3 2026ལོའི་ཟླ་4ཚེས་15 གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར། ཇུས་འགོད་པ།བསྟན་འཛིན་ལྷག་སྒྲོན།

རྩོམ་སྒྲིག་པ།བུ་ཆུང་།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)ལས་དོན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་་་་་་་་་་་་
བཅས་བྱེད་པ་དང་།ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་་
ཕིང་གི་དགོངས་པ་གལ་ཆེན་དང་ཏང་གི་རང་ངོས་གསར་བརྗེའི་སྐོར་་་་
གྱི་དགོངས་པ་གལ་ཆེན་སློབ་སྦྱོང་ལག་བསྟར་བཅས་བྱས་ཏེ་རང་་་་་་་་་་་་
རྟོགས་ངང་དད་སེམས་བརྟན་གཏོང་དང་།དངོས་སྒྲུབ།འགན་་་་་་་་་་
འཁུར། རང་གཅུན་བཅས་ཐུབ་པར་བྱེད་དགོས།ཆབ་སྲིད་ཐད་ལྷག་་
བསམ་རྣམ་དག་གི་རྣམ་འགྱུར་འཛིན་རྒྱུར་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་།
སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་དང་ཏང་ཀྲུང་་་་་་་་་་
དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་མཐའ་གཅིག་་
ཏུ་བྱེད་པ།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བརྡར་ཤ་གཅོད་ནུས་དང་།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་་་་་
རྟོགས་སད་ནུས།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལག་བསྟར་བྱེད་ནུས་བཅས་རྒྱུན་ཆད་་་་་
མེད་པར་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་་་་་་
སྒྲིག་ལམ་ནན་དུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་བློ་རྩ་བརྟན་པོ་མེད་པ་དང་་་་་

གཏམ་སྤྱོད་ཐ་དད་ཀྱི“མགོ་གཉིས་མ”མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཙང་སེལ་་་་་་་་
བྱེད་དགོས།དབང་ཆར་དོ་དམ་དང་དབང་ཆ་བཅོས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་་་་་
སྣོན་རྒྱག་པ་དང་།ཚན་རིག་དང་མཐུན་ལ་ནུས་ལྡན་གྱི་སྒོ་ནས་དབང་་
ཆ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རླུང་ཙིའི་ནང་བླུགས་པ།སྒྲིག་སྲོལ་ལྟར་ཏང་བཅོས་་་་
སྐྱོང་གི་རང་རྟོགས་རང་བཞིན་དང་བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ཀྱི་རང་་་་་་་་་་་་
བཞིན་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།ལམ་ལུགས་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུར་ཤུགས་སྣོན་་་་་་་་
རྒྱག་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་བཙན་ཞིང་ནན་པའི་གཅུན་འདོམས་བྱེད་ཤུགས་
ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས།ནན་པའི་རྩ་བའི་དགོངས་གཞི་མཐའ་འཁྱོངས་་་་་་
བྱེད་པ་དང་།རིག་པ་དྭངས་གསལ་དང་བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་་་་་་་
རུལ་སུངས་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ།
རུལ་སུངས་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་དམ་བསྒྲགས་རྣམ་པ་རྒྱུན་འཁྱོངས་་་་་་་་
བྱེད་པ།སྐོར་གཟིགས་སྐོར་ཞིབ་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་་་་
སྤྱོད་ཚུལ་རུལ་སུངས་མཉམ་བཤེར་མཉམ་བཅོས་བྱ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་་་་་་

གཏོང་དགོས།ཡང་དག་པའི་སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བ་བརྟན་པོ་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་པ་དང་།སྤྱོད་ཚུལ་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་མུ་མཐུད་སྐུལ་འདེད་་་་་་་་
གཏིང་ཟབ་གཏོང་བ།ཡང་དག་པའི་སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བ་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་པ་དང་ལག་བསྟར་གྱི་སློབ་སྦྱོང་སློབ་གསོ་ཏན་ཏིག་སྤེལ་བ།
སློབ་བཤེར་བཅོས་གསུམ་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་བཅས་་་་་་
བྱས་ཏེ།རྒྱ་ཆེའི་ཏང་ཡོན་ལས་བྱེད་པས་མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྲིད་་་་་་
དོན་ལས་རྗེས་འཇོག་པ་དང་དངོས་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་དོན་ལས་་་་
རྗེས་འཇོག་པར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་ནན་བཤད་བྱས་དོན།ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་་་་་་
ཏང་ནན་པོས་སྐྱོང་བའི“འགན་འཁྲི་གཉིས”མཐའ་གཅིག་ཏུ་དོན་་་་་་་་་
འཁྱོལ་བྱེད་པ་དང་།རིམ་ཁག་ཏང་ཨུད(ཏང་ཙུའུ)ཀྱི་བྱེད་པོའི་འགན་་
འཁྲི་དང་།འགན་འཁུར་བ་ཨང་དང་པོ་ཡིན་པའི་ཧྲུའུ་ཅིའི་འགན་་་་་་་
འཁྲི།འགོ་ཁྲིད་ཚན་ཁག་གི་ཁོངས་མི་བཅས་ཀྱི“གནས་གཅིག་འགན་་་

