7 2026ལོའི་ཟླ་5ཚེས་13 ཕྱོགས་བསྡུས། ཇུས་འགོད་པ།སྐལ་བཟང་སྒྲོལ་མ།

རྩོམ་སྒྲིག་པ། དཔལ་མཆོགསྤྱིར་ལོ་ཙྭའི་ཁྱབ་ཁོངས་འདི་ནི་འཛམ་གླིང་གི་ཁྱོན་ན་ཤིན་ཏུ་དཔོག་དཀའ་་
བའི་ཤེས་རིག་གི་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ལ།ཡང་སྒོས་གསར་འགྱུར་་་་
ཆ་འཕྲིན་གྱི་ལོ་ཙྭའི་ལས་སུ་ཞུགས་པའི་ངེད་ཚོར་ཆ་མཚོན་ན་ཉིན་ལྟར་འཕྲད་འོང་་
བའི་མིང་ཚིག་ཐ་སྙད་དང་།ཚིག་ཁྱིམ།དེ་བཞིན་ཕྱི་སྣོད་འཇིག་རྟེན་ནས་ནང་་་་
བཅུད་སེམས་ཅན་བར་གྱི་བྱ་དངོས་ཕོན་ཆེན་ཞིག་ལ་རྒྱུས་མངའ་ལོན་པར་བྱེད་་་་་
དགོས་ལ་དེ་ནས་རང་ངོས་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་ཞུ་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་དེར་འཕྱུགས་པ་་
མེད་པའི་སྒོ་ནས་བུ་ཡིག་སྤྱན་བསྟར་ཞུ་དགོས་པའི་དབང་གིས།ཚད་ལྡན་གྱི་ལོ་་་་
ཙྭ་བ་ཞིག་ལ་ལྡན་དགོས་པའི་ཆ་རྐྱེན་ནི་རྣམ་དཔྱོད་ཡངས་པོས་ཤེས་རིག་གི་གནས་་
མང་པོར་རྒྱུན་ཆད་མེད་པའི་སློབ་སྦྱོང་གི་འབད་བརྩོན་ལ་བསྟེན་དགོས་པ་ནི་ཨ་་་་
ཅང་བརྗོད་མེད་རེད།
རང་རང་ལས་ཀའི་དགོས་དབང་གིས་ངེད་ཚོས་སྒྲུབ་དགོས་པ་ནི་ཉིན་ལྟར་
གཞུང་ཕྱོགས་ཀྱི་གསར་འགྱུར་དང་ཆ་འཕྲིན་ཡིག་བསྒྱུར་དེ་ཡིན་ལ།དེའི་ཁྲོད་དུ་
རྩོམ་ལུས་མི་འདྲ་བའང་ཡོད་པ་དཔེར་ན།སྐབས་ཐོག་སྲིད་དོན་གསར་འགྱུར་་་་་་
དང་།གསར་འགྱུར་རྒྱས་འཕྲིན།བསྡུས་གསལ་གསར་འགྱུར།གསར་འགྱུར་་་་་
གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ཐུང་ངུ་།དཔོན་རིགས་ཀྱི་གཏམ་བཤད།དཔྱད་གཏམ།ཚན་་་་་་་
རྩལ་ཞབས་ཞུའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུན་ཤེས་སོགས་ཕོན་ཆེན་ཡོད་པས་མ་ཚད།ཚགས་་་་་་
པར་གྱི་རྩོམ་རིག་ལེ་ཚན་ཡང་ཡོད་པས་བསྒྱུར་བྱེད་ཀྱི་བླང་བྱ་དང་རེ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་
མཐོ་བ་ཞིག་ཡིན།
འདིར་སྐབས་ཐོག་དཔྱད་ཕྲན་ནམ་སློབ་སྦྱོང་གི་མྱོང་བ་ཕྲན་བུ་གླེང་བར་་་་
བྱ་བ་ནི་རྒྱ་ཡིག་ཚགས་པར་རྩོམ་རིག་ལེ་ཚན་ནང་འཁོད་པའི་རང་མོས་སྙན་ཚིག་་་
ཐུང་ངུ《奇达村的那座“红桥”》ཞེས་པའི་བོད་འགྱུར་མ“ཁྱིམ་མདའ་གྲོང་
ཚོར་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་ཡོད”ཅེས་པའི་ཆ་འཕྲིན་གྱི་གོ་བ་ལེན་ཕྱོགས་དང་རྒྱ་ཡིག་་་་་
གི་རང་མོས་སྙན་རྩོམ་དུ་འབོད་པ་དེའི་རྩོམ་ལུས་དེ་བོད་བསྒྱུར་བྱས་པའི་ཚིག་་་་་་་
བཅད་སྙན་རྩོམ་གྱི་འགྱུར་བར་སློབ་སྦྱོང་མཉམ་སྤྱོད་ཚུལ་གྱིས་དཔྱད་པ་ཕྲན་བུ་་་་་
བྱེད་པར་འདོད།
1 གནད་ཚིག་གི་གོ་བ་ལེན་སྟངས།
བོད་འགྱུར་བྱས་པའི་སྙན་རྩོམ་འདིའི་ནང་དུ་ལོ་ཙྭ་བས་རྒྱ་ཡིག་གི་གནད་་་
ཚིག་དཔེར་ན།锈迹斑斑腐朽发霉红军飞渡饥饿难忍ལྟ་བུ་་་་
དེ་དག་དང་དེ་དག་ལ་སོགས་ཀྱི་གོ་བ་ལེན་སྟངས་ལ་དང་དོད་ཆེན་པོ་བགྱིས་ཏེ།
བོད་ཡིག་ལམ་ནས་རྩོམ་ཡིག་གི་སྙན་ཆ་འདོན་སྟངས་ཐད་ལ་རང་རང་གི་བློ་རིག་་་

