



༄༅། ལམ་ཕྱགས་ཤེས་ཐབས།

། རྩི་ཆེན་དང་པོ། །

འོ་ལགས་སོ། དེ་རིང་ངས་བྱེད་རང་ཆོ་ལ་ང་ཆོའི་སློབ་གྲུ་ནས་མར་ FRO བར་དུ་ག་འདྲས་ཟེ་འགྲོ་
དགོས་མེན་ལབ་གྱི་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ངས་འགྲོ་སྤངས་ཡག་པོ་ཤེས་གྱི་ཡོད། གལ་སྲིད་བྱེད་རང་ད་
ཤོད་གྱི་ཉེན་རྟོག་ལས་ཁྱུངས་ལ་འགྲོ་སྤང་མེད་ན་དང་པོ་འདི་ནས་མར་བཀྲ་ཤིས་གྱི་ཆོང་ཁང་བར་དུ་
འགྲོ། དེ་ནས་ད་ཤོད་ལ་འགྲོ་དུས་མཁྱེགས་ལམ་རྒྱུད་ནས་གོམ་པ་བརྒྱབ་ནས་འགྲོ་ན་མཁྱེགས་ག་སྐྱེབས་གྱི་
རེད། བྱེད་རང་སྤུན་ཅིས་ཁང་གི་རྒྱལ་སྐོའི་ནང་ལ་ཡར་འཇུག་ནས་མར་ཁ་ཐུག་རྒྱགས། དེ་ནས་ལག་པ་
གཡོན་ཕྱགས་ལ་རྩོ་སྐས་རྒྱུད་རྒྱུད་ཅིག་མཐོང་གི་རེད། དེ་ནས་མར་ཐུ་མཐུད་ནས་མར་འགྲོ་དུས་ཤེས་རིག་
པར་ཁང་ལ་སྐྱེབས་གྱི་རེད། དེ་ལག་པ་གཡོན་ཕྱགས་ལ་པར་གོམ་པ་བརྒྱུ་ཅམ་འགྲོ་ནས་ལག་པ་གཡམས་
ཕྱགས་ལ་མར་ཤར་རྒྱག་འགྲོ་ན་རྩོ་སྐས་རིང་པོ་གཉིས་ཡོད་རེད། དེ་ནས་མར་བབས་ནས་འགྲོ་ན་འོག་གི་
ལམ་ཆེན་དེ་ལ་སྐྱེབས་གྱི་རེད། ད་དུང་ལམ་ཆེན་དེ་ནས་གོམ་པ་བརྒྱུ་ཅམ་བརྒྱབ་པའི་རྩིས་ལ་ལག་པ་
གཡམས་ཕྱགས་གྱི་འོག་ལ་རྩོ་སྐས་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་མར་བབས་བྱས་ཁ་ཐུག་མར་འགྲོ་ན་སྐར་མ་༡༥ཅམ་ལ་ད་
ཤོད་གྱི་བཞི་མདོ་ཁ་ཆེན་པོ་དེ་ལ་སྐྱེབས་གྱི་རེད། དེ་ནས་ཡར་ཁ་ཐུག་འགྲོ་སའི་ལམ་ག་དེ་ལ་དང་སང་པོ་
ཏུ་ལའི་ལམ་ག་ཟེར་གི་ཡོད་རེད། དེ་ནས་པར་ལག་པ་གཡོན་ཕྱགས་ལ་འགྲོ་སའི་ལམ་ག་དེ་ད་ཤོད་བོད་
བྱིས་སློབ་གྲར་འགྲོ་སའི་ལམ་ག་རེད། ཡང་ལག་པ་གཡམས་ཕྱགས་གྱི་ལམ་ཆེན་དེ་ད་སྤོང་བོད་བྱིས་སློབ་
གྲར་འགྲོ་སའི་ལམ་ག་རེད།

བྱེད་རང་དེ་ནས་མར་ཁ་ཐུག་འགྲོ་ན་ད་ཤོད་གྱི་སྤྱི་སྤྱི་རྒྱང་འཁོར་བབས་རྒྱགས་ལ་འགྲོ་སའི་ལམ་ག་དེ་
རེད། རྩི་ལེ་ལ་འགྲོ་མཁན་གྱི་སྤྱི་སྤྱི་རྒྱང་འཁོར་ཆང་མ་ལམ་ག་དེ་རྒྱུས་ནས་འགྲོ་གི་རེད། གལ་སྲིད་བྱེད་
རང་ད་ཤོད་ལ་སྐྱེབས་དུས་ཉོ་ཆ་བརྒྱབ་དགོས་ཡོད་ན་དེའི་གཡམས་གཡོན་ལ་ཆོལ་དང་། ཤིང་རྟོག་དུག་སློབ་
ཅ་ལག་འདྲ་མི་འདྲ་དཔེར་ན། རྒྱང་ཆས་དང་ཐབ་ཆས། ཤིང་ཆ། འབྲུ་རྩིས་རིགས་ལ་སོགས་པ་བྱེད་རང་ག་
རེ་ཉོ་འདོད་ཡོད་ན་དེ་ད་ཤོད་ནས་རག་གྱི་རེད།



