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 ཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། རེས་གཟའ་ལྷག་པ།

2024ལོའི་ཟླ་4ཚེས་17
པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། དཔལ་སྐྱབས་རྒྱལ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་
གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉེ་
ཆར་གྲོང་མི་རིན་སྒྲོལ་དང་ཁོང་གི་ནང་མི་གྲོང་
ཁྱེར་སྤྱི་བདེ་ཅུས་རྒྱལ་མཚམས་འགྲོ་འོང་དོ་
དམ་ཉིང་ལག་རུ་ཁག་ཏུ་ཕེབས་ནས“གཞན་
ཕན་གྱི་བརྩེ་བ་ཐུགས་སུ་བཅངས་ནས་ཞབས་
ཞུ་སྒྲུབ། སྤྱོད་གཙང་གཞུང་དྲང་བྱས་ནས་
རང་འཁྲིའི་ལས་ལ་བརྩོན”ཞེས་འཁོད་པའི་
གཟེངས་བསྟོད་དར་ཆ་ཞིག་མི་དམངས་ཉེན་
རྟོག་པར་སྤྲད་དེ་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པས་
དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་དཀའ་ངལ་སེལ་རོགས་
གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་ཡོད།
གྲོང་མི་རིན་སྒྲོལ་ནི་བོད་ལྗོངས་ཀྱི་རྒན་
ཡོལ་ཞུས་པའི་ལས་བཟོ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་
དང་། ཉེ་ཆར། ཁོང་ཤང་ཀང་དང་ཨའོ་
མོན་དུ་བསྐྱོད་དེ་སྒོར་གཞས་ལེ་ཚན་འཁྲབ་
སྟོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པས། གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་
བདེ་ཅུས་རྒྱལ་མཚམས་འགྲོ་འོང་དོ་དམ་ཉིང་
ལག་རུ་ཁག་ཏུ་ཤང་ཀང་དང་ཨའོ་མོན་གྱི་འགྲོ་
འོང་ལམ་ཡིག་གཉེར་བར་བསྐྱོད་ཡོད། འོན་

ཀྱང་། འཁྲབ་སྟོན་གྱི་བརྡ་ཐོ་གཏོང་བའི་དུས་
ཚོད་འཕྱི་ཞིང་། ལག་ཁྱེར་གཉེར་བའི་དུས་
ཚོད་ཐུང་བས་འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་རྗེས་ཟིན་མི་
ཐུབ་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད།
གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་བདེ་ཅུས་རྒྱལ་མཚམས་འགྲོ་
འོང་དོ་དམ་ཉིང་ལག་རུ་ཁག་གི་མི་དམངས་
ཉེན་རྟོག་པ་བློ་བཟང་ཚེ་རིང་གིས་དུས་ཡུན་
ཐུང་བ་དང་ལས་འགན་ལྕི་བས་ང་ཚོས་འཕྲལ་
མར་གོང་རིམ་འགོ་ཁྲིད་དང་སྡེ་ཚན་ལ་སྙན་
སེང་ཞུས་ཡོད། གནས་ཚུལ་དེར་གཞིགས་
ནས་འགོ་ཁྲིད་ཀྱིས་ང་ཚོར་དམིགས་བསལ་གྱི་
བྱ་བ་དམིགས་བསལ་གྱིས་སྒྲུབ་དགོས་པའི་
བཀའ་གནང་ཡོད། ཁོང་གཅིག་པུའི་རེ་ཞུ་
སྒྲུབ་མཁན་གྱི་ཆེད་མངགས་མི་སྣ་བཀོད་སྒྲིག་
བྱས་ཤིང་། བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོར་མི་གཅིག་
གིས་སྒྲུབ་སྐུལ་བྱས་ཏེ་གཟའ་འཁོར་གཅིག་གི་
ནང་ལག་ཁྱེར་ཚང་མ་བསྒྲུབ་རྒྱུའི་བརྩོན་ལེན་
བྱས་ཡོད། གྲོང་མི་རིན་སྒྲོལ་གྱིས་ང་ཚོའི་
ཞབས་ཞུའི་རྣམ་འགྱུར་དང་ལས་ཆོད་ལ་
བསྔགས་བརྗོད་བྱས་ཡོད་ཅེས་བཤད།

གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་བདེ་ཅུས་རྒྱལ་མཚམས་འགྲོ་
འོང་དོ་དམ་ཉིང་ལག་རུ་ཁག་གིས་ཐོག་མཐའ་
བར་གསུམ་དུ“དམངས་ཀྱི་སེམས་སྒྲར་ཉན་པ་
དང་། དམངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་ལྟ་ཞིབ་བྱེད་
པ། དམངས་ཀྱི་སེམས་ཁྲལ་སེལ་བ”བཅས་
ཀྱི་ལས་ཀའི་བསམ་ཕྱོཊ་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཀྱིས་དོན་
དག་ཆུང་ཆུང་དང་ཞིབ་ཕྲའི་གནས་ཚུལ་ནས་
འགོ་བཙུགས་ཏེ་རྒྱལ་མཚམས་ནས་འགྲོ་འོང་
བྱེད་སྟངས་ཁག་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གསར་
གཏོད་དང་དམིཊ་བསལ་ཚོགས་སྤྱིའི“ཐོཊ་
མེད་བགྲོད་ལམ”དང“ཁ་ཆད་ཞབས་
ཞུའི”ལམ་སྲོལ་འཐུས་ཚང་དུ་བཏང་ནས་མང་
ཚོཊ་ལ་བྱ་བ་དངོས་བསྒྲུབས་ཏེ་དམངས་ཀྱི་
དངོས་ཡོད་དཀའ་ངལ་དུས་ཐོག་ཏུ་བསལ་ཡོད།
བློ་བཟང་ཚེ་རིང་གིས་གཟེངས་བསྟོད་
དར་ཆ་འདི་ནི་སྐུལ་ལྕག་ཅིག་ཡིན་པས་ང་ཚོས་
ཕྱིས་འབྱུང་གི་ལས་དོན་ཁྲོད་མི་དམངས་ལ་
ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་ལས་དོན་སྔར་བས་
ལེགས་པར་བསྒྲུབ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
（བྱམས་པ་ཚེ་རིང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་བདེ་ཅུས་རྒྱལ་མཚམས་འགྲོ་འོང་དོ་དམ་ཉིང་ལག་རུ་ཁག་གིས་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུས་པར་བསྔགས་བརྗོད་ཐོབ་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཟླ་4ཚེས་15ཉིན། གསར་
འགོད་པས་གྲོང་ཁྱེར་གནམ་གཤིས་ལས་ཁུངས་ནས་ཤེས་
རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། གཟའ་འཁོར་གོང་མར་གྲོང་
ཁྱེར་དུ་སྤྲིན་པ་མང་པོ་འཁོར་ནས་གནམ་འཐིབས་པའི་
གནམ་གཤིས་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། གཟའ་འཁོར་གོང་
མའི་གཟའ་དཀྱིལ་དུ་ས་གནས་ཁག་ཏུ་ཆར་པ་ཆུང་བའམ་
ཡང་ན་གངས་ཆར་བབས་པ་དང་། ཤར་རྒྱུད་དང་བྱང་

རྒྱུད་ཀྱི་ཤང་དང་གྲོང་རྡལ་ཁ་ཤས་སུ་གངས་ཆེན་པོ་བབས་
ཡོད་པ་རེད།
སྔོན་དཔག་བྱས་པ་ལྟར་ན། གཟའ་འཁོར་འདིའི་
དུས་འགོར་རང་གྲོང་དུ་ཁྱབ་ཁོངས་ཆེན་པོའི་གངས་ཆར་གྱི་
གནམ་གཤིས་བསྟན་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་ས་ཆ་ཁ་ཤས་སུ་གངས
（ཆར་པ）འབྲིང་བ་ནས་ཆེ་བ་བར་འབབ་རྒྱུ་རེད།
གཟའ་འཁོར་འདིའི་གཟའ་དཀྱིལ་དང་གཟའ་མཇུག་ཏུ་
དྲོད་ཚད་རིམ་བཞིན་ཇེ་མཐོར་འགྲོ་རྒྱུ་རེད།ཡར་ཀླུང་
གཙང་པོའི་རྒྱུད་དུ་ལྷགས་པ་རིམ་པ་4ཡས་མས་ཡོད་པ་དང་
ས་བབ་མཐོ་བའི་ས་ཁུལ་དུ་ལྷགས་པ་རིམ་པ་7ཡས་མས་
ཡོད་པ་རེད། གནམ་གཤིས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་གཙོ་བོ་ནི།
གཟའ་ཟླ་བར་རྫོང（ཆུས）ཁག་ལ་སྤྲིན་པ་མང་པོ་འཁོར་

