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་ཕུར་བུ།

2025ལོའི་ཟླ་8ཚེས་7
པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཉི་མ་ཆོས་སྒྲོན།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་
སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་གནས་
ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉེ་
ཆར། སྡེ་ཚོགས་ལྷ་ས་གྲོང་
ཨུད་ཀྱིས་གཙོ་གཉེར་བྱས་པའི་
གསར་བརྗེའི་རྗེས་ཤུལ་བཙལ་
ཏེ། ས་མཐོའི་ཤེས་དཔལ་གྱི་
གསང་བ་འཚོལ་བ་དང་དུས་
རབས་ཀྱི་མི་གསར་ལ་བརྩོན་
ལེན་བྱེད་ཅེས་པའི་བྱེད་སྒོ་
གཞིས་རྩེར་སྐྱོད་པའི་དབྱར་སྒར་
བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་དང་དེ་བཞིན་སེ་
འབྲུའི་རྡོག་ལྟར་ཁྱིམ་ཚང་གཅིག་
བཞིན་བརྩེ་བས་ཕྱུག་ཅེས་པའི་
ཅང་སུའུ་དང་ལྷ་སའི་ལོ་ཆུང་
གདོང་ལེན་རུ་ཁག་གི་དབྱར་
སྒར་བྱེད་སྒོ་དེ་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་ལོ་
ཆུང་བྱིས་པའི་བྱེད་སྒོ་ལྟེ་གནས་
སུ་སྤེལ་འགོ་ཚུཊ་པ་རེད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོར་གྲོང་
ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་སློབ་གྲྭ་འབྲིང་ཆུང་
20ཡི་སློབ་མ་100དང་། རུ་སྣེ་
འཁྲིད་མཁན་དགེ་རྒན་8 དེ་
བཞིན་ཁྱིམ་བདག་100ལྷག་ཙམ་
ཞུཊ་ཡོད། སྒར་ས་འགོ་འཛུཊ་
པའི་མཛད་སྒོའི་ཐོག་སྡེ་ཚོཊ་ལྷ་
ས་གྲོང་ཨུད་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་འགན་
འཁུར་བས་བྱེད་སྒོར་སྐྱོད་པའི་
སྒྲིག་ཁྲིམས་ནན་བཤད་བྱས་ཏེ་
དབྱར་སྒར་བྱེད་སྒོ་བདེ་བླག་ངང་
སྤེལ་རྒྱུར་རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་
བཏིང་ཡོད།
སྒར་ས་འགོ་འཛུགས་
པའི་མཛད་སྒོ་མཇུག་འགྲིལ་
རྗེས་སྒར་མི་ཚོའི་དབྱར་སྒར་
རིང་གི་བདེ་འཇགས་ལ་འགན་
ལེན་བྱ་ཆེད། རུ་སྣེ་འཁྲིད་
མཁན་ཚང་མས་རིགས་གཅིག་
མཁས་ཅན་གྱི་མཛུབ་ཁྲིད་འོག་
མྱུར་སྐྱོབ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་རྒྱུན་
ཤེས་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་
སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ཕྲུ་གུ་ཚོའི་

