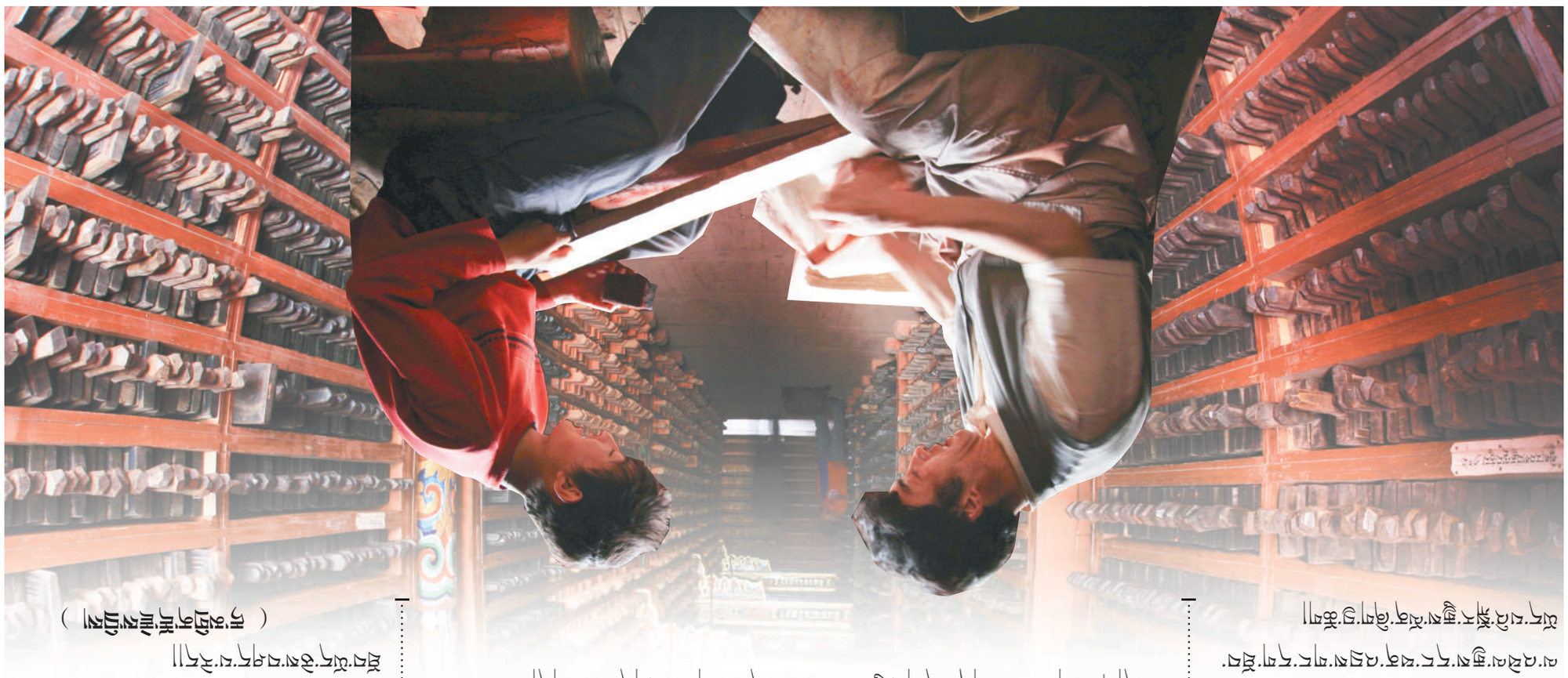

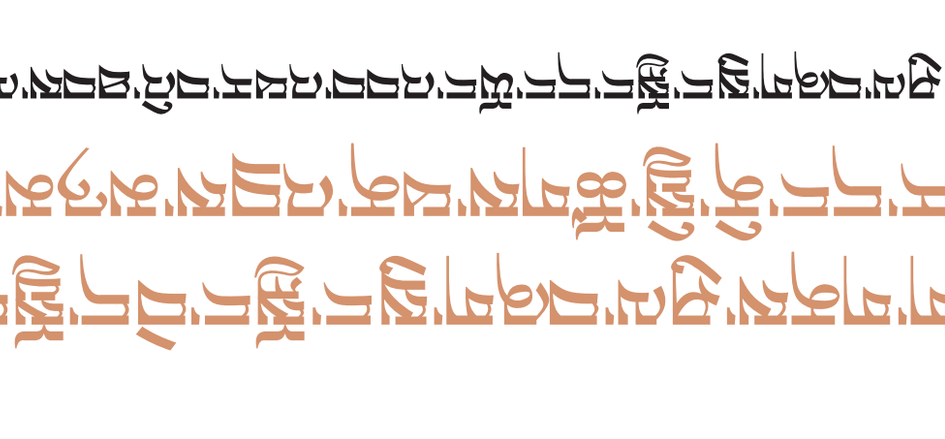

སྤུས་རྟགས་དང་ཁྱབ་སྤེལ་སྦྲེལ་བ་དང་
གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་
དང་ཐོན་ལས་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་
དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་
འབྲས་གཉིས་ཀ་ཐོབ།

ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ཕྱོགས་
བསྡུས་སྲུང་སྐྱོང་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་རྫོང་ཁོངས་ཚོད་
ལྟ་དང་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་སྲུང་
སྐྱོང་བེད་སྤྱོད་ས་ཁོངས་ཚོད་ལྟ་གཉིས་ཀྱི་བླང་
བྱ་ལྟར་ན། ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་
སྲུང་སྐྱོང་ཡག་པོ་བྱ་དགོས་པར་མ་ཟད།ས་
གནས་དེ་གའི་སྤྱི་ཚོགས་དཔལ་འབྱོར་དང་ཡང་
མཐུན་སྦྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་དགོས་པ་བཤད་
ཡོད།ཐབས་གཉིས་མཉམ་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བྱ་