གཉིས”ལ་མུ་མཐུད་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།རིམ་ཁག་སྒྲིག་ཨུད་དང་ལྟ་་་་་་
ཞིབ་ཨུ་ལྷན་གྱི་ལྟ་སྐུལ་ཆེད་དོན་འགན་འཁྲི་དང་རིམ་ཁག་འགན་ནུས་་་
སྡེ་ཚན་གྱི་ལྟ་འདོམས་འགན་འཁྲི་ནན་དུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་་་་་་་
རང་འགན་གཙང་སྒྲུབ་དང་གཅིག་གྱུར་མཐུན་སྦྱོར་ངང་ཏང་ལ་དོ་་་་་་་་
དམ་དང་ཏང་བཅོས་སྐྱོང་གི་འགན་འཁྲིའི་རྣམ་པ་གཏོད་དགོས།དུས་
རབས་གསར་པའི་ལས་བྱེད་པ་བཟང་པོའི་ཚད་གཞི་དང་མི་རིགས་ས་་་་
ཁུལ་གྱི་ལས་བྱེད་པའི“དམིགས་བསལ་བཞིའི”ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བླང་བྱ་་་་་་་་
མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་དང་།སྤྱོད་གཙང་།
འགན་འཁུར་ཕོད་པ་བཅས་ཀྱི་བྱང་ཚད་མཐོ་བའི་ལས་བྱེད་པའི་་་་་་་་་་་་
དཔུང་ཁག་ཧུར་ཐག་སྐྲུན་དགོས།རིམ་ཁག་འགོ་ཁྲིད་ལས་བྱེད་པས་་་་་
གཞུང་དྲང་རང་ཚུགས་དང་།སྤྱོད་གཙང་རང་འདོམས།རང་གཅུན་་
ནན་པོ།གཞུང་དྲང་དབང་སྤྱོད།ཁྲིམས་བཞིན་དབང་སྤྱོད།
དམངས་ཆེད་དབང་སྤྱོད།སྤྱོད་གཙང་དབང་སྤྱོད་བཅས་བྱས་ཏེ་་་་་་་་་་
དམངས་ཆེད་དང་།དངོས་སྒྲུབ།སྤྱོད་གཙང་བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རང་་་་་
རྟོགས་ངང་ཏང་དང་མི་དམངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་བཟང་པོ་ཞིག་བྱེད་་་་་་་
དགོས།
（པ་སངས་དང་ཚེ་ཁོས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གིས་ཏིང་ཡེ་ཤན་ལ་སྒྲིག་འགལ་ཁྲིམས་འགལ་ཚབས་ཆེན་གྱི་དོགས་གཞི་ཡོད་པར་སྒྲིག་ཁྲིམས་ཞིབ་བཤེར་དང་
ལྟ་ཞིབ་བརྟག་དཔྱད་བྱ་རྒྱུའི་གཏན་འབེབས་བྱས་པར་བརྩི་བཀུར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞུས་པ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
གྲངས་གཞི་ཁག་གཅིག་ལས་འགྱུར་ལྡོག་་་་་་་་་་་
མཐོང་ཐུབ་པ་སྟེ།རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་སྒྲོག་འགྲེལ་་་་་་
དང་ལག་ལེན་བྱས་པ་བརྒྱུད།བྱ་ས་སྡེ་ཁུལ་གྱིས་་་་་་་་་
རིམ་རྩིས་བརྒྱབ་ན་གོམས་སྲོལ་སྒྱུར་བ་དང་ཤེས་་་་་་་་་་
དཔལ་སྐྱེད་སྲིང་གི་བྱེད་སྒོ་ཐེངས་88སྤེལ་བར་གྲོང་་་་
མི་མི་ཐེངས་8685ཞུགས་ཡོད།རླུང་གིས་གཡོས་་་་་་་་
པའི་རླུང་དར་ཉུང་དུ་ཕྱིན་ནས་གཙང་ཞིང་གྲལ་་་་་་་་་་
འགྲིག་པའི་རྣམ་པ་མང་དུ་ཕྱིན་པ་དང་།རྒྱས་སྤྲོས་་་་
རྒྱས་གཤོམ་བྱེད་མཁན་ཉུང་དུ་སོང་ནས་ཧུར་བསྲི་་་་་་
གྲོན་ཆུང་གི་དར་སྲོལ་ཟབ་ཏུ་སོང་བ་མ་ཟད།གྲོང་་་་
མིའི་ཁང་པའི་རྒྱབ་མདུན་ཡང་དེ་བས་གཙང་ཞིང་་་་་་
གྲལ་འགྲིག་པོར་གྱུར་ཡོད།
ཉེ་འགྲམ་གྱི་མིག་དཔེ་ནི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་
ཤིག་རེད།གསོལ་སྟོན་མ་བཤམས་པ་ལས་རང་ཉིད་་
སྡེ་ཁུལ་གྱི་གྲགས་ཅན་པར་གྱུར་ཡོང་སྙམ་པ་འཕྲིན་་་་་
ལས་དབྱངས་སྐྱིད་ཀྱི་བསམ་པའི་ཡུལ་ལས་འདས།
བོད་རིགས་བུད་མེད་ཕལ་པ་འདིའི་ཕྲུ་གུ་་་་་་་་་
གཉིས་སྔ་རྗེས་སུ་སློབ་ཆེན་ལ་རྒྱུགས་འཕྲོད་པས།
རང་ཡུལ་གྱི་དེ་སྔའི་གོམས་སྲོལ་ལྟར་ན་དགའ་སྐྱེལ་་་་་
རྟེན་འབྲེལ་གྲ་རྒྱས་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད།འོན་
ཀྱང་འཕྲིན་ལས་དབྱངས་སྐྱིད་ཀྱིས“ཕྲུ་གུའི་སློབ་སྦྱོང་
དང་འཚོ་བའི་ཐད་འགྲོ་སོང་བཏང་ན་གང་ལས་ཀྱང་
ལྷག་པ་ཡོད”ཅེས་ཤོད་ཀྱི་ཡོད།
2024ལོར།འཕྲིན་ལས་དབྱངས་སྐྱིད་ཀྱི་་་་་་་་
ཁྱིམ་ཚང་ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི“ཤེས་དཔལ་ཁྱིམ་་་་་་་་་་་་་་
ཚང”གྲས་སུ་བདམས་པ་དང་།2025ལོར་སླར་་་་་་་་
ཡང་སྣེ་གདོང་ཆུས་ཀྱི“བདེ་ཐང་ཁྱིམ་ཚང”གྲས་སུ་་་་་
བདམས་པ་རེད།བྱ་ས་སྡེ་ཁུལ་དུ“སློབ་རིམ་འཕར་་་

