

མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོ་ལས་སྡེ་ཆོའི་  
སྐོར་སྒྲེགས་བཅ་གསུམ་པ།

ཏོར་གཙང་འཛིགས་མེད་ཀྱིས་བཅམས།

དཔེ་མཛོད་ཁང་གིས་དཔར།

## དཔར་སྐྱོན་གསལ་བཤད།

༡༡། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་དང་  
མཐུན་འགྱུར་གནང་བ་ལྟར་སྤྱི་ཟུང་ཉོར་གཙང་འཛིགས་མེད་ལགས་ནས་ལོང་དགའི་རིང་  
འབད་པ་ལྟོད་མེད་བགྱིས་འབྲས་ད་ལམ་མདོ་སྟོན་ལོ་རྒྱུས་སྒྲེགས་བམ་དྲུག་ཏུ་གྱུར་པ་འདི་ག་  
བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་དཔར་སྐྱོན་བྱ་བྱུང་བར་དགའ་བ་འཕེལ། ད་ལྟོ་བོད་ནང་  
གི་དཀའ་ངལ་གཉན་འཕྲང་གི་གནས་ཚུལ་དང་པ་རོལ་པོས་བསམ་བཞིན་དུ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་  
འཁྱོག་བཤད་བྱེད་པའི་སྐབས་འདིར་དད་པ་དག་སྣང་དང་སྦྱང་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་བཙུགས་མེད་  
དངོས་ཡོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་འགོད་དང་བྲལ་སྤེལ་བྱལ་བ་གིན་ཏུ་གལ་འགངས་ཆེ་བས་ཚུ་མ་  
པ་པོས་ཀྱང་ཁ་ཕྱོགས་མཛོར་བ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྟངས་དེང་རབས་ཀྱི་ལེགས་  
ཆ་དང་མཐུན་པ་སོགས་བྱུང་ཆོས་གཞུང་སྤོན་མང་དག་ཅིག་འདུག་པར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་  
ལེགས་སོ་ཞུ་བཅས་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་འགན་མིང་འཛིན་པ་སྟོ་མས་ལས་པ་ལྷག་ཏོར་  
གྱིས་ ༢༠༠༩ ཕྱི་ཟླ་ ༡ པོའི་ཆོས་ ༡༠ ལ། །

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

**ALL RIGHTS RESERVED**

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

ISBN: 978-81-86470-82-4

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

བོད་མི་མང་ལ།

*Tibetans*



## ཕྱི་ཆུང་གློ་རྒྱུ་སྒྲིག་སྐབས་གསུམ་པའི་དཀར་ཆག

དཔེ་སྐྱུན་གསལ་བཤད།	༡
ཐུགས་རྗེ་ལེགས་གསལ་བོད་ཡིག	༡༧
ལོ་རྒྱུས་བྱང་རིམ་རོ་སྒྲོད་བོད་ཡིག	༢༧
ཐུགས་རྗེ་ལེགས་གསལ་དབྱིན་ཡིག	༤༩
ལོ་རྒྱུས་བྱང་རིམ་དབྱིན་ཡིག	༤༩
ཚུལ་པ་པོ་མཆམས་སྒྲུབ།	༥༧

### རེབ་གོང་གོ་ག་པ་བརྒྱ་གཉིས།

དང་པོ།	ཕྱི་ཆུང་གསལ་བཤད།	༡
གཉིས་པ།	རེབ་གོང་གི་དགོན་ཕྱི་ཐག	༣༩
གསུམ་པ།	གར་རྒྱལ་མ་གོན་སྐྱོ་སྐྱོ་ཕྱི་རིམ་ཕྱོད།	༩༩
བཞི་པ།	རེབ་གོང་གི་ཕྱི་ཆུང་ཐག	༦༥

གཅིག	རྒྱལ་པོ་སྤྱི་རྒྱུ་ཆོང་།	༦༥
གཉིས།	ཁྱེ་ཅི་བཞི།	༩༡
(གཅིག)	གཉན་ཐོག	༩༤
(གཉིས།)	སྒྲོ་རྒྱུ་དམར།	༩༦
(གསུམ།)	རྒྱུ་རྒྱུ་མར།	༩༦
(བཞི།)	ཐོག་ཐོག་གཞོང་།	༩༦
གསུམ།	སྒྲོ་རྒྱུ་པ།	༩༧
བཞི།	ཉོར་ནག	༧༤
ལ།	རོང་པོ་ཕྱི་བདུན།	༧༦

# VIII

བྱག	དོར་ཞིན།	༩༩
(གཞིས།)	ཉ་ལུང་།	༡༠༠
བདུན།	མིང་ཆུ།	༡༠༠
བརྒྱད།	ཆུ་ཁོག	༡༠༡
དགུ།	མདོ་བ།	༡༠༤
བརྒྱ	ཆུ་མ།	༡༠༥
བརྒྱ་གཅིག	བསེ་ལུང་བ།	༡༠༦
བརྒྱ་གཞིས།	ཉོར་བཅན་མོ།	༡༠༧
བརྒྱ་གསུམ།	རོང་བོ་ཐོན་ཆོས།	༡༡༠
བརྒྱ་བཞི།	རོང་འབྲེག་ཆོ་ལ།	༡༡༡
(གཅིག)	ཞོ་འཕང་ལ་ཁ།	༡༡༢
(གཞིས།)	ཞོ་འཕོང་དུ།	༡༡༣
(གསུམ།)	བྲ་ཁྲོང་།	༡༡༣
(བཞི།)	བྲང་ཆུབ།	༡༡༤
(ལ།)	ཆོ་འདྲ།	༡༡༤
(བྱག)	ཨ་མོར་ཐེ་བུར།	༡༡༤

ཆེ་བྲང་དང་རིབ་མོང་། ༡༡༧

མདོ་ལྷ་དཔེ་རྒྱ་ས་ཆེན་མོ་ལས་ཆེ་ཐོག་རྫོང་། ༡༤༩

དང་མོ།	ལྷ་ལྷ་གནས་བབ།	༡༤༩
གཞིས་བ།	ཆེ་ཐོག་གི་ལྷ་ཆོ།	༡༥༡
གཅིག།	ཉོར།	༡༥༡
གཞིས།	མགོན་ལྷ་ལ།	༡༥༥
གསུམ།	མོ་ནག	༡༥༧
བཞི།	དཔེ་ལྷ་ལ།	༡༥༧

ལྷ་།	གོ་ལུ་ཕྱེ་ག་རིང་།	༡༤༣
བྱུག་།	ཁོ་ལེ་ཁྱི་ཚོ་བ་གསུམ་མཁ་ཁེ་རུ་ཁྱི་ལྷ་།	༡༤༥
བདུན་།	རོང་བོ་ཕྱེ་གསུམ་།	༡༤༦
བརྒྱད་།	བོན་བརྒྱ།	༡༥༣
དགུ་།	དཔྱི་ས།	༡༥༥

ཡ་རྩི་རྩོད་ཁོངས་ཀྱི་བོད་ཕྱེ།	༡༥༦
------------------------------	-----

དང་བོ།	ཕྱི་ཕྱི་གནས་བབ།	༡༥༦
གཉིས་པ།	ཡ་རྩི་ཕྱི་གོ་ན་ཕྱི་སོ་གས།	༡༥༥
གསུན་པ།	ཡ་རྩི་ཕྱི་ཚོ།	༡༥༧
གཅིག་།	རྩོ་སྤྱི་གོང་མ།	༡༥༩
གཉིས།	རྩོ་སྤྱི་གཞོལ་མ།	༡༥༩
གསུམ།	རྩོ་སྤྱི་བར་མ།	༡༥༩
བཞི།	ནང་སོའི་ལྷ་ས།	༡༥༩

