



ལཡང་གླིང་

11

Layang



ALTRUISM PUBLICATIONS

༢༠༡༥ལོ་འཛམ་གླིང་གི་འཕྲིན་ལེན་གྱི་ལོ་

March—April 2015 Vol. 11

Karmapa's Office Bulletin

ལཡུ་གུལ་

༢༠༡༥—༢༠༡༦ འཛོལ་ཐེངས། ༡༡

March—April 2015 Vol. 11

ALTRUISM PUBLICATIONS





ཕྱུག་པ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ།

དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་མ་ལུས་པའི་མཁུན་བཅེ་རུས་གསུམ་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་རང་གཟུགས་ཀྱང་པ་ཞེས་སྲིད་བ་གསུམ་
 བ་མཚན་སྟོན་གྱི་གདུགས་དཀར་ལྷན་མེར་གསལ་ཞིང་། བཀའ་གཏིང་མདོ་རྒྱུད་དུ་མ་ནས་ལུང་གིས་གསལ་བར་བསྟན་ཅིང་།
 དེ་ཡང་ཁོ་བོ་གནམ་ལྷགས་འབར་བའི་རྒྱུད་ལས། ཡོངས་སུ་དག་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། རྩོམས་བཅུའི་སངས་རྒྱུ་གཅིག་
 བསྟུན་པ། ཁྱེད་ཀྱི་བྱེད་པ་སྟོན་པའི་བྱིར། ཀྱུ་རྩེ་པ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་འབྱུང་། ཞེས་དང་། ཨོ་རྒྱུན་ཆེན་པོའི་རྗེ་རྒྱུ་གཅིག་
 གིས། ཨི་ཤའི་མིང་ཅན་ཅོད་བཞུགས་པོ་འདྲིན། མཐའ་དམག་བཞོག་ཅིང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྟེལ། རྟེན་ལ། འཇམ་དཔལ་སྟེ་
 འཕྲུལ་བུ་བའི་རྒྱུད་ལས། ཅོད་བཞུགས་པོ་མཐོན་ཀའི་ཅེར། རྒྱ་མཚོག་མཐོན་ཀ་ཆེན་པོ་འཆང་། རྩོམ་སུ་ཆེན་པོ་འོད་ཆགས་
 དཔལ། རངས་རྒྱུ་སྟེལ་བའི་རྒྱུན་དང་ལྷན། ཞེས་དང་། རྒྱལ་བས་མདོ་ཉིང་འདྲིན་རྒྱལ་བོར། ང་འདས་ལོ་ནི་ཉིས་སྟོང་ན། རྩོམ་
 གཏོང་དམར་ཡུལ་དུ་བསྟན་པ་འབྱུང་། རྒྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གདུག་བྱུང་འབྱུང་། དེ་ཡི་བསྟན་པའི་སྟེགས་མ་ལ། རྒྱུང་རྒྱུ་
 སེམས་དཔའ་སེའྲེའི་སྟེ། ཀྱུ་རྩེ་པ་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་། ཉིང་འདྲིན་དབང་ཐོབ་འགྲོ་བ་འདུལ། མཐོང་ཐོས་དྲན་རེག་བདེ་ལ་བཀོད། རྩོམ་
 ཅེས་དང་། ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེའི་རྗེ་རྒྱུ་གཅིག་གིས། དབང་ཆེན་གསུང་སྟེལ་རྗེ་རྒྱུ་གཅིག་ཅེས་སྟེ། རྒྱུ་གཅིག་ཅེས་སྟེ།
 དང་། མདོ་ལང་ག་ལེགས་ལས། རབ་བྱུང་ཆས་ལ་ཞུ་རྟུག་ཅན། རྩོད་གི་བསྟན་པ་མ་རྗོགས་པར། འགྲོ་བའི་དོན་ལ་རྒྱུན་ཆད་
 མེད། རྩོམ་དང་། དུས་སྟེགས་འབྲེད་པའི་མདོ་བསྟུན་ལས། འདིག་རྟེན་བྱེ་བ་ཐག་བཟུང་། ཀྱུ་རྩེ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི། རྒྱུལ་བ་བྱེ་བ་
 ཐག་བཟུང་འབྱུང་། རྟུ་རྟུག་གྲོན་ནས་འགྲོ་བ་འདུལ། ཞེས་སོགས་བསྟུན་མེད་ཀྱི་ལུང་བསྟན་ལས་སྟེལ་རབས་ཀྱི་ཐོང་བ་རེ་རེ་ནས་ལན་
 གཅིག་མིན་པར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ལུང་གིས་བསྟུན་པའི་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་མིན་ལས་ཀྱི་སྟེ་གཟུགས་ཞུ་རྟུག་མཐོན་མཐིང་གི་ཅོད་
 བན་འཆང་བ་གངས་རིའི་སྟེ་སྟེལ་ཐོག་མའི་རྣམ་འབྲུལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་བཅུ་བདུན་པ་དཔལ་ཡ་འབྲུལ་བདག་རང་བྱུང་ཨོ་རྒྱུན་རྒྱལ་བའི་སྟེ་
 གུ་འགྲོ་འདུལ་སྟེལ་ལས་རྗེ་རྒྱུ་གཅིག་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྟེ་ཡདཔལ་བཟང་པོ་མཚོག་གི་མཛད་འཕྲིན་རྣམས་འདི་ག་མཚུར་
 སྐར་ལྷ་བྱང་དཔལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀྱང་པའི་སྟེ་ལས་ཁང་གི་འདྲིན་སྟོང་ཁོངས་གཏོགས་ལས་བོད་ཡིག་ཚོམ་སྟེལ་སྟེ་ཆོན་ནས་ལས་བྱང་
)ཞེས་པའི་དུས་དེབ་ལོ་བསྟར་ཆགས་སུ་དད་ལྷན་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ་གསལ་སྟོན་བྱ་རྒྱུའི་དགོས་དམིགས་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་
 སྟེལ་སྟེལ་ལགས་ཤིང་། དུས་དེབ་འདིའི་ནང་དུ་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀྱང་པ་མཚོག་གི་ལོ་རེའི་མཛད་འཕྲིན་རྣམས་རིམ་འགོད་དང་། བཀའ་
 སྟོན་གསུང་རྩེལ། གསུང་འཕྲིན། བཀའ་བརྒྱུད་སྟོན་ལས། བཀའ་བརྒྱུད་དགུན་ཆོས། འཕགས་མ་བདེ་བྱེད་མའི་དགུན་ཆོས། རང་
 བྱུང་ཁོང་ཡུག་སྟེལ་གྱི་ལས་སྟོན་བཀའ་སྟོན་རྗེ་བཞུགས་པའི་བསྟུན་འགོད་སྟེལ་དང་། གཞན་ཡང་རང་རེ་གྱི་ཆོང་ནང་དུ་བསྟུན་
 བ་བཟུང་ཤིང་བསྟན་འགོད་མཛད་རྗེས་ཆེ་བའི་སྟེལ་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྟེལ་བསྟུན་རེའང་དུས་དེབ་འདྲིན་ཐངས་སོ་སོའི་
 མཐར་རིམ་གྱིས་འགོད་སྟེལ་ཞུ་རྒྱ་ལགས་ན། འདི་གའི་ལྷ་བྱང་གི་བཀའ་འཁོར་མེད་པར་རྩོམ་ཡིག་ཡོངས་རྗོགས་སམ། བཀའ་སྟོན་
 ཆགས་ཅོམ་ཡང་གང་བྱུང་པའི་སྟེལ་སྟེལ་ཞུ་རྒྱ་ཐལ་མི་ཚོག་པ་ཞུ། མཁུན་ལྷན་གཟུར་གནས་ནས་ལས་བྱང་བོད་ཡིག་དུས་དེབ་
 ཅན་དུ་གནས་ཚུལ་འགོད་སྟེལ་ཐང་ལེགས་སྟེལ་གྱི་དགོངས་འཆར་ཅེ་མཚེས་ཀྱི་གསུང་འཕྲིན་དུས་དེབ་འདྲིན་མཛུགས་གི་ཁ་བྱང་ངམ་
 སྟོན་འཕྲིན་ཁ་བྱང་ཐོག་ཏུ་འདྲིམས་ཐོན་མེད་པར་ལྷག་སྟེལ་ཞུ།



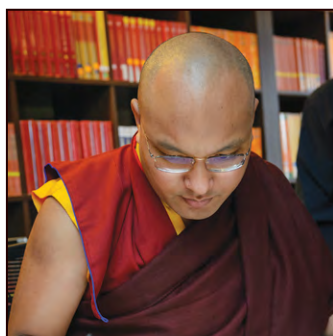
མགོན་པོ་མི་འཇུག་པའི་སྣང་བརྟན་རྒྱལ་དབང་བཅུ་བདུན་པའི་ཕྱག་ཚལ།

།།།།།



6-161

མཚན་འཕྲིན་དུས་ཀྱི་ལྷན་ཚད།



163-164

གསུང་འཕྲིན་ཡིད་ཀྱི་གསོལ་སྒྲན།



165-176

གསུང་རྩོམ་མུ་ཉིག་ཕྱོད་བ།



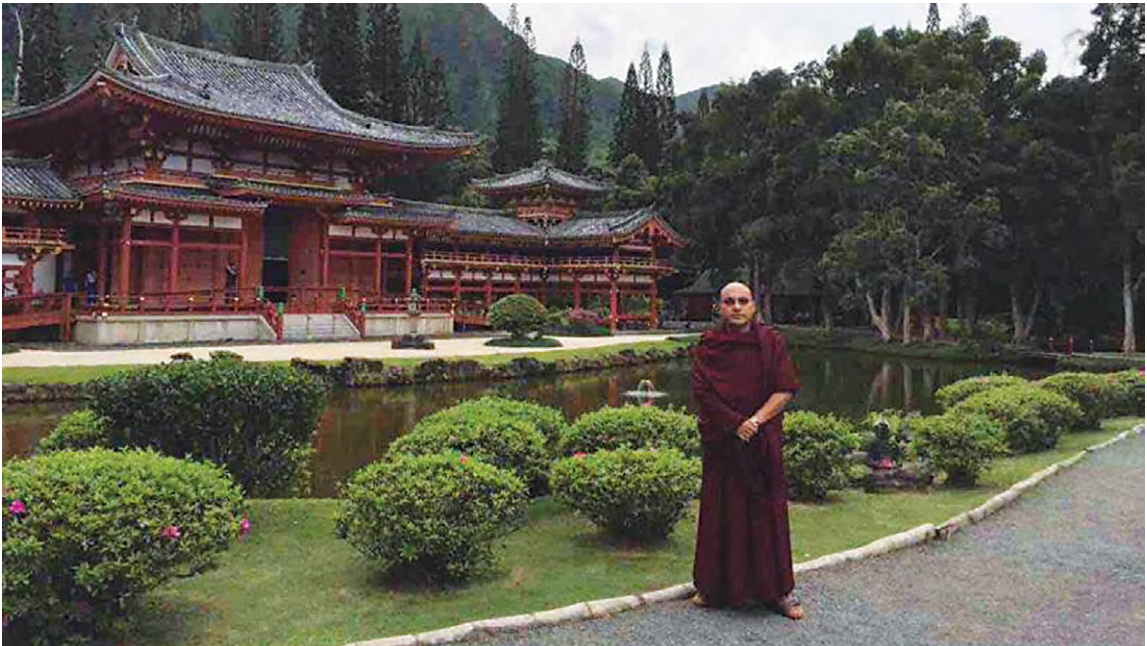


དཔལ་ལ་ལྱུལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་ཨ་ཟེ་མིད་འཛོན་དང་པོ་འཛོར་
རྗེ་མ་ཤིང་ལོན་གྱི་སྐྱེ་བཞུག་དང་ལྷན་དུ་ཨ་འིའི་ཉ་མ་དེའི་ཆེས་མཐོའི་
གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ནང་དུ་བཞུགས་པའི་སྐྱེ་བར།

རྒྱལ་དབང་ཡ་ཀཱ་པ་མཚོག་ཅུབ་ཕྱོགས་ཨ་རིའི་ཡུལ་དུ་ ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚིབས་ལྗུར་ཐོངས་གསུམ་པ།

དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་ཐོག་ལས་ཀྱི་བྱེད་པོ་ཡད་པལ་རྒྱལ་དབང་
 ཡ་ཀཱ་པ་སྐྱེས་པའི་བུ་བུ་བུ་བུ་པ་མཚོག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩
 ཚེས་ ༡ ཉིན། ལྷ་རྩ་ཏུ་སྤོང་སྤོང་ལྷུང་བ་རེ་དུགས་ནགས་
 ཚལ་གྱི་འདབས་འབྲེལ་དུ་མཚོས་པའི་བརྗོད་པོ་དུ་བུ་གུ་ལག་
 སློབ་གཉེར་ཁང་གི་དགུང་གསར་དང་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་མཛད་
 འཕྲིན་རྣམས་རེ་ཞེས་མཛུགས་བྱས་ཤིང་། ས་གནས་ནས་མཁའ་
 ལམ་ཐོག་རྒྱལ་ས་དེ་ལྟེན་ཞབས་འཁོར་གྱིས་ལོ་མང་སྟོན་ནས་སྐྱེ་
 བྱེད་པོར་ལོག་གཉིས་ཀྱི་ཞབས་སློབ་ཅུབ་ཕྱོགས་ཨ་རིས་གཙོས་
 འཛམ་གླིང་ཤར་ཅུབ་ཀྱི་ཚོས་ཚོགས་དང་དད་ལྡན་པ་སྟོང་ཚོ་
 དུ་མ་ནས་སྡེ་རྗེས་སུ་གདན་ཞུའི་གསོལ་བཏབ་བཞིན་དུ་ལན་
 དམིགས་བསལ་ཨ་རིའི་ Stanford University ཚེས་
 མཐོའི་གུལ་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་། University of Red-
 lands ཚེས་མཐོའི་གུལ་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་། Harvard
 University ཚེས་མཐོའི་གུལ་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དང་།
 Princeton University ཚེས་མཐོའི་གུལ་ལག་སློབ་གཉེར་
 ཁང་། Yale University ཚེས་མཐོའི་གུལ་ལག་སློབ་གཉེར་
 ཁང་། University of Wisconsin-Madison ཚེས་
 མཐོའི་གུལ་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ཁག་དུག་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་
 ཚོས་ཚོགས་ཁག་གིས་གདན་ཞུས་ལྡན་དང་། དེ་བཞིན་ཨ་རིའི་
 གཞུང་འབྲེལ་ཞི་བདེའི་བསྟེན་གནས་ཁང་ U.S. Institute of
 Peace། Washington DC མོ་བྲང་དཀར་པོའི་གནད་ཡོད་
 མི་སྣ། ཨ་རིའི་བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་གནས་ཁང་།
 དཔལ་ས་སྐུའི་སློབ་མ་པོ་བྲང་གི་ཚོས་ཚོགས། ཀཱ་པ་ཐེབས་
 ཅ་ཚོགས་པ། བྲང་ཨ་རིའི་གདན་ས་ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་
 འཁོར་གླིང་། འི་འཛམ་སི་ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་གླིང་། ལྷུང་

སྟོང་གྲུ་ཚང་གི་དགེ་ཅ་ཚོགས་པ། དཔལ་སྐྱེད་ས་ལུང་ཚོགས་
 ཚོས་འཁོར་གླིང་། ལྷ་རྩུང་ཐེབས་ཅ་ཚོགས་པ། འི་འུ་ཡོག་ཀཱ་
 པ་མི་ལྷ་ཚོགས་པ། Chicago ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་གླིང་།
 ལྷ་ལྷུ་པོ་རྟེ། ཀཱ་ལུ་རིན་པོ་ཚེ་པོར་མའི་ཚོས་ཚོགས། གཉེར་
 མར་ཕྱོམ་སྐྱབ་བསྟེན་གནས་ཚོགས་པ། བཀའ་བརྒྱུད་འགྲོ་དོན་
 ཀུན་ཁབ་ཚོས་ཚོགས། ཀུན་བཟང་དཔལ་ཚེན་ཚོས་གླིང་།
 བཀའ་བརྒྱུད་ལུབ་བསྟན་ཚོས་གླིང་། ཀཱ་གླིང་། འཛམ་གླིང་ནང་
 ལྷན་གསུམ་ཅན་གྱི་ Google དུ་གནས་སྟེགས་བྲ། རོ་དེབ་
 Facebook བསྟེན་གནས་ཁང་། California བོད་རིགས་
 སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ། Boston བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་
 པ། Connecticut བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ། འི་འུ་
 ཡོག་ Rubin རི་མོའི་སྐྱེ་སྐྱལ་འབྲེལ་སྟོན་ཁང་། འི་འུ་ཡོག་
 Manhattan དེང་དུས་རི་མོའི་སྐྱེ་ཅུལ་ཁང་། ལ་ཅེ་དཔེ་མཛོད་
 ཁང་། འི་འུ་ཡོག་དང་འི་འུ་འཛམ་སི་གཉིས་ཀྱི་བོད་རིགས་ཚོགས་
 པ། འི་འུ་ཡོག་ The Huffington Post གསར་ཁང་། ཨེ་ཤེ་
 ཡ་རང་དབང་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་། ཨ་རིའི་བོད་རྒྱུད་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་།
 ཨ་རིའི་རྒྱལ་སའི་མངའ་ཁུལ་གྱི་རང་རིགས། Wisconsin
 བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ། Minnesota བོད་རིགས་
 ཚོགས་པ། Seattle བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་སོ་སོར་
 ཚོས་འབྲེལ་སྐྱེད་དུ་བྱེ་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡ ཉིན་རྒྱ་གར་
 རྒྱལ་ས་དེ་ལྟེན་ཞབས་འཁའ་ལམ་ཐོག་ཨ་རིའི་ཡུལ་དུ་ཚིབས་ཞལ་སྐྱེད།



ཡཱ་རིའི་ Hawaii ཡི་མཚོ་སློང་དང་ཀ་ལུ་རིན་པོ་ཆེ་གོང་མའི་ཚོས་ཚོགས་སྤྱི་འབའ་འཁོད།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ‘ལྷོ་ ན་ ཚོས་ ༡༢ ཉིན། དཔལ་ལྗར་དབང་
ཀམ་པ་ཨོ་རྒྱལ་འགོ་འདུལ་ཐིན་ལས་རྩོམ་ཚོགས་གི་འབའ་ཀྱི་
པར་ཨོ་ཡཱ་རིའི་གོང་ཁྲེང་ Honolulu, Hawaii ཡི་མཚོ་སློང་དུ་
བཀོད་པ་ན། རོ་མཚར་ཅན་གྱི་མཇུག་འོད་ཀྱི་གྲུང་གིས་མཛོན་པར་
བཟུང་བའི་དཀར་ཕྱོགས་ལྷ་ཡིས་གདོང་གོགས་དང་ལེབས་བསྐྱེད་
འཇུག་པར་དང། མཚན་དཔེའི་གཟི་བྱིན་མཇུག་པར་ཅམ་ནས་
དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་འཕེལ་བའི་ཞལ་དཀྱིལ་ཉིན་གྱི་དབང་པོ་
སྐལ་ལྷན་སྤྱེ་བའི་བཀོ་སྐལ་དུ་སླིན། ས་གནས་ Hawaii མཚོ་
སློང་དུ་ཡོད་པའི་ལྷོ་ཕྱོགས་མེ་ཀ་ལུ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་མ་ཀམ་རང་
བྱུང་གྲུབ་ཀྱི་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་གནས་འཛིན་དགེ་སློང་གྲུ་མ་
རིན་ཚེན་ནས་རིམ་ལྔར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་ཚོས་ཚོགས་
སྤྱི་འབའ་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱག་ནས་དང་གྲིན་རྒྱལ་སྤྱོད་མཇུག་
དེར་འདུས་ཡོངས་ལ་དཀྱིན་སྐྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཀའ་སློབ་སྤུལ།

གང་གི་མཇུག་དཀྱིད་ཅི་འབྲན་པའི་ལྷོ་དང་གྲུལ་ཞིང་ཤར་ལུབ་ཀྱི་
སློབ་ཚོགས་དག་གིས་མཇུག་པར་ཅམ་གྱིས་དད་པའི་མིག་ཡིད་
ཅིག་ཅར་དུ་འཕྲོག་པར་གྱུར། ལྗར་དབང་ཀམ་པ་སྤྱོད་མ་
ས་གནས་འཛིན་མཇུག་འགར་བྱོན། ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡང་ཡང་
འཕྲོན་པའི་ཞལ་བཞེས་བཀའ་བཟང་ལེབས། ལོ་རྩི་ལྷོ་ཕྱོགས་
ཅམ་དུ་ཀ་ལུ་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་གནས་འཛིན་སྐལ་ལྷན་ཚེན་ནས་
མཇུག་ཉིན་གསུམ་བཏེག་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་དང་དད་
ལྷན་པ་ཡོངས་ལ་མཇུག་འཛིན་ཡང་ཆེ་སྤྱེ། ཚོས་ ༡
ནས་ཚོས་ ༡༤ བར་དུ་ Hawaii དུ་སྤྱོད་བཏེགས་དང་
ཞོར་དུ་འཇུག་སློང་ཤར་ལུབ་ཀྱི་དད་ལྷན་པ་མཇུག་ལུ་ཅི་སྤྱོད་
ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚོ་དུ་མར་ཚོས་ཀྱི་བདུན་ཅིས་ཚོས་པར་
མཇུག་དོ། །



ཡ་མི་རྩ་ཞབས་མོར་བསྐྱེད་སྐྱབས་གོ་མི་ཕྱི་ཕྱོད་ཉེ་ཡའི་ཁྲུལ་གྱི་དང་རྒྱན་རྣམས་ནས་སྤྱོད་སེམས་རྒྱ་བྱེད་པའི་བསྐྱེད་བྱུང་།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༥ ཉིན། ཡ་མི་རྩ་དབང་ཀླུ་མཚོག་ Hawaii རྣམ་དགོང་རྩོར་ San Francisco གནམ་ཐང་དུ་ ཆེབས་སྤྱོད་བསྐྱེད་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་ཉེ་འདབས་སུ་མཚེས་པའི་ ཚོས་ཐོགས་དང་རྒྱན་འདུས་པ་ཡོངས་ནས་ལག་ཏུ་མེ་ཉོག་དང་ དར་དཀར་སོགས་ཐོགས་ཉེ་ཐེབས་སྤྱོད་ལྷན་ཁྲུ་བཞེན་པར། གནམ་ གྲུ་འབྱོར་ཡུན་དུས་ཚོད་ལས་ཅུང་འགོར་འགྲུངས་བུང་བར་ ཉེ་འཁོར་ཐོད་རིགས་རྣམས་དང་། དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཡོངས་སློབ་ ཚོགས་རྣམས་ཀྱང་འཕྲུལ་དུ་འབྱོར་ཉེ་ཡ་མི་རྩ་དབང་མཚོག་ གི་ཐེབས་བསྐྱེད་ལྷན་དུ་རོལ། གཞན་ཡང་ཆེད་གཉེར་སློབ་ གཉེར་བའི་ས་བརྒྱ་ཅམ་ནས་གྲུ་བསྐྱེད་ལྷན་ཁྲུ་བཞེན་དང་ཡ་མི་རྩ་ དབང་མཚོག་དངོས་སུ་གནམ་ཐང་དུ་ཞབས་སོར་བསྐྱེད་སེམས་

པར་འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་མ་དང་ཚོས་ཚོགས་དབུ་ཁྲིད་རྣམས་ནས་ མཇལ་དར་སྤུལ་བ་ཕྱིར་སྤུལ། དེ་འཕྲུལ་ཐེབས་འཕྲུལ་བརྒྱུད་དེ་གདན་ལུའི་གོ་སྤྱོད་ ཚོགས་པས་ Rosewood Sand Hill ཉེ་འདབས་སུ་ ཆགས་པའི་བཀའ་བརྒྱུད་འགྲོ་དོན་ཀུན་ལྷན་ཚོས་ཚོགས་སུ་ གདན་ལུས་ཀྱིས་དེར་བྱོན་མ་ཐག་འདུ་ཁང་ཉེན་གསུམ་སྤྱོད་ སྤར་གྲུས་བྱུག་དང་བཞུགས་ཁྲིར་འཁོད་མ་ཐག་ཚོས་ཚོགས་ ཀྱི་ལྷན་མ་སློབ་ཐོས། དེ་བཞིན་དཔལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཚོགས་ཚོས་སྤྱོད་ གི་མཁན་པོ། ཏཱ་ལྷ་མཇུལ་ལའི་ལྷན་ལྷན་ཁྲུ་ཁྲིམས། ལྷན་པར་ དུ་ Stanford ཚོས་མཚོན་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་སྤྱོད་གཏོགས་ སྤྱོད་རྗེ་དང་གཞན་པན་སློབ་གྲྲི་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་འགན་འཛིན་



Dr. James Doty དང་། དེ་བཞིན་བྱང་ཀའི་མོར་ནི་ཡའི་
 བོད་རིགས་ཚོགས་པའི་འཕུས་མི་བཅས་ནས་མཇུག་སྐྱབས་ལྷོ་ལྷོ་
 ཐུགས་རྟེན་གྱི་རིམ་བཞིན་འདེགས་འབྲུལ་ཞུས་ཉིང་འདུས་
 ཚོགས་ཡོངས་ལ་གསོལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་བུ་གཉེན། མཛེད་རིམ་
 ཁག་དུ་རྒྱ་བརྒྱད་ཐད་སྲིང་ཐུབ་པར་ཚོས་ཚོགས་སུ་བཅར་མ་
 ཐུབ་པའི་དད་ལྷན་པ་སྟོང་ཚོ་དུ་མ་ནས་དུ་རྒྱ་བརྒྱད་མཛེད་རིམ་
 རྣམས་ཞིབ་མཇུག་ཐུབ་པར་གྱུར།

ཀམ་པ་ཐེབས་ཅུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འཕུས་སྤྱི་ནས་
 ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་མཚོག་ཨ་རིའི་ནང་གི་ཆེས་མཐོའི་གཞུག་
 ལག་སློབ་གཉེན་ཁང་ཁག་དུག་དང་། དེ་བཞིན་ཚོས་ཚོགས་དུ་

མར་ཆེབས་སྐྱུར་བསྐྱེད་ཐུབ་པའི་གོ་སློབ་མཛེད་པར་ཐུགས་རྟེན་
 ཆེ་ཞུའི་མགྲིན་ཚབ་དང་། ལྷག་པར་ཚོས་ཚོགས་ཁག་ཏུ་ཡ་རྒྱལ་
 དབང་མཚོག་ནས་རིང་མིན་བོད་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ནང་
 དག་སྟོང་མའི་བསྐྱབ་སྟོན་སྦྲུལ་རྒྱུའི་དགོངས་གཞི་ཡོད་ཚུལ་
 གསུངས་པར་དེར་འདུས་རྣམས་ནས་དགའ་གུས་ལྡན་མཛེད་ཞུས།
 བདེ་སྤྱིད་གཞུང་རྒྱལ་ནས་ཐུ་མཐུན་བཛེད་དོན་དུ་ད་ལན་ཡ་རྒྱལ་
 དབང་མཚོག་བྱང་ཨ་རིར་ལྷོ་ལྷོ་གཉེས་ལྷག་ཅམ་བཞུགས་རིང་
 ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་མཛེད་འཕྲིན་ཁག་ལྷབས་ཆེ་དོན་ལྷན་དུ་གྱུར་པ་
 དང་། དེ་བཞིན་ཡེལ་ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་གཉེན་ཁང་
 རས་སྐྱེད་གྲགས་ལྷན་པའི་ Chubb Fellowship ཞེས་



སའི་ཕྱག་འཁྲེར་གཞེངས་རྟགས་འབྲུལ་བཞེས་བསྐྱེད་རྒྱ་དང་།
 ལྷག་པར་ Redlands ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་
 ཁང་ནས་འབྲུལ་རམས་སའི་མཚན་འདོན་ཕྱག་འཁྲེར་ཕུལ་བ་
 དགེས་བཞེས་མཛད་རྒྱ་དང་། གོ་སྐྱིག་ཚོགས་མི་རྣམས་ནས་
 ལྗེས་དབང་མཚོག་ལ་ལྷང་དོར་ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་སློབ་སྟོལ་
 གནང་ཡོང་བའི་གསོལ་འདེབས་ལྟུང་བ་ལྟར་བཀའ་ཤེབས་
 ཟུ། ད་ལན་བྱང་ཨ་རིར་ལྷ་རི་གཉེས་ལྷག་ཙམ་བཞུགས་རྒྱུའི་
 གོ་སྐྱབས་བྱུང་བར་ཐུགས་དགེས་ཚོར་ཚེན་སོ་བྱུང་རྒྱུ་དང་།
 དེ་བཞིན་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་མར་གོ་
 སྐྱིག་བགྱིས་སའི་བརྗོད་གཞི་སོ་སོའི་སྟེང་བརྗོད་གཞི་སོ་སོ་དང་

འབྲེལ་བའི་ལམ་སྟོན་ལྷག་པར་བསྐྱེད་སའི་ཆེས་མཐོའི་སློབ་
 གཉེར་ཁང་ཁག་ནས་ཀྱས་བརྗོད་དང་བསྐྱབས་བརྗོད་མེད་
 ལུས། ལྗེས་དབང་མཚོག་ནས་ཀྱ་རེ་དང་སྐྱབས་ཁྱེད་རྣམས་
 རས་བསྐྱབས་བརྗོད་ཚད་མེད་བསྐྱེད་སའི་བ་དེས་འོས་ལ་དགའ་
 ཚོགས་གྱི་གཞོན་ཤུགས་ཤུགས་ཆེ་སྤྱོད་བཞིན་འདུག་ཅེས་དང་།
 གཞོན་ཤུགས་དེའི་འོག་ལམ་སྟོངས་རྗེ་ཙམ་འོང་མིན་ཚོད་མི་ཐེག་
 གྱང་གང་ལེགས་འོང་བའི་རེ་འདུན་ཡོད་ཅེས་དང་།
 ལང་དུ་བཀའ་སླུལ་དོན། ད་ལན་ཨ་རིར་སྐབས་ཐེངས་
 གསུམ་པ་དང་། དེ་རིང་འདྲིར་མཛལ་འབྲུང་བའི་གནད་
 ཡོད་སྐྱ་མགོན་རྣམས་པ་དང་། ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་



ཆེན་མི་ཏན་རྫོང་ཤིའི་ Stanford University ལས་མི་
 ཡོངས་དེ་རིང་འདྲིར་མེད་པ་ལྟུགས་མེ་ཆེ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་
 དང་ཀུན་ལ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ལུགས་ལོང་། ཅེས་
 དང་། མགོན་པོ་མཆོག་ཨ་རིར་ཆེན་མཆོག་གི་སྐུ་འཕྲུང་སྐྱབས་
 ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཐམས་ཅད་ནས་ཀུས་བསུ་བྲུ་མེད་
 དུ་མཛད་པར་སྡོང་དབུས་ནས་ཕྱགས་མེ་ཆེ་ལྷོ་ལྷོ་ཡིན་ཞེས་

དང་། དེ་བཞིན་འདི་ག་ཨ་རིར་ཡུན་རིང་འདུག་རྒྱུའི་
 ལོ་སྐབས་རྒྱང་བ་འདི་གཙོ་བོ་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་།
 རྒྱ་གར་དུ་མཆིས་པའི་ཁོ་བོའི་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་དང་གྲོགས་པོ་
 ཐམས་ཅད་ནས་ངོས་ལ་བོ་སྐབས་འདི་ལྟར་གནང་བ་དེར་
 བཀའ་འདྲིན་ཆེ་ཞེས་ལྷོ་ལྷོ་ཡིན་གསུངས།

དེ་ཡང་མཁའ་མོ་ཀུན་དགའ་མིན་ལས་ལགས་ནས་
 གནམ་ཐང་དུ་མེད་པ་བསུར་བཅར་མི་སྐྱེ་བོར་མའི་ཞལ་
 སློབ་ཕྱི་སློབ་བ་སྐྱེ་ཞབས་རྫོན་ཁེ་རི་ལ་ཚོར་སྣང་རི་བྱུང་
 གི་བཅར་འདྲི་ཞུས་པའི་བཀའ་ལན་དུ། ལོ་རྒྱུ་ལྷན་ཅུ་ལྷག་
 ཅམ་བཀའ་ཐེན་པའི་དུས་དེར་ཡ་རྒྱལ་མཆོག་བཅུ་དྲུག་པ་
 རང་རྒྱུང་རིག་པའི་རྗེ་རྗེ་མཆོག་ཚོས་རྒྱལ་རྒྱུང་པ་རིན་པོ་
 ཆེས་རི་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལྟར་གནས་འདྲིར་ཞབས་
 སོར་བཀོད་པའི་ངོ་མཚར་གྱི་རྣམ་པ་དེ་སྐར་ཡང་དེ་རིང་
 མཇལ་སོང་བ་འདི་ནི་རྒྱ་བ་ཕྱོགས་སུ་བའི་སློབ་དུ་ཤེས་
 རབ་གྱི་འོད་སྣང་སྐར་ཞེང་ཞི་བའི་དཔལ་ཡོན་འདྲེན་པའི་
 ཉི་མ་ཞིག་དེ་རིང་ཤར་བ་ཡིན་ཞེས་རྗེ་གོང་མ་བཅུ་དྲུག་པ་
 མེད་པ་སྐབས་རྒྱང་བ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་ཡང་
 བསྐྱུར་དེ་རིང་དུན་ལམ་དུ་གྱུར། ཡ་རྒྱལ་མཆོག་བཅུ་བདུན་
 པ་གང་ཉིད་ཕྱགས་དགོངས་ཉམས་ཉོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཡ་རྗེ་
 ལོང་མ་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་ལོས་ཡིན་ཡང་མཚན་དཔེའི་
 ཞལ་རས་གྱི་ཆ་ནས་ཉ་ཅང་འདྲ་བར་བརྟེན་དབང་མེད་དུ་
 མིག་རྒྱ་ལོར་སོང་། ར་མ་ཤི་ཆེ་རིང་བསྐྱུང་པའི་དོན་གོ་
 ཚོད་སོང་སྐྱམ་ནས་སེམས་པ་དགའ་སྐྱོས་ཁེངས། རྒྱ་མཚན་
 དེས་རས་རང་ཉིད་དང་ཨ་རིའི་མི་མང་གི་ཆེད་དུ་ཡད་པལ་རྒྱལ་
 དབང་ཀམ་པ་གདན་འདྲེན་གོ་སྐྱིག་ལྷོ་མཁའ་ཡོངས་ལ་བཀའ་
 འདྲིན་ཆེ་ཞེས་ལྷོ་ལྷོ་ཡིན་ཞེས་དང་།

ཡང་དུ་མེད་པ་བསུར་བཅར་མི་རང་རིགས་ཆེ་རིང་ལ་



བཅར་འདྲི་ལྷན་པ་དང། དབུ་ལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་ཞི་
 བོད་ཀྱི་སློ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་ཙམ་མ་ཟད། རྒྱ་ནག་སྲིད་གཞུང་
 གིས་གོ་ཚོབ་མཚོན་པོ་ཇི་ཙམ་ལུལ་ཡང་བོད་མི་རིགས་ལ་
 ལྷགས་བཅེ་དང་ལར་ཞེན་ཆེན་པོས་བཅན་བྱོལ་དུ་བྱོན། རྒྱ་
 རོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མ་གོན་ཆེན་པོའི་ཕྱག་གཡམས་པ་དང་

སྤྱན་གཡོན་མ་ལྷ་བུའི་ཕྱག་རོགས་གནང་མཁན་ཡིན་སྟབས།
 གང་གི་བཀའ་དྲིན་རང་རེ་ལ་བ་གངས་ཅན་པའི་ཕྱ་རྒྱ་ཡོངས་
 ཀྱིས་བརྗེད་མི་སྲིད་པ་ཞིག་ཡིན། རང་ངོས་ལ་མཚོན་ན་གང་
 ཉིད་ནི་སེམས་ནང་དུ་ཆེས་དད་འདུན་དང་གྲུས་བཀུར་ལྷུ་ལུས་
 ཅ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ཞེས་བཤད་དོ།



འཇམ་གླིང་གི་ Googleplex ལྷ་གནས་ཀྱི་སྡེ་གསུང་ལྷན་ཁག་གི་ཞིབ་དཔྱད་ལྷ་རྒྱུ་ལས་མི་
རྣམས་དང་གསུང་ཚོལ།

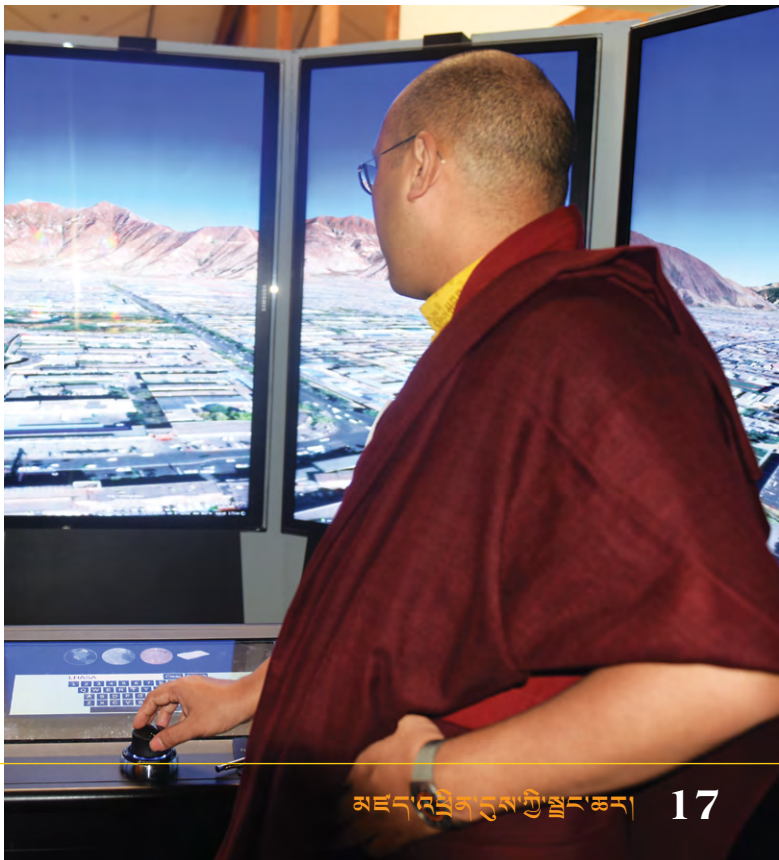
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༥ ཉིན། ཡུཾལ་དབང་ཀཱ་མ་པ་
མཚོག་ California ཀེ་ལི་ཤོར་ནི་ཡེ་ལི་ Silicon Va-
lley ཞེས་པའི་ལྷོངས་ཀྱི་ Googleplex ལྷ་གནས་ཁང་
དུ་གཟིགས་ཞིབ་ཕྱིར་ཞབས་སོར་བསྐྱེད་སྐྱོད་ལྷ་གནས་
ཀྱི་འཚོ་བཞུགས་འཕྲུལ་རིག་སྐྱུ་སྐུལ་བ་ Chade Meng
Tan ལགས་ནས་གྲུས་བསྐྱེད་ཚད་མེད་དང་གོ་སྤྲིན་སོགས་
གང་ལེགས་ཞུས། ཁོང་ནི་ཉ་ནུ་ལྷ་ལ་ཉེ་ཞེས་པའི་གསུང་
དེབ་ཀྱི་ཚོམ་པ་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

དགྲུང་གངས་ཉེར་དགྲུང་ཐེབས་པའི་ནང་པའི་དབུ་མེད་
ཡུཾལ་དབང་ཀཱ་མ་པ་མཚོག་ནི་དེད་དུས་འཕྲུལ་རིག་གི་ལས་
ནས་ནང་ཚོས་སྡེ་ལའི་འཕྲིན་ལས་སྐྱོང་བར་འཛེམས་ཚོན་མི་
མཛད་མཁུན་ཞིག་དང་། དེད་དུས་འཕྲུལ་རིག་གི་ཡར་ཚོན་ལ་
དགྲེས་མཉེས་ཆེ་བས་མགོན་པོ་མཚོག་ནས་ཉེན་གང་པོར་སྐྱུ་
སྐུལ་དུ་གནས་ཁང་དུ་གཟིགས་ཞིབ་བསྐྱེད་སྐྱོད་ལྷ་གནས་ཀྱི་
དེད་དུས་ཆ་རྒྱུན་ཁག་ལ་ལོངས་སྐྱོད་བར་མཛད།



ཕྱི་རོར་ Googleplex ལྷ་ལྷལ་དུ་གནས་
 ཁང་གི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དྲ་ལྷན་སྡེ་དང་ལྷན་སྡེ་དང་འབྲེལ་
 བའི་གནད་དོན་སྐོར་བཀའ་བསྟུང་གྲོས་མོལ་ལྷུག་
 བར་བསྐྱེད་སྤྱོད་།

Googleplex ལྷ་ལྷལ་དུ་གནས་བཅོམ་གྱི་
 བཞིན་ཀྱུལ་གྱི་འཛུགས་སྐྱོང་གྲགས་ལྷན་པའི་བཅོམ་གྱི་
 ལུང་ཅིག་ཡིན་པ་དང་། འདི་ཉིད་བརྒྱུད་འཛུགས་སྐྱོང་གྱི་
 ལོ་ལྷན་བ་དུ་མར་ཕན་ཐོགས་རྒྱུ་ཆེ་སྤྱོད་བཞིན་པའི་
 གནས་ཚུལ་རྣམས་དུ་གནས་མཁྱིལ་ཚབ་པས་ཞིབ་
 བར་སྤྱོད་སྤྱོད་ལུགས། དེ་མཚུགས་དུ་གནས་ཀྱི་ལས་
 ཁུངས་རྣམས་ལ་ལྷན་སྡེ་དང་མཚོགས་ལས་སྤྱོད་
 གསུང་བཤུང་བསྐྱེད་སྤྱོད་།





ལྷོ་ཁོ་གི་ Google Employees དྲུ་རྒྱུ་ལོ་བཞི་གནས་ཁང་དུ་གཞིགས་སྐྱོད་ཕྱིར་ཚེ་བས་ལྷུང་གིས་དྲུ་རྒྱུ་ལོ་བཞི་ལ་སྐུལ་དགོས་པའི་སྐོར་སྐྱོད་སྐྱབ་པ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་ཕྱི་དོ། ལྷོ་ཁོ་དབང་ལྷུང་གི་སྐོར་གྱི་ California མཁའ་ལོ་སྐྱེད་ཚལ་ཉེ་འདབས་སུ་མཚེས་པའི་ལྷོ་ཁོ་གི་ Google Employees དྲུ་རྒྱུ་ལོ་བཞི་གནས་ཁང་གི་གཙོ་མོས་གདན་ཞུས་ལྷོ་ཁོ་ཚེ་བས་ལྷུང་གི་སྐྱོད་སྐྱབ་སྐབས་གཙོ་མོ་དངོས་དབུས་པའི་ལས་མི་ཡོངས་ནས་གྲུས་བསུ་སྐྱོད་མེད་ཞུས། ལྷོ་ཁོ་གི་གོ་བོ་པའི་ནང་པའི་དབུ་མེད་ཅིག་ནས་ལྷོ་ཁོ་གི་སྐོར་ཚོགས་དང་། གྲགས་ཚེ་བའི་དུག་གཞུང་མཐའ་དག་དྲུ་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་ཚུལ། ཉམས་ཞིབ་ཁོ་ན་ཅམ་མིན་པར་ཨ་འི་འཕྲུལ་དུག་སྐོར་གྱི་ལོ་བཞི་གནས་ཁང་གི་འཛིན་དང་ལས་བྱེད་ཚམས་ནས་དེ་དྲུ་རྒྱུ་ལོ་བཞི་ལོ་མེད་སྐོར་ཚོགས་ཀྱི་པན་བདེ་སྐྱབ་ཚུལ་དང་། དེ་བཞིན་དྲུ་རྒྱུ་ལོ་བཞི་ལོ་མེད་སྐོར་ཚོགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་

སྐུལ་ཚུལ་གི་ཐབས་ལམ་ཐོག་བཀའ་བསྐྱུར་ལྷུག་པོར་བསྐྱེད་སྐྱབ། ལྷོ་ཁོ་དབང་ལྷུང་གི་སྐོར་གྱི་ཚེ་བས་ལྷུང་གི་སྐོར་ཚོགས་ཀྱི་སྐོར་བསྐྱེད་དང་། དེར་འདུས་རྣམས་ནས་མགོ་བོ་མཚོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ཐད་ལ་བཀའ་སྐྱུལ་དོན། ཐོག་མར་གྲུབ་ལ་འཚམས་འདྲི་ཡོད། རོས་ལོ་བདུན་ལ་གཞི་པའི་ཡང་སྐྱེད་དུ་རོས་འཛིན་བཞིས། རོས་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་ནས་གཞི་བཞུགས་པ་ཅེ་ཅེན་པོ་དང་དད་པ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ཡང་རོས་དང་རོས་ཀྱི་ནང་མི་གྲུབ་ཀྱིས་རོས་གཞི་བཞུགས་པ་རེད་སྐྱོར་པ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་སྐོར་བྱུར་དུ་གཞི་བཞུགས་སྐབས་དེ་དབུས་ཅེ་ན་རོས་གཞི་བཞུགས་པར་གྱུར་ན་ཅུང་ཅུང་མི་ཅེད་རྒྱ་མང་བཞིན་གྱི་རེད་སྐྱོར་པའི་བསམ་སྐོར་འཁོར་སྐྱོར་།

གམ་པ་ལ་གྱུར་མཚམས་སྲིད་པོ་གཏོང་རྒྱ་ཞེས་པ་དེ་
 བས་ཀྱང་མེད་ལ། དེར་བརྟེན་ཁོང་གི་འི་བ་དེར་ངོས་ནས་ལན་
 ལྷ་རྒྱུད། སེམས་ལ་གྲ་སྦྲིག་མེད་ན་དཀའ་ངལ་ཞིག་རེད་སྟེ།
 ཡིན་ཡང་ངོས་ཀྱི་སེམས་ལ་གྲ་སྦྲིག་མ་བྱུང་གོང་དུ་ཁྱོད་རང་
 གམ་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པས་དེ་ནི་དཀའ་ངལ་ཞིག་དང་། སྡོན་
 ལ་གམ་པར་གྱུར་དེ་ནས་སེམས་ལ་གྲ་སྦྲིག་བྱས་ཏེ་དུས་ཚོད་
 དུ་མ་འགོར། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་སོ་སོའི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་
 རྒྱུ་དུའི་དུས་ནས་པ་མ་དང་སྟེན་མཚེད་ཁ་བྲལ། དུ་མ་ཞིག་
 རྫོས་གཏོང་བཞིན་དགོས་ཀྱིས་པས་དེ་དག་ལས་སྤོ་སོ་ཞིག་མིན།

གམ་པར་གྱུར་ན་འགན་འཁུར་གྱི་སེམས་པ་ཞེས་པ་སོ་
 སོས་ངོ་ཤེས་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་མང་བ་དང་མི་དུ་མ་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་
 སོ་སོ་ལ་གོ་སྐབས་རི་ཡོད་དང་། སྲིར་བཏང་མི་ཀུན་ལ་འགན་
 འཁུར་གྱི་བསམ་པ་ཡོད། ཡིན་ཡང་དུ་མ་ཞིག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་གོ་
 སྐབས་མེད་ཅ་ན། སོ་སོའི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་སོ་སོ་རྒྱུད་པའི་དོན་
 གནད་མ་གཏོགས། འཇམ་བུ་སྲིད་གི་སྲི་ནང་སྟོན་བཅུད་དང་
 བཅས་པ་དེའི་སྲིད་དུ་སོ་སོའི་མི་ཚེ་ཡོངས་རྫོགས་དེའི་ནང་
 དུ་རྒྱུད་པའི་མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་ཤེས་བཞིན་མེད། དེ་ལྟའི་གོ་
 སྐབས་རྟེན་རྒྱུར་གམ་པར་གྱུར་པ་དེ་ལེགས་སོ་ཞིག་རེད་སྟེ།

འདི་ལོ་ངོས་རང་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅ་དགུ་ཉེས་བུ་དང་། དཔེར་ན་
 Googleplex ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན་འཆར་གཞི་དུ་མ་ཡོད། ངོས་
 ལ་ Googleplex ལྟ་བུ་མེད་པས་རིམ་བཞིན་བཞིན་རྒྱ་ལས་
 དམིགས་བསལ་གྱི་འཆར་གཞི་འདི་ཡིན་ཞེས་པ་བརྗོད་དུ་དབེན།

རང་རེ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་པ་སྲི་དངོས་པོའི་ཡར་
 རྒྱས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལྷགས་ཆེན་འགོ་བའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ཡིན་
 པས། ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱང་སྲི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་དེ་དག་
 གིས་དབང་དུ་འགྱུར་རྒྱུ་དང་། དེར་བརྟེན་ནང་སེམས་ཀྱི་ཞི་
 བདེ་དང་སྲི་དངོས་པོའི་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་དགོས་པ་གང་ཞིག་ལ་སོ་

སོའི་སེམས་ལ་དབང་དུ་མ་གྱུར་པས། དེར་བརྟེན་སྐོམ་ཞེས་
 པ་རང་རེའི་སེམས་བརྟན་པོར་འགྱུར་ཐབས་དང་། དེ་བཞིན་
 རང་དབང་ཐོབ་རྒྱུའི་སྲིད་དུ་འབད་བཅོམ་བཞིན་རྒྱ་གལ་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ལ་ཀུན་གྱིས་མཚོང་བཞིན་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེར་བརྟེན་
 རང་རེའི་སེམས་སྲི་དངོས་པོའི་ཆ་རྒྱུན་ལ་མ་ལྟོས་པའི་སེམས་
 ཀྱི་བདེ་སྲིད་ཅེས་པ་ནི། སྲི་དངོས་པོ་ལ་རག་ལུས་པ་ཞིག་ལ་
 བསམ་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལྟར་མ་ཡིན། སྲི་དངོས་པོ་ལ་རག་
 མི་ལུས་པར་ནང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེའམ་བདེ་སྲིད་དང་ཚོག་
 ཤེས་སམ་ཡིད་ཚོམ་པ་རི་ལྟར་འབྱུང་རྒྱུར་ངོས་ཀྱིས་བསམ་
 ན་སྐོམ་གྱི་དགོས་པ་དང་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་དེ་ལྟར་ཡིན།





ང་ཚོ་ལ་རྒྱུན་གཏན་མཉམ་དུ་ལྷན་པ་དཔེར་ན་དབྱེགས་གཏོང་རྒྱ་ལྟ་བུ། རྫོན་གྱི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་རྒྱུད་ལ་སེམས་འཛིན་ཏེ་རྫོན་གྲུབ་ཞིན་ཡོད། དབྱེགས་ནི་ནམ་ཡང་ང་ཚོར་ལྷན་ལ་རང་དེ་སློབ་འཚོ་བའི་རིང་དུ་དབྱེགས་ཀྱང་ལྷན་དུ་ལྷན། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་ང་ཚོ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཡོད་པའི་རང་བྱུང་གི་འབྲུང་ཁུངས་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ང་ཚོས་སེམས་གཏད་དེ། རྫོགས་གཅིག་ནས་ང་ཚོའི་སེམས་ལྟོད་ལྟོད་དུ་འཛོག་རྒྱ་དང་། ད་ལྟ་ང་ཚོར་དབྱེགས་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་པ་དེའང་རང་བཞིན་གྱིས་སེམས་ལ་ངོ་མཚར་དང་དགའ་བ་སྐྱེ་འོས་པ་ཞིག་དང་ཅ་ཚེན་པོ་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་སྟེ།

རྫོན་ཞེས་པ་དེ་བག་ཡངས་སུ་འདུག་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་རྫོན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་ awareness འབྲུང་རྒྱ་དང་། སེམས་པ་ལྟོད་ལྟོད། དེ་བཞིན་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལྟ་བུའི་བཀའ་མིན་རྗེས་མཉམ་གྱི་ཚོར་བ་འབྲུང་རྒྱ། དཔེར་ན་ང་ཚོས་རང་བྱུང་ཁོར་ཕུག་དང་སོ་སོའི་གཞུགས་པོ་ལྟ་བུ་གང་དང་ཅི་ཡི་ཐད་ནས་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འབྲུང་རྒྱ་རེད་སྟེ།

ང་ཚོའི་ནང་གི་སེམས་རི་ཅམ་ཞིག་གིས་ཞི་བདེ་ཆེ་བ་ཡོད་ན་དེ་ཅམ་གྱིས་གཞི་ཅའི་རང་བཞིན་གཅིག་པ་དེར་ཐག་ཉེ་དུ་

འགོ་ཐུབ་རྒྱུའི་ཚོར་སྣང་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་རང་དེ་སྤྱིར་བཏང་བཅོས་མའི་འགྲུར་བ་དུ་མ་ཞིག་འབྲུང་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་མ་བཅོས་པའི་རྫོག་ནས་རང་དེས་མཉམ་པར་གཞག་ཆེ་ཐག་ཉེ་དུ་འགོ་བཞིན་ཡོད། རང་དེ་ཀུན་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན་པ་དང་། དཔེར་ན་གོང་དུ་བརྗོད་པའི་རྒྱུད་དང་ཆ་མཚུངས་ཤིང་། ང་ཚོས་དབྱེགས་ལ་སེམས་འཛིན་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོར་གྱུར། དབྱེགས་རི་ལྟར་བྱུང་བ་རི་བཞིན་ང་ཚོ་ཡང་དངོས་པོ་གཞན་ལ་ཉེ་བར་རག་ལུས་པ་ཡིན་པ་ང་ཚོས་ཉོ་གོ་ཅན། དེ་བརྒྱུད་དེ་སྤྱིར་རྗེས་པ་འབྲུང་བ་ཡིན། ཞེས་དང་།

གཞན་ཡང་དུ་རྒྱའི་དགོས་པ་ཁོ་བརྒྱུད་སྤྱིར་རྗེས་ཉམས་ལེན་དང་། རྫོན་སྐབས་བྱ་ཚུལ་སོགས་དུ་རྒྱ་བརྒྱུད་སྤེལ་སྐབས་ཆེ་དེར་དུས་སྟུག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་པན་བདེ་སྐྱེད་ཐེད་བསྐྱེད་ཏུ་ས་པའི་དགོ་མཚན་གཞིགས་པའི་བཀའ་བསྐྱེད་ཞིབ་པར་མངོད།



Stanford ཆེས་མཚོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་མཁས་དབང་ཁག་དང་མཇལ་མོལ་བསྐྱེད་སེལ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་བ་གསུམ་པའི་ཆེས་ ༡༩ དང་ ༡༦ ཉིན། དཔལ་ལྗར་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་ Stanford ཆེས་མཚོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་ཞབས་སོར་བསྐྱེད་སེལ་གྱི་ཉིན་དང་སོ་ནས་བརྒྱུད་མགོན་པོ་མཚོག་དཔལ་ལྗར་རིང་ཕྱོག་པའི་མཚན་འཛིན་གཙོ་བོ་ཁག་གཉིས་ཉེ། དེ་ཡང་ཆེས་མཚོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ཁག་ཏུ་ཆེབ་སྐྱེད་བསྐྱེད་སེལ་གྱི་གཞོན་ནུ་རྣམས་

དང་འབྲེལ་ལམ་མཚན་རྒྱུའི་དགོངས་གཞི་གཙོ་བོ་དང་། དེ་བཞིན་གནད་ཡོད་བསམ་སློབ་མཁས་དབང་ Dr Philip Zimbardo མཚོག་དང་། དེ་བཞིན་མཁས་དབང་ Dr Erika Rosenberg མཚོག་། གཞན་ཡང་མཁས་དབང་ Dr Philippe Goldin མཚོག་མཁས་དབང་ Dr Yotam Heineberg རྣམས་དང་འབྲེལ་ལམ་མཚན་དེ་ཁོང་ཅག་དང་ལྷན་སུ་སྤྲུལ་མོང་གི་སེམས་ཁུར། ། ཞེས་པའི་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་མན་རྒྱན་བཀའ་བསྐྱེད་ལེགས་པར་བསྐྱེད་སེལ།



Stanford ཆེས་མཚོའི་གཙུག་ལག་
 གྲོལ་གཉེར་ཁང་གི་དགོ་སྤྱོད་དང་
 མཇུག་འབྲུག།

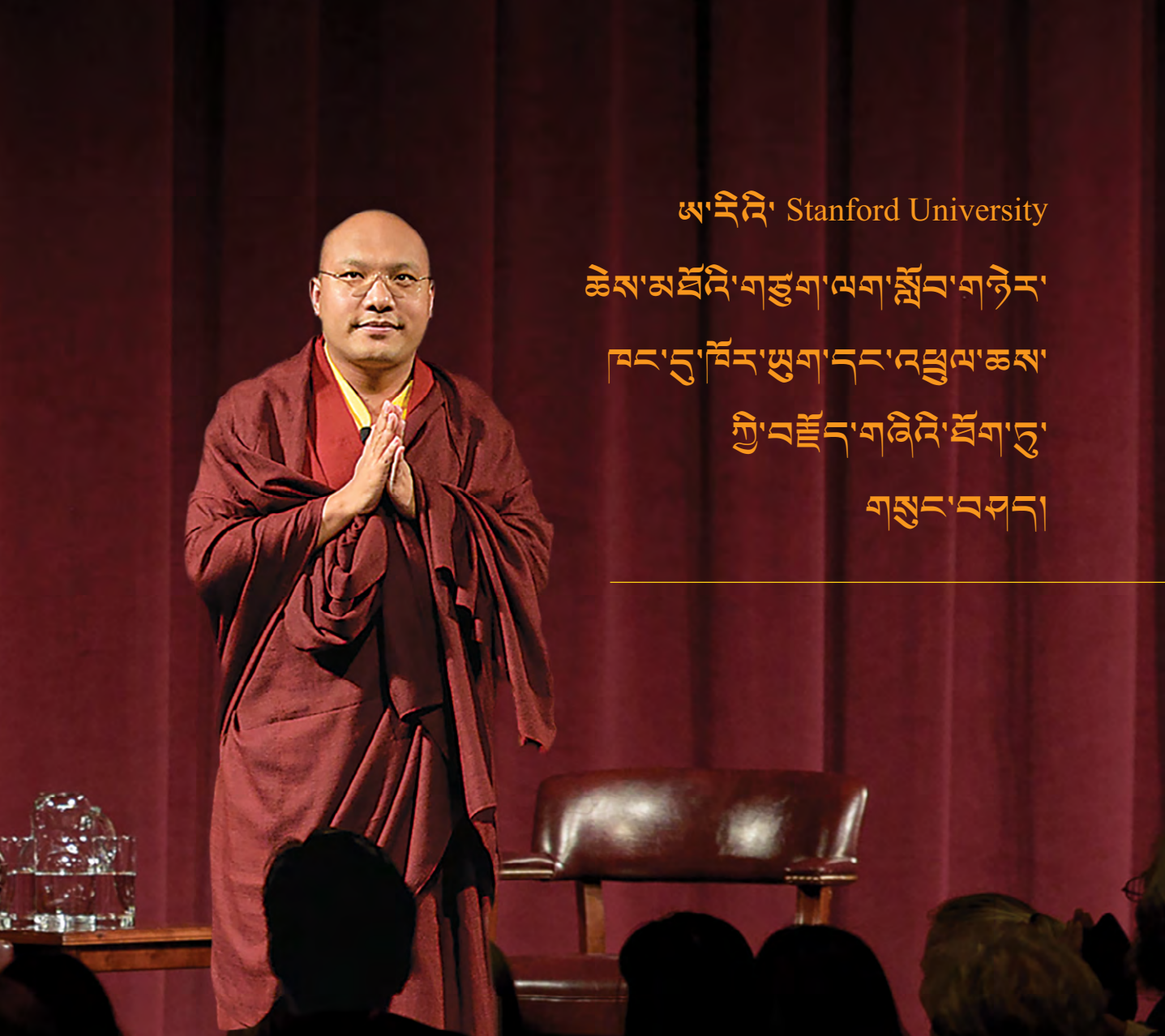


ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༦ ཉིན། Palo Alto California, Stanford ཆེས་མཚོའི་གཙུག་ལག་གི་སྤྱོད་གཉེར་ཁང་གི་བསྟེན་གནས་ར་བར་དཔལ་ལྗེས་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་གདན་ཞུས་བཞེན་ཞབས་སོར་འཁོད་པར་དགོ་ལས་སྤྱོད་གཉེར་སྤོང་ཚོ་ལྷག་དང་། ས་གནས་བོད་རིགས་ཚོགས་པའི་འཕུས་མི་བཅས་ནས་གུས་བསུ་གཟབ་རྒྱས་ཞུས། དེ་མཇུག་སྤྱོད་གཉེར་ཁང་གི་ཁོར་ཕྱག་ཀུན་ལ་བཞེགས་ཞེབ་ལེགས་པར་བསྐྱེད་མཚམས་སྤྱོད་གཉེར་ཁང་གི་དྲན་རྟེན་ཚོགས་ཁང་ Memorial Hall དུ་དགོ་ལས་སྤྱོད་གཉེར་བ་ཚིག་སྤོང་བདུན་བརྒྱ་ཙམ་ལ་མགོན་པོ་མཚོག་ནས་སྤྱིང་རྗེ་དང་། དེང་དུས་འབྲུལ་རིག་གི་རིག་ཅུལ། ཁོར་ཕྱག་བཅས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ཞེས་པའི་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་བཀའ་སློབ་ཟབ་རྒྱས་སྤྲུལ།



བཀའ་སློབ་དེ་ཉིད་དེ་ཉིན་འབྲུལ་དུ་བྲུ་རྒྱ་བརྒྱད་རྒྱང་སྤོང་ཞིང་ཞུས་པར་དོན་གཉེར་བ་སྤུས་སྤོང་ལྷག་ཙམ་ནས་གནས་ཚུལ་རི་བྱུང་དངོས་སུ་མཇུག་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། སྐད་རིགས་སོ་སོའི་གསུང་རྒྱུར་ནམས་ཀྱང་སྟོན་རྟོག་ནས་བྱ་སྤྲིག་འབྲུས་ཚང་མཛད་ཡོད།





ཨ་རིའི་ Stanford University

ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་

ཁང་དུ་ཁོར་ཕྱག་དང་འབྲུལ་ཆས་

ཀྱི་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་ཏུ་

གསུང་བཤད།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༧ ཉིན་ཕྱི་དྲུས་ཚོད་ལྔ་པའི་
ཐོག་ཏུ་འཛེལ་སློབ་ཀྱི་སློབ་གྲགས་རྒྱལ་པོའི་ཨ་རི་ Stanford
University སི་ཏན་སློབ་ཁྲིམས་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་ཆེན་
གྱིས་དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་དཔལ་ལྡན་ལྟུང་ལྟུང་པ་
མཚོག་གིས་སློབ་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དང་
ཁོར་ཕྱག་བཤད་སློབ་བྱེད་ཚུལ་སློབ་ཀྱི་བཀའ་སློབ་དང་བཀའ་
འདྲི་ཁག་ལ་བཀའ་ལན་བསྐྱེད་པ་དང་། ཚོགས་ཁང་ནང་དུ་
མི་གངས་ཆེན་གྱི་སློབ་བཤད་བརྒྱ་ལྷག་གི་ཞབས་སྟེགས་ལག་
ཁྲེང་ཡོངས་རྫོགས་ཚུ་ཚོད་འགའི་དྲུས་ལྷན་ནང་རྫོགས་ཏེ་མི་

མང་པོ་ལ་ལག་ཁྲེང་མ་ཐོབ། གཙུག་ལག་སློབ་གྲུའི་གོ་སློབ་
འགན་འཛིན་ནས་ལྟུང་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་ནི་དང་རབས་ན་
གཞོན་གྱི་མིག་དཔེར་འོས་པའི་རྒྱལ་ཆེན་གྱི་མི་སྣ་གལ་གནད་
ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། གང་གིས་སྤྲུལ་སྲུང་ཆེན་པོས་ཁོར་
ཕྱག་སློབ་སློབ་སོགས་ཀྱི་སྤྲུལ་རྒྱུ་ལ་བསྐྱེད་བརྗོད་དང་།
གཙུག་ལག་སློབ་གྲུའི་སློབ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་ཐོན་
པ་ནི་བཀའ་འདྲིན་དང་དགའ་དད་སློབ་གསུམ་གྱི་གྲུས་འདུད་ཀྱི་
འཚམས་འདྲི་ཞུས་བྱུང་གིང་།

ལྷོ་ལོ་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་གིས་བཀའ་སླུང་དོན། ད་ལན་ཨ་རིའི་ California ཏུ་སྐྱབས་ཏེ། འདི་གར་མཚེས་པའི་སློབ་ཤོད་ཀྱི་ Stanford University མཚོ་སྐོབ་འདིའི་ནང་དུ་སྐབས་སྐབས་བྱུང་བར་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་། ཀུན་ལ་འཚམས་འདྲི་དང་བཀའ་ལེན་བཞེས་ཤིང་ཡོད།

ད་ལན་ཨ་རིར་ཐེངས་གསུམ་པ་དང་དམིགས་བསལ་ལྷོ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་འབྲུལ་བཟུང་གོ་སྐབས་བྱུང་བ་དང་དེ་ནི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་ཕྱིའི་ལྷོ་ལོ་ཁལ་ཅིག་གི་ནང་དུ་དུས་ཚོད་རིང་པོར་བསྐྱོད་ཀྱིའི་འབྲུལ་བཟུང་གི་གོ་སྐབས་ཐེངས་དང་པོ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་། དེའང་འགོ་འཇུག་ས་གཙོ་པོ་ཨ་རི་དང་དོས་ཀྱི་སེམས་ལ་རང་དབང་གི་ཚོར་སྣང་དང་དེ་བཞིན་འབྲུང་འབྱུང་གི་མི་ཚེའི་མདུན་བསྐྱོད་ཀྱི་གོ་ས་ཁའི་གོ་སྐབས་ཚེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་དོས་འདོན་བཞུགས་བཞིན་ཡོད།

དེ་རིང་གི་མཚོ་སྐོབ་ཚེན་པོ་ Stanford University འདིའི་ནང་གི་བརྗོད་གཞི་ནི་སྤྱི་ཚེ་དང་འགྲོ་བ་མི་རིགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ། ཁོར་ཕུག་སོགས་དུ་མ་མཚེས། འདི་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་དོས་རང་ཤེས་ཚད་དམན་སྟབས། གཏམ་བཤད་བཞུགས་ཀྱི་དཔེ། དོས་ལ་ཚོས་ཕུགས་ཀྱི་ཀྱབ་ཉེན་ལྡན་ཡང་སེམས་ཁལ་ས་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས་ཏུ་ཚུ་མཚན་དུ་མ་འཆད་ཀྱི་མེན། སྤྱི་ཚེའི་སྐོར་ལ་དོས་ནས་ཐོན་ཅོང་བརྗོད་བྱས་སྟེ། རང་རེ་ཀུན་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པ་སྤྱི་མཚན་སྟེ་སྟེ། དོས་རང་ནི་དུས་རབས་འདིའི་ནང་གི་འགྲན་རྒྱུ་དུ་མའི་ཁྲིད་ནས་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་སྤོང་བ་དེ་དག་ལས་གཞན་དམིགས་བསལ་དོས་ལ་འགྲོ་བའི་སྤོང་བ་མི་ལྡན།

དོས་འདི་ལོ་རང་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅེ་དགུ་དང་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོ་(ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་) བོད་ཀྱི་འགྲོ་བའི་སྤོང་བ་སྟེ་ཡང་རྒྱས་མེད་པའི་ལུང་པ་ལྷོ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་ཏུ་བཅས། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་དོས་

ཀྱི་ཚོར་བ་དང་ཀུན་པ་མི་ལྡན་གྱི་ལྷོ་ལོ་ལ་སྐོབ་ལྡན་པའི་མི་དུ་མ་ཞིག་དང་དོས་ལའང་སྐྱད་ཆ་འདི་མི་དུ་མ་བྱུང་། ལོ་བདུན་མ་ཟེན་བར་སྤྱིར་བཏང་གི་སྤྱུག་གུ་ལྟར་འཚོ་བ་བསྐྱུལ། དོས་ནས་སྤྱིར་བཏུས་སྤོང་བས་ན་ད་ལྟ་བར་དོས་ཀྱི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་སྤོང་བྱུང་ལྡན་པོས་སལ། ཡང་ན་སེམས་ལ་བག་ཆགས་ཆེ་པོས་ནི་ལོ་བདུན་རིང་པ་ལུལ་དུ་མི་ཚེ་སྐྱེལ་བའི་དུས་སྐབས་དེ་ཡིན། དོས་བཅས་སྐབས་ཀུན་པ་ཡིན་པ་ཞིག་བཅས་མེད། ལོ་བདུན་དུ་སྐྱབས་མཚེས་ཀུན་པའི་ཡང་སྤྱི་ཚེད་གཅོད་ལྷོ་ལོ་ཚོགས་པ་དོས་ཀྱི་པ་ལུལ་དུ་སྐྱབས། རིམ་བཞིན་རྒྱ་འཚོལ་ལུས་པའི་རྗེས་སུ་དོས་རང་ཀུན་པ་ཡིན་པའི་དོས་འདོན་བཞུགས། དེའི་སྐབས་སུ་རང་རེ་ཀུན་གྱིས་ཀུན་པ་ཞེས་པ་ཅ་ཚེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བཅེ། ཅ་ཚེན་པོ་བཅེ་བ་རི་བཞིན་དོས་རང་ཅ་ཚེན་པོ་བཅེ་ལུལ་གྱི་ལྟ་དེ་ལྟ་བུར་བྱུང་གི་དེད་སྟེ་མ་མེད་པར་སྐོ་བྱུང་དུ་འབྱུང་བ་ཚེན་པོ་ཞིག་ཕྱིན་པ་དོས་ཀྱི་སེམས་ལའང་མེད་ལ་དོས་ཀྱི་སྤོང་བུད་དང་སྤོང་མ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱུགས་ལའང་དེ་ལྟར་མེད།

ཡིན་ཡང་། དོས་ཀྱི་སྤོང་བུད་དང་སྤོང་མ་ཟུང་གཉིས་ཀྱིས་དོས་ཀུན་པ་ཡིན་པར་དྲང་ལེན་བཞུགས། དེའི་སྐབས་སུ་དོས་ནས་དྲང་ལེན་བཞུགས་མིན་ཞེས་པ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། དོས་ཀྱི་སེམས་ལ་ཀུན་པར་བྱུང་ན་ཅེད་མོ་ཅེ་སློབ་པ་ཞིག་དང་དེའི་གནས་སྐབས་དོས་ཀྱི་བསམ་སྐོར་ལས་སྤོང་བའི་ཞིག་ཏུ་ཚོར་སྣང་བྱུང་།

དཔེར་ན་དེ་ལྟར་ཨ་རི་ལ་བྱུང་ན་པ་མ་ཚོས་དོས་ལེན་བཞུགས་ཀྱི་དཀའ། ལོ་བདུན་ལ་སོན་པའི་སྤྱུག་གུ་ཞིག་པ་མའི་གས་ནས་འགྲོ་བ་བརྗོད་ན་མི་འགྲིག་ཅིང་གང་ལྟར་པ་མ་དང་ཁ་བྲལ་ཏེ་འཁྲིད་འགྲོ་བའི་ཚུ་པལ་ཚེར་དཀའ་སྟེ། ཡིན་ཡང་ཁྲོད་ཀྱི་སྤྱུག་གུ་ད་ལ་སྤོང་དང་དས་ཁྲོད་ལ་ཨ་སྐོར་ཁ་ཤས་ཕྱིན་ཚོགས་ཅེས་པ་དེ་ལྟར་མེད། དེ་ནི་རང་རེའི་པ་མ་ཀུན་གྱིས་དྲང་



ལེན་གནང་རྒྱ་དེ་རིག་གཞུང་དང་སྲོལ་རྒྱན་གྱི་ཚོག་ནས་ལས་
 ལྷ་མོ་ཞིག་རེད་སྟེ། དེའི་ནང་ནས་གནང་ཆེ་ཤོས་ཉེ་འོས་ཀྱི་
 སྲིད་བྱེད་དང་སྲིད་མ་གཉིས་ནས་ཀམ་པར་གྲུར་ན་སེམས་
 ཅན་གྱི་དོན་བགྱིད་མི་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་མི་
 ཡིན་པའི་ཚོས་སློབ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བགྱིད་མི་ཡིན་དུ་གྲུར་ན།
 སོ་སོའི་བུ་དེ་ཅ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་བྱ་བ་བཟང་པོའི་ཕན་ཚོགས་
 སྐྱབ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། སྲིད་བྱེད་དང་སྲིད་མའི་དོས་ནས་
 སློབ་གཏོང་འདོད་མེད་ཀྱང་བསམ་སློ་རྒྱ་ཆེན་བཏང་བར་བརྟེན་
 བས་དེས་དོས་ལའང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་སོང་སྟེ། བ་
 བྱུང་། ཡིན་ཡང་དེའི་སྐབས་སུ་དོས་ནས་མཐོ་བསམ་གཏོང་
 མི་ཤེས། སྲིད་དོས་ཀྱི་སྲིད་བྱེད་དང་སྲིད་མ་རང་འདི་སྐྱབ་ཉེ་
 བསམས་རྒྱན་གཏན་སྐྱབ་ཀྱང་ནང་དུ་ནང་མི་ཀུན་མཉམ་འཛོམས་
 སུ་གནས། དེར་སངས་སྐུ་གྲུ་འདུག་ས་དང་པ་མ་འདུག་ས་ཉལ་
 ཁང་ཁག་ཁག་དེ་ལྟར་མེད། ཞོགས་པ་གིག་ཅར་སྲིད་བྱེད་དང་

སྲིད་མ་རྣམས་པའི་ཞལ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་བསྐྱེད་
 མི་འབྱུང་བ་དང་། བདེ་སྲིད་འབྱུང་རྒྱའི་སློབ་ལམ་གྱི་གསུང་སློབ་
 འི་རྒྱན་ལྟར་ཐོས་རྒྱ་ཞིག་དང་། དགོང་ཐོ་ས་སྐྱབ་ཏུ་བ་མཚམས་
 སུའང་གོང་བཞིན་གསོལ་འདེབས་སློབ་ལམ་གྱི་ཚོག་དེ་དག་ཚོས་
 རྒྱ་ཞིག་ཡོད། དེར་བརྟེན་དོས་རང་སྲིད་རྗེའི་དགྱིལ་འཁོར་དེའི་
 བང་དུ་འཚར་ལོངས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཚོར་སྣང་དམིགས་
 བསམ་ཅན་ཞིག་བྱུང་།

དོས་ཀམ་པར་གྲུར་རྗེས་རིམ་བཞིན་དགོན་པའི་ནང་དུ་
 སླེབས། བང་ཚོས་དང་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱན་རིག་གནས་ལ་སློབ་
 གཉེར་དང་། འུགས་གཅིག་ནས་ཀམ་པ་ཡིན་སྐབས་རང་དོས་
 སློབ་སློང་གི་ལྟར་བགྱིས་ཀྱང་མི་གཞན་གྱིས་བསྟོད་བསྐྱབས་མི་
 བགྱིད་པར་ཀམ་པ་རེད་ཅེས་དེ་ལས་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་ཞིག་
 བགྱིད་དགོས་པའི་ཚད་བཀག་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་། ཀམ་ལྟར་
 དེ་ལྟར་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་སྲིད་རྗེ་ཞེས་པ་སྐྱེས་ལ་ལས་སྲིད་རྗེ་

འཆད་པ་ཇི་བཞིན་མ་ཡིན་པར་ཉམས་ལེན་ཚད་ལྡན་གྱི་དགོ་
ཚད་དུ་མ་མངས་པའི་སྟོབས་ལ་བརྟེན་ནས་དོས་ལ་སྤྱོད་རྒྱུ་
སྤོང་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟོབས་བྱུང་།

དེར་བརྟེན་སྤྱོད་རྒྱུ་ཞེས་འཆད་ན་གང་ཟག་སོ་སོར་འགྲེལ་
བཤད་དུ་མ་རྒྱུ་རྒྱ་ཡོད་སྟེ། སྤྱོད་རྒྱུ་ཞེས་པ་མིང་གཞན་ཞིག་
སྟེ་རང་དབང་དང་གཅིག་ལ་གཅིག་སྟོས་གྱི་འགན་འཁུར་གྱི་
བསམ་སྟོབས་ལ་མིང་བཏགས་ན་སྟེ། དེར་བརྟེན་རང་རེས་
གཞན་ལ་བཅེ་བཞེས་པ་རྣམས་མའི་གནས་ཚུལ་གྱི་སྟོབས་ལ་དེར་
གི་ཁོང་ཡུག་གི་གནད་དོན་ཇི་སྟེན་ཅིག་མཆོས་པས་དེ་དག་རང་
རེས་གཅིག་ལ་གཅིག་སྟོས་པའི་འགན་ཁུར་གྱི་བསམ་པ་མི་སྟོབས་
པར་སོ་སོའི་རང་འདོད་གྱི་བསམ་པ་འདུག། རང་གཅེས་འདོད་གྱི་
དབང་དུ་སྤྱར་པར་བརྟེན་ནས་དཀའ་ངལ་དུ་མ་འབྱུང་བཞིན་པ་
རང་རེའི་མཚོང་ཚོས་སུ་སྤྱར། དཔེར་ན་དེར་རབས་གྱི་སྟོབས་
དང་ཚོན་རིག་ལག་ཅུལ་ཡང་རྒྱས་སྤྱར་པོར་འགྲོ་བ་དང་མི་
ཀུན་གྱིས་དེར་རབས་གྱི་སྟོབས་ཚོན་དང་ཚོན་རིག་ལག་ཅུལ་ལ་
སྟོས་པ་དེར་རེ་བ་འཆའ་བ་ཚད་མཚོ་པོར་སྟེབས། ཚོན་རིག་
ལག་ཅུལ་ཞེས་པ་ནམ་ཡིན་ཡང་བསྐྱར་བཅོས་བཞིན་དགོས་
པས། རང་བྱུང་གི་འབྱུང་ཁུངས་དུ་མ་དགོས། དཔེར་ན་རང་
རེའི་མིག་མདུན་དུ་མཚོང་བཞིན་པའི་ཀུའུ་ལེ་ཁ་པར་དག་གིས་
མཛེས་ཚོས་སྟེར་ཡང་དེའི་རྒྱབ་སྐྱོད་ལ་རང་བྱུང་གི་འབྱུང་
ཁུངས་དང་མི་ལ་དཀའ་ངལ་ཇི་ཅམ་བྱུང་རང་རེས་མཚོང་བཞིན་
མེད། རང་རེས་དོ་སྤྱོད་བཞིན་པ་ད་ལྟ་སོ་སོའི་ལག་ཏུ་
སྟོབས་པ་དེར་དོ་སྤྱོད་རྒྱུ་ལ་བཞིན་པ་ལས་དེ་ལས་ལྷག་པ་དང་
རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོ་བསམ་གཏོང་རྒྱ་དཀའ། སྤྱིར་རང་རེ་ཀུན་
ལ་ཆ་འཕྲིན་དང་རྒྱ་ཆེ་དུ་མཚོང་རྒྱུའི་ཆ་རྒྱུན་ལྡན་ཡང་ད་དུང་
ཡང་སེམས་འདིས་ཐག་རིང་པོར་མི་མཚོང་བར་སྤྱར། སྤྱོད་རྒྱུ་
ཞེས་པ་སོ་སོའི་དྲུང་ཞེན་རྒྱུང་བ་དང་སོ་སོའི་བདེ་སྤྱུག་གཅིག་

སྤྱི་སྤྱོད་མིན་པར་བདེ་སྤྱུག་དེ་དག་རང་དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་
ཅན་གཞན་དང་། དེ་བཞིན་རང་ལས་གནས་སྤངས་ཞན་པའི་
སེམས་ཅན། དཔེར་ན། རང་གི་ཚོས་སྤྱུགས་དང་རིག་གཞུང་
མི་འབྲེལ་གྱུན་ལ་མཐོ་བསམ་དང་སེམས་འཁུར་བཞིན་དགོས།
དེར་བརྟེན་ཀུན་ལ་ཚོར་བ་ལྡན་པ་ཆ་མཚུངས་ཡིན་སྟབས་ཀུན་
ལ་ལྟ་སྤངས་གཅིག་མཚུངས་དགོས། དཔེར་ན་རང་རེས་རྒྱོན་
པའི་ཚོང་རྟགས་གྲགས་ཅན་གྱི་པོས་དེ་དག་ཨ་རི་གཅིག་སྤྱི་
ནད་དུ་བཟོས་པ་མ་ཡིན་པར་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ལོག་དུ་བཟོས་ཤིང་
དེ་དག་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་རྒྱུ། ཁོང་ཚོས་དཀའ་ངལ་རྒྱབ་
སྟེ་བཟོས་པ་རང་རེས་སྤྱོད་པོ་བཏང་སྟེ་རྒྱོན་པ་ལྟ་བུ་རང་རེ་ཀུན་
ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བ་ཡིན་པ་ཤིས་རྒྱ་གནད་ཡིན།

