

སྤྱི་དབང་སྐྱོད་འཛིན་ལམ་ལུགས་ནས་

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་བར་།

བཅིངས་ཁྲོལ་གྱི་ཆེད་དྲུག་འཆར་གྱི་སྒྲོམ་གཞི་ཞིག །

From Dictatorship to Democracy:
A Conceptual Framework for Liberation

མཁས་དབང་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་མཁན་པོ་མཆོད་པ་།

པུ་ཆེ་དབང་ལྷ་སྐྱོད་ལུགས་སྒྲོམ་བཅོལ་གྱི་སྐད་དུ་བསྒྱུར་།

ཨེལ་ལཱ་ཁྲ་ཨེལ་ལཱ་ཁྲ་ཁྲ་གནས་ཁང་།

ཚུམ་པ་པོའི་བརྩམས་ཚུལ་གཞན་ཁག

ཉེ་བར་བཞོད་པའི་བཅོས་སྒྱུར།

- ལུང་གྱི་གང་ངར་དང་ཤར་གྱི་ཕོད་འཇམ།
- མི་ཆེན་པོ་བོ་པ་མངར་སྒྱུར།
- ང་ཉི་ཕོད་ཡིན།

དབྱིན་སྐད་ནས་བོད་སྐད་སྒྱུར།

- མཆོས་ཁྱིམ་གྱི་འདུན་པ་ཆེན་པོ།
- མཁོ་ལྷ་ཡི་འཆོ་བ་སྐངས་པའི་འཁྱམ་ཚོད་
གྱི་ལུང་པ་དང་ཉམས་ལེན།
- མི་མེད་རས་ལ་གྱི་རིག་ཅུལ་སྒྱུར་བཅས།

མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་ནས་

མང་གཙུག་ལམ་ལུགས་བར།

བཅེངས་གོལ་གྱི་ཆེད་རྟོག་འཆར་གྱི་སྒྲུལ་གཞི་ཞིག །

སྤྱི་དབང་སྐྱེད་འཛིན་ལམ་ལུགས་ནས་

མང་གཞི་ལམ་ལུགས་བར་།

བཅིངས་ཁོལ་གྱི་ཆེད་དུ་འཆར་གྱི་སྒྲོམ་གཞི་ཞིག །

From Dictatorship to Democracy:
A Conceptual Framework for Liberation

ཨིལ་རྒྱུ་ཨིན་སྤྱི་ལོ་གནས་ཁང་གི་མཁས་དབང་རྒྱུ་ལོ་ལོ་བཅུ་ལོ་

ལོ་ལོ་དབང་ལོ་ལོ་གནས་ཁང་གི་སྤྱི་དབང་བཅུ་ལོ་

ཨིལ་རྒྱུ་ཨིན་སྤྱི་ལོ་གནས་ཁང་།

© Pema Tsewang Shastri, 2007

དེབ་གྱི་བདག་དབང་བྱེད་པོ། རྒྱ་ནག་གི།

ཐོད་འགྲུར་གྱི་བདག་དབང་བྱེད་པོ། ཡུལ་ཆེ་དབང་ལྷ་སྤྱི།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧

Published by
The Albert Einstein Institution
427 Newbury Street
Boston, MA 02115 USA

ISBN: 1-880813-17-3

ཚུམ་པ་པའི་ངོ་སྤྲོད་ཐོབ་པ་བཞིན། vi

མཐུན་འགྱུར་དང་ལེན། ix

སྒྲིན་ཐོབ་པ། x

དང་པོ། སྤྱིད་དབང་སྒྲིར་འཛིན་ལམ་ལུགས་ལ་དངོས་སུ་གདོང་ལེན་བྱེད་པ། 1

ཚུན་མཐུད་པའི་དཀར་ཆོག་ཅིག 3

འཆེ་བའི་ལམ་ནས་རང་དབང་འོས་སམ། 7

གཞུང་སྤྱིད་བཙན་འཕྲོག་དང་། འོས་བསྐྱུ། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་མགོན་སྐྱབས། 10

མི་སྒྲིན་པའི་བདེན་པ་དེར་གདོང་ལེན། 16

གཉིས་པ། བྱོས་མོལ་གྱི་ཉིན་ཁ་ཁག 19

བྱོས་མོལ་གྱི་ཚད་འཛིན་དང་དགེ་མཚན། 21

བྱོས་མོལ་གྱིས་མགོ་སྐྱར་པ་མིན་ནམ། 23

བྱོས་མོལ་ནད་གི་དབང་ཆ་དང་བྱང་བདེན། 25

ཁས་ལེན་རུང་བའི་སྤྱིད་དབང་སྒྲིར་འཛིན་པ་ཞེས་སུ་བཏགས་པ་དག 28

ཞི་བདེ་ཅི་འདྲ་ཞིག 30

རེ་བ་འོས་པའི་རྒྱ་མཚན། 31

གསུམ་པ། དབང་ཆ་གང་ནས་བྱང་ངམ།	35
སྤྱུའི་རྩི་པོའི་སྐྱུང་གཏམ།	36
སྤྱི་དོན་དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་དགོས་ངེས་ཁག	38
མང་གཙོ་ཅན་གྱི་དབང་ཆའི་ལྷོ་གནས།	45
བཞི་པ། སྤྱི་དབང་སྐར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ལ་ཞན་ཆ་ཡོད།	49
ཨིག་ལིས་ཡི་རྒྱུ་མཐུན་པོས་འདྲིན་པ།	49
སྤྱི་དབང་སྐར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཞན་ཆ་ནམས།	51
སྤྱི་དབང་སྐར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཞན་ཆར་གློ་ལ་བ།	54
ལྔ་པ། དབང་ཆ་མེད་སྤྱོད་བྱེད་པ།	56
འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་བྱེད་སྤྱོད།	58
འཆེ་བ་སྤངས་པའི་གོ་མཚན་དང་སྤྱི་གཤིས་སྤྲུལ་སྤྲོད།	59
ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་དང་། གསང་བ། ཚད་མཐོ་བའི་གནས་ཚད།	66
དབང་ཆའི་འབྲེལ་བར་འཕོ་འགྱུར།	68
འགྱུར་བའི་ཐབས་ལམ་བཞི།	70
སྤྱི་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་ཆ་དེའི་མང་གཙོ་ཅན་དུ་	74
སྐྱར་བྱེད་ཀྱི་རྣམས་པ།	
འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་སྤྱོད་འདོངས།	76

རྩལ་པ། འཐབ་བྱས་ལྷན་པའི་འཆར་འགོད་གྱི་དགོས་པ།	78
དོན་དངོས་གྱི་འཆར་འགོད།	79
འཆར་འགོད་བྱེད་པར་འགོག་རྒྱུ།	82
འཐབ་བྱས་ལྷན་པའི་འཆར་འགོད་ནང་གི་ཐ་སྙད་གལ་ཆེ་བཞི།	88
བདུན་པ། འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད།	95
ཐབས་ལམ་གྱི་གདམ་ཁ།	98
མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཆེད་དུ་འཆར་གཞི་འགོད་པ།	100
ཕྱིའི་རོགས་སྐྱོར།	101
གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཞིག་བཟོ་བ།	103
ལས་འགུལ་ཆེད་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད།	107
མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་འཆར་སྐྱོའི་ཁྲབ་སྤེལ་བྱེད་པ།	112
དག་གཞོན་དང་དེ་ཕྱོག་པའི་ཐབས་ལམ།	114
འཐབ་བྱས་ལྷན་པའི་འཆར་གཞི་ལ་བརྩི་སྲུང་།	116
བརྒྱད་པ། མིང་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་བཀོལ་སྤྱོད།	118
དམིགས་བཀར་གྱི་འགོག་ཚོལ།	119
མཚོན་རྟགས་ཅན་གྱི་འགྲན་ཚོད།	121
འགན་ཁུར་གྱི་ཁྲབ་སྤེལ།	124
མིང་དབང་གླེང་འདོན་པའི་དབང་ཆ་མིག་འཕེན་དུ་བྱེད་པ།	125

འཐབ་བྱས་ནང་གི་འཕོ་སྐྱར།	131
དགྲ་པ། སྲིད་དབང་སྒྲིར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་འཐོར་ཞིག་གཏོང་བ།	133
འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བའི་རང་དབང་།	137
སྲིད་དབང་སྒྲིར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་འཐོར་ཞིག་གཏོང་བ།	141
ལམ་སྐྱོངས་དེ་འགན་ཁུར་དང་ཐུན་པའི་སྐོ་ནས་སྐྱོང་བ།	143
བཅུ་པ། ལུགས་བྱུང་གི་མང་གཙའི་ལམ་ལུགས་ཆེད་སྤང་གཞི་འདིང་བ།	147
སྲིད་དབང་སྒྲིར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་གསར་པ་ཞིག་གི་འདྲིགས་སྤྲང་།	149
གཞུང་སྲིད་བཅུན་འཕྲོག་འགོག་པ།	150
ཅ་ཁྲིམས་ཟིན་བྱིས་བྱེད་པ།	151
མང་གཙའི་ཅན་གྱི་སྤྲང་སྐྱོབ་གྱི་སྲིད་བྱས་ཞིག	154
དགེ་མཚན་ཐུན་པའི་འགན་ཁུར།	155
བྱར་བྱན། འཆེ་བ་སྤངས་པའི་བྱེད་ལས་གྱི་ཐབས་ལམ་ཁག	159
བརྩོ་སྐྱོན།	175

ཙམ་པ་པའི་ངོ་སྟོན་གྱི་སྒྲིབ་བརྗོད།

སྟོན་དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ནས་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་བར། ཞེས་པའི་
དེབ་འདི་ནི། འཛེབ་སྐྱངས་པའི་བྱེད་ལས་པེད་སྟོན་གྱི་ལམ་ནས་དག་སྟོན་སྟོན་བ་
དང་། མང་གཙོ་ཅན་དུ་བསྐྱར་བར་རམ་འདེགས་བྱེད་པའི་ངོ་སྟོན་གཉིད་ཟབ་ཅིག་
ཡིན། དེབ་འདི་ཐོག་མར་བཙན་བྱོལ་དུ་གནས་པའི་མངོན་གསལ་ཅན་གྱི་འབར་མའི་
མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་ཞིག་གི་འཕོད་སྐྱེལ་ལ་བརྟེན་ནས་བྲིས་པ་དང་། བྲི་ལོ་
༡༩༩༩ ལོར་ཐུ་ཡིལ་ཁེའི་རྒྱལ་ས་ཐེང་གོ་གྲག་གྱི་ནང་དུ་འབར་མ་དང་། དབྱིན་ཇིའི་
སྟོན་དུ་དབར་བསྐྱར་བྱས། དེབ་འདིའི་ནང་དོན་ནི། འཛེབ་སྐྱངས་པའི་འཐབ་ཚུད་
དང་། སྟོན་དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་ལམ་ལུགས། བྱེད་ལས་གཅིག་སྟེན་གྱི་ལམ་
ལུགས། འགོག་སྒོལ་ལས་འགལ། སྟོན་དོན་གྱི་ནམ་གཞག་སོགས་འགོ་བརྗོད་སྒྲ་
མང་ཐོག་མི་ལོ་བཞི་བཅུ་ལྷག་གི་འབྲི་ཙམ་དང་། ཉམས་ཞིབ་ལ་གཞི་བཙུག་བྱས་
ཡོད།

འདི་ནི་དེ་སྔ་གསང་བའི་ཐོག་ནས་འབར་མའི་ནང་དང་། དེ་བཞིན་གདུང་
སེམས་མཉམ་སྦྱེད་བྱེད་མཁན་དང་། སྐབས་བཙུལ་བ་གཞན་གྱི་ཁོད་དུ་འང་
འབྲེམས་སྟེལ་བྱས་ཡོད། སྐབས་དེ་དུས་ངས་སྦྱིར་བཏང་གི་མིག་འབེན་དེས་ལུང་
པ་འབྲེམ་མིན་ནང་གི་སྟོན་དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་ནམ། ཡང་ན། དབང་ལུགས་གཅིག་སྟེན་
བྱེད་པའི་སྟོན་གཞུང་ཚང་མའི་ཐད་དུ་དཔྱད་ཞིབ་འདིས་ཕན་རུས་ཡོང་བཤེས་མ་བྱུང་།
འོན་ཀྱང་ཉེ་བའི་ཆར་དེབ་དེ་རང་རང་སོ་སོའི་ལུང་པའི་སྟོན་དུ་བསྐྱར་བ་དང་།

ཨེས་ཤོན་ཡི། ལྷ་ཉ་མི། ལི་བུ་ཉི། ཉང་ལྷ་རི། ཤར་འཇར་མན་བཅས་ཚུད་ཡོད།
འདི་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་ཕི་ལི་ཕིན་དང་། རྒྱ་གར། ལྷོ་ཨ་མི་རི་ཀ་བཅས་ཐེ་བའི་
འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྱ་གཞན་གྱི་ནང་དུ་འང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད།

དེ་བ་འདིས་ཐོད་སྐད་སྒྲོད་མཁན་གྱི་མང་ཚོ་གས་ལ་དཀའ་སྡོག་ཅིག་གི་ནང་དུ་
འཛོལ་སྤངས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་བཀོལ་སྒྲོད་ལ་གོ་རྟོགས་ནས་མ་ཞིག་སྒྲུབ་པའི་རེ་བ་
ཡོད། ད་ནས་བཟུང་ཐོད་སྐད་སྒྲོད་མཁན་གྱི་མང་ཚོ་གས་ལ་དེ་བ་འདི་ལྷོག་རྒྱུ་ཡི་གོ་
སྐབས་ཡོད་པར་ང་ཚོ་དགའ་པོ་བྱུང་ལ། དེ་བ་འདིའི་གལ་གནད་ཆེན་པོར་ངོས་
བཟུང་སྟེ་འདི་ཐོད་སྐད་དུ་ཐོབ་ཕྱིར་སྐྱེད་ལ་བསྐྱོན་མཁན་ཚང་མར་བྱགས་རྩེ་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་
ཡིན།

རྩིན་ཤུགས་གྱིས་ཕྱི་ལོ་༡༠༠༧ ཟླ་བ་༥ ཚེས་༡ ལ།

The Albert Einstein Institution
Boston, Massachusetts, USA

མཐུན་འགྱུར་དང་ཡིན།

ཀྱི་ཆེ་འོ་སྐོག་པ་པོ་ནམས་ཀྱི་སྐྱེན་ལམ་དུ་བསྐྱར་སྐྱེའི་དེབ་འདི་བཞིན་ཡུབ་པའི་བརྒྱད་
རིམ་གྱི་ནང་དུ་རྟ་ས་པོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་པོད་ཀྱི་དུས་དེབ་ཙོམ་སྒྲིག་པ་རུར་པ་
སྐྱེ་ཞབས་བསོད་ནམས་ཆེ་རིང་ལགས་ནས་ཞུ་དག་གནང་སྟེ་ཆོག་སྐྱབ་དང་བརྗོད་པ་
འགའ་ཞིག་གོ་བདེར་བཅས་གནང་པ་མ་ཟད་དེབ་ཀྱི་རྩས་འགོད་ཆ་ཚང་གནང་པར་
སྙིང་ཐག་པ་ནས་བྱགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། པོད་མི་བཅན་གྱི་ལ་བའི་ཁོད་དུ་འཆོ་བ་
སྤངས་པའི་ནམ་གཞག་དང་། ཐབས་ལམ་གྱི་ཐོག་ལ་ཡང་ཡང་ཟབ་སྦྱོང་དང་སྟོན་
སྟོན་གོ་སྒྲིག་གནང་མཁན་གྱི་པོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་ར་ལྷ་ཡི་ཨེ་ཤ་རེ་ཏེ་(Rabi
Everett) དང་། མེ་རི་སྟེ་ཆུ་ལམ་(Mary Gendler) གཏན་ཞུ་གཉིས་དང་།
སྟེ་ཆུ་ལམ་ནང་མིའི་ཐེབས་ཙུ་(Gendler Family Foundation) དང་། དེ་
བཞིན་གེ་རི་ཀེ་ཏེ་དུ་གཏན་བཞུགས་སྐྱུ་ཞེན་ལྷག་བསམ་གྱིས་ལྷག་པའི་ནས་ལུང་
བསྟན་འཛིན་སྐྱེལ་བཟང་ལགས་དང་། ཁོང་གི་གཟུང་ཟླ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ལགས་ནང་མི་
བཅས་ནས་དེབ་འདིའི་པར་སྐྱེན་གྱི་ཆེད་མཐུན་འགྱུར་རོགས་རམ་གནང་བར་སྙིང་
ཁོངས་རུས་པའི་གཉིང་ནས་བྱགས་རྩེ་བཀྱིན་སྒྲིག་དུ་ཆེ་ཞེས་ལན་བརྒྱར་ཞུ་རྒྱུ་
ཡིན། དེ་བཞིན་མཁས་པའི་དབང་པོ་རྩིན་གྲུ་(Gene Sharp) ལགས་ཀྱིས་དེབ་
འདིར་སྟོང་བརྗོད་གནང་བ་དང་། ཇམ་མི་ལ་རལ་ལེ་(Jamila Raqib) ནས་གང་ཅིའི་
ལྷག་རོགས་དུས་ཐོག་དུ་གནང་བ་ལའང་གོ་སྐབས་འདིའི་ཐོག་ནས་བཀྱིན་ཆེ་ཞུ་
ཡིན།

ཁོ་ལྟེན་ལྟེན་།

ཡེ་མང་རིང་འཛིན་མཁས་ཁྱུང་ནང་ནས་ཆེ་ཤོས་དེ། རི་ལྷོང་བྱས་ཏེ་མང་ཆོག་ས་གྲིས་
 གྲིང་དབང་ལྷེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་སྡོན་འགོག་དང་། མེད་པར་བཟོ་བྱུང་མིན་དེ་
 ཡིན། འདི་ནི་སྡོག་ས་གཅིག་ནས་དེ་འདྲི་དབང་འཛིན་པས་འགོ་བཙུག་ལ་དབང་སྦྱར་
 བྱེད་རྒྱ་དང་། ཅུ་མེད་གཏོང་རྒྱ་དག་ཡོང་མི་དགོས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཞིག་ལ་བརྟེན་
 བས་སྦྱེད་མིངས་བྱུང་བ་རེད། ཡིད་ཆེས་དེ་འགོ་བཙུག་རང་དབང་གི་གལ་གནད་
 དང་། ཨེར་སྟོང་ལ་ནས་བཟུང་སྟེ་གཅིག་སྟུང་རིང་ལུགས་ཀྱི་དབྱེད་ཞིབ་ཁག་ནང་
 གསལ་བའི་གྲིང་དབང་ལྷེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན། ལྷོང་དང་མི་དེ་ཡིན་
 གྱི་རིང་ལུགས་ལྟ་བུ་གྲིང་དབང་ལྷེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་པཅས་བསྐྲུགས་
 པས་ལུགས་ཆེ་ཏུ་སྦྱིན་ཐོང་།

དུས་ལུན་འདི་དག་གི་རིང་ལ། ཁོ་ཁོར་དལ་ཚོལ་ར་བ་ནས་ཐར་བའི་སྒྲིབ་
འགའ་ཞིག་ཐེ་བའི་རྒྱ་རིའི་དབང་སྒྲུར་ལོག་དུ་སྟོང་སྟོང་བ་དང་། དགའ་སྒྲིག་ལུངས་
སྟོང་བའི་མི་ནམས་དང་རོ་ཤེས་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཐོབ་ལུང་། ང་ལ་ནོར་མེ་ལུང་བའི་
ནང་དུ་སྒྲུབ་ཤིང་འདི་དབང་སྒྲུར་ལ་འགོག་གོལ་བྱས་ཏེ་འཚོ་གནས་ཐུབ་པའི་མི་ནམས་
རོ་འཕྲད་ལུང་ལ། འདས་ཐོང་སྤྱིན་པ་ནམས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་འང་གོ་བོས་ལུང་། ངས་
རྒྱ་རིའི་ལག་ལོག་ནས་ཐེས་ཐར་བའི་རིུ་མི་རིགས་དང་། ཁོང་ཚོ་སྒྲུང་སྒྲོབ་ཆེད་
རམ་འདེགས་བྱེད་མི་ནམས་དང་སྐད་ཆ་འགད་པ་ཡིན།

ལུང་པ་དུ་མའི་ནང་གི་དམར་པོའི་དབང་སྒྲུབ་གྱི་འཛིགས་སྒྲུབ་གི་གོ་རྟོགས་དེ་
སྒྲེར་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས་དེབ་གྱི་ནང་ནས་མང་བཤེས་བྱུང་། ལམ་ལུགས་འདི་དག་གི་
འཛིགས་སྒྲུབ་དེ་ངའི་སེམས་ལ་དམིགས་བསལ་བཟོད་དཀའ་བར་མངོན་བྱུང་། གང་
གིས་ཞེ་ན། མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་འདི་དག་གཉིས་གཞིན་དང་། བཤུ་
གཞོག་ནས་བཅིངས་གྲོལ་གཏོང་བའི་མིང་ཐོག་ནས་བཙན་འགོལ་བྱས་པ་རེད།

ཉེ་བའི་བཅུ་ཕྱག་འགའི་ནང་དུ་གདུག་རྩལ་ཅན་གྱིས་དབང་སྒྲུབ་བྱས་པའི་ལུང་པ་
འབར་མ་དང་། བོད། ཅི་ཡི། སྤྱོལ་ཆ་ཤེ། པ་ན་མ་བཅས་ནས་ཡོང་བའི་མི་རྣམས་
དང་ཕྱག་འཕྲད་བརྒྱད་ཤེས་འཛོར་བྱུང་བ་ལ། དེང་དུས་གྱི་མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་
ལམ་ལུགས་པ་རྣམས་གྱི་དངོས་ཡོད་གནས་སྤངས་དེ་གསལ་དུ་ཕྱིན་སོང་། རྒྱ་ནག་
དམར་པོའི་བཙན་འཁྲུལ་གྱི་ཐད་དུ་འཛིངས་མཁན་གྱི་བོད་མི་དང་། ཕྱི་ལོ་༡༩༩༡
ཟླ་བ་བརྒྱད་པའི་ནང་གི་དྲག་པོའི་གཞུང་མིད་བཙན་འཁྲུག་ལ་སམ་ཉེས་གཏོང་མཁན་
གྱི་ལུ་རུ་ལུའི་མི། དྲག་དམག་དབང་སྒྲུབ་དུ་ཕྱིར་ལོག་དུ་མ་བཅུག་པར་འཆོ་བ་
སྤངས་པའི་ལམ་གྱིས་སྒྲོ་ནས་བཀག་མཁན་གྱི་སྤྱིའི་ལེ་ཆ་ཤེའི་མི་རྣམས་ནས་ང་ལ་མིད་
དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་གྱི་གསང་ཐབས་གྱི་གཞོད་འཆོ་ཆེ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་
ཐོག་ལ་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་གོ་རྟོགས་ཞིག་ཉིད་བྱུང་།

གདུག་རྩལ་གྱི་ཐད་དུ་ཡང་ང་འདི་ངང་ཚུལ་དང་། ཁོང་ཁྱོད་དྲག་པོའི་འཛོར་བ་དང་
ལྷན་དུ་ཡིད་ཆེས་པར་དཀའ་བའི་དཔལ་པོ་དཔལ་མོ་རྣམས་གྱི་སྒྲོ་སྒྲིངས་པའི་སྤྱིར་
སྒྲོབས་ལ་ཡི་རངས་པ་དེ་དག་སྐབས་རེ། ད་སྐབང་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོད་བཞིན་དུ་

སྐབས་འགར་ངས་ཐིམ་ཅི་པས་ནང་གི་དུས་ཁྱོད་དང་། གཟུགས་མཐོང་རྒྱུ་
འཕྲིན་གྱི་དོ་རིང་དང་། གང་དུ་མི་མང་པོར་མེ་མདའ་རྒྱལ་སྟེ་གསོད་ས་རི་རྩའི་རྒྱི་
དམངས་སྤྱིར་ག། གང་དུ་རྒྱུའི་སེཾ་ཆོས་འགོག་ཆོལ་བར་དུ་རྒྱིག་དུ་བཅུག་ནི་མི་
མདའ་རྒྱག་ས་བྱང་ཨིཌ་ཡིའི་ནང་གི་ཐེ་རྒྱ་རེ་མེན་ཏེ། དེ་བཞིན་གང་དུ་གཞོན་
རྒྱུས་མང་པོ་ཆེས་ལོ་རྒྱུང་སྐབས་ཀྱི་བའི་ཡུང་པོས་ཁེངས་སྟོད་སའི་མ་རྒྱར་པོ་ལོའི་
དུས་ཁྱོད་དུ་སྐྱེས་མ་ཞིག་བཅས་ཤིན་པོ་བ་སའི་ས་གནས་ཁག་ལ་བསྐྱོར་སྟོད་བྱས།
མིད་དབང་སྐྱེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་ཆང་མས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྩེ་ས་མུ་གཏོར་བཤིགས་
དང་མི་གསོད་ཁྲག་སྟོར་འདི་འདྲ་འདྲོག་པ་དེ་ནི་སྟོཾ་མམ་བའི་གནས་སྤངས་ཞིག་རེད།

སེམས་ཁུར་དང་ཉམས་ཕྱོད་འདི་དག་གི་སྒྲིབ་ནས་བཙན་ཤིང་ལམ་ལུགས་སྟོན་
འགོག་ཐུབ་པ་དང་། མང་ཚོགས་འཛོམ་ཆེན་ལ་སྟོག་སྟོན་མེད་པའི་ཐོག་ནས་མིད་
དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཐད་དུ་ལམ་སྟོངས་ལྡན་པའི་འབད་ཚུལ་བྱེད་ཐུབ་
པ། མིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཅ་མེད་བཟོ་ཐུབ་པ་དང་། དེ་དག་གི་ཐལ་
བའི་ནང་ནས་གསར་པ་ཞིག་སྐྱེ་བར་སྟོན་འགོག་ཐུབ་པ་བཙས་ཐག་གཙོད་ལྡན་པའི་རེ་
བ་ཞིག་སྐྱེས་ཐུང་།

ངས་མང་ཚོགས་ལ་སྟོག་སྟོན་དང་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཏུང་བའི་ཐོག་ནས་མིད་དབང་
སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་ལམ་སྟོངས་ལྡན་པའི་སྟོན་ནས་འཛོམ་ཞིག་གཏོང་བར་ཆེས་
རྒྱས་པ་ལྡན་པའི་ཐབས་ལམ་གྱི་སྟོར་ལ་བསམ་སྟོ་ཞིབ་ཚགས་གཏོང་རྒྱུའི་འབད་ཚུལ་
བྱས་པ་ཡིན། འདིར་ངས་ལོ་མང་རིང་ལ་མིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དང་།
འགོག་ཤོལ་ལས་འགྲུལ། གསར་བརྗེའི་ལས་འགྲུལ། མིད་དོན་གྱི་རྩ་བ། མིད་
གཞུང་གི་ལམ་ལུགས། དམིགས་སྤྱུ་བཀར་དེ་དངོས་དོན་གྱི་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་
འཐབ་ཚུད་བཙས་གྱི་ཐོག་ལ་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པའི་ཉམས་ཕྱོད་ལ་གཞི་བཞག་ཡོད།

དེབ་འདི་དེའི་འབྲས་བུ་རེད། ཡང་དག་པ་ཞིག་བྱུང་མེད་པ་ངས་ཤེས་གྱི་ཡོད།
འོན་ཀྱང་གཅིག་བྱས་ན། འདིས་མེད་པ་ལས་དྲག་པའི་སྟོབས་ལུགས་ཆེ་བ་དང་།
རྒྱས་པ་ལྡན་པའི་བཙེངས་གྲོལ་གྱི་ལས་འགྲུལ་སྒྲུན་པར་བསམ་སྟོ་དང་འཆར་འགོད་
ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་པའི་ལམ་སྟོན་འགའ་ཞིག་བྱེད་མིད།

བསམ་བཞིན་དུ་གདམ་ཁ་བྱས་པ་དང་། དགོས་མཁོ་ལ་བརྟེན་པའི་བརྩམས་ཆས་
འདིའི་དམིགས་ཆེན་གཙོ་བོ་ནི། ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་
དེ་རྩ་མེད་བཟོ་རྒྱུ་དང་། གསར་པ་ཞིག་མི་སྦྱོང་བའི་སྡོན་འགོག་ཇི་ལྟར་བྱེད་རྒྱུའི་སྦྱིར་
བཏང་དཀའ་ངལ་དེ་ཡིན། ལུང་པ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཞིབ་པའི་དབྱེད་ཞིབ་
དང་ལམ་སྟོན་བསྟན་རྒྱུའི་རྩ་ས་པ་འདད་ངེས་ང་ལ་མེད། ཡིན་ན་ཡང་སྦྱིར་བཏང་གི་
དབྱེད་ཞིབ་འདིས། ལྷབས་ཉེས་པའི་སྟོན་ས་ད་ལྟ་འདྲ་ལུང་པ་མང་པོའི་ནང་དུ་གདུག་
རྒྱབ་ཅན་གྱི་དབང་སྦྱར་གྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་བཞིན་པའི་
མང་ཚོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་བའི་རེ་བ་ཡོད། རང་རང་གི་གནས་སྤངས་དང་
བསྟན་ཏེ་དབྱེད་ཞིབ་འདི་བདེན་པ་ཡིན་མིན་དབྱེད་པ་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་བཞིན་རང་
རང་གི་བཅེངས་གྲོལ་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ནང་དུ་འདྲིར་འཁོད་བསམ་ཚུལ་ནམས་བཀོལ་
སྟོན་བྱུང་མིན་དང་འོས་མིན་ཡང་གནས་སྤངས་དང་བསྟན་དགོས་པ་ཡིན།

ངས་དེབ་འདི་འབྲི་སྐབས་བགྱིན་རྗེས་བྲན་བྱེད་དགོས་པའི་བྱ་ལོན་དུ་མ་ཞིག་
ཡོད། ངའི་དམིགས་བསམ་ལ་ཕྱག་རོགས་བྱུངས་རྒྱ་གཞི་ནས་གྱིས་དེབ་ཀྱི་ནང་དོན་དང་
རྒྱ་ཆ་སྒྲིག་སྤངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ངོས་བཟུང་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་འཐབ་བྱས་ཐད་ཀྱི་
རྟོག་འཆར་ཁག་པོའི་རིགས་ལ་གསལ་ཁ་གཏོད་རྒྱུ་དང་འབད་བརྩོན་དགོས་པའི་
དགོངས་འཆར། ཚུམ་སྒྲིག་བཀོད་བྱས་ཡར་རྒྱས་དང་། རྒྱར་སྒྲིག་བྱེད་པ་བཙས་
ལ་ཚོད་དཔག་དཀའ་བའི་མཐུན་འགྱུར་གནང་ཡོད། སེའི་ཕན་གྱོ་ཉི་ལའང་ཚུམ་སྒྲིག་
ཐོག་རམ་འདེགས་གནང་བར་བགྱིན་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀའ་དབང་གིས་འོས་

ཀྲུག་ལར་དང་རྩྭ་ཉེ་ལ་མི་གཉིས་ནས་བཀའ་སློབ་དང་སྒྲིན་བརྗོད་ཞེས་གསལ་
 ཆེན་པོ་གནང་ཡོད། མཁས་དབང་ཉེང་ལ་མཁའ་པ་སོན་དང་། མཁས་དབང་
 བེའི་ཤི་ལ་པ་ཆུ་མན་གཉིས་ནས་བང་རིམ་བཞིན་ཨ་པ་རིག་དང་། ལེའི་ན་ཨ་མི་རི་ཀ་
 གཉིས་ནང་གི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་སྒྲིལ་ལ་གནས་ཚུལ་གནང་ཡོད། དེས་ན། དེ་འདྲ་བའི་
 གཏོང་མོད་དང་བྱམས་སྒྲིལ་ལྟོན་པའི་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱིས་དེ་བའི་འདིར་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་
 བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་འཁོད་པའི་སྒྲིགས་བརྗོད་མས་དང་དཔྱད་ཞིབ་ཀྱི་འགན་ཁུར་དེ་
 ང་རང་གི་ཡིན།

དཔྱད་ཞིབ་འདིའི་ནང་གང་དུ་ཡང་སྲིད་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་པར་བརྩི་མེད་བྱེད་རྒྱ་
 དེ་ལས་སྒྲུ་པོ་དང་རིན་པ་མེད་པའི་འབད་ཚོལ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་བྱས་མེད།
 འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ནམ་པ་ཐི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་མགོ་རྩོག་པོ་དང་། རིན་འབབ་ཅན་རེད།
 དེས་ན། སྲིད་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་པར་འཐབ་འཛིངས་བྱེད་རྒྱ་དེར་མས་སྒྲིན་ཡོང་བ་ཨ་
 ཅང་ཅང་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དཔྱད་ཞིབ་འདིས་འགོག་གོལ་གྱི་འགོ་བྱིན་ཆོར་རང་
 ཉིད་ཀྱི་རྣམ་སྟོབས་ཆེ་ཅུ་གཏོང་བའི་འཐབ་བྱས་དང་མཉམ་དུ་སྒྲིལ་བཅས་མས་སྒྲིན་
 གྱི་ཚད་གཞི་ཉུང་དུ་གཏོང་བའི་ཐོག་ལ་མཉོ་བསམ་གཏོང་བར་པན་ཐོགས་ཡོང་བའི་
 རེ་བ་ཡོད།

དཔྱད་ཞིབ་འདི་སྲིད་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་ལམ་ལུགས་བྱེད་བྲག་པ་ཞིག་རྩ་མེད་དུ་
 མོང་རྒྱས་དཀའ་ངལ་གཞན་ཆང་མ་དེའི་མཉམ་དུ་ཡལ་འགྲོ་བའི་གོ་བའང་རྒྱག་རྒྱ་
 མེད། དབང་འཛིན་པ་གཅིག་མར་ཟགས་པ་དང་རྩོགས་སྒྲིལ་ཞིག་གྲུབ་ཀྱི་མེད།

དེ་ལས་གཞན་དུ་དེས་སྤྱི་ཚོགས་དང་། དཔལ་འབྱོར། སྤྱི་དོན་བཅས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་
 བྱང་བཞེན་བཟོ་རྒྱུར་རྒྱུན་རིང་བའི་འབད་ཚེལ་དང་། ལས་ཀ་དུར་ཐག་བྱེད་པ་དང་།
 བྱང་བཞེན་མ་ཡིན་པ་དང་། བཙན་གནོན་གྱི་ནམ་པ་གཞན་མེད་པར་བཟོ་རྒྱུའི་ལམ་
 ཞིག་བྱས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་སྤྱི་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་འཐོར་ཞིག་ཇི་ལྟར་
 གཏོང་བྱུང་བའི་ཆོག་དཔྱོད་མདོར་བསྡུས་འདི་དུས་ནམ་ཞིག་དབང་སྒྲུར་འོག་དུ་
 གནས་པ་དང་། རང་དབང་འདོད་པའི་མང་ཚོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་བར་ངས་ཇི་
 བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཨ་རིའི་མེས་ཅུ་མེས་ཀྱི་ མངའ་སྡེའི་གྲོས་འོན་ནང་ཏིན་གཞི་བྱས་པའི་ཨེལ་ལྷུ་ར་
 ཨིན་ས་ཀྱི་ཆེ་གནས་ཁང་ནས་རྒྱུན་བྲལ་གྱིས་༡༩༩༩ ཟླ་༡༠ ཚེས་༦ ཉིན་གྱིས་
 པའོ།

དང་པོ།

སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ལ་དངོས་སུ་གདོང་ལེན་བྱེད་པ།

ཉི་པའི་ལོ་དུས་ཀྱི་ནང་དུ་སྲིད་ཅན་གཉིས་ཀ་ནས་བྱུང་བའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་
ལུགས་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་སྐྱེ་ལ་འདྲེད་ཀྱིས་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ལྷུ་མཁན་གྱི་མང་
ཚོགས་དང་གདོང་བྱུག་བྱུང་སྐབས་འབྲེལ་བའམ། ཡང་ན། འཛོམ་ཞིག་ཏུ་སྲིད་པ་
བྱུང་ཡོད། ཡང་ཡང་སྐྱེས་མི་སྟོན་པ་དང་། སྤྱི་བརྟན་གྱི་བཙན་ས་བརྩུང་བ་ལྟ་བུར་
མངོན་པའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་འདི་དག་འགའ་ཞིག་གིས་མང་
ཚོགས་ཀྱི་སྲིད་དོན་དང་། དཔལ་འབྱོར། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ལྷུ་
བའི་ཆིག་བསྒྲིལ་གྱི་ནུས་ཀྱུགས་དེ་འགོག་མ་བྱུང་བའི་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཡོད།

ཕྱི་ལོ་༡༩༤༠ ནས་བརྩུང་ཨེས་འོ་ནི་ལ་དང་། ལྷ་ཉ་མི་ལ། ལི་ཐུ་ནི་ལ།
ཕྱོ་ལེ་ཏཱེ། ཤར་འཇར་མན། ཅེ་ཀོ་མོ་ལོ་ལྷ་གི་ལ། མོ་ལོ་མེན་ནི་ལ། མེ་ལྷ་གསྐྱར།
ལྷ་ལི། ལྷོ་ལི་མི་ལ། ཕི་ལི་ཕིན་ས་བཅས་ཀྱི་མང་ཚོགས་ཀྱི་གཙོ་ཆེར་འཆོ་བ་སྤངས་
པའི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མ་ལྷུས་པའི་མདུན་དུ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་
དག་འཛོམ་ཞིག་ཏུ་སྲིད་ཡོད། དེ་བཞིན་༡༩༩༡ ལོའི་ཟླ་བ་བརྒྱད་པའི་ནང་དུ་
མཁའ་གསལ་བརྩུང་བ་ཁག་ཅིག་གིས་གཞུང་སྲིད་བཙན་འཕྲོག་བྱེད་རྒྱུའི་འབད་ཚེ་ལ་ལ་
ཕམ་ཉེས་གཏོང་བར་ལག་རྩེས་གལ་ཆེ་ཡོད་པའི་དེ་སྔ་སྔོ་མེ་ཏུ་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
ཆ་ཤས་དུ་མ་དང་། ནལ་ཇེ་རི་ལ། ཇོ་ཡར། ཏུ་ཁྲ་རི། ལྷལ་གེ་རི་ལ། ལྷ་ལི་

ལཱ་ཤི། མ་ལ་མི། ལུ་རུ་གུ་མེ། ལྷ་ར་ངོ་ལ། ཉེ་རི། ལམ་རེན་རི་ན། ཅི་ལི།
 ལྷོ་ཀོ་རི་ཡ། རྩ་ལྷི་ཡ། བལ་ཡུལ་བཅས་ཀྱི་ནང་དུ་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འགོག་
 སྒོལ་གྱིས་མང་གཙོ་ཅན་དུ་བསྐྱར་བའི་ལས་འགུལ་རྒྱ་སྐྱེད་དུ་བཏང་ཡོད།

དེར་མ་ཟད་ཉེ་བའི་ཆར་རྒྱ་ནག་དང་། འབར་མ། བོད་བཅས་ཀྱི་ནང་དུ་མང་
 ཚོགས་ཀྱི་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་འབྱུང་ཡོད། འཐབ་ཚད་དེ་དག་
 གིས་བཅན་བརྩུང་ངམ། ཡང་ན། དབང་སྦྱར་བྱེད་བཞིན་པའི་སྲིད་དབང་སྐྱེར་འཛིན་
 ལམ་ལུགས་ལྟལ་མེད་བཞེས་མེད་ཀྱང་། དེ་དག་གིས་བཅན་གནོན་ཅན་གྱི་གཞུང་
 འཛིན་པ་དེ་དག་གི་སྒྲུག་རྒྱུབ་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དམར་རྒྱུ་
 བསྐྱན་ཡོད་པ་དང་། མང་ཚོགས་ལ་འང་འཐབ་ཚད་འདིའི་ནམ་པའི་ཉམས་ཁྲོད་རིན་
 བང་ལྷན་པ་ཞིག་སྤྱད་ཡོད།

-
- 1 The term used in this context was introduced by Robert Helvey. “Political defiance” is nonviolent struggle (protest, noncooperation, and intervention) applied defiantly and actively for political purposes. The term originated in response to the confusion and distortion created by equating nonviolent struggle with pacifism and moral or religious “nonviolence.” “Defiance” denotes a deliberate challenge to authority by disobedience, allowing no room for submission. “Political defiance” describes the environment in which the action is employed (political) as well as the objective (political power). The term is used principally to describe action by populations to regain from dictatorships control over governmental institutions by relentlessly attacking their sources of power and deliberately using strategic planning and operations to do so. In this paper, political defiance, nonviolent resistance, and nonviolent struggle will be used interchangeably, although the later two terms generally refer to struggles with a broader range of objectives (social, economic, psychological, etc.).

གོང་གསལ་མིང་འདོན་བྱས་པའི་ལུང་པ་དེ་ཚོའི་ནང་མིང་དབང་སྒྲེར་འཛིན་
 ལམ་ལུགས་འབྱེལ་ཐིབ་བྱུང་བ་དེས་སྤྱི་ཚོགས་དེ་དག་ནང་གི་དཀའ་ཉམས་གཞན་
 ཡོངས་རྒྱུགས་མེད་པར་བཅོ་ཐུབ་མེད་ལ། དཔེར་ན། དབུལ་ཕོངས་དང་། ཁྲིམས་
 འགལ། འབྱོན་ཐང་མེད་པའི་ལས་ཁུངས་ལམ་ལུགས། ཁོར་ལུག་གཏོར་བཞིགས་
 བཅས་ནི་ཤས་ཆེར་གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ནམས་གྱི་ལག་རྩིས་ཡིན། འོན་
 ཀྱང་མིང་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་འདི་དག་གི་ལས་ཁུངས་པ་དེས་བཅན་གཞོན་སྤྱོད་མི་
 དག་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆ་ཤས་གང་འཆམས་ཞིག་ཏུ་གཏོང་བ་དང་། དེ་བཞིན་
 མིང་དོན་གྱི་མང་གཙོ་དང་། སྒྲེར་གྱི་རང་དབང་། སྤྱི་ཚོགས་གྱི་རང་བདེན་བཅས་
 རྩར་སྤྱད་དང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་དག་གྱུར་བཅོ་བྱེད་པའི་ལམ་གྱི་སྒྲོ་མོ་བྱེད་ཡོད།

རྒྱན་མཐུད་པའི་དཀའ་ཉམས་ཅིག

འདས་པའི་བཅུ་ལྔ་པ་དག་གི་རིང་ལ་འཛམ་གླིང་ནང་དུ་རང་དབང་དང་མང་གཙོ་
 རྣམས་ཆེར་གཏོང་བའི་ཕྱོགས་སུ་བརྒྱུད་པའི་འགྲོས་ཞིག་ངེས་པར་དུ་བྱུང་ཡོད།
 རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་ལོ་རེའི་ཆབ་སྲིད་ཐོབ་ཐང་དང་སྤྱི་དམངས་རང་དབང་གི་གནས་བབས་
 ལ་དབྱེད་ཞིབ་ཕྱོགས་བརྒྱུགས་བྱེད་མཁན་གྱི་རང་དབང་ཁང་པ་སྟར་ན། འདས་པའི་
 མི་ལོ་བཅུའི་ནང་འཛམ་གླིང་ཁྲོན་ཡོངས་སུ་རང་དབང་ཞེས་ལུང་པ་སྤྱི་ཚོན་རྩར་
 འབྱེད་བྱས་པའི་གངས་འཕོར་གང་འཆམས་མང་དུ་ཕྱིན་ཡོད།²

2 Freedom House, *Freedom in the World: The Annual Survey of Political Rights and Civil Liberties*, 1992-1993 (New York: Freedom House, 1993), p.66

ལོ་དུས།	རང་དབང་།	ཆ་གས་ཙམ་རང་དབང་།	རང་དབང་མེད་པ།
༡༩༩༣	༥༥	༥༦	༤༩
༡༩༩༣	༥༥	༥༣	༣༩

འོན་ཀྱང་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྲོས་འདི་བཙན་ཤེད་ཀྱི་གནས་སྐྱདས་འོག་ད་ལྟའང་
 གནས་བཞིན་པའི་མི་མང་གི་གངས་འཕོར་བྱེད་ཆེ་དེས་སྤྱི་མཉམ་དུ་བཏང་ཡོད།
 ཕྱི་ལོ་༡༩༩༣ གྱི་ཟླ་བ་དང་པོ་བར་དུ་འཛམ་སྐྱིད་གི་མི་འཕོར་ཐར་འབྲུམ་ལ་༥༤
 ཡི་བརྒྱ་ཆ་༣༡ རང་དབང་མེད་པ་³ ཞེས་བཏགས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ས་ཁུལ་གྱི་
 བར་དུ་གནས་ཡོད། དེ་དག་ནི་སྤྱི་དོན་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་སྤྱི་དམངས་རང་དབང་ལ་
 དམ་བསྒྲགས་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་ཁག་ཡིན། རང་དབང་མེད་པའི་སྤྱི་
 ཚན་ནང་གི་ལྷང་པ་༣༩ དང་། ས་ཁུལ་༡༣ བཙས་ནི་འབར་མ་དང་སྤྱད་ན་ལྟ་བུ་
 དག་དམག་གི་སྤྱི་དབང་སྒྲེར་འཛིན་དང་། སོ་རྟེ་ཨ་ར་ཡི་ཡ་དང་འབྲུག་ཡུལ་ལྟ་བུ་
 བཙན་གཞོན་ཅན་གྱི་སྒོལ་རྒྱན་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་དབང་། རྒྱ་ནག་དང་། ཨི་རྒྱ་ག བྱང་
 ཀོ་རི་ཡ་ལྟ་བུ་དབང་ཤེད་མངོན་གསལ་ཆེ་བའི་སྤྱི་དོན་ཚོགས་པ་ཁག བོད་དང་
 ཤར་ཏི་མོར་ལྟ་བུ་ཕྱི་རི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཙན་འཛུལ་བ་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་པའི་དབང་
 བསྐྱར་འོག་ཏུ་ཡོད་པའམ། ཡང་ན། འགྱུར་འགྲོས་ཀྱི་གནས་བབ་ནང་དུ་ཡོད།

(1993 figures are as of January 1993). See pp.79 -80 for a description of Freedom House's categories of "free," "partly free," and "not free."

3 Freedom House, *Freedom in the World*, p.4.

དང་གི་ཆར་ལུང་པ་མང་པོ་དཔལ་འབྱོར་དང་། མིད་དོན། སྤྱི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་
 འགྲུར་བ་ལྟར་བའི་གནས་བབ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བསྐྱད་ཡོད། འདས་པའི་ལོ་བཅའི་ནང་
 རང་དབང་ལུང་པའི་གངས་འབོར་མང་དུ་སྤྱོད་ཡོད་ཀྱང་། ལྷན་ཚད་ལྡན་པའི་གཞི་
 ཅའི་འགྲུར་བ་འདི་འབྲེལ་དོན་སྤྱུ་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་ཁ་སྤྲོགས་སྒྲོག་སྒྲེ་བསྐྱོད་པ་
 དང་། མིད་དབང་གླེང་འཛིན་གྱི་ནམ་པ་གསར་པ་ཞིག་ལྟར་སྤྱི་ཉིན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་
 ཡོད། དྲག་དམག་གོག་ཁག་དང་། འདོད་པ་ཆེ་བའི་སྤྱི་པོ་སྤྱིར། འོས་འདམས་
 བྱང་བའི་དཔོན་རིགས། བྱལ་མཐའ་ཅན་གྱི་མིད་དོན་ཚོགས་པ་ནམས་ཀྱིས་རང་རང་
 གི་འདུན་པ་བཙན་འགལ་བྱེད་པར་ཡང་ཡང་འབད་ཚོལ་བྱེད་ཀྱི་རེད། གཞུང་མིད་
 བཙན་འཕྲོག་བྱེད་པ་དག་ནི་ད་ལྟ་བར་དུ་འབྱུང་མྱོང་ཡོད་ལ་མ་འོངས་པར་ཡང་
 འབྱུང་ངེས་རེད། གངས་འབོར་ཆེ་བའི་མང་ཚོགས་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་ཅའི་ཐོབ་
 བང་དང་། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོབ་བང་ནམས་སྤྱི་མཐུན་དེ་མི་སྤྱོད་པ་ངེས།

སྐབས་ཉེས་པ་ཞིག་ལ་འདས་པ་ནི་ད་ལྟ་འང་ང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ཡོད། མིད་
 དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་དཀའ་ཉེ་གཏིང་ཟབ་མོ་རེད། འབྱུང་བྱངས་
 རྒྱལ་ནང་ངམ། སྤྱི་རྒྱལ་གང་ཡང་རུང་། ལུང་པ་མང་པོའི་ནང་གི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་
 བཅུ་ཕྱག་འགའ་ཤས་སམ། སྐབས་འགར་བརྒྱ་ཕྱག་འགའ་ཤས་ཀྱི་རིང་ལའང་མནར་
 གཙོད་ལུངས་ཡོད་པ་རེད། དབང་ལྡན་མི་སྤྱི་དང་དབང་བསྐྱར་པ་ཚོར་མང་ཚོགས་
 ནས་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱིས་དབང་སྐྱར་དང་ལེན་དགོས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དུས་ལྟན་རིང་
 པོ་ནས་ཡང་ཡང་བརྒྱབ་ཡོད། ལྷན་པ་ཞིག་ལ་མིད་གཞུང་ངམ་དབང་བསྐྱར་ཚོགས་

པ་དག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་སྒྲུང་ས་འདིན་བྱ་སྤྱོད། མིད་གཞུང་གི་སྒྲུང་ས་འདིན་གྱི་སྤྱི་
 རོལ་དུ་གནས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་། མིད་དོན། དཔལ་འབྱོར། དེ་བཞིན་ཆོས་
 སྤྱོད་གས་དང་འབྲེལ་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ག་འདུགས་ནམས་ཤེས་བཞིན་དུ་སྤྱོད་ཞན་དང་
 ནམས་དམའ་རུ་གཏོང་བ་མ་ཟད། སྐབས་འགར་དེ་དག་གཞུང་འབྲེལ་སྤྱི་ག་འདུགས་
 གསར་པར་བརྗེ་བསྐྱར་བྱས་པ་བྱུང་ཡོད། རྒྱ་ཆེ་མང་ཚོགས་ནི་གང་ཟག་གླེང་
 གཅིག་ཏུ་བའི་ཕུང་པོ་ཞིག་དུ་བསྐྱར་དེ་དུ་ལ་སྤྱན་སོ་སོར་བྱས་པ་ལྟར་གཅིག་གིས་
 གཅིག་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་། རང་དབང་བསྐྱུ་བ་ཕྱིར་མཉམ་ལས་བྱེད་མི་བྱུང་བ་མ་ཟད།
 རང་ངོས་ནས་འཁུར་སྒྲུང་ས་དེ་གང་ཡང་བྱེད་མི་བྱུང་བ་བཟོས་ཡོད།

བྱུང་འབྲས་ནི་སྤྱི་ནད་པགས་བྱེད་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། རྒྱ་ཆེ་མང་ཚོགས་ནི་སྤྱོད་ཞན་
 དང་། རང་གིས་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་འཁེར་བ། འགོག་གྲོལ་བྱེད་མི་བྱུང་བ་སོགས་
 སུ་འགྱུར་གྱི་རེད། མང་ཚོགས་ནི་ཆེས་འཛིགས་ཤིང་སྒྲག་པའི་ཉིར་ལེན་ལས་ཐ་ན་
 རང་གི་ནང་མི་དང་མཛུ་འགོགས་ཚུན་ལའང་མིད་དབང་གླེང་འདིན་པར་ཞེ་འཁོན་
 དང་རང་དབང་ལ་གཅིག་དུ་ཞེན་པའི་གནས་ཚུལ་གྱིང་སྤོང་བྱེད་བྱུང་གི་ཐེད། མི་
 མང་ནམས་མང་ཚོགས་འགོག་གྲོལ་གྱི་ཐད་ལ་ཞིབ་དུ་བསམ་སྤོང་གཏོང་རྒྱར་འཛིགས་
 སྤང་ཆེན་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད། གང་ལྟར་ཡང་། བན་ཐོགས་ག་རེ་ཡོད། དེའི་ཆབ་དུ་
 ཁོང་ཚོ་ནི་རེ་བ་བྲལ་བའི་མ་འོངས་པ་ཞིག་དང་། དགེ་མཚན་མེད་པའི་སྤྱི་ག་པསྐལ་
 སྤོང་རྒྱ་དེ་རེད།

དང་དུས་ཀྱི་སྲིད་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ནང་ཡོད་བཞིན་པའི་གནས་
སྐབས་ནི་སྤུ་མོ་ལས་ཆེས་སྤྱད་པ་ཡོད་ཀྱི་རེད། སྤུ་མོ་ཡིན་ན་མི་འགའ་ཤས་ཀྱིས་
འགོག་ཞོལ་བྱེད་པའི་འབད་ཚོལ་བྱས་ཡོད་སྲིད། དུས་ལུན་བྱང་དུ་ལས་མི་གནས་
པའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་དོ་ཞོལ་དང་། རམ་སྟོན་ཁྲོམ་བསྐོར་བྱང་ཡོད་ཀྱི་རེད། གཅིག་
བྱས་ན་འབྲུལ་སེལ་རིང་སེམས་ཤུགས་ནས་མཁར་འཕྱར་ཡོད་འགྲོ། སྐབས་གཞན་
དུ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་དང་སྒྲིལ་ཁག་རྒྱང་རྒྱང་ཚོས་སོ་སོའི་རྩ་འཛིན་ནམ། ཡང་ན། བཀའ་
བཙུན་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་ནམ་པ་སྟོན་ཕྱིར་རྒྱས་པ་མེད་ཀྱང་། མོ་ཁོག་ལྷན་པའི་ལས་
འགུལ་སྒྲིལ་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཀུན་སྒྲོང་བཟང་པོ་ནི་འབྲུ་ཞིག་འབྲེར་ཡོད་ཀྱང་། སྲིད་
དབང་སྒྲིལ་འཛིན་ལམ་ལུགས་རྩ་གཏོར་གཏོར་བར་དགོས་ངེས་ཅན་གྱི་མི་མང་གི་ཞེ་
སྐྱོང་དང་ཅི་གསུངས་བཀའ་བསྐྱབ་ཞུ་བའི་གོམས་གཤིས་མེད་པར་བཞུ་རྒྱུ་དེའི་ཐད་
འདས་པའི་འགོག་ཞོལ་གྱི་ལས་འགུལ་ནམས་འདར་ངེས་བཞིན་པ་བྱུང་མེད། མོ་
པམ་པ་ཞིག་ལ། ལས་འགུལ་དེ་དག་གིས་རྒྱལ་ཁ་ལྷ་ཞོག་རེ་བའང་མེད་པའི་ཆབ་
དུ་འཆི་སྟོན་དང་སྤྱད་པ་སྤྱད་པ་སྟོན་མ་ཁོ་ན་འབྲེར་ཏེ་སྐབས་ཡོད།

འཆི་བའི་ལས་ནས་རང་དབང་འོས་སམ།

གནས་སྐབས་དེ་འབྱར་ག་རེ་བྱེད་དགོས་སམ། ཆེས་མངོན་པའི་བྱ་ཐབས་ནམས་ནི་
བེད་མེད་དུ་མ་ཐོང་། སྲིད་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་པ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱན་ལྷན་དུ་རྩ་བཞུགས་དང་
ཁྲིམས་ཀྱི་འགོག་སྒྲིལ་དང་། ཁྲིམས་ཀྱི་ཐག་ཚོད། མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བཅས་

རྩི་སྒྲུང་མེད་དུ་འཛོག་གི་ཡོད། གདུག་རྩུབ་དང་། མཐར་གཅོད། གར་སོང་ཆ་མེད་
 དུ་ཡལ་འགོ་བ། མི་གསོད་ཁྲག་སྦྱོར་བཅས་ལ་གདོང་གཏད་བྱེད་སྐབས་མང་
 ཚོགས་ཀྱིས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལ་མ་ལུགས་ལྟལ་མེད་དུ་གཏོང་བྱུང་མཁན་དེ་
 འཚོ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་མཛད་པ་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤྲུག་བྱུང་བ་དེར་བྱུགས་ཁག་མེད། གནོད་འཚོ་
 ཕོག་པའི་མང་ཚོགས་ཁོང་ཁོ་ཅན་ཚོས་སྐབས་དེ་སྐྱེ་འབྱེར་ཏེ་ཞགས་པ་ཉེ་གི་ཡོད་པ་
 ལ་སྒྲེས་མེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་འཚོ་བ་དང་། དམག་ཤུགས་ཀྱི་རྩུས་པ་གང་ཡོད་
 བཏོན་ཏེ་གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་ལ་འཐབ་རྩུའི་གོ་སྒྲིག་བྱས་
 ཡོད་ལ། མི་འདི་དག་གིས་རང་སྤྱོད་ཀྱི་བ་དང་། དཀའ་སྤྲུག་བྱུང་ས་མིན་ལ་མ་
 ལྟོས་པར་སྤོ་ཁོག་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་འཐབ་ཡོད། ཁོང་ཚོའི་བྱུབ་འབྲས་ནམས་སྐབས་
 དེ་མངོན་ཏུགས་དོད་པོ་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་རང་དབང་ཐོབ་པ་ནི་དགོན་པོ་རེད། འཚོ་བ་
 ལྡན་པའི་བྱེན་ལོག་གིས་མང་ཚོགས་ནམས་སྒོན་མ་ལས་འུ་བྱུག་ཐབས་ཟད་དུ་བརྒྱུར་
 བའི་གདུག་རྩུབ་ལྡན་པའི་དག་གནོན་གྱི་རྒྱུན་བྱེད་སྲིད།

འཚོ་བའི་ལས་གདམ་ཁ་བྱས་པའི་དག་མཚན་ག་རེ་ཡིན་རུང་དོན་གནད་གཅིག་
 གསལ་པོ་རེད། འཚོ་བའི་ཐབས་ལམ་ལ་ཡིད་ཆེས་བཅོལ་བ་དེ་ནི། རང་ལ་བཅོན་
 གནོན་གཏོང་མཁན་དེ་ལ་རྩུན་གཏན་ནས་ལྷག་པའི་རྩུས་པ་གང་ཡོད་པ་དེ་ལ་འགྲན་
 ཚོད་བྱེད་རྒྱུར་བདམས་པ་ཞིག་རེད། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་ཚོར་འཚོ་བ་བྱུབ་
 ཤུགས་ཆེན་པོར་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུའི་ལག་ཆ་ལྡན་ཡོད། མང་གཙོ་དོན་གཉིས་བ་
 འདི་ནམས་ཀྱིས་དུས་ཡུན་རིང་བྱང་རིམ་ཞིག་ལུ་མཐུད་བྱུང་ཀྱང་། ཐ་མ་དེར་ཆེས་

རྒྱུ་བ་པའི་དྲག་དམག་གི་དངོས་ཡོད་གནས་སྤངས་དེ་གཡོ་ཚོལ་མི་བྱུང་བ་ཞིག་རེད།
 སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཚོར་དྲག་དམག་གི་ཡོ་ཆས་དང་། རྩས་མདེལ། སྒྲེལ་
 འདྲན་འབྲུལ་འཁོར། དམག་ཤྱགས་ཀྱི་འཁོར་ཚད་བཅས་ཏེ་ལམ་ཉག་དུ་གཞན་
 ལས་སྒྲག་བ་ཡོད། གློ་ཁོག་ལྷན་ཡང་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་རྣམས་ཁོང་ཚོའི་དོ་
 ཡར་མི་ཡོང་།

སྒྲི་སྒོལ་གྱི་དྲག་པོའི་གྲུན་ལོག་དེ་དོན་དངོས་དང་མི་མཐུན་པ་ཡིན་པ་ངོས་འདྲིན་
 བྱེད་དུས་འགལ་སྒྲའི་བསམ་ཚུལ་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་འདབ་དམག་དམག་འཐབ་ལ་
 མོས་བྱེད་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་འདབ་དམག་གི་དམག་འཐབ་དེས་བཅན་གཞོན་ལོག་
 གི་མང་ཚོགས་སམ། མང་གཙོའི་ལམ་སྟོན་པ་ཚོར་ཕན་ཐོགས་དགོན། འདབ་
 དམག་གི་དམག་འཐབ་དེ་དམིགས་སྤྱོད་བཀར་དེ་རང་སྤྱོད་མི་མང་གི་ནང་དུ་སྒོག་
 སྒྲོན་ཤྱགས་ཆེ་ཡོང་བའི་ཉེན་ཁ་ཞེས་བསམ་ཆེ་བས་ཡང་དག་པའི་ཐབས་ཤེས་ཞིག་
 མིན། ཐབས་ལམ་འདི་ནི། རྒྱུ་བ་གཉེར་ལྷན་པའི་རྣམ་གཞག་དང་འཐབ་བྱས་ལྷན་
 པའི་དབྱེད་ཞིབ། གཞན་ཡང་སྐབས་རེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་རྒྱུ་སྐྱོར་བཅས་ཡོད་ཀྱང་། ལམ་
 སྟོངས་མི་ཡོང་བའི་ཐད་ལ་འགན་ལེན་ཁག་ཐེག་བྱུང་བ་ཞིག་མིན། འདབ་དམག་གི་
 འཐབ་ཚོད་རྣམས་ཤས་ཆེ་བ་དུས་ལུན་ཆེས་རིང་མོ་འགོར་བ་ཡིན། དབང་སྒྲུར་
 བཞིན་པའི་གཞུང་འདྲིན་པས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལྷ་ལག་གཏོར་བ་དང་། འགྲོ་བ་མིར་
 སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་སྤྱོད་པ་དང་མཉམ་དུ་ཞིབ་འཕྲི་མི་མང་རྣམས་གནས་བཞེད་མི་བདེ་
 བ་བཟོ་གི་ཡོད།

