༢ གསར་འགྱུར་གལ་ཆེཆེན། 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 15ཉིན།

（ པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད།）
ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་སུ་བསྟན་དོན།
ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་ནི་ཀྲུང་གོ་
ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཡོངས་དང་སྤུས་ཀ་
ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་
གིས“ཞིང་གསུམ”ལས་དོན་ལ་མཐོང་ཆེན་གནང་
ནས། རྒྱལ་ཁབ་སྟོབས་ཆེན་འཛུགས་པ་དང་མི་
རིགས་བསྐྱར་དར་གྱི་སྤྱི་ཡོངས་ལ་དམིགས་ནས་
འདུ་ཤེས་གསར་པ་དང་བསམ་བློ་གསར་པ།
འཐབ་ཇུས་གསར་པ་རབ་དང་རིམ་པ་བཏོན་
གནང་བ་དང་།“ཞིང་གསུམ”ལས་དོན་གྱི་
རིགས་གཞུང་དང་ལག་ལེན་གནད་དོན་གལ་ཆེན་
རབ་རིམ་ལ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་དྲིས་ལན་
གནང་སྟེ།དུས་རབས་གསར་པའི་ཞིང་ལས་ཞིང་
སྡེ་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་ནས་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་
གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་པ་དང་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་
འཕོ་འགྱུར་བྱུང་བར་སྐུལ་ཁྲིད་བྱས་ཡོད།ཉེ་བའི་
ལོ་ཤས་རིང་ལ།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་
ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་མགྱོགས་སུ་
གཏོང་བར་གཙོ་བོར་དམིགས་ནས་བཀོད་སྒྲིག་
རྒྱུད་རིམ་ལྡན་པ་གནང་བ་དང་།རྒྱས་བཤད་
གལ་ཆེན་རབ་དང་རིམ་པ་གནང་ནས།དུས་
རབས་གསར་པ་དང་རྒྱང་ལམ་གསར་པར་ཞིང་
ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་ལ་སྐུལ་བའི་མདུན་
སྐྱོད་ཁ་ཕྱོགས་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད། ཏང་
ཀྲུང་དབྱང་གིས“ཞིང་གསུམ”གནད་དོན་ཐག་
ཡག་པོ་གཅོད་པ་དེ་ཏང་ཡོངས་ཀྱི་ལས་དོན་གལ་
ཆེན་ནང་གི་འགངས་ཆེན་དུ་བརྩིས་པ་རྒྱུན་
འཁྱོངས་ཤིང་།ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་འཐབ་ཇུས་ལག་
ལེན་བསྟར་བའི་སྤྱིའི་དམིགས་འབེན་ཞིང་ལས་
ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་དུ་བཞག་པ་དང་།ཀྲུང་
དབྱང་ངོས་ནས《ཞིང་ལས་སྟོབས་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་
མགྱོགས་པོར་སྐྲུན་པའི་འཆར་འགོད（2024ནས
2035ལོ）》དང་།《ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་
རབས་ཅན་མགྱོགས་སུ་གཏོང་བའི“ལོ་ལྔའི་
འཆར་འགོད་བཅོ་ལྔ་པ”》སོགས་བཏོན་ནས་ཇུས་
འགོད་རྩེ་གྲ་བྱས་ཡོད།ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་བློ་