གཉིས་པ།	བིས་མདོ་ཚོ་བདུན།	༡༠༠
དང་བོ།	ར་བྱུང་ཚོ་བ།	༡༠༡
གཉིས་པ།	མང་ཡུལ་ལྷུང་བ་ཚོ་བ།	༡༠༡
གསུམ་པ།	ཡན་ལྷུང་ཚོ་བ།	༡༠༡
བཞི་བ།	ཕུག་ཚང་ཚོ་བ།	༡༠༡
ལྷ་བ།	ཉང་ཚང་ཚོ་བ།	༡༠༡
བྱུག་པ།	རུ་མང་ཚོ་བ།	༡༠༡

གསུམ།	ག་རིང་ཕྱེ་ཆེན།	༡༠༡
བཞི་བ།	བིས་ཐང་ཚོ་བ་ལྷ།	༡༠༩
ལྷ་བ།	ཚུ་བཟང་།	༡༠༩
བྱུག་པ།	རོང་བོ།	༡༠༥



བདུན་པ།	ཚོང་རེ་དྲན་འཁྱེད་ས་ཚོ་བ།	༡༠༥
བརྒྱད་པ།	ཀར་ཚ་གསེར་ཁ།	༡༠༦

མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱ་ས་ཆེན་མོ་ལས་གཅན་ཆ།	༡༠༧
-----------------------------------	-----

དང་མོ།	གཅན་ཆའི་ཡོ་རྒྱ་ས་ཀྱི་འབེལ་རིམ།	༡༠༧
གཉིས་པ།	དགེ་བཤེས་ཤེར་རྒྱལ་གྱི་བྱིན་ཡིག་ཁག་ལྔ།	༡༡༤
གསུམ་པ།	གཅན་ཆའི་དགོན་སྡེ་ལོགས།	༡༢༡
བཞི་པ།	གཅན་ཆའི་སྡེ་ཆོ།	༡༥༡

དང་མོ།	སྨད་རའི་མོང་བརྒྱད།	༡༥༡
གཅིག་པ།	སྨད་ར།	༡༥༡
གཉིས།	ལྷས་གསུམ།	༡༥༢
གསུམ།	ཆོ་བཞི།	༡༥༥
བཞི།	ནང་ཁོག་ག།	༡༥༦
ལ།	སྨད་ལོ།	༡༥༧
བྱག་	ལྷས་ཀར་།	༡༥༧
བདུན།	གཅན་ཆ་ཐང་།	༡༥༩
བརྒྱད།	གཡོན་རུ།	༡༥༧

གཉིས་པ།	སྨད་རའི་མོང་བརྒྱད་ཀྱི་གཏོགས་པ་ཁག་	༡༥༧
དང་མོ།	ཏྲ་མོ་ཁ་གསུམ།	༡༥༧
གཉིས།	ཆོ་བྱག་	༡༦༡
གསུམ།	ཆོས་གཙང་མ།	༡༦༡
བཞི།	ཁམས་ར།	༡༦༡
ལ།	དོ་གྲ།	༡༦༢
བྱག་	ཀ་ལྷག་	༡༦༦
བདུན།	སྨོ་ཐེར།	༡༦༦

བརྒྱད།	བདེ་ཆེན་མཐའ་བ།	༣༦༧
དགུ།	བྲག་ཁང་སྣ་ལ།	༣༦༩

མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་བཤམས།	༣༦༩
---------------------------------	-----

དང་པོ།	བབ་ཡན་མྱིར་བཤད་པ།	༣༦༩
གཉིས་པ།	བཤམས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཁག	༣༧༤
གསུམ་པ།	བཤམས་སྡེ་ཆོ་ལོ་སྡེ།	༣༧༩
གཅིག	སྡེ་ཆ།	༣༧༩
གཉིས།	ནང་སྡེ།	༣༧༩
གསུམ།	མདོ་བ།	༣༨༠
བཞི།	བྱེ་གཞོང་།	༣༨༠
ལྔ་བ།	ཁོ་ཆེ་ནང་།	༣༨༡
དྲུག	ཨ་འདར་ཆ་ག	༣༨༢
བདུན།	སྣ་རྒྱ།	༣༨༢
བརྒྱད།	ཁ་སྤྱུ་ལ།	༣༨༣
དགུ།	རྒྱ་རི་ཆགས།	༣༨༣
བརྒྱུ་	སྤྱི་བ་ནག་ཏེ།	༣༨༤
བརྒྱ་གཅིག	སྤྱི་བ་རྟ་ཆང་།	༣༨༤
བརྒྱ་གཉིས།	ར་རྩ།	༣༨༤
བརྒྱ་གསུམ།	འགག་ཆ།	༣༨༥
བརྒྱ་བཞི།	འབྲམ་རྒྱལ་ཁོ་ལ།	༣༨༥
བཙུ་ལྔ་བ།	ཁུ་འབའ་མ།	༣༨༧
བརྒྱ་དྲུག	གཡང་གོ་མ།	༣༨༧
བརྒྱ་བདུན།	དོར་གྲུ་ལ།	༣༨༨
བཙུ་བརྒྱད།	ཤོང་ཞན།	༣༨༨
བརྒྱ་དགུ།	གཟི་ལུང་།	༣༨༩

## XII

མདོ་ལྷན་པོ་རྒྱལ་ཆེན་མོ་ལས་མཆོ་རྒྱུ་བྱུང། ༡༧༧

དང་པོ། བྱེད་པོ་ལྷན་པོ་ལས་མཆོ་རྒྱུ་བྱུང། ༡༧༨

[illegible]

དང་ལྷོ།	བདུད་རྒྱལ།	༣༠༩
གཅིག་	བདུད་རྒྱལ་ལྷ་ལྷོ་ཆོ་བ།	༣༠༩
གཉིས།	བྱེ་མ་ལུང་ཆོ་བ།	༣༠༩
གསུམ།	རྒྱ་ཆ་གོང་མ་ཆོ་བ།	༣༡༠
བཞི།	རྒྱ་ཆ་ཞོལ་མ་ཆོ་བ།	༣༡༠
ལྷ་།	ཨོལ་རུང་ཆོ་བ།	༣༡༡
དྲུག་	ཆོས་ཆ་ཆོ་བ།	༣༡༡

གཉིས་པ།	སྒྲོ་མོ།	༡༡༡
གསུམ་པ།	སྒྲོང་ཆོས།	༡༡༢
བཞི་པ།	ལན་རྩོམ་ཆོ་པ།	༡༡༤
ལྔ་པ།	གོང་པ་ཡུ་ཚང་གི་ཉེ་འགམ་ལྷ་སྒྲེ།	༡༡༥

མདོ་རྩི་གཏོང་སྒྲུབ་ཆེན་མོ་ལས་ཡང་ར་རྫོང་།	༢༡༥	
དང་མོ།	རྩི་འི་གནས་བཟ།	༢༡༦
གཞིས་པ།	དཀོན་ཆེ་དང་རྩིས་ཆེན་ཁག	༢༡༧
གསུམ་པ།	ཕྱི་ཚོ་དང་ཕྱི་བླ་ས་ཤི་མོ་ར།	༢༤༡
གཅིག	ལྷ་ཆ་ར་ལོ་ར་མ།	༢༤༢
གཉིས།	ཐར་བུ་ལ།	༢༤༣

གསུམ།	རུ་ངན་སྟོང་བྱིམ།	༡༤༡
བཞི།	མང་ཆུ་དང་མ་ཆུའི་འབབ་རྒྱུ།	༡༤༥
དང་བོ།	རབ་འོག་ཞང་།	༡༤༥
གཉིས་པ།	ལོ་བ་ཞང་།	༡༤༦
གསུམ་པ།	སྤེ་མང་ཞང་།	༡༤༦
བཞི་པ།	ལོ་བ་ཞང་།	༡༤༧
ལྔ་པ།	མར་ཁུ་ཐང་ཞང་།	༡༤༧

### མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱལ་ཆེན་ཨོ་ལས་གད་པ་སྤུམ་མདོ་རྫོང་།

གཅིག་	ཡི་འོག་ས་སྟོང་བྱིམ།	༡༤༩
གཉིས།	གཙང་ལྷ་སྟེ་དང་མཐའ་བ།	༡༥༧
གསུམ།	རུ་རྒྱ་དགོན་དང་དེའི་ལྷ་ས།	༡༥༩
བཞི།	དགོན་གོང་མ།	༡༦༡
ལྔ།	ཤ་བྲང་སྟོང་བྱིམ།	༡༦༥
དྲུག་	ཁ་སྐང་ཆོ་བ།	༡༦༩

### མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱལ་ཆེན་ཨོ་ལས་ཉང་པ་རྫོང་།

གཅིག་	ཨ་ཆོག་ས་སྟོང་བྱིམ།	༡༧༠
གཉིས་པ།	ཤ་བྲང་སྟོང་བྱིམ།	༡༧༦
གསུམ་པ།	བོང་རྟག་སྟོང་བྱིམ།	༡༧༩
བཞི་པ།	རོང་བོ་སྟོན་ཆོས་ཆོ་བ།	༡༨༡

### མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱལ་ཆེན་ཨོ་ལས་ཆབ་ཆ་རྫོང་།

དང་པོ།	སྤྱི་འགན་པ་བ།	༡༨༦
གཅིག་	འབྲམ་ས་རུ་སྟོང་བྱིམ།	༡༨༧
གཉིས།	བདུད་ཤུལ་སྟོང་བྱིམ།	༡༨༩
གསུམ།	ཆོས་རྗེ་ཆོ་བ།	༡༩༡

## XIV

བཞི།	ཐོ་མོ་དང་ལྷ་རྩེ་བ།	༡༩༡
ལྔ།	ལྷ་རྩེ་བ།	༡༩༢

མདོ་སྨར་ཡོ་ལྷན་ཆེན་མོ་པས་མཆོ་བྱང་བྲུལ།                      ༡༩༥

དང་མོ།                      གླིང་གཞས་བབ།                      ༡༩༦

མདོ་ལྷན་པོ་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱང་ཆ་རྒྱུ་།

དད་ཀྱི།                      ལྷོ་འོ་གནས་བབ།                      ༩༠༦

གཉིས་པ།      ཟང་ཆུ་འཁོར་ཤི།      ༩༡༥

[illegible]

དང་པོ།                      དགོན་ལོ་ཚོ་བ།                      ༤༩༩

གཉིས་པ།                      དཔོན་ཚང་ཞོལ་མ།                      ༤༩༩

གསུམ་པ།                      དཔོན་ཚང་གོང་མ།                      ༤༡༡

བཞི་བ།                      ཡལ་ཤལ་ཚོ་བ།                      ༩༡༡

ལྷ་བ།                      ཀང་དཔོན་པོ་ང་མ།                      ༤༣༩

ཏུག་པ།                      འཕགས་པོ་ཆོ་བ།                      ༩༡༡

བདེན་པ།                      དགོན་གོང་མ།                      ༩༡༡

བསྐྱེད་པ།                      ལྷག་མོར།                      ༩༣༩

དག་པ།                      སྲང་མདོ་བརྒྱ་ཁྱིམ་ཆོ་བ།                      ༩༣༩

བུ་བ། རྩམ་ཆོ་བ། ༤༩༩

བརྒྱ་གཅིག      ཡག་ལོ།      ༤༩༩

བརྩ་གཉིས་པ།      ཉ་ནག་སོ་མ།      ༤༣༣

བུ་གསུམ་པ། ཉ་ནག་རྫོ་སྒོར། ༤༩༩

བརྩ་བཞི་བ།      གནའ་ཤོལ་མ།      ༤༣༤

བཙེ་ལྷ་བ།                      གནའ་ཁོང་མ།                      ༩༣༩

བརྒྱ་ཐག་པ།      ཆོས་ཚུལ་པ།      ༤༡༤

བཀྲ་བདན་པ། བློ་མཆི།                  ༩༡༤

བཅོ་བརྒྱད་པ།	སོག་ཚ།	༤༡༤
བརྒྱ་དགུ་པ།	ཉིན་ལ།	༤༡༥
ཉི་ཤུ་པ།	རྒྱ་ཆེ་འཛིན་ཆོས་མཐའ་པ།	༤༡༥
<b>མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་མདའ་བཞི་རྒྱུད་།</b>		༤༡༦
དང་པོ།	ཡོ་རྒྱས་སྦྱིར་བཞད་པ།	༤༡༦
གཉིས་པ།	མདའ་བཞི་འཛིན་ཆོས་སྒྲིབ་པ།	༤༡༧
གསུམ་པ།	མདའ་བཞི་འཛིན་ཆོས་སྒྲིབ་པ།	༤༡༧
<b>མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་མདོ་ལ་རྒྱུད་།</b>		༤༡༦
དང་པོ།	སྦྱི་འཛིན་ཆོས་པ།	༤༡༦
གཉིས་པ།	མདོ་ལ་འཛིན་ཆོས་སྒྲིབ་པ།	༤༡༧
<b>མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་སེམས་ཉིད་རྒྱུད་།</b>		༤༡༧
དང་པོ།	སྦྱི་འཛིན་ཆོས་པ།	༤༡༧
གཉིས་པ།	སེམས་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།	༤༡༨
གཅིག	ག་བྱ་ན་པ།	༤༡༨
གཉིས་པ།	ཨ་ར་ཁུ་འཕན།	༤༡༨
གསུམ་པ།	ཨ་ལོ་གཙང་།	༤༡༩
བཞི།	བན་རྒྱུད།	༤༡༩
ལྔ།	རྒྱ་ལོག་པ།	༤༢༠
དྲུག	བྱང་རིའི་ཆོ་ལ།	༤༢༡
བདུན།	སེམས་ཉིད།	༤༢༢
བརྒྱད།	འབྲུག་པ།	༤༢༢
<b>མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་མཆོ་བྱེད་བྱེད་པ།</b>		༤༢༣
དང་པོ།	སྦྱི་བཞད་མདོ་ར་བཞུགས།	༤༢༣

མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱ་ས་ཆེན་མོ་ས་ཆེན་རྫོང་། ༤༤༤