ཁྱད་ཆོས་མངོན་ཡོད་དེ།
དཔེར་ན།奇达村里有座年久的铁索桥/铁索锈迹斑斑/
木板腐朽发霉/足以勾起当年那段红军飞渡的悲壮历史ལྟ་་
བུའི་བུ་ཡིག་ཏུ།ཁྱིམ་མདའ་གྲོང་ཚོར་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་ཡོད།།བཙའ་ཡིས་ཟས་་་
པའི་ལྕགས་ཐག་སེར་འཛར་འཛར།།ཟམ་ཤིང་རུལ་བའི་བམ་དྲི་སྐྱུར་འཚུབ་འཚུབ།
ཁྱིམ་མདའ་གྲོང་ཚོའི་ལྕགས་ཟམ་རྙིང་རོ་དེས།།དམར་དམག་མྱུར་པོར་བགྲོད་་་་་
ཚུལ་ལོ་རྒྱུས་དྲན་ཞེས་དང་།
只是这桥上经常掉下的/不是受伤的战士，而是/饥饿
难忍的牦牛/肥沃的牧场，在河的对岸/每逢春天，牧草的诱

惑如少女般发育成熟/引发牦牛无限的相思ཞེས་པའི་བུ་ཡིག་ཏུ།
བཀྲེས་སྐོམ་བཟོད་ཐབས་མ་རྙེད་འབྲི་གཡག་ཁྱུ།།དཔྱིད་ཀྱི་རྩྭ་ས་མཆོར་སྒེག་ན་་་
ཆུང་མའི།།ལང་ཚོར་འཕྲུལ་བཞིན་ཆུ་བོའི་ཕ་མཐའ་རུ།།དགའ་མགུར་སྤྱོད་་་་་་་
པའི་འདུན་པ་དྲག་ཏུ་འཕྱུར།།ལྟ་བུ།
但雪山融化带来的河水，也与气温一块上涨/如锋利
无比的刀子，切断了渡河的希望/爱而不得，彼岸的牧草/让

牦牛望眼欲穿/肝肠寸断ཞེས་པའི་བུ་ཡིག་ཏུ།གངས་ཆུ་བཞུར་བཞིན་་་་་
ཆུ་བོ་རྒྱས་དང་གཅིག།མཁའ་རླུང་དྲོས་ཏེ་རྦ་རླབས་འཕྱུར་དང་གཉིས།།ཟམ་་་་
པ་བརྒལ་བའི་རེ་ཐག་ཆད་དང་གསུམ།།འབྲི་གཡག་ཆུ་བོའི་གད་ཁར་ཀེ་རེར་་་་་་་
ལུས།ལྟ་བུ།

ཡིག་སྒྱུར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་བསྒྱུར་བྱའི་མ་ཡིག་གི་དངོས་ཤུགས་གཉིས་ཀྱི་
བསྟན་དོན་དང་ལོ་རྒྱུས་རྒྱབ་ལྗོངས།རྩོམ་ཉམས། ཡུལ་གོམས་གཤིས་ལུགས་་་་་
སོགས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པ་རྨང་གཞིར་བྱས་ཏེ།གང་ལ་གང་་་་་་
འོས་ཀྱི་སྒྱུར་ཐབས་སྤྱད་ནས་འགྱུར་མའི་ཀློག་པ་པོའི་བསམ་པའི་འཁྱེར་སོ་དང་་་་་
མཐུན་ཆེ་བ།དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་སྐད་ལུགས་དང་འཐད་པ།བོད་སྐད་ཀྱི་སྐད་སྲོལ་
ནས་བརྩམས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་ནི་འགྱུར་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ངེས་ཡིན།
དཔེར་ན།在牧民扎西家里。看到/摔断腿的牦牛，痛苦
哞叫/诉说着到达彼岸的渴望ཞེས་པའི་བུ་ཡིག་ཏུ།འབྲོག་པ་བཀྲ་ཤིས་
ཚང་ལ་བསྐྱོད་ཚེ་ན།།རྐང་ལག་ཞ་བོར་གྱུར་པའི་གཡག་གུ་ཞིག།ཟུག་རྔུས་མནར་

