འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།

ལག་བསྟར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།

3
རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་གི་འབྲེལ་གཏུག་ཁ་པར། 0891—6322471

རྩོརྩོམ་རིརིག་དགའ་ཚལ། བཀྲ་ཤིས།

2020ལོའི་ཟླ་11ཚེས་15

གློག་རྡུལ་ཡིག་སྒམ། xzrbwenyifukan@163.com

གཅིགའཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་མཐའ་དག་བལྟོས་བཅས་དབང་་་་་
གིས་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་འདུས་བྱས་སྤྱི་ལ་སྣང་བའི་ཆོས་་་་་་
ཉིད་རེད།སྐྱེ་འཇིག་གི་ཆོས་ཉིད་དེའི་དབང་གིས་ད་ཆ་ང་རང་ཡང་་་་་་
རིམ་པར་ཕྲུ་གུའི་ཕ་མར་གྱུར་ཟིན།ཡང་ཅིག་བཤད་ན།ང་རང་འཇིག་
རྟེན་མཐུན་འཇུག་ལམ་དུ་བསྐྱོད་དེ་འཚོ་བའི་མངར་སྐྱུར་གྱི་ལོངས་་་་་་་་
སྤྱོད་ལ་གཡེངས་ནས་བགྲང་བྱ་འགའ་ཤས་འདས་སོང་།བགྲང་བྱ་དེ་་་་
དག་རིང་།བདག་གིས་ཨ་ཕ་ཞིག་གིས་རང་གི་བུ་ཕྲུག་ལ་བཅངས་པའི་་
བྱམས་དང་བརྩེ་བ་རྟོགས་སོང་ལ།ཨ་ཕ་ནི་ཁྱིམ་ཚང་ཧྲིལ་པོའི་གདུང་་་
འདེགས་ཀྱི་ཀ་བ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་རྟོཌ་སོང་།ཉིན་ནས་ཉིན་་་་་་
མཐུད་དེ་ཟླ་བའི་མངལ་རིམ་འགྲིམ་ཞིང་།ལོ་ནས་ལོ་མཐུད་དེ་འཚོ་་་་་་
བའི་ལམ་དུ་ཞུཌ།ད་ཆ་ང་རང་གི་གནག་སྣུམ་སྐྲ་ལོ་དཀར་ནག་འདྲེས་་
མར་གྱུར་ཅིང་།དཔྲལ་བའི་ངོས་སུ་འཚོ་བའི་རི་མོ་གྱ་གྱུར་མངོན་ལ།
ཆུང་དུས་ལྟར་ལུས་ཀྱི་མཉེན་ཆ་མེད་པར་གུག་གུག་ཏུ་འགྱུར་བཞིན་་་་་་་
འདུག འཚོ་བའི་གྲུ་ཟུར་གང་སར་འཐོར་བའི་ལང་ཚོའི་སྒྲུང་གཏམ་་་་་་
དག་ལ་སེམས་པ་རྣལ་དུ་ཕབ་ནས་བསམ་གཞིག་གི་འདང་རེ་རྒྱག་དུས།
ང་ཚོའི་བསམ་བློ་དང་བྱ་སྤྱོད་ཚང་མ་སྡོང་པོ་བཞིན་རྒས་ཀྱིན་འདུགའདབ་ལོ་ལྟར་སྐེམ་གྱིན་འདུགམེ་ཏོག་གི་འདབ་མ་ལྷུང་ཐེངས་རེར་ང་
ཚོ་ནི་དུས་རབས་ཀྱི་རླུང་བུས་རྒྱང་རིང་དུ་སྐྲོད་ཀྱིན་འདུགགཉིས།
ལོ་ངོ་དུ་མའི་གོང་གི་དེ་རིང་ལྟ་བུའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ།པཱ་ལགས་་་་་་་
ཀྱིས་ང་རང་པང་དུ་བཏབ་ཅིང་།ཕ་ཡུལ་ནས་ལ་བརྒྱབ་ཀླུང་བརྒལ་་་་་་
གྱིས་ལམ་ཐག་ལེ་དབར་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་ཆོད་པའི་ལྷ་ལྡན་གྲོང་དུ་ཁྲིད་་་་་་
བྱུང་། སྐབས་དེ་དུས་གཅིག་ནས་འགྲིམ་འགྲུལ་སྟབས་བདེ་མེད་པས་་་་་
རང་མཁོའི་དངོས་ཟོག་མང་དག་ཅིག་དུས་ཐོག་ཏུ་མི་འབྱོར་བ་དང་།
གཉིས་ནས་ལྷ་སར་ས་རྒྱུས་ཡོད་མཁན་ཞིག་རྙེད་དཀའ་བས།ལྷ་སར་་་་
འགྲོ་འདོད་མཁན་མང་མོད།དངོས་སུ་འགྲོ་ཐུབ་མཁན་ཉུང་ཉུང་་་་་་་་་
རེད།ང་རང་ནི་རླུང་རྟ་རྒྱུག་པའི་ལས་ཅན་ཞིག་སྟེ།སྟེས་དབང་གིས་་་
པཱ་ལགས་དང་མཉམ་དུ་ལྷ་སར་འགྲོ་སྐལ་བྱུང་།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ལྷ་སའི་་
ཁྲོམ་སྲང་གང་སར་ངང་རྒྱུད་རིང་པོའི་སྒོ་ནས་ཁོ་བོར་གོམ་བགྲོད་རེ་་་་་་
སློབ་པར་བྲེལ།དམར་པོ་རིའི་སྟེང་དུ་བཞེངས་པའི་ཁང་པའི་མིང་ལ་་་་
ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་ལ་ཟེར་བ་དང་།ར་ས་འཕྲུལ་སྣང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་་་་་་་་
མདུན་དུ་སྐྱེས་པའི་སྡོང་རྒན་དེའི་མིང་ལ་ཇོ་བོའི་དབུ་སྐྲ་ཞེས་འབོད་ཀྱི་་
ཡོད་ལུགས་མི་ཤེས་མོད།ཞོལ་གྲོང་གསར་གྱི་ཁྲོམ་ཟུར་གང་སར་་་་་་་་་་་་
བཀྲམ་པའི་བྱི་རིལ་གྱི་བྲོ་བ་ནི་ངའི་རོ་འཛིན་དབང་པོས་མྱངས་ནས་་་་་་
ཡོད།ཁྲ་ཁྲ་སིལ་སིལ་གྱི་ཁྲོམ་སྟེགས་ཐོག་བཀྲམ་པའི་ཟོག་དངོས་དག་་་་
ངའི་སེམས་ཀྱིས་ཉོ་བཞིན་ཡོད།“ཕྲུ་གུའི་ལྟོགས་སྣང་མིག་དང་མི་རྒན་
ལྟོགས་སྣང་སེམས”ཡིན་པ་ནི་གྲོང་མི་སུས་ཀྱང་མཁྱེན་ངེས་པའི་སྣང་་་་་
ཚུལ་ཕལ་པ་ཞིག་རེད།ཡིན་ནའང་།མིག་གིས་ཟིན་དཀའ་ལ་སེམས་་་་
ཀྱིས་འགམ་སླ་བའི་བྱི་རིལ་དེ་དག་མཐོང་རིམ་བཞིན་ངའི་སེམས་ལ་པཱ་་་

