བཀུར་འོས་པའི་ཨ་བརྟན་ལགས།
ལྷག་བསམ་གཙང་མའི་ཁམས་བདེ་ཞུ་ལགས།
ང་ནི་དགའ་ཕྱོགས་དང་ཕུགས་འདུན་དོར་ཏེ་ཁྱིམ་་
ལས་ཙག་ཙིག་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་མི་ལོ་བཞི་བཅུ་ལྷག་་་་་
ཙམ་སོང་བའི་བུད་མེད་ཕལ་པ་ཞིག་ཡིན།ཉེ་ཆར།ངས་
སྐད་འཕྲིན་གྱི་སྤྱི་སྟེགས་ཤིག་ནས་བྱིས་པའི་སློབ་གསོའི་་་
སྐོར་གྱི་ཁྱེད་ཀྱི་འཆད་ཁྲིད་ཅིག་ལ་ཉན་མྱོང་།འཆད་་་་་
ཁྲིད་དེ་ཉན་རྗེས་ང་ལ་སྨྲ་མི་ཤེས་པའི་ཚོར་འདུ་ཞིག་་་་་་་་
དང་།བརྗོད་མི་ཤེས་པའི་སེམས་ཁྲལ་ཞིག་གིས་ཁེངས་་་
སོང་།དེ་ནི་ང་ལ་མཚོན་ན་ཅོང་བརྡ་ཞིག་དང་།ཁ་་་་་་་
ཕྱོགས་ཤིགམདུན་སྐྱོད་ཅིག་ཅི་ལ་མིན།རྒན་ལགས།
དེ་རིང་ངས་རྒྱུན་གཏན་འཚོ་བའི་ཁྲོད་བྱིས་པར་སློབ་་་་་་
གསོ་གཏོང་སྟངས་ཕྱོགས་ནས་འཕྲད་པའི་གནད་དོན་་་་་
དག་འཕྲིན་ཡིག་འདི་བརྒྱུད་ནས་ཉིད་ལ་ཞུ་འདོད་ལགས།

ང་ནི་ཕར་སོང་གི་མནའ་མ་ཡིན།བློ་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ཡིན།

སྦྱོང་ཚན་འབྲི་རྒྱུ་ནི་བྱིས་པའི་སློབ་སྦྱོང་གི་བརྒྱུད་་་་་
རིམ་ཁྲོད་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ལས་ཀ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་
སྟབས།བློ་ལྡན་གྱིས་སྦྱོང་ཚན་འབྲི་དུས་ངས་རང་ནུས་་་
ཅི་ལྕོགས་ཀྱིས་ཁོ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་དུ་འཇུག་གི་ཡོད་་་་་་་་་
མོད།སྒྱུག་པོ་སྒྱུག་མོ་གཉིས་ཀྱིས་སྐབས་རེར“ད་ཆོག་གིད་ཆོག་གིསྦྱོང་ཚན་བྲིས་ནས་ཅི་བྱེད།བྱིས་པ་ཆུང་་་་་་་
དྲག་པས།མ་ཤེས་ནའང་སྐྱོན་མེད”ཅེས་ཟེར་ཞོར་བློ་་་་
ལྡན་ཁྲིད་འགྲོ།
ཡང་ངས་བློ་ལྡན་ལ་འཚམ་པའི་དཔེ་དེབ་རེ་ཉོས་་་་་
ནས་ཁོ་ལ་བལྟ་རུ་འཇུག་དུས།སྒྱུག་མོས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་་
ནས་ཅི་བྱེད་ཅེས་ཟེར་ནས་བློ་ལྡན་ལ་འདིར་ཤོག་ཕ་གིར་
རྒྱུགས་ཞེས་ཟེར་ནས་དཔེ་ཀློག་དེ་གལ་ཆེའི་བྱ་བ་ཞིག་ཏུ་
མི་བརྩི།
བློ་ལྡན་ནི་ཞོགས་ཟས་ཟ་བར་མི་དགའ་བ་དང་།
ཁ་ལག་ཀྱང་དུས་ཐོག་ཏུ་བཟའ་བར་ཅུང་མི་དགའ་བས།
ངས་སློབ་གསོ་བཏང་།བཙན་པོ་བྱས།གཅར་རྡུང་་་་་་་
སོགས་ཐབས་ལམ་མང་པོ་བཀོལ་ནས་ཟ་རུ་བཅུག་རུང་།
ང་གཅིག་པུ་ཡིན་དུས་ཟ་མོད།སྒྱུག་པོ་དང་སྒྱུག་མོ་་་་་་་་་
གཉིས་ཡོད་དུས་ལྐོག་ནས་ཞོར་ཟས་དང་བཏུང་བྱ་སྟེར་་་
བཞིན་ཡོད་པས།ཁ་ལག་བཟའ་རྒྱུ་ལྟ་ཅི།ཐ་ན་ངའི་་་་་
གམ་དུ་ཡང་ཡོང་མི་འདོད་པར་གྱུར་འདུགང་ནི་གཞན་གྱི་མི་ཡིན།བློ་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ཡིན།

