

གསར་ལོ

འདོན་མང་། ༣

ཀླུ་པུ་ལྷ་

སྐུ་བཅ་བཅུ་དྲུག་པ།

ཆོག་མ་དུ་མ་དང་པོ།

གྲོས་ཚོགས་ལས་འཛིན་གསར་ཤོག

 བོད་

٢٤

ཕྱི་མ་སྒྲིག་ཆེན་གསུང་།

ཕྱི་མ་སྒྲིག་པ།

ལྷོ་བཟང་ཉི་མ།

གསུང་འགོད་པ།

བཀྲ་ཤིས་མགོན་པོ།

གྲགས་པ།

ཀུན་དགའ་དབང་འདུས།

ལྷོ་བ།

འཇམ་དབྱངས་བསྟན་པ།

ཀུན་དགའ་ཆོས་འཕེལ།

ཀམ་སྐྱ་ཀྲ་འགོད་འདུག་པ།

ལྷོ་བཟང་ཉི་མ།

Tibetan Parliament-in-Exile  
Central Tibetan Administration  
Gangchen Kyishong, Kangra  
Dharamsala-176215, H.P. INDIA  
Ph. :+91 1892 222481  
Fax : +91 1892 224593

Web:  
[www.tibetanparliament.org](http://www.tibetanparliament.org)  
[www.chithu.org](http://www.chithu.org)

## དཀར་ཆག

| ཨང་། | གནད་དོན།                                                              | ཤོག་གྲངས། |
|------|-----------------------------------------------------------------------|-----------|
| ༡    | གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་བཟོ་སྒྲིང་ཁུ་མ་བྱུང། | ༡་་་༥༠    |
| ༢    | ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོ་ལྟན་ཁང་གི་ཚོགས་མི་གཅིག་གི་འོས་བསྟུ།                | ༥༡་་་༥༣   |
| ༣    | གོང་གསལ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་བཟོ་སྒྲིང་ཁུ་མ་བྱུང།                      | ༥༢་་་༢༣   |
| ༤    | དབུས་འོས་བསྟུ་ལས་ཁང་ནས་བཀའ་ཤག་བརྒྱུད་ཡིག་ཐོག་གསལ་བཤད།                 | ༢༤་་་༢༥   |
| ༥    | གོང་གསལ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་བརྗོད་བ་གསུམ་བ།                           | ༢༥་་་༩༣   |
| ༦    | ཚོགས་བྱེད་ནས་དགོངས་ཤོག་ཁག་སྟན་སྟོན།                                   | ༩༣་་་༩༣   |
| ༧    | དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་མཁུག་བསྟོམས་གསུངས་བཤད།                       | ༩༤་་་༩༩   |

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༣ ཉིན་གྱི་སྤྱད་དང་པོ།

### ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྐབས་བཅུ་དྲུག་པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དང་པོའི་ལས་ཉིན་གསུམ་པ་དེ་ཆགས་བསྟན་ཡོད། དེ་རིང་སྤྱི་ཚེས་བཅུ་གཉིས་ལན་གྱི་དུས་ཚོད་མེད་པ་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་དང་པོ། གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤ པའི་ཐོག་སྤྱི་མཐུན་ནས་བཞོ་སློང་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་སློ་བཟང་ཚོས་འབྱོར་ལགས། ཁ་སང་གི་ཁྲིད་ནས་སྤྱི་མཐུན་ནས་གསུང་རོགས་གནང་།

### སྤྱི་འཐུས་སློ་བཟང་ཚོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བསྟན་འཕེལ་གྲོ་སྐབས་གནང་བ་ལ་སྤྱགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ། ང་ཚོའི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་གྲོས་ཚོད་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤ པའི་སྤྱི་ཚེས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཁ་སང་གི་བསམ་ཚུལ་སྤྱི་མཐུན་ནས་བཤད་ཆོག་པ་ཞུ། ཁ་སང་བཤད་པ་ནང་བཞིན་བོད་མི་ནང་ཁུལ་གྱི་མཐུན་ལམ་དང་ཆེག་སྤྱིལ་ལ་གཞོད་གཞི་དང་། བོད་མིའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དང་ཡོངས་སྤྱོད་ལགས་པའི་བྱ་སྤྱོད་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ཟེར་བ་དེ་ཁ་སང་ངས་བསྟོམས་རྒྱུ་ནས་ཞུས་པ་བཞིན་དབུ་ཁྲིད་ཀྱི་ཁྲད་ཡོན་གྱི་ཐོག་ནས་མ་འདར་བ་དང་། དེ་ནས་ནང་ཁུལ་གྱི་རྒྱུ་སློང་མི་དགོས་པའི་རིགས་དང་། མི་རབས་གསར་པའི་བསམ་སློང་དང་འབྲེལ་བའི་ཡོང་མི་ཉན་པའི་རིགས་དེ་ཚོར་དེ་རིང་ཁ་སང་སློ་བཟང་གསུང་ནས་སྤྱི་མཐུན་དེ་ཕྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ང་ཚོའི་འོས་བསྐྱེའི་ལས་རིམ་གྱི་སྐབས་དང་། བཅོམ་བྱོལ་བོད་མིའི་འབྲུང་རབས་ནང་དུ་བསྟོན་པ་ཡིན་ནའང་བོད་མི་ནང་ཁུལ་དམ་གཅད་མ་ཆགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ཚོར་སྤྱག་འདུག་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སོ་སོའི་སྤྲོ་ཆ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་ཅང་། དེ་ལ་ཁུངས་སྤྱིལ་དང་རྒྱ་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་མ་ཞུས་པར་བསམ་ཚུལ་ཁོན་བཤད་པ་ཡིན་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཅིའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། ང་ཚོ་གསུང་བ་སྤྱོད་སྤྱག་ཁག་གི་ལས་ཀ་བྱས་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་སྤྲོད་ལ་སྤྱོད་པ་མཁན་ཞིག་མ་ཡིན་པར། འུ་ཡོན་པ་དང་ཉམས་ཞིབ་དང་རྩོམ་པ་པོ་ལ་སོགས་པའི་འགན་བབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ལས་གནས་ཐོག་འཁོད་པ་ཡིན་ཅང་། སྤྲོད་ཆ་བཤད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་ཞིབ་འཇུག་གྱི་རྣམ་པ་ཐོན་དགོས་ཀྱི་འདུག་བསམ་ནས་བཤད་ན། དབུ་ཁྲིད་ཀྱི་ཁྲད་ཡོན་ཐོག་ནས་ཅི་ཞིག་མ་འདར་བ་རེད་དམ་ཞེ་ན། རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ཐོག་འཛིན་པའི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་ཐོག་ལ་ང་ཚོའི་དབུ་ཁྲིད་ཀྱི་གསུང་བཤད། སྐབས་བོད་མིའི་བཀའ་ལག་ལ་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོའི་ཚོགས་ཁང་གསར་རྒྱག་གི་དབང་གིས་བཀའ་ལག་གི་སློང་ལ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་ཁང་དེའི་ནང་དུ། རྒྱ་ནག་གི་སློར་ལ་བཀའ་ལག་གི་གསལ་བཤད་ཅིག་བྱས་པའི་ནང་དུ། སྤྱི་འཛིན་ཞི་ཅིན་པེན་གྱི་གཞུང་གསར་པ་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ལ་ངེ་ལྟར་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་སློར་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ཐོག་འཛིན་པའི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་སློར་ལ་གཏམ་བཤད་ཅིག་གནང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་ནི་དབུ་ཁྲིད་ཀྱི་ཁྲད་ཡོན་སྤྱི་ཚུལ་འོངས་པ་ཞིག་བཤད་མ་སྤྱོད་པས། བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་ནས་རྩོམ་པ་པོ་དང་འུ་ཡོན་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསམ་ཚུལ་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་ནི་ལྟན་རྒྱས་ཀྱིས་མཁྱེན་གསལ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ཁ་སང་རང་བཀའ་ཕེབས་པ་བཞིན་བོད་རྒྱུ་འབྲེལ་མོལ་གྱི་སློར་དེ་ལ། སྤྱི་འཛིན་སྐབས་སོ་སོའི་ལས་ལུན་རྗེས་མ་རེ་བསམ་ཚུལ་གསུང་གི་འདུག་དེར་བརྟེན་ད་ལྟའི་བཀའ་ལག་ཡིན་ནའང་ཞི་ཅིན་

མེན་གྱི་སྐབས་རྗེས་མ་ལ་རེ་བ་རྒྱག་གི་ཡོད་ཟེར་ནས་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མདུན་ལ་འཕེན་ས་མི་འགོ་བའི་རྒྱ་མཚན་ལྟར་  
སྤང་བཀོད་པ་ནི། གྱིས་པར་གྱི་རིལ་སྤྲད་པ་ལྟ་བུ། གང་ལྟར་རང་གཞན་གཉིས་ལ་མགོ་སྐྱོར་བཏང་བ་དང་། རྒྱ་ནག་གིས་བོད་  
ཐོག་འཛིན་པའི་སྲིད་ཁྲིམས་དེ་ཞིབ་ཆགས་སོ་མཁྱེན་གྱི་མེད་པ་གསལ་སོ་རེད། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་དཔལ་འབྱོར་ཐད་  
ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད། རིག་གཞུང་གཏོར་བཤིག་ཟེར་བའི་ཆོག་སློམ་སོ་ཁ་གསལ་མར་གཡུགས་པ་མ་གཏོགས། དཔེར་ན། བོད་ནང་དུ་  
རང་སྐྱོང་ཁུལ་དང་རང་སྐྱོང་རྫོང་ག་ཆོད་ཡོད་མེད་དང་། རང་སྐྱོང་རྫོང་གྱི་བླ་བུ་པའི་ནང་དུ་བོད་པ་ག་ཆོད་ཡོད་མེད་དང་དེ་  
གནས་སྐྱངས་ག་རེ་ཆགས་ཡོད་མེད། དེ་དག་གི་ནང་དུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བཅོམ་པ་ག་ཆོད་ཡོད་མེད། དེའི་ནང་དུ་རྒྱ་ནག་གི་སྲིད་  
ཁྲིམས་ཅི་ཞིག་ལག་བསྟར་བྱས་ཡོད་མེད་དང་། ས་གནས་སོ་སོར་མ་འདྲ་བའི་ཆ་ག་རེ་ཡོད་མེད་སོགས་ལ་ད་ལྟའི་ང་ཚོའི་འཛིན་  
སྐྱོང་བཀའ་ལག་དང་། ལྷག་པར་དུ་སྲིད་སྐྱོང་ལ་ངེ་བ་བཏང་བ་ཡིན་ནའང་ལན་མེད་པ་དེ་ངས་ཆོག་ཐག་ཆོད་སོའི་ཐོག་ནས་ཁྱེ་  
སྤྱབ་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་དབུ་ཁྲིད་ཀྱི་ཁྱད་ཡོན་གྱི་འདའ་གི་མེད་པ་དེ། རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ཐོག་འཛིན་པའི་སྲིད་ཁྲིམས་མཁྱེན་  
ཏོགས་ཀྱི་ཁྱད་ཡོན་དེ་འདའ་གི་མི་འདུག་ཁྱེ་རྒྱ་དེ་དོན་ཚན་གཅིག་ཡིན། དོན་ཚན་གཉིས་པ་ནི། རང་ལུས་མེར་བསྟེགས་ལ་  
ལམ་སྟོན་ཡག་སོ་ཞིག་གྱེད་སྤྱབ་ཡོད་པ་མ་རེད། རང་ལུས་མེར་བསྟེགས་ཐངས་བདུན་པའི་སྐབས་ནས་ཉིན་བརྒྱ་དུས་གཅིག་  
གི་མཆོད་འབུལ་སྟོན་ལམ་ལ་སོགས་པ།

### ཆོགས་གཙོ་མཁན་སོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆམས་བཞག་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་འཇུ་ཆེན་དཀོན་མཆོག་ཆོས་སྟོན་ལགས། ལས་རིམ་ནམ་  
གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

### སྤྱི་འཐུས་འཇུ་ཆེན་དཀོན་མཆོག་ཆོས་སྟོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ལས་རིམ་ནམ་གཞག་དེ་ག་རེ་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན་ལག་ན། ད་ལྟའོས་བསྐྱེད་སྐྱོར་ལ་བཟོ་སྒྲིང་འགོ་  
བཞིན་ཡོད་པས་དེ་འོས་བསྐྱེད་སྐྱོར་དང་འབྲེལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ། དེར་སྐྱངས་འཛིན་གནང་རོགས་གནང་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

### ཆོགས་གཙོ་མཁན་སོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

རྩ་བའི་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་སྐྱོར་ནས་བཟོ་སྒྲིང་འགོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། གཞི་རྩའི་ཐོག་མ་ནས་ཁུས་པ་ཡིན།  
བརྗོད་གཞི་དང་འབྲེལ་ནས་གང་སྤྱབ་སྤྱབ་ཀྱི་གསུང་རོགས་གནང་ཞེས་ཁུས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་བར་ནས་སྤེལ་ཟེར་དང་གནད་  
དོན་མང་སོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་དུས་སྐྱངས་འཛིན་ཁ་སྤྱབ་ཁྱེ་སྤྱབ་མི་འདུག་ གང་སྤྱབ་སྤྱབ་གྲོས་ཆོད་ཀྱི་རོ་གདོང་དང་འབྲེལ་བའི་  
ཐོག་ནས་གསུང་རོགས་གནང་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ ལུ་མཐུད་ནས་གསུང་རོགས་གནང་།

### སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ འོས་བསྐྱའི་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་རོ་གདོང་ཐོག་ནས་གསུང་དགོས་པ་ཞིག་འདིའི་ནང་གསལ་ཡོད་པ་མ་རེད། འོས་བསྐྱའི་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་གྲོས་ཆོད་འདི་འདྲ་ཞིག་བསྐྱམས་ཐེབས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཨ་མ་དེ་གང་ལ་ཐུག་འདུག བྱས་ཅང་ངས་མི་མང་ལ་དེ་སྟོན་སྟོན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། སྟོན་སྟོན་གི་ནང་དུ་བཀའ་ཤག་གིས་བཀོད་པའི་འོས་བསྐྱའི་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བསྐྱམས་ཐེབས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་མཇུ་བ་མོ་བཙུགས་ཏེ་གཡས་དང་གཡོན། མདུན་རྒྱ་ཆ་ཆང་ཞིག་མི་མང་ལ་སྟོན་གསུང་ཡག་པོ་ཞུ་དགོས་པ་མ་གཏོགས། མི་མང་ལ་རབ་རིབ་བྱས་ནས་འཛོགས་པ་མེད་སྟབས། འགན་འཁུར་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཟེར་ནས་བསྐྱར་དུ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་གཉིས་པའི་ཐད་ཞུས་པ་ཡིན་ན། རང་ལུས་མེར་བསྐྱེགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀའ་ཤག་སྐབས་གོང་མའི་ཐོག་ནས་ལམ་སྟོན་ཆོད་ལྷན་གང་ཡང་གནང་ཐུབ་ཡོད་པ་མ་རེད།

### ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ དེའི་སྐོར་ལ་མ་གསུངས་རོགས་གནང་། དེའི་སྐོར་ལ་ཁ་སང་གཞུང་འབྲེལ་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་གྲོས་འཆར་འཁུར་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་ལས་རིམ་དེ་མང་བ་ཞིག་མཇུག་བསྐྱུས་ཐེན་པ་རེད། ད་ལྟ་འོས་བསྐྱའི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཆོད་དོན་ཆེན་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་གསུང་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག དགོངས་འགལ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་དེ་ལྟར་གསུང་རོགས་གནང་།

### སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ངས་གྲོས་ཆོད་ཀྱི་སྟོན་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆོག་བརྗོད་གང་ལྟར་བའི་ཁུངས་དེད་ནས།

### ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ཆོགས་གཙོ་ས་ལམ་སྟོན་ཞུས་པ་དེར་བཅིས་པ་ཡིན་ན། གྲོས་ཆོད་དོན་ཆེན་གཉིས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གསུང་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཟེར་ནས་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

### སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

གང་ལྟར་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་དུས་ནས་དུས་སུ་ལམ་སྟོན་ཆོད་ལྷན་མ་ཐོབ་པའི་ཉེར་ལོན་ལ་བརྟེན་ནས།

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དེ་ཚོ་གསུང་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་དེ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་དང་  
མཐུན་པའི་ཐོག་ནས་དེ་རང་ཐོག་ལ་གསུང་རྟོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

## སྤྱི་འཐུས་ཚོ་བཟང་ཚས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཚོགས་གཙོ་ས་གང་གསུངས་པ་ལ་བཅི་བཀྱར་བྱས་པའི་ཐོག་ནས། ད་ལྟ་ཁོས་ཆོད་འདི་འདྲ་  
ཞིག་ཐེབས་དགོས་པ་དེ་ནི། ཉེ་བའི་ཆར་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་། འདིའི་ནང་དུ་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་མེ་ཐུགས་དམ་སད་  
ཀྱིན་ཅི་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས། ཡ་ཆུལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཐུགས་དབྱེས་པའི་མཆོད་སྤྱིན་གྱི་ནང་གི་ལས་རིམ་ཞིག་ཆགས་  
བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་ཚད་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་མེ་ཐུགས་པམ་པ་དེ་ང་རང་གིས་ངོས་འཛིན་བྱས་པ་ཡིན་ན་འོས་བསྐྱེད་  
ལས་རིམ་གཅིག་ལུ་ཞིག་མ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། བཀའ་ཤག་སྐབས་གོང་མས་ལས་དོན་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐད་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་  
ན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལྷ་ ༤ པ་ནས་བཟུང་སྟེ། ཐུགས་པམ་བྱུང་གཞི་འགོ་བཙུགས་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གང་ལྟར་  
ཡ་ཆུལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་ཐུགས་དམ་སད་ཀྱིན་དང་ཐོད་ཀྱི་ལྷ་སྤྱང་ཁག་འཁྲུག་པའི་གནས་སྟངས་འདི་ལ། འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞི་  
བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཁོས་ཆོད་འདི་ཅམ་འདི་འདྲ་འབྲེལ་ཡོང་བ་དང་། ཡང་ན་ལྟར་སྤང་གི་ཚོགས་ཚུང་འགའ་བཙུགས་པའི་འཐུས་  
པ་བྱས་ཏེ་ད་ལྟའི་ཁོས་ཚོགས་སྟེང་མི་མང་ལ་དགོངས་སེལ་དང་གསལ་བཤད་གང་ཡང་མེད་པར་རབ་རིབ་བྱས་ཏེ། འབྲིག་  
ཤོག་ནང་ལ་རུལ་པ་བཙུག་ནས་ཁ་བསྐྱམ་པ་དེ་འདྲ་མ་གནང་པའི་ཐོག་ནས་སྤིང་སྤྱོད་རང་གི་ཐོག་ནས་དགོངས་སེལ་ཞུ་དགོས་  
པ་དེ་ཚོར། དོན་ཚན་སོ་སོར་བཀར་ཏེ་ཁོར་འཁྲུལ་བྱུང་བ་དེ་ཚོར་དགོངས་སེལ་ཞུས། དེ་ནས་བཀའ་ཤག་སྐབས་གོང་མའི་  
ལས་བསྐྱེད་ལས་ཡིན་ནའང་ཐོག་མར་འོས་གཞིར་ཡངས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཁས་ལེན་དེ་ཚོ་མི་མང་ལ་འབྲུལ་ཡོད་མེད་སྟན་གསུང་  
ཞུས་པའི་ཐོག་ནས། ཉེ་ཆར་སྤྱི་ཚོགས་འཁྲུག་ཐེབས་པ་དེ་ལ་དགོངས་སེལ་ག་རེ་ཞུ་དགོས་པ་ཆ་ཆར་ཞུས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ།  
དེ་ནས་ང་ཚོས་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཐོག་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་ཡག་པོ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་པ་དང་།  
གནས་ཚུང་ཚོས་ཆུལ་ཆེན་པོ་དང་ལྷ་མོ་ཆེ་རིང་མཆོད་ལྷ་ཡིན་ནའང་རེད། གང་ལྟར་ཡང་བསྐྱར་སྤྱོད་འདྲེན་ཞུས་ནས་སྤྱང་མ་  
ཁག་གི་ཐུགས་དམ་ཉམས་ཆགས་དེ་ཚོ་སེལ་ཡོད་མེད་སོགས་ལ་བལྟས་ནས་སྤྱོད་དངོས་རྗེས་གསུམ་ཆ་ཆར་བ་ཞིག་གི་ཐོག་  
ནས་ཕྱིན་ན་མ་གཏོགས། ངས་ཁ་སང་ཞུས་པ་བཞིན་ང་རང་ཚོ་འདྲ་ཆགས་པོ་བྱས་ཏེ་འགོ་ཐུབ་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་རང་ལྟ་བུར་  
ཆ་མཆོན་ན། ཁོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དང་པོའི་སྤང་ནས་སྤྱང་ཆ་འདི་འདྲ་ཞིག་བཤད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དེ་གང་ཡིན་ཟེར་  
ན། མ་འོངས་པར་འཐུས་མི་དེ་ཚོས་ཉམས་པ་གང་ཆེ་ལས་གནས་ལུགས་རྒྱ་མཆོན་ལ་མི་ཉན་པའི་སྤྱང་ཆ་དེ་ཚོ་སྤྱོད་མ་བཞིན་ལུ་  
མཐུད་ནས་བཤད་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ནས་དབྱུས་གཅོང་གི་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་དང་མདོ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ལན་རྒྱག་མ་  
ཐུབ་པར་ཉན་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག་ཟེར་བའི་སྤྱོད་མའི་ལམ་ཁ་དེར་ཅ་བ་ཉིད་ནས་འགོ་རྒྱ་མིན། གནས་ལུགས་རྒྱ་མཆོན་གཞི་ལ་  
བཞག་ནས་གཅིག་ལན་ལ་གཅིག་དང་། གཉིས་ལན་ལ་གཉིས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། ཁོས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱིག་གཞི་ལ་ཁ་གཡར་ནས་  
ཁྲིམས་ཐོག་ལ་བསྐྱུལ་ཆོག་གི་མ་རེད་བསམ་ནས་གང་བྱུང་མང་བྱུང་གི་ཉམས་པ་ཆོད་མེད་དེ་འདྲ་ཡང་བཤད་ཀྱི་མིན། ངས་

འདིར་བཤད་པ་དག་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་ནས་བཤད་པ་དང་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུ་ཡིན། ཁྱིམ་སྡོག་ལ་བསྐྱུལ་ཚོགས་གི་ཡོད་ལ་  
ཁུངས་སྤྱི་ལ་ར་སྤོང་ཡོད་ཀྱང་ཅེས་གསལ་པོ་གསལ་རྒྱུ་ཡིན། གང་ལྟར་ཚོགས་དུས་དང་པོ་འདིའི་སྐར་ལ་སྐད་ཆ་  
འདི་འདྲ་ཞིག་ཞུ་དགོས་པ་དེའང་མ་འོངས་པར་ང་ཚོ་དམ་གཙང་ལྷན་མཉམ་དུ་འཇུག་པ་རྒྱུ་དམིགས་ནས་བཤད་པ་ཡིན། དེ་ནས་  
མཆམས་འཛིག་རྒྱུ་ཡིན། ལུགས་ཐེ་ཆེ།

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཚོས་འབྲོར་ལགས། གོས་ཚོགས་ལ་གསར་དུ་ཕེབས་ནས་བཟོ་སྒྲིལ་གི་ཆ་ཤས་དང་པོ་སྐྱབས་པ་ལ་ཆང་  
མས་དགའ་བསུ་ཞུ་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དོ་མཆོ་བརྟན་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་དོ་མཆོ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དེ་རིང་གི་གཞུང་འབྲེལ་གོས་ཚོད་གོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུས་  
པའི་ཐོག་ནས་ཚོགས་ཁག་ཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ཁ་སང་དེ་རིང་གོས་ཚོགས་འཐུས་མི་འགའ་ཤས་ཀྱིས་བཀའ་མོལ་ཁག་ཤས་  
ཤིག་ཕེབས་སོང་། ངའི་བསམ་པར་ང་ཚོ་ཆང་མས་འགན་འཁུར་དགོས་པ་རེད་ཟེན་གྱི་འདུག ང་ཚོའི་ནམ་རྒྱུན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་  
དུ་བཤད་པ་ནང་བཞིན་སྒོག་པ་རྒྱག་པར་ལག་པ་གཉིས་དགོས་པ་བཞིན་ང་ཚོ་ཆང་མས་འགན་འཁུར་དགོས་པ་རེད་བསམ་གྱི་  
འདུག དེ་ཡང་གང་ཟག་གཅིག་ལ་གཡུག་རྒྱུ་དང་། ཡང་སོ་སོ་སྒྲིལ་གྱི་དགའ་མ་དགའི་ཐོག་ནས་སྒྲོན་འཇུགས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་  
མཉམ་ཞུས་པར་དུ་མུ་ཚུགས་རྒྱབ་ནས་སྒྲོན་བརྗོད་བྱེད་དགོས་པ་དེ་འདྲ་མཐོང་གི་མི་འདུག ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོ་གསར་པ་ཡིན་  
དུས་ལས་རིམ་ཅུས་གཞག་དང་དེ་ཚོ་ཡག་པོ་ཤིས་ཀྱི་མཉམ་ཞུས་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་སྐྱབས་འདེན་དམ་པོ་  
གནང་བྱུང་ན་ཡག་པོ་འདུག གོས་ཚོད་ག་རེ་ཐོག་ལ་བཤད་པ་ཡིན་ནའང་དེའི་སྐར་ནས་ང་ཚོས་སྤྱད་དགོས་པ་རེད་བསམ་གྱི་  
འདུག ཁ་སང་བྱུག་སྒྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གི་བཀའ་མོལ་རྩ་བ་པོ་ཞིག་ཕེབས་སོང་བས་དེ་ལ་སྒོ་པམ་བྱུང་སོང་། སྤྱིར་བཏང་  
གསར་ལམ་བར་གྱི་སྐད་ཆ་རྒྱུང་ཞིག་རེད་འདུག ཡིན་ནའང་འདི་གོས་ཚོགས་ར་བའི་ནང་དུ་ཁྱེད་ཡོང་བ་དེ་ག་འདྲ་བྱུང་བ་  
ཡིན་ནམ་བསམ་སོང་། བཀྱར་འོས་ལ་དོགས་པ་གང་ཡང་ཞུ་ཡི་མེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་འདི་འདྲའི་འོག་ནས་  
བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་གནང་བ་ཡིན་ན། ཡང་དོགས་པ་དང་རྣམ་རྟོག་མང་པོ་ཞིག་གི་འོག་ནས་སུ་གོ་ཡི་ཡོད་མེད་དང་རྩི་ལྟར་ཡིན་  
མིན། གལ་སྲིད་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་གནང་དགོས་ཡོད་ན། ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་འཐུས་ནང་བྱུག་ལས་རྒྱུན་རིང་པོ་ཞིག་གནང་སྲིད་  
བའི་མི་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་གི་ཡོད་ན། མི་སུ་ཡིན་ནའང་མཐའ་གཅིག་དུ་དགག་པ་རྒྱག་གི་ཡོད། ( དཔལ་ལྷན་  
ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། གོས་ཚོད་ཀྱི་རོ་གདོང་ཐོག་ལ་ཕེབས་གནང་རོགས་གནང་། ) དེ་དང་མཉམ་དུ་ག་རེ་མཆོན་གྱི་འདུག་  
ཟེར་ན། ད་ལྟའི་གོས་ཚོད་དང་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཙོས་བྱ་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་འགྲོ་ཡི་འདུག་པས། དེ་འདྲའི་རིགས་དེ་གང་ཅུང་ཅུང་  
ཞིག་སྒྲེལ་བ་ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་འདུག་ཅེས་འཐོད་སྐྱུལ་རང་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་འཐུས་གསར་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བདེ་  
པོ་དེ་ཅིམ་མི་འདུག སྤྱིག་གཞིའི་ཐོག་ནས་གོང་དུ་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རེད། ལྷག་སྒྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་སྤྱིག་གཞི་འཇུག་



བ་བཏང་ན་ག་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་དང་། བཟང་སྤྱོད་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་འཁུར་དགོས་པ་ཡིན་པ་ཞིག་གསུངས་སོང་། ཡིན་ནའང་ཙུ་  
 བ་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་མ་རེད། སྤྱི་ག་གཞི་དགོས་སྐྱེ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ལྷག་པར་དུ་བཅའ་ཁྲིམས་རིན་པོ་ཆེ་དང་འོས་  
 བསྐྱེད་སྤྱི་ག་གཞི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་ཆོག་གས་ནང་དུའང་དེ་ལྷན་ཞིག་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་འདི་རིགས་  
 སྤངས་འཛིན་བྱ་རྒྱུར་སྤྱི་ག་གཞི་ཞིག་དེས་པར་དགོས་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་བསམ་ཚུལ་མང་པོ་ཡོང་ཆོག་ནའང་འགྲིག་མིན་ལ་མ་  
 ལྟོས་པར་སྤྱི་ག་གཞི་འོས་ལ་རང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཞུས་ན། འོས་བསྐྱེད་ལྷན་ཁང་གིས་གསལ་བསྒྲགས་ཤིག་སྤེལ་བའི་ཐོག་  
 ནས་དོན་ཆུང་ ༡༩ པའི་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་ལ། སྤྱི་ག་སྤྱོད་དང་སྤྱི་འཇུག་གི་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་སུ་སོ་སོས་འོས་བསྐྱེད་ནང་དུ་ཆ་  
 ཤས་ལེན་རྒྱུ་ཆེད་དུ་ཅིས་ཁྱ་དང་དཔུལ་ག་ཆོད་འགྲོ་སོང་གཏོང་ཆོག་མིན་ལ་འོས་བསྐྱེད་ལྷན་ཁང་གི་ལས་སྡོན་གྱི་ཐོག་ནས་  
 དབང་ཆ་དཔོན་པ་ཞིག་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་ག་གཞི་ནང་དུ་བཀོད་འདུག ཡིན་ནའང་ངའི་བསམ་སྒྲུབ་འོས་བསྐྱེད་ལྷན་ཁང་གིས་  
 གསལ་བསྒྲགས་བྱས་པ་དེའི་ནང་དུ་འོས་བསྐྱེད་ལས་སྡོན་གྱི་དབང་ཆ་དཔོན་པ་ཞིག་སོང་བསམ་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་བྱུང་སོང་།  
 དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཟེར་ན། ད་ལྟའི་ང་ཆོའི་བཅན་བྱོལ་གྱི་མང་གཙོའི་སྤྱི་ག་འཇུག་མ་འདིའི་ནང་དུ་ཆབ་སྤྱོད་ཆོག་གས་པ་  
 ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་སུ་བྱེད་ཀྱིས་ཁག་ཆོག་གས་པས་སྤྱི་འཇུག་ལ་འོས་བསྐྱེད་ནང་ལ་བྱེད་ཀྱིས་བསྒྲགས་བྱེད་  
 སྤངས་དེ་ཆབ་སྤྱོད་ཆོག་གས་པའི་ངོ་ཐོ་ནང་བཞིན་སྐབས་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། དེར་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ངོས་འཛིན་གང་ཡང་  
 ཡོད་པ་མ་རེད། ད་ལན་སྤྱོད་གྱི་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་མོའི་སྐབས་སུ་ངོས་འཛིན་ཡོད་པའི་ཆོག་གས་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཀྱིས་དཔུལ་  
 འཕོར་ག་ཆོད་གཏོང་ཆོག་གི་ཡོད་མེད་དེ། གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ངོས་འཛིན་ཐོབ་པ་དེ་ཆབ་སྤྱོད་ཆོག་གས་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱུང་  
 མ་སོང་བསམ་པའི་དོགས་པ་ཞིག་བསྐྱེད་སོང་། དེ་ང་ཆོས་གསལ་པོ་ཞིག་བཅོད་གོས་ཀྱི་འདུག ཆབ་སྤྱོད་ཆོག་གས་པ་ཞིག་ལ་  
 འགྲོ་རྒྱུར་འཆར་གཞི་ཡོད་དམ་མེད། དེའི་ཐོག་ལ་གྲོས་མོལ་ལུགས་ཆེ་ཙམ་ཡོང་ཆོག་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེའི་ཐོག་ནས་  
 ཆོག་གས་པ་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་ཆ་ཤས་བྲངས་ཡོད་པ་རེད་ལ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་བྲངས་ཡོད་པ་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ཆོད་གཞི་དེ་གང་དུ་  
 འཛིན་གྱི་ཡོད་དམ། ཆོག་གས་པ་བརྒྱུད་དེ་བཅན་བྱོལ་ནང་ལ་ཆང་མས་ངོས་ལེན་ཡོད་པའི་ཆོག་གས་པ་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད་དེ།  
 འདིའི་ནང་ནས་ཆོག་གས་པ་མང་པོ་ཞིག་སྤྱི་ཆོག་གས་ཞབས་ཞུ་ཆོག་གས་པ་དང་ལས་འགྲུལ་ཆོག་གས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།  
 ཡིན་ནའང་སྤྱོད་གྱི་འོས་བསྐྱེད་ནང་ལ་དཔུལ་ག་ཆོད་ཅིག་མེད་སྤྱོད་གཏོང་ཆོག་གི་ཡོད་མེད་སྐྱེད་དབང་ཐོབ་པའི་རྗེས་ནས།  
 དེའི་ནང་ལ་ཆོལ་ཁ་དང་དེ་རིགས་བསྐྱེད་པས་པའི་སྐབས་སུ་དོགས་པ་ནམ་ཉིག་ཅིག་བསྐྱེད་པ་རེད། གང་ལྟར་སྤྱོད་དེ་སྤྱི་  
 མི་ཞིག་ཡིན་དུས། དེར་ཆོལ་ཁ་བྱེད་བྱུག་པ་ཞིག་གིས་བྱུག་བསྐྱེད་ཞིག་བྱེད་དུས། ངོ་གཞོང་ལ་དོགས་པ་ནམ་ཉིག་མང་པོ་ཞིག་  
 ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་སྒོ་འཆབ་སྤྱོད་དགོས་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། མ་འོངས་པར་ང་ཆོས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་མིན་  
 དེ་གོ་བསྐྱུར་ཡོང་གི་རེད། དུས་ཆོད་ཀྱི་ཆ་ནས་གསུངས་སོང་ལ་དེར་རྒྱ་མཚན་ཐུན་བྱ་ཡོད་པ་རེད། དཔེ་མཆོན་ཙམ་ཞུས་ན།  
 ཨ་རེའི་ནང་ལ་ཆབ་སྤྱོད་ཆོག་གས་པ་གཙོ་བོ་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། ཆབ་སྤྱོད་ཆོག་གས་པ་ནང་ལོག་ནས་འོས་མི་ཡར་ལངས་མཁན་  
 ཡོད་ན། དེའི་ནང་ལ་འཇུག་མ་ཆོད་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལ་ཁོ་ཆོས་ལངས་མཁན་གྱིས་དམིགས་བསམ་ལ་  
 ཆོག་གས་ཆུང་ཞིག་བཅུག་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ལ། ཆོག་གས་ཆུང་དེས་སོ་སོས་ཞལ་འདེབས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། ལངས་མཁན་དེ་  
 ཆབ་སྤྱོད་ཆོག་གས་པ་གཅིག་གིས་ཁས་ལེན་དང་རྒྱུ་སྤྱོད་ཐོབ་རྗེས་ཆོག་གས་ཆུང་དེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཆོས་ཀྱང་སྤྱོད་

སྐྱོང་གི་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲིའི་ཁོར་ལུག་ཅིག་བསྐྱར་སྐབས་བ་དང་། རྒྱུ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་སོ་སོས་འཇུགས་  
 ཚོགས་པ། ཚོགས་པ་དེར་སྤངས་འཛིན་བྱེད་ཚོགས་པ། ད་ལན་གནས་སྤངས་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་དེར་སྤངས་འཛིན་བྱེད་སྐབས་པའི་  
 གནས་བབ་གཙོ་བོ་དེ་སྤྱིད་སྐྱོང་འོས་མི་ལངས་མཁན་སོ་སོར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེན་གྱི་འདུག དེ་འདྲིའི་རྒྱུ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་  
 ཞིག་ལ་འོས་འཛིན་ཐོབ་པའི་ཐོག་ནས་འགོ་ལུགས་དང་འགོ་སྤངས་ཤིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། སྤྱིད་སྐྱོང་འོས་མི་སུ་ཡིན་པ་ཡིན་  
 ནའང་སོ་སོས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་ཚོལ་ཁ་སོ་སོ་ནས་མི་གང་མང་མང་ཡོང་ཆེད་ཐབས་ཤེས་ཤིག་བྱེད་ཚོགས་གི་མེད་དམ་སྐུམ་  
 པ་ངས་ཟུག་གི་འདུག དེ་ངའི་བསམ་ཚུལ་རང་ཡིན་ལ་གོ་བསྐྱར་ཡང་ཡོང་ཚོགས་གི་རེད། དེ་བཞིན་འོས་བསྐྱེད་ལམ་སྟོན་ནང་ལ་  
 དངུལ་མེད་སྟོང་གཏོང་བྱུགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཞིག་ཐེབས་པ་རེད་དེ། ངའི་བསམ་སྒྲོར་ང་ཚོས་དམ་བཅའ་མ་ལུལ་བའི་གོང་ལ་  
 འོས་བསྐྱེད་ལྟན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་དང་ལྟན་ཁང་འོས་ནས་བྱུང་བསྐྱགས་ཤིག་བྱེད་ཀྱི་རེད་བསམ་སོང་། ཡིན་ནའང་ལམ་སྟོན་  
 ཐེབས་པ་དེ་དག་ལ་སྐུས་བཅི་སྤྱང་ཞུས་ཡོད་མེད་དེ་ངས་ད་ལྟ་ཞུ་བྱུང་གི་མི་འདུག དེ་འདྲི་བྱེད་པ་ཡིན་ན་མ་འོངས་པར་བཅི་  
 སྤྱང་བྱེད་ཀྱི་རེད་དམ་མ་རེད་ཀྱི་སྒོ་འཆབ་ཅིག་གསུངས་སོང་། ལམ་སྟོན་གཞིར་བཟུང་སྤྱི་འཐུས་ཡིན་ན་འབྲུམ་གསུམ་གཏོང་  
 ཚོགས་པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། དེར་སྐུས་ག་རེ་བྱེད་ཡོད་མེད་གསལ་བསྐྱགས་ཤིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་  
 རེད་ཟེན་གྱི་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་སྐུས་བཅི་སྤྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་བཤད་མ་སྐབས་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་དང་མཉམ་ཁུ་  
 དངུལ་གང་འདྲ་མེད་སྟོང་བཏང་བ་ཅན་མ་ཡིན་པར་དངུལ་དེ་དག་ཡོངས་ཁུངས་གང་ནས་རེད་འདུག་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་  
 ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་མི་འདུག་སྟེ། རྒྱ་གར་གྱི་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པས་ཕྱི་ལོག་གི་དངུལ་ལེན་ཚོགས་གི་ཡོད་པ་མ་རེད།  
 འོས་བསྐྱེད་ནང་ལོགས་ལ་ཁྲིམས་གཞིར་བཟུང་རྒྱ་གར་གྱི་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པས་ཕྱི་ལོག་གི་དངུལ་ལེན་ཚོགས་གི་ཡོད་པ་མ་རེད།  
 གང་ཡིན་ཞེ་ན་རྒྱ་གར་གྱི་ཆབ་སྲིད་ལ་གཞོན་ལུགས་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་རྣམ་པ་བཏོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ཨ་རིའི་འོས་  
 བསྐྱེད་ནང་ལ་ཕྱི་ལོག་གི་དངུལ་ལེན་ཚོགས་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་ཚོའི་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་མོའི་ནང་ལ་འོས་སུ་ལང་གི་ཡོད་ནའང་  
 དངུལ་དེ་ཉ་ཅང་ཐོན་ཆེན་པོ་མ་རེད་དེ། མ་འོངས་པར་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྤྱིངས་ཆ་དེ་དེ་བས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བར་ཆགས་པའི་སྐབས་སུ་  
 ཕྱི་ལོག་གི་དངུལ་དེ་མེད་སྟོང་ལོག་པར་འགོ་མི་སྤྱིད་པ་མ་རེད། ང་ཚོའི་ཆིག་སྒྲིལ་གཏོར་རྒྱར་ཐབས་ཤེས་བྱེད་མཁན་མང་པོ་  
 ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲིའི་སྐབས་སུ་དངུལ་ག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་དང་དངུལ་སྐུས་གཏོང་གི་ཡོད་མེད། དངུལ་སྐུས་སྟོང་ཚོགས་  
 གི་རེད། དེ་འདྲིའི་སྤྱིག་གཞི་ཁ་གསལ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན་མན་ཐོགས་ཅིག་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག མཐའ་མ་དེར་ང་ཚོ་  
 ཚང་མས་བྱུགས་ཚང་མ་ནས་འགན་ཁུང་བའི་ཐོག་ནས་ཁ་སང་སྤྱད་ཆ་ཐོན་བྱ་ཐལ་ཡོད་པ་རེད་ལ་དེ་རིང་ཡང་ཐོན་བྱ་ཐལ་ཡོད་  
 པ་རེད། འགན་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གནང་སྐབས་ན་ཡག་པོ་འདུག མཐའ་མ་དེར་ངས་འཕོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་། ང་ཚོ་གངས་ཅན་སྤྱིད་  
 གཞོལ་གྱི་རྒྱལ་སྟོན་དེ་ནས་མང་ཐོན་ཆར་བའི་རྗེས་སུ་ཐོད་མི་ཞིག་བསྐྱེད་པས་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས་ཁོ་ཁས་པ་དང་ཨ་མ་དེ་  
 ཞིག་བསྐྱེད་པས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཤད་ཀྱི་མ་རེད་ལ་རྒྱ་གར་གྱིས་ཚོལ་ཁ་སུ་ཡིན་མིན་དེ་རྩོལ་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད། སོང་ཅང་དེ་རྩོ་  
 ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་དབུ་བྱེད་ལ་ང་ཚོས་མ་བཅིས་ན་གཞན་གྱི་ག་པར་བཅི་ཡི་རེད། རྒྱ་ནག་པར་བཞག་ཤོག་སྟོན་  
 འཇུགས་བྱེད་དགོས་པ་ཡོང་གི་རེད་དེ། སྟོན་འཇུགས་དེ་རྒྱ་མཚན་ཐོན་པ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད། སྟོན་འཇུགས་ཤིག་བྱེད་དགོས་

གྱི་ཡོད་བསམ་ནས་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་རྟག་ཏུ་ལག་པ་བརྒྱངས་པ་ཡིན་ན། ཉག་ཉག་ཅིག་སྤོང་གྱི་ཨེ་ཡོད་དམ་པོ་གྱི་འདུག  
སོ་སོར་འོས་སྒྲགས་མཁན་དེར་ཡིད་ཆེས་ཅིག་བྱེད་གྱི་ཡོད་དམ་བསམ་གྱི་འདུག འདི་འོད་བསྐྱེད་རང་ཡིན། ལྷགས་མེ་ཆེ།

## ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དབྱངས་ཅན་སྒྲོལ་དཀར་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་དབྱངས་ཅན་སྒྲོལ་དཀར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གོ་སྐྱབས་གནང་བར་ལུགས་མེ་ཆེ་གནང་། གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩  
བའི་ཐོག་ལ་བསྐྱོད་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་བའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་བསྐྱོར་བྱེད་གྱི་ཡིན་ལ་བསམ་ཚུལ་ཞིག་  
ཀྱང་ཞུ་དགོས་བསམ་སོང་། སྤྱི་འཐུས་གྱི་འོས་བསྟུ་སྒྲོར་ལ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེའི་ནང་ལ་འོས་མི་བཅུ་ལས་མ་མང་བ་ཞེས་ཁ་གསལ་  
པོ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཆོགས་རྒྱུ་བཅུགས་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་རོགས་གྱིས་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་གཅིག་དང་ཉུང་  
མཐར་དེའང་ལྟ་དགོས་གྱི་འདུག གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཉེ་ཆར་འོས་བསྟུ་འགོ་བཞེན་བའི་སྐབས་ས་གནས་ཁ་གསལ་ལ་མི་གཅིག་མ་  
གཏོགས་མ་སྒྲགས་པ་ཁ་གསལ་བྱུང་འདུག འདི་ཁྱད་མཆར་ཞིག་ཆོར་བྱུང་། ཅ་བའི་ཆོགས་རྒྱུ་རང་གིས་གཟིགས་རྒྱ་རེད་ལ་  
ཉུང་མཐར་དེའང་གཏན་འཁེབས་བྱེད་དགོས་གྱི་རེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་ཐུག་སྤྱོད་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་ཅིས་མེད་འགོ་སྐྱེངས་  
དེའི་སྒྲོར་ལ་གཅིག་གསུངས་སོང་བས་དེར་རྒྱ་བསྐྱོར་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། གལ་སྲིད་ཅིས་མེད་སོང་བ་ཡིན་ན། མི་ཆང་མ་  
ཅིས་མེད་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་ན་མི་གཅིག་ཁོ་ན་ཅིས་མེད་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཁ་གསལ་པོ་བཞེས་དགོས་གྱི་འདུག་  
ཅས་དེར་རྒྱ་བསྐྱོར་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། ལྷགས་མེ་ཆེ།

## ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྒོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྒོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གནས་ཚུལ་  
ཁ་གསལ་གྱི་ཞུ་འདོད་ཡོད། དུས་ཚོད་ཉོག་ཙམ་འགོར་ས་ཡོད་ལ་གནད་དོན་ཉག་ཉག་ཐོན་གྱི་མི་འདུག་ན་དཔལ་ལྷན་ཆོགས་  
གཙོ་མཆོག་ནས་ལམ་སྟོན་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དོན་དག་དང་པོ་དེ་སྤོང་སྤྱི་གཉིས་གྱི་འོས་བསྟུ་དང་འབྲེལ་  
བའི་ཐོག་ཡགོར་ས་ཆེན་མོའི་ལྷགས་དམ་སང་རྒྱུན་བྱུང་བ་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་སྒོན་སྐྱོང་ནང་ལ་མང་པོ་ཞིག་གིས་  
འདུག་སྒོན་སྐྱོང་ནང་ལ་འབྲི་བ་དེ་གྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་སྐྱོང་སྒོར་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་གིས་པ་ཞིག་ཡིན་གྱི་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། དེ་

མིན་ན་སྔོན་གྱི་དེ་མེ་དགོས་པའི་ཆོས་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དང་པོ་དེ་ད་ལྟར་ཆོས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་ལྟ་བུ་  
 ཡིན། དེའི་སྔོན་ལ་ང་ཆོས་དོན་དག་ལོར་འཁྲུལ་པར་གཡུག་ས་དང་ཚུར་གཡུག་ས་དེ་དག་བཤད་མ་དགོས་པར་བྱས་ནས་  
 གནས་ཚུལ་དེ་ཆགས་པ་རེད། དེ་ཆགས་ཆར་ནས་དེ་རིང་ང་ཆོ་སྒོས་ཆོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་ཡོད་པ་དག་གིས་ཡང་བསྐྱར་  
 ཆོག་ཁྱད་མཆར་པོ་དེ་འདྲ་བོད་སྟོང་གཏོང་བསྐད་པ་ཡིན་ན། དེས་གནས་པ་རོལ་པོར་དགོས་པའི་ཆོག་འདྲ་པོ་ཞིག་དང་།  
 ལ་གོང་ས་ལསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གྲང་ཞེ་ས་མ་ལུས་ན། ག་དུས་ཡིན་ནའང་དགོངས་པ་ཆོམས་ཆོག་ཆོག་གི་ཁྱད་  
 མཆར་ཞིག་ཡོད་ས་རེད་བསམ་པའི་ཆོར་སྒྲུང་ཞིག་མི་ཡོང་བའི་ངེས་པ་མེད་པ་འདྲ་ཞིག་མཐོང་སོང་། ག་རེ་བྱས་ནས་ལྟ་ཡི་  
 ཡོད་ཅེ་ན། དེའི་སྔོན་ནས་ང་རང་ཆོའི་གནད་ཡོད་མི་སྤ་ཁག་གིས་ཆོག་བེད་སྟོང་གཏོང་སྐྱངས། དེ་བཞིན་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་གིས་  
 ཆོག་བེད་སྟོང་གཏོང་སྐྱངས་དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ལྟ་ཡི་ཡོད། བར་སྐབས་ཤིག་ནས་མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་གྱི་ཡར་མཇུག་བཅར་  
 ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་ཉེ་ཆར་སྤྱིད་སྟོང་གི་དམ་འབུལ་མཛད་སྟོའི་སྐབས་སུ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ནང་ལ་མང་ཆེ་བ་དེ་ལྷགས་དམ་སད་  
 རྒྱན་གྱུར་པ་ཞེས་པ་ཆོག་དེ་བེད་སྟོང་བཏང་འདུག ཉེ་ཆར་སྟེ་འཕུས་ཆོགས་ཟུར་དང་བཀའ་ལློན་ཁྲི་ཟུར། བཀའ་ཟུར་ཁོང་རྣམ་  
 པས་ཆོག་དེ་ག་རེ་བེད་སྟོང་གཏོང་འདུག་ཅེ་ན། ལ་གོང་ས་ལསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལྟ་དགོངས་ཆོམས་འཁྲུགས་ཞེས་  
 པའི་ཆོག་དེ་བེད་སྟོང་བཏང་འདུག བརྒྱུད་ལམ་ཁག་དེ་དག་ལ་ཉན་དུས། འཇམ་མགོན་ལྔ་ཀྱུལ་བའི་རྒྱལ་ཆབ་དགའ་ལྷན་ཁྲི་  
 རེན་པོ་ཆེ་མཆོག་དབུས་པའི་རི་པོ་དགེ་ལུགས་པའི་གདན་ས་གྲ་ཆར་ཁག་གི་མཁན་ལས་སྟེ་རྣམ་པ་དང་ལས་ཟུར་རྣམ་པ་  
 མཇུག་བཅར་ལུས་ཆར་པའི་རྗེས། ཤར་ཅེ་མཁན་རེན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་དགེ་ལྷན་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་གཙོ་རྣམ་པ་  
 གཉིས་ངོས་ནས་གསར་འགོད་ལྷན་ཆོགས་ཅིག་ཆོགས་འདུག དེར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་བཅའ་འདི་ལྟ་དུས། འདི་མཁན་དེས་  
 ལྔ་ཀྱུལ་བ་རེན་པོ་ཆེ་དགོངས་པ་ཆོམས་པ་རེད་དམ་ཞེས་ཆོག་མང་པོ་ཞིག་ཡར་ངེས་འདུག དེ་སུས་བྲིས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་ཆར་  
 མས་གསལ་པོ་ཤིས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གནད་དོན་གླེང་ཐོལ་ནང་ལྔ་ཀྱུལ་བ་རེན་པོ་ཆེ་ལྷགས་འཁྲུགས་པ་རེད་དམ་དགོངས་པ་  
 ཆོམས་པ་རེད་དམ་ཞེས་བྲིས་སྐབས། ཤར་ཅེ་མཁན་རེན་པོ་ཆེས་ལ་གོང་ས་ལསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཟེར་བ་དེ་གནད་  
 དོན་ཁག་ཁ་ཤས་ལ་བརྟེན་ནས་དགོངས་པ་ཆོམས་ཆོག་ཆོག་ཅིག་མ་རེད། ཡིན་ནའང་བར་སྐབས་ཤིག་ནས་ང་ཆོའི་སྟེ་ཆོགས་  
 བང་ལ་འོས་བསྐྱའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡ་རབས་བཟང་སྟོང་གི་གནས་སྐྱངས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷགས་ཆབ་གནད་བ་  
 དང་། དེ་འདྲའི་གནས་སྐྱངས་ཤིག་རེད་མ་གཏོགས་དགོངས་པ་ཆོམས་ཞེས་པ་དེར་ང་ཆོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་མེད་གསུངས་  
 འདུག དེའི་གཞུག་ལ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་དགའ་ལྷན་ཁྲི་རེན་པོ་ཆེར་དབུས་པའི་མཇུག་ཁ་ལུས་ནས། གནས་སྐྱངས་དེ་དག་ཡར་  
 ལུས་རྗེས་ལྷགས་དགྲེས་ཆོར་ཆེན་པོ་དང་། སྔོན་མའི་གནས་སྐྱངས་བྱུང་བ་དེར་ལྟ་དགོངས་གསལ་བྱངས་བྱུང་བ་དང་། མ་ཟད་  
 པའི་དགྲུང་ལོ་བརྒྱ་དང་བཅུ་གསུམ་བཞུགས་པའི་ཞལ་བཞེས་བཟང་པོ་ཐོབ་སོང་གསུངས་འདུག འདི་གསུང་དུས་ངས་ད་ལྟ་  
 ངོས་འཛིན་བྱ་བུ་དེ་ད་ལྟ་དེའི་ཐོག་ལ་བཞུགས་ཡོད་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལམ་སྟོན་གནད་བ་རེད་ལ་ཉེ་ཆར་ཡང་ལམ་  
 སྟོན་གནད་བ་རེད། ཡིན་ནའང་སྔོན་མའི་གནས་སྐྱངས་དེ་དང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ང་རང་ཆོ་ཆར་  
 མས་དེ་ལྟ་བུའི་གཅིག་གྱུར་ཅིག་ཡོང་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་ཟེན་གྱི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་ཡར་མར་འཐེན་འཕྲོ་ཡི་འདུག དེ་རའི་  
 བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནས་མར་གནས་ཚུལ་གཉིས་པ་དེད། ད་ཡོད་འོས་བསྐྱའི་སྟེན་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་དགོས་ངེས་ཁག་

ཅིག་བསྐྱར་བཅོས་མ་ཐོབ་པའི་སྟོན་གནད་བྱང་ལུགས་སོགས་ལ་ཕྱི་ནང་རྟོག་ཞིབ་པ་ཁག་གིས་བརྗོད་དང་བརྗོད་བཞིན་ཡོད་པ་  
 ལྟར་ཞེས་གསུངས་འདུག གནས་ཚུལ་འདིར་དེ་རིང་ཚོགས་ཚུང་བཅུགས་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ངས་འཇུགས་  
 དགོས་པ་མ་རེད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་མེད། ཁ་སྔོན་བཀའ་སྤྱི་ལྷན་ཚོགས་ཚོགས་དུས་ཚོགས་ཚུང་འཇུགས་དགོས་པ་རེད་ལ། ཚོགས་  
 ཚུང་བཅུགས་ནས་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པ་ཞིག་ལ་ང་ཚོས་དེ་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་ན་ཞེས་བཤད་དུས།  
 དཔལ་ལྷན་སྲིད་སྟོང་མཆོག་གིས་མུ་ཚུགས་ཆེན་པོ་རྒྱག་ནས་དེ་རིང་རང་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཚུལ་གསུངས་སོང་བས་ཡང་བསྐྱར་  
 ཁུས་མེད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་འདིའི་ནང་ལ་ཡོད་པ་དེ་འདི་རེད། ད་ཡོད་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་དུས་ནས་དུས་སྤྱི་  
 བསྐྱར་བཅོས་དགོས་པེས་ཁག་ཅིག་མ་ཐོབ་པའི་སྟོན་གནད་བྱང་ལུགས་ལ་ཕྱི་ནང་རྟོག་ཞིབ་པ་ཁག་ཅིག་གིས་བརྗོད་དང་བརྗོད་  
 བཞིན་ཡོད་པ་ལྟར་ཞེས། ཆོག་དོག་དོག་ཅིག་མ་གཏོགས་པའི་དེའི་ནང་ལ་ག་རེ་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་དགོས་མིན་དཔལ་ལྷན་  
 བཀའ་ཤག་གིས་ངོས་ནས་གང་ཡང་གིས་མི་འདུག འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་ངོས་ནས་གིས་པ་དེ་འོག་ལ་རྒྱར་འཛར་ནང་བཞག་  
 འདུག དེ་ནི་སྔོན་འགྲོའི་འོས་བསྐྱེད་མི་དགོས་ཞེས་པ་དེ་གཅིག་ལྟ་རེད་འདུག དེ་མིན་གཞན་པ་གང་ཡང་མི་འདུག ང་ཚོའི་  
 གནད་དོན་དེ་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་དགོས་པ་དེ། ད་རེས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་ཆར་མ་ཐམས་ཅད་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་  
 གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་དུས་ལ་བབ་ཨ་ཡོད་དམ་སྟེ་པའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་འདུག དོན་དག་གཉིས་པ་དེ་དཔལ་  
 ལྷན་སྲིད་སྟོང་མཆོག་གིས་ཉེ་ཆར་དམ་འབུལ་ཀྱི་མཛད་སྟོན་ནང་ལ། ལ་གོང་ས་མཆོག་གིས་སྤྱན་རློབ་ཁང་དབུ་བརྟེས་ནས་ལོ་  
 བརྒྱ་འཁོར་བའི་དུས་བྱོན་མཛད་སྟོན་བཀའ་སྟོན་གནད་བའི་གནད་དོན་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེས་མཐོའི་ཚོགས་ཚུང་གཉིས་དང་། དེ་  
 བཞིན་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་ཆར་གཞི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་གསུངས་འདུག དེ་གསུངས་དུས་ང་  
 ང་ཚོ་སྔོན་མའི་འོས་བསྐྱེད་གནས་སྟངས་དེར་ལ་རབས་བཟང་སྟོང་ཡིན་ནའང་འདྲ། མ་འགྲིག་མ་འཇུག་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་  
 དག་མ་འོངས་པར་མ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞི་དེར་བསྐྱར་བཅོས་ཤིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་  
 རིང་འདིའི་ནང་ལ་གིས་པ་དེས་གང་ཡང་གསལ་བྱུང་ཀྱི་མི་འདུག ཚོགས་ཚུང་བཅུགས་པ་ཡིན་ན་ཚོགས་ཚུང་དེས་གྲོས་  
 ཚོགས་ནང་ལ་གླེང་སྟོང་ག་རེ་བྱུང་སོང་། གྲོས་ཚོགས་འཇུག་མི་མང་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་གནད་དོན་ག་རེའི་ཐོག་ལ་གླེང་གི་འདུག  
 འདི་གཞི་རྩར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་དོན་ཆོད་འདི་དག་ལ་ད་བར་དུ་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་རིང་རེ་གཉིས་ཤིག་  
 གིས་དངོས་གནས་མར་བབ་ནས་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞིའི་དོན་ཆོད་ཁག་ཅིག་ལ་གླེང་སོང་མ་གཏོགས། མང་ཆེ་བས་སྤྱི་མ་སྟོམ་  
 འདྲ་པོ་ཞིག་བཤད་བསྟན་དུས་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཞིག་རེད་འདུག ཉེ་ཆར་ཁོང་ནས་པའི་བཀའ་ཡིག་དེའི་ནང་ལ་དོན་ཆོད་  
 གསུམ་པ་དེ། ལྷག་པར་སྤྱི་འཇུག་དང་སྲིད་སྟོང་གི་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་མོའི་སྐབས་འདི་ལོའི་སྲིད་སྟོང་གི་ཉམས་སྟོང་ལ་གཞིགས་ཏེ་  
 སྟངས་ཕྱིན་དེ་རིགས་མི་བྱུང་བའི་ཐབས་ལམ་ངེས་ཅན་ཞིག་བཏོན་རྒྱ་སྟངས། བཅོན་ཁྲོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་འོས་བསྐྱེད་  
 སྤྱིག་གཞི། དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཁྲིམས་སྤྱིག་ཁག་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་གཏིང་ཟབ་ཅིག་གི་ཐོག་ནས་དགོས་པེས་ཀྱི་བསྐྱར་བཅོས་  
 གང་སྤྱར་གནད་སྟོང་ཡོང་བ་ཞེས་གིས་འདུག དེར་ང་ཚོས་གསུངས་ཆེན་པོ་ཞིག་བཅིས་ནས་སྤྱོད་ཁོང་ནས་པ་ཐེབས་གནད་བ་རེད།  
 དེ་དུས་དཔལ་ལྷན་སྲིད་སྟོང་མཆོག་དང་ཚོགས་གཙོ་ནས་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཁོང་ནས་པར་པན་ཚུན་མཇུག་འཇུག་གནད་བ་རེད།  
 ཡང་སྟོང་མཇུག་འཇུག་གནད་ཆར་བའི་ཕྱི་རོ་རང་ལ་ང་ཚོ་སྤྱི་འཇུག་རྒྱན་ལས་ཀྱང་ཚོགས་པ་རེད་ལ། དེའི་རྗེས་ལ་བཀའ་སྤྱི་

ལྟན་རྒྱུ་ཀྱང་ཚོགས་པ་རེད། དེའི་གནས་སྐབས་སུ་འདྲུས་པ་ཡིན། ཁོང་རྣམ་པས་བཀའ་ཡིག་འདི་བསྐྱམས་ཡོང་བའི་  
 གནས་སྐབས་སུ། དོན་ཚན་ག་རེ་ལ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་བ་རེད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག དོན་ཚན་ག་རེའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་དེ་  
 ལྟག་པ་རེད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག དེ་དག་ལྟ་བུས་འདི་གནད་སོང་མ་གཏོགས་པས་འགྲེལ་བཤད་གསལ་པོ་གང་ཡང་གནད་མ་  
 སོང་ཞེས་གསུང་གི་འདུག རྗེས་མ་བཀའ་སློབ་ལྟན་རྒྱུ་ཚོགས་དུས་གནད་དོན་ཆ་ཆར་ལྟ་བུ་པ་རེད་ལ་ད་དུང་དེ་ལས་མང་ཅམ་  
 ངས་ལྟ་བུ་པ་ཡིན། དོན་དག་གཙོ་བོ་དེ་བོད་མིའི་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་དང་ཡོངས་སུ་འགལ་བའི་བྱ་སྲོད་མི་ཉུང་བ་དེ་བཀག་  
 ཟུབ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། འདིའི་ནང་ཡོད་པ་དེ་གཅིག་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། སྡོན་འཁོ་མེད་པ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་པ་  
 དེ་རེད་འདུག སྡོན་འཁོ་མེད་པ་བྱས་ཆར་དུས། འོག་ལ་རེ་འུ་མིག་མང་པོ་ཞིག་བཞག་འདུག རེ་འུ་མིག་དེར་གོང་དུ་གསུང་པ་  
 ནང་བཞུན་ཉེ་ཆར་འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་གིས་བྱག་ལས་གནད་སྒྲངས་དང་ལམ་སྟོན་གནད་སྒྲངས་དེ་དག་ལ་བལྟས་ན་རེ་འུ་མིག་  
 འདི་དག་ག་པར་འཁོ་ཡི་རེད། དེར་སྐུས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་རེད། ག་འདྲ་བྱས་ནས་ཡོང་གི་རེད། དཔེར་ན་ང་ཚོའི་ཆོས་ཁ་  
 གཅིག་ལ་མི་བཅུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། དང་པོ་མི་བཞི་བཅུ་ཐམས་པ་བཏོན། དེ་ནས་མི་ཉི་ལྔ་ཐམས་པ་དངོས་གཞི་ལ་བཞག་པའི་  
 ཐབས་ལམ་དེ་དག་དང་པོ་མི་མང་གིས་ཅེ་བཏོག་བྱས་པ་དེའི་ནང་ནས་དེ་ཞིབ་བྱས་ནས་མར་བཏོན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདིའི་  
 ནང་ལ་མི་སྐྱ་ཡོང་ན་འགྲིག་གི་འདུག ཐོ་བརྒྱུ་དུ་ལྟ་བུ་འཕྲུལ་ཤིག་གིས་གསུང་བ་ནང་བཞུན། སྤྱད་དོན་ཚོགས་པ་  
 དང་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལ་གནད་དོན་དེར་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཐོས་ལྟ་བྱ་བྱས་ནས་འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་དེ་ཡ་མཚན་པོ་ཞིག་  
 ཆགས་ས་རེད། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཡོད་པའི་བོད་མི་ཆང་མ་ཡོང་བ་ཡིན་ན། ཆང་མ་ལ་ངོས་ལེན་བྱེད་པའི་ཐོས་ལྟ་བྱ་  
 བྱས་ན། ད་དུང་རྟོག་པ་ཆེ་བྱ་དང་མགོ་རྟོག་ཏུ་འགྲོ་རྒྱུའི་གནས་སྒྲངས་ཤིག་ཆགས་འདུག་སྟུང་པ་བྲན་ཀྱི་འདུག་པས། དེ་གཅིག་  
 ལྟས་ན་མ་གཏོགས། མདང་དགོང་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་ལམ་སྟོན་གནད་དུས། འདི་མ་བལྟས་ན་འགྲིག་གི་རེད་  
 མདོག་མདོག་གསུངས་ཀྱི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་སང་ཉིན་རྗེས་ལ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཚུང་ཞིག་བཅུགས་ནས་མར་བཏོན་  
 པའི་ཉིན་མོ་དེར་གནད་དོན་འདིར་ཁས་ལེན་མ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཁ་སང་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་མང་ཐག་ཆོད་བཞག་སོང་ཏེ་གར་  
 སོང་མི་འདུག་ཅེས་བཤད་རྒྱུར་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་རེད། རྣམ་པ་ཚོས་གཞིགས་ཡོད་ཀྱི་རེད་ལ་གཞིགས་ཀྱང་དགོས་ཀྱི་རེད། ངས་  
 དོན་དག་གཙོ་བོ་དེ་ག་རེ་ལྟ་ཡི་ཡོད་ཅེ་ན། དོན་ཚན་ག་རེ་ལ་བསྐྱར་བཅས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཁ་གསལ་ཙ་ཙ་བ་ནས་མི་  
 འདུག དཔལ་ལྡན་སྤྱད་སྤྱོད་མཆོག་དང་བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཉེ་ཆར་ང་ཚོར་དཀའ་ངལ་འབྱུང་པའི་དོན་ཚན་  
 ངོ་མ་དེ་འདི་རེད། འདི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ནས་བཟང་སྲོད། ཡ་རབས་དང་མ་མཐུན་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ལབ་རྒྱུ་ཞིག་བྱུང་  
 ཡོད་ན། དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག་ཅེས་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་དེའི་འོག་ལ་བྱི་ནང་རྟོགས་ཞིབ་པ་ཁག་ཅིག་གིས་  
 བརྗོད་དང་བརྗོད་བཞུགས་པ་ལྟར་ཞེས་གསུངས་འདུག བྱི་ནང་རྟོགས་ཞིབ་པ་ཁག་གིས་བརྗོད་ཀྱི་རེད། རྟོགས་ཞིབ་པ་སོ་སོར་  
 རྟོགས་ཞིབ་བྱེད་སྒྲངས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་རྟོགས་ཞིབ་པ་ཞིག་གིས་འདྲིན་སྤྱོད་བཀའ་  
 ཤག་ནས་གང་ཡང་མི་འདྲོན་པ་ཞིག་དང་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པ་ཅིག་གསུངས་སོང་། སང་ཉིན་དེ་ཟེར་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་སྤྲིག་  
 གཞིར་བསྐྱར་བཅས་གནད་གི་ཡིན་ནམ། དོན་དག་དེ་རེད། དོན་དག་བྱི་ནང་རྟོགས་ཞིབ་པའི་སྟུན་ཐོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁ་  
 སང་སྡོན་མ་སྡོན་འཁོའི་འོས་བསྐྱུའི་སྐབས་སུ་རྟོགས་ཞིབ་ཅིག་བྱས་པ་རེད་ལ་ཁོ་ཚོས་སྟུན་ཐོ་ཞིག་ཀྱང་བཏོན་ཡོད་པ་རེད།