འཇམ་དམག་གི་འཐབ་ཚིན་ནམས་གལ་ཏེ་ལམ་སྒྲོངས་བྱུང་ཡང་། དེ་དག་ལ་
 དུགས་རྒྱུ་རིང་པོར་གནད་ཆེ་བའི་སྒྲོམ་གཞིའི་མཇུག་འབྲས་ངན་པ་ཡོང་གི་ཡོད།
 སར་ཚོལ་བྱེད་སའི་དབང་འདྲིན་པ་དེ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་རྒྱོག་སྤྲུགས་ཐབས་ལམ་གྱི་འབྲས་
 བྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་བཙན་གཞོན་ཆེ་རུ་འགྲོ་གི་ཡོད། གལ་ཏེ་འཇམ་དམག་པ་ཚོ་མཐའ་
 མཇུག་ཏུ་ལམ་སྒྲོངས་བྱུང་ཡང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་དབང་འདྲིན་པ་གསར་པ་དེ་དེ་སྤྱི་
 ལས་ཀྱང་ཆེས་བཙན་གཞོན་ཆེ་བ་ཡོང་སྟེ། རྒྱ་མཚན་ནི། འཐབ་ཚིན་གྱི་སྐབས་སུ་
 རྒྱ་སྤྱི་དཔེ་དྲག་དམག་སྟོབས་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིལ་བྱུང་བ་དང་། མང་
 གཙོ་ཐུན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་འདྲུགས་པ་དང་རྒྱན་འབྲོངས་བྱེད་པར་གལ་གནད་ཆེ་
 བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱིག་འདྲུགས་དང་། རང་དབང་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚན་ལ་གཏོར་བཤེགས་
 ཐེབས་པའམ། ཡང་ན། རྒྱོ་ཞན་ཏུ་བཏང་བའི་དབང་གིས་ཡིན། སྤྱི་དབང་སྐར་
 འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འགལ་ལྔ་བ་ཚོས་གདམ་ཁ་གཞན་ཞིག་འཛོལ་དགོས།

གཞུང་སྤྱི་དབཙན་འཕྲོག་དང་། འོས་བསྐྱུ། སྤྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མགོན་སྐབས།
 དམིགས་བསལ་ཞེ་སྟན་པའི་དབང་འདྲིན་པ་ཞིག་དབང་ཆ་ལས་སའ་རྒྱུར་ལམ་ལྷུར་
 ཤོས་དང་། ལས་སྒྲུ་ཤོས་གཅིག་ནི་གཞན་ལ་སྟོས་ཏེ་སྤྱི་དབང་སྐར་འདྲིན་ལམ་
 ལུགས་པ་ཞིག་གི་ཐད་ཏུ་དྲག་དམག་གིས་གཞུང་སྤྱི་དབཙན་འཕྲོག་བྱེད་རྒྱ་དེ་མཐོང་
 སྟེ། འོན་ཀྱང་ཐབས་ལམ་དེ་དང་མཉམ་ཏུ་ཆེས་ཚབས་ཆེ་བའི་དཀའ་འཕྲོག་ཏུ་ལ་
 ཡོད། གལ་གནད་ཆེ་ཤོས་ལ། ཐབས་ལམ་དེས་མང་ཚོགས་དང་མཐོ་རིམ་ཚན་

པའི་དབང་ལ་གཞུང་དང་དེའི་དམག་དབུང་གི་སྤངས་འདྲིན་བྱེད་པའི་དབང་ཆའི་བཞོ་
འབྲེམས་ཆ་མ་སྟོམས་པ་དེ་རང་འཇགས་འདོག་པ་ཡིན། གཞུང་འདྲིན་གོ་གནས་
ནས་གང་ཟག་དང་། ཤོག་ཁག་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གནས་དབུང་བྱུང་བ་དེས་སྡེ་ཁག་
གཞན་ཞིག་ཁོང་ཚོའི་གོ་ས་དེར་སྡེ་བས་འདུག་རྒྱ་ཚམ་པལ་ཆེར་ངེས་པ་རེད། རྣམ་
གཞག་འདོད་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་སྡེ་ཁག་འདི་སྲོད་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་འཇམ་པ་དང་།
མང་གཙོའི་བཙོས་བསྐྱར་ལ་ཕྱན་བྱ་གྲུ་ཡངས་པ་ཡོང་སྲིད། འོན་ཀྱང་དེའི་སྒྲོག་
ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་རྒྱ་ངེས་པ་རེད།

ཤོག་ཁག་གསར་པ་དེས་རང་ཉིད་གྱི་གོ་གནས་སུ་བརྟན་བཅོས་རྗེས་སྒྲིང་པ་དེ་
ལས་ཀྱང་ཆེས་འདོད་པ་ཆེ་བ་དང་། སྒྲིང་རྗེ་མེད་པར་འགྱུར་སྲིད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
དམངས་གྲིས་རེ་བཙོལ་བྱས་ཡོད་སྲིད་པའི་སྡེ་ཁག་གསར་པ་དེས་མང་གཙོ་དང་འགྲོ་
བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་བསམ་ཤེས་མེད་པར་རང་འདོད་གང་ཡོད་བྱེད་བྱུང་གི་རེད། དེ་ནི་
སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་གྱི་དཀའ་འཕྲོག་ལ་འཆ་མས་པའི་ལན་འདེབས་ཤིག་
ཡིན།

གནད་ཆའི་སྲིད་དོན་གྱི་འགྱུར་བའི་ལག་ཆ་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་འོས་བསྐྱའི་སྲིད་
དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་གྱི་འོག་དུ་ཐོབ་ཐངས་མེད། དཔེར་ན། དེ་སྡེའི་
སོ་སྲིད་འཇང་འོག་ཡིན་པའི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ལ་ཁབ་ལྟ་བུ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་གྱི་
དབང་འདྲིན་པ་འགས་མང་གཙོའི་རྣམ་པ་ཙམ་མཛོན་པའི་ཆེད་དུ་གྲོས་གཞི་དེ་དག་
བརྒྱད་དེ་ཕྱིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་འོས་བསྐྱེད་དག་ནི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་རྣམས་

གྲིས་སྤྲ་ས་ནས་ལག་སྒྲུབ་བྱས་པའི་འོས་དམིགས་དག་ལ་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཚོག་མཆན་
 ཐོབ་རྒྱུར་སྤངས་འདོན་དམ་བསྒྲགས་ཅན་གྱི་མང་མོས་འོས་བསྐྱབས་པ་ཙམ་ཡིན།
 སྤྱི་དབང་སྒྲེར་འདོན་པ་ཚོས་གཞོན་ཤུགས་ཀྱི་འོག་སྐབས་རེ་འོས་བསྐྱབས་པ་
 བྱེད་རྒྱུར་མོས་མཐུན་བྱེད་ཀྱང་། དེ་ནས་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ཁག་ཏུ་སྤྱི་དམངས་
 ཀྱི་ཁོངས་ནས་ཨ་ལད་པད་ཀོ་འཛོག་རྒྱུར་འོས་བསྐྱབ་གཡོ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རེད། དཔེར་
 ན་༡༩༩༠ ལོར་འབར་མའི་ནང་དང་། ༡༩༩༩ ལོར་ནལེ་རྩེ་ཡའི་ནང་བྱུང་བ་
 བཞིན། གལ་ཏེ་ཕྱོགས་འགལ་གྱི་འོས་དམིགས་ནམས་འོས་བསྐྱབ་ལངས་ཚོག་པ་
 དང་། དངོས་སྤྱུ་འོས་འདེམས་བྱུང་ན་ཡང་འོས་ཤོག་བྱུབ་འབྲས་སྤང་མེད་ཏུ་འཛོག་
 པ་དང་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མཁན་ཚོར་འཛིགས་སྤྱུལ་དང་། འདོན་བཟུང་། ཐ་ན་དམར་
 གཞོད་ཀྱང་གཏོང་སྤྱི་པ་ཡིན། སྤྱི་དབང་སྒྲེར་འདོན་པ་ཚོ་ནི་རང་ཉིད་ཁྱིམ་
 འབེབས་སྤྱི་པའི་འོས་བསྐྱབ་བྱེད་ཚོག་པའི་ལས་ལ་འཇུག་གི་མེད།

ད་ལྟ་གཏུག་རྒྱུབ་ཅན་གྱི་སྤྱི་དབང་སྒྲེར་འདོན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་གི་འོག་
 སྤྱུག་བསྐལ་ཁྱོང་བཞིན་པའམ། ཡང་ན། དེའི་ལག་འོག་ནས་ཐར་ཐབས་སྤྱོལ་
 བྱེད་ཏུ་སྤྱི་ན་པའི་མི་མང་མང་པོས་རང་ཉིད་ཁོ་ནས་མནར་གཅོད་ལས་ཐར་བྱུབ་པའི་
 ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་མེད། ཁོང་ཚོས་ནི་གཞན་གྱི་བྱེད་ལས་ཁོ་ནས་མང་ཚོགས་དེ་སྐྱོབ་
 བྱུབ་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མི་མང་འདི་དག་གིས་སྤྱིའི་རྒྱས་སྒྲོབས་ལ་ཡིད་ཆེས་
 བཙལ་གྱི་ཡོད། ཁོང་ཚོས་སྤྱི་དབང་སྒྲེར་འདོན་པ་ནམས་འཆམ་ལ་འབེབ་རྒྱུར་

རྒྱལ་སྤྱིའི་རམ་འདེགས་ཁོ་ན་རྒྱས་ཤུགས་འདང་ངེས་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་གྱི་
ཡོད།

མནར་གཅོད་མྱོང་མཁན་ཆོས་རྒྱས་པ་ལྟན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་མི་བྱུང་པའི་བསམ་
ཚུལ་དེ་དུས་སྐབས་རེ་ཞིག་ལ་སྐབས་རེ་བདེན་པ་ཡིན། མཁུན་རྒྱུ་ལྟར་རྒྱན་ལྟན་
དུ་མནར་གཅོད་མྱོང་བའི་མི་མང་ནམས་གྱིས་གནས་སྐབས་འཐབ་ཅོད་བྱེད་མི་བྱུང་པ་
དང་། བྱེད་མི་འདོད་པ་ཡོང་གི་ཡོད། གང་གིས་ཅེས་ན། ཁོང་ཆོས་སྤྱིང་རྒྱུ་མེད་
པའི་མིང་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེར་ཁ་གཏད་གཅོག་པར་རང་ཉིད་ལ་རྒྱས་པ་
མེད་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་དང་། རང་ཉིད་སྦྱོང་བྱུང་པའི་ཐབས་ལམ་གསལ་པོ་ཡང་
མེད། དེས་ན་མི་མང་པོས་བཅིངས་གྲོལ་ཐོབ་ཕྱིར་གཞན་ལ་རེ་བ་བཅོལ་བ་དེར་ཁག་
མེད། ཕྱིའི་རྒྱས་ཤུགས་དེ་ནི་མང་ཆོགས་གྱི་བསམ་ཚུལ་ལམ། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་
ཆོགས། རྒྱལ་ཁབ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གམ། ཡང་ན་རྒྱལ་སྤྱིའི་རང་བཞིན་ལྟན་པའི་
དཔལ་འཕྱོར་དང་མིང་དོན་གྱི་ཉེས་ཆད་བཅས་ཡིན་ཆོག

དེ་འདྲའི་གནས་སྐབས་དེ་སྔོ་ལ་བག་ཐེབས་པོ་ཞིག་དུ་མངོན་ཡང་། ཕྱིའི་
མགོན་སྐབས་ཤིག་ལ་སྔོ་བཞུན་རྒྱ་འདིར་ཆབས་ཆེའི་དཀའ་ལྷོག་དུ་མ་ཡོད། དེ་
འདྲའི་ཡིད་ཆེས་དེ་ཆ་ཆང་ནོར་བ་ཡོང་མིང་། དུས་རྒྱུ་ཕྱིའི་མགོན་སྐབས་སུ་ཡང་
མི་ཡོང་བ་དང་། གལ་ཏེ་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གིས་ཐེ་གཏོགས་བྱས་པའི་དབང་དུ་
བཏང་ཡང་དེར་ཕལ་ཆེར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མི་རུང་། ཕྱིའི་ཐེ་གཏོགས་ལ་སྔོ་གཏད་

བཅོལ་སྤྱི་ཐད་ལ་དངོས་དོན་རྒྱ་ཐོའ་འགའ་ཞིག་འདྲིར་ནན་བརྗོད་བྱེད་དགོས་པ་
གསུངས་གསལ།

- བས་ཆེ་བར་སྤྱི་འཐབ་ཁབ་ཆོས་རང་རང་གི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་དོན་ཁེ་ཕན་
སྤེལ་ཐབས་སུ་སྤྱི་དབང་སྐྱེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཤིག་བཟོད་པའམ། ཡང་ན།
དངོས་སུ་རོགས་སྐྱོར་ཡང་བྱེད་པ་ཡིན།
- སྤྱི་འཐབ་ཁབ་ཆོས་དམིགས་ཡུལ་གཞན་ཞིག་བསྐྱབ་ཐབས་སུ་མནར་གཅོད་
ཟུང་བཞིན་པའི་མང་ཚོགས་ལ་བཅེངས་ཐོལ་ཐོབ་སྤྱིར་རོགས་སྐྱོར་བྱེད་པའི་
ཁས་ལེན་ལ་གནས་སྤྱི་ཚབ་ཏུ་དགའ་པོའི་རང་ནས་ཁོང་ཆོ་འཁོར་སྤྱི་པ་
ཡིན།
- སྤྱི་འཐབ་ཁབ་འགས་རང་ཉིད་ལ་ལུང་པ་དེའི་ནང་གི་དཔལ་འབྱོར་དང་། སྤྱི་
དོན། དག་དམག་གི་སྣངས་འདྲིན་བཅས་ཁོ་ན་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་སྤྱི་དབང་སྐྱེར་
འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་ལ་ཁ་གཏད་གཅོག་གི་རེད།
- གལ་ཏེ་དུས་ནམ་ཞིག་གི་ཆོ་སྤྱི་ནང་འགོག་ཆོལ་ལས་འགྲུལ་གྱིས་དབང་
འདྲིན་པ་དེའི་དཔུ་ཆོད་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་སྤྱི་སྤྱི་དོ་སྣང་བྱ་ཡུལ་དུ་བསྐྱལ་བ་
དང་ཆབས་ཅིག་སྤྱི་དབང་སྐྱེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེར་འགྲུལ་སྐྱོད་བྱེད་འགོ་
ཚུགས་ཟིན་ཆོ། སྤྱི་འཐབ་ཁབ་ཆོས་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་གནད་དོན་དེའི་ཆེད་དུ་
དངོས་སུ་ཐེ་བྱས་བྱེད་སྤྱི་པ་རེད།

དུས་རྒྱུན་མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་གནས་པ་དེ་གཙོ་ཆེར་རྒྱལ་ནང་གི་ནང་
ཁུལ་དབང་ཆའི་བགོ་འབྲེལ་སྤྱི་རྒྱུན་ལས་ཡིན། མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་
ལུགས་དེར་ཆབས་ཆའི་དཀའ་ཉལ་བཟོ་བ་ལ་རྒྱ་ཆེ་མང་ཆོགས་དང་སྤྱི་ཆོགས་ནི་
ཆེས་རྒྱས་ཞན་ཡིན་ཁར་རྒྱ་ནོར་དང་དབང་ཆ་ནི་མི་ཆེས་ཉུང་ཤས་ཀྱི་ལག་དྲུ་བསྒྲིལ་
ཡོད། རྒྱལ་སྤྱིའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་ཆོར་
ཕན་ཐོགས་ཡོང་བའོ། ཡང་ན། ཁོ་ཆོར་ཕན་བྱ་རྒྱས་པ་ཞན་དུ་གཏོང་ཡང་།
ཁོང་ཆོ་ལུ་མཐུད་གནས་མིན་དེ་གཙོ་ཆེར་ནང་གི་ཆ་རྒྱུན་དག་ལ་རག་ལས་ཡོད།

གལ་ཏེ་རྒྱལ་ནང་གི་འགོག་སྒོལ་ལས་འགུལ་ལུགས་ཆེ་ཞིག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད་ཆེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནོན་ཤུགས་དེ་ཞེ་དགས་ཕན་ཐོགས་ཕྱན་པ་ཡོང་བྱུང། དེའི་
སྐབས་སུ་དཔེར་ན། རྒྱལ་སྤྱིའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་སྤྱིར་ལྡོག་དང་། ཆོང་ལས་བཀག་
སྡོམ། རྒྱལ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་ཀྱི་འབྲེལ་ཐག་གཅོད་པ། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱིག་འཛུགས་
ཁག་ནས་སྤྱིར་འབུད། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱིག་འཛུགས་ཁག་གིས་འོས་
མིན་ཡིན་པའི་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་པ། གཞན་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བ་ནམས་ཀྱིས་ཕན་
ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་བྱུང། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་ནང་གི་འགོག་སྒོལ་ལས་འགུལ་ལུགས་ཆེ་
ཞིག་མེད་ན་གཞན་གྱི་བྱེད་ལས་འདི་འདྲ་ཡོང་རྒྱུ་མེད།

མི་སྣ་པའི་བདེན་པ་དེར་གཏོང་ལེན།

མཇུག་བསྐྱེམས་དེ་ཁག་པོ་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་ཕན་ནུས་ཆེ་ཤོས་དང་འགོ་གྲོན་ནུང་
ཤོས་ཀྱི་སྤྱང་ནས་སྤྱིང་དབང་སྤྱིང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་ཁྲི་ལས་འབབས་འདྲོད་
ཡོད་ཆེ་གཤམ་གསལ་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་ལས་དོན་བཞི་ཡོད།

- བཅའ་གཞི་ཕྱོང་བཞིན་པའི་རྒྱ་ཆེ་མི་མང་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོད་སེམས་དང་།
རང་གིས་རང་ལ་ཡོད་ཆེས། འགོག་ཤོལ་གྱི་རིག་རྩལ་བཅས་ནུས་ཤུགས་ཆེ་
རུ་གཏོང་དགོས།
- བཅའ་གཞི་ཕྱོང་བཞིན་པའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་རང་དབང་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་
ཁག་དང་། སྤྱི་གཙུགས་ཁག་ནུས་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས།
- རྒྱལ་ནང་གི་འགོག་ཤོལ་ནུས་པ་སྟོབས་ཤུགས་ལྷན་པ་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས་པ་
དང་།
- བཅོངས་གྲོལ་གྱི་ཆེད་དུ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ལྷན་པའི་འཆར་གཞི་སྟོ་གྲོས་
ལྷན་པ་ཞིག་བཟོ་དགོས་ལ། འཆར་གཞི་དེ་ཐབས་མཁས་ཀྱི་ལམ་ནས་ལག་
བསྟར་བྱེད་དགོས།

རང་དབང་གི་འཐབ་ཚོད་ནི་རང་རྒྱ་བྱུང་པ་བཟོ་རྒྱ་དང་། འཐབ་ཚོད་སྤྱི་ཁག་གི་ནང་
གི་ནུས་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བའི་དུས་ཚོད་ཅིག་རེད། དེ་ཡང་རྩར་ལེས། སི་ཁྲི་

མར་ནི། པར་ནི་ལ་གྲིས་ཀྱི་ཧ་ཧ་ཧ་ཧ་ སོ་སོའི་ནང་ཨ་ཡི་རིལ་ཡི་ཁང་
ཟེའི་ཐད་ལས་མཆམས་འཛོག་པའི་ལས་འགུལ་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་རེད།

གཞུང་ལ་སློས་འགྲེལ་བྱེད་པ་དེར་ཕན་ཐོགས་མེད། བྱེད་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོད་
སེམས་ཁོ་ནར་སློས་འགྲེལ་དགོས། མཉམ་ཐུབ་ཀྱི་སློན་ནས་རང་ཕན་ཐོགས་པ་བྱོས།
བྱེད་ཆོའི་དཀྱིལ་ནས་ཉམས་ཞན་པའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ལུགས་ཀྱི་ཐོབ་སྐྱོར་མ་
དོག་ཅ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེལ་ཏེ་སྒྲིག་འཇུགས་ལྡན་པ་གྲིས་དང་། བྱེད་ཆོར་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་
དགོས་པ་རེད།

བྱེད་ཆོས་ཀྱི་བ་འདི་ཐག་གཅོད་ཀྱི་དོན་དུ་སློན་པ་བྱས་ཆར་བ་ཡིན་དུས་ད་ཆ་ཐག་
མ་ཆོད་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱན་འབྲེངས་བྱུང་པ་བྱེད་དགོས།⁴

རང་རྒྱུ་ལུས་པའི་རྒྱས་པ་ལུགས་ཀྱི་ཞིག་དང་། སློ་སློས་ལྡན་པའི་འཐབ་བྱས།
སྒྲིག་བྱིས་དང་སྤྱི་ལོ་ལྟར་ལྡན་པའི་བྱེད་ལས། ལྟར་མེད་པའི་རྒྱས་སློབས་བཅས་ཀྱི་
ཐད་དུ་སྤྱི་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་མཐའ་མ་འཛོར་ཞིག་འགྲོ་བ་ཡིན།
གང་ལྟར་མ་མཐར་ཡང་གོང་གསལ་དགོས་མཁོ་བཞི་དེ་དེས་པར་དུ་ཆད་དགོས་པ་
ཡིན།

གོང་གི་བཞུགས་པའི་ནས་གསལ་བ་ལྟར། མིང་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་
ནས་ཐར་ཐབས་དེ་མཐའ་མའི་དོད་ལ་རང་ཉིད་ཀྱོལ་བར་འདོད་པའི་མང་ཆོགས་ཀྱི་

4 Patrick Sarsfield O' Hegarty, *A History of Ireland Under the Union, 1880-1992* (London: Methuen, 1952), pp.490-491.

ལྷ་མ་པ་དེར་རག་ལྷ་མ་པ་ཡིན། གོང་དུ་ལུང་འདྲིན་བྱས་པའི་ལམ་སྟོངས་ལྷ་མ་པའི་
 སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའམ། ཡང་ན། སྲིད་དོན་ལ་དམིགས་པའི་
 འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ནམས་གྱིས་རྒྱ་ཆེ་མང་ཆོགས་ལ་རང་
 ཉིད་བཅིངས་ཐག་ལས་གོལ་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཡོད་པར་སྟོན་གྱི་ཡོད་ཀྱང་།
 གདམ་ཁ་དེ་འཕེལ་སྐྱེད་མ་བྱུང་བར་ལྷ་མ་ཡོད། གཤམ་གསལ་ལེ་ཆོན་ཁག་གི་ནང་
 དུ་ང་ཚོས་གདམ་ཁ་འདི་ཞིབ་ཅིང་སྤྲ་བར་བཏག་དབྱད་བྱེད་གྱི་ཡིན། འོན་ཀྱང་ང་
 ཚོས་ཐོག་མར་སྲིད་དབང་སྐར་འདྲིན་ལམ་ལྷ་གས་ལྷ་གཉོར་བའི་ཐབས་ལམ་གྲོས་
 མོལ་གྱི་གནད་དོན་ལ་གཟིགས་དགོས།

གཉིས་པ།

གྲོས་མོལ་གྱི་ཉན་ཁ་ཁག་།

མེད་དང་པོའི་ནང་དུ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པ་བཞིན་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་
ཞིག་ལ་ཁ་གཏད་གཅོག་པར་ཚབས་ཆེའི་དཀའ་རྒྱུ་འཕྲད་སྐབས་མི་མང་འགའ་
ཞིག་བྱ་བ་བལ་བའི་བཀའ་གསུང་ཅི་སྒྲུབ་ཞུ་བར་བྱིར་གྲིབ་རྒྱབ་སྲིད། གཞན་ཆོས་
མང་གཅོ་ཐོབ་པའི་རེ་བ་མ་མཐོང་བ་དང་། གདུག་རྩུབ་དེ་དག་རྒྱན་གཅོད་པར་ཞི་
འདུམ་དང་། ནང་འགྲིགས། གྲོས་མོལ་བཅས་བརྒྱད་ན་དག་མཚན་འགའ་ཞིག་
ཐོབ་པའི་རེ་བ་དང་བཅས་དྲག་བརྟན་དུ་མངོན་པའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་
པ་དང་མཉམ་དུ་ཞི་འགྲིགས་བྱེད་དགོས་པའི་མཐའ་བརྒྱུ་ལུགས་བཤང་སྲིད། ཁ་
ཡམ་དུ་མངོན་གསལ་ཅན་གྱི་གདམ་ཁ་མེད་པས་དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་དོན་སྤངས་
ལ་ཡིད་འཕྲོག་པོ་ཡོད།

གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐད་དུ་གནད་སྲིན་གྱི་
འཐབ་ཅོད་དེ་ཡིད་སྒྲོ་བའི་གནས་སྤངས་གིག་མིན། ལམ་དེར་ངེས་ཅན་གྱིས་བསྐྱོད་
དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ། ཆང་མས་རྒྱ་མཚན་ལྷན་པ་བྱས་ཏེ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་
ལམ་ལུགས་དེ་ག་ལེར་མཐུག་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་རྒྱ་མཚན་སྤང་ཆའོད་པ་དང་། གྲོས་མོལ་
བྱེད་རྒྱུའི་ལམ་ག་ཞིག་མི་འཆོལ་ལམ། མང་གཅོ་དོན་གཉེར་བ་ཆོས་སྲིད་དབང་
སྒྲེར་འདྲིན་པ་དེའི་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་ཤེས་ལ་ཞུ་བ་བྱས་ཏེ་དབང་ཤེད་སྣ་རེ་

སྒྲ་གཉིས་རིམ་པས་ཉུང་དུ་གཏོང་བའམ། གཅིག་བྱས་ན། མཐའ་མཐུག་དུ་མང་གཙོ་འཕྲུགས་སྒྲིན་བྱེད་པར་ཁས་ལེན་ཆ་ཚང་ཡོང་བའི་ཡིད་ཆེས་འགྲུགས་མི་བྱུང་བམ།

མཆམས་རེ་བདེན་པ་ཆ་ཚང་ཚྭ་གས་གཅིག་ལ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཚིད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཅིག་བྱས་ན་གནས་སྤངས་དགའ་ངལ་ཆེ་བ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཀུན་སྒྲོང་ཡག་པོ་འབྱེད་ཏེ་བྱ་བ་བྱས་ཡོད་སྲིད་པའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ནམས་མང་གཙོ་དོན་གཉིས་བ་ཆོས་རྒྱས་མ་ལོན་པ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་འགའ་ཤས་ཀྱིས་གལ་ཏེ་སྒྲུལ་མ་དང་། བསྐྱེད་འགའ་བྱས་ན་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཆོས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་འབྱུང་བ་ཞིན་པའི་གནས་སྤངས་དགའ་ངལ་ཅན་དེ་ནས་དགའ་པོའི་ངང་རང་ཉིད་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་ཀྱི་རེད་བསམ་སྲིད། ཆང་མར་ཁེ་ཕན་ཡོད་པའི་ཚྭ་གས་གཉིས་རྒྱལ་བའི་ཐབས་ལས་ཞིག་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཆོར་ཕུལ་ན་འབྱས་པའི་ཚིད་པ་བྱེད་པའང་ཡོང་སྲིད། གལ་ཏེ་མང་གཙོའི་ཚྭ་གས་འགལ་བ་དེས་སམ། ཡང་ན། སྲིད་གཞུང་ཞིག་གས་རིག་ཅུལ་ལྷན་པའི་སྤྱི་པོ་དུ་མའི་རོགས་སྒྲོར་ལ་བཏེན་ནས་འགལ་ཟླ་དེ་གོས་མོལ་གྱི་ལམ་ནས་ཞི་བའི་ཐོག་སེལ་རྒྱར་འདོད་པ་བྱུང་ན་ཕུ་མཐུད་འཐབ་ཚིད་ཀྱི་ཉིན་ཁ་དང་། གཏུང་བ་དེ་དོན་མིད་རེད་ཅེས་ཚིད་པའང་བྱེད་སྲིད། དེ་ནི་དག་པོའི་དམག་འཐབ་ལས་ཐོག་པའི་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚིད་ལྟ་བུ་འཐབ་ཚིད་དགའ་ངལ་ཅན་ཞིག་ལས་གདམ་ག་བཟང་བ་མ་ཡིན་ནམ།

གྲོས་མོལ་གྱི་དགེ་མཚན་དང་སྒྲིབ་ཚད།

འགལ་ཁྲའི་ནང་གི་གནད་དོན་གྱི་སྒྲིབ་འགལ་ཞིག་སེལ་བ་ལ་གྲོས་མོལ་ནི་ཞེ་
དགས་པན་ཐོགས་ཅན་གྱི་ལག་ཆ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། འོས་ཤིང་འཆམས་པའི་སྒྲིབས་
སུ་ཁས་མི་ལེན་པ་དང་སྤང་རྒྱུ་བྱེད་རྒྱ་མེད།

གང་དུ་གཞི་རྩའི་གནད་དོན་ལ་དོ་སྟོན་མེད་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་
འགྲིགས་ཤིག་ཁས་ལེན་འོས་པའི་གནས་སྤངས་འགལ་རེར་གྲོས་མོལ་དེ་འགལ་ཁྲ་
ཞིག་སེལ་བའི་ཐབས་ལམ་གལ་ཆེ་ཞིག་ཡོད་ཐུབ། ལས་སྒྲུ་མཐོ་བོ་ཡོད་ཆེད་དུ་
ལས་མིའི་ལས་མཆམས་འདྲིལ་པ་དེ་འགལ་ཁྲའི་ནང་དུ་གྲོས་མོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་
འོས་ཤིང་འཆམས་པའི་དཔེ་མཚོན་ཡག་པོ་ཞིག་རེད། གྲོས་མོལ་གྱི་ཐག་ཚད་དེས་
དེ་སྔ་རྩོད་ཁྲོལ་སོ་སོས་དཔུལ་འཁོར་གྱི་འཆར་གཞི་བཏོན་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབར་
ལ་འཕར་ཆ་ཞིག་སྟོན་སྟེད། ཡིན་ན་ཡང་བྲིམས་མཐུན་ལས་མིའི་མཐུན་ཆོགས་དང་
འབྲེལ་བའི་ལས་མིའི་འགལ་ཁྲ་ནི་ཡང་སྤྱིར་རྒྱུ་མེད་པའི་སྟེང་དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་ལམ་
ལུགས་ཤིག་སུ་མཐུད་གནས་ཡོད་པའོ། སྟེང་དོན་གྱི་རང་དབང་གི་འཕྲུགས་སྒྲིབ་
ལ་དོ་སྟོན་ཡོད་པའི་འགལ་ཁྲ་དང་ཐ་དད་རེད།

ཕན་གཞོད་འབྲེལ་ལུལ་གྱི་གནད་དོན་ནམས་ཆོས་ལུགས་དབང་འདྲིན་དང་།
འགྲོ་བ་མིའི་རང་དབང་གི་དོན་གནད་ཁག་ ཡང་ན་སྤྱི་ཆོགས་སྤྱིའི་མ་འོངས་འཕེལ་
རྒྱས་ལྟ་བུ་གཞི་རྩའི་གནད་དོན་ཞིག་ལ་ཐུག་ཆེ་གྲོས་མོལ་གྱིས་འདོད་སྟོབས་ཁངས་པའི་
གཉིས་མོས་ཀྱི་ཐག་ཚད་ཅིག་ལ་སྒྲིབས་རྒྱུའི་ལམ་ཞིག་སྟོན་གྱི་མེད། གཞི་རྩའི་

གནད་དོན་འགའ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ནང་འགྲིགས་བྱེད་རྒྱ་མེད། མང་གཙོ་དོན་གཉེར་
 བ་ཆོར་ཕན་པའི་དབང་ཆའི་འབྲེལ་བར་འགྱུར་བ་ཐབས་པ་ཞིག་ལྟར་བཞུགས་རྒྱུ་
 བྱུང་བཅུགས་པའི་གཞི་རྒྱའི་གནད་དོན་དེ་འདོད་སློབ་ཁང་ས་པའི་སྤང་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ།
 དེ་ལྟ་བུའི་འགྱུར་བ་དེ་འཐབ་ཚོད་བརྒྱད་ཡོང་དགོས་པ་ལས་གྲོས་མོལ་ནས་མི་
 འབྱུང་། འདིས་གྲོས་མོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱ་མེད་
 ཅས་པའི་དོན་མ་ཡིན། འདིར་ཤོད་པའི་དོན་གནད་དེ་ནུས་སྟོབས་ལྡན་པའི་མང་གཙོ་
 དོན་གཉེར་གྱི་སྤྱོད་ལམ་འགའ་ཞིག་མེད་པར་སྟོབས་ཤུགས་ལྡན་པའི་སྤྱོད་དབང་གྲེས་
 འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཤིག་གནས་ནས་དབྱུང་རྒྱུར་གྲོས་མོལ་ནི་དངོས་དོན་དང་མཚུངས་
 པའི་ལམ་ག་ཞིག་མ་རེད་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

དེས་ན་གྲོས་མོལ་དེ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གདམ་ཁ་ཞིག་མིན་པ་སྤྱིད། རང་གི་གོ་
 གནས་ཐོག་ཉེན་ཁ་སྤྱི་ཅམ་མེད་པ་འཆོར་བའི་བདེན་པོར་བཅན་ས་བཟུང་བའི་སྤྱིད་
 དབང་གྲེས་འདྲིན་པ་ཆོས་མང་གཙོ་དོན་ཏུ་གཉེར་བའི་སྤྱོད་ལམ་བ་དང་མཉམ་
 གྲོས་མོལ་བྱེད་རྒྱ་ཁས་ལེན་མི་བྱེད་པའང་སྤྱིད། ཡང་ན་གྲོས་མོལ་འགོ་ཚུགས་པ་
 དང་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་གྱི་གྲོས་མོལ་པ་ཆོ་གར་སོང་ཆ་མེད་ཏུ་གྱུར་བས་སྤྱིར་གོ་
 ཐོས་མེད་པར་ཡོང་སྤྱིད།

གྲོས་མོལ་གྱིས་མགོ་སྐྱར་བ་མིན་ནམ།

མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པར་འགལ་བྱེད་། གྲོས་མོལ་ལ་མོས་པ་བྱེད་
པའི་སྐྱེ་པོ་སྒྲིབ་དང་། སྤྱི་ཁག་གས་ཆེ་བའི་ཀུན་སྒྲོང་ཡག་པོ་ཡོད། དམིགས་
བསལ་གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་གི་ཐད་དུ་
མཐའ་མའི་རྒྱལ་ཁ་མེད་པའི་དྲག་དམག་གི་འཐབ་ཚད་ཅིག་ལོ་མང་རིང་ལུ་མཐུད་
པས་མྱིད་དོན་གྱི་དམིགས་ལུལ་གང་ཡང་འཛིན་པའི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཞིབ་དེར་
འདོད་མོས་བྱེད་པ་དེར་ཁག་མེད། གང་དུ་མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་ཆོར་དྲག་པོའི་
སྒྲོབས་བྱུགས་གཞན་ལས་ལྷག་པ་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན་པ་དང་། རང་སྤྱོད་གས་མང་
ཚོགས་ཀྱི་དབུས་སུ་སྤོག་སྒྲིབ་དང་གཏོར་བཞིགས་སུ་མཐུད་བཟོད་དཀའ་བའི་སྐབས་
སུ་གྲོས་མོལ་དག་དམིགས་བསལ་གྱིས་མང་གཙོ་དོན་གཉིར་བའི་དབུས་སུ་གནད་
དོན་ཞིག་དུ་གྱུར་པེས། དེ་འདྲའི་སྐབས་སུ་མང་གཙོ་དོན་གཉིར་བ་ཆོའི་དམིགས་
ལུལ་འགལ་ཞིག་སྤྱབ་པ་དང་མཉམ་དུ་འཆོབ་དང་དེའི་ཁ་གདང་འཆོབ་བྱེད་པའི་
འཁོར་ལོ་དེའི་རྒྱན་གཙོད་མྱིད་པའི་བཟོད་ལམ་གཞན་ཞིག་འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་པར་ཞེ་
འདོད་ཆེན་པོ་ཡོད་གི་རེད།

མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་གིས་མང་གཙོ་དོན་དུ་གཉིར་བའི་
སྤྱོད་ཀས་འགལ་བ་དང་ལྷན་དུ་གྲོས་མོལ་བརྒྱད་དེ་ཞིབ་དེའི་ཆ་རྒྱུན་སྤྱོད་རྒྱར་ཁས་
ལེན་པ་ནི་སྤོག་བྱས་ཀྱི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན། མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་ཆོས་གལ་ཏེ་རང་
གི་མི་མང་ལ་དམག་རྒྱག་རྒྱ་དེ་མཆོམས་བཞག་པ་ཡིན་ན་འཆོབ་པའི་ལས་དེ་ཁོང་ཆོ་

ཉིད་ནས་དེ་མ་ཐག་དུ་མཆམས་གཅོད་བྱུང་། ཁོང་ཚོས་རིན་གོང་སྒྲོར་གཅོག་གང་
ཡང་མེད་པར་མ་སྐྱུལ་དང་སྒྲངས་གྲིས་འགོ་བ་མིའི་ཆེ་མཐོང་དང་ཐོབ་ཐང་གི་བཅི་
བཀྲར་སྐྱར་གསོ་དང་། སྲིད་དོན་གྱི་བཅོན་པ་སྟོན་གྲོལ། མནར་གཅོད་མཆམས་
འཛོག་ རྒྱག་དམག་གི་བཀོལ་སྤྱོད་མཆམས་འཛོག་ སྲིད་གཞུང་ནས་ཕྱིར་འཐེན།
མི་མང་ལ་དགོངས་དག་བྱགས་བདེན་ཞུ་བ་བཅས་བྱེད་བྱུང་།

སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་དེ་སྟོབས་བྱགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ན་ཡང་།
ཞེ་སྲུང་བཟོ་བའི་འགོག་ཚོལ་ཞིག་མཆིས་ཆེ། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་དེས་ཞི་བདེ་
ཡོང་ཐབས་སུ་ཐོག་རྩ་བྱས་དེ་ཕྱོགས་འགལ་བ་ཚོ་མགོ་སྐྱར་བའི་དོན་དུ་གྲོས་མོལ་
བྱེད་རྒྱར་འདོད་པ་ཡོང་སྲིད། གྲོས་མོལ་བྱེད་རྒྱུའི་མགོན་བདེ་དེ་སྒྲོར་བབས་པོ་ཡོད་
ཀྱང་། གྲོས་མོལ་གྱི་ཁང་བའི་ནང་དུ་ཆབས་ཆེའི་ཉེན་ཁ་སྐྱབས་ཡོད་པ་ཡོང་སྲིད།

ཡང་དེ་ལས་སྒྲོག་སྟེ་ཕྱོགས་འགལ་བ་དེ་དམིགས་བསལ་གྱི་སྟོབས་བྱགས་ཆེན་
པོ་ཡོད་པ་དང་། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེར་དངོས་སུ་འཛིགས་སྒྲུང་
ཡོད་སྐབས། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲངས་འཛིན་དང་རྒྱ་ནོར་
གང་བྱུང་ཅི་བྱུང་ཉེན་སྒྲོབ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་གྲོས་མོལ་གྱི་ལམ་འཚོལ་སྲིད། གནད་
དོན་གཉིས་ཀའི་སྐབས་སུ་མང་གཅོད་དོན་གཉིས་བ་ཚོས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་
ཚོར་ཁོང་ཚོའི་དམིགས་ལུལ་བསྐྱབ་པར་རམ་འདགས་བྱེད་རྒྱ་མེད།

སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་ཚོས་ཤེས་བཞིན་དུ་གྲོས་མོལ་བརྒྱད་རིམ་གྱི་ནང་དུ་
བཙུགས་པའི་རྟི་ལ་མང་གཅོད་དོན་གཉིས་བ་ཚོས་དྲོགས་ཐོན་བྱེད་དགོས། སྲིད་དོན་

རང་དབང་གི་གཞི་རྩའི་གནད་དོན་ལ་ཐུག་སྐབས་གྲོས་མོལ་གྱི་མགྲོན་བརྟེན་གྱི་
 དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་འཆོ་བའི་བྱ་བ་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་མང་གཙོ་
 དོན་གཞིར་བ་ཆོ་ཞེ་བའི་ལམ་ནས་མགོ་སྐྱོད་ཐབས་ཀྱི་འབད་ཚོལ་ཞིག་ཡིན་མིད།
 འགལ་ཁྲའི་ནམ་པ་དེ་འདྲ་བའི་ནད་དུ་གྲོས་མོལ་གྱི་འོས་སུ་བབས་པའི་བྱེད་ལས་
 གཅིག་པུ་དེ་ཐག་ཆོད་ལྷན་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་མཐུག་དུ་མིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་ཆོའི་
 དབང་ཆ་དེ་ལྟས་པ་ལྷན་པའི་སྒྲོ་ནས་གཏོར་བཞིགས་བཏང་བ་དང་། ཁོང་ཆོས་རྒྱལ་
 སྤྱིའི་གནས་ཐང་ཞིག་དུ་རང་སྟོག་ཐར་བའི་གྲོས་ལམ་འཆོལ་བའི་གནས་སྐབས་ལྟ་
 བུར་ཡོང་གི་ཡོད།

གྲོས་མོལ་ནད་གི་དབང་ཆ་དང་དྲང་བདེན།

གལ་ཏེ་ལྟ་ཚུལ་འདི་གྲོས་མོལ་ཐོག་གི་འབྲེལ་བཤད་ཆེས་རྒྱ་བ་མོ་ཞིག་དུ་འཆོར་ན་
 དེ་དང་འབྲེལ་བའི་རོལ་ཉམས་མཆར་སྟུག་གི་ནམ་པ་འགལ་ཤས་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་
 ལྷངས་པ་བཟོ་དགོས། གྲོས་མོལ་བཀོལ་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་ཡོང་མིན་གྱི་ཐད་ལ་ཉེག་
 དཔྱད་གསལ་ཞིང་དག་པའི་དགོས་མཁོ་ཡོད།

གྲོས་མོལ་ནི་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱིས་དེ་གཉིས་དབར་ལ་འགལ་ཁྲ་བཟོས་པའི་མི་
 མཐུན་པའི་གནད་དོན་དེ་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོག་ནས་མཉམ་དུ་འདྲོམས་ཏེ་བཀའ་མོལ་
 གནང་བ་བརྒྱུད་མེལ་ཐབས་བྱེད་པ་ཞིག་གི་གོ་དོན་མིན། དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་
 ལྟངས་གཉིས་ངེས་པར་དུ་དྲན་དགོས། དང་པོ་ནི། གྲོས་མོལ་གྱི་ནད་དུ་གྲོས་མོལ་

བྱས་ཏེ་བྱང་བའི་གྲོས་མཐུན་གྱི་ནང་དོན་དེ་འགལ་ཟླ་ཡོད་པའི་ལྷ་བ་དང་དམིགས་
ཡུལ་གྱི་སྒྲོས་བཅས་དྲང་བདེན་དེས་ཐག་གཅོད་བྱེད་གྱི་མེད། གཉིས་པ་ནི། གྲོས་
མོལ་བྱས་ཏེ་བྱང་བའི་ཁས་ཚད་གྱི་ནང་དོན་དེ་སྟོགས་པ་དེའི་དབང་ཆའི་རྣམ་པ་དེས་
ཤས་ཆར་ཐག་གཅོད་བྱེད་གྱི་ཡོད།

དཀའ་ཆོག་ས་ཅན་གྱི་རྒྱ་བ་མང་པོར་མཚོ་བསམ་གཏོང་དགོས། ཅི་སྟེ་སྟོགས་
གཞན་པ་དེས་གྲོས་མོལ་ཅིག་ཅིའི་སྟེང་དུ་ཁས་ཚད་ཅིག་ཡོད་བར་ལམ་སྟོང་ས་མ་
བྱང་ཆོ། ཟླ་ཆོས་རྗེས་མ་ཞིག་དུ་སྟོགས་པ་དེ་ནས་རང་རང་གི་དམིགས་ཡུལ་བརྒྱབ་
རྒྱར་ག་རེ་བྱེད་བྱུབ་བམ། ཅི་སྟེ་ཁས་ཚད་ཅིག་བྱང་བའི་རྗེས་སུ་སྟོགས་གཞན་པ་
དེས་ཁས་ཚད་ལ་མ་སྟོས་པར་རང་ཉིད་གྱི་དམིགས་ཡུལ་འདྲིན་རྒྱར་རང་ལ་ཡོད་
པའི་རྣམ་པ་སྟོན་པ་དང་། ཁ་དན་ཆོག་ལ་མི་གནས་པ་བྱང་ཆོ། སྟོགས་པ་དེ་ནས་
ག་རེ་བྱེད་བྱུབ་བམ། ལག་དུ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་གྱི་ལེགས་ཆ་དང་ཉེས་ཆར་དབྱེད་
ཞིབ་བྱེད་པ་ཁོ་ནས་གྲོས་མོལ་ལ་ཐག་གཅོད་ཅིག་ཡོད་གི་མེད། དེ་དག་ཤས་ཆར་
བཟོ་སྟངས་བྱས་ན་འཕུས་ཀྱང་། གྲོས་མོལ་ནང་གི་གྲུབ་འབྲས་པོ་མ་དེ་འབྲན་ཅོད་
བྱེད་པའི་སྡེ་ཁག་ཁག་གི་སྒྲོས་བཅས་དང་སྒྲོས་མེད་དབང་ཆའི་གནས་སྟངས་གྱི་
དབྱེད་ཞིབ་ཅིག་ལས་ཡོད་བ་ཡིན། མང་གཙོ་དོན་གཉིས་བ་ཆོས་རང་གི་མ་མཐའི་
ཐོབ་ཐང་དེ་མི་སྟོན་ཀ་མེད་བཟོ་བར་ག་རེ་བྱེད་བྱུབ་བམ། སྟོན་དབང་སྟོར་འདྲིན་པ་
ཆོས་རང་ཉིད་སྟངས་འདྲིན་གྱི་གོ་སར་གནས་པ་དང་། མང་གཙོ་དོན་གཉིས་བ་ཆོ་
རྣམ་མེད་བཟོ་བར་ག་རེ་བྱེད་བྱུབ་བམ། ཆོག་གི་སྟེང་བ་གཞན་ཞིག་གི་ལམ་ནས་

བཤད་ན། གལ་ཏེ་ཁས་ཚད་ཅིག་བྱང་བ་ཡིན་ན། དེ་ནི་ཚུགས་ངོ་རེ་ནས་ཚུགས་
གཉིས་ཀའི་དབང་ཆའི་རྒྱས་པ་བསྐྱར་བའི་ལོ་ཅིས་དང་། འཐབ་ཚད་དངོས་སུ་བྱང་
ན་རྗེས་འབྲས་རི་ཡོང་ཅིས་བརྒྱབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཞིག་ཡིན་ངེས།

ཚུགས་ངོ་རེ་ནས་ཁས་ཚད་ཅིག་ཡོང་བའི་དོན་དུ་ག་རེ་སྒྲོས་གཏོང་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་
མེད་སྒྲོར་ལའང་དོ་སྣང་ངེས་པར་སྒྲོད་དགོས། ལམ་གློངས་ལྷན་པའི་གྲོས་མོལ་གྱི་
ནང་དེར་མི་མཐུན་པ་ཆ་བགོ་བྱེད་པའི་ནང་འགྲིགས་ཞིག་ཡོད། ཚུགས་ངོ་རེ་ལ་རང་
རང་གང་འདོད་པའི་ཆ་ཤས་རེ་ཐོབ་པ་དང་མཉམ་དུ་དམིགས་ལུལ་གྱི་ཆ་ཤས་རེ་སྒྲོས་
གཏོང་བྱེད་པ་ཡིན།

མཐའ་ལ་སྐྱེད་ས་པའི་མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱང་
སྐབས་མང་གཙོའི་ཚུགས་གཏོགས་ཀྱི་དབྱང་སྡེ་ཆོས་མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་པ་དེར་
ག་རེ་སྒྲོས་གཏོང་དགོས་སམ། མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་པའི་དམིགས་ལུལ་ག་རེ་སྒྲོ་
བུ་མང་གཙོའི་ཚུགས་གཏོགས་ཀྱི་དབྱང་སྡེ་ངོས་ལེན་བྱེད་དམ། མང་གཙོ་དོན་
གཉེར་བ་ཆོས་མིད་དོན་གྱི་ཆོགས་པའམ། ཡང་ན་དྲག་དམག་གི་སྡེ་བྱིད་གང་རུང་
ཡིན་པའི་མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་པ་དེར་མ་འོངས་པའི་མིད་གཞུང་དེའི་ནང་དུ་ཅ་
ཁྲིམས་ཀྱི་ལམ་ནས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རྒྱན་གནས་ཀྱི་གོ་གནས་ཞིག་སྒྲོད་དམ།
དེ་འདྲ་དེར་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་གང་དུ་ཡོད་དམ། གྲོས་མོལ་གྱི་སྐབས་སུ་གང་
བསམ་པ་དོན་གྲུབ་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་གཤམ་གསལ་འདི་ངེས་པར་དུ་འདྲི་
དགོས། གྲུབ་འབྲས་ལ་ཞི་བདེ་རི་འདྲ་ཞིག་ཡོང་ངམ། གལ་ཏེ་དེ་འདྲ་བྱང་ན་མང་

གཙོ་དོན་གཉེར་བ་ཚོས་འཐབ་ཚད་འགོ་འདྲུགས་པ་ལས། མུ་མཐུད་པའི་སྐབས་དེར་
ཡོད་པའི་མི་ཆེད་གནས་སྤངས་ལས་བཟང་དུ་འགྲོ་ལས། ཡང་ན། དན་དུ་འགྲོ་ལས།

ཁས་ལེན་རུང་ཞེས་པའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ།

སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཚོར་དབང་ཆ་དང་། གོ་གནས། ལྷ་མོར། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
བཟོ་སྐྱུར་བཟོ། དེ་དང་འདྲ་བ་ལ་སོགས་པ་ཁོང་ཚོའི་དབང་སྒྲུར་འོག་དུ་དམིགས་
ཡུལ་དང་ཀུན་སྲོད་སྤྱི་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡོད་སྲིད། གལ་ཏེ་ཁོང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་
སྤངས་འདྲིན་གྱི་གོ་གནས་དེ་དོར་ན་འདི་དག་གཅིག་ཀྱང་འབྱུབ་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པའི་
གནས་སྤངས་དེ་ར་ཚོས་ཤེས་དགོས། བྱོས་མོལ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྲིད་དབང་
སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་གཅིས་འདྲིན་བྱེད་རྒྱའི་འབད་ཚོལ་བྱེད་
ཀྱི་རེད།

བྱོས་མོལ་ཐག་ཚད་གང་རུང་གི་ཐོག་དུ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ནམས་ཀྱིས་
ཁས་ལེན་ཇི་འདྲ་བྱས་ཀྱང་། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཚོས་རང་གི་སྤྱོད་པ་འགལ་
མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བའི་ས་ནས་ཅི་གསུང་བཀའ་སྒྲུབ་ཐོབ་ཆེད་དུ་ཁས་ལེན་གང་
ཡང་བྱེད་སྲིད་པ་དང་། རྗེས་སུ་ངོ་ཚ་བྲིལ་གཞུང་བུལ་བའི་ཐོག་ནས་བྱོས་ཚད་དེ་
རང་ནས་འགལ་སྲིད་པ་དེ་དུས་ནམ་ཡང་བརྗེད་དུ་མི་རུང་།

གལ་ཏེ་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་ཚོས་དྲག་གཞོན་ནས་བཟོལ་ཡང་ཐོབ་ཕྱིར་
འགོག་སྒོལ་མ་ཆམས་འདྲིན་བྱེད་རྒྱུར་ཁས་སྤངས་ན་ཁོང་ཚོ་ཆེས་ཡིད་ཐང་ཆད་སྲིད་

པ་རེད། འགོག་ཤིང་མཆམས་འདོག་གིས་དྲག་གཞོན་ཏུ་དྲུག་ཏོང་བ་ཏེ་ལམ་
 དགོན་པོ་རེད། རྒྱལ་ནང་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཕྱོགས་འགལ་གྱི་བྲག་གྱེད་རྒྱས་ལྷགས་དེ་
 མེད་པར་གྱུར་པ་དང་རྣམས་ཏུ་སྲིད་དབང་གླེང་འཛིན་པ་ཆོས་བཅན་གཞོན་དང་འཆོ་བ་
 བྱེད་རྒྱུ་དེ་སྤྲོ་མ་ལས་གདུག་རྒྱབ་ཆེ་རུ་གཏོང་ཡང་སྲིད། མང་ཆོགས་གྱི་འགོག་
 ཤིང་འཐོར་ཞིག་ཕྱིན་པ་དེས་སྲིད་དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་གདུག་རྒྱབ་དང་
 ལྷངས་འཛིན་ལ་མཆམས་ཅན་གྱི་འགོག་རྒྱུ་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་དེ་མེད་པར་བཟོ་གི་
 ཡོད། དེ་ནས་བཅན་ཤིང་ཅན་གྱི་ས་སྤྱོད་ཆོས་རང་འདོད་བཞིན་སྤྱོད་ལའང་ཁ་གཏད་
 གཅིག་ཐུབ། གྲིའི་ན་ལལ། བྱི་རྩུ་མི།⁵ ཡིས་གང་དུ་ང་ཆོར་འགོག་རྒྱུ་གྱི་སྒྲོ་བས་
 ལྷགས་མེད་ས་དེ་ཁོ་ནར་བཅན་ཤིང་ཅན་གྱི་ས་སྤྱོད་ཆོས་སྤྱོད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད།
 ཅེས་གསུངས།

གང་དུ་གཞི་ཅའི་གནད་དོན་ནམས་རྒྱན་དུ་བཅུགས་ཡོད་པའི་འགལ་ཟླ་དེར་
 འགྱུར་བ་ཡོང་སྲིད་འགོག་ཤིང་ཅན་ཅན་དུ་དགོས་པ་ལས་གོས་མོལ་མིན། ཏེ་ལམ་
 དོན་རྒྱུ་ཆང་མའི་ནང་དུ་སྲིད་དབང་གླེང་འཛིན་པ་ནམས་དབང་ཆ་ནས་སྲིད་འབྱུང་
 བྱེད་པར་འགོག་ཤིང་ཅན་པར་དུ་སྤྱོ་མཐུད་དགོས། ལམ་སྤོངས་ནི་ཆེས་འོས་ཤིང་
 འཆམས་པ་དང་རྒྱས་ལྷགས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་ལྷན་པའི་འགོག་ཤིང་ཅན་གང་ཡོད་ཀྱི་
 བེད་སྤྱོད་མཁས་པོ་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ལས་གོས་མོལ་ཐག་ཆོད་ཀྱི་ལམ་

5 Krishnalal Shridharani, *War Without Violence: A Study of Gandhi's Method and Its Accomplishments* (New York: Harcourt, Brace, 1939, and reprint New York and London: Garland Publishing, 1972), p.260.

ནས་མིན། རང་དབང་གི་ཆེད་དུ་འཐབ་ཚུངས་བྱེད་མཁན་ཆོ་ལ་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཙི་
དང་ལེན་མི་ཞུ་བའམ། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚུངས་ནི་ཐབས་ལམ་རྣམས་ཤུགས་ཆེ་
ཤོས་དེ་ཡིན་པའི་སྐོར་ལ་རྗེས་སུ་ཞིབ་ཅིང་ཕྱ་བར་འཆོ་ལ་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ང་ཆོའི་འདོད་
པ་ཡིན།

ཞིབ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་གམ།

གལ་ཏེ་སྲིད་དབང་སྐོར་འཛིན་པ་དང་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་ཆོ་ཞི་བདེའི་སྐོར་ལ་
སྐད་ཆ་ཤོད་རྒྱ་ཡིན་ན། ཉན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་མཐོ་བསམ་
ཆེས་གསལ་པོ་གཏོང་དགོས། ཞིབ་དེ་ཞེས་པའི་ཆོག་བཅད་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་ཆང་
མས་རང་དབང་དང་དྲང་བདེན་ཡོད་པའི་ཞིབ་དེ་དེ་འདོད་གྱི་མེད། མི་མང་འབུམ་
ཕྱག་དུ་མར་མནར་གཅོད་གཏོང་མཁན་གྱི་སྤྱི་ཆེ་བུ་ལ་འདི་སྲིད་དབང་སྐོར་འཛིན་པ་
ཆོའི་གདུག་རྒྱུ་བ་ཅན་གྱི་བཙན་གཞོན་ལ་ཅི་གསུང་བཀའ་སྒྲུབ་ཞུ་བ་དང་། སྤྱིར་མི་
མངོན་པའི་ཁས་ལེན་བྱེད་པ་ནི་ཞིབ་དེ་ངོ་མ་མ་ཡིན། ཉིཌ་ལར་གྱིས་རྒྱན་དུ་ཞིབ་དེ་
དགོས་པ་བཤད་དུས་ཁོར་ང་གི་འདོད་པར་ཆང་མས་ཅི་གསུང་བཀའ་སྒྲུབ་ཞུ་དགོས་
པའི་དོན་ཡིན། སྲིད་དབང་སྐོར་འཛིན་པའི་ཞིབ་དེ་ཟེར་བ་དེ་ཤས་ཆེ་བར་བཙོན་ཁང་
དང་དུར་ཁྲོད་གྱི་ཞིབ་དེ་ལས་གཞན་པ་མིན།

ཉན་ཁ་གཞན་ཡང་ཡོད། ཀུན་སྒྲོང་བཟང་པོ་ལྷན་པའི་གྲོས་མོལ་པ་ཆོས་
སྐབས་མེ་གྲོས་མོལ་གྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་། གྲོས་མོལ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་གཉིས་ནོར་

གྲི་ཡོད། གཞན་ཡང་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བའི་གྲོས་མོལ་པ་ནམས་སམ། ཡང་ན།
 གྲོས་མོལ་ལ་རམ་འདེགས་ཆེད་དོས་ལེན་བྱས་པའི་སྲི་རྒྱལ་གྱི་ གྲོས་མོལ་བྱུང་
 མཁས་པ་ཚོས་སྤྱ་གཞུགས་སྒྲངས་གཅིག་ལ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཚོར་ཁོང་
 ཚོས་རྒྱལ་སྲིད་བཅན་བཟུང་དང་། འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་དོག་རོལ། གདུག་རྩལ་
 བཅན་གཞོན་བཅས་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་སྔ་ཁོང་ཚོར་མེད་པའི་རྒྱལ་ནང་དང་རྒྱལ་
 སྤྱིའི་ཁྲིམས་མཐུན་དོས་ལེན་དེ་སྲོད་སྲིད་པ་ཡིན། བེན་དུ་མཁོ་གནད་ཆེ་བའི་ཁྲིམས་
 མཐུན་དོས་ལེན་དེ་མེད་པར་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཚོས་དུས་ཚོད་དེས་མེད་དུ་
 དབང་སྒྲུར་ཕུ་མཐུད་བྱེད་མི་བྱལ། ཞི་བདེའི་འགྲེལ་བཤེད་པ་ཚོས་ཀྱང་ཁོང་ཚོར་
 ཁྲིམས་མཐུན་དོས་ལེན་དེ་སྲོད་དུ་མི་རུང་།

རེ་བ་འོས་པའི་རྒྱ་མཚན།

གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། རྒྱ་གསུམ་འགལ་གྱི་འགོ་ཁྲིད་ཚོ་མང་གཙོའི་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་རེ་བ་
 བྲལ་བའི་འཚོར་སྤང་དེའི་རྒྱུ་པས་གྲོས་མོལ་མ་བྱེད་རང་བྱེད་བྱུག་པ་སྟ་བུ་འཚོར་
 སྲིད། འོན་ཀྱང་རྒྱས་པ་བྲལ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་འཚོར་བ་དེར་འགྱུར་བ་གཏོང་
 བྱལ། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་ཚོ་ཉག་པ་མིན། སྲིད་དབང་སྒྲེར་
 འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འོག་དུ་སྲོད་པའི་མང་ཚོགས་དེ་སྟོན་ཞན་གྱི་ངང་དུ་སྲོད་དགོས་
 པ་མེད་ལ། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཚོ་ཡང་དུས་ཚོད་དེས་མེད་དུ་དབང་ཆ་ཆེན་པོ་
 བྱེད་དུ་འཇུག་དགོས་པ་མེད། ཆས་སྔ་མོ་ཞིག་ནས་ཨེ་རིས་ཁོ་རལ་གྱིས་ "ཉུང་

སྤྲི་མི་སྤྲི་གཞུང་དང་། བཅན་ཤེད་ཅན་གྱི་ས་སྤྲོད་ནམས་ཅ་ཁྲིམས་གང་ལས་ཀྱང་ཆེ་
 བྱང་བ་ཡོད། ཕྱོགས་གང་ནས་བལྟས་ཀྱང་བཅན་ཤེད་ཅན་གྱི་ས་སྤྲོད་ནམས་ཡུན་རིང་
 བོ་གནས་མེད།⁶ ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེང་རབས་ཀྱི་སྤྲི་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་
 ལུགས་པ་ཆོ་ཡང་ཟུགས་རྟེན་སྤྲི་བ་ཡིན། ཁོང་ཆོད་སྤྲོ་ཞན་གྱི་ཆ་ནམས་མང་དུ་
 གཏོང་བྱབ་པ་དང་། སྤྲི་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པའི་དབང་ཆ་དེ་འཐོར་ཞིག་དུ་གཏོང་
 བྱབ་པ་ཡིན། རྒྱ་ལེ་བཞི་པའི་ནང་དུ་ང་ཆོས་སྤྲོ་ཞན་གྱི་ཆ་འདི་དག་ཞིབ་ཏུ་བཙག་
 དཔུང་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། །

ཉེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་སྤྲི་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཟུགས་རྟེན་སྤྲི་བའི་
 གནས་བབ་དང་། གཞན་ལ་སྟོམ་ཏེ་དུས་ཡུན་བྱང་དུ་འཛིན་དུ་ཁོང་ཆོ་འཐོར་ཞིག་དུ་
 འགྲོ་སྤྲི་བ་སྟོན་གྱི་ཡོད། བོ་ལཾ་ཏའི་ནང་གི་དམར་པོའི་སྤྲི་དབང་སྒྲེར་འཛིན་
 ལམ་ལུགས་དེ་འཆམ་ལ་འབེབས་པར་⁷ ༡༩༥༠ ནས་⁸ ༡༩༩༠ བར་ལོ་བརྒྱ་ཙམ་
 འགོར་ཡང་། ༡༩༥༩ ལོར་ཤར་འཇར་མན་དང་། ཅེག་གོ་སོ་ལོ་ལྷག་ཡའི་ནང་དུ་
 བདུན་ཕྱག་འགའ་ཤས་ལས་འགོར་མེད། ཕྱི་ལོ་⁹ ༡༩༩༩ ནང་ཨིལ་། སལ་ཕྱ་ཏོར་
 དང་། གོ་ཏ་མ་ལའི་ནང་དུ་བཅན་ས་བཟུང་བའི་གདུག་རྒྱུ་ཅན་གྱི་དྲག་དམག་སྤྲི་
 དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་དེ་དག་གི་ཐད་ཀྱི་འཐབ་ཚོད་དེར་རོབ་ཅིས་བྱས་ན་བདུན་ཕྱག་
 གཉིས་རེ་ལས་དགོས་མཁོ་མ་བྱུང་། ཨི་རྒྱན་ནང་གི་རྒྱལ་པོ་ཤུག་ཡི་དྲག་དམག་ལ་

6 Aristotle, *The Politics*, transl. by T. A. Sinclair (Harmondsworth, Middlesex, England and Baltimore, Maryland: Penguin Books 1976 [1962], book V, Chapter 12, pp.231 and 232.

