2024ལོའི་ཟླ་9ཚེས་1
པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཕུར་སྒྲོན། གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར། རེས་གཟའ་ཉི་མ། 3

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）དངུལ་པར་གྲོང་
ཚོས་དྲ་རྒྱ་དང་ཉེན་རྟོག་པ་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་མཉམ་
འགུལ་ལམ་སྲོལ་སྤྱད་དེ་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་སྣེ་
ཁྲིད་འོག་དྲ་རྒྱ་མང་པོ་མཉམ་འདྲེས་བྱ་རྒྱུ་མངོན་
འགྱུར་བྱས་ཏེ། སྣ་མང་མཉམ་སྐྱོང་གི་དྲ་རྒྱ་
གཅིག་བརྟན་པོར་བཙུགས་ཡོད་པ་རེད། དངུལ་
པར་གྲོང་ཚོའི་དྲ་རྒྱའི་ལས་ཀའི་ལམ་སྲོལ་འཐུས་
ཚང་དུ་བཏང་ནས་ཕྱོགས་བསྡུས་དྲ་རྒྱ་ལྔ་ལུགས་
མཐུན་ངང་དབྱེ་ནས་དྲ་རྒྱ་རེར་དྲ་རྒྱའི་དཔོན་རེ་
དང་། ཆེད་གཉེར་དྲ་རྒྱ་པ་རེ། སྡེ་ཁུལ་གྱི་ལས་
དོན་པ་རེ། ལས་འགན་གཅིག་ལྕོགས་གནང་
མཁན་དྲ་མིག་པ་རེ་བཅས་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ཏེ།
སྤྱི་བདེ་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པ་སོགས་གཞི་རིམ་གྱི་
དྲ་མིག་ཅན་དུ་འགྱུར་བར་གཅིག་གྱུར་ཐོག་འཆར་
འགོད་བྱས་ནས་དྲ་བའི་ཞབས་ཞུ་ལེགས་སུ་བཏང་
ཡོད་པ་རེད།
དྲ་མིག་ཅན་གྱི་དོ་དམ་ལས་དོན་ལ་སྐུལ་
འདེད་གཏིང་ཟབ་གཏོང་བ་དང་། ངོས་འཛིན་
གསུམ་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་ཚད་དང་དེའི་ནང་
ཞུགས་ཚད་ཟམ་མི་ཆད་པར་མཐོ་རུ་གཏོང་བ།
དྲ་མིག་ཅན་གྱི་འགན་ནུས་དང་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་
གང་ལེགས་བཅས་བྱས་ནས་མང་ཚོགས་ལ་སྤུས་
ལེགས་དང་ནུས་ལྡན་གྱི་ཞབས་ཞུ་བསྒྲུབ་ཆེད།
དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་མང་ཚོགས་ལ་དྲ་མིག་པ་
དང་། གྲོང་ཚོར་བཅའ་སྡོད་ལས་དོན་རུ་ཁག་
དང་དེ་བཞིན་དྲ་མིག་ཅན་གྱི་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་
པའི་མིང་དང་འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད་སྟངས་སོགས་
ཀྱི་ཆ་འཕྲིན་ཚུད་པའི་དམངས་ཕན་འབྲེལ་
གཏུགས་བྱང་བུ་པར་འགྲེམས་བྱས་ནས་མང་
ཚོགས་ལ་བྱ་བ་ཡོད་ཚེ་དྲ་མིག་ཅན་འཚོལ་ཐུབ་
པའི་འགན་ལེན་བྱས་ཏེ། ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་སྟོབས་
ཤུགས་འཐབ་ས་མདུན་མར་བསྡུ་སྒྲིལ་དང་།
འཐབ་ས་མདུན་མར་མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་ཞུ་
བསྒྲུབས་པ། འཕྲལ་མཁོ་དང་དཀའ་ངལ་དག་
འཐབ་ས་མདུན་མ་ནས་ཐག་གཅོད་བཅས་བྱས་
ཏེ། དམངས་ཀྱི་རེ་འདོད་དང་སེམས་ཁྲལ་དུས་

ཐོག་ཏུ་ཐག་གཅོད་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད།
དངུལ་པར་གྲོང་ཚོའི་སྡེ་ཁུལ་གྱི་ལས་དོན་པ་
དང་། དྲ་མིག་པས་དུས་བཀག་ལྟར་སྒོ་རྩར་ཕྱིན་
ནས་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་བྱེད་ཐབས་སྤྱད་ནས་
ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་འགྲོ་སྐྱོད་སྟབས་མི་བདེ་
བའི་རྒན་རྒོན་21ལ་དུས་ཐོག་ཏུ་ཞབས་ཞུ་བསྒྲུབས་