བདེ་འཇགས་ལ་འགན་ལེན་
ནུས་ལྡན་བྱས་པ་རེད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་དབྱར་སྒར་
བྱེད་སྒོའི་ནང་དོན་ཕུན་སུམ་
ཚོགས་པ་དང་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་
ཡོད་ཅིང་། བདེ་འཇཊ་སློབ་
གསོ་དང་། རིག་ཚན་སློབ་
གསོ། ལུས་རྩལ་སྦྱོང་
བརྡར། སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཟུར་
ཁྲིད་སོགས་ཕྱོགས་མང་པོ་ཚུད་
ཡོད། ཚོགས་པའི་རོལ་རྩེད་
དང་མཉམ་སྡེབ་འཚོ་བ་སོཊ་ཀྱི་
ལྷུ་ཚིགས་བརྒྱུད་སློབ་མའི་
མཉམ་སྡེབ་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཟབ་ཏུ་
བཏང་ནས་ཁོང་ཚོའི་རང་
ཚུགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནུས་པ་
དང་། འབྲེལ་གཏུགས་ཀྱི་
ནུས་པ། ཚོགས་པའི་མཉམ་
ལས་ཀྱི་ནུས་པ་བཅས་ཆེ་རུ་
བཏང་ཡོད། དེ་དང་ཆབས་
ཅིག་ཡུལ་དངོས་སུ་ལྟ་སྐོར་སོཊ་
ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་བརྒྱུད་ཕྲུ་གུ་
ཚོའི་ཤེས་བྱ་སྦྱོང་འདོད་ཀྱི་
བསམ་པ་འཕེལ་བ་དང་།
དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཤེས་བྱར་ཤེས་
རྟོགས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་
བ། སྐྱོན་བྲལ་དང་དགེ་
མཚན་ལྡན་པའི་སེམས་ཁམས་
གཏོད་པ་བཅས་བྱས་ཡོད།
བྱེད་སྒོ་འདི་དག་བརྒྱུད་རྒྱ་ཆེའི་
ལོ་ཆུང་གདོང་ལེན་རུ་མིས་ལོ་
རྒྱུད་སྦྱོང་བ་དང་། དགོངས་
པར་གོ་བ་ལེན་པ། དད་
སེམས་བརྟན་དུ་གཏོང་བ།
འཚར་ལོངས་ལ་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་བ་བཅས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་
ཁྲོད་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་རང་
ངོས་མཐོར་གཏོང་དང་ཀྲུང་ཧྭ་
མི་རིགས་གཅིག་མཐུན་ཚོགས་
པའི་འདུ་ཤེས་སྔར་བས་བརྟན་
དུ་གཏོང་རྒྱུ་རེད།
（ཉི་ཆོས་ཀྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

སྡེ་ཚོཊ་ལྷ་ས་གྲོང་ཨུད་ཀྱི་2025
ལོའི་དབྱར་སྒར་བྱེད་སྒོ་
སྤེལ་འགོ་ཚུཊ་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་
གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ལྷུན་
གྲུབ་རྫོང་གི་དམིགས་བསལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་
མི་སྣའི་གཅིག་སྡུད་བསྙེན་བཀུར་ཞབས་ཞུའི་ལྟེ་
གནས་སུ་སྐར་གསོག་ལམ་ལུགས་ཀྱི་དོ་དམ་ལས་
རྒན་རྒོན་ཚོའི་ཚེ་མཇུག་གི་འཚོ་བར་གསོན་
ཤུགས་གསར་པ་འཕེལ་ཡོད། བྱེད་སྒོ་སྣ་ཚོགས་
ནང་ཞུགས་ནས་སྐར་མ་གསོག་པ་དང་དངོས་
ཟོག་བརྗེ་རེས་བྱས་པ་བརྒྱུད་རྒན་རྒོན་ཚོར་
དངོས་ཕན་ཐོབ་པར་མ་ཟད། མཉམ་འགུལ་
ཁྲོད་འཚོ་བའི་སྤྲོ་སྣང་དེ་བས་མྱོང་རོལ་ཐུབ་པ་
བྱུང་ཡོད།

རྒད་པོ་འཆི་མེད་ཀྱིས་མེ་ཏོག་དེ་ངས་བཟོས་
པ་ཡིན། ལག་ཤེས་སློབ་ཚན་ཁྲིད་ནས་ལོ་གཉིས་
ཕྱིན་སོང་། སྔོན་ཆད་རྟག་ཏུ་ཁྱིམ་ནང་བསྡད་ན་
སྙིང་པོ་གང་ཡང་མི་འདུག་སྙམ་གྱི་ཡོད། རྗེས་སུ་
ང་ཚོས་མཉམ་དུ་ལག་ཤེས་བཟོ་རྩལ་སྦྱངས་པས་
སེམས་ཁམས་ཡག་ཏུ་ཕྱིན་པར་མ་ཟད། ལག་
རྩལ་ཡང་མཐོ་རུ་ཕྱིན་ཡོད་ཅེས་བཤད།
རྒན་རྒོན་ཚོའི་ཚེ་མཇུག་གི་འཚོ་བ་དེ་བས་
ཕུན་སུམ་ཚོགས་སུ་གཏོང་ཆེད། ལྷུན་གྲུབ་རྫོང་
གི་དམིགས་བསལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་མི་སྣའི་
གཅིག་སྡུད་བསྙེན་བཀུར་ཞབས་ཞུའི་ལྟེ་གནས་
ཀྱིས་སྐར་གསོག་ལམ་ལུཊ་ཀྱི་དོ་དམ་ཁྱབ་གདལ་དུ་

