2 གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར། 2026ལོའི་ཟླ་1ཚེས་7

རེས་གཟའ་ལྷག་པ།

པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། བྱམས་པ་ཚེ་རིང་།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་
སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉེ་ཆར། ཁྲེང་
ཀོན་ཆུས་ཉང་བྲན་ཁྲོམ་གཞུང་ཚེས་གསུམ་ཐང་སྡེ་
ཁུལ་གྱིས་བཏོད་པའི་སྤྱི་པའི་རིག་གནས་བར་
མཐོངས་གསར་པ་དེ་ལྷ་སའི་སྤྱི་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་
བར་མཐོངས་ཡག་ཤོས་བཅུའི་གྲས་སུ་བདམས་པ་
ཡོད། བར་མཐོངས་དེ་ནི་སྡེ་ཁུལ་གྱི་སྔར་ཡོད་ཀྱི་
གཞུང་ལས་ཁུལ་སྒྱུར་བཀོད་རིམ་སྤོར་བྱས་པ་ལས་
གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ད་ཆ་ཏང་དང་མང་
ཚོགས་ཀྱི་ཞབས་ཞུ་དང་། དམངས་ཡོངས་ཀྱི་དཔེ་
ཀློག སྤྲོ་གསེང་གི་སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་འདྲིས།
དམངས་ཕན་ཞབས་ཞུ་བཅས་གཞི་གཅིག་ཏུ་འདུས་
པའི་སྡེ་ཁུལ་གྱི་འཚོ་བའི་ལྟེ་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད། དེ་
ནི་གྲོང་མི་ཚོ་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་རྒྱུར་དགའ་བའི་གྲོང་ཁྱེར་
གྱི་ཚོམས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། མི་ཁྲི་ལ་ཉེ་
བར་ཁྱབ་པའི་སྐར་མ་15ཡི་སྤུས་ཚད་ལྡན་པའི་རིག་
གནས་འཚོ་བའི་འཁོར་རྒྱ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེ་ལས་
ལྷ་སའི་གཞི་རིམ་སྤྱི་པའི་ཞབས་ཞུ་དང་སྡེ་ཁུལ་བཅོས་
སྐྱོང་མཉམ་འདྲེས་གསར་གཏོད་ཀྱི་རྣམ་པ་གསར་པ་
གསོན་ཉམས་དོད་པོས་མངོན་ཡོད།
ཉེ་ཆར། གསར་འགོད་པ་བར་མཐོངས་དེར་
སླེབས་སྐབས། ལྷ་སའི་དགེ་འོས་སློབ་ཆེན་གྱི་ཞོར་
གཏོགས་སློབ་ཆུང་གི་སློབ་མ་ཡེ་ཤེས་ལྷག་སྒྲོན་གྱིས་
གཅུང་མོ་དང་མཉམ་དུ་ཁུ་སིམ་མེར་དཔེ་དེབ་ཀློག་
བཞིན་ཡོད་པ་དང་། ཐག་མི་རིང་བའི་གྲོས་བསྡུར་
ཁུལ་དུ་སྡེ་ཁུལ་གྱི་ལས་དོན་པ་དང་གྲོང་མི་མཉམ་དུ་
བསྡད་དེ་སྡེ་ཁུལ་གྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་མི་ཚོགས་ལ་
རོགས་སྐྱོར་དང་གྲོང་མི་བཅོས་སྐྱོང་ནང་ཞུགས་རྒྱུར་
སྐུལ་ལྕག་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་གྲོས་གཞིར་གྲོས་བསྡུར་

འཁྲུག་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། རེས་མོས་ངང་གཏམ་
བཤད་སྤེལ་བ་བརྒྱུད་ཉམས་མྱོང་མཉམ་སྤྱོད་དང་
ཐུན་མོང་གི་ངོས་འཛིན་གཅིག་སྡུད་བྱས་ཡོད། ཡེ་
ཤེས་ལྷག་སྒྲོན་གྱིས་ང་ཚོ་རྟག་ཏུ་འདི་གར་དཔེ་དེབ་
དང་གློག་བརྙན་ལྟ་བར་ཡོང་གི་ཡོད། སྡེ་ཁུལ་གྱི་
གཅེན་པོ་དང་གཅེན་མོ་ཚོས་ཀྱང་ང་ཚོའི་སྦྱོང་ཚན་
ཐད་ཟུར་ཁྲིད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདི་གར་གྲོཊ་པོ་
གསར་པ་མང་པོ་ངོ་ཤེས་བྱུང་ཞེས་བཤད།
སྡེ་ཁུལ་སྒྱུར་བཀོད་རིམ་སྤོར་གྱི་ལོ་གསུམ་གྱི་