པ་དང་། དུད་ཚང་དུ་བཅར་འདྲི་བྱེད་པ་སོགས་
ཀྱི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་གྲོང་མིའི་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་
པའི་གནད་དོན་2དུས་ཐོག་ཏུ་ཤེས་རྟོགས་བྱས་པ་
དང་། སྡེ་ཁུལ་གྱི་ལས་དོན་པ་དང་དྲ་མིག་པས་དྲ་
རྒྱའི་ནང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་དང་། འབྲུབ་
འགོག་དང་མེ་འགོག བཟའ་བཅའི་བདེ་འཇགས་
སོགས་ལ་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་གྲལ་བཤེར་ཐེངས་30
ལྷག་ཙམ་བྱས་པ་དང་། དུས་རྒྱུན་དུ་ཉེན་ཁ་དང་
མངོན་མེད་རྐྱེན་ངན་ལ་གྲལ་བཤེར་དང་བཅོས་
སྐྱོང་བྱས་ཏེ་བདེ་འཇགས་ཐད་ཀྱི་མངོན་མེད་རྐྱེན་
ངན་དུས་ཐོག་ཏུ་བསལ་ནས་དམངས་ལ་ཕན་བདེ་
མི་ཉུང་བ་ཞིག་བསྐྲུན་པ་རེད།
མཉམ་འགུལ་ཆུང་ངུ་མངོན་འགྱུར་བྱས་
པ།

མཉམ་སྐྲུན་དང་མཉམ་སྐྱོང་བྱས་པ།
དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་
མཉམ་སྐྲུན་ཚན་པ་དང་མཉམ་འབྲེལ་བྱས་ནས་སྡེ་
ཁུལ་གྱི་ཏང་ཨུད་ཆེན་པོ་བཙུགས་ཏེ། དུས་ཚིགས་
ལྟར་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་མཉམ་འབྲེལ་ཚོགས་འདུ་
འཚོགས་ནས། དམངས་འཚོའི་དངོས་ཡོད་ཀྱི་
དོན་ཆུང་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་དང་། ཁོངས་
གཏོགས་ཁུལ་གྱི་སྡེ་ལས་དང་མཉམ་དུ་སྲོག་ཤིག་
གཅིག་དང་སྣ་མང་ཅན་གྱི་དོ་དམ་ལམ་སྲོལ་
བཙུགས་ནས་དུས་རྒྱུན་དུ་ཡུལ་མི་དང་གྲོས་མོལ་གྱི་
ལས་དོན་སྤེལ་བ་རེད། ད་ལོ་ནས་བཟུང་།
ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་ལམ་སྒྲོན་ལ་སྐྱོན་ཤོར་བ་
དང་། རླངས་འཁོར་གང་བྱུང་དུ་འཇོག་པ།
ཆུའི་སྦུ་གུ་རྡོལ་ནས་ཆུ་འཛག་པ། ལམ་ངོས་
ཉམས་གསོ་སོགས་དམངས་འཚོའི་གནད་དོན་20
ལྷག་ཙམ་ཐག་གཅོད་ཤུགས་ཆེན་བྱས་ཡོད།

དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་ཚོང་དུད་མཉམ་འགུལ་
གྱི་ཞབས་ཞུའི་རྣམ་པ་འཚོལ་ཞིབ་ཧུར་ཐག་བྱས་
ཏེ། ཚོང་དུད་ལ་བདེ་འཇགས་དོ་དམ་སོགས་ཀྱི་
ཞབས་ཞུ་བསྒྲུབས་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཁོངས་
གཏོགས་ཁུལ་གྱི་ཐོན་ཁུངས་སྔོག་འདོན་བྱས་ནས་
ཚོང་དུད་ཀྱིས་རང་ངོས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་འདོན་སྤེལ་
བྱས་ནས་དངུལ་པར་གྲོང་ཚོར་རོགས་སྐྱོར་མ་
དངུལ་སྒོར་ཁྲི་10བཏང་ནས་མི་10ཡི་ལས་ཞུགས་
ཀྱི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱས་ཏེ། དངུལ་པར་
གྲོང་ཚོར་དབུལ་སྒྲོལ་འགག་སྒྲོལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་སྲ་
བརྟན་དང་རྒྱ་སྐྱེད་གཏོང་བ་དང་གྲོང་གསེབ་དར་
རྒྱས་དང་འབྲེལ་མཐུད་ནུས་ལྡན་བྱ་རྒྱུར་རོགས་
རམ་བྱས་ཡོད། ཚོང་དུད་ལ་ཕན་པ་ཐོབ་པ་དང་
ཁེ་སྤོགས་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པ་དང་། གྲོང་མིས་
སྟབས་བདེ་བའི་ཞབས་ཞུ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པ། སྡེ་
ཁུལ་མཉམ་སྐྲུན་དང་མཐོར་འདེགས་ལོངས་སུ་སྤྱོད་
