བོདལྗོངསཁྲིམསལུགསཚགསཔར གལཆེའིགསརའགྱུར ལོའིཟླཚེས 8

（པར་ངོས་བདུན་པར་མཐུད）ལྗོངས་ཞིབ་དཔྱོད་་་་
ཁང་དང་མཉམ་འབྲེལ་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་་་་་་་་་་་
འཚོགས་ཏེ《བོད་ལྗོངས་ཁྲིམས་ཁང་གིས་རང་འགུལ་་་་
ངང་ཞིབ་དཔྱོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལྟ་སྐུལ་
ཁྲིམས་བཞིན་དང་ལེན་ཞུ་བའི་བསམ་འཆར་་་་་་་་་་་་་་
འགའ》བཟོ་འདོན་བྱས་པ་མ་ཟད།རྒོལ་གཏུག་གྱོད་་་
གཞི་21གཉེར་སྒྲུབ་བྱས་པ་དང་།ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་་་་་་་
ཁྲིམས་ཁང་གིས་ཞིབ་དཔྱོད་ཀྲང་ཚོགས་འདུར་ཟུར་་་་་་
ཞུགས་སུ་ཐེངས་119གདན་འདྲེན་ཞུས་ཡོད།
འཐུས་མི་རྣམ་པ།ལོ་གཅིག་རིང་།ལྗོངས་་་་་་་་་་་་
ཡོངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་ལ་ཐོབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་དང་ཡར་
རྒྱས་དེ་དག་ནི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་་་
ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་
པས་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ཁྲིད་སྟོན་གནང་བའི་་་་་
འབྲས་བུ་ཡིན་ལ།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ཞུམ་་་་
མེད་སྟོབས་ལྡན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་དང་།ཆེས་མཐོའི་མི་་་་་་་་
དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གི་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་་་་་་་་་་
མཛུབ་ཁྲིད།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་འཐུས་་་་་་་་་་་
ཚོགས་དང་དེའི་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ལྷན་གྱི་ལྟ་སྐུལ་ནུས་ལྡན་་་
དང་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་དམངས་གཙོའི་ལྟ་སྐུལ།རང་སྐྱོང་་་་་
ལྗོངས་སྲིད་གཞུང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ལས་རིགས་ཁག་གིས་་
རྒྱབ་སྐྱོར་ཤུགས་ཆེན་བཅས་བྱས་པའི་འབྲས་བུའང་་་་་་
ཡིན།ལོ་གཅིག་རིང་།མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་་་་་
འཐུས་མི་དང་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཨུ་ཡོན་རྣམ་པས་ཐོག་་་་་་་་་་་་
མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཁྲིམས་ཁང་གི་ལས་དོན་ལ་ཐུགས་
ཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བ་མ་ཟད།རྩ་ཆེའི་དགོངས་
འཆར་དང་གྲོས་འགོ་མང་པོ་ཞིག་བཏོན་གནང་ནས།
ང་ཚོའི་དཀའ་ངལ་དང་གནད་དོན་མང་དག་ཅིག་སེལ་
རོགས་གནང་བྱུང་།འདིར་ངས་ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་་་་་་་་་་
ཁྲིམས་ཁང་ཁག་གི་ཚབ་ཞུས་ནས་མི་དམངས་འཐུས་་་་་
ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་དང་སྲིད་གྲོས་ཨུ་ཡོན་རྣམ་པ།དེ་་་
བཞིན་རིམ་ཁག་ཏང་ཨུད་དང་།མི་དམངས་འཐུས་་་་་
ཚོགས།སྲིད་གཞུང་།སྲིད་གྲོས།བོད་སྡོད་དཔུང་སྡེ།
དྲག་ཆས་ཉེན་རྟོག་དཔོན་དམགབཟོ་ཚོང་མཉམ་་་་་་་་
འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས།མི་དམངས་ཚོགས་པ།ཏང་ཕྱིའི་་་