ལགས་ཀྱི་བྱམས་བརྩེ་ཚོར་གྱི་འདུགམ་གཞི་ངའི་པཱ་ལགས་ནི་ཁ་མཁས་
ཚིག་སྙན་ལ་མི་དགའ་བའི་མི་ཁ་རི་ཁ་ཐུག་ཅིག་རེད།ནམ་རྒྱུན་གཞན་་
དང་གླེང་མོལ་བྱེད་དུས་ཀྱང་།སེམས་ལ་བསམ་པའི་བཀའ་མོལ་དེ་་་་་་་
ཐད་ཀར་གསུང་རྐྱང་བྱེད་པ་ལས“ཁ་བསྐོར་ནས་ལྟག་ཁུང་ལ་རྡོ་གཞུ་་་་
མཁན”ཞིག་མ་རེད།དེའི་སྟབས་ཀྱིས་མི་མང་པོས་པཱ་ལགས་དང་་་་་་་་་་
བཀའ་མོལ་གནང་བར་འཚེར་སྣང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།ཡིན་ནའང་།ཁོང་་་་་
ནི་བྱམས་སེམས་ཆེ་ཞིང་གཞུང་དྲང་སྙིང་སྟོབས་ཅན་གྱི་སྐྱེས་པ་རབ་་་་་་་
ཅིག་རེད།དུས་རྒྱུན་གྲོང་ཚོའི་ལས་ཀ་ཡིན་ཚེ།རང་ཁྱིམ་གྱི་ལས་ཀ་་་་་་
བྲེལ་བ་ཆེ་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཐད་ཀར་གྲོང་ཚོའི་ལས་ཀར་ཕེབས་རྐྱང་་
བྱེད།དེའི་དབང་གིས་ཨ་མ་ལགས་དང་ཁ་རྩོད་ཤོར་བ་ཐེངས་གཅིག་་་་
གཉིས་མ་ཡིན་ལ།གྲོང་མི་རྒན་གཞོན་ཚང་མས་མཐེ་བོང་ཀེར་ནས་་་་་་་
བསྔཌ་བརྗོད་བྱས་པའང་ཐེངས་གཅིག་གཉིས་མ་ཡིན།
ལོ་གཉིས་ཙམ་ལ་སླེབས་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་པང་དུ་བཏབ་སྟེ་གྲོང་་་་་
ཁྱེར་གྱི་ཁྲོམ་སྲང་གང་སར་མྱུལ་བ་ནི་ལས་སླ་པོ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན།བར་་་་
སྐོར་ཁྲོམ་གཞུང་ནས་ཁྲོམ་གཟིགས་སྒང་དང་།པོ་ཏ་ལའི་ཐང་ཆེན་་་་་་་
ནས་བར་སྐོར་ཁྲོམ་གཞུང་བར་རྐང་བགྲོད་ཁོ་ནར་རྟེན་དགོས་དུས།
ངོ་མ་ཡིད་ཐང་ཆད་དགོས་པ་ཞིག་རེད།ཡིན་ནའང་།ལམ་དུ་འགྲོ་་་་་་
སྐྱོད་ཅི་འདྲའི་དཀའ་ཡང་།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་རང་པང་ཁ་ནས་བྲལ་དུ་་
མི་འཇུགལམ་ཐག་ཅི་འདྲའི་རིང་ཡང་།ངལ་དུབ་ཀྱི་ཀླན་ཀ་ང་རང་་་
ལ་དཀྲི་བར་མི་བྱེད།སྐབས་སྐབས་ངལ་ཞིང་དུབ་སྟེ་དཔྲལ་བ་ནས་་་་་་་
རྔུལ་ཆུ་འཛར་ཀྱང་།ཁོང་གིས་ཟ་མཁས་འཐུང་མཁས་གནང་བའི་་་་་་་་
དངུལ་གྱིས་བར་སྐོར་གྱི་ཁྲོམ་སྟེགས་གང་རུང་ནས་བྱི་རིལ་ལམ་རྩེད་་་་་་་
ཆས་གང་རུང་ཉོས་ཏེ་བདག་གི་ངལ་དུབ་སེལ་གྱི་ཡོད།ད་ཆ་པཱ་ལགས་་

