

བཀའ་སློན་ཁྱི་པ་ཟམ་གདོང་སློ་བཟང་
 བསྟན་འཛིན་མཆོག་དང་མེས་དཔོན་
 གཙུག་ལག་དཔེ་སྟན་སློབ་གྲུ་ཉི་སློབ་
 མཉེ་དབར་བཟོ་སློང་ཐེངས་དང་པོ།



སི་ཁྱོ་ཏ་པོ་ད་སློབ་ཀྱི་ཁྱབ་ཡིག་ཆང་།

All rights reserved. No part of this publication maybe reproduced, Without the prior permission of the Department of Education, CTA, Dharamsala -176215



ཏཱ་ཅན་ཐེང་།

Compiled by: Tenzin Wangdue
Edited by: Tenzin Dhonyoe
Layout & designed by: Lobsang Gonpo

Phone: 01892-228877 / 226877
Email: stsa1999@yahoo.co.in
www.sambhota.org

༡༩། འདི་གའི་མི་རྒྱུ་ཏེ་པོད་སློབ་སྤྱི་ཁྲབ་ཡིག་ཚང་ནས་གཏན་ཉིན་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་དུ་རང་རེའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་མའི་གནས་ཚད་དང་འཆོས་པའི་དཔེ་དེབ་དང་འབྲིང་ཆས་གསར་བཅོས་ཀྱིས་འདོན་སྤེལ་ཞུས་དང་ཞུ་བཞིན་པ་ནས་ཤེས་ཡོན་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱའི་ཆ་ཤིང་གལ་གནད་ཆེ་ཤིས་ཤིག་དུ་བརྩི་བཞིན་ཡོད་པ་ལྟར། བཅན་ཤུལ་པོད་མའི་གཞི་རིམ་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱས་ལག་བརྟམ་ཞུས་པ་ནས་བཟུང་རང་གཞུང་བཀའ་བློན་ཁྲི་པ་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཟམ་གདོང་སློབ་བཟང་བརྟན་འདྲིན་མཆོག་གིས་གང་ཉིད་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཚུགས་མེན་ལ་མ་རྩོས་པར་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་མཐུན་པའི་མེས་དཔོན་གཙུག་ལག་དཔེ་རྩོན་སློབ་གྲྭར་དུས་ནས་དུས་སུ་གཟིགས་ཞིབ་དང་ལམ་སྟོན་གནང་རྒྱུར་དུ་ཅང་དོ་གལ་ཆེན་པོར་གནང་བ་མ་ཟད། འདི་ནས་རེ་སྐུལ་ཞུས་དོན་ལྟར་སློབ་མ་དང་མཉམ་དུ་བཤེས་པའི་ཤེས་ཡོན་གནང་རྒྱའི་ཞལ་བཞེས་ཐོབ་པ་བཞིན་ཉི་རྩེན་ ༢༠༠༩ ལྷོ་ཟླ་ ༥ རེས་ ༡༢ ཉིན་ཆེད་ཐེབས་ཀྱིས་འདྲིན་རིམ་གསུམ་པ་ནས་ལུ་པ་བར་ཀྱི་སློབ་སྤྲུག་ཚོ་དང་གནད་དོན་སྐྱོ་ཆོགས་ཐོག་བཤོ་སློང་ཐེངས་དང་པོ་ཞུས་པ་ཡིག་ཐོག་དུ་ཕབ་ནས་དཔར་བསྐྱུན་ཞུས་པ་འདིས་རང་རེའི་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་སློབ་དགེ་རྒྱལ་སྤྱི་སློབ་སྤྲུག་གི་རྒྱལ་དཔོན་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐབས་སུ་སློབ་སྤྲུག་གི་དྲི་པར་ལན་འདེབས་གནང་ཤིགས་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་བཤེས་པའི་ལམ་ནས་སློབ་མའི་ཤེས་ཚད་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐབས། དེ་བཞིན་སློབ་མའི་གནས་ཚད་དང་ཁམས་མོས་ལ་གཞིགས་པའི་ལན་འདེབས་གནང་རྣངས་སོགས་ལ་མཐུན་ཤིང་དུ་འགྱུར་ཐུབ་པའི་རེ་སྐྱོན་བཅས། སམ་རྩོ་ཏེ་པོད་སློབ་སྤྱི་ཁྲབ་ཡིག་ཚང་ནས་པོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༦ རང་བྱུང་བཏུ་བདུན་པའི་ས་གྲུང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༡༠ རེས་ ༦ ལ།

རིན་པོ་ཆེས་ བྱེད་རང་ཚོས་གཅིག་གསུངས་དང་།

སློབ་མས་ རིན་པོ་ཆེ་ཕྱ་གྲུ་ཚུང་ཚུང་སྐབས་སུ་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་

རིན་པོ་ཆེས་ ཕྱ་གྲུ་ཚུང་ཚུང་སྐབས་ཚང་མ་གཅིག་པ་རེད། བྱེད་རང་ཚོས་
གངས་ཀ་བརྒྱབ་དང་ག་རེ་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད། སློབ་སྦྱོང་
གནང་རྒྱ་དེ་གཅིག་བྱས། དེ་ནས།

སློབ་མས་ ཞལ་འདོན།

རིན་པོ་ཆེས་ ཞལ་འདོན་བྱས། དེ་ནས།

སློབ་མས་ ཅེད་མོ།

རིན་པོ་ཆེས་ ཅེད་མོ་བྱས། དེ་ནས།

སློབ་མས་ རང་སྦྱོང་།

རིན་པོ་ཆེས་ རང་སྦྱོང་བྱས། དེ་ནས།

སློབ་མས་ འདྲིན་གྲུ་ཚོགས་རྒྱ།

རིན་པོ་ཆེས་ འདྲིན་གྲུ་ཚོགས་རྒྱ་དང་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱ་གཅིག་པ་རེད་དམ།
ཡང་ན་ལོགས་ཀ་རེད།

སློབ་མས་ གཅིག་པ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ གཅིག་པ་ཡིན་ན་གཅིག་ཏུ་བཅི་རྒྱ་ཡིན། དེ་ནས།

སློབ་མས་ ལུས་ཅལ།

རིན་པོ་ཆེས་ ལུས་ཅལ་ཅི་རྒྱ་དེ་བྱས། ད་ག་ཚོད་ཆགས་སོང་ ཡང་བསྐྱར་
ཅིས་དང་། གངས་ཀ་ཡག་པོ་རྒྱབས་ཡང་། དང་པོ་དེར་ཞལ་
འདོན་འདོན་རྒྱ་དེ་གཅིག་བྱས། དེ་ནས།

སློབ་མས་ དབྱགས་སྦྱོང་།
 རིན་པོ་ཆེས་ དབྱགས་སྦྱོང་ཕྱིན་རྒྱ་དེ་གཉིས་བྱས། དེ་ནས།
 སློབ་མས་ སློབ་སྦྱོང་།
 རིན་པོ་ཆེས་ སློབ་སྦྱོང་ཕྱིན་རྒྱ་དེ་གསུམ་བྱས། དེ་ནས།
 སློབ་མས་ ཅེད་མོ།
 རིན་པོ་ཆེས་ ཅེད་མོ་ཅེ་རྒྱ་དེ་བཞི་བྱས། དེ་ནས།
 སློབ་མས་ ཞལ་འདོན།
 རིན་པོ་ཆེས་ ཞལ་འདོན་བཅི་ཆར་བ་ཡིན། དེ་ནས།
 སློབ་མས་ རང་སྦྱོང་།
 རིན་པོ་ཆེས་ རང་སྦྱོང་ཕྱིན་རྒྱ་དེ་ལྔ་བྱས། དེ་ནས།
 སློབ་མས་ བརྟན་འཕྲིན།
 རིན་པོ་ཆེས་ བརྟན་འཕྲིན་བལྟ་རྒྱ་དེ་དྲུག་བྱས། དེ་ནས།
 སློབ་མས་ ཞལ་ལག
 རིན་པོ་ཆེས་ ཞལ་ལག་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་བྷད་དེ་ལྷས་འདུག །ཞལ་ལག་མཆོད་
 རྒྱ་དེ་བདུན་བྱས། དེ་ནས།
 སློབ་མས་ གཟིམ་རྒྱ།
 རིན་པོ་ཆེས་ གཉིད་ཉལ་རྒྱ་དེ་བྱས།
 སློབ་མས་ གཙང་རྩ་ཕྱིན་རྒྱ།
 རིན་པོ་ཆེས་ གཙང་རྩ་ཕྱིན་རྒྱ་དེ་བྱས། ཁྱེད་རང་ཆོས་ད་ལྟ་གྲངས་ཀ་དགྲ་
 བཅིས་པའི་ནང་ད་ཆུང་ཆུང་སྐབས་ལ་གཅིག་བྱས་ན་ལྷས་རྩལ་

ཅེ་གི་ཡོད་མ་རེད། གཞན་པལ་ཆེར་ངས་ཕྱིན་གྱི་ཡོད་རེད། ད་
 ལྟ་ཁྱེད་རང་ཆོས་ཕྱིན་རྒྱའི་སྣ་ཁ་དགྲ་བཅུ་ཞིག་བྱང་བ་དེའི་
 ནང་ལ་དཀའ་ལས་ཁག་ཤོས་ག་རེ་འདུག་ འདི་མེད་ན་འགྲིག་
 ས་རེད་བསམ་པ་དེ་འདྲ་འདུག་གམ་
 སློབ་མས་ ཆར་མ་ལས་སྤྲོ་པོ་རེད།
 རིན་པོ་ཆེས་ དེའི་ནང་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག་གམ།
 སློབ་མས་ མི་འདུག
 རིན་པོ་ཆེས་ དེའི་ནང་ནས་ཁ་ཤས་སར་བཞག་ན་འགྲིག་པ་ག་རེ་འདུག
 །འདི་མེད་ན་འགྲིག་ས་རེད་བསམ་པ་དེ་འདྲ་གང་འདུག་གམ།
 སློབ་མས་ མི་འདུག
 རིན་པོ་ཆེས་ ཆར་མ་ཕྱིན་དགོས་པ་ཤ་སྟག་རེད་འདུག་གམ། འདྲིན་གྲར་འགོ་
 རྒྱ་དེ་སར་སྤང་ན་ག་རེ་ཕྱིན་གྱི་རེད།
 སློབ་མས་ སློབ་སྦྱོང་ཕྱིན་རྒྱ་ཡོང་གི་མ་རེད།
 རིན་པོ་ཆེས་ སློབ་སྦྱོང་མ་བྱས་ན་ག་རེ་ཆགས་འགོ་གི་རེད།
 སློབ་མས་ སྐྱགས་པ་ཆགས་གྱི་རེད། མི་ཆེ་ལ་སན་པའི་མི་ཞིག་ཆགས་སྐབ་
 གྱི་མ་རེད།
 རིན་པོ་ཆེས་ ཁྱེད་རང་ཆོས་ཉིན་ལྟར་གནང་རྒྱའི་བྱག་ལས་དེ་ཆོའི་ནང་ལ་
 འདྲིན་གྲར་འགོ་རྒྱ་དང་། སློབ་སྦྱོང་ཕྱིན་རྒྱ་དེ་མི་དགོས་པ་
 བྱས་ན་སྦྱིད་པོ་ཡོང་གི་མ་རེད་དམ།
 སློབ་མས་ མ་རེད། སྦྱིད་པོ་ཡོང་གི་མ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ གཅིག་གིས་གསུངས་འོགས། སྤྱི་གསུང་རྒྱ་ཡིན་ནམ། བྱིད་
རང་ཡར་བཞེངས་ནས་གསུངས་དང་། འཛིན་གྲུང་འགོ་རྒྱ་དང་
སློབ་སྦྱང་བྱེད་རྒྱ་དེ་སར་ཐུད་ན་ཉིན་གང་ཅིང་མོ་ཅེ་རྒྱ་དང་
བརྟན་འཕྲིན་བལྟ་རྒྱ་ཡོད་རེད། དེ་བྱས་ན་ཡག་པ་ཡོད་མ་རེད་
དམ།

སློབ་མས་ ང་ཚོ་ཉིན་ལྟར་ཅིང་མོ་ཅེ་བཟུང་ན་མ་འོངས་པ་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ལ་
ཕན་ཐོགས་ཀྱི་མ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ མ་འོངས་པ་ལ།

སློབ་མས་ སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་ཀྱི་མ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ དེས་ན་ཅིང་མོ་ཅེ་རྒྱ་དང་བརྟན་འཕྲིན་བལྟ་རྒྱ་དེ་སར་ཐུད་ན་
སྤྱི་ཚོགས་ལ་གང་ཡང་གཞོད་ཀྱི་མ་རེད། མ་རེད་དམ།

སློབ་མས་ དེ་དུས་ཚོད་དུས་ཚོད་ལ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ དེའི་དུས་ཚོད་དེ་མེད་པ་བྱས། དུས་ཚོད་དེ་འཛིན་གྲུང་འགོ་
རྒྱའི་ཐོག་སྟོན་མ་བརྒྱབ་ན་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་རེད།

སློབ་མས་ སྤྱི་བསུབ་དོག་པོ་ཡོང་གི་རེད། གཞུགས་པོ་ལ་ངལ་གསོ་དགོས་
རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ གཞུགས་པོ་ལ་ངལ་གསོ་ཅིང་མོ་ཅེ་དུས་ཐེབས་ཀྱི་རེད་དམ།
གཞུགས་པོར་ངལ་གསོ་ཐེབས་དགོས་ན་ཉལ་བཟུང་དགོས་ཀྱི་
རེད། མ་རེད་དམ།

སློབ་མས་ བརྟན་འཕྲིན་ནང་ནས་གསར་འགྱུར་དེ་ཚོ་ཉ་གོ་གི་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ ལགས།

སློབ་མས་ བརྟན་འཕྲིན་བལྟས་ན་གནས་རྒྱལ་དེ་ཚོ་ཉ་གོ་གི་རེད་ གོང་ས་
མཆོག་ནས་བོད་ནང་གནས་སྐྱབས་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་མེད་
གསར་འགྱུར་ནང་ནས་ཉ་གོ་གི་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ བྱིད་རང་ཡར་བཞེངས་ནས་གསུངས་དང་། བཞུགས་ཅམ་
མཞུགས་ཅམ་བྱེད་དང་། མི་ཆས་འཕྲོགས་ལང་བ་བཞིན་དཀའ་
ལས་ཁག་མདོག་ཁ་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་གནང་གི་འདུག་ བྱིད་རང་
བརྟན་འཕྲིན་ག་རེ་ག་རེ་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་

སློབ་མས་ ཀ་ཀུན་ (Cartoon) ལྟ་གི་ཡོད།

རིན་པོ་ཆེས་ ཀ་ཀུན་བྱས། ཀ་ཀུན་མ་ཡིན་པ་ག་རེ་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་དམ། ད་ལྟ་
བྱིད་རང་གིས་གསར་འགྱུར་བལྟ་དགོས་གསུངས་སོང་ངམ་ གསར་
འགྱུར་ག་རེ་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད།

སློབ་མས་ གསར་འགྱུར་སྤེ་སྤེ་སེ་འོལ་ཏ་ (BBC World) དང་དེ་ཚོ་
རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ སྤེ་སྤེ་སེ་འོལ་ཏ་བྱས་ དེ་ནས།

སློབ་མས་ ཉི་འུ་སི་ (News) ཀུན་སྤོང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ།

རིན་པོ་ཆེས་ ད་རང་ཞོགས་པ་གཟིགས་སམ། ཡང་ན་ཁ་སང་གཟིགས་པ་
ཡིན། ག་དུས་གཟིགས་པ་ཡིན།

སློབ་མས་ བྱང་སང་རྒྱབས་མ་གཏོགས་བལྟ་རྒྱ་རག་གི་ཡོད་མ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ ཁ་སང་བྱང་སང་ལ་ག་རེ་གཟིགས་པ་ཡིན། དེའི་སྟོན་མའི་བྱང་

སེང་ལ་ག་རེ་གཟིགས་པ་ཡིན།
 སློབ་མས་ བདུན་ཕྲག་སྟོན་མའི་གྲང་སེང་ལ་ང་ཚོ་ཡི་གེ་སྦྱངས་པ་ཡིན།
 རིན་པོ་ཆེས་ བྱས་ན་བདུན་ཕྲག་གཉིས་འདུག་ཟེ་ལུས་པ་མ་རེད་དམ།
 སློབ་མས་ ང་ཚོ་ཡིག་ཚད་བཏང་བ་རེད།
 རིན་པོ་ཆེས་ ཡིག་ཚད་སྟུས་བཏང་སོང་།
 སློབ་མས་ ཟན་སྟོ་ཆེ་ལགས་ཀྱིས།
 རིན་པོ་ཆེས་ གཏང་གི་མིན་གསུངས་མེད་དམ། ང་ཚོ་བརྟན་འཕྲིན་བལྟ་
 དགོས་ཡོད་ ཡིག་ཚད་གཏོང་གི་མིན་མ་གསུངས་སམ་
 སློབ་མས་ ལགས་མེད།
 རིན་པོ་ཆེས་ བཏང་ཤག་ཤག་རེད་དམ། བྱེད་རང་ཡར་བཞེངས་ནས་གསུངས་
 དང་། བྱེད་རང་ཉེ་ཆར་ཐག་ཉེ་ཤོས་ལ་བརྟན་འཕྲིན་ག་རེ་
 གཟིགས་པ་དེ་གསུངས་དང་།
 སློབ་མས་ གསར་འགྱུར་ཕྱོགས་བསྟུས་བྱས།
 རིན་པོ་ཆེས་ གསར་འགྱུར་ཕྱོགས་བསྟུས་ནང་ག་རེ་བཤད་སོང་། བྲན་གྱི་
 འདུག་གམ།
 སློབ་མས་ ཨོ་བ་མ་ (Obama) གིས།
 རིན་པོ་ཆེས་ ཨོ་བ་མ་སྟུ་རེད།
 སློབ་མས་ ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་རེད།
 རིན་པོ་ཆེས་ ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་གྱི་མིང་ཆ་ཆང་ག་རེ་རེད།
 སློབ་མས་ སྤང་རྒྱ་ཨོ་བ་མ།