པ་བཅས་མངོན་འགྱུར་ཡོང་བར་བྱས་ནས་ཕྱོགས་
གཉིས་ཀར་སྐྱོད་ཐུབ་པར་བྱས་ཡོད། གཞན་ཡང་
དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་སྒྲོལ་མ་འདུམ་འགྲིག་ཁང་
དངུལ་པར་ཡན་ལག་ཁང་གསར་གཏོད་དང་འཐུས་
ཚང་དུ་བཏང་ནས་བཅའ་ཁྲིམས་ཤེས་མཁན་
དང་། དྲ་མིག་གི་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པ།
རོགས་སྐྱོར་ཁྲིམས་རྩོད་པ། ཏང་ཡོན་རྒན་
གྲས། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཤེས་པ་ཅན་སོགས་འདུམ་
འགྲིག་པའི་དཔུང་ཁག་ནང་བཅུག་པ་དང་། གྲོང་
ཚོའི་ལས་བྱེད་པ་དང་། དྲ་མིག་པ། སྡེ་ཁུལ་གྱི་
ལས་དོན་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་མཉམ་འདྲེས་
བྱས་ཏེ། རང་སྐྱོང་རྨང་གཞིར་བྱེད་པ་དང་།
ཁྲིམས་སྐྱོང་གཞི་འཛིན་སར་བྱེད་པ། སྤྱོད་བཟང་
གིས་སྣེ་ཁྲིད་བྱེད་པ་བཅས་མི་12ཀྱི་འདུམ་འགྲིག་
ཞབས་ཞུའི་དཔུང་ཁག་མ་ལག་ཅིག་ཆགས་པ་
རེད། གྲོང་མི་དང་མཉམ་དུ་དོན་ཆེན་དང་དོན་
ཆུང་ལ་གྲོས་བསྡུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། 2024
ལོར། དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་ཁྱོན་རིགས་ཁག་གི་
དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་རྩོད་གཞི་28ལ་འདུམ་འགྲིག་བྱས་
པར་རྩོད་གཞི་26ལ་འདུམ་འགྲིག་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་

ནས་འདུམ་འགྲིག་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ཚད་བརྒྱ་ཆ་96
ཟིན་ཡོད་པ་རེད།
ལས་སྟེགས་ཆུང་ངུ་བཙུགས་པ།
དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་
འཁོར་རྒྱ་བཏོད་པ།
དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་གྲོང་ཚོའི་ཏང་སྤྱི་ཁྱབ་
ཀྲི་པུའུ་ལྟེ་བར་བྱས་ཏེ། ལས་སྟེགས་ཆུང་ངུ་བཞི་
བསྐྲུན་ནས་དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་མང་ཚོགས་ལ་
ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་འཁོར་རྒྱ་ནུས་
ཤུཊ་ཡོད་རྒུས་བཏོད་དེ། ཏང་འཛུཊ་སྐྱོང་གིས་
ཞབས་ཞུ་ཆུང་ངུས་མང་ཚོགས་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཆུང་ངུ་
ཡོང་བར་སྣེ་ཁྲིད་ཏན་ཏིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་བློ་རྩེ་གཅིག་སྒྲིམ་གྱིས་
ཏང་དང་མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་ས་
ཚིགས་དང་། དང་བླངས་ཞབས་ཞུའི་རུ་ཁག་གི་
ལས་སྟེགས་བཏོད་ནས་ཏང་རྩ་འཛུགས་འཛུགས་
སྐྱོང་དང་གཞི་རིམ་བཅོས་སྐྱོང་ཟུང་འབྲེལ་དམ་
ཟབ་བྱས་ཏེ། མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་
བའི་མཐའ་མའི་འགག་གནད་མཐུད་སྦྲེལ་བྱས་ཐོག་
མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེཊ་ཞུ་བར་བར་ཐག་མེད་
པ་དངོས་འབྲེལ་མངོན་འགྱུར་ཡོང་བར་བྱས་ཡོད།
དུས་རབས་གསར་པའི་ཤེས་དཔལ་ལག་ལེན་
ས་ཚིགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཏང་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་
