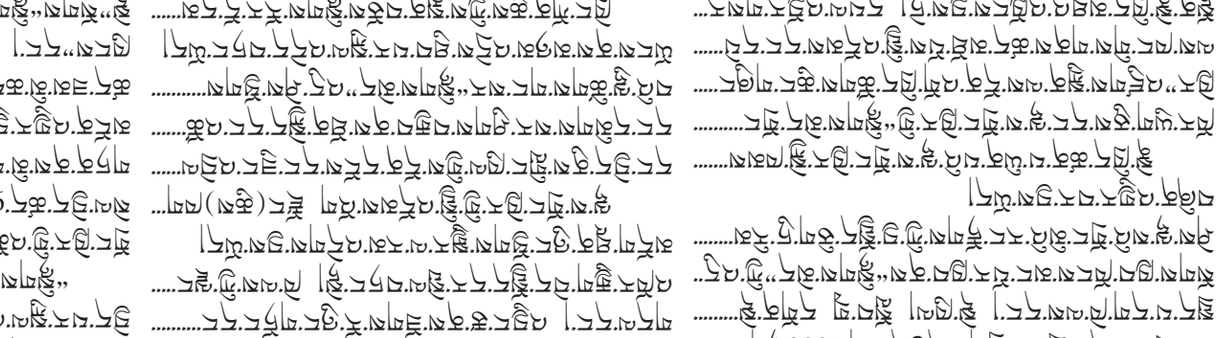

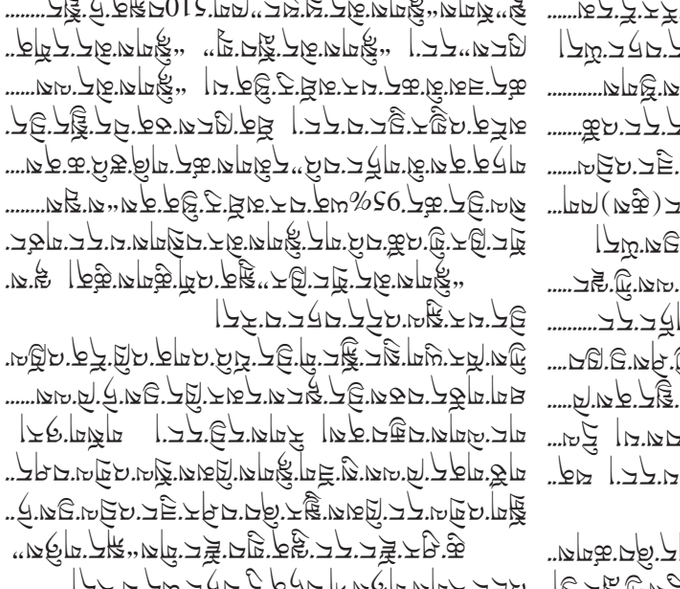

7 2026ལོའི་ཟླ་5ཚེས་15 ཕྱོགས་བསྡུས། ཇུས་འགོད་པ།བསྟན་འཛིན་ལྷག་སྒྲོན།

རྩོམ་སྒྲིག་པ། རིན་ཆེན།

ཉིན་ཤས་བསྟུད་མར།ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྐྱེ་ཁམས་་་་་་
ཁོར་ཡུག་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱིས་ས་ཁོངས་ཧྲིལ་པོ་མཉམ་འགུལ་
དང་རིམ་པ་མང་པོ་དང་མཐུན་སྦྱོར་བྱས་ཏེ།“སྙིགས་མེད་་
གྲོང་ཁྱེར”གྱི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་དྲིལ་བསྒྲགས་གཏིང་ཟབ་་་་་་
བྱས་ནས། ལྗང་མདོག་ཐཱན་ཉུང་གི་འདུ་ཤེས་གངས་ལྗོངས་་
ས་མཐོའི་གང་སར་ཁྱབ་པར་བྱས་ཏེ།ས་མཐོའི་དཔལ་་་་་་་་་་
འབྱོར་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ལྗང་མདོག་གི་སྒུལ་
ཤུགས་ཆེན་པོ་བསྣན་ཡོད།མིག་སྔའི་བར་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་་
སུ་རིམ་རྩིས་བརྒྱབ་ན་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་སྒོ་ཐེངས་10ལྷག་་་་
ཙམ་སྤེལ་བ་དང་དྲིལ་བསྒྲགས་དཔྱད་ཡིག་1000ལྷག་ཙམ་་་
སྤྲད་པ་དག་ཁེ་ལས་དང་།སྡེ་ཁུལ།སློབ་གྲྭདགོན་སྡེ་་་་་་་་་
སོགས་ཁྱབ་ཁོངས་མང་པོར་ཁྱབ་ནས“སྙིགས་མེད”ཀྱི་འདུ་་
ཤེས་ལྷ་སའི་གྲོང་མིའི་རང་རྟོགས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་ཏུ་རིམ་་་་་་་་
བཞིན་འགྱུར་བར་བྱས་ཡོད།
སྣེ་ཁྲིད་ཚན་པ་ཡིན་པའི་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་སྐྱེ་ཁམས་་་་་་་
ཁོར་ཡུག་ཅུས་དང་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི“སྙིགས་མེད་གྲོང་་་་་་་་་་
ཁྱེར”འཛུགས་སྐྲུན་ལས་དོན་འགོ་ཁྲིད་ཚོགས་ཆུང་གཞུང་་་་་
ལས་ཁང་གིས་གནས་ཚད་མཐོ་པོས་སྤྱི་འདོམས་དང་དཔེ་་་་་་
སྟོན་སྣེ་ཁྲིད་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།དཔལ་འབྱོར་གསར་་་
སྤེལ་ཁུལ་གྱི་ཁེ་ལས་སུ་སྔོན་ལ་བསྐྱོད་ནས་སྲིད་ཇུས་སྒྲོག་་་་་་་་