ཏེ་འཁུན་སྒྲ་སྦྱིན་པ་མཐོང་།།ཀྱེ་ཧུད་དེ་འདྲའི་ཐབས་ཟད་འུ་ཐུག་ཨང་།།ལྟ་བུ།
告诉我们，它与人类一样热爱春天/铁索桥虽然危险/
但一旦渡过/日子就会像天堂的爱情般幸福美满/建造新桥
的念头/在援藏干部心里不停滋长/提上了重要议事日程，
并用中国特色的方式/列入援藏重点项目/建桥的方案，像
婚礼的仪式般改了又改：/“不仅要牦牛能走，还要让汽车通

行”/于是铁索换成了钢梁，桥面浇筑上了厚厚的水泥ཞེས་་་་་་་
པའི་བུ་ཡིག་ཏུ།ཉམ་ཐག་དེ་འདྲ་ལྟ་བས་མི་བཟོད་པས།།འབྲི་གཡག་ཙམ་མིན་་
རླངས་འཁོར་ཤར་བགྲོད་ཀྱི།།གསེར་གྱི་ཟམ་པ་བསྐྲུན་པའི་ཇུས་ཆེན་ཞིག།བོད་་་་
སྐྱོར་ལས་བྱེད་ཐུགས་ལ་དེ་མུར་འཁྲུངས།།གཉེན་སྟོན་མཛད་སྒོའི་ཇུས་ཆ་འདོན་་་
པ་བཞིན།།ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་རྣམ་གྲངས་དེར།།ངར་ལྕགས་གདུང་་་་
མ་མཐུག་པོའི་ཨར་འདམ་བཅས།།སྤྱོད་པར་རིགས་སོ་བཞེད་མཐུན་ཐུགས་གྲ་་་་་
འགྲིག།ལྟ་བུ།
新桥开通那天，无数滂沱的泪水/溢满了古老的河床/
湿透了村民们胸前的衣裳/把这座桥命名为“红桥”吧/是你
们，送来了普照的阳光/让藏北的牧民感受到北京的温暖/
他们用洁白的哈达表达着千言万语/脸上的高原红热血般
沸腾/足以融化古老的冰川/无数村子里的“红桥”，拉近了
雪域与外界的距离/海鲜从沿海出发，每天乘坐航班到高原
出差/牦牛肉翻山越岭，成为世上奢侈的美餐/藏味的民歌，
让纷繁复杂的舞台耳目一新/最偏远的牧区，都已看上了央
视春晚/格桑花散发着对新时代的感恩/堆砌起共同富裕的

梦想。ཞེས་པའི་བུ་ཡིག་ཏུ།ཀ་དག་སྲིད་པའི་ཆུ་ཆེན་གཉའ་ཐོག་ལ།།ཁ་ཐུག་་་
འདྲོངས་པའི་དེང་རབས་ཟམ་ཆེན་བསྐྲུན།།ག་དུས་འགྲོ་འོང་བྱས་ཀྱང་འགོག་་་་་་་་
མེད་ཀྱིས།།ང་འོ་སྙམ་པའི་སྤོབས་སེམས་མཆི་མ་འཁྱིལ།།བྱང་ཐང་འབྲོག་པར་དྲོ་
སྐྱིད་འོད་སྣང་བསྩལ།།པེ་ཅིང་གསེར་གྱི་རི་བོའི་དྲོད་ཁོལ་ཚོར།།དེ་ཡི་བྱེད་པོ་་་་་་་
བོད་སྐྱོར་ལས་བྱེད་པར།།ལྷ་རེག་དཀར་གཙང་བསྒྲོན་ཏེ་དྲིན་ཚོར་སྒོམ།།བདེ་་་་་་་་
མོ་བདེ་མོའི་ཡུལ་ལ་འགྲོ་འདོད་ཀྱིས།།དྲག་པོ་དྲག་པོའི་ཆུ་བོར་ཟམ་ཆེན་བསྐྲུན།།འཛོམས་་
པོ་འཛོམས་པོའི་ཚོང་ཟོག་ཆ་འཕྲིན་སོགས།།དེ་མ་དེ་མུར་ལུང་ཁུག་འབྲོག་སར་་་་་་་
འབྱོར།།སྐལ་བཟང་མེ་ཏོག་བསུང་ངད་གང་སར་མཆེད།།འབྲོག་མོའི་གདོང་ལས་་་་

