2 2024ལོའི་ཟླ་10ཚེས་12 གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར།

ཉེ་ཆར།“རྔ་པར་མཇལ་འཛོམས།རིན་ཆེན་གཏེར་་
མཛོད་ཀྱི་གནས་མཆོག་འབར་ཁམས་འཚོལ་བ”ཞེས་པའི་་་་
གསར་འགྱུར་བཅར་འདྲིའི་བྱེད་སྒོར་ཞུགས་མཁན་གྱི་་་་་་་་་་
གསར་འགོད་པ་རྣམས་སྐྱེ་སྟོབས་ཀྱི་དཔལ་འབར་བའི་སའི་
སོ་གྲོང་ཚོར་བཅར་འདྲི་བྱེད་པར་བསྐྱོད་པ་ཡིན།
སའི་སོ་གྲོང་ཚོ་ནི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་གནས་པ་དང་འབར་་
ཁམས་གྲོང་ཁྱེར་ནས་ལམ་ཐག་སྤྱི་ལེ་བདུན་ལྷག་ཙམ་ལས་་་
མེད།སའི་སོ་གྲོང་ཚོའི་ཆ་སྙོམས་ས་བབ་མཐོ་ཚད་སྨི་་་་་་་་་་་
2660ཙམ་ལས་མེད་སྟབས་མཐའ་འཁོར་དུ་སྔོ་ལྗང་གཡུ་་་་་
ལོས་བརྒྱན་ཞིང་།གྲོ་ནས་སྲན་སོགས་འབྲུ་རིགས་སྣ་ལྔ་སྐྱེ་་
ཐུབ་པའི་ས་ཆ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན།སའི་སོ་གྲོང་ཚོ་ནི་རྒྱལ་་་་་
ལམ་317དང་ཞིང་ཆེན་ལམ་210འབྲེལ་མཚམས་སུ་་་་་་་་་་་་
གནས་ཡོད་པ་དང་།གྲོང་ཚོར་སྣུམ་ནག་གཞུང་ལམ་ཤར་་་
གཏོང་ཐུབ་ཡོད་སྟབས་ཕར་འགྲོ་ཚུར་འོང་བྱེད་སྐབས་་་་་་་་་
འགྲིམ་འགྲུལ་ཧ་ཅང་སྟབས་བདེ་པོ་ཡོད་པ་རེད།
སའི་སོ་གྲོང་ཚོའི་གཞི་རྩའི་གནས་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ན།
གྲོང་ཚོ་ཧྲིལ་པོར་གྲོང་མིའི་ཚོགས་ཆུང་3དང་།དུད་ཚང་་་་
119 མི་གྲངས་384ཙམ་ཟིན་ཡོད།སྔོན་ཆད་ཞིང་ལས་་་་་
དང་འབྲོག་ལས་ནི་སའི་སོ་གྲོང་ཚོའི་གྲོང་མིའི་འཚོ་རྟེན་་་་་་་
ཡིན་པ་དང་།ད་ཆ་ཡུལ་སྐོར་ནི་གྲོང་མིའི་དཔལ་འབྱོར་་་་་་
ཡོང་ཁུངས་གཙོ་བོའི་གྲས་ཤིག་ཡིན་པ་རེད།སའི་སོ་གྲོང་་་
ཚོར་ཞིང་ཆེན་རིམ་པའི་བཟང་པོ་བཞིའི་གྲོང་ཚོ་དང་།རྔ་་
པ་ཀྲོའུ་ཡི་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ཡར་ཐོན་དཔེ་སྟོན་གྲོང་ཚོ།
རྔ་པ་ཀྲོའུ་ཡི་ཁྲིམས་ལྟར་གྲོང་ཚོ་སྐྱོང་བའི་དཔེ་སྟོན་གྲོང་ཚོ།
རྔ་པ་ཀྲོའུ་ཡི་གྲོང་མི་རང་སྐྱོང་དཔེ་སྟོན་གྲོང་ཚོ་སོགས་ཀྱི་་་་་
མཚན་སྙན་མང་དག་ཅིག་ཐོབ་མྱོང་ཡོད་པ་རེད།
སའི་སོ་གྲོང་ཚོའི་གསེར་བཟང་མ་ནི་བྱ་གཞག་གསར་་་
གཏོད་ཀྱི་ལས་ལ་ཞུགས་མཁན་གྱི་གྲས་ཤིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་་
རྒྱལ་རོང་བསླས་འཐག་གི་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་་་་་་་་་
བཞག་གི་རྒྱུན་འཛིན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།ཁོང་གི་འགྱུར་་་་་་་་
ལྡོག་ཁག་གྲོང་ཚོའི་འཕེལ་རྒྱས་དང་གཅིག་ཕན་གཅིག་་་་་་་་་

