2025ལོའི་ཟླ་12ཚེས་3 ཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།བུ་ཆུང་། རེས་གཟའ་ལྷག་པ། 3

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་
སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་
འགྲིམ་འགྲུལ་ནང་ཞུགས་མཁན་གྱི་ཡ་རབས་འགྲིམ་
འགྲུལ་གྱི་འདུ་ཤེས་ཟབ་ཏུ་བཏང་ནས། འགྲིམ་
འགྲུལ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་དྲིལ་བསྒྲགས་རྣམ་པ་བཟང་
པོ་ཞིག་གཏོད་ཆེད། ཟླ་11ཚེས་30ཉིན་བོད་རང་
སྐྱོང་ལྗོངས་དང་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་122རྒྱལ་ཡོངས་
འགྲིམ་འགྲུལ་བདེ་འཇགས་ཉིན་མོ་ཐེངས་14པའི་
དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་སྒོ་ཀྲོའུ་ཅིའི་ཐང་ཆེན་དུ་སྤེལ་བ་
རེད།
བྱེད་སྒོ་དེ་སྐྱོར་མོ་ལུང་ལྷ་མོ་ཚོགས་པས་འཁྲབ་
པའི《བཀྲ་ཤིས་པའི་རྔོན་པའི་འདོན》ཞེས་པའི་ཁྲོད་
བྱེད་སྒོ་འགོ་ཚུགས་པ་དང་། འཁྲབ་ཚན་ཐུང་གྲས
《ནུས་པ་གང་ཡང་མེད་པ》ཞེས་པའི་དགོད་བྲོའི་རྣམ་
པའི་ཐོག་ནས་འགྲིམ་འགྲུལ་ཤེས་བྱ་བརྒྱུད་སྤྲོད་བྱས་
ཤིང་། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་སློབ་ཆུང་དགུ་པའི་སློབ་མས་
འགྲིམ་འགྲུལ་ལག་བརྡའི་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་པ་
རེད། ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོའི་ནང་རིག་རྩལ་
འགྲེམས་འཁྲབ་དང་ཁྲིམས་ལུགས་ཁྱབ་གདལ་མཉམ་
འགུལ་སོགས་ཀྱི་ནང་དོན་ཚུད་པ་དང་། རྒྱ་ཆེའི་
གྲོང་མིར་འགྲིམ་འགྲུལ་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་དྲིལ་

བསྒྲགས་དང་ཡ་རབས་ངང་ཕྱིར་སྐྱོད་པའི་འདུ་ཤེས་
དར་སྤེལ་བཏང་ཡོད།
མོས་ཐོན་གྱི་མངགས་སྐྱེལ་བ་ཡེ་ཀྲི་ཕུང་གིས་
མངགས་སྐྱེལ་བྱེད་རིང་། ངས་འགྲིམ་འགྲུལ་བཅའ་
ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་སྲོལ་ལ་བརྩི་སྲུང་ནན་པོ་ཞུས་ཏེ་
ལྡོག་ཕྱོགས་སུ་མི་སྐྱོད་པ་དང་། བརྡ་སྟོན་གློག་སྒྲོན་
དམར་པོ་མི་བརྒལ་བ། སྐར་ཆ་གཅིག་བརྩོན་ལེན་
བྱེད་པ་ལས་སྐར་མ་གསུམ་སྒུག་སྡོད་པ་བཅས་བྱ་རྒྱུ་
ཡིན། འདིར་ངས་ལས་རིགས་གཅིག་པའི་གྲོགས་པོ་
ཚོར་འགྲིམ་འགྲུལ་དོ་དམ་གྱི་ཁྲིམས་སྲོལ་ལ་བརྩི་སྲུང་
ནན་པོ་ཞུ་དགོས་པའི་འབོད་སྐུལ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནི་
མི་གཞན་གྱི་བདེ་འཇགས་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱས་པ་
ཞིག་ཡིན་ལ། རང་ཉིད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་གི་བདེ་འཇགས་
ལ་འགན་འཁུར་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཞེས་བཤད།
བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ཡུལ་དུ་ད་དུང་འགྲིམ་འགྲུལ་དྲིལ་
བསྒྲགས་དང་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་
ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་རིག་གནས་གསར་གཏོད་
འགྲེམས་སྟོན་ཁུལ་དང་། ཉེན་དོན་སྒྲིག་ཆས་
འགྲེམས་སྟོན་ཁུལ། VRགློག་སྒུལ་རླངས་འཁོར་གྱི་
འགྲིམ་འགྲུལ་བདེ་འཇགས་ཉམས་ལེན་ཁུལ་སོགས་
དྲིལ་བསྒྲགས་ས་ཁོངས་བཙུགས་པས། གྲོང་མི་མང་
པོ་ཞིག་དེའི་ནང་ཞུགས་རྒྱུའི་ཡིད་དབང་བཀུག་
ཡོད། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་བདེ་ཅུས་འགྲིམ་འགྲུལ་དོ་
དམ་ཉིང་ལག་རུ་ཁག་འགྲིམ་འགྲུལ་བདེ་འཇགས་ལྟ་
སྐུལ་དོ་དམ་དང་དྲིལ་བསྒྲགས་རུ་ཆེན་གྱི་རིམ་བཞིའི་

