༢ ཕྱོཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། ཀུན་དགའ་བསམ་གཏན། ཁ་པར། 15183621818 རྩོམ་སྒྲིག་པ། སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ། ཡིག་སྒྲོམ། 2714574645@qq.com 2026ལོའི་ཟླ་བ6པའི་ཚེས 1ཉིན།

ཉེ་ཆར།དཀར་མཛེས་རྫོང་སྲིད་གྲོས་ལྟ་ཞིབ་ཚོ་ཆུང་གིས
“མི་བྱེད་པ་བཞི་དང་ཐད་ཀ་གཉིས”ཀྱི་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་སྟངས་སྤྱད་
དེ་ཡུལ་ཤོག་དང་གྲོང་རྡལ་ཁག་གཅིག་ཏུ་བསྐྱོད་ནས2026ལོའི
“དོན་དག་ཡོད་ཚེ་གྲོས་མོལ་བྱེད་པའི”ལས་སྟེགས་འཁོར་སྐྱོད་
བྱེད་ཚུལ་ལ་ལྟ་སྐུལ་མཛུབ་ཁྲིད་བྱས།ལྟ་སྐུལ་མཛུབ་ཁྲིད་ཚོ་ཆུང་
གིས“ཡོད་པ་བཞི་དང་གཅིག་གྱུར་བཞིའི”གྲོས་མོལ་ལས་སྟེགས་
འཛུགས་པའི་ཚད་གཞིར་ནན་པོར་དམིགས་ནས་ཡུལ་དངོས་ནས་
རྟོག་ཞིབ་དང་རྩིས་ཁྲར་ལྟ་ཞིབ།ཨུ་ཡོན་བཞུགས་མོལ་སོགས་ཀྱི་བྱ་
ཐབས་བརྒྱུད་དེ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས“འབད་ཐབས་ཡོད་པ་དང་
མཚོན་རྟགས་ཡོད་པ།ལམ་ལུགས་ཡོད་པ།ཕན་འབྲས་ཐོན་
པ”བཅས་ཀྱི་དོན་འཁྱོལ་ཚུལ་ལ་ཞིབ་དཔྱད་བྱས་པར་མ་ཟད།
“མཚོན་རྟགས་གཅིག་གྱུར་དང་གོ་རིམ་གཅིག་གྱུར།ཟིན་ཐོ་
གཅིག་གྱུར།ཡོངས་བསྒྲགས་ནང་དོན་གཅིག་གྱུར”བཅས་ཀྱི་བླང་
བྱ་དང་བསྡུར་ནས་ཞན་ཆ་གྲལ་བཤེར་བྱས།
ཐེངས་འདིའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་ལས་སྟེགས་འཁོར་སྐྱོད་ཀྱི་ཚད་
ལྡན་རང་བཞིན་མཐོ་རུ་བཏང་བ་དང“དོན་དག་ཡོད་ཚེ་གྲོས་མོལ་
བྱེད་པའི”ལས་སྟེགས་རྨང་གཞི་ཇེ་བརྟན་དང་སྤུས་ཚད་དང་ཕན་
འབྲས་མཐོ་རུ་གཏོང་བའི་ཕྱོགས་སུ་བསྒྱུར་བར་བསྐུལ་ནས་གཞི་
རིམ་གྱི་གྲོས་མོལ་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་དང་ལམ་ལུགས་ཅན་ལ་འཕེལ་བར་
འདེགས་སྐྱོར་ནུས་ལྡན་བྱས།ལྟ་སྐུལ་མཛུབ་ཁྲིད་ཚོ་ཆུང་གིས་གྲོས་
མོལ་ལས་དོན་དེ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ“ཏང་ཨུས་འགོ་ཁྲིད་
དང་སྲིད་གཞུང་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར།སྲིད་གྲོས་ཀྱིས་གཙོ་ཁྲིད།ཨུ་ཡོན་
བྱེད་པོ་བྱེད་པ།ཕྱོགས་ཁག་ཞུགས་པ།མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་