བཞེན་པའི་རྣམས་སྟོབས་ཆེ་བའི་དབང་འདྲིན་དེ་ཟླ་བ་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་དུ་མགོ་གཏོང་
 སྟོག་པ་རེད། ༡༧༥༦ ལོར་མི་མི་པིན་ནང་གི་སྤར་ཀོས་ཀྱི་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་
 ལམ་ལུགས་དེ་མང་ཚོགས་ཀྱི་རྣམས་པའི་མདུན་དུ་བདུན་ཕྲག་འགའི་ནང་དུ་ཟགས་པ་
 རེད། ཨ་རི་གཞུང་གིས་ཀྱང་སྟོགས་འགལ་བ་ཚོའི་སྟོབས་ཤུགས་གསལ་པོ་བྱུང་
 དུས་མིང་འདྲིན་སྤར་ཀོས་ལམ་མེད་སྟོས་བཏང་བ་རེད། ཕྱི་ལོ་༡༧༧༡ ཟླ་བ་བརྒྱད་
 པའི་ནང་སྟོ་མིང་སྲི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་མཆོགས་བཟུང་བའི་གཞུང་སྲིད་བཙན་
 འཕྲོག་བྱེད་ཅིས་ཀྱི་འབད་ཚོལ་དེ་ཉིན་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་དུ་སྲིད་དོན་བཀའ་བཅིང་དང་
 ལན་མི་ཞུ་བའི་སྟོན་མ་བཀག་པ་རེད། དེའི་རྗེས་སུ་དེ་སྤར་ལུན་རིང་པོར་དབང་
 སྤར་བྱས་པའི་ཨུ་རུ་སུའི་མངའ་ཁོངས་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོར་ཉིན་ཤས་དང་། བདུན་
 ཕྲག་འགའ་ཤས། ཟླ་བ་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་དུ་རང་བཙན་ཐོབ་པ་རེད།

འཆེ་བའི་ཐབས་ལམ་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་འབྲས་ལྷུང་བ་དང་། འཆེ་བ་སྤངས་
 པའི་ཐབས་ལམ་དེར་དུས་ལུན་རིང་པོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་སྤར་ཡོད་བསམ་ཚུལ་ཉིང་
 པ་དེར་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཅིང་པ་གསལ་པོ་རེད། སྲི་ཚོགས་དང་སྐབས་བབ་གནས་
 སྤངས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་སྲིད་དུས་ཚོད་གང་འཚམས་དགོས་སྲིད་ཀྱང་། སྲིད་
 དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་གི་ཐད་དུ་འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་
 དངོས་འབྲེལ་འཐབ་འདྲིངས་དེ་སྐབས་རེ་ལྷུང་པོ་ཡོད་གི་ཡོད།

གྲོས་མོལ་ནི། ཅ་མེད་གཏོང་ཆེད་དུ་རྒྱན་སྲིངས་པའི་དཔལ་འཐབ་ཀྱི་ཆ་དང་།
 དབང་ལ་མགོ་བདགས་ཞུ་རྒྱུའི་ཆ་གཉིས་ཀ་ལས་སྟོག་པའི་གདམ་ཁ་གཅིག་པུ་དེ་མ་

ཡིན། གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པའི་དཔེ་མཚོན་དང་། དེ་བཞིན་ལེན་དང་ཕོར་བགང་པ་
 རྣམས་གྱིས་རང་དབང་དང་ཞི་བདེ་གཉིས་ཀར་མོས་པ་རྣམས་ལ་གདམ་ཁ་གཞན་
 ཞིག་ཡོད་པ་སྟོན་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་སྤྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བརྒྱུ་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དེ་ཡིན།

གསུམ་པ།

དབང་ཆ་གང་ནས་བྱང་ངམ།

སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ལ་རང་དབང་དང་ཞི་བདེ་གཉིས་ཀ་ཐོབ་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལས་སྤྱི་ཐོ་ཞིག་མ་
རེད། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་པ་ལ་འཆར་འགོད་དང་། སྤྱི་ག་འཇུགས། འཐབ་བྱས་ལྷན་
པའི་རིག་རྩལ་ཆེན་པོ་བཅས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཡོད། དེ་དག་ཚང་མ་ལས་སྒྲག་པའི་
དབང་ཆའི་དགོས་མཁོ་ཡོད། མང་གཙོ་དོན་གཉིས་བ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་དབང་ཆ་
ནུས་པ་ལྷན་པའི་ཐོག་ནས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ནུས་པ་མེད་ཆོ། སྤྱི་དབང་སྒྲིལ་
འཛིན་ལམ་ལུགས་ཤིག་འཆམ་ལ་འབབས་རྒྱུ་དང་། སྤྱི་དོན་གྱི་རང་དབང་བསྐྱུན་
བྱུང་པའི་རེ་བ་བྱེད་རྒྱུ་མེད།

འོ་ན་འདི་རིམ་ལྗོངས་བ་ཡིན་ནམ། སྤྱི་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་དང་
དེའི་བྲག་དམག་དང་ཉིན་རྒྱུ་པའི་བྲ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་དག་གཏོར་བཞིགས་གཏོར་བར་
འདང་ངེས་བཞིན་པའི་དབང་ཆ་རིམ་འབྲུ་ཞིག་མང་གཙོ་དོན་གཉིས་བའི་ཕྱོགས་འགལ་
བ་ཚོས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་བྱུང་བམ། དེའི་ལན་ནི་རྒྱུན་ལྷན་སྤྱི་དོན་དབང་ཆའི་གོ་
རྒྱུ་སྒྲིལ་མེད་དུ་བཞག་པ་དེའི་ནང་དུ་ཡོད། གནད་འགག་དེ་ཤེས་པ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་
དག་འཕམས་ཁག་པོའི་ལས་ཀ་ཞིག་མིན། གཞི་རྩའི་བདེན་པ་འགའ་ཞིག་ཞེས་གས་
ལས་སྤྱི་ཐོ་རེད།

སྤྱུ་ལི་རྩེ་པོ་ལི་སྦྱང་གཏམ།

སྤྱི་དོན་དབང་ཆ་ལི་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་སྦྱང་མེད་བྱས་པ་ལི་སྦྱོར་སྤྱུ་ལི་མཚོན་ན་
བརྒྱ་ཕྱག་བཅུ་བཞི་པ་ལི་ནང་དུ་ལེའུ་རི་ཡིས་ཀྱང་སྤྱི་དུ་བྱིས་པ་ལི་བསྐྱབ་བྱ་ཅན་ཀྱི་སྦྱང་
གཏམ་འདིས་ཆེས་ལེགས་པོ་གསལ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།⁷

ཞིང་བཅ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱུ་ཟེར་བ་ལི་ནང་དུ་གད་པོ་གཅིག་གིས་
སྤྱུ་རྣམས་གཤོག་དུ་ཉར་ཏེ་འཚོ་ཞིང་གནས། རྒྱུ་ལི་ནང་གི་མི་སྡེ་ཚོས་ཁོ་ལ་རྒྱ་
གོང་ངམ་སྤྱུ་ལི་རྩེ་པོ་ཞེས་འཕོད་ཀྱི་ཡོད།

ཞོགས་པ་རེ་རེ་བཞིན་གད་པོས་སྤྱུ་རྣམས་ཁང་པ་ལི་བར་འབྲུམས་སུ་བསྐྱོངས་
ཏེ་གན་ཤོས་དེར་གཞན་རྣམས་ཤིང་སྤོང་དང་ཤིང་ཕྱན་ནས་ཤིང་ཏོག་འབྲུ་བར་ནགས་
རིར་འཁྱིད་དགོས་པ་ལི་བཀའ་གཏོང་གི་ཡོད། སྤྱུ་རེ་རེ་ནས་རང་གིས་འབྲུས་པ་ལི་
ཤིང་ཏོག་གི་བཅུ་ཆ་གཅིག་གད་པོར་སྤྱོད་དགོས་པ་དེ་ཁྲིམས་ཡིན། དེ་ལྟར་སྤྱོད་མ་
བྱུང་མཁན་ཚོ་ལ་ཡང་སྤྱི་རྩེ་པོ་ལམ་ལུགས་ལེ་སྟོན་ནས་རྒྱང་རྒྱུ་གི་ཡོད། སྤྱུ་ཚང་
མས་སྦྱག་བསྐྱལ་ཚོད་མེད་ཕྱོད་གི་ཡོད་ཀྱང་བདེ་སྦྱག་ཞུ་མ་རུས།

ཉིན་གཅིག་སྤྱུ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་གིས་སྤྱུ་གཞན་ཚོར་ "ཤིང་འབྲས་ཅན་གྱི་
ཤིང་སྤོང་དང་ཤིང་ཕྱན་ཚང་མ་གད་པོས་བཏབ་པ་རེད་དམ།" ཞེས་དྲིས། གཞན་

7 This story, originally titled "Rule by Tricks" is from *Yu-li-zi* by Liu Ji (1311-1375) and has been translated by Sidney Tai, all rights reserved. *Yu-li-zi* is also the pseudonym of Liu Ji. The translation was originally published in *Nonviolent Sanctions: News from the Albert Einstein Institution* (Cambridge, Mass.), Vol. IV, No. 3 (Winter 1992-1993), p.3.

དག་ཚེས་ "མ་རེད། འདི་ཚེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲིས་པ་རེད།" ཅས་བཤད། སྤྲུ་
 རྒྱུ་རྒྱུ་དེས་སྤྲུ་དུ་ "ང་ཚོས་ཀྱང་པོའི་ཚོག་མཆན་མེད་པར་ཤིང་དོག་འབྱེར་
 ཚོག་གི་མ་རེད་དམ།" ཞེས་བྲིས། གཞན་དག་ཚེས་ "རེད། ང་ཚོ་ཆང་མས་
 འབྱེར་ཚོག་གི་རེད།" ཅས་ལན་བཏབ། སྤྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དེས་སྤྲུ་མཐུད་དེ་ "དེ་
 འདྲ་ཡིན་ན་ང་ཚོས་ཀྱང་པོར་རྟེན་དགོས་པ་ཅི་ཡོད། ང་ཚོ་ཆང་མས་ཁོ་ལ་ཞབས་ཞུ་
 བྱེད་དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ།" ཞེས་བྲིས།

སྤྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དེས་རང་གི་བརྗོད་པ་མཛོགས་སྟོན་ལ་སྤྲུ་གཞན་ཆང་མ་དེ་མ་
 ཐག་ཏུ་གཉིད་ལས་སད་དེ་གནད་དོན་ཤེས་པ་བྱུང་།

དེའི་མཆན་མོ་དེར་ཀྱང་པོ་གཉིད་དུ་སོང་བཤེས་པ་དང་། སྤྲུ་ཚོས་རང་ཉིད་
 བཙོན་དུ་འཇུག་སའི་ནང་རའི་ར་སྤྱོད་ཆང་མ་བཅགས་ཏེ་ནང་ར་ཆ་ཆང་གཏོར་
 བཤེགས་བྱས། ཁོང་ཚོས་ཀྱང་པོས་གསོག་འཛོག་བྱས་པའི་ཤིང་འབྲས་ཆང་མ་ཡང་
 ཤིང་ནགས་སུ་འབྱེར་དེ་སྤྲིར་ལོག་ནམ་ཡང་མ་བྱས། ཀྱང་པོ་དེ་མཐའ་མཇུག་ཏུ་
 རྟོགས་ཤི་ཐེབས་པ་རེད།

ཡུ་ལི་ཇི་ཡིས་ "འདྲ་མ་སྤྱིང་ནང་དུ་མི་འགའ་ཤས་ཀྱིས་མགོ་སྐྱོར་བསྐྱུ་བྱིད་ལ་
 བརྟེན་ནས་མང་ཚོགས་ལ་དབང་སྐྱུར་བྱེད་པ་ལས་དྲང་བདེན་གྱི་ཅ་འཛིན་ལ་བརྟེན་
 བྱས་བྱེད་གྱི་མེད། ཁོང་ཚོ་སྤྲུའི་རྗེ་པོ་དང་འདྲ་མཆུངས་མ་རེད་དམ། ཁོང་ཚོ་རང་
 ཉིད་མགོ་སྐྱོངས་པའི་རང་བཞིན་དེར་དོ་སྣང་མ་བྱུང་བ་རེད། ཁོང་ཚོའི་མང་ཚོགས་

དེ་གཉིད་སངས་མ་ཐག་ཏུ་ཁོང་ཚོའི་མགོ་སྐྱོད་བསྐྱུ་བྱིད་དེ་ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱ་མཚམས་
ཆད་ཀྱི་རེད།" ཅས་བརྗོད་ཡོད།

སྤྲོད་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་དགོས་ངེས་ཁག

ཙ་འདྲིན་དེ་ལས་སྤྲོད་ཡིན། སྤྲོད་དབང་སྤྲོད་འདྲིན་པ་ཚོ་ལ་ཁོང་ཚོས་དབང་སྐྱུར་
བྱེད་པའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་རམ་འདེགས་དེའི་དགོས་མཁོ་ཡོད། དེ་མཉན་ན་སྤྲོད་དོན་
དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་དེ་ཁོང་ཚོས་གཅིས་སྤྲད་དང་རྒྱན་འབྲེངས་བྱེད་བྱུང་གི་མེད།
སྤྲོད་དོན་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་ནང་དུ་གཤམ་གསལ་བསྐྱུས་ཡོད།

- དབང་ཆ་ནི་དབང་འདྲིན་པ་དེ་ཁྲིམས་མཐུན་ཡིན་པ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་
དེའི་བཀའ་ལ་བརྩི་དགོས་པ་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་འགན་ཡིན་སྐྱེས་པའི་མང་
ཚོགས་དབུས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་དེ་རེད།
- མིའི་རྒྱས་ཤུགས་ནི་དབང་སྐྱུར་བ་དེར་རམ་འདེགས་དང་། མཐུན་ལམ།
བཀའ་ལ་བརྩི་བ་བཅས་བྱེད་པའི་སྐྱེ་བོ་སྤྱོད་རམ། ཟེ་ཁག་གི་གལ་གནད་
དང་གངས་འཕོར་ལ་ཟེར།
- རིག་ཙམ་དང་གོ་རྟོགས་ནི་བྱ་བ་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་ལག་བརྟུར་བྱ་
བྱིང་དབང་འདྲིན་པ་དེར་དགོས་པ་དང་། དེ་དག་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་པའི་སྐྱེ་
བོ་སྤྱོད་རམ། ཟེ་ཁག་ཚོས་མཁོ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལ་ཟེར།

- མངོན་པར་མི་གསལ་བའི་ཆ་རྒྱན་ནི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་དབང་སྐྱུར་པ་དེའི་
བཀའ་ལ་བརྩི་བ་དང་། རམ་འདེགས་བྱེད་པར་བསྐྱལ་སྤྱོད་པའི་སེམས་
ཁམས་དང་ལྟ་བའི་ཆ་རྒྱན་ལ་ཟེར།
- དངོས་པོའི་མཐུན་རྒྱན་ནི་མཁར་དབང་དང་། རང་བྱུང་འཕྲོན་ཁུངས།
འགྲོན་དུལ་གྱི་མཐུན་རྒྱན། དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས། འགྲིམ་འགྲུལ་
དང་གནས་འཕྲིན་གྱི་མཐུན་རྒྱན་བཅས་ལ་དབང་སྐྱུར་བས་འགྲོ་རྒྱལ་དང་
སྤངས་འཛིན་ཇི་ཡོད་ཀྱི་ཚད་གཞི་ལ་ཟེར།
- ཉེས་ཆད་ནི་དབང་འཛིན་པ་དེ་གནས་པ་དང་། དེའི་སྤྱོད་བྱས་ནས་ལག་
བསྟར་བྱེད་པར་མཁོ་བའི་མཐུན་ལམ་དང་ཅི་གསུང་བཀའ་སྐྱབ་ཡོང་བར་
མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་མཁན་དང་བཀའ་ལ་མི་བརྩི་མཁན་གྱི་ཐད་དུ་བཀོལ་
སྤྱོད་བྱས་པའམ། འཛིགས་སྤངས་སྐྱལ་བའི་ཉེས་ཆད་ལ་ཟེར།

འོན་ཀྱང་འབྱུང་ཁུངས་འདི་དག་རྒྱ་ཆེ་མང་ཚོགས་ཀྱིས་དབང་འཛིན་པར་དོས་ལེན་
བྱེད་པ་དང་། ཅི་གསུང་བཀའ་སྐྱབ་དང་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་ཞུས་པ། བྱངས་ལས་
འདས་པའི་མང་ཚོགས་དང་ཆེས་མང་བའི་སྤྱི་གཏུག་ཁག་གིས་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་
པ་བཅས་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན། འབྱུང་ཁུངས་དེ་དག་དབང་འཛིན་པར་ཐོབ་སྐལ་དུ་
ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན།

ཆ་ཚང་བའི་མཐུན་ལམ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་ལེན། རྒྱལ་སྤྱོད་བཅས་ཀྱིས་
དགོས་ངེས་ཀྱི་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་དང་།
དེའི་ཕྱོད་པས་སྤྱི་དགའ་སྤྱོད་ཀྱི་དབང་ཆའི་རྣམ་པ་རྒྱ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཕྱོགས་གཞན་ནས་བཤད་ན། སྤྱི་དབང་སྐར་འདྲིན་པ་དང་བཙན་འཛུལ་བ་
ཚོའི་ས་ནས་མང་ཚོགས་དང་སྤྱི་ག་འཛུགས་ཀྱི་མཐུན་ལམ་ཕྱིར་འཐེན་བྱས་པ་དེས་
གང་ལ་དབང་སྐྱུར་པ་ཚང་མ་བརྟེན་དགོས་པའི་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་ཐོན་
ཁུངས་ཉུང་དུ་གཏོང་བ་དང་གཙོད་པའང་སྤྱི། འབྲུང་ཁུངས་འདི་དག་དང་བལ་ན་
དབང་སྐྱུར་པའི་དབང་ཆ་སྤྱོད་ཞན་དུ་འགོ་བ་དང་། མཐའ་མར་སྤྱོད་ཞིག་པ་ཡིན།

སྤྱི་དབང་སྐར་འདྲིན་པ་ཚོས་རང་གི་གང་འདོད་ལྟར་བྱེད་རྒྱུའི་ཁོང་ཚོའི་རྣམ་
པ་དེར་འདྲིགས་སྤར་བཅོམ་པའི་བསམ་ཚུལ་དང་ལས་འགྲུལ་ལ་ཚོར་བ་རྣམས་ལོད་པ་དེ་
ཚོས་ཉིད་ཅེད། དེས་ན་སྤྱི་དབང་སྐར་འདྲིན་པ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་ལ་མི་བརྩི་
མཁན་དང་། ལས་མཚམས་འདོག་མཁན། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་མཁན་བཅས་ལ་
འདྲིགས་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་ཉེས་པ་གཏོང་བ་བཅས་བྱེད་ངེས་ཅེད། འོན་ཀྱང་གནད་
དོན་དེ་དེར་རྒྱུགས་མེད། དྲག་གཞོན་མ་ཟད་གདུག་རྩལ་གྱིས་ཀྱང་དབང་འདྲིན་པ་
དེས་ཆབ་སྤྱོད་སྤྱོད་བར་མཁོ་བའི་མཐུན་ལམ་དང་། ཅི་གསུང་བཀའ་སྤྱོད་ཀྱི་དགོས་
ངེས་ཆད་གཞིའི་འགོ་འཛུགས་ཤིག་ཏུ་གྲགས་སྤྱོད་ཀྱི་མེད།

གལ་ཏེ་དྲག་གཞོན་ལ་མ་སྟོས་པར་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་དེ་དུས་ཡུན་གང་
འཚམས་རིང་དམ་བསྐྱགས་སམ། ཡང་ན། ཡོངས་སྤྱོད་གཙོད་བྱུང་པ་བྱུང་ན། དེའི་

འགོ་འདྲུགས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་དོད་དུ་མིན་དབང་གླེང་འཛིན་པའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ནང་དུ་
 རེས་མེད་དང་། མགོ་མོངས་ཀྱི་ཆ་ནམས་འབྲུང་མིན། དེའི་རྗེས་སུ་མིན་དབང་གླེང་
 འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་དབང་ཆའི་རྣམ་པ་མངོན་གསལ་དོད་པོས་སྒྲོ་དུ་འགོ་བར་
 རེས། དུས་ལུན་འདིའི་རིང་ལ་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་བཀག་སྒྲིལ་བྱས་པ་དེས་
 དབང་འཛིན་པ་དེ་རྣམས་མེད་དང་ཚུ་འཛོར་བ་ཞིག་བཟོ་བྱལ་ལ། གནས་ཚུལ་ཆབས་
 ཆའི་སྐབས་སུ་འཛོར་ཞིག་དུ་འགོ་བའང་བཟོ་བྱལ་པ་ཡིན། མགོ་གསལ་པོ་དང་གྲུལ་པོ་
 རི་ལྟར་ཡང་། མིན་དབང་གླེང་འཛིན་པའི་དབང་ཆ་དེར་མིན་དོན་གྱི་ལྷ་གཉིས་བས་ཏེ་
 བྱི་གི་རེད།

གཞུང་རི་འབྲུ་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་དབང་ངམ་བཅན་ཤེད་ཀྱི་ཆད་གཞི་དེ་རང་
 དབང་འདོད་པའི་མི་སེར་གྱི་སྒྲོས་བཅས་ཆོད་སེམས་དང་། རང་ཉིད་བྲན་གཡོག་དུ་
 བཀོལ་བའི་འབད་ཚུལ་དེ་འགོག་པའི་རྣམ་པ་དང་འདུན་པའི་སྤང་བརྟན་ཞིག་ཡིན།

མང་ཆོགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ལས་ཐོག་སྟེ། གཅིག་བསྟུས་མིན་དབང་གླེང་
 འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་ཆོ་ཡང་རང་གི་དབང་སྒྲུར་བྱེད་པའི་སྤྱི་ཆོགས་དང་། གྲུ་ཆེ་
 མང་ཆོགས་ལ་བརྟེན་ཡོད། དཔེར་ན། ༡༩༥༩ ནང་མིན་དོན་ཆོན་རིག་པ་ཀླུ།
 ཁབ་ལུ། ཁྲུ། ཡིས་གསུངས་དོན་དུ།

གཅིག་བསྟུས་དབང་ཆ་དེ་གལ་ཏེ་ཡང་ཡང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་པ་མ་བྱུང་
 ཆོ་ཁོ་ནར་བྱགས་ཆེན་པོ་ཡོད། གལ་ཏེ་གཅིག་བསྟུས་དབང་ཆ་དེ་མི་མང་ཡོངས་
 རྗེས་ཀྱི་ཐད་དུ་དུས་རྒྱུན་དུ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་ཆོ་དུས་ལུན་རིང་པོའི་བར་

ལྷགས་ཆེན་པོ་གནས་སྤོང་མི་ཐུབ། གཅིག་བསྐྱུས་དབང་འཛིན་པ་ཚོར་རང་གི་མི་མེར་
 ལ་སྐངས་འཛིན་བྱེད་མྱོར་སྤིང་གཞུང་མི་འདྲ་བ་གཞན་ལས་མང་པའི་དབང་ཆའི་
 དགོས་མཁོ་ཡོད། དེ་འདྲའི་དབང་འཛིན་པ་ཚོར་མང་ཚོགས་ཀྱི་དབུས་སུ་བྱུང་ཆེ་བ་
 དང་། གློ་གཏད་པའི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་གྱི་གོམས་གཤིས་ཀྱི་དགོས་པ་ཆེན་པོ་
 ཡོད། དེར་མ་ཟད་དགོས་མཁོ་བྱུང་ན་མ་མཐར་ཡང་དེས་གློས་འགོལ་འོས་པའི་མང་
 ཚོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གང་འཆམས་ཤིག་གི་བྱ་འགུལ་ཅན་གྱི་རྒྱུ་རྐྱེད་ལ་གློས་དགོས་པ་
 ཡིན།⁸

དབྱིན་ཡུལ་གྱི་བརྒྱུ་ཕྱག་བཅུ་དགུ་པའི་ཁྲིམས་དོན་མཁས་པ་དོན། ཞོས་ཁྱིན།
 གྲིས་སྤིང་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་གིས་འདོད་གྲོ་མ་ཁེངས་པའི་མང་
 ཚོགས་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པའི་གནས་སྐངས་འབྲེལ་བཅོད་བྱས་ཡོད། ཞོས་ཁྱིན་
 གྲིས་ "གལ་ཏེ་མི་མང་མང་ཆེ་བས་སྤིང་གཞུང་གཏོར་བཤེགས་གཏོར་རྒྱ་དང་།
 དེའི་དོན་དུ་དྲག་གཞོན་སྤྱོད་འདོད་ཡོད་པའི་སེམས་ཐག་ཚད་ན། དེ་དུས་སྤིང་གཞུང་
 དེའི་སྟོབས་ལྷགས་རྒྱུ་རྐྱེད་བྱེད་མཁན་དང་བཅས་པས་སྤང་ཐུག་ཡོད་པའི་སྤིང་
 གཞུང་དེར་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རམ་འདེགས་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དེར་གཅེས་སྤང་མི་ཐུབ།
 བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་མང་ཚོགས་དེ་གཏན་དུ་གནས་པའི་བཀའ་བཅི་དང་

8 Karl W. Deutsch, "Cracks in the Monolith," in Carl J. Friedrich, ed., *Totalitarianism* (Cambridge, Mass: Harvard University Press, 1954), pp.313-314.

ལེན་དང་འཁོར་གཡོག་དུ་བཞོལ་སྒྲོད་ཀྱི་ནང་དུ་བཅན་ཤེད་ཀྱིས་སྒྲུར་སྒྲོག་བྱེད་མི་
བྱུང།"⁹ ཅས་མཐུག་བསྐྱོམས་བྱས་ཡོད།

ནི་ཀོ་ལོ། མེ་ཀོ་མེ་ལིས་ཆེས་སྒྲ་མོ་ཞིག་ནས་ "གང་གི་ཐད་དུ་མི་མང་ཡོངས་
རྫོགས་དབང་ལངས་པའི་རྒྱལ་སྤྱས་དེས་རང་ཉིད་སྤང་སྒྲོབ་ནས་ཡང་བྱེད་མི་བྱུང་པ་
དང་། ཁོས་གདུག་རྩ་བ་ཐོ་ཅམ་ཆེ་བ་བྱས་པ་དེའི་ཆོད་ཀྱིས་ཁོའི་དབང་འདྲིན་སྒྲོ་རུ་
འགྲོ་བ་ཡིན།"¹⁰ ཞེས་གསུངས་ཡོད།

རྒྱ་དྲུང་བཅན་འཕྲུལ་གྱི་ཐད་དུ་དཔལ་ཉམས་ལྡན་པའི་ནོར་མེ་ཡི་འགོག་ཤོལ་བ་
ཆོད་དང་། དེ་བཞིན་ལེའུ་དང་པོར་ལུང་འདྲེན་བྱས་པ་ལྟར། པོ་ལེན་ཤི་དང་། འཇར་
མན། ཅེག་ སོ་ལོ་ཤུག་ གཞན་ཡང་སྤྱི་དུ་སྒྲོབས་ཅན་མང་པོས་དམར་པོའི་བཅན་
འཕྲུལ་དང་། སྲིད་དབང་སྒྲུར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཐད་དུ་འགོག་ཤོལ་བྱས་ཏེ་
མཐའ་མཐུག་དུ་ཡོ་རོབ་ནང་གི་དམར་པོའི་དབང་སྒྲུར་འཛོར་ཞིག་གཏོང་བར་རམ་
འདེགས་བྱས་པ་ནམས་ཀྱིས་ངེས་ཤེས་འདི་དག་སྲིད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ལག་ལེན་
དུ་བཞོལ་སྒྲོད་བྱས་པ་སྟོན་གྱི་ཡོད། འདི་ནི་གནས་ཚུལ་གསར་པ་གང་ཡང་མིན།
པེ་ལེ་བེན་ཆོས་རོ་མན་ཇེ་པོ་ཆོ་ནས་མཐུན་ལམ་བྱིར་འཐེན་བྱས་པའི་འཆོ་བ་སྤངས་
པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ནམས་མ་མཐར་བྱི་ལོའི་སྔོན་གྱི་ལོ་༡༧༧༧ བར་དུ་

9 John Austin, *Lectures on Jurisprudence or the Philosophy of Positive Law* (Fifth edition, revised and edited by Robert Campbell, 2 vol., London: John Murray, 1911 [1861], Vol. I, p.296.
10 Niccolo Machiavelli, "The Discourses on the First Ten Books of Livy," in *The Discourses of Niccolo Machiavelli* (London: Routledge and Kegan Paul, 1950), Vol. I, p.254.

ཕྱིར་ཤིག་བྱེད་བྱུང་།¹¹ འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ནི་ཨི་ཤི་ཡ་དང་། ཨ་ཡ་རི་ཀ་
 ཨ་མ་རི་ཀ་ ཨོས་ཏེ་ལི་ཡ། ཞི་བདེའི་གླིང་ཕྱན་ཁག་ དེ་བཞིན་ཡོ་རོབ་དང་བཅས་
 པའི་ཁྲོན་ཡོངས་ལ་མང་ཆོགས་གྱིས་གནས་སྐབས་སྤྱོད་ཆོགས་སུ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་
 ཡོད།

སྤྱི་གཞུང་གི་དབང་ཆར་སྤངས་འཛིན་ཡོད་དང་མེད་གྱི་ཆད་གཞི་ཐག་གཅོད་
 བྱེད་པར་ཤིན་ཏུ་གཤམ་གནད་ཆེ་བའི་ཆ་རྒྱུན་གྱི་ནང་ནས་གསུམ་ནི།

༡ གཞུང་གི་དབང་ཆར་བཅད་མཆམས་བཟོ་བའི་མང་ཆོགས་གྱི་ཕྱོས་བཅས་འདུན་
 པ་དང་།

༢ དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་ནམས་སྤེབ་ལ་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་པའི་མི་སེར་གྱི་རང་
 དབང་ལྡན་པའི་སྤྲིག་འཛུགས་དང་ཆོགས་པ་ཁག་གི་ཕྱོས་བཅས་གྱི་སྒྲོལ་
 རྒྱལ་ས།

༣ སྤྱི་ཆེ་མང་ཆོགས་ནས་རང་ཉིད་གྱི་མོས་མཐུན་དང་རམ་འདེགས་བཀག་སྒྱུལ་
 བྱེད་པའི་ཕྱོས་བཅས་གྱི་རྣམ་པ་བཅས་ཡིན།

མང་གཙོ་ཅན་གྱི་དབང་ཆའི་ལྷོ་གནས།

11 See Gene Sharp, *The Politics of Nonviolent Action* (Boston: Porter Sargent, 1973), p.75 and passim for other historical examples.

མང་གཙོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ནི། སྤྱི་གཞུང་ལས་ཡོགས་
 ལུ་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱི་ཁག་དང་། སྤྱི་གཞུགས་རང་དབང་ཅན་དུ་མ་
 ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། འདི་དག་གི་ནང་དུ་དཔེར་ན། ནང་མི་དང་། ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་
 སྤྱི་གཞུགས། རིག་གཞུང་ཚོགས་པ། ཅེད་མོའི་སྤྱི་དུག་དཔལ་འབྱོར་དང་
 འབྲེལ་བའི་སྤྱི་གཞུགས། ཆོང་འབྲེལ་སྤྱི་མཐུན། ཆོང་ཐུག་ཚོགས་པ། མེད་དོན་
 ཚོགས་པ། བོང་གསེབ། ཁྱིམ་མཆོས་མཐུན་ཚོགས། སྤྱི་ཆལ་འདེབས་ལས་
 སྤྱི་དུག་འབྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་སྤྱི་གཞུགས། རོལ་དབྱངས་སྤྱི་ཁག་སྤྱི་ཅལ་
 ཅོམ་སྤྱི་གཚོགས་པ། དེ་མིན་གཞན་ཁག་བཅས་བསྡུས་ཡོད། རང་རང་གི་
 དམིགས་ལུལ་བསྐྱབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་སྐྱབ་པའི་རོགས་
 སྤྱོད་བྱེད་པ་ལ་འདས་སྤྱི་གཞུགས་འདི་དག་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

དེའི་ཉེ་དུ་སྤྱི་གཞུགས་འདི་དག་ལ་མེད་དོན་གྱི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡོད།
 སྤྱི་གཞུང་ངམ་སྤྱི་ཁག་གཞན་གྱིས་སྤྱི་གཞུགས་འདི་དག་གི་ཁེ་སན་དང་། ལས་
 འགུལ། དམིགས་ལུལ་བཅས་ལ་དྲང་བདེན་མིན་པའི་བྱུས་བྱེད་པ་མངོན་དུས་
 འགོ་གྲོལ་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁས་ལེན་བསྐྱར་བ་ལ་ལུགས་སྤྱི་
 སྤྱོད་བྱེད་པའི་མང་ཚོགས་ལ་སྤྱི་གཞུགས་འདི་དག་གིས་སྤྱི་ཁག་དང་། སྤྱི་གཞུགས་
 ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་གཞི་རྒྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། འདི་འདྲའི་སྤྱི་ཁག་གི་
 ཚོགས་མི་མིན་པའི་གང་ཟག་ཁེར་རྒྱུད་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་གནོད་འབྲེལ་བའི་རུས་

པ་དེ་ཙམ་སྟོན་ཐུབ་ཀྱི་མེད་ན། སྲིད་གཞུང་དང་སྲིད་དབང་སྐོར་འཛིན་ལམ་ལུགས་
པ་ཞིག་གི་ཐད་དུ་དེ་བས་རྒྱས་པ་ཐོན་དཀའ་བ་ཡིན།

རྒྱ་མཆན་དེར་བཞེན་གལ་ཏེ་སྲིད་དབང་སྐོར་འཛིན་པ་ཆོས་དེ་འདྲི་སྒྲིག་
འཇུགས་ཀྱི་རང་དབང་དང་རང་སྟོང་འཕྲོག་པ་ཡིན་ན་རྒྱ་ཆེ་མང་ཆོགས་དེ་གང་
འཆམས་ཕྱུ་ཐུག་ཐབས་ཟད་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་བཞེན་གལ་ཏེ་སྒྲིག་འཇུགས་འདི་
དག་དོ་རེ་བཞིན་དབྱས་ཀྱི་དབང་འཛིན་པས་བཙན་ཤིང་གིས་སྐངས་འཛིན་བྱས་པ་འཕྲ།
ཡང་ན། དེའི་གོ་སར་སྐངས་འཛིན་འོག་ཡོད་པའི་སྒྲིག་འཇུགས་ཁག་གསར་
འཇུགས་བྱེད་ཐུབ་པ་སོགས་བྱུང་ཆེ། དེས་སྤྱི་ཆོགས་ཆོགས་མི་སྐོར་དང་ས་ཆའི་རྒྱ་
ཁྲིན་གཉིས་ཀར་དབང་སྐྱར་བྱེད་པར་བེད་སྟོད་གཏོང་བྱུང།

ཡིན་ན་ཡང་སྲིད་གཞུང་གི་སྐངས་འཛིན་གྱི་ཕྱི་ལ་གནས་པའི་རང་དབང་ལྡན་
པའི་སྤྱི་དམངས་སྒྲིག་འཇུགས་འདི་དག་གི་རང་དབང་དང་རང་སྟོང་དེ་རྒྱན་འབྲིངས་
སམ། སྐྱར་གསོ་བྱུང་ཆེ་འདི་དག་ནི་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཙི་དང་ལེན་མི་ལྷ་བ་ལག་
ལེན་བསྐྱར་རྒྱུ་ལ་ཤིན་དུ་གལ་ཆེན་ཡིན། གང་དུ་སྲིད་དབང་སྐོར་འཛིན་ལམ་
ལུགས་པ་ནམས་འཐོར་ཞིག་དུ་སོང་བའཕྲ། སྟོ་ཞན་དུ་སྤྱིན་པའི་གོང་གསལ་ལུང་
འདྲན་བྱས་པའི་དཔེ་མཆོན་ནམས་ཀྱི་བྱན་མོང་གི་བྱང་ཆོས་དེ་རྒྱ་ཆེ་མང་ཆོགས་དང་
དེའི་སྒྲིག་འཇུགས་ཁག་གིས་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཙི་དང་ལེན་མི་ལྷ་བ་འདི་གནད་
འགག་དེ་སྤྱིང་སྟོབས་ཀྱི་སྟོན་ས་མང་ཆོགས་དང་སྐྱགས་བཀོལ་སྟོད་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། དབང་ཆའི་སྒྲིག་གནས་འདི་དག་གིས་གང་དུ་མང་ཚོགས་
 གྱིས་མེད་དབང་གླེང་འདྲིན་པའི་སྣངས་འདྲིན་ལ་འགོག་ཚེ་ལ་ལམ་གཞན་ལུགས་སྟོན་
 ཐབ་པའི་སྒྲིག་འདྲུགས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མ་འོངས་པར་འདི་དག་ནི་རང་
 དབང་སྣན་པའི་སྒྲིག་ཚོགས་ཞིག་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བཀོད་པའི་གཞི་རྟེན་གྱི་ཆ་ཤས་
 ཆགས་ཀྱི་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་དག་གི་རང་དབང་དང་སྟེན་འཕེལ་ནི་རང་དབང་འཐབ་
 ཚོད་ལམ་སྟོངས་སྣན་པ་ཡོང་བ་ལ་དགོས་ཤིང་ཅན་ཞིག་ཡིན།

གལ་ཏེ་མེད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེ་སྒྲིག་ཚོགས་ཀྱི་རང་དབང་སྣན་
 པའི་སྒྲིག་འདྲུགས་ཁག་གཏོར་བཞིགས་དང་། སྣངས་འདྲིན་བྱེད་རྒྱར་ལམ་སྟོངས་
 ཆེ་ཅམ་བྱུང་མོང་ན། འགོག་ཚེ་ལ་བ་ཚོས་རང་དབང་སྣན་པའི་སྒྲིག་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིག་
 གམ། སྒྲིག་འདྲུགས་གསར་བ་བཟོ་བའམ། ཡང་ན། འཚོ་བཞིན་པའམ། ཆ་ཤས་
 སུ་འཚོ་བཞིན་པའི་སྒྲིག་འདྲུགས་ཁག་གི་སྟེང་དུ་མང་གཙོ་ཅན་གྱི་སྣངས་འདྲིན་སྒྲུར་
 བྱེད་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཕྱི་ལོ་༡༩༥༥ ནས་༡༩༥༧ བར་གྱི་དྲང་སྟེ་རི་
 ཡི་གསར་བརྗེའི་སྐབས་སུ་དངོས་སྟོང་མང་གཙོའི་སྣན་ཚོགས་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་
 པ་མ་ཟད། བདུན་ཕྲག་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་དུ་འདྲིན་སྟོང་དང་སྒྲིག་འདྲུགས་ཁག་ལས་
 ཐབ་པའི་སྒྲིག་མཐུན་ཆ་ལག་ཚང་བ་ཞིག་འདྲུགས་པར་མཉམ་རུབ་བྱས་ཡོད། ཕྱི་ལོ་
 ༡༩༥༠ ཐམ་པའི་མཐུག་ཅམ་དུ་པོ་ལེན་འཛིན་དུ་ལས་མི་ཚོས་ཁྲིམས་མཐུན་མིན་
 པའི་ཆིག་བསྒྲིལ་སྒྲིག་མཐུན་རྒྱན་སྟོང་བྱས་པ་དང་། སྐབས་དེ་དམར་ཤོག་དབང་
 བསྐྱར་བྱས་པའི་གཞུང་འབྲེལ་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་སྣངས་འདྲིན་ཀྱང་འཕྲོག་

ཡོད། དེ་འདྲའི་སྒྲིག་འདྲུགས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་དེར་གལ་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ཆབ་
སྲིད་ཀྱི་མཐུག་འབྲས་ཡོང་བྱུང་བ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་འདི་དག་ཚང་མས་སྲིད་དབང་སྒྲིར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་སྒྲོ་བྱ་གཏོང་བྱ་
དང་གཏོར་བཤིགས་བྱ་བྱེད་ལས་སྒྲ་པོ་རེད་ཅེས་པའི་གོ་དོན་མིན་ལ། དེ་བཞིན་
འབད་ཚེ་ལ་བྱས་ཚད་ཚང་མ་ལམ་སྒྲོངས་ཡོང་གི་རེད། ཅས་པའི་གོ་དོན་ཡང་མིན།
སྒྲིག་པར་དུ་འཐབ་ཚེད་དེ་སྒོག་སྒྲོན་དང་བྲལ་བ་ཞིག་རེད། ཅས་པའི་གོ་དོན་དེ་བས་
ཀྱང་མིན། གང་ལ་ཟེར་ན། སྲིད་དབང་སྒྲིར་འདྲིན་པར་ཞབས་ཞུ་བྱེད་བཞིན་པ་
ཆོས་སྒྲིར་དུ་མང་ཆོགས་ཐོག་མཐུན་ལམ་དང་བཀའ་བཙི་དང་ལེན་བཙན་འགལ་བྱེད་
པའི་འབད་ཚེ་ལ་དང་བཙས་ཚུར་འཐབ་འདྲིངས་བྱེད་ངེས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཡང་གོང་དུ་བཤད་པའི་དབང་ཆའི་ངེས་ཤེས་དེས་སྲིད་དབང་སྒྲིར་འདྲིན་
ལམ་ལུགས་དེ་སྒོ་སྒྲིགས་གཏད་པའི་སྒོ་ནས་གཏོར་བཤིག་གཏོང་བྱུང་བ་སྲིད་པ་རེད་
ཅས་པའི་གོ་དོན་ཡིན། བྱེད་བྱུ་དུ་སྲིད་དབང་སྒྲིར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེར་རིག་ཅུལ་
དང་ཐུན་པའི་སྒོ་ནས་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཙི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་ལག་བསྟར་བྱས་ཆེ་
ཆེས་སྒྲགས་སྟེད་པ་སྒྲ་བར་འཇུག་པའི་དམིགས་བསལ་བྱེད་ཆོས་ནམས་ཡོད། ང་
ཆོས་བྱེད་ཆོས་འདི་དག་ཞིབ་ཅིང་སྒྲ་བར་དཔྱད་པ་བྱེད་ཆོག།

བཞི་པ།

སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ལ་ཞན་ཆ་ཡོད།

སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ནམས་ཡང་ཡང་སྒྲགས་མི་རྟེན་པ་ལྟ་བུ་མངོན་གྱི་
རེད། གསང་བའི་ལས་ཁུངས་དང་། ཉམ་ཉོག་པ། གྲག་པོའི་དཔུང་དམག་བཙོན་
ཁང་། ངལ་ཚོལ་ར་བ། སྲོག་ཐོག་གཏོང་མཁན་སྡེ་ཆམ་དང་བཅས་པ་དབང་ཤུགས་
ཅན་འགའ་ཤས་ཀྱིས་སྤངས་འདྲིན་བྱེད་གྱི་ཡོད། ལུང་པ་ཞིག་གི་སྤྱི་དུལ་དང་།
རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས། འཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་རྩ་པ་ནམས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་
པ་དག་གིས་གང་འདོད་དུ་བཙོམ་འཕྲོག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པ་བསྐྱབ་ཆེད་བེད་
སྤྱོད་བྱེད་པ་རེད།

དེ་དང་བསྐྱར་ན་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བའི་ཕྱོགས་འགལ་དཔུང་སྡེ་དག་ཐལ་ཆེ་
བའི་སྒྲོ་ཞན་དང་། སན་རྩས་བུལ་བ། དབང་ཤུགས་མེད་པ་བཅས་མངོན་གྱི་ཡོད།
རྩས་ཤུགས་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁ་གཏད་དུ་སྒྲགས་མི་རྟེན་པ་ཡོད་པའི་མཐོང་ཚུལ་དེས་
སན་རྩས་ལྷན་པའི་འགལ་སྒྲིལ་ཏུ་མི་འདུག་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་སྐྱུང་གཏམ་ཆ་
ཆོང་བ་དེ་མ་རེད།

ཨིག་ཡིས་ཡི་རྒྱུ་མཐིལ་ངོས་འདྲིན་བྱེད་པ།

སྤྱི་རབས་མྱི་རིས་ནས་བྱུང་བའི་ལྟ་སྒྲུབ་ཞིག་གིས་སྒྲགས་མི་རྟེན་པ་ལྟ་བུར་སྦྲམ་པ་དེ་
སྒྲགས་རྟེན་སྤྱི་བའི་དཔེ་མཚོན་ཡང་དག་པར་བྱས་ཡོད། ཨིག་ཡིས་ཞེས་པའི་དྲག་

ཅལ་ཅན་དེའི་ཐད་དུ་ཁུ་རྩེ་གིས་མས་སྐྱོན་གཏོང་བྱལ་གྱི་མེད་ལ། གྲི་ཡིས་ཁོའི་
 པགས་པ་བརྟོལ་བྱལ་གྱི་མེད། ཁོ་པ་སྤྱ་གུ་མ་འབྱར་ཡིན་སྐབས་ཨེག་ཡིས་གྱི་ཨ་
 མས་ཁོ་སྤྲུལ་གྱི་ཞེས་པའི་སྐྱུ་མའི་གཙང་པོའི་རྩ་ནང་དུ་སྤང་འདྲུག་བྱས་པས་ཁོའི་
 གཟུགས་པོ་ཉིན་ཁ་མཐའ་དག་ལས་སྐྱོབ་བྱལ་བ་བྱུང་། འོན་ཀྱང་དེར་དཀའ་ལྷོག་
 ཅིག་འཕྲད་པ་རེད། མ་འབྱར་དེ་རྩལ་མི་འབྱར་བའི་དོན་དུ་ཨ་མས་ཁོའི་རྒྱུ་མཐིལ་
 ནས་འདྲུས་ཏེ་སྤངས་པ་ཡིན་དུས་ཁོའི་གཟུགས་པོའི་ཆ་ཤས་རྩང་དུ་དེར་སྐྱུ་མའི་རྩ་
 མ་འགོས་པ་རེད། ཨེག་ཡིས་ཆེན་པོ་འཆར་སྐབས་མི་ཆང་མས་ཁོ་ནི་དགའ་ཡི་
 མཆོན་ཆས་སྐྱབས་རྩེད་གྱི་མེད་པ་ཞིག་དུ་མཐོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཁོའི་ཞན་ཆ་
 ཤེས་མཁན་ཞིག་གིས་སྤྱི་འབྲིད་པའི་རྩོམ་ཡི་དང་དམག་འཐབ་གྱི་སྐབས་སུ་དགའ་
 སྤྱོད་གས་གྱི་དམག་མི་ཞིག་གིས་གང་དུ་མས་སྐྱོན་གཏོང་བྱལ་བའི་གནས་གཅིག་ལྟེ།
 ཨེག་ཡིས་གྱི་སྤྱང་སྐྱོབ་བྲལ་བའི་རྒྱུ་མཐིལ་དེར་མདའ་བརྒྱབ་པས་ཁོ་ཤི་བ་རེད།
 དེར་སང་ཡང་ཨེག་ཡིས་གྱི་རྒྱུ་མཐིལ་ཞེས་པའི་ཆོག་སྐྱོར་དེ་གང་ཟག་ཅིག་གཤམ།
 འཆར་གཞི་ཞིག་གཤམ། ཡང་ན། རྒྱིག་འདྲུགས་ཤིག་ལ་གལ་ཏེ་སྐོལ་བ་བྱས་ཆེ་
 སྤྱང་སྐྱོབ་མི་བྱལ་བར་སྐྱབས་རྩེད་སྤྱི་འབྲིད་ཆ་ཤས་ལ་གོ་བ་ཡིན།

སྤྱིང་རྩེ་བྲལ་བའི་སྤྱིང་དབང་སྤྱིང་འཛིན་ལམ་ལུགས་གྱི་ཐད་དུ་འང་རྩ་འཛིན་དེ་
 གཅིག་མཆུངས་པ་གོལ་སྤྱིང་བྱས་ཆོག་གལ་ཏེ་ཁོང་ཆོའི་ཞན་ཆ་དག་པོས་བརྩུང་
 བྱལ་བ་དང་། དེ་དག་གི་ཐོག་དུ་པར་སྐོལ་ཅི་གཅིག་དུ་དམིགས་ན། འགོ་བྱོན་ལྟར་
 བ་དང་མཉམ་དུ་མགྲོགས་སྤྱིང་ཁོང་ཆོ་ཡང་དབང་དུ་འདྲུ་བྱལ་གྱི་རེད།

མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཞན་ཆ་རྣམས།

མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཞན་ཆའི་ནང་ནས་འགའ་ཞིག་གཞུགས་གསལ།

- ༡ ལམ་ལུགས་བཞོལ་སྦྱོད་ལ་དགོས་པའི་སྒྲིག་འཛུགས་དང་། སྒྲིབ་ག་ བྱངས་མང་བའི་མང་ཆོགས་ཀྱི་མཐུན་ལམ་དེར་དམ་བསྒྲགས་སམ་སྤྱིར་འབྲེན་བྱས་ཆོག།
- ༢ དབང་འཛིན་པ་དེའི་འདས་པའི་མྱེད་བྱས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་དང་། དགོས་མཁོ་དེ་དག་གིས་ད་ཡོད་འགལ་ཟླ་ཅན་གྱི་མྱེད་བྱས་གདན་འབེབས་དང་ལག་བརྟུར་བྱེད་རྒྱུའི་རྣམ་པ་གང་འཆམ་གཅོད་བྱེད།
- ༣ ལམ་ལུགས་དེའི་བཞོལ་སྦྱོད་དེ་གནས་སྤངས་གསར་པར་ལྷུང་དུ་བསྐྱུན་བབས་བྱེད་དཀའ་བའི་རྒྱན་ལྷན་ཅན་ཞིག་དུ་གྱུར་སྤྱོད།
- ༤ ད་ཡོད་ཀྱི་ལས་ཀར་བཞོལ་བྲེམས་བྱས་ཆར་བའི་མཐུན་རྒྱུན་དང་ལས་བྱེད་རྣམས་དགོས་མཁོ་གསར་པ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ལས་སྒྲུབ་པོར་ཐོབ་མི་བྱེད།
- ༥ གཞུགས་འོག་ལས་བྱེད་ཆོས་མཐོ་རིམ་མི་སྣ་གྲགས་དགྲུགས་ཡོང་བསམ་པའི་ཞེད་སྤང་གིས་མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་ཆོར་ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱུར་དགོས་མཁོ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཆ་ཆང་ངམ་དངོས་ཡོད་མི་ཞུ་བ་ཡོང་སྤྱོད།
- ༦ ལམ་ལུགས་དེའི་ལྷ་བ་ཉམས་པ་སྤྱོད་པ་དང་། དེ་འབྲེལ་གྱི་རྟོག་བཞེད་དང་མཆོན་རྟགས་རྣམས་མི་བརྟན་པར་གྱུར་སྤྱོད།

- ཨ དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་ཐད་ལ་རང་གི་བསམ་སྒྲོལ་ལུགས་རྒྱན་བྱེད་པའི་ལྷ་
བ་མཁེགས་པོ་ཞིག་གལ་ཏེ་ཡོད་ན། དེར་ཁས་ལེན་དམ་འདོན་བྱས་པ་དེས་
དངོས་ཡོད་ཀྱི་ཆ་རྒྱན་དང་དགོས་མཁོར་སྤང་མེད་ཤོར་བའི་སྐྱེད་སྤྱིད།
- ༩ ལས་ཁྲུངས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ལས་ཐང་དང་འདོན་ཐང་ཉམས་སྤྱད་འགོ་བའམ།
སྤྱིག་ལམ་དང་སྤངས་འདོན་ཐལ་ཆེ་བས་ལམ་ལུགས་དེའི་སྤྱིད་བྱས་དང་བཀོ་ལ་
སྤྱོད་ནུས་མེད་བཟོ་སྤྱིད།
- ༡༠ སྤྱིག་འདྲུགས་ནང་ཁུལ་གྱི་འགལ་ཟླ་དང་། གང་ཟག་སྒྲིལ་པམ་ཚུན་གྱི་འཁོན་
འདོན་དང་འགལ་ཟླ་དེ་དག་གིས་སྤྱིད་དབང་སྒྲིལ་འདོན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་བཀོ་ལ་
སྤྱོད་དེར་གནོད་སྐྱོན་གཏོང་བས་མ་ཟད། བར་གཅོད་ཀྱང་བྱེད་སྤྱིད།
- ༡༡ མཁས་པ་དང་སྒྲོབ་གཉེར་བ་ཚོ་དག་གནོད་དང་། སྤྱུང་མཐའི་རིང་ལུགས།
དམ་བསྐྱགས། གནས་སྤངས་བཅས་ཀྱི་རྒྱན་པས་གནས་བཟོད་མི་བདེ་བ་
ཆགས་སྤྱིད།
- ༡༢ རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ནམས་དུས་ཡུན་གང་འཆམ་གྱི་རྗེས་སུ་དབང་འདོན་པ་དེར་
གཅོད་མེད་པ་དང་། རྣམས་འཆར་ཅན་དུ་མ་ཟད་སྤང་ཟུག་ཅན་དུ་སྤྱུར་སྤྱིད།
- ༡༣ ས་ཁུལ་དང་། སྤྱི་ཚན། རིག་གཞུང་ངམ་ཡང་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབྱེ་དབྱེད་
ནམས་ཆེས་སྤྱུག་དུ་འགོ་སྤྱིད།
- ༡༤ སྤྱིད་དབང་སྒྲིལ་འདོན་པའི་དབང་ཆའི་གོ་རིམ་དེ་ཚད་གཞི་གང་འཆམ་བར་དུ་
རྣམ་དུ་མི་བརྟན་པ་དང་། སྐབས་རེ་ཆེས་མི་བརྟན་པ་ཡོང་གི་ཡོད། སྤྱི་པོ་

སྒྲིབ་ནམས་གནས་རིམ་གྱི་གོ་གནས་གཅིག་ཁོ་ནའི་སྤྱང་ལུས་པ་མ་ཟད། གོ་
གནས་གཞན་དུ་འཕར་ཆག་སྤྱིད་པའམ། ཡང་ན། གནས་དབྱུང་དང་ཚབ་དུ་
མི་གསར་པ་དེ་འདྲའང་བསྐྱོད་སྤྱིད་པ་ཡིན།

༡༤ དག་དམག་གམ་ཉེན་རྟོག་དབྱུང་སྤེའི་ཚན་པ་ཞིག་གིས་རང་རང་གི་དམིགས་
ལུལ་བསྐྱབ་སྤྱིར་གཞུང་སྤྱིད་བཅན་འཕྲོག་ཐེ་བའི་བྱེད་ལས་ཀྱིས་གཞི་རྩ་བརྟན་
པོར་ཡོད་པའི་སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པའི་འདོད་པ་དང་རྒྱབ་འགལ་
ཡང་བྱེད་སྤྱིད།

༡༥ གལ་ཏེ་སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེ་གསར་པ་ཡིན་ན། རང་ཉིད་
གཞི་རྩ་བརྟན་པོ་བཟོ་བར་དུས་ཚོད་དགོས་མཁོ་ཡོད།

༡༦ སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ནང་དུ་མི་རྒྱུང་ཤས་ཤིག་གིས་ཐག་གཅོད་
མང་པོ་བྱེད་དགོས་དུས་སྤྱིད་བྱས་དང་། བྱ་ཐབས་ཐག་གཅོད་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལ་
རྟོག་འཕྲུལ་འབྱུང་ངེས་པ་ཡིན།

༡༧ གལ་ཏེ་དབང་འདྲིན་པས་ཉེན་ཁ་འདི་དག་ལས་གཡོལ་སྤྱིར་ཐག་གཅོད་དང་
སྤངས་འདྲིན་བྱེད་རྒྱ་དེ་བགོ་འགྲེམས་བྱས་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་དབང་ཆའི་སྤྱི་བའི་
འདེགས་འདྲའདིའི་སྤངས་འདྲིན་སྤྱིར་སྤྱིག་ཉམས་རྒྱུད་དུ་འགྲོ་སྤྱིད་པ་ཡིན།

སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཞན་ཆར་སྐོལ་བ།

དེ་འདྲའི་རང་ངོས་ནས་ཡོད་པའི་ཞན་ཆའི་གོ་རྟོགས་དང་ལྷན་དུ་མང་གཙོ་དོན་གཉེས་
གྱི་ཕྱོགས་འགལ་བ་དེས་ལམ་ལུགས་དེར་མཛོན་གསལ་གྱི་འགྱུར་བ་གཏོང་བའམ།
ཡང་ན། འཛོམ་ཞིག་དུ་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་ཤེས་བཞིན་དུ་ཨིག་ལིས་ཀྱི་རྐང་མཐིལ་
དག་ཆབས་ཆེ་དུ་གཏོང་བྱུང་།

དེ་ནས་མཐུག་བརྒྱུམས་དེ་གསལ་པོ་ཆགས་ཀྱི་རེད། སྒྲོབས་ཤུགས་ཀྱི་སྤང་
རྒྱུ་ལ་མ་སྒྲོས་པར་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་ཆང་མར་ནང་གི་འཛོན་
ཐང་མེད་པའི་གནས་རྒྱུ་དང་། གང་ཟག་པན་རྒྱུན་གྱི་འགལ་ཟླ། སྒྲིག་འཕྲུགས་
ཀྱི་འཛོན་ཐང་མེད་པའི་གནས་བབ། སྒྲིག་འཕྲུགས་དང་ལྷན་ཁང་ནང་ཁུལ་གྱི་འགལ་
ཟླ་བཅས་ཀྱི་ཞན་ཆ་ཡོད། ཞན་ཆ་འདི་དག་གིས་དུས་ལུན་གང་འཆམ་གྱི་ནང་དུ་
གནས་སྤངས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་ཤེས་བཞིན་དུ་སྤེལ་བའི་འགོག་སྐོལ་གྱི་རྒྱུ་པས་
དབང་འཛིན་པ་དེ་རྣམས་པ་རྒྱུང་བ་དང་ཐུགས་རྟེན་སྒྲིབ་བ་བཟོ་གི་ཡོད། དབང་འཛིན་པ་
དེས་འགྲུབ་ལ་རེ་བའི་འཆར་གཞི་ཇི་འདྲ་ཞིག་འགོ་བཙུགས་ཀྱང་ཆང་མ་གྲུབ་ཀྱི་མེད།
སྒྲོབས་འགར་དཔེར་ན། ཏིཌ་ལྷར་གྱིས་ཐད་ཀར་བཀའ་བདེད་བ་དེ་ཆོ་ཡང་ལག་
ལེན་དུ་འབྱོལ་མེད། གང་གིས་ཤེ་ན། གོ་གནས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཁོའི་གཤམ་འོག་དུ་
ཡོད་པ་ཆོས་ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱུར་ཁས་ལེན་བྱས་མེད། ང་ཆོས་མཐོང་ཆར་བ་
བཞིན། སྒྲོབས་འགར་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་དེ་མགྱོགས་ལྷུར་དུ་
སྒྱུ་ཡང་ཞིག་སྲིད།

