ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་གནས་
ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉེ་ཆར། སྐབས་36པའི་ཁྲང་ཁྲེང་
སྙིང་ནད་རིག་པའི་ཚོགས་ཆེན་དང་ཨེ་ཤེ་ཡའི་སྙིང་ནད་
ཚོགས་ཆེན་ཐོག་གཉེར་བའི་2025ལོའི་ཁྲང་ཁྲེང་བུམ་པའི་
རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གྲུབ་ཆའི་སྙིང་རླུང་འགག་པའི་ནད་དཔེའི་
འགྲན་བསྡུར་ཆེན་མོའི་མཐའ་བསྡུར་ནང་བོད་དམག་ཁུལ་
ཁང་སྤྱི་ཁྱབ་སྨན་ཁང་གི་ལྷན་སྐྱེས་སྙིང་ནད་སྨན་བཅོས་
ཚོགས་པས་ཕུག་ལམ་རིང་པོ་PFOདང་ས་མཐོའི་སྙིང་ནད་ཟླ་
སྒྲིལ་བཏང་བའི་ནད་དཔེར་བརྟེན་ནས་གྲུབ་འབྲས་བཟང་པོ་
ཐོབ་ཡོད།
ཁྲང་ཁྲེང་འདུ་ཚོགས་དེ་ཨེ་ཤེ་ཡའི་སྙིང་ཁམས་སློབ་
ཚོགས་ཀྱི་གཞུང་ཕྱོགས་ཚོགས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་གོ་
ལ་ཧྲིལ་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་50ཡི་སྙིང་ཁམས་ཁྲག་རྩའི་ཁྱབ་ཁོངས་
ཀྱི་འཐུས་མིའི་ཡིད་དབང་བཀུག་སྟེ་རིག་ཚན་གྱི་མདུན་ཕྱོགས་
འཕེལ་རིམ་དང་གསར་གཏོད་ལག་རྩལ་ལ་མཉམ་དུ་གྲོས་
བསྡུར་བྱས་ཡོད།
ད་ཐེངས་བོད་དམག་ཁུལ་ཁང་སྤྱི་ཁྱབ་སྨན་ཁང་གི་
ལྷན་སྐྱེས་སྙིང་ནད་སྨན་བཅོས་ཚོགས་པ་འགྲན་བསྡུར་ནང་
ཞུགས་པའི་ནད་དཔེ་ལས་ལྷན་སྐྱེས་རང་བཞིན་གྱི་བུ་གའི་
དབྱིབས་མེད་པ་དང་ས་མཐོའི་རང་བཞིན་གྱི་སྙིང་ནད་

སོགས་རྙོག་འཛིང་ཆེ་བའི་ནད་དཔེ་དེ་རིགས་འགོག་པའི་
ཐབས་ཇུས་མངོན་པ་དང་། ལྟ་ཕྱོགས་དམིགས་བསལ་
ཡིན་པ། བཀོལ་སྤྱོད་ཆེད་ལས་དང་ཚད་ལྡན་ཡིན་པ།
ཞིབ་བརྗོད་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ཚགས་དམ་པ་བཅས་ཡོད་པས་
དཔྱད་འདེམས་ཨུ་ཡོན་ཚོའི་གདེང་འཇོག་བཟང་པོ་ཐོབ་
ཡོད།
འགྲན་ཞུགས་སྨན་པ་ཀྲའོ་ཉིང་གིས་ད་ཐེངས་བྱ་
དགའ་ཐོབ་པ་དེའི་ཐོག་ནས་ལྷན་སྐྱེས་སྙིང་ནད་སྨན་བཅོས་
ཚོགས་པའི་ཆེད་ལས་ཀྱི་བྱང་ཚད་དང་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་
ལག་རྩལ་གང་ལེགས་མངོན་པ་དང་། ལྷན་སྐྱེས་སྙིང་ནད་
དེ་སྨན་བཅོས་ནང་ཞུགས་པའི་ས་མཐོའི་ཇུས་གཞིར་རྒྱས་
བཤད་ཞིབ་ཕྲ་བྱས་པ། ལྷན་སྐྱེས་སྙིང་ནད་སྨན་བཅོས་ལག་
རྩལ་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་སྨན་ཁང་དེའི་མངོན་གསལ་དོད་པའི་གྲུབ་
འབྲས་བཅས་མངོན་ཡོད། འབྱུང་འགྱུར་སྨན་བཅོས་ཚོགས་
པས་མུ་མཐུད་དེ་ནད་བརྟག་སྨན་བཅོས་ཀྱི་ལག་རྩལ་བྱང་
ཆུབ་པར་བྱས་ནས་ནད་ཐོག་སྨན་བཅོས་ཀྱི་ཉམས་མྱོང་ཕུན་
སུམ་ཚོགས་སུ་བཏང་སྟེ་རྒྱ་ཆེའི་ནད་པར་དེ་བས་སྤུས་ལེགས་
དང་གནད་སྨིན་གྱི་སྨན་བཅོས་ཞབས་ཞུ་བསྒྲུབ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་
བཤད།