དེ་བཞིན་སྤྱོད་རྒྱུ་ཞེས་པ་གསུང་འབྱུར་ལ་ལྟ་མོ་བལྟས་
ཉེ་འདུག་པ་མ་ཡིན་པར་སྤྱོད་རྒྱུ་ཞེས་པ་འགྲུལ་སྤྱོད་བཞིན་ཉེ་
དགོ་ཅ་ལ་བསྟོད་དགོས། དགོ་ཅ་བསྟོད་རྒྱུ་མི་དུ་མ་ཞིག་ལ་འདོད་
པ་མེད་པ་དང་བསྐྱེད་པོར་མཚོང་སྟེ་དེ་ལས་རྒྱུན་གཏན་གྱི་བྱ་བ་
གོམས་འདིས་ཅན་དེ་བཞིན་ན་ལས་སྤྱོད་བར་མཚོང་ནས་སྤྱོད་
རྒྱུའི་འགྲུལ་སྤྱོད་ཀྱིས་དགོ་ཅ་བསྟོད་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤིས་བཞིན་
མེད། རང་རེས་བདེ་སྤྱུག་གི་ཚོར་བ་གཏིང་ཟབ་མོ་གཏོང་མི་
སྲུབ་པར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བཞིན་མེད་དམ་སྟེ། རྒྱ་མཚོན་
དེར་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་རྒྱུ་ཞེས་པ་ལྟ་མོ་ལྟ་བུ་ཅམ་མ་ཡིན་པ་
དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་མཚན་ཉིད་ཅམ་མ་ཡིན་པར་
རང་ཉིད་པ་རོལ་པོ་དེའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཏུ་འབྱུར་རྒྱུའི་མཐོ་བསམ་
སྤྱོད་དེ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཞེས་པ་ལྟ་མོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་
རང་རེས་བསམ་པ་ཇི་བཞིན་རང་དང་གཞན་ཞེས་ཐག་རིང་
སོ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རང་རེའི་འཛུལ་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐག་ཉེ་དུ་དང་
ཆ་འཕྲིན་གྱི་སྟོབས་ལྷག་ཉེ་དུ་སྟོབས་ཞེས་མཆོས། རང་རེའི་
བདེ་སྤྱུག་ཀྱང་ཐག་རིང་པོ་མིན་པར་དང་ཚུན་ཅེས་པ་མིན་



བར་ངའི་གནས་ཚུལ་དེའང་ཁོའི་གནས་ཚུལ་དང་ཁོའི་གནས་ཚུལ་ངའི་གནས་ཚུལ་ལ་གྱུར་སྐབས་དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རང་རེ་ཀྱན་ལ་འགན་འཁུར་ལྡན་ཡོད་ཅེས་དང་།

མཇུག་ཏུ་ཁོར་ཡུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐད་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུས་རིགས་ལ་བཀའ་ལན་སྟུང་དོན། ལོང་དུ་བཞེད་བ་ཇི་བཞེད་དོས་ཀྱི་བཅས་ས་ལུང་བ་ལུག་གྲོག་ཅིག་དང་སོལ་རྒྱན་གྱི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྐྱེད་དང་དོས་རྒྱུད་དུས་རབས་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་ཐག་ཉེ་བོ་ཞིག་ཏུ་འདུག་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་བྱུང་། དུངས་གཙང་འབག་བཅོག་མེད་པའི་ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་ཞིག་ཏུ་ཡོངས་སུ་སློང་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་བྱུང་ཅན། དེའི་རང་བཞེད་ཀྱི་མཛེས་སྟོན་དང་རང་བཞེད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དེ་དག་དངོས་སུ་སོ་སོའི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་འབྲེལ་བ་ཇི་ལྟར་འགྱུར་མིན་དངོས་སུ་སློང་རོལ་ཐུབ་བ་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་དེར་བཞེད་ནས་དེས་ཚོར་བ་ཐབ་སོ་རྒྱུད་དུ་བྱུང་བར་བཞེད་ནས་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་ལྟར་ན་བོད་དུ། དོས་བོད་དང་ཁ་གྲུལ་ཉེ་དོ་ལོ་བཅུ་དྲུག་ལ་སོང་བྱེད། དེའི་རིང་ལ་གནས་ཚུལ་དུ་མ་བྱུང་། བོད་ཀྱི་གངས་རི་དང་འབྲུག་ས་རོལ་དེ་དག་བཞུར་ཉེ་འགྱུར་བ་ཚེན་སོ་འགྲོ་བཞེད་ཡོད། རྒྱན་དུ་

དོས་ནས་བཞེད་རྒྱུར་དོས་བོད་དུ་ལོག་སྟེ་སྐར་ལྟར་གྱི་རང་བྱུང་གི་མཛེས་སྟོན་དེ་དག་མཐོང་མི་ཐུབ་ཅེས་བཞེད་བཞེད་ཡོད་ལ། དངངས་ཚབས་ཀྱང་ཚེན་སོ་ཡོད་སྟོར་བཤད།

རང་རེ་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེར། དོས་ཀྱི་ལས་ཀ་དེ་རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་རྒྱ་ཐིགས་ཞེས་བ་ཇི་བཞེད་འཛེམ་སྐྱེད་གི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་ཚུལ་ནི་འབྲེལ་མར་སྐྱེད་སྐྱེལ་ཐུབ་རྒྱ་དཀའ། ཡིན་ཡང་གང་ཟག་སོ་སོའི་དོས་ནས་གང་ཐུབ་བཞེད་དགོས་པ་གནད་ཚེ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་བོད་དང་ཉེ་ལྷ་ལ་ཡའི་ས་མཐོའི་གྲ་བཅོན་དག་ལ་དམིགས་བསལ་སྤྱི་ཚོགས་ལ་མཐུན་རྒྱུ་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུས་བ་གང་འཚོམས་ལྡན་གཤེས། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བཞེད་ནས་ཁོར་ཚོར་ཁོར་ཡུག་གི་ཐོག་ནས་ཤེས་ཡོན་གོ་རྟོགས་སྐྱེན་ཐུབ་ན། དེ་ལ་བཞེད་ནས་མང་ཚོགས་ལ་ཁོར་ཡུག་སྐྱེད་སྐྱེལ་གྱི་ཐོག་ཏུ་ལུགས་རྒྱུན་བཟང་སོ་ཞིག་ཐེབས་རྒྱུར་བཞེད་རང་རེའི་དགོན་བ་གངས་ལྷ་བཅུ་ལྷག་ཅན་ཞིག་ལ་ཁོར་ཡུག་སྐྱེད་སྐྱེལ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱོབ་གསོའི་ལས་འགུལ་དུ་མ་སྐྱེལ་ཡོད།

དཔེར་ན་དོས་རྒྱུད་དུའི་དུས་སྐབས་སུ་ཅེད་མའི་ཡོ་བྱད་ནི་དོར་ཤིང་འདས་ཐབ་བ་སོགས་ལས་དེད་དུས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཇི་



བཞེན་མི་ལྡན་མོད། ཡིན་ཡང་རང་རེ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྐབས་སུ་
 སྐྱེད་གྲེད་དང་སྐྱེད་མ་དག་གི་བྱམས་བཅེན་ཅ་ཆེན་ཞེག་ཡིན་
 བ་ཤེས་ལ། ཐ་ན་འབྲུ་སྲིན་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞེག་ཡིན་ཡང་དེར་ཅ་ཆེན་སོ་
 བཅེས་ཉེ་སྲུང་སྐྱོབ་དང་། དེ་བཞེན་ལམ་དུ་ཆས་པའི་མཚམས་
 སུ་ཡང་ས་འབྲུ་དག་དོག་བཞེས་ཤོར་དོགས་ཀྱིས་གཟབ་ཅན་
 བཞིད་དགོས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཀྱི་རང་གཤེས་དེ་ལྟར་ཡིན། རྒྱ་
 མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་གཙོ་བོ་པ་མ་རང་ཉིད་ལ་ཐོག་མ་ནས་
 ལྷོང་ཇི་ལྟར་དགོས་པ་དང་། དེར་ལྷོང་ཇི་ལྟར་ན་དེ་བརྒྱུད་དེ་སོ་
 མོའི་བྱ་སྤྲུག་དག་ལ་དེས་པར་བཟང་བོའི་ཕྱགས་རྒྱེན་འཐེབ་རྒྱ་
 འབྲུང་གི་ལེད་སྟེ། འབྲུང་འབྲུང་རང་རེའི་མི་རབས་དག་གི་
 སྤྲད་དུ་པ་མ་ཀྱང་ཀྱིས་དེ་ལྟའི་ཁྱེད་རྒྱུ་ཉེ་དོ་འཁྲུང་བཞིད་
 རྒྱ་ནི་གནད་ཆེ།

བོད་ཀྱི་ཁོར་ཕྱག་སྐོར་སྐོར་སྐབས་མི་དུ་མ་ཞེག་ནས་ཆབ་
 སྤོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཞེག་ལ་བཅེས། དེའི་ནང་དུ་ཞུགས་རྒྱུར་ལ་
 ལས་འདོད་པ་མི་བྱེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་དེ་ནི་ཆབ་སྤོད་ཀྱི་གནད་
 དོན་ཞེག་ཏུ་བཅེ། ཡིན་ཡང་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ནི་ཆབ་སྤོད་ཀྱི་
 གནད་དོན་ཁོ་ན་མེན་པར་དེའི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་། རིག་
 གཞུང་། ཁོར་ཕྱག་གི་གནས་ཚུལ་ཞེག་ཏུ་རྒྱུར་ཡོད།
 ཅེས་བཀའ་ལན་གྲུབ་ཉིད། ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སྐོབ་
 གཉེར་ཁང་གི་འགན་འཛིན་ནས་མགོན་པོ་མཚོག་ལ་ཐུགས་རྗེ་
 ཆེ་ཞུའི་གསུང་བཤད་དང་། ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སྐོབ་གཉེར་
 ཁང་གི་ལས་འགན་ཅན་གྱི་སྐུ་སྟོང་ཅིག་མགོན་པོ་མཚོག་ལ་
 ཐུག། མགོན་པོ་མཚོག་ནས་བྱིར་སྤྲུག་གཟིགས་ཀྱི་ཞལ་ཐང་
 ཞེག་དང་ཉེན་དུ་སྦྱེལ་ཉེ་དགོས་ལོངས་ལ་མཇལ་ཁའི་བཀའ་
 དྲིན་ཆེ་སྦྱེལ་བསྐྱེད་སོ། །

Facebook རོ་དེབ་བརྟེན་གནས་ཁང་ཏུ་
 ཚིབས་ལྷུང་གྱིས་སྤོང་རྒྱུ་ལས་མ་པའི་
 ལྷོ་ནམ་བུ་རྒྱུ་ལེ་རིག་པ་ཚེལ་དགོས་པའི་
 བཀའ་ལྷུལ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༥ ཉིན། དབུལ་ལྗུལ་དབང་
 ལགས་པ་མཚོག་གེ་ལི་པོར་ནི་ཡའི་མན་ལོ་སྤྱོད་ཚལ་ཉེ་འདབས་
 སུ་མཚེས་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ Facebook རོ་དེབ་བུ་རྒྱུའི་བརྟེན་
 གནས་ཁང་གཙོ་མོར་གདན་ཞུས་ལྷན་ཚེབས་སྐྱེད་བསྐྱེད་ས་
 སྐབས་གཙོ་འཛིན་དབུལ་པའི་ལས་མི་ཡོངས་ནས་གྲུས་བསུ་གྲ་
 མེད་ཞུས། སྤྱོད་གཞིན་པའི་ནང་པའི་དབུ་མེད་ཅིག་ནས་རྒྱལ་
 སྤྱིའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་། གྲགས་ཚེ་པའི་རིག་གཞུང་མཐའ་དག་བུ་རྒྱ་
 འབྲེལ་ཚུལ། ཉམས་ཞིབ་ཁོ་ན་ཅམ་མིན་པར་ཨ་རིའི་འཕུལ་རིག་
 བཟོ་གྲུའི་བརྟེན་གནས་འགོ་འཛིན་དང་ལས་ཁུལ་དེ་རྒྱུ་ལས་ནས་དེར་
 བུ་རྒྱུའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁོད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་བདེ་སྐྱེད་ཚུལ་དང་།
 དེ་བཞིན་བུ་རྒྱ་བརྒྱུད་ལ་ཚོ་དང་སྤྱིར་རྒྱུའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཚུལ་
 ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཐོག་བཀའ་བསྐྱེད་སྤྱི་གཙོ་པོར་བསྐྱེད་ས། དེ་བཞིན་
 ལྗུལ་དབང་མཚོག་ནས་རོ་དེབ་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་བརྒྱུད་ཕན་ཚུན་
 བཀའ་བསྐྱེད་དང་། དེར་འདུས་རྣམས་ནས་མགོ་པོ་མཚོག་
 ལ་བཀའ་འདྲི་གཅིག་མཚུག་གཉིས་མཐུན་གྱིས་ཞུས་པ་རྣམས་
 ལ་བཀའ་ལན་སྤྱི་གཙོ་པོར་སྤྱོད། གཞན་ཡང་བུ་རྒྱུའི་དགོས་མཁོ་
 བརྒྱུད་སྤོང་རྒྱུའི་ཉམས་ལེན་དང་། སྤོང་སྤྱོད་བུ་རྒྱུའི་མོགས་བུ་
 རྒྱ་བརྒྱུད་སྤེལ་སྤེལ་ཚེ་དེར་དུས་སྤྱི་གཙོ་པོས་མཚན་པའི་
 སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཕན་བདེ་གྲ་མེད་བསྐྱེད་ཞུས་པའི་དགོ་མཚན་
 གཞིགས་པའི་བཀའ་བསྐྱེད་ཞིབ་པར་མཛད།





དབལ་སྤྲུངས་ཡུང་རྟོགས་ཚོས་སྤྱིང་ ཚོས་ཚོགས་སུ་གདན་འདྲེན་ལྷན་པ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༥ ཉིན། Stanford ཚེས་
 མཚོའི་གཞུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་མངོན་རིམ་ཁག་
 ལེགས་བར་གྲུབ་རྒྱུ་ལྟར། ཡུལ་དབང་གམ་བ་མཚོགས་
 གནས་དེ་གའི་ San Jose, California སྤར་ཡང་
 དབལ་སྤྲུངས་ཡུང་རྟོགས་ཚོས་སྤྱིང་གི་ཚོས་ཚོགས་སུ་
 གདན་འདྲེན་གསོལ་འདེབས་ཞུས་དོན་ལྟར་དེར་ཚེབས་སྤྱིང་
 བསྐྱེད་སྤྲོད་སྐབས་རྒྱུན་བཞུགས་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་དད་ལྡན་
 ཟླ་སློབ་ཚམས་ནས་དུང་རྒྱ་སྤོས་སྤྱིང་དང་དེ་བཞིན་ལེབས་
 ལམ་དུ་བཀའ་ལོན་བའི་ཉལ་བ་བསྐྱེད་དང་ཟུར་བསྐྱེད་ཚམས་
 ས་དཀར་ཚོན་ལྷན་སྤོས་ཚོགས་ཀྱིས་ལེགས་བར་བརྒྱན་
 ཅིང་། གཞན་ཡང་དེར་འདུས་མི་མང་ཀུན་ནས་ལག་ཏུ་
 མཚོན་ཟུར་མི་ཉོག་དང་དར་དཀར་སོགས་ཐོགས་ཉེ་དད་
 ཀུས་སྤོ་གསུམ་གྱིས་ལེབས་བསུ་གཟབ་རྒྱས་ཞུས། དེར་
 ཚེབས་འཁོར་ལས་བཞེས་འདུལ་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་སྤོ་མ་
 དང་འགོ་འཛིན་རྣམས་གཉིས་ནས་གདན་འདྲེན་ལྷན་ཚོས་
 ཚོགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་དང་སྟོན་མཚོགས་སུ་ལེབས་སྤྱིང་བརྟན་
 ལ་རབ་གནས་སྤུལ་རྒྱུ་དང་བཀའ་སྤུལ་དོན། དེ་རིང་དབལ་
 སྤྲུངས་ཚོས་ཚོགས་སུ་འབྱོར་བ་ཏུ་ཅང་དགའ་ལོ་བྱུང་།
 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལོར་སུ་ཟླ་རན་སེ་སི་ཁོ་རུ་ཐེངས་ལྟོགས་
 སྤོབས་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཉིན་གཅིག་ལས་
 སྤོད་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་མ་ཐོབ་པས་ཚོས་ཚོགས་སུ་བཅར་
 ཁོམ་དཔེན་ལ་སྤོ་མས་ཚེན་སོ་བྱུང་། དེ་རིང་དངོས་སུ་
 འདིར་སྤོབས་སུ་བའི་སྤོ་མས་རང་བཞིན་ལལ་བ་ལྟར་

གྲུང། ཚོས་ཚོགས་ཕྱོགས་གང་ཐད་ནས་ཉ་ཅང་ལེགས་
 བ་མ་ཟད་སྟོན་བ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱབས་ལྷན་ཚེན་པོ་འདི་ལྟ་
 བུ་དང་། སངས་རྒྱལ་སྟོང་སྐྱེ་སོགས་ཨ་རིའི་ལུང་པའི་
 བང་དུ་འདི་ལྟ་བུ་ལེགས་པོ་ཡོད་པ་ཉུང་ཉུང་ཡིན་པའི་
 ལས་དོན་འདི་དག་ཐད་དུ་དཀའ་ལས་རྒྱལ་མི་དང་ཕྱག་
 རོགས་མཛད་མི་ཀུན་ལ་བསྐྱབས་བཅོལ་ཡོད། དམིགས་
 བསལ་བཅོལ་རྒྱ་མཐོང་གྲང་པོད་བརྒྱད་ནང་བསྟན་ཚོས་
 ལུགས་ནང་དུ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ལ་མོས་གུས་གྱི་བཀའ་
 བབ་བྱིན་རྒྱལ་བ་བརྒྱུད་པ་ཅན་ཡིན་ཅོན། ལྷ་སྟོབ་དབར་
 དད་པ་དམ་ཚིག་འབྲེལ་བ་ཉ་ཅང་ལེགས་དགོས། དད་
 དམ་ལ་ལྷན་མ་ཤོར་བའི་ཐོག་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་
 ཐབས་ལམ་བཅོལ་དགོས། །ཕྱུགས་མགོན་རྗེ་རྗེ་འཆང་
 ཚེན་པོ་ཏུ་ཡི་སི་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དད་འདུན་ཡིད་ཆེས་གྱི་
 སྟོན་པ་དགོངས་དོན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་
 གལ་གནད་ཆེ། ད་བར་ལེགས་པོ་བྱུང་ལ་འབྱུང་འབྱུང་
 ལུ་མཐུད་འབད་བཅོལ་བྱེད་རོགས་ཞེས་འཛོད་བསྐྱལ་
 ལུ་རྒྱ་ཡིན། ཞེས་བཀའ་སྟུགས།

དཔལ་སྤངས་ཚོས་ཚོགས་ལྷ་མ་དཔལ་ལྷན་རྗེ་རྗེ་
 དང་ཚོས་ཚོགས་འགན་འཛིན་སྤྱི་ནས་མཚུལ་སྐྱེ་གསུང་
 ལུགས་རྟེན་འདེགས་འབུལ་ལུས། ཚོས་ཚོགས་སུ་ཞལ་
 ཐང་ཞིག་སྟེན། ཕྱིས་སུ་དུང་ཉིད་གྱིས་ཕྱག་བསྟར་མཛད་
 པའི་ཞལ་ཐང་ཞིག་སྟོན་རྒྱའི་དབུགས་དབྱུང་སྟུགས། དགོང་
 མོ་བོད་ལུགས་གྱི་དཀར་ཟས་མཚོད་བཞེས་གྲུབ་རྟེང་
 སན་རྩི་རན་སི་སི་ཁོ་དུ་ཆེབས་ཞལ་སྟུང།







ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་ཞི་ལྷོད་ཅན་དུ་གྱུར་སྐབ་པ་བསྐྱེད་རྒྱུ་
གལ་ཆེ་ཡིན། ཚེས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཞེས་པ་ལུས་ལྷོད་
པོ་རྒྱུ་པ་དང་ཞི་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་མི་གནས་པར་དེ་ལས་ལྷག་
པའི་གྲུབ་འབྲས་སྟོན་རྒྱུ་རང་རེས་མཚོ་བསམ་གཏོང་དགོས་
པ་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་སོར་བསྐྱེད་དགོས།

ཚེས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བསྐྱེད་རྒྱུ་དེ་ཉོན་ལས་དང་བདུན་ཕྲག་
ཅམ་གྱི་རིང་ལ་ཡོག་དང་། ཚེས་བསྐྱེས། ལུས་འཕུར་མཉེད་བཏང་
སྟེ་ལུས་སེམས་སྟོད་པོ་ཞིག་ཏུ་མཚོ་བསམ་གཏོང་བ་དང་། ལུས་
སོས་དལ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱུར་མཚོ་བསམ་གཏོང་མིའང་མཆིས། རོ་མའི་
ཚེས་ཉམས་ལེན་བསྐྱེད་སྐབས་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་གོམས་གཤིས་
ཀྱི་བག་ཆགས་རྙིང་པ་དེ་དག་མིན་པར་བག་ཆགས་གསར་པ་དང་
རང་རེའི་ཉོན་མོངས་པ་རྙིང་པའི་གོམས་པ་དེ་དག་རྒྱུང་དུ་བཏང་།
གོམས་གཤིས་གསར་པ་བྱམས་པ་དང་སྦྱང་རྩེ་དེ་དག་སེམས་

ལ་གོམས་འདྲིས་གསར་པ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱུར་འབད་བཙོན་བསྐྱེད་
དགོས་པས་དེ་ནི་ལས་སྦྱོར་བ་ཞིག་མིན།

སྤར་མི་ཁོང་ཁོ་དང་ཕྲག་དོག་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྩེས་
སྤར་རིམ་བཞིན་སློ་ལ་སློང་བརྟུན་བསྐྱེས་སྐབས་སྤར་གྱི་མི་དེ་
བྱང་སེམས་ཅན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རྒྱུ་ཡོད། མི་དེ་ལའང་འགྱུར་བ་
འགྲོ་བ་ཅི་བཞིན་མི་ཆེ་དེ་ལའང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེར་
བརྟེན་རང་རེས་ལས་ཞེས་བརྗོད་མོད། མི་དེ་འགྱུར་བ་སྤྱིན་ན་
ལས་དེའང་རང་བཞིན་འགྱུར་བ་འགྲོ་རྒྱུ་ཞིག་དང་། མི་དེ་འགྱུར་
བ་སྤྱིན་ན་མི་དེའི་མི་ཆེ་དེའང་འགྱུར་བ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན། དེས་རང་
རེར་རེ་བ་དང་མདུན་ལས་ཞིག་སྟོན་བཞིན་ཡོད། རང་ཉིད་ཀྱི་
གནས་བབ་དེ་ལས་གནས་བབ་གཞན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་འགྲོ་
རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་དུ་མ་ནས་རང་ཉིད་ལ་མི་དགའ་བ་ཡོད་ཀྱང་ན་
རྩེས་སྤར་མི་དུ་མ་ཞིག་སོ་སོར་དགའ་སོར་འགྱུར་རྒྱུ་ཡོད། གཙོ་བོ་



ལུས་འགྲུང་བ་བཏང་བས་མི་པན་བར་སེམས་འགྲུང་བ་བཏང་
 ལྟེ་སོ་སོའི་རང་བཞིན་ནམ་རང་གཤིས་ངན་པ་ཇི་ཡིན་པ་འགྲུང་
 བ་གཏོང་རྒྱུ་འབད་བཅོལ་བཞིན་དགོས།

སེམས་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་བཞིན་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་སེམས་
 ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སྤང་བྱ་དང་འགལ་རྒྱུ་སེལ་དགོས། ཉོན་
 མོངས་ནི་སེམས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་འགལ་རྒྱུ་དང་། མྱིར་
 འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དེ་དག་ཕྱོགས་སུ་འཁྲེང་རྒྱ་ཞིག་ཡོད།
 ཡིན་ཡང་ད་ལྟའི་སྐབས་འདིར་རང་རེས་ཉོན་མོངས་ལ་ཕར་
 གདོང་ལེན་བཞིན་སྐབ་ཀྱི་མེད་སྐབས་ཉོན་མོངས་པ་ཕྱོགས་སུ་
 དང་ལམ་དུ་འཁྲེང་ཞེས་བ་དགའ། ཕྱོགས་སུ་འཁྲེང་ཞེས་པ་སོ་
 སོར་ལུས་པ་གང་འཚམས་ལྡན་ན་དེའི་སྤེད་དུ་ཡར་རྒྱས་བཏང་
 ལྟེ་ཕྱོགས་སུ་འཁྲེང་རྒྱ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན་ཁོང་ཁྱོད་མཚམས་
 སུ་ཁོང་ཁྱོ་བཞིན་ཀྱང་འགྲིག་ལ་ཁོང་ཁྱོ་མ་བཞིན་ཀྱང་འགྲིག་པ་

དེ་ལྟ་བུ་སོ་སོར་གང་མ་ར་བཞི་རྒྱའི་ལུས་པ་ཞིག་ཐོབ་པ་ལས།
 དེ་མིན་ཁོང་ཁྱོ་མ་བཞིན་དཀའ་མེད་དུ་གྱུར་ན་དེ་ཙམ་ལུས་པ་
 མི་ཐོན་པས་ཐ་ནའང་དེ་ལྟ་བུའི་ལུས་པ་ཞིག་ལྡན་དགོས། དེ་
 རིང་འདིར་ཉོན་མོངས་ལ་གཉེན་པོ་ཞེས་པ་རང་རེས་ཕྱོགས་
 གཉིས་ནས་མཛོ་བསམ་གཏོང་དགོས། དང་པོ་སྟེ་ཕྱི་དང་ནང་
 གི་མཛོ་བསམ་བཞིན་ན། ཕྱི་དང་ནང་ཞེས་པ་རྒྱུན་གཏན་གྱི་
 དངོས་པོ་དང་ནང་སེམས་ཀྱི་སྐྱང་ཆ་ཞིག་མིན། འདིར་རྒྱུན་ཏེ་
 ལུས་པ་གཉིས་ཆར་དགོས། གཅིག་སྟེ་རང་རེས་རྒྱུན་གཏན་
 ཕྱི་ནས་ཉམས་ལེན་དང་སྐྱོམ། དེ་བཞིན་ཐོས་བསམ་བཞིས་ཏེ་
 ཉོན་མོངས་ལ་གཉེན་པོའི་ཁ་གཏད་གཅོག་རྒྱའི་ལུས་པ་དང་།
 གཉིས་པ་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་འོ་འཕྲོད་དེ་ཉོན་མོངས་པ་དང་སོ་
 སོའི་སེམས་གཉིས་རྒྱང་ཐག་དུ་འཛོལ་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཡིན། སྐྱག་
 སོ་བ་དང་ཞེན་པ་ལོག་པའི་བསམ་པ་ཞིག་མེད་ཀྱང་ན་ཕྱིའི་རྣམ་

པ་ལ་རང་རེས་དུ་མ་ཞིག་བཀྲིས་ཀྱང་དོན་དམ་དུ་ཉོན་མོངས་ལ་གཉེན་པོར་འགོ་བྱུང་བ་ལྟར་དང་ཉོན་མོངས་ལ་གཞོན་ལྷན་ལྟར་དཀའ། ཉོན་མོངས་ལ་རྣམ་པ་འབྲེལ་དུ་མ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུབ་གཉི་སྟུག་སྟེ་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་དུ་རོས་འཛིན་དགོས། ཞེ་སྒྲུབ་ཅུང་ཟད་རོ་འཛོད་སྟེ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ལེགས་ཉེས་དབྱེ་བ་བྱེ་དཀའ། གཉི་སྟུག་ཅེས་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་མ་བཤད་ཀྱང་དེས་མི་མན་པར་སོ་སོར་རོ་འཛོད་པ་དང་ཉམས་སྲུ་སྟོང་བ་ཞིག་དགོས། དེར་བརྟེན་ཉོན་མོངས་དེ་དག་གི་རྣམ་པ་གཉིད་ཟབ་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་པས་རྒྱུ་གཏན་སོ་སོར་དེ་དེ་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཤུགས་ཆེ་བ་དེ་ནས་འགོ་བཙུག་སྟེ་གཉེན་པོ་བསྟེན་རྒྱུ་བཤད། གཉེན་པོ་བསྟེན་པའི་མཚམས་སྲུ་སྟོང་མ་ནས་བྱུང་བའི་འབྲས་འཛོན་རྒྱ་དཀའ། སྲུ་མཐུད་དེ་ཉམས་ལེན་བཀྲི་རྒྱུ་འོས་པ་དང་འདུན་པ་དཔག་བའི་སྟོང་སྟོང་སྟེ་དཔག་པམ་ཁ་ཞིག་བྱུང་ཡང་བསྐྱར་དུ་མེད་ས་བཅུའི་འབད་བཅོམ་བཀྲིད་དགོས་ཤིང་དེ་ལྟར་ལྟ་ཞིག་མི་ལྡན་ན་བྱུང་འབྲས་འཛོན་རྒྱ་དཀའ། ལ་ལས་བྱུང་འབྲས་མ་ཚོན་སྟེ་སྟུར་བ་མ་ཡིན་པར་ནས་ཡང་སོ་སོ་ཉོན་མོངས་པའི་འོག་ཏུ་མགོ་མི་སྐྱར་སྟུམ་པའི་བསམ་བ་སྟེད་དགོས།

ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཤུགས་ཇི་ཅུང་དུ་བཀྲིད་ཐུབ་པ་རང་གི་རང་གིས་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་ལྡན་རྒྱུར་ལས་སྟེ། རང་དེ་ཀུན་ལ་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེའི་ཁམས་ལྟ་བུ་རང་དེ་ཀུན་བཅས་མ་ཐག་ནས་ལྡན་སྟེ་སྲུ་མངའ། ཡིན་ཡང་སོ་སོའི་འཆར་འོངས་འབྱུང་ཡུལ་གྱི་གནས་སྟངས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུར་བ་འགོ་བ། དེ་བཞིན་རང་རེས་ནས་ཡང་གཞན་པན་གྱི་བྱ་བ་ལ་དེ་དང་དང་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ཞིག་རེད་སྟེ་སྟུམ་པ་བཀག་པའི་སྟོང་དེ་ལའང་བཀག་པ་དང་དབྱེ་རྒྱ་གཉིས་ལས་འབྲེད་རྒྱ་ཞིག་

དང་འབྱུར་བ་འགོ་རྒྱ་ཞིག་ཡིན། སྟོང་རྗེའི་ས་བོན་དང་སྟུག་བསམ་དེ་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས། མི་གཞན་གྱི་སྟུག་བསམ་ལ་རོས་ལེན་དང་དེ་ལ་ལ་ཆ་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། རང་ཉིད་སྟུག་བསམ་བའི་སེམས་ཅན་ནས་སེམས་ཅན་པ་རོལ་པའི་ཆ་ཤས་སྲུ་སྟུག་དེའི་ཚོག་ནས་བརྟེན་བ་ཟོལ་མེད་ཅིག་དགོས། སྟོང་རྗེ་དེའང་བདེ་སྟུག་གི་ཚོར་བ་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོམ་དགོས་པ་དང་རིམ་པ་བཞིན་ཡང་རྒྱས་གཏོང་དགོས། ཞེས་བཀའ་སྲུལ་རྟེན་འདུས་མང་ཡོངས་ཀྱི་དེ་སྟོང་རྗེ་བཞིན་སྟོན་འགོ་བཞེད་ལུང་འདོན་བཀའ་ཁྲིད་མཛད།

སྐར་བཀའ་སྲུལ་དོན། དེ་རིང་ San Francisco དུ་མེད་ས་གཉིས་པ་སྟེ་བ་རྒྱ་བྱུང་བར་ཀུན་ལ་དགའ་བོ་བྱུང་ཞེས་བརྗོད་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལན་ཨ་རི་ལ་མེད་ས་གསུམ་པ་སྟེ་བས་པའི་སྐབས་སྲུ་སྟུག་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་པར་ཚུར་བསྟོད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བས་གོ་སྐབས་དེ་ནི་མེད་ས་དང་པོར་བྱུང་། ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་དུས་ཚོད་རིང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འབྲུལ་བཞུད་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཀྱང་མེད་ས་དང་པོ་ཡིན། དེ་ལྟར་བོ་སྐབས་ཐོབ་པ་ནི་ལས་སྟེ་བོ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་སྟུམ། ཀུན་གྱིས་དེ་ལྟར་མཚུན་རྟོགས་དཀའ་བས་རང་རེས་ལས་སྟེ་བོར་རྟོགས་རྒྱ་ཞིག་ཡིན། དུས་ཚོད་རིང་པོ་སྟུག་པའི་གོ་སྐབས་དེ་ཐོབ་པར་དགའ་བོ་དང་མ་འོངས་པར་ཁྱེད་ཚོའི་ཆེད་དུ་དུས་ཚོད་མང་པོ་ཞིག་གཏོང་ཐུབ་ས་རེད་སྟུམ་པའི་ལེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཆེན་པོ་ཡོད། ཀུན་གྱིས་མཚུན་གསལ་འོས་རྒྱ་གར་ལ་སྟེ་བས་ཏེ་ལོ་བཅུ་དུག་སོང་བེན། ལོ་བཅོ་ལྔའི་སྟོན་རོས་བོད་ནས་བྱོས་བྱོལ་དུ་ཡོང་སྐབས་སྟོག་ཚེད་ཚོག་ཏུ་ཡི་གེ་ཞིག་བཞག་ཡོད། ཡི་གེ་དེའི་ནང་དུ་བྱིས་ཡོད་ལ་རོས་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསལ་བོར་བྲན། བྱོས་བྱོལ་དུ་ཡོང་དགོས་པའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནི་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཏུ་མཆིས་པའི་གོ་གསལ་བོ་དུ་མ་ཡོད་པ་དེ་དག་སྟུག་འཕྲད་བཀྲིད་



ལྷིལ་གྱི་སྐྱབས་མ་བྱུང་བ་ཡིན་སྟབས། བོད་ནས་རྒྱ་གར་རང་
 དབང་ལུང་པའི་ནང་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཏུ་བསྐྱོད་
 རྒྱ་གར་མང་ཞིག་འབྱུང་གི་རེད་སྟེ་པའི་རེ་བ་ལུགས་ཆེན་པོ་
 ཞིག་རྒྱབ་སྐྱོབ་སྲིབ་སྲུང་། ཡིན་ཡང་རྒྱ་གར་དུ་སྲིབ་སྲུང་པའི་རྗེས་
 སུ་ལས་སྐྱོབ་པོ་ཞིག་བྱུང་མེད་ལ་དུས་ཚོད་མང་པོ་སྐྱབས་དགོས་
 གུང་། ཡིན་ཡང་ད་ལྟོ་ཆར་ཐོན་གྱི་ཡང་སྲིབ་སྲུང་དང་རང་དབང་
 ཆེ་རུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་རྣམས་ལ་དེ་ལྟར་དང་ལོ་བཅུ་དུག་སྐྱོན་གྱི་
 རེ་བ་དང་སྐྱོན་ལས་འགྲུབ་རྒྱུར་ཡིད་ཆེས་ཆེ་རུ་འགྲོ་བཞིན་
 པར་ངོས་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཆེན་པོ་ཡོད།

ངོས་གྱི་མི་ཆེ་ནི་ལོ་བདུན་ནས་ཀྲཱི་པ་རེད་ཅེས་ངོས་
 འཛིན་གྱིས་གྲ་སྒྲིག་གང་ཡང་མེད། ལོ་བཅུ་བཞིའི་མཚམས་
 སུ་བཅོན་ཕྱོད་ལ་ཕྱོད་ཕྱོད་དུ་སྲིབ་སྲུང་། དེར་བརྟེན་མི་ཆེའི་ནང་
 དུ་འགྲན་ཚོད་ལྟ་བུའི་འགྲུར་བ་རི་སྟེན་ཅིག་བྱུང་། དེ་ཡང་ངོས་

ནས་འགྲུར་བ་གཏོང་འདོད་པའི་འགྲུར་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན།
 ཡིན་ཡང་འགྲུར་བ་རི་སྟེན་ཅིག་ཕྱིན་པ་དེས་མི་དུ་མ་ལ་མན་
 ཐོགས་སུ་བ་པའི་རེ་བ་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་དེ་རིང་ལྟ་བུ་མི་དུ་མ་
 ཆོགས་ཏེ་རང་རེ་མན་ཚུན་སྐྱབས་འཕྲད་གྱིས་བྱིད་རྣམས་སེམས་
 དགའ་པོ་དང་བདེ་སྲིད་འབྱུང་རྒྱུའི་མཐུན་རྐྱེན་ཅུང་ཟད་ཅིག་
 གྲུབ་སུབ་སོང་སྟེ་མ་བྱུང་། དེ་དག་མཐོང་སྐྱབས་དེ་སྐྱོན་ངའི་
 མི་ཆེ་ལ་འགྲུར་བ་རི་སྟེན་ཅིག་ཕྱིན་པ་དེས་འགྲིག་གང་མཐུན་
 པ་བྱུང་། ཀུན་ལ་དགའ་པོ་བྱུང་ཞེས་བརྗོད་རྒྱུ་དང་། བཟུང་གིས་
 བདེ་ལེགས། སྐྱབས་རྗེ་ཆེ།



བཀའ་བརྒྱུད་འགྲོ་དོན་ཀྱི་ཁྲུང་ཚོས་ཚོགས་སྤྱི་ཞབས་འཁོར་གྱིས་ཚོས་འབྲེལ་བསྐྱེད་སྦྱོར་བ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༩ ཉིན། ས་གནས་ San Francisco སུ་རྟེན་གཞི་བཅས་པའི་བཀའ་བརྒྱུད་འགྲོ་དོན་ཀྱི་ཁྲུང་ཚོས་ཚོགས་ནས་རི་ལྷོ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་དེ་གའི་ཚོས་ཚོགས་སྤྱི་ལྷོ་གསོལ་གནས་འཛིན་ལྷ་མ་ལྷོ་ལྷོ་དང་ཚོགས་མི་ཡོངས་ནས་ཕྱོད་བསྐྱེད་གཞུགས་ཀྱིས་ཚོས་ཚོགས་ལ་རབ་གནས་དང་བཞུགས་ཁྲིའི་འཁོར་རྟེན་གནས་འཛིན་དང་ཚོགས་མི་རྣམས་མཇུག་རྟེན་གསུམ་དང་རང་ལུགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གསོལ་ཇ་བཞེས་བཏེག

ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་དད་སྲོལ་རྣམས་དང་ས་གནས་དེ་གའི་བོད་རིགས་ཡོད་དོ་ཚོགས་འདུ་འཛོམས་ཀྱིས་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་བར་བྱམས་ཡོངས་སུ་ཁེངས་ཤིང་། དེར་འདུས་པོ་མོ་སྟོང་ཚོ་ལ་སྐྱབས་འགྲོའི་སྟོན་ཚོས་ཚོས་ཚོས་འབྲེལ་དང་དམིགས་བསལ་བཀའ་སྲོལ་དང་མཇུག་ཁའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས་འགྲོ་རྣམས་ཚོས་པར་མཛད། གནས་འཛིན་ནས་གུང་ཚོགས་རྒྱས་པ་འདེགས་འབྲེལ་བཞེས་པར་མཛོད་བཞེས་མཛད།

ཨ་ཁིའི་མངའ་སྡེ་ California ལྗོང་ཁྱེད་
 བཅོམ་པ་རྒྱ་མི་མི་མོ་ཏུ་གནས་གཞི་བཅས་
 ཡའི་ཡོད་ཀྱི་གས་སྡེ་མཐུན་ཚུགས་པར་
 ལྷུང་ཡའི་བཀའ་སློབ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༩ ཉིན། ཏུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་
 ཐིན་ལས་པ་ཚེན་པོ་དཔལ་ལྔུལ་དབང་ལཀམ་པ་མཚོག་ལ་ཨ་
 རིའི་མངའ་སྡེ་ California ཞེ་ལོ་མོ་ནི་ཡའི་གོང་ཁྲུང་སན་རྗེ་
 རན་སིའི་ས་གནས་ South Richmond ཡི་ American
 Himalayan Foundation དང་། Tibetan Association of Northern California བྱང་ཕྱོགས་བོད་
 རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་སྤྱི་ནས་ཇི་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་
 བ་བཞིན་བྱོན། གདན་ལུའི་གོ་སྤྱི་གཞིགས་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་
 སྤྱི་ནས་ཕྱོན་བསུའི་བསུ་བཀོད་ཚར་དུ་དངར་བ་བསྟར་ཏེ་གོ་
 སྤྱི་གཞིགས་པའི་ཚོགས་ཁང་དུ་གདན་དངས་ཏེ་ཞབས་སྟེགས་སུ་
 འཁོད་མཚམས་རྟེན་གསུམ་དང་རྟེན་འབྲེལ་གསོལ་ཇ་བཞེས་
 འབྲས་བུ་འདྲིལ་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཙུག་
 ས་གནས་ཀྱི་ཚོགས་པ་དབུ་བརྟེན་ཏེ་མི་ལོ་ ༢༥ ཉིལ་པོ་འཁོར་
 བ་དང་ཚོགས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་དང་གནས་སྟངས་ཀྱི་ལས་
 བསྟོམས་ཁག་སྟེན་སྟོན་ལུས་རྟེན་ཇི་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་
 ཇི་བཞིན་ལྷང་དོར་གྱི་བཀའ་སློབ་དོན།

ད་ལན་ California ཞེ་ལོ་མོ་ནི་ཡའི་མངའ་སྡེའི་
 གོང་ཁྲུང་ San Francisco འདིར་སླེབས་ཐངས་གཉིས་
 པའི་སྐབས་སུ་མངའ་སྡེ་འདིའི་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་རང་རེའི་
 བོད་རིགས་ཚོ་དང་དེ་བཞིན་བོད་རིགས་ཀྱི་གོ་སྤྱི་གཞིགས་པོ་རྣམས་
 དོ་རུབ་འདིར་ཞལ་འཛོམས་པ་ཀུན་ལ་དོས་ནས་ཐོག་མར་



འཚམས་འབྲེལ་བཟུང་བའི་ལེགས་ཡོད།
 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོར་འདི་གར་ལྷུག་ཙམ་ཞིག་སླེབས་ཏེ་
 འབྲས་མར་ Los Angeles ལོ་སི་ཨན་ཇི་ལིར་པར་བྱིན་
 ལྷབས། འདི་གར་ཡོད་པའི་བོད་པ་ཚོ་ལྷུག་འབྲུང་གྱི་གོ་སྐབས་
 ལྷུང་མེད། ལྷབས་དེ་ཏུས་ང་ཚོའི་ཚོས་ཚོགས་ལིག་ལ་ལྷུག་
 ཙམ་བྱིན། དེར་བརྟེན་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་ལྷ་མ་དེར་བོད་པ་ཚོས་
 ལྷོག་ཏུ་མང་པོ་བཤད་ཀྱི་གདའ་ཞེས་བརྗོད། གང་ལྟར་ད་ལན་
 འདིར་དམིགས་བསལ་དོས་རང་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་གོ་

སྐབས་དཀོན་པོ་ཞིག་དང་ནམ་ཡིན་ཡང་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་བསྐྱོད་རྒྱུར་
དཀའ། དེ་ལྟ་བུར་དུ་འཇར་མན་དུ་ཚར་གཅིག་དང་། ཨ་རིར་
དེ་ལན་བཅུ་ལྔ་ལྟེང་གསུམ་པ། དེར་བརྟེན་ཕྱི་ལོ་རྒྱལ་ཁབ་
མང་པོ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱོད་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་མེད། ཡིན་ཡང་ཕྱི་
རྒྱལ་རྒྱལ་ཁབ་གང་ཞིག་ཏུ་སླེབས་ཀྱང་དེ་གར་མཆིས་པའི་བོད་
མི་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ཐུག་འཕྲད་བྱ་རྒྱུ་གཤམ་ཆེན་པོར་བརྟེན་བཞིན་
ཡོད། གང་ཡིད་ཅེ་ན། རང་རེ་རྣམས་བོད་རིགས་སྤྱོད་ཆུ་ཡིན་
པ་གཅིག་གྱུར། དེ་བཞིན་སྐབས་བཅོམ་བ་པ་ལུལ་དང་ཁ་བུལ་
ཉེ་སྤྱིད་སྤྱག་གཅིག་གྱུར་ཡིན་ཅོད། ས་ཆ་གང་དུ་སླེབས་ཀྱང་
ཕན་ཚུན་ཐུག་འཕྲད་དང་འཚམས་འདྲི་བྱ་རྒྱུ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཏུ་མཐོང་བཞིན་ཡོད།

དེ་རིང་འདིར་བོད་མི་རྣམས་ཐུག་འཕྲད་བཞིན་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་
ལྷུང་བས་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་ལྱུང། ལོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་དེ་ཁྱེད་
རྣམས་ལ་སེམས་འཁྱུར་བྱ་རྒྱུ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་མི་ཀྱུ་ལ་
རྟོགས་པ་བཞིན་མི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་པོ་རྣམས་ལ་ཡིན་ཡང་
ལོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་དེ་རང་རེའི་བོད་རིགས་རྣམས་ལ་རྒྱབ་
སྐྱོར་དང་རྟོགས་པ་སྤྲོད་ཆད་མེད་པ་གནང་བ་དེར་ངོས་ནས་
སློང་ཐག་བ་ནས་ཐུགས་རྗེ་དང་བཀའ་འདྲི་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ལསྐབས་མཐོན་ལསྐབས་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པ་མཚོག་ཡང་ཡང་ཨ་རིའི་ལུལ་དུ་ཞབས་ཀྱི་བརྗོད་
བཞིན་པས། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་རང་ཚོར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཞབས་
མཇལ་གསུང་ཚོས་ཀྱི་ལོ་སྐབས་མང་པོ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད།
དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་དབྱུ་ཁྱེད་ཆེན་ལུ་མ་དང་།
བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུང་གི་ཚབ་སྲིད་དབྱུ་ཁྱེད་རྣམས་ལ་ཡང་ཡང་
ཡང་ཐེབས་ཉེ་ཁྱེད་རང་ཚོར་ཚོས་སྲིད་གང་ཅིའི་ཆ་ནས་ཀྱང་
འབྲེལ་བ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། རོས་ནས་དམིགས་བསམ་འདིར་
གང་ཡང་བརྗོད་པོས་མ་མཆིས། དཔེར་ན་སྐབས་རེ་སོ་སོའི་ངོ་

ཤེས་ནང་མི་སྤྱོད་མཚེད་རྣམས་མཉམ་དུ་འཇོམས་པའི་སྐབས་
སྤྱོད་ཆ་ག་འགྲིག་པོ་མ་ལྷུང་ཡང་གང་འདྲ་པར་བཤད་ན་རྒྱུན་
མེད། དེ་ལྟར་བཞིས་ཉེ་རང་རེ་ཀུན་བོད་རིགས་སྤྱོད་ཆ་གཅིག་
གྱུར་ཡིན་སྐབས། རྒྱུ་ཆ་ག་འགྲིག་པོ་དང་སྤྱི་དག་པོ་མ་ལྷུང་
ཡང་གང་འདྲ་ཞུས་ན་པམ་ཆེར་འགྲིག་སྤྲུལ།

བོད་པ་མང་པོས་རྒྱ་གར་གྱི་རྗེས་སུ་སྤྱད་སི་ཡིན་པ་
ངོས་ནས་བོ་སྤོང། དེའི་རྗེས་སུ་ཨ་མི་རི་ཀ་མིན་ནས། ཨ་
རིར་གཞིས་ཆགས་པའི་བོད་པ་མང་པོ་ཡོད། དེ་དུང་ཡིན་ཡང་
ཨ་རིར་བསྐྱོད་རྒྱུ་ལོ་འབད་བཅོམ་བྱ་མི་བོད་པ་དུ་མ་ཡོད། དེར་
སང་པལ་མོ་ཆེ་ལོ་འབད་པའི་ཡེད་འདུག། རྒྱུན་མ་ཨ་མི་རི་ཀ་ལ་
འགྲོ་རྒྱུར་འབད་བཅོམ་བཞིས་ན་འགྲོ་ཐུབ་དང་མི་ཐུབ་ཀྱི་ཕོ་
འདེབས་རྟོགས་ཞེས་མི་མང་པོ་ཞིག་སླེབས་བཞིན་མཆིས།
ཨ་རིར་བསྐྱོད་རྒྱུ་ལོ་འབད་བཅོམ་བཞི་མི་བོད་པ་མང་བ་དང་།
ཨ་རིར་སླེབས་ཉེ་གནས་གཅིག་ལ་མཉམ་དུ་འཚོ་སྡོད་བྱེད་མི་
ཐུན་བྱ་ཉུང་། གང་སར་ཁ་འཐོར་ཉེ་ཡོད་པ་ཡིན་སྐབས་བོད་དུ་
བརྗོད་པ་བཞིན་ལསྐབས་བ་རེན་པོ་ཆེ་མཚོག་དང་དེ་བཞིན་བོད་
ཀྱི་ཚོས་ཕྱོགས་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དབྱུ་ཁྱེད་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་
ཚང་མ་ཚུར་མཉམ་དུ་འདུས་ནས་ཐུག་འཕྲད་བྱ་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་
འབྱུང་བཞིན་ཡོད་པས་དེ་ནི་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིད་སྤྲུལ།

ཚང་མ་ཁ་འཐོར་ཉེ་སོ་སོ་གཅིག་ལུ་འཚོ་བ་སླེལ་རྒྱུ་མ་
གཏོགས་བོད་སྤྱི་བའི་གནས་སྤངས་བརྗོད་དེ། སྐབས་རེ་མཉམ་
དུ་ཚུར་འཇོམས་ནས་བཀའ་སློབ་ཉན་རྒྱུ་ལྷུང་བའི་མཚམས་
སུ་རང་རེས་འདྲ་གསོ་བཞིས་ཉེ། བོད་སྤྱི་བའི་གནས་སྤངས་
རི་ལྟར་འགྱུར་བཞིན་པ་དང་བོད་མི་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་
སེམས་འཁྱུར་བཞིན་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་འདྲིས་ཀྱི་ལོ་སྐབས་འབྱུང་
བཞིན་པས་དེ་ནི་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིད་སྤྲུལ། དེ་ལྟ་བུའི་ལོ་སྐབས་
བོད་སྤྱོད་བཏང་སྟེ། བོད་མི་ཀུན་དུས་ནས་དུས་སུ་ཕན་ཚུན་



མ་སྐྱེན་འབྲེལ་དམ་ཟབ་བསྐྱིད་རྒྱ་གཅིག་མེད་ཆེ། མ་སྐྱེན་སྤྲིལ་གྱི་
 ལུས་པ་དང་པན་རྩོད་འབྲེལ་འདྲིས་ཀྱི་ལུས་པ་ནི་སྤྲི་ཚོགས་ནང་
 གི་ལུས་པ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཏུ་གྱུར། དེ་ལྟ་བུའི་ལུས་པ་ནམ་ཡིན་
 ཡང་རང་མེད་དང་ལྷན་དུ་ལྷན་དགོས་རྒྱ་དང་མ་ཉམས་པ་ཞིག་
 གྱུ་དགོས་རྒྱ་གཞན་ཆེ།

བོད་མི་མང་པོ་ཞིག་ཨ་རིར་གཞིས་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་དང་
 ཨ་རིར་བཅས་ཏེ་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་བོད་སྤྱུག་ན་གཞིན་ཚོར་
 བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། བོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གོམས་སོལ་
 གྱི་སློབ་སློང་དང་བག་ཆགས་འཛོག་ཐུབ་རྒྱ་ལྡན་བྱ་དཀའ་ངལ་
 འབྱུང་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་རྒྱལ་ལ་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་བོད་སྤྱུག་
 རྩ་ས་བོད་སྤྱུག་ཁྲིམ་སྡེར་བོད་སྐད་སློང་དུ་སླེབས་པའི་ཚོགས་
 པ་ཁ་ཤས་རྩ་སར་སྤྱུག་སློང་། ཁོང་ཚོ་སྤྱུག་སྐབས་སྐབས་མེ་
 སེམས་སློབ་ཞིན་མཆིས། སལ་ཆེ་བས་བོད་སྐད་ལེགས་པོ་མི་
 ཤེས་ལ་པར་བལྟས་ཚོད་དུ་བོད་པའི་རྣམ་པ་དེ་ཅམ་མི་མངའ་
 བས་བོད་སྐད་དེའང་མི་ཤེས། བོད་སྐད་མི་ཤེས་ཀྱང་བོད་པའི་
 གནས་སྐྱེད་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཡོད་པ་

དང་ཚོས་དང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཁམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེའང་ཁོང་
 ཚོས་དེ་ཅམ་ཤེས་ཀྱི་མེད་པ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་སློབ་མཁ་པ་ཞིག་
 ལྟ་བོད་པའི་གནས་སྐྱེད་དང་ལོ་རྒྱུས་ཐོན་ལུས་པ་ཤེས་ན་མ་སློབ་
 ཞིག་རེད་སྟམ་པ་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་རང་མེད་ལས་
 འགན་ཆེ་ཤོས་ཏེ། ད་ལྟ་འཚར་ལོངས་འབྱུང་བཞིན་པ་དང་མ་
 འོངས་པར་འཚར་ལོངས་འབྱུང་བར་འབྱུང་བའི་བོད་སྤྱུག་དག་
 གིས་སོ་སོའི་བོད་ཀྱི་པ་མེས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་ལ་རོ་སློང་
 ལེགས་པོ་སྤུབ་པའི་འགན་འཁུར་དགོས། གཞི་རྒྱ་ལྡན་རང་ཚོ་
 རྒྱུང་བའི་ལས་འགན་མིན་པར་རང་མེད་ཀྱང་གྱི་ལས་འགན་དང་
 རང་མེད་ཀྱང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་རོགས་པ་བསྐྱིད་དགོས་པ་
 ཞིག་དང་ཀྱང་གྱིས་མཉམ་དུ་ཚོགས་རྒྱུན་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྱུང་
 བ་བསྐྱིད་དགོས། འདི་གར་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་གཞིན་
 རྒྱུས་མི་རབས་གཉིས་པ་གསུམ་པ་ལ་སོལ་རྒྱུན་གྱི་ཡུལ་ས་
 སོལ་ལྟར་འཚར་ལོངས་འབྱུང་དགོས་ཞེས་བརྗོད་བཞིན་མེད།
 ཁོང་ཚོའི་འཚར་ལོངས་འབྱུང་ས་དཔེར་ན་རྒྱ་རྒྱལ་གྱི་སློབ་བྲི་
 དག་ཏུ་བསྐྱོད་བཞིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་རིག་གཞུང་མི་འབྲེལ་

ཞིག་གི་ནང་དུ་འཚར་ལོངས་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་སྟབས། བོད་
 གྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་བག་ཚགས་འདོག་རྒྱུ་ལྷོ་སྟོན་སྟོན་
 རྒྱུ་དེའང་དེ་ལྟ་བུའི་ཁོར་ཡུག་དང་རིག་གཞུང་གི་ནང་དུ་འགལ་
 བ་མེད་པ་མཐུན་པའི་བག་ཚགས་འདོག་རྒྱུ་ཀུན་གྱིས་མཚོ་
 བསམ་གཏོང་དགོས། སྐབས་རེ་རང་རེའི་ལུགས་སྟོལ་རྙིང་
 པ་དང་སྟོལ་རྒྱན་གྱི་ལྟ་སྟངས་ཚོག་ནས་བཀྲིས་ན་ཁོང་ཚོར་
 སྤན་བྱ་དགའ་ངལ་དང་། ཁོང་ཚོ་འཚར་ལོངས་འབྱུང་མའི་ཁོར་
 ཡུག་དང་རང་རེས་ཁོང་ཚོས་སྟོན་སྟོན་སྟོན་རྒྱུ་ལྷོ་རིག་གཞུང་
 དེ་གཉིས་འཛིང་ཐེབས་ཏེ་འགལ་བ་གྲུར་ན་ཁོང་ཚོར་དགའ་
 ངལ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། འདི་ག་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ཚོས་ཚོགས་གང་
 འཚམས་ཡོད་ལ་ཚོས་ཚོགས་ཁ་ཤས་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་བྱས་
 པ་སྤན་བྱ་ཡོད། དེ་བཞིན་ཚོགས་པ་འདྲ་མཉམ་དང་སྐར་པ་ཁག་
 མཉམ་བུལ་བཀྲིས་ཏེ་དེ་འདྲའི་ཚོག་ཏུ་ལས་ཀ་བྱ་དགོས་པ་གལ་
 ཆེ་ཞིག་ལྟར་སྐྱེ་བ་མཚོང་བཞིན་ཡོད།

མཐའ་དོན་ཏུ་རྒྱུད། དེང་གི་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་
 རྒྱར་གྱི་མི་རབས་རྒྱན་པ་རྣམས་དང་མི་འདྲ་བར་མི་རབས་
 གསར་པའི་ནང་དུ་ལྟ་བུ་དང་བསམ་ཚུལ་མི་གཅིག་པ། ལྟ་
 ཚུལ་རྙིང་པ་དང་མི་འདྲ་བའི་ལྟ་ཚུལ་གསར་པའི་ལྟ་ཚུལ་མི་
 འདྲ་བ་དུ་མ་འབྱུང་། དེ་འདྲའི་ཚོག་ནས་རང་རེ་ཕན་ཚུན་གཅིག་
 གིས་གཅིག་ལ་དུང་ལེན་བཀྲིད་སྲུབ་པ་དང་འགལ་ལྷོ་མེད་པ་
 ཞིག་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེ་ཡིན། གང་ལྟར་གཙོ་ཆེ་ཤོས་ཏེ་རང་
 རེ་བོད་སྤྱི་ལ་དབྱུང་བའི་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་
 རོ་མཚོག་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུའི་དབྱུང་བའི་རང་རེ་བོད་
 པ་གཅིག་ལྟའི་མིན་པར་འཇམ་བུ་སྤྲིང་ལ་བཟང་པོའི་ལུགས་
 རྒྱན་ཆེན་པོ་སྤྱིན་སྲུབ་པའི་དབྱུང་བའི་ཅིག་རང་རེར་ཡོད། དེ་
 ལྟའི་དབྱུང་བའི་གཞན་ལ་རྙིང་དགའ་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། རང་རེ་རི་
 བཞིན་སྐབས་བཅོལ་བ་དུ་མ་ཡོད་མོད་ཀྱང་དབྱུང་བའི་དེ་ལྟ་བུ་

ཞིག་ཡོད་པ་ཞིན་ཏུ་དགའ། དེར་བརྟེན་དེ་ལྟ་བུའི་གཅིག་གྲུར་
 གྱི་དབྱུང་བའི་ཡོད་པ་དེའི་ཕན་ཡོན་ནས་རིན་ཐང་ཏུ་གོ་བ་བྱས་
 ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་དབྱུང་བའི་ཅིག་མེད་ན་བོད་པ་ཀུན་མཐུན་སྤྱི་
 འབྱུང་རྒྱུ་ཞིན་ཏུ་དགའ། མཚོ་བསམ་ལེགས་སོ་བཏང་ན་བོད་
 པའི་ནང་དུ་ད་ལྟ་དབྱུང་བའི་སྤྱང་བའི་གྲུར་ལྟ་བུ་དེས་ཀུན་
 པ་སྤྱང་སྟོན་བཀྲིས་ཏེ་འཚོ་བཞིན་ཡོད། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུའི་གོང་
 བྱ་གཅིག་གྲུར་གྱི་བྱས་པ་མེད་གྲུར་ན། ཚོས་ཁ་མི་འདྲ་བ་དང་
 ཚོས་ལུགས་མི་འདྲ་བའི་རྟོག་བྱ་དུ་མ་འབྱུང་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་རྟོག་
 བྱ་སྤན་བྱ་ལས་མེད་ལ་རྟོག་བྱ་སྤན་བྱ་མེད་པར་ཚང་མ་སངས་
 རྒྱས་གྲུར་ན་གནས་ཚུལ་ཐ་དང་ཡིན། རྟོག་བྱ་ཅ་ཅ་བ་ནས་མེད་པ་
 ཞེས་པ་དགའ། ཡིན་ཡང་གཞི་ཅིའི་ཆ་ནས་རང་རེ་ཀུན་གཅིག་
 གྲུར་གྱི་བྱས་པ་ལྡན་པ་དེ། རང་རེར་གཅིག་གྲུར་གྱི་དབྱུང་བའི་
 ཅིག་ཡོད་པར་བརྟེན་ནས་བྱུང་། དེར་བརྟེན་གཅིག་གྲུར་གྱི་དབྱུང་
 བའི་དེའི་རིན་ཐང་རི་ཅམ་ཡིན་པ་དང་ཅ་ཆེན་པོ་རི་ཅམ་ཡིན་པ་
 སྐབས་རེ་རང་རེས་ཤེས་ཀྱི་མེད། ད་ལྟ་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ་མ་
 ཤེས་ན་སང་ཉིན་མེད་པའི་སྐབས་སུ་དཔེ་བསམ་གཤམ་ཞེས་
 གཞི་ནས་ཏུ་གོ་བྱས་ཕྱིས་དགས་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་
 བས་རང་རེ་བོད་པར་དེ་ལྟ་བུའི་གཅིག་གྲུར་གྱི་དབྱུང་བའི་
 ཡོད་ན། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་གཅིག་གྲུར་དེའི་དབྱུང་བའི་
 ཏུ་རང་རེ་ཀུན་གོམ་པ་གཅིག་པ་རྒྱབ་སྲུབ་ན། བོད་མི་སྤྱི་དང་
 སྐར་ཀུན་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་སྲུག་ལ་མན་ཚོགས་དེ་
 ལས་ཆེ་བ་མེད་སྟུང། སྤྱིར་བཏང་རང་རེ་ལྟ་བུ་དང་བསམ་ཚུལ་
 མི་གཅིག་པ་འབྱུང་སྤྲིད། ཡིན་ཡང་བསམ་ཚུལ་དང་ལྟ་བུ་མི་
 གཅིག་པ་དེའི་གཞན་དབང་གིས་སོ་སོས་ལམ་གཞན་པ་ཞིག་
 ཏུ་སྐྱེ་བས་ན་དེས་རང་རེ་སྤྱི་དང་སྐར་ལ་ཁྱོད་ཀུན་འཐེབ་རྒྱུ་
 ཡིན་པས་ཀུན་གྱིས་སྲུགས་ལ་འཇགས་དགོས།



མཐའ་དོན་དུ་ཡན་འདྲིང་མཇལ་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་བྱུང་བས་
 ཉ་ཅང་དགའ་ལོ་བྱུང་། མ་འོངས་པར་ཡང་ཡང་མཇལ་ཐུབ་རྒྱུ་
 རེ་བ་དང་སློན་ལམ་ཡོད། དེ་བཞིན་ངོས་རང་བོད་དུ་འདུག་པའི་
 སྐབས་ཡིན་ཡང་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ཞབས་ཏོག་
 བསྐྱབ་མ་ཐུབ་ཀྱང་ཞབས་འདྲེན་མི་བཞག་པ་གཅིག་བྱུང་ན་
 ལྷན་སྟེ་བོད་དུ་འདུག་པའི་སྐབས་ལའང་དེ་ལྟར་བྱ་ཏེ་བསྐྱོད།
 དེ་ནས་ཚུར་རྒྱ་གར་ལ་ཡོང་ནས་དཀའ་ངལ་ཉ་ཅང་མང་པོ་བྱུང་།
 ཡིན་ཡང་ད་དུང་སོ་སོ་སྐར་གྱི་དཀའ་ངལ་དེ་ཟུར་དུ་བཞག་སྟེ།
 བོད་སྤྱི་པའི་བདེ་སྤྱོད་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་དང་ཅ་ཆེ་བར་བྱས་ཏེ་སོ་
 སོས་བསམ་སྟོན་དེ་ལྟར་བཏང་ནས་བསྐྱོད་ཡོད། དེ་རིང་རང་ཆོ་
 བོད་པ་ཆོ་སྤྱོད་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་བྱུང་བ་ཡིན་སྟབས། རྒྱུ་རང་ཆོ་
 ལ་ཡིན་ཡང་ངོས་ནས་ད་ལན་སྟེ་བ་འདྲིང་ལས་དང་སློན་ལམ་
 དབང་གིས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིགས་སུ་བཙས་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་
 བྱུང་བ་ཡིན་པས། སོ་སོའི་མི་ཆེ་དེའི་ནང་དུ་བོད་རིགས་ལ་གང་
 ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་གི་ཆེད་དུ་ཞབས་
 ཏོག་གང་ཐུབ་ཞུ་དགོས་སྟེ་ལམ་སྟོན་བཞིན་ཡོད། རྒྱུ་རང་ཆོ་

ཆང་མ་སེམས་ཀྱི་སློབས་པ་མ་ཞུས་པའི་ཚོགས་ཀྱི་གྲུ་གྱིས་
 སོ་སོ་སྐར་གྱི་མི་ཆེའི་མདུན་ལམ་དེ་ཡིན་ཡང་གལ་ཆེན་པོར་
 རྒྱར་ཡོད། དེས་རང་དེ་བོད་པ་སྤྱིའི་གནད་དོན་ལའང་འབྲེལ་
 བ་ཆགས་ཡོད། དེ་བཞིན་སོ་སོའི་མི་ཆེའི་མདུན་ལམ་ལེགས་
 པོ་བྱུང་བ་ཅན་དུ་མ་ཟད། བོད་སྤྱི་པའི་གནད་དོན་ལ་ཡིན་ཡང་
 རྒྱུ་རང་ཆོ་ཆང་མས་སེམས་ཁྱུར་བྱུང་སྟེ། སོ་སོའི་བྱས་པ་
 གང་ཡོད་ཀྱི་ཚོགས་ལའང་བཙོན་བཞིན་ལོགས་ཞེས་བརྗོད་
 རྒྱུ་ཡིན། རྒྱུ་ནས་དོག་ཅ་གཅིག་སྤེལ་གྱི་ཚོགས་ལས་ཀ་
 མཉམ་དུ་བཞིན་ན། དེས་རང་དེ་བ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་ལའང་
 བཟང་པོ་འཛོལ་རྒྱ་དང་གཞིས་ཁྲུས་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་སྐྱེལ་བ་
 བཟང་པོ་ཞིག་འབྱུང་ཐུབ་ཀྱི་རེད་སྟེ་སྤྱོད་པའི་སློབས་པ་དང་དེ་བ་
 ཆེན་པོ་ཡོད། རྒྱུ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།



དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་རྒྱུད་དགེ་ཅེ་ཚེ་གསུམ་པའི་ཚོས་ཚོ་གསུམ་སྤུ་ཚོས་འབྲེལ་བསྐྱབས་པ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༠ ཉིན། དཔལ་ལྷན་པའི་
 དབང་པོ་ཀམ་པ་མཚོག་ལ་ཨ་རིའི་མངའ་སྡེ་ California
 ཡའི་ས་གནས་ East Richmond Heights འུ་རྟེན་གཞི་
 བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་རྒྱུད་གྲུ་ཚང་གི་དགེ་ཅེ་ཚེ་གསུམ་པ་
 Gyuto Foundation རས་ཇི་ལྷར་གདན་ཞུས་བཞེན་བྱོན་
 པ་ན། བྱོན་ལམ་དུ་བསང་དུད་ཀྱི་ཟི་བཟང་ལྷ་ལམ་འགོངས་
 ཤིང་རང་རིགས་དང་ལྷན་པ་ཡོངས་ནས་སློབ་རྒྱུ་གྱི་ཚས་
 ལོ་གྱིས་ལྷོ་གསུམ་པའི་ལག་ཏུ་མཚོང་པའི་ཡོ་བྱད་སྤུ་ཚོས་ཚོ་གསུམ་

ཚོ་གསུམ་པ་དང་། དེ་བཞེན་བྱི་སྤྱིང་བ་དང་རྒྱ་རིགས་སོགས་ནས་
 ཐག་རིང་ནས་བྱོན་བསུའི་བསུ་བཞོད་ཀྱིས་ཐེབས་འཕུལ་ལས་
 བཞོལ་འཕུལ་དགེ་ཅེ་ཚེ་གསུམ་པའི་གནས་འཛིན་དང་འགོ་བྱེད་
 དགེ་སློང་སྐབ་བསྟན་དོན་ཡོད་ནས་མཇུག་དང་ལུལ་བ་བྱིར་སློབ་
 ལྷུལ། ལུན་མིན་ཚས་ལོ་གྱིས་ལྷོ་གསུམ་པའི་རྒྱུད་བཟང་གིས་
 བརྒྱན་པའི་མོ་མོ་རྒྱང་ནས་བཀའ་ལོན་པའི་སྤུ་དང་རྩ་རོལ་གར་
 འཁྲབ་ཀྱིས་བསུ་བའི་བཞོད་པས་གདན་ཤངས། ཚོས་ཚོ་གསུམ་
 ཀྱི་རྒྱལ་སློབ་རྟེན་འབྲེལ་གྲོ་སོ་བྱེ་མར་ཆང་སྤུད་བཞེག་པ་

དང་། ཚོགས་ཁང་དུ་ཞབས་བྱུང་འཕོད་པ་ན་སྟོན་དམར་ཐོག་
སྐུ་ཕྱག་གིས་རྟེན་གསུམ་ལ་སྟོན་པའི་ཐུགས་སློབ་རབ་གནས་
ཀྱི་ཕྱག་ནས་ལྷན་པར་མཛད།

དེ་རྗེས་ཞབས་སྟེགས་སུ་འཕོད་མཚམས་རིམ་གྱིས་རྟེན་
འབྲེལ་གསོལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་བུའི་དགེ་ལེན་འགོ་བྱེད་དང་
གནས་འཛིན་དགེ་སློང་ལྷན་བསྟན་དོན་ཡོད་ནས་ཚོས་ཚོགས་
ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་སྟོན་ཞུས་རྗེས་ཡུལ་དབང་མཚོག་གིས་
བཀའ་སླུལ་དོན།

དེ་རིང་དབའལ་ལྷན་རྒྱུད་སྟོན་གྲུ་ཚང་གི་ཚོས་ཚོགས་འདིའི་
ནང་དུ་རྩིས་རང་ཡོང་ལྷན་པར་ཉ་ཅང་དགའ་ལོ་བྱུང་། འདི་གའི་
ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་དགེ་འདུན་པ་དང་། མི་དམངས་རྣམ་པ། ཚོགས་
མི་ཀུན་ལ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ལེན་བདེ་ལེགས་ཡོད། ཀུན་
གྱིས་དགོངས་གསལ་ལྷན་རྩིས་ཀྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོ་མཇུག་ལ་
བོད་ནས་སློབ་ཁྲིམ་གྱིས་ཀྱི་ལོ་ ༡༠༠ ལོར་རྒྱ་གར་དུ་སྐྱེའམ།
ཐོག་མའི་འཆར་རྒྱུད་སྟོན་དུ་རྒྱ་གསུམ་གནས་གཡར་རམ། མཚོན་
ཁང་ལྷ་བུའི་ཚུལ་དུ་འདུག་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་དང་། ལྷན་འདུན་
མཚོག་གི་བཀའ་མངགས་བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས་དེ་ལྷན་རྒྱུད་
སྟོན་དུ་བཟུང་། དེ་ནས་ཐོག་མའི་རྒྱ་གསུམ་འདུག་རྒྱུ་དེ་དུ་ལོ་
བཅུ་ལྷན་དུ་སྟོན་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བ་དང་། རྒྱུད་སྟོན་དུ་སྟོན་
རིང་རིས་རང་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཚང་མས་སོ་སོའི་ནང་ཡིན་པ་
རི་བཞིན་གྱི་ཚོར་སྣང་དམིགས་བསལ་ཞིག་སྟེར་བྱུང་། སྤྱིར་ན་
ཚོས་བརྒྱུད་མི་འབྲ་ཅམ་ལེད་ཅེས་བརྗོད་ན་འགྲིག་གྲང་དོན་དམ་
ཚོས་བརྒྱུད་གཅིག་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་དགོན་པ་ཞིག་ལ་བཟུང་
གྲང་རྒྱུད་སྟོན་ལྷ་བུ་སྤྱིད་ལོ་དང་བདེ་བ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱ་ཉ་ཅང་
དགའ་སྟོན། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་དབའལ་ལྷན་རྒྱུད་སྟོན་
གྲུ་ཚང་ཞི་རིམ་ལ་ནམ་ཡིན་ཡང་བཀའ་འདྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན། ད་
ལན་ང་ཚོའི་རྒྱུད་སྟོན་གྱི་ཚོས་ཚོགས་སུ་བཅར་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་





བྱུང་བ་ཏུ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་། བློ་བྱོལ་བ་སྤོང་པོ་ལོད་ལགས་
ཉེས་སྟོང་བརྒྱུད་ལོར་ཐངས་གཅིག་མཛེས་ཡང་ཚོས་ཚོགས་སུ་
བཅར་ཐུབ་མེད། ད་ལན་དངོས་སུ་བཅར་རྒྱུ་ལོ་སྐྱབས་བྱུང་
བར་དམིགས་བསལ་དགའ་པོ་བྱུང་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་ཡིན།
ར་ཚོའི་འདི་གར་ཚོས་ཚོགས་གཅིག་ཡོད་པ་དེའི་ཕན་
ཚོགས་ཀྱི་རུས་པ་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་
གི་བཀའ་མངགས་གནང་བ་རྗེ་བཞིན་ནང་བ་སངས་པའི་ཚོས་
ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེད་སློབ་ལུས་ཅམ་དུ་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་
དང་བོད་ཀྱི་ཞེས་རིག་གི་ཚོགས་ཏུ་འདུ་འཛོམས་བསྐྱེད་ལུས་བསྟེ་
གནས་ལྷ་བྱུང་གྲུང། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་
དང་ཚོས་ལུགས་མི་གཅིག་པའི་བྱུབ་མཐའ་ཁག་གི་བཟོ་སྐྱེད་
བསྐྱེད་ལུས་ཞིག་ཏུ་གྲུང་སྐབས། རང་རེར་དེ་ལྷ་བྱུའི་བསྟེ་
གནས་གལ་ཆེན་ཞིག་མཚེས་བ་ཀུན་སྟོབས་བ་སྐྱེ་ལོས་བ་ཞིག་
དང་དགའ་བ་སྟོམ་བ་ལོས་བཞིག་ཡིན། མ་འོངས་པར་འདི་ལྷ་
བྱུའི་བསྟེ་གནས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་བརྟེན་ནས་དངོས་ཡོད་
ཀྱི་ཚོགས་མེད་སྟོང་ལོགས་པོ་ཞིག་དང་། འདིའི་ཉེ་འཁོར་དག་ཏུ་
རང་རིགས་དུ་མ་ཡོད་པས་དེ་དག་ཀྱང་དུས་དང་དུས་སུ་མཉམ་
དུ་འཛོམས། ཕན་ཚུན་ཐུག་འཕྲད་བསྐྱེད་རྒྱུའི་ས་གནས་གལ་
ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྲུང། གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ལོགས་ཚོགས་ལོགས་ཅེག་
མཚེས་པས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལྷན་ཡིན།

ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་ལ་བོད་པ་ནང་ཕན་ཚུན་དང་ཚོས་བརྒྱུད་
ཕན་ཚུན་མཐུན་སྦྲིལ་དགོས། བོད་པའི་ནང་དུ་ཚོལ་ཁའི་མཐུན་
སྦྲིལ་དགོས་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གནད་ཆེ་དང་མཐུན་སྦྲིལ་བསྐྱེད་རྒྱུའི་
གཞི་ཅིའི་རྒྱུ་གཞི་རིས་པར་ཟབ་མོ་ཡོད་པའི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་
བཞིན་ཡོད། ཡིན་ཡང་མི་དུ་མ་ནས་སྐྱབས་རེ་སོ་སོའི་ཚོགས་པའི་
སེམས་ལ་ཕྱོགས་ཞེན་དང་། ར་རྒྱལ། རང་འདོད་ལ་གོམས་
ཅོན། ཕྱོགས་ཞེན་གྱི་དབང་དུ་འགྱུར་སྟེ། ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་

ལ་ཡ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་དབུ་མེད་ལོག་ཏུ་བོད་པ་ཀུན་
ལ་ཕྱར་བྱུང་སྟེང་མེད་པའི་མཐུན་སྦྲིལ་གྱི་གོང་བུ་གཅིག་སྦྲིལ་
ཞིག་བྱུང་ཡོད། མ་འོངས་པ་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་སྐུ་འཚོ་
ཞིང་མ་བཞུགས་པའི་སྐྱབས་སུ་ལྷག་པར་དུ་མཐུན་སྦྲིལ་ཞེས་
པ་ཏུ་ཅང་གནད་ཆེ། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་ཚོས་བརྒྱུད་ཕན་
ཚུན། བོད་མི་ནང་ཕན་ཚུན་ཀུན་མཐུན་སྦྲིལ་དོག་ཅ་གཅིག་སྦྲིལ་
དགོས་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གནད་ཆེ་ཡིན། ཡ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་གཞི་
བསྐྱབ་རྒྱུར་ཡང་མཐུན་སྦྲིལ་དམ་ཚིག་གཅོད་མ་ཞིག་བསྐྱབ་
དགོས་པ་གཞིར་བཞག་གིས་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡིན་པས་ཀུན་གྱིས་
དེ་གལ་ཆེན་དུ་བཙུག་ཏེ་ཐུགས་སུ་འཇགས་རོགས་ལྷན་ཡིན།
དུས་ཚོད་ཐུང་དུ་ཞིག་ལས་མེད་མོད་ཀྱང་གྲུབ་སྦྲིག་གང་
ལོགས་བསྐྱེད་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་དང་། སྐད་དོས་ཨ་རི་
དང་ལྷག་པར་ California ཕྱོགས་སུ་གོ་སྐྱབས་ནས་བྱུང་
ལ་ཚོས་ཚོགས་སུ་བཅར་ཐུབ་རྒྱུའི་རེ་སྟོན་ལྷན་ལོད། ཅེས་
བཀའ་སྐྱེལ། དགོ་ཅིའི་འགོ་བྱེད་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་གསུང་
བཤད། ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་དང་སྦྲིན་ཁག་ལ་མཛེས་ཁའི་བྱིན་སྲུང་
དང་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་མགོན་དེབ་ཏུ་བྱུག་རྒྱ་ཕབ་སྟེ་དེར་འདུས་
རང་རིགས་གཙོ་གྲུང་ཤར་བྱུག་གི་དང་ཕན་བ་སྟོང་ཚོར་དཔྱེས་
ཞལ་མཛེས་ཁ་སྐྱེལ་མཛུགས། ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་གསོལ་ཚོགས་
ཁང་དུ་གདན་འདྲེས་ཏེ་གསོལ་རྗེ་དང་བཞེས་ཏོག་འདེགས་
འབྲུལ་ལྷན་པ་མཚོད་བཞེས་གྱིས་ཕྱིར་ཞབས་སོར་འཁོད་དོ། །





གེ་ལི་ཕོར་ནི་ཡའི་ Yosemite སྐྱོད་ཚལ་ལ་གཟིགས་སྐོར་བསྐྱངས་པ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༠/༢༡/༢༢ ཉིན་ཉེ་གཟའ་འཁོར་མ་
 མའི་རེས་གཟའ་བ་སངས་སླེན་བ་ཉི་མ་གསུམ་ལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་
 ཀམས་པ་མཚོག་ California གེ་ལི་ཕོར་ནི་ཡའི་ Yosemite
 National Park ལྗོན་དམར་གྱི་ནགས་སྒྲང་ redwood
 forests ཏུ་སྐྱགས་དལ་བ་ཆེན་པོས་ནགས་མཐའི་སྐྱོད་ཡུལ་
 ཉམས་དགའ་བར་ལོངས་སུ་སྐྱོད་རྒྱུའི་གོ་སྐྱབས་བྱུང་། ཁོར་
 དུག་གི་ལས་འགུལ་ཕྱིར་དམ་བཅའ་མཛད་པོ་ཡ་རྒྱལ་དབང་
 མཚོག་ནས་རྒྱན་དུ་རང་བྱུང་ཁམས་དང་འབྲེལ་དགོས་པ་གལ་

ཆེ་ཡིན་སྐོར་ནན་ཉན་ཆེན་པོས་ཡང་ཡང་གསུངས། མགོན་པོ་
 གང་ཉིད་རང་བྱུང་ཁམས་དང་སྐྱགས་ཉེད་ཆོར་བ་གཉིད་ཟབ་
 ཡོད་ཚུལ་གསུངས་ཤིང་། གང་ཉིད་སྐྱོན་པ་དུས་ནས་རང་
 བྱུང་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་བོད་ཀྱི་ས་མཐོའི་ས་ཁུག་ཅིག་ཏུ་
 འཚར་ལོངས་བྱུང་ཚུལ་དང་། ད་ལན་བདུན་མ་མར་ཡང་འདི་
 ག་California གེ་ལི་ཕོར་ནི་ཡའི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱོད་ཚལ་
 འདི་ཉིད་སྐར་འཕྲིས་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཁ་སྐྱོན་ལྟ་བུར་གྱུར།