ཀྱི་དབུ་སྐྲ་དཀར་པོར་གྱུར་ཅིང་།དཔྲལ་བའི་གཉེར་མ་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་་
བ་མཐོང་དུས།བདག་གི་ཡིད་ལ་སྐྱོ་གདུང་གི་སེམས་ཁྲལ་ཞིག་འཛད་་་་
མེད་དུ་སྐྱེ་ཡི་འདུགལྷག་པར་དུ་ལོ་ཟླའི་འཕེལ་འགྲོས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་་་་་་་་
བཙན་པོ་དེས་ལང་ཚོ་འཇོམ་དུས།རྒྱུག་ཆུ་གྱེན་དུ་འདྲེན་པའི་སེམས་་་་
ཤུགས་ཤིག་ཡོད་ཀྱང་ནུས་པས་མི་ལྕོགས།ཕ་ཡུལ་གྱི་བྱིས་པ་ཚོས་ལོ་་་་་་
གསར་གྱི་རྔན་པ་ཟ་ཐེངས་རེར་པཱ་ལགས་ཀྱི་གོམ་བགྲོད་ཇེ་དལ་ནས་ཇེ་་
དལ་དུ་སོང་ཞིང་།བློ་རིག་གི་རྩལ་དུ་ངོམ་པའི་དྲན་ཤེས་ཀྱི་རྟ་ཕོ་ཡང་་་
རིམ་བཞིན་ཉམས་དུས།རྟེན་འབྱུང་གི་ཆོས་ཉིད་འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་་་་
བྱེད་ཐབས་མེད་ལགས།“ཆང་ཁ་ཡིས་བཏུངས་ཀྱང་རྩིས་རིག་་་་་་་་་་་་་་
པ”ཡིན་ལུགས་ནི་ཡུལ་མི་ཀུན་གྱིས་པཱ་ལགས་ལ་བསྔགས་པའི་གཏམ་་་་་
ཞིག་རེད།མ་གཞི་ཁོང་ཆང་ལ་མཉེས་པོ་ཡོད་ཀྱང་།གྲོང་ཚོའི་ལས་ཀ་་
འཕྱུག་མེད་སྒྲུབ་གནང་གི་ཡོད།གྲོང་ཚོའི་རྩིས་པ་ནས་བཟོ་ཚོགས་ཀྱི་་་་
འགོ་ཁྲིད་དང་།བཟོ་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་ནས་ཏང་ཀྲི་པུའི་ཧྲུའུ་ཅི།དེ་་
བཞིན་ལྟ་སྐུལ་བ་ནས་གྲོང་དཔོན་གཞོན་པའི་བར་ནི་ཁོང་གིས་བརྒྱུད་་་་
མྱོང་བའི་གྲོང་ཚོའི་འཕོ་འགྱུར་གྱི་ལམ་རིས་ཤིག་རེད་ལ།ཁོང་ལ་ཐོབ་་་
པའི་ལས་ཀའི་ཉམས་མྱོང་ཡང་རེད།ང་ཚོས་སྒེར་གྱི་ཁེ་ཕན་དང་།
གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱིད་ལས་གང་ཞིག་གཙིགས་སུ་འཛིན་དགོས་མིན་ཤེས་་་་་
པ་ཡང་ཁོང་གིས་ང་ཚོ་བུ་ཕྲུག་ལ་གནང་བའི་རྒྱུ་ནོར་ཞིག་རེད།
གསུམ།

ན་ནིང་།པཱ་ལགས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་དྲེག་གྲུམ་ནད་གཞི་ལྕི་རུ་སོང་སྟེ།
སྨན་ཁང་དུ་ཕེབས་དགོས་ལུགས་ཞུ་དུས་ཀྱང་།ཁོང་གིས“ད་ལྟ་སྨན་་་་
ཁང་དུ་འགྲོ་བའི་ཁོམ་པ་མེད།གྲོང་ཚོའི་ལས་ཀ་མང་དག་ཅིག་ཚར་་་་་་
མེད”ཅེས་དང་།“ངའི་རྐང་པ་སྣང་དག་མི་འདུགཉིན་ཤས་ཆང་མ་་་

