

ལྷ་དང་གསེབ་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་དུ་གྲུབ་པ་དེ་ཞིང་ལས་སྤྱི་བ།

—— རྟོ་ཁ་ཤོང་བྱེད་གྲ་ནང་རྫོང་གིས་“ཞིང་ལས་དང་། རིག་གནས། དུལ་སྒྲིབ། ལྷན་རྒྱལ”བཅས་
མཉམ་འདྲེས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲུལ་འདེད་རྒྱར་ཐག་བཏང་བའི་སྒྲོར་བཀོད་པ།



↑ འདི་ནི་ཡུལ་སྐོར་བ་ཚོས་ཤིས་ཐུབ་ཞིང་ལས་སྒྲིང་ཁར་རྟ་སྐོར་བྱེད་བཞིན་པ།

ཉེད་ཆོད་སྒྲིམས་པའི་ཆུ་ཀླུ་ལ་ཁྱེད་ལུའི་ནད་བསྐྱོད་དེ་
 ལུ་པའི་ཆོས་ལུའི་དུས་ཆེན་མྱོང་རེལ་བྱེད་པ་དང་། རེལ་
 མྱོང་འབྲས་ལམ་ནས་ཡར་ལྷུང་གཙང་པོའི་མཛེས་མཛོད་ས་ལ་
 ལྟུང་། ལྟ་སྒྲིམ་རྒྱུད་ས་འཁོར་ནད་བསྐྱོད་དེ་ཤིང་རྟག་ཁྱེད་ལི་
 མེད་ལྷུ་ར་ར་མྱོང་དཔ། གྲགས་པོ་ཁ་ཤས་དང་མཉམ་པ་ལྷིང་
 ལ་གཏོང་བ་སོགས་ལུ་པའི་ཆོས་ལུའི་དུས་ཆེན་གྱི་ལྷུང་གཤེད་
 ཉེན་དང་པོར་སྒྲིམ་གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་ནད་ཆོད་བསམ་ལས་ཤོང་
 རུལ་ཤིས་ལུ་ཁྱེད་འཕམ་གྱིང་ཁར་གསར་འགྲོལ་པས་གྲ་ནད་
 རྒྱུད་གིས་ཁོང་ལས་དང་། རིག་གནས་ལུ་ལུ་སྒྲིམ་།
 ཆུ་ལུ་བཅས་མཉམ་པ་དང་སྤྱི་གནོད་བྱེད་དང་འཕེལ་ལུས་
 གཏོང་བའི་ལམ་ལུ་འཛོལ་ཞེས་ཕྱིན་ནས། སྤོང་གསེབ་ཀྱི་
 ལུན་ལུ་མཉམ་གསུམ་པའི་འཛོལ་ལུ་རྒྱུར་བས་གསོན་ཉམས་ལྷོག་
 པར་ལྷུར་རྟེ་ལུ་སྒྲིམ་པ་དེ་བས་མཉམ་པ་ལྷོག་གསེབ་ལུ་ལུ་སྒྲིམ་
 བྱེད་པར་ཡོང་བ་མཐོང་བྱེད།

“མོ་བརྒྱད་ཀྱི་མོང་དུ་དེ་གར་ཐང་དེ་ས་ཚོང་པོ་དང་”མེས་
 སུཊ་ཞིང་ལས་མྱིང་ཁའི་འགན་ཁྲུང་པ་ལུས་ཅན་མིང་གིས་……
 གསར་འཛོད་པར། མེས་སུཊ་ཞིང་ལས་མྱིང་ཁས་ལོ་བརྒྱད་
 རིང་ཐོག་མཐའ་འབར་གསུམ་དུ་ཕྱེ་འགྲོག་ཀྱི་བཅོས་དང་།
 མིང་འཇུག་པ་རྩོམ་འཇུག་། རྒྱུ་ཁམས་སྤར་གསོ། ཅན་ཅལ་ལྟེ་
 ཁྲིང་། ཐོན་ལས་དར་རྒྱས་བཅས་ཀྱི་ལྷང་མདོག་ཐོན་ལས་
 འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་སྤྱང་མཐའ་འཁྲོངས་བྱས་པས། མ་
 ཚོང་བཅོས་ཚོང་གིས་ཐོག་གསལ་གཅིག་གི་མི་མོས་ལྷག་པོར་
 འཇུག་པའི་དགའ་འཕེས་པའི་ལྷུང་འབྲས་ཐོབ་ཡོད་ཅིས་
 པཤད།