འགྲེལ་དང་ཚན་རིག་ཁྱབ་གདལ་་་་་་
བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་རེད།ལས་དོན་པས་
ཟོག་སྙིགས་འབྱུང་རྩ་ནས་ཉུང་་་་་་་་་་
གཏོང་དང་།ཐོན་ཁུངས་ཅན་གྱི་་་་་
བེད་སྤྱོད།གནོད་མེད་ཅན་གྱི་ཐག་གཅོད་སོགས་འགག་་་་་་་
རྩའི་ལྷུ་ཚིགས་ལ་དམིགས་ཏེ“སྙིགས་མེད་གྲོང་་་་་་་་་་་་་་
ཁྱེར”འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་ནང་དོན་དང་།སྲིད་ཇུས་ཀྱི་བླང་བྱ།
ལག་ལེན་གྱི་ཐབས་ལམ་བཅས་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཞིབ་ཚགས་་
བརྒྱབ་པ་རེད།
ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་པ་དང་།ཕན་་
ཚུན་མཉམ་འགུལ་གྱིས་དོགས་དྲིར་ལན་འདེབས་པ།དྲིལ་་་
བསྒྲགས་ལག་དེབ་སྤྲོད་པ་སོགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་སྤྱད་ནས་ཁེ་་་་་
ལས་ཀྱི་ལས་མིར་ལྗང་མདོག་ཐོན་སྐྱེད་སྐོར་གྱི་ཤེས་བྱ་ཁྱབ་་་་
གདལ་དང་། འབྱུང་རྩ་ནས་ཟོགས་རོ་ཉུང་གཏོང་དང་་་་་་་་་་
འཁོར་རྒྱུག་བེད་སྤྱོད་དར་སྤེལ་བཏང་སྟེ།ཁེ་ལས་ཀྱི་ལྗང་་་་་
མདོག་ཐཱན་ཉུང་ཕྱོགས་སྒྱུར་ལ་རམ་འདེགས་བྱས་ཡོད།
ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྤྱི་འདོམས་འོགརྫོང（ཆུས）ཁག་་་
དང་བྱེད་ནུས་གླིང་ཁུལ་གྱིས་དོན་དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་་་་་་
དང་དམིགས་སར་ཤུགས་བརྒྱབ་ནས་ཐོན་སྐྱེད་དང་འཚོ་་་་་་་
བའི་ལྷུ་ཚིགས་གང་སར“སྙིགས་མེད”འདུ་ཤེས་ཕྱོགས་་་་་་་་་་་
ཡོངས་ནས་མཉམ་འདྲེས་ཐུབ་པར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ཡོད།
ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་ཀྱིས་སྨན་བཅོས་སྙིགས་རོར་དོ་དམ་་་་་་
ཚད་ལྡན་བྱེད་པར་དམིགས་ཏེ།ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་་་་་་་

