

གྲུང་གྲུང་གྲུང་དྲུང་ཆེད་མེད་ཆུང་གྲིས་ཆོགས་འདུ་འཆོགས་པ།  
སྐལ་མ་ཉི་ཤུ་པའི་གྲུང་ལྷ་ཆེད་འདྲོམས་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་གསུམ་པར་  
གྲོས་ཞིབ་གནང་རྒྱུར་འདུལ་རྒྱུའི་ཡིག་ཆར་གྲོས་བརྒྱུར་གནང་བ།

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100.

[illegible]

མོག་པ་དང་ཡི་ཐོག་ལྟར་ཁོ་ལྟར་ཁ་ན་ཏུ་གི་  
ལྟར་དབྱར་ལུ་ཕོ་ཅེན་ཁང་སྒྲུབ་ཉི་ཤུ་པའི་ཆེང་  
འཛུགས་ཀྱིས་མོག་པ་ཁོང་གི་ལུ་པ་ལྷན་པ་ ཟླ་ 7 མེས་ 15  
ནས་མེས་ 18 ཉིན་པར་ཡི་ཐོན་ཏུ་འཛུགས་པ་  
ཐག་བཅད་པ་ཡིན།

[illegible][illegible]

མཚོན་ཡོད་ལ། རྒྱ་རང་ཅས་ལྷང་བས་བྱུང་ཡོངས་  
ནས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་གྲང་གོའི་ལྷགས་ཀྱི་  
དེང་རབས་ཅན་གྱི་མཉུན་ལམ་བྱ་ཚོན་པོ་གཏོང་རྒྱུ་འི་  
ཆོད་མེས་ས་ཆུན་པོ་ཞིག་ཡིན།

ཆོག་ས་འདྲའི་སྟེན་ནུན་གྲུངས་གནང་  
དོན། རྒྱ་རང་ཅས་ལྷང་བས་བྱུང་ཡོངས་ནས་གཏིང་  
ཟབ་ཏུ་གཏོང་བའི་རྒྱའི་དམིགས་ཆ་དེ་གྲང་གོའི་  
བྱང་ཆོས་ལྷན་པའི་རྒྱ་ཆོག་ས་འིང་ལྷགས་ཀྱི་ལམ་  
ལྷགས་ལུ་མཐུང་འཇུག་ཆོད་དང་འཕེལ་བྱས་གཏོང་  
བ་དང་། ལྷ་ཁབ་ཀྱི་རང་ཅས་རྒྱ་དང་མ་ལག་དང་  
རང་ཅས་རྒྱ་དང་རྒྱ་པ་དེང་རབས་ཅན་ཏུ་འབྱུང་བར་  
སྒྲུབ་འདོད་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཡིན། 2035ལོར་རྒྱ་  
ཆོག་ས་འིང་ལྷགས་ཀྱི་ཁོ་རྒྱུ་འདི་དབུས་འབྱུང་  
ལྷ་ལ་ཆུ་ཆོད་མཐོ་བའི་སྒྲུབ་ལྷ་ཏུ་རྒྱ་དང་།  
གྲང་གོའི་བྱང་ཆོས་ལྷན་པའི་རྒྱ་ཆོག་ས་འིང་ལྷགས་ཀྱི་  
ལམ་ལྷགས་ལྷང་ལས་འཇུག་ཆོད་ཏུ་གཏོང་བ།  
ལྷ་ཁབ་ཀྱི་རང་ཅས་རྒྱ་དང་མ་ལག་དང་རང་ཅས་རྒྱ་དང་  
པ་གཞི་ཆའི་སྟེན་དེང་རབས་ཅན་ཏུ་འབྱུང་བ། རྒྱ་  
ཆོག་ས་འིང་ལྷགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་གཞི་ཆའི་སྟེན་  
མཚོན་འབྱུང་ཡོང་བ་རང་ཅས་བྱས་ནས་དུས་རབས་  
འདིའི་དུས་དཀྱིལ་དུ་རྒྱ་ཆོག་ས་འིང་ལྷགས་ཀྱི་དེང་  
རབས་ཅན་གྱི་ལྷ་ཁབ་རྒྱ་བས་ལྷན་སྒྲུབ་ནས་  
འདྲེན་ས་རྒྱ་དང་པ་ཆོད་གཞི་ཆུན་པོ་འདི་ད  
དཀོས།

