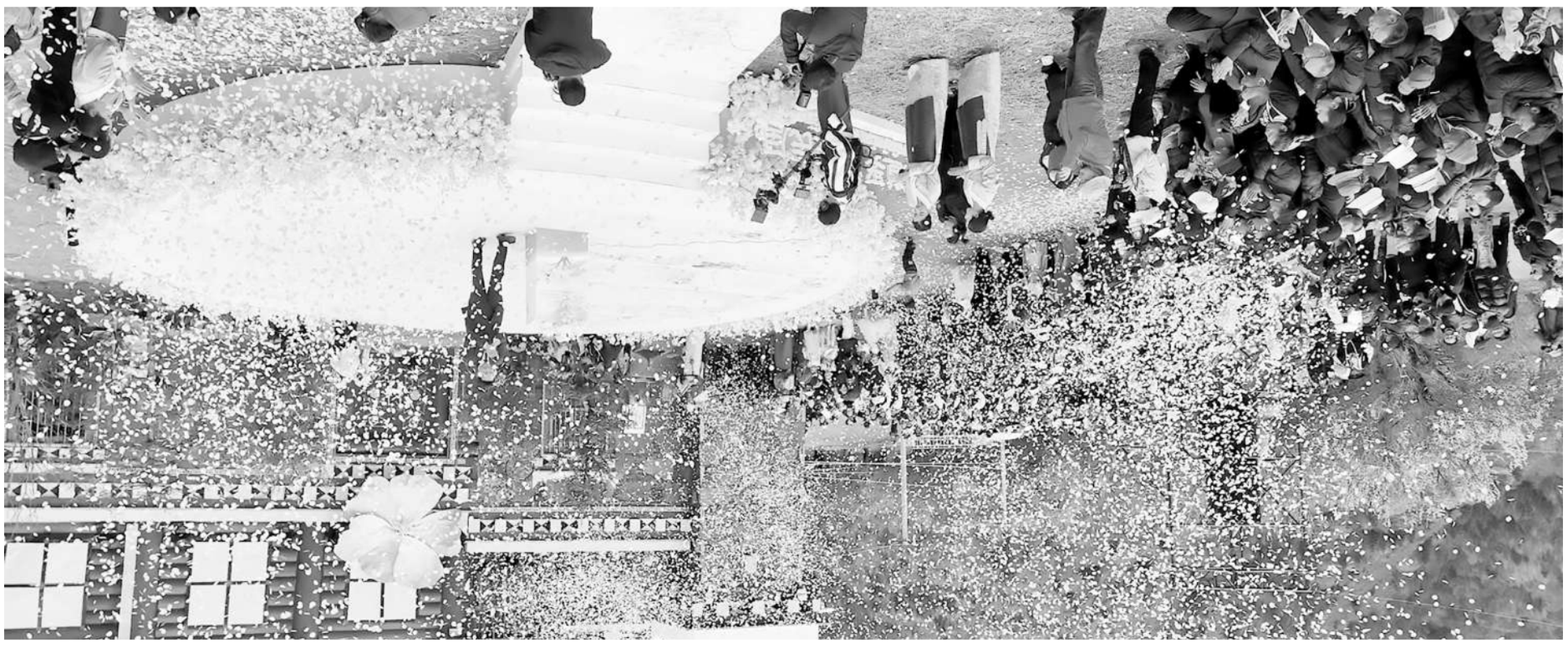

པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། ཀུན་དགའ་བསམ་གཏན། ཁ་པར། 15183621818 ཆོམ་སྒྲིག་པ། སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ། ཡིག་སྒྲམ། 2714574645@qq.com 2026 ལོའི་ཟླ་བ 4 པའི་ཚེས 8 ཉིན།

