ས་གནས། ཅང་སུའུ་ལམ་སྒོ་རྟགས་19 ཁ་པར་ཨང་གྲངས། 6320059 འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་གི་པར་འདེབས་བཟོ་གྲྭ་ནས་པར་འདེབས་བྱས།

4 གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར། རེས་གཟའ་པ་སངས།

2024ལོའི་ཟླ་3ཚེས་8
པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཨོ་རྒྱན་ཚེ་རིང་།

ཆ་སྙོམས་ས་བབ་མཐོ་ཚད་སྨི་4600ཟིན་
པའི་འདམ་གཞུང་རྫོང་གི་ཤར་སྣེར་མི་དམངས་
ཉེན་རྟོག་པ་དང་ལས་རོགས་ཉེན་རྟོག་པ་14ལས་
གྲུབ་ཅིང་། ཆ་སྙོམས་ལོ་ཚད་35ལ་སླེབས་པའི་
ཏང་ཡོན་སྤྱི་བདེའི་དཔུང་ཁག་ཅིག་ཡོད་པ་
སྟེ། དེ་ནི་འདམ་གཞུང་རྫོང་སྤྱི་བདེ་ཅུས་དབུ་
མ་ཐང་ཤང་མངགས་གཏོང་ཁང་ཡིན།
དབུ་མ་ཐང་ཤང་ལ་ལྷ་སའི“བྱང་སྒོ་ཆེན་
མོ”དང་འདམ་གཞུང་རྫོང་གི“ཤར་སྒོ་ཆེན་
མོ”ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད། 2010ལོར་བཙུགས་
པ་ནས་བཟུང་དབུ་མ་ཐང་ཤང་མངགས་གཏོང་
ཁང་གི་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པ་དང་ལས་རོགས་
ཉེན་རྟོག་པས་བོད་སྐྱོད་པ་རྒན་གྲས་ཀྱི་སྙིང་
སྟོབས་དར་སྤེལ་གང་ལེགས་བཏང་སྟེ། རང་
འགན་གཙང་སྒྲུབ་དང་བློ་གཅིག་སེམས་གཅིག་
གིས་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བཞིན་ཡོད་
པས་མང་ཚོགས་ཚོའི་གདེང་འཇོག་བཟང་པོ་ཐོབ་
ཡོད། དེའི་ཁྲོད་ནས“མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པ་
ཡག་ཤོས”ཞེས་པའི་མཚན་སྙན་ཐོབ་པའི་བཀྲ་
ཤིས་ཚེ་རིང་ནི་ལོ་བཅུའི་རིང་ཉིན་གཅིག་ལྟར་
ལས་གནས་བརྟན་སྲུང་དང་རང་ནུས་ལེགས་སྐྱེས་
ཕུལ་བས་ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་མང་ཚོགས་ཚོའི་
སེམས་ནང་གི་ཁྱིམ་མི་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད།
སྦག་སྦག་ལ་བཞོན་ནས་ཁོངས་
གཏོགས་ཁུལ་ཚང་མར་བསྐྱོད་པ།
འདམ་གཞུང་རྫོང་དབུ་མ་ཐང་ཤང་ཀོ་
གཉེར་གྲོང་ཚོའི་གྲོང་མིའི་སྒོ་འགྲམ་དུ་ལག་ཁྱེར་
སྐྱེལ་བར་ཡོང་མཁན་གྱི་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པ་
བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་མཐོང་མ་ཐག གྲོང་མི་ཚོས་
ཁྱེད་རང་ཕེབས་སམ། མགྱོགས་པོ་ནང་ལ་ཡར་
ཕེབས། ངས་ཇ་བསུབས་མ་བཟོས་ཡོད་ཅེས་སྣེ་
ལེན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། 2013ལོ་ནས་ད་
བར། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་གིས་དབུ་མ་ཐང་ཤང་
ཀོ་གཉེར་གྲོང་ཚོའི་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པའི་
འགན་འཁུར་གྱི་ཡོད་ཅིང་། དབུ་མ་ཐང་ཤང་
ཀོ་གཉེར་གྲོང་ཚོ་ལ་ཚོགས་ཆུང་6དང་ཁྱོན་དུད་
ཚང་646ཡོད།
དང་ཐོག་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་ལ་གྲོང་ཚོའི་
ནང་གི་གནས་ཚུལ་རྒྱུས་མངའ་དེ་ཙམ་མེད་
པས། ལས་དོན་སྔར་བས་ཡག་པོ་སྤེལ་ཆེད།
ལོ་ཕྱེད་ཙམ་གྱི་དུས་ཚོད་ནང་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་
གིས་གྲོང་ཚོའི་ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་ཚང་མར་
བསྐྱོད་པ་རེད། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་གིས་ངའི་དྲན་
གསལ་ལ། སྐབས་དེ་དུས་མངགས་གཏོང་ཁང་
ནང་ཉེན་རྟོག་པའི་རླངས་འཁོར་གཅིག་འདུགའོན་ཀྱང་ཀོ་གཉེར་གྲོང་ཚོའི་གནས་ཚུལ་མགྱོགས་
མྱུར་རྒྱུས་མངའ་ཡོང་ཆེད། ཉིན་ལྟར་སྦག་སྦག་
བཞོན་ནས་གྲོང་ཚོར་བསྐྱོད་དེ་དུད་ཚང་ཚང་མར་
རྒྱུས་ལོན་བྱེད་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད། ཀོ་