ནས་གནམ་འཐིབས་རྒྱུ། གཟའ་མིག་དམར་ནས་གཟའ་
ལྷག་པའི་བར་རང་གྲོང་གི་ས་གནས་ཁག་ཏུ་གནམ་འཐིབས་
ནས་ཆར་པ་ཆུང་བའམ་ཡང་ན་གངས་མ་ཆར་འབབ་རྒྱུ་

དང་། ས་ཆ་ཁ་ཤས་སུ་གངས（ཆར་པ）འབྲིང་བ་ནས་ཆེ་
བའི་བར་འབབ་རྒྱུ།གཟའ་ཕུར་བུ་ནས་གཟའ་ཉི་མའི་བར་
ས་གནས་ཁག་ཏུ་སྤྲིན་པ་ཉུང་བ་ནས་མང་བ་འཁོར་ཞིང་།
དུས་མཚམས་ཁ་ཤས་སུ་ཤར་རྒྱུད་དང་བྱང་རྒྱུད་དུ་ཁ་ཐོར་
རང་བཞིན་གྱི་གངས་དང་ཡང་ན་གངས་མ་ཆར་འབབ་རྒྱུ།
གྲོང་ཁྱེར་གནམ་གཤིས་བརྟག་དཔྱད་ལས་ཁུངས་
ཀྱིས་གཟའ་འཁོར་འདིའི་དུས་འགོར་རང་གྲོང་དུ་ཆར་པ་
འབབ་པའི་གནམ་གཤིས་མངོན་གསལ་དོད་ཙམ་ཡོད་པ་
དང་ས་བབ་མཐོ་བའི་ལམ་བུའི་ཐོག་གངས་གསོག་འབྱུང་སླ་
བས་འགྲོ་ལམ་དང་འགྲིམ་འགྲུལ་བདེ་འཇཊ་དོ་དམ་ལས་
དོན་ལ་མུ་མཐུད་ཤུཊ་སྣོན་རྒྱག་དགོས་པ་དང་། ཞིང་ཁུལ་
གཙོ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་གནམ་གཤིས་ཡག་པོར་དམ་འཛིན་བྱས་
ནས་དུས་ཐོག་ཏུ་དཔྱིད་རྨོད་དཔྱིད་འདེབས་ཀྱི་ལས་དོན་
ཡག་པོ་བསྒྲུབ་དགོས། ས་བབ་མཐོ་བའི་ས་ཁུལ་དུ་དྲོད་
ཚད་མཐོ་རུ་ཕྱིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་གངས་བཞུར་རང་བཞིན་
གྱི་ས་གཤིས་གནོད་འཚེ་སྔོན་འགོག་བྱ་དགོས་པའི་དྲན་སྐུལ་
བྱས་ཡོད། （པ་ཚེས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

གཟའ་འཁོར་འདིའི་དུས་འགོར་རང་གྲོང་དུ་ཆར་པ་དང་གངས་འབབ་པའི་གནམ་གཤིས་བསྟན་རྒྱུ་ཡིན་པ།

འགྲིམ་འགྲུལ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་དོ་དམ་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་དགོས།