འཆར་གཞི་ལག་བསྟར་བྱས་ཚུན། ཚེས་གསུམ་ཐང་
སྡེ་ཁུལ་གྱིས་ལྗོངས་ཕྱིའི་སྔོན་ཐོན་ཉམས་མྱོང་དཔྱད་
གཞིར་འཛིན་ནས། བར་མཐོངས་ནུས་པ་མཉམ་
འདུས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་འཚོལ་ཞིབ་ཧུར་ཐག་བྱས་
ཡོད། སྔར་ཡོད་ཀྱི་གཞུང་ལས་ཁུལ་གྱི་འགལ་རྐྱེན་
གཏོར་ནས། བར་མཐོངས་ཕྱི་ཕྱོགས་ལ་སྒོ་འབྱེད་
དང་བྱེད་ནུས་མཉམ་འདྲེས་བྱེད་པར་སྐུལ་འདེད་
བཏང་བ་བརྒྱུད།
（པར་ངོས་གསུམ་པར་གཟིགས）

ལྷ་སའི་སྤྱི་པའི་རིག་གནས་བར་མཐོངས་ཡག་ཤོས་བཅུའི་གྲས་སུ་བདམས་པའི་ཚེས་གསུམ་ཐང་སྡེ་ཁུལ་གྱི་སྤྱི་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་བར་མཐོངས་གསར་པས།གཞུང་ལས་ཁུལ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཚོམས་ཆེན་དུ་བསྒྱུར་ནས་གྲོང་མི་ཁྲི་ཕྲག་ལ་ཕན་པ་སྦྱིན་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉིན་ཤས་གོང་།
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་
པ་དང་སྲིད་ཁྲིམས་ཨུ་ལྷན་གྱི་ཧྲུའུ་ཅི་ལིའུ་ཅང་གིས་
མངགས་བཅོལ་གནང་བ་ལྟར་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་
ཨུད་སྲིད་ཁྲིམས་ཨུ་ལྷན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་འགོ་ཁྲིད་ཀྱིས་
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་བདེན་པའི་རྒྱབ་ལངས་ཐེབས་རྩ་ལྷན་
ཚོགས་གཞུང་ལས་ཁང་གི་འགན་འཁུར་བ་དང་ལྷ་ས་
གྲོང་ཨུད་སྲིད་ཁྲིམས་ཨུ་ལྷན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་འགན་
འཁུར་བློ་མཐུན་གྱི་སྣེ་ཁྲིད་ནས་བཅིངས་འགྲོལ་ནུབ་
ལམ་ཉི་འོད་ཁྱིམ་གཞིས་ཁུལ་ཆུང་དུ་ཕེབས་ནས་རྒྱལ་
ཡོངས་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་བདེན་པའི་རྒྱབ་
ལངས་དང་ཉེས་གསོག་པར་འཐབ་རྩོད་བྱེད་མཁན་གྱི་
སྔོན་ཐོན་པ་དང་། བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་སྤྱི་
ཚོགས་བདེ་འཇགས་ཀྱི་བདེན་པའི་རྒྱབ་ལངས་ཀྱི་སྔོན་
ཐོན་པ་བློ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་ནང་མིར་ཆེད་མངགས་
འཚམས་འདྲི་གནང་བ་རེད།
འཚམས་འདྲི་ཚོགས་ཆུང་དང་བཅས་པས་བློ་
བཟང་རྒྱ་མཚོའི་བཟའ་ཟླ་དང་བུ་བཅས་དང་མཉམ་
དུ་ད་ཆ་ནང་ལ་མི་ག་ཚོད་ཡོད། བུ་ཕྲུག་ཚོ་གང་དུ་
སློབ་གྲྭར་འགྲོ་ཡི་ཡོད། འཚོ་བའི་ཐད་དཀའ་ངལ་
ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཐད་བྱམས་བརྩེའི་ངང་གླེང་
མོལ་གནང་ནས་ཁོང་ཚོའི་འཚོ་བ་དང་། གཟུགས་
པོའི་གནས་ཚུལ། བུ་ཕྲུག་སློབ་ཞུགས་སོགས་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་མཁྱེན་རྟོགས་ཞིབ་ཕྲ་གནང་བ་རེད། བུ་
ལྷག་པ་དོན་གྲུབ་ཞིབ་འཇུག་སློབ་མར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་
བཞིན་ཡོད་པ་ཤེས་སྐབས་འཚམས་འདྲི་ཚོགས་ཆུང་
གིས་ཁོང་གི་འཇོན་ཐང་ལ་བསྔགས་བརྗོད་བྱས་པ་
དང་འབྲེལ་ཁོང་ཚོར་སྤྲོ་སྣང་ཆེན་པོས་འཚོ་བར་ཁ་
གཏད་གཅོག་པ་དང་། སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་བྱས་ནས་