ལྷན་ཐོན་དང་དོགས་པ་ཞིག་ཟ་སོང་བས་འདིར་ཞུས་ན་ཡག་པོ་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་འགྲོ་མཁན་དང་ཆོའི་མི་ཞིག་གྲང་ཡོད་པ་  
 རེད། དེ་དང་དང་ཆོ་མང་གཙོ་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱེད་མང་པོ་ཞིག་ལ་མཉམ་དུ་འགྲོ་སྟེ། ཁོ་པའི་བསམ་ཚུལ་དེ་དག་ཆང་མ་ཁོ་  
 ཆོས་ཐོས་འདུག སྤྱིར་བཏང་ཉོགས་ཞིབ་པ་དེ་དག་གིས་ཉོགས་ཞིབ་གནང་ཡོད་ཀྱི་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ལམ་སྟོན་ཞིག་གྲུས་  
 ཉམས་འདི་འདྲ་ཡོད་པ་རེད་དང་ཞེས་བཤད་དུས། ཁོ་ཆོས་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཞིག་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་ཆོར་མེད་དམ་སྟེ་པའི་གནས་  
 སྟངས་ཞིག་བྱུང་སོང་། དེའི་རྗེས་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་གྲོས་ཆོག་ལ་འཇུག་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་མེད་པ་ཉོགས་ཞིབ་གནང་ཡོད་པ་  
 རེད་ལ། ད་ཆོ་ཞལ་ལག་གྲང་མཉམ་དུ་མཆོད་པ་རེད། དེ་དུས་ནས་ད་ཆོར་བསྟོད་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་གཏོང་གི་འདུག ད་རང་ཆོའི་འོས་  
 བསྐྱེད་ཡག་པོ་འདུག གཞོན་སྤྱི་ཆོ་ཡིན་ནའང་ཆ་ཤས་ཡག་པོ་ཡོད་ཀྱི་འདུག་པ་མ་ཟད། མི་མང་ཆོས་ཀྱང་སེམས་ཁུར་ཆེན་པོ་  
 བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཟེར་བ་དང་ཆགས་ཚུད་པོ་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག དེའི་གཞུག་ལ་བྱི་ཆུ་ ༥ པའི་ཆེས་ ༡༥ ལ་སྟེན་ཐོ་  
 ཞིག་བཏོན་ཀྱི་ཡིན་གསུངས་སོང་། ད་ལྟ་བཏོན་ཡོད་མེད་དེ་ངས་གསལ་པོ་ཞིག་ཏུ་གོ་མ་སོང་། རོན་དག་སྟེན་ཐོ་དེ་དག་ནང་  
 ལ་ག་རེ་བཏོན་ཡོད་པ་རེད། ལྷན་ཐོ་འདི་བཏོན་པ་དེ་དང་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བཀའ་སློབ་གནང་བའི་  
 ལ་རབས་བཟང་སྟོན་དང་འགལ་འདུག་ཅེས་པ་དེ་གཉིས་དངོས་གནས་ཐོད་པ་ཐུག་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཁོ་ཆོས་སྐད་ཆ་བཤད་  
 སྟངས་གཙོ་པོ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོར་མང་གཙོའི་སྒྲིམ་གཞི་མ་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་དུས། སྒྲིམ་གཞིའི་གནས་སྟངས་དང་ད་རང་  
 ཆོའི་འོས་བསྐྱེད་ཆ་ཤས་ཡོད་སྟངས་དང་། ད་རང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོག་ལ་འདི་ཁ་གྲམ་སྟངས་དང་གནས་སྟངས་ཁ་ཤས་ཅིག་ལ་བརྟེན་  
 ཉམས་བཤད་པའི་ཐོལ་ཞིག་མ་གཏོགས་པས། ཐད་ཀར་ད་ཆོས་མ་འགྲིག་མ་འཇུག་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཞེ་ཡོད་ན་བསམ་  
 པའི་མང་པོ་ཞིག་དེ་མཆུངས་རེད་འདུག འདིའི་ནང་གཅིག་འདུག འདི་གོང་དུ་གཅིག་གིས་གསུངས་སོང་། གནད་དོན་དེར་  
 ཡང་དོགས་པ་ཟ་བསྐྱད་ཡོད། ཉན་ཞིང་སྟོན་མ་འོས་བསྐྱེད་གནས་སྟངས་སྤྱི་འགྲོ་སོང་གཏོང་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཐད་ལ་སྐྱེད་སྟོང་  
 མང་པོ་ཞིག་གྲུས་པ་རེད། དེ་ཡང་སྤྱི་འཇུག་རྣམས་པ་ཆོར་བཤད་མཁན་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། རོན་དག་སྟོན་སྟོང་དང་བཀའ་  
 སྟོན་ཞི་པའི་ཐོག་ལ་དཔུལ་དེ་གང་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་དང་། ལྷན་བཏང་གི་ཡོད་མེད་ཐད་སྐྱེད་སྟོང་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད།  
 གནད་དོན་དེ་འདྲ་བྱུང་ནས་ད་ཆོའི་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞིའི་དོན་ཆེན་ ༡༥ པའི་ནང་ལ་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་  
 ཅེས་ད་ཆོས་ཉན་ཞིང་ད་ཆོར་ཅིག་ལ་བསྐྱེད་པ་རེད། རོན་དག་འགྲོ་སོང་གཏོང་རྒྱུའི་ཆེད་ལ་སོགས་པ་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ལ།  
 དེ་ཡང་འོས་བསྐྱེད་ལྷན་ཁང་ནས་བཟོས་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་ཆ་རྒྱུན་དེ་བསྐྱེད་པ་རེད། དེ་བསྐྱེད་པར་བརྟེན་ནས་འོས་བསྐྱེད་ལས་  
 ཁང་གི་བཟོས་པ་རེད། དེ་ལྷང་འདྲེན་གྲུས་ནས་བཟོས་པ་རེད་ལ་ལམ་སྟོན་དང་གཏོན་འབེབས་ཀྱང་གྲུས་པ་རེད། ད་ཆོའི་མི་མང་  
 དང་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་དེ་དག་ནས་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་གིས་སྤྱི་གཞི་བཟོས་འདུག་ཁོ་ན་ཟེར་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། སྟོན་  
 སྟོང་འོས་མི་ལངས་མཁན་ཡིན་ཟེར་མཁན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་གི་བཟོས་པའི་སྤྱི་གཞི་གཞི་དེ་ཟེར་བ་རེད། ཡིན་  
 ཉན་མཁན་དེ་སྤྱི་གཞི་གཞི་གང་ཡང་མ་རེད། ལམ་སྟོན་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་ལམ་སྟོན་དེ་བཟོ་དགོས་པ་དེ་གོང་དུ་གསུངས་པ་ནང་  
 བཞིན་ཀྱི་རང་དབང་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དག་ནང་ལ་དབང་ཆ་འཛིན་མཁན་ཀྱི་མི་དག་གིས་གནས་སྟངས་ཁ་ཤས་ལ་བརྟེན་  
 ཉམས་དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་འགྲོ་སོང་གཏོང་སྟོགས་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་རེད། དམིགས་བསལ་ཀྱི་གཞུང་དཔལ་རེད། ད་ཆོར་དཔལ་  
 འབྱོར་འདུ་འགོད་བྱས་ཁོ་རང་ཡོད་པ་མ་རེད། དཔལ་འབྱོར་སྐྱེར་བདག་ཅན་ལ་བསྐྱེད་ཆར་བ་རེད། ད་ཆོར་ཡོང་ཁུངས་གང་

ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། བ་རོལ་པོའི་བསྐྱེད་ཐོག་ནས་དདུལ་འགའ་ཡོང་རྒྱུ་འགན་སྦྲངས་ལྟ་བུ། མདོར་ན། དདུལ་དཀར་པོ་  
ཡོང་དགོས་པའི་རྣམས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་སྦྲངས་དེ་བཅོམ་ཡོད་དུས། ང་ཚོ་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་སློབ་  
སྦྱོང་དང་སྤྲོད་དོན་ཆོན་རིག་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཞིག་སྦྱོང་སྐབས། འདི་ཚོའི་ནང་ལ་དེ་གིས་དུས། དེ་དག་ཆང་མ་ང་ཚོའི་སྤྱི་  
ཚོགས་ནང་ལ་ཁུར་ཡོང་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱིག་གཞི་དེ་བཅོས་པ་རེད། བཅོས་ཆར་དུས་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་གིས་དང་པོ་རྩིས་མདོག་  
ཁག་པོ་ཅིག་བཤད་པ་རེད། མ་འོངས་པར་ཕན་ཐོགས་ཆེད་དུ་འདིར་ཞུ་བྱ་ཡིན། སྤྱི་སྦྱོང་འོས་མི་རྣམས་པ་རྒྱལ་ཁབ་འདྲ་མིན་  
མང་པོ་ཞིག་ལ་ཕེབས་སོང་བ་དེར་སྐོར་འབྲུམ་བརྒྱད་ཀྱི་འདར་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ། དངོས་གནས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་འདུག་གས།  
ཡིན་ནའང་དོན་དག་གསལ་སྟོན་གང་ཡང་བྱས་མ་སོང་། མཐའ་མ་དེར་འོས་བསྐྱེད་འགན་འཁུན་གྱིས་འབབ་ས་དེ་ག་རེ་གསུངས་  
ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། ང་ཚོར་ཞུ་གཏུག་གེད་མཁན་བྱུང་མ་སོང་ལ་དདུལ་ལྷག་མ་འདི་འདྲ་བཏང་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཤད་མཁན་  
ཡང་བྱུང་མ་སོང་། ཡིན་ནའང་ཅིས་ཁ་དེ་ང་ཚོས་ལེན་གྱི་ཡོད་ལ་དེའང་དངོས་གཞིའི་འོས་བྱངས་སྤྱོད་པ་བསྐྱོམས་མ་བྱས་པའི་  
སྟོན་ལ་ཅིས་ཁ་དེ་འབྱོར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ལམ་སྟོན་དེ་བཏང་ཡོད་པ་རེད། འབྱོར་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ཤིས་ཀྱི་  
མེད། ང་ཚོའི་མདུན་ལ་དེར་སངས་སྐད་འཕྲིན་འདྲ་མིན་བརྒྱད་ནས་འབྱོར་བའི་ནང་ལ་སྤྱི་སྦྱོང་གི་འོས་མི་འདི་དང་འདིའི་ཆེད་དུ་  
ཞལ་འདེབས་འདི་དང་འདི་ཞེས་ཡོ་རོབ་ཀྱི་སྐོར་མོ་ལྷ་བཅུ་དང་བརྒྱ་ཞེས་མང་པོ་ཞིག་ཐོན་གྱི་འདུག་གནས་སྦྲངས་དེ་དག་ལ་  
བསྟམས་ན། དོན་སྤྱི་དང་ཚོའི་སྤྱིག་གཞི་དེར་བསྐྱར་བཅོས་ཞིག་གེད་ནའང་རེད། མ་གཤིས་ནའང་རེད། ལག་ལེན་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་  
འཁལ་གྱི་ཡོད་དམ་སྟུང་པའི་ཚོར་སྣང་དེ་ཡོང་གི་འདུག་པས། དེ་དག་ལ་ང་ཚོས་དོ་སྣང་ངེས་པར་དུ་གེད་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་  
བྱས་ཀྱི་འདུག་ དེ་དག་ལ་ཐུགས་བསམ་བཞེས་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། དེ་ནས་དེའི་ནང་ལ་གྲིས་ཡོད་པ་རེད། གྲིས་  
ཚོགས་ཚོགས་དུས་དང་པོའི་ཐོག་ལ་འབོད་ཆོག་ཅན་དེས་གནད་དོན་གལ་ཆེན་དེའི་ཐོག་བཟོ་སྐྱེད་ཞིབ་ལུགས་དགོས་ངེས་  
ལྟར་ཡོང་ཐབས་དཀའ་ཞིང་ཞེས་དདུལ་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་ནས་སུལ། འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཡིག་ཆ་གྲོས་འཆར་  
འདོན་ནས་ཟུར་འབྲུལ་ཞུས་པ་དང་སྤྱོད་ཞེས་པ་དེར། དོན་དག་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་གིས་སྤྱད་བཞག་པ་དེར་ངོས་ལེན་གནང་  
ཡོད་མེད་ཐོག་ལ་ཁ་གསལ་གང་ཡང་གནང་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱིར་བཏང་ཁ་སྟོན་ང་ཚོ་བཀའ་སྤྱི་ལྷན་རྒྱས་ཚོགས་པའི་སྐབས་སུ་  
དཔལ་ལྷན་སྤྱི་སྦྱོང་མཆོག་གིས་ག་རེ་གསུངས་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། གནད་འགག་གཉིས་རེད། དང་པོ་དེ་ཡང་ན་སྟོན་འགྲོ་  
དངོས་གཞི་མེད་པ་བྱ་རྒྱུ་དང་། ཡང་ན་འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་དེ་སྤྱད་དུ་གཏོང་རྒྱ་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡང་ང་ཚོས་དགོས་པ་རྒྱ་  
མཆན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོན་མ་བཅོས་པ་རེད་དེ། དེར་སང་ཆ་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས་རེད། ད་ལྟ་ངས་འདི་ནས་སྐད་ཆ་  
ཆོག་མཐོང་མན་འགའ་བྱུང་དུས། ཕྱི་ནས་ང་ལ་མཆན་ཉགས་རྒྱག་ཐེན་པའི་ཆོད་དཔག་ཀྱང་གེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད། གནས་སྦྲངས་དེ་  
འདྲ་ཡིན་དུས་ཐབས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་མཐོགས་པོ་གེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་རང་ཚོ་རྒྱ་གར་ནང་ལ་གནས་པའི་  
བོད་མི་དག་དབྱར་དགུན་གྱི་གནད་དོན་གཉིས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་སོ་སོའི་འཆོ་ཐབས་ཐད་རང་ཁ་རང་གསོ་ངོ་མ་གེད་བསྐྱད་མཁན་  
དེ་དག་ལ་དགུན་ཁར་སྤྱོད་པ་མེད་ལ་གྲུལ་ནས་ཕེབས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གནས་སྦྲངས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་  
ཡང་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་ན་ཁོང་རྣམས་པའི་སྐབས་སྟོན་འགྲོ་དང་ཚུར་ཕེབས་རྩིས་དངོས་གཞི་གེད་པའི་གནས་  
སྦྲངས་ཀྱང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་གནས་སྦྲངས་གཅིག་ལ་ང་ཚོའི་ཁ་སང་སྟོན་ཅིས་སྐབས་སུ་སྟོན་འགྲོའི་འོས་བསྐྱེད་



དང་འབྲེལ་བའི་ས་གནས་ཁྲག་ཀྱིས་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་སྐྱོད་གཏོང་རྒྱའི་དབུལ་འབྱུང་ཁ་ཤས་ཤིག་ཞུས་སོང་། དེ་ཞུ་དུས་ང་  
 ཚོས་སྐད་ཆ་དེས་བ་ཡིན། སྔོན་འགྲོའི་འོས་བསྟུ་བྱི་རྒྱ་ ༡༠ བ་ནས་ཚར་བ་རེད། ད་ལྟ་བྱི་རྒྱ་ ༣ བ་ཡོལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད།  
 དེ་གང་འདྲ་བྱེད་ནས་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་དེས་སྐབས། ས་གནས་ཁྲག་ཀྱིས་དེ་དག་ནས་ཡིག་ཆ་དེ་དག་ཉག་ཉག་འབྱོར་གྱི་  
 མི་འདུག་ལ། ད་དུང་ཡང་ཅིས་ཁྱ་དང་ལས་བསྐྱེམས་དེ་དག་འབྱོར་མི་འདུག་སོང་ཅང་ཅིས་ལོ་འདྲིའི་ནང་ལ་མ་ཞུས་ཐབས་མེད་  
 ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཐོན་ཡོང་གི་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་ཆ་འཕྲིན་མེད་སའི་ས་ཆ་ཡང་ཡོད་ས་རེད། ང་ཚོའི་མི་ཚང་མ་ཁ་ཁྱམ་  
 ཡོད་པ་རེད་ལ་སྟོགས་གཅིག་ནས་བལྟས་ན་མི་ཅུང་ཅུང་རེད་དེ། སྟོགས་གཅིག་ནས་བལྟས་ན་འཛམ་གླིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཚང་  
 མར་གྲམ་ནས་ཡོད་དུས། གནས་སྤངས་དེ་དག་ལ་གཟིགས་དགོས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་སོ་ཞིག་ཡིན་གྱི་རེད། དེ་བཞིན་ཉིན་གངས་  
 ༩༥ སྟོན་རྒྱ་དེ་ཡང་མི་དེར་གནད་དོན་འདུག་དང་མི་འདུག་དེ་དག་ལྟ་རྒྱ་རེད། ཉིན་གངས་ ༩༥ སྟོན་ཟིན་དུས། སྟུ་གང་གི་  
 ལ་བ་མཁན་མི་འདུག་འོས་བསྟུ་བྱས་ཚར་དུས་ད་དུང་ཡང་ཐེང་སྟོང་ནས་འགྲོ་བསྟུན་གྱི་འདུག་ག་འོས་ཚས་ཚང་ཡོད་མེད་ད་ལྟ་  
 སྐད་ཆ་གཞི་ནས་འགྲོ་བསྟུན་གྱི་འདུག་གནས་སྤངས་དེ་དག་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། ཁ་སང་ང་ཚོའི་ཡ་རབས་བཟང་སྟོན་དང་  
 འགལ་བའི་གནས་སྤངས་དེ་དང་སོ་སོའི་ལས་དོན་བྱེད་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་དེར་དུས་ཚོད་འདྲང་འོས་ཡོད་མེད་དེ་དག་ལ་  
 བསམ་སྟོན་གཏོང་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་སོ་ཡིན་གྱི་རེད་ཟེན་གྱི་ཡོད། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་འབྲེལ་ཡོད་མང་སོ་ཞིག་གིས་སྔོན་འགྲོ་  
 དང་དངོས་གཞི་མེད་པ་མ་བཟོ་རྟགས་གནང་ཞེས་སྟུན་སོ་མང་སོ་འབྱོར་འདུག་ད་ལྟ་འདྲིའི་ནང་ལ་སྟུ་འཕྱུས་ཚོགས་ཟུར་དང་  
 བཀའ་སྟོན་ཁྲི་ཟུར་ལ་སོགས་པའི་ཟུར་བ་ཡོད་པ་རེད་ལ་ལས་ཐོག་བ་ཡང་ཡོད་པ་རེད། ལས་ཐོག་བ་དེ་ཚོ་སྔོན་མ་ཟུར་བ་རེད།  
 ཟུར་བ་ཟུར་བ་དང་ལས་ཐོག་བ་ལས་ཐོག་བར་བཞུགས་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་སྔོན་མའི་བཀའ་སྟོན་ཁྲི་བས་གསུངས་པ་རེད། ད་  
 ལྟ་ལས་ཐོག་བ་འགའ་ཟུར་བ་ཆགས་པ་དེ་འདྲ་ཡང་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་སྔོན་འགྲོ་མེད་པ་མ་བཟོས་མ་གཏོགས་བཀའ་ཤག་  
 གིས་སྔོན་འགྲོ་མེད་པ་བཟོ་གི་ཡོད་ས་རེད་དང་། སྔོན་འགྲོ་དེ་མེད་པ་བཟོས་ན་འགྲིག་གི་མི་འདུག་ཅེས་བཤད་མཁན་དེ་འདྲ་  
 ཡང་ཡོད་ས་རེད། དེ་དག་ཀྱང་ཤེས་ན་ཡག་སོ་ཡོད་པ་རེད། ཚོགས་རྒྱུང་ནང་ལ་བསྐྱེམས་ཚར་རྗེས་མི་གཉིས་གསུམ་ཞིག་གིས་  
 བྱེད་པ་རེད་འདྲ་སོ་དང་། དབང་ཆ་ཆེ་རྒྱུད་གིས་བྱས་པ་རེད་ཅེས་དེ་འདྲ་ཡང་བཤད་གྱི་འདུག་ག་ ང་ཚོས་མ་བཤད་ཟེན་ཡང་  
 བཤད་གྱི་འདུག་ག་ སོང་ཅང་སོ་སོས་གང་ཤེས་རྟོགས་ཡོད་པ་དེར་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་གནས་སྤངས་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་  
 ང་ཚོ་དུས་ཚོད་རིང་ཟུང་ཟེར་བ་དེ་ཡང་བསམ་སྟོན་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་དེ་ནས་ཁྱོས་ཚོད་ནང་ནས་དབུས་འོས་  
 བསྟུ་ལས་ཁང་ནས་བཟོ་བཀོད་གནང་བའི་འོས་བསྟུ་འགྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་འཆར་ཟིན་དེར་ཡོད་པ་རེད། བྱི་ནང་གནད་ཡོད་  
 མི་སྟོན་དང་མང་ཚོགས་ཁག་ནས་འབྱོར་བའི་དགོངས་འཆར་སྟུན་ཞུ་ཁག་ལ་ཞེས་གསུངས་འདུག་ ངས་ད་ལྟ་ཞུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་དེ་ཡང་  
 གཙོ་སོ་བཀའ་ཤག་ལ་འདྲི་ཡི་ཡོད། ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་འཕྱུས་མི་ཚོའི་ནང་ལ་གནད་དོན་མང་སོ་ཞིག་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་  
 དགོས་ཀྱི་འདུག་བསམ་མཁན་ཡང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་མང་སོ་ཞིག་གསར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ངས་གསར་བ་རེད་ཟེར་  
 ནས་བརྟན་བཅོས་བྱེད་གྱི་མེད། དེ་དག་གིས་སྟེང་སྟོང་གནང་ཟུབ་དང་མི་ཟུབ་ལ་བརྟེན་ནས་རྗེས་ལ་ང་ཚོས་བསམ་པ་དེ་མང་  
 སོ་མ་བཤད་པར། བྱི་ནས་བཏང་བསྟུན་པ་དེ་མང་བ་ཆགས་འགྲོ་རྒྱའི་ཉིན་ཁ་ཡོད་པ་མ་རེད་དམ། ང་ཚོ་ཁྲིམས་བཟོ་སྟུན་ཚོགས་  
 ཀྱིས་མི་དེ་དག་གིས་ཐུགས་བསམ་རྒྱ་ཆེ་བ་བཞེས་ཟུབ་གྱི་རེད་ལ་ཚང་མས་བཞེས་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཐེབས་ཡོང་བ་ཞིག་རེད།

གནད་དོན་དེ་དག་ལ་ཐུགས་ཞིབ་གནང་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག། ཆོག་གས་འདུའི་གྲུབ་ཆ་དེར་གང་ཡང་ཉུ་རྒྱ་མེད། སྤྱི་  
 བསྐྱོས་ནའང་སྐོས། ཤེས་མཁན་ཞིག་ནི་བསྐྱོས་ཀྱི་རེད། དེ་ནས་དུས་ཚོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་དེའི་ཐོག་ནས་དེ་རིང་གྲོས་ཆོག་གས་  
 ཆོག་གས་དུས་དང་སོ་འདྲིའི་ཐོག་ལ་སྐྱེད་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་དང་། དུས་ཚོད་དེ་བཞག་ཡོད་པ་དེད་ལ་ངས་ཀྱང་མང་སོ་ཞིག་བཤད་ཡོད།  
 གནད་དོན་དེ་ཆོ་ལ་གསལ་བཤད་ཀྱང་ཡོད་ཀྱི་རེད། གནས་ཚུལ་དེ་ཆོ་ཆང་མ་ལ་དེ་རིང་རང་ང་ཆོས་འགྱུར་བ་བཅུང་དགོས་  
 པའི་གནས་སྐབས་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་སྙམ་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་ན་༡༩ པའི་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་དང་བོད་མི་མང་སྤྱི་  
 འཐུས་སྐབས་ ༡༩ པ་འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་མ་ཐུག་བར་ཐག་ལ་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱས་པ་དེས། ལ་རབས་  
 བཟང་སྤྱོད་དང་། གནས་སྐབས་མ་འགྲིག་པ་བྱུང་བ་དེ་ཆོར་མན་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཐོག་གས་ཀྱི་རེད་དམ། འདི་རེས་ཤེས་ཆེད་པ་  
 ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག། འདི་རེས་པར་དུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནས་ལ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་  
 ནས། ང་མིན་ཁྱོད་མིན་ཟེར་བའི་གནས་སྐབས་འདི་ངས་ཙུ་བ་ཉིད་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཆོ་ཆང་མས་མ་འགྲིག་མ་འཐུས་པ་བྱུང་  
 ཡོད་པ་དེ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཡིན་ནའང་གནད་དོན་ཁ་ཤས་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་མདང་དགོང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་འདི་  
 ལ་སྐྱེད་སྐྱོང་བྱུང་བ་རེད། ཁོང་གསོད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་མཁན་ཡང་འདུག་གསུངས་པ་རེད། ད་རེས་གྲོས་ཆོག་གས་འདྲིའི་ནང་ལ་འགྲོ་  
 ཆར་བ་རེད། འཛམ་བུ་སྤྱི་ཆང་མས་མ་ཐོང་ཆར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ངས་ཆོག་གཅིག་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། ག་རེ་བྱས་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་  
 ཟེར་ན། དམ་བཅའ་ལྟར་ཡོད་པ་རེད། དང་བདེན་ལྟག་བསམ་ཐོལ་མེད་ཀྱི་སྒོ་ནས། འདི་ག་ཁྱེད་ཀྱི་ཆགས་སྐྱེད་མེད་པ་སོ་སོའི་  
 ཤེས་ཆོད་དཔག་ཆོད་ཆང་མ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གྲོས་ཆོག་གས་ར་བ་འདྲིའི་ནང་ལོ་བཅུ་ཕྱིན་སོང་། དེའི་རིང་  
 ལ་སོ་སོ་གྲོས་ཆོག་གས་ར་བ་འདྲིའི་ནང་ལ་ལས་ཀ་བྱས་པ་དེ། སོ་སོ་རང་ཉིད་ལ་འདོད་པ་མ་  
 ཁེངས་པ་དང་། སྤྱི་ཆོག་གས་ལ་ངོ་གཞོངས་དགོས་པའི་ལས་ཀ་བྱས་ཡོད་བསམ་པ་གནད་དོན་ཙུ་བ་ཉིད་ནས་མེད་ལ། སྤྱི་བས་པ་  
 ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་བསྐྱེད་ཡོད། དེ་ནང་བཞིན་གནད་ཡོད་མི་ཆང་མས་རིན་ཐང་དེ་བཞག་བཞིན་འདུག་ལ་ཆང་མར་དགའ་བསྐྱེད་  
 ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་སྐད་བསངས་མཐོན་སོ་དང་གནད་དོན་གལ་ཆེན་སོ། ཆོག་ནན་སོ་ལྟ་བུ་ཞིག་བཤད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ལ་  
 རབས་བཟང་སྤྱོད་མེད་པ་ཟེར་ནའང་མི་ཤེས། དོན་དག་ག་རེ་ཡིན་ནམ། དེར་སང་གི་སྤྱི་ཆོག་གས་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་འདྲིའི་  
 ནང་ལ་ངས་པར་གཅིག་པར་སྐྱགས་པ་ཡིན་ན། ཆང་མ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ནས་ཕྱིས་རྒྱ། ཁེམས་ལ་སྐྱར་རྒྱ། ལྷ་མོ། བོན་མོ། ལྷ་དྲ་  
 ནག་མགོ་ཐོམས། ཆོས་སྤྱི་དག་ཡང་མི་ཤེས་མཁན་ཟེར་ཀྱི་འདུག། དེ་རིང་སྤྱི་བས་པ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། སངས་  
 རྒྱལ་གཡུང་དྲུང་བོན་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཆ་ཆང་སྤོབ་སྤོང་བྱས་པ་ཡིན། མདོ་སྐྱུགས་གསན་བསམ་གཞུང་ལུགས་  
 ཐུན་མོང་རིག་གནས་བཅས་པ་ཆང་མ་ལ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། སྤྱི་ཆོག་གས་འདྲིའི་སྐྱེད་ལ་འབྲེལ་མཁན་དེ་ཆོ་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡི་གེ་དག་ཆ་  
 ཆང་མ་ཞོར་བསྐྱེད་འདུག། ཁོང་རང་ཆོ་ཡི་གེ་བྲི་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག། ང་ལ་འདི་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་འདུག། དེ་ནང་བཞིན་གྱིས་ང་རང་ཆོ་སྤྱི་  
 ལ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་འགྲིག་གི་མ་རེད་ཟེར་ནས་ངས་འདི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་ ༩༥ འདི་ཆང་མ་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཆོག་གས་ཀྱིས་  
 འདེམས་སྐྱབས་བྱས་ནས་ཡང་བསྐྱོས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་སྒྲོན་ནས་པ་དང་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་ནས་པ་ཆང་མ། ཅེ་ལ་མ་སྤེལ་བར་  
 དུ་སོ་སོས་འགོ་ག་ཕྱིན་དང་དགག་བྱ་བྱ་རྒྱུ་འདི། སོ་སོས་པན་ཚུན་གདོང་ཐུག་དང་ག་རེ་རྒྱབ་ནའང་། འདི་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད་པ་  
 རེད། འདི་མང་གཙོའི་འགྲོ་སྐབས་རེད། ར་བ་འདྲིའི་ནང་ལ་སྤེལ་མང་ཆར་བའི་མཐུག་ལ། དངོས་ཡོད་གནས་སྐབས་མ་ཡིན་པའི་

གནས་སྐབས་དེ་འདྲ་ལ་འདི་ཟེར་གྱི་ཡོད་ན། སློབ་ས་པ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་དང་པོ་ཡ་རབས་བཟང་སློང་དེ་གང་འདྲ་བྱེད་གྱི་  
 འདུག་དང་མིན་འདུག་བཟླ་དགོས་ཀྱི་འདུག་དེའི་ནང་ནས་མི་གཅིག་མི་ཁོང་རང་དངོས་མིང་བཏོན་མི་དགོས་པ་ཡིན། ང་རང་  
 ཆོའི་གྲོས་ཆོག་ས་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་གྲོས་ཆོག་གྱི་འཇུག་མི་མ་རེད། ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་སློང་མཁན་གྱི་མི་རེད།  
 སར་ལ་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་བཞག་གི་ཡོད། ཚུར་ལ་རིན་ཐང་བཞག་གི་ཡོད་པ་རེད། ཉེ་ཆར་མིད་སློང་འོས་བསྟུ་བྱེད་དུས། དང་པོ་  
 སེང་གེ་གཉའ་གཞོན་ལ་བ་ནས་བཏགས་འདུག་སེང་གེ་མཛིང་གཞོན། འོན་དག་དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་མཆོན་འཕོད་  
 ཆོག་པ། མིད་སློང་སློབ་ཐང་སེང་གེ་ཡི་མཛིང་བ་སྐྱང་ནས་མར་གཞོན་མཁན་ཡིན་ཟེར་རྒྱ་དེ་རེད་འདུག་དེས་བརྒྱད་ནས་སླི་  
 ཆོག་གྱི་ཐོག་ལ་ཡི་གེ་གིས་བ་ཆང་མ་ལ་བྲབ་བསྐྱགས་བྱས་སོང་། ཉིན་མ་གཅིག་ང་ལ་གང་བྱུང་མང་བྱུང་གིས་བཞག་དུས་  
 བྲབ་བསྐྱགས་བྱས་འདུག་ངས་དགོང་མོ་འདི་ག་རང་ལ་ངོ་དེ་བ་སྐྱང་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་ཡིན། སྐད་འཕྲིན་ཡོད་ཆད་ནང་ལ་  
 འཇུག་ནས་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ཀར་དགྲུག་ཤིང་རྒྱག་མཁན་གྱི་འགོ་རིལ་རེད་ཟེར་ནས་དེའི་ནང་དུ་གིས་འདུག་འདི་ལྷ་དགོས་ཀྱི་  
 འདུག་ངས་དེ་དུས་ག་རེ་ལྷས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། ཁོང་རང་ལ། ཁྱེད་རང་ལ་སྡོན་མ་གདེང་འཛོག་བྱེད་བསྟན་གྱི་ཡོད་དྲ། ཁྱེད་རང་  
 གིས་མི་སྲུ་ལ་རྒྱབ་སློང་བྱེད་མ་བྱེད་ཐོག་ལ་ངས་གང་ཡང་ལ་བ་གྱི་མེད། དེ་སོ་སོ་སོ་སོའི་དབང་ཆད་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་  
 ངའི་གཞན་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཁྱེད་རང་གིས་ང་རྒྱ་ཐོག་ལ་དེ་འདྲ་གིས་འདུག་ག་ཁྱེད་སླེལ་ར་སློང་གང་ཡང་བྱ་རྒྱ་  
 ཡོད་ན་བྱེད་ན་མ་གཏོགས། ངས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། ག་རེ་བྲབ་བསྐྱགས་བྱེད་དགོས་ནའང་རེད། ཡི་གེ་ག་རེ་གཏོང་  
 དགོས་ཀྱང་གཏོང་གི་ཡིན་དྲ། ཁྱེད་རང་གིས་ད་ལྟ་བར་དུ་ག་རེ་གིས་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། སོ་སོའི་རྒྱབ་སློང་བྱེད་སའི་མི་དེ་ལ་  
 རྒྱབ་སློང་བྱས་པ་ལས། འོས་མི་གཞན་པ་དང་གཞན་དོན་གཞན་པ་ལ་དགྲུག་ཤིང་རྒྱ་བ་ནས་རྒྱབ་ཀྱི་མེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད།  
 དེ་ཡིན་དུས་གནས་སྐབས་དེ་ཆོལ་བཞེན་ནས་གནད་དོན་དེ་འདྲ་ཆགས་འདུག་ཅེས་ལྷ་དུས། དེ་ནི་ངས་གཅིག་བཟླ་ཡི་ཡིན་ཟེར་  
 ཀྱི་འདུག་སྐར་མ་བཙོ་ལྷ་ཙམ་རྩེས་ལ། དགེ་བཤེས་ལགས། དགོངས་འགལ་མེད་པ་ལྟ། འདི་འབྲུག་འདུག་མི་དེས་དེ་འདྲ་གིས་  
 འདུག་དེ་དང་སློན་པ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་བཞོད་ཀྱི་མ་རེད་པ་ཟེར་གྱི་འདུག་འདི་ངས་ཡིན་གྱི་རེད་བཞུ་སོང་། སླི་ཆོག་ས་ཐོག་  
 ལ་གང་ཡང་ལ་བ་མེད། ལ་བ་དགོས་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། ངས་འདི་རིགས་ལ་བ་གྱི་ཡང་མེད། ནམ་རྒྱུན་ག་རེ་ཡིན་ནའང་། གནད་  
 དོན་དེ་འདྲ་ལ་བཞེན་ནས། འདིའི་མཇུག་ལ་དཔལ་ལྷན་མིད་སློང་མཆོག་དང་ང་ཆོ་བོད་མི་མང་སླི་འཇུག་སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་  
 ཆོག་གས་གཙོ་ནམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཆང་མ་ལ་ཡ་རབས་བཟང་སློང་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། སོ་སོའི་རྒྱབ་སློང་བྱེད་མཁན་  
 ཆང་མ་མཉམ་དུ་མཐུད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པས་གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱགས་དེ་ཆོག་ས་ཆར་བའི་རྩེས་ལ། མིང་དེ་ལ་སེང་གེ་རབ་  
 བཞུན་བཏགས་འདུག་ད་ལྟ་སེང་གེ་རབ་ཏུ་བཞུན་པ་ཞིག་ལ་ངོས་ལེན་བྱེད་གྱི་ཡོད་ས་རེད། ཡིན་ནའང་ཁ་སང་གི་འོས་བསྟུའི་  
 གནད་དོན་དང་། ང་ཆོའི་ཆོག་གས་གཙོ་འོས་བསྟུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་གནད་དོན་བྱུང་དུས། ཡང་ལྷ་ཞུན་དང་། མགོ་རིལ་  
 དང་ཆང་མ་ཁོང་གིས་གིས་གནད་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་གནད་དོན་དེ་ཆོལ་བཞེན་ནས་དོན་དག་ང་ཆོའི་སླི་ཆོག་ས་ཐོག་ལ་ལས་  
 ཀ་བྱེད་སློང་མཁན་གྱི་མི་གཅིག་གིས་དེ་འདྲ་བྱེད་བསྟན་པ་ཡིན་ན། ཉག་ཉག་བསྟན་པ་ཞིག་མཐོང་གི་མིན་འདུག་ཁ་སང་ཁྱེད་ས་  
 སླེལ་ར་སློང་དགོས་པ་རེད་གསུང་གི་འདུག་ག་དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཙམ་གྱི་ལ་བ་གྱི་ཡོད།

དེ་ནས་འབྲོས་སྟེ་འོས་བསྟར་སྤྱི་གཞིར་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་གནད་དོན་ཁ་ཤས་ཞིག་ལ། དངོས་གནས་ཀྱི་འོས་བསྟར་  
 སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་དགོས་སྟུང་། དེ་རིང་ཡ་རབས་བཟང་སྟོང་དང་གནས་སྤངས་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་གཞི་ཡོད་པ་  
 རེད་དེ། དངོས་གནས་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་དགོས་སྟུང་། ང་རང་ཆོའི་ཆོག་གཙོ་འོས་འདེམས་བྱེད་པ་དེ་ཆོར་གནང་  
 དགོས་པའི་གནས་སྤངས་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ག། གྲོན་མ་ཡང་འབྲ་འབྲ་ཆགས་པ་རེད། ངས་ཁ་སང་ཞུས་ཡོད། འབྲ་འབྲ་  
 ཆགས་པ་དེ་པན་ཚུན་ཆོལ་ཁ་ཆོས་ལུགས་སྤྱི་གཞི་རིས་བྱས་བསྟན་པ་ལ་གང་ཡང་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་མེད། སོ་སོའི་འོས་པའི་  
 མི་དེ་ལ་སོ་སོས་འོས་སྤྲུགས་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཆོག་གཙོ་གཞོན་པ་ལ་འོས་ ༣༩ ཡོད་པ་རེད། ཆོལ་ཁ་དང་  
 ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་སྤྱི་གཞི་རིས་བྱེད་བསྟན་ན་སྤྲུགས་ཀྱི་མ་རེད་ལ། མི་ ༣༩ མ་གཏོགས་རྒྱ་གཞི་མ་རེད་ལ། བསམ་སྒྲོག་ཏོང་  
 དགོས་ཀྱི་རེད་ལ། ངས་ཆང་མས་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད་བསམ་པའི་གདེང་ཆོད་དེ་ཡོད། ང་རང་ཆོ་གྲོས་ཆོག་གས་འབྲས་མི་ཆང་ལ།  
 དབུ་ལ་བཞུགས་པའི་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ཆང་མས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཟེན་ཀྱི་འདུག་དོན་དག་སོ་སོས་འོས་པའི་མི་དེ་  
 ལ། འོས་མ་འོས་བྱས་ནས་བལྟ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་ཟེན་ཀྱི་ཡོད། གནད་དོན་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་བརྟེན་ནས། གྲོན་མ་ང་ཆོ་ཆོག་གཙོ་  
 ལོ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་ཀྱི་གནད་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་དེ་ཆགས་པ་རེད། དེ་དུས་འོས་བསྟར་ལས་ཁང་གིས་དཔེ་བཞག་  
 ས་དེ། Jammu Kashmir ལ་བཞག་པ་རེད། Jammu Kashmir མངའ་སྡེ་དང་། Karnataka དང་དེ་འདྲའི་གནས་  
 སྤངས་ཁ་ཤས་ཅིག་ནང་ལ། མངའ་སྡེའི་སྤྱི་བྱེད་སྒྲོན་ཆེན་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལ་དཀའ་ངལ་འབྲུད་ནས་ལོ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་  
 ཀའི་གནས་སྤངས་དེ་འབྲ་གྲོན་མ་བྱུང་སྟོང་བ་རེད། ད་ཆ་གཤམ་བྱས་ན་ཟེར་བའི་གནས་སྤངས་འདི་བྱུང་བ་རེད། འདི་བྱུང་ཆར་  
 བའི་མཐུག་ལ། མཐའ་མ་དེར་སྤྱི་འབྲས་རྣམས་པ་མང་མོས་ཀྱིས་གོ་བསྐྱར་གནང་། གོ་བསྐྱར་གནང་ནས་ཐག་གཅོད་བྱས་ནས།  
 ང་ཆོའི་ལོ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་ཀྱི་མོས་མཐུན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནས། སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་མི་ ༣༩ ཀྱིས་མོས་མཐུན་བྱེད་ཀྱི་  
 ཡོད་ཟེར་ནས། གཞན་པ་ཡིས་མོས་མཐུན་བྱེད་ཀྱི་མེད་ཟེར་ནས་གསུང་བ་རེད། མི་ ༣༩ འདི་སྐབས་དེ་དུས་གྲོས་ཆོག་གས་ཀྱི་  
 གསུམ་ཆ་གཉིས་ལོན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གསུམ་ཆ་གཉིས་ཀྱིས་མོས་མཐུན་བྱས་ཏེ་འོས་བསྟར་ལས་ཁང་ལ་ཡར་སྤུལ་དུས། འོས་  
 བསྟར་ལས་ཁང་གིས་འོས་བསྟར་སྤྱི་གཞི་དགོངས་དོན། འོས་བསྟར་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ཆོག་བྱུང་བ་འདི་འོས་བསྟར་ལས་ཁང་  
 གས་ཐག་གཅོད་གང་གནང་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་ཟེར་བ་འདི་ལ་ཆ་བཞག་ནས་ཐག་གཅོད་འདི་ཡང་གནང་བ་རེད། ཐག་གཅོད་འདི་གནང་  
 བ་འདི་ལ། ང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོག་གས་ནང་ལ་ཁྲིམས་འགལ་བྱས་སོང་། སྤྱི་གཞི་འགལ་བྱས་སོང་ཟེར་བ་དེ་མང་པོ་བྱུང་བ་རེད། དེའི་  
 མཐུག་ལ་གྲོས་ཆོག་གས་ནང་ལ་འོས་བསྟར་སྤྱི་གཞི་ལ་བསྐྱར་བཅོས་བྱ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་གཅིག་བཏོན་པ་རེད། བཏོན་དུས་  
 འདི་ལ་ཉལ་བེ་ཉལ་བེ་འབྲ་པོ་མང་པོ་ཞིག་བྱས། གཅིག་གོ་ཡོང་དུས་གཡས་གཡོན་གཅིག་ནས་རྒྱན་ལས་ཀྱིས་གོ་བ་ཡིན་ནས།  
 དེ་འདྲའི་གཅིག་གིས་གོ་ཡོང་དུས། ད་མི་གཉིས་འབྲ་འབྲ་ཆགས་སོང་ན། ཁོང་གཉིས་སུ་ཡུན་རིང་བ་བལྟ་དགོས་པ་འདུག་སུ་ལོ་  
 ཆེ་བ་བལྟ་དགོས་པ་འདུག་ཟེར་བའི་བཟོ་འབྲུ་པོ། དེ་འདྲའི་འབྲ་གནད་དོན་ཁ་ཤས་ཅིག་དང་། ཡང་མཐུག་ལ་གཤམ་ཡིན་ཀྱང་  
 དེ་འདྲའི་གནད་དོན་ཡོང་བསྟན་ཀྱི་མ་རེད་ཟེར་བའི་གནས་སྤངས་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ཐོག་དོན་དག་ཡང་སྤྱི་ཐོག་པ་རེད། དེ་རིང་གི་  
 གནས་ཚུལ་འདི་བྱུང་བ་རེད། དེ་རིང་གི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་སུ། ཆོར་སྤང་འདི་ཞུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྤྱི་ཆོག་གས་  
 གང་ལ་འབྲུགས་མང་པོ་ཞིག་ཐེབས་བསྟན་ཀྱི་འདུག་དེ་རིང་གི་གནས་ཚུལ་འདི་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་དང་། སྐབས་ ༡༥ པའི་

གནས་ཚུལ་འདི་བྱང་བའི་གནས་སྐབས་ལ། ང་རང་གི་མཐོང་ཚུལ་ལ་བྱང་བར་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་སོང་། སྐབས་ ༡༩ བའི་གནས་སྐབས་སུ་གནས་ཚུལ་འདི་བྱང་དུས། འབྲུག་པོ་འདྲ་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། སང་པོ་བཤད་པ་ཡིན་ན། ཞེད་སྤང་ཆ་པོ་དང་བྱང་མཚར་པོ་འདྲ་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། ཡིག་ཆ་དེའི་ནང་ལ་བཞག་འདུག་ག་མཐའ་མ་དེད། ཡིག་ཆ་དེའི་ནང་ལ་ག་རེ་གིས་འདུག་ཟེར་ན། ཁོང་ཆོ་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀ་བྱེད་ཀ་བྱེད་དགོས་པ་རེད། ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་གྲོས་འཆར་བཏོན་ནས་གཅིག་མར་བྱུང་དགོས་ཟུག་ན། གཞན་པ་བསྐྱར་དུ་འདེམས་དགོས་པ་རེད་ཟེར་བ་ཡིག་ཆ་དེའི་ནང་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་ང་ཆོ་དགའ་ངལ་འདི་འཕྲད་པའི་གནས་སྐབས་སུ། འོས་བསྐྱུ་ཐེངས་མ་ཁ་ཤས་བྱེད་ཆར་དུས། ང་རང་ཆོ་མར་གོ་བསྐྱར་བྱེད་སྐབས། ཡོད་ཆད་ཆད་མས་འགྲིག་གི་འདུག་ཟེར་ཡོད་དུས། ང་རང་ཆོ་སྤྱི་མོས་བྱས་ནས། དེ་ལ་མོས་མ་ཐུན་གནང་བཞག་པ་དང་འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་གིས་ཀྱང་འདི་ལ་མོས་མ་ཐུན་གནང་བཞག་པ་ཡིན་དུས། ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་ལ་འགྲིག་པ་ཅིག་ལ་ཆགས་བསྐྱར་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཁ་གསལ་པོ་མེད་པ་ཆགས་བསྐྱར་དུས། བསམ་སྒྲོ་ངོ་མ་བཏང་ས་འདི་དེ་ཆོ་ལ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ག་དེ་ནང་བཞེན་ཏགས་ཀྱི་སྒྲོར་དེ་རེད། ཏགས་ཀྱི་སྒྲོར་དེ་ཡང་། འདིའི་ནང་ལ་འོས་འཐེན་པ་རང་ཉིད་ཐོག་ཆོད་པའི་ཏགས་སམ་མིང་གིས་པ་ཟེར་ནས་གིས་ཡོད་པ་རེད། རྟོན་དག་ཁ་སང་གནས་སྐབས་ལྷག་སྐབས་དེར་དོ་སྤང་ཡོང་ཆོག་གི་རེད་པ། ཚུར་སྤྲོགས་དེད། མིའི་མིང་ཡོད་ས་དེ་ལ་སྒྲོར་སྒྲོར་གཅིག་གིས་ཡོད་པ་རེད། བར་སྤྲོགས་ལ་འགྲིག་ཏགས་གཅིག་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། གཞན་པ་འདི་འགྲིག་ཏགས་གཅིག་དང་འོས་ཏགས་གཉིས་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོའི་གནས་སྐབས་དེ་ཆོ་ག་རེ་ཡིན་པ་འདི་ངས་འགྲེལ་བཤད་གང་ཡང་རྒྱུ་ཀྱི་མེད། ཡིན་ནའང་ཏགས་ཟེར་བའི་གནས་སྐབས་དེད། མ་འོངས་བར་ཏགས་སྒྲོར་སྒྲོར་གིས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཏགས་ནར་ནར་གིས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཡང་མིན་ན་ཏགས་གང་བྱང་མང་བྱང་རྒྱུ་ལ་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ང་ཆོ་དངོས་གནས་ཀྱི་བསྐྱར་བཅོས་དགོས་ཀྱི་འདུག་དགོས་ས་དེ་ཆོ་ལ་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྐབས་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་དེ་ཆོར་ང་ཆོས་ཆོགས་རྒྱུད་དེ་ཆོ་ཡིན་ནའང་ཐུགས་ལ་བཞག་དགོས་རྒྱུ་གསུམ་ཆེན་པོ་འདུག་སྟེ་པ་ཆོར་སོང་། ད་ལྟ་བུ་ཆོད་ལྟ་བུ་དེ་ཙམ་ཡིན། དེའི་མཐུག་ལ་ཡང་བསྐྱར་གནད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཞུ་དགོས་ཐུག་ན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

## ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྒྲོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་སྒྲོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤ པ། གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཆོད་གྲོས་འཆར་ཐོག་ལ་བགྲོ་སྐྱེང་འགྲོ་བཞིན་པ་རེད། འདི་ནས་མར་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ཆ་ཤས་བཞེས་སྟེ། བཀའ་མོལ་མར་གནང་བསྐྱར་དུས། སོ་སོས་ཀྱང་བསམ་ཚུལ་རེ་བྱང་ཞིག་སྤངས་ན་བསམ་པ་ཞིག་བྱང་། ཐོག་མར་སྤོན་སྐྱེང་འདིའི་ནང་ལ། བར་ལམ་གྱི་འོས་བསྐྱུ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་གྱི་ཐོག་ནས་ཡ་རབས་བཟང་སྤོད་དང་ཡོངས་སུ་འགལ་བའི་བྱ་སྤོད་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཟེར་ནས་གསལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་

འདི་བསམ་སྒྲོལ། འདས་པ་འདི་འདས་པ་རང་ལ་བཞག་འདས་པ་འདི་སྐྱེད་སྒྲོལ་བྱས་ནས་དགེ་དང་སྦྱོར་དེ་གཉིས་ཡང་ལྷོ་ཞིག་  
 བཀྲག་པ་ཡིན་ན། སེམས་ཚོར་འདི་ནོར་ཆེ་དུ་བཏང་རྒྱ་ལྷ་བྱ་ཞིག་མ་གཏོགས་དེས་པན་ཐོགས་གང་ཡང་མཐོང་གི་མིན་  
 འདུག་ནོར་བ་འདི་ནོར་ཆར་བ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ནོར་བ་འདི་ཆོ་ཆང་མ་མ་འོངས་པར་མ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་རགས་ལྷ་བྱ་གང་  
 འདྲ་བྱས་ཏེ་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་འདུག་གས། དེས་མ་འོངས་པའི་སྦྱོར་གནད་དེ་དག་ནས་ལེགས་ཆ་ཞིག་ག་རེ་ལེན་དགོས་ཀྱི་འདུག་  
 གས། གཞན་ཆ་ཞིག་ག་རེ་དོར་དགོས་ཀྱི་འདུག་གས། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་བསམ་སྒྲོལ་བཏང་དགོས་རྒྱུ་འདི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་  
 ཞིག་རེད་བསམ་ནས། རྩ་བའི་ཆང་མ་ལ་གསུང་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། གཤམ་ཅིག་ནག་རྒྱུང་དང་། གཤམ་ཅིག་འོ་མས་འཁྱུས་པའི་དཀར་  
 པོ་ཞིག་སྤྱ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་གྱིས་སྐལ་པ་ནས་སྐལ་པ་བརྟམས་བསྐྱད་པའི་མི་ལ་སྤྱག་ཅིག་  
 ཡིན་དུས། རྩོམ་བསྐྱད་པ་དེ་ཆོས་ཉིད་རེད། རྩོམ་གྱི་རེད། ཡིན་ནའང་ཤེས་བཞིན་དུ་བྱུང་གསོད་བྱས་ཡོད་ན། དེ་དག་ཐེར་  
 བཏོན་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་གནད་འགག་རེད་བསམ་མཁན་གཅིག་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་འདི་ལ་རེ་བྱུང་ཞིག་འབྱར་ལ་  
 ཡང་བཏོན། དེ་ལ་ཆོག་གི་ནོར་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་འབེན་འདྲ་པོ་ཞིག་བཙུགས་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མཐོང་  
 གི་མིན་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་འོག་ལ་ང་རང་ཆོའི་བཟང་སྦྱོར་ཉམ་ཆག་གི་བྱ་སྦྱོར་གྱི་ཐོག་ནས་ལྷ་སྐབས་  
 མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་ཐུགས་དམ་སང་རྒྱུན་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། འདི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། ང་རང་ཆོ་ཆང་མ་འོང་གི་  
 རྩེས་འཇུག་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་དུས། སོ་སོའི་སྐབས་གནས་རེད། སྦོན་ལམ་ཚུད་ཆད་ལ་ལྷ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་སྦྱོར་  
 ལ་ཞབས་བད་སྐལ་བརྒྱར་བརྒྱན་བར་ཤོག་ཅེས་སྦོན་ལམ་རྒྱལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འདས་མ་ཐག་པས་ང་ཆོའི་གདུང་སེམས་མཉམ་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་གྲོས་འཆར་ནང་དུ་བོད་མིའི་མདོན་འདོད་ག་རེ་ཡིན་པ་དེ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་བཀོད་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་སྐབས་མགོན་  
 རིན་པོ་ཆེ་བོད་ལ་གདན་འདྲེན་ཞུ་དགོས་པ་འདི་རེད། ལྷ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་དགོངས་པ་གཞན་དོན་དུ་ཕེབས་པ་ཡིན་ན།  
 གདན་འདྲེན་གང་འདྲ་ཞུ་དགོས་པ་རེད་དམ། དེ་ཡིན་དུས་ཤེས་བཞིན་དུ་བྱུང་གསོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲའི་ཐུགས་དམ་སང་  
 རྒྱུན་བྱུང་ཡོད་ན། བོད་མི་རྩམ་ཐན་ཡོངས་ཀྱི་གསལ་བྱ་མེད་པའི་གྲོང་གུན་ཞིག་རེད་ལ། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྱོད་ཡོངས་ཀྱི་དད་ལྡན་རྒྱ་  
 ཆེའི་མང་ཆོགས་ཀྱིས་ཀྱང་གསལ་བྱ་མེད་པའི་གྲོང་གུན་ཞིག་ཡིན་དུས། དེ་དག་ཐོག་ལ་ང་ཚོ་ངེས་པར་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་  
 དགོས་ཀྱི་འདུག་ དགོངས་པ་ག་རེ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན། ང་རང་ཆོའི་གཞུང་ཉེན་དག་ལྷ་སྐབས་  
 གས་ལོ་ལྷར་རེ་བཞིན་སྐྱབས་པ་སྤྱན་འདྲེན་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ནོར་བ་འཁྱུས་པ་དེ་མ་ཤེས་སྤོངས་པའི་དབང་གིས་  
 ཡོང་སྤྱད་པ་ཞིག་རེད། རྩ་བའི་ཐིག་པ་ཡོང་གི་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་སྤྱིག་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་སྤྱད་ཀྱི་མ་རེད། ཤེས་བཞིན་དུ་  
 བྱུང་གསོད་བྱེད་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་དག་ལ་བོད་མི་རིགས་དང་རྒྱ་ཆེའི་དད་ལྡན་པའི་ཆེད་དུ་ཉུགས་དང་ཆད་མ་འདི་སྤྱང་  
 མ་ཁག་གིས་བཏོན་རོགས་གནང་ཞེས་གཞུང་འབྲེལ་གྱིས་ཞུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ ཅེས་ངས་དེ་རིང་འུགས་ཐག་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་  
 བཀའ་འགག་ལ་འབོད་སྐལ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ངས་འདི་ཞུས་པའི་སྐབས་ལ། ང་གཙང་མ་བཞེས། གཞན་འདིའི་ནང་ལ་ཚུད་པ། ངས་དེ་  
 ནམ་ཡང་ཞུ་ཡི་མེད། སྐད་ཆ་གང་དང་གང་བཤད་པ་ཡིན་ནའང་། རང་གཞན་རོགས་གསུམ། སོ་སོ་དང་པོ་ལ་འབྲེལ་ཏེ། སོ་སོ་  
 ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་འདི་འདྲའི་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཤེས་བཞིན་དུ་བྱུང་གསོད་དེ་བྱེད་མི་ཉན་ཨ་བསམ་པའི་ཅིག་རྒྱ་ཆེའི་མང་  
 ཆོགས་ཀྱི་ནང་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། སྦོན་ལམ་ཚུན་ཆད་ལ་རྒྱལ་གྱི་ཡོད་ཟེར་མཁན་ཏ་ཅང་མང་པོ་འདུག་ དེ་ཡིན་དུས་སྦོན་

ལམ་ཚུད་ཆད་ལ་འདི་འདྲའི་གནང་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འདི་ར་ཆོའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུ་སྤང་མའི་སྤྱི་ཚུ་ཕྱིན་པ་དེ། ད་རེས་དུས་  
 སྐབས་འདིར་བྱུང་པ་རེད། འདི་ཡིས་ར་རང་ཆོའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུ་ཆད་དང་མ་བཟུང་ནས་གང་ཅམ་ཞིག་དམའ་དུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་  
 དེ། འདི་ནས་ར་རང་ཆོས་ར་འཕྲོད་བསྟུན་པ་ཞིག་རེད། ཅ་བའི་ཡ་སྤྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་བཀའ་སློབ་ལ་ཆོད་ཅིས་བྱས་ནས་  
 ཆོད་དཔག་གི་ཐོག་ནས་ཞུ་རྒྱའི་འདོད་པ་ནས་ཡང་མེད། མི་མང་གི་གསན་པ་དེ་ག་རེ་རེད་དམ། སྤྱི་ཚུ་ཅིས་ཁང་ལོ་བརྒྱ་འཁོར་  
 བའི་དུས་ཆེན་སྐབས་དེར་ཡ་སྤྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་བཀའ་སློབ་ག་རེ་གནང་འདུག་གམ། ཁ་སང་དམ་འབྲུལ་སྐབས་ལ་  
 བཀའ་སློབ་ག་རེ་གནང་འདུག་གམ། འདི་མི་མང་གིས་དངོས་སུ་གསན་པ་དེ་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་འདིའི་ནང་ནས། སྤྱི་ཚུ་  
 སྤྱོན་གང་དུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད་དམ། འདི་དག་གོ་དགོས་མཁན་གཅིག་ལ་ཉན་ཉན་ར་འཕྲོད་ཡོད་པ་རེད་བསམ་པའི་ངས་རེ་བ་  
 ཆེན་པོ་ཞུ་ཡི་ཡོད། གོ་དགོས་མཁན་ཆོས་གོ་དགོས་ཡོད་ན། འདི་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གཅིག་གཅིག་རེད་དུ།  
 འདི་བརྒྱ་ཆ་ཅིག་རེད་དུ། ཅས་པ་གསུངས་པ་དེས་པན་ཐོགས་གང་ཡང་མིན་འདུག་ འདི་ཡིན་དུས་འདིའི་ཐོག་ལ་ར་རང་ཆོས་  
 གང་ཡིན་པ་འདི། དེ་ག་རང་ལ་བཞག་ན་མཉམ་པོ་འདུག་ཅེས། འདི་ངས་བཀའ་ཤག་ལ་འབོད་སྐྱལ་དང་པོ་དེ་ཡིན།

གཞུང་འབྲེལ་གྱི་གཞུང་བསྟེན་དག་ལྟེ་གཙོ་བོ་རེད། འདི་དག་ལ་སྤྱི་ཚུ་འབྲེན་ཞུས་པའི་སྐབས་སུ། ངས་པར་དུ་ཤེས་  
 བཞིན་དུ་ཁྱེད་གསོད་བྱེད་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་ཉགས་དང་ཆད་མ། ཁྱེད་རང་ཆོས་བཏོན་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ང་  
 ཆོ་མི་མི་འདྲ་མཉམ་ལ་ཁ་བརྒྱུང་བཏང་པའི་གང་ཡང་པན་ཐོགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བྱ་ར་གནང་མཁན་དེ་ཁྱེད་རང་  
 ཆོ་རེད། ཁྱེད་རང་ཆོས་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས། འདི་ངས་པར་དུ་ཞུ་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་མར་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཁྱིམ་ས་དང་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཕྱིན་པས་རྒྱུན་གྱིས། བཟང་  
 སྤྱོད་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཡི་མ་རེད་ཟེར་ནས་ཞུ་ཆོད་ཅ་བ་ནས་ཐིག་གི་མ་རེད། ཁྱིམ་ས་དང་སྤྱིག་གཞི་ལ་བཅི་སྤང་བྱེད་མཁན་ཞིག་  
 ཡིན་པ་ཡིན་ན། ཁྱིམ་ས་རང་སྤང་སྤྱོད་པ་རང་ཁྱེད་བྱས་ཏེ། ང་ཆོས་རེ་བ་འདི་བྱེད་ཆོག་གི་རེད། ཡིན་ནའང་ར་རང་ཆོའི་ཁ་དཔེ་  
 ལ་ཡོད་རེད་པ། ས་དཔོན་པོ་ཡིན་ན་ཁྱིམ་ས་བདག་དང་། སྤྱི་ཚུ་ལ་སྤྱི་ཚུ་ཡིན་ན་དཔུལ་བ་མེད། ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད་པ། དེ་  
 ཡིན་དུས་ཡར་མཐོ་ས་ལ་སྤྱོད་པ་ཡོད་དུས། ག་རེ་ཡིན་ནའང་ཐབས་ཅུལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས། རང་སྤང་གང་འདྲ་  
 བྱེད་ཡོད་དུས། གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་མེད་འགྲོ་བསམ་པ་གཅིག་ ཅ་བའི་ཁྱིམ་ས་དང་སྤྱིག་གཞི་གང་གི་བསྐྱམ་པ་ཡིན་  
 ནའང་ལེགས་པའི་ཆ་རེད། ཁྱིམ་ས་ལ་ག་ཆོད་ཀྱིས་གསལ་ཁ་བཏོན་པ་ཡིན་ནའང་། ང་ཆོའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་རྒྱུན་པས་ཤེས་བྱ་  
 ཡོངས་རྫོགས་ཁྱིམ་ས་སྤྱིག་ནང་ལ་པལ་དགོས་བྱུང་ན། དེ་བ་འདི་གང་ཅམ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་འགྲོ་སྤྱོད་མ་དུ་ལྷ་བཀའ་ཁྱི་རྒྱར་  
 པས་བཀའ་གནང་ཡོད་པ་རེད། འཇམ་བྱ་སྤྱིང་ཁེབས་པའི་ཀོ་བ་གཅིག་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རེད། ཅས་ཏེ་བཀའ་གནང་ཡོད་པ་  
 རེད། དེ་ནང་བཞིན་གྱིས་ཡོངས་རྫོགས་ཚུད་པ་ཞིག་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཁྱིམ་ས་དང་སྤྱིག་གཞི་ས་བསྐྱམ་  
 པའི་ཐོག་ནས་ཁྱིམ་ས་རང་སྤང་དང་སྤྱོད་པ་རང་ཁྱེད་གྱིས། སོ་སོའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་དགོས་རྒྱ་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་མེད་  
 འགྲོ་སྤྱོད། སོ་སོ་ནས་གཙོས་པས། ཡང་ངས་མཇུ་བ་མོ་འདི་པར་བཅུགས། སོ་སོ་འདི་ནས་ཐར་ཐབས་ཅ་བ་ནས་བྱེད་ཀྱི་མེད།  
 དེ་ཡིན་དུས་ཁྱིམ་ས་དང་སྤྱིག་གཞི་གང་ལ་འགྱུར་བ་བཏང་གནང་བ་ཡིན་ནའང་རེད། ད་ལྟ་འདས་མ་ཐག་པའི་བཀྱར་འོས་སྤྱི་  
 འབྲུས་ཐོག་ནས་ཀྱང་ར་རང་ཆོའི་ཆོགས་གཙོ་ཆོགས་གཞིན་འདེམས་སྤངས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་རྒྱུན་པས། འདི་ཆོ་ཆད་མར་འགྱུར་