བའི་གསོལ་སྟོན་མི་གཤོམ་པའི”ཁྱིམ་ཚང་འདི་ནི་་་་་་་་
གྲོང་མི་ཚོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་གྱུར་པའི་ཉེ་འགྲམ་གྱི་་་་་་་་་
མིག་དཔེར་གྱུར་ཡོད།
ཉིན་དགུང་དུས་སུ།“བདེ་སྐྱིད་བྱ་ས”སྡེ་་་་་་་་
ཁུལ་གྱི་ཟ་ཁང་ནས་ཟས་ཀྱི་དྲི་ཞིམ་འཐུལ།ཟ་ཁང་་་་
འདི་ནི་ཟ་མ་ཟ་ས་ཙམ་མིན་པར།གྱང་ལྡེབས་སུ
“མིང་བྱང་དམར་ནག”སྟེ།མི་བཟང་བྱ་བཟང་གི་་་་་
མིང་བྱང་དམར་པོ་དང་ཚུལ་མིན་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་མིང་་་་་
བྱང་ནག་པོ་སྦྱར་ཡོད་པས།ཚང་མས་ཐད་ཀར་་་་་་་་་་
མཐོང་ཐུབ།སྡེ་ཁུལ་གྱིས་གནས་དེ་ཤེས་དཔལ་ལག་་
ལེན་གྱི“གཡུལ་ས་གཙོ་བོ”ཞིག་ཏུ་བཏོད་ནས།དེ་་་་་
གར་སྒྲོག་འགྲེལ་ཁང་དང་།བྱེད་སྒོ་ཁང་།གྲོས་་་་་་་་་
བསྡུར་ཁང་བཅས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
རྒན་རྒོན་གྱི“ཟ་མའི”གནད་དོན་ལ་དམིགས་་
ནས་ཟ་ཁང་གིས་ཟ་མ་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་བཟོ་བའི་་་་
དམངས་ཕན་སྲིད་ཇུས་བཏོན་པ་དང་།མངག་ཚོང་་
སྐྱེལ་མཁན་དང་ཕྱི་ལོགས་ཀྱི་ལས་དོན་པར་དམིགས་་
ནས་གོང་ཁེ་བའི་ཟ་མ་དང་ངལ་གསོ་རྒྱག་ས་མཁོ་་་་་་་་
འདོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
“ཁུ་བྱུག་ས་ཚིགས་ཆུང་ངུ”དེ་ཟ་ཁང་གི་ཟུར་་་
ཞིག་ཏུ་བཙུགས་ཡོད་ཅིང་།“གསར་བརྗེའི་སྒྲོག་་་་་་་་
འགྲེལ་སློབ་ཚན”དང་།“བདེ་ཐང་སློབ་གསོའི་སློབ་
ཚན” “རྩལ་ནུས་སློབ་ཚན”སོགས“སློབ་ཚན་ཆེ་་་་་་་
གྲས་དྲུག”རེས་མོས་ངང་འཁྲིད་ཀྱི་ཡོད།
ཁྱིམ་མཚེས་དབར་གྱི་རྩོད་གཞི་དང་ཁུལ་ཆུང་་
བཅོས་སྐྱོང་གི་དཀའ་གནད་འཕྲད་སྐབས་ཚང་མ་་་་་་་
གསོལ་ལྕོག་འགྲམ་དུ་བསྡད་དེ“ཁུ་བྱུགཁྱིམ་མཚེས་་
དབར་གྱི་གྲོས་མོལ་ཚོགས་འདུ”འཚོགས་ཏེ་ཇ་མངར་
མོ་ཇ་དམ་གང་དང་ཁ་ཏོག་སྡེར་མ་ཁ་ཤས་བསྒྲིགས་་་་