(ཤར་ཆོད་པ་འདི་མ་ཤར་གཞི་གསུམ་)

གདོ་ཡིན་ཆད་ཡིས་ཉྱལ་ཅེ་ཚུས་སུ་བརྟལ་ཞིབ་གནང་བ།

མེད་ཁྱིམ་སྐྱུ་མཚོ་རྩྭ་བརྟལ་ཞིབ་གནང་བར་ཕེབས་ང།

[illegible]

ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་བཏགས་འདི་ནི་མཁའ་ལྷོ་ཡུལ་གྱི་ཕུང་པོ་  
ཐུག་ཅིང་། རྒྱ་བཏགས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤེས་ཀྱི་མཛུགས་ཀྱི་མཆོ་  
ཞུག་ཏུ་བཟུགས་ཞེས་གསལ་བའི་ཕུང་པོ་འདི་དང་།  
ཡུལ་པ་ཚུར་ཆོར་འབྱུར་སྐྱབས། གཤེས་ལུ་  
ཆོང་ཡིན་མཆོག་ཀྱི་རྩ་སྐུ་མཛུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་འདི་ཙམ་



པར་འདྲིན་གོ་ཡི་དུ་ཆེ་ཡིས་མཆོ་ཤད་ས་མཁོ་འཛི་མིང་ལྷན་པའི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ས་ཆ་འདྲེས་སྒྲུབ་པ་ལྟུང་།  
དངོས་སུ་གཤམ་ཞིག་དང་འཆར་འཁོད་ལས་དོན་གྱི་སྒྲུབ་ཞུས་གསན་བཞིན་པའི་གནས་སྒྲུབ་ཡིན་པ།

གངས་གྱི་ས་ཆ་འདེམས་ཚུལ་ལ་ཡུལ་དངོས་སུ་ལྟ་ཞིབ་  
 དང་འཆར་འགོད་ལས་དོན་གྱི་སྒྲན་ཁྱུང་གསལ་  
 ཞིང་། ཁོང་གིས་གཅིག་གྱུར་འཆར་འགོད་དང་སྤྱི་

ཡོངས་ལ་ལྟ་རྟོག་དང་བཞུགས་ཀྱིས་ལྷགས་མཐུན་བྱས་  
 ཉེ་ས་ཁོངས་འཕེལ་རྒྱས་དང་། ས་ཆ་ཤིང་རྩེད།  
 (བར་རྒྱ་ཁྱིམ་བར་གཞི་བས་)

**ཡོད་ཀྱིས་མི་དཔངས་འབྲས་ཆོར་རྒྱན་ལྟ་བུར་གྱི་དང་ཚེའི་རིགས་པའི་གཞུང་ཁྲུང་ཁྲུང་།  
སྤྱི་ལོ་ཉེ་བའི་ཆོར་ཆར་གྱིས་གཅིག་ཏུ་སྤྱི་ལོ་དང་ལྷོ་ཕྱོད་(ལྷ་ཆེ)ཆོར་འདྲ་འཆོར་བ།**

ཉི་ཤུང་ཐོན་ཆོག་པ་ལྟུང་གཙོ་སྤྱོད་གནང་བ།

ཉེ་མའི་མཉམ་བཤེས་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་གནས་  
ཐུག་གནས་ཚུལ་འཕྲོད་གསལ། ཟླ་6ཚེས་26  
ཉིན། སྡོར་ཁྱེད་མི་དམངས་འཕུལ་ཆོག་པ་རྒྱུ་ལས་  
ལྷན་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཏང་ཚུབ་ཀྱི་འགན་འཁུར་གྱིས་

[illegible]