གཉེར་གྲོང་ཚོའི་ཐག་རིང་ཤོས་ཀྱི་ཚོགས་ཆུང་དང་
དབུ་མ་ཐང་ཤང་མངགས་གཏོང་ཁང་བར་བར་
ཐག་སྤྱི་ལེ་50ལྷག་ཙམ་ཡོད། ཁོངས་གཏོགས་
ཁུལ་གྱི་རི་ལམ་ཀྱག་ཀྱོག་ཡིན་པ་དང་ལམ་དུམ་བུ་
མང་པོ་ཞིག་ཏུ་རླངས་འཁོར་འགྲོ་ཐུབ་ཀྱི་མེད་
སྟབས། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་གིས་སྦག་སྦག་བཞག་
ནས་རྐང་ཐང་མར་བསྐྱོད་ཡོད། ཁོངས་
གཏོགས་ཁུལ་གྱི་མང་ཚོགས་ལ་སུན་པོ་མི་བཟོ་
བའི་ཆེད། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་གིས་རྡོག་ཐོན་མ་
བྱས་གོང་རྩམ་པ་དང་། ཆུ། སྟབས་བདེའི་
ཐུག་པ་བཅས་ཁྱེར་གྱི་ཡོད།
ཐོག་མའི་བསམ་འདུན་དང་འགན་འཁྲིའི་
སྐོར་གྱི་ཟིན་བྲིས་དེབ་བཅུ་གཅིག་བྲིས་པ།
བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་གི་གཞུང་ལས་ཁང་དུ་
སྐྱོད་སྐབས་སྒྲོག་ཙེའི་ཐོག་ཟིན་བྲིས་དེབ་ནག་པོ་
བཅུ་གཅིག་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་གིས་
བཤད་པ་ལྟར་ན། ཟིན་བྲིས་དེབ་དེ་དག་ནི་
ཁོང་གི་ལོ་བཅུའི་རིང་གི་སེམས་ཤུགས་རེད། ལོ་
བཅུའི་རིང་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་གིས་འཚམས་འདྲིར་
སྐྱོད་ཚད་མང་དུ་བཏང་སྟེ། དུད་ཚང་646
ཡོད་པའི་ཀོ་གཉེར་གྲོང་ཚོར་ལོ་རེར་ཉུང་མཐར་
ཡང་དུད་ཚང་རེར་འཚམས་འདྲིར་ཐེངས་5སྐྱོད་
ཀྱི་ཡོད། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་གིས་ཟིན་བྲིས་དེབ་
སྤྱད་དེ་གྲོང་མིའི་ཁྱིམ་ཚང་གི་སྡོད་གནས་དང་
གཞི་རྩའི་གནས་ཚུལ་ཟིན་ཐོར་འགོད་རྒྱུར་གོམས་
པར་མ་ཟད། ཁང་པའི་གནས་ཡུལ་དང་བཀོད་
པ་སོགས་ཀྱང་རི་མོར་བཀོད་ཅིང་། ད་བར་
ཁོང་གིས་བྲིས་པའི་ཟིན་བྲིས་དེབ་ཀྱི་ཁ་གྲངས་
བཅུ་གཅིག་ཏག་ཏག་ཟིན་ཡོད།
2013ལོར་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་ཁོངས་
གཏོགས་ཁུལ་དུ་བཅར་འདྲིར་སྐྱོད་སྐབས། ཀོ་
གཉེར་གྲོང་ཚོའི་ཚོགས་ཆུང་3པའི་ཡུལ་མི་ཞིག་གི་
ཁང་པར་སེར་ཀ་ཆེན་པོ་གས་ཡོད་པ་ཤེས་རྟོགས་
བྱུང་ཞིང་། དེས་ལྷགས་པ་དང་ཆར་པ་སོགས་
ཀྱང་འགོག་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པས་བདེ་འཇགས་ལ་
གནོད་པའི་རྐྱེན་ངན་ཐོན་ཡོད། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་
རིང་གིས་ཤེས་རྟོགས་གཏིང་ཟབ་བྱས་པ་
བརྒྱུད། ཁྱིམ་ཚང་དེར་ནང་མི་བཞི་ཡོད་པ་དང་
མི་བཞི་པོའི་ནང་ནས་མི་གཅིག་ལ་མ་གཏོགས་
དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་འབབ་མེད་པས་འཚོ་བར་
དཀའ་ངལ་ཆེ་ཙམ་ཡོད་ལུཊ་ཤེས་རྗེས། འཕྲལ་
དུ་གནས་ཚུལ་དེ་སྙན་སེང་ཞུས་པ་དང་འབྲེལ་
ཤང་སྲིད་གཞུང་དང་མཐུན་སྦྱོར་ཧུར་ཐག་བྱས་
ནས་དུད་ཚང་དེར་ཁང་པ་གསར་པ་ཞིག་བརྒྱབ་
ཡོད། ཡུལ་མི་ཟླ་བས་ཉེན་རྟོག་དཔོན་བཀྲ་ཤིས་
ཚེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་ང་ཚོར་རྒྱ་ཆེ་ལ་དཀར་ཆ་དོད་
པའི་སྡོད་ཁང་ཞིག་བརྒྱབ་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་
ཡིན་ཞེས་བཤད།
གུར་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་མིར་