བ་བཏང་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཉན་ཉན་རང་རེད། འདི་དག་ལ་ང་རང་ཚོས་འགྱུར་བ་སླེབས་པའི་སྐབས་དེར།  
སེམས་ལུགས་དང་གནད་འགག་གིས་ཐོག་ནས། འདི་ཟགས་མ་བཅུག་པར་འགྲོ་བཅུག་དགོས་སྒྱུ་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་  
འདུག་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་ནས་ང་ཡང་འདི་ལ་འདོད་པ་བྱུང་། ད་ལྟ་ང་ཚོའི་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཤིས་ཀྱི་ཉ་ཅང་གི་མགྲོགས་པོ་ཞིག་དང་། འདི་ཕྱི་  
རེའི་ངང་ནས་ཐག་གཅོད་བྱ་སྒྱུ་འདི། ཅ་བ་ཉིད་ནས་འགྲིག་གི་མིན་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་རྗེས་མའི་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་  
པའི་སྐབས་ལ་ཚོགས་ཚུང་གི་སྟུན་ཐོད་འབྱོར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། འབྱོར་རྗེས་གྲོས་ཚོགས་ནང་ནས་གཟིགས་སྒྱུ་དེ།  
ངས་ཉན་ཉན་སྒྲ་བྲག་འདུག་སྟུང་པ་བྱུང་། ད་ལྟ་འོག་ལ་གྲོས་ཚོད་ནང་ལ་གསལ་ཡོད་པ་རེད། གྲོས་ཚོད་ནང་ལ་བྱི་ནང་གི་མི་སྣ་  
དང་མང་ཚོགས་བཅས་ནས་འབྱོར་བའི་དགོངས་འཆར། ང་ཚོ་མང་ཚོགས་ཀྱི་དགོངས་འཆར་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་པ་རེད་  
དམ། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཆེན་ ༥༩ པའི་ནང་ལ་གཉན་ལ་པལ་པའི་མང་ཚོགས་སྐོར་སྐྱངས་ཀྱི་དམིགས་བསམ་ལ་ཚོགས་ཆེན་བསྐྱེད་  
སྐོར་བྱ་སྐྱངས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ན། ཅ་བའི་བྱི་ནང་གི་མི་སྣ་ཚོས་བོད་མའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་  
འགྱུར་འགྲོས་ལ་རྒྱུང་སོ་རྒྱུབ་པའི་མཐོང་སྒྲུབ་ཞིག་ཡོད་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་ལ།  
མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་དེ་ང་རང་ཚོ་བོད་མི་ཚོས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དུས། སྤྱི་ཚོགས་ཡོངས་རྫོགས་དེའི་ནང་ལ་ཐེ་རྟུས་ཡོད་  
པའི་ཐོག་ནས། ཆང་མས་མཐོང་ཡོད་པ་རེད། ཆང་མས་བཤད་ཡོད་པ་རེད། ཆང་མས་གོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཆང་མ་ལ་  
འདིའི་ནང་ལ་མཉམ་ཁུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས། ལེགས་སླེལ་ཉེས་འཁོག་གིས་དགོངས་འཆར་འབུལ་སྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཅིག་ངེས་པར་དུ་  
དགོས་ཀྱི་འདུག་ འདི་མི་སྣ་ཁ་གསལ་ཅིག་གིས་བཤད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཏེ། བྱི་ནང་གི་མཁས་དབང་རེད་ཟེར་མཁན་ཁ་གསལ་  
ཞིག་གིས་དེར་ཡིད་ཆེས་བྱས་ན། ཅ་བ་ཉིད་ནས་འགྲིག་གི་མིན་འདུག་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་  
ན། མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བསྐྱེད་བྱུང་བའདི། བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལ་གསལ་པའི་དམིགས་བསམ་ལ་ཚོགས་ཆེན་གཅིག་འོས་  
བསྐྱེད་ལས་རིམ་ཐོག་ལ་སྐོར་འཆོགས་བྱས་པའི་ཐོག་ནས། འདིའི་ནང་ལ་མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་འདིའི་ཐོག་ལ་གོ་བསྐྱུར་  
གནང་། ཡིག་ཐོག་ལ་པལ། སྟོན་མ་ཡང་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་རེད། ང་ཚོ་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་མ་གཉིས་འཆོགས་པའི་སྐབས་ལ། མི་  
མང་གི་བསམ་ཤོག་དེ་རྒྱུར་ལ་བཞག་ ཡར་འཁྲེར་ཡོང་མཁན་ཀྱི་མི་ངེས་སོ་སོའི་འདོད་པ་ལྟར་པ་གིར་བཟར་གྲུས་ཏེ། མི་  
མང་གི་བསམ་ཤོག་ཅིས་མེད་བྱིན་པ་མང་སོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་མི་མང་གི་བསམ་ཤོག་འཁྲེར་མཁན་དེ་ཡིན་པ་  
ཡིན་ནའང་། མི་མང་གིས་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་འོས་བསྐྱེད་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ངེས་པར་དུ་སླེབས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ གངས་ཅན་  
སྤྱིད་གཤོངས་དང་རྟ་རམས་ལར་འགྲོ་དགོས་པ་རེད་ཟེར་དུས། ང་ཡང་ཡ་གིར་སྐྱ་གྱུ་བྱུག་དགོས་ཡོད། ང་ཡང་ཡ་གིར་ལས་ཀ་  
ཡོད། ང་བྱིན་ན་མ་རེད་པས་ཟེར་ཏེ། སྐྱུང་བ་དང་གྲུང་བ་དང་། གོ་སྐབས་འཆོལ་བྱུང་མཁན་དང་། དེ་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་པེབས་  
ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་སྤྱི་ཚོགས་དཀྱིལ་ལ་བསྐྱད་པའི་མི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་ན། རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་སོ་སོའི་  
ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི། མང་བ་ངེས་ཡིད་ཆེས་པའི་མི་ངེས་འཁྲེར་ཡོང་སྟེ། མང་བ་དེའི་མངོན་འདོད་དེས་སྐྱོང་སྟེགས་དེ་སྤྱངས་ཆ་  
འདིའི་ཐོག་ལ་འཛིག་བྱུང་སྒྱུ་དེ་ངེས་པར་དུ་གནད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ དེའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་གང་ཡོད་  
པ་དེ། གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཚོའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་གོ་བསྐྱུར་མ་གནང་གོང་ལ། ང་རང་ཚོ་འཕར་མ་ཞིག་འཛོམས་



དགོས་ཀྱང་འཛོམས། སྤངས་བཤད་གནང་། གཞི་ནས་བརྟུན་པ་བྱས་པའི་སྤྱི་ཐོན་གྲོས་ཚོགས་ནང་འབྲེལ་ཡོད་བ་ཡིན་ན།  
དེ་ལ་བབ་སྤྱིང་བརྟན་གསུམ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་མེད་འགྲོ་བསམ་པའི་སོ་སོའི་བསམ་ཚུལ་འདི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ།  
ང་ཚོ་ད་ལྟ་འདིའི་ནང་ལ་མཐའ་མའི་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་གནང་མཁན་གསུང་གི་ཡོད་ནའང་རེད། བཀའ་ཐོན་གཅིག་དང་སྤྱི་འཐུས་  
གསུམ་འོས་བསྟུའི་འགན་འཁུན་ལས་ཟུར་བཅས་འདུག ང་ཡིན་པ་ཡིན་ན་སྤྱི་འཐུས་ཟུར་བ་དེ་ཟུར་བ་རང་རེད། རྒྱུན་རིང་པོ་  
ཞིག་གནད་དོན་དེ་དང་ཁ་བྱལ་བའི་མི་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལས་ཐོག་ད་ག་རང་འོས་བསྟུའི་འགན་འཁུན་ཡིན་པ་ཡིན་  
ན། ལས་ཐོག་དེས་དེའི་སྤྱི་ཚོར་འདི་ཆང་མ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་དཀའ་ཉལ་དེ་དག་ཞུ་མཁན་དང་གཏུག་མཁན་མང་པོ་  
ཞིག་བྱུང་ཡོད་དུས། འོས་བསྟུའི་འགན་འཁུན་དེ་ལས་ཐོག་རང་ལ་བཞག་དགོས་ཀྱི་འདུག ཟུར་བ་དེ་དག་ལོ་མང་པོ་ཅིག་འདི་  
དང་ཁ་བྱལ་ནས་བསྟན་དུས། ཁྱིམ་སྤྱིག་གི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། གནས་སྤངས་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས། འདིའི་ཐོག་ལ་  
གནད་འགག་བསྐྱུན་རྒྱུ་བཀའ་སྤྱངས་ཀྱི་ཡོད་དམ་སྟུམ་པའི་བསམ་ཚུལ་བྱུང་།

དེ་ནས་ང་རང་ཚོ་ཐོན་མའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ། འཆེ་བ་མེད་པ། ཆོས་སྤྱི་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ང་ཚོའི་ཆབ་སྲིད་  
རང་བཞིན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་དེ་དག་གལ་ཆེན་པོའི་ཐོག་  
ནས་ཐེབས་དགོས་རྒྱུ་དེ། ངས་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཅིག་རེད་བསམ་པ་ང་རང་ཡིན་ན་ཉལ་ཏུ་སེམས་ནང་ལ་བྲན་གྱི་ཡོད། ཁྱོད་  
རང་ཚོ་ལྟ་བུ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་། གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྔ་ལ་གསན་བསམ་གནང་། དེ་  
ཡིན་དུས་ང་ཚོ་ཁྱིམ་པ་སྟུན་ནག་ཅན་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཡང་། གྲོས་ཚོགས་རེད། ག་པར་ཡིན་ནའང་། གསལ་དང་མ་བཟུང་ནས་  
རྒྱལ་ཏེ། དམིགས་དཔེ་ཚུན་ཆད་སྟོན་མཁན་དེ་བྱེད་ནས་ང་ཚོ་ཡིན་པར། སོ་སོ་ཡིན་ན་བརྒྱ་ཆའི་བརྒྱ་ལྷན་བཀའ་ཡང་ཞུ་ཡི་  
ཡོད་ལ། ཡིད་ཆེས་ཀྱང་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ངས་ལག་པ་མཐའ་མོ་གཉིས་སྤྱར་ཏེ་ག་རེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཟེར་ན། ང་ཚོའི་གྲོས་  
ཚོགས་ནང་གི་ཡ་རབས་བཟང་སྟོང་། ང་ཚོས་མཆོམས་རེ་སོ་སོའི་ཆགས་སྤང་མེད་པ་གསུམ་གྱིས་རྒྱུན་པས། སྤྱད་ཆའི་ཆོག་  
མཐོ་དམན་གྱི་བྱུང་པར་ཡིན་ནའང་རེད། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ནམ་འགྲུང་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་དག་ལ་མ་འགྲིག་  
པ་དང་མ་འཐུས་པ་ཡོད་ན། གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་གསུང་དགོས་པ་མ་རེད། རང་ཆགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱི་ལ་ཡང་། དེ་འདྲའི་  
རེད་དོ། ཆོག་འདིའི་གནད་འགག་འདི་རེད་དུ་ཟེར་ནས། ང་ཚོ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ང་རང་ཚོ་ཆང་མ་གཅིག་ཡིན་བསམ་ནས་  
བསྟན་ཡོད་དུས། རྣམ་པ་ཚོ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡིན་དུས། འདི་འདྲའི་ལམ་སྟོན་ཐེབས་དགོས་རྒྱུ་དེ། ཡ་སྤྱབས་མགོན་པོ་  
པོ་ཆེས་བཟང་སྟོང་བརྟུན་བརྟུན་བཤེས་འགྲོ་ཡི་འདུག་གསུང་རྒྱུའི་གནད་འགག་དེ་ཡང་། འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་སྟུག་གི་མེད་དམ་སྟུམ།  
འདི་ཡིན་དུས་ངས་བྱུང་གསོད་དེ་འདྲ་རྩ་བ་ནས་མིན། མཆོག་གསུམ་དཔང་ལ་བརྟུགས་ནས་དམ་བཅའ་བཞག་ཡོད་དུས། དེ་  
འདྲ་ཞིག་ང་ཚོར་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་རིམ་བས་གོས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་ཐོག་ནས། ང་ཚོ་ནང་ཁུལ་ལ་བཅི་འཛོག་རེད། ལྷག་བསམ་  
ནས་དག་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་ཆང་མ་ཆགས་སྤང་མེད་པ་གསུམ་གྱིས་རྒྱུན་པས་སྟོན་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པར་དེ་ཅུམ་གྱི་གསལ་  
རྒྱལ་བྱུང་གྱི་མེད་དུས། དེའི་ཐོག་ལ་རྣམ་པ་ཚོས་ཆ་ཤས་མང་ཅུམ་བཞེས་རྒྱུའི་དུས་ལ་བབ་འདུག དེ་ཡིན་དུས་བཞེས་རོགས་  
གནང་ཞེས་ངས་འདི་ཞུ་ཡི་ཡོད། ལྷགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

# ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ ལ། གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་གྱི་གྲོས་ཚད་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚད་འདིའི་སྟེན་སྲུང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཆ་ཤས་འཕར་མ་ཞིག་སྤངས་རྒྱུའི་འདོད་པ་རང་བཞིན་གྱི་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ནས་བསྟན་གནང་སོང་། དེ་བསྟན་པ་དེ་ལ་དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་བྱས་ནས་གལ་ཆེ་དོན་ཆེ་ཐོག་ནས་ཆོག་གཅིག་གཉིས་ཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ངས་ཁ་སང་ཞུ་དུས་ལ་རབས་བཅང་སྟོན་དང་མ་ཐུན་སྤྱི་ལ་ཟེར་དུས། ཁྱིམ་དང་སྤྱིག་གཞིའི་ཐོག་ནས་བཟོ་སྒྲུབ་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་དེད་ཅེས་ངས་ཆོག་ཐག་ཚད་པོའི་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཁྱིམ་དང་སྤྱིག་གཞི། འོས་བསྟར་སྤྱིག་གཞི་ལ་སོགས་པ་བཟོས་པ་ཡིན་ན། མ་རབས་བྱ་རྒྱུའི་བྱ་སྟོན་དེ་ཐུང་བྱ་འགོ་རྒྱ་དང་། ཁྱིམ་དང་སྤྱིག་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་མ་རབས་ཡིན་ཡང་བཅང་སྟོན་དང་མ་ཐུན་ལ། དེ་དག་ལ་བལྟས་ནས་ཡག་ཏུ་འགོ་རྒྱར་པན་གྱི་མ་དེད་ཅེས་ངས་ཞུས་མེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ངས་མ་ཐུན་སྤྱི་ལ་ཐོག་ལ་བཤད་པ་ཡིན། ང་ཚོས་མ་ཐུན་སྤྱི་ལ་ཞུས་བཞིན་ཡོད་པ་དེད། མ་ཐུན་སྤྱི་ལ་གནས་པ་ལ་འགོག་རྒྱུ་འདི་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་གོ་ཞེས་དཔེ་མཆོན་ཞིག་ཞུས་པ་དེད།

དེ་ཞུས་པའི་ཐོག་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གསུམ་གྱིས་ཆ་ཤས་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས། གཅིག་གིས་ངས་བཤད་པ་དེ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནད་དོན་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་གསུངས་པ་དེད། གཅིག་གིས་ང་ལ་མ་འོངས་པར་འདི་འདྲ་མ་གསུང་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་འཁོད་སྐུལ་གནང་བ་དེད། གཅིག་གིས་ངས་སྐད་ཆ་བཤད་པ་དེར་ཁུངས་སྤྱི་ལ་དགོས་པ་དེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེད། དེ་བཀུར་ཡིན་རྒྱུ་མ་དེད། ང་ལ་བཀུར་གཏོང་བྱུང་གྱི་མ་དེད། འཁོད་སྐུལ་ཡང་ཡིན་གསུངས་མ་སོང་། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱིག་གཞི། ཚོགས་འདུའི་འགོ་ཁྲུག་དང་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱིག་གཞི་ལེའུ་ ༢༠ པའི་དོན་ཆེན་ ༡༡ པའི་ནང་གསལ་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་ ༢༤ པའི་ནང་ལ་མིང་འདོན་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད་པ་མ་དེད། ང་ཁྱིམ་འགལ་བའི་སྤྱི་འཐུས་ཚེར་བཞིན་ཡོད་པ་དེད་དམ། ང་ཁྱིམ་འགལ་བྱ་རྒྱུར་སྐྱུག་བསྟན་ཡོད་དམ། ཉན་ཡང་ངས་ཁྱིམ་འགལ་བྱེད་ཀྱི་མ་དེད། དེ་འདྲ་རེ་བ་བཀྲོན་གྱི་ཡོད་ན་ནོར་གྱི་ཡོད་པ་དེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ངས་ཁྱིམ་འགལ་ནས་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མ་དེད། གོ་སྐབས་དེ་ནས་ཡང་ཕུལ་གྱི་མིན། ང་སྤྱི་འཐུས་བྱས་ནས་སྐབས་ ༡༣༡༤༡༥༡༦ ལ་སྤྱི་འཐུས་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ལས་འགན་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཉིན་གཅིག་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་དུ་ཆད་མ་སྟོང་། འགན་ཁུར་ནས་བྱས་པ་ཡིན། ང་ལ་བཀུར་མོལ་གནང་མཁན་དེས་སྤྱི་འཐུས་ལས་འགན་གང་འདྲ་བྱེད་ཡོད་པ་དེད། བཤད་དགོས་བྱུང་ནའང་བཤད་རྒྱུ་མང་པོ་ཡོད། འདི་བཤད་ནས་པན་གྱི་མ་དེད།

དེ་ནས་འགན་ཁུར་བའི་ཐོག་ནས་མིང་བཏོན་ཞོག་གསུངས་པ་དེད། འདི་ཚོ་སྤྱི་མ་སྟོམ་གྱི་བཀུར་མོལ་དེད་གསུངས་པ་དེད། བྱས་ཅང་ངས་སྤྱི་མ་སྟོམ་གྱི་བཀུར་མོལ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་མེད། ཁྱིམ་དང་སྤྱིག་གཞི་ངས་ལུང་བྱངས་པ་དེད།

བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁོང་རང་གིས་སྡོན་མར་བཀའ་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་དུ་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད།  
སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོའི་ཞབས་སྟེགས་སྟེང་བཞུགས་མཁན་ལ་ལག་དམར་བའི་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་རེད། ཁྲངས་སྤྱི་ལ་དགོས་  
ཐུག་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱི་ལ་དགོས་ཟེར་མཁན་བྱུང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁོ་ཁོ་རང་གི་འགྲོ་སྐྱེད་ས་ཤིག་རེད།

དེ་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་དུ་གསེར་རྟ་གཉིས་བྱུང་བ་རེད། དེ་ཡང་གཅིག་ཨ་མ་དོ་རེད། གཅིག་ཁམས་པ་  
རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ལབ་སྐྱེད་ཅོད་པ་རེད། ཁྲངས་སྤྱི་ལ་ཤོག་ལབ་མཁན་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་བཞིན་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་ལ་མཆོག་  
ཆབ་སྤྱི་ལ་དབུ་ཁྲིད་རེད། ཆབ་སྤྱི་ལ་དབུ་ཁྲིད་ལ་ག་རེ་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་ཆབ་སྤྱི་ལ་མཆོག་  
ཡོད་པ་མ་གཏོགས་དབང་ཆ་མི་འདུག་མཛོག་མཛོག་བཞག་ཡོད་པ་རེད། འདི་སྤྱི་མ་སྤོམ་གྱི་སྐད་ཆ་རེད། འདིའི་ནང་དུ་མིང་  
བཏོན་ཤོག་དང་ཁྲངས་སྤྱི་ལ་ཤོག་ལབ་ཡོད་པ་མ་རེད། གནད་དོན་དེ་དང་དེ་འདྲ་བའི་ཐུན་ལ་གནད་དོན་ཞུ་སྐྱེད་པོ་ཡོད་པ་སྤྱི་  
གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ལ་བཅེ་བཀྲའ་དང་། སྤྱི་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད་མེད་ཐེ་ཚོམ་གྱིས་ཐོག་ནས་ངས་འདི་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་རིང་  
འདི་ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཡིན་ཟེར་ན། གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་ཐེངས་དང་པོ་རེད། དང་པོ་ཉིད་ནས་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་ག་  
གཞིའི་འགྲོ་ཐུགས་མ་ཤེས་པ་བྱས་ནས་གང་ཟག་གཅིག་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྲ་ལམ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ནག་པོ་བཟོ་བཞིན་འདུག་  
གསུངས་པ་རེད། ང་ལ་དེ་ག་རང་བྱུང་བ་རེད། དེ་ལ་ཞེད་སྐྱོར་བྱེད་ནས་མིན། ཡིན་ནའང་བརྒྱུད་རིམ་འདི་ཡག་པོ་མཐོང་མ་  
སོང་། ལུ་མཐུད་ནས་གཏོང་རྒྱུའི་འདོད་པའང་བྱུང་མ་སོང་། བྱས་ཅང་ངས་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་ལན་འདེབས་བྱུང་ཅམ་  
ཞུས་པ་ཡིན། འགན་ཁུར་དང་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། སྐབས་བཞི་འགྲོ་བཞིན་པ་  
རེད། བརྒྱ་ཐམ་པའི་གྲལ་འགོ་ལ་མ་སྐྱེབས་ནའང་། སྟོང་ཐམ་པའི་གྲལ་མཐའ་ལ་སྐྱེབས་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་མིན་ནོ། སྐྱེབས་པ་  
ཆེན་པོའི་ངང་ནས་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་བྱས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་མིས་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཏེ་ལུ་མཐུད་ནས་  
རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་གི་འདུག་ ངས་འདིར་ངོས་ལེན་ཞུས་ཏེ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། འདི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད།

དེ་ནས་གནད་དོན་གཞན་ཞིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ང་ཁྱད་མཆར་ཞིག་མཐོང་སོང་། དམ་བཅའ་སྒྲངས་ནས་ཉིན་མ་གསུམ་  
མ་གཏོགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་གཙོས་པའི་མཆོག་གསུམ་དཔང་བཙུགས་ཟེར་མཁན་མང་པོ་བྱུང་སོང་། དཔལ་ལྷན་  
ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ མཆོག་གསུམ་དཔང་བཙུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་དེ་བཞེས་ཏེ། ག་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་བསམ་ནས་  
བལྟས་པ་ཡིན། མ་གཞི་ངས་ཁ་སང་འཆམས་འདྲི་ཞུས་པ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་བཞི་བཅུ་ཞེ་ལྔ་ཆང་མ་གསར་པ་ཡིན་ནའང་རེད་ཅིང་  
པ་ཡིན་ནའང་རེད། ང་ལས་ཡག་པ་མ་གཏོགས་སྤྱི་བ་མི་འདུག་ བྱས་ཅང་ངས་ཀྱས་བཀྲའ་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན།  
འཆམས་འདྲིའང་ཞུས་པ་ཡིན། ང་སྤྱི་པོ་ཡིན་ཅང་ང་མ་རབས་དེ་ཡིན་ས་རེད། དམ་བཅའ་ཞི་ཆང་མས་ལུ་མ་སོང་། གང་ལྟར་  
གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་དབུས་གཙང་རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་གིས་ཀྱས་བཀྲའ་ཆེས་ཤོས་གནང་སའི་སྤྱི་འཐུས་འོས་ཐོབ་ཨང་  
དང་པོ་དེ་བཀའ་སྐོན་ལ་བསྐྱོས་སོང་། ཞབས་སྟེགས་སྟེང་མི་འདུག་ འདི་སྤྱི་མ་བཞག་ཡོད་དམ། འདི་སྤྱི་མ་བཞག་རྒྱུའི་འཆར་  
གཞི་ཡོད། བདེན་པ་རེད་དམ། དམ་བཅའ་དང་མཐུན་གྱི་འདུག་གམ། ངས་བཞག་དགོས་པར་སྤྱོ་ཐམ་པོ་འདུག་ དམ་བཅའ་  
སྒྲངས་པ་ཡིན། ལུ་ལ་ཤོག་ནའང་ཤོག ( དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས། འདིའི་ཐོག་ལ་  
དམིགས་བསལ་གོ་སྐབས་བཞེས་སོང་། འདི་ཆོ་རུང་ཟད་བསྐྱེད་ཅམ་གཏོང་རོགས་གནང་། ) ལགས་སོ། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་

གཙོ་མཆོག་ངས་མང་པོ་ཞུ་རྒྱུ་མེད། ཡིན་ནའང་བཟང་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་  
མཆོག་སྐད་ས་འཛིན་གནང་གི་ཡོད་ན། ངས་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཞུ་ཡི་ཡིན། དུས་ཚོད་ཞུ་ཡི་ཡོད་ན་  
ལས་རིམ་ནང་ལ་མི་འདུག ཞུས་པ་དེ་ངས་ལས་རིམ་ནས་རྟོགས་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག བྱས་ཅང་ངས་ཞུ་ཡི་ཡོད།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་དམ་བཅའ་བཞེས་ནས་བདུན་ཕྲག་གཅིག་ཕྱིན་པ་རེད། གྲོས་ཆོག་གས་ལ་དབུ་སྐོར་  
ཞུས་སོང་། ཆ་རྒྱན་ཆང་གི་ཡོད་དམ་ཞེས་ཐེངས་གསུམ་དྲིས་སོང་། ཆང་གི་ཡོད་གསུངས་སོང་། ད་ཆ་ཆང་འདུག་གམ། ཆང་  
མ་ཁ་ཁུ་བསིམ་མེར་བསྐྱད་ཀྱི་ཡིན་ནམ། རོ་ཆ་ཡི་མི་འདུག་གམ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ང་ཚོའི་བྱེད་སྐད་ས་འདི་འདྲ་རེད། གྲོ་  
པམ་གྱི་འདུག ཡིན་ནའང་སོ་སོ་དང་དུ་མཐུངས་ནས་འདིའི་ནང་སླེབས་པ་རེད། གྲོ་པམ་ནའང་ང་རང་སྐྱུག་གྱི་རེད། དམ་བཅའ་  
དེ་ཡང་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐུ་མདུན་དུ་ཞུས་སོང་། ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་རྩ་འཛིན་  
ཡིག་ཆ་ནང་ལ་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་དུ་ཞུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཡ་གེར་ཞུ་སྐུ་མེ་མང་སྟོང་ཕྲག་མང་པོས་གཟིགས་  
ཆར་བ་རེད། དམ་བཅའ་རྩ་ཆོག་དང་འགལ་སོང་། རྩ་ཁྲིམས་དང་འགལ་སོང་། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་བཅའ་ཁྲིམས་  
དོན་ཚན་ ༩༩ བ་བཀའ་འགལ་གི་འགན་ཁུར་དང་འཕྲོ་འཁྱུར། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ནས། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་  
ལགས། དེའི་ཐོག་ཏུ་མ་ཐེབས་རྟོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལས་རིམ་གཞན་པ་ཞིག་སྤྱིག་བསྐྱད་ཡོད། གོ་སྐབས་བཞེས་  
སོང་། དེ་མཚམས་འཛོག་རྟོགས་གནང་། ) དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ཆོག་གས་གཙོའི་བཀའ་འབྲེལ་ཐོག་ནས་ངས་མང་པོ་  
ཞིག་ཞུས་ན་ཆོག་གས་གཙོ་ལ་མ་བཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་འདུག གང་ལྟར་གྲོས་ཆོག་གས་འདིའི་ནང་ལ་ལས་རིམ་སྤྱིག་སྐད་ས་ལ་  
བལྟས་ན། ཆོག་གས་གཙོ་ཆོག་གས་གཞོན་གཉིས་ལ་འང་ངས་ཡིད་ཆེས་བརྒྱགས་སོང་ཞེས་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

## ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་པོ་བསོད་ནམས་བསྐྱན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་བཀའ་འོས་དེ་ག་འདྲ་གསུངས་པ་ཡིན་ནམ། ངས་གསལ་པོ་ཞིག་བཤད་ཐུབ་པ་མི་འདུག ད་  
ལྟ་འདྲིར་བཀའ་འགལ་གིས་ཡིག་ཆུང་ཞིག་གནང་སོང་། འདིའི་ཐོག་ནས་ངས་ཞུ་བཞིན་ཡོད་མ་གཏོགས་གཞན་ངས་ཐག་བཅད་  
ནས་ཞུ་ཤེས་པ་ཡོད་པ་མ་རེད། སྐབས་དེ་དུས་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་མི་འགོ་ན་བསམ་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕྱན་  
སྤྱིད་ལགས། ལུ་མཐུད་ནས་གསུང་རྟོགས་གནང་།

## སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕྱན་སྤྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ནས་རྒྱན་ངས་དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ལ་སྤྱི་ཁོངས་རུས་པའི་གཉིད་ནས་གྲུས་བཀའ་  
ཡི་རངས་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་རིང་ངས་ཆོག་གས་གཙོ་ལ་འདི་འདྲ་ཞུས་ནས་ཅུང་ཟད་འགྱོད་པ་དང་རོ་ཆ་པོ་འདྲ་བུང་། དཔལ་ལྷན་  
ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ལ་ཡི་གེ་འདིའི་ནང་དུ་འདི་འདྲ་ཞིག་འདུག འདི་མི་འགོ་བསམ་པ་དགོངས་སོང་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད།  
པལ་ཆེར་མཛོན་ཤེས་ཡོད་རྒྱུ་མ་རེད་དེ་རིག་ཤེས་ཐོག་ནས་གསུངས་ཡོད་ཀྱི་རེད། བྱས་ཅང་ངས་ཞུ་དོན་གཙོ་བོ་དེ་བཅའ་  
ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༩༩ བ་ནང་གསེས་ ༣ པའི་ཀ་པ་དེའི་ནང་དུ། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱིས་སྤྱི་འཐུས་འོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་

གཉིས་ཡན་གྱིས་མོས་མཐུན་བྱང་ན་སྤྱོད་དང་། བཀའ་སྒྲོན་གྱི་བྲག་པ། བཀའ་ཤག་ཡོངས་རྫོགས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་  
འཐུས་ཅེས་འཁོད་ཡོད་པ་རེད། དེའི་དུས་ཚོད་ལ་སླེབས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བ་དེའི་ཉལ་སྦངས་ལ་བལྟས་ན་བེུ་ག་འདྲ་  
ཞིག་སྐྱེ་ཡི་ཡོད་མེད་ངས་ཏ་གོ་ཡི་འདུག བྱས་ཅང་ངས་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་སྐྱུག་བསྟན་གྱི་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

## **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།**

ད་ལྟ་ང་ཚོ་གོས་ཚོགས་ཀྱི་ཟུར་ཉན་གྱི་ར་བའི་ནང་དུ། རྒྱ་གར་དྭ་རམ་ས་ལའི་ཕྱོང་སྤེལ་ལྟ་ཚོགས་དང་། དེ་བཞིན་ཕྱོང་ཁྱིམ་གྱི་  
ཁྲབ་བ་འགའ་སྐྱེ་མགོན་ལ་ཕེབས་བསྟན་ཡོད། ཅ་བའི་རྣམ་པ་ཚོ་ཆང་མས་མཁུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་ལ་རྒྱ་གར་གཞུང་མང་  
གཉིས་དང་དེའི་ནང་ནས་ཉི་མ་རྒྱལ་མངའ་སྤེལ་དང་། དེ་བཞིན་དྭ་རམ་ས་ལའི་ས་ཆ་དེ་དམིགས་བསལ་ཡུལ་མི་དང་པན་ཚུན་ཉིན་  
མ་དང་ཉིན་མ་འཆོ་བ་མཉམ་དུ་བསྐྱལ་དགོས་དུས། ཁོང་རྣམ་པ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་  
རིང་ང་ཚོ་འབྲེལ་ཡོད་ཐོད་མི་ཁག་ཅིག་དང་གོ་བསྐྱར་བྱས་ནས་གོས་ཚོགས་ཀྱི་ཟུར་ཉན་ནང་དུ་ཕེབས་རྒྱུ་ཡིན་གསུངས་སོང་།  
ཟུར་ཉན་དུ་ཕེབས་མཁན་གྱི་སྐྱེ་མགོན་རྣམ་པའི་མཆོན་གཞུང་ཁག་གཤམ་གསལ།

- 1 Sh Randhir Singh Rana (Councillor) Forsythganj
- 2 Sh Onkar Singh Nehria (Councillor) Bhagsunag
- 3 Smt Maya Devi (Councillor) Mcleodganj
- 4 Smt Neenu Sharma (Councillor) Kashmir House
- 5 Smt Bimla Devi (Councillor) Khazanchi Mohalla
- 6 Smt Tejinder kaur (Councillor) Kotwali Bazaar
- 7 Sh Rohit Kumar (Councillor) Secretariat
- 8 Smt Saroj Gularia (Councillor) Khel Parisar
- 9 Smt Sushma (Councillor) Sakoh
- 10 Sh Devider Jaggi (Deputy Mayor)Shyam Nagar
- 11 Smt Anju (Councillor) Ram Nagar
- 12 Smt Swarna Devi (Councillor) Barol
- 13 Smt Savita Karki (Councillor) Dari
- 14 Sh Sunil Vikram (Councillor) Kand
- 15 Smt Rajni Vyas (Mayor) Khaniyara
- 16 Sh Sarv Chand (Councillor) Sidhpur
- 17 Sh Vishal Jambal (Councillor) Sidhbari
- 18 Smt Babita Devi (Nominated Member)

19 Sh Sandeep Bains (Nominated Member) བཅས་ཁོང་རྣམ་པ་སྐྱེ་མགོན་ཁག་ཅིག་ཕེབས་བསྟན་ཡོད། དེ་  
བཞིན་སྐྱེ་ཞབས་ཀེ་ལ་ཤ ཟར་སི་སྤེལ་མཆོག་ ཁོང་དྭ་ལྟོ་ཨ་རྩི་རི་ཀའི་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་དང་། ང་ཚོ་ལ་ཐོད་དོན་རྒྱུ་སྐྱོར་

གནང་མཁན་ཞིག་རེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་བཅས་ལ་ཕན་ཚུན་སློབ་སྤྲུལ་གི་རིག་གཞུང་བརྗེ་ལེན་ཐོག་  
ནས། ད་རེས་ང་ཚོའི་ཐོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་དུ་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་བྱག་རོགས་སློབ་སྤྲུལ་གཉིས་པེབས་ཡོད། ཁོང་ནམ་པ་  
ལ་ཐོས་ཚོགས་ངོས་ནས་དགའ་བསུ་ཞུ་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་གསེར་རྟ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་གསེར་རྟ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བསྐྱར་དུ་གོ་སྐབས་གནང་བར་བཀའ་བློན་ཆེ་ཞུ་ཡིན། ཁ་སང་སློན་མ་ཚོག་ཁ་ཤས་ཅིག་  
ཞུས་པའི་རྗེས་ལ་འཕྲོས་སྤྲུལ་ཁ་ཤས་ཤིག་འདུག དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བསྐྱར་དུ་གོ་སྐབས་ཞུས་པ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད།  
སྤྱི་ཡོངས་འོས་བསྐྱུ་གཞི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་བྲེལ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་ཡོད་  
པ་མ་རེད། གང་ལྟར་མ་འོངས་པའི་ལོ་ལྔའི་ནང་དུ་འཐུས་གཙང་དང་ཞིབ་ཚགས་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་  
གྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་འདི་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་གིས་མཁྱོགས་པོ་བྱས་ནས་ཐག་བཅད་དགོས་པ་གནད་འགག་ཅིག་ཡོད་རྒྱུ་  
མ་རེད། གོང་དུ་བྱག་སྤྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཁ་ཤས་ཅིག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། ང་རང་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་འདྲ་བྱ་གྱི་ཡོད་ཅིས་  
ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་དེ་རིང་འདི་ལ་རྒྱ་ལྟོ་རྒྱུ་ཚུལ་དུ་བསམ་འཆར་ཟེར་ནའང་རེད། སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅས་གྱི་ཁྲིམས་  
འཆར་གྱི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་ལྟོ་རྒྱུ་ཚུལ་ལ་ཕྱལ་བཞག་པ་འདི་ཚོ་ཡང་། ཁ་སང་ཡིག་ཆ་དེ་མཇུག་བཅུ་ལ་ཐག་བཅད་གཅིག་  
བཏུས་པ་ཡིན། འདི་ཚོའི་ཐོག་ལ་བསམ་མཐོ་གཏོང་དགོས་པ་ཉ་ཅང་མང་པོ་འདུག རྒྱ་མཆོན་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་བསམ་མཐོ་  
བཏང་བ་ཡིན་ནའང་ད་དུང་ཞིབ་ཚགས་པོ་བྱེད་དགོས་པ་མང་པོ་འདུག དེ་བཞིན་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དབྱེད་མཆོག་གིས་དམ་འབྲུལ་  
གྱི་མཛད་སྒོའི་ཉིན་མོར་འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་དང་བཀའ་བསྐྱར་བྱས་ནས་མཁྱོགས་པོ་འོས་བསྐྱུ་འདི་སྤྱིག་གཞི་ལ་བསྐྱར་བཅས་  
བཏང་གི་ཡིན་གསུངས་སོང་།

དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གྱིས་ཆོག་ཆ་འདི་བཞིན་འཁོད་དགོས་ན། འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་དང་བཀའ་བསྐྱར་གིས་བཀའ་  
བསྐྱར་བྱས་ནས་སྤྱིག་གཞི་ལ་འགྱུར་བ་བཏང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཤིས་རྟོགས་གང་ཡང་མེད། དེ་ཡིན་དུས་འདི་དག་ཆང་མའི་ཐོག་ལ་  
བསམ་མཐོ་ཞིག་བཏང་ནས་བསྐྱར་ཞིབ་ཞིབ་ཚགས་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་འདུག་ཅིས་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་ཡིན།

གང་ལྟར་དེ་རིང་འདི་ལ་ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་རྒྱུར་དགག་བྱ་མེད། ཡིན་ནའང་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་གྱི་ང་ཚོའི་  
ཁྲིམས་སྤྱིག་གཞི་དག་ཁག་ཅིག་ལ་བསྐྱར་བཅས་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་འགག་ཅིག་འདུག བྱས་ཅང་ཚོགས་ཆུང་དེའི་གནད་  
དོན་འདི་ཚོའི་སྐྱེད་ལ་ངེས་པར་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་ཞེས་འཁོད་སྤྲུལ་ཞུ་རྒྱུའི་དོན་དག་གཅིག་ཡོད། བོད་མི་མང་  
སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགོ་ཁྲུགས་དང་ལས་དོན་བྱེད་སྒྲོགས་ཀྱི་སྤྱིག་གཞི་དོན་ཆུང་ ༩༩ པ་བཀའ་སློན་  
དགོངས་ཞུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིམས་སྤྱིག་གི་ཐོག་ནས་གསལ་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག དེའི་ནང་  
དུ་ག་རེ་འཁོད་ཡོད་པ་རེད་ལའོ། བཀའ་སློན་དགོངས་པ་ཞུ་མཁན་བྱུང་སྐབས་སྤྱི་དབྱེད་ལ་སྤྱི་མཐུན་མེད་དང་བཀའ་འཁོལ་བྱུང་



# ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ཕྱག་ཚོད་ ༡༡༡༥ བར་དུ་གསོལ་ཇའི་བར་གསང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༣ ཉིན་གྱི་ཐུན་གཉིས་པ།

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ད་ལྟ་ལས་རིམ་ལྷ་མཐུད་རྒྱ་ཡིན། ཡིན་ནའང་གོས་ཚོགས་ལ་བཀའ་འཁོལ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་བཀའ་ཤག་གིས་དུས་ཚོད་  
གཅིག་ཞུས་སོང་། དང་པོ་དེ་ལ་གོ་སྐབས་ཕུལ་རྒྱ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་མཆོག་

## དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་སྐོར་སྤྱོད་བཅས་པའི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དགོངས་སེལ་དང་སྤྲུགས་ཞུ་རྒྱ་ཞིག་ལ་གོང་དུ་སྤྲོད་སྐོར་བྱང་སོང་མོད། ད་ལྟའི་ཆར་བཀའ་  
སྤྲོད་ཞིག་གོས་ཚོགས་འདིར་ཕེབས་མེད་པ་ཆང་མས་གཟིགས་ཡོད་པ་རེད། གཞི་ཅའི་ཁོང་གི་སྤྱི་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་  
ནས་ལོ་ངོ་ ༣༥ ཟེན་པ་ལ་ལྷ་བ་གསུམ་ལྷག་ཙམ་མ་འདང་བའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས། དེ་རིང་ཞོགས་པ་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་  
ལ་འདུ་ཁོང་གིས་དབྱ་ཁྲུལ་ལག་དེབ་དང་། ཁོང་གི་སྤྱི་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་ཁག་ཆ་ཆང་ཕུལ་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་  
བཞིན་བཀའ་ཤག་གི་ནང་ལ་ཡང་བཀའ་བསྟར་གནང་ནས་ད་ལྟའི་བཀའ་སྤོབ་གྱི་ལས་གནས་ནས་བཀའ་ཤག་གིས་ཁོང་གི་རྒྱ་  
འཕེན་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཁ་སང་གོང་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་རེད། བཀའ་སྤོབ་བསྐྱོར་རྒྱ་དེ་ཡིན་ནའང་གསང་བའི་  
ཐོག་ནས་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཉི་མ་དང་པོར་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་གཟུང་ལྷ་བ་ཆུ་ཚོད་བཅུ་གཅིག་གཡས་གཡོན་ནས།  
བཀའ་སྤོབ་ལོ་མི་རིམ་བར་འབྲེལ་བ་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་དུས་ཆ་རྒྱུན་གཉིས་དེ་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་དགོངས་གཞིར་  
བཟུང་དང་། དབུ་མའི་ལམ་གཞིར་བཟུང་བྱུག་ལས་གནང་དགོས་པ་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་དང་སྤྲུགས། རོ་བདག་ཁོང་ལ་བྱོད་རང་  
གི་སྤྱི་སྡེ་ལོ་སྤྱི་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞུས་ཡོང་དུས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ རེད་གསུངས་དུས། ཉོབ་ཏེ་གངས་ཀ་བརྒྱབ་ཡོང་དུས་  
༣༥ ཆང་འདུག་ཅེས་དགོངས་པ་རེད། རོ་བདག་ནས་ཡིན་ནའང་ཉོབ་ཏེ་བཀའ་སྤོབ་དུ་བསྐྱོར་ཡོང་དུས། བཀའ་སྤོབ་གནང་  
རྒྱུར་དགོངས་པ་མང་པོ་ཞིག་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་ཁ་གསལ་པོ་མ་ཆགས་པ་ལ་བཞིན་ནས་དེ་ལྟར་ལྷག་པ་ཞིག་རེད། གང་ལྟར་  
ཡང་གོས་ཚོགས་ལ་དགོངས་སེལ་ཞུས་པ་དང་སྤྲུགས། དབུ་སྐོར་ཞུས་པ་ཅ་བ་ནས་མིན་པར་དེ་ལྟར་ལྷག་སོང་བ་ཞིག་རེད་  
ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ལ་དཔག་ནས་ཁོང་བཀའ་སྤོབ་གྱི་ལས་གནས་ནས་ཕྱིར་འཕེན་རྒྱ་རྒྱུར་ངོས་འཛིན་གནང་རོགས་གནང་  
ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།



## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ཅ་བའི་དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་མཆོག་གིས་གསུངས་པའི་བརྗོད་གཞི་དང་ལས་རིམ་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་དམིགས་བསལ་གྱིས་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུ་དུས་ཚོགས་གཙོ་ས་བཀའ་འཁྲོལ་གནང་བ་རེད། གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ལ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་ཉིན་དང་པོའི་ལས་རིམ་འགོ་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས། ཚོགས་གཙོ་ས་གསལ་བཤད་བྱེད་དགོས་པའི་རིགས་གཅིག་འདུག་དེ་གསལ་བཤད་ཞུས་ན་བསམས་སོང་།

ཐོག་མར་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་རགས་ཟིན་བཟོ་བའི་སྐབས་སུ། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚོགས་ལས་ཉིན་དང་པོའི་ནང་དུ། དུག་རྒྱུ་ས་བཀའ་སློན་ལྟུང་ལ་བདམས་སྐྱེ་ཡིན་པས་ལས་རིམ་ནང་དུ་འདུག་རྒྱུ་ས་གནང་ཞེས་བཀའ་ཕེབས་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ལས་རིམ་ནང་དུ་བཅུག་པ་ཙམ་རེད་མ་གཏོགས། ལོ་རྒྱུས་དང་གང་ཟག་སུ་ཡིན་མིན་དེ་གསལ་བ་ཉར་བསྟན་བ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་སྟོན་གྱི་བྱང་རིམ་ནང་ལ་བཀའ་སློན་ལྟུང་ལ་གྲོས་ཚོགས་སུ་འཆར་འབྲལ་བྱེད་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རིགས་འདུ་མིན་བྱང་འདུག་རིགས་གཅིག་དེ་ལོ་རྒྱུས་དང་ཡིག་ཆ་ཆ་ཆ་ཆ་ཞེས་སྐབས་དེའི་བཀའ་སློན་ཁྲི་པའི་གསོལ་ཅོག་སྟངས་ལ་བཞག་ནས། ལས་རིམ་དེ་སྐབས་བ་དང་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཆང་མར་བཀམས་སྐྱེའི་ལམ་ལུགས་ཅིག་བྱང་འདུག་ཡང་ཐད་ཀར་ལས་རིམ་ནང་དུ་མེད་ནའང་ལས་རིམ་གྱི་སྐབས་བཟུང་ནས་གྲོས་ཚོགས་སུ་གཏོང་བ་དེ་འབྲལ་བྱང་འདུག་སྐབས་དེར་བཀའ་སློན་འོས་འདེམས་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ལས་རིམ་ལྟུང་གཞག་འདོན་མཁན་ཁག་ཅིག་བྱང་བ་རེད། གཅིག་དེ་སྤྲོད་གིས་འཆར་འབྲལ་བྱས་པའི་ཡིག་ཆའི་ཐོག་ནས་འབྲིག་གི་མེད་པ་དང་། ཚོགས་གཙོ་ས་བརྒྱ་ཆ་བརྩིས་ཕྱོགས་སྟོར་ལ་ལས་རིམ་ལྟུང་གཞག་གཅིག་བྱང་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་ཚོགས་གཙོ་ས་ལས་རིམ་ལྟུང་གཞག་གི་དགོངས་པ་གང་འཆར་གྱི་ཐོག་ནས་བཀའ་སློན་གཉིས་ཙམ་མ་གཏོགས་ཡིག་ཆ་ཆང་མ་སྐབས་དེ་རང་ལ་གསོལ་ཅོག་ཐོག་ལ་བཀམས་སུ་བ་བྱང་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེས་འགྲོས་ཉིན་གཉིས་པའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་དུ་ལྷག་པའི་ཆེད་དུ་བཀའ་སློན་ཆང་མ་ཕྱོགས་བསྐྱེམས་བྱས་ནས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཆང་མར་སྤུལ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཡིན་ནའང་སྐབས་དེར་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་ཆོར་བའམ་འཐུས་མི་ལྷན་པས་ཅ་འཛིན་བྱས་པ་དེ། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ནས་དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་མཆོག་གིས་གང་སུལ་བ་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་གཞི་ཅ་བྱས་ནས་ཐག་བཅད་བ་རེད། དེ་དུས་གྲོས་ཚོགས་སུ་སྤུལ་བ་དེར་བཀའ་སློན་གྱི་ལས་གནས་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཁོང་གི་ཡིག་ཆ་གྲོས་ཚོགས་སུ་འཆར་འབྲལ་གནང་བའི་ནང་འཁུངས་ལོ་དེ་གྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ གཅིག་སུ་བཀོད་ཡོད་པ་རེད། གྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོ་ ༣༠༡༦ བར་དུ་བརྩིས་པ་ཡིན་ན་ལོ་ ༣༥ ཆགས་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁྲོ་བ་དང་ཆེས་གངས་དེ་ར་ཆོའི་གྲོས་ཚོགས་སུ་སྤུལ་སྐྱེའི་ཡིག་ཆ་དེར་གསལ་ཡོད་པ་མ་རེད་ལ། དེའི་ཐོག་ནས་ར་ཆོས་ཅད་གཅོད་ཀྱང་ཞུ་བ་ཡོད་པ་མ་རེད། འོན་ཀྱང་སྐབས་དེར་ལས་རིམ་ལྟུང་གཞག་གཅིག་ཕེབས་ནས་རང་དབང་དུ་ཁྲུལ་ལག་དེ་བ་གྱི་རོ་བུས་དེ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་བ་རེད། འདི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཐོད་གྱི་ཡུལ་མི་ཡིན་པའི་གཞི་ཅ་དེ་ལ་འཛིན་གྱི་རེད་ཅེས་གསུངས་བ་རེད། དེ་མ་གཏོགས་དོན་ཆོན་གཞན་དག་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་གསུངས་མ་སོང་། ཚོགས་གཙོ་ས་སྐབས་དེར་སྐབས་བའི་པོ་ཡོད་ན་གྲོས་ཚོགས་སུ་བཀམས་རྒྱུ་ས་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་མཆོག་གིས་དེ་འབྲེམས་མི་དགོས་པ་གནང་རྒྱུ་ས་བ་ཡིན།

གནང་ཞེས་ཞུས་པ་རེད། སྐབས་དེར་ཚོགས་གཙོས་གང་ཟག་དམིགས་སྤྱོད་བཀའ་ནས་དེ་ལ་དགོས་ཟེར་མཁན་བྱུང་ན། དེ་དུས་  
འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་ཏེ་དེ་འདྲ་བ་གང་ཡང་བྱུང་མ་སོང་། དེ་མ་བྱུང་དུས་ང་ཚོའི་ལས་རིམ་དེ་སྤྱི་མཐུན་ནས་  
ཕྱིན་པ་རེད། དེ་ཕྱིན་ནས་བཀའ་སློན་ཆང་མར་དགག་པ་བྱུང་ནས་འོས་བསྐྱུད་དགོས་པ་ཆགས་པ་རེད། དགག་པ་བྱུང་དགོས་  
པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་བཀའ་ཤག་སྐབས་བཅུ་བཞི་པའི་ཐུག་ལས་གནང་སྐབས་ལ་བརྟེན་ནས་དགག་པ་བསྐྱོན་པ་ཡིན་གསུངས་པ་  
མ་གཏོགས། གང་ཟག་དེ་དང་དེ་ལ་འོས་ཚུངས་འདི་དང་འདི་ཆང་མི་འདུག་ཟེར་མཁན་ཞིག་གོས་ཚོགས་ཀྱི་ར་བའི་ནང་བྱུང་ཡོད་  
པ་མ་རེད། དེར་བརྟེན་མཐའ་མ་འོས་བསྐྱུད་ལས་ནས་གང་ཟག་དེ་བཀའ་སློན་དུ་འདེམས་སྟོན་བྱུང་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་  
ཚོ་གོས་ཚོགས་ཀྱིས་དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་མཆོག་གིས་གང་ལུགས་པ་དེ་ལ་ཅ་འཛིན་བྱས་ནས། སྐབས་དེར་ལས་རིམ་དེ་ཆགས་  
ཚུད་པོ་བྱས་ནས་འགོ་ཐུབ་སོང་སྟེ་པའི་ཚོར་སྣང་བྱུང་བ་རེད།

ཡིན་ནའང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྲ་ལམ་དང་སྤྱི་ལོགས་སྤྱི་འདུའི་བཀའ་མོལ་གསུང་མཁན་བྱུང་ཡོད་དུས། དེ་ལ་སྐྱེད་གཞི་  
ཞིག་ཆགས་ནས་དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་མཆོག་གིས་བཀའ་ཐེབས་པ་གཞིར་བཟུང་། ད་ལྟ་བཀའ་སློན་དུ་འཆར་འབྲུལ་ཞུས་པའི་  
གང་ཟག་དེ་བཀའ་ཤག་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱས་པ་ཡིན་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཉག་ཉག་སྤོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག་གང་  
ཡིན་ཞེན་བཀའ་སློན་གྱི་འོས་ཚུངས་ལ་ཆ་རྒྱུན་དགྲ་ཡོད་པ་རེད། འོས་ཚུངས་གང་རུང་ཞིག་མ་ལོན་ན་བཀའ་སློན་གྱི་ལས་འཁུར་  
ཞུ་རྒྱུ་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་རང་བྱིས་ཞིབ་ཁང་ནས་འོས་ཚུངས་ཆང་མི་འདུག་ཅེས་པའི་ཡི་གེ་དོ་བཟུས་ཤིག་  
འབྲོར་བ་དེ་རག་སོང་། དེར་འོས་ཚུངས་ཆང་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་སོང་། ཁ་སང་བྱིས་ཞིབ་པ་ཆེ་བའི་མདུན་ལ་དམ་བཅའ་  
བཞག་པ་དེ་བཅི་མེད་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པའི་ཡི་གེ་དེ་ད་ལྟ་རང་འབྲོར་སོང་། དེ་འདྲའི་གནས་སྐབས་ཤིག་རེད།

ཡང་ང་ཚོའི་གོས་ཚོགས་ར་བའི་ནང་དུ་ཆེད་མངགས་དབུ་སྐྱོར་བཏང་བ་རེད་མདོག་མདོག་གསུང་མཁན་གྱི་རིགས་  
ཀྱང་བྱུང་སོང་། ཡིན་ནའང་ཚོགས་གཙོས་བསམ་སྒོ་བཏང་བ་ཡིན་ན། ཆེད་མངགས་དབུ་སྐྱོར་བཏང་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་  
སྐབས་ཀྱི་མི་འདུག་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྐབས་དེ་དུས་འཆར་འབྲུལ་བྱེད་མཁན་གྱི་དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་མཆོག་གི་ལས་དོན་ཆགས་མ་  
ཚུད་པར་འཐུས་ཤོར་བྱུང་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

མ་འོངས་པར་རྒྱ་འགོ་ན་ཡང་ཟམ་པ་གནས་དགོས་པ་རེད་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། བཀའ་ཤག་རིམ་བས་འཕོ་འགྲུར་  
འགོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་བྱུང་ཡིག་ཆང་དང་ཚོགས་བྱུང་ལས་ཁུངས་ཡིན་ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་ཡིག་ཆ་འབྲུལ་སྐབས་དེ་  
གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཉར་དགོས་པ་དེ་གནད་འགག་ཅིག་རེད་འདུག་གནས་སྐབས་དེའི་རིགས་དཔེར་ན་ལོ་རྒྱུས་འཆར་འབྲུལ་  
ཞུས་པ་ཡིན་ནའང་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་ཆེས་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་བཀོད་སྐབས་ན། གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ནས་གོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་རྣམ་  
པས་འཕྲལ་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་སྐབས་ཞིག་ཆགས་སྐབས་ཀྱི་འདུག

གནས་ཚུལ་གཞན་པ་ཞིག་ལ་སྐབས་དེར་ལས་རིམ་རྣམས་གཞན་ཅིག་བཏོན་ནས། ང་ཚོ་གསར་པ་ཡིན་དུས་སྤན་བུའི་  
དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་ཅིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས། འཕྲལ་མར་དགོངས་པ་བཞེས་སྐབས་ཀྱི་མི་འདུག་གསུང་  
མཁན་གྱི་རིགས་གཅིག་བྱུང་སོང་། དེའི་སྤྱོད་ཀྱི་གོས་ཚོགས་སྤྱོད་པ་བཀའ་སློན་ལ་དགག་པ་བྱུང་ནས་འོས་བསྐྱུད་འཕྲལ་མར་གནང་  
བའི་ལམ་ལུགས་ཅིག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ཚོགས་གཙོས་དེ་སྤྱི་གཞིའི་དགོངས་དོན་མིན་འགོ་སྐྱེས་པའི་བསམ་སྒོ་གཏོང་གི་

ཡོད། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་ནང་གསལ་བའི་འོས་ཚོས་ཆང་ལུགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགོ་ལུགས་དང་ལས་དོན་  
བྱེད་ཚུགས་ཀྱི་སྤྲིག་གཞིའི་དོན་ཚན་གྱི་དྲུག་གི་ནང་གསལ་བཀའ་སློན་གྱི་འོས་འདེམས་ཟེར་བ་དེར། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ཉི་  
ཤུ་ཙམ་གཅིག་ནང་གསལ་བའི་འོས་ཚོས་ཆང་ལུགས་ཀྱིས་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་སུ་རེ་རེ་བཞེན་གསལ་བཤད་དང་སྒྲགས་ལུས་  
འཕྲལ་ཞེས་ལས་སེང་མིང་འདོན་གནང་ཆར་བ་དང་དེ་མ་ཐག་ལུས་འཕྲལ་དེ་ག་རང་ལ་ཚོགས་གཙུག་འོས་མི་རེ་རེ་བཞེན་  
དགག་བྱ་ཡོད་མེད་གཟིགས་རྒྱ་ཞེས་བ་ལྟར་དེ། ཡིན་ནའང་ཁ་སང་དང་པོ་བཀའ་སློན་གྱི་འོས་འདེམས་དེ་ལ་ཚོགས་གཙུག་  
དེ་ཚོ་ཆང་མ་གསལ་བཤད་ཅིག་གནང་ན་བསམ་སོང་སྟེ། འོན་ཀྱང་རིམ་བསམ་མཁུན་རྟོགས་ཡོང་གི་རེད། མང་པོ་ཞིག་བཤད་  
བསྟན་ན་རན་པོ་ཡོད་རྒྱ་མ་རེད་སྟེ་ལྷན་ནས་ཞུས་མེད།

གང་ལྟར་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་སུ་ལས་རིམ་བྱང་བཞག་པ་དེ་དཔལ་ལྷན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་གང་ལུས་བ་དེ་ལ་གཞི་  
བབ་ནས་གནང་བ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་འོས་ཚོས་མ་ཆང་བའི་གནས་སྐབས་དེ་ཡང་དཔལ་ལྷན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གི་ཐོག་  
ནས་བཀའ་སློན་གྱི་ལས་གནས་ནས་བྱིར་འཐེན་བྱས་ཡོང་དུས། ཁྲིམས་དང་སྤྲིག་གཞི་འགོ་སྐྱབས་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲ་  
བྱུང་བ་ཡིན་དུས། གང་ཐག་ཁོང་ལྟ་བུ་ཡིན་ནའང་དགྲ་ལོ་རྒྱུད་རྒྱུད་རེད། སྤྱི་ཚོགས་སུ་ལས་ཀ་ལས་ཚོག་གི་ཡོད་བ་རེད།  
ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་ལག་བསྟར་ཞུ་དགོས་པའི་གནས་སྐབས་དེ་ཆགས་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་།  
གང་ལྟར་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་དེ་གཙུག་པོ་ཚོགས་གཙུག་གཉིས་ཀྱིས་འགན་འཁུར་གྱི་ཡོད་བ་རེད་ལ། ལས་རིམ་དེ་ཆང་དང་  
ལྷན་བཞེས་སྤྱིན་ཡོད་ཅེས་གསལ་བཤད་ཅིག་ཞུས་ན་སྟེ་སོང་། གོང་གི་ལས་རིམ་འགོ་ནས་མར་ཐེབས་རྒྱ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་  
གསེང་རྟ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་གསེང་རྟ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙུག་མཆོག་གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞེན་ཚོགས་འདུའི་འགོ་ལུགས་དང་ལས་དོན་བྱེད་ཚུགས་ཀྱི་སྤྲིག་གཞི་དོན་  
ཚན་ ༩༩ བ་བཀའ་སློན་དགོངས་ཞུ། དེའི་ཐོག་ལ་རེས་པར་དུ་གསལ་ཁ་ཞིག་གཏོད་དགོས་ཀྱི་འདུག མ་འོངས་པར་དེའི་སྤྲིག་  
གཞི་དང་མི་མཐུན་པའི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་ཞུས་ན། དེ་ལ་ཡང་འགོ་ལུགས་འགོ་སྐྱབས་ཆ་ཆང་ཞིག་བཟོ་དགོས་པ་དེ་གནད་  
འགག་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་གོང་དུ་ཞུས་པ་དེ་ལ་མཐུག་སྟོན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཞུ་བྱུ་ཡིན།

དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆོག་ཁག་ལགས་ཤིག་ཞུས་ན། ར་དང་ར་དབྱུག་གི་ཚུལ་དུ་མི་ཞུ་ཐབས་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་  
ཁག་ལགས་ཤིག་བྱུང་སོང་། ར་བའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་འདས་པའི་ལོ་བཅུ་ཐམ་པ་བསྟན་པའི་རིང་ལ། གང་བྱེད་སྒྲུབ་རྒྱ་ཡོད་པ་  
དག་གང་ལ་གང་མཆོམས་ཤིག་བྱས་པ་ཡིན། དེ་ལས་བསྐྱེམས་རྒྱག་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཁག་ཁག་གི་  
ཐོག་ལ་དཔེར་ན་བྱུག་སྟེལ་སྤྱི་འཐུས་ཁག་སྟེ་ཁང་དེ་ཚོར་སྐྱོར་བསྐྱོད་སྟེ་ལ་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཡང་ཡོད་པ་ལྟར། ཚོགས་རྒྱུང་  
ཁག་གི་ནང་ལ་སྐྱོར་བསྐྱོད་ཚོགས་མི་འདྲ་པོ་གནང་ནས་ཉི་མ་རེ་ལ་གཟིགས་ཅིམ་རེར་ཐེབས་སོང་། ཡིན་ཡང་ང་དེ་ལྟར་འགོ་  
རྒྱ་མ་བྱུང་། དེ་ཚོ་ལས་དོན་གྱི་ཆ་ནས་མ་བྱུང་བ་རང་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཆོག་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཞུ་བྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་དོན་དག་གཞན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་གཅིག་སྒྲིབ་སོང་། སྤྱིར་བཏང་སྐབས་བཙུ་བཞི་དང་བཙུ་ལྔ་པའི་གྲོས་  
ཆོག་ས་ར་བའི་ནང་དུ་ཆོག་གཅིག་གྱུར་དེའི་སྐོར་ལ་ལབ་མ་སྤྲོད་ཏེ། ཡིན་ནའང་གསེར་རྟ་ཟེར་བ་དེའི་སྐོར་ནས་གཅིག་གསུངས་  
སོང་། དེའི་སྐོར་དེ་རིང་གི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཁ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཁྱུས་ན་བསམས་སོང་། ར་བ་འདྲིའི་ནང་ལོགས་ལ་ཡོང་  
ཁུངས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཁ་གསལ་གིག་ཡོད་པ་རེད། ཡོང་ཁུངས་ཁ་གསལ་གི་ནང་ལ་རྒྱབ་སྟེགས་དེ་ཉག་ཉག་བསྐྱར་བྱུང་དང་མ་  
སྐྱབ་ཟེར་དགོས་ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་གནས་སྐབས་གིག་གི་ཐོག་ནས་དཀར་མཛེས་གསེར་རྟ་བདམས་ན་ཡང་བྱུང་བར་མི་  
འདུག་མངའ་རིས་གསེར་རྟ་བདམས་ན་ཡང་བྱུང་བར་གང་ཡང་མེད། དེར་བརྟེན་དེའི་ཐོག་ལ་དེ་རིང་བསམ་ཚུལ་ཆོག་ཅུང་ཅུང་  
ཞིག་གི་ནང་ནས་ཁྱུས་བཞག་ན་བསམས་སོང་།