（པར་ངོས་གཉིས་པར་མཐུད）རྒྱལ་ཁབ་བདེ་
འཇགས་ལ་བརྩི་སྲུང་བྱེད་མཁན་གྱི་དཔེ་བཟང་
བ་དང་། སྲུང་སྐྱོབ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་
མཁན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རྒྱུར་འབོད་སྐུལ་བྱས་
ཤིང་། མང་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་བདེ་
འཇགས་ལ་གཏོར་བཤིག་གཏོང་བ་དང་གནོད་
འཚེ་གཏོང་བའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་རང་རྟོགས་ངང་
བཀག་འགོག་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདེ་འཇགས་
ལ་སྲུང་སྐྱོང་དང་། སྤྱི་ཚོགས་བརྟན་ལྷིང་ལ་
སྲུང་སྐྱོང་བྱ་ཆེད། རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་
ལེགས་སྐྱེས་སུ་འབུལ་རྒྱུའི་སྐུལ་མ་བཏང་ཡོད།
དོག་སྡེ་ཁྲོམ་གཞུང་ལྷོ་ངོས་གྲོང་ཚོ་ཨུ་ལྷན་
གྱི་ལས་དོན་མི་སྣ་ཀུན་བཟང་འཇིགས་མེད་ཀྱིས་
དེ་རིང་དོག་སྡེ་ཁྲོམ་གཞུང་དུ་རྒྱལ་ཁབ་བདེ་
འཇགས་ཀྱི་སྒྲོག་འགྲེལ་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བས་ངས་
རྒྱལ་ཁབ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་
ལ་ངོས་འཛིན་གཏིང་ཟབ་ཐུབ་བྱུང་ལ། གཞི་
རིམ་གྱི་ལས་དོན་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་
ཕྱིས་འབྱུང་གི་ལས་ཀའི་ཁྲོད། རྒྱལ་ཁབ་བདེ་
འཇགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྔར་བས་གཟབ་ཏུ་གཏོང་
བ་དང་སྦྲགས། རྒྱལ་ཁབ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་
ཤེས་བྱ་མང་ཚོགས་ཁྲོད་ཁྱབ་གདལ་གཏོང་ཐུབ་
པར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
ཚེས་15ཉིན། རང་སྐྱོང་ལྗོངས་རྒྱལ་
ཁབ་བདེ་འཇགས་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་འབྲེལ་ཡོད་
ཚན་པ་དང་མཉམ་འབྲེལ་བྱས་ནས་རྣམ་པ་མང་
པོའི་ཐོག་ནས་དྲིལ་བསྒྲགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ཏེ་
བདེ་འཇགས་ཆེན་པོའི་འདུ་ཤེས་མི་སེམས་ལ་
འཇགས་ཐུབ་པ་དང་། རྩ་བ་ཚུགས་རྒྱུར་སྔར་
བས་སྐུལ་འདེད་བཏང་ཡོད་པ་རེད།

ཐེངས་འདིའི་བྱེད་སྒོའི་ནང་གཙོ་གནད་
ཐོག《རྒྱལ་ཁབ་བདེ་འཇགས་བཅའ་
ཁྲིམས》དང་། 《གསང་མྱུལ་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་
པའི་བཅའ་ཁྲིམས》《དྲ་རྒྱའི་བདེ་འཇགས་
བཅའ་ཁྲིམས》དང་དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱལ་
ཁབ་བདེ་འཇགས་བཅའ་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་སྲོལ་
དྲིལ་བསྒྲགས་བྱས་པ་དང་། གྲོང་མིར་རྒྱལ་
ཁབ་བདེ་འཇགས་སྲུང་སྐྱོང་གི་གཞི་རྩའི་དོན་
སྙིང་དང་དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་བདེ་འཇགས་ལ་
གནོད་འཚེ་གཏོང་བའི་མཇུག་འབྲས་འགྲེལ་
བཤད་བརྒྱབ་པ་དང་། གྲོང་མིས་བཏོན་པའི་
གནད་དོན་ལ་ངང་རྒྱུད་རིང་པོའི་སྒོ་ནས་ལན་
བཏབ་པ་རེད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ལས་དོན་
མི་སྣས་ད་དུང་གོ་བདེ་ཞིང་ཤེས་སླ་བའི་སྐད་ཆའི་
ཐོག་ནས་དཔེ་མཚོན་གྱོད་དཔེ་བརྒྱུད་གྲོང་མིར་
བདེ་འཇགས་ངང་དྲ་ཐོག་ཏུ་ཞུགས་པ་དང་།
གློག་འཕྲིན་དྲ་རྒྱའི་ཁ་བསླུས་སྔོན་འགོག མི་
སྒེར་གྱི་ཆ་འཕྲིན་སྲུང་སྐྱོང་སོཊ་ཀྱི་ནང་དོན་དྲིལ་
བསྒྲགས་བྱས་པ་རེད།
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཁྲིམས་ལུགས་ཁྱབ་
གདལ་གཞུང་དོན་ཁང་གི་ལས་དོན་མི་སྣ་བློ་
བཟང་མགོན་པོས་ང་ཚོས་གཞོན་ནུ་ལོ་ཆུང་གི་
རྒྱལ་ཁབ་བདེ་འཇགས་ཤེས་བྱའི་འགྲན་བསྡུར་
དང་། གློག་འོད་འགྲེམས་སྟོན་སོགས་བྱེད་སྒོ་
རབ་དང་རིམ་པ་སྤེལ་བ་བརྒྱུད། དམངས་
ཡོངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་
ཟབ་ཏུ་བཏང་ནས་རྒྱལ་ཁབ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་
འགོག་སྲུང་འཛིང་རགས་བརྟན་པོར་བསྐྲུན་
ཡོད་ཅེས་བཤད།
（ཕུར་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉེ་ཆར་ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་
ལའི་མེ་ཟོན་རོགས་སྐྱོབ་རུ་ཆེན་གྱིས་མེ་ཟོན་བདེ་
འཇགས་ཀྱི“ཚེ་སྲོག་གི་བགྲོད་ལམ”ཤར་གཏོང་ཐུབ་རྒྱུ་
དེ་དམིགས་འབེན་གཙོ་བོར་བཟུང་སྟེ། སྒེའུ་ཁུང་གི་
ལྕགས་དྲ་བཀོག་པའི་མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་དང་འབྲེལ་
བའི་ཆེད་དོན་བཅོས་སྐྱོང་གི་བྱ་སྤྱོད་ཧུར་ཐག་སྤེལ་ཏེ་
ལེགས་གྲུབ་བྱུང་བ་རེད།
ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་ལའི་མེ་ཟོན་རོགས་སྐྱོབ་རུ་ཆེན་གྱིས་
དོན་དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་དམ་ཟབ་བྱས་ཏེ་ཆེད་དོན་
ཚོགས་འདུ་ཐེངས་གསུམ་འཚོགས་ནས་ཞིབ་འཇུག་
གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ་ཆེད་དོན་ལས་དོན་ཚོགས་ཆུང་
བཙུགས་པ་དང་འབྲེལ་སྤྱི་བདེ་དང་སྡེ་ཁུལ་སོགས་གཞི་
རིམ་གྱི་སྟོབས་ཤུགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཧུར་ཐག་བྱས་ཏེ་
ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི“གནས་ཡུལ་ཆུང་གྲས་
དགུ”དང་། ལས་རིགས་མང་བའི་མཉམ་བསྲེས་ཐོན་
སྐྱེད་གཉེར་སྐྱོང་བྱ་ཡུལ་དང་དེ་བཞིན་མི་སྣ་མང་བའི་
གནས་ཡུལ་124ལ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཞིབ་ཚགས་ངང་
བརྟག་དཔྱད་དང་བཅོས་སྐྱོང་བྱས་ཤིང་། གཙོ་བོ་སྒོ་
དང་སྒེའུ་ཁུང་ཐོག་སྒྲིག་འགལ་གྱིས་བཙུགས་པའི་ཕྱི་རོལ་