འདེགས་ཞུ་བ”བཅས་ཀྱི་ལས་ཀའི་བྱེད་ཐབས་ལ་གཞིགས་ནས
“དོན་དག་ཡོད་ཚེ་གྲོས་མོལ་བྱེད་པའི”ལས་སྟེགས་དེ་མང་ཚོགས་
ཁྲོད་རྩ་བ་བརྟན་པོ་ཚུགས་པར་བྱས།
སུས་གྲོས་སྡུར་བྱེད་པ་དང་གང་གྲོས་སྡུར་བྱེད་པ།གྲོས་
སྡུར་ཇི་ལྟར་བྱེད་པ“བཅས་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་དམིགས་ནས་སློབ་
གསོ་དང་སྨན་བཅོས།ཕྱིར་སྐྱོད།འཐུང་ཆུ་སོགས་དམངས་
འཚོའི་དོན་དངོས་ཀྱི་གནད་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་དམིགས་པ་
དང་། ”ལོ་ལྔའི་འཆར་འགོད་བཅོ་ལྔ་པའི་དུས་སྐབས་ལ་མང་
ཚོགས་ཀྱི་རེ་སྒུག་གསར་པ་དང་དགོས་མཁོ་གསར་པར་རང་

འགུལ་ངང་སྦྲེལ་མཐུད་བྱས་ཏེ།གྲོས་མོལ་གྱི་གྲོས་དོན་ཐད་
འཆར་གཞི་འགོད་པ་དང་མི་སེར་གྱི་འཚོ་བ་དང་འབྲེལ་མཐུད་
བྱེད་པ།དམངས་འཚོའི་དོན་དངོས་རེ་རེ་གནད་ལ་འཁེལ་བའི་
གྲོས་མོལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དོན་ཐོག་ཏུ་འཁྱོལ་བར་བརྟེན་ནས་མང་
ཚོགས་ཀྱི་ཐོབ་ཚོར་ཆེ་རུ་བཏང་བ་དང་།“གྲོས་མོལ”དེ“ཁེ་
ཕན”དུ་བསྒྱུར་ནས་གཞི་རིམ་གྱི་གྲོས་མོལ་ལ་སྔར་བས་དྲོད་ཚད་
དང་སྤུས་ཚད།ཕན་འབྲས་ལྡན་པར་བྱས།།
（ དཀར་མཛེས་རྫོང་སྲིད་གྲོས་གཞུང་ལས་
ཁང་ནས། ）

ས་བབ་མཐོ་བའི་དོ་དམ་ཚོད་འཛིན་ས་ཁུལ་དུ་ཉེན་རྟོག་
ལས་དོན་ཁང140ལྷག་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་དང་།“ཞབས་ཞུ་
ཀུན་ཁེབས་ཀྱི་འགན་ཁུར་བ།ཆ་འཕྲིན་པ།འབུ་རྐོ་དུད་
ཚང”བཅས་རིམ་པ་གསུམ་གྱི་མཉམ་འགུལ་མ་ལག་བཙུགས་ནས་
མང་ཚོགས་ཁྲི7ལྷག་ལ་ཁྱབ་ཡོད་ཅིང་།སྐད་གཉིས་འདུམ་འགྲིག་
རུ་ཁག་བཙུགས་ནས་རྩྭ་ར་དང་མཐའ་མཚམས་སོགས་ཀྱི་འགལ་བ
14སེལ་པ་དང་།ཁྱིམ་མཚེས་སྤྱི་བདེ་ལས་ཁུངས་དང་མཉམ་
འབྲེལ་འགོག་སྲུང་གི་གྲོས་མཐུན་བཞག་པ།མཉམ་འབྲེལ་སྐོར་
ཞིབ་ཐེངས10ལྷག་བྱས་ནས་ས་ཁོངས་ལས་བརྒལ་བའི་བདེ་
འཇགས་སྲུང་ཡོལ་བརྟན་པོར་བསྐྲུན།སྤྱི་བདེ་དན་གྲངས་ཆེན་
མོའི་ལས་སྟེགས་ལ་བརྟེན་ནས་འབུ་རྐོ་མཁན་གྱི་འགུལ་རྣམ་རྩིས་