དགོས་པའི་ཐད་ལ་སྡེ་དགེ་རྫོང་གིས་ལག་ཤེས་
བཟོ་རྩལ་གྱི་འབྱུང་ཡུལ་ཏེ་སྨན་ཤོད་གྲོང་རྡལ་
གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་རྫོང་ཡོངས་ལ་མཉམ་སྐུལ་
ཡོང་བ་བྱས་ཡོད།

སྨན་ཤོད་གྲོང་རྡལ་གྱི་ཏང་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་
བསོད་ནམས་རིན་ཆེན་གྱིས་ཚོད་ལྟ་གཉིས་ཀྱི་
རིང་ལ་སྨན་ཤོད་ལག་ཤེས་པའི་གྲགས་རྟགས་
ཕྱིར་མཆེད་དེ་སྔ་ཕྱིར་ཧྲང་ཧའེ་དང་ཁྲེང་ཏུའུ་
སོགས་སུ་འགྲེམས་སྟོན་བྱས་པ་དང་ཕྱིར་
འཚོང་ཡོང་འབབ་བསྡོམས་འབོར་སྒོར་ཁྲི63
ལ་ཟིན་པས་སྡེ་དགེ་རིག་གནས་ཀྱི་ས་ཁོངས་
ཤུགས་རྐྱེན་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཡོད།
ཆེད་ལས་ཚོགས་པའི་གཉེར་སྐྱོང་དང་གཙོ་
རྒྱུན་འཕྲིན་སྦྱོར་གྱི་དྲིལ་སྒྲོག་ལ་བརྟེན་ནས་
སྨན་ཤོད་ལག་ཤེས་དང་ལག་ཤེས་བརྒྱུད་
འཛིན་པའི་གྲགས་རྟགས་བརྒྱུད་དེ་དཔལ་
འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་འབྲས་གཉིས་ཀ་
ཐོབ་ཡོད་ཅེས་བཤད་པ་རེད།།
（ རྟ་མགྲིན་རྡོ་རྗེས་བྲིས།）