གཤམས་ཟེ་འགྲོ་དགོས་མིན། howtogo // འགྲོ་སྐབས། theway, proceduretogo // ཉེན་རྒྱལ་ལས་ཁུངས། police office // རྡོ་སྐྱུ་ = stonestairs // ཤེས་རིག་པར་ཁང་། KnowledgePrinting House, a famousprinting office in Dharamsala // རྒྱང་ཆས། = furniture // ཐབ་ཆས། = kitchenware // ཤིང་ཆ། = timber // འབྲུ་རྒྱས་རིགས། = typesofsoap

བྱེད་རང་གི་འོག་གི་ཆེན་གྲུབ་བརྒྱུད་པོ་དེ་ཆོ་བདེན་པ་ཡིན་མིན་ཡག་པོ་གཟིགས། ཉེན་བདེན་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཆོ་རྒྱུ་བཅས་བྱེད།

- ༡༥ དེ་རིང་དགོ་བཤེས་ལགས་ཀྱི་ང་ཆོ་ལ་ལོ་ལྔ་བའི་སློབ་གྲུབ་ནས་མར་ལས་ཁུངས་འགྲོ་སྐབས་སློབས་ཀྱི་རེད།
- ༡༦ ཡིན་ནའི་ཁོ་རང་གིས་ཉེན་རྒྱལ་ལས་ཁུངས་ལ་འགྲོ་སྐབས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད།
- ༡༧ བྱེད་རང་དྲ་ཤོད་ལ་འགྲོ་དུས་གོམ་པ་བརྒྱབ་ནས་འགྲོ་ན་མགྲོགས་ལམ་ཅིག་ཡོད་རེད།
- ༡༨ བྱེད་རང་སྐྱོན་ཅིས་ཁང་གི་རྒྱལ་སྤོའི་ནང་ལ་ཡར་འཕྱུལ་ནས་མར་ཁ་ཐུག་རྒྱགས། དེ་ནས་ལག་པ་གཡས་ཕྱོགས་ལ་རྡོ་སྐྱུ་ཆུང་ཆུང་ཅིག་མཐོང་གི་རེད།
- ༡༩ ཤེས་རིག་པར་ཁང་ནས་མར་རྡོ་སྐྱུ་རིང་པོ་གཉིས་བབས་ན་གཞུང་ལམ་ལ་སླེབས་ཀྱི་རེད།
- ༢༠ དྲ་དུང་ལམ་ཆེན་དེ་ནས་གོམ་པ་ཉི་ཤུ་ཙམ་བརྒྱབ་པའི་རྗེས་ལ་ལག་པ་གཡས་ཕྱོགས་ཀྱི་འོག་ལ་རྡོ་སྐྱུ་ཆུང་ཆུང་ཅིག་མཐོང་གི་རེད།
- ༢༡ དེ་ནས་ཁ་ཐུག་མར་འགྲོ་ན་སྐར་མ་༡༥ཙམ་ལ་དྲ་ཤོད་ཀྱི་རྒྱངས་འཁོར་འབབ་རྒྱགས་ལ་སླེབས་ཀྱི་རེད།
- ༢༢ བྱེད་རང་དྲ་ཤོད་ནས་ག་རེ་ཉོ་དགོས་ཡོད་ནའི་རག་གི་རེད།

ཁྱེ་ཆོན་གཉིས་པ།

བྱེད་རང་དྲ་ཤོད་ལ་འགྲོ་དུས་ཟབ་ཟབ་བྱེད་དགོས་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་དེ་ལ་མོ་ཏ་དང་སྐྱུ་སྐྱུ་མི།
དྲ་དུང་བ་ཕྱགས་དང་སྐྱུ་གོག་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཡོད་རེད། དེ་ཆོས་བྱེད་རང་དྲ་ཡག་གི་ཉན་ཁ་ཡོད་
རེད། དེ་ནས་བྱེད་རང་ཐད་ཀར་འགྲོ་དུས་ལག་པ་གཡས་ཕྱོགས་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་བུ་ཁང་རྒྱུང་པ་སྐད་གསལ་
ཆེན་པོ་ཅིག་ཡོད་རེད། དེའི་མིང་ལ་རྒྱ་ལ་རྒྱ་ལ་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། ང་ཚ་ཁང་དེའི་ཁ་ལག་ལ་དགའ་པོ་ཞེ་
དུགས་མེད་གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁ་ལག་ཉུང་ཉུང་ཞེ་པོ་ཅིག་སྤྲད་ཀྱི་འདུག དེའི་སྐད་ལ་གོང་ཆེན་པོ་བྱས།
ཨ་ནི་ཁ་ལག་ནང་ལ་ཞག་ཅི་མང་པོ་ཞེ་དུགས་ཡོད་རེད། ཡང་མི་ཁ་ཤས་བུ་ཁང་དེ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་ས་
རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་མི་ཆེན་པོ་མང་པོ་དེའི་ནང་ལ་གདན་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། འོ་ཡ་། དྲ་དུང་ཉོག་
ཙམ་མར་འགྲོ་ན་ལག་པ་གཡས་ཕྱོགས་ལ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་མངའ་སྡེའི་དུལ་ཁང་ཆེན་པོ་ཅིག་མཐོང་གི་
རེད། བྱེད་རང་གཡོན་ཕྱོགས་ལ་ལྷ་གིན་ལྷ་གིན་འགྲོ་ན་དྲ་རམ་ས་ལའི་ཡུལ་སྤྱོད་ས་ཆ་ཆང་མཐོང་གི་རེད།