མི་སྣ་བཅས་དང་།སྤུན་ཟླའི་སྲིད་ཁྲིམས་ལས་ཁུངས་་་་
དང་།བོད་སྐྱོར་ལས་བྱེད་པ།རིགས་གཅིག་མཁས་་་་་
ཅན་དང་མཁས་དབང་།ཁྲིམས་རྩོད་པ།སྨྱན་སྦྱོར་་་་་
གསར་འགོད་པ།སྤྱི་ཚོགས་ལས་རིགས་ཁག་གི་གྲོགས་་
པོ་བཅས་ལ་བླ་ན་མེད་པའི་གུས་འདུད་ཞུ་རྒྱུ་མ་ཟད་་་་་་
སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
དེ་དང་དུས་མཚུངས།ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་རིག་་་་
པ་དྭངས་གསལ་གྱིས་ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་ལས་་
དོན་ཐད་ད་དུང་གནད་དོན་དང་དཀའ་ངལ་ཁག་་་་་་་་་
གཅིག་ཡོད་པར་ངོས་འཛིན་ཐུབ་དགོས་པ་སྟེ།གྱོད་་་་་
གཞི་འདྲི་གཅོད་ཀྱི་སྤུས་ཚད་དང་།ལས་ཕྱོད།ཕན་་་་
འབྲས་བཅས་སྔར་བས་མཐོ་རུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་།
“འཛུགས་གཏོད་བཞིར”རང་འགུལ་ངང་ཞབས་ཞུ་་་་་་
སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ལམ་སྔར་བས་ཞིབ་ཚགས་སུ་གཏོང་་་་་
དགོས་པ།གཞི་རིམ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བཅོས་སྐྱོང་ནང་རང་
རྟོགས་ངང་ཞུགས་རྒྱ་དང་ཞུགས་ཐབས་སྔར་བས་ཆེ་རུ་
གཏོང་དགོས་པ།ཏང་ཙུའུ་ཡིས་ཕྱོགས་ཡོངས་ལ་སྤྱི་་་་་
འདོམས་བྱེད་པའི་ནུས་པ་དང་ལས་བྱེད་ཉེན་རྟོག་པའི་
སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བྱང་ཚད་སྔར་བས་མཐོ་རུ་གཏོང་དགོས་་་་
པ་བཅས་ཡིན།ང་ཚོས་ཆོད་སེམས་དང་བློ་སྟོབས་སྔར་
བས་བརྟན་པ་དང་།བྱ་ཐབས་དང་ཐབས་ལམ་སྔར་་་་

བས་ནུས་ལྡན་སྤྱད་དེ་དཀའ་ངལ་དང་གནད་དོན་དེ་་་་
དག་ཐག་གཅོད་ཏན་ཏིག་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།དེ་དང་ཆབས་་་་

ཅིག་རིམ་ཁག་ཏང་ཨུད་དང་།མི་དམངས་འཐུས་་་་་་་་་
ཚོགས།སྲིད་གཞུང་།སྲིད་གྲོས།སྤྱི་ཚོགས་ལས་་་་་་་་་་
རིགས་ཁག་བཅས་ཀྱིས་སྔར་རྒྱུན་བཞིན་ཁྲིམས་ཁང་གི་་
ལས་དོན་ལ་ཐུགས་ཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་རོགས་ཞུ་
རྒྱུ་ཡིན།
2024ལོའི་ལས་ཀའི་འཆར་གཞི།
འཐུས་མི་རྣམ་པ།2024ལོ་ནི་ཀྲུང་ཧྭ་མི་་་་་་་་་་་་་་
དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་75
འཁོར་བའི་ལོ་ཞིག་དང་།“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅུ་བཞི་་་་་་་་་་་་
པའི”འཆར་འགོད་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་འགག་རྩའི་་་་
ལོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པ་མ་ཟད།ཧྲུའུ་ཅི་ཝང་ཅུན་ཀྲེང་་་་་་་
གིས་ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱི་་་་་་
ལས་དོན་ལ་བརྟག་ཞིབ་ཏུ་ཕེབས་སྐབས་གནང་བའི་་་་་
གསུང་བཤད་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་་་
བསྟར་བྱེད་པའི་གལ་ཆེའི་ལོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།དེར་་་་་་་་་
བརྟེན་དུས་རབས་གསར་པའི་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་་་
སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་གོང་འཕེལ་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་་་་
བའི་འགན་འཁྲི་ཧ་ཅང་ལྕི་ལ་ལས་འགན་དེ་བས་གཟི་་་
བརྗིད་ལྡན་པ་ཞིག་རེད།ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་་