བརྟན་འགྱུར་མེད་ཀྱིས“གཏན་འཁེལ་གཉིས”ལ་
བརྩི་སྲུང་དང“སྲུང་སྐྱོང་གཉིས”མཐའ་གཅིག་ཏུ་
བྱེད་ཐུབ་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་མཐོ་ཚད་ནས།སྤྱི་
ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི“ཞིང་གསུམ”གྱི་
ཐུགས་བརྩེ་ཟབ་མོར་མྱོང་རྟོགས་གང་ལེགས་བྱས་
ཏེ།ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་ཇི་
མ་ཇི་བཞིན་དོན་ལ་འཁྱོལ་དགོས།
ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་སུ་བསྟན་དོན།
སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སི་ཁྲོན་གྱི“ཞིང་
གསུམ”ལས་དོན་ལ་ཐུགས་ཁུར་ཆེན་པོ་གནང་
ཞིང་།སི་ཁྲོན་དུ་གཟིགས་ཞིབ་ཕེབས་ཐེངས་རེར་
ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་འཕེལ་རྒྱས་ཐད་མཆན་བཀོད་
མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་གནང་བ་དང་།སི་ཁྲོན་གྱི
“ཞིང་གསུམ”ལས་དོན་ལ་དུས་རབས་ཀྱི་འགན་
འཁྲི་གསར་པ་སྤྲད་དེ།སི་ཁྲོན་གྱིས་ཞིང་ལས་
ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་དུ་སྐུལ་བར་རྩ་བའི་
བསྲུང་བྱ་བཏོན་ཡོད།“ལོ་ལྔའི་འཆར་འགོད་
བཅོ་ལྔ་པའི”དུས་རིམ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་
དེང་རབས་ཅན་ཧ་ལམ་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་རྨང་
གཞི་བརྟན་གཏོང་དང་ཁྱོན་ཡོངས་ཤུགས་འདོན་
གྱི་དུས་སྐབས་གནད་འགག་ཡིན་ཞིང་།ཞིང་ལས་
ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་ནི་རྨང་གཞི་བརྟན་གཏོང་
ཐད་ཁ་གསབ་དགོས་པའི་མི་འདང་ས་ཡིན་ལ།
ཁྱོན་ཡོངས་ཤུགས་འདོན་ཐད་འགག་བསྒྲལ་
དགོས་པའི་གཙོ་གནད་དང་དཀའ་གནད་ཀྱང་
ཡིན།ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགོ་འཛུགས་ས་གསར་པར་
ལངས་ཏེ།སི་ཁྲོན་གྱིས་ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་
རབས་ཅན་དུ་སྐུལ་བར་ཆ་རྐྱེན་བཟང་པོ་དང་

རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་ཡོད་ཅིང་།དེ་དང་མཉམ་དུ་
ཞིང་ལས་སྤུས་ཚད་ཕན་འབྲས་མི་ཆེ་བ་དང་ཞིང་
སྡེ་འཕེལ་རྒྱས་གང་ལེགས་མིན་པ།ཞིང་པའི་ཡོང་
འབབ་འཕར་དཀའ་བ་སོགས་ཀྱི་གནད་དོན་དང་
ཡང་འཕྲད་ཡོད།སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་
རབས་ཅན་གྱི་སི་ཁྲོན་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་འཛུགས་
པར་ལས་འགན་ཆེས་དཀའ་ལྕི་ཆེ་ཤོས་ནི་ཞིང་
སྡེར་ཡོད་ཅིང་།རྒྱ་ཁྱབ་ཆེས་ཆེ་ཤོས་དང་རྨང་
གཞི་ཆེས་ཟབ་ཤོས་ཡང་ཞིང་སྡེར་ཡོད་ལ།གཏིང་
ཤུགས་ཆེ་ཤོས་དང་རྗེས་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་ཀྱང་ཞིང་
སྡེར་ཡོད།ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་གོང་འོག་ཚང་མས་