འཚར་ལོངས་ཡག་པོ་ཡོང་བར་བྱེད་པ། མིག་དཔེའི་
ནུས་པ་མུ་མཐུད་ནས་འདོན་སྤེལ་བྱེད་པ། མི་དེ་
བས་མང་བ་བདེན་པའི་རྒྱབ་ལངས་ཀྱི་བྱ་གཞག་ནང་
ཞུགས་རྒྱུར་སྐུལ་ཁྲིད་བཅས་བྱས་ཏེ། བདེན་པའི་
རྒྱབ་ལངས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དར་སྲོལ་བཟང་པོ་ཞིག་
ཆགས་པར་བྱེད་དགོས་པའི་སྐུལ་ལྕག་གནང་བ་རེད།
འཚམས་འདྲི་ཚོགས་ཆུང་གིས་བློ་མཐུན་བློ་
བཟང་རྒྱ་མཚོས་ཉེན་ཁའི་མདུན་དུ་དཔའ་ངར་ཆེར་
སྐྱེད་ཀྱིས་ཁྲིམས་འགལ་བར་འཐབ་རྩོད་མཐའ་གཅིག་
ཏུ་བྱས་པའི་བདེན་པའི་རྒྱབ་ལངས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་
དང་། ཞུམ་པ་མེད་པའི་དཔའ་ངར། དྲང་བདེན་
ལ་རོགས་སྐྱོར། རང་ལས་གཞན་གཅེས་པ་བཅས་ཀྱི་
བླ་ན་མེད་པའི་གཤིས་རྒྱུད་ལ་ཚད་མཐོའི་བསྔགས་
བརྗོད་གནང་བ་དང་འབྲེལ་ཏང་དང་སྲིད་གཞུང་གིས་
བོད་མི་དམངས་ལ་ལེགས་སྐྱེས་གལ་ཆེན་འབུལ་མཁན་
ནམ་ཡང་བརྗེད་མི་སྲིད་པའི་ནན་གཤད་བྱས་ཡོད།
མིག་སྔར་ཁོང་ཚོའི་ཁྱིམ་ཚང་གི་དཀའ་ངལ་དངོས་ལ་
གཞིགས་ནས་འཚམས་འདྲི་ཚོགས་ཆུང་གིས་ཁོང་ཚོའི་
སེམས་ཁྲལ་དང་དཀའ་ངལ་སེལ་རོགས་ཧུར་ཐག་བྱ་
རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་རེད།
བློ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་ནང་མིས་ཏང་དང་སྲིད་
གཞུང་གིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཐུགས་ཁུར་
གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་རེད། ལྷག་པ་
དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ལྷག་པར་དུ་ལྗོངས་དང་གྲོང་ཁྱེར་
སྲིད་ཁྲིམས་ཨུ་ལྷན་གྱི་བློ་མཐུན་ང་ཚོའི་ཁྱིམ་དུ་
འཚམས་འདྲིར་ཕེབས་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་
ང་དང་ནང་མི་ཚང་མར་དྲོ་སྐྱིད་ཚོར་བྱུང་། ངས་
ཨ་ཕའི་དཔའ་ངར་ཞུམ་མེད་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་དར་
སྤེལ་བཏང་ནས་ཏང་དང་སྲིད་གཞུང་ལ་ཕན་
ཐོགས་པ་དང་། བོད་ལྗོངས་གསར་པ་འཛུགས་
སྐྲུན་དང་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་ཕ་ཡུལ་འཛུགས་
སྐྲུན་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཕན་ཐོགས་པའི་མི་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་
ཡིན་ཞེས་བཤད།
（སྟོབས་རྒྱལ་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་སྲིད་ཁྲིམས་ཨུ་ལྷན་དང་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་བདེན་པའི་རྒྱབ་ལངས་ཐེབས་རྩ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བདེན་པའི་རྒྱབ་ལངས་ཀྱི་དཔའ་བོ་དཔེ་བཟང་བ་བློ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་ནང་མིར་འཚམས་འདྲི་གནང་བ།

གཞི་རིམ་བཅོས་སྐྱོང་ཁྲོད་ཀྱི་དཀའ་གནད་
དང་འགག་གནད་ཀྱི་མདུན་དུ་ཆུ་ཤུར་རྫོང་ཆུ་ཤུར་
གྲོང་རྡལ་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་ཁྲིད་སྟོན་
དུ་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་མང་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་
མཁོར་དམིགས་ནས། ལམ་སྲོལ་གསར་གཏོད་དང་
ཐོན་ཁུངས་བསྡུ་སྒྲིལ་བྱས་པ་བརྒྱུད། གོམ་སྟབས་
བཞི་ལྟེ་བར་བྱས་པའི་གཞི་རིམ་བཅོས་སྐྱོང་གི་ཐབས་
ལམ་གསར་པ་ཞིག་འཚོལ་ཞིབ་བྱས་ཡོད། གྲོང་རྡལ་
དེས་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་མཁར་རྫོང་བརྟན་དུ་གཏོང་བ་
དང་། ཕྱོགས་ལྔ་མཉམ་འགུལ་གྱི་བརྡ་ལན་ལམ་སྲོལ་
འཛུགས་པ། འགལ་ཟླ་འདུམ་འགྲིག་བྱེད་སྟངས་
གསར་གཏོད་བྱེད་པ། སྣ་མང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྟོབས་
ཤུགས་སྤྱི་འདོམས་བྱེད་པ་སོགས་བརྒྱུད་རིམ་རང་
བཞིན་གྱི་བྱ་ཐབས་སྤྱད་པ་བརྒྱུད། བཅོས་སྐྱོང་གི་
ཕན་ནུས་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་བློ་ཡིད་ཚིམ་ཚད་མངོན་
གསལ་དོད་པོས་མཐོ་རུ་ཕྱིན་པར་མ་ཟད། ཏང་ཨུད་
ཀྱིས་གཙོ་ཁྲིད་དང་། སྣ་མང་མཉམ་
བཅོས། གནད་སྨིན་ཞབས་ཞུ་བཅས་ཀྱི་གསོན་
ཉམས་དོད་པའི་རྣམ་པ་དེ་བས་ཆགས་ནས་དུས་རབས་
གསར་པའི་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གིས་གཞི་རིམ་བཅོས་
སྐྱོང་ལ་སྣེ་ཁྲིད་བྱ་རྒྱུར་དངོས་སྒྲུབ་དང་སྤྱོད་གོ་ཆོད་
པའི་ཆུ་ཤུར་གྱི་ཉམས་མྱོང་མཁོ་འདོན་བྱས་ཡོད།
ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་སྣེ་ཁྲིད་དེ་བཅོས་སྐྱོང་གི་
སྲོག་ཤིང་བརྟན་པོར་བཙུགས་པ་སྟེ། ཆུ་ཤུར་གྲོང་