དེ་ནས་དམ་བཅའ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སོ་སོས་དམ་བཅའ་འཛོག་ཡོད་པ་དེ། གྲོས་ཆོག་གི་འཇུག་མི་  
ཆང་མས་གནང་ཡོད་པ་རེད་བསམ་པའི་གདེང་ཆོད་དང་སློབས་པ་དེ་ཡོད་པ་རེད་སྟུང་བ་བྲན་གྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་བསྐྱར་དུ་  
སླེབས་དང་མ་སླེབས་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ང་ཆོ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་བྱས་པ་ཡོད་པ་མ་རེད་ལ། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཁོར་ལུག་གྱུར་ཡོད་པ་  
མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བསྐྱར་དུ་སླེབས་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ས་གནས་ཁག་ཁ་གསལ་ལ་ཆེད་མངགས་ཀྱི་སྟུན་ཁང་འཇུགས་སྟུན་བྱེད་  
རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དང་། མཐུན་རྐྱེན་བརྒྱད་སྟོད་བྱ་རྒྱུའི་མཆོན་བས་གང་ཡང་མ་བྱུང་། དེ་ཆོ་ཆང་མ་འཇུག་ཤོར་ཞིག་ལ་བརྟེན་  
བཞག་ན་ཡང་འགྲིག་ས་རེད། གང་ལྟར་མི་མང་གིས་འདྲིར་བཏང་བཞག་པ་རེད་ལ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་བཏང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་  
གང་སྐབས་ཅི་སྐབས་ཀྱིས་བྱ་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས་སོ་སོ་སྒྲིབ་ཀྱི་ངོས་ནས་ཆོག་གསལ་བ་སྒྲིག་འཇུགས་ཁག་བེད་སྟོད་བཏང་ནས་དེ་  
རིགས་བྱ་རྒྱུའི་བྱས་པ་ནི་གང་ཡང་མེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་མི་འདྲ་བ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་བྱུང་བར་  
ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཇུག་ཁ་གསལ་གིག་ལ་བ་ན་སྐད་ཆ་དེ་ཐལ་བྲག་འགོ་ས་རེད་དེ། སྤྱི་འཇུག་གཅིག་གིས་ཆེད་  
གཉེར་གྱིས་སྟེ་ཆོན་ཁ་གསལ་གིག་ལ་ཆོག་ལ་ཆོག་ལན་དང་། གཏམ་ལ་གཏམ་ལན་གྱིས་ཁ་གཏང་གཅོག་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཐེབས་པ་  
ཡིན་པ་དེ་འདྲ་གསུངས་སོང་། ཡིན་ཡང་ད་ལྟའི་སྤྱིར་ཆོར་དེ་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། སྐད་ཆ་དེ་ཆོ་ལ་ལན་འདེབས་བྱེད་དགོས་པ་  
དང་། རིན་ཐང་བརྟེན་དགོས་པ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མཇུག་མ་སོང་། དེར་བརྟེན་ད་ལྟའི་ཆར་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ལན་འདེབས་གང་ཡང་ཁྱུ་  
རྒྱ་མིན། ཡིན་ནའང་མ་འོངས་པར་དེ་འདྲ་ཁྱུ་དགོས་བྱུང་ན་ཁྱུ་རང་ཡིན་ཞེས་ཁྱུ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

## ཆོག་གསལ་གཙོ་མཐུན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ད་ལྟ་སྤྱི་འཇུག་མཆོན་ཐོ་བྱུང་བ། ཐམ་མཛོ་བྱམས་པ་ཆེ་རིང་དང་། ཐུབ་བསྟན་ལུང་རིགས། རྒྱ་རིགས་ཐར། བསྟན་འཛིན་  
འཇམ་དབྱངས། དགེ་བཤེས་ཨ་ཁྲུག་ཆེ་བརྟན། དོན་གྲུབ་བཟའིས་བཅས་ཡོད། དེ་རིང་ལས་ཉིན་མཐའ་མ་ཡིན་དུས། ཆང་  
མས་གནང་དོན་ཐོག་ལ་གང་སྐབས་སྐབས་ཐེབས་སྐབས་པའི་རེ་བ་ཁྱུ་བཞིན་ཡོད། སྤྱི་འཇུག་ཐམ་མཛོ་བྱམས་པ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྐྱི་འབྲུས་ཟམ་མདོ་བྱམས་པ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་བཀའ་ཕྱེད་ས་པ་གཞིར་བཟུང་དོན་ཚན་རང་གི་ཚོགས་ལྷན་པ་དེ་པོ་དང་། དོན་འགྲིག་པོ་ཡིང་།  
བའི་འབད་བཅོན་ཞུ་བྱ་ཡིན། རས་ཞུ་བྱ་དེ་དོན་ཚན་བཞི་རང་ཡིན། དང་པོ་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་  
༤ པ། གྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཚོགས་ཀྱི་བསྐྱོར་མོས་མཐུན་གཙང་མ་ཞུ་བྱ་ཡིན། དེ་མི་མང་དང་པོ་པོ་རང་ཉིད་  
ཀྱི་ཆོད་བའི་ཚོགས་ནས་དགོས་མཁོ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག་པས་གྲོས་ཚོད་ཀྱི་བསྐྱོར་མོས་མཐུན་ཞུ་བྱ་ཡིན།

དོན་ཚན་གཉིས་པ་དེ་སྐྱེག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཐོག་ལ་མི་མང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ནས་སྣང་ཞུ་བའི་ཡིག་ཆ་  
གཞིར་བཟུང་ནས། བསྐྱར་བཅོས་ཁ་ཤས་ཤིག་གནང་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་བཀོད་གནང་འདུག དེ་མཚུངས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་  
པའི་དགོངས་འཆར་དེ་ཡང་འདིར་མ་སྤུལ་བ་ཡིན་ན་འགྲིག་གི་མེད་པ་ཞིག་མཐོང་སོང་། དེར་བརྟེན་འདིར་གོ་སྐབས་ཤིག་  
བཟུང་ནས་གནས་ཚུལ་དེ་ཞུས་ན་འག་སོང་། དཔེར་ན། འདིར་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ངེས་པར་དུ་མཁོ་བའི་གནད་དོན་རང་  
གིས་མཐོང་བ་ཞིག་ཞུས་ན། རྩོན་སྲེང་གི་ནང་དུ་སྤང་ཅམ་གསལ་བ་བཞིན་རྩོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞིའི་བར་ཀྱི་དུས་ལུག་དེ་སྤང་  
དུ་གཏོང་དགོས་པ་སྟེ། རྩོན་འགྲོའི་སྐབས་སུ་བསྟོ་སྲེང་བྱང་ཆར་བ་ཡིན་དུས། དངོས་གཞིའི་ལས་རིམ་ལ་དུས་ཚོད་མང་པོ་མི་  
དགོས་པར། དེ་གཉིས་བར་ལ་རྩ་བ་གཅིག་སྟག་མ་ཡིན་པར་ངེས་པར་དུ་རྩ་བ་གཅིག་གི་ནང་ཚུན་ལ་བཏང་དགོས་པ་དེ་ངེས་  
པར་དུ་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ནང་དུ་ཚུད་དགོས་པར་མཐོང་སོང་། ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དོན་ཚན་གཉིས་པ་དེ་འདས་པའི་དུས་ཚོད་ལྷང་མ་  
ཡིན་པར་མ་འོངས་སྤིང་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེའི་ལས་རིམ་སྐབས་ལ། འོས་གཞིའི་འོས་མི་གངས་ཆད་དེ་སྤྱ་ས་ནས་གཏན་  
འབེབས་དགོས་པ་མ་གཏོགས། ཁྱོ་བྱར་དུ་ཐག་གཅོད་གནང་བ་ཡིན་ན། མི་མང་གི་ནང་ལ་ཞི་མ་སྟན་མི་ཡོང་བའི་གོ་སྐབས་  
ཤིག་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་འགན་དོན་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་ཡི་འདུག དེར་བརྟེན་རྩོན་ཚུད་ནས་གཏན་འབེབས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་  
རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དེས་བར་དུ་མཐོ་བ་ཞིག་ལ། མ་འོངས་སྲིད་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་གྱི་  
 གྲྭ་ལས་ལ། ཆོས་ཁ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྲིད་སྲིད་གཉིས་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་སྲིད་གཞི་འདིའི་ནང་  
 ལ་དེས་བར་དུ་འཐོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་དགོངས་མེད་ལ་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ་རྒྱ་གར་  
 འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་སྐད་དུ། **धर्म की राजनीति चाहिए राजनीति की धर्म नहीं** ཞེས་ང་ཚོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགྲོ་སྐྱེད་པའི་ཆབ་  
 སྲིད་པ་ཆོས་ཆོས་བཞིན་དུ་ཆབ་སྲིད་བསྐྱེད་པ་ཉེ། ཆོས་བཞིན་དུ་ཆབ་སྲིད་འགྲོ་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ནང་  
 ལ་ཆོས་ལུགས་དང་ཆོས་ཁ་ལག་ཆ་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཅ་བ་ཉིད་ནས་འགྲིག་གི་མ་རེད་ཅེས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་ནང་  
 ལ། ཁ་ཆེ་དང་ཉིན་རྒྱུ་འཛུགས་པའི་དུས་ཚོད་ནང་ལ་ཡང་ནས་བསྐྱར་དུ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན། དེང་སང་གི་གཞིན་སྐྱེས་ཚོའི་  
 ཆོར་བར་ཆོས་ཁ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལག་ཆ་དེ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ནང་དུ་སོང་ན་ཅ་བ་ནས་འགྲིག་གི་མ་རེད་ཅེས། དེང་དུས་ཀྱི་རྒྱུ་  
 བ་ལུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་སྲིད་པར་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྟོག་བྱ་དེ་ཞི་འཇམ་དུ་གནས་སུ་བ་  
 བྱུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཚོའི་མ་འོངས་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལངས་སྟོགས་སུ་ཆབ་སྲིད་དེ་ཆོས་བཞིན་དུ་སྐྱོང་དགོས་  
 པ་མ་གཏོགས། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ནང་དུ་ཆོས་ཁ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མེད་སྟོང་དེ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་སེམས་བར་ལག་ལེན་དུ་བསྐྱར་

ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་དེ་ཉིད་འོས་བསྟུན་སྤྱི་གཞིའི་ནང་ངེས་པར་དུ་སྒྲགས་རོགས་གནང་ཞེས། རོན་ཆོན་བཞི་པོ་དེ་དག་ཡར་རྒྱས་  
གཏོང་དགོས་པའི་ཆེད་དུ་ཆོག་ཉུང་རོན་བསྟུན་གྱིས་ཁྱས་པའི་ཁྲལ་ཡིན། དུས་ཆོད་གནང་བར་སྒྲགས་ཟླ་ཆེ་ཞེས་ཁྱ་རྒྱ་ཡིན།

## ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཐུབ་བསྟན་ལུང་རིགས་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་ཐུབ་བསྟན་ལུང་རིགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཚུལ་སྤང་སྤང་ཞིག་ཁྱ་རྒྱ་ཡོད། བར་ལམ་འོས་བསྟུ་ཆེན་  
མོའི་ནང་ལ་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ཆེག་སྤྱིལ་གྱི་བདེ་འཇགས་ལ་གཞོན་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་དེ་ཆང་མས་མཁྱེན་གྱི་  
ཡོད་པ་རེད། ཆེག་སྤྱིལ་གྱི་ཐོག་ལ་དོ་ལོག་ཆེན་པོ་ཕྱིན་པས་དབང་གིས་ལྷ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲགས་པམ་བྱུང་བ་དེ་ཡང་  
གསལ་པོ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རང་ཉིད་ཀྱི་མཐོང་ཚུལ་ལྟ་བུ་ཁྱས་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་སྤྱོད་གི་འོས་གཞིར་ལངས་མཁན་གཉིས་  
ཀའི་ཐོག་ནས་མ་འགྲིག་པ་ཉན་ཉན་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆང་མས་མཁྱེན་གྱིས་ཡོད་པ་རེད་ལ་གཞིགས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་  
ནའང་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་བདེ་འཇགས་མེད་པ་ཆགས་རྒྱུའི་འགག་ཅ་གཙོ་པོ་དེ་སྤྱི་ཆོགས་རང་གིས་ནང་ནས་བཅོས་སོང་ཟེར་  
ནས་ང་ལ་བསམ་ཚུལ་དེ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་ཁྱངས་བསྐྱལ་དགོས་གསུང་མདོག་ཁག་པོ་མ་རེད་དེ། གསུང་བ་ཡིན་ནའང་  
སྤྱོད་དང་བཅས་པའི་ཁྱངས་བསྐྱལ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། གྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་བསྐྱལ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་སྤྱི་གཞིའི་ཐོག་ནས་འགྲིགས་གྱི་  
མེད་པ་ཡིན་ནའང་ཕྱི་ལ་བསྐྱལ་ཤོག་ཟེར་ནས་གསུང་བ་ཡིན་ནའང་ཁྱངས་བསྐྱལ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། བསྐྱལ་གྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཁྱ་  
རྒྱ་ཡིན། ཉན་ཉན་རང་སྤྱི་ཆོགས་རང་གི་ནང་ལ་རྒྱ་བ་སྤྱོད་ཁྱ་མཁན་ཁྱ་དགོས་ནའང་འདྲ། ཡང་ན་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཆེག་སྤྱིལ་ལ་  
མདའ་དགྲུག་གཏོང་མཁན་ཁྱ་དགོས་པ་རེད་དམ། གང་ལྟར་དེ་ཆོ་སྤྱི་ཆོགས་རང་གི་ནང་ནས་བཅོས་སོང་། དེ་ལ་ཁྱངས་བསྐྱལ་  
རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། བར་དང་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་ཉན་ཉན་ཁྱངས་བསྐྱལ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་ཁྱ་རྒྱ་  
ཡིན། དོ་བདག་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ནོར་བུ་ལྟུང་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེ་ཤོས་ཐེབས་རྒྱ་  
དེ་སྤྱི་ཆོགས་རང་གི་ནང་ལ་ཆེད་མངགས་གྱིས་བཅོས་སོང་ཟེར་ནས་གསལ་པོར་ཁྱ་རྒྱ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་ཆོས་འོས་  
བསྟུན་སྤྱི་གཞིའི་ཐོག་ལ་བསྐྱར་བཅོས་གནང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། མང་ཆོགས་ནང་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་གིས་ཡོད་པ་  
ཡིན་ནའང་འདྲ་འདྲུག་དེ་བཀག་དགོས་ཀྱི་འདྲུག་དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་སྟོན་སྟོང་ཞིག་དང་སྒྲགས་ནས་གྲོས་ཆོད་གཅིག་དང་། དེ་  
ནས་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཐོག་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། ངས་དེའི་ནང་ལ་མར་བལྟས་ཡོང་དུས། དེ་དགག་རྒྱུའི་ཆབ་  
ལ་ད་དུང་མ་འོངས་པར་དེ་ཤུགས་ཆེ་བུ་འགྲོ་རྒྱུའི་བཅོ་ལྟ་འདྲ་མཐོང་བསྟན་སོང་། དཔེར་ན། སྟོན་སྟོང་ནང་ལ་མང་གཙོའི་འགྲོ་  
ཤུགས་དང་ཁེ་དབང་འོངས་སུ་སྤྱད་པའི་བསམ་ཚུལ་གྱི་འོག་ནས་པོད་མི་ནང་ཁྲལ་གྱི་མ་སྐྱ་ལམ་དང་ཆེག་སྤྱིལ་ལ་གཞོན་  
གཞི་གསུང་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་པོད་མིའི་ཡ་རབས་བཟང་སྟོན་ཡོངས་སུ་འགལ་བ་ཟེར་རྒྱ་དེ་ད་ལྟ་ངས་གོང་དུ་ཁྱས་པ་  
དེ་རེད། མང་གཙོའི་ལམ་སྟོན་ལ་འོངས་སུ་སྤྱད་པའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་གང་ཅན་པ་དེ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་

ལ་གང་ཡོང་རྒྱུ་དགོངས་པ་མ་བཞེས་པར་ཆེད་མངགས་ཀྱིས་གསུང་གིན་བཞུགས་པ་དེ་བྱུང་འདུག ད་ལྟ་ང་ཚོའི་སྤྱི་འཐུས་  
 ཀྱི་འོས་གཞིའི་ནང་ལ་དང་བླངས་ཀྱི་བཞེངས་རྒྱའི་ཆ་རྒྱུན་གཅིག་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་ང་ཚོས་བཀའ་བློན་ཁྲི་པ་ཟེར་  
 བ་ལྟ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། བསྐྱར་བཅོས་ཕྱིན་པའི་འོག་ནས་སྤྱི་དྲུང་ཟེར་ནས་ལྟ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་འོས་གཞིའི་ནང་ལ་དང་  
 བླངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཞེངས་ཆོག་པའི་ཆ་རྒྱུན་དེ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའི་ཆ་རྒྱུན་དེ་མ་བཞག་པའི་ཐོག་མའི་རྒྱལ་མེད་སྤྱི་དང་གེ་གེ་  
 རེད་ཟེར་ནས་ལྟས་ན། འབྲུག་ཅོད་མི་ཡོང་རྒྱུ་དང་མི་མང་རང་གི་མདོན་འདོད་དེ་སྤྱི་ཐུབ་ཀྱི་འདུག སྤྱི་ལ་འོས་པ་འདུག དེར་  
 འོས་ཤོག་སྒྲགས་ནས་ཡར་ལ་སྤེལ་ས་ཐུབ་པའི་དང་བླངས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་མ་བཞག་པས་གནས་སྡངས་དེ་དེ་རེད། སྐབས་བཅུ་བཞི་  
 པ་ནས་དང་བླངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནའང་སྐབས་བཅུ་བཞི་པའི་མཆོམས་ལ་ད་ལྟ་ནང་བཞིན་ཀྱི་བྱུང་ཡོད་  
 པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་དང་བླངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་གནས་ཚུལ་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཆེན་པོ་ཆགས་རྒྱུ་དང་  
 རྒྱགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་འགོ་རྒྱུ་དེ་ཆགས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་སྐབས་འདིར་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞིའི་ཟེན་ཟིན་བཏང་བཞག་པའི་  
 རོན་ཆུང་། ༡ པ་དེ་ག་རང་གི་ནང་ལ་རང་འགྲུལ་དང་བླངས་སྒྲོར་བཤད་པ་རེད། རང་འགྲུལ་ཀྱི་དང་བླངས་ཡོང་རྒྱའི་ཆ་རྒྱུན་  
 ཞིག་འདིར་ཆེད་མངགས་ཀྱི་བསྐྱར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་འབྲུག་ཅོད་ཅིག་དེ་ནས་སྤེལ་ས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། གཉིས་  
 པ་དེ་ལ་གཞན་ཀྱི་དམིགས་འཛུགས་བྱས་པ་ཟེར་ནས་ལམ་ཡོད་པ་རེད། གཞན་ཀྱི་དམིགས་འཛུགས་བྱས་ནས་ད་ལྟ་ང་ཚོ་ག་  
 རེ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། གནས་ཚུལ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གསལ་པོ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དེའི་ཆ་  
 རས་གཞོན་སྒྲོན་དེ་བྱུང་བ་རེད་དེ། དེའི་ཐོག་ནས་ཆེད་མངགས་ཀྱི་སྤྱི་གཞིའི་ནང་ལ་བཟུག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་  
 ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་གོང་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཅིག་གིས་གསུང་པ་དེ་ག་རང་རེད། ང་ཚོས་ད་ལྟ་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་  
 གྲོས་འཆར་དེ་གཅིག་བྱ་གཟིགས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། ཚོགས་ཚུང་དེ་ལ་གཏོང་གི་རེད། ཚོགས་ཚུང་གི་གཞི་བཞག་ས་གཙོ་པོ་  
 འདི་ལ་བཞག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འདིའི་ནང་ལ་སྒྲོན་གནས་ལྟ་བུ་དེ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ད་ལྟ་ནས་  
 གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་གསུང་སྐབས་ལིན་ན་ཡག་པོ་རེད་པུ་ཀྱི་འདུག དེ་མིན་མ་འོངས་པར་སྒྲོན་གནས་  
 དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་སྤྱི་དེད། དེ་ནས་དོན་ཆུང་བཅུ་པའི་ནང་གསལ་གཉིས་པའི་ནང་གསལ་གསུམ་པ་དེ་སྒྲོན་འགོ་མེད་པ་  
 ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག བསྐྱར་བཅོས་ཆོག་བཅོས་རྒྱུ་དང་པ་དེའི་ནང་ལ་སྒྲོན་འགོ་དང་དངོས་གཞིའི་འོས་ཤོག་གངས་བཤེར་  
 གསུངས་པ་རེད། བསྐྱར་བཅོས་ཆོག་བཅོས་ནང་ལ་འོས་ཤོག་གངས་བཤེར་ཟེར་ནས་གསུང་པ་རེད། འོས་ཤོག་གངས་བཤེར་  
 དེ་འདིའི་ནང་ལ་གོང་དུ་གསུང་པ་ནང་བཞིན་དང་། རང་ཁུལ་ཀྱི་དང་བླངས་བྱས་བཞག་པ་དང་དམིགས་འཛུགས་བྱས་བཞག་པ་  
 འདིའི་ནང་ལ་རྒྱུ་སྤེལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འོས་ཤོག་ཐངས་གཅིག་སྒྲགས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ཡང་འོས་ཤོག་གངས་བཤེར་བྱེད་  
 དགོས་པའི་གནས་སྡངས་ཞིག་ཀྱང་གསུང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་སྐབས་སྒྲོན་འགོ་དེ་མེད་པ་ཡིན་ན། མང་ཚོགས་རང་གི་  
 མདོན་འདོད་ཀྱི་མི་དེ་ཡར་སྤེལ་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གོ་སྐབས་དེ་མེད་པ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གིས་  
 དམིགས་འཛུགས་བྱས་བཞག་པ་ཞིག་དང་རང་གིས་དང་བླངས་བྱས་བཞག་པའི་མི་དེ་ཚོ་ཡར་ལ་སྤེལ་ས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད།  
 མི་མང་རང་གི་སྤྱི་ཐུབ་ཞིག་ལ་ང་ཚོའི་དབུ་ཁྲིད་ལ་བསྐྱོད་འདོད་ཡོད་པའི་ལམ་ཁ་དེ་མེད་པ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་  
 ཡིན་སྐབས་དེ་ཉག་ཉག་ཞིག་བསྐྱད་ཀྱི་མེད་པའི་གནས་སྡངས་ཅིག་མཐོང་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག ང་ཚོས་དཀའ་ངལ་གཅིག་ག་རེ་

གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། སྤྱོད་འགྲོ་དང་དངོས་གཞིའི་བར་ལ་དུས་ཚོད་དེ་རིང་སོ་ཞིག་བཞག་ནས། དེའི་བར་དུ་དུས་ཚོད་  
 རིང་སོ་བཞག་མི་དགོས་པ་དང་སྤྱོད་མ་དུས་ཚོད་རིང་སོ་བཞག་དགོས་པ་དེ་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་ཟེར་ན། གངས་བཤེར་ཆ་ཚང་  
 ཞིག་དཔུས་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཔུས་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དུས། ས་གནས་ནས་ཡར་ཡོང་དགོས་རྒྱ་དང་དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་  
 དུས་ཚོད་རིང་སོ་ཞིག་བཀག་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་གངས་ཀ་ཚང་མ་ས་གནས་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཞུང་འབྲེལ་  
 གསལ་བསྐྱབས་བྱེད་དུས་ཚང་མས་ཐག་བཅད་ནས་ཏཱ་གོ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་ལ་དུས་ཚོད་རིང་སོ་དེ་  
 ཅམ་བཞག་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་རྒྱ་མེད་དམ་སྟེ། དེ་གཅིག་བྲན་སོང་། དེ་ནས་གང་སྐབ་སྐབ་བཟོས་ཡོད་  
 པ་རེད་དེ་སྤྱོད་གནས་ཅིག་ལྷག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་སྐྱ་གང་སྐབ་སྐབ་བཟོས་པ་དེར་སྤྱོད་གནས་ཅིག་ལྷག་དུས། དེ་ལ་བཟོ་  
 བཅོས་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡང་འགྲོ་སྐྱེད་ཅིག་རེད། ང་ཚོས་བྱ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་སྐྱ་བཀའ་ཤག་སྐབས་བཅུ་བཞི་པའི་སྐབས་  
 ནས་བྱུང་པའི་གནས་སྐྱེད་ཀྱི་ཉམས་སྲོང་དེ་གཞི་ལ་བཞག་ནས་འགྲོ་སོང་གི་མཚམས་ཅིག་བཟོས་པ་རེད། རེད་དེ་དེའི་ཕན་  
 ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་གཞོན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། ངས་གཞོན་པ་ཞིག་མཐོང་བསྐྱད་འདུག འགྲོ་སོང་འཕོར་ཆེན་དེ་འདྲ་ཞིག་  
 བཏང་རྒྱ་ཞིག་དང་། འགྲོ་སོང་བཏང་ནས་འགྲན་ཅོད་བྱེད་རྒྱ་དང་འགྲན་ཅོད་བྱ་རྒྱའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་སོང་གང་མང་མཁོ་སྐྱབ་བྱ་  
 རྒྱ་དང་། མཁོ་སྐྱབ་བྱས་པ་དེ་དེ་རིང་ཐག་བཅད་ནས་ཁྱེ་སྐབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། གང་ནས་བྱུང་བ་རེད། ག་འདྲ་བྱས་ནས་  
 འཆོལ་ཡོད་པ་དེ་ཆོར་ཞེས་འདུག་བྱ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་སྐབས་འགྲོ་སོང་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཆོའི་སྐོར་ལ་ང་  
 ཚོས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག འགྲོ་སོང་དེས་མིའི་བསམ་སྒྲོའི་ནང་ན་འདོད་སྤང་སྤྱེ་རྒྱ་ཞིག་འདིའི་ཐོག་ནས་བཟོས་  
 ཡོང་གི་འདུག་བསམ་ཀྱི་འདུག དེ་ནས་གོང་དུ་བཀའ་འོས་ཕྱག་སྤེལ་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་གསུངས་སོང་། དངོས་གནས་དེ་  
 ཆོའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་།  
 འགྲོ་སྐྱེད་ཅིག་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག འདས་པའི་སྐབས་ལ་ལོ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀ་ཟེར་བ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། ད་ལྟ་ཡང་ལོ་གཉིས་  
 དང་བྱེད་ཀ་ཟེར་བ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། དེ་ལྟ་སྐབས་པའི་མཚོང་རྒྱག་ཅིག་རེད། ཁྱིམ་དང་སྤྱིག་གཞི་དང་མཐུན་མ་སོང་ཟེར་བ་དེ་  
 མང་སོ་ཞིག་གི་བསམ་སྒྲོའི་ནང་ལ་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་འགྲོ་སྐྱེད་ཅིག་གིས་ཐོག་ནས་ཁྱིམ་དང་མ་ཐུན་པ་ཡིན་  
 ནའང་ལམ་ལུགས་ཅིག་དང་ལམ་སྟོན་ཞིག་གིས་འོག་ནས་འགྲིག་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་ཡོང་མི་དགོས་ན་མ་དགོས་  
 པ་རང་ཡག་ཤོས་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ཡིན་ནའང་འགྲོ་སྐྱེད་ཅིག་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་བསམ་ཀྱི་འདུག ངས་མཉམ་དུ་འབྲེལ་  
 ནས་ཁྱེ་ཆོག་པར་ཁྱེ། དེ་ནས་བཀའ་སྤོན་འོས་གཞི་བཏོན་སྐྱེད་དེའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་གསལ་སོ་ཞིག་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག  
 བཅད་ཁྱིམ་དང་སྤྱིག་གཞིའི་ནང་ལ་དོན་ཚན་ ༡༡ པ་དེ་རེ་རེ་བཞིན་ཆང་ལུགས་གསལ་བཤད་དང་སྐྱབས་ནས་འདེམས་ཐོན་  
 བྱེད་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོར་དེ་བྱུང་ཡོད་པ་མ་རེད། གོང་དུ་གོས་ཚོགས་ལ་དབུ་སྐྱོར་  
 ཁུས་མེད། ཁོ་ལྷག་སོང་བ་རེད་ཟེར་ནས་གསུང་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེས་ལ་དག་གི་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་སྐབས་ལས་  
 རིམ་རྣམས་གཞག་དེ་བཏོན་པའི་སྐབས་ལ་དོན་ཚན་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་པ་དེ་ཆ་ཚང་ཆང་ཡོད་ཟེར་ནས་ལན་འགའ་ཤས་ཅིག་གསུང་  
 ནས་རྒྱུ་སྐྱོར་གནང་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་གསུངས་སོང་། དེ་འདྲ་ཡིན་སྐབས་ཆང་མས་ཡོད་གསུང་དུས། ལྷག་པ་ག་འདྲ་  
 བྱས་ནས་སོང་བ་རེད། དུས་རྒྱུན་དུ་ངས་གོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལའང་ཁུས་སྤྱོད་། ག་ས་གང་ལ་ལབ་མེད། ལྷང་འཕྲིན་ཁང་དེ་



ཆོས་ཆེད་མངགས་ཅི་བ་དེ་ཟིན་དུས་ཡང་སྒྲིག་རྒྱུ་བཞད་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད། སོ་སོར་བསམ་ཚུལ་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་ཞུས་  
 བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་སྒྲིག་པ་ལ་ཞུས་ཡོད། ཁ་སང་ཉི་ཆར་གྲོས་ཆོག་གས་ནང་ལ་འདྲེན་ཞུས་པ་ཡིན། སྒྲིག་གཞི་ལ་ཡང་  
 ཐུགས་སྒྲུང་ཁྱོད་ནས་གནང་གི་མེད་པའི་ཆོར་སྒྲུང་དེ་བྱུང་། དཔེ་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་དོན་ཆོད་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་  
 པའི་ནང་ལ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཡིན་པ་ཟེར་ནས་ཡོད་པ་རེད། ལོ་སྤྱི་བཅུ་སོ་ལྔ་ཉིལ་པོར་ལོན་པ་ཟེར་ནས་ཡོད་པ་རེད། ༣༥  
 ཉིལ་པོར་ལོན་མ་ལོན་ཟེར་བ་དེ་ལས་སྟོན་གནང་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ལྷག་པར་དུ་དབྱ་དབྱལ་གྱི་དེབ་དེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་  
 དུས། དེ་གནང་བཞག་པ་ཡིན་ན་འདྲ་རྒྱུ་ལྟོ་ལྟོ་གྲ་དེ་ཡོད་པ་མ་རེད། དབྱ་དབྱལ་དེའི་ནང་ལ་སྐྱེས་ལོ་སྐྱེས་ཆེས་ཆ་ཆང་  
 ཞིག་ཡོད་པ་རེད། རོ་བདག་གི་དགོངས་པ་ཞུ་མི་དགོས། ཁྱིམ་མཉམ་གྱི་ལས་ཀ་དེ་ཡང་ཆགས་མི་དགོས། ཁྱིམ་མཉམ་ཁྱིམ་ཁང་  
 གི་དམ་བཅའ་ཡར་བཞེས། ཡང་དེ་མར་ཅིས་མེད་ཡིན་ཟེར་ནས་གསུང་མི་དགོས། བཀའ་སློན་བསློས་དེ་མར་ཕྱར་འཕེན་བྱས་  
 པ་ཡིན་ཟེར་ནས་གསུང་མི་དགོས། འདྲ་ཆགས་པོ་དང་ཁྱིམ་མཉམ་པ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་བྱུང་ཡོད་  
 པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་སྟབས་བཅའ་ཁྱིམ་མཉམ་ནང་གི་དོན་ཆོད་དེ་གཞི་ལ་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་སྒྲིག་གཞིའི་ནང་ལ་ཡང་སྟོན་པ་  
 འཇུག་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཡིན་པ་དང་རང་ལོ་ ༣༥ ཉིལ་པོ་ལོན་པ་ཟེར་བ་དེ་བདེན་ཏྲགས་དེར་  
 དབྱ་དབྱལ་ལག་དེབ་ཀྱི་ཤོག་གངས་དང་པོ་དང་མཐའ་མ་དེ་མཉམ་དུ་འཁྲེར་དགོས་རྒྱུ། དེ་ཆོ་ར་ཆོས་སྒྲིག་གཞིའི་ནང་ལ་  
 བཅུག་ནས་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱས་པ་ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་དེ་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད་བསམ་གྱི་  
 འདུག དཔེར་ན། ད་ལྟ་ནས་བ་ཆོ་ཆང་མས་གཟིགས་ཡོད་ཀྱི་རེད། དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཆོག་ནས་ཡིག་སྒྲིག་གཞིས་དེར་  
 ཆོགས་གཙོ་ལ་ཕུལ་སོང་། སྒྲིག་གཞིའི་ནང་ལ་ཆོགས་བྱུང་བརྒྱུད་ནས་མ་གཏོགས་གྲོས་ཆོགས་འདིའི་ནང་ཐད་ཀར་ཕུལ་ཆོག་  
 གི་ཡོད་པ་མ་རེད། བྱས་ཅང་དེ་ཆོར་ཐུགས་སྒྲུང་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག སྒྲིག་གཞི་ཟེར་མཁན་དེ་ལག་པ་རྒྱུ་པ་བསྐྱམ་རྒྱུ་མ་  
 རེད། ལས་ཀ་ཁྱེད་བདེ་པོ་ཆགས་རྒྱུ་དང་མི་དེ་ལ་མ་འོངས་པར་ལབ་སྐྱེད་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་དང་། སྤུལ་ཡིན་ན་འདྲ་འབྲེལ་  
 བཞད་རྒྱུ་བཞག་ཆོག་ཡོད་པ་རེད། སྒྲིག་གཞི་དེའི་འོག་ནས་བྱས་པ་ཡིན། སྒྲིག་གཞི་དེ་དང་དེ་མཐུན་བསྟན་ཡོད། དེ་འདྲ་བྱས་  
 ནས་སོ་སོར་འབྲེལ་བཞད་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ཚུར་ལ་མཇུག་པོ་བཅུགས་ས་མེད་པ་ཞིག་དང་། དེའི་དོན་དག་ཡིན་  
 དུས། ང་ཆོའི་སྒྲིག་གཞི་དེ་རྒྱུ་ལག་བསྐྱམ་རྒྱུ་ཡིན་པའི་དགོངས་པ་མ་བཞེས་པར། སྒྲིག་གཞི་ལ་ཡང་ཐུགས་སྒྲུང་གནང་དགོས་  
 རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་སྟབས་ངས་འདིར་ཞུ་དགོས་རྒྱུ་དེ་སྤེར་བཅུགས་འདྲ་པོ་གང་ཡང་མིན། དེ་གྲོས་  
 ཆོགས་འཐུས་མི་ནས་པས་མཐུན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ག་རེ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་འདྲ་ཆོགས་བྱུང་བརྒྱུད་ནས་ཡར་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་  
 དང་། ཡིག་རྒྱུང་ཞིག་བཏང་དགོས་ན་འདྲ་ཆོགས་བྱུང་བརྒྱུད་ནས་ཡར་བཏང་རྒྱུ་ཞིག་དང་། དགོངས་ཤོག་ཅིག་ཕུལ་དགོས་  
 ན་འདྲ་ཆོགས་བྱུང་བརྒྱུད་ནས་ཡར་བཏང་དགོས་པའི་གྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་ཡང་འགྲོ་སྒྲུངས་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་ཁ་ཐུག་  
 གཏོར་རྒྱུ་དེ་ཆོགས་འདྲའི་འགྲོ་ཐུགས་དང་ལས་དོན་ཁྱེད་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་དང་འགལ་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་  
 དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་སྒྲུང་གནང་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

# ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་རིགས་ཐང་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་རིགས་ཐང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ལྟ་དགོས། ཅུ་བའི་ར་ཚོས་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཤིས་བསྐྱར་བཅོས་དེར་འཐུས་སྒྲོལ་ཆང་བ་དང་སྒྲོན་དང་ནོར་འབྱུང་གི་ཆ་ཡོད་བསྟན་པ་དེ་འབྲེལ་དུ། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་དེ་རིང་གི་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་དེར་རྒྱ་སྐྱོར་ལྷན་ཀྱི་ཡིན། རྒྱ་སྐྱོར་ལྷན་པའི་ཐོག་ནས་བསམ་ཚུལ་ཁ་ཤས་ཀྱང་ལྷན་ཀྱི་ཡིན། དཔེ་བཞག་ན་འདྲིའི་ནང་ལ་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་དམ་སྙད་རྒྱུན་ཟེར་བའི་ཐ་སྙད་དེ་འབྲེལ་ཞིག་བཅུ་དྲུག་ནས་དེའི་ཆེད་དུ་བཅོ་བཅོས་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་། དཔེ་བཞག་ན་འདས་ཐེན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་སློང་རྩྭ་དེ་དག་ཆང་མ་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཤིས་ཞིབ་ཆགས་པོ་མེད་པའི་རྒྱུ་ཁོ་ནས་དེ་འབྲེལ་ཆགས་སོང་བ་ལྟ་བུ་དང་། ད་ལྟོ་ཆ་ཆ་ལྷན་ལྷན་གྱིས་ནས་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཤིས་འདི་གསལ་པོ་ཞིག་བཅོས་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཆང་མ་ལ་དག་སོང་པ་ཞིག་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་སྒྲོན་དང་ནོར་འབྱུང་ཟེར་བ་དེ་གང་ལ་ཡོད་ནའང་ངོས་ཟེན་དགོས་པ་དང་། དེ་ལ་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་དང་། རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ལ་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་སོ་སོ་ཡིན་ན་བསམ་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་དེ་རིང་ར་ཚོ་སྤྱི་འཐུས་སྐབས་ ༡༩ པ་རེད། བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༥ པ་རེད། བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀ་གོམ་པ་གསར་པ་ཞིག་གི་འགོ་ཚུགས་ཡོད་པ་རེད། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་སྐབས་འཛིན་དང་ལས་དོན་ཁྱེད་སྤྱོད་གས་དང་ཚོགས་འདུའི་འགོ་ཁྲིམས་འགོ་སྐྱབས་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཆང་ལྷན་ཞིག་འགོ་ཁྲིམས་ཀྱི་དང་། འཛིན་སྐྱོང་གི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་དེ་དེ་བཞིན་གྱི་གྲོས་ཚོགས་ལ་འགན་ལག་པོ་ཞིག་ཁུར་སྐྱབ་རྒྱ་དང་། ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཤིས་ཞིབ་བཞིན་གྱི་འགོ་ཁྲིམས་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་རེ་བ་ལྷགས་ཆེན་པོ་རྒྱག་གི་ཡོད། ཅུ་བའི་ལག་པ་བཀའ་གས་དགོས་ཀྱི་དེ་དོན་དག་གཞན་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་མ་འགྲོག་རང་འགྲོག་འབྲེལ་ཆགས་སོང་། ད་ལྟོ་ངས་དེའི་སྐོར་དེ་ཕྱིར་འཐེན་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། གྲོས་ཚོད་འདྲིའི་ཐོག་ལ་ལྷན་པ་ཡིན་ན། དུས་ཚོད་ཐུང་ཐུང་ནང་དེ་འབྲེལ་ཡོང་ནས་ཐག་ཆོད་རྒྱུ་ཞིག་རེད་མི་འདུག ད་ལྟོ་ལོ་ལྔའི་དུས་ཡོན་གྱི་ནང་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཁྱས་ཏེ། དོན་ཆོན་རེ་རེ་བཞིན་ཞིབ་བསྐྱར་དང་ཉམས་ཞིབ་ཁྱས་ནས་ཐག་གཅོད་དགོས་པ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག

དེ་ཡིན་དུས་ལྷག་པར་དུ་སྒྲོན་འགྲོའི་ཆ་རྒྱུན་དེ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། ང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་དེ་ཉ་ཅང་གི་ནོར་འབྱུང་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་མཐོང་གི་འདུག སྒྲོན་འགྲོ་དེ་ངས་པར་དུ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་མཐོང་གི་འདུག དེ་མེད་ན་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་གཉིད་མ་ཁྱག་པར་མི་ལས་གཏོང་བསྟན་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ཉོབ་ཏེ་ཕྱིར་ཡོང་གི་རེད། སྤྱི་ཚོགས་མགོ་སློག་ཐེབས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག མི་མང་གིས་མང་གཙོའི་ཁྱེད་དབང་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ནང་ནས་ཡག་ཤོས་དེ་ག་རེ་རེད་ཅེ་ན། མི་མང་རང་གི་སོ་སོས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་གསང་བའི་འོས་ཞེས་པ་དེ་མང་གཙོའི་ཁྱེད་དབང་ནང་གི་ཁྱེད་དབང་ཨང་དང་པོ་དེ་ཆགས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་མི་མང་ལ་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་གོ་སྐབས་དང་རང་དབང་གི་གོ་སྐབས་དེ་ངས་པར་དུ་དགོས་ཀྱི་རེད། སྒྲོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་ཟེར་བ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་སྒྲོན་འགྲོ་དེ་གཙོ་བོ་མི་མང་ལ་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་གོ་སྐབས་སྤྱོད་རྒྱ་དང་།

མི་མང་ལ་རང་དབང་གི་གོ་སྐབས་སྤོང་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གང་ལྟར་འདིའི་ནང་ལ་ང་ཚོའི་སྡོན་འགྲོའི་  
རིམ་པ་དེ་དགོས་མིན་འཁོད་པ་དེ་ཚོའི་རིགས་ལ་མོས་མཐུན་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ཚོའི་རིགས་དེ་ལོ་ལྟེ་དུས་ཡུན་གྱི་  
ནང་དུ་ཞིབ་ཆགས་པོ་བྱས་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས། རམ་རམ་ཆེ་ཆེ་བྱས་ནས་སོང་ན་ལ་དག་པ་ཞིག་རེད་མི་  
འདུག་བསམ་གྱི་འདུག།

དེ་བཞིན་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞི་དེས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་དགྲུགས་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱི་ཚོགས་འདི་ཁོན་ཆེ་ས་ཞིག་  
ནས་མི་མང་རང་བཞིན་གྱིས་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྐྱབས་སོགས་འདི་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་འདས་ཟེན་པ་དེ་  
བསྐྱར་སློག་བྱེད་ཀྱི་མེད་དེ། ཡིན་ནའང་སྤྱི་གཉིས་དང་ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་སྤྱོད་འོས་མི་གཉིས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་མོའི་ཁོང་  
ནས་ལ་བ་སྐྱེད་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད་ལ་རྩོག་སྐྱེད་ཡང་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། འདི་ཚོའི་རིགས་ལ་ང་ཚོར་གཏམ་དཔེ་ཞིག་  
ཡོད་པ་རེད། བོང་བྱ་དར་སོག་ལ་དེད་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ནས་པ་གཉིས་ཀྱི་སྡོན་ཆ་ཆང་ཞིག་སོ་སོས་ཀྱང་ཁུ་ཤེས་  
ཀྱི་མེད། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ནང་དུ་བལྟས་ཏེ། ལམ་ཁ་ཞོར་བ་ལ་པར་རྒྱུས་འགྲོ་ཡི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་  
སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཡོངས་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས། ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་ནམ་པ་ཡིན་ན། གསར་ཤུགས་  
གཞོན། ཤེས་ཡོན་དང་ཉམས་སྤྱོད་ཅན། ཆབ་སྲིད་རང་བཞིན་དང་། ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་འདུན་པ་བྲག་པོ་ཡོད་  
པའི་མི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད་སྟེ་མ་འོངས་ཚོར་བ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག ད་ལྟ་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཁ་ཕྱོགས་ནས་སྤྱི་  
ཚོགས་འདི་སྤྱི་ཐག་ཐག་ཅིག་བཟོ་དགོས་པ་གཞན་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག ང་ཚོ་ནང་ཁུལ་གྱི་མི་གཅིག་གཉིས་ཤིག་  
གིས་པར་ཚུར་ལ་ཆོག་ལན་འདེབས་རེས་བྱས་ནས་བསྐྱད་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག།

དེ་ཡིན་དུས། ད་ལྟའི་གྲོས་ཚོགས་ར་བའི་ནང་ལ་བལྟས་ཡོང་ནའང་། སྐབས་གནས་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་དེ་སྡོན་མ་ཡིན་  
ནའང་ཡོད་པ་རེད་དེ། ད་རེས་ཡིན་ནའང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་མོ་ཟེར་བ་དང་། སློབ་དཔོན་ཟེར་བ་དང་།  
མཁན་པོ་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཐེབས་བསྐྱད་ཡོད་དུས། འདི་ཚོ་ང་ཚོ་ཆང་མས་ཁ་མིག་ཡར་ལྷོས་བྱེད་ས་ཞིག་དང་། ང་  
རང་ཚོ་སྤྱི་བོ་ཁྱིམ་པ་དེ་དག་གི་ཀྱང་འཛིན་ཉེན་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་ཡོད་པ་དག་གིས། ཁོང་ཚོར་མིག་དཔེ་ལྟ་རྒྱ་དང་།  
ཁོ་རང་ཚོས་ཀྱང་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་མིག་མདུན་ནས་བོད་མིའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ར་བ་འདི་ལེགས་ལམ་ལ་འཕྲིད་  
ཐུབ་པའི་འབད་བཙོན་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་ལ། སོ་སོ་ཡིན་ནའང་ཁོང་ཚོར་མིག་དཔེ་བལྟ་རྒྱ་ཡིན། མཐའ་མའི་  
སྐད་ཆ་དེ་ཡིན།

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇམ་དབྱངས་ལགས།

# སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇམ་དབྱངས་ལགས་ནས།

གངས་རི་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ། བན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཡི། ལ་ཞབས་པད་སྤྱི་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ཚོགས་བྱུང་གཙོ་མ་འདི་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་དང་། སྤྱི་མཐོང་དབུས་པའི་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ལག་གི་བཀའ་ལློན་ནམ་པ་རེད། དེ་བཞིན་བརྟན་འཛིན་གཟིགས་མཁན་བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་ལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་སྤྱན་རྒྱ་ཡོངས་ལ། གྲུས་པ་བསྟན་འཛིན་འཇམ་དབྱངས་ནས་འཆམས་འདྲི་བཀའ་ལིས་བདེ་ལེགས་ཞུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག ད་ལྟའི་ཆར་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤ བ་ལ་རྒྱ་བ་སྐྱོར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས། རང་ཉིད་ལ་ཆ་མཚོན་ན་སྐབས་བཅུ་དྲུག་པའི་སྤྱི་འཐུས་འོས་མི་གསར་བ་རེད། དེ་མཚུངས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱོད་འབྲེལ་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་བཅས་གང་ཡིན་ཡང་ཆགས་ཚུད་པོ་དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་སོང་། ང་ཚོར་མང་གཙོ་དངོས་གནས་ཡང་དག་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། སྤྱི་འཐུས་དང་སྤྱི་མཐོང་གི་འོས་བསྐྱེད་ལས་སྤྱི་མཐོང་གི་འོས་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་དེ་ཅུ་ཞིག་ཞུ་བ་ས་མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ང་སྤྱི་མཐོང་གི་འོས་མི་ཆགས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེར་བརྟེན་སྤྱི་མཐོང་གི་འོས་མི་ནམ་པ་ཚོས་དེའི་འོས་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཞུ་བ་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་གཅིག་ཞུས་ན་བསམས་སོང་། རང་ཉིད་ལ་ཆ་མཚོན་ན་འོས་བསྐྱེད་མཉམ་ཞུགས་སྐབས། ས་གནས་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསྐྱོར་བ་ཡིན། ཐག་རིང་འོས་དང་ཞུགས་ཀྱི་ཆ་ལོས་མེད་ནས་མོན་ཆོ་འདོད་རྒྱ་སྤྱིང་དང་། ར་རམ་ས་ལ་ནས་བདེ་སྤྱིད་སྤྱིང་དང་རྩོད་རྩོད་སྤྱིང་། ཉོན་ལྷུང་ནས་ཉར་བ་སྤྱད། ལ་དྲགས་སོ་ནམས་སྤྱིང་གཞིས་ཆགས་ནས་གོ་ལི་རྣམས་གཞིས་ཆགས་ཆང་མར་བསྐྱོར་ནས། མི་མང་གི་བསམ་བློ་གཏོང་སྟོགས་དེ་སྤྱི་མཐོང་ཞིག་རྟོགས་སྤྱབ་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ག་རེ་རེད་ཅེ་ན། མི་མང་གི་ནང་ལ་གོ་རྟོགས་དེ་ཉ་ཅང་གི་ཞན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་རེས་ངའི་ཆོག་ཅིག་བཅད་སྤྱོད་གཏོང་ཆོག་པ་ཞུ། ང་རང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་མོར་ལངས་རྒྱའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡང་བྱ་ཆོག་གསུམ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལང་གི་ཡོད་ཅེས་མི་མང་ཚོར་ཞུས་པ་ཡིན། བྱ་ཆོག་དང་པོ་དེ་མི་མང་ནང་ལ་གོ་དོན་དེ་རྟོགས་དགོས་ཀྱི་འདུག གོ་རྟོགས་སྤེལ་དགོས་ཀྱི་འདུག གཉིས་པ་དེར་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བའི་ཆེད་དུ་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཚོས་ཉམས་ཞིབ་ཆད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག གོ་དོན་རྟོགས། ཉམས་ཞིབ་ཆད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་བྱས་པའི་རྗེས་སུ། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ལག་གིས་སྤྱི་མཐོང་དེ་དག་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དང་པོ་དེར་གོ་དོན་དེ་ཡག་པོ་རྟོགས་མ་སྤྱབ་ན། སྤྱགས་པན་ཅ་བ་ཉིད་ནས་སོས་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་ནམ་པ་ཚོར་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གང་ལྟར་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་ལ་ལབ་སྤྱིང་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོའི་བོད་མིའི་སྤྱོད་མེད་པའི་དབྱ་བྱིད་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས། ང་ལ་མཚན་སྤྱི་འདོད་མེད་དེ་ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ནས་ང་རྟོག་ཅུ་མཚོ་པམ་པོ་བྱུང་སོང་ཞེས་ཞུས་སོང་། དེ་ཞུས་པ་དང་མཉམ་དུ་ངས་ག་རེ་གལ་ཆེན་པོ་བཅི་ཡི་ཡོད་ཅེ་ན། ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་རང་གིས་ལམ་སྟོན་ཞིག་བྱང་ལེབས་སོང་བསམ་ཀྱི་འདུག དེ་གསུངས་པའི་རྗེས་ཀྱི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་གཟིགས་དགོས་ཀྱི་འདུག་དྲ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ངས་ལམ་སྟོན་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བཅི་ཡི་ཡོད། གྲོས་ཚོགས་ནང་དང་མི་མང་ནང་ལ་གང་ཡིན་ཡང་ང་

ཆོས་བསམ་སྒྲོ་རྒྱ་ཆེ་ས་ནང་གང་འདྲ་ཞིག་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག ཡིན་ཟེའི་སྐད་དུ་ཁྱེས་པ་ཡིན་ན། Holistic བསམ་སྒྲོ་རྒྱ་  
 ཆེ་ས་ནས་གང་འདྲ་ཞིག་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག ཆོས་ཁའི་འཐེན་ཁྱེར་དེ་ཆོ་ངཆོས་བསམ་སྒྲོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཏོང་མ་ཐུབ་པའི་  
 ཐོག་ནས་བྱུང་བ་རེད་བསམ་ཀྱི་ཡོད། དེར་བཞེན་ངཆོས་བསམ་སྒྲོ་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག  
 དེ་གཞིར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས། ང་ཆོའི་གྲོས་ཆོག་ས་འདིའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་རྣམ་པ་ཆོ་ཆང་མ་བོད་ནང་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་ཆེའི་མང་  
 ཆོག་ས་ཀྱི་མགྱེན་ཆབ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ངཆོས་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱིས་རྒྱས་པ་གང་དུ་  
 སྤངས་ཐུབ་ཀྱི་རེད་ཅེ་ན། བཅན་བྱོལ་ནང་དུ་ཡོད་པའི་བོད་མི་བརྒྱ་ཆ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀ་ལས་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། དེ་དག་གི་གོ་  
 རྟོགས་གང་འདྲ་ཞིག་སྤེལ་དགོས་ཀྱི་འདུག རྒྱས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་སྤེལ་དགོས་ཀྱི་འདུག དེར་ངཆོས་ཉིན་རེ་བཞིན་བསམ་ཞིབ་  
 བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཐུགས་སུ་སོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཆུ་ཡིན། དེ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་གྲོས་ཆོག་ས་འདིར་ཡོད་པའི་སྤྱི་  
 འཐུས་ཆོར་འགན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་སྤྱི་པའི་འཐུས་མི་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ངས་ད་ལྟ་ས་གནས་ས་ཐོག་  
 ལ་སྒྲོར་བསྐྱོད་བྱས་ནས་འགྲོ་དུས། མི་མང་ནང་ལ་བསམ་འཆར་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ག་རེ་ཡོང་གི་འདུག་ཅེ་ན། ང་ཆོའི་སྤྱི་འཐུས་དེ་  
 ཆོ་ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་དེ་ཙམ་མཇུག་ཀྱི་མི་འདུག ཡིན་ནའང་ངས་མཇུག་ཀྱི་མི་འདུག་ཁྱེ་དུས། སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཆོ་ལས་ཀ་  
 བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་ཁྱེ་ཡི་མེད། ལས་ཀ་བརྒྱ་ཆའི་བརྒྱ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ང་ཆོའི་ལས་ཀ་དེ་ཅུང་ཙམ་ཞིག་  
 ཆགས་ཆུང་དུ་གང་འདྲ་ཞིག་གཏོང་དགོས་མིན་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག ང་ཆོ་ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་མི་མང་ལ་  
 ཐུག་འཕྲད་དུ་མ་བྱིན་པ་ཡིན་ན། བོད་མི་བརྒྱ་ཆ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཆགས་ཆུང་དུ་གཏོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དེ་  
 ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་བསྐྱར་གཞིགས་དང་། ས་གནས་ས་ཐོག་གི་མི་མང་ཆོའི་གོ་རྟོགས་དེ་སྤེལ་  
 དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། རྒྱ་དཔལ་ལྷན་ཆོག་ས་གཙོ་མཆོག་ནས། བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གྲོས་ཆོད་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་  
 བའི་ཐོག་ནས་གསུངས་རོགས་གནང་། རྒྱ་ལགས་སོ། དེ་གྲོས་ཆོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་མར་བསྐྱེད་པས་ཡོང་གི་ཡོད། ང་  
 ཆོས་གོ་རྟོགས་ཡང་རྒྱས་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་ སྤྱི་འཐུས་ཆོའི་འོས་བསྐྱར་ཆ་བཞག་ན། ངས་འདི་ཁྱེས་བཞག་ནའང་འགྲིག་ས་  
 རེད། ད་ལན་ཀྱི་ང་ཆོ་དབུས་གཙང་གི་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཆོར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་སུ་མི་  
 གངས་ཉི་ཤུ་ཡོད་པ་རེད། ཉི་ཤུ་ལས་བཅུ་བཞི་དེ་རྩ་རམ་ས་ལ་ནས་སྤྱེད་པས་པ་རེད། ང་ཆོའི་མགྱེན་ཆབ་པ་བྱེད་ཀྱི་རེད་ཟེར་ནས་  
 མི་མང་ནང་དུ་སེམས་འཆབ་ཆེན་པོ་འདུག ངས་དེ་ལ་དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་ཞིག་འདུག་བསམ་སོང་། འོས་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་  
 ཐོག་ནས་ཐད་ཀར་ཁྱེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་འདི་འདྲའི་ཁྱེ་མཁན་དེ་ང་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་དེ་རེད་ཟེན་ཀྱི་མེད། ང་  
 ཆོའི་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་ཆགས་ཆུང་དུ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་བཟོ་སྐྱེད་བྱ་དགོས་ཀྱི་འདུག བཟོ་སྐྱེད་གང་འདྲ་ཞིག་བྱ་  
 དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཁྱེས་ན། བཅན་བྱོལ་ནང་དུ་ཡོད་པའི་མི་མང་རྣམས་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ཁ་བཟམ་ནས་བསྐྱད་ཡོད་དུས།  
 མི་མང་དེ་དག་གི་མི་འབོར་གཞི་ལ་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་ཞིག་འཇུགས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། གཞི་ནས་ང་ཆོ་  
 བཟོ་སྐྱེད་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དཔེར་ན། ང་ཆོའི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་ཀྱང་བཟོ་སྐྱེད་ལ་ཡོང་  
 རོགས་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག་ཟེར་ནས་སྐད་མང་པོ་ཞིག་ཤོར་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཆོར་ང་ཆོས་ཀྱང་མང་པོ་  
 ཞིག་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག སྤྱི་འཐུས་གསར་པ་ཡིན་ན་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་མ་འགྲོ་བ་ཡིན་ན། འོས་བྱོན་ནས་རྒྱ་ཐབས་མི་

འདུག བྱས་ཅང་སྤྱི་འཐུས་གསར་བ་ལ་དེ་བས་ཀྱང་ཁག་པོ་འདུག ང་རང་ལ་ཆ་མཚོན་ན་དཀའ་ལས་མང་པོ་བརྒྱབ་པ་ཡིན།  
མཐའ་མ་དེར་ངས་ཆོ་བས་དང་སྒྲགས་ནས་སྐད་ཆ་ཆང་མ་བཤད་ཟིན་པའི་རྗེས་སུ་བྱ་སྤྱོད་པོ་དེ་བླན་པ་མ་བཞེད་པ་གནང་  
རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། དངོས་གནས་གལ་ཆེ་བ་དེ་ང་ཚོ་བཟོ་སྐྱེད་དེ་དག་མང་བ་ཞིག་ཡོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། དཔེར་  
ན། ང་རང་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྟུ་ཆེན་མོའི་སྐབས་སུ་ཨ་ཤེ་ཡ་རང་དབང་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་ནས་བྱི་ཆུ་ ༣ པའི་ཆེས་ ༩ ལ།

### ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས། ཉོག་ཅམ་བཞུགས་གནང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས།  
ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

### སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ འོས་ཐོབ་ཆང་བ་རེད། འགོ་ནས་ཡང་བསྐྱར་བྱུང་བ་སྒྲགས་བྱ་དགོས་དོན་མི་འདུག་ཨ། དེ་ཡིན་  
དུས་གཞུང་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་འོས་བསྟུའི་སྤྱིག་གཞི་དང་འབྲེལ་ནས་གསུང་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་དེ་ནང་  
བཞིན་ང་ཚོའི་གཞུང་གིས་གོ་སྤྱིག་ཞུ་བྱ་རྒྱ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་ལ། སོ་སོ་རང་ཉིད་དོ་སྟོན་བྱེད་བསྐྱད་པ་དེ་སྟངས་འཛིན་  
ཡག་པོ་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

### ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

གོང་དུ་ཆོགས་གཙོ་ས་སྟངས་འཛིན་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན། དེ་རྗེས་ནས་དེ་ནང་བཞིན་འགོ་བྱུང་པའི་རེ་བ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ད་དུང་  
ཁག་ཏུ་ཁག་ཏུ་འགོ་ཡི་འདུག ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བཏོན་པ་གཞིར་བཟུང་གིས་གོས་ཆོད་ཀྱི་དགོངས་དོན་  
ཐོག་ལ་ཕེབས་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

### སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇམ་དབྱངས་ལགས་ནས།

འོས་བསྟུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཁ་ཐུག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་ང་ཚོའི་ནང་དུ་བཟོ་སྐྱེད་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག ད་ལྟའི་  
ཆར་འོས་བསྟུའི་ནང་དུ་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ཞེས་ནས་ཆ་གས་ལེན་བཞིན་བ་རེད། མ་འོངས་པར་ས་གནས་དང་མི་འབོར་གཞི་ལ་  
བཞག་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་མི་བདམས་སྟབས་པོ་ལྟོན་ན་ཐུགས་ཐན་གསོ་བྱུང་པ་རེད་དམ་ཞེས་པའི་འདི་  
འབྲེལ་སྐད་ལ་བཟོ་སྐྱེད་བྱ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བསམ་སྟོན་གཏོང་བྱུང་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇམ་དབྱངས་ལགས། གྲོས་ཚོགས་སུ་ཕེབས་ནས་བཀོ་སྐྱོང་གི་ཆ་ཤིས་དང་པོ་སྒྲངས་པ་ལ་ཚང་མས་  
འཚམས་འདྲི་དགའ་བསུ་ཞུ་རྟོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ཨ་ཁྱུག་ཆེ་བརྟན་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ཨ་ཁྱུག་ཆེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་ལ་ཆ་ཤིས་ལེན་རྒྱུར། གཞི་རྒྱུ་  
གྲོས་ཚད་དང་བཅས་པ་ཚང་མར་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས། དང་པོ་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་སོ་སོར་བསམ་ཚུལ་  
ཚོགས་ཁག་ཅིག་བར་རིམ་ཞིག་སྒྲིག་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེ་མར་བཤད་བསྟན་པ་ཡིན་ན་པན་གཙོ་དེ་ཅི་བྱུང་གི་ཚོད་དཔག་ཐིག་  
མ་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་དེ་མར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚད་ཀྱི་སྒྲིང་བརྗོད་ནང་གི་བོད་མི་ལ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དང་ཡོངས་སུ་  
འགལ་བའི་བྱ་སྤྱོད་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་འདི་ཕྱི་འདི་སྐབས་གནས་སྐབས་མེད་པའི་དབྱ་བྱིད་  
སྤྱི་ནོར་ཡལ་པོར་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་ཐུགས་དམ་སད་རྒྱུ་ཅི་ཆེ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཟེར་བ་དེ་དང་  
འབྲེལ་ནས་ཆ་ཤིས་ལེན་རྒྱུར། གཞི་རྒྱུ་འདི་འདྲི་ཐོན་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འདར་སོ་སོས་ཆ་ཤིས་ཅིག་སྒྲངས་པའི་སྐབས་སུ་  
ཞུས་པ་ཡིན། ད་རེས་ཀྱི་བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་ཚོལ་ཁ་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་འཐེན་ཁེར་ཆེན་པོ་  
ཞིག་འགོ་སོང་། འདི་འགོ་བ་དེ་འདར་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ལ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཞུ་རྒྱུ་མེད། རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་ལྷག་བསམ་རྣམ་  
དག་གིས་ཐོག་ནས་གནང་སོང་། གང་ཡང་ཞུ་རྒྱུ་མེད། ཡིན་ནའང་ར་བ་འདྲི་ནང་དུ་བཞུགས་ཡོད་མཁན་ཀྱི་འགོ་ལ་སྤྱོད་  
མཁན་དེ་དག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱུང་སོང་ཟེར་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཉེ་ཆར་ཡལ་པོར་ས་མཆོག་གིས་ང་ཚོར་ལམ་སྟོན་ཕེབས་  
པའི་ནང་དུ་འདར་བསྟན་པ་འགོ་ནས་བཤེས་པ་འདྲ་བོ་འདུག་ཟེར་ནས་བཀའ་ཞིག་ཕེབས་གནང་བ་རེད། དེ་ཆ་ཚང་གི་སེམས་ལ་  
ངས་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག འགོ་ལ་སྤྱོད་མཁན་ཟེར་ནའང་མིན་འདུག ང་རང་ཚོར་ར་བ་འདྲི་ནང་དུ་ཡོད་མཁན་དེ་དག་  
རེད། ང་རང་ཚོར་ཆ་མཆོན་པ་ཡིན་ན། ཡོངས་སྒྲངས་དེ་ཆོལ་ཁ་དང་ཚོས་བརྒྱུད་སོ་སོ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་  
ཡིན་ནའང་། འདིར་དམ་བཅའ་ལུས་ཚར་བའི་ཉིན་མོ་འདི་ནས་བཟུང་། བོད་མི་མང་གི་སྤྱི་འཐུས་དང་བོད་སྤྱི་པའི་མི་ཞིག་  
ཆགས་ཚར་བ་རེད། དེར་བརྟེན་འགན་དེ་འདར་བོད་སྤྱི་པའི་ཐོག་ལ་འགན་ཞིག་ཁེར་ནས་བྱེད་དགོས་པ་འདུག་བསམ་ཀྱི་ཡོད།  
འགན་འཁུར་པའི་ཐོག་ལ་འདར་ངས་སྤྱོད་ཆ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། སྤྱིར་བཏང་ནས་རྒྱུན་དུ་ཆོད་གཏམ་  
དཔེར། ཐང་བདེ་མོ་ཨ་ལེ་ལ་མོ། འགག་དོག་སར་སྒྲ་མ་དཀོན་མཆོག་ཟེར་བ་བཞིན་བཀའ་ཤིས་དོན་འབྱུང་པའི་གནས་སྐབས་སུ་  
ཡིན་ནའང་འཛོན་པོ་དང་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་སྤྱི་པའི་མི་ཆད་ལུན་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་འོ་སྐབས་དེ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་མ་  
འགྲིག་པ་དང་མ་འཐུས་པ། དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སུ་རེད། ང་ཚོ་སྤྱི་མི་ཆད་ལུན་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་འོ་སྐབས་དེ་རེད། སྐབས་  
དེ་དུས་ང་ཚོས་འགན་འཁུར་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་ལ་ནོར་བ་འཐུས་སོང་གི་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ། ངར་  
ཉིད་ནོར་བ་འཐུས་སོང་གི་ནང་དུ་པར་འཇུག་ནས་ནོར་བ་འཐུས་དེ་ངོས་ལེན་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་གནང་དོན་དེ་ཐག་གཅོད་ཅིག་  
བྱས་པ་ཡིན་ན། ༡༩༩༩ལོ་ཐག་གཅོད་ཅིག་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་དབྱ་བ་བཞུགས་མཁན་རང་ཉིད་