འདི་ཡིས་སྲིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེ་དག་ཉེན་ཁ་དང་སློག་སློན་
 མེད་པར་གཏོར་བཞིགས་གཏོང་བྱུང་ཅེས་པའི་གོ་དོན་མིན། བཅེངས་སྒོལ་གྱི་དོན་དུ་
 བྱ་བའི་རྒྱུད་རིམ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་ཉེན་ཁ་དང་སླུག་བསྐྱེད་ཕྱོད་ངེས་ལ། དེ་
 དག་བཀོལ་སློང་བྱེད་པར་དུས་ཚོད་ཡང་འགོར་གྱི་རེད། དངོས་དོན་དུ་གནས་
 སྟངས་ཚང་མའི་ནང་དུ་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཇི་འདྲ་ཞིག་སླུད་ཀྱང་མུར་བའི་ལམ་
 ལྟོངས་ཡོང་གི་མེད། ཡིན་ན་ཡང་། གང་དུ་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་སྒྲ་ག་ཞིག་གིས་སྲིད་
 དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེའི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་ས་གང་དུ་ཡོད་ས་དེར་དམིགས་
 ཏི་འཐབ་འདྲིངས་བྱེད་པ་ལས་སྲིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེའི་ངོས་འདྲིན་
 བྱུང་བའི་ཞན་ཆར་དམིགས་ན་ལམ་སྟོངས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཆེ་བ་ཡོད། དེ་བཞིན་འཐབ་
 ཚོད་འདི་དྲི་ལྟར་བྱེད་ཅེས་པ་དེ་རེད།

ལྷ་པ།

དབང་ཆའི་ཐེད་སྒྲིབ་བྱེད་པ།

ལེའུ་དང་པོའི་ནང་དང་ཚོར་དོ་སྦྱང་བྱུང་བ་ལ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་གྱི་
ཐད་དུ་དྲག་དམག་གི་འགོ་ག་ཤོལ་བྱས་པ་དེ་ཁོང་ཚོ་གང་དུ་ཞན་ཤོས་ཡོད་ས་དེར་
གཞུས་པ་མ་ཡིན་པར་དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་ཁོང་ཚོ་གང་དུ་སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་ཡོད་ས་
དེར་བསྐྱོན་པ་ཡིན། དམག་དཔུང་དང་། རྩས་མདེལ་གྱི་མཁོ་སྟོན། གོ་མཚོན་གྱི་
འཕྲུལ་རིག་ལ་སོགས་པ་དེ་འབྲེལ་གནས་སུ་འགྲན་ཚོད་བྱེད་སྒྲུབ་བདམས་པ་དེས་
འགོ་ག་ཤོལ་ལས་འགྲུལ་བ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་དུ་ཡོད་པའི་གནས་སུ་བསྐྱུལ་བ་
ཡིན། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་ཚོས་གནས་ཚུལ་འདིའི་ཐད་ལ་དུས་
རྟག་དུ་མཐུན་རྒྱུན་གཞན་ལས་སྒྲིབ་བྱུང་གྱི་ཡོད། བཅིངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་
སྤྲིའི་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་རྩས་པར་བརྟེན་པའི་ཉེན་ཁ་ཡང་གསལ་འགོད་བྱས་ཡོད། ལེའུ་
གཉིས་པའི་ནང་དུ་དང་ཚོས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་མེད་པར་བཅོ་ཐབས་སུ་
སྟོས་མོལ་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་ལའང་དབྱེད་པ་བྱས་ཡོད།

དེས་ན་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་གྱི་ངོས་འཛིན་སྒྲུབ་པའི་ཞན་ཆ་དག་
ཉེན་ཆབས་ཆེ་རུ་གཏོང་གྱུ་དང་། མང་གཙོ་དོན་གཉིས་གྱི་འགོ་ག་ཤོལ་དེར་
དམིགས་བསལ་ཁེ་ཕན་སྟོན་པའི་ཐབས་ལམ་ག་རེ་ཡོད་དམ། ལེའུ་གསུམ་པའི་ནང་
དུ་བཟོ་སྐྱེད་བྱས་པའི་སྲིད་དོན་དབང་ཆའི་རྣམ་གཞག་དེའི་ཐོག་བྱེད་ལས་གྱི་ཐབས་

ལམ་ག་རེ་བཞོལ་ལམ། གདམ་ཁ་གཞན་དེ་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་
བ་དེ་ཡིན།

སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བར་གཤམ་གསལ་བྱུང་ཆོས་ནམས་ཡོད།

- དེས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་གྲིས་བདམས་པའི་འཐབ་འདྲིངས་གྱི་
ཐབས་ལམ་དེས་མཐུག་འབྲས་ཐག་གཙོད་བྱེད་དགོས་པའི་ཁས་ལེན་བྱེད་གྱི་མེད།
- དེར་དབང་འདྲིན་པ་དེས་འཐབ་ཤོལ་བྱེད་སྒྱུ་ཁག་པོ་ཡོད།
- དེས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་གྱི་ཞན་ཆ་ནམས་དམིགས་བསལ་གྱིས་
ཉེན་ཆབས་ཆེ་རུ་གཏོང་བྱུང་བ་དང་། དེའི་དབང་ཆའི་འབྲུང་བྱུངས་གཙོད་བྱུང་
པ་ཡིན།
- དེའི་བྱེད་ལས་དེ་ཁྲབ་ཆེན་པོར་བཞོལ་གྱེམས་བྱུང་བ་དང་། ཡང་དམིགས་བཀའ་
གྱི་དམིགས་ལུལ་ཞིག་གི་ཐོག་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་རུབ་ཀྱང་བྱུང་བ་ཡིན།
- དེས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ནས་བྱུང་བའི་བྱེད་ལས་དང་སྒྲ་རྩལ་ལ་ནོར་
འབྲུལ་བཞོལ་བ་ཡིན།
- དེས་ཉུང་ཤས་གྱི་གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱི་དབང་སྒྲེར་དེ་མེད་པར་བཞོལ་བྱེར་འཐབ་རྩོད་
གྱི་ནང་དུ་སྒྲི་ཆོགས་གྱི་སྒྲིག་འདུགས་དང་། རྩེ་ཁག་ དེ་བཞིན་མང་ཆོགས་ཆ་
ཆང་ནམས་པ་ཐུན་པའི་སྒྲོན་ནས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བྱུང་གྱི་ཡོད།

- དེས་མང་གཙོ་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གི་འཕྲུགས་སྐྱོན་དང་། རྒྱུན་འབྲེངས་
རྒྱས་པ་ལྡན་པ་བཟོ་བྱིར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱས་པ་ལྡན་པའི་དབང་ཆའི་བཀོ་
འགྲུལ་སྐབས་སྤྱི་ལྟོ་དུང་པར་རོགས་སྐྱོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ཀྱི་བྱེད་སྒོ།

རྒྱལ་དམག་གི་རྒྱས་པ་བཞེན་དུ་སྤྱིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དེ་ཡང་
སྤྱིགས་འགལ་བ་ཆོར་བྱེད་ལས་གཞན་དུ་འཕྲུག་པར་བྱུགས་སྤྱིན་སྤྱོད་པའི་འབད་
ཚོལ་ནས་འགལ་བ་ལྷ་ཞི་བའི་ལམ་ནས་སེལ་བའི་ཆ་རྒྱུན་བསྐྱོན་པའི་བར་རམ། ཡང་
ན། སྤྱིགས་འགལ་དབང་འཛིན་པ་དེ་འཐོར་ཞིག་དུ་གཏོང་བ་སོགས་དགོས་པ་སྡེ་
མང་ཞིག་གི་ཐོག་བཀོལ་སྤྱོད་བྱུང་བ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་། འཆེ་བ་ལ་ལྟོས་ཏེ་སྤྱིད་
དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དེ་ཆེས་མི་འདྲ་བ་
ཡིན། ཐབས་ཚུལ་གཉིས་ཀ་འཐབ་ཚད་བྱེད་སྤྱི་ཐབས་ལམ་ཡིན་ཡང་། དེ་
གཉིས་ཀྱི་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་དང་མཐུག་འབྲས་ཆེས་མི་འདྲ་བ་ཡིན།
འཆེ་བ་དང་བཅས་པའི་འགལ་བ་ལྷའི་ཐབས་ལམ་དང་གྲུབ་འབྲས་ནི་ཆེས་གསལ་པོ་
རེད། གཏོར་བཤིགས་གཏོང་བ་དང་། གསོད་པ། ལྷས་སྐྱོན་བཟོ་བ། འཛིགས་
སྤྱིལ་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གོ་མཚོན་ངོ་མ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད།

འཆེ་བ་དང་བཅས་པའི་འཐབ་ཚད་ལས་འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་དེ་ཆེས་
ལྷོག་པོ་དང་ཐབས་ལམ་སྡེ་མང་གི་འཐབ་ཚད་ཅིག་ཡིན། འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་

ཅོད་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ག་འདུགས་དང་། རྒྱ་ཆེ་མང་ཚོགས་ཀྱིས་སེམས་ཁམས་
 དང་། སྤྱི་ཚོགས། དཔལ་འབྱོར། མིད་དོན་བཅས་ཀྱི་གོ་མཚོན་སྤྱད་དེ་འཐབ་ཀྱི་
 ཡོད། འདི་དག་ནི་ངོ་ཚོལ་དང་། ལས་མཆམས་འཛོག་པ། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ།
 སྤྱིར་ལྗོད། ཡི་མ་རངས་པ། མང་ཚོགས་ཀྱི་དབང་ཆ་བཅས་ཐ་སྙད་སྤྱ་ཚོགས་ཀྱི་
 ཐོག་ནས་གོ་བ་ཡིན། རྩོན་དུ་ཞུས་ཟིན་པ་ལྟར། མིད་གཞུང་ཆང་མས་ཇི་མིད་ཁོང་
 ཚོར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ག་འདུགས་དང་། མང་ཚོགས་ཀྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་དང་།
 ཅི་གསུང་བཀའ་སྒྲུབ། མཐུན་ལམ་བཅས་ནས་ཁོང་ཚོའི་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་
 དགོས་མཁའི་ཁ་གསོད་ཐོབ་པ་དེ་མིད་ཁོ་ན་བར་དུ་དབང་སྒྱུར་བྱེད་ཐུབ། འཆོ་བ་
 དང་མི་འདྲ་བར་མིད་དོན་ཀྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དེ་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་
 དེ་དག་གཙོད་པར་དམིགས་བསལ་གྱིས་འཆམས་པོ་ཡོད།

འཆོ་བ་སྤངས་པའི་གོ་མཚོན་དང་སྤྱི་ག་ཁྲིམས།

འདས་པའི་མིད་དོན་ཀྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མ་ཞུས་པའི་ལས་འགྲུལ་འཕྲུལ་སེལ་
 བའི་ཐུན་མོང་གི་ནོར་འཁུལ་ནི། མང་ཚོགས་ཀྱི་རྩམ་སྟོན་ཁྲོམ་བསྐྱོར་དང་ལས་
 མཆམས་འཛོག་པ་ལྟ་བུའི་ཐབས་ལམ་གཅིག་གས་གཉིས་ཁོ་ནར་བརྟེན་པ་དེ་ཡིན།
 དངོས་འབྲེལ་བྱས་ན། འགོག་ཚོལ་འཐབ་བྱས་པ་ཚོར་དགོས་མཁའི་གཞིགས་པའི་
 འགོག་ཚོལ་ལ་སློ་ཅེ་གཅིག་དུ་བསྒྲིལ་བ་དང་། བགོ་འབྲེམས་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཐབས་
 ལམ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད།

འཆེ་བ་སྤངས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་གྱི་བྲག་པ་ཉིས་བརྒྱ་སྟོར་ཞིག་ངོས་
 བརྩུང་ཡོད་པ་དང་། ད་དུང་དེ་ལས་མང་བ་ཉི་བུ་སྟོར་ཞིག་ཡོད་ངོས། ཐབས་ལམ་
 འདི་དག་སྡེ་ཆ་ན་ཆེ་བ་གསུམ་ལ་དབྱེ་བ་བྱེས་ཡོད། དེ་དག་ནི། རོ་ཚོ་ལ་དང་རྩུད་
 སྒྲུལ། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ། ཐེ་གཏོགས་བཅས་ཡིན། འཆེ་བ་སྤངས་པའི་ངོ་
 ཚོ་ལ་དང་རྩུད་སྒྲུལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ནི་དུ་སྟོན་དང་། བོ་མ་བཟོད། མོ་བཟླ་མོགས་
 ཐེ་བའི་ཐབས་ལམ་༥༤ ནི་ཤས་ཆེ་བ་མཚོན་དྲགས་ཀྱི་རམ་སྟོན་ཡིན། མཐུན་ལམ་
 མི་བྱེད་པ་དེ་ནང་གསེས་སྡེ་ཆ་ན་གསུམ་ལ་དབྱེ་ཡོད། ཀ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མཐུན་
 ལམ་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་༡༦ དང་། ཁ། དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་
 པ་ཕྱིར་ཕྲོག་ཐེ་བའི་ཐབས་ལམ་༡༦ དང་། ལས་མཚམས་འདྲིལ་པའི་ཐབས་ལམ་
 ༡༩ ཀ། སྤྱི་དོན་གྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་༡༩ བཅས་ཡོད།
 འཆེ་བ་སྤངས་པའི་ཐེ་གཏོགས་ཀྱི་ནང་དུ་དཔེར་ན། ཐས་བཅད་དང་། འཆེ་བ་
 སྤངས་པའི་བཅན་འདྲུལ། གོ་མཉམ་པའི་གཞུང་བཅས་ཐབས་ལམ་༤༡ ནི་སེམས་
 ཁམས་དང་། སྤྱི་གཟུགས། སྤྱི་ཚོགས། དཔལ་འབྱོར། སྤྱི་དོན་བཅས་ཀྱི་
 ཐབས་ལམ་བཅད་སྟེང་གཏོང་བ་ནམས་སྡེ་ཁག་ཐ་མ་དེ་ཡིན། ཁྱོན་བསྡེམས་གྲངས་
 ༡༧༩ ཡོད་པའི་ཐབས་ལམ་འདི་དག་གི་རིུ་མིག་ཅིག་དེ་བ་འདིའི་མཇུག་དུ་རྩུར་
 རྩུན་གྱི་ཚུལ་དུ་བཞོད་ཡོད།

སྟོང་བཟར་ཡོད་པའི་སྤྱི་དམངས་ཀྱིས་དོ་སྣང་གིས་བདམས་པ་དང་། རན་ཞིང་
 འཚམ་པའི་འཐབ་རྩལ་དང་སྤྱང་སྤྱང་འདྲོམས་པའི་འཐབ་བྱས་དང་བརྩན་ཏེ་གཞི་རྒྱ་

ཆེ་བའི་སྒྲོན་ས་བཞོལ་སྒྲོད་ལྷ་ཚུགས་ཐར་སྒྲིལ་བྱས་པའི་གངས་མང་བའི་ཐབས་
ལམ་འདི་དག་གི་ཐེད་སྒྲོད་ཀྱིས་ཁྲིམས་མཐུན་ཡིན་པའི་དབང་འཛིན་པ་སྤྱི་ཞིག་
ལ་འང་ཆབས་ཆེའི་དཀའ་ངལ་གྱི་རྒྱ་བྱེད་ངེས། འདི་ནི་མིད་དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་
ལུགས་པ་ཆང་མའི་ཐོག་དུ་བཞོལ་སྒྲོད་བྱུང།

དག་པོའི་ཐབས་ལམ་ལས་ལྟོག་སྟེ། འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚྭ་དྲུག་གི་ཐབས་
ལམ་དག་གིས་གནད་འགག་ལ་བྱུག་པའི་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ཐད་ཀར་དམིགས་བྱུང་
གྱི་ཡོད། དཔེར་ན། མིད་དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་གནད་དོན་དེ་གཙོ་ཆར་
མིད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་སྟབས། མིད་དོན་གྱི་ནམ་པ་ཅན་གྱི་འཆེ་བ་སྤངས་པའི་
འཐབ་ཚྭ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། འདི་དག་གི་ནང་དུ་མིད་དབང་གླེང་འཛིན་པ་དེ་
དག་ཁྲིམས་མཐུན་ཡིན་པ་ངོས་ལེན་མི་བྱེད་པ་དང་། ཁོང་ཆོའི་དབང་འཛིན་པ་དེར་
མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་བཅས་བསྟུན་ཡོད། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་དེ་མིད་བྱས་བྱེ་བྲག་
པ་ཞིག་གི་ཐད་དུ་འང་བཞོལ་སྒྲོད་བྱེད་ཆོག་། སྐབས་རེར་ལས་མཆོམས་འཛོག་པ་
དང་། ཏུས་འགྱངས་གཏོང་བ་བཅས་ཁ་ཁུ་སིམ་པོ་དང་གསང་བའི་ཐོག་ནས་ཉམས་
ལེན་བྱེད་པ་དང་། སྐབས་གཞན་དུ་མངོན་གསལ་ཅན་གྱི་མང་ཆོགས་བཀའ་བཙི་
དང་ལེན་མི་ལྷ་བ་དང་། བཀའ་ལ་མི་བཙི་བ། ལས་མཆོམས་འཛོག་པ་བཅས་
མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཡོང་གི་དུ།

ཕྱོགས་གཞན་ནས་གལ་ཏེ་མིད་དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་དེ་དཔལ་
འབྱོར་གྱི་གཞོན་ལུགས་ཀྱིས་སྒྲགས་རྟེན་སྤྱོད་པའམ། ཡང་ན། གལ་ཏེ་མང་ཆོགས་

རྒྱུ་ཁ་མ་ཆེམས་པའི་གནད་དོན་དུ་མ་ཞིག་དཔལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཆོ། དེའི་
 ཐད་དུ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་བྱེད་ལས་དཔེར་ན། སྤྱིར་ཕྱོག་གསལ། ལས་མཆེམས་འཛོག་
 པའི་འགོག་ཆོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་དག་འཆམས་པེ་ཡོང་ངེས། སྤྱིད་དབང་སྒྲིར་འདྲིན་
 པས་དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས་ལ་བཅད་སྟོན་ལོག་པ་གཏོང་རྒྱུའི་འབད་པ་བྱས་ཆོ།
 དེའི་ཐད་དུ་མཆེམས་ཅན་གྱི་སྒྲིར་བཏང་ལས་མཆེམས་འཛོག་པ་དང་། ལས་ཀ་གྲུལ་
 ཏུ་གཏོང་བ། མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཆེད་མཁས་པ་ཆོས་རམ་འདེགས་མི་བྱེད་པར་གར་
 སོང་ཆ་མེད་དུ་འགོ་བ་བཅས་བྱེད་ཆོག་འཛོན་སྟོན་པའོ་འབྲེམས་དང་། རྒྱ་ཆ་མཁོ་
 སྟོན། འབྲིམ་འགྲུལ། བཅོ་ལས་ཁང་བཅས་ཀྱི་གནད་འགག་སྟེ་བཀག་དུ་དམིགས་
 བཀར་གྱིས་ལས་མཆེམས་འཛོག་པའི་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་བཅད་སྟོན་བྱས་ན་འབྲིགས།
 འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནད་དུ་མང་ཆོགས་
 བས་རྒྱན་ལྷན་མི་ཆེའི་ནད་དུ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་བྱེད་ལས་དཔེར་ན། གསལ་
 བསྐྱགས་ཀྱི་ཤོག་སྟེ་འབྲེམས་བཀྲམས་དང་། གསང་བའི་དཔར་བསྐྱན་ཁང་བའོལ་
 སྟོན་བྱེད་པ། ཟས་བཅད་ངོ་ཆོལ་བྱེད་པ། རྒྱ་ལམ་གྱི་སྤྱིད་ཚོག་སྟོན་བྱེད་པ་བཅས་
 བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཐབས་ལམ་འདི་དག་ཆེས་ཐལ་ཆ་ཆེ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་
 དམིགས་བསལ་ལས་དེ་མིན་མི་མང་འགའ་ཤས་ལ་ལག་བརྩར་བྱེད་རྒྱུར་དཀའ་ངལ་
 འཕྲད་སྤྱིད་པ་རེད།

དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་གཞན་གྱི་ནད་
 དུ་མང་ཆོགས་ཀྱིས་ཕན་བྱ་མི་འདྲ་བའི་སྟོན་ནས་རང་རང་གི་རྒྱན་ལྷན་མི་ཆེ་སྤྱིར་རྒྱན་

དང་ཉི་ཤར་མུ་མཐུད་དགོས། དཔེར་ན། མང་ཚོགས་ཀྱིས་ལས་མཆམས་འཛིན་ག་
 བའི་ངོ་ཚྏ་ལ་གྱི་ཚབ་དུ་ལས་ཀར་འགྲོ་བ་དང་། ཡིན་འདྲ་། ཀྱང་བཅུགས་ཏེ་ལས་ཀ་
 ག་ལེར་བྱེད་པ་ལས། ཡང་ན་སྤར་རྒྱན་ལས་འཛིན་ཐང་ཞན་དུ་བཏང་སྟེ་བྱེད་སྲིད།
 ཤེས་བཞིན་དུ་ཞོར་འཁྲུལ་ཡང་ཡང་བྱེད་སྲིད། གནས་སྐབས་འགའ་ཞིག་ལ་ན་བ་
 དང་ལས་ཀ་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་ཡོང་ཚེ་ག་ ཡང་ན། ལས་ཀ་བྱེད་མཆམས་བཞག་ན་འདྲ་
 སྲིད། གང་དུ་བྱེད་ལས་དེས་ཚོས་སྤྱོད་ཀས་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་སྲིད་དོན་གྱི་ཡིད་ཆེས་
 ཀྱང་མཚོན་པའི་ཚོས་སྤྱོད་ཀས་ཀྱི་ཚོགས་འཛོམས་ཁག་ལ་འགྲོ་སྲིད། ཚུར་ཚྏ་ལ་བ་
 ཚོའི་བྲིལ་བསྐྱགས་ལས་སུ་གུ་ཚོ་སྦྱོབ་པའི་ཆེད་དུ་རང་ནང་དུ་སྦོབ་སྦྱོར་སྦྱོད་པ་ལས།
 ཡང་ན། ཁྱིམ་ས་འགའ་གྱི་འཛིན་བླ་ཚུགས་པའི་བྱེད་ལས་སྤེལ་སྲིད། དེ་སྤར་རང་
 ཉིད་ལ་འཇུག་འདོད་མེད་པའི་དགོས་མཁོ་ཅན་ནས་རྒྱབ་གཉེར་བྱས་པའི་རྒྱུགས་
 འཇུགས་འགའ་ཞིག་ནང་ཞུགས་རྒྱུར་ཁས་ལེན་མི་བྱེད་པ་སྲིད། བྱེད་ལས་འདི་
 རིགས་མང་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱན་ཐུན་གྱི་བྱ་བ་དང་འདྲ་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། རྒྱན་ཐུན་གྱི་མི་
 ཚོ་ལས་ཁ་བྲལ་བའི་ཆད་གཞི་དེ་མཆམས་ཅན་ཡིན་སྐབས་མང་ཚོགས་ལ་རྒྱལ་ཁབ་
 ཀྱི་བཅེངས་གྲོལ་འཐབ་ཚོད་ནང་དུ་ཆ་གས་ལེན་རྒྱ་དེ་ལས་སྦྱ་པོ་ཡོད།

འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་དང་འཆོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བཀོལ་སྦྱོད་དེ་གཞི་ཅའི་ཆ་
 ནས་མི་འདྲ་བ་ཡིན་སྐབས། སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་ལས་
 འགུལ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་མཆམས་ཅན་གྱི་འཆོ་བའི་འགོག་ཚྏ་ལ་ཡིན་ཡང་ཕན་ལས་
 གཞོད་ཆེ་བ་ཡོད། གང་གིས་ཤེ་ན། དེས་གང་དུ་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་ན་མས་ལ་

ཆེས་ཁེ་ཕན་ཡོད་པའི་དཔལ་གྱི་འབྲུག་ཅན་གྱི་འཐབ་ཚད་ཅིག་ཏུ་བསྐྱར་གྱི་ཡོད། འཆོ་
བ་སྤངས་པའི་སྒྲིག་ལམ་ནི་ལམ་སྟོངས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱེ་བ་དེ་ཡིན་པས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་
འཛིན་པ་དང་། དེ་དག་གི་ངོ་ཆ་བཀྲིས་གདུག་རྩལ་བྱེད་པ་དང་འདོགས་འགོ་སྟོང་བ་
རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་རྒྱན་འཁྱོངས་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས།

འཆོ་བ་ཅན་གྱི་སྟོགས་འགལ་བའི་ཐད་དུ་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་སྒྲིག་ལམ་གྱི་རྒྱན་
འཁྱོངས་ངེས་གཤམ་དུ་བཟོ་སྒྲིབ་བྱེད་རྒྱུ་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ནང་གི་
འགྱུར་བའི་ཐབས་ཚུལ་བཞིའི་བྱེད་ལས་ལ་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་གྱི་ཡོད། འཆོ་བ་
སྤངས་པའི་སྒྲིག་ལམ་དེ་སྲིད་དོན་གྱི་རྩ་སྲུའི་རྒྱུད་རིམ་གྱི་ནང་དུ་ཤིན་ཏུ་ནས་
གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། རྒྱུད་རིམ་འདིའི་ནང་དུ་གསལ་ཞིང་དག་པའི་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་
ལས་འགུལ་བ་ཆོའི་ཐད་དུ་དབང་འཛིན་པ་དེས་མངོན་གསལ་ཅན་གྱི་གདུག་རྩལ་བྱས་
པ་དེ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་རང་གི་གོ་གནས་ལ་སྲིད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་དོ་ཕོག་
ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་རང་སྟོགས་ཀྱི་དཔོན་རིགས་ནང་
ཁྲུལ་མི་མཐུན་པ་བཟོ་བ་དང་། དབང་འཛིན་པའི་རྒྱན་སྒྲིབ་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་དང་། སྤེ་
ཆོན་མུང་གསུམ་པ། དེ་བཞིན་སྒྲིར་བཏང་མང་ཆོགས་ཀྱི་དབུས་སུ་འགོག་སྐྱོལ་བ་
ཆོར་རྒྱབ་སྐྱོར་བསྐྱུན་པའི་བྱ་བ་འདྲ་བྱེད་གྱི་ཡོད།

འོན་ཀྱང་སྐབས་འགའ་ཞིག་ལ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་དེའི་ཐད་
དུ་མཆོམས་ཅན་གྱི་འཆོ་བའང་ཡོང་ངེས་པ་ཡིན། དབང་འཛིན་པ་དེའི་ཐད་དུ་ཡོད་
པའི་ཁོང་ཁྱོད་དང་། གནས་བཟོད་མི་བདེ་བ་དག་འཆོ་བའི་ངོ་ཐོར་འབར་གསལ་ཡོང་

སྲིད། ཡང་ན་སྡེ་ཁག་འགའ་ཤས་ཀྱིས་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ཀྱི་བྱེད་ལས་
 ཀྱི་གལ་གནད་ངོས་བཟུང་ཡང་འཆོ་བའི་ཐབས་ལམ་སྤོང་འདོད་མེད་པའང་ཡོད་སྲིད།
 གནས་ཚུལ་འདི་འདྲའི་སྐབས་སུ་འདྲ་མིན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དེ་
 སྤོང་དགོས་དོན་མེད། ཡིན་ན་ཡང་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་བྱེད་ལས་ནས་འཆོ་བའི་བྱེད་
 ལས་ནམས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་གང་ཐུབ་བྱེད་རྒྱ་དེ་དགོས་ངེས་ཅན་ཡིན། འདི་ནི་གནས་
 ལུལ་གྱི་ཆགས་རབས་དང་། མང་ཆོགས་ཀྱི་སྡེ་ཁག་ གྲུ་ཆོད། གནད་དོན་
 བཅས་དང་ལྟོས་ཏེ་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་མིན་རྒྱས་ལུགས་ལྡན་པ་དང་ལམ་སྤོངས་
 ལྡན་པའི་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱས་པ་དེར་འཆོ་
 བས་གཞོན་སྟོན་ཡོད་སྲིད་པ་རེད།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཁག་ལ་གཞིགས་ན་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་
 བའི་ནང་དུ་སློབ་སྟོན་དང་མས་སྟོན་ཡོད་གི་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་དྲག་པོའི་དམག་འཐབ་
 ནང་གི་གྲངས་འཁོར་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཆེས་ཉུང་ཉུང་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་ཡང་འདི་ལྟ་བུའི་
 འཐབ་ཚད་ཀྱིས་རྫོགས་རྒྱ་མེད་པའི་གསོད་རྒྱུ་གི་འཁོར་ལོ་དེར་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་
 ཀྱི་མེད།

འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ཀྱིས་སྲིད་གཞུང་ལ་ཡོད་པའི་འཛིགས་སྤང་དང་
 དེའི་འཆོ་བ་དང་བཅས་པའི་བཅན་གཞོན་ལ་སྤངས་འཛིན་དང་འཛིགས་སྤང་བརྒྱག་
 པའི་མཐུན་ཆེན་བྱེད་པ་དང་དགོས་མཁོ་སྒྲུབ་པ་གཉིས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འཛིགས་
 སྤང་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་པའམ། ཡང་ན། འཛིགས་སྤང་སྤོང་བ་དེ་སྤྱིར་བཏང་

མང་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་དུ་བཟུང་བའི་སྤྱི་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པའི་དབང་ཆ་དེ་གཏོར་
བཞིགས་བྱེད་པའི་རྒྱ་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན།

ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་དང་། གསང་བ། ཚད་མཐོ་བའི་གནས་ཚད།

གསང་བ་དང་། མགོ་བསྐྱོར། གསང་བའི་སྒོག་གཡོ་བཅས་ཀྱིས་འཆེ་བ་སྤངས་
པའི་བྱེད་ལས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལས་འགུལ་ཞིག་ལ་དཀའ་རྙོག་ཆེན་པོ་ཞིང་བགས་
བཅོམ་གྱི་ཡོད། སྤྱི་དོན་གྱི་ཉིན་རྟོག་པ་དང་། གསང་བའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མི་སྣ་ཚོས་
འཆར་གཞི་དང་ཀུན་སྒྲོང་གི་སྒྲོར་ལ་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་ནས་གཡོལ་
ཐབས་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཕལ་ཆེར་ཡོང་མི་སྤྱི་དབང་དེ། ལས་འགུལ་གྱི་ཆ་ནས་བརྟན་ན་
གསང་ནི་འཛིགས་སྤང་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེས་དམིགས་བཀའ་གྱི་ལས་
གཞི་ཞིག་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་མཁུན་མང་ཚོགས་ཀྱི་བྱང་ས་འཁོར་ཉུང་དུ་གཏོང་བ་དང་།
འགོག་ཚེལ་བའི་སེམས་བྱུགས་གཅོག་པའི་འཛིགས་སྤང་དེར་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་གྱི་
ཡོད། དེས་ལས་འགུལ་གྱི་ནང་དུ་སྤྱི་ཞིག་སྤྱོད་ལས་འགུལ་བའི་སྤྱུལ་མཁུལ། མོ་བ་
ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲོར་ལ་ཤས་ཆེ་བར་དངོས་ཡོད་མིན་པའི་དྲོགས་བ་དང་། སར་ཁག་
ཚུར་དཀྱི་འབྱུང་བའི་མཐུན་འགྱུར་ཀྱང་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཡོད། གསང་བས་ལས་འགུལ་
ཞིག་འཆེ་མེད་ཞི་བར་གནས་བྱུང་བའི་གནས་བབ་དེར་འགལ་སྐྱེན་ཡང་བྱེད་སྤྱིད།
དེ་ལས་ཐོག་སྤྱོད་འཆར་གཞི་དང་ཀུན་སྒྲོང་གི་ཐད་ལ་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་བྱས་པ་
དེས་ཐོགས་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་འབྱུང་བ་མ་ཟད། དངོས་སུ་འགོག་ཚེལ་གྱི་ལས་

འགྲུལ་དེ་ཆེས་སྒྲོབས་ཆེན་ཡིན་པའི་ནམ་པ་མངོན་པར་ཡང་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་པ་
 ཡིན། འོན་ཀྱང་དཀའ་ངལ་དེ་འདིར་བཤད་པ་ལས་ཀྱང་སྟོག་འཛིངས་ཆེ་བ་ཡོད་པ་
 དང་། འགོག་གྲོལ་ལས་འགྲུལ་གྱི་གནད་ཆེའི་ནམ་པ་འགའ་ཞིག་གི་ཐད་ལ་གསང་
 བའི་དགོས་མཁོ་ཡོང་གི། མིད་དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་ལུགས་པས་གནས་སྐངས་
 གྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་ཐད་དུ་བྱ་ར་སོ་ལྟ་བུར་པའི་ཐབས་ལམ་དང་། འཆེ་བ་སྤངས་པའི་
 འཐབ་ཚུད་ཀྱི་འགྲུལ་ལུགས་གཉིས་ཀའི་སྒོར་ལ་ཤེས་ཀྱི་ཆེ་བའི་དཔྱད་ལྡན་ཆོས་
 དཔྱད་ཞིབ་མཐིལ་ཕྱིན་པ་བྱེད་པའི་དགོས་མཁོ་ཡོད།

གང་དུ་ལས་འགྲུལ་མཚམས་ཅན་གྱི་རིགས་དམིགས་བསལ་བའི་ནང་དུ་གསང་
 བའི་ཚད་གཞི་མཐོ་ཐོ་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ནི། མིད་དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་ལུགས་
 པའི་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒོར་ལ་གསང་གནས་བསྟུ་སྟུབ་བྱེད་ཀྱི་དང་། རྒྱལ་ནང་ནས་
 ཁྲིམས་མཐུན་མིན་པའི་རྒྱུད་འཕྲིན་གྱི་རྒྱུད་སྤངས་ཤེད་སྤྱོད། གསང་བའི་ཡིག་ཆ་
 ཁག་གི་འབྲེམས་སྤེལ་དང་། དཔར་སྐྱུན། ཚོམ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་བཅས་ཡིན།

འཐབ་ཚུད་ཀྱི་རིམ་པ་ཚང་མར་འཆེ་བ་སྤངས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་གནས་ཚད་མཐོ་
 བའི་ཀྱན་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུན་འབྲེངས་དེ་ངེས་པར་དུ་དགོས། འཛིགས་སྤང་བུལ་བའི་རང་
 བཞིན་དང་། འཆེ་བ་སྤངས་པའི་སྒྲིག་ལམ་གྱི་རྒྱུན་འབྲེངས་ལྟ་བུའི་ཆ་རྒྱན་ནམས་
 རྒྱན་དུ་དགོས་མཁོ་ཡོད། འགྱུར་བ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གཏོང་བ་ལ་མང་ཆོགས་ཀྱི་
 བྲངས་འཐོར་རྒྱ་ཆེན་པོ་ངེས་པར་དུ་ཡང་ཡང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་དྲན་དགོས་པ་
 གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལས་འགྲུལ་གྱི་གནས་ཚད་མཐོ་ཐོར་རྒྱུན་འབྲེངས་

བྱས་པ་དེ་ཁོ་ནས་ཡིད་ཆེས་འོས་པའི་ཆ་ཤས་ལེན་པ་པོའི་གངས་འཕོར་དེ་ལྟ་བུ་ཐོབ་
བྱུང་པ་ཡིན།

དབང་ཆའི་འབྲེལ་བར་འཛོལ་འགྱུར།

འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་བླ་མོར་དགོས་པ་ཞིག་ལ། གང་དུ་སླིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅིངས་
ལེན་མི་ཞུ་བ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་པའི་འཐབ་ཚོད་དེ་སྐྱུལ་སྤོང་དང་ཁ་གཏད་སྐྱུལ་སྤོང་
གི་པར་འགྲུལ་ཚུར་འགྲུལ་རྒྱུན་སྤིངས་བྱེད་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ཞིང་ས་ཡང་ཡང་འཕོ་
འགྱུར་ཅན་ཞིག་རེད། དེར་རྟག་པ་བརྟན་པ་གང་ཡང་མེད། ལྟོས་བཅས་དང་ལྟོས་
མེད་ཀྱི་དབང་ཆའི་འབྲེལ་བ་གཉིས་ཀ་སྐྱར་བ་དང་རྟག་དུ་འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཞིག་
ཡིན། འདི་ནི་འགོག་ཆོལ་བ་ཆོས་བཅན་གཞོན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་འཛོལ་སྤངས་
པའི་ལྷ་ཚུགས་སུ་མཐུད་པ་དེས་བཅོས་པ་ཡིན།

འདི་ལྟ་བུའི་འཐབ་ཚོད་གནས་སྤངས་ཀྱི་ནང་དུ་འགྲན་ཚོད་པ་སྤྱོགས་གཉིས་ཀའི་
རང་རང་གི་དབང་ཆའི་འགྱུར་འགྲོས་དེ་འཛོལ་དང་ལྷན་པའི་འཐབ་ཚོད་ལས་ཀྱང་
ཆེས་ཆེན་ཆེ་བ་དང་། མཐོགས་སྐྱར་དུ་ཡོང་བ། སླིད་དོན་གྱི་གནད་འགག་དང་
སྤྲོ་ཆོགས་པའི་མཐུག་འབྲས་ཡོད་པ་བཅས་བ་ཡོང་བར་དེས། འགྱུར་འགྲོས་འདི་
དག་ལ་བརྟན་ནས་འགོག་ཆོལ་བས་སྤེལ་བའི་བྱེད་ལས་དམིགས་བསལ་བ་རྣམས་ལ་
དུས་དང་གནས་སྐབས་བྱེ་བྲག་གང་དུ་བྱུང་བ་ལས་ཀྱང་མཐུག་འབྲས་བསམ་ཡུལ་
ལས་འདས་པ་ཡོང་གི་དུ། འབྲས་བུ་འདི་དག་ཕྱིར་འཕགས་བྱེད་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་སྤེ་

ཁག་གཅིག་གམ་གཞན་ནམས་སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་བ་གཏོང་བའམ། ཡང་ན། རྒྱུ་བྱ་གཏོང་བར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དེའི་སྟེང་དུ་འཆེ་བ་སྤངས་པའི་སྡེ་ཁག་གིས་རང་གི་བྱེད་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་གཏད་སྡེ་ཁག་གི་སྟོན་བཅས་སྟོབས་ཤུགས་རྒྱ་ཆེར་གཙོག་པའམ་སྟོར་བ་བྱེད་མིད། དཔེར་ན་མིང་དབང་གླེང་འདྲིན་པའི་གདུག་རྒྱབ་ཀྱི་གཏོང་དུ་སྒྲིག་ལམ་ལྟན་ལ་སྟོ་སྟོབས་ཆེ་བའི་འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འགོག་ཆོལ་དེས་མིང་དབང་གླེང་འདྲིན་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་དམག་མི་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་དབུས་སུ་སྟབས་མི་བདེ་བ་དང་། ཡི་མ་རངས་པ། ཡིད་ཆེས་མེད་པ་བཅས་བསྐྱུན་པ་མ་ཟད། གནས་སྤངས་ཚབས་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ་དམག་མིའི་བྱེན་ལོག་ཀྱང་བསྐྱུན་ཀྱི་ཡོད། འགོག་ཆོལ་འདིས་མིང་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེར་རྒྱལ་སྤྱིའི་དམའ་འབབས་ཤུགས་ཆེར་ཡོང་བ་ཡང་བཟོ་མིད། དེའི་སྟེང་དུ་མིང་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དེ་རིག་ཅུལ་དང་། རྒྲིག་ལམ་ལྟན་པའི་ཐོག་ནས་སུ་མཐུད་བེད་སྟོད་བྱས་པ་དེས་རྒྱན་ཐུན་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ནང་དུ་བར་གནས་སུ་སྟོད་པའམ། ཡང་ན། མིང་དབང་གླེང་འདྲིན་པ་དེར་མཛོན་པར་མི་གསལ་བའི་རྒྱབ་སྟོར་བྱེད་མཁན་གྱི་མང་ཚོགས་དེ་འགོག་ཆོལ་གྱི་ནང་དུ་ཆ་གསལ་ལེན་རྒྱ་གང་མང་དུ་གཏོང་མིད།

འགྱུར་བའི་ཐབས་ལམ་བཞི།

འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ཀྱིས་འགྱུར་བ་བསྐྱན་སྤངས་བཞི་ཡོད། ཐུབ་ཚུལ་
ལམ་འགྱུར་བ་དང་པོ་དེ་བྱུང་ཁྱོད་ཡོད་ཀྱང་ཡོང་བ་ཆེས་དཀོན་པོ་ཡིན། ཁ་གཏད་
སྡེ་ཁག་གི་ཆོགས་མི་ཆོས་སློ་སྟོབས་ལྡན་པའི་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འགོག་ཆོལ་བ་
ཆོའི་ཐོག་དུ་དག་གཞན་བྱས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེས་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་སུ་བཅུག་
པའམ། ཡང་ན། འགོག་ཆོལ་བའི་གནད་དོན་དེ་བྱང་བདེན་ཡིན་པ་ཤེས་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་འགོག་ཆོལ་བའི་དམིགས་ཡུལ་ལ་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཐབས་ལམ་
འདི་ལ་བསམ་སྒྲུབ་འགྱུར་བ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་
ནང་དུ་བསམ་སྒྲུབ་འགྱུར་བ་སྐབས་རེ་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་ཆེས་དཀོན་པོ་ཡིན། འཐབ་
ཚད་ཤས་ཆེ་བའི་ནང་དུ་འདི་རྩ་བ་ནས་ཡོང་གི་མེད་པའམ། ཡང་ན། གནད་ཆེ་བའི་
ཆད་གཞིའི་སློ་ནས་ཡོང་གི་མེད།

ཤས་ཆེ་བར་ཁ་གཏད་པ་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་གང་འདོད་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་དོན་དུ་
འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་དེས་འཐབ་ཚད་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་སྐྱོ་ཆོགས་ལ་འཕོ་
འགྱུར་བཏང་བའི་སློ་ནས་བཀོལ་སྦྱོང་ཡོང་གི་ཡོད། གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་དང་། འཆོ་
བ་སྤངས་པའི་བཅའ་ཤེད། འཐོར་ཞིག་བཅས་འགྱུར་བ་གཞན་གསུམ་བསྐྱུན་མཁན་
ཀྱི་འགྱུར་བ་འདི་ཡིན། འདི་དག་གི་ནང་ནས་ག་རེ་ཡོང་མིན་ནི་མང་གཙོ་དོན་
གཉིས་བ་ཆོའི་ཕྱོགས་སུ་ལྟོས་བཅས་དང་ལྟོས་མེད་ཀྱི་དབང་ཆའི་འབྲེལ་བའི་ཆད་
གཞིའི་འཕོ་འགྱུར་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན།

གལ་ཏེ་གནད་དོན་ནམས་གཞི་ཅིའི་གནད་དོན་མིན་པ་དང་། མཚམས་ཅན་གྱི་
 ལས་འགུལ་ནང་གི་ཕྱོགས་འགལ་བ་ཆོའི་དགོས་འདུན་ནམས་དེ་ཅམ་གྱི་ཁི་ཉེན་ཅན་
 མ་ཡིན་པ། དཔུང་སྒྲིབ་འགན་བསྐྱར་གྱིས་སྒྱུན་པས་དབང་ཆའི་འབྲེལ་བར་འགྱུར་བ་
 གང་འཆམ་བུང་བ་བཅས་ཡིན་ན། བསམ་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་བཞོའི་འགྲེལ་བས་བྱེད་
 པའམ། ཡང་ན། ཕན་ཚུན་བསམ་ཤེས་གྱི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཆོད་གྱི་ལམ་ནས་གནས་
 སྐབས་གྱི་འཐབ་ཚོད་དེ་མེད་པར་བཟོ་བྱུང། ཐབས་ལམ་འདི་ལ་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་
 ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ལས་མཚམས་འཛོག་པའི་དཀའ་ཉེན་དུ་མ་ཞིག་
 ཕྱོགས་གཉིས་ཀས་རང་རང་གི་དམིགས་ཡུལ་འདོད་པ་ལྟར་ཆ་ཆང་འགྲུབ་གྱི་མེད་
 གང་ཕྱོགས་གཉིས་ཀའི་དམིགས་ཡུལ་འགའ་ཤས་གྲུབ་པའི་ལམ་ནས་ཐག་གཅོད་
 བྱེད་གྱི་ཡོད། མྱིད་གཞུང་ཞིག་གིས་འདི་ལྟ་བུའི་འདུམ་འགྲིག་དེ་འཐེན་འབྱར་མེད་
 པ་བཟོ་རྒྱ་དང་། རང་བདེན་ཡིན་མདོག་གི་ནམ་པ་བསྐྱུན་པའམ། དབང་འཛིན་པ་
 རང་ཉིད་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནམ་པ་ཡག་ཏུ་གཏོང་བ་བཅས་བཟང་ཕྱོགས་གྱི་ཁི་ཕན་འགའ་
 ཞིག་ཡོད་པར་བསམ་སྲིད། དེས་ན། གང་དུ་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་གྱི་ལམ་ནས་ཐག་
 གཅོད་ཁས་ལེན་བྱེད་པའི་གནད་དོན་གྱི་འདེམས་སྒྲུག་བྱེད་པར་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱེད་རྒྱ་
 དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཤིག་འཆམ་ལ་འབབས་
 རྒྱུའི་འཐབ་ཚོད་ནི་གནད་དོན་འདི་དག་གི་ནང་ནས་གཅིག་གྲང་མིན།

འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ནི་བསམ་སྒྲོའི་འགྱུར་བ་དང་། གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་
 གྱི་ཐབས་ལམ་བསྐྱན་པ་ལས་ཆེས་རྣམ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡོང་བྱུང། མང་ཆོགས་གྱི་

མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་དང་། བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་དང་
 སྤྱི་དོན་གྱི་གནས་སྤངས་མ་ཟད། དམིགས་བསལ་དབང་ཆའི་འབྲེལ་བར་འགྱུར་བ་
 བཏང་བའི་སློན་སྤྱི་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པས་སྤྱི་ཚོགས་དང་། སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་
 དོན་དང་། དཔལ་འབྱོར། སྤྱི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་རྒྱུད་རིམ་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་པའི་
 རྒྱས་པ་དེ་དངོས་སུ་འཕྲོག་གི་ཡོད། ཁ་གཏད་པའི་བྲག་པོའི་དཔུང་སྡེ་དེ་ཆེས་སྒྲོས་
 འགྲེལ་མི་འོས་པར་གྱུར་ཏེ་ཁོང་ཚོས་འགོག་སྒོལ་བ་འགོག་གཞན་བྱེད་པའི་བཀའ་
 ལ་ཅིས་མེད་བྱེད་པར་ངེས། ཁ་གཏད་པའི་དཔོན་རིགས་ནུམས་རང་རང་གི་གོ་
 གནས་སུ་སྡོད་པ་དང་། ཐོག་མའི་དམིགས་ཡུལ་དེར་དམ་འཛིན་བྱེད་ཀྱང་ཁོང་ཚོའི་
 ཕན་རྒྱས་ལྡན་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་པའི་རྒྱས་པ་དེ་ཁོང་ཚོ་ནས་འཕྲོག་ཆར་བ་རེད།
 དེ་ལ་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་བཅན་ཤེད་ཅེས་བརྗོད།

གནས་སྤངས་ཆབས་ཆེ་བ་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་དུ་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་བཅན་ཤེད་
 བསྐྱེད་པའི་ཆ་རྒྱན་དག་དུང་ཕྱུ་མཐུད་དེ་རྒྱ་སྤྱོད་པ་ཡིན། ཁ་གཏད་པའི་འགོ་ཁྲིད་
 ཚོས་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་དངོས་སུ་ཉམས་པ་དང་། ཁོང་ཚོའི་དབང་ཆའི་སྒྲོམ་གཞི་
 འཐོར་ཞིག་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། འགོག་སྒོལ་བའི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་སྤོགས་དང་། མཐུན་
 ལམ་མི་བྱེད་པ། བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་བཅས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་ཏེ་
 ཁ་གཏད་པ་དེར་ད་ཆ་ཁོང་ཚོའི་ཐོག་ལ་སྤངས་འཛིན་གྱི་རྩི་མ་ཙམ་ཡང་མེད། ཁ་
 གཏད་པའི་སྤྱི་ཞུ་བ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་ཀྱི་བཀའ་ལ་མི་བརྩི་བ་དང་། ཁ་
 གཏད་པའི་དམག་མི་དང་ཉན་ཏྲོག་པས་གཉན་ལོག་བྱེད་པ་ཡིན། ཁ་གཏད་པའི་ནམ་

རྒྱན་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་རང་གི་དེ་སྒྲིའི་འགོ་ཁྲིད་ཚོར་དབང་སྦྲུར་
བྱེད་རྒྱའི་ཐོབ་ཐང་གང་ཡང་ཡོད་པའི་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེས་རྒྱན་པས་ཁོང་
ཚོའི་དེ་སྒྲིའི་རམ་འདེགས་དང་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མེད་པར་གྱུར་གྱི་ཡོད། དེ་ལ་
བརྟེན་ནས་འགྱུར་བའི་ཐབས་ལམ་བཞི་པ་སྟེ། ཁ་གཏད་པའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འཛོར་
ཞིག་དེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བྱུང་བས་ཁོང་ཚོར་མགོ་སྦྲར་རྒྱའི་དབང་ཆའང་འདང་
ངས་ཞིག་ཡོང་གི་མེད། དབང་འཛིན་པ་དེ་དུམ་བུར་གས་ཐོར་འགོ་བ་ཡིན།

བཅིངས་གྲོལ་གྱི་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་ཀྱི་ནང་དུ་ཐབས་ལམ་བཞི་པའི་འདི་དག་
སེམས་ནང་ངས་པར་དུ་ཉར་དགོས། འདི་དག་སྐབས་ཤེ་སྟེས་དབང་གིས་ཡོང་གི་
ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་འཐབ་ཚེད་ཅིག་གི་ནང་དུ་འགྱུར་བ་གཏོང་འདོད་པའི་ཐབས་
ལམ་གྱི་རྒྱལ་དུ་འདི་དག་གཅིག་གཟ། དུ་མའི་གདམ་ཁ་དེས་འཐབ་བྱས་དམིགས་
བསལ་བ་ཞིག་གཟ། ཡང་ན། གཅིག་པན་གཅིག་གྲོགས་བྱེད་པའི་འཐབ་བྱས་དུ་མ་
བཅོ་བྱུབ་ཀྱི་ཡོད། ཐབས་ལམ་གཅིག་གཟ་དུ་མ་ག་རེ་འདེམས་མིན་ནི་འགན་ཚུན་
སྡེ་ཁག་གི་ལྟོས་བཅས་དང་ལྟོས་མེད་ཀྱི་དབང་ཆ་དང་། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་
ཚེད་སྡེ་ཁག་གི་དམིགས་ལུལ་དང་བསམ་སྒྲོའི་བྱེད་སོ་བཅས་ཐེ་བའི་ཆ་རྒྱན་དུ་མར་
རག་ལས་ཀྱི་ཡོད།

སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་ནང་མང་གཙོ་ཅན་དུ་བསྐྱར་བའི་རྩམ་པ།
 འཛེ་བ་ལྷན་པའི་བྱ་ཐབས་ཀྱིས་དབང་ཆ་གཅིག་བསྐྱུས་ཀྱི་རྩམ་པ་ལས་ཐོག་སྟེ།
 འཛེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ཐབས་ཚུལ་ཤེད་སྲོད་ཀྱིས་ཆབ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་
 སྤྱི་ཚོགས་དེ་ལས་དུ་མའི་སློན་ནས་མང་གཙོ་ཅན་དུ་བསྐྱར་བར་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་ཀྱི་
 ཡོད།

མང་གཙོ་ཅན་དུ་བསྐྱར་བའི་རྩམ་པའི་ཆ་ཤས་གཅིག་ངན་སྤྱོད་སྟེ་ཡོད།
 ཐབས་ཚུལ་འདིས་ནི་དག་དམག་གི་ཐབས་ལམ་ལས་ཐོག་སྟེ། མང་ཚོགས་ཐོག་
 སྲིད་དབང་སྒྲུབ་འདོན་ལས་ལུགས་ཞིག་འདུགས་པའམ། རྒྱན་འཁྲིངས་བྱུང་བའི་
 ཆེད་གྲུ་ཆེ་མང་ཚོགས་ལ་ཐུབ་གཏོད་བྱེད་བྱུང་བའི་མཐོ་རིམ་སྤྱི་ཚོགས་བཞོད་བྲུབ་
 བརྒྱད་དག་གཞོད་བྱེད་བྱུང་བའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་སྤྲོད་ཀྱི་མེད། སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་
 བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་ལས་འགུལ་གྱི་འགོ་བློན་ཚོས་རང་གི་རྩིས་འབྲངས་པ་ཆོར་
 རྒྱགས་རྒྱུན་དང་གཞོན་ཤུགས་སྤོད་བྱུང་བྱུང་། ཁོང་ཚོས་སློ་ལོག་པའམ། འགོ་བློན་
 གཞན་བདམས་པ་བཅས་བྱས་ཆེ་བཅོན་འདུག་བྱེད་པའམ། ཉེས་པ་སྟོག་ཐོག་གཏོང་
 བ་བྱེད་མི་བྱུང་།

མང་གཙོ་ཅན་དུ་བསྐྱར་བའི་རྩམ་པའི་ཆ་ཤས་གཞན་དེ་བཟང་སྤྱོད་སྟེ་ཡོད།
 དེ་ནི་འཛེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱིས་མང་ཚོགས་ལ་ད་ལྟ་ཡོད་བཞིན་པའམ།
 འབྲུང་ངེས་པའི་སྲིད་དབང་སྒྲུབ་འདོན་པ་དག་ལས་མང་ཚོགས་ཀྱི་རང་དབང་སྐྱུབ་
 པའམ། སྤང་སྤོབ་བྱེད་པར་བཞོལ་སྤོད་བྱུང་བའི་འགོག་སྒོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་སྤོད་ཀྱི་

ཡོད། གཤམ་གསལ་ནམས་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ལ་ཡོད་མྱོད་པའི་མང་གཙོ་ཅན་དུ་བསྐྱར་བའི་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་འགའ་ཤས་ཡིན།

- འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ཁོད་སྤོང་བཏང་བའི་ནམས་ཕྱོད་དེས་མང་ཆོགས་ལ་དབང་འདྲིན་པའི་འདྲིགས་སྒྲུལ་དང་། འཆོ་བ་ཅན་གྱི་དག་གཞོན་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་གདོང་ལེན་བྱེད་རྒྱུའི་གདོང་ཚོད་སྤར་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་བསྐྱན་བྱུབ།
- འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ཀྱིས་མྱེད་དབང་གླེང་འདྲིན་སྤེལ་ཁག་སྤུང་གིས་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཐོག་དུ་མང་གཙོ་དང་མི་མཐུན་པའི་སྤངས་འདྲིན་བྱས་པ་དེར་འགོག་སྒོལ་བྱུབ་པའི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་བྱ་བ་དང་། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་སྤོང་གི་ཡོད།
- འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་དེ་དག་གཞོན་ལུན་པའི་སྤངས་འདྲིན་གྱི་མདུན་དུ་སྤྱོད་རང་དབང་དང་། གསར་འགོད་རང་དབང་། རང་དབང་ལུན་པའི་སྤྱིག་འདུགས། རང་དབང་གི་ཆོགས་འདྲོམས་ལྷ་བྱ་མང་གཙོའི་རང་དབང་གི་ནམས་ལེན་ནན་སྒྲུལ་བྱེད་པར་བེད་སྤོང་བྱེད་བྱུབ།
- གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་ཀྱིས་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱིག་འདུགས་དང་། རང་དབང་ཅན་གྱི་སྤེལ་ཁག་གི་འཆོ་གནས་དང་། གསར་སྤྱོད་རྣམ་ལུགས་ཆེ་དུ་གདོང་བ་བཅས་ལ་མཐུན་འགྱུར་ལུགས་ཆེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདི་དག་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། གང་གིས་ཞེ་ན། འདི་

དག་ལ་འབྱུང་མིད་པའི་མིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པའི་རྒྱས་པ་ལྷན་པའི་དབང་ཆ་
མཆམས་ཅན་དུ་བཟོ་བ་དང་། མང་ཚོགས་ཀྱི་དབང་ཆའི་རྒྱས་པ་སྐྱུལ་སྒྲོང་བྱེད་
པའི་རྒྱས་མཐུ་ལྷན་ཡོད།

- འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱིས་གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱི་མིད་གཞུང་ཞིག་གི་དག་
དམག་དང་། ཉན་ཉོག་པའི་དག་གཞོན་ཅན་གྱི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཐད་དུ་མང་ཚོགས་
ནས་རང་གི་དབང་ཆ་བེད་སྤྱོད་བྱུང་པའི་ཐབས་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།
- འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱིས་མང་ཚོགས་དང་། རང་དབང་ཅན་གྱི་སྤྲིག་
འབྲུགས་ལ་མང་གཙོའི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐོ་རིམ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དབང་སྐྱུར་གྱི་
དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་འགོག་པའམ། གཙོད་པ་བྱས་ཏེ་དེ་དག་གིས་དབང་
སྐྱུར་ལུ་མཐུད་བྱེད་པའི་རྒྱས་པར་འདྲིན་སྐྱུར་སྐྱུལ་པའི་ཐབས་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་
ཡོད།

འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་རྩོག་འདྲིངས།

ང་ཚོས་བཀོ་སྐྱོང་འདྲིའི་སྤྱིང་ནས་གཟིགས་པ་བཞིན། འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་
ནི་ཀླན་སྤྱོད་ཁྱད་པར་བའི་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཆ་དང་། འབྲུར་བའི་ཐབས་ལམ་གྱི་ཚུལ་
མི་འདྲ་བ། དེར་མཁོ་བའི་ཐབས་བྱས་སྐྱ་མང་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་བྱེད་ལས་ཀྱི་
ཐབས་ཚུལ་རྩོག་འདྲིང་ཅན་ཞིག་རེད། དམིགས་བསལ་མིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་
ལུགས་པ་ཞིག་གི་ཐད་དུ་རྒྱས་པ་ལྷན་པ་ཡོང་ཕྱིར་མིད་དོན་གྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་

ཉུང་དེ་དོ་སྒྲུང་གི་སྒྲོ་ནས་ག་སྒྲིག་དང་འཆར་གཞི་འདིང་དགོས། ཆ་ཤས་ལེན་པར་
རེ་བ་ཡོད་པ་ཆོས་སོ་སོའི་ངོས་ནས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་ཤེས་དགོས་པ་
ཡིན། མཐུན་རྒྱན་ཇི་ཡོད་ཐོབ་བྱུང་པ་བཟོ་དགོས། འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་འཆོ་བ་
སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་དེ་ཇི་འདྲ་བྱས་ན་པན་ནུས་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བེད་སྤྱོད་བྱུང་
མིན་གྱི་དབྱད་ཞིབ་བྱེད་དགོས། ད་ང་ཆོས་འཐབ་བྱས་ལྷན་པའི་འཆར་གཞི་འདིང་
དགོས་པ་ཞེས་པ་རྗེས་སུ་ཡོང་རྒྱུའི་གནད་ཆེ་བའི་གྲུབ་ཆ་དེར་དོ་སྒྲུང་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

དུག་པ།

འཐབ་བྱས་ལྟན་པའི་འཆར་འགོད་གྱི་དགོས་པ།

མིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཐད་དུ་མིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་
བའི་ལས་འགུལ་དེ་ལས་སྒྲུ་ཆོགས་གྱི་སྒོ་ནས་འགོ་འདྲུགས་བྱེད་མིད། འདས་པའི་
སྐབས་སུ་འཐབ་ཚུད་འདི་རིགས་ཏེ་ལས་རྟག་དུ་འཆར་གཞི་མེད་པ་དང་། བལ་ཆེར་
སྤྲོས་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཤིང་། འདས་པའི་ལས་འགུལ་རྣམས་འགོ་ཚུལ་པར་གྱིན་
བྱེད་པའི་དམིགས་བཀའ་གྱི་སྒོ་ཁ་མ་ཆེམས་པའི་རྣམ་གངས་མི་མཐུན་པ་མང་ཡང་།
ཤས་ཆེ་བར་གདུག་རྩུབ་གསར་པ་དང་། བཅི་བཀྱར་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་པོ་ཞིག་གི་
སྒོག་གཅོད་དམ་འདྲིན་བཟུང་། མིད་བྱས་སམ་བཀའ་ཙུག་གཞོན་ཅན་གསར་པ་
ཞིག བཟུང་བཅའ་དགོན་པའི་གནས་སྤངས། ཆོས་དད་ལ་མོས་གྲུས་བྲལ་བ།
འབྲེལ་ཡོད་དུས་དྲན་གལ་ཆེ་ཞིག་གི་ཉིན་མོ་བསྐྱུང་བཅི་བཅས་བསྐྱུས་ཡོད།
སྐབས་དེ་མིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེའི་བྱེད་ལས་བྱེད་བྲག་པ་ཞིག་གི་ཁྱེན་
པས་སྐྱ་ཆེ་མང་ཆོགས་ཁོང་ཁོ་ཡངས་དེ་སྒྲེར་ལངས་དེ་རི་རྩར་མཐུག་བསྐྱིལ་བའི་གོ་
དོགས་གང་ཡང་མེད་པར་ལས་འགུལ་འགོ་འདྲུགས་གྱི་ཡོད། སྐབས་གཞན་དུ་
སྤྱིར་སྤོབས་ཅན་གྱི་སྐྱེ་པོ་སྒྲེར་ཞིག་གས། རྟེན་ཁག་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་གིས་སྐབ་སྐྱོར་
སྐྱལ་བའི་བྱེད་ལས་སྐྱེལ་ཡོད། ཡང་དམིགས་བསལ་གྱི་སྒོ་ཁ་མ་ཆེམས་པའི་གནས་
སྤངས་ཤིག་སྐྱེ་པོ་གཞན་རྣམས་གྱིས་དེ་སྤྱིར་ཉིད་ལ་ཁྱོད་ཆོར་བྱུང་བ་དང་མཚུངས་