གྲོགས་ཡིན་པ་དང་།ཁོང་གི་འགྱུར་ལྡོག་ནི་གྲོང་ཚོའི་་་་་་་་་་་
འགྱུར་ལྡོག་གི་བསྡུས་རིས་ཤིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ནའང་་་་་་་་་
འགྲིག ཁོང་གིས་གསར་འགོད་པ་སའི་སོ་གྲོང་ཚོར་་་་་་་་་་་
འབྱོར་བ་མཐོང་སྐབས་སྤྲོ་སྣང་ཆེན་པོས་གསར་འགོད་པར་
བསུ་བ་ཞུས་པ་མ་ཟད་གྲོང་ཚོའི་འཕོ་འགྱུར་ཁག་ངོ་སྤྲོད་་་་་་
གང་གཟབ་བྱས། གསེར་བཟང་མ་ཆུང་དུས་སུ་འཚོ་བ་་་་་་་་
ཡག་པོ་དེ་ཙམ་མེད་པ་དང་ཕྱིས་སུ་འཚོ་བའི་སྤུས་ཚད་་་་་་་་་་
ལེགས་སུ་སོང་ཡང་།ཁོང་ནི་དུས་ཚོད་ལྟོ་གོས་ལ་བསྟིམས་་
ནས་སྡོད་མཁན་ཞིག་མིན་པར་དུས་རབས་ཀྱི་དབྱངས་རྟ་་་་
དང་མཐུན་པའི་བསམ་བློར་བརྟེན་ནས་རང་ནུས་ཡོད་རྒུས་
སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་ཤེས་ལས་ལ་འབད་འབུངས་ལྷོད་མེད་་་་
བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།2018ལོར་གསེར་བཟང་་་་་་
མས་ཏུའུ་ཅང་ཡན་དུ་ཡོད་པའི་སི་ཁྲོན་བཟོ་ཚོང་ལས་་་་་་་་་་་
རིགས་ལག་རྩལ་སློབ་གླིང་དུ་མི་རིགས་ཀྱི་འཚེམ་དྲུབ་བཟོ་་་
རྩལ་ཐོན་རྫས་བཟོ་བའི་དབུལ་སྐྱོར་གསོ་སྦྱོང་འཛིན་གྲྭར་་་་
ཞུགས་པ་དང་། དེ་རྗེས་རྔ་པ་ཀྲོའུ་ཡིས་གཉེར་བའི་འཚེམ་་
དྲུབ་རྩལ་ནུས་གསོ་སྦྱོང་འཛིན་གྲྭར་ཞུགས་པ།2019ལོར་
ཀུའེ་ཀྲོའུ་རུ་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་རྒྱུན་འཛིན་
པའི་གསོ་སྦྱོང་འཛིན་གྲྭར་ཞུགས་པ་རེད།མི་རིགས་སྲིད་་་་
ཇུས་ཀྱི་འོད་སྣང་ཁྲོད་ཁོང་དང་གྲོང་མི་རྣམ་པས་འབད་་་་་་་
བརྩོན་བྱས་པ་བརྒྱུད་སའི་སོ་གྲོང་ཚོའི་བསླས་འཐག་ལ་་་་་་་་
འཕེལ་རྒྱས་གང་ལེགས་བྱུང་ཡོད་པ་རེད།སྐྱེས་སྦྱངས་་་་་་་་་
དབང་པོར་གནམ་སའི་ཁྱད་པར་ཡོད་པས།སྐབས་རེ་་་་་་་་་
བསླས་འཐག་ལག་ཤེས་སྦྱོང་མཁན་གྱི་ལག་ཤེས་པ་ཁ་ཤས་་་
ཀྱིས་ཐོན་རྫས་ཡག་པོ་བཟོ་མི་ཐུབ་པའི་སྐབས་སུ།གསེར་་་
བཟང་མས་ངང་རྒྱུད་རིང་པོས་བཟོ་སྟངས་སློབ་ཀྱི་ཡོད་་་་་་་་
སྟབས། གྲོང་ཚོའི་ནང་དུ་གསེར་བཟང་མའི་མིང་འབོད་ཚེ་
གྲོང་མི་ཚང་མས་མགྲིན་དབྱངས་གཅིག་གིས་བསྟོད་་་་་་་་་་་་་་
བསྔགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ཐོན་རྫས་དང་་་་་་་་
ཁྲོམ་ར་ཟུང་འབྲེལ་བྱ་རྒྱུ་ནི་རེ་བས་ཁེངས་པའི་ལམ་བུ་ཞིག་