ཧྲའུ་རྫོང་གི་མངར་ཁམ་མེ་ཏོག་སྐྱོང་རོལ་གཟབ་འཁོར་སྐབས་དང་པོ་འགོ་བཙུགས།

འགོ་ཚུགས་མཛད་སྒོའི་ཡུལ་དངོས།

ཉེ་ཆར། གནས་མཆོག་དཀར་མཛེས་ལ། འཛོམ་པའི་ཁ་ཆད་ཡོད་ཅེས་པའི་ཧྲའུ་རྫོང་གི་2026ལོའི་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་མཉམ་འདྲེས་འཕེལ་རྒྱས་ཚོགས་ཆེན་དང་མངར་ཁམ་མེ་ཏོག་སྐྱེ་ཁམས་རིག་གནས་སྐྱོང་རོལ་གཟབ་འཁོར་སྐབས་དང་པོ་དེ་ཧྲའུ་རྫོང་དུ་འགོ་བཙུགས་པ་རེད། ཧྲའུ་རྫོང་ཞུའི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ། རྫོང་དཔོན་ཨོ་རྒྱན་ཚེ་རིང་བྱེད་སྐོར་ཞུགས་ཤིང་འགོ་འཛུགས་པ་ཁྲབ་བསྒྲགས་བྱས། བྱེད་སྒོའི་ཚོགས་ར་གཙོ་བོ་ནི་མངར་ཁམ་མེ་ཏོག་གི་མཛེས་སྡུག་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་ཁང་གསར་ཡུལ་ཤོག་མ་བུ་གྲོང་ཚོ་ཡིན་ལ། རྫོང་མཁར་ནས་སྤུངས་ཐང་ཆེན་དེ་ཡན་ལག་ཚོགས་ར་ལ་བཀོད་སྒྲིག་བྱས། མ་ཟུར་ཡུལ་ཤོག་དང་རྫོང་ཡོངས་ཀྱི་མངར་ཁམ་མེ་ཏོག་བཞད་སའི་ས་ཆ་ཚང་མར་ལྟ་སྐོར་བྱེད་སའི་གནས་བཙུགས་ཡོད། སྐྱེ་ཁམས་ལྟ་སྐོར་དང་རིག་གནས་སྐྱོང་རོལ། ལུས་རྩལ་འགྲན་སྟུར། ཚོང་དོན་སྤེལ་རེས་བཅས་གཞི་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པའི་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་གྱི་འདུ་ཚོགས་གཟབ་རྒྱས་འདིས་ཧྲའུ་ཡུལ་གྱི་རང་བྱུང་མཛེས་ལྡོངས་དང་། མིའི་རིག་གི་སྣང་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དོན་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གསོན་ཤུགས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་མངོན་པར་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

བྱེད་སྒོ་ཡུལ་དངོས་སུ། ཧྲའུ་རྫོང་གིས་གནས་མཆོག་དཀར་མཛེས་ཡུལ་སྐོར་གནས་ཚང་བྱ་དགའ་ཐོབ་མཁན་དང་། རྫོང་ནང་གི་གསེར་རྟ་དང་། དངུལ་རྟ། ལྕགས་རྟ་བཅས་ཀྱི་གནས་ཚང་བྱ་དགའ་ཐོབ་མཁན། དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དང་གཡུ་ཁོག་རྩ་ཐང་སྐྱེ་ཁམས་ཡུལ་སྐོར་དཔེ་སྟོན་ཁུལ་གསར་གཏོད་མཁན་བཅས་ལ་བྱ་དགའ་སྤྲད་ཅིང་ཐོན་ལས་ཚད་ལྡན་ཅན་དང་ཁྱད་ཆོས་ཅན་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྣེ་ཁྲིད་དང་སྐུལ་ཁྲིད་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དུས་མཚུངས་སུ་ཀོང་ཀྲོའུ་ཡཱ་ཧྲན་སྐྱིད་ཚལ་སྒྱུ་རྩལ་ཁང་གིས་ཧྲའུ་རྫོང་ཁང་སར་ཡུལ་ཤོག་གི་“མེ་ཏོག་མགོ་འདོན་རྟེན་གཞིའི”མཚན་སྙན་སྤྲད་པ་དང་། ཀྲུང་གོ་ཀླུངས་འཁོར་དང་འཕྲུལ་རྟ་ལས་འགུལ་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཧྲའུ་ཡི་འབྲེལ་ཡོད་ཁེ་ལས་ལ“འཁོར་གཏོང་སྣར་ས”ཞེས་པའི་མཚན་སྙན་སྤྲད་པར་མ་ཟད། ཧྲའུ་རྫོང་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་ཅུས་ལ“རོང་བྲག་དང་ཧྲའུ་ཡི་སྦྲས་ཡུལ། ཁྲིན་པོད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས”སྤུས་ལེགས་འཁོར་གཏོང་ལས་འགུལ་ཡུལ་སྐོར་ལམ་ཐིག་གི་མཚན་སྙན་ཡང་སྤྲད་པ་རེད།