（བྱང་ཆུབ་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

བོད་དམག་ཁུལ་ཁང་སྤྱི་ཁྱབ་སྨན་ཁང་གི་ལྷན་སྐྱེས་སྙིང་ནད་སྨན་བཅོས་ཚོགས་པར་གྲུབ་འབྲས་
བཟང་པོ་ཐོབ་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་
གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཟླ་11
ཚེས་13ཉིན་གྱི་སྔ་དྲོ། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མཉམ་
འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་ཏང་ཙུའི་རིགས་པའི་
གཞུང་ལུགས་སློབ་སྦྱོང་ལྟེ་བའི་ཚོགས་ཆུང་གིས་
སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་ནས་ཏང་གི་
སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་
ཚོགས་ཐེངས་བཞི་པའི་དགོངས་དོན་བརྒྱུད་
བསྒྲགས་དང་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་ཚང་འཛོམས་
གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་གྱི་སྙིང་པོ་དང་
ལག་ལེན་གྱི་བླང་བྱར་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་བླངས་
པ་དང་། ལས་བྱེད་པ་དང་ལས་བཟོ་བ་
ཡོངས་སྐུལ་སློང་བྱས་ཏེ་བསམ་བློ་དང་བྱ་སྤྱོད་
ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་
དང་། ལྗོངས་དང་གྲོང་ཁྱེར་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ལས་
ཀའི་བླང་བྱའི་ཐོག་གཅིག་གྱུར་ཡོང་བར་བྱས་
ནས་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་
མི་སེམས་སུ་འཇགས་པ་དང་རྩ་བ་ཚུགས་རྒྱུར་
ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་སྐུལ་འདེད་བཏང་ཡོད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག ལྷ་ས་གྲོང་ཨུད་
ཏང་གི་སློབ་གྲྭའི་སྤྱི་པའི་དོ་དམ་རིག་པའི་མཐོ་
རིམ་དགེ་རྒན་ལེའོ་ཁྲེང་དབྱིང་གདན་དྲངས་
ནས་ཏང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་
འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་བཞི་པའི་དགོངས་
དོན་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་
པའི་དེང་རབས་ཅན་གྱི་འགན་འཁྲི་གསར་པ་
བློ་ཁོག་ཆེན་པོས་འཁུར་ཞེས་པ་གཙོ་དོན་དུ་
བྱས་ཏེ་ཆེད་དོན་ཟུར་ཁྲིད་གནང་བ་དང་།
ཏང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་
གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་བཞི་པ་འཚོགས་པའི་དོན་
སྙིང་གལ་ཆེན་དང་ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་པའི་
འཆར་འགོད་ཀྱི་གྲོས་འགོའི་ནང་འབྱུང་འགྱུར་
གྱི་འཆར་གཞི་འགོད་པ། ཚང་འཛོམས་གྲོས་

ཚོགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་
བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་སོགས་ཀྱི་ཐད་རྒྱས་བཤད་
གཏིང་ཟབ་གནང་བ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག ལྟེ་གནས་ཀྱི་ཏང་
ཙུའི་ཁོངས་མི་མགོན་པོ་དོན་གྲུབ་དང་། ཧོ་
མན། ལིའུ་ཧའོ་པང་། ཀྲང་རུའེ་བཅས་
ཀྱིས་སློབ་སྦྱོང་གི་གཙོ་དོན་ལ་དམིགས་ནས་
ལས་ཀའི་དོན་དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་སྤེལ་
རེས་གཏམ་བཤད་བྱས་པ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་
སྦྱོར་ལྟེ་གནས་ནི་ཏང་གི་མགྲིན་ཚབ་པ་
དང་། འདུ་ཤེས་འཛིན་སྟངས་ཀྱི་གཡུལ་ས་
གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་
འཁྲི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁུར་ནས་ཏང་གི་སྐབས་
ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་
ཐེངས་བཞི་པའི་དགོངས་དོན་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཡག་
པོ་དང་། དྲིལ་བསྒྲགས་ཡག་པོ། ལག་
བསྟར་ཡག་པོ་བཅས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་
འགན་ཨང་དང་པོར་བརྩི་བ་དང་། འགན་
འཁྲི་གཙོ་བོ་དང་ལས་འགན་གཙོ་བོར་གཞི་
ཚུགས་པ། མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་གྱི་བརྒྱུད་
བསྒྲགས་ལེགས་ཆ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱེད་
པ། དྲིལ་བསྒྲགས་སྒྲོག་འགྲེལ་ཐད་མདུན་
གྲལ་དུ་སྐྱོད་པ། མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་གྱི་
ལས་སྟེགས་ཡག་པོ་སྤྱོད་པ། བྱེད་སྟངས་དང་
བྱ་ཐབས་གསར་གཏོད་བཅས་བྱས་ཏེ་གྲོང་ཁྱེར་
ཡོངས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་
ཚོགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་།
དྲིལ་བསྒྲགས། དོན་འཁྱོལ་དང་ཕན་འབྲས་
ཐོན་པའི་ཐད་ཚད་བརྒལ་ཡོང་བར་བྱེད་པ་
དང་། སྦྱོང་སྤྱོད་ཟུང་འབྲེལ་དང་སྦྱངས་པ་གོ་
ཆོད་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་པ། སློབ་སྦྱོང་གི་
གྲུབ་འབྲས་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་གྱི་འཕེལ་
རྒྱས་སུ་འགྲོ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་སྒུལ་
ཤུགས་ཆེན་པོ་དང་ཕན་འབྲས་དངོས་ལ་འགྱུར་
བར་བྱེད་པ། ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་
དགོངས་དོན་ཞིབ་ཕྲའི་ལས་དོན་ཁག་ནང་དོན་