བཏང་ནས་ཕྱི་རོལ་གྱི་བྱེད་སྒོ་དང་། ལག་ཤེས་
བསླས་འཐག ལུས་སྦྱོང་འཁྲབ་སྟོན་སོགས་རྒྱུན་
གཏན་གྱི་བྱེད་སྒོ་ཚང་མ་སྐར་གསོག་བྱ་དགའི་ཁྱབ་
ཁོངས་ནང་བཅུག་པ་རེད། རྒན་རྒོན་ཚོས་དེའི་
ནང་ཞུཊ་སྐབས་སྤྲོ་སྣང་རྙེད་པ་དང་། ཁས་ལེན་
ཐོབ་པ། མ་གཞི་སྤྱིར་བཏང་གི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་བ་
བཅས་ལས་གསོན་ཉམས་དོད་པར་གྱུར་ཡོད།
འཆི་མེད་ཀྱིས་ང་གཙང་སྦྲ་བྱེད་པ་དང་།
ལག་ཤེས་བསླས་འཐག་སོཊ་ཀྱི་བྱེད་སྒོའི་ནང་ཞུཊ་
ནས་སྐར་གསོག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་དམ་དང་།
བསྒར་ཁུང་། གཙང་ཤོག ཤོག་ཕོར་སོཊ་
བརྗེས་པ་ཡིན། ངས་ད་དུང་མུ་མཐུད་ཞུགས་

ནས་སྐར་གསོག་བྱ་དགའ་དེ་བས་མང་བ་བརྩོན་
ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་བཤད།
སྐར་གསོག་ནི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྦྲེལ་ཐག་
ཅིག་དང་འདྲ་བར་རྒན་རྒོན་ཚོར་སྤྲོ་སེམས་སྦྱིན་གྱི་
ཡོད། རོཊ་ལས་ཁྲོད་ཁོང་ཚོས་ཕན་ཚུན་གྱི་བར་
ཐག་ཇེ་ཉེར་ཕྱིན་ནས་བློས་གཏོང་ཁྲོད་ཁོང་ཚོར་
གྲུབ་འབྲས་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་ཡོང་གི་
ཡོད། མཉམ་སྡེབ་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་ཁོང་ཚོར་གཏོགས་
སེམས་རྙེད་ཡོད་པས་དམིཊ་བསལ་དཀའ་ངལ་
ཡོད་པའི་བསྙེན་བཀུར་ཞབས་ཞུའི་ལས་དོན་གྱི་
གསོན་ཉམས་དོད་པའི་མཚོན་ཚུལ་ཞིག་རེད།
（ལྷག་པ་ཚེ་རིང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

སྐར་གསོག་ལམ་ལུགས་ལས་ལྷུན་གྲུབ་ཀྱི་དམིགས་བསལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་
རྒན་རྒོན་གྱི་ཚེ་མཇུག་འཚོ་བར་གསོན་ཤུགས་འཕེལ་བར་བྱས་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་
གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉེ་
ཆར། གྲོང་ཁྱེར་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་ཐང་ཨུ་ལྷན་
གྱིས་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་སྨན་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ཆེད་
དོན་བཅོས་སྒྲིག་ལས་དོན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་
བའི་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་བསྟན་དོན། སྨན་
པའི་ཀུན་སྤྱོད་འཛུགས་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་ནི་སྨན་བཅོས་
སྨན་རྫས་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་རུལ་སུངས་དང་མང་
ཚོགས་ཉེ་འགྲམ་གྱི་ཚུལ་མིན་སྤྱོད་ཚུལ་བཅོས་
སྒྲིག་བྱེད་པའི་འགག་རྩའི་བྱ་ཐབས་ཤིག་ཡིན་ལ་
སྨན་བཅོས་སྒྱུར་བཅོས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་
དང་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་ཐང་གི་བྱ་གཞག་སྤུས་
ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་