ཐོ་བཟོས་ཏེ་ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་ས་ཁོངས18ལ་སྔོན་ཚུད་ཉེན་བརྡ་
བཏང་བ་དང་།བློ་རིག་བྱང་བུའི་ས་ཚུགས11དང་ཉེན་མེད་བྱང་
བུའི་ས་ཚུགས76བཀོད་སྒྲིག་བྱས།མི་མེད་གནམ་གྲུ30ལྷག་སྤྱད་
དེ“རྐང་ཐང་དང་རླངས་འཁོར།ནམ་མཁའ་བཅས་ནས་སྐོར་
ཞིབ”ཕྱོགས་གསུམ་གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་འགྲོ་ལམ་གྱི་མངོན་མེད་
རྐྱེན་ངན་གྲལ་བཤེར་བྱས་ནས་ཉེན་བརྡའི་མཚོན་རྟགས35ཁ་
སྣོན་བརྒྱབ་པ་དང་།འགྲིམ་འགྲུལ་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་གྱོད་གཞི
139ཞིབ་བཤེར་ཐག་གཅོད་བྱས་ནས་འགྲིམ་འགྲུལ་བརྒྱུད་རིམ་
ཧྲིལ་པོར་ཞབས་ཞུ་བྱས་ཡོད།
ཉེན་རྟོག་ལས་དོན་ཁང་ལ་བརྟེན་ནས་བཅའ་ཁྲིམས་
བློ་འདྲི་དང་འཚུབ་བསྟུན་རོགས་སྐྱོབ་མཁོ་འདོན་བྱས་པ་

དང་། འཕྲོད་བསྟེན་སྡེ་ཚན་དང་མཉམ་འགུལ་བྱས་ནས་
སྨན་བཅོས་ས་ཚུགས་བཙུགས་ཏེ་ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་གནས་ཚུལ
5ཐག་བཅད་པ་དང་། ཁྲོམ་རའི་ལྟ་སྐུལ་དོ་དམ་དང་
མཉམ་འབྲེལ་བྱས་ནས་དབྱར་རྩྭ་དགུན་འབུ་ཉོ་ཚོང་ཚད་
ལྡན་དུ་བཏང་། ཁྲིམས་འགལ་ཁུངས་སྣེ9གྲལ་བཤེར་བྱས་
པ་དང་སྐད་གཉིས་ཁྲིམས་སྐྱོང་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱས་ནས་མི་ཁྲི
7ལྷག་ལ་ཁྱབ་ཅིང་།དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་རིགས་ཁྲི2སྤྲད།
བློ་འདྲི་དོན་ཚན1000ལྷག་ལ་ལན་བཏབ།མང་ཚོགས་
ཀྱིས་ཁྲིམས་ལྟར་འབུ་རྐོ་བ་དང་སྒྲིག་སྲོལ་དང་མཐུན་པའི་
ཉོ་ཚོང་བྱེད་པར་ཁྲིད་སྟོན་བྱས་ཡོད།།
（ ཀུན་དགས་བྲིས།）