ཡུ་ཡོན་རྩལ་ཁང་གི་ཏང་ཚོའི་རྒྱུ་ཅི་དང་ཡུའུ་མེན་  
 ཉི་མུང་གིས་མོགས་འདུག་ཅོད་རྒྱུ་དག་གནང་བ་དང་  
 འབེལ་གསུང་བཤད་ཀྱང་གནང་བ་རེད།  
 (འཕར་ཁྱོད་འཁྱིའི་འཕར་ཁྱིམ་གསལ་)

གངས་རྒྱུངས་ས་མཐོང་ཕྱགས་འདྲན་མདོན་འབྲུང་བྱེད།

རང་སྐྱོང་སྲིད་ཐབས་མང་མཉམ་སྟེན་སྲིད་སྟེན་ཆེན་སྟེན་མཐོ་ལོ་ལས་  
གཏོང་ལ་སྐྱེལ་འདྲེན་བྱུང་བ།

གངས་ལྗོངས་མཚོར་དབྱར་གྱི་དུས་བབ་  
འཆར་ཁིང་། མོ་གཅིག་དུས་གཅིག་གི་སྒྲོབ་ཐོན་  
དུས་ཆེགས་ཀྱང་དེ་དང་ཆབས་ཅིག་འཆར་ཡོད་  
གསེར་འཤོད་པས་རང་ལྗོངས་ཀྱི་ལས་གཏོང་གསོ་  
རྒྱུད་ལས་སྒྲུགས་ནང་དོ་ཞིག་ལ་འཆོམས་འདྲི་བྱས་པ་  
ལས། ལས་གཏོང་པ་རང་རྒྱགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་  
གསོ་རྒྱུད་རྒྱུ་གཞིར་ཁབ་པོ་གཅིག་ཀྱང་རག་དགའ་  
བ་ཤིང་སྟེགས་བྱུང་ཡོད་། ལས་ལྷགས་ཀྱིད་སྟེངས་  
དང་ཐབས་གྱི་སྒྲོབ་ཐོན་སྒྲེ་མེ་འཇུ་ཕྱིན་ནས་  
རང་ལྗོངས་ཀྱི་སྒྲོབ་ཐོན་སྒྲོབ་ན་འདྲི་བས་མང་བ་ལས་  
གཏོང་གྱི་འགྲུ་ལམ་དུ་སྐྱོད་བཞིན་ཡོད་།

[illegible][illegible]

སྤུལ་ལྷན་མཉམ་སྦྲེལ་ལོར་སྣ་ཤོད་དུ་ཤོག་ནས་  
 ལས་གཏོང་བྱས། ཁོང་གིས་ངས་ལས་གཏོང་གི་ཤོག་  
 མའི་ལས་མ་འདུན་ན་ཅང་སྒྲུབ་མ་ཤོད་ཡིན། རང་  
 ཉིད་ཀྱིས་འཕྲ་བ་ཆོས་ཀྱིས་པ་བརྒྱན་འཕྲོག་ལུའུ་ཁྱི་  
 གཏོང་མའི་སྣང་མེད་ཐོག་ཆས་མ་མཐོན་ནས་ཐོག་ཀྱི་  
 རོ་བ་ཡོད་ཅིས་བཤད། ཉེ་ལོའི་མོ་ལས་ཀྱི་རྩ་མོར་  
 ལས་ཀྱི་མ་རྒྱན་གྱི་ཆོང་ཕྱད་སྒྲིག་རྒྱུ་ཆོང་དོན་གང་  
 གཏོང་ན་འདྲིན་འདྲིན་ནས་ནས་ཀྱི་ལུགས་འདུན་པ་  
 བྱུང་སྣང་འདྲིན་འདྲིན་མོད་ལས་ཐོག་གཏོང་ཞིག་  
 བཞིར་འབྱེར་ནས་ཤོང་ཆོའི་ཁོང་འཕྲོག་མང་ཆོག་མས་  
 ཁྱི་དྲན་ཆོང་བརྒྱ་མཉམ་ཀྱི་ཡོང་འབབ་འཕམ་  
 རྒྱར་སྤུལ་ཤིང་བྱས་ཡོད། བ་མིང་ལས་གཉེར་ཡོང་