ཡིན་པ་དང་།མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ཐོན་་་་་་་་
རྫས་མི་འདྲ་བ་ཁྲོམ་རའི་ཐོག་ཐོན་ཐུབ་པ་ནི་གནའ་བོའི་ས་
བོན་དེ་དེང་རབས་ཀྱི་ས་རྒྱུའི་ནང་བཏབ་ནས་མྱུ་གུ་འབུས་་
པ་དང་མཚུངས་པ་ཞིག་ཡིན།ཁྲོམ་རའི་དཔལ་འབྱོར་་་་་་་་་
བརྒྱུད་ནས་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ཐོན་རྫས་་་་་
ཁག་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་བུའི་ཐོག་སྐྱོད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་་་་་
པས། གསེར་བཟང་མས་རྒྱལ་རོང་བསླས་འཐག་འཚེམ་དྲུབ་་
ཆེད་གཉེར་མཉམ་ལས་ཁང་བཙུགས་ནས་རྒྱལ་རོང་བསླས་་་་་
འཐག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་བུར་ཁྲིད།གསར་འགོད་པ་མཉམ་
ལས་ཁང་དུ་འབྱོར་སྐབས་མིག་ལམ་དུ་ལག་ཤེས་པ་རྣམ་པའི་་
ཕྱག་སོར་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཐོན་རྫས་སྤུས་ལེགས་ཁག་་་་་་་་
འགྲེམས་སྟོན་བྱེད་པ་མཐོང་།དབྱར་ཁའི་དུས་སུ་ཡུལ་སྐོར་་་
བ་ཤིན་ཏུ་མང་བས་བསླས་འཐག་ཐོན་རྫས་བྲིན་ཁ་རྒྱུག་པོ་་་་་་
ཡོད་པ་རེད།རྒྱལ་རོང་གི་བསླས་འཐག་ལག་ཤེས་ལ་ཁྱད་་་་་་་
ཆོས་མང་དག་ཅིག་ཡོད་པ་དང་།ཚོན་མདངས་རྣམ་པར་་་་་་་
བཀྲ་བའི་སྐེ་རགས་ནི་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐོན་རྫས་ཤིག་ཡིན་་་
པ་རེད།དེའི་རིང་ཚད་ལ་གཞུ་འདོམ་གཉིས་དང་ཕྱེད་ཀ་་་་་་་
ལྷག་དང་། ཞེང་ཚད་ལ་སོར་མོ་བཅུ།སྣེ་གཉིས་སུ་སོར་མོ་་་་་
བཅུ་གཉིས་ཙམ་ཡོད་པའི་ལན་བུ་མང་པོ་བསླས་ཡོད།སྐེ་་་་་་་
རགས་འཆིང་སྐབས་སྐེད་པར་དཀྲིས་འགའ་བརྒྱབ་རྗེས་ལྟག་་
རྒྱབ་ནས་མདུད་དགོས་ཤིང་།ཁྲུ་གཉིས་ལྷག་བསྐྱུར་ཏེ་ཕྱི་་་་་་་
རྟིང་གི་མཚམས་སུ་བསྣར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།གསར་་་་་་་་
འགོད་པས་གསེར་བཟང་མར་མ་འོངས་པའི་ལོ་ཟླའི་ནང་དུ་་་
འཆར་གཞི་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་སྐོར་འདྲི་སྐབས།གསེར་་་་་་་་་
བཟང་མས“ད་ལྟ་ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་སྲིད་ཇུས་དང་རྒྱུ་་་་
དངོས་སོགས་ཕྱོགས་མང་པོའི་ཐད་ནས་རོགས་སྐྱོར་ཤུགས་་་་་
ཆེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།གུས་མོས་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་དེ་བཀོལ་་་་་་་
ནས་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ལག་རྩལ་དར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་བཏང་སྟེ་་་་་་་
བུད་མེད་དེ་བས་མང་བ་སྔར་ལས་ལྷག་པའི་འཚོ་བའི་ལམ་་་་་་
བུའི་ཐོག་འཁྲིད་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན”ཞེས་བཤད།