འཁྱོལ་ཏན་ཏིག་བྱེད་པ་བཅས་བྱེད་དགོས་ཞེས་
བསྟན་ཡོད།
ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་
ལྟེ་གནས་ལག་རྩལ་དོ་དམ་པུའི་ཀྲུའུ་རེན་
གཞོན་པ་ཝང་པིན་གྱིས་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་
ལྟེ་གནས་ཀྱི་ཁོངས་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་
ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་བློ་དང་བྱ་སྤྱོད་དེ་ཏང་
ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་ཐོག་
གཅིག་གྱུར་ཡོང་བར་བྱས་ཏེ་ལྗོངས་དང་གྲོང་
ཁྱེར་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ལས་དོན་བཀོད་སྒྲིག་གཞིར་
བཟུང་རང་འགན་གཙང་སྒྲུབ་ཀྱིས་ལྷ་ས་འདི་
ཉིད་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་
བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཆེད་ལེགས་སྐྱེས་འབུལ་རྒྱུ་ཡིན་
ཞེས་བཤད།
ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་
ལྟེ་གནས་ཀྱི་ཏང་ཙུའི་ཁོངས་མི་དང་ཀྲུའུ་རེན་
གཞོན་པ་ཧོ་མན་གྱིས་ཕྱིས་འབྱུང་། ལྟེ་གནས་
དེས་ཏང་ཡོན་ཡོངས་དང་ལས་བྱེད་པ་དང་
ལས་བཟོ་བའི་སློབ་སྦྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་
ནས་ཏང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་
འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་བཞི་པའི་དགོངས་
དོན་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་ལེན་རྒྱུ་
དང་། ང་ཚོས་དྲིལ་བསྒྲགས་ལས་དོན་ལ་
ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ་དང་ལྷག་པར་དུ་ལྟེ་གནས་
ཀྱི་སྨྱན་སྦྱོར་གསར་པ་དང་། ཚགས་པར།
རླུང་འཕྲིན། བརྙན་འཕྲིན་སོགས་ལས་
སྟེགས་ཁག་བེད་སྤྱོད་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ། ལྷ་ས་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ལས་རིགས་ཁག་གིས་ཏང་གི་
སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་
ཚོགས་ཐེངས་བཞི་པའི་དགོངས་དོན་ལ་སློབ་
སྦྱོང་དང་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་ཐད་ཕྱོགས་
ཡོངས་ནས་དྲིལ་བསྒྲཊ་དང་གནས་འཕྲིན་སྤེལ་
ནས་ལྷ་སའི་གཏམ་རྒྱུད་ཡག་པོ་བཤད་དེ་ལྷ་ས་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་གྱི་ནུས་པ་
དང་ཤུཊ་རྐྱེན་ཐེབས་ཤུཊ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་
ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།
（ཕུར་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་ཏང་ཙུའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་སློབ་སྦྱོང་ལྟེ་བའི་ཚོགས་ཆུང་གིས་ཏང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་བཞི་པའི་དགོངས་དོན་གཅིག་སྡུད་ཐོག་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་
གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཟླ་11
ཚེས་12ཉིན། བརྒྱད་གཅིག་ཁྲོམ་གཞུང་གིས་
སྒྲིག་འཛུགས་ཞིབ་ཚགས་བྱས་པའི་བདེ་
འཇགས་ཀྱི་འགོག་སྲུང་འཛིང་རགས་བརྟན་དུ་
བཏང་ནས་སྡེ་ཁུལ་གྱི་དུས་བདེར་སྲུང་སྐྱོང་
བྱེད་ཅེས་པའི་119མེ་ཟོན་དྲིལ་བསྒྲགས་ཟླ་
བའི་ཆེད་དོན་ལས་དོན་དང་གྲོང་ཚོ་དང་གྲོང་
ལྷན་གྱི་སྐབས་བརྗེའི་དུས་འགོའི་འཕྲལ་སྡོམ་
ནང་སྦྱོང་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ཡོད། ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་
སྒོར་ཆེད་ལས་ཅན་དང་དངོས་འཐབ་ཅན་གྱི་
རིམ་སྤེལ་བྱེད་སྒོ་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་
བརྒྱུད། ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་གྲོང་མིའི་མེ་
ཟོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་། རང་
སྐྱོབ་དང་ཕན་ཚུན་སྐྱོབ་རེས་ཀྱི་ནུས་པ་ཆེ་རུ་
ནུས་ལྡན་ཕྱིན་ཡོད་ལ་ཁྲོམ་གཞུང་དང་ཁོངས་
གཏོགས་ཁུལ་གྱི་མངགས་གཏོང་ཁང་དང་དེ་
བཞིན་སྡེ་ཁུལ་གྱི་འཕྲལ་སྡོམ་ཐག་གཅོད་དང་
མཐུན་སྦྱོར་མཉམ་འགུལ་གྱི་ཆུ་ཚད་ཀྱང་སྔར་
བས་མཐོ་རུ་ཕྱིན་ཡོད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་ཆེད་དོན་ལས་དོན་དེ་མེ་
སྐྱོན་དང་། རླངས་འཁོར་གྱི་ཆག་སྒོ། ཆུར་
ལྷུང་བ་སོགས་ཐོལ་བྱུང་གི་དོན་རྐྱེན་མང་པོར་
དམིགས་ནས་སྤེལ་ཡོད་ཅིང་། ཆེད་ལས་སློབ་
ཁྲིད་དང་། དངོས་འཐབ་ནང་སྦྱོང་། ཡུལ་
དངོས་ཀྱི་དཔྱད་བརྗོད། ཤེས་བྱའི་དྲི་བ་དྲིས་
ལན་བཅས་ལྟེ་བའི་ལྷུ་ཚིགས་ཆེན་པོ་བཞི་
གསར་གཏོད་རང་བཞིན་གྱི་སྒོ་ནས་བཀོད་སྒྲིག་
བྱས་ཏེ། རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་སློབ་སྦྱོང་
དང་། ལག་ལེན་བཀོལ་སྤྱོད། བསྐྱར་ཟློས་
མཐོར་གཏོང་། དྲན་ཤེས་སྲ་བརྟན་བཅས་ཆ་
ཚང་བའི་ལྷུ་ཚིགས་ཤིག་གྲུབ་ཡོད། ཆེད་ལས་
སློབ་ཁྲིད་ལྷུ་ཚིགས་སུ་འཕྲལ་སྡོམ་རོགས་སྐྱོབ་
ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་རིགས་གཅིག་མཁས་ཅན་གྱིས་
དཔེ་མཚོན་གྱི་གྱོད་དཔེ་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་