ཕྱགས་ཅན་གྱི་ཆོས་མཚོའི་
གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་ Redlands ཏུ་
གདན་ཞུས་བཞིན་མཐོ་སློབ་ཏུ་བྱོན།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཆོས་ ༡༣ ཉིན། ལྗུལ་བའི་
དབང་པོ་ལ་གཞུང་པ་མཚོག་ལ་ཨ་རིའི་མངའ་སྡེ་ Cali-
fornia ས་གནས་ Redlands ཏུ་རྟེན་གཞི་བཅས་
པའི་ Redlands དེ་ལྟར་ཆོས་མཚོའི་གཞུག་ལག་
སློབ་གཉེར་ཁང་ཏུ་གདན་ཞུས་བཞིན་བྱོན་པ་ན། སློབ་
གྲུའི་ཁོར་ལུག་ཀུན་ཏུ་བོད་ལུགས་ཀྱི་འབྲང་ཆོས་མཚོན་
པའི་རྒྱུད་དང་སྣ་ཚོགས་ནམ་པར་དབྱེངས་ཤིང་། གཞུག་
ལག་སློབ་ཆེན་གྱི་ཉེ་བའི་རིགས་བདག་མཁས་དབང་
སྤྱི་ཞབས་རལ་མེ་ཀུན་སེལ་སྤྱོད་མས་བྱོན་བསུ་ཞུས་
ཉེ་དབུ་འཛིན་ལས་ཁང་ཏུ་གདན་ཞུས་བཞིན་ཞུས་པ་དང་།
དབུ་འཛིན་ཉིད་ཉ་ཅང་ཐུགས་དམྱེས་ཚོར་ཆེན་པོས་
ཐུག་ཉེགས་སོགས་ལུལ་ཉེ། ལྗུལ་དབང་གཞུང་པ་
མཚོག་ཆོས་མཚོའི་གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་ཏུ་ཕྱི་ལོ་
བར་དགའ་བསུ་དང་འཚམས་འདྲི་ཞུས། སློབ་ཆེན་
གྱི་དགོ་སློབ་ཏུ་མས་གྲུས་འདུད་ཆེན་པོས་ཕྱི་ལོ་
དང་མཇལ་ཁ་ཞུས་ཉེ་དགའ་ཟས་ཀྱི་གསོལ་ཆོགས་
དང་སྤྱི་དབྱེངས་ཀྱི་མཚོན་སྤྱོད་ལུལ་བ་སོགས་ཀྱིས་
ཉ་ཅང་ཚད་མཐོའི་སྤྲེལ་བཞེན་གཞུག་ཞུས།





གཞི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 Redlands ཁོང་ལྷན་པ་
 བར་མཇུག་འཕྲིན་མཛོན་
 བརྗོད་ཀྱི་གཞི་རྒྱུ་ལྷན་
 འབྲེལ་བཞེས་བསྐྱུངས་པ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༢༧ ཉིན། འབྲེལ་མཚོག་
 བརྗོད་པ་མཚོག་ Redlands ཚེས་མཐོང་གཞི་རྒྱུ་
 ལག་སློབ་ཚེན་གྱི་དབུ་འཛིན་ Phi-lip Hoch དང་
 མཁས་དབང་དུ་མ་ནས་ཐེབས་བསྐྱུངས་དང་ལྷན་འབྲེལ་
 མཚོག་བརྗོད་པ་གང་ཉིད་སློབ་གྲྭའི་ལས་ལུགས་
 ལྷན་ལུང་ལོ་མཁས་དབང་གི་སྐྱེ་ཆས་ཀྱིས་མཛེས་པར་
 ལྷན་ཉེ་སློབ་གྲྭའི་ཚོགས་ཁང་དུ་འདུས་པ་ཉིས་སྟོང་ལ་
 ཉེ་བའི་ཚོགས་གྱི་གཙོ་མོང་གཞི་བཞེད་ཀྱི་ཉམས་དང་
 ལྷན་པའི་ཞབས་མོང་འཕྲོད།

དེ་རིང་ནི་ཆེས་བཟང་གིས་པའི་ཉེན་མོ་ཞིག་སྟེ། དབུ་
 ལ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཀྲུ་ལ་པ་མཚོག་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་
 པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་རྒྱ་ན་མེད་པའི་གཟི་བུ་འཛིན་གྱི་མཛད་རྗེས་
 མངའ་བའི་ཕུལ་བྱུང་གི་ན་གཞོན་བསམ་སྟོན་གྱི་ རང་ལོ་སྤྱི་ལོ་
 ལ་ཉིལ་པོར་སྤྱི་ལོ་རྗེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཀུན་སྲོད་སྟེལ་བའི་ལམ་
 ཉོན་པ་ཆེན་པོ། རང་བྱུང་གི་ཁམས་དང་སྤྱི་འཛོམས་ཆེ་སྟོག་
 ལ་གཅེས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཁྱིམ་གྱི་དམ་འཁུར་ཡང་
 དག་པ། གངས་ཅན་ཁ་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱི་གྱི་
 ལ་སེམས་འཁུར་དང་སྤྱི་གྲུ་བསམ་བྱེད་པའི་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་
 དཔེ་མཚོན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུན་རིང་ཞིང་མཛད་རྗེས་ཀྱི་དབང་ས་
 མཚོ་བའི་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་བརྒྱུད་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྩ་གྲགས་པའི་
 ཚོས་ཀྱི་རྗེ་པོ། ལྷོ་ཨོ་མོ་ལོ་ལོ་བརྒྱུད་བཟུང་བ་གང་ཉེན་གྱིས་དུས་
 རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ལ་ཆེད་དུ་དམིགས་ཏེ་
 ཞལ་གསུང་བཟུང་ཆེད་ཟེགས་མ་ཡི་གེའི་གཟུགས་སུ་འཕོས་
 པའི་སྤྱི་ལོ་རྗེས་ལ་ཞེས་པའི་ཕྱག་དེབ་དང་དུས་རབས་ཉེར་
 གཅིག་པའི་ཀུན་སྲོད་ཀྱི་ལམ་སྟོན་རྣམས་ལ་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ལོ་
 མང་པོས་བསྟུགས་བཅོལ་དང་གུས་བཅི་ལུས་པའི་ཆ་ཤས། ཨ་
 རིའི་ California ལ་རྩ་ཡོད་པའི་གྲགས་ཅན་གྱི་གཞུག་ལག་
 སློབ་ཆེན་ University of Redlands རེ་ལེ་ལེ་ལེས་ལོ་
 རོ་བརྒྱ་དང་ཉེ་ལུ་སྤྱི་གྲུ་གིས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་ཡོད་པའི་སློབ་
 ཆེན་ཏེ། ཉིས་སྟོད་བཟུང་ལོར་ལུ་སྤྱི་གྲུ་གི་སློབ་ཆེན་ཅེ་སྤྱི་
 ཨང་བཟུང་བ་རྩ་བདམས་ཐོན་བྱུང་བའི་སློབ་ཆེན་དེས་གོ་སྤྱི་གྱི་
 ལུས་པ་ལྟར། ལྷོ་ཨོ་མོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 རང་བྱུང་རྗེ་རྗེ་དང་། མི་བསྟོད་རྗེ་རྗེ་སོགས་ཀྱི་རབས་ན་རིམ་ལ་
 ཀུན་མཁུན་དང་མཁས་པའི་དབང་པོའི་མཚན་སྟེན་གྱི་ཅོད་པན་
 འཆང་བར་མཛད་པའི་རྣམ་ཐར་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་མཁས་
 དབང་འབྲུམ་རམས་པའི་མཚན་གནས་ཀྱི་ Doctorate ཕྱག་

ཁྲིའི་འབྲུལ་ལམ་ལུས།
 འདི་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་བ་ལ་གཟི་བུ་འཛིན་གྱི་པོད་སྤྱི་ལོ་ལོ་
 པའི་ཐེན་མོ་གསལ་བ་ཞིག་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 དབང་འབྲུམ་རམས་པའི་མཚན་གནས་ཀྱི་ཕྱག་ཁྲིའི་པོད་མཁས་
 ཀྱི་པོད་པ་ཏ་ཅང་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 མཚོག་ལས་གཞན་ཆེ་མཚོད་དང་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 རམས་པའི་མཚན་གནས་ཐོབ་མཁས་ཀྱི་པོད་པའི་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་
 ཆེར་ལ་ད་པན་བྱུང་མེད་པ་ལྟ་བུར་གྱུར།
 ད་ལན་དབུ་ལ་ལྷོ་ཨོ་མོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 སྤྱི་ལོ་རྗེས་ལ་དང་ Redlands རེ་ལེ་ལེ་སྤྱི་གྲུ་ལག་
 དང་རྒྱ་བ་གཉེས་སྤྱི་གྱི་དུས་ལུན་ནང་དུ་བཞུགས་མཚོར་རྩ་
 སའི་རྒྱུད་སྟོད་དུ་ལྷོ་ཨོ་མོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 ཆེད་བཅར་གྱིས་དུས་རབས་ཀྱི་འགྲོས་དང་མཐུན་པའི་ཀུན་
 སྲོད་དང་སེམས་ཁམས་རྣམས་སྤྱི་ལོ་རྗེ་དང་རྗེ་ལྟར་འབྲེལ་བ་
 བྱེད་ཚུལ་སོགས་ཀྱིས་ལམ་སྟོན་གྱི་སློབ་ཁྱིམ་གནང་བ་བཅས་
 ལ་ཆེས་མཛོམས་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 བྱས་ཏེ་མཁས་དབང་གི་མཚན་གནས་ཕྱག་ཁྲིའི་པོད་འབྲུལ་
 ལམ་ལུས་པ་བཅས་སོ། །
 འགོ་འཛིན་ནས་ཆེ་བསྟོད་དང་འབྲེལ་དགོ་སློབ་ལག་
 ཅིག་གིས་སློབ་རྒྱུན་གྱི་རོལ་དབྱེད་རྣ་བའི་བཟུང་དུ་
 འཛེབས་པའི་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 གཞུག་ལག་སློབ་བྱའི་ཉེ་བའི་རིགས་བདག་མཁས་དབང་རལ་
 མི་ཀུན་སེམ་གྱིས་ལྷོ་ཨོ་མོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 དང་བྱེ་བྱག་ Redlands རེ་ལེ་ལེ་ལེ་གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་
 ལ་ལམ་སྟོན་དང་སློབ་མ་རྣམས་ལ་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 རྒྱུད་སྟོད་དུ་རིག་གཞུང་བཞེ་རེས་ཀྱི་སློབ་ཁྱིམ་བསྐྱེད་པར་
 བཀའ་བཅོལ་གྱིས་འབྲུད་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་



ཆེས་ཚད་མཐོ་བའི་མཁས་དབང་འབྲུག་རམས་པའི་ཕྱག་ཁྲིར་
 སུལ་བ་དགུས་བཞེས་མཛད།

ཚོགས་ཁང་ནང་གི་དགེ་སློབ་འབྲུག་པ་ཡོངས་ཀྱི་དགའ་
 སློང་དང་འདུན་ཆེན་སོས་སྐྱ་བཞེངས་ཀྱིས་ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་
 ལ་བཀའ་ལེན་བཞེ་ལེགས་ཀྱི་ལེས་ཚོག་ཞུས་ཟེན་རྗེས་སློབ་སྦྱོར་
 བཞི་ཡིས་རྒྱལ་མཚོག་བཅུ་བདུན་པས་གསར་ཚེས་གནང་བའི་
 ལྷོང་རྗེས་ལྷོང་ལེགས་པའི་ཕྱག་དེབ་ནང་གི་ལེ་ཚོན་ཁ་ལས་ཀྱིར་
 འདོན་ཡང་བཀྲིས། ཕྱག་ཁྲིར་བཞེས་པའི་མཛད་རིམ་ལེགས་
 པར་གྲུབ་རྒྱུར། ཡ་དབལ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་གཞུང་པ་མཚོག་གིས་
 གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱིས་འཚོ་བའམ་རྟེན་འབྲུང་གིས་འཚོ་
 བ་ཞེས་པའི་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་ཏུ་བཀའ་སླུལ་དོན།

ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་ University of
 Redlands འདིའི་ཚོགས་གཙོ་དང་དགེ་སློབ། འདིར་

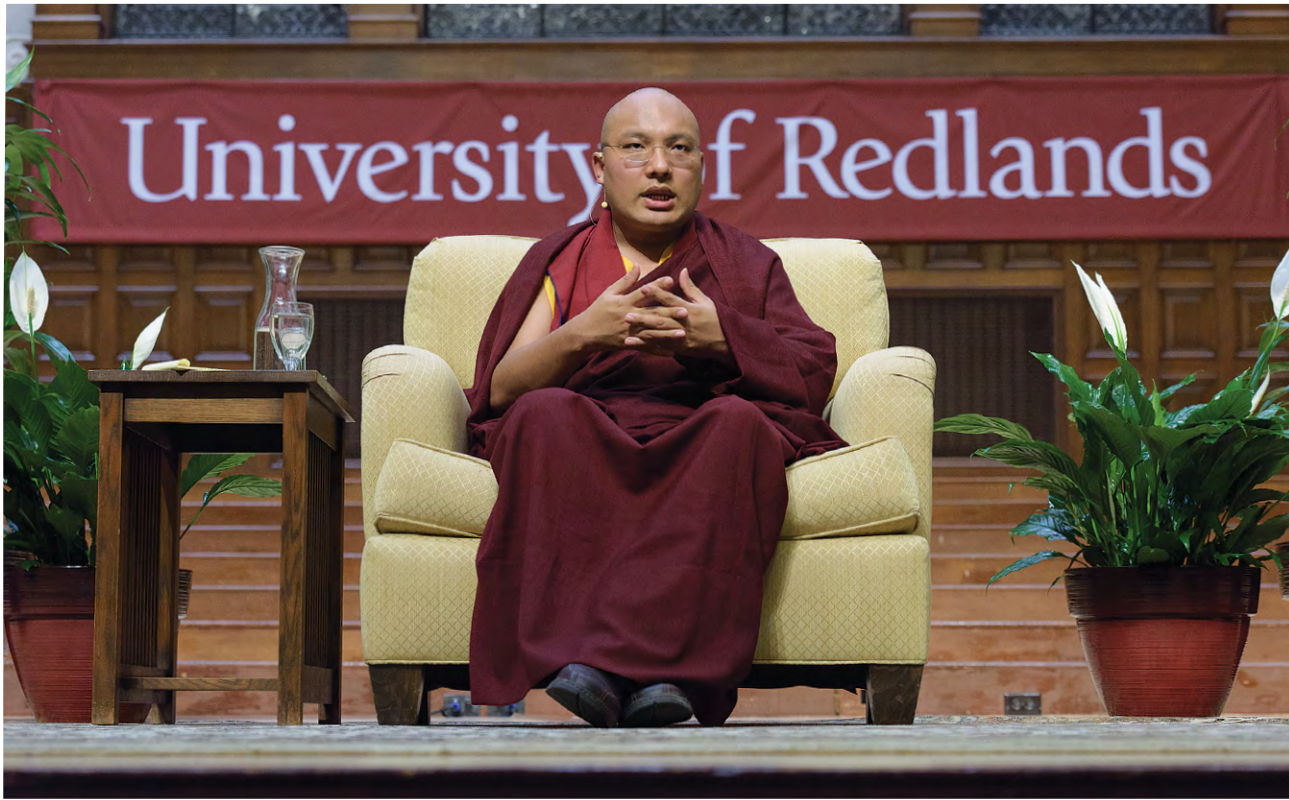
ཐེབས་ཀྱུན་ལ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ལེན་བཞེ་ལེགས་ཡོད།
 ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་གྲུ་འདི་དང་ངོས་རང་དམིགས་
 བསལ་འབྲེལ་བ་དང་སློབ་སྦྱོར་ཚོགས་པ་ཐེངས་གཉིས་ཙམ་
 ཞིག་རྒྱ་གར་དུ་ཐེབས་ཏེ་པན་ཚུན་བརྟེན་གྱི་གོ་སྐབས་
 དང་དམིགས་བསལ་གྱི་བག་ཚགས་བཟང་པོ་ཞིག་བྱུང་།
 ཁོང་རྣམས་པར་ངོས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་འཆད་པ་དང་པན་ཚུན་བསམ་
 ཚུལ་བརྗེ་ལེན་གྱིས་ངོས་རང་ལ་ཡིན་ཡང་སློབ་སྦྱོང་བྱུང་བ་དེ་
 ལྷུང་ཡིན། སློབ་སྦྱོང་ལས་ལྷག་པ་པན་ཚུན་མཛུང་བའམ་ལེགས་ཀྱི་
 འབྲེལ་བའམ་ཕྱོགས་ཀྱི་བཟང་པོའི་འབྲེལ་བ་གཉིད་ཟབ་ཅན་
 དང་ཚོར་སྣང་དམིགས་བསལ་ཞིག་བྱུང་། དེར་བརྟེན་ངོས་
 རང་འདིར་ཡོང་བའི་སྐབས་ལ་དགའ་ཤོས་ཏེ་སྲོན་མ་མཉམ་
 དུ་འཛོམས་པའི་སློབ་སྦྱོར་རྗེས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་མཉམ་
 དུ་འཛོམས་པའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བར་ཏེ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་ཞེས་

བརྗོད་ཀྱི་ཡིན། ལ་སྟོན་ Stanford University ཏུ་ཕྱིན་
པ་ཡིན་པས་སྟུན་གྲགས་ཅན་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན་སྟབས་དགའ་
ཚོར་ཆེན་པོ་བྱུང་ལ། ད་ལན་ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སྟོབ་གཉེར་
ཁང་འདིའི་ནང་ཏུ་སློབ་ས་ཉེ་དམིགས་བསལ་ལུས་སེམས་སྟོང་
པོ་དང་བྱིས་ཏུ་སློབ་ས་པའི་ཚོར་སྣང་བྱུང་། སལ་ཆེར་སྟོབ་བྱ་
འདིའི་སྟོབ་བྱུག་རི་སྟེང་ཅིག་དང་འབྲེལ་བ་ཟབ་མོར་བྱུར་པར་
བརྟེན་ནས་མཐོ་སྟོབ་འདིར་སློབ་ས་པའི་སྣང་པས་ཡིན་ཡང་བྱིས་
ཏུ་སློབ་ས་པའི་ཚོར་སྣང་བྱུང་། ལྷ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་མཐོ་
སྟོབ་ཁང་གིས་དེ་རིང་གྲ་སྒྲིག་དང་སྡེ་ལེན་གང་གཟབ་བསྐྱིས་
པར་སྐྱབས་རྗེ་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

ངོས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བཤད་དེ་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཞེས་
པའི་དེབ་ཅིག་ཐོན། ཚོས་ཀྱི་འགོ་བློན་ཅིག་ཡིན་སྟབས་འཇམ་
སྲིད་གི་ས་སྟོབས་གང་སའི་མི་དུ་མ་དང་སྐྱབས་འཕུང་བྱུང་། ལ་
ལ་ཚོས་ལུགས་ལ་ཡིད་ཆེས་ལྡན་པ། ལ་ལ་ཚོས་ལུགས་ལ་
ཡིད་ཆེས་མེད་པ། ལ་ལ་ཞི་ཚོས་ལུགས་འདྲ་མེད་ནས་ཕེབས་
པ་སོགས་མི་སྣ་འདྲ་མེད་དུ་མ་ཞིག་དང་སྐྱབས་འཕུང་བྱིས་དེ་
དག་དང་སྟུན་ཏུ་འཇམ་སྲིད་གི་གནས་ཚུལ་དང་དགའ་འདུལ་དུ་
མ་ཞིག་མན་ཚུན་འཆད་རེས་ཀྱི་གོ་སྐབས་བྱུང་། ལྷ་མཚན་
དེར་བརྟེན་ནས་རེས་བཞེད་འཇམ་སྲིད་གི་གནས་སྟངས་དང་
འཇམ་བུ་སྲིད་ལ་སོ་སོའི་ལྷ་ཚུལ་དང་འདུ་ཤེས་ཉེ་རེས་བཞེད་
ཁོང་ཚོ་སྐྱབས་འཕུང་བྱུང་བར་བརྟེན་ནས་ངོས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་
བཤད་པའི་དེབ་ཅིག་ཡིན།

དེར་བརྟེན་དེབ་དེ་མཚན་ཉིད་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་རྒྱུད་པ་
མ་ཡིན་པར་རང་དབང་གི་རིན་ཐང་ལྡན་པ། དེ་ཡང་སོ་སོའི་མི་
ཚེའི་ནང་ཏུ་དེའི་རིན་ཐང་རི་ལྟར་བྱས་ཉེ་མི་ཚེའི་ནང་ཏུ་སློབ་ས་
སྐབས་པ་ཞིག་དང་། མི་ཚེའི་ནང་ཏུ་དེའི་ཚོར་སྣང་གི་འདུ་ཤེས་
སློབ་ས་པ་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོར་མཐོང་བཞེད་ཡོད།

ཐོག་མར་འདུ་ཤེས་ཀྱི་སྐོར་ལ་སྐད་ཆ་འབྲུང་རྒྱུན་ལ། རང་
བྱུང་ཁོར་ལུག་དང་འབྲེལ་ཉེ་སྐད་ཆ་བྱུང་། རོས་ལ་དམིགས་
བསལ་ཀྱི་ཚོར་སྣང་འབྲུང་བཞེད་མཆིས། རོས་རང་རྒྱུད་དུས་
བཅས་ས་སོད་ཀྱི་ཤར་སྟོབས་ལུང་ལུག་ཅིག་ཏུ་བཅས་པས།
རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་དང་ཐག་ཉེ་བ་དང་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་གི་མ་
ལུམ་ཀྱི་པར་དུ་ཉལ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དེ་ལྟ་བུ་བྱུང་། རོས་སྟེར་ཀྱི་
ཐོག་ནས་བརྗོད་པ་ཚོར་སྣང་ལུགས་ཆེན་ལྡན། རང་ལེ་དང་ཕྱི་
སྟོང་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ནས་ཡང་ན་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་དང་འབྲེལ་
བ་བྱུར་སྟངས་རང་ལེ་སོད་པར་དཔེ་ཞིག་འཇོག་སྟོབ་ཡོད། ཕྱི་
སྟོང་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དང་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཞེས་བ་དེས་
རང་ལེ་སྟོང་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དང་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་གི་འབྲེལ་
བ་རི་ལྟར་ཡོད་གསལ་པོ་བསྟན་བཞེད་ཡོད། སྟོང་ཀྱི་འཇིག་
རྟེན་ནི་སྟོང་དེའི་ནང་དུ་མཆིས་པའི་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཞེས་
རང་ལེའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་བཅུད་ཅེས་བ་རང་བཞེད་དང་། ཕྱི་སྟོང་
ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དེ་རང་ལེའི་རང་བཞེད་དང་། ཕྱི་སྟོང་
ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་སན་ཚུན་གཅིག་ལ་
གཅིག་བརྟེན་ཡིན་པ་དང་ཕྱི་སྟོང་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དེས་རང་ལེ་
སྲིད་སྲིད་གི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་གསལ་པོར་བསྟན་པའི་ཚོར་
སྣང་བྱུང་། དེ་བཞེད་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཡིན་ཡང་ནང་སན་
ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་རང་ལེས་བཟའ་བའི་ཟས་དང་
སྟོན་པའི་གོས། ལྷན་ཀྱི་བེད་སྟོང་བཞེད་བཞེད་པའི་དངོས་
སོ་བཟོ་མི་དུ་མ་ཞིག་རང་ལེས་ཁོང་ཚོའི་མིང་ཚོས་སྟོང་དང་
གོ་སྟོང་མེད། ཡིན་ཡང་རང་ལེས་ཁོང་ཚོའི་ལུགས་རྒྱུན་དང་
རྒྱས་པའི་སན་ཐོགས་རང་ལེས་སློབ་ས་བཞེད་པས་དེའི་རྒྱ་
མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་དང་བརྒྱུད་དེ་འཇམ་བུ་སྲིད་པ་
ནང་ཚུན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་།
འབྲེལ་བ་འབྲུང་བ་དེའང་རང་དགའ་འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་བ་ཅན་



མ་ཡིན་པར་སོ་སོའི་ཉེན་ལེའི་མི་ཚེའི་ནང་དུ་སྐྱར་མ་ལེ་དང་ཚུ་
 ཚོད་རེར་དངོས་སུ་འབྲེལ་བ་འབྱུང་བཞིན་མཆིས། དེའང་འདུ་
 ་ཤེས་དང་ཚོར་བ་དངོས་ཀྱི་ནང་དུ་འབྲེལ་བར་གྱུར། གཅིག་ལ་
 གཅིག་བརྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་ལྡན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུན་
 གཏན་རང་རེས་ང་ཞེས་པ་ནཱ་རྟོག་གི་སློབ་འདོགས་མང་བས་ན།
 ང་ཞེས་པ་རང་དབང་བ་རྒྱལ་མཉམ་སྲུབ་ལྷ་བུ་ཞིག་ཏུ་མཛོལ་བས་མ་
 བཏང་། རོ་མའི་གནས་རྒྱལ་ཐོག་ཏུ་ང་ཞེས་པ་གཞན་མེད་པར་
 ང་ཞེས་པ་རང་དབང་རྒྱལ་མཉམ་སྲུབ་པ་གནས་སྲུབ་རྒྱ་དཀའ་བའི་
 རྒྱ་མཚན་གྱིས་ང་ཞེས་པ་གཞན་ལ་བསྟོས་པ་ཞིག་དང་། རྒྱུན་
 གཏན་རང་རེས་ང་དང་ཁྱོད་ཅེས་ཐག་རིང་སོ་ཞིག་དང་ང་ཞེས་
 པ་རྒྱལ་མཉམ་སྲུབ་པ་དང་གཞན་ཞེས་རྒྱལ་མཉམ་སྲུབ་པ་ཞིག་སྟེ་དེ་
 གཉིས་དབར་ལ་རྒྱང་ཐག་ཆེན་སོ་ཡོད་པ་ལ་མཛོལ་བས་གཏོང་།
 རོན་དམ་དེ་ལྷ་བུའི་རྒྱང་ཐག་མེད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། ང་ཞེས་

པ་གཞན་གྱི་ཆ་ཤིག་ཤིག་དང་གཞན་ཞེས་པ་རང་གི་ཆ་ཤིག་
 ་ཤིག་གི་ཚོར་སྣང་ལྡན། ཡིན་ཡང་ང་ཞེས་པ་ནང་པས་བདག་
 མེད་ཅིག་ཏུ་འདོད། ད་ལྟ་རང་རེས་འཆད་བཞིན་པ་མཚན་ཉིད་
 མིན་པར་ང་དང་ཁྱོད་ལ་བསམ་པ་ཇི་བཞིན་རྒྱང་ཐག་མེད་གྱུར་
 བ་སྐྱེད་ཆ་གས་གཞན་ཆེ་ཤོས་ཏེ་ང་རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་སྲུག་ཀྱང་
 མི་གཞན་གྱི་བདེ་སྲུག་ཏུ་གྱུར། མི་གཞན་གྱི་བདེ་སྲུག་ཀྱང་རང་
 ཉིད་ལ་བསྟོས་པ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་རང་
 དང་གཞན་ཞེས་པའི་སྐྱེད་ཆ་ཚོར་བ་དངོས་ཀྱི་ནང་དུ་ཉམས་
 ལེན་བསྐྱེད་སྤངས་འཆད་པ་མ་གཏོགས་བདག་མེད་ང་ཞེས་
 པ་འཚོལ་ཞེས་པའི་སྐྱེད་ཆ་ཞིག་མིན། དཔེར་ན་འདི་ག་ཁེ་ལེ་
 སོར་ནི་ཡར་མཆིས་པའི་མི་འདི་དག་གིས་མི་སེར་གྱི་གདམ་
 ང་བསྐྱིས་པ་དེ་གང་ཟག་སྐྱེད་རྒྱང་པ་གདམ་ང་མིན་ལ་མི་སེར་
 གྱི་གདམ་ངར་མི་གྱུར་ལ། ཁོའི་གདམ་ང་སྟེ་ཨ་མི་དེ་ག་ཡོངས་



འཚོ་བ་དངོས་ཀྱི་ནང་དུ་དབྱེ་འབྲེད་མེད་པར་བདེ་སྤྱད་གི་
འགན་འཁུར་དགོས།

གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན་སྟབས་སོ་སོའི་བདེ་
སྤྱད་ལ་འགན་འཁུར་བ་རི་བཞིན་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་
ལ་འདྲ་འགན་འཁུར་དགོས། འགན་འཁུར་དེའང་སྤྱི་
སྟོབས་དྲུང་གྲང་དང་ལྡན་པའི་འགན་འཁུར་ཞིག་དང་།
སྤྱི་སྟོབས་ཞི་སྤྱི་རྗེའི་ཅ་བ་དང་སྤྱི་སྟོབས་མེད་པའི་སྤྱི་
རྗེ་སྤྱི་རྗེ་ལྷན་ལྷན་ཞིག་ཏུ་མི་འགྲུའ། སྤྱི་རྗེ་ཁ་ནང་དུ་
བསྐྱོད་ན་དེས་འབྲུང་དང་གང་ལྟར་རང་ལ་དམིགས་པའི་
སྤྱི་རྗེ་སྤྱི་རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྡངས་ཉ་གོ་བ་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་
སྤྱི་སྟོབས་དང་དེ་ནས་གཞན་ལ་སྤྱི་བཅེ་བ་སྤྱད་རྒྱ་ཡིན།
གཞན་ལ་སྤྱི་ནས་བཅེ་བ་མ་བྱུང་སྟོན་རང་ལ་སྤྱི་སྟོབས་
དང་ལུས་ལ་དེ་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་རྒྱ་དང་གཞན་ལ་
སྤྱི་བཅེ་པའི་བསམ་པ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

མི་དུ་མ་ནས་སྤྱི་རྗེ་འཆད་ཀྱང་སྤྱི་རྗེ་རི་ལྟར་བྱ་
དགོས་པ་དང་། མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་ཆེན་པོ་ཞིག་གྱེད་དགོས་
སྤང་གིས་འབྲེལ་དུ་གསར་འགྲུར་ནང་དུ་ཚོན་དགོས་སྤང་
ཡང་འཆར། ལ་ལས་ངོས་ལ་དེ་ལྟར་བརྗོད་ཅིང་གཞན་
ལ་མན་ཚོགས་བཅི་དགོས་སྟབས། རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་དབང་
ཆ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་དགོས་བརྗོད་མིའང་མཆིས། ཡིན་
ཡང་རང་དེས་སྤྱི་རྗེ་འགན་འཁུར་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་མིན་པར་

ཀྱི་གདམ་ང་ཞིག་དང་ཡང་ན་འཇམ་བུ་སྤྱི་བ་ཡོངས་ཀྱི་གདམ་
གར་གྱུར་སྲིད། དཔེར་ན་འདིར་རྒྱའི་དཀའ་ངལ་དུ་མ་འབྲུང་
བཞིན་པས་རྒྱའི་གདམ་ང་བསྲིད་སྤངས་ཀྱི་ལུགས་ཀྱིས་མི་དུ་མ་
ཞིག་དང་དེ་བཞིན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་ལུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་
སྟབས། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ལྟའི་འབྲེལ་བ་གཅིག་
ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་འདར་རང་དང་གཞན་གྱི་འབྲེལ་བ་

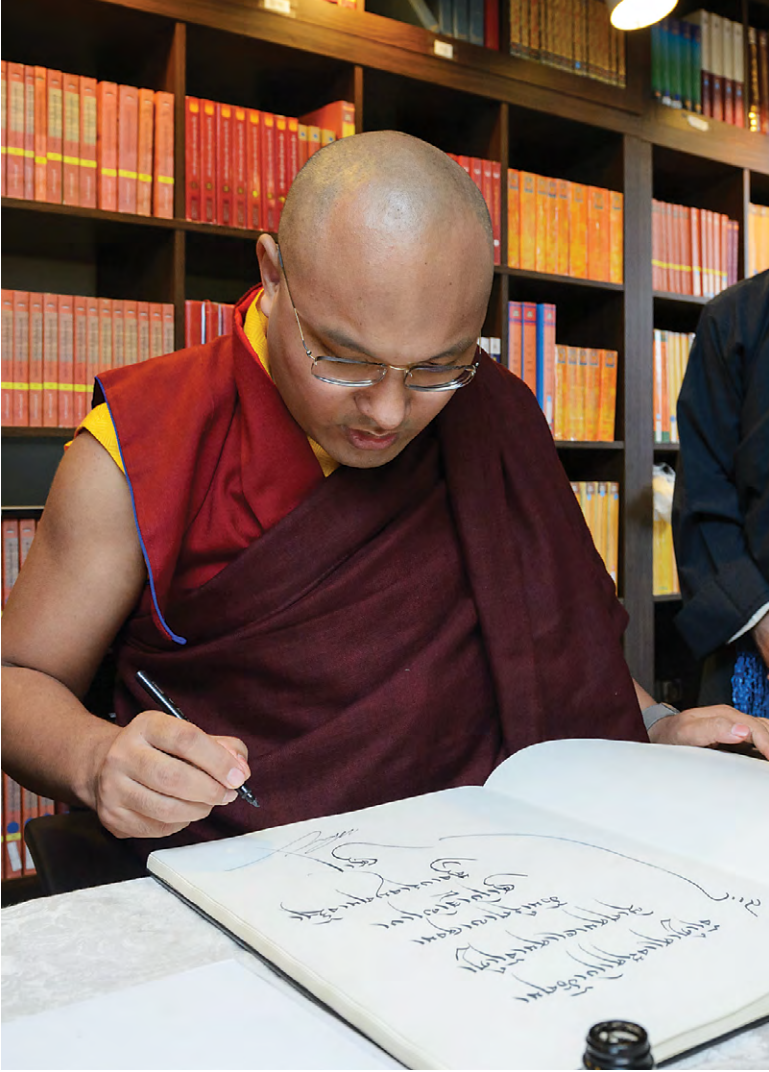
ཉིན་རེའི་སྤྱི་བཟང་གི་འཚོ་བ་སྤྱོད་སྤངས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
གཞན་མན་བསྐྱབ་རྒྱ། གཞན་ལ་སྤྱི་རྗེའི་བསམ་པ་འབྲེར་ཉེ་
བྱ་བ་བསྐྱབ་རྒྱ་དང་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་འབད་བསྐྱབ་རང་
རེའི་སྤྱི་རྗེའི་ནང་གི་འགྲུལ་སྤོད་ཀྱི་གོམ་པ་དང་པོ་འཕམ། ཡང་
ན་གཞི་ཅའི་ལས་འགྲུལ་གལ་གནད་ཅན་ཞིག་ཡིན། མདོར་ན་
རང་རེའི་སྤྱི་རྗེ་རྩོགས་གཞན་ཞིག་ནས་སྟོན་ལམ་ཅན། སྟོན་

ལས་ཞེས་པ་མཚན་པ་ལྟེན་གྱི་ལྷན་པ་ལས་
 ལ་འཇུག་པ་དང་བཞིན་མ་ལྷན་པ་སློབ་པ་ཙམ། ཡིན་
 ཡང་སྤྱིར་རྗེ་འདི་དངོས་སུ་ལས་ལ་འཇུག་ཏུ་དང་སློབ་
 བའང་མཉམ་དུ་ཡོད་དགོས།

མཇུག་ཏུ་བཀའ་འདྲི་ཁག་ལ་བཀའ་ལན་སྦྱུ་
 རོན། རོས་ནས་རྒྱུན་གཏན་ཁོང་ཡུག་གི་ལས་རོན་
 བེ་ཆབ་སྲིད་དང་ཚོས་སྤྲུགས་ལས་འདས་པ་ཞིག་
 ཡིན། གུན་ཚོས་སྤྲུགས་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཚོགས་
 འཛུལ་སྤྱིར་གྱི་གོ་ལའི་སྤྱིར་དུ་འཚོ་གནས་བྱ་དགོས་
 ལྟེན་སྦྱོར། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་རང་དེར་མི་མཐུན་པ་
 དུ་མ་ཡོད་ཀྱང་། སའི་གོ་ལ་འདིའི་ཚོགས་ཏུ་གུན་སློབ་
 མཐུན་དཀའ་མེད་ཅིག་དང་གོ་ལ་འདི་གུན་གྱི་འཚོ་
 གནས་ཀྱི་གཞི་མ་ཡིན། དེར་གུན་གྱིས་མཐུན་སྤྲུགས་
 ཅ་བར་བརྒྱུད་སྟེ་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་བཞིན་རྒྱ་དང་།
 ཚོས་སྤྲུགས་དུ་མའི་ནང་དུ་རང་བྱུང་ཁོང་ཡུག་ལ་འབྲེལ་
 བ་བཞིན་སྦྱངས། སྤྱིར་སློབ་བྱ་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་རི་
 སྟེན་ཅིག་མཆིས། རོན་ཏང་བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་སོ་སོའི་མི་ཚེའི་
 བདེ་དུ་རི་ལྟར་ཉམས་ལེན་བཞིན་དགོས། དེས་འཛུལ་སྤྱིར་གྱི་
 ཁོང་ཡུག་སྤྱིར་སྤྱོད་ལ་ཐན་ཚོགས་རི་ལྟར་འབྱུང་དེ་དག་གི་ཚོགས་
 བཞེས་མེད་དུ་མ་བྱུང་ན་ལེགས་སྟེ། ཞེས་བཀའ་སྦྱུལ་དེ་རྟོ། །

**བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་གནས་
 ཁང་དུ་ཆིབས་རྒྱུད།**

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༢༩ ཉིན། རྒྱལ་དབང་མཚོག་
 གིས་ཉིན་དང་མའི་ཉིན་ལ་ས་གནས་ Massachusetts དུ་
 ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་བོད་ཀྱི་ཚོས་རིག་ལ་དུང་ཞེན་ཆེ་བའི་སྤྱི་



ཞབས་ Gene Smith ལགས་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་
 གཞུང་སྤྱིར་སྤྱོད་རྒྱུན་གཏན་འབྱུང་གི་རྒྱུ་བཅུགས་པའི་བོད་
 ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་གནས་ཁང་ The Tibe-tan
 Buddhist Resource Center དུ་རི་ལྟར་གདན་འདྲུས་
 བཞེན་ཐོན། དཔེ་རྙིང་ཁག་ལ་སྤྱིར་བསྟན་འཇུག་པ་དཔྱད་
 གཞིགས་དང་ཚོགས་མི་རྣམས་ལ་མཇུག་ཁ་དང་དཔེ་རྙིང་སྤྱིར་
 སྤྱོད་ཐད་ལའང་ལས་སྟོན་བཀའ་སློབ་སྦྱུལ། མཁོན་དཔེ་ཚོགས་ཏུ།
 (བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་གནས་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་
 རིག་ལ་ཞབས་ཞུ་དཔེ་རྙིང་མེད་པ་སྤྱིར་བཏུགས་བཞེད་ཞུ།
 གཞུ་པས། ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༢༩ ཉིན།) ཞེས་དང་། གུང་
 གི་ལྷགས་སྤྱིར་རྒྱས་པ་འདེགས་འབྲུལ་ཞུས་པ་མཚོན་བཞེས་
 མཛད་དོ། །



HARVARD



རྒྱུང་གི་ལྷ་བ་ཞེས་པ་ཆ་འཕྲིན་ཅམ་མ་ཡིན་པར་གྲང་བ་དང་
 སྤྱི་གི་ནང་དུ་འཇམ་དངོས་ཡོད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་ལག་ལེན་བསྟར་
 དགོས་པ་གལ་ཆེ་ཡིན།

དཔེར་ན། དོས་རྒྱུད་དུས་ཀྱི་ཚོར་སྣང་བརྗོད་ན། ལོ་གསུམ་
 བཞིའི་སྐབས་སུ་རང་རེའི་པ་ཡུལ་འབྲོག་པ་ཡིན་གཤམས་སྟོན་
 ཀའི་ཟས་གཙོ་བོ་ལ་ཡིན་སྟབས། དུས་ཚོད་ཅིག་ལ་སློབ་འགྲུ་
 ཞེས་སེམས་ཅན་གསོད་སྟངས་ནི་བཞེས་ལྷན་དུ་མ་ཡིན་པར་
 སེམས་ཅན་གསོད་སྟངས་ལས་སྤོ་བོ་ཞིག་མིན། སེམས་ཅན་
 སེམས་ཅན་ཁ་བསྐྱམ་སྟེ་གསོད་ཅིང་དེ་ནི་ལས་སྤོ་བོར་ཤི་རྒྱ་
 དཀའ། སྐབས་རེ་རྒྱ་ཚོད་ལྟེང་ཅམ་འགོར་བ་དང་འབྲེད་ལྡོག་
 གིས་གཞུགས་ལུང་ཆ་ཚང་རྩལ་རྒྱས་ཁེངས་ཏེ་འཇིགས་སྤང་
 ཆེ། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་སུ་དོས་ནས་གསལ་བོར་དྲན། སེམས་ལ་
 མི་བཞོད་པའི་ཚོར་བ་འབྲུགས་དག་པོ་ཞིག་གྲུང་ལ་སྤྱིང་རྗེ་ཞེས་
 བརྗོད་ན་མི་འགྲིག་གཤམ། སྤྱིང་རྗེ་ཞེས་པ་རྒྱུན་གཏན་ནང་བསམ་
 འཆད་བཞིན་པའི་སྤྱིང་རྗེ་མཚན་ཉིད་དུ་མ་ལྟན་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ཡིན་
 མིན་ཆ་མ་རྟོགས། ཡིན་ཡང་སེམས་ནས་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་
 མི་བཞོད་པའི་སྤྱིང་བཟེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲུང་བཞིན་མཆེས།
 སྐབས་དེར་གསོད་སྟངས་དེ་ལྟར་དང་བསམ་བཞིན་པའི་རྗེས་སུ་
 ལག་བཟུང་བཞིན་ཡོད། མཚམས་རེ་དོས་ཀྱི་ནང་མི་ཚོས་སེམས་
 ཅན་གསོད་པའི་སྐབས་སུ་དོས་འཁྲིས་སུ་མཆེས་ན་གཞོད་འཚོ་
 འབྲུང་གི་ཡོད་སྟབས་དོས་ལ་མགོ་སློང་བཏང་སྟེ་ས་གནས་
 གཞན་དུ་འཁྲིད་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་རྒྱུད་དུས་དེ་ལྟར་གྲུང་།

དེའི་ཆེ་དོས་སྤྲུག་གྲུ་རྒྱུད་དུ་ཞིག་དང་བཅོས་མ་མ་ཡིན་
 པའི་ཚོར་སྣང་དང་རང་གཤམས་དེ་ལྟར་ཡིན། ལོ་བདུན་སྐབས་
 སུ་ཀམ་པའི་ཡང་སྤིད་དུ་དོས་འཇིན་གྱིས་ཀམ་པའི་ཁྲི་ལ་བསྐྱད་
 དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་དང་མཚན་ཉིད་ཀྱི་རིག་གཞུང་
 གཏིང་ཟབ་མོ་དེར་སློབ་སྦྱོང་བཞིས།

འབྲུང་གི་ལྷ་བ་ཞེས་པ་ཆ་འཕྲིན་ཅམ་མ་ཡིན་པར་གྲང་བ་དང་
 སྤྱི་གི་ནང་དུ་འཇམ་དངོས་ཡོད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་ལག་ལེན་བསྟར་
 དགོས་པ་གལ་ཆེ་ཡིན།

དཔེར་ན། དོས་རྒྱུད་དུས་ཀྱི་ཚོར་སྣང་བརྗོད་ན། ལོ་གསུམ་
 བཞིའི་སྐབས་སུ་རང་རེའི་པ་ཡུལ་འབྲོག་པ་ཡིན་གཤམས་སྟོན་
 ཀའི་ཟས་གཙོ་བོ་ལ་ཡིན་སྟབས། དུས་ཚོད་ཅིག་ལ་སློབ་འགྲུ་
 ཞེས་སེམས་ཅན་གསོད་སྟངས་ནི་བཞེས་ལྷན་དུ་མ་ཡིན་པར་
 སེམས་ཅན་གསོད་སྟངས་ལས་སྤོ་བོ་ཞིག་མིན། སེམས་ཅན་
 སེམས་ཅན་ཁ་བསྐྱམ་སྟེ་གསོད་ཅིང་དེ་ནི་ལས་སྤོ་བོར་ཤི་རྒྱ་
 དཀའ། སྐབས་རེ་རྒྱ་ཚོད་ལྟེང་ཅམ་འགོར་བ་དང་འབྲེད་ལྡོག་
 གིས་གཞུགས་ལུང་ཆ་ཚང་རྩལ་རྒྱས་ཁེངས་ཏེ་འཇིགས་སྤང་
 ཆེ། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་སུ་དོས་ནས་གསལ་བོར་དྲན། སེམས་ལ་
 མི་བཞོད་པའི་ཚོར་བ་འབྲུགས་དག་པོ་ཞིག་གྲུང་ལ་སྤྱིང་རྗེ་ཞེས་
 བརྗོད་ན་མི་འགྲིག་གཤམ། སྤྱིང་རྗེ་ཞེས་པ་རྒྱུན་གཏན་ནང་བསམ་
 འཆད་བཞིན་པའི་སྤྱིང་རྗེ་མཚན་ཉིད་དུ་མ་ལྟན་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ཡིན་
 མིན་ཆ་མ་རྟོགས། ཡིན་ཡང་སེམས་ནས་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་
 མི་བཞོད་པའི་སྤྱིང་བཟེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲུང་བཞིན་མཆེས།
 སྐབས་དེར་གསོད་སྟངས་དེ་ལྟར་དང་བསམ་བཞིན་པའི་རྗེས་སུ་
 ལག་བཟུང་བཞིན་ཡོད། མཚམས་རེ་དོས་ཀྱི་ནང་མི་ཚོས་སེམས་
 ཅན་གསོད་པའི་སྐབས་སུ་དོས་འཁྲིས་སུ་མཆེས་ན་གཞོད་འཚོ་
 འབྲུང་གི་ཡོད་སྟབས་དོས་ལ་མགོ་སློང་བཏང་སྟེ་ས་གནས་
 གཞན་དུ་འཁྲིད་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་རྒྱུད་དུས་དེ་ལྟར་གྲུང་།

དེའི་ཆེ་དོས་སྤྲུག་གྲུ་རྒྱུད་དུ་ཞིག་དང་བཅོས་མ་མ་ཡིན་
 པའི་ཚོར་སྣང་དང་རང་གཤམས་དེ་ལྟར་ཡིན། ལོ་བདུན་སྐབས་
 སུ་ཀམ་པའི་ཡང་སྤིད་དུ་དོས་འཇིན་གྱིས་ཀམ་པའི་ཁྲི་ལ་བསྐྱད་
 དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་དང་མཚན་ཉིད་ཀྱི་རིག་གཞུང་
 གཏིང་ཟབ་མོ་དེར་སློབ་སྦྱོང་བཞིས།

དེར་བརྟེན་མི་དུ་མའི་བསམ་སྒྲིལ་ནང་དུ་གཟུངས་པའི་ཁྱིམ་
 བསྐྱེད་དེ་ཚོས་སྤོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་ཏུ་ཅང་ཡང་རྒྱས་
 ཕྱིན་ཡོད་སྟེ་མོད། ཡིན་ཡང་དོས་ནས་ཕྱིར་བལྟས་སྒྲོག་སྟེ་
 མཚོ་བསམ་བཏང་བའི་སྐབས་སུ་སྐབས་དེའི་དོས་ཚུང་དུའི་
 སྐབས་ཀྱི་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་བཟོད་མེད་ཀྱི་སྤྱིང་རྗེ་དེ་ལྟ་བུ་
 ཞིག་ད་ལྟ་བཅོས་མ་བཟོས་ཏེ་མཚོ་བསམ་བཟྱིས་ཀྱང་ད་ལྟ་
 རྒྱ་མཚན་དུ་མ་ཤེས་པ་དང་མཚན་ཉིད་ལ་སོགས་དུ་མ་ཤེས་
 ཀྱང་སྤོན་མ་རྗེ་བཞིན་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ། བཟོད་དུ་མེད་པ་
 དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱ་དགའ། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་དོས་
 ཀྱིས་ནས་ཡིན་ཡང་ཚུང་དུའི་སྐབས་ཀྱི་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་
 སེམས་ཀྱི་ཚོར་སྣང་དེ་རྣམས་མའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་དང་ནས་ཡང་
 བརྟེན་མི་སྤུབ་པ་ཞིག་ཡིན།

དཔེར་ན། སྤྱག་གུ་ཚུང་དུའི་དུས་སུ་དུ་མ་ཞིག་ལ་རང་
 བཞིན་ལྟོས་སྤྱི་བུམས་བཟེའི་དུས་ལའང་བུམས་བཟེའི་ཡོན་
 ཏན་ལྟོས་སྤྱི་རང་རེར་མངའ། སྤྱག་གུ་ཚུང་དུ་ཞིག་གིས་
 དུས་ན་འཁྲིས་ཀྱི་སྤྱག་གུ་གཞན་ཚོས་ཀྱང་དུ་བཞིན་ཡོད་སྟོར་
 བཞད། བན་ཚུན་ཀྱི་ཚོར་བ་ཏུ་གོ་བཞིན་ཡོད། གང་ལྟར་ཡང་
 མི་རྒྱུང་པ་མ་ཡིན་པར་དུང་འགོ་ལ་སོགས་སེམས་ཅན་ལའང་
 སྤྱག་བསམ་བ་བྱུང་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཁོ་ཚོར་སྤྱག་བསམ་བྱུང་
 བ་རང་རེས་ཏུ་གོ་སྟེ་ཚོར་བ་སྤྱིད་རྒྱ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་ང་
 ཚོར་འབྱུང་། དེ་ནི་ཚོས་ཡིན་མེན་དང་སྟོན་སྟོང་ལྟོན་མེན་མ་
 ཡིན་པར་རྗེ་ལྟར་འགོ་བམི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རང་བཞིན་
 ཀྱིས་འབྱུང་བཞིན་པར་ཡིད་ཆེས་བཟྱིད་བཞིན་ཡིན།

ཡིན་ཡང་འཚར་ལོངས་འབྱུང་ས་དང་ཁོར་ལུག་མི་འདྲ་
 བའི་གནས་སྤངས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱན་སྤྱོད་དག་སྟོན་བྱུང་གི་
 གནས་སྤངས་དབང་གིས་སྟོན་བྱུང་གི་བམས་སྤྱིབ་པ་རྗེ་བཞིན་
 མི་དུ་མ་ཞིག་མདོར་ན་རང་རེའི་སྤྱིང་རྗེའི་སེམས་པ་སྟོག་རྗེ་



བཞིན་སྟོག་སྤར་བ་དང་གསོད་པ་ལྟར་ཡིན། རང་རེ་ལོ་ན་
 ཚེར་གྱུར་མཚམས་རྒྱ་མཚན་དུ་མར་བསམ་སྟོན་གཏོང་བ་དང་
 སྤྱག་གུ་ཡིན་སྐབས་གང་འཚར་བའི་ཚོར་བ་ཕྱིར་མདོན་བཞིན་
 ཡོད། ཚེན་པོར་གྱུར་མཚམས་བསམ་སྟོན་དུ་མ་བཏང་སྟེ་སྤྱིང་ལ་
 བན་དང་གཞོན་གྱིས་མཚོ་བསམ་དུ་མ་བཏང་། སྤོགས་གཅིག་
 བསམ་རང་རེ་ལང་ཚོ་རྒྱས་ཏེ་ཡོན་ཏན་ཆེ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་སྤོགས་
 གཅིག་ནས་རང་རེ་མགོ་བདེ་བཟོད་འབྲུལ་མཁན་ཞིག་ཏུ་གྱུར།
 མི་དུ་མ་ནས་གནས་ཚུལ་དེ་དག་དང་དང་འབྲེལ་མེད་དོན་ཚུང་
 ཞིག་དང་རྒྱས་གཏོགས་མེད་སྟེ་ལ། རྒྱས་གཏོགས་བཟྱིས་
 བ་གནས་ཚུལ་དེས་ང་ལ་དགའ་ངལ་འབྱུང་ས་རེད་སྟེ་མཚན་པའི་
 མགོ་བདེ་བཟོད་འབྲུལ་དུ་མ་མཚོང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རང་

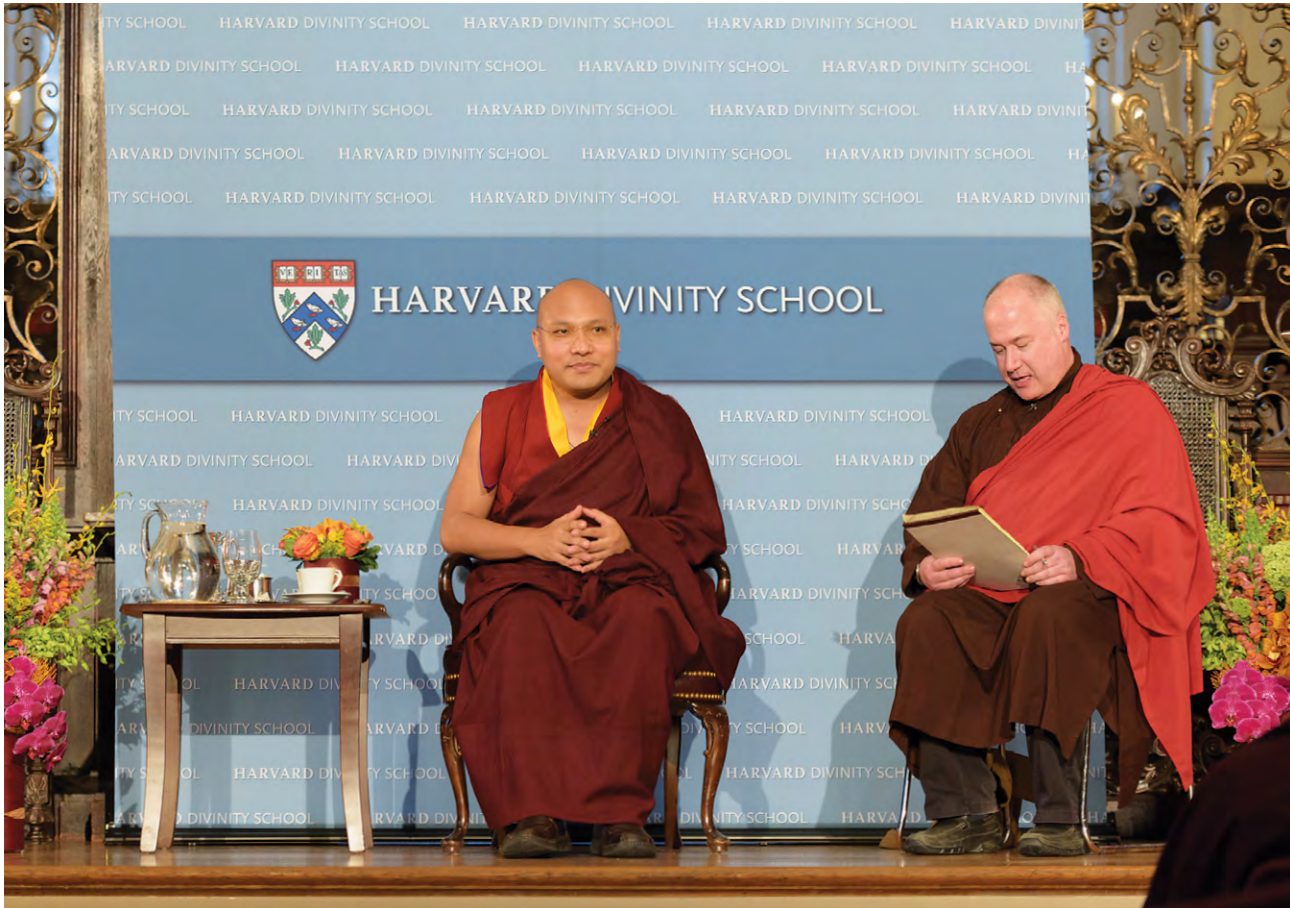
དེའི་ལྷན་སྐྱེས་ལ་མངའ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་། བཅེ་བ། ལྷིང་རྗེ་
དེ་དག་གི་མཁས་སྲིད་པར་གྱུར།

དེར་བརྟེན། ལྷིང་རྗེ་ཞེས་པ་མཚོ་བསམ་གཏོང་བ་དང་།
གྲིས་དགོས་ཞེས་སྐྱེལ་བ་མིན་པར་སྤྱིང་རྗེ་བའི་འདོད་གྲིས་
དྲུང་དྲུང་སྐྱེས་པའི་སེམས་པ་དང་སེམས་ལྷན་གསུམ་གྱི་ལྷན་གསུམ་
ལྷན་དགོས་སྐྱེང་རྗེའི་ཅ་བ་ལྟ་བུར་གྱུར། དེ་ལྟ་བུ་བའི་གྲིས་
ན་གཞི་ནས་སྤྱིང་རྗེ་ཞེས་པ་འབྱུང་། ལྷན་གསུམ་དྲུང་དྲུང་སྐྱེས་
པའི་བསམ་པ་སྤྱིང་རྗེའི་ཅ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། རྟེན་འབྱུང་
གི་ལྟ་བ་རྒྱུད་པ་མ་ཡིན་པར་རྟེན་འབྱུང་གི་རིན་ཐང་མི་ཚེའི་
ནང་དུ་རང་རེས་དངོས་སུ་ཉམས་སུ་སྤོང་རྒྱ་དང་། སེམས་ཅན་
གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འབྲེལ་བ་དང་ཕྱི་ནང་སྤོང་བཅུད་པན་
ཚུན་འབྲེལ་བར་གྱུར་བ། རང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གྲུང་
པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འབྲེལ་བར་གྱུར་བ། མདོར་ན་
རང་རེས་ཟས་བཟའ་བ་དང་གོས་སྟོན་པ་ཐ་ན་དབྱེགས་ཀྱི་རྒྱ་
བ་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ལས་རང་ཚུགས་སུ་བ་བ་ཞིག་
མེད་པར་གྱུར། རྒྱ་མཚོན་དེར་བརྟེན་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་
གནས་སྟངས། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་སོ་སོའི་བདེ་
སྤྱུག་གི་ཆ་ཤས་སུ་གྱུར། གནད་དོན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་
གི་རང་གིས་འགན་འཁུར་རྒྱ་དང་འཁུར་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་བ་
དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སྟངས་སམ་མཐོ་འཚོས་པ་ཁོ་ན་མིན་པར་
དེའི་གནས་སྟངས་ལ་སེམས་ནས་ཉམས་སུ་སྤོང་བ་སྤྱིང་བའི་
ཚོགས་ཀྱི་གཞི་ནས་འགན་འཁུར་གྱིས་སྤྱིང་སྤོངས་དང་ལྷན་
པའི་སྤྱིང་རྗེ་དེ་ལྟར་རྒྱུད་དུ་སྤྱིང་དགོས།

དེར་བརྟེན་དོས་རྒྱུད་དུའི་དུས་སུ་ཤ་བཟའ་རྒྱུར་ཏེ་ཅང་
དགའ། དེར་སང་མི་ལ་ལས་དོས་ལ་ཟས་གང་ཞིག་ལ་དགའ་
པོ་ཡོད་དམ་ཟེས་བར། ཤ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་ཅེས་ཁོག་ནས་
འདྲ་ཡང་ད་ལྟ་དམར་ཟས་སྤངས་ཟེན། དེར་ཤ་ལ་དགའ་པོ་

ཡོད་བརྗོད་གྲུང་དོན་མེད་ཡིན། ལྷིས་སུ་རྒྱ་གར་ལ་སྤེལ་ས་ཏེ་
ཤ་བཟའ་མཚམས་བཞག་པ་ཡིན། གཙོ་བོ་རང་རེ་ལས་མོ་ཆེས་
ཤ་བཟའ་བཞིན་ཡོད་གྲུང་ཤ་གང་ནས་རྒྱུད་པའི་མོ་ཆེས་མཚོང་
བཞིན་མེད། ལྷན་གསུམ་དུ་ཡང་རྒྱས་ཅན་གྱི་སྤོང་བའི་ནང་དུ་ཤ་
དེ་དག་སྤོང་བའི་གྱི་ཁོས་ར་ནས་སུམ་རྒྱུ་སྤེ་འཚོང་བཞིན་ཡོད་
སྟབས་རྒྱ་གར་ནས་རྒྱུད་མི་ཤེས་ལ། སྤྱུག་གྲུ་རྒྱུད་དུ་དག་གིས་
དེ་བས་ཤེས་དགའ་ལ་ཁོང་ཚོས་བསམ་ན་ཁོས་ནས་བཟོས་ཏེ་
ཁྲིར་བ་ཞིག་ལ་དོས་འདྲིན་སྟེ། དུ་མ་ཞིག་ནས་སེམས་ཅན་
ཞིག་གི་སྤོང་བཅད་པ་ལས་རྒྱུད་པ་ཤེས་མི་དགོན། ༡༠༠༠ལོར་
དོས་རྒྱ་གར་ལ་སྤེལ་ས། ཨ་རིའི་ཕྱོགས་པོ་དག་དོས་སུ་གྲུག་འཕྲད་
དུ་སྤེལ་ས། སྤེལ་ས་དེར་དོས་ཤིག་ཤ་བཟའ་བཞིན་མཚེས་པས་ཁོང་
ཚོས་བརྗོད་རྒྱུར་དོས་ཨ་རིར་སྤེལ་ས་ན་ཨ་རིའི་རྩ་རྩ་ཁེུ་ལེུ་ལེུ་
པོ་ཞིག་སྤྱད་ཚོགས་ཅེས་བཤད། དོས་ནས་དེ་དུས་ཤིག་ལྷན་པོར་
པོ་བསྐྱུག་གྲུང་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༡ ལ་གཞི་ནས་ཨ་རིར་ཐེངས་དང་
པོ་སྤེལ་ས་གྲུང་སྤེལ་ས་དེར་ཤིག་སྤངས་ཟེན། ཁོས་སྤང་དག་ཏུ་ཤ་
མཚོང་ཡང་འགྲམ་རྒྱུད་པ་ལས་ཤིག་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་ཡིན།

རྒྱ་མཚོན་དེར་བརྟེན་ནས་རང་རེའི་དེང་དུས་ཀྱི་འཚོ་བའི་
གནས་སྟངས་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ལས་སྤོང་བ་དང་སྤེལ་ས་བདེར་
གྱུར། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་གནས་སྤོང་ལ་ཁ་ཤས་རང་རེས་མཚོང་
བཞིན་མེད། རོ་མའི་གནས་སྤོང་ལ་ཁ་ཤས་ཤིག་དེ་དག་ང་ཚོས་བཟའ་
བཞིན་ཡོད་གྲུང་མ་ཟས་སྤོང་ལ་དེའི་བརྒྱུད་ལེན་གང་ཡིན་ང་
ཚོས་མཚོང་བཞིན་མེད་པས་རྒྱ་མཚོན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་
ཚོར་ཤེས་དགོས་རྒྱུ་གནད་ཆེ་ཡིན། གཤམ་གནད་ཆེ་ཤོས་སྤྱིང་
རྗེ་ཞེས་པ་འཛོམས་སྤིང་ལ་ནད་དང་མཚོན་གྱི་འདྲིགས་པ་ཆེན་པོ་
དུ་མ་འབྱུང་། དེའི་ནང་ནས་བྱམས་སེམས་མེད་པའི་འདྲིགས་
པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་དུ་མ་ཞིག་ལ་རྟེན་དང་སྤྱུགས་མེད་མགོན་
མེད་ཕྱོགས་མེད་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཐོག་ནས་སྤྱུག་བསྐྱེད་དུ་མ་



སྤོང་བཞེན་ཡོད། ལྷ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་སེམས་
 དེའང་སྤྱིང་སྤྱོད་ས་དང་སྤྱོད་བ་ལྡན་པའི་འགན་འཁུར་གྱི་བསམ་
 བ་དགོས། ལུགས་རྗེ་ཆེ།

དགེ་སྤོང་མའི་སྤོང་བ་བསྐྱར་གསའི་སྤོང་ལ་བཀའ་
 འདྲི་ཞུ་ཐང་ལ་བཀའ་ལན་སྤུལ་དོན། ཐོག་མར་གནས་ཚུལ་
 གསལ་པོ་ཞིག་བཟོ་དགོས་པ་ནི། རོས་ནས་དགེ་སྤོང་མའི་
 སྤོང་བ་བསྐྱར་གསའི་སྤོང་བ། བསྐྱར་གསའི་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་སྤོང་
 བརྗོད་པ་ནི་ཕལ་ཆེར་རོས་ཅ་ཆེན་པོ་དང་གཞན་གྱིས་མ་
 བགྱིས་པ་ཞིག་རོས་ནས་བགྱིས་པའི་སྤོང་ཆ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།
 དེའི་གནས་ཚུལ་དངོས་ནི་དེ་ལྟར་མ་གྱུར། སྤྱིར་བཏང་བཅོན་
 འཁུར་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་དབུ་

མིང་དེ་དེའི་འོག་ཏུ་དགེ་སྤོང་མའི་སྤོང་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་།
 དེའི་ཐོག་ཏུ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མི་རྗེ་སྤྱིང་ཅིག་མཆིས། ཁོང་ཚོས་
 མོ་བཅུ་སྟག་མང་པོའི་རིང་དུ་དཀའ་ལས་རྒྱུ། དགེ་སྤོང་མའི་
 སྤོང་བ་སྤྱར་གསའི་འབྲུང་རྒྱུའི་ཐོག་ཏུ་ཁོང་ཚོས་ཉམས་ཞིབ། དེ་
 བཞེན་ཚོགས་འདུ་སྤོང་ཚོགས་བགྱི་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་གང་ཅིའི་
 ཐང་ནས་སྤྱིང་ལ་དུ་མ་ཞིག་བསྤོང། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རོས་
 བས་དགེ་སྤོང་མ་ཞེས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་བསྐྱར་གསའི་
 བགྱིད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་རྟོགས། དེའི་ལུགས་རྗེ་ལ་
 བརྟེན་ནས་བྱང་བ་ལས་སུ་ཞིག་གིས་མ་འདྲན་པ་ཞིག་རོས་ནས་
 འདྲན། སུ་ཞིག་གིས་མ་བགྱིས་པ་ཞིག་རོས་ནས་བགྱིས་པ་ཞིག་
 མ་ཡིན། ཐོག་མར་ཡགོང་ས་མཚོག་དབུ་ལ་བཞུགས་པའི་དགེ་

སྲོང་མའི་སྲོང་ལ་ཉམས་ཞིབ་དང་རྒྱབ་སྲོལ་གནང་མི་དག་ལ་
ངོས་ནས་བཀའ་བློན་རྗེས་བྱུང་། མདོར་ན་ཁོང་རྣམ་པ་མེད་ན་
འབྲུང་ཐབས་མེད་པས་སྐུ་ལས་ཁོང་ཚོས་བསྐྱོན་བྱས་རྗེས་འདི་
ཚོགས་ཏུ་བཀའ་བ་མི་ལེགས།

ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཏུ་ཤོད་ལ་དགེ་སྲོང་མའི་སྡེ་བུར་མིན་དང་།
ཤོད་ཏུ་ཐོག་མར་རབ་བྱུང་གི་སྡེ་བཅུ་གསུམ་ལས་རབ་བྱུང་ལོ་
མོ་གཉིས་ཀའི་སྡེ་བུར་། རྒྱལ་པོའི་བཅུ་ལོ་ལ་དམིགས་
བསལ་སྤྲས་མེད་པའི་བཅུ་ལོ་ལྟ་བུ་མཆིས་པས། དེ་དག་
རབ་ཏུ་བྱུང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དེའང་རང་དགར་རབ་བྱུང་སྐབ་
པ་ཚམས་ཡིན་པར་དགེ་ཚུལ་དང་དགེ་སྲོང་མ་དེམ་པ་ཆ་ཚང་
ཞིག་སྐྱབ་ཡོད་སྟེ།

དེ་བཞིན་ཤོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྙིང་པ་ཁ་ཤས་ནང་དུ་དགེ་སྲོང་
མའི་སྡེ་བུར་བསྐྱོན་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དུ་མའི་ནང་དུ་ཐོན། དེར་བརྟེན་
ཤོད་ཏུ་སྐར་བསྐྱབ་པ་སྐྱ་དར་དང་གྱི་དར་འགོ་སྟོང་གི་སྐབས་སུ་
དགེ་སྲོང་མའི་སྡེ་ལོད་པ་ཡིད་ཆེས་བྱ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ཡང་
རྗེས་སུ་དགེ་སྲོང་མའི་སྡེ་ལོད་སྡེ་མ་ཉམས་ཏེ་སྡོན་རྒྱན་ཆད།
དགེ་སྲོང་མའི་སྡེ་ཆད་དེ་སྡོན་རྒྱན་ཉམས་པའི་རྒྱ་མཚན་རང་
དེས་ལེགས་པོ་ཞིག་འཆད་མི་ཐུབ། ཉམས་ཞིབ་དང་བརྟག་
དཔྱད་བཞིན་རྒྱ་དུ་མ་ཡོད་སྟེ། དེའི་རྗེས་སུ་དགེ་སྲོང་མའི་
སྡོན་པ་སྐྱབ་པ་གང་ཟག་དེ་བུར་ལ་དགེ་སྲོང་མའི་སྡོན་པ་སྐྱབ་
པ་མཆིས། དེའང་དགེ་སྲོང་མ་ཡི་སྡེ་མེད་པས་ན། དགེ་སྲོང་
མའི་སྡེ་ཡིས་དགེ་སྲོང་སྡོན་པ་འཕོགས་པ་རྗེ་སྟེན་ཅིག་བྱུང་།
དེའི་ནང་ནས་ཀམ་པ་བརྒྱད་པ་མི་བསྐྱོད་རྗེ་རྗེ་པལ་ཆེར་དེད་
མ་དེད་ཅེས་པ་ཞིག་མཆིས། དེ་བཞིན་བོ་དོང་སྟོགས་ལས་
རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བསམ་སྤྲངས་རྗེ་རྗེ་པལ་ལོ་སྐྱེད་དང་པོ་ལ་
དགེ་སྲོང་མའི་སྡོན་པ་འཕོགས་པ་དང་། བསམ་སྤྲངས་རྗེ་རྗེ་
པལ་ལོ་ལོ་ཤོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་སྐབས་སུ་མཚོ་ཤོས་དེ་ཡིན། དེ་ལྟ་

བུ་དུ་མ་ཡོད་ཀྱང་འཆད་མི་དགོས་སྟེ།

རང་པོའི་པ་ཚོགས་རྒྱང་པར་བརྟེན་ནས་དགེ་སྲོང་མའི་སྡོན་
པ་འཕོགས་རྒྱ་འདུལ་པའི་གཞུང་དང་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞུང་འཇུགས་
ནང་གི་ཆོད་དང་མཐུན་མི་མཐུན་ཞེས་ཚོད་གཞི་ཆེ། རོ་མ་ལྟར་
དགེ་སྲོང་མའི་སྡོན་པ་སྐྱལ་པའི་སྐབས་སུ་སྤྱིར་བཏང་རབ་བྱུང་
མ་དང་དགེ་ཚུལ་མ། དགེ་སྲོང་མ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྡོན་
དགོས། ཡིན་ཡང་དགེ་སྲོང་མའི་སྡོན་པ་དངོས་གཞི་བྱིན་པའི་
གནས་སྐབས་ལ་དགེ་སྲོང་མ་ཡི་སྡེ་དང་དགེ་སྲོང་པ་ཡི་སྡེ་
གཉི་ག་འཛོམས་ནས་སྡོན་དགོས། དེར་བརྟེན་ཤོད་ཏུ་མ་ཡི་སྡེ་
མེད་པས་པ་ཚོགས་རྒྱང་པར་བརྟེན་ནས་སྡོན་པ་སྐྱལ་བ་བྱུང་
ན། སྡོན་པ་དེ་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་སྤྱེ་དང་མི་སྤྱེ། འདུལ་པའི་
སྤྱི་གཞུང་འཇུགས་དང་མཐུན་མིན་རྟོག་ཏུ་ཆེན་པོ་མཆིས། ཤོད་ཀྱི་
དགེ་སྲོང་མའི་སྡེ་ལོད་སྡེ་རྒྱུན་སྲོང་ལ་ལོ་མང་པོར་དུ་བསྐོ་བྱེད་
བཞིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་དེད་ཅེ་ན། འཇུགས་གཅིག་
ནས་བརྗོད་ན་ནང་ནས་དགག་པ་རྒྱབ་སྡེ་དུས་ཚོད་པོར་པོ་
འགོར་སྟེ་པའི་བསམ་སྤྲོ་འཁོར་སྤྲིད་པས་དེ་ལའང་རྒྱ་མཚན་
ལྡན་སྟེ། འཇུགས་གཅིག་ལ་ངོས་ནས་མཚོ་བསམ་བཏང་ན་
མི་དུ་མ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་ཚོད་པ་མེད་པ་ཞིག་འབྲུང་རྒྱ་
དང་ཚོས་བརྒྱད་ཆེན་པོ་བཞི་དང་བཅས་པ་ཀུན་ནས་ཚོད་མེད་
ལྡན་པ་ཞིག་འབྲུང་དགོས། དེར་བརྟེན་བསྐོ་བྱེད་ཡང་ཡང་དང་
ཁྲུངས་ཁྲུང་རྒྱ་མཚན་རྒྱལ་པའི་བཀའ་དང་དགོངས་འགྲུབ་གྱི་
བསྟན་བཅོས། དེ་བཞིན་ཤོད་ཀྱི་མཁས་པའི་བསྟན་བཅོས་དེ་
དག་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཞིབ་འཇུག་བཞིན་ཏེ་རྣམ་པར་དག་
པ་ཞིག་འབྲུང་རྒྱ་དང་ནན་ཏན་བཞིན་པར་བརྟེན་ནས་དུས་
ཚོད་འགོར་བ་ཞིག་ལ་མཚོ་བསམ་གཏོང་བཞིན་ཡོད། འཇུགས་
གཞན་ཞིག་ནས་ངོས་ལའང་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ལ་ཉམས་
ཞིབ་བཞིན་ཅན་གནས་ཚུལ་ཆ་ཚང་རྟོགས་རྒྱ་དང་གལ་ཏེ་



དུས་ཚོད་རི་སྟེན་ཅིག་འཁྲབ་མེད་ན་པལ་ཆེར་གནས་ཚུལ་ཆ་
 ཚང་ཉོགས་ཀྱི་དཀའ་

རོམ་སྐྱེར་དགེ་སྲོང་མའི་སྟོན་ཀྱི་བསྐྱེད་གསལ་འཛིན་
 དུ་ཞུགས་དགོས་པའི་ཀྱུ་མཚན་ཞི་སྟོན་གྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་།
 ཟ࿳་ལོ་ ༢༠༠༤ ལོར་རང་མེད་བཀའ་བརྒྱུད་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོ་ལ་
 བསྐྱེད་བཅོས་ཀྱིས་འདུལ་བའི་བྲག་བཞེས་དང་མཐུན་པ་བཟོ་
 དགོས་པས། འདུལ་བའི་ནང་དུ་དགེ་སྲོང་ཡིན་ཟེན་དགེ་སྲོང་
 གི་རྟགས་དང་ཆ་བྱང་འཆང་དགོས། དགེ་ཚུལ་ལའང་དེ་བཞིན་
 ཡིན། དེ་ནས་ཐེ་མཚན་གྱི་ཀྱུ་ཡི་དགེ་སྲོང་མ་ཁ་ལས་ཡོད་སྟབས་
 དེ་དག་གལ་གང་དུ་འཛོག་དགོས་མེན་དང་ཁོང་ཚོས་གང་རྒྱུན་
 དགོས་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་བྱུང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་དགེ་སྲོང་མ་
 དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་དེ་དག་ཁ་བསྐྱོག་པ་ཡིན། དངོས་སུ་
 དེ་ལྟ་བུ་སྐྱེས་ཚེ་ན་དོ་སྣང་བཞིན་ཉེ་སྐབས་དེར་ཡཀམ་པ་
 བརྒྱད་པ་མི་བསྐྱོད་རྩིས་མཛད་པའི་འདུལ་བའི་ལས་ཀྱི་ཚོ

གའི་ནང་བོད་དུ་དགེ་སྲོང་མའི་སྟོན་མེད་ཚ་ན་གལ་ཉེ་བུད་མེད་
 ཅིག་དགེ་སྲོང་མའི་སྟོན་པ་ཞུ་འདུན་བྱུང་གྱུར་ན། དགེ་སྲོང་མ་
 ཡི་ཚོ་ག་ལ་བཞེན་ནས་སྐྱབ་དགོས་གསུངས། མི་བསྐྱོད་རྩིས་
 མཚོག་གིས་ཚོ་ག་ཆ་ཚང་ཞིག་ཕྱོགས་སྒྲིག་མཛད། དེར་བཞེན་
 བས་དམིགས་བསལ་མེ་མི་བསྐྱོད་རྩིས་སྐྱབས་སྐྱེད་མཛད་
 གཤམ་སྐྱེ་སྟེ་རིམ་བཞིན་དགེ་སྲོང་མའི་ཐོག་ཏུ་དོ་སྣང་བཞིན་
 ཀྱི་གཅིག་དེ་ལྟར་རོ།

ཡིན་ཡང་། ཟ࿳་ཚོགས་ནང་དུ་གནས་ཚུལ་གང་ཞིག་འབྱུང་
 བཞིན་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཟ࿳་ཀྱལ་གྱི་བཙུན་མ་ཁ་ལས་མཆིས། མི་
 དུ་མའི་བསམ་སྟེན་ནང་དུ་བོད་པའི་བཙུན་མའི་ནང་དུ་དེ་ཅམ་དོ་
 སྣང་མེད་པ་དང་། ཟ࿳་ཀྱལ་གྱི་བཙུན་མ་དེ་དག་གིས་ཟ࿳་ཕྱོགས་
 བས་སྐྱེད་ཀྱི་སྟེ་ཐོབ་ཐང་དགོས་སྟོན་བཤམ། དངོས་ཡོད་
 གནས་ཚུལ་ཐོག་ཏུ་དེ་བཞིན་དུ་བོད་པའི་བཙུན་མ་དག་གིས་
 གནས་ཚུལ་དེ་ཅམ་མགོ་མི་འཚོས་པ་དང་། དགེ་སྲོང་མ་ཞེས་

པ་གང་ཡིན། དགེ་སློང་མའི་སྒྲིམ་པ་སྐྱབ་ན་པན་ཡོན་རི་ཡོད།
མ་བཤེས་ན་སྒྲིམ་གང་ཡོད་དེ་ཅམ་མགོ་མི་འཚོས། སྤྱི་རྒྱལ་བ་
དེ་དག་ཡོན་ཏུན་དང་དོ་སྣང་ལྡན་པས་ཐུན་བུ་མགོ་འཚོས་ཆེ།
དེར་བརྟེན་དེའི་དཀའ་ངལ་དེ་གང་རེད་དམ་ཞེ་ན། བོད་པའི་སྤྱི་
ཚོགས་ཀྱི་བཅུན་མ་དག་གིས་དོ་སྣང་དེ་ཅམ་མེད་པ་དང་སྐྱད་
འཛོད་པལ་ཆེ་བ་སྤྱི་སྤྱོད་གས་ནས་བྱུང་།

ངོས་ནས་ལོ་མང་འབད་བཅོམ་བཤིད་དོན་ཞིག་ནི་བོད་
པའི་བཅུན་མ་དག་ལ་མང་འབྲེལ་བ་བཤད་རྒྱལ་སྟེ། དགེ་སློང་
མ་ཞེས་པ་རི་ལྟར་ཡིན་སྐོར་དང་། དེ་བཞིན་པན་ཡོན་དགོས་
པ་དགོས་ཆེད་དེ་དག་དོ་སློང་གིས་བོད་པའི་བཅུན་མ་ཚོའི་ངོས་
ནས་ཤེས་རྟོགས་དགོས་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གཤམ་ཆེ་སྟམ་སྟེ་དོ་སློང་དེ་
ལྟར་བཤེས་པ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་ངོས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་སྐྱད་ཆ་ཐེངས་མང་བཤད་
པས་མི་པན་པར་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས། རོག་མར་རང་རེ་ཀུན་
འཛོམས་ཏེ་བཟོ་སྐྱེད་བཤིས་ཏེ་ཀུན་གྱི་བསམ་འཆར་བསྐྱེད་ལེན་
བཤི་རྒྱུར་ངོས་རང་དགའ་ཤོ་ཞིག་ཡོད་པས་དེའི་རྒྱ་མཚན་གིས་
བསམ་འཆར་བྱུངས། མཐའ་མ་དེར་བཤད་པ་རྒྱུད་པས་མི་པན་
པར་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས། དེར་བརྟེན་ལོ་ལྟར་དོར་གཤམ་ཏུ་
བཀའ་བརྒྱུད་དཀའ་ཚོས་འཚོག་བཞིན་ཡོད། དེའི་ནང་དུ་ཀྱི་ཆང་
གི་བཤད་བྱ་དང་མཁན་པོ་ཁག་འཛོམས་ཏེ་རང་རེས་དགེ་སློང་
མའི་སྐོར་བཟོ་སྐྱེད་བཤིས་ཏེ། ཀུན་ལ་དོ་སློང་བཤིས་པར་ཀུན་
སློབ་འཕེལ་ཏེ་འདི་དངོས་ཡོད་ལག་ལེན་དང་སྐྱར་གསོ་བཤིད་
དགོས། དེ་ཡང་ངོས་ནས་བཤིད་དགོས་ཞེས་ཚོགས་འདུའི་
སྐབས་ཀྱི་མཁན་པོ་དང་སྐོར་དཔོན་དག་གིས་དེ་ལྟར་བརྗོད།
སྤྱིར་བཏང་ད་ལྟ་བུར་དེ་རེའི་ཚོས་བརྒྱུད་ཐུན་མོང་སྟོན་ནས་
བཟོ་སྐྱེད་ཐེངས་མང་བཤིས། ཡིན་ཡང་ཚོས་བརྒྱུད་ཀུན་མཐུན་
པ་ཚོད་པ་མེད་པ་ཞེས་པ་དགའ། དེར་བརྟེན་ཚོས་བརྒྱུད་གཅིག་