བཀྲ་ཤིས་དོན་གྲུབ་དང་ལྷ་དཔལ།ཚེ་རྒྱལ་གསུམ་གྱིས་རྒྱུན་
དུ་ཧོར་གཙང་སྡེ་བའི་ར་ལུག་དང་ནོར་གནག་བརྐུས་ཏེ་ཀ་ཅི་ས་
ཆར་དེད་ནས་རྐུན་ཚོང་རྒྱག་གིན་ཡོད།ཉིན་ཞིག་གི་དགོང་
མོར།ཁོ་ཚོས་དར་རྒྱས་སྒང་ནས་འབྲི་གཡག་བཅུ་གསུམ་དེད་ནས་
ཧོར་གཙང་མདོར་ཐོན་པ་ན་ནམ་ལངས་ལ་རན་སོང་།ཧོར་གཙང་
མདོའི་རུ་སྡེ་དེ་དེ་འདྲ་ཆེ་རྒྱུ་མེད་པའི་ཁར་རུ་ཁྱིམ་ཚང་མ་ཐར་ཐོར་
དུ་ཆགས་ཡོད།ཁོ་ཚོའི་སེམས་སུ་འདི་ནས་ཀ་ཅིའི་བར་དུ་ད་དུང་
སྤྱི་ལེ་བཅུ་ཕྲག་འགའ་ཡོད་པས་མི་གཞན་དང་སྤྱི་བདེ་ཉེན་རྟོག་པས་
ཀྱང་ཤེས་སླ་རྒྱུ་རེད་བསམས་ནས།ཧོར་གཙང་མདོ་ཡི་ཕོ་གསར་ཀླུ་
རྒྱལ་དང་བཀྲ་ཤིས་དོན་གྲུབ་གཉིས་ནི་ཕ་མ་མིང་སྲིང་གི་བྱིས་པ་
ཡིན་པས།ཁོ་གཉིས་སྤུན་མཆེད་ཀྱང་ཡིན་ལ་ཕན་ཚུན་ལ་བློ་ཁ་
འདྲིས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།
དང་ཐོག་ཁོ་ཚོས་འབྲི་གཡག་རྣམས་བླ་བྲང་ནས་ཉོས་ཡོང་བ་
དང་བཤན་པས་ཀ་ཅི་ན་སྒུག་ཡོད་ཚུལ་བཤད་ནའང་།ཀླུ་རྒྱལ་གྱིས་
རྣར་མ་སོང་བར་ངེད་ཚང་དུ་འདི་འདྲའི་འབྲི་གཡག་མང་པོ་ཞིག་
འཇུག་སའི་ཟོག་ར་ཞིག་མེད་ཚུལ་བཤད་པ་ན།ཁོ་ཚོས་རྐུན་ཟོག་
ཡིན་ཚུལ་གྱི་དོན་དངོས་སུ་བཤད་པ་དང་།གལ་ཏེ་ཁོ་ཚོར་སྐུང་
རོགས་བྱེད་ཐུབ་ཚེ་འབྲི་གཡག་གཅིག་ལ་སྒོར་ཉིས་བརྒྱ་རེ་སྟེར་ཞེས་
བཤད་པ་ན།ཀླུ་རྒྱལ་ཡང་ཡིད་འཐད་བྱུང་སྟེ་ཉིན་གསུམ་ལ་ཁོ་ཚང་
ནས་རྐུན་ཟོག་སྐུང་རོགས་བྱས།འོན་ཀྱང་ལས་ངན་པ་ཞིག་
ལ། ཉིན་གསུམ་འདས་པོའི་མཚན་མོའི་དུས་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་
སྟེང་།ཁོ་ཚོས་རྐུན་ཟོག་རྣམས་དེད་ནས་ཀ་ཅིར་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་
དུ། བསང་ཆུ་རྫོང་སྤྱི་བདེ་ཉེན་རྟོག་པས་ཁོ་ཚོ་འཛིན་བཟུང་
བྱས། འདིར་ཁྱེད་བཅའ་ཁྲིམས་བློ་སྟོན་ཁང་ལ་དྲི་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་
རྐུན་ཟོག་རྐུང་རོགས་བྱེད་མཁན་གྱི་ཀླུ་རྒྱལ་ལ་ཉེས་པ་ཡོད་དམ།
རྐུན་རྫས་སྐུང་རོགས་དང་བཙོང་རོགས་བྱེད་པ་ནི།ཁྲིམས་
འགལ་ནག་ཉེས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་རེད།དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།བྱ་སྤྱོད་
འདིའི་རིགས་ཀྱིས་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཁྲིམས་འཛིན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་
རྐུན་རྫས་རྩད་གཅོད་གཞུང་བཞེས་ཀྱིས་ཉེས་རྟགས་ལེན་པ་
དང་། དུས་ཐོག་ཏུ་ཉེས་ཅན་ལ་མཚང་བརྟོལ་དང་རྡུང་རྡེག་བྱས་
ཏེ།རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་སྲུང་བར་བཀག་འགོག་
དང་།ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ཉེས་ཅན་ཐད་ཀར་རོགས་བྱས་ཏེ་རྒྱུ་
ནོར་གྱི་ཁེ་ཕན་ཐོབ་པར་བྱེད་ཅིང་།བཅའ་ཁྲིམས་བཀག་སྡོམ་ལས་
བྱོལ་བ།དོན་དངོས་ཐོག་ནག་ཉེས་བཟོ་བར་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་སྐུལ་