ཏེ། ཐོལ་བྱུང་དོན་རྐྱེན་སྔོན་འགོག་གི་གཙོ་
གནད་དང་། འཕྲལ་སྡོམ་ཐག་གཅོད་ཀྱི་
བརྒྱུད་རིམ། རང་སྐྱོབ་དང་ཕན་ཚུན་སྐྱོབ་
རེས་ཀྱི་ཐབས་རྩལ་བཅས་འགྲེལ་བཤད་གཏིང་
ཟབ་བརྒྱབ་ཡོད། དངོས་འཐབ་ནང་སྦྱོང་གི་
ལྷུ་ཚིགས་སུ་ཐོལ་བྱུང་གི་རྣམ་པ་ངོ་མར་ལད་མོ་
བྱས་ཏེ་ཉེན་ཁའི་གནས་ཚུལ་གོང་ཞུ་དང་།
མི་སྣ་ཁ་འགྲེམས། ཡུལ་དངོས་སུ་རོགས་སྐྱོབ་
བཅས་བྱས་ནས་སྒྲིག་ལམ་སྲུང་སྐྱོང་དང་འཕྲལ་
སྡོམ་དང་ལེན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོའི་
བར། ནང་སྦྱོང་ཁྲོད་ཞུགས་མཁན་ཚོར་ཛ་
དྲག་ལ་གོ་རིམ་ལྡན་པའི་རྩལ་ནུས་ལ་སྦྱོང་
བརྡར་ཐེབས་པར་བྱས་ཡོད།
བརྒྱད་གཅིག་ཁྲོམ་གཞུང་ཕྱོགས་བསྡུས་
བཅོས་སྐྱོང་ལྟེ་གནས་ཀྱི་ཀྲུའུ་རེན་ལེང་ཡུས་
ཀྱིས། བརྒྱད་གཅིག་ཁྲོམ་གཞུང་གིས་119
དྲིལ་བསྒྲགས་ཟླ་བ་གོ་སྐབས་སུ་སྤྱད་དེ་བདེ་
འཇགས་དོགས་ཟོན་དེ་གཞན་གྱིས་ཁ་གཏད་
གཅོག་པ་ནས་རང་འགུལ་ངང་སྔོན་འགོག་ཚོད་
འཛིན་བྱ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ཡོད། ད་
ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོའི་ཐོག་གྲོང་མིས་སྤྱོད་གོ་ཆོད་
པའི་འཕྲལ་སྡོམ་གྱི་རྩལ་ནུས་དངོས་ཁོང་དུ་
ཆུད་པར་མ་ཟད། ཁྲོམ་གཞུང་དང་། སྡེ་
ཁུལ། དང་བླངས་རུ་ཁག་སོགས་ཕྱོགས་མང་
པོའི་རོགས་སྐྱོབ་སྟོབས་ཤུགས་མཉམ་འགུལ་
བྱས་ནས་ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་བདེ་འཇགས་
འགོག་སྲུང་དྲ་བ་དམ་དུ་བཏང་ཡོད། ང་ཚོས་
བྱེད་སྒོ་དེ་རིགས་བརྒྱུད་མི་ཚང་མས་བདེ་
འཇགས་ལ་སྣང་ཆེན་དང་ཚང་མས་འཕྲལ་སྡོམ་
ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཟབ་མོ་ཞིག་ཆགས་རྒྱུར་སྐུལ་
འདེད་བཏང་ནས་འཕྲལ་སྡོམ་དོ་དམ་མ་ལག་
རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་བརྟན་དུ་བཏང་སྟེ། གྲོང་
མི་ཚོ་དེ་བས་བློ་བདེ་བག་ཕེབས་ཡོང་བར་བྱ་རྒྱུ་
ཡིན་ཞེས་བཤད།
བརྒྱད་གཅིག་ཁྲོམ་གཞུང་འདམ་ར་སྡེ་

ཁུལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལས་དོན་པ་པད་མ་ཚེ་བརྟན་
གྱིས། སྡེ་ཁུལ་གྱི་དྲ་མིག་པ་དང་འཕྲལ་སྡོམ་
རོགས་སྐྱོབ་དང་བླངས་རུ་ཁག་གི་ཁོངས་མིའི་
མིང་ཐོག་ནས་དངོས་འཐབ་ནང་སྦྱོང་ཁྲོད་
ཐེངས་གསུམ་ཞུགས་པ་ཡིན། ད་ཐེངས་ཀྱི་
ནང་སྦྱོང་ལས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཛ་དྲག་གི་གནས་
ཚུལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ལ་ངོས་
འཛིན་དེ་བས་གསལ་བ་བྱུང་བར་མ་ཟད།
ཚོགས་པའི་མཉམ་ལས་ནུས་པའང་མངོན་
གསལ་དོད་པོས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་སོང་། སླད་ཕྱིན་
ང་ཚོས་ད་ཐེངས་ཀྱི་ནང་སྦྱོང་ཁྲོད་སྦྱངས་པའི་
ཤེས་བྱ་དང་རྩལ་ནུས་དག་ལས་དོན་དངོས་ཀྱི་
ཁྲོད་སྤྱོད་རྒྱུ་དང་། མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་ལས་
དོན་དེ་བས་ཞིབ་ཚགས་ངང་ཡག་པོ་བསྒྲུབས་
ནས་བྱ་སྤྱོད་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གྲོང་མིའི་ཚེ་
སྲོག་དང་རྒྱུ་ནོར་གྱི་བདེ་འཇགས་ལ་སྲུང་སྐྱོང་
བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
ཕྱིས་འབྱུང་། བརྒྱད་གཅིག་ཁྲོམ་
གཞུང་གིས་ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་གོ་སྐབས་སུ་
བྱས་ཏེ། མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་དྲིལ་
བསྒྲགས་སློབ་གསོའི་ལས་དོན་མུ་མཐུད་དེ་
གཏིང་ཟབ་སྤེལ་ནས་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་གྱི་འཕྲལ་
སྡོམ་ནང་སྦྱོང་ལམ་སྲོལ་འཛུགས་རྒྱུ་རེད།
དུས་བཀག་ལྟར་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་
འཇགས་བྱེད་སྒོ་སྒྲིག་འཛུགས་བྱེད་པ་དང་།
འཕྲལ་སྡོམ་ཐག་གཅོད་ཀྱི་སྔོན་ཇུས་འཐུས་སྒོ་
ཚང་དུ་གཏོང་བ། རོགས་སྐྱོབ་སྟོབས་ཤུགས་
འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་སོགས་ཀྱི་
བྱ་ཐབས་བརྒྱུད། ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་
བདེ་འཇགས་དོ་དམ་གྱི་ཆེད་ལས་ཅན་དང་
ཞིབ་ཚགས་ཅན་གྱི་ཆུ་ཚད་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་
མཐོ་རུ་བཏང་ནས་གྲོང་མིར་དེ་བས་བདེ་
འཇགས་དང་། ཞི་མཐུན། བརྟན་ལྷིང་
བཅས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཁོར་ཡུག་གཏོད་རྒྱུ་རེད།
（བྱང་ཆུབ་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

བརྒྱད་གཅིག་ཁྲོམ་གཞུང་དུ་འཕྲལ་སྡོམ་གྱི་དངོས་འཐབ་ནང་སྦྱོང་བྱས་ནས་
སྡེ་ཁུལ་གྱི་བདེ་འཇགས་སྲུང་ཡོལ་བརྟན་དུ་བཏང་བ།

2025ལོའི་ཟླ་11ཚེས་15
པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཉི་མ་ཆོས་སྒྲོན། ཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། རེས་གཟའ་སྤེན་པ། 3

ཉེ་ཆར། ཞིང་འབྲོག་བཟའ་བཏུང་ཞབས་ཞུ་
ཚད་ཡོད་ཀུང་སིའི་བོད་ཟས་ཞིབ་འཇུག་གསར་སྤེལ་པུའུ་
དངོས་སུ་བཙུགས་ཤིང་། ཞིབ་འཇུག་གསར་སྤེལ་སྒྲིག་
གཞི་དེ་བཙུཊ་པའི་དམིཊ་ཡུལ་ནི་མིག་སྔའི་བོད་ཟས་ལས་
རིགས་ཚད་ལྡན་ཅན་མི་འདང་བ་དང་ཁྲོམ་རའི་བཀོད་
སྒྲིག་རང་བཞིན་མཐོ་རུ་གཏོང་དགོས་པའི་ལྟེ་བའི་དཀའ་
གནད་སེལ་བ་དང་། མ་ལག་ཅན་གྱི་ཞིབ་འཇུག་གསར་
སྤེལ་ལ་བརྟེན་ནས་ས་མཐོའི་ཁྱད་ལྡན་བཟའ་བཏུང་གིས་
སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དུས་མཚམས་གསར་
པར་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ་བོད་ཟས་ལ་ཁྲོམ་རའི་གསོན་
ཤུཊ་དེ་བས་ཆེ་བ་འཕེལ་བར་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད།
ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་བོད་ཟས་བཟའ་བཏུང་མཐུན་
ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་འཕྲིན་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བོད་ཟས་
ཞིབ་སྤེལ་པུའུ་བཙུགས་པ་ནི་བོད་ཟས་བཟའ་བཏུང་
མཐུན་ཚོགས་ཀྱིས་ཁྱད་ལྡན་བཟའ་བཏུང་ཐོན་ལས་ཅན་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་དང་ལེན་བྱེད་པའི་ལག་ལེན་གལ་ཆེན་ཞིག་
རེད་ཅེས་བཤད། ཁོང་གིས་འབྱུང་འགྱུར་ཞིབ་སྤེལ་
པུས་མཐུན་ཚོགས་དང་ཆེད་ལས་སློབ་གླིང་དང་སྤེལ་རེས་
མཉམ་ལས་ལ་གཙོ་གནད་ཐོག་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་སྟེ་