གི་ངོས་ནས་སྟོན་མའི་གོམ་པ་སྐོར་ཏེ་ལས་ཀ་ཞིག་བཤིས་ན།
རིས་བཞིན་ཚོས་བརྒྱུད་གཞན་གིས་མིག་དཔེ་བལྟས་ཏེ་བཤིད་
གི་རེད་ཅེས་བཤད། ངོས་ལ་སྟོན་མའི་དོ་སྣང་ཡོད་པའི་སྟོན་ཏུ་
ཁོང་ཚོས་དེ་ལྟར་རེ་བ་རྒྱལ་བ་ཡིན་སྟེ་ལས་ཁས་ལེན་བཤིས།
ན་ནིང་དངོས་སུ་ཁྱབ་བསྐྱབས་བཤིས། ཡིན་ཡང་དུས་ཚོད་
ཅུང་འགོར་རྒྱ་ཡིན་པས་རིས་བཞིན་བཤི་དགོས་བཤད། སང་
གནངས་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༤ནས་འགོ་འཛུགས་རྒྱ་ཡིན། དགེ་སློང་
མའི་སྒྲིམ་པ་མ་ལུས་གོང་དུ་རྒྱ་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གི་སྒྲིམ་རྒྱུན་
ལས་དགེ་ལྷན་དང་། དགེ་སློང་ལ། དགེ་སློང་མའི་སྒྲིམ་པ་ལུས་
ཏེ་ལོ་བཅུའི་རྗེས་སུ་གཞི་ནས་བོད་པའི་དགེ་སློང་མ་ཞིག་གིས་
དགེ་སློང་མའི་སྒྲིམ་པ་བསྐྱབ་ཚོགས་རྒྱ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱ་ཡིན། དེའི་
སྐབས་སུ་ངོས་ལོ་བཞི་བཅུ་ལྷག་ཅམ་གྱུར་བེན། སྐྱག་ལུན་རིང་
ན་རྒྱས་འཁོགས་སུ་གྱུར་ཉེན་ཆེ་བས་མགྲོགས་ཅམ་བུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནི་འབྱུང་འགྲུར་སྤྲུགས་རྒྱུར་རིང་པོའི་ལས་འཆར་ཞིག་
དང་། ལུང་མེད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་གཟི་བརྗིད་ཆེ་མཐོང་དང་འབྲེལ་
བ་ཡོད་སྟེ་ལས། གང་ཟག་གེ་བྲག་པ་ཞིག་གིས་ཐག་གཅོད་རྒྱ་
དཀའ་བས་ཚོགས་པ་ཞིག་བཅུགས་པ་ཡིན། སྤྱིར་དགེ་སློང་
མའི་སྐྱབ་སྟངས་ལ་ཐབས་ཤེས་གཉིས། བོད་ཀྱི་དགེ་སློང་པ་
ཚོགས་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་རྒྱ། ཡིན་ཡང་དེ་ནི་རྟོག་ཏུ་
ཅན་མ་འོངས་པར་ཚོད་གཞི་ཅན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ན་མི་ལེགས།
གཉིས་པ་རྒྱ་ནག་གི་ཚོས་ལུང་སྟེ་པའི་དགེ་སློང་མ་བུད་མེད་
གིས་སྐྱབ་དགོས་པའི་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་དགེ་སློང་མ་ཚོས་
ལུང་མའི་དགེ་སློང་མའི་སྟེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ། མཐའ་མ་དངོས་
གཞི་དགེ་སློང་མའི་སྒྲིམ་པ་ཚོས་ལུང་གི་སྟེ་པའི་དགེ་སློང་མ་
དང་། གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དགེ་སློང་མ་ཚོགས་
གཉིས་མཉམ་དུ་འཛོམས་ནས་སྐོར་རྒྱ་དང་། དེ་ལྟར་སྒྲིམ་པ་
སྐྱབ་ན་མཐའ་མང་སྒྲིམ་པ་ནི་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་



སྡོམ་པ་དང་། དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་སྡོམ་པ་དེ་གང་ལས་ཐོབ་དགོས་
 སམ་ཞེན། སྡོམ་པ་སྟེ་གཙོ་བོ་པ་ཡི་དགོ་འདུན་ལ་བརྟེན་ནས་
 ཐོབ་དགོས་སྟབས། གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྦྱ་བའི་སྡོམ་
 རྒྱན་དུ་གྱུར། མདོར་བསྟུན་ཅུ་ཡིན། ཞིབ་ཤ་བརྗོད་རྒྱ་དཔེན།
 སྦྱིར་གཞན་རྣམས་དོས་ནས་འཆད་མི་ཐུབ། གམ་གྱི་ཚང་
 གི་ཚོས་བརྒྱད་འདིའི་ནང་དུ་ཀུན་གྱིས་དོས་ལ་བསྲིད་དགོས་
 ཞེས་པ་ལས་བསྲི་མི་དགོས་པ་བརྗོད་མི་མེད་ལ་ཀུན་གྱིས་
 རྒྱབ་སྐྱོར་ལྡན། དེ་བཞིན་དོས་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྐབས་
 སུ་བཅུན་པ་རྒྱང་པ་མིན་པར་གྲུ་བཅུན་གཉི་གར་དོ་སྦྱོང་བསྲིད་

བཞིན་ཡོད། དགོ་སྦྱོང་མ་ཞེས་པ་གལ་ཆེ་ཡིན་མིན་ཐད། རྒྱན་
 གཏན་བརྗོད་རྒྱུར་དགོ་སྦྱོང་མ་ཞེས་པ་དེར་སྐབས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་
 བོད་པའི་བཅུན་མ་ཚོས་སྐད་རྒྱབ་པ་དེས་གལ་ཆེན་པོར་གྱུར་
 པ་མ་ཡིན་ཞིང་། སྦྱར་ནས་གལ་ཆེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་
 པ་འཁོར་རྣམ་བཞི་དང་། སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་སྦྱོན་དགོས་
 པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མ་ལས་རྒྱ་མཚན་གཅིག་སྟེ་འཁོར་རྣམ་པ་
 བཞི་འཇུགས་རྒྱ་སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་སྦྱོན་དགོས་པའི་
 རྒྱ་མཚན་གཅིག་དེ་ལྟར་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་
 ཐོག་མ་ནས་གལ་གནད་ཆེ། དགོ་སྦྱོང་མའི་སྡོམ་པ་རྒྱན་འཇིན་

མ་སྐབ་པ་རང་འཛིན་པ་འཇུག་དང་མ་འདང་བ་ལྟ་བུར་གྱུར།
དོ་སྤོང་ནི་བྱ་བ་ཅུན་གཉིས་གར་བཞིས། ཀུན་གྱིས་མགོ་འཛོམས་
པ་ལེགས་པོ་བྱུང་སོང་སྟེ།

མཁས་དབང་ཞིབ་འཇུག་པ་ཞིག་གིས་དགེ་སྤོང་མཉམ་སྦྲེལ་
རྒྱན་བསྐྱར་གསོ་ནི་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་
མེད་ཐད་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པར་བཀའ་ལན། སྤྱིར་འཇོན་བྱ་
སྲིད་གི་མི་འཕོར་ལྟར་ན་བྱུང་མེད་ཀྱི་བརྒྱ་ཚའི་གྲངས་འཕོར་
མང་། བྱུང་མེད་ཀྱི་ནང་དུ་ཚོས་ཉམས་ལེན་བཞིན་མི་དད་ལྡན་
པ་མང་པོ་དང་དོ་སྤོང་ལྡན་པ་མར་བལྟས་ཚོད་ལ་བྱ་ལས་མང་
སྟེ། རོ་མ་མང་བ་ཡོད་མེད་གྲངས་ཀ་རྒྱུ་མེད། དེ་བཞིན་དེ་
དག་གི་དགོས་པ་སྤོང་དགོས་རྒྱ་རང་རེ་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་སྟེ་འབྲིང་
པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བྱ་བ་ལྟས་ན་ཁོང་ཚོའི་མ་
འདངས་པ་དང་། གོས་མཁོ། དབྱུང་ཞིང་ཕོངས་པའི་གནས་
སྟངས་རི་ཡོད་བཟླ་དབྱེད་བཞིན་དགོས་པ་དང་། དགོས་འདོད་
སྤོང་རྒྱའི་ལས་འགན་དུ་གྱུར། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་
ངེས་པར་དུ་དེར་དོ་སྤོང་བྱ་དགོས་པ་གལ་ཆེ་དང་། དེ་བཞིན་
བྱུང་མེད་ལ་དམིགས་བསམ་ལེས་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ནས།
བྱམས་བཅའི་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་
དམིགས་བསམ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཙོ་འཛིན་བྱ་སྐབ་རྒྱའི་
རྣམ་པ་ལྡན་སྟེ། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་ཚོས་
ཀྱི་གཟི་བརྟེན་དང་ཆེ་མཚོད་སྟེབས་པ་བཞི་རྒྱ་གལ་གནད་ཆེ།

ཚན་རིག་མཁས་དབང་ཞིག་ནས་ཚན་རིག་དང་ཁྱད་པར་
དབང་ཅ་རིག་པར་དོ་སྤོང་ཡོད་མེད་ཐད་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པའི་
བཀའ་ལན། སེམས་དང་སློབ་གྲི་ཚན་རིག་བསྐྱེད་གི་ཐོག་ཏུ་
ལན་མང་ཚོགས་ཞུགས་ཀྱི་གོ་སྐབས་བྱུང་ལ་ངོས་རང་ལའང་
སློབ་སྦྱོང་དུ་མ་འཐེབས། ལྟུ་མཁུན་མཚོག་ནས་ངེས་པར་ཡོད་
དགོས་བཀའ་ཕེབས་ཤིང་། རོས་རྒྱུད་པ་མིན་པར་རང་འཛིན་སྐབ་

རྒྱ་ན་གཞིན་དུ་མ་ཞིག་ལ་བཀའ་ཕེབས་ཏེ་ཁྱེད་ཚོས་དོ་སྤོང་
བཞིན་དགོས་གསུངས་ཏེ་ཚར་ཁ་ལས་བཅར་སྤོང་། སེམས་
དང་སློབ་གྲི་ཚོགས་འདུ་ས་གནས་གཞན་སྟོ་སྤོང་སྤོང་སྤོང་
ཁ་ལས་བསྐྱེད་གནད་སྟེ་སྤོང་སྤོང་སྤོང་སྤོང་སྤོང་སྤོང་སྤོང་
རྒྱན་གཏན་རྒྱ་རམ་ས་ལ་ཡིན་ན་གཅེར་བཞིན་ཡོད།

ངོས་རང་ཚན་རིག་ལ་དོ་སྤོང་འཕེལ་ཏེ་ཚན་རིག་ལ་སྤོང་
སྤོང་བཞིན་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཆ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ལྗུལ་བ་རིན་པོ་
ཆེ་མཚོག་གིས་དེར་དགོངས་གཞི་རྒྱ་ཆེན་མཚན་དེ་སྤོང་ལ་བྱ་
མ་ཞིག་བསྐྱོན་པར་བརྟེན་ནས་ངེས་པར་རང་འཛིན་ངོས་ནས་
མཚན་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མཇུག་སྤོང་དགོས་པ་རང་འཛིན་ལས་
འགན་ཞིག་ཡིན་པར་རྒྱན་དུ་བྲན་བཞིན་ཡོད།

ཅས་བཀའ་སྐུལ་བྱུང་བར་ལས་རིམ་གོ་སྐྱིད་ཞུ་མཁན་
མཁས་དབང་མ་རྗེ་ཉི་ལྟ་མཚོས་དཔལ་ལྗུལ་དབང་གསུ་
པ་མཚོག་གིས་ད་ལན་བཀའ་འདྲིའི་མཚན་རིམ་དུ་བྱོན་ཏེ་།
བཀའ་ལན་ཞིབ་སྐུལ་བསྐྱེད་པར་སྐྱེས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་དང་། མགོན་
པོ་གང་ཉིད་ནི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ལས་སྟོན་གྱི་དབྱ་
ཁྱེད་ལྟེ་མ་ཞིག་དང་། དེ་རིང་གི་བཀའ་སྤོང་དེ་དག་ནི་འདི་
ག་ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་མཁས་དབང་
རྣམ་པ་དང་། ཞིབ་འཇུག་རྣམ་པ། དགོ་ཚུགས་སློབ་མ་ཀུན་
ཀྱི་སེམས་ལ་སེམས་འགྲུལ་ཚད་མེད་འཐེབ་སྐབ་པའི་བཀའ་
སྤོང་སྐུལ་བར། ཀུན་གྱི་ཚབ་ཞུས་ཏེ་མགོན་པོ་མཚོག་ལ་ཆེ་
བསྟོད་ཀྱི་གསུང་བཤད་དང་བསྐྱོད་གི་མཚན་རིམ་རེ་ཞིག་
མཇུག་བྱུང་བོ། །



Boston བོད་རིགས་ལྷི་མཁུན་ཚོགས་པའི་
གོ་ལྷོག་ལོག་རང་རིགས་རྣམས་ལ་
ལྷང་དོར་གྱི་བཀའ་སློབ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༣ ཚེས་ ༢༧ ཉེན་ཕྱི་རོང་། དཔལ་ལྗར་ལ་
དབང་ཀམ་པ་མཚོག་ནས་ Harvard མགྲོན་དེབ་ཏུ་ཕྱིས་
བརྗོད་འགོད་གནང་དང་འབྲེལ་གང་གི་མཚན་རྟགས་བཀོད།
རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ཆེས་རྗེང་
ཤོས་ཕྱིག་ཏུ་ཉེན་གཉིས་གྱི་མཛད་རིམ་ཁག་ཡོངས་སུ་གྲུབ་རྗེང་།
རྡོ་སྐྱས་ལས་གཞོལ་བར་མཛད་དེ་གནས་དེ་ཉིད་ཏུ་རྩོམ་འོན་
ཁུལ་གནས་བོད་རིགས་རྣམས་གྱིས་རང་ལུགས་ལུན་མིག་གྱི་
གུས་བསུ་གཟབ་རྒྱས་ལུས། མཛད་རིམ་གཏན་འབེབས་
ལྷར་དགོང་རྫོང་ Massachusetts ཁུལ་དེར་གནས་པའི་
བོད་རིགས་སུམ་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་ཅམ་ལ་རང་རེའི་ལུན་མིག་རིག་
གཞུང་ལ་གཅེས་འཛིན་དགོས་གལ་གྱི་ལྷང་དོར་བཀའ་སློབ་
ཐབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་སྣལ་ཉེ་དེར་འདུས་གྲུབ་ལ་རྗེན་ཕྱག་སྣལ་
མཁུག་མཛད་སློབ་གོལ།





**ཨ་རིའི་ཆེས་མཐོའི་ Princeton གཞུག་ལག་
སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་ཞབས་འཁོད།**

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷོ་ ༣ ཆེས་ ༣༡ རེས་གཟའ་མིག་དམར་ཉིན་
ཡུལ་དབང་མཚོག་སྐུ་འཁོར་ལྷན་རྒྱས་མོང་ཁྲེང་ནིའུ་ཡོག་ནས་
ཐེབས་འཕུལ་བརྒྱུད་དེ་ནིའུ་འཇར་སིའི་ས་གནས་སུ་ཡོད་པའི་
Princeton ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་གྲྭ་ནས་རི་ལྟར་གདན་
ཞུས་བཞེན་བྱོན། ཆེས་མཐོའི་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་དགེ་སློབ་འཁོར་
བཅས་ནས་ཐེབས་འཕུལ་བསུ་གཟའ་རྒྱས་ཞུས། དེ་མཇུག་ཤོད་ཀྱི་
ཚོགས་ཁང་དུ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་སློབ་ནས་ཞབས་སྡེ་གསུམ་གྲོ་སྒྲིག་
ཡོད་པ་ལྟར་དེར་འཁོད། སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་ནས་ཉིན་ཉེས་སློབ་
སྐྱོ་གོན་བཀྱིས་དོན་ལྟར་སློབ་སྦྱོང་རྒྱལ་རྣམས་ནས་སློབ་ཚོམ་སློབ་པ་

དང་། རོལ་དབྱངས་ཀྱི་སྐྱེ་སྐྱལ་གཞིགས་འབྲུག། གཞན་
ཡང་ཡི་ཤུ། རྗེ་ལྷ། ཁ་ཆེ་བཅས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་དང་འདུན་སྐོར་
ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤོང་བརྩམས་དེ་སློབ་གྲྭ་དང་ཞུས། ཉང་པ་མ་ཡིན་
པའི་དུ་མོ་ཞིག་ནས་རྒྱ་གར་དུ་སྤྱི་ལོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་བས་
མགོན་ཆེན་ལོ་མཇུག་འདུན་ཡོད་པའི་བསམ་ཚུལ་མདོར་
བརྩམས་ཤིག་སློབ་སློབ་ཞུས་པར་བཀའ་འཚམས་བསྐྱེད་ས།
གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་འདི་ནི་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་
དུ་གནས་བབ་གསུམ་ཆེན་བརྒྱུད་པའི་ཆེས་མཐོའི་གཞུག་
ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དང་། ཨ་རིའི་སྤྱི་འཇོན་བཞི་བ་
དང་། དམག་ཆེན་དང་པོའི་སྐབས་ཀྱི་ཨ་རི་སྤྱི་འཇོན་
ཉེར་བརྒྱུད་བ་སོགས་མཐོ་སློབ་འདི་ནས་ཐེབས་པ་དུ་
མ་ཡོད་ལ།

ཡུལ་དབང་མཚོག་དང་གཞུག་ལག་སློབ་གྲྭ་དེ་
བཞིན་ལོ་རྒྱུད་ཡི་གོང་དུ་སློབ་ཆེན་འདིའི་གནད་ཡོད་
ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཞིག་དང་ཆེད་དུ་ཡད་པའ་རྒྱལ་དབང་
མཚོག་མཇུག་འཕུལ་སྤྱད་དུ་རྒྱ་གར་ལ་ཐེབས་ཏེ་ཡུལ་
དབང་བརྒྱ་བདུན་པའི་མཁའ་དཔོན་སྐྱེད་སྦྱང་གསུམ་བཞེད་དག་ལ་ཡིད་
སློབ་རབ་དུ་གོར་ནས་སློབ་ཆེན་དུ་གདན་འདྲན་ཞུས་ཀྱང་རྒྱ་
རྒྱུ་གཞན་དབང་གིས་སྐབས་དེར་དངོས་སུ་ཨ་རིའི་ཡུལ་དུ་
ཞབས་བཀོད་མ་ཐུབ།

དེ་མཇུག་མཐོ་སློབ་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱིས་ཁོར་ལུག་
སྤྱད་སློབ་སོགས་ཀྱི་ཐད་དུ་མཇུག་རྗེས་རྒྱུན་མར་སྤོང་བཞེས་
དང་། མཐོ་སློབ་ཀྱི་སློབ་མ་སྐོར་ཞིག་འཕགས་ཡུལ་གདན་ས་
རུམ་བཏེག་དང་བཞུགས་མཚེར་རྒྱུད་དགོན་སོགས་སུ་བཀའ་
བརྒྱུད་པའི་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་སྤྱད་སློབ་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་སྤྱེས་
ཀྱི་ཐབ་སྤོང་སོགས་སུ་ཐེགས་སྡེའི་ཀྱི་དགོངས་འཆར་བཞེ་རེས་
ཀྱི་གོ་སྐབས་བསྐྱེད་པར་མཇུག་ལ། བཞུགས་མཚེར་རྒྱུད་སྤོང་



དུ་གོང་གསལ་མཚོ་སློབ་ཀྱི་སློབ་མ་མི་ཉུང་ཞིག་དང་སྡེ་རྒྱུ་སོ་
 སོར་ནང་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་མིའི་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་སྐྱོར་
 ལ་ཟབ་སྲོད་གི་བཀའ་ཁྲིད་དང་ཕན་ཚུན་བཟོ་སྦྱང་སོགས་ཀྱི་
 མཚན་འཆར་དུ་མ་ཞིག་བསྐྱེད་སའ་ཡ་རྒལ་དབང་མཚོག་
 ལ་མཚོ་སློབ་ཀྱི་ཆེ་མཐོང་དང་གྲུས་བཀའ་ལྷན་ན་མེད་མཚོན་
 པའི་གཏུག་ལག་སློབ་ཆེན་གྱི་ཁོར་ལུག་ལམ་སྟོན་པའི་མཚོན་
 གནས་འབྲུལ་བཞེས་བསྐྱེད་སོ། །

ཕྱི་རོ་ཆུ་ཚོད་གཉིས་པའི་ཐོག་དུ་ཡ་རྒལ་དབང་ཀམ་པ་
 མཚོག་མཚོ་སློབ་དུ་ཞབས་སོར་འཁོད་སྐྱབས་སྣོན་གྲགས་ཅན་
 ཀྱི་མཚོ་སློབ་འདིའི་རྒྱལ་སྐོར་ནས་Princeton གཏུག་ལག་
 སློབ་འཁུར་སློབ་དཔོན་དང་ལས་མི་ཡོངས་ནས་བྱོན་བསུ་གཟབ་
 རྒྱས་ཀྱིས་གཏུག་ལག་སློབ་ཁང་དུ་གདན་ཤོད་སྤངས། ཚོས་ལུགས་
 སློབ་དཔོན་དང་། ཁོར་ལུག་སྡེ་ཆེན། མཚོ་སློབ་ཀྱི་གསར་དེབ་
 ཚོམ་སྒྲིག་པ། ཁྲིམས་ལུགས་སློབ་དཔོན། ལྷ་རྩལ་གྱི་དགོ་ཆུན་
 ཆེན་མོ་སོགས་ཀྱིས་ཐེབས་བསུ་ལུས་ཏེ་བཟོ་སྦྱང་དང་དགོངས་
 ཚུལ་བརྗེ་རེས་སོགས་མཚན།

མཚོ་སློབ་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཞིག་གིས་ཤོད་ཀྱི་སློབ་
 ཆེན་ཞིག་གི་དོན་ནས་གསན་བྱའི་ཤེས་བྱའི་སྡེ་ཆེན་རྗེ་ཅམ་
 མངའ་མིན་བཀའ་འདི་ལྷ་ཐང་དུ་བཀའ་སྐྱེལ་དོན། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་
 གི་ཤོད་ཀྱི་སློབ་ཆེན་མང་ཆེ་བའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཆུ་ཚོད་དང་འགན་
 འཁུར་ནི་ཉ་ཅང་ཚད་མཐོ། རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་གྲུབ་ལ་ལུགས་
 རྒྱས་དང་གང་ཟག་སོ་སོའི་མཁུན་བཅེ་རུས་གསུམ་གྱི་ཡོན་
 ཉན་དང་ལྡན་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་མ་ཟད་མཐར་ཐུག་སྐྱེལ་བ་
 ཉམས་ལེན་ཅན་ཞིག་གྲང་ཡིན་དགོས་པས་ཤོད་ཀྱི་སློབ་ཆེན་དག་
 བེ་གཟེ་བརྗེད་ལྡན་པའི་རྣམ་ཐར་ཅན་ལ་སྣོན་ཡིན། དེ་དག་གི་
 ཤེས་བྱའི་ཚད་འདི་ཅམ་ཡེད་ཅེས་སྐྱ་རྒྱ་དཀའ། ཞེས་སོགས་མོ་
 མོ་འདྲ་མཉམ་དང་ཁོར་ལུག་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་བཀའ་འདི་ལྷ་
 ཐང་ལ་བཀའ་ལན་ཟབ་ཅིང་རྒྱས་པ་སྐྱེལ་མཁུག་མཚོ་སློབ་ཀྱི་
 སློབ་མ་སྐོར་ཞིག་ནས་སྣོན་དང་གསུམ་གྱི་འདོན་དང་། གཏམ་
 བཤད་དག་ཅེས། ལྷ་རྩལ་གཟིགས་འབྲུལ། ལྷ་དབྱེད་མཚོན་
 སྒྲིན་སོགས་ལུས་ཏེ་མི་རིག་མི་འོན་གཏུག་ལག་སློབ་ཆེན་གྱི་
 ཉིན་དང་ཤིའི་མཚན་རིམ་ལེགས་པར་གྲུབ།



Princeton ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་ ཕྱི་མོ་དབྱེ་འབྲེད་མེད་པའི་དྲུང་ཕྱི་དགོས་ཚུལ་ བཀའ་སློབ་ལྟུང་།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡ ཉིན། འཇར་མི་ Princeton ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་སྡེ་ཁང་དུ་འཛོམས་པའི་འདུས་ཚོགས་སུ། རང་པའི་མདུན་ལམ་ཞེས་པའི་ཆ་གསུམ་སུ། ཁོར་ལུག་ཕོ་མོ། ལག་བསྟར་བ་ཞེས་པའི་བརྗོད་གཞིའི་དོན་ཚན་སོ་སོར་བཀའ་སློབ་དོན།

དེ་རིང་ Princeton University མཐོ་སློབ་ཆེན་མོ་འདིར་ཡོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བར་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་ཞེས་བརྗོད་རྒྱུ་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོར་ཨ་རིར་སློབ་སྦྱོར་བ་མེད་སྟེ་དང་པོ་དང་རྒྱ་གར་ནས་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་བསྐྱོད་ཐེངས་ཐོག་མ་དེ་ཡིན། སྐབས་དེར་བདུན་ཕྲག་གཅིག་གཉིས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ལས་མེད། ཡིན་ཡང་ཡང་བསྐྱར་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཁབ་འདིར་ལོག་རྒྱུའི་འདོད་པ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་། རང་རིམ་འབད་བརྩོན་རིམ་པ་དུ་མ་བཀྲིས་ཀྱང་བཀྲིས་པ་འདི་བཞིན་གྲུབ་འབྲས་མ་ཐོན། ད་ལྟོ་བར་ཐེངས་གསུམ་མ་གཏོགས་ཡོང་མ་ཐུབ། ད་ལན་ཡོང་རྒྱུ་དམིགས་བསམ་མཐོ་སློབ་ཆེན་མོ་དག་ཏུ་བསྐྱོད་རྒྱ་སློབ་མ་ནས་ཨ་རིའི་སློབ་ཤུག་དག་ཐུག་འཕམ་རྒྱ་གར་ལ་ཐེངས་མང་བྱུང་། དེར་བརྟེན་ཨ་རིའི་སློབ་ཤུག་ཆེན་མོ་དག་ཏུ་ཕྱིན་ཏེ་དངོས་སུ་སློབ་ཤུག་སོ་སོའི་འཚོ་བ་དེ་འདྲ་ཡིན་ཉམས་སུ་སྤོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཤིག་དང་། དེ་བཞིན་སོ་སོའི་གོ་སྐབས་རྒྱ་ཆེར་གཏོང་རྒྱུའི་སྐྱོད་དུ་སློབ་ཤུག་ཆེན་མོ་ཁག་ཏུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་ལས་རིམ་བཟོས། དང་པོ་

སློབ་ཆེན་རེ་གཉིས་ཅམ་ལས་མེད། དེའང་དོས་རང་སློབ་སློང་བྱ་མཁན་གྱི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་བསྐྱོད་རྒྱུ་ལས། དོས་ནས་མར་ལེགས་སྦྲར་ཤོད་རྒྱུ་དང་བཟོ་སྦྱོང་བཀྲི་རྒྱུའི་ལས་རིམ་གང་ཡང་མེད། ཡིན་ཡང་རིམ་བཞིན་ལས་རིམ་རྒྱ་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཏེ་དེ་ལྟར་བྱུང། མཐར་མཐོ་སློབ་ཆེ་ཁག་དུག་ཏུ་བསྐྱོད་རྒྱུ་དང་དེ་དག་སོ་སོར་གཏམ་བཤད་བྱ་རྒྱུའི་ལས་འཆར་མཚེས།

རང་རེ་འདིར་ཐེབས་པ་པ་ལ་ཆེ་བ་སྦྱར་གྲགས་ཅན་གྱི་སློབ་ཤུག་འདིའི་ནང་དུ་ཞུགས་པའི་སློབ་ཤུག་དེ་སྟེད་ཅིག་རྒྱ་བ་དང་སོ་སོའི་འབྲུང་འབྲུང་མི་ཆེའི་ནང་དུ་བྱ་བ་རྣམས་ཆེན་བསྐྱུང་རྒྱུ། དེ་བཞིན་སློབ་ཤུག་གི་ཆེད་དུ་ཞབས་ཏུ་བཟང་པོ་ཞིག་སྐྱུང་ཐུབ་རྒྱུར་ཀུན་གྱིས་སློབ་དང་དེ་སློབ་ཟབ་མོ་ལྡན་པ་དུ་མ་མཚེས། དེར་བརྟེན་དཔེ་མཁན་ཞིགས་པ་རང་རེ་སློབ་ཤུག་ཁག་ལ་ཐུག་ཉེ་གཏམ་བཤད་ཀྱི་གོ་སྐབས་བྱུང། ཁོར་ཆེའི་ལྷག་བསམ་དང་སློབ་སྦྱང་དེས་དོས་ལ་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་པ་དང་ཆོར་སྤང་སྤྱོད་པོ་སྤྱིན་བྱུང།

ལོན་ཀྱང་། འདིག་རྟེན་འདི་རྟོག་པོ་དང་བཏང་སྟོམས་མེད་པས་ཁེངས་ཤིང་གནས། མཐོ་སློབ་ཀྱི་ནང་དུ་བཙོན་མ་མ་ཡིན་པ་སྦྱངས་པའི་ཁ་ཕྱིར་ལྟོང་། ཅོས་མའི་ཤེས་ཡོན་རྒྱུད་པས་སོ་སོའི་མ་འོངས་པའི་མི་ཆེའི་ནང་དུ་སོ་སོས་བསམ་པ་འདི་བཞིན་བྱ་བ་རྣམས་ཆེན་བསྐྱུང་རྒྱུ་དེ་རྒྱུད་པས་སྐྱགས་རྟེན་རྒྱུ་དང་ཚོགས་རྒྱུ་





དཀའ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དེས་པར་རང་རེར་སེམས་ལ་བཟོད་
 རྟོལ། ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱས་པ། གྲུ་ཡངས་ཀྱི་བསམ་པ། ལྷོང་རྗེའི་
 ཕྱི་དམ་པོ་དགོས། དཔེར་ན། རོས་ཐོག་མར་ལུང་ལུག་ཀྱི་སྐུ་
 ཚང་འབྱོར་པ་རྒྱུ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་བཅས། ལྷོང་བྱའི་ནང་དུ་
 བསྐྱོད་དེ་ཤེས་ཡོན་གྱི་གོ་སྐབས་གང་ཡང་མ་བྱུང་། ལོ་བདུན་
 པ་སྐྱེབས་པའི་སྐབས་སུ་བྱ་སྤྱི་གདངས་ཀྱི་ཐ་ཇ་བ་ནས་མེད་པའི་
 ཐོག་ནས་ཀམ་པར་རོས་འཛིན་བཀྱིས། ཡིན་ཡང་རོས་སྐྱེར་ལ་
 མཚོན་ན་ཀམ་པར་རོས་འཛིན་བཀྱིས་པ་དེས་མིང་ཞིག་ཐོབ་པ་
 ཅས་ལས། དེ་ལས་གཞན་པ་གང་ཡང་མ་བྱུང་། གཞི་ནས་དཀའ་
 ལས་རྒྱུ་འབད་བཟོན་བཀྱིས་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་མ་
 གཏོགས། མི་དུ་མའི་བསམ་སྐྱོའི་ནང་དུ་ཀམ་པར་བྱུར་པ་ཅས་
 ཞིག་གིས་གནད་དོན་ཀུན་ཐག་ཚོད་ཐོབ་པ་ཞིག་མེད་སྟུང་པའི་
 མཚོ་བསམ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱུར་མེད། དེར་བརྟེན་
 ལོ་རྒྱུང་དུའི་སྐབས་ནས་དཀའ་འཇུག་དུ་མ་ཞིག་ལྷུངས། མི་ཚེའི་
 བང་དུའང་འགྲུར་ལྷོག་ཀྱང་རྗེ་སྣེད་ཅིག་བྱུང་། རང་བཞིན་གྱི་
 མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་རོས་ཀྱི་དཀའ་འཇུག་དེ་དག་ཉམས་སུ་སྐྱོད་རྒྱ་
 ལས་སྣོག་སྟེ་མཚོ་བསམ་གཏོང་རྒྱུ་ཡང་དཀའ་འཇུག་འབྱུང་།
 ལྷོགས་གཅིག་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་དཀའ་འཇུག་ལ་བརྒྱུད་དེ་བྱུང་
 ལྟམས། མཚམས་རེ་རང་རེ་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་དབྱ་ཁྱིད་ཅེས་ལ་
 ལས་བསམ་ན་འཚོ་བ་སྐྱོད་པོ་རྒྱས་སྐྱོས་ཅན་ཞིག་གི་ནང་དུ་
 འཚར་ལོངས་བྱུང་བ་མེད་སྟུང་པ་མིན་པར། རོས་ནི་དཀའ་
 ལྷོག་ཅན་ཞིག་གི་ནང་དུ་འཚར་ལོངས་བྱུང་། དེ་ལྟ་བུའི་དཀའ་
 ལྷོག་ནང་དུ་འཚར་ལོངས་བྱུང་བར་བརྟེན་ནས་མི་གཞན་གྱི་
 དཀའ་འཇུག་ཐོག་ཏུ་མཚོ་བསམ་གཏོང་རྒྱ་མང་བ་དང་། གཞན་
 ལ་སེམས་འཁྱུར་གྱི་ཚོར་སྣང་ཆེ་བུ་འགྲོ་བཞིན་པ་ཞིག་བྱུང་།
 དེ་རིང་འཚད་བྱའི་བཟོད་བྱ་དཔེར་ན་པོ་མའི་གནད་དོན་ཞེས་པ་
 ལྟ་བུ། དེ་དག་གི་ཐོག་ཏུ་དེས་པར་སོ་སོའི་མི་ཚེའི་ནང་གི་ཚོར་

སྣང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དེ་ལ་སོ་སོས་སེམས་འཁྲུང་ཆེན་
པོ་འབྲུང་བཞིན་མཆིས།

པོ་མའི་གནད་དོན་སྐོར་ལ་བརྗོད་ན། བོད་དུ་དོ་སྤོང་གནད་
བའི་སྐབས་སུ་བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ལ་སྡོམ་པ་ཆ་ཚང་ལྡན་མིན་
སྐོར་གསུངས་སོང་། སྤྱིར་བཏང་བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ལ་སྡོམ་པ་
ཆ་ཚང་ལྡན་མིན་ཞེས་པ་བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་དག་ལ་ཆོས་ཕྱོགས་
ཀྱི་སྡོམ་པ་རྒྱུད་པ་མིན་པར། དེས་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ནད་དུ་བྱད་
མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དང་། ལུས་པ། འགོ་འདྲིན་མཚོན་ཐུབ། དེས་
སྤྱི་ཚོགས་ནད་དུ་བྱགས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་འབྲུང་གི་ཡོད་པའང་
མཚོན། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་དེའི་ཐོག་དུ་དམིགས་བསམ་ལ་སྐྱགས་
འཁྲུང་བཞེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་དུ་མས་ལོ་ངོ་
ཉི་ལུ་སྐུ་ཅུའི་རིང་ལ་དུས་ཚོད་དུ་མ་བཏང་བ་དང་འཚོལ་ཞིབ་
ཀྱི་འབད་བརྩོན་ཡུན་རིང་མཛད། རོས་ནས་དེའི་ཐང་ཞབས་ལྷ་
བསྐྱབ་རྒྱ་ནི་ཁོང་ཚོའི་སྤྱད་ལ་བརྟེན་ནས་སྐུ་ལ་མ་ཐེབས་པ་ཞིག་
དང་དེ་བཞིན་ཁོང་ཚོའི་ཐོན་ལས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལོག་ཡིན་པར་རོས་
འདྲིན་ལྷ་བཞིན་ཡོད། མི་དུ་མ་ནས་བྱད་ཀྱི་དབང་ཚད་ཅེས་པ་
ད་ནངས་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་ཇི་བཞིན་ཕྱིའི་རྣམ་པ་ཅོམ་ཀྱི་ཐོག་
ནས་བྱད་ཀྱི་དབང་ཚད་ཅེས་པ་བརྗོད་རྒྱ་དཔེན། དཔེར་ན་ད་
ལྟ་སྡོམ་པ་ཆ་ཚང་ལྡན་མིན་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱད་མེད་ལ་དབང་
ཚད་ལྡན་མིན་ཞེས་པ་བྱད་མེད་ལ་སྡོམ་པ་ཆ་ཚང་ཡོད་མེད།
ཡང་ན་རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནད་དུ་བྱད་མེད་ཀྱིས་འོས་མིའི་ཐོབ་
ཐང་སྲུང་ནས་ནས་འོས་ཤོག་སྐྱབ་ཆོག་མིན། བྱད་མེད་ཀྱིས་སྤྱི་
འདྲིན་དུ་ལངས་ཆོག་མིན་སྐོར་ལ་རང་རེས་བརྗོད་བཞིན་མོད།
ཡིན་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ལྡན་པ་ཅོམ་ཞིག་གིས་བྱད་མེད་ལ་ཐོབ་ཐང་
ངམ་དབང་ཚད་ཆ་ཚང་ཐོབ་པའི་རིས་པ་མེད་སྟུང་། རང་རེས་
ཚད་འདྲིན་རྒྱ་ཕྱིའི་རྣམ་པ་ཅོམ་མཆིས་དང་མ་མཆིས། བྱད་

མེད་ལ་དེ་ལྟ་བུ་གདའ་མི་གདའའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་མཆིས་ཏེ་དེ་ལྟ་
བུ་ལྡན་ན་དབང་ཚད་ལྡན་པ། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་མི་ལྡན་ན་དབང་
ཚད་མེད་པའི་ཚད་འདྲིན་རྒྱ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཚད་དང་ལྡན་མིན་
ཞེས་པ་ཐེ་ཚོམ་དུ་གྱུར།

ད་ལྟ་དགོས་རྒྱ་རང་རེ་པན་རྒྱན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་
དོན་དམ་པ་དང་སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་བཙོས་མ་མ་ཡིན་པ་པན་རྒྱན་
གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྟེན་བ་དང་གྲུས་བཀུར། དེ་བཞིན་ལྷག་
བསམ་ཐོལ་མེད་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་རྒྱ་གནད་ཆེ་ཡིན། དེ་མིན་
ལུང་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་དུ་མའི་ནད་དུ་བྱད་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཞེས་
པ་པལ་ཆེ་བ་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱད་སྐྱོབ་བཀྲིས་པ་
ཅོམ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་མང་ཚོགས་རང་བཞིན་ཀྱི་དོ་སྤོང་ཅོམ་
ལས་སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་དེ་ལ་སེམས་ཚོར་མི་ལྡན་ཡང་རྣམ་འགྲུང་
ཅོམ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཀྲིད་རྒྱ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཅོན། རང་རེའི་
རྒྱལ་ཁབ་ཁ་ཤས་ནད་དུ་པར་བལྟས་ཚོད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐོབ་ཐང་
ཆ་ཚང་ལྡན་ཡང་ད་དུང་བྱད་མེད་ལ་འཕྲད་བཞིན་པའི་དཀའ་
ངམ་སྐྱེ་མཐུད་དེ་འཕྲད། མྱོང་བཞིན་པའི་སྤྱད་བསྐྱེལ་སྐྱེ་མཐུད་
དེ་འབྲུང་བཞིན་པ་ནི་གཙོ་མོ་རང་རེ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་དོན་
དམ་པའམ། སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་པན་རྒྱན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་
གྲུས་བཀུར་བརྟེན་བ་ཐབ་མོ་ཞིག་བསྐྱབ་མི་སྐབ་པར་བརྟེན་ནས་
བྱད་བཞིན་པ་མེད་དམ་སྟུང་།

དེར་བརྟེན་ལག་ལེན་བསྐྱར་མི་ཞེས་པ། བོད་དུ་བརྗོད་
པ་ཇི་བཞིན་རང་རེ་བོད་ཀྱི་དགེ་སྤོང་མའི་སྡོམ་པ་ཆ་ཚང་སྡོམ་
རྒྱུའི་སྐོར་ལ་བཟོ་སྐྱེད་ལོ་ཉི་ལུ་སྐུ་ཅུ་བཀྲིས། རོས་རྒྱ་གར་མ་
སྤེབས་སྡོན་ནས་སྐད་ཆ་དེ་འགོ་བཙུགས་ཐེན། ལོ་ཉི་ལུ་སྐུ་ཅུ་
སྐད་ཆ་བཤད་ཀྱང་སྐད་ཆ་དེར་ལག་ལེན་བསྐྱར་མཁའ་མེད་པ་
དང་། སྐབས་རེ་སྐད་ཆ་གཅིག་བཤད་གཉིས་བཤད་དེ་རྗོགས་
རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། སྐད་ཆ་རི་ལྗར་བཤད་ཀྱང་མཐའ་མ་

དེར་ལག་ལེན་བསྟར་མི་དང་མངོན་སུམ་གྱུ་བ་འབྲས་གཏོང་
 དགོས་ལ་ལག་ལེན་བསྟར་མིའང་དགོས། ལག་ལེན་བསྟར་
 མི་ཞེས་པར་ཚམས་པ་གཉེས་ཏེ། སྤྱིར་བཏང་རང་རེ་ཀུན་རྟེན་
 འབྲུང་གིས་འཚོ་བ་དང་ཀུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འབྲུགས་
 རྒྱུན་ཐེབས་པ། གང་ཟག་གང་ཞེག་གིས་བྱ་བ་གང་བགྱིས་ཀྱང་
 གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འབྲུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། དེའི་
 ཐོག་ནས་ལག་ལེན་བསྟར་མི་ཞེས་བརྗོད་ན་འགྲིག་སྟུང་། ལག་
 ལེན་བསྟར་མི་རོ་མ་དེ་འབྲུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར།
 གང་ཟག་གཅིག་གིས་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་བྱ་བ་ཞེག་ལ་ཞུགས་
 པ་དགོས། དམིགས་ལྷུང་ཞེག་ལ་ཞུགས་ལྟེ་དམིགས་ལྷུང་བསྐྱབ་
 རྒྱུའི་སྤྱད་དུ་བྱ་བ་ཞེག་ལ་ཞུགས་པ་དགོས། རང་རེས་དེ་ལྟ་བུའི་
 ལག་ལེན་བསྟར་མི་གཉེས་ཀ་ལ་མཚོ་བསམ་གཏོང་དགོས་པ་
 ལྟར། དཔེར་ན་སོ་མེའི་གནད་དོན་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་མིའི་ལྟ་
 སླངས་དང་མཚོ་བསམ་གཏོང་སྤངས་ལ་རག་ལུས། རྒྱ་མཚོན་
 དེར་བརྟེན་ནས་རང་རེ་མི་མེའི་བསམ་སློབ་གཏོང་སྤངས་དང་ཀུན་
 སྤོང་འབྲེལ་ཚུལ་ལ། སོ་མེའི་གནད་དོན་དང་ཁོར་ལུག་གི་གནད་
 དོན་ཡོངས་ལ་དེས་འབྲུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ། དེར་རང་རེ་
 ཀུན་ལ་འགན་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས་རྒྱུ་ཉ་ཅང་གནད་ཆེ། དེར་
 བརྟེན་སོ་སོ་དེ་ལྟ་བུ་བྱ་བ་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་ཏེ་འགན་འཁུར་
 རྒྱུའི་ཁོམ་པ་ལྟར་མིན་ཡང་དོན་དམ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་
 འབྲེལ་བར་གྱུར་ན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འབྲུགས་རྒྱུན་ཐེབས་
 ཀྱི་ཡོད་པ་རང་རེས་ཤེས་དགོས། སོ་སོར་འགན་ཡོད་མིན་ཇི་
 ལྟར་ཡང་འབྲེལ་བ་འབྲུང་བཞེན་མཚེས།

གཉེས་པ། རང་རེས་འགན་དང་ཀུན་སྤོང་ཞེག་འཁུར།
 དམིགས་ལྷུང་བརྒྱུད་ལས་ཀ་བགྱིད་རྒྱ་ལག་བསྟར་རོ་མ་
 དེ་ལྟར་ཡིན། དེའི་ལག་བསྟར་གལ་གནད་ཆེ་ཤོས་ནི་དེའི་
 ཀུན་སྤོང་། སོ་སོའི་དམིགས་ལྷུང་དང་ཀུན་སྤོང་གསལ་

པོ་རྣམ་པར་དག་པ་ཞེག་ལྟར་དགོས་རྒྱུ་གལ་གནད་ཆེ།
 རོས་ནས་སོ་སོས་ལག་བསྟར་མཁན་དུ་མ་མཐོང་སོང་།
 ཡིན་ཡང་སྤྱུག་བསྟུལ་གྱུར་པའི་རྒྱ་མཚོན་ཅི་ཁོང་ཚོས་དམིགས་
 ལྷུང་བརྒྱུད་སྟེ་དཀའ་ངལ་དུ་མ་ཞེག་རྒྱབ། ཡིན་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་
 བར་དུ་འབྲུང་བ་གང་ཡང་མེད་པ་མཐོང་ཅོ་ན། དེས་སེམས་
 ལ་སྤྱུག་བསྟུལ་དང་སེམས་འཁུར་བགྱིད་མཁན་མེད་པས་ན།
 དུ་མ་ཞེག་ལ་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ། ཐོག་མའི་དམིགས་ལྷུང་
 ཀུན་སྤོང་གཅོད་མ་དེ་བཞེན་རེས་པས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་
 ཚུལ་བརྟེན་ནས་ཀུན་སྤོང་ཉོག་པོར་གྱུར་ཏེ་སོ་སོར་གྱུར་པ་
 འགྲོ་སྤངས་ཤིག་ཡིན་སྟུང་།

རེ་སྟོན་ལ་ཚོགས་པའི་སྟོབས་འབྲུགས་དགོས། རང་དང་
 སྟོན་ལམ་མ་ཐུན་བའམ་རང་དང་མཉམ་པ་དག་མཉམ་འབྲེལ་
 བགྱིས་ཏེ་རེ་སྟོན་དེ་དག་ཉམ་རྒྱུད་ལུས་མེད་ཅིག་དུ་མ་གྱུར་
 པར་ལུས་པ་གོང་མཐོང་གཏོང་རྒྱུར་ང་ཚོར་ཚོགས་པའི་སྟོབས་
 འབྲུགས་དགོས། སོ་སོའི་སྟོན་ལམ་གང་ཟག་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་
 བཟོས་ཏེ་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྟོབས་འབྲུགས་དགོས། དཔེར་ན་རོས་
 ལྟ་བུ་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་སྟེ་ཁྲིད་པ་ཞེག་ཡིན། གནས་ཚུལ་ལ་ལ་རོས་
 བས་བགྱིད་འདོད་མེད་པ་མིན་ཡང་རོས་ལ་ཤོད་མི་དང་རེ་བའི་
 སྤྱུལ་མ་བགྱིད་མི་དགོས། རྒྱན་གཏན་རང་རེར་བརྗོད་རྒྱུ་ལ།
 དཔེར་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཚོས་འཆད་འདོད་མེད་པ་མིན་ཡང་
 མི་ཞེག་གིས་ཚོས་ཤིག་འཆད་རོགས་ཞེས་སྐུལ་མ་ཞུ་དགོས།
 དེ་བཞེན་རོས་ལ་མི་དུ་མ་ཞེག་ནས་སོ་སོའི་གནད་དོན་དང་དེའི་
 བར་ནས་དག་སྤོང་མའི་ཐད་མི་གཞན་གྱིས་སྐུལ་མ་བགྱིད་པ།
 དེ་བཞེན་གསལ་འདེབས་བགྱིད་མཁན་དེ་ལྟ་བུ་ཁ་ཤས་མཚེས།
 དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོས་བགྱིད་དགོས་སྟུང་པ་དང་གང་
 བགྱིད་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཉ་གོ་སྟེ་བགྱིད་རྒྱུ་ཞེག་གང་འབྲུགས་པའི་ལུས་
 པ་ཐོན། གནད་དོན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་མི་གཞན་ལ་བགྱིད་



རྒྱ་མཚོ་ལ་དང་བཅུ་མི་ཤེས་པ་མིན་ཡང་དེ་དག་ལ་སྐྱེལ་མ་
 དེས་བར་གསལ་འདེབས་དགོས། དེར་བརྟེན་སྤྱི་ཚོགས་ནང་
 གི་མི་སྣ་གལ་ཆེན་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་དག་ལ་རང་རེས་
 རེ་བ་འདོན་རྒྱ་གལ་ཆེ། ཞེས་དང་། ལྷག་པར་ཡང་དག་པའི་
 སོ་སོ་འདྲ་མཉམ་ཞེས་པ་སྤྱི་དབྱིབས་གཞུགས་ཐོག་ནས་མ་
 ཡིན་པའི་སྐོར་བསྐྱར་བཞག་གསུངས། དེ་བཞིན་ཡ་རྒྱལ་དབང་
 མཚོག་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་བསྐྱར་གསོ་དང་། བྱུང་མེད་
 ཀྱི་རང་དབང་འདྲ་མཉམ་ཞེས་པ་སྤྱི་རྒྱལ་གཞུགས་དབྱིབས་ཀྱི་
 རྣམ་པ་ལས་ཡོངས་སུ་འདེབས་བྱ་དགོས། གཞན་ཡང་རང་
 རེའི་ལས་ལུགས་ནང་དབང་བྱུང་མེད་རྣམས་ལ་ཚོས་ཕྱོགས་

ཀྱི་བསྐྱར་གསོ་བཅུ་དགོས་པ་དུ་མ་ཡོད། དེ་ཡང་དགེ་སྲོང་
 མའི་སྤྱི་མ་པ་འབོགས་ཚོགས་སྐོར་དང་། ལྷན་གྲགས་ཅན་གྱི་ལོ་
 ལྷན་གོམ་སྟབས་ནང་འོས་འདེམས་ཁྲོད་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྤྱི་སྲོང་
 འདེམས་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་སོགས་བྱུང་མེད་རང་ཉིད་ལ་ལྷན་ཡོད།
 འདྲ་མཉམ་དང་རང་དབང་བསྐྱར་གསོ་རྒྱུ་དཔེ་མི་ལན་པར་
 དངོས་སུ་སྤྱི་ཚོགས་ཆའི་སྲིད་ཐོན་རྒྱས་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།
 ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་ནས་རང་རེར་ཅི་ཞིག་མཁོ་ཞེན་གོ་རྟོགས་
 རྣམ་པ་དང་། བྱམས་པ་དང་། ལྷན་བཅུ་རྣམས་གཞན་ཆེ་བ་
 ཡིན། ཞེས་གསུངས།



རིག་པ་སྐྱེ་དང་ཁྱད་པར་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་ཡབ་ཚེན་དུ་
 གྲགས་པའི་ཨ་ཡི་སི་ལོན་སྐྱེ་རི་མས་སློབ་ཁྲིད་བགྲིས་སྤོང་བ་
 དང་། དེ་བཞིན་འཇམ་སྤོང་གི་གྲགས་ཆེ་བའི་མཁས་དབང་མང་
 མོས་སློབ་གསོ་སྤེལ་ལུལ་ཞིག་ཡིན་པ་ལྟར། ད་ལན་དཔལ་རྒྱལ་
 དབང་ལ་ཀམ་པ་མཚོག་སློབ་ཆེན་འདིར་ཆེབས་སྐྱེད་བཀའ་འདྲིན་
 བསྐྱེད་པ་གནང་བ་དང་བལྟུན། དེ་རིང་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་སྐྱོར་
 གྱི་བཟོ་སྐྱེད་འདི་གོ་སྤྲིན་ཞུ་བུང་བས་དཔལ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་
 པ་མཚོག་ལ་ཐུགས་རྗེ་དང་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་ཞུ་བུང་། དེ་བཞིན་
 ང་ཚོའི་སློབ་ཆེན་གྱི་ངོས་ནས་ཉ་ཅང་གལ་གནད་ཆེ་བའི་མི་སྣ་
 མཁས་དབང་ཤི་མེ་ཤི་མེལ་གོ་སི་ཡང་བཟོ་སྐྱེད་ནང་དུ་མཉམ་
 བྱེད་པ་བསྐྱེད་པ་ཡོད། དེས་ན་མཁས་དབང་རྣམས་དང་ཆེད་
 ལས་པ་དག་གིས་ཐོག་མར་སོ་སོའི་རི་སྐྱོད་དང་ཁོར་ཡུག་སྐྱོར་
 ལ་གལ་གནད་ཆེ་བའི་དགོངས་འཆར་དང་བཀའ་འདྲི་ཞུ་བུང་
 བཟོ་སྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ཡོད། བཟོ་སྐྱེད་གི་ཁ་ཕྱོགས་དང་ལ་རྒྱལ་
 དབང་ཀམ་པ་མཚོག་གིས་སློབ་སྟོན་སྦྲུལ་རྒྱ་གཙོ་མོ་ཞེ་
 བུང་ཆོས་ནས་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་ལག་ལེན་དུ་རི་ལྟར་བགྲིད་རྒྱ་
 དང་ཐོག་མར་རང་ཉིད་གྱིས་འདིའི་སྐོར་ལྟ་བུ་དང་བཀའ་འདྲི་

ཞུ་བུང་ཡིན། ངའི་ངོས་ནས་བཤད་ན་ཆོས་ལུགས་དང་ཆོན་རིག་
 རྒྱུ་འབྲེལ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་དགའ་ལ་དེ་ལས་ནང་ཆོས་གྱི་ལམ་
 ལུགས་ལས་སོགས་སྐྱེ་གཏོང་བ་དང་རྒྱ་འདི་ཞི་ཆོན་རིག་པའི་
 ངོས་ནས་བཤད་ན་ཁོར་ཡུག་ལ་ཉ་ཅང་གཏོང་ཆབས་ཆེ་བ་
 ཞིག་ཡིན། ཆེ་མར་བཏང་བ་འདིས་ཁོར་ཡུག་དང་ཆེ་སོགས་
 གཏོང་ཆབས་ཆེན་པོ་གསུམ་ཐེབས་ཤིང་མཆིས།
 དང་པོ་ཆེ་མར་བཏང་བའི་དུད་འགོ་ཉ་འབྲུ་རྣམས་མཚོ་སྤོང་
 གཞན་ནས་གཞན་དུ་གནས་སྐྱོས་ཉེ་འཚོ་གནས་གྱི་ཁོར་ཡུག་མི་
 འབྲས་བུ་མཉམ་ཚུན་དུག་རྒྱུས་སྤེལ་འབྲེན་བགྲིས་པ་ལྟར་གྱུར།
 གཉིས་པ་ཉ་འབྲུའི་རིགས་རྣམས་མཚོ་དང་གཙང་པོ་
 སོགས་རྒྱ་སྤོང་གཞན་དུ་སྤེལ་སྐྱབས་ཉ་རིགས་གཞན་
 གྱི་ཟས་སྐྱེད་པ་སོགས་བྱེད་པ་དང་། མ་ཚོས་ཀྱང་མཚོ་
 རྒྱ་གཞན་གྱི་ནང་དུ་ཡུན་རིང་འཚོ་གནས་བྱེད་མི་སྲུབ་པར་
 འཚི་བར་ངེས་པས་མཚོ་རྒྱ་སོགས་འབག་བཅོག་ཅན་དུ་
 འགྱུར། ཉ་འབྲུ་དང་སོགས་ཆགས་རྣམས་གྱི་ནང་རིགས་ཀྱང་
 མཉམ་ཚུན་འགོས་ཉེ་ཆེ་སོགས་དང་ཁོར་ཡུག་ལ་ཉེན་ཆབས་ཅན་དུ་
 བཟོ་བ།

གསུམ་པ་པོ་དུ་ལྷ་ལུང་མཚོ་གནས་ཀྱི་སྲོག་ཆགས་མང་
པོ་མེད་པའི་ཡུལ་དུ་ཆེ་ཐར་གྱི་ཆེད་དུ་ཉ་འབྲུ་མང་པོ་ཁྲིར་ཡོང་
སྟབས་དུག་རྒྱངས་དང་ནད་འབྲུ་སོགས་ཀྱང་ལྷན་དུ་ཁྲིར་ཡོང་
བར་བརྟེན་ཆེ་ཐར་བཏང་བ་དེས་ཆེ་སྲོག་མང་པོ་འསྲོག་པའི་
རྒྱ་རྒྱ་ལྷུང་གཤེས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ངོས་ནས་ཆེ་ཐར་
འདི་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་ཡིན་ནམ། འདི་ལ་སྦྱར་བཅོས་བསྐྱེད་
རྒྱ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐོར་ལ་དགོངས་ཚུལ་རི་འབྲུངས་བཀའ་སྤྲོལ་
ལྷ་ཐང་ལ་བཀའ་ལན་དུ།

སྲོག་མང་བརྗོད་འདོད་པ་ཞིག་ལ། ཚན་རིག་པ་དང་ཁོར་
ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་པ་སོགས་ཁྲིད་རང་ཚོས་ཁོར་ཡུག་དཀའ་ངལ་
ཀྱི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ངོ་སྟོན་གནང་བར་བརྟེན་རྒྱུ་
ཀྱང་གང་འཚམས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་ཁོར་ཡུག་གི་དཀའ་ངལ་དེ་
ལ་ཐབས་ལམ་དང་ལས་འགུལ་ཅི་འདྲ་སྟེལ་དགོས་མིན་གྱི་ལམ་
སྟོན་དང་སྐོར་གསོ་ཅུང་ཅུང་ལྷ་ལུང་མཚོར། དེར་བརྟེན་
ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐང་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རུས་པ་ཐོན་པ་
ཅི་འདྲ་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས་མིན་གྱི་སྐོར་ལམ་སྟོན་མང་ཅམ་
གནང་ན་གཞན་ལ་དེ་ལྟར་འཕོད་སྐྱེལ་དང་བརྒྱུད་བསྐྱབས་ཀྱི་དེ་
སྟབས་བདེ་ཁྲུང་དུ་འགྱུར། སྲོག་རྒྱ་ལྷོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་
ངོས་ནས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་སྐོར་བཤད། སྤྱིར་ནང་པ་སངས་
རྒྱས་པ་དང་ཁྲུང་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་
ཆེ་སྲོག་ནི་ཅ་ཆེན་དུ་བཅུ། སེམས་ཅན་གཞན་གྱིས་ཆེ་སྲོག་
ཅ་ཆེན་དུ་བཅུ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྲུང་སྐྱོབ་བསྐྱེད་རྒྱ་ལྷོ་ཆོས་
དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བསྐྱེད། དེས་ན་ཆེ་ཐར་གཏོང་
བ་འགྲིག་མིན་བརྗོད་ན་ཐང་ཀར་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལ་
རྒྱལ་བ་ལྷ་ལུང་མཚོར། ཆོས་དད་མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ལ་དོ་
སློག་འགྲུང་རྒྱ་ཡིན། འོན་ཏེ་རྒྱ་དངོས་དང་དཀའ་ངལ་ལ་མ་
འཛེམས་པར་ཆེ་ཐར་གཏོང་བ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ཆེ་སྲོག་ལ་

མན་སེམས་ཀྱིས་སྲོག་རྒྱ་གཏོང་གི་ཡོད་སྟབས། ལུ་བ་དེས་
སེམས་ཅན་གྱི་ཆེ་སྲོག་ལ་གཞོན་བཞིན་མཆིས་ན་མནོ་བསམས་
གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

དེས་ན་ཚན་རིག་པས་དངོས་ཡོད་དཔྱད་པའི་སྲོག་ནས་དེར་
དུས་ཀྱི་ཆེ་ཐར་ལམ་སྟོལ་གྱིས་ཁོར་ཡུག་དང་ཆེ་སྲོག་གཞན་ལ་
གཞོན་ཅིང་འཆེ་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་དེ་དག་སྤྱི་ཚོགས་ཀུན་ལ་
ངོ་སྟོན་ལེགས་པོ་བསྐྱེད་ཐུབ་པ་དགོས། ངོས་ནས་ཁོར་ཡུག་ལ་
མི་གཞོན་ཅིང་གཞན་གྱིས་ཆེ་སྲོག་སྐྱོབ་ཐུབ་པའི་ཐབས་ལམ་
ལེགས་ཤོས་ནི་དམར་ཟས་སྐོར་རྒྱ་དེ་ཡིན། དམར་ཟས་ཉུང་དུ་
བསྟེན་ན་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ཆོས་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་ཆེ་ཐར་གྱི་
ཐབས་ལམ་ལེགས་ཤོས་སུ་ཅི་བཞིན་ཡོད།

རྒྱ་མཚན་དེས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྐོར་མ་རྣམས་ལ་
ངོས་ནས་སྤྲེལ་དུ་མར་དཀར་ཟས་ལ་སྐོར་རྒྱུའི་འཕོད་སྐྱེལ་
ལན་མང་ལྷ་སྟོང་། གང་ལྟར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ངོས་ནས་
ཀྱང་གནད་དོན་གཅི་ཆུང་ལ་བལྟ་དགོས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་
དངོས་སུ་གསུངས་ཡོད་པས་ཆེ་ཐར་བཏང་བ་དེས་དེ་ལས་མང་
པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཆེ་སྲོག་ལ་གཞོན་ཞུན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ན་ང་
ཆོས་ཐབས་ལམ་གཞན་འཆོལ་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་དེ་སྟེ།

དེས་ན་ཁོར་ཡུག་དང་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཆེ་སྲོག་ལ་
མི་གཞོན་པའི་སྐོར་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཆེ་སྲོག་སྐྱོབ་ཐུབ་
པའི་ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་ཁྲིད་ཅག་གིས་མཁྱེན་རྟོགས་མངའ་ན་
ཀུན་ལ་གསུངས་ན་ལེགས། གཞན་ཆེ་ཐར་བཏང་བ་དེ་མཚམས་
འཛིག་ཀྱི་དགོས་སྐོར་བཤད་ན་ཆོས་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་
ནས་སེམས་ཅན་གྱི་ཆེ་སྲོག་ལ་སྣང་མེད་དུ་འཛོག་དགོས་སྐོར་
ཞིག་ལ་གོ་སྟོན། དེ་བཞིན་སྲིད་གཞུང་དང་སྤྱི་གཞུགས་ཀྱིས་
ཁྲིམས་བཅས་ཉེ་ཆེ་ཐར་བཏང་མི་ཚོགས་བརྗོད་ཆེ་མང་ཚོགས་ཀྱི་
བསམ་སྲོད་དང་ཆོས་དད་རང་དབང་འསྲོག་པའི་རྣམ་པ་ལྷ་ལུང་



གྲུང་དེས། ཉན་པ་སངས་རྒྱལ་པ་གཙོ་བོར་གྲུང་པས་ཚེ་ཐར་གཏོང་མཁམ་རྣམས་ཀྱིས་མེག་སྡེ་སེམས་ཅན་ཉམ་ཐག་པའི་སྤྲུལ་བསྐྱེད་མཚོང་བ་ལས་དེའི་རྒྱབ་སྟོན་སུ་ཁོར་ཡུག་དང་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཚེ་སློབ་ལ་ཉེན་ཁ་དང་གཞོན་པ་ལྷགས་ཚེན་འགྲུར་བཞིན་པ་ཤེས་ཀྱི་མེད་ཅོན། ང་ཚོས་ཚོས་དད་མང་ཚོགས་ཀྱི་པན་སེམས་ལ་བརྩེ་བཀུར་དང་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཚེ་སློབ་ལ་གཅེས་སྤྲུལ། དེ་བཞིན་ཁོར་ཡུག་ལ་སྤྱང་སྦྱོབ་བཅས་ལ་པན་པའི་ཐབས་ལས་ཕྱར་གྲུབ་མཉམ་འདེགས་ཀྱི་སྟོན་མོ་རྟོགས་ལས་འགྲུལ་སྤེལ་དགོས་པ་གཤམ་ཚེན་ཞིག་དེད་སྤྲུལ།

ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཞིབ་པ་མཁས་དབང་ཉི་མེ་ཉི་མེལ་གོ་སེས་འཛམ་གླིང་གི་བྱ་བྱིའུ་ཅ་ཚེན་སློབ་ཆགས་དུ་མ་ཞིག་ཁོར་ཡུག་དཀའ་ངལ་འོག་ནས་ཅ་མེད་དུ་འགྲུར་བཞིན་པས། དེའི་

ཐད་དུ་དགོངས་ཚུལ་དང་ལམ་སྟོན་ཇི་ཡོད་བཀའ་འདི་ལྷ་ཐད་ལ་བཀའ་ལན། དེར་སྐབས་འཛམ་གླིང་གི་མི་འབོར་གྱི་གངས་ཚད་མང་དུ་འཕེལ་བ་དང་མིའི་འདོད་ཚམ་ཡང་ལྷགས་ཤེ་ཚེར་འགྲུར་བཞིན་ཡོད་སྐབས་མི་ལ་དགོས་མཁོ་འདྲ་མིན་གྱིས་ཁང་ཁྱིམ་སྤང་དུ་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཡུག་ལ་ཉམས་ཆག་ལྷགས་ཚེ་བཏང་བ་དང་སློབ་ཆགས་ཀྱི་འཚོ་གནས་རྟེན་གཞིར་གྲུར་པའི་ཤིང་སྤོང་བཅད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་སྐབས་མིའི་དགོས་མཁོ་ལྟ་བུ་སྤོང་ཡང་། ཁོར་ཡུག་དང་སློབ་ཆགས་གཞན་གྱི་ཚེ་སློབ་ལ་གཞོན་པའི་ལས་སུ་གྲུང་པ་མ་ཟད་མཐར་ཐུག་ས་ཚེན་གོ་ལར་བརྟེན་པའི་འགྲོ་བ་མི་ལའང་གཞོན།

སྤྱིར་སློབ་རྒྱན་གྱི་ལམ་ལྷགས་འགའ་ཁོར་ཡུག་ལ་ཉ་ཅང་མན་ཐོགས་ཡོད། དཔེར་ན་ངོས་རྒྱུང་དུས་ཀྱི་མཚོར་ལྷལ་

པ་ཡུལ་བོད་ཤར་ཕྱོགས་སུ་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཡུག་རི་ཚུ་ཅི་
 འིང་གྲག་སོགས་སྲོལ་རྒྱན་སྤྱོད་མིག་གི་རྩ་ས་པ་ལྡན་པ་ཞིག་
 ལ་དོས་འཛིན་གྱིས་གཏོར་བརྒྱུག་གྱེད་མི་མོད་པར་ཁོར་ཡུག་
 ལ་དྲང་ཞེན་དང་སྤང་སྦྱོབ་བགྱིད་གི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེས་དོས་
 རང་ཡང་ཁོར་ཡུག་ལ་ཉ་ཅང་དགའ་ཞེན་དང་རང་བཞིན་གྱིས་
 དོ་སྤང་སྦྱོབས་པ་ཞིག་འབྱུང་། གང་ལྟར་མིའི་གནས་སྤོངས་ཀྱི་
 བན་ཐོགས་ཚམ་གྱི་སྤང་དུ་འདོད་རུ་ཆེན་པོས་ཁོར་ཡུག་དང་
 སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཆེ་སྲོག་ལ་སྤང་མེད་བགྱིད་རྒྱ་ཅི་ཉ་ཅང་
 རོར་འབྲུག་ཅན་ཞིག་རེད་སྟེ། རང་དེས་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྦྱོབ་
 བགྱིད་པ་ལ་མི་དང་ཁོར་ཡུག་གི་འབྲེལ་ཐག་ཉེ་དུ་བཏང་སྟེ་ཁོར་
 ཡུག་གི་དགོ་མཚན་དང་དེའི་བན་ཐོགས་སོགས་རྟོགས་པའི་
 ཐོག་ནས་ཁོར་ཡུག་ལ་དགའ་བ་དང་བཅེ་བ་སྦྱོབས་པ་ཞིག་
 འབྱུང་བུལ་པ་དེ་གལ་ཆེ་ཡིན། དེས་ན་ཆོག་ཤིང་དང་ལྡན་པའི་
 རྟོན་པོ་ཁོར་ཡུག་དང་འཚོ་བར་བེད་སྦྱོད་གྱེད་རྒྱར་བར་བསྟན་
 ཚོས་ལུགས་ནས་གསུངས་པ་འདི་ཉིད་དེང་རབས་ཀྱི་རྩ་ས་སུ་
 མོངས་སྦྱོད་སྤྱོད་ལེགས་པོ་མིན་ནམ་སྟེ།

ཡང་ཁོར་ཡུག་ཞིབ་འཇུག་པ་ཞིག་གིས་རྟོན་འབྲེལ་དང་
 རྟོས་ལུབ་ཐོག་ནས་ཁོར་ཡུག་གལ་ཆེན་ཡིན་པའི་ཚུལ་འབྲེལ་
 བཤད་རི་རྩུར་རྒྱལ་དགོས་སྐོར་བཀའ་འདྲི་ལྷ་ཐད་ལ་བཀའ་ལན་
 ཏུ། དེང་སང་འབྲུལ་ཆས་སོགས་ཡར་རྒྱས་ཉ་ཅང་ཆེ་སྤྱོད་ས་
 འཛམ་གླིང་འདི་ཚུང་ཚུང་ལྷ་བྱུང་གྲུར། གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་
 གི་གནས་ལུགས་རེ་ཆེར་ཕྱིན་པའི་རྣམ་པར་གྲུར་ཡོད། དེར་
 བརྟེན་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་ལུང་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་པན་ཚུན་
 འབྲེལ་བ་ཟབ་མོ་ཡོད་པ་དེས་ཁོར་ཡུག་གི་ཐོག་ནས་བན་ཚུན་
 འུགས་རྒྱུན་ཐེབས་སླ་བ་ཡོད་སྟེ་ལུང་ལུང་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་གང་
 ཞིག་ཡིན་ཡང་ཁོར་ཡུག་གི་དཀའ་ངལ་ནི་འཛམ་གླིང་གི་དཀའ་
 ངལ་དུ་གྱུར། འཛམ་གླིང་ནང་དུ་དཔལ་འབྱོར་དང་ཁོར་ཡུག་

སོགས་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་ཟབ་མོ་ཡོད་པ་དེ་ཤིས་རྟོགས་སྤྱོད་
 བ་དགོས་རྒྱ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་ཡིན།

ཡང་མིའི་སེམས་ནང་དུ་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྦྱོབ་སྐོར་གལ་
 ཆེན་ཡིན་པའི་ཚོར་སྤང་སྦྱོབས་ཐབས་ལ་རི་རྩུར་བགྱིད་དགོས་
 རྟོར་གྱི་བཀའ་འདྲི་ལྷ་ཐད་ལ་ལན་ཏུ། སྤྱིར་གནད་དོན་གང་ཞིག་
 ལ་གལ་ཆེན་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་བསམ་བློ་འབྱུང་བ་ལ་གནད་
 དོན་དེའི་ཕྱོག་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉེན་ཁ་དང་གཞོན་ཚབས་དེ་དག་ཤིས་
 དགོས། དཔེར་ན་མི་མང་པོས་རྒྱ་ཞེས་པ་རྩ་ཆེན་དུ་མི་འཛིན་
 གྲང་ཨ་སྤེ་རི་ཀའི་ཡུལ་ག་གེ་མོ་དག་ཏུ་རྒྱ་ཆེད་པའི་དཀའ་ངལ་
 འབྲུང་བ་མཚོང་བའི་གང་ཟག་དག་གིས་རྒྱ་ཅི་ཉ་ཅང་རྩ་ཆེན་
 ཡིན་པ་རྟོགས་ནས་རྒྱུ་ཐོས་སུ་གཏོར་མི་མོད། དེ་བཞིན་དེས་
 ཡོད་གནས་སྤངས་ཐོག་ནས་ཁོར་ཡུག་གི་ཉེན་ཁ་དེ་མི་མང་ལ་
 བོ་རྟོགས་སྦྱོབ་སྤྱོད་ཆེ་མིའི་སེམས་ཁམས་ལ་ཁོར་ཡུག་གི་དོ་
 སྤང་སྦྱོབས་སྤྱོད་པ་འབྱུང་རྒྱ་ཡིན། ཞེས་བཀའ་ཞིབ་རྒྱས་སྟེ་ལྟ་
 གྲང་མདོར་བསྟུས་སུ་བཀོད།

མཇུག་ཏུ་ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་གིས་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་
 པའི་ཁོར་ཡུག་སྐོར་ལ་བཀའ་འདྲི་ལྷ་ཐད་ལ་བཀའ་ལན་ཞིབ་
 རྒྱས་སུ་སྦྱོབ་མཐར་མཁས་དབང་སྤྱོད་ཞབས་རོ་རྗེར་ཉིས་དཔལ་
 ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་ནི་རྩ་ས་རབས་ཀྱི་སློབ་སྟོན་པ་རྣམ་
 མ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བསྟུན་བརྗོད་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱོད་ལེགས་
 པར་སྤྱོད། དེ་ཉིན་གྱི་བསྐོར་ལ་ཉེ་ཉོད་དང་། བ་རན་སི། རྒྱ་
 གང་སོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ཁོར་ཡུག་ཆེད་མཁས་ཀྱི་མི་སྣ་དུ་མ་
 ཞིག་གྲང་མཉམ་ལྷགས་བསྐྱེདས་པ་བཅས་སོ། །



ནིུ་འཇར་སི་ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སློང་
 ཏུ་འབམ་འཚོད།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢ ཉིན། ཡུལ་དབང་ཀཱ་མ་པ་མཚོག་གིས་ New Jersey ནིུ་འཇར་སི་ས་གནས་ Shamong ཏུ་རྟེན་གཞི་བཅས་པའི་ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སློང་ཚོས་སློང་ (Karma Thegsum Choling) ཚོས་ཚོགས་སུ་གདན་ཞུས་བཞིན་དེ་གའི་ཚོས་ཚོགས་སུ་བྱོན་པ་ན་གནས་འཛིན་ཟླ་མ་ཚུལ་གྱིས་ཀྱལ་མཚན་དང་། འཛམ་གླིང་ཤར་ལུབ་ཀྱི་དད་ལྡན་པ་སྟོང་ཚོས་བྱོན་བསུའི་བསུ་བཀོད་ཚར་དུ་དངར་བ་བསྟར་ཞིང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྤྱོད་མར་ཚང་ལུད་དང་མཚོད་ཇས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོགས་ཉེ་བསུ་བཀོད་གཟབ་ཅིང་རྒྱས་པ་ཞུས། ཚོས་



ཚོགས་ལ་རབ་གནས་ཀྱི་ཕྱག་ནས་དང་སྤྱང་གསལ་ཞལ་དབྱེ། རྟེན་གཙོར་སྤྲོན་ལལ་ལྷུགས་སྟོན་མཛད། བཞུགས་སློང་འཁོད་རྟེན་དོ་རྗེ་འཚང་ལུང་མ་དབུ་བསྐྱེལ་ལ་དང་འབྲེལ་གནས་འཛིན་ཟླ་མ་གྱིས་ཚུལ་རྒྱལ་མཚན་ནས་མཇུག་སྐྱུ་གསུང་ལྷུགས་རྟེན་བཏེག་ཡིམ་བཞིན་རྟེན་འབྲེལ་གསོལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་འདེགས་འབྲུལ་ཞུས་ཉེ་དེ་གའི་ཚོས་ཚོགས་སུ་སྐྱུ་བཞུགས་མཛད་དོ།།

ཉིན་འཇར་མི་ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སྲིད་གི་གོ་སྐྱོད་ལོག་འཇར་སྲིད་གར་ཉུང་གི་དང་ལྷན་པ་སྲིད་ཚོར་སྐྱོད་ཀྱི་འཆད་ཁྱིད་བསྐྱེད་ལ་ཕྱེད།

ཉི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢ ཉིན། ཡུལ་དབང་ཀཱ་པ་མཚོག་ལ་ཉིན་འཇར་མི་ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སྲིད་གི་གནས་འཛིན་ལྷན་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་དང་སྐྱོད་སྐྱོན་སྤེལ་གསོལ་བཏབ་པ་བཞིན་ New Jersey ཉིན་འཇར་མི་ས་གནས་ Mount Laurel དུ་ཡུལ་དབང་ཀཱ་པ་མཚོག་གིས་འཇར་སྲིད་གར་ཉུང་དང་རང་རིགས་གཙོས་ཉི་ལྔ་ལ་ཡའི་རི་བརྒྱད། ཚོས་བརྒྱད་རིས་མེད་ཀྱི་ཚོས་ཚོགས་གནས་འཛིན་ལྷན་མ་ཚུལ་པ་བཅས་དང་ལྷན་པ་སྲིད་ཚོ་ལ་ཉིན་དང་མེད་ཉིན་སྐོར་གྱི་བརྗོད་གཞིའི་སྐོར་ཚོས་འབྲེལ་གྱི་སྐོར་འཕྲོད་བཀའ་སླུལ་དོན།

དེ་རིང་འཇར་མི་ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སྲིད་ཚོས་ཚོགས་སུ་ཚོས་བཤད་ཀྱི་ཉིན་འདིར་འཇོམས་པ་ཀུན་ལ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་གིས་བདེ་ལེགས་ཡོད། ད་ལན་གྱིས་ཨ་རིར་ཐེངས་གསུམ་སྐབས། སུ་ཉི་ཀུན་ལ་འདི་ག་འཇར་མི་ KTC ལ་སྐྱེབས། ཐོག་མར་ ༢༠༠༩ ལོར་སྐྱེབས་པའི་སྐབས་ལ་མ་འོངས་པར་ཡང་ཡང་ཡོད་ཀྱི་ལེ་ལེ་བ་བཞིས། ཡིན་ཡང་ཡོ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་ཐེངས་གཉིས་དང་། ཐེངས་མ་གསུམ་པ་ལོ་བཞིའི་རྗེས་སུ་སྐབས། ད་ལན་ཡང་བསྐྱར་འདིར་སྐྱེབས་སུ་བར་དགའ་ལོ་བྱུང་། ད་ལན་ཐེངས་གསུམ་པ་གཙོ་བོ་མཐོ་སྐོབ་ཁག་ཏུ་བསྐྱོད་ཀྱི་ལས་འཆར་བཅོས།

དེ་རིང་འདིར་སྐོར་གྱི་སྐོར་འཆད་ཀྱི་དང་གྱི་འོ་ཆར་རྗེ་བཅོམ་འཇར་དཔལ་དབྱངས་གྱི་རྗེས་གནང་བཞི་ལྷན་ཡིན། སྐོར་ཉི་དག་ནས་འཆད་པ་རྒྱད་པ་མེན་པར་རྒྱན་གཏན་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ཀུན་ལ་བརྗོད་རྒྱུ་ད་ལན་དོས་ཨ་

རིའི་མངའ་སྡེ་ཁེ་ལི་ལོར་ནི་ཡ་དང་འཇར་སྲིད་དང་ Google, Facebook རོ་དེབ་གྱི་ལས་ཁུངས་བསྐྱེ་གནས་ཁག་ཏུ་བསྐྱོད་ཀྱི་ལོ་སྐབས་བྱུང་། དེར་བརྟེན་ཁོང་ཚོའི་ལས་ཁུངས་ཁག་གི་ནང་ཟུར་དུ་སྐོར་ལ་གཞོལ་སའི་ཁང་པ་དེ་ལྟ་བུ་མཆིས། ཁོང་ཚོའི་གནད་ཡོད་མི་སྣ་དང་འཕྲད་སྐབས་ཁོང་ཚོས་སྐོར་དང་དེ་བཞིན་དམིགས་བསལ་སེམས་གྱི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་ལྷན། མི་ཀུན་སྐོར་ལ་གཞོལ་རྒྱ་ནང་པ་ཡིན་མིན་སྐད་ཆ་མིན་པར་ཀུན་གྱིས་དོ་སྣང་གསལ་པ་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། ལྷན་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་དེ་ནི་ལེགས་པོ་དང་མོས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་བཤད། སྐོར་ཉམས་ལེན་ཞེས་པ་སོ་སོ་སྐྱེད་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་སོ་སོས་ཉམས་སུ་སྐྱོད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། སྲིད་ཀུན་ལ་འབྱུང་གྱི་ལོ་སྐབས་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱང་གཙོ་བོ་སོ་སོའི་ཉམས་ལེན་དང་སེམས་གྱི་གནས་སྣངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་སོ་སོའི་རང་དབང་དང་མོས་པ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་འབྱུང་རྒྱ་གནད་ཆེ་སྟེ།