ཉེན་རྟོག་དཔོན་ཀྲའོ་ཙེ་ཧུའེ་ཡིས་འདི་ལོའི་རྒྱལ་
ཡོངས་ཀྱི་འགྲིམ་འགྲུལ་བདེ་འཇགས་ཉིན་མོའི་གཙོ་
དོན་ནི་ཡ་རབས་ལྡན་པའི་འགྲིམ་འགྲུལ་དང་།
གུས་ཞབས་ལྡན་པའི་འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་ཅེས་པ་དེ་
རེད། དེའི་དོན་སྙིང་ནི་འགྲིམ་འགྲུལ་ནང་ཞུགས་
མཁན་ཚང་མས་སྒྲིག་ལམ་སྲུང་བ་དང་། གུས་
ཞབས་ལྡན་པ། ཕན་ཚུན་བསམ་ཤེས། བདེ་
འཇགས་དང་གོ་རིམ་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་འགྲོ་
སྐྱོད་བྱེད་པའི་ཚད་གཞི་ལག་ལེན་བསྟར་རྒྱུ་དར་སྤེལ་
གཏོང་རྒྱུ་དང་། འདུ་ཤེས་དེ་བྱ་སྤྱོད་ངོ་མར་འགྱུར་
བ་བྱེད་པའི་འགག་རྩ་ནི་གཞི་རིམ་ལ་གཞི་ཚུགས་པ་
དང་དམངས་དང་ཉེ་བཅར་བྱས་ཏེ་གུས་ཞབས་ཀྱི་
ནང་དོན་དེ་འགྲིམ་འགྲུལ་འགྲོ་སྐྱོད་ཀྱི་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་
ཁྱབ་པར་བྱས་ཐོག མཉམ་སྐྱོང་དང་མཉམ་སྤྱོད་ཀྱི་
འགྲིམ་འགྲུལ་བདེ་འཇགས་བཅོས་སྐྱོང་གི་མ་ལག་
ཅིག་གཏོད་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
（བུ་ཆུང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་དང་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་འགྲིམ་འགྲུལ་བདེ་འཇགས་ཉིན་མོ་ཐེངས་14པའི་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ།

དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་
གྱིས་མི་དམངས་ལྟེ་བར་འཛིན་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་
འདུ་ཤེས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་མཐའ་འཁྱོངས་
ཀྱིས་ས་ཁོངས་རིག་གནས་ཀྱི་ནང་དོན་ཟབ་མོ་སྔོག་
འདོན་བྱས་ནས། རིག་གནས་བྱ་གཞག་དབྱར་མཚོ་
རྒྱས་པ་ལྟར་འཕེལ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་རྒྱུར་ནུས་ཤུགས་ཡོད་
རྒུས་སྐུལ་འདེད་བཏང་ཡོད། འཕེལ་རིམ་དེའི་
ནང་། དཔེ་ཀློག་གི་ལྷ་ས་འཛུགས་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་མུ་
མཐུད་ནས་གཏིང་ཟབ་དང་ཏན་ཏིག་བྱུང་བ་དང་
དཔེ་ཀློག་གི་སྒྲ་དབྱངས་གྲོང་ཁྱེར་དུ་ཁྱབ་སྟེ། གྲོང་
མིའི་བསམ་པའི་རིག་གནས་འཚོ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་
སུ་ཕྱིན་པར་མ་ཟད། ས་མཐོའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྤུས་
ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པའི་རིག་
གནས་ཀྱི་སྒུལ་ཤུགས་བསྣན་ཡོད།
ལྷ་སའི་ལྟེ་བའི་དཔེ་གྲོང་གི་རྒྱ་ཁྱོན་ལ་སྨི་ངོས་
གྲུ་6308དང་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་རྒྱ་ཁྱོན་ལ་སྨི་ངོས་གྲུ་
ཁྲི་1.8ཡོད། དེའི་ནང་ཐོག་སོ་དང་པོ་ནས་གསུམ་
པའི་བར་ནི་དཔེ་དེབ་དང་། ཡིག་ཆས། རིག་
གནས་གསར་གཏོད། བྱིས་པའི་རིག་སྟོབས་འཕེལ་
བའི་ཡོ་བྱད་བཅས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ནུས་མང་
འགྲེམས་ཚོང་ཁུལ་ཡིན་པ་དང་། ས་འོག་གི་ཐོག་སོ་
དང་པོ་ནི་རླངས་འཁོར་འཇོག་ས་ཡིན། 2024
ལོའི་ཟླ་8པར་ལས་གཉེར་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཚུན། ལྷ་
སའི་ལྟེ་བའི་དཔེ་གྲོང་དེ་ལྷ་ས་དང་ཐ་ན་ལྗོངས་ཡོངས་
ཀྱི་རིག་གནས་མཚོན་རྟགས་ཤིག་ཏུ་རིམ་བཞིན་
འགྱུར་བཞིན་ཡོད། ཉེ་ཆར། གསར་འགོད་པར་
དཔེ་གྲོང་ནས་ཕྲུ་གུ་ནས་རྒན་རྒོན་བར་དང་། ས་
གནས་དེ་གའི་གྲོང་མི་ནས་ས་ཆ་གཞན་གྱི་ཡུལ་སྐོར་
བའི་བར་བཅས་ཚོགས་སྤྱི་མི་འདྲ་བའི་དཔེ་ཀློག་བྱེད་
སྟངས་ལས་གངས་ལྗོངས་ས་མཐོའི་དཔེ་ཀློག་གི་རྣམ་
པ་ཟབ་མོ་ཞིག་གྲུབ་ནས། ས་མཐོའི་དཔེ་གྲོང་དེར་
སྐྱེ་སྟོབས་ཀྱི་དཔལ་འབར་བཞིན་པ་མཐོང་བྱུང་།
དཔེ་གྲོང་གི་ཐོག་སོ་དང་པོའི་དཔེ་ཀློག་ཁུལ་དུ་
ལུས་ལ་བོད་ཆས་གྱོན་པའི་རྒན་རྒོན་ཚོས་གྲོས་བསྡུར་
བྱེད་བཞིན་མཆིས། དགུང་ལོ་68ལ་སླེབས་པའི་ཚེ་
རིང་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་མིག་ཤེལ་ཞིག་བཏགས་ནས《གླིང་
རྗེ་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་སྒྲུང》གི་བར་བཅུག་རི་མོར་
མཛུབ་མོ་བཙུགས་ཏེ། ལོ་ཆུང་དུས་རྒན་པ་ཚོའི་
འགྲམ་ནས་གླིང་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་སྒྲུང་ཉན་མྱོང་

ཡོད། ད་ཆ་དཔེ་དེབ་ནས་ཡིག་འབྲུ་རེ་རེ་བཞིན་
ཀློག་ཐུབ་པས། སེམས་ཧ་ཅང་སྐྱིད་པོ་འདུག་ཅེས་
བཤད།