བཟའ་བཅའི་རྒྱུ་ཆའི་ཁུངས་འདེད་བརྟག་ཞིབ་བྱས་ནས་
བོད་ཟས་ཀྱི་སྤུས་ཚད་རྨང་གཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་རྒྱུ་
དང་། ཚལ་རིགས་ལས་བརྒལ་བའི་ལག་རྩལ་མཉམ་
འདྲེས་འཚོལ་ཞིབ་བྱས་ཏེ་བོད་ཟས་གསར་གཏོད་ཁྲོད་
རིག་གནས་ཀྱི་ནང་དོན་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཐུབ་པར་བྱ་
རྒྱུ། ཤེས་ལྡན་པ་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་པར་བརྟེན་ནས་ལས་
རིགས་ལ་ཆེད་ལས་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་གསོག་འཇོག་བྱ་རྒྱུ་
བཅས་ཡིན་ཞེས་བཤད། བོད་ཟས་ཞིབ་འཇུག་གསར་
སྤེལ་པུའི་གྲུབ་འབྲས་དེ་ཞིང་འབྲོག་བཟའ་བཏུང་གི་ཚོང་
ཁང་ཁག་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། བྱ་
ཐབས་དེས་བོད་ཟས་ལས་རིགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གསར་
སྤེལ་དང་དོན་འཁྱོལ་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ལག་ལེན་མ་དཔེ་མཁོ་
འདོན་ཐུབ་རྒྱུ་ཡིན་པར་མ་ཟད། བོད་ཟས་རིག་གནས་
རྒྱུན་འཛིན་དང་གསར་གཏོད་ཁྲོད་རྒྱུན་མཐུད་ཁྱབ་
གདལ་གཏོང་རྒྱུར་རམ་འདེགས་ཐུབ་ནས་ས་མཐོའི་ཟས་
མཆོག་དེ་བས་རྒྱ་ཆེ་བའི་གར་སྟེགས་ཐོག་དངོས་འབྲེལ་
སྐྱོད་ཐུབ་རྒྱུ་རེད།
ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་གྱི་གསར་འགོད་
པ། མན་ཝུན་ཡན། （བུ་ཆུང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ཞིང་འབྲོག་བཟའ་བཏུང་གི་བོད་ཟས་ཞིབ་འཇུག་
གསར་སྤེལ་པུའུ་བཙུགས་པ།

ཉིན་ཤས་གོང་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་ཚེ་མཆོག་གླིང་དུ་
འཁྲུག་ཆ་དོད་པའི་རྣམ་པས་ཁེངས་ཤིང་། སྲོལ་རྒྱུན་
དང་ལུགས་གསར་པའི་བོད་ཟས་གཙོ་དོན་དུ་བྱས་པའི་
བྱེད་སྒོ་ཞིག་སྤེལ་ཡོད། བྱེད་སྒོ་སྤེལ་རིང་བོད་ཟས་
འགྲེམས་སྟོན་དང་རིག་རྩལ་འཁྲབ་སྟོན་དུས་གཅིག་ཏུ་
སྤེལ་ནས་གྲོང་མི་དང་ཡུལ་སྐོར་བར་རྣམ་པ་གསར་རྐྱང་
གི་ལྕེ་ཐོག་གི་ལྷ་སའི་བྲོ་བ་ཉམས་ལེན་ཐུབ་པར་བྱས་ཡོད།
བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ཡུལ་དུ་ས་མཐོའི་བཟའ་བཏུང་ཞིབ་
འཇུག་པ་ཀརྨ་བདེ་ལེགས་ཀྱིས་འཚོ་བཅུད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་
དང་རིག་གནས་ཀྱི་ནང་དོན་ནས་འགོ་བཙུགས་
ཏེ། བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ཡུལ་གྱི་ལྟད་མོ་བར་བོད་ཟས་ཀྱི་ཤེས་
བྱ་མཉམ་སྤྱོད་དང་བདེ་ཐང་གི་བཟའ་བཏུང་འདུ་ཤེས་
དར་སྤེལ་བཏང་བས་བྱེད་སྒོར་རིག་གནས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཟབ་
མོ་ཞིག་བཏོད་ཡོད། དེ་རྗེས་བོད་ཟས་འགྲེམས་སྟོན་