རིན་པོ་ཆེས་ ཨོ་བ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ག་འདྲ་རེད། བྱེད་རང་རྩིས་མ་ཨོ་བ་མ་ནང་
 བཞིན་ཆགས་ས་རེད་དམ།
 སློབ་མས་ ང་གཉིས་མི་ཁ་ཁ་རེད།
 རིན་པོ་ཆེས་ བྱེད་རང་རྩིས་མ་ཡར་ཆེན་པོ་ཆགས་ན་ཨོ་བ་མ་ནང་བཞིན་བྱེད་
 ཐུབ་ས་རེད་དམ།
 སློབ་མས་ ཏ་གོ་གི་མི་འདུག་
 རིན་པོ་ཆེས་ ཏ་གོ་གི་མི་འདུག་གམ་ གྲི་བ་དང་པོ་དེ་འགྲིག་པ་བྱས། ད་དེ་
 མིན་པའི་གྲི་བ་གཞན་པ་ག་རེ་ཡོད།
 སློབ་མས་ རིན་པོ་ཆེ་བྱེད་རང་བཀའ་སློན་ཁྲི་པ་གནང་ནས་དཀའ་ངལ་ག་
 རེ་ག་རེ་འཕྲད་སོང་།
 རིན་པོ་ཆེས་ ཨོ་ནོ། བཀའ་སློན་ཁྲི་པ་གནང་ནས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་དཀའ་
 ངལ་ཤ་སྟག་རེད། བྱེད་རང་བྱས་ན་དཀའ་ངལ་ག་རེ་འཕྲད་ཡོད་
 རེད་དགོངས་གྱི་འདུག བྱེད་ཚོ་བྱི་ལོགས་བཞུགས་མཁན་ཚོས་
 ཚོད་དཔག་བྱས་ན་བཀའ་སློན་ཁྲི་པ་ལ་དཀའ་ངལ་ག་རེ་འཕྲད་
 གྱི་ཡོད་ས་རེད།
 སློབ་མས་ བོད་ཀྱི་སྐོར་ལ།
 རིན་པོ་ཆེས་ བོད་ཀྱི་སྐོར་ལ། བཀའ་སློན་ཁྲི་པ་དང་བཀའ་སློན་ཁྲི་པས་
 འགོ་ཁྲིད་པའི་བཀའ་ཤག་གི་བཀའ་སློན་ཆང་མའི་བསམ་སྟོན་
 ནང་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དེ་བོད་ནང་ལ་རྒྱ་མིས་བོད་པ་ཚོ་
 ལ་བཙན་དབང་བྱས། སྟུག་པོ་བཏང་། བསད་བརྟུངས་བཙོན་

ཁང་ལ་བརྟག་པ་སོགས་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་
 ལ་ཕྱོད་མཁན་གྱི་བོད་མི་ཚོ་དང་། བཙན་བྱོལ་གཞུང་གིས་
 ཁོང་ཚོ་ལ་ཕན་པ་གང་ཡང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཁོང་ཚོ་
 བརྟུབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་བསམ་སློབ་ནང་
 ག་འདྲ་ཞིག་ཚོར་ས་རེད་ དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཡོང་ས་མ་རེད་
 དམ། དཔེར་ན། བྱེད་རང་ཚོ་སྤུ་གུ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཁང་པའི་ནང་ལ་
 བཀག་ནས་མར་འགྲོ་ས་མེད་པ་བྱས། སྤུ་བྱུང་ནང་ནས་མར་
 བལྟ་ས་ཡོད་པ་བྱས། མ་གཤིི་བྱི་ལོགས་མཐོང་ས་དེར་བྱེད་རང་
 ཚོའི་འཛིན་གྲོགས་དང་གྲོགས་པོ་དང་སྤྱན་མཆེད་དེ་འདྲ་མི་
 ཚོས་བརྟུངས་བསད་དེ་འདྲ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་གང་འདྲ་ཞིག་ཚོར་
 ས་རེད།

སློབ་མས་ སྤྱག་པོ་ཚོར་ས་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ སྤྱག་པོ་ཚོར་ས་རེད་དམ། བརྟུབ་ནི་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་ མཐོང་
 བྱི་མཐོང་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་
 ས་མ་རེད་དམ། བྱས་ཅང་ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་ལ་ཕྱོད་མཁན་གྱི་
 དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དེ་དེ་རང་རེད། དེ་ནས་དཀའ་ངལ་གཉིས་
 པ་དེ་ག་རེ་ཡིན་ས་རེད། བཙན་བྱོལ་ནང་ལ་རང་དབང་ཡོད་
 བས། བྱས་ན་བྱེད་ཐུབ་ཆུ་ཡོད་པ་བྱས། ཡང་མ་བྱས་པ་དང་མ་
 བརྟུབས་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད་དམ།

སློབ་མས་ སྐད་ཡིག་

རིན་པོ་ཆེས་ སྐད་ཡིག་གཅིག་བྱས།
 སློབ་མས་ རིག་གཞུང་དང་ཚོས། འཛིན་གྲུ་བརྟུ་གཉིས་ལ་སྤེལ་ས་ནང་
 ཚོམ་བྲིས་མ་ཐུབ་མཁན་དང་། དགོངས་ཤོག་བྲིས་མ་ཐུབ་མཁན་
 དེ་འདྲ་ཡོད་རེད།
 རིན་པོ་ཆེས་ བྱེད་རང་ཚོ་འཛིན་གྲུ་བརྟུ་གཉིས་ལ་སྤེལ་ས་དུས་ཚོམ་བྲིས་མ་
 ཐུབ་མཁན་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད་དམ།
 སློབ་མས་ ཆགས་ཀྱི་མ་རེད།
 རིན་པོ་ཆེས་ བཙན་བྱོལ་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ན་གཞོན་ཚོ་ལ་སློབ་
 སྤྱོད་སྤྱད་ཆུ་དེ་རེད། དཀའ་ངལ་གཞན་པ་དེ་ཚོ་སེལ་ཐུབ་ན་
 ཐུབ་པ་རེད། སེལ་མ་ཐུབ་ནང་ཉ་ཅང་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་ཆུ་ཡོད་
 མ་རེད། དཔེར་ན་མི་དར་མ་ཞིག་ལ་ལས་ཀ་ཞིག་སྤྱོད་དགོས་
 ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁོ་ལ་འཚོ་ཐབས་ཤིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། འཚོ་
 ཐབས་ཤིག་བཙལ་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་རེད། དེ་འདྲ་མ་བྱུང་བར་ལོ་
 གཅིག་གཉིས་འགྲུངས་པ་ཡིན་ནང་ཁོ་རང་རང་མགོ་ཐོན་
 འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། ཁོའི་མི་ཚའི་ནང་ལ་ཉ་ཅང་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་
 ཆུ་ཞིག་མེད་ འོན་ཀྱང་བྱེད་རང་ཚོའི་ལོ་ཚོད་ཀྱི་སྤུ་གུའི་སློབ་
 སྤྱོད་ལ་ལོ་གཅིག་འཐུས་ཤོར་བྱིན་ན་མི་ཚའི་ནང་ལ་ལོ་གཅིག་
 བྱིན་ཆར་བ་དེ་ཚུར་ལོག་ཐབས་མེད། གལ་ཏེ་ལོ་ལྷ་འཐུས་ཤོར་
 བྱིན་ན་མི་ཚའི་ནང་ལ་འཐུས་ཤོར་ཆེན་པོ་བྱིན་ཆར་བ་རེད། དེ་
 དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་གམ། རེད་འདུག་གམ། དེ་ནས་

དེ་མ་ཡིན་པའི་དཀའ་ལས་ག་རེ་ཡོད་ས་རེད། ཚོད་ཐིག་གི་
འདུག་གམ། དེ་ནས་ངི་བ་གཞན་པ་ཞིག་ངེས་ཤོག་ གསུངས་
རོགས་གནང་།

སློབ་མས་ འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་ག་རེ་བྱས་ནས་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་ག་རེ་བྱས་ནས་རེད་
ཅེས་གསུངས་སོང་། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་
ག་རེ་བྱས་ནས་མ་རེད་ཅེས་པར་ལ་ངེས་ན་གསུང་རྒྱུ་ཡོད་དམ།
སྟོན་ལ་བྱེད་རང་ཆོ་ཆང་མས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དོ་ཤེས་ཀྱི་
ཡོད་དམ།

སློབ་མས་ རོ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད།

རིན་པོ་ཆེས་ ག་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད་ ཕྱག་གཡས་པའི་ནང་ལ་ག་རེ་ཡོད་རེད།

སློབ་མས་ རལ་གྱི།

རིན་པོ་ཆེས་ རལ་གྱི་བྱས་ ཕྱག་གཡོན་མར།

སློབ་མས་ ཟེ་ཏྲོག་པར།

རིན་པོ་ཆེས་ ཟེ་ཏྲོག་པར་འཛིན་པར་ལ།

སློབ་མས་ དཔེ་ཆ།

རིན་པོ་ཆེས་ དཔེ་ཆ་ཟེར་ན་གང་རེད།

སློབ་མས་ ཕྱག་དཔེ།

རིན་པོ་ཆེས་ ཕྱག་དཔེ་ག་རེ་རེད།

སློབ་མས་ ཤེས་རབ་ཀྱི་མཚན་རྟགས་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ དེ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མདོ་བེར་ཀྱི་རེད། མཚན་
གཞན་པ་ལ་ཡུམ་ཀྱི་མདོ་ཡང་བེར་ཀྱི་རེད། ལྷ་བས་བདེ་པོ་
བྱས་ན་བརྟུན་སྟོང་པ་རེད། ཤོ་ལོ་ཀ་སྟོང་ཕྱག་བརྟུན་ཡོད་
ཅང་བརྟུན་སྟོང་པ་ཞེས་བརྟུན་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནས་འཇམ་དཔལ་
དབྱངས་ཞབས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བཞུགས་འདུག་གམ།

སློབ་མས་ རོ་རྩེ་སྒྲིལ་གྲུང་བྱས་ནས་བཞུགས་ཡོད།

རིན་པོ་ཆེས་ རོ་རྩེ་སྒྲིལ་གྲུང་ག་འདྲ་བྱས་ནས་བཞུན་དགོས་རེད།

སློབ་མས་ དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཞེས་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་བསྟན།

རིན་པོ་ཆེས་ ཀྲང་པ་ལག་པས་མ་འཐེན་པར་རོ་རྩེ་སྒྲིལ་གྲུང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་
ཡོད་དམ། བྱེད་རང་ཆོ་ལོ་རྒྱུང་བ་དེ་ཆོས་རོ་རྩེ་སྒྲིལ་གྲུང་བྱེད་
དུས་མི་རྣམས་འཁོགས་བཞིན་ཀྲང་པ་ལག་པས་འཐེན་མ་དགོས་
པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་རེད། ད་ལྟ་བྱེད་རང་གིས་འཇམ་དཔལ་
དབྱངས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་ག་རེ་བྱས་ནས་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་
རེད། ངི་བ་ངི་བའི་སྐབས་ལ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དོ་ཤེས་
པ་བྱས། དེ་ལྟ་ཡིན་པའང་ཤེས་པ་བྱས། དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་ག་
རེ་བྱས་ནས་རེད་ཟེར་དུས་ཤེས་རབ་ཟེར་བ་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་རེད་
དགོངས་ཀྱི་འདུག

སློབ་མས་ རིགས་པ་བཏང་བ་ལ། རིགས་པ་ལ།

རིན་པོ་ཆེས་ རིགས་པ་ལ་ཤེས་རབ་ཡིན་ན། རིགས་པ་ཟེར་བ་གང་དུ་ལའ་ཀྱི་
རེད།

སློབ་མས་ བསམ་སྒོ། བསམ་སྒོ།

རིན་པོ་ཆེས་ རིགས་པ་གང་དུ་ཡོད་རེད་ དེ་བར་ཞིག་ལ་ཡོད་དམ།

སློབ་མས་ གྲུང་པ།

རིན་པོ་ཆེས་ གྲུང་པ་དང་རིགས་པ་གཅིག་པ་རེད་དམ།

སློབ་མས་ མ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ གྲུང་པ་དེ་ཡིན་ན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་བྱེད་རྒྱ་གང་ཡང་
མེད། གྲུང་པ་བྱེད་རང་སྦྱེས་དུས་ནས་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་རེད་མ་
གཏོགས། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་བྱེད་རང་གི་མགོའི་ནང་
ལ་གྲུང་པ་གསར་པ་ཞིག་སྒྲུག་ས་རག་གི་མ་རེད། སྤྱིར་བཏང་
ནས་བྱེད་རང་ལ་ཤེས་རབ་ག་ཚོད་ཅམ་ཞིག་ཡོད་ དཔེ་ཆ་སློབ་ལ་
འདྲིན་མྱོང་ངམ།

སློབ་མས་ ཟེན་མྱོང་ཡོད།

རིན་པོ་ཆེས་ ག་རེ་ག་རེ་ཟེན་མྱོང་ཡོད་དམ།

སློབ་མས་ སློབ་མ།

རིན་པོ་ཆེས་ སློབ་མ་སློབ་ལ་འདྲིན་དུས་ག་ཚོད་འགོར་གྱི་འདུག ཉིན་མ་ག་
ཚོད་འགོར་སོང་།

སློབ་མས་ བྱུག་ཅམ་ཞིག་ལ། ལམ་སེང་།

རིན་པོ་ཆེས་ ལམ་སེང་སློབ་ལ་བཟུང་སོང་ངམ། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དེ་བྱེད་
རང་ཚོས་ལྟ་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡང་འགྲིག་གི་འདུག་ལ་
འཇམ་དཔལ་དབྱངས་སངས་རྒྱས་རེད་ཅེས་ལབ་ན་འང་འགྲིག་

གི་ཡོད་རེད་ ད་དེ་བ་ག་རེ་ལྷག་གི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན་ སངས་
རྒྱས་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཚང་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་ཡིན་དགོས་ཀྱི་
མ་རེད་དམ་ཟེར་བ་དེ་རེད། སངས་རྒྱས་ཁ་ཤས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་
ཡིན་མཁན་དང་། སངས་རྒྱས་ཁ་ཤས་སྤྱིང་རྗེའི་ལྟ་ཡིན་མཁན།
སངས་རྒྱས་ཁ་ཤས་ལྟས་སྟོབས་ཀྱི་ལྟ་ཡིན་མཁན་ཡོད་རེད། དེ་
ཚོར་བྱུང་པར་ག་རེ་བྱས་ནས་རྒྱགས་པ་རེད། སངས་རྒྱས་དེ་ཚོ་
སངས་མ་རྒྱས་པའི་སྟོན་ལ་སངས་རྒྱས་རྒྱའི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་
སྟོན་པའི་སྐབས་ལ་སོ་སོའི་བསམ་སྒོའི་ནང་དམ་བཅའ་འབྱེར་
སྟངས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེ་ཡོད་རེད། དཔེར་ན་ང་སངས་རྒྱས་སོང་
ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་རབ་སྟོན་མཁན་བྱེད་གྱི་ཡིན།
ཤེས་རབ་མེད་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ནང་ལ་མཁན་གྱི་རེད། དཀའ་
ལས་ཁག་པོ་ཡོང་གི་རེད། ལྷག་པར་དུ་སློབ་སྟོང་མ་ཤེས་པ་ཡིན་
ན་སོ་སོའི་དཀའ་ངལ་དེ་ཡང་མེད་པ་བཟོ་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད། དེ་
འདྲ་ཡིན་ཅང་ང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་བྱེད་གྱི་ཡིན་བསམ་པའི་བསམ་
སྟོན་བཏང་ནས་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ་སངས་རྒྱས་སོང་ན་
ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་ཆགས་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། ང་མི་ཚོར་ནད་མེད་
པ་དང་། ནད་སེལ་མཁན་གྱི་ལྟ་བྱེད་གྱི་ཡིན་བསམས་ནས་སྐྱབ་
པ་ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ་སྤྲན་ཐོབ་ལ་སོགས་པ་ན་ཆ་སེལ་མཁན་
ཀྱི་ལྟ་ཆགས་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། ང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་
བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ་སྟོན་མཁན་གྱི་ལྟ་བྱེད་གྱི་ཡིན་བསམས་

ནས་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་སངས་རྒྱས་སོང་ན་སྐྱུན་
 རས་གཟིགས་ལྟ་བུ་སྤྱིང་རྗེའི་ལྟ་ཆགས་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། བྱས་
 ཅང་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་སངས་མ་རྒྱས་སྡོན་ནས་མ་འོངས་
 པར་ང་སངས་རྒྱས་སོང་ན་སེམས་ཅན་ཚོ་ལ་རིགས་པའམ་ཤེས་
 རབ་སྤྱོད་མཁན་གྱི་ལྟ་བྱེད་རྒྱུའི་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་རེད། ཐུགས་
 བསྐྱེད་པ་ཟེར་བའི་ཚིག་དེ་གོ་ཚུང་ངམ། དེ་ལ་ཞེས་མ་བྱས་ན་
 སེམས་བསྐྱེད་པ་ཟེར་གྱི་རེད། བསམ་སྒྲུའི་ནང་ནས་ཐག་བཅད་
 པ་ཞིག་ལ་ཟེར་གྱི་རེད། དེ་འདྲའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་སྡོན་ལམ་
 གྱི་དབང་གིས་རྗེས་མ་སངས་རྒྱས་དུས་ཤེས་རབ་གྱི་ལྟ་ཆགས་
 འགྲོ་བ་རེད། ཡིན་ནའང་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཤེས་རབ་གྱི་
 ལྟ་ལྟ་ན་པ་རྒྱང་རྒྱང་གིས་བྱེད་རང་ལ་ཤེས་རབ་རག་གི་མ་རེད།
 བྱེད་རང་གིས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་དད་པ་བྱས་ནས་བསྐྱབ་
 དགོས་གྱི་ཡོད་རེད། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་སྐྱགས་འདོན་
 དགོས་གྱི་ཡོད་རེད། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་སྐྱགས་འདོན་
 ཤེས་གྱི་ཡོད་དམ།

སྐྱབ་མས་ ལགས་ཡོད།

རིན་པོ་ཆེས་ ག་རེ་རེད།

སྐྱབ་མས་ གང་སྒོ་མ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ གང་སྒོ་མ་དེ་སྐྱགས་མ་རེད། སྐྱགས་ཟེར་དུས་རྒྱ་གར་སྐད་ལ་
 ཡོད་པ་དེ་མ་རེད་དམ།