སྨན་བཅོས་སྒྲིག་གཞི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་ཆེད་དོན་གསོ་སྦྱོང་་
བྱས་ཏེ།བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོའི་ཐག་གཅོད་ཚད་ལྡན་དང་།
སྤོ་སྒྱུར་མཉམ་འབྲེལ་ལམ་ལུགས་དང“སྙིགས་མེད་ཕྲ་་་་་་་་་་་་
ཕུང”འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་ཚད་གཞི་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་ནས་་་་་
ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་འཇོན་ཐང་ཆེ་རུ་བཏང་སྟེ།སྤྱི་པའི་་་་་
འཕྲོད་བསྟེན་དང་སྐྱེ་ཁམས་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འགོག་སྲུང་་་་་་་
འཛིང་རགས་གཉིས་ཀ་བརྟན་དུ་བཏང་ཡོད་པ་རེད།
ཆུ་ཤུར་རྫོང་དང་ལྷུན་གྲུབ་རྫོང་གིས“སྐད་གཉིས”
སྒྲོག་འགྲེལ་དང་ཁྲིམས་སྒྱུར་ཞིབ་བཤེར་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་་
གཙོ་གནད་ཁེ་ལས་སུ་ཟོག་སྙིགས་ཁྲིམས་སྲོལ་འགྲེལ་བཤད་་
གང་ལེགས་བརྒྱབ་ནས།རིགས་དབྱེ་དང་། གསོག་ཉར།
ཐག་གཅོད་བཅས་བྱེད་སྟངས་དམར་ཁྲིད་བྱས་ཏེ་ཁེ་ལས་་་་་་
ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོང་གི་བྱེད་པོའི་འགན་འཁྲི་དོན་འཁྱོལ་
བྱེད་པར་སྐུལ་འདེད་བཏང་བ་རེད།
“སྙིགས་མེད་གྲོང་ཁྱེར”སྐྲུན་འགོ་ཚུགས་ཚུན།ལྷ་ས་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་འཚོ་བའི་གད་སྙིགས་མེར་བསྲེགས་པ་དང་གཙང་
སེལ་བྱེད་ཚད་95%ཡན་བར་མཐོ་རུ་ཕྱིན་ནས“ས་སྦས་་་་་་་་
གཏན་ནས་མི་གཏོང་བའི”དམིགས་ཚད་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་་་་
མངོན་འགྱུར་བྱུང་བ་དང་།ཐོན་ཁུངས་ཅན་བེད་སྤྱོད་བྱེད་
ཚད་ཟམ་མི་ཆད་པར་མཐོ་རུ་ཕྱིན་པ།“སྙིགས་མེད་ལས་་་་་་
ཁུངས”དང་། “སྙིགས་མེད་སློབ་གྲྭ” “སྙིགས་མེད་དགོན་་
སྡེ”སོགས“སྙིགས་མེད་ཕྲ་ཕུང”ཁག་510བསྐྲུན་ཏེ་སྤྱོད་་་་་་་་
འགོ་ཚུགས་ཡོད།

ས་ཁོངས་ཧྲིལ་པོར་ས་གཙང་དར་སྤེལ་བཏང་།

གནའ་གྲོང་ལྷ་ས་དེ་བས་མཛེས་སྡུག་ལྡན། ——ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས“སྙིགས་མེད་གྲོང་ཁྱེར”འཛུགས་སྐྲུན་ལ་སྐུལ་འདེད་ཧུར་ཐག་བཏང་བ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་དགེ་རྒྱས་་་་་་
ནས་གློག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ།ཉེ་ཆར།
མངའ་རིས་ས་ཁུལ་དགེ་རྒྱས་རྫོང་གིས་ད་ལོའི་་་་་་་་
ལས་འགོ་བསྐྱར་འཛུགས་དང་ཐོན་སྐྱེད་སླར་གསོ་་
མ་བྱས་གོང་དུ་དམིགས་བསལ་སྒྲིག་ཆས་ཀྱི་བདེ་་་་་
འཇགས་ལ་ཆེད་དོན་ཞིབ་བཤེར་བྱས་ཤིང་།བྱ་་་་་
ཐབས་ནན་པོ་དང་ཞིབ་ཚགས་ཏན་ཏིག་ལ་བརྟེན་
ནས་ཉེན་ཁ་གྲལ་བཤེར་དང་མངོན་མེད་རྐྱེན་ངན་
བསལ་ཏེ།རྫོང་ཡོངས་ཀྱི་ཁེ་ལས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་
སྲུང་སྐྱོང་བྱས་ནས་ལས་འགོ་བསྐྱར་འཛུགས་དང་་
ཐོན་སྐྱེད་སླར་གསོ་གོ་རིམ་ལྡན་པ་ཡོང་བར་བྱས་་་་
པ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།ད་་་་་་་་་་
ཐེངས་ཀྱི་ཞིབ་བཤེར་གྱིས་ལས་འགོ་བསྐྱར་འཛུགས་
དང་ཐོན་སྐྱེད་སླར་གསོའི་མཚམས་ཚིགས་ལ་དམ་་
པོར་དམིགས་ཏེ།ཁེ་ལས་དང་།སོལ་རླངས་་་་་་་་་
བླུགས་ས། ཚོང་ཁང་དང་སྒོ་རྩིས་ཚོང་ཁང་སོགས་

གཙོ་གནད་ཁུལ་གྱི་ཁྲོ་ཐབ་དང་།གནོན་ཤུགས་་་་་
སྣོད་ཆས།གནོན་ཤུགས་མདོང་ལམ།གློག་སྐས་་་
སོགས་ཉེན་ཆེའི་སྒྲིག་ཆས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་གནས་་
ཚུལ་དང་།མི་སྣའི་འོས་ཐོབ་ལ་དོ་དམ།ལམ་་་་་་་
ལུགས་དང་འགན་འཁྲི་དོན་འཁྱོལ།མངོན་མེད་་་
རྐྱེན་ངན་གདུབ་ཟུམ་བཅོས་སྒྲིགའཕྲལ་སྡོམ་་་་་་་་
འགན་ལེན་བཅས་ཀྱི“ནང་དོན་ཁག་ལྔ”ལ་གཙོ་་་་་
གནད་ཐོག་ཞིབ་བཤེར་བྱས་པ་རེད།“དཔྱད་་་་་་་
ཡིག་ལ་ལྟ་བ་དང་།ས་ཡུལ་དངོས་སུ་བརྟག་་་་་་་་་་་
དཔྱད་བྱེད་པ།སྒྲིག་ཆས་བཤེར་བ།མི་གཞན་ལ་
སྐད་ཆ་དྲི་བ”བཅས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་བརྒྱུད།དགེ་་་
རྒྱས་རྫོང་ཁྲོམ་ར་ལྟ་འདོམས་ཅུས་ཀྱིས་ལེབ་བཤེར་
རྣམ་པ་དང་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་པའི་གྲལ་བཤེར་་་་་
བྱས་པ་རེད།ད་ཐེངས་ཁྱོན་དམིགས་བསལ་སྒྲིག་་
ཆས་སྤྱོད་མཁན་ཚན་པ་ཁག་10ལ་ཞིབ་བཤེར་་་་་་་
བྱས་པར། གཙོ་གནད་ཚན་པ་ཚང་མར་ཞིབ་་་་་་་་་
བཤེར་ཐུབ་ཡོད།