གིས་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་་་་
ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཛུབ་
ཁྲིད་དུ་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་་་
ཁྲིམས་སྐྱོང་དགོངས་པ་ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ་་
དང་།ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པ་དང་སྐབས་ཉི་ཤུ་་་་་་
པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་གཉིས་་་་་་
པའི་དགོངས་དོན་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་ལེན་མཐར་་་
ཕྱིན་བསྟར་བ།དེ་བཞིན་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་་་
གི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་དང་་་
དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་་་་་
ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་བ་་་་་་་་་་
བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས།“གཏན་འཁེལ་གཉིས”ཀྱི་ཐག་་་་་
གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་དོན་སྙིང་ལ་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་་་་་་་་
ལེན་པ་དང་།“འདུ་ཤེས་བཞི”ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་་་་་་་་་་
དང་།“གདེང་ཚོད་བཞི”བརྟན་དུ་གཏོང་བ།“སྲུང་
སྐྱོང་གཉིས”ཐུབ་པ་བཅས་བྱས་ནས་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་་་
ཏང་གི་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་བཅུ་པ་དང་།
ལྗོངས་ཏང་ཨུད་སྐབས་བཅུ་པའི་ཚང་འཛོམས་གྲོས་་་་་་
ཚོགས་རིམ་བྱུང་གི་འཐབ་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་གཞིར་་་་་་་་་་
བཟུང་།ཆེས་མཐོའི་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་དང་་་་་་་་་་
ལྗོངས་ཏང་ཨུད་སྲིད་ཁྲིམས་ཨུ་ལྷན་གྱི་ལས་ཀའི་བླང་་་་
བྱ་དོན་འཁྱོལ་བྱས་ཏེ“ཁྲིམས་འཛིན་གྱོད་གཞི་ཚང་་་་་་་
མའི་ཁྲོད་ནས་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་དྲང་བདེན་་
དང་དྲང་གཞག་ཚོར་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱུའི”དམིགས་ཚད་་་་་་་
དམ་པོར་བཟུང་སྟེ།འདྲི་གཅོད་ཀྱི་སྤུས་ཚད་དང་།
ལས་ཕྱོད།གྲུབ་འབྲས་བཅས་གོང་མཐོར་བཏང་ཁར།
སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བ་དང་དམངས་ཀྱི་ཆེད་
དུ་ཁྲིམས་འཛིན་བྱེད་པའི་ལས་དོན་གཏིང་ཟབ་དང་་་་་
ཏན་ཏན་ཏིག་ཏིག་ངང་སྤེལ་ཐོགལྗོངས་ཡོངས་ཡུན་་་
རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་གོང་འཕེལ་་་་་
ཡོང་བར་སྔར་བས་འབད་བརྩོན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།
གཅིགཏང་གི་འགོ་ཁྲིད་གཙང་བཙན་རྩ་བར་་་་་་
འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས།ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་་
ཁྲིམས་སྐྱོང་དགོངས་པ་དེ“རྐང”དང“བླ་སྲོག”ལྟ་་་་་་་་
བུར་བརྩིས་ནས།ཁྲིམས་ཁང་ལས་དོན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་་
ཧྲིལ་པོ་དང་ཕྱོགས་མཐའ་ཀུན་ཏུ་ཁྱབ་ཐུབ་པར་བྱས་་་་