རྡལ་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་ཏང་གི་ཕྱོགས་ཡོངས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་
དེ་བཅོས་སྐྱོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོར་ཁྱབ་པར་བྱས་
ནས། གཅིག་བྱས་པ་བཞི་ཡི་ཐོག་མའི་བསམ་
འདུན་གྱི་འབོད་སྐུལ་བྱ་སྤྱོད་དང་། ཐོག་མའི་
བསམ་འདུན་མཚོན་པའི་འཕྲིན་ཡིག་གི་གྲོས་བསྡུར་
སོགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་བརྒྱུད། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁྲིད་
སྟོན་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་ནས་ཏང་ཡོན་གྱིས་ཐོབ་
ཐང་གསལ་སྟོན་དང་མིག་དཔེ་སྟོན་རྒྱུར་སྐུལ་ལྕག་
བྱས་ཡོད། རྩ་འཛུགས་བཀོད་སྒྲིག་ལ་གསར་གཏོད་
བྱས་ཏེ། ཏང་ཨུད་ཀྱིས་སྤྱི་འདོམས་བྱེད་པ་
དང་། ཀྲི་པུའུ་ཡིས་སྣེ་ཁྲིད་པ། ཡན་ལག་རུ་ཁག་
གིས་འགག་སྒྲོལ་བྱེད་པ་བཅས་རིམ་པ་གསུམ་གྱི་
ཞབས་ཞུའི་སྒྲོམ་གཞི་བཙུགས་པ་དང་། ཚོན་
མདོག་སྣ་ལྔའི་མེ་ཏོག ཆུ་ཤུར་གྱི་སེམས་སྦྲེལ་ཟམ་
པ་སོགས་ཆེད་ལས་ཅན་གྱི་ཞབས་ཞུའི་རུ་ཁག་བཏོད་
དེ་ཀྲི་པུའུ་དེ་ཞབས་ཞུའི་སྦྲེལ་ཐག་ཐོག་བཙུགས་
ཡོད། འགག་རྩའི་ལས་དོན་ལ་ཏང་རྩ་འཛུགས་
ཀྱིས་སྣེ་ཁྲིད་དེ་ལས་ཀའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་དང་
ཀུན་གྱིས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཚད་ལ་འགན་ལེན་བྱས་ཡོད།
དགོས་མཁོ་ཕྱོགས་སྟོན་དུ་བཟུང་ནས་དམངས་
ཀྱི་རེ་སྒུག་གནད་སྨིན་སྦྲེལ་མཐུད་བྱས་པ་སྟེ། ཆུ་
ཤུར་གྲོང་རྡལ་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་གཞན་དབང་གི་དང་
ལེན་དེ་རང་འགུལ་ངང་ཤེས་རྟོགས་བྱ་རྒྱུར་བསྒྱུར་
ནས། མང་ཚོགས་ཀྱི་བློ་ཡིད་ཚིམ་ཚད་དེ་རྩ་བའི་
ཚད་གཞིར་བྱས་ཡོད། ཏང་ཡོན་ལས་བྱེད་པས་
གཞི་རིམ་དུ་སླེབས་པ་བཞི་དང་གཅིག་སེམས་གཅིག་
སྦྲེལ་སོགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་བརྒྱུད། དྲ་མིག་ནང་ཟབ་
འཇུག་བྱས་ཏེ་ལོ་ཧྲིལ་པོར་རང་གཤིས་ཅན་གྱི་