མེད་ཆད་ལུང་ལུག་གི་མང་མྱོང་དག་དང་ཆུ་ལུག་གི་
 མེད་ཆེད་ཆུང་ཆུང་ལུ་ལུ་། མེས་མུ་ལུ་ཁྱེད་ལས་ཁྱེད་ཁ་
 རྒྱུད་སྐྱབས་ཆོར་མདོག་རྩ་ཆོག་ས་ལས་ལུ་བའི་“ན་མ་ཁྱེད་
 ལུག་ལས་”ཀྱི་ཁྱོག་འོད་འཕེམ་མེད་ལུ་ལུ་བརྒྱུད་ལུ་
 འདི་ན་ད་གི་མེད་ཆེད་ཆུང་ཆུང་མིག་ལས་ལུ་མེད་ནས་རྩ་ལུ་ལུ་
 མེད་ས་ལ་སྤར་རྒྱུད་། ཤིང་འབས་དང་། རྩ་ཆེལ་ མེ་རྟོག་
 རྟོག་ས་རྩ་ཁ་དང་ཡོད་དཔམ་ཅད་། འོད་ཀྱི་ཤིང་རྟོག་ཁོལ་
 འོ་དང་རྒྱུ་འབྲུག་དག་མི་ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་དང་། སམ་མེད་
 ལུ་ལུ་ཆེད་ས་རྩ་ན་རྩ་ག་ཅིང་མི་མེས་ལས་ཁྱེད་རྩེད་། ཆེན་ས་
 ལུ་ཤི་ཤི་དང་ཡར་ལུང་གཅོང་ཤོར་རྒྱུད་ལུ་ཕྱི་དང་། ལུས་རྒྱུང་
 ལུ་ས་ནས་ལུས་མེས་ལེད་ཤོར་ཕྱི་དང་། རྒྱུ་ལུ་ཤིང་ལུ་
 དང་། ཤེལ་མེད་འབྲས་ལས། བར་རྒྱུད་གི་དཔུང་མག་
 འབས་ཀྱིས་མི་རྩ་ས་ཀྱི་གསོ་བུག་ས་རབ་ཏུ་འཕེལ་ཁྱེད་།
 ཁྱོ་གསོང་ཤོས་ཆེད་རྩ་ལ་རྩ་ཆོག་ས་དང་། ཤུ་བ་དང་། ར་
 མོང་། ར་བུ་རྟོག་ས་ཀྱིས་མི་དང་རང་ལུང་འབས་འཆམ་
 མཐུན་མཉམ་གནས་ཀྱི་མེད་ཆེད་ཆུང་ཆུང་མིག་ལུ་ཡོད་།

[illegible]

པ་དང་མཆོད་སྦྱོར་སྤྱོད་པ་དག་ཅེ་ཞིག་རང་ལ་དབང་བཟུགས།
 “འཇུག་ཐོག་ཅན་ཅན་ཆེན་པོ་བྱུང་འདུག”ཤར་རྒྱུད་གི་
 སྤར་བྱ་ཆོ་རེད་དེ་མེས་པོ་གར་ཡོང་ཐེངས་གཉིས་པ་ཡིན་
 ཞིང་། ད་ཐེངས་ཞིང་གིས་རྒྱ་ཆོན་དང་ཕུ་ཆོན་ཆོ་ཁྲིད་དེ་
 ཏུ་ས་པས་གསར་པ་ཤེ་ཡུལ་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཡར་ཐོན་ལ་
 ཁྱེད་རོལ་བྱེད་པར་ཡོང་ཡོད།