སྐྱབ་མས་ ཨོ་ཨ་ར་པ་ཅ་ན་རྟིེ།

རིན་པོ་ཆེས་ ཨོ་ཨ་ར་པ་ཅ་ན་རྟིེ་ལ་ཡི་གེ་ག་ཚད་འདུག

སྐྱབ་མས་ ཨོ་ཨ་ར་པ་ཅ་ན་རྟིེ་ལ་ཡི་གེ་བདུན་འདུག

རིན་པོ་ཆེས་ བདུན་ག་འདྲ་འདུག

སྐྱབ་མས་ ཨོ་ཨ་ར་པ་ཅ་ན་རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ།

རིན་པོ་ཆེས་ ཨོ་ཨ་ར་པ་ཅ་ན་བཅས་ལ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་མཚན་སྐྱགས་
 ཟེར་གྱི་རེད། སྐྱགས་དུག་ཡོད་རེད། རྟིེ་ནི་འཇམ་དཔལ་
 དབྱངས་ཀྱི་ས་བོན་རེད། ས་བོན་ཟེར་དུས་སོན་གྱི་བཟོ་འདྲ་
 ཞིག་རེད། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་གང་ལས་ཐུབ་པའི་སོན་དེ་
 རེད། དེ་གཅིག་ཕུ་འདོན་ནའང་འགྲིག་གི་རེད། བྱེད་རང་ཚོས་
 རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ ཞེས་ལབ་གྱི་ཡོད་དམ།

སྐྱབ་མས་ ཨོ་ཨ་ར་པ་ཅ་ན། རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ།

རིན་པོ་ཆེས་ བྱེད་རང་ཚོས། རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ རྟིེ་ ཞེས་ལབ་གྱི་ཡོད་དམ།
 རྟིེ་ དེ་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་པ་ཟེར་རྒྱ་དེ་རེད། ཁོང་ཚོ་མཉམ་དུ་
 བསྡོམས་ན་ཡི་གེ་འབྲུ་བདུན་ཆགས་སོང་ངམ། ད་འཇམ་དཔལ་
 དབྱངས་ཀྱི་སྐྱགས་དང་གང་སྒོ་མ་འདོན་ནས་གསོལ་བ་སྒྲོན་
 ལམ་བཟབ་ན་སོ་སོ་རིགས་པ་ཡག་པོ་ཆགས་གྱི་རེད། དཔེ་
 ཆ་གཅིག་སྒོ་ལ་ཟེན་རྒྱར་ཆར་བཅུ་འདོན་དགོས་མཁན་ཞིག་
 རིགས་པ་ཡག་པོ་ཆགས་སོང་ན་ཆར་གཉིས་འདོན་ན་སྒོ་ལ་
 འཇགས་འགྲོ་གི་རེད། འདིན་གྲུའི་ནང་ལ་གང་བསྐྱབས་པ་དེ་

ཚོ་ལམ་སེང་སྒོ་ལ་འདྲགས་མཁན་ཆགས་སོང་ན་རིགས་པ་ཡག་
 བོ་ཆགས་པ་རེད། དགེ་རྒྱལ་གྱིས་ཚར་བརྒྱ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་
 ནའང་ད་དུང་སྒོ་ལ་ངེས་ཀྱི་མི་འདུག་ན་རིགས་པ་ཡག་པོ་ཡོད་
 མ་རེད། འགྲིག་སོང་ངམ། བྱིད་རང་གི་དྲི་བ་དེར་ལན་འགྲིག་
 སོང་ངམ། ཡང་བསྐྱར་འདྲི་རྒྱ་གང་ཡོད། འཕྲོས་དོན་དྲི་བ་ཞིག་
 ཡོད་དམ། ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་འཕྲོས་དོན་དྲི་བ་ཟེར་རྒྱ་ཞིག་
 ཡོད་རེད་ ད་དྲི་བ་གཞན་པ་སུ་ལ་ཡོད་དམ།

སྒོ་བ་མས་ རིན་པོ་ཆེ་བྱིད་རང་རྒྱུ་ནང་གི་གནས་སྐྱབས་ག་འདྲ་ཡོད།
 རིན་པོ་ཆེས་ ང་མི་ཚང་ཉ་ཅང་སྒྲོ་པོ་ཞིག་གི་ནང་སྐྱེས་པ་རེད། ནང་གི་
 གནས་སྐྱབས་ཉ་ཅང་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཡོད་རེད། ང་སྐྱེ་སའི་
 གྲོང་གསེབ་དེ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་རེད། སྤྱིར་བཏང་ནས་གྲོང་པ་
 གཡས་གཡོན་ཚང་མས་ངའི་གྲོང་གསེབ་དེ་སྒྲོ་པོ་དང་མི་སྐྱགས་
 པ་ཡོང་ས་ཞིག་ཏུ་བརྗེ་གི་ཡོད་རེད། གྲོང་གསེབ་དེའི་མིང་ལ་
 རྒྱགས་འབྲུག་ཟེར། རྒྱགས་ནི་ཤིང་རྒྱགས་རེད་དམ། འབྲུག་ནི་
 གནམ་གྱི་འབྲུག་རེད། དེ་འདྲ་བྱས་ནའང་འགྲིག་གི་རེད། ཡང་
 འཕྲོག་པའི་འཕྲོག་དེ་བྱས་ནའང་འགྲིག་གི་རེད། ཤིང་རྒྱགས་
 དཀྱིལ་ལ་ཡོད་པའི་ང་སྐྱེ་སའི་གྲོང་གསེབ་དེའི་ནང་ལ་མི་
 ཚང་བརྒྱད་དགུ་ཞིག་མ་གཏོགས་མེད། དེའི་ནང་ནས་མི་ཚང་
 སྒྲོ་ཤོས་ནི་ངའི་ནང་དེ་རེད་ ཁང་པ་ཡང་ཐབས་ཆག་ཅིག་མ་
 གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། ཨ་མ་དང་། ཨ་མ་ ཨ་ཁུ་སྒོ་ལགས། རྒྱ་

ལགས་ སྤྱན་མཆེད་སོགས་ཚང་མ་བསྐྱོམས་ན་པལ་ཆེར་མི་
 བརྒྱ་གསུམ་བརྒྱ་བཞི་ཞིག་ཡོད་རེད། ཚང་མ་ནང་ལ་ཤོང་གི་
 མ་རེད། ཆས་འཁོགས་དེ་ཚོ་ནང་ལ་ཉལ། གཞོན་པ་དེ་ཚོ་ཕྱི་
 ལོགས་བར་བྱམས་ལ་ཉལ་ན་མ་གཏོགས་ཁང་པ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་
 མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། ཞིང་ལས་དང་སྒོ་ཕྱགས་གསོ་སྦྱང་ནི་
 ནང་གི་འཚོ་ཐབས་རེད། ང་སྐྱེས་ནས་ལོ་ལྔའི་ཐོག་ཟམ་གདོང་
 སྒྲ་མའི་ཡང་སྤྱིད་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་ང་དགོན་པའི་ནང་ལ་
 ཕྱིན་པ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོའི་ས་ཡུལ་གྱི་
 རྫོང་དཔོན་དེས་ངའི་ནང་ལ་ཁྲལ་སྤྱད་མི་དགོས་པ་དང་། ལུ་
 ལག་རྒྱུག་མི་དགོས་པ་མ་ཟད་ ས་ཞིང་འཕྲོལ་པ་བཏབ་རྒྱུ་འང་
 ཏྲག་ཙམ་གནང་འདུག །ལུ་ལག་རྒྱུག་ཟེར་དུས་གཞུང་གི་དོན་དུ་
 ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ལ་ཟེར། དེ་ནས་ང་ལོ་བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གཉིས་
 ཆགས་པའི་སྐབས་ལ་ནང་གིས་ཐོག་བཅེགས་གཉིས་ཡོད་པའི་
 ཁང་པ་གསར་པ་ཞིག་བརྒྱབས། སྒོ་ཕྱགས་སེམས་ཅན་ཡང་ཏྲག་
 ཙམ་མང་དུ་ཕྱིན། ཞིང་ཁ་ཡང་མང་དུ་ཕྱིན་འདུག །ཁྲལ་སྤྱོད་
 མི་དགོས་པ་ཡིན་ཙང་ལོ་ལྔ་དུག་ནང་མི་ཚང་གང་ཙམ་སྐྱག་པོ་
 ཆགས་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་པན་ཐོགས་གང་ཡང་མ་བྱུང་བ་
 རེད་དམ། དེའི་རྗེས་ལ་གྲང་བཟོ་སྐྱེའམ་ཏེ་ཚང་མ་བཅོས་བསྐྱར་
 བཏང་ནས་སྤོན་མ་ནང་བཞིན་བཟོས་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ངའི་
 ནང་དེ་ལོ་ལྔ་དུག་ཅིག་རིང་ལ་ཏྲག་ཙམ་སྐྱག་པོ་བྱས་པའི་རྒྱུན་

གྲིས་ས་བདག་གྲལ་རིམ་མཐ་མངའ་བདག་གྲལ་རིམ་ཞེས་པའི་
 ནང་དུ་ཚུད་དེ་ཡང་བསྐྱར་སྤྱང་པོ་ཆགས་པ་རེད། བཅོམ་ན་ང་
 ནང་ལ་ལོ་བཞི་ལྷ་ཞིག་མ་གཏོགས་བསྐྱད་ཡོད་མ་རེད། དེ་ནས་
 ལོ་བཅུ་གཉིས་སྐབས་ས་ཡུལ་བཞག་ནས་བོད་དབུས་ལ་ཚར་
 ཡོང་སྟེ། ཉིན་མ་བདུན་ཅུ་དོན་བཞི་དོན་ལྷ་ཞིག་རྗེས་གཞི་ནས་
 ལྷ་སར་འབྲས་སྤངས་དགོན་པར་སླེབས་པ་རེད། དེ་ནས་ངས་
 ས་ཡུལ་མཐོང་ཡོད་མ་རེད། ཚུང་ཚུང་སྐབས་ལ་ནང་གི་གནས་
 ལྟངས་ད་ལྟ་ཁྱེད་རང་ཆོ་ནང་བཞིན་སྦྱིད་པོ་གང་ཡང་ཡོད་
 མ་རེད། ཡིན་ནའང་ནང་ལ་རྒྱན་རིང་པོ་བསྐྱད་ཡོད་མ་རེད།
 དགོན་པ་ལ་བྱིན་པ་ཡིན་ཅང་དགོན་པའི་ནང་ལ་གྲ་རྒྱས་པོ་
 ཡོད་རེད། ཁྱེད་ཆོའི་དྲི་བ་མང་ཆེ་བ་ང་སྟུ་གུ་ཚུང་ཚུང་སྐབས་
 གྱི་གནས་ཚུལ་ཤ་སྟག་རེད་འདུག །ཀླས་འཕྲིན་ཆགས་ནས་ག་
 རེ་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཅེས་འདྲི་རྒྱ་མིན་ནམ། ད་ལྟ་གཅིག་གིས་བཀའ་
 སློན་ཁྲི་པ་ལ་དཀའ་ལས་ག་རེ་འདུག་ཅེས་དྲིས་སོང་ངམ། ད་དྲི་
 བར་ལན་ཐེབས་སོང་ངམ། གཞན་པ་ག་རེ་ཡོད། རྒྱབ་ལོགས་ལ་
 སྟོད་མཁན་ཆོས་གསུངས་རོགས་གནང་།

སློབ་མས་

ཁྱེད་རང་བོད་ལ་སྦྱོས་པ་རེད། རྒྱ་གར་ནང་སླེབས་ནས་མྱོང་
 ཆོར་ག་འདྲ་བྱུང་།

རིན་པོ་ཆེས་

བོད་ལ་སྦྱོས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆད་གྱི་མ་རེད། བོད་ལ་ལོ་ཉི་ཤུ་བསྐྱད་
 པ་རེད། ལོ་བཅུ་གཉིས་བར་དུ་སོ་སོའི་ས་ཡུལ་དུ་བསྐྱད་པ་རེད།

ལོ་བཅུ་གཉིས་ནས་བོད་དབུས་ལ་ཡོང་ནས་འབྲས་སྤངས་ནང་
 ལོ་ཉི་ཤུ་བར་དུ་བསྐྱད་པ་རེད། དེས་ན་ལོ་ཉི་ཤུ་བོད་ལ་བསྐྱད་
 པའི་ཆོར་བ་དང་བག་ཆགས་དེ་ཉ་ཅང་གཏིང་ཟབ་པོ་ཡོད་རེད།
 ལོ་ཉི་ཤུ་བོད་གྱི་ནང་བསྐྱལ་བ་རེད། ལོ་ལྷ་བཅུ་རྒྱ་གར་ནང་
 བསྐྱལ་བ་རེད། རིང་ཐུང་བྱས་ན་རྒྱ་གར་ལ་རིང་བ་རེད། ཡིན་
 ནའང་བསམ་སྒྲུའི་ནང་བོད་ནང་ལ་ཡོད་པའི་ཆོར་སྤང་དེ་ཉ་
 ཅང་གཏིང་ཟབ་པ་འདུག དགའ་པོ་ཡིན་ནའང་རེད། སྟག་པོ་
 ཡིན་ནའང་རེད། ཉ་ཅང་གཏིང་ཟབ་པ་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་
 གཟབ་གཟབ་བྱས་ཏེ་བསམ་སྒྲུའི་གཏིང་ཟབ་བཏང་བ་ཡིན་ན། ང་
 ཆོ་སྤྱ་པ་རེད། བྱིས་ནས་བྱིས་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་ནས་ནང་
 དང་ས་ཡུལ་ཆང་མ་གཞུགས་ནས་དགོན་པའི་ནང་གྲ་བྱས་
 པ་རེད། བྱིས་པ་མི་ནག་ནང་བཞིན་ས་ཡུལ་ལ་ཞེན་ཆགས་
 དང་། ལུང་པ་གཞན་ལ་འདྲིས་མ་ཐུབ་པ་དེ་འདྲ་རང་ཡོད་མ་
 རེད། གར་སྦྱིད་ས་ཡུལ་དང་སྟུ་བྱམས་ས་མ་ཡིན་ཟེར་བའི་བོད་
 པའི་གཏམ་དཔེ་ཞིག་ཡོད་རེད། སྦྱིད་པོ་གང་དུ་བྱུང་ནའང་དེ་
 ས་ཡུལ་ཆགས་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད་ སྟུས་བྱམས་པོ་བྱས་པ་ཡིན་
 ནའང་དེ་ས་མ་ཆགས་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། ཞིབ་ཆགས་པོས་
 བལྟས་ན་མི་ཆོ་དེ་ཉ་ཅང་ཐུང་ཐུང་རེད། སོ་སོ་སྦྱོ་ས་དང་སྦྱོ་
 མིན་པ་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་
 བོད་གྱི་ཆོར་བ་དེ་གཏིང་ཟབ་པ་ཡོད་རེད་ཅེས་ངས་ཁྱེད་གོས་

པའི་རྒྱ་མཚན་ག་རེ་རེ་ད་ཟེར་ན། ད་ལྟ་ང་བོད་ལ་ཡོད་པ་ནང་
བཞིན་བསྐྱད་ཡོད་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་ལ་སླེབས་ནས་དུས་རབས་ཉི་
ཤུ་ཙམ་གཅིག་པའི་དེང་རབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཏེ་ཅང་མང་པོ་
ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཚོས་ང་ཚོའི་བསམ་སློབ་ཐོག་ལ་ཤུགས་སྒྲིན་
གཅིག་ཀྱང་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། སློག་བརྟན་བལྟས་པ་ཡིན་
ནའང་རེད། བརྟན་འཕྲིན་བལྟས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། གསར་
ཤོག་བལྟས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། རྒྱལ་ཁབ་གསལ་གསལ་ཕྱིན་པ་
ཡིན་ནའང་རེད། གང་ལྟར་ག་རེ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་དེང་རབས་
ཀྱི་ཁྲ་ཁྲ་བྱིང་བྱིང་དེ་ཚོས་ང་ཚོ་ཡིད་འཕྲོག་གི་ཡོད་མ་རེད། ག་
ཚོད་ཀྱིས་དེང་རབས་ཀྱི་ཁྲ་ཁྲ་བྱིང་བྱིང་མཐོང་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་
བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ བོད་ཀྱི་ལེགས་བྱང་དེ་ཏེ་ཅང་ཡག་
པོ་ཞིག་དང་། བྱད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་པ། སུན་སུམ་ཚོགས་
པ་ཡིན་པ་དེ་བསམ་སློབ་ནང་ལ་ཚོར་ཤུགས་ཆེ་རུ་འགྲོ་གི་ཡོད་
རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་ལོ་ཉི་ཤུའི་བག་ཆགས་དེ་ལོ་ལྔ་བཅུའི་
བག་ཆགས་ལས་ཏེ་ཅང་གཏིང་ཟབ་པ་དང་མཐུག་པ་ཆགས་
ཡོད་རེད། མཁྱེན་སོང་ངམ།

སློབ་མས་ ཤེས་སོང་།

རིན་པོ་ཆེས་ གཞན་པ་ག་རེ་འདུག རྒྱུ་དུ་བཞུགས་མཁན་ཚོ་ལ་གསུང་རྒྱ་
མེད་དམ།

སློབ་མས་ རིན་པོ་ཆེ་ཁྱེད་རང་རིག་གནས་སྤངས་ཐོང་ཡོད་དམ།

རིན་པོ་ཆེས་ ཏོག་ཙམ་སྤངས་ཐོང་ཡོད།

སློབ་མས་ རིན་པོ་ཆེ་ཁྱེད་རང་རིག་གནས་སྤངས་ནས་ཕན་ཐོགས་ག་རེ་
བྱུང་སོང་།

རིན་པོ་ཆེས་ རིག་གནས་སྤངས་ནས་ཏེ་ཏེ། སློན་ལ་ཁྱེད་རང་གི་དྲི་བ་དེ་
ལ་འབྲེལ་བཤད་ཅིག་བརྒྱབ་དགོས་འདུག ཁྱེད་རང་གིས་རིག་
གནས་སྤངས་ཐོང་ངམ་ཟེར་དུས་ རིག་གནས་དེ་གང་དུ་ལབ་
ཀྱི་ཡོད།

སློབ་མས་ བོད་ཀྱི་རིགས་ལམ།

རིན་པོ་ཆེས་ རིགས་ལམ་དང་རིག་གནས་གཉིས་གཅིག་པ་མ་རེད། རིག་
གནས་ཟེར་དུས་ཁྱེད་རང་བསམ་སློབ་ནང་ལ་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་
གོ་སོང་། ཁྱེད་རང་ཚོ་ད་ལྟ་འཛིན་གྲུབ་ནང་ལ་སྤང་རྒྱ་དེ་རིག་
གནས་རེད་དམ་མ་རེད།