དཔེ་གྲོང་གི་འགན་འཁུར་བས་ངོ་སྤྲོད་བྱས་
པར་གཞིགས་ན། དཔེ་གྲོང་གི་བོད་ཡིག་དཔེ་དེབ་
ནང་ལོ་རྒྱུས་དང་། རྩོམ་རིག ཚན་རྩལ་སོགས་
ཁྱབ་ཁོངས་མང་པོ་ཚུད་ཡོད་པར་མ་ཟད། ད་དུང་
ཟླ་རེར་ཀློག་དེབ་སྣ་ཁ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་མང་དུ་གཏོང་གི་
ཡོད་པ་རེད།
ཐོག་སོ་གསུམ་པའི་ཕ་མ་བུ་ཕྲུག་གི་དཔེ་ཀློག་
ཁུལ་ཧ་ཅང་འཁྲུག་ཆ་དོད་ཅིང་། དཔེ་སྒྲོམ་གྱི་
འགྲམ་དུ་སློབ་ཆུང་སློབ་མ་ཚོས་ཡུལ་དངོས་སུ་བསྡད་
དེ་ལ་ལས《བོད་ཀྱི་རྩི་ཤིང་གི་ཟིན་ཐོ་ཆུང་ངུ》ཞེས་པ་
ཁྱེར་ནས་སྐད་ཤུགས་ཆུང་ངུས་བགྲོ་གླེང་བྱེད་པ་
དང་། ལ་ལས་སྒྲོག་ཙེའི་མདུན་དུ་ཚོན་ཁྲ་ཅན་གྱི་སྨྱུ་
གུའི་ཟིན་ཐོའི་དེབ་ནང་གི་ཤེས་བྱར་ལྟ་བཞིན་
མཆིས། གྲོང་མི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱིས། གཟའ་མཇུག་ཏུ་
ཕྲུ་གུ་ཁྲིད་དེ་འདི་གར་ཡོང་རྒྱུ་དེ་གོམས་གཤིས་སུ་གྱུར་
ཡོད། འདི་གའི་ལོ་ཆུང་བྱིས་པའི་ཀློག་དེབ་ལ་ཕུལ་
བྱུང་གི་རིས་དེབ་ཡོད་ལ། བོད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་
པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱང་ཡོད་པས། ཕྲུ་གུ་ཚོས་ཧ་ཅང་
དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཤད།
ཀློག་པ་པོར་སྟབས་བདེ་བསྐྲུན་ཆེད། དཔེ་
གྲོང་གིས་ད་དུང་དམངས་ཕན་ཞབས་ཞུ་མང་པོ་
བཏོན་པ་སྟེ། རིག་ནུས་ལྟ་སྐོར་མ་ལག་དང་གློག་
རྡུལ་དཔེ་དེབ་ལྟ་ཀློག་ཡོ་བྱད་སོགས་ནང་འདྲེན་བྱས་
ནས། ཀློག་པ་པོར་ཚན་རྩལ་གྱི་སྟབས་བདེ་མྱོང་
ཚོར་ཐུབ་པར་བྱས་ཤིང་། ས་འོག་རླངས་འཁོར་
འཇོག་ས་དང་། ཁྱད་ལྡན་ཀོག་ཧྥེ་ཁང་། རིག་
གནས་གསར་གཏོད་ཐོན་རྫས་ཁུལ་བཅས་ཡོད་པ་
དང་། ས་གནས་དེ་གའི་གྲོང་མི་ཡིན་ནའང་
འདྲ། ཡང་ན་ཐག་རིང་ནས་ཡོང་བའི་ཡུལ་སྐོར་བ་
ཚང་མས་དེ་གར་དཔེ་དེབ་ལྟ་བ་དང་རིག་གནས་ལ་
མྱོང་རོལ་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད།
ལྟེ་བའི་དཔེ་གྲོང་ཕུད་ལྷ་སའི་ཁྱད་ལྡན་དཔེ་
ཚོང་ཁང་གཞན་དག་ལ་ཡང་རང་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་
དམིགས་བསལ་ལྡན་ཡོད། རྔ་ཆེན་ཝན་ཏཱ་ཐང་ཆེན་
གྱི་དབྱངས་བཞི་དེབ་ཁང་དུ་སློབ་ཆེན་སློབ་མ་སྒྲོལ་
མས《རླུང་བུས་གཡོ་བའི་དབུས་གཙང》ཞེས་པའི་
དེབ་ལྟ་བཞིན་དུ། དཔེ་དེབ་ནང་གི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
ཧ་ཅང་གསོན་ཉམས་དོད་པོ་འདུག་པས། སློབ་ཁྲིད་
ལས་ཀྱང་ཚོར་སྣང་ཟབ་པ་འདུག་ཅེས་བཤད།
（པར་ངོས་བཞི་པར་གཟིགས）

དཔེ་ཀློག་གི་སྒྲ་དབྱངས་གནའ་གྲོང་ནས་གྲགས།
དཔེ་ཀློག་གི་གོམས་གཤིས་རང་རྒྱུད་དུ་འཇགས།

པར་འདི་ནི་ཀློག་པ་པོས་ལྷ་སའི་ལྟེ་བའི་དཔེ་གྲོང་དུ་ནན་ཏན་ངང་དཔེ་དེབ་ལྟ་བཞིན་པའི་རྣམ་པ་ཡིན།

ཁ་པར་

ནས་རྩ་གཉིས་
རྟགས་རིས་འདི་
བཤེར་ན། ངོ་
མཚར་ཆེ་བའི་
བརྙན་ཐུང་ལ་
བལྟ་ཐུབ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་
སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། མེ་ཟོན་དྲིལ་བསྒྲཊ་
ཟླ་བའི་རིང་། རང་ལྗོངས་ཀྱི་རིམ་ཁག་མེ་ཟོན་
རོགས་སྐྱོབ་ཚན་པས་སྤྱི་བདེ་དང་དཔལ་འབྱོར་ཆ་
འཕྲིན་སོཊ་ལས་རིགས་ཀྱི་གཙོ་གཉེར་ཚན་པ་དང་མེ་
ཟོན་དང་བླངས་པའི་དཔུང་ཁག་དང་མཉམ་འབྲེལ་
བྱས་ཏེ་སྡེ་ཁུལ་དང་། ཁྲོམ་གཞུང་། ཚོང་
ཁང་། ཁེ་ལས་སོཊ་སུ་བསྐྱོད་དེ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོཊ་ཀྱི་
ཐོག་ནས་མེ་ཟོན་དྲིལ་བསྒྲཊ་སློབ་གསོའི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་
ཏེ། མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་མང་ཚོགས་ཀྱི་
ཉེ་འགྲམ་དུ་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱས་ཐོག་གཞི་རིམ་གྱི་བདེ་
འཇགས་སྲུང་ཡོལ་བརྟན་དུ་བཏང་བ་རེད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོའི་ནང་མང་ཚོགས་ཀྱི་མེ་
ཟོན་བདེ་འཇཊ་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཟབ་ཏུ་དང་རང་འགོག་
རང་སྐྱོབ་ཀྱི་ནུས་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུར་དམིགས་ནས་
ཕྱོཊ་ཡོངས་དང་ཕྱོགས་བསྡུས་ཅན་གྱི་དྲིལ་བསྒྲཊ་