དགའ་བའི་འཛུམ་མདངས་འཕྱུར།།དུས་རབས་གསར་པའི་དྲིན་ཚོར་མཚོན་སླད་་
དུ།།གསེར་གྱི་ཟམ་པའི་སྙན་གྲགས་འཕེལ་གྱུར་ཅིག།ལྟ་བུ་སོགས་ནི་ལོ་ཙྭའི་ལས་་
དང་པོ་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན།ཆ་འཕྲིན་གྱི་དུས་ཚོད་རང་བཞིན་་་་་་་
དང་གོ་བདེ་ཤེས་སླའི་བླང་བྱ།སྙིང་དོན་དེ་མུར་བཏོན་དགོས་པའི་རེ་བ་དང་་་་་་་
བསྟུན་ན།རྩོམ་ཡིག་འདི་ནི་ཚིག་ཁྱིམ་གྱི་རྐང་པ་བཅད་པ་ཙམ་ལས་བུ་ཡིག་ཧྲིལ་་་་
པོ་ཚིག་ལྷུག་གི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་གཏམ་རྒྱུད་ཐུང་ངུ་བརྗོད་པ་ཞིག་དང་ཁྱད་པར་
ཆེར་མེད་ཀྱང་།ལོ་ཙྭ་བས་བོད་རྩོམ་གྱི་ངག་ལ་བདེ་ཞིང་མཁྲེགས་ཚིག་མ་སྤྱད་་་་་་
པའི་སྙན་རྩོམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་འབུར་དུ་ཐོན་པར་བྱས་ཡོད།
2 རྩོམ་ལུས་ཀྱི་འགྱུར་ལྡོག་ཁྱད་པར།
གཞུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚགས་པར་ནི་ཏང་གི་གསུང་སྒྲ་བརྒྱུད་བསྒྲགས་དང་མི་་་་་
དམངས་ཀྱི་རེ་འབོད་དམ་བདེ་སྐྱིད་མཚོན་པར་བྱེད་སའི་གླེང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྨྱན་སྦྱོར་
ཞིག་ཡིན་པས།རྩོམ་ཡིག་འདིའི་མ་ཡིག་ནི་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་རིན་ཐང་གཙིགས་ཆེར་མ་་་་
བྱས་པའི་བསྟོད་པ་འབུལ་སྟངས་ཀྱི་རྩོམ་ལུས་ཤིག་ཡིན།ཡུལ་ཕྱོགས་ཤིག་གི་རྗེས་
ལུས་དང་ཡུལ་ཕྱོགས་དེ་རུ་ཐོན་པའི་འགྱུར་ལྡོག་ཆེན་པོར་མི་དམངས་མང་ཚོགས་
ཀྱིས་དགའ་འབོད་བྱེད་པ་དེ་ནི་སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱི་རང་གཤིས་སུ་གྲུབ་ལ་དགའ་འབོད་་་
བྱེད་དགོས་ངེས་ཀྱི་བྱ་དངོས་ཤིག་ཡིན་པས།མ་ཡིག་གི་རྩོམ་ལུས་འདི་ལ་ཚགས་་་་
པར་གྱི་རྩོམ་སྒྲིག་པས་རང་མོས་སྙན་ངག་གི་རྩོམ་སྒྲིག་ཐབས་ལམ་སྤྱད་དེ་པར་་་་་་་
ངོས་ཐོག་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་འདིའང་རྩོམ་སྒྲིག་པའི་འཇོན་ཐང་ཞིག་ཡིན་པས་་་་་་
ན།ལོ་ཙྭ་བས་གཞི་རིམ་གྲོང་གསེབ་ཏུ་ཐོན་པའི་འཕོ་འགྱུར་གྱི་བརྗོད་བྱ་འདིར་་་་
སྣང་ཆུང་མ་བྱས་པར།མ་ཡིག་རང་མོས་སྙན་ངག་འདི་ཡང་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་་་་་་་
སྙན་ངག་གི་རྩོམ་ལུས་སུ་ཕབ་ཡོད།ལོ་ཙྭའི་ལག་ལེན་གྱི་ཁྲོད་དུ་ཐབས་ཤེས་སྣེ་་་་་་
མང་ལ་ཚོད་ལྟ་བྱེད་པ་དེའང་རང་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་འདོན་སྤེལ་དང་རང་ངོས་ཀྱི་་་
ཆུ་ཚད་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་་
ཡོད།
（བོད་ལྗོངས་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར་བོད་ཡིག་རྩོམ་སྒྱུར་ལྟེ་གནས་ཀྱི་པདྨ་་་་་་
ཆོས་སྒྲོན）