མཐུན་རྐྱེན་བསྐྲུན་པ།
འདམ་གཞུང་རྫོང་དབུ་མ་ཐང་ཤང་ནས་
དབྱར་རྩྭ་དགུན་འབུ་དང་གཡའ་འབྲུ་སོགས་སྨན་
རྩྭ་རྩ་ཆེན་མང་པོ་ཐོན་གྱི་ཡོད། ལོ་ལྟར་གྱི་ཟླ་6
པའི་ཟླ་མཇུག་ནས་ཟླ་7པའི་ཟླ་མཇུག་བར་ནི་
དབུ་མ་ཐང་ཤང་གི་དབྱར་རྩྭ་དགུན་འབུ་རྐོ་བའི་
དུས་ཚོད་རེད། སྐབས་དེ་དུས་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་
གིས་ལས་རོགས་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་གུར་དང་བཟའ་
བཅའ་སོགས་ཁྱེར་ནས་དབྱར་རྩྭ་དགུན་འབུ་རྐོ་
མཁན་མང་ཚོགས་དང་མཉམ་དུ་ཟླ་གཅིག་ཙམ་
སྡོད་པ་དང་། དམངས་ཕན་ཞབས་ཞུའི་ས་
ཚིགས་བཙུགས་ནས་ཉིན་ལྟར་ཆུ་ཚོད་24ཡི་ནང་
རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་སྐོར་ཞིབ་དང་དབྱར་རྩྭ་དགུན་
འབུ་རྐོ་མཁན་མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུས་
ཏེ། ཚང་མའི་ཚེ་སྲོག་དང་རྒྱུ་ནོར་གྱི་བདེ་
འཇགས་ལ་སྲུང་སྐྱོང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།
2021ལོར་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་རི་ལ་སྐོར་
ཞིབ་བྱེད་པར་སྐྱོད་སྐབས། རི་སྟེང་གི་སྟབས་
བདེའི་ཟམ་པ་ཞིག་ཆུ་ལོག་གིས་འཁྱེར་ནས་མང་
ཚོགས་དབྱར་རྩྭ་དགུན་རྐོ་བར་འགྲོ་ཐབས་བྲལ་
བ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་རྗེས། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་
འཕྲལ་དུ་རི་ནས་བབས་ཏེ་ལྕགས་སྐུད་དང་ངར་
ལྕགས་སོགས་བཙལ་ནས་མང་ཚོགས་ལ་ཟམ་པ་
ཉམས་གསོ་བྱས། ཆུ་ཚོད་གཉིས་ཙམ་འབད་
བརྩོན་བྱས་པ་བརྒྱུད་སྟབས་བདེའི་ཟམ་པ་དེ་
ཉམས་གསོ་ཐུབ་ནས་མང་ཚོགས་ཚོའི་དཀའ་ངལ་
ཐག་གཅོད་བྱས་ཡོད།
བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་ནི་ལས་ཀའི་ཞོར་དུ་དཔེ་
དེབ་བལྟ་རྒྱུར་དགའ་པོ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན།
ཁོང་གིས་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་སློབ་སྦྱོང་
བྱས་ན་བསམ་བློར་དྲག་ཆས་སྤྲོས་ཐུབ་ལ་མང་
ཚོགས་ལའང་ཞབས་འདེཊ་དེ་བས་ལེཊ་པ་ཞུ་
ཐུབ་ཅེས་བརྗོད་ཡོད། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་ནི་
2011ལོར་ལས་ཀར་ཞུགས་པ་དང་། དེ་སྔོན་
ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་བདེ་ཅུས་ཀྱི་ཉེན་རྟོག་ལས་དོན་
གྱི་གཞོགས་འདེགས་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན། 2013
ལོར་ཁོང་གིས་ལས་བསྡུའི་ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ཞུགས་
ནས་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པ་ཞིག་ཏུ་དངོས་སུ་
གྱུར་པ་རེད།
ལོ་བཅུ་ལྷག་ཙམ་རིང་གྲོང་ཚོར་ལས་ཀ་
བྱས་སྟབས། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་དང་དབུ་མ་ཐང་
ཤང་ཀོ་གཉེར་གྲོང་ཚོའི་དབར་བརྩེ་དུང་དེ་ནི་དེ་
བས་ཟབ་ཏུ་ཕྱིན་ཡོད། བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་གིས་
ལོ་བཅུའི་ནང་ཀོ་གཉེར་གྲོང་ཚོའི་ཡུལ་མིས་ང་
རང་ནང་མིར་རྩིས་བཞིན་ཡོད། སླད་ཕྱིན་ངས་
ཀྱང་འབད་བརྩོན་བྱས་ནས་ནང་མི་ཚོར་བྱ་བ་
དངོས་མང་ཙམ་བསྒྲུབ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
（ཕུར་སྒྲོན་དང་ཉི་མ་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་
ཞུས་བྱས）

“མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པ་ཡག་ཤོས”བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་གིས་ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་དུ་བཞག་པའི་རྐང་རྗེས་རེ་རེ།

（པར་ངོས་གཉིས་པར་མཐུད）སྤྱི་པའི་ས་ཁོངས་
བཟུང་ནས་ཁང་པ་གང་བྱུང་དུ་བརྒྱབ་པ་11བཤིག་
ཡོད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་མཐའ་འཁོར་གྱི་ར་
སྐྱོར་ལ་གཏོར་སྐྱོན་ཐེབས་པ་དང་གྱང་ངོས་བཙོག་
པ་ཆགས་པ་རྣམས་གསར་པར་བཅོས་ཡོད། ད་
ཆ་པ་སེ་གྲོང་ཚོའི་ཁོར་ཡུག་གཙང་ལ་གྲལ་འགྲིག་པ་
དང་གྲོང་ཚོའི་རྣམ་པའང་གསར་རྐྱང་དུ་གྱུར་ཡོད།
པ་སེ་གྲོང་ཚོའི་ཏང་ཀྲི་པུས་གྲོང་ཁྱེར་དང་
གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཕྱོགས་བསྡུས་བཅོས་སྒྲིག་
ཆེན་མོའི་བྱ་སྤྱོད་གོ་སྐབས་སུ་བྱས་ནས་མང་ཚོགས་
ཐུན་མོང་ཐོག་ཞུགས་རྒྱུར་ཁྲིད་སྟོན་དང་སྐུལ་ཁྲིད་
བྱས་པས་གྲོང་ཚོའི་རྣམ་པ་ལེགས་སུ་ཕྱིན་པར་མ་
ཟད། རྒྱ་ཆེའི་གྲོང་མི་ཚོའི་གདེང་འཇོག་བཟང་
པོ་ཡང་ཐོབ་ཡོད། སླད་ཕྱིན་ང་ཚོས་འགོ་ཁྲིད་ལ་
ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་ལས་འགན་ཁག་བགོས་བྱས་
ཏེ་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཕྱོགས་
བསྡུས་བཅོས་སྒྲིག་ཆེན་མོའི་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་གྱི་བྱ་
སྤྱོད་སྤེལ་ནས་དྲིལ་བསྒྲཊ་བྱེད་ཤུཊ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་