བའི་ནུས་པ་ཐོན་པས།རྐུན་རྫས་སྐུང་རོགས་དང་བཙོང་རོགས་
བྱེད་པའི་ཉེས་ཅན་ལ་ཅིས་ཀྱང་ཉེས་ཆད་གཅད་དགོས།
རྐུན་རྫས་སྐུང་རོགས་དང་བཙོང་རོགས་བྱེད་པའི་ཉེས་ཅན་
ཟེར་བ་ནི།ནག་ཉེས་བཟོས་ནས་ཐོབ་པའི་རྐུན་རྫས་ཡིན་པ་ཤེས་
བཞིན་དུ་སྐུང་རོགས་དང་བཙོང་རོགས་བྱེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་བསྟན་པ་
ཡིན།རྐུན་རྫས་སྐུང་རོགས་དང་བཙོང་རོགས་བྱས་པའི་ནག་ཉེས་
གྲུབ་དགོས་ཚེ་ཆ་རྐྱེན་གསུམ་འཛོམས་དགོས་པ་སྟེ།
1.སྐུང་རོགས་དང་བཙོང་རོགས་བྱེད་པའི་རྒྱུ་རྫས་དེ།མི་
གཞན་གྱི་ཉེས་གསོག་གི་ཐབས་ཤེས་ལས་ཐོབ་པའི་རྐུན་རྫས་དངོས་
པོ་ཡིན་པ།
2.རང་ངོས་ནས་ཅིས་ཀྱང་བསམ་བཞིན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་
ལ། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་རྐུན་རྫས་དེ་དག་ནི་ཉེས་ཅན་གྱིས་རྐུ་
འཕྲོག་དང་འཕྲོག་བཅོམ།མགོ་སྐོར།ཧམ་ཟ།ལྐོག་འཚོང་སོགས་
ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཐབས་ཤེས་སྤྱད་ནས་ཐོབ་པ།སྐུང་རོགས་དང་
བཙོང་རོགས་བྱས་པའམ་ཡང་ན་དང་ཐོག་མི་ཤེས་ཀྱང་།རྗེས་སུ་
སྐུང་རོགས་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་ཁྲོད་དུ་ནག་ཉེས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ལས་
ཐོབ་པའི་རྒྱུ་ནོར་ཡིན་པ་ཤེས་ནའང་།སྔར་བཞིན་མུ་མཐུད་དུ་སྐུང་
རོགས་དང་བཙོང་རོགས་བྱེད་པ།
3.རྐུན་རྫས་ཉར་ཡོད་པའམ་ཡང་ན་བཙོང་རོགས་བྱེད་
པའི་བྱ་སྤྱོད།རྐུན་རྫས་སྐུང་རོགས་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ནི་ཉེས་ཅན་
ལ་རྐུན་རྫས་སྐུང་ས་འདོན་སྤྲོད་བྱེད་པ་ལས་གཞན།ད་དུང་ཧུར་
བརྩོན་གྱིས་ཉེས་ཅན་ལ་རོགས་རམ་བྱས་ཏེ་རྐུན་རྫས་གཞན་ལ་
སྤོར་རོགས་བྱས་པའང་འདུ།བཙོང་རོགས་བྱས་པ་དེ་ཉེས་ཅན་
ལ་རོགས་བྱས་ཏེ་རྐུན་རྫས་གཞན་ལ་བཙོང་རོགས་བྱས་པར་མ་
ཟད། རང་གིས་རིན་གོང་དམའ་མོའི་སྒོ་ནས་ཚུར་ཉོས་
ཤིང་།སླར་ཡང་གོང་མཐོན་པོའི་སྒོ་ནས་གཞན་ལ་བཙོང་བའམ་
ཡང་ན་རང་གིས་སྤྱོད་པ་དེའང་འདུས།
ལག་ལེན་གྱི་ཁྲོད་དུ།རྐུན་རྫས་སྐུང་རོགས་དང་བཙོང་
རོགས་གཉིས་ལས་གཅིག་ལག་བསྟར་བྱས་ན།རྐུན་རྫས་སྐུང་
རོགས་དང་བཙོང་རོགས་གཉིས་ཀྱི་ནག་ཉེས་སུ་གྲུབ།ད་ལྟའི་ཉེས་
ཁྲིམས་ལས་གཏན་ཕབ་བྱས་པ་ལྟར་ན།རྐུན་རྫས་སྐུང་རོགས་དང་
བཙོང་རོགས་བྱས་པའི་བྱ་སྤྱོད་ལ།ཉེས་གསོག་ལས་ཐོབ་པའི་རྒྱུ་
རྫས་ལ་ཟོལ་བཅོས་བྱེད་པ་དང་བསྐུངས་པའི་ནག་ཉེས་ཞེས་མིང་
བཏགས་ཡོད་པ་དང་།ནག་ཉེས་དེ་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་དང་གྲུབ་
པའི་ཁྱད་ཆོས་རྣམས་ལ་འགྱུར་ལྡོག་ཆེར་མེད།ལོ3མན་གྱི་དུས་
བཀག་བཙོན་འཇུག་དང་བཙན་ཉར་ལས་སྐུལ་ལམ་ཡང་ན་རྩིས་
སྤྲོད་དོ་དམ་བཅས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་གཅད་དགོས་ཤིང་།དེ་དང་ལྷན་དུ་
དངུལ་ཆད་ཀྱང་གཅད་དགོས།། （ཀུན་དགས་བསྡུས།）