དམངས་འཚོའི་དགོས་མཁོ་127གནད་སྨིན་འཚོལ་
བསྡུ་བྱས་པ་དང་། དུད་ཚང་རེར་ཡིག་ཚགས་རེའི་
སྒུལ་རྣམ་རྩིས་ཁྲ་83བཟོས་ཡོད། ཞིང་འབྲོག་པའི་
དགོས་མཁོ་དང་བསམ་འཆར་འདོན་པ་དང་།
གྲོང་ཚོ་ཨུ་ལྷན་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་བསམ་འཆར་
འཚོལ་བསྡུ་བྱེད་པ། གྲོང་རྡལ་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ལས་
དོན་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་པ། སྡེ་ཚན་གྱི་ལས་དོན་དང་
ལེན་བྱེད་པ། མང་ཚོགས་ཀྱིས་ལས་དོན་ལ་དཔྱད་
འདེམས་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལྔ་མཉམ་འགུལ་གྱི་
མགྱོགས་མྱུར་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་ལམ་སྲོལ་གསར་
གཏོད་བྱས་ནས། དགོས་མཁོ་གཟའ་འཁོར་གཅིག་
ཐི་ནང་དང་ལེན་བྱས་ནས་ཟླ་བ་གཅིག་གི་ནང་སྒྲུབ་
ཚར་བ་མངོན་འགྱུར་བྱུང་བ་དང་། ལོ་ཧྲིལ་པོར་
དམངས་འཚོའི་བྱ་བ་དངོས་50ལྷག་ཙམ་མཉམ་
འགུལ་ངང་ཐག་གཅོད་བྱས་པ། བསམ་འདུན་ཆུང་
ངུ་30མངོན་འགྱུར་བྱུང་བ། དགོས་མཁོ་ནས་
ཞབས་ཞུའི་གདེང་འཇོག་བར་གྱི་གནད་སྨིན་ལམ་
སྲོལ་ཞིག་བཏོད་ཡོད།
ལམ་སྲོལ་གསར་གཏོད་བྱས་ནས་མཉམ་བཅོས་
ཀྱི་ནང་གནས་སྒུལ་ཤུགས་འཕེལ་བར་བྱས་པ་
སྟེ། བཅོས་སྐྱོང་གི་འགྲན་སློང་མདུན་དུ་ཆུ་ཤུར་གྲོང་
རྡལ་གྱིས་ལམ་སྲོལ་གསར་གཏོད་ལ་བརྟེན་ནས་གནད་
དོན་ཐག་གཅོད་བྱས་ཤིང་། ཕྱོགས་བསྡུས་བཅོས་
སྐྱོང་གི་སྣེ་ཁྲིད་དང་། ཚན་པ་མང་པོའི་མཉམ་
འགུལ། ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་ཞུཊ་པ་བཅས་ཀྱི་
འགལ་ཟླ་དང་རྩོད་གཞི་འདུམ་འགྲིག་ལམ་སྲོལ་
བཙུགས་ནས་རྩོད་གཞི་78གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་པའི་ངང་
བསལ་བ་དང་། （པར་ངོས་བཞི་པར་གཟིགས）

ཆུ་ཤུར་གྲོང་རྡལ་གྱིས་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་གོམ་སྟབས་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་གཞི་རིམ་བཅོས་སྐྱོང་གི་ཐབས་ལམ་གསར་པ་བཏོད་པ།
ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་གྱི་གསར་འགོད་པ། ཆི་ཡུང་ཁྲང་།

པར་འདི་ནི་ཚེས་གསུམ་ཐང་སྡེ་ཁུལ་གྱི་སྤྱི་པའི་རིག་གནས་བར་མཐོངས་གསར་པའི་ནང་ས་གནས་འདི་གའི་སློབ་
ཆེན་སློབ་མས་ཀོག་ཧྥེ་ཁང་ནས་མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བཞིན་པའི་རྣམ་པ་ཡིན།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉེ་ཆར། རྨང་གཞི་
བརྟན་དུ་བཏང་ནས་ཉམས་འགྱུར་བཟང་པོ་མངོན།
འགྲན་བསྡུར་ལ་བརྟེན་ནས་འཇོན་ཐང་ངོམས་ཞེས་པ་གཙོ་
དོན་དུ་བྱས་པའི་ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་ཀྱི་སྐབས་གཉིས་པའི་སྡེ་ཁུལ་
གྱི་ལས་དོན་པའི་ལས་སྒོའི་འཇོན་ཐང་འགྲན་བསྡུར་ཆེན་
མོའི་ཆུས་རིམ་པའི་མཐའ་བསྡུར་སྤེལ་བ་རེད།
གྲོང་ཨུད་ཀྱི་རྒྱུན་ཨུ་དང་ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་ཨུད་ཀྱི་
ཧྲུའུ་ཅི་ཞུས་ཧའེ་ཚོགས་འདུར་ཕེབས་པ་དང་འབྲེལ་
གསུང་བཤད་ཀྱང་གནང་བ་རེད།
བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ཡུལ་དུ་འགྲན་བསྡུར་དུམ་བུ་ཞིག་གི་
ཕྱིར་དྲན་བརྙན་ལམ་ལས་དྲག་རྩལ་འགྲན་བསྡུར་ཆེན་མོའི་
ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་སྐད་ཅིག་མ་དེ་གསོན་ཉམས་དོད་པོས་
སླར་ཡང་མངོན་པ་དང་ཕུལ་བྱུང་གི་དྲིལ་བསྒྲགས་པར་གཞི་
དུས་གཅིག་ཏུ་བསྟན་ནས་སྡེ་ཁུལ་གྱི་ལས་དོན་པའི་དངོས་
སྒྲུབ་ཀྱི་ཉམས་འགྱུར་གཅིག་སྡུད་ཐོག་མངོན་ཡོད། ཡུལ་
དངོས་སུ་ད་དུང་ལས་དོན་གྱི་ཉམས་མྱོང་མཉམ་སྤྱོད་བཀོད་
སྒྲིག་བྱས་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ལས་མིའི་གླ་ཕོགས་ཀྱི་
རྩོད་གཞི་འདུམ་འགྲིག་བྱ་ཐབས་གསུམ་དང་། གསར་
གཏོད་ཞབས་ཞུའི་ནུས་པར་བརྟེན་ནས་གཞི་རིམ་བཅོས་
སྐྱོང་གི་ལེའུ་གསར་པ་མུ་མཐུད་ནས་རྩོམ་པ། དྲ་མིག་གི་
འཆར་འགོད་རི་མོ་སོགས་མང་ཚོགས་དང་འབྲེལ་འདྲིས་