ངས་ཁྱེད་ཀྱི་འཆད་ཁྲིད་དེར་ཉན་རྗེས།རང་གི་་་་་་
བཟའ་ཟླ་དགེ་ལེགས་ལ་བྱིས་པའི་སློབ་གསོ་ནི་སློབ་གྲྭའི་་
སློབ་གསོ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་ཁྱིམ་གྱི་སློབ་གསོ་དང་ཡང་་་་
འབྲེལ་བ་ངེས་ཅན་ཡོད་ཅེས་བཤད་དེ།ངེད་བཟའ་ཟླ་་་
གཉིས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་རམ་འདེགས་ཀྱིས་བློ་ལྡན་ལ་སློབ་་་
གསོ་གཏོང་ཟེར་དུས།དགེ་ལེགས་ཀྱིས།“ང་སློབ་གྲྭའི་
སྒོ་ཐེམ་ཙམ་ཡང་འགྲིམ་མྱོང་མེད་པ་ཞིག་གིས་སློབ་གསོ་་
ཟེར་བ་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་མི་ཤེས།དེ་བས་ཡོད་ཚད་ཁྱོད་་་་
ཀྱིས་བྱོས་དང”ཞེས་ཟེར།
བློ་ལྡན་ནི་བྱིས་པ་པྲ་ཆལ་ཞིག་ཡིན་པས།ནམ་རྒྱུན་་
ཕར་རྒྱུག་ཚུར་རྒྱུག་དང་གཏོར་བརླག་གང་ཐུབ་བྱེད་པ་་་
ལ་སྐབས་དེར་དགེ་ལེགས་ཀྱིས།“ཤོགའདིར་ཤོགཁ་་
རོག་གེར་ཁ་པར་ལ་ལྟོས་ནས་སྡོད”ཅེས་ཟེར་ནས་ཁ་་་་་་་
པར་ལག་ཏུ་འཇོག་པར་བྱེད།ངས་ཁ་པར་གྱིས་མིག་་་་་་
དང་ལུས་སེམས་ལ་གནོད་པ་ཡོད་ཅེས་བཤད་ན།ཁོས་་་
ང་ལ་ཁ་ཡ་མི་བྱེད་པར་བློ་ལྡན་ཁྲིད་ནས་བུད་འགྲོའདི་་་
ལྟར་ལོ་ཟླ་རིམ་གྱིས་འདས་དུས་ང་ནི་སེམས་ལ་བྲེལ་འཚུབ་
དང་རླུང་ལངས་རུང་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་པས།ད་་
ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ང་ལ་ལམ་སྟོན་ཞིག་གནང་རོགས་ཞུ།
ཟླ་སྒྲོན་ནས་གུས་པས་ཕུལ།
སྙིང་ཉེ་བའི་ཟླ་སྒྲོན་ལགས།
འཕྲིན་ལན་གང་མགྱོགས་སྐུར་མ་ཐུབ་པས་དགོངས་་་
དག་ཞུ།ཁྱོད་ནི་འགན་འཁུར་ཡོད་པའི་ཨ་མ་ཞིག་ཡིན་་
པ་ཚིག་དང་ཟུར་རེ་རེ་ནས་རྟོགས་འོང་།ངས་ཁྱོད་ཀྱི་་་་
དྲི་བ་དག་ལ་ཁ་ཚོན་ཆོད་པའི་སྒོ་ནས་འདི་ལྟར་བྱོས་་་་་་་་
ཟེར་བའི་ལན་ཡག་པོ་ཞིག་འདེབས་དཀའ་ན་ཡང་།རང་་
གི་ནམ་རྒྱུན་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་མཐོང་ཐོས་མྱོང་གསུམ་་་་་་
དང་།ཁྱོད་ཀྱི་དྲི་བ་དག་ལ་དམིགས་ཏེ་བལྟས་པའི་དེབ་
འགའི་ནང་དོན་དང་སྦྲགས་ནས་ཁྱོད་ལ་འཕྲིན་ལན་གྱི་་་
ཚུལ་དུ་བསམ་ཚུལ་འགའ་རེ་གླེང་བར་འདོད།ངས་་་་་་་
བལྟས་ན་སློབ་གསོ་ཟེར་བ་ནི་རྒྱུན་དུ་ཁ་ནས་གླེང་བ་་་་་་་་
ལས།འཁྲིས་སུ་ཡོད་པའི་མི་དག་ནས་འགོ་བརྩམས་ཏེ་་་
ལག་ལེན་དུ་འཁྱོལ་བ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་འགངས་ཆེ་བར་འདོད།