སློབ་མས་ རེད། རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ རིག་གནས་ལ་ག་ཚོད་ཡོད་རེད། ང་ཚོ་བོད་སྐད་ནང་ལ་རིག་
གནས་ཟེར་དུས་སློབ་ཚན་ཆ་ཚང་ལ་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། སློབ་
ཚན་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་དེ་རིག་གནས་ནང་ལ་བསྐྱུས་འགོ་བ་
རེད། གལ་སྲིད་རིག་གནས་དེ་རྒྱ་ཆེན་པོར་དབྱེ་བ་བྱེ་ན་ལྔ་
ཡོད་རེད། སྐར་རིག་པ་དང་། ཚད་མ་རིག་པ་ བཟོ་རིག་པ། གསོ་
བ་རིག་པ། རྒྱང་དོན་རིག་པ་བཅས་རེད་ གོ་ཐོང་ངམ།

སློབ་མས་ ལགས་ གོ་ཐོང་།

རིན་པོ་ཆེས་ སྐྱ་རིག་པ་ནི་སྐད་ཡིག་དེ་ཆོ་ལ་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། ཚད་མ་
རིག་པ་ནི་རིགས་ལམ་ལ་ཟེར། གསོ་བ་རིག་པ་ནི་སྒྲན་གྱི་སྒྲོར་
རེད། བཟོ་རིག་པ་ནི་ལག་ཤེས་དང་། ཐང་ཀ་འབྲི་རྒྱ་ ཤིང་བཟོ་
མགར་བ་ འཆོམ་བྱ་བརྒྱབ་རྒྱ་སོགས་རེད་

སློབ་མས་ ལྷད་མ་བསྐྱ་རྒྱ་ ཤོག་བཟོ།

རིན་པོ་ཆེས་ དེ་ཆོ་ཆང་མར་བཟོ་རིག་པ་ཟེར་གྱི་རེད། རང་དོན་རིག་པ་ནི་
ཆོས་གྱི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད། གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་སྒྲོར་དེ་
འདྲ་རེད། དེ་འདྲ་བྱེད་དུས་ཡོ་རྒྱུད་དུས་རིག་གནས་བསྐྱབས་
ཚུང་ཞེས་ལབ་དགོས་གྱི་རེད། སྐྱ་རིག་པའི་ནང་ལ་སྐད་ཡིག་
དང་། ཆོག་རྒྱན། སྒྲན་ངག་ལ་སོགས་པ་དེ་ཆོ་དོག་ཅམ་བསྐྱབས་
ཡོད་རེད། དེ་ནས་ཆད་མ་རིག་པའི་སྒྲོར་ལ་ནི་ང་ཆོ་དགོན་
པའི་ནང་བསྐྱད་སྐྱབས་ཆད་མ་རིག་པ་མ་བསྐྱབ་པར་འགྲོ་ས་
ཡོད་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ཞིབ་ཆགས་པོ་བྱས་ནས་གསོ་བ་རིག་
པ་བསྐྱབས་ཚུང་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་ངའི་རྒྱ་ལགས་དེ་
སྒྲན་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་སོང་ཅང་། གསོ་བ་རིག་པའི་སྒྲོར་ལ་གོ་
ཚུང་ཐོས་ཚུང་མང་པོ་ཡོད་རེད། རང་དོན་རིག་པ་ནི་ནང་པའི་
ཆོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཅང་རང་བཞིན་གྱིས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱ་གཙོ་
བོ་དེ་ཆགས་གྱི་ཡོད་རེད། རིག་གནས་ཕན་བྱ་བསྐྱབས་པ་དེས་
ད་ལྟ་གནས་ཚུལ་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཐུག་པ་ཡིན་ནའང་ཤེས་བྱའི་
གནས་ལ་སྤང་དོར་འབྱེད་རྒྱའི་ལུས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་རག་ཡོད་

རེད། ཕན་ཐོགས་ག་རེ་བྱུང་ཟེར་ན། སོ་སོ་ལ་བསམ་སྒོ་གཏང་
རྒྱའི་ལུས་པ་ཞིག་སྤེབས་ཡོད་རེད། བརྟན་འཕྲིན་ནང་ཡག་
སྤྱག་ལབ་པ་དེ་ལ་ལམ་སང་ཆ་བཞག་གི་ཡོད་མ་རེད་ བྱི་རྒྱལ་
གྱི་ཆན་རིག་པ་ཞིག་སྤེབས་ནས་དེ་དེ་འདྲ་རེད་ དེ་དེ་འདྲ་
མ་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ནའང་། སྒོན་ལ་ཉན་ནས་རྗེས་མ་དེ་
རེད་འདུག་གམ་མི་འདུག་སོ་སོས་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ནས་ཐག་
གཅད་གྱི་རེད་མ་གཏོགས་ མིས་ག་རེ་ལབ་པའི་རྗེས་སུ་རྒྱག་
གི་མ་རེད། བྱས་ཅང་རིག་གནས་བསྐྱབས་ནས་ཕན་ཐོགས་ག་
རེ་བྱུང་ཞེ་ན། སོ་སོ་རང་དབང་གི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒོ་གཏང་
ཐུབ་མཁན་ཞིག་ཆགས་སོང་ཞེས་ལབ་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་རེད།
ད་ཉིད་རང་གི་དྲི་བ་དེ་རིག་གནས་མིན་པར། རིགས་ལམ་
བསྐྱབས་ནས་ཕན་ཐོགས་ག་རེ་བྱུང་སོང་ཞེས་ལབ་ན། རིགས་
ལམ་བསྐྱབས་ནས་ཀྱང་དེ་ག་རང་རེད། རིགས་ལམ་བསྐྱབས་
པའི་དགོས་པ་གཙོ་བོ་དེ་མིས་གང་བཤད་ལ་ཆ་བཞག་གི་ཡོད་
མ་རེད། མིག་གིས་མཐོང་ཆད་དང་ཨམ་ཆོག་གིས་གོ་ཆད་ལ་
ཆ་བཞག་གི་ཡོད་མ་རེད། སོ་སོའི་རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་བརྟག་
དཔྱད་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་ཤེས་གྱི་ཡོད་རེད། ང་ཆོ་བོད་པའི་གཏམ་
དཔེ་ལ་སྒྲན་པོ་རྒྱ་གར་འཕྲིད་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་རེད། མི་ཡོན་
ཏན་མེད་མཁན་རིགས་ལམ་དང་རིག་གནས་མ་སྦྱོང་མཁན་དེ་
ཆོ་གང་དུ་འཕྲིད་འཕྲིད་ཅིག་ཡོད་རེད་ ཡར་རེད་ཟེར་ན་ཡར་

ཡིན་པ་ལ་ཆ་བཞག་མར་རེད་ཟེར་ན་མར་ཡིན་པ་ཆ་བཞག་
 པ་མ་གཏོགས། སོ་སོ་རང་གི་ངོས་ནས་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་ཐག་
 བཅད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། རིགས་ལམ་སློབ་མཁན་དང་རིག་
 གནས་སློབ་མཁན་ནམས་ལ་སྔ་ཐོགས་ཆེ་ཤོས་ག་རེ་ཡོད་
 རེད་ཅེ་ན་ བསམ་སློལ་རང་དབང་འཕྲོ་བ་ཀྱི་རེད། བསམ་སློ་
 མིས་གང་དུ་འབྲིད་འབྲིད་འགྲོ་གི་མ་རེད་ བདེན་པ་ཡིན་མིན་
 བརྟག་དཔྱད་བྱེད་རྒྱུ་རང་དབང་དང་རྣམ་པ་ཡོད་པ་ཆགས་
 ཀྱི་རེད་ མཁྱེན་སོང་ངམ།

སློབ་མས་ ལགས། ཤེས་སོང་།

རིན་པོ་ཆེས་ བྱེད་རང་ཚོ་འདྲ་རིག་གནས་བསྐྱབས་ནས་རྗེས་མ་བསམ་སློ་
 བཏང་ཤེས་མཁན་དང་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་ཤེས་མཁན་ཞིག་
 ཆགས་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་མིན་མིས་ག་རེ་ལའང་པར་ཆ་བཞག་
 མཁན་ཞིག་ཆགས་ན་མ་བསྐྱབ་པ་དང་གཅིག་པ་ཆགས་འགྲོ་གི་
 རེད། འགྲིག་སོང་ངམ། ད་དཀའ་ལས་ཁག་སོང་ངམ།

སློབ་མས་ དཀའ་ལས་ཁག་མ་སོང་།

རིན་པོ་ཆེས་ དཀའ་ལས་ཁག་མ་སོང་ན་གཞན་དག་ཅིག་ངེས་དང་

སློབ་མས་ རིན་པོ་ཆེ་བྱེད་རང་རྒྱུ་ནས་སྤྱ་པ་བྱེད་འདོད་ཡོད་དམ།

རིན་པོ་ཆེས་ ཡོད། སྤྱ་པ་བྱེད་རྒྱུ་ལ་ལོ་བདུན་ལོན་དགོས་རེད། ལོ་བཞི་ལྷ་
 རྩལ་ལ་སྤྱ་པ་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད་མ་རེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུལ་
 བའི་བཅས་མཆམས་ནང་སྤྱ་གྲ་དང་པོ་སྤྱ་པར་ཞུགས་རྒྱུ་ལོ་

བདུན་ལོན་མཁན་བྱ་རྒྱུ་དགོས་ལྷན་མཁན་ཞིག་དགོས་
 རེད། བྱ་རྒྱུ་སྤེལ་ན་པར་དགོས་སྤྱབ་མཁན། དོན་དུ་ཉོག་
 ཅམ་པར་རྒྱུ་འགྲོ་སྤྱབ་མཁན་ ལས་ཀ་ཉོག་ཅམ་བྱེད་སྤྱབ་
 མཁན། དེ་འདྲ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་སྤྱ་པ་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད་མ་རེད།
 ང་ཚོའི་ནང་གི་ཉེ་འགྲམ་དུ་པལ་ཆེར་གི་ལོར་མི་ཤར་བཅོ་ལྷ་
 བརྩ་དུག་གི་མཆམས་ལ་དགོན་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེའི་ནང་
 ངའི་ཨ་ཁང་གཅིག་ཀྱང་སྤྱ་པ་རེད། ང་རྒྱུ་ལྷན་ཁ་གྲག་ཤེས་
 ལ་མ་ཤེས་དང་ གོམ་པ་རྒྱལ་སྤྱབ་ལ་མ་སྤྱབ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ཨ་
 ཁང་ལགས་དེ་ག་དུས་ནང་ལ་ཐེབས་ན་འདྲ་པར་ལོག་སྐབས་
 ང་དགོན་པར་འགྲོ་གི་ཡིན། དགོན་པར་འབྲིད་རྒྱུ་ཞེས་སྤྱ་
 གྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྐབས་ནས་ལབ་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་འདུག །དེ་ནས་ང་
 ལོ་བཞི་ལྷན་ཅམ་སོན་སྐབས་ཉིན་ཞིག་ཨ་ཁང་ལགས་ཐེབས་
 སྐབས་ངས་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་དགོན་པར་འབྲིད་རྒྱུ་ཞེས་
 ཞེས་ལབ་པར་བརྟེན། པ་ལགས་དང་ཨ་མ་ལགས་ཀྱིས་དགོན་
 པ་ལ་བཏང་ན་སང་ཉིན་རྒྱུ་ལོག་གི་རེད་དགོངས་ནས་ང་ཨ་
 ཁང་ལགས་མཉམ་དུ་དགོན་པའི་ནང་དུ་བཏང་བ་རེད། འོན་
 ཀྱང་ཨ་ཁང་ལགས་ལ་ཟུར་དུ་པ་ལགས་ཀྱིས་སང་ཉིན་གནངས་
 ཉིན་ཞིག་ལེན་དུ་ཡོང་གི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་འདུག །དེ་ནས་ང་
 དགོན་པ་ལ་འབྲིད་པ་རེད་ དགོན་པར་སྤེལ་ཆར་ནས་སྤྱ་གྲུ་
 རྒྱུ་རྒྱུ་དགོན་པར་སྤོང་ཆོག་གི་ཡོད་མ་རེད། སྤྱ་པ་ནི་ཆགས་

ཡོད་མ་རེད། ད་ལྟ་ཁྱིམ་པ་སྤྱ་གྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ་བཞི་ལྷག་ཙམ་ཁ་
 གྲག་ཤེས་ལ་མ་ཤེས། བོམ་པ་རྒྱག་ཐུབ་ལ་མ་ཐུབ་དེ་འདྲ་ཞིག་
 ཡོད་རེད། དགོན་པར་འཁྲིད་ཡོང་ཙམ་དགོན་པའི་ནང་དགོང་
 དག་སྤྱ་གྲུ་ཉར་ཆོག་གི་མེད་པར་བརྟེན། དེའི་དགོང་མོ་དཀའ་
 ལས་ཁག་པོ་བྱུང་འདུག། ཡིན་ནའང་རྗེས་མ་དགོན་པའི་དགེ་
 བསྐྱོས་དང་མཁན་པོ་དེ་ཆོས་དོ་དགོང་སང་ཉིན་སྤྱ་གྲུ་བསྐྱུལ་
 ས་མེད་ན་ཉར་ན་འགྲིག་གི་རེད། སང་ཉིན་གནངས་ཉིན་པ་
 སྤེབས་ན་ལམ་སང་གཏང་དགོས་ཞེས་ལབ་ཡོད་ས་རེད། རྗེས་
 སྤྱ་པ་ལགས་ལེན་དུ་སྤེབས་སྐྱབས་ངས་འགྲོ་གི་མིན་ཞེས་བཤད་
 བས་དགོན་པའི་ནང་ལྷག་པ་རེད། ང་རྒྱུད་དུས་ནས་དགོན་པའི་
 ནང་ལ་བསྐྱད་བསྐྱད་པ་རེད། སྤྱ་པ་ནི་དེ་དུས་བྱེད་རྒྱ་རེད། ལོ་
 བཞི་ལྷག་ཙམ་ནས་དགོན་པའི་ནང་བསྐྱད་པ་རེད། དགོན་པའི་
 ནང་འཆར་ལོངས་བྱས་པ་རེད། དེ་ནས་ལོ་ལྔ་ལོན་སྐྱབས་ཟམ་
 གདོང་སྒྲ་མ་ཆགས་པ་རེད། ཟམ་གདོང་སྒྲ་མ་ཆགས་ཆར་དུས་
 དགོན་པའི་ནང་ལ་མ་བསྐྱད་རང་བསྐྱད་རེད། ང་དང་པོ་བསྐྱད་
 སའི་དགོན་པ་དེ་མ་རེད། ཟམ་གདོང་སྒྲ་མའི་དགོན་པ་དེ་ཡང་
 ངའི་ནང་ནས་པལ་ཆེར་གི་ལོ་མི་ཉར་དུག་ཅུ་བདུན་ཅུ་ཙམ་
 ཡོད་རེད། ཉ་བཞོན་ནས་འགྲོ་དུས་ཉིན་མ་གཉིས་ཙམ་འགོར་གྱི་
 རེད། དེར་གྲུ་ཆས་ཀྱོན་ནས་ལོ་བདུན་བར་དུ་བསྐྱད་པ་རེད། དེ་
 ནས་ལོ་བདུན་པར་རབ་བྱུང་དང་དགེ་ཚུལ་བསྐྱབས་ཉེ་སྤྱ་པ་དོ་

མ་བྱས་པ་རེད། དེ་འདྲ་བཅི་ན་ད་སྤྱ་པ་བྱས་ནས་ལོ་དྲུག་ཅུ་རེ་
 གསུམ་རེ་བཞི་ཞིག་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། འགྲིག་སོང་ངམ། གཞན་
 ག་རེ་འདུག། བྱིད་རང་ལ་ག་རེ་གསུང་རྒྱ་ཡོད་དམ།
 སྤྱི་པ་མས་
 ར་རམ་ས་ལར་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། གོང་ས་མཆོག་གི་སྤྱི་བྱང་
 བཞེངས་དགོས་དོན་གང་རེད།
 རིན་པོ་ཆེས་
 ཨོ་རྟོ་བྱིད་རང་བྱས་ན་ག་རེ་ཡིན་ས་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་
 སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་གར་ལ་བཙན་བྱོལ་དུ་ཕེབས་སྐྱབས་
 མོན་ཉ་དབང་དང་། འབྲུམ་སྤེལ་ཨ་སམ་ ཨ་རུ་ན་ཅལ་པར་
 དེ་གི་བརྒྱུད་ནས་རྒྱུར་ཕེབས་པ་རེད། དེ་དུས་ཉ་དབང་དང་
 འབྲུམ་སྤེལ་དེ་ཆོར་བཞུགས་ནུས་གྱི་ཡོད་མ་རེད། རྒྱ་མིས་
 ལམ་སང་རྗེས་འདེད་ཡོང་གི་རེད་བསམས་ནས་ས་མཚམས་
 ནས་རྒྱུར་ཐག་རིང་པོ་ཞིག་དུ་མ་ཕེབས་རང་ཕེབས་ཆགས་
 བསྐྱད་ཡོད་རེད། ང་ཆོ་བོད་པ་ཆོ་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱ་ཐང་ནང་ལ་ཆ་
 བ་བཟོད་བྱབ་གྱི་ཡོད་མ་རེད་ རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་ལྷོ་ལོ་ལྷ་
 བུར་བཞུགས་བྱབ་ཐབས་ཡོད་མ་རེད་ དེ་དུས་རྒྱ་གར་གཞུང་
 གིས་གནམ་གཤིས་དང་ཁང་པ་ག་སྤྱིག་བྱེད་རྒྱུས་མཆོན་མང་པོ་
 ཞིག་ལ་གཟིགས་ནས་སྤྱི་མདུན་མ་སྤྱི་ལ་གདན་འདྲེན་ཞུས་
 པ་རེད། ཡིན་ནའང་མ་སྤྱི་ལོ་དེ་དུས་ནས་ཡུལ་སྐོར་སྤྱི་འཆམ་
 པ་ཡོང་ས་དང་། མིའང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ། ས་ཆའང་དགོན་པོ།
 ཁང་པ་སྤོང་པའང་ཉ་ཅང་དགོན་པ་བཅས་ལ་བརྟེན། སྐྱབས་

མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མ་སུ་རི་ལ་གཏན་འཇགས་བཞགས་སྐྱེ་བུ་
 དེ་འགྲིག་ཡོད་མ་རེད། མ་སུ་རི་ལ་ཐེབས་ནས་ལྷིང་འཇགས་
 ཉེ་ཆོལ་ཁ་ཤས་སོང་ཇིས། རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་རིང་ཅམ་
 རྒྱ་གར་ལ་བཞགས་དགོས་བྱུང་ན་བཞགས་ས་དེ་གཏན་འཁེལ་
 པོ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་རྒྱ་གར་གཞུང་དང་བཅན་བྱོལ་
 གཞུང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་ག་ས་ག་ལ་ས་ཆ་གཟིགས་
 ཀར་ཐེབས་པ་རེད། དེ་དུས་སིམ་ལའི་ཁ་གཏད་ཀྱི་རི་གཅིག་གི་
 མགོ་ལ་ཅེལ་ཟེར་བའི་ས་ཆ་ཞིག་ཡོད་རེད་ ཅེད་ཐང་ཡོད་པ་
 ཞིག་དང་། མརྒྱ་རྒྱུ་པའིལ་ལའི་ (Maharaja Patiala) ཐོ་
 བྱང་ཡོད་ས་དེར་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་སལ་ཆེར་དེར་སྟོན་ཅིས་
 གྲང་བྱས་པ་རེད། དེ་ནས་ཏལ་ཉེ་སྤྱི་ལའང་གཟིགས་པ་རེད། རྒྱ་
 རྒྱུ་ར་ཡང་གཟིགས་ཀར་ཐེབས་པ་རེད། དེ་དུས་ཤེས་རིག་
 བཀའ་སློན་ཀུན་བདེ་སྤྱི་རྩ་སྤྱོད་ཟེར་རྒྱལ་མཆན་ལྟ་བུ་
 དེ་ས་ཆ་གཟིགས་མཁན་གཅི་པོ་དེ་རེད་ དེ་དུས་དགོངས་པ་
 བཞེས་དགོས་པའི་གནས་རྒྱལ་གལ་ཆེ་ཤོས་གཅིག་ནི་རྒྱལ་
 དབང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་བྱུང་སྐྱོབ་དེ་རེད། དེ་དུས་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་ཏ་
 ལམ་སྤྱོད་པ་འདྲ་པོ་རེད། དེ་དུས་ཐེག་ལོ་ཏ་གན་རི་ལ་ཁང་པ་
 གསུམ་རང་ཡོད་རེད་ རྒྱ་རྩི་ཆོང་ཁང་དེ་གཅིག་རེད། དེའི་
 རྒྱར་ཅམ་ལ་ལྷ་ལྷ་ཨམར་རྒྱུ་ཟེར་བ་དེའི་ཆོང་ཁང་གཅིག་
 རེད་ དེ་ནས་བཞི་མདོ་དེ་ལ་དེ་དུས་དེའི་མིང་ལ་བཞི་མདོ་ཀུ་

ཀྱི་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་རེད། ད་ལྟ་བུ་མེད་མཉམ་ལས་ཀྱི་ཆོང་ཁང་
 ཡོད་ས་དེ་རེད། དེར་ཁང་པ་གཅིག་མ་གཏོགས་གཞན་ཆང་
 མ་སྤོང་པ་སྤོང་རྒྱུ་རེད། དེ་ནས་སྐྱེ་མདུན་བཞགས་ས་དེ་ད་
 ལྟ་རི་ལ་འཛོགས་མཁན་གྱི་སྟོབ་བྱ་ཞིག་འདུག་གམ། དེ་ལ་དེ་
 དུས་སྐྱེ་བྱུང་ལྟ་བུ་རེད། དེའི་ཐོད་ལ་རྒྱ་རྩི་ཆོང་ཁང་ཟེར་བ་
 དེ་རེད། དེའི་ཐར་ཕྱོགས་དེ་ལ་སྤྱིང་རིན་པོ་ཆེ་བཞགས་སའི་
 གཟིགས་ཤག་དེ་རེད། དེ་དུས་ཁང་པ་སྤོང་པ་ཡོད་རེད། བྱས་
 ཅང་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་ཡག་ཤོས་མཐོང་བ་རེད། ལྷག་པར་དུ་མིང་
 དེའང་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད་རེད་ རྒྱ་རྒྱུ་པོད་སྤྱོད་དུ་བསྐྱར་
 བ་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་གནས་རེད། དེའང་རྟེན་འབྲེལ་ཡག་པོ་འདུག་
 བསམས་ནས་སྐྱོད་ཀུན་བདེ་སྤྱི་རྩ་གིས་ས་ཆ་ཆང་མ་སྟོར་བ་
 བརྒྱབས་ནས་མ་སུ་རི་ལ་ལས་བསྐྱེམས་སྟན་ལྟ་ཞིག་སྤུལ་བ་
 རེད། སྐྱོད་ཀུན་བདེ་སྤྱི་རྩ་ནམ་རྒྱུན་ཞལ་ཤོབ་ཆ་པོ་ཞིག་
 ཡོད་རེད། ཁོང་གིས་ལས་བསྐྱེམས་ནང་མ་སུ་རིའི་འོ་མ་ལས་
 རྒྱ་རྒྱུ་པོད་ཆུ་ཞིམ་པ་འདུག་ཅེས་བཀོད་ཡོད་རེད། དེ་དུས་
 མ་སུ་རིའི་འོ་མ་སྤྱོད་པོ་མེད་འགོ། དེ་ནས་རྒྱ་རྒྱུ་ར་བཞགས་
 གཏན་འཁེལ་ནས་ ༡༩༤༠ ལྷི་ཆོ་བཞི་པའི་ནང་མ་སུ་རི་ནས་
 རྒྱ་རྒྱུ་ར་སྟོན་གནང་བ་རེད། དེ་དུས་སྐྱེ་མདུན་བཞགས་ས་
 སྐྱེ་བྱུང་ལྟ་ཞིག་ད་ལྟ་རི་འཛོགས་སྟོབ་བྱ་ཡོད་ས་དེ་རེད། ལྷི་
 རང་ཆོ་དེ་ནས་ཡར་འགོ་ལྷི་རང་མ། ཐེག་ལོ་ཏ་གན་རིའི་བཞི་

མདོད་ལྷ་རྒྱུ་ལའོར་འགག་ས་རྒྱ་རྒྱུ་ཆོང་ཁང་ཡོད་ས་
 ཞིག་འདུག་གམ། དེ་ནས་བྱ་གསོ་ཁང་ལ་པར་འགྲོ་སའི་ལམ་
 གཅིག་དང་། རྒྱ་མཐུ་ཤོད་ལ་པར་འགྲོ་སའི་ལམ་གཅིག་
 འདུག་གམ། ད་ལྟ་གཡས་གཡོན་ཆོང་མ་ཆོང་ཁང་དང་ དེའི་
 དཀྱིལ་ལ་ཡར་འགྲོ་ས་ཞིག་འདུག་གམ། དེ་ནས་ཡར་ཀེ་ལོར་
 མེ་ཁར་གཅིག་ཅམ་ལ་ཁང་པ་ཞིག་ཡོད་རེད་ དེ་རིང་སང་ཉིན།
 རི་ལ་འཛེགས་མཁན་གྱི་མེ་དེ་ཆོའི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ས་ཞིག་རེད།
 བྱེད་ཆོ་དེར་མཇལ་དུ་འགྲོ་དགོས་ རྩོན་མ་སྦྱ་མཐུན་བཞུགས་
 ས་ག་འདྲ་ཞིག་འདུག་གཟིགས་དགོས། དེར་སྦྱ་མཐུན་ལོ་
 བཟུན་བརྒྱུད་ཅིག་བཞུགས་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་ནས་ད་ལྟ་སོ་བྲང་
 དང་གཙུག་ལག་ཁང་ཡོད་ས་དེར་དེ་དུས་ཀ་ཕུར་ཐ་ལྷ་ཉལོ་
 སེ་ཞེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་ མཐུ་རྒྱུ་ཀ་ཕུར་ཐ་ལྷ་འི་ས་ཆ་རེད་
 འདུག་ རྒྱུ་མ་ང་རང་ཆོ་བོད་གཞུང་གི་ངོས་ནས་ས་ཆ་དེ་ཉེས་
 པ་རེད། ད་ལྟ་ས་ཆ་དེ་རང་བདག་རེད། རྩོན་མ་བཞུགས་སའི་
 ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་དེའི་གཟིམ་རྒྱུང་ཡང་སྦྱོ་པོ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཡོད་
 མ་རེད་ དེ་ནས་གཟིམ་རྒྱུང་ད་ལྟ་བཞུགས་ས་དེར་སློབ་གནང་
 པ་རེད། རྒྱུ་མ་རྒྱལ་གྲུ་ཆོང་དང་གཙུག་ལག་ཁང་ཡང་ལོགས་
 སུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅང་། ད་ལྟའི་གཙུག་ལག་ཁང་དེ་གཞི་ནས་
 བཞེངས་པ་རེད། གཞིས་ཆགས་སྒྲངས་དེ་ལྟར་རེད་ འོན་ཀྱང་
 སྦྱ་མཐུན་དེར་ཐེབས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ག་རེ་རེད་ཅེས་ངེས་

པ་ཡིན་ན། དེ་དུས་ས་ཆ་སྒྲབས་བདེ་ཤོས་དང་ཡག་ཤོས་ཤིག་ལ་
 གཟིགས་པ་ཡིན་ཅང་ཐེབས་པ་རེད་ ཡིན་ནའང་དེའི་ངི་བ་དེ་
 གཏིང་ཟབ་པོ་ངེས་པ་ཡིན་ན་དེ་ལའང་ལས་དང་སློན་ལམ་གྱི་
 འབྲེལ་བ་རྒྱ་མཐོག་གོ་བ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱི་རེད། འགྲིག་
 སོང་ངམ།

- སློབ་མས་ འགྲིག་སོང་།
- རིན་པོ་ཆེས་ ངི་བར་ལན་ཐེབས་སོང་ངམ།
- སློབ་མས་ ཐེབས་སོང་།
- རིན་པོ་ཆེས་ དེ་ནས་གཞན་པ་ག་རེ་ཡོད། གསུངས་དང་།
- སློབ་མས་ བོད་གཞུང་དགའ་ལྷན་སོ་བྲང་ཚྱུགས་ལས་རྒྱལ་ཞེས་པ་
 དེ་མ་སུ་རི་ལ་དང་པོ་བཙུགས་པ་རེད། དེ་ནས་གངས་རྒྱུད་ལ་
 བཙུགས་དགོས་དོན་གང་རེད།
- རིན་པོ་ཆེས་ ཨོ་ཉོ་ད་འདྲི། ག་རེ་ལབ་དགོས་ཡིན་ནམ། དེ་ལ་ལན་ཐེབས་ས་
 མ་རེད། ངི་བ་ཆོང་མ་ལ་ལན་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དམ་ གདམ་
 ག་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་མ་རེད་དམ། བོད་གཞུང་དགའ་ལྷན་སོ་བྲང་
 ཚྱུགས་ལས་རྒྱལ་ཞེས་པ་དེ་མ་སུ་རི་ལ་བཙུགས་པ་མ་རེད།
 དེ་ལོ་སུ་མ་བརྒྱུ་རྒྱ་རེ་ལྷ་རེ་དུག་ཅིག་གི་རྩོན་ལ་བོད་ནང་
 རྒྱུང་བ་ཞིག་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༯༤༡ ལོ་ལ་རྒྱལ་དབང་ལྷ་པའི་ཕྱག་
 ལ་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱི་དགཉིས་ཀྱི་མངའ་དབང་དེ་སོག་པོའི་དཔག་
 དཔོན་གྲུ་ཤི་ཁྲང་ཟེར་མཁན་དེས་སུལ་བ་རེད། ཤེས་ཀྱི་ཡོད་

དམ། དེ་དུས་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་བཞུགས་སའི་པོ་བླ་འདེ་
 འབྲས་སྤངས་ལ་ཡོད་རེད། པོ་བླ་དེའི་མཚན་ལ་དགའ་ལྡན་
 པོ་བླ་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། རྒྱལ་དབང་སྤྱི་ལོ་གཉིས་པ་ནས་
 འབྲས་སྤངས་དགོན་པར་བཞུགས་སྐབས་ཁང་པ་གཅིག་དགོས་
 གྱི་ཡོད་ཅང་། ལྷུ་རྫོང་གི་དཔོན་པོ་དེས་ཁང་པ་ཞིག་སྤྲུལ་བ་
 རེད། ཁང་པ་དེ་ཉམས་གསོ་བྱས་ཏེ་དེའི་མིང་ལ་དགའ་ལྡན་
 པོ་བླ་ཞེས་མཚན་བཏགས་པ་རེད། དེའི་ནང་རྒྱལ་དབང་སྤྱི་
 ལོ་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་པ། བཞི་པ་ ལྷ་པ་བཅས་བཞུགས་
 པ་རེད། གུ་མི་ཁྲུང་བསྟན་འཛིན་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་རྒྱལ་དབང་ལྷ་
 པ་ལ་བོད་གྱི་ཆོས་སྲིད་གཉིས་གྱི་མངའ་དབང་དེ་སྤྲུལ་སྐབས་
 གཞུང་གསར་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། གཞུང་འདིའི་མིང་ལ་
 དགའ་ལྡན་པོ་བླ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཞེས་བརྗོད་པ་རེད།
 ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཟེར་བ་དེ་གཞུང་བཙུགས་ནས་གཞི་ནས་
 བཏགས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནས་ ༡༩༥༩ ལྷི་ཁྲོ་ ༩ ཆོས་ ༡༠ ཉིན་
 མོར་བོད་ལ་མི་མང་གིས་ངོ་ཚྏ་བྱས་པ་རེད། དེའི་ཆོས་པ་བརྩ་
 བདུན་གྱི་མཚན་ལ་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་དང་། བཀའ་སློན་
 གཉིས་མ་གཏོགས་པའི་བཀའ་སློན་གཞན་པ་ཚོ་བཅས་ཆང་མ་
 འོར་བུ་སྤིང་ཁ་ནས་ཐོན་ནས་ཆོས་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་ཙུ་གཉིས་
 དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ལྷོ་ཁ་ལྷན་ཅེ་རྫོང་དུ་བསྐྱར་དུ་བྱེས་གྱི་གཞུང་
 གཅིག་བཙུགས་པ་རེད། དེར་ཉིན་མ་གཅིག་གཉིས་མ་གཏོགས་

བཞུགས་རྒྱ་བྱུང་མེད། དེ་ནས་མ་སྐར་ལ་བཅན་བྱོལ་དུ་ཐེབས་
 དགོས་བྱུང་བ་རེད། མ་སྐར་ལ་བཅན་བྱོལ་བོད་གཞུང་དགའ་
 ལྡན་པོ་བླ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཞེས་པ་དེ་བཙུགས་པ་རེད།
 མ་སྐར་ལ་ནས་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ལྷུང་ཐེབས་སྐབས་
 གཞུང་དེའང་མཉམ་དུ་སླེབས་པ་རེད། བོད་གཞུང་དེ་སྐབས་
 མགོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཉམ་དུ་འགོ་བ་རེད། རྣམས་ལྷུང་སླེབས་
 དུས་གངས་ཅན་སྦྱིད་གཤོངས་དེ་ཡོད་མ་རེད། དེ་དུས་བཅན་
 བྱོལ་བོད་གཞུང་དེ་མག་ལོར་གན་ངའི་འཁྲིས་ལ་གྲག་སྐུ་མགོན་
 ཁང་ཟེར་བ་ཞིག་མི་འདུག་གམ། མཐོང་སོང་ངམ།

སློབ་མས་

མཐོང་སོང་།

རིན་པོ་ཆེས་

ལྷག་སྐུ་མགོན་ཁང་གི་ཡར་ངོས་ལ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་སྡེ་ལེན་
 སྤྱི་ཚབ་བཞུགས་སའི་ཁང་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། མཐོང་སོང་ངམ།
 དེའི་ནང་ལ་བཅན་བྱོལ་བོད་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ཆང་མ་ཡོད་
 རེད། ང་རྣམས་ལྷུང་སླེབས་སྐབས་ད་ལྟ་སྡེ་ཤན་བཞུགས་སའི་
 ཁང་པ་དེའི་རྒྱལ་དབང་ཕྱོགས་ལས་ལས་ཁུངས་ཆང་མ་ཡོད་ཅང་
 དེ་འདྲ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད་རེད། དེ་ཆོའི་ནང་ང་ཚོ་སྐྱ་མ་ཁ་ཤས་
 ཤིག་ལོ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་བསྐད་པ་རེད། དུག་ཅུ་རེ་དགའི་
 ལོ་དར་ང་ཚོ་བཅན་བྱོལ་ལ་སླེབས་ནས་ལོ་བརྩ་འཁོར་བའི་
 དུས་ཆེན་དེ་གངས་ཅན་སྦྱིད་གཤོངས་སྐུ་བྱས་པ་རེད། དེ་དུས་
 གངས་ཅན་སྦྱིད་གཤོངས་ཉིས་ནས་ལོ་གཉིས་གསུམ་མ་གཏོགས་

ཕྱིན་མེད། སལ་ཆེར་དྲུག་ཅུ་རེ་དྲུག་རེ་བདུན་དེ་འང་ཞིག་ལ་
གངས་ཅན་སྦྱིད་གཤོངས་ཉོས་པ་རེད། དེ་ནས་གངས་ཅན་སྦྱིད་
གཤོངས་ལ་སླེབས་པ་རེད། དེར་སླེབས་དགོས་དོན་ཡང་དེ་ལ་
ས་ཆ་རག་པ་ཙམ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས། གཞན་སྐྱུ་མཚན་གང་
ཡང་མེད། གལ་ཏེ་སྐྱུ་མཚན་བཤད་སྐྱུ་ཡོད་ན་ཀུན་བདེ་སྤིང་
ལ་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཀུན་བདེ་སྤིང་ནི་ཕེབས་ཚར་བ་རེད། གཞན་
གསུང་མཁན་ཡོད་དམ།

སློབ་མས་ རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་གྲུ་པ་གནང་དགོས་ཀྱི་
འདུག་གམ། མནའ་མ་ཞིག་ག་རེ་བྱས་ནས་བཅལ་མེད།