པ་ནོར་འབྲུལ་ཡིན་པར་ངོས་བཟུང་སྟེ། དེས་ན་ཁོང་ཚོ་ཡང་འཐབ་ཚད་གྱི་ནང་
ཞུགས་གྱི་ཡོད། སྐབས་དེ་སྡེ་ཁག་ཅུང་དུ་ཞིག་གསལ། སྐྱེ་བོ་སྒྲིབ་ཞིག་ནས་འགོག་
ཚེལ་བྱེད་དགོས་པའི་འཕྲོད་སྐྱེལ་བྱེད་བྲག་པ་ཞིག་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོད་དཔག་
ལས་བཅལ་བའི་ཡ་ལན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་ཡོད།

རང་འགྲུལ་གྱིས་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་དེར་བཟང་ཆའི་ཁྱད་ཚོས་འགའ་ཞིག་
ཡོད་ཀྱང་། དེར་སྐབས་དུ་མར་གྲོང་གྲུན་བྱུང་ཡོད། སྐབས་དུ་མར་མང་གཙོ་དོན་
གཉིས་གྱི་འགོག་ཚེལ་བ་ཚོས་སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་དེའི་གདུག་རྒྱུ་པ་ལ་སྡོན་
དཔགས་བྱས་མེད། དེས་རྒྱུན་པས་ཁོང་ཚོས་སྤྲུལ་སྤྱོད་ཆོབས་ཆེ་ཕྱོད་དགོས་པ་
དང་། འགོག་ཚེལ་ཐོར་ཞིག་དུ་འགྲོ་བ་བྱུང་ཡོད། སྐབས་དེ་མང་གཙོ་དོན་གཉིས་
བ་ཚོར་འཆར་གཞི་མེད་སྐབས་གལ་གནད་ཆེ་བའི་ཐག་གཙོད་སྒྲིབ་དབང་ལ་བཅོལ་
ཏི་བྱུབ་འབྲས་བྱས་ཉིས་ཅན་བྱུང་ཡོད། བཅན་གཙོན་ཅན་གྱི་ལམ་ལུགས་དེ་འཆམ་
ལ་སྐབ་ཀྱང་། མང་གཙོ་ཅན་གྱི་ལམ་ལུགས་ཞིག་དུ་བསྒྱུར་བར་རི་ལྟར་བྱ་དགོས་
པའི་འཆར་གཞི་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་གསར་པ་
ཞིག་སྤྱིད་པར་བྱེད་པའི་མཐུན་འགྱུར་བྱས་ཡོད།

དོན་དངོས་གྱི་འཆར་འགོད།

མ་འོངས་པར་འཆར་གཞི་མེད་པའི་མང་ཚོགས་ནང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་བྱེད་ལས་
དེས་སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་གྱི་ཐད་དུ་བྱིན་ལངས་བྱེད་པར་གལ་གནད་

ཆེ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པར་དོགས་པ་མེད། ཡིན་ན་ཡང་། ད་ཆ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་
 ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་འཆམ་ལ་འབེབས་པར་ཐབས་ལམ་རྒྱས་པ་ཆེ་ཤོས་གང་ཡིན་
 ཅིས་སྒྲོར་བྱུང་པ་དང་། སྲིད་དོན་གྱི་གནས་སྤངས་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་སློབ་ག་
 ཏུས་སྲིན་ཡོད་མེད་ཀྱི་དཔྱད་ཞིབ་བྱུང་པ། ལས་འགུལ་ཞིག་དེ་ལྟར་འགོ་འཇུགས་
 དགོས་མིན་གྱི་གདམ་ཁ་བཅས་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཡོད། དེ་འདྲི་གནས་བབ་གྱི་འོག་ཏུ་
 རང་དབང་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཤེས་རྒྱས་པ་ཅན་འདེམས་སྒྲུག་བྱེད་པ་ལ་མང་ཚོགས་ཀྱི་
 རྒྱས་པ་དང་། གནས་སྤངས་ཀྱི་དཔྱད་ཞིབ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་གཞི་བཞག་
 པའི་ཆེས་དོ་སྤང་ཆེ་བའི་བསམ་ཤེས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཡོད།

གལ་ཏེ་དོན་དག་ཅིག་འགྲུབ་འདོད་ཡོད་ན། དེ་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་དགོས་པའི་
 འཆར་གཞི་འདིར་རྒྱ་དེ་མཁས་པའི་བྱ་བ་ཡིན། དམིགས་ལུལ་གལ་ཆེ་ཡིན་པའམ།
 ཡང་ན་ལམ་སྟོངས་མ་བྱུང་བའི་མཇུག་འབྲས་ཚབས་ཆེ་མཆིས་ཆེ། འཆར་གཞི་
 འདིར་རྒྱ་དེ་བས་གལ་ཆེ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འཐབ་བྱས་ལྡན་པའི་འཆར་འགོད་ཀྱིས་
 མཐུན་ཁྱེན་གང་ཡོད་ཀྱི་བཞོལ་སྟོད་དང་བགོ་འགྲེམས་ཆེས་རྒྱས་པ་ལྡན་པའི་སྟོན་ས་
 བྱེད་བྱུང་བའི་རྒྱས་མཐུ་ཆེ་རུ་གཏོང་གི་ཡོད། འདི་ནི་གང་ལ་དངོས་པོའི་མཐུན་ཁྱེན་
 མཆའས་ཅན་ལས་མེད་པ་དང་། གང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་ནམས་ཉིན་ཁར་ལྷུང་སྲིད་པའི་
 གནས་སྤངས་འོག་བསྐྱད་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར་དབང་ཁུགས་ཅན་གྱི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་
 འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཤིག་འཆམ་ལ་འབེབས་པར་འབད་ཚོལ་བྱེད་པའི་མང་གཙོའི་ལས་
 འགུལ་ཞིག་ལ་དངོས་འབྱེལ་གྱི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ལས་སྟོག་སྟེ།

མིང་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་དེར་རྒྱན་ལྡན་དུ་དངོས་པོའི་མཐུན་རྒྱུན་རྒྱ་ཆེན་
པོ་དང་། སྒྲིག་འཇུགས་ཀྱི་སྟོབས་ལྷགས། བཅན་གནོན་གདུག་རྩུབ་བྱེད་ལྷབ་པའི་
རྣམ་པ་ལྡན་ཡོད།

འདྲིར་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་ཞེས་པ་ནི་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་ནས་གང་འདོད་
པའི་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་གནས་སྐབས་དེར་སྟེབས་སྟིང་པར་བཟོ་བའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་འཕེལ་
རིམ་ཞིག་གི་ཕྱིས་སྒོར་བྱེད་པ་ལ་གོ་བ་ཡིན། བཟོ་སྒྲིབ་འདི་གཞིར་བཞག་བྱས་ན།
དེ་ནི་མིང་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཞིག་ནས་མ་འོངས་མང་གཙོ་ཅན་གྱི་ལམ་
ལུགས་ཞིག་ལ་གོ་བ་ཡིན། དམིགས་ལུལ་དེ་སྒྲུབ་པའི་འཆར་གཞིའི་ནང་དུ་མནར་
གཙང་སྟོང་པའི་སྒྲིཛ་གས་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྟོབས་ལྷགས་ཆེ་དུ་གཏོང་བ་དང་།
དེ་བཞིན་མིང་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་སྒྲོ་ཞན་དུ་གཏོང་ཆེད་དུ་བཟོས་པའི་
རིམ་ཅན་གྱི་ལས་འགུལ་དུ་མ་དང་གོ་སྒྲིག་ལྡན་པའི་བྱ་བཞག་བཅས་བསྐྱས་ཡོད།
འདྲིར་དོ་སྣང་དགོས་པ་ཞིག་ལ། དམིགས་ལུལ་དེ་ད་ཡོད་ཀྱི་མིང་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་
ལམ་ལུགས་དེ་གཏོར་བཞིགས་གཏོང་རྒྱ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་དེའི་ཆབ་དུ་མང་གཙོའི་
ལམ་ལུགས་འཇུགས་རྒྱ་དེ་ཡིན། ད་ཡོད་ཀྱི་མིང་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་
གཏོར་བཞིགས་ཙམ་གཏོང་བའི་དམིགས་ལུལ་མཚམས་ཅན་ལྡན་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་
པའི་འཐབ་བྱས་ཤིག་གིས་བཅན་ཤིང་ཅན་གྱི་སྒྲོང་གཞན་ཞིག་བསྐྱན་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད།

འཆར་འགོད་བྱེད་པར་འགོག་གྱིན།

འདྲམ་གླིང་གི་ཆ་ཤས་སྒྲ་ཚོགས་པའི་ནང་གི་རང་དབང་གི་འབྲེལ་བཅུད་པ་འགའ་
ཤས་ཀྱིས་བཅིངས་ཐོལ་རི་ལྟར་ཐོབ་པའི་དགའ་ལྟོག་གི་ཐད་ལ་རྣམས་པ་ཆ་ཆང་ཐོན་པ་
བྱས་མེད། འབྲེལ་བཅུད་པ་འདི་དག་གིས་ལས་འགྲུལ་མ་བརྩམས་སྡོན་ལ་དོན་ན་
པའི་འཐབ་བྱས་ལྡན་པའི་འཆར་འགོད་ཀྱི་གལ་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་ཆ་ཆང་
ངོས་བརྩུང་བ་དགོན་པོ་ཡིན། ལྷ་མཆན་དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ཏ་ལམ་ཅ་བ་ནས་བྱུང་མེད།

རང་ཉིད་ཀྱི་མང་ཚོགས་ལ་སྲིད་དོན་གྱི་རང་དབང་སྤྱིན་པར་འདོད་པའི་འཆར་
སྤང་ལྡན་པའི་སྤྱོད་ཐོ་ཚོས་དམིགས་ཡུལ་དེ་སྤྱབ་པ་ལ་ཆ་ལག་ཡོངས་སུ་ཆང་བའི་
འཐབ་བྱས་ལྡན་པའི་འཆར་གཞི་ཞིག་གོ་སྤྱི་བྱེད་ལྷ་དགོན་པོ་ཡིན་དགོས་པ་གང་
ཡིན་ནམ། ལྟབས་ཉེས་པ་ཞིག་ལ་ཤས་ཆེ་བར་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་
འགལ་སྡེ་ཁག་ནང་གི་མི་མང་ཆེ་བས་འཐབ་བྱས་ལྡན་པའི་འཆར་འགོད་དེ་དགོས་
མཁོ་ཡིན་པ་ཤེས་ཀྱི་མེད་པ་འཕམ། ཡང་ན། འཐབ་བྱས་དང་ལྡན་པའི་སྒྲོན་མཚན་
བསམ་གཏོང་བའི་གོམས་གཤིས་སམ་སྤྱོད་བརྟུན་མེད་པ་རེད། འདི་ནི་བྱ་བ་དགའ་
ཚོགས་ཅན་ཞིག་རེད། སྲིད་དབང་སྤྱིར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེས་ལྷན་དུ་བསྟན་པོ་
བཟོ་བ་དང་། སྐབས་བབས་ལས་འགན་གྱི་ཁྱར་ཕྱི་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འགོག་གོལ་གྱི་
འགོ་བྱིད་ཚོར་འཐབ་བྱས་ལྡན་པའི་བསམ་སྒྲུབ་རིག་ཅལ་སྡེལ་བར་སྤྱང་སྤྱོད་དང་
དུས་ཚོད་ཡོང་གི་མེད།

དེའི་ཚབ་དུ་མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པའི་བྱེད་སྐྱེད་ས་ལ་སྒྲོས་ཏེ་ར་ལ་
དཔགས་པའི་འཆམ་ཙམ་རྒྱལ་རྒྱ་དེ་སྤྱིར་བཏང་གི་འགྲོས་ཤིག་རེད། དེས་ན་ཕྱོགས་
འགལ་བ་དེ་རང་དབང་གི་བཙན་ས་སམ། མཆམས་ཙན་རང་དབང་གི་རྒྱན་འབྲེངས་
བྱེད་ཨི་བྱལ་ལྟ་བུ་དང་། དག་ཤོས་སུ་བཙན་ཤེད་སྐྱེད་ས་འདྲིན་གྱི་མདུན་སྐྱོད་གྲུལ་དུ་
གཏོང་བའམ། དབང་འདྲིན་པ་དེའི་མིད་བྱུས་གསར་པ་ཁག་ལ་འགལ་རྒྱན་དགའ་
སྒྲོག་བཟོ་བ་བཙས་ཏེ་གཏུ་འགོག་སྤྱད་གི་གནས་སུ་ཡོད།

སྤྲེལ་ག་དང་གང་ཟག་གླེང་འགའ་ཤས་ཀྱིས་བཅིངས་ཐོལ་གྱི་ལས་འགལ་ཞིག་
ལ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ཐུགས་ཐག་རིང་བའི་འཆར་འགོད་ཀྱི་དགོས་པ་མི་མཐོང་བའང་
ཡོང་མིད། དེའི་ཚབ་དུ་ཁོང་ཚོས་གལ་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་དེ་བརྟན་པོ་
དང་། རྒྱན་རིང་པོ། ཐུགས་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་བཟུང་བ་ཡིན་ན་ག་འདྲ་བྱས་ཀྱང་
འགྲིགས་འགྲོ་གི་རེད་སྟམ་པའི་གཡོ་སྤྱད་མེད་པའི་བསམ་སྒྲོ་འཁོར་མིད། གཞན་
དག་ཚོས་གལ་ཏེ་ཁོང་ཚོས་དགའ་ངལ་གྱི་ནང་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྩ་འདྲིན་དང་བསམ་
རྒྱུ་ལ་དང་མཐུན་པར་གནས་པ་དང་ཁྱོད་བ་བྱས་ན་དེ་དག་ལག་ལེན་དུ་བསྐྱར་བར་གང་
བྱལ་ཅི་བྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་སྟམ་པའང་བསམ་མིད། བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་འདྲིན་
པ་དང་། ལྟ་བར་ལ་ཞེན་ཡོད་པ་དག་བསྐྱགས་ལོས་སུ་གྱུར་པ་རེད་དེ། དེ་ཙམ་གྱིས་
ནི་རང་དབང་སྐྱལ་བ་དང་། མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་མེད་པར་བཟོ་
རྒྱུ་ལ་མི་འདང་བ་ཐུགས་ཆེ་ཡིན།

སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཁ་གཏད་པ་གཞན་ཚོས་གལ་ཏེ་འཆོ་བ་
 འདང་ངེས་བཞིན་པ་ཁོ་ན་བཅད་སྟོན་བྱས་ན་རང་དབང་ཡོང་གི་རེད་སྟེ་ལ་ཡོང་སྲིད།
 འོན་ཀྱང་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་སྟར། འཆོ་བ་ནི་ལམ་སྟོངས་སྟོར་མཁན་གྱི་འགན་
 ལེན་པ་ཞིག་མིན། བཅིངས་གྲོལ་ཡོང་རྒྱུ་ཆ་བརྟུ་དེས་པམ་ཉེས་དང་། གོད་ཆག་
 ཆེན་པོ་འཇམ། ཡང་ན། གཉིས་ཀ་བཟོ་སྲིད། གནས་སྤངས་པལ་ཆེ་བའི་ནང་དུ་སྲིད་
 དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་དེ་འཆོ་བའི་འཐབ་ཚུད་ཀྱི་གདོང་ལེན་ལག་ཆ་ཡིག་
 ཤོས་ཡོད་མཁན་ཡིན་པ་དང་། རྟག་དཔག་གི་དོན་དངོས་དེས་མང་གཙོ་དོན་གཉིས་
 བ་ཆོ་ལ་པན་ཐོགས་ནམ་ཡང་བྱུང་ཡོད་པ་དགོན་པོ་ཡིན།

ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་ག་རེ་བསམ་པ་དེ་བྱེད་དགོས་པའི་ཐོག་ལ་ལས་འགུལ་གཞིར་
 བཞག་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་འགུལ་བ་ཡང་ཡོད། འོན་ཀྱང་འདོད་ཚུལ་འདི་དག་ནི་
 རང་ཤེད་ཆེ་བ་ཙམ་ཡིན་པ་མ་ཟད། བཅིངས་གྲོལ་ལ་སྒྲན་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་
 བྱས་ཞིག་བཟོ་བར་ལམ་སྟོན་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མེད།

རྒྱ་བོ་སྤུ་རུང་གིས་སྟོན་པའི་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་སྟོ་གྲོས་ཞིག་ལ་གཞི་བྱས་པའི་
 བྱེད་ལས་ཀྱང་མཆོམས་ཅན་ཡིན། དེའི་ཆ་བརྟུ་ག་རེ་དགོས་པ་ནི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་
 འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་མགོ་གཏོང་སྟོན་པ་ལ་མཁོ་བའི་གོམ་སྟབས་རྒྱུ་མ་དེའི་ཐོག་
 ལ་གཞི་བཙལ་བའི་དོ་སྤང་ལྟན་པའི་ཅིས་སྒྲོར་གྱི་བྱེད་ལས་དེ་ཡིན། འཐབ་བྱས་ལ་
 དབྱུང་པ་མེད་ན་འགོག་སྟོལ་གྱི་འགོ་བྱིད་ཆོས་གོམ་སྟབས་རྒྱུ་མ་དེ་ག་རེ་དགོས་
 མིན་ཤེས་ཀྱི་མེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོང་ཚོས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་ལ་མཁོ་བའི་དམིགས་

བཀར་གྱི་གོམ་སྐབས་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དེའི་སྒྲོར་ལ་དོ་སྒྲུང་ཆེན་པོས་བསམ་
 གྲོ་བཏང་མེད། གསར་གཏོད་གྱི་རིག་རྩལ་དང་ནམ་པར་བཟང་བའི་སྒྲོ་གྲོས་ནམས་ཞེ་
 དགས་གལ་ཆེན་པོ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་མང་གཙོའི་དབྱེད་སྒྲིབ་འཐབ་བྱས་ལྟན་
 པའི་གནས་སྐབས་དེ་མདུན་སྒྲོད་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།
 མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐད་དུ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས་མང་པོ་
 ཡོད་པ་ཤེས་པ་དང་འགོ་འཛུགས་གང་ནས་བྱེད་པའི་ཐག་གཅོད་མི་བྱེད་པའི་སྐབས་
 དེར་མི་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ཆང་མ་དུས་མཉམ་དུ་སྤྱི་བ་གཅིག་ལ་བྱོས་ཞེས་སྒྲོ་བ་སྟོན་
 བྱེད་མིད། དེ་དག་མན་ལྷན་པ་ཡོང་མིད་ཀྱང་དམིགས་བསམ་གྱི་ལས་འགུལ་སྒྲོ་
 བའི་རིགས་ཀྱིས་རྩ་བ་ནས་བྱེད་མི་བྱེད། མ་ཟད་དེ་ལྟ་བུའི་འདོད་ཚུལ་དེས་གང་ནས་
 འགོ་འཛུགས་པ་དང་། ཚེལ་བ་ནམས་གང་དུ་དམིགས་དགོས་ཡིན། མཆའས་ཅན་
 གྱི་མཐུན་ཁྱེན་ནམས་ཇི་ལྟར་སྤྱོད་དགོས་ཡིན་གྱི་ཐད་ལ་ལམ་སྟོན་བྱེད་གྱི་མེད།

སྒྲིབ་པ་དང་སྤྱི་ཁག་གཞན་ཚོས་འཆར་འགོད་འགའ་ཤས་བྱེད་དགོས་པ་མཐོང་
 ཀྱང་། ཁོང་ཚོས་ཕུ་ཐག་བྱང་བྱང་ངམ། འཐབ་རྩལ་གྱི་གཞི་རྩའི་སྒྲོར་དེ་ཁོ་ནར་
 བསམ་སྒོ་གཏོང་བྱེད། ཁོང་ཚོས་ཕུ་ཐག་རིང་བའི་འཆར་འགོད་བྱེད་བྱེད་པ་འཕམ།
 དགོས་ངེས་ཅན་ཡིན་པ་དེ་མི་མཐོང་བ་མིད། ཁོང་ཚོས་སྐབས་རེ་མང་གཙོའི་འགོ་ག་
 སྐལ་གྱི་ཆེད་དུ་གོ་སྐབས་བཟུང་སྟུང་བཞག་སྟེ་ཁ་གཏད་པའི་བྱེད་ལས་ལ་ལ་ལན་སྤྱོད་
 པ་དང་། ཡང་ནས་ཡང་དུ་རང་ཉིད་གནད་དོན་ཆུང་ཆུག་གི་རིགས་ལ་མགོ་འཁོར་
 དུ་བཅུག་ནས་འཐབ་བྱས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་དབྱེད་ཞིབ་དང་བསམ་སྒོ་གཏོང་མི་བྱེད་པ་ཡོང་།

མྱེད། ལུ་ཐག་ཐུང་བའི་ལས་འགུལ་ཁག་ལ་རྒྱས་པ་ཏེ་ཅང་ཤུགས་ཆེ་གཏོང་བའི་རྒྱུན་
 གྱིས་འགོ་བྱིད་འདི་ཚོས་དམིགས་ཡུལ་དེར་རྒྱུན་སྲིངས་ཏེ་སླེབས་པར་ཐུགས་
 ཡོངས་ཀྱི་འབད་ཚོལ་ལ་ལས་སྟོན་བྱེད་ཐུབ་པའི་གདམ་ཁ་དུ་མ་ལྷན་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་
 ཁ་ཐུགས་འཛོལ་ཞིབ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད།

མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བའི་ལས་འགུལ་འགའ་ཤས་ཀྱིས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་
 ལས་ལུགས་འཆམ་ལ་འབེབས་པར་བྱུང་བའི་འཐབ་བྱུས་ཀྱི་འཆར་གཞི་མེད་པར་
 དེའི་ཆབ་དུ་རྒྱ་མཚན་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་ཆ་དགོས་ཐུག་གི་དོན་གནད་ཁག་ཁོ་ན་
 ལ་དམིགས་ཏེ་སྲོད་པ་ཡང་ཡོང་སྲིད། ཁོང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་ནད་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་
 འབད་ཚོལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལས་ལུགས་དེ་ཅ་མེད་བཟོ་བྱུང་བའི་
 ཡིད་ཆེས་དངོས་འབྲེལ་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེས་ན་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་པའི་འཆར་འགོད་དེ་
 དོན་ཕན་མེད་པའི་བྱ་བ་འཕམ། དུས་ཚོད་དེ་རོལ་ཉམས་ལྷན་པའི་སྟོན་ནས་འཕྲོ་བརྒྱག་
 བཏང་བ་ཞིག་ལ་དོས་འདྲིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཏན་འཇགས་གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱི་སྲིད་
 དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལས་ལུགས་ཀྱི་ཐད་དུ་རང་དབང་གི་ཕྱིར་འཐབ་ཚོད་བྱེད་བཞིན་པའི་
 མང་ཚོགས་དེ་ཤུགས་ཆེ་བའི་བྲག་དམག་དང་ཉེན་རྟོག་པའི་དབང་ཤུགས་དང་གཏོང་
 ཐུག་ཡང་ཡང་བྱེད་པར་བརྟེན་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ཚོས་རང་ཉིད་ག་རེ་འདོད་པ་
 དེ་འགྲུབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཕྱིའི་མཐོང་སྣང་ཞིག་སྒྲེ་བ་ཡིན། དངོས་འབྲེལ་གྱི་རེ་བ་
 བརྒྱག་ཞེ་མི་མང་འདི་ཚོས་རང་གི་ལ་རྒྱ་དང་། གཅིག་བྱས་ན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཆེད་དུ་
 སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལས་ལུགས་དེ་ལ་དགག་བྱ་བྱེད། ཁོང་ཚོས་ནམ་ཡང་ཁས་

ལེན་མི་བྱེད་པའམ། ཡང་ན། རོས་འཛིན་གསལ་པོ་མ་ཐུབ་པ་བཅས་གང་སྟར་ཡང་
ཁོང་ཚོའི་ལས་འགུལ་ནམས་ཁོང་ཚོ་རང་ཉིད་ལ་རེ་བ་བྲལ་བ་སྟབས་སྤང་བ་ཡིན།
དེས་ན། ཁོང་ཚོར་སྟེན་ཐག་རིང་ལ་བྱུང་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་སྟན་པའི་འཆར་འགོད་
དེར་དགེ་མཚན་མེད།

འཐབ་བྱས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འཆར་གཞི་འདིར་མ་ཐུབ་པའི་འབྲས་བུ་ནི་
རང་གི་སྟོབས་ལྷགས་ཉམས་དམས་སུ་ཕྱིན་པ་དང་། བྱ་བར་རྒྱས་པ་མེད་པ། དོན་
གནད་ཅུང་ཅག་གི་ཐོག་དུ་རྒྱས་པ་ཆུད་ཐོས་སུ་ཁོང་བ། ཁེ་ཕན་གྱི་རིགས་བེད་སྤྱོད་
མ་ཐུབ་པ། རང་སྟོབས་སྟོང་གཏོང་དོན་མེད་དུ་ཁོང་བ་བཅས་སྟོན་ཆ་ཆེན་པོ་ཡིན།
གལ་ཏེ་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་ཚོས་འཐབ་བྱས་དང་འབྲེལ་བའི་འཆར་གཞི་མ་
བཞོད་ན་ཁོང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་བསྐྱབ་པར་ལམ་སྟོངས་མི་ཡོང་བ་
ངེས། འཆར་འགོད་སྟོལ་ཆ་མི་སྟོམས་པའི་ལས་འགུལ་འདྲེས་མའི་རིགས་ཀྱིས་
ལྷགས་ཆེ་བའི་འགོག་ཁྲོལ་གྱི་རྒྱས་པ་ཞིག་མཁུན་སྟོད་བྱེད་པར་རམ་འདེགས་བྱེད་མི་
ཐུབ། དེའི་ཆབ་དུ་མྱེད་དབང་སླེར་འཛིན་པའི་སྤངས་འཛིན་དང་དབང་ཆ་ལྷགས་ཆེར་
གཏོང་བའི་གོ་སྐབས་སྟོད་ངེས།

སྟབས་ཉེས་པ་ཞིག་ལ་བཅིངས་གྲོལ་གྱི་དོན་དུ་བྱུང་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་འཆར་
གཞི་བཅོས་མེད་པའམ། ཡོད་ཀྱང་དགོན་པས་མྱེད་དབང་སླེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་
ཚོ་རང་ཉིད་དངོས་སུ་གནས་པའི་དུས་ལུན་ལས་ཀྱང་རིང་བ་གནས་པ་མཛོན་གྱི་ཡོད།

ཁོང་ཚོ་དགོས་པ་ལས་སྒོལ་སྒྲིལ་གངས་མང་པོ་ལམ། བཅུ་ཕྱག་ལག་ལ་ཡི་བར་དུ་
འཆོ་གི་ཡོད།

འཐབ་བྱས་ལྷན་པའི་འཆར་འགོད་ནང་གི་ཐ་སྙད་གལ་ཆེ་བཞི།

ང་ཚོར་འཐབ་བྱས་ལྷན་པའི་བསམ་སྒྲུབ་གཏོང་བར་རོགས་བྱེད་པ་ལ་གཞི་རྩའི་ཐ་སྙད་
བཞིའི་གོ་དོན་ཐོག་ལ་གསལ་ཁ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

གཞི་རྩ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ནི་འཐབ་ཚུད་ཅིག་གི་ནང་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་
ཡུལ་སྒྲུབ་ཐབས་བྱེད་པའི་སྒྲེཁག་ཅིག་གི་དཔལ་འབྱོར་དང་། འགོ་བ་མི། བཟང་
སྟོན། མི་དེོན། རྒྱིག་འདུགས་སོགས་ཀྱི་ཐོབ་རུང་དང་འོས་ཤིང་མཆམས་པའི་
མཐུན་ཆེན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བེད་སྟོན་ལ་འབྲེལ་མཐུད་དང་ཁ་བསྐྱར་བྱེད་པར་གོགས་
བྱེད་པའི་རྟོག་འཆར་དེ་རེད།

གཞི་རྩ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱིས་འཐབ་ཚུད་ནང་གི་སྒྲེཁག་དེའི་དམིགས་ཡུལ་
དང་མཐུན་ཆེན་གྱི་ཐོག་དུ་རྩ་བའི་དོ་སྣང་བྱས་ཏེ་འཐབ་ཚུད་དེའི་ནང་དུ་སྟོལ་རྒྱུ་གྱི་
དཔག་འཐབ་བཅུ། ཡང་ན། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚུད་རྩ་བུ་གང་འོས་ཤིང་
མཆམས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཐབས་ཚུལ་བཀོལ་སྟོན་གྱི་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཞི་
རྩ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཞིག་འཆར་འགོད་བྱེད་སྐབས་འགོག་ཁྱོལ་གྱི་འགོ་ཁྲིད་ཆོས་
ཁ་གཏད་པ་དེའི་ཐོག་དུ་གཞོན་ཤུགས་དང་ཤུགས་རྒྱུན་གང་དང་གང་སྟོན་དགོས་མིན་
གྱི་ཐད་ལ་དབྱེད་ཞིབ་དང་འཆར་འགོད་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས། གཞན་ཡང་གཞི་

རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་ནང་དུ་འགོ་འདྲུགས་དང་དེའི་རྗེས་ཀྱི་འགོག་སྐོལ་ལས་
འགྲུལ་ནམས་གཏུག་སྤེལ་དགོས་མིན་གྱི་འོས་ཤིང་མཆོམས་པའི་དུས་ཚོད་དང་
གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐག་གཅོད་ཁག་བསྟུས་ཡོད།

གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱིས་འཐབ་ཚོད་བྱེད་པར་མཆོམས་ཅན་གྱི་འཐབ་བྱས་
མང་པོའི་གདམ་ཁ་བྱེད་རྒྱར་གཞི་ཅའི་སྒྲོམ་གཞི་བཟོ་གི་ཡོད། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་
འཐབ་བྱས་ཀྱིས་སྤྲེལ་བྱས་བྱེད་བྲག་པ་ལ་སྦྱར་བཏང་གི་ལས་བསྐྱོས་དང་། འཐབ་ཚོད་
ཀྱི་ནང་དུ་ཤེད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱའི་མཐུན་ཤིང་གྱི་བགོ་འབྲེམས་ཡང་ཐག་གཅོད་བྱེད་གྱི་
ཡོད།

འཐབ་བྱས་ནི་བདམས་ཟེན་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱོན་གྱི་ནང་དུ་
བགོ་ལ་སྤྱོད་བྱེད་པར་འཐབ་ཚོད་ནང་གི་དམིགས་ལུལ་བྱེད་བྲག་པ་ཞིག་དེ་ལྟར་ལེགས་
ཤོས་སྦྱབ་པར་ལྟ་བུའི་རྟོག་འཆར་དེ་ཡིན། འཐབ་བྱས་ནི་དམིགས་ལུལ་གང་རུང་
ཞིག་ལ་འཐབ་ཚོད་བྱེད་སྐབས་ཕན་ཚུབས་ལུགས་ཆེ་ཤོས་དེ་ལྟར་ཡོང་མིན་དང་། དེ་
བཞིན་འཐབ་འཛིངས་དེ་ལྟར་བྱེད་དང་། གཏུག་བྱེད། བྱེད་རུང་མི་རུང་བཅས་དང་
འབྲེལ་བ་ཡོད། འཐབ་བྱས་ནི་སྦྱོ་རྩལ་མཁན་གྱི་རྟོག་འཆར་དང་འབྲེལ་འཐབ་བྱས་
ལུན་པའི་འཆར་གཞི་ནི་ཁང་བཟོ་འཆར་འགོད་པའི་པར་གཞི་སྤྲོན་པོ་དེ་རེད།¹²

འཐབ་བྱས་ཀྱི་ནང་དུ་ཁ་གཏད་པས་གལ་ཏེ་འཐབ་ཚོད་དངོས་སུ་བྱུང་ན་རང་
ཕྱོགས་ཡམས་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་དེ་བས་འཐབ་ཚོད་དངོས་མེད་པར་མགོ་སྦྱར་ན་ལེགས་

12 Robert Helvey, personal communication, 15 August 1993.

པའི་གནས་སྐྱེས་སྤྱི་མཉམ་ཤེས་བྱུང་པའི་ཁེ་ཕན་ཅན་གྱི་འཐབ་བྱུས་ལྷན་པའི་གནས་
 སྐྱེས་བརྒྱན་པའི་འབད་ཚོལ་ཡང་ཚུད་ཡོད། དེ་མིན་ན། འཐབ་བྱུས་ལྷན་པའི་
 གནས་སྐྱེས་ཡར་རྒྱས་ཅན་དེས་འཐབ་ཚོད་གྱི་ནང་དུ་འབྲན་ཚོད་པ་ཆོའི་ལམ་
 རྒྱུངས་དེས་ཅན་བཟོ་གི་ཡོད། འཐབ་བྱུས་ནི་ལམ་རྒྱུངས་བྱུང་ན་དེ་དག་གི་བེད་སྤྱོད་
 ཡང་དག་པར་རི་ལྟར་གཏོང་བའི་བྱེད་ལས་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་ཡོད།

གལ་ཏེ་འཐབ་ཚོད་གྱི་རིམ་པ་ཉིད་ལ་སྦྱར་ན། འཐབ་བྱུས་གྱི་འཆར་གཞི་ནི་
 ལས་འགྲུལ་ཞིག་རི་ལྟར་སྤེལ་བ་དང་། དེའི་དམིགས་ཡུལ་བརྒྱབ་པ་ལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་
 ཆའི་ཡན་ལག་སོ་སོ་བ་ནམས་གཅིག་དུ་བསྒྲིག་སྟེ་ཁེ་ཕན་ཆེ་ཤོས་རི་ལྟར་བརྒྱན་བྱུང་
 མིན་ལྟའི་གཞི་ཅའི་བསམ་སྟོན་ཡིན། དེ་ནི་ལས་འགྲུལ་ཚུར་ཚུར་གི་ནང་དུ་ལས་
 འགྲུལ་པའི་སྡེ་ཁག་བྱེད་བྲག་པ་ཞིག་རིག་ཚལ་ལྷན་པའི་སྡོད་མཁའ་སྤྱོད་བྱེད་པ་
 དང་འབྲེལ་བ་ཡོད། འཐབ་བྱུས་བཟང་པོ་ཞིག་འཆར་འགོད་བྱེད་པ་ལ་འཐབ་ཚོད་གྱི་
 ཐབས་ཚུལ་བདམས་པའི་བཀོལ་སྤྱོད་གྱི་ནང་དེར་ལམ་རྒྱུངས་ཡོང་བར་དགོས་མཁོ་
 རི་ཡོད་ཀྱི་བསམ་སྟོན་དེས་པར་དུ་ཚུད་དགོས། ཐབས་ཚུལ་འདྲ་མིན་ལ་དགོས་མཁོ་
 འདྲ་མིན་ཡོད། དགོས་མཁོ་སྦྱབ་པ་གཅིག་ཕུས་ལམ་རྒྱུངས་ཡོང་གི་མེད་པ་ཨ་ཅང་
 ཅང་། ཆ་རྒྱུན་སྡོད་མའི་དགོས་པ་ཡང་ཡོང་སྟེ།

འཐབ་བྱུས་འདིར་བའི་སྐབས་སུ་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་ཆོས་རང་གི་དམིགས་
 ཡུལ་ལ་འབྲེལ་བའདྲ་གསལ་པོ་དགོས་པ་དང་། དམིགས་ཡུལ་དེ་དག་བརྒྱབ་པའི་
 འབད་ཚོལ་གྱི་རྣམ་པ་དེ་རི་ལྟར་ཆད་འདུལ་རྒྱུའི་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས། འབྲེལ་

བཤད་དང་དབྱུང་ཞིབ་འདིས་འཐབ་བྱས་པ་ཚོར་གདམ་ཁ་བྱས་པའི་དམིགས་ལུལ་རེ་
རེ་བསྐྱབ་པར་གནད་དུ་འཁེལ་བའི་དགོས་མཁོ་ཇི་ཡོད་དོས་འདྲིན་བྱེད་པར་ཐོགས་
བྱེད་གྱི་ཡོད། གསལ་ཆ་དང་འབྲེལ་བཤད་གྱི་དགོས་པ་འདི་འཐབ་རྩལ་གྱི་འཆར་
འགོད་ལའང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

འཐབ་རྩལ་དང་བྱེད་ལས་གྱི་ཐབས་ལམ་ནི་འཐབ་བྱས་ལག་བརྟར་བྱེད་པར་ཤེད་
སྒྲིབ་བྱེད་གྱི་ཡོད། འཐབ་རྩལ་ནི་མཚམས་ཅན་གྱི་གནས་སྐྱངས་ཞིག་གི་ནང་ཁེ་ཕན་
ཆེ་ཤོས་ཡོང་བར་རང་གི་དབྱེད་སྒྲིབ་ཤིང་ཤེད་སྒྲིབ་རིག་རྩལ་ལྟ་བུའི་སྒྲོ་ནས་བཏང་བ་
དང་འབྲེལ་བ་ཡོད། འཐབ་རྩལ་ནི་དམ་བསྐྱབས་ཅན་གྱི་དམིགས་ལུལ་ཞིག་བསྐྱབ་
པར་བཀོལ་སྒྲིབ་བྱས་པའི་མཚམས་ཅན་གྱི་བྱེད་ལས་ཞིག་ཡིན། འཐབ་རྩལ་གྱི་
གདམ་ཁ་ནི་དམ་བསྐྱབས་ཅན་གྱི་འཐབ་ཚོད་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་འཐབ་བྱས་ལག་
བརྟར་བྱེད་པ་ལ་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་པའི་འཐབ་འདྲིང་གི་ཐབས་ལམ་ཇི་ཡོད་ཤེས་སྒྲིབ་
ལེགས་ཤོས་ཇི་ལྟར་གཏོང་མིན་གྱི་བསམ་པའི་ཁྲུང་སོ་དེས་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ཡིན།
རྒྱས་པ་ཆེ་ཤོས་ཡོང་བ་ལ་འཐབ་རྩལ་དང་ཐབས་ལམ་ནམས་འཐབ་བྱས་ལྟ་བུའི་
དམིགས་ལུལ་བསྐྱབ་པ་ལ་རྒྱན་སྒྲིངས་པའི་དོ་སྣང་གི་སྒྲོ་ནས་འདེམས་པ་དང་བཀོལ་
སྒྲིབ་བྱེད་དགོས། འཐབ་བྱས་ལྟ་བུའི་དམིགས་ལུལ་བསྐྱབ་པ་ལ་རྒྱས་པ་མི་སྟེར་
བའི་འཐབ་རྩལ་གྱི་ཁེ་ཕན་ནམས་མཐའ་མ་དེར་རྒྱས་པ་སྟོང་ཟད་དུ་སྒྲིན་པ་ཡོང་གི་ཡིན།

དེས་ན་འཐབ་རྩལ་ཡང་ཇི་ལྟར་འཐབ་བྱས་ཞིག་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་གྱི་
ནང་དུ་ཚུད་པ་བཞིན། ཁྲབ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་གྱི་ནང་དུ་ཚུད་པའི་བྱེད་ལས་གྱི་

འཕེལ་རིམ་མཆམས་ཅན་ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད། འཐབ་ཅུལ་ནི་དྲག་ཏུ་འཐབ་
འཛིངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ལ་འཐབ་བྱས་ཀྱི་ནང་དུ་ཁྱོད་ཡོངས་ནས་བསམ་གཞིག་
དགོས་པའི་ཆ་ནམས་ཚུད་ཡོད། འཐབ་ཅུལ་གྱི་བྲག་པ་ཞིག་ནི་ལས་འགུལ་ཞིག་
གས་དམག་འཐབ་ཅིག་གི་ཡོངས་ཁྲབ་འཐབ་བྱས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལྷ་བྱར་གོ་བྱབ་པ་
ཡིན། འཐབ་ཅུལ་ནམས་ནི་འཐབ་བྱས་དང་མི་འབྲ་བར་དུས་ཡུན་བྱང་དུ་འཕ། ཡང་
ན། སྒྲིག་འཇུགས་དང་ས་ཁམས་ལ་སོགས་པའི་ས་ཁྱོད་ཚུང་དུ། ཡང་ན། མི་
མང་གི་གངས་མཆམས་ཅན་ཞིག་གིས་སམ། ཡང་ན། དམིགས་ཡུལ་མཆམས་
ཅན་གྱི་ཆེད་དུ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཡིན། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ནང་དུ་
འཐབ་ཅུལ་གྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་འཐབ་བྱས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དབར་གྱི་ཁྲད་པར་དེ་
གདམ་ཁ་བྱས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དེ་ཆེ་ཆུང་དེ་ཡིན་གྱིས་རོབ་ཅས་
བརྩན་ཡོད།

པར་ཁོལ་འཐབ་ཅུལ་ལྷན་པའི་བྱེད་སྒོ་ནི་འཐབ་བྱས་ལྷན་པའི་དམིགས་ཡུལ་
བརྒྱབ་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་དུ་འདེམས་ཀྱི་ཡོད། འཐབ་ཅུལ་ལྷན་པའི་བྱེད་སྒོ་ནམས་ཁ་
གཏད་ཅིག་གི་ཐད་དུ་འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་ཐག་གཅོད་ལྷན་པའི་ཁོལ་བ་བྱེད་པར་ཁེ་སན་
ཅན་གྱི་གནས་སྤངས་བརྒྱན་པའི་ལག་ཆ་ཡིན། དེས་ན་འཐབ་ཅུལ་ཅན་གྱི་བྱེད་སྒོ་
ལག་བརྩར་དང་འཆར་གཞི་འདིར་བའི་འགན་ཁུར་སྤྱད་པ་ཆོ་དེར་མཁོ་བའི་ཆེས་
འོས་པའི་ཐབས་ལམ་གྱི་གདམ་ཁ་དང་། གནས་སྤངས་དབྱེད་ཞིབ་ཀྱི་ཐད་ལ་རིག་
ཅུལ་ལྷན་པ་དགོས་སྤྱད་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ལས་འགུལ་གྱི་ནང་དུ་ཞུགས་རེ་

ཡོད་པ་ཚོ་བདམས་ཟིན་པའི་ཐབས་ཚུལ་དང་ཐབས་ལམ་གྱི་བྲག་པའི་ཐེད་སྒྲིད་ལ་
སྒྲིང་བདར་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས།

ཐབས་ལམ་ནི་གོ་མཚན་གྱི་བྲག་པའམ། བྱེད་ལས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལ་གོ་བ་ཡིན།
འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚྭ་དྲུག་གི་ཐབས་ཚུལ་ནང་དུ་དྲི་ལྷར་ལེའུ་ལྷ་པར་ལྷང་འདྲན་
བྱས་པ་བཞིན་ལས་མཚམས་འདྲེན་པའི་ངོ་སྤྲོད་སྒྲ་ཚོགས་དང་། ཕྱིར་སྤྲོད་ མེད་
དོན་གྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ནམ་པ་བྱེ་བྲག་པ་དུ་མ་
བསྐྱས་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱར་རྒྱན་ནང་དུ་འང་གཟེགས།

འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚྭ་དྲུག་གི་ཆེད་དུ་རྒྱས་པ་དང་འགན་ཁུར་ལྷན་པའི་
འཐབ་བྱས་ཀྱི་འཆར་གཞི་བཟོ་རྒྱུ་དེ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་པའི་འཐབ་བྱས་དང་། འཐབ་བྱས།
འཐབ་ཚུལ། ཐབས་ལམ་བཅས་ལ་དོ་སྤྲོད་ཆེན་པོའི་གདམ་ཁ་དང་བཟོ་སྐྱོན་བྱེད་པ་
དེར་རྒྱ་ལས་ཡོད།

བཤོ་སྐྱོང་འདྲིའི་ནང་གི་བསྐྱབ་བྱ་གཙོ་བོ་ནི་མྱེད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་
པ་ཞིག་ནས་བཅོངས་གྲོལ་ཐོབ་རྒྱུར་དོ་ནན་པའི་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་ཀྱི་ནང་དུ་
ཆེས་སྒྲོར་བྱས་པ་བརྒྱད་རང་གི་ནམ་དཔྱད་ཐེད་སྒྲིད་གཏོང་རྒྱུ་དེ་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཆ་
ཞིག་ཡིན་པ་བརྟན། ནམ་དཔྱད་ལྷན་པའི་སྒོ་ནས་འཆར་གཞི་བཏོད་མ་བྱུང་ན་རྒྱུན་
རན་གྱི་སྒྲ་འདྲན་བྱེད་ལ། གཞན་དུ་རང་གི་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཕན་རྒྱས་ལྷན་པའི་
སྒོ་ནས་ཐེད་སྒྲིད་བཏང་བ་དེས་སྤྱི་ཚོགས་དེ་རང་དབང་དང་མང་གཙོའི་དམིགས་

ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འཁྲིད་པར་རང་ལ་ཡོད་པའི་མཐུན་ཆེན་བཞོལ་སྟོད་མཁས་པའི་
 ཐོག་ནས་བྱེད་པའི་འཐབ་བྱས་ལྡན་པའི་ཁ་ཕྱོགས་ཞིག་བསྐྱུན་བྱབ།

བདུན་པ།

འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད།

ལམ་སྟོངས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཤུགས་ཆེར་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་འགོག་ཤོལ་གྱི་འགོ་བྱིང་
ཚོས་སྤྲུག་བསྐྱལ་སྟེང་བཞིན་པའི་མང་ཚོགས་དེ་རྒྱས་སྟོབས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།
སྤིང་དབང་སྐར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེ་སྟོ་ཞན་དུ་བཟོས་ཏེ་དེ་ནས་གཏོར་བཞིགས་
གཏོང་བ། ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་བཟོ་རྒྱ་བཅས་ཁྲབ་ཆེ་
བའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཞིག་བཟོ་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་འཆར་གཞི་
ཞིག་སྒྲུབ་པ་ལ་རྒྱས་པ་ལྡན་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གདམ་ཁ་དང་། གནས་སྐངས་
ལ་དོ་སྣང་ལྡན་པའི་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ཞིབ་ཚགས་པའི་དབྱེད་
ཞིབ་ཅིག་ནས་རང་དབང་སྒྲུབ་པའི་ཆེད་དུ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་དང་ལས་
འགུལ་བྱེ་བྲག་པའི་འཐབ་བྱས་གནིས་ཀ་བཟོ་བྱུང་པ་ཡིན། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་
བྱས་དང་ལས་འགུལ་གྱི་འཐབ་བྱས་བཟོ་བ་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་དེ་རིམ་གནིས་ཐ་
དད་ཡིན། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་བཟོ་ཆར་བའི་རྗེས་སུ་གཞི་ནས་བྱེ་བྲག་ལས་
འགུལ་གྱི་འཐབ་བྱས་དེ་ཆ་ཆར་བ་བཟོ་བྱུང། ལས་འགུལ་གྱི་འཐབ་བྱས་ནམས་གཞི་
རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་བསྒྲུབ་པ་དང་ཤུགས་སྟོན་རྒྱག་ཕྱིར་བྱས་
འགོད་བྱེད་དགོས།

འགོག་ཚེ་ལྷི་འཐབ་བྱས་བཟོ་བ་ལ་ལས་ཀ་དང་ནི་བ་མང་པོར་དོ་སྣང་སྒྲིད་
 དགོས། འདི་གར་ང་ཚོས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་རིམ་པ་དང་ལས་འགུལ་
 འཐབ་བྱས་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་ཀར་མཚོ་བསམ་གཏོང་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་གལ་ཆེ་
 འགའ་ཤས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་འཐབ་བྱས་ལྡན་པའི་འཆར་འགོད་
 ཚང་མའི་ནང་དུ་འགོག་ཚེ་ལྷི་འཆར་འགོད་པ་ཚོར་དངོས་ཁམས་དང་། ལོ་རྒྱུས།
 སྤྱིད་གཞུང་། དམག་དོན། རིག་གཞུང་། སྤྱི་ཚོགས། སྤྱིད་དོན། སེམས་
 ཁམས། དཔལ་འབྱོར། རྒྱལ་སྤྱི་བཅས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ལ་དོ་སྣང་སྒྲིད་དགོས་པ་ཐེ་བའི་
 འཐབ་ཚོད་ཀྱི་གནས་སྡངས་ཡོངས་ཚོགས་ལ་གོ་དོན་གསལ་གཏོང་ཟབ་ཀྱི་དགོས་མཁོ་
 ཡོད། འཐབ་བྱས་ནམས་ནི་འཐབ་ཚོད་བྱེ་བྲག་པ་དང་དེའི་རྒྱབ་སྐྱོངས་ཀྱི་གནས་བབ་
 ལ་གཞིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་བཟོ་བྱུང་པ་ཁོ་ན་ཡིན། གཞི་རྒྱའི་གལ་གནད་དེ་མང་གཙོ་
 དོན་གཉིས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་དང་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་པ་ཚོས་ཚུ་དོན་ཀྱི་གལ་གནད་
 དང་དམིགས་ཡུལ་ལ་ཞིབ་དཔྱད་བྱ་དགོས་པ་དེ་ཡིན། དཔེར་ན། དམིགས་ཡུལ་
 འདི་དག་གི་དོན་དུ་འཐབ་ཚོད་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱེད་རིན་འདུག་གས། གལ་ཏེ་ཡོད་ན་ཇི་
 ལྟར་རམ། ལྟ་བུ། འཐབ་ཚོད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དངོས་དེ་ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱ་ནི་ཅི་ན་
 དུ་གནད་ཆེ། སྤྱིད་དབང་སྐྱར་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་གི་ལས་འབེབས་རྒྱུ་ལ། ད་
 ཡོད་སྤྱིད་དབང་སྐྱར་འཛིན་པ་ཚོ་སྤྱིར་དབྱུང་བྱེད་རྒྱ་ཅམ་གྱིས་འགྲིགས་ཀྱི་མེད་པ་དེ་
 ང་ཚོས་འདིར་གསལ་ལྟན་བྱས་ཡོད། འཐབ་ཚོད་འདི་དག་ནང་གི་དམིགས་ཡུལ་
 དེ་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཅན་ཀྱི་སྤྱིད་གཞུང་ཞིག་ཡོད་པའི་རང་དབང་གི་སྤྱི་ཚོགས་

ཞིག་གི་འདུགས་སྐྱུན་བྱེད་སྐྱེད་ཡིན་དགོས། རོན་གནད་འདིའི་ཐོག་ལ་གསལ་ཁ་
དེས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་དང་དེའི་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་བྱེད་བྱ་འཐབ་བྱས་བཙོ་
སྐྱེད་ཐད་ལ་ལུགས་སྐྱུན་ཐེབས་གྱི་རེད།

དམིགས་བསལ་གྱིས་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་པ་ཚོས་གཤམ་གསལ་གཞི་རྒྱའི་
འི་བ་མང་པོ་འདི་ཚོར་ལན་འདེབས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

- རང་དབང་སྐྱུང་བ་པ་ལ་འགལ་སྐྱུན་གཙོ་བོ་ག་རེ་འདུག་གཤ།
- ཆ་སྐྱུན་ག་རེས་རང་དབང་སྐྱུང་བའི་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་དམ།
- མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེའི་ནུས་སྣོབས་ལྟེ་བ་ག་རེ་རེད་འདུག་གཤ།
- མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེར་ཞན་ཆ་སྒྲ་ཚོགས་པ་ག་རེ་འདུག་གཤ།
- མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེར་ཡོད་པའི་དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་གྱི་
སྐྱུགས་རྟེན་སྐྱེད་པའི་ཚད་གཞི་ག་ཙམ་འདུག་གཤ།
- སྒྱིར་བཏང་མང་ཚོགས་དང་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་དབྱུང་སྡེའི་ནུས་སྣོབས་
ག་རེ་རེད་འདུག་གཤ།
- མང་གཙོ་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་དབྱུང་སྡེའི་ཞན་ཆ་ག་རེ་འདུག་གཤ། དེ་དག་
ལེགས་བཅས་ཇི་ལྟར་བྱེད་བྱུང་བཤ།
- གང་ཞིག་གིས་མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེའམ། ཡང་ན། མང་
གཙོ་དོན་གཉེར་གྱི་ལས་འགུལ་ལ་རོགས་སྐྱོར་བྱེད་བཞིན་པའམ། བྱེད་མིད་པ་

གང་ཞིག་ལ་ཐད་ཀར་འཐབ་ཚད་གི་ནང་དུ་མེད་པའི་སྡེ་ཚན་ཕུང་གསུམ་པའི་
གནས་བབ་ག་རེ་ཡིན་དང་། རོགས་སྐྱོར་རྩི་ལྟར་བྱེད་དམ།

ཐབས་ལམ་གྱི་གདམ་ཁ།

གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་གི་རིམ་པའི་ནང་དུ་འཆར་འགོད་པ་ཆོས་འབྱུང་ངེས་པའི་
འཐབ་ཚད་གི་ནང་དུ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་སྐྱའི་འཐབ་ཚད་གི་ཐབས་ལམ་ལྟེ་བ་ནམས་
འདེམས་དགོས། དཔེར་ན། སློལ་རྒྱན་གྱི་དྲག་པོའི་དམག་འཐབ་དང་། འཇབ་
དམག་ སྤྱད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ལྟ་བ། དེ་མིན་གཞན་ཁག་ལྟ་བུའི་
འཐབ་ཚད་གི་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་ཐབས་ཚུལ་དུ་མའི་དགེ་མཚན་དང་སྐྱོན་ཆ་ནམས་ལ་
སྦྱི་ཡང་འཇལ་དགོས་པ་ཡིན།

འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་གདམ་ཁ་འདི་བྱེད་དུས་གཤམ་གསལ་གྱི་བྱི་བ་འདི་དག་ལ་
བསམ་སྒྲོ་ངེས་པར་གཏོང་དགོས། གདམ་ཁ་བྱས་པའི་འཐབ་ཚད་གི་རིགས་དེ་མང་
གཙོ་དོན་གཉིས་པའི་རྩས་པས་སྒྲོགས་པ་འདུག་གམ། གདམ་ཁ་བྱས་པའི་ཐབས་
ཚུལ་དེས་དབང་འོག་ཚུད་པའི་མང་ཚོགས་གྱི་རྩས་ལྷགས་ཐེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་འདུག་
གམ། ཐབས་ཚུལ་འདིས་སྤྱད་དབང་སྐར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་དེའི་ཞན་ཆ་ནམས་
འཐེན་དུ་བྱེད་གྱི་འདུག་གམ། ཡང་ན། དེའི་སྒྲོབས་ལྷགས་ཆེ་ཤོས་ཡོད་པའི་གནད་
དུ་འཕེན་གྱི་འདུག་གམ། ཐབས་ལམ་དེ་དག་གིས་མང་གཙོ་དོན་གཉིས་བ་ཆོ་རང་
གིས་རང་ལ་སྒྲོ་གཏད་ཆེ་རུ་ཡོང་བར་ཕན་ཐོགས་བྱེད་གྱི་འདུག་གམ། ཡང་ན། དེ་

དག་གིས་སྒྲེ་ཚན་ཡུང་གསུམ་པ་དང་ཕྱིའི་མཁོ་སྤྱོད་པར་བརྟེན་དགོས་པ་བཟོ་གི་
 འདུག་གས། མིང་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་འཆམ་ལ་འབེབས་པར་གདམ་
 ཁ་བྱས་པའི་ཐབས་ལམ་གྱི་ཐེད་སྤྱོད་དེའི་ལོ་རྒྱུས་རི་འབྲ་འདུག་གས། དེ་དག་གིས་
 འཐབ་ཚུད་གྱི་ནང་དུ་ཡོང་ངེས་པའི་སྒོ་གསྐྱོན་དང་གཏོར་མཁོ་གས་ཆེ་རུ་འཕམ། ཡང་
 བ། རྒྱུ་གཏོར་གི་འདུག་གས། མིང་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་མེད་པ་
 བཟོ་བར་ལམ་སྒྲོངས་བྱུང་བའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་། འཐབ་ཚུད་དེ་ནས་བྱུང་བའི་
 མིང་གཞུང་གི་རིགས་དེའི་སྤྱི་དབང་ཁ་བྱས་པའི་ཐབས་ལམ་དག་གི་རྒྱས་པ་ག་
 རི་ཡོང་ངམ། བཟོ་ཆར་བའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་གྱི་ནང་དུ་ཕན་ལས་གཞོད་ཆེ་
 བར་ངོས་བཟུང་བའི་བྱེད་ལས་གྱི་རིགས་ནམས་ཕྱིར་འདོན་བྱེད་དགོས།

ང་ཚོས་ལེའུ་གོང་མ་ནམས་གྱི་ནང་དུ་མིང་དོན་གྱི་བཀའ་བཙི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་
 དེས་འཐབ་ཚུད་གྱི་ཐབས་ཚུལ་གཞན་དང་བསྐྱར་ན་གལ་གནད་ཆེ་བའི་ཁི་ཕན་སྤྱོད་གྱི་
 ཡོད་པའི་འབྲེལ་བཤད་བྱས་ཡོད། འཐབ་བྱས་པ་ཚོས་རང་གི་འཐབ་ཚུད་གྱི་གནས་
 སྤངས་བྱེ་བྲག་པ་དེར་བཏག་དབྱེད་བྱས་ཏེ་མིང་དོན་གྱི་བཀའ་བཙི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་
 དེས་གོང་གསལ་བྱི་བ་ནམས་ལ་ངེས་གཏན་གྱི་ལན་འདེབས་སྒྲེར་གྱི་ཡོད་མིན་གྱི་
 ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཆེད་དུ་འཆར་གཞི་འགོད་པ།

སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་གི་ཐད་དུ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་
དམིགས་ཡུལ་དེ། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་དེ་འཆམ་ལ་འབབས་སུ་ཅམ་མིན་པར།
མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་འཛུགས་སུ་དང་། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་
གསར་པ་ཞིག་ལངས་སུ་དེ་ཡོང་མི་སྲིད་པ་བཟོ་སུ་དེ་བློ་དགོས་པ་ཡིན། དམིགས་
ཡུལ་འདི་དག་སྒྲུབ་པ་ལ་གདམ་ཁ་བྱས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དེས་སྤྱི་ཚོགས་
ནང་དུ་རྒྱས་པ་ལྷན་པའི་དབང་ཆའི་བགོ་འགྲེམས་ཆེས་ལ་འགྱུར་བ་ཞིག་ཡོང་བའི་མཐུན་
འགྱུར་བྱེད་དགོས། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འོག་དུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་
དམངས་སྤྱིག་འཛུགས་དང་། མང་ཚོགས་ནམས་ཆེས་སྒྲོ་ཞན་དང་། སྲིད་གཞུང་དེ་
ཆེས་བྱགས་ཆེ་ཡོང་གི་ཡོད། ཆ་མི་སྟོམས་པའི་གནས་བབ་འདི་ལ་འགྱུར་བ་ཞིག་
མ་བྱུང་བྱིན། གལ་ཏེ་ཁོང་ཚོར་འདོད་པ་ཡོད་ན། དབང་འདྲིན་པའི་སྤྱི་གསར་པ་
དེས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་འདོད་པ་ཡོད་ན་རྩིང་པ་དེ་ནང་བཞིན་གྱི་གདུག་རྩུབ་ཅན་ཡོང་བ་
ཡིན། དེས་ན་རྒྱལ་ཁང་ནང་གི་གསར་བརྗེ་འཕེལ། གཞུང་སྲིད་བཅན་འཕྲོག་དེ་
དག་འབས་འོས་པ་མིན།

དེ་ལྟར་ལེའུ་ལུ་པའི་ནང་དུ་བགོ་སྤྱོད་བྱུང་བ་བཞིན། སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཙུན་
དང་ལེན་མི་ལུ་བ་དེས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེའི་ཐད་དུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
སྤྱི་ཚོང་བརྒྱུད་དེ་རྒྱས་པ་ལྷན་པའི་དབང་ཆའི་བགོ་འགྲེམས་ཆེས་ཆ་སྟོམས་ཞིག་
བཟོ་བར་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལྷན་རིམ་འདི་བྱུང་སྟངས་འདྲ་མིན་ཡོད།

འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་རྣམ་པའི་འཕེལ་རིམ་ནི་མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་
 ལུགས་པ་དེའི་འཆོ་བ་ལྷན་པའི་དྲག་གཞོན་གྱི་རྣམ་པ་དེས་རྒྱ་ཆེ་མང་ཚོགས་ཀྱི་ནང་
 ཏུ་ཞེད་སྤང་དང་དགའ་བ་སྤུང་ཅི་སྒྲུབ་དག་ལས་སྒྲ་པོར་བསྒྲུན་མི་བྱུང་བ་ལ་གོ་བ་
 ཡིན། མང་ཚོགས་ཀྱི་ལག་ཏུ་མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་དེའི་དབང་ཆའི་གཞོན་
 རྒྱལ་མང་ཚོགས་ཀྱི་ལག་ཏུ་འགྲུབ་པའི་ཁ་གཏད་གཙོག་པའི་ཐབས་ལམ་རྣམས་ལྷག་
 པ་ཡོང་བ་ཡིན། གཞན་ཡང་མིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ལྷ་བའི་ལམ་ནས་
 མང་ཚོགས་ཀྱི་རྣམ་པའི་སྒྲུབ་སྒྲོང་བྱས་པ་དེས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རང་དབང་ལྷན་པའི་
 སྤྱི་ག་འཛུགས་ཁག་རྣམས་ལྷག་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་ཡིན། རྣམ་པ་ལྷན་པའི་དབང་ཆའི་
 བཀོལ་སྤྱོད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་དེ་མགོ་གས་པོ་བརྗེད་ཀྱི་མེད།
 འཐབ་ཚོད་ནང་ཏུ་ཐོབ་པའི་གོ་ཉོགས་དང་རིག་རྩལ་དེས་འབྲུང་མིད་པའི་མིད་དབང་
 སྒྲེར་འཛིན་པས་མང་ཚོགས་ལ་ལས་སྒྲ་པོའི་སྒོ་ནས་དབང་སྒྲུར་བྱེད་པ་དེ་རྒྱུད་ཏུ་
 གཏོང་གི་ཡོད། དབང་ཆའི་འབྲེལ་པའི་ནང་གི་འཕོ་སྒྲུར་འདིས་མཐའ་མཐུག་ཏུ་
 རྒྱལ་མང་ཚོགས་ཀྱི་མང་གཙོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་གི་འཛུགས་སྒྲུན་ཡོང་བ་ཏུ་ལམ་ངེས།

ཕྱི་རོགས་སྒྲུར།

གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱུས་ཀྱི་གོ་སྤྱི་ག་གི་ཆ་ཤས་ལྟ་བུར་མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་
 ལུགས་དེ་འཐོར་ཞིག་གཏོང་བ་ལ་ཕྱི་རོགས་ལྷན་པའི་དབང་དང་། ནང་གི་འགོག་ཚོལ་གྱི་
 ལྷོས་བཅས་བྱེད་སྒོ་ག་རེ་ཡིན་མིན་གྱི་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་སྒྱུ་དེ་དེས་པར་ཏུ་དགོས།

དཔུང་ཞིབ་འདིའི་ནང་དུ་ང་ཚོས་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་རྣམ་ཕྱགས་སྟེ་པ་དེ་ལྷང་པ་དེ་ག་རང་
གི་ནང་ནས་སྟེས་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་པ་བཤད་ཡོད། རྒྱལ་སྤྱིའི་རོགས་སྐྱོར་
སྟེབས་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་། ཚད་གཞི་དེར་སྟེབས་ཆེད་ནང་གི་འཐབ་ཚོད་དེས་
སྒྲུལ་རྒྱུན་བྱེད་དགོས།

འོས་མཚམས་ཀྱི་སྐྱོར་རོགས་ལྟ་བུར་སྟིང་དབང་སྟེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེའི་
ཐད་དུ་འགོ་བཙུག་དང་། བཟང་སྟོན། ཚོས་ལུགས་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཛུལ་སྦྲིད་མི་
མང་གི་བསམ་ཚུལ་སྒྲུལ་སྟོང་བྱེད་པའི་འབད་ཚེལ་བྱེད་ཐུབ། སྟིང་དབང་སྟེར་འཛིན་
ལམ་ལུགས་དེའི་ཐད་དུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྒྲིག་འཛུགས་དང་སྟིང་གཞུང་གིས་རྒྱལ་འབྲེལ་
ཐབས་བྱས་དང་། སྟིང་དོན། དཔལ་འབྱོར་བཅས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་ཐོབ་པའི་འབད་ཚེལ་
བྱེད་ཐུབ། འདི་དག་ནི་དཔལ་འབྱོར་དང་དག་པོའི་གོ་མཚོན་གྱི་བཀག་སྡོམ་དང་།
རྒྱལ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་གྱི་ཆད་གཟི་དམའ་ཤུག་ཏོར་བའམ། རྒྱལ་
འབྲེལ་ཐབས་བྱས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གཙོད་པ། དཔལ་འབྱོར་གྱི་རོགས་སྐྱོར་འགོག་པ།
གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་ལྷང་པའི་ནང་དུ་མ་ཙུ་འཛུགས་རྒྱ་བཀག་འགོག་བྱེད་པ། བཙན་
དབང་གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་སྟིང་གཞུང་དེ་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིག་འཛུགས་
ཁག་དང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ལྷ་ཚོགས་ནས་ཕྱིར་འཕུད་བྱེད་པ་བཅས་ནམ་པ་
དུ་མ་ཡོད། གཞན་ཡང་དཔལ་དང་གནས་ཚུལ་འབྲེལ་མཐུད་རྒྱལ་གཉེར་གྱི་མཐུན་
རྒྱུན་ལྟེན་རྒྱལ་སྤྱིའི་རོགས་སྐྱོར་ནམས་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བའི་དཔུང་ཚོགས་ལ་
ཐད་ཀར་སྟོན་ཐུབ་པ་ཡིན།

གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཞིག་བཟོ་བ།

གནས་སྤངས་དང་། ཐབས་ལམ་གྱི་གདམ་ཁ། ཕྱི་རོགས་སྒྲོར་གྱི་བྱེད་སྒྲུའི་ཐག་གཅོད་བཅས་ཀྱི་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་རྗེས་སུ། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་འཆར་འགོད་པ་ཚོས་འཐབ་ཚོད་ཡག་ཤོས་རི་ལྟར་བྱེད་པར་ནག་བྱིས་མཐུག་པོའི་ནང་དུ་རི་མོ་འགོད་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱ་ཆེ་བའི་འཆར་གཞི་འདི་ད་ལྟ་ནས་མ་འོངས་པའི་བཅིངས་གྲོལ་དང་མང་གཅོམ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིག་འཛུགས་ཞིག་བར་དུ་བྱུང་གྱི་རེད། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཞིག་བཟོ་སྐབས་འཆར་འགོད་པ་འདི་དག་གིས་རང་ཉིད་ལ་བྱི་བ་སྒྲུ་ཚོགས་པ་འབྱི་དགོས། དེ་སྔ་ལས་གསལ་ཁ་ཆེ་བའི་གཤམ་གསལ་གྱི་རྒྱ་བའི་རིགས་ཀྱིས་སྤྱད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ལྟ་བུའི་འཐབ་ཚོད་ཅིག་གི་ཆེད་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཞིག་བཟོ་སྐབས་མཁོ་བའི་མནོ་བསམ་གཏོང་སྤངས་གསལ་བ་ཡིན། ལུགས་ཐག་རིང་བའི་འཐབ་ཚོད་དེ་འགོ་འཛུགས་ཡག་ཤོས་རི་ལྟར་བྱེད་དམ། མནར་གཅོད་སྤྱོད་པའི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཐོག་མར་མཆོམས་ཅན་ཞིག་ལས་མེད་ན་ཡང་མྱེད་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེར་འབྲན་ཚོད་བྱེད་པའི་རྩས་ལུགས་དང་རང་གིས་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་འདང་ངེས་བཞིན་བ་སྒྲུན་ཐབས་རི་ལྟར་བྱུང་བམ། ཏུས་ཚོད་དང་ཉམས་སྤྱོད་གི་སྒྲུན་དུ་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་གཉིས་བཅད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་རྩས་པ་ལུགས་ཆེ་རུ་རི་ལྟར་གཏོང་ངམ། མྱེད་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་དེ་འགོག་པ་དང་། སྒྲི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་དུ་མང་།

གཙོ་དོན་གཉིས་པའི་སྒྲིབ་པ་འདི་ན་རྒྱུ་དུ་ཐོབ་ཆེད་དུ་སྤེལ་བའི་རིམ་པ་སྤེལ་བའི་
མཆོམས་ཅན་གྱི་ལས་འགུལ་ཁག་གི་དམིགས་ཡུལ་ནམས་ག་རེ་ཡིན་དགོས་སམ།

རང་དབང་འདུགས་སྒྲིབ་གྱི་འཐབ་ཚད་ནང་དུ་མེད་སྟོང་སྟོང་པ་དང་སྟོང་དབང་
སྟོང་འདི་ན་ལས་ལུགས་ཀྱི་འོག་དུ་འཛོལ་བའི་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྒྲིག་འདུགས་དེ་འདྲ་
འདུག་གམ། སྟོང་དབང་སྟོང་འདི་ན་པའི་སྒྲིབ་པ་འདི་ན་གྱི་འོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
སྒྲིག་འདུགས་ཁག་རྒྱུ་ལེན་བྱུང་བ་ག་རེ་འདུག་གམ། ཡང་ན། སྟོང་དབང་སྟོང་
འདི་ན་ལས་ལུགས་ལྷ་མཆོད་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་འདྲ་། མང་གཙོ་དོན་གཉིས་
བ་ཚོས་རང་གི་དགོས་མཁོ་སྒྲུབ་པ་དང་། མང་གཙོའི་བྱུང་ཚད་བསྒྲིག་པར་སྒྲིག་
འདུགས་གསར་བ་ག་རེ་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་གམ།

འགོག་ཚེལ་དེའི་ནང་དུ་སྒྲིག་འདུགས་ཀྱི་རྣམས་ལུགས་ཅི་ལྟར་བསྒྲིག་བྱུང་བམ།
ཆ་ཤས་ལེན་མཁན་ཚོར་སྟོང་བརྒྱུ་དེ་ལྟར་སྟོང་དམ། འཐབ་ཚད་ཀྱི་རྒྱུ་རིམ་
ཡོངས་སུ་འགྲོན་དུལ་དང་ལག་ཆ་ལ་མོགས་པའི་མཐུན་རྒྱུ་ག་རེ་དགོས་སམ།
རྒྱ་ཆེ་མང་ཚོགས་སྤེལ་སྟོང་བྱེད་པར་ཕན་རུས་ཆེ་ཤོས་ཡོང་བའི་མཆོན་རྟགས་ཀྱི་
རིགས་ག་རེ་ཡོད་དམ།

བང་རིམ་ག་རེའི་ནང་དུ་བྱེད་ལས་ག་འདྲ་ཞིག་གིས་སྟོང་དབང་སྟོང་འདི་ན་པའི་
དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་ནམས་རིམ་པས་སྟོང་དུ་གཏོང་བ་དང་ཅ་གཙོད་བྱུང་གྱི་འདུག་
གམ། ཅི་ལྟར་འགོག་ཚེལ་བྱེད་པའི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་
བའི་ལས་འགུལ་དེར་ལུ་རྒྱུགས་བྱེད་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་དགོས་དེས་ཅན་གྱི་འཛོལ་

སྒྲིབ་པའི་སྒྲིག་ལམ་ཡང་རྒྱན་འབྲེངས་བྱུང་བཤ། རི་ལྷ་རྩུ་ཉེ་སྒྲི་ཚོགས་དེས་
འཐབ་ཚོད་དེའི་འཕེལ་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་རང་ཉིད་ཀྱི་གཞི་རྩའི་དགོས་པ་ཁོ་ནམས་སུ་
མཐུད་སྒྱུབ་བྱུང་བཤ། རི་ལྷ་རྩུ་ཉེ་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་དབྱས་སུ་སྒྲི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་
འཇགས་རྒྱན་འབྲེངས་བྱུང་བཤ། རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ལ་ཉེ་སྐབས་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་གྱི་
འགོ་ག་ཤོལ་དེས་འགྱུར་འགྲོས་དེ་གང་འཇམ་འཇམ་བཟོ་བར་མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་
ལམ་ལུགས་རྗེས་ཀྱི་སྒྲི་ཚོགས་དེའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་གཞི་རྩ་སུ་མཐུད་དེ་རི་ལྷ་
འཛུགས་སཤ།

མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཐད་ཀྱི་བཅིངས་གོལ་ལས་འགྲལ་རི་ཡོད་ལ་
ཁྲུབ་པའི་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་བྱེད་རྒྱུའི་མ་དཔེའཤ། བར་གཞི་རྒྱུ་པོ་གཅིག་
མེད་ལ། བཟོ་ཡང་བྱུང་གི་མེད་པའི་གནས་སྒྲིབ་དེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།
མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པ་ཞིག་འཆམ་ལ་འབེབས་རྒྱ་དང་། མང་གཙོ་
ཅན་གྱི་ལམ་ལུགས་ཞིག་འཛུགས་རྒྱུའི་འབད་ཚོལ་རེ་རེ་བཞིན་མི་འདྲ་བ་ཡོད་གི་
ཡོད། གནས་སྒྲིབ་གཉིས་གང་ཐད་ནས་ཚུགས་འདྲ་བའི་གཅིག་མཚུངས་ཡོད་གི་
མེད། མྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་རེ་རེ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཁྲུང་ཚོས་རེ་རེ་ཡོད་བ་དང་། དེ་
བཞིན་རང་དབང་འདོད་པའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་ནུས་པའང་མི་འདྲ་བ་ཡོད་། མྱིད་དོན་གྱི་
བཀའ་བཅི་དང་མེན་མི་ཞུ་བའི་འཐབ་ཚོད་ཅིག་གི་ཆེད་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་
བཟོ་མཁན་ཆོར་རང་ཉིད་ཀྱི་འཐབ་ཚོད་གནས་སྒྲིབ་བྱེད་བྱས་པའི་ཐོག་ལ་གོ་རྟོགས་

གཤིང་ཟབ་པོ་དགོས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་གདམ་ཁ་བྱས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་
གྱི་ཐོག་ཏུ་འད་དགོས་པ་ཡིན།¹³

འཐབ་ཚོད་ཀྱི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་དེ་དོ་སྣང་ཆེན་པོའི་སློན་ནས་འཆར་
འགོད་བྱས་ཟིན་སྐབས་ཡོངས་བསྒྲགས་བྱེད་རྒྱ་དེར་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཡོད། ཆ་
ཤས་ལེན་པར་མང་ཚོགས་ཀྱི་གངས་འཕོར་ཆེན་གྱི་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་བཞིན་གལ་ཏེ་
ཁོང་ཚོས་སྤྱིར་བཏང་གི་ཉོག་འཆར་དང་། དེ་བཞིན་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བྱས་པ་ནམས་ལ་
གོ་རྟོགས་བྱུང་ཆེ། ལས་འགུལ་ཤུགས་ཆེ་བ་སྤེལ་བྱུང་བ་དང་འདོད་པ་ཡོང་སྟེ།
གོ་རྟོགས་འདིས་ཁོང་ཚོའི་སེམས་ཤུགས་དང་། ཆ་ཤས་ལེན་རྒྱའི་འདོད་པ། འོས་
འཚམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་སྤེལ་རྒྱ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཤུགས་ཆེ་བའི་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་
པ་ཐབས་ངེས། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་སྤྱིར་བཏང་སློན་གཞི་དེ་ཅི་འདྲ་བྱས་
ཀྱང་སྟོན་དབང་སྐྱོར་འཛིན་པ་ནམས་ཀྱིས་ཏ་གོ་རྒྱ་ངེས་ན་ཡང་། དེ་དག་གི་ཁྱད་
ཆོས་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་ཚོའི་དྲག་གནོན་དེ་སྟོན་དོན་གྱི་ཆ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་
ཐོག་ཏུ་རྒྱུར་འཕར་བྱེད་སྟེ་པའི་གོ་རྟོགས་དེས་གདུག་རྩུབ་རྩུང་དུ་གཏོང་བའི་རྒྱུར་
འགྲོ་བ་ཡིན། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་

13 Recommended full length studies are Gene Sharp, *The Politics of Nonviolent Action*, (Boston, Massachusetts: 11Potter Sargent, 1973) and Peter Ackerman and Christopher Kruegler, *Strategic Nonviolent Conflict*, (Westport, Connecticut: Praeger, 1994). Also see Gene Sharp, *Waging Nonviolent Struggle: Twentieth Century Practice and Twenty-First Century Potential*. Forthcoming.

དེས་མིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པའི་ཕྱོགས་གཏོགས་ནས་བསམ་ཚུལ་རྒྱབ་འགལ་དང་
རྒྱུ་ཐོན་བྱེད་པར་མཐུན་འགྱུར་ཡོང་ངེས།

མིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་འཆམ་ལ་འབེབས་རྒྱུ་དང་། མང་གཙོའི་
ལམ་ལུགས་ཞིག་འདུགས་རྒྱུར་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཞིག་
གཏན་འབེབས་བྱུང་རྗེས་སུ་དེ་ལག་ལེན་དུ་འགྲེལ་བ་ལ་མང་གཙོའི་ལོ་མོས་པའི་སྡེ་
ཁག་ཆོས་ལུ་ཚུགས་རྒྱག་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། འགྱུར་བ་མ་བཏང་ཐབས་མེད་
ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་ན་ལས་དེ་མིན་འཐབ་ཚོད་དེ་ཐོག་མའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་
ནས་བརྒྱལ་མི་རུང་། གདམ་ཁ་བྱས་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་དེ་ནོར་བའམ།
འཐབ་ཚོད་ཀྱི་གནས་སྐངས་ལ་གཞི་ཅའི་འགྱུར་བ་ཕྱིན་པའི་ར་འབྲེད་གསལ་པོ་ཡོད་
སྐབས། འཆར་འགོད་པ་ཆོས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་དེ་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་
མིད། དེ་འདྲའི་སྐབས་སུ་ཡང་། གཞི་ཅའི་སྐྱར་ཞིབ་བྱས་ཆར་བ་དང་། ཆེས་
འདར་ངེས་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་འཆར་གཞི་གསར་པ་ཞིག་
བཙུགས་ཏེ་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་གཞི་ནས་འདི་འདྲ་བྱེད་དགོས།

ལས་འགལ་ཆེད་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད།

མིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་མེད་པར་བཟོ་བ་དང་། མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་
འདུགས་ཆེད་དུ་བཙུགས་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་དེ་རི་ཅོམ་གྱིས་མཁས་པོ་དང་
ཡིད་ཆེས་འཕེར་བ་བྱུང་ཡོད་མིད་ཀྱང་། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་དེས་རང་གིས་

རང་ལག་ལེན་དུ་འགོལ་གྱི་མེད། མིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པའི་དབང་ཆ་མེད་པར་བཟོ་
 ཆེད་དུ་དམིགས་པའི་ལས་འགུལ་ཆེ་ཁག་ལ་ལས་སྟན་བྱེད་ཕྱིར་འཐབ་བྱས་བྱེད་བྲག་པ་
 དེ་འདྲའང་བཟོ་དགོས་ཡོང་བར་ངེས། འཐབ་བྱས་འདི་དག་རང་ངོས་ནས་མིད་
 དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་དེའི་མིད་གཞུང་གི་ཐད་དུ་ཐག་གཅོད་ལྷན་པའི་ཁྲ་རྩུར་བཞུ་བར་
 དམིགས་པའི་འཐབ་རྩལ་གྱི་བྱེད་སྟོན་ལྷ་མང་ཞེག་ལ་མཉམ་བསྐྱེད་དང་ལམ་སྟོན་བྱེད་པ་
 ཡིན། འཐབ་བྱས་བྱེད་བྲག་པ་རེ་རེའི་དམིགས་ཡུལ་སྒྲུབ་པར་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་པའི་
 བྱེད་ལས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བྱེད་བྲག་པ་དང་འཐབ་རྩལ་རྣམས་དེ་སྒྲུང་ཆེན་པོའི་སྟོན་ནས་
 འདེམས་དགོས་པ་ཡིན། འདིར་ཞུས་པའི་བཟོ་སྒྲུང་གིས་འཐབ་བྱས་ཀྱི་རིམ་པ་ཁོ་
 བའི་ཐོག་དུ་དམིགས་ཀྱི་ཡོད།

གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་པ་ཆོ་ནང་བཞིན། ལས་འགུལ་ཆེ་
 རིགས་འཆར་འགོད་བྱེད་པའི་འཐབ་བྱས་པ་ཆོས། གདམ་ཁ་བྱས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་
 ཐབས་རྩལ་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། རྩལ་ལ་མཐར་ཕྱིན་པའི་གོ་ཉོགས་
 དགོས་པ་ཡིན། རི་ལྗར་བྲག་དམག་དཔོན་རིགས་ཆོར་བྲག་པོའི་འཐབ་བྱས་བཟོ་བར་
 དཔུང་ཆོགས་ཀྱི་བཀོད་པ་དང་། འཐབ་རྩལ། བཀོད་སྒྲུབ། གོ་མཆོན། ས་ཁམས་
 ཀྱི་རྩས་པ་ལ་སོགས་པར་གོ་ཉོགས་ངེས་ཅན་དགོས་པ་ལྟར། མིད་དོན་གྱི་བགའ་
 བརྩེ་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་འཆར་འགོད་པ་ཆོས་འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་འཐབ་
 བྱས་ལྷན་པའི་རྩ་འདྲིན་དང་། རང་བཞིན་དེ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས། དེ་ལྟར་ཡིན་
 །རྒྱུད་། འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་གོ་ཉོགས་དང་། ཚལ་གྱིས་འདིའི་ནང་གི་

མཚམས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བཅས་ལ་དོ་སྣང་། འདིར་བཞོད་པའི་བྱི་བར་ལན་འདེབས་བཅས་
 གྱིས་རང་ངོས་ནས་འཐབ་བྱས་བསྐྱན་གྱི་མེད། འཐབ་ཚུད་གྱི་ཆེད་དུ་འཐབ་བྱས་བཟོ་
 བར་ད་དུང་ཡང་གོ་རྟོགས་ལྡན་པའི་གསར་གཏོད་ཅིག་དགོས་པ་ཡིན།

འགོག་སྒོལ་གྱི་ལས་འགུལ་དམིགས་བཀའ་བྱེ་བྲག་པ་དང་། ལུགས་ཐག་རིང་
 བའི་བཅེངས་གྲོལ་འཐབ་ཚུད་གྱི་འཕེལ་རིམ་ལ་སྒྲན་པའི་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་
 བྱེད་སྐབས། མྱིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་འཐབ་བྱས་པ་ཚོས་དཀའ་
 ངལ་དང་གནད་དོན་སྒྲ་ཚོགས་གྱི་ཐོག་དུ་བསམ་ཤེས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། གཤམ་
 གསལ་རྣམས་འདི་དག་གི་ནང་ནས་ཡིན།

- ལས་འགུལ་གྱི་དམིགས་ལུལ་བྱེ་བྲག་པའི་ཐག་གཅོད་དང་། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་
 འཐབ་བྱས་དེ་ལག་བསྟར་བྱེད་པར་དེ་དག་གི་མཐུན་འགྱུར་ཁག
- གདམ་ཁ་བྱས་པའི་འཐབ་བྱས་ལག་བསྟར་ཆེད་བེད་སྤྱོད་ཡག་ཤོས་ཡོང་བའི་
 ཐབས་ལམ་བྱེ་བྲག་པའམ། མྱིད་དོན་གྱི་གོ་མཚོན་ཐོག་མནོ་བསམ་གཏོང་རྒྱ།
 འཐབ་བྱས་ལྡན་པའི་ལས་འགུལ་བྱེ་བྲག་པའི་ཡོངས་རྫོགས་འཆར་གཞི་རེ་རེའི་
 ནང་དུ་མྱིད་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་གྱི་ཐད་
 དུ་དམ་བསྐྱགས་དང་གཞོན་ཤུགས་བཅོན་འགོལ་བྱེད་པར་བྱེད་ལས་གྱི་ཐབས་
 ལམ་བྱེ་བྲག་པ་དང་། འཐབ་ཚུལ་གྱི་འཆར་གཞི་རྒྱུང་ཚུག་རིགས་གང་དང་
 གང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་མིན་ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དགོས་ངེས་ཅན་ཡིན།

དམིགས་ཡུལ་ཆེན་པོ་དག་གྲུབ་པའི་འབྲས་བུ་ནམས་གོམ་སྒྲུབས་ཚུང་དུ་བྱེ་བྲག་
པ་དག་གི་གདམ་ཁ་དང་ལག་བསྟར་དོ་སྣང་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་
ནས་ཡོང་བ་དེ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས།

- ཤས་ཆེར་སྲིད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་འཐབ་ཚོད་ཡོངས་སུ་དཔལ་འབྱོར་གནད་དོན་
གྱི་འབྲེལ་བ་ཇི་སྟར་དགོས་མིན་གྱི་ཐག་གཅོད། གལ་ཏེ་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ནང་དུ་
དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནད་དོན་ཁག་གཅི་ཆེ་བ་ཡིན་ན། སྲིད་དབང་སྐར་འཛིན་
ལམ་ལུགས་དེ་ཞིག་པའི་ཇེས་སུ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་སྒོ་ཁ་མ་ཆོམས་པའི་དཀའ་ངལ་
དེ་དངོས་སུ་མེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནད་དེར་དོ་སྣང་དགོས། དེ་མིན་མང་གཅི་ཅན་
གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་འགྲོས་བྱེད་པའི་བར་བརྒལ་གྱི་དུས་ཡུན་དེའི་རིང་
ལ་གལ་ཏེ་ཐབས་ཤེས་མགྲོགས་སྤྱར་བྱེད་མ་ཐུབ་ཆེ་མངོན་སུམ་གསལ་རྟོགས་
དང་སྒོ་ཁ་མ་རངས་པ་དག་ཡོང་སྲིད། དེ་འབྲེལ་མངོན་སུམ་གསལ་རྟོགས་
དེས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ཆོགས་མེད་པར་བཟོ་རྒྱུའི་ཁས་ལེན་བྱེད་པའི་
གདུག་རྒྱབ་ཅན་གྱི་དཔུང་ཚོགས་ཞིག་ལངས་པའི་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་སྲིད།
- འགོག་སྒོལ་འཐབ་ཚོད་འགོ་འཇུགས་པ་ལ་འགོ་ཁྲིད་ཀྱི་བཀོད་པ་དང་། གནས་
རྒྱུ་གྱི་འབྲེལ་ལམ་ལེགས་ཤོས་ཇི་འདྲ་ཡོང་མིན་སྒྲོན་ཚུད་ནས་ཐག་གཅོད།
འཐབ་ཚོད་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ནང་དུ་སྤྱིར་བཏང་མང་ཚོགས་དང་འགོག་སྒོལ་བའི་

དབང་ལམ་སྟོན་རྒྱན་སྤྲོད་པར་གནས་ཚུལ་འབྲེལ་ལམ་དང་ཐག་གཅོད་
 གྱི་ཐབས་ལམ་ག་རེ་ཡོང་བ་འདྲག་གཤ།

- སྦྱར་བཏང་མང་ཆོགས་དང་། མིང་དབང་སྒྲིལ་འཛིན་པའི་དཔྱད་སྒྲིལ་
 སྦྱིའི་གསར་འགྱུར་བརྒྱན་ལམ་ཁག་ལ་འགོག་སྒོལ་པའི་གསར་འགྱུར་གྱི་བྱུང་
 སྒྲིལ། ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་དང་གསར་འགྱུར་ནམས་ཏག་དུ་དངོས་བདེན་ཡིན་
 དགོས། གནས་ཚུལ་ཆེད་བཟོ་དང་དངོས་འབྲས་མ་ཡིན་པའི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་པ་
 དེས་འགོག་སྒོལ་པའི་ཡིད་ཆེས་མེད་པར་བཟོ་གི་ཡོད།
- ཡོང་རྒྱའི་འཐབ་ཚོད་གྱི་སྐབས་སུ་རང་སྟོགས་མང་ཆོགས་གྱི་དགོས་མཁོ་སྦྱབ་
 པར་མིང་དོན་གྱི་ལས་འགུལ་དང་། དཔལ་འབྱོར། བེས་ཡོན། སྦྱོའི་ཆོགས་
 བཅས་དོན་ཕན་ལྡན་ལ་རང་གིས་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱུན་པའི་འཆར་གཞི།
 ལས་འཆར་འདིའི་རིགས་འགོག་སྒོལ་ལས་འགུལ་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་མེད་
 པའི་མི་ཆོས་སྤྲིལ་བྱུང།
- སྦྱར་བཏང་གི་བཅོངས་ཐོལ་འཐབ་ཚོད་དམ། བྱེ་བྲག་ལས་འགུལ་གྱི་རྒྱུ་
 གཉེར་དུ་སྦྱིའི་རོགས་སྦྱོར་རྒྱུ་འདྲ་འདོད་པར་འོས་མིན་གྱི་ཐག་གཅོད། རང་གི་
 འཐབ་ཚོད་དེ་དེས་པ་མེད་པའི་སྦྱིའི་ཆ་རྒྱན་ལ་བརྟེན་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་
 སྦྱིའི་རོགས་རམ་གྱི་བེད་སྟོད་དང་སྦྱུལ་སྦྱོང་ཡག་ཤོས་རྒྱུ་འབྲེད་བྱུང་བཤ།
 མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོགས་དང་དེའི་ཡན་ལག་ཆོགས་སྤེ་དུ་མ། མིང་གཞུང་

ངམ། ཡང་ན། ལས་མིའི་མཐུན་ཆོག་སྟེ་དེ་ནི་གྲི་
 རྩེ་ཁག་ གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་བཅས་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིག་འཇུག་སྟེ་
 ཁག་ལྟ་བུའི་ཕྱི་འཕྲིན་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་
 གྲི་ཆོག་ལ་དོ་སྣང་སྒྲིག་དགོས།

གཞན་ཡང་གདུག་རྩེ་བཅས་གྲི་སྒྲིག་སྟེ་འཕྲིན་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་
 ཆོས་མང་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་སྒྲིག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་
 མཁོ་སྒྲིག་པ་དང་བདེ་འཇགས་སྒྲིག་སྒྲིག་བྱེད་པར་ཐབས་ཤེས་བྱེད་དགོས། འདིས་
 གདམ་ཁ་རྩེ་མི་རང་དབང་ཅན་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་
 ཡོད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་སྒྲིག་པ་མ་ཟད། ཁྲིམས་མཉམ་ལུང་མཉམ་དང་བདེ་འཇགས་མཉམ་
 པའི་གནས་སྒྲིག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་
 དགོས་ཚུལ་ཤོད་པའི་ཡིད་ཆེས་ཉམས་དམས་སྟེ་གཏོང་གི་ཡོད།

མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་འཆར་སྒྲིག་ཁྲིམས་ཁྲིམས་བྱེད་པ།

མི་དབང་སྒྲིག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་པ་ཞིག་གི་ཐད་དུ་མི་དབང་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་
 ལེན་མི་ཞུ་བའི་ལམ་སྒྲིག་ཡོང་བ་ལ་རྒྱ་ཆེ་མང་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་སྟེ་ལས་འགྲུལ་གྲི་ཆོག་
 པའི་འཆར་སྒྲིག་གོ་སྒྲིག་པ་དེ་གལ་ཆེན་ཡིན། རི་ལྗོངས་ལུང་གསུམ་པའི་ནང་གི་
 སྒྲིག་སྒྲིག་པའི་སྒྲིག་པའི་སྒྲིག་པ་བཞིན་གཞི་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་
 དག་གཞིན་ལ་མ་སྒྲིག་པར་གལ་ཏེ་གཞིན་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་

པོར་མཐུན་ལམ་ལུ་མཐུད་མ་བྱས་ན། བཅོན་གཙོན་ཅན་གྱི་ལམ་ལུགས་དེ་སྒྲིཞན་དུ་
སོང་སྟེ་མཐའ་མ་དེར་འཐོར་ཞིག་འགོ་བ་དེ་ཡིན།

མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འོག་དུ་སྟོན་པའི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་འབྱུང་
ཁུངས་སྣ་མང་གི་ལམ་ནས་རྟོག་འཆར་འདིའི་སྒྲོར་ལ་གོམས་འདྲིས་བྱུང་ཆར་ཡོད་
ཤེས་ཆེ། དེ་ལྟར་ཡིན་ནའང་། མང་གཙོ་དོན་གཉིར་ཅན་གྱི་དབྱང་སྤྲིས་མཐུན་ལམ་
མི་བྱེད་པའི་འཆར་སྒྲོ་དེ་དམིགས་ཀྱིས་བཀའ་ནས་ཁྲབ་བསྐྱེགས་དང་གོང་འཕེལ་
གཏོང་དགོས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྱོན་དུ་སྤྱི་བུའི་རྩི་པོའི་གཏམ་རྒྱུད་དམ། ཡང་ན་དེ་
དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་ཁྲབ་སྤྲོལ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་ལས་སྤྲོ་
པོའི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་བྱུབ། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་སྤྱིར་བཏང་གི་གོ་རྟོགས་དེར་ངེས་
ཤེས་བྱུང་མཚམས། མང་ཚོགས་ཀྱིས་མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེའི་ཐད་
དུ་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུའི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་འཕོད་སྐྱེལ་དེའི་ཕན་
ལུས་རྟོགས་བྱུབ་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་ཚོས་གནས་སྤངས་གསར་པའི་ནང་དུ་མཐུན་ལམ་མི་
བྱེད་པའི་ནམ་པ་བྱེ་བྲག་པ་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་རང་ངོས་ནས་ཀྱང་ཐོལ་བྱུང་གིས་ཐེད་སྟོན་
གཏོང་བྱུབ་པ་ཡིན།

མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འོག་དུ་སྟོན་པའི་འགོག་སྒོལ་གྱི་སྒོལ་
སྟོན་དང་། གསར་འགྱུར། འཆར་སྒྲོ་བཅས་གཞན་ལ་ཁྲབ་སྤྲོལ་བྱེད་པའི་འབད་
ཚོལ་དེར་ཉེན་ཁ་དང་དཀའ་ངལ་ཡོད་པར་སྒྲོམ་མེད་ཀྱིས་མང་གཙོ་དོན་གཉིར་བ་
ཚོས་དེ་དག་སྐྱབ་བྱུབ་པའི་ར་འཕྲོད་ཡང་ཡང་བྱས་ཡོད། ལྷ་རྩི་དང་དམར་ཤོག་གྱི་

འོག་ཏུ་འང་འགོག་ཚོལ་བ་ཚོས་ཁྲིམས་མཐུན་མིན་པའི་གསར་ཤོག་དང་། གསལ་
བསྐྱགས་ཤོག་ཟླ། དེབ། དེ་བཞིན་རྩིས་ལོར་བརྟན་འཕྲིན་འཁོར་ཐག་ལ་སོགས་
བརྒྱད་དེ་སྒྲིབ་ཤིང་ཕན་ཚུན་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྒྲུ་ཆེ་བའི་མང་ཚོགས་ལ་འང་གནས་
འབྲེལ་བྱས་པ་བྱུང་ཡོད།

སྟོན་ཚུན་ནས་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་བྱས་པའི་ཁེ་ཕན་ལ་བརྟེན་ནས་འགོག་
ཚོལ་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་བཏང་ལམ་སྟོན་ཁག་གི་གྲས་སྒྲིག་དང་བྲལ་སྟེ་ལུབ་པ་ཡིན།
འདི་དག་གིས་གནད་དོན་དང་གནས་སྟངས་ཇི་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་མང་ཚོགས་ཀྱིས་
མཐུན་ལམ་འགོག་པ་དང་། རོ་ཚོལ་བྱེད་དགོས་པ། དེ་དག་ཇི་སྟར་བྱེད་དགོས་པ་
བཙས་གསལ་སྟོན་བྱེད་ཐུབ། དེའི་འབྲས་བུར་གལ་ཏེ་མང་གཙོ་དོན་གཉིས་ཀྱི་འགོ་
ཁྲིད་ནས་གནས་ཚུལ་འབྲེལ་བ་ཆད་པ་དང་། ལམ་སྟོན་བྱེད་བྲག་པ་ཁག་མ་བྱས་
པའམ། མ་འབྱོར་བ་བྱུང་ནའང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་གནད་དོན་གལ་ཆེ་ཁག་གི་ཐོག་རྩི་
སྟར་བྱེད་དགོས་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་ལམ་སྟོན་གྱིས་སྲིད་དོན་ཉེན་རྟོག་པས་
བྱེད་ལས་རན་པ་སྐྱལ་སྟོང་གི་ཆེད་དུ་བཟོས་ཏེ་བཀའ་སྒྲུབ་པའི་འགོག་ཚོལ་གྱི་སྟོབ་
སྟོན་རྒྱུན་མ་རོས་འདིན་བྱེད་སྒྲུ་འཛིན་ལྟ་ཞིག་ཀྱང་སྟོན་ཀྱི་ཡོད།

དག་གཞན་དང་དེ་ཕྱོག་པའི་ཐབས་ལམ།

འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་པ་ཚོས་མང་གཙོ་དོན་གཉིས་ཅན་གྱི་འགོག་ཚོལ་གྱི་བྱེད་
ལས་ལ་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འདིན་ལམ་ལུགས་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་འཆེ་བའི་གནས་

ལ་ཉི་པ་ཡོང་སྲིད་པའི་ཡ་ལན་དང་དྲག་གནོན་ལ་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་དགོས། མགོ་མ་
སྒྲུབ་བའི་ཐོག་ནས་ཡོང་སྲིད་པའི་ལུགས་ཆེ་བའི་དྲག་གནོན་དེར་བཟོད་བསྐྱན་དང་།
གཡོལ་ཐབས། ཡ་ལན་སྒྲིད་པ་བཅས་རྩི་ལྟར་བྱེད་དགོས་མིན་ཐག་གཅོད་ངེས་པར་
དུ་བྱེད་དགོས། འཐབ་ཙལ་གྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན། དུས་སྐབས་དམིགས་བསལ་ཅན་
ལ་ཆ་ཤས་ལེན་རྒྱུ་ཉིན་ཁ་ཡོད་པ་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་མང་ཆོག་མ་དང་འགོག་ཆོལ་བ་
ཆོར་ཡོང་ངེས་པའི་དྲག་གནོན་གྱི་སྒྲོར་ལ་འོས་འཚམས་གྱི་ཉིན་བརྟུན་གྱི་རྒྱུ་འོས་
པ་ཡིན། གལ་ཏེ་དྲག་གནོན་ཆབས་ཆེ་ཡོང་སྲིད་པས་མ་སྒྲིན་ཤོར་བའི་འགོག་
ཆོལ་བའི་ཆེད་དུ་སྒྲན་བཅས་རོགས་སྒྲོར་གྱི་གསྐྱིག་བྱེད་དགོས།

དྲག་གནོན་ལ་རེ་སྒྲུག་བྱས་ཏེ། འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་བཅིངས་གྲོལ་ལམ། ལས་
འགུལ་ཞིག་གི་དམིགས་ཡུལ་གྱི་བྲག་པ་སྒྲུབ་པར་མཐུན་སྦྲེན་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་
དང་འཐབ་ཙལ་གྱི་བེད་སྤྱོད་གྱི་ཐོག་ནས་མཛོ་བསམ་སྒྲུབ་ནས་བཏང་ན་ལེགས་པ་མ་
ཟད། དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་གདུག་རྒྱབ་ཅན་གྱི་དྲག་གནོན་མི་ཡོང་བ་དང་ཉུང་དུ་
གཏོང་བའི་དགོ་མཆན་ཡོད། དཔེར་ན། ཐལ་ཆེ་བའི་སྲིད་དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་
ལུགས་གྱི་ཐད་དུ་རམ་སྟོན་ཁྲོམ་བསྒྲོར་དང་། ཏུ་སྐྱིག་བྱས་པ་དེ་གཟི་བརྒྱུད་རྟོན་པ་
ཡོང་སྲིད་ཀྱང་། དེ་དག་གིས་རམ་སྟོན་ཁྲོམ་བསྒྲོར་བ་སྟོང་ཕྲག་མང་པོར་སྟོག་སྒྲོན་
ཡོང་བའི་ཉིན་ཁ་ཡང་བཟོ་སྲིད། རམ་སྟོན་པ་ཆོའི་གྲོང་གུན་ཆེན་པོ་དེས། མྱེད་
དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེར་སྤྱི་དམངས་ཞབས་ཁུ་བ་ཆོས་ཚང་མ་ནང་དུ་སྒྲོད་

པ་དང་། ལས་མཆོམས་འདོག་པའམ། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་ལས་འགུལ་རྒྱ་ཆེ་
བཅས་བརྒྱད་དེ་བྱུང་བའི་གནོན་བྱགས་ལས་ཆེ་བ་དངོས་སུ་མི་ཡོང་བའང་སྲིད།

གལ་ཏེ་འཐབ་བྱས་ཞིག་གི་དོན་དུ་གོད་ཆག་མཐོ་པོ་ཡོང་བར་འདོགས་འགོ་
སྒྲོང་བའི་འགོག་ཆོལ་བྱེད་ལས་སྤེལ་རྒྱུར་གྲོས་འཆམ་བྱུང་ན། ཡོང་སྲིད་པའི་གྲོས་
གཞི་དེའི་ཕན་གནོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་མཐོ་བསམ་ཆེས་དོན་ཅན་བྱེད་དགོས། འཐབ་ཅོད་
དེའི་སྐབས་སུ་མང་ཆོགས་དང་འགོག་ཆོལ་བ་ཆོས་སྒྲིག་ལམ་ལུན་པ་དང་འཆོ་བ་
སྤངས་པའི་ལམ་ནས་སྤྱོད་ལམ་རྩལ་མཐུན་བྱེད་ཀྱི་རེད་དམ། འཆོ་བའི་ཕྱོགས་སུ་
འདོགས་འགོ་སྒྲོང་བ་བྱུང་ན་ཁོང་ཆོས་བཟོད་བསྐྱན་ཐུབ་བམ། འཆར་འགོད་བ་ཆོས་
གདུག་རྩལ་ལ་མ་ལྟོས་པར་འགོག་ཆོལ་རྒྱུན་འབྱོར་སྤང་དང་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་སྒྲིག་
ལམ་ལ་གནས་པར་ཐབས་ཤེས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་མིན་ལ་བསམ་སྒྲོག་ཏོད་དགོས།
དམ་བཅའ་དང་། སྲིད་བྱས་བསྐྱགས་གཏམ། སྒྲིག་ལམ་གསལ་བསྐྱགས་ཤོག་སྟེ།
རྩལ་སྟོན་གྱི་དོད་མ་པ་བཞོད་སྒྲིག་ འཆོ་བར་མོས་པའི་སྐྱེ་ཤོད་སྡེ་ཁག་ལ་ཕྱིར་
སྒྲོག་བཅས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ལྟ་བུ་ཡོང་བུབ་པ་དང་ཕན་ནུས་ལུན་པ་ཡོང་དམ། འགོ་
ཁྲིད་ཆོས་གང་གི་དམིགས་ལུལ་དེ་རྩལ་སྟོན་པ་ཆོ་འཆོ་བ་བྱེད་པར་སྦྱལ་སྒྲོང་བྱེད་
པའི་འདོགས་འགོ་སྒྲོང་བའི་རྩལ་མ་ནམས་ལ་ཏག་དུ་དྲོགས་ཐོན་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས།

འཐབ་བྱས་ལུན་པའི་འཆར་གཞི་ལ་བརྩི་སྲུང་།

འཐབ་བྱས་ལུན་པའི་འཆར་གཞི་བཟང་པོ་ཞིག་བཟོ་ཆར་པའི་རྗེས་སུ་མང་གཙོ་དོན་
གཉེར་གྱི་དཔུང་སྡེ་དེ། ལས་འགུལ་བྱེ་བྲག་པའི་འཐབ་བྱས་དང་། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་

འཐབ་བྱས་ནམས་དོར་ནས་ལས་འགྲུལ་ཆེ་ཁག་ནམས་གནད་དོན་གལ་ཆེ་མིན་པའི་
 ཐོག་དུ་དམིགས་སུ་འདུག་སྒྲུའི་ཆེད་བཤམས་པའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པའི་ངན་
 གཡོ་བསྐྱུ་བྱིད་ནང་དུ་མི་ཚུད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས། དེ་བཞིན་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་
 ལས་ལུགས་དེས་བྱས་པའི་གདུག་རྩུབ་གསར་པར་ཡ་ལན་སློག་པ་སྒྲུ་སྐབས་ཐོབ་
 གྱི་སེམས་གྱི་འཛོར་བའི་དབང་དུ་སོང་སྟེ་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་གྱི་འགོག་སྒོལ་དེ་
 གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་སམ། ལས་འགྲུལ་འཐབ་བྱས་ནས་ཁ་གཏལ་དུ་འདུག་སྒྲུ་
 མེད། གདུག་རྩུབ་དེ་དག་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བའི་དཔུང་ལྗེ་དེས་རང་ཉིད་གྱི་
 འཆར་གཞི་བཟང་པོ་དེ་དོར་འདུག་པའི་ཆེད་དུ་འདོགས་འགོ་སློང་རྒྱ་དང་། སྲིད་
 དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་ཆོས་ལས་སྒྲ་པོར་པམ་ཉེས་གཏོང་བྱུང་བའི་ཆེད་དུ་འཆོ་བའི་
 ལས་ལ་སྐྱུལ་སློང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དམིགས་སུ་བཀར་ཏེ་རྒྱན་སྒྲིལ་བྱེད་པ་ཡིན།

དེ་སྲིད་གཞི་རྒྱའི་དཔུང་ཞིབ་དེ་ཡང་དག་ཡིན་པ་ཤེས་པ་དེ་སྲིད་དུ་མང་གཙོར་
 མོས་པའི་དཔུང་ལྗེའི་ལས་ཀ་དེ་རིམ་པ་ནས་རིམ་པ་བྱས་ཏེ་མདུན་སྒྲོད་བྱེད་རྒྱ་དེ་
 ཡིན། འཐབ་རྩལ་དང་བར་མའི་དམིགས་ཡུལ་ལ་འགྱུར་བ་ཡོང་བ་ཨ་ཅང་ཅང་
 དང་། འགོ་བྱིད་བཟང་པོ་ཆོས་གོ་སྐབས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བར་རྟག་དུ་བྱ་སྒྲིག་ཡོད།
 སྟོམ་སྒྲིག་འདི་དག་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་དམིགས་ཡུལ་ལམ། ལས་འགྲུལ་བྱེ་བྲག་པའི་
 དམིགས་ཡུལ་དང་ནོར་རྒྱ་མེད། གདམ་ཁ་བྱས་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་དང་
 ། ལས་འགྲུལ་བྱེ་བྲག་པའི་འཐབ་བྱས་གྱི་ལག་ལེན་དོན་ནུས་པ་དེས་ལམ་སྟོངས་
 ཡོང་བར་མཐུན་འགྱུར་བྱགས་ཆེ་བྱེད་གྱི་ཡོད།

བརྒྱུད་པ།

སྤྲོད་དོན་གྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་བཀོལ་སྤྱོད།

གང་དུ་མང་ཚོགས་ཞེད་སྡང་བྱུང་བ་དང་། རྒྱས་མེད་དུ་འཛོར་བའི་གནས་སྡངས་ཀྱི་
ནང་དུ་མང་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་འཛུགས་ཀྱི་བྱ་བ་ནམས་ཡིད་ཆེས་སྤེལ་བའི་བྱེད་ལས་དང་
། ཉེན་ཁ་ཆུང་བའི་རིགས་ཡིན་དགོས་སྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དཔེར་ན། རང་
ཉིད་ཀྱི་གྲོན་པ་སྒྱུན་ལྷན་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་དུ་གྲོན་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་
རིགས་འདི་དག་གིས་མི་མཐུན་པའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཡོངས་གྲགས་བྱེད་པ་དང་།
མང་ཚོགས་ལའང་མི་མཐུན་པའི་ལས་འགྲུལ་གྱི་ནང་དུ་གང་མང་མང་ཆ་ཤས་ལེན་
སྒྱུ་འོ་སྐབས་ཞིག་སྤོང་གི་ཡོད། གཞན་ཡང་ཁ་ཡམ་ནས་བལྟས་ན་འཐུང་ཆུའི་
འབྲུང་ཁུངས་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་སྒྱུ་འི་མཚན་པའི་ལྟོས་བཙས་ཀྱི་སྤྲོད་དོན་མ་ཡིན་པའི་དོན་
གནད་ཆུང་ཆུག་རིགས་སྡེ་ཁག་གི་བྱེད་ལས་ཀྱི་མིག་འབེན་དུ་བྱེད་ཚོག་པ་ཡིན།
འཐབ་བྱས་པ་ཚོས་གནད་དོན་གྱི་དགོ་མཚན་དེ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱིས་ངོས་ལེན་ཡོད་པ་
དང་ཁས་ལེན་མི་བྱེད་པ་དཀའ་བའི་གནད་དོན་གྱི་རིགས་འདི་མས་དགོས། དེ་འདྲའི་
མཚམས་ཅན་ལས་འགྲུལ་གྱི་ལམ་སྟོངས་དེས་བྱེ་བྲག་སྟོོ་ཁ་མ་ཆོམས་པ་དེར་སྒྱུར་
བཅོས་ཡོང་བ་མ་ཟད། མང་ཚོགས་དེ་ལའང་དོན་སྤྲོད་ལྷན་པའི་རྒྱས་པ་དངོས་སུ་
ཡོད་པའི་ཡིད་ཆེས་སྤྲོད་གི་ཡོད།

རྒྱན་རིང་འཐབ་ཚྭ་ནང་གི་ལས་འགྲུལ་གྱི་འཐབ་བྱས་མང་ཆེ་བས་སྒྲིད་དབང་
 སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེ་ཆ་ཚང་བ་དེ་མ་ཐག་དུ་འཆམ་ལ་འབབས་རྒྱར་མ་
 དམིགས་པར། དེའི་ཆ་བ་དུ་མཆམས་ཅན་གྱི་དམིགས་ཡུལ་ཁག་སྐྱབ་པར་དམིགས་
 དགོས། ལས་འགྲུལ་ཚང་མའི་ནང་དུ་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚན་ཡོངས་རྫོགས་ནས་ཆ་
 བས་ལེན་དགོས་པའང་མེད།

གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ལག་བརྒྱར་བྱེད་པར་ལས་འགྲུལ་བྱེ་བྲག་པའི་རིམ་
 པར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས། བཀའ་བརྒྱུད་ལེན་མི་ཞུ་བའི་འཐབ་བྱས་པ་ཚོས་
 རྒྱན་རིང་ཧ་པའི་འཐབ་ཚྭ་གྱི་ལས་འགྲུལ་ཁག་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་མི་འདྲ་བ་
 རི་ལྟར་ཡིན་པའི་ཐོག་ལ་མཚོ་བསམ་གཏོང་དགོས།

དམིགས་བཀའ་གྱི་འགོག་ཚུལ།

འཐབ་ཚྭ་འགོ་འདྲུགས་ཀྱི་རིམ་པའི་ནང་དུ་བྱེ་བྲག་དམིགས་ཡུལ་ཅན་གྱི་ལས་
 འགྲུལ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་ན་ཕན་ཐོགས་པེ་ཡོང་བྱུང་། དེ་ལྟ་བུའི་དམིགས་བཀའ་གྱི་ལས་
 འགྲུལ་ན་མས་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དུ་ཡོང་ཆོག སྐབས་སྐབས་སུ་གཉིས་སམ་
 གསུམ་ཡང་དུས་མཉམ་དུ་ཡོང་ཆོག

དམིགས་བཀའ་འགོག་ཚུལ་གྱི་དོན་དུ་འཐབ་བྱས་ཞིག་འཆར་འགོད་བྱེད་
 སྐབས་སྒྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པའི་སྤྱིར་བཏང་བཙན་གཞོན་མཚོན་པའི་
 སྒྲོ་ཁ་མ་ཆེམས་པའམ། བྱེ་བྲག་མཆམས་ཅན་གྱི་གནད་དོན་ཁག་ངས་པར་དུ་ངོས་

འདྲིན་དགོས། གནད་དོན་དེ་དག་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཡོངས་ཀྱི་ནང་དུ་བར་
མའི་འཐབ་བྱས་ཅན་གྱི་དམིགས་ཡུལ་སྦྱབ་པར་ལས་འགུལ་སྒྲིལ་བ་ལ་འོས་
འཆ་མས་ཀྱི་དམིགས་འབེན་ཡིན་སྟེ།

བར་མའི་འཐབ་བྱས་ཅན་གྱི་དམིགས་ཡུལ་འདི་དག་མང་གཙོ་དོན་གཉིས་ཅན་
གྱི་དབྱང་སྒྲིལ་དེ་ཡོད་སམ། འཆར་འགོད་བྱས་པའི་དབང་ཆའི་ནུས་པས་བསྐྱབ་བྱབ་
པ་ཞིག་དགོས། འདིས་རྒྱན་རིང་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དབང་ཆའི་འབྲེལ་བའི་ནང་དུ་
རིམ་ཅན་གྱི་འཕོ་འགྱུར་ཁེ་ཕན་ཅན་ཡོང་བར་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་པ་དང་། སེམས་
ཤུགས་ལ་སྦྱན་པའི་རྒྱལ་ཁ་རིམ་པ་བཞིན་ཐོབ་པར་ཐོགས་བྱེད་པ་ཡིན།

དམིགས་བཀར་གྱི་འགོག་ཚོལ་འཐབ་བྱས་ནམས་གཙོ་ཆེར་སྟོན་དོན་ནམ།
དཔལ་འབྱོར། སྤྱི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་གནད་དོན་བྱེ་བྲག་པའི་ཐོག་དུ་ཅེ་གཅིག་དུ་
དམིགས་དགོས། འདི་དག་སྟོན་དབང་སྒྲིལ་འདྲིན་པ་དེར་དམིགས་ཡུལ་བྱེ་བྲག་པ་
ཞིག་སྦྱབ་དུ་མི་འཇུག་པའམ། སྟོན་དབང་སྒྲིལ་འདྲིན་པ་དེས་སྤངས་འདྲིན་བྱེད་
བཞིན་པའི་ཆ་ཤས་འགའ་ཞིག་ལ་སྤངས་འདྲིན་སྦྱར་གསོ་ཡོང་ཐབས་སམ། ཡང་ན།
སྤྱི་ཚོགས་དང་སྟོན་དོན་གྱི་ལམ་ལུགས་འགའ་ཞིག་སྟོན་དབང་སྒྲིལ་འདྲིན་པའི་
སྤངས་འདྲིན་འོག་ནས་འཕྲོག་ཐབས་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འདེམས་དགོས། སྟོན་
དུ་བཟོ་སྒྲིལ་བྱས་ཆར་བ་བཞིན་གལ་ཏེ་སྤངས་བདེ་བྱང་ན། དམིགས་བཀར་འགོག་
ཚོལ་གྱི་ལས་འགུལ་དེ་སྟོན་དབང་སྒྲིལ་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེའི་ཞན་ཆའི་གནད་
གཅིག་གམ་མང་བའི་ཐད་དུ་ཡང་བསྐྱན་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱང་ན། མང་གཙོ་

དོན་གཉིས་བ་ཆོས་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་པའི་དབང་ཆའི་རྣམ་པ་དེ་མཐུ་རྣམ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་
ལམ་ནས་བཞོལ་སྦྱོད་བྱེད་བྱུང་བ་ཡིན།

འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་སྒྲ་ས་ནས་དཔལ་མཐར་ཡང་ལས་འགྲུལ་དང་པོ་དེའི་འཐབ་
བྱས་ཀྱི་འཆར་འགོད་བྱེད་དགོས། དེའི་མཆམས་ཅན་གྱི་དམིགས་ལྷུལ་གང་ཡིན་
དགོས་སམ། དེས་གདམ་ཁ་བྱས་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་འགྲུལ་པར་གྲོགས་
རི་ལྟར་བྱེད་དཔ། གལ་ཏེ་སྒྲ་བས་བདེ་འདུག་ན། དཔལ་མཐར་ཡང་ལས་འགྲུལ་
གཉིས་པ་དང་། བྱང་ན་གསུམ་པ་བཅས་ཀྱི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་སྒྲིར་བཏང་སྒྲོམ་གཞི་བཟོ་
རྒྱུ་དེ་ནམ་དཔྱོད་ཐུན་པའི་བྱ་བ་ཡིན། དེ་འདྲའི་འཐབ་བྱས་ཆང་མས་གདམ་ཁ་བྱས་
པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ་དང་། དེའི་སྒྲིར་བཏང་ལམ་སྟོན་
ཀྱི་འཁོར་རྒྱའི་ནང་དུ་བཞོལ་སྦྱོད་བྱེད་དགོས།

མཆོན་དགས་ཅན་གྱི་འགན་ཚུན།

མིང་དབང་གླེང་འཛིན་ལམ་ལུགས་མིང་པ་བཟོ་རྒྱུར་ལས་འགྲུལ་གསར་པ་ཞིག་གི་
འགོ་སྟོད་དེར་མིང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་ལས་བྱེ་བྲག་པ་དང་པོ་དེའི་རྒྱ་ཁྲོན་
མཆམས་ཅན་ཞིག་བྱང་ན་ཡིགས། དེ་དག་མང་ཆོགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ལ་ལུགས་
རྒྱན་སྦྱོད་པ་དང་། ཆོད་ལྷ་བྱེད་པ། ཁོང་ཆོས་མིང་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་
ཁྱེད་པ་དང་། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་བརྒྱུད་དེ་འཐབ་ཚོད་ལུ་མཐུད་བྱེད་པའི་སྦྱོང་བརྩར་
བྱེད་པའི་ཆ་ཤས་སུ་བཟོ་དགོས།

ཐོག་མའི་བྱེད་ལས་དེ་གནས་སྐབས་སམ། མཚམས་ཅན་གྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་
 པའི་མཚོན་རྟགས་གྱི་བྱ་བ་ཞིག་གམ། མཚོན་རྟགས་དོ་རྟོགས་གྱི་རྣམ་པ་ཐོན་སྤྱོད་
 གལ་ཏེ་བྱེད་ལས་སྤྱི་ལ་འདོད་པའི་སྐྱེ་བའི་ཁ་གངས་ཉུང་ཉུང་ཡིན་ན། ཐོག་མའི་
 བྱེད་ལས་དེ་དཔེར་ན། མཚོན་བྱེད་གྱི་ཆ་ནས་གལ་ཆེ་ཡིན་པའི་གནས་སུ་མེ་ཏོག་
 སུལ་རྒྱ་ཅམ་ཡིན་སྟེ། དེ་ལས་གཞན་དུ་གལ་ཏེ་བྱེད་ལས་སྤྱི་ལ་འདོད་པའི་སྐྱེ་བའི་
 གངས་མང་པོ་ཡིན་ན། བྱ་བ་ཡོངས་ཚོགས་སྐར་མ་ལྔའི་རིང་མཚམས་འདོག་
 པའམ། སྐར་མ་འགའ་ཤས་གྱི་རིང་དག་བཅད་བྱེད་པ་བཅས་པེད་སྟོན་བྱས་ཆོག་
 གནས་སྤངས་གཞན་གྱི་ནང་དུ་སྐྱེ་བོ་སྐར་འགའ་ཞིག་གིས་ཟས་བཅད་དོ་རྟོགས་
 བྱེད་པ་དང་། མཚོན་རྟགས་གྱི་ཆ་ནས་གལ་ཆེ་ཡིན་པའི་གནས་སུ་བྱ་བ་བྱེད་པ།
 དུས་ལུན་བྱང་དུ་འི་རིང་ལ་སྟོབ་སྟུག་ཆོས་འདོན་གར་ཕྱིར་སྟོག་བྱེད་པ། ལས་ཁུངས་
 གལ་ཆེ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གནས་སྐབས་ཚོགས་སྟོན་བྱེད་པ་བཅས་བྱས་ཆོག་ མྱིད་དབང་
 སྐར་འདོན་ལམ་ལུགས་ཞིག་གི་འོག་དུ་ཆེས་པར་སྟོན་ཅན་གྱི་བྱེད་ལས་འདི་དག་
 གིས་རྒྱབ་ཆ་ཅན་གྱི་དག་གཞོན་གྱི་གཡབ་མོ་བྱེད་ངེས།

མྱིད་དབང་སྐར་འདོན་པའི་རྒྱལ་ཁང་དམ། མྱིད་དོན་ཉེན་རྟོག་པའི་ལས་
 ཁུངས་ཨ་མའི་མདུན་དུ་དངོས་སུ་བཅན་བཟུང་བྱས་པ་ལྟ་བུའི་མཚོན་རྟགས་ཅན་གྱི་
 བྱེད་ལས་འགའ་ཞིག་ལ་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོད་མྱིད་པས། དེས་ན་ལས་འགལ་ཞིག་
 འགོ་འདྲུགས་གྱི་སྐབས་སུ་འདི་ལྟར་མ་བྱས་ན་ལེགས།