ངེས་པར་དུ་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་
མངགས་བཅོལ་ཟབ་མོ་སེམས་སུ་དམ་པོར་
བཅངས་ཏེ།བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ཀྱིས་ཞིང་ལས་
ཞིང་ཆེན་སྟོབས་ཆེན་གྱི་དམིགས་འབེན་ལ་
དམིགས་ཤིང་།དུས་རབས་གསར་པའི་ཆུ་ཚད་
སྔར་བས་མཐོ་བའི་སི་ཁྲོན་འབྲུ་མཛོད་འཛུགས་
པར་བརྩོན་པ་དང་།སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་དང་
བྱེད་ཐབས་བཟང་ཤོས་ཀྱིས་ཡུལ་སྡེ་ཁྱོན་ཡོངས་
ནས་དར་རྒྱས་ཡོང་བ་དང་ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་
རབས་ཅན་དུ་མགྱོགས་སུ་བསྐུལ་ཏེ།ཀྲུང་གོ་
ལུགས་དེང་རབས་ཅན་སི་ཁྲོན་ལེའུ་གསར་པ་བྲི་
བར་འདེགས་སྐྱོར་སྲ་ཞིང་བརྟན་པ་སྤྲད་དགོས།
ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་སུ་བསྟན་དོན།
སི་ཁྲོན་གྱིས་ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་དུ་
སྐུལ་བར་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་
ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་
དགོངས་པ་ཁྲིད་སྟོན་དུ་བྱེད་ཅིང་།ཏང་གི་
ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པ་དང་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་
སྐབས་རིམ་བྱུང་གི་སྙིང་དོན་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་
བསྟར་བ། སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས“ཞིང་
གསུམ”ལས་དོན་སྐོར་གྱི་རྒྱས་བཤད་གལ་ཆེན་
དང་སི་ཁྲོན་ལས་དོན་ལ་གནང་བའི་མཆན་བཀོད་
མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་རབ་དང་རིམ་པའི་དགོངས་
དོན་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་དོན་ལ་འཁྱོལ་བ།འཕེལ་
རྒྱས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་གསར་པ་ཆ་ཚང་ཞིང་གནད་ལ་
སྨིན་བ་དང་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ལག་ལེན་བསྟར་བ།
ཅན་བཞི་མཉམ་སྤེལ་དང་གྲོང་ཡུལ་མཉམ་འདྲེས།
ཁུལ་ལྔ་མཉམ་དར་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་འཐབ་ཇུས་ལག་
ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་བ།“ཞིང་གསུམ”གནད་
དོན་དེ་སི་ཁྲོན་བཅོས་སྐྱོང་དར་སྤེལ་གྱི་གལ་ཆེན་
ནང་གི་འགངས་ཆེན་དུ་འཇོག་པ་རྒྱུན་འཁྱོངས་
ཤིང་།བརྟན་ཐོག་ཡར་འཕེལ་གྱི་ལས་དོན་སྤྱིའི་
བསམ་གཞི་རྒྱུན་འཁྱོངས་པ་དང་།ཞིང་ལས་ཞིང་
སྡེ་སྔོན་ལ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་རྒྱུན་འཁྱོངས།
ཡུལ་སྡེ་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་དར་རྒྱས་ཡོང་བ་སྤྱིའི་
འཛིན་གཞིར་བྱེད་ཅིང་།“འདུ་འགོད་ཁྲི་