བཏུངས་ན་དྲག་གི་རེད”དེ་དང་དེ་འདྲ་བའི་ཁ་གཡར་གྱི་ཚིག་འགས་
དུས་འགྱངས་ཟླ་ཤས་ཕྱིན།མ་གཞི་དྲེག་གྲུམ་གྱི་ནད་ནི་ནད་གཞི་་་་་་་་་་་
གཞན་ལྟར་མངོན་གསལ་ཆེ་བ་ཞིག་མིན་མོད།ནད་འདིས་འགྲོ་སྐྱོད་་་་་
ལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་ཡོད།ལྷག་དོན་དུ་དྲེག་གྲུམ་ནད་ཅན་་་་་་
གྱིས་ཆང་རག་ལ་འཛེམ་དགོས་པ་ནི་སྨན་པའི་གདམ་ངག་ཡིན་མོད།
ཁོང་གིས་དེ་དག་ལ་དོ་སྣང་གནང་གི་མེད་པ་མ་ཟད།སྨན་དད་ཀྱང་་་་་
ཆེན་པོ་མེད།འོན་ཀྱང་ཐེངས་ཤིག་ཆང་མཆོད་དྲགས་པའི་ཉེས་་་་་་་་་་་་་
དམིགས་ཀྱིས་ཁོང་གིས་སྨན་ཁང་དུ་ཕེབས་རྒྱུར་ཁས་ལེན་གནང་ཙམ་་་་་
བྱུང་། སྐབས་དེར་ང་ཚོ་བུ་ཕྲུག་ཚོས་རང་ནུས་གང་ལྕོགས་ཀྱིས་པཱ་་་་་་་་་་
ལགས་ཀྱི་ནད་གཡོག་བརྒྱུགས།སྨན་ཁང་དུ་ངལ་གསོ་ཉིན་ཤས་རྒྱག་་་་་
རིང་།པཱ་ལགས་ཀྱི་ཞལ་མདངས་ཇེ་བཟང་དུ་གྱུར་པ་དང་བསྟུན་ནས་་་
ཞལ་ལག་ཀྱང་མང་པོ་མཆོད་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་ལ།འཆམ་འཆམ་དུ་་་་་་་་་་་་
ཕེབས་དུས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་སྐྱོར་མི་དགོས་པས།ང་ཚོ་བུ་ཕྲུག་གི་ངོས་་་
ནས་བཤད་ན་དེ་ནི་དགའ་འོས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ།ད་ཆ་ང་རང་ཡང་
ཕྲུ་གུའི་ཕ་རུ་གྱུར་པ་དང་བསྟུན་པཱ་ལགས་ཀྱང་ཚ་བོའི་སྤོ་བོ་ཆགས།
ཡིན་ནའང་།ཁོང་གིས་བདག་ལ་གསུངས་པའི་བཀའ་མོལ་དང་ཚ་་་་་་་་
བོར་གསུངས་པའི་བཀའ་མོལ་ནི“སྐུད་པ་གཅིག་ལ་བརྒྱུས་པའི་ཕྲེང་་་་་་
བ”བཞིན་བྱམས་དང་བརྩེ་བས་ཕྱུག་པ་གཅིག་པ་རེད་འདུགད་ཆ།
སྤྱི་ཚོགས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་བསྟུན་ནས་གསར་གཏོད་་་་་་་་
དང་འགྲན་རྩོད་ཀྱི་བང་འགྲོས་ངོམ་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར།མིའི་་་་་་
རིཌ་ལ་མཁོ་བ་ནི་རྒྱུ་དངོས་པོའི་བསླུ་བྲིད་མ་ཡིན་པར།ཕ་མ་བཟང་པོ་
ཞིག་གི་འཛུམ་མདངས་རེད།
བཞི།
ལོ་རེའི་ཟླ་དྲུག་པའི་གཟའ་འཁོར་གསུམ་པའི་རེས་གཟའ་ཉི་མ་ནི།
ཐོག་མར་ཕྱི་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་ནས་དར་ཞིང་།རིམ་གྱིས་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་་་
ཁབ་མང་པོས་དོ་སྣང་དང་དགའ་གཏོང་བྱེད་པའི་ལོ་རེའི་ཡབ་ཀྱི་དུས་་་
ཆེན་རེད།དེ་ཉིན་ལས་ཅན་གྱི་བུ་ཕྲུག་མང་པོ་ཞིག་གིས་རང་གི་ཡབ་་་་་
ཆེན་ལ་དུས་ཆེན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་དང་སྦྲགས།རིན་མཐོའི་གྱོན་གོས་་་་་་་་
སམ་ཆུ་ཚོད།ཡང་ན་རླངས་འཁོར་རམ་མིང་གྲགས་ཅན་གྱི་སེམས་་་་་་་་
མཚོན་ཕྱག་རྟགས་མང་པོ་བསྣམས་ཏེ།ཡབ་ཀྱི་དུས་ཆེན་མཉམ་གཏོང་
བྱེད་བཞིན་ཡོད་ངེས་ལ།ཡབ་ཀྱི་དུས་ཆེན་དེ་དང་བསྟུན་ཏེ་ནང་མི་་་་་་
ལྷན་འཛོམས་ཀྱི་དགའ་སྐྱིད་ཞལ་ལག་ཀྱང་མཆོད་ངེས།འོན་ཏེ།ང་་་་་
རང་། གཞན་ཡུལ་དུ་སློབ་གསོའི་བྱ་བ་དང་དུ་ལེན་བཞིན་པའི་བུ་ཕྲུག་་
ཅིག་གིས།གཞན་ལྟར་གྱི་མིང་གྲགས་ཅན་གྱི་ཟོག་དངོས་ཀྱི་ཕྱག་་་་་་་་་་་་
རྟགས་གྱ་ནོམ་པ་འབུལ་རྒྱུ་མ་བྱུང་རུང་།སེམས་གཏིང་ནས་རང་གི་པཱ་་
ལགས་ལ་སེམས་མཚོན་གྱི་རྩོམ་ཐུང་ཞིག་བྲིས་ཏེ་ཡབ་ཆེན་དུས་ཆེན་ལ་་་
བཀྲ་ཤིས་རྟེན་འབྲེལ་མཚོན་པར་འདོད།བརྩེ་བའི་པཱ་ལགས།ཁྱེད་་་་་་
རང་ནམ་ཡང་སྐུ་འཚོ་གསལ་ཐང་ཡོང་བར་སྨོན།