དང་ཚོ། བང་སྨག་སྨོང་བྱིམ། ༤༤༤

གཉིས་པ། ཆེན་ཆེན་གྱི་དགོན་སྡེ། ༤༥༣

གསུམ་པ། ཆེན་ཆེན་གྱི་སྡེ་ཆོ་དང་མི་ཤངས། ༤༥༧

གཅིག དཔོན་ཚང་ཞོལ་མ། ༤༥༧

གཉིས། སྨགས་པ་དང་ཞར་སྒོར་གཉིས། ༤༥༧

བཞི། ཨ་ཤ། ༤༥༠

ལ། ལྷ་སྒོམ་རྒྱབས། ༤༥༠

བྲག བ་ཆ། ༤༥༠

བདུན། ས་ཉལ། ༤༥༠

བརྒྱད། ཐགས། ༤༥༠

དགུ། ཉུག་སྒོར། ༤༥༠

བརྒྱ། ཀ་ཤལ། ༤༥༠

བརྒྱ་གཅིག ལུ་ནག ༤༥༠

བརྒྱ་གཉིས། མོག་ཆེན། ༤༥༡

བརྒྱ་གསུམ། མོག་རྒྱུང་། ༤༥༡

བརྒྱ་བཞི། བགས་བཟའ། ༤༥༡

བཅོ་ལྔ། རྫོང་པ་རྫིང་བ། ༤༥༡

བརྒྱ་བྲག རྫོང་པ་གསར་བ། ༤༥༡

བརྒྱ་བདུན། མཁར་རྒྱུང་། ༤༥༣

བཅོ་བརྒྱད། གོ་ཉལ། ༤༥༣

མདོ་སྨད་ཡོ་རྒྱ་ས་ཆེན་མོ་ལས་ཁུལ་ལན་རྫོང་། ༤༥༣

དང་ཚོ། སྤྱི་ལན་ས་བབ། ༤༥༣

གཉིས་པ། ཁུལ་ལན་གྱི་དགོན་སྡེ། ༤༥༤

གཟུགས་པ།	རྒྱུ་ཕན་གྱི་ཐོད་ཟླ་ཁག	༤༩༧
མདོ་སྨྱད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་ལྷུ་ཕན་རྫོང་།		༤༩༩
དང་པོ།	སྒྲིབ་བཤད་པ།	༤༩༩
གཉིས་པ།	རྒྱུ་ཕན་གྱི་དགོན་ཟླ།	༤༩༠
མདོ་སྨྱད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་མཆོ་གཞོན་གྲོག་བརྒྱད།		༤༩༤
མདོ་སྨྱད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་སྨོར་སྨོར་རྫོང་།		༥༠༥
དང་པོ།	སྒྲིབ་གནས་བཤ།	༥༠༥
གཉིས་པ།	སྨོར་སྨོར་སྒྲུ་ཕྱེད་རིམ་བྱོན།	༥༠༩
གཟུགས་པ།	སྨོར་སྨོར་གྱི་ཕྱེ་ཆོ།	༥༡༥
མདོ་སྨྱད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་སྒྲུ་འབྲུག་ཆོ་དྲུག་སོགས།		༥༡༧
དང་པོ།	ཡོ་རྒྱས་གྱི་བཤ་ཕྱགས་སྒྲིབ་བཤད་པ།	༥༡༧
གཉིས་པ།	སྒྲུ་འབྲུག་གྱི་དགོན་ཟླ་ཁག	༥༡༤
གཟུགས་པ།	སྒྲུ་འབྲུག་ལྷ་ཟླའི་དགོན་རྒྱུད།	༥༡༩
བཞི་པ།	སྒྲུ་འབྲུག་གྱི་ཕྱེ་ཆོ།	༥༤༧
མདོ་སྨྱད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་བདེ་ཁམས་རྫོང་།		༥༤༩
དང་པོ།	སྒྲིབ་གནས་བཤ།	༥༤༩
གཉིས་པ།	བདེ་ཁམས་གྱི་ཕྱེ་ཆོ།	༥༥༡
མདོ་སྨྱད་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་ལྷུ་ཕན་མདོ་རྫོང་།		༥༥༤
དང་པོ།	སྒྲིབ་གནས་བཤ།	༥༥༤



XVIII

གཉིས་པ།	ཕྱང་མདོའི་དགོན་སྡེ།	༥༥༤
གསུམ་པ།	ཕྱང་མདོའི་སྡེ་ཆོ།	༥༥༩

མདོ་ལྷན་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་དབང་རིས་དཀར་བོའི་ཡུལ།	༥༥༥	
དང་པོ།	དབང་རིས་མྱེད་ཀྱི་གནས་བབ།	༥༥༥
གཉིས་པ།	དབང་རིས་ཡོ་རྒྱས་ལས་གསེར་ཁོག་རྫོང་།	༥༥༩
གསུམ་པ།	དབང་རིས་ཡོ་རྒྱས་ལས་དགོན་ཕྱང་རྫོང་།	༥༥༩
བཞི་པ།	དབང་རིས་ཡོ་རྒྱས་ལས་མཆོད་རྟེན་ཐང་རྫོང་།	༥༦༡
ལྔ་པ།	དབང་རིས་ཡོ་རྒྱས་ལས་ལང་རྒྱ་སྡེ་བཞི་སྐགས།	༥༦༥
དྲུག་པ།	དབང་རིས་ཡོ་རྒྱས་ལས་སྤྱུ་གན་རྫོང་།	༥༦༦

མདོ་ལྷན་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་བཀའ་མ་ལོག	༤༩༩	
དང་པོ།	སྤྱིའི་གནས་བབ།	༤༩༩
གཉིས་པ།	བཀའ་མ་ལོག་གི་དགོན་སྡེ།	༤༩༩
གསུམ་པ།	བཀའ་མ་ལོག་གི་སྡེ་ཆོ།	༤༩༩

མདོ་ལྷན་ཡོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས་སྡེ་ཆོའི་སྐོར་ལྷོགས་བཅ་གསུམ་པའི་ དབྱེད་གཞིའི་ཕྱང་ཁྱུངས་དང་མཆན་འབྲེལ།	༥༩༩
---	-----

ཡོ་རྒྱས་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་རྣམས་ཀྱིས་པ་ཁག་གི་ཚོགས་ཁྲུང་རགས་རིམ།	༥༩༩
--	-----

## ཐུགས་རྗེ་ལེགས་གསོལ།

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

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

ལས་གཞི་འདིར་སྐྱ་ཡོད་ཐོག་ལས་རོགས་གནང་མཁན་དག་བྱང་  
རིམ་ངོ་སྟོང་དུ་གསལ་ཡོད་པས་འདིར་མཆན་འབོད་དངོས་སུ་བྱེད་མི་དགོས་

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

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

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

ནོར་མྱིང་ཞིབ་འདུག་འགན་འཛིན་སྐྱེའབས་དོ་རྩེ་དབང་ཕྱག་དང་།  
ནོར་མྱིང་སྟོལ་རྒྱན་སྐྱེའབས་ཞིབ་འདུག་པ་ལྟ་ཆབ་སྦྱིན་པ་གཉིས་ཀྱིས་མཚོ་སྟོན་  
ཀྱི་སྟེ་ཆོའི་ལོ་རྒྱས་ལ་ཞུས་དག་བཏང་བ། ཤེས་རིག་བྱང་དུང་སྐྱེའབས་བཀ་  
ཤིས་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་རྒྱལ་རོང་སོགས་ཀྱི་སྟེ་ཆོའི་ལོ་རྒྱས་ལ་ཞུས་དག་བཏང་གཞུང་

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

བཀའ་འབྲེལ་བཞིན་སྐྱེ་སྤྱང་ཡིག་ཆ་དང་གི་སྐྱེ་རྩུ་མཐོ་སྒོ་བསྒོ་བ་སྟེགས་  
 ཀྱིས་ལོ་རྩུ་ཆེན་རིང་ལོ་རྒྱུས་ཡོངས་རྒྱུ་ལ་ཞུས་དག་གནང་སྟེན་གནང་  
 བ་དང་། དེ་འབྲེལ་གྱི་དགོངས་འཆར་གལ་ཆེན་བཏོན་པ། སྐྱེ་རྩུ་མཐོ་སྒོ་བ་  
 ལགས་ཀྱིས་དབྱད་ཡིག་གལ་ཆེན་ཁག་ཅིག་འཆོལ་སྐྱུ་བ་གནང་བ། སྐྱེ་སྤྱང་  
 རྩུ་ཟུར་སྟོ་བཟང་སྟེན་པ་ལགས་དང་། རྩུ་ཆེ་བེ་སེང་ལགས་ཀྱིས་སྐྱུ་བས་  
 བབ་གྱི་མཐུན་འགྱུར་གང་ལེགས་གནང་བ་བཅས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་  
 ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

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

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

སྤྱིར་སེམ་ལ་ངོ་ནང་མ་དགོན་དང་། ཤིང་བཟའ་སྒྲ་བྲང་དང་། བོད་མི་དམངས་སྤྱི་འབྲས་ཚོགས་གཙོ་སྐྱོ་ཞབས་སྤེན་པ་ཆེ་རིང་ལགས། བདེ་སྐྱིད་བཀའ་སློན་འཕྲོང་རྒྱུད་དངོས་ཀྱིས་ལགས། སྐྱོ་སྤྱོད་དུང་ཆེ་ཆེ་ར་བ་ཆེ་རྒྱུ་ལགས། ཐའི་ཕན་སྐྱོ་ཆ་བ་དོན་གཙོད་ལྷ་བ་ཆེ་རིང་། བདེ་སྐྱིད་ཉམས་ཞིབ་བྱུང་དུང་འཕགས་པ་ཆེ་རིང་ལགས། བོད་གཞུང་ངེས་མེད་སྤེ་ཚན་གྱི་བྱུང་