འབབ་སྒྲེང་གི་3000ཙམ་ཟིན་ཡོད།   འདི་ལོ་འོ་ལྷ་5  
ཆེས་15ཉིན་ནས་བརྒྱུད་སྒྲེང་གི་800ལས་བཟུལ་  
ཡོད།

ལས་གཏོང་གསར་གཏོང་གི་འགན་བལྟར་ཆེན་  
མོའི་ནང་ཉིན་འགག་མ་འདྲིག་ཐབས་ཙམ་ནང་འདྲིན་  
བས་ནས་ལྷན་ལེགས་ལས་གཏོང་པར་ཁུས་ཆེད་མ་  
དད་ལུ་བརྩམས་ལུ་ཐབས་ལས་མཁོ་འདོན་བས་  
པ། ལས་གཏོང་གསར་ལྷན་ཐབས་ཀྱིས་ཆེད་ལས་  
ལས་གཏོང་གསར་ལྷན་པ་གང་ན་དངས་ནས་སྒྲུབ་ཆེན་  
སྒྲུབ་མར་ཆེད་ལས་ཐུག་འཕྲོད་དང་། བས་མཁོ་  
བཅག་ཁེལ། དེའི་ཉིན་གཉེན་སྦྲེང་བཅས་ཀྱིས་ལྷན་  
པ་ལོན་ལོན་དགས་པ་པ་མཐུམ་ཁྲིད་ཀྱི་ལོ་ལོ་  
ཆེ་ཁྲིད་ཁྲིད་ཐུག་བཟང་པོ་དང་ཕྱི་ཆེད་ཐུག་པའི་ལས་  
གཏོང་ལྷན་ཁྲིད་བས་པས་རང་སྤྲོད་པ་འདི་ཉིད་སྒྲུབ་  
ཆེན་སྒྲུབ་མཁོ་ལས་གཏོང་གི་མཁུ་གཤིན་པོ་ཞིག་ཏུ་  
ལྷན་པོད།

[illegible][illegible]

ལྷ་ཆུང་གིས་བྱོར་བྱིང་གཞུང་གི་རྒྱན་ལས་ཚོགས་

འདྲ་གཙོ་སྒྲིང་གནང་ནས་འཛོལ་ས་ང།

ཉེ་མེད་མཉམ་འདྲེས་ལྷན་དུས་ཉེ་མེད་མཉམ་འདྲེས་  
གནས་སྐབས་འཁྲུག་གསལ། ལྷ་6ཆེས་27ཉིན་  
ཤར་ཤར་གྱི་འཁྲུག་ཅི་གཞིན་བ་དང་ཤར་ཤར་ཤར་ཆང་  
གསེལ་ཤར་ཤར་ཤར་གཞུང་གི་རྒྱུན་ལས་ཆེས་མཐུ་  
ལོ་ཆུང་གནང་ནས་《དདུལ་མེད་ཉེ་མེད་རྒྱ་གསེལ་  
ཐོན་དང་འཕུལ་མེད་འཁྲུག་ཁྲིམ་བཤད་འདོད་གནང་  
འཁམས་(ཆོད་ཉེ)》འབུག་བཟླགས་དང་སྐབས་ཆུང་  
ལྷས་བ་དང་། ལྷལ་ཁབ་བཤེད་འཁམས་འཕེལ་ལྱས་  
ཀྱི་དཔེ་ཚུན་ཤར་ཤར་འཇུགས་གནོད་དང་དདུལ་  
མེད་སྐྱེས་ཆང་མཐོ་བཤེད་འཕེལ་ལྱས་ལ་སྐྱེལ་འདོད་  
གནོད་བ་ཚེགས་ཀྱི་ལས་རྒྱ་ལ་ཞེབ་འཇུག་དང་  
འགོད་སྒྲིག་གནང་བ་རྟེན།