“འདི་གར་ལས་ཀ་ཁྱེད་རྒྱ་བྱུང་བས་ཀ་ར་ཅང་ཡག་པོ་……
 འདུག”བསྟན་འཛིན་ཚོས་འཛིན་མ་ཉི་བསམ་ལས་གྲོང་རྒྱལ་
 ཉམས་ཡིན་པ་དང་ཉམས་ལུང་ཞིང་ལས་སྤྱིང་ཁའི་མི་ལུ་ལུ་
 ཞེས་བསམ་གྱི་བོ་བདེ་ལུ་ལུ་ལུང་ཞེས་པའི་བཤའ་དུ་ལས་
 ཞུགས་ལུ་བོད། ལྷ་རྒྱལ་ལུ་ལྷ་ལོང་ལྷ་ལྷེས་ཁོང་གིས་
 ལྷ་མོང་བཅས་ནས་གསར་འཛུགས་པར་ད་ཆ་རང་ཉིད་ལ་ལྷ་
 རྒྱལ་མོང་མཚོར་5000ཡོད་པ་དང་ལས་ཀའི་ཁོར་ཡུག་ཡག་པོ་
 ཡོད་པའི་ཁར་ཁྱིམ་དང་ཐག་ཉེ་བས་རྒྱ་ཡིད་ཚིམ་པོ་འདུག་
 ཅས་བཤད།

ལྷ་པོའི་ཆོས་ལཱི་དུས་ཆེན་གྱི་གྲང་གཤེད་དེ་ཉག་ཉག
 “འིག་གནས་དང་རང་བྱུང་གྲུབ་པ་ཁག་ཉིད་མོ་”དང་འཁོལ་
 པས། ག་ནང་རྒྱུད་ལྷན་མཆོད་མེད་རིག་གནས་གྲུབ་པ་ཁག་
 རྒྱུད་ལཱི་ནང་དྲིམ་བསྐྱུགས་ཀྱི་དང་པོའི་ལྷ་གར་འབྲུག་བསྐྱར་
 དང་། མཆོད་མེད་རིག་གནས་གྲུབ་པ་ཁག་ཉམས་ལེན། མི་
 འིགས་ཁག་གི་མཆོད་མེད་རིག་གནས་གྲུབ་པ་ཁག་གི་བྱུང་
 ལུ་ཐོབ་རྒྱས་འབྲེམས་རྟེན། མཆོད་མེད་རིག་གནས་རྒྱ་
 གསར་ལྷིང་འབྲེམས་རྟེན་སྐགས་ཀྱི་དང་པོ་དང་འཕྲང་འཕྲང་འཕྲང་པ་
 སྤེལ་ཡོད། ག་ནང་གི་ཤིང་བརྒྱུས་དང་། ག་ནང་གི་རྒྱ་ཆས།
 རྒྱུད་བརྒྱུས་ཀྱི་ལག་རྒྱལ་སྐགས་ག་ནང་རྒྱུད་གི་འཕྲང་ལག་
 མཆོད་མེད་རིག་གནས་གྲུབ་པ་ཁག་གི་མཆོད་ཀྱི་དང་.....
 པ་ཁེན་གྱི་རྒྱུ་གར་པ་40ལྟ་གཙམ་དུས་རབས་གསར་པ་ར་
 རྒྱུ་རྟེན་པས་དང་གསོན་གྲགས་ར་དུ་རྒྱས།

[illegible]

ཐུལ་ཡོངས་མི་དམངས་འབྲུག་ཆོགས་རྒྱན་ལས་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་
 བཅས་ལྷགས་ལས་དོན་ལྷ་ལྷན་གྱི་བོད་རྒྱུད་བཅས་འབྲུགས་
 བརྟག་ཞིབ་འབྲུགས་མོལ་ཆོགས་འདྲ་འཆོགས་པ།