གཙོས་པའི་ཆང་མ་གནད་དོན་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་སྤྱད་པའི་སྐབས་དེར། འགན་མ་འཁུར་ནས་འགན་དེ་མི་གཞན་པ་ཞིག་གི་སྤྱིང་ལ་  
 གཡུག་རྒྱུ་འདྲི་ཐབས་ཤེས་ཡོད་དགུ་ཅལ་སྤྲུགས་ལྟ་བུ་བསྐྱུན་བསྐྱད་པའི་གནས་སྤངས་དེའི་འོག་ནས། གནད་དོན་དེ་ཐག་གཅོད་  
 རྒྱུ་འདྲི་ཆང་མ་གནད་དོན་དེ་མར་ནར་ནས། མཐའ་མ་དེར་རྒྱ་དགའ་བོད་སྤྲུག་གི་གནས་སྤངས་དེ་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཆང་  
 མ་ལ་ཉམས་སྤྱོད་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ང་རང་ཆོ་གྲོས་ཆོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ནས་བྲག་པོ་བྲུས་ནས་ངར་བ་ཡིན་ནའང་  
 འདྲ། ཞི་བའི་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། མཐའ་མ་འབབ་ས་དེའི་སྐང་ལ་སྤྱོད་པས་ཡོང་དུས། རང་བཞིན་གྱིས་ཆོལ་ཁ་དང་  
 ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་འཐེན། ཡང་ན་རང་ཉིད་དཀར་འདོན་བྱ་རྒྱུ་འདྲི་སྐང་ལ་བབས་འགྲོ་ཡི་འདུག འདི་འགན་མ་འཁུར་བའི་  
 གནད་དོན་ཞིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་ཅང་ཆང་མས་འགན་ཞིག་འཁུར་བའི་ཐོག་ནས་ལྷག་པར་དུ་ཞོར་བ་འཁུལ་སོང་རྩ་  
 བྲག་གི་གནས་སྤངས་ཡོང་བའི་སྐབས་སྟུ། འགན་དེ་པར་ཚུར་མ་གཡུག་ནས་སོ་སོས་འཁུར་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག ང་  
 རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོག་ཤོད་སྤངས་ལྟ་བུ་ཆ་མཆོན་པ་ཡིན་ན། གཞི་ཅིའི་ངས་གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་ར་བ་འདིའི་ནང་དུ་སྤྱོད་པས་  
 ཆང་བའི་རྩེས་སྟུ། བོད་སྤྱི་པའི་མི་ཞིག་ཆགས་ཆར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ཡོང་ཁུངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན། རི་བོ་དགེ་ལྡན་པའི་བྲ་  
 བཅུན་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤངས་ཆ་འདིར་སྤྱོད་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་རེད། སྤོན་ཡོད་པ་དེའང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་  
 བ་བཟང་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་ནས་རྒྱུན་དུ་ནས་བཞུགས་པ་བཟུང་གི་མེད། དེས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་སྟུ་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་  
 ཁག་ནས་དེ་བ་དེས་དུས་ཀྱང་། གཞི་ཅིའི་ཆང་མ་བོད་སྤྱི་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པ་གཅིག་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ཆོས་བརྒྱུད་ཐོབ་  
 ཁོངས་ནས་ཡོང་བའི་དགེ་འདུན་པ་དེ་ཆོར་དམིགས་བསལ་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱོད་ཁྱིད་དགོས་པའི་འགན་འཁུར་ཞིག་ཡོད་པ་  
 དེ་ང་རང་གི་གསལ་སོར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ནམ་ཞག་རྒྱུན་དུ་བསམ་སྤྱོད་ཡང་བཏང་ཁུལ་ཡིན། ཡིན་ནའང་རང་གི་རྣམ་  
 དཔྱད་ཀྱི་མ་འདང་བ་ཡིན་ནའང་འདྲ། གཞན་གྱི་ལྷག་བསམ་གྱི་མ་གནད་བ་ཟེར་ནའང་འདྲ། ལས་ཀ་བྱེད་ཕྱོགས་ཁ་ཤས་ཅིག་  
 ལ་རང་གི་ལྟ་སྤངས་དང་གཞན་གྱིས་གཞིགས་སྤངས་མི་འདྲ་བ་ཡོང་བ་དེ་ཆོས་ཉིད་ཅིག་རེད། ངས་དེ་རིང་འདིར་བྲག་གསོ་བྱ་  
 དགོས་པ་དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཉེ་ཆར་ཡ་གོང་ས་མཆོག་གིས་ང་ཆོར་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་གནད་བཞག་པ་དེ་ཡིན། ང་ལ་  
 ཕྱོགས་པོའི་འདུ་ཤེས་རྒྱུ་འདྲི་ཞིག་ཡོད་ན། ངས་ལལ་བཞག་པ་དེ་ལྷག་པར་དུ་ཆོལ་ཁ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འཐེན་ཁྱེར་མེད་པའི་  
 ཐོག་ནས། ཆང་མས་ཆིག་སྤྱིལ་གྱི་ཐོག་ལ་འགྲོ་བྱུང་གྱི་འདུག་ཅེས་ནས་གསུངས་པ་དེ་རེད། ཞི་ས་མ་ཞུས་ན་དགའ་ལོ་བརྒྱད་  
 ཅུ་བྱ་གཅིག་ལ་ཐེབས་པའི་བགྲེས་སོང་ཞིག་གིས་ང་ཆོར་གནད་བའི་བསྐྱབ་བྱའམ་འབོད་སྤྱུལ་ཟེར་ནའང་རེད། ང་རང་ཆོ་རང་  
 གཞན་རོགས་གསུམ་ཆང་མས་རང་ཉིད་ཀྱི་རང་ཉིད་ལ་སྤང་བ་དག་བསྐྱད་པ་གཅིག་བྱས་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་གྱི་  
 འདུག གོང་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་སོ་སོའི་ཡོང་ཁུངས་ནི་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། སོ་སོའི་བསམ་སྒྲོག་ཤོད་  
 སྤངས་ནི་གོང་ནས་བཤད་པ་ནང་བཞིན་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་གཞིགས་སྤངས་  
 གཅིག་པ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ནང་བཞིན། བྱེད་སྤངས་ཀྱང་གཅིག་པ་ཡོང་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་  
 ཡིན། ལྷག་པར་དུ་དེས་ཀྱི་དགོངས་རྒྱུ་ལ་འདིའི་ནང་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱན་བགྲེས་པེ་རྒྱུང་ཞིག་གིས་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་  
 གནད་རོགས་གནད་ཞེས་ནས་གསུངས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ལ་བསྐྱབ་བྱ་གནད་རྒྱུ་འདྲི་སྤྱོད་པས་པ་གང་ཡང་མེད་ནའང་། འབོད་  
 སྤྱུལ་ཞུ་རྒྱ་ཞིག་ལ། ང་ཆོ་ཉིན་མ་དེ་རིང་ནས་བཟུང་ཡ་གོང་ས་མཆོག་གིས་ཁ་སང་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ང་ལ་ཕྱོགས་པོའི་འདུ་



ཤེས་ཡོད་ན་ཟེར་བའི་བཀའ་སློབ་དེ་སྟོང་ལ་བཅངས་ནས་ཆོལ་ཁ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འཐེན་ཁྲིར་རྩ་བ་ཉིད་ནས་གནང་རྒྱུ་མི་  
 འདུག དེ་གནང་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན་རང་གཞན་རོགས་གསུམ་ཀུན་ལ་ཕན་ཐོགས་མི་འདུག ན་བསུན་དང་མ་བཟུང་ན་ང་ཆོ་ཆང་མ་  
 ཁུར་དགོས་ཆོད་ཡིན། འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུ་ཆོལ་ཁ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འཐེན་ཁྲིར་བྱས་པའི་མི་དེ་མཐའ་མ་དེར། ཆོལ་  
 ཁ་དེ་དང་ཆོས་ལུགས་དེར་བྱས་མེས་འཛོག་བཞག་པ་ག་རེ་བྱུང་ཡོད་དམ། དེ་ལས་ལྗོག་ཏེ་དེ་འདྲ་གནང་བསྐྱད་པའི་ཉེར་ལེན་  
 ལ་བཏེན་ནས་ཆོལ་ཁ་དང་ཆོས་བརྒྱུད་དེ་སྤྱི་ཚོགས་འདིའི་སྐྱང་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་མཐོང་སྒྲུང་མ་བདེ་བ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་མ་  
 གཏོགས་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་མི་འདུག དེ་འདྲའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་ལྷག་པར་དུ་ཡལོང་ས་མཆོག་གིས་གོང་དུ་གསུངས་པ་དེ་སྟོང་ལ་  
 བཅངས་ནས་ལེགས་ཉེས་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་ཏེ། ཆོལ་ཁ་དང་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཞེན་ཁོག་དེ་དོར་ནས་སྤྱི་  
 པའི་མི་ཆད་ལྷན་ཞིག་གནང་རྒྱུ་འཛོག་ལ་ངེས་པར་དུ་འབོད་སྐྱུལ་ཁྱ་གི་ཡོད། གོང་དུ་རེ་བ་ཁྱས་པ་ནང་བཞིན་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་  
 པར་འབོད་སྐྱུལ་ཡིན། ཚུར་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གིས་གསུངས་པ་ཡིན་ཅང་པར་བཤད་པ་དེ་འདྲ་གསན་རོགས་གནང་ཞེས་ནན་  
 བོའི་ངང་ཁྱ་འདོད་བྱུང་། གཞི་རྩའི་ངས་རེ་བ་ནི་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་སྐྱང་ལ་ཉེ་ཆར་ཡལོང་ས་མཆོག་གི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ལམ་སྟོན་  
 དེམ་པ་ཁག་ཅིག་མེད་པ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་བཏེན་ནས་ད་ལྟ་སྔན་བུའི་ལེགས་ཏུ་བྱིན་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ནས་སྤེལ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁག་ཅིག་གི་དགོངས་ཚུལ་གསུང་སྟངས་ལ་མར་བལྟས་ཡོང་དུས། དངོས་གནས་བྱང་གནས་ཀྱི་སེམས་  
 པམ་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཁ་རྩང་གསར་དུ་མེད་པའི་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་  
 པ་ཆོར་འབོད་སྐྱུལ་ཁྱས་པ་བཞིན། ད་རེས་ལྷན་རྒྱས་ཆང་མ་ལའང་འབོད་སྐྱུལ་དེ་ཁྱ་འདོད་བྱུང་། དེ་མ་གཏོགས་གཞན་མང་པོ་  
 ཞིག་ཁྱ་རྒྱ་མིན། ལུགས་མེ་ཆེ།

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དོན་འབྲུབ་བཀའ་ཤིས་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་དོན་འབྲུབ་བཀའ་ཤིས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ གྲོས་ཚོགས་སྐབས་བརྒྱ་དྲུག་པའི་ཚོགས་དུས་དང་པོར་ཆེན་པོས་བསྐྱར་བསྐྱུངས་པའི་དཔལ་  
 ལྷན་ཚོགས་གཙོ་བཤེས་གཞོན་གཙོས་པའི་བྱུག་སྤེལ་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པར་འཆ་མས་འདྲི་ཁྱས་ཟེན་པ་ཡིན། བཀའ་ཤིས་སྐབས་  
 བཅོ་ལྔ་པའི་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དཔྱད་སྐྱོང་དཔྱད་པའི་འོས་འདེམས་བྱུང་བའི་བཀའ་སློན་རྣམས་པ་ལ་གྲུས་བསམ་འཆ་མས་འདྲི་ཁྱ་བ་དང་  
 ཆབས་གཅིག་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཁྱས་པ་ཡིན་ན།  
 མདང་དགོང་གོ་སྐབས་ཅིག་ལེན་ན་བསམ་སོང་སྟེ། གོ་སྐབས་ཁྱ་སྤྱབ་མ་སོང་། འདིའི་ནང་ནས་གནད་དོན་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ག་  
 རེ་མཐོང་གི་འདུག་ཟེར་ན། འདས་པའི་སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་གཞིར་བཞག་གིས་འོས་བསྐྱུ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ལ་གྲོས་  
 ཚོགས་ར་བའི་ནང་ལ་རེད། བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུའི་ནང་དུ་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་རེད། འོས་བསྐྱུའི་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་  
 གཏོང་དགོས་པ་དེར། འདས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་དང་བྲ་ལམ་བརྒྱུད་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགན་བཞེས་མཁན་རྣམས་པ་ཆོ་རེད།

དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཆོག་གིས་ཉེ་ཆར་དམ་འབུལ་གྱི་དབུ་འབྱེད་མཛད་སྒྲིལ་སྐབས་སུ་རེད། ཞལ་བཞེས་གནང་ཡོད་པ་རེད། འདི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་མོས་མཐུན་ཞུས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ད་ལྟའི་གནང་སྐབས་དང་གནང་བྱེད་གས་སྒྲོར་ལ་གོང་དུ་བྱལ་སྒྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཁག་ཅིག་གིས་གསུངས་སོང་། དེ་ནི་འཕམ་དུ་བྱེད་ཐུབ་རྒྱ་ཞིག་དང་། འ་རི་ལུ་རི་བྱས་ནས་སྐབས་ཞིག་མ་རེད་ལ། བྱས་ན་ཆར་རྒྱ་ཆར་གྱི་རེད། ཆ་ལེ་ཆོ་ལེ་ཞིག་ཆར་འགྲོ་གི་རེད། ཡང་དེ་དུས་ཆོད་རན་པོ་ཞིག་དང་འཆམས་པོ་ཞིག་ལེན་པའི་ཐོག་ནས། དེ་ཡང་ང་རང་ཆོ་མི་མང་གི་འདིར་གཏོང་བའི་ཐོག་ནས། འགན་ཁུར་བའི་ཐོག་ནས་གྲོས་བསྐྱར་ལྷུག་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་དང་། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གི་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། གང་ལ་སྦྱར་བ་འདི་ལ་མཁམས། ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་འོས་བསྐྱར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་འོས་བསྐྱར་ཐད་ཀར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ་དེ་དག་བཀའ་ཤག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་དབུས་སྤྱི་བྱེད་འགན་འཁུར་གཙོ་བོ་པའི་འོས་བསྐྱར་ལྷན་ཁང་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ས་གནས་ཁག་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དབུས་ས་གཉིས་ཟེར་དུས་ལྷན་ཁང་ཆང་མས་ངོ་ཆབ་ཟེར་ནའང་རེད། སྤྱི་ཆབ་ཟེར་ནའང་རེད། ས་གནས་འགོ་འཛིན་དེ་རང་བཞིན་གྱི་འོས་བསྐྱར་འགན་འཁུར་ཐད་ཀར་ཐང་དུ་དོན་ནས་བྱལ་ལས་གནང་དུས་དཀའ་ངལ་ག་རེ་བྱུང་མིན་ཆང་མས་མཐུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་ Feedback ལེན་པའི་ཐོག་ནས་གང་དྲག་ཅི་ལེགས་དང་དུས་ཆོད་བཏང་བའི་ཐོག་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ང་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། གསར་པ་གསར་རྒྱུད་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་གསར་པ་ཡིན་ཟེར་དུས། ཁྲིམས་བཟོ་ནང་ལ་སྒྲེབས་ནས་གསར་པ་ཡིན། དེ་མིན་པོད་པའི་སྤྱི་ཆོག་ནས་ནང་ལ་ལོ་ 33 དང་དམིགས་བསལ་འཛིན་སྒྲོང་དང་འོས་བསྐྱར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ལོ་ 6 ཅམ་ལས་ཀ་བྱས་ཡོད། དཀའ་ངལ་མང་པོ་འཕྲད་སྒྲོང་། འདི་གཞི་བཞག་གི་ཐོག་ནས་མང་དག་ཅིག་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ནས་དེ་ལས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ང་ཆོ་ར་བ་འདིའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་འགན་བཀྱར་འོས་པའི་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་དང་། དམིགས་བསལ་གྱི་བཀྱར་འོས་བྱལ་སྒྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱང་པ་རྣམས་ལ་གྲུས་བཏུད་ཞུ་ཡི་ཡོད། ང་ཆོ་གསར་པ་རྣམས་པ་ཆོ་ཡིན་ནའང་ཆང་མས་འགན་འཁུར་བའི་ཐོག་ནས། དོ་སྤང་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་དེ་གྲོས་ཆོག་སར་བ་འདིའི་ནང་ལ་ཁྲིམས་བཟོ་ངོ་ཆོ་ཡིན་དུས། ང་ཆོས་ཐག་བཅད་དགོས་པ་རེད། ཉིན་མ་དེ་རིང་བར་དུ་ཉིན་གསུམ་ནང་མང་གཙོ་ཀ་བ་གསུམ་གྱི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཆོག་ས་གསུངས་མཁན་རེད། འཛིན་སྒྲོང་གནང་མཁན་རེད། གནང་བ་དང་གསུངས་པ་གཉིས་ལ་བྱེད་པར་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་སྔ་རྒྱ་ཤས་སྔོན་ལ་ངས་འཛིན་སྒྲོང་བྱས་ནས་བསྐྱད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཁྲིམས་བཟོ་ནང་སྒྲེབས་པ་རེད། སོ་སོའི་ལས་འགན་གྱི་ངོ་ཐོ་བཞུ་པོ་བརྒྱབ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཐོག་ནས་སེམས་ཅམ་བས་བར་སྤང་ལ་རྟ་རྒྱལ་གྱི་ཡང་། མཆུ་གང་ལ་སྤར་མོས་སོ་མི་ཐེབས། ཟེར་བ་ནང་བཞིན་གསུང་རྒྱུར་ལས་སྤྱོད་པོ་ཡོད་པ་རེད། གནང་དུས་ཁག་པོ་ཡོད་པ་རེད། དོན་དག་ག་རེ་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཅེ་ན། ང་ཆོས་ག་རེ་གནང་དགོས་པ་སོགས་དུས་ཆོད་ལག་པོ་ཞིག་བཏང་རྒྱུ་དང་ཞིབ་ཆོག་ས་པོ་ཞིག་གནང་དགོས་འདུག ཁ་སང་གྲོས་བསྐྱར་བྱུང་བ་ནང་བཞིན་འཕམ་མང་ཆར་སྐབས་ཞིག་མི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དུས་ཆོད་རིང་ཅམ་གནང་ནས་ཐག་བཅད་ན་མ་གཏོགས་བས་ངོ་དྲག་གང་ཡང་མཐོང་གི་མི་འདུག འོས་བསྐྱར་ཉི་དུང་ལོ་བཞིའི་རྗེས་སུ་རེད། དེ་མིན་པའི་ངོ་དྲག་ཁ་ཤས་ཞིག་ཡོད། དེ་ཞུ་ཆོག་པར་གྱིས། འོས་བསྐྱར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་མང་པོ་

ཞིག་ལྷ་མི་དགོས་པ། བོད་དུ་མང་པོ་ལྷ་ས་སོང་དངོས་འབྱེད་ཀྱི་དེ་དང་འབྱེད་ནས་དེ་སྡོན་དང་འཛིན་སྡོད་རེད། ངས་ལས་  
འགན་བཞེས་པོ་བརྒྱབ་ནས་ད་ལྟ་ང་ཁྱིམ་ས་བཞོལ་སྤྱོད་པས་པ་རེད། དེའི་ནང་དུ་གནད་འགག་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་མི་མང་གི་བསམ་ཚུལ་  
ནང་ལ་ག་རེ་ཡོད་གི་འདུག་ཅེ་ན། སྤྱི་ལུ་བའི་ལས་བྱེད་གཅིག་མང་ཆོག་གས་ཀྱི་དཀྱིལ་དུ་ཐོན་ཡོད་ནས་ཐེ་བྱས་གནང་ཆོག་གི་  
རེད་དམ། དེ་གསལ་ཁ་གསལ་པོ་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱི་ལུ་བ་ཟེར་དུས་མི་མང་གི་འོས་འདེམས་བྱས་པ་རེད། དཔེར་ན། ཏྲ་རང་གི་  
ཞོན། ལོ་རྒྱུས་མིས་བཤད། ཟེར་བ་ལྟར་ང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་བྱེད་པ་རེད། ང་ཆོག་གི་རེད་དམ་མ་རེད་ཟེར་ན། Joker  
(playing card) ལྷོད་རེད། སྤྱི་ལུ་བ་རེད་དམ་ཟེར་ན་ང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་རྒྱུ་མ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཡིག་ཆ་དང་བཏང་  
ནས་ངས་སྤྱོད་པ་མེད། གནས་རིམ་འཕར་ནས་ངས་སྤྱོད་པ་མེད། མི་མང་གི་བསྐྱོས་པ་རེད། འདི་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་  
རེད།

མི་མང་གིས་བསྐྱོས་པ་རེད་དམ་ཟེར་ན། ལས་འགན་འགོ་འཛིན་གས་མ་ལྷ་ས་པའི་སྡོན་གྱི་ཉིན་དང་པོ་དེར་སྤྱི་ལུ་བའི་  
ཁྲ་དོར་སྤྱིག་གཞིར་བཅི་དགོས་པ་རེད་ཅེས་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་འབྱེད་ནས་བཀའ་ཤག་གི་བཀའ་སློན་ལས་ཐོག་དེ་འདྲ་ཡིན་  
ནའང་འོས་བསྐྱོད་ལ་གནང་ཡོད་པ་རེད་པ། འདི་ཆོག་གི་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་མ་འོངས་བར་དེའི་ཐོག་ཞིབ་ཆགས་ཤིག་  
བཀའ་མོལ་གནང་དགོས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་ལ་འདས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་གཞི་བཞག་ཐོག་ལེགས་བཅོས་ག་རེ་གནང་དགོས་  
འདུག་ཟེར་ན་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་མང་དག་ཅིག་ལྷ་སྤྱོད་པ་རེད། ད་དུང་རིམ་བཞིན་ལྷ་སྤྱོད་པར་གྱིས་ཟེར་  
ནས་ལྷ་བཞིན་ཡོད། རོན་སྤྱི་དེ་རྒྱབ་སྤྱོད་ལྷ་སྤྱོད་དང་། དུས་ཆོད་གཏོང་དགོས་པ་དེ་རྒྱ་ཁྱིམ་གིས་མཁྱེན་པོ་ཐག་བཅད་པ་  
ཡིན་ན། འ་རེ་ལུ་རི་ཆགས་ཀྱི་རེད་ལ། ཆ་ལི་ཆོ་ལི་ཆགས་ཀྱི་རེད་ཅེས་ལྷ་སྤྱོད་ཡིན།

རོན་དག་གལ་ཆེན་པོ་གཅིག་ད་ལྟ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་ལ་བཟང་སྤྱོད་དང་འབྱེད་པའི་བཀའ་མོལ་ཞིག་རེད།  
བཀའ་མོལ་འདི་མང་ཆེ་བས་གསུངས་བསྐྱད་པ་ཞིག་རེད། བཟང་སྤྱོད་དེ་གསུངས་རྒྱ་གཅིག་རེད། གནང་རྒྱ་དེ་གཅིག་རེད།  
ངའི་སྤྱི་ལུ་ལ་མཐུ་བ་མོ་འཛུགས་ཏེ་བཟང་སྤྱོད་དེ་གནང་རྒྱ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་གསུངས་རྒྱ་མ་རེད་ཅེས་ལྷ་བཞིན་ཡོད།  
འདི་འདྲའི་ཐོག་ནས་ང་ཆོ་མི་རེ་དོར་ནས་འགན་ཁུར་བའི་ཐོག་ནས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་བཀའ་གང་གནང་བ་དེ་ལ་སྤྱུགས་  
དགོངས་པ་འཁྱུག་ལྷ་ས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། ངས་ཆོག་དེ་ཏག་ཏག་ཅིག་ལྷ་ས་ཤེས་མ་སོང་། དགོངས་པེལ་ལྷ་བཞིན་ཡོད། ཆོག་  
ལ་མ་གཟིགས་དོན་ལ་གཟིགས་རོགས་གནང་ལྷ་སྤྱོད་ཡིན། རོན་དག་གཙོ་པོ་དེ་སྤྱུགས་པམ་བྱུང་བ་ཟེར་ནས་ཁ་སྤྱུག་ལ་ངས་གོ་  
བ་འདི་འདྲ་ལེན་གྱི་ཡོད། འདི་འདྲའི་སྤྱུགས་གསོ་ཆེད་དུ་དེ་རིང་ཉིན་བྱེད་རེད། ཉིན་བྱེད་རྗེས་སྤྱི་ལས་རིམ་གཅིག་ཡོད་པ་རེད།  
སང་ཉིན་ནས་རྫོགས་པ་རེད། ང་ཆོ་སྤྱི་འཕུས་རྣམ་པས་ལེ་ལུ་འདི་ཆར་བ་རེད། དངོས་སུ་ཐང་ལ་བབ་ནས་ཉིན་རེ་ཉིན་རེ་སྤྱུག་  
ལས་དེ་བཀའ་ཤག་གིས་གནང་གི་རེད། བཀའ་སློན་རྣམ་པ་དབུས་པས་བྱུང་ཆེ་ཆུང་རྣམ་པ་དང་། ལས་བྱེད་ཐོག་མཐའ་བར་  
གསུམ་གྱིས་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་སྤྱུག་ལས་ཁོང་ཆོས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་སྤྱུག་ལས་གནང་དུས་ཁག་པོ་ཡོད་  
པ་རེད། ངས་ལོ་དྲུག་མ་གཏོགས་བྱས་མ་སྤྱོད། དེ་ཁག་པོ་བྱུང་། ཉིན་མོ་མི་དང་། མཆན་མོ་ཁྱི་བྱས་པ་ཡིན། མི་ཆེ་ཉིལ་པོ་  
སྤྱུག་ལས་གནང་བསྐྱད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་རྣམ་པར་ངས་སྤྱིང་ནས་གུས་བཅི་ལྷ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ནའང་སྤྱུག་  
ལས་གང་གནང་བ་དེར་གུས་བཅི་ལྷ་བཞིན་ཡོད། ཡི་རངས་བསྐྱུགས་བཞིན་ལྷ་བཞིན་ཡོད། ཡང་མ་འགྲིག་པ་དང་མ་འཕུས་པ་

བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་ཡར་གསུང་དགོས་པ་དེ་ང་ཚོའི་ལས་འགན་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། ཁ་སང་ང་ཚོ་བཀའ་མོལ་ཁ་ཤས་ཅིག་  
བྱུང་སོང་། ང་ཚོ་བཀའ་ཤིག་འདི་ལས་སྟོན་གནང་མཁན་རེད་དང་མ་རེད་ཟེར་བའི་བཀའ་མོལ་མང་དག་ཅིག་བྱུང་སོང་། དངོས་  
གནས་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་འགོ་སྐྱབས་བྱས་ན་ཁྱིམ་ས་བཟོ་འདི་འཛིན་སྐྱོང་གི་ག་རེ་གནང་བ་དེར་གྲོས་ཚེད་གཏན་འབེབས་གྱི་ཐོག་ནས་  
ཁྱིམ་ས་སྤྱིག་ལ་གཞིགས་ནས་གནང་གི་ཡོད་དུས། འདི་ལ་ལས་སྟོན་རང་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ལ་ལས་སྟོན་ཞིག་ཞུ་ཤེས་གྱི་མེད་  
དེ། འདས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་གཞི་བཞག་གི་ཐོག་ནས་འཛོད་སྐྱུལ་ཁག་ཅིག་ཞུས་ན་བསམ་གྱི་འདུག དགོངས་པ་དྲུག་རྒྱ་ཟེར་  
ནའང་རེད། དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཆོག་གིས་ཞལ་བཞེས་གནང་བ་ནང་བཞེས་འཛིན་སྐྱོང་ནམ་པས་ག་རེ་གནང་ཐུབ་གྱི་འདུག  
ང་ཚོ་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ཀྱི་གནང་ཐུབ་རྒྱ་འདུག མང་ཆོགས་གྱི་ངོས་ནས་ག་རེ་གནང་ཐུབ་རྒྱ་འདུག འདི་གཅིག་ཞུས་པ་  
ཡིན་ན། ཞེད་སྐྱང་དང་དངངས་ཆབ་རང་ཞུ་བཞིན་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཉམས་སྤྱོད་མེད་དུས་བཤད་ཤེས་གྱི་མི་འདུག ཡིན་  
ནའང་འགན་ཞིག་ཁུར་བའི་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། རྩ་བ་དུག་གི་རྩེས་སུ་མ་གཏོགས་མཇུག་གྱི་མ་རེད། རྩ་བ་དུག་བར་དུ་  
ལས་དོན་གནང་དགོས་པ་རེད། དེ་རིང་ནས་བཟུང་གནང་དགོས་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་མོལ་དམིགས་བསལ་ཤིག་བྱུང་མ་  
སོང་སྟེ།

དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་གཙོ་བོ་འདི་ལས་སྟོན་ཁང་མི་འདྲ་བའི་བཀའ་སློན་རྣམས་པ་འདིར་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད།  
ང་ཚོ་ནི་སྟོན་ཁང་ཆང་མས་ཆབ་བྱས་ནས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་གཏོང་བཞག་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རྩ་བ་དུག་ནང་དུ་  
འཕལ་དུ་བྱེད་དགོས་པ་ཁག་ཁ་ཤས་ཤིག་འཛོད་སྐྱུལ་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་ནི་ང་ཚོ་ཆང་མས་གནང་དགོས་པ་ཞིག་རེད། བཟང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དོན་དག་བཞི་ཡོད། དང་པོར་  
ཡགོང་ས་མཆོག་གི་སྤྱད་ས་པམ་སྐྱོར་གཅིག་དང་། གཉིས་པར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལས་དོན་བྱེད་ཚུགས་སྐྱོར། རྩ་བ་དུག་རིང་ལ་  
ཐག་རིང་པོ་དང་སྤྱད་ས་རྒྱ་བཞིན་མེད། ཡིན་ནའང་ལས་དོན་བྱེད་ཚུགས་སྐྱོར་ལ་ཁག་ཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་།  
དེ་ནས་པོད་མའི་སྤྱིག་འཇུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་སྐྱོར་ལ་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ང་ཚོ་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་སྤྱད་ས་འགན་ག་རེ་བཞེས་  
དགོས་པའི་སྐྱོར་དང་། ང་རང་གི་ཆོར་སྐྱང་གི་ཐོག་ནས་ཉིན་ཤས་ནང་དུ་ལྟ་རྒྱ་དང་མཐོང་རྒྱ་ག་རེ་བྱུང་བ་དེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དང་པོ་དེར་ཡགོང་ས་མཆོག་སྤྱད་ས་པམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱོར་ལ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁག་ཅིག་གིས་གསུངས་ཆར་  
སོང་། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་སློབ་ཅུང་ཟད་དོ་སྐྱང་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན། དེ་སྤར་བཀའ་སློབ་ཇ་དྲག་ཁག་ཅིག་ཐེབས་པ་  
རེད། མི་རབས་བཞེ་པོ་བརྒྱབ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ལོ་གཞིན་པ་ཆོ་རྒྱས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། གཞིན་པ་ཆོས་ཡག་པོ་བྱེད་  
རོགས་བགྱིས། ང་ཤི་ནའང་སློབ་དེ་པོ་རང་ཤི་བཅུགས་རོགས་བགྱིས་ཟེར་ནས་གསུངས་ཀྱི་འདུག སྤྱིང་ཆང་སྐྱོང་བྱེད་ཀྱི་འདུག  
ཉེ་བའི་ཆར་མཇུག་བསྐྱོམས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་ནང་ལ་མགོ་བདེ་བློ་འཁྱུལ་ཆང་མ་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པ་ཆོས་བྱེད་ཀྱི་འདུག  
དེ་ང་ཚོ་རེད་ལ། དེ་ནས་བཀའ་སློབ་གནད་འགག་ཅིག་བསྟན་པ་སྤང་ནས་བཤིག་གི་འདུག་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། བསྟན་པ་སྤང་  
ནས་སུ་རེད། ང་ཚོ་རེད་ལ། ང་ཚོ་ཆང་མས་བསམ་སྐྱོར་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་ནོར་བ་དང་འཁྱུལ་བ་དེ་སྐོན་པོ་རིག་  
པ་ཅན་ལའང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། རིལ་བ་དང་བརྒྱལ་བ་དེ་དག་སྤྱིག་སྤྱིན་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལའང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་  
ནོར་ཆོག་གི་རེད། ནོར་བ་དེ་འགྲོད་བཤགས་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་ལས་དོན་བྱེད་ཚུགས་ཐོག་དང་བཟང་སྤྱོད་སྐྱོར་ནས་བྱངས་པ་

ཡིན་ན། བཟང་སྒྲིང་དང་པོ་དེ་བྲང་པོ་བྲང་གཞག་གནང་རྒྱ་དེ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་ག་རེ་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཅེ་ན། གྲོགས་པོ་འི་  
 འདུ་ཤེས་དང་ག་པ་ག་པར། ཆེ་འདི་བྱི་གཉིས་ཀྱི་ལྷན་པས་གནས། བོང་མའི་བོང་མ། ལྷ་མའི་ལྷ་མ། པ་མའི་པ་མ། སྒྲིང་ཁོངས་  
 ཏུས་པའི་གཉིང་ནས་བཅི་བཞིན་ཡོད་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། འདི་བཅི་ཡི་ཡོད་ན་མིག་བཙུམ་པ་ཙམ་དང་མངལ་ཁ་ཞུ་རྒྱུ་འཆང་  
 ཁ་རྒྱག་ནས་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཉིན་རེ་བཞིན་ལས་དོན་བྱེད་སྤྱོད་སྒྲིབ་སྒྲོར་ལ་རེད། དུག་སྒྲེལ་སྒྲི་འཐུས་མང་པོ་ཞིག་  
 གིས་གསུངས་སོང་། འདི་འབྲུས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་དུས་གང་བཤད་ན་བསམ་པ་མང་པོ་བྲན་སོང་། ང་ཆོ་ཆང་མ་རེད། བོང་དུ་  
 ངས་པ་མའི་པ་མ་ཟེར་དུས། པ་མས་སོ་སོ་ལ་ཅ་ཆེན་པོ་ག་ཆད་ཙམ་གྱི་བྱམས་སྒྲིང་གནང་ཡོད་པ་རེད། ང་ཆོ་ལམ་དེ་ནས་ཡོང་  
 བ་རེད་ལ། རང་ཉིད་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དུད་ཆང་ཉམ་ཆུང་ཞིག་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་དང་། དེམ་བས་སྒོ་བ་སྒྲིང་དང་  
 དེག་གནས་ཆང་མ་པ་མས་བྱས་མི་ཐུབ་པ་ཆང་མ་ལ་བོང་ས་མཆོག་དང་། བོད་མའི་སྤྱི་གཞུག་ལ། བྱི་རྒྱལ་གྱི་རོགས་ཆོགས་  
 ལ་བཞེན་ནས་ད་ལྟ་ཅུང་ཟད་མདུན་ལ་ལངས་ནས་བཤད་ཐུབ་པ་དེ་བྱུང་བ་རེད། དེ་རིང་འདི་ལ་རྒྱང་གྲགས་མདུན་ལ་ཐུ་བ་ཞིག་  
 བྱོན་ཏེ་རྩིག་པོ་བྱས་པ་དེའང་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་བཀའ་བྲིན་རེད་ལ། དེའི་ཐོག་ནས་ག་རེ་ཞུ་དགོས་བྲན་སོང་ཟེར་ན། take  
 take take མི་ཆེ་གང་པོར་དགོར་བཟས་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། ད་ཆ་ Give back དེན་ལན་དང་མ་རེད་དེ། བཀའ་བྲིན་བསམ་  
 ཤེས་དང་ཕྱག་འཆོལ་སྤྱི་བ་སྒྲིང་གི་ཐོག་ནས་ལས་ཀ་འགའ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། མི་མང་གི་མགྱོན་ཆབ་བྱས་ནས་སྐད་ཆ་ཁ་  
 ཤས་བཤད་ཐུབ་ན་བསམ་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། འདི་གཞི་གཞག་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་དམ་འབུལ་ཞུས་པ་བཞིན་མི་མང་གིས་  
 རེ་བ་བཅངས་པ་ལྟར་དེ་ག་རང་གནས་ཡོད། འོ་གཅིག་གཉིས་ནས་ལྷ་བར་དུ་གནས་དགོས་ནའང་དེ་ག་རང་ལ་ཞབས་བྱི་ཞུ་  
 དགོས་བསམ་བསམ་ཞིག་ཡོད། ང་ཆོ་ཆང་མས་ཐུར་བ་བྱ་འདེགས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག།

དོན་ཆོན་གཉིས་ལ། འཛིན་སྒྲིང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ། སང་ཉིན་ནས་བཟུང་འཛིན་སྒྲིང་གིས་ཕྱག་ལས་ག་རེ་གནང་  
 གི་རེད་དམ་ཞེས་དྲི་བ་གང་ཡང་མིན། ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་མེད་ཆང་མས་མཁྱེན་གྱི་རེད། ང་ཆོ་ག་རེ་གནང་རྒྱ་རེད་ཟེར་ན།  
 ནང་ལ་ལོག་རྒྱ་རེད། དཔེར་ན་ང་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཉམས་སྒྲིང་མེད། སྤྱི་ཆོགས་ནང་དུ་ལོ་ ༢༢ ཙམ་ལས་ཀ་བྱས་པ་  
 ཡིན་ནའང་། ཁྱིམ་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་ལ་ད་དུང་ལྷན་ཀོར་ཡིན། ང་རང་ལྟ་བུ་ཆ་མཆོན་ན་སང་ཉིན་ནས་ཟབ་སྒྲིང་ལ་འཇུག་རྒྱ་ཡིན།  
 སྐད་ཆ་བཤད་སྐྱངས་ཡིན་ནའང་ཤེས་ཀྱི་རེད། ཁྱིམ་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་ཡིན་ནའང་མགོ་འཆོས་ཀྱི་རེད། དེ་འབྲེལ་དུས་གཞུག་  
 མ་ཡག་པོ་དང་གཙང་མ། དོན་ལ་སྤྱིན་པ་ཞིག་སྤངས་ཐུབ་ཀྱི་རེད་བསམ་པའི་རེ་བ་བརྒྱབ་ནས། སང་ཉིན་ནས་འཛིན་གྲུང་འགོ་  
 རྒྱ་ཡིན། དེ་ནས་མང་ཆེ་བ་སང་ཉིན་དགོང་མོ་ནས་ནང་དུ་ཐེབས་འགོ་ཡི་རེད། ཐེབས་པ་ཡིན་ནའང་། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་  
 མཆོག་ནས། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས། ཉོག་ཙམ་མཆོམས་འཛིན་རོགས་གནང་།

## **ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།**

ཕྱག་ཆོད་ ༡། ༣༠ བར་དུ་གསོལ་ཆོགས་བར་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༦ ལྷ་ ༦ ཚེས་ ༣ ཉིན་གྱི་སྤྱོད་གསུམ་པ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་འགོ་འཛུགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པའི་ཐོག་སྤྱོད་གསུམ་པ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན། ལས་རིམ་གཉིས་པ། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་གི་ཚོགས་མི་གཅིག་གི་འོས་བསྐྱུ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་འདིར་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཆོག་གིས་ ཚུར་སྤུལ་བཞག་པའི་ཡིག་སྒྲིག་འདི་རེད། ད་ལྟ་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་གི་ཚོགས་མི་གཅིག་གི་འོས་བསྐྱུ་ཆགས་ བསྟན་ཡོད་པ་རེད། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་བརྒྱ་དང་གཅིག་ འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་གི་སྤྱི་གཞུག་འཛུགས། བྱང་གསེས་དོན་ཚན་ གསུམ་ཡོད་པ་རེད། དོན་ཚན་དང་པོ་དེ། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་གི་ཚོགས་གཙོ་གཅིག་དང་། ཚོགས་མི་གཉིས་ནས་ བཞེའི་བར་དགོས་བར། གོ་ཡུལ་སྤོང་བ་ནས་ཐོན་ལ་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་བ་ཆེ་བ་དང་། སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་ གཞོན། སྤྱོད་འཛུགས་ནས་སྐབས་དེའི་འོས་མི་འདེམས་སྒྲུག་ཁོ་ནའི་ཆེད་མི་འགོ་གསུམ་དམིགས་འཛུགས་གནང་བའི་ ཚོགས་ཚུངས་ཉིས་ལྔ་ལས་མ་ཉུང་བའི་འོས་འཆར་སྤུལ་བར་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་སུ་འོས་བསྐྱུ་བྱས་ཏེ་མང་མོས་སུ་ཐོབ་ ལ་འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་གི་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་མིར་འོས་ཐོན་བྱུང་བར་འོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ། ཟེར་བའི་དེས་དགོངས་དོན་ལ་ ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་འདེམས་སྒྲུག་ཚོགས་ཚུངས་གིས་དགོངས་འཆར་སྤུལ་བ་དེར། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་གི་ ཚོགས་མིའི་འོས་གཞི། དང་པོ་དེར་བྱུང་ཆེ་བྱུང་བ་དྲགས་པོ་སྐལ་བཟང་གཡུ་སྟོན། འཁྲུངས་ལོ་འཁྲུངས་ཆེས་ ༡༩༥༥།༢།༡ དང་། གཉིས་པ་ནི་བྱུང་ཆེ་བྱུང་བ་སྤྱི་དྲུག་ལྷན་ལྷན། འཁྲུངས་ལོ་འཁྲུངས་ཆེས་ ༡༩༥༣།༢།༡༡ དང་པོ་དེར་དྲགས་པོ་ སྐལ་བཟང་གཡུ་སྟོན་ལགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་བསྐྱུས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོར་གཉེན་འདུ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་རྒྱ་དམར་གྱིས་བཅན་ འཛུལ་བྱས་ཆེས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་བལ་ཡུལ་དང་། ༡༩༦༣ ལོར་རྒྱ་གར་དུ་བཅན་བྱོལ་ལ་འབྱོར་ཏེ་ཀང་ར་བྱུང་གསོག་ སྟོབ་བྱ་དང་། དེ་ནས་བ་ཆ་མ་རི། མ་སུ་རི་བོད་གཞུང་གཞན་སྟོབ་བཅས་ནང་འཛུལ་ཞུགས་ཀྱིས་ ༡༩༦༣ ལོར་སྟོབ་བྱ་ནས་ ཐོན། དེ་ནས་ཅན་རྟེ་སྐར་གཙུག་ལག་སྟོབ་གཉེར་ཁང་ནས་ ( Punjab University ) ས་ཁམས་རིག་པར་རབ་འབྱུངས་པ་ B.A ཐོན། དེ་ནས་ ༡༩༦༥ ལོར་སྤྱོད་ལོར་མཐོ་སྟོབ་ནས་བྱུང་ཡིག་སྟོབ་སྤྱོད་ཐོན། ༡༩༩༢།༩༥ ལོར་ཨ་རི་ཨོན་ཏོབ་ཀིན་སེ་ ( John Hopkins University ) ནང་ལོ་གཅིག་གི་རིང་ལ་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ ( Public Health ) སྟོབ་སྤྱོད་ བྱས། མཐོ་སྟོབ་ཐོན་ཆེས་ ༡༩༦༩ ལོར་གཞུང་ཞབས་ཁོངས་ཀྱི་བྱུང་གནས་རིམ་ཐོག་ཚོས་རིག་ལས་ཁུངས་དང་ཤེས་རིག་ ལས་ཁུངས་གཉིས་ཀྱི་ཆེས་པ་གཅིག་སྟོགས་ཏུ་བསྐོས་གཞག་སྤུལ། དེ་ནས་ཕྱི་ལོ་བོད་ཁང་དུ་དབུལ་གཉེར་དང་ལས་འཆར་ འབྲེལ་མཐུད་པ་ ( Program Coordinator ) བྱས། དེ་ཆེས་ཕྱི་ལོ་དོན་གཙོད་ཁང་ནང་ལག་འཁྲེར་སྤྱི་ཚན་གྱི་འགན་ འཁུར་ཞུས།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༢ ལོར་ཁལ་ཏོར་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དུ་བཞོལ་གཅིག་སྟོགས་སུ་བསྐོས་པ་ལྟར། བཅན་བྱོལ་བོད་ མིའི་སྤྱི་གཞུག་ནང་བྱུང་མེད་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དང་པོ་དེ་ཆགས་ཡོད། དེ་ཆེས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་སུ་གནས་སྟོབ་ ཀྱིས། ༡༩༩༡ ལོར་བྱུང་གཞོན་དང་དེ་ཆེས་བྱུང་བྱུང་གནས་སྐར་གནང་། དེ་ནས་འཆར་གཞི་སྤྱི་གཞུག་དགོངས་དོན་མ་སུ་

དེ་མོད་ཁྱིམ་བྱང་ཆེར་བསྐྱོད་གཞག་སྒྲུལ། དེ་རྗེས་འཆར་འགོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱང་བྱང་དང་། བྱང་ཆེ་ལས་འཕར་དུ་གནས་སྐར་གྱིས་ནང་མིད་དུ་གནས་སྐོས་གནང་།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ ལོར་མོད་ཀྱི་རྫོང་གར་ཆོག་ལས་པའི་འགན་འཛིན་དུ་གནས་སྐོས་ཀྱིས་མོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཁྲབ་སྤེལ་ཆེད་ཕྱི་ལོ་ཆུལ་ཁབ་ཁག་ ༡༢ དང་། མོད་མིའི་གཞིས་སྤར་ཁག་ ཆུ་གར་གྱི་ཁྲེ་ཆེ་ཆེ་ཁག་བཅས་ནང་བསྐྱོད་བྱས་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་ནས་ཕྱི་ལོ་སྐུ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་གི་བྱང་ཆེ་དང་། མོད་གཞུང་འབྲོད་བསྐྱེད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱང་ཆེ་བཅས་ཐེམ་པ་རིམ་འཛུགས་ཀྱིས་མི་ལོ་ ༣༣ རིང་མོད་གཞུང་མང་གཉིས་ཀྱི་ཞབས་འདེབས་ཞུས་མཐར། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོར་ཀྲས་ཡོལ་སྤྱི་བསྐྱར་ཞུས། ལས་ཆུན་རིང་ས་གནས་ཁག་མང་པོར་ཟབ་སྦྱོང་དུ་བསྐྱོད་བ་དང་། ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་དང་སློབ་འཁྱིད་ཡང་ཞུས་ཡོད་པ་མ་ཟད་ཆོག་ལས་ཆུང་མང་པོའི་ནང་འགན་འཁུར་མཉམ་བཞུགས་བྱས་པ་བཅས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བསྐྱར་བྱས་སྟེ།

ལོ་རྒྱུས་སློབ་བསྐྱར་སྒྲུབ་དབུ་ཁྲལ་ལག་དེབ་དཔར་བ་ལུས་ཡང་འདུག

དེ་ནས་ལོས་གཞི་གཉིས་ལ། བྱས་སྤྱིད་རྩོམ་བྱ་དོན་ལྡན་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༣ ལོར་དེང་རི་སྤར་དཀར་དུ་སྤྱེས། དུས་འགྱུར་བྱེད་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོར་བལ་ཡུལ་ཤར་ཁུམ་བྱར་བཅན་བྱོལ་དུ་འབྱོར་ཏེ། ཤར་ཁུམ་བདེ་ལེགས་སྤར་གཞིས་ཆགས་སློབ་བྱར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ བར་བསྐྱོད། དེ་རྗེས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ ལོར་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོར་ཏེ་མ་སྤྱི་གཏན་སློབ་དུ་སློབ་ཞུགས་དང་འབྲེལ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ ལོར་མཛེན་རིམ་བཅུ་གཅིག་སློབ་མཁས་སྐབས་གཏན་སློབ་ཁག་ནང་ཡོད་པའི་དགེ་འདུན་པ་ནམས་ནང་དོན་རིག་པར་སློབ་གཉེར་བྱ་འདོད་ཡོད་རིགས་ལ་རྟ་སར་རིགས་ལམ་སློབ་གཉེར་ཁང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ ལོ་ ༥ ཆེས་ ༩ ཉིན་དབུ་འཇུགས་བཀའ་འཁྱིལ་བསྐྱར་ས་གནང་བའི་ནང་འཇུག་ཞུགས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ནང་པའི་གཞུང་ཆེན་ཁག་དང་། མོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཁག་ལ་སློབ་གཉེར་གང་ལུས་ལ་དང་ཆབས་ཅིག་ ཞོར་དུ་ཉི་མ་རྒྱལ་མང་འཕྲིའི་མཐོ་སློབ་ཁང་དུ་རིག་འགྲུལ་གྱི་ལམ་ནས་སློབ་གཉེར་སྐྱེད་ས་འབྲས་ཐོབ་ཐོག ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་རིགས་ལམ་སློབ་གཉེར་ཁང་ནས་ཐོན་རྗེས། དཔལ་ལྷན་སྐྱ་སྤྱེར་ཡིག་ཆ་དང་གི་བཀའ་འབྲེལ་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ ༩ ཆེས་ ༡༤ ཉིན། སྐུ་ཡིག་ཏུ་ལས་བཅར་ཞུས་ཏེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོ་ ༩ ཆེས་ ༡ ནས་གནས་བཟུང་པར་སྐུ་ཡིག་ཆུན་བྱང་དུ་བསྐྱོད་གཞག་གནང་བ་ནས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོ་ ༡ ཆེས་ ༢༩ ནས་བྱང་འབྲེལ་བྱང་ཆེ་བཅས་ལ་རིམ་བཞིན་གནས་སྐར་གྱིས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོ་ ༥ ཆེས་ ༣༡ བར་ལོ་ངོ་ ༣༠ ལྷག་ཙམ་རིང་། དཔལ་ལྷན་སྐྱ་སྤྱེར་ཡིག་ཆ་དང་ལས་ཁུངས་རིམ་བཞུགས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོ་ ༩ ཆེས་ ༡ ནས་ཕྱི་བྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱང་བྱང་དུ་གནས་སྐོས་གྱིས། མོད་མིའི་རང་དབང་གསར་འོག་གི་རྩོམ་སྒྲིག་པའི་འགན་ཁུར་ཞུས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལོ་ ༩ ཆེས་ ༡༩ ཉིན་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱང་བྱང་དུ་གནས་སྐོས་ཀྱིས་ཆོས་བྱོལ་གྱི་འགན་ཁུར་ཞུས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལོ་ ༩ ཆེས་ ༩ ཉིན་བྱང་ཆེ་ལས་འཕར་དུ་གནས་སྐར་ཐོག་ཆོས་བྱོལ་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་འགན་ཁུར་རིམ་བཞུགས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ལོ་ ༩ ཆེས་ ༣ ནས་ལོ་ ༩ ཆེས་ ༣༠ བར་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱང་ཆེའི་ལས་ཆབ་དུ་བསྐྱོད་གཞག་གནང་བ་ལྟར་ལས་ཁུངས་ཞུས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོ་ ༣ ཆེས་ ༡ ནས་བྱང་ཆེར་གནས་སྐར་དང་འབྲེལ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོ་ ༣ ཆེས་ ༡ ནས་བཀའ་ཡིག་ངེས་མེད་སྤྱི་བསྐྱར་གྱི་བྱང་ཆེར་བཀོད་སྤྱིག་གནང་བ་ལྟར་ལས་ཁུངས་ཞུས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལོ་ ༡༠ ཆེས་ ༡ ནས་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱང་ཆེར་གནས་སྐོས་གནང་བ་ལྟར་ལས་ཁུངས་ཞུས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོ་ ༩ ཆེས་ ༣༠ ཉིན་ལས་བྱེད་ནས་ཀྲས་ཡོལ་ཞུས་སྐུལ་བྱང་བའི་ལོ་

སྒྲི་འབྲུས་དགོ་བཤེས་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

ཆོག་ས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་ཆུ་གཞུག་དེ་དོས་ལེན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དགོངས་དག འདིའི་བར་དེར་སྤྱོད་འབྲུལ་བྱ་རྒྱུའི་སྤྱོད་དེ་ལྟ་བུ་བཟང་འདུག་  
ལས་ད་ལྟ་སྤྱོད་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ། དང་པོ་དེ། རྩེ་ཆེ་རྩེ་པ་དྲགས་པོ་སྐྱལ་བཟང་གཡུ་སྤོན། གཉིས་པ་དེ། རྩེ་ཆེ་རྩེ་པ་སྤྱིད་  
རྩོམ་བྱ་དོན་ལྟན། གསལ་པོ་ཆགས་པའི་རེ་བ་ཡོད། དགོངས་དག དེའི་བར་དེར་འཆར་འབྲུལ་ཞུ་མཁན་གྱི་ཆོགས་རྩེ་གི་  
ཆོགས་མི་དེ་མར་སྤྱོད་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ། དཔལ་ལྷན་མིའི་སྤྱོད་མཆོག་གི་ཞབས་རྩེ་དུ་ཆེད་འབྲུལ། གྱི་ལོ་ ༢༠༡༦།༥།༡༢  
འཁོད། གཞུགས་འཁོད་གསལ་བ་ལས་ཟེད་འདེམས་བསྐྱོ་སྤྱན་ཁང་གི་ཆོགས་མི་ཞིག་ལས་དུས་འབྱུང་རྒྱུར་ཆབ་གསར་གྱི་མི་  
འགོ་འཆར་འབྲུལ་དང་བསྐྱོ་གཞུག་ལྟར་མི་འགོ་གཉིས་ཀྱི་འོས་འཆར་འདིའི་ནང་རྩེ་པ་འབྲུལ་ཞུས་པ་དེ་དོན་ཆུང་མང་པ་མཁྱེན།  
གུས་སྤྱོད་མོང་ནས་ ༢༠༡༦།༥།༢༥ ལ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བ་རྩེ་པ་སྤྱོད་རབ་སྐྱོ་བཟང་དང་རྒྱས། ཆོས་རིག་བཀའ་རྩེ་ཆེ་རིང་  
སྤྱོད་ཆོགས། བདེ་སྤྱང་བཀའ་རྩེ་པ་འགོ་ཆུང་དེའི་བྱ་བ་བཅས་ཁོང་ཆུང་པ་རེད། འདེམས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོགས་མི་གཉིས་ནང་ནས།  
དྲགས་པོ་སྐྱལ་བཟང་གཡུ་སྤོན་ལགས། འོས་གངས་ ༣༥ དང་། རོར་བྱ་དོན་ལྟན་ལགས། འོས་གངས་ ༡༥ བཅས་གཉིས་ཅིས་  
མེད་གནང་འདུག དེ་ཡིན་དུས། དྲགས་པོ་སྐྱལ་བཟང་གཡུ་སྤོན་ལགས་མང་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འདེམས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོགས་མི་ཐོབ་  
པ་ལ་དགའ་བསུ་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པ་བྱ་བ་པ་ཡིན། ད་ལྟ་དེའི་ཐོག་གི་ཤོང་གསལ་གཞུང་འབྲེལ་གྱིས་ཆོད་  
གྱིས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཙང་ ༤ པའི་ཐོག་བསྐྱོད་ཐེང་ལུ་མ་སྤྱད་ནས་འགོ་རྒྱ་ཡིན། གྱི་འཕུས་དོན་བྱ་བ་བཀའ་ལས་ལགས། ལུ་མ་སྤྱད་  
ནས་གསུང་ཐོགས་གནང་།



## ཕྱི་འཕུས་དོན་གྲུབ་བཟུང་གིས་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དང་གིན་དོན་ཚན་བཞི་ཡོད་པའི་ནང་ནས། དོན་ཚན་གཉིས་པ་དེ་ཅིག་ཞུས་པ་ཡིན། གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༥ པའི་ཐོག་བཟང་སྟོང་སྟོར་དེ་དང་། ང་ཚོས་ཉམས་ལེན་དང་ལག་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་གནང་ཕྱོགས་སྟོར་ལ་ངས་གོང་དུ་ཞུས་པ་ཡིན། དོན་དག་འདི་ད་ལྟའི་འཛིན་སྟོང་གི་ལས་དོན་གྱི་ཕྱོགས་སྟོར་ཞིག་དེ་གིན་ངས་གཅིག་ཞུས་པ་ཡིན། དེའི་ཐོག་ལ་འཛིན་སྟོང་དེ་ང་ཚོའི་དབལ་ལྷན་སྤྱི་དབྱུང་དབྱུང་པས་བཀའ་ཁྲོན་ནས་པ་རེད། རྩུང་ཆེ་ཆུང་ནས་པ་དང་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་ཐོར་གཏོགས་པ་ཆང་མས་ཉིན་རེ་ཉིན་རེར་བྱུག་ལས་གནང་རྒྱ་དེའི་ཐོག་ལ་ཞུས་བསྐྱེད་ཡོད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ག་རེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་སྔ་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་པོ་ཆེས་བཀའ་ཕེབས་པ་ནང་བཞེན་གྱིས་དགོངས་པ་དངས་རྒྱ། ང་ནས་རྒྱུན་ལས་དོན་གྱི་ཕྱོགས་སྟོར་ལ་གང་བསམ་པ་འདི་དང་། མང་ཚོགས་དཀྱིལ་ན་གང་བསམ་ཚུལ་ཡོད་པ་དེ། སྤངས་ཆ་འདིར་སྤངས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་སོང་། དོན་དག་དང་པོ་དེད། ང་ཚོ་བཅས་ཀྱིས་བཤིན་པ་ཡིན་པ། དཀྱིན་སྟོན་ཐོག་ Political Asylum ཞིག་གི་ངོ་བོར་ཕེབས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ལ་བརྟེན་ནས། བོད་དོན་བདེན་མཐའ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་པོད་རྒྱ་ཞི་མོལ་དེ་སྔ་མང་དག་ཅིག་འབད་བཅོན་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེ་རེས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༩ ཉམ་གནང་བ་དང་། དེས་སྤྱོད་ཐོག་སྤྱོད་ཐོག་ཆེ་རྒྱ་གཏོང་དགོས་རྒྱ། ཆོགས་རྒྱུང་འབྲེལ་དུ་བཅུགས་པའི་ཐོག་ནས། འབད་བཅོན་(དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། བཀའ་ཕེབས་ཕྱི་འཕུས་མཆོག་དེ་དང་འབྲེལ་བ་མིན་འདུག་དེ་ཡིན་དུས། ད་ལྟའོས་བསྐྱེད་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གསུང་རྒྱུས་གནང་།)

དེ་ནས་ད་ལྟ་བཟང་སྟོང་དང་འབྲེལ་བས། དཔེར་ན་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། དེ་སྔ་སྟོར་བསྟོད་འགྲོ་བའི་སྐབས་ལ་ང་ཚོས་དཀའ་ངལ་ཆེ་པོས་འདྲ་པོ་འདི། ག་པར་བྱིན་པ་ཡིན་ནའང་། ན་གཞོན་ལས་མེད་མང་དག་ཅིག་ཡོད་པ་དེའི་ཐོག་ལ་གང་འདྲ་ཞིག་གིས་བྱུགས་པན་གསོས་སྤུབ་ཀྱི་འདུག་གམ་ཟེར་བའི་དོན་ཚན་གཅིག་འདུག་དེ་ནང་བཞེན་གྱི་ཉམ་ཐག་ལྷག་བསྐྱེད་པ་མང་དག་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དབྱུང་ནས་པ་གིར་ནང་ཤེས་འཕྲོད་གསུམ་གྱིས་མཛད་གཙོ་བཏང་ནས་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་ཐོག་ནས། ལྷག་བསྐྱེད་པ་རྟོག་ཅུམ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། གང་ལ་གང་ཅུམ་ཞིག་བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༩ པའི་སྐབས་ལ་འབད་བཅོན་གནང་བ་རེད། འདི་རྩ་བྱུག་གི་གཅིག་རེད་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག་དེ་ནས་སྤྱོད་ཐོག་སྟོང་གི་ལས་གཞི་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཆེས་ཉམ་ཐག་མང་པོ་ཞིག་ལྷག་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཚོ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་རྒྱ་དཀྱིལ་འདིའི་ནང་འབྲེལ་དུ་རྩ་བྱུག་བཅེས་པའི་ཐོག་ནས་གནང་དགོས་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་དེ་ནས་གཞིས་ཆགས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དཀའ་ཆེགས་ཅན་གྱི་ས་ཆ་ཁག་ལ་དམིགས་བསམ་སྐབས་ ༡༩ པའི་སྐབས་ལ་བྱུགས་སྤང་ཆེན་པོ་གནང་སོང་། ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་ཤག་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། གནང་བ་འདི་གནང་སོང་ཞུ་དགོས་པ་རེད། ཡང་འཕུས་མ་ཆང་པ་ཟེར་དགོས་པ་རེད། དེ་ནས་པ་གིར་སྤྱོད་ཐོག་སྤྱོད་ཐོག་འདི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་འདི་ཞུ་དགོས་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་རྒྱ་མ་འོང་གོང་ནས་རགས་ཅེས་ཞུས་པ་ནང་བཞེན་གྱི་ད་ལྟའི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་པོ་ཁ་ཤས་ཞིག་ཡོད། འདི་དང་དཀའ་ཆེགས་ཅན་གྱི་ས་ཆ་ལ་བྱུགས་སྤང་བྱུགས་ཆེན་པོ་གནང་དགོས་པ་རེད། ད་དུང་ལས་གཞི་ལྷག་བསྐྱེད་པ་ཁག་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ལ་སྤྱོད་ཐོག་སྤྱོད་ཐོག་སྤྱོད་ཐོག་འདུག་སྟུང་། དེ་ནས་བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༩ པའི་སྐབས་ལ། Tibetan

Rehabilitation Policy བཅོམ་བྱུང་པོད་མིའི་མ་ཐུན་རྒྱུ་སྤྱོད་བྱེད་ཚུགས་སྐོར་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། བཀའ་ལག་སྐབས་ ༡༩ པའི་སྐབས་ལ། གཙོ་བོ་ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་འགན་གཙོ་བོ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། ལས་བྱེད་ཚུལ་པའི་རྩར་ཐག་གིས་འབད་ཚོན་མང་དག་ཅིག་གནང་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ལ་དྲགས་ལྟ་བུར་ཆ་མཆོན་ན། དཀའ་ཆེགས་ཅན་ཡིན་པའི་འབད་ཚོན་ལུགས་ཆེན་པོ་གནང་ཡོད་པ་རེད། འགྲོ་དངུལ་ Crore མང་པོའི་ Project འདི་དུས་བཀག་ཅིག་ནང་ཆར་བྲལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་མཇུག་སྐྱོང་འཕུལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཡིན་ན། འདི་ཚུར་ཁྱུ་ཐུབ་རྒྱའི་གནས་བབ་དེ་དག་ཐོན་སྐྱེལ་ཅིག་ཏུ་འདོད་བྱུང་སོང་ཏུ་རྒྱ་ཁྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་འཛིན་སྐྱོང་དང་ལས་བྱེད་ཐུན་མོང་སྤང་ལ་གཅིག་ཁུས་པ་ཡིན་ན། ལས་བྱེད་ཐོག་ལ་གང་ཡོང་ཅི་ཡོང་མི་མང་གིས་རེ་བ་བྱས་པ་ནང་བཞིན། (དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། དགོངས་དག ལས་བྱེད་ཀྱི་གནས་སྤངས་སྐོར་ལ་འདིར་གསུངས་དགོས་པ་མིན་འདུག) དཔེར་ན་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ལས་དོན་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་བའི་སྐོར་ལ་མང་པོ་ཞིག་ད་ལྟ་འདི་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལས་ཁུངས་སྤོང་བ་ལྷག་པ་ཡིན་ནའང་རེད། སྤན་ཁང་སྤོང་བ་ལྷག་པ་ཡིན་ནའང་རེད། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ལས་དོན་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག དེ་འབྲེལ་ཆ་ནས་ག་དུས་ཡིན་རུང་གནས་སྤངས་ཡིན་ནའང་འདྲ། གནས་སྤོངས་ཡིན་ནའང་འདྲ། འཕུལ་དུ་མ་བཏང་ན་འཐུས་ཤོར་རང་བཞིན་གྱིས་འགྲོ་དུས། ལས་དོན་གྱི་ཆ་ནས་བཟང་སྤྱོད་མ་ཆགས་པ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་དུས། དེ་ཆོ་ཡང་འཕུལ་མར་གནང་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་ངས་འཛོད་སྐྱེལ་ཏུ་ཡི་ཡོད།