རིན་པོ་ཆེས་ ༡་ ༡་ ༡་ ༡་ ༡་ ལྟ་མནའ་མ་བཅལ་སྐྱུ་བྱིས་དྲགས་པ་རེད་
སྟོན་མ་རྒྱུང་རྒྱུང་སྐྱབས་ལ་མ་རག་པ་རེད། ད་བྱིས་དྲགས་པ་
རེད། བྱེད་རང་མ་བྱིས་པར་བཅལ་ཤོག་ཨང་། བྱིས་དྲགས་ན་
མནའ་མ་མ་རག་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་རེད། ཇི་བ་དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་
སླེབས་པ་རེད། ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་གྲུ་པ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་
འདུག་གམ་ཟེར་བའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་འཁོར་ཀྱི་ཡོད་
རེད། གྲུ་པ་དང་བྱིས་པ་གང་བྱེད་མི་སོ་སོའི་རང་དབང་རེད། སོ་
སོའི་འདོད་པ་རེད། གྲུ་པ་བྱེད་འདོད་ཡོད་མཁན་དེས་གྲུ་པ་བྱེད་
ཀྱི་རེད། གྲུ་པ་བྱེད་འདོད་མེད་མཁན་ནམས་དང་པོ་གྲུ་པ་བྱས་
ཀྱང་རྗེས་མ་གྲུ་པ་ལོག་མཁན་དེ་འདྲ་འདྲ་ཡོད་རེད། བོད་ལ་
ཡིན་ན་མང་ཆེ་བ་གྲུ་པ་བྱས་ནས་བསྐྱད་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲ་བྱེད་

དུས་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་གྲུ་པ་བྱེད་དགོས་པ་ག་རེ་རེད་
ཟེར་བའི་དེ་བ་དེ་སླེབས་དགོས་ཀྱི་མེད། ཇི་བ་འདྲི་དགོས་དོན་
ཡོད་མ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག། བྱེད་རང་གིས་ག་རེ་བྱས་ནས་
དུས་པ་དེ་ངས་ཤེས་ཀྱི་མེད། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲ་འདྲི་མཁན་
ཡོད་རེད། དཔེར་ན། བཀའ་སློན་ཁྲི་པ་དེ་གྲུ་པ་མིན་པ་ཞིག་བྱུང་
ན་ཡག་གི་རེད་ཅེས་ཤོད་མཁན་ཡོད། དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་
ཡིན་ན་གཅིག་བྱས་ན་དེ་བ་དེ་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏང་སྐྱུ་ཡོད་རེད་
བསམ་ཀྱི་འདུག། བྱི་ལོ་ ༡༠༠༡ ལོར་ང་བཀའ་སློན་ཁྲི་པར་འོས་
འདེམས་བྱུང་སྐབས་སྟོན་པ་ཕུལ་ནས་མར་བབས་ན་ཡག་གི་
རེད་ཟེར་མཁན་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་རེད། རང་དབང་ཡོད་མཁན་
ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་ན། གྲུ་པས་མི་ཚོག་པའི་ལས་ཀ་མང་པོ་
ཞིག་བྱེད་དགོས་ཡོད་སྲིད་ཀྱི་རེད། དཔེར་ན། དམག་མི་དང་།
ཁྲིམས་ཁང་། ཉེན་རྟོག་སྒྲོར་རྒྱག་པ་བཅུག་སྐྱུ་སོགས་ཡོད་རེད།
ཉན་ཉན་གྲུ་པས་མི་ཚོག་པའི་ལས་ཀ་དེ་འདྲ་ཡིན་ན་བཀའ་
སློན་ཁྲི་པ་དེ་བྱིས་པ་དགོས་མཁན་ཞིག་ཡོད་རེད། འོན་ཀྱང་ང་
ཚོ་སྐབས་བཅོལ་གཞུང་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཡོད་མ་རེད། ལུང་པ་ཡོད་
མ་རེད། གྲུ་པས་མི་ཚོག་པའི་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་
པ་གང་ཡང་སླེབས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། སྐབས་དེ་དུས་ཀྱང་ངས་
ལབ་སྐྱུ་བྱུང་། ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་ལ་ངས་གྲུ་པ་བཞག་དགོས་
པའི་སྐྱུ་མཚན་གང་ཡང་མཐོང་མ་སོང་། ཉེན་གཅིག་བཀའ་སློན་

ཁྱིམ་པའི་ལས་འགན་གྱི་ནང་ལྷན་པས་བྱེད་མི་ཚོ་ག་པའི་གནས་
 ཚུལ་ཞིག་སླེབས་ན། དེའི་ཉིན་མོར་ལྷན་པ་བཞག་དགོས་ཀྱི་
 འདུག་གཤ། ཡང་ན་བཀའ་སློན་ཁྱིམ་པ་བཞག་དགོས་ཀྱི་འདུག་
 དེ་བལྟ་རྒྱ་རེད་ཅེས་ལབ་རྒྱ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་ད་བར་བཀའ་
 སློན་ཁྱིམ་པའི་ལས་དོན་ནང་ལྷན་པ་བཞག་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་
 དེ་འདྲ་གང་ཡང་བྱུང་ཡོད་མ་རེད། སྤྱིར་བཏང་བྱེད་རང་གི་རི་
 བ་དེ་བདེན་པ་འདྲ་ཞིག་རེད། ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་གྲུ་པ་
 བྱེད་དགོས་པ་མེད་ ལྷན་པ་མ་བྱས་ནའང་ཆོས་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་རེད།
 མཁས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་རེད། བྱིས་པས་བྱིས་པ་
 རྩོམ་འཛིན་པ་བྱེད་ཆོག་གི་རེད། ཡིན་ནའང་ལྷན་པ་བྱེད་འདོད་
 ཡོད་མཁན་ཆོར་ལྷན་པ་བྱེད་རྒྱའི་རང་དབང་དེའང་ཡོད་དགོས་
 ཀྱི་རེད། འགྲིག་མོང་ངམ། རི་བ་འདྲི་མཁན་ཆང་མ་མཐུན་ལ་
 རྩོད་མཁན་ནམས་མ་གཏོགས་རྒྱབ་ལོགས་དེ་ཆོ་རི་བ་འདྲི་རྒྱ་
 མེད་མཁན་ཤ་སྟག་རེད་དམ།

སློབ་མས་

ཁོང་ས་མཆོག་བོད་ནས་རྒྱ་གར་ལ་ཕེབས་དུས་ཐོག་མར་ཕྱག་
 ལས་ག་རེ་གནང་བ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་

སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་གར་ལ་ཕེབས་པ་ནས་བཟུང་ཕྱག་
 ལས་གནང་རྒྱ་དེ་བོད་མི་སྐབས་བཅོལ་བ་དེ་ཆོའི་འགྲོ་སྐྱེངས་
 རྩོད་སྐྱེངས་བཟོ་རྒྱ་དང་། བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་ཐོག་བོད་དོན་བདེན་
 མཐའ་གསལ་ཐབས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་གནང་རྒྱ་གཉིས་པོ་དེ་རེད། དེ་

ལས་གཞན་པའི་ཕྱག་ལས་གང་ཡང་མེད། སྐབས་མགོན་རིན་
 པོ་ཆེས་ ༡༩༥༩ ལྷན་པ་ ༩ ཆོས་ ༡༧ ཉིན་མོར་ཉེང་ལྷན་པ་ཐོག་
 མ་ཡིག་ཐོག་ནས་རྒྱ་གར་དང་བྱི་རྒྱལ་གྱི་གསར་འགོད་པ་ཆོར་
 གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱགས་གནང་བ་རེད། དེ་དུས་སྐབས་
 མགོན་རིན་པོ་ཆེ་དངོས་སུ་གསར་འགོད་པ་ཆོ་དང་མཇུག་
 གནང་ཡོད་མ་རེད། སལ་ཆེར་བཀའ་སློན་ལུང་ཁང་ཡིན་པ་ཡོད།
 ཁོང་གིས་བོད་ཀྱི་ནང་ལ་གནས་ཚུལ་ག་རེ་བྱུང་བ་དང་། སྐབས་
 མགོན་རིན་པོ་ཆེ་བྱི་རྒྱལ་ལ་སྐབས་བཅོལ་དུ་ཕེབས་དགོས་
 པའི་རྒྱ་མཆོན་ག་རེ་ཡིན་པ། རྒྱ་མིའི་ངོས་ནས་གོས་མཐུན་དོན་
 ཆོན་བཅུ་བདུན་ཐོག་ཁ་དན་ཆོག་ལ་མ་གནས་པ་ག་རེ་བྱས་
 པ་བཅས་འཁོད་པའི་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་འཕྲིན་མདོར་
 བསྟུས་ཤིག་ཉེང་ལྷན་པ་གནང་ཡོད་རེད། དེ་ལ་རྒྱ་ནག་གིས་
 རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་བཀའ་སློན་ནམ་པ་ཆོ་དང་ཡོངས་འཛིན་
 ནམ་པ་ཆོས་བྱི་རྒྱལ་ལ་བཅོན་འཁྲིད་བྱས་པ་རེད་ཟེར་བ་དང་།
 རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་བྱི་རྒྱལ་ལ་ཕེབས་རྒྱའི་ཐུགས་འདོད་ཡོད་
 མ་རེད། ཡིན་ནའང་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེའི་གཡས་གཡོན་ལ་
 ཡོད་པའི་སྐྱེ་དག་བོད་ཀྱི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུན་འཛིན་པ་དེ་ཆོས་
 བཅོན་དབང་གི་ཐོག་ནས་བྱི་རྒྱལ་ལ་འཁྲིད་བྱིན་པ་རེད། ཉེང་
 ལྷན་ཀྱི་གསུང་འཕྲིན་དེའང་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་དངོས་སུ་ཞལ་
 བས་གསུངས་པ་ཞིག་མིན་པར་ཁོང་ཆོས་བཟོས་པ་རེད་ཅེས་

ཇི་ལ་བསྐྱགས་བྱས་པ་ཡིན་ཅང་། མ་སྲ་རི་ལ་ཕྱི་སྒྲ་བཞི་པའི་སྒྲ་
 མཚུག་གམ་ཕྱི་སྒྲ་ལྔ་པའི་ཆོས་ཤར་ཞིག་ལ་ཡིན་པ་ཡོད། སྐབས་
 མགོན་རིན་པོ་ཆེས་དངོས་སྲ་གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱགས་
 ཐངས་དང་པོ་དེ་གནང་བ་རེད། གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱགས་
 ཐངས་དང་པོ་དེའི་ནང་གོས་མཐུན་དོན་ཆན་བཅུ་བདུན་ཅིས་
 མེད་ལ་བཏང་བ་དང་། སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཐུགས་རང་
 དབང་གི་ཐོག་ནས་སྐབས་བཅོལ་ལ་ཐེབས་པ་ཡིན་པ། གོས་
 མཐུན་དོན་ཆན་བཅུ་བདུན་ཅིས་མེད་ལ་བཏང་དགོས་པའི་རྒྱ་
 མཆན་ནི་ཐོག་མར་བཅན་འོག་ཏུ་བཞག་པ་དང་། རྗེས་ལ་རྒྱ་
 མའི་ངོས་ནས་བཅི་སྲུང་མ་བྱས་པ་ཡིན་ཅང་། ང་ཆོའི་ངོས་ནས་
 བཅི་སྲུང་བྱེད་དགོས་མེད་པ། ད་ནས་བོད་རང་བཅན་བསྐྱར་
 གསོའི་ལས་དོན་འགོ་བརྩམ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་གནང་ཡོད་
 རེད། མ་སྲ་རི་ལ་ཐེབས་པའི་བདུན་ཕྱག་དང་པོའི་ནང་བོད་
 གྱི་ཆབ་སྲིད་གྱི་ལམ་སྲོལ་དེ་མང་གཙོའི་ལམ་ལ་བསྐྱར་རྒྱུ་
 ཕྱག་ལས་དེ་འགོ་འཇུགས་གནང་བ་རེད། འོན་ཀྱང་དེའི་སྡོན་
 ཏུ་ལས་ཁྲུངས་ཁག་བགོས་པ་རེད། ཆོས་དོན་ལས་ཁྲུངས་དང་།
 ཤེས་རིག་ལས་ཁྲུངས།

སློབ་མས་ བླ་སྲིད་ལས་ཁྲུངས།

རིན་པོ་ཆེས་ བླ་སྲིད་ལས་ཁྲུངས།

སློབ་མས་ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྲུངས། བདེ་སྲུང་ལས་ཁྲུངས།

རིན་པོ་ཆེས་ དེ་ཏུས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྲུངས་དང་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁྲུངས་
 ཡོད་མ་རེད། དེ་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཁྲུངས་ནམས་མ་སྲ་རི་ལ་རྒྱལ་
 དབང་རིན་པོ་ཆེ་ཐེབས་པ་དང་འགོ་འཇུགས་གནང་བ་རེད།
 བཀའ་སློན་རྣམ་པ་ཚོར་ལས་ཁྲུངས་བགོས་ཏེ་ཕྱག་ལས་གནང་
 རྒྱུ་འགོ་དེ་མ་སྲ་རི་ནས་བཅུགས་པ་རེད། རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་
 ཆེ་མཆོག་རྒྱ་གར་ལ་ཐེབས་ནས་ཕྱག་ལས་དང་པོ་ག་རེ་གནང་
 བ་རེད་ཅེ་ན། རྒྱལ་སྤྱི་ལ་གསལ་བསྐྱགས་གནང་རྒྱ་དེ་རེད།
 གཞུང་གི་ཆབ་སྲིད་གྱི་འགོ་སྐྱོངས་དེ་མང་གཙོ་ལ་བསྐྱར་རྒྱུ་
 འགོ་འཇུགས་ཤིག་གནང་ཡོད་རེད། བོད་རིགས་ན་གཞོན་ཆོ་ལ་
 ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱང་ཆེད་སློབ་གྲྭ་བཅུག་རྒྱུ་ལས་དོན་དེ་འགོ་
 བཅུགས་པ་རེད། མ་སྲ་རི་ལ་ཐེབས་ནས་སྒྲ་བ་གཅིག་གཉིས་
 བླ་བོད་མི་ན་གཞོན་ལྔ་བཅུ་ཐམ་པ་ཞིག་གི་སློབ་གྲྭ་ཞིག་མ་སྲ་
 རི་ལ་བཅུགས་གནང་བ་རེད། དེ་ནི་བོད་པས་རྒྱ་གར་ལ་སློབ་གྲྭ་
 བཅུགས་པ་དང་པོ་དེ་རེད། དེ་ནས་དོ་རྗེ་སྤྱང་དང་། སིམ་ལ་ལ་
 བཅུགས་པ་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོར་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་སློབ་གྲྭ་
 ཅིས་ལེན་སྐབས་ང་ཆོས་འགོ་འཇུགས་ཟིན་པའི་སློབ་གྲྭ་གསུམ་
 ཡོད་རེད། སློབ་གྲྭ་བཅུགས་གནང་རྒྱ་དེ་ཕྱག་ལས་དང་པོའི་གས་
 རེད། དེའི་རྗེས་བོད་ཀྱི་དོན་དག་ལ་འཛམ་གླིང་མཉམ་འབྲེལ་
 རྒྱལ་ཆོགས་ལ་སྟན་ཏུ་ཐེངས་གསུམ་བཏང་གནང་བ་རེད། ད་
 བྱེད་རང་གི་དྲི་བར་བསྡོམས་བརྒྱབས་ནས་ཁྲུངས་པ་ཡིན་ན། སྐྱ་

མདུན་རྒྱ་ཁར་ལ་ཐེབས་མ་ཐག་ཕྱག་ལས་ག་རེ་གནང་ཡོད་
རེད་ཟེར་ན། ཕྱག་ལས་དང་པོ་དེ་མང་གཙོའི་ལམ་སྲོལ་བཅུག་
རྒྱ་དང་། སློབ་ཕྲེང་བཅུག་རྒྱ། བོད་མི་སྐྱབས་བཙོལ་བ་ནམས་ཁ་
མ་ཐོར་བར་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་མཉམ་དུ་བསྐྱེད་ཐུབ་པའི་
འཆར་གཞི་བསྒྲིག་རྒྱ། བོད་ཀྱི་གནད་དོན་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་
ཚོགས་ལ་ཁུ་རྒྱ་སོགས་རེད་ གསལ་པོ་ཆགས་སོང་ངམ།

སློབ་མས་ ཆགས་སོང་།

རིན་པོ་ཆེས་ ཁྱད་རང་ལ་གསུང་རྒྱ་ཡོད་པ་འདྲ། གསུངས་དང་།

སློབ་མས་ ཁོང་ས་མཆོག་ཐོག་མར་བོད་ནས་རྒྱ་ཁར་ལ་ཐེབས་དུས་རྒྱ་
ནེ་རུ་ (Nehru) མཉམ་དུ་བཀའ་ཕྱོང་གནང་སྐབས་སྐད་
ཡིག་ག་རེ་བེད་སྤྱད་གནང་བ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ དེ་དུས་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་བོད་སྐད་ནང་ལ་གསུང་གི་
ཡོད་རེད། རྒྱ་ནེ་རུ་ས་དཀྱིན་ཇིའི་སྐད་ནང་ལ་ཁུ་གི་ཡོད་
རེད། དེའི་བར་ལ་གསུང་རྒྱ་ཡོད་རེད། སྐྱ་མདུན་རྒྱ་ཁར་
ལ་ཐེབས་ནས་ལོ་གང་ཙམ་ཞིག་གི་བར་དུ་ཡིན་གཅིག་མིན་
གཅིག་གསུང་རྒྱ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ རྒྱལ་དབང་རིན་
པོ་ཆེ་གྱི་ལོ་ ༡༩༥༦ ལོར་སྟོན་པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་ནས་ལོ་ཉིས་
སྟོང་ལྷ་བརྒྱུ་འཁོར་བའི་ལོ་དེ་ལ་རྒྱ་ཁར་ལ་གནས་གཟིགས་
ཐེབས་པ་རེད། དེ་དུས་རྒྱ་ཁར་གཞུང་གི་དོན་ནས་རྒྱ་དུ་སྒྲེ་
ལེན་ཁུ་མཁན་དེ་འབྲས་སྤྱི་སྟོན་ཆེན་ཨ་པ་མི་པར་ཁུ་མཁན་