འདི་ག་ཆོག་མ་དང་པད་ཀྱི་མ་མཐོང་།
 6 ཆོག་ཉིན་གནས་ཆུལ་འབྱེད་གསལ། ཉི་
 ཆར། ལྷུལ་ཡོངས་མི་དནངས་འཕུམ་ཆོག་ས་ལྷན་
 ལས་ལྷན་ཡོན་ལྷན་ཁང་ཁྲིམས་ལུགས་ལས་འོན་ལྷན་
 ལྷན་གྱི་ཤོད་སྤྱོད་ཁྲིམས་འཕྲུག་ས་ཆ་ག་ཁོབ་.....
 འབྲུག་ས་མོལ་ཆོག་མ་དང་ལྷ་ས་འཆོག་ས་མེད།
 ལྷུལ་ཡོངས་མི་དནངས་འཕུམ་ཆོག་ས་ཆ་ཁྲིམས་
 བཅའ་ཁྲིམས་ལྷན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ལྷན་ཡོན་ག་ཁོབ་
 བ་ལུས་དུའོ་ཆོག་མ་དང་འབྲུག་ས་པ་དང་འབྲེལ་
 གཞུང་བཤད་ཀྱང་གཞན་བ་དང་། རང་སྤྱོད་.....
 ལྷུངས་མི་དནངས་འཕུམ་ཆོག་ས་ལྷན་ལས་ལྷན་
 ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་གྲུབ་འབྲས་པ་ཀྱང་ཡན་
 ཆེད་གིས་ཆོག་མ་དང་པོ་སྤྱོད་གནང་བ་ཤིང་།
 ཆོག་མ་དངུའོ་ཤོག་བཟླ་ཁོབ་ཆོག་ས་ཆུང་

[illegible]

མར་ཚུང་ཚུངས་འགོ་ཁྱིད་ཀྱིས་ཚུང་ཡོངས་ཀྱིས་ཚུང་ཡོངས་བཤེར་
ཐོངས་གཏུག་པའི་ལས་དོན་ལ་བརྟུག་ཞིབ་གནང་བ།

[illegible]

ལྷེངས་ཀྱི་གཅིག་ལྷུང་བཀོད་སྤྱི་གཞིར་བཟུང་།
 ཚད་གཞི་མཐའ་འཁྲོངས་དང་སྤུས་ཚད་དམ་.....
 འཛིན། ཚན་རིག་ཚད་ལུག་དང་ལྷུང་ཚད་.....
 བསྟུགས་གཏོང་། ལྷུང་འཛིན་སྤུས་སྤྱི་བཟུང་དང་.....
 བཟུང་སྤྱིར་དམ་ཚགས། གནད་སྤྱི་ཚན་ཞིབ་ཚགས་.....
 བཀོད་སྤྱི་ག གནས་ཀྱིས་གནས་ལ་བཀོད་གཏོང་.....
 འོ་དེ་འཁྲུལ། མ་དཔེ་བཟོ་བ་དང་ཚོད་ལྷ་ཁང་གི་.....
 ལྷ་ཞིབ་ཚད་ལེན་སོགས་ཀྱི་གཅོ་གནད་ལས་འོ་དེ་.....
 ལ་དམ་འཛིན་ལག་ཤེ་བྱས་ནས་སྤུས་ཚད་དང་.....
 ལྷུང་ཚད་གཞིས་ཀ་མཐོར་གཏོང་དང་ས་ཆུ་.....
 ཡོངས་བཤེར་གྱི་ལས་འགན་འག་ལུན་སུ་.....
 ཚོགས་པོས་ལེགས་ལུབ་ཡོང་བའི་འགན་ལེན་.....
 བྱེད་དགོས་པའི་ནན་བཤད་གནད་བ་རེད།
 (ལྷ་དང་བཤད་ལྷག་ཚོས་ལྷུང་ཁྱེས་བྱས་)