ཏེ།“ཆབ་སྲིད་ཐད་ནས་བསམ་གཞིག་དང་ཁྲིམས་་་་་་་
སྐྱོང་ཐད་ནས་གཉེར་སྒྲུབ་བྱེད་པའི”བླང་བྱ་དོན་་་་་་་་་་་
འཁྱོལ་བྱས་ཤིང་།ཏང་གིས་འགོ་ཁྲིད་བྱེད་པའི་ལེགས་

ཆ་དེ་དྲང་གཞག་དང་།ཕྱོད་ཆེ།ཟིལ་ཤུགས་ལྡན་་་་་་་་
པའི་འདྲི་གཅོད་བཅས་ཀྱི་ནུས་ཕྱོད་ཆེ་བའི་ལེགས་ཆར་
འགྱུར་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱུ།ཏང་གི་གསར་གཏོད་རིགས་པའི་
གཞུང་ལུགས་སྤྱད་ནས་རྩ་བ་གསོ་ཞིང་སེམས་ནུས་་་་་་་་་
བསྐྱེད་དེ་བླ་སྲོག་གཏོད་ཐུབ་པ་མ་ཟད།དངོས་སུ་་་་་་་་
སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་གོ་རྟོགས་དང་ཡིད་ཆེས་འཕེལ་ཐུབ་
པ་བྱ་རྒྱུ།དོན་དག་གལ་ཆེན་དགོངས་སྐོར་སྙན་སེང་་་་
ཞུ་བའི་ལམ་ལུགས་དོན་འཁྱོལ་ནན་པོ་བྱས་ཏེ།ཁྲིམས་
ཁང་གི་ལས་དོན་ཁག་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཡང་་་་་་་
དག་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མདུན་སྐྱོད་ཐུབ་པར་་་་
བྱེད་དགོས།
གཉིས།“དོན་ཆེན་བཞི”ལ་དམིགས་པ་དང
“འཛུགས་གཏོད་བཞིར”ཤུགས་རྒྱག་པ་གཙོ་རྐང་དུ་་་་་
འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས།རང་རྟོགས་་་་་་་
ངང་ཁྲིམས་ཁང་གི་ལས་དོན་དེ་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ལྟེ་བའི་་་་་་་
ལས་ཀའི་སྤྱི་ཡོངས་སུ་བཞག་ནས་ཇུས་འགོད་བྱེད་པ་་་་
དང་འབྲེལ་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ།ཁྲིམས་སྐྱོང་གི་རྩ་བ་
བརྟན་འཛུགས་དང་།སྔོན་དཔག་བརྟན་པོ།ཕུགས་་་
ལ་ཕན་པ་བཅས་ཡོང་བའི་འགན་སྲུང་ནུས་པ་འདོན་་་་
སྤེལ་གང་ལེགས་བྱེད་པ་དང་།ལྟེ་བར་དམིགས་ནས་་་་
ཁྲིམས་ཁང་གི་འགན་ནུས་ཧུར་ཐག་སྒྲུབ་པ་དང་།སྤྱི་་་
ཡོངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུས་ནས་ཁྲིམས་ཁང་གི་་་་་་་་་་
འགན་སེམས་མངོན་པར་བྱས་ཐོགརང་འགུལ་ངང་་་་
གཞི་རིམ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བཅོས་སྐྱོང་ནང་ཞུགས་པ་དང་།
ཚོང་གཉེར་གྱི་ཁོར་ཡུག་ལེགས་སུ་བཏང་སྟེ་རང་སྟོབས་
ཀྱི་འགན་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས“དོན་ཆེན་བཞི”དང
“འཛུགས་གཏོད་བཞི”ལ་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་པའི་ལས་་་་་་་་་
དོན་གཏིང་ཟབ་སྤེལ་བའི་ཁར།“ཡུལ་དེ་བརྟན་ལྷིང་་
ཡོང་བ་དང་།ཡུལ་དེ་དུས་བདེ་ཡོང་བ།ཡུལ་དེ་གོང་་
འཕེལ་གཏོང་བ།ཡུལ་དེ་ཁོར་ཡུག་ལེགས་་་་་་་་་་་་་་
བཅོས”བཅས་བྱེད་པའི་ཆབ་སྲིད་འགན་འཁྲི་ཕྲག་ཏུ་་་
ཏན་ཏིག་འཁུར་དགོས།
གསུམ།འདྲི་གཅོད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་།འདྲི་་་་་་་་
གཅོད་ཀྱི་ལམ་སྲོལ།འདྲི་གཅོད་ཀྱི་མ་ལགའདྲི་་་་་་་་་་་
གཅོད་ཀྱི་དོ་དམ་བཅས་དེང་རབས་ཅན་ལ་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་བ་རྨང་གཞིར་འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་་་་་་
དགོས།འདྲི་གཅོད་ལས་དོན་དེང་རབས་ཅན་གྱི་སྤྱིའི་་
དམིགས་ཚད་དང་།གཞི་རྩའི་རྩ་དོན།བླང་བྱ་ཞིབ་་་་
ཕྲ་སོགས་ལ་སྟངས་འཛིན་ཡང་དག་བྱས་ནས་རང་་་་་་་་་
སྟོབས་ཁྲིམས་འཛིན་དང་།“འབྱུང་རྩ་ནས་དམ་་་་་་་་་་་
འཛིན་བྱས་ཏེ་གནད་དོན་མི་ཐོན་པ་བྱེད་པ”གཉིས་་་་་་