ཐུབ་པ་དང་འདྲ་བཟོ་བྱེད་ཆོག་པའི་བྱ་ཐབས་ཡག་པོ་དང་
ཉམས་མྱོང་ཡག་པོ་ཁག་གཅིག་ཚུད་ཡོད། ད་ཐེངས་ཀྱི་
མཐའ་བསྡུར་ནང་བརྙན་ཐུང་འགྲེམས་སྟོན་དང་། དྲ་
ཕྱིའི་ཤེས་བྱའི་འགྲན་བསྡུར། ལག་བྲིས་དྲ་མིག་གི་འཆར་
འགོད་རི་མོའི་འགྲན་བསྡུར། ལས་ཀའི་ཐབས་མཁས་
འཁྲབ་སྟོན་བཅས་དཔྱད་ཞིབ་ཀྱི་དཔེ་དབྱིབས་ཆེན་པོ་བཞི་
བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་དང་ཆེད་ལས་དཔྱད་ཞིབ་ཚོཊ་པས་ཕྱོཊ་
བསྡུས་དཔྱད་འདེམས་བྱས་པ་བརྒྱུད། མཐར་བྱ་དགའ་
སྣ་ཚོཊ་བདམས་པ་དང་འབྲེལ་ཡུལ་དངོས་སུ་ཡོངས་བསྒྲཊ་
བྱས་པ་རེད།
ཞུས་ཧའེ་ཡིས་རྒྱ་ཆེའི་སྡེ་ཁུལ་གྱི་ལས་དོན་པས་
མང་ཙམ་སྐྱོད་པ་དང་། མང་ཙམ་ཉན་པ། མང་ཙམ་
ཟིན་ཐོ་འགོད་པ། མང་ཙམ་སྦྱོང་བ། མང་ཙམ་
མཉམ་འདྲེས་བཅས་ཀྱི་ལས་ཀའི་བྱ་ཐབས་ལག་ལེན་
བསྟར་ནས་དྲ་མིག་ཅན་གྱི་དོ་དམ་ལ་དམ་འཛིན་ཏན་
ཏིག་དང་ཞིབ་ཚགས་བྱེད་པ་དང་། མང་ཚོགས་ཀྱི་རེ་
འབོད་ཉན་པ། གྲོས་བསྡུར་ལས་སྟེགས་སྣ་ཚོགས་སྤྱོད་
མཁས་པ། མཉམ་འགུལ་སྣ་མང་གི་བྱེད་པོ་སྡེ་ཁུལ་
བཅོས་སྐྱོང་ནང་ཞུགས་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་འགག་རྩའི་དོན་
ཆུང་བཅུ་དོན་འཁྱོལ་དང་ཕན་འབྲས་ཐོན་རྒྱུར་སྐུལ་
འདེད་ཏན་ཏིག་གཏོང་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་
བ་རེད། （ནོར་བུ་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་ཀྱི་སྐབས་གཉིས་པའི་སྡེ་ཁུལ་གྱི་ལས་དོན་པའི་ལས་སྒོའི་འཇོན་ཐང་གི་འགྲན་བསྡུར་ཆེན་མོའི་ཆུས་རིམ་པའི་མཐའ་བསྡུར་གཉེར་བ།