དགེ་རྒྱས་རྫོང་ཁྲོམ་ར་ལྟ་འདོམས་ཅུས་ཀྱིས།

དམིགས་བསལ་སྒྲིག་ཆས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་ལ་ཆེད་དོན་ཞིབ་བཤེར་བྱས་པ།

འདི་ནི་མངའ་རིས་ས་ཁུལ་དགེ་རྒྱས་རྫོང་ཁྲོམ་ར་ལྟ་འདོམས་ཅུས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྒྱུར་བས་དམིགས་བསལ་སྒྲིག་་་་་་་
ཆས་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་བཞིན་པ།

གུང་ཐང་དཀོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེས།སློབ་གཉེར་དུས་སུ་མ་་་་་་་་
བྱས་པར།།རྗེས་སུ་མཁས་འདོད་བཞད་གད་གནས།།ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།
སློབ་ཆུང་ནི་མ་འོངས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོ་དང་མི་རབས་རྗེས་མ་གསོ་སྐྱོང་་་
བྱེད་པའི་རྨང་གཞིའི་སློབ་གསོའི་འགོ་འཛུགས་ས་དང་རིག་གནས་ཤེས་བྱ་ཐོག་་་་་་
མར་སྦྱོང་ས་དང་།དགེ་རྒན་ནི་སློབ་མར་སློབ་ཚན་ཁྲིད་མཁན་ཙམ་མ་ཟད།
སློབ་མའི་རྒྱུད་ལ་ཀུན་སྤྱོད་བཟང་པོ་ཞིག་འཇགས་པར་ལམ་སྟོན་བྱེད་མཁན་གྱི་་་་་
མི་སྣ་གཙོ་བོ་ཡིན།ལྷག་པར་དུ་འཛིན་བདག་ནི་འཛིན་གྲྭ་གཅིག་གི་ཕྱོགས་་་་་་་་་་་་
ཡོངས་ཀྱི་དོ་དམ་པ་དང་སློབ་མའི་ཉིན་རེའི་བསམ་བློ་ཀུན་སྤྱོད་ཐད་ལ་སློབ་གསོ་་་
རྒྱག་མཁན་ཡིན་ལ།སློབ་གསོ་དོ་དམ་གྱི་ལག་ལེན་པ་ངོ་མ་ཞིག་དང་།སློབ་མ་་་་་
རྣམས་བདེ་ཐང་འཚར་ལོངས་ཡོང་བར་ལྟ་འདོམས་བྱེད་མཁན་གྱི་བྱེད་པོ་དེ་ཡང་
རེད།དེས་ན།དགེ་རྒན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཉིན་རེའི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ལས་འགན་ལེགས་
འགྲུབ་གང་ལེགས་བྱེད་པའི་རྨང་གཞིའི་ཐོགད་དུང་སློབ་མའི་ཧུར་བརྩོན་རང་་་་
བཞིན་དང་རང་འགུལ་རང་བཞིན་སྐྱེད་སྲིང་བྱེད་དགོས་ལ།འཛིན་གྲྭ་འདི་ཉིད་་
རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་ལྟར་སྐྱོང་བའི་འགན་སེམས་ནན་པོ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཀྱང་་་་་
ཡིན་དགོས།ནམ་རྒྱུན་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་མ་རྣམས་ལ་རང་གི་ཤ་ནས་བཅད་་་་་་་་
པའི་བུ་ཕྲུག་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་བཅངས་ཏེ།ཕྲུ་གུ་ཚོའི་ཁམས་དང་མོས་པར་་་་་་་་་་་་
བསྟུན་ནས་སློབ་གསོ་བརྒྱབ་སྟེ།ཁོང་ཚོར་ཆུང་དུས་ནས་ཡང་དག་པའི་མི་ཚེའི་་་་་
ལྟ་ཚུལ་དང་འཇིག་རྟེན་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་འཇགས་པར་ཁྲིད་སྟོན་བྱེད་དགོས།འདིར་་
གུས་པས་ལོ་མང་གི་ཉམས་མྱོང་དང་སྦྲགས་ནས།དུས་རབས་གསར་པར་དགེ་་་་་་
རྒན་ཚད་ལྡན་ཞིག་ལ་ཆ་རྐྱེན་གང་དག་ལྡན་དགོས་མིན་སྐོར་རགས་ཙམ་གླེང་་་་་་་་
བར་བྱའོ།