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

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

ལས་ཀ་འདིའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་མཐུན་འགྲུར་སྤྲོ་ཆོགས་གནང་བ་  
ཁག་ནི། སློ་མང་དཔེ་མདོ་དེའང་གིས་སྒྲ་དོ་གཞིས་མ་ཟིན་རིང་སྤོད་གནས་  
གོ་སྒྲིག་ཐོག་སྐམ་སྒོག་སོགས་ཀྱི་མཐུན་ཁྱེན་སླ་ལྷག་དུ་བསྐྱབས་པ། པར་  
སྤོག་དང་མ་ཟིན་དཔར་སྐྱོན་སོགས་ལ་མཐུན་ཁྱེན་གོང་ན་མེད་པ་གནང་བ་  
དང་། དཔེ་མདོ་དེའགན་འདོན་སྐྱེ་ཞབས་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོ་ལགས་ཀྱིས་  
ཟས་སོང་ནར་གཏོང་གནང་བ། ལྷོ་ཕྱོགས་པོ་ནི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་སྒྲ་དོ་  
གཞིས་ཀྱི་རིང་སྤོག་ཤད་གཞིས་རྒྱུན་གཡར་གནང་བ། སྤོ་གསལ་གླིང་སློབ་

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

ཨ་རིའི་དཔེ་མཛོད་དུ་འགོ་རྒྱུར་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ཆེ་བཟང་སྤྱོད་པ་  
ལགས་ཀྱིས་འགོ་སྤང་བཀའ་འཁྲུལ་གནང་བ་དང་། སྤྱོད་ཞབས་ཅེ་བརྟན་  
དབང་ཕྱུག་ལགས་ཀྱིས་མགོན་ཤོག་བཏང་བ། སྤྱོད་ཞབས་བོན་རྒྱལ་ལགས་ཀྱིས་  
ཟླ་ངོ་གཉིས་ལྷག་གི་རིང་སྤྲོད་གནས་དང་བས་སོང་ནར་གཏོང་གནང་བ། སྤྱོད་  
ཞབས་དཔལ་ལྷན་རྒྱལ། རྡོ་རྗེ་ཆེ་བརྟན། སྤྲེལ་སྤྱོད་ཞབས་བཟང་ཆོ་གཉིས།  
ལྷགས་མོ་འཛོ། ཆོ་རིང་དོན་གྲུབ། པར་རྒྱ་རྡོ་རྗེ་ཆང་བཅས་ཀྱིས་གང་ཅིར་མཐུན་  
འགྱུར་གནང་བ་དང་། འོ་འུ་རྗེ་རྗེས་སུ་ལྷན་སྤྱོད་ལིས་ཟ་(Lisa Hochman)དང་།  
པར་ཆོས་སློབ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཟླ་ངོ་དུ་མའི་རིང་སྤྲོད་གནས་དང་བས་སོང་  
སོགས་མཐུན་འགྱུར་སྤྲེལ་ལྷག་དུ་གནང་ཁར། ཆོན་དབྱང་(Chunyang  
Monastery)དགོན་པར་ཡོད་པའི་སྤྱོད་ཞབས་ཞབས་རིམ་ལ་གྲུ་(Dr. Richard  
Guard)ལགས་ཀྱིས་མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་བསགས་པའི་དཔེ་མཛོད་ངོ་  
མཚར་ཅན་ངོ་སྤྲོད་གནང་བ་བཅས་ལ་སྤྲོད་ཐག་པ་ནས་སྤྱོད་ཞབས་ཆེ་ཆེ་ཞུ་བ་  
ཡིན།

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

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

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

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

ཁ་ཏྲོ།

བཀྲ་ཤིས།



རྒྱལ་བའི་ཕྱི་ལོ་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་གཞི། །  
ཁོ་མོའི་བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་ཉེར་བྱས་པ། །  
ལམས་གསུམ་སྦྱོང་གསུམ་འདུད་པའི་བྲང་སྤྱོད་ཆེ།  
ཁ་བ་རི་བའི་དཔལ་དུ་རྒྱལ་བྱུང་ཅིག །

## མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོའི་བྱང་རིམ།

བོད་གངས་ཅན་པ་ནམས་འཛོ་གནས་ཀྱི་སློག་ཤིང་ཡགོང་ས་རྒྱལ་  
དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བརྩ་བཞི་བ་ཆེན་པོ། དོན་གྱི་སྨད་དུ་མཆན་ནས་  
སློལ་ཏེ་ཡ་རྗེ་བཙུན་ངག་དབང་སློ་བཟང་འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་བསྟན་འཛིན་  
རྒྱ་མཚོ་སྲིད་གསུམ་དབང་རྒྱུར་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྡེ་དཔལ་བཟང་བོ་  
མཚོག་གི་ཞབས་ཀྱི་པརྫོ་ལ་སློ་གསུམ་གྲུས་པས་ཕྱག་འཆལ་ཞིང་རྒྱབས་སུ་  
མཆོད།

སྤྱི་ལོ་༡༧༧༧ ལོའི་ཟླ་༡༡ ཆོས་༡༡ ཉིན་ཡགོང་ས་རྒྱབས་མགོན་རྒྱལ་  
དབང་མཚོག་གི་རྒྱ་བྱང་དུ་མཇལ་བཅར་གྱི་སྐལ་བཟང་བྱང་ཞིང་། སྤྱི་ལོ་  
༡༧༧༩ ལོར་རྒྱབས་བཅོལ་དུ་སླེབས་པ་ནས་བཟུང་རང་ནུས་ལ་དཔགས་པའི་  
གཞུང་དམངས་ལ་ཞབས་ཞུ་ཅི་རྒྱབ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རོབ་བསྟུས་དང་། རང་  
རེའི་སྤྱི་ཚོགས་སློད་ཀྱི་བདེན་དོན་བྱད་གསོད་བྱེད་མཁན་འགའ་ཞིག་གིས་  
སུན་གཙུག་ལ་ཡང་ཡང་བྱས་པ་ལ་ཡིད་ཐང་ཆད་པས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་བྱི་བྱོགས་ལ་  
སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཐབས་འཛོལ་ལ་རེ་བ་ཡོང་མདོག་ཤར་བ་བཅས་  
ཀྱི་རྒྱ་མཆན་ལ་བརྟེན་ནས་གཟིམ་རྒྱུང་མཇལ་ཁ་ཞུས་པ་ཡིན།

རང་གི་བསམ་ཚུལ་དང་འཆར་སློ་ནམས་སྟན་གསན་ཞུས་ཀྱང་  
 མཆམས་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་གསུངས་དོན། དེར་ཏུས་  
 རང་རིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་ཉན་ཅི་སྒྱུར་མཁན་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། སྤར་དང་  
 བརྒྱུན་ཏེ་དུ་ཉན་ཅི་འོག་གནས་ཆད་ཡག་པོ་ཡོད་མཁན་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་  
 རྒྱུན་དང་རྒྱུན་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། ར་ཆོ་རྒྱལ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཏུ་སོང་ནས་  
 དུ་ཉན་ཅི་སྒྱུར་ས་ལ་འདྲེན་དང་དུ་བཏང་ཡང་། སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་(Professor  
 )དང་། འབྲུམ་རམས་པ་(PhD)སོགས་ཀྱི་སློབ་ཁང་ནི་རྒྱ་ཁབ་པོ་ཡིན། དེ་  
 བས་ཁྱེད་རང་མོད་ཡིག་ནི་ཡག་ཟག་ཆོད་རེད། རང་གི་རིག་གཞུང་དང་  
 འབྲེལ་བའི་ལས་ཀ་ཞིག་ཁྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་སྤྱི་ཚོགས་ལ་པན་སློབ་ས་ཆེ་བ་མ་  
 ཡིན་ནམ། ཞེས་བཀའ་ཤེབས།