རིག་གནས་གསར་གཏོད་ཐོན་རྫས་ཐོག་མར་འགྲེམས་སྟོན་བྱ་ཡུལ་དུ། ཧྲའུ་རྫོང་གིས་རང་ཡུལ་གྱི་གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་ལག་རྩལ་དང་། རང་བྱུང་ཡུལ་ལྗོངས། དམངས་སྲོལ་ཁྱད་ཆོས་བཅས་ལ་གཞིར་བཟུང་ནས་གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་བཟམས་ཆོས་དང་། རིག་གནས་གསར་གཏོད་ཅ་དངོས། ཁྱད་ཆོས་ལག་རྟགས་ཐོན་རྫས་མང་པོ་བཟོས་ནས། ཡུལ་དངོས་ནས་སྤུས་ལེགས་ཐོན་རྫས21ལེགས་འདེམས་བྱས་ནས་གཅིག་སྟུད་ཐོག་འགྲེམས་སྟོན་བྱས་ཏེ་ཧྲའུ་རྫོང་གི་རང་བྱུང་མཛེས་པ་དང་གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ལ་བརྟེན་ནས་གསར་གཏོད་བྱས་པའི་ཐོན་རྫས་དག་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁྲིམ་རའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་ཐུབ་པར་བྱས་ཡོད།

འགོ་འཛུགས་མཛད་སྒོར་རིག་རྩལ་འཁྲབ་སྟོན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྒྱ་ཆེའི་ལྟད་མོ་བ་དང་ཡུལ་སྐོར་བའི་མིག་གི་ལོངས་སྤྱོད་དུ་བསྐྱལ་བར་མ་ཟད། འཁྲབ་སྟོན་ཧྲིལ་པོར་ཕ་ཡུལ་དུ་མངར་ཁམ་མེ་ཏོག་བཞད་ཅེས་པ་གཙོ་དོན་དུ་བྱས་ཤིང་། རྩྭ་ཐང་གི་འབྲོག་གླུ་དང་ཕ་ཡུལ་གྱི་རྫོ་འདེབས། བདེ་སྐྱིད་མེ་ཏོག་བཞད་ཅེས་པ་ལེ་ཚན་གསུམ་དུ་བགོས་ནས་ཧྲའུ་རྫོང་གི་ལས་རིགས་ཁག་གི་མང་ཚོགས་ཀྱི་འཛུམ་མིའི་འཁྲབ་སྟོན་དང་། དུས་དར་གོས་གསར་དང་ས་གནས་རང་གི་གོས་རྒྱན་ཤོམ་པའི་ཤོམ་འགྲོ། གླུ་གར་གྱི་འཁྲབ་སྟོན་བཅས་བྱས་པས་ཧྲའུ་ཡུལ་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མི་ཆོས་ཡུལ་སྲོལ་གོམས་གཤིས་དང་བསམ་པའི་ཉམས་འགྱུར་གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་ངང་མངོན་ཡོད་པ་རེད།

ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། བྱེད་སྒོ་རིང་ཧྲའུ་རྫོང་གིས“མངར་ཁམ”གཙོ་དོན་དུ་བྱས་པའི་སྐྱོང་རོལ་བྱེད་སྒོ་ཆེ་གྲས་བཅུ་དུས་གཅིག་ཏུ་སྤེལ་འགོ་བཙུགས་ཏེ། དམངས་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱུག་འགྲན། སྟོང་འཛུགས་ལྷུང་བསྒྱུར། བོད་གྲོང་སྤྲོ་སྐྱིད། བརྙན་ལེན་འགྲན་སྟུར་སོགས་མཁར་ཁམ་མེ་ཏོག་ཁྲོད་ནས་རོལ་སྐྱོང་བྱེད་འགོ་བཙུགས་པ་རེད། གོས་རྒྱན་བཤམ་ར། ཇ་མཆོག་འགྲོས་འགྲན། གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་ཚོང་འདུས་སོགས་དམངས་སྲོལ་གྱི་འདུ་འཛོམས་གཞི་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཧྲའུ་སྐོར་བྲོ་དང་རོལ་དབྱངས་སྒྲོ་ཚོགས་སོགས་རིག་གནས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྣ་མང་སྤེལ་ནས་ཕྱོགས་སོ་སོ་ནས་ཡོང་བའི་ཡུལ་སྐོར་བའི་ལུས་སེམས་གཉིས་ལ་བདེ་བ་སྟེར་བའི་ལས་ལ་འབད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། པར་ལེན་འགྲན་སྟུར་དེ་ནི་ཕྱི་ཟླ3པའི་ཚེས20ཉིན་ནས་ཕྱི་ཟླ4པའི་ཚེས20ཉིན་བར་རྒྱུན་མཐུད་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་ཡོངས་ལ་ཕྱོགས་ནས་པར་ལེན་བརྩམས་ཆོས་བསྡུ་རུབ་བྱས་ཏེ་བརྙན་མིག་གིས་ཧྲའུ་མཛེས་ལྡོངས་མངོན་པར་བྱ་རྒྱུ་རེད།།