མ་ཝུའེ་ཁྲའོ་ཡིས་སྡེ་དགེ་པར་ཁང་ངོ་མ་ཧ་
ལས་པ་རེད་ཀྱང་ཆུ་ཚོད་གཉིས་ཙམ་ལས་བལྟ་རྒྱུ་མི་
འདུག་ཅེས་བཤད་ཞོར་པར་ཁང་ནས་ཕྱིར་ཐོན་
པའི་སྐབས་སྔར་བཞིན་འདོད་བློ་མ་ཚིམ་པར།
འགྲམ་དུ་ཡོད་པའི་སྡེ་དགེ་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་
ཨང་ཀིའི་མྱོང་རོལ་ཁང་བསྐྲུན་ཟིན་པར་མ་ཟད་ལྟ་
སྐོར་བྱེད་ཆོག་པ་མཐོང་སྐབས་འཕྲལ་མར་ཨང་
ཀིའི་མྱོང་རོལ་ཁང་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་སྐོར་ཐབས་
ཇུས་ཀྱི་གྲས་སུ་བཙུད།
《བཀའ་འགྱུར》པར་འདེབས་ཀྱི་གནའ་
བོའི་པར་ཤིང་དངོས་གནས་སྤྱོད་མཚམས་གཞག་
དགོས་ཀྱིན་འདུག།འདི་ཚོ་ནི་རིག་དངོས་རྩ་
ཆེན་ཡིན་པས་དེའི་གདོད་མའི་རྣམ་པ་སོར་
འཇོག་བྱ་དགོས་ཞེས་བཤད་ཞོར་དུ་མ་ཝུའེ་ཁྲའོ་
ཡིས་ཨང་ཀིའི་མྱོང་རོལ་ཁང་ལ་ལྟ་སྐོར་བྱས་ནས་
ས་གནས་དེ་གའི་གནའ་བོའི་པར་བརྐོས་ཨང་ཀི་
ཅན་གྱི་དཔེ་དབྱིབས་བཟོ་སྟངས་ལ་བསྔགས་
བརྗོད་བྱས་པ་རེད།
རྫོང་ཨུ་དྲིལ་སྒྲོག་པུའུ་ཡི་འབྲེལ་ཡོད་འགན་
འཁུར་བས་མྱོང་རོལ་ཁང་གཅིག་ནས་སྡེ་དགེ་ལ་ལྟ་
བའི་ཨང་ཀིའི་འགྲེམས་ཁང་དུ་གནའ་བོའི་པར་
འདེབས་ཨང་ཀི་ཅན་དང་དངོས་པོ་བསྐྱར་བརྐོས་
ཐབས་གཉིས་མཉམ་སྤྱོད་བྱས་ཡོད།དན་གྲངས་
མཛོད་ཁང་གཅིག་གི་སྙིང་བཅུད་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་
མཛོད་དུ་གནའ་བོའི་པར་གཞི300ཡི་དན་གྲངས་
ཡོད།ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ཕྱོགས་བསྡུས་
སྲུང་སྐྱོང་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་རྫོང་ཁོངས་ཚོད་ལྟ་དང་ལོ་
རྒྱུས་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་སྲུང་སྐྱོང་བེད་སྤྱོད་ས་
ཁོངས་ཚོད་ལྟ་གཉིས་སུ་བདམས་པའི་ལོ་གཅིག་
ལྷག་རིང་ལ།སྡེ་དགེ་རྫོང་གིས་རིག་གནས་ཤུལ་
བཞག་ཡུན་རིང་ཉར་ཚགས་དང་གསོན་རྣམ་བརྒྱུད་
འཛིན་ཐུབ་ཡོད་ཅེས་བཤད།
ཨང་ཀི་མྱོང་རོལ་ཁང་ལ་ལྟ་སྐོར་བྱས་རྗེས་མ་
ཝུའེ་ཁྲའོ་སླར་ཡང་རྫོང་མཁར་གྱི་ས་བབ་མཐོ་
ཕྱོགས་སུ་ཡུད་ཙམ་སོང་རྗེས་སྡེ་དགེ་རྫོང་ཁམས་
ལུགས་པར་བརྐོས་སློབ་སྦྱོང་རྟེན་གཞིར་ཐོན་པ་
རེད།ཁོང་གིས་ངས་ས་གནས་དེ་གའི་ཡུལ་མིས་ངོ་