སྟོང”གི་ཉམས་མྱོང་སློབ་སྦྱོང་མཐར་ཕྱིན་བྱེད་པ་
དང་། ཞིང་ལས་ཞིང་ཆེན་ཆེན་པོའི་གྲགས་རྟགས་
མུ་མཐུད་ཆེ་རུ་གཏོང་ཞིང་།ཞིང་ལས་དེ་དེང་
རབས་ཀྱི་ཐོན་ལས་ཆེན་པོར་བསྐྲུན་ཏེ་ཞིང་སྡེ་ལ་
དེང་རབས་འཚོ་བའི་ཆ་རྐྱེན་ཧ་ལམ་ཚང་བར་
བྱེད་ཅིང་ཞིང་པའི་འཚོ་བ་སྔར་བས་ཕྱུག་འབྱོར་
ཡོང་དུ་བཅུག་པ་དང་།ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་བཅོས་
སྐྱོང་དེང་རབས་ཅན་དུ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྐུལ་བ།
གྲོང་ཡུལ་མཉམ་འདྲེས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གནས་བབ་
མགྱོགས་པོར་བཙུགས་ཏེ།ཞིང་ལས་སྟོབས་ཆེན་
དང་ཞིང་སྡེ་མཛེས་པོ།ཞིང་པ་ཕྱུག་པོ་བཅས་ཀྱི་
དེང་རབས་ཅན་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་རྣམ་པ་གསར་པ་
འབད་པས་གཏོད་དགོས།སི་ཁྲོན་གྱིས་ཞིང་ལས་
ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་དུ་སྐུལ་བར་ངེས་པར་དུ་
ཏང་གི་ཁྱོན་ཡོངས་འགོ་ཁྲིད་རྒྱུན་འཁྱོངས་པ་
དང་། ངེས་པར་དུ་ཞིང་ལས་སྟོབས་ཆེན་དང་
ཞིང་སྡེར་ཕན་པ།ཞིང་པ་ཕྱུག་པོར་ཡོང་བ་
མངོན་གསལ་དོད་པོར་བཟོ་དགོས།ངེས་པར་དུ་

བསྒྱུར་བཅོས་གསར་གཏོད་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་
གཏང་དགོས།ངེས་པར་དུ་ཡུལ་བབ་དང་བསྟུན་
པར་མཐོང་ཆེན་བྱ་དགོས།ངེས་པར་དུ“ཞིང་
གསུམ”གྱི་ལས་དོན་མཐིལ་ཚད་བརྟན་པོར་
བསྲུང་དགོས།
ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་སུ་བསྟན་དོན།
སི་ཁྲོན་གྱིས་ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་དུ་
སྐུལ་བའི་དམིགས་འབེན་གཙོ་བོ་ནི།2030ལོར་
བསླེབ་དུས།ཞིང་ལས་ཀྱི་སྤུས་ཚད་དང་ཕན་
འབྲས་སྔར་བས་ཆེ་བ་དང་།ཞིང་སྡེར་སྔར་བས་
གནས་འཕྲོད་ལས་འཚམ་ཡོང་བ།ཞིང་པ་སྔར་
བས་ཕྱུག་འབྱོར་ཡོང་བ།ཡུལ་སྡེ་བཅོས་སྐྱོང་ཕན་
ནུས་མུ་མཐུད་འཕར་བ། གྲོང་ཡུལ་མཉམ་འདྲེས་
འཕེལ་རྒྱས་ཆུ་ཚད་རྒྱུན་མཐུད་མཐོ་རུ་འགྲོ་བ་
བཅས་བྱས་ཏེ།ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་
ཧ་ལམ་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་ཐག་གཅོད་རང་
བཞིན་གྱི་གོང་འཕེལ་ཡོང་བར་ཁག་ཐེག་བྱ་དགོས།
2035ལོར་བསླེབ་དུས།ཞིང་ལས་ཞིང་ཆེན་
སྟོབས་ཆེན་འཛུགས་པར་གྲུབ་འབྲས་མངོན་
གསལ་འཐོབ་པ་དང་།ཞིང་སྡེར་དེང་རབས་འཚོ་
བའི་ཆ་རྐྱེན་ཧ་ལམ་ཚང་བ།ཞིང་པ་མཉམ་དུ་
ཕྱུག་འབྱོར་ཡོང་བར་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་གྱི་གོང་
འཕེལ་དེ་བས་མངོན་གསལ་འབྱུང་བ།རྒྱལ་
ཡོངས་དང་དུས་མཉམ་དུ་ཞིང་ལས་ཞིང་སྡེ་དེང་
རབས་ཅན་དུ་ཧ་ལམ་ཡོང་བ།སི་ཁྲོན་གྱི་ས་གཞི་
ཆེན་པོར་གྲོང་སྡེ་མཛེས་པོ་དང་ཐོན་ལས་དར་
རྒྱས། ཤེས་དཔལ་འཛོམས་པ།བཅོས་སྐྱོང་