གསེར་བཟང་མ།

སྲོལ་རྒྱུན་ལག་ཤེས་རྒྱུན་འཛིན་བྱས།ཡུལ་མི་ཕྱུག་འགྱུར་ལམ་དུ་ཁྲིད།
འདི་ག་ཚགས་པར་གྱི་གསར་འགོད་པ།ཕུར་བུ་ཚེ་རིང་།བློ་བསྟན།ཚེ་བརྟན་རྡོ་རྗེ།ཉི་མ་ཚེ་རིང་།ཚེ་ཁོ།ཕན་ཐོགས།

པར་①ནི་གཙང་པོའི་ཕ་རོལ་ནས་པར་བླངས་པའི་སའི་སོ་ཡུལ་མིའི་སྡོད་ཁང་ཡིན་པ། པར་②ནི་གསེར་བཟང་མས་ཐོན་རྫས་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་བཞིན་པ།

②

①

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་ལྷ་ས་ནས་ཟླ་་
10ཚེས་10ཉིན་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ།
ཚེས་9ཉིན་གྱི་ཕྱི་དྲོར།ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཞིང་་་་་་་་
འབྲོག་ལས་ཀྱི་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་པོ་གསར་པ་སྤུས་་་
ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་་་
བའི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་ཏེ།རང་
སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གི་རྒྱུན་ལས་་་་
ཚོགས་འདུ་ཐེངས་ཉི་ཤུ་པའི་དགོངས་དོན་་་་་་་་་་་་
བརྒྱུད་བསྒྲགས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་དང་།《ཞིང་་་་་
འབྲོག་ལས་ཀྱི་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་པོ་གསར་པ་སྤུས་་་
ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་་་
རྒྱུའི་སྐོར་གྱི་བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་་་
འགའ་ཞིག（ཚོད་ལྟའི་ལག་བསྟར）》དྲིལ་་་་་་་་་་་་་་
བསྒྲགས་དང་གསལ་འགྲེལ་བྱས་པ།ཚོགས་་་་་་་་་
ཞུགས་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་པོ་དང་ལྗོངས་ཐད་་་་་་་་་་་་
གཏོགས་སྡེ་ཚན་གྱི་འཐུས་མིས་སྤེལ་རེས་གཏམ་་་་
བཤད་བྱས་པ་རེད།
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་ཀྲུའུ་ཞི་གཞོན་པ་ཚེ་རིང་
ཕུན་ཚོགས་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པ་མ་ཟད་་་་་་་་་་་་
གསུང་བཤད་ཀྱང་གནང་བ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་རིམ་ཁག་སྡེ་ཚན་ཁག་་་་་་་

གིས“ཞིང་གསུམ”ལས་དོན་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་་་
ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་རྣམ་བཤད་གལ་ཆེན་ལག་་་་་་་་་་
བསྟར་དོན་འཁྱོལ་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ་རང་སྐྱོང་་་་
ལྗོངས་ཏང་ཨུད་དང་སྲིད་གཞུང་གི་བཀོད་སྒྲིག་་་་
བླང་བྱ་གཞིར་བཟུང་།སྲིད་ཇུས་གསལ་འགྲེལ་་་་
ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་སྲིད་ཇུས་དོན་འཁྱོལ་་་
ལ་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ་སྣེ་འདྲེན་ཁེ་ལས་རྒྱ་་་་་་་་་་
སྟོབས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།ཆེད་ལས་མཉམ་་་་་་
ལས་ཁང་གིས་ཞིང་པ་དང་མཉམ་འདྲེས་དང་་་་་་་
ཞིང་པར་སྐུལ་ཁྲིད་བྱེད་པ།ཁྱིམ་ཚང་ཞིང་་་་་་་་་་་
འབྲོག་ར་ཚད་ལྡན་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་འཕེལ་རྒྱས་་་་་་
གཏོང་བ་བཅས་ལ་ལྕག་སྐུལ་བྱེད་དགོས།རྒྱ་་་་་་་
ཆེའི་ཞིང་འབྲོག་ལས་ཀྱི་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་པོ་་་་་་་་་་་
གསར་པས་གོ་སྐབས་ཡག་པོ་དམ་འཛིན་བྱས་ཏེ་་་
གཞི་ཁྱོན་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།གསར་གཏོད་ཀྱི་་
སྤུས་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་བ།ཁྲོམ་ར་གསར་་་་་་་་་་་
འབྱེད།ཞིང་པ་དང་མཉམ་འདྲེས་དང་ཞིང་་་་་་་་
པར་སྐུལ་ཁྲིད་བཅས་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱས་ནས་་་་་་་
ཞིང་འབྲོག་ཐོན་ལས་སྤུས་འབྲས་ལེགས་གཉེར་་་་་
ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས་ཞེས་ནན་་་་་་་་
བཤད་གནང་བ་རེད།

ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཞིང་འབྲོག་ལས་ཀྱི་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་པོ་གསར་པ་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་
རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་བཞུགས་
མོལ་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་ལྷ་ས་ནས་ཟླ་་
10ཚེས་10ཉིན་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ།
ཚེས་10ཉིན་ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་རྒན་་་་་
གྲས་ཀྱི་ལས་དོན་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་ལྷ་་་་་་་
སར་འཚོགས་ཤིང་།ཚོགས་འདུའི་ཐོག་ཏང་གི་་་་
ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པ་དང་ཏང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་
ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་གསུམ་་་་་
པའི་དགོངས་དོན་སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་བསྟར་་་་་་་་
གཏིང་ཟབ་བྱས་པ་དང་།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་་་
ཨུད་སྐབས་བཅུ་པའི་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་་་་་
ཐེངས་དྲུག་པའི་དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་བྱས་་་་་
པ། གྲུབ་འབྲས་ལ་ཕྱོགས་སྡོམ་དང་།གནད་་་་་་་
དོན་ལ་དབྱེ་ཞིབ།གོམ་སྟབས་རྗེས་མའི་ལས་་་་་་་
དོན་བཀོད་སྒྲིག་བཅས་བྱས་པ་རེད།ལྗོངས་་་་་་་་
ཏང་ཨུད་ཀྱི་རྒྱུན་ཨུ་དང་རྩ་འཛུགས་པུའི་པུའུ་་་་་་
ཀྲང་ལའེ་ཅའོ་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པ་དང་་་་་་་་་་་་
འབྲེལ་གསུང་བཤད་ཀྱང་གནང་བ་རེད།
ལའེ་ཅའོ་ཡིས་གསུངས་དོན།ལྗོངས་་་་་་་་་་་་
ཡོངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་ཀྱི་ལས་དོན་སྡེ་་་་་
ཚན་དང་རྒྱ་ཆེའི་ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་ཀྱི་ལས་་་་་
དོན་སྒྲུབ་མཁན་ལ་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་་་་
དྲག་ཆས་སྤྲོས་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།ཕུགས་
བསམ་དང་དད་སེམས་བརྟན་དུ་གཏོང་བ།ལས་་་
ཀའི་འགན་འཁྲི་འཁུར་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་ཐོག་་་་་་་
མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བསམ་བློ་དང་།ཆབ་སྲིད།
བྱ་སྤྱོད་བཅས་བློ་མཐུན་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སྲོག་་་་་་
ཤིང་གནང་བའི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་དང་ཚད་་་་་་་་་་་་
མཐོའི་གཅིག་གྱུར་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།
ལའེ་ཅའོ་ཡིས་ནན་བཤད་གནང་དོན།“དོན་

ཆེན་བཞིར”དམིགས་ནས“འཛུགས་གཏོད་་་་་་་་་་
བཞིར”ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་ཏང་རྩ་འཛུགས་་
ཀྱི་བཀོད་སྒྲིག་ཚད་ལྡན་དུ་གཏོང་བ་དང་།རྩ་་་་་
འཛུགས་ཀྱི་འཚོ་བ་ནན་དུ་གཏོང་བ།ཏང་ཡོན་་་
དོ་དམ་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་ལས་་
བྲལ་དང་རྒན་ཡོལ་ཞུས་པའི་མི་སྣའི་ཏང་རྩ་་་་་་་་་་
འཛུགས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ནུས་པ་དང་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་་་
བྱེད་ནུས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་་་་་་་་་་
དང་། “དབུ་དཀར་ཤེས་ལྡན་པའི”ཐོན་ཁུངས་་་
ཡག་པོ་སྤྱད་དེ་ཁོང་ཚོས་ནུས་པ་ལྷག་མ་ཧུར་ཐག་
འདོན་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ།ཞབས་ཞུ་་་་་་་་
འགན་སྲུང་གི་ལས་དོན་ཡག་པོ་བསྒྲུབས་ནས་་་་་་་
ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་དང་བློ་མཐུན་རྒན་གྲས་་་་་་
ཚོས་སྒྱུར་བཅོས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་་་་་་་་་་་་
མཉམ་སྤྱོད་དང་ཚེ་མཇུག་སྐྱིད་པོ་ཞིག་སྐྱེལ་ཐུབ་་་
པ། རྩ་འཛུགས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་ལ་ཤུགས་སྣོན་་་་་་་་་་་
བརྒྱབ་སྟེ་ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་ཀྱི་ལས་དོན་འགོ་་
ཁྲིད་ཚོགས་ཆུང་དང་རྩ་འཛུགས་མི་དོན་སྡེ་ཚན་་་
གྱི་ཇུས་འགོད་མཛུབ་ཁྲིད་དང་གཅིག་གྱུར་་་་་་་་་་་་
མཐུན་སྦྱོར་གྱི་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་ཡག་པོ་བྱེད་པ།
ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་ཀྱི་ལས་དོན་སྡེ་ཚན་གྱིས་་་་་
རང་ངོས་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་་་་་་་
དང་ལས་ཀའི་འཇོན་ཐང་ཆེ་རུ་བཏང་སྟེ་ཏང་་་་་་
ཐུགས་བློ་བདེ་པོ་དང་ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་བློ་་་་་
ཡིད་ཚིམ་པའི་དཔེ་སྟོན་སྡེ་ཚན་འཛུགས་སྐྱོང་་་་་་་
ཧུར་ཐག་བཅས་བྱེད་དགོས།
(ལྷ་དབང་གིས་བསྒྱུར།ལྷ་དབང་དང་བུ་་་་་
ཁྲིད་ཀྱིས་ཞུས)