སྤྲོད་བྱས་པ་ལས་ཤེས་པ་ཡིན།དེ་སྔོན་འཁྱུག་
དབྱིངས་ནང་ནས་ཀྱང་མཐོང་མྱོང་ཡོད་ཅེས་བཤད་
ཞོར་དུ་སྒོ་ཆེན་བརྒྱུད་དེ་ཐོག་བརྩེགས་གཉིས་པའི་
ཐོག་ཁང་ཆུང་ངུ་ཞིག་ཏུ་སླེབས།ཁང་པའི་ནང་དུ་
ཐོན་སྐབས་ན་གཞོན་བཅུ་ལྷག་ཙམ་སྒེའུ་ཁུང་
འགྲམ་དུ་བསྡད་ནས་བློ་རྩེ་གཅིག་བསྒྲིམས་ཀྱིས་
པར་ཤིང་རྐོ་བཞིན་ཡོད་པའི་རྣམ་པས་མ་ཝུའེ་ཁྲའོ་
ལ་བག་ཆགས་ཟབ་མོ་བཞག།
གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་
བརྒྱུད་འཛིན་པ་དང་རྟེན་གཞིའི་དགེ་རྒན་བཀྲ་རྡོ་
ཡིས་གསར་འགོད་པར་དེ་སྔོན་སློབ་མ་ཚོར《བཀའ་
འགྱུར》གྱི་པར་ཤིང་བརྐོས་པའི་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པ་
ཙམ་ཡིན་མོད།ད་ཆ་རྟེན་གཞིའི་ནང་སློབ་ཁྲིད་བྱ་
རྒྱུ་ཕུད་ད་དུང་སློབ་མ་ཚོ་ཕྱི་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སར་
འགྲོ་བཞིན་ཡོད།ཚོད་ལྟ་གཉིས་ཀྱི་གྲས་སུ་
བདམས་རྗེས་རྫོང་གིས་གཟུགས་མེད་རིག་གནས་
ཤུལ་བཞག་གི་མཚོན་བྱེད་རང་བཞིན་གྱི་བརྒྱུད་
འཛིན་པ་ཁག་ཅིག་ཞིང་ཆེན་ཕྱི་རོལ་དུ་སློབ་སྦྱོང་
བྱེད་པར་བསྐྱལ་བས་ཤེས་ལྡན་མི་སྣའི་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་
རུ་ཕྱིན་ཞེས་བཤད།
ཁུལ་རིམ་པའི་པར་བརྐོས་བརྒྱུད་འཛིན་པ།
སྡེ་དགེ་པར་ཁང་གི《བཀའ་འགྱུར》བསྐྱར་དཔར་
ལས་གཞིའི་འགན་འཁུར་བ་འཇམ་དབྱངས་
གྲགས་པས་ང་ཚོས་ཞིབ་སློབ་དང་སྤེལ་རེས་ཟུང་
འབྲེལ་གྱི་ལམ་སྲོལ་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།
སྤེལ་རེས་ནི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སར་བསྐྱལ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།
ཞིབ་སློབ་ཁྲོད་ཀྱི་ཞིབ་ཅེས་པ་ནི་ཞིབ་འཇུག་སློབ་
སྦྱོང་གི་དོན་ལ་གོ་ཞིང་།གཟུགས་མེད་རིག་
གནས་ཤུལ་བཞག་སློབ་གྲྭར་སྤེལ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།ལོ་
ཤས་རིང་རྫོང་གིས་བོད་ཡིག་ཡིག་གཟུགས་དང་
ཀརྨ་སྒར་བྲིས་སོགས་སློབ་གྲྭ་ཆུང་འབྲིང་གི་ཁྱད་
ལྡན་སློབ་ཚན་ནང་བཅུག་ནས་བྱིས་པ་ཚོས་ལག་
ལེན་གྱི་ཁྲོད་དུ་གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་
བཞག་ལ་ཉེ་བར་བཅར་དུ་བཅུག་ནས་གཟུགས་
མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་
འདེགས་སྐྱོར་བྱ་རྒྱུར་རྨང་གཞི་བརྟན་པོར་བཏིང་
ཡོད་ཅེས་གསར་འགོད་པར་བཤད།