མཁས་པ། མཉམ་ཕྱུག་ཡོང་བ་བཅས་ཀྱི་ཞིང་ལས་
ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་གྱི་འཆར་རིས་གསར་པ་
མགྱོགས་པོར་བྲི་དགོས།
ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་སུ་བསྟན་དོན།
ཞིང་ལས་དེ་དེང་རབས་ཀྱི་ཐོན་ལས་ཆེན་པོར་
མགྱོགས་པོར་བསྐྲུན་དགོས།དུས་རབས་གསར་
པའི་ཆུ་ཚད་སྔར་བས་མཐོ་བའི་སི་ཁྲོན་འབྲུ་མཛོད་
འཛུགས་པར་དམིགས་ནས།ཚན་རྩལ་ཞིང་ལས་
དང་སྦག་མེད་ཞིང་ལས།སྤུས་ཚད་ཞིང་ལས།
གྲགས་རྟགས་ཞིང་ལས་བཅས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་
བར་སྤྱི་འདོམས་བྱེད་ཅིང་།ཞིང་ལས་ཐོན་ལས་སྐྱེ་
ཁམས་འཛུགས་ཤིང་ཐོན་ལས་འཁོར་འབྲེལ་གཙོ་བོ་
སྟོབས་ཆེར་གཏོང་བ་དང་།ཐོན་ལས་གཉིས་པར་
མཐུད་ཅིང་ཐོན་ལས་གསུམ་པར་སྦྲེལ་ཤུགས་ཆེ་རུ་
གཏོང་ཞིང་།མཁོ་སྤྲོད་འགན་སྲུང་ཆེ་བ་དང་ཚན་
རྩལ་འདེགས་སྐྱོར་ཆེ་བ།ཚོང་གཉེར་མ་ལག་ཆེ་བ།
འགྲན་རྩོད་ནུས་པ་ཆེ་བ་བཅས་ཀྱི་ཞིང་ལས་ཞིང་
ཆེན་སྟོབས་ཆེན་བསྐྲུན་དགོས།འབྲུ་རིགས་སོགས་
ཞིང་ལས་ཐོན་རྫས་གལ་ཆེན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་མཁོ་སྤྲོད་
འགན་སྲུང་མ་ལག་བརྟན་དུ་གཏོང་བ་དང་།རྨོ་
ཞིང་སྲུང་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་ཞིང་སྤུས་ཚད་མཐོར་
འདེགས་པ།བཟའ་འབྲུ་བཟའ་སྣུམ་གྱི་ཕྱོགས་
འདུས་ཐོན་སྐྱེད་ནུས་པ་བརྟན་པོའི་ངང་ཆེ་རུ་
གཏོང་བ།འབྲོག་ལས་དང་ཉ་ལས་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་
ཚད་མཐོན་པོར་ཡོང་བ།སྔོ་ཚལ་མཁོ་སྤྲོད་བརྟན་
པོ་དང་ལས་ཆོད་ཆེ་བར་བསྐུལ་དགོས།ཞིང་ལས་
ཁྱད་ཆོས་ཐོན་ལས་དང་གྲགས་རྟགས་མ་ལག་ཡག་
པོར་བཟོ་བ་དང་།སི་ཁྲོན་རྟགས་ཅན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་
ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་གཏོང་བ།དེང་རབས་
ཞིང་ལས་གླིང་ཁུལ་གྱི་སྤུས་རིམ་སྤར་བ།ཞིང་ལས་
ཐོན་རྫས་ཀྱི་གྲགས་རྟགས་སྐྱོང་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏང་
དགོས།དེང་རབས་ཞིང་ལས་ཚན་རྩལ་གྱི་འདེགས་
སྐྱོར་མ་ལག་འཛུགས་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་ཞིང་།
ཞིང་ལས་ཚན་རྩལ་གསར་གཏོད་དང་གྲུབ་འབྲས་
བསྒྱུར་ནས་ཁྱབ་གདལ་གཏོང་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་
བ། སི་ཁྲོན་གྱི་སོན་བཟང་དར་སྤེལ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།
སི་ཁྲོན་གྱི་ཞིང་འཕྲུལ་བཟང་པོ་ཆུ་ཚད་མཐོན་པོས་
དར་རྒྱས་གཏོང་བ།རིག་ནུས་ཞིང་ལས་འཕེལ་རྒྱས་

ཤུགས་ཆེན་གཏང་དགོས།དེང་རབས་ཞིང་ལས་
ཚོང་གཉེར་མ་ལག་འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་བ་དང་།