བྱེད་སྒོའི་ལས་སྟེགས་བསྐྲུན་ཞིང་། དངུལ་པར་
གྲོང་ཚོས་ང་ཚོའི་དུས་ཆེན་ཞེས་པའི་གཙོ་དོན་བྱེད་
སྒོ་རབ་དང་རིམ་པ་སྤེལ་ཏེ་ཤེས་དཔལ་ལག་ལེན་གྱི་
བྱེད་སྒོ་སྣ་ཚོགས་གཏིང་ཟབ་སྤེལ་བ་དང་། ཤེས་
དཔལ་ལག་ལེན་གྱི་བྱེད་སྒོ་སྣ་ཚོཊ་སྤྱད་དེ་ཉེ་འཁོར་
གྱི་སྔོན་ཐོན་དཔེ་མཚོན་དྲིལ་བསྒྲགས་ཤུགས་ཆེན་
བྱས་པ། མིག་དཔེའི་སྟོབས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་
སྣེ་ཁྲིད་བྱེད་པ། ཉེ་འགྲམ་གྱི་མི་དང་། སྤྱིར་
བཏང་གི་བྱ་བ། བརྩེ་དུང་ངོ་མ། དྲང་ནུས་
བཅས་མངོན་གསལ་དོད་དུ་བཏང་ནས་སྤྱི་ཚོཊ་ཀྱི་
དར་སྲོལ་བཟང་པོ་སྐྱེད་སྲིང་བྱས་པ་དང་གྲོང་
གསེབ་ཀྱི་དར་སྲོལ་གསར་པར་སྣེ་ཁྲིད་བྱས་པ་རེད།
དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་ཕྱོགས་བསྡུས་ཞབས་

ཞུའི་སྐར་ཁུང་བཙུགས་ནས་གྲོང་མིར་ཕྱོགས་བསྡུས་
ལས་སྒོའི་ལས་སྟེགས་བཏོད་པ་དང་། ལས་སྒོ་
ཁག་ཐེངས་གཅིག་ལ་གཉེར་ཐུབ་པར་བྱས་ནས་
གྲོང་མིས་མང་ཤོས་ལ་ཐེངས་གཅིག་ཕྱིན་ཏེ་སྐར་
ཁུང་གཅིག་ནས་ལས་སྒོ་གཉེར་ཐུབ་པར་བྱས་ཡོད་
ཅིང་། འགྲོ་སྐྱོད་མི་བདེ་བའི་གྲོང་མིར་སྒོ་རྩར་
ཕྱིན་ནས་ཞབས་འདེགས་ཞུ་ཡི་ཡོད། ལས་ཀ་བྱེད་
པའི་དུས་ཚོད་ནང་ལས་སྒོ་གཉེར་མི་ཐུབ་པའི་གྲོང་
མིར་དུས་ཚོད་ནར་འགྱངས་བྱས་ནས་ཞབས་
འདེགས་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅིང་། 2024ལོར། དངུལ་
པར་གྲོང་ཚོས་ཁྱོན་སྒོ་རྩར་ཞབས་འདེགས་ཞུ་
ཐེངས་100ལྷག་ཙམ་ཟིན་པ་དང་དུས་ཚོད་ནར་
འགྱངས་བྱས་པའི་ཡུལ་མི་150ལྷག་ཙམ་ལ་སྣེ་ལེན་
ཞུས་པ་རེད།
དངུལ་པར་གྲོང་ཚོའི་ཕྱོགས་བསྡུས་བཅོས་
སྐྱོང་ལྟེ་གནས་ལ་སྒྱུར་བཀོད་རིམ་སྤོར་བྱས་ནས་
གྲངས་འཛིན་ཆ་འཕྲིན་ཅན་གྱི་ལས་སྟེཊ་བཏོད་
ཅིང་། གྲོང་ཚོ་དེ་གས་རྒྱང་རིང་ཚོགས་འདུ་དང་
བརྙན་ལམ་ཐོག་ནས་བཀོད་གཏོང་སོགས་ཆ་འཕྲིན་
ཅན་དང་རིག་ནུས་ཅན་གྱི་བྱེད་ཐབས་བརྒྱུད་
མངའ་ཁུལ་གྱི་མ་ལམ་གཙོ་བོ་དང་།ནགས་ཚལ་གྱི་
མེ་ཟོན། མི་སྣར་དོ་དམ། རང་བྱུང་གི་གནོད་
འཚེ་སོཊ་ཐོན་ཡུལ་ལ་དུས་ཐོག་ཏུ་དབྱེ་ཞིབ་དང་
བརྡར་ཤ་གཅོད་ཀྱི་ཡོད། ཁྲོམ་གཞུང་དང་གྲོང་ཚོ་
རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པས་གྲོང་ཚོ་ཡོངས་ཁྱབ་
ཀྱི་རིག་ནུས་བརྙན་ལམ་ཚོཊ་འདུའི་མ་ལག་བརྒྱུད་
དུས་ཐོག་ཏུ་འབྲེལ་གཏུགས་སྤེལ་རེས་བྱས་ཏེ་གྲོང་
གསེབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་བཅོས་སྐྱོང་མ་ལག་དང་བཅོས་
སྐྱོང་ནུས་པ་དེང་རབས་ཅན་དུ་འགྱུར་རྒྱུར་སྔར་
བས་སྐུལ་འདེད་བཏང་ནས་གཞི་རིམ་བཅོས་སྐྱོང་
འདི་ཉིད་གོ་རིམ་ལྡན་ཞིང་ཕན་འབྲས་ཆེ་བ་ཡོང་
བར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ཡོད་པ་རེད།
（《བོད་ལྗོངས་ཉིན་རེའི་ཚགས་
པར》གཞིར་བཟུང）
（པདྨ་རྒྱལ་དང་བསྟན་རྡོར་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་
བྱས）

ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་དངུལ་པར་གྲོང་ཚོས་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་སྟོབས་ཤུགས་གཅིག་ཏུ་བསྡུས་ནས་གཞི་རིམ་བཅོས་སྐྱོང་གི་ཕན་ནུས་ཆེ་རུ་བཏང་བ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་དབྱང་