རྐུན་རྫས་སྐུང་རོགས་དང་བཙོང་རོགས་
བྱས་ན་ཁྲིམས་འགལ་ཡིན་ནམ།

དཀར་མཛེས་རྫོང་སྲིད་གྲོས་ཀྱིས་དོན་དག་ཡོད་ཚེ་གྲོས་མོལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ལས་སྟེགས་འཁོར་སྐྱོད་ལྟ་སྐུལ་མཛུབ་ཁྲིད་ལས་དོན་སྤེལ།

རང་ཁུལ་གྱིས་ཉེན་རྟོག་ལས་དོན་དང་མཉམ་དུ་དབྱར་རྩྭ་དགུན་འབུ་རྐོ་བའི་དུས་ཚིགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་བསྲུངས།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད།)གླིང་ཁུལ་གྱི་ཡིག་ཚགས་རིམ་སྤོར།
གསར་དར་ཐོན་ལས་བཀོད་སྒྲིག།ཁྱད་ཆོས་ཞིང་འབྲོག་ཐོན་
ལས་འཛུགས་སྐྲུན་སོགས་ཀྱི་ཐད་རྒྱབ་སྐྱོར་དེ་བས་མང་བ་
བྱས་ཏེ།དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱིས་ཞན་ཆར་ཁ་གསབ་པ་དང་
ཐོན་ལས་འཁོར་སྐྱོར་གཙོ་བོ་སྟོབས་ཆེན་གཏང་རྒྱུར་རོགས་
རམ་བྱས་ནས་ཐོན་ལས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འགྲན་རྩོད་ནུས་པ་ཆེ་རུ་
གཏང་རྒྱུའི་རེ་བ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད།
ཡན་ཝུའེ་ཏུང་གིས་ཀྲའོ་པོ་དང་བཅས་པར་དགའ་བསུ་ཞུས་
པ་དང་འབྲེལ་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ཨུ་དང་ཁུལ་སྲིད་གཞུང་གིས་དུས་