ཐབས་ལམ་བཏོད་ཡོད་ཅིང་། མེ་ཟོན་དྲིལ་བསྒྲཊ་
པ་དང་། དང་བླངས་པ་ཚོགས་ཆུང་བགོས་ནས་བྱ་
སྤྱོད་སྤེལ་བ་དང་། སྒོ་རྡུང་ནས་དུད་ཚང་དུ་སྐྱོད་
པའི་བྱ་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་གྲོང་མི་དང་ཚོང་དུད་ལ་
མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་ལག་དེབ་དང་འཕྲལ་སྡོམ་སྲོག་
ཉེན་ལས་ཐར་ཐབས་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་སྟོན་སོགས་ཀྱི་
དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་རིགས་སྤྲད་དེ་འབར་རླངས་བདེ་
འཇགས་ངང་སྤྱོད་པ་དང་། ནུས་ཚད་ཆེ་བའི་གློག་
ཆས་བཀོལ་སྤྱོད་ཚད་ལྡན་དུ་གཏོང་བ། གཙང་
སེལ་གསུམ་དང་འགག་སྒོ་གསུམ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་
མཁོའི་ཤེས་བྱར་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པ་དང་།
ཆབས་ཅིག་ཏུ་མེ་ཟོན་སྒྲིག་བཀོད་འཐུས་སྒོ་ཚང་ཚད་
དང་གློག་སྐུད་གང་བྱུང་དུ་འཁྲིད་པ་སོགས་ཀྱི་མངོན་
མེད་རྐྱེན་ངན་ལ་གྲལ་བཤེར་བྱས་ཡོད། སྡེ་ཁུལ་གྱི་
ཐོན་སྒོ་དང་། འཛུལ་སྒོ། བར་ཁྱམས་སོགས་
མངོན་གསལ་དོད་པའི་གནས་སུ་གཙོ་དོན་བརྡ་ཁྱབ་
སྦྱར་ནས་མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་དྲན་སྐུལ་མིག་
མཐོང་ལག་ཟིན་ཡོང་བར་བྱས་ཏེ་དྲིལ་བསྒྲགས་ཀྱི་
མཐའ་མའི་འགག་གནད་བསལ་བར་བྱས་ཡོད།
སྐོར་སྐྱོད་མེ་ཟོན་དྲིལ་བསྒྲགས་རླངས་འཁོར་

འདི་ཉིད་སྒུལ་བདེའི་མེ་ཟོན་སློབ་ཁང་དུ་འགྱུར་ནས་
བསྟན་པའི་ཚན་རིག་ཁྱབ་གདལ་གྱི་བརྙན་ལམ་དང་
མེ་སྐྱོན་ཁྲོད་སྲོག་ཉེན་ལས་ཐར་ཐབས་བྱེད་པའི་
གསོན་ཉམས་དོད་པའི་འགུལ་རིས་ལས་མང་ཚོགས་
ཚོས་མེ་ཟོན་ཤེས་བྱ་ཐད་ཀར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཐུབ་པར་
བྱུང་ཡོད་ཅིང་། VRཉམས་ལེན་ཁུལ་དུ་ཁྱིམ་ཚང་
གི་ཚལ་སླང་ལ་མེ་མཆེད་པའི་མེ་སྐྱོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་
པ་དང་། བར་ཁྱམས་སུ་དུ་བ་འཕྱུར་ནས་ཐར་