ཆབ་སྲིད་ཅུས་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ཡོན་དང་། ཀྲུང་
དབྱང་ཏང་འཛུཊ་སྐྱོང་ལས་དོན་འགོ་ཁྲིད་ཚོགས་ཆུང་
གི་ཙུའུ་ཀྲང་ཚའེ་ཆིས་ཚོཊ་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བ་
དང་འབྲེལ་གསུང་བཤད་ཀྱང་གནང་བ་དང་། ཀྲུང་
གུང་ཀྲུང་དབྱང་ཆབ་སྲིད་ཅུས་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ཡོན་
དང་ཀྲུང་དབྱང་ཏང་འཛུཊ་སྐྱོང་ལས་དོན་འགོ་ཁྲིད་
ཚོགས་ཆུང་གི་ཙུའུ་ཀྲང་གཞོན་པ་ལི་ཞི་ཚོཊ་འདུར་
ཞུཊ་པ་དང་འབྲེལ་གསུང་བཤད་ཀྱང་གནང་བ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་
ཕིང་གི་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་གྱིས་ཏང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་
སློབ་སྦྱོང་སློབ་གསོར་ཐོབ་པའི་ཕན་འབྲས་ལ་ཁས་
ལེན་གང་ལེགས་བྱས་པ་དང་། ཏང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་
སློབ་སྦྱོང་སློབ་གསོའི་གྲུབ་འབྲས་སྲ་བརྟན་དང་གཏིང་
ཟབ་ཏུ་གཏོང་རྒྱུའི་ཐད་བླང་བྱ་ཁ་གསལ་བཏོན་ཡོད་
པས། དེར་ཆབ་སྲིད་རང་བཞིན་དང་། བསམ་
བློའི་རང་བཞིན། དམིགས་སའི་རང་
བཞིན། མཛུབ་སྟོན་རང་བཞིན་བཅས་ཧ་ཅང་ཆེན་
པོ་ལྡན་ཡོད་པས་སློབ་སྦྱོང་དང་། གོ་བ་ནན་ཏན་
ལེན་པ། ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་
དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་
གནང་བ་རེད།

ཚོགས་འདུའི་ཐོག ད་ཐེངས་ཀྱི་ཏང་གི་སྒྲིག་
ཁྲིམས་སློབ་སྦྱོང་སློབ་གསོ་མིག་སྔར་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་
མཇུག་འགྲིལ་ཟིན། ཏང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་སློབ་སྦྱོང་
སློབ་གསོའི་ཉམས་མྱོང་བཟང་པོ་དང་བྱེད་སྟངས་
བཟང་པོ་ཕྱོགས་བསྡོམས་དང་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ།
སྒྲིག་ཁྲིམས་འཛུགས་སྐྱོང་གིས་ཏང་གི་འགོ་ཁྲིད་མཐའ་
འཁྱོངས་དང་། ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན།
ཏང་གི་བྱ་གཞག་ལ་སྐུལ་གཏོང་བཅས་ཀྱི་འགན་
འཁྲའི་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱེད་དགོས།
ཏང་ཡོན་དང་ལས་བྱེད་པ་སྒྲིག་འཛུགས་བྱས་ནས་
ཏང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཕྱོགས་ཡོངས་
ནས་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུའི་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་
ཅིན་ཕིང་གི་རྣམ་བཤད་གལ་ཆེན་སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་
ལེན་མཐར་ཕྱིན་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ། ཏང་གི་སྒྲིག་
ཁྲིམས་སློབ་གསོ་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་དང་ཕུགས་ཕན་ཅན་
དུ་འགྱུར་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་། འགོ་