ཡུན་རིང་པོའི་ནང་དཔལ་འབྱོར་དང་ཆ་འཕྲིན་ཅན་ཐིང་གི་ལས་དོན་
ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་རེད།ཁོང་གིས་དཔལ་
འབྱོར་དང་ཆ་འཕྲིན་ཅན་ཐིང་གིས་སྤྱོད་མཁན་གྱི་བསམ་གཞིགས་
དང་ཁྱོན་ཡོངས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོ་བཙུགས་ཏེ།རང་རྟོགས་ངང་
གྲོང་ཁྱེར(ཁུལ)དང་མཉམ་དུ་བསྡམས་ནས་གྲོང་ཁྱེར(ཁུལ)གྱི་ཟུར་
ཚད་ཐོག་ནས་ལས་དོན་ལ་བསམ་གཞིགས་དང་།ལམ་སྲོལ་ལེགས་
གཏོང་དང་ཞབས་ཞུ་ལེགས་སུ་བཏང་སྟེ་རང་ངོས་ཀྱི་འགན་ནུས་དང་
འགན་འཁྲིར་གཞི་ཚུགས་ནས་ཁེ་ལས་སྐྱེད་སྲིང་དང་།གླིང་ཁུལ་
འཛུགས་སྐྲུན།ཁྱད་ཆོས་ལེགས་ཆའི་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་

ཐད་ཞབས་ཞུ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་དེ་བས་མང་བ་བྱས་ཏེ།ས་གནས་དང་
ཁེ་ལས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་དང་ས་གནས་དང་
མཉམ་དུ་ཆུ་དང་རླུང་། འོད་བཅས་ཀྱི་འབྱུང་འཕྲོད་ནུས་ཁུངས་
ལེགས་ཆ་དེ་ཐོན་ལས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་དང་།དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལེགས་ཆ།
འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་བཅས་སུ་མགྱོགས་མྱུར་འགྱུར་རྒྱུར་ཐུན་མོང་
ཐོག་བསྐུལ་ནས།དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་བཟོ་ལས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་
སྤུས་ཚད་དང་ཕན་འབྲས་མཐོ་རུ་གཏང་རྒྱུར་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་རྒྱབ་
སྐྱོར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད་བ་རེད།།
(བདེ་སྐྱིད་དང་སྐལ་བཟང་གཉིས་ཀྱིས་སབསྒྱུར།)

བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་ནོར་གནག་ཐོན་ལས་སྟོབས་ཆེར་དང་ལེགས་སུ་བཏང་ནས་དེང་རབས་མཐོ་སྒང་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་ཞིང་འབྲོག་ལས་རྟེན་གཞི་འཛུགས་པར་ཤུགས་འདོན་དགོས།
(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད།)
ཚོགས་འདུར།ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་རང་ཁུལ་གྱིས་ཏང་
ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་དང་ཞིང་ཆེན་ཏང་ཨུ་དང་
ཞིང་ཆེན་སྲིད་གཞུང་གི་ལས་ཀའི་བླང་བྱ་ལག་ལེན་བསྟར་ནས་
རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་ནོར་གནག་ཐོན་ལས་ཁྱུ་ཚོགས་འཛུགས་སྐྱོང་
ལ་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་བསྐུལ་བ་དང་།གསེར་རྟ་དང་སེར་ཤུལ།
ལི་ཐང་བཅས་རྫོང་གསུམ་གྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩྭ་ཐང་འབྲོག་ལས་
ཕྱོགས་སྒྱུར་རིམ་སྤོར་ཚོད་ལྟ་བྱ་རྒྱུར་གོ་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་སྐུལ་
འདེད་གཏོང་བ་དང་།ཞིང་ཆེན་དང་ཁུལ་རིམ་པའི་ནོར་གནག་
ཐོན་ལས་གླིང་ཁག་གཅིག་བསྐྲུན་ནས་ཁུལ་རིམ་པ་ཡན་གྱི་སྣེ་
ཁྲིད་ཁེ་ལས་གསོ་སྐྱོང་དང་།གནས་མཆོག་དཀར་མཛེས་དང་ལྷ་
གཡག་དཀར་མཛེས་སྤུས་རྟགས་གཉིས་ལྡན་གྱི་འཐབ་ཇུས་རྒྱུན་
མཐུད། སྣེ་ཁྲིད་ཐོན་ལས་དང་ཐོན་ལས་ཅན་གྱི་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་
སྟངས་ཀྱིས་ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཡོང་འབབ་འཕར་རྒྱུར་