ལས་སྒོའི་བགྲོ་གླེང་།

རྩོམ་རིག་ནང་གི་ཆ་འཕྲིན་དང་རྩོམ་ལུས་བསྒྱུར་སྟངས་ཀྱི་དཔྱད་ཕྲན།

ཉེ་ཆར།“གསར་བརྗེའི་དཔེ་མཚོན་གཏམ་
རྒྱུད་ཕྱིར་དྲན།དུས་རབས་གསར་པའི་ལེའུ་གསར་
གཏོད་པ——ཡར་ཀླུང་གི་གསར་བརྗེའི་གཏམ་་་
རྒྱུད་ཕྱོགས་བསྡུས”ཞེས་པའི་སྒྲ་བརྙན་སྤེལ་མའི་་་་
ཏང་གི་ལོ་རྒྱུས་སློབ་ཚན་རྩེ་གྲའི་སྒྲོག་འགྲེལ་བྱེད་་་་
སྒོ་ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་དུ་འཚོགས་འགོ་ཚུགས་པ་རེད།
གངས་ལྗོངས་ས་མཐོའི་འབད་འཐབ་དང་བློས་་་་་་་
གཏོང་མཚོན་པའི་གསར་བརྗེའི་གཏམ་རྒྱུད་དྲུག་་་
ལས་ཆུ་ཚོད་གཅིག་ལྷག་ཙམ་རིང་དེར་བཞུགས་་་་་་
མང་ཚོགས་བརྒྱ་གྲངས་ལ་སེམས་འགུལ་ཚད་མེད་་
ཐེབས་པ་རེད།
གཏམ་རྒྱུད་ནི་དམག་དཔོན་ཀྲང་གོ་ཧྭ་ནས་
འགོ་ཚུགས་ཤིང་།ཁོང་གིས་ཉེན་ཁར་ཐུག་དུས་་་་་
ལས་འགན་དང་ལེན་ཞུས་ཏེ་གངས་ལྗོངས་ས་མཐོར་་
ཡོང་ནས་འཐབ་འཛིང་པ་དང་མཉམ་དུ་དཀའ་་་་་་
སྡུག་མཉམ་མྱོང་དང་ཆེས་བབ་ཆགས་པའི་ཟོལ་་་་
མེད་བརྩེ་བར་བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་དང་
མང་ཚོགས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་ཟབ་མོ་ཐོབ་པ་རེད།དེ་ནི་་
བོད་ལ་དཔུང་སྐྱོད་དང་བོད་ལྗོངས་འཛུགས་སྐྲུན་་
བྱེད་པའི་སྐྱ་མདའ་དང་པོ་དེ་རེད།
ལྷུན་རྩེ་རྫོང་གཉལ་སྨད་ཤང་གི་འདས་སོང་
ལ་ཕྱིར་དྲན་བྱེད་སྐབས།དུས་རབས་གོང་མའི་ལོ་་་་་་
རབས་60པར། རིག་འཛིན་དབང་རྒྱལ་གྱིས་མང་
ཚོགས་ཀྱི་སྣེ་ཁྲིད་དེ་ཐང་རྒོད་ལ་ས་ཞིང་སྦོལ་ཡོད།
རྡོའི་སྲུབས་ཀའི་བར་ནས་སྦྱག་མས་སྔོ་ཚོད་སྔོག་པ་་
དང་སྒལ་པར་ས་མྱགས་དོ་པོ་རེ་རེ་དབོར་བ་དེ་ནི་་
ཤང་ཡོངས་ཀྱི་མིས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འཚོ་བར་་་་་་་་་
བཅངས་པའི་རེ་བ་འབའ་ཞིག་དེ་རེད།ལག་པ་་་་་་
གཉིས་ལས་འཕྲུལ་ཆས་གང་ཡང་མེད་པ་དང་།
མདུན་སྐྱོད་བྱེད་པ་ལས་ཕྱིར་བཤོལ་རྒྱག་ས་གང་་་་་
ཡང་མེད།
གོང་དཀར་རྫོང་ཁྱིམ་བཞི་ཤང་ཏང་ཨུད་ཀྱི་
ཧྲུའུ་ཅི་ངག་དབང་བསྟན་པས་འཆད་སྟེགས་ཀྱི་་་་་་
སློབ་ཚན་ཉན་རྗེས་སེམས་འགུལ་ཆེན་པོ་ཐེབས་་་་་་
བཞིན“སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་ངོ་མ་ནི་འབད་འཐབ་་་
ལས་བྱུང་བ་རེད་མ་གཏོགས་ཁ་སྟོང་པ་བཤད་ནས་་
བྱུང་བ་མ་རེད།ངས་སྔོན་བྱོན་པར་སློབ་སྦྱོང་ཞུས་་
ཏེ་སེམས་རྣལ་དུ་ཕབ་ནས་མང་ཚོགས་ལ་བྱ་བ་་་་་་་་
དངོས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཡིན”ཞེས་བཤད།
སྒྲོག་འགྲེལ་པས་ས་བབ་སྨི་5373ཟིན་པའི་་
འཚོ་གནས་དཀའ་ཁུལ་ཕུ་མ་བྱང་ཐང་གི་སྐོར་གླེང་་
སྐབས། ཚོགས་ར་ཡོངས་ཁུ་སིམ་མེར་གྱུར།ས་ཆ་
དེ་གར་གསོ་རླུང་དཀོན་པས་དབུགས་རྔུབ་གཏོང་་
བྱེད་པ་དེའང་འགྲན་སློང་དྲག་པོ་ཞིག་རེད།ཡིན་
ནའང་མཐའ་སྲུང་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པ་དང་།
དགེ་རྒན།ལས་བྱེད་པ་དང་མང་ཚོགས་བཅས་མི་