བའི་འགན་ལེན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ད་
རེས་ཀྱི་ཚོཊ་འདུ་ནི་རང་གྲོང་གི་སྨན་པའི་ཀུན་
སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་དོན་བཅོས་སྒྲིག་ལ་སླར་ཡང་སྐུལ་
སློང་དང་། སླར་ཡང་བཀོད་སྒྲིག སླར་ཡང་
གཏིང་ཟབ་བཅས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ངེས་
པར་དུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཚུཊ་གནས་མཐོ་རུ་གཏོང་བ་
དང་མི་དམངས་ཀྱི་ལངས་ཕྱོགས་ཐོག་བརྟན་
པོར་ལངས་ནས་གཅིག་སྡུད་བཅོས་སྒྲིག་ལས་
དོན་གྱི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་ལ་ངོས་འཛིན་
གཏིང་ཟབ་བྱེད་དགོས་པ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་ནན་གསུངས་གནང་
དོན། འགན་འཁྲིའི་སྦྲེལ་ཐག་དམ་དུ་བཏང་
ནས་གྲོང་ཁྱེར་རིམ་པའི་སྤྱི་འདོམས་དང་། སྡེ་
ཚན་མཉམ་འགུལ། རིམ་པ་བཞིན་དོན་འཁྱོལ་
བཅས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་དོན་འཁྱོལ་བྱས་ཏེ་རིམ་ཁག་
འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་ཐང་སྡེ་ཚན་གྱི་ལྟ་སྐུལ་དོ་དམ་
འགན་འཁྲི་དང་། སྨན་བཅོས་སྒྲིག་གཞིའི་བྱེད་
པོའི་འགན་འཁྲི། གཏོགས་ཁོངས་ཀྱི་འགན་
འཁྲི་བཅས་ནན་དུ་བཏང་ནས་ལྟ་སྐུལ་མཛུབ་

ཁྲིད་དང་ཞིབ་བཤེར་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་
དགོས། ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་སྣེ་ཁྲིད་མཐའ་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་སྨན་པའི་བྱམས་སེམས་ལ་བརྟེན་
ནས་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་ཐང་སྲུང་སྐྱོང་བྱེད་པ་
དང་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་སྤུས་རྟགས་གཏིང་ཟབ་
ཏུ་བཏང་ནས་བཅོས་སྒྲིག་ལས་དོན་དེ་མི་རིགས་
མཐུན་སྒྲིལ་གསར་གཏོད་དང་དུས་བདེའི་སྨན་
ཁང་འཛུགས་སྐྲུན་སོགས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱེད་
དགོས། ཕུགས་ཕན་ལམ་སྲོལ་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་
བཏང་ནས་མིག་སྔར་སྒྱུར་བཅོས་དང་ཡུན་རིང་
འཛུགས་རྒྱུ་གལ་ཆེ་མཉམ་དུ་འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་
འཁྱོངས་ཀྱིས་གཞི་རིམ་གྱི་ཉམས་མྱོང་བཟང་པོ་
དང་བྱེད་ཐབས་བཟང་པོ་དུས་ཐོག་ཏུ་ཕྱོགས་
སྡོམ་དང་ཁྱབ་གདལ་དུ་བཏང་ནས་ལམ་ལུགས་
ཚད་ལྡན་དུ་གཏོང་དགོས། ལྟ་སྐུལ་ཞིབ་བཤེར་
དང་ཕན་འབྲས་འདྲི་རྩད་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་
ནས་བཅོས་སྒྲིག་གི་ཕན་འབྲས་དེ་དཔྱད་ཞིབ་ཀྱི་
ནང་དོན་གལ་ཆེན་ནང་བཅུག་སྟེ་བྱ་དགའ་ཆད་
གཅོད་དང་འགན་འཁྲི་བདའ་འདེད་ནན་པོ་