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

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

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

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

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

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

ཁག་ཅིག་བོད་བསྐྱར་བྱ་རྒྱུ་བཅས་ལས་བགོས་བརྒྱུ་ལྟོ་གོམ་བཞེད་རྒྱལ་མགོ་  
བཅུམས་པ་ཡིན།

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

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

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

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

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

གང་ལྟར་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མ་ཟོན་ཅན་གྱི་རིང་བྱིས་ཆང་འཁོར་  
 བ་དང་། བཟང་ལྷའི་ལས་རོགས། སྤྱ་གྲུ་དག་གི་སྟོན་སྟོང་སོགས་ཅད་དེ་རྒྱབ་  
 སྐྱར་གྱིས་ལས་ཀ་འདི་ཁོ་ནའི་དོན་ཏུ་སྟོན་བཏང་ཏུར་ཐག་བྱས་པའི་རྒྱ་ཚོགས་  
 གངས་ཆང་ལ་བརྟེན་ནས། དེ་རིང་སྤན་ན་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྟོན་བཅས་འདི་  
 ཏུག་པོ་འདིག་ཉེན་འདིའི་སྤྱི་རྣམས་སུ་འདོག་ཐུབ་པ་བྱུང་བའི་དགའ་སྟོ་ནི་སྟོ་  
 བརྗོད་ཀྱི་ལམ་ནས་མཚོན་ཐུབ་པ་ཞིག་མིན།

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

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

སྟེགས་བམ་གཉིས་པ་ནི། ལྷ་རྒྱལ་མོ་ཆ་བ་རོང་ནས། ར་བ་སྟོང་སྨད།  
མཛོད་དག་ཤོག་པ་བརྒྱ་གཉིས། མགོ་ལོག་ཁག་གསུམ། དབལ་ཤུལ་གསེར་  
ཏ། དབལ་ཤུལ་མེ་བ། ཟངས་དཀར་ཁག་གསུམ། ཟུང་ཆུ། འབྲུག་ཆུ། ཅོ་  
ན། བ་ཅོ། ཐེ་བོ། སོགས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྟོམས་ཏེ་སྟེགས་བམ་གཅིག་བཟོས་  
པ་ལ་ཤོག་ངོས་༤༩༠ ལྷག་ཡོད།

སྟེགས་བམ་གསུམ་པ་ནི། ད་ལྟའི་སྐབས་བསང་རྒྱུ་རྫོང་ཁོངས་ཀྱི་ཡུལ་  
སྟེ་ཁག་དང་། ལྷ་རྒྱུ་རྫོང་། མ་རྒྱུ་རྫོང་། སོག་པོ་ཡུལ་ཀན་རྫོང་བཅས་ཀྱི་མངའ་  
ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་སྟེ་ཆོ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་  
བསྟོམས་པས་ཤོག་ངོས་༤༩༠ ལྷག་ཡོད།

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



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

སྤྲེགས་བམ་ལྟ་བུ་ནི། མདོ་སྤྲེད་ཀྱི་ལྗོངས་སུ་ཆོས་རྒྱུད་ཆེན་པོ་བཞི་  
དང་། གཡུང་རྒྱུང་པོན་བཅས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་དང་། རི་ཁྲོད། སྤྲེགས་ཁང་སོགས་  
ལག་དྲུག་རྒྱུད་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་བྱས་ཡོད་ཅིང་། འདི་ལ་གཞུང་དངོས་གཞི་  
ཤོག་ངོས་༤༩༠ ལྷག་ཡོད། འདིའི་ནང་དུ་དགོན་སྡེ་དེ་དག་གི་བཏབ་ལོ་དང་།  
འདེབས་མཁན། བཏབ་ཡུལ། ཆོས་རྒྱུད་བཅས་གང་ངེས་གསལ་འབྲི་དང་།  
བྱུར་བརྗོད་ཀྱི་ལམ་ནས་དགོན་སྡེ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནད་དོན་  
གལ་ཆེན་ཁག་ཏུ་ཅང་མདོར་བསྡུས་སུ་བྲིས་ཡོད་པས་ལྷ་སྟོན་བྱེད་མཁན་  
ནམས་ལ་སུན་སྤང་མི་སྟེས་པ་དང་། ལོ་ཆོགས་སོགས་འཕལ་དུ་སློང་ས་འབྱུང་  
ཐུབ་པའི་པན་འབྲས་མི་དམན་པ་ཡོད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྤར་ཡོད་ཡིག་ཆ་  
ཁག་དྲུ་ལོ་ཆོགས་གཏན་ནས་མི་གསལ་བ་མང་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཅད་  
དེ་འཕྲས་སྟོ་ཆང་བ་ཞིག་འབྱུང་ཐབས་མ་རྟོན་པ་དང་། དུས་ཆོད་ཀྱི་དབང་  
གིས་སློ་འདོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་མས་པའི་ཞིབ་འཇུག་ཏུ་ཅང་གནད་སློན་བྱ་མ་ཐུབ་  
པས་ནོར་འབྱུག་གི་སྟོན་ཡང་འབྱུང་གིན་པ་བཅས་ནི་སྤྲེགས་བམ་འདིའི་ཞན་  
ཆ་ཞིག་ཏུ་འང་ཕྱི་ས་ཆོག་པ་ཡིན།

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

འབྲུངས་ཡུལ། འབྲུངས་ལོ། འདས་ལོ། ཆོས་རྒྱུད་བཅས་ལག་ཏུ་གང་ཚུད་  
གསལ་འགོད་བྱས་ཡོད་ཅིང་། ཟུར་བཞོན་གྱི་ལམ་ནས་ཁོང་ནམས་ཀྱི་མཛད་  
ནམ་མཐོར་བསྐྱེས་རེ་བཀོད་ཡོད་པས་ལེགས་ཆ་མི་དཔལ་པ་ཡོད་ཀྱང་།  
འབྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས་གཏན་ནས་མི་རྟོན་མཁན་དང་། འབྲུངས་ཡུལ་མི་  
རྟོན་པ། བཙུན་ཅམ་ལས་མཛད་ནམ་མི་རྟོན་པའང་མང་དག་ཕྱུང་སོང་བས་  
ཕྱིས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཞིབ་པ་སྤྲོད་པ་ཐུག་ཐུག་མཁན་དག་གིས་ཁ་སྐོང་  
བྱ་རིགས། འདི་ལ་གཞུང་དངོས་གཞི་ཤོག་ངོས་༥༡༩ ཡོད།

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

མ་དགོས་པ་གཙོར་འདོན་བྱས་པ།

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

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

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

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

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



## Acknowledgements

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

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

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

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

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

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

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

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

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

#### XLIV

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

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

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

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

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

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

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

## XLVI

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

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

## The genesis of The Greater History of Amdo

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

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

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

## XLVIII

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

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

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

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

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

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

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

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



## L

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## LVI

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

The Author

30 October 2008



## ཚུམ་པ་པོ་མཆམས་སྒྱུར་སྟེང་བསྟུས།

ཟེ་ཅི་དགེ་བཤེས་འཛིན་མེད་དབང་རྒྱལ།

གཡུ་ལོས་མངོས་པའི་གཙུག་ལག་ནགས་སྒྱུར་ན།  
སྒྱུ་ཅལ་དུག་འགྱུར་སྟེན་པོའི་འགྱུ་བག་གིས།  
ཀུན་དགའི་དབྱར་གྱི་དུས་སྟོན་འགྲུགས་པ་ལ།  
དབྱིད་ཀྱི་ཕོ་ཉའི་རིན་ཐང་སྒྲེང་བ་རིགས།