ཞིང་ལས་ཚོང་གཉེར་བྱེད་པོ་གསར་པ་སྐྱེད་སྲིང་
ཤུགས་ཆེན་བྱེད་ཅིང་།བྱེད་སྟངས་སྣ་མང་འཕེལ་
རྒྱས་བཏང་ནས་གཞི་ཁྱོན་རན་པའི་ཚོང་གཉེར་བྱེད་
པ། ཞིང་ལས་སྤྱི་ཚོགས་ཅན་ཞབས་ཞུའི་ཆུ་ཚད་
མཐོ་རུ་གཏོང་བ།ཞིང་སྡེའི་ཐུན་མོང་དཔལ་འབྱོར་
གསར་པ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱ་
དགོས།ཡུལ་སྡེ་ཐོན་ལས་མཉམ་འདྲེས་འཕེལ་རྒྱས་
མ་ལག་འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་བ་དང་།ཞིང་ལས་
ཐོན་རྫས་བཟོ་སྣོན་ལས་རིགས་རྒྱ་སྟོབས་ཆེ་རུ་
གཏོང་བ།ཡུལ་སྡེའི་ཟོང་འགྲུལ་ཆུ་ཚད་མཐོར་
འདེགས་པ་དང་།ཞིང་ལས་དང་།ཚོང་ལས།
རིག་གནས།ཡུལ་སྐོར།ལུས་རྩལ།སློབ་གསོ།
བདེ་ཐང་བཅས་མཉམ་འདྲེས་ཟབ་མོ་ཡོང་བར་
བསྐུལ་དགོས།
ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་སུ་བསྟན་དོན།
ཞིང་སྡེར་དེང་རབས་འཚོ་བའི་ཆ་རྐྱེན་ཧ་ལམ་
ཚང་དུ་འཇུག་པར་ཤུགས་བརྒྱག་དགོས།གནས་
འཕྲོད་ལས་འཚམ་དང་མཐུན་མཛེས་ཡུལ་སྡེ་ཧུར་
ཐག་འཛུགས་པ་དང་།ཞིང་སྡེའི་དེང་རབས་འཚོ་
བའི་ཆ་རྐྱེན་མི་འདང་ས་ཁ་གསབ་ཀྱི་འདུ་འགོད་
ལག་ལེན་བསྟར་བ་དང་།མི་སྡོད་ཁོར་ཡུག་བག་
ཕེབས་པོ་དང་རྨང་གཞི་སྒྲིག་ཆས་འཐུས་ཚང་བ།
སྤྱི་པའི་ཞབས་ཞུ་སྟབས་བདེ་བ།ཞིང་རའི་ཡུལ་
ལྗོངས་མཛེས་ཤིང་སྡུག་པ་བཅས་ཀྱི་དེང་རབས་
ཞིང་སྡེ་བསྐྲུན་དགོས།འཚོ་བའི་བར་ཁོངས་སྤུས་
ལེགས་འཛུགས་པ་དང་།ཡུལ་སྡེའི་བྱེད་ནུས་དང་
བར་ཁོངས་བཀོད་བབ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ཞིང་།
ཞིང་སྡེའི་མི་སྡོད་ཁོར་ཡུག་དག་ཐེར་རིམ་སྤོར་མུ་
མཐུད་དེ་བྱེད་ཅིང་།ཡུལ་སྡེའི་རྣམ་པ་ཡོངས་
རྫོགས་ཇེ་ཡག་ཏུ་གཏང་དགོས།དེང་རབས་ཅན་
གྱི་རྨང་གཞིའི་སྒྲིག་ཆས་འདེགས་སྐྱོར་བྱེད་ཤུགས་
ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།ཞིང་སྡེའི་ལམ་དྲྭའི་ཤར་
བགྲོད་སྤུས་ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ཞིང་།ཞིང་
སྡེའི་འཐུང་ཆུ་གཙང་མ་འགན་སྲུང་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་
རུ་གཏོང་བ།ཞིང་སྡེའི་ནུས་ཁུངས་མཁོ་སྤྲོད་ཇེ་
ཡག་ཏུ་གཏོང་བ།ཨང་ཀིའི་ཡུལ་སྡེ་འཛུགས་
ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས།གཞི་རྩའི་སྤྱི་པའི་
ཞབས་ཞུ་མཁོ་སྤྲོད་སྤུས་ཚད་དང་རྗེས་ཟིན་རང་
བཞིན་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།ཞིང་སྡེའི་སློབ་གསོ་ཇེ་
ཡག་དང་རིམ་པ་སྤར་བ།སྐྱོན་བྲལ་ཡུལ་སྡེ་
འཛུགས་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།རྒན་རྒོན་དང་
བྱིས་པའི་ཞབས་ཞུ་མ་ལག་འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་
ཞིང་།ཞིང་སྡེའི་སྤྱི་ཚོགས་འགན་སྲུང་ཆུ་ཚད་
མཐོ་རུ་གཏང་དགོས།ཡུལ་སྡེའི་སྐྱེ་ཁམས་ཤེས་