ཉེ་འགྲམ་གྱི་མིག་དཔེ་བ།

ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གཞི་རིམ་བཅོས་སྐྱོང་
གི་ཕན་ནུས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་པ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）ང་ཚོས་གོ་ཐུབ་པའི་སྐད་ཆ་དང་ཉེ་
འགྲམ་གྱི་དཔེ་མཚོན་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོག་འགྲེལ་གནང་གི་ཡོད་
པས། ངས་ཏང་གི་སྲིད་ཇུས་བཟང་པོ་དེ་འཚོ་བའི་ཕྱོགས་གང་ས་
ཅི་ཐད་ནས་མངོན་གྱི་ཡོད་པ་གཞི་ནས་ཤེས་བྱུང་ཞེས་བཤད།
འདམ་གཞུང་རྫོང་ལ་འཛམ་གླིང་རིམ་པའི་རང་བྱུང་གི་མཛེས་ལྗོངས་
གནམ་མཚོ་དང་དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་མངོན་མིན་རིག་གནས་
ཤུལ་བཞག་འདམ་སྤྱི་རིམ་གྱི་རྟ་རྒྱུག་འགྲན་ཚོགས་ཀྱང་ཡོད།
ལེགས་ཆ་དེར་བརྟེན་ནས་གོང་རིམ་གྱི་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུའི་རྒྱབ་
སྐྱོར་འོག འདམ་གཞུང་རྫོང་ཨུད་དྲིལ་བསྒྲགས་པུས་སྡེ་ཚན་ཁག་
དང་མཉམ་དུ་བྱེད་སྒོའི་ཇུས་འགོད་གསར་གཏོད་དང་། རིག་
གནས་ཀྱི་གྲགས་ཅན་མི་སྣ་དང་བགྲོ་གླེང་བྱེད་པ། སྨྱན་སྦྱོར་ལ་
བརྟེན་ནས་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་པ་བཅས་བྱས་ཏེ། གནམ་མཚོའི་
དར་ཁ་ཕྱེ་བའི་ཉིན་མོ་དང་འདམ་སྤྱི་རིམ་གྱི་རྟ་རྒྱུག་འགྲན་ཚོགས་
སོགས་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་གྲགས་རྟགས་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་པའི་ངང་
ཁྱབ་གདལ་དུ་བཏང་བས། འདམ་གཞུང་རྫོང་གི་སྐད་གྲགས་ཆོད་
ཚད་དང་ཡིད་དབང་འཕྲོག་ཤུགས་ཆེ་རུ་ནུས་ལྡན་ཕྱིན་ཡོད།
ཧྲའན་ཤིས་ཤིས་ཨན་ནས་ཡོང་བའི་ཡུལ་སྐོར་བ་མཁྱེན་ལྡན་མ་ལི་
ལགས་ཀྱིས་གནམ་མཚོའི་མཛེས་ལྗོངས་ལ་བསྔགས་བརྗོད་ཟམ་མི་ཆད་
པར་གནང་གི་ཡོད། ཁོང་གིས་འབྲེལ་ལམ་སྨྱན་སྦྱོར་ཐོག་གནམ་མཚོའི་
བརྗིད་ཆགས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྣམ་པ་མཐོང་སྐབས། ངའི་ཡིད་དབང་

དབང་མེད་དུ་འཕྲོག་ནས་འདི་གར་ཡུལ་སྐོར་དུ་ཡོང་བ་ཡིན། འདི་
གར་མཛེས་ལྗོངས་ལ་མྱོང་རོལ་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ད་དུང་རྟ་རྒྱུག་རིག་
གནས་ལ་ཡང་མྱོང་རོལ་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད། རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྐོར་
མཉམ་འདྲེས་བྱས་པ་འདིས་ང་ཚོར་མིག་ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ཞིག་
བཤམས་པར་མ་ཟད་མཐོང་རྒྱ་ཡང་ཆེ་རུ་ཕྱིན་སོང་ཞེས་བཤད། ཤེས་
རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། 2025ལོར་གནམ་མཚོའི་མཛེས་ལྗོངས་
ཁུལ་གྱིས་ཡུལ་སྐོར་བ་མི་ཐེངས་ཁྲི་41.6ལ་སྣེ་ལེན་ཞུས་པར་ཡོང་འབབ་
སྒོར་ཁྲི་6846.9བྱུང་ནས། རིག་གནས་ཀྱི་འཇམ་ཤུགས་དེ་སྤུས་ཚད་
མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འདེགས་སྐྱོར་ནུས་ལྡན་ཞིག་ཏུ་རྒྱུན་མཐུད་ངང་
འགྱུར་བཞིན་ཡོད།
བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་འཛུགས་གཏོད་དང་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་
ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་ལས་དོན་ཁྲོད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་འདམ་
གཞུང་རྫོང་ཨུད་དྲིལ་བསྒྲགས་པུས“རིག་རྩལ་+དྲིལ་བསྒྲགས་+
N”བཅས་ཀྱི་རྣམ་པ་འཚོལ་ཞིབ་དང་གསར་གཏོད་བྱས་ཏེ། རིམ་ཁག་
སྒྱུ་རྩལ་ཚོགས་པ（ཚོགས་པ）སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་རིག་གནས་ཀྱི་གཤམ་
སྤེལ་བཞིའི་སྐོར་སྐྱོད་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་པ་བརྒྱུད། སྒྱུ་རྩལ་གྱི་རྣམ་པའི་
ཐོག་ནས་ཐུན་མོང་གི་ངོས་འཛིན་གཅིག་སྡུད་དང་མོས་སེམས་ཆེ་རུ་
བཏང་ཡོད། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་དུས་རབས་གསར་པའི་ཤེས་
དཔལ་ལག་ལེན་གྱི་འཐབ་ས་དང་སྨྱན་སྦྱོར་གསར་པའི་ལས་སྟེགས་ལ་
བརྟེན་ནས། ང་ཚོའི་དུས་ཆེན་དང་འདམ་སྤྱི་རིམ་རྟ་རྒྱུག་འགྲན་