དང་པོ།དགེ་རྒན་ནི་སློབ་མའི་མིག་དཔེ་བཟང་ཤོས་ཡིན་པས་རང་་
རྒྱུད་ལ་ཀུན་སྤྱོད་གཙང་མ་ཞིག་ཡོད་དགོས།

སྤྱིར་དགེ་རྒན་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་བཟོ་སྐྲུན་མཁན་ཡིན་པས།
གལ་ཏེ་རང་རྒྱུད་ལ་གཞན་ཕན་གྱི་ལྷག་བསམ་དཀར་བ་དང་།རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་་་་་་་
སྤྱན་མིག་ཡངས་པ།རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཞིག་མེད་ཚེ།རང་
གི་སློབ་བུའི་ཚོགས་ལ་ཤེས་བྱ་བརྒྱུད་སྤྲོད་དང་།ནུས་པ་སྐྱེད་སྲིང་།ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་་
དྲང་ནུས་སློབ་གསོ་སློབ་ཁྲིད་ཡང་དག་པ་ཅིག་བྱེད་ག་ལ་ཐུབ།ས་སྐྱ་པཎ་ཆེན་་་་་་
གྱིས་མཁས་པ་འཇུག་པའི་སྒོ་ལས།གཙང་མཁས་གཞན་ལ་ཕན་པར་འདོད་ཅེས་་

གསུངས་པ་ལྟར།དགེ་རྒན་ནི་སློབ་མའི་སེམས་དབུས་སུ་ཡོན་ཏན་ཀུན་ལྡན་སྐྱོན་
ཀུན་ཟད་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་ཞིག་ཡིན་པས།དགེ་རྒན་ཚད་ལྡན་ཞིག་བྱ་བར་ཐོག་མར་སྒོ་་་་་་
གསུམ་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་ཚད་ལྡན་ཞིག་དགོས་པ་ནི་མ་མཐའི་བྱང་ཚད་ཀྱི་བླང་བྱ་ཡིན་་་
ཏེ།དགེ་རྒན་གྱི་ཚད་ལྡན་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་ནི་སྒྲ་མེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་དང་གཟུགས་ལྡན་གྱི་་
མིག་དཔེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་པས་སོ།དོན་དུ་ཡང་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་་
གཙང་མ་དགོས་པའི་ཁར་རིག་པའི་གནས་ལ་མཁས་པ་དང་གཞན་ཕན་གྱི་ལྷག་་་་་
བསམ་ལྡན་དགོས།སློབ་མའི་ངོས་ནས་བཤད་ན།དགེ་རྒན་གྱི་ཕྱིའི་སྤྱོད་པས་་་་་་
སློབ་མའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་ཤུགས་རྐྱེན་ཆེན་པོ་ཐེབས་སྲིད་པས།དགེ་རྒན་
རང་ཉིད་ནས་ཀྱང་རྒྱུན་དུ་ལུས་ཀྱི་གྱོན་ཆས་དང་།སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར།
སྤྱོད་ཚུལ་སོགས་གང་སར་གཙིགས་ཆེན་བགྱིས་ཏེ།སློབ་མར་རང་དཔེ་གཞན་་་་་་་
སྟོན་བྱེད་དགོས།རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས།ཚིག་རྩུབ་པོའི་གཞི་ནི་ཀུན་ནས་་་་་་་་་་་་
མནར་སེམས་སྐྱེ་བའི་གཞིར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།ཡིད་་
དང་ངག་གི་སྤྱོད་ཚུལ་ཐད་ལའང་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་མར་ཉེ་རིང་ཆགས་སྡང་གི་་་་
ཕྱོགས་ལྷུང་མེད་པར་བྱམས་བརྩེའི་བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསླངས་ཤིང་།སློབ་མ་་
ཚོར་རང་ཕྲུག་ལྟ་བུའི་བྱམས་བརྩེ་དང་ཐུགས་ཁུར་ཟབ་བཞེས་དང་སློབ་མའི་འགྲོ་
འདུག་སྤྱོད་གསུམ་ཚང་མར་ཁ་ཏ་བསླབ་བྱ་བྱས་ནས་ཡོད་ཚད་སློབ་མའི་ཆེད་དུ་་་་
ཡིན་སྙམ་པའི་ལྷག་བསམ་གཙང་མ་ཞིག་ལྡན་དགོས།

གཉིས་པ།དགེ་རྒན་ནི་ཤེས་རིག་གི་ལམ་སྟོན་སྒྲོན་མེ་ཡིན་པས་མང་
ཐོས་ལུང་རིགས་ཀྱིས་ཕྱུག་དགོས།