དང་། ཐོབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཟམ་མི་ཆད་པར་སྲ་
བརྟན་དུ་གཏོང་བ། མང་ཚོགས་ཐུན་མོང་ཐོག་
ཞུཊ་པར་ཁྲིད་སྟོན་བྱེད་པ། མཉམ་སྐྲུན་མཉམ་
བཅོས་བཅས་བྱས་ཏེ། མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འཚོ་
སྡོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་མཉམ་དུ་ལོངས་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་
ཞེས་པ་སེ་གྲོང་ཚོའི་ཧྲུའུ་ཅི་དང་པོ་རྡོ་རྗེས་བཤད།
དེ་རྗེས་གསར་འགོད་པས་འདམ་ར་སྡེ་ཁུལ་
ནས་དེ་སྔའི་གློག་སྐུད་གང་བྱུང་དུ་འཁྲིད་པའི་སྣང་
ཚུལ་བཅོས་སྒྲིག་བྱས་ཟིན་པ་དང་གློག་སྐུད་འཁྲིད་
སྟངས་ཀྱང་གོ་རིམ་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་
བྱུང་། ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། སྡེ་
ཁུལ་གྱིས་ཕྱོགས་མང་པོའི་ཐོན་ཁུངས་བསྡུ་སྒྲིལ་
བྱས་ནས་སྡེ་ཁུལ་གྱི“སྡོམ་དྲ་ལྟ་བུའི”གློག་སྐུད་
བཅོས་སྒྲིག་གི་ལས་དོན་ལ་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་སྐུལ་
འདེད་བཏང་སྟེ་མི་རིགས་བྱང་ལམ་དང་རྒྱ་མཚོ་
ཚོགས་ཆུང་བཞི་པ་ལྔ་པའི་སྲང་ལམ་གཙོ་བོར་སྤྱི་ལེ་
གཉིས་ཙམ་ཟིན་པའི་མདོང་ལམ་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་
པ་དང་མིག་སྔར་སྡེ་ཁུལ་དེའི་གློག་སྐུད་བཅོས་སྒྲིག་