རྒྱལ་མང་རྒྱལ་དང་མཉམ་རྒྱལ་ཡོང་བར་བྱེད་པ།གྱོད་
གཞི་མཐའ་འདོམས་དང་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱས་་་
ཏེ་རྒྱལ་སྲིད་དར་ཞིང་མི་སེམས་མཐུན་པོ་ཡོང་བར་་་་་་་་
བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དོན་འཁྱོལ་བྱས་ཏེ།ཚན་་་་
རིག་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་རྩ་འཛུགས་སྒྲིག་གཞི་དང་
འདྲི་གཅོད་སྤུས་ཚད་ཀྱི་དོ་དམ་དམིགས་ཚད་མ་ལག་་་་
ཚད་ལྡན་བཟོ་སྒྲིག་བྱེད་དགོས།ཁྲིམས་འཛིན་གྱི་་་་་་་་་་
འགན་འཁྲིའི་ལམ་ལུགས་ལ་ཕྱོགས་བསྡུས་ཚང་སྒྲིག་་་་་་
གིས་སྒྱུར་བཅོས་གཏིང་ཟབ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད།
ཁྲིམས་འཛིན་ཡོངས་བསྒྲགས་དང་དཔྱད་ཞིབ་ལམ་་་་་་་
ལུགས་ལ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྐུལ་སྤེལ་གཏོང་དགོས།
ཐབས་མང་མཉམ་སྤྱོད་ཀྱིས་བློ་རིག་ཁྲིམས་ཁང་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྱོང་བྱེད་མགྱོགས་སུ་གཏོང་དགོས།
བཞི།མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་འཛིན་གྱི་
ཐོབ་སྣང་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དེ་འགག་རྩར་འཛིན་རྒྱུ་་་་་་་་་་་་
མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས།བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་་་་་་་
ཀྱིས་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཁྲིམས་འཛིན་བྱེད་པའི་འདུ་་་་

ཤེས་ལག་བསྟར་བྱས་ནས།ཁྲིམས་ལྟར་འགལ་ཟླ་་་་་་་་
སེལ་རྒྱུ་དམིགས་ཚད་དུ་བྱས་ཏེ།སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྣང་་་་་་
ཚུལ་ལ་རྒྱུས་མངའ་ཆེ་བ་དང་།དམངས་ཀྱི་བསམ་་་་་་
ཚུལ་ལ་སྟངས་འཛིན་ཡང་དག་ཐུབ་པ།དེ་བཞིན་དོ་་་
བདག་གི་རེ་ཞུ་དང་རྒྱུ་མཚན་སོགས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་་་་་་་་་་
གནད་འཕིགས་བྱེད་ཐུབ་པ་བཅས་བྱས་ཏེ།སྤུས་་་་་་་་
ཚད་ཡག་ཤོས་དང་།ལས་ཕྱོད་ཆེ་ཤོས།ནུས་འབྲས་་་
ཆེ་ཤོས་བཅས་ཐོན་ཐུབ་པའི་སྒོ་ནས་གྱོད་ཐག་བཅད་་་
ཐོགམི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཁྲིམས་ཁང་གི་ལས་
དོན་ལ་མོས་ཚད་ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུར་ཤུགས་རྒྱག་དགོས།
ལྔ།བྱང་ཚད་མཐོ་བའི་ཁྲིམས་ཁང་གི་དཔུང་་་་་་་་
ཁག་ཅིག་གཏོད་པ་འགན་སྲུང་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་་་་་
བྱེད་དགོས།བརྗོད་དོན་གཙོ་བོའི་སློབ་གསོའི་གྲུབ་་་་་་
འབྲས་སྲ་བརྟན་དང་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་།
སྤྱོད་ཚུལ་སྔར་བས་ལེགས་གཏོང་དང་དོན་འཁྱོལ་ལ་་་་་
དམ་འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་པ།དེ་བཞིན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་་་་་་་་
བྱང་ཚད་དང་།ལས་སྒོའི་བྱང་ཚད།ལས་རིགས་ཀུན་
སྤྱོད་ཀྱི་བྱང་ཚད་བཅས་གཞི་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་རྒྱུར་སྐུལ་
འདེད་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས།གཞི་རིམ་ཏང་རྩ་་་་་
འཛུགས་ཀྱི་དམག་འཐབ་མཁར་རྫོང་གི་ནུས་པ་དང་་་་་