དེ་ནས་སྤྱི་འཐུས་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། སོ་སོ་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་མཆོན་པ་ཡིན་ནའང་། ང་རང་ཆོ་སྤྱི་འཐུས་ཆར་མ་རེད། ད་གིན་བཀའ་གནང་བ་ནང་བཞིན་གསར་པ་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ཉིན་མ་གསུམ་གྱི་ནང་ལ་སྤོང་ཆོར་ཞིག་ཁུས་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོའི་ཡོངས་ཁུངས་དང་ལམ་ལུགས་ལྟ་བུ་འདི་ཆོལ་ཁ་ཆོས་ལུགས་ནས་སྤེལ་བ་མ་གཏོགས་པས། ང་སྤྱི་འཐུས་ཡིན་ཟེར་། ང་སྤྱི་འཐུས་། ཟེར། སྤྱི་པའི་འཐུས་མི་རང་ཡིན་བསམ་པའི་ཐོག་ནས། བཀའ་མོལ་ག་རེ་གནང་བ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་སྤྱི་འདས་པའི་བཀའ་མོལ་ག་རེ་ཡིན་ནའང་། འགྲོག་པའི་སྤྱོད་དང་མ་བཟུང་ན། རྟ་རྒྱགས་ཆར་བ་རེད། རུལ་ཡལ་ཆར་བ་རེད། ད་ལྟའི་སྤྱི་འཐུས་སྐབས་གསར་པ། བཀའ་ལག་སྐབས་གསར་པ། ང་ཆོས་སོ་སོའི་ཀྱན་སྤོང་འབྲེལ་སྤངས་ཞིག་གི་ཐོག་ནས། དེས་པར་དུ་སྤྱི་པའི་མི་གཅིག་ཡིན་བསམ་བསམ་གཅིག་གི་ཐོག་ནས། བཀའ་མོལ་གནང་བྱེགས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་བཞིན་དགོངས་པ་བཞེས་བྱེགས་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། དམིགས་བསམ་གྱིས་ང་ཆོ་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་ནང་བཞིན་ཁུགས་མོལ་ཆོགས་འདུའི་ནང་ལ། གསར་འགོད་དང་འཆམས་གཟིགས་མང་དག་ཅིག་ཐེབས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཆོ་ཆར་མས་འདིར་གྲོས་ཆོགས་ར་བའི་ནང་ལ་རེད། སྤྱིར་བཏང་གི་ཆ་ནས་མང་ཆོགས་དཀྱིལ་ལ་ཐེབས་དུས། བཀའ་མོལ་མང་པོ་ཞིག་ཆོལ་ཁ་ཆོས་ལུགས་ཐོག་བཞག་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོ་པ་གིར་བཞག་པ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་མི་མང་ལ་འཇུག་གི་མ་རེད། འདི་འབྲེལ་ཐོག་ནས་རེ་རེས་དམ་བཅའ་བཞེས་པ་ནང་བཞིན་གྱིས། སྤྱི་ཚེས་ཀྱི་བཀའ་མོལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཆར་མས་སྤྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཆགས་པ་རེད། ཡང་བསྐྱར་ཡང་བསྐྱར་སྤྱོད་གནང་མི་དགོས་པ་དང་། ང་རང་ཆོས་དམ་བཅའ་བཟོན་པོའི་ཐོག་ནས། སྤྱི་པ་ལ་ཞབས་སྤྱི་ཏུ་ཁྱུ་འེལ་ལེན་གཅོང་མ་གནང་བ་རེད།

ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ཐུན་བུའི་འོས་ཤོག་གི་རྗེས་ལ་འཇུག་ཆ་དོན་པོ་ཟེར་དགོས་པ་རེད་དམ། ཡང་ན། བསམ་ཚུལ་མ་མ་སྤྲོད་པ་ཟེར་དགོས་པ་རེད། གང་ལྟར་མི་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འཛེམས་ཐོན་གྱིད་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཅིག་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ང་ཚོ་གནས་སྟོན་གྱིད་པའི་ས་ཁུལ་ཁག་ལ་བྱུགས་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྟན་འདུག དེ་དག་མཉམ་ཐུབ་གང་གི་ཐོག་ནས་འཁྲིད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོ་ང་ཚོས་འགན་ཆེན་པོ་ཞིག་འཁུར་བའི་ཐོག་ནས། དགོངས་དག Misunderstanding དེ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུར་ང་ཚོ་ཆང་མས་འགན་བཞེས་རྒྱ་དང་། བཀའ་མོལ་གནང་དུས་འགན་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་གནང་རྒྱ་དེ་ཉ་ལས་པའི་གལ་ཆེན་པོ་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ། མཐའ་དོན་སྤྱི་ཙོར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་སྐྱེ་ཆེ་ཡེའབས་པ་ད་སྐུལ་བརྒྱུ་བརྟན་ཅིང་ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱུང་པའི་སློན་འདུན་ཡོད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

### ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དོན་བྱུང་བཟུལ་གྱིས་ལགས། གྲོས་ཆོགས་ནང་གསར་དུ་ཕེབས་ནས་བཟོ་སྒྲིང་ནང་ཆ་ཤས་ཐོག་མར་ལེན་པར་ཆང་མས་དགའ་བསུ་ཞུ་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་ཙ་ནེ་ཆང་དོན་བྱུང་བཟུལ་གྱིས་ལགས།

### སྤྱི་འཐུས་ཙ་ནེ་ཆང་དོན་བྱུང་བཟུལ་གྱིས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་ལ་བཟོ་སྒྲིང་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། འདིའི་ཐོག་སོ་སོའི་བསམ་ཚུལ་ཁ་ཤས་ཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། ཡིག་ཆ་འདིའི་སྟོན་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་ལ་ཆོག་བཀོད་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མང་གཙོའི་འགྲོ་ལུགས་དང་ཁེ་དབང་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་བསམ་ཚུལ་གྱི་འོག་ནས། བོད་མི་ནང་ཁུལ་གྱི་མཐུན་ལམ་དང་ཆེག་སྤྱིལ་ལ་གཞི་དགའ་དང་། བོད་མིའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དང་ཡོངས་སུ་འགལ་བའི་བྱ་སྤྱོད་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་གནས་དང་ཟུན་མེད་པའི་དབུ་འཁྲིད་སྤྱི་ཙོར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཐུགས་དམ་སད་རྒྱུ་ཅི་ཆེ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་ཅེས་འཁོད་འདུག འདིའི་ནང་འཁོད་སྟངས་དང་ཆོག་གི་ཡོང་སྟངས་ཀྱི་ཐད་ནས་གྲོས་ཆོད་འདི་འདྲ་ཞིག་འཁུར་ཡོང་དགོས་པའི་ཡོང་སྟངས་གཙོ་བོ་དེ་ཉ་ལས་ཡསྐབས་མགོན་པོ་ཆེ་ཐུགས་པམ་བྱུང་བ་འདི་གཅིག་ལྟ་ལ་གཞི་བཞག་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཡིག་ཆ་འདིའི་སྟོན་སྒྲིང་གི་བཀོད་སྟངས་དང་ཡོང་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས། འདི་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པ་ཞིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ང་ཚོ་ཆང་མ་གྲོས་ཆོགས་འཐུས་མི་རེད། ང་ཚོས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བོད་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཉམས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་འོས་བསྐྱུད་དང་འབྲེལ་ནས་གནས་ཚུལ་འདྲ་མི་འདྲ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་ང་ཚོས་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་གནས་སྟངས་འདི་གསལ་པོ་གསལ་ཆུང་ཆགས་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། འདི་ལ་ང་ཚོ་གྲོས་ཆོགས་འཐུས་མི་ཚོ་དེ་ཚོར་འགན་ཡོད་པ་མ་རེད་དམ།

ཡགོང་ས་མཆོག་ཐུགས་པམ་པ་ཟེར་ནའང་རེད། ཐུགས་དམ་སད་རྒྱུ་ཟེར་ནའང་རེད། ཆོག་འདྲ་མི་འདྲ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་འདུག གང་ལྟར་ཡགོང་ས་མཆོག་ཐུགས་པམ་བྱུང་བ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ཏེ་ང་ཚོས་གྲོས་ཆོད་ཅིག་འཛོག་གི་ཡོད་པའི་ཆོག་

གིས་ཡོང་སྐྱེད་པ་ལྟར་ཡོད་པ་ལྟར་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག འདི་དུས་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྐྱེད་ཡོད་པ་མ་ཤིང་བསམ་གྱི་འདུག ང་ཚོ་གོང་  
དུ་འདུག་མཁན་ཚོས་བྱ་བ་བྱེད་སྐྱེད་པ་དང་ཀྱན་སྦྱོར་འབྲེལ་སྐྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་གོ་བ་དང་འཕྲོད་མ་འཕྲོད་ཀྱི་ཐོག་  
ནས་གནས་ཚུལ་ལྟར་མི་ལྟར་ཞིག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་བོད་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཉམས་ཀྱི་འདུག སྤྱི་ཚོགས་ནང་གནས་ཚུལ་སྤྱི་  
ཚོགས་ཤིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ཏེ། ང་ཚོས་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞི་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་མཁན་གྱི་ཚོགས་ཚུངས་ཞིག་  
འཛུགས་རྒྱུ་ལྟོས་ཆོད་ཅིག་འཛོགས་དགོས་པ་དང་། སྤྱིག་པར་དུ་ཡགོང་ས་ཡསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གྲགས་པས་བྱུང་བ་  
དེ་ལ་ང་ཚོས་སྤྱིག་གསལ་གསལ་མཛད་སྤྱོད་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་ཆོག་དེ་འཁོད་ན་ཡག་པོ་འདུག་བསམ་བྱུང་།

སྔོན་སྐྱོང་འཁོད་སྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་དེ་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། གཉིས་པ་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ། གྲོས་  
ཆོད་གྲོས་འཆར་འདིའི་ནང་འཁོད་སྐྱེད་ཀྱི་དུས་ཆོད་རེད། ཚོགས་ཚུངས་འདིས་བྱུང་དོན་ཟེར་ནའང་འདྲ། སྤྱོད་ཐོ་ཟེར་ནའང་འདྲ།  
དེ་སྐབས་རྩེ་མ་གྱི་རྒྱ་དགྲ་པའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་འབྲེལ་ཡོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་འཁོད་འདུག གྲོས་ཚོགས་ནང་སྐྱོང་སྐྱོར་  
ཡང་དེ་ལྟར་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག གོང་དུ་བྲག་སྤེལ་སྤྱི་འཐུས་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་གསུངས་སོང་། དེ་ལྟའི་དུས་ཆོད་ཉ་ར་ཉ་རུ་  
བྱེད་དགོས་རྒྱུ་ཡོད་ན། སྐབས་རྩེ་མའི་འོས་བསྐྱེད་དེ་ ༢༠༢༡ ལོ་རེད། ད་དུང་ལོ་བཞི་ལྷག་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལ་  
ཞིབ་འཇུག་གཏིང་ཟབ་མོ་བྱས། གོང་དུ་བྲག་སྤེལ་སྤྱི་འཐུས་ཞིག་གིས་གསུངས་སོང་དེ་མིགས་བསམ་ཚོགས་ཆེན་ལྟར་ཡོད་པ་  
ལྟར་འཚོགས་དགོས་ན་ཚོགས་ཏེ། འོས་བསྐྱེད་ཐོག་ལ་ཁྱོད་ཡོང་ནས་བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་དང་། སྤྱིག་གཞིའི་འགྲོ་ལུགས་  
འགྲོ་སྐྱེད་ཡིན་ནའང་རེད། འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་སྤྱོད་གནས་ག་བ་ག་བ་ལ་སྤྱིག་གི་འདུག དེ་ཆོར་ཁྱོད་  
ཡོངས་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུ་དང་། བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་འོས་བསྐྱེད་སྤྱིག་གཞིའི་འགྲོ་སྐྱེད་སྤྱོད་ཡོངས་  
ནས་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་བྱུང་སྐྱེད་སོགས་སྤྱོད་པ་ལ་བསམ་ཚུལ་ཞིག་སྤྱངས་ཏེ། རྒྱུན་  
རིང་པོ་ཞིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་གཏིང་ཟབ་མོ་བྱས་ཏེ། འགན་ཁུར་མཁན་དེ་ཚོས་དགོངས་པ་གཏིང་ཟབ་མོ་བཞེས་ན་ཡག་གི་རེད་  
བསམ་གྱི་འདུག

ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུ་དང་ལས་རིམ་མང་པོ་ཞིག་བར་སྤྱིག་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་ནས་ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཁོན་དེ་སོ་སོར་  
མཐོང་ཚུལ་ཟེར་ནའང་རེད་ཉམས་སྦྱོང་ཞིག་ཡོད། ད་ལོ་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་སུ་སོ་སོ་ཡུ་རོབ་ཀྱི་ལུང་པ་བདུན་བརྒྱད་ཅིག་ལ་  
འགྲོ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་སོང་། སྐབས་དེར་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་ནས་ལུང་པ་དེ་ཆོར་འགྲོ་སྐྱོང་ཚུགས་རྒྱུ་དང་།  
ཡུ་རོབ་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་དེ་ཚོས་མི་མང་ལ་འགན་ཁུར་སྐྱེད་དང་། མི་མང་གིས་འོས་བསྐྱེད་ཆ་ཤས་ལེན་སྐྱེད་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་  
སོ་སོའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་ནས་ཞིབ་འཇུག་རྒྱས་ལོན་ཞིག་བྱས་ཡོང་དུས། སྤྱིར་བཏང་བོད་མིའི་སྤྱིག་  
འཛུགས་ཡིན་ནའང་རེད། དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་ཡིན་ནའང་རེད་གནང་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་བཞིན་འོས་བསྐྱེད་ལྷན་ཁང་ཡིན་  
ནའང་གནང་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་པར་སྤྱོད་ན་དཀའ་ངལ་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་འདུག

སྔོན་མ་སོ་སོ་ཡིན་ན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་ཡོང་བ་ད་ལྷགས་པ་རེད་མ་གཏོགས་སྤྱིར་བཏང་གི་གྲོས་  
ཚོགས་ལ་རྒྱས་མང་འཆགས་ནས་དེ་རིང་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་གི་སྤྱི་འཐུས་མང་ཆེ་བ་ལས་སོ་སོ་སྔོན་མ་རེད་འདུག དེ་  
ཡིན་དུས་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་སྔོན་མ་ལས་སྐྱོང་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་ཤིས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ཏོ་ལན་ཏི་ Holland ལྷ་བུར་

ཆ་བཞག་ན། ཁོ་རང་ཆོའི་ཐོད་རིགས་ཆོགས་པའི་ཆོགས་གཙོ་ཆོགས་གཞོན་དང་རང་ཆོ་འཛོམས་ནས་ཁོ་རང་ཆོའི་གནས་  
སྒངས་ལ་རྒྱས་ཡོན་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན། ཉོན་ལན་ཤིའི་ནང་ཐོད་མི་བྱག་བརྒྱ་བདུན་བརྒྱ་ཞིག་ཡོད་ལས་ཀྱི་འདུག་ད་ལྟ་འོས་  
བསྟུའི་དུས་ཚོད་བསྐྱེད་བྱུངས་ཡོད་པ་རེད། དངོས་སུ་འོས་ལྷན་མཁན་གྱི་དེབ་སྐྱེལ་བྱས་ཡོད་མཁན་མི་སུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་མ་  
གཏོགས་མེད་ཟེར་གྱི་འདུག་གནས་སྒངས་དེ་འབྲེལ་ཆགས་འདུག་དེའི་དཀའ་ངལ་དེ་འོས་བསྟུ་ལས་ཁྲུངས་གཅིག་པོས་མ་བྱུང་པ་  
ཞིག་རེད་དམ་ཟེར་ན་དེ་མ་རེད། དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁྲུངས་དང་འོས་བསྟུ་གཉིས་ཀར་འགན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།

མ་འོངས་པར་འོས་དངོས་སུ་ལྷན་སྐབས་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁྲུངས་དང་མཉམ་རུབ་བྱ་རྒྱུའི་ལམ་ཁ་འདུག་དང་མི་  
འདུག་དེ་རིང་འདིར་ཐད་ཀར་མ་ཁྲུས་ན་ཁྲུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་མ་རེད། གོང་དུ་བྲག་སྐེལ་སྤྱི་འཐུས་ཁ་ཤས་ལ་འཇགས་  
སྒངས་དེའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་འབྱུང་གི་འདུག་ད་ལྟ་རང་མ་ཁྲུས་ན་ཁྲུ་སེའི་འདུག་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་  
རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྐྱད་འདུག་བྱུང་ན་ཕྱོགས་ཆེ་ས་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་སྟེ་འོས་བསྟུ་ལྷན་ཁང་དང་དཔལ་འབྱོར་ལས་  
ཁྲུངས་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་གནང་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་འདུག།

ཡུ་ཤོབ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡིན་ན་འོས་སྐྱགས་རྒྱ་གཅིག་བྱུའི་ཆེད་དུ་རིམ་པ་བཞི་དང་ལྔ་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དང་པོ་  
དེར་རང་བཅན་ལག་དེབ་བཟོ་རྒྱུ་དང་། དེ་ནས་དདུལ་སྤྱད་ནས་པར་འབྲུངས་བྱེད་དགོས་པ། དེ་ནས་འོས་བསྟུའི་དེབ་སྐྱེལ་བྱེད་  
རྒྱ། དེའི་རྗེས་ལ་གཞི་ནས་སྟོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་བཅས་རིམ་པ་འདི་ཆང་མ་འགྲོ་དགོས་པ་རེད། ད་དུང་སྟོན་འགྲོ་དང་དངོས་  
གཞི་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་སྤྱད་སྤྱི་ཡིན་ནའང་དུས་ཚོད་ཁག་པོ་རེད་དེ། རང་ཆོ་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་དང་ལྷན་པར་དུ་  
རྒྱ་གར་ནང་ཡིན་ན་ཨ་འོ་ཅམ་མིན་འགྲོ། ཡུ་ཤོབ་ཁག་ནང་ཡིན་ནའང་ཉ་ཅང་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་ཨ་རི་ཡ་དེ་དང་  
གཅིག་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་སྤྱིར་བཏང་རང་ཆོ་དབྱ་ཁལ་ལག་དེབ་ཀྱི་དགོས་པ་གཙོ་པོ་དེ་ཐོད་ཀྱི་ཅ་དོན་འཐབ་ཅོད་ནང་ཆ་  
ཤས་ལེན་རྒྱུ་དང་མཉམ་ཁུགས་བྱ་རྒྱུའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་རེད། གཉིས་པ་དེའི་ཐོག་ནས་གཞུང་ལ་དདུལ་གྱི་ཐོག་ལ་ཞལ་  
འདེབས་སྐྱེད་བྱེད་གནང་རྒྱུ་དེ་རེད། གསུམ་པ་དེ་སོ་སོའི་མེད་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་རེད། ཡིན་ནའང་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ཡིན་ན་བེད་སྤྱོད་  
ཀྱི་རིན་ཐང་དེ་ཉ་ལམ་ཡོད་པ་མ་རེད། སོ་སོས་ཐོད་པའི་ཅ་དོན་ནང་ཆ་ཤས་ལེན་རྒྱུའི་ཆེད་གཞུང་ལ་དདུལ་ཞིག་ཕྱེས་རྒྱུ་དང་།  
དེ་ནས་འོས་བསྟུའི་གདམ་བྱ་འདེམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་བལྟས་ཡོད་  
དུས། ཐོད་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་གཞུང་ལ་དདུལ་ཕྱེས་རྒྱུ་དང་ཅ་དོན་གྱི་ནང་ཆ་ཤས་ལེན་རྒྱུ་ལས་འོས་བསྟུ་དེ་གལ་ཆེན་པོར་  
ཅི་བཞིན་འདུག་འོས་བསྟུའི་སྐབས་སུ་ཆ་ཆ་འུར་འུར་བྱས་ཏེ་དེབ་སྐྱེལ་བྱ་རྒྱུ་དང་། དདུལ་སྤྱད་མེད་ན་དདུལ་སྤྱད་དེ་དུས་  
ཚོད་པར་འབྲུངས་བྱེད་རྒྱ། ལོ་ལྔ་བྲག་བདུན་དེ་འབྲར་དདུལ་སྤྱད་མེད་ནའང་སྤྱད་རྒྱུའི་འབད་བཅོན་བྱེད་ཀྱི་འདུག་དེ་འབྲེལ་ཡིན་  
དུས། རང་ཆོའི་དོས་ནས་ཀྱང་གོ་སྐབས་དེ་འདྲུས་ཏེ། འོས་བསྟུ་ལྷན་ཁང་དང་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁྲུངས་ག་རེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་  
རེད། དེའི་གོ་སྐབས་དེ་འདྲུས་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་དབྱ་ཁལ་ལག་དེབ་བཟོ་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་རེད། དདུལ་བསྟུ་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་རེད།  
མཉམ་རུབ་ཀྱི་ལས་ཀ་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་འདུག་དེ་དང་མཉམ་རུབ་ས་གནས་མང་ཆོགས་ཁོ་རང་ཆོའི་དཀའ་ངལ་  
སེལ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག་མང་ཆོགས་ཁོ་རང་ཆོ་ཉ་ཅང་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོར་འཕྲད་འདུག་སྟོན་མ་ལུ་

རོབ་ Germany ལྷ་བྱར་མཚོན་ན། ལོ་མང་པོར་དངུལ་ཕུལ་མེད་པ་དང་། ཁ་ཤས་ཀྱིས་དངུལ་ཕུལ་ཡང་ཡང་དབུས་ལ་  
འབྱོར་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་འདུག།

( དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཚོ་དེ་སྤོང་ཙམ་སྤོང་ཙམ་བྱས་ན་འགྲིགས་ཀྱི་འདུག  
ཞིབ་ཤ་འགོ་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག ) ལགས་སོ། དེ་འདྲ་དཀའ་ངལ་འདུག་ངས་བསྐྱོམས་བརྒྱབ་ནས་ཁྱེ་རྒྱ་དེ། འོས་བསྐྱེད་ལྷའི་  
སྤྲིག་གཞི་འདི་དུས་ཚོ་ད་མར་འབྱུངས་དགོས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དམིགས་བསལ་ཚོགས་ཆེན་ཚོགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་  
ནའང་རེད། གང་ལྟར། ཁྱོད་ཡོངས་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་དགོས་པ་དང་། གནད་དོན་སྤྱི་ཁྱེ་བྲག་ཆེ་ཤ་ཚུང་གསུམ་མང་པོ་ཞིག་  
མཐོང་གི་འདུག སྤྱིར་བཏང་གི་དངོས་གཞི་དང་སྡོན་འགྲོ་དེ་ཆོ་རང་བཙན་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ན་མཚོན་ན། སྤྱིར་དངོས་  
མཇུག་གསུམ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ལ། དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཀྱི་རེད། ང་ཚོས་ལྟོས་ས་ལྟོས་འཛིག་གི་བསམ་སྒྲོ་  
གཏོང་དགོས་ཀྱི་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་ཆོ་འོ་ཐོག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག  
ང་རང་གི་བསམ་སྒྲོ་ལ་དེ་ཙམ་ཡིན། སྤྲིགས་མེ་ཆེ།

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བསྐྱར་དུ་གོ་སྐབས་གནང་པ་དེར་སྤྲིགས་མེ་ཆེ་ཐེར་ནས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་  
མཆོག་ བྱང་བྱང་ཞིག་མ་གཏོགས་བཤད་རྒྱ་མེད། ཁ་སང་ང་ཚོས་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤ པའི་  
ཐོག་ལ་ད་ལྟ་ཆང་མས་བསྒོ་སྤྱོད་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་བཟང་སྤྱོད་དང་ལ་རབས་ལ་སོགས་པའི་  
ཐོག་ང་ཚོ་འགོ་དང་འགོ་བཞིན་པ་ཡིན་དུས། ཁ་སང་ང་རང་ཚོ་སྐབས་བཅུ་དྲུག་པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཚོགས་  
ཐེངས་དང་པོའི་ཐོག་ལ་བཙའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༡༡ པའི་འོག་ནས་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགོ་  
ཁྲིམས་དང་ལས་དོན་བྱེད་སྤྲོགས་ཀྱི་སྤྲིག་གཞི་དོན་ཚན་ ༡༦ པའི་དགོངས་དོན་ལྟར་ང་ཚོས་བཀའ་སློན་ལྷན་པ་འོས་འདེམས་  
ཐོན་གནང་བ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་སྐབས་བཀའ་སློན་གཅིག་གི་འོས་ཆོས་ནང་ལ་བཙའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༡༧ པའི་ནང་གསེས་ ༡  
པར་རང་ལོ་ ༣༥ འཁོར་པོར་མ་ལོན་པའི་གནད་དོན་དེ་བྱུང་ནས། དེ་རིང་ཞོགས་པ་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་ནས་བྱིར་  
འཐེན་ཐེར་བའི་ཆོག་ཙམ་ཞིག་གསུང་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཙམ་བཙའ་ཁྲིམས་ལེ་ལུ་ལྷ་པའི་ནང་ལ་ཁྲིམས་ལྟགས་དབང་འཛིན་གྱི་  
འགན་དབང་གི་ཁྲབ་ཁོངས་ན་བྱིར་འཐེན་བྱེད་ཆོག་པའི་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་ལ་བཙའ་ཁྲིམས་དང་སྤྲིག་གཞིའི་དབང་  
ཚད་ཡོད་མེད་ངས་ཤེས་པ་ཞིག་གི་ནང་ལ་གསལ་ཀྱི་མི་འདུག་ཐེར་ནས་དོན་ཚན་གཅིག་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། གོང་དུ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་  
འཐུས་ཀྱན་པ་ཞིག་གིས་ངོས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར། བཙའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༡༤ པའི་ནང་གསེས་གསུམ་པའི་ཀ་བ་སྤྱི་འཐུས་  
ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱི་མོས་མཐུན་བྱུང་ན་སྤིང་སྤྱོད་དང་བཀའ་སློན་བྱེད་སྤྲོག་པའམ་བཀའ་ཤག་ཡོངས་

རྫོགས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་འཇུག་ཟེར་བ་གཅིག་གསུང་ནས་འཛོག་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་ང་ཚོའི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༡༥  
 པའི་ནང་སྤྱི་ཚུངས་དང་བཀའ་བློན་ཚུལ་པའི་ལས་ཁུར་དམ་འཛོག་འདི་ལ་འདེམས་ཐོན་སྤྱི་ཚུངས་དང་། བཀའ་བློན་ཚུལ་པ་ལས་  
 ཁུར་དུ་མ་ཞུགས་ཕྱོད། ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་དུ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བའི་མདུན་དུ། ཁྲིམས་ལུགས་སུ་གཏན་འབེབས་བྱས་  
 པའི་ཆོག་གཞི་ལྟར། ལས་ཁུར་དང་གསང་རྒྱའི་དམ་བཅའ་ཁས་ལེན་བྱེད་དགོས་ཟེར་བ་མ་གཏོགས། གང་དམ་བཅའ་ཕྱུལ་  
 བཞག་པ་དེ་བྱིར་འཐེན་ཞུ་ཆོག་པ་ཟེར་བ་ཞིག་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཞི་ཁག་གང་ལའང་གསལ་གྱི་མིན་འདུག བྱས་ཅང་ང་  
 ཚོས་བཟང་སྤྱོད་དང་ཡ་རབས་ཀྱི་བཟོ་སྐྱེད་དེ་རྩོད་མ་ཡལ་སྤོང་ལ། བཀའ་ཤག་འདིའི་འགོ་འདོམས་སྤྱི་ཚུངས་མཆོག་གིས་  
 ཡིད་ཆེས་ཆོས་འགོལ་བྱས་ན་ཆོག་གི་རེད། ལྷ་ཚུགས་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཇུག་ཚུལ་པར་གསུང་རྒྱུ་དེས་གྲོས་ཆོག་གསུང་  
 མི་མང་གཉིས་ཀར་དབུ་བསྐྱོར་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཉིན་མ་དང་པོ་ནས་བཟུང་སྟེ་འགོ་ཚུགས་སོང་། བྱས་ཅང་སྤྱི་ཚུངས་གི་བཀའ་བློན་ལས་  
 རོགས་ཚུལ་པའི་འོས་གཞི་འདི་ཁྱེད་ཡོང་བའི་སྐབས་ནས་བཟུང་སྟེ་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ལས་དོན་གནང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་གཤམ་  
 བྱས་ནས་ཐག་གཅོད་ཀྱི་ཡོད་དམ། སོ་སོ་མི་མང་གི་འཇུག་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་བཅའ་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་ཡིག་གི་  
 དགོངས་དོན་ལྟར་ག་རེ་ཡིན་པ་དེ་སྤངས་ཆ་འདིའི་ཐོག་ནས་ཁྲིམས་འགལ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གལ་སྤྱི་དེ་  
 འདྲ་མིན་པའི་བྱིར་འཐེན་བྱེད་སྟེ་ཞིག་ཁྲིམས་ཡིག་གི་བྱུང་ཁྱེད་འོག་ལ་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། སྤངས་ཆ་ཆེ་ས་ནས་མི་  
 མང་ལ་གསལ་བཤད་ཡང་དག་པ་སྤྱོད་དངོས་མཛུགས་གསུམ་ཆང་བ་ཞིག་གནང་རོགས་གནང་། ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཟུགས་རྩི་ཆེ།

### ཆོག་གསུང་གཅི་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

འདི་དཀར་ལོ་ཞོགས་པ་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་ཚུངས་མཆོག་གིས་གཅིག་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་འོས་ཆོས་མ་ཆང་བའི་སྐབས་  
 རབ་དང་རིམ་པ་བྱུང་དུས། འཛིན་སྲྀང་བཀའ་ཤག་ལ་གོ་བསྟར་ཞུས་པ་ཡིན། ཁོ་རང་སྤྱི་ལ་གོ་བསྟར་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་འདྲ་  
 ཡིན་སྟབས་བྱིར་འཐེན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་གསུངས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བའི་མདུན་  
 ལ་དམ་བཅའ་ཕྱུལ་བ་དེ་ཅིས་མེད་བཏང་བ་ཡིན་གསུངས་པ་རེད་མ་གཏོགས་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་བྱིར་འཐེན་བྱས་པ་རེད་ཟེར་  
 བས་གང་ཡང་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཅིས་མེད་བཏང་བ་ཡིན་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ་གསལ་པོར་བྱུང་ན་བསམ་བྱུང་། དེ་  
 ཡན་ཆད་ཀྱི་འོས་བསྟུན་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཐོག་ལ་དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་ནས་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཆོད་གྲོས་འཆར་ཁུར་  
 བར་སྤྱི་འཇུག་ཚུལ་པ་གྲངས་ ༡༩ ཅེས་ཀྱི་བཟོ་སྐྱེད་གི་ཆ་ཤས་བཞེས་སོང་། སྤྱི་འཇུག་ཀྱི་བཟོ་སྐྱེད་ཆ་ཤས་ཟིན་པ་ཡིན།  
 དཔལ་ལྷན་སྤྱི་ཚུངས་མཆོག་

### དཔལ་ལྷན་སྤྱི་ཚུངས་སྤྱོད་སྟེ་བཟང་མེད་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གསུང་གཅི་མཆོག་གཞི་རྩའི་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་ལ་བཀའ་བསྟར་རིམ་པ་བྱུང་སོང་། དགོངས་ཚུལ་ཉ་ཅང་  
 མང་པོ་གསུང་གནང་སོང་། གཞི་རྩའི་སྤྱོད་སྟེ་བྱུང་ནང་བཀོད་བཞག་པ་ནང་བཞིན་རེད། ཐོག་མའི་ཆར་ཁྲིམས་འཆར་རང་ཁུར་  
 རྒྱའི་འཆར་གཞི་གཏིང་པ་རེད། ད་ལོའི་གྲོས་ཆོག་སྤྱི་ཚུངས་ཆོད་དང་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་སྟབས་མ་ལེགས་པ་

ཞིག་ལ་ཁྱིམ་མེས་ལྷན་པ་ཡོང་བ་བྱས་ནས་ཚོགས་ཚུངས་ཐུགས་སྦྲུའི་ཐོག་ལ་བབས་པ་རེད། འབབ་དགོས་དོན་དེ་ཡང་  
བཀའ་ལག་དང་དེའི་སྡོན་གྱི་རྒྱན་ལས་དང་མཉམ་དུ་བཀའ་མོལ་གནང་བའི་སྐབས། དེའི་སྡོན་གྱི་རྒྱན་ལས་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་  
ཚོགས་ཚུངས་ཐུགས་སྦྲུའི་ཐོག་གི་རེད་ཟེར་ནས་དགོངས་ཚུལ་ཐེབས་མཁན་བྱུང་བ་རེད། གང་ཅིའི་ཐད་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་  
ཁྱིམ་མེས་ལྷན་པ་ཆར་ཆར་བའི་གཞུག་ལ་ཆ་ཆར་བ་ཞིག་ཁྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བཟོ་སྒྲིལ་ཡིན་ནའང་གཉིད་ཟུང་པོ་བྱེད་  
དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་མ་ཡིན་ནའང་མང་པོ་འགོར་གྱི་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཚོགས་ཚུངས་སྐོར་རང་ལག་པོ་འདུག་ཟེར་  
ནས་དབུས་འོས་བསྐྱུ་ལྟར་ཁང་དང་། བཀའ་ལག་སྐྱུ་མོང་ཐོག་ནས་ཐག་བཅད་ནས་ཁྱེད་སྐྱེད་འདྲེ་རེད་ཟེར་ནས་ཁྱེད་  
ཡིན། དེ་ནས་ཡང་ད་ལྟ་རང་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་འགའ་ཤེས་ནས་ཡོང་ས་མཆོག་སྒོ་པམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལན་ཚོགས་  
ཚུངས་ཐུགས་སྦྲུའི་ཐོག་པ་དང་། འོས་བསྐྱུ་འདྲེ་སྤྱི་གཞི་འགྲུལ་བ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་སྐོར་ལ་གསུངས་སོང་། དེ་མ་རེད་ཟེར་ནས་  
ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། སྡོན་སྒྲིལ་ནང་ལ་ང་ལས་ལྷག་པ་ཐོད་ཡིག་མཁུལ་མཁན་གྱི་ལྟ་ཡིན་དུས། དེའི་ནང་ལ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཡོད། སྤྱི་  
ལོ་ ༢༠༡༦ ལོའི་མིང་སྤྱོད་དང་སྤྱི་འཐུས་འོས་བསྐྱུ་ཆེན་མོའི་སྐབས་སུ་མང་གཙོའི་འགོ་ཁྲིམས་དང་ཁེ་དབང་ལོངས་སུ་སྤྱད་  
པའི་བསམ་ཚུལ་གྱི་འོག་ནས་ཐོད་མི་ནང་ཁུལ་གྱི་མ་ཐུན་ལས་དང་ཆེག་སྤྱིལ་ལ་གཞི་གཞི་དང་། ཐོད་མིའི་ལ་རབས་བཟང་  
སྤྱོད་དང་ཡོངས་སུ་འགལ་བའི་བྱ་སྤྱོད་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། གནས་ཚུལ་དེ་དག་བྱུང་བ་རེད། ལ་རབས་བཟང་  
སྤྱོད་དང་འགལ་བ་རེད། འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་ས་མཆོག་ཡིན་ནའང་ཐུགས་པམ་བྱུང་བ་རེད། སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་སྤྱོད་  
སྤྱོད་ལྟགས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འོས་བསྐྱུ་འདྲེ་སྤྱི་གཞི་འགྲུལ་བ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་གཏོང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཚོགས་  
ཚུངས་ཐུགས་སྦྲུའི་ཐོག་གི་འདུག་ཟེར་བ་འདི་རེད། ཁྱོས་ཆོད་གཉིས་སྐོར་ལ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གསུང་སྐྱེད་ལ་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ན། ད་  
རེས་ཚོགས་ཚུངས་ཐུགས་སྦྲུའི་ཐོག་ལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། ཚོགས་ཚུངས་ཐུགས་སྦྲུའི་ཐོག་ལ་འདུག་ཅེས་དགོངས་ཚུལ་མང་  
བ་ཐེབས་མཁན་བྱུང་སོང་། འགའ་ཤེས་ཀྱིས་དུས་ཚོད་ཐུང་ཟག་འདུག་དུས་ཚོད་རིང་པོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུངས་མཁན་ཡང་  
བྱུང་སོང་། དེ་ལས་ཐུགས་ཁག་མི་འདུག་ཟེར་སོང་། ཡིན་ནའང་ཚོགས་ཚུངས་ཐུགས་སྦྲུའི་ཐོག་གི་ཁྱོས་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱེད་བང་རེད།  
རྗེས་མ་ཁྱོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཁྱིམ་མེས་ལྷན་པ་ཆར་ཆར་ཟེར་ནས་དེའི་ནང་འཁོད་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་ཚོགས་ཚུངས་  
ཐུགས་སྦྲུའི་ཐོག་ནས་དུས་ཚོད་མ་འདྲང་བ་ཡིན་ན། འདྲང་རེས་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། ཚོགས་ཚུངས་རང་ནས་གཞུག་མའི་  
ཁྱོས་ཚོགས་ལ་ཐེབས་ཏེ་ད་རེས་དུས་ཚོད་ཀྱིས་འདྲང་གི་མི་འདུག་ འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ནས་བསམ་ཚུལ་ཚོགས་དགོས་ཀྱི་  
འདུག་ས་གནས་ཁྱོས་ཚོགས་ནས་ཚོགས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ས་གནས་འོས་བསྐྱུ་འགན་འཁུན་ཡིན་པ་མང་པོ་ཞིག་ཚོགས་དགོས་  
ཀྱི་འདུག་དུས་ཚོད་འདྲང་གི་མི་འདུག་ཟེར་བ་ཡིན་ན། དེ་སྤྱི་ཚོགས་ཚུངས་ཐུགས་སྦྲུའི་ཐོག་ལ་འདྲང་གི་མི་འདུག་དུས་ཚོད་  
པར་འགྲུངས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་བསྐྱར་དུ་ཁྱོས་ཚོགས་ལ་ཐེབས་ཏེ་ཁྱོས་ཚོགས་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་ཐོབ་པའི་ཐོག་དུས་  
ཚོད་པར་འགྲུངས་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་ཚོགས་ཚུངས་ཐོག་ནས་ཁྱིམ་མེས་ལྷན་པ་ཆར་ཆར་ཟེར་ཡང་ཁྱོས་ཚོགས་ཐོག་  
ནས་འཁོད་པ་མ་ཁེངས་པ་དང་། ཡང་བསྐྱར་བཅོས་བྱ་དགོས་པ་དང་། དགོངས་ཚུལ་མ་མ་ཐུན་པ་གང་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་  
རྗེས་མའི་ཁྱོས་ཚོགས་ནང་དུ་ཁྱིམ་མེས་ལྷན་པ་ཆར་ཆར་ཟེར་བསྐྱར་དུ་པར་སྒྲིག་སྤྱི་ཚོགས་ཚུངས་འདི་ནས་བསྐྱར་ཞིབ་བྱ་བ་  
གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ དོན་ཆེན་འདི་འདྲ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་བསྐྱར་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཅེས་ད་ལན་གྱི་ཆུ་ ༩ པར་ཐེད་ན། བསྐྱར་དུ་



ཕྱི་ཆཱ་ ༣ པའི་ནང་དུ་ཁྱིམ་ས་འཆར་ཞིག་ཁྱར་ཤོག་ཞེས་གྲོས་ཚོགས་ཐོག་ནས་བཀའ་ག་རེ་གནང་བ་གཞིར་བཟུང་ཚོགས་ཚུང་གིས་ཐུགས་ཐག་བཅད་རྒྱ་རེད་མ་གཏོགས། ༥ རེས་ཚོགས་ཚུང་བཙུགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་ཆཱ་ ༤ པ་ལ་ཁྱིམ་ས་འཛིན་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁྱིམ་ས་བཅོས་པ་དེ་དག་གྲོས་ཚོགས་རང་གི་སྒྱུ་དབང་རེད། དེར་བརྟེན་དུས་ཚོད་ག་ཚོད་དགོས་པ་ཡིན་ནའང་འདར་རེས་ཤིག་གྲོས་ཚོགས་ནས་ཕུལ་བ་ལྟར། ཚོགས་ཚུང་ནས་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱ་རེད་མ་གཏོགས་ཚོགས་ཚུང་རང་གིས་ཁྱིམ་ས་བཅོ་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེར་བརྟེན་དུས་ཚོད་འདར་གི་མི་འདུག་ཟེར་བ་དེར་ཐུགས་ཁག་མི་འདུག་སྟེ། དུས་ཚོད་ག་ཚོད་འགྱུར་རྒྱ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་གྲོས་ཚོགས་རང་གིས་སྒྱུ་དབང་ཡོད་པ་རེད། རྣམ་པ་ཚོ་ལ་མ་འོངས་པར་དུས་ཚོད་རག་གི་རེད། སྐབས་དེ་དུས་གཟིགས་ཀྱིན་གཟིགས་ཀྱིན་གནང་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་དེ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ད་རེས་གྲོས་ཚོད་འདི་དང་བཀའ་བསྟར་མང་པོ་ཞིག་བྱང་སོང་། དེའི་ནང་དུ་ཁྱིམ་ས་འཆར་ཞིག་བྱར་དུ་སྒྱར་འདུག་མ་གཏོགས་ཁ་གསལ་པོ་མི་འདུག་ འོས་བསྟར་ལྟར་ཁང་ལ་དགོངས་ཚུལ་ག་རེ་ཡོད་དམ། བཀའ་འགག་ལ་དགོངས་ཚུལ་ག་རེ་ཡོད་དམ། དེ་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་སྟངས་ཐད་ལ་དགོངས་ཚུལ་ཅི་འདྲ་ཡོད་དམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་པ་རེད། བཀའ་འདྲི་གནང་བའི་སྐབས་སུ་ར་ཚོས་གསལ་བ་འདྲ་ཅིག་མ་བྱས་ན་འགན་མ་ཁྱར་བ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག་ གཉིས་ཐད་ནས་ད་རེས་བཀའ་འོས་སྒྱུ་འཐུས་རྣམ་པས་དགོངས་ཚུལ་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་དེའི་ནང་དུ་སྒྱུངས་པ་ཡིན་དུས། མ་འོངས་པར་ཚོགས་ཚུང་འོས་ནས་ཀྱང་དགོངས་ཚུལ་ཡོངས་རྫོགས་ཏོགས་པའི་ཐོག་ནས་ཁྱིམ་ས་འཆར་ཞིག་ཁྱར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་རེས་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་འགག་ནས་བསམ་ཚུལ་གང་ཡོད་པ་དེ་གཅིག་ཞུས་ན་བསམ་སོང་། འོས་བསྟར་ལྟར་ཁང་ནས་བསམ་ཚུལ་ཉ་ཅང་འུགས་ཆེན་པོ་རེད། འོས་བསྟར་ལྟར་ཁང་གི་འོས་བསྟར་འགན་འཛིན་གསུམ་ཀར་གྱི་སྒྱུ་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གང་གསུངས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ན། ད་ལན་འོས་བསྟར་གནང་སྟངས་དེ་སྔོན་འགོ་དང་དངོས་གཞི་གཉིས་མེད་པའི་ཐོག་ནས། གཅིག་རང་གི་ཐོག་ནས་འགོ་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་འོས་བསྟར་ལྟར་ཁང་གི་འགན་འཛིན་གསུམ་ཀར་གྱི་སྒྱུ་མོས་ཀྱི་དགོངས་ཚུལ་རེད། དེ་ལ་བཀའ་འགག་ནས་རྒྱ་བསྐྱོར་ཞུས་པ་ཡིན། ཐེངས་གཉིས་དགོས་རྒྱ་མི་འདུག་ ཐེངས་གཅིག་ཐོག་ནས་འགོ་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་བཀའ་འགག་ནས་ཀྱང་འོས་བསྟར་ལྟར་ཁང་གི་དགོངས་ཚུལ་བའདད་པ་དེར་རྒྱ་བསྐྱོར་ཞུས་པ་ཡིན། རྒྱ་བསྐྱོར་ཞུ་དགོས་དོན་ནི། དོན་ཆེན་པལ་ཆེར་བཅུ་ཅམ་འདུག་ དེ་གཅིག་ཞུས་ན་བསམ་སོང་།

དང་པོ་དེ། མང་གཙོའི་འོས་བསྟར་འགོ་སྟངས་དང་འགོ་ལུགས་རྒྱལ་ཁབ་མང་ཆེ་བའི་ནང་ལ་རེད། ཚང་མ་ཟེར་ནའང་མ་འགྲིག་པ་མི་འདུག་སྟུང་། ཐེངས་གཅིག་མ་གཏོགས་གཉིས་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག་ ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་གྱི་འོས་བསྟར་ལ་ཐེངས་གཉིས་འདུག་ཟེར་ནས་བསྐྱོར་དེ་ཡོང་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་འགོ་སྟངས་ཁ་ཁར་རེད། དང་པོ་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་ནང་ཁུལ་ལ་སྔོན་འགོ་དེ་ལྷགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དངོས་གཞི་དེ་མི་མང་ཡོངས་ནས་ལྷགས་རྒྱ་དེ་ཐེངས་གཅིག་མ་གཏོགས་ལྷགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ནང་དུ་རྒྱ་གར་ཡིན་ནའང་མི་མང་ཡོངས་ནས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་བདམས་པའི་སྐབས་སུ་ཐེངས་གཅིག་རང་ཐོག་བདམས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས་ཐེངས་གཉིས་འདེམས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱ་མཆན་གཙོ་བོ་གཅིག་རེད། འཛམ་གླིང་ཡོངས་དང་མ་ཐུན་པའི་འོས་བསྟར་འགོ་སྟངས་ཤིག་ཡོད་

ན་ཞེས་དགོངས་ཚུལ་དེ་རེད། འཛམ་གླིང་གི་ཡོངས་ལའང་དེ་རང་རེད། ང་ཚོའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་དེ་རང་རེད། ཐེངས་གཉིས་  
ཁྱེད་པ་ཡིན་ན། སྒྲིན་གང་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན།

དང་པོ་དེར་འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་རེད། ༢༠༠༡ ལོར་བཀའ་ཁྲི་དང་སྐབས་ ༡༣ པའི་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་དབྱུས་འོས་བསྐྱེད་  
མོའི་སྐབས་སུ་འབྲུམ་ ༡༡ འགྲོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་ ༢༠༠༥ དང་ ༢༠༠༦ ལ་འབྲུམ་ ༡༠ དང་། དེ་ནས་ ༢༠༡༠ དང་ ༢༠༡༡  
ལོར་འབྲུམ་ ༣༥ འགྲོ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལན་སྒྲིན་ཅེས་ནང་བཀའ་འབྲོལ་ཐོབ་བཞག་པ་དེ་འབྲུམ་ ༩༩ འགྲོ་ཡོད་པ་རེད། འགྲོ་  
སོང་ཐོན་ཆེན་པོ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ཐེངས་གཉིས་འོས་སྒྲུགས་པ་ཡིན་ན། ཁྱེད་ཀྱང་བགོས་པ་ཡིན་ན་ལྷན་ལོག་གི་འགྲོ་  
སོང་ཆེ་བ་རེད། འགྲོ་སོང་གཅིག་ཤུ་མ་རེད། དབྱུས་འོས་བསྐྱེད་ལྷན་ཁང་ནས་རྒྱ་མཚན་ནན་ཏན་ཁྱ་རྒྱ་རྒྱ་དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། དུས་  
ཚོད་རིང་ཟག་འདུག དུས་ཚོད་རིང་ཟག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྱི་ཚོགས་དང་མི་མང་ནང་ལ་སྐྱེར་ལ་འཁོན་འཛིན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་  
འདུག དཀྱོག་གཏམ་ཆེན་པོ་སྤེལ་གྱི་འདུག དུས་ཚོད་དེ་ཅམ་གྱི་རིང་ཟག་ན་དེའི་ཚོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དཀྱོག་གཏམ་སྤེལ་  
མཁན་མང་པོ་ཡོང་གི་འདུག དཀྱོག་གཏམ་སྤེལ་མཁན་ནང་ལ་སོ་སོའི་སྤྱོད་པ་ཁྱེད་མཁན་གྱིས་ཀྱང་དཀྱོག་གཏམ་སྤེལ་གྱི་  
འདུག གཞི་མེད་སྒྲིན་འཇུགས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་གསལ་པོ་གསལ་ཆུང་རེད། རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་བཅད་སྤྱོད་  
བཏང་ནས་དཀྱོག་གཏམ་སྤེལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། རོལ་རྒྱལ་རྒྱུ་ལྷན་འབྲའ་བས་གོ་སྐབས་བཟུང་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་ཏང་རྒྱུའི་ནང་དུ་མིང་  
ཡོད་པ་དང་མེད་པ་མང་པོས་ཚོམ་བྲིས་ཏེ་དཀྱོག་གཏམ་སྤེལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དུས་ཚོད་ཡོད་མཁན་འགན་ཁུར་མི་དགོས་  
མཁན་དེ་དག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ཏང་རྒྱུའི་བརྒྱུད་ནས་དཀྱོག་གཏམ་སྤེལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་གི་ཐོག་ནས་བཅད་ཚོད་ཁྱེད་  
པ་ཡིན། མི་འདི་འབྲུ་ཞིག་འདུག ཁོ་སྤྱོད་ཟེར་དུས། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དུས་རྒྱུ་དུ་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་ཡིན་ནའང་  
རེད། འགན་ཅུ་བ་ནས་མི་ཁུར་མཁན་ཞིག་རེད། སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པར་ལས་ཀ་ཁོ་རང་ཁྱེད་ཚོར་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་  
ཚོགས་ཏང་རྒྱུ་བརྒྱུད་ནས་གཅིག་བཞད་ཡོང་དུས། འགན་མ་ཁུར་མཁན་གྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་དཀྱོག་གཏམ་སྤེལ་མཁན་ཡོད་  
དུས། དུས་ཚོད་ག་ཚད་ཀྱི་མང་བ་ཡོད་ན། དེ་ཅམ་གྱི་དཀྱོག་གཏམ་མང་བ་སྤེལ་ཡོང་གི་འདུག

དོན་ཚན་བཞི་པ་དེ། སྒྲིན་འགྲོ་ཆར་བའི་རྒྱུ་ལ་དངོས་གཞི་ལ་འཁོན་འཛིན་དང་དཀྱོག་གཏམ་དེ་མང་བ་ཡོང་གི་འདུག  
འགན་བསྐྱར་དེ་ཡང་མང་བ་ཡོང་གི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། སྤྱི་འཐུས་ཡིན་ན་བཅུ་སྤྱོད་དུ་འདུག འོག་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག དེ་  
གཉིས་བར་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་འགན་བསྐྱར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། བཅུ་གཅིག་ནས་ཉི་ཤུ་བར་དུ་ཡར་ཚུད་པ་ལ་བཅུ་དེ་དག་  
མར་འཐེན་ནས་ཡར་འགྲོ་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས་པས་ཐབས་ལམ་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱི་ཚོར་བཀའ་ཁྲོན་ཁྲི་པ་ཡིན་ནའང་  
སྒྲིན་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག དེ་ནས་མར་འཐེན་ནས་གཞན་དེ་ཡར་འགྲོ་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས་པས་འགྲོ་ཐབས་ཡོད་པ་མ་རེད།  
འདི་འབྲུ་སོང་ཅང་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲིན་འགྲོ་ཐེན་པའི་རྒྱུ་སོ་སོའི་གནས་བབ་ག་པར་ཡོད་པ་ཤེས་ཐེན་པའི་རྒྱུ་གཞི་  
མེད་སྒྲིན་བརྗོད་བྱ་རྒྱུ། དཀྱོག་གཏམ་སྤེལ་རྒྱུ། རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་མང་དག་ཅིག་གིས་  
སྤྱི་ཚོར་འོས་བསྐྱེད་དང་སྤྱི་ཚོར་འོས་བསྐྱེད་ཅེས་གསུངས་སོང་སྟེ། ཞལ་གསལ་པོ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་འཐུས་ནང་ལའང་བྱུང་  
ཡོད་རེད་ལ། སྤྱི་འཐུས་འོས་མི་ནང་ལ་གཞི་མེད་སྒྲིན་འཇུགས་ཁྱེད་མཁན་ག་ཚད་ཡོད། ཁོ་གཅིག་རེད། མོ་གཅིག་རེད་ཟེར་  
མཁན་ག་ཚད་ཡོད། ག་རེ་བྱས་པ་རེད་ཟེར་ན། སྐར་ལ་བཅུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འོག་གིས་སྐར་དེ་མར་འཐེན་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་

རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྔོན་འགྲོ་ལྷགས་ཆར་བའི་རྗེས་སུ་དངོས་གཞི་དེ་ཁ་གསལ་ལ་ལོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དུས། ཡར་འགྲོ་བ་ལ་སྤང་དེ་  
 མར་འཐེན་ནས་ཡར་འགྲོ་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས་བྱེད་ཐབས་མེད་སྟབས། འགྲན་བསྐྱར་དེ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། འཁོན་  
 འཛིན་དེའང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། འཁོན་འཛིན་ཞོར་ལ་སྟོགས་བྱེད་མཁན་ཆོས་ཀྱང་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་བར་  
 ལ་རྒྱ་མི་གྲང་ཐུན་ཉར་གི་སོ་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དོལ་རྒྱལ་རྗེས་འབྲང་བ་ཡིན་ནའང་རེད། དུས་ཚོད་ཡོད་མཁན་ཡོངས་རྫོགས་  
 གིས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱེད་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་སྔོན་འགྲོ་འོས་ཤོག་ལྷགས་པའི་སྐབས་སུ་ཡག་པ་ཞིག་གང་འདུག་ཟེར་  
 བ། སྔོན་འགྲོ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་འོས་མི་ཡིན་ནའང་སོ་སོ་ལ་རབས་བཟང་སྟོང་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་བཅིས་ཏེ་སོ་སོའི་  
 འཆར་སྤང་ག་རེ་ཡོད་མེད་དང་། སོ་སོའི་འཆར་གཞི་ག་རེ་ཡོད་པ། རྒྱལ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་ཆོས་ཀྱང་ང་ཆོའི་འོས་མི་ཡག་པོ་  
 ཡོད་པ་རྒྱང་རྒྱང་གསུངས་ནས་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དུས་ཚོད་མང་བ་དེ་སོ་སོའི་འོས་མི་རྩ་སྟོང་བྱ་རྒྱ་དང་། རོ་བདག་སོ་སོ་  
 མི་མང་ལ་རྩ་སྟོང་བྱ་རྒྱར་འགྲོ་དགོས་དུས། ལ་རབས་བཟང་སྟོང་ཁུར་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ལུས་པ་སྤངས་ས་དེའང་དེ་ག་  
 རང་ཐོག་ལ་སྤངས་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། མི་མང་ལ་རྩ་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྔོན་འགྲོ་ལྷགས་ནས་སྔོན་འགྲོ་དང་དངོས་  
 གཞིའི་བར་དུ་རྒྱ་བ་ལྟ་དུས་ཚོད་ཡོད་སྟབས། འོས་མི་ནང་ལ་ལོག་ཆར་བ་རེད། ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་དྲོག་གཏམ་གཅིག་སྤེལ་  
 ཡོང་སྐབས་རྒྱལ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་གིས་ལ་རབས་བཟང་སྟོང་པར་བཞག་སྟེ་མ་རབས་མ་བྱས་ཐབས་མེད་རེད། པར་སྟོགས་དེ་  
 མར་འཐེན་ནས་སོ་སོའི་དེ་ཡར་བསྐྱེལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་བ་ལྟ་དུས་ཚོད་ཡོད་དུས་མི་མང་ནང་ལ་འོས་མིར་ག་རེ་  
 བཤད་རྒྱ་འདུག་དོན་དག་ཏུ་ཅང་ཉུང་དུ་བྱིན་ཆར་བ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་སྔོན་འགྲོ་ལ་འགྲེལ་བཤད་དང་གསལ་བཤད་བྱེད་  
 ཟིན་པ་རེད། དངོས་གཞིའི་སྐབས་སུ་དྲོག་གཏམ་ག་རེ་འདུག་ཁུངས་མེད་ག་རེ་འདུག་སྤང་འཐེན་ཐོག་ནས་གསར་པ་དང་  
 གནས་ཚུལ་ཆ་མོ་ཆ་མོ། སྟོན་བརྗོད་ཆ་མོ་ཆ་མོ་ག་རེ་འདུག་མི་མང་ནས་ཀྱང་དོ་སྤང་དེར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ཨིན་སྤང་ཐོག་  
 ནས་ཁྱས་པ་ཡིན་ན། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་law of diminishing return ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ག་རེ་  
 རེད་ཟེར་ན་གནས་ཚུལ་གཅིག་ཡང་ཡང་བཤད་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་དོ་སྤང་དེ་ཉུང་དུ་ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་འབྱོར་  
 ཐོག་ནས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ law of diminishing return ཟེར་མཁན་དེ་དངོས་གནས་གསལ་ཆེན་པོ་བཅི་ཡི་ཡོད་པ་  
 རེད། འདི་འདྲ་སོང་ཅང་རང་བཞིན་གིས་སྔོན་འགྲོའི་རྗེས་སུ་དངོས་གཞི་དེ་དྲོག་གཏམ་རང་རེད། གཞི་མེད་སྟོན་འཇུགས་  
 རང་རེད། འོས་བསྐྱེལ་སྐབས་སུ་ཡང་ཁྱས་པ་ཡིན། དངོས་གཞི་འགྲོ་ཡོང་དུས་གསལ་བཤད་རྒྱང་རྒྱང་བྱས་ནས་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་  
 ཡོད་པ་རེད། སོ་སོའི་འཆར་སྤང་དང་འཆར་གཞི་བཤད་རྒྱའི་དུས་ཚོད་ཡོད་པ་མ་རེད། ར་རམ་ས་ལ་དང་ས་གནས་ཁག་མང་པོ་  
 ཞིག་ལ་བཅར་བ་ཡིན། དེ་རིང་འདིར་ཡོང་སྟེ་སྤྱི་དུས་སྤྱི་འོས་མི་རེད། སྤྱི་དུས་གི་ཆབ་སྤྱི་དང་གནད་འགག་ཡོད་པའི་ཐོག་  
 ནས་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་མེད་གདལ། གསལ་བཤད་རྒྱང་རྒྱང་ཡིན་གདལ། རྒྱ་ཆོད་གསུམ་ཡོད་ན་རྒྱ་ཆོད་གཉིས་  
 ལྷག་གསལ་བཤད་རང་ཡིན། གསལ་བཤད་ག་རེ་བྱས་ནས་ཡིན་ནམ་ཟེར་ན། སྔོན་འགྲོ་ཆར་བའི་རྗེས་སུ་དངོས་གཞི་མ་བྱུང་  
 བའི་བར་ལ་དྲོག་གཏམ་མང་དག་ཅིག་སྤེལ་ཡོང་དུས། འདི་དག་གསལ་བཤད་བྱེད་དགོས་པ་རེད། དེར་བརྟེན་སྔོན་འགྲོ་དང་  
 དངོས་གཞི་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འོས་བསྐྱེལ་སྤྱི་ཁབ་གིས་ནན་ཏན་ཐོག་ནས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྔོན་འགྲོ་དང་དངོས་  
 གཞི་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཇུག་ལངས་རྒྱར་སྤྱི་འཇུག་འོས་མི་ལ་ཁྱད་པར་འགྲོ་ཡི་འདུག་གས།

གྱི་ཡོངས་ཐོག་ནས། འོས་བསྟར་ལྷན་ཁང་གིས་ཐོག་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་གངས་ཀ་གཅིག་སྒྲིབས་བསྟན་ཡོད། སྔོན་འགྲོ་འོས་ཤོག་སྒྲགས་ཆར་བའི་རྗེས་སུ་དངོས་གཞི་ནང་ལ་མི་ཉི་ཤུ་བཏོན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། མི་ཉི་ཤུ་ནང་ནས་ཅེ་སྟངས་བཟུང་ནས་དངོས་གཞི་སྒྲགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཅེ་སྟངས་བཟུན་ནས་གཙོ་འོས་ཤོག་ཤོར་འདུག གཙོ་མར་ཐགས་ཀྱི་འདུག་ལས་ན། གཅིག་ཐགས་ཀྱི་འདུག་མཆོམས་མཆོམས་གཉིས་ཐགས་ཀྱི་འདུག ཉ་ལས་ན་གསུམ་ཐགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྔོན་འགྲོ་ལ་ཅེ་སྟངས་བཟུང་སྒྲིབས་ཡོད་ན། དངོས་གཞི་སྒྲགས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དངོས་གཞི་སྒྲགས་དུས་གཅིག་གཉིས་གསུམ་ལས་ཐགས་ཀྱི་མེད་པ་ཡིན་ན། བརྒྱ་ཆ་བདུན་ཅུ་དང་བརྒྱད་ཅུ་འགྲིག་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དངོས་གཞི་སྒྲགས་སྟེ་ཅེ་སྟངས་བཟུང་དེར་བརྒྱ་ཆ་བཟུང་ཉི་ཤུ་ལས་འགྲུར་བ་འགྲོ་རྒྱ་མེད་པ་ཡིན་ན། ཐེངས་གཉིས་འོས་ཤོག་སྒྲགས་པ་དེར་འགྲོ་སོང་འཕྲོལ་བ་རེད། དུས་ཚོད་འཕྲོལ་བ། འཁོན་འཛིན་དང་གྱི་ཆོགས་འཁྲུག་ཆ་དོད་པོ་བཅོས་པ་ཡིན་ན། མི་གཅིག་གཉིས་དོན་དག་ལ་སྔོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་སྒྲགས་བསྟན་པ་ཡིན་ན། བན་ཐོགས་ག་རེ་འདུག་གས། གྱི་ཆོགས་ཐོག་ནས་དོ་ཤོག་ཆེན་པོ་གཙོ་ཡི་འདུག གྱི་ཆོགས་ཆེག་སྒྲིབ་ལ་གཙོ་ཡིན་པ་ཡོད་ཀྱི་འདུག གཞོན་སྟེ་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བན་ཀྱི་ཡོད་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། མི་ཉི་ཤུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་བཟུ་གཅིག་ནས་ཉི་ཤུ་བར་དུ་ཡར་སྒྲིབས། དང་པོ་ནས་བཟུ་དེ་མར་ཐགས་པ་ཡིན་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། དབུས་གཙང་དང་ཁམས་ཨ་མདོ་ནང་ལ་སྔོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་མི་གཅིག་གཉིས་ཉ་ལས་ན་གསུམ་ཐགས་ཀྱི་འདུག ད་ལྟ་བར་དུ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ དང་ ༢༠༡༢ གཉིས་ཀྱི་ཐོན་བཏོན་ཡོད། འདིའི་ཆེད་དུ་རང་སྔོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་གཉིས་སྒྲགས་པའི་བཅོ་ལྷ་བྱ་ཆགས་བསྟན་ཀྱི་འདུག མིན་སྒྲོང་དང་བཀའ་སློན་ཁྲི་པའི་འོས་བསྟར་ཡང་དེ་ག་རང་རེད། སྔོན་འགྲོ་ལ་ཐོབ་ན་དངོས་གཞི་ཐོབ་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྔོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་གཉིས་སྒྲགས་པ་ཡིན་ན། བྱལ་འབྲས་དེ་ཉ་ལས་བརྒྱ་ཆ་བདུན་ཅུ་བརྒྱད་ཅུ་རང་འཇགས་ཡིན་པ་ཡིན་ན། བརྒྱ་ཆ་བཟུང་ཉི་ཤུའི་ཆེད་དུ་ཐེངས་གཉིས་སྒྲགས་པ་ཡིན་ན། བན་ཐོགས་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད།