དགེ་རྒན་ནི་སློབ་མའི་སློབ་སྦྱོང་དང་འཚོ་བའི་ལམ་སྟོན་སྒྲོན་མེ་ཡིན་པས།
རྒན་ལགས་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་འོད་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་གྲུང་ཤ་དོད་ཅིང་གཅེས་པར་འོས་་་་་་་
པའི་སློབ་མའི་ཕྱོགས་སུ་བཏེགས་ནས།ཁོང་ཚོར་ཁ་ཕྱོགས་གསལ་པོར་སྟོན་་་་་་་་་་
མཁན་གྱི་དེད་དཔོན་ལྟ་བུར་འགྱུར་བར་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ།གཅིག་ནས་དགེ་རྒན་
ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རང་གི་ཆེད་ལས་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་རྨང་གཞི་སྲ་ཞིང་བརྟན་ལ་བྱང་ཆུབ་་་
པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་ལ།སློབ་གསོ་རིག་པ་དང་།སེམས་ཁམས་རིག་པ།སློབ་་་་་་་་
གསོ་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་བཅས་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་མ་ལག་ཆ་ཚང་པོ་་་་

ཞིག་ལྡན་དགོས།ལྷག་པར་དུ་རང་གི་འཁྲིད་བྱའི་ནང་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་་་་་་་་་་་་
དགོས།གཉིས་ནས་དུས་ཐོག་ཏུ་སློབ་མའི་སློབ་སྦྱོང་གི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐུབ་པ་་་་་
བྱེད་དགོས།འགན་བབས་སློབ་གསོའི་སྐད་ཡིག་བསླབ་ཚན་གྱི་ཚད་གཞིར།དགེ་་
རྒན་ནི་སློབ་མའི་སློབ་སྦྱོང་གི་ཁྲིད་སྟོན་པ་དང་མཛུབ་ཁྲིད་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་་་་
པ་ལྟར།སློབ་མར་སློབ་སྦྱོང་ཐད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས།གནད་དོན་ཡོད་་
ཚད་དགེ་རྒན་གྱིས་ཐག་མ་བཅད་པར།སློབ་སྦྱོང་གི་ཐབས་ཤེས་སློབ་མཁན་དང་
ཡར་རྒྱས་ཀྱི་སྐུལ་འདེད་མཁན་དེ་ཡིན་དགོས།གསུམ་ནས།དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་་
མའི་ཆུ་ཚད་དང་འཚམ་པའི་སློབ་ཁྲིད་སློབ་གསོའི་དམིགས་ཚད་འདེམས་བཀོད་་་
བྱས་ནས།ཁྲིད་གཞི་དང་བསྟུན་པའི་སྒོ་ནས་སློབ་མའི་སྦྱངས་སྟོབས་ཀྱི་ཆུ་ཚད་་་་་
དེ་དམིགས་ཡུལ་ལས་བརྒལ་མི་རུང་བ་དང་།སློབ་མའི་ཆུ་ཚད་ལ་དཔགས་པའི་་་་
སློབ་གསོ་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པ་ལས།ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་སློབ་གསོ་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་་་་་
མི་རུང་བ་མ་ཟད།སློབ་མས་ནོར་འཁྲུལ་ཤོར་ཚེ་ཁོ་ཚོར་ཉམས་མྱོང་ཕྱོགས་་་་་་་་་་་་
བསྡོམས་བྱེད་རོགས་དང་།ཁོ་ཚོར་ཡར་རྒྱས་ཅུང་ཟད་ལས་མ་བྱུང་ཡང་དུས་་་་་་་་
ཐོག་ཏུ་བསྟོད་བསྔགས་ཕྲན་བུ་བཏང་ནས་ལྕག་སྐུལ་བྱེད་དགོས།དེ་ཡང་།ཐབས་་་
ལ་མཁས་ན་ཆེན་པོ་ཡང་།བྲན་དུ་བཀོལ་བར་ག་ལ་དཀའ།ཞེས་གསུངས་པ་་་་་་་
ལྟར།སློབ་ཆུང་སློབ་མའི་སེམས་ཁམས་ནི་དཀར་གཙང་གི་ཤོག་བུ་ཞིག་དང་་་་་་་་་
མཚུངས་པས།ལམ་སྟོན་ཡག་པོ་བྱས་ཚེ་དེ་ཉིད་ཡང་དག་པའི་འགྲོ་ལམ་དུ་བདེ་་་་
བླག་ངང་འཇུག་ཐུབ་པ་དང་ལམ་སྟོན་ཡག་པོ་མ་བྱུང་ཚེ་ལོག་ལམ་དུ་འགྲོ་ཉེན་ཆེ་་
བས།དགེ་རྒན་གྱིས་རང་ཉིད་ཕ་མ་གཉིས་པ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་བཅངས་ཏེ།
སློབ་མ་ཚོའི་གཙང་སྦྲ་དང་།གོས་གྱོན་སྟངས།རུ་སྒྲིག་སྟངས་ཡན་ནས་སློབ་མ་་་་
ཚོར་དཔེ་སྟོན་ཐུབ་པའི་ཐབས་མཁས་དགེ་རྒན་བཟང་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས།

གསུམ་པ། དགེ་རྒན་ནི་ཡང་དག་པའི་ཁྱིམ་ཚང་སློབ་གསོའི་མཛུབ་་
སྟོན་མཁན་ཡིན་པས་ཁྱིམ་བདག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་འཛུགས་དགོས།