ཁྲིད་ཨང་དང་པོ་དང་། ན་གཞོན་ལས་བྱེད་
པ། གསར་དུ་གནས་སྤར་བྱས་པའི་ལས་བྱེད་པ་
བཅས་ཀྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་
བཏང་ནས་སྒྲིག་ཁྲིམས་སློབ་གསོ་དེ་ཏང་ཡོན་དང་
ལས་བྱེད་པའི་རྒྱུན་གཏན་གྱི་སློབ་གསོ་དོ་དམ་དང་ལྟ་
སྐུལ་ནང་མཉམ་འདྲེས་ཐུབ་པར་བྱེད་དགོས། ཏང་

གི་ཚོགས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་པ་འཚོགས་ཚུན་གྱི་སྒྲིག་
ཁྲིམས་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་པར་ཐོབ་
པའི་ཉམས་མྱོང་བེད་སྤྱད་དེ་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་སྒྲིག་
ཁྲིམས་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་བརྟེན་ནས་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་
གི་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་འགྲོ་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་
དང་། ཏང་ཡོངས་ཀྱིས་གཏན་འཁེལ་གཉིས་ཀྱི་ཐག་
གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་དོན་སྙིང་ལ་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་
ལེན་པར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ། འདུ་ཤེས་བཞི་ཟབ་
ཏུ་གཏོང་བ་དང་། གདེང་ཚོད་བཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་
བ། སྲུང་སྐྱོང་གཉིས་ཐུབ་པ་བཅས་བྱེད་དགོས།
རྣམ་པ་བཞི་བེད་སྤྱོད་ཡང་དག་བྱེད་པ་དང་། དབྱེ་
བ་གསུམ་ཕྱེ་དགོས་པ་དོན་འཁྱོལ་བྱས་ཏེ་གནད་ལ་
འཁེལ་བ་དང་ཚད་ལྡན་གྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ལག་བསྟར་ལ་
བརྟེན་ནས་ལས་བྱེད་པས་ལས་ཀ་དང་ལས་གཏོད་
སྔར་ལས་ལེགས་པོ་བྱེད་པ་དང་འགན་འཁྲི་འཁུར་
རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས་ཞེས་བསྟན་ཡོད།
ལི་ཀན་ཅེ་དང་། ལི་ཧྲུའུ་ལེ། མུའུ་ཧུང་།
ཅང་ཤིན་ཀྲི་བཅས་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པ་རེད།
ཀྲུང་དབྱང་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་ལས་དོན་འགོ་
ཁྲིད་ཚོགས་ཆུང་གི་ཁོངས་མི་སོགས་ཚོགས་འདུར་
ཞུགས་པ་རེད།
（བུ་ཆུང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་རྒྱུན་དུ་མཉམ་འདྲེས་དང་རྟག་ཏུ་དམ་འཛིན་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱས་ནས་ཏང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་སློབ་སྦྱོང་སློབ་གསོའི་གྲུབ་འབྲས་དེ་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་སྒུལ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་དགོས་པའི་ནན་གསུངས་གནང་བ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）མཛེས་པ་བཅས་ཀྱི་རྩ་
དོན་གཞིར་བཟུང་། ཇུས་གཞི་ཇུས་འགོད་སྔར་བས་
འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་བ་དང་ཇུས་གཞིའི་ཞིབ་ཆར་
ལེགས་བཅོས་བྱས་ནས་ལག་ལེན་གྱི་ཞིབ་བཤེར་ཐེག་
ཐུབ་པའི་འགན་ལེན་ཏན་ཏིག་བྱེད་དགོས།