གཏོང་བ་དང་དཔེ་མཚོན་གྱོད་དཔེ་བརྡ་ཁྱབ་
དང་དམར་འདོན་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས།
ཚོཊ་འདུའི་ཐོག་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་འཕྲོད་
བསྟེན་བདེ་ཐང་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱིས་ཚུཊ་གནས་
དེ་བས་མཐོ་བ་དང་། ཆོད་སེམས་དེ་བས་ཆེ་
བ། བྱ་ཐབས་དེ་བས་ཏན་ཏིག་བཅས་ཀྱི་ཐོག་
ནས་ནུས་ཤུཊ་ཡོད་རྒུས་སྨན་པའི་ཀུན་སྤྱོད་
འཛུགས་སྐྱོང་གི་འགག་སྒྲོལ་དམག་འཐབ་དང་
རྒྱུན་སྲིང་དམག་འཐབ་ཡག་པོ་རྒྱག་པ་དང་།
ཏང་དང་མི་དམངས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པའི་
སྨན་བཅོས་འཕྲོད་བསྟེན་དཔུང་ཁག་ཧུར་ཐག་
བཏོད་དེ་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་
ཐང་བྱ་གཞག་སྤུས་ཚད་དེ་བས་མཐོ་བའི་འཕེལ་
རྒྱས་དང་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་ཐང་སྲུང་སྐྱོང་ལ་
ལེཊ་སྐྱེས་གསར་པ་འབུལ་བ། སྤྱོད་གཙང་
གཞུང་དྲང་གི་ལས་རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་གསར་པར་
བརྟེན་ནས་འགྲན་སློང་གསར་པ་བསུ་བ་བཅས་
བྱེད་དགོས་པའི་འབོད་སྐུལ་བྱས་པ་རེད།
（ལྷག་པ་ཚེ་རིང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

རང་གྲོང་གི་སྨན་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་དོན་བཅོས་སྒྲིག་ལས་དོན་ལ་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）སྒོ་ཕྱེ་ནས་ཐབས་
ཇུས་འདྲི་བ་དང་། བློ་བསྡུས་དགེ་འཚོལ། བྱེད་
སྟངས་དང་ཐབས་ལམ་མང་པོའི་ཐོག་ནས་བསམ་
འཆར་དང་གྲོས་འགོར་རྒྱ་ཁྱབ་ངང་ཉན་རྒྱུ་མཐའ་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རེ་སྒུག་དང་། མང་
ཚོགས་ཀྱི་བློ་གྲོས། རིགས་གཅིག་མཁས་ཅན་གྱི་
བསམ་འཆར། གཞི་རིམ་གྱི་ཉམས་མྱོང་བཅས་
འཆར་འགོད་ནང་བསྡུ་ལེན་གང་ལེགས་བྱས་ནས་
འཆར་འགོད་ཀྱི་ཚན་རིག་རང་བཞིན་དང་བཀོལ་
སྤྱོད་རང་བཞིན་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཆེ་རུ་གཏོང་
དགོས་ཞེས་བཤད།
ཨན་ཧུའེ་ཞིང་ཆེན་ཚན་རྩལ་ཐིང་གི་ཏང་
ཙུའི་ཧྲུའུ་ཅི་ཝུའུ་ཅིང་སུང་གིས་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་
ཅིན་ཕིང་གི་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་
རྗེས། ཁོང་ལ་འགན་འཁྲི་ལྕི་པོ་ཡོད་པའི་མྱོང་
ཚོར་ཟབ་མོ་བྱུང་ཡོད། ཝུའུ་ཅིང་སུང་གིས་ང་
ཚོས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དགོས་མཁོར་དམིགས་པ་དང་
ཨན་ཧུའེ་ཡི་འཇོན་ནུས་འདོན་སྤེལ་མཐའ་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་དྲ་དམངས་ཀྱི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་
ཚུལ་རྒྱ་ཁྱབ་ངང་བསྡུ་ལེན་བྱེད་པ་དང་། སྤུས་
ཚད་མཐོན་པོའི་སྒོ་ནས་ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་ལོ་ལྔ་
ཚན་བཅོ་ལྔ་པའི་ཚན་རྩལ་གསར་གཏོད་ཐད་
འཆར་འགོད་བཟོ་བ། སྡོང་རིང་གནམ་ལ་ཟུག་
པ་དང་། སྡོང་ཕྲན་ལ་སྐྱེ་སྟོབས་ཀྱི་དཔལ་འབར་
བ། སྡོང་ཕྲུག་སྔོ་ཐིང་ཐིང་དུ་གྱུར་བ་བཅས་ཀྱི་
གསར་གཏོད་སྐྱེ་ཁམས་ཆགས་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།