དཔལ་འཛུགས་སྐྱོང་ཆུ་ཚད་མཐོར་འདེགས་པ་
དང་། ཞིང་ལས་དང་ཞིང་སྡེའི་སྦགས་བཙོག་
འགོག་བཅོས་འགག་སྒྲོལ་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་
བ། ཞིང་སྡེའི་སྐྱེ་ཁམས་མ་ལག་སྲུང་སྐྱོང་ཉམས་
གསོ་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་ཞིང་།ཞིང་ལས་
ཞིང་སྡེ་འཕེལ་རྒྱས་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་སྦག་མེད་གཤོ་
སྒྱུར་ཡོང་བར་བསྐུལ་དགོས།
ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་སུ་བསྟན་དོན།
ཞིང་པའི་འཚོ་བ་སྔར་བས་ཕྱུག་འབྱོར་ཡོང་དུ་
འཇུག་པ་ལ་འབད་དགོས།ཞིང་པའི་ཡོང་འབབ་
འཕར་བ་དེ“ཞིང་གསུམ”གྱི་ལས་དོན་ལས་འགན་
གཙོ་བོར་བརྩིས་པ་དང་།དངོས་པོར་མ་དངུལ་
འཇོག་པ་དང་མི་ལ་མ་དངུལ་འཇོག་པ་ཟུང་
འབྲེལ་དམ་ཟབ་བྱེད་པ་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཤིང་།
དངོས་པོས་ཕྱུག་པ་དང་བསམ་པའི་ལོངས་སྤྱོད་
ཀྱིས་ཕྱུག་པ་མཉམ་སྤེལ་ཡོང་བ་དང་།ཞིང་པ་
ཁྱོན་ཡོངས་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བར་སྐུལ་བ།མི་
དམངས་ཚང་མ་མཉམ་དུ་ཕྱུག་འབྱོར་ཡོང་བའི་
ཕྱོགས་སུ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་བསྐྱོད་དགོས།ཞིང་

པའི་ཡོང་འབབ་འཕར་བའི་བྱ་སྤྱོད་ལག་ལེན་
བསྟར་ནས་ཐབས་བརྒྱ་ཇུས་སྟོང་གིས་ཞིང་པའི་
ཡོང་འབབ་འཕར་བའི་ཐབས་ལམ་རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་
དགོས།ཞིང་སྡེའི་ངལ་རྩོལ་ནུས་ཤུགས་ལས་
ཞུགས་གང་ལེགས་ཐུབ་པར་སྐུལ་བ་དང་།ལས་
ཞུགས་ཞབས་ཞུ་གཞན་དུ་སྒྱུར་བ་དང་། ཞིང་པ་
རང་ཡུལ་དུ་ལོག་ནས་ལས་ཞུགས་ལས་གཏོད་ཡོང་
བར་སྐུལ་ལྕག་བྱེད་ཅིང་།ཞིང་པ་ལས་མིའི་ཁེ་
དབང་འགན་སྲུང་ལམ་སྲོལ་འཐུས་ཚང་དུ་གཏང་
དགོས།རྒྱུན་ལྡན་ཅན་གྱི་རོགས་སྐྱོར་གནད་སྨིན་
ཡག་པོ་བྱེད་པ་དང་།དབུལ་ཐར་འགག་སྒྲོལ་གྱི་
གྲུབ་འབྲས་མུ་མཐུད་དེ་སྲ་བརྟན་རྒྱ་སྐྱེད་གཏོང་
བ། སྤྱི་ཚོགས་འགན་སྲུང་འཚོ་སྐྱོང་དམའ་སྐྱོར་
ཡག་པོ་སྒྲུབ་པ་དང་།རོགས་སྐྱོར་སྲིད་ཇུས་ཁག་
བེད་སྤྱོད་ཡག་པོ་དང་འདང་ངེས་བྱ་དགོས།ཏང་
གི་གསར་གཏོད་རིགས་གཞུང་ཁྱབ་སྒྲོག་འདུ་
འགོད་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་བ་དང་།ཤེས་
དཔལ་སྐྱེད་གསོ་དང་ཤེས་དཔལ་ལག་ལེན།ཤེས་
དཔལ་འཛུགས་སྐྱོང་བཅས་གཅིག་གྱུར་འཆར་
འགོད་ཀྱིས་སྤེལ་ནས།ཞིང་པ་མང་ཚོགས་ཀྱི་
བསམ་པའི་རིག་གནས་འཚོ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་
པར་གཏང་དགོས།
ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་སུ་བསྟན་དོན།
ཡུལ་སྡེ་བཅོས་སྐྱོང་མ་ལག་དང་བཅོས་སྐྱོང་ནུས་
པ་དེང་རབས་ཅན་དུ་བསྐུལ་དགོས།ཏང་རྩ་
འཛུགས་ཀྱིས་འགོ་ཁྲིད་པའི་རང་སྐྱོང་དང་ཁྲིམས་