ཁང་གཅིག་དང་མཛོད་གཅིག་ཟུང་དུ་སྦྲེལ་བ་དང་ཞིབ་སློབ་དང་སྤེལ་རེས་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་གནའ་བོའི་པར་ཤིང་དང་པར་བརྐོ་མཁན་རྒྱུན་སྲིང་ཐུབ་པར་བྱས།

ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་སྲུང་སྐྱོང་བེད་སྤྱོད་བྱས།།དཔལ་འབྱོར་དང་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཕན་འབྲས་མཉམ་དུ་ཐོབ།།
སྡེ་དགེ་ཡིས་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་སྲུང་སྐྱོང་དང་ཡོང་འབབ་འཕར་བའི་ཐབས་ལམ་གསར་པ་བཏོད།

དབྱར་གྱི་དུས་བཟང་ཤར་ནས་ས་གཞི་
ཀུན་ཏུ་སྔོ་མདངས་རྒྱས་ཤིང་གསོན་ཤུགས་ཁེངས་
པ་དང་བསྟུན་ནས་རང་ཁུལ་དུ་ཡུལ་སྐོར་བ་མང་
བའི་དུས་སྐབས་ཡག་ཤོས་སླེབས་ཤིང་།སྡེ་དགེ་
པར་ཁང་གི་ཕྱིའི་ཐང་ཆེན་དུ་ཡོད་པའི་རིག་
གནས་ཤུལ་བཞག་ཨང་ཀིའི་མྱོང་རོལ་ཁང་གིས་
ཡུལ་སྐོར་བ་མང་པོའི་ཡིད་དབང་རབ་ཏུ་བཀུག།
ཤུལ་བཞག་དེ་བཞེངས་ནས་དུས་ཡུན་རིང་པོ་
སོང་མེད།ཧྲཱན་ཞི་ནས་ཡོང་བའི་ཡུལ་སྐོར་བ་མ་
ཝུའེ་ཁྲའོ་ཡིས་ཨང་ཀིའི་མྱོང་རོལ་ཁང་ལ་ལྟ་སྐོར་
ཞིབ་ཚགས་བྱས་རྗེས་ད་དུང་བློ་ཁ་ཡོངས་སུ་གང་
མེད།ས་གནས་དེ་གའི་ཡུལ་མི་ཚོའི་ཁ་ནས་ཨང་
ཀིའི་མྱོང་རོལ་ཁང་དང་ཐག་མི་རིང་བའི་སར་ད་
དུང་ཤིང་བརྐོས་སློབ་སྦྱོང་རྟེན་གཞི་ཞིག་ཡོད་པ་
ཤེས་རྗེས་མ་ཝུའེ་ཁྲའོ་ཡིས་གོམས་པའི་འདེགས་
འཇོག་དེའི་ཕྱོགས་སུ་མགྱོགས་པོར་བསྒྱུར།