ལས་དོན་གྱི་སྤྱིའི་འཕེལ་རིམ་གྱི་བརྒྱ་ཆ་80ལེགས་
གྲུབ་ཟིན་ཡོད། དུས་མཚུངས། གཏོར་སྐྱོན་
ཐེབས་པའི་ཁྲོན་ཁེབས་52དང་གཞུང་ལམ་གཙོ་
བོ་བཟོ་བཅོས་དང་ལྕགས་རི་རྙིང་པ་བསྐྱར་བཟོ་
བྱས་པ། ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་དགའ་སྐྱིད་ལམ་དང་རྒྱ་
མཚོ་ཚོགས་ཆུང་བཞི་པ་ལྔ་པའི་སྲང་ལམ་གཙོ་
བོའི་ནང་དུ་རླངས་འཁོར་འཇོག་ས་100ལྷག་
ཙམ་མང་དུ་བཏང་བ་དང་རྨང་གཞིའི་སྒྲིག་
བཀོད་འཛུགས་སྐྲུན་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་བྱས་པ་
སོགས་བྱས་ཏེ་གྲོང་མིའི་མོས་སེམས་དང་ཁོངས་
གཏོགས་ཀྱི་བསམ་པ་ཆེ་རུ་ཧུར་ཐག་བཏང་བ་
རེད། དེ་སྔོན་འདི་གར་རླངས་འཁོར་གང་བྱུང་
དུ་འཇོག་པ་དང་མཁའ་དབྱིངས་སུ་གློག་སྐུད་
གང་བྱུང་དུ་འཁྲིད་ཀྱི་ཡོད། དག་ཐེར་བྱས་རྗེས་
ཧ་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག ང་ཚོ་མང་ཚོགས་ལ་
སྟབས་བདེ་ཆེན་པོ་བསྐྲུན་ཡོད་ཅེས་གྲོང་མི་བསོད་
ནམས་ཀྱིས་བཤད།
（ཉི་མ་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）ས་གནས་དེ་གའི་མང་ཚོགས་
ཀྱི་སྨན་བཅོས་དགོས་མཁོ་སྔར་བས་སྐོང་དགོས་པ་དང་།
བོད་སྐྱོར་སྨན་བཅོས་ཤེས་ལྡན་མི་སྣའི་དཔུང་ཁག་བེད་སྤྱོད་
བྱས་ནས་ཁོང་ཚོའི་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ། སྨན་
བཅོས་སྒྲིག་གཞིའི་སྨན་དོན་དང་དོ་དམ་ཆུ་ཚད་ཟམ་མི་ཆད་
པར་མཐོ་རུ་གཏོང་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་བ་རེད།
མལ་གྲོ་གུང་དཀར་རྫོང་པད་ཁའི་སྣུམ་འཚག་བཟོ་
གྲྭར་སླེབས་སྐབས་ཤའོ་ཡིའུ་ཚའེ་ཡིས་སྣུམ་འཚག་བཟོ་གྲྭའི་
རྒྱུན་གཏན་གྱི་གཉེར་སྐྱོང་དང་། ཕན་འབྲས། ཚོང་ལམ་
སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཐད་བཀའ་འདྲི་ཞིབ་ཕྲ་གནང་བ་
རེད། ཁོང་གིས“སྤུས་དག་དང་རྩེར་སོན”གྱི་ལམ་ཕྱོགས་
སུ་སྐྱོད་པ་དང་། ཐོན་རྫས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་དང་གསར་སྤེལ་
ལ་དམ་འཛིན། ཚོང་ལམ་སྔར་བས་རྒྱ་སྐྱེད། ཁེ་ལས་ཞིབ་
ཕྲ་ཅན་གྱི་དོ་དམ་ལ་ཤུགས་སྣོན། ཐོན་རྫས་ཀྱི་སྐད་གྲགས་
ཆོད་ཚད་དང་ཚོང་རའི་འགྲན་རྩོད་བྱེད་ནུས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་
བཅས་བྱས་ནས་ཁེ་ལས་སྔར་བས་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བར་སྐུལ་
ཁྲིད་བྱེད་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་ཡོད།
གུང་དཀར་གྲོང་རྡལ་དག་པ་གྲོང་ཚོར་སྐྱོད་སྐབས་
ཁང་པ་གྲལ་སྟར་འགྲིག་པ་དང་འགྲོ་ལམ་གཙང་མ་ཡོད།
ཤའོ་ཡིའུ་ཚའེ་དེ་གར་ཕེབས་ནས་གྲོང་ཚོ་རིམ་པའི་རྩ་
འཛུགས་འཛུགས་སྐྱོང་དང་མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་
རྒྱས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཐད་བཀའ་འདྲི་ཞིབ་ཕྲ་གནང་བ་རེད།
ཁོང་གིས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་ནི་གྲོང་
གསེབ་བཅོས་སྐྱོང་གི་དཔལ་འབྱོར་རྨང་གཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་
བྱེད་ཅིག་ཡིན་པས། གསོག་འཇོག་དང་བགོ་བཤའི་འབྲེལ་
བ་ཐག་གཅོད་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ། མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་
རྒྱུན་མཐུད་སྟོབས་ཆེར་གཏོང་བ་དང་ཞིང་འབྲོག་པར་ཡུན་
རིང་ཕན་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། མངོན་མིན་
རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་རིན་ཐང་སྔོག་འདོན་གཏིང་ཟབ་
བྱས་ནས་དག་པའི་རྫ་ཆས་སོགས་ཁྱད་ལྡན་ཐོན་ལས་རྒྱ་
སྟོབས་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་བ་
རེད། དེ་རྗེས་ཤའོ་ཡིའུ་ཚའེ་གྲོང་མི་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་ཁྱིམ་དུ་
ཕེབས་ནས་ཁྱིམ་ཚང་གི་མི་གྲངས་དང་། ཡོང་འབབ་ཡོང་
ཁུངས། འཚོ་བའི་གནས་ཚུལ་སོགས་ལ་མཁྱེན་རྟོགས་
གནང་བ་དང་། ཁོང་ཚོར་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་
བོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་ལ་གནང་བའི་བྱམས་
བརྩེའི་འཚམས་འདྲི་བརྒྱུད་བསྒྲགས་གནང་ཞིང་། ཁོང་
ཚོར་འཚོ་བ་ཉིན་རེ་ལས་མ་འདས་པར་ཡག་ཏུ་འགྲོ་རྒྱུའི་སྨོན་
འདུན་ཡང་ཞུས་པ་རེད།
དེ་རྗེས་ཤའོ་ཡིའུ་ཚའེ་ཡིས་མལ་གྲོ་གུང་དཀར་རྫོང་
ཨུད་དང་རྫོང་སྲིད་གཞུང་གི་ལས་དོན་སྙན་ཞུར་གསན་པ་
རེད། ཁོང་གིས་རྫོང་ཨུད་དང་རྫོང་སྲིད་གཞུང་གི་ཐད་ཀའི་
འགོ་ཁྲིད་འོག་མལ་གྲོ་གུང་དཀར་རྫོང་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཞི་མཐུན་
བརྟན་ལྷིང་དང་། དཔལ་འབྱོར་བརྟན་པོའི་ངང་འཕེལ་
རྒྱས། མི་དམངས་བདེ་སྡོད་ལས་བརྩོན་བཅས་ཀྱི་རྣམ་པ་
བཟང་པོ་ཐོན་པར་ཁས་ལེན་གང་ལེགས་གནང་བ་དང་སྦྲགས་
འདི་ལོའི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལས་དོན་
ཁག་ཡག་པོ་སྒྲུབ་པའི་ཐད། ལེགས་ཆ་ངོས་འཛིན་གསལ་པོ་
བྱེད་དགོས་ལ་ཞན་ཆ་ཡང་མཐོང་ཐུབ་པར་བྱས་ཏེ་བསམ་
ཕྱོགས་གསལ་པོ་དང་། སྤྱོད་ཚུལ་ལེགས་པོ། བྱ་ཐབས་ནུས་
ལྡན་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་
ལེགས་ཆ་དེ་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ནུས་པར་འགྱུར་
བར་བྱེད་དགོས་པའི་ནན་གསུངས་གནང་བ་སྟེ།
འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་གཙོ་གནད་དུ་འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་
འཁྱོངས་བྱེད་དགོས། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་འཕེལ་
རྒྱས་ནི་ལས་འགན་ཨང་དང་པོར་བརྩི་བ་དང་། བཟོ་ལས་