ལའེ་ཅའོ་ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་ཀྱི་ལས་དོན་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་ལྷ་ས་ནས་ཟླ་་
10ཚེས་10ཉིན་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ།
ཚེས་10ཉིན་གྱི་སྔ་དྲོར་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གཞི་་་་་་་
རིམ་གྱི་མཁོ་འཚོང་མཉམ་ལས་ཁང་ཐོག་མ་སྟེ
“སྟོད་ལུང་བདེ་ཆེན་ཆུས་རྒུ་རུམ་གྲོང་རྡལ་སྤ་རྭ་་་
གྲོང་ཚོའི་གཞི་རིམ་གྱི་མཁོ་འཚོང་མཉམ་ལས་་་་་་་
ཁང”དངོས་སུ་སྒོ་བྱང་བཀལ་ནས་བཙུགས་པ་དེ་
ཐོག་ནས་ལྷ་སའི་མཁོ་འཚོང་བྱ་གཞག་ལ་ཚད་་་་་་
བརྒལ་གསར་པ་བྱུང་བ་མཚོན་ཡོད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།གཞི་་་་་་་་
རིམ་གྱི་མཁོ་འཚོང་མཉམ་ལས་ཁང་ནི་ཏང་དང་་་
སྲིད་གཞུང་གིས་མཉམ་ལས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྩ་་་་
འཛུགས་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས“ཞིང་གསུམ”ལས་་་་་
དོན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་གཞི་རྟེན་གལ་་་་་་་
ཆེན་ཞིག་རེད།ད་ཐེངས་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གཞི་་
རིམ་གྱི་མཁོ་འཚོང་མཉམ་ལས་ཁང་ཐོག་མ་་་་་་་་་་་
བཙུགས་པ་དེ་ཐོག་ནས་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་མཁོ་་་་་
འཚོང་མཉམ་ལས་ཁང་གིས“ཞིང་གསུམ”ལ་་་་་་་་
ཞབས་འདེགས་ཞུ་བ་དང་གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་་་་

ཐད་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་་་་་་་
བྱས་པ་མཚོན་པ་མ་ཟད།ད་དུང་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་
མཁོ་འཚོང་མཉམ་ལས་ཁང་གི་ཕྱོགས་བསྡུས་་་་་་་་
སྒྱུར་བཅོས་མདུན་ཕྱོགས་སུ་གོམ་པ་གལ་ཆེན་་་་་་་
སྤོས་པ་ཡང་མཚོན་ཡོད།
གོམ་སྟབས་རྗེས་མར་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་མཁོ་་་་་་
འཚོང་མཉམ་ལས་ཁང་གིས་རྫོང་དང་ཆུས་ཀྱི་་་་་་་
གཞི་རིམ་གྱི་མཁོ་འཚོང་མཉམ་ལས་ཁང་གི་་་་་་་་་་་
འཕེལ་རྒྱས་འཆར་འགོད་སྔར་བས་ཡག་པོ་བཟོ་་་་
རྒྱུ་དང་། མཁོ་འཚོང་མཉམ་ལས་ཁང་གི་འཕེལ་་་
རྒྱས་ཞབས་ཞུའི་དྲ་བ་མགྱོགས་མྱུར་བསྐྲུན་རྒྱུ།
ཕྱོགས་བསྡུས་རང་བཞིན་དང་།གཞི་ཁྱོན་ཅན།
རྒྱུན་མཐུད་ཆོག་པའི་འཕེལ་རྒྱས་བཅས་ཀྱི་སྒོ་་་་་་་
ནས་ཞིང་པར་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་མ་ལག་་་་་་་
འཚོལ་ཞིབ་བྱས་ནས་བསྐྲུན་རྒྱུ་བཅས་ཡིན་པ་་་་་་་
རེད།
(ལྷ་དབང་གིས་བསྒྱུར།ལྷ་དབང་དང་བུ་་་་་
ཁྲིད་ཀྱིས་ཞུས)

ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གཞི་རིམ་མཁོ་འཚོང་མཉམ་ལས་ཁང་ཐོག་མ་དེ་བཙུགས་པ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)འདི་ལོ་ནི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱིས་་་་
བོད་ལ་ཁ་གཏད་རོགས་སྐྱོར་བྱས་ནས་ལོ་ངོ་30འཁོར་བའི་་་
ལོ་ཡིན་ཞིང་།ལོ་30ཡི་རིང་ཧྲའན་ཤིས་ཞིང་ཨུད་དང་ཞིང་་
ཆེན་སྲིད་གཞུང་གིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཏང་དང་་་་་་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འཐབ་ཇུས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་མཐོ་ཚད་ནས་བོད་་་་་་་་
སྐྱོར་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་
སྒྲིག་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་ནན་ཏན་གྱིས་རོགས་སྐྱོར་བྱ་་་་་་
ཡུལ་གྱི་དགོས་མཁོར་དམིགས་ནས་ལས་དོན་ཁག་དོན་་་་་་་་་་
འཁྱོལ་བྱས་ཏེ་བོད་ཀྱི་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་་་་་
མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཆེད་ལེགས་སྐྱེས་ཧུར་ཐག་ཕུལ་ཡོད།
ང་ཚོས་དུས་རབས་གསར་པར་ནུབ་རྒྱུད་ཐོན་འབྱེད་ཆེ་མོར་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུའི་་་་་་་་་་་་་་
དགོངས་དོན་དང་ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་་་་
གི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་ཐུན་མོང་ཐོག་་་་་་
སློབ་སྦྱོང་དང་གོ་བ་ལེན་པ་དང་།བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་་
སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་དང་་་་་་་
དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་ཐུན་་་་་་
མོང་ཐོག་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པ།མེས་རྒྱལ་གཅིག་་
གྱུར་སྲུང་སྐྱོང་དང་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་
རྒྱུ་དེ་དམིགས་ས་དང་ཤུགས་རྒྱག་སར་བྱེད་པ།ཀྲུང་ཧྭ་མི་་་་
རིགས་གཅིག་མཐུན་ཚོགས་པའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོ་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་པ་གཙོ་རྐང་དུ་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བཅས་བྱས་་་་་་
ནས་ས་གནས་གཉིས་ཀྱི་མི་སྣ་འགྲོ་འོང་དང་།མི་སེམས་་་་་་་
གཅིག་མཐུན།སེམས་གཏམ་ཤོད་རེས་བཅས་ལ་སྐུལ་་་་་་་་་་་
འདེད་གཏོང་དགོས།དཔལ་འབྱོར་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་་་་་་་་

འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཐུན་མོང་ཐོག་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་དགེ་
སྤེལ་སྐྱོན་སྤོང་དང་ལེགས་ཆ་གསབ་རེས་བྱས་ནས་བོད་ཀྱི་་་་་
ཐོན་ཁུངས་ལེགས་ཆ་དེ་དཔལ་འབྱོར་ལེགས་ཆ་དང་འཕེལ་་
རྒྱས་ལེགས་ཆར་ཏན་ཏིག་འགྱུར་བ་བྱེད་དགོས།ཐུན་མོང་་
ཐོག་དམངས་འཚོ་འགན་ལེན་དང་ལེགས་སུ་གཏོང་བ་དང་་
ས་གནས་གཉིས་ཀྱི་མི་དམངས་ཐུན་མོང་ཐོག་ཕྱུག་པོ་ཆགས་
རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ནས་མི་རིགས་ཁག་གི་མང་ཚོགས་་་་་་
ཚོས་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ལམ་ལུགས་
ཀྱི་ཁྱད་འཕགས་རང་བཞིན་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་དང་མེས་རྒྱལ་་་་་
ཁྱིམ་ཚང་ཆེ་མོའི་དྲོ་སྐྱིད་ཚད་མེད་ཚོར་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས།
ཀྲའོ་ཀང་གིས་ཧྲའན་ཤིས་ཞིང་ཨུད་དང་ཞིང་ཆེན་་་་་་་་
སྲིད་གཞུང་གི་ཚབ་ཞུས་ནས་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་བོད་་་་་
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱིས་ཧྲའན་ཤིས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་རོགས་་་་་་
རམ་བྱས་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་ཤིང་།ཁོང་གིས་གསུངས་་་་་
དོན།ཧྲའན་ཤིས་ཀྱིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བོད་སྐྱོར་་
གྱི་འགན་འཁྲི་བློ་ལ་བརྟན་པོར་ངེས་པ་དང་།ལྷག་པར་དུ་་་
ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་པ་འཚོགས་ཚུན་བོད་ཀྱི་་་་་་་་་
དགོས་མཁོར་དམིགས་པ་དང་ཧྲའན་ཤིས་ཀྱི་ནུས་ཤུགས་་་་་་་
ཡོད་རྒུ་བཏོན་ནས་ཁ་གཏད་བོད་སྐྱོར་གྱི་ལས་འགན་ཁག་་་་་
ལ་སྐུལ་འདེད་ཏན་ཏིག་བཏང་བར་གཡུར་ཟའི་གྲུབ་འབྲས་་
ཐོབ་པ་མ་ཟད།ས་གནས་གཉིས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་དང་མང་་་་
ཚོགས་དབར་བརྩེ་སེམས་ཟབ་མོ་ཡང་ཆགས་ཡོད།ཧྲའན་་་
ཤིས་དང་བོད་ནི་དུས་རབས་གསར་པར་ནུབ་རྒྱུད་ཐོན་་་་་་་་་
འབྱེད་ཆེ་མོར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་ཞིང་ཆེན་གལ་ཆེན་་་་་་

ཞིག་ཡིན་པས་དུས་རབས་གསར་པའི་ནུབ་རྒྱུད་ཐོན་འབྱེད་་
ཆེ་མོར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་འགན་འཁྲི་གལ་ཆེན་ཐུན་་་་་་
མོང་ཐོག་ཁུར་དགོས་པ་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་པོས“རྒྱུད་་་་་་་་་་་
གཅིག་ལམ་གཅིག”ཐུན་མོང་ཐོག་སྐྲུན་པའི་གོ་སྐབས་གལ་་་་
ཆེན་འཕྲད་པར་བརྟེན་ཞིང་ཆེན་དང་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་་་་་་་་་་
གཉིས་པོས་བསྡུར་གཞི་ཡོད་པའི་ལེགས་ཆ་འདོན་སྤེལ་གང་་
ལེགས་བྱས་ཏེ་ཐོན་ལས་ཀྱི་མཉམ་ལས་སྔར་བས་རྒྱ་ཆེར་་་་་་་་
གཏོང་བ་དང་།རིག་གནས་སྤེལ་རེས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་
བ། མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་སྲ་བརྟན་དུ་གཏོང་
བ་བཅས་བྱས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་སྟོབས་ཆེན་འཛུགས་སྐྲུན་དང་་
མི་རིགས་བསྐྱར་དར་གྱི་བྱ་གཞག་རླབས་པོ་ཆེར་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་ཆེད་སྟོབས་ཤུགས་སྔར་བས་ཆེ་བ་ལེགས་སྐྱེས་འབུལ་་
དགོས།
བོད་དུ་སྡོད་རིང་ཞིང་ལྗོངས་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་གཏད་་་་་་་་
རོགས་སྐྱོར་ལས་དོན་གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་་་
ནས་ཁ་གཏད་བོད་སྐྱོར་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་་་་་
ཐུན་མོང་ཐོག་གྲོས་བསྡུར་བྱས་ཏེ་ས་ཁུལ་གཉིས་ཀྱི་སྤེལ་་་་་་་་
རེས་མཉམ་ལས་རྒྱུན་མཐུད་གཏིང་ཟབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་འཕེལ་་
རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་བཏང་བ་རེད།འཐུས་མི་ཚོགས་་
པ་དང་བཅས་པས་ད་དུང་མངའ་རིས་ས་ཁུལ་དུ་བསྐྱོད་་་་་་་་
ནས་བོད་སྐྱོར་རྣམ་གྲངས་ལ་གཟིགས་ཞིབ་གནང་བ་དང་་་་་་
བོད་སྐྱོར་ལས་བྱེད་པ་དང་ཤེས་ལྡན་མི་སྣར་འཚམས་འདྲི་་་་་
ཡང་གནང་བ་རེད།
（བདེ་དབང་གིས་བསྒྱུར།པ་ཕན་གྱིས་ཞུས）