ནས་དོན་ཆེན་དོན་ཆུང་ཅི་ཡིན་རུང་གྲོས་བསྡུར་བྱས་
ཏེ་ལྷོད་ལྷོད་ངང་ནས་འགལ་ཟླ་སེལ་གྱི་ཡོད།
བྱ་ས་སྡེ་ཁུལ་གྱི《གྲོང་མིའི་སྤྱི་ཆིངས》ཁ་་་་་་་་་་་་
འབྱེད་སྐབས་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་ལས་དོན་དང་་
དམངས་སྲོལ་གཉེན་སྒྲིག་དང་བུ་བཙའི་ལས་དོན་དེ་་
གལ་ཆེའི་ས་བཅད་ནང་བཅུག་ཡོད་པ་སྟེ།“གོམས་་་
སྲོལ་སྒྱུར་བར་སྐུལ་འདེད་ཤུགས་ཆེན་བཏང་ནས་་་་་་་
བཀས་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྨོངས་དད་དང་གཉེན་་་
སྒྲིག་དང་རྗེས་འཇུག་རྒྱས་གཤོམ་སོགས་ཀྱི་གོམས་་་་་་་
གཤིས་ངན་པ་བཅོས་སྒྲིག་ནུས་ལྡན་བྱེད་དགོས”ཞེས་
དང“བཀྲ་ཤིས་དགའ་སྟོན་དང་འདས་པོའི་རྗེས་་་་་་་་་
འཇུག་སྟབས་བདེ་པོས་གཉེར་དགོས”ཞེས་གསལ་་་་་་
གསལ་ཐིང་ཐིང་བྲིས་ཡོད་པ་རེད།
ལམ་ལུགས་ཤོག་བུའི་སྟེང་བྲིས་པ་ཙམ་མིན་་་་་་
པར་དེ་བས་སེམས་སུ་ཟུག་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་།
བྱ་ས་སྡེ་ཁུལ་གྱིས་ཤེས་དཔལ་སྲོལ་གཏོད་དང་གྲོང་་་་་
མི་རང་སྐྱོང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས“སྐར་བཅུའི་ཤེས་་་་
དཔལ་དུད་ཚང”དང“ཤེས་དཔལ་ཁྱིམ་ཚང”དཔྱད་་
འདེམས་བྱས་ཏེ།གཟི་བརྗིད་མཚན་སྙན་དང་བྱ་་་་་་་
དགའ་སྤྲོད་པར་བརྟེན་ནས་དེར་ཞུགས་པའི་སྤྲོ་་་་་་་་་་་
སེམས་འཕེལ་བར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
མི་གཅིག་ནས་ཚོགས་པའི་བར་དང་ཁྱིམ་ཚང་་
གཅིག་ནས་སྡེ་ཁུལ་ཧྲིལ་པོའི་བར་ཤེས་དཔལ་སྲོལ་་་་་་
བཟང་གི་མྱུ་གུ་བྱ་ས་སྡེ་ཁུལ་དུ་འབུས་བཞིན་ཡོད།
ད་ཆ་ཤེས་དཔལ་དེ་ཉིད“བདེ་སྐྱིད་བྱ་་་་་་་་་་་་་་
སའི”དྲོ་སྐྱིད་ལྡན་པའི་གཞི་གདན་དུ་འགྱུར་བཞིན་་་་
ཡོད།
(ཚེ་སྒྲོལ་དང་སྐལ་མཆོག་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས)