བུར་གཅེས་ཀྱང་གཅེས་ལངས་མ་གཏོང་།གཅེས་་་
འདོད་ཀྱང་གཅེས་སྲོལ་ཤེས་དགོས།

བྱིས་པ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་བདེ་ཐང་གི་རྨང་གཞིའི་་་་་
ཐོག་དཔེ་ཀློག་ལས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་མེད་པས།ཁྱོད་ཀྱིས་་
དེའི་ཐད་ལ་ཤུགས་རྒྱག་དགོས།ང་ཚོར་མངལ་སྦྲུམ་་་་་་་
སློབ་གསོ་ཕར་ཞོགཐ་ན་ནམ་རྒྱུན་རང་ཁྱིམ་དུ་དཔེ་་་་་་་
དེབ་ཀློག་མཁན་ཡང་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པས།བྱིས་པའི་་་་་་་
སེམས་ངོར་དཔེ་ཀློག་ནི་སློབ་གྲྭའི་ལས་ཀ་རེད་བསམ་་་་་་
ནས་ཁྱིམ་དུ་ལོག་རྗེས་དཔེ་དེབ་ལྟ་ཀློག་མི་བྱེད་པ་དེར་་་་
ཡང་བསམ་ཤེས་བྱེད་ཐུབ།ང་ཚོར་ཕྱིའི་ཁོར་ཡུག་དང་་་
མི་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་བའི་ནུས་པ་མེད་ཀྱང་རང་་
ཉིད་ལ་སྒྱུར་བཅོས་གཏོང་བའི་སྤོབས་པ་ཡོད་དགོས།
དེ་བས་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ནས་འགོ་བརྩམས་ཏེ་དཔེ་དེབ་་
ལྟ་ཀློག་བྱེད་དགོས།དེ་མིན་དགོང་མོ་ཉལ་ཁར་བྱིས་པ་་
ལ་བྱིས་སྒྲུང་རེ་དང་ཡང་ན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་སྐོར་ནས་ཁ་་་་་་་་
བརྡ་རེ་གློད་པ།དུས་ཚོད་ཡོད་དུས་བྱིས་པ་ཁྲིད་ནས་་་་་
དཔེ་ཀློག་དང་འབྲེལ་བའི་གློག་བརྙན་ལ་བལྟ་བ་དང་།
ཡང་ན།གཟའ་མཇུག་ཏུ་བྱིས་པ་ཁྲིད་ནས་དཔེ་ཁང་དུ་་
འགྲོ་བ་སོགས་བྱས་ན།བྱིས་པའི་དཔེ་ཀློག་གི་འདུན་པ་་
བསྐྱེད་པར་ཕན་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་འདོད།
སྦྱོང་ཚན་འབྲི་དུས་ཀྱི་སྐར་ཆ་འགའ་ཤས་དེའི་རིང་
བྱིས་པར་བློ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིམ་དུ་བཅུག་ན་རྗེས་མ་བྱ་བ་་་
གང་སྒྲུབ་རུང་བློ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པར་ཕན་པ་ཡོད་་་་་
པས།རྗེས་མར་བྱིས་པས་སྦྱོང་ཚན་འབྲི་དུས་རང་ཉིད་་་
གམ་དུ་སྡོད་པའམ།ཡང་ན།གཞན་གྱི་བར་ཆད་མེད་་་
སའི་གནས་ཤིག་ཏུ་སྦྱོང་ཚན་འབྲི་རུ་འཇུག་རྒྱུ་གལ་ཆེ་་་་་
བར་འདོད།ད་དུང་།ཁ་པར་ལ་བལྟས་ནས་སྡོད་ཟེར་་
བ་ལྟ་བུ་ནི་བྱིས་པ་རང་དགར་བསྐྱུར་ནས་ཁ་ཡ་མ་བྱེད་་་
མི་འདོད་པའི་རྟགས་རེད།ངས་བསམ་ན་ལས་ཀ་ལ་ལ་་
དངོས་གནས་བྱིས་པ་དང་མཉམ་དུ་སྒྲུབ་ཆོག་ཆོག་རེད།
བྱིས་པ་ལོ་ན་ཆུང་རུང་རང་རང་གི་བསམ་བློ་ཡོད་པས།
ཕ་ནི་བློ་འདྲི་ས་དང་གྲོས་བསྡུར་བྱེད་ས་ཞིག་ལ་ངོས་་་་་་་་
བཟུང་ནས་བྱིས་པ་དང་མཉམ་དུ་ལས་ཀར་འབད་ན།
བྱིས་པའི་འཚར་ལོངས་དང་།མཐུན་སྒྲིལ་དང་མཉམ་་་་
ལས།ཕ་མའི་དཀའ་སྡུག་སོགས་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་་་་