རབས་རེ་རེས་གཟེར་བཏབ་པ་དང་འདྲ་བར་རྩ་བ་
ཚུགས་ཏེ་ཚེ་སྲོག་ལ་བརྟེན་ནས་མེས་རྒྱལ་གྱི་མངའ་
ཁོངས་སྲུང་བཞིན་ཡོད།
“སྐར་ལྔའི་དར་དམར་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ནི་་་་་་
ཀྲུང་གོ་རེད”ཡུལ་སྨད་ཤང་གི་སངས་རྒྱས་ཆོས་པ་་
ཁྱིམ་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་མིག་་་་་་་་
མཐའ་མཆི་མས་བརླན།ཁྱིམ་ཚང་གཅིག་གི་མི་་་་་་
རབས་གསུམ་གྱིས་ཁ་བ་བུ་ཡུག་འཚུབ་པའི་མཐའ་
མཚམས་འགག་སྒོར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་ཆ་བརྟན་སྲུང་
དང་ལྷག་བསམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདག་
དབང་སྲུང་བཞིན་ཡོད།དེ་ནི་འབོད་ཚིག་སྟོང་པ་
ཞིག་མིན་པར་ཉི་མ་གནམ་ལ་ཤར་ཚད་ཀྱི་བརྟན་་་་
སྲུང་དང་ཁ་བ་བུ་ཡུག་ཁྲོད་ནམ་ཡང་ལྷབ་ལྷུབ་ཏུ་་་
གཡོ་བའི་དར་ཆ་ཞིག་རེད།
རྩི་ཤིང་རིག་པ་མཁས་ཅན་དགེ་རྒན་ཆེན་་་་་
མོ་བ་ཀྲུང་ཡང་གི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་མི་རྣམས་ལ་་་་་་་་
སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་གཞན་ཞིག་ཚོར་གྱིན་ཡོད།
ལོ་16གི་རིང་སྤྱི་ལེ་ཁྲི་50ཡི་སར་ལ་བརྒྱབ་ཀླུང་་་་་་་
བརྒལ་བྱས་པ་དང་སྲོག་གནས་དཀའ་ཁུལ་དུ་ས་་་་་
བོན་བསྡུ་རུབ་བྱས་ཡོད།ཁོང་གི་པ་ཕས་དེ་སྔོན་་་་
ཁོང་ལ་ངེས་པར་དུ་ལྷོ་ཁར་ཐེངས་ཤིག་འགྲོ་དགོས་་
པའི་ཁ་ཏ་བྱས་མྱོང་བ་དང་།ཁོང་གིས་ཀྱང་པ་ཕས་
བཤད་པ་ལྟར་ཡར་ཀླུང་གི་ས་གཞི་ཆེན་པོར་ཐེངས་་
མང་བསྐྱོད།དེ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་འདུན་་་་་་
མང་པོ་འགྲུབ་ཁོམ་མ་བྱུང་བར་ས་བོན་འཚོལ་བསྡུའི་
ལམ་བར་དུ་ཚེ་སྲོག་ཤོར།ཁོང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་་་་
ཚེ་སྲོག་ས་མཐོའི་ས་བོན་འཚོལ་བསྡུར་ཕུལ་ནས་མ་་
འོངས་པར་རེ་བའི་མྱུ་གུ་འབུས་པར་བྱས་ཡོད།
གཏམ་རྒྱུད་དུམ་བུ་རེ་རེ་ནི་མེ་སྟག་ཅིག་དང་
ཀུན་ནས་མཚུངས།ཁ་ནས་དཔའ་བོའི་སྐོར་བཤད་
རུང་དོན་དངོས་ཐོག་དེ་ནི་འགན་འཁྲི་ཞིག་རེད།
ལོ་རྒྱུས་ལས་དོན་དངོས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་ར་འཕྲོད་་་་
དུས་གསར་བརྗེའི་སྙིང་སྟོབས་ནི་དཔེ་དེབ་ནང་་་་་་
འཁོད་པའི་ཚིག་འབྲུ་སྐམ་པོ་ཞིག་མིན་པར།ཏང་
ཡོན་ལས་བྱེད་པའི་སེམས་ཁོང་གི་ཆེས་ཟབ་ལ་དྲག་་
ཏུ་འབར་བའི་སྟོབས་ཤུགས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།
ཡར་ཀླུང་གི་ས་གཞི་ཆེན་པོའི་ཐོག་གི་ཏང་གི་སློབ་་་
ཚན་མཇུག་འགྲིལ་མོད།འོན་ཀྱང་གོ་བསྐོན་བློ་་་་་་
འགུག་གི་བསམ་བློ་དང་རབ་ཏུ་འཕེལ་བའི་བློ་་་་་་་་་
སྟོབས་དེ་དག་ལྷོ་ཁ་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་་
ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་་་་་
བའི་གོམ་སྟབས་བརྟན་པོ་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་ནས་གངས་་
ལྗོངས་ས་མཐོར་མུ་མཐུད་མདུན་སྐྱོད་བྱེད་བཞིན་་
ཡོད།
（ཚེ་བརྟན་སྒྲོལ་དཀར་དང་སྐལ་མཆོག་གིས་་
སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