ཐབས་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ལད་མོའི་རྣམ་པར་བརྟེན་
ནས་དེའི་ནང་ཞུགས་མཁན་ཚོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་
རིང་སྲོག་ཉེན་ལས་ཐར་ཐབས་དང་འཕྲལ་སྡོམ་ཐག་
གཅོད་བྱ་ཐབས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས་ཡོད། མེ་
ཟོན་དང་བླངས་པ་ལེ་ཡུས་ཏས་མེ་སྐྱོན་ཐོན་སྐབས་ཇི་
ལྟར་བྱས་ནས་བདེ་འཇགས་ཐོན་སྒོ་བཙལ་ནས་ཉེན་
ཁ་ཆུང་དུ་གཏོང་དགོས་མིན་ཤེས་བྱུང་ཞེས་བཤད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་དེ་རིམ་རྩིས་བྱས་ན་མང་
ཚོགས་མི་ཐེངས་ཁྲི་12ལྷག་ཙམ་ལ་ཁྱབ་ནས་ཁོངས་
གཏོགས་ཁུལ་གྱི་ཚོང་དུད་དང་གྲོང་མིའི་མེ་ཟོན་རང་
སྐྱོབ་ཀྱི་ནུས་པ་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཡོད།
（ཕུར་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

རང་ལྗོངས་ཀྱི་རིམ་ཁག་མེ་ཟོན་རོགས་སྐྱོབ་ཚན་པས་བྱ་ཐབས་སྣ་མང་སྤྱད་དེ་བདེ་འཇགས་
ཀྱི་འགོག་སྲུང་འཛིང་རགས་བརྟན་པོ་བསྐྲུན་པ།

ཡ་རབས་འགྲིམ་འགྲུལ་
ང་ཚོས་མཉམ་དུ་གཏོད།

དཔེ་ཀློག་གི་ལྷ་ས་
མཉམ་དུ་གཏོད།

（པར་ངོས་གཉིས་པར་མཐུད）པེ་ཅིང་དང་བོད་
ལྗོངས་ས་ཁུལ་གཉིས་སྦྲེལ་མཐུད་བྱེད་པའི་བརྩེ་
སེམས་ཀྱི་འབྲེལ་ཐག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། རོལ་དབྱངས་
ཇུས་འགོད་ཐད། རྒྱུད་གསུམ་དང་སྒྲ་སྙན་དཀྲོལ་
རེས་བྱས་པ་དང་། སོའོ་ན་དང་རྒྱ་གླིང་མཉམ་
དཀྲོལ་བྱས་ཡོད། མཇུག་བསྡུའི་གཙོ་དོན་རོལ་
དབྱངས་ནི་གདོད་མའི་བོད་རིགས་ཀྱི་བུད་མེད་ཀྱི་
སྐད་སྒྲ་དང་པེ་ཅིང་གི་སྐད་ཉམས་གླུ་གཞས་ལས་ས་
གནས་གཉིས་པོའི་རིག་གནས་མཉམ་འགུལ་གྱི་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛེས་དཔྱོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་མངོན་
པར་བྱས་ཡོད།
རྒྱལ་སའི་རིག་གནས་ཚན་རྩལ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་
ཁྱབ་ཅིང་ལི་གཞོན་པ་དང་པེ་ཅིང་འཁྲབ་སྟོན་ཚོགས་
པའི་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་དང་ཏུང་ཧྲི་ཀྲང་ཏུང་ཉིང་
གིས་བོད་སྐྱོར་ལས་བྱེད་པ་མི་རབས་ནས་མི་རབས་
བར་གངས་ལྗོངས་ས་མཐོར་ཡོང་ནས་བོད་སྐྱོད་པ་
རྒན་གྲས་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱས་པར་མི་

རྣམས་ལ་སེམས་འགུལ་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད། སེམས་
འགུལ་ཆེན་པོ་ཐེབས་པ་དེ་ལས《ཐག་རིང་གི་ལྷ་སའི་
སྐྱིད་ཆུ》ཞེས་པའི་གཏམ་བརྗོད་ཟློས་གར་འདི་གསར་
རྩོམ་བྱས་པ་རེད། ང་ཚོས་རིག་རྩལ་བརྩམས་ཆོས་
བརྒྱུད། བོད་སྐྱོར་གྱི་སྙིང་སྟོབས་ལ་གུས་འདུད་ཞུ་
རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། རིག་གནས་སྤེལ་རེས་དང་། འགྲོ་
འོང་། མཉམ་འདྲེས་བཅས་བྱས་ཏེ་མི་རིགས་མཐུན་
སྒྲིལ་དང་བརྩེ་སེམས་རོགས་རེས་མངོན་པར་བྱས་
ནས་ཚང་མས་བོད་ལྗོངས་འདི་ཉིད་དེང་རབས་
དང་། དར་སྲོལ། དྲོ་སྐྱིད་ལྡན་པ་དང་། བསམ་
པའི་སྟོབས་ཤུགས་ཀྱིས་ཁེངས་པ་བཅས་སུ་འཕེལ་
རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་པ་མཐོང་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ཡོད། ང་
ཚོའི་འཁྲབ་སྟོན་པ་མང་པོ་ཞིག་ནི་བོད་དུ་ཡོང་ཐེངས་
དང་པོ་ཡིན་པས། ཚང་མའི་སྙིང་སྟོབས་དང་སྙིང་
རུས་ནི་སྒྱུ་རྩལ་ལས་དོན་པས་བརྟན་སྲུང་བྱས་པའི་
བོད་བསྐྱོད་པ་རྒན་གྲས་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་ཤིག་རེད་
བཤད། （བུ་ཆུང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

