ན་ཡོད”ཟེར།

ར་ལོ་ཤིན་ཏུ་ཁྲོས་ཏེ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ལ་དབྱང་གཏུག་ཡང་ཡང་བརྒྱབ་ཅིང་

“བྱོད་གྱིས་ཉི་མ་དཀར་དཀར་ལ་གཞན་གྱི་རྒྱུང་མ་འབྲོག་ཆོག་གམ”ཟེར།

“དེ་ཐོགས་པ་རེད་བསམ་ན་བྱོད་རང་བྲིམས་ཁང་ལ་གཏུག་རྩ་སོང་དང་།

ཁོ་མོ་ཏུ་གཉིས་ཀའི་སྲི་རྒྱུ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཐེད།”

ར་ལོས་ད་གཞོད་ཁྲིམས་ཁང་ཟེར་བའི་བཙན་པོའི་གཉའ་གཞོན་དང་གཉོམ་པོའི་མགོན་སྐྱབས་ཤིག་ཡོད་པ་ཡིད་  
ལ་དྲན་ནས་ཡོང་བ་རེད།

## བརྒྱད།

ངས་ར་ལོ་དམངས་དོན་ཁང་ལ་ཁྲིད་དེ་ངོ་སྤྱོད་བྱས་རྗེས་ཕྱིར་ཡོང་བ་ཡིན།དམངས་དོན་ཁང་གིས་བསོད་ནམས་

དར་རྒྱས་དང་བྱད་མེད་དེ་གཉིས་བོས་ནས་རྩད་གཅོད་བྱས་ཏུས་བྱད་མེད་དེས་

“ར་ལོ་ངེད་གཉིས་ཏུས་བྱད་ཞིག་ལ་མཉམ་ཏུ་བསྐྱད་པ་བདེན་མོད།

ངེད་གཉིས་བཟའ་ཟླ་གང་ནས་ཡིན།

གལ་ཏེ་ཁོས་རེད་ཟེར་ན་ངེད་གཉིས་ཀྱིས་གཉེན་སྲིག་དཔང་ཡིག་གང་ནས་སྒྲངས།

གཉེན་སྲིག་དཔང་ཡིག་མ་སྒྲངས་པར་མཉམ་ཏུ་བསྐྱད་ན་ཁྲིམས་འགལ་སྤྱོད་ལྷངས་མིན་ནམ།

དེ་བས་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་དང་ཁྲིམས་མཐུན་གྱིས་གཉེན་སྲིག་བྱས་པ་ཡིན།”

ཟེར་བཞིན་གཉེན་སྲིག་དཔང་ཡིག་ཅིག་རྩམ་ནས་སྒྲངས་བྱུང་།

ཁྲིམས་ཁང་གིས་ཐག་བཅད་པ་ལྟར་ན། བྱད་མེད་དེ་བོས་ད་ནམས་དར་རྒྱས་ཀྱི་ཁྲིམས་མཐུན་བཟའ་ཟླ་ཡིན་ལ།

ར་ལོས་གཏུག་བཤེར་བྱས་པ་ནི་མཚོ་སྔོན་པོའི་ནང་ལ་དོ་འཕངས་པ་དང་མཚུངས་པ་རེད།

ར་ལོས་ད་གཞོད་གཉེན་སྲིག་དཔང་ཡིག་དགོས་པའི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་གསལ་བོར་ཤིང་།རང་གིས་དང་

ཐོག་གཉེན་སྲིག་དཔང་ཡིག་མ་སྒྲངས་པར་འགྱོད་པ་གཏིང་ནས་སྦྱོར་ཏེ་རང་གིས་རང་ལ་འགྲམ་ལྷག་གཅིག་ག་

ཞུས་པ་ན་སྐབས་ལྷག་ནས་མ་ནིའི་མགོ་ལ་ཐུག་སོང་།

## དམུ།

ར་ལོ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་དམིགས་ལྷལ་མེད་པར་སྐང་ལམ་ཏུ་ཕར་འགོ་ཚུར་འགོ་འགའ་བྱས་ཤིང་།

དེ་ནས་ཁོ་རང་ཟ་ཁང་ཞིག་གི་སྒོ་ཁར་སླེབས་པ་དང་ད་གཟོད་རང་གིས་ནངས་ཟས་ཀྱང་ཟས་གཅིག་ཀྱང་འཐུང་  
ས་མེད་པ་ཡིད་ལ་བྱན།