གསར་བརྗེའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱིས་ཡར་ཀླུང་མི་དམངས་ལ་སེམས་འགུལ་ཐེབས་པ།

རླབས་ཆེའི་སྙིང་སྟོབས་རྒྱུན་འཛིན།འབད་འབུངས་སྟོབས་ཤུགས་གཅིག་སྒྲིལ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་སེང་གེ་ཁ་འབབ་་་་་་་
ནས་གློག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ།སྤྱི་པའི་རིག་གནས་འཐབ་་
སས་མི་སྐྱོང་ནུས་པ་གང་ལེགས་བཏོན་ནས་ཁོངས་གཏོཌ་་་་
ཁུལ་གྱི་སློབ་གྲྭ་འབྲིང་ཆུང་སློབ་མའི་སློབ་ཞོར་འཚོ་བ་ཕུན་་
སུམ་ཚོགས་སུ་གཏོང་ཆེད།ཉེ་ཆར།མངའ་རིས་ས་ཁུལ་་་་
རུ་ཐོག་རྫོང་རིག་གནས་ཞབས་ཞུ་ལྟེ་གནས་ཀྱིས“རིག་་་་་་་་་
གནས་ལུས་རྩལ་གྱིས་སེམས་ཀྱི་ཞིང་ས་བརླན།རིག་དཔལ་་

གྱིས་མི་སྣ་ལེགས་པར་སྐྱོང་།གཉེན་ཉེའི་བརྩེ་བས་མི་སེམས་
དྲོ་བའི”ཕྱོག་བསྡུས་ལག་ལེན་བྱེད་སྒོ་ཞིབ་ཚགས་སྤེལ་བ་་་་
རེད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་ཕྱོགས་བསྡུས་ལག་ལེན་བྱེད་སྒོས་གཞོན་
ནུ་ལོ་ཆུང་ལ་བདེ་འཇགས་བདེ་ཐང་དང་རོལ་རྩེད་ཀྱི་ཞོར་་
ལ་སློབ་གསོ་ཐེབས་པའི་འཚར་ལོངས་ཀྱི་ལས་སྟེགས་ཤིག་་་་
བཏོད་པས་སློབ་གསེང་གི་རིག་གནས་འཚོ་བ་ཕུན་སུམ་་་་་་་