ཉེ་དུས། ཧྲང་ཧའེ་གྲོང་ཁྱེར་སྡོད་ཁང་
དང་གྲོང་ཁྱེར་གྲོང་གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་ཨུ་ལྷན་
གྱིས་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་དང་མཉམ་དུ་དམངས་
འདུན་བསྡུ་རུབ་རྒྱ་ཁྱབ་བྱས་ཏེ་སྒོ་ཕྱེ་ནས་འཆར་
འགོད་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་ཧྲང་ཧའེ་ཡི་སྡོད་
ཁང་དང་གྲོང་ཁྱེར་གྲོང་གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་དོ་
དམ་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་འཆར་འགོད་གསར་པ་
མགྱོགས་མྱུར་ངང་བཟོ་བཞིན་ཡོད།
ཧྲང་ཧའེ་གྲོང་ཁྱེར་སྡོད་ཁང་འཛུཊ་སྐྲུན་ཨུ་
ལྷན་གྱི་ཀྲུའུ་རེན་ཝང་ཀྲེན་གྱིས་ད་ཐེངས་དྲ་ཐོག་
ནས་བསམ་འཆར་བསྡུ་ལེན་བྱེད་པའི་བྱེད་སྒོའི་
ཁྲོད། རྒྱ་ཆེའི་དྲ་དམངས་ཚོས་སྡོད་ཁང་འགན་
ལེན་ལ་དམིགས་ནས་རིན་ཐང་ལྡན་པའི་བསམ་
འཆར་དང་གྲོས་འགོ་མང་པོ་བཏོན་ཡོད། ང་
ཚོས་དང་ལེན་ཧུར་ཐག་ཞུས་ཏེ་སྡོད་ཁང་ཐད་ཀྱི་
མི་དམངས་མང་ཚོཊ་ཀྱི་སྣ་མང་ཅན་གྱི་དགོས་མཁོ་
ཟམ་མི་ཆད་པར་བསྐངས་ནས། མི་དམངས་ཀྱི་
བློ་གྲོས་དེ་བཅོས་སྐྱོང་གི་ཕན་ནུས་དངོས་སུ་འགྱུར་
བར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
ནང་སོག་ཧུའུ་ཧོ་ཧའོ་ཐེ་གྲོང་ཁྱེར་སའེ་
ཧན་ཆུས་ཧྲན་ཏན་སྡེ་ཁུལ་གྱི་གཞུང་ལས་ཁང་
དུ། སྡེ་ཁུལ་གྱི་འགན་འཁུར་བ་ཧུའུ་ཧྲན་ཡོན་
གྱིས་དྲ་མིག་དོ་དམ་པ་དང་གྲོང་མི་ཚོའི་སེམས་
ཁྲལ་སེལ་རྒྱུའི་གྲོས་བསྡུར་བྱེད་བཞིན་
ཡོད། ཁོང་གིས་ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་པའི་རིང་གི་
དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་འཆར་
འགོད་ཡག་པོ་བྱེད་པ་དེ་མཐར་གཏུགས་ནས་