བདེ་འཇགས་རྒྱུན་ཤེས།

མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་གལ་འགངས་ཆེ།ཁ་་་་
བསླུས་གཏན་འགོག་བློ་ལ་ངེས།དངུལ་མི་སྒྱུར་བ་
དང་། དངུལ་མི་གཏོང་བ།ནང་དོན་གསལ་པོ་་་་
མེད་པའི་ཐོན་རྫས་མི་ཉོ་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་དོགས་་་
ཟོན་ཆེར་སྐྱེད་བྱེད་དགོས།དོགས་པ་ཡོད་པའི་མི་
དང་འཕྲད་ན་འཕྲལ་དུ་ཞིབ་བསྡུར་བྱས་ཏེ་ཐེར་་་་
འདོན་གོང་ཞུ་བྱེད་དགོས།མཉམ་དུ་བདེ་་་་་་་་་་་་་་
འཇགས་སྲུང་སྐྱོང་བྱས་ནས“མེ་གསོད་བ་རྫུན་་་་་་་
མའི”མགོ་སྐོར་འོག་ཏུ་མི་ཚུད་པ་བྱེད་དགོས།
གཅིགམེ་གསོད་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་སྒོ་་་་་་་
རྩར་ཞིབ་བཤེར་དང་།གསོ་སྦྱོང་།ཞབས་ཞུ་་
བཅས་བྱེད་པར་ཡོང་སྐབས་ཁྱེད་ཀྱིས“མེ་་་་་་་་་
གསོད་བ་རྫུན་མའི་ཁ་བསླུས”ཀྱི་གཡོ་ཐབས་་་་
ཁག་གཅིག་གསལ་པོ་ཤེས་དགོས་པ་སྟེ།
1.སྔོན་ལ་ཕར་ཕྱོགས་ལ་ནུས་ལྡན་གྱི་ཁྲིམས་་་
འཛིན་ལག་ཁྱེར་འདོན་རྒྱུའི་རེ་བ་བཏོན་དགོས།
2.འཕྲལ་མར་ས་གནས་དེ་གའི་མེ་གསོད་་་་་་་་
རོགས་སྐྱོབ་སྡེ་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་བྱས་ཏེ་ཐོབ་་་་་་་་
ཐང་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་དགོས།
3.ཁ་བསླུས་རྒྱག་པའི་བྱེད་སྤྱོད་ཤེས་རྟོགས་་་་
ཐུབ་ཚེ།དཔང་རྟགས་ཉར་ནས་དུས་ཐོག་ཏུ་སྙན་
སེང་ཞུ་བའམ་ཡང་ན་མེ་གསོད་རོགས་སྐྱོབ་སྡེ་་་་་་་་
ཚན་ལ་ཐེར་འདོན་གོང་ཞུ་བྱེད་དགོས།ཁུངས་སྣེ་
ཐེར་འདོན་གོང་ཞུའི་ཁ་པར་ཨང་གྲངས་ནི་་་་་་་་་་་་་
96119ཡིན།
གཉིསགཤམ་གྱི་མགོ་སྐོར་གཏོང་སྟངས་
ལ་དོགས་ཟོན་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ།
1.སྤུས་ཞན་ཐོན་རྫས་རིན་གོང་མཐོ་པོས་་་་་་་་
བྲིན་འཚོང་བྱེད་པ།ཁྲིམས་འགལ་བས་མེ་ཟོན་་་་་
དཔེ་དེབ་དང་།པར་རིས།སྒྲ་བརྙན་ཐོན་རྫས་་་་
སྣ་ཚོགས་ཀྱི་པར་དབང་རྐུ་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་།
ཁོང་ཚོས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ས་གནས་ཁག་ཏུ་འབྲེལ་་་་
གཏུག་བྱེད་མཁན་བཙལ་ནས་ཁ་བསླུས་རྒྱག་པའི་་