ཆོག་མ་འདུའི་ཐོག་ལྟུལ་ཁབ་བད་འཇགས་  
 འཕལ་ལྟུལ་གྱི་དང་རྩོམ་གྱི་ཁྲིམ་གྱི་དྲོད་ལྟུལ་  
 ཁྲིམ་ཡོངས་ཀྱི་འཕལ་ལྟུལ་དོན་མཁའ་ལག་དང་ལུས་པ་  
 འཇགས་སྐྱོང་ཆེ་དུ་གྱོད་བའི་ཁྱེད་ཐབས་ལལ་ཆེན་  
 ཞིག་རེད། མི་དམངས་གོང་དུ་བཀྲམ་བ་དྲང་ཆེ་  
 རྒྱག་གོང་དུ་བཀྲམ་བ་མཐའ་འཁྲོངས་ཕྱི་ཉེ་ཆོད་  
 གཞི་དང་དཔེ་རྩོམ་ལ་དཔུད་ཞིབ་མ་ལག་འཇགས་པ་  
 དང་། གཅོག་གཞན་ལས་འགན་ཞིབ་ཆོག་མ་གྱི་གྱོད་  
 ལག་ཆལ་གྱི་འདེགས་སྐྱོར་ལུགས་ཆེར་གྱོད་  
 ལག་ཀའི་འགན་འཁྲི་དོན་འཁྲུལ་བཅས་ཕྱི་ཉེ་

རྒྱལ་གཅིག་གི་གོང་འཕེལ་ལ་སྒྲིལ་འདྲིང་བྱུང་བའི་  
 རྒྱལ་ཤིང་པོ་དེ་དང་འཇགས་འགན་ལེན་ཕྱིར་པའི་ཆད་  
 མིང་གི་འགན་འཁུལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཁྲུང་དགོས་  
 འབྱུང་ཁུངས་སྒྲིབ་འགྲེལ་དང་སྒྲིབ་ཆས་དོད་མ་ཕྱིར་  
 རྒྱགས་ཆེ་ཟུག་ཏོང་བ་དང་། ཉེ་ཁར་སྒྲིབ་འགྲེལ་  
 དང་མེལ་བའི་ལམ་སྒྲིལ་འབྲས་ཆང་ཏུ་བྱུང་བའི་  
 གནོད་འཚའི་རྒྱལ་ས་མཉམ་སྒྲིབ་ཆང་ལེན་དང་།  
 ཉེ་ཁར་ཐོག་མའི་དཔྱེ་འབྱེད་དང་སྒྲིབ་བཅུག་ཏོང་  
 པའི་རུས་པ་ཆེ་ཟུག་ཏོང་དགོས། རྩ་མང་མཉམ་  
 སྲིད་མངོན་གསལ་དོད་ཏུ་གྱོད་པ་དང་། མཉམ་  
 འབྲེལ་སྒྲིབ་འབྲས་ཏེ་སྒྲིབ་མཁས་ཀྱི་པོ་དེ་འཇར་སྒྲིབ་  
 གསལ་ལེ་ལག་སྐར་བས་འབྲས་ཆང་ཏུ་བྱུང་བས་  
 ཉེ་ཁར་བཅུག་དཔལ་དུ་བྱ་བྱུར་སྒྲིབ་ཅན་དང་།  
 འབྲལ་སྒྲིབ་ཅན་སྒྲིབ་རྒྱུན་ཅན་ཅན་འདྲེལ་  
 རྒྱུན་དང་བཅས་སྒྲིབ་དུས་ཐོག་ཅན་བཅས་ལུ་འབྲུང་  
 བར་སྒྲུལ་འདྲེད་གྲོང་དགོས། ལས་ཀའི་འགན་  
 འཁུལ་ཏུ་གྱོད་པ་དང་འགན་འཁུལ་ལག་བསྐྱར་  
 བྱེད་པའི་བྱས་ཏེ་དམ་གསུམ་དང་དེས་པར་ཏུ་གསུམ་  
 གྱི་རྩ་དོན་དོན་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་འབྲལ་སྒྲིབ་རྒྱལ་  
 དཔལ་འགྲེལ་དང་དོན་ཐོག་བྱམས་གསེག་མ་ལག་  
 འཇགས་སྒྲིབ་ཕྱིར་རྒྱགས་ཆེ་ཟུག་ཏོང་བ།  
 (པར་རྒྱུ་འབྲེལ་དང་བྱེད་ཀྱི་གསལ་)