སྔོན་མ་སྔོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་གཉིས་ཡོང་དགོས་དོན་དེ། འོས་མི་བཞེངས་མཁན་མེད་ཅང་སྔོན་འགྲོ་སྒྲགས། ལངས་མཁན་དང་སྒྲོངས་མཁན་གཉིས་ཀར་ཡོད་པ་རེད། སྒྲོངས་ཆོག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཆེད་དུ་བཅོས་པ་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་སང་འོས་མི་བཞེངས་མཁན་སེམས་ཁལ་ཅུ་བ་ཉིད་ནས་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དང་དུ་སྒྲངས་ནས་བཞེངས་མཁན། དབུས་གཙང་ལ་བཤད་སྟོན་བྱས་པ་ཡིན་ན། དབུས་གཙང་གྱི་འཕུས་བཟུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བཞེངས་མཁན་བརྒྱ་ལྷག་ཅིག་ཡོད་པ་རེད་ཟེར། མདོ་སྟོད་ནང་ལ་བཟུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བདུན་བཟུ་ཡོད་པ་རེད། མདོ་སྟོད་མི་ཉུང་བ་ཅིས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་སུམ་བཟུ་བཞི་བཟུ་ཡོང་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་སྟབས་སྔོན་མ་ལངས་མཁན་མེད་སྟབས་སྒྲངས་རྒྱའི་ཆེད་དུ་སྔོན་འགྲོ་བཅོས་པ་རེད། ད་ལྟ་སྒྲངས་མཁན་ལས་ལངས་མཁན་མར་ཐག་ཆོད་ཡོད་པའི་སྟབས་ལ་སྔོན་འགྲོ་ག་རེ་བྱས་ནས་དགོས་པ་རེད་དམ། འི་བ་གཅིག་དེ་རེད། གཉིས་པ་དེ་བྲལ་བསྒྲགས་བྱེད་སྒྲངས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ལོ་ཉི་ཤུ་སུམ་བཟུའི་སྔོན་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། Telegram བཏང་པ་ཡིན་ནའང་འགྲོར་དང་མ་འགྲོར་ལ་བདུན་ཐག་དང་བདུན་ཐག་འགྲོར་གྱི་རེད། དེར་སང་སྟོན་འཕྲིན་དང་གྱི་ཆོགས་བརྒྱ་བརྒྱད་ནས་མནན་ཐེངས་གཅིག་ལ་ཉི་མ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ལ་འོས་མི་སུ་ཡིན་མིན་ཆང་མས་ཉ་གོ་བྱལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཉི་མ་ལྟའི་ནང་ལ་མི་དེ་ལ་སྔོན་བཞོད་རི་

ཡོད་ཆང་མ་གོ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཉི་མ་བདུན་པ་ལ་གསལ་བ་ཤད་ཆ་ཆང་ཐོན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མི་མང་ཡོངས་ལ་བྱུང་  
 ཐུབ་པ་བཟོ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བདུན་པ་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཆ་ཆང་ཆང་ཐུབ་པ་བྱུང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་སྡོན་  
 འཕྲོ་དང་དངོས་གཞི་ཟེར་ནས་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག དེ་བ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ག་རེ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། ལངས་མཁན་ཡོད་ན་  
 ཡོད་པ་བྱེད་ཞོག ཡིན་ནའང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་གནད་ཡོད་མི་སྣ་སོ་སོ་དང་དུ་སྦྲངས་ནས་ལངས་མཁན་མེད་པ་ཡིན་ནའང་།  
 སྦྲངས་མཁན་ཡོད་ན་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་རེད་ཟེར་ན། དེ་ལ་སྤྱི་གཞི་བཟོས་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་དག་ལ་ལས་ཁག་སོ་མ་རེད།  
 འོས་བསྐྱུ་ལྟ་ཁང་ནས་ཕྱི་རྒྱ་དུག་པའི་ནང་ལ་གསལ་བ་སྤྲུགས་བྱས་ནས། ད་རེས་བཅིས་པ་ཡིན་ན་དེ་ག་རང་རེད། ན་ཞིང་ཕྱི་  
 རྒྱ་ ༤ པ་ནས་འགོ་བཙུགས་པ་རེད། དེ་ནས་ཕྱི་རྒྱ་ ༩ པའི་ནང་དུ་སྤྱི་གཞི་འདི་དག་ཡིན་པ་དང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ལངས་  
 མཁན་ག་ཚོ་དང་སྦྲངས་མཁན་ག་ཚོ་ཡོད་པ་ལྟམས་ཀྱི་མིང་ཐོ་འོས་བསྐྱུ་ལྟ་ཁང་ལ་ཁྲེང་ཤོག་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན། གོང་དུ་  
 གསུངས་པ་བཞིན་དུས་ཚོད་ཀྱི་འདུང་གི་མི་འདུག་ཟེར་བ་དེ། རྒྱ་བ་གཉིས་སམ་ཉིན་མ་ ༤༠ ཡི་དུས་ཚོད་སྤྱད་དེ། དེའི་རིང་ལ་  
 ཁྲེང་ཤོག་ལབ་དུས་འོས་མི་ཆང་མའི་མིང་དེ་འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་ལ་སྤུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་ཆ་རྒྱུན་བཟོས་པ་ཡིན་ན།  
 སྤྱི་འཐུས་ལངས་མཁན་དང་བཞེངས་མཁན་ཡིན་ནའང་། མི་ ༡༥ རྒྱ་བ་སྐྱོར་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ང་ལངས་ཀྱི་ཡིན། ང་ལ་མི་ ༡༥  
 ཡི་རྒྱ་བ་སྐྱོར་ཡོད་ཟེར་བ་དང་སྦྲངས་མཁན་ཡིན་ནའང་སྦྲངས་མཁན་ ༡༥ ཡིས་ང་ཚོས་མི་དེ་འོས་མི་བཏོན་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནས་  
 འགན་ལེན་ཁུར་དགོས། སྤྱི་དུས་ཚོད་ཡིན་ནའང་ལངས་མཁན་དང་སྦྲངས་མཁན་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས། ལངས་མཁན་ཡིན་ནའང་ང་  
 ལ་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ཀྱིས་རྒྱ་བ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་མི་བརྒྱ་ཐམས་པ་ཡོད་ཟེར་དགོས་པ་དང་། སྦྲངས་མཁན་ཡིན་ནའང་ཆོལ་ཁ་  
 གསུམ་མཉམ་དུ་བ་ཀྱི་ཐོག་ནས་མི་བརྒྱ་ཡོད་པའི་སྤྱི་དུས་ཚོད་འདིར་ལྷགས་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ནས་རྒྱ་བ་གཉིས་ཀྱི་དུས་ཚོད་  
 སྤུལ་བ་ཡིན་ན། སྤྱི་འཐུས་ལ་ཉེར་ལྟ་དང་སྤྱི་དུས་ཚོད་ལ་མི་བརྒྱ་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཉེར་ལྟ་དང་བརྒྱ་ཉ་ཅང་གི་ལས་སྒྲ་བོ་རེད། དེའི་  
 ཐོག་ལ་ག་རེ་པན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། ད་རེས་སྤྱི་དུས་ཚོད་འོས་བསྐྱུ་ནང་ལ་གཟིགས་ན་འགྲིག་གི་རེད། ཡིན་ནའང་འོས་ཤོག་  
 བཙུ་ཉི་ཤུ་མ་རག་མཁན་དེ་འདྲའང་ལངས་ཡོང་གི་འདུག་ཟེར་མཁན་ཡང་བྱུང་བ་རེད། སྤྱི་དུས་ཚོད་གི་ཆེས་མཐོང་ལ་གཞོད་ཀྱི་  
 འདུག་ཅེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་དུས་ཚོད་བཞེངས་མཁན་སྤུ་ཡིན་ནའང་མི་བརྒྱ་མ་རག་པའི་སེམས་ཁུལ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་  
 རེད། མི་བརྒྱ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་འོས་བསྐྱུ་ལྟ་ཁང་ལ་དེ་བ་བསྐྱེལ་བྱ་རྒྱུ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ལངས་མཁན་དང་  
 སྦྲངས་མཁན་གཉིས་ཀར་མི་ ༡༥ ཡི་དེ་བ་སྐྱེལ་བྱ་རྒྱུ་རེད། སྤུལ་ལེགས་པ་ཞིག་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། འོས་བསྐྱུ་ལྟ་ཁང་  
 ནས་ཕྱི་རྒྱ་བཙུ་པ་ལ་མི་ཉི་ཤུ་ཙུ་ལྟ་དང་མི་བརྒྱ་ལ་རྒྱ་བ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་འོས་མི་ག་ཚོ་དུང་ཡོད་ནའང་། དེ་དག་ལ་ཆ་རྒྱུན་ཆ་  
 ཆང་འདུག་དང་མིན་འདུག་ཐོག་ལ་བརྟེན་དུས་བྱས་ནས། ལངས་མཁན་ལའང་པར་བཀའ་འདི་གནང་ནས་ཁྲིད་རང་དབུས་  
 གཙང་སྤྱི་འཐུས་ལ་ལངས་འདུག་པས་ད་ལྟ་ཁྲིད་རང་ལངས་རྒྱུ་ཡིན་མིན་ཞེས་འདི་དགོས་པ་དང་། སྤྱི་དུས་ཚོད་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་  
 བཀའ་འདི་གནང་བ་ཡིན་ན་དེ་ལེགས་པ་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན་ད་རེས་སྡོན་འཕྲོ་འོས་བསྐྱེལ་ནང་དུ་འོས་འཕངས་ཆར་བའི་  
 རྗེས་སུ་ཅེ་ཕུད་ཉི་ཤུའི་ནང་དུ་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ལ་འོས་སྤོང་ཐག་དུག བདུན། བརྒྱད་ཅེས་པ་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་ཆོ་  
 དངོས་གཞིའི་སྤྲུལ་སྤྱི་དུས་ཚོད་ལེན་བྱས་པ་རེད། དེ་ཆོ་ཆང་མ་འཕྲོ་བརྒྱག་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་སྦྲངས་མཁན་བྱུང་ནའང་དོ་  
 བདག་བྱེད་འདོད་ཡོད་པ་མ་རེད། འོས་ཤོག་དེ་དག་འཕྲོ་བརྒྱག་ཏུ་འཕྲོ་དུས། འོས་ཤོག་ལྷགས་མཁན་ཀྱི་མི་རེ་ལ་འོས་ཤོག་

བཅུ་རེ་དང་སྟོང་སྟེང་ལ་གཅིག་རེ་ལས་ཡོད་པ་མ་རེད། མི་བཅུ་ལྷགས་རྒྱ་དེས་མི་དེ་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ལངས་ཀྱི་མེད་པ་ཡིན་ན།  
 གལ་སྟེན་དེ་གསལ་པོ་བཟོས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འོས་ཤོག་སྟོང་ལྷག་བརྒྱད་དེ་འཕྲོ་བརྒྱག་འཕྲོ་ཡི་མེད་པ་རེད། དཔེར་ན། མི་མང་  
 བོ་ཞིག་གི་དེས་སྤྱི་འཐུས་གསར་པ་བཏོན་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན། མི་བཅུ་ལྷགས་རྒྱ་དེ་ལས་གཞན་ལངས་  
 མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཁོ་ལ་འོས་ཤོག་རག་སྟེན་གྱི་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་སྟོན་འཕྲོ་ལ་འོས་ཤོག་སྤྱི་ལ་ལྷགས་རྒྱ་དེས་འོས་ཤོག་  
 འཕྲོ་བརྒྱག་འཕྲོ་ཡི་འདུག་དེ་ལས་འོས་བསྐྱུ་ལྷན་ཁང་ལ་ལངས་མཁན་དང་སྤངས་མཁན་གྱི་མིང་ཡར་སླེབས་ཆར་བའི་རྗེས་  
 ནས། ཁྱེད་རང་སྤངས་མཁན་འདི་ཅམ་འདུག་ཁྱེད་རང་ལངས་རྒྱ་ཡིན་ནམ་ཟེར་ནས་སྐད་ཆ་རྒྱུ་ནས་གསལ་པོ་བྱུང་ཆར་བའི་  
 རྗེས་སུ། མི་མང་ལ་གདམ་ག་གསལ་པོ་རེད། མི་མང་གི་སྤངས་བཞག་པ་དང་ལངས་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་མཁན་ཁོ་ན་ཡིན་དུས། འོས་  
 ཤོག་དེ་འཕྲོ་བརྒྱག་ཏུ་ནས་ཡང་མི་འཕྲོ་བ་མ་ཟད་དུས་ཆོད་དང་དཔལ་འབྱོར། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཆོགས་ནང་དུ་འཁོན་འཛིན་ཡོང་  
 གི་མ་རེད། དེ་འབྲ་སོང་ཅང་སྟོན་འཕྲོ་དང་དངོས་གཞི་གཅིག་ཐོག་ནས་བྱེད་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ན་པན་ཐོགས་ཡོང་ས་རེད། ད་ལྟ་  
 བསམ་ཚུལ་ལྷགས་ཆེ་ཤོས་དེ་ལངས་མཁན་དང་སྤངས་མཁན་གཉིས་གཤམ་བྱེད་ཀྱི་རེད་ཟེར་བ་དེ་རེད། དེས་འདི་ལ་སྤངས་  
 མཁན་དང་ལངས་མཁན་གཉིས་ཀར་འབྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། འོས་བསྐྱུ་ལྷན་ཁང་ནས་མིང་ཐོ་མར་བཀྲམ་པའི་སྐབས་ལ་འོས་  
 འཕྲོ་བརྒྱག་ཏུ་མ་བྱིན་པར་ཏ་ཅང་གི་ཁ་གསལ་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཆན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོན་འཕྲོ་དང་དངོས་  
 གཞི་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་དུས་ཆོད་སྤང་སྤང་ཞིག་ལ་གནང་བ་ཡིན་ན། ཡིན་རྗེས་ལྷང་པ་ཡིན་ན་ཉིན་གངས་བཞི་ཅུ་ཞེ་  
 ལུ་ནང་ལ་འོས་ཤོག་ལྷགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཨོ་སི་ཀྱོ་མི་ཡའི་ནང་དུ་མི་ས་ཡ་མང་པོས་ཉིན་གངས་དུག་ཅུ་ལ་འོས་ཤོག་འཕེན་  
 ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་ཆོ་དུས་ཆོད་སྤང་སྤང་ཞིག་ནང་འོས་ཤོག་ལྷགས་སྤུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོ་ཆུ་བ་དགུ་བཅུ་འབྲངས་  
 དགོས་རྒྱ་མི་འདུག་ཉིན་གངས་བཞི་བཅུ་དང་དུག་ཅུའི་ནང་དུ་ང་ཆོའི་འོས་ལྷགས་མ་ཆར་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། དུས་ཆོད་རིང་  
 ཅག་འདུག་ཟེར་བ་དེ་སྤྱི་མོས་རེད། ཡིན་ནའང་ཆོལ་ཁ་ཆོགས་པའི་འོས་མི་སྤངས་རྒྱ་མི་འདུག་ཟེར་བ་དེ་པལ་ཆར་སྤྱི་མོས་  
 རང་རེད། ང་ཆོས་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་མང་གཙོའི་འཕྲོ་སྤངས་འཕྲོ་ལྷགས་ལྟར་སྟོན་འཕྲོ་དང་དངོས་གཞིའི་འོས་འཕེན་རྒྱ་ཡོང་  
 དགོས་དོན་དེ། ང་ཆོ་ཆོགས་པ་མེད་པའི་མང་གཙོ་ལམ་ལྷགས་ཡིན། འོས་ཤོག་སྤྱི་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་རང་དབང་ལྷན་པའི་  
 མང་གཙོའི་ལམ་ལྷགས་ཡིན་ཟེར་ནས། ཡིན་སྐད་དུ་ Vertical ནས་ horizontel མང་གཙོ་ཟེར་ནས་སྟོན་མ་ནས་ Greek  
 city འགོ་བཅུགས་དུས་ནས་ “Democracy”, from the Greek words “demos” (people) and “kratos”  
 (rule), ཟེར་བ་དང་། མི་མང་ལ་དབང་ཆ་ཡོད་པའི་དམངས་གཙོ་ཡིན་ཟེར་དུས། མི་མང་གིས་སྤྱི་ལ་འོས་ལྷགས་ནའང་  
 བདམས་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་། ཐད་ཀར་མི་མང་དང་ལངས་མཁན་བར་ལ་འབྲེལ་བ་ཆགས་རྒྱ་དང་། དེའི་བར་ལ་ད་ལྟའི་ཆར་ཆོལ་  
 ཁའི་ཆོགས་པ་དང་། མ་འོངས་པར་ཆོགས་པ་གཞན་སླེབས་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་ང་ཆོ་ཆབ་སྟོན་ཆོགས་པ་མེད་པའི་མང་གཙོ་ཡིན་  
 ཟེར་གྱི་ཡོད་ནའང་། ད་ལྟ་ཆབ་སྟོན་ཆོགས་པ་སྤྱག་ཤོས་དེ་སླེབས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ང་ཆོ་ཆབ་སྟོན་ཆོགས་པ་མེད་པའི་མང་  
 གཙོ་ཡིན་དགོས་དོན་དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་སྤྱི་ལོ་ཤིང་ས་མཆོག་དང་བཀའ་ཁྲི་ལུང་པ་ལ་ཐམ་གཤོང་རིན་པོ་ཆེས་ང་ཆོར་འཇམ་  
 སྤིང་ལ་དོམ་ཆོག་པའི་མང་གཙོའི་སྟོན་གཞུང་ཟེར་དུས། ཆབ་སྟོན་ཆོགས་པ་ཡོད་ཆར་བའི་གཞུག་ལ་ཆབ་སྟོན་ཆོགས་པའི་  
 དགོས་དོན་སྤྱབ་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཅ་དོན་གཞུག་གི་རེད། ཡང་ཆོལ་ཁའི་ཆོགས་པ་སླེབས་པ་ཡིན་ན། ཆོལ་ཁའི་འཕེན་

ཁྱེད་ལས་གཞན་གང་ཡང་མེད་པ། ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཅུང་མཐའ་ལ་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་སྐྱོད་པའི་འཆར་སྣང་དང་  
དམིགས་ཡུལ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། གུས་ཅང་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་སྤྱད་ཤོས་དེ་སྤྱི་བས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་  
རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོའི་ཆོལ་ཁའི་མི་སྒྲགས་ཤོག་ཨ་ཟེར་ཡོང་དུས། ཆོལ་ཁའི་འཐེན་ཁྱེད་དེ་རང་བཞིན་གྱི་དེ་ནས་སྤྱི་བས་ཡོང་  
གི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་འཐུས་བཞེངས་མཁན་ནང་དུ་འདུག་དེ་བཞིན་རེད། ཅུས་སྒྲོལ་ཆེ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་ཆོལ་ཁ་ཚོགས་པའི་ནང་  
དུ་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་ཆོལ་ཁའི་འཐེན་ཁྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱི་བས་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཆོལ་ཁའི་ཚོགས་  
པ་རེད། མ་འོངས་པར་ཚོགས་པ་ས་སྤངས་པ་ཡིན་ན་འདྲ་ཚོགས་པ་དེས་དམིགས་ཡུལ་དང་ཀུན་སྐྱོང་ཅི་ཡིན། ཅིའི་ཕྱིར་  
བརྟུགས་མིན། གསང་བའི་ཐོག་ནས་དེར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་སུ་ཡིན། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཚོགས་པ་གཅིག་གིས་ཀྱང་རྒྱབ་སྐྱོར་  
མེད་པའི་ཐོག་ནས་མང་གཙོའི་འགྲོ་སྐྱེད་ལ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཚོགས་པ་མེད་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མང་གཙོ་  
ལས་ལུགས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མི་མང་དང་མི་མང་གིས་བདམས་བཞག་པའི་འགོ་ཁྲིད་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་འབྲེལ་བ་ཐད་  
ཀར་ཆགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་དག་པའམ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ Democrat the People Power ཟེར་ན་  
དེར་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་བར་ལ་སུ་ཡོད་ན་འདྲ་མ་འོངས་པར་སྐྱོན་ཡོང་གི་རེད། སོང་ཅང་མི་ཉེར་ལུང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད་པ་  
ཡིན་ན། སུ་གཅིག་ལ་རེ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཐུས་འོས་མི་ཆགས་ཐུབ་པ་དང་། སྤྱི་སྐྱོང་ཡིན་ན་འདྲ་མི་བརྒྱའི་རྒྱབ་  
སྐྱོར་ཡོད་ན་སྤྱི་སྐྱོང་འོས་མི་ཆགས་ཆར་བ་རེད། ཚོགས་པ་སུ་གང་ལ་ངོ་དགའ་སྤྲེལ་ལ་ད་བཞད་དགོས་པ་མ་རེད། མི་མང་  
དང་སྤྱི་གཙུག་ལ། མི་མང་དང་སྤྱི་འཐུས། མི་མང་དང་སྤྱི་སྐྱོང་བཅས་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡོང་སྐབས། འདི་ནི་ཆབ་  
སྲིད་ཚོགས་པ་མེད་པའི་མང་གཙོ་ཡང་དག་པ་ཟེར་བ་དེ་རེད། ང་ཚོས་དེ་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་གང་  
ཡིན་ཟེར་ན་ང་ཚོ་མི་འཛོམ་འབྲུམ་གཅིག་ལྷན་ཅམ་ལས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁྱབ་བསྐྱགས་བྱེད་མཁན་ཡིན་ན་འདྲ་མ་གཉིས་ལ་  
ཁྱབ་བསྐྱགས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ཉིན་མ་གསུམ་པ་ལ་སྐྱོན་བརྒྱུད་སྤྱི་བས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་མ་བཞི་པར་གསལ་  
བཞད་བྱ་ཐུབ་པའི་འཐུས་ཆས་དེ་འདྲ་ཡང་རྒྱས་ཕྱིན་ཆར་བ་རེད། England ལུང་བར་མི་ས་ཡ་མང་པོ་ཡོད་མཁན་གྱི་ལུང་པ་  
ནས་ཉིན་གངས་བཞི་བརྒྱའི་ལུང་དུ་ཐེངས་གཅིག་གིས་འོས་ཤོག་སྒྲགས་ནས་བདམས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ཨ་སི་ཀྲོ་མི་  
ཡའི་ནང་དུ་ཉིན་གངས་དྲུག་ཅུར་བདམས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ན། ང་ཚོ་མི་འབྲུམ་གཅིག་དང་བྱེད་ཀྱི་ཐེངས་གཅིག་ལ་འོས་ཤོག་སྒྲགས་  
ནས་འགོ་མི་ཐུབ་པ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་ཟེར་ནས་ཞུ་གཙོ་མོ་དེ་རེད། ཡིན་ན་འདྲ་ཚོགས་ཆུང་གི་གྲོས་ཚོད་དང་འབྲེལ་  
བའི་ཐོག་ནས་གསལ་བཞད་ཞུ་རྒྱུ། ད་ལྟའི་འོས་བསྐྱེད་ཁང་གིས་དགོངས་ཚུལ་དང་དེ་ལ་བཀའ་འགག་གིས་རྒྱབ་གཉེར་  
གནང་བཞག་པའི་དོན་ཆ་རྒྱས་བཞག་པ་དེ་བཞིན་འགྲོ་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ནས་རྩ་བ་ནས་ཞུ་ཡི་མེད། ད་རེས་བཀའ་འོས་  
སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོས་དགོངས་ཚུལ་དེ་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་དུ་སྤྱངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་འགའ་  
ཤས་སྐོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་གང་ཡང་མེད་པའི་ཐོག་ནས་རི་ལྷོང་ལག་བསྟར་བྱ་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ནས་བཀའ་འདི་གནང་  
ཡོང་སྐབས། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་གསལ་ཆེ་དོན་ཆེ་བྱེད་ནས་བཀའ་འདི་གནང་དུས། ད་རེས་བཀའ་འགག་དང་འོས་བསྐྱེད་  
ལྟན་ཁང་གི་དགོངས་ཚུལ་དེ་འདྲ་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་དེར་སྤྱངས་པ་ཡིན་ན། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་དགོངས་པའི་དབྱེད་གཞི་  
ལ་འདྲ་མཉམ་པའི་རེད། དམིགས་བསམ་ཚོགས་ཆུང་ལ་འདྲ་དབྱེད་ཞིབ་དང་། ཉམས་ཞིབ་གནང་བའི་སྐབས་ལ་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་

འདིའི་ནང་ལ་དགོངས་ཚུལ་ཆ་ཆ་རྟོགས་པའི་ཐོག་ནས་ཁྱིམ་མཚར་ཁྱུ་ལ་འང་པན་ཐོགས་ཀྱི་རེད་པས་མ་པའི་ཐོག་ནས་  
དགོངས་འཆར་དེ་ཕྱལ་བ་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་ཡིན།

ད་རེས་ཚོགས་ཆུང་བསྐོས་པ་ཡིན་ན། དུས་ཚོད་འདྲ་འདྲེས་བཞིན་པ་ཁྱོས་ཚོགས་རང་ནས་སྐྱོད་བར་རེད། ཕྱལ་ཚོག་  
གི་རེད། ཁྱིམ་མཚར་ག་འདྲ་ཞིག་མཐའ་མ་གཏན་འཁེལ་མིན་དེ་ཡང་བཀའ་ཤག་ལ་ད་གིན་བཀྱར་འོས་སྡི་འཐུས་གཅིག་ནས་  
གསུངས་སོང་། འཛིན་སྐྱོང་དང་ཁྱོས་ཚོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱེས་ནས་འཛིན་སྐྱོང་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དང་ཁྱོས་ཚོགས་བཤའ་  
མཁན་རེད་ཅེས་བཤའ་སོང་། ཡིན་ནའང་ཁྱོས་ཚོགས་ཚོགས་པའི་སྐབས་ལ་བཀའ་ཤག་བཤའ་མཁན་རེད། ཁྱོས་ཚོགས་ཕྱག་  
ལས་གནང་མཁན་ཆགས་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཁྱིམ་སྤྱིག་ཡོད་ཆད་ཁྱོས་ཚོགས་ནས་བཟོ་དགོས་སྐབས།  
མ་འོངས་པར་ཁྱིམ་མཚར་ག་འདྲ་ཞིག་ཁྱུང་བ་ཡིན་ནའང་ཆ་ཆ་ཁྱོས་ཚོགས་ལ་སྐྱོད་བར་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་སྟོང་དོན་དེ་ཡིན།  
དཔེར་ན། ད་གིན་ངས་ཁྱས་པ་ནང་བཞིན་སྟོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞིའི་གཉིས་བར་ལ་འཁོན་འཛིན་ཡོང་གི་འདུག་ཅེས་འོས་བསྟུ་  
ལྟན་ཁང་ལ་སྟན་ཀྱང་འགྲོར་བ་དག་གངས་ཀ་བཅིས་ན། སྟོན་འགྲོའི་འོས་བསྟུའི་སྐབས་སུ་འོས་བསྟུ་ལྟན་ཁང་གིས་ལས་ཀ་བྱེད་  
སྟངས་འགྲིག་མ་སོང་ཟེར་ནས་སྟན་ཀྱང་ཕྱལ་མཁན་བཅུ་དྲུག་བྱུང་འདུག། དངོས་གཞིའི་སྐབས་ལ་བརྒྱ་དང་བཞི་བཅུ་བྱུང་འདུག།  
གང་ཡིན་ཞེ་ན་པར་སྟོགས་འོས་མི་དེ་མར་པལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅང་ཆ་རྒྱུ་ཆད་གི་མིན་འདུག། གཅིག་དང་གཉིས་འགྲིག་གི་མི་  
འདུག་ཟེར་ནས་སྟན་ཀྱང་མང་དག་ཅིག་ཕྱལ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྟོན་འགྲོ་ལ་བཅུ་དྲུག་ལས་མེད་ཀྱང་དངོས་གཞི་ལ་བརྒྱ་དང་བཞི་  
བཅུ་ཆགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། འོས་བསྟུ་ལྟན་ཁང་ཡིན་ནའང་ཉ་ཅང་བསུན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ལ་དུས་ཚོད་ཀྱང་མང་  
པོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྟོན་འགྲོ་སྐབས་ལ་ཡ་རབས་བཟང་སྟོང་སྟེ་ལ་ཐན་བྱ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སོ་སོའི་འཆར་  
སྟངས་དང་འཆར་གཞི་གསུང་ནས་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་བསྐྱོར་བྱེད་མཁན་ཡིན་ནའང་སོ་སོའི་འོས་མི་ཡག་པོ་ཡོད་ཟེར་  
ནས་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྟོན་འགྲོ་རྗེས་ལ་འོས་དེ་ཁ་གསལ་པོ་ཆགས་ཟིན་པའི་རྗེས་ལ་འཁོན་འཛིན་སྐབས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་  
རེད་ལ། དཀྱོག་གཏམ་དང་གཞི་མེད་སྟོན་འཇུགས་སོགས་བྱེད་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་བར་དེར་འཁྲབ་མཁན་ཆད་མ་ཐོན་  
ཡོང་དུས། འོས་བསྟུ་ལྟན་ཁང་ལ་སྟོན་དང་སྟན་ཀྱང་ཕྱལ་མཁན་བརྒྱ་དང་བཞི་བཅུ་ལྟན་བྱུང་འདུག་ལ་དངོས་སུ་བཅར་ནས་  
གསུངས་མཁན་ཡང་བྱུང་འདུག། ངས་མཐའ་དོན་ཀྱང་དེ་དཔེར་འོས་བསྟུ་ལྟན་ཁང་ནས་འོས་བསྟུའི་འགན་འཛིན་ནམ་པ་  
གསུམ་གྱིས་འགན་ཁུར་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་སྟོང་ཆོར་ཆེ་ཤོས་དེ་འོས་བསྟུ་ལྟན་ཁང་ལ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཀྱང་ཡིན།  
རྗེས་མ་འོས་བསྟུའི་སྐབས་ལ་ད་ལྟའི་འོས་བསྟུའི་འགན་འཛིན་དང་ལས་རོགས་ཀྱི་དུས་ལྟན་ཟིན་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ཁོ་ཆོར་ད་  
རེས་ཀྱི་འོས་བསྟུའི་སྤྱིག་གཞིར་འགྱུར་བ་སོང་མིན་དང་། མ་འོངས་པའི་འོས་བསྟུར་ག་རེ་ཆགས་མིན་ཐད་བསྐྱར་དུ་བསྐོས་ན་  
མ་གཏོགས་ཁོ་ཆོར་དང་འབྲེལ་བ་ཐད་ཀར་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་བཞིན་ད་ལྟའི་སྤྱིད་སྟོང་ལས་ཐོག་ཡིན་ནའང་མ་འོངས་  
པར་འོས་བསྟུའི་སྤྱིག་གཞི་ག་འདྲ་སོང་བ་ཡིན་ནའང་སྟེར་ཐོག་ལ་ཁྱུང་པར་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་ང་བསྐྱར་  
དུ་འོས་བསྟུ་ནང་ལངས་ཚོག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་སྔ་བཀའ་སྟོན་ཁྱིམ་པ་རེད། ད་ལྟ་སྤྱིད་སྟོང་ཐོག་སྟོན་འགྲོ་དང་  
དངོས་གཞི་གཉིས་ནང་ཐེངས་བཞི་ལངས་སྐབས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འགྱུར་བ་དང་བཀའ་མོལ་ག་འདྲ་འགྲོ་ཡི་འདུག། སྤྱི་ཚོགས་ནང་  
བཀའ་མོལ་དང་འཁོན་འཛིན། རྟོག་ག་ཆོད་བསྐྱབས་ཀྱི་འདུག། འཕྲུལ་ཆས་བརྒྱད་ནས་སྤྱི་ཚོགས་འཁྲུག་པོ་ག་ཆོད་ཆགས་



གྱི་འདུག་མདོར་ན་ང་ཐེངས་བཞིར་འོས་ཤོག་ནང་ཡངས་པ་དང་སྒྲེར་ཐོག་ནས་ཉམས་སྒྲིང་བསགས་ཡོད་པར་བརྟེན། ད་རེས་  
 འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞི་འདིར་འགྱུར་བ་བཏང་ན་སྤྱི་མོང་། འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞི་དེ་ཉ་ཅང་རྩོག་གྲ་ཆེན་པོ་རེད་ལ་འགྱུར་བ་ག་  
 ཆོད་བཏང་ན་འང་གཅོང་མ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་སྐབས་དང་དུས་ལ་དཀའ་ངལ་འབྲས་བཞག་པ་དེར་འགྱུར་བ་  
 བཏང་བའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་དེ་ཉུང་དུ་བཏང་བ་ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་ཆིག་སྤྱིལ་དང་ཡ་རབས་བཟང་སྟོང་ལ་ཕན་པ་དང་།  
 སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཕན་ཆེ་བས་ཆེན་པོ་འདུག་སྤྱིལ་སྟེ་འགན་ཁུར་བའི་ཐོག་ནས། འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞི་དེ་འདྲ་ཞིག་འགྱུར་བ་ཕྱིན་པ་  
 ཡིན་ནའང་དོ་བདག་ལ་ཁྱད་པར་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། རང་ཉིད་འོས་ལངས་སྒྲིལ་གྱི་སྐབས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁྱད་པར་  
 གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་སྤྱི་པའི་རྩ་དོན་ལ་ཉ་ཅང་གི་གཤམ་ཆེན་པོ་འདུག་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ཉ་ཅང་གི་འཁྲུག་ཆ་དོད་  
 པོ་ཆགས་ས་རེད། བསྐྱར་དུ་བྱ་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོར་ཡོངས་མཆོག་ཡིན་ནའང་ཐུགས་པམ་པ་ཡིན་ན། ད་རེས་ང་ཆོས་པོད་ནང་  
 ལ་ང་ཆོར་རྒྱ་གར་ནང་གནས་སྟོན་མང་ཆོགས་ལ་གཏམ་བཞེད་རང་དབང་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ང་ཆོས་དག་འབྲུད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་  
 རེད། བྱ་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོར་ད་རེས་བྱུང་ཟེན་པ་དེ་དག་བསྐྱར་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཉ་ལས་པའི་སློབ་མ་ཡོང་རྒྱ་དང་། ཡིད་ཆེས་དང་  
 རེ་བ་ཡིན་ནའང་ག་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཡོང་སྤྱིལ་པ་ཞིག་དང་། སྐབས་དེར་ཡོངས་མཆོག་དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་བྱ་བྱག་ལ་ཐེབས་ཀྱི་  
 ཡོད་པ་རེད། ད་རེས་ཁོང་གིས་གསུངས་དོན་ལ་" ང་ལ་ཁྱོད་ཆོས་བརྟེན་པ་ཡོད་ན་ཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་འཐེན་འཁྲེར་དེ་བྱེད་མ་  
 ཡོང་ཨ་" ཞེས་བཀའ་སློབ་ནན་པོ་གནང་ཆར་བའི་རྗེས་སུ་ཡང་། ལེ་ལུ་གཉིས་པ་དེ་བྱ་ལོ་ ༢༠༡༡ ལ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་ཆོའི་  
 གནས་སྐབས་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ས་རེད་བསམ་པའི་སློབ་ཆེན་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས། ད་རེས་དགོངས་ཚུལ་ཞུས་བཞག་  
 པ་དེ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཡོངས་མཆོག་ང་ཆོའི་པ་མ་ལྟ་བུ་རེད། ང་ཆོའི་རྩ་བའི་སྒྲུ་མ་དང་ཆེ་འདི་བྱི་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་  
 གནས་རེད། ཁོང་ཐུགས་པམ་ཡོང་དུས་ཉན་ཉན་རང་འབྲིག་གི་མི་འདུག་ཅེས་བསམ་མཁན་གསུམ་ཅིག་ཡིན། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ད་  
 རེས་འབད་བཙོན་ཞུས་བཞག་པ་དེར་མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་དེ་གྲོས་ཆོགས་ནས་ཐུགས་ཐག་བཅད་རྒྱུ་རེད་ལ། གྲོས་ཆོགས་  
 ཆོགས་པའི་སྐབས་ལ་ང་ཆོ་བཤད་མཁན་དང་ཐུག་ལས་གནང་མཁན་རྣམས་པ་ཆོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྣམས་པ་ཆོས་དེ་སྟོན་  
 ཡང་ཐུག་ལས་ཡག་པོ་གནང་ཡོད་པ་རེད་ལ་འབྲུང་འགྱུར་ཡིན་ནའང་ཡག་པོ་གནང་གི་རེད་བསམ་པའི་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་  
 ཡོད། ལྷག་པར་དུ་དགོངས་ཚུལ་ཐེབས་སྐབས་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། ཡག་པོ་བྱུང་ས་རེད་བསམ་པ་ཆོར་བྱུང་། དེར་བརྟེན་  
 ཆོགས་རྒྱུད་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གོམ་པ་ཞིག་སྟོས་པ་ཡིན་ན། དུས་ཆོད་འགྲུངས་ཆོག་གི་རེད། གང་ལྟར་འགྱུར་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་  
 ཕྱིན་པ་ཡིན་ནའང་ང་རང་དེར་རྒྱབ་སྐྱོར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་མ་གཏོགས། དེ་མིན་གྱི་ད་རེས་བཀའ་ཤག་ནས་ཞུས་པ་དེ་  
 རེས་པར་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་རེད། དེ་མིན་ན་ནམ་ཡང་མོས་མཐུན་བྱེད་ཀྱི་མིན་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ནམ་ཡང་ཞུ་ཡི་མེད། དེ་ནས་བཀའ་  
 འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁ་ཤས་ནས་དོན་ཆོན་གཅིག་གཉིས་ཐོག་ལ་གསུངས་སོང་། སྤྱི་ཆོགས་བྱ་རྒྱུ་དང་སྐད་འཕྲིན་གྱི་དུས་ཆོད་ཡིན་  
 སྐབས། གང་གསུང་བཞག་པ་དེ་བཟམ་ཆར་བ་ཡིན་དུས་དེར་གསལ་བཤད་མ་བྱེད་པ་ཡིན་ན། ཡང་ང་རང་ལ་ཉམས་སྒྲིང་  
 བསགས་སྒྲིང་ཡོད། དོན་ཆོན་གཅིག་གཉིས་སྐད་ལ་ཞུས་ན་བསམ་སོང་། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་ག་རེ་གསུང་སོང་  
 ཟེར་ན། བཀའ་སློན་འོས་མི་ཐོག་ནས་དགོངས་ཚུལ་ཐེབས་སོང་། ངས་དགོངས་སེལ་དང་སྐྱགས་གྲོས་ཆོགས་ལ་དབུ་སྒྲོར་  
 ཞུས་མེད་ལ་དགོངས་སེལ་ཡང་ཞུས་པ་ཡིན། ད་རེས་བྱིར་འཐེན་ཞུ་རྒྱུ་དེ་རང་རེད། ཡིན་ནའང་བཀའ་སློན་གྱི་འོས་མི་ཁྱུང་

རྒྱུ་འོ་ཐོག་ནས་འགྲིག་མ་སོང་ལ་སྐྱེས་ཆེས་དང་དབྱ་ཁུལ་ལག་དེབ་དགོས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་  
 གཅིག་ནས་དེ་སྤྱི་ཡིག་ཆ་ནང་ལ་འཁོད་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་དང་། བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁོ་རང་སྐབས་བཅུ་གཉིས་དང་བཅུ་  
 གསུམ་ལ་བཀའ་ལློན་གནང་སྟོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་དུས། དེ་སྔོན་ཡིག་ཆ་ནང་ལ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། ཁྲིམས་དང་  
 སྤྱིག་གཞི་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་སྤྱི་ཚོགས་དང་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནང་ཞུས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད་དུས། དེར་  
 གསལ་བ་ཤད་མ་བྱེད་ན་འགྲིག་གི་མི་འདུག་སྐྱེས་ནས་དེར་གསལ་བ་ཤད་ཅིག་ཞུ་ཆོག་པ་བཀྱིས། ད་རེས་བཀའ་ལློན་འོས་མི་  
 དང་ཆ་རྒྱུན་ཁྱེད་རྒྱུ་དེ། དེ་སྤྱི་བཀའ་ཤག་སྐབས་བཅུ་བཞི་པའི་སྐབས་ལ་ཁྱེད་པ་དེ་ག་རང་རེད། སྐབས་བཅུ་བཞི་པའི་བཀའ་  
 ལློན་འོས་མི་ཁྱེད་རྒྱུ་འོ་ཐོག་ཆའི་ཆ་རྒྱུན་དེ་དག་སྐབས་བཅུ་གསུམ་པའི་བཀའ་ལློན་འོས་མི་ཁྱེད་སྐབས་དང་གཅིག་མཚུངས་  
 བསྐྱེས་ནས་བཞུགས་པ་ཞིག་རེད། སྐབས་བཅུ་གསུམ་པའི་བཀའ་ལློན་འོས་མི་ཁྱེད་རྒྱུ་དེ་སྐབས་བཅུ་གཉིས་པའི་བཀའ་ཤག་གི་  
 བཀའ་ལློན་འོས་མི་ཁྱེད་པ་དེར་བསྐྱེས་ནས་བཞུགས་པ་ཞིག་རེད། བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་སྐབས་ ༡༡༡༩ ལ་བཀའ་ལློན་  
 གནང་སྟངས་ཅང་། སྔོན་མའི་ཡིག་ཆ་དང་ཁྲིམས་སྤྱིག་གཉིས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད་དུས། ངས་གོས་ཆོག་པ་འདིའི་ནང་  
 ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཐག་ཆོད་པོའི་ཐོག་ནས་ཞུ་གི་ཡོད། སྐབས་བཅུ་གཉིས་པར་མི་འདུག་ལ་སྐབས་བཅུ་གསུམ་པར་མི་འདུག་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡིག་ཆ་བསྐྱེས་པའི་བསམ་རྟོགས་གནང་། ང་ཚོས་ཡིག་ཆ་བསྐྱེས་ནས་བསྐྱེས་པ་ཡིན། སྐབས་བཅུ་གཉིས་བཅུ་  
 གསུམ་བཅུ་བཞི་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུ་ཡིན་ལ་བཙོ་ལྷ་ལ་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུ་ཁྱེད་ཡོད། སྤྱི་ལོ་མ་གཏོགས་སྤྱི་ལོ་ཆེས་  
 འཁོད་མི་འདུག་ ང་ཚོས་སྐད་ཆ་འདི་རྒྱུ་དེ་ཁྱོད་རང་ག་དུས་རེད་ཅེས་སྐད་ཆ་བེད་དུས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ རེད་ཅེས་བཤད་ཡོད་  
 དུས། ངས་ཁ་སང་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་ངང་ཡིག་ཆ་བཟུང་རྒྱུ་འོ་ནང་ལ་འཁུངས་ལོ་ ༡༩༩༡ ཞུ་དགོས་དོན་དེ། སྐབས་བཅུ་  
 གཉིས་དང་བཅུ་གསུམ་བཅུ་བཞིར་སྤྱི་ལོ་འཁོད་ཡོད་ཅང་། བཙོ་ལྷ་ལ་སྤྱི་ལོ་སྐད་ཆ་བེད་ནས་སྤྱི་ལོ་བཀོད་པ་རེད། དེར་  
 རྒྱ་བ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ང་ཚོས་གནས་ཚུལ་ཉོགས་མ་སྐབ་ཅང་གནས་སྐབས་དེ་ཆགས་པ་རེད། འདི་འདྲ་སོང་ཅང་ཕྱིར་འཐེན་ཞུས་  
 པ་རེད། དེ་མིན་གོས་ཆོག་པ་ལ་དབྱ་སྟོང་ཞུས་འདུག་ཅེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་ན། དེ་སྔོན་མ་བྱེད་པ་ཞིག་བྱེད་འདུག་ལབ་ན་དབྱ་སྟོང་  
 བཏང་བ་རེད། སྐབས་བཅུ་གཉིས་དང་བཅུ་གསུམ་བཅུ་བཞི་ལ་དེ་ག་རང་གནང་བ་ཡིན་ན། ཁྲིམས་དང་ལམ་ལུགས་གཞིར་  
 བརྩམ་འགྲོ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལམ་ནས་བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་གསུངས་པ་ཡིན། ད་རེས་སྤྱི་  
 རྒྱུ་དང་བཀའ་ཤག་འདིས་ཁྲིམས་དང་སྤྱིག་གཞིར་དེ་ཅུ་སྐབས་སྐད་གནང་གི་མི་འདུག་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་ཟེར། ངས་ཁ་སང་  
 ཐོས་ཡོད་དུས་ཡ་མཚན་སོང་། འདི་མི་ཆེ་འདིར་ཁྲིམས་དང་སྤྱིག་གཞིར་དོ་སྣང་བྱས་ནས་སློབ་སྦྱོང་ཡང་ཁྲིམས་དང་སྤྱིག་  
 གཞིའི་ཐོག་བྱས་པ་རེད། རྒྱ་ལ་སྤྱི་དང་རྒྱ་གར་གྱི་ཁྲིམས། ཨ་རིའི་ཁྲིམས། བོད་མིའི་སྤྱིག་འཛུགས་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་ལོ་ཉི་ཤུ་  
 ལྷག་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་ཡིན། དོ་སྣང་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཡོད་དུས་བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་དང་བཅུ་གཉིས་བསྐྱེས་པ་ཡིན་  
 ཅ། ངས་ཁྲིམས་ལ་ལོ་མང་བ་དུས་ཆོད་བཏང་ཡོད། ངས་ཁྲིམས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་འདུག་ཅེས་འཁུལ་རམས་པའི་ལག་འཁྱེར་  
 གནང་ཡོད་པ་རེད། བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ང་ལས་ལྷག་པའི་ཁྲིམས་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་བྱས་པའི་ལག་འཁྱེར་ལག་འཁྱེར་བཏོན་རྒྱ་  
 ཡོད་ན། ཡིན་དང་ཡིན། ངས་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས་གཞན་འདི་མི་ཆེ་ཉི་ལ་པོ་དེ་སློབ་སྦྱོང་ཡོད་པས་རྫོགས་ཁྲིམས་ལ་  
 དོ་སྣང་བྱས་ནས་འགྲོ་བཞག་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་ད་གིན་གཅིག་གིས་དཔེ་དང་སྐབས་ནས་གསུངས་སོང་། ད་གིན་

སྲིད་སྐྱོད་གིས་ཚོགས་གཙུག་ལ་ཡིག་སྒྲིག་བཞག་པ་དེ་འགྲིག་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་དེས་གསུངས་པ་རེད། དེའི་སྐོར་  
 ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་མཁུན་དགོས་པེས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། འོས་བསྐྱུ་ལྟན་ཁང་གི་ཚོགས་མི་ཡིན་ནའང་རེད།  
 ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གིས་ཁྲིམས་དཔོན་བསྐོ་བའི་སྐབས་སུ། མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་གྱི་མངའ་གཙོ་ལྷན་པ་འཛོམས་ནས་ཚོགས་  
 རྒྱུ་ཞིག་བསྐོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ཚོགས་རྒྱུ་ལྟར་སྤྲོད་ཡོད་མེད་དེ་གོང་དུ་ལྟགས་སྟོན་གནང་སོང་། དེ་མང་གཙོའི་ཀ་བ་  
 གསུམ་གྱི་མངའ་གཙོ་ལྷན་པ་འཛོམས་ནས་ཚོགས་རྒྱུ་དེ་བསྐོས་པ་རེད། བསྐོས་པའི་ཆེས་ལ་ཚོགས་རྒྱུ་དེས་འགན་ག་རེ་  
 རེད་ཅེན། ལྷན་རྒྱུ་དང་འགྲོ་སྤངས་འགྲོ་ལུགས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ལྷན་རྒྱུ་སྲིད་སྐྱོད་ལ་ཡི་གེ་ཞིག་གནང་མཐའ་ཡོད་ཆེ་ཡང་ན་  
 བཀའ་བྱང་ལ་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་ན་སྐར་བྱང་ལ་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་འོས་མི་དེ་གསང་བ་  
 ཡིན་ཅིང་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་བཀོད་བྱུང་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད་ཅེན། འོས་མི་དེའི་ཡིག་སྒྲིག་དེ་ཚོགས་རྒྱུ་ནས་ཐད་ཀར་སྲིད་སྐྱོད་ལ་  
 འབྲུལ་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། བཀའ་བྱང་དང་སྐར་བྱང་བརྒྱུད་ཆོག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིག་སྒྲིག་དེ་སྲིད་སྐྱོད་གི་ལག་ལ་  
 སྤེལ་བའི་ཆེས་སྤྱི་སྲིད་སྐྱོད་གི་གསང་བ་ཡིན་ཅིང་། བྱོས་ཚོགས་འཚོགས་པའི་སྐབས་སུ་འཕམ་དུ་ཚོགས་གཙོ་ལ་འབྲུལ་  
 དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཐེངས་དང་པོ་མ་རེད། ང་སྲིད་སྐྱོད་བྱས་ནས་ལོ་བཞི་དང་བྱེད་ཀའི་རིང་ཁྲིམས་དཔོན་ཐེངས་གཉིས་  
 བདམས་ཐོབ་པ་རེད། འོས་མི་གཞན་དག་གྲང་བདམས་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ཆང་མར་ཐུགས་སྤང་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཡིག་  
 སྒྲིག་དེ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་། དེས་བྱོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་དུ་བཀོད་པ་ལྟར། བྱག་ཆོད་ ༡༡:༡༥ ལ་ལས་བྱེད་འདེམས་  
 བསྐོ་སྤྱོད་ཁང་གི་ཚོགས་མི་གཅིག་གི་འོས་བསྐྱུ་ཞེས་འཁོད་པ་སོང་ཅིང་། དུས་ཆོད་དེ་ག་རང་ལ་ངས་འགན་ཁུར་ནས་གསང་  
 བའི་ཡིག་ཆ་དེ་ཚོགས་གཙོའི་མདུན་ཅོག་ཏུ་འབྲུལ་རྒྱུ་དེ་དའི་འགན་རེད། ལས་རིམ་ལ་བཀོད་མེད་ན་ངས་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད། དེ་  
 སྤྱི་ཡང་ཁྲིམས་དཔོན་ལས་རོགས་བསྐོ་བའི་སྐབས་སུ་ཡང་དེ་ག་རང་བྱས་བཞག་ཡོད། འགྲོ་སྤངས་འགྲོ་ལུགས་དེ་སྤྱི་བྱས་  
 བཞག་པ་དེ་ག་རང་རྒྱུ་སྐྱོད་བའི་ཆེད་དུ་ངས་དེས་ཀྱང་འགན་ཁུར་ནས་ཡིག་སྒྲིག་འདིར་བཞག་པ་ཡིན་མ་གཏོགས། ཁྲིམས་  
 ལ་དོ་སྤྲོད་བྱས་ནས་ལོ་ཉི་ཤུ་འགྲོ་ཡི་འདུག ད་ལན་འདིར་ཡང་ཁྲིམས་ལ་མ་བཅིས་པ་དང་། འགན་མ་ཁུར་བའི་ཐོག་ནས་ད་ལན་  
 གནང་བྱོགས་དེ་ཆོ་མ་འགྲིག་པ་མིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཞོར་འཕྲོས་རེད། ཞུས་མ་ཞུས་བྱུང་བར་ཞིག་མི་འདུག་སྟེ། ཡིན་  
 ནའང་མ་ཞུ་ཐབས་མེད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་སོང་།

ཁ་སང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གསང་བ་ཞིག་ནས་བྱོས་མཆོམས་མ་བཞག་ཅིམ་སྟོན་ལ་བཀའ་མོལ་རྒྱུ་པོ་དང་ཉ་  
 ཅང་གི་ཆོག་རྒྱུ་པོ་གསུངས་སོང་། འགྲོ་སྤྱོད་དེ་དེ་རིང་ཞོགས་པ་གཅིག་གསུངས་སོང་། གསུངས་སྤངས་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན།  
 གང་ལ་གང་འཆོམ་གསུང་གི་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱས་ནས་གསུངས་སོང་། ཆེན་པོ་གསུང་གི་ཡིན། རྒྱུ་པོ་གསུང་གི་ཡིན་  
 ཞེས་གསུངས་གནང་སོང་། གསུང་སྤངས་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ཉན་ཉན་རང་ཉ་ལས་པ་ཞིག་གསུང་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད་བསམས་  
 སོང་། ཞེ་བྲགས་བསྐྱུགས་བསྐྱེད་པ་ཡིན། མཐའ་མ་དེར་མར་འབབ་ས་དེ་བབ་ཡོང་དུས་སྤྱིང་འབྲུ་པོ་ཞིག་རྒྱུ་སོང་། སྤྱིང་རྒྱུ་  
 བཀའ་མོལ་རྒྱུ་པོ་དེ་དག་གསུངས་མཐའ་མ་དེར་འབབ་ས་དེ་ལས་མེད་ན་སྤྱིང་རྒྱུ་ལ་བསམས་སོང་། ག་རེ་གསུངས་སོང་ཞེན།  
 སྲིད་སྐྱོད་གིས་དབུ་མའི་ལམ་དང་པོད་རྒྱ་འབྲེལ་མོལ་གྱི་ཐོག་ལ་ཞེ་བྲགས་མཁུན་གྱི་མེད་པ་ཐག་ཆོད་པོའི་སྐོར་ནས་བཤད་ཐུབ་  
 ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ཐོད་ནང་ལ་རང་སྐྱོད་སྐྱོངས་ག་ཆོད་ཡོད་མེད་དང་། མི་རིགས་རང་སྐྱོད་ག་ཆོད་ཅིག་ཡོད་མེད་ཤེས་ཀྱི་

ཡོད་པ་མ་རེད་ཟེར། རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་གི་ཡོད་པ་དང་། རང་སྐྱོང་ཁུལ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ། རང་སྐྱོང་རྫོང་གཉིས་ཡོད་པ་ཆང་  
 མས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བོད་ནང་དུ་མི་འབོར་ག་ཚོད་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཟེར། ཉིས་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ས་ཡ་ལྔ་དང་ལྷ།  
 བོད་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ས་ཡ་གཉིས་དང་འབྲུམ་གཉིས་ལྷག་ཙམ་དང་། ས་ཡ་གཉིས་དང་འབྲུམ་གསུམ་ལྷག་ཙམ་ཞིག་བོད་རང་  
 སྐྱོང་སྡེ་ཁག་གི་ཕྱི་ལོགས་སུ་འདུག་ཟེར་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གངས་ཀ་བཙུང་ས་ཐོག་ནས་མོན་པ་དང་སྐྱོ་བ་བཙུང་ཡི་མི་འདུག་  
 ཅེས་བཤད་སྟེ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཕྱི་ལ་འབྲུམ་གཅིག་དང་ཕྱི་ཀ་བཙུང་ས་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་བར་དུ་ས་ཡ་དུག་ཆང་གི་ཡོད་པ་  
 མ་རེད། ཡིན་ནའང་ལོ་སྡོམ་མ་ཡིན་ས་ཡོད། ཉེ་ཆར་ལྷ་སར་ཁོར་ལུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆོག་པ་འདུ་ཆེན་པོ་ཞིག་  
 ཆོག་པ་བའི་སྐབས་སུ། ད་ལྟའི་ཆར་བོད་ས་ཁུལ་ཡོངས་ལ་མི་འབོར་ས་ཡ་བདུན་དང་འབྲུམ་ལྔ་ཟེར་བ་ཞིག་ཐོན་ཡོད་པ་རེད།  
 ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ སྡོམ་ལ་མི་འབོར་གངས་བཤེར་ག་ཚོད་བྱས་མིན་ཆང་ལ། སྡོམ་མ་ལྷེ་ཡི་བོད་ཀྱི་གྲོས་ཆོག་པ་དང་སྤྱི་བུས་  
 ཉམས་ཞིབ་ཁང་གིས་སྐབས་སུ། ང་ལ་སྤྱི་འབྲུས་ལ་ཟབ་སྦྱོང་སྦྱང་རོགས་བགྱིས་ཟེར་བའི་སྐབས་ལ། སྤྱི་འབྲུས་ལ་ཟབ་སྦྱོང་  
 སྦྱོང་སྐབས་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་དང་། རང་སྐྱོང་ཁུལ། རང་སྐྱོང་རྫོང་། མི་འབོར་དང་བཅས་པ་ཆ་ཆང་ཞིག་ཞིབ་ཁྱུ་ཡི་ཡོད། ད་  
 དུང་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འབྲུས་ནས་ག་རེ་གསུངས་སོང་ཞེ་ན། ངས་ཐག་ཚོད་བོད་སྡོམ་སྤྱི་བུས་སྐྱོང་གི་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་  
 གསུངས་དུས། ངས་ ༡༩༩༩ ལོར་ཚུམ་ཞིག་བྲིས་ཡོད། ཚུམ་དེ་ཡང་ཉ་མར་ཁྱེ་ཁྱིམ་གྱི་གཙུག་ལག་སྟོབ་བྱ་ཆེན་མོའི་དུས་  
 དེབ་ནང་ལ། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་སྒྲིག་གཞི་ ༡༩༩༣ ནས། ༡༩༩༥ ནས། ༡༩༩༩ ནས། ༢༠༠༩  
 ནས། ༢༠༡༣ ནས། ༢༠༢༠ ནས་འགྱུར་བ་རིམ་བར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་མེད་ཆ་ཆང་བཀོད་ནས། རྒྱ་ནག་གི་ཙུང་ཁྲིམས་ནང་ལ་གཅིག་  
 སྒྲིལ་དང་རང་སྐྱོང་ཟེར་བ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་འགལ་ཆུང་འདུག་ཅེས། དཔྱད་ཞིབ་བྱས་ནས་དེ་ཉ་མར་ཁྱེ་ཁྱིམ་གྱི་གཙུག་ལག་  
 སྟོབ་བྱ་ཆེན་མོའི་དུས་དེབ་སྟོན་གསལ་ཆེ་བའི་ནང་ལ་འཁོད་པ་དེ་སྤྱི་ཇེ་མཐོང་ཁོ་རང་མི་འདུག་ལྷ་བསམས་སོང་། དེ་འདྲ་  
 ཞིག་མ་མཐོང་བ་ཞིག་གིས་རྟོགས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་ཡིན། རྟོགས་ཞིབ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་གསུང་གི་ཡོད་ཟེར་དུས། ཨ་ཅི་མ་  
 འོངས་པར་དོ་སྣང་ཡག་ཙམ་གནང་བའི་རེ་བ་ཡོད་ཅེས་ཁྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ད་ལན་གྲོས་ཆོག་པ་སུ་གསལ་བ་ཐེབས་མཁན་  
 ཆོད། ཉིན་བདུན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེར་ཁ་སང་ཆོག་པ་དུང་ལས་ཁུངས་ནས་བཀའ་ཞིག་ཐེབས་འདུག་  
 སྤྱི་བུས་སྐྱོང་ཆེས་ ༩ ཉིན་ཚུ་ཆོད་ ༣ རིང་གྲོས་ཆོག་པ་འབྲུས་མི་གསལ་བ་ཆོར་ཟབ་སྦྱོང་སྦྱང་རོགས་བགྱིས། དེ་ཡང་དབུ་མའི་  
 ལམ་དང་བོད་རྒྱ་འབྲེལ་མོལ་སྐྱོར་ལ་རེད་འདུག་ དེ་དུས་མི་འབོར་དང་རྒྱ་ནག་གི་བཅའ་ཁྲིམས་བརྒྱུད་ཅུ་གྲ་གཉིས་ཀྱི་གངས་  
 ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་བརྒྱུད་ཅུ་གྲ་གསུམ་གཏན་འཁེབས་བྱས་བཞག་པ། དེ་ནས་རིམ་བྱུང་གང་དང་གང་ཞིག་ཡོད་མེད་  
 ཆ་ཆང་ཞིག་ངས་བསྐྱར་དུ་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་འབྲུལ་ཆོག་ དེའི་རྗེས་ལ་གངས་ཉུང་མི་རིགས་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་དང་། ཁྲིམས་དང་  
 སྒྲིག་གཞི་གང་འདྲ་ཡིན་མིན། མི་འབོར་ག་ཚོད་ཡོད་མེད་རྟོགས་ཞིབ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པར་བཀའ་མོལ་གནང་  
 རོགས་གནང་ཞེས་ཁྱུ་ཡིན། ལྷག་པ་རྗེ་ཆེ་གནང་།

**ཆོག་པ་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།**  
 དཔལ་ལྷན་ཆོས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་

# དཔལ་ལྷན་ཚོས་རིག་བཀའ་སྒྲོན་གཡུ་ཐོག་ཀྱི་ལེགས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དེ་རིང་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་ལ་ཁ་སང་ནས་བཟུང་།  
བསྐོས་ཐོག་ནས་པའི་སྐབས་ལ། དབུས་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་གི་ཕྱག་ལས་གནང་སྟེགས་ཁག་ཅིག་ལ་དགོངས་འཆར་ཐེབས་ཡོད་  
པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དབུས་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་ནས་བཀའ་ལག་བརྟུན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གསལ་བཤད་ཅིག་ཡིག་ཐོག་ནས་  
གནང་འདུག བརྟུན་ལམ་གཞན་པ་མེད་དུས། ངས་འདི་ནས་ཐད་ཀར་སྟུན་སྒྲོན་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་རང་དབང་ཅན་གྱི་ལས་ཁུངས་ཁོངས་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁུངས་དང་འདེམས་བསྐྱོད་  
ལྟ་ཁང་ཅིས་ཞིབ་ལས་ཁང་ཞེས་བྱེད་པའི་ ༡༩༩༡ ལོ་ ༦ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ནས་གཏན་ལ་པལ་  
ཅིང་། ཡལོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་བྱེད་པའི་ ༡༩༩༤ ལོ་ ༦ ཚེས་ ༢༩ ཉིན་ཚོགས་མཆན་སྤེལ་ཏེ་ཁྲིམས་སྤྱི་  
བཅད་པའི་ཁོངས་བཅའ་ཁྲིམས་ལེའུ་ ༩ རྟོན་ཆོད་ ༩༤ པའི་ནང་གསལ་དང་། གཞན་ཡང་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་གསལ་འོས་  
བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ཅི་རིགས་དང་བོད་དང་བོད་མིའི་ལས་དོན་གལ་ཆེ་མང་མོས་འོས་བསྐྱེད་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ་བཅས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་  
ལས་དོན་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་རང་དབང་ལྷན་པའི་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་དང་། དེ་ཡང་སྟེགས་གང་ཐད་ནས་  
གཞོན་ལུགས་མེད་པར་བྱང་བཤེན་གྱི་ལམ་ནས་སྤྱི་གཞི་དགོངས་དོན་རང་དབང་གི་ཐོག་ནས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་  
དགོས་པར་བརྟེན། དེ་ལྟའི་ཆ་རྒྱུན་བཅའ་སྤྱི་གཞི་ཁག་ནང་བསྐྱེད་ཡོད། ལྷག་པར་སྐབས་ ༡༡ པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་བར་  
མའི་འོས་བསྐྱེད་ཐེངས་བཞི་པའི་སྐབས་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་འཐུས་ཡོང་སྐད་བཀའ་སྤྱི་ཐུན་མོང་ནས་བྱེད་པའི་ ༡༩༩༥ ལོ་ ༦ ཚེས་  
༡༣ འཁོད་འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁང་ལ་རེ་སྤྱོད་ཞུ་སྟུན་དོན་ཆོད་གསུམ་ཅན་ཐེབས་པའི་ནང་གི་དང་པོར། དབུས་སྤྱི་ཁབ་འོས་བསྐྱེད་  
ལས་ཁང་རང་དབང་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཚོན་ལ་སོང་། བཀའ་སྤྱི་སྤྱི་ཐུན་ཐད་ནས་བཀོད་ཁབ་དང་ལམ་སྟོན་ཞུ་འཆོམས་ཅ་བཤེས་ཡང་།  
འདྲིན་སྤྱི་གི་ལས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་བཀའ་ལག་ཁབ་ཁོངས་འོག་ཞུ་དགོས་ལ་སོང་། གཞན་གསལ་བཤད་རིམ་པར་གནང་  
འདུག་པ་དེ་དག་སྟོན་སྐོང་གི་ཚུལ་དུ་སྟུན་ལུགས་གསལ་བ་དང་སྤྱགས་ད་སྟོས་སྟུན་མེད་ཞུ་དོན་སྤྱི་པོར། སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་དུ་  
གཉིས་དང་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་འོས་འདེམས་དང་བཅས་པའི་འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་ཆ་ཆར་མཐུག་བསྐྱེད་ཐེན་པར་དེ་  
དག་ཡང་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་སྐབས་ ༡༤ པའི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དང་པོ་བྱེད་པའི་ ༢༠༡༤ ལོ་ ༦ ཚེས་ ༣  
ཉིན་གྱི་ཉིན་རྒྱུ་ལས་རིམ་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩ པའི་ཐོག་བསྐོས་ཐོག་སྐབས་དབུས་འོས་བསྐྱེད་  
ལས་ཁང་གི་ལས་དོན་བྱེད་སྟེགས་ཐོག་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་རེ་བཟུང་ནས་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞི་དོན་ཆོད་གང་དང་གང་  
འགལ་བའི་གནས་ཚུལ་ཁག་སུ་མེད་པར་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་བསྐྱུར་མིན་པར་གང་ཟག་གི་དབང་བསྐྱུར་བྱེད་ཚུལ་དང་སྤྱི་གཞི་  
ཐེད་སྤྱི་དུ་ལོག་པར་བྱེད་ཚུལ་སྤྱི་ཚོད་གནང་བ་དེར་རང་བཞིན་གྱི་ལས་དོན་བྱེད་སྟོན་གཞོན་ལུགས་སྤྱི་གནང་ཞིང་། འོས་  
བསྐྱེད་ལས་ཁང་གི་འོས་ནས་སྤྱི་དུ་དང་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་མཐའ་དག་ཁྲིམས་སྤྱི་གཞི་ལྟར་བྱེད་  
སྟེ་རང་དབང་བྱང་བཤེན་གྱི་ཐོག་ནས་ཞུས་ཡོད་པ་ལས། བྱང་མིན་བྱེད་ཚུལ་རྩ་གཞི་དགོངས་དགོས་པ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མེད་ལགས་  
པ་དང་། ཡིན་ནའང་རང་ཉིད་རང་ལ་སྒྲོག་ཏུ་མ་འགྱུར་བར་བརྟེན་གལ་ཏེ་སྤྱི་གཞི་དེ་དང་དེ་འགལ་བའི་ཁུངས་བསྐྱེད་དཔལ་  
རྟགས་མཐུ་བ་བཏོན་གནང་རྒྱུ་མཆིས་ཆེ། ཁྲིམས་སྤྱི་གི་ལམ་ནས་ཞུ་གཏུག་གནང་ལམ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་གནང་ཆོག་