དེ་མ་ཐག་ཁོའི་ཁོག་པའི་ནང་ནས་ཚ་ལངས་པ་དང་ཁྱུ་མེད་ཀྱི་སྒྲིལ་བར་མེད་དུ་གྲག་འོངས་པས་གོམ་ཁ་  
རང་དབང་མེད་པར་ཟ་ཁང་ནང་དུ་བསྐྱར།

ཕངས་པ་ཞིག་ལ་ཁོའི་ལག་ཏུ་སྒྲོར་དོག་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་རང་གི་སེམས་ན་ཁྲིགས་སེ་ཡིན།

དེང་སྐབས་ཟ་མ་ཐོས་རྗེས་རིན་པ་མི་སྣོད་པའི་གཞོན་ནུ་མང་ནའང་ར་ལོ་དེའི་གས་སུ་གཏན་ནས་མི་གཏོགས་  
པར་མ་ཟད། ཐངས་ཤིག་ཁོས་སྒྲོར་མོ་སྒྲོར་བཞི་རྒྱུད་པའང་མ་གསང་མ་སྤྲོས་པར་བདག་པོར་སྤྲད་སོང་།

གལ་ཏེ་སུ་ཞིག་གིས་ར་ལོའི་ལག་མི་གཙང་ཟེར་ན་དེ་ནི་སྒོ་བ་རྒྱུད་སྒོ་བ་མའི་དུས་སུ་དགོ་ཆན་ཚའི་བྱིས་ལུང་ནང་  
ནས་དུ་སྤྲོ་རེ་བཏུས་སྒྲོང་བ་དེར་བསྟན་པ་མིན་ན་ཁྱུངས་མེད་འཆལ་གཏམ་ཁོ་ན་ཡིན།

ར་ལོས་ཟ་མ་ཟ་བཞིན་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ལ་བལྟས་ནས་བསྐྱད།

བལྟས་ཀྱིན་བལྟས་ཀྱིན་ཁོའི་སེམས་ལ་རང་ཉིད་གྲ་བ་ཡིན་དུས་ཀྱི་འཚོ་བ་དེ་བྱན་བྱང་—

དད་ཐུན་མང་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་གྲ་བ་ཚོར་འབྲས་ལས་ཤ་མང་ཞིང་།

དེའི་ནང་རྒྱན་འབྲུམ་དང་ཀ་ར་དཀར་བོ་བཏབ་པའི་སྤྲུག་པ་འདྲེན་ལ།

གལ་ཏེ་ཆ་རྒྱུད་ཅུང་ཞན་པའི་བྱིས་ཚང་ཞིག་གིས་འབྲས་སྤྲུག་ནང་ལ་རྒྱན་འབྲུམ་གྱི་ཚབ་དུ་སིལ་དམར་བཏབ་

ཡོད་ན་གྲ་བ་ཚོས་“ཉེས་ལ་དམར་འདེབས་ཁྱལ་བྱས་འདུག”

ཟེར་བཞིན་འདད་རྒྱག་མེད་པར་ང་ཞེའི་ཁ་ཐུར་དང་རྒྱབ་གྱུན་དུ་སྒྲོར་སྤྲོད།

“ཨེ—དེ་དུས་ངོ་མ་ཟ་མའི་རིན་ཐང་མ་ཤེས།”

ར་ལོས་མཆིལ་མ་ཞིག་མེད་བཞིན་ཁ་ཐུར་འཁོར་ནས་འགོ་རྩིས་བྱས།

འོན་ཀྱང་ཁོག་པའི་ནང་ནས་ཁོ་ལ་ངེས་པར་དུ་ཟ་མ་ཟ་དགོས་པའི་བདེ་ཐུར་ལྟར་རྒྱག་གིན་འདུག

“ཨེ—ད་ཅི་བྱེད། གང་ལྟར་ཟས་ཟ་དགོས།”

ར་ལོས་མིག་རིག་རིག་དུ་ངོ་ཤེས་རེ་ཨེ་མཐོང་ལྟ་བཞིན་སེམས་ལ་

“སྐམས་ལུག་རེ་བཙོངས་ནས་ལྷ་ཆང་གང་འདོད་དུ་འཐུང་བའི་སྐ

བས་སུ་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོབ་གྲོགས་དང་ངོ་ཤེས་མེ་ཤེས་ཚང་མ་རང་གི་གམ་དུ་མེ་རྟོག་ལ་བྱང་བ་འཁོར་བ་བཞིན་འདུས  
ཡོང་མོད། ད་ལྟ་དེ་ཚོ་གང་ལ་སོང་བ་ཡིན་ནམ།”