ཞིག་ཡོད་རེད། ཁོང་རྒྱ་ཁར་ཕྱ་ཁེ་ནས་ཡིན་པ་རེད། ཁོང་དང་
མཉམ་དུ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་གསུང་རྒྱུར་ཁུ་
མཁན་ཡེ་པ་སྟོབས་རྒྱལ་ལགས་ཁུ་མཁན་ཞིག་ཡོད་རེད། ཡེ་
པ་སྟོབས་རྒྱལ་ལགས་ནི་འབྲས་སྤྱི་མི་རེད། བོད་སྐད་ཏ་
ཅང་ཡག་པོ་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་རེད། ལྷ་སར་སློབ་སྦྱོང་གནང་ཐོང་
མཁན་ཞིག་རེད། དཀྱིན་ཇི་ཡང་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་
རེད། སྐབས་དེ་དུས་ཡེ་པ་སྟོབས་རྒྱལ་ལགས་སྐྱབས་མགོན་
རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་རྒྱུར་ཁུ་མཁན་གསལ་ཡོད་འདུག བྱི་ལོ་
༡༩༥༩ ལོར་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་ཐེབས་པའི་སྐབས་ལའང་རྒྱ་
ཁར་གཞུང་གིས་ཡེ་པ་སྟོབས་རྒྱལ་ལགས་ཆེད་མངགས་མ་སྲ་
རི་དང་རྩམ་སྐལ་ལ་བཞག་པ་རེད། དེ་དུས་ཡེ་པ་གཞིས་ཡོད།
ཡེ་པ་སྟོབས་རྒྱལ་ལགས་དང་། ཁོང་གི་ཕྱག་རོགས་གཞན་དག་
ཅིག་ཡོད། དེའི་མཆན་དེ་བརྗེད་འདུག ཁོང་གཞིས་དུག་ཅུ་
རེ་གངས་བར་དུ་རྩམ་སྐལ་ལ་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་
རྒྱུར་གྱི་ཞབས་ཕྱི་ལྷས་ཏེ་བཞུགས་པ་རེད། སལ་ཆེར་དུག་ཅུ་རེ་
བརྒྱད་རེ་དགུ་ཙམ་ལ་ང་ཚོའི་ནང་ནས་གསུང་རྒྱུར་ཁུ་མཁན་
བཀའ་བླར་བསྟན་འཛིན་དགེ་བྱེད་ལགས་དང་། ཁོང་ཚོ་དཀྱིན་
ཇི་མཁྱེན་མཁན་དགུང་ལོ་གཞོན་པ་མང་པོ་ཞིག་ང་ཚོའི་ལས་
བྱེད་ནང་ལ་སྤེལ་བ་པ་རེད། ཡེ་པ་སྟོབས་རྒྱལ་ལགས་འཕྲིན་
ཆར་ནས་རྒྱ་ཁར་གཞུང་གིས་གསུང་རྒྱུར་གང་ཡང་བཞག་མ་

སོང་། ང་ཚོའི་ནང་ལ་གསུང་སྒྱུར་བྱ་མཁན་མང་པོ་ཡོད་རེད།
 ཐོག་མ་ཐེབས་སྐབས་ནི་དུ་དང་བཀའ་མོལ་གནང་བ་ཡིན་
 ནའང་རེད། སུ་དང་བཀའ་མོལ་གནང་བ་ཡིན་ནའང་རེད།
 གསུང་སྒྱུར་བརྒྱུད་ནས་བཀའ་མོལ་གནང་གི་ཡོད་རེད། ད་དེ་བ་
 རྫོགས་སོང་ངམ།

སློབ་མས་ རྫོགས་མ་སོང་།

རིན་པོ་ཆེས་ རྫོགས་མ་སོང་ན་དིས་དང་།

སློབ་མས་ རིན་པོ་ཆེ་ཆུང་དུས་ནས་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་བཀའ་སློན་གྱི་
 པ་གནང་རྒྱ་དེ་རེད་དམ།

རིན་པོ་ཆེས་ ཉ་ ཉ་ ཉ་ ཉ་ ང་ཆུང་ཆུང་སྐབས་ལ་བཀའ་སློན་གྱི་པ་ཟེར་བ་
 ཞིག་ཡོད་མ་རེད། ད་གིན་ངས་ཁྱས་ཟིན་པ་ཡིན། ང་ཆུང་ཆུང་
 སྐབས་ནས་ཟླ་པ་བྱེད་རྒྱུ་འདོད་པ་ཡོད་རེད་ ལོ་བཞི་ཙམ་
 ནས་དགོན་པའི་ནང་ཕྱིན་པ་རེད། ཟླ་པ་བྱེད་རྒྱུ་ལོ་ཆད་མ་
 ལོན་གོང་ནས་ཟླ་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་རེད། བྱས་ཙང་
 དམིགས་ཡུལ་ཨ་མ་དེ་ཟླ་པ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་མིན་འགོ། བོད་ལ་ཡིན་
 ན་བཀའ་སློན་སྒྲ་མ་ཟེར་གྱི་རེད་ ཡང་མིན་ན་སྲིད་སློན་ཟེར་གྱི་
 རེད། བཀའ་སློན་གྱི་པ་ཟེར་བ་དེ་གྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོར་བཅན་ཕྱོལ་
 བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ནས་བཟུང་བཀའ་སློན་
 གྱི་པའི་མིང་དེ་བྱུང་བ་རེད། དེའི་སློན་ལ་བཀའ་སློན་བགྲེས་པ་
 དང་རྒྱན་བཞུགས་བཀའ་སློན་ཞེས་མིང་བཏགས་ནས་བསྐྱད་

པ་རེད་ བོད་ལ་ཡིན་ན་བཀའ་སློན་སྒྲ་མ་ཟེར་གྱི་རེད། བཀའ་
 སློན་སྒྲ་མའི་སྐང་ལ་སྲིད་སློན་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་མ་གཏོགས་
 གཞན་བཀའ་སློན་གྱི་པ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་མ་རེད། བྱས་ཙང་
 བཀའ་སློན་གྱི་པ་དེ་གྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ རྗེས་ལ་བྱུང་བ་ཡིན་ཙང་ངའི་
 ཐོག་མའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་བཀའ་སློན་གྱི་པ་མིན་པ་དེ་ཉ་ཙང་
 གསལ་པོ་རེད། ད་དུང་གཅིག་འདི་རྒྱ་ཡོད་དམ།

སློབ་མས་ རིན་པོ་ཆེ་ཟླ་པ་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ནམ་

རིན་པོ་ཆེས་ ཁྱེད་རང་བྱས་ན་ག་རེ་ཡིན་ས་རེད། ཟླ་པ་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་
 མཆན་ཁྱེད་རང་ཚོས་ཚོད་དཔག་བྱས་ན་ག་རེ་ཡིན་ས་རེད།

སློབ་མས་ ལམ་སངས་སངས་རྒྱས་རྒྱུ་ཆེད་དུ།

རིན་པོ་ཆེས་ ལགས། ག་རེ་གསུངས་པ་ཡིན།

སློབ་མས་ སངས་རྒྱས་རྒྱ་དང་། སྤྱི་པ་པ་དག་རྒྱུ་ཆེད་དུ།

རིན་པོ་ཆེས་ འོ། ལམ་སངས་སངས་རྒྱས་རྒྱུ་ཆེད་དུ།

སློབ་མས་ དགེ་བ་གསལ་རྒྱུ་ཆེད་དུ།

རིན་པོ་ཆེས་ སྤྱིར་བཏང་ཟླ་པ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་
 གོ་འཕང་འཕོབ་པའི་ཆེད་དུ་རེད། བྱས་ཙང་ཟླ་པ་བྱེད་དགོས་
 པའི་རྒྱ་མཆན་གཙོ་བོ་ནི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་
 གོ་འཕང་ངམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་མཁྱེགས་པོ་ཐོབ་ན་སྐྱམ་
 ནས་ཟླ་པ་བྱས་པ་རེད་ཅེས་ལབ་ན་འགྲིག་གི་མེད་འགོ། དགེ་
 བ་གསལ་རྒྱ་དང་། སྤྱིག་པ་སྤང་རྒྱ། སངས་རྒྱས་རྒྱ། དབྱ་བཙམ་

པའི་གོ་འཕང་འཕྲོ་རྒྱ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྒྲ་པ་བྱས་པ་རེད།
དཀྱིལ་ནས་ལག་པ་ཞིག་བརྒྱུད་སོང་། གསུངས་དང་།

སློབ་མས་ ཅུ་བའི་ཁ་དོག་དང་ཡན་ལག་ཁ་དོག་བཅས་དབྱེ་བ་མང་པོ་
ཡོད་རེད། དབྱེ་བ་དེ་ཆོ་སྤྱད་ནས་ང་ཆོ་ལ་ཕན་ཐོགས་ག་རེ་
ཡོད་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ དབྱེ་བ་དེ་ཆོ་མཉམས་ན་ག་རེ་བྱེད་ས་རེད། ད་ལྟ་བྱེད་རང་
དཀར་པོ་ག་རེ་ཡིན་པ་དང་། རྩོན་པོ་ག་རེ་ཡིན་པ་མཁྱེན་གྱི་
ཡོད་དམ། མཁྱེན་གྱི་ཡོད་མེད། དཀར་པོ་ག་རེ་རེད་ ཁོའི་སྟོད་
ཐུང་དེ་དཀར་པོ་རེད་དམ། བྱེད་རང་གི་སྟོད་ཐུང་དེ་ག་རེ་རེད།

སློབ་མས་ རྩོན་པོ་ རྩོན་གྲག

རིན་པོ་ཆེས་ ད་བྱེད་རང་གིས་ཁོའི་སྟོད་ཐུང་དེ་དཀར་པོ་རེད། ངའི་སྟོད་
ཐུང་དེ་རྩོན་པོ་རེད། རྩོན་གྲག་རེད་ཟེར་བའི་དབྱེ་བ་དེ་མཉམས་
ན་ག་རེ་བྱེད་ས་རེད། དཀར་པོ་དང་རྩོན་པོའི་དབྱེ་བ་མཉམས་
ན་བྱེད་པར་འདུག་གམ། དེ་མཉམས་པ་དེས་ཕན་ཐོགས་ག་རེ་
འདུག །འདུག་མི་འདུག

སློབ་མས་ འདུག་

རིན་པོ་ཆེས་ ཁོ་རང་ལ་འདྲི་དགོས་ བྱེད་རང་གིས་སྟོད་ཐུང་རྩོན་པོ་རེད་
ཅེས་ལབ་མཉམས་ན་འགྲིག་ས་རེད་དམ། བྱས་ཙང་རྩོན་པོ་ག་
རེ་ཡིན་པ་དང་། དཀར་པོ་ག་རེ་ཡིན་པ། སེར་པོ་ག་རེ་ཡིན་
པ། ལྗང་ཁྲ་ག་རེ་ཡིན་པ། དེ་ཆོ་མཉམས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཆོ་

ཆང་མཉམས་དགོས་པའི་མཉམས་བྱ་རེད། བྱས་ཙང་མཉམས་བྱ་དེ་དག་
དང་པོ་སློབ་དུས་སྐབས་ནས་མཆན་ཉིད་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། དབྱེ་
བ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་ཅེས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ན། གསལ་པོ་མཉམས་ཀྱི་
རེད། རྩོན་དང་པོ་དེར་ཁ་དོག་ཟེར་ན་ག་རེ་ལ་ཟེར་གྱི་རེད། ཁ་
དོག་གི་དོན་དག་དེ་ཆོ་མཉམས། དེའི་རྒྱུ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་
བ་ག་རེ་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་མཉམས་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་བསྐྱབ་སྒྲ་
དང་མཆན་ཉིད་སློབ་དུས་གཅིག་ཤུར་ལཔ་རྒྱ་ཞིག་མ་རེད།
ལུབ་ཚུགས་པ་དེ་ཆོས་སྤྱ་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཐོག་མར་སློབ་སྦྱོང་
སྤྱད་དུས་ཆོས་གཞི་དེ་ཆོ་སློབ་ཀྱི་འདུག་གམ། ཀ་ཁ་སློབ་ཀྱི་
འདུག་གམ། ཀ་ཁ་བསྐྱབས་ནས་ག་རེ་ཕན་གྱི་རེད། མ་བསྐྱབ་
པ་ཡིན་ན་ཡི་གེ་མཉམས་ཀྱི་མ་རེད་དམ། བོད་ཡིག་མཉམས་པ་ལ་ཀ་
ཁ་ནས་འགོ་བཙུགས་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་བཞིན་བསྐྱབ་སྒྲ་དང་
མཆན་ཉིད་མཉམས་པ་ལ་ཁ་དོག་དཀར་དམར་ནས་འགོ་བཙུགས་
དགོས་རེད། དེ་ཆོ་ཆང་མ་མཐོ་པོ་ཞིག་ལ་འཛེགས་རྒྱུའི་སྐྱེས་
རིམ་དང་པོ་གཉིས་པ་དེ་རེད་ བྱེད་རང་ཐོག་ཁར་ཡོང་དུས་
སྐྱེས་འཛེགས་བཅོ་ལྔ་བརྒྱུ་འཛེག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། སྐྱེས་
འཛེགས་དང་པོ་དེ་འཛེགས་ནས་ག་རེ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་རེད་ཅེས་
འདྲི་ན་འགྲིག་གམ། སྐྱེས་འཛེགས་དང་པོ་དེ་འཛེགས་ན་གཉིས་
པ་འཛེགས་རྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་རེད། གཉིས་པ་དེ་འཛེགས་
ན་གསུམ་པ་ལ་འཛེགས་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་རེད། དེ་ནས་དེར་

སྒྲིབས་ཀྱི་རེད་དམ། སྐས་འཛོགས་དང་པོ་དེ་མ་འཛོགས་པར་
ལམ་སང་མཆོང་བྱུང་གི་མ་རེད། དེ་བཞིན་ཁ་དོག་གི་དབྱེ་བ་དེ་
ཆོ་ཤེས་ན་རྗེས་མ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཤེས་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་
ཤེས་སོང་དམ། ད་ཕྱིད་རང་གསུངས་དང་།

སྒྲོབ་མས་ སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྷན་འདས་ལ་དགེ་སྤྱད་དང་པོ་ཤ་རིའི་བྱ་
གང་འདྲ་བྱས་ནས་བྱུང་བ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྷན་འདས་ཀྱི་དགེ་སྤྱད་དང་པོ་ཤ་རིའི་བྱ་
མ་རེད།

སྒྲོབ་མས་ མོང་གལ་གྱི་བྱ།

རིན་པོ་ཆེས་ མོང་གལ་གྱི་བྱ་ཡང་མ་རེད།

སྒྲོབ་མས་ རིགས་ཀྱི་བྱ་ཀྱན་དགའ་ཤོ།

རིན་པོ་ཆེས་ ཀྱན་དགའ་ཤོ་རྗེས་སུ་བྱུང་བ་ཞིག་རེད།

སྒྲོབ་མས་ རིགས་ཀྱི།

རིན་པོ་ཆེས་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ འགྲིག་འདུག །སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྷན་འདས་རྗེ་རྗེ་
གདན་ལ་མངོན་པར་རྒྱོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་རྗེས་བདུན་
སྤྱད་བདུན་གྱི་བར་དུ་རྗེ་རྗེ་གདན་གྱི་གཡས་གཡོན་དུ་བཞུགས་
པ་རེད། དེ་ནས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ (Varanasi) ལ་ཕེབས་ནས་འཁོར་
ལུ་ཕྱེ་བཟང་པོ་ཞེས་པའི་དགེ་སློང་ལུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཆོས་
དང་པོ་གསུངས་པ་རེད། འཁོར་ལུ་ཕྱེ་བཟང་པོ་གོ་ཚུང་དམ།
འཁོར་དགེ་སློང་ལུ་པོ་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགེ་སྤྱད་དང་པོ་དེ་

རེད། འཁོར་ལུ་ཕྱེ་བཟང་པོའི་རྗེས་ལ་གྲུ་བ་བྱེད་མཁན་ཏ་ཅང་
མང་པོ་བྱུང་བ་རེད། ཤ་རིའི་བྱ་དང་མོང་གལ་གྱི་བྱས་སངས་
རྒྱས་མངལ་དུས་སངས་རྒྱས་ལ་སྒྲོབ་མ་སློང་སྤྱད་ཁ་ཤས་ཆགས་
ཆར་བ་རེད། སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ནས་བསྐྱར་དུ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་
ཟེར་བའི་ལུང་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་ཕེབས་ཏེ་བཞུགས་པའི་
སྐབས་ལ་ཤ་རིའི་བྱ་གཞི་ནས་སངས་རྒྱས་མངལ་ཏེ་སྒྲོབ་མ་
ཆགས་པ་རེད། ཤ་རིའི་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགེ་སྤྱད་ཆགས་དུས་
སངས་རྒྱས་ལ་དགེ་སྤྱད་མང་པོ་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཤ་རིའི་
བྱ་དང་མོང་གལ་གྱི་བྱ་གཉིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་དུ་
བྱིས་པ་དེ་དགེ་སྤྱད་དང་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་མ་རེད།
དགེ་སྤྱད་སྐད་གྲགས་ཆེ་ཤོས་དང་དགེ་སྤྱད་ཡོན་ཏན་ཆེ་ཤོས་
ཡིན་པའི་དབང་གིས་དེ་ལ་མཆོག་ཟུང་ལྷ་བ་རེད། མཆོག་ཟེར་
དུས་ཡག་ཤོས་ལ་ཟེར་གྱི་རེད། ཟུང་ཟེར་དུས་གཉིས་ལ་ཟེར་
གྱི་རེད། ཤ་རིའི་བྱ་དེ་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་མཆོག་ཏུ་ལུང་བསྟན་
པ་རེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲོབ་མའི་ནང་ཤེས་རབ་ཡག་ཤོས་དེ་སུ་
རེད་ཅེས་བྱིས་ན། ཤ་རིའི་བྱ་ཡིན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་
པ་ཡིན་ཅང་། ཤ་རིའི་བྱ་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲོབ་མའི་ནང་ནས་
ཤེས་རབ་ཆེ་ཤོས་དེ་བཙེ་བ་རེད། དེ་ནས་མོང་གལ་གྱི་བྱ་དེ་
རྒྱ་འབྲུལ་ཅན་གྱི་མཆོག་ཏུ་ལུང་བསྟན་པ་རེད། རྒྱ་འབྲུལ་ཟེར་
ན་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་དམ། རྒྱ་འབྲུལ་ཆེ་ཤོས་བསྟན་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་