རྟོགས་པར་ཕན་པ་ཡོད།

དྲི་བ་ནི་བྱིས་པའི་བསམ་གཞིག་གི་སྒོ་མོ་འབྱེད་་་་་་་་
པའི་ལྡེ་མིག་ཡིན།

ཕ་མ་མང་ཆེ་བས་བྱིས་པའི་བསམ་ཚུལ་དང་བསམ་
འཆར་ལ་མི་ཉན་པར།འདི་བྱས་ན་མི་འགྲིགཕ་གི་་་་་་་
བྱས་ན་མི་འགྲིག་ཟེར་བ་སོགས་བཙན་ཤེད་དང་སྐད་ཆ་་
རྫོགས་རྒྱུ་མེད་པ་བཤད་ནས།བྱིས་པའི་བསམ་སྦྱོར་་་་་་་
གཉིས་ལ་བཀག་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་བཟོ་བཞིན་་་་་་་་
ཡོད།དེ་ནི་བྱིས་པ་བདེ་ཐང་ངང་འཚར་ལོངས་དང་།
བྱིས་པ་སྤོབས་པ་ལྡན་པ་ཞིག་དང་གསར་གཏོད་ཕོད་པ་་
སོགས་ལ་ཧ་ཅང་གནོད་པས།དེའི་རིགས་ལ་འཛེམ་རྒྱུ་་་
ཧ་ཅང་གལ་ཆེ།བྱིས་པ་ཅུང་ཙམ་ནར་སོན་རྗེས་རང་་་་་
བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ལ་མཚར་སྣང་གིས་ཁེངས་ནས་་་
ཡོད་པས།ཕ་མ་སོགས་ལ་དྲི་བ་མང་པོ་འདྲི་སྲིད།
སྐབས་དེར་ཕ་མ་ལ་ལས་མི་ཤེས་དང་།ཡང་ན།ཕར་་་་
རྒྱུགས།འདྲི་རྒྱུ་མ་མང་ཞེས་བཤད་ནས་དེ་ཙམ་སྣང་བ་་
གཏོང་གི་མེད།རེད་དེ།དེ་ནི་བྱིས་པའི་གསར་གཏོད་་་
ཀྱི་ནུས་པ་དང་བསམ་བློ་གཏོང་ཕྱོགས་དང་དགའ་་་་་་་་་་་
ཕྱོགས་སོགས་དང་འབྲེལ་ནས་ཡོད་པས།བལྟས་བལྟས་
རིག་རིག་ལ་གསར་སྐྱེས་ཀྱི་མྱུ་གུ་ཞིག་སད་ཀྱིས་བཅོམ་པ་
དང་ཨ་ན་མ་ན་རེད། དེ་བས།ཕ་མ་རྣམས་ཀྱིས་རང་
ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ལམ་ཉམས་མྱོང་དང་སྦྱར་ནས་ལན་་་
སྟབས་བདེ་རེ་འདེབས་པའམ།ཡང་ན།དེའི་ཕྱོགས་་་་་
ནས་བྱིས་པར་ཁ་ཕྱོགས་རེ་སྟོན་པ་སོགས་གང་ལྟར་ཀྱང་་
བྱིས་པས་བཏོན་པའི་དྲི་བར་ཕ་མ་ཚོས་དོ་དོ་ནན་ནན་་་་
གྱི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་ཅི་ཐུབ་བྱེད་དགོས།

བུར་གཅེས་ཀྱང་དུག་གིས་མ་གསོ།རྒྱུ་ཡོད་ཀྱང་་་་་་
ཞོར་ཟས་མ་སྟེར།

ཞོར་ཟས་ཟ་བར་དགའ་བ་ནི་བྱིས་པའི་རང་གཤིས་
རེད།ཞོར་ཟས་གཏན་ནས་ཟ་རུ་མི་འཇུག་ཟེར་ན་ཅུང་་
ཁག་པོ་རེད།ཡིན་ནའང་།ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་གྱི་འཚོ་་་་་
བའི་ཁྲོད་ནས་བྱིས་པ་ཟ་བར་དགའ་བའི་ཟས་རིགས་་་་་་
གང་དང་གང་ཡིན་པ་ཕྱོགས་བསྡུས་ཀྱིས་དེ་དང་འབྲེལ་་་
བའི་ཟ་འཐུང་བསྐོལ་ཏེ་སྡེར་མ་ཆུང་ཆུང་ཡག་པོ་རེའི་་་་་
ནང་བཞག་ནས་ཟ་རུ་བཅུག་ན་ཅུང་ཕན་པ་ཡོད་སྙམ།
ད་རེས་ཀྱི་འཕྲིན་ཡིག་འདི་འབྲི་མཚམས་འདི་ནས་་
འཇོགཉིད་ལ་ཕྲད་པའི་དཀའ་ངལ་གང་ཡོད་མུ་མཐུད་
དེ་འཕྲིན་ཡིག་བརྒྱུད་ནས་སྐུར་དང་།ངས་མི་ཤེས་པ་་་་་
དག་དཔེ་དེབ་དང་ཡང་ན་རྒན་དམ་པ་རྣམས་ལ་བཀའ་་
འདྲི་ཞུས་རྗེས།ཁྱོད་ལ་ལན་སྤྲོད་ངེས་ཡིན།
སླར་མཇལ།ཚེ་རིང་།