དགེ་རྒན་ནི་སློབ་ཕྲུག་གི་ཉིན་རེའི་བསམ་བློ་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་མཛུབ་ཁྲིད་པ་ཡིན་་
པས།དགེ་རྒན་གྱིས་རྟག་ཏུ་སློབ་མའི་རིག་སྟོབས་དང་ཁྱད་ཆོས་སོགས་ལ་དཔག་

པའི་སློབ་གསོ་གཏོང་ཐབས་སྤྱད་དེ།སློབ་མའི་རྣམ་ཤེས་བཟོ་སྐྲུན་པའི་ལས་་་་་་་་་
འགན་ཞིབ་ཚགས་སྒྲུབ་དགོས།སློབ་མའི་སེམས་ཁམས་རྟོགས་པར་ཁྱིམ་བདག་་་་
དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་འཛུགས་དགོས་རྒྱུ་ཨ་ཅང་བརྗོད་མེད་ལགས།གང་ཡིན་་་་་་
ཟེར་ན།ཁྱིམ་ཚང་ནི་སློབ་གྲྭ་ཨང་དང་པོ་དང་།ཕ་མ་ནི་དགེ་རྒན་ཨང་དང་པོ་་་་
ཡིན་པས།སློབ་གསོ་ཨང་དང་པོ་ནི་ཁྱིམ་ཚང་དང་ཕ་མ་ལས་བྱུང་།དེར་བརྟེན་་་
དགེ་རྒན་གྱིས་ཁྱིམ་བདག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་བཙུགས་ནས།སློབ་མ་དེ་ཁྱིམ་་་་་
དུ་བྱ་སྤྱོད་དང་སེམས་ཁམས་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་དང་།ཁྱིམ་ཚང་གི་གནས་ཚུལ།
ཁྱིམ་བདག་གི་སློབ་གསོ་གཏོང་ཐབས་སོགས་ལ་རྒྱུས་མངའ་ལོན་པར་བྱས་ཚེ།
སློབ་མ་མི་རེ་ངོ་རེའི་ཀུན་སྤྱོད་དང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སོགས་ཁོང་དུ་་་་་་་
ཡག་པོ་ཆུད་ཐུབ།གལ་ཏེ་ཁྱིམ་བདག་དང་འབྲེལ་འདྲིས་མ་བྱས་པར་སློབ་གྲྭའི་་་་་
ནང་གི་གནས་ཚུལ་གཅིག་པུས་སློབ་མའི་ཕྱོགས་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རྟོགས་་་་་་་་་་
དཀའ།དེས་ན།དགེ་རྒན་གྱིས་ཁ་མཁས་ཚིག་སྙན་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཁྱིམ་བདག་
དང་ངོ་ཐུག་གདོང་འཕྲད་ཀྱིས་སློབ་མའི་གང་ཅིར་རྒྱུས་མངའ་ལོན་དགོས།
གཞན་ཡང་།དགེ་རྒན་གྱིས་ངང་རྒྱུད་རིང་པོ་དང་གཤིས་ཀ་འཇམ་པོས་་་་་་་་
སློབ་མར་ཤེས་བྱ་དམར་ཁྲིད་དང་།སློབ་མའི་དོགས་གནད་ལ་ལན་འདེབས་པ།
སློབ་མར་རང་ཉིད་ཀྱི་བུ་ཕྲུག་བཞིན་གྱི་འདུ་ཤེས་བཅངས་ནས།ཁོ་ཚོའི་སློབ་་་་་་་་
སྦྱོང་དང་འཚོ་བར་སེམས་ཁུར་དང་།ཁོ་ཚོའི་རང་གཤིས་དང་འདོད་མོས་ལ་་་་་་་་
བརྩི་འཇོག་གང་ཐུབ་བྱེད་པ།སློབ་མའི་དགའ་མོས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་སྐུལ་ལྕག་་་་་
བྱས་ཏེ།སློབ་མར་དགེ་རྒན་གྱི་དྲོ་སྐྱིད་དང་བྱམས་བརྩེ་ཚོར་དུ་འཇུག་པ།རང་་་་
འགུལ་ངང་སློབ་མ་དང་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་བྱེད་པ།ལྷག་པར་དུ་འབྲེལ་འདྲིས་
བྱེད་སྟངས་སྣ་མང་སྤྱད་དེ།ཁོ་ཚོའི་སེམས་གཏམ་ཉན་དགོས་པ་དཔེར་ན།སློབ་
ཁྲིད་ཀྱི་ཞོར་དང་།སློབ་ཚན་ཁྲིད་ཟིན་རྗེས་སེམས་གཏམ་ཤོད་རེས་བྱེད་པ་་་་་་་་་་་་
སོགས་ཀྱི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་མའི་དགོས་མཁོ་དང་དཀའ་ངལ་ཤེས་རྟོགས་་
དང་།དུས་ཐོག་ཏུ་མཛུབ་སྟོན་དང་རོགས་རམ་བྱེད་དགོས་སོ།
（ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་ཞོལ་སློབ་ཆུང་གི་ཚེ་རིང་ཕུན་ཚོགས）