ཐོད་ཕྱི་ནང་གང་སར་ཚུམ་རིག་གི་གྲགས་པའི་མཆན་སྟེན་འབར་བ། ཐོད་  
རིག་པའི་སྟེན་ངག་དང་། ལོ་རྒྱས་སྒྱུ་བའི་ཚུམ་པ་པོ་ཏྲ་གཙང་འཛིན་མེད་ལགས་  
ཀྱིས། མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་མ་ཟེན་ཅམ་ལ་དཀའ་བ་ཁྱད་དུ་བསད་དེ། རྒྱ་ཐོད་དབྱིན་  
གསུམ་གྱིས་མཆོན་པའི་སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་གྱི་དབྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ་ཏཱ་ཅང་མང་པོའི་  
སྟེང་དོན་གཅིག་དུ་བསྒྲེབས་ནས། བདེ་སྐྱད་ལོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་སྟེགས་བམ་དུག་གསར་  
ཚུམ་གནང་འདུག་པར་སྒྲུབས་པ་བརྗོད་ལས་འདས་པའི་དགའ་བ་ཆེས་ཆེར་འཁེལ།  
ཚུམ་པ་པོ་ཏྲ་གཙང་འཛིན་མེད་ནི། ཐོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་དང་  
ལྷག་པར་ཚུམ་རིག་ལ་དོ་སྣང་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད། གོ་མ་སྒྱུང་བ་དུ་ལམ་  
མི་སྟེན་ཟེར་ན་ཆོག་ཡིན་ནའང་དེར་རབས་ཀྱི་འགྲོ་སྟོལ་ལ་དཔེ་དེབ་ཅིག་ཐོན་ན་  
དེའི་འགོར་ཚུམ་པ་པོའི་ལོ་རྒྱས་སྟེང་དོན་རི་འགོད་སྟོལ་ཡོད་པ་དེར་སྟོག་པ་པོ་སྟོ་  
བ་སྟེད་པ་དང་ཚུམ་པ་པོའི་བཀའ་དྲིན་དཔེ་བར་མཁོ་བས་ཅིས་ཀྱང་འགོད་  
འོས་པར་སེམས།

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

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

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

སྟན་མངོན་སྤེབ་གསུམ། རྒྱལ་རབས་དང་ཆོས་འབྱུང་། དེབ་ཐེར་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་  
མཆོན་པའི་རིག་པའི་གནས་དུ་མར་བཙོན་པ་ཚུ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་བསྐྱངས་ནས་  
བསྐབས། དེའི་ཞོར་ལ་《ཚུ་ཤིང་བསྟན་བཙོས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་》བཅུ་མས། 《ཚུ་ཤིང་  
བསྟན་བཙོས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་》ནི་བོད་ལྗོངས་ནང་བསྟན་དུས་དེབ་ཐོག་བཀོད་པར་  
བོད་ཕྱི་ནང་གི་སློག་པ་པོ་མང་པོས་གདེང་འདོག་ཆེན་པོ་གནང་འདུག

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༠ ལོར་བཅ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གསར་འདུགས་གནང་  
བའི་པེ་ཅིན་བོད་བརྒྱུད་མཐོ་རིམ་ནང་བསྟན་སློབ་སྦྱིང་དུ་འདུལ་ཞུགས་གནང་རྒྱུའི་  
གོ་སྐབས་ཐོབ། སློབ་སྦྱིང་དེར་ལོ་ངོ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་ས་དག་རྒྱུང་གསུམ་དང་། ཀ་  
འབྲུག་བོན་གསུམ་གྱི་ཆོས་འབྱུང་དང་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་ཅིས་དཀར་ནས་དང་  
རྒྱ་ཡིག་སོགས་ལའང་སྤྱི་འགོས་ལྟར་བསྐབ་པའི་ཞོར་དུ་《སྟན་ངག་མཆོ་བྱུང་དེ་གྱེས་  
པའི་འདུམ་ཟེར་》སོགས་བཅུ་མས། 《སྟན་འགྲེལ་མཆོ་བྱུང་དེ་གྱེས་པའི་འདུམ་ཟེར་  
》ལ་བསེ་ཆངས་སློབ་བཟང་དཔལ་ལྷན་གྱིས་བསྐྱུགས་བརྗོད་རྒྱ་ཆེར་གནང་འདུག  
ད་དུང་སྟན་ཚུལ་ཐོར་བུ་མང་པོ་གྲིས་པར་སློག་པ་པོ་མང་པོའི་དགའ་བསུ་རྒྱ་ཆེར་  
ཐོབ། གཞིས་ལུས་བོད་ཀྱི་གཞོན་སྟེས་ཚུལ་པ་པོའི་ཁྲོད་ནས་རྩ་ཤིང་རི་བྲག་གི་ཆིག་  
ལའི་འདྲ་འབག་ཅན་མིན་པ། ནང་ཆོས་རིག་པའི་ཞག་ཅི་བསྟོས་པའི་སྟན་ངག་སླ་  
བ་ཆེས་སུ་ལྟ་བུར་བ་ཉག་གཅིག་དེ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན་མི་ཆོག་པ་གང་ཡང་མེད།  
སྐབས་དེ་དུས་ནས་མཁས་པའི་མཆོན་སྟན་གྱི་ལྷ་གྲུ་འབྲས་མགོ་རྒྱུགས། སྤང་ཆར་  
དང་ཁྲེ་ཟེར་སོགས་སུ་བཀོད་པའི་སྟན་ངག་ཚུལ་བཀོད་པ་ནམས་ལ་སློག་པ་པོ་མང་  
པོའི་དགའ་བསུ་ཐོབ་པར་མ་ཟད་སྟན་ཚུལ་ཁ་ཤས་ལ་ཆེས་མཐོའི་བྱ་དགའ་ཡང་  
ཐོབ་འདུག

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༡ ལོ་འདུག་དུ་རྒྱ་གར་དུ་བཙན་བྱོལ་ལ་འབྱོར་ནས། ལགོང་  
ས་མཆོག་ལ་མངལ་བཅར་གྱི་སྐལ་བཟང་ཐོབ། ཅན་དན་དང་ལྷང་མའི་རིན་ཐང་  
མཉམ་པ། རིག་གཞུང་དམངས་གཙོའི་ཐོབ་ཐང་དར་བའི་ཁོར་ཡུག་འདིར་ཡུལ་  
གོམས་གཤིས་ལུགས་དང་། རྒྱ་ཡིག་ངོ་ཤེས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཐོག་སྤང་ཐག་  
དང་ལྟག་སྟེའི་རྒྱུ་ལམ་མེད་པས། གཞེར་སྤང་སྟོང་སྤྲག་གིས་མི་ཁྱུག་པའི་བོད་

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

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

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

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

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

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

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

ཕྱི་ནང་གཞིས་ཀར་སྒྲན་ཚུམ་ཕྱོགས་སྒྲིག་གི་དབང་དཔེ་སྒྲན་བརྩོ་རྒྱུའི་ལུགས་སྲོལ་ཡང་  
 འདི་ནས་མགོ་འདྲུགས་བྱས་པ་ཞིག་རེད། འདི་དག་ལ་དཔེ་བལྟས་ནས་དེང་སང་  
 བོད་ཕྱི་ནང་གཞིས་ཀར་རིམ་ཐང་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པའི་སྒྲན་ཚུམ་དེབ་མེད་འདྲ་  
 བྱེད་ཀྱི་ཏུ་མང་པོ་ཞིག་བརྟོན་དང་འདོན་བཞིན་པ་རེད། དེ་རྗེས་《གདོན་འཕྲུལ་  
 ལྟ་བུའི་གཟི་ཁ་》ཞེས་པའི་སྒྲན་ཚུམ་བརྟོན་པའི་ཚུམ་གཤེས་ཐང་། གནའ་རབས་  
 མཁས་པའི་སྲོལ་རྒྱན་མ་བཟླགས་པའི་ཐོག་ནས། དེང་རབས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱོ་བ་  
 འདོན་སྤངས་ཀྱི་བྱུང་ཚེས་འབྱུར་དུ་ཐོན་པ་དང་། སྒྲན་ངག་འགའ་ཞིག་ནི་དགེ་  
 འདུན་ཚེས་འཕེལ་གྱི་སྐྱོ་ཉམས་དང་འདྲེས་པའི་བྱུང་ཚེས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་  
 འབྱུར་དུ་ཐོན་འདུག གོ་གསལ་ལྟར་ན་བོད་ནང་དུ་ཨོར་གཙང་འདིགས་མེད་གི་  
 ཚུམ་སྲོལ་ཞེས་སྒྲན་ངག་ཚུམ་སྲོལ་གསར་པ་ཞིག་གི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱང་  
 ཆགས་པ་རེད་ཟེར།