༄༅།།ཡབ་ལ་ཕུལ་བའརི་ཕྱག་རྟགས། གངས་གཡག་དཔལ་ལྷུན།

བྱིས་དུས་སུ།འཚོ་བའི་ཆ་རྐྱེན་ཤིན་ཏུ་ཞན་པས།
ང་རང་ཇ་སྲུབས་མ་འཐུང་བར་ཧ་ཅང་དགའ། འོན་་་་་་་
ཀྱང་། ཇ་སྲུབས་མ་བཏུང་དྲགས་པའི་དབང་གིས་ཉལ་་་
གཅིན་ཡང་ཡང་ཤོར་སྟབས།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ།ཕྲུ་་་
གུས་ཇ་སྲུབས་མ་བཏུང་མང་ན། ཨམ་ཅོག་སྐམ་ངེས་་་་་་་
རེད་ཟེར།དུས་དེ་ནས་བཟུང་།ངས་ཇ་སྲུབས་མ་་་་་་་་་་
འཐུང་བར་འཛེམ་དགོས་བྱུང་།
བྱིས་དུས་སུ།རི་ཆུའི་སྣེ་མོར་ཁ་དོག་སྣ་ལྔའི་་་་་་་་་་་་
འཇའ་ཚོན་ཤར་ཐེངས་རེར།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ།ཁ་་་
ལ་ཁྱི་སྐྱག་བཟུང་ནས་གནམ་སའི་མཐའ་ལ་ཕྱིན་ན་་་་་་་་་་
འཇའ་ཚོན་བཟུང་ཐུབ་ཟེར།ས་དང་གནམ་ལས་ངོ་མི་་་
ཤེས་པའི་ངས་པཱ་ལགས་ཀྱི་ཁ་ལ་ཉན་ནས་ཁྱི་སྐྱག་ཁ་ལ་་་་
བཟུང་ནས་འཇའ་གུར་ཡོད་སར་ཇི་ཙམ་བརྒྱུགས་ཀྱང་།
ཁ་དོག་སྣ་ལྔའི་འཇའ་ཡི་རི་མོ་ང་དང་རྒྱང་ཐག་ཇེ་རིང་་་་
ནས་ཇེ་རིང་དུ་སོང་།
བྱིས་དུས་སུ།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ཟེར་ན་ལྷ་ས་ནི་རྒྱང་་་་
རིང་རྒྱང་རིང་ཞིག་ན་ཡོད་རབས་ཟེར།ངས་དུས་རྒྱུན་་་
པཱ་ལགས་ལ་ང་ལྷ་སར་འཁྲིད་རྒྱུའི་རེ་བ་བཏོན་ཚེ།ཨ་་་་་
ཕས་སྒམ་བརླིངས་པོས།ཨ་ན་དགའ་ན་ལྷ་སར་འགྲོ་་་་་་་
དགོས་མེད།ངས་ཁྱོད་ཀྱི་ཨམ་རྩ་གཉིས་ནས་འཇུས་ཏེ་་་
ཡར་བཀྱགས་ན་ལྷ་ས་ངང་གིས་མཐོང་ཐུབ་ཟེར།པཱ་་་་་་་
ལགས་ཀྱིས་ང་རང་གི་ཨམ་ཅོག་གཉིས་པོ་བཙིར་ནས་་་་་་་
མཁའ་ལ་ཐེངས་མང་བཀྱགས་ཀྱང་།ངས་ལྷ་ས་གཏན་་་
ནས་མཐོང་མ་བྱུང་བའི་ཁར།ངའི་ཨམ་ཅོག་ན་ཟུག་་་་་་་
གིས་མནར་ཏེ་མིག་ཆུ་ཡང་ཡང་ཤོར་བྱུང་།དུས་དེ་ནས་
བཟུང་། ངས་པཱ་ལགས་ལ་ང་ལྷ་སར་ཁྲིད་དང་ཞེས་རེ་་་་་
བ་འདོན་མི་ནུས།
བྱིས་དུས་སུ།ང་རང་འགྱིག་བྱི་རིལ་བཟའ་བར་ཧ་
ཅང་དགའ། དུས་རྒྱུན་ངས་པཱ་ལགས་ལ། ང་ལ་འགྱིག་་་
བྱི་རིལ་ཉོས་དང་ཞེས་ཞུ་བ་འབུལ་སྐབས།པཱ་ལཌ་ཀྱིས་་
ང་ལ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་འགྱིག་བྱི་རིལ་ཁོག་ནང་དུ་ཁྱུར་
མིད་སོང་ན།དེ་མ་ཉིད་དུ་ཤི་ངེས་རེད་ཟེར།ཐེངས་་་་་་
ཤིག་ངས་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་པར་འགྱིག་བྱི་རིལ་ཁྱུར་་་
མིད་ཤོར་བས།ང་རང་དེ་མ་ཉིད་དུ་འཆི་བར་དོགས་་་་་་
ཏེ།ལུས་ཀྱི་བ་སྤུ་མཐའ་དག་གཟེངས་ནས་འཇིགས་་་་་་་་
སྣང་གི་བཙོན་རར་ཚུད་སྟབས་མཚན་གང་གཉིད་ཀྱི་་་་་་་་
དང་ག་ཡོངས་སུ་ཉམས།འོན་ཀྱང་པཱ་ལགས་ཀྱིས་་་་་་་་་་་
གསུངས་པ་ཇི་བཞིན་ང་རང་ཤི་མ་བྱུང་མོད།དུས་དེ་་་་་་
ནས་བཟུང་། ང་རང་འགྱིག་བྱི་རིལ་བཟའ་བར་ཧ་ཅང་་
སྐྲགབྱིས་དུས་སུ།མུན་རུབ་ལ་ཁད་དུ་ང་དང་ཁྱིམ་་་་་་་་
མཚེས་ཀྱི་བྱིས་པ་ཚོ་གྲོང་ཚོའི་སྲང་ལམ་ཁག་ཏུ་རླུང་དང་
ཐལ་རྡུལ་གྱི་ངོ་འབག་གྱོན་ནས་རྩེད་འཇོར་རོལ་བར་ཧ་་
ཅང་དགའ། ནམ་རྒྱུན་ང་རང་རྩེད་མོའི་དབྱིངས་སུ་་་་་་་་
ཚུད་དེ་དུས་ལྟར་ཁྱིམ་ལ་ལོག་མ་ཐུབ་ན།པཱ་ལགས་ཀྱིས་