(**ཨོ་རྒྱན་གྱིས་བྲིས།**)

“སྲིན་རུམ་སེར་ཤུལ། མཐོ་སྒང་སྐྱེ་ཁམས་དང་མིའི་རིག་གནས་ཀྱི་རྟག་བརྟན་གནས་ཚད”གཙོ་དོན་དུ་བྱས་པའི་བརྗིད་ཆགས་ཡིད་འོང་གི་ཛ་ཆུ་ཁ་ཞེས་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་པར་ལེན་འགྲན་སྟུར་ཆེན་མོ་སྐབས་དང་པོའི་ཡོངས་བསྒྲགས་ཚོགས་འདུ་འཚོགས།

ཉེ་ཆར། “སྲིན་རུམ་སེར་ཤུལ། མཐོ་སྒང་སྐྱེ་ཁམས་དང་མིའི་རིག་གནས་ཀྱི་རྟག་བརྟན་གནས་ཚད”གཙོ་དོན་དུ་བྱས་པའི་བརྗིད་ཆགས་ཡིད་འོང་གི་ཛ་ཆུ་ཁ་ཞེས་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་པར་ལེན་འགྲན་སྟུར་ཆེན་མོ་སྐབས་དང་པོའི་ཡོངས་བསྒྲགས་ཚོགས་འདུ་ཁྲིང་ཏུའུ་རུ་འཚོགས་པ་རེད། ཀྲུང་དབྱང་དང་། ཞིང་ཆེན། རང་སྐྱོང་ཁུལ་བཅས་ཀྱི་རིམ་པ་ཁག་གི་རོགས་སྐྱོར་སྡེ་ཚན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་མགོ་ཁྲིད་དང་། ཞིང་ཆེན་དང་རང་སྐྱོང་ཁུལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཁག་གི་འགན་འཁུར་བ། པར་ལེན་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི། འཕྲིན་སྦྱོར་གསར་འགོད་པ། དྭ་གྲགས་སོགས་མཉམ་དུ་འཛོམས་ནས་གཟུགས་བརྙན་འབྲེལ་ཐག་ཏུ་བྱེད་པ་དང་། མཐོ་སྒང་སྐྱེ་ཁམས་དང་མིའི་རིག་གནས་ཀྱི་མཐོང་ཆོར་གྱི་དོན་ཆེན་འདི་ཐུན་མོང་ཐོག་བདེན་དཔང་བྱས་ཡོད།

མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་གི་ཤར་ལྷོའི་མཐའ་མཚམས་སུ་གནས་པའི་སེར་ཤུལ་རྫོང་ནི་སི་ཁྲོན་ནུབ་རྒྱུད་ཀྱི་པར་ལེན་གྱི་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ལྡན་པའི“སྦྲས་ཡུལ”ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད་འབྲི་ཆུ་དང་རྨ་ཆུའི་སྟོད་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་ཡོལ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། སྐྱེ་ཁམས་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆ་རྐྱེན་འཛོམས་ཡོད་པས་མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་གི་སྐྱེ་དངོས་སྣ་མང་རང་བཞིན་གྱི་གཞི་རྒྱུའི་བང་མཛོད་ཅེས་པའི་མཚན་སྙན་ཐོབ་ཡོད། རིག་གནས་ཀྱི་ནང་དོན་གཏིང་ཟབ་པ་དང་བརྗིད་ཆགས་ཡིད་འོང་གི་རང་བྱུང་སྐྱེ་ཁམས་ཀྱིས་སེར་ཤུལ་དེ་མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་གི་པར་ལེན་ཞིང་མཆོག་ཅིག་ཏུ་བསྒྱུར་ཡོད།