དེ་རིང་སྐོར་གྱི་སྐོར་ལ་སྤྱི་ཙམ་པའི་འབྲེལ་བ་ཤད་ཞུས་ན་སྟེ། སྐོར་ལ་དབྱུང་སྐོར་དང་འཇོག་སྐོར་གཉིས། དམིགས་པ་གཅིག་ལ་སེམས་ཅེ་གཅིག་གིས་གཅིག་གནས་གྱིས་མི་གཡོད་པར་སེམས་མཉམ་པར་གཞག་ནས་སྐོར་པ། དབྱུང་སྐོར་ནི་དམིགས་པ་དང་དེའི་རང་བཞིན་རི་བཞིན་བརྟག་དབྱུང་གིས་སེམས་མ་གཡོད་པར་བརྟག་ཅིང་དབྱུང་ནས་སྐོར་པ་ཐམས་ཅད་བྲལ་བའི་དབྱིངས་སུ་མཉམ་པར་འཇོག་པ། ཞི་གནས་གྱི་ཉམས་ལེན་པལ་ཆེ་བ་འཇོག་སྐོར་དང་ལྷག་མཐོང་གི་སྐོར་ཉམས་ལེན་པལ་ཆེ་བ་

དབྱུང་སྒོམ་དང་འབྲེལ། སྐབས་ལེ་དབྱུང་འཛོག་སྒྲིལ་མ་ཞི་ལྷག་
 ལུང་འབྲེལ་གྱི་ཉམས་ལེན་བགྱིད་སྣངས་དམིགས་བསལ་འབྱུང་།
 དཔེར་ན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཉམས་ལེན་བགྱིས་པ་ལ་སོགས་པའི་
 སྐབས་ལ་ཞི་ལྷག་ལུང་འབྲེལ་གྱི་སྒོ་ནས་ཉིང་འཛོན་བསྐྱོམ་རྒྱ།
 གཞི་ཅའི་ཆར་ཞི་གནས་འཛོག་སྒོམ་གྱི་སྐྱོགས་སུ་གཏོགས།
 ལྷག་མཐོང་དབྱུང་སྒོམ་གྱི་སྐྱོགས་སུ་གཏོགས་པར་བཞག་
 བ་མ་འབྲས་པ་མེད་སྟེ། ཞི་གནས་གྱི་ཉམས་ལེན་མེད་པར་
 ལྷག་མཐོང་གི་ཉམས་ལེན་ཞེས་པ་སྤྱིར་དཀའ། ཞི་གནས་གྱི་
 ཉམས་ལེན་གཏོང་རྒྱུ་གས་རྒྱར་ལྷག་མཐོང་གི་ཉམས་ལེན་མ་
 བགྱིས་པའི་སྒོན་ཞི་གནས་གྱི་ཉམས་ལེན་སྒོན་དུ་འགྲོ་དགོས་
 རྒྱ་གལ་ཆེ་ཡིན། ཞི་གནས་གྱི་ཉམས་ལེན་བགྱིད་པའི་སྐབས་
 སུ་ཅུལ་འཛོན་བགྱིད་རྒྱ་སྟེ་ཉམས་ལེན་བགྱིད་པའི་ས་སྐྱོགས་
 དཔེན་པ་ལྟ་བུ་དགོས་རྒྱ་ཅུལ་འཛོན་བགྱིད་རྒྱ་བཅིག་དེ་ལྟར་
 ལྷུང། དཔེན་པ་ཞེས་པ་སྤྱིར་གནས་དཔེན་པ་ཅོམ་མ་དུ་མ་ཟད།
 གནས་སྣངས་དཔེན་པ་ལྟ་བུ་དགོས། དེར་སང་གི་གནས་སྣངས་
 ཁ་སར་དང་བྱ་བ་འབྲ་མིན་སྟེ་འབྲས་ཡོད་པས་དེ་ལྟ་བུས་རྣམ་
 གཡེང་མང་བས་དེར་བརྟེན་གནས་སྣངས་ཀྱང་དཔེན་པ་ཞིག་
 དགོས། དེ་བཞིན་སེམས་ལ་ཡིན་ཡང་ཞི་གནས་སྒོམ་རྒྱར་གྱི་
 སྤྱི་ཆ་ཆར་ལྷན་པ་དགོས། དེ་མིན་སེམས་ལ་གྱ་སྤྱི་གཞི་ལ་
 དང་རྣམ་ཉོག་དང་དངངས་སྐྱབ་གས་ཆེན་དཀའ། ཐོག་མར་
 སྤྱིར་བཏང་བགྱིད་སྐབས་གནས་དམིགས་བསལ་དཔེན་པ་
 ཞིག་བཅའ་ཉེ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ཉམས་ལེན་བགྱིད་དགོས་པ་
 གལ་གནད་ཆེ། གལ་ཉེ་ཞི་གནས་ཉམས་ལེན་འབྱུང་ན་དེས་
 པར་གནས་དཔེན་པ་ཞིག་ཏུ་འདུག་མི་དགོས་སྟེ། ཞི་གནས་
 གྱི་ཉམས་ལེན་རྣམ་མ་ཞིག་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་རྒྱར་སྒོན་གྱི་ཉམས་
 རྒྱུད་ལྷན་པའི་གང་ཟག་གིས་གསུངས་ན། ཟླ་བ་གསུམ་ནས་
 དུག་གི་བར་དུ་དུས་ཚོད་འགོར་བར་གསུངས། དེ་བཞིན་ཞི



གནས་ཀྱི་སྐོམ་བཅུད་པའི་སྐབས་སུ་ཐེངས་དང་པོ་དེ་གནད་
 མེད་ཐེངས་དང་པོར་གྲུབ་འབྲས་མ་ཐོན་ཆེ་ཐེངས་གཉིས་པར་
 གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་རྒྱུ་དང་རེ་བ་ཉུང་འུང་གྲུབ། ད་ལྟའི་གནས་
 ཚུལ་ལྟར་ན་རང་རེ་སྤྱི་རྒྱལ་ཁབ་དག་ཏུ་སྐོམ་རྒྱབ་རྒྱ། དཔེར་
 བཤུན་ཆོས་ཆོགས་སུ་སྐོམ་ཉམས་ལེན་བཅུད་མི་མཆིས། ཡིན་
 ཡང་དེ་ལྟ་བུ་སྐོམ་ཉམས་ལེན་ནི་བརྟན་ཐུག་གཅིག་ནང་ལ་
 མཉམ་དུ་འཛོམས་ནས་སྐོམ་རྒྱབ་བཞིན་འོང། དེའི་དུས་ཚོད་
 གྱིས་སྐོམ་ཚད་དང་ལྡན་བ་སྐོམ་རྒྱུར་དུས་ཚོད་མ་འདངས་པ་
 མཐུན་སྦྲེན་དེ་དག་ཀྱང་ཆ་ཚང་ཞིག་ལྡན་དགའ། ད་ལྟ་སྤྱི་རྒྱལ་
 ལ་ཞི་གནས་རྒྱུད་དུ་སྤྱོད་རྒྱུར་ཚད་ལྡན་གྱི་སྐོམ་བྱིན་ཆོགས་པ་
 ཞིག་ཡོད་པ་གོ་སྐོམ་དཔེར་ལ་ཡོད་ཀྱང་གངས་ཀ་ཉུང་འུང་
 སྤེལ་ས། དེ་ལྟ་བུའི་ཞིག་དགོས་རྒྱུར་སྤྱུལ་མ་འུ་བཞིན་ཡོད།
 ཞི་གནས་དང་ཉེན་འབྱུང་གི་ཉམས་ལེན་མེད་གྲུར་ན་རང་རེ་
 ལ་སྤོང་ཉིད་ཀྱི་གོ་བ་གང་འཚམས་འོན། དེ་བཞིན་བྲམས་སྤྱིང་
 རེ་ཆེན་པོ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་གང་འཚམས་ཤིག་སོ་སོའི་རྒྱུད་
 དུ་སྤོང་བ་ལྡན་ན་ཞི་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལྷག་མཚོང་གི་ཉམས་
 ལེན་མེད་གྲུར་ན་ས་དང་ལམ་གྱི་བརྐྱོད་པ་ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་
 སྤྱི་རྒྱུ་དགའ། ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གཞི་ཅ་ཞི་ལྷག་གི་ཞི་གནས་
 ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་གལ་གནད་མེད། ད་ལྟ་བར་དུ་
 རང་རེས་ས་ལམ་གྱི་གོང་འཕེལ་མི་འགོ་བའི་རྒྱ་མཚོན་གཅིག་
 ལྟེ་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་ཉམས་ལེན་མེད་པར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་
 བཞིན་མེད་དམ་སྟེ།

སྤྱིར་ཞི་གནས་སྐོམ་རྒྱུར་གོང་དུ་བཞག་པ་རི་བཞིན་ཡོངས་
 གཤམས་སམ་ཐུན་མོང་གི་ཞི་གནས་དེ་ལྟར་ཡིན། ཡིན་ཡང་རྒྱ་
 བཀ་གི་བསམ་གཏན་པའི་ཉམས་ལེན་དེ་དག་གི་ནང་དུ་རེས་པར་
 དཔེན་པ་ཞིག་ཏུ་སྤྱིན། ལྷན་དུ་སྐོམ་མི་དགོས་པར་ཉིན་རེའི་སྐོམ་
 ཉམས་ལེན་དང་དེའི་ནང་དུ་བསྐྱོད་ཀྱིན་བསྐྱོད་ཀྱིན་སྐོམ་དང་

བཟའ་བཞིན་བཟའ་བཞིན་སྐོམ་རྒྱབ་རྒྱུ་འགོ་འདུག་གི་སྤོང་ལམ་
 གང་གི་གནས་སྐབས་ལའང་སེམས་སྤོང་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་
 གཙོ་བོ་ཞི་གནས་ལས་ཆེ་བའི་ཉམས་ལེན་བཅུད་རྒྱ་ཡོད། དེའི་ཞི་
 གནས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཞག་ཅོན་རང་རེར་ཐོན་པུ་སྤོང་བ་སྤྱིད།
 མི་དུ་མ་ཞིག་ལ་དེ་ལྟའི་ཞི་གནས་ལ་རྒྱ་བ་ལྟ་བུ་གི་དུས་ཚོད་
 བཏང་དུས་ཚོད་སྤོང་བ་ཉམས་ལེན་གྱི་དུས་ཚོད་ཁོམ་པ་དཔེན།
 རྒྱ་མཚོན་སྤོང་ན་དེ་དག་ལ་དམིགས་བསམ་སྤོང་བ་སྤྱིད། ཡིན་
 ཡང་དེ་བཞག་སྐབས་སྤོང་བོ་ཞིག་མཆིས་ཀྱང་རྒྱལ་མའི་ཉམས་
 ལེན་བཅུད་སྐབས་དགའ། གོང་དུ་ཞུས་པ་རི་བཞིན་ཞི་གནས་
 ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཅ་བ་ནས་མེད་པ་ཞིག་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞི་
 ལྷག་རྒྱུང་འབྲེལ་འགོ་འདུག་གི་སྤོང་ལམ་གནས་སྐབས་ལ་རང་
 རོ་བསྐྱང་ཞེས་པ་དགའ། སྤྱིར་བཏང་ས་ཁོངས་བསྐྱངས་ཉེ་སྤོང་
 གྱིས་སྤོང་དེ་མ་བཅོས་པ་མཉམ་པར་གཞག་ཅེས་པ་སྤྱིར་ལྟར་
 བ་དགའ་མོ་ཞིག་མིན། རང་ཉིད་གང་ཡིན་པ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་
 པའི་སྐོན་ནས་སྤོང་སྤོང་དུ་འདུག་རྒྱུ་དང། ཡིན་ཡང་རང་རེ་ཀུན་
 བཅོས་མར་སྤོང་གོམས་པའམ་འགོ་བ་མི་ཀུན་བཅས་བཅོས་མང་
 པའི་རྒྱ་མཚོན་ལ་བརྟེན་ནས་རང་རེས་དབྱུད་བཅོས་མ་བཅུད་
 ཅེས་བརྗོད་ན་རང་རེར་དགའ་ངལ་ལྟ་བུར་གྲུབ། དཔེར་ན་ལྷ་རི་
 དག་གིས་ནད་པར་སྤོང་རྒྱབ་ལ་ཉེན་སྐོན་ལྟོད་དུ་སྤོང་ཅེས་བརྗོད་
 སྐབས་ད་དུང་དངངས་སྤྱད་ལས་ཆེ་བར་འབྱུང་བ་རི་བཞིན་
 བཅོས་མར་སྤོང་གོམས་ཆེ་བས་ན་དབྱུད་བཅོས་མི་བཅུད་རྒྱ་
 རང་རེར་དགའ་ངལ་དུ་གྲུབ།

སྤྱིར་ལྟ་བུ་ཞིག་བརྗོད་རྒྱུར་ཀམ་པ་སྤྱི་ཐེངས་གསུམ་པ་རང་
 ལྷན་དོ་རི་སྤྱི་ཐེངས་ན་རིམ་ལས་ཁོང་ལ་སྤོང་མ་གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་དུ་
 མ་གྲུབ། དེར་བརྟེན་ཀམ་པ་གསུམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རི་མཚོག་ལ་
 མི་ཞིག་གིས་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པར། ཉམས་སུ་ལེན་མི་དགོས་པའི་
 ཆོས་ཤིག་ཡོད་དམ། ཡོད་ན་སྤོང་བོགས་ཞུས་པར། དེས་པར་



དུ་ཡོད་གསུངས། དེ་བདག་ལ་སྤོལ་རོགས་ཞུས་པར། ཉམས་
 སུ་ལེན་མི་དགོས་པའི་ཚེས་ཁྱོད་རང་ལ་བྱིན་ཡང་པན་མི་ཐོགས།
 ཉམས་སུ་ལེན་མི་དགོས་པའི་ཚེས་ཁྱོད་རང་ལ་བྱིན་ན་ཁྱོད་རང་
 གིས་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱུ་ཡོད་མེན་ལྟ་ངེས་ཡིན་གསུངས། ཁོ་ལ་
 ཉམས་སུ་ལེན་མི་དགོས་པའི་ཚེས་ཤིག་སྤྱད་ཀྱང་ཁོས་ཉམས་སུ་
 ལེན་རྒྱུ་ཡོད་མེན་ལྟ་ངེས་ཡིན། ཁོས་དབྱུང་བཅོས་བགྱིད་ངེས་
 ཡིན་པས། དེར་བརྟེན་ཁྱོད་རང་ལ་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱུ་མེན་པའི་
 ཚེས་ཤིག་བྱིན་ཡང་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱུ་མེན་པའི་ཚེས་ཉམས་སུ་
 ལེན་མི་ཤེས་གསུངས། དེ་ནི་གཙོ་བོ་བཅོས་མ་དང་བཅོས་མ་
 མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་རོ་བསྐྱེད་ཏེ་སེམས་སྡོད་གྱིས་སྡོད་
 དེ་འཇོག་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་པ་ཅ་བ་བྱུང་འབྱིན་གྱི་ཚུལ་དུ་བགྱིད་
 མི་ཐུབ། ཡིན་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་བྱས་པ་རྒྱུར་དུ་གཏོང་རྒྱུ་
 དང་དམ་དོམ་བགྱིད་རྒྱུར་པན་ཐོགས་ངེས་པར་ཡོད། དཔེར་ན།
 ཁོང་ཁོ་མ་ལངས་པའི་སྡོན་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་དེར་ཁོང་ནས་ཁོས་
 པའི་སྐད་ཆ་བཤད་དེ་བཞག་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་ཟེན་པའི་
 མོ་ནས་ད་ལྟ་བཤད་པ་རི་བཞིན་ཉམས་ལེན་བགྱིས་ན་བགྱིད་
 ཐུབ། དེ་མེན་ཁོང་ཁོ་མའོན་འགྱུར་དུ་སྐྱེས་ཟེན་ན་བགྱིད་མི་
 ཐུབ། གང་ལྟར་ཁོང་ཁོའི་སེམས་མའོན་དུ་འགྱུར་ལ་ཁད་པ་དེ་
 ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ་གོང་དུ་བཤད་པའི་སེམས་རོ་སྐྱོད་རྒྱུའི་ཉམས་
 ལེན་བགྱིས་ན། ཁོང་ཁོ་སྐྱེད་བཞིན་པ་དེར་སོ་སོས་ཁོང་ཁོ་སྐྱེད་

གི་གདམས་ལྷན་པ་དེ་ལྷ་བྱས་ཉེན་དུ་དོགས་པ་འདྲ་མིན་པ་དང་
དགག་སྐྱབ་མེད་པར་ཁོང་ཁོ་བའི་དོ་བོར་དེར་གཏང་དེ་འདུག་
ན། ཁོང་ཁོའི་སེམས་པ་ཞེས་པ་རྣམས་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་ལས་ཚང་
ལས་བརྒྱུ་བའི་སེམས་པ་འདམ་སྟོགས་སྣང་ཅན་གྱི་བསམ་པ།
རྒྱ་མཚོན་དེར་བརྟེན་ནས་རང་རེས་རང་དོ་བསྐྱར་སྟེ་འདུག་ན་
ཁོང་ཁོ་དེར་བདེན་པའི་རྒྱབ་བརྟེན་མེད་ཅན་ན། ཁོང་ཁོ་བའི་སྐྱིས་
པ་རི་བཞིན་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཐོག་ཏུ་བདེན་པའི་རྒྱབ་
རྟེན་མེད་ལྟར་ན་དེས་དོ་བོ་བསྐྱར་སྟེ་འདུག་ན་རང་ཉིད་རྒྱན་
རྒྱབ་རྟེན་པར་གྱུར། དོས་གྱི་གོ་ཐོས་ལྟར་ན་ཀམ་བ་སྐྱ་ཕྱིང་
བཅུ་དྲུག་པས་མི་དུ་མ་ལ་མཇུག་ཁང་བཅར་བའི་སྐབས་སུ་
ཐོག་མར་སྐྱེན་གྱིས་གཞིགས་ཏེ་མི་དེར་ལུ་དག་གཏོང་བ་རི་
བཞིན་གཞིགས་ཅན་ལ། མི་དེས་ནོར་འཁྲུལ་བྱུང་བ་འབྲེལ་མར་
མི་དེའི་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་འགྲུལ་མར་ཐོན་པ་རི་བཞིན། ད་ལྟ་
རང་རེས་ཁོང་ཁོ་བའི་སེམས་པ་དེར་ང་ཚོའི་སེམས་པའི་འདྲ་
བཤུས་བཞིན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་བདེན་པ་མ་ཡིན་པ་ཕྱིན་ཅི་
ལོག་པའི་བསམ་པ་ཞིག་ཡིན་ན། རང་བཞིན་རྒྱན་རྒྱབ་རྟེན་པ་
རི་བཞིན་འབྱུང་། རྒྱ་མཚོན་དེར་བརྟེན་ནས་ཁོང་ཁོའི་བསམ་
པ་རྒྱས་པ་རྒྱུ་དུ་འགྲུལ་རྒྱུར་བའི་ཐོགས་ཡོད།

ཞི་གནས་གྱི་ཉམས་ལེན་སེམས་ཞི་བར་གནས་པ་ཅམ་
ཞིག་རྒྱུར་པ་མིན་པར་ཞི་གནས་གྱི་དམིགས་ལུལ་མདོར་ན་
ཉེན་མོངས་པའི་སེམས་འགྲུར་བ་གཏོང་རྒྱ་དང་ཡར་རྒྱས་འབྱུང་
རྒྱའི་ཚེད་དུ་སྐྱབ་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། ལ་ལས་བསམ་ན་ཞི་གནས་
རྟོམ་སྟེ་སྟོ་སྟེད་པའི་དམིགས་ལུལ་དེ་ཅམ་ཞིག་གིས་འགྲུབ་པར་
བྱེད་པ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་མདོར་ན་ཆེ་ཆུང་ལ་མ་སྟོས་པ་ཉོན་
མོངས་གྱི་གཉེན་པོར་འགྲོ་བ་ཞིག་དང་སོ་སོའི་གཤེས་ཀར་ཡར་
རྒྱས་འགྲོ་བར་ཕན་པའི་སྐད་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་གནད་ཆེའོ།

དོ་སྟོན་མདོར་བཟུས་ཅམ་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན། ཞི་གནས་
གྱི་སྐོམ་དེའང་སོ་སོའི་སྐྱབ་ཁང་དང་འདུག་ལུལ་ཁང་པའི་ནང་
རྒྱ་ཚོད་ཁ་གསུང་དེར་བདེ་ཞིང་འབོལ་བ་དེ་ལྷ་བྱ་ཞིག་བྱུང་བ་
ཅམ་ཞིག་གིས་མི་ཕན་པ། དེའང་སྐྱབ་ཁང་ནས་ཕྱིར་བསྐྱོད་
སྐབས་སམ་ལས་ཀའི་སྐབས། མི་གཞན་ལ་འབྲེལ་བ་བཞིན་
པའི་སྐབས་སུ་ཞི་གནས་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་
ལ་ཕྱིའི་བསམ་སྣང་གི་རྒྱུ་དེ་དག་སོ་སོའི་སེམས་ལ་བསུན་པོ་
མི་བཞིན་རྒྱ་དང་ཁོང་ཁོའི་མཚན་སུ་སེམས་ཞི་བར་གནས་
རྒྱའི་ཐབས་ཤེས་བཞིན་རྒྱུར་ཕན་པའི་སྐད་དུ་འབད་བརྟེན་བཞིན་
དགོས། ལ་ལས་བཤད་ན་ཁོང་ཁོ་འི་ལངས་བཞིན་གདམ། ང་
རང་ནང་པ་ཡིན་པས་རྣམ་འགྲུར་བསུན་ན་དོ་ཆེ་ཞེས་བརྗོད་མི་
བྱུང་། ཡིན་ཡང་སོ་སོའི་སེམས་ནང་ཁོང་ཁོ་མི་ལངས་ཕྱིར་ཁོང་
ཁོ་ཞེས་པའི་དོ་བོ་དང་ཁོང་ཁོའི་སྐོམ་མཚོང་བའི་ཐོག་ནས་དྲང་
དུ་སྐྱངས་ཏེ་ཁོང་ཁོ་ལངས་པ་མ་ཡིན་པར་ཁོང་ཁོ་ལངས་པ་
གང་ཞིག་ལ་དེར་ཐབས་གང་གི་སྟོན་ནས་བཀག་མ་ཐུབ། ཡིན་
ཡང་རྣམ་འགྲུར་སྟོན་བཞིན་པ་དེར་དོ་ཆེ། བཤད་པ་ཡིན་པ་ཅམ་
གྱིས་ཁོང་ཁོ་ལངས་མི་ཚོག་པ་མིན། རང་རེ་ནང་པ་ཡིན་པའི་
རྒྱ་མཚོན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་ཁོ་མི་ལངས་པ་མིན་པར་རང་
ཉིད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚོན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་ཁོ་མི་ལངས་པ་ཞིག་
དགོས། ཁོང་ཁོ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ནང་སེམས་དང་ཕྱིའི་
ལུས་ཐོག་ལ་གནོད་འཚེ་འབྱུང་གི་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་ཁོང་ཁོ་ལ་
བརྟེན་ནས་ཐོགས་པོ་དག་ལའང་གནོད་འཚེ་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་
སོགས་མཚོང་བའི་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་གྱིས་དྲང་དུ་སྐྱངས་པའི་
སྟོན་སྐོམ་ཁོང་ཁོ་མི་ལངས་པ་ཞིག་དགོས། བཤད་པ་ཞིག་ཡིན་
པའི་ཆ་ནས་ཁོང་ཁོ་མི་ལངས་པར་གྱུར་ན་ཉམས་ལེན་རྣམས་མ་

སེམས་ཁམས་རིག་པ་བེད་སྤྱོད་དེ་རང་རེ་ལ་ཚུར་བསྐྱུ་འབྲིང་
བགྲིད་ཀྱི་ཡོད་སྟབས་དེར་བརྟེན་སྤྱོད་གས་གཅིག་ནས་ཡིན་ཏེ་
དཀའ་བར་གྱུར།

སྟོན་མ་བརྗོད་རྒྱ་ཞིག་ལ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་བར་ཀུ་ལུ་
རྟགས་ཅན་གྱི་ཁ་བར་ཞིག་སྤུལ་ན། རྒྱ་ཚོད་ཁ་ཤས་རིང་ལ་
དབུ་འཁོར་ཉེ་གཟེགས་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་ཡོད་སྟུང་། དེར་བརྟེན་
ཕྱི་དངོས་སེམས་འདོད་ཡོན་དེས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་འཇམ་རྣམ་
གངས་དུ་མ་ཡོད་སྟབས། དེར་རང་རེས་འདོད་ཡོན་གྱི་བུ་བའི་
རྒྱ་ལས་ཕྱོལ་རྒྱ་དཀའ་ཡང་སོ་སོས་སེམས་རྣམ་དུ་གནས་པའི་
སྟོན་པ་དེ་ལྟ་བུ་འདོད་ཡོན་ནས་ཡང་ན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་བཅོས་
པ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་མ་འགྲངས་པར་རང་
རྒྱལ་ཕྱབ་པའི་སྟོན་པ་སེམས་རྣམ་དུ་གནས་ཉེ་མཚོ་བསམ་
བཏང་སྟེ་སོ་སོར་འདོད་པ་དང་དགོས་པའི་བྱུང་བར་ཕྱེ་སྟེ། རོ་
མ་དགོས་པ་རི་ཡིན་མཚོ་བསམ་དང་ཕྱི་དངོས་སེམས་སྤུ་མི་
འགྲང་བར་སོ་སོའི་རང་རྒྱལ་ཕྱབ་པའི་སྟོན་པ་སེམས་རང་
དབང་དུ་གནས་སྐབས་པའི་སྟོན་པ་མཚོ་བསམ་བགྲིད་ན། གཞི་
ནས་སེམས་དབེན་པ་ཞེས་པ་འགོ་བཙུགས་སྐབས་པ་འབྲུང་སྟུང་།

རྒྱ་ཡི་དད་སྟོབ་ཅིག་གིས་སྟོན་པ་འགོ་དང་དངོས་གཞིའི་
སྟོར་ལ་བཀའ་འདྲི་ལྷན་ལ་བཀའ་སྐུལ་དོན། སྤྱིར་སྟོན་པ་འགོའི་
ཉམས་ལེན་ལ་རྣམ་པ་གཉིས། ཡིན་ཡང་པལ་ཆེ་བས་སྟོན་པ་འགོ་
ཞེས་སྟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྟོན་པ་འགོ་བཞི། སྐབས་འགོ། རྩོད་
སེམས་བརླམས་པ། མཉམས། རྒྱ་མའི་རྣམ་འགྲུབ་དེར་མཚོ་བསམ་
གཏོང་བ་དང་། རོས་ཀྱི་མཚོ་བསམ་ལྟར་ན་སྟོན་པ་འགོའི་ནང་ནས་
གནད་ཆེ་བོས་ཉེ་སྟུན་མོང་གི་སྟོན་པ་འགོ་བཞི། ཡིན་ཡང་སྟུན་
མོང་གི་སྟོན་པ་འགོ་བཞི་ལ་གྲངས་ཀ་གསོག་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད། སྟུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་སྟོན་པ་འགོ་བཞི་ལ་གྲངས་ཀ་གསོག་རྒྱ་དང་མི་
ཀུན་གྱིས་དེར་མོས་ཆེ་བ་འབྲུང་། སྟུན་མོང་གི་སྟོན་པ་འགོ་སོ་

སེམས་ཁམས་ནང་དུ་གང་འཚམས་ཀྱིས་ཉམས་སྤོང་གོང་འཕེལ་
འབྲུང་ན་མ་གཏོགས་ཚོར་སྤང་འབྲུང་རྒྱ་དཀའ། གང་ལྟར་ཡང་
སྟུན་མོང་གི་སྟོན་པ་འགོ་བཞི་ལས་བསམ་སྟོན་གཏོང་རྒྱ་དང་། སྟོན་
པ་འགོ་ཞེས་དང་སོ་ཉམས་ལེན་བགྲིད་རྒྱུའི་གནས་སྐབས་དང་དེ་
ནས་དངོས་གཞི་སྤེལ་བའི་སྐབས་ལ་བར་བསྐྱུར་རྒྱུའི་སྤྱོད་ཆ་
མིན། སྟོན་པ་འགོ་ཞེས་པ་ཐོག་མ་ནས་གལ་ཆེ་བ་དང་ཐོག་མཐའ་
བར་གསུམ་ཐམས་ཅད་གལ་ཆེ་བ་མཚོན། ཐོག་མར་གལ་ཆེ་
བ་དང་དངོས་གཞི་ལ་སྤེལ་བམ་ཚམས་པར་བསྐྱུར་རྒྱ་ཞིག་ལ་
མི་བརྗོད་པས་དེ་ལྟ་བུའི་མཚོ་བསམ་གཏོང་སྤངས་ལ་སྤུགས་
བསམ་བཞེས་དགོས།

རྩོ་བོ་བཀའ་གདམས་པའི་ཉམས་ལེན་ལྟར་ན་ཕྱག་ལེན་
ཐོག་མར། དཔེར་ན། སྟུན་མོང་གི་སྟོན་པ་འགོ་བཞི་ལས་འཆེ་བ་
མི་རྟག་པའི་ཉམས་ལེན་བགྲིས་ན་རྟོགས་པ་མ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་
དུ་ཉམས་ལེན་བགྲིད་དགོས་པར་གསུངས། མི་ཞིག་གིས་མི་
ཆེ་དེར་འཆེ་བ་མི་རྟག་པའི་ཉམས་ལེན་རྟོགས་པ་མ་སྐྱེས་ན་
གང་བྱ་དགོས་ལྷན་པར། མ་ལོ་བར་དུ་ཉམས་ལེན་བྱ་དགོས།
འཆེ་ཁར་མ་འོངས་པར་ལུ་མཐུང་དེ་འཆེ་བ་མི་རྟག་པར་ཉམས་
ལེན་བགྲིད་དེ་ལས་གོང་མ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་
སྟོན་པ་མཐའ་བཏང་ནས་བགྲིད་དགོས་པ་ལས། ཚོས་སྤུ་སྤུ་མ་
ཉམས་རྟོགས་མ་འཇུག་པར་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ལ་ཉམས་ལེན་བགྲིད་
མི་ཚོགས་ཅེས་རྩོ་བོ་བཀའ་གདམས་པའི་ཕྱག་ལེན་ཡིན་ཡང་ཅུང་
དམ་པོ་པར་གསུངས།



ཉི་ཤུ་འཇར་མི་ཀམ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སྤྱིར་གྱི་གྲོ་ལོག་པར་བྱུང་བའི་ཉི་ཤུ་འཇར་མི་ལྷོ་ཚོར་
རྒྱ་བཅུན་འཇར་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱུ་གནང་ལྷུལ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༧ ཚེས་ ༧ ཉིན་གྲུབ་རྒྱལ། ལྷུལ་དབང་
ཀམ་པ་མཚོག་གིས་ཉི་ཤུ་འཇར་མི་ Karma Thegsum
Choling ཀམ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སྤྱིར་ཚོས་ཚོགས་སུ་འཇར་
སྤྱིར་ལར་བྱུང་དང་རང་རིགས་གཙོས་ཉི་ལྔ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད།
ཚོས་བརྒྱད་རིས་མེད་ཀྱི་ཚོས་ཚོགས་གནས་འཛིན་སྐྱོ་མ་རྣམས་པ་
བཅས་དང་ལྷན་པ་སྟོང་ཚོ་ལ་རྗེ་བཅུན་འཇར་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་
རྒྱུ་གནང་གནད་སྤོན་ས་པོན་ཐེབས་ངེས་སུ་སྦྱུལ། མཐུལ་དང་
གནས་འཛིན་སྐྱོ་ལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཚན་དང་དད་སྤྱིན་རྣམས་

ནས་སྤྱི་ཤིན་གཏང་རག་གི་བཅུན་བཞུགས་རྒྱས་པ་ཞིག་བསྟར་
འབྲུལ་དང་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་རྣམས་ལ་མཇལ་ཁ་སྦྱུལ།
མཐུལ་ཏུ་ནང་ཚོས་དང་འདུན་པ་རྒྱ་ནག་སྐྱམ་སའི་ཏང་
ཅུང་གི་སློབ་མ་ཞིག་ནས་དེད་རྒྱ་ནག་ཏུ་སློབ་ལ་དོ་སྣང་བྱ་མི་དུ་
མ་འབྱུང་། སློབ་རྒྱལ་སྐབས་ཤིང་སྦྱགས་རྣམས་ཉོག་འཕྲོ་ཚོད་དུ་
མ་འབྱུང་བཞིན་སའི་བཀའ་འཛིན་ལྷན་ལ་བཀའ་ལན་སྦྱུལ་དོན།
སྤྱིར་བ་བ་སྤྱ་རགས་མང་ལ་སྤྱིར་བ་སྤྱ་མོ་ངེས་ཟེན་རྒྱུད་དཀའ་
བར་གསུངས། སྤྱིར་བཏང་སློབ་རྒྱལ་སའི་གནས་སྐབས་ལ་ལུས་

ཀྱི་གནས་བབ་ལ་བརྟེན་ནས། དཔེར་ན། རྒྱ་ནག་གི་སྲིད་ཇུག་སྐྱོན་དང་བོད་ཀྱི་སྲིད་ཇུག་སྐྱོན་གྱི་ཐོག་ནས་འཆད་ན། སོ་སོའི་གཞུགས་སྐྱོན་ལ་ཁམས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་བར་ཆེ། ཁམས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་སྲིད་ཇུག་བའི་སྐབས་ལ་མི་འདྲ་བ་འབྱུང་བ་དང་དེ་བཞིན་སྲིད་ཀྱི་འདུག་སྐབས་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བར་འབྱུང་། དེ་བཞིན་ཁང་པའི་ནང་གི་ཁོར་ལུག་གི་བྱུང་བར་གྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་འབྱུང་། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་རྒྱ་ནག་དུ་བྱིང་བ་བྱུང་བའི་སྐབས་ལ་མིག་སྔ་ཅེའི་ཐད་ཀྱི་བར་སྐྱོང་ལ་ལྟ་བུ་བཞིན་བསམ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་བྱིང་བ་སྐྱེ་བས། མིག་ཅུང་ཟད་ཕྱོད་དུ་བཟད་དེ་ནས་མཁའ་བཟུང་ན་ཅུང་བྱིང་བ་མི་འབྱུང་བའི་བན་ཐོགས་ལྟར། སྐབས་དེ་ཐུན་གྱི་བར་མཚམས་བཞག་སྟེ་ཅུང་ཕྱི་ལ་རྒྱང་བསངས་ལ་འགོ་དགོས་བ་དུ་མ་བཤད། རྣམ་རྟོག་འཕྲོ་བ་རྒྱ་ནག་གཏན་དཔེར་ན་རྒྱ་ནག་གཏེག་ལ་རྣམ་རྟོག་གི་རྒྱ་བ་དུ་མ་འབྱུང་། དེ་རང་དེས་མཉམ་པར་གཞག་གི་མེད་ན་ཉ་གོ་བཞིན་མེད། ཡིན་ཡང་རང་དེ་མཉམ་པར་གཞག་པའི་གནས་སྐབས་ལ་རྒྱ་ནག་གཏེག་ལ་རྣམ་རྟོག་གི་རྒྱ་བ་དུ་མ་འབྱུང་བ་དེ་ཉ་གོ་བ་ཙམ་ལས་མང་དུ་བྱེད་བ་དེད་ཅེས་བཤད་རྒྱ་དཀའ། དེ་དག་ཉམས་སྲོང་ཅན་གྱི་སྐྱེ་མཉམ་ནས་ཉུ་རྒྱ་དང་དེའི་སྐྱོར་ལ་དཔེ་ཆ་ལྟར་རྒྱ་ནག་ཆེ་ཡིན། རྣམ་རྟོག་ལ་འབྲེལ་མར་བརྗོད་རྒྱ་དཀའ།

ཨ་འི་བཞེག་ནས་ཉོན་མོངས་ལ་གཉེན་པོ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེན་མིན་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ཐད་ལ་བཀའ་ལན་སྟེ་དོན། ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྐྱང་གཉི་སྟེ་སྟེ་གསུམ་གྱི་སྟེ་གསུམ་སྟེ་གཉི་གསུམ། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྐྱང་གཉི་སྟེ་གསུམ་གསུམ་དོས་འདོད་རྒྱུ་དཀའ་སྟེ་དང་། དེ་བཞིན་གང་ཟག་སོ་སོར་ཡང་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྐྱང་གི་ཉོན་མོངས་ལུགས་ཆེ་ཆུང་སྟེ་ཆོགས་མཆིས། དེས་གྱིས་གཉེན་པོ་བསྐྱེན་ཏེ་ཁ་གཏང་གཅོག་རྒྱ་ལས་

དུས་གཅིག་ལ་ཁ་གཏང་གཅོག་རྒྱ་དཀའ། དཔེར་ན། ཁོར་ཁོའི་སྐྱོན་དོས་འདོད་རྒྱ་ལས་སྐྱོན་བ་དང་འདོད་ཆགས་དེ་ལས་དཀའ། གཉི་སྟེ་གསུམ་ཅེས་བ་དེ་བས་ཀྱང་དོས་འདོད་རྒྱ་དཀའ། སྐྱོན་ལ་གཉི་སྟེ་གསུམ་གྱི་སྐྱོན་དོས་ཟེན་དགོས། དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཤད་བ་དེ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་སོ་སོས་དོས་འདོད་ཉེ་འདོད་དགོས། རང་དེ་སོངས་ཅ་ན་གཉི་སྟེ་གསུམ་དོས་བཟུང་རྒྱ་དཀའ།

སྐྱོན་དོས་བཟུང་བར་སངས་རྒྱུ་དང་སྐྱེ་མས་གསུངས་བ་དེད་ཅེས་བ་དེས་ཆབ་བཞིད་མི་སྟེ། སྐྱོན་དོས་བཟུང་རྒྱ་སོ་སོའི་དོས་ནས་དོས་འདོད་ཅིང་སྐྱིད་རང་དེ་ཀུན་ཁོར་ཁོ་ཐོངས་མང་ལངས་ཀྱང་སྐྱུར་བ་ལས། དུ་མིག་བཟུང་ཉེ་ཁོར་ཁོའི་གནས་སྐབས་སོ་སོའི་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དེ་འདྲ་ཡིན་ཡང་བསྐྱུར་མཐོ་བསམ་བཞིས་ཉེ་དེའི་སྐྱོར་ལ་སྐྱོར་དོར་བཞིད་རྒྱ་རང་དེས་དེ་ཙམ་འབྱུང་བཞིན་མེད། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་མར་བརྟེན་ནས་སོ་སོའི་ཞེ་སྐྱང་དང་ཁོར་ཁོ་ཇི་བཞིན་ཡང་ཡང་དེ་ཡིན་དོས་བཟུང་། ལྷག་པར་རང་དེའི་ཉོན་འབྲེལ་དང་ཞེ་སྐྱང་ད་རྒྱུ་དེ་ཙམ་ཆེ་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་སྐྱོན་དོས་འདོད་སྐྱོན་བ་འབྱུང་།

རང་དེའི་སེམས་ལ་སྐྱིད་བཏང་གི་ཁོར་ཁོ་དང་སྐྱོན་དང་བཅས་བ་དོས་ཟེན་སྟེ་གསུམ་ཀྱང་རང་དེའི་སེམས་འདི་བརྟན་པོ་མེད་པའམ། དཔེར་ན། སོ་སོར་དཀའ་ངལ་འབྱུང་བའི་སྐབས་ལ་གལ་ཉེ་སོ་སོའི་སེམས་རྒྱུད་ལ་བྱམས་བ་དང་སྐྱོར་ཇི་ལ་སོགས་པའི་བཟང་པོའི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་ཀུས་པའི་ཡོན་ཏན་སྟེ་སྟེ་གསུམ་ཆོགས་བཞེག་ལྟར་ན། སོ་སོར་དཀའ་ངལ་བྱུང་བའི་སྐབས་ལ་ཞེ་སྐྱང་ལ་སོགས་བ་དེ་དག་ལ་སྐྱོན་མི་དགོས་པར། སོ་སོའི་བྱམས་སྐྱོང་ཇི་ལ་སྐྱོན་ཉེ་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལེག་ཡོད། གལ་ཉེ་སོ་སོའི་སེམས་སྐྱོང་བཞེག་ཡིན་ན་ཞེ་སྐྱང་ལ་སྐབས་བཅོལ་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་དེ་ལྟར་ཡིན་པས་རང་དེས་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཡང་རྒྱས་གཉོད་རྒྱ་གལ་གནད་ཆེ། སྟེ་གསུམ་



གཅིག་ནས་རང་དེའི་སེམས་འདི་བརྟན་པོ་མེད་པ་དང་སྐབས་
 རེ་ར་ཚོའི་སེམས་ནད་དུ་སློབ་སྟོན་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ལྟར་ཚོར་
 ལྟེ། གཅིག་གིས་བརྗོད་ན་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དག་དང་གྲོགས་པོ་
 བགྱིད་དགོས་དང་། གཅིག་གིས་བཤད་ན་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་
 དེ་དག་ལ་གྲོགས་པོ་བགྱིད་དགོས་པར་བཤད། མཚམས་རེ་
 སློབ་སྟོན་པ་དང་མཚམས་རེ་གཞན་གྱི་དག་ལ་ཉན་པ་ཅི་བཞིན་
 བརྟན་པོ་མེད་ཅ་ན་སོ་སོས་ཐག་གཅོད་བརྟན་པོ་བགྱིད་དགོས།
 ཐག་གཅོད་བགྱིས་ཉེ་ངས་དབང་ཆ་གཞན་ལ་སློང་གི་ཡིན་
 ཞེས་བཤད་ཀྱང་རང་རེས་མཚམས་རེ་དམ་བཅའ་ཅི་བཞིན་
 བརྗོད་པས་ན་ཡང་ཡང་བྱུང་བ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་བཟང་སྟེ་
 རྩ་བ་གཅིག་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སུ་གོམས་པའི་དབང་གིས་ལེགས་
 པོ་འབྱུང་རྒྱུ་མེད་དམ་སྟེ། ཞེས་དང་།

མཇུག་ཏུ་བཀའ་སྩལ་དོན། ད་ལན་ཁྱེད་ཀྱིས་འདིར་
 ཚེད་དུ་གཉེར་ཉེ་བེབས་པར་དགའ་བསུ་དང་སྐྱབས་རྗེ་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་
 ཡིན། ལོང་དུ་བཤད་པ་ཅི་བཞིན་སྤྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ལྷག་པར་
 དུ་ཨ་རིར་སླེབས་རྒྱུར་དགའ་ངལ་དུ་མ་ཞིག་འཕྲད། ཡིན་ཡང་
 དགའ་ངལ་ལ་མ་བཟོས་པར་རང་ངོས་ནས་འབད་བཞོན་བགྱིས།
 དེ་བཞིན་ངོས་ཀྱི་རོགས་པ་ཚོས་དགའ་ངལ་ལ་གདོད་ལེན་ཁྱེད་
 བསད་བགྱིས། ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་སློབ་ལམ་དང་། ད་ལྟ་བར་དུ་
 དགའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱིན་འཕྲད་ཀྱིན་རང་རེ་ཀྱན་མཉམ་དུ་འདོམས་
 ཐུབ་པ་དང་། སྤྱད་འདི་ལྟ་བུ་ཡང་ཡང་འདོམས་ཐུབ་པའི་སློན་
 འདུན་དང་། ད་དུང་ཉེན་འཇུག་སེམས་ཀྱིས་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སྤྱིར་
 གི་ཚོས་ཚོགས་དང་ཚོགས་མི་རྣམས་ལ་གྲོགས་པས་ཀྱིས་མཚན་པ་དང་།
 དུང་ལྷངས་ཀྱི་མི་ལྷན་གྱི་ཚོས་ལྷན་གྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་སྐྱབས་
 རྗེ་ཆེ་ཞེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། བཀའ་ལློན་བཤད་ལེགས།



ནི་འུ་འཇར་སི་ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སྲིང་གི་གནས་སྐོར་དང་ཚོགས་མི་རྣམས་ལ་དམིགས་
བསལ་མཇལ་ཁ་དང་བཀའ་འདྲི་ཁག་ལ་བཀའ་ལན་བསྐྱབས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷོ་ལྷོ་ ༥ ཉིན། དཔལ་ལྗར་དབང་
ལ་ཀཱ་པ་མཚོག་ལ་ནི་འུ་འཇར་སི་ཀཱ་ཐེག་གསུམ་ཚོས་སྲིང་
(KTC-NJ) གི་ཚོས་ཚོགས་གྱི་གནས་འདོན་སྐོར་མ་ཚུལ་ཁྲིམས་
རྒྱལ་མཚན་དང་དད་ལྡན་སྐོར་ཚོགས་རྣམས་ནས་རི་ལྟར་
གསོལ་འདེབས་ལུས་དོན་ལྟར་དུ་ཚོས་ཚོགས་ ༣༧༥ ཅམ་གྱི་
ཚོགས་མི་དྲག་གས་རྣམས་འདུ་འཛོམས་གྱིས་དེ་དག་ལ་སྐོར་
ཁྲིང་སྐོར་གྱི་ལམ་སྟོན་བཀའ་འདྲི་བསྐྱབས།

ཚོགས་མི་རྣམས་ནས་སྐོར་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་
སྐོར་བཀའ་འདྲི་ལུས་པའི་དྲི་བ་ཁག་ལ་བཀའ་ལན་ཞིབ་པར་
སྐྱེས། གཞན་ཡང་མགོན་པོ་མཚོག་ནས་སྐོར་བ་པོ་རྣམས་
ནས་ཉིང་དེ་འདོན་གྱི་དམིགས་བ་བརྟན་པོ་འབྱུང་ཕྱིར་ཐོག་
མར་གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་བ་སྐྱོང་རྒྱལ་གནད་ཚེན་པོ་ཡིན་
སྐོར་ཞིབ་ཅིང་རྒྱས་པར་གསུངས།

**ཡེལ་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་
ཁང་གི་ཁོང་ལུག་ཀྱན་ཏུ་ཉིན་བཞིའི་རིང་
གཟིགས་ཞིབ་བསྐྱངས་པ།**



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༤ ཉིན། ཕྱི་ལོ་དུས་ཚོད་ལྔ་པར་
དབལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་ Yale ཡེལ་ཆེས་མཐོའི་
གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་ཞབས་སོར་བསྐྱངས་སྐབས་སློབ་
གཉེར་ཁང་གི་ལས་ཁུངས་དབུ་འཛིན་མཚོག་གི་དབུ་ལྟོ་ལས་
སློབ་གཉེར་ཐུན་མོང་ནས་ཐེབས་བསྟུ་གཟུབ་རྒྱས་ཞུས། ཡེལ་
ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ནང་ལས་བྱེད་ཆིག་སྟོང་
ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་ལས་བོད་མི་བརྒྱད་ཡོད། དེ་བརྒྱད་ཀྱི་ཁོངས་
སུ་ནང་མི་ལྟན་དུ་ཡོད་པ་གཅིག་ཡོད། ཁོང་བརྒྱད་པོ་ཆེས་མཐོའི་
སློབ་གཉེར་ཁང་གི་ལས་ཁུངས་ནང་དབུ་འཛིན་ནས་ཆེད་དུ་
འབོད་དེ་དབལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་ལ་བོད་ལུགས་ཐུན་
མིན་ཐེབས་བསྟུ་ཞུ་ཚུལ་ཇི་ཡིན་གྱི་སློབ་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་
ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དང་བོད་རིགས་ཐུན་མོང་གི་ཚབ་ཞུས་ཏེ་
གདན་ཞུ་དགོས་པའི་བཀའ་མངགས་ལྟར་ཁོང་རྣམས་ནས་རང་
ལུགས་ཐུན་མིན་གྱི་གདན་ཞུ་གཟུབ་ཅིང་རྒྱས་པ་ཞུས་ཤིང་།

ཉིན་རྗེས་མར་ཡེལ་དུ་མཆིས་པའི་ཉི་མུ་ལ་ཡའི་ཚོགས་
པའི་ངོས་ནས་དབལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་ལ་དགོང་
རྫོང་གསོལ་ཚོགས་ཤིག་ཏུ་གདན་ཞུ་བསྐྱངས་པ་ལྟར་ཐེབས་
ཤིང་། གསོལ་ཚོགས་གདན་ཞུའི་ཁོངས་སུ་གཙོ་བོ་རྒྱལ་སྤྱིའི་
འབྲེལ་མཐུད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གཙོ་འཛིན་སྐུ་ཞབས་ George
Joseph མཚོག་དེ་བཞིན་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་
སྤྱིག་ལས་གཙོ་འཛིན་གཙོ་བོ་སྐུ་ཞབས་ Sir Peter Crane
མཚོག་གྱང་ལྟན་དུ་ཐེབས་ཡོད།

བོད་མི་བརྒྱད་པོ་རྣམས་ལ་རེ་
རེ་བཞེན་བཀའ་བཅད་བསྐྱངས་
ཏེ་དེ་དག་ལྟན་དུ་སྐུ་སྦར་བསྟོན།
དེར་ལས་བྱེད་གཅིག་ནས་གསར་
དུ་བཅས་པའི་སྐྱབས་གྲུང་མིང་
ཡང་ཞུས།



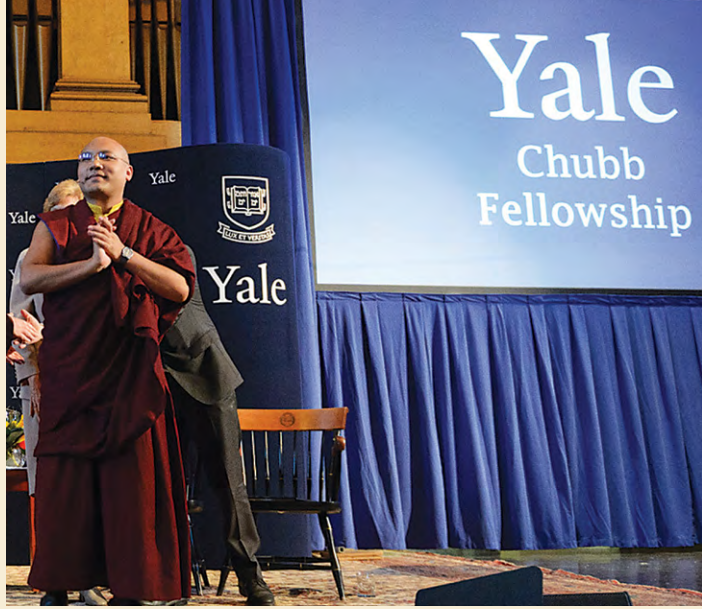


ཡེལ་ཚེས་མཚོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེན་ ཁང་དུ་འབམས་འཁོད།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༤ ཉིན། ཡུཊཱ་དབང་ཡཀཱ་
པ་མཚོག་ལ་ཨ་རིའི་ Connecticut ཡི་རྟེ་མེན་ New
Haven དུ་རྟེན་གཞི་བཅས་པའི་གྲགས་ཅན་གྱི་གཙུག་ལག་
སློབ་ཚེན་ཡེལ་གྱི་ནང་དུ་ཆིབས་བསྐྱར་བསྐྱངས་པ་ན་སློབ་
ཚེན་གྱི་ལས་བྱེད་པོད་རིགས་ལྷན་པས་ལ་སློབ་ཚེན་གྱི་རོས་
ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་གོ་སྐབས་སྣལ་བ་ལྟར་ཐེབས་བསུ་
ལུས་ཐེན་ཟེས། སློབ་ཚེན་གྱི་སློབ་གཙོ་གཞིན་པ། ཁོར་ཡུག་
གི་འགན་འཛིན། གཙུག་ལག་སློབ་ཚེན་གྱི་ཚོས་ལུགས་སློབ་
དགོ་དང་འགན་འཛིན། དེ་བཞིན་སློབ་གྲུའི་གནད་ཡོད་ཀྱི་མི་སྣ་
ལྷན་ཀྱིས་ཆེད་དུ་གོ་སྐབས་ལུས་ཉེ་དགོང་མོའི་གསོལ་ཆོགས་
དང་ལྟན་བཟོ་སྐྱོད་དང་དགོངས་ཚུལ་བརྗེ་རེས་མཛད། ལོ་ལྟས་
གོང་ནས་ཡད་པལ་རྒྱལ་དབང་ཡཀཱ་པ་མཚོག་ཡེལ་གཙུག་
ལག་སློབ་ཚེན་གྱི་ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་སྐྱོབ་སྡེ་ཚོན་གྱི་རྟེ་ལའི་
ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་གྱི་དབུ་འཛིན་དང་སློབ་སྟོན་ལ་གསོལ་བ་
བཏབ་པ་ལྟར་ཡུཊཱ་དབང་མཚོག་གིས་རྟེ་ལའི་ཁོར་ཡུག་
ལ་སྐྱོད་སྐྱོབ་དང་ལམ་སྟོན། ལས་འགྲུལ་སོགས་སྡེའུ་མཛད་
པར་སློབ་གྲུའི་གནད་ཡོད་མི་སྣ་ལྷན་ཀྱིས་བསྐྱབས་བརྗོད་
དང་ཆེ་བརྟོད་ལུས། པར་པ་མཁས་དབང་ཞིག་ནས་བོད་དང་
རྟེ་ལའི་རི་རྒྱུད་དུ་བསྐྱོད་དེ་པར་ལེན་བགྱིས་པའི་པར་རིས་
ལྷན་པས་ཡུཊཱ་དབང་མཚོག་ལ་ཆེ་བརྟོད་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་གཟིགས་
འབུལ་སྐྱར་མ་སུམ་ཅུ་ཙམ་གྱི་དུས་ལུན་རིང་དུ་འགྲེལ་བརྗོད་
གྱི་སྟན་སྟོན་ལུས་པར་དགྲེས་མཉེས་མཛད།



ཡེལ་ཚེས་མཚོའི་གཙུག་ལག་སློབ་
གཉེར་ཁང་ནས་སྐྱེས་གྲགས་ལྷན་
པའི་ Chubb Fellowship ཞེས་པའི་
མཚའ་འབྲེལ་མཚོན་པའི་གཞུང་ས་
རྟགས་ཕྱག་འབྲེར་འབྲུལ་བཞེས་
བསྐྱེད་སྤྱོད།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༡ ལྷན་ ༡ ཉེན་གཉེས་ལ། རྒྱལ་
དབང་ཀམ་པ་མཚོག་ལ་ཡེལ་ཚེས་མཚོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་
ཁང་ནས་ Chubb Fellowship ཞེས་པའི་མཚའ་འབྲེལ་
མཚོན་པའི་སྐྱེས་གྲགས་ཅན་གྱི་གཞུང་ས་རྟགས་ཕྱག་འབྲེར་
ཕྱུལ། གཞུང་ས་བསྐྱོད་ཕྱག་འབྲེར་འདི་ཉིད་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་
མཚོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་དོན་སྐྱེད་པའི་སློབ་སྦྱོང་སྤྱི་བུ་བྱིར་
ཕྱུལ་བ་ཞིག་ཡིན། གཞུང་ས་བསྐྱོད་ཕྱག་འབྲེར་འདི་ཉིད་དེ་སྡེ་
གཞི་འོད་ལྗན་པའི་གྲགས་ཅན་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་དང་ཚོར་
མེད་གཞུང་ས་རྟགས་བཞེས་སྤོང་བ་འབར་མའི་ལྷན་སྐྱེ་ Aung
Sang Suu Kyi དང་། ཨིང་རལ་གྱི་གྲགས་ཅན་ཚོམ་པ་ལོ་
སྐྱེ་ཞབས་ Elie Wiesel དང་། ཨ་རིའི་གྲགས་ཅན་ཚོམ་པ་
ལོ་ལྷན་སྐྱེ་ Maya Angelou ལྷན་ཞབས་ Octavio Paz
དང་། ལྷན་ཞབས་ Wendell Berry བཅས་ལ། དེ་བཞིན་
ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་གོང་དེམ་དུ་མ། རོ་མེལ་གཞུང་ས་རྟགས་
བཞེས་མི་དུ་མ་དང་། གཞན་ཡང་ཆབ་སྲིད་དབྱེ་བྱིད་འགའ་
དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་འཛིན་འགའ་ལའང་ཕྱུལ་ཡོད།

ཚེས་ ༡ ཉེན། རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་ Yale ཡེལ་
གཙུག་ལག་སློབ་གྲུའི་ཁོར་ཡུག་འགན་འཛིན་དང་ལས་བྱེད་
མི་སྣ་ཡེལ་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་
ཐོག་ཉེན་དང་ཁོར་ཡུག་སྤྱི་བུ་ རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་

གི་མཚན་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་ཤིང་སྤོང་འདེབས་འཇུགས་
གྱི་མཚན་དེམ་ལྷན་ཞོགས་པ་སློབ་གྲུའི་ཁོར་ཡུག་གི་ཁོར་ཡུག་
ནང་དུ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་གིས་ཤིང་སྤོང་འདེབས་
འཇུགས་བསྐྱེད་སྤྱོད།

དེ་བཞིན་ཉེ་མེན་གྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་རྒྱུད་གཞིགས་ཀྱིས་
བསྐྱོད་བསྐྱོད་གནང་ཞིང་ཁོར་ཡུག་དང་གནད་དོན་མང་པོའི་
ཐད་དུ་གནད་ཡོད་ཀྱི་མི་སྣ་རྣམས་དང་ལྷན་བཟོ་སྦྱོང་དང་
བཀའ་མོལ་ལྷུག་པོར་གནང་། གཙུག་ལག་སློབ་གྲུའི་སྤྱི་བུ་
ཀྱི་འགོ་གཙོ་ཚེན་མོའི་ལས་ཁང་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ཏེ་ཚུ་
ཚོད་གཅིག་ལྷུག་ནང་མོལ་གྱི་བཀའ་བཞུགས་གནང་བ་དང་།
སྤྱི་བུ་ཚེན་མོ་མཚོག་གིས་ཡེལ་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་
ཁང་ནང་འབྲུང་འགྱུར་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོན་འཇུག་
དང་ཐུགས་རེ་གང་ཡོད་བསྐྱེད་རྒྱུའི་ཞལ་བཞེས་ཀྱང་གནང་།
རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་ལྷན་ཚོམ་གནང་བའི་
"སྤྱི་བུ་ལྷན་པ་" ཞེས་པའི་དེབ་དང་བོད་ལྷན་གྱི་ཞལ་ཐང་
མཚན་རྟགས་བཀོད་དེ་གནད་སྤྱིན་དང་བཅས་ཚེས་བཀུར་འོས་
ཀྱི་རྒྱལ་ཚོན་མི་སྣ་རྣམས་ཀྱི་མཇུག་འབྲུང་ལེགས་པར་གྲུབ།

སྟོན་ཐུགས་ལྡན་པའི་ Chubb བྱ་འབྲེལ་མ་བཞེས་སྟོན་ཁོར་ ཡུག་དང་འབྲེལ་བའི་གསུང་བཤད་སྟུང་བ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ རྩེ་མོ་ ༡ ཉིན། ཨ་རིའི་ Yale ཡེལ་
མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ Timothy Dwight ཞེས་པའི་གཙོ་འབྲེལ་
Jeffrey Brenzel གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་དགོ་ལས་སློབ་གཉེར་
ཐུན་མོང་ནས་དབུ་ལ་ཡུལ་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་ཡེལ་ཆེས་
མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་ཡན་ལག་སློབ་གྲྭ་དེ་
ཉིད་དུ་ཞབས་སོར་བསྐྱབས་སྐྱབས་གྲུས་བསུ་ཚད་མེད་ལྷན་
སློབ་དགོ་རྣམས་པ་དང་ལྷན་སློབ་གྲུའི་ཡུལ་སྡོངས་དང་བཀོད་
པ་ལ་གཞིགས་ཞིབ་གནང་བ་དང་། གཙུག་ལག་སློབ་ཆེན་གྱི་
གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་ཐེབས་ཏེ་བྱ་འབྲེལ་དཔེ་ཁག་ལ་
གཞིགས་ཞིབ་གནང་བ་དང་འབྲེལ། ལོ་རྒྱུ་ལྷན་མང་པོའི་
ལོ་རྒྱུས་མངའ་བའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་ལོ་རྒྱུ་པའི་བོད་ཀྱི་དཔེ་
རྙིང་དང་ཐང་ག་སོགས་རྩ་ཆའི་རིག་དངོས་རྣམས་ཡུལ་དབང་
མཚོག་ལ་སྟུན་བསྟར་གཞིགས་འབྲེལ་ལྷན་

དེ་བཞིན་གནང་རབས་ཀྱི་ཡིག་རྙིང་ཁག་ལ་གཅེས་སྟུང་
དང་སྐྱེད་སྐྱོབ་ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ་དང་འཛོལ་ཞིག་སོར་བ་རྣམས་
སྟུང་གསོ་དང་ཉར་ཚགས་བྱ་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་ལག་ཤེས་དང་
ལག་ལེན་ལ་ཡུལ་དབང་མཚོག་གིས་བཀའ་འདྲི་ཉམས་ཞིབ་
གནང་བ་སོགས་ཞར་བྱུང་གི་མཛད་སྟོན་རྣམས་ལེགས་པར་གྲུབ།
དེ་བཞིན་གནང་རབས་ཀྱི་ཡིག་རྙིང་ཁག་ལ་གཅེས་སྟུང་
དང་སྐྱེད་སྐྱོབ་ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ་དང་འཛོལ་ཞིག་སོར་བ་རྣམས་

སྟུང་གསོ་དང་ཉར་ཚགས་བྱ་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་ལག་ཤེས་དང་
ལག་ལེན་ལ་ཡུལ་དབང་མཚོག་གིས་བཀའ་འདྲི་ཉམས་ཞིབ་
གནང་བ་སོགས་ཞར་བྱུང་གི་མཛད་སྟོན་རྣམས་ལེགས་པར་གྲུབ།
ཉིན་གཉིས་པར་སློབ་ཁང་དེ་ཉིད་དུ་ཡུལ་དབང་མཚོག་
ནས་སྤྱིང་རྗེའི་ལག་ལེན་ཞེས་པའི་སྡེ་ཆོན་ནང་Compassion
in Action: Buddhism and the Environment
ནང་ཚོས་དང་ཁོར་ཡུག་ཅེས་པའི་བཞུགས་ཏེ་ཐོག་དུ་བཀའ་
སྟུང་དོན།

ཐོག་མར་ཀུན་ལ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ཤེས་
ཡོད། ད་ལན་ཡེལ་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་
དོས་རང་འདྲིང་ཡོང་དགོས་པའི་མཚོན་འཛིན་དང་། དམིགས་
བསལ་གྱི་གྲ་སྒྲིག་མཛད་པ་དང་འདྲིང་ཞལ་འཛོལ་བ་ཀུན་
ལ་འདུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་བཞུགས་ཏེ་

སྤྱིར་ཨ་རིར་སྐབས་ཐེངས་གསུམ་པ་དང་ནམ་ཨ་རིར་
སྐབས་པའི་སྐྱབས་ལ་དམིགས་བསལ་རང་དབང་དང་བདེ་
སྤྱིད་ཀྱི་ཚོར་སྣང་གསར་བ་སྤྱིན་བཞིན་མཆིས།

བྱ་འབྲེལ་དུ་ལྷན་ཏེ་ཡེལ་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་
གཉེར་ཁང་དུ་ལག་ལེན་དེ་སོ་སོ་ཡིན་པའང་སྟོབ་བྱ་ག་རྣམས་
ལག་ལེན་གིས་དོས་ལའང་སྤྱིར་སོར་འབྲེལ་བ། ཇི་ལྟར་



Yale

Yale

le

le

Yale

Yale

le

le



སེམས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཚོར་སྣང་ལུགས་ཆེ་ཞིག་བྱང་།
 དེ་རིང་གི་བརྗོད་གཞི་ཁོར་ལུག་དང་སྤྱི་ཚེའི་སྐོར་ཡིན། ད་
 ལན་མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་དོས་ལ་ཁོར་ལུག་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་འབྱུང་
 སྟངས་དེའི་ཐོག་དུ་ལས་ཀ་བགྱིད་དགོས་པའི་རྒྱབ་སྐྱོད་སེམས་ཀྱི་
 སྐོར་ལ་སྐད་ཆ་འདྲི་མི་དུ་མ་བྱུང་བས། དེར་བརྟེན་དེའི་སྐོར་བྱེད་
 རྣམས་ལ་ལྷ་འདོད་བྱུང་། དོས་བཅས་ས་བོད་ཀྱི་ཤར་སྲོགས་
 ལུང་པ་ལྷག་གྱོག་ཞིག་དང་། དེ་ལ་དམིགས་བསལ་དེད་དུས་
 ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་གང་ཡང་མེད་པར་ཀུན་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་དབྱུང་
 བཅོས་འབགས་བཅོག་མེད་པའི་གནས་སྟངས་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་
 གི་རང་དུ་གནས། བཅོས་པ་ནས་བཟུང་ལོ་བདུན་གྱི་བར་དུ་
 དེ་ལྟ་བུའི་ཁོར་ལུག་ཞིག་གི་ནང་དུ་འཚར་ལོངས་བྱུང་བ་དང་
 དེ་བཞིན་རང་རེ་སྐོར་རྒྱུན་གྱི་ཐོག་ནས་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྟངས་ལ།
 ཀུན་གྱིས་ཁོར་ལུག་ལ་མཐོང་ཆེན་དང་ཅ་ཆེན་པོ་ཇི་ཅམ་བརྟེན་བ།

དེ་བཞིན་ཁོར་ལུག་དང་མེད་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་འཛོག་སྟངས་
 དེ་དག་སོ་སོས་ཉམས་སུ་སྤོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱང་ཅ་ན། དེའི་
 རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ལ་བསུབ་ཐབས་མེད་སའམ་
 སེམས་ལ་ལྷང་དེར་བྱུང་བཞིན་པ་དེ་འདྲའི་ཚོར་སྣང་ཟབ་མོ་
 ཞིག་གིན་པ་དོས་ནས་ཚོར་བཞིན་ཡོད།
 དཔེ་མཚོན་ཞིག་ཞུས་ན་རང་རེའི་ས་ལུལ་ལ་རི་དང་རྩ་
 དུ་མ་དང་པལ་ཆེ་བས་ལྷ་སྐྱ་གནས་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱ་བཞིན་
 ཡོད། དེར་བརྟེན་རང་རེས་ས་དང་རྩ་དེ་འདྲའི་འདུ་ཤེས་མ་
 འཛོག་བར་སྲོག་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་འཛོག་། ས་ལུལ་གྱི་འབབ་
 རྩ་དང་རྒྱུགས་རྩ་དུ་མ་ལས་རྒྱུན་གཏན་འབབ་རྩ་ལ་ལག་པ་
 དང་གོས་ལ་སོགས་པ་མི་འདྲ། དེ་བཞིན་ཐབས་ཚང་ནང་དུ་མེ་
 གཏོང་བའི་སྐབས་སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱ་ལྟ་བུ་མེ་ནང་དུ་བཏབ་
 ལོར་ན་སྐྱག་པ་དང་མཁའ་རྒྱང་བཅོག་པ་བཟོ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་

རིག་གཞུང་གིས་དེས་པར་དེའི་ཐོག་ཏུ་རྩོམ་ཁོར་ཡུལ་ཅེས་
བ་ལྷ་བྱུང་ཅམ་དང་ཚོན་རིག་ཅམ་མིན་པར་ཇི་ལྟར་བགྱིས་
ཉེ་སོ་སོའི་མི་ཚའི་ནང་དུ་ཚོར་སྣང་དང་བཅས་ཉེ་སྤྱིང་ཐག་བ་
ནས་མི་ཚའི་ནང་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བྱུང་ཐབས་ལ་དེས་པར་
རོགས་རམ་བགྱིད་ཐུབ།

དེར་བརྟེན། ལྷན་པས་དེ་འདས་པའི་གནས་ཚུལ་ཁོང་དང་
དེ་ཚོན་རིག་པ་དང་ཚོས་ཡུལ་ས་ཞེས་འགའ་ལྷོ་ལྷ་བྱ་ཚོན་རིག་
པས་ཚོས་ཡུལ་ས་ལ་དགག་པ་དང་ཚོས་ཡུལ་ས་པས་ཚོན་རིག་

དཔེར་ན་རང་དེ་སྤོང་མོང་གི་ཐོག་ནས་ཁོར་ཡུལ་གི་ཞབས་
ལྷ་བསྟུང་རྒྱའི་བསམ་སྣོ་གཏོང་དགོས་པ་གལ་ཆེ་ཡིན། ཁོར་
ཡུལ་གི་རྩོམ་སྣང་མོང་གི་གཞི་རྩེན་ཡིན་པས་ཀུན་གྱིས་མཉམ་
སྦྲུབ་བྱ་དགོས། ལྷན་པར་དུ་ཁོར་ཡུལ་གི་གནད་དོན་རྩོམ་
པོར་གྱུར། ཚོན་རིག་པ་དུ་མ་ཞེས་ཞུས་པ་རྩོམ་ཆ་འཕྲིན་དུ་མ་
ཞེས་མཁོ་འདོན་གནང་ཡང་དེའི་ཐོག་ཏུ་ལག་ལེན་མ་བསྟར་
བར་ད་དུང་དགག་པ་རྒྱབ་མིའང་མཆིས། དེར་བརྟེན་འགན་
མཉམ་དུ་འཁུར་དགོས་རྒྱ་གནད་ཆེ་ཡིན།

དཔེར་ན། རང་དེ་བོད་དང་ཉེ་སྤྱི་ལའི་ས་ཆ་ནི་
ཨི་ཤི་ཡའི་རྒྱ་བོད་མཐོང་ལྷ་བྱུང་ལ་འཇམ་སྤིང་གི་
སྤེ་གསུམ་པར་འབོད་པས་ཁོར་ཡུལ་གི་ཐོག་ནས་ས་
གནས་གལ་ཆེན་དུ་གྱུར། ཁོར་ཡུལ་སྤྱི་བོད་དང་
གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱའི་སྤྱད་དུ་ངོས་ནས་ཐོག་མར་ཉེ་སྤེ་
ལ་ཡ་དང་དེའི་རི་རྒྱུད་དུ་གནས་པའི་དགོན་སྡེ་དག་
ལ་རྩོམ་སྤོབ་གསོ་སྤྱད། ཁོར་ཡུལ་གི་གལ་གནད་
དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་བརྒྱུད་མི་མང་ནས་གོ་རྟོགས་
ཐུབ་རྒྱའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་སྤུས་ཡིན། ཐོག་མར་ལས་
འགུལ་སྤེལ་བའི་ལྷན་པས་སྤེ་མི་དུ་མ་ཞེས་ལ་སེམས་
འགུལ་དང་སྤྱུལ་མ་ཐེབས་སྤུབ་པ་བྱུང། ཡིན་ཡང་
རང་དེར་ཚོན་རིག་གི་ཤེས་བྱ་དམན་སྟབས་དེའི་
ཐད་ལ་སྤོང་ཆ་ཅུང་ཡོད་སྟེ། དེར་བརྟེན་མཚམས་
དེ་ཚོན་རིག་པ་དག་གིས་རྩོམ་རྒྱུ་སྤོང་རོགས་
རམ་དགོས་པས་ཀུན་མཉམ་དུ་འཇམ་སྤིང་གི་



ལ་དགག་པ་ཡིན་ཡང་ནལ་མའི་གནས་ཚུལ་ཐོག་ཏུ་རང་དེས་
ལྷན་པས་དེ་སྤོང་མོང་གི་ཐོག་ནས་འགྲོ་བ་མི་དང་འཇམ་སྤིང་
གི་མ་འོངས་པའི་སྤྱད་དུ་སྤོང་མོང་ཐོག་ནས་མཉམ་དུ་ཞབས་
ལྷ་བསྟུང་རྒྱ་འཁུར་གྱིད།

མན་བའེའི་ཞབས་ལྷ་བསྟུང་རྒྱའི་སྤོང་ཚོར་ཐབ་མོ་བྱུང། ཞེས་
བཀའ་སྤུལ་ཉེ་མཚུག་ཏུ་ཁོར་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐད་ལ་བཀའ་
འདྲི་ལྷན་པར་བཀའ་ལན་ཞེས་པར་བསྟུངས།
སྤོང་གལ་སྤོང་པའི་གསུང་བཤའ་དེ་ཉིད་ཆེས་མཐོའི་

སློབ་གཉེར་ཁང་གི་ Woolsey ཞེས་པའི་ཚོགས་ཁང་ནང་
 ལྷལ་ཅིང་། དེར་སློབ་གཉེར་དང་ལས་བྱེད་སོགས་དང་ལྡན་
 ༡༥༠༠ ཙམ་ལ་གསུང་བཤད་ཉན་རྒྱུའི་འཛིན་བྱང་སོབ། དེ་ཉིན་
 དེར་འདུས་ཀྱང་ནས་ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་གི་ཞལ་སྐྱིན་གང་
 ལེགས་མཇལ་ཕྱིར་བརྟན་འཕྲིན་ཆེ་ཁག་གཉིས་བརྩམས་ཡོད།

**ཡ་རྩེ་ Connecticut བོད་རིགས་རྣམས་
 ལ་ཞལ་མཇལ་ཁ་དང་སྐྱོད་དོར་བཀའ་
 སློབ་རྒྱལ།**

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༤ ཉིན། ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་
 ལས་མངའ་སྡེ་གཞན་དུ་མཆིས་པའི་བོད་རིགས་རྣམས་ལ་མཇེད་
 རོན་ལྟར། ཡེ་ལ་དུ་མཆིས་པའི་ Victoria Gothic ཞེས་པའི་
 ཡེ་ལུའི་རྫོགས་དུ་གདན་ཞུས་ལྟར་ཞབས་སོར་བསྐྱེད་སྐབས་
 ཡེ་ལུའི་ཚོས་དཔོན་སྐུ་ཞབས་ Sharon Kugler མཚོག་
 གི་དབུས་ལས་བྱེད་དང་དེར་འདུས་བོད་རིགས་རྣམས་ནས་
 རང་ལུགས་ཐུན་མེན་གྱི་སློན་ལེགས་བསྐྱེད་གཟབ་རྒྱས་ཞུས།
 ས་གནས་ Connecticut དེ་གའི་ར་འདུས་བོད་རིགས་
 ༢༠༡ ཙམ་ལ་རེ་རེ་བཞིན་མཇལ་ཁ་བསྐྱེད་སྐབས། ས་གནས་བོད་
 རིགས་ཚོགས་གཙོས་དོ་སློབ་གཏམ་བཤད་སློབ་བསྐྱེད་སྐབས་བཞུགས་
 རྗེས། ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་ནས་དེར་འདུས་བོད་རིགས་རྣམས་
 ལ་སྐྱོད་དོར་བྱེད་སློབ་བཀའ་སློབ་ལམ་སློབ་ཐབས་རྒྱས་ལེགས་པའི་
 སློབ་མོར། རང་ཅག་རྣམས་སྤྱིད་སྤྱུག་གང་གི་སྐབས་སུའང་
 ལྷན་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་རང་རེའི་གནས་སྐབས་དཀའ་ངལ་
 ཅན་ཞིག་སྐྱེད་གནས་ཡོད་པ་དང་། སྐབས་རེ་ལྷན་སྐྱེད་ཐབས་
 ཟད་གྱི་གནས་སྐབས་སུའང་གྲུང་ཡོད་པ་དེ་ལྟའི་གནས་སྐབས་
 རང་རེ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འདུ་དགོས་པའམ་གསུང་སེམས་མཉམ་སྦྱེད་



བྱ་རྒྱ་གལ་འགངས་ཆེ་ཞིང་། བན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་
 སེམས་ལུགས་སྤེལ་རེས་དང་བྱམས་བཅའི་ཚོར་ལུགས་བརྗོད་
 དགོས་པ་ཞིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཡིན་ཚུལ་གསུངས།



New Haven ལམ་གཞུང་དུ་ཤིང་སྐྱ་འདེབས་འཇུགས་བསྐྱངས་པ།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༤ ཉིན། ཡུཾལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་ཕྱག་ལུབས་མནལས་ཤིང་ཕྱག་ཏུ་སྐྱག་མ་ཚོགས་པར་མཛད་དེ་
ཤིང་སྐྱ་འདེབས་འཇུགས་བསྐྱངས་པར་མཛད། སྤྱི་ལོ་ New Haven, Connecticut དེ་ལུལ་སྐྱེས་བུ་ཉེས་ཅན་འགའ་ཞིག་
བཅོམ་གྱི་ཉེས་པ་བསྐྱབས་མེས་བསྐྱར་དུ་མི་ཚེ་གསར་པ་སྐྱེལ་འདུན་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་དང་ཕྲད་མཛད་དེ་བཟང་པོའི་ལམ་སྲོགས་
སུ་བསྐྱོད་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་མཛད། མཛད་ཅིང་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཡུཾལ་དབང་མཚོག་གི་ཕྱགས་ཀྱི་བཞེད་དགོངས་
ལག་གཉིས་ཉེ། ཁོར་ལུག་གི་སྐྱབ་སྐྱོབ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་དོན་གཉིས་ཀྱི་བཞེད་སྐོང་ལྟ་བུར་གྱུར།



ཡེལ་ཚེས་མཚོའི་གཞུག་ལག་སྒྲིབ་གཉེན་ཁང་དུ་རྒྱུད་དབང་ཀླུ་པ་མཚོག་ཕྱུ་མཉམ་གྱི་ལྷོད་
 དུ་དམ་པའི་རོལ་དབྱུང་ས་སྟུན་ཚོགས་ཞེས་པ་ཞེས་གོ་སྒྲིབ་ལྷན་ཁག་

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༤ ཉིན། ཡེལ་ཚེས་མཚོའི་སློབ་གྲུའི་
 གཙོ་འཛིན་ Gregory Sterling མཚོག་ནས་ཡུལ་དབང་
 ཀླུ་པ་མཚོག་ཚེས་མཚོའི་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་རོལ་དབྱུང་ས་སྟུན་
 ཚོགས་ལྷན་གཉེར་གཤམ་གྱིས་བཞུགས་མོང་བསྐྱུངས། དེ་
 ཡང་མགོན་པོ་མཚོག་ནི་ནང་པའི་ལམ་སློལ་གྱི་རོལ་དབྱུང་ས་
 གྱི་འཁྲབ་འཁྱེད་ལག་བསྐྱུར་བ་ཞེས་དང་ཚོམ་པ་པོ་གཉེས་ཀ་

ཡིན་ཅིང་། དེས་ན་རོལ་དབྱུང་ས་སྟུན་ཚོགས་དམིགས་བསལ་
 གོ་སྒྲིབ་ལྷན་ཏེ་མི་གྲངས་ཉེར་དུག་ལས་གྲུབ་པའི་རོལ་མོའི་
 དབྱུང་ས་སྟུན་ཞེས་སྟུན་སྒྲོན་གཞིགས་འབྲུལ་ལྷན་པར་ཡུལ་
 དབང་མཚོག་ནས་དབྱེས་མཉེས་དཔག་མེད་མཛད།





རྟི་ལོ་ཡོག་ Rubin རི་མོ་འེ་རྒྱ་རྒྱལ་འགྲེམས་ སྟོན་ཁང་དུ་གཟིགས་ཞིབ་བསྐྱེད་སྤེལ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༠ ཉིན། དཔལ་ལྗར་དབང་
ཀམ་པ་མཚོག་སློབ་དུ་ (Rubin Museum འུ་རྟི་ལོ་)
རི་མོ་འེ་རྒྱ་རྒྱལ་དང་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་དུ་གཟིགས་ཞིབ་ཕྱིར་
ཞབས་ལོར་བསྐྱེད་སྤེལ་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་དབུ་ལས་
རྣམས་ནས་གུས་བསུའི་སྡེ་ལེན་གཟབ་རྒྱས་ལྷན་ དེ་ཡང་
མགོན་པོ་གང་ཉིད་རི་མོ་འེ་རྒྱ་རྒྱལ་ལ་ཞེག་དང་། ལྷག་པར་
དུ་བོད་ཀྱི་རྒྱན་མིན་རི་མོ་འེ་རྒྱ་རྒྱལ་ལ་བྱང་རྒྱུ་པའི་མཁམ་
དབང་ཞེག་ཡིན་པས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་དུ་མཚེས་པའི་རི་མོ་
རྣམས་ལ་གཟིགས་ཞིབ་ལེགས་པར་བསྐྱེད་སྤེལ། གཞན་ཡང་
འགྲེམས་སྟོན་ཁང་དུ་འདེམས་སྐྲུན་གྱི་སྐྱེ་བརྒྱན་རྣམས་
དང་རི་མོ་རྣམས་འཛིན་ཡུལ་དུ་ཆེད་དུ་གདན་ལུས་ཀྱིས་
རེ་རེ་བཞེན་སྐྱོན་བསྐྱེད་སྤེལ།