བོད་ལྗོངས་ཁྲིམས་ལུགས་ཚགས་པར། སེམས་སྐྱིད་ཇ་ཁང་། 2024ལོའི་ཟླ་7ཚེས་2 16

༄༅་།འཕྲིཡིན་ཡིཡིག་མུན་སེསེལ་སྒྲོསྒྲོན་མེསེ་།
ཕུན་ཚོགས་དགྲ་འདུལ།གཡུ་སྒྲོན།

དམངས་སྒྲུང་ལྡུམ་ར་།

གནའ་སྔ་མོར།དགོན་སྡེ་ཞིག་ལ་མི་་་་
སེར་འབྲོག་པ་དུད་ཚང་ཞིག་ཡོད།འབྲོག་་
དུད་དེས་ལོ་ལྟར་དགོན་སྡེར་འཆར་གཞི་་་་་་
ལྟར་མར་ཁྲལ་འཇལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས།
ཐེངས་ཤིག་འབྲོག་དུད་དེའི་སྦྱིན་བདག་་་་་་་
གིས་མར་ལྟང་གི་ཁོག་ཏུ་རྡོ་རིལ་ཆེན་པོ་་་་་་་
ཞིག་བཅུག་ནས་དགོན་པར་མར་ཁྲལ་་་་་་་་་་
འཇལ་དུ་ཕྱིན།
དགོན་པའི་དཀོན་གཉེར་གྱིས་མར་་་་་་
ལྟང་ཁ་ཕྱེ་སྟེ་ལྟ་སྐབས་རྡོ་དེ་ཐོན་པས།
མར་ཁྲལ་འཇལ་མཁན་གྱིས་དེ་མ་ཉིད་དུ།
ད་དཔེ་བསགས་སོང་།རྡོ་དེ་ངའི་ཁྱིམ་གྱི་་་་
ནོར་རྡོ་རྩ་ཆེན་དེ་རེད།དེ་སྔོན་ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་་་
ཐེམ་གྱི་ཕྱི་ལ་འཁྱེར་མ་མྱོང་།ད་རེས་མར་་་

ལྟང་དང་ནོར་ནས་འཁྱེར་འདུག་པས།
ནོར་རྡོ་དེ་ཚུར་ལ་སྤྲོད་རོགས།མར་ཁྲལ་་་་་
ག་ཚོད་ཆད་ཀྱང་ལམ་སེང་འབུལ་གྱི་ཡིན་་་་་
ཞེས་ཞུ་བ་ནན་གྱིས་ཕུལ་བས།དཀོན་་་་་་་་་
གཉེར་གྱིས།ད་ནས་བཟུང་ཁྱོད་ཀྱིས་མར་་
ཁྲལ་འཇལ་མི་དགོས།འོན་ཀྱང་།ནོར་རྡོ་
དེ་ངེས་པར་དུ་དགོན་པར་འབུལ་དགོས་་་་་་
ཞེས་ཟེར་ནས་རང་གི་གྲྭ་ཤག་ཏུ་ལོགདེ་་་་་
ནས་བཟུང་འབྲོག་པ་དུད་ཚང་དེས་དགོན་་
པར་མར་ཁྲལ་འཇལ་དགོས་མ་བྱུང་བར་་་་་་
གྲགས།

༄༅་།ནསྒྲོར་རྡོསྒྲོ་རྩ་ཆེསེན་།

རྦབ་ཆུ་དར་དཀར་རིང་མོ།
དཔལ་མཆོག་གིས་པར་བླངས།