ད་ཐེངས་ཀྱི་འགྲན་སྟུར་ཆེན་མོ་ནི་ཁུལ་ཨུའི་མྱུར་སྒྲུབ་ལ་བརྩེ་མཐོང་དང་། དངོས་སྒྲུབ་ལ་ཧུར་བརྩོན། དཀའ་སྒྲུབ་ལ་མི་སྐྲག ཐབས་སྒྲུབ་ལ་མཁས་པ་བཅས་ཀྱི་གཙོ་དོན་ལག་ལེན་བྱེད་སྒོ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་དམ་འཛིན་བྱ་གཞི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་གྱི་དུས་ཚིགས་རེར་གཙོ་དོན་རེ་དང་ཟླ་བ་རེ་ལ་བྱེད་སྒོ་རེ། དུས་དང་དུས་སུ་རོལ་སྐྱོང་རེ་ཡོད་པ་དང་། ལོ་ཧྲིལ་པོར་སྤྱིའི་འཆར་འགོད་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་ངང་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་དོན་ལ་འཁྱོལ་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། ཐེངས་འདིའི་འགྲན་སྟུར་ཆེན་མོ་དེ་ཀྲུང་གོ་པར་ལེན་མཐུན་ཚོགས་དང་སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་པར་ལེན་མཐུན་ཚོགས་ཀྱིས་མཛུབ་ཁྲིད་བྱས་ཤིང་། སེར་ཤུལ་རྫོང་ཨུ་དང་རྫོང་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གིས་གཙོ་གཉེར་བྱས་ཏེ་གོ་ལ་ཧྲིལ་པོའི་པར་ལེན་ཆེད་མཁས་པ་དང་པར་ལེན་ལ་དགའ་མོས་ཅན་ལ་ཁ་ཕྱོགས་ནས་བརྩམས་ཆོས་བསྡུ་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད། འགྲན་སྟུར་ཆེན་མོ་འདི་ལ་རིགས་གསུམ་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ཡོད་ལ་པར་ལེན་དུས་མཚམས་གསུམ་ལ་ཕྱེ་ཡོད་པ་སྟེ། གངས་རིའི་ལྗོངས་ཐང་དང་འདམ་རའི་ཚེ་སྲོག གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་ལག་རྩལ་སོགས་ཀྱི་བརྗོད་བྱར་དམིགས་ཏེ་གསར་རྩོམ་པར་དངོས་ཁྲིས་ཀྱི་ཟུར་ཚད་ཐོག་ནས་སྐྱེ་ཁམས་འཕོ་འགྱུར་ཟིན་ཐོ་འགོད་པ་དང་སྒྱུ་རྩལ་ལ་བརྟེན་ནས་རིག་གནས་ཀྱི་རྩ་བ་འཕེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་པའི་སློབ་ལྷུག་བྱས་པ་རེད།

འགྲན་སྟུར་ཆེན་མོའི་བྱ་དགའི་རྣམ་གྲངས་བཀོད་སྒྲིག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱས་པ་དང་། བྱ་དགའི་རྣམ་གྲངས་མཐོ་ཤོས་ནི“ལོ་འཁོར་གསེར་གྱི་བརྙན་མིག་གྲུབ་འབྲས་བྱ་དགའ”ཡིན་ལ། བྱ་དགའི་དངུལ་སྐོར་ཁྲི10ཡོད། གཞན་ཡང་གསེར་དངུལ་ཟངས་གསུམ་གྱི་བྱ་དགའ་དང་། ཕུལ་བྱུང་བྱ་དགའ་དང་དེ་བཞིན་དྲ་བའི་མི་གཡང་བྱ་དགའ་སྣ་ཚོགས་བཙུགས་ནས་ཆེད་ལས་ཀྱི་མཐོ་ཚད་དང་མང་ཚོགས་ཞུགས་ཚད་གཉིས་ཀར་ལྟ་རྟོག་བྱས་ཡོད། བརྩམས་ཆོས་བསྐུར་ཡུལ་ད་ཆ་དངོས་སུ་འགོ་བཙུགས་ཡོད་ལ། དཔྱད་འདེམས་མཇུག་འགྲིལ་རྗེས་བརྩམས་ཆོས་ཕུལ་བྱུང་དག་སྒྲ་གྲུར་དུས་སྟོན་དུ་ཡུལ་དངོས་ནས་འགྲེམ་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། འདྲ་པར་བརྩམས་ཆོས་རིས་དེབ་པར་བསྐྲུན་དང་། སྐོར་སྐྱོད་འགྲེམ་སྟོན། དེ་བཞིན་སེར་ཤུལ་རྫོང་གི་ཨང་ཀི་མ་རྩའི་མཛོད་ནང་འཇུག་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་འགྲེམ་སྟོན་དང་ཉར་ཚགས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད།