མེ་བྱ་པ་ས་ཁུལ་གྱི་ཡིད་དོན་ལྟམ་བྱུང་གི་“ལས་ཆོད་
ཆེན་པོས་བྱ་པ་མེ་བྱ་པ་པའི”ལེལ་མེས་
མ་ཉུམ་ལྷན་གྱིད་ལྷོ་ལྷོ་སྤྱད་ལེལ་པ།

[illegible][illegible]

འདས་གཞུང་འགྲོ་གསལ་གི་ཀླུང་ཁབ་ས་ཁམས་
 མཆོན་རྟགས་ཐོན་རྒྱས་ཀྱང་ཕྱོད་དཔེ་ཉེན་ཁམས་
 (ཐབས་འདྲུགས་)ཤིས་ཀྱང་གི་མོང་བཅུ་བ།

འདྲི་གཞུགས་པ་དང་ཁ་དབྱ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་།
 6ཆེན་པོ་ཉི་མ་གསུམ་རྒྱལ་འབྲེུབ་པ་མས། ཉི་
 ཆམ། རང་རྒྱུད་ལྔ་པ་ཁོ་མ་རྩ་འདྲོ་མས་ལུས།
 དང་། ལྷ་མོ་དབྲེུབ་ཁོ་མ་རྩ་འདྲོ་མས་ལུས།
 འདམ་གཞུད་རྩོད་ལུད་དང་རྩོད་མིད་གཞུད་.....
 པཅས་གྱིས་“འདམ་གཞུད་འཕྲི་གཡག་གི་རྒྱལ་.....
 ཁལ་པ་ཁལ་པ་མཚོན་རྟགས་ཐོན་རྩལ་ལྔ་ལྔ་དང་
 དཔེ་རྟན་ལུལ་(གཤམ་འདྲུགས་)”ཀྱི་ཕྱི་བྱུང་གི་
 ཡལ་པ་བྱེད་ན་གཉེན་རྒྱུད་བྱེད་འགྲོ་ཆུགས་པ་ལི་
 མཛད་ལྟ་འཆོགས་པ་ཡིད།
 ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། 2016
 སྟེང་རྒྱུ 12ཆེན་28ཉིན། འདམ་གཞུད་གི་འཕྲི་
 གཡག་གི་པ་ཁལ་པ་མཚོན་རྟགས་ཀྱི་ཐོན་རྩལ་ལ་
 ལྔ་ལྔ་བྱེད་དེ་བར་ཆོག་མཚན་ཐོབ་ཆོད། འཕེལ་

ཡིད་ཤེ་ཆོལ་གྱིས་འདི་གཡམ་ཐོན་ལས་ཆོད་ལྷན་
 ཅན་དང་སྤུས་ཀྱིས་ཅན་གྱི་ཚུ་ཆོད་མེད་བྱ་.....
 གཏོང་གང་ཐུབ་བྱས་པ་དང་། ལོ་ཁ་ཤས་ཟིང་.....
 འབད་འཐབ་སྡོད་མེད་བྱས་པ་བརྟུན། འདམ་.....
 གཞུང་གི་འདི་གཡམ་ག་དེ་2023མེར་རྒྱལ་ཁབ་ས་
 ཁམས་མཆོན་ཀྱིས་ཐོན་ཆས་སུང་སྡོད་དཔེ་.....
 རྩོད་ཁྱལ་གྲབས་འཇུགས་མིང་ཐོ་དང་རྒྱལ་.....
 ཁབ་ཤེས་བྱའི་བདག་དབང་གིས་ཁམས་མཆོན་
 ཀྱིས་གྱི་བེད་སྤྱོད་སྤུལ་འདེད་གྱི་གཙོ་གནད་.....
 འབྲེལ་གཏུག་དང་འཇུབ་ཁྲིད་མིང་གཞུང་འག་
 གཉིས་པར་རྩོད་ཡོད་པ་ཟེད།
 (དམ་ཆོས་མི་ཡམ་གྱིས་བསྐྱར། བསྟན་
 འཛིན་བཟང་མོས་ཞུས།)