ང་ལ་འཇིགས་སྣང་བསྐུལ་ནས།མཚན་མོ་ཕྱི་ལ་་་་་་་་་་་་་་
འཁྱམས་ནས་བསྡད་ཡུན་རིང་ན།གདོན་འདྲེས་ཁྲིད་་་་་
ནས་གཙང་འགྲམ་གྱི་བྱེ་མའི་ཀློང་དུ་གཡུག་ངེས་རེད་་་་་་་
ཟེར།དུས་དེ་ནས་བཟུང་།ང་རང་མུན་མ་རུབ་གོང་་་་་་
ནས་རང་འགུལ་ངང་ཁྱིམ་ལ་ལོག་པའི་གོམས་གཤིས་་་་་་་་
བཟང་པོ་ཞིག་འཇགས།
བྱིས་དུས་སུ།མཚན་མོ་ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་མོ་རྡུང་མཁན་་་་་
ཡོད་རིམ་བཞིན།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ཨ་ན་ཨུ་ཚུགས་ཀྱིས་ང་་
རང་སྒོ་འབྱེད་པར་གཏོང་བར་དགའ།འོན་ཀྱང་།ང་་་
རང་སྙིང་ཆུང་དྲཌ་པས་པཱ་ལཌ་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་སྒོ་འབྱེད་
པར་འགྲོ་མ་ནུས།པཱ་ལཌ་ཀྱིས་རྫིག་རྫིག་དང་བཅས།
ཕོ་ཁྱོ་གའི་བཟོ་ལྟ་ཅི་ཡང་མི་འདུགམཚན་མོ་སྒོ་འབྱེད་་་
པར་ཡང་འགྲོ་མི་ནུས་པ་དེ་འདྲ།སྡར་མ་རང་རེད་ཅེས་

བརྗོད་དེ་ང་ལ་དཔའ་བློ་ཁོག་བསླབས་པས།ང་རང་་་་་་་
ཡང་མ་འདོད་བཞིན་དུ་ཕོ་ཉམས་རྫུས་མ་སྟོན་ནས་སྒོ་་་་་་
འབྱེད་པར་འགྲོ་དགོས་བྱུང་།སྨག་རུམ་གྱི་ཀློང་དུ་སྦར་་
ཉུལ་བརྒྱབ་ནས་སྒོ་འབྱེད་པར་འགྲོ་ཐེངས་རེར།ངའི་་་་
སྣང་བར་ངའི་རྒྱབ་ནས་མིའམ་གདོན་འདྲེ་གང་རུང་་་་་་་་
ཞིག་གིས་རྗེས་འདེད་གཏོང་གི་ཡོད་པའི་འཕྲུལ་སྣང་་་་་་་་
ཤར་ཏེ།རྟབ་རྟབ་པོར་ལྟག་ལོག་བརྒྱབ་ནས་ཕྱིར་མི་་་་་་་
ལོག་ཀ་མེད་བྱུང་།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ་སྒོ་འབྱེད་པར་་་་་
མ་འགྲོ་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་འདྲི་དུས།ངས་པཱ་ལགས་ལ་ངའི་་་་་་
རྒྱབ་ནས་མིའམ་གདོན་འདྲེ་གང་རུང་ཞིག་གིས་རྗེས་་་་་་་་
འདེད་གཏོང་གི་ཡོད་པའི་སྣང་བ་ཤར་ཏེ་འཇིགས་སྣང་་་
སྐྱེ་ཡི་ཡོད་པའི་སྐོར་བརྗོད་པས།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ།
མཚན་མོ་གཅིག་པུར་འགྲོ་སྐབས།ཁྱོད་ཀྱིས་ཁ་ནས་མ་་་
ཎི་ཡིག་དྲུག་ཡང་ཡང་བཏོན་ནས་རྒྱུགས་དང་།གདོན་་་
འདྲེ་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་གནོད་མི་ཐུབ་ཟེར།དུས་་

དེ་ནས་བཟུང་།ང་རང་མཚན་མོ་གཅིག་པུར་འགྲོ་བར་་
གཏན་ནས་ཞེད་མ་མྱོང་།
བྱིས་དུས་སུ།ངས་ནགས་ཚལ་གྱི་གསེབ་ཏུ་སོང་སྟེ།
གླ་ཚེར་དང་སེ་བ་གང་བྱུང་དུ་བཅད་ནས་ནུབ་ཕྱོགས་སུ་
བསྐྱོད་པའི་རྣམ་ཐར་ཞེས་པའི་བརྙན་འཕྲིན་རྒྱུན་་་་་་་་་་་་
མཐུད་འཁྲབ་ཚན་ནང་གི་སུན་ཝུའུ་ཁུང་གི་གསེར་རྒྱུག་་་
ཡིན་ཁུལ་དང་།གླིང་སྒྲུང་ནང་གི་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་་་་་་་་་
མདུང་ཡིན་ཁུལ་བྱས་ཏེ་རྩེད་འཇོར་གཡེང་སྐབས།པཱ་་་་
ལགས་ཀྱིས་ང་ལ་གླ་ཚེར་དང་སེ་བའི་སྡོང་པོར་ཀླུ་ཞེས་་་་་
པའི་སེམས་ཅན་འཇིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་གནས་ཡོད་་་་་་་་
ཚུལ་བརྗོད་དེ།ཤིང་གང་བྱུང་དུ་བཅད་ན་ཀླུ་ཁྲོས་ཏེ་་་་་་
ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པར་འབྲུམ་ཐོར་དང་ཤུ་བ་སྐྱེས་ནས་སོག་་
ལེའི་ཁ་བཞིན་འབར་ཚག་ཆགས་སྲིད་ཟེར།དུས་དེ་་་་་་་་

ནས་བཟུང་ངས་ཤིང་ནགས་གང་བྱུང་དུ་གཅོད་པའི་་་་་་་་
རང་གི་བྱེད་སྟངས་ངན་པར་འགྱུར་བ་མི་གཏོང་ཀ་མེད་་
བྱུང་།