སེར་ཤུལ་རྫོང་རིག་གནས་རྒྱང་སྒྲིག་བརྙན་འཕྲིན་དང་ཡུལ་སྐོར་ཅུས་ཀྱི་ཅུས་ཀྲང་ཚེ་རིང་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་སེར་ཤུལ་རྫོང་གིས་འགྲན་སྟུར་ཆེན་མོ་གཞི་རྟེན་དུ་བྱས་ཏེ་སྐྱེ་ཁམས་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་གྱི་སྤུས་རྟགས་རྒྱུན་མཐུད་དང་བརྟོད་དེ། ཕྱི་ཚོགས་ལས་རིགས་ཁག་གི་མི་སྣ་གདན་དྲངས་ཏེ་བརྙན་མིག་ལ་བརྟེན་ནས་མཐོ་སྒང་གི་ས་གཙང་ཆུ་གཙང་གི་ཞིང་ཁམས་འདི་ཡི་བརྗིད་ཆགས་ཡིད་འོང་གི་སྐྱེ་སྟོབས་ཐུན་མོང་མངོན་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་རེད།།

(**ཨོ་རྒྱན་གྱིས་བྲིས།**)

ཐབས་སྦྱོར་ལ་མཁས་པ་བྱས་ནས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་བསླང་དགོས།

ཐབས་སྦྱོར་ནི་བྱ་བ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ཤེས་ལ་ཟེར་ཞིང་བྱེད་ཐབས་སྣ་བའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས། ཐབས་ལ་མཁས་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་ནི་བློ་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་ཡིན་ལ་ལས་ཚོད་ཆེ་ཆུང་གི་འགག་རྩ་ཡིན། ཐབས་སྦྱོར་ལ་མཁས་ན་བྱ་བ་ལམ་དུ་འགྲོ་སླ་ཞིང་བྱས་འབྲས་མགྱོགས་པོར་སླེབ་ཐུབ། དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་དམིགས་བསལ་ཆེ་ལ་ལས་འགན་སྣ་མང་སྣེ་འཛིང་ཆེ་བས་ངེས་པར་དུ་རྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་བསམ་གཞིག་བཅངས་ཏེ། འཛམ་གླིང་ལ་ལྟ་བའི་མིག་རྒྱང་དང་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཚད་གཞི། ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་ཚད་དཔག་བཅས་ལ་དམིགས་ཤིང་གོང་རིམ་གྱི་བཀོད་སྒྲིག་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་རེ་སྒུག་དང་བསྟུན་ནས་མྱུར་སྒྲུབ་དང་དངོས་སྒྲུབ། དཀའ་སྒྲུབ་བཅས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་ཐབས་སྒྲུབ་ལ་མཁས་པ་བྱས་ནས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་བསླང་དགོས།