སྐྱོང་།སྤྱོད་སྐྱོང་བཅས་ཟུང་དུ་སྦྲེལ་བའི་ཡུལ་སྡེ་
བཅོས་སྐྱོང་མ་ལག་འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་བ་དང་།
གྲོང་སྡེ་རིམ་པའི་ཏང་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་
ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱེད་ཅིང་།ཞིང་
པར་རང་ངོས་དོ་དམ་དང་རང་ངོས་ཞབས་ཞུ།
རང་ངོས་སློབ་གསོ།རང་ངོས་ལྟ་སྐུལ་བཅས་བྱ་
རྒྱུ་ཁྲིད་སྟོན་སྔར་བས་ཡག་པོ་བྱེད་པ།གསོན་
ཤུགས་ཡོད་པ་དང་འཆམ་མཐུན་གོ་རིམ་ལྡན་པ།
མཉམ་འཛུགས་མཉམ་སྤྱོད་ཀྱི་དེང་རབས་ཡུལ་སྡེ་
བཅོས་སྐྱོང་གནས་བབ་མགྱོགས་པོར་བསྐྲུན་
དགོས།ཏང་སྐྱོང་གིས་སྣེ་ཁྲིད་དེ་ཡུལ་སྡེ་བཅོས་
སྐྱོང་ནུས་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།ཡུལ་ཤོག་དང་
གྲོང་རྡལ་གྱི་འགོ་ཁྲིད་ཚན་པ་ལེགས་འདེམས་ཧྲག་
བསྐོ་དང་།གྲོང་སྡེ་ཨུ་ལྷན་གཉིས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་
ཚན་པ་དང་ལྷག་པར་སྣེ་ཁྲིད་པའི་དཔུང་ཁག་ཇེ་
ཡག་ཏུ་གཏོང་ཞིང་།ཏང་མིས་མང་ཚོགས་ལ་
འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ལམ་སྲོལ་འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་
བ། ཞིང་སྡེ་གཞི་རིམ་ལས་ཡུལ་གྱི་སྟོབས་ཤུགས་
ཇེ་ཆེ་དང་བརྟན་པོར་བཟོ་དགོས།ཡུལ་མིའི་རང་
སྐྱོང་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱེད་ཅིང་།
རང་སྐྱོང་རྩ་འཛུགས་ཚད་ལྡན་ཅན་འཛུགས་
ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།ཡུལ་མི་གྲོང་སྡེ་རིམ་པའི་
སྤྱི་པའི་ལས་དོན་སྟེགས་བུར་ཞུགས་རྒྱ་སྐྱེད་པ་
དང་། གྲོང་སྲོལ་དམངས་ཆིངས་འཛུགས་ཤུགས་
ཆེ་རུ་གཏང་དགོས།དུས་བདེ་ཁྲིམས་སྐྱོང་ཡུལ་སྡེ་
འཛུགས་པ་དང་།འགལ་བ་རྩོད་གཞི་འབྱུང་རྩ་
ནས་འགོག་པ་དང་ཚགས་བཤེར་ཉེན་བརྡ་སྔོན་
གཏོང་།བར་འདུམ་སྣ་མང་ཅན་གྱི་ལམ་སྲོལ་
འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་ཞིང་།གཞི་རིམ་གྱི་འཚུབ་
བསྟུན་དོ་དམ་ནུས་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།ཞིང་སྡེའི་
ཁྲིམས་སྐྱོང་དྲིལ་སྒྲོག་སློབ་གསོ་དང་སྤྱི་པའི་བཅའ་
ཁྲིམས་ཞབས་ཞུ་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས།
ཨང་ཀི་དང་རིག་ནུས་ཀྱིས་ཡུལ་སྡེ་བཅོས་སྐྱོང་ལ་
རོགས་རམ་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།
ཞིང་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་ཆ་འཕྲིན་ཅན་གྱི་ལས་
སྟེགས་རྒྱུན་རིམ་ལྡན་པ་སྡེབ་སྒྲིལ་དང་མཉམ་སྦྲེལ་
མགྱོགས་པོར་བྱེད་ཅིང་།གྲོང་སྡེ་རིམ་པའི་ཕྱོགས་
འདུས་ཞབས་ཞུ་ཆ་འཕྲིན་ཅན་གྱི་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་
གཏང་དགོས།
（ པར་ངོས་བཞི་པར་གཟིགས།）