ཁོས་དེ་ལྟར་བྲན་པ་དང་མཉམ་དུ་རང་གི་བཞོན་པ་གཡག་ཆན་དེ་ཡིད་ལ་ཤར།  
གཡག་ཆན་དེ་ར་ལོའི་གན་རྒྱའི་ཕྱགས་ཐོག་ནང་ནས་བྱང་རིན་ཐང་ཅན་ཞིག་ལྷག་ཡོད་པ་གཅིག་པོ་ཡིན་ལ།  
ར་ལོ་རྒྱུང་མཁར་སོགས་ལ་འགོ་བྱེད་གྱི་བཞོན་པ་གཅིག་པོ་འདྲ་བོ་རེད།  
ཡིན་ནའང་སྟོ་བ་ལས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་གང་ན་ཡོད།  
དམའ་རིམ་སློག་ཆགས་གྲོག་མ་ནས་མཐོ་རིམ་སློག་ཆགས་མའི་བར་དུ་ཚང་མས་སྟོ་བའི་དོན་དུ་ཡར་རྒྱས་མར་  
རྒྱས་བྲེལ་བྲེལ་འཇུག་འཇུག་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་མིན་ནམ།  
ར་ལོས་རང་གི་གཡག་ཆན་དེ་སྒྲོར་བདུན་བརྒྱར་བཙོངས་པ་རེད།  
གལ་ཏེ་ཁོ་རང་ཚོང་བ་ཉམས་སྤྱོད་ཅན་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་ན་དེ་ལས་མང་བ་ཞིག་ལ་བརྗེ་བྱས་ཀྱང་སྲིད།  
འོན་ཀྱང་ར་ལོར་མཚན་ན་འདི་ནི་ཡིད་ཚིམ་པའི་གྲངས་ཀ་ཞིག་རེད།  
རྒྱ་མཚན་ནི་རང་སྤྱོད་པ་ནས་བཟུང་འདི་འདྲའི་སྒྲོར་མོ་མང་པོ་ཞིག་ལག་ཏུ་བཟུང་བ་ཐངས་དང་བོ་ཡིན་པས་  
རེད།

## བཅུ།

“ང་ར་ལོར་ཡོད་པ་ནི་སྒྲོར་མོ་ཡིན། བྱངས་བྱངས་བྱངས་... ..”ཕར་བཞུས་ན་ར་ལོ་བྱང་བཟེ་ཡོད་པ་འདྲ།  
ཁོས་ཟ་ཁང་ཞིག་གི་ནང་ན་སྒྲོར་མོ་བརྒྱ་ཤོག་འགའ་ལག་ཏུ་བཟུང་ནས་གནམ་ལ་ཕྱར་ཏེ  
“ང་ར་ལོའི་པ་རྒྱལ་བོའི་འབྲུངས་རབས་དང་མ་རྒྱལ་མོའི་སྤྱི་རབས་བཤད་ན”  
ཟེར་བཞིན་སྒྲུབས་མ་ནེའི་སྤྱིང་ལ་ལྷག་སྟེ་མེ་འགའི་དཀྱིལ་ན་སྤྱ་ཆང་འཁྱུང་བཞིན་འདུག  
སྐབས་དེར་ས་རྩབ་ནས་སློག་སློན་བཀར་འདུག  
བྱད་མེད་ཅིག་གིས་ཟ་ཁང་སློ་ཁ་ནས་ཡང་ཡང་སླེ་བསྐྱངས་ཏེ་ནང་ལ་སྟོ་བཞིན་འདུག  
ར་ལོས་གཅིན་པ་ཞིག་བཏང་ནས་ཕྱིར་ཡོང་ཁར་བྱད་མེད་དེ་མཐོང་བྱུང་བས་ཁོ་རང་ནང་ལ་མ་སོང་བར་བྱད་