ཐབས་སྒྲུབ་ལ་མཁས་པ་ལ་མཆོང་ཐོད་པ་དང་ཚོད་ལྟ་ཐོད་པའི་སྙིང་སྟོབས་དགོས་ཤིང་། གུས་སྐྲག་གི་འདུ་ཤེས་དགོས་ལ། སྲིད་འགན་ལག་རྗེས་འདུ་ཤེས་ཡང་དག་པ་འཆང་ཞིང་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་དགོས། ཐབས་སྒྲུབ་ལ་མཁས་པ་ནི་སྙིང་ཞེན་སྙིང་རྒྱུན་སྐྱོང་བ་མིན་གྱི། བདེན་སྲུང་གསར་གཏོད་ཀྱི་ཏུར་སྐྱོད་ཡིན། ཡོང་བ་མཆོང་རྒྱུག་མིན་ལ་དུས་བབ་དང་བསྟུན་མཁས་ཤིང་ཡུལ་དུས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཁོང་དུ་ཆུད་པ། ཉེན་ཁ་གཏོང་འཛིན་ཐུབ་པའི་ཁྲོད་དུ་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་ཐབས་མཆོག་ཉིད་པ་དེ་ཡིན། སྔོན་དུ་སྒྲུབ་པ་ལས་རྩོད་པ་མི་རྒྱག་པ་དང་སྔོན་དུ་ཚོད་ལྟ་ལས་བཤད་བཤད་མི་རྒྱག་པ། ལག་ལེན་ལས་གྲུབ་འབྲས་འཐོབ་ཐབས་བྱེད་པ་བཅས་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཤིང་། ཕུགས་ཕན་ཆ་བཅོས་ཀྱི་ཐབས་གསར་འཚོལ་བ་དང་། ཉམས་མྱོང་ཉམས་མྱོང་ཙམ་དུ་མ་ལུས་པར་དེ་ཉིད་བྱེད་ཐབས་གོ་ཆོད་དུ་བསྒྱུར་ནས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་མངོན་པའི་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོའི་འགྲོ་ལམ་དུ་བསྐྱོད་དགོས། སྒྲུབ་ཐོད་པ་དང་སྒྲུབ་ཤེས་པ། སྒྲུབ་མཁས་པའི་རྨང་གཞིའི་ཐོག་ཁྲིམས་སྒྲིག་གི་མཐིལ་ཚད་སྲུང་ཞིང་གུས་སྐྲག་གི་འདུ་ཤེས་བཅངས་ཏེ། བསྒྱུར་བཅོས་གསར་གཏོད་ཁྲོད་དུ་རྩལ་ནུས་ངོམ་དགོས། སྲིད་འགན་ལག་རྗེས་འདུ་ཤེས་ཡང་དག་པ་འཆང་བ་དང་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་ཤིང་། དུས་ནམ་ཡང་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཆེས་དོ་ཁུར་བྱེད་ས་དང་ཆེས་ཐད་ཀར། ཆེས་དངོས་ཡོད་ཀྱི་ཁེ་ཕན་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་རྒྱུ་ལས་དོན་ཁག་གི་ཨང་དང་པོར་བཞག་སྟེ། འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་དམངས་ཡོངས་ཀྱིས་མཉམ་སྤྱོད་ཐུབ་ཅིང་། མཐུན་སྒྲིལ་འབད་འཐབ་དང་ལས་སྒྲུབ་ལས་གཏོད་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིལ་དགོས།

དཀར་མཛེས་ཁུལ་བབ་བསྟུན་འཕྲུལ་སྒྲུབ་དང་རྗེས་སྙེག་མཆོང་བརྒྱལ་ཡོང་བར་མྱུར་སྒྲུབ་ཀྱིས་གོ་སྐབས་འཛིན་དགོས་པ་དང་། དངོས་སྒྲུབ་ཀྱིས་ལས་འགན་བསྒྲུབ་དགོས་ཤིང་། དཀའ་སྒྲུབ་ཀྱིས་སྙིང་རུས་བརྟར་དགོས་ལ། ཐབས་སྒྲུབ་ཀྱིས་ལས་ཚོད་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས། ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་གོང་འོག་ཚང་མས་ཧུས་གཉེར་གྱི་ཆུ་ཚད་དང་ཐབས་སྒྲུབ་ཀྱི་ནུས་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་ཞིང་། རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་རྩལ་དཀྲུག་ཅིང་། དཔའ་སྙིང་གི་རྒྱུན་བསྐྱངས་ཏེ། ཀུང་གོ་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་ལག་ལེན་ལ་ངོ་གནོང་མི་དགོས་པའི་གྲུབ་འབྲས་གཟེངས་སུ་ཐོན་པ་གཏོད་དགོས་སོ།།

(**སྐལ་བཟང་གྱིས་བྲིས།**)

ཁམས་ཀྱི་གཏམ་ཐུང་།