དེ་དག་རྒྱན་དུ་གསར་བའི་རྒྱལ་དུ་འཛོག་པ་ལས་ཀྱང་
ལ་མི་བསྐྱུག་ཅིང་། དེར་ལྗར་མཚོག་བཅུ་བ་ཚེས་དབྱིངས་
རྟོ་རྟེས་ (1604-1674) མཚོག་གིས་མཛད་པའི་རི་མོ་དང་
སྐྱེ་བརྒྱན་ཡང་བཞུགས་ཡོད་པ་རྣམས་མགོན་པོ་མཚོག་ལ་
སྐྱོན་ལས་དུ་བསྐྱེད།

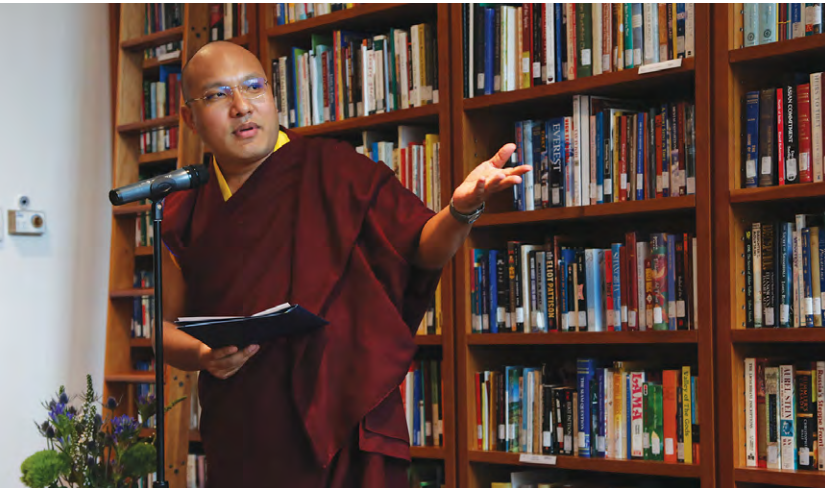
གཞན་ཡང་ Rubin འགྲེམས་སྟོན་ཁང་དེ་ཉིད་དུ་ཀམ་
སྐར་གྲིས་ཀྱི་སྐྱེ་བྱེད་ཀམ་པ་སྐྱེ་བྱེད་ན་རིམ་གྱི་སྐྱེ་བརྒྱན་ཞལ་
ཐང་ཡང་དུ་མ་ཡོད། བོད་ཀྱི་རི་མོ་འེ་རྒྱ་རྒྱལ་དུ་མ་ལས་གཙོ་
བོར་ངོས་འཛིན་པའི་ཀམ་སྐར་གྲིས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་རྣམས་ལྗར་
དབང་མཚོག་ལ་རེ་རེ་བཞེན་སྐྱོན་བསྐྱེད་སྤེལ་གྱི་སྐྱེ་བོ་སྐྱབས་བྱེད།



ནིུ་ཡོག་ Manhattan ཏུ་མཆིས་པའི་དེང་
 ཏུ་ས་རི་མོའི་རྒྱ་རྒྱལ་ལ་གཟིགས་ཞིབ་
 པརྒྱུད་ས་པ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༠ ཉིན། ལྗུལ་དབང་ཀམ་པ་
 མཚོག་ཏུ་རྟེན་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་རི་མོའི་རྒྱ་རྒྱལ་དང་སྐུ་
 བརྟན་རྟེན་པ་ཁག་ལ་གཟིགས་ཞིབ་ལེགས་པར་གྲུབ་ཉིད།
 སྐར་ཡང་ Manhattan ཏུ་བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་ནས་བྱུང་
 བའི་དེང་ཏུ་ས་རི་མོའི་འགྲེམས་སྟོན་བྱ་ཡུལ་ཏུ་གཟིགས་ཞིབ་
 ལེགས་པར་བསྐྱེད་སྤྱོད། སྐུ་བྱུང་གི་བོད་ཅེས་པའི་འགྲེམས་
 སྟོན་འདི་ཉིད་ Trace ཟེབས་ཅུ་ཁང་དང་ Arthub (ཨར་
 ཐུབ་) ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་འགོ་བོལ་བཏང་སྟེ་གོ་སྐྱེག་ཞུས་པ་ཞིག་
 ཡིན། འདིར་དེང་ཏུ་ས་རི་མོའི་སྐུ་བྱུང་གསལ་པོའི་རི་མོའི་རྒྱ་
 རྒྱལ་བ་ཏུ་མ་ནས་གསལ་བསྐྱེད་མཛད་པའི་རི་མོའི་རྒྱལ་གྲངས་སུ་མ་
 རྩ་ལྟག་ཅམ་ཡོད་ཅིང་དེར་བཞག་རྒྱུད་ཡང་ཁོངས་སུ་གཏོགས།





**ཉི་ལོ་ལོག་ལ་ཚེ་དཔེ་མཚོན་ཁང་དུ་སྟོན་
ཚམས་སྐོག་སྐྱབས་སྐྱོང་དང་གསལ་བཤེས།**

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༠ བོད་ཀྱི་ལག་རྩལ་དང་རིག་གཞུང་གི་གནད་དོན་གཞན་དུ་མ་ལྟར། བོད་ཀྱི་སྟོན་ཚམས་ཡང་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ཚུན་འགྲུང་ལོག་གང་འཚམས་བྱུང་ཡོད་ཅིང་། དོ་རྒྱལ་ལ་ཚེ་དཔེ་མཚོན་གྱི་ཚོགས་ཁང་དུ་བོད་ཀྱི་དེང་དུས་སྟོན་ཚམས་སྐོག་སྐྱབས་སྐྱོང་ལྷུ་ལྷུ་མཚན་རིམ་ཞིག་གོ་སྐྱོད་ལྷན་ལོན་པ་ལྟར་མང་ཚོགས་མཐུན་དེང་དུས་ལམ་སོལ་གྱི་སྟོན་

ཚམས་སྐོག་སྐྱབས་སྐྱོང་ལྷན་ལྷན་ལ་དབང་མཚོག་ནས་ཀྱང་གསལ་བཤེས་བསྐྱབས། སྤྱིར་གཟི་ལོང་འཕྲོ་བའི་དེང་དུས་སྟོན་ཚམས་དུ་མ་ཞིག་ལ་ཚེ་དཔེ་མཚོན་ཁང་དུ་ཉར་ཚགས་མཚན་ཡོད།

ལ་ཚེ་དཔེ་མཚོན་ཁང་གི་གོ་སྐྱོད་ལ་བསྐྱབས་འབྲུམ་གྱིས་སྟོན་སྐྱོང་གཞུང་བཙུན་ལྷན་དག་གི་འདོན་བྱེད་པའི་ལུགས་སྲོལ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱན་མི་རིང་ཡང་། དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་ཁྱད་ཚེས་ལྡན་པའི་བྱེད་སློབ་ཞིག་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཏུ་བོད་ཀྱི་མཚན་ཞིག་གིས་སྟོན་དག་གི་འདོན་མཚན་རྒྱ་ལྷ་ཅི་སྟོན་དག་གི་འདོན་གསལ་མཁུ་ཡང་དགའ། དེ་རིང་ལྷོ་ལྷོ་དབང་ལྷན་ལ་མཚོག་གིས་སྟོན་དག་གི་འདོན་མཚན་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཏུ་བྱུང་བས་ན་དུ་གསལ་བ་ཡིན་པ་མ་ཟད་རང་རེའི་བོད་ཀྱི་སྟོན་དག་པ་རྣམས་ལ་སྐུལ་སྐྱབས་མཚན་པ་ཡིན། ཞེས་བཤད།

ལ་ཚེ་དཔེ་མཚོན་ཁང་འདི་ཉིད་དེང་དུས་བོད་ཀྱི་སྟོན་ཚམས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་དོན་གཉེར་མཚན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་དུ་གསལ་འཇུགས་བསྐྱབས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་སྟོན་དག་གི་འདོན་གྱི་དགོང་ཚོགས་སུ་སྟོན་དག་པ་ལྡང་བུ། སྐལ་བཟང་ལྷ་མོ། ལྷ་སྟོན་ཉེ་ཏུ་ཀ དཔལ་ལྡན་རྒྱལ། ཚེ་རིང་དབང་མོ། ལུགས་མོ་མཚོ། བསྟན་འཛིན་བའི་སྤྱིད། ཚེ་རིང་སྤྱིད་བཅས་སོ་སོ་ནས་གི་འདོན་བཀྲིས་སོ། །



**ནིའུ་ཡོག་དང་ནིའུ་འཇར་མི་གཉིས་ཀྱི་
 བོད་རིགས་ཚོགས་པ་ལ་མཇུག་ཁང་
 རྒྱང་དོར་གྱི་བཀའ་སློབ།**

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༠ ཉིན། རྒྱལ་དབང་ཀུན་པ་
 མཚོག་ལ་ཨ་རིའི་ཞིའུ་ཡོག་དང་ནིའུ་འཇར་མི་བོད་རིགས་སྤྱི་
 མཐུན་ཚོགས་པ་སྤྱི་ནས་རྗེ་ལྷུང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་
 ས་གནས་ཀྱི་མཚོ་སློབ་ཚོགས་ཁང་དུ་ Hunter College
 Hall ཏུ་བོ་སྤྱི་གཞུགས་པ་རྗེ་བཞིན་དེ་གར་བྱོན་པ་ན། སྤྱི་ཚབ་
 དོན་གཙོ་སྐུལ་དོར་ལགས་དང་རང་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་
 པ་སོགས་ཚོགས་སྤྱིད་འདྲ་མིན་ནས་བྱོན་བསུ་གཟབ་རྒྱས་ལྷན་
 ཉེ་བཞུགས་ཁྲིད་འཁོར་རྒྱུ་མཐུན་ཉེན་གསུམ་འདེགས་འབྲུལ་
 ལྷན་གྲུབ་རྗེས། བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པའི་རྒྱན་ལས་

ནས་གཏམ་བཤད་གནང་དོན་དུ། སྤྱི་བརྒྱུད་བསྟན་པའི་མངའ་
 བདག་དཔལ་ལྗེལ་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་སྤྱི་མཚན་དཔའི་སྤྱི་
 དཀྱིལ་རབ་ཏུ་འཚོར་ཞེད་ཞེད་ཞེད་ཀྱི་བརྒྱ་བཀའ་ལུ་ལུ་ལུ་
 བདག་ཅག་བོད་རིགས་མི་དམངས་དང་ཉེ་སྤྱི་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་
 མི་དམངས་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་བོད་མཛེས་རྒྱན་དུ་མཛོན་པར་འཁོར་
 གནང་མཛད་པར་ཞེའུ་ཡོག་དང་ནིའུ་འཇར་མི་མི་དམངས་ཡོངས་
 ཀྱི་ཚབ་ལྷན་ཉེ་སྤྱི་གསུམ་གྲུས་པ་ཚེན་པོས་སྤྱི་བུག་གངས་མེད་
 ལྷ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་སྤྱི་སྤྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
 འཇར་མིའི་ས་གནས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་ནས་ལས་བསྐྱོལ་ལག་
 སྤྱི་སྤྱི་དང་། མཐུག་ཏུ་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པའི་ལས་
 དོན་ལག་ལམ་ལྷོངས་འབྲུང་བའི་ཐུགས་སློབ་སྤྱི་བས་འབྲུག་ཡོང་
 བའི་གསོལ་འདེབས། དེ་བཞིན་ལྗེལ་དབང་ཀུན་པ་མཚོག་སྤྱི་
 ཚེ་མི་ལོགས་དོ་རྗེ་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ལྷུང་བཏུན་ཅིང་རྒྱལ་ཚོག་

ལྷན་གྱི་བཞེད་དགོངས་མ་ལུས་པ་དང་ཞར་བྱུང་བདག་ཅག་
རྣམས་ལྷན་གྱི་བཞེད་ལྷན་གྱི་གཞིགས་པས་ནས་ཡང་འདྲར་བ་
མེད་པར་བཅེ་བས་སྐྱོད་བ་མཁུན་མཁུན་ཞེས་ཚོགས་གཙོ་ནས་
གསུང་བཤད་དང་། མགོན་པོ་མཚོག་ནས་དམ་ཚིག་གསུང་གི་
བདུན་ཅིའི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་བཀའ་འདྲིན་སྟོན་གནང་གསོལ་
འདེབས་ལྷན་དོན་ལྷན་རང་རིགས་དང་ཉེ་ལྷན་ལ་ཡིའི་དང་ལྷན་
པ་སྟོན་ཚོ་ལ་སྐྱེན་རས་གཞིགས་འགོ་དོན་མཁའ་ཁྲབ་མའི་ལུང་
འདོན་དང་འབྲེལ་བཀའ་སླུལ་དོན།

དེ་རིང་ཞེས་ཡོག་དང་ཞེས་འཇར་སིར་ཡོད་པའི་བོད་
རིགས་སྐྱེན་ལྷན་རྣམས་པ་འདྲར་འཛོམས་པ་ཀུན་ལ་འཚམས་
འདྲིའི་བཀའ་ལོན་པ་བདེ་ལེགས་ཡོད། ཉེས་སྟོང་བརྒྱུད་ལོར་ངོས་
ཨ་རིར་སྐྱེབས་མེད་ས་དང་པོ་དང་སྐྱབས་དེའི་ཚོགས་ཁང་ཡང་
པལ་ཆེར་འདི་ཡིན་སྟེ། ཉེས་སྟོང་བརྒྱུད་ལོར་ཡེ་ཤུའི་ལྷ་
ཁང་ཞིག་ཏུ་ང་ཚོ་སྐྱབས་ཀྱི་བྱུང་། ད་ལན་མེད་ས་གསུམ་པ་ཡིན།
ཉེན་ཤུགས་སྟོན་ལ་རང་རེའི་བོད་མི་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་ནས་རེ་
བ་བསྐྱོན་པ་རི་བཞེད་དུས་ཚོར་སྐྱེད་དུ་ཞིག་གི་ནང་མི་དམངས་
འཕོར་ཆེན་ཞིག་མེད་ས་ཉེ་ཀུན་གྱིས་སྐྱབས་སྐྱོང་ཆེན་པོ་གནང་
བ་དེར་ངོས་ནས་སྐྱབས་ཆེ་ཆེ་ཞེས་ལུ་རྒྱ་ཡིན།

ཀུན་གྱིས་མཁུན་དེས་ལྷན་ངོས་རྒྱར་ལ་སྐྱེབས་ཉེ་ལོ་རི་
བཅོ་ལྔ་ཅམ་འདས། ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁབ་ཏུ་བསྐྱོད་རྒྱ་བྱུང་མེད།
ད་ལྟ་བར་དུ་ཨ་རི་དང་འཇར་མན་གཉིས་སུ་བསྐྱོད་སྐབ་པ་དེ་
ལྷན་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་གང་དུ་སྐྱེབས་ཀྱང་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དང་ས་
གནས་ཀྱི་སྐྱེན་ལྷན་བོད་རིགས་ཀུན་དང་མཉམ་དུ་སྐྱབས་འཕམ་
བཞུགས་རྒྱ་ངོས་ཀྱིས་གལ་ཆེར་ཅི་བཞེད་ཡོད། ད་ལན་ཨ་རིར་
མེད་ས་གསུམ་པ་སྐྱེབས་པའི་སྐྱབས་འདྲིར་ས་གནས་སོ་སོའི་
བོད་རིགས་རྣམས་སྐྱབས་འཕམ་བྱུང་བར་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་།
ཁ་སྟོན་སན་པ་རན་སིས་ཀོ་དང་བོས་ཀོན་དང་ཡེལ་ས་གནས་

ཀྱི་བོད་རིགས་དུ་མ་ཞིག་སྐྱབས་འཕམ་བྱུང་། ཡལོང་ས་ལྷན་གས་
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཡང་ཡང་ཨ་རིའི་ནང་དུ་ལོ་ལྷར་ཆིབས་
སྐྱེད་སྐྱོད་སྐྱས་དང་བོད་མི་ཚོ་དང་མངལ་འཕམ་གྱི་གོ་སྐྱབས་
ཀྱང་ཡང་ཡང་འབྱུང་བཞེད་མཚེས། དེ་བཞེད་བོད་ཀྱི་ཚོས་
བརྒྱུད་ཁག་གི་ལྷན་ཆེན་དཔལ་ས་སྐྱེ་པའི་ལབདག་ཁྱི་དོ་རྗེ་འཆང་
སྟོན་མ་པོ་བྱང་མཚོག་ཉེ་ཆར་འདི་གར་མེབས་པ་དེ་ལྷན་དང་།
དེ་བཞེད་དུ་འདི་གར་ལྷན་ཆེན་དུ་མ་ཞིག་མེབས་རྒྱུའི་གོ་སྐྱབས་
འབྱུང་བཞེད་ཡོད། རང་རེའི་དཔུས་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞི་འཕུགས་ཀྱི་
སྤྱི་སྐྱོང་གཙོ་བོར་བྱུང་པའི་མཚན་གཙོ་དུ་མ་ཞིག་ཨ་རིར་ཡང་
ཡང་མེབས་ཉེ་མི་མང་དང་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་གནང་རྒྱུའི་གོ་
སྐྱབས་ཀྱང་ཡང་ཡང་འབྱུང་སྐྱས་ཡིན། རྒྱ་མཚོན་དེར་བརྟེན་
ནས་རང་རེ་རྣམས་ཀྱང་ཡང་ཡང་འདུ་འཛོམས་ཀྱི་གོ་སྐྱབས་
དང་བསྐྱེད་ཉེ་ཚོས་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་སོགས་
ཉན་རྒྱུའི་གོ་སྐྱབས་ཡོད་ན། ངོས་ནས་དེ་རིང་འདྲིར་མང་པོ་
བརྗོད་པོས་སུ་མ་གྱུར།

རྒྱན་གཏན་ངོས་ཀྱི་འདུག་ས་རྟ་རམ་ས་ལར་ཡིན་ཡང་
ཕྱོགས་དུ་མ་ཞིག་མཚོ་བསམ་གཏོང་དགོས་པ་དང་། བོད་ནང་
གི་གནས་ཚུལ་དང་དེ་བཞེད་འཇར་སུ་སྤྱི་གི་ས་གནས་གང་
སར་མཚེས་པའི་བོད་མི་ཚོའི་གནས་བབ་དུ་མ་ཞིག་ལ་མཚོ་
བསམ་གཏོང་རྒྱ་དང་སེམས་འཁུར་བཞུགས་རྒྱ་སོ་སོའི་ལུས་པས་
འཁྲོག་ཚད་ཀྱིས་བཞུགས་བཞེད་ཡོད། དེར་བརྟེན་རྒྱན་གཏན་སོ་
སོའི་སེམས་ལ་འཁུར་པ་དང་ཚོར་སྐྱེད་བྱུང་བ་ཁབ་ཤིག་ཐད་
ཀར་བཤད་ན། བན་སོགས་དེ་ཅམ་མེད་གྱུར་ཀྱང་སྐྱབས་ལ་
བཏགས་མི་དགོས་སྟེ།

དོན་ཚན་དང་པོ། རང་རེ་བོད་ལ་ལོ་རྒྱ་བརྒྱུ་ར་
གངས་ཀྱི་སྟོན་དུ་སྟོང་བརྒྱུད་ཀུན་ལ་འཕོ་འབྱུར་ཆེན་པོ་
བྱུང་། རང་རེ་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ཁ་བྲལ། བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་



རིག་གཞུང་གི་ནང་སྡོད་བཅུད་དང་བཅས་པ་ཀུན་ལ་ཉམས་ཆག་
 ཚབས་ཆེ་བུང་། མདོར་ན། བོད་རིགས་འདི་ཉིད་ལི་གསོན་གྱི་
 མཚམས་དང་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཆགས་འཛིག་གི་མཚམས་
 ལུ་སྐྱེབས་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱུང་བས་དེ་དག་ནི་གཏམ་
 ཉིང་པ་ཡང་བསྐྱར་བྱ་རྒྱུ་མིན། འོན་ཀྱང་སྤྱོད་གསུམ་གཅིག་ནས་
 ལྷན་པ་བྱུང་བའི་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་བྱུང་འབྲས་དེ་
 ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་། དེ་ནི་རང་དེ་བོད་མི་ཡོད་དོ་ཅོག་གམ་མདོ་
 དབྱུས་ཁམས་གསུམ་ཀུན་གྱིས་སོ་སོ་བོད་མི་རིགས་གཅིག་
 གྱུར་ཡིན་པ་ཞིག་དང་། བོད་གངས་ཅན་སྡོད་པའི་བཞེན་སོ་
 མའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་པ་ས་པ་ཡུལ་ཡིན་པ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པའི་
 འདུལ་ཤེས་དང་ལྟ་སྐྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་། དེ་ནི་དངོས་འབྲེལ་
 ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེ་ཤོས་ལིག་ཡིན་སྟེ། བོད་བཅུན་པོའི་གདུང་
 རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་ང་ཚོ་རྒྱབས་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་
 ཚུགས། འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལིག་ཡིན། འོན་ཏང་ད་ལྟ་རང་དེ་

ཚོས་ཁ་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པ་མཐུན་སྦྱིལ་དོག་ཅ་
 གཅིག་སྦྱིལ་འབྱུང་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་གོ་སྐྱབས་གསལ་པ་ཞིག་བྱུང་།
 ངོ་མ་རང་དེར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའམ། མི་ཞིག་གིས་
 འདི་ལྟ་བུ་ཆེད་དུ་གཉེར་ཉེ་བཅོ་དགོས་ཆེ་བཅོ་སྐབ་རྒྱ་དཀའ།
 དེ་ནི་ངོས་འཕང་ལྱོད་ཚོར་བྱུང་ལ། ངོས་ཀྱི་བཅས་ས་བོད་ཀྱི་
 ཁམས་སྤྱོད་ལུང་པ་ཁུག་གྲོག་ཞིག་དང་མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་
 ངོས་ཀྱི་པ་ཡུལ་ཤེས་མི་དགོན། གང་ལྟར་ས་སྤྱིད་པོ་ཞིག་ཡོད་
 པས་མིང་འབོད་མིན་ཁྱད་པར་ཅང་མེད་སྟེ། ཁམས་སྤྱོད་ཀྱི་
 ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་བཅས། ངོས་རྒྱུད་དུའི་སྐྱབས་སུ་ང་ཚོའི་པ་ཡུལ་
 ཀྱི་ལྟ་སྐྱོད་མི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ང་ཚོ་ཁམས་པ་ཡིན།
 དབྱུས་གཅིང་གི་མི་དེ་དག་བོད་པ་མེད། ཁམས་པ་ཁམས་པ་
 དང་བོད་པ་བོད་བྱས། དེ་གཉིས་དབར་ལ་དབྱེ་འབྱེད་ཆེ། ང་
 ཚོ་བོད་པ་ཡིན་བསམ་པའི་འཛིན་སྐྱོད་དེ་ཅམ་མེད། བོད་
 པ་ཞེས་དབྱུས་གཅིང་གི་མི་དེ་དག་ཡིན་པ་དང་ང་ཚོ་ཁམས་

བ་ཞེས་པོད་བ་ལས་ཐ་དད་བ་ཞིག་དང་ལོགས་སུ་ཡིན་པའི་
 བསམ་སྒོ་བཏང་། ཡིན་ཡང་དེད་སང་འབྲུང་བ་ཕྱིན་ཏེ་ཀུན་
 གྱིས་པོད་མི་རིགས་ལ་རུས་གདུང་རྒྱུད་གཅིག་གྲུང་ཡིན་པ།
 སོ་སའི་བ་ས་པོད་ཡིན་པ་ཚོར་སྤང་བྲུགས་ཆེར་ལྡན། དེ་ནི་
 རང་རེདེ་བྱུང་འབྲས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་བྱུང་འབྲས་
 གྲུང་དེ་ག་ཙམ་རྒྱ་མེད་རྒྱེན་མེད་དུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པར། རྒྱ་
 རྒྱེན་དང་གནས་སྤངས་དུ་མ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་། རྟོགས་
 གཅིག་ནས་རང་རེ་མི་ཞེས་པ་ལ་མཚན་པོ་ཞིག་སྟེ་སྤྲུག་བསྐྱེད་
 དང་དཀའ་ངལ་འབྲང་མཚམས་མཉམ་དུ་ཚུར་རུབ་རུབ་བསྐྱེད་
 རྒྱ། རྟོག་ཅ་གཅིག་སྤྲིལ་འབྲུང་རྒྱ་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲུང་བཞིན་
 ཡོད། སྤྱིད་པོ་བྱུང་མཚམས་རང་བཞིན་གྱིས་པར་ཁ་གྲུས་རྒྱ་
 དེ་རིགས་མཆིས། དེའི་ནང་ནས་གྲུང་གོང་བུ་གཅིག་གྲུང་གི་
 རུས་པ་ཆེན་པོ་འདི་ལྟ་བུ་འབྲུང་རྒྱ་གཙོ་པོ་གང་དུ་སྤྲུག་གས་
 ཞེ་ན། རང་རེར་ལྟ་མི་སྤོང་མོང་གིས་མང་པོས་བཀྲུང་བ་དེ་ལྟ་
 བུའི་དབུ་ཞིད་ཡགོང་ས་ཡ་སྤྲུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཡོད་
 པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མཐུན་སྤྲིལ་རྟོག་ཅ་གཅིག་སྤྲིལ་འབྲུང་བར་
 གྲུང། རྒྱན་གཏན་རང་རེ་ཀུན་གྱི་སྤྲོ་སྤོར་པོད་གྱི་རྒྱ་ན་མེད་པའི་
 དབུ་ཞིད་ཅེས་འཇགས་ཡོད་ལ་ངག་ནས་བཤའ་བ་ཙམ་གྱིས་
 མི་པན། མཚམས་རེ་ང་ཚོས་མིའི་ཟེར་རྗེས་སུ་གཤམ་རྒྱགས་
 གྱིས་སོ་སའི་སེམས་སོག་ཏུ་ཚོར་སྤང་ཟབ་མོ་དང་སྤོང་བ་ཟབ་
 མོ་མི་ལྡན་པ་དེ་ལྟར་འབྲུང་བཞིན་མཆིས། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་
 བརྟེན་ནས་ང་ཚོར་རྒྱ་ན་མེད་པའི་དབུ་ཞིད་དམ་གོང་བུ་གཅིག་
 གྲུང་འབྲུང་རྒྱའི་ཅ་བའམ་གཞི་ཅ་དབུ་ཞིད་བཟང་པོ་དེ་ལ་བརྟེན་
 བས་བྱུང་སྤྲུབས་ཀུན་གྱིས་རང་རེར་དབུ་ཞིད་བཟང་པོ་དེ་ལྟ་བུ་
 རོར་བུ་རང་ལག་ཏུ་ཡོད་པ་དེའི་རིན་ཐང་དང་། ཅ་བ་ཆེན་པོ།
 ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་བསམ་པ་འོ་འཕྲོད་དགོས། རྒྱན་
 གཏན་པོད་གྱི་ཁ་དཔེར། རོར་བུ་རང་ལ་ཡོད་དུས། རོར་བུའི་

རོར་ཉམས་མ་ཚོད། ཅེས་པའི་དབེ་བཞིན་ད་ལྟ་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་
 པོ་ཆེ་མཚོག་སྤྱེ་འཚོ་ཞིང་བཞུགས་པའི་སྐབས་ལ་མཚམས་རེ་
 ལ་ལས་ཅ་ཆེན་པོ་རི་ཙམ་ཡིན་ཏེ་གོ་བའམ། སྤྱིར་ལྟར་ན་ཏ་
 མ་གོ་བ་མི་སྤྱིད་ཅིག་ཡིན་ཡང་མཚམས་རེ་ཏ་མ་གོ་བ་དེ་ལྟར་
 འབྲུང་བཞིན་མཆིས། རང་རེ་མི་ཞེས་པ་སྤྲུབས་རེ་ཏ་མ་གོ་མི་
 སྤྱིད་པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཡིན་ཡང་ཏ་མ་གོ་བ་དེ་ལྟར་དུ་
 མ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཀུན་གྱིས་ངག་ནས་
 བཤའ་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སོ་སོས་བསམ་སྒོ་ཟབ་ནན་ཞིག་
 བཏང་ན་དེས་པར་ཏ་གོ་སྤྲུབ་སྤྲུམ། ཀུན་གྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་དབུ་
 ཞིད་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་བརྟེན་ནས་རིན་ཐང་ཆེ་ཚུང་དང་
 ཅ་ཆེ་ཚུང་། ཕན་ཡོན་ཆེ་ཚུང་རི་འབྲ་ཡིན་ཀུན་གྱིས་འོ་འཕྲོད་
 དགོས་པ་གནད་ཆེ་བ་ཡིན། རོས་ནས་དེ་ལྟར་བརྟོད་དགོས་
 པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེད་སང་རང་རེ་པོད་གྱི་སྤྲིག་འཇུགས་ནི་མང་
 གཙོའི་སྤྲིག་འཇུགས་ཤིག་ཏུ་གྲུང། དེར་བརྟེན་ཀུན་ལ་སྤྲོ་བརྟོད་
 གྱི་རང་དབང་དང་བསམ་སྤོའི་རང་དབང་སྤང་དང་མི་འབྲ་བའི་
 རང་དབང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད་སྤྲུབས། རང་དབང་ཐོབ་ཙམ་
 ལ་ལས་སྤེར་གྱི་བསམ་རྒྱུ་དང་ལྟ་སྤངས་བཤའ་ཐལ་ཆེ་བའམ།
 སྤྱིར་མང་གཙོ་ཚད་ལྡན་ཡིན་ན་ལྟ་རྒྱུ་མི་མཐུན་པ་འབྲུང་ཚོག་
 གྲུང་གཞི་རྩའི་ཆར་རང་རེ་ཀུན་གནས་སྤངས་རི་འབྲ་ཡིན། འདི་
 ལྟ་བུའི་དབུ་ཞིད་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་བརྟེན་ནས་རིན་ཐང་
 ར་ཚོས་སེམས་ལ་མ་བརྟེན་པ་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཡིན། ཅ་བ་
 པོར་ཏེ་ཡལ་ག་འཇུས་ན་དོན་མེད་དང་ཅ་བ་མ་པོར་པའི་སྤོག་
 ཏུ་སོ་སའི་རྩལ་རུས་རི་ཡོད་འདོན་ཚོག་ ཡིན་ཡང་ཅ་བ་པོར་
 བ་རང་རེས་ཉམས་བཏང་ཡང་མཐར་སྤྲུག་རང་རེ་དཀའ་ངལ་
 བད་ལྟར་རྒྱ་ཡིན་པས་ཀུན་གྱིས་སྤྲུགས་པ་ལ་འཇགས་པར་མཛོད།
 ལྟག་པར་རང་རེ་པོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་འདིར་ཞན་ཆ་གཅིག་
 ལྟེ། སོ་སོས་བརྟེན་དབུང་མ་བཞིས་པར་གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་



འབྲང་སྟེ་ལྷན་ཁྲིམས་སྟེ་བསྐྱོད་བཞིན་མཆིས། དེ་ལྟར་མ་བགྲིས་
 བར་སོ་སོ་རང་ཚུགས་སྐབ་བ་ཞིག་དང་གཞི་ཅན་བརྟན་པོ་དགོས་
 རྒྱ་གཞན་ཆེ། །

དོན་ཚན་གཉིས་ལ། ཨ་འེའི་ནང་དུ་བོད་མི་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་
 ལ་པལ་ཆེ་བ་ནི་ལུ་ཡོག་དང་ནི་ལུ་འཇར་སི་གཉིས་ལ་ཡོད་སྟེ།
 ཕྱི་རྒྱལ་དུ་བསྐྱོད་མི་མང་དུ་དང་བཅོན་བྱོལ་བོད་མིའི་གནས་
 ལྟངས་ཀྱང་གྲིས་ཤེས་གསལ་ལྟར། བོད་ནས་ཚུར་སླེབས་མི་
 ལུང་དུ་བྱིན། ཕྱི་རྒྱལ་དུ་བསྐྱོད་མི་མང་དུ་བྱིན་པའམ་རྒྱུ་མ་
 ཆད་པར་བྱིན། ལ་ལ་བོད་དུ་ཕྱོག་མིའང་དུ་མ་མཆིས། འབྲུང་
 འབྲུང་བཅོན་བྱོལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བོད་བ་འཛོམས་ཞིག་ཏུ་འབྲུང་
 རྒྱ་ཉེན་ཆེ་ཞེས་བཤད་མི་འབྲུང་། འོས་ནས་པར་བལྟས་ཚོད་
 ལའང་ལོ་བཅུ་ཉེ་ལུའི་ནང་དུ་རི་འབྲུང་སེམས་ཚབས་ཆེ།
 རི་ལྟར་ཡང་རྒྱུག་གཏན་འོས་ཀྱི་འགྲམ་དུ་ལྷགས་ཏེ་མོ་རྒྱབ་མི་
 དུ་མ་དང་པལ་ཆེ་བ་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་བསྐྱོད་མི་ཡིན། མཚམས་ལེ་མོ་

དང་མཐུན་ན་ལམ་འགྲོ་རྒྱགས་པ་དང་མོ་མ་དང་མ་མཐུན་ཆོ་
 གཞོན་སྐྱེལ་བ་དེ་ལྟར་ཡིན། གང་ལྟར་དེ་ལྟའི་སྐད་ཆ་འབྲུང་
 བཞིན་ཡོད་ལ་པལ་ཆེར་ལོ་གཅིག་གི་ནང་དུ་དེ་སྤྱི་དོན་གཅོད་
 ལ་བོད་མི་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་བསྐྱོད་མི་སྣོང་ཐུག་བཞི་ཅན་ཡོད་སྟོར་
 བཤད། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་རྒྱ་གར་ལ་འཚོ་བ་སྐྱེལ་རྒྱ་
 ལུང་དཀའ། རང་རེར་རྒྱ་གར་མི་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཡང་མེད། ང་
 ཚོས་སྤོན་མ་སྐྱབས་བཅོལ་བ་ཡིན་ཚོས་ཡང་སྐྱབས་བཅོལ་བ་
 འོ་མར་མ་གྲུར་ན་ཐོབ་ཐང་ཡང་འོ་མ་མེད་སྟེ།

དེར་བརྟེན་དེར་སང་ལས་ཀ་བགྲིད་དགོས་ཆེ་སོ་སོར་
 ཐོབ་ཐང་ལག་ཁྱེར་བསྟན་དུ་མེད་ན་ལས་ཀ་ཐོབ་རྒྱ་དཀའ།
 དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་དུ་མ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཁག་མེད་
 བ་དང་སྤོན་མ་ང་ཚོས་གནས་སྟངས་ཆ་ཆ་རྟོགས་བཞིན་
 མེད་སྟབས་བོད་མི་ཀྱང་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགྲོ་བཞིན་གདའ་རི་འབྲ་
 ཡིན་ནམ་སྟེ་མགོ་མ་འཚོས་པ་དང་ཉ་མ་གོ་བའི་གནས་

ཚུལ་དུ་མ་བྱུང་། སོ་སོས་ཉམས་མུང་བསགས་ཅ་ན་ཁག་མི་
 གདའ་སྟམ། ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགོ་ཚུགས་གི་མ་དེད་ཅེས་བཤད་པ་
 ཅམ་གྱིས་མི་འགྲིག། ཕྱི་རྒྱལ་དུ་འགོ་བ་དེའང་རྒྱ་མཚན་ཞིག་
 ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱོད་བཞིན་ཡོད། གང་ལྟར་བོད་མི་གཞིས་
 ཆགས་ཏེ་མི་ཚོགས་གཅིག་དང་གཉིས་སུ་འགོ་བཞིན་བསམ། དེ་
 དག་སེམས་ཚབས་གཅིག་སྟེ་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་།
 བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་མི་རབས་རྗེས་མ་དག་ལ་
 འཛུགས་སྐྱོད་བྱ་བུ་མེད་ལ་མཚོ་བསམ་གལ་ཆེར་གཏོང་ཡུལ་
 ཞིག་ཏུ་བྱུང། མཚམས་རེ་རྟ་ས་བོད་ཁྱིམ་དུ་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འཚར་
 ཡོངས་བྱུང་བའི་བོད་སྐད་དག་བོད་ཁྱིམ་ལ་བོད་སྐད་སྐྱོད་བར་
 སློབ་གསེང་དང་སྐྱབས་ཏེ་སློབས་བཞིན་པ་དུ་མ་ཡོད། བལ་ཆེ་
 བ་ངོས་ནས་ཐུག་འབྲུན་བྱུང་ལ་མལ་ཆེ་བས་བོད་སྐད་བཤད་
 མི་ཤེས་ལ་ཤེས་ཀྱང་ཕྱི་སློང་བས་བོད་སྐད་རྒྱབ་པ་རི་བཞིན་
 མ་གཏོགས་བོད་བས་བོད་སྐད་བཤད་པ་རི་བཞིན་མི་གདའ།
 དེར་བརྟེན་དེ་ཞི་རང་འཕེའི་སེམས་ཚབས་ཤིག་ཡིན། བོད་སྐད་
 མ་ཤེས་ན་བོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཞེས་པ་ཚུང་དགའ།
 དེ་བཞིན་ལ་ལ་བོད་སྐད་མ་ཤེས་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། བོད་པའི་
 ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྐོར་ལ་གོ་རྟོགས་ཅམ་ཡང་མེད་པ་དང་དེ་
 དག་མཚོང་སྐབས་སེམས་སྐྱོ་སོ་ཞིག་ཡིན། མཚམས་རེ་སེམས་
 སྐྱོ་བ་དང་འབྲལ་མར་ཅི་བྱ་གཏོལ་བལ་དུ་བྱུང།

རང་རེས་སྲ་ཕྱི་མ་གཏོགས་བོད་དུ་ལོག་རྒྱ་རེད་སྟམ་པའི་
 བསམ་སློ་སྟབས་བདེ་བཏང། ཕྱི་ལོགས་ལ་དེ་ཅམ་འདུག་མི་
 དགོས་པར་བོད་དུ་ལོག་རྒྱ་ཡིན་པའི་མཚོ་བསམ་བཏང། ཡིན་
 ཡང་བོད་དུ་ལོག་རྒྱ་ཞེས་པ་སྟོགས་གཅིག་ནས་རང་རེར་རེ་
 བ་ཡོད་ཀྱང་འབྲལ་མར་ལོག་རྒྱ་ཞིག་དང་འདུག་རྒྱ་ཞིག་མེད་
 སྟབས། དེར་བརྟེན་རང་རེས་ས་ཆ་འདྲིའི་ཚོགས་ཏུ་འདུག་སྟེ་མ་
 འོངས་པར་སོ་སོའི་སྐད་གུ་དང་དེ་དག་གི་མཚན་ལམ་རི་འབྲེ་
 འོངས་པར་སོ་སོའི་སྐད་གུ་དང་དེ་དག་གི་མཚན་ལམ་རི་འབྲེ་

འབྲུང་དེ་ལ་མཚོ་བསམ་དང་འཚར་གཞི་ཞིག་འཛོགས་དགོས།
 བོད་དུ་ལོག་རྒྱ་ཞེས་བསམ་སློ་སྟབས་བདེ་ཞིག་བཏང། དེའི་
 དབར་ལ་ང་ཚོའི་ལས་དོན་དུ་མ་ཞིག་གི་ཐད་ལ་འཇུག་པོར་
 བ་དོན་མེད་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་ས་
 འདྲིའི་ཚོགས་ཏུ་འདུག་པའི་སྐབས་ལ་སོ་སོའི་སྐད་གུ་དག་གི་མ་
 འོངས་པའི་མཚན་ལམ། སྐད་གུ་དུ་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་
 རས་རྗེས་ཤུལ་གྱི་ སྐད་གུ་རྣམས་ལ་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་
 སློབ་སྐྱོད་རི་འབྲེ་ཐེབས་མིན། བག་ཆགས་ཟབ་མོ་ཞིག་འཛོགས་
 མིན་ཐད་ང་ཚོས་བསམ་སློ་ནན་ཏན་གཏོང་དགོས། རྒྱ་གར་ནང་
 དུ་ལ་ཤོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་འདྲིན་དང་བོད་མིའི་སྐྱིག་འཇུགས་
 དང་བོད་མི་སྐྱབས་ཏེ་བཏང་དག་གི་བཀའ་འདྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་
 སྲ་ཐག་ཐག་ཏུ་ཡོད། ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་ནང་
 དུ་བོད་མི་སྐྱི་པའི་སྐྱིག་འཇུགས་སྲ་ཐག་ཐག་ཅིག་དང་ལུས་པ་
 རུན་པ་ཞིག་བསྐྱབ་རྒྱ་གལ་གནད་ཆེ། དེར་བརྟེན་རང་རེ་བོད་
 མི་སྐྱི་མཐུན་གྱི་སྐྱིག་འཇུགས་ཡོད་པས་དེ་དག་ངོས་ནས་ངོ་མའི་
 ལས་ཀ་བཞིན་རྒྱ་དང་མཚོ་བསམ་ནན་ཏན་གཏོང་དགོས་པའི་
 ལས་འགན་དུ་མ་ཡོད། ཚོགས་པ་ཅམ་ཞིག་གི་ལས་འགན་མ་
 ཡིན་པར་བོད་གཞུང་གི་ཚབ་ལྷ་བྱ་བ་གྱིས་ཏེ་འདྲི་གའི་བོད་མིར་
 ཞབས་ཞུ་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད་པས་ལས་འགན་དེ་དག་ལྡིང་སོ་ཞིག་
 ཡིན། ལས་འགན་ལྡི་བ་རི་བཞིན་རང་རེས་འགན་འཁུར་བུབ་
 བ་ཞིག་དང་བྱ་བ་དག་ཀྱང་རེས་པར་དེད་དུས་ཀྱི་རིགས་གཅིག་
 ཀྱང་འཛོན་དང་ཤེས་ཡོན་ཡང་གང་འཚམས་ལུན་པ་འཛོན་ཐང་
 ཡང་གང་ལེགས་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དེས་པར་བན་སོགས་
 འབྲུང་རྒྱ་ལ་ཀུན་གྱིས་མཚོ་བསམ་གཏོང་དགོས་པ་གནད་ཆེ་
 ཡིན། ང་ཚོའི་མི་རབས་རྗེས་མ་ཙམ་རིང་འཚར་ཡོངས་བྱུང་བ་
 དག་གིས་བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་མི་ཤེས་པ། བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་
 རིག་གཞུང་གང་ཐད་ལ་མཚོ་བསམ་འཚོས་པའི་བོད་མི་ཞིག་པ་སྐྱོང་



བཤམ་བོད་མི་ཕྱེད་ཀ་ལྟ་བུ་གྲུར་ན་རང་རེ་ཀུན་རྫོང་ལམ་དགོས་
 བ་ཞེག་ཡིན་པས་རྒྱ་མཚན་དེའི་ཐད་ཀུན་གྱིས་དོག་ཅ་གཅིག་
 སྤེལ་བྱ་དགོས། དེའང་ཚོགས་པའི་ལས་ཀ་རེད་ཅེས་ཟུར་དུ་
 སྐྱར་བ་མ་ཡིན་པར་སོ་སོས་ཀྱང་ཆ་ཤས་སྦངས་ཏེ་འགན་འཁུར་
 དགོས་པ་མ་ཚོར་བར་ཚོགས་པས་བགྱིད་གི་སྦྱུང་བ་དེ་ལྟར་
 མིན། ཀུན་གཅིག་གྲོགས་གཅིག་གིས་པན་ཚུན་རོགས་རམ་
 དང་། ཚོས་དང་རེག་གཞུང་ལྷན་པར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་
 སྲོང་བྱ་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེ། ཡིན་ཡང་རང་རེ་བོད་སྐད་ཨ་རིར་
 འཚར་ལོངས་འབྱུང་བཞིན་པ་དེ་དག་ཁོར་ཡུག་དང་དེ་བཞིན་སྤྱི་
 ཚོགས་མི་འདྲ་བའི་ནང་དུ་འཚར་བཞིན་ཡོད་སྟབས། ང་ཚོས་
 སྤར་གྱི་སྲོལ་རྒྱན་གོམས་སྲོལ་དང་ལྟ་སྟངས་ཇི་བཞིན་འབྱུང་
 དགོས་ཞེས་པ་དེར་ལྷ་ཚུགས་བགྱིས་ཀྱང་བྱུང་འབྲས་ལེགས་
 བོ་ཞེག་ཐོབ་མི་སྲུབ། ཡིན་ཡང་ཁོར་ཚོའི་འཚར་ལོངས་ཀྱི་ཁོར་
 ཡུག་དང་ལྟ་སྲོང་མཐུན་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་ཚོས་དང་རེག་

གཞུང་ཁོར་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་ཇི་ལྟར་བག་ཆགས་འཛོག་སྲུབ་མིན་
 ལ་བསམ་སྒོ་ནན་ཏན་དང་ཞིབ་འཇུག་ནན་ཏན་བགྱིད་དགོས།
 དོན་ཚན་གསུམ་པ། རང་རེ་བོད་རིགས་ནི་ཤ་རུས་གཏུང་
 རྒྱུད་ཅིག་པའི་སྤུན་རྒྱ་མིང་སྲིང་གཅིག་གྱུར་ཡིན། མཐུན་སྦྱིལ་
 དོག་ཅ་གཅིག་སྤེལ་དགོས་ལ། མཐུན་སྦྱིལ་ནི་སྦོབས་ལྷགས་གི་
 གཞི་རྩར་གྱུར། བོད་ལ་ཚོས་བརྒྱུད་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་ཚོ་ནང་
 བོན་བོ་ཞེས་མིང་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད། དོན་གྱི་ཆ་ནས་ཀུན་ཆ་
 མཚུངས་སུ་གྱུར། ཅུང་མི་འདྲ་བ་ཚོས་བརྒྱུད་སོ་སོའི་ཆེ་བའི་
 ཡོན་ཏན་འཆད་པའི་སྐབས་ལ་རྩ་ཆེན་བོ་དང་སྐུ་ལ་མེད་པ་
 ང་ཚོར་ལྡན་ཞེས་འཆད། དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་དབང་གིས་
 འཆད་པ་ལས་དོན་དུ་ཆ་མཚུངས་ཡིན། དཔེ་མཚོན་ཞེག་བརྗོད་
 བ། སྤུན་རམ་གཞིགས་གི་དབང་ཞེག་བརྒྱུར་སྐབས་སྤུན་རམ་
 གཞིགས་ལས་ལྷན་པ་མེད་ཅེས་དབང་བཤད་བྱ་བཞིན་ཡོད།
 དགོན་མཚོག་ཀུན་འདུས་ཡི་དམ་ཀུན་འདུས་ཚོས་སྲོང་ཀུན་

འདུས་ཅུ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་འགྲེལ་བཤད་རྒྱལ་བཞིན་ཡོད་ལ།
དེའི་གཞུག་དེར་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་དབང་ཞིག་བསྐྱར་ན་འཇམ་
དབྱངས་ལས་ཅུ་ཆེ་བ་མེད་སྐོར་འགྲེལ་བཤད་བྱ་དགོས། རོ་མ་
ལྷན་ན་སྐྱུན་རས་གཞིགས་ལས་ལྷག་པ་མེད་ཅེས་བཤད་ཟེན་
ན་འཇམ་དབང་དབྱངས་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་མེད་ཅེས་
འཆད་ན་ཁྱད་མཚར་དུ་གྱུར།

ཡིན་ཡང་དེ་དག་ནི་དགོས་དབང་གིས་འགྲེལ་བཤད་
ལས་གཤམ་ཆེ་ཆུང་གི་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མེད། དེ་བཞིན་རང་
རེའི་ཚོས་བརྒྱུད་སོ་སོའི་དད་ལྡན་རྗེས་འཇུག་དག་ལ་ནང་
ཚོས་འཆད་སྐབས་རང་སོ་སོའི་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་འཆད་
དགོས། བཤད་པ་རྒྱུད་པས་སོ་སོའི་གཅིག་ལྷན་གཤམ་ཆེ་ཡིན་པ་
ལས་གཞན་རྣམས་གཤམ་ཆེན་མོན་པ་མི་མཚོན། འཆད་རྒྱ་ཀུན་
ཀྱིས་ཆ་མཚུངས་སུ་བཤད་ལ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་དང་སྟོང་
པ་ཉིད། ལྟ་བུ་བཅས་ཆ་མཚུངས་ཡིན། འཆད་སྟངས་ཅུང་མི་
འདྲ་བ་དང་ཚོག་ཤེད་སྟོང་བཞིན་སྟངས་སྤོང་བུ་མི་འདྲ་བ་ལས་
བཤད་བྱ་ནི་བྱམས་སྟེང་རྗེ་ཡིན་པས་ཆོག་ཤེད་སྟོང་གང་བཞིས་
ཀྱང་ཁྱད་པར་ཅང་མེད། དེར་བརྟེན་རང་རེ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་
ཆ་ནས་སྟོགས་རིས་བཞིན་མི་དེ་དག་ཚོས་བ་རྣམ་དག་ཅིག་
ཡིན་ཆེ་བས་མ་སྐོར་འཇུག་ཡིན། ཚོས་པའི་གཞུགས་བརྟན་
ཅམ་དང་མིང་དུ་ཚོས་པར་བཏགས་པ་ཚོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཅི་
ཡང་བྱ་བཞིན་མེད་ན་གང་བསམ་ཡང་ཚོག་ ཡིན་ཡང་ཚོས་
པ་རྣམ་དག་ཅིག་བཞིས་ན་ཆགས་སྤང་སྟོངས་གསུམ་གྱིས་
སྟོང་པའི་ཞེན་ཞོག་ནི་ཚོས་དང་མི་མཐུན་ལ། ཚོས་ལུགས་ཅི་
འདྲ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཡིན་ཡང་ཆགས་སྤང་སྟོངས་གསུམ་བཞིས་
ན་འགྲིག་ཅེས་པ་མེད། སྤྱིར་ཚོས་བརྒྱུད་སོ་སོར་མེ་ཏོག་གང་
ལ་ཤོག་པའི་ལྷ་སྐལ་ལམ་སོ་སོ་དང་ལས་སྟོན་གྱི་འགྲེལ་བ་
ཡོད་ཅན། དེ་དག་གཞི་རྩར་བརྩམས་པའི་ཤོག་ནས་ཉམས་ལེན་

བཞི་དགོས། མཚམས་རེ་སྤྱི་རྒྱལ་བ་དུ་མ་ཞིག་ལ་དཀའ་ངལ་
འབྱུང་བཞིན་ཡོད། ཤོག་མར་བཀའ་བརྒྱུད་ནང་དུ་སྟོན་སྟོང་སྟོན་
ཅམ། ཡང་སྟེང་མ་སྟོན་ཅམ། དེ་ནས་དགོ་ལུགས་དང་ས་སྐྱའི་
ནང་དུ་སྟོན་ཅམ་བཞིས་ཏེ་རྒྱུད་པ་དེ་ཅམ་མ་རྒྱགས་པ་དང་བྱི་
རི་བཞིན་གང་སར་མཚུ་ཏོག་རྒྱལ་བ་ཞི་དཀའ་ངལ་ཡིན། ཤོག་
མར་ཚོས་བརྒྱུད་ཅིག་ལ་རང་རྒྱུགས་སྟབ་པ་དང་། དེ་ནས་
ཚོས་བརྒྱུད་གཞན་ལ་སྟོན་སྟོང་དང་ཉམས་ལེན་དག་སྤང་སྟོང་
རྒྱ་སྟོན་གྱི་སྟེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་
མཛད་ཡོད་ལ། ང་ཚོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཞིན་དགོས།

སྟེས་བུ་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་ནི་ང་ཚོས་མིག་དཔེ་ལྟ་ལུལ་
ཞིག་དང་དཔེ་རྒྱུད་ས་ཞིག་ཡིན་ཅོན་དེ་ལྟར་བཞིན་དགོས།
ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་འཇུག་འཇུག་ནི་མི་ལེགས་ཤིང་སྤྱིར་རང་རེ་བཅོན་
བྱོལ་ནང་དུ་ཡ་རྒྱལ་བ་འིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་བསྟན་པ་རིས་མེད་
ལ་སྟགས་བཅེ་དང་དག་སྤང་མཛད་པོ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། གང་
གི་བཀའ་ཤིན་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟར་རང་རེ་ཚོས་བརྒྱུད་པན་ཚུན་
མཐུན་སྤིལ་གང་ལེགས་མཚུས། དེ་བཞིན་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་
དབྱ་ཁྱིད་རྣམ་པ་ཀུན་གྱིས་སྟགས་དགོངས་ཆེ་བཞེས་མཛད་དེ་
བཞུགས་ཡོད་སྟབས་རང་རེ་ཀུན་གང་འཚམས་ཀྱིས་ལེགས།
ཡིན་ཡང་ལ་ལ་མགོ་བདེ་བཞེན་འཇུག་དང་སྟོགས་རིས་ཅན་ཅུང་
འབྱུང་བཞིན་གངའལ་ངོས་ལ་དུ་མ་སྟག་སྟོང་། ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་
འདས་པའི་བྱང་རབས་ལོ་རྒྱུས་ཤོག་སྤྱིར་མིག་བལྟས་ན་ཚོས་
བརྒྱུད་ལ་བསྟན་དེ་ཚོས་བརྒྱུད་དབང་ལ་ནང་དམའི་དམག་
འཇུག་ཀྱང་དུ་མ་རྒྱལ། འདས་པའི་བྱང་རབས་ལས་བསྐྱབ་བྱ་
རྒྱུད་ཏེ་འབྱུང་འབྱུང་དེ་རིགས་མི་འབྱུང་བའི་ཐབས་ཤེས་བཞི་
རྒྱ་ཀུན་གྱི་ལས་འགན་ཡིན།

ལྷག་པར་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་འདི་གཞན་སྤྱི་རོལ་གྱི་སྤྱི་
སྟེགས་པ་ལ་སོགས་པས་འཇིག་མི་བཏུབ། བསྟན་པ་འཇིན་

མིའི་ཉན་ཐོས་སམ་བསྟན་འཛིན་ནང་
 བན་ཚུན་ཚོད་པས་འཛིག་ཅེས་ལུང་
 བསྟན། གཟུང་ནན་བཟིང་དགོས་ལ་
 རང་རེ་བསྟན་པ་འཛིན་རྒྱ་ལས་བསྟན་
 བ་བཞིག་མཁུ་དུ་གྲུར་ན་མི་ལེགས།
 ཚོས་བརྒྱད་པན་ཚུན་ཆགས་སྤང་
 བཟིང་རྒྱ་འཛིགས་སྤང་དང་བསྟན་
 བ་འཛིག་པའི་རྒྱར་འགྲུར་ཉེན་ཆེ། རྒྱ་
 མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་བསམ་སློབ་ནན་
 ཉན་གཏོང་དགོས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་
 འབང་ཞེས་པ་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་
 སུ་རྫོགས་པའི་སློབ་ནས་སོབ་དགོས།
 ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་
 བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་གསོག་པའི་
 ཞིང་དེར་སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་དགེ་
 འདུན་གསུམ་སྟེ་བསོད་ནམས་གསོག་
 པའི་ཞིང་སུལ་དུ་གྲུར་པ་དེ་ལས་ལྷག་
 བ་གཞན་དུ་མ་གྲུར།



དགེ་འདུན་ལ་མཚོན་ན་ངའི་དགེ་འདུན་དང་ཁོའི་དགེ་
 འདུན་ཞེས་སྟོགས་ཤིང་བཀྲིས་ན་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཇི་
 ལྟར་རྫོགས། སྟོགས་ཤིང་ཅན་ཀྱི་ཚོགས་དེས་ཚོགས་ཡོངས་
 སུ་རྫོགས་པར་མི་འགྲུར།

དེ་བཞིན་ཚོལ་ཁ་པན་ཚུན་ཉེ་ང་ཁམས་པ་དང་ང་ཨ་མ་དོ།
 དཔུས་གཅོང་ཡིན་ཞེས་པ་དེ་གོང་དུ་བཤད་པ་ཇི་བཞིན་རང་རེ་
 ད་ལྟ་སྟོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ཉམ་ཐག་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་གི་
 ཅན་དུ་སྤྱང། སྟོགས་གཅིག་ནས་ཚོལ་གསུམ་རྟོག་ཅ་གཅིག་སྤྲིལ་
 ཀྱི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཞིག་གྲུང། གོ་སྐབས་དེ་དག་ཚུད་ཐོས་

སུ་མ་བཏང་བར་དེ་ལྟ་བུའི་གོང་དུ་གཅིག་གྲུར་གྱི་རུས་པ་དེ་ང་
 ཚོས་བེད་སྲོད་བཟིང་སྟབས་པ་བྱ་དགོས། ད་ལྟ་བོད་མི་དང་བོད་
 མིའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་གནས་སྤངས་ཇི་ཡིན། ལྷག་པར་
 གཞིས་ཀྱི་བོད་མིའི་གནས་སྤངས་ཇི་ཡིན་དེ་དག་སེམས་ནས་
 ཅུས་ཡང་མ་བརྟེན་པར་སོ་སོ་སྐར་ལ་པན་ཚུན་མ་འཆམས་མ་
 མཐུན་པའི་རིགས་སྐར་གྱི་གཞན་དོན་དང་སྤྱི་པའི་གཞན་དོན་
 གལ་གནད་ཆེ་ཆུང་ཇི་ཡིན་དེ་བུ་བ་ལེགས་པར་བྱེ་སྟེ་སྟབས་
 བསམ་བཞེས་དགོས། རང་རེ་ལ་རུས་གཅིག་ལས་མཆེད་
 པའི་བོད་པ་ཡིན་སྟབས་པན་ཚུན་རོགས་རམ་མ་བཟིས་ཀྱང་
 གཞོད་སྤྱེལ་རིགས་མི་བྱེད་པ་དང་། མཚམས་རེ་བོད་མི་གང་

ཞེག་དཔལ་འབྱོར་གང་ལེགས་སུ་གྱུར་ན་སྤག་དོག་གིས་རྒྱང་
བ་འཐེན་གང་ཐུབ་བཤིང་མི་དེ་ལྟར་འབྱུང་བཞིན་མཆིས། བོད་
མི་གཅིག་ལེགས་པོ་ཞེག་གྱུར་ན་དེ་ལ་བསྟོན་བསྐྱབས་དང་བཅི་
སྤང་བྱ་དགོས། རྒྱ་མཚོན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྤག་དོག་དང་
སྤང་སེམས་རིགས་མ་བཤིས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་
པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་
པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་

སྟོན་མ་པཎ་ཆེན་སྐྱེས་པ་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་
རིགས་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་ལྷ་མ་ཐུབ་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་ལྷ་མ་ཐུབ་
བྱེད་ཀྱི་ཡིན་གསུངས། རྒྱ་མཚོན་ཀྱི་སྐྱེས་པ་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་པར་བཞུགས་
གི་མཚན་རྟོགས་ལ་ང་ཚོས་མིག་དཔེ་ཡང་བལྟས་ཀྱིས་བསྟོན་རྒྱ་
གལ་ཆེ་ཡིན་སྟེ།

མཐའ་དོན་རང་རེ་བོད་རིགས་ཀྱི་མཐའ་ཚོགས་པས་འདིར་
ཤོག་གསུངས་ཏེ་དེ་འདྲིའི་གོ་སྐྱབས་བྱུང་བར་དགའ་པོ་བྱུང་ལ་
དེ་བརྒྱུད་དེ་བོད་རིགས་ཀྱི་སྤག་འབྱུང་བྱུང་བར་དེ་བས་དགའ་
བ་ཆེ། རོ་མ་ལྟར་ན་རང་རེ་སྐྱེ་བའི་ཚོགས་ཁང་ཇི་འདྲ་ཡོད་ས་
གནས་སུ་བྱེད་ཏེ་མིག་ལྟ་འདོད་ཆེ་ཡང་ད་ལན་དུས་ཚོད་དཔེ།
གལ་ཏེ་བྱིན་ན་ཁྱེད་རང་ཚོའི་གནས་ཚུལ་རྒྱས་ལོན་བཤིང་ན་
སྟེ། རྒྱ་མ་ཐུག་ཞེས་མཚམས་རེ་བྱུང་མཚའ་དང་ཁང་བ་
ཐོག་ཅེག་མང་པོ་ཅན་གྱི་སྤང་བྱུང་འདུག་ཤོག་གི་གནས་སྤངས་
རོ་མ་དེ་ཅུ་ང་ཚོས་མགོ་མ་འཚོས། འདྲ་ཆགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་
འདུག་ཅོན། རོ་མ་རང་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་པན་ཚུན་བསྟོན་རྒྱུར་
ཡང་དགའ། གནས་སྤངས་རོ་མ་ཉ་མ་གོ་སྐྱབས་དགའ་བལ་དུ་
གྱུར། དཔེར་ན། རོ་མ་ལ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པའི་མཚན་ཞེག་ཡོད་
སྤངས་ཀམ་ཀི་ཚང་གི་དབྱེད་ལྟ་བུ་ཞེག་ཡིན་ཟེར། ཡིན་ཡང་
ཀམ་ཀི་ཚང་གི་དགོན་པ་ཇི་ཡོད་དེ་དག་གི་ནང་དུ་བྱ་བ་ཇི་ཡོད།
དེ་དག་གི་གནས་སྤངས་ཇི་ཡིན་རོ་མ་ནས་ཉ་མི་གོ། རོ་མ་ལྟར་ན་

ཉ་གོ་དགོས་ཀྱང་རང་རེར་དེ་འདྲིའི་ལུགས་སྟོན་གང་ཡང་མེད།
ཡིན་སྟེ་མ་པཎ་ལག་ལེན་དངོས་ཐོག་དུ་འབྱུང་རྒྱ་དགའ། དེར་
བརྟེན་ཁྱེད་རང་ཚོ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་
དང་ཚོགས་པ་སྤིང་སྤྱོད་ཀྱི་མ་ཞེག་ཡོད་པས་ཀྱན་གྱིས་ད་ལྟ་
བར་དུ་འགན་ཉུར་ཐག་འཁུར། ལ་གོང་ས་མཚོག་གི་དགོངས་
བཞེད་སྐྱབ་པ། གཞིས་ཀྱི་བོད་མི་རྣམས་སྟོན་པམ་མི་འབྱུང་བ་
དེ་ལྟའི་འགན་འཁུར་ཏེ་གནས། སྤང་བྱུང་སྤང་བྱུང་དེ་གཟབ་
ནན་གྱིས་གང་དགོ་བཤིང་དོགས། བོད་མི་ཀྱན་སྐྱེ་གཟུགས་
གསལ་ཐང་འབྱུང་བ། བྱ་བ་ལམ་འབྲོ་འབྱུང་བ། ཨ་རིའི་ཨ་
སྟོར་ལྟོ་མད་དུ་མ་འབྱེད་ཏེ་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ལ་རང་རེ་
སྤག་བྱིར་སེབས་ཤོག་ཨང་། སྤགས་རྗེ་ཆེ། ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ།
མཐུག་དུ་སྐྱེ་མཐུན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཙོ་སྤོན་ལས་
ལགས་ཀྱིས་སྤགས་རྗེ་ཆེ་ལྟའི་གསུང་བཤད་དང་ལྟུལ་དབང་
མཚོག་སྐྱེ་ཆེ་ཞབས་པད་ལུན་དུ་བརྟན་པའི་གསོལ་འདེབས་
དང་ལ་གོང་ས་མཚོག་གི་དབྱེད་འདུང་འདེགས་སྤང་བཞིན་
གནང་སྟོང་ཡོང་བའི་གསོལ་འདེབས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་གསུང་
བཤད་བྱུང་རྟེན་བོད་མི་རྣམས་ལ་དམིགས་བསམ་མཚལ་ཁ་
སྤྱུང་ཏོ། །



ལྷ་སྐང་ཐེབས་ཚ་ཚོགས་པའི་ཚོས་ཚོགས་སུ་དྲགས་པོ་ ཚོས་བཞིའི་ཚོས་འབྲེལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༡ ཉིན། ལྷ་སྐང་ཐེབས་ཚ་ཚོགས་
པའི་ཚོགས་གཙོ་བོ་གནས་ནང་ལྷ་ས་ཚོ་དབང་བཟུང་གིས་ནས་དཔལ་
ལྗེས་དབང་ཀུན་པ་མཚོགས་ལ་གདན་ཞུའི་གསོལ་འདེབས་
སུལ་དོན་ལྟར་ Sheraton La Guardia མགོན་ཁང་གི་
ཚོགས་ཁང་ནང་ཚེབས་སྐྱེད་བསྐྱེད་ཉེ་བཞུགས་ཁྱིམ་འཁོད་
མ་ཐག་མཐུལ་ཉེན་གསུམ་འདེགས་འབྲེལ་ཞུས།
གསུང་ཚོས་སྐུལ་ཡུལ་གང་སྟེགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་མགོན་པོ་མི་

འཇུགས་པའི་སྐུ་བརྟན་ཞིག་དབྱེད་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ལྗེས་
མཚོགས་བརྩེ་བདུན་པ་ཚེན་པོ་མཚོགས་སུ་གྲིས་མཛད་པ་
ཞིག་ཡིན།
དེ་ཉིད་ལྗེས་དབང་མཚོགས་ལྷ་སྐང་ཐེབས་ཚ་ཚོགས་
པ་ནས་གོ་སྐྱོབ་ཞུས་པའི་ས་གནས་ཀྱི་ Sheraton La
Guardia ཁང་བཟང་དུ་ལྷ་སྐང་ཐེབས་ཚོགས་ཚོགས་པའི་སྐུ་
མིན་པོ་ཚེ་དང་། མཚུར་སྐང་ལྷ་སྐང་གི་ཞུ་ནག་མཛོད་པ་སྐུ་བས་

རྗེ་དེའི་ཡག་སྐྱབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། འབར་དོ་སྐྱུལ་སྐྱ། འགྲི་གྲུང་
ལམ་མཁུལ་རྒྱལ་པོ། འགྲི་གྲུང་གི་སྐྱུན་མངའ་སྐྱུལ་སྐྱ། དེ་མིན་
ཚོས་ཚོགས་འདྲ་མེན་གྱི་གནས་འདྲིའི་སྐྱུལ་སྐྱ་མཁུལ་པོ་དང་།
འདྲམ་སྐྱིད་ཤར་ལུབ་ཀྱི་དང་ལུབ་པ། རང་རིགས། ཉེ་སྤྱི་ལ་ཡིའི་
རི་རྒྱུད་བཅས་ཀྱི་དང་ལུབ་པ་སྟོང་ཚོ་གསུམ་ལ་དུགས་པོ་ཚོས་
བཞིའི་བཀའ་ཁྲིད་ཀྱི་སྟོན་འགྲོའི་བཀའ་སྐྱུལ་དོན།

སྐྱེས་ལེན་ཅུ་ཚོགས་པས་ཤུ་སྐྱིག་མཚན་དེ་ཉིན་གཉིས་
ཀྱི་རིང་ལ་ཚོས་འཆང་དང་དབང་བསྐྱར་རྒྱུའི་ལས་རིམ་དེ་ལྟར་
ཡོད། དེ་རིང་འདྲིའི་ལེན་པོ་ལེན་པོ་ཆེ་རྣམས་པ། དེ་བཞིན་
འདྲིའི་འདུས་ཀྱུན་ལ་ཐོག་མར་འཚོམས་འབྲིའི་བཀའ་ཤིས་བའི་
ལེགས་ཡོད།

ད་ལན་ཨ་རིར་སྐྱེའམ་ཐེངས་གསུམ་པ་དང་གཙོ་བོའི་འཆར་
གཞི་ལ་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སྟོན་གཉེར་ཁང་ཁ་ཤས་ཤིག་
ལ་བསྐྱོད་འཆར་ཡོད་མེད་རིམ་བཞིན་མཐོ་སྟོན་དུག་ལ་བསྐྱོད་
རྒྱུའི་ལས་རིམ་དེ་ལྟར་ཡིན། ད་ལན་ཨ་རིའི་འགྲུལ་བཞུད་པས་
ཆེ་བ་མཐོ་སྟོན་ཁག་ཏུ་བསྐྱོད་རྒྱ་ཡིན། རྒྱུན་གཏན་དོས་ལྷ་རམ་
ས་ལར་འདུག་པའི་སྐབས་སུ་ཨ་རིའི་མཐོ་སྟོན་གྱི་སྟོན་སྲུག་ཏུ་
མ་དང་འཕྲད་དེ་སྐྱད་ཆ་ཤོད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཀྱང་ཐེངས་མང་བྱུང་
ལ་ད་ཚོས་འདྲམ་ལུ་སྐྱིད་གི་ཁོར་ལུག་གི་གནད་དོན་དང་པོ་མོ་
འདྲམ་ཉམས་ཀྱི་གནད་དོན་སོགས་དུ་མ་ལ་བཞེས་ཐེངས་བྱུང་། བསྐོ་
སྐྱོད་དེ་བརྒྱུད་དེ་རོས་ལའང་སྟོ་སྐྱེད་ལྟེར་བའི་ཚོར་སྣང་དང་ད་
ལན་དེས་སུ་མཐོ་སྟོན་དེ་དག་གི་ཚོར་བ་དངོས་སུ་སྐྱོད་ན་
སྣམ་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེར་བརྟེན་དོས་ད་ལན་ཡོང་དོན་གཙོ་
བོ་སྟོན་སྐྱོད་དང་དེ་བཞིན་སྟོ་སྐྱེད་འབྱུང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་སྐྱེའམ་པ་
ཡིན། མཐོ་སྟོན་ཁག་ཏུ་བྱིན་ཉེ་གཏམ་བཤའ་བསྐྱེད་དགོས་མ་
བྱུང་ན་སྣམ་ཡང་ལན་མང་ཤོད་དགོས་བྱུང་།

དེ་རིང་དུགས་པོའི་ཚོས་བཞི་འཆང་རྒྱ་ཡིན། དུགས་པོ་རིན་
པོ་ཆེས་ངས་ད་ལྟ་སེམས་ཅན་ལ་པན་ཐོགས་པ་དེ་རྗེ་བོ་བཀའ་
གདམས་པའི་བཀའ་འདྲིན་ཡིན་གསུངས། དུགས་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་
སྐྱུན་མོང་གི་སྤང་དོར་ཉམས་བཞེས་གཙོ་བོ་རྗེ་བོ་བཀའ་གདམས་
པ་ནས་བརྒྱུད་པའི་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་ཉམས་བཞེས་
མཚན། ཀམ་པ་སྐྱེས་ཐེང་དང་པོ་དཔལ་ལྡན་དུས་གསུམ་མཁུལ་བ་
ཐོག་མར་དུགས་ལྟ་སྐྱམ་པོར་ལེན་ཉེ། མཉམ་ལེད་ཚོས་རྒྱལ་
དུགས་པོ་ལྟ་རྗེ་མཚམས་ཉེ་ཚོས་ལུ་བའི་སྐབས་ལ་ཐོག་མར་སྐྱུལ་
རྒྱ་བཀའ་གདམས་པའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྐྱུལ་བ་དང་ངས་ཀྱང་
འདྲི་ཉམས་སུ་ལེན་བཞིན་པས་ཁྱོད་ཀྱང་འདྲི་ཉམས་ལེན་མཚོན་
ཅས་གསུངས། སྐྱིར་དུགས་པོ་རིན་པོ་ཆེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཅུ་བའི་སྐྱེ་
མ་མི་ལ་བཞུད་པའི་རྗེ་རྗེ་ནས་མར་བརྒྱུད་པའི་བྱུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་
དང་ཚོས་དུག་གི་ཉམས་ལེན་ལ་སོགས་པ་ཉམས་བཞེས་མཚན་
པ་ཤོད་མེ་དགོས། ཡིན་ཡང་དུགས་པོ་རིན་པོ་ཆེས་རྗེ་བོ་རྣམ་
པ་ནས་བརྒྱུད་པའི་གདམས་པ་ལྟ་འདྲི་བྱིན་རྣམས་ཆེན་པོ་ཡིན་
ཡང་རྗེ་བོ་བཀའ་གདམས་པ་ནས་བརྒྱུད་པའི་སྐྱེས་བུ་གསུམ་
གྱི་ལམ་རིམ་འདྲིའི་མན་ངག་མེད་ན་སེམས་ཅན་ཀྱུན་ལ་པན་
ཐོགས་སྐབས་པ་ཅུང་དཀའ་བར་གསུངས།

བྱུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ཚོས་དུག་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་ལེན་
དབང་པོ་རྣམས་སྐྱེས་བུ་མཚོག་རབ་དག་གི་ཉམས་ལེན་ཏུ་
བྱུང། སྐྱེས་བུ་དཔན་པ་དག་ལ་བྱུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ཚོས་དུག་
གི་གདམས་པ་ལྟ་བུར་ཀྱང་པན་ཐོགས་མེད་པ་དང་སྐབས་རེ་
ཉིན་ཁ་འབྱུང་བ་དང་། ཡིན་ཡང་བཀའ་གདམས་པའི་སྐྱེས་བུ་
གསུམ་གྱི་མན་ངག་ཅས་པ་སྐྱེས་བུ་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ལ་
པན་ཡོན་ཆེ་བ། གང་ཟག་གི་སྐྱོའི་ལུས་པ་རི་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་དེ་
དག་སོ་སོ་ལ་འཚོམས་པའི་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱ་ཡོད་པས། རྒྱ་
མཚོན་དེས་ན་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་བརྟེན་



ནས་སློང་མེས་ཀྱིས་སྤངས། མཐར་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་ལ་
 ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུད་སྤངས་ཉེ་རྟོགས་པ་སྤྱི་རྒྱ་གནད་ཆེ་ཡིན་
 བར་གསུངས་པ་མེན་ནམ་སྙམ།

དེ་ཡང་འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྡན་
 རྒྱལ་བ་ཡང་དགོན་པ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་གི་གསུང་ནང་
 ཏུ། མི་དུ་མ་ཞིག་ཚོས་སྐད་མཐོ་ལོ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་རྫོགས་
 པ་ཆེན་པོ་འཆད་ན་དགའ་བར་སྤྱོད། ཐུན་མོང་གི་ཚོས་སྤྱབས་
 འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད། རྫོང་ལྷོག་རྣམ་བཞི་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་
 འཆད་ན་དེ་ཅུ་མི་དགའ་བར་དམའ་བ་སྤྱིར་བཏང་ཅུ་ལས་
 དམིགས་བསལ་གང་ཡང་མེད་པར་དེས་ཡིད་མི་ཚིམ་པ་དེ་ལྟ་
 ཏུ་འབྱུང་གསུངས། ཚོས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་མི་པན་
 གང་ཟེག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོར་འབྱུང་དགོས་གསུངས། གང་ཡིན་
 ཞེ་ན། ཚོས་ཉམས་ལེན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་རྒྱུད་པས་མི་

པན། གང་ཟེག་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་
 སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཡིན་པར་
 གསུངས། དེར་བརྟེན་སོ་སོས་ཉམས་ལེན་བགྱིད་རྒྱུ་དེ་མཐོ་ལོ་
 ཞིག་ཡོད་སྤང་འཆར་ཡང་སོ་སོའི་རུས་ཚོད་དམ་སློའི་རུས་པས་
 དེ་ཅུ་མ་སྤྱེབས་ཆེ་ཉམས་ལེན་བགྱིས་ཀྱང་དོན་ལ་རང་དོས་
 བས་སེམས་པ་དང་རེ་བ་རི་བཞིན་གྱི་པན་ཡོན་འབྱུང་དགའ།

མདོར་ན་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ཚོས་ཞེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་
 ཚོས་ཉམས་ལེན་བགྱིད་མི་ཞིག་ཡིན་ན། ཐེག་པ་དམན་པའམ་
 ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་ཉམས་ལེན་བགྱིད་མི་དགོས་པ་མིན། རང་
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་ན་ལྷག་པར་དུ་ཉན་
 རང་གི་ཐེག་པའི་ཚོས་དེ་དག་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས། དེ་ཡི་གཞི་
 ཅའི་རྒྱ་གཞི་ཡོད་པའི་སྤང་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཉམས་ལེན་
 རོ་མ་འབྱུང་ཐུབ་རྒྱུ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

སྲིད་ཐེག་ཅེས་པ་དེར་བསྐོས་པ་བཤད་ལྷ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད།
ཐེག་པ་ནི་སྐབས་ལ་ཡང་བཀྲག་པའམ་ཐེག་པའི་དོན་ཡིན། ཐེག་
པ་ཞེས་པ་ར་དང་སྲུང་། རྗེལ་ལ་སོགས་པར་ཐེག་པ་ཞེས་པའི་
མིང་འཇུག་ དཔེར་ན་སྲུང་ལ་འགོལ་བྱེད་ཀྱི་ལུང་སོ་དེ་ར་ལ་
འགོལ་ན་ཐེག་མི་སྲུབ་པ་རྗེ་བཞིན་སྐབས་འདྲིར་འཁུར་སྲུབ་མི་
སྲུབ་ཅེས་པ་དེ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ངོས་ནས་རྒྱུན་གཏན་ཕྱོགས་
གཅིག་ནས་མཐོ་བསམ་བཏང་ན་འགན་འཁུར་སྲུབ་མ་སྲུབ་ཅེས་
པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས་སྟེ།

དེར་བརྟེན་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུང་ཞེས་པ་གཙོ་བོ་འགན་འཁུར་སྲུབ་
མི་སྲུབ། ཉམ་མཁའ་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སོ་སོས་འགན་འཁུར་སྲུབ་མིན་དེ་རེད། ཐེག་པ་
ཆེ་རྒྱུང་ཞེས་པ་དེ་ག་ཅམ་མིང་ཚིག་གི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བཤད་
རྒྱལ་པ་རྒྱུང་པས་མི་བཅ། ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུང་ཞེས་པ་གཙོ་བོ་རང་
རེས་སེམས་ཅན་གྱི་གཞན་དོན་བསྐྱུབ་རྒྱུའི་འགན་འཁུར་དང་
ལྷག་བསམ་ཡོད་མིན་དེར་སྟུག་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་འགན་འཁུར་
འབྲུང་རྒྱུར་རང་རེས་སློབ་སྦྱོང་དང་སྦྱོང་བཅར་བཞིན་རྒྱ། རང་
ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་མིན་མཚམས་འབྲེད་ས་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་
སེམས་ཅན་གྱི་ཡི་གཞན་དོན་བསྐྱུབ་རྒྱུའི་ལྷག་བསམ་འགན་
འཁུར་ཡོད་མིན་ལ་སྟུག་པས། དེ་ལྟ་བུ་མཚམས་མིན་རང་རེས་
བརྟག་དགོས། རང་གར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མིང་བཏགས་ཅམ་དང་
སྐར་རྒྱལ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཉམས་ལེན་བཞིན་ཀྱི་ཡོད་
པ་ཅམ་ཞིག་གིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་རེས་པ་ཅེ་ཡང་མེད།

རྒྱུན་གཏན་ངོས་ལའང་ཉམས་སྦྱོང་བྱུང་ལ་ཁྱིད་རྣམས་
ལའང་པལ་ཆེར་འབྲུང་པས་ཆེ། ཡིན་ཡང་ཁྱིད་རྣམས་པ་ངོས་
དང་ཆ་མཚུངས་ཤིག་རེད་ཅེས་མི་བརྗོད། ཡིན་ཡང་མཚམས་
རེ་ངོས་ལ་ཚོར་སྣང་གང་འབྲུང་བཞིན་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། རྒྱུན་
གཏན་རང་རེས་ཚོགས་འདོན་པ་དང་ཐ་ན་གཏོར་མ་གཏོར་བ།

ང་མཚོད་བཏང་བ་ཡིན་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཉམས་ལེན་
བཞིན་ལུལ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སོ་སོའི་སེམས་ནང་དུ་རང་ཉིད་
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཉམས་ལེན་བཞིན་ཤིག་གི་ཡིད་ཆེས་རང་
གནས། ཡིན་ཡང་རྣམ་མ་ལྟར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པར་བཞག་
ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་ལྟ་བུའི་སྤྲེས་བུ་རྒྱུང་བུའི་འགན་འཁུར་གྱི་
བསམ་བཤམ། སྤྲེས་བུ་རྒྱུང་བུའི་སྤོ་ཡི་ལུས་པ་དེ་ལྟ་བུའང་ཡོད་
མིན་ཐེ་ཚོམ་རེད་གདམ། རྒྱུ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་སོ་སོས་སོ་
སོར་མགོ་སྐོར་བའམ་མགོ་གཡེང་སྟེ་ཡིན་སྣང་བཞིན་རྒྱུ་དེས་མི་
འགྲིག ། རོ་མ་སོ་སོར་བརྟག་དབྱེད་དང་ལྷ་དག་ཞིབ་འཇུག་
བཞིན་རྒྱུ་གལ་གནད་ཆེ།