པར་སོང་། སྤང་ནས་སྤྲིག་མཐུན་སྤངས་འཛིན་ཡོང་སྤང་དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་ནས་གང་ཅིའི་ཁྲིམས་ལུགས་དབང་བསྐྱར་གྱི་  
གནས་སྤངས་ལ་ཐུགས་སྤང་གི་ཤོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་སུ་ཁྲིམས་སྤྲིག་འབྲུ་དོན་གསལ་བཤད་བྱེད་འབབ་གནང་  
སྟོགས་ཡོང་བ་རྣམས་མངའ་མཁུའུ། དབུས་འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༣ ལ། སྤྱི་ཁྲབ་འགན་འཛིན་གྱི་  
མཆན་ཉུགས་བཀོད་འདུག དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ཕྱག་ཚོད་ ༣༡༥ བར་དུ་གསོལ་ངའི་བར་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༣ ཉིན་གྱི་ཐུན་བཞི་ལ།

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་འགོ་འཛུགས་ཁུ་རྒྱ་ཡིན། གོང་དུ་སྤྱི་འཐུས་གངས་ ༡༩ ཙམ་གྱིས་ཆ་ཤས་བཞེས་ཐེན་པ་ཡིན། དེའི་རྗེས་ལ་དཔལ་  
ལྷན་སྤྲིང་སྟོང་མཆོག་གིས་དོགས་འབྲི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གསལ་བཤད་དང་། གྲོས་ཚོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་དགོངས་  
ཚུལ་གཅིག་གསུངས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པར་གོ་སྐབས་འབྲལ་རྒྱ་མིན། དེའི་ཐོག་ལ་ཚོགས་གཙོའི་ཐོག་ནས་  
ཚོག་ཁ་ཤས་ཅིག་ཁུ་དགོས་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཅ་བའི་དེ་རིང་གི་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤ པའི་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་དེ་གནས་སྤངས་  
ཡག་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཕེབས་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཁུ་ཡི་མེད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལ་དཔག་པའི་  
འཛིན་སྟོང་བཀའ་ཤག་དང་འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་གཉིས་ཀྱིས་དགོས་མཁོ་ཞིག་ལ་གཟིགས་ནས་གྲོས་ཚོགས་ལ་གྲོས་ཚོད་  
ཅིག་དང་། འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་གི་འཆར་འབྲལ་གྱི་ཐེན་ཐེས་གཅིག་ལུལ་ཡོད་པ་རེད། འདིའི་སྟོན་སྟེང་གི་ངོ་གདོང་ལ་བརྟེན་  
པ་ཡིན་ན། འོས་བསྐྱུ་ལས་རིམ་གྱི་དུས་ཡུན་སྤང་དུ་གཏོང་ཐབས་ཞེས། འོས་བསྐྱུ་ལས་རིམ་གྱི་དུས་ཚོད་སྤང་དུ་གཏོང་བ་  
ཙམ་མ་གཏོགས་དེ་ལ་འོས་གཅིག་རང་གི་ཐོག་ནས་འགྲོ་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། སྟོན་འགྲོ་དངོས་གཞི་གང་ཡང་མེད་པར་གསལ་ཁ་  
གང་ཡང་མི་འདུག དཔལ་ལྷན་སྤྲིང་མཆོག་གི་གསུང་སྤངས་ནང་བཞིན་བྱས་ན། འོས་ཐེངས་གཅིག་རང་མ་གཏོགས་དེ་ལ་  
སྟོན་འགྲོ་དངོས་གཞི་མི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་།

ཡིན་ནའང་སྟོགས་གཅིག་ནས་ཚོགས་རྒྱུང་གི་ཚོགས་མི་དེ་ཚོ་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱོ་གཞག་བྱེད་དགོས་དུས།  
སེམས་འཆབ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཀྱང་སྟེབས་ཀྱི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན་དེའི་ནང་ལོགས་ན་ཚོགས་མི་བཀའ་སློན་གཅིག་ཡོད་པ་རེད།  
བཀའ་སློན་དེས་འཛིན་སྟོང་བཀའ་ཤག་གི་དགོངས་ཚུལ་དེ་བསྐྱེམས་ཕེབས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་  
འཐུས་མི་དེ་ཚོ་དེའི་ནང་བསྐྱོ་གཞག་བྱེད་དུས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་དེ་ཚོས་དགོངས་ཚུལ་གང་འདྲ་གསུང་ཡོང་། ང་ཚོས་  
བཤད་ཚོད་ཐིག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ལྟར་ཚོགས་གཙོས་བསམ་སྒོ་བཏང་བ་ཡིན་ན། གྲོས་ཚོད་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཚོགས་  
གཙོ་གཉིས་ཀྱིས་ཚོགས་རྒྱུང་ཞིག་བསྐྱོ་གཞག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འོས་བསྐྱུ་སྤྲིག་གཞི་ད་ལྟ་འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁང་ས་  
ཀྱིས་ཐེན་ཐེས་བཟོས་བཞག་པ་འདི་དང་། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་གྲོས་ཚོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་དགོངས་ཚུལ་སྤངས་པ། དེ་

བཞིན་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་སྐྱོད་མཆོག་གིས་དགོངས་ཚུལ་སྤྲུངས་པ་དེ་དག་ཕྱོགས་བསྐྱེམས་བྱས་ནས། བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཟིན་ཟིན་གྱི་གཞི་བཟོ་སྐབ་དགོས་པ་ཙམ་རེད་མ་གཏོགས། ཆོགས་ཚུང་གི་ནང་ནས་ལས་དོན་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཉོག་ཙམ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་མི་ཡོང་ངམ་སྟེ་མ་ལུ་མེད་པའི་མེས་པུ་ཆོག་གིས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཆོ་ཆང་མ་དགོངས་པའི་དབྱེད་གཞིར་འཛིན་ནས། ཆོགས་མི་དེ་ཆོ་སྒྲོ་གཟུ་པོར་གནས་པའི་ཐོག་ནས་དབྱེད་ཞིབ་ཞུས་ཏེ། ཆོགས་ཚུང་གིས་ཐོག་ནས་གྲོས་ཆོད་ཀྱི་དགོངས་དོན་འགོ་སྐྱབ་དགོས་པ་དེ་གནད་དོན་གཅིག་རེད། དེ་མ་ཡིན་པའི་ཉེ་ཆར་ཆོགས་ཟུར་དང་བཀའ་ཟུར་ནམ་པའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་འོས་བསྐྱུ་སྒྲོན་འགོ་དང་། དངོས་གཞི་གཉིས་ཀ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་པའི་དགོངས་ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་ཐེབས་སོང་། དེ་ཆོ་ཆང་མ་མཉམ་དུ་སྤྲུངས་ནས་དགོངས་པའི་དབྱེད་གཞིར་སྤུལ་རྒྱ་དེ་ཆོགས་གཙོ་གཉིས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་དེ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཆོ་གྲོས་ཆོད་ཀྱི་རོ་གདོང་རང་ལ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན། གྲོས་ཆོད་ཀྱི་སྒྲོན་སྒྲེང་གི་ཐོག་ལ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་ཆོག་གཅིག་གསུངས་སོང་། ཡིན་ནའང་དེ་ལ་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་སྐྱོད་མཆོག་གིས་ལན་འདེབས་ཤིག་ཀྱང་གནང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་དང་པོ་ངས་དེ་ག་རང་ལ་འགོ་སྐྱབ་མིན་བལྟ་རྒྱུ་ཡིན། གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཆོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་མང་ ༤ པ་དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་གཏན་ལ་འབེབས་པར་དགག་བྱ། དགག་བྱ་རེད་དམ། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

### སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་དགག་བྱ་ཞུ་ཡི་མེད། སྤྱིར་བཏང་མ་ཞུས་པའི་རྒྱུ་མཆན་དེ། དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་སྐྱོད་མཆོག་གི་ཐུགས་འདོད་ལ་གྲོས་ཆོད་དང་ཁྱིམ་འཆར་གསར་པ་འགྲུབ་དེ་རིང་སྤྱི་འཐུས་གསར་པའི་ནང་དུ་ཁྱར་ན་འགོ་ཡི་རེད་ཅེས་པའི་ཐུགས་རེ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གྲོས་ཆོད་དེ་འགོ་བཞག་ན་འགྲིག་གི་རེད་སྟེ་མ་ལུ་མེད་པའི་བ་དེ་རྒྱག་གི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དུས་ཆོད་དེའི་སྐོར་ལ་གོང་དུ་འབྲེལ་བཤད་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱོན་པ་རེད། ཆོགས་ཚུང་པར་པར་འབྱུངས་འགོ་ཡི་རེད་གསུངས་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་དེ་ཆོ་སྤྱི་འཐུས་སྐབས་བཅུ་དྲུག་པ་དེ་གསར་དུ་ཐེབས་མ་ཐག་པ་དང་། ཁ་སང་རང་དེ་ཆོས་འཆར་གཞི་ཁ་ཤས་ཤིག་བསྐྱིགས་པའི་གནས་སྤངས་བྱུང་དུས། ཆོགས་ཚུང་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཆོགས་བྱུང་ལས་ཁྱུངས་བརྒྱུད་པོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་གྲོས་ཆོགས་ཆོགས་དུས་གསུམ་པའི་ཐོག་བར་སྟེ། དོན་ལ་རྒྱ་བ་དགྲུ་བར་དུ་ད་དུང་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་མེད་འགོ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ལ་མོས་མཐུན་ཡོད་ན་དེ་བཞག་ན་ཡག་པོ་འདུག་དེ་མིན་ན་རྒྱ་བ་གསུམ་མ་གཏོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱ་བ་གསུམ་དེའི་ནང་ལ་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་བསྐྱོས་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་ཆོས་སྟོན་མ་གཅིག་བསྐྱོས་ནས་འཆམས་འདྲི་གཟིགས་སྐོར་ལ་འགོ་རྒྱུ་དེ་ཆོ་གཞན་པ་ཆོ་འགོ་ཡི་རེད། ཁྱེད་རང་ཆོ་འགོ་ས་མེད་པ་རེད་ཟེར་བའི་བཟོ་འདྲ་པོ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། ཟེར་ཟིང་རེ་མང་པོ་ཞིག་བྱས་ནས་ལས་བསྐྱེམས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གྱི་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་དུས། དང་པོ་རྒྱ་བ་དགྲུ་ལ་བཞག་དེའི་རྗེས་ལ་ད་དུང་དཀའ་ངལ་འབྱུང་ན་གྱི་ཆོག་གི་རེད། དེ་རང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

### ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

གོས་ཚོད་ཀྱི་དོན་ཚན་གཉིས་པའི་དུས་ཚོད་ཀྱི་ཐོག་ལ། ཚོགས་དུས་གཉིས་པའི་ཐོག་ཅེས་པ་དེ་གོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་གསུམ་པའི་ཐོག་ཅེས་ཐད་ཀར་ལེན་ཆོག་པ་ཅིག་གོས་ཚོད་དོན་ཚན་གཉིས་པའི་ནང་ཚོགས་ཚུང་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་དུང་ལས་ཁུངས་བརྒྱད། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་གསུམ་པའི་ཐོག་འོས་བསྐྱེའི་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་འཆར་ཟིན་དུ། ཚོགས་ཚུང་གི་གོས་དོན་དང་། རྒྱབ་གཉེར། ལྷན་ཐོ་བཅས་གསལ་འབུལ་ཐུབ་པ་དགོས་པས་སྤྱི་མོས་སམ་མང་མོས་ཀྱི་གོས་ཚོད་དུ་ཟེར་བ་དེ། དེ་ཡིན་དུས་གོས་ཚོད་འདི་སྤྱི་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཏན་འབེབས་བྱེད་པ་ལ་དགག་བྱ་ཡོད་དམ། སྤྱིར་བཏང་ལྷ་རྒྱ་རེད་དམ། སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས།

### སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དགག་བྱ་ལྷ་ཡི་མེད། གོས་ཚོད་དང་པོ་དེར་འོས་བསྐྱེའི་འགན་འཛིན་གཅིག་དང་ཞེས་པ་མ་གཏོགས། ཟུར་པ་དེ་མེད་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། དེའི་སྤོན་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་བཀའ་གནང་བ་དེ་ལ་ཡང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད།

### ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

འོས་བསྐྱེའི་འགན་འཛིན་གཅིག་དང་། འོས་བསྐྱེའི་འགན་འཛིན་ལས་ཟུར་ཟེར་ན་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་རེད། སུ་འོས་གཅིག་ཏེ་ལས་ཟུར་དང་ལས་ཐོག་གང་བསྐྱོས་ཀྱང་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། ཟུར་པ་མི་དགོས། འོས་བསྐྱེའི་འགན་འཛིན་གཅིག་བཅས་ཚོགས་མི་ལྔ་ལས་གྲུབ་པ་ཞེས་པ་ཞིག་སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

### སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དབུས་འོས་བསྐྱེའི་སྤྱི་ཁྲབ་འགན་འཛིན་ཞེས་ཁོ་རང་གི་མཚན་དེ་བཅའ་སྤྱིག་ནང་གིས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ག་རང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བཞག་ན་གཅིག་དང་གཉིས་ཞེས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་པ་མི་འདུག་ཅེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

### ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དབུས་འོས་བསྐྱེའི་སྤྱི་ཁྲབ་འགན་འཛིན་བཅས་ཚོགས་མི་ལྔ་ལས་གྲུབ་པའི་ཚོགས་ཚུང་ཞིག་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ་སྤེལ་པོས་བསྐྱོ་གཞག་གནང་རྒྱ་ཞེས། གོས་ཚོད་འདི་སྤྱི་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཏན་འབེབས་བྱ་རྒྱུར་དགག་བྱ། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ཨ་ཀྲུག་ཆེ་བརྟན་ལགས།



## སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ཨ་ཁྲུག་ཆེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཕྱལ་རྒྱུར། ད་ལྟ་འདིའི་ནང་ལ་དབུས་འོས་བསྐྱེད་འགན་འཁུན་ལས་ཟུར་སུ་  
འོས་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་པ་ཡིན་ཅང་། ཁྲངས་མ་འབྲོལ་བ་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན་ན་ཆོགས་རྒྱུད་དེ་བཅུགས་མ་ཐུབ་པའི་  
གནས་སྐབས་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་ཡོང་དུས། དེའི་ནང་ལ་སུ་འོས་ཞེས་པ་དེ་བཞེད་ཡོང་བར་རྒྱ་མཚན་དེ་འབྲེལ་མིན་  
ནས་ངན་གྱི་འདུག་ད་ལྟ་འཛིན་སྤྱི་བྱེད་འགན་འཁུན་ཞེས་ཐག་བཅད་པ་ཡིན་ན། ཁྲངས་ཞེས་པ་མ་ཟུང་ན་ང་ཆོའི་ཆོགས་རྒྱུད་  
དེ་རང་བཞིན་གྱི་བཅུགས་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་དེར་བརྟན་སུ་འོས་ཞེས་པ་དེ་བཞག་ན་ཡག་པོ་འདུག་ ། དབལ་  
ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། སུ་འོས་ཟེར་གྱི་མ་རེད། ལས་ཟུར་སུ་འོས་གཅིག་གསུངས་འདུག་ དབུས་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་བྱེད་  
འགན་འཁུན་ལས་ཟུར་སུ་འོས་ཅིག་ཞེས་ཆོག་དེ་ག་རང་བསྐྱེད་པས་གྱི་རེད་པ། །

## ཆོགས་གཙོ་མཆོག་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

## སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ འོས་བསྐྱེད་ལས་ཁྲངས་ཀྱིས་ཐུགས་འགན་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་དགོངས་བཞེས་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
བཞེས་ཡོང་དུས། བཞུགས་ཀྱི་མ་རེད་ལབ་ས་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། བཞེད་བྱེད་བཏང་ནས་བཞུགས་དགོས་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས་  
པས་གཞན་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད།

དང་པོ་སུ་འོས་དགོས་ཀྱི་འདུག་དང་མི་འདུག་གལ་སྲིད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་ན། དང་པོ་སུ་འོས་  
དགོས་ཀྱི་འདུག་དང་མི་འདུག་འོས་ཤིག་བསྐྱེད། དེ་ནས་སུ་ཐོབ་སོང་བ་དེ་གཏན་འཕེབས་བྱེད་ན་འགྲིག་གི་རེད།

## ཆོགས་གཙོ་མཆོག་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དབལ་ལྷན་སྤྱི་འཐུས་ཆོག

## དབལ་ལྷན་སྤྱི་འཐུས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ད་རེས་གྲོས་ཆོད་དོན་ཆེན་དང་པོ་དེའི་ནང་ལ་དབུས་འོས་བསྐྱེད་འགན་འཁུན་ལས་ཟུར་ཞེས།  
ལས་ཟུར་སུ་འོས་གཅིག་ཅེས་འཛིན་དགོས་དོན་དེ་ག་རེ་རེད་ཅེ་ན། དེ་རིང་གྲོས་ཆོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་  
འཐུས་འགའ་ཤེས་ཀྱིས་དགོངས་ཚུལ་ཐེབས་སོང་། ད་རེས་འོས་བསྐྱེད་ལྷན་ཁང་ཐོག་ནས་གནང་སྐབས་འགྲིག་དང་མི་འགྲིག་གི་  
ཐོག་ནས་དགོངས་ཚུལ་ཐེབས་པ་ཡིན་ཅང་། འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞི་དེ་བསྐྱར་ཞིབ་བྱས་ཏེ་གསལ་བ་བཟོ་དགོས་སྐབས་དེ་ཡང་  
འོས་བསྐྱེད་འགན་འཁུན་ལས་ཐོག་ཞུགས་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟའི་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་ལ་འོས་བསྐྱེད་ལྷན་ཁང་ཐོག་ནས་མ་འགྲིག་པ་དངོས་

ཡོད་ཡིན་དང་མིན་པར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ངི་བ་བསྐྱེབས་པ་ཡིན་ན། རོ་བདག་  
 རང་ཆོག་གས་ཚུང་ནང་ལ་ཁྲིམས་གཞི་གསར་པ་བཟོ་མཁན་དང་། ཡང་ལན་རྒྱག་མཁན་གཉིས་ཀ་བྱེད་པ་ཡིན་ན། ཁོང་བཞུགས་  
 རྒྱུ་རྩལ་བའི་པོ་ཡོད་དམ་ཅེད། དེར་བརྟེན་གཞི་ཅའི་དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་འོས་བསྐྱེད་འགན་འཁུན་བཞུགས་པ་ཡིན་ན། རང་ཆོ་  
 བཀའ་ཤག་ནས་ཀྱང་ཐོག་མའི་ཐིན་གྱིས་དང་པོ་དེའི་ནང་ལ་དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཁུན་རང་ཡོད། ཡག་ཤོས་དེ་རེད། ཡིན་  
 བའང་ཁོང་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་ད་རེས་འོས་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་རང་ཆོའི་དགོངས་ཚུལ་དེ་ཞུས་ཡོད། ངི་  
 བ་གཞན་པ་བསྐྱེབས་པའི་སྐབས་ལ་འོས་བསྐྱེད་ལྟ་ཁང་གིས་གཅིག་དང་གཉིས་འབྲིག་གི་མི་འདུག་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་  
 ཁ་སང་སྡོན་མ་འོས་བསྐྱེད་ལམ་སྟོན་དང་ལག་བསྟར་གནང་མཁན་ཡིན་དུས། རོར་བཅོས་བཏང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། འོས་བསྐྱེད་  
 འགན་འཁུན་རང་ཆོག་གས་ཚུང་ནང་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་གིས་འབྲིག་མེད་ཅེས་གསུང་པ་ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་རོར་བཅོས་  
 བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད་དང་མ་རེད་ཅེས་རང་ཆོས་གདམ་ག་རང་བཞག་པ་རེད་མ་གཏོགས། ཡང་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་རང་ཆོས་དབུས་  
 སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཁུན་འབྲིག་གི་མ་རེད། ལས་རྒྱར་རེས་པར་དུ་དགོས་པ་རེད་ཅེས་དེ་ཙ་བ་ནས་ཞུས་ཅེད། གདམ་ག་དེ་ཡོད་ན་  
 དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཁུན་ལ་བཀའ་འདྲི་གནང་བའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་རང་ཆོས་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཆོག་གས་ཚུང་བསྐྱོས་པའི་སྐབས་ལ་  
 འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲན་པ་ཞིག་ཆོག་གས་ཚུང་ནང་བསྐྱོས་ཡོད། སྒྲན་པ་དེས་དགོངས་པ་ཞུ་དགོས་དོན་གང་རེད་ཅེ་ན།  
 ད་རེས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲན་པ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འཕྱུས་ཤོར་བྱིན་པའི་ངི་བ་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱེབས་  
 ཡོང་དུས། རོ་བདག་རང་ཉིད་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲན་པ་ཞིག་དང་མཁན་པོ་ཡིན་དུས། རེས་མ་འཕྱུས་ཤོར་བྱིན་པའི་ངི་  
 བ་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱེབས་པ་ཡིན་ན། འབྲེལ་བ་ཤད་རྒྱག་མཁན་དེ་ར་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅང་། རང་རང་ཆོག་གས་ཚུང་ནང་བསྟན་པ་ཡིན་  
 བ་བདེ་པོ་མི་འདུག་ཟེར་ནས་དགོངས་པ་ཞུས་པ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ད་རེས་རང་ཆོས་གདམ་ག་བྱུལ་དགོས་དོན་དེ་ཡིན། ཡིན་  
 བའང་དབུས་འོས་བསྐྱེད་ལྟ་ཁང་གིས་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཁུན་བཞག་པ་ཡིན་ན། རང་ཆོའི་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་མའི་འཆར་གཞིར་དེ་  
 ག་རང་ཡོད་ལ་འབྲིག་གི་འདུག་ཡིན་ནའང་གདམ་ག་དེ་མེད་པ་ཡིན་ན། རེས་མ་བསྐྱར་དུ་གོས་ཆོད་ཁྱེད་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ན།  
 རྒྱ་བ་གསུམ་ཙམ་ཞིག་དུས་ཆོད་འཕྲོ་ཆུག་འཕྲོ་ཡི་ཡོད་པར་བརྟེན་ནས་གདམ་ག་དེ་བཞག་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་  
 ཆེ།

## ཆོག་གས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

གསལ་པོ་བྱུང་སོང་བྱེད་སོང་། འོས་བསྐྱེད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཕྱུས་ཐུབ་བསྟན་ཕྱང་རིགས་ལགས།

## སྤྱི་འཕྱུས་ཐུབ་བསྟན་ཕྱང་རིགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ འདིར་གསལ་པོ་བཟོ་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་སོང་། ད་ལྟ་འདིར་གསལ་བ་ཤད་ཐེབས་དུས་དོན་  
 དག་དེ་གཞན་ཞིག་ལ་འགྱུར་འགྲོ་སོང་། དེའི་ནང་ལས་རྒྱར་ཞེས་གསུང་དུས་ལས་ཐོག་དང་རྒྱར་པ་དེ་རེད། ད་ལྟ་འབྲེལ་བ་ཤད་  
 རྒྱག་སྟངས་ལ་བལྟས་ན་ལས་རྒྱར་ཞེས་བཤད་དུས་རྒྱར་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་པ་འདྲ་ཞིག་འདུག་ འོས་བསྐྱེད་འགན་འཁུན་རང་

བཞག་པ་ཡིན་ན་སྒྲིན་གནད་དེ་ཡོད་པ་དང་འོས་བསྟུ་འགན་འཛིན་ལ་འོས་བསྟུ་བྱང་པོ་བྱང་དང་མ་བྱང་གི་གནས་སྟངས་དེ་  
 བཀའ་མོལ་བྱང་བ་ཡིན་ཅང་དེ་བཞག་ན་སྒྲིན་གནད་དེ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་དང་། འདི་འདྲ་སོང་ཅང་ང་ཚོས་དེར་ལས་བྱར་གང་  
 རུང་ཞིག་འོས་བསྟུ་འགན་འཛིན་དོ་མ་མིན་པའི་བྱར་པ་ཞིག་ཟེར་བ་འགྲེལ་བ་འདྲ་གོ་སྟངས་ལྟ་བུ་དེ་འདྲ་ཞིག་གོ་སོང་། གལ་  
 སྤྱིད་དེ་མིན་པ་ཡིན་ན་འོས་བསྟུ་འགན་འཛིན་དེ་བཞག་པ་ཡིན་ན་འདྲ་འདྲ་སྒྲིན་གནད་དེའི་སྐར་བསྐྱེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེན་གྱི་  
 འདུག ད་ལྟའི་འོས་བསྟུ་འགན་འཛིན་གྱི་བྱང་པོ་བྱང་མིན་ཐད་ལ་སྒྲིན་གནད་ཞིག་བསྐྱེབས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྒྲིན་གནད་  
 དེ་སྐྱེབས་ཀྱི་ཡོད་དུས། དང་པོ་དེར་བསྐྱེབས་པེབས་པ་ཁོ་རང་སྒྲིན་གནད་དེ་གཟིགས་མཁན་གཟིགས་མཁན་ལ་བསྐྱེབས་  
 པེབས་པ་དེ་གལ་སྤྱིད་བྱར་པ་རང་ལ་གོ་ཡི་མེད་ན། སྒྲིན་གནད་དེ་གཟིགས་མཁན་གཟིགས་མཁན་ལ་བསྐྱེབས་པེབས་དུས་  
 གྲོས་ཚོགས་ནས་དེ་ག་རང་ལ་འོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ན། བཞག་གི་མ་རེད་བསམ་པའི་དོགས་པ་དེ་སྒྲིན་ལ་ཡོད་  
 པ་མ་རེད། འདི་སྐད་ཆ་དེ་འབྲུག་པོ་ཞིག་ཆགས་པ་འདྲ། ངས་ཁྱེད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་འདྲ་གོ་སྟངས་ལ་བལྟས་ན་ལས་བྱར་གསུངས་  
 དུས་བྱར་པ་ཞིག་ལ་གོ་མཁན་འདྲ་པོ་ཞིག་བྱང་སོང་། འགན་འཛིན་དོ་མ་གཏོང་བ་ཡིན་སྒྲིན་གནད་ཅིག་ཡོད་པ་རེད་ལ། དེའི་  
 སྒྲིན་ལ་འོས་བསྟུ་བྱང་པོ་བྱང་ཡོད་མེད་ཐོག་བཀའ་མོལ་ཞིག་བྱང་བ་རེད། ཚོགས་ཚུང་ནང་ལ་འགན་འཛིན་དོ་མ་བཞག་པ་ཡིན་  
 ན་སྐྱེད་ལ་འཕྲད་ཀྱི་རེད་ལ་གྲོས་བསྟུར་སྐབས་ལ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་དེ་འདྲའི་བཀའ་མོལ་ཅིག་བྱང་སོང་བསམ་སོང་། གོ་ཞོར་  
 ཕྱིན་ཡོད་ན་དགོངས་དག ངས་གོ་ཞོར་ཕྱིན་མེད་ན་དང་པོ་ཉིད་ནས་བཏང་ཡོང་རྒྱ་ཁོ་རང་སྒྲིན་གནད་ཆགས་པ་རེད། རྟོག་གཞི་  
 བྱང་ནས་ཚོགས་ཚུང་དེའི་ནང་བཏང་ནས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་མེད་པ་དགོངས་ཀྱི་ཡོད་ན། བཏང་བ་དེར་སྒྲིན་གནད་གང་ཡང་  
 མི་འདུག འདི་གོ་སྟངས་ལ་ལས་བྱར་ཟེར་བ་དེ་ལས་ཐོག་དང་བྱར་པ་གཉིས་ཀར་གོ་ནས་བཏང་བ་ཡིན་ན། ད་ལྟའི་གསལ་  
 བཤད་དེས་ལ་དག་གི་མི་འདུག གང་ཡིན་ཞེ་ན་འོས་བསྟུ་བྱང་པོ་མ་བྱང་བའི་རྟོག་སྐྱོང་ཞིག་བྱང་བ་རེད། བྱང་བ་སོང་ཅང་འོས་  
 བསྟུ་འགན་འཛིན་དོ་མ་དེའི་ནང་ལ་བཏང་བ་ཡིན་ན། དེའི་ནང་སྐྱེད་ལ་འཕྲད་རྒྱུའི་བྱར་ཅིག་ད་ལྟ་གསུངས་གནང་སོང་། བྱས་  
 ཅང་དེ་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྐྱེད་མ་སོང་བསམ་བྱུང་། ངས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

## ཚོགས་གཙོ་སྒྲིན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དག་གི་བཤེས་སྒྲིན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

## སྤྱི་འཐུས་དག་གི་བཤེས་སྒྲིན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གོ་སྐབས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ངས་ཁྱེད་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དང་མཆོག་གིས་འགྲེལ་  
 བཤད་གནང་བ་དང་ད་གིན་གོང་དུ་བཟོ་སྐྱོང་བྱེད་ཆེད་ཆང་མ་མ་འབྲིག་པའི་གནད་དོན་གསལ་པོ་ཞིག་བསྐྱེབས་སོང་། ཡང་  
 བཟོ་སྐྱོང་འགོ་ནས་བཙུགས་དགོས་པ་རེད་སྟེ་མ་པ་ཞིག་ཆོར་སོང་ཞེས་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། ད་གིན་ང་  
 ཚོས་གོང་དུ་བཟོ་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་དེ་འོས་བསྟུའི་སྤྱི་གཞིའི་གནས་སྟངས་དེ་འབྲིག་དང་མི་འབྲིག་གི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་སྤྱི་གཞིར་  
 བསྐྱུར་བཅོས་དགོས་དང་མི་དགོས་དེ་རེད། ད་ལྟ་གསུངས་སྟངས་ལ་བལྟས་ན་འོས་བསྟུ་འགན་འཛིན་གྱིས་ལས་དོན་བྱེད་

ཕྱོགས་ལ་འགྲིག་དང་མི་འགྲིག་གི་སྤྲིག་གཞིར་གཞི་ནས་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཚོལ་ཅིག་དང་། འོས་བསྐྱའི་འགན་  
འཛིན་གྱི་སྤྱོན་གནད་ཡོད་དང་མེད་ཀྱི་གནས་སྟངས་དེ་ཆོ། ང་ཆོས་འབྲེལ་བཤད་གང་ཡང་རྒྱག་རྒྱ་མེད་པ་རེད། ཁ་སང་མོས་  
ཆོགས་ར་བ་ནང་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱུང་བ་དེར། མོས་ཆོགས་འབྲས་མི་དེ་ཆོ་སལ་ཆེར་ཁྲིམས་ལ་གཏུག་ན་འགྲིགས་ཀྱི་རེད་མདོག་  
མདོག་གི་ཡིག་ཆ་འདི། ད་ལྟ་ཆོས་རིག་བཀའ་སྤྱོན་གྱིས་མར་སྤོག་ཆར་མ་ཐག་པ་འདི་བཀའ་ཤག་གིས་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེ་  
ཡིན་དུས་བཀའ་ཤག་གིས་ད་དུང་འོས་བསྐྱའི་འགན་འཛིན་ལ་སྤྱོན་གཅིག་ཡོད་པ་འོས་འཛིན་བྱེད་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག་ཨ་བསམ་  
བསམ་འདྲ་པོ་ཆོར་སྤང་འདི་འདྲ་ཞིག་སྤེལ་སོང་། དེ་རིང་ང་ཆོ་སྤྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་འདི། སྤྲིག་གཞི་ལ་སྤྱོན་གནད་ག་རེ་  
བྱུང་ཡོད་མེད་ཐོག་ལ་བསྐྱར་བཅོས་བྱ་རྒྱ་རེད་མ་གཏོགས་པས། འོས་བསྐྱའི་འགན་འཛིན་ལ་སྤྱོན་གནད་ག་རེ་ཡོད་མེད་ཐོག་  
ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་མ་རེད་པ། དེ་ཡིན་དུས་འོས་བསྐྱའི་འགན་འཛིན་དེའི་ནང་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། ང་ཆོས་ཆོགས་  
ཆུང་གཞན་པ་བཅུགས་པ་ནང་བཞིན་བྱས། འོས་བསྐྱའི་འགན་འཛིན་དེ་པར་ཕྱོགས་ཁོག་ཟུར་དེ་ན་བཞག་ཆོགས་ཆུང་དེ་འདིར་  
ཡོང་། ཁྱོད་རང་ཡར་ཤོག་ཨ། འདི་ནས་འགྲིག་འདུག་འདི་ནས་འགྲིག་མིན་འདུག་ཟེར་ནས་སྐད་ཆ་འདི་ས་འདི་མ་རེད་པ། དེ་  
ཡིན་དུས་གསུངས་སྟངས་དེས་སྤྱོད་བྱེད་འཇུག་འགྲོ་བའི་འཆར་གཞི་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆོར་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་དོན་དག་འོས་བསྐྱའི་  
སྤྲིག་གཞི་ལ་བསྐྱར་བཅོས་བྱ་རྒྱ་ཡིན་ན། འོས་བསྐྱའི་འགན་འཛིན་ཡོད་ཀྱང་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མིན་འདུག་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་  
འཛིན། དེ་མིན་ན་འོས་བསྐྱའི་ལས་ཁང་གི་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ལ་དབྱེད་ཞིབ་བྱས་ནས། སྤྲིག་གཞི་གཅིག་བཟོ་ཡི་ཡོད་ན། འོས་  
བསྐྱའི་འགན་འཛིན་དེ་ས་གིར་བཟོ་རྒྱར་བཞག་ནས་དོགས་གཞི་ཅན་ཞིག་ལ་བཞག་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཞིག་ཆགས་འདུག་  
འོ་འདི་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

## ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་སྤྱོད་མཆོག་

## དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟང་མེད་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འབྲས་ནས་གསུངས་པ་འདི། པལ་ཆེར་གོ་རྟོག་ཐེབས་འདུག་ཅེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།  
ད་ལྟ་ངས་འདིར་ལྷས་པ་ནང་བཞིན་རེད། འོས་བསྐྱའི་འགན་འཛིན་ལས་ཟུར་ཟེར་ཡོང་དུས། ལས་ཐོག་དང་ཟུར་བ་བྱས་ཏེ་  
འདིར་ཐ་སྟོད་བཀོད་པ་ནང་བཞིན་ད་ག་རང་ཡིན། གསལ་པོ་ལྷ་རྒྱར། བཀའ་ཤག་གིས་ཟེན་གྱིས་དང་པོ་དེའི་ནང་ལ། འདོད་པ་  
དང་གདམ་ག་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། དབྱས་འོས་བསྐྱའི་ལྷན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་ཡོད་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ཟེར་ནས། ཐོག་མ་  
དེ་ལ་དབྱས་འོས་བསྐྱའི་ལྷན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་གཅིག་བྱ་མ་གཏོགས་ཟུར་པ་འཁོད་མེད། ད་ག་ནང་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་  
ཁྱདས་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། སྤྱོན་འགོག་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོགས་ཆུང་བཀོད་པའི་སྐབས་ལ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྱདས་ཀྱི་སྤྱོན་  
པ་གཅིག་བཀོད་པ་རེད་ཟེར། ཁོང་རང་དོ་བདག་གིས་ག་རེ་གསུངས་སོང་ཟེར་ན། ཁྲིམས་དང་སྤྲིག་གཞི་འདི་དག་འགྱུར་བ་ག་  
རེ་གཏོང་དགོས་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྱདས་ལ་ཁྱི་བ་སྤེལ་པ་ཡིན་ན། ང་ལན་རྒྱག་མཁན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་

དུས། ལག་བསྟར་བྱས་ན་འགྲིག་དང་མ་འགྲིག་སྒྲོར་ཆགས་པ་ཡིན་ཅང་། ཁོང་རང་གི་འཕེན་གྱིད་དགོས་བྱུང་སྐད་། དེ་འདྲ་  
 སྐད་ཅང་བཀའ་འགག་གིས་གདམ་ག་ལ། དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་འོས་བསྟུ་འགན་འཛིན་རང་ཞུགས་ན་ཡག་པོ་མཐོང་སྐད་། ཡིན་ནའང་  
 རོ་བདག་གིས་སྟབས་བདེ་དང་མི་བདེ་ཐོག་ནས་ལས་བྱུང་ཟེར་ཏེ། ལས་ཐོག་དང་བྱུང་བ་གདམ་ག་ཞེས་སྤུལ་བཞག་ན། ང་ཆོ་  
 འདིར་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཆོན་གྱི་འགན་འཛིན་ཡིན་དུས། གདམ་ག་དང་པོ་ཁོང་རང་སྤུལ་བ་ཡིན། ཁོང་རང་ག་རེ་ཟེར་གྱི་  
 འདུག དེ་མ་བྱུང་ན་བྱུང་བ་གདན་འཛིན་ཞུས་ན་ཟེར་ནས། ཐོག་མའི་ང་ཆོའི་དམིགས་ལུལ་འདི་རེད། གདམ་ག་དེ་སྤུལ་ན།  
 གཞན་མ་གཏོགས་ད་གིན་ངས་ཡང་དབུས་འོས་བསྟུ་ལྟན་ཁང་དང་འོས་བསྟུ་འགན་འཛིན་ལ་སྒྲོན་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཟེར་རྒྱ་  
 མ་བྱུང་། སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་སྒྲོན་ཟེར་ནས་བདེན་པ་ཡིན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པའི་ཐོག་ནས་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་ཅང་། སྒྲོན་  
 ཡོད་པ་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ད། བདེན་པ་ཡིན་མིན་གྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་ཡོད་སྟབས། འོས་བསྟུ་འགན་འཛིན་གྱིས་གནད་  
 རོན་དེ་དང་དེ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཆོགས་རྒྱུད་གིས་དེ་བ་བཏོན་པ་ཡིན་ན། ང་ལན་རྒྱག་མཁན་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་སྐད་ཅང་  
 ང་བསྟན་བྱུང་ས་མ་རེད། ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ན། གདམ་ག་ཅིག་དགོས་རྒྱུ་འདི་ཆེད་དུ་ལས་ཐོག་དང་བྱུང་བ་འཛོག་བཞག་པ་  
 ཡིན་ཟེར། ད་གིན་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་རེད། ཐོག་མ་དེར་ཟེན་གྱིས་འདི་སྤུལ་རྒྱ་ཡང་དབུས་འོས་བསྟུ་ལྟན་ཁང་དང་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་  
 འཛིན་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་རེད། དབུས་འོས་བསྟུ་ལྟན་ཁང་གི་འོས་བསྟུ་འགན་འཛིན་གསུམ་ཀར་གྱིས་སྤྱི་མོས་གྱིས་ད་རེས་  
 ཁྲིམས་འཆར་འདི་སྒྲོན་འགོ་དང་དངོས་གཞི་མེད་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་རྒྱ་འདི་ལ་བཀའ་འགག་གིས་རྒྱ་བ་སྒྲོར་བྱས་ཏེ། ད་གིན་  
 རོན་ཆོན་ཞུ་རྒྱ་དེ་དག་ཡིན་ནའང་། དབུས་འོས་བསྟུ་ལྟན་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་དང་ལས་རོགས་མཉམ་དུ་བཀའ་བསྟར་  
 རེས་པར་གནང་སྟེ། རོན་ཆོན་འདི་དག་ཞུས་བཞག་པ་ཡིན་ཟེར། སྤྱི་དོན་དེ་ང་ཆོའི་འདོད་པ་ལའང་བཀའ་འགག་ཐོག་ནས་ཡིན་  
 ནའང་དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་ཞུགས་ན་ཡག་པོ་འདུག ཡིན་ནའང་རོ་བདག་གིས་དགོངས་ཚུལ་མ་ལྟོགས་པའི་ཐོག་ནས་  
 དེར་བཞག་ནས་འགྲིག་གི་མ་རེད་ཅེས་གསུང་བ་འདྲ་པོ་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཡང་གདམ་ག་དགོས་རྒྱུ་འདི་ཆེད་དུ་ལས་བྱུང་ཟེར་ནས་  
 བྱུང་བ་བཀོད་དགོས་དོན་དག་རང་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་འདྲ་སྐད་ཅང་སྤུགས་ཐག་གཅོད་རྒྱུར་དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་  
 རང་དགོས་ཀྱི་འདུག བཀོད་ཁྱབ་བཏང་དགོས་ཀྱི་རེད། ཁོང་རེས་པར་དུ་ཞུགས་དགོས་པ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། ང་ཆོ་བཀའ་  
 འགག་གིས་ཀྱང་གདམ་ག་དང་པོ་དེ་ཡང་དག་རང་ཡིན། ཡིན་ནའང་མ་འོངས་པར་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་ཆགས་སྤིང་བ་ཞིག་  
 རེད། ཆགས་པ་ཡིན་ན། ཡང་ལས་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་རེད། ད་རེས་བྱུང་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་པན་ཐོགས་ངེས་རེད་ཟེར།  
 བཅུང་དགོས་དོན་དེ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལགས་འོང།

### **ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།**

འོས་བསྟུ་བཞག་རྒྱ་ཡིན། ད་ལྟ་འདིར་དབུས་འོས་བསྟུའི་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་བཅས་ཟེར་བ་དེ་དང་། དབུས་འོས་བསྟུའི་སྤྱི་  
 ཁྱབ་འགན་འཛིན་ལས་བྱུང་སྤྱི་ཁྱབ་ཀྱིས་ཟེར་བ་དེ་གཉིས་རེད། དང་པོའི་ཆོག་བརྗོད་ནང་ལ། འོས་བསྟུའི་འགན་འཛིན་ལས་  
 བྱུང་སྤྱི་ཁྱབ་གཅིག་ཟེར་བ་དེ་གིས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་འགྲུར་བ་བྱིན་ནས། དབུས་འོས་བསྟུའི་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་བཅས།  
 ཟེར་ནས་གིས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་གཉིས་གདམ་ག་བྱས་ཏེ། འོས་བསྟུའི་འགན་འཛིན་ལས་བྱུང་སྤྱི་ཁྱབ་གཅིག་ཟེར་བ་

སྒྲི་འབྲུས་དགོ་བཤེས་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

ཆོགས་བྱང་སྟོབས་རྒྱལ་ལགས་ནས།

43

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་ལྔ་པ། ཚོགས་གཙོའི་མཛུགས་བསྟོན་པ་གསུངས་བཤད།

## ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་ལྔ་པ། ཚོགས་གཙོའི་མཛུགས་བསྟོན་པ་གསུངས་བཤད། དེ་རིང་ང་ཚོ་སྐབས་ ༡༤ པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དང་པོའི་ལས་ཉིན་མཐའ་མ་ཆགས་ཡོད། དེ་ཡང་སྤྱི་ཡོངས་ནས་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ཀྱི་ངོས་ནས་དེ་རིང་ཚོགས་དུས་དང་པོའི་ལས་རིམ་དེ་གང་ཅམ་གནས་ཆད་མཐོན་པོ་ཞིག་དང་། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་འདིའི་ནང་ལས་དོན་གལ་ཆེ་བ་འགའ་ཤས་བྱུང་བ་ལྟར་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲིག་ཏོང་སྐབས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་རྣམས་པའི་གཞི་བརྒྱུད་རེད་ལ། དེ་བཞིན་བོད་མི་ས་ཡ་དྲུག་གི་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བར་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་སྐབས་སུ་བསམ་ཚུལ་མཐུན་མིན་དང་། ཚོགས་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱད་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་པན་ཚུན་སྤྱད་སྤངས་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག།

དེ་ཁ་སྟོན་ཚོགས་གཙོས་ཐོག་མའི་དབུ་འབྱེད་ཀྱི་གཏམ་བཤད་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། བསམ་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་ཡོང་གི་ཡོད། ཡིན་ནའང་བསམ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དེས་སྟེན་པས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དགོག་སྟེན་མ་བཟོ་བའི་ཐབས་ཤེས་གཏོང་དགོས། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ང་ཚོས་བོད་མི་ས་ཡ་དྲུག་གི་ལས་དོན་གང་ཡིན་ནའང་། དེ་ཚོར་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། རྒྱུ་ཡིག་བསྟན་སྲིད་གང་ཅིའི་ཐོག་ཞབས་འདེགས་སུ་འགོ་སྟེན་བཟུང་བ་དགོས། ཞེས་ཞུས་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེས་ཀྱི་ཐོག་མར་དབུ་འབྱེད་སྐབས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་གཞིར་བཟུང་ཐོག་ལས་དོན་དེ་ཚོ་བོད་མི་ས་ཡ་དྲུག་གི་བསྟན་སྲིད་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་སུ་འགོ་སྟེན་བཟུང་སྟོང་བསམ་ནས་ནས་ཐོག་མར་ངོས་ཀྱི་ཀྱན་སྟོང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་དེ་དངོས་གནས་ཐོག་མའི་དགེ་བ་དེ་ཆགས་སོང་སྟེ་པའི་སོ་སོར་སྟོབས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་བྱུང་།

ང་རང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་དུའང་ཉིན་གསུམ་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་གཙོ་བོ་སྤྱི་འཐུས་འདུད་ཀྱི་རྗེས་འབྲེན་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་གསུམ་བྱུང་ཡོད། གཅིག་ནི། བོད་ནང་གྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༣ ཚེས་ ༢༣ ཉིན་བསོད་ནམས་མཆོས་རང་ལུས་མེར་སྲེག་བཅར་ནས་འདས་གོངས་སུ་སྤྱིན་ཏེ། ད་བར་རང་ལུས་མེར་སྲེག་གཏོང་མཁན་ ༡༩༩ བྱུང་ཡོད་པའི་ཁོངས་ནས་ ༡༢༩ འདས་གོངས་སུ་སྤྱིན་ཡོད། རང་ལུས་མེར་སྲེག་གཏོང་མཁན་ ༢༠ ཡི་གནས་སྐབས་ད་ལྟ་ཁ་གསལ་བོ་མེད་པར་ལྷག་ཡོད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་རྒྱལ་གཅིས་པ་ཁོང་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོས་གཏོང་དང་། མཛོན་འདོད། ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་བོད་ནང་གདན་འདྲེན་ཞུ་དགོས་པ། བོད་མིར་རང་དབང་དགོས་པ། དེ་འདྲའི་མཛོན་འདོད་ནི་ང་ཚོས་གྲུས་འདུད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབྱུང་འབྱུར་མཛོན་འབྱུར་ཡོང་བ་ལ་སྟེན་པའི་རྟགས་མཆོན་ཞིག་སྤྱི་འཐུས་འདུད་ཀྱི་རྗེས་འབྲེན་གྲོས་ཚད་དང་པོ་དེ་གལ་ཆེན་པོར་བཅིས་ནས་སྤྱི་མོས་ཐོག་འདོག་སྟེན་བཟུང་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་གི་ཡོད།

གཉིས་པ་ནི། སྤྱི་ཟུར་མགོན་པོ་རྣེ་ལགས་འདས་གོངས་སུ་སྤྱིན་པ་རེད། དེ་སྟོན་དགུང་ལོ་ཆུང་དུས་སྐབས་ནས་དགོངས་པ་མ་རྒྱུགས་ཀྱི་བར་དུ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་བྱུག་ལས་རིམ་པ་མང་པོ་གནང་ཡོད་པར་བརྟེན། ཁོང་ལ་གྲུས་འདུད་

ལྷན་ཁྲུང་པ་འདི་དང་ཆོའི་གཞི་བཞེད་རེད་བསམ་གྱི་འདུག གསུམ་པ་ནི། ང་ཆོའི་གྲོས་ཆོག་གསུམ་གྱི་བོད་དོན་རྒྱ་བསྐྱོར་བའམ་  
 བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་ལ་རྒྱ་བསྐྱོར་ལྷག་ཆེ་གནང་མཁན་སྤར་གོ་པ་ཏེ་ལ་ Marco Panella མཆོག་ཡིན་ནའང་། ད་ལྟ་གཙོ་སྤྱོད་  
 གནང་མཁན་ཆོག་གསུམ་གཙོ་ཡིན་ནའང་ཐེངས་ཁ་ཤས་མཇུག་ཏུ་འདྲི། ཁོང་གིས་བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་སྤྱོད་ཅམ་མ་བད། ཨི་ཏེ་ཡི་རང་གི་  
 ཐོག་ནས་རྒྱ་ལ་སྤྱི་འཐོག་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་སྤྱི་འཐོག་པའི་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཅིག་རེད་འདུག དཔེར་ན། ཕྱི་ལོ་  
 ༢༠༠༩ ལོར་རྒྱ་ལ་སྤྱི་འཐོག་ཆོག་གསུམ་མིའི་བོད་དོན་རྒྱ་བསྐྱོར་ཆོག་ཆེན་དེ་ཨི་ཏེ་ཡི་རྒྱ་ལ་ས་རོམ་ནང་ཆོག་གསུམ་པ་རེད།  
 དེ་དུས་འགན་ཁུར་མཁན་དང་ཕྱག་རྒྱ་སྤྲོད་གསུམ་གནང་མཁན་གཙོ་པོ་ཁོང་གི་ཆབ་སྲིད་ཆོག་གསུམ་པ་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་ཆོའི་གསུམ་  
 གནས་ཚུལ་གསུམ་ཆེ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཡུ་རོལ་མཐུན་ཆོག་གསུམ་ནང་བོད་དོན་རྒྱ་བསྐྱོར་གྱི་ཆོག་གསུམ་རྒྱ་བསྐྱོར་གསུམ་  
 རྒྱ་བསྐྱོར་གསུམ་ཐུགས་འགན་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་བཞེས་ཡོད། དེ་བཞིན་ཉེ་ཆར་ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་  
 འཁྲུངས་སྐར་སྐབས་དྲ་སར་བཅར་ཡོད། དེའི་སྐབས་ཁོང་སྤྱད་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཆེད་མངགས་ཐེབས་ཡོད་པར་བརྟེན།  
 ཁོང་ལ་ང་ཆོས་སྤྱད་ཀྱིས་འདུད་ཀྱི་གྲོས་ཆོད་བཞག་ཐུག་པ་དེ་ང་ཆོའི་འཛིན་ཤེས་པའམ་འཛིན་ཆོར་ག། འཛིན་གསུམ་པ་ནང་བཞིན་  
 ཡོད་གི་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་ཏེ། འཛིན་པའི་དོ་བོར་ཆགས་སོང་བསམ་པ་བྱུང་།

ང་ཆོའི་ལས་རིམ་གཅིག་ནི། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༦ པ་གཞུང་འབྲེལ་གཞུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་གྲོས་ཆོད་གྲོས་འཆར་  
 དེ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཆ་ཤས་སྤངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་  
 གིས་དགོངས་ཚུལ་ལྟག་པོ་གསུངས་ཡོད། དེའི་ནང་གྲོས་ཆོད་དོན་ཆོན་ལུ་འཛིན་ཐུག་ཡོད། གྲོས་ཆོད་དོན་ཆོན་ལུ་དེ་གནད་  
 འགག་ཆེན་པོ་ལ་སྤྱི་འཐུས་ཆགས་ཡོད། དེ་བཞིན་འདས་པའི་བོད་པའི་གནས་སྤངས། མ་འོངས་པར་ལས་དོན་གང་བརྒྱུམས་པ་ཡིན་  
 ནའང་ལམ་སྟོན་གྱི་ནམ་པ་ཆགས་ཡོད། དེའི་ནང་གཙོ་པོ་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པས་དགོངས་ཚུལ་གསུངས་པ་དེ་ཆབ་སྲིད་བཙོན་པའི་  
 གནས་སྤངས་སྤྱོད་རེད། དེ་བཞིན་བོད་རྒྱ་འབྲེལ་མོལ་ཡོང་ཐབས་སྤྱོད་ལ་བསམ་ཚུལ་ལྷག་ཆེན་པོ་གསུངས་སོང་། དེར་  
 བརྟེན་འཛིན་སྤྱོད་བཀའ་འགག་དོས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ཅ་བའི་འཛིན་སྤྱོད་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་ཁུར་ཀྱང་ལེན་གནང་མཁན་དེ་  
 འཛིན་སྤྱོད་བཀའ་འགག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ཐོག་མ་འོངས་པར་འབད་བཙོན་ལྷག་ཆེ་རུ་གནང་རྒྱུའི་དགོངས་པ་བཞེས་ཡོད་  
 ཀྱི་རེད་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་  
 ཡིན་ནའང་དགོངས་ཚུལ་ལྟག་པོ་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་འབྲུང་འབྲུར་བོད་རང་དབང་སྤྱི་འཐུས་གསུང་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་  
 གསུང་པ་འདོན་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཐབས་ཤེས་གསུང་པ་འདོན་མཁན་དེ་ང་ཆོའི་འདིར་ཡོད་  
 པ་ནམས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཆང་མས་དགོངས་ཚུལ་གསུངས་པ་ཅམ་མིན་པར། བར་ལོག་པའི་སྐབས་སུ་འདྲིན་མཆོན་དུས་  
 དུག་དེའི་ཐོག་དགོངས་པ་བཞེས་ཏེ་བསམ་ཚུལ་ལེགས་པའི་ཆ་གང་ཡོད་པ་འཛིན་སྤྱོད་བཀའ་འགག་ལ་སྤུལ་ཆོག་གི་ཡོད་པ་མ་  
 ཟད། གྲོས་ཆོག་ལའང་སྤུལ་ཆོག་གི་ཡོད། དེ་གཞིར་བརྩེད་ང་ཆོས་ཀྱང་སྤྱི་ཡོངས་ཐོག་མཉམ་འདུས་ཀྱི་ལག་བསྐྱར་ཡང་ཡོང་  
 ཆོག་གི་རེད།

དེ་ཆོའི་གསུམ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ནས་ང་ཆོས་ལས་  
 དོན་གསུམ་ཆེ་བ་གཅིག་ནི་སྐབས་བཙོན་པའི་བཀའ་འཛིན་གྱི་འོས་འདེམས་གནང་རྒྱུ་དེ་རེད། ཅ་བའི་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་





དེས་ང་ཚོའི་ཁྱོས་ཚོགས་འདིར་ཁྱོས་ཚོགས་འཐུས་མི་རྟེན་པ་དང་གསར་པ་མང་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད། ཡིན་ནའང་  
ཁྱིམ་སྤྱི་གཤིས་ཐོག་ཏུ་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་ལག་ལེན་ཏུ་ཏུག་བཟུང་ཡོད་མེད་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད་སྟེད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་  
གང་ཟག་སྒྲེར་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། ང་ཚོའི་ནང་ཚོས་ནང་ཏུ་ཉེས་པ་ཆེ་ཤོས་དེ་སྟོན་བཅད་པ་དེ་ཡིན་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་  
ཁྱོས་ཚོགས་དང་མང་གཙོའི་འགྲོ་སྐྱབས་ཐོག་ནས། ཉེས་པ་ཆེ་ཤོས་ནི་ཁྱིམ་སྤྱི་གཤིས་འགལ་བ་དེ་རེད། མ་འོངས་པར་དེ་  
འདྲ་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་ཏུ་འབད་བཅོལ་བྱས་ནས་ཐབས་ལམ་སྟོན་དགོས་པ་དེ་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་འདུག་ཟེར་ནས་ཞུ་  
འདོད་བྱུང་། དེ་བཞིན་ཁྱོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་གསར་པ་རྣམས་པ་ཚོར། བོད་ཏུ་དཔལ་ལྷན་སྟོན་སྐྱོད་མཚོག་གིས་ཟབ་སྐྱོད་  
ཞིག་གསུངས་སོང་། ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་སྟེང་གི་ལངས་ཕྱོགས་དང་འཛིན་སྐྱོད་གི་འགན་དབང་གཙོ་བོ་  
སྟེང་སྐྱོད་ལ་ཡོད་དུས། ཁྱོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་རྣམས་པ་ཚོར་གསལ་པོ་ཞིག་བྱུང་ན་བསམ་པའི་ཆེད་མངགས་དེ་འདྲའི་ཐོག་  
ནས་བཞག་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་རིང་གི་ང་ཚོའི་ལས་རིམ་འགྲོ་སྐྱབས་དེ་ཚོར་སོ་སོས་དགོངས་པ་བཞེས་ནས། ཟབ་སྐྱོད་  
དང་ཁྱོས་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོ་སྐྱབས་འགྲོ་ལུགས་རྣམས་ཉིན་བདུན་གྱི་རིང་ལ་ལུགས་སྤང་གནང་ན་བན་ཐོགས་ཡོད་པའི་རེ་བ་ཡོད་  
པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག།

དེ་བཞིན་ཏུ་དེས་ང་ཚོའི་ཁྱོས་ཚོགས་ནང་ཏུ་མཐུན་ལམ་རྟོག་ཅ་གཅིག་སྤྱི་ལ་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ནས་མང་པོ་  
གསུངས་སོང་། དེ་བས་གང་ཟག་སྒྲེར་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་ན། ཡིན་དང་ཡིན། ཉེ་ཆར་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་བཀའ་སློབ་ཐེབས་པ་  
གཞིར་བཟུང་གིས་ང་ཚོ་ཚོལ་ཁ་གསུམ་སྟེང་ན་མཉམ་སྟེང་དང་། ལུག་ན་མཉམ་སྟུག་ཟེར་རྒྱ་དེ་ག་རང་རེད། སྟོན་མ་ཁྱོས་  
ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་འདི་ཐོག་མར་ཤོད་མཁན་ང་ཡིན་བསམ་གྱི་ཡོད། ལྷག་དེར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོར་བོད་ནང་ནས་བོད་  
མིའི་སྟོན་སྟུག་མཉམ་སྟོང་ཞེས་པའི་ཆོག་ཅིག་ཐོན་པ་རེད། དེར་བཞེན་ཁྱོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ཐོག་མར་ངས་སྐྱེད་བ་ཡིན། བོད་  
མིའི་སྟོན་སྟུག་མཉམ་སྟོང་དེ་དེས་པར་ཏུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡོང་ཐབས་ལ་ང་ཚོར་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཡོད། ལྷན་རིགས་དང་  
རིག་གཞུང་གི་ཐོག་གཅིག་པ་རེད་ལ། ཡོངས་ཀྱགས་སུ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བལྟས་ན་གཅིག་པ་རེད། བ་ཀླན་མ་ཀླན་གཅིག་  
པའི་བོད་རིགས་སྟུན་ཆེ་བྱས་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོ་མཐུན་སྤྱི་ལ་ཡོང་རྒྱའི་གཞི་ཅ་བརྒྱ་ཆའི་བརྒྱ་བཅེས་ནས་མི་འགྲིག་  
པ་ཨེ་ཡོད་བསམ་གྱི་འདུག དེར་བཞེན་ང་ཚོ་མཐུན་སྟུང་རྒྱའི་ཡིད་ཆེས་དང་རེ་བ་ཆ་ཆང་ཡོད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ང་ཚོས་གོས་པ་སྟོ་  
ཐུབ་ན། ང་ཚོས་མཐུན་ལམ་རྟོག་ཅ་ཆོག་སྤྱི་ལ་དང་ཁྱོད་གཅིག་དང་ང་གཉིས་ཞེས་སྐད་ཆ་འདི་ངས་བཤད་དགོས་ཀྱི་མ་རེད་  
སྟུག། ཁྱོས་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས་ཐོག་ནས་ཁྱིམ་སྤྱི་གཤིས་གཞིར་བཟུང་འགྲོ་ཡི་ཡོད། དེ་འདྲའི་བྱར་ཟའི་རྣམས་པ་དེ་ཡོང་མ་  
དགོས་པ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག།

དེ་ནས་ཉིན་ཁ་ཆེ་བའམ་སྟོ་འཆབ་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འ་རྒྱ་བེད་སྟོད་གཏོང་སྐྱབས་ཀྱི་གནས་སྐྱབས་  
དེ་ཆགས་ཡོད། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྟོན་མེད་པ་དང་ཡོན་ཏན་ཀུན་དང་ལྷན་པ་ཞེས་པ་དེ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་ཞུ་བྱུང་རྒྱ་ཁག་  
པོ་རེད། སྟོན་ཡོད་པ་རེད་ལ། ཡོན་ཏན་ཡང་ཡོང་ཆོག་གི་རེད། སྟོན་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ནས་བལྟས་པ་ཡིན་ན།  
ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་དེ་སྟོན་ཅུང་བ་དང་། ཡོན་ཏན་མང་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཆོག་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ད་ལྟ་ང་ཚོས་  
དུས་ཚོད་གཉན་འཕྲང་ཅན་གྱི་སྐབས་འདིར་ང་ཚོས་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། སྤྱི་ཚོགས་འ་རྒྱ་བེད་སྟོད་གཏོང་རྒྱའི་

ཐང་ལ་གཟབ་གཟབ་གནང་དགོས་པ་རེད། ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། གང་ཟག་སྒྲེར་ཞིག་ལ་སྒྲོན་འཇུགས་བྱས་པ་ཡིན་ན། སོ་སོར་  
 མི་གཞན་གྱིས་སྒྲོན་བཞིན་བྱས་ནས་རང་ཉིད་ལ་གཞོན་པ་ཇི་བཞིན་པ་རོལ་པོའི་མི་དེ་ལ་འདྲ་དེ་ལྟར་གཞོན་གྱི་རེད། མི་ལ་  
 ལེགས་ཉེས་ཕྱེ་བའི་ཆུང་དཔྱོད་དེ་ཡོད་སྟབས་རང་གཞན་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཚང་མར་ཕན་གཞོན་ཅི་ཡོད་ཤེས་པ་བྱས་ནས་བསམ་  
 གཞིགས་བྱ་རྒྱུ་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད། དེར་བརྟེན་བྱ་རྒྱུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྟངས་ཡག་པོ་བྱས་ནས་ཤེས་པ་ཡིན་ན། རང་གཞན་རོགས་  
 གསུམ་དང་། སྤྱི་ཚོགས། རང་མི་བཅས་ལ་ཁེ་ཕན་ཡོད་པར་བརྟེན་དེ་རིང་འདིར་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་  
 བའི་ཆ་ནས་ཞུས་པ་ཞིག་ཡིན། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་ཉིན་གསུམ་རིང་ཚོགས་བྱུང་དང་ཚོགས་བྱུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་  
 ཆུས་ཀྱི་དཀའ་ལས་ཉ་ཅང་བསྒྲོན་གནང་སོང་། དེ་བཞིན་ཕྱི་རིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྐྱབས་ཀྱི་ཆོད་ནས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་  
 དུས་འདི་ཐད་གཏོང་གནང་རྒྱུ་བཅས་ཕྱག་རོགས་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་གནང་སོང་བར་འབྲེལ་ཡོད་ཚང་མར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་  
 ཡིན། ཞེས་གསུང་བཤད་གནང་རྗེས་གྲོས་ཚོགས་རྒྱལ་ཁབ་རང་ནས་གྲོལ་ཡོད་པ་བཅས།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་དྲུག་པ། སྐབས་ ༡༢ བའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དང་  
 པོ་གྲོལ་བའི་གསལ་བསྐྱགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་བཅས་གསུངས། །བོད་རྒྱལ་ཡོ། སུ་རྒྱ་མཁོ། །