བྱིས་དུས་སུ།ངས་པཱ་ལགས་ལ།རྒྱུ་མཚན་ཅི་ཞིག་
གི་དབང་གིས་མི་ལ་རྣ་དང་མིག་གཉིས་གཉིས་ཡོད་་་་་་་་་་
ཀྱང་། ཁ་གཅིག་ལས་མེད་དོན་དྲིས།ཨ་ཕས་ཧ་ཅང་་་་་་
གདེང་ཚོད་ཡོད་པའི་ཉམས་ཀྱིས།སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ང་་་་
ཚོར་རྣ་གཉིས་དང་མིག་གཉིས་འབྱིན་ཡང་ཁ་གཅིག་་་་་་་་
ལས་མ་གནང་དོན་ནི།ཁྱོད་ཀྱིས་དུས་རྒྱུན་ནས་འཇིག་་་
རྟེན་གྱི་བྱ་བར་མང་ཙམ་ལྟོས།མང་ཙམ་ཉོན།ཁ་ཉུང་་
ཙམ་བྱོས་ཟེར་བའི་དོན་རེད་ཟེར།
བྱིས་དུས་སུ།ངས་སྒོ་ང་བརྐུས་ནས་ཁྱིམ་མཚེས་ཀྱི་
ཚོང་ཁང་དུ་སོང་སྟེ་བྱི་རིལ་དང་།ཏན་ཞིམ་སོགས་ཉོ་་་་་
བཞིན་པ་པཱ་ལགས་ཀྱིས་ཤེས་རྗེས།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་་་་་་་
རང་འགྲམ་དུ་བོས་ཏེ་ངག་འཇམ་པོས།ཨ་མ་དང་བུ་་་་་་

རྐུན་མ་ཞེས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་བཤད་ནས།རྐུ་རྒྱག་་་་་་་་་་་
མཁན་ལ་མཇུག་འབྲས་ཡག་པོ་མི་འབྱུང་ཁོ་ཐག་ཡིན་་་་་་་
ཚུལ་དང་།སྒོ་ང་དགོས་ན་ང་ལ་ལོབས་དང་པཱ་ལགས་་་་་
ཀྱིས་ཁྱོད་ལ་སྦྱིན་ཆོག་ཅེས་གསུངས།འོན་ཀྱང་།ནམ་་་
རྒྱུན་ངས་པཱ་ལགས་ལ་སྒོ་ང་སྟེར་རོགས་ཞེས་ཞུ་བ་འབུལ་
དུས། པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་བྱ་ཚང་དུ་ཁྲིད་དེ་བྱ་ཕྲུག་མང་་་་་
པོ་བསྟན་ནས།སྒོ་ང་རེ་རེའི་ཁོག་ཏུ་བྱ་ཕྲུག་རེ་རེ་ཡོད་་་་
པས། ང་ཚོས་སྒོ་ང་བཟས་ན་བྱ་ཕྲུག་མང་པོ་འབྱུང་མི་་་་་
སྲིད།ང་ཚོས་སྔོན་ལ་བྱ་ཕྲུག་མང་ཙམ་གསོས་ཏེ།རྗེས་་
མ་བྱ་ཕྲུག་དག་གིས་ཀྱང་སྒོ་ང་གཏོང་བའི་དུས་ལ་སླེབས་
དུས། ཁྱོད་ལ་སྒོ་ང་ག་ཚོད་དགོས་ཀྱང་སྟེར་ཆོག་་་་་་་་་་་་་་
གསུངས། ངས་ཀྱང་ངེད་ཚང་ལ་བྱ་དེ་མང་ཙམ་བྱུང་ན་་
ཅི་མ་རུང་ཨང་སྙམ་སྟེ་བྱ་ཕྲུག་དག་མགྱོགས་ཙམ་ལོངས་་

ཐུབ་པར་རེ་སྒུག་བྱས།རྗེས་སུ་བྱ་ཕྲུག་དག་ལོངས་ནས་་
སྒོ་ང་གཏོང་བའི་དུས་སུ།ང་རང་སློབ་གྲྭར་ཡོད་པས།
བྱ་ཕྲུག་དག་གིས་སྒོ་ང་གཏོང་མིན་ལ་སྣང་བ་གཏན་ནས་
མ་བྱུང་།

བྱིས་དུས་སུ།སྣུམ་བཞུའི་འོད་མདངས་ཀྱི་འོག་ཏུ།
པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ་འདི་དང་འདི་འདྲ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་་
མང་པོ་གསུངས་མྱོང་།ངའི་མ་རིག་པ་དང་།རྨོངས་་་་་་
ཚོད།བྱིས་པའི་མཚར་སྣང་གི་བསམ་བློས་པཱ་ལགས་ལ་་་
དྲི་བ་ཇི་ཙམ་བཏོན་ཡང་།པཱ་ལགས་ནི་ཐམས་ཅད་་་་་་་་་
མཁྱེན་པ་ལྟར།ངས་ཅི་ཞིག་དྲིས་ཀྱང་དེ་ལ་དེ་བསྟུན་གྱི་
ལན་རེ་འདེབས་པར་བྱེད་ལ།ངས་བཏོན་པའི་དྲི་བ་ལ་་
ལན་རྒྱག་མི་ཐུབ་པའི་སྐབས་སུ།པཱ་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ།
ད་ལྟ་ཁྱོད་རང་ལོ་ན་གཞོན་གཞོན་ཡིན་པས།འཇིག་་་་་་་
རྟེན་གྱི་བྱ་བ་མང་པོར་ཆ་རྒྱུས་ཡོང་མི་སྲིད།གཅེས་ཕྲུག་
རང་ཆེན་པོ་ཆགས་ན་ད་ལྟའི་ལྐོག་གྱུར་གྱི་གནས་ཚུལ་་་་་་