ཏང་ཡོན་གྱི་སྔོན་ཐོན་དཔེ་བཟང་གི་ནུས་པ་འདོན་་་་་་་་
སྤེལ་ཏན་ཏིག་བྱེད་དགོས།ཀྲུང་དབྱང་གི་གཏན་་་་་་་་་་
འབེབས་དོན་ཚན་བརྒྱད་དང་དེའི་ལག་བསྟར་ཞིབ་་་་་་
སྲོལ་གྱི་དགོངས་དོན་དང་།དུས་རབས་གསར་པའི་་་་་
སྲིད་ཁྲིམས་ལས་བྱེད་ཉེན་རྟོག་པའི“གཏན་འགོག་་་་་་་་
བཅུ”སོགས་ཀྱི་སྒྲིག་ནན་བཀའ་བཙན་ལག་བསྟར་བྱ་་་
རྒྱུའི་ཐད་ལ་དམ་འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་དགོས།སྒྲིག་སྲོལ་
གྱི་ར་སྐྱོར་དམ་པོར་བསྡམས་ནས།རྒྱུན་གཏན་གྱི་དོ་་་་
དམ་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་དགོས་པ་མ་ཟད།འགན་འཁྲི་
འཁུར་ཕོད་པ་དང་བྱས་རྗེས་འཇོག་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱུར་་་་་་་་
སྐུལ་ལྕག་བཏང་སྟེ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཏང་ལ་དོ་དམ་་་་
ནན་པོ་དང་ཉེན་རྟོག་པར་བཅོས་སྐྱོང་ནན་པོ་བྱེད་་་་་་་་
པར་བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་་་་་་་་་
དགོས།
འཐུས་མི་རྣམ་པ།དུས་རབས་ཀྱིས་རྩོལ་ཤུགས་་་་་
ལ་ལྕག་སྐུལ་གཏོང་བ་དང་།འཁྲི་འགན་གྱིས་མདུན་་་་
སྐྱོད་ཀྱི་ལམ་སྣེ་འདྲེན་བཞིན་ཡོད།ང་ཚོས་བློ་མཐུན་་་་
ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སྲོག་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་
གི་མཐའ་འཁོར་དུ་སྔར་བས་མཐུན་སྒྲིལ་དམ་ཟབ་བྱས་
ནས།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ཞུམ་མེད་སྟོབས་་་་་
ལྡན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་འོག“ལས་ཀའི་གྲུབ་འབྲས་སྲ་་་་་་་་་་་
བརྟན་དུ་བཏང་ནས་གནད་དོན་འཛིན་ཕྱོགས་མཐའ་་་
འཁྱོངས་བྱེད་པ་དང་།ལས་ཀའི་ཞན་ཆ་སེལ་ཐུབ་པ་་་
བྱས་ནས་ཁྲིམས་ཁང་གི་ལས་ཀའི་སྤྱི་ཡོངས་ཆུ་ཚད་་་་་་་་
ཟམ་མི་ཆད་པར་མཐོ་རུ་གཏོང་རྒྱུའི”སྐོར་གྱི་ཧྲུའུ་ཅི་་་་་
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གི་མཛུབ་སྟོན་བླང་བྱ་དོན་འཁྱོལ་ནན་་་་
པོ་བྱས་ཁར།ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གིས་རྩ་ཁྲིམས་དང་
བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱིས་དཀྲིས་པའི་འགན་འཁྲི་མཐའ་དག་་་
བསྒྲུབས་ཏེ་ཐེངས་འདིའི་ཚོགས་འདུའི་དགོངས་དོན་་་་
ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད།གསར་་
གཏོད་ཡར་བརྩོན་དང་།སྙིང་སྟོབས་ཆེར་སྐྱེད།ཐེག་་
ཁུར་དངོས་སྒྲུབ།རྩེ་གྲ་གཏོད་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས།
མཐུན་སྒྲིལ་དང་།འབྱོར་ཕྱུགཤེས་དཔལ།ཞི་་་་་་་་་་་་
མཐུན།མཛེས་སྡུག་བཅས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་་་་་་
ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་བོད་ལྗོངས་གསར་པ་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་ཆེད་ལེགས་སྐྱེས་གསར་པ་དེ་བས་ཆེ་
བ་འབུལ་དགོས།
（ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དྲུང་ཡིག་ཁྲུའུ་ནས་་་་་་་
མཁོ་འདོན་བྱས་པ་གཞིར་བཟུང）

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མཐོ་རིམ་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གི་ལས་དོན་སྙན་སྒྲོན།