མེད་དེར་བཟླས་ནས་བཟང་། དེའི་གྲོན་པར་བཟླས་ན་ས་ཆ་འདིའི་མིན་པ་ཐག་གིས་ཆོད།

“ཁྱོད་གང་གི་ཡིན”ར་ལོས་ཁོ་མོའི་གདོང་ལ་ཉྩ་བཞིན་དེ་ཉྩར་བྲིས།

“ཨ་མཚོ་གི་ཡིན”བྱུང་མེད་དེ་ཚུར་འཁོར་ནས་ར་ལོར་བཟླས། ཁོ་མོ་ལོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཙམ་ཡིན་ལ།

གྲོན་པ་རྙིང་ཞིང་ཁ་ཤར་སེར་ག་གས་ནས་འདུག་ནའང་གཏིང་དུ་སྦྱང་བའི་མིག་བྱང་ལས་གཡོ་བྲལ་སྟེ་མེད་

ཀྱེ་འོད་མདངས་ཤིག་ཤར་འདུག་པས་ར་ལོའི་མིག་ལམ་དུ་ལོ་གཅིག་ཐོན་གྱི་ཚུ་ལེན་བྱ་མོ་དེ་དབང་མེད་དུ་ཤར་

བྱང་།“ཁྱོད་ཅེ་ཚུ་ཁར་ཚུ་ལེན་དུ་སོང་ཚུང་ངམ།”

བྱུང་མེད་དེས་ཁོའི་སྐད་ཆའི་ནང་དོན་མ་གོ་བར་ངོ་མཚར་བའི་ངང་ར་ལོའི་གདོང་ལ་བཟླས་འདུག།

“ཁྱོད་རང་ཅེ་ཚུའི་ཁར་ཚུ་ལེན་དུ་སོང་ཚུང་བ་ཁོ་ཐག་རེད།”ར་ལོ་ཉེན་རྟོག་པ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་

“འདི་ན་ཅི་ཞིག་བྱེད་གིན་ཡོད།”ཟེར།“ཟས་ཤིག་ཟ་འདོད་མོད་... ..”

ར་ལོས་དེ་མ་ཐག་ཁོ་མོར་སྒྲོར་མོ་མི་འདུག་སྟམ་ནས་ངས་ཁྱོད་ངོ་ཤེས། ངས་ཁྱོད་མཐོང་ཚུང་།

ཁྱོད་ཀྱིས་བྱང་ཙམ་སྐྱགས་དང་ཟེར་ནས་ནང་ལ་སོང་སྟེ་ལས་བྱེད་པ་དང་འདྲ་བའི་ཕོ་གསར་ཞིག་གི་ན་ཅར་སྐ

ད་ཆ་ཤབ་ཤུབ་ཅིག་བཤད་རྒྱུ་དེའི་ལག་ནས་རྩེ་མིག་ཅིག་སྒྲངས་ཏེ་ཕྱིར་ཡོང་ནས། འགྲོ། ཟ་མ་ཟ་བུ་འགྲོ་ཟེར།

དང་ཐོག་བྱུང་མེད་དེ་སོམ་ཉིའི་ངང་དུ་འདུག་པ་ལས་ར་ལོའི་རྒྱུ་ལ་མི་ཡོང་མོད། ར་ལོས

“ཁྱོད་རང་སྐྱག་མི་དགོས།

ངས་ཁྱོད་ངོ་ཤེས”

ཟེར་ནས་ཁོ་མོའི་ཕུ་ཐུང་ནས་ཡང་ཡང་འཐེན་པས་བྱ་མོ་དེའང་འཐད་ལ་མི་འཐད་པའི་ངང་ནས་ར་ལོའི་རྒྱུ་

སྐྱེ་འབྱུངས། ཁོ་གཉིས་ཀ་དབྱང་བ་མཉམ་གཤིབ་ངང་སྒང་ལམ་ཚུང་བ་ཞིག་གི་ཕྱོགས་སྐྱོང་།

ར་ལོས་ཡང་བསྐྱར་“འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་ནང་ན་སྦྱིད་མེད་ཀྱང་སྦྱོ་བ་སངས་ཀི”

ཟེར་བའི་གཏམ་དཔེ་དེ་ངག་ལས་ཤོར་བར་མ་ཟད་“འུ་གཉིས་ཀས་གཉེན་སྦྱིག་དཔང་ཡིག་ལེན་ཨང་།”ཟེར།

“ཨ་ཅོ། འདིས་ཅི་ཟེར། ང་ལ་སྦྱིས་པ་ཡོད་ཡ།”