ཁོང་གི་ཚུལ་ཆོས་《བར་བདེན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱི་ཐོག་ལོ་བ་》ནི། མདོ་སྨད་  
པ་དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་མི་ཆོ་རྒྱུད་རིམ་ལ་དཔྱད་པའི་ཆེད་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།  
ཚུལ་ཡིག་དེ་ཉིད་བཅན་བྱུང་མ་ཟད་ལོ་ཤས་སྟོན་ནས་བོད་ནང་དུ་འདྲེས་སྒྲིག་ནས་  
པར་སྒྲིག་བརྒྱུ་བ་སྟེ་འཛོལ་འགྲེམ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་འདུག བཅུ་མས་ཆོས་དེ་ཉིད་  
མདོ་དབྱུས་སྒྲིག་གསུམ་གྱི་གཞི་བྱེད་སྟེ་མང་པོ་ཞིག་གིས་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་གནང་གིན་  
ཡོད་པར་མ་ཟད། དེང་སང་ནི་བོད་ནང་མཆོད་མེ་བྱ་རྒྱ་ཐོག་དུ་འདྲེས་འགོད་སྟེ་ལ་  
བྱས་པར་དཔྱད་བརྗོད་ཀྱང་མང་པོ་བྱིས་འདུག

ཁོང་གི་ཚུལ་ཚུལ་《ཁྱེད་མེད་ལས་ལས་སྐྱེས་པའི་ལྷ་དང་སྐྱེས་པའི་》ནི། བཅོམ་  
བྱུང་ནང་པོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་གི་བྱུང་རིམ་ལ་དཔྱད་པའི་ཚུལ་དེ་བ་ཐེངས་དང་པོ་དེ་  
ཡིན། དེའི་ནང་པོད་ཀྱི་ནང་གི་ཚུལ་རིག་བྱུང་འཕེལ་གྱི་རྒྱ་དེ་མཐད། དུམ་མཚམས་  
གསུམ་དུ་ཕྱེས་ནས་ད་ཕྱི་ཞིབ་ནན་པོ་བྱས་འདུག དུམ་མཚམས་གསུམ་གྱི་ད་ཕྱི་ཞིབ་  
འདི་ཡང་པོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་འཕེལ་རིམ་ལ་དཔྱད་པའི་སྐྱོན་གཞི་གསུམ་བཞུད་ཀྱི་རང་  
བཞིན་ལྷན་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་མི་འགྲིག་པ་གང་ཡང་མེད། ད་དུང་ཁོང་  
གི་བརྒྱུ་ལས་ཚུལ་ཁོང་གིས་དཔྱད་ནས། ས་བའི་གཤུལ་ས་དང་། ཞེ་སའི་ཁ་དམག ཤམ་གྱ་ལའི་

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

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



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

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

སྟེ་ཆ་སྐམ་པོ་གཤེགས་པའི་ཤུལ་ལམ་ནས།

ཏོར་གཙང་ས་མཐར་འབྱམས་པའི་རྒྱ་རྩེས་འགའ།

སྤྱིན་དང་ན་བུན་འཐེབས་པའི་སྤྱི་ཀ་ནས།

མཛུབ་མོས་རྒྱང་བསྟན་བྱས་པ་འདི་ཉིད་ཅིམ།

སྤྱི་ལོ་༡༠༠༧ ཟླ་༡ ཚེས་༡ (བཟང་པོ་བརྒྱ་འདྲིམས་ཀྱི་)ཉིན་རྩ་ལ་གངས་  
རྒྱུད་རང་ཤག་དུ་བྲིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ།

# མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོ་སྒྲེགས་བཅ་ བཞི་བ།

འབྲེལ་མེད་གནའ་གཏམ་བསྐྱལ་བ་ཆོད་མའི་བཅས། །  
 ཆོག་ཆོགས་མྱེ་བ་སྤངས་པ་ལུད་ཀྱི་རི། །  
 རོ་བཟང་སྒྲན་པ་འབོད་པའི་གཡང་འགྲག་སོགས། །  
 རོན་དུ་གཉེར་བའི་འདུན་པ་ངང་གིས་ཡལ། །

སྤྱལ་སྤྱུས་སྤྱལ་བ་བཀྱེ་བའི་མཚར་གཏམ་དང་། །  
 མཁས་པས་གཞུང་ལུགས་ཐོས་པའི་རམ་ཤ་སྟེ། །  
 སྤྱན་པོས་ཆོ་སྒྲིག་སྤྱར་བའི་ཐོ་ཅོ་སོགས། །  
 འཁོར་བའི་ཐབས་ཚུལ་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས། །

ལྷགས་ནག་ཐོ་བས་རྒྱང་བ་མགར་བ་དང་། །  
 རྒྱ་སྤྱན་སྒྲོམ་མར་སྒྲེབས་པ་འཐག་མཁན་སོགས། །  
 ལས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་རེ་རེའི་སྒྲུ་མོ་ན། །  
 འཆོ་ཐབས་ངལ་བས་བྲེལ་བ་མི་ཆོ་ཡིན། །

ཡ་རབས་ཆོས་པའི་གྲལ་དུ་མ་ཚུད་ཅིང་། །  
 མ་རབས་གསོག་པོའི་རྗེས་སྟེག་མ་ཐུབ་ནས། །  
 བར་མ་དོན་མཉོག་ཚུང་ངལ་བའི་ཁྱར། །  
 ཤིན་དུ་མྱ་བའི་སྐྱོབ་སང་དུ་མེད། །

རྩན་ཁམ་སྟོག་དམར་འཐབ་པའི་བར་སྒང་དུ། །  
 བདེན་པའི་སྟོན་མེ་འདི་ཉིད་ཉམ་ཚུང་བས། །  
 ཉག་པོའི་ཐོ་ཡོར་འདི་ཡི་ཕུག་པ་ན། །  
 ཤིན་དུ་དཀར་བའི་སྒྲིང་འདི་སུ་ཡིས་མ་ཐོང་། །

སོ་རྩོན་སོག་ལེ་འབར་བ་ཡན་པོའི་ཁ། །  
 རྩན་གསོབ་ནགས་མ་སྟེག་པའི་བྱེད་ལས་འདིས། །  
 ཉེས་མེད་སྟོག་གི་ཉག་ཐག་ཕྲ་མོ་གང་། །  
 ཤིན་དུ་སྐྱུ་པའི་རྩ་ཆོགས་ཡང་ཡང་བསགས། །

སྟོན་རབས་མཁས་པས་བསྐྱུན་པའི་ཁང་བཟང་དང་། །  
 དེང་རབས་གསར་བྱས་བྱས་པའི་སྦྱིལ་བུ་སོགས། །  
 ཡིག་ཆོགས་སྤྱག་པོའི་གྲོང་ལ་འབྱམས་འབྱམས་ནས། །  
 རྩ་ཤེལ་དངས་མེའི་ཁང་བུ་འདི་ན་བསྐྱུན། །