དེ་ནས་དེའི་འོག་ལ་ལམ་ཀ་གསུམ་མདོ་ཁ་ཆེན་པོ་ཅིག་མཐོང་གི་རེད། ལམ་ཀ་གཅིག་སྟེ་སྟོང་ཆང་འཁོར་གི་
བབས་ཚྭ་གས་ཨ་མ་ཡོད་ས་དེར་འགྲོ་སའི་ལམ་ཀ་རེད། གཅིག་ཡར་ཡོང་སའི་ལམ་ཀ་དེ་བྱས། གཅིག་
མར་ཉེན་རྟོག་ལས་ཁུངས་ལ་འགྲོ་སའི་ལམ་ཀ་རེད། བྱེད་རང་དེ་ནས་སྟེ་སྟོང་ཆང་འཁོར་ནང་ལ་འགྲོ་ན་
སྐར་མ་ལྗེའི་ནང་ལ་ཉེན་རྟོག་ལས་ཁུངས་ཡོད་སར་བསྐྱལ་གྱི་རེད། སྟེ་སྟོང་ཆང་འཁོར་གྱི་སྐར་མ་རེར་
སྐར་ལྗེ་རེ་རེད། དེ་ནས་ཉེན་རྟོག་ལས་ཁུངས་ལག་པ་གཡོན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་རེད། དེ་ལ་བོད་པ་དང་བྱི་རྒྱལ་
བ་རྒྱ་གར་བ་མང་པོ་བྱི་ལོགས་ལ་སྐྱགས་བཟང་ཡོད་རེད། ལས་ཁུངས་ནང་ལོགས་ལ་ཡང་ཉེན་རྟོག་པ་
མང་པོ་ལས་ཀ་བྱས་བཟང་ཡོད་རེད།

བ་ཕྱགས་= cows //སྐར་གོ་= bull, ox //རྒྱུ་ཡག་གི་ཉེན་ཁ་= danger of hitting //དེའི་སྐང་ལ་= on top of that //ཞག་ཅི་
greasy, oily //གདན་འདྲན་བྱ་བ་= to invite //རྒྱ་གར་གཞུང་གི་མངའ་སྡེའི་དངུལ་ཁང་= State Bank of India //བབས་ཚྭ་གས་ཨ་མ་
main station //སྐ་ཆ་= fare

བྱེད་རང་གི་འོག་གི་ཆེག་གྲུབ་བརྒྱུད་པོ་དེ་ཆོ་བདེན་པ་ཡིན་མིན་ཡག་པོ་གཟིགས་ཏེ་ནས་བདེན་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཆོ་ནོར་བཅས་བྱེད།

- ༡༥ བྱེད་རང་དྲ་ཤོད་ལ་འགྲོ་དུས་ཟབ་ཟབ་བྱེད་དགོས་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་མོ་ཤ་མང་པོ་ཡར་མར་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད།
- ༡༦ ཨ་ནི་བྱེད་རང་ལ་དྲ་ཤོད་ཡོད་དུས་ཟབ་ཟབ་མ་བྱས་ན་བྱིས་སོ་རྒྱག་ཡག་གི་ཉེན་ཁ་ཡོད་རེད།
- ༡༧ དྲ་ཤོད་ནས་མར་འགྲོ་དུས་ལག་པ་གཡས་ཕྱོགས་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ཟ་ཁང་གསར་པ་སྐད་གཤམ་ཆེན་པོ་ཅིག་ཡོད་རེད།
- ༡༨ ཁོང་ཟ་ཁང་དེ་ལ་དགའ་པོ་ཞེ་དགས་ཡོད་རེད།
- ༡༩ ཟ་ཁང་དེའི་ཁ་ལག་གོང་ཆེན་པོ་བྱས་ཨ་ནི་ཞག་ཅི་མང་པོ་ཡོད་རེད།
- ༢༠ དེ་ནས་མར་རྟོག་ཅམ་འགྲོ་ན་ལག་པ་གཡོན་ཕྱོགས་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་དངུལ་ཁང་ཆེན་པོ་གཅིག་མཐོང་གི་རེད།
- ༢༡ དེའི་འོག་ལ་ལམ་ཀ་གསུམ་མདོ་ཁ་ཆེན་པོ་ཅིག་ཡོད་རེད། ལམ་ཀ་གཅིག་སྟེ་སྟོང་ཆང་འཁོར་གྱི་འབབ་ཚྭ་གས་རེད།
- ༢༢ སྟེ་སྟོང་ཆང་འཁོར་གྱི་སྐར་མ་རེར་སྐར་ལྗེ་རེ་རེད།