“ཏྲེ། གཉེན་སྦྱིག་དཔང་ཡིག་སྒངས་རྒྱུ་ཁྱོད་ངའི་ཁྱིམ་མཐུན་གྱི་ཚུང་མ་རེད།

སྦྱིས་པ་ཐོན་མ་ཡོད་མེད་ལ་སྐྱས་ཐེ་གཏོགས་བྱེད་རྒྱུ”

“ང་མ་ཨེ།”

“ང་མ་ཡིན། རྩོན་ང་ལ་རྒྱང་མ་ཞིག་ཡོད་མོད།

ཁོ་མོས་སྐྱེས་པ་གཞན་ཞིག་དང་གཉེན་སྲིག་དཔང་ཡིག་སྒྲངས་ཟེན་པས་ཁྲིམས་ཁང་གིས་ཁོ་མོ་ངའི་རྒྱང་མ་ཡིན་  
པར་ཁས་མི་ལེན་པར་སྐྱེས་པ་རྗེས་མ་དེའི་རྒྱང་མ་རེད་ཟེར།

རྒྱ་ཡིག་ཐོག་དང་བོད་ཆོག་ཐོག་ཟེར་བ་ང་མ་རེད།”

དེས་ན་ཁྱོད་རང་གིས་ཉོས། གང་ལྟར་ང་རང་སྐྱེས་པ་དེ་དང་འགྲིག་ཐབས་མེད།

དེ་འདྲ་མིན་ན་ང་རང་ས་ཐག་འདི་འདྲའི་རིང་བོ་ཞིག་ལ་གཅིག་ཕུར་འབྱུང་དགོས་དོན་ཅི་ཡོད།

ཡ་མཚན་ཞིག་ལ་ས་འདིར་གཉེན་འཛོལ་རྒྱ་དཀར་ཡང་གཉེན་སྲིག་རྒྱར་བརྒྱད་རིམ་གཅིག་ཀྱང་མི་དགོས་པར་  
ཕོ་མོ་གཉིས་ཀ་རང་འཐད་ཡིན་པ་ཙམ་གྱིས་ཆོག།

དེ་བས་ར་ལོ་དང་བྱ་མོ་ཆ་མེད་གཉིས་ཀྱིས་དཀར་ཆོག་མེད་པར་ཡུལ་ཆའི་སྲིད་གཞུང་ནས་གཉེན་སྲིག་དཔང་  
ཡིག་ལོན་བྱུང་།

བྱད་མེད་འདི་རྒྱ་ལེན་བྱ་མོ་དེ་ཡིན་མི་སྲིད་ནའང་ར་ལོའི་རྒྱང་མའམ་ཡང་ན་དཀར་གྲོགས་སོ་སེར་མ་དེ་ལས་སྒྲི  
ང་དུ་སྐྱུག་པ་དང་ཁོག་པའང་དེ་ལས་ཐུབ་འགྱུར་གྱིས་དྲང་མོ་ཡིན་པ་འདྲ།

དེས་ན་ར་ལོས་ཀྱང་སེམས་གཏིང་ནས་རང་གི་སྦྱིད་ལྷག་པའི་སྦྱོད་ངན་བསྐྱར་ཏེ་ཡིད་སེམས་དྲང་བའི་བྱ་མོ་འདི  
དང་མཉམ་དུ་འཆོ་བ་རོལ་རྒྱུའི་སེམས་ཐག་བཅད་ནས་ཨ་ལགས་ཤིག་གི་དྲང་ནས་ཆང་ཡང་བཅད་པ་རེད།

ར་ལོ་ང་མ་བྱད་མེད་འདི་ལ་བརྩེ་དྲང་ཆགས་འདུག།

བརྩེ་དྲང་འདི་ནི་ཁོ་རང་གི་བྱད་མེད་རྩོན་མ་གཉིས་ལ་གཏན་ནས་ཆེ་མ་སྦྱོང་བ་ཞིག་རེད།

དཔེར་ན་ར་ལོ་རྫོང་མཁར་དུ་བཟའ་འབྱུང་ཉེ་ཅུ་སྐར་ནའང་དུས་ཆོད་སྐར་ཆ་ཙམ་ཡང་དོན་མེད་དུ་འགོར་འགྱ  
ངས་མི་བྱེད་པར་རང་གི་རྒྱང་མ་ལ་ཆོ་ལེན་རེའམ་མངར་ཟས་རིགས་རེ་ཉོས་ནས་སྐྱར་དུ་བྱིར་ཡོང་ངེས་ལ།