གྱི་བརྡ་ཁྱབ་སྒྲིག་ཆས་དང་། ཚོང་ཁང་གི་འོས་སྐུལ་
བྱང་བུ། དེ་བཞིན་རྐུན་འགོག་དྲ་བ（སྒེའུ་ཁུང）
ལྕགས་དྲ་སོགས་སྲོག་ཉེན་ལས་ཐར་ས་དང་མེ་གསོད་
རོགས་སྐྱོབ་ལ་འགོག་རྐྱེན་བཟོ་སྲིད་པའི་གེགས་དངོས་ལ་
དམིགས་ནས་ཐོ་འགོད་བྱས་པ་དང་འབྲེལ་བཤིག་སྤོ་བྱས་
པ་རེད། ཁྱོན་ས་གནས་24ཐོ་འགོད་བྱས་ཡོད་པ་རེད།
དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཁྲིམས་ལྟར་བཤིག་པའི་
བརྒྱུད་རིམ་ནང་།རུ་ཆེན་གྱི་མེ་ཟོན་ལྟ་སྐུལ་པས“ཁ་
ཏ་བསླབ་བྱ་དང་། བཤིག་སྤོ། དྲིལ་
བསྒྲགས”བཅས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་སྤྱད་དེ་ཉེ་དུས་ཀྱི་མེ་
སྐྱོན་ལས་འཛོལ་གྱི་བསླབ་བྱ་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་
ནས་སྡོད་དམངས་དང་ཚོང་དུད་ལ་ངང་རྒྱུད་རིང་
པོའི་སྒོ་ནས་རྐུན་འགོག་སྒེའུ་ཁུང་དང་། རྐུན་
འགོག་ལྕགས་དྲ། དེ་བཞིན་བརྡ་ཁྱབ་བྱང་བུ་སོགས་
ཀྱི་འགོག་རྐྱེན་གྱིས་སྲོག་ཉེན་ལས་ཐར་ས་མེད་པ་དང་
མེ་གསོད་རོགས་སྐྱོབ་ལ་གནོད་འཚེ་ཚབས་ཆེན་བཟོ་
བའི་སྐོར་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱས་པ་རེད། མང་ཚོགས་ཀྱི་
བསམ་ཤེས་དང་གཞོགས་འདེགས་ཐོབ་རྗེས་མེ་ཟོན་ལྟ་
སྐུལ་པ་ཚོས་གཅིག་ནས་བཤིག་ཞོར་དང་གཉིས་ནས་
གནས་ཡུལ་གྱི་འགན་འཁུར་བ་དང་དེ་གར་ཡོད་པའི་
མང་ཚོགས་ལ་འབྲེལ་ཡོད་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྲོལ་
དང་མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་ཤེས་བྱ་ཁྱབ་གདལ་གཏོང་
རྒྱུ་དང་། སྲོག་ཉེན་ལས་ཐར་སའི་བགྲོད་ལམ་ཤར་
གཏོང་ཡོང་བའི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་ནན་བཤད་བྱས་
པར་མ་ཟད། ཆེད་མངགས་མི་སྣ་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་