དགེ་རྒན་གྱིས་རང་ངོས་ཀྱི་བྱང་ཚད་མཐོ་རུ་བཏང་སྟེ་ཚད་ལྡན་གྱི་སློབ་མ་
གསོ་སྐྱོང་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས་མིན་སྐོར་གླེང་བ།

ལས་སྒོའི་བགྲོ་གླེང་།

↑ འདི་ནི་ལྟ་སྐྱོང་བས་ས་གནས་ས་ཐོག་་་་་
ཏུ་དྲན་པ་གསོ་ཐབས་ནང་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་པ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་ལྷ་ས་ནས་་་་་་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ།ཉེ་ཆར།ཆུ་ཤུར་་་་་་་
རྫོང་གནམ་ཤང་གིས་2026ལོའི་འཕྲལ་སྡོམ་བདེ་་་
འཇགས་ཤེས་བྱའི་དྲིལ་བསྒྲགས་འཆད་ཁྲིད་བྱས་་་
ཤིང་།ཤང་ཡོངས་ཀྱི་དུད་སྦྲེལ་འཐུས་མི་དང་།
ཆེད་ལས་དྲ་མིག་པ།ཚལ་ཞིང་ཁེ་ལས་ཀྱི་འགན་་་་
འཁུར་བ། གྲོང་ཚོ་ཁག་གི་འཕྲལ་སྡོམ་ལས་དོན་་་་་
པ་བཅས་གསོ་སྦྱོང་ལ་ཞུགས་ཡོད་པ་རེད།
གསོ་སྦྱོང་བྱ་ཡུལ་དུ་དྲིལ་བསྒྲགས་པས་མེ་་་་

སྐྱོན་སྔོན་འགོག་དང་།འཕྲལ་སྡོམ་རང་སྐྱོབ་དང་
སྲོག་ཉེན་ལས་ཐར་ཐབས།མེ་ཟོན་ཡོ་བྱད་ཚད་་་་་
ལྡན་སྤྱོད་སྟངས་སོགས་ཀྱི་ལྟེ་བའི་ནང་དོན་ལ་་་་་་་་་
དམིགས་ནས་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པ་དང་།ཉེ་་་་་་་
འགྲམ་གྱི་གྱོད་དཔེ་དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་་་་་་
ཏེ།ནམ་ཞག་རྒྱུན་དུ་མེ་དང་གློག་བདེ་འཇགས་་་་་
ངང་སྤྱོད་སྟངས་དང་མེ་སྐྱོན་གྱི་མངོན་མེད་རྐྱེན་་་་་
ངན་གྲལ་བཤེར་བྱེད་སྟངས་སོགས་སྤྱོད་གོ་ཆོད་་་་་་
པའི་ཤེས་བྱ་ཁྱབ་གདལ་ཧུར་ཐག་བཏང་བ་རེད།

ཆུ་ཤུར་རྫོང་གནམ་ཤང་གིས།
འཕྲལ་སྡོམ་བདེ་འཇགས་ཤེས་བྱ་དྲིལ་བསྒྲགས་ཀྱི་འཆད་ཁྲིད་བྱས་པ།

མྱུར་སྐྱོབ་རྩལ་ནུས་སྦྱངས་ནས།རྒན་རྒོན་གྱི་བདེ་ཐང་སྲུང་བ།
ཉེ་ཆར།མལ་གྲོ་གུང་དཀར་རྫོང་རྒན་གསོ་ཁང་གིས་མྱུར་སྐྱོབ་རྩལ་ནུས་ཀྱི་ཆེད་དོན་གསོ་སྦྱོང་བྱས་ཤིང་།
རྒན་གསོ་ཁང་གི་འགན་འཁུར་བས་སློབ་ཚན་ཁྲིད་པ་དང་།ལྟ་སྐྱོང་བ་ཚང་མ་དངོས་སྦྱོང་ནང་ཞུགས་པ།རྒན་གསོ་་་་ཁང་གི་རྒན་རྒོན་ཚོས་ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་ལྟ་སྦྱོང་བྱས་པ་རེད།ད་ཐེངས་ཀྱི་གསོ་སྦྱོང་བརྒྱུད།ལྟ་སྐྱོང་བའི་མྱུར་སྐྱོབ་་་ཀྱི་འཇོན་ཐང་མངོན་གསལ་དོད་པོས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་པ་མ་ཟད།རྒན་རྒོན་གྱི་བདེ་འཇགས་འདུ་ཤེས་ཟབ་ཏུ་ཕྱིན་ནས་་་་་་་་་རྒན་གསོའི་ཞབས་ཞུའི་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འགོག་སྲུང་འཛིང་རགས་སྔར་བས་བརྟན་དུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད།

འབད་འབུངས་ཡར་བརྩོན་གྱི་ལྟེ་བའི་གྲོང་ཁྱེར།

← འདི་ནི་ལྟ་སྐྱོང་བས་ཧའེ་མུའུ་ལི་ཁེའི་་
མྱུར་སྐྱོབ་བྱེད་སྟངས་སྦྱོང་བཞིན་པ།