བྱད་མེད་དེས་ཀྱང་ར་ལོ་བྱིར་ཡོང་བ་མཐོང་མ་ཐག་སྒྲི་ལེ་གཅིག་གཉིས་ཀྱི་ཆོད་ནས་རྩོན་དུ་བརྒྱགས་ཡོང་བར་

མ་ཟད་ཆ་རྒྱུ་འཛོམས་ཆོད་ཀྱིས་ཁོ་ལ་ཟ་རྒྱ་རེའང་ག་སྲིག་བྱས་ནས་ཡོད། ཆ་རྒྱུ་ཡང་མི་འཛོམས་རྒྱ་མེད་དེ་ར  
ལོའི་ཨ་མའི་དུས་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོད་དེ་ད་ལྟ་ཨོང་བ་འགེབས་བྱེད་བྱས་ནས་ཁོ་གཉིས་སྤྱི་སོ་མ་ཞིག་གི་ནང་དུ་དགོད་སྤྱ

ས་ཁེངས་བཞིན་བསྐྱད་ཡོད།

## བཅུ་གཅིག

མི་ལ་ལས་བཤད་ན་བྱད་མེད་དེས་ར་ལོ་དང་ལམ་དུ་ཁྲིད་སོང་བེད།

ཡང་ལ་ལས་བཤད་ན་བྱད་མེད་དེ་ར་ལོའི་ཨ་མའི་ནམ་ཤེས་ཡིན་སྲིད་བེད།

གང་ལྟར་ཡང་བུ་མོ་དེ་དང་མཉམ་དུ་བསྐྱད་བ་ནས་བཟུང་ར་ལོ་དངོས་གནས་མི་གཞན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་སོང་།

ཐ་ན་ཁོའི་སྒྲ་མདོའི་སྒྲ་བས་དེའང་ཐུབ་འགྱུར་གྱིས་རྩེ་ཉུང་དུ་སོང་ཡོད།

འོན་ཀྱང་སྒྲ་ལྟ་ལ་ལས་འདས་བ་ཞིག་ལ་ཉིན་ཞིག་སྤྱི་བདེ་མི་སྒྲ་གཉིས་ཡོང་ནས་ར་ལོ་བཟུང་སྒྲ་གཉིས་རྫོང་ཐོག་  
ཏུ་ཁྲིད་སོང་།

ཁྲིམས་ཁང་གིས་བཤད་ན་བྱ་མོ་དེས་གཉེན་རྒྱུ་གི་ཉེས་བ་བསགས་ཡོད་པས་དུས་བཅད་བཅོན་འཇུག་སྒྲ་

དུག་ལ་བྱེད་རྒྱུའི་ཐག་བཅད། ར་ལོའི་མིག་རྒྱ་སྒྲ་བས་དང་འདྲེས་ཤིང་སྒྲ་བས་མ་ཐེའི་སྤྲོད་ལ་ལྷག་ཡོང་།

འོན་ཀྱང་བུ་མོ་དེ་ར་ལོའི་གམ་ནས་འགྲོ་ཞོར་དུ་“ར་ལོ། སེམས་མ་པམ། རྒྱ་དུག་འཁོར་རྒྱ་སྒྲ་མོ་རེད།

ང་རང་ནམ་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་ཡིན”བེད།

རྩེ་འདྲའི་གཡོ་ཐོལ་བྲལ་ཁིང་བྱམས་བརྩེ་ཐུན་པའི་ཆོག་ཅིག་རེད་ཨང་།

ཆོག་འདིས་ར་ལོར་སྒྲ་ལ་ཡོད་མ་སྒྲོང་བའི་སྒྲ་བས་བ་ཞིག་དང་རེ་ཉོས་ཤིག་སྤྱི་བྱང་བས་ཁོས་སྒྲ་བས་དང་མིག་

“རྒྱ་གཙང་མར་བྱིས་ནས་ཡར་དགྱེས་ཏེ་“ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་བདེ་མོ་བྱོས། ངས་ཁྱོད་ལ་བསྐྱུགས་ནས་འདུག”བེད།

བོད་སྐད་དྲུངས་མ་ཁོས་གནའ་མཁར་བེ་ལིང་དུ་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༩ལོའི་ཟླ་བ་༣ པར་pdf བཅོས།

བོད་སྐད་འོད།

བོད་ཡིག་སྒྲིང་།

བོད་ལྷ་གྲོན།