ཐབས་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྤུས་ཞན་ཐོན་རྫས་དེ་དག་་་་་་་་
རིན་གོང་མཐོ་པོས་འཚོང་གི་ཡོད།
2.ཞིབ་བཤེར་བྱེད་ཁུལ་གྱིས་དངུལ་ཆད་་་་་་་་་
ལེན་པ།མེ་གསོད་ཆེད་ལས་ཀྱི་ཐ་སྙད་སློབ་སྦྱོང་་་
བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་ཡིད་ཆེས་སླ་ཞིང་བདེན་རྫུན་་་་
དབྱེ་འབྱེད་དཀའ་བའི་ལག་ཁྱེར་རྫུན་མ་བཟོ་བ་་་་
དང་ཡིག་ཆ་རྫུན་མ་བཟོས་ནས།ཁྲིམས་འཛིན་མི་
སྣར་བརྫུས་ཏེ་ཚན་པའམ་ཡང་ན་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་་་་་་་་
ཡུལ་ལ་བཙན་ཤེད་ཀྱིས་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་པ་དང་།
དེ་རྗེས་གནས་དེར་མེ་སྐྱོན་གྱི་མངོན་མེད་རྐྱེན་་་་་་་་
ངན་ཡོད་པར་ཁ་གཡར་ནས“ཆད་པ་མཐོ་་་་་་་་་་་་་་
པོ”གཅོད་པ་དང་།དངུལ་རག་རྗེས་བྲོས་བྱོལ་དུ་
འགྲོ་གི་ཡོད།
3.སྒོ་རྩར་ཞིབ་བཤེར་དུ་ཡོང་ཁུལ་གྱིས་་་་་་་་་་་
བཙན་ཤེད་ཀྱིས་ཅ་དངོས་ཚོང་བ།ཁྲིམས་འགལ་་
བས་མེ་གསོད་སྡེ་ཚན་གྱི་ལས་དོན་པར་བརྫུས་་་་་་་་
ནས་ཚན་པ་ཁག་ཏུ་མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ལྟ་་་་་་་
སྐུལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་པར་ཡོང་ཁུལ་བྱེད་པ་དང་།
མཐར་མེ་གསོད་ཡོ་ཆས་སོགས་སྒྲིག་ཆས་མི་འདང་
བའམ་ཡང་ན་སྐྱོན་ཤོར་བ་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་་་
ཚད་གཞི་མ་ལོན་པའི་མེ་གསོད་ཐོན་རྫས་བཙོངས་
ཏེ་དེའི་ཁྲོད་ནས་ཁེ་བཟང་རག་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་་་་་་་་
ཡོད།
4.བརྡ་ཐོ་བཏང་ནས་གསོ་སྦྱོང་གི་གྲོན་་་་་་་་་་་
དངུལ་ཁ་བསླུས་རྒྱག་པ། ཁེ་ལས་དང་ཚན་པར་་་་
མེ་གསོད་སྡེ་ཚན་གྱི་གཞུང་ཐམ་རྫུན་མ་བརྒྱབ་པའི
“ཛ་དྲག་བརྡ་ཐོའི”ཡིག་ཆ་བསྐུར་ནས“མེ་ཟོན་་་་་
བདེ་འཇགས་སྲོལ་ཡིག”གསར་པའི་གསོ་སྦྱོང་་་་་་་་
བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད།གསོ་སྦྱོང་གྲོན་དངུལ་སྒེར་
གྱི་དངུལ་ཁང་རྩིས་ཁྲར་བསྐུར་དགོས་པའི་རེ་བ་་་་
འདོན་གྱི་ཡོད།
5.“གཏའ་དངུལ”བསྡུ་བ་དང་ཕྱིར་སློག་་་་་་་་
ཆོག་པའི་ཁས་ལེན་བྱེད་པ།“བདེ་འཇགས་མེ་་་་་་