རྣམ་གྲངས་ཀྱི་མྱུར་ཚད་མགྱོཊ་སུ་གཏོང་དགོས་
ཤིང་།ཕན་ཡོད་ཀྱི་ཨར་ལས་དུས་ཚིགས་ལ་དམ་

འཛིན་བྱས་ཏེ།དཔེ་རིས་བཀལ་ནས་ལས་དོན་སྒྲུབ་པ་
དང་། ལས་ཡུན་ལྡོག་སྒྲིག་བྱེད་པ། སྐུལ་འདེད་ནན་
པོ་གཏོང་བ་བཅས་ལག་བསྟར་བྱས་པ་དང་།ལྷུ་ཚིཊ་
རེ་རེ་བཞིན་འགན་འཁྲི་ནན་དུ་བཏང་བ་བཅས་བྱས་
ཐོག་ནུས་ཤུཊ་ཡོད་རྒུས་རྣམ་གྲངས་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་
མྱུར་ཚད་མགྱོགས་སུ་གཏོང་དགོས།
དོ་དམ་ལ་སླར་ཡང་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་དགོས་

ཤིང་། གྲོང་ཁྱེར་ལས་དོན་གྱི་བཅུ་ཅ་གསུམ་འཛུགས་
སྐྲུན་ལ་བརྟེན་པ་དང་། བཅུ་ཆ་བདུན་དོ་དམ་ལ་
བརྟེན་པའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོར་བཙུགས་ནས་ཞིབ་
ཚགས་ཅན་གྱི་དོ་དམ་ཆུ་ཚད་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་མཐོ་
རུ་བཏང་སྟེ། གྲོང་ཁྱེར་དོ་དམ་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།
（བསྟན་རྡོར་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）བློ་བརྟན་འགྱུར་
མེད་ངང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་
འདེད་བཏང་ནས་ཚོང་གཉེར་ཁོར་ཡུག་ལེགས་སུ་
གཏོང་བ་དང་། ཕྱི་ཕྱོགས་སུ་སྒོ་དབྱེ།
དམངས་གཉེར་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་
བཅས་ཀྱི་ཐད་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་ཐེངས་མང་
གནང་ནས་ང་ཚོར་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་གསལ་
སྟོན་དང་རྩ་བའི་གཞི་འཛིན་ས་མཁོ་འདོན་བྱས་
ཡོད་ཅིང་། ཧྲུའུ་ཅི་ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་པན་ཀྲང་
གནང་བའི་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་ས་མཐོའི་དཔལ་
འབྱོར་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་སྔོན་སྤེལ་
ཁུལ་གཏོད་རྒྱུའི་བཀོད་སྒྲིག་གལ་ཆེན་བྱས་ཏེ།
ཚོང་འགུགས་དང་མ་རྩ་ནང་འདྲེན་བྱ་རྒྱུ་དེ་འདུ་
འགོད་ཨང་དང་པོར་བརྩིས་ནས་དམ་འཛིན་བྱས་
ཡོད་པ་རེད།
ལྷ་ས་གྲོང་ཨུད་དང་གྲོང་ཁྱེར་སྲིད་གཞུང་
གིས་ཚོང་གཉེར་ཁོར་ཡུག་ལེགས་སུ་གཏོང་རྒྱུའི་
སྐོར་གྱི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་དང་། རྒྱལ་སྲིད་སྤྱི་ཁྱབ་
ཁང་། རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་དང་སྲིད་
གཞུང་གི་ཐབས་ཇུས་དང་བཀོད་སྒྲིག་ལག་བསྟར་
གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ། རྒྱལ་སྤྱི་དང་རྒྱལ་ནང་གི་
ཚོང་གཉེར་ཁོར་ཡུག་རྩེ་གྲ་གཏོད་རྒྱུར་དམིགས་པ་
དང་། དྭངས་གཙང་ཅན་གྱི་ཆབ་སྲིད་དང་ཚོང་
ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གསར་པ་འཛུགས་རྒྱུར་ཤུགས་
སྣོན་རྒྱག་པ། གློད་སྡོམ་ཞབས་གསུམ་གྱི་སྒྱུར་
བཅོས་སྔར་བས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ། ཁྲོམ་
རའི་འཁོར་སྐྱོད་ཀྱི་མ་གནས་དམའ་རུ་གཏོང་བ་
བཅས་བྱས་ནས། གསོན་ཤུགས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་