སྟོབས་ལྡན་གྱི་རྫོང་ཞིག་ཡིན་པར་གཞི་ཚུགས་པ། འཕེལ་
རྒྱས་ཀྱི་དམིགས་འབེན་གསལ་པོ་བཟོ་བ། བསམ་ཕྱོགས་
དང་རྩ་དོན་གསལ་པོ་བཟོ་བ། རྣམ་གྲངས་འཛུགས་སྐྲུན་བྱ་
རྒྱུར་དམ་འཛིན་བྱེད་པ། ཚོང་གཉེར་ཁོར་ཡུག་ལེགས་
འགྱུར་བྱ་རྒྱུ་འགག་སྒྲོལ་བྱེད་པ། གཙོ་གནད་རྣམ་གྲངས་
འགོ་འཛུགས་དང་དོན་འཁྱོལ་མཐར་ཕྱིན་བྱེད་པར་སྐུལ་
འདེད་མགྱོགས་སུ་གཏོང་བ། གཏེར་ཁའི་ཐོན་ལས་སོགས་
གཙོ་གནད་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་མགྱོགས་སུ་
གཏོང་བ་བཅས་བྱེད་དགོས།
བརྟན་ལྷིང་གཙོ་བོར་འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་
དགོས། ཉེན་བརྡ་རྒྱུན་གཏོང་དང་དོགས་ཟོན་རྒྱུན་
འཁྱོངས། བསམ་བློ་བརྟན་པོ་དང་བྱ་སྤྱོད་བརྟན་པོ་བཅས་
ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་བརྟན་ལྷིང་ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་བ་དང་། ཐོན་སྐྱེད་བདེ་འཇགས་ལ་དམ་འཛིན་
ལེགས་པར་བྱས་ཏེ་བཅོས་སྐྱོང་གི་ཕན་འབྲས་ལ་བརྟེན་ནས་
འཆམ་མཐུན་བརྟན་ལྷིང་གི་རྣམ་པ་ཡག་ཏུ་གཏོང་དགོས།
ལས་བྱེད་པ་དང་མང་ཚོགས་གཙོ་བོར་འཛིན་རྒྱུ་
མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས། མི་དམངས་ལྟེ་བར་འཛིན་
པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་བསམ་བློ་མཐའ་འཁྱོངས་དང་། བློ་
གཅིག་སེམས་གཅིག་གིས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ལུགས་མཐུན་རེ་ཞུ་
ཐག་གཅོད་ཡག་པོ་བྱེད་པ། དམངས་ཕན་དམངས་བདེའི་
སྲིད་ཇུས་སྟངས་འཛིན་ཡག་པོ་བྱས་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཧུར་
སེམས་དང་རང་སྟོབས་ཀྱི་ནུས་པར་སྐུལ་སློང་བྱ་རྒྱུར་སྣང་ཆེན་
བྱས་ཏེ་སྲིད་ཇུས་རྒྱུན་མཐུད་ཡོང་རྒྱུར་འགན་ལེན་བྱེད་
དགོས། རིམ་ཁག་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེའི་ལས་བྱེད་པ་དང་
ལས་བཟོ་བར་སེམས་ཁུར་བྱེད་པ་དང་། ནུས་པས་ལྕོཊ་ཚོད་
ཀྱིས་ཁོང་ཚོར་དཀའ་ངལ་སེལ་རོགས་བྱེད་པ། ནོར་འཁྲུལ་
ཤོར་རུང་ཡོ་བསྲང་བྱེད་པའི་ལམ་སྲོལ་འཛུཊ་པ་བཅས་བྱས་
ནས་ལས་སྒྲུབ་ལས་གཏོད་ཀྱི་རྣམ་པ་བཟང་པོ་གཏོད་དགོས།
སྲིད་དོན་བརྩོན་སྒྲུབ་དངོས་གཉེར་མཐའ་འཁྱོངས་
བྱེད་དགོས། ཕྱི་ཚུལ་རིང་ལུགས་དང་དཔོན་ཉམས་རིང་
ལུགས་ཁྱད་བསད་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཏེ་ཏན་ཏན་ཏིག་
ཏིག་གིས་ལས་དོན་དངོས་སྒྲུབ་པ་དང་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དོན་
འཁྱོལ་ཡོང་བར་དམ་འཛིན་བྱེད་པ། མང་ཚོགས་ཀྱིས་
བསྔགས་བརྗོད་བྱེད་པ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་པའི་
བྱ་བ་བཟང་པོ་མང་ཙམ་སྒྲུབ་པ། སྤྱོད་ཚུལ་བཟང་པོར་
བརྟེན་ནས་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་པར་བྱས་ཏེ་ཏང་དང་མང་
ཚོགས་དབར་དང་ལས་བྱེད་པ་དང་མང་ཚོགས་དབར་གྱི་
འབྲེལ་བ་སྔར་ལས་དམ་ཟབ་ཏུ་གཏོང་དགོས།
ཏང་ལེགས་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་བླ་སྲོག་ཏུ་འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་
འཁྱོངས་བྱེད་དགོས། རིམ་པ་ཁག་གི་འགོ་ཁྲིད་ཚན་པ་དང་
ལྷག་པར་དུ་ཏང་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་ལེགས་འདེམས་ཧྲག་
སྒྲུག་དང་། ན་གཞོན་ཏང་ཡོན་ཕུལ་བྱུང་ཧུར་ཐག་གིས་
འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ། ཏང་སྲོལ་སྲིད་གཙང་འཛུགས་སྐྱོང་
ལ་དམ་འཛིན་བཅས་བྱས་ཏེ། རིམ་པ་ཁག་གི་ཏང་རྩ་
འཛུགས་ལེགས་པར་སྐྱོང་དགོས་པ་དང་རྫོང་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་
འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བར་འགན་སྲུང་
སྟོབས་ལྡན་མཁོ་འདོན་བྱེད་དགོས།
བརྟག་ཞིབ་གནང་བའི་ལམ་བར་དུ་ཤའོ་ཡིའུ་ཚའེ་ད་
དུང་དགའ་ལྡན་དགོན་པར་ཕེབས་ནས་དགོན་སྡེའི་དོ་དམ་
དང་། མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས། བརྟན་ལྷིང་སྲུང་སྐྱོང་
བཅས་ཀྱི་ལས་དོན་དོན་འཁྱོལ་ལ་ལྟ་སྐུལ་མཛུབ་ཁྲིད་གནང་
བ་དང་འབྲེལ་དགོན་སྡེར་བཅའ་སྡོད་ལས་བྱེད་པ་དང་།
མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པ། མེ་ཟོན་རོགས་སྐྱོབ་མི་སྣ་བཅས་
ལ་འཚམས་འདྲི་གནང་བ་རེད།
（བྱམས་ཚེ་དང་པ་ཚེས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ཤའོ་ཡིའུ་ཚའེ་ཡིས་མལ་གྲོ་གུང་དཀར་རྫོང་དུ་བརྟག་ཞིབ་གནང་བ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）བོད་ཀྱིས་ལས་དོན་ཁག་ཡག་པོ་བསྒྲུབ་
རྒྱུར་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་དང་རྩ་བའི་གཞི་འཛིན་ས་མཁོ་འདོན་གནང་
ཡོད། ལོ་གཅིག་གི་རིང་། བོད་ལྗོངས་ཀྱིས་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་
གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་
པར་བརྟེན་ནས་ལས་དོན་སྤྱི་ལ་གཅིག་འདོམས་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་
པས། མང་ཚོགས་ཀྱི་འདོད་བློ་ཁེངས་ཚད་མཐོ་བ་དང་། དཔལ་འབྱོར་
དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྤུས་ཚད་མཐོ་བ། འབྱུང་ཁམས་ཤེས་དཔལ་
འཛུགས་སྐྱོང་གི་ཚད་གཞི་མཐོ་བ། མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་
སྟོན་གྲངས་མཐོ་བ། ལས་བྱེད་པའི་ལས་སྒྲུབ་ལས་གཏོད་ཀྱི་སྤྲོ་སེམས་ཆེ་
བ། ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་གྲུབ་
འབྲས་གསར་པ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཐོབ་པ་བཅས་བྱུང་ཡོད། བོད་ལྗོངས་
ལ་ཐོབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་དང་བྱུང་བའི་འགྱུར་ལྡོག་དེ་དག་གི་རྩ་བ་ནི་བློ་མཐུན་
ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སྲོག་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་འགྱུར་མེད་སྟོབས་
ལྡན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་ལ་ཐུག་པ་དང་། དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་

ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པའི་ཚན་རིག་དང་མཐུན་
པའི་མཛུབ་ཁྲིད་ལ་ཐུག་ཡོད་ལ། བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་
ཅིན་ཕིང་གི་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་དང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་
སྐྱོང་མཛད་ཇུས་རྣམས་གངས་ལྗོངས་ས་མཐོར་རྩ་བ་ཚུགས་ནས་མེ་ཏོག་
བཞད་པའི་རྟགས་མཚན་བཟང་པོ་ཞིག་རེད་ཅེས་གསུངས།
འཐུས་མི་ཚོས། 2024ལོ་ནི་ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་
རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་75འཁོར་བ་དང“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅུ་བཞི་
པའི”འཆར་འགོད་ཀྱི་དམིགས་ཚད་ལས་འགན་མངོན་འགྱུར་བྱེད་པའི་
འགག་རྩའི་ལོ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པའི་དགོངས་
དོན་དང་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་གི་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་བཅུ་པའི་
བཀོད་སྒྲིག་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པའི་འགག་སྒྲོལ་ལོ་ཞིག་ཀྱང་རེད། ཐོག་
མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་
ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཛུབ་ཁྲིད་དུ་བྱ་རྒྱུ་
མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དོན་

སློབ་སྦྱོང་ལག་བསྟར་བྱེད་པ་དེ་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་
ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་དང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་
གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་དོན་འཁྱོལ་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་བོད་
ལྗོངས་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་
འདེད་གཏོང་བའི་ཞིབ་ཕྲའི་བྱ་ཐབས་སུ་འགྱུར་བ་བྱེད་པ་དང་།
“དོན་ཆེན་བཞིར”དམིགས་པ་དང“འཛུགས་གཏོད་བཞིར”ཤུགས་
བརྒྱབ་སྟེ་བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་བརྟན་ལྷིང་སྲུང་སྐྱོང་དེ་ལས་དོན་
གྱི་ལས་འགན་ཨང་དང་པོར་བརྩི་བ་དང་། ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་གཅིག་
མཐུན་ཚོགས་པའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོར་འཛུགས་པ་གཙོ་རྐང་དུ་བྱ་རྒྱུ་
མཐའ་འཁྱོངས། མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།
བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཀྲུང་གོ་ཅན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་བཅས་བྱེད་
པ། བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ཡུན་རིང་བདེ་
འཁོད་ཀྱི་དངོས་པོའི་རྨང་གཞིར་བརྩིས་ནས་ས་མཐོའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་
སྤུས་མཐོའི་འཕེལ་རྒྱས་དེ་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་མདུན་གྲལ་དུ་སླེབས་པར་སྐུལ་