ཟོན”སོགས་ཀྱི་མིང་ཐོག་ནས་གང་ས་ནས
“གཏའ་དངུལ”བསྡུ་བ་དང། དུས་ཚོད་ངེས་་་
ཅན་ཞིག་ནང་མེ་ཟོན་བདེ་འཇགས་སྐོར་གྱི་་་་་་
ལས་འཛོལ་གང་ཡང་མ་ཐོན་ཚེ་དངུལ་ཚང་མ་་་་་་་་
སློག་ཆོག་ཅེས་ཁས་ལེན་བྱེད་པ།
6.རིན་མེད་གསོ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ཡོ་བྱད་་་་་་་་་་་
འཚོང་བ།མེ་གསོད་ལྟེ་གནས་དང་མེ་ཟོན་དྲིལ་་་་
བསྒྲགས་ལྟེ་གནས་སོགས་ཀྱི་མིང་ཐོག་ནས་ཚན་པ་
དང་རང་འགུལ་ངང་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་མེ་ཟོན་་་་
ཤེས་བྱ་རིན་མེད་ངང་འཆད་ཁྲིད་བྱེད་པ་དང་།
འཆད་ཁྲིད་མཇུག་འགྲིལ་རྗེས་རིན་གོང་མཐོ་པོ་་་་་
དང་ཐ་ན་རྫུན་ལྷད་ཞན་གསུམ་གྱི་མེ་གསོད་ཡོ་་་་་་་
བྱད་དང་། དུ་འགོག་ངོ་འབགསྲོག་སྐྱོབ་ཐག་པ་
སོགས་མེ་གསོད་ཡོ་བྱད་ཁག་གཅིག་འཚོང་གི་ཡོད།
7.“རྒྱུན་གོས་གྱོན་ནས་ལྟ་ཞིབ”བྱེད་པ་དང་་
སྒོ་རྩར་ཡོང་ནས་འཇིགས་སྣང་སྐུལ་བ།ཁྲིམས་་་་་
འགལ་བས་གོང་རིམ་གྱི་མེ་གསོད་ཁྲིམས་སྒྱུར་མི་་་་
སྣར་བརྫུས་ཏེ།རང་ཉིད་རྒྱུན་གོས་གྱོན་ནས་ལྟ་་་་
ཞིབ་བྱེད་མཁན་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་དེ་འཇིགས་སྣང་་
བསྐུལ་བ་དང་ཐེར་འདོན་གོང་ཞུ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་་་་
ཐབས་ལ་བརྟེན་ཏེ་མེ་གསོད་ཐོན་རྫས་འཚོང་བ་་་་
དང་མེ་ཟོན་ལས་གྲྭ་རྩིས་ལེན་གྱི་ཡོད།
8.ཁ་པར་ནས་འཇིགས་སྣང་བསྐུལ་ཏེ་ཡོ་་་་་་་་
བྱད་འཚོང་བ།ཁྲིམས་འགལ་བས་ཁེ་ལས་དང་བྱ་
གཞག་ཚན་པར་ཁ་པར་བཏང་ནས་རང་ཉིད་ནི་་་་
མེ་གསོད་སྡེ་ཚན་གྱི་ལས་དོན་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་་་
དེ་གསོ་སྦྱོང་གི་དཔེ་དེབ་དང་མེ་གསོད་ཡོ་བྱད་་་་་་་
བཙན་ཤེད་ངང་འཚོང་གི་ཡོད།ཁེ་ལས་ཀྱིས་་་་་་་་་
བསམ་འཆར་མི་འདྲ་བ་བཏོན་ཚེ་ཁྲིམས་འགལ་་་་་
བས་མེ་གསོད་ཀྱི་ཞིབ་མཆན་དང་ཞིབ་བཤེར་རྩིས་
ལེན་ཚད་མ་ལོན་པ་སོགས་ལ་ཁ་གཡར་ཏེ་་་་་་་་་་་་་་
འཇིགས་སྣང་བསྐུལ་ནས་ཁོང་ཚོས་བཤད་པ་ལྟར་་
བྱེད་དུ་འཇུག་གི་ཡོད།
(བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མེ་གསོད་རོགས་་་་་
སྐྱོབ་སྤྱི་ཁྱབ་རུ་ཁག་གིས་མཁོ་འདོན་བྱས）

“མེ་གསོད་བ་རྫུན་མར”དབྱེ་འབྱེད་དང་དོགས་ཟོན་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས།