བཤད་ན། ཁྱིམ་ཚང་ཚང་མའི་འཚོ་བ་དེ་བས་
ལེགས་པ་ཡོང་ཆེད་ཡིན། སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་
ཕིང་གིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་མི་དམངས་ལྟེ་
བར་འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་ཞེས་
ནན་གསུངས་གནང་ཡོད། ང་ཚོས་དྲ་དམངས་
ཀྱི་བསམ་འཆར་གོང་ཞུའི་ཐབས་ལམ་སྔར་བས་
ཤར་གཏོང་བྱེད་པ་དང་། མང་ཚོགས་ཀྱི་རེ་ཞུར་
ཉན་འཇོག་དང་བསྡུ་ལེན་གང་ལེགས་བྱེད་
པ། དམངས་ཀྱི་འདོད་བློ་བསྡུ་ལེན་བྱེད་སྐབས་
ཁྲལ་སེལ་སླ་བཅོས་མི་བྱེད་པ་དང་། གྲོས་འགོ་
སྒྲུབ་སྐབས་ཁྲལ་སེལ་སླ་བཅོས་མི་བྱེད་པ། སྲིད་
ཇུས་དོན་འཁྱོལ་ལ་ཕན་འབྲས་དངོས་ཐོན་པ་
བཅས་བྱེད་དགོས་ཞེས་བཤད།
ཀུའེ་ཀྲོའུ་ཞིང་ཆེན་ཐུང་རེན་གྲོང་ཁྱེར་ཡན་
ཧོ་ཐུའུ་ཅ་རིགས་རང་སྐྱོང་རྫོང་ཧྲ་ཙི་ཁྲོམ་གཞུང་
ཅིན་ལུང་གྲོང་ཚོའི་ཏང་ཀྲི་པུའི་ཧྲུའུ་ཅི་ཀྲང་ཀྲེང་
རུང་གིས་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅིས་དམངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་
རྒྱ་ཁྱབ་གཏིང་ཟབ་ངང་ལྟ་ཞིབ་དང་། དམངས་
ཀྱི་འབོད་སྒྲར་ཉན་པ། དམངས་ཀྱི་བློ་གྲོས་
གཅིག་ཏུ་བསྡུ་བ་བཅས་གནང་བ་དེས་ང་ཚོས་གྲོང་
གསེབ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་དར་རྒྱས་ཡོང་བར་ཇུས་
འགོད་བྱེད་པར་ཁ་ཕྱོགས་དང་གཙོ་གནད་གསལ་
སྟོན་གནང་ཡོད། ང་ཚོས་མུ་མཐུད་ནས་ཁྱིམ་
ཚང་དུ་བསྐྱོད་དེ་སྲིད་ཇུས་གླེང་བ་དང་། ཡོང་
འབབ་འདྲི་བ། དགོས་མཁོ་འཚོལ་བ་བཅས་
བྱས་ཏེ་ཐབས་བརྒྱ་ཇུས་སྟོང་ངང་ཞིང་ལས་ཀྱི་ཕན་
འབྲས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་

གསོན་ཤུཊ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ། ཞིང་པའི་ཡོང་
འབབ་མང་དུ་གཏོང་བ་བཅས་ལ་སྐུལ་འདེད་
བཏང་ནས་གྲོང་གསེབ་ཕྱོཊ་ཡོངས་ནས་དར་རྒྱས་
ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་མཉམ་ཤུགས་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་པར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
ཧྥུའུ་ཅན་ཞིང་ཆེན་ཉིང་ཏེ་གྲོང་ཨུད་ཀྱི་རྒྱུན་
ཨུ་དང་རྩ་འཛུཊ་པུའི་པུའུ་ཀྲང་ཁྲེན་ཧུའེ་ཡིས་སྤྱི་
ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་མི་དམངས་ཀྱིས་
མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འཚོ་བར་བཅངས་པའི་རེ་
འདོད་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་མངོན་འགྱུར་བྱེད་དགོས་
པའི་བླང་བྱ་བཏོན་གནང་ཡོད། ང་ཚོས་མི་
དམངས་ལ་བདེ་སྐྱིད་བསྐྲུན་རྒྱུ་དེ་རྩ་བའི་རིན་ཐང་
ལྟ་བར་བརྩིས་ནས་གཞི་རིམ་དུ་སྐྱོད་པའི་ལམ་ལུཊ་
ཕྱོཊ་ཡོངས་ནས་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པ་དང་། དུས་
རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་མང་ཚོཊ་ལམ་ཕྱོཊ་ཡག་
པོ་སྤེལ་བ། ཏང་འཛུཊ་སྐྱོང་ལས་དོན་གྱི་འབྲེལ་
གཏུཊ་ས་ཚིཊ་ཀྱི་ལམ་ལུཊ་དོན་འཁྱོལ་ཞིབ་ཚཊ་
བྱེད་པ། མང་ཚོཊ་ཀྱི་བསམ་འཆར་དང་གྲོས་འགོར་
ནན་ཏན་ངང་ཉན་པ། མང་ཚོཊ་ཀྱི་འཕྲལ་མཁོ་
དང་། དཀའ་ངལ། སེམས་ཁྲལ། རེ་སྒུག་
བཅས་ཀྱི་གནད་དོན་ནུས་ཤུཊ་ཡོད་རྒུས་ཐག་
གཅོད་བྱས་ཏེ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་དེ་བས་
ལེཊ་པའི་སྒོ་ནས་མི་དམངས་ཡོངས་ལ་ཕན་པ་ཐོབ་
པར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
（ཤིན་ཧྭ་གསར་འགྱུར་ཁང་པེ་ཅིང་
ནས་ཟླ་8པའི་ཚེས་5ཉིན་འབྱོར་བའི་གློག་
འཕྲིན） （བུ་ཆུང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