མང་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཤེས་སྲིད་ཅེས་གསུངས།
སྐབས་དེ་དུས་ངའི་བསམ་པར་མི་རྒན་པ་ཡིན་ན་འཇིག་་
རྟེན་གྱི་གསང་བ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཨང་་
སྙམ་སྟེ།ང་རང་ཡང་གང་མགྱོགས་འཚར་ལོངས་བྱུང་་་་
ནས་མི་རྒན་པའི་དཔུང་གྲལ་དུ་ཚུད་པའི་འདུན་པ་དྲག་་
པོ་སྐྱེས་ཏེ།དུས་རྒྱུན་ཁོམ་པ་ཡོད་དུས་པཱ་ལགས་ལྟར་་་་་་
རྒྱབ་ལག་བཅས་ཏེ་འགྲོ་བ་དང་།སྐད་སྦོམ་པོས་སྐད་ཆ་
ཤོད་སྟངས་སྦྱོང་བ།ཡར་འགྲོ་མར་འགྲོ་བྱེད་དུས་སྔོན་་་
ཆད་ཇི་བཞིན་ལུ་གུ་ལྟར་ས་ལྡིང་གནམ་ལྡིང་མི་བྱེད་་་་་་་་་
པར། དལ་དལ་ལྷོད་ལྷོད་ངང་འགྲོ་བ་སོགས་མི་རྒན་་་་་་་
ཚོའི་ཟ་ལུཌ་འགྲོ་ལུཌ་སྡོད་ལུགས་དང་།ཐ་ན་ཁོ་ཚོའི་་་་་
གཅིན་པ་གཏོང་སྟངས་ལའང་ལད་མོ་བྱེད་པར་ཐལ།
བྱིས་དུས་སུ།པཱ་ལགས་ཕྱོགས་ལ་ཐོན་རིམ་བཞིན།
ངས་བྲག་གདོང་གི་རི་ཟུར་ལ་མིག་ཟུང་ཅེར་ནས།རི་་་་་་
ཟུར་ནས་ཨ་ཕའི་སྣང་བརྙན་འཆར་བར་བསྒུཌ།
སྐབས་དེ་དུས་བྲག་གདོང་ཞེས་པའི་མིག་གི་མཐོང་་་་་་་་་་་
མཚམས་ཀྱི་རི་ཟུར་དེ་ནི་ངའི་སྣང་ངོར་ད་ལྟའི་གནམ་སའི་
མཐའ་དང་ཨ་ན་མ་ན་ཡིན་ཞིང་།དུས་ཚོད་ཅེས་པའི་་་་་
མགྲོན་པོ་དེའང་འཁར་བ་ཐོཌ་པའི་བགྲེས་སོང་འཐེང་་་་
འགྲོས་ཤིག་དང་འདྲ་བར་ཅི་འདྲའི་འགྲོས་དལ་ཨང་།
གང་ལྟར་ཀྱང་། བྱིས་དུས་སུ།པཱ་ལགས་གམ་དུ་་་་་
ཡོད་དུས།མགོ་ཐོག་གི་གནམ་བརྡིབས་ཀྱང་ང་ལ་ཞེད་་་
སྣང་སྤུ་ཙམ་ཡང་སྐྱེ་མ་མྱོང་ལ།ངས་འཇིག་རྟེན་འདིའི་་
ངལ་དུབ་དང་བར་ཆད་ལ་སུན་སྣང་གཏན་ནས་ཡོང་མ་་
མྱོང་།པཱ་ལགས་འཁྲིས་སུ་ཡོད་དུས།མི་མེད་ལུང་སྟོང་་
གང་དུ་སླེབས་ཀྱང་།ང་རང་ལྟོགས་གྲིར་འཆི་མི་སྲིད་་་་་་
ཅིང་།ངའི་ལག་ཆུང་ནམ་ཡང་གྲང་རླུང་གིས་གཙེས་མི་་
སྲིད་ལ།ངའི་སེམས་པ་སྐྲ་ལོ་བཞིན་འཛིང་དོགས་མེད།
བྱིས་དུས་སུ།ངས་པཱ་ལགས་ཐུགས་ཀྱི་ལྷ་ལམ་་་་་་་་་
ཡངས་མོའི་ངོས་སུ་རྨི་ལམ་གྱི་གཤོག་སྒྲོ་བརྐྱངས་ཏེ།
རང་དགར་འཕུར་ལྡིང་ལ་རྩེན་པ་ཉུང་ཉུང་མིན་ལ།པཱ་་
ལགས་དགོངས་པའི་ཞིང་ས་ནས་ང་ལ་འཆར་ཡན་གྱི་མེ་་
ཏོག་སྣ་ཚོགས་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་ངང་འབུས་་་་་་་་་
པའང་ཐེངས་གཅིག་གཉིས་མིན་པས།པཱ་ལགས་ནི་་་་་་་་་
ངའི་ཡིད་ཀྱི་མངལ་ལམ་དུ་རྨི་ལམ་ལྟ་བུའི་མཚར་སྡུག་གི་
ཁྱེའུ་མང་པོ་སྦྲུམ་སའི་འཇིག་རྟེན་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་་་་་་་
ངས་ད་ལྟའང་གསལ་པོར་དྲན་གྱིན་འདུགབྱིས་དུས་སུ།པཱ་ལགས་ནི་ནམ་ཡང་རྒས་རྒྱུ་མེད་་་་་
པའི་དྲང་སྲོང་ཞིག་དང་འདྲ་བར།ཁོང་གིས་ངའི་ལག་་་
ཆུང་ནས་འཇུས་ཏེ་རི་ཀླུང་ཐང་གསུམ་གང་སར་ངོ་་་་་་་་་་
མཚར་གྱི་ལྟད་མོ་སྣ་ཚོགས་ལྟ་བར་ཁྲིད་གནང་གིན་ཡོད་་
པས། ལྐོག་གྱུར་གྱིས་བསླད་པའི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་་་་་་་་་
འདིའི་ཀློང་དུ།ངས་འཆར་ཡན་དང་རྟོག་བཟོས་་་་་་་་་་་་
བཞེངས་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་གྱི་ནམ་མཁར་རྨི་ལམ་གྱི་འཇའ་་་
ཚོན་མང་དག་ལྷས་ཡོད་པ་རེད་ཨང་།

༄༅བྱིབྱིས་དུས་ཀྱིབྱི་གཏམ་རྒྱུད་།

རྣམ་གླིང་རིན་ཆེན།