ཚོགས་སུ་ཕྱིན་པ་མ་ཟད།སློབ་མའི་ཕྱོགས་བསྡུས་བྱང་ཚད་
དང་ཁྱིམ་ཞེན་རྒྱལ་གཅེས་ཀྱི་བརྩེ་བ་ཡང་ཟབ་ཏུ་ཕྱིན་ཡོད་་
པ་རེད།
མངའ་རིས་ས་ཁུལ་རུ་ཐོག་རྫོང་རིག་གནས་ཞབས་་་
ཞུ་ལྟེ་གནས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་འགན་འཁུར་བས།གོམ་སྟབས་་
རྗེས་མར་བྱེད་སྒོའི་ནང་དོན་རྒྱུན་མཐུད་ལེགས་སུ་བཏང་་་་
ནས་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་དང་ཁྱད་ལྡན་ཅན་གྱི་གཞོན་ནུ་ལོ་ཆུང་་
གི་རིག་གནས་བྱེད་སྒོའི་སྤུས་རྟགས་བཏོད་དེ་སྤུས་ལེགས་་་་
ཀྱི་སྤྱི་པའི་རིག་གནས་ཞབས་ཞུར་བརྟེན་ནས་གཞོན་ནུ་ལོ་་་
ཆུང་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཡར་རྒྱས་དང་སྐྱོན་བྲལ་ངང་འཚར་་
ལོངས་ཡོང་བར་རམ་འདེགས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་་་་
རེད།
(ཚེ་ལྷས་བསྒྱུར།པ་ཚེས་ཞུས)

མངའ་རིས་ས་ཁུལ་རུ་ཐོག་རྫོང་རིག་གནས་ཞབས་ཞུ་ལྟེ་གནས་ཀྱིས།

“རིག་གནས་ལུས་རྩལ་གྱིས་སེམས་ཀྱི་ཞིང་ས་བརླན།རིག་དཔལ་གྱིས་མི་སྣ་ལེགས་པར་སྐྱོང་།གཉེན་ཉེའི་བརྩེ་བས་མི་སེམས་དྲོ་བའི”བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ།

ལྷ་སར་དམངས་ཡོངས་དཔེ་ཀློག་གི་ཚ་རླབས་འཕྱུར་བ།

ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་།ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་དམངས་ཡོངས་ཀྱི་ལྟ་ཀློག་གི་སྤུས་འབྲས་ལེགས་གཉེར་ལ་་་་་
ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཤེས་དཔལ་གྱི་གཞི་རྩ་བརྟན་དུ་བཏང་ནས་རིག་དཔལ་དར་བའི་ལྷ་སའི་རིག་གནས་ཀྱི་སྤུས་རྟགས་རྒྱུན་མཐུད་སྟོབས་ཆེར་བཏང་ཡོད།གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་གོང་འོག་་ཚང་མས་སྤྱི་འདོམས་ཇུས་འགོད་དང་ཁུལ་ཡོངས་ལ་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ།གནས་མང་པོར་ལྟ་ཀློག་གི་ལག་་་་་ལེན་བྱེད་སྒོ་སྣ་མང་རབ་དང་རིམ་པ་སྤེལ་ནས་རིག་དཔལ་དར་བའི་རིག་རྒྱུན་གྱིས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྐྱེ་སྟོབས་་་་་་་་་་་འཕེལ་བ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཞིང་ས་བརླན་ཡོད།སྤྱི་ཚོགས་ཡོངས་སུ་དཔེ་ཀློག་ལ་དགའ་ཞེན་བྱེད་་་་པའི་རྣམ་པ་ཟབ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་དམངས་ཡོངས་ཀྱི་དཔེ་ཀློག་ལས་དོན་གཏིང་ཟབ་དང་ཏན་ཏིག་སྤེལ་བར་་་་་་་་གྲུབ་འབྲས་གཡུར་དུ་ཟ་བ་ཐོབ་ཡོད།

པར①ནི་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་དམའ་འབྲིང་གསུམ་པས་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་དཔེ་་་་་་་
ཀློག་མྱོང་རོལ་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ཏེ་གཞོན་ནུ་ལོ་ཆུང་གིས་གསུང་རབ་ལྟ་ཀློག་བྱེད་པར་ཁྲིད་སྟོན་་་བྱས་ནས་རིག་དཔལ་དར་བའི་རྣམ་པ་ཟབ་མོ་བཏོད་པ།
པར②ནི་མལ་གྲོ་གུང་དཀར་རྫོང་ནན་ཅིང་ཚོད་ལྟའི་སློབ་ཆུང་གི་སློབ་མ་ཞིག་གིས་་
གསུང་རབ་ལྟ་ཀློག་བྱེད་བཞིན་པ།
པར③ནི་ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་མཐུན་སྒྲིལ་གྲོང་གསར་སྡེ་ཁུལ་གྱིས་རི་མོའི་དཔེ་དེབ་ལྟ་་་་་་་
ཀློག་གི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བཞིན་པ།

①

②

③