ཆབ་མདོ་ཤོར་ཁྱིའ་ཁྱིའ་ཤོར་གསེབ་ཀྱི་མཉམ་ཞེས་ཆུ་ནོར་གཙང་བཤེར་
དང་མ་ཆུ་ཞིབ་དབུད་ཀྱི་ལས་དོན་ཞེས་པ།

[illegible]

མཚན་དྲུག་གི་ 10.59 ལྟག་ཅུ། རྩོད་ཁུངས་རང་བཞིན་
 ལྟུ་ལྟུ་ཞོར་ལུ་ཁྱི་ 3968.23 ལྟག་ཅུ་བཅས་ལ་གཙང་
 བཤེར་བྱས་པ་ཤིང་།
 གྲངས་ཤེས་ཀྱི་མཉམ་ཆེབ་ལྟུ་ཞོར་ལྟུ་ཡོ་ཤོར་ལྟུ་ཞོར་
 ཞོར་གཙང་བཤེར་དང་མཚན་ཞིབ་དབྱང་ཡག་ཤོ་བྱུ་ཞོར་
 གྲངས་ཤེས་ཀྱི་མཉམ་ཆེབ་ཞོར་དབང་ལམ་ལྟགས་ལྟུ་རྩེ་
 བཅས་གཏིང་ཟབ་དུ་གཏོང་བ་དང་གྲངས་ཤེས་ཀྱི་མཉམ་
 རྩེ་གལ་ལྟོས་དོན་མཁུ་ཆོད་ལྟུ་དུ་གཏོང་བའི་རྩེ་བཞིའི་རང་
 བཞིན་ལྟུ་ཞོར་ལྟུ་ཞོར་གྲངས་ཅན་གྱི་རྩེ་དང་། ཆབ་མདོ་ལྟུ་ཞོར་
 ལྟུ་ཞོར་(ཆུ་མཁུ་ཆོད་ལྟུ་ཞོར་(ཁྱི་རེ་ལྟུ་ཞོར་ལྟུ་ཞོར་
 འདྲ་ལས་ཀྱང་ཐག་བྱས་ཏེ་ཤི་མེའི་ལྟུ་ཞོར་ལྟུ་ཞོར་ལྟུ་ཞོར་

གཤམ་མཆོད་མཆོད་ནང་ཞུགས་ཏེ་གཙོ་བོ་རྒྱ་ནག་གཙང་.....
 བཤེར་མཆོད་ཞེས་དཔུང་ཕྱིན་དཔེས་དོན་གང་ཡིན་པ་.....
 དང་། གཙང་བཤེར་ཕྱིན་ཐབས་གང་ཡིན་པ། སྤང་ཆོའི་རིམ་.....
 པའི་ཆོས་དོན་དོད་མཁའ་རྩེ་ཕྱིན་པེ་གསལ་གྱི་ནང་དོན་ལ་.....
 དམིགས་ནས་གསེར་མཆོད་བྱས་པ་མ་ཟད། རྒྱ་ནག་གཙང་.....
 བཤེར་དང་མཆོད་ཞེས་དཔུང་མ་ལག་སྤྱད་ཏེ་སྤང་ཆོའི་མཉམ་.....
 སྤེབ་གྱི་གཉེན་སྦྲེང་རང་བཞིན་དང་། གཉེན་སྦྲེང་རང་.....
 བཞིན་ཕྱིན་པ། སྤྱང་བྱུངས་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་ནག་བཅས་ལ་.....
 རིམ་བཞིན་གཙང་བཤེར་ཞེས་དཔུང་བྱས་པ་རེད།
 (པ་སངས་གྱུས་བསྐྱར། པ་སངས་དང་ཆོའི་གསུམ་ཞུས།)