（པར་ངོས་གཉིས་པར་
མཐུད）ད་ཐེངས་ཀྱི་སྒྲོག་འགྲེལ་
ལས་ཚང་མས་བོད་རང་སྐྱོང་
ལྗོངས་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་ངོ་60
འཁོར་རིང་གི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཕོ་
འགྱུར་ཆེན་པོ་ཐད་ཀར་མྱོང་ཚོར་
ཐུབ་ཡོད། ང་ཚོས་དོན་དངོས་
དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་སྟོད་ལུང་
བདེ་ཆེན་ཆུས་ཀྱི་འབྱུང་འགྱུར་
འཕེལ་རྒྱས་ཆེད་བསམ་པའི་
སྟོབས་ཤུཊ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་རྒྱུ་ཡིན་
ཞེས་བཤད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་སྒྲོག་འགྲེལ་
ཚོགས་འདུ་ཉན་རྗེས་ང་ལ་སྐུལ་
ལྕག་ཆེན་པོ་ཐེབས་བྱུང་།
སླད་ཕྱིན་ངས་དེ་བས་སྤྲོ་སེམས་
འཁོལ་བའི་ངང་ལས་དོན་ནང་
ཞུགས་ཏེ་འགན་འཁྲི་ཁུར་བའི་
ཁྲོད་ལེའུ་གསར་པ་མུ་མཐུད་

རྩོམ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་སྟོད་ལུང་བདེ་
ཆེན་ཆུས་དམར་གྲོང་རྡལ་ཏང་
ཨུད་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ་དང་
ཀྲེན་ཀྲང་བསྟན་འཛིན་ཆོས་
སྒྲོན་གྱིས་བཤད།
སྟོད་ལུང་བདེ་ཆེན་ཆུས་
ཀྱིས་ཁྱིམ་དུ་ངལ་གསོ་རྒྱག་
མཁན་རྫོང་རིམ་པའི་འགོ་ཁྲིད་
ལས་བྱེད་པ་དང་། གྲོང་རྡལ
（ཁྲོམ་གཞུང）ཁག ཆུས
（ཀྲུང་དབྱང）ཐད་གཏོགས་
ཚན་པ་ཁག ཆུས་ཁོངས་
གཏོགས་ཀྱི་གཞུང་ཁོངས་ཁེ་
ལས་ཁག་གི་འགན་འཁུར་བ་
གཙོ་བོ་བཅས་ཁྱོན་མི་གྲངས་80
ལྷག་ཙམ་སྒྲོག་འགྲེལ་སྙན་ཞུའི་
ཚོགས་འདུར་ཞུགས་ཡོད་པ་
རེད།
（ལྷག་ཚེས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ལྷ་སས“1+4”ཡི་
ཆེད་དོན་བཅོས་སྒྲིག་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ།

དམངས་
འཚོའི་
འདེབས་
ལན།