ཐོག་ཁྱད་ལྡན་གྱི་བོད་ཟས་སྣ་ཁ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་རེ་རེ་
བཞིན་བཤམས་པ་དང་། ཟས་མཆོག་དེ་དག་ནི་བྲོ་བ་
ཞིམ་པའི་གསོལ་སྟོན་གཟབ་རྒྱས་ཤིག་ཡིན་པར་མ་
ཟད། ས་མཐོའི་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་དང་རང་བྱུང་
ཁམས་ལ་གུས་ཞིང་བཀུར་བའི་བློ་གྲོས་ཀྱང་འདུས་ཡོད་
པས་ཡུལ་སྐོར་བ་མང་པོའི་ཡིད་དབང་བཀུག་ཡོད། ད་
ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོས་བོད་བཟོའི་བཟའ་བཏུང་ལས་རིགས་
གཉེར་མཁན་ལ་འགྲེམས་སྟོན་སྟེགས་བུ་མཁོ་འདོན་བྱས་
ཡོད་ལ་མི་དེ་བས་མང་བས་ལྷ་སའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
རིག་གནས་ཀྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་ཤུགས་ལའང་ཉམས་
ལེན་ཐུབ་ཡོད།
ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་གྱི་གསར་འགོད་
པ། མན་ཝུན་ཡན།

（བྱང་ཆུབ་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ཚེ་མཆོག་གླིང་གི་བོད་ཟས་དམངས་སྲོལ་བྱེད་སྒོས་ལྕེ་ཐོག་གི་
ལྷ་སའི་བྲོ་བ་བཏོད་པ།

ཉེ་ཆར། བོད་ལྗོངས་འགྲན་ཁུལ་གྱི་གསོ་རླུང་
འཛོམས་པའི་ཚན་རྩལ་བུམ་པའི་བྱ་སྒྲོའི་སྤོ་ལོའི་མཉམ་
བསྲེས་ཚོགས་པའི་ཡོངས་བསྒྲགས་འགྲན་བསྡུར་མཇུག་
འགྲིལ་ཞིང་། ད་ཐེངས་ཀྱི་འགྲན་བསྡུར་ནང་ལྗོངས་ཕྱི་
ནང་གི་རུ་ཁག་24མཉམ་འཛོམས་འགྲན་རར་ཞུགས་
རྒྱུའི་ཡིད་དབང་བཀུག་པའི་ནང་ཀྲེ་ཅང་དང་སི་ཁྲོན་གྱི་
ས་གནས་གཉིས་ཀྱི་སྤོ་གྲོགས་ཚུད་ཡོད།
འགྲན་བསྡུར་ཛ་དྲག་པོ་བྱས་པ་བརྒྱུད། བོད་
ལྗོངས་ཐེན་མ་བྱ་སྒྲོའི་སྤོ་ལོའི་ཚོགས་པའི་སྤྲོ་སྐྱིད་ཁང་
གིས་སེམས་པ་གཅིག་མཐུན་གྱི་ཚོགས་པའི་མཉམ་ལས་
དང་། ཞུམ་མེད་ཀྱི་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ། དེ་བཞིན་

རྩེར་སོན་གྱི་སྤོ་ལོའི་རྩལ་ནུས་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་མཉམ་
བསྲེས་ཚོགས་པའི་འགྲན་བསྡུར་གྱི་ཨང་དང་པོ་བླངས་པ་
རེད། ཨང་རིམ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་
འགྲན་བསྡུར་ནང་ཞུགས་མཁན་ཚང་མས་ནུས་ཤུགས་
ཡོད་རྒུས་བྱ་སྤྱོད་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྙིང་རུས་ཆེན་པོས་
བརྩོན་ལེན་དང་ནམ་ཡང་འདོར་མི་སྲིད་པའི་ལུས་རྩལ་གྱི་
སྙིང་སྟོབས་ལ་གསལ་འགྲེལ་བྱས་ཏེ་འགྲན་བསྡུར་བདེ་
བླག་ངང་མཇུག་འགྲིལ་བ་རེད།
ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་གྱི་གསར་འགོད་
པ། བསྟན་འཛིན་མེ་ཏོག
（བུ་ཆུང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

བོད་ལྗོངས་འགྲན་ཁུལ་གྱི་གསོ་རླུང་འཛོམས་པའི་ཚན་རྩལ་བུམ་པའི་
བྱ་སྒྲོའི་སྤོ་ལོའི་མཉམ་བསྲེས་ཚོགས་པའི་ཡོངས་བསྒྲགས་
འགྲན་བསྡུར་མཇུག་འགྲིལ་བ།

བསྡུས་འཕྲིནཕྲི།

ཏང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོཊ་
ཐེངས་བཞི་པའི་དགོངས་དོན་སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་བསྟར་བྱེད།