ཚོགས་སོགས་ཁྱད་ལྡན་བྱེད་སྒོ་མཉམ་འདྲེས་བྱས་ཏེ། ཀུན་སྤྱོད་
དང་། ཁྲིམས་སྐྱོང་། ཤེས་དཔལ་བཅས་ལྡན་པའི་ཁྱིམ་ཚང་སོགས་
གཙོ་དོན་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱས་ནས། མང་ཚོགས་ལ་གཙོ་རྒྱུན་རིན་ཐང་
ལག་ལེན་བསྟར་རྒྱུར་ཁྲིད་སྟོན་ཧུར་ཐག་བྱས་ཡོད། གཞན་ཡང་།
ཞིབ་ཚགས་ངང་བཟོས་པའི《ལོ་ངོ་60ཡི་རྗེས་ཤུལ། ང་ཡི་འདམ་
གཞུང》ཞེས་པའི་ཆེད་དོན་པར་གཞི་ལས་རྩ་ཆེ་བའི་འདྲ་པར་རྙིང་པ་
ཆིག་སྟོང་ལྷག་ཙམ་བརྒྱུད་དེ། རྩྭ་ཐང་གི་འཕོ་འགྱུར་གསོན་ཉམས་
དོད་པོས་མངོན་པ་དང་། ཁྱིམ་གཞིས་ལ་བཅངས་པའི་བརྩེ་སེམས་
ཟབ་ཏུ་ཕྱིན་ཡོད།
སྦྲ་གུར་མདུན་གྱི་སྒྲོག་འགྲེལ་ནས་དྲ་ཐོག་དང་དྲ་ཕྱིའི་ཕྱོགས་
བསྡུས་སྒྲོག་འགྲེལ་བར་དང་། མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་
རྟ་རྒྱུག་འགྲན་བསྡུར་ནས་ཤེས་དཔལ་གྱི་དར་སྲོལ་གསར་པའི་བར།
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དྲན་ཤེས་ཟབ་མོའི་ཕྱིར་དྲན་ནས་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་མི་
སེམས་གཅིག་སྒྲིལ་བར་བཅས་འདམ་གཞུང་རྫོང་ཨུད་དྲིལ་བསྒྲགས་པུས་
བྱ་སྤྱོད་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དྲིལ་བསྒྲགས་བསམ་བློའི་ལས་དོན་དེ་སྦྲེལ་
ཟམ་དང་། སྦྲེལ་ཐག སྒུལ་ཤུགས་བཅས་ཡིན་པ་ར་སྤྲོད་བྱས་ཡོད།
འདམ་གཞུང་རྫོང་ཨུད་ཀྱི་རྒྱུན་ཨུ་དང་དྲིལ་བསྒྲགས་པུའི་པུའུ་
ཀྲང་ཐང་ཤུན་གྱིས་རྒྱལ་ཡོངས་དྲིལ་བསྒྲགས་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱི་སྔོན་ཐོན་
མཉམ་སྡེབ་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་མཚན་སྙན་དེར་དོན་སྙིང་ཆེན་པོ་ལྡན་
ཡོད། དེ་ནི་ང་ཚོའི་ལས་དོན་ལ་གདེང་འཇོག་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་

ཟད། ཏང་ཀྲུང་དབྱང་དང་། རང་སྐྱོང་ལྗོངས་གྲོང་ཁྱེར་ཏང་ཨུད་
བཅས་ཀྱིས་འདམ་གཞུང་གི་དྲིལ་བསྒྲགས་བསམ་བློ་རིག་གནས་ལས་དོན་
ལ་ཐུགས་ཁུར་དང་སྐུལ་ལྕག་བྱས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ང་ཚོས་དེ་གོ་
སྐབས་སུ་བྱས་ཏེ། རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱིས་དྲག་ཆས་སྤྲོས་རྒྱུ་མུ་
མཐུད་ནས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་། སྒྲོག་འགྲེལ་བྱེད་སྟངས་
གསར་གཏོད་བྱས་ཏེ། གོ་བདེ་ལ་ཤེས་སླ་བའི་སྐད་ཆའི་ཐོག་ནས་ཏང་
གི་གསར་གཏོད་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་མི་སེམས་ལ་གཏིང་ཟབ་
འཇགས་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་། ཕྱི་ཕྱོགས་དྲིལ་བསྒྲགས་ཀྱི་
གྲགས་རྟགས་ཧུར་ཐག་བཏོད་དེ། ལྷད་མེད་འདམ་གཞུང་ཞེས་པའི་ས་
ཁོངས་ཀྱི་སྤྱི་པའི་གྲགས་རྟགས་ཀྱི་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་
བ། རིག་གནས་བྱ་གཞག་དར་རྒྱས་ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ནས་
མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་པའི་རིག་གནས་འཚོ་བ་ཕུན་སུམ་ཇེ་ཚོགས་སུ་
གཏོང་བ་དང་། དཔུང་ཁག་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་
ནས། འདམ་གཞུང་གིས་རྫོང་གསུམ་དང་། ས་ཁུལ་གཉིས། རྒྱབ་
ཕྱོགས་གཅིག་ཅེས་པའི་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་
ཏེ། གྲོང་ཨུད་ཀྱི་ལས་དོན་ཁག་བརྒྱད་དང་འདུ་འགོད་ཆེན་པོ་བཅུ་
ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་དོན་འཁྱོལ་བྱས་ནས། སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་
རྒྱས་མངོན་འགྱུར་ཡོང་བར་སྲ་ཞིང་བརྟན་པའི་བསམ་བློའི་འགན་ལེན་
དང་བསམ་པའི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་མཁོ་འདོན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
（བྱམས་པ་ཚེ་རིང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）