སྐུལ་ཁྲིད་ནུས་ལྡན་བྱས་ཤིང་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་ནོར་གནག་ཐོན་ལས་
འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རྨང་གཞི་དང་གསོ་ཚགས་ཚད་ལྡན་ཅན་འགྱུར་
བའི་ཆུ་ཚད་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་མཐོར་འདེགས་ཡོང་ནས་ཕྱོགས་
བསྡུས་ཁེ་ཕན་བརྟན་པོར་གོང་འཕེལ་བྱུང་ཡོད།ཡིན་ན་ཡང་
འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོ་ཡོང་བའི་བླང་བྱར་གཞིགས་ན།
རྨང་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་ཞན་པ་དང་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་
གསོ་སྤེལ་ལག་རྩལ་ཁྱབ་གདལ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཚད་མི་འདང་བ།
ཐོན་ལས་འབྲེལ་ཐག་རྒྱ་སྐྱེད་མི་འདང་བ་སོགས་ཀྱི་ཞན་ཆ་སྔར་
བཞིན་གནས་ཡོད།
ས་གནས་ཁག་དང་སྡེ་ཚན་ཁག་གིས་ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་ཁྱོན་
ཡོངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བ་དང་ཞིང་ལས་དང་ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་
ཅན་དུ་འགྱུར་བར་སྐུལ་བའི་མཐོ་ཚད་ཐོག་ནས་ནོར་གནག་ཐོན་ལས་
དེ་རྒྱལ་ཡོངས་དང་ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཁྲོད་དངོས་འབྲེལ་
བཞག་ནས་འཆར་འགོད་དང་ཇུས་བཀོད། སྐུལ་འདེད་བཅས་བྱ་

དགོས་ཞེས་བསྟན།ཚོགས་འདུར་གནག་ཕྱུགས་ཐོན་ལས་དེ་རང་
ཁུལ་གྱི་མཐོ་སྒང་གི་ཁྱད་ཆོས་ཞིང་འབྲོག་ལས་ཀྱི་སྲོག་ཤིང་ཡིན་
པའི་གནས་འཁེལ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས་ནས།གནག་ཕྱུགས་ཐོན་
ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་ཡིད་ཆེས་དང་ཆོད་སེམས་སྔར་བས་
བརྟན་དུ་བཏང་ནས་ཐོན་ཁུངས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་བེད་སྤྱོད་ཡག་
པོ་བྱས་ནས་སྲིད་ཇུས་དང་མ་དངུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་
གཏོང་བ་དང་།རྒྱུན་མཐུད་ངང་སྤུས་ལེགས་ཐོན་རྫས་བཟོས་པ་
དང་སྤུས་རྟགས་ཇེ་གྲགས་སུ་གཏོང་བ།ཁེ་ལས་སྟོབས་ཆེ་རུ་
གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་གནག་ཕྱུགས་ཐོན་
ལས་དེ་མཐོ་སྒང་གི་ཁྱད་ཆོས་ཞིང་འབྲོག་ཐོན་ལས་ཀྱི་ཚད་ཤིང་
ཞིག་ཏུ་ཧུར་གཏོད་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་བ་རེད།ཁུལ་
གྱི་འབྲེལ་ཡོད་མགོ་ཁྲིད་དང་ཁུལ་རིམ་པའི་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་གྱི་
འགན་འཁུར་བློ་མཐུན་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་ཡོད།།
（ ལྷ་འཛོམས་དང་སྐལ་བཟང་གཉིས་ཀྱིས་བསྒྱུར།）