གསར་གཏོད་ཁོར་ཡུག་དང་། ཁོང་ཡངས་དང་
སྒོ་དབྱེའི་མ་འཇོག་ཁོར་ཡུག མ་གནས་དམའ་རུ་
གཏོང་བ་དང་ཕན་འབྲས་ཆེ་རུ་གཏོང་བའི་ཐོན་
ལས་ཁོར་ཡུག ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དང་ཡིད་
དབང་འཕྲོག་ཤུགས་ལྡན་པའི་ཤེས་ལྡན་པའི་ཁོར་
ཡུག ལས་ཆོད་ཆེ་ཞིང་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་གྱི་
སྲིད་དོན་ཁོར་ཡུག དྲང་གཞག་དྲང་བདེན་གྱི་
ཁྲིམས་སྐྱོང་ཁོར་ཡུག་བཅས་དང་། ཚོང་

འགུགས་མ་འདྲེན་གྱི་ཕན་འབྲས་ལ་བརྟེན་ནས་
སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་
བཏང་སྟེ། ཁེ་ལས་དང་ས་གནས་ཕྱོགས་གཉིས་
ཀར་ཕན་པའི་རྣམ་པ་བཟང་པོ་ཞིག་མངོན་འགྱུར་
ཡོང་བར་བྱེད་དགོས།
ཝང་ཆང་གིས་གསུངས་དོན། ལྷ་ས་གྲོང་
ཁྱེར་ལ་གྲངས་གཞིའི་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཐོན་
ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་གནམ་གཤིས་ཀྱི་
ལེགས་ཆ་དང་། ནུས་རྒྱུའི་ལེགས་ཆ། ཐཱན་
འདུས་ཀྱི་ལེགས་ཆ། སྲིད་ཇུས་ཀྱི་ལེགས་ཆ།
མ་གནས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་བཅས་ལྡན་ཡོད། ཁེ་ལས་
མཁས་ཅན་ཚོས་ལྷ་སར་ཡུལ་དངོས་སུ་ལྟ་སྐོར་དང་
རྟོག་ཞིབ་བྱས་ནས་ཕྱོགས་ཁག་གི་ལེགས་ཆ་དང་
ཚོང་གཉེར་ཁོར་ཡུག་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ཤེས་རྟོགས་
བྱས་ཏེ། འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གོ་སྐབས་མཉམ་སྤྱོད་
ཁྲོད་ཐུན་མོང་ཐོག་འཕེལ་རྒྱས་དོན་གཉེར་དང་
མཉམ་ལས་གཉིས་ཕན་ཡོང་བའི་རེ་བ་ཡོད། ལྷ་
ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་འཐུས་ཚང་
གི་ཞབས་ཞུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་དང་ཁོར་ཡུག་རྩེ་
གྲ་གཏོད་ནས་ཕྱོགས་གཉིས་པོའི་མཉམ་ལས་ལ་
དངོས་སྒྲུབ་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་རྒྱུ་ཡིན།
བཞུགས་མོལ་བྱེད་རིང་། བོད་དུ་རྟོག་
ཞིབ་བྱེད་པར་ཡོང་བའི་ཁེ་ལས་ཀྱིས་ཁེ་ལས་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་
འཆར་འགོད་ཁག་ངོ་སྤྲོད་གནང་བར་མ་ཟད།
ཕྱིས་འབྱུང་། རང་ངོས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་
དང་ལེགས་ཆར་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་མཉམ་ལས་
དམ་ཟབ་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་ནས་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་
གྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་རོགས་རམ་ཡང་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་
བཤད་པ་རེད།
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་འགོ་ཁྲིད་ཕན་ཝུན་ཆིང་
དང་། ཀའོ་ཅུན་བཞུགས་མོལ་ནང་ཞུགས་པ་
རེད།
（བུ་ཆུང་དང་པདྨ་རྒྱལ་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

གྲོང་ཁྱེར་སྲིད་གཞུང་གིས་བོད་དུ་རྟོག་ཞིབ་ལ་ཕེབས་པའི་ཁེ་ལས་ཀྱི་འཐུས་མི་དང་བཞུཊ་མོལ་གནང་བ།