དཔེར་ན་ངོས་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་ན། བང་པ་སངས་རྒྱས་
པའི་ཚོས་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་དང་འདུན་ཆེན་པོ་ལྟ་བུའི་
ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་ཏུ་བཅས། རང་ལོ་བདུན་གྱི་སྐབས་སུ་ཡ་རྒྱལ་
དབང་ཡ་ཀཱ་པའི་མཚན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོགས་ཏེ་ཀཱ་པའི་ཡང་
སྲིད་དུ་ངོས་འཛིན་ཞུས། དེ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་དགོན་པའི་ནང་དུ་
སྤེལ་ནས་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྟ་བ་མཁྲིགས་པོ་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་
བུའི་མིས་བསྐོར་ཞིང་། དེའི་ནང་དུ་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ཁོ་
ན་བཞིས་ཏེ་མི་ཆེ་ཏུ་ལམ་དེ་ལྟར་གྱུར། རྒྱུ་མཚན་དེར་བརྟེན་
ནས་མི་ཞིག་གིས་ངོས་ལ་སྐད་ཆ་བྲིས་ཏེ། ཁྱོད་རང་ནང་པ་
ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ངས་པལ་ཆེར་བསམ་སློབ་གཏོང་མི་དགོས་པར་
ངོས་རང་ནང་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་སྲིད། ཡིན་ཡང་མི་ཞིག་ཁྱོད་
རང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་སྟེ་ན། རོ་མའི་མི་བཟང་པོ་
ཞིག་ཡིན་སྟེ་པ་བྲན་བཞིན་གང་འམ་ཞེས་བྲིས་ན། འཕྲལ་དུ་
ཡིན་ཞེས་བརྗོད་རྒྱུ་དཀའ། མཚམས་རེ་མི་བཟང་པོ་ལྟ་བུ་དང་
མཚམས་རེ་བཟང་པོ་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ། དེར་བརྟེན་ངོས་གཏན་
མེད་པ་དེ་ལྟར་གྱུར།



དེར་འགལ་མྱོ་ཕྱན་སུ་ཞིག་སྟེ་ནང་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་
 ཟེན། ཡིན་ཡང་མི་བཟང་པོ་ཡིན་མིན་ཐག་ཚོད་མེད། རོ་མ་
 ལྷར་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཉམས་ལེན་བགྱིད་མི་ཐ་
 ཞན་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྤྱིར་བཏང་གི་འཇིག་རྟེན་པའི་མི་བཟང་པོ་
 ཞིག་ལས་ལྷག་པའམ། འཇིག་རྟེན་པའི་མི་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་
 པའི་སྟེང་དུ་ཚོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དང་ལྷན་དགོས། དེ་ཡིན་པ་
 གཞིར་བཞག་གི་ཐོག་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ལས་མི་བཟང་པོ་ཡོད་
 པ་ཐག་མ་ཚོད་གོང་དུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་པར་རྗེས་
 པ་ནི་མཚོ་བསམས་ཕྱན་སུ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། སྤྱིའི་མཐུན་
 རྒྱུན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་ཡིན་སྟེ་པ་ལས་

རོ་ཐོག་ནང་སེམས་ལ་གདེང་ཐོབ་པ་ཅི་ཡང་མེད། ལྷ་མཚན་
 དེར་བརྟེན་ནས་ཁ་ནང་དུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཉེ་སོ་སོར་ཞུ་དག་ལེགས་
 པོ་བགྱིད་རྒྱ་གལ་ཆེ།
 སྤྱིས་སུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལས་སྤྱིས་སུ་ཐ་མ་ལ་
 རྣམ་པ་གཉིས་ཉེ་རྣལ་མ་དང་ཞར་བྱུང་། སྤྱིས་སུ་རྒྱུང་དུ་གཙོ་
 པོ་མ་མཐར་ཡང་སྤྱི་བ་སྤྱི་མར་ཡིད་ཆེས་ལྷན་པ་གང་ཞིག་མཐོ་
 རིས་ཀྱི་བདེ་བ་དོན་དུ་གཉེར་མི་དེ་ལྟ་སུ་ཞིག་དགོས། ཞར་བྱུང་
 ངམ་པལ་བ་སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པའམ། གཙོ་བོ་ཆོ་
 འདི་ཁོ་ན་ལ་ཞེན་པ་དེ་འདྲའི་གང་ཟག་སྤྱིས་སུ་པལ་བ། ཡིན་
 ཡང་རྒྱུན་གཏན་ལམ་རིམ་ནང་དུ་སྤྱིས་སུ་པལ་བ་དེ་དག་གཙོ་

འདོན་མི་མཛད་པར་གཙོ་བོ་ཚོས་པ་ཞེས་མ་མཐར་ཡང་ཆེ་ཕྱི་
མ་དུ་གཉེར་མི་གཞིར་བཞག་ལས། སྐྱེས་བུ་རྩེད་འདྲི་སྐོར་ལ་
གཙོར་འདོན་མི་མཛད་དང་འགྲེལ་བཤད་མང་པོ་མེད་སྟེ།

དེར་གྱི་དུས་སུ་གཞན་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་མི་དུ་མར་སྐྱེ་བ་ཕྱི་
མར་ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་རྒྱ་དཀའ། བར་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་
ཉམས་ལེན་བགྱིད་མི་ལ་ལ་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ལ་ཡིད་ཆེས་གཉིང་
རྒྱལས་པ་ཅི་ཡང་མེད། ལ་ལས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ཡོད་སྟེ་པ་ལམ་
ཡོད་པར་ཤོག་སྟེ་ལ་ལས་དོ་མའི་ཡིད་ཆེས་གཉིང་རྒྱལས་
པ་ཞིག་སྐྱེས་ཏེ་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ཡོད། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་སོ་སོས་
གྲ་སྐྱིག་བགྱིས་ཏེ་ཉམས་ལེན་བགྱི་དགོས་སྟེ་མ་སྤྲོད་ཐག་པ་
ནས་མཚོ་བསམ་ལྡན་པ་ཉུང་ཤས་ཡིན།

དེར་བརྟེན་བྱང་རྒྱུ་མེས་ས་དཔའི་སྡེ་སྡོད་ཐེག་པ་ཆེན་
པོའི་མདོ་སྡེ་ལ་ལའི་ནང་དུ་གང་ཟག་ལ་ལ་ཆེ་འདིར་ཞེན་པ་
དང་ཆེ་འདི་མ་གཏོགས་བསམ་སྒོམ་གཏོང་མཁུན་ཡིན་ཡང་
དེའི་ཆེད་དུ་བྱང་རྒྱུ་མེས་ས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་ལ་གང་
པན་པའམ་བདེ་བ་ཞིག་འབྱུང་བའི་ཆེད་དང་། དེ་དག་ཐམས་
ཅད་པན་བདེ་ལ་འབྱོར་བའི་དོན་དུ་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟེན་དགོས་
པར་གསུངས། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ཆེ་འདི་སྣང་གི་ཞེན་པ་ཅན་
དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་
འདི་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་བསམ་སྒོམ་གཏོང་མཁུན་དེ་དག་གི་
ཆེད་དུ་འདར་པན་པ་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་རྒྱ། ཚོས་ཀྱི་སྐོར་ནས་ཉམས་
ལེན་བགྱིད་རྒྱུ་ཇི་ལྟར་ཡིན་དེ་དག་གི་སྐྱད་དུ་རང་རེས་མཚོ་
བསམ་གཏོང་དགོས་པ་གཞན་ཆེ་བ་དང་དང་བྱང་རྒྱུ་མེས་ས་
དཔའི་ཉམས་ལེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

དངོས་གཞི་དུགས་པོའི་ཚོས་བཞིའི་སྐོར་ལས་ཚོས་དང་
པོ་གཉེས་རྩེད་ཅམ་འཆད་ན། དེ་ཡང་། རྫོ་ཚོས་སུ་འགྲོ་བ།
།ཞེས་པ་རྫོ་འདི་ཆེ་འདིའི་དོན་གཉེར་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཆེ་ཕྱི་

མ་དོན་གཉེར་གྱི་རྫོ་ཞིག་ལ་འབད་བརྟེན་བགྱིད་དགོས། དེར་
གྱི་དུས་རབས་ནི་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ལུགས་ཆེར་བསྐྱོད་
ཅིང་། དེར་བརྟེན་རང་རེའི་བདེ་སྲིད་ཕྱི་དངོས་པོ་ལ་ཉེ་བར་རྒྱ་
ལུས། ཡིན་ཡང་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡོངས་སྐྱོད་ལ་ཟད་པའི་མཐའ་
ཡོད་ལ་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡོངས་སྐྱོད་ནི་རང་བྱུང་གི་ཅི་བརྒྱད་ལ་
བརྟེན་པས་དེ་ལ་ཆད་གཞི་ཡོད། རང་རེ་འགྲོ་བ་མའི་འདོད་པ་
དང་འདོད་རྣམས་ལ་ཆད་གཞི་མེད། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་ཆད་
གཞི་ཡོད་པའི་ཡོངས་སྐྱོད་དེས་ཆད་གཞི་མེད་པའི་འདོད་རྣམས་
ཁངས་རྒྱ་དཀའ། དེས་ན་ཆེ་འདི་སྣང་ཞེས་ཆེ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་
མིན་པར་མ་གསུངས། ཡིན་ཡང་རང་རེས་ཞེན་པ་ཆེན་པོ་དང་
ཕྱིའི་འདོད་ཡོན་དང་མཛེས་ཚོས་སམ་ཕྱིའི་འདོད་ཡོན་ལ་ཞེན་པ་
ཆེན་པོ་དང་། བར་སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་དང་དགོས་པའི་བྱང་བར་
མ་ཤེས་པར་སོ་སོ་ལ་དགོས་མཁོ་ལྡན་པའི་སྤྲིང་པོ་ཇི་ཡིན་རང་
རེས་མཚོ་བསམ་མ་བཏང་བར་འདོད་ཡོན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་
ཕྱི་དངོས་པོའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར། དངོས་པོའི་བྲག་གཡོག་ཏུ་
གྱུར་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་སོ་སོའི་རང་རྒྱལས་མ་ཐུབ་པར་གྱུར། ལ་ལའི་
བསམ་སྒོམ་ནང་དུ་ཆེ་འདི་རྫོས་བཏང་ཆེ་ཕྱི་མ་དོན་དུ་གཉེར་
ཞེས་བརྗོད་སྐབས་ཆེ་འདི་ལས་མ་བགྱིས་པར་ཆེ་འདིའི་ནང་
དུ་ལས་གང་བགྱིས་ཀྱང་དོན་མེད་པའི་གཏམ་མིན། དེ་ཡང་ཆེ་
ཕྱི་མ་དོན་དུ་གཉེར་དགོས་ན་ཆེ་འདི་ལྟོག་པར་དུ་འདར་ཆ་ཆེན་
པོར་གྱུར། དེར་བརྟེན་སོ་སོའི་ཆེ་འདི་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་
བྲངས་པ་རྒྱུ་མེས་སུ་མ་གྱུར་པར་དོན་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་
རྒྱུའི་ཐབས་ལ་བསམ་པའི་འཆར་གཞི་འབྱུང་ཏེ་བསྐྱོད་དགོས།
དེར་བརྟེན་རྫོ་ཚོས་སུ་འགྲོ་བ། ཞེས་པ་དེར་འགྲེལ་བཤད་དུ་མ་
ཡོད་ཀྱང་གཞི་ཅིའི་ཆར་དེ་ལྟར་འགྲོ་དགོས།

ཚོས་ལས་དུ་གྲོ་བ། །ཞེས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ནང་གི་རྒྱ་པ་
རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཐེག་པ་མདོར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱེས་བུ་ཆེན་

མའི་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་ཚོས་ཉམས་
སུ་མྱང་རྒྱ་དེའང་གནས་སྐབས་ལྟ་མིའི་བདེ་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད།
མཐར་ཐུག་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་ཐེག་པ་
ཆེན་པོའི་ལམ་ཞིག་ལ་འཇུག་པར་བགྱི་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཡིན། ལྷོན་
དུ་བཤད་པ་ལྟར་རང་རང་དགོས་པ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་
ཐུག་སྟེ་གཉིས། གནས་སྐབས་དགོས་མཁོ་ལས་མཐར་ཐུག་གི་
དགོས་མཁོ་ཅེ་ཆེ་བར་གྱུར། བསྐྱབ་བྱ་རང་གི་རིགས་མཐུན་
ཙམ་མ་ཟད་འགྲོ་བ་སེམས་ཙན་རིས་སུ་མ་མཆིས་པ་བདེ་བ་
འདོད་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྱལ་འབྲུལ་འདོད་ཀྱི་སེམས་ཙན་ཐམས་
ཅད་རང་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྱལ་བྲལ་འདོད་པ་རི་
བཞིན་མཁའ་མཉམ་གྱི་སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་བདེ་
སྤྲུག་གི་ཚོར་བ་ཡོད་ན། རྒྱ་མཚོན་དེར་བརྟེན་ནས་དེ་དག་གི་
སྣང་དུ་འབད་བཅོམ་བྱ་དགོས།

དེར་གི་འཇམ་བུ་སྤྱིར་དུ་དམག་གི་འཇུག་ཚོད་རི་སྟེད་
ཅིག་འབྱུང་བཞིན་པ་ཀུན་གྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར། དེ་ལ་
བརྟེན་ནས་མི་ས་ཡ་དུ་མ་གྲོས་གྲོས་དུ་གྱུར། དེ་བཞིན་མི་
སྟོང་ཕྱག་དུ་མའི་ཆེ་སྟོག་ཤོར་བ། པ་མ་བུ་སྤྲུག་དང་བཟའ་
ཚང་ཁ་བྲལ་དུ་གྱུར་བ་སོགས་གནས་ཚུལ་དུ་མ་འབྱུང་སྤྲུལ་
ཡིན། དེར་བརྟེན་གོ་ཚོན་དང་དམག་གི་འཇིགས་པ་དེར་
རང་རེ་ཀུན་མི་འདོད་པའི་འཇིགས་པ་དང་རྣོ་པམ་དུ་མ་སྟེ་
བཞིན་ཡོད།

ཡིན་ཡང་རང་རེ་འགྲོ་བ་མེས་འཇིགས་པ་ཞེས་པ་སོ་སོའི་
མིག་མཐུན་དུ་མཐོང་རྒྱ་དང་དངོས་སུ་སྟེབས་ན་མ་གཏོགས་
འཇིགས་པ་མི་ཚོར། རྒྱན་གཏན་རང་རེ་འགྲོ་བ་མིའི་སྣང་བ་
བག་ཡངས་སུ་རྒྱ་བ་ལས་མིག་མཐུན་དུ་འཇིགས་པ་ལྟགས་
ན་མ་གཏོགས་འཇིགས་པ་ཡིན་པ་ཚོར་མི་སྤྲུབ། ཁོར་ཡུག་གི་
གཞན་དོན་ཡང་དེ་བཞིན་ཉེ་འཇམ་བུ་སྤྱིར་གི་མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་

ཚོར་སྣང་འབྱུང་བཞིན་མེད། མཐུན་དུ་ལྟགས་པའི་འཇིགས་པ་
ཙམ་དུ་མ་ཟད་རང་རེས་མཐོང་ཚོས་སུ་མ་གྱུར་པའི་འཇིགས་
པ་མཐའ་དག་དོགས་ཚོན་བགྱིད་དགོས། དེར་བརྟེན་དའི་ནང་
དུ་གང་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། རང་རེ་འགྲོ་བ་མི་ལ་སྟོང་རྗེ་མེད་པ་
དང་མིའི་རྒྱད་ལ་སྟོང་རྗེ་དང་བྲམས་སེམས་རྩུང་བ་དེ་དག་
ཀྱང་འཇམ་བུ་སྤྱིར་གི་འཇིགས་པ་ཆེན་པོར་གྱུར། ཡིན་ཡང་
འཇིགས་པ་དེ་དག་མིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་མེད། གཅིག་བྲམས་ཆེ་
དེ་ལྟ་བུའི་འཇིགས་པ་རང་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འགྲོགས་ཤིང་ཡོད་
ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཉ་གོ་བཞིན་མེད། ཉ་མི་གོ་བཞིན་དུ་དེ་
ལྟ་བུ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་རང་གི་གས་དུ་ཡོད་པ་
ཙམ་མ་ཟད། སོ་སོས་བདག་པོ་རྒྱབ་སྟེ་འདུག་བཞིན་པ་རང་
རེས་ཉ་གོ་བཞིན་མེད་པས། རྒྱ་མཚོན་དེར་བརྟེན་ནས་བྲམས་
བཅེ་མེད་པ་ཞེས་པ་འཇམ་བུ་སྤྱིར་གི་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཡིན་པ་འོ་འགྲོད་པའི་ཐོག་ནས་བྲམས་པ་དང་སྟོང་རྗེའི་བཅེ་བ་
དེ་དག་གོང་འཕེལ་བཏང་སྟེ་བྱང་རྩུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་ལ་
འཇུག་དགོས་པ་གཞན་ཆེད།

སོ་སོའི་ངོས་ནས་མཉམ་མེད་དུགས་པོ་ལྟ་རྗེའི་ཚོས་བཞི་
གང་སྐབ་ཀྱིས་མི་ཆེད་ནང་དུ་ཚོས་སེམས་རྒྱད་དུ་འཇུག་པ་
ཞིག་གཞན་རོགས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། བྱིད་རྣམས་ནས་ཁ་ཙམ་ཆོག་
ཙམ་མ་ཡིན་པར་གང་སྐབ་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་རྒྱད་ལ་
སྤྲུང་ན་དེས་པར་མན་ཐོགས་འབྱུང་། ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་དོ། །



Handwritten signature and a red seal impression in the bottom right corner of the mural.

མགོན་པོ་མི་འཇུག་པ་པའི་བཀའ་བློན་དང་རྗེས་གནང་སྤྱུལ།

མི་འཇུག་པ་པའི་བཀའ་དབང་སྤྱུལ་པའི་སྡོན་ཏུ་མི་འཇུག་པ་པའི་ཉམས་ལེན་བྱ་བའི་
དགོས་དོན་གང་ཞིག་ཡིན་སྐོར་གྱི་དགོངས་ཚུལ་གསུངས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༢ ཉིན། ཡུལ་དབང་
ཀམ་པ་མཚོག་ལ་ལྷ་སྐང་ཐེབས་ཅ་ཚོགས་པ་ནས་རི་ལྷོ་
གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་ཡོག་གི་ས་གནས་ Terrace on
the Park ནང་དུ་ཡསྐབས་རྗེ་རྗེས་ཚེན་དཔོན་སློབ་རིན་
པོ་ཚེ་དང་། ལྷ་ནག་མཚོན་པ་སྐབས་རྗེ་དེའི་ཡག་སྐབ་དཔོན་
རིན་པོ་ཚེ། འབར་རྟོ་སྐབ་སྐ། འཕྱི་གྲང་ལམ་མཁའ་རྒྱུ་ལ་ལོ།
འཕྱི་གྲང་གི་སྐབ་སྐ། འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན། ལོང་གསལ་
གྱི་མཁའ་པོ་ལྷ་སྐབ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཤར་རྩལ་གྱི་དང་ལྡན་
པ་སྟོང་ཚོར་མགོན་པོ་མི་འཇུག་པ་པའི་བཀའ་བློན་གྱི་སྡོན་
འགོར་བཀའ་སྤྱུལ།

དེ་རིང་འདྲིའི་ཐེབས་པའི་ལྷ་ས་སྐབ་སྐ་ལེར་སྐྱེས་མང་ཚོགས་
ཀུན་ལ་སྤོ་བའི་ལེགས་ཀྱི་འཚམས་འདྲི་ཡོད། སྐབས་སྐབ་
པ་སྤོ་བའི་ཚར་མགོན་པོ་མི་འཇུག་པ་པའི་ཉམས་ལེན་དང་འབྲེལ་
བའི་ཚོགས་འབྲེལ་བཀའ་དགོས་སྐོར་གསུངས། ཕྱི་རོ་བཙམ་
ལྷན་འདས་མགོན་པོ་མི་འཇུག་པ་པའི་སྡོན་ཏུ་དབང་བསྐྱུར་རྒྱ་
ཡིན། མགོན་པོ་མི་འཇུག་པ་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཚོགས་ཏུ་འདས་
པའི་ལོ་ཁ་ཤས་རིང་ལ་བཙམ་ལྷན་འདས་མི་འཇུག་པ་པའི་
ཉམས་ལེན་ཐད་ལ་ངོས་ནས་དོ་སྣང་དམིགས་བསལ་བཞིན།
སོ་སོའི་ངོས་ནས་སྤྱིར་ཉམས་ལེན་དེ་ཙམ་མི་འབྱུང་ཡང་དེའི་
ཚོགས་ཏུ་དམིགས་བསལ་དོ་སྣང་སྤྱད། མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་སྐད་
ཚ་འདྲི་སྤྱད་སྟུག། མི་འཇུག་པ་པའི་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་བཞིན་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་དང་དེའི་འབྱུང་རྐྱེན་གང་ཡིན་

སྐད་ཚ་འདྲི་དེས་ཡིན་ལ། མི་དུ་མ་ནས་ཀྱང་སྐད་ཚ་ཚིས་བྱུང།
དེ་རིང་འདྲིའི་དམིགས་བསལ་མགོན་པོ་མི་འཇུག་པ་པའི་
ཉམས་ལེན་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་བཞིན་དགོས་པ་ཅུང་ཟད་ལྷོ་
རྒྱ་ཡིན། ཞེས་དང་།

ཡང་དུ་བཀའ་སྤྱུལ་དོན། མི་འཇུག་པ་པའི་ཉམས་ལེན་བཞིན་
པའི་སྐབས་ལ་མི་འཇུག་པ་པའི་ཞེས་པ་ལྷ་འམ་གང་ཟག་དེ་ལྟ་བུ་
ཞིག་སྐབ་ཅིང་མགོན་སྐབས་ལྷོ་བཞིན་ཡོད་སྟུག། དེ་ལྟ་བུ་བཞིན་
ན་ལེགས་མོད་ཀྱང་ངོ་མའི་མི་འཇུག་པ་པའི་ཉམས་ལེན་དངོས་
ཡིན་མེན་ཐེ་ཚོམ་དང་། ལམ་མ་མགོན་པོ་མི་འཇུག་པ་པའི་སྤྱིར་
སྟོབས་དང་སེམས་ལྷགས་རང་དེ་ཀུན་གྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་གང་
ཐུབ་སྤྱེད་ཐུབ་པ། ད་ལྟ་བར་རང་དེས་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དག་
ཁ་གཏད་གཙོག་རྒྱ་ལྟ་བུ་བཞག། ཁ་གཏད་གཙོག་རྒྱའི་ཚོད་ལྟ་
ཙམ་ཡང་བཞིན་སྤྱོད་མེད། རང་དེས་ཁོང་གི་སྤྱིར་སྟོབས་དང་
སེམས་ལྷགས་གཟེངས་སུ་བསྟོད་དེ་ཚོད་ལྟ་བཞིན་ན་ངོ་མའི་
མི་འཇུག་པ་པའི་ཉམས་ལེན་སྤྱུལ།

བཟོད་པ་ལ་བཟོད་པའི་གོ་ཚ་བཟོ་བ་རི་བཞིན་དཔལ་ལོ་
གཡུལ་དུ་འཇུག་དགོས་ན། རང་སྤྱང་གི་གོ་ཚ་བཟོན་པོ་ཞིག་
ཚོན་ཏེ་འདྲིའི་ལུས་བཟོ་ཚ་མེད་པར་གཡུལ་དུ་ཆས་སུབ། དེ་
བཞིན་རང་དེ་ཀུན་ད་ལྟ་བར་དུ་ཉོན་མོངས་ལ་འདྲིའི་ལུས་བཟོ་
ཚ་ནས་གནས། ལོང་དུ་བཀའ་པ་རི་བཞིན་ཚོད་ལྟ་ཙམ་ཡང་
མ་རུས། ད་ལྟ་མི་འཇུག་པ་པའི་ཉམས་ལེན་བཞིན་ཏེ་སེམས་
ལ་གཟེངས་བསྟོད། སེམས་ལ་དཔལ་སྤྱེད་སྟོོ་ཁོག་རྟེན་པར་



བགྲིས་ཉེ་བཟོན་པའི་གོ་ཆ་བརྟན་པོ་ཞིག་བགོས་ཉེ་འགྲོ་དགོས།
 མི་འཇུག་པ་བོད་ཀྱི་ས་དབེ་བཀའ་རྙིང་རྩོམ་ཀུན་གྱིས་
 ཉམས་བཞེས་མཛད། ལྷག་པར་དུ་བཀའ་བརྟུན་ནང་དུ་བཀའ་
 བརྟུན་གྱི་གོང་མ་མེས་པོ་བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་ལ་མཚོན་ན་
 མར་མི་དུག་ས་གསུམ་སོགས་ཀུན་གྱིས་ཉམས་བཞེས་གཙོ་
 བོ་སྟེ་ངའོའི་གསང་སྟགས་ཀྱི་ནང་དུ་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྲུང་།
 ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་རྩོམ་མི་བསྐྱོད་ཀྱི་རིགས་ཉམས་བཞེས་གནང་རྒྱ་
 །ཤས་ཆེར་གྱུར།

མི་འཇུག་པ་པའི་ཚོ་ག་ཉམས་ལེན་ཐད་ལ་དམིགས་
 བསལ་འབྲུག་པ་བཀའ་བརྟུན་ལ་འབྲལ་དགོས་ཀྱི་ཚོས་བཞེ་
 ཞེས་བ་གསོལ་རྒྱ་ཡོད། དེ་བཞིན་ལས་སྤྱི་བ་སྤྱོད་བྱེད་མགོན་

པོ་མི་འཇུག་པ་བཞེས་རྩལ་འདོན་དང་རང་རེ་བཀའ་བརྟུན་
 པའི་ནང་ནས་མི་འཇུག་པའི་ཚོས་སྐོར་མང་པོས་པལ་ཆེར་
 འབྲུག་པ་བཀའ་བརྟུན་མིན་ནས་སྤྲུལ། དེ་ནས་འབྲི་གུང་བཀའ་
 བརྟུན། ལྷག་ལུང་བཀའ་བརྟུན་གྱི་སྲོལ་གཏོད་པ་སོ་སྟག་ལུང་
 ཐང་བ་ཆེན་པོ་མགོན་པོ་མི་འཇུག་པའི་རྣམ་འབྲུལ་ཡིན་ཅེ་ན།
 མགོན་པོ་མི་འཇུག་པའི་ཚོས་སྐོར་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་དགོས་
 །ཀྱང་ཚོགས་དང་ཁྲིད་ཡིག་ཅིག་ལས་ད་ལྟ་བར་རྒྱས་པ་མ་མཛུལ།
 ཀྱི་ཚང་ལ་མཚོན་ན་རྒྱས་པོ་མེད་ཀྱང་གང་འཚམས་
 ཡིན། སྤྱིར་བཏང་མི་འཇུག་པ་ལ་རྩོ་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྡན་ཨ་ཉི་
 །ཤ་ནས་བརྟུན་པའི་མི་འཇུག་པ་དང་བརྩེ་ཉ་དག་ལས་རྣམ་
 རྒྱལ་ལས་བརྟུན་པའི་མི་འཇུག་པ་གཙོ་བོ་གཉིས། མགོན་



སོ་མི་འཇུག་ས་པའི་རྒྱན་འཁྲུང་འདི་ངོ་མོ་རྗེ་ནས་བརྒྱུད། རང་
 ཉིད་ནས་མོས་པ་མེད་ན་ངེས་པར་ཉམས་ལེན་བརྒྱུད་དགོས་
 པའི་ངེས་པ་མེད། རྒྱན་འཁྲུང་འདིའི་ཁྲིད་དང་འགྲེལ་པ་རྒྱབ་
 པར་སྔོན་ལ་དབང་མ་ཚོའི་ཆེ་འགྲེལ་བཤད་བྱ་མི་རུང་། རྒྱན་
 གཏན་ངོས་ཀྱིས་མི་འཇུག་ས་པའི་ཉམས་བཞེས་གནང་མི་དག་
 ལ་བསམ་ཚུལ་ལྟར་དོན་ཚན་རྣམས་པ་གསུམ་གྱི་སྐོ་ནས་མི་
 འཇུག་ས་པའི་ཉམས་ལེན་གསུང་ཆེ་དང་ལྷག་པར་དེང་གི་དུས་
 རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་མི་འཇུག་ས་པའི་ཉམས་ལེན་གནང་
 ཆེ་ཡིན་སྐོར་འགྲེལ་བཤད་ཞུ་བཞིན་ཡོད།
 དེ་ཡང་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བྱ་སྤྱོད་དང་འགྲོ་
 པ་མི་ལ་འཇུག་ས་ཆས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་གྱིས་འགྲོ་བ་མིའི་བྱ་སྤྱོད་

རྒྱུང་ལས་ཀྱང་བརྒྱུ་འགྲུར་སྤོང་འགྲུར་གྱིས་རུས་སྟོབས་དང་
 རྒྱུགས་རྒྱུན་ཆེ་བ་གསལ་པོར་གྱུར། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱིའི་
 རང་གྲུང་ཁོར་ལུག་ལ་གཏོར་བཤེག་རྗེ་ཅམ་ཕྱིན། ས་ཡི་གོ་ལ་
 འདིའི་ཚོག་ཏུ་མཉམ་དུ་འཆོ་སྤྱོད་བཞུགས་མཁན་གྱི་སྲོག་ཆགས་
 དུད་འགྲོའི་རིགས་སུ་གྲུར་པ་དེ་དག་ལ་འང་གཞོན་འཆོ་རྗེ་ཅམ་
 བསྐྱལ་བསམ་ལུལ་ལས་འདས། དཔེར་ན། ཉ་བཟུང་མཁན་
 དང་སེམས་ཅན་གསོད་མཁན་གྱི་བཤེན་པ་སྔོན་མ་ནས་ཡོད།
 ཡིན་ཡང་སྤར་དང་མི་འབྲ་བར་བཟོ་ལས་ཀྱི་རྟེན་གཞི་བཅས་
 ཉེ་སེམས་ཅན་གསོད་རྒྱ་སྤར་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་གྱུར། ལོ་གཅིག་
 གི་ནང་དུ་རང་རེ་འགྲོ་བ་མིའི་ཁ་ཟས་ཀྱི་སྤྱད་དུ་སེམས་ཅན་རྗེ་
 ཅམ་གསོད་ཀྱི་ཡོད་གངས་ཅེས་ཐེབས་རྒྱ་དགའ།



དེ་བཞིན་སྤྱི་ལོ་ལྷན་པུགས་དེ་དག་ཀྱང་མིའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་
 བརྟེན་ནས་འགྲུང་ལྷོག་དང་གཞོན་སྤོམ་ཚབས་ཚེན་པོ་གསེ་
 དཀའ་ངལ་འབྲས་ལྷན་ལ། གང་ལྟར་འགྲོ་བ་མིའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ང་
 ཚོས་ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་ཇི་བཞིན་གང་ཟག་གི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་
 འབྲེལ་བའམ་འབྲུགས་རྒྱུ་ཚེན་པོ་ཡོད་པ་བརྗོད་མེད་ཡིན། དེ་
 ལྟ་བུའི་ཁོར་ལུགས་གི་དཀའ་ངལ་འབྲས་བཞིན་པ་དེ་དག་ཇི་ལྟར་
 སེལ་བྱུང་ཅེས་ཀུན་གྱིས་མཐོ་བསམ་གཏོང་བཞིན་ཡོད། དེང་
 ཚོ་རིག་པ་དུ་མས་ཁོར་ལུགས་གི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་
 ཐོག་ནས་གནས་ཚུལ་དུ་མ་ཞིག་མཁོ་སྤོད་བྱ་བཞིན་ཡོད། ཁོར་
 ལུགས་གི་གནས་སྐབས་ཇི་ཡིན་ཏེ་གོ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ཡང་ཏེ་
 གོ་བ་ཅམ་ཞིག་གིས་མི་མན། ད་དུང་ཡིན་ཡང་ཁོར་ལུགས་
 གཞོན་འཆེད་བྱ་བར་ཞུགས་སྤྱོད་ཡིན།

དེར་བརྟེན་མྱེད་པའི་ནང་དུ་གོ་བརྗོད་འཕྲོད་ཅམ་དུ་མ་ཟད་
 གོ་རྟོགས་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ཇི་བཞིན་སེམས་ཐོག་དུ་ཉམས་

ལེན་བགྱིད་རྒྱ་གནད་ཆེ་ཡིན། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་བར་དུ་ད་ལྟའི་
 དཀའ་ངལ་དེ་དག་སེལ་བར་དཀའ། རྒྱ་མཚོན་དེར་བརྟེན་ནང་
 པའི་ཚོས་ཀྱི་གནད་འགག་གཞོན་པོ་སེམས་རྒྱུད་བཅོས་ཐབས་
 དང་སེམས་ལ་འགྲུང་བ་གཏོང་རྒྱ་གནད་ཆེ་བ་དང་། སྤྱིར་
 འཛུལ་བྱ་སྤོམ་ཚོས་ལུགས་ཀུན་གྱིས་པན་ཐོགས་བསྐྱུར་བྱུང་
 བར་པ་སངས་རྒྱས་པས་དམིགས་བསམ་སེམས་ལ་འགྲུང་བ་
 གཏོང་རྒྱ། སེམས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་གོང་འབེལ་གཏོང་རྒྱུར་ཅམ་
 འདོན་བགྱིད་ཀྱི་ཡོད་ན། དེའི་ཐོག་ནས་དེས་བར་པན་བ་དུ་མ་
 སྐྱབ་བྱུང་བ་འབྲུང་སྟམ། མི་འཇུགས་པ་ཞེས་པ་རང་རྒྱུད་ཉོན་
 མོངས་པས་མི་འཇུགས་པ། དེར་བརྟེན་ད་ལྟའི་འཛུལ་བྱ་སྤོམ་
 འདི་རྣམ་པར་འཆེ་བས་ཁེངས་པ་དང་ཁོར་ལུགས་ལའང་འཆེ་ཞིང་
 གནས་ཡོད། དེ་བཞིན་སོག་ཆགས་དུ་མ་ཞིག་དང་འགྲོ་བ་ནང་
 པན་རྒྱུན་ཡང་རྣམ་པར་འཆེ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་གནས་ཚུལ་དུ་
 མ་བྱུང། དེ་ལྟའི་འཆེ་བས་སེམས་མི་འཇུགས་པའམ་རྒྱུད་མི་

འཇུགས་པ་ཞིག་འབྱུང་བར་མི་འཇུགས་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་
 སྤྱིང་སྟོབས། བོད་དུ་བརྗོད་པ་ཇི་བཞིན་རང་དགའ་ལྟ་ཅམ་
 ཞིག་སྟོམ་སྐྱབས་བཅོལ་ཞུས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། སེམས་ཉོན་
 མོངས་པར་ཁ་གཏད་གཅོག་པའམ་བཟོད་སྐབ་པའི་སྤྱིང་སྟོབས་
 དང་སེམས་ལྷན་ལྷན་དགོས།

དེ་ལྟའི་སྤྱིང་སྟོབས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལས་ངན་ཆབས་ཆེ་ཞིག་
 གསོག་བཞིན་ཡོད། དེ་ལ་བཟོ་བཅོས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་དང་དཀའ་
 ངལ་སེལ་སྤྱིང་སྟོབས་ཤེས་ང་ཚོའི་སྟོབས་སྤྱིང་ཞི་ཉམས་ལེན་བཞིན་
 རྒྱ་ཡིན། ད་ལྟ་གངས་ཅན་སྤྱིངས་ལ་མཚོན་ན་ལོ་ངོ་སྤྱིང་སྟོབས་གི་
 རིང་ལ་བོད་པ་ཚོས་འཚོ་བ་སྤྱབས་བདེ་ཞིག་བསྐྱུལ། ཁོང་ཚོས་
 དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཐོག་ཏུ་བསམ་སྟོབས་བཏང་ན་དེས་པར་ཡར་
 རྒྱས་གཏོང་སྐབ་ཀྱང་དོ་སྤངས་མ་བཞིས་པར་གཅོ་བོ་ཚོས་སྟོབས་
 ཀྱི་ཐོག་ཏུ་དོ་སྤངས་ལྷན་ཆེན་པོ་སྟོབས་པའམ་ཉམས་ལེན་དང་
 ཤེས་རབ་ཅེས་པ་དེ་དང་འཇོམ་བུ་སྤྱིང་དུ་ཀྱུན་གྱིས་དོ་སྤངས་བྱ་
 ཡུལ་དང་དགའ་བསུ་ཞུ་ཡུལ་དུ་སྤྱིང། ལོ་ངོ་སྤྱིང་སྟོབས་རིང་གི་ལོ་
 རྒྱས་ལྷན་པའི་བྱམས་བཅེ་དང་བཅས་པའི་བརྒྱུད་པའི་གདམས་
 ངག་ལ་བརྟེན་ནས་རང་པོའི་རྒྱུད་ལ་བོད་ལྟར་དགའ་ངལ་སེལ་
 ཐབས། ཉེས་པ་འབོག་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དེ་དག་སེམས་
 རྒྱུད་ལ་འགོལ་སྤྱིང་མཐུན་ཆེན་ཆ་ཚང་ཞིག་བསྟན་ཡོད་སྟེ།

ཞེས་བོ་བདེ་བའི་བཀའ་ཁྲིད་ཐབ་མོ་སྐུལ་ཉིང་ཟླ་སྤྱིང་
 ཐེབས་ཅ་ཚོགས་པའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་གདན་དྲངས་ཉེ་མགོན་
 མོ་མཚོག་ནས་སྟོ་དབྱེ་དང་རབ་གནས་ཀྱི་བྱུག་ནས་བྱུག་པར་
 མཛོད། ཟླ་སྤྱིང་ཐེབས་ཅ་ཚོགས་པའི་ཟླ་མ་ཆེ་དབང་བཟུང་ཤིས་
 གཅོས་ཚོགས་མི་དང་བཅས་པར་ནང་མའི་མཛེས་ཁ་སྐུལ།



མགོན་པོ་མི་འཇུག་པའི་ རྗེས་གནང་སྐུལ་

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་གྲུང་ཀྲུང་གི་ རྒྱལ་དབང་
ཀམ་པ་མཚོག་ལ་རྒྱ་སྤང་མེད་པ་ཅེ་ཚོགས་པ་ནས་རྗེ་ལྷན་
གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་ཡོག་གི་ས་གནས་ Terrace on
the Park རང་དུ་འཇུག་པའི་རྗེ་ཚོགས་ཚེན་དཔོན་སློབ་རིན་པོ་
ཚེ་དང་། ལྷན་གསོལ་མཚོན་པ་སྐུལ་སྐྱོད་པའི་ཡལ་སྐྱུ་དཔོན་རིན་
པོ་ཚེ། འབར་དོ་སྐུལ་སྐྱུ། འབྲི་གྲང་ལམ་མཚུན་རྒྱལ་པོ། འབྲི་
གྲང་གི་སྐུལ་སྐྱུ་འཇུག་དབྱེད་པའི་ལྷན་གསོལ་གྱི་
མཁའ་པོ་སྐུལ་སྐྱུ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་འབར་ལུ་གྱི་དང་ལྷན་པ་
སློང་ཚོར་མགོན་པོ་མི་འཇུག་པའི་རྗེས་གནང་གི་སྐུལ་སྐྱོད་
ཉིན་བཀའ་སྐུལ་དོན།

དེ་རིང་བཙུན་ལྷན་འདས་མགོན་པོ་མི་འཇུག་པའི་
དབང་བསྐྱར་བའི་རྒྱ་ཡིན། སྤྱིར་མགོན་པོ་མི་འཇུག་པའི་
དབང་བསྐྱར་འདི་བཞིན་དཔལ་ལྷན་སྐྱོད་པའི་དམ་པ་འབོད་ཀྱང་
རིན་པོ་ཚེདེ་སྐྱུ་མཚུན་ནས་ཐོབ། བཙུན་ལྷན་འདས་མགོན་པོ་
མི་འཇུག་པའི་དབང་ལྷན་འདས་འབྲེལ་མེད་དམ་སྐྱུལ། ལས་གྱི་
འབྲེལ་བ་ཤེས་རྒྱ་དཀའ་ཡང་ཚོད་དཔལ་ཅམ་ཡིན། དུགས་
པོ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྐྱེས་མཚོག་དམ་པ་དུ་མ་ཞིག་གི་ལྷག་
པའི་ལྷ་མི་བསྐྱོད་པའི་རིགས་སམ་དོ་རྗེ་མི་བསྐྱོད་རིགས་སུ་
གྱུར། རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་སྐྱུ་སྤྱོད་རིམ་བུར་ལྷན་པའི་མཚོ་
ལྷན་འདས་མི་བསྐྱོད་པ་དང་དབྱེད་མེད་ཡིན་པར་གསུངས་
ལ། མཚོན་དོན་དེའང་ཡཀམ་པ་ལ་ལྷན་པའི་མཚོན་པ་ཡིན་པར་
ཉིད་གྱི་རིགས་གང་ཡིན་པ་མཚོན་པའི་སྤྱིར་དུ་རིགས་གྱི་ཚོད་
བན་དུ་མ་གསོལ་བ་དེ་ལྷན་ལྷན་མོང་མ་ཡིན་པར་གྱུར། དེའི་



མཚོན་དོན་ནས་མཚོན་བྱེད་གྲང་མི་བསྐྱོད་པའི་རིགས་སུ་གྱུར།
སྤྱིར་རྒྱ་གར་དང་མི་འབྲེལ་བ་བོད་ལ་ནང་ཚོས་དར་ཉེ་ཚོས་
བརྒྱུད་གྱི་བརྒྱུད་པ་སོ་སོར་དབུ་ལྷ་ཅུང་མི་འབྲེལ། རྒྱུགས་གཅིག་
ནས་བོད་དུ་གནས་གཤེས་གྲང་བས་ལྷ་མཚུན་རྒྱ་གལ་ཆེ། དེའི་
ནང་ནས་དབུ་ལྷ་མི་འབྲེལ་བ་དུ་མ་ཞིག་རང་རང་སོ་སོའི་སྐྱེས་
སློབ་མར་འབྲེལ་ཉེན་གྱི་ཚུལ་དུ་སྐུལ་བའང་ཡོད། ཀམ་པའི་དབུ་
ལྷ་ཅུང་གྲགས་ཆེ་བ་དང་དབུ་ལྷ་ཡོད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། དབུ་ལྷ་
བསྐྱོད་རྒྱ་དམིགས་བསལ་དེ་ལྷན་ཡོད། དབུ་ལྷ་དེའང་ཀམ་པ་



ཞུ་ནག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་ནལ་མ་ལྟར་ན་དབུ་ཞུ་མཐིང་ནག་དང་
 དེའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་གསང་བ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཚོག་ནས་འགྲེལ་
 བཤད་རྒྱག་དགོས། དེའང་ཚོས་ཉིད་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་
 གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་བ་གསུམ་ཡོད། ཐུགས་ཀྱི་གསང་བ་
 དང་ཐུགས་ཀི་མི་འགྲུར་བའི་མཚོན་དོན། ཐུགས་ཀྱི་གསང་བ་
 འགྲུར་བ་མེད་བ་མཚོན་བྱེད་དུ་འདྲིལ་ཉེན་ལ་ཚོས་དཔེ་གང་
 འཛོག་ཅེ་ན། ཉམ་མཁའ་དཔེ་ལ་འཛོག། ཉམ་མཁའ་འགྲུར་བ་
 མེད་པའི་མཚོན་བྱེད་དང་ཉམ་མཁའི་ཁ་དོག་མཐིང་ནག་ཡིན་
 བས་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་འགྲུར་བ་མེད་པའི་ཚོས་
 ཉིད་མཚོན་པའི་སྤྲད་དུ་ཉམ་མཁའི་མདངས་ལྟར་སངས་རྒྱས་
 ཀྱི་མཚོན་བྱེད་དེ་ལྟར་རོ། །

དེར་བརྟེན་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀུམ་པ་ཐམས་ཅད་དོས་ཀྱི་སྐྱབས་
 གནས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཟུང་སྟེ་དུས་རྒྱུན་གསོལ་བ་འདེབས་ལུལ་
 དང་སྐྱབས་གནས་དེ་ལྟར་གྱུར། དོས་ལ་ཀུམ་པའི་མཚན་ཁུར་
 ཀྱི་དམིགས་བསལ་ལས་འགན་ཞིག་ཡོད་ན། རྒྱལ་དབང་ཀུམ་
 པ་སྐུ་གོང་མ་དག་གི་ཐུགས་རྗེའི་བྱིན་རྒྱལ་སོ་སོའི་རྒྱུད་ལ་
 འཇུག་པ་བྱ་རྒྱུ་གནད་ཆེ་ཡིན་པས་གསོལ་འདེབས་སློན་ལམ་
 དེ་ལྟར་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་རིང་དབང་བསྐྱར་ལ་དོས་
 ལ་སྤངས་ཉོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མི་ལྡན་ཡང་ལྷག་པའི་
 ལྷ་དང་སྐྱེས་མཚོག་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་ཞུས་
 ཉེ་བྱེད་རྣམས་ལ་བྱིན་རྒྱལ་དང་ལུས་པ་གང་འཚོམས་འཇུག་
 ཐུབ་པའི་སློན་འདུན་ཡོད།

ཅེས་མགོན་པོ་མི་འབྲུགས་པའི་དབང་བསྐྱར་ཐབ་ཚོ་གནད་
 སློན་ས་བོན་ཐེབས་དེས་སུ་སྐུལ་མཇུག་ལྷ་སྤང་ཐེབས་ཅ་ཚོགས་
 པའི་དབུ་འཛོན་གནས་ནང་སྐུ་མ་ཆེ་དབང་བཟུལ་ཤེས་ཤིན་པོ་ཆེ་
 དབུས་ཚོགས་མི་རྣམས་ཀྱིས་མཇུག་ཉེན་གསུམ་རྒྱས་པ་རིམ་
 བསྐྱར་འདེགས་འབྲུལ་ཞུས།

དུས་གསུམ་མཐེན་པ་ལ་དག་པའི་སྤང་ཚུལ་དུ་ས་ར་ཏ་མཇུག།
 སྐབས་དེར་ས་ར་ཏའི་དབུ་ལ་དབུ་ཞུ་ནག་པོ་ཞིག་མཚོན་བཞེས་
 མཇུག་ཅོད། དེ་ལ་དཔེ་སྤངས་པའི་ཚུལ་དུ་ཀུམ་པ་དུས་གསུམ་
 མཐེན་པའི་སྐབས་ནས་དབུ་ཞུ་ནག་པོ་མཚོན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་
 བརྟེན་ནས་ཞུ་ནག་ཅན་ཀྱི་སྐུ་བྲེད་དང་པོ་ཀུམ་པ་དུས་གསུམ་
 མཐེན་པ་ནས་བཅི། སྤྱིར་ཀུམ་པ་ཞེས་པའི་མཚོན་དོན་ནི་དུས་
 གསུམ་མཐེན་པའི་སྐབས་ཡོངས་གྲགས་སུ་མ་གྱུར། ཀུམ་
 པ་ཞིའི་སྐབས་སུ་གཞི་ནས་ཡོངས་སུ་གྲགས། རྒྱུན་དུ་རང་དེས་

སྐར་བཀའ་སྣུལ་དོན། དེ་རིང་འདིར་ཁྱེད་ཚོ་
 ལ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཐག་རིང་པོ་ནས་དཀའ་ལས་
 རྒྱལ་སྡེ་ཐེབས་ཡོད་པས་ཀུན་ལ་མ་འོངས་པའི་མི་
 ཚོ་དོན་ལྡན་བདེ་སྲིད་དང་ལྡན་པ་འབྱུང་བའི་སྡོན་
 འདུན་ཡོད། དེ་བཞིན་ཨ་རིའི་ནང་དུ་གཏན་སྡོད་རང་
 རིགས་དང་རྒྱ་རིགས། ཨ་རིའི་མི་སེར་ཀུན་དམིགས་
 བསལ་དུ་ལན་དོ་སྐྱང་བགྱིས་ཏེ་ཐེབས་པར་སྤྲུགས་
 རྗེ་ཚེ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། རོས་རང་ཨ་རིར་ཡང་ཡང་ཡོང་
 རྒྱ་དཀའ་བས་ར་ཚོ་ཡང་ཡང་འཛོམས་རྒྱའི་དུས་
 ཚོད་དཀོན་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ནས་རང་རེར་ཚོར་
 སྐར་དམིགས་བསལ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། གང་ལྟར་
 ལྷག་འཕྲད་བྱ་རྒྱུར་དཀའ་རལ་དུ་མ་ཡོད་ཀྱང་མཐའ་
 མ་དེར་འདི་ལྟའི་སྤྲུག་འཕྲད་བྱ་རྒྱའི་སྐལ་བ་བཟང་
 པོ་བྱུང་བར་དགའ་པོ་བྱུང་ཞེས་བརྗོད་འདོད་བྱུང།
 དེ་བཞིན་འཇམ་བུ་སྲིད་སྲིད་བདེ་པོ་མ་བྱུང་ན་ར་ཚོ་
 ཚང་མ་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྲིད་རྒྱ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེར་
 བརྟེན་འཇམ་སྲིད་སྲིད་པོ་འདི་བདེ་སྲིད་དང་ལྡན་
 འབྱུང་བའི་ཚད་དུ་ར་ཚོ་མི་རེ་འོ་རེས་ཉིན་ལེའི་མི་
 ཚོའི་ནང་རང་རོས་ནས་ཅི་ལུས་ཀྱིས་སྤྲུག་སྲིད་བྱེད་སྤྲུག་པའི་
 རེ་བ་དང་སྡོན་ལམ་ཡོད། ཅེས་དང།

མཇུག་དུ་མགོན་པོ་མི་འཇུགས་པའི་རྒྱན་འཁྲེང་གི་ལྷན་
 འདོན་བཀའ་ཁྱེད་སྣུལ་དུ་རྒྱ་སྐར་ཐེབས་ཅ་ཚོགས་པའི་མཚན་
 འཆར་རྣམས་ལེགས་པར་གྲུབ།



ཨ་རིའི་ཀྲམ་པ་ཕྱི་ལྷོ་
 ཚོ་གས་པའི་གོ་སྲིད་འོག་
 རང་རིགས་དང་ཉི་ལྷུ་ལ་
 ཡ་གཙོ་བྱུང་བར་རྒྱབ་བྱི་
 དད་ལྡན་པ་སྲིད་ཚོར་ཚོ་
 དཔག་མེད་བྱི་རྗེས་གནང།



གྲི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༣ ཉིན། ཡུལ་དབང་ཀམ་པ་
 མཚོག་ལ་ཨ་རིའི་ཞི་ཏུ་ཡོག་གི་ས་གནས་ Queens དུ་རྟེན་
 གཞི་བཅས་པའི་ཀམ་པ་སློ་ཚོགས་པའི་ Karmapa Service
 Society གོ་སློག་འོག་རང་རིགས་དང་ཉི་ལྟ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱད་
 གཙོ་གྲུང་འཇམ་གླིང་ཤར་ལུབ་གྱི་དང་ལྗན་པ་སྟོང་ཚོ་དུ་མར་
 ཚོ་དབང་སྟོལ་གནང་ཡོང་བའི་གསོལ་བཏབ་པ་བཞིན་མགོན་
 སོ་མཚོག་དེ་གར་གོ་སློག་ལུས་པའི་ཚོགས་ཁང་དུ་སྟོན་པ་ན།
 སོལ་རྒྱན་གྱི་མཚོད་རྩས་འཕན་གཏུགས་རྒྱལ་གསུམ་གྱིས་བསུ་
 བའི་སེང་གྲེངས། འཇམ་མགོན་མི་པམ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་

གཏེར་ལས་འབྲུངས་པའི་གླིང་གོ་བདེ་ཆེན་རོལ་མོའི་མཚོད་
 གོའི་གར་སྟབས་དང་བཅས་ཉི་ལེབས་བསུ་སྲ་ན་མེད་པ་གཟབ་
 རྒྱས་ལུས་ཉི་བཞུགས་ཁྲིར་འཁོད་རྟེན། འཇམ་མགོན་མི་པམ་
 རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་གཏེར་ལས་འབྲུངས་པའི་གླིང་གོ་བདེ་ཆེན་
 རོལ་མོའི་མཚོད་གོ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སླད་དུ་རྒྱ་ཚོད་བྱེད་ཅམ་རིང་
 གཞིགས་སུད་ལུ།
 དེ་རྟེན་ཡུལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་གིས་རང་རིགས་དང་
 ཉི་ལྟ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱད་གཙོ་གྲུང་པའི་ཤར་ལུབ་གྱི་དང་ལྗན་
 པ་སྟོང་ཚོ་དུ་མར་མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ་ནས་བརྒྱད་པའི་



དོ་རྩེ་ཆེ་ལྷོ་ལྷོ་བྱེད་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་ཟབ་མའི་ཕྱོག་འགྲིའི་ཚུལ་
དུ་བཀའ་སྩལ་དོན།

དེ་རིང་ཀམ་པ་སྲི་ལུ་ཚོགས་པ་ནས་གྲ་སྒྲིག་བགྲིས་ཏེ།
བོད་རིགས་དང་ཉི་མུ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་མི་དམངས་
ནམས་འདུ་འཛོམས་ཀྱིས་ཆེ་དབང་བསྐྱར་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འདི་
ལྷ་བྱ་བྱུང་བ་འདིའི་ཐོག་ཏུ་ལེབས་པའི་ནམ་པ་ལྷན་རྒྱས་ཚོར་
ཐོག་མར་འཚམས་འདྲི་དང་བཀའ་ལེན་བཞེས་ལེགས་ལུ་རྒྱ་ཡིན།

བོད་པ་དང་ཉི་མུ་ལ་ཡའི་མི་དམངས་ནས་གྲ་སྒྲིག་བགྲིས་
པ་རིེ་བཞིན་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ནམ་པ་གང་ལེགས་མཚམས། ཐོག་མར་
ཀམ་པ་སྲི་ལུ་ཚོགས་པ་འདས་པའི་ལོ་ཁ་ཤས་རིང་རྒྱུགས་ཏེ་
གཙོ་བོ་ངོས་ཀྱི་སྤྲེས་སྐྱར་སྤྱང་བཅེ་སོགས་དང་པ་དང་དམ་
ཚོག་འགྲུང་བ་མེད་བ་མཚོན་སྤྱང་བགྲིས། ལྷེ་ཆའི་ལྷག་
བསམ་དང་དད་ཀྱིས་འགྲུང་བ་མེད་པ་དེ་ལ་བསྐྱབས་བརྗོད་
དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལུ་རྒྱ་ཡིན། སྲི་ལུ་ཚོགས་པར་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་
མི་ཚོགས་པ་ཁག་དང་སྐེར་པ་ཕྱོགས་སོ་ཀུན་ལ་ད་ལན་གྱི་གོ་
སྐབས་འདི་བརྒྱུད་དེ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལུ་རྒྱ་ཡིན།

ང་ཚོ་ཉི་མུ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་པལ་ཆེ་བ་ནང་པ་
སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལ་དང་འདུན་དང་། གསང་སྐྱབས་རྩོ་
རྗེ་ཐེག་པ་ལ་དམིགས་བསམ་འབྲེལ་བ་ཡོད། དེ་རིང་གསང་
སྐྱབས་རྩོ་རྗེ་ཐེག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆེ་དབང་བྱ་བཞིན་ཡོད།
དབང་དོན་རིེ་འཕྲོད་པ་འགྲུང་རྒྱ་དཀའ། སྐར་བྱ་ལྷེད་རང་ཚོའི་
རྒྱུད་ལ་བྱིན་རྒྱལ་དང་བག་ཆགས་འགྲུང་བའི་རེ་བ་ཡོད། ཅེས་
དབང་གནད་སྲིན་སྩལ་རྟེན་སྤྱར་བཀའ་སྩལ་དོན།

དེ་རིང་འདིར་ཉི་མུ་ལ་ཡ་དང་ལྷག་པར་དུ་དཔལ་ལྷན་
འགྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མིའང་དུ་མ་ཡོད། དེ་བཞིན་བལ་ཡུལ་གྱི་
ས་མཚམས་ཁུལ་གྱི་གཉི་ཤར་དང་ཚུམ། ལུབ་རི། ཡོལ་མོ་
སོགས་དུ་མ་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་ཁུལ་གྱི་ཉི་མུ་ལ་ཡའི་མི་



བཅས་ཀྱི་ལ་ད་ལན་གྱི་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱད་དེ་མེད་ཀྱི་
 ལྷན་ལྷན་གྱི་སྐབས་བྱུང་བས་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་ཞེས་བརྗོད་
 ཏུ་དང་། རང་རེ་ཀྱི་གོང་དུ་བརྗོད་པ་ཇི་བཞིན་དཀོན་མཆོག་
 གསུམ་ལ་སྐབས་སུ་འཕྲོ་མི་གཅིག་གྱུར། རིག་གཞུང་དང་ལྷ་
 རྒྱུད་དེ་དག་གྲང་རང་རེ་དང་མཐུན་པར་གྱུར། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་
 ལ་བརྟེན་ནས་འདིར་འཛོམས་པ་རང་རེ་ཀྱི་ལ་མང་པོ་བརྗོད་
 འོས་གྱུར་གྲང་ལན་ཚུན་འཆམ་མཐུན་གྱུར་ན་དེ་གནད་འགག་
 ཚེན་པོ་ཞིག་རེད་ཟེན་བཞིན་ཡོད། རླེན་ཚམས་འཆམ་པོ་དང་
 མཐུན་པོ་འབྱུང་བའི་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་སློན་ལམ་ལྷ་བཞིན་ཡོད།
 ད་ནངས་ཆེ་དབང་བསྐྱར་བ་དང་འབྲེལ་ཉེ་སྐད་ཆ་ཚིག་
 ཁ་ལས་ཤིག་བཤད་ན། རང་རེ་ཀྱི་གང་ཟག་སྐྱེར་རྒྱུད་པའི་
 བྱ་སྐྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་འཛམ་བུ་སྤྱིར་ཉིལ་པོར་ལྷགས་རྒྱེན་སྤྱད་
 ལུང་བའམ། འཛམ་སྤྱིར་ཉིལ་པོར་འབྱུང་བ་གཏོང་ལུང་བ་གང་
 ཟག་སྐྱེར་སོ་སོའི་རྣམ་པ་ལ་ཚང་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་
 བས་སྐྱེར་སོ་སོའི་བྱ་སྐྱོད་ལ་འགན་འཁུར་ཉེ་རང་ཉིད་རྒྱུད་པའི་
 སྤྱད་དམ་ཡང་ན་རང་གི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་མི་ཉུང་ཤས་ཀྱི་

ཆེད་ཅམ་དུ་མ་ཟད། འཛམ་སྤྱིར་སྤྱི་ཡི་ཕན་བདེའི་དོན་དུ་འགན་
 འཁུར་རྒྱ་གནད་ཆེ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་འགན་འཁུར་ལུང་བ་བྱུང་
 བ་སོ་སོའི་མི་ཆེ་དེ་རིན་ཐང་ལྷན་པ་ཞིག་དང་འཛམ་སྤྱིར་སྤྱི་
 ཡི་ཕན་བདེའི་འབྱུང་གནས་ལྟ་བུར་འབྱུང་ལུང་བ། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་
 འབྱུང་གི་རེད་སྟེ། དེར་བརྟེན་ཀྱི་གྲིས་སོ་སོའི་ལུས་སེམས་
 གཉི་གར་བདག་པོ་ལེགས་པོ་ཞིག་རྒྱུ་སྟེ། ལུས་སེམས་གཉི་
 ག་དོན་དང་ལྷན་པ་འབྱུང་རྒྱུའི་འབད་བརྟེན་བསྐྱེད་རོགས་ཞེས་
 བརྗོད་རྒྱ་ཡིན། ཀྱི་ཆེ་རིང་ནད་མེད་དང་བསམ་དོན་མཐུང་
 དག་འབད་མེད་ལྷན་གྲིས་གྲུབ་པའི་སློན་འདུན་ཡོད། ལྷགས་
 རེ་ཆེ། ཞེས་བཀའ་སྩལ།

དེ་ཉིན་དབུས་པོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་ཀྱི་དོན་གཅོད་སྐྱོར་
 ལུང་བ་དང་། འབྲུག་དང་ཉི་ཟླ་ལའི་ཚོགས་པ་ཁག་གི་འགན་
 འཛིན་ཚམས་ལ། ཀམ་པ་སྤྱི་ལྷ་ཚོགས་པ་སོ་སོ་ནས་མཐུལ་སྐྱ་
 གསུང་ལྷགས་རྟེན་རིམ་བསྐྱར་འདེགས་འབུལ་ལུས།



ཀམ་པ་ཐེབས་ཅུ་ཚོགས་པའི་གོ་སྐྱོན་འོག་ སེམས་དང་སྲོག་གི་མཁམ་པའི་བརྒྱ་རྒྱུང་དང་ བཀའ་འདྲིར་བཀའ་ལན་བསྐྱུངས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༤ ཉིན། ལྗུལ་དབང་ཀམ་པ་
མཚོག་གིས་ཡོག་མཚན་རིམ་མཐའ་མར་མགོན་པོ་མཚོག་ནས་
རང་རེད་སྲོག་གི་ཚོར་སྣང་དང་སེམས་གཉིས་དབང་གི་འབྲེལ་
ལམ་སྐོར་གསུང་བཤད་བསྐྱུངས།

ལྗུལ་དབང་མཚོག་གི་སྤྱི་དོད་མཚན་རིམ་ཉི་ཀམ་པ་
ཐེབས་ཅུ་ཚོགས་པས་གོ་སྐྱོན་ལྟུང་ཉེ་ New York ས་
གནས་ཀྱི་མཉམ་སྲེལ་ཚོགས་པ་འགོ་བཙུག་པའི་དུས་ཀུན་ཚོགས་
ཁང་དུ་བསྐྱུངས། ཐོག་མར་ཚོར་སྣང་གི་དུས་ཀུན་Emotional
Intelligence ཞེས་པའི་དེབ་ཀྱི་ཚོམ་པ་པོ་གྲགས་ཅན་
སྤྱི་ཞབས་ Daniel Goleman མཚོག་གིས་དེར་འདུས་
གཞིན་སྤྱི་མཐུན་ལ་དཔལ་ལྷན་ལྟུང་ཉེ་ཀམ་པ་མཚོག་གི་
རྣམ་ཐར་མདོར་བསྐྱུས་སྣོན་སྤྱོད་ལུས། དེ་ཉིན་ཨ་རི་བོད་
ཀྱི་སྤྱི་ཚབ་དོན་གཅོད་ལས་ཐོག་དང་ལས་བྱུང་སོགས་
ཀྱིས་མཚོན་བོད་ཀྱི་ཆེས་མཐོའི་མི་སྣ་དང་། ཚོས་སྡེ་
ཁག་གི་ལྷན་ལྷན་གནས་འདུན་རྣམས་པས་གཅོས་རང་
དུས་དང་། ཨ་རི་ཡུལ་གྱི་གྲགས་ཅན་སྤྱོད་བརྟན་
འཁུབ་སྤོན་པ་དང་མགོན་པོ་མཚོག་ལ་དང་འདུན་
ཅན་ལྟུང་སྤྱི་དོད་དོན་ལས་འགྲུལ་ཁང་
གི་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་

གཙོ་སྤྱི་ཞབས་ Richard Gere ལགས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་
དངོས་ཁམས་དུག་པའི་མཁམ་དབང་དང་གནད་ཡོད་མི་སྣ། དེ་
བཞིན་རྗེ་སྐུ་ཐོང་གོང་འོག་གཉིས་ཀྱི་ཞལ་སྤོབ་སོགས་འདུས་
པ་སྤོར་ཚོ་དུ་མ་འདུ་འདོམས་ཀྱིས་འགོ་བཙུག་པའི་མཐུན་འབྲེལ།
དང་བདེན་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས། ཁོར་ཡུག་སེམས་དང་སྲོག་གི་སྐོར་
ལ་བཀའ་འདྲི་ཁག་ལ་བཀའ་སྣུལ་དོན་དུ། དེ་རིང་ཀམ་པ་ཐེབས་
ཅུ་ཚོགས་པས་གོ་སྐྱོན་ལྟུང་ཉེ་འདྲི་ཐོག་དུ་ཐེབས་པའི་རྣམ་
པ་ལྷན་ཀྱིས་ཚོ་ལ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ལེན་བཤད་ཡོད།
ཐོག་མར་དོས་ནས་གོ་སྐྱོན་འདྲི་བཟུང་སྡེ་ཀམ་པ་ཐེབས་
ཅུ་ཚོགས་པའི་ལྟུང་སྤྱི་དོད་ཚོགས་མི་དང་། ཨ་རི་ཐེབས་གསུམ་
པ་ཡོང་རྒྱའི་གྲ་སྤྱོད་བཞིན་མིའི་ལས་བྱེད་པ་ཀུན་ལ་ཐུགས་རྗེ་
ཆེ་ལྟུང་དང་། ད་ལན་དུས་ཚོད་ཀྱི་རིང་པོ་ཡིན། དེའི་ནང་
ཁྱེད་རང་ཚོས་དུས་ཚོད་དུ་མ་དང་དཀའ་ངལ་དུ་མ་ཞིག་ཁྱེད་
དུ་བསད་པ་དེར་བརྟེན་ཀུན་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ལྟུང་ཡིན།
ཁྱེད་རང་ཚོས་ནམ་ཡིན་ཡང་མི་ཀུན་གྱིས་མི་བློ་བཞིག་དོས་
ནས་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པར་བསམ་མོད། རོ་མ་ལྟར་ན་རང་རེ་ཀུན་
ཆ་མཚུངས་ཡིན། དོས་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་ཀུན་ལ་དཀའ་ངལ་གྱི་
ཐབས་ལམ་སེམས་ཀྱི་ཞིག་དོས་ལའང་བརྗོད་རྒྱ་མེད། དོས་རང་
ཡང་དཀའ་ངལ་ནང་དུ་ལྷུང་བཞེན་པ་དེ་ལྟར་ཡིན།

དེ་རིང་གི་བརྗོད་གཞི་སེམས་དང་སྒོ་ག་གི་སྐོར་ཡིན། རོས་
ཚུང་དུས་ཀྱི་སྐོལ་རྒྱན་སྐོལ་སྐོར་བྱ་སྐབས་རང་རེས་རུལ་འདོན་
ལྟ་བུར་སྐོལ་བསམ་སྐོལ་གསུམ་ཞེས་པ་ཞིག་བརྗོད་རྒྱ་ཡོད། ཐོས་
བསམ་གཉེས་པོ་པལ་ཆེར་བཅོས་མ་ལྟ་བུ་དང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་
བཅོས་མ་ཡིན་པའི་རེས་པ་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་སྐོལ་པའི་དོན་དེར་
བསམ་གཞིག་བགྲིས་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། རྒྱུད་ལ་ཉམས་སྦྱོར་
དང་གོམས་འདྲིས་བགྲི་རྒྱ་མཐའ་མ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱུར་
རུལ་འདོན་བྱ་བཞིན་ཡོད།

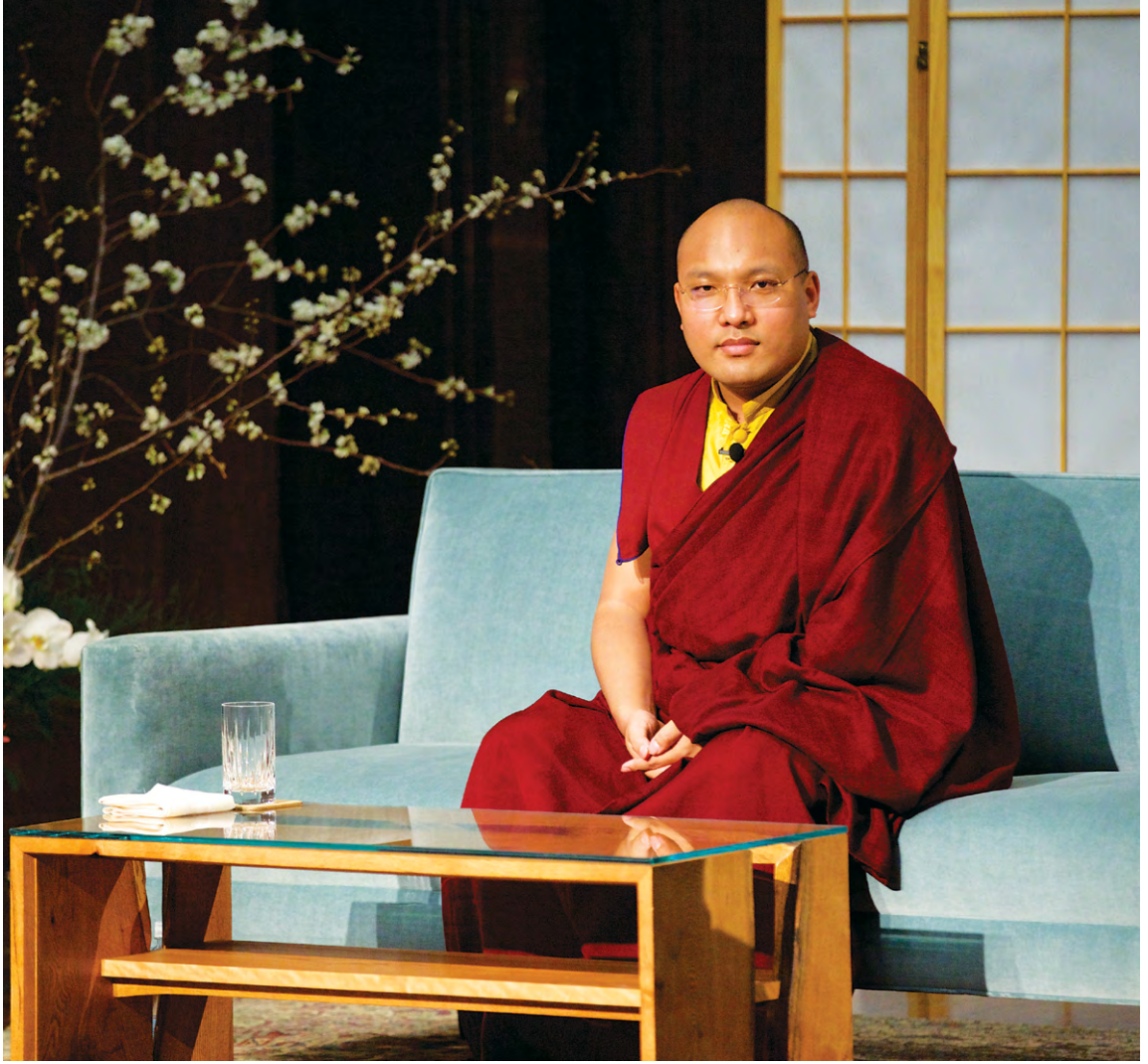
སྐོལ་ཞེས་པ་མི་དུ་མའི་བསམ་སྒྲུབ་འདུག་སེམས་སྦྱིད་པོ་
འབྱུང་རྒྱ་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་མི་གོ་བར། སོ་སོས་ཉམས་སུ་སྒྲངས་
པ་དེ་མི་ཆེའི་ནང་གི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཏུ་གྱུར། དེ་ལ་གོམས་ཤིང་
འདྲིས་པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་རང་རེས་གོ་བ་ལེན་བཞིན་
ཡོད། དེར་བརྗོད་སོ་སོས་སྦྱངས་པའི་ཡི་གེ་ན་གཅིག་གྲང་མ་
ལུས་པ་ཀུན་ཡིག་སྟོན་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སོ་སོའི་སེམས་སྟོན་གི་
ཉམས་སྦྱོར་ཞིག་ལ་བརྒྱུར་བྱུང་བ་དང་། མི་ཆེའི་ཆ་ཤས་ཤིག་
ལ་བརྒྱུར་བྱུང་བ་བྱ་རྒྱུའི་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོར་བརྒྱུད་དགོས།

དེ་ཡང་སྦྱོར་གྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་མན་ངག་ཅིག་གང་ཡོད་
དམ་ཞེ་ན། ཉམས་ལེན་གྱི་སྐོལ་སྦྱོར་དེ་དག་ཉི་མ་དེའི་རིང་ལ་
ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱ་ཞིག་དང་སོ་སོའི་མིག་མདུན་ལ་མཆིས་པའི་
མི་ཆེ་དང་འབྲེལ་བ་བགྲིས། སྐོལ་སྦྱོར་བགྲིས་པ་དེ་དང་མི་ཆེ་
གཉེས་རི་ལྟར་བྱས་ཏེ་འབྲེལ་བ་བགྲིད་དགོས་པ། སྐོལ་སྦྱོར་
བྱས་པ་དེའི་སྟོན་ལས་རང་རེས་འཇམ་བུ་སྦྱིང་ལ་ལྟ་སྦྱངས།
རང་རེའི་མི་ཆེའི་མདུན་མའི་ལྟ་སྦྱངས་སྟོན་ལ་མེད་སྦྱོར་དང་
དེས་ཕན་སྟོན་འབྱུང་དགོས་པ་གཤམ་གཞན་ཆེ། དེ་ལྟ་བུ་ཚོས་
ཕྱོགས་བགྲིད་རྒྱ་སོ་སོའི་མཚོན་ཁང་དང་སྐོལ་ཁང་ནང་ཉམས་
ལེན་བགྲིད་རྒྱ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཚོས་ཁང་གི་ཕྱི་རོལ་དང་སྐོལ་
ཁང་གི་ར་བ་ལས་བརྒྱལ་ཏེ། ཉིན་གཅིག་གི་ལས་ཀ་བགྲིས་

པའི་སྐབས་དང་དཀའ་ངལ་འབྱུང་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ང་
ཚོས་མེད་སྦྱོར་ཡོད་པ། དེའི་སྐབས་སུ་སྦྱིང་སྦྱོར་གསར་པ་
སྦྱིང་རྒྱུར་ཕན་སྟོན་འབྱུང་རྒྱུའི་སྦྱོར་བྱ་བཞིན་ཡོད།

དེར་བརྗོད་དེ་རིང་བཤད་བྱ་དང་འབྲེལ་བ་བྱམས་སྦྱིང་རྗེའི་
ཉམས་ལེན་སྐོར་ཡིན། བྱམས་སྦྱིང་རྗེ་ཉམས་ལེན་ལ་དུས་ཚོད་
ཀྱི་བཅས་པ་མེད་པར་ནམ་ཡིན་ཡང་ཉམས་སུ་སྦྱང་དགོས་རྒྱ་
གནད་ཆེ་ཡིན། ང་ཚོས་རྒྱུད་དུ་བཤད་རྒྱུའི་བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་
རྗེ་སྐོལ་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཅིག་དང་བསྐོལ་རྒྱུའི་བྱམས་པ་དང་
སྦྱིང་རྗེ་པར་ཕྱོགས་དེར་ཡོད་པ་བྱས། དེ་ལྟ་བུ་བྱམས་པ་དང་
སྦྱིང་རྗེ་སྐོལ་མཁན་གྱི་གང་ཟག་དབར་ལ་བར་སྦྱོང་རི་ཅམ་
རིང་བ་ཡོད་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་རྗེའི་ཉམས་ལེན་
ལེགས་པོ་མི་འབྱུང་། རི་ཅམ་ཉི་ལ་དང་མཐའ་མ་རྒྱུད་འཇུག་ལྟ་
བུར་གྱུར་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཅིག་དང་ཉམས་
སུ་ལེན་རྒྱུའི་སྦྱིང་རྗེའི་བསམ་པ་རྒྱུད་དུ་མེད་པར་ཉམས་སུ་ལེན་
པ་པོ་རང་ཉིད་བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་རྗེའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་
ལ་འབྱུར་བར་བྱ་རྒྱ་གནད་ཆེ།

དཔེར་ན། ང་ཚོར་བདག་འཇོན་དང་བདག་གཅིས་འཇོན་
གྱི་བསམ་པ་དང་གང་ཟག་དཔེར་མེད་པ་ལྟ་བུར་གྱུར། ང་ཚོས་
དེ་ལྟའི་གོམས་པ་དེ་དག་འབྱུར་བ་བཏང་སྟེ་གཤམ་ཏེ་བདག་དེ་
གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས། དེ་བཞིན་ང་ཚོས་
ང་ཞེས་པ་རང་དབང་རྒྱལ་བུ་ལ་ཞིག་ལ་མཚོ་བསམ་གཏོང་
པ་དང་རོ་མ་ལྟར་བདག་རང་དབང་བ་དང་རྒྱལ་བུ་ལ་ཞིག་
མེད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། བདག་ཅེས་པ་གཞན་ལ་བརྗོད་ནས་རྒྱུད་
བས་བདག་ཅེས་པ་གཞན་གྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཏུ་གྱུར། དེ་ལྟ་བུའི་
ཉིན་འབྱུང་དང་གཅིག་ལ་གཅིག་སྦྱོར་གྱི་ཕན་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་བ་
གོ་བ་ཅམ་གྱིས་མི་ཕན་པར་དངོས་ཡོད་ཀྱི་ཉམས་སྦྱོར་སྟོན་ལ་
ཉམས་སུ་སྦྱོར་བ་འབྲེལ་བ་རྗེད་པར་བྱ་རྒྱ། གཅིག་ལ་གཅིག་སྦྱོར་



གྱི་འབྲེལ་བར་གྱུར་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ལ་གཅེས་
 འཛིན་བགྲིས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལྡན་པ་ཇི་བཞིན་གཞན་ལ་གཅེས་
 འཛིན་བགྲི་རྒྱ་རང་གི་རང་གིས་འབྲུང་བཞིན་ཡོད། དེ་ཡང་དུ་མ་
 ཞིག་ནས་གཞན་ལ་གཅེས་འཛིན་བགྲིད་རྒྱ་གཞན་ལ་གཅེས་
 པའི་དབང་གིས་གཅེས་འཛིན་བགྲིས་པ་མ་ཡིན་པར། མཐའ་ན་
 རང་ལ་གཅེས་པའི་དབང་གིས་གཞན་ལ་གཅེས་འཛིན་བགྲིད་
 དགོས་པ་གང་རེད་དམ་ཞེ་ན། རང་ལེགས་ཤོ་ཞིག་འབྲུང་དགོས་
 བ་གཞན་ལེགས་ཤོ་མ་བྱུང་བར་རང་ལེགས་ཤོ་ཞེས་པ་འབྲུང་
 ཐབས་མེད་པས་རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་གཞན་ལ་གཅེས་པའི་
 དབང་གིས་གཞན་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་དགོས་པ་དེ་སྣོད་མི་
 དགོས་པ་ཡིན་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། རང་ལ་གཅེས་པའི་རྒྱ་མཚན་
 དུ་བྱས་ཀྱང་གཞན་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་དགོས་པ་གཤམ་ཆེ་ཡིན།

རྒྱན་དུ་རང་རེས་ཟས་བཟའ་བའི་སྐབས་ཟས་གནད་ཆེན་
 རོར་བ་ཚེ་བ་ལས་མ་བྲལ་སུ་ཡིན་བྱས་གཏོགས་དང་སེམས་
 འཁྱར་མི་བྱེད། ཡིན་ཡང་ཟས་བཟོ་མིའི་མ་བྲལ་དེ་ནད་ལོག་
 པའི་རྒྱན་བྱང་ཆེ་ང་ཚོར་ཟས་ཐོབ་རྒྱ་དཀའ། ཟས་མ་ཐོབ་ཆེ་
 མ་བྲལ་ལ་མཚོ་བསམ་མི་གཏོང་དཀའ་མེད་དུ་གྱུར། སོ་སོར་
 དཀའ་ངལ་འཕྲད་དུས་རྒྱ་མཚན་ཇི་ཡིན་བརྟག་སྐབས་མ་བྲལ་
 བད་ལོག་པ་གཞི་ནས་དོན་ཏྟིགས། དངོས་ལྟར་ན་རང་རེས་རྒྱ་
 མཚན་མཚོ་བསམ་མ་བཏང་བ་ཡིན། སོ་སོའི་འདོད་པ་དེ་ལས་
 གཞན་ལ་བསམ་མཚོ་མི་གཏོང་བ་ལྟ་བུ། གཅིག་ལ་གཅིག་ལྟོས་
 གྱི་འབྲེལ་བ་ཞེས་པ་རང་རེས་ལྟར་སྣང་ཅམ་དུ་གཅིག་ལ་གཅིག་
 ལྟོས་གྱི་འབྲེལ་བ་ཞེས་པ་མཐོང་བུ་རྒྱ་དཀའ། དེར་བརྟེན་ང་
 ཚོ་ལ་སྣང་བའི་ང་དེ་དང་དོན་དོ་མའི་ང་ཞེས་པ་དེར་ཁྱད་པར་