འདེད་གཏོང་བ། བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་མཚོ་བོད་ས་མཐོའི་སྐྱེ་
ཁམས་སྲུང་སྐྱོང་ཡག་པོ་བྱེད་པ་དེ་ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་འཚོ་གནས་དང་
འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བར་ལེགས་སྐྱེས་ཆེན་པོ་འབུལ་བར་བརྩིས་ནས་རྒྱུན་
མཐུད་ལེགས་པའི་འབྱུང་ཁམས་ཁོར་ཡུག་གཏོད་པ། བློ་བརྟན་
འགྱུར་མེད་ངང་མཐའ་མཚམས་སྲ་བརྟན་དང་མཐའ་མཚམས་བདེ་
འཇགས་འགན་ལེན་བྱེད་པ་དེ་མེས་རྒྱལ་གྱི་ལྷོ་ནུབ་མཐའ་མཚམས་སྲུང་
སྐྱོང་གི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་འཁྲིར་བརྩིས་ནས་མཐའ་མཚམས་འཛུགས་
སྐྲུན་ཡག་པོ་དང་དོ་དམ་ཡག་པོ་བྱེད་པ། རྒྱུན་མཐུད་སྤྱོད་ཚུལ་ལེགས་
གཏོང་དང་དོན་འཁྱོལ་ལ་དམ་འཛིན། ལས་དོན་གྱི་བྱ་ཐབས་ཁག་ཞིབ་
ཚགས་སུ་གཏོང་བ། བྱས་པའི་རྗེས་དང་འདྲུད་པའི་ཤུལ་ཡོད་པའི་སྙིང་
རུས་ལ་བརྟེན་པ་བཅས་བྱས་ནས་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་མཛུབ་
སྟོན་གལ་ཆེན་དང་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་བོད་ལྗོངས་
སུ་དོན་འཁྱོལ་དང་ཕན་འབྲས་ཐོན་པར་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།
（ཨོ་ཚེ་དང་པ་ཚེ། ཉི་ཆོས་བཅས་ཀྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

（པར་ངོས་གསུམ་པར་མཐུད）གནད་འཕིཊ་བཙོག་བཅོས་
དང་། ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་བཙོག་བཅོས།
ཁྲིམས་ལྟར་བཙོག་བཅོས་བཅས་ཀྱི་བྱེད་ཕྱོགས་ཡང་དག་པའི་
སྒོ་ནས་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པ། དཔལ་འབྱོར་སྤྱི་ཚོགས་གོང་
འཕེལ་ལྗང་མདོག་ཅན་དང་ཐཱན་ཉུང་ཅན་ལ་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་བ། ཐོན་ཁུངས་གྲོན་ཆུང་དང་ཞིབ་བསྡུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་
འཁོར་རྒྱུག་བེད་སྤྱོད་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ། འབྱུང་ཁམས་
ཐོན་རྫས་ཀྱི་རིན་ཐང་མངོན་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་རྒྱ་
ཆེར་གཏོང་བ། ཐཱན་རྩེ་གྲངས་སུ་སླེབས་པ་དང་ཐཱན་བཏང་
སྙོམས་ཡོང་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་ཧུར་ཐག་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་
ཏེ། སྤུས་མཐོའི་གོང་འཕེལ་ལ་སྒུལ་ཤུགས་གསར་པ་སྣོན་པ་
དང་། བཟང་ཆ་གསར་པ་སྐྱེད་སྲིད་བྱེད་དགོས་ཞེས་ནན་
གྱིས་བསྟན་ཡོད།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས། ད་ལོ་ནི་མི་དམངས་སྲིད་གྲོས་དབུ་

བརྙེས་ནས་ལོ་75འཁོར་བའི་ལོ་ཡིན། མི་དམངས་སྲིད་གྲོས་
ཀྱིས་སྲོལ་རྒྱུན་བཟང་པོ་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་དང་། ཆབ་སྲིད་
ཀྱི་འགན་འཁྲི་བློ་ལ་བརྟན་པོར་ངེས་པ། བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་
ཀྱི་ཁྲིད་སྟོན་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ། ཆེད་དོན་གྲོས་མོལ་ལས་
ཁུངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།
རང་ངོས་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་བཅས་བྱེད་དགོས་
པ་དང་། སྲིད་གྲོས་ཨུ་ཡོན་གྱིས་རང་ངོས་ཀྱི་བྱང་ཚད་དང་
འགན་སྒྲུབ་ནུས་པ་ཆེ་རུ་བཏང་ནས་དུས་རབས་གསར་པའི་
སྲིད་གྲོས་ལས་དོན་དང་ཏང་མང་མཉམ་ལས་བྱ་གཞག་གི་
གནས་བབ་གསར་པ་གཏོད་དགོས་ཞེས་བསྟན་ཡོད།
ཧྲི་ཐའེ་ཧྥེང་དང་། ཀྲེང་ཅན་པང་། ཧུའུ་ཁྲུན་
ཧྭ། ཝང་ཏུང་ཧྥེང་། ཧོ་པའོ་ཞང་སོགས་མཉམ་འབྲེལ་
ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་ཡོད།
（ཉི་ཆོས་དང་བྱམས་ཚེས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）