སྡེ་དགེ་རྫོང་ཨུའི་རྒྱུན་ཨུ་དང་།སྤྱི་ཁྱབ་
བཟོ་ཚོགས་ཀྱི་ཀྲུའུ་ཞི་ཧྥན་ཡུང་གིས་རིག་གནས་
ཤུལ་བཞག་ཡུན་རིང་ཉར་ཚགས་དང་གསོན་རྣམ་
འགྲེམ་སྟོན་བྱེད་པ་དང་།རིག་གནས་ཤུལ་
བཞག་སྲུང་སྐྱོང་ཤེས་ལྡན་མི་སྣའི་འདེགས་སྐྱོར་
ལ་ཤུགས་བསྣན་རྒྱུ་ནི་ང་ཚོས་སི་ཁྲོན་གྱི་རིག་
གནས་ཤུལ་བཞག་སྲུང་སྐྱོང་དང་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་
ཚོད་ལྟ་གཉིས་ཞེས་པའི་གོ་སྐབས་བེད་སྤྱོད་དང་
འཚོལ་ཞིབ་བྱས་པའི་ཉམས་མྱོང་དང་བྱེད་ཐབས་
ཁག་གཅིག་རེད་ཅེས་བཤད།
སི་ཁྲོན་གྱི་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་སྲུང་
སྐྱོང་དང་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོད་ལྟ་གཉིས་ཞེས་པ་ནི་
ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ཕྱོགས་བསྡུས་
སྲུང་སྐྱོང་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་རྫོང་ཁོངས་ཚོད་ལྟ་དང་
ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་སྲུང་སྐྱོང་བེད་
སྤྱོད་ས་ཁོངས་ཚོད་ལྟ་ལ་ཟེར་ཞིང་།2024
ལོའི་ལོ་མཇུག་ཏུ་བདམས་པའི་ཚོད་ལྟའི་ས་
ཁོངས་ཤིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་ལོ་གཅིག་ལྷག་གི་
རིང་ལ་སྡེ་དགེ་རྫོང་གི་མི་རིགས་རིག་གནས་
སྲུང་སྐྱོང་དང་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ས་ཁོངས་
ལ་འཕེལ་རྒྱས་དང་ཕན་འབྲས་གང་དག་ཐོབ་
ཡོད་པའི་སྐོར་རྒྱུས་ལོན་ཞིག་བྱ་ཆོག།

སྤྱིའི་ཨང10637པ།

སྤྱིའི་འདོན་ཐེངས། ལྔ་བརྒྱ་བཅུ་གསུམ།

དཔྱིཔྱིད་ཀྱིཔྱི་མེམེ་ཏོཏོག
2026ལོའི་ཟླ་བ6པའི་ཚེས12ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།
བོད་མེ་རྟ་ལོའི་ཟླ་བ༤པའི་ཚེས༢༧ཉིན།

མཚོ་མ་ཕམ་དང་རིན་པོ་ཆེ་
གཟིའི་འབྱུང་ཁུངས།

དབྱར་གྱི་ལང་ཚོ།

དུས་རབས་དང་ལལོ་

རྒྱུས་ཟིཀྱིན་ཐོལོར་

བཀོལོད།།
རཀྱིག་གནས་ཀྱིཀྱི་

སྙིཀྱིང་སྟོལོབས་

དར་དུ་སྤེསྤེལ།།

༢

དུང་བརྗོད་པདྨའི་
ཟློས་གར།

སྟོན་གྱི་སྙེ་མ།

༣

མི་ཉག་གི་མཁར་རྫོང་སྐོར་ཞིག་
ཞིང་ཆེན་རིམ་པའི་རིག་དངོས་
སྲུང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ཏུ་ཚུད།

དགུན་གྱི་འཛུམ་མདངས།

༤

1

པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། ལྷ་འཛོམས།
རྩོམ་སྒྲིག་པ། བདེ་སྐྱིད།
སྡེབ་སྒྲིག་པ།ཕུན་ཚོགས།