ཡོད་པ་ལེས་དགོས། ང་ཚོས་སྤང་ཚོད་ཅམ་དུ་ཡིད་ཆེས་མ་
 བགྱིས་པར་དོན་ངོ་མཉམ་ལྟ་གནས་ཚུལ་ཇི་ལེན་དོ་ལུང་
 གྱི་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས། ང་ཚོའི་མཐུན་ཀྱིན་དེ་དག་ཀྱང་
 གཞན་དུ་མ་ཞིག་ལ་སྟོས་ཏེ་བྱུང་། དེར་བརྟེན་ལགས་ལུང་
 ཞེས་པ་སྟོང་ཇི་ལྟར་བའི་གཞི་ཅ་སྟེ་ལགས་ལུང་གྱི་བསམ་
 པ་དེའང་ལགས་ལུང་དགོས་ཞེས་པ་མ་ཡིན་པར་སྟོན་པ་དང་
 ལྷག་བསམ་བཅས་པའི་ལགས་ལུང་འདོད་གྱི་བསམ་པ་ལྡན་
 དགོས། སྟོང་ཇི་ཞེས་དེ་ག་ཅམ་རང་རེས་མི་གཞན་ལ་སེམས་
 ལུང་ཡོད་པ་ཅམ་ཞིག་བྱ་ན་མ་ཡིན་པར་མདོར་ན་རང་ཉིད་
 གང་ཟག་གཞན་གྱི་ཆུལ་སུ་གྱུར་པའི་ཚོགས་ནས་སྤོང་ཟག་པ་
 ཉན་ཚོར་སྤང་བའི་སྤྱི་དགོས་རྒྱ་གཞན་ཆེ་དང་ལགས་ལུང་
 གྱི་སེམས་པ་ཇི་ཅམ་ཆེ་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་ལགས་ལུང་གྱི་སྟོང་

སྟོབས་ཇི་ཅམ་ཆེ་བ་ཡོད་མིན་དེར་རག་ལུས་ན། ལགས་ལུང་
 འདོད་གྱི་བསམ་པ་དང་ལགས་ལུང་གྱི་སྟོང་སྟོབས་ཞི་སྟོང་རྗེའི་
 ཅ་བ་ལྟ་བུར་གྱུར།
 མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་ཀམ་པ་དང་ཀམ་པའི་ཚོར་སྤང་དང་
 བསམ་ཚུལ་ཇི་ཡིན་རྟོགས་རྒྱ་དཀའ་ལ་ངོས་གྱི་གམ་དུ་འདུག་
 མི་ཚོས་ཀྱང་རྟོགས་དཀའ། སྤྱིར་བཏང་གི་མིས་དེ་བས་བསམ་
 ཚུལ་རྟོགས་རྒྱ་དཀའ། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ལོར་བཅས་ཏེ་ལོ་བདུན་བར་
 དུ་འཚོ་བ་སྟོབས་བདེ་པོ་དང་འཚོ་བ་ཕལ་པ་ཇི་ལེན་བསྐྱུལ་
 ཏེ་བསྟན། ངོས་བཅས་པའི་སྐབས་ལ་བཟུལ་པའི་རྟོགས་
 དུ་མ་བྱུང་ཚུལ་དང་། སྤྱི་ལོ་བའི་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་གྱི་རེད་ཅེས་པ་
 ལས་འདི་རེད་ཅེས་པ་མེད། གང་ལྟར་ཡང་འཚོ་བ་དཀའ་མ་
 ཞིག་དང་སྤྱི་ནས་ལོ་བདུན་བར་གྱི་མི་ཚོའི་ཚོར་བ་དེ་བརྗོད་

ཐབས་མེད་པ་ཞིག་སྐབས་དེར་མི་འབྲུག་ཡང་དེར་སང་ཡང་ཡང་
 འབྲུག་བཞིན་མཆིས། ལོ་བདུན་སྐབས་སུ་ཀཱ་མ་པའི་ཡང་མིན་
 ཅད་གཅོད་ཚོགས་པ་ངོས་ཀྱི་པ་ཡུལ་དུ་སླེབས། ང་ཚོའི་ལུང་
 པ་དེ་ལུང་ལུག་དང་སྦྱར་ཁོང་ཚོ་བོད་དབུས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ནས་
 ཡོང་བ་ཡིན་པས་སྐད་ཆ་གོ་བར་མི་འཕྲོད་པ་དང་། ང་ཚོ་ལུང་
 ལུག་གཞན་ལ་བཟེལ་བ་དེ་ཙམ་མེད་སྟབས། སྐད་སྦྱར་བརྒྱུད་
 དེ་སྐད་ཆ་བཤད་དགོས་པར་གྱུར། གང་ལྟར་ཡང་ལུང་ལུག་
 ཅིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་ངོས་ཀཱ་མ་པ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་གྱིས་
 སྦྱང་བྱེད་དང་སྦྱང་མ། ལུང་པའི་མི་ཀུན་ལ་ངོ་མཚར་ཞིག་དང་
 དེའང་སུ་གཅིག་ལ་བྲ་སྦྱིག་མེད་པ་ཞིག་ཡིན།

ཀཱ་མ་པའི་ཡང་མིན་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྟངས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་
 བེ་བརྟན་པོ་ཞིག་དང་ཀཱ་མ་པ་སྐྱ་བོར་མས་སྦྱེ་བ་རྗེས་མ་གང་དུ་
 ལྷངས་མིན་གྱི་ས་སྲོགས་དང་པ་མའི་མིང་གང་ཡིན། ལོ་ཁམས་
 སོགས་ཞིབ་སླ་འདའ་ཁའི་ཞལ་ཆེས་ཡོད། ངོས་ནས་སྦྱོན་མ་
 འབྲུག་སྦྱོར་བ་ཞིག་ལ་ངོས་ཀཱ་མ་པར་ངོས་འཛིན་བྱ་དགོས་པའི་རྒྱ་
 མཚན་གང་ཡིན་འདྲི་དགོས་སྟུང་ཡང་ཀཱ་མ་པ་སྐྱ་བོར་བརྟེན་བྱུག་
 པ་མཚོག་དགོངས་པ་རྫོགས་ཟེན། ཐོག་མའི་ཆར་ཀཱ་མ་པའི་ཡང་
 མིན་དུ་ངོས་འཛིན་ཞུས་མཚམས་ཅེད་ལྷོགས་དང་ལྷོགས་པོ་མང་
 པོ་ཡོད་ཀྱི་རེད་སྟུང་ཡང་རྗེས་སུ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན། དེ་ནས་དགོན་
 པའི་ནང་དུ་སླེབས་ཏེ་རྒྱུན་གཏན་སྤྲུག་གུ་ལ་ཅེ་མོ་ཅེད་ལྷོགས་
 མང་པོ་དགོས་ཀྱང་ཅེད་རོགས་སྤྲུག་གུ་མེད་པར་པལ་ཆེ་བ་ལོ་
 བ་ཞུན་པ་ངོ་ནག་པོ་དེ་དག་དང་ལྷན་དུ་འཆར་ལོངས་བྱུང། དེ་
 བཞིན་གྱི་དཀའ་ངལ་གཞན་ཞིག་སྟེ་སོ་སོའི་སྦྱང་བྱེད་དང་སྦྱང་
 མ་ཁ་བྲལ་ཏེ་ཀཱ་མ་པ་རེད་ཅེས་ང་ཚོ་ལ་སྦྱོད་དགོས་ཞེས་པ་རྗེ་
 བཞིན་དེ་ལྟར་བཀྲིས། མ་གཞི་བོད་དུ་འདུག་པའི་སྐབས་སུ་
 ཐེངས་གཅིག་གཉིས་ཤིག་མཇལ་འཛོམས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཡོད།
 ཡིན་ཡང་ངོས་ལོ་བརྟེན་བཞིའི་སྐབས་སུ་བོད་དང་ཁ་བྲལ་ཏེ་



ཀློག་པ་དུ་སླེབས། ལོ་གཅིག་ལ་ཞལ་འཛོམས་ཐེངས་གཅིག་གཉིས་ཀྱི་གོ་སྐབས་དེའང་མེད་པར་གྱུར། དེ་ནས་ཀློག་པ་སླེབས་ཏེ་གནས་ཚུལ་དུ་མ་བྱུང། རིམ་བཞིན་ངོས་ནས་ཀམ་པ་དེ་མི་གཞན་ལ་མན་ཐོགས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཏུ་མཐོང་། དེར་བརྟེན་མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་ངོས་ལ་རེ་བའང་བྱ་བཞིན་ཡོད་ལ་རེ་བ་རྒྱབ་པ་ཇི་བཞིན་སོ་སོའི་གོ་སྐབས་དེ་མཐོང་། མི་དུ་མའི་བརྗེ་བ་དུ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོ་ཡིན་ཡང་གཞན་པན་བསྐྱབ་རྒྱུའི་འདུན་བའམ་མོས་པ་ལ་རིམ་གྱིས་ཕྱོགས་བཞིན་མཆིས། དེར་བརྟེན་དཀའ་ངལ་ལ་སྤྲོ་མཐུན་དེ་ཁྱད་གསོད་དང་གཞོན་མེད་ཀྱི་འདུན་པ་དེ་ལྟར་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེའང་ངོས་ལ་སློང་པམ་རྒྱ་མེད་པ་དང་སེམས་པམ་རྒྱ་མེད་པ། དགའ་སྤྱད་གི་ཚོར་བ་མེད་པ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན། དགའ་སྤྱད་གི་ཚོར་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་མི་གཞན་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་ན་དཀའ་ངལ་

སློམས་རྒྱ་ཞིག་ཡོད། ངོས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སྤྲོ་ལ་བཞག་དགོས་སམ། གང་ལྟར་ཡང་སོ་སོ་ནང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་གཞན་པན་སྐྱབ་དགོས་སྐྱུལ་པ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་སོ་སོས་སྤྱོད་ཐག་པ་ནས་གཞན་ལ་བརྗེ་བ་དང་མན་པ་ཞིག་སྐྱབ་ཐུབ་ན་སྐྱུལ་པའི་བསམ་པ་དེ་ལྟར་རོ། །

རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་ངོས་ལ་ཀམ་པ་ཞེས་པའི་འགན་ཡོད་པ་ཇི་བཞིན་རང་རེ་ཀུན་ལ་འགན་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། རང་རེར་ཉ་གོ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དང་དེའི་ཆ་རྒྱུ་མ་བྱུང་བ་ཡིན་པས། བམ་ཡིན་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱིས་འགན་ཞིག་ཡོད་པ་ཚོར་བཞིན་མེད། ངོས་ཀྱི་འགན་དེ་གསལ་པོར་གྱུར་ལ་ཡོད་པ་དེ་ཉ་གོ་བ་དང་ཡོད་པ་ཇི་བཞིན་གཡོལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་གྱུར། ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་དོ། །





ལ་བསྐྱོད་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་བྱུང་ནས་རང་ཉིད་ལ་ཉམས་སྲོང་ཆེན་
པོ་ཞིག་ཐོབ་པོར་སྟེ།

སྤྱི་ཚོགས་གསར་འགྱུར་ལ་བརྟེན་ནས་རང་མེད་འཛུམ་བུ་
སྲིང་འདི་མན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འབྲེལ་བ་དང་རང་དབང་
གི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཞིག་མཐོང་ཐུབ། རྒྱ་མཚན་དེར་
བརྟེན་རང་མེ་རྒྱུན་གཏན་གྱི་བསམ་སློབ་ལྡན་བདག་དང་གཞན་
ཞེས་པ་བར་ཐག་རིང་པོ་ཞིག་ཡོད། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་
ཐོག་ཏུ་སོ་སོ་ཡིན་ཡང་གཞན་གྱི་ཆ་ལས་ཤིག་དང་། གཞན་
གྱི་བདེ་སྲུག་གྱུར་སོ་སོའི་བདེ་སྲུག་གི་ཆ་ལས་ཡིན་པ་མི་ཀུན་
གིས་མཐོང་ཐུབ་རྒྱུར་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཞིག་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད་
སྟེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་སོ་སོ་རང་ཉིད་ཅམ་
དུ་མ་ཟད། གཞན་གྱི་དོན་དུ་འགན་འཁུར་དགོས་པ་ཤེས་ཐུབ་
པའི་ཡིད་ཆེས་ཆེན་པོ་ཡོད།

དཔེར་ན་དོས་གྱི་མི་ཚེའི་གནས་སྡངས་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་
ན། དེས་བར་འགོ་བ་མི་དང་མིའི་དབར་ལ་བརྟེན་སེམས་མེད་
པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་གཞུང་དང་དེ་བཞིན་ཚོགས་
པ། མི་སྐྱེད་པ་སོགས་ལ་སེམས་འཁུར་མེད་པར་བརྟེན་འཛུམ་
བུ་སྲིང་ལ་དཀའ་ངལ་གྱི་གནས་ཚུལ་དུ་མ་འཕྲད་བཞིན་ཡོད།
རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་ད་ལྟ་རང་ཉིད་རང་དབང་གི་ལྷུང་
པའི་ནང་དུ་སྐྱེས་པའི་ཡོད་ཅ་ན། སོ་སོའི་བསམ་སློབ་ལ་བརྟེན་
དང་དེ་བཞིན་གཞན་པན་གྱི་སེམས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་བསམ་
པ་དེས་བར་མི་དམངས་མང་ཅམ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་བ་འདད་ཀྱི་རྒྱ་
དང་། དེའང་སོ་སོའི་སྲོང་ཚོར་གྱི་ཐོག་ནས་ཞུས་ན་དེས་བར་
མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་གོ་སྐབས་ཐུབ་པ། བྱམས་པ་དང་སྤྱི་ཇི་
ཞེས་པ་མི་དུ་མ་ཞིག་ནས་རྩ་ཆེན་ཡིན་པ་དང་། རང་མེ་འགོ་བ་
མི་བདེ་ཐང་གི་དང་འཆར་ལོངས་འབྱུང་རྒྱུར་བྱམས་པ་དང་བརྟེན་

བ་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་
སྟོན་བཞིན་ཐུབ་སྟེ།

རྒྱ་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཐད་དོས་ནས་
དམིགས་བསལ་བཞིན་ཐུབ་ཅེས་བཤད་
རྒྱ་དཀའ། ཡིན་ཡང་དོས་བོད་ལ་འདུག་
པའི་སྐབས་རྒྱ་སྐད་སྦྱང་རྒྱའི་གོ་སྐབས་
བྱུང་ལ། རྒྱ་ནག་གི་སློལ་རྒྱུན་རིག་གཞུང་
དང་ལྷ་སྐབ་ལ་སློབ་སྦྱང་གི་གོ་སྐབས་ཐོན་
ཅོམ་བྱུང་བར་བརྟེན་སེམས་ཐོག་ནས་ཐག་
ཉེར་འགྱུར་བཞིན་ཡོད།

དོས་ཀྱིས་སྟེན་ན་ད་ལྟ་རྒྱ་བོད་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་འདི་ཚུགས་གཅིག་ནས་རྒྱ་
དང་བོད་ཀྱི་དབར་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནད་
དོན་ཅམ་མ་ཡིན་པར། དེ་གཉིས་པན་
ཚུན་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་འཇུགས་
དགོས་པ་གལ་གནད་དུ་གྱུར། རྒྱ་མཚན་
དེར་བརྟེན་ནས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་
འཇུགས་པར་གཙོ་བོ་དེ་ཚོའི་མྱུང་བ་དགྲུག་
རྒྱ་ཅོམ་མ་ཡིན་པར་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་
གཅིག་ལ་ཡིད་ཆེས་ཇི་ཅམ་བྱེད་ཐུབ་མིན།
སེམས་ཇི་ཅམ་གཏང་ཐུབ་མིན་ཞེས་པ་རྒྱ་
བོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཐག་གཅོད་རྒྱུར་གནས་
ཚུལ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་སྟེ།
དེའི་ཐད་སྦྱར་བཏང་དོས་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་འཁུ་མེད་ཀྱང་
དམིགས་བསལ་ཚོས་ཚུགས་དང་དེ་བཞིན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་
ནས་པན་ཐོགས་བཞིན་ཐུབ་རྒྱུར་འབད་བཅོལ་བྱ་རྒྱའི་འདོད་པ་
ཡོད། ཅེས་བཤད་ལན་རྣམས་དགྲུས་འགོད་ལུས།





**Washington DC (མེ་ཤིང་འོན་ཏི་མི་) ལ་
ཆེད་སྐྱོད་འཕྲུང་སྐྱོད་པ།**

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༥ ནང་ ༡༩ ཉིན་གཉིས་ཀྱི་རིང་།
མེ་ཤིང་འོན་ཏི་མི་ལ་ཆེད་སྐྱོད་འཕྲུང་སྐྱོད་ཏེ་མེ་ཤིང་འོན་ཏི་ལ་དུ་
དཔལ་ལྗེས་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་ནས་ཐོད་ཀྱི་གསར་འགོད་
པའི་བཀའ་འཇིགས་ལ་བཀའ་ལན་དང་། གཞན་ཡང་སྐྱོད་
མཇུག་ལན་གྲངས་དུ་མ་དང་གཞུང་འབྲེལ་དང་ཚོགས་པ་ཁག་
གི་དཔེ་མཛོད་བཅས་ལ་གཞིགས་ཞིབ་ལེགས་པར་བསྐྱེད་སྐྱོད་པ།

དེ་དག་གི་ཁོད་ནས་དཔལ་ལྗེས་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་
ནས་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ས་མེ་ཤིང་འོན་ཏི་ལྷོ་ལྷོ་ཚམ་མེ་ཤིང་ལྷོ་ལྷོ་
འོན་ཏི་མི་ལ་ཆེད་སྐྱོད་འཕྲུང་སྐྱོད་ཏེ་ཐོད་ཀྱི་ལ་རྒྱུ་

སྐྱོད་མཛད་མི་ལུས་སྐྱོད་ Dianne Feinstein མཚོག་དང་
དབུས་ལྷན་ཁང་གི་དུང་གཞོན་དང་ཨ་རིའི་གཞུང་གི་ཐོད་ཀྱི་
དམིགས་བསལ་འབྲེལ་མཐུན་པ་ལུས་སྐྱོད་ Sarah Sewall
ཚམ་གཉིས་དང་མཇུག་འབྲེལ་བསྐྱེད་སྐྱོད་སྐྱོད་ལྷོ་ལྷོ་
ཁང་དུ་མཇུག་འབྲེལ་བསྐྱེད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་ལྷོ་ལྷོ་
དག་དང་ལྷན་དུ་ཁོད་ལྷོ་ལྷོ་སྐྱོད་དང་། དེ་བཞིན་ཐོད་ཀྱི་
རིག་གཞུང་སྐྱོད་སྐྱོད་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
བཟོ་སྐྱོད་མཛད་པ།

ལྷོ་ལྷོ་དབང་མཚོག་ནས་ཨ་རིའི་ཞི་བའི་ལྷན་ཚོགས་སུ་
ཚོགས་ཞུགས་ཀྱིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་བཟོ་སྐྱོད་མཛད་དེ། མོ་མོ་
འབྲེལ་མཉམ་མེད་པར་བསྐྱེད་སྐྱོད་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཞི་
བདེ་བསྐྱེད་སྐྱོད་དང་མན་ཚུན་ཉེན་འབྲེལ་གི་དོ་སྐྱོད་དབང་འབྲེལ་

བ། དག་སྲོད་པའི་ལས་འགུལ་ནང་ཞུགས་པའི་རྒྱ་སྐད་ཚིག་ཉེན་ཞེས་
 བཅས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐད་བཞོ་སློང་ལྷག་པོར་མཛད།

མགོན་པོ་མཚོག་ནས་རྒྱ་དོ་གཉེས་ཀྱི་ཕེབས་བཞུད་རིང་
 རྩོགས་གང་སར་མཛད་དོན་བཞིན་དཔལ་ལྡན་ལྟུང་དབང་ཀམ་པ་
 མཚོག་ནས་ས་གནས་བོད་རིགས་འདུས་སྡོད་ཚོགས་པ་ཁག་
 དང་མཇལ་འཕྲད་བསྐྱེད་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་ཆེད་བསྐྱེད་མཛད། ཨ་
 སིང་ཤོན་ས་ཞུལ་ནས་བོད་རིགས་བརྒྱ་ཐུག་དུ་མ་འདུ་འཛོམས་
 ཀྱིས་ཀུན་ལ་མཇལ་ཁ་དང་སློབ་སྦྱོང་འཕེལ་བའི་ལམ་སྟོན་བཀའ་
 སློབ་ཟབ་ཅིང་རྒྱས་པ་སྟུལ།

དེ་རྙིང་ལྟུང་དབང་མཚོག་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ས་ཨ་སིང་
 ཤོན་བསྟེ་གནས་སུ་ཆགས་པའི་བོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་རྙིང་རིགས་
 ཉར་ཆགས་བདག་སྲོད་བྱ་ལུལ་ཀོང་རེ་སི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་
 གཞིགས་ཞེས་ཕྱིར་ཆེབས་སྐྱེར་བསྐྱེད་སྤྱོད། དཔེ་མཛོད་དེ་ཉིད་
 དུ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་དཔེ་ཆ་དང་ཡིག་ཆ་རྙིང་པའི་རིགས་
 བདག་སྲོད་གང་ལེགས་མཛད་པའི་ཉེར་ལེན་གྱིས་ཀུན་གྱིས་
 བསྟེན་བརྗོད་རྒྱ་ཆེ་དང་དེ་ཉིད་མཚོད་མཇལ་ཞུ་ལུལ་གྱི་བསྟེ་
 གནས་ཁྱེད་པར་ཅན་ཞེས་ཏུ་འགྲུབ། འདི་ཉིད་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩
 ལོར་དབུ་འཇུགས་ཀྱིས་ལོ་རོ་བཅུ་ཐུག་ཐུང་དང་ཕྱིད་ཅམ་བསྐྱོད་
 ལུས་ཀྱིས་ཨ་རིའི་ཀོང་རེ་སི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་བོད་ཀྱི་དཔེ་
 རྙིང་བོད་མི་སྐྱབས་བཅོལ་བས་འབྲེར་ཡོང་བ་དང་དེ་བཞིན་ཉི་
 ལྷ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་མཐའ་མཚམས་ནས་བསྐྱེད་ལུས་བཀྱིས་པ་
 རྣམས་ལུན་གནས་ཕྱིར་བསྐྱར་སྐྱེན་བྱ་འཆར་ཡོད། འདི་ཉིད་
 མིག་དཔེར་འོས་ཤིང་དགོངས་དཀྱེལ་ཆེ་བའི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་
 གཅེས་སྲོད་བསྐྱེད་ཞབས་ E. Gene Smith མཚོག་ནས་
 མཛད། ཁོང་གིས་གསར་གཏོད་ཀྱིས་འཚོལ་སྐྱོབ་བཀྱིས་པའི་
 དཀར་ཆག་བདག་གཉེར་བཀྱིས་པ་རྣམས་སྤར་སྐྱེན་གྱིས་དཔེ་
 ཆ་སྲོད་ཐུག་དུ་མར་སྐྱེལ་བ་རྣམས་དཔལ་ལྡན་དབང་ཀམ་



པ་མཚོག་ཀོང་རེ་སི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ལ་ཆེབས་སྐྱེར་བསྐྱེད་སྤྱོད་
 པའི་སྐྱབས་གཞིགས་ཞེས་ལུལ།

ཨ་སིང་ཤོན་དུ་ཨ་རི་ཞེ་བདེ་སློབ་སློང་གི་སྤྱི་ཞུས་མཚོག་
 དང་། ཤོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི། དེ་བཞིན་གཞུང་ཞབས་པ་
 སོགས་གནད་ཡོད་མི་སྣ་རྣམས་དང་མཇལ་འཕྲད་དང་བཞོ་
 སློང་སོགས་མཛད།



ཨ་རིའི་གཞུང་འབྲེལ་ཞི་བདེའི་བརྟེན་གནས་ཁང་དུ་ཞི་བདེ་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱོད་སྟོན་ཚོགས་སྤྱི་གདན་ཞུས་བཞིན་ཕྱོད།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༩ ཉིན། ཡུལ་གྲུབ་དབང་ཀམ་པ་
 མཚོག་ལ་རྒྱལ་ས་མ་ཤིང་ཀོན་གྱི་ཨ་རིའི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཞི་
 བདེའི་བརྟེན་གནས་ལྷན་ཁང་ U.S. Institute of Peace
 དུ་རི་ལྟར་ཞུས་བཞིན་དེ་གའི་ལས་ཁུངས་ཨ་མར་ཕྱོད། ཚོགས་
 གཙོ་ལྷན་སྤྱི་ Nancy Lindborg ལགས་དང་ལས་མི་
 ཡོངས་ནས་ལེབས་བསུ་གཟབ་ཞུས་ཏེ། ཞི་བདེ་དང་འབྲེལ་བའི་
 མཁས་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་དབུས་སྤྱི་གདན་བྲངས་ཤིང་
 ལྷན་ཚོགས་དབུ་འཇུགས་ཀྱི་སྡོན་འགྲོང་ཞི་བདེའི་བརྟེན་གནས་

ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་ལྷན་སྤྱི་ Nancy Lindborg ལགས་གསུང་
 བཤད་སྤེལ་དོན། སྤྱི་བདེ་ལེགས། ཨ་རིའི་ཞི་བདེའི་བརྟེན་
 གནས་ལྷན་ཁང་དུ་ཕྱོད་པ་ལེགས། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་
 སྤྱི་བདེ་དང་ཀམ་པ་ཀོ་ཚང་གི་དབུ་མིང་དཔལ་ཡུལ་གྲུབ་དབང་ཀམ་
 པ་སྤྱི་བདེ་བཅུ་བདུན་པ་ཚེན་པོ་མཚོག་དེང་ར་ཚོའི་དབུས་
 སྤྱི་བདེ་པ་ཞི་ཚེས་བཀྱར་ལོས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར། གཞན་
 ཡང་ཡུལ་གྲུབ་དབང་མཚོག་དང་ལྷན་དུ་ལེབས་མཁན་ཁོངས་
 ལས་དམིགས་བསལ་སྤྱི་བདེ་ལྷན་ཚོགས་ཚེན་དཔོན་སློབ་རིན་པོ་



ཆེ་མཚོག་དང་ལྷན་དུ་ང་ཚོས་མཛད་སྒོ་འདིའི་ཤོ་སྒྲིག་ལུས་པ་
 ཡིན། ཁོང་ཞི་རོ་མཚར་ཆེ་བའི་མཉམ་རྟམ་རོགས་པ་ཞིག་དང་ལྷན་
 དུ་བྱ་བ་སྐྱབས་རྒྱུ་རོ་མཚར་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན།

གྲུས་ལོ་སྐྱེལ་སྐྱེ་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མ་དང་ལྷན་དུ་ལོ་ཡུན་རིང་
 བོའི་བར་སློབ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུའི་ཁྲུང་པར་ཅན་གྱི་གོ་སྐབས་བྱུང་
 ཞིང་ཁོང་ཡང་ཚོས་བརྒྱུད་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས།
 དེ་རིང་ཨ་རིའི་ཞི་བདེའི་ལྷན་ཚོགས་འདིར་མགོན་པོ་མཚོག་
 ང་ཚོའི་དབུས་སུ་མཆིས་པ་ཞི་ཆེས་རོ་མཚར་ལྷན་པ་
 ཞིག་ཡིན།

ཁྱེད་ཀྱིས་པ་དུ་མ་ཞིག་ནས་དགོངས་གསལ་ལྟར། ཟ࿳་མོ་
 ༡༤༤༤ ལོ་མཇུག་ཏུ་དཔལ་ལྡན་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་གོས་

ཕྱོགས་ལ་མེབས་ཚུལ་ཀྱིས་འོ་མོག་སྐྱེ་མའི་ནམ་ཐར་ལྟ་བུ་ཡིན།
 ལྷན་རང་བལ་ཡུལ་དུ་ཡུན་རིང་འདུག་སྲིད་ཡོད་སྐབས་གངས་
 རིའི་ལམ་འབྲང་དོག་པོ་བརྒྱུད་དེ་མེབས་སྐབས་སྐྱེ་བལ་རི་ཅན་
 བྱུང་ཡོད་པ་དང་ཁོ་ཚོས་རྟོགས་ཤིང་དེ་ལྟའི་སྐྱེ་བལ་བསྐྱོན་བྱུབ་
 པ་ཆེས་རོ་མཚར་ཆེ་ཞིང་ད་ལྟ་རྒྱ་རྒྱ་རམ་ས་ལ་འདི་ཉེ་འཁོར་དུ་སྐྱེ་ལོར་
 ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་གསལ་དུ་བཞུགས་ཡོད།

ཨ་རིའི་ཞི་བདེའི་མཐུན་ཚོགས་འདིར་ངོས་ཀྱིས་ལ་རྒྱུན་
 སློལ་གནད་ཆེ་ཞིག་ཡོད། དེ་ཡང་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་དབུ་ཁྲིད་
 ཀྱིས་ལ་ཞི་བདེའི་ལས་རིམ་གྱི་ཆ་ལས་བསྐྱུན་སྲིད་ཚོགས་པ་
 འདི་ནས་མཐུན་འགྲུར་ལུ་བཞུགས་ཡོད། ལོ་མང་སྤོན་ནས་ལམ་
 སློལ་འདི་ཉིད་ཀྱི་འཆར་གཞི་བསྐྱུན་མཁལ་སྐྱེ་ཞབས་ David
 Smock མཚོག་འདིར་ང་ཚོ་དང་ལྷན་དུ་ཡོད། གཞན་ཡང་
 སྐྱེ་ཞབས་ Susan Hayward མཚོག་ད་ལྟ་ལས་རིམ་འདི་
 ཉིད་ཀྱི་དོ་དམ་མཛད་མི་གཙོ་པོ་ཡིན་པས་འདི་ཉིད་འཐབ་ཚོད་
 ཀྱི་དགོས་མཁོ་གནད་ཆེ་བའི་ཆ་ལས་ང་ཚོས་རྟོགས་པ་ཞིག་
 ལྟེ་དེ་ཡང་བཟང་བོའི་དབུ་ཁྲིད་ཀྱིས་ལ་ཀྱི་གསུང་དང་དེ་བཞིན་
 ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་དཔལ་ལྡན་དབང་ཀམ་པ་ལྟ་བུ་
 ཀྱིས་དམིགས་བསལ་དང་ད་ལྟའི་ཆབས་ཆེ་བའི་འདུག་རྟེན་
 ཀྱི་གནས་སྐབས་འདི་ལས་ཞི་བདེའི་ལམ་བཟང་སྐྱོན་ལུས་པ་དང་།
 གཞན་ཡང་རྩོམ་གཞི་གནས་སྐབས་འདི་ལྟའི་སྐབས་དམིགས་
 བསལ་སྤྱིང་རྗེ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལམ་ལ་རི་ལྷན་སྐྱེད་ཚུལ། འཐབ་
 ཚོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་མཐུད་དེ་འདུག་རྟེན་དུས་བབ་གཙོད་
 བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར་སྤྱིང་རྗེ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཀམ་གཞག་
 སྐོར་རྟོགས་པར་བྱ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ།

དེས་ན་གནད་དོན་འདིའི་ཐོག་མགོན་པོ་མཚོག་ནས་ལམ་
 སྐོན་གསུང་བཤད་མདོར་བསྐྱས་ཤིག་སྐྱབས་འདུག་ཡོད་པ་
 དང་། དེ་ཉིད་མཛུལ་ལུ་བ་ཀྱིས་ལ་བཀའ་འབྲི་ལུ་རྒྱུའི་གོ་

སྐབས་ཡོད། གཞན་ཡང་འདིར་འདུས་ཐམས་ཅད་ལ་སྐབས་
རྗེ་ཆེ་ལྷོ་ཁྱེད་ཡིན། ཞེས་གསུང་བཤད་བྱས་ཏེ་ཡ་རྒྱལ་དབང་
མཚོག་གིས་བཀའ་སྩལ་དོན།

དེ་རིང་འདི་གའི་བརྟེན་གནས་ཁང་དུ་བཅར་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་
བྱུང་བར་དགའ་ལོ་བྱུང་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱིན་ལ་འཚམས་འབྲིའི་
བཀའ་ལེན་བཏེ་ལེགས་ཡོད།

དེར་དུས་ཀྱི་ཕྱོགས་གང་སར་ཚོད་རྫོག་དུ་མ་འཕེལ་བའི་
རྒྱ་མཚོན་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ཀུན་གྱི་སེམས་ཁོང་ལ་ཞི་བདེ་ཞེས་
བ་ཅ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཅུ་མ་ཟད། ཀུན་ལ་འབྲེལ་དུ་དགོས་
པའི་རྩ་བའི་གི་གནས་སྡེ་སྤྲུལ་རྒྱ་མཚོན་དེ་དག་ལ་
བརྟེན་ནས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དབྱིབས་དམ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དབྱིབས་
ཁྲིད་སོགས་ཀུན་ལྡན་དུ་འཛོམས་ཏེ་གཅིག་གྲོགས་གཅིག་
གིས་ལས་འགུལ་སྤེལ་དགོས་པའི་དུས་སྤྱི་བསྐྱེད་སྤེལ་
བསལ་ཨ་རིའི་གཞུང་གིས་ཞི་བདེའི་སྤྱད་དུ་སྤེལ་ཆོད་ཟུར་དུ་
བཅུགས་པ་དེར་ངོས་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལྷོ་བཞེན་ཡོད། ཞི་
བདེ་མཐོང་ཆེན་དང་ངོས་འཛིན་བཞིན་པ་ཉ་ཅང་ལེགས། ཞི་
བདེ་ཞེས་པའི་འཆར་གཞི་དང་ཉ་མོ་བ་རྒྱུད་པས་མི་པལ། ཞི་
བདེ་ནི་མི་སོ་སོས་ཞི་ཐག་པའམ་སེམས་ཁོང་དུ་ལྡན་པ་ཞིག་
འབྱུང་བར་མན་རྒྱུན་མཛུབ་ཞིང་བཅེ་བའི་འབྲེལ་བ་དང་མན་རྒྱུན་
བྱམས་བཅེའི་འབྲེལ་བ་གཏོང་བར་ཉ་མོ་བ་རྒྱུད་རྒྱ་གལ་གནད་ཅན་
ཞིག་ཡིན་སྟེ། རྒྱ་མཚོན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་ལུགས་
པན་རྒྱུན་དང་མི་རིགས་པན་རྒྱུན་ཀུན་བྱམས་བཅེ་དང་མཛུབ་
བཅེའི་འབྲེལ་བ་ཟབ་དུ་གཏོང་དགོས་ལ་ཞི་བདེ་འབྱུང་བའི་
གཞི་ཅ་དེ་ལྟར་ཡིན།

ངོས་ཞི་བདེའི་བརྟེན་གནས་འདིར་ཡོང་རྒྱུ་བྱུང་བར་ཉ་ཅང་
དགའ་ལོ་བྱུང། ཚོགས་གཙོ་ལྷོ་ཁྱེད་ Nancy Lindborg
མཚོག་དང་དེ་བཞིན་ལས་བྱེད་ཀུན་གྱི་དགའ་བསུ་ཐོབ་པར་

དེ་བས་དགའ་ལོ་བྱུང། སྐབས་རྗེ་ཆེ་ལྷོ་ཁྱེད་ཡིན། ཞེས་དང།

མཚུག་ཏུ་ཞི་བདེའི་བརྟེན་གནས་ཁང་གི་སྐབས་འབྲེལ་འཕེལ་
སྟོན་པ་ལྷོ་ཁྱེད་ Interim Director Susan Hayward

ལགས་ནས་བྱད་མེད་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་བོད་ཀྱི་བརྟེན་མ་རྒྱམས་
ལ་དགོ་སློང་མའི་སྤོམ་པ་འབོགས་ཕྱོགས་ཐད་ལ་བཀའ་འབྲི་
ལུས་པར་བཀའ་སྩལ་དོན། སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་པའི་
སྐབས་ལ་བྱད་མེད་དུ་མ་ཞིག་ལ་དགའ་བའ་སྤྱ་མང་སྤངས་
མཐར་རབ་དུ་བྱུང། སྤྱི་ཚོགས་ལིག་གི་ནད་དུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད་
ན་དེས་ཁྱེད་པར་ཆེ་བ་དང། སྤྱིར་བཏང་བྱད་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་
ཅུ་མ་ཡིན་པར་བྱད་མེད་ཀྱི་ཚོས་ཕྱོགས་ནད་གི་ཐོབ་ཐང་
ངམ་བྱད་མེད་ཀྱི་མཚོན་རྟགས་མཚོན། དེར་བརྟེན་ཡགོང་ས་
མཚོག་གི་དབྱིབས་ཁྲིད་ལོག་ཏུ་འདས་པའི་ལོ་ཉི་ཤུ་སྤེལ་ཚུའི་རིང་
ལ་བོད་ཀྱི་ནད་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ནད་དུ་དགོ་སློང་མའི་སྤོམ་
པ་བསྐྱར་གསོ་འབྱུང་རྒྱུའི་སྤྱད་དུ་ཞིབ་འཇུག་དང་བཅོ་སྐྱོང་
ཐངས་མང་བཞིན། དེ་འབྲེལ་བཅོ་སྐྱོང་གི་རྒྱ་མཚོན་ལ་བརྟེན་
ནས་ངོས་ལ་བྱད་མེད་ལ་སྤོམ་པ་ཡོངས་སུ་རྗེས་པ་ཐོབ་རྒྱ་
ཞིག་དང་ཅ་ཆེན་ཡིན་པ་རིམ་བཞིན་ཞེས་རྟོགས་བྱུང། ད་ལོའི་
འཆར་རང་རེའི་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་ཀུན་གྱིས་ཚོད་མེད་
ཁས་ལེན་ཀྱི་དུས་ཚོད་རྒྱུན་རིང་སྤྱུག །ཡིན་ཡང་ད་དུང་དུས་
ཚོད་དུ་མ་འགོར་བའི་རྣམ་པ་དང། ཐོག་མར་ཚོས་བརྒྱུད་ཅིག་
གི་ནད་དུ་འགོ་བཅུགས་ན་རིམ་བཞིན་ཚོས་བརྒྱུད་གཞན་ཚོས་
གྲང་རྗེས་སུ་ལེབས་རྒྱུའི་རེ་བ་དེ་ལྟར་བཞིན། རྒྱ་མཚོན་དེ་དག་
ལ་བརྟེན་ནས་བྱད་མེད་དག་ལ་བྲུ་པ་ཇི་བཞིན་ཞེས་ཡོན་དང་
སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱིངས་ཆ་གང་ཅིའི་ཐད་ལ་ཆ་ཚང་བ་དང་སྤུན་
སྤུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱ། དེ་བཞིན་བྱད་མེད་ལ་དམིགས་
བསལ་ཞེས་རབ་དང་བྱམས་བཅེའི་རུས་པ་ཡོད་སྐབས་དེ་དག་
ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནད་བྱད་མེད་ཀྱིས་འགོ་ཁྲིད་བཟང་པོ་

བགྱིད་ཐུབ་རྒྱུ་དེ་ལ་ཆེན་པོ་བགྱིད་ཀྱི་ཡོད།

བོད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་སྲོལ་རྒྱན་དང་བྱམས་བརྩེ་དེ་སྐོར་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པར་བཀའ་སྩལ་དོན། ངོས་ལོ་ངོ་བདུན་དུ་སོན་སྐབས་ཀྱི་མ་ལུ་ལོ་སྲིད་དུ་ངོས་འཛིན་བགྱིས་ཏེ་སྲིད་བྱེད་དང་སྲིད་མ་ཞལ་བྲལ། ལལ་ཆེ་བ་དགེ་ཆེན་དང་རབ་བྱུང་དགུང་ན་བཟེས་པ་དག་གིས་སྐོར་ཏེ་གནས། བྱད་མེད་དག་ལྷན་གྱི་ལ་བྱམས་སྲོང་བགྱིད་རྒྱུ་དེ་རིགས་མཁས་པོ་ཡོད། སྤྱི་ལ་ཁོ་ག་དག་བྱམས་སྲོང་དེ་ཙམ་བགྱིད་མི་ཤེས། རྩོགས་གཅིག་ནས་ཁག་པོ་ཞིག་དང་སྲོལ་རྒྱན་གྱི་དགེ་ཆེན་ལལ་ཆེ་བ་མཐེགས་པོ་ཞིག་ཡོད། ཡིན་ཡང་དེ་དག་སོ་སོར་བཀའ་འདྲི་ཅན་ཞིག་དང་ཅ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་རིམ་བཞིན་རང་རེད་སྲོལ་རྒྱན་གྱི་ལྟ་བུ་ལམ་ལུགས་ཐོག་ནས་འགོ་བཞུགས་མེད་དམ་སྟེ། སྤྱི་དགེ་ཆེན་མཐེགས་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་སོ་སོ་ལོ་ན་ཆེན་པོར་གྱུར་མཚམས་དགེ་ཆེན་དེ་ཅ་ཆེན་ཡིན་པ་དང་མཚམས་རེ་པ་མ་ལས་ཀྱང་ཅ་ཆེ་བར་ངོས་འཛིན་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་རང་རེས་བརྩེ་བ་ངོས་འཛིན་བགྱིད་སྟངས། བོད་པའི་ལུགས་སྲོལ་ལ་བརྩེ་བ་ཞེས་པ་དེ་ངོས་འཛིན་སྟངས་ཅུང་མི་འདྲ། རྩི་རྒྱལ་བ་ལྟར་ན་བརྩེ་བ་དེ་དག་ནས་འགྱུར་གྱི་ཐོག་ནས་ཕྱིར་སྟོན་རྒྱ་གཙོར་འདོན་བགྱིད་ཀྱི་ཡོད། བོད་པའི་ནང་དུ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཀྱང་རྩོགས་གཅིག་ནས་བརྩེ་བ་མི་འདྲ་བ་སྟེ། ཁོ་ལ་བརྩེ་བ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་གཤེགས་པོ་གཏོང་བ་དང་། དཔེར་ན། འ་ཆའི་ཁ་ལས་གཏམ་སྟན་མེད། ཅས་པ་རྩི་བཞིན་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་བཞིན་ཡོད་པས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཙམ་དཀའ་ངལ་མེད་སྟེ། དཔེར་ན། ངོས་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། ལོ་བདུན་སྐབས་ནས་སྲིད་བྱེད་དང་སྲིད་མའི་ཞལ་བྲལ། ཐོག་མར་ལོ་གཅིག་ཙམ་ཅུང་དཀའ་ངལ་བྱུང་། དེ་ནས་ལོ་མས་པས་དམིགས་བསལ་དཀའ་ངལ་མ་བྱུང་།



འཛིགས་སྐུལ་རིང་ལུགས་པ་དང་དག་སྲོང་བ་དག་ཐོག་མར་བཙས་པ་ནས་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ་ཞེས་པའི་བཀའ་འདྲི་ཞུ་མད་ལ་བཀའ་སྩལ་དོན། འཛིགས་སྐུལ་རིང་ལུགས་པ་དང་དག་སྲོང་བ་དེ་དག་ཐོག་མར་བཙས་སྐབས་ནས་དེ་ལྟར་སྲིས་མེད། དེ་དག་ནི་ཁོང་ཚོའི་འཚར་ལོངས་བྱུང་ལུལ་གྱི་ཁོར་ལུག་དང་། སློབ་གསོ། སོ་སའི་མཉམ་འགྲོགས་གྱི་གྲོགས་པོ་དེ་དག་གི་ལུགས་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྱུར་བ་འགོ་བ་དང་། དེར་གི་གནས་ཚུལ་དུ་མ་ཞིག་མ་རིག་པའམ་མ་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་དང་། ཀུན་གྱིས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་མ་ཤེས་པ་དང་འབྲེལ་བ་འདྲ་ལོག་པ་དང་སློབ་གསོ་རན་པ་རྒྱབ་ཅ་ན། དེས་མགོ་འཛོམ་སྟེ་རྩོགས་གཅིག་པའི་གནས་ཚུལ་མ་གཏོགས་ཆ་མི་རྟོགས་པས། དེ་འདྲའི་རྩོགས་རྒྱང་པའི་གནས་ཚུལ་ཡང་ཡང་བའདྲ་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་གདུག་རྒྱུ་ཅན་གྱི་བྱ་བ་ལ་འབྲུག་བཞིན་པ་དུ་མ་མཚེས། དེ་བཞིན་དག་སྲོང་གྱི་ལས་འགུལ་དུ་མ་ཞིག་ནི་འབྲུག་ཐབས་ཟད་དུ་གྱུར་པའམ། མི་དུ་མ་ཞིག་འབྲུག་ཐབས་ཟད་ཀྱི་གནས་ལ་གྱུར་མཚམས་ལ་ལས་དག་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་རེ་བ་སྐྱབ་རྒྱ་ཐོན་བྱ་ལུགས་རྒྱུ་ཆེ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་མགོ་བསམ་གཏོང་བ་དང་། ཞི་བ་ལས་ལུགས་རྒྱུ་དང་།

ནུས་པ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་སྟེ་གནས་སྐབས་དེ་ལྟའི་རིགས་ཏུ་
མ་མཐོང་ཚོས་སུ་གྱུར། ཡིན་ཡང་དེང་གི་གནས་སྐབས་ལྟར་ན་
དུ་མ་ཞིག་མ་ཤེས་པ་འཕམ་ཚོངས་པ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། ཤེས་ཀྱང་
གནས་ཚུལ་སྟོབས་རེ་བ་མ་གཏོགས་མ་ཤེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་
བརྟེན་ནས་དེ་ལྟར་འབྱུང་བཞིན་མེད་དམ་སྟེ།

**མགོན་པོ་མཚོག་པོད་ཏུ་མེབས་འདོད་ཡོད་མེད་དང་
བོད་མི་རྣམས་སྤྱིར་བཏང་ཡུལ་དུ་ལོག་མ་ཐུབ་པའི་དཀའ་ངལ་
གང་ཞིག་གཟིགས་མིན་སྐོར་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་བར་དུ་བཀའ་
སླུལ་དོན།** རོས་བོད་ནས་སྤོངས་ཏུ་མ་ཡོང་གོང་ལ་ཡི་གེ་
ཞིག་བཞག་ཡོད། ཡི་གེ་དེའི་ནང་དུ་བོད་གངས་ཅན་པའི་བོད་
མི་རྣམས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ན། རོས་རང་མགྲོགས་པོ་ལོག་
རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་ཡི་གེ་དེ་ལྟར་གྲིས། དེར་བརྟེན་རོས་བོད་ནས་
རྒྱུར་ཡོང་བའི་སྐབས་ནས་བོད་དང་ཁ་བལ་བ་དེ་གཏུན་དུ་ཁ་
བལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཡང་བསྐྱར་ལོག་ཐུབ་པ། དེ་འདྲའི་རེ་བ་
དང་ཡིད་ཆེས་ཆེན་པོ་རྒྱབ་བཞིན་ཡོད་ལ་ད་ལྟའང་དེ་ལྟར་ཡིན།

སྤྱིར་རོས་རང་དུ་ལོག་རྒྱུ་ཞེས་པ་ཕན་བྱ་དཀའ་
ངལ་དང་རྟོག་ཏུ་ཅན་ཞིག་ཏུ་གྱུར། ཡིན་ཡང་རྟོག་ཏུ་ཆེ་མིན་
ལ་མ་བསྟེན་པར་སོ་སོའི་བོད་དེ་སོ་སོའི་སྤྱིས་ས་འཚར་ས་
ཡིན་ལ། བོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། བོད་ཀྱི་སྤྱི་བཟུང་
གཉིས་པོ་དེ་དག་ལ་ཉེ་བར་རག་ལུས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། དེ་
དང་ཁ་མི་བལ་བ་ཞིག་ང་ཚོའི་སེམས་ཁོང་ལ་བཞག་དགོས་པ་
ཉ་ཅང་གཞན་ཆེ་ཡིན་སྟེ།

དེ་བཞིན་ཡུལ་བ་རིན་པོ་མཚོག་ཀྱང་གང་གི་བཏུ་
དང་ཞལ་གྲུ་ཉེ་ལོ་ལྷ་བཟུངས་ཐེན་ལ་དེ་དང་ཆ་མཚུངས་
བོད་མི་གྲན་རབས་རྣམས་པ་ཡུལ་དང་ཁ་གྲུས་ཉེ་མི་རབས་
གཉིས་ཅས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། རང་རེ་ཀུན་གྲིས་རང་གི་བཏུ་
ལོག་ཐུབ་རྒྱུར་དེ་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟར་ལོག་རྒྱུར་རང་རེར་དཀའ་

ངལ་ཆེ་ཤོས་ནི་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་གནད་དོན་ལ་རག་ལུས། རྒྱ་
ནག་གཞུང་གིས་བོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་དེ་བཞིན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
གནས་སྐབས་ཤིག་ལ་རོས་འདྲིན་བྱ་བཞིན་ཡོད་སྟེ་སྟེ་ལ་
བརྟེན་ནས་ཐག་གཅོད་མི་འབྱུང་བ་དང་། དརོས་འབྲེལ་ལྟར་
ན་འགོ་བ་མིའི་བདེ་སྤྱད་གི་གནས་སྐབས་ཤིག་དང་དེ་བཞིན་
མི་རིགས་ཤིག་གི་བདེ་སྤྱད་གི་གནས་སྐབས་ལ་རོས་འདྲིན་
བགྲིས། ཁོང་ཚོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་མཐོག་མའི་ལས་མར་
བབས་ཉེ་འགྲོ་བ་མི་སྤུན་མོང་གི་བདེ་སྤྱད་འཚོ་བ་ལ་མཐོང་ཆེན་
དང་བརྟེན་བཀུར་བཞིན་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ན། གཞི་ནས་རྣ་ས་དང་
པེ་ཅིང་དབར་ཕན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་རྟེན་པའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་བོད་ཞི་
མོལ་གྱི་གནས་ཚུལ་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྱུང་ཐུབ་རྒྱུ་ཡིན། དེར་
བརྟེན་ད་ལྟར་རང་རེ་བོད་དུ་ལོག་ཐུབ་མ་ཐུབ་ཀྱི་གནད་འགག་
སྟེ་པལ་ཆེར་དེ་ལྟར་ཐུག་ཡོད་སྟེ།

སྤྱིར་རེའི་སྐོར་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་བར་ལ་བཀའ་སླུལ་དོན།
སྤྱིར་རེ་ཞེས་པ་མིའི་དཀའ་ངལ་ཉ་གོ་བ་རྒྱུར་བ་མིན་ལ། སྤྱིར་
རེ་མཁན་གྱི་གང་ཐག་དང་དང་སྤྱིར་རེ་ཡུལ་ཉེ་གཉིས་དང་སྤྱིར་
རེ་མཁན་དེ་ཅུང་གནས་བབ་ལེགས་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་སྤྱིར་རེ་
ཡུལ་གནས་བབ་ཅུང་ལྷག་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་
ཐ་དད་མ་ཡིན་པར། སྤྱིར་རེ་སྤྱིར་རེ་ཡུལ་གྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཏུ་
འབྱུང་བ་དང་དེའི་གོ་སར་རང་ཉིད་ཡོད་པ་རེ་བཞིན་ཆ་ཚང་བ་
དེའི་བདེ་སྤྱད་དང་སྤྱད་བཟུལ་ལ་སྤོང་ཚོར་ཐབ་མོ་དགོས་པ་
ཞིག་ལ་སྤྱིར་རེ་གོ། །སྤྱིར་རེ་རེ་འདྲིན་བྱ་སྤྱིར་བཏུན་ཕན་
ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་སྟོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་གཅིག་མཚུངས་
དང་། དེ་ལྟའི་འབྲེལ་བ་བགྲིས་ཉེ་རང་དང་གཞན་ཞེས་པ་སོ་
སོས་བསམ་པ་མི་བཞིན་ཐ་དད་དང་རྒྱུང་ཐག་ཚོད་པ་ཞིག་ལ་
ཡིན་པར་རང་ཞེས་པ་གཞན་གྱི་ཆ་ཤས་དང་གཞན་ཞེས་པ་
རང་གི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཏུ་ཉ་གོ་བའི་ཐོག་ནས་སེམས་འབྱུང་



བཀྲིད་དགོས་ལ། སེམས་འཁྱམ་དེའང་སྡིང་སྡོམས་དང་སྡོམ་བ་
 ལྷན་པའི་སྡོམ་ནས་བཀྲིད་དགོས། སྡིང་སྡོམས་དང་སྡོམ་བ་དེ་ཉི་
 སྡིང་རྗེ་འབྲུང་རྒྱའི་གཞི་ཅན་དེ་ལྟར་ཡོད། གང་ལྟར་རང་རེའི་རང་
 འདོད་དམ་ང་རྒྱལ་གྱི་ར་བ་དེ་པར་སྟོར་ཉེ་སྤྱིའི་འཛམ་བུ་སྤྱིང་
 བོ་འབྲེལ་བ་རི་བཞིན་ཉ་གོ་དགོས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས།
 བོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་སྐྱུལ་སྐྱའི་ལམ་སྲོལ་དང་གྲངས་འབོར་
 རི་ཡོད་བཀའ་འདྲི་ལུ་ཐང་ལ་བཀའ་སྐྱུལ་དོན། བོད་ལ་བྱུང་མེད་
 ཀྱི་སྐྱུལ་སྐྱའི་ལམ་སྲོལ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱེས་བ་དང་བསྐྱུར་ན་གྲངས་
 འབོར་ཉུང་། དེའང་གཙོ་བོ་སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བ་ལྷུགས་
 ཆེ་ཡོད་སྟེ། སྤྱི་ཚོགས་ནང་བྱུང་མེད་ལ་མཐོང་ཆེན་དང་།
 བཅི་བཀྲུང་། ལྷུགས་རྒྱུན་རི་ཅམ་ཆེ་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་བྱུང་མེད་
 ཀྱི་སྐྱུལ་སྐྱུ་དང་ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་དབྱེ་བུ་མ་ཞིག་འབྲུང་
 རྒྱའི་གོ་སྐབས་མང་དུ་འབྲུང་ངེས་ཡིན། བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐྱུལ་
 སྐྱུ་འབྲུང་མི་ཚོགས་ཅེས་དམིགས་བསམ་ལ་བཀག་རྒྱ་གང་ཡང་

མེད། ཡིན་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྐར་ལྟར་ན་བྱུང་མེད་ལ་
 ལྷ་སྐངས་དེ་ཅམ་ཞིག་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་
 བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐྱུལ་སྐྱུ་ཡིན་ཡང་དེ་ཅམ་མང་པོ་མེད་བ་དང་།
 མ་འོངས་པར་བྱུང་མེད་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོངས་ནས་དབྱེ་བྱིན་ཅིག་
 འབྲུང་རྒྱའི་མཐུན་རྒྱུན་སྐྱུལ་སྐྱུ་ཚོགས་པ་ཡང་དག་པ་ཞིག་
 བསྐྱུར་ན་ངེས་པར་མི་དམངས་ནང་ནས་མཐོང་ཆེན་བཅི་བཀྲུང་
 ལུ་མི་མང་དུ་འགྱུར་རྒྱུར་མེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཡོད། ཅེས་སོགས་
 བཀའ་ལན་དང་དབྱེས་བཅའི་གསུང་གི་ཞུགས་པ་སྐྱུངས་སོ། །



**ཨ་ཤི་ཡེ་རང་དབང་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་གི་
ཚོམས་རྒྱུད་དང་བཀའ་འདྲིར་བཀའ་ལན་
བརྒྱུད་སྟེ།**

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༥ ཉིན། ཡུལ་དབང་ཀམ་པ་
མཚོག་ལ་བོད་སྐད་ཀྱི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཚད་ལྡན་ཅན་
གཉིས་ལས་ཨ་ཤི་ཡེ་རང་དབང་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་གི་བོད་སྐད་སྡེ་
ཚན་དུ་རྩེ་ལྷན་གདན་ཞུའི་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་དེ་གའི་སྡེ་
ཚན་དུ་བྱོན་པ་ན། ཨ་ཤི་ཡེ་རང་དབང་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་གི་རེས་
སྟོན་པ་ཁྱི་བུར་བཀའ་མཚོར་བསྟན་འཛིན་ནས་རྒྱལ་ལགས་
ཀྱིས་གཙོས་པའི་བོད་སྐད་སྡེ་ཚན་གྱི་གསར་འགྱུར་བ་དང་།
སྟེན་སྟོན་པ། ལས་མི་བཅས་ཁྱོད་རང་རིགས་སོ་ལྟ་ཅིམ་ནས་
ཐེབས་བསྐྱུ་གང་ལེགས་ཞུས་ཏེ། དེ་གའི་སྡེ་ཚན་དུ་ཞབས་
འཁོར་གྱིས་གསར་འགྱུར་སྡེ་ཚན་ཁག་ལ་གཞིགས་སྟོར་དང་

ལས་མི་ཡོངས་ལ་ནང་མའི་མངའ་ཁ་དང་འབྲེལ་ཡོད་སོ་སོར་
བཀའ་འཚམས་ཞིབ་བར་བསྐྱེད་སྟེ། དེ་མཇུག་དེ་གའི་བོད་སྐད་
སྡེ་ཚན་གྱི་ཁམས་སྐད་ལེ་ཚན་གྱི་ཚོམས་རྒྱུག་འགན་འཛིན་རྩོ་
རྩེ་དག་འདུལ་ནས་བཀའ་འདྲིའི་ལས་རིམ་ལ་ཞུགས་ཏེ་བཀའ་
འདྲིར་བཀའ་ལན་བསྐྱེད་པ་གཤམ་གསལ།

གསར་འགོད་པ་རྩོ་རྩེ་དག་འདུལ། ད་ལན་ཡུལ་དབང་
ཀམ་པ་མཚོག་ཨ་རིའི་ནང་གི་མངའ་འཆར་དུས་ཡུན་རིང་ཤོས་
ཤིག་དང་། ད་ལྟ་བར་ཨ་རིའི་ནང་གི་སྟེན་གཤམ་ཅན་གྱི་ཆེས་
མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་གསུང་བཤད་ཀྱི་
མངའ་འཆར་སྐྱོད་བཞིན་པ་དང་ཨ་རི་དང་དེའི་མི་དམངས་ཐང་
ལ་དགོངས་རྒྱུ་རྩེ་ལྷན་གཞིགས་བཞིན་ཡོད་དམ།

ཡུལ་དབང་ཡཀམ་པ་མཚོག་ ད་ལན་རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱི་ལ་
ཟླ་བ་གཉིས་ཅིམ་རིང་བསྐྱོད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བ་དེ་སྔ་བྱུང་
སྟེང་མེད་པ་དེ་ལྟར་དང་། དེར་བརྟེན་དུས་ཡུན་དེའི་ནང་གཙོ་བོ་

སྣང་རྒྱུན་ལྟར་ཚོས་ཚོགས་དང་དེ་བཞིན་ནང་པའི་བསྐྱེ་གནས་
ཁག་ཏུ་བསྐྱོད་པ་མ་ཡིན་པར། དེ་ལོན་དམིགས་བསལ་ཆེས་
མཐོའི་གཏུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ཁག་ཏུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་ལས་
རིམ་དེ་ལྟར་བཟོས། མཐོ་སློབ་དེ་དག་ལ་དངོས་སུ་བསྐྱོད་
སྐབས་དངོས་ཡོད་ཨ་རིའི་སློབ་བྱ་དེ་དག་གིས་ཤེས་ཡོན་ལ་དོ་
སྣང་རི་ལྟར་སྐྱོད་པ། ཤེས་ཡོན་ཐང་ལ་ཡར་རྒྱས་རི་ཅམ་ཕྱིན་
ཡོད་མེད་ཐོག་ཏུ་ཉ་ཅང་ཚོར་སྣང་བའོ་བྱུང་། དེ་བཞིན་ཨ་
རིའི་མཐོ་སློབ་ཁག་གི་ནང་དུ་ཤོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་།
དེའི་ནང་ནས་ཤོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་ཀྱི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་རི་ཅམ་བྱ་
མིན་བཅས་ལམ་ཅམ་ཤེས་པོར་སྐྱམ་པ་བྱུང་།

བཀའ་འདྲི། ད་ལྟ་ཨ་རིའི་གཏུག་ལག་སློབ་བྱ་རེའ་ལེར་
ན་གཞོན་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་གཏུག་ལག་ཁང་གི་སློབ་སྦྱོང་ཆེད་
དུ་རྒྱ་གར་རྒྱུད་སྐྱོད་བྱ་ཚང་ལ་པར་བཅར་ཉེ་ཆོ་བ་གཉིས་རིང་
ལ་སློབ་སྦྱོང་ཚོས་ཡུལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་གི་སྐུ་མདུན་
ནས་ལམ་སྟོན་དང་སློབ་བྱིད་ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་སོགས་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་
དང་། བ་གཞོན་ཚོ་དང་པན་རྒྱུན་གོ་རྟོགས་བརྗེ་ལེན་ཀྱི་གནད་
འགག་རི་ལྟར་གཟེགས་ཀྱི་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། བ་གཞོན་ཞི་མ་འོངས་པའི་འཛམ་གྲུ་སྤིང་རི་
ལྟར་འབྲུང་མིན་ན་གཞོན་ཚོའི་ལག་པར་རག་ལུས་པ་ལྟར། དེ་
བཞིན་ན་གཞོན་དག་ནི་ད་ལྟའི་འཛམ་གྲུ་སྤིང་གི་དུས་ཚོད་ལྟར་
ན་ཁོང་ཚོར་དམིགས་བསལ་སེམས་ལ་དཀའ་ངལ་དང་གཞོན་
ལུགས་དུ་མ་ཞིག་འབྲུང་གི་ཡོད་སྟབས། ཁོང་ཚོ་ལ་ཤེས་ཡོན་
སློབ་སྐྱོད་ཅམ་མ་ཡིན་པར། སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་
གཏོང་རྒྱ་གནད་ཆེ་ཡིན་པ་ཁོང་ཚོས་མཐོང་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་
བཞིན་ང་ཚོས་པར་བཞུས་ཆེ་གས་ཆེར་གྱུར། རྒྱ་མཚོན་དེར་
བརྟེན་ནས་སྤྱིར་བཏང་ཨ་རིའི་སློབ་སྦྱོང་དུ་མ་ཞིག་རྩ་སར་ཡོང་
བཞིན་ཡོད་ལ། ལྷག་པར་དུ་རེའ་ལེན་སེམས་ཚེས་མཐོའི་གཏུག་

ལག་སློབ་བྱ་ཆེན་མོ་ནས་སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ་ཐོངས་གཉིས་
སླེབས། གཙོ་བོ་ངོས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཁོང་ཚོར་པར་འཆད་རྒྱ་
དང་ཁོང་ཚོའི་ངོས་ནས་བསམ་ཚུལ་རྒྱུད་ངོས་ལ་བཤད་རྒྱ།
ངོས་ལ་བྱི་བྱི་ལན་གྱི་ཐོག་ནས་བདུན་སྟག་ཁག་གི་ཀྱི་རིང་
ལ་མཉམ་དུ་འདུག་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་། སྐབས་དེར་ངོས་ལ་
ཚོར་བ་དམིགས་བསལ་ཞིག་དང་པན་རྒྱུན་གཅིག་གིས་གཅིག་
ལ་བསམ་འཆར་བརྗེ་ལེན་བཞིན་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། གཅིག་
གིས་གཅིག་ལ་དངོས་ཡོད་སེམས་འཁྲུང་དང་བརྟེན་སླེབས་ཉེ།
མཐའ་མ་རང་རེ་པན་རྒྱུན་བྲལ་བའི་ཉིན་དེར་མི་དུ་མ་ཞིག་མིག་
རྒྱ་འཚོར་བ་དང་བྲལ་མི་ཤོད་པའི་ཚོར་སྣང་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་
གང་ལེགས་བྱུང་སོང་སྟེ།

བཀའ་འདྲི། ད་ལྟ་གཏུག་ལག་སློབ་བྱ་ཆེ་བ་གསུམ་ཅམ་
གིས་ལ་མགོན་པོ་མཚོག་ལ་མཁས་པའི་མཚན་སྟུན་གྱི་ཕྱག་
ཁྲིར་འབྲུལ་ལམ་ལུས་གདལ། ལྷག་པར་དུ་རེའ་ལེན་གཏུག་
ལག་སློབ་བྱ་ཆེན་མོ་དེ་ལ་པན་རྒྱུན་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པའི་
ངོས་འཛིན་དེ་ལྟར་བཞིན་གདལ། གཞན་ད་ལྟ་ཨ་རིའི་ནང་
གི་མངོན་འཆར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཨ་རིའི་སྐུ་སྦྱུལ་གྱི་
འབྲུལ་སྐྱ་དང་འབྲུལ་ཆས་ཁག་གི་ལག་ཅུལ་རྒྱ་ཚང་མཐོ་པོ་
གཟེགས་ཡོད་པེས་པས། རྒྱུན་གཏན་གྱི་ཤེད་སྐྱོད་གཏོང་བཞིན་
པའི་འབྲུལ་ཆས་གང་འདྲ་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། སྤྱིར་རང་རེ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་པའི་
ནང་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཅོན། ང་ཚོ་སྐུ་སེར་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་
ཡང་ཀུན་གྱིས་འབྲུལ་ཆས་ཤེད་སྐྱོད་མི་གཏོང་ག་མེད་ཅིག་དང་།
ལྷག་པར་དུ་སྐུ་སྦྱུལ་དང་ངོ་དེབ་དེ་དག་ནི་ང་ཚོའི་མི་ཆེའི་ཉིན་
རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲིད་ཀྱི་ཆ་ཤེས་ཤིག་ཏུ་གྱུར། དངོས་སུ་ཁོང་ཚོའི་
ལས་ཁུངས་ནང་དུ་ཕྱིན་ཉེ་ཁོང་ཚོས་གང་བྱ་བཞིན་པ་དེ་ང་ཚོས་
མིག་གི་མཐོང་རྒྱུ་དེ་ནི་རང་རེ་ཀུན་སློབ་སྐྱེ་རྒྱ་ཞིག་དང་སེམས་

ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཚོར་སྣང་སྤྱི་སྤྱོད་ལྟར་ལྟར། ལྷག་པར་དུ་
དེ་ལོ་གྱི་གོ་སྐབས་བརྒྱུད་དེ་དེ་ཚོ་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གནས་
དེ་དག་དེར་དུས་ཀྱི་འབྲུལ་ཆས་དང་ལག་ཅུལ་ལ་བརྟེན་ནས་རི་
ཅམ་གྱིས་ཡང་རྒྱས་དང་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་མིན་ཞེས་པ་
དེའི་ཐོག་དུ་ཡིན་ཡང་སློབ་སྦྱོང་དེས་ཅན་ཞིག་ཐེབས་སོང་སྟེ།

བཀའ་འདྲི། དེ་ལོ་གྱི་མཚན་འཆར་གཅིག་སྟེ་གཙོ་བོ་
ཁོར་ལུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་དུ་རེད་གངལ། འབྲུལ་ཆས་ཀྱི་
ལག་ཅུལ་ཚད་མཐོ་བོ་དེ་ལྟ་བུ་འགྲོ་བ་དང་མཉམ་དུ་ཁོར་ལུག་
ལ་གཞོན་སློབ་མ་ཐེབས་པའི་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བུ་རྒྱ་ཞིག་ལ་
གཞིགས་ཀྱི་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། སྤྱིར་བཏང་ཕྱི་དངོས་ཤིང་འདོད་ཡོན་དེ་དག་
ལུན་ལུས་ཚོགས་པར་བྱུང། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་སེམས་ལ་
འདོད་རྗེས་ཆེ་བུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ཡང་མིའི་འདོད་པ་
རྫོགས་མཐའ་མེད། རང་བྱུང་གི་གཏེར་རྗེས་སམ་རུས་པའི་
འབྲུང་ཁུངས་དེ་དག་ལ་རྫོགས་མཐའ་ཡོད་པས་ན། རྒྱ་མཚོན་
དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཚོས་བག་མེད་རྒྱས་སྤོས་བགྱིས་པ་མ་
ཡིན་པར། བག་ཡོད་ཀྱི་སློབ་ལ་ཕྱི་དངོས་ཤིང་འདོད་པ་
དགོས་པ་གལ་ཆེ་ཡིན། དངོས་ཡོད་ལྟར་ན་དེར་སང་རང་དེས་
དུ་གནས་བརྒྱུད་དེ་ཁོར་ལུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་དུ་མ་ཞིག་
དང་། བསྐྱབ་བྱ་དུ་མ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད། ཡིན་ཡང་དེ་དུང་མི་དུ་མ་
ཞིག་ནས་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་སོ་སོའི་ལྷན་པའི་ནང་གི་གོ་རྟོགས་
ཅམ་ལས། རོ་མའི་སེམས་ཐོག་གི་ཉམས་ལེན་ཞིག་དང་སོ་སོའི་
ཉེན་རེའི་མི་ཚའི་ནང་ལ་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་པ་ཞིག་ངོས་
འཛིན་མི་ཐུབ་པའི་ནམ་པ་དང་། དེའི་ཐོག་དུ་དེ་ཚོས་དེས་པར་
འབྲུལ་ཆས་དང་ཆ་འབྲིན་དེ་དག་བརྒྱུད་དེ་གནས་ཚུལ་ངོ་མའི་
ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་དུ་འཁེབ་རྒྱ་ལ་དེས་པར་རྒྱས་སྤོང་དང་
མཐུན་འགྲུབ་བཞིན་བྱུང་སྟེ།

བཀའ་འདྲི། དེ་ལོ་མཐོན་པོ་མཚོག་གིས་ཨ་རིའི་མཚོ་
སློབ་ཁག་དུ་གསུང་བཤད་ལ་ཀུན་གྱིས་དོ་སྣང་དང་དགའ་བསུ་
ལུ་རྒྱ་གཙོ་བོ་གཅིག་སྟེ། བོད་ནང་གི་དགེ་སློང་མའི་སློབ་རྒྱུན་
བསྐྱར་གསོའི་ཐད་ལ་ཁོང་ཚོས་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་གཙང་བཞིན་
པ་བརྒྱུད་ལས་ཁག་དུ་ཡང་ཡང་ཐོབ། བོད་ནང་གི་དགེ་སློང་
མའི་སློབ་རྒྱུན་ཚད་ཡོད་མེད་ཐད་བཀའ་སློབ་སྦྱུང་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། སྤྱིར་བོད་ནང་གི་དགེ་སློང་མའི་སློབ་རྒྱུན་ཐོག་
མར་བོད་དུ་རབ་བྱུང་གི་སྤེལ་གསལ་པའི་སྐབས་ལ་རབ་བྱུང་མའི་
སྤེལ་གསལ་པ་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུ་གསལ་བོ་ཡོད། རབ་བྱུང་མའི་སྤེལ་
ཚུགས་པ་ཞེས་པ་དེའི་ནང་དགེ་སློང་མའི་སློབ་པ་འབོགས་རྒྱ་
དེའི་ནང་དུ་ཚུད་ཡོད་པ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད།
དེ་བཞིན་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་པ་ལ་ལའི་ནང་དུ་སྤར་བོད་ལ་དགེ་སློང་
མའི་སྤེལ་ཡོད་པ། དགེ་སློང་མའི་སློབ་པ་འབོགས་པའི་སློབ་ཡོད་
པ་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ཁག་ནང་དུ་གསལ། ཡིན་ཡང་འདས་ལོ་
བརྒྱ་ལྷག་ཁག་རིང་ལ་དགེ་སློང་མའི་སློབ་རྒྱུན། དགེ་སློང་
མའི་སྤེལ་པ་ཡང་དགའ་བཤད་མེད་ཅིག་མེད། དེར་བརྟེན་
རང་རེ་བཅོན་བྱོལ་དུ་སྤྲུགས་པ་ནས་བརྒྱུད་ཡུལ་ས་ལས་སྐབས་
མཐོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་སྤྱིར་བཏུན་མའི་ཤེས་ཡོན་དང་དེ་
བཞིན་བཏུན་མའི་སྤེལ། ལྷག་པར་དགེ་སློང་མའི་སློབ་པ་བསྐྱར་
གསོ་མཚན་རྒྱུའི་ཐད་ལ་སྤྲུགས་འཁུར་ཆེན་པོ་མཚན། དེ་བཞིན་
ཚོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་ཀྱི་མཁས་པ་དུ་མ་ཞིག་ནས་དེའི་ཐོག་དུ་
ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་མང་བོའི་རིང་ལ་དུས་ཚོད་བཏང་སྟེ་ཞིབ་འཇུག་
དང་བཟོ་སྐྱེད་ལན་མང་གཙང་། སོ་སོས་དེ་འདྲའི་མཚན་པ་
འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཆ་གསལ་སམ་དེའི་ཞབས་འདེགས་སུ་མོས་པ་
བགྱིས་ཏེ་རང་ངོས་ནས་ཡིན་ཡང་དེའི་ཐོག་དུ་དོ་སྣང་ཚུང་ཟད་
བགྱིས་ཁུལ་དེ་ལྟར་ཡིན།



ཡིན་ཡང་། ང་ཚོས་མཚམས་རེ་སྐད་ཆ་བཤད་པ་རྒྱང་བས་མི་བན་བར་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་ལག་བསྟར་བཞུགས་དགོས་པ་གཤམ་ཆེར་གྱུར། ད་ལོ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཀི་ཚང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་ལ་དགོ་སྒྲོང་མའི་སྡེ་ཚུགས་སྐབས་རྒྱུའི་འགོ་འཇུག་སྐབས་ནས་ལྷན་པ་དེ་ལྟར་བྱས། དེ་ཡང་དོས་རྒྱུ་ལའི་བསམ་འཆར་མ་ཡིན་པར་ཀི་ཚང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲུལ། མཁམ་པོ། དེ་བཞིན་སེར་སྐྱ་མང་ཚོགས་གིངས་ཀྱི་རེ་འདུན་ལྟར་དོས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་སོ་སོས་ཀྱས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབད་འབྱུངས་ལུ་བཞིན་ཡོད།

བཀའ་འདྲི། ཉེ་ཆར་ཨ་རིའི་མིའུ་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་གནས་ཁང་གིས་ཉམས་ཞིབ་བྱས་པ་ལྟར་ན། འབྲུང་འབྲུར་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་ཅུ་ཀྱི་ནང་ལ་ཁ་ཆེའི་ཚོས་ལུགས་འཛམ་གླིང་ཐོག་ལ་མང་པོས་སུ་གྱུར་ངེས་དང་། དེའི་ནང་ནས་ནང་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་པ་དེ་ཡང་རྒྱས་འགོ་རྒྱུའི་སྐད་ཏུ་གྲངས་འཛོལ་ཉུང་ཏུ་འགོ་བཞེན་ཡོད་སྟོར་འདས་པའི་བྱུང་རིམ་ལ་ཞིབ་འཇུག་དེ་ལྟར་གདམ། ཚོས་ལུགས་དང་སྡེ་ལ་དང་ཉམས་ལེན་

བྱེད་མཁན་གྱི་སྐད་ཏུ་གྲངས་འཛོལ་གྱི་ཐོག་ནས་གནད་འགག་འབྲ་གཞིགས་ཀྱི་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། བའ་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྐད་སམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་ན་སེམས་ཅན་སོ་སོར་སོས་པ་ཐ་དད་པ་གསུངས། ལ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དང་ལ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་མི་སོས་པ། ལ་ལ་ནང་བར་སོས་པ་དང་མི་སོས་པ་དེ་འདྲའི་སོས་པ་ཐ་དད་པ་ཡོད་ན། སོ་སོར་སོས་པ་དང་འཚམས་པའི་ལམ་དང་ཉམས་ལེན་བཞུགས་ལག་གནད་ཆེ། དེ་མིན་ལྷ་ཚུགས་དང་བཅོན་པོ་དབང་ཡོད་ཀྱིས་མི་ཞིག་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པར་བརྒྱུར་རྒྱ་རྒྱལ་པའི་བཀའ་དང་དེ་བཞིན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལྟ་སྐབས་དང་འགལ་བར་གྱུར།

རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གཙོ་ཆེ་པོས་ནང་པའི་ལྟ་སྐབས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། གྲངས་མང་ཉུང་གནད་འགག་མིན་པར་ངོ་མའི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་སེམས་རྒྱུད་ལ་ཚོས་དེ་སེམས་རྒྱུད་ལ་འཇུག་པར་བཞུགས། སོ་སོའི་སེམས་ལ་བཟོ་བཅོས་རྒྱབ་སོ་སོའི་གཤིས་ཀ་ངན་པ་



ཡདཔལ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག

ཨིའི་ཡའང་དབང་རྒྱུ་འཕྲིན་RFA

དེ་དག་གཤིས་ཀ་བཟང་སོ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་རྒྱ། མི་རན་པ་དེ་མི་
ལེགས་སོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རྒྱ་དེ་འདྲའི་ཚོག་སོ་སོའི་སེམས་དང་
ཀྱན་སྲོད་ལ་འགྱུར་བ་འབྱུང་རྒྱ་གཤམ་ཆེ་དང་། གྲངས་འབོར་
ལས་སྦྲས་ཆད་གནད་ཆེ་བ་མེད་དམ་སྙམ།

བཀའ་འདྲི། ཉམས་ཞིབ་པ་དུ་མ་ཞིག་ནས་འབྱུང་འགྱུར་
རྒྱ་ནག་ནང་དུ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱུན་མངོན་གསལ་དོད་
སོ་མ་ཡིན་པའི་ཚོག་ནས་ལྷགས་ཆེ་དུ་འགྲོ་སྐྱོར་བཤད། བོད་
བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱིས་རྒྱ་ནག་མི་དམངས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ལ་
ལྷགས་རྒྱུན་དེ་ཅམ་ཐེབས་ཐུབ་པར་དགོངས་སམ།

བཀའ་ལན། སྤྱིར་བཏང་དེད་སང་རྒྱ་ནག་ནང་དུ་བོད་
ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱན་གོམས་གཤམ་
དེ་དག་ལ་དོ་སྣང་གསར་པ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། དེའང་མི་
དམངས་དཀྱུས་མའི་ནང་དང་དེ་བཞིན་འབྱོར་ལྡན་པའི་ནང་།
མཚམས་རེ་རྒྱ་ནག་གི་དཔོན་རིགས་ཀྱི་ནང་དུ་བོད་པའི་ཚོས་

རིག་ལ་དོ་སྣང་ཅན་དེ་སྤེད་ཅིག་འབྱུང་། སྤྱིར་བཏང་རྒྱ་ནག་
རང་ཉིད་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་
ཏུ་ཅང་རིང་། འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་མ་ཁག་རྒྱ་
ནག་ཏུ་ཐེབས་ཏེ་རྒྱ་ནག་གོང་མའི་དབུ་བྱུར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་
ཀྱང་ཏུ་ཅང་མང་། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་དེ་འདྲའི་ལོ་རྒྱུས་
ཀྱི་རྒྱབ་ལྗོངས་སམ། ད་ལྟའི་རྒྱ་ནག་གྲང་དོ་ལོ་ ༣༠ཅམ་གྱི་རིང་
ལ་སློབ་དུ་ཡར་རྒྱས་ལྷགས་ཆེར་བྱིན་ཏེ་མིའི་བྱི་དངོས་པའི་
ཡར་རྒྱས་ལྷགས་ཆེ་བྱིན་གྱང་ནང་སེམས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ཡར་
རྒྱས་དེ་ཅམ་མ་བྱིན་པ་ཞིག་ཡིན་སྙམས། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་
ནས་མིའི་སེམས་པ་ཞོག་སྲོད་གི་ཚོར་སྣང་དེ་ལྟ་བུ་འབྱུང་བཞིན་
པས། ཚོས་ལ་དོ་སྣང་དང་ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་ཁོང་
ཚོས་དོ་སྣང་དམིགས་བསལ་འབྱུང་བཞིན་པ་དེ་ལྟར་རོ། །

བཀའ་འདྲི། དེ་སྲོན་ང་ཚོའི་བཀའ་འདྲི་ཞིག་ལ་མགོན་
སོ་མཚོག་ནས་བཅན་གྲོལ་ལ་ཡགོང་ས་ཡརྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་

མཚོག་གཙོས་པའི་ཚོས་བརྒྱད་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་མང་པོའི་
བུང་བུ་དབང་ལུང་ལྷ་རྒྱའི་གོ་སྐབས་བུང་གསུངས། ཚོས་བརྒྱད་
རིས་མེད་ཀྱི་ཚོག་ལ་ཉམས་ལེན་གནང་རྒྱུའི་ཐད་དགོངས་ཚུལ་
རི་ལྟར་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། སྤྱིར་བཏང་ངོས་རང་ལོ་བདུན་སྐབས་ཀྱི་
པའི་ཡང་མིང་དུ་ངོས་འཛིན་དང་ཀུན་གྱི་ཚང་གི་བསྟན་པའི་
བདག་པོའི་ཚུལ་དུ་མིང་དེ་ལྟར་ཚོགས། ཡིན་ཡང་སོ་སོར་མིང་
དེ་ལྟར་ཚོགས་ཀྱང་ཀུན་གྱི་ཚང་ཁོ་ནའི་ནང་དེར་འདུག་བཞིན་
པ་མེན་པར། ཀུན་གྱི་ཚང་གི་ར་བ་ལས་བརྒྱལ་ཏེ། བོད་ཀྱི་ཚོས་
བརྒྱད་ཚེན་པོ་ཁག་གི་དབང་ལུང་མན་དག་དེ་དག་སོ་སོས་ཅི་
ཐུབ་ཀྱིས་ལྷ་ཐུབ་རྒྱ། རིས་མེད་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་སོ་
སོའི་ཐུང་མར་བསྟེན་ཏེ་ཐུགས་རྗེའི་བྱིན