ནས་གནས་ཡུལ་ཁག་ལ་བཤིག་སྤོ་ནས་དག་ཐེར་
ལེགས་པར་ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་བཏང་བ་རེད། དེ་
དང་ཆབས་ཅིག་ད་དུང་ས་གནས་ཀྱི་འགན་འཁུར་
བར་རྒྱུན་གཏན་གྱི་མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་དོ་དམ་ལ་
ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་སྟེ་དུས་བཀག་ལྟར་མེ་ཟོན་བདེ་
འཇགས་ཐད་རང་བཤེར་རང་བཅོས་བྱས་ནས་མེ་ཟོན་
བདེ་འཇགས་ཀྱི“ཚེ་སྲོག་གི་བགྲོད་ལམ”ཐོག་མཐའ་
བར་གསུམ་དུ་ཤར་གཏོང་ཐུབ་པར་འགན་ལེན་བྱ་
དགོས་པའི་སྐུལ་མ་བཏང་བ་རེད།
ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་ལའི་མེ་ཟོན་རོགས་སྐྱོབ་རུ་ཆེན་གྱི་
འབྲིང་རིམ་ལས་རིགས་ཆེད་ལས་མེ་ཟོན་ལྟ་སྐུལ་བ་ཆའོ་
ཞི་ཆན་གྱིས་སླད་ཕྱིན་ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་ལའི་མེ་ཟོན་རོགས་
སྐྱོབ་རུ་ཆེན་གྱིས་སྡེ་ཚན་ཁག་དང་གཞོགས་འདེགས་
ཧུར་ཐག་བྱས་ཏེ་གནས་ཡུལ་གཙོ་བོའི་མངོན་མེད་རྐྱེན་
ངན་བཅོས་སྒྲིག་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱས་ནས་རྐུན་འགོག་
སྒེའུ་ཁུང་དང་། རྐུན་འགོག་ལྕགས་དྲ། དེ་བཞིན་
བརྡ་ཁྱབ་བྱང་བུ་སོགས་ཀྱིས་བགྲོད་ལམ་ལ་འགོག་རྐྱེན་
བཟོ་ཚུལ་དང་མེ་ཟོན་རོགས་སྐྱོབ་ལ་གནོད་འཚེ་གཏོང་
ཚུལ་རྒྱ་ཁྱབ་ངང་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། ཚན་པ་
དང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་རང་འགུལ་ངང་བཤིག་སྤོ་བྱས་
ནས་སྲོལ་ཉེན་ལས་ཐར་སའི་བགྲོད་ལམ་ཤར་གཏོང་
ཐུབ་པར་བྱས་ཏེ་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་ཀྱི་
རྣམ་པ་མུ་མཐུད་བརྟན་ལྷིང་ཡོང་བར་བྱ་དགོས་པའི་
འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
（དཔལ་སྐྱབས་རྒྱལ་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་ལའི་མེ་ཟོན་རོགས་སྐྱོབ་རུ་ཆེན་གྱིས་ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་དུ་མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཆེད་དོན་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་བ།
མེ་སྐྱོན་འགོག་ཟོན་གྱིས་མཛེས་
སྡུག་ལྡན་པའི་ཁྱིམ་གཞིས་སྐྲུན།