གསར་རྩོམ་གཏམ་བརྗོད་ཟློས་གར《ཐག་རིང་གི་ལྷ་སའི་སྐྱིད་ཆུ》ཞེས་པ་ལྷ་སར་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་པ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）ཡུན་རིང་རྒྱབ་སྐྱོར་
གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་ཤིང་། པེ་ཅིང་ཅི་ཧྲུའེ་
ཐན་སྨན་ཁང་གི་ལག་པའི་ཕྱི་ནད་ཚན་ཁག་གི་རིགས་
གཅིག་མཁས་ཅན་ཚོགས་པས་བྱེད་སྒོའི་བཀོད་སྒྲིག་
ཞིབ་ཕྲ་ངོ་སྤྲོད་བྱས་པ་དང་། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མི་
དམངས་སྨན་ཁང་གི་རུས་ནད་ཚན་ཁག་དང་བྱིས་
ནད་ཚན་ཁག་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་ཚན་ཁག་གི་སྨན་
དོན་པ་དང་སྤེལ་རེས་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ། སྤེལ་
རོགས་ཁྲིད་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་བརྒྱུད་དེ་ཤེས་ལྡན་པ་
གསོ་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་། རྒྱང་ཁྲིད་
སྨན་བཅོས་ལམ་སྲོལ་འཛུགས་པ། སྨན་བཅོས་
ཉམས་མྱོང་མཉམ་སྤྱོད་བཅས་བྱས་ཏེ་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་
མི་དམངས་སྨན་ཁང་གིས་རང་རྒྱ་འཕེར་བའི་ངང་
རྙོག་འཛིང་ཆེ་བའི་ལྷན་སྐྱེས་རང་བཞིན་གྱི་རྐང་ལག་
ཡ་མ་གཟུགས་ཀྱི་སྨན་བཅོས་བྱེད་པའི་ས་གནས་དེ་
གའི་སྨན་བཅོས་ཚོགས་པ་ཞིག་གཏོད་རྒྱུར་རམ་
འདེགས་བྱས་ཡོད།
ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མི་དམངས་སྨན་ཁང་རུས་ནད་
ཚན་ཁག་གི་ཀྲུའུ་རེན་གཞོན་པ་དང་ཆེད་བཅོས་སྨན་
པ་ཡིན་པའི་ལེའོ་ཐའོ་ཡིས་སྨན་ཁང་གིས་ད་ལོའི་ཟླ་5
ཚེས་8ཉིན་སྨན་བཅོས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་ཐོག་མ་དེ་སྤེལ་བ་
དང་དེས་ནད་པ་མང་པོར་བདེ་ཐང་སླར་གསོའི་རེ་བ་
སྦྱིན་ཞིང་། ད་ཐེངས་པེ་ཅིང་གི་རིགས་གཅིག་
མཁས་ཅན་སླར་ཡང་ཕེབས་པ་འདི་ནི་པེ་ཅིང་དང་ལྷ་