མོང་གལ་གྱི་བྱ་ཡིན་ཅང་། སངས་རྒྱལ་གྱིས་མོང་གལ་གྱི་བྱ་ལ་
 རྩལ་ཕྱུལ་ཅན་གྱི་མཆོག་ཏུ་ལུང་བསྟན་པ་རེད། རྩལ་ཕྱུལ་ཅན་
 གྱི་མཆོག་དང་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་མཆོག་གཉིས་པོ་ལ་མཆོག་
 ཟུང་ཞེས་ཞུ་བ་རེད། ཤ་རིའི་བྱ་དེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྟོབ་མའི་ནང་
 ཤེས་རབ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་ཅང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་མང་པོ་ཞིག་
 ཡར་མར་བྱི་བ་ཞུ་མཁན་དེ་ཤ་རིའི་བྱ་རེད། ཤེས་རབ་སྣང་པོའི་
 ནང་དུའང་ཤ་རིའི་བྱ། རིགས་གྱི་བྱ་འཕམ་རིགས་གྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་
 ལ། ཞེས་ཡོང་གི་འདུག་གམ་ བཀའ་འབྱུང་ནང་ལ་བལྟས་པ་
 ཡིན་ན། མདོ་མང་ཆེ་བ་ཞིག་ཤ་རིའི་བྱས་ཡར་མར་ཞུས་ཡོད་
 རེད། བྱས་ཅང་ཤ་རིའི་བྱ་དགེ་སྤྲུག་དང་པོ་མ་རེད། དགེ་སྤྲུག་
 ཤེས་རབ་ཆེ་ཤོས་དེ་རེད།

སྟོབ་མས་ མོང་གལ་གྱི་བྱ་རྩལ་ཕྱུལ་ཆེ་ཤོས་རེད་འདུག

རིན་པོ་ཆེས་ རྩལ་ཕྱུལ་ཟེར་ན་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་དམ།

སྟོབ་མས་ རྩལ་ཕྱུལ་རེད་དམ།

རིན་པོ་ཆེས་ རྩལ་ཕྱུལ་རེད་ལྟ་མ་རེད།

སྟོབ་མས་ རྩལ་ཕྱུལ་ལ་ རྩལ་ཕྱུལ་ལ།

རིན་པོ་ཆེས་ རྩལ་ཕྱུལ་ཕྱེད་རྩལ་ཕྱུལ་དེ་རེད། འོ་ གསུངས་དང་། གསུངས་དང་།

སྟོབ་མས་ ང་ཆོའི་ལྟན་ཁང་བདུན་པོད་ལ་མ་བཅུགས་ནས་རྒྱ་གར་
 བཅུགས་དགོས་དོན་གང་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ རྩལ་ཕྱུལ་དང་རྩལ་ཕྱུལ་ཕྱེད་བཅུ་གཅིག་སོགས་

གྱི་སྐབས་སུ་ལྟན་ཁང་ལོགས་སུ་སོ་སོར་བཅུགས་དགོས་པའི་
 བསམ་ཚུལ་ཡོད་མ་རེད། རྩལ་དབང་སྐྱེས་ཕྱེད་བཅུ་གསུམ་པའི་
 སྐབས་ལ་བོད་ནང་སྟོབ་ཕྱེད་བཅུ་གསུམ་རྒྱ་དང་། བོད་གྱི་ཆབ་སྲིད་
 འགོ་སྐྱབས་མང་གཙོ་ནང་བཞིན་བསྐྱར་བཅོས་གཏང་རྒྱུའི་
 དགོངས་བཞེས་ཐབས་ཤེས་གནང་བ་རེད་དེ། སྐབས་དེ་དུས་
 གྱི་བོད་གྱི་སྤྱི་ཞུ་བ་ཆོས་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆའི་དགོངས་གཞི་
 ནང་བཞིན་བསྐྱབས་སྤྱོད་མེད། ད་ལྟའི་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་
 ཆེས་ཆབ་སྲིད་གྱི་སྐྱེད་དབང་བཞེས་སྐབས་རྒྱ་མི་བོད་ལ་སྤྱོད་སྐབས་
 ཆར་བ་རེད། རྒྱ་མིས་ཆབ་མདོ་བཟུང་ཆར་ནས་གཞི་ནས་རྒྱལ་
 དབང་རིན་པོ་ཆེས་ཆབ་སྲིད་གྱི་སྐྱེད་དབང་བཞེས་པ་རེད། རྒྱལ་
 དབང་སྐྱེས་ཕྱེད་བཅུ་བཞི་པས་བོད་གྱི་ཆབ་སྲིད་གྱི་ལམ་སྟོན་ལ་
 མང་གཙོ་ལ་བསྐྱར་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོར་ཆབ་སྲིད་
 གྱི་སྐྱེད་དབང་བཞེས་འབྲལ་ལེགས་བཅོས་ལས་ཁུངས་ཟེར་བ་
 ཞིག་བཅོས་བསྐྱར་གཏོང་མཁན་གྱི་ལས་ཁུངས་ཆེན་པོ་ཞིག་
 བཅུགས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་རྒྱ་མིས་དེ་ཁྱོད་ནས་ལམ་སྟོན་དུ་
 བཏང་མེད། བྱ་ལོན་རྒྱུ་དང་ལྟན་ཁང་ཆག་ཡང་གཏང་རྒྱུ་ཁ་ཤས་
 ཤིག་མ་གཏོགས་ལས་དོན་མང་པོ་ལག་ལེན་དུ་བསྐྱར་སྤྱོད་མེད།
 དེ་འདྲ་བྱས་ཏེ་བོད་ནང་གནང་མ་ཐུབ་པ་རེད། ཡིན་ནའང་
 རྒྱ་གར་ལ་ཐེབས་འབྲལ་དེ་ཆོ་འགོ་བཅུགས་པ་རེད། བོད་ལ་
 གནང་རྒྱུའི་སྤྲུགས་འདོད་མེད་པ་མ་རེད་དེ། རྩལ་གཅིག་ནས་

ང་ཚོའི་ལས་བྱེད་གྱི་རྒྱས་པས་མ་འདང་བ་དང་། རྩོགས་གཞན་
པ་ཞིག་ནས་རྒྱ་མིས་ཐེ་རྩུས་བྱས་པའི་དབང་གིས་བོད་ལ་ལྷན་
ཁང་བདུན་དེ་བཙུགས་བྱས་ཡོད་མ་རེད། མཁུན་སོང་ངམ།

སློབ་མས་ འཛམ་བྱ་སྤྱིང་དང་བོད་པ་ཚོས་གོང་ས་མཆོག་ལ་དད་པ་བྱེད་
དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

རིན་པོ་ཆེས་ དད་པ་ཟེར་རྒྱ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་རེད་
མ་གཏོགས། དད་པ་བྱེད་དགོས་ཞེས་ཁྲལ་སྒྲུལ་ཐབས་མེད་
འཛམ་བྱ་སྤྱིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་ནང་སྡོད་མཁན་མི་དེ་ཚོས་
རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེར་དད་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་
ཆའི་བཀའ་སློབ་དང་ཁོང་གི་སྤྱི་གསལ་བ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་
ལ་ཡིད་འཕྲོགས་ནས་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དད་པ་བྱེད་
དགོས་དོན་ག་རེ་ཡིན་ནམ་ཞེས་འདི་རྒྱ་དེ་དད་པ་བྱེད་མཁན་
ཚོ་ལ་འདི་དགོས་མ་གཏོགས། ང་ཚོའི་ངོས་ནས་དད་པ་བྱེད་
དགོས་ཞེས་སྒྲུལ་འཕང་ལས་ཡོད་མ་རེད་ བྱེད་རང་དད་པ་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད་དམ།

སློབ་མས་ ལགས་ཡོད།

རིན་པོ་ཆེས་ དད་པ་བྱེད་རྒྱ་རྒྱ་མཆན་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་རེད། བྱེད་རང་རྒྱ་
མཆན་མེད་པར་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ། ཡང་ན། རྒྱ་མཆན་
ཡོད་ནས་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

སློབ་མས་ རྒྱ་མཆན་ཡོད་ནས་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

རིན་པོ་ཆེས་ རྒྱ་མཆན་ག་རེ་རེད།

སློབ་མས་ ཁོང་བོད་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་དང་ཆེ་འདི་བྱི་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུབས་གནས་
ཡིན་ཅང་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ བོད་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་མིན་ན་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད་དམ། ལགས།
གསུངས་དང་། ཇི་བ་གཞན་ཡོད་དམ།

སློབ་མས་ བོད་ཀྱི་ས་ནས་གསེར་དུལ་འཕྲོན་པ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་
ཀྱི་ནང་ག་རེ་བྱས་ནས་འཕྲོན་གྱི་ཡོད་མ་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ བོད་ཀྱི་ས་ཆའི་ཆགས་བབ་དེ་འཛམ་བྱ་སྤྱིང་གི་ནང་ལ་ས་ཆ་
མཐོ་ཤོས་ཡིན་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། མཐོ་སྒང་གི་ཐང་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཡོད་རེད། དེའི་ཐོག་དུ་བོད་ཀྱི་ལུང་པ་མང་ཆེ་བ་རྒྱ་ཐང་བཞིན་
ཡོད་རེད། ཐོག་མ་སྤྱིང་ཕན་གྱི་ས་ཆ་གཉིས་བརྒྱབས་ཡོང་དུས་
ཉིས་ལལ་དེ་ཐོན་པ་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད། ཉིས་ལལ་དེ་ད་དུང་ཆེ་རུ་
འགོ་རྒྱུ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་ས་ཆའི་ཆགས་སྤངས་
ཀྱི་དབང་གིས་བོད་ཀྱི་ནང་ལ་གསེར་དང་། དུལ། ཟངས།
ལྷགས། བེ་དུར་ལ། གཡུ། བྱ་རུ། གཟི་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་
ཆའི་གཏོར་ཁ་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་བོད་ནང་ལ་སྤེབས་བྱིན་པ་
རེད་ རྒྱ་མཆན་གཅིག་དེ་རེད། རྒྱ་མཆན་གཉིས་པ་དེ་བོད་ཀྱི་
ནང་ལ་ད་ལྟ་བར་དུ་ལོ་སྟོང་ཕྱག་མང་པོའི་རིང་ལ་བོད་པ་ཚོས་
གཏོར་ཁ་བསྐྲོགས་ཡོད་མ་རེད། དཔེར་ན་གཟི་དང་གཡུ་ལ་
སོགས་པ་སའི་སྤང་ལ་རྟེན་པ་དེ་ཚོ་བསྐྲོགས་པ་མ་གཏོགས། ས་

འོག་ནས་གཏེར་ཁ་བསྒྲགས་བཏོན་བྱས་ཡོད་མ་རེད། མཚམས་
 རེ་ལམ་ཁ་བཟོ་སྐབས་སའི་འོག་ནས་གསེར་གྱི་ངང་པ་ལ་
 སོགས་པ་འཕྲོན་ཡོད་དུས་དེ་ནས་འགྲོ་རྒྱ་མི་འདུག །དེ་ནས་
 གཏེར་འཕྲོན་གྱི་འདུག །དེ་བཏོན་ན་ཡག་པོ་མེད། ས་བཅུད་
 ཉམས་འགྲོ་གི་རེད་ཅེས་བཤད་དེ་རང་འཇགས་སྤྲས་ཏེ་ལམ་ཁ་
 དེ་གཞན་ཞིག་ནས་བཟོ་གི་ཡོད་རེད། རང་བཞིན་གྱི་གཏེར་ཁ་
 མང་པོ་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟ་བར་དུ་གཏེར་ཁ་དེ་བསྒྲགས་མ་ཆར་
 བ་ཡིན་ཅང་། ད་ལྟ་རྒྱ་མིས་ཆང་མ་སྒྲིག་གི་ཡོད་རེད། རྒྱ་མཚན་
 དེ་རེད། ད་རེ་ཆོ་འགྲོལ་གྱི་མིན་ནམ། ར་སྤེལས་གྱི་འདུག །ཁྱེད་
 རང་ཆོ་ར་འཕྲུངས་ཤིག

སློབ་མས་ ཁོང་ས་མཚོག་ལ་ཨ་རིས་གཙོས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱིས་
 གཞེངས་རྟགས་སྤུལ་དགོས་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ་

རིན་པོ་ཆེས་ དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་སྤུལ་བ་ཡིན་ཞེས་གཞེངས་རྟགས་འབྲུལ་
 མཁན་ཆོ་ལ་ངེས་དང་ ངས་ག་རེ་ཏུ་གོ་གི་རེད། ད་གིན་ངས་
 ཁོང་དུ་ཁྱུས་པ་བཞིན་རེད། རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེའི་ཡོན་ཏན་
 དང་། ལྷག་པར་དུ་འཛམ་བུ་གླིང་ལ་འཆོ་མེད་ཞི་བ་དང་འཛིག་
 རྟེན་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཁབ་པའི་འགན་ཁུར་གྱི་ལམ་སྟོན་སྤྲས་ཀྱང་
 གནང་མ་ཐུབ་པ་དེ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་གནང་གི་ཡོད་
 ཅང་། དེར་ཐད་དེ་ཏུ་ལས་ནས་གཞེངས་རྟགས་སྤུལ་གྱི་ཡོད་
 རེད། ཡང་བསྐྱར་ངེ་བ་ཡོད་དམ། གསུངས་དང་། ནི་བརྒྱུགས་

རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་འདུག །དེ་བའི་གཏེར་ཁ་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲ།
 སློབ་མས་ སློབ་བྲལ་གཞན་པ་དེ་ཆོར་འཛིན་བྲལ་དང་པོ་ནས་དབྱིན་རིའི་
 རྟེན་བསྐྱབ་རྒྱ་དང་། དཔེ་སྟོན་སློབ་བྲལ་འཛིན་བྲལ་དང་པོ་ནས་
 གསུམ་པའི་བར་བོད་གྱི་རྟེན་ཡིག་གཅིག་ཕུ་དང་། བཞི་པ་ནས་
 དབྱིན་རྟེན་སློབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད།

རིན་པོ་ཆེས་ རྒྱ་མཚན་ལས་སྤོ་རེད། རྩོན་ལ་ཁྱེད་རང་ཆོ་བོད་པ་རེད་
 བོད་པ་ཡིན་ནམ་མིན།

སློབ་མས་ ཡིན།

རིན་པོ་ཆེས་ འདིར་ཡོད་པ་ཆང་མ་བོད་པའི་སྤུ་གྲུ་རེད་ བྱས་ཅང་བོད་རྟེན་
 རྩོན་ལ་ཤེས་དགོས་གྱི་རེད། སོ་སའི་རྟེན་མ་ཤེས་གོང་ལ་མི་རྟེན་
 བསྐྱབས་ན་བྱབ་ཡོད་མ་རེད། འཛིན་བྲལ་དང་པོ་ནས་གསུམ་པའི་
 བར་དུ་བོད་རྟེན་དེ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། བསམ་སློ་
 བོད་རྟེན་ནང་ལ་བཏང་། རྟེན་ཆའང་བོད་རྟེན་ནང་ལ་བཤད་
 དེ་ཆོ་རྟག་རྟག་འགྲིག་ན། འཛིན་བྲལ་བཞི་པ་ནས་རྟེན་ཡིག་
 གཞན་པ་བསྐྱབས་པ་དེས་བོད་རྟེན་ལ་དོ་སྟོག་འགྲོ་གི་མ་རེད་
 བོད་རྟེན་དེ་བརྗོད་གྱི་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་རྩོན་ལ་སོ་སའི་
 རྟེན་དེ་ཤེས་དགོས་གྱི་རེད། དབྱིན་རི་བསྐྱབ་རྒྱ་དེ་བོད་རྟེན་མ་
 ཤེས་མཁན་གྱི་མི་ཆོའི་མཉམ་དུ་རྟེན་ཆ་བཤད་རྒྱའི་ཆེད་དུ་རེད།
 དབྱིན་རི་རྒྱལ་མཁན་ཆོའི་མཉམ་དུ་རྟེན་ཆ་བཤད་དགོས་གྱི་
 ཡོད་ཅང་། དབྱིན་རི་མ་ཤེས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་མ་རེད། དབྱིན་

དེ་ཤེས་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། ཡག་པོ་ཤེས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད།
དེས་ན་འདྲིན་གྱ་བཞི་པ་ནས་དབྱིན་དེ་སློབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་
འགྲིག

སློབ་མས་

སང་ངམ། རྒྱ་མཚན་འདུག་གམ། ད་ཁྱེད་རང་གསུངས་དང་
སྡོན་མ་མི་ཚོ་ཆེ་རིང་པོ་དང་། དེང་སང་མི་ཚོ་ཆེ་ཐུང་ཐུང་ཡོད་
པ་དེ་གང་རེད།

རིན་པོ་ཆས་

དང་ཆོ་ཆེ་རིང་པོ་བཟད་རྒྱུ་དོན་དུ་སྡོན་ལ་ཇ་འཐུང་དང་
སྦྱར་བཏང་དེང་སང་མི་ཚོའི་བཤད་སྒྲུངས་ཤིག་ཡོད་རེད། མི་
ཆོ་རིང་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད་ཅེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན་
རྒྱ་གར་ལ་ཆ་བཞག་ན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་རྒྱ་གར་རང་བཙན་
ཐོབ་སྐབས་རྒྱ་གར་གྱི་མི་དེ་ཚོའི་ཡས་ལ་མས་འགེལ་གྱི་ཆོ་ཆད་
དེ་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་གངས་ཤིག་རེད་འདུག །ད་ལྟ་དེ་རིང་དུ་བྱིན་
ནས་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ང་གངས་ཤིག་ལ་སླེབས་ཡོད་ཚུལ་བཤད་ཀྱི་
ཡོད་རེད། དེ་ཁྱོད་ཡོངས་ཀྱི་ཆད་རྒྱག་སྒྲུངས་ཤིག་རེད། ཡིན་
ནའང་མི་རྒྱས་འཁོགས་ལོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་ལས་མང་བ་ཞོད་
མཁན་གནའ་སྡེ་མོ་མང་བ་ཡོད་རེད། དེང་སང་ཉུང་བ་རེད་
དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཆག་བྱིན་པ་དེས་བྱས་པ་
རེད། རྒྱང་བཅོགས་པ་དང་། རྒྱ་བཅོགས་པ། ཁ་ལག་གི་ནང་ལ་
རྩམ་སྦྱོར་བསྐྱེས་པ། ཞིང་ཁའི་ནང་ལ་རྩམ་ལུང་དང་འབྲུ་དུག་
བརྒྱབས་པ་བཅས་ཀྱི་དབང་གིས་དབྱུགས་རྩབ་དུས་རྒྱང་གཙང་

མ་མ་རག་པ་དང་། རྒྱ་འཐུང་དུས་རྒྱ་གཙང་མ་མ་རག་པ། ཁ་
ལག་གི་ནང་ལའང་རྩམ་སྦྱོར་བསྐྱེས་ཡོད་པ་བཅས་ལས་མི་དེ་
ཚོའི་ཆོ་ཐུང་དུ་ཐུང་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད།

སློབ་མས་

ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།