མྱི་ལོ་༡༧༤༥ ལོར་འབར་མའི་ནང་སྤང་ལམ་ཐོག་གི་མང་ཚོགས་ཀྱི་རམ་སྟོན་
 ཁྲོམ་བསྐྱོར་དང་། མྱི་ལོ་༡༧༤༧ ལོར་པེ་ཅིང་གི་གནས་སེ་སྒོ་ཕོ་ཆའི་ཐང་ཆེན་དུ་
 སྒོ་བ་ཤུག་གི་བཅན་བཟུང་དང་ཟས་བཅད་དོ་སྐོལ་ལྟ་བུའི་ཐོག་མའི་མཚོན་རྟགས་ཅན་
 གྱི་དོ་སྐོལ་བྱེད་ལས་ཀྱིས་སྐབས་དེ་རྒྱལ་ནང་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་དོ་སྤྱང་ཆེན་པོ་སྐྱལ་ཤིང་
 བྱས་ཡོད། དོན་གནད་འདི་གཉིས་ཀའི་ནང་དུ་རམ་སྟོན་པའི་སྟོག་སྒྲིམ་མཐོ་བོ་བྱུང་
 བ་དེས་འཐབ་བྱས་པ་ཚོས་ལས་འགྲུལ་འཆར་འགོད་བྱེད་སྐབས་དོ་སྤྱང་ཤུགས་ཆེ་
 དེས་པར་དུ་སྒྲིང་དགོས་པ་སྟོན་གྱི་ཡོད། འདི་འདྲའི་བྱེད་ལས་ལ་བཟང་སྒྲིང་དང་
 སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཤུགས་ཤིང་བས་པའི་རྣམས་པ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ལྷན་ཡང་།
 བྱེད་ལས་རང་དོས་ནས་མཚོན་རྟགས་ཅན་དུ་གནས་པ་ལས། མྱི་ད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་
 པ་དེའི་དབང་ཆའི་གོ་གནས་ལ་འགྱུར་བ་མི་གཏོང་བ་དང་། མྱི་ད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་
 པ་དེ་འཆམ་ལའང་འབབས་མི་བྱུང་།

རྒྱན་ལྷན་ནས་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་འགོ་འཇུགས་དེར་མྱི་ད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པ་དེར་
 ཡོད་པའི་དབང་ཆའི་འགྱུར་ཁུངས་ཡོངས་རྫོགས་ལམ་སང་གཙོད་བྱུང་གི་མེད། དེ་
 ལྟར་ཡོང་བ་ལ་དེ་སྔ་ཤས་ཆེ་བར་ཅི་གསུང་བཀའ་སྐྱབ་ཞུས་ཏེ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་
 ཀྱི་སྤྱི་གའ་འཇུགས་ཏེ་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་དང་། རྒྱ་ཆེ་མང་ཚོགས་ཡོངས་ནས་དབང་
 འཛིན་པ་དེར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དོས་ལེན་མི་བྱེད་པ་དང་། ཁངས་འཁོར་ཆེ་ལ་སྟོབས་
 ཤུགས་ཆེ་བའི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་བརྒྱུད་དེ་མ་ཐག་ཏུ་དེའི་བཀའ་ལ་མི་བརྟེན་བ་བྱེད་
 དགོས། དེ་འདྲ་ད་ལྟ་བུར་མེད་ལ་སྐྱབ་བྱུང་བའང་གིན་ཏུ་དཀའ་བ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་

དེའི་ཕྱིར་དོན་གནད་ཤས་ཆེ་བའི་ནང་ལ་སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཐད་ཀྱི་
 ཐོག་མའི་ལས་འགུལ་དེ་བཀའ་བཙི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དང་། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་
 ཆ་ཆང་བའི་ལས་འགུལ་མཁྱོགས་པོ་ཞིག་ཡོང་སྟེ་མ་པའི་འཐབ་བྱས་དེ་དངོས་ཡོད་
 གནས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་རེད།

འགན་ཁུར་གྱི་ཁུབ་སྒྲིལ།

དམིགས་བཀར་འགོག་ཤོད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་དུས་ཚོད་གཅིག་ལ་
 འཐབ་ཅོད་དེའི་ཕྱིད་ཤུགས་ལྟེ་བ་དེ་ཤས་ཆེ་བར་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་གཅིག་གམ།
 དུ་མའི་སྟེང་དུ་ཡོང་བ་ཡིན། དམིགས་ལུལ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་ལས་འགུལ་
 རྩིས་མ་དེའི་ནང་དུ་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་ཕྱིད་ཁོག་དེ་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྡེ་ཁག་གཞན་ལ་འཕོ་
 སྐྱར་བྱེད་པ་ཡིན། དཔེར་ན། སྡོད་སྐྱབས་ཚོས་ཤེས་ཡོན་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་གི་ཐོག་
 ལ་ངོ་མྱོལ་བྱེད་པ་དང་། ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་དང་ཚོས་པ་ཚོས་ཚོས་དད་རང་
 དབང་གི་གནད་དོན་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་དམིགས་པ། མི་འཁོར་ལས་བྱེད་
 པ་ཚོས་མི་འཁོར་འབྲིས་འབྲུལ་གུལ་དུ་གཏོང་བྱིར་བའི་འཇགས་ཀྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་
 ཁག་ལ་ཞིབ་ཚགས་པོའི་སྒོ་ནས་བཙི་བཀུར་བྱེད་པ། གསར་འགོད་པ་ཚོས་བཀག་
 སྡོམ་བྱས་པའི་གསར་གནས་དཔར་སྐྱུན་གྱི་ས་དམིགས་སྟོང་པར་བཞག་སྟེ་གསར་
 ཤོག་དཔར་འབྲིམས་བྱས་པ་བརྒྱད་གསར་འབྲུར་བཀག་སྡོམ་ལ་འགན་ཅོད་བྱེད་པ།
 ཉན་ཉོག་པ་ཚོས་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་འགལ་ཚོགས་མི་འདྲིན་བརྒྱུང་

དགོས་པའི་རིགས་འདྲིན་བརྒྱུད་མི་བྱེད་པ་དང་། ཁོང་ཚོ་གར་ཡོད་ཀྱི་གནས་མི་ཤེས་
པའི་རྒྱལ་བྱེད་པ་བཅས་ཡིན། གནད་དོན་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྡེ་ཁག་ལ་གཞིགས་
པའི་འགོག་སྐོལ་ལས་འགུལ་གྱི་རིམ་པ་སྒྲིག་པ་དེས་འགོག་སྐོལ་མཐུད་པའི་
སྐབས་སུ་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཆོན་པ་འགའ་ཤས་ལ་ངལ་གསོ་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་སྤྲོད་ཀྱི་
ཡོད།

གོང་དུ་ལམ་ཅམ་བཟོ་སྒྲིབ་བྱུང་བའི་མིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེའི་
སྣངས་འདྲིན་གྱི་ཕྱི་རུ་ཡོད་པའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཁག་དང་། སྤྱི་ཚོགས་དང་། དཔལ་
འབྱོར་། མིད་དོན་གྱི་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཁག་གི་རང་སྤྱོད་དང་རྒྱན་གནས་སྤང་
སྤྱོད་བྱེད་པར་དམིགས་བཀར་གྱི་འགོག་སྐོལ་དེ་དམིགས་བསལ་གྱི་གལ་ཆེན་པོ་
ཡིན། དབང་ཆའི་སྡེ་གནས་འདི་དག་གིས་གང་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་གནོན་ཤུགས་
སྤྲོད་པ་འཇལ། གདུག་རྒྱུབ་ཅན་གྱི་སྣངས་འདྲིན་འགོག་རྒྱབ་པའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་
གཞི་རྒྱུན་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད། འཐབ་ཚད་ཀྱི་ནང་དུ་འདི་དག་མིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་
ལུགས་ཀྱི་དམིགས་འབེན་དང་པོའི་གས་སུ་ཡོང་ངེས།

མིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པའི་དབང་ཆ་མིག་འཕེན་དུ་བྱེད་པ།

ལུགས་ཐག་རིང་བའི་འཐབ་ཚད་དེ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ཏེ། ཐོག་མའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་པ་
རོལ་དུ་བཀྲལ་ཏེ་མངོན་འདོད་དང་མདུན་སྤྱོད་ཆེ་བའི་རིམ་པར་སྐབས་སྐབས།
འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་མིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པའི་དབང་ཆའི་འཕྲུང་ཁྲུངས་དེ་དམ་

བསྐྱགས་ཆེ་དུ་རི་ལྷོར་གཏོང་བྱའུ་པའི་ཅིས་སྒོར་བྱེད་དགོས། དམིགས་ཡུལ་ནི་མང་
གཙོ་དོན་གཉིས་པའི་དཔུང་སྡེ་ལ་ཁེ་ཕན་ལྡན་ལ་འཐབ་བྱས་ཅན་གྱི་གནས་སྤངས་
གསར་པ་མང་དུ་སྐྱེ་ཆེད་མང་ཚོགས་ཀྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱ་
ཡིན།

མང་གཙོ་དོན་གཉིས་ཀྱི་འགོག་ཚེ་ལ་དཔུང་སྡེའི་སྟོབས་ལྷགས་ཆེ་དུ་བྱིན་པ་དང་
ལྡན་དུ་འཐབ་བྱས་པ་ཚོས་སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་སྤྱིད་དོན་གྱི་ལྷ་
ཐོར་ཆེ་དུ་སྐྱེ་པ་དང་། མཐའ་མར་ དེ་ཉིད་འཐོར་ཞིག་དུ་གཏོང་བའི་དམིགས་
ཡུལ་བཟུང་སྟེ། སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེའི་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁྲུངས་
གཙོད་པའི་བྱིར་མཛོན་འདོད་ཅན་གྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་དང་། བཀའ་བཅི་དང་
ལེན་མི་ཞུ་བ་མང་དུ་སྡེ་ལ་དགོས།

མང་གཙོ་དོན་གཉིས་པའི་དཔུང་སྡེས་དེ་སྤྱི་མང་ཚོགས་དང་། སྡེ་ཁག་ཚོས་
སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེར་སྤྱད་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་དེ་སྐྱོ་ཞན་དུ་རི་ལྷོར་
གཏོང་བྱའུ་པའི་འཆར་གཞི་དོ་སྣང་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་ངེས་པར་དུ་བཟོ་དགོས། ཁོང་
ཚོའི་རྒྱབ་སྐྱོར་དེ་དབང་འཛིན་པ་དེས་བྱས་པའི་གདུག་རྒྱུབ་ནམས་གསལ་སྟོན་བྱས་ན་
སྐྱོ་ཞན་དུ་གཏོང་བྱའུ་བམ། ཡང་ན་སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པའི་སྤྱིད་བྱས་ཀྱི་རྒྱ་
པས་དཔལ་འཕྱོར་གྱི་གོད་ཆག་གི་མཐུག་འབས་ཁོལ་བཀའ་སྲོལ་བྱས་ནས་སམ། དེ་
མིན་སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་མིད་པར་གཏོང་བྱའུ་པའི་གོ་ཉོགས་
གསར་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་སམ། སྤྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་ནམས་

བྱུང་ན་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེད་པ་དངོས་སུ་བྱུང་བཅས་དང་། དེ་ལྟར་
མ་བྱུང་ཡང་མ་མཐར་རགས་སུ་སྡོད་མཁན་ཞེས་པ་ལྟར་ཁོང་ཚོའི་བྱ་བ་ནམས་བར་
གནས་སུ་བྱུང་པའི་སྐྱལ་མ་བྱེད་དགོས།

མིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དང་། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་འཆར་
གཞི་འཕོད་པ་དང་ལག་བསྟར་གྱི་སྐབས་སུ། བར་གྱི་ཤོག་ཁག་དང་། མིད་དོན་
ཚོགས་པ། ཉེན་རྟོག་པ། ལས་བྱུངས་གྱི་ལས་བྱེད། དམིགས་བསལ་དེའི་དམག་
མི་བཅས་ཐེ་བའི་མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་པའི་སྐྱེ་བཅར་དང་རྒྱུ་རྐྱེད་པ་གཙོ་བོ་ཆང་
མར་དོ་སྤང་བྲགས་ཆེ་སྡོད་རྒྱ་དེ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

མིད་དབང་གླེང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་པ་དེར་དམག་དཀྱུས་དང་དཔོན་རིགས་
གཉིས་ཀ་ཐེ་བའི་དག་དམག་དབྱང་སྡེའི་ལ་ཞེན་གྱི་ཆད་གཞི་དེ་དོ་སྤང་ཆེན་པོས་ཞིབ་
དཔྱད་དགོས་པ་དང་། དམག་དབྱང་དེ་མང་གཙོ་དོན་གཉིས་པའི་དབྱང་སྡེའི་བྲགས་
རྒྱུན་ལོག་འགོ་མིན་གྱི་ཐག་གཙོད་ཅིག་བྱེད་དགོས། དམག་མི་དཀྱུས་མ་དུ་མ་ཞིག་
རྒྱུད་པོ་མེད་པ་དང་། ཞེད་སྤང་གི་ནང་དུ་དམག་སྐྱལ་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་རིགས་ཡིན་མིད་
དམ། གང་ཟག་སྒྲེར་དང་། བར་མི། མིད་དོན་བཅས་གྱི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་
དམག་མི་དཀྱུས་མ་དང་དམག་དཔོན་མང་པོ་ཞིག་དབང་འདྲིན་པ་དེ་ནས་ཁ་བྲལ་དུ་
གཏོང་བྱུང་བམ། ཆ་རྒྱུན་གཞན་གང་གིས་དམག་དཀྱུས་དང་དམག་དཔོན་ནམས་
མང་གཙོའི་མགོ་མཐུག་རྟིང་སྡོག་གི་བྱེད་ལས་དེའི་ནང་དུ་སྐྱགས་རྟེན་སྐྱ་བ་བཟོ་བྱུང་
བམ།

བཅིངས་གྲོལ་འཐབ་ཚྩོད་གྱི་ནང་དུ་སྤྲོས་ནས་སྤིང་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པའི་དམག་
 དཔུང་དང་ལས་བྱེད་ཚོར་གོ་བདེ་སྤོང་པའི་དམིགས་བསལ་འཐབ་བྱས་བཟོ་དགོས།
 མང་གཙོ་དོན་གཉེར་གྱི་དཔུང་སྤེལ་ཆོག་དང་། བདུ་བྱེད་ལས་བཅས་བརྒྱུད་དེ་
 དཔུང་དམག་དེར་བཅིངས་གྲོལ་གྱི་འཐབ་ཚྩོད་དེ་སློབས་ཅན་དང་། ཐག་ཚད་པོ།
 རྒྱན་སྤངས་བཅས་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྤོང་བྱེད་བྱུབ། འཐབ་ཚྩོད་དེ་
 སྤིང་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེ་མེད་པ་བཟོ་བ་ལས་དཔུང་དམག་གི་སྤོང་ལ་
 ཉེན་ཁ་མེད་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱེད་ཚུལ་དེ་དཔུང་དམག་གིས་ཤེས་དགོས་པ་
 ཡིན། འབད་ཚྩོལ་འདི་རིགས་ཀྱིས་སྤིང་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པའི་དཔུང་དམག་གི་
 སེམས་ལུགས་གཙོག་པ་དང་། མཐའ་མ་དེར་ཁོང་ཚོའི་ལ་ཞེན་དང་བཀའ་བཙི་དང་
 ལེན་དེ་མང་གཙོའི་ལས་འགུལ་གྱི་སྤོངས་སུ་མགོ་མཛུགས་དྲིང་སྤོང་བྱེད་པར་
 དམིགས་པ་ཡིན། ཉེན་ཉོག་པ་དང་གཞུང་ཞབས་ཚོའི་ཐད་དུ་འང་འཐབ་བྱས་གཅིག་
 པ་དམིགས་བྱུང་པ་ཡིན།

ཡིན་ན་ཡང་སྤིང་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པའི་དཔུང་སྤེལ་ནང་ནས་གདུང་སེམས་
 མཉམ་སྦྲེད་རྒྱུ་ཐབས་དང་། ཅི་གསུང་བཀའ་སྒྲུབ་མི་ལྷ་བ་རྒྱུད་སྤྱུལ་བྱེད་པའི་
 འབད་ཚྩོལ་དེ་དམག་དམག་བྱེད་ལས་བརྒྱུད་དེ་དཔུང་སྤིང་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་
 ལུགས་དེ་སྤྱར་བར་མེད་པ་བཟོ་བར་དམག་པོའི་དཔུང་དམག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་དགོས་
 པའི་གོ་མོར་ཐེབས་རྒྱ་མེད། ང་ཚོས་བཟོ་སྦྱང་བྱེད་ཚར་བ་ལྟར་འདི་འདྲའི་གནས་
 ལྟངས་དེས་ལས་ཀ་བྱེད་བྱུང་པའི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཞིག་འདྲུགས་བྱུང་པ་

དགོན་པོ་ཡིན། གང་གིས་ཞེན་གཞུང་སྲིད་བཅན་འཕྲོག་བྱས་པ་དེས། མང་ཚོགས་
དང་སྲིད་སྲོང་དབར་གྱི་ཆ་མི་སྟོམས་པའི་དབང་ཆའི་འབྲེལ་བ་དེ་མེད་པར་བཟོ་རྒྱུ་
ཕན་ཐོགས་ཆུང་ཆུང་རེད། དེས་ན་གདུང་སེམས་མཉམ་སྦྲེད་བྱེད་པའི་དམག་དཔོན་
ཚོ་ལ་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐད་དུ་གཞུང་སྲིད་བཅན་འཕྲོག་དང་སྲི་
དམངས་དམག་འབྲུག་གཉིས་ཀའི་དགོས་མཁོ་འཕུ། འདྲོད་པ་མེད་པའི་གནས་
སྐབས་དེ་གསལ་ཉོགས་ཅི་ལྟར་བྱུང་མིན་གྱི་འཆར་འགོད་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས།

མང་གཙོའི་འཐབ་ཚད་ཀྱི་ནང་དུ་གདུང་སེམས་མཉམ་སྦྲེད་བྱེད་པའི་དཔོན་
རིགས་ཚོས་གནད་ཆེ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན། དག་དམག་དཔུང་
སྒྲེའི་ནང་དུ་ཡི་མ་རངས་པ་དང་། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་བྲུབ་སྒྲེལ་བྱེད་པ། ཅང་མི་
སྒྲ་བའི་རྩལ་གྱིས་བཀའ་མི་བཅི་བ་དང་། ཤེས་བཞིན་དུ་འབྱོན་ཐང་མེད་པའི་རང་
བཞིན་སྒྲུལ་སྒྲོང་བྱེད་པ། དག་གཞོན་བྱེད་རྒྱ་ཁས་མི་ལེན་པ་དེར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པ་
བཅས་ཡིན། དག་དམག་གི་ལས་བྱེད་ཚོས་མང་གཙོའི་ལས་འགུལ་ལ་ཉེན་ཁ་མེད་
པའི་ཁྲོས་ལམ་དང་། གནས་རྩལ། རྟོ་ཆས། སྤྲན་གྱི་མཁོ་སྒྲུབ་ལ་ཤོགས་ཐེ་བའི་
བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འཆོ་བ་སྤངས་པའི་རོགས་སྐྱོར་སྤྲ་ཚོགས་ཀྱང་སྒྲོང་སྲིད།

དམག་མི་ནི་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པའི་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་ནང་ནས་
གལ་ཆེ་ཤོས་གཅིག་ཡིན། གང་གིས་ཞེན། དེས་ཅི་གསུང་བཀའ་སྒྲུབ་མི་ཞུ་བའི་
མང་ཚོགས་ལ་ཐད་ཀར་གློལ་བ་དང་ཉེས་པ་གཏོང་ཡིར་སྒྲིག་ཁྲིམས་ལྟན་པའི་དག་
དམག་ཚན་པ་དང་གོ་མཚོན་པེད་སྒྲོང་གཏོང་བྱུང། བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་

འཐབ་བྱས་པ་ཚོས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ། གལ་ཏེ་ཉེན་རྟོག་པ་དང་། ལས་ཁུངས་
 གྱི་ལས་བྱེད། དག་དཔག་དཔུང་སྡེ་བཅས་ནས་སྤྱི་དབང་སྐར་འཛིན་ལམ་ལུགས་
 དེར་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆ་ཚད་བྱེད་པ་དང་། དེའི་བཀའ་ལག་བསྟར་བྱེད་པར་ཅི་གསུང་
 བཀའ་སྐུབ་ཞུ་གི་ཡོད་ཆོ། སྤྱི་དབང་སྐར་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་འཛོམས་ཞིག་གཏོང་
 རྒྱ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཁག་པོ་འཕམ། ཡོང་མི་སྤྱི་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེས་ན་མང་གཙོ་
 རོན་གཉེར་ཅན་གྱི་འཐབ་བྱས་པ་ཚོས་སྤྱི་དབང་སྐར་འཛིན་པའི་དཔུང་སྡེའི་ལ་ཞེན་
 དེ་མགོ་ཉིང་སློག་པར་དམིགས་པའི་འཐབ་བྱས་དེར་དམིགས་བསལ་གྱི་དོ་སྣང་
 ལྟགས་ཆེ་སྤྱོད་དགོས།

མང་གཙོ་རོན་གཉེར་པའི་དཔུང་སྡེས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་དག་དཔག་དཔུང་
 སྡེ་དང་། ཉེན་རྟོག་པའི་ནང་གི་ཡི་མ་རངས་པ་དང་། ཅི་གསུང་བཀའ་སྐུབ་མི་ཞུ་བ་
 དེ་སྡེ་ཁག་དེ་ཆོའི་ཚོགས་མིར་ཏུ་ཅང་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས། དཔག་མི་དང་ཉེན་
 རྟོག་པ་ཚོར་ཅི་གསུང་བཀའ་སྐུབ་མ་ཞུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆབས་ཆེའི་ཉེས་ཆད་ཐོག་
 པ་དང་། དཔག་མིའི་གྱུན་ལངས་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སློག་ཐོག་ཉེས་ཆད་ཐོག་
 སྤྱི། མང་གཙོ་རོན་གཉེར་གྱི་དཔུང་སྡེས་དཔག་མི་དང་དཔག་དཔོན་ཚོར་དེ་མ་
 ཐག་ཏུ་དཔག་མིའི་གྱུན་ལངས་བྱེད་རྒྱུའི་རེ་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་མིད། དེའི་ཆབ་ཏུ་གང་ཏུ་
 བད་ལན་སྤྱོད་བྱུང་པ་ཡོད་ཆོ། ཐོག་མའི་ཆར་ཁོང་ཚོས་བྱེད་བྱུང་པ་གང་ཞིག་ལ་དེ་
 ཙམ་ཉེན་ཁ་མེད་པའི་མཛོན་པར་མི་གསལ་བའི་ཅི་གསུང་བཀའ་སྐུབ་མི་ཞུ་བའི་ནམ་
 པ་དུ་མ་ཡོད་པ་དེ་གསལ་པོ་བཟོ་དགོས། དཔེར་ན། ཉེན་རྟོག་པ་དང་དཔུང་དཔག་

ཆོས་དྲག་གཞོན་གྱི་བཀའ་བྲུབ་དག་འབྱོན་ཐང་མེད་པའི་སྒྲོ་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ་
 དང་། མྱེད་གཞུང་གིས་འཛོལ་བའི་མི་མི་རྣེད་པའི་ཚུལ་བྱེད་པ། འགོག་ཚོལ་བ་
 ཆོར་དྲག་གཞོན་དང་། འཛིན་བཟུང་། མྱིར་འབྱུང་སོགས་ཡོང་རྒྱའི་ཉེན་བརྟུན་གཏོང་
 བ། རང་ལས་མཐོ་བའི་དཔོན་རིགས་ཆོར་གནས་ཚུལ་གལ་ཆེའི་རིགས་སྟན་སྒྲོན་
 མི་བྱེད་པ། ཡི་མ་རངས་པའི་དཔོན་རིགས་ཆོས་དྲག་གཞོན་གྱི་བཀའ་བྲུབ་ལྟ་
 བརྒྱད་སྟེལ་དུ་བྱེད་རྒྱ་སྤང་མེད་དུ་འཛོག་པ། དམག་མི་ཆོས་མེ་མདའ་རྒྱག་སྐབས་
 རམ་སྟོན་པའི་མགོ་སྟངས་ནས་འགོ་བའི་ཐབས་བྱེད་པ། དེ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་
 གཞུང་ཞབས་ཆོས། རང་ངོས་ནས་བཀའ་བྲུབ་དང་ཡིག་སྟོན་པོར་བརྒྱལ་གཏོང་བ་
 དང་། ལས་ཀ་འབྱོན་པེ་མི་བྱེད་པ། དྲགས་སྒྲིད་མ་བྱུང་བར་དུ་ནང་ལ་སྟོན་དགོས་
 པའི་མྱིར་ནད་མནར་དུ་གྱུར་བ་སོགས་བྱེད་བྱུབ།

འཐབ་བྱས་ནང་གི་འཕྲོ་སྒྲུར།

མྱེད་དོན་གྱི་བཀའ་བཙི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་
 བྱས་དང་། ལས་འགྲུལ་གྱི་འཐབ་བྱས་བྱེ་བྲག་པ་ན་མས་ཇི་ལྟར་ལག་བསྟར་བྱེད་པར་
 རྒྱན་སྤངས་པའི་དབྱེད་ཞིབ་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། འཐབ་ཚིད་དེ་བསམ་པ་ཇི་
 བཞིན་ལམ་འགོ་མི་ཡོང་བའང་ཡོང་སྟེ། དེ་འབྲུག་ན་འཐབ་བྱས་ཀྱི་ནང་དུ་འཕོ་
 སྒྲུར་ཇི་དགོས་ཀྱི་ཅིས་སྒྲོར་བྱེད་དགོས། ལས་འགྲུལ་གྱི་རྩས་སྟོབས་གོང་མཐོར་
 གཏོང་བ་དང་། སེམས་ལུགས་སྒྲུར་གསོ་བྱེད་པར་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་གས།

དེ་འདྲའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ནང་དུ་དཀའ་ངལ་ངོས་འཛིན་པ་དང་། འཐབ་བྱས་ལྷན་
པའི་སྐྱར་ཞིབ་བྱེད་པ། འཐབ་ཚོད་ཀྱི་འགན་ཁུར་ནམས་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྡེ་ཁག་མི་
འདྲ་བ་ཞིག་ལ་འཕྲོ་སྐྱར་བྱེད་པ། དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་འཕར་མ་སྐྱལ་སྒྲོང་བྱེད་
པ། བྱེད་ལས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་གྱི་གདམ་ཁ་གཞན་བཟོ་བ་བཅས་ངོས་པར་དུ་དགོས།
དེ་དག་གྲུབ་མཆེན་འཆར་གཞི་གསར་པ་དེ་དེ་མ་ཐག་དུ་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་
དགོས།

དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ། གལ་ཏེ་འཐབ་ཚོད་དེ་བསམ་པ་ལས་ཀྱང་ལེགས་པ་འབྲོག་གི་
ཡོད་པ་དང་། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་དེ་སྡེ་ཅིས་སྒྲོར་བྱས་པ་ལས་
ཀྱང་ལྷན་པར་སྐྱེ་ཞིག་འབྲོག་གི་ཡོད་ན། མང་གཙོའི་དཔུང་སྡེས་མི་ཡོང་བསམ་པའི་
ཁེ་ཕན་དེ་མ་ཅར་བརྒྱད་སྟེ། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་སྐྱེ་ཞིག་པའི་
ཕྱོགས་སུ་རི་རྩར་འབྲིད་བྱུབ་བམ། ལུང་རྒྱུ་མའི་ནང་དུ་ང་ཚོས་དྲི་བ་འདིའི་ཐོག་ལ་
འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན།

དགུ་པ།

སྤྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་འཛོམ་ཞིག་གཏོང་བ།

ལེགས་པར་སྤེལ་བ་དང་། ལམ་སྒྲོངས་ལུན་པའི་སྤྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་
མི་ཞུ་བའི་ལས་འགུལ་གྱི་འདུ་གསོག་གི་རྣམ་པ་ནི་འགོག་ཆོལ་ཤུགས་ཆེར་གཏོང་
སྟུ་དང་། གང་དུ་སྤྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ལུན་
པའི་སྒྲངས་འདྲིན་ལ་བཅད་མཚམས་ཚོར་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྱུ་ཁྱོད་ཆེ་ཙུ་གཏོང་སྟུ་
དང་འཇུགས་སྟུ་དེ་ཡིན། ལས་འགུལ་འདི་དག་གིས་རི་ལྷོ་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་
དང་། རི་ལྷོ་སྤྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་བྱེད་པའི་ཉམས་ཕྱོད་གལ་
ཆེ་ཡང་སྟེར་གྱི་ཡོད། མང་ཚོགས་འཛོམ་ཆེན་གྱིས་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་དང་།
བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་དུས་ཚོད་སླེབས་སྐབས་ཉམས་ཕྱོད་དེ་ཕན་ཐོགས་
ཆེན་པོ་ཡོང་།

རི་ལྷོ་ལེའུ་གསུམ་པའི་ནང་དུ་བཀོ་སྐྱོང་བྱས་པ་བཞིན། ཅི་གསུང་བཀའ་སྒྲུབ་
དང་། མཐུན་ལམ། དབང་སྒྱུར་དང་ལེན་བཅས་ནི། གལ་ཏེ་སྤྲིད་དབང་སྒྲེར་
འདྲིན་པ་དེ་དབང་ཤུགས་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་ཡོད་ན་དགོས་ངེས་ཅན་ཡིན། སྤྲིད་དོན་
དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁུངས་དེ་ཐོབ་ཐབས་མེད་ན། སྤྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པའི་དབང་ཆ་
ཞན་དུ་འགོ་བ་དང་། མཐའ་མཐུག་ཏུ་ཞིག་འཛོམ་བྱེད་པ་ཡིན། དེས་ན་སྤྲིད་དབང་
སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཞིག་འཛོམ་ཞིག་གཏོང་བ་ལ་ཁྱུ་ཁྱོད་གྱི་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་པ་

དེ་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་བྱེད་ལས་ཡིན། ཇི་ལྟར་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་
ཞུ་བ་དེས་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁྲུངས་ལ་གཞོད་སྐྱོན་གཏོང་བྱུང་བའི་སྐོར་ལ་སྐྱུར་ཞིབ་
བྱེད་སྐྱེད་པམ་ཐོགས་པོ་ཡོང་སྲིད།

དབང་འཛིན་པའི་བཟང་སྤྱོད་དང་སྲིད་དོན་གྱི་དབང་ཆའམ། དེའི་ཁྲིམས་མཐུན་
གྱི་ངོས་ལེན་དེ་མེད་པར་བཟོ་བ་ལ་ཐོབ་རུང་གི་ཐབས་ལམ་ནང་ནས་བཀའ་བཅི་དང་
ལེན་མི་ཞུ་བ་དང་། ཁས་ལེན་མི་བྱེད་པའི་མཆོན་ཏྲགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་དག་ཡིན།
དབང་འཛིན་པའི་དབང་ཆ་ཇི་ཅམ་གྱི་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དེ་ཅམ་གྱི་དེར་ཐོབ་པའི་ཅི་གསུང་
བཀའ་སྐྱབ་དང་མཐུན་ལམ་དེ་ཆེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་འཕེར་བ་ཡོད། སྲིད་དབང་གླེང་
འཛིན་པ་དེ་གཏན་དུ་གནས་པར་ཚབས་ཆའི་འཛིགས་སྐྱལ་བྱེད་པ་ལ་བཟང་སྤྱོད་གྱི་
ཉེས་སྐྱོན་དེ་བྱེད་ལས་ཀྱི་ལམ་ནས་གསལ་བརྗོད་བྱེད་དགོས། དབང་འཛིན་པ་དེར་
ཐོབ་རུང་གི་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁྲུངས་གཞན་ཁག་གཅོད་པ་ལ་མཐུན་ལམ་དང་ཅི་
གསུང་བཀའ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱིར་འཐེན་དེ་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་འདྲ་བའི་དབང་ཆའི་འབྲུང་ཁྲུངས་གལ་ཆེ་གཉིས་པ་དེ་སྲིད་སྐྱོང་བ་དེར་རམ་
འདེགས་དང་། མཐུན་ལམ། ཅི་གསུང་བཀའ་སྐྱབ་ཞུ་བའི་སྡེ་ཁག་དང་སྐྱེ་བོ་གླེང་
གྱི་གལ་གནད་དང་གྲངས་འཁོར་བཅས་ཐེ་བའི་མིའི་རྣམ་བཤགས་དེ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཁྱེ་
ཆེ་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་ལས་འགུལ་སྡེལ་
ན་དབང་འཛིན་པ་དེ་ཚབས་ཆའི་དཀའ་ངལ་ནང་དུ་ཚུད་པར་ངེས། དཔེར་ན། གལ་
ཏེ་གཞུང་ཞབས་པ་ཆོས་སྐྱོན་ལྡན་གྱི་འབྲོན་ཐང་ནང་བཞུགས་ལས་ཀ་མ་བྱས་པའམ།

ནང་དུ་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན་འདྲིན་སྒྲོང་གི་བཀོད་པ་དེར་གཞོད་སྒྲོན་ལུགས་ཆེ་འགྲོ་བ་
ཡིན།

དེ་བཞིན་དུ་གལ་ཏེ་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་མཁན་གྱི་སྒྲིབ་སྒྲེར་དང་སྒྲིཁག་གི་ནང་
དུ་དེ་སྒྲུབ་མཁས་ཀྱི་རིག་ཚུལ་དང་གོ་རྟོགས་མཁོ་སྒྲོད་བྱེད་མཁན་ཡོད་ཆེ་སྲིད་
དབང་གླེང་འདྲིན་པ་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་དེ་ཏ་ཅང་
སྒྲོ་བུ་ཕྱིན་པ་མཐོང་གི་ཡོད། ཁོང་ཆོས་གནས་ཚུལ་ཡག་པོ་རྟོགས་པའི་ལམ་ནས་
ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱ་དང་། བན་རྣམས་ལྟན་པའི་སྲིད་བྱུས་བཟོ་རྒྱུའི་རྣམ་པ་དེ་འདྲ་ཆེས་
ཉུང་དུ་འགྲོ་སྲིད།

གལ་ཏེ་མངོན་པར་མི་གསལ་བའི་ཆ་རྒྱན་ཞེས་བརྗོད་པ་རྒྱན་ལྟན་སྲིད་སྒྲོང་བ་
དེར་རམ་འདེགས་དང་བཀའ་བཅི་དང་ཡེན་ཞུ་བར་མང་ཆོགས་སྐྱུལ་རྒྱན་བྱེད་པའི་
སེམས་ཁམས་དང་བྱུབ་མཐའི་ལུགས་རྒྱན་ནམས་སྒྲོ་ཞན་དུ་ཕྱིན་པ་འཕམ། ཕྱི་ནང་
ཡོག་ན་མང་ཆོགས་དེས་ཅི་གསུང་བཀའ་སྐྱབ་མི་ཞུ་བ་དང་། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་
ཕལ་ཆེར་དེས་པ་ཡིན།

སྲིད་དབང་གླེང་འདྲིན་པའི་དངོས་པོའི་མཐུན་རྒྱན་ལ་ཡོད་པའི་སྐྱངས་འདྲིན་
དེས་ཀྱང་ཁོའི་དབང་ཆར་ཕན་གཞོད་འབྲེལ་གྱི་ཡོད། དབང་འདྲིན་པའི་དངོས་སམ།
རྣམ་པ་ཡོད་པའི་ཚུགས་འགལ་བའི་ལག་ཏུ་དདུལ་གྱི་མཐུན་རྒྱན་དང་། དཔལ་
འབྱོར་གྱི་ལམ་ལུགས། མཁར་དབང་། རང་བཞིན་གྱི་འཕྲོན་ཁུངས། འགྲིམ་
འགྲུལ། བརྟ་འཕྲིན་གྱི་ཐབས་ལམ་བཅས་ཀྱི་སྐྱངས་འདྲིན་ཡོད་ན། ཁོང་ཆོའི་དབང་

ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་ཆེ་བྱས་གཞན་ཞིག་ཐུགས་རྟེན་པར་སྐྱབ་བ་བཅོས་པའམ། སྤྱིར་
འཐུན་བྱས་པ་ཡིན། ལས་བཤོལ་ངོ་མོལ་དང་། སྤྱིར་སྟོག་དཔལ་འབྱོར་དང་།
བད་འཕྲིན། འགྲིམ་འབྲུལ་བཅས་ཀྱི་ནང་དུ་རང་དབང་ཆེ་བུ་སྤྱིན་པ་དེས་དབང་འཛིན་
པ་དེ་སྟོ་ཞན་དུ་བཅོ་གི་ཡོད།

རི་ལྟར་སྟོན་དུ་བཟོ་སྒྲིབ་བྱས་པ་བཞིན་ཅི་གཞུང་བཀའ་སྐྱབ་མི་ཞུ་བ་དང་།
མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ། ཟིང་ཆ་སྟོང་མཁན་བཅས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཆན་པ་ཞིག་གི་ཐད་
དུ་ཉེས་ཆད་གཏོང་བའམ། འཛིགས་སྒྲུབ་སྐྱེལ་པའི་སྤྱིད་དབང་སྒྲིར་འཛིན་པའི་རྩས་
པ་དེ་ནི་སྤྱིད་དབང་སྒྲིར་འཛིན་པའི་དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་རྟེན་པ་དེ་ཡིན། དབང་
ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་འདི་སྟོ་བུ་གཏོང་སྒྲུངས་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་དེ། གལ་ཏེ་མང་
ཚོགས་དེ་རི་ལྟར་དམག་འཐབ་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོང་བ་བཞིན། བཀའ་བཙི་དང་ལེན་མི་ཞུ་
བའི་རིན་འབབ་དུ་ཆབས་ཆའི་མཐུག་འབྲས་བཅོད་ཐུབ་པའི་བྲ་སྒྲིག་ཡོད་ན། ཉེས་
ཆད་རི་ཡོད་ཀྱི་རྩས་པ་དེ་ཉམས་དམས་སུ་གཏོང་བ་ཡིན། སྟོགས་གཞན་ནས་བཤད་
ན། སྤྱིད་དབང་སྒྲིར་འཛིན་པའི་བྲག་གཞོན་དེས་གང་འདོད་པའི་དབང་སྐྱུར་དང་ལེན་
ཐོབ་མི་ཐུབ། གཉིས་པ་དེ། གལ་ཏེ་ཉེན་རྟོག་པ་དང་བྲག་དམག་དཔུང་སྡེ་ནམས་
ཡི་མ་རངས་པ་གྲུར་ན། ཁོང་ཚོས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་རམ། མཉམ་རུབ་ཀྱི་སྟོན་ས་འགོག་
མོལ་བ་ཚོར་མེ་མདའ་རྒྱག་རྒྱ་དང་། ཉེས་རྒྱུད་གཏོང་རྒྱ། འཛིན་བཟུང་བྱེད་རྒྱ་
བཅས་ཀྱི་བཀའ་བྲུབ་ནམས་གཡོལ་བའམ། དངོས་སུ་མི་བཙི་བ་བྱེད་སྤྱིད། གལ་
ཏེ་སྤྱིད་དབང་སྒྲིར་འཛིན་པ་དེས་བྲག་གཞོན་ལག་བསྟར་བྱེད་པར་ཉེན་རྟོག་པ་དང་

དག་དམག་གི་དབྱང་སྒྲེ་ལ་སྒྲོས་འགྲེལ་མ་བྱུང་ན་མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་
དེ་ཉིན་ཁ་ཆེན་པོའི་གནས་སུ་གྱུར་བ་རེད།

མདོར་ན་བཙན་ས་བཟུང་བའི་མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཞིག་གི་ཐད་དུ་
ལམ་སྒྲོངས་ཡོང་བ་ལ་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་དང་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བས་
དབང་འཛིན་པའི་དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་དེ་མེད་པར་བཟོ་བའམ། ཉུང་དུ་གཏོང་བ་
ཞིག་དགོས། དགོས་ངེས་ཀྱི་དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་དེར་རྒྱན་སྒྲིངས་པའི་ཁ་
གསལ་མ་བྱུང་ན་མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་སྒྲོ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་མཐའ་མ་དེར་
འཐོར་ཞིག་འགོ་བ་ཡིན། དེས་ན་མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐད་དུ་མིད་
དོན་གྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་འགྲན་ཚོད་འཕེར་བའི་འཐབ་འབྱུས་འཆར་
འགོད་དེ་མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་པའི་དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་
དམིགས་འབེན་དུ་བྱེད་དགོས།

འཕེལ་རྒྱས་འགོ་བའི་རང་དབང་།

དམིགས་བཀར་འགོག་ཤོལ་གྱི་རིམ་པའི་ནང་གི་མིད་དོན་གྱི་བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་
ཞུ་བ་དང་ལྟན་དུ་སྒྲི་ཚོགས་དང་། དཔལ་འབྱོར། རིག་གཞུང་། མིད་དོན་གྱི་སྒྲིག་
འདུགས་བཅས་ཀྱི་རང་སྒྲོང་གི་སྒྲིད་འཕེལ་དེས་སྒྲི་ཚོགས་ཀྱི་མང་གཙོའི་གོ་ཡུལ་རྒྱ་
ཆེ་དུ་གཏོང་བ་དང་། མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིངས་འཛིན་ཁུམ་པར་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཐད་དུ་སྒྲི་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲི་

དམངས་སྤྱི་ག'འདུགས་ཁག་ཤུགས་ཆེར་གྱུར་ན། དེ་དུས་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པས་
གང་འདོད་རུང་། ཁོ་པའི་སྤངས་འདྲིན་གྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་མང་ཚོགས་ཀྱིས་རིམ་པ་བཞིན་
རང་དབང་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་སྐྱུན་བཞིན་ཡོད། གལ་ཏེ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་
ལས་ལུགས་པ་དེས་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བའི་རང་དབང་འདི་འགོག་པའི་ཐེ་གཏོགས་
བྱེད་གྱི་འདུག་ན། བོ་ཡུལ་གསར་པའི་རྒྱལ་ཁ་འདི་སྤང་སྟོབ་བྱེད་པར་འཆེ་བ་
སྤངས་པའི་འཐབ་ཚད་བཀོལ་སྟོན་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱས་ཏེ། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལས་
ལུགས་དེར་འཐབ་ཚད་གྱི་ནང་དུ་ཡང་རྒྱར་དམག་ས་གཞན་ཞིག་གི་གདོང་ལེན་བྱེད་
དགོས།

གང་འཆོམ་ནས་འགོག་ཆོལ་དང་སྤྱི་ག'འདུགས་བརྗོད་སྐྱུན་རྒྱར་འབྲེལ་འདིས།
སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལས་ལུགས་དེ་ལྷ་ཞིག་པར་བཟོ་བ་དང་། ལུགས་མཐུན་གྱི་
མང་གཙོའི་ལས་ལུགས་འདུགས་རྒྱ་མི་སྟོན་ཀ་མེད་གྱུར་ཏེ། དངོས་དོན་གྱི་རང་
དབང་གི་ཕྱོགས་སུ་འཁྲིད་གྱི་རེད། གང་གིས་ཞེ་ན། སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་དབང་ཆའི་
འབྲེལ་བ་དེར་མང་གཞིའི་འགྱུར་བ་ཐེབས་པ་རེད།

ཕྱི་ལོ་༡༩༧༠ ཟམ་པ་དང་༡༩༩༠ ཡི་ནང་གི་ཕྱོ་ལེཌ་པ་ཡིས་འགོག་ཆོལ་
བརྒྱད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྱེད་སྟོན་དང་། སྤྱི་ག'འདུགས་ཁག་རིམ་བཞིན་རྒྱར་ལེན་བྱས་
པའི་དཔེ་མཚན་གསལ་པོ་ཞིག་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཡེ་ཤུའི་གནམ་བདག་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་
ཚོས་ཚོགས་སམ། ཀེ་ཐོ་ལི་ཀ་རྒྱར་ཅ། དེར་གནོད་འཆེ་ཤུགས་ཆེ་ཕོག་ཡོད་ཀྱང་།
དམར་པོའི་སྤངས་འདྲིན་ཆ་ཆང་བའི་འོག་དུ་ནམ་ཡང་བསྐྱད་མེད། ཕྱི་ལོ་༡༩༧༥

ཡོད་ཤེས་ཡོན་ཅན་དང་། ལས་མི་འགའ་ཤས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་མྱེད་དོན་གྱི་བསམ་
 ཚུལ་བྱུང་སྤེལ་གྱི་ཆེད་དུ་ལས་མིའི་སྤྱད་སྦྱོབ་ཚོགས་ཚུང་ངམ། ཀུ་ཨོ་ཨར།
 ཞེས་པའི་སྤྱེ་ཁག་ཚུང་དུ་ཞིག་བཅུགས་པ་རེད། རྒྱས་པ་ལྷན་པའི་དབང་ཆ་ཡོད་པའི་
 གཏུང་སེམས་མཉམ་སྦྱེད་ལས་མིའི་མཐུན་ཚོགས་གསར་འཛུགས་བྱས་པ་དེས།
 ༡༩༩༠ ནང་དུ་མཐུན་ཚོགས་རང་ངོས་ནས་བྲིམས་འཆར་བུ་ལ་ཉེ། བྲིམས་གཞི་
 གཏན་འབེབས་བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། ཞིང་པ་དང་། སྦྱོབ་སྤྲུལ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱེ་ཁག་
 མང་པོས་ཀྱང་། རང་རང་གི་རང་དབང་ལྷན་པའི་སྦྱིག་འཛུགས་བཅུགས་ཡོད། སྤྱི་
 ཁག་འདི་དག་གིས་དབང་ཆའི་གནས་སྤངས་ལ་འགྱུར་བ་བཏང་བ་དམར་ཤོག་པ་
 ཚོས་ཤེས་རྗེས་གཏུང་སེམས་མཉམ་སྦྱེད་ཀྱི་མཐུན་ཚོགས་དེ་སྐྱར་དུ་བཀག་འགོག་
 བྱས་ཉེ། དམར་ཤོག་པ་ཚོས་དྲག་དམག་གི་དབང་སྐྱར་ལ་བརྟེན་པ་རེད།

ཆེས་རྒྱུག་པའི་གཞོན་འཆོ་དང་བཙོན་འཛུགས་ཀྱིས་བྱུང་བའི་དྲག་པོའི་བྲིམས་
 གཞིའི་འོག་དུ་འདྲེས། སྦྱི་ཚོགས་ནང་གི་རང་དབང་ལྷན་པའི་སྦྱིག་འཛུགས་གསར་པ་
 རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་མཐུན་དེ་ལས་ཀ་བྱས་ཡོད། དཔེར་ན། བྲིམས་མཐུན་མིན་པའི་
 གསར་ཤོག་དང་། རྒྱས་དེབ་བཅུ་སྟག་འགའ་ཤས་དཔར་སྐྱུན་སྤྱི་མཐུན་བྱས་པ་རེད།
 བྲིམས་མཐུན་མིན་པའི་དཔར་ཁང་ཁག་ནས་ལོ་སྟོར་དེབ་བཅུ་སྟག་དཔར་འབྲེམས་
 བྱས་པ་དང་། དེའི་མཉམ་དུ་བྲགས་ཆེན་གྱི་ཚོམ་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གཞུང་གི་དཔར་
 ཁང་དང་། དམར་ཤོག་གི་གསར་འབྲེམས་ཁག་ལ་ཕྱིར་སྤོག་བྱས་པ་རེད། དེ་དེ་

བཞིན་གྱི་ལས་འགུལ་ཁག་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཞན་གྱི་ནང་དུ་འང་ཐུ་མཐུད་པ་
རེད།

རྩུ་མེ་ལ་སྤྱི་དག་པོའི་དབང་འདོན་གྱི་ལོག་དུ་དག་པོའི་དམར་ཤོག་སྤྱིད་གཞུང་དེ་
སྐབས་ཤིག་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་དུ་འཕར་སྤྱིད་རྒྱག་བཞིན་པའི་འབྲེལ་བ་རྫོང་བྱས་
ཡོད། དཔོན་རིགས་ཚོས་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་དང་ཁང་པ་ན་མས་རང་འཇགས་
བདག་བཟུང་བྱས་ཡོད། དབང་འདོན་པ་དེས་ཉེས་ཆད་གཏོང་བ་དང་། འདོན་
བཟུང་བྱེད་པ། བཅོམ་འཇུག་བྱེད་པ། དཔར་སྐྱུན་ཁང་ཁག་ལ་སློབ་ཤེས་རྒྱག་པ་
སོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་དུ་ཐུ་མཐུད་དག་གཞན་བྱེད་ཐུབ། འོན་ཀྱང་སྤྱིད་དབང་
སྤྱིད་འདོན་ལས་ལུགས་པ་དེས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་སྤངས་འདོན་བྱེད་ཐུབ་མེད། སྐབས་དེ་
ནས་བཟུང་ཕྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་དབང་འདོན་པ་དེ་ཆ་ཚང་བ་འཆམ་ལ་འབེབས་ཐུབ་རྒྱ་
དེ་ལྟར་པོ་ཆགས་ཡོད།

སྤྱིད་དབང་སྤྱིད་འདོན་པ་ཞིག་གིས་གཞུང་གི་གོ་གནས་བཟུང་ཕྱི་ཡོད་པའི་
སྐབས་སུ་འདྲ་། སྐབས་དེ་དེ་དང་ཆ་མཉམ་པའི་མང་གཙོའི་སྤྱིད་གཞུང་ཞིག་གོ་
སྤྱིག་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན། འདི་ནི་གང་ལ་མང་ཚོགས་དང་སྤྱིག་འཇུགས་ཁག་གིས་
མཐུན་ལམ་དང་། བརྒྱན་མཁས། ལ་ཞེན་སྤྱད་པའི་འགལ་ཆུའི་གཞུང་ཞིག་གི་
ཚུལ་དུ་ཐུགས་ཆར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཡིན། དེའི་རྒྱུ་པས་སྤྱིད་དབང་སྤྱིད་འདོན་
ལས་ལུགས་དེ་སྤྱིད་གཞུང་གི་ཁྲད་ཚོས་འདི་དག་དང་རིམ་པས་ཁ་བྱལ་གྱི་ཡོད།
མཐའ་མཐུག་དུ་མང་གཙོ་ཅན་གྱི་ཆ་མཉམ་པའི་གཞུང་དེས་མང་གཙོའི་ལས་ལུགས་

ཞིག་དུ་བརྒྱུར་བའི་ཆ་ཤས་སུ་གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱི་དབང་འདྲིན་པ་དེ་ཆ་ཚང་བ་བརྩེ་
སྒྱུར་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ནས་རྩུད་རིམ་དེའི་ནང་དུ་འགྱུར་འགྲོས་གྱི་ཆ་ཤས་ལྟ་བུར་ཙུ་
ཁྲིམས་ཞིག་བཟོ་བ་དང་འོས་བསྐྱེད་པ་བཅས་བྱེད་ཆོག

མྱེད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་འཛོར་ཞིག་གཏོང་བ།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིག་འཛུགས་འགྱུར་བ་འགོ་བཞིན་པའི་སྐབས་དེར་བཀའ་བཙི་དང་
ཡེན་མི་ཞུ་བ་དང་། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་ལས་འགུལ་དེ་ཁྲབ་གདལ་འགྲོ་སྤྱོད།
མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བའི་དཔྱད་སྡེའི་འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བའི་
དཔྱད་སྡེས་དམིགས་བཀར་གྱི་འགོག་ཚོལ་ལས་བཞུལ་ཏེ། མང་ཚོགས་ཕོན་ཆེས་
བཀའ་བཙི་དང་ཡེན་མི་ཞུ་བའི་ལས་འགུལ་བྱེད་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་
དེ་སྔ་ས་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས། གནད་དོན་མང་ཆེ་བའི་ནང་དུ་འགོག་ཚོལ་
གྱི་རྩས་པ་སྒྱུར་བའོ། བཟོ་བ་ཡང་ན་རྒྱ་ཆེར་གཏོང་བ་ལ་དུས་ཚོད་གྱི་དགོས་མཁོ་
ཡོད་པ་དང་། མང་ཚོགས་ཕོན་ཆེས་བཀའ་བཙི་དང་ཡེན་མི་ཞུ་བའི་འཕེལ་རིམ་དེ་
ལོ་འགའ་ཤས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཁོ་ན་ཡོང་བའང་སྤྱོད། བར་བཞུལ་གྱི་དུས་སྐབས་འདིའི་
ནང་དུ་དམིགས་བཀར་འགོག་ཚོལ་གྱི་ལས་འགུལ་ནམས་གལ་ཆེའི་སྤྱད་དོན་གྱི་
དམིགས་ལུལ་དང་བཅས་སྤེལ་དགོས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིམ་བུ་ཚང་མའི་ནང་གི་མང་
ཚོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལུགས་ཆེ་བས་ཆ་ཤས་ཡིན་དགོས། ལས་འགུལ་ཁྲབ་འཕེལ་
སྐབས་སུ་སྒྲིག་ཁྲིམས་ལྟན་ལ་ཐག་ཚད་པོའི་སྤྱད་དོན་གྱི་བཀའ་བཙི་དང་ཡེན་མི་ཞུ་

བདེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལས་ལྷགས་ཀྱི་ནང་གི་ཞན་ཆ་ཁག་མངོན་གསལ་དོད་པོར་གྱུར་བ་ཡིན།

སྐབས་དེར་ལྷགས་ཆེ་བའི་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཙི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དང་། རང་དབང་ལྡན་པའི་སྒྲིག་འཇུགས་བཟོ་སྐྱོན་བྱུང་འབྲེལ་དེས། མང་གཙོ་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་དཔྱད་སྲིབ་ལས་ཕན་པའི་བྱ་བ་བཞུགས་ཆེ་བའི་བྱ་ལ་སྒྲིའི་དོ་སྣང་བསྐྱུན་སྲིད། དེས་སྡོ་ལེཌ་ན་ནང་དུ་བྱུང་བ་བཞིན་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་གྱི་དཔྱད་སྲིབ་བྱུང་སྐྱོར་དུ་ཆོང་ལས་བཀག་སྡོམ་དང་། ཕྱིར་སྡོག་བྱུང་སྒྲིའི་བྱ་ལ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་ཀྱི་དམའ་འབབ་ཀྱང་བསྐྱུན་སྲིད།

རི་ལྷོ་ཤར་འཇར་མན་གྱི་ནང་དུ་༡༩༥༩ ལོར་བྱུང་བ་ལྷོ་འཐབ་བྱས་པ་ཆོས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་གནས་སྡངས་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་དུ་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལས་ལྷགས་ཀྱི་འབྲེལ་རྒྱུ་དེ་ཆེས་ལྷོ་པོ་ཡོང་སྲིད། འདི་ནི་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལས་ལྷགས་པའི་ཐད་དུ་བྱ་ཆེ་མང་ཆོགས་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་འགྱུར་སྡོག་གི་ཁྱབ་འབྲས་དེས་དབང་ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་ལྷགས་ཆེར་བཅད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་བྱུང་བ་རེད། འོན་ཀྱང་འགྲོས་འདི་རྒྱན་ལྷན་མིན་པས་དུས་ལུན་བྱུང་བའི་འཐབ་ཚོད་དེར་གྱ་སྒྲིག་བྱས་པའི་ཐོག་སྐྱགས་ཐག་རིང་པོའི་འཆར་གཞི་འགོད་རྒྱ་དེ་ལེགས་པ་ཡིན།

བཅའ་སྡོམ་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་དུས་ལུན་རིང་ལ་གནད་དོན་རྒྱུད་ཅག་གི་བྱ་ཁ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་དགའ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། བྱ་ཁ་ཐོབ་མཁན་གྱི་མི་ཆོ་ཡང་ངོས་ལེན་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས། སྲུང་སྲུང་འདོམས་པོ་དང་ལྷན་པའི་དགའ་དགའ་སྤྱོད་

སྒྲིབྱེད་པ་དེས་མ་འོངས་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་རིམ་པར་མཁོ་བའི་སེམས་ལུགས་རྒྱན་
འཁྲོངས་ལའང་ཕན་གྱི་རེད།

ལམ་སྒྲོངས་དེ་འགན་ཁུར་ལྡན་པའི་སྒྲོན་ནས་སྒྲོང་བ།

གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་འཆར་འགོད་པ་ཆོས་མིང་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་
གསར་པ་ཞིག་སྒྲིབ་པར་སྒྲོན་འགོག་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལམ་སྒྲོངས་ལྡན་པའི་འཐབ་ཚོད་
ཅིག་འོས་ཤིང་འཆམས་པའི་ལམ་ནས་ལེགས་བྱུང་ཡོང་བ་དང་། ཡུན་དྲུག་ནས་
པའི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཞིག་རིམ་པས་འཛུགས་སྐྱོན་བྱེད་པར་སྒྲོན་ཚུད་ནས་
ཅིས་རྒྱག་བྱེད་དགོས།

མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་ཆོས་འཐབ་ཚོད་མཐུག་པསྒྲིལ་སྐབས་མིང་དབང་སྒྲེར་
འདྲིན་ལམ་ལུགས་ནས་བར་བསྐལ་གྱི་མིང་གཞུང་བར་གྱི་འགྱུར་འགྲོས་དེ་རི་ལྟར་
སྒྲོང་བའི་ཐོག་ལ་ཅིས་སྒྲོར་བྱེད་དགོས། དེའི་སྐབས་སུ་འདྲིན་སྒྲོང་བྱེད་པའི་གཞུང་
གསར་པ་ཞིག་མཁྱོགས་སྐྱུར་འཛུགས་རྒྱ་དེ་འོས་ཤིང་འཆམས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་
གཞུང་ཞབས་གསར་པ་ཡོད་པའི་མིང་གཞུང་རྙིང་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་འགྲིགས་པ་མིན།
དཔེར་ན། མིང་དོན་གྱི་ཉིན་ཉིག་པ་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་མང་གཙོ་དང་རྒྱབ་འགལ་
གྱི་བྱུང་ཆོས་ཅན་གྱི་མིང་གཞུང་རྙིང་པའི་སྒྲོམ་གཞིའི་སྤེ་ཆན་གང་ཞིག་ཡོངས་སུ་
མིང་པར་བཟོ་བ་དང་། མ་འོངས་མང་གཙོ་ཅན་དུ་བསྒྱུར་བའི་འབད་ཚོལ་ལ་ཕན་པའི་
སྤེ་ཆན་གང་ཞིག་ཉར་ཆགས་དགོས་མིན་གྱི་ཅིས་རྒྱག་བྱེད་རྒྱ་དེ་དགོས་ངེས་ཅན་

ཡིན། གཞུང་མེད་པའི་བར་སྟོང་ཆ་ཚང་བ་དེས་སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་
གསར་པ་ཞིག་གསུམ། ཡང་ན་ཟིང་ཆ་ཆེན་པོ་ཡོང་བའི་སྐྱེ་འབྱེན་བྱེད་པ་ཡིན།

སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེའི་དབང་ཆ་འཛོམ་ཞིག་ཏུ་སྤྱིན་རྗེས་དེའི་
དཔོན་རིགས་མཐོ་གས་རྣམས་ཀྱི་ཐད་ལ་སྲིད་བྱུས་ག་རེ་ཡིན་མིན་ཐག་གཅོད་བྱེད་
རྒྱུའི་བསམ་མཁོ་སྟོན་ཚུད་ནས་གཏོང་དགོས། དཔེར་ན། སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་
ཚོ་སྤྲིམས་ཁང་ཞིག་ཏུ་སྤྲིམས་པའི་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ནམ། ཁོང་ཚོ་དུས་གཞན་གྱི་ཆེད་
དུ་ཡུང་པ་བཞག་སྟེ་འགོ་ཚུགས་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ནམ། རྒྱལ་ཁབ་ཐོབ་པའི་རྗེས་སུ་མང་
གཙའི་འཇུགས་སྒྲུན་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གསར་སྒྲུན་གྱི་ཆེད་དུ་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་
དང་ལེན་མི་ལྷ་བ་དང་མཐུན་པའི་གདམ་ཁ་གཞན་ག་རེ་ཡོད་དམ། མ་འོངས་མང་
གཙའི་ལམ་ལུགས་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་མཇུག་འབྲས་ངན་པ་འབྱུང་སྲིད་པའི་མི་གསོད་
ཁྲག་སྒྲོར་གྱི་ལས་དེ་དེས་པར་དུ་སྟོངས་དགོས་པ་ཡིན།

སྲིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་སྟོར་ཏུ་འགོ་བཙམ། འབྲེལ་དེ་བྱེད་པའི་
སྐབས་དེར་མང་གཙའི་ཅན་དུ་བསྒྱུར་བའི་དམིགས་བསལ་འཆར་གཞི་ལག་བརྟན་བྱེད་
པར་ག་སྒྲིག་དགོས། དེ་འདྲའི་འཆར་གཞི་དེས་སྟེ་ཁག་གཞན་ཞིག་གིས་གཞུང་
སྲིད་བཅན་འཕྲོག་བྱེད་པ་བརྒྱུད་རྒྱལ་སྲིད་དབང་ཆ་བརྒྱུད་རྒྱ་ནས་སྟོན་འགོ་བྱེད་
པའི་ཕྱོགས་བྱེད་པ་ཡིན། སྲིད་དོན་དང་ཡུལ་མི་སྒྲིབ་གྱི་རང་དབང་ཆ་ཚང་ཡོད་པའི་
མང་གཙའི་ཅ་སྤྲིམས་ལྟན་པའི་གཞུང་གི་སྒྲིག་འཇུགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡང་འཆར་གཞི་

དགོས་པ་ཡིན། འགྲོ་བྱེད་ཆེན་པོ་བདད་སྟེ་ཐོབ་པའི་འགྲུར་བ་དེ་འཆར་འགོད་མ་
འདད་པའི་དབང་གིས་བསྐྱུག་དུ་འཇུག་ཏུ་མེད།

ཕྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེས་སྒྲུངས་འཛིན་བྱེད་མི་བྱུང་པའི་དབང་ཆ་
ཤུགས་ཆེར་བྱིན་པའི་མང་ཚོགས་དང་། རང་དབང་ཐུན་པའི་མང་གཅོམ་སྡེ་ཁག་དང་
སྒྲིག་འཇུགས་གཉིས་ཀས་གདོང་ལེན་བྱེད་སྐབས་ཕྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་དེས་རང་
ཉིད་ཀྱི་འབད་ཚོལ་ཡོངས་རྫོགས་ལྷ་འཐོར་བ་མཐོང་གི་ཡོད། གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྒོ་
ནས་སྤྱི་ཚོགས་སྒོ་རྒྱག་པ་དང་། སྤྱིར་བཏང་གི་ལས་བཤོལ་དེ་ཚོལ། ཡོངས་
རྫོགས་ནད་དུ་སྒྲོད་པ། བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་གོམ་བཤོད། དེ་བཞིན་ལས་
འགུལ་གཞན་གྱིས་ཕྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོགས་པ་དང་། འབྲེལ་
ཡོད་སྒྲིག་འཇུགས་ཁག་ཤུགས་ཆེར་མེད་པ་བཟོ་གི་ཡོད། མང་ཚོགས་ནས་ཆ་ཤས་
མངས་པ་དང་། རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་སྒོ་ནས་བེད་སྤྱོད་བྱས་པའི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་
བ་དང་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་མཇུག་འབྲས་ལྷ་བྱུར་ཕྱིད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་པ་ནམས་
དབང་ཆ་མེད་པར་གྱུར་པ་དང་། མང་གཅོ་སྤྱང་སྒྲོབ་པ་ཚོར་འཆེ་བ་བྲལ་བའི་རྒྱལ་
ཁཐོབ་ཀྱི་ཡོད། བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་ཕྱིད་དབང་
སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་དེ་འཐོར་ཞིག་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན།

འདི་ལྟ་བུའི་འབད་ཚོལ་ཆང་མར་ལས་སྐྱེ་པོ་དང་ལྷུར་པའི་ལམ་སྒྲོངས་ཡོང་གི་
མེད། ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་དྲག་དམག་གི་དམག་འཐབ་མང་པོ་ཞིག་ཐོབ་པ་ནད་
བཞིན་ཤོར་ཡང་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་སྤྱིད་དོན་ཀྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དེས་

གྲུ་ལ་ཁ་ཐོབ་པའི་གོ་སྐབས་དངོས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་གྲིག་ལམ་
 ལྟན་ལ་སྤྱང་སྤྱོད་པས་ཆེ་བའི་འཐབ་ཚོད་དང་། འབད་ཚོ་ལ། རོ་སྤང་ལྟན་པའི་འཐབ་
 བྱས་ཀྱི་འཆར་འགོད། ཡང་དག་པའི་གཞི་གྲུ་ཆེ་བའི་འཐབ་བྱས་ཀྱི་བཟོ་འགོད་
 བརྒྱད་དེ་གོ་སྐབས་དེ་ཤུགས་ཆེ་ཏུ་གཏོང་བྱུང་གི་ཡོད།

བཅུ་པ།

ལྷགས་ཐུབ་ཀྱི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཆེད་མང་གཞི་འདིར་བ།

སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འཛོར་ཞིག་དེ་ཨ་ཅང་ཅང་དགའ་སྟོན་ལྷགས་
ཆེ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཞིག་རེད། ཏུས་ཡུན་རིང་པོར་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐུངས་པ་དང་འགོ་གོན་
ལྷགས་ཆེ་བཏང་སྟེ་འཐབ་ཚོད་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་མང་ལ་ངོས་ལེན་དང་། ངལ་གསོ།
དགའ་སྟོན་བྱེད་པའི་ཏུས་ཚོད་ཅིག་འོས་འབབ་ཡོད། མང་ཚོགས་དང་ཁོང་ཚོའི་
མཉམ་དུ་སྲིད་དོན་གྱི་རང་དབང་ཐོབ་ཆེད་དུ་འཐབ་ཚོད་བྱེད་མཁན་ཆང་མས་རང་
གིས་རང་ལ་སློབས་པ་སྦྱེད་དགོས། ཉི་མ་འདི་མཐོང་བར་ཆང་མ་བསྐྱད་ཅིད་ཤེས་
ཆེ། རང་གི་ལུང་པའི་ནང་གི་རང་དབང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཟོ་སྟོབ་ཐོབ་རམ་
འདེགས་བྱེད་མཁན་འདས་གསོན་གཉིས་ཀར་དཔའ་བོའི་ཚུལ་དུ་བྲན་གསོ་བྱེད་ཀྱི་
རེད།

སྐབས་ཉེས་པ་ཞིག་ལ་འདི་ནི་ནམ་གཡིངས་བྱེད་པའི་སྐབས་ཞིག་མིན། སྲིད་
དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་དེས། སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་
འཛོར་ཞིག་ལམ་སྟོངས་ལྷན་པ་ཞིག་ལྷུང་བའི་སྐབས་སུའང་། རྟིང་པ་དེ་འགྲེལ་དེབ་
ལྷུང་རྩིས་ཀྱི་སྟོག་ཟེང་ནང་ནས་བཅན་གཞོན་ཅན་གྱི་དབང་འདྲིན་པ་གསར་པ་ཞིག་སྦྱོ་
བའི་དྲོགས་ཐོན་སྟོན་འགོག་བྱེད་རྒྱ་དེར་གཟབ་དགོས། མང་གཙོར་དགའ་བའི་
དཔུང་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་ཚོས་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་འཕྲོ་འགྲུར་

བཀྲིས་པ་ཡོང་ཕྱིར་སྡོན་ཚུད་ནས་བརྒྱུག་བྱེད་དགོས། གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་བཀོད་པ་
ནམས་ལྷ་འཁོགས་དགོས། ལུགས་ལུབ་ཀྱི་མང་གཙམ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཀུན་སྡོད་ཚད་
ལྡན་དང་། རྒྱུག་ཁྲིམས་དང་ཙུ་ཁྲིམས་མང་གཞི་བཅས་བཟོ་དགོས་པ་ཡིན།

མིད་དབང་སྐར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དེ་ཟགས་པ་དང་། དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཡང་དག་
པའི་རྒྱུ་ཚོགས་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་ཡིད་ཆེས་སྤྲས་ཀྱང་བྱེད་རྒྱ་མེད། མིད་དབང་
སྐར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འཕོར་ཞིག་དེས་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པའི་རང་དབང་གི་གནས་
སྤངས་འོག་ཏུ་འགོ་བཅིའི་དགོས་མཁོ་འདར་ངེས་བཞིན་པ་སྤྱུལ་རྒྱ་དང་། རྒྱུ་
ཚོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱར་ལུགས་ཐག་རིང་པའི་འབད་ཚོལ་གྱི་ཆེད་དུ་འགོ་
འདྲུགས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཞིག་སྡོད་ཀྱི་ཡོད། ཚབས་ཆེ་བའི་མིད་དོན་དང་། དཔལ་
འབྱོར། རྒྱུ་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ནམས་ལོ་མང་རིང་ལུ་མཐུད་གནས་མིད་
པས། དཀའ་ངལ་དེ་དག་སེལ་བར་མི་མང་དང་སྡེ་ཁག་གི་མཐུན་ལམ་གྱི་དགོས་
མཁོ་ཡོད། མིད་དོན་ལམ་ལུགས་གསར་པ་དེས་ཐབས་ཚུལ་བཟང་འདེམས་དང་།
བསམ་ཚུལ་སྤྲ་མང་ལྡན་པའི་མང་ཚོགས་ལ་མ་འོངས་པའི་དཀའ་ངལ་ལ་གཏོང་ལེན་
བྱེད་རྒྱར་མིད་བྱས་བཟོ་བ་དང་། འདྲུགས་སྤྱན་གྱི་ལས་ཀ་ལུ་མཐུད་བྱེད་རྒྱའི་གོ་
སྐབས་སྡོད་དགོས།

མིང་དབང་སྒྲིབ་འདྲིམ་ལམ་ལུགས་གསར་པ་ཞིག་གི་འདྲིམས་སྤང་།

ཨེ་རིས་ཤོད་པ་གིས་བཅན་ཤིང་དབང་སྒྲིབ་གིས་བཅན་ཤིང་དབང་སྒྲིབ་དུ་བསྒྲིབ་ཡང་
 ཐུབ། ཅིས་སྤྲོ་མོ་ནས་ཉེན་བརྟེན་ཡོད།¹⁴ བཅན་གཞོན་ཅན་གྱི་དབང་འདྲིམ་
 པ་ཞིག་གི་འབྲེལ་དེབ་དེ་སྤྲོ་ཁག་དང་སྒྲུབ་པོ་འགའ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་རྩོམ་གསར་པ་
 ཞིག་དུ་འགྱུར་རྒྱུ་ཡི་ཤོ་སྒྲུབ་སྤྱི་ལུ་བཟུང་མཁན་ཡོད་པ། དཔེར་ན། སྤྲོ་རན་སི་
 ཡི་རྩོག་སྤྲོ་སྤྲོ་དང་། རྩོམ་ཡིན། ལུ་རུ་སྤྲོ་ཡི་སྤྲོ་ལ་ཤིག་ཨི་རྒྱུ་གྱི་ཨ་ཡ་ཤོ་
 ལ། འབར་མའི་སོ་ལོ་ཀ། དེ་བཞིན་གཞན་བཅས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ར་འཕྲོད་དུ་མ་ཞིག་
 ཡོད། ཁོང་ཚོའི་ཀྱན་སྦྱོང་མི་འདྲ་བ་མིང་གྲང་། འབྲས་བུ་ནི་ཉ་ལམ་ཆང་མ་གཅིག་
 པ་ཡིན། མིང་དབང་སྒྲིབ་འདྲིམ་ལམ་ལུགས་གསར་པ་དེ་རྩིང་པ་ལས་གྲང་ཆེས་
 གཏུག་རྒྱུ་བཞེད་དང་། སྤངས་འདྲིམ་ཆ་ཆང་བ་ཡོད་མིང་།

མིང་དབང་སྒྲིབ་འདྲིམ་ལམ་ལུགས་དེ་འབྲེལ་དེབ་མ་བྱུང་སྤྲོན་ལའང་། དབང་
 འདྲིམ་པ་རྩིང་པ་འི་ཚོགས་མི་ཚོས་མང་ཚོགས་ཀྱི་འགོག་སྤོལ་རྒྱལ་ཁ་དེ་སྤྲོན་འགོག་
 བྱེད་བྱིས་གཞུང་མིང་བཅན་འཕྲོག་བྱེད་ཁུལ་བྱས་ཏེ། མང་གཅིད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་
 ཆེད་དུ་མིང་དོན་གྱི་འཐབ་ཚད་དེ་བྱུང་དུ་གཏོང་བའི་འབད་ཚོལ་བྱེད་མིང་། དེ་དག་
 གིས་མིང་དབང་སྒྲིབ་འདྲིམ་ལམ་ལུགས་དེ་བྱིས་དབྱུངས་བྱས་མདོག་ཤོད་མིང་གྲང་།
 དོན་དངོས་སུ་མིང་གཞུང་རྩིང་པ་དེ་རང་གསར་བཅོས་བྱས་པའི་གསར་པ་ཞིག་བཅན་
 འགེལ་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད།

གཞུང་མིང་བཅན་འཕྲོག་འགོག་པ།

བཅེངས་གྲོལ་བདང་པའི་སྤྱི་ཚོགས་གསར་པའི་ཐད་ཀྱི་གཞུང་མིང་བཅན་འཕྲོག་དེར་
ཡམ་ཉེས་གཏོང་བྱུང་པའི་ཐབས་ལམ་ཡོད། སྤྱི་མཐུན་སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་རྒྱུ་པའི་གོ་
ཉོགས་ཡོད་པ་དེས་སྐབས་འགའ་ཤས་ལ་འབད་ཚེ་ལ་དེ་འགོག་པར་འདང་ངེས་བཞིན་
པ་ཡོད། བྱ་སྤྱི་གཤིས་སྤོན་འགོག་སྤྱོད་བྱུང།

གཞུང་མིང་བཅན་འཕྲོག་འགོ་བཅུགས་མ་ཐག་ཏུ་ཕྱེས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྷོ་མ། མིང་དབང་
སྐབས་འཚོལ་བ་ཚོར་བྱིམས་མཐུན་ངེས་ལེན་གྱི་དགོས་མཁོ་ཡོད། དེ་ནི་ཁོང་ཚོས་
དབང་སྐྱོར་བྱེད་པར་མིང་དོན་དང་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དེར་ངེས་ལེན་བྱེད་པ་ལ་གོ་
བ་ཡིན། དེས་ན་གཞུང་མིང་བཅན་འཕྲོག་མི་ཡོང་བའི་སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་གཞི་རྩའི་རྩ་
འཛིན་དང་པོ་དེ་སྐབས་འཚོལ་བ་ཚོར་བྱིམས་མཐུན་ངེས་ལེན་མི་བྱེད་པ་དེ་ཡིན།

སྐབས་འཚོལ་བ་ཚོར་མང་ཚོགས་དང་། སྤྱི་དམངས་ཀྱི་འགོ་བློ་ཚོ་རྒྱུ་སྐྱོར་
ཅན་དང་། མགོ་འཁོར་སྐྱབ་བའམ། ཡང་ན། བྱ་འགྲུལ་མེད་མཁན་དེ་འདྲའི་དགོས་
མཁོ་ཡོད། སྐབས་འཚོལ་བ་ཚོར་གནོད་འཚེ་ཕོག་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་རང་
ཉིད་ཀྱི་སྣང་ས་འཛིན་དམ་པོ་བཟོ་ཆེད་དུ་སྐྱོབ་སྤོན་པ་དང་བྱུང་མཁས་པ། སྤྱི་
དམངས་ཞབས་ཁུ་བ་དང་ལས་བྱེད་ལས་བྱེད་པ། འཛིན་སྐྱོང་བ་དང་བྱིམས་དཔོན་
བཅས་ཀྱི་མཐུན་ལམ་གྱི་དགོས་མཁོ་ཡོད། སྐབས་འཚོལ་བ་ཚོར་རང་ཉིད་ཀྱིས་
འགྲུར་བཅས་བྱས་པའི་མིང་བྱས་དང་ལས་སྤོན་ལོག་ཏུ་ཤར་སྐྱོད་བྱེད་མཁན་གྱི་དག་

དམག་དབང་སྲིད་དང་། ཉེན་རྟོག་པ། དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས། སློག་འདུགས་
བཅས་ཆབ་སྲིད་ལམ་ལུགས་བཞོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་མང་ཚོགས་ཏུ་མའི་དགོས་མཁོ་
ཡང་ཡོད།

གཞུང་སྲིད་བཅན་འཕྲོག་མི་ཡོང་བའི་སྤང་སྦྱོབ་ཀྱི་གཞི་རྩའི་རྩ་འཛིན་གཉིས་པ་
དེ་ནི་སྐབས་འཛོལ་བ་ཚོར་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་དང་། བཀའ་བརྩི་དང་ལེན་མི་ཞུ་
བའི་སྒྲོ་ནས་འགོག་ཤོལ་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད། ཁོང་ཚོར་དགོས་པའི་མཐུན་ལམ་དང་
རོགས་སྦྱོར་བྱེད་རྒྱ་མེད། མདོར་ན་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་པའི་ཐད་ཏུ་
འཐབ་རྩོད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བེད་སྤྱོད་བྱས་པ་དེ་ནང་བཞིན་ཉེན་ཁ་གསར་པ་དེའི་ཐད་ཏུ་
བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བཞོལ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས། གལ་
ཏེ་སྤྲིམས་མཐུན་ངོས་འཛིན་དང་མཐུན་ལམ་གཉིས་ཀ་མ་ཐོབ་པ་ཡིན་ན་གཞུང་སྲིད་
བཅན་འཕྲོག་དེར་སྲིད་དོན་གྱི་ལུ་གུ་ཐབས་ཏེ་ཤི་རྒྱ་དང་། མང་གཙོ་ཅན་གྱི་སྤྱི་
ཚོགས་ཞིག་བཟོ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དེ་སྦྱར་གསོ་ཐབས་པ་ཡིན།

རྩ་སྤྲིམས་ཟིན་བྱིས་བྱེད་པ།

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་གསར་པ་དེར་འདོད་པར་ཡོད་པའི་མང་གཙོའི་སྲིད་གཞུང་
གི་སྒྲོམ་གཞི་གཏན་འབེབ་བྱས་པའི་རྩ་སྤྲིམས་ཞིག་གི་དགོས་མཁོ་ཡོད། རྩ་སྤྲིམས་
དེའི་ནང་ཏུ་སྲིད་གཞུང་གི་དགོས་པ་དང་། གཞུང་གི་དབང་ཆར་མཚམས་འཛིན།
གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་དང་སྤྲིམས་བཟོ་བ་འདེམས་སྐྱུག་བྱེད་པའི་འོས་བསྐྱུའི་ཐབས་

ལམ་དང་དུས་ཚོད། མང་ཚོགས་ཀྱི་གདོད་མ་ནས་ཡོད་པའི་ཐོབ་ཐང་། དབུས་
གཞུང་དང་རིམ་པ་འོག་མའི་གཞུང་གཞན་ཁག་གི་འབྲེལ་བ་བཅས་གསལ་འཁོད་
དགོས་པ་ཡིན།

གལ་ཏེ་གཞུང་དེ་མང་གཙོ་ཅན་ཞིག་ཏུ་གནས་རྒྱུ་ཡིན་ན། དབུས་གཞུང་དེའི་
ནང་དུ་ཁྲིམས་བཟོ། འདྲིམ་སྤྱོད་། ཁྲིམས་ཞིབ་བཅས་གཞུང་གི་ཡན་ལག་ཚོའི་
དབར་ལ་དབང་ཚད་ཀྱི་བཤོ་འབྲེམས་གསལ་པོ་ཞིག་གཏན་འཁེབ་བྱེད་དགོས།
ཁྲིམས་མཐུན་སྤྱི་དོན་གྱི་ཐེ་བྱས་འགོག་པར་བྲག་དམག་གྱི་དཔུང་སྡེ་དང་། གསང་
ལས་ཞབས་ཞུ་བ། ཉེན་རྟོག་པ་བཅས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ཐོག་ཏུ་དམ་བསྒྲགས་ཤུགས་ཆེ་
ཡོད་དགོས།

མང་གཙོ་ཅན་གྱི་ལམ་ལུགས་གཅེས་སྤྱོད་དང་། མིང་དབང་སྐར་འདྲིམ་ཅན་གྱི་
འགྲོས་དང་ཐབས་ཤེས་འགོག་པའི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་། མངའ་སྡེ། ས་གནས་རིམ་
པ་བཅས་ཀྱི་གཞུང་ལ་དབང་ཆ་གང་འཚམ་རྒྱུ་འདྲིམ་བྱས་ཡོད་པའི་སྤྱི་མཐུན་ལམ་
ལུགས་གཏན་འཁེབ་བྱེད་པའི་རྩ་ཁྲིམས་ཞིག་བྱུང་ན་ཡིགས་པ་ཡོད། གནས་སྐད་ས་
འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་དུ་ས་ཁུལ་རྒྱུ་རྒྱ་འགའ་ཞིག་གིས་དབང་ཚད་ཤུགས་ཆེ་ཉར་བ་
གང་ཞིག་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་སུ་གནས་པའི་སྤྱི་ཐོག་ལེ་ཆ་ཤིའི་ལམ་ལུགས་ནང་
གི་རང་སྤྱོད་མངའ་སྡེ་སྤྱི་བཅས་ཞིབ་བྱེད་ཆོག

གལ་ཏེ་གསར་དུ་བཅོངས་གྲོལ་བྱུང་བའི་ལུང་པ་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་དུ་ཁྱད་
ཆོས་དུ་མ་འདི་དག་དང་རྣམ་པའི་རྩ་ཁྲིམས་ཞིག་དེ་སྤྱི་བཅས་ཡོད་ན་དགོས་པ་ཁོ་དང་

མཐུན་པའི་བསྐྱར་བཅས་བྱས་ཏེ་བཞོལ་སྟོང་སྐྱར་གསོ་བྱེད་རྒྱ་དེ་མཁས་པའི་རྟགས་
 ཡིན། གལ་ཏེ་འོས་ཤིང་འཆམས་པའི་ཙྰའི་མས་རྩིང་པ་ཞིག་མེད་ན། བར་བསྐལ་
 གྱི་ཙྰའི་མས་ཞིག་བཞོལ་སྟོང་བྱེད་རྒྱ་དེ་དགོས་ངེས་ཡིན་སྟེ། དེ་མིན་ཙྰའི་མས་
 གསར་པ་ཞིག་བཟོ་དགོས་པ་ཡིན། ཙྰའི་མས་གསར་པ་ཞིག་བཟོ་བར་བསམ་སྟོན་རྒྱ་
 ཆེ་གཏོང་དགོས་པ་མ་ཟད། ཏུས་ཚོད་ཀྱང་གང་འཆམས་དགོས། ཙྰའི་མས་གྱི་ཟེན་
 བྱིས་གསར་པ་དེར་གཏན་འབེབ་ཆོག་མཆན་སྟོང་པའམ། ཡང་ན། སྐྱར་བཅས་
 བྱེད་པའི་རྒྱ་དེ་རིམ་གྱི་ནང་ཏུ་མང་ཆོགས་གྱིས་ཆ་ཤས་ལེན་རྒྱ་དེ་འོས་པ་དང་།
 དགོས་མཁོ་ཅན་ཞིག་ཡིན། ཙྰའི་མས་གྱི་ནང་ཏུ་འབྱུང་འབྱུར་ལག་ལེན་ཏུ་བསྐྱར་
 མི་བྱུང་པའི་ཁས་ལེན་ནམ། ཡང་ན། ཆེས་གཅིག་སྟེད་གྱི་སྟོང་གཞུང་གི་དགོས་
 མཁོ་ཅན་གྱི་འབྱུང་རྟེན་གྱི་རིགས་འགོད་རྒྱ་འོས་ལ་ཞེ་དགས་གཟབ་དགོས། གང་
 གིས་ཞེ་ན། འདི་གཉིས་ཀས་སྟོང་དབང་སྒྲེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་གསར་པ་ཞིག་
 ཡོང་བའི་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་བྱུང།

ཙྰའི་མས་གྱི་ཆོག་བརྟེན་ནམས་རྒྱ་ཆེ་མང་ཆོགས་ཤས་ཆེ་བས་ལས་སྤྱོད་པོར་གོ་
 རྟོགས་བྱུང་པ་དགོས། འི་མས་ཚོད་པ་དང་མཐོ་རིམ་མི་སྣ་གཞན་དགའོ་ནས་གོ་
 རྟོགས་བྱུང་པའི་རྟོག་འཛིངས་ཅན་དང་། གོ་བདེ་མིན་པའི་ཙྰའི་མས་ཞིག་བཟོ་རྒྱ་
 མེད།

མང་གཙོ་ཅན་གྱི་སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་དབྱུང་ཞིག

བཅའ་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་དེ་ལྟར་ཕྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཉན་ཁ་ཡང་ཡོད་སྤྱི་དབྱུང་། དེའི་
ཆེད་དུ་སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་དབྱུང་ཞིག་གི་དགོས་མཁོ་ཡོད། ལྷན་པོ་དེ་ལྟར་གྱི་སྤྱི་དབྱུང་
ལྟུང་དང་། སྤྱི་དོན། དཔག་དམག་བཅས་ཀྱིས་དབང་སྤྱར་ལབ་དུ་ཚོལ་བྱེད་སྤྱི་
སྤྱོད་ཀྱི་ཡང་སྤྱོད་སྤྱི་དབྱུང་།

སྤྱི་ནང་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་སྤྱན་ལུང་སྤྱོད་ཡོད་པའི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་
སྤྱི་ཁབ་སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་དགོས་མཁོར་སྤྱི་དོན་གྱི་བཀའ་བཙུང་དང་ལེན་མི་ལྟ་བུའི་གཞི་
ཅིའི་ཅ་འདྲིན་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱར་མཐོ་བསམ་ཤུགས་ཆེ་གཏོང་དགོས།¹⁵ འགོ་ག་
མོལ་གྱི་རྩ་ས་པ་དེ་ཐད་ཀར་མང་ཚོགས་ཀྱི་ལག་དྲུ་བཞག་པ་དེས་མང་གཙོའི་ལམ་
ལུགས་ལ་ཉན་ཁ་བཟོ་བའོ། ཡང་ན་དོན་གནད་གཞན་ལ་ཁྱད་པར་མཁོ་བའི་
དཔལ་ལྟོང་གྱི་མཐུན་སྦྲེན་ཆེ་གཏོང་དགོས་པའི་སྤྱོད་ཤུགས་ཆེ་བའི་དཔག་
དམག་གི་རྩ་ས་པ་འཛུགས་སྤྱད་བྱེད་སྤྱི་དགོས་པ་དེ་གཡོལ་ཐབས་བྱུང་བ་ཡིན།

དེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ། རྩི་ཁག་འགའ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་སྤྱི་
དབང་སྤྱོད་འདྲིན་གསར་པ་ཞིག་དྲུ་བསྤྱར་སྤྱི་དམིགས་ལུ་ལ་བཟུང་སྟེ། ཅ་ཁྲིམས་
ཀྱི་འབྲུ་དོན་ག་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་སྤྱང་མེད་བྱེད་ཀྱི་རེད། དེས་ན་མང་གཙོའི་ལམ་
ལུགས་ཀྱི་བཀོད་པ་དང་། ཐོབ་ཐང་། འགོ་ལུགས་བཅས་གཅིས་སྤྱང་བྱེད་པ་དང་།

15 See Gene Sharp, *Civilian-Based Defence: A Post-Military Weapons System* (Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 1990).

འབྲུང་སྲིད་པའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པའི་ཐད་དུ་སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་
མི་ཞུ་བ་དང་། མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ་བཀོལ་སྲོད་བྱེད་པར་རྒྱ་ཆེ་མང་ཚོགས་ལ་
གཏན་འཇགས་གྱི་ལས་འགན་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན།

དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་འགན་ཁུར་ཞིག

འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚྭ་གྱི་ལུས་ལུགས་དེ་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་པ་ནམས་སྲོ་
ཞན་དུ་གཏོང་བ་དང་། ཕྱིར་དབྲུང་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པ་ཅམ་མ་ཟད། བཅན་གནོན་སྲོང་
མཁན་ཆོར་དབང་ཆ་སྲོད་རྒྱ་དེ་ཡང་རེད། ཐབས་རྩལ་འདིས་དེ་སྲོན་རང་ཉིད་གཞོད་
འཆེ་པོག་མིའམ། མིག་མང་གི་ལྷེ་ཕྱུར་འཆོར་བའི་མང་ཚོགས་དེར་རང་ཉིད་གྱི་
འབད་ཚྭ་ལས་རང་དབང་དང་། རང་བདེན་ལུགས་ཆེ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་དབང་ཆ་ཐད་
ཀར་བཀོལ་སྲོད་བྱེད་ཐུབ་པ་བཟོ་གི་ཡོད། འཐབ་ཚྭ་གྱི་ཉམས་སྲོངས་འདིར་དེ་སྲོ་
དབང་ཆ་དང་བུལ་བ་ནམས་གྱི་དབུས་སུ་རང་གིས་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་། རང་གིས་
རང་ལ་བཅི་མཐོང་ལུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བར་མཐུན་འབྲུར་བྱེད་པའི་སེམས་ཁམས་གྱི་
ལུགས་རྒྱན་གལ་ཆེ་ཡོད།

མང་གཙོ་ཅན་གྱི་སྲིད་གཞུང་འཇུགས་རྒྱུར་འཆེ་བ་སྤངས་པའི་འཐབ་ཚྭ་བེད་
སྲོད་གྱི་ལུགས་ཐག་རིང་ལ་ཁེ་ཕན་ལྡན་པའི་ལུགས་རྒྱན་གལ་ཆེ་གཅིག་ནི། སྲི་
ཚོགས་དེ་དཔོན་དང་མ་འོངས་པའི་དཀའ་ངལ་ཁག་ལ་གཏོང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་
ཡོང་གི་ཡོད། འདི་དག་གི་ནང་དུ་མ་འོངས་སྲིད་གཞུང་དེའི་སློབ་ཟུལ་སྤངས་

དང་བྱེད་ཉེས། ཨྱེ་ཁག་གང་རུང་གི་བྱེད་སྒྲུང་ས་ངན་པ། དཔལ་འབྱོར་གྱི་བྱང་
བདེན་མ་ཡིན་པ། སྲིད་དོན་ལམ་ལུགས་གྱི་མང་གཙོ་ཅན་གྱི་བྱེད་ཆོས་ལ་མཚམས་
འཛིན་བྱེད་པ་བཅས་བསྟུས་ཡོད། སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བ་བཟུང་
སྲོད་བྱེད་སྲོང་བའི་མང་ཚོགས་དེ་མ་འོངས་སྲིད་དབང་སླེར་འཛིན་ལམ་ལུགས་གྱི་
འོག་ཏུ་ཚུད་སྟུང་ཁག་པོ་ཡིན།

བཅིངས་གྲོལ་གྱི་རྩེས་སུ་འཛོལ་བ་སྒྲུངས་པའི་འབད་ཚོལ་ལ་གོམས་འདྲིས་ཡོད་
པ་དེས། མང་གཙོ་དང་། སྲིད་མངས་རང་དབང་། བྱངས་ཉུང་མི་རིགས་གྱི་ཐོབ་
ཐང་། དེ་བཞིན་སྒྲོངས་དང་། མངའ་སྡེ། ས་གནས། གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་
སྒྲིག་འཛུགས་ཁག་གི་དམིགས་བསལ་དབང་ཚད་བཅས་སྲུང་སྲོབ་བྱེད་པའི་ཐབས་
ལམ་སྲོད་གྱི་ཡོད། འདི་འདྲའི་ཐབས་ལམ་གྱིས་སྐབས་རེ་སྲོགས་འགལ་སྡེ་ཁག་
གིས་འཇུག་དམག་དང་འཛིགས་སྐྱལ་རིང་ལུགས་ལ་བརྟེན་པར་བྱེད་པའི་གནད་དོན་
གལ་ཆེའི་ཐོག་ཏུ་མང་ཚོགས་དང་། ཨྱེ་ཁག་གིས་ཞི་བའི་ལམ་ནས་ཆེས་བསམ་
ཚུལ་མི་མཐུན་པ་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་ལམ་ཡང་སྟོན་གྱི་ཡོད།

སྲིད་དོན་གྱི་བཀའ་བཅི་དང་ལེན་མི་ཞུ་བའམ། འཛོལ་བ་སྒྲུངས་པའི་འཐབ་ཚོད་
གྱི་རྟོག་དཔྱད་བྱས་པའི་བསམ་བློ་འདི་དག་སྲིད་ཆོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བར་མང་
ཚོགས་གྱི་བྱེད་ལས་དང་། འགྲོ་བ་མིའི་རང་དབང་ལ་བཅི་བཀའ་བྱེད་པའི་ལུགས་
བྱུང་གི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཞིག་འཛུགས་སྐྱུན་བྱེད་པ་དང་། མང་ཚོགས་ནམས་

གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་བཅུན་གཞོན་ནས་ཐར་པའི་ཆེད་དུ་འབད་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྲེལ་ག་
དང་སྐྱེ་པོ་སྒྲིབ་ཆང་མར་ཕན་ཐོགས་ཡོང་བར་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པ་ཡིན།
འདིར་ནག་གྲིས་སྤྱུ་བཀོད་པའི་བསམ་སྒྲོ་དེར་མུཊ་ག་བསྒྲེལ་མ་ཆེ་བ་གསུམ་ཡོད།

- མྱེད་དབང་སྒྲིབ་འཛིན་ལམ་ལུགས་ནས་བཅིངས་གྲོལ་ཐོབ་བྱུང་པ་དང་།
- དེ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཆེས་དོན་ན་པའི་བསམ་གཞིག་དང་། འཐབ་བྱས་ལྷན་པའི་
འཆར་འགོད་གྱི་དགོས་མཁོ་ཡོད།
- སྤྱང་བྱང་དོད་པོ་དང་། འབད་བཙོན། ཤས་ཆེ་བར་འགྲོ་གྲོན་ཤུགས་ཆེ་གཏོང་
དགོས་མྱེད་པའི་སྤྲིག་ལམ་ལྷན་པའི་འཐབ་ཚད་གྱི་དགོས་མཁོ་ཡོད།

རང་དབང་ནི་རིན་མེད་མ་རེད། ཅས་པ་ཡང་ཡང་ལུང་འདྲིན་བྱས་པའི་ཆོག་སྤྱོད་དེ་
བདེན་པ་རེད། བཅུན་གཞོན་བྱངས་པའི་མང་ཆོགས་ལ་ཆེས་མཁོ་བའི་རང་དབང་དེ་
སྤྱོད་པར་བྱའི་རྒྱས་ཤུགས་སྤྱུ་ཡང་ཡོང་གི་མེད། མང་ཆོགས་གྲིས་རང་ཉིད་གྱི་རང་
དབང་དེ་རང་ཉིད་གྲིས་རི་ལྷར་ལེན་དགོས་པ་ཤེས་དགོས། དེ་ལས་སྤྱོད་པོ་ཡོང་མི་
བྱུང།

གལ་ཏེ་མང་ཆོགས་གྲིས་རང་ཉིད་གྱི་བཅིངས་གྲོལ་གྱི་ཆེད་དུ་དགོས་མཁོ་ག་རེ་
ཡོད་པ་རྟོགས་བྱུང་ན། དཀའ་ཆོགས་མང་པོ་བརྒྱད་པའི་མཐའ་མ་དེར་རང་དབང་
ཡོང་རྒྱའི་བྱེད་ལས་གྱི་འཕེལ་རིམ་བཟོ་བཀོད་བྱུང་གྱི་རེད། དེ་ནས་ཁོང་ཆོས་རྣམ་
དཔྱོད་གྱི་སྒྲོན་མ་མང་གཙོའི་རིམ་པ་གསར་པ་ཞིག་འཛུགས་སྤྲོན་དང་། དེའི་སྤྱང་

སྐྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ག་སྒྲིག་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད། འདི་འདྲའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ལམ་ནས་ཐོབ་
 པའི་རང་དབང་དེ་ཕྱགས་ཐུབ་ཡོང་བར་ངེས། རང་དབང་དེ་ནི་དེའི་གཅེས་སྦྱོང་དང་
 ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དམ་བཅའ་བྱས་པའི་དམ་འཛིན་ཅན་གྱི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱན་
 འཁྱོངས་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན།

ཟུར་བྱན།

འཆེ་བ་སྤངས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཁག་¹⁶

འཆེ་བ་སྤངས་པའི་ངོ་མོལ་དང་རྒྱུད་སྦྱལ་གྱི་ཐབས་ལམ།

ལུགས་མཐུན་གྱི་བསྐྱབས་གཏམ།

༡། རྒྱུབ་གཏམ་བཤད་གྱི་རིགས།

༢། རྒྱུ་སྐྱོར་རམ་དགག་བྱའི་ཡིག་འབྲེལ་ཁག

༣། སྒྲིག་འདྲུགས་དང་ཆོགས་པའི་གསལ་བསྐྱབས་ཁག

༤། མིང་རྟགས་འཁོད་པའི་ཡོངས་རྒྱབ་བསྐྱབས་གཏམ་ཁག

༥། བསམ་འདུན་དང་ཞུ་གདུག་གི་གསལ་བསྐྱབས་ཁག

༦། སྡེ་ཚན་ནམ་ཡང་ན་མང་ཆོགས་ཀྱི་སྟན་ཞུ།

མི་མང་མོན་ཆེན་པོར་འབྲེལ་གདུག་བྱེད་པ།

༧། འཕོད་ཆོག་དང་། ཟུར་ཟའི་རི་མོ། མཆོན་རྟགས།

༨། འཕྲིད་དར་དང་། སྤྱར་ཡིག་འབྲེམས་སྟོན་བྱས་པའི་གནས་ཚུལ་ཁག

༩། དེབ་དང་། ཤོག་ལྗེ། དེབ་རྒྱུད་གི་རིགས།

༡༠། ཆགས་ཤོག་དང་དུས་དེབ་ཁག

16 This list, with definitions and historical examples, is taken from Gene Sharp, *The Politics of Nonviolent Action*, Part Two, *The Methods of Nonviolent Action*.

༡༡། སྒྲ་འདྲིན་འཁོར་ཐག་དང་། རྒྱུང་འཕྲིན། གཟུགས་མཐོང་རྒྱུང་འཕྲིན།

༡༢། གནམ་དང་ས་ཐོག་ཏུ་བྱིས་པའི་ཡི་གེ།

སྒྲིའོ་ཆོན་མཉམ་ཏུ་བ་གྱི་ཞུ་འབུལ།

༡༣། འབུས་མིའམ་སྒྲིའོ་ཆོན་ཆེད་གཏོང་།

༡༤། འཕུ་སྒྲོད་གྱི་གཟེངས་རྟགས།

༡༥། སྒྲིའོ་ཆོན་ཟུར་མངལ་གྱི་རྒྱབ་སྒྲོར་འཆོལ་བ།

༡༦། རོ་ཁོ་ལ་རུམ་སྒྲོན་བྱེད་བྱིར་གཅིག་ཕྱར་ལངས་སྒྲོད་པ།

༡༧། འཕུ་སྒྲོད་འོས་འདེམས་བྱེད་པ།

མང་ཆོགས་གྱི་མཆོན་རྟགས་ལས་འགྲུལ།

༡༨། དར་ཆ་དང་མཆོན་རྟགས་གྱི་ཆོན་མདོག་འཕྱར་བ།

༡༩། མཆོན་རྟགས་གྱི་རིགས་གྲོན་པ།

༢༠། ཁ་འདོན་དང་དགེ་སྦྱོར།

༢༡། མཆོན་རྟགས་གྱི་དངོས་པོ་འབྲེམས་སྒྲོད།

༢༢། རོ་ཁོ་ལ་གྱིས་གོས་ཕྱད་པ།

༢༣། རང་ཉིད་གྱི་མཁར་དབང་གཏོར་ལེག

༢༤། རྒྱུང་གསལ་གྱི་མཆོན་རྟགས།

༢༥། འདྲ་པར་གྱི་འབྲེམས་སྒྲོན།

༢༦། རོ་ཁོ་ལ་མཆོན་བྱེད་གྱི་ཆོན་ཅི་བྱུག་པ།

༡༥། མིང་དང་དྭགས་གསར་པ་ཁག

༡༦། མཚོན་དྭགས་ཀྱི་སྒྲ།

༡༧། མཚོན་དྭགས་ཀྱི་ས་ཁང་ཕྱིར་བསྟུ།

༡༨། ཅིང་སྟོད་ཀྱི་ནམ་འགྱུར།

སྒྲེར་ཐོག་གཞིན་ལུགས།

༡༩། མཐོ་རིམ་ལས་བྱེད་པར་རྒྱན་དུ་བསྟན་འཁོར་བྱེད་པ།

༢༠། མཐོ་རིམ་ལས་བྱེད་པར་བྱར་ཟའི་འཕྲ་སྟོད་བྱེད་པ།

༢༡། མཐོ་འཕྲོགས་འཆམ་མཐུན་བཟོ་བ།

༢༢། བྱ་ར་བྱེད་པ།

སྒྲེས་གར་དང་རོལ་དབྱེངས།

༢༣། དགོད་བྱོ་བའི་གཏམ་བརྗོད་དང་ཁྲེལ་ཅིད།

༢༤། སྒྲེས་གར་འབྲུབ་སྟོན་དང་རོལ་དབྱེངས་གཏོང་བ།

༢༥། ལྷ་གཞས་གཏོང་བ།

རྩ་སྒྲིག་ཁྲོམ་སྒྲོར།

༢༦། ཁྲོམ་བཟོད།

༢༧། རྩ་སྒྲིག

༢༨། ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་སྒྲིག་ཁྲོམ་སྒྲོར།

༢༩། གནས་བསྒྲོར།

༤༡། མོ་ཏའི་རྩ་སྒྲིག།

འདས་པོར་གྱས་བཅི།

༤༡། མིད་དོན་གྱི་ཕྱ་ངན།

༤༢། འཕྱ་སྒྲོད་ཞུགས་འབྲུལ།

༤༣། རམ་སྒྲོན་གྱི་ཞུགས་འབྲུལ།

༤༤། ཏུར་ཁྲོད་ཁག་ཏུ་གྱས་བཏུད་ཞུ་བ།

མི་མང་འདུ་འཛོམས།

༤༥། དོ་ཁོལ་ལམ་ཡང་ན་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ལྷན་འཛོམས།

༤༦། དོ་ཁོལ་ཚོགས་འདུ།

༤༧། རྒྱབ་གཡོགས་བྱས་པའི་དོ་ཁོལ་གྱི་ཚོགས་འདུ།

༤༨། རྒྱོད་གསེའི་སྐྱོད་བདར།

ཕྱིར་འཐེན་དང་དཀྱིལ་འཛོག།

༤༩། ཚོགས་འདུ་དང་ལྷན་འཛོམས་པོགས་ནས་དོ་ཁོལ་གྱིས་ཕྱིར་ཐོན།

༥༠། ངག་བཅད།

༥༡། ཆེ་མཐོང་སྒྲོས་བཏང་།

༥༢། རྒྱབ་གཏོད་བྱེད་པ།

སྒྲི་ཚོགས་གྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཁག།

གང་ཟག་སྒྲིར་སྒྲིད་སྒྲུག་ནས་ཕྱིར་འབུད་བྱུར་འདོན་བྱེད་པ།

༥༥། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱིར་ཕྲོག།

༥༦། གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱིར་ཕྲོག།

༥༧། འདོད་པའི་ལས་མི་བྱེད་པ།

༥༨། སྤྱིད་སྤྱུག་ནས་ཕྱིར་འབྱུང་གཏོང་བ།

༥༩། ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱ་བར་འགོག་ཚེ་ལ་དང་མཚམས་འདྲིག།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཡུལ་སྐོལ་དང་། སྤྱིག་འཛུགས། བྱེད་སྒོ་ཁག་བཅས་ལ་མཐུན་ལམ་
མི་བྱེད་པ།

༦༠། སྤྱི་ཚོགས་དང་ཅེད་སྤྱིའི་བྱེད་ལས་མཚམས་འདྲིག།

༦༡། སྤྱི་ཚོགས་ལས་དོན་གྱི་ཕྱིར་ཕྲོག།

༦༢། སྐོབ་སྤྱུག་གི་ལས་མཚམས་འདྲིག་པ།

༦༣། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཅི་གསུང་བཀའ་སྤྱུབ་མི་ཞུ་བ།

༦༤། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱིག་འཛུགས་ཁག་ནས་ཕྱིར་འཐེན།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ནས་ཕྱིར་འཐེན།

༦༥། རང་བྱིས་དུ་སྤྱོད་པ།

༦༦། སྤྱིར་གྱི་མཐུན་ལམ་གང་ཡང་མི་བྱེད་པ།

༦༧། ལས་མིའི་བྱོས་བྱེད།

༦༨། དཔེན་གནས་བསྐྱེད་པ།

༦༩། ཐུན་མོང་སྤྱང་ཡལ།

༥༠། ཧྲིང་རྩྱ་ལྷ་གྱི་མི་འཕོར་སྟོ་བཞུད་གྱི་ངོ་མོ་ལ།

དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཁག།

༡ དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཕྱིར་ཕྱོག

འཛད་རྫས་ཡོངས་སྟོད་མཁན་གྱི་བྱེད་ལས།

༥༡། འཛད་རྫས་ཡོངས་སྟོད་མཁན་གྱི་ཕྱིར་ཕྱོག

༥༢། སྤངས་ཟེན་པའི་དངོས་ཟོག་ཡོངས་སུ་མི་སྟོད་པ།

༥༣། འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་གྱི་སྤྱད་བྱས།

༥༤། ཁང་ཁྲ་དུས་ཟོག་མི་སྟོད་པ།

༥༥། ཁང་པ་མི་གཡོར་བ།

༥༦། རྒྱལ་ཡོངས་མི་མང་གིས་དངོས་ཟོག་སྟོང་བ།

༥༧། རྒྱལ་སྤྱིའི་མི་མང་གིས་དངོས་ཟོག་སྟོང་བ།

ལས་མི་དང་ཐོན་སྐྱེད་ཅུ་ཁག་གི་བྱེད་ལས།

༥༨། ལས་མིའི་ཕྱིར་ཕྱོག

༥༩། ཐོན་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱོག

བར་ཁི་བའི་བྱེད་ལས།

༦༠། བཞོ་སྟོད་པ་དང་ལག་བརྒྱད་འབྲེམས་སྟོད་པའི་ཕྱིར་ཕྱོག

བདག་པོ་དང་འཛིན་སྟོང་པའི་བྱེད་ལས།

༦༡། ཆོང་པའི་ཕྱིར་ཕྱོག

༡༣། མཁར་དབང་ཉེ་ཚོང་དང་ཟླ་གཏོང་མི་བྱེད་པ།

༡༩། བཟོ་བྱ་སྒྲིལ་བྱུག་པ།

༡༤། བཟོ་ལས་ཀྱི་རོགས་རམ་མི་སྒྲིལ་བ།

༡༥། ཚོང་པ་ཚོས་ལས་མཆམས་འཛིག་པ།

དཔལ་འབྱོར་གྱི་མ་དདུལ་བདག་པོ་ཚོའི་བྱེད་ལས།

༡༦། དདུལ་ཁང་ནས་མ་དདུལ་གསོག་འཛིག་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་པ།

༡༧། ཁལ་དང་། ཐོབ་ཁ། ཡོན་སོགས་མི་སྒྲིལ་བ།

༡༨། བྱ་ལོན་དང་སྒྲིལ་ཀ་མི་སྒྲིལ་བ།

༡༩། མ་དདུལ་དང་བྱ་ལོན་མཆམས་འཛིག་

༢༠། དདུལ་ཁལ་མི་བསྐྱུ་བ།

༢༡། གཞུང་གི་དདུལ་མི་ལེན་པ།

མྱེད་གཞུང་གི་བྱེད་ལས།

༢༢། རྒྱལ་ནང་གི་དངོས་ཆོག་དཔོར་འདྲིན་བཀག་འདོམས།

༢༣། ཚོང་པ་ཚོ་མིང་ཐོ་ནག་པོར་འགོད་པ།

༢༤། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོང་འབྲེམས་པའི་དངོས་ཆོག་དཔོར་འདྲིན་བཀག་འདོམས།

༢༥། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤུས་ཉེ་མཁན་ཚོའི་དངོས་ཆོག་དཔོར་འདྲིན་བཀག་འདོམས།

༢༦། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོང་འབྲེལ་གྱི་དངོས་ཆོག་དཔོར་འདྲིན་བཀག་འདོམས།

དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཁག

༡ ལས་པའོལ་ངོ་ཚོལ།

མཚན་རྟགས་གྱི་ལས་མཚམས་ངོ་ཚོལ།

༧༧། ངོ་ཚོལ་གྱི་ལས་མཚམས་འདྲེག་པ།

༧༩། ལྷུང་པའི་ཕྱིར་ཐོན། ལྷུང་ཚོད་ལྷུང་པོ་དང་ལྷུང་ལྷུང་ཆེད་ལྷུང་ལྷུང་ལས་
མཚམས་འདྲེག་པ།

སོ་ནམ་གྱི་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༧༧། ཞིང་པས་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༡༠༠། ལྷུགས་གསོའི་འབྲེག་ལས་པས་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

དམིགས་བསལ་སྡེ་ཚན་ཁག་གི་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༡༠༡། བག་ཆགས་འདྲེག་པའམ། ངོ་བསྟོད་དང་འབྲེལ་བའི་ངལ་རྩལ་མི་བྱེད་པ།

༡༠༢། བཅོམ་པའི་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༡༠༣། ལག་ཤེས་པའི་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༡༠༤། ཆེད་ལས་པའི་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

བཟོ་ལས་གྱི་ངོ་ཚོལ་དཀྱུས་མ།

༡༠༥། འཛུགས་སྐྱུན་སྡེ་ཚན་གྱིས་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༡༠༦། བཟོ་བྱ་ཆེ་ཁག་གིས་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༡༠༧། གདུང་སེམས་མཉམ་སྦྲེད་གྱིས་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

ཆད་གཞི་ངེས་ཅན་གྱི་ལས་མཚམས་འདྲེག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༡༠༩། ཞིབ་ཕྱི་རྒྱས་བཅད་གྱི་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

༡༠༧། ལོ་ལེགས་གྱི་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

༡༡༠། ལས་ཀ་དལ་དུ་གཏོང་བའི་ལས་མཆམས་ངོ་ཚྏ་ལ།

༡༡༡། ཁྲིམས་ལུགས་དབང་སྒྲེར་གྱི་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

༡༡༣། ནད་དགོངས་ཞུ་ལེན་གྱི་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

༡༡༥། ཅུ་དགོངས་ཞུ་བའི་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

༡༡༩། མཆམས་ཅན་གྱི་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

༡༡༥། གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

བཅོ་གྲ་རྣམ་མང་གིས་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

༡༡༦། སྤྱི་ཡོངས་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

༡༡༧། སྤྱིར་བཏང་ལས་མཆམས་འཛིག་པའི་ངོ་ཚྏ་ལ།

དཔལ་འབྱོར་སྒྲོ་རྒྱལ་དང་ངོ་ཚྏ་ལ་རྒྱུད་འབྲེལ་གྱིས་ལས་མཆམས་འཛིག་པ་ཁག

༡༡༩། ཏར་དྲུལ།

༡༡༧། དཔལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་གཞི་སྒྲོ་རྒྱལ།

སྤྱི་དོན་གྱི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཁག

དབང་ཆར་མི་བཅི་བ།

༡༣༠། གྲུས་བཅི་བྱིར་འཐེན་བྱེད་པའམ། གྲུས་བཅི་མི་བྱེད་པ།

༡༣༡། མང་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་མི་བྱེད་པ།

༡༣༣། འགོག་མོལ་སྤེལ་བའི་གདམ་བཤད་དམ་ཡིག་ཆ།

ཆབ་འབངས་ཀྱིས་གཞུང་དང་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ།

༡༣༩། ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤེལ་ག་ཚོགས་མིའི་ཕྱིར་ལྟོག

༡༣༤། འོས་བསྐྱེའི་ཕྱིར་ལྟོག

༡༣༥། གཞུང་གི་ལས་ཀ་དང་གོ་གནས་ཀྱི་ཕྱིར་ལྟོག

༡༣༦། གཞུང་གི་ལྷན་ཁང་དང་། སྤེ་ཆན། ལས་ཚབ་ཁང་བཅས་ཀྱི་ཕྱིར་ལྟོག

༡༣༧། གཞུང་གི་ཤེས་རིག་བརྟེན་གནས་ཁག་ནས་ཕྱིར་འཐེན།

༡༣༨། གཞུང་གིས་རོགས་སྐྱོར་བྱས་པའི་སྤྱི་ག་འཇུགས་ཁག་གི་ཕྱིར་ལྟོག

༡༣༩། གཞུང་གི་ལག་བསྟར་ལས་ཚབ་པ་ཚོར་རམ་འདེགས་མི་བྱེད་པ།

༡༤༠། རང་རྟགས་དང་ས་ཆའི་རྟགས་ཕྱིར་བསྐྱེ།

༡༤༡། གཞུང་བསྐྱོས་དཔོན་རིགས་ངོས་ལེན་མི་བྱེད་པ།

༡༤༢། ད་ཡོད་སྤྱི་ག་འཇུགས་ཁག་མེད་པར་བཟོ་རྒྱར་ཁས་ལེན་མི་བྱེད་པ།

ཆབ་འབངས་ཀྱིས་ཅི་གསུང་བཀའ་སླུབ་ལྷུ་བའི་ཆབ་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཁག

༡༤༣། ཉན་འཛོག་བྱེད་པར་འདོད་ཚོ་མེད་པ་དང་ལྟོད་དལ།

༡༤༤། དངོས་སུ་ལྟ་རྟོག་མེད་སྐབས་ཅི་གསུང་བཀའ་སླུབ་མི་ལྷུ་བ།

༡༤༥། སྤྱི་དམངས་ཀྱིས་ཅི་གསུང་བཀའ་སླུབ་མི་ལྷུ་བ།

༡༤༦། རྣམ་པ་བརྟུས་པའི་ཅི་གསུང་བཀའ་སླུབ་མི་ལྷུ་བ།

༡༩༢། ལྷན་འཛོམས་མི་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་ཚོགས་འདུ་ཁ་གྲུས་པའི་ཆེད་
འཛོམས་པ།

༡༩༣། ཅོག་སྤྲོད་བྱེད་པ།

༡༩༤། རྒྱལ་ཁབ་ནས་སྤྱིར་འབྱུང་དང་དམག་སྤྱུལ་ལ་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ།

༡༩༥། ཐོས་བྲོལ་དུ་འབྱོབ་དང་། གསང་ཡིབ་བྱེད་པ། ཆས་རྒྱ་བྱེད་པ།

༡༩༦། ཁྲིམས་མཐུན་མ་ཡིན་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་ལ་མི་མང་གིས་བརྩི་སྲུང་མི་ཞུ་བ།

གཞུང་གི་ལས་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས།

༡༩༧། གཞུང་གི་ལས་རོགས་པ་ཚོས་དམིགས་བཀར་གྱི་གནད་དོན་འགར་རོགས་
སྒྲེར་མི་བྱེད་པ།

༡༩༨། བཀོད་འདོམས་དང་གནས་ཚུལ་གྱི་རྒྱན་འགོག་པ།

༡༩༩། ལས་ཀར་གཡོལ་བ་དང་འགོག་རྒྱན་བཟོ་བ།

༡༩༡། སྤྱིར་བཏང་འཛིན་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ།

༡༩༢། ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་བའི་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ།

༡༩༣། ལག་བསྟར་ལས་ཆབ་ཚོས་དམིགས་བཀར་གྱིས་ལས་དོན་འགར་མཐུན་ལམ་མི་
བྱེད་པ་དང་། ཆེད་མངགས་ལས་ཀའི་རྒྱས་ཆད་རྒྱུ་དུ་གཏོང་བ།

༡༩༤། དམག་མིའི་བྱེད་ལོག

རྒྱལ་ནང་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་བྱེད་ལས།

༡༩༥། བྱེད་ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་གཞུར་བྲོལ་དང་ནར་འབྱུངས།

༡༥༠། གཞུང་གི་གྲུབ་ཆའི་སྤྲེ་ཚན་གྱིས་མཐུན་ལམ་མི་བྱེད་པ།

སྤྲེ་སྤྲེ་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་བྱེད་ལས།

༡༥༡། སྤྲེ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་དང་ངོ་ཚབ་གཞན་དག་གི་འགྱུར་བ།

༡༥༢། སྤྲེ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་ཀྱི་བྱེད་སྤོམ་ཁག་གིས་བཤོལ་དང་ནར་འགྱུར་ས།

༡༥༣། སྤྲེ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་ཀྱི་ངོས་ལེན་མི་སྤྲོད་པ།

༡༥༤། སྤྲེ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་གཅོད་པ།

༡༥༥། སྤྲེ་སྤྲེ་སྤྲེ་ག་འདྲུགས་ཁག་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་པ།

༡༥༦། སྤྲེ་སྤྲེ་ཚོགས་སྤྲེ་ཁག་ནང་ཚོགས་མིར་མི་ཞུགས་པ།

༡༥༧། སྤྲེ་སྤྲེ་སྤྲེ་ག་འདྲུགས་ཁག་ནས་ཕྱིར་འབྱུང་གཏོང་བ།

འཆོ་བ་སྤངས་པའི་ཐེ་གཏོགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཁག།

སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཐེ་གཏོགས།

༡༥༨། རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་སྟོབས་བྱུགས་ལ་དཔར་འདོན་བྱེད་པ།

༡༥༩། ཟས་བཅད།

ག། བཟང་སྤྲོད་གཞོད་བྱུགས་ཀྱི་ཟས་བཅད།

ཁ། ཟས་བཅད་ངོ་སྟོལ།

ག། བདེན་པའི་ལྷ་ཚུགས་ཀྱི་ཟས་བཅད།

༡༦༠། གོ་སྟོག་ཞིབ་དཔྱད།

༡༦༡། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་བསུན་འཆོར།

སྤྱི་གཟུགས་ཀྱི་ཐེ་གཏོགས།

༡༤༣། ནང་དུ་སྡོད་པ།

༡༤༣། ལངས་ཏེ་སྡོད་པ།

༡༤༤། འཕྲུལ་འཁོར་ལ་བཞོན་ཏེ་གནས་པ།

༡༤༥། ཟུ་ནང་དུ་འཇུག་པ།

༡༤༦། འདྲུ་འཛོམས་བྱེད་པ།

༡༤༧། ཁ་འདོན་དག་སྦྱོར་ལ་གཞིལ་བ།

༡༤༨། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་སྡོག་བཤེར།

༡༤༩། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་མཁའ་དབྱིངས་མོལ་རྒྱུད་།

༡༥༠། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་བཙན་འཇུག་།

༡༥༡། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་བར་གཅོད།

༡༥༢། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་འགོག་སྒྲིལ།

༡༥༣། འཆོ་བ་སྤངས་པའི་བདག་བརྒྱུད་།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐེ་གཏོགས།

༡༥༤། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་ལུགས་གསར་གཏོད།

༡༥༥། མཐུན་སྦྲེན་གྱི་ཁུར་སྦྱི་རུ་གཏོང་བ།

༡༥༦། ལས་ཀ་སོས་དལ་དུ་གཏོང་བ།

༡༥༧། སྤྲད་ཆ་ཤོད་པ།

༡༧༩། འཇམ་དཔག་འཁྲབ་སྟོན།

༡༧༩། སྤྱི་ཚོགས་སྒྲིག་འཇུགས་ཀྱི་གདམ་ཁ་གཞན།

༡༨༠། གནས་ཚུལ་བྱུང་སྤེལ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་གདམ་ཁ་གཞན།

དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཐེ་གཏོགས།

༡༨༡། བོ་ལྷོག་ལས་མཆམས་འཛོག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༡༨༢། ལས་གྲར་སྟོད་པའི་ལས་མཆམས་འཛོག་པའི་ངོ་ཚོལ།

༡༨༣། འཆེ་བ་སྤངས་པའི་ས་ཆའི་བདག་བཟུང་།

༡༨༤། བཀག་འགོག་ལ་བརྩི་མེད།

༡༨༥། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཀུན་ནས་སྤངས་པའི་དདུལ་དང་ཡིག་ཆ་རྒྱན་བཟོ།

༡༨༦། ཉོ་མི་ཚོག་པའི་དངོས་པོ་ཉོ་བ།

༡༨༧། རྒྱ་དངོས་བདག་བཟུང་།

༡༨༨། ཆེད་མངགས་ཕམ་ཆོང་རྒྱག་པ།

༡༨༩། གདམ་ཁ་བྱས་པའི་འགོ་འདོན་འཆོ་སྦྱོང་།

༡༩༠། ཁྲོམ་རའི་གདམ་ཁ་གཞན།

༡༩༡། འགྲིམ་འབྲུལ་སྒྲིག་འཇུགས་ཀྱི་གདམ་ཁ་གཞན།

༡༩༢། དཔལ་འབྱོར་སྒྲིག་འཇུགས་ཀྱི་གདམ་ཁ་གཞན།

སྤྱི་དོན་གྱི་ཐེ་གཏོགས།

༡༩༣། འདོན་སྦྱོང་གི་འགོ་སྤངས་ལས་འཕོར་སྤྱི་རྒྱ་གཏོང་བ།

༡༧༤། གསང་བའི་ལས་ཚབ་ཀྱི་ངོ་བོ་གསང་བཟོལ་བྱེད་པ།

༡༧༥། བཙོན་འཇུག་ཡོང་བར་འབད་པ།

༡༧༦། སྤྱི་སྤྱོམས་ཀྱི་བྲིམས་ལུགས་ལ་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཅི་གསུང་བཀའ་སྒྲུབ་མི་ཞུ་བ།

༡༧༧། ལག་འབྲེལ་མ་ཡིན་པར་ལས་དོན་ལུ་མཐུད་བྱེད་པ།

༡༧༨། མངའ་དབང་གཉིས་ལྡན་དང་། རོ་མཉམ་སྲིད་གཞུང་བཅས་སོ།།

བཤོ་སྟོན།

མཁས་དབང་རྩིན་གྱིས་སྟག་བསམ་ངལ་བ་བརྒྱས།།

བརྒྱབས་པའི་ཞི་མོལ་ཐབས་ལམ་མན་ངག་རྒྱན།།

ཕྱི་མྱིང་སྒྲ་ནས་གངས་ལྗོངས་པ་སྐད་དུ།།

བརྒྱུར་བའི་འབད་བ་ཕྱན་ཆེགས་འདིར་བརྟེན་པའི།།

ནམ་དཀར་ཕུང་པོ་དེ་སྟོད་མཆིས་པ་དེས།།

བཙན་འཇུ་ལ་གཉལ་གཞོན་དུག་གི་རྒྱངས་བཙོམས་ཏེ།།

རང་དབང་ཞི་བདེ་མང་གཙོའི་ལམ་བཟང་ལ།།

སྟོད་པའི་སྤང་བྱེད་འོད་གྱིས་བྲབ་པ་དང་།།

བདག་གི་སྟོད་མ་རྒྱ་བའི་མིང་ཅན་དང་།

གཙུང་མོ་པདྨ་ཆོས་འདོམས་གཙོ་བྱས་པའི།།

མ་འགྱུར་འདས་གསོན་སྟེ་འགྲོ་མ་ལུས་པ།།

བྱང་ཆུབ་སྟོང་པོ་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་བཟོའོ།།

སཀླ་ལེམ་རྒྱལ་སྤྱུ།