སའི་ས་གནས་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུན་མཐུད་ངང་སྨན་
བཅོས་ཀྱི་མཉམ་ལས་གཏིང་ཟབ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་
ལ། ས་མཐོའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་ཐང་ལ་ཐུགས་
ཁུར་ཟབ་མོ་གནང་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད། ད་ཐེངས་ཀྱི་
བྱེད་སྒོ་གོ་སྐབས་སུ་བྱས་ནས་རིགས་གཅིག་མཁས་
ཅན་གྱི་ལས་དོན་ལ་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་གཞོགས་
འདེགས་བྱས་ཏེ། ས་གནས་དེ་གའི་སྨན་དོན་པའི་
ཆེད་ལས་རྩལ་ནུས་མཐོ་རུ་བཏང་ནས་ས་གནས་འདི་
གའི་སྨན་བཅོས་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་ཏན་ཏིག་གཏོང་རྒྱུ་
ཡིན་ཞེས་བཤད།
འགོ་ཚུགས་མཛད་སྒོ་མཇུག་འགྲིལ་རྗེས།
རིགས་གཅིག་མཁས་ཅན་ཚོས་སྒོ་བསྟེན་སྨན་བཅོས་
ཚོམས་ཆེན་དུ་འོས་འགན་སྨན་བཅོས་བྱེད་འགོ་
ཚུགས་པ་དང་། ཡུལ་དངོས་སུ་སྨན་བཅོས་བྱེད་
པར་ཡོང་མཁན་གྱི་ནད་པ་དང་ཁྱིམ་བདག་གིས་
ཁེངས་ཤིང་། པེ་ཅིང་གི་རིགས་གཅིག་མཁས་ཅན་
གྱིས་ནད་གཞིར་བརྟག་དཔྱད་དང་། ལྟ་ཞིབ།
འདྲི་རྩད་སོགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་བརྒྱུད། བརྟག་དཔྱད་
ཞིབ་ཚགས་བྱས་ཏེ་བྱིས་པའི་ལྷན་སྐྱེས་རང་བཞིན་གྱི་
རྐང་ལག་ཡ་མ་གཟུགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་ཕྱོགས་
ཡོངས་ནས་ཤེས་རྟོགས་ཞིབ་ཕྲ་བྱས་པ་དང་
སྦྲགས། ཁྱིམ་བདག་ལ་གཤགས་བཅོས་བྱེད་པའི་
དུས་ཚོད་ཡག་ཤོས་དང་། གཤགས་བཅོས་མ་བྱས་
གོང་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་ཚན། གཤགས་

བཅོས་བྱས་རྗེས་ཀྱི་དྲག་སྐྱེད་སྦྱོང་བརྡར་བྱ་ཐབས་
བཅས་ཞིབ་ཕྲ་གསལ་བཤད་བྱས་པ་རེད།
ནད་པའི་ཁྱིམ་བདག་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ཁ་
སྔོན་སྨན་བཅོས་བྱེད་སྐབས་དེ་རིང་པེ་ཅིང་གི་རིགས་
གཅིག་མཁས་ཅན་གྱིས་འོས་འགན་སྨན་བཅོས་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བས་ཆེད་མངགས་ཡོང་བ་
ཡིན། སྨན་པས་གོང་གི་བརྟག་དཔྱད་བྱས་འབྲས་
ལ་བལྟས་རྗེས་ལམ་སེང་གཤགས་བཅོས་བྱས་ཆོག་
ཅེས་ཤོད་ཀྱི་འདུག་པས་ང་ཚོས་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ནས་
བསྡད་ཡོད་ཅེས་བཤད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོས་ས་མཐོའི་ཁུལ་གྱི་ལྷན་
སྐྱེས་རང་བཞིན་གྱི་རྐང་ལག་ཡ་མ་གཟུགས་ཀྱི་ནད་
ཕོག་པའི་བྱིས་པར་སྤུས་ལེགས་ཀྱི་སྨན་བཅོས་ཞབས་
ཞུ་བསྒྲུབས་པར་མ་ཟད། པེ་ཅིང་དང་ལྷ་སའི་ས་
གནས་གཉིས་ཀྱི་རོགས་སྐྱོར་བསམ་པ་དེ་བས་ཟབ་ཏུ་
ཕྱིན་ཡོད། ཕྱིས་འབྱུང་། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མི་
དམངས་སྨན་ཁང་གིས་པེ་ཅིང་གི་སྤུས་ལེགས་སྨན་
བཅོས་ཐོན་ཁུངས་དང་མཉམ་ལས་བྱ་རྒྱུར་མུ་མཐུད་
དེ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་ནས་ལྷན་སྐྱེས་རང་བཞིན་གྱི་
རྐང་ལག་ཡ་མ་གཟུགས་ཀྱི་སྨན་བཅོས་ཆུ་ཚད་རྒྱུན་
ཆད་མེད་པར་མཐོ་རུ་བཏང་སྟེ། བྱ་སྤྱོད་དངོས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་ས་མཐོའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་གཟུགས་གཞིའི་
བདེ་ཐང་ལ་སྲུང་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད།
（ཕུར་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མི་དམངས་སྨན་ཁང་གིས་ལྷན་སྐྱེས་རང་བཞིན་གྱི་རྐང་ལག་ཡ་མ་གཟུགས་ལ་སྨན་བཅོས་བྱེད་འགོ་ཚུགས་པ།

ཉེན་ཁ་ཚབས་ཆེན་ལ་སྔོན་འགོག་བྱས་ཏེ།
མཛེས་ལྡན་གྱི་ཁྱིམ་གཞིས་བསྐྲུན།