པར་རིས་གསར་འགྱུར།

སྣ་མང་མེ་ཏོག་རབ་ཏུ་བཞད།དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ཡོངས་སུ་དར།
མིག་སྔར།ཧྲན་ཏུང་ཞིང་ཆེན་ཙི་པོ་གྲོང་ཁྱེར་པོ་ཧྲན་ཆུས་ཧུང་ཡེ་ཧྲི་ཡན་ཡུལ་སྐོར་ཁུལ་དུ་སྣ་མང་མེ་ཏོག་རབ་ཏུ་བཞད།མཛེས་ལྗོངས་ཁུལ་གྱིས་ལྗོངས་རྣམ་གསར་གཏོད་དང་ལས་རྣམ་མཉམ་འདྲེས་བྱས་ཏེ་དབྱིངས་ཞུགས་རྣམ་པའི་ལྗོངས་གཟིགས་བཏོད་ནས།སྤྲོ་གསེང་དང་འཛད་སྤྱོད་ཕྲེང་སྦྲེལ་ནུས་ལྡན་ངང་སྣུར་སྲིང་བྱས་ཏེ་མཐའ་འཁོར་གྱི་ཡུལ་མིར་ལས་ཞུགས་འབབ་འཕར་ཡོང་བར་སྐུལ་་ཁྲིད་ཀྱིས་སྐྱེ་ཁམས་ཀྱི་མཛེས་ལྗོངས་དེ་དམངས་ཕྱུག་ཐོན་ལས་སུ་བསྒྱུར་བར་བྱས་པ་རེད།
འདི་ནི་ཧུང་ཡེ་ཧྲི་ཡན་ཡུལ་སྐོར་ཁུལ་གྱི་ཡུན་ཡག་མེ་ཏོག་ལྡུམ་རར་ཡུལ་སྐོར་བས་སྤྲོ་གསེང་ལྟ་སྐོར་བྱེད་བཞིན་པ།

དཔྱིད་ཀྱི་དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་གྱིས།རེ་བའི་ས་བོན་འདེབས་ལ་བྲེལ།
དཔྱིད་ཀ་ཤར་བ་དང་བསྟུན་ནས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཞིང་ནང་དུ་རྨོ་ལོག་བརྒྱབ་ནས་ས་ཁོད་སྙོམས་པ་དང་།ལྗང་བུར་གཡོག་བྱེད་་
བྱེད་པ།སོན་གཏོར་བ་དང་ལུད་རྒྱག་པ།ཇ་ལོ་གསར་པ་འཐུ་བ་བཅས་བྱེད་པ་ལས་གསོན་ཤུགས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་རྨོ་འདེབས་ཀྱི་་་་རྣམ་པ་ཞིག་ངང་གིས་གྲུབ་ཡོད།
འདི་ནི་ཟླ་4ཚེས་7ཉིན་ཀོང་ཤིས་ཀྲོང་རིགས་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཧྥུའུ་ཁྲོན་ཡའོ་རིགས་རང་སྐྱོང་རྫོང་ཀུའུ་ཁྲེང་གྲོང་རྡལ་གྱི་ཞིང་་་་་་པས་སྔ་སྨིན་འབྲས་ཀྱི་ལྗང་པ་འཛུགས་བཞིན་པ།

དཔྱིད་དུས་ཞིང་ཐང་ཡངས་པོར་སྐྱེ་སྟོབས་ཀྱི་དཔལ་འབར།
མིག་སྔར་ཀོང་ཤིས་ནན་ཉིང་གྲོང་ཁྱེར་གཡུང་ཉིང་ཆུས་ཕུའུ་མེའོ་གྲོང་རྡལ་གྱི་ཚོན་མདོག་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་ཞིང་ཐང་དང་ཆུ་་་་བོ།གྲོང་སྡེ།རི་ཚོགས།འགྲོ་ལམ་བཅས་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་རྒྱན་དུ་གྱུར་ནས་སྐྱེ་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱུག་པའི་དཔྱིད་དུས་ཀྱི་མཛེས་་་ལྗོངས་ཤིག་གྲུབ་ཡོད།
འདི་ནི་ཀོང་ཤིས་ནན་ཉིང་གྲོང་ཁྱེར་གཡུང་ཉིང་ཆུས་ཕུའུ་མེའོ་གྲོང་རྡལ་གྱི་ཞིང་ཐང་གི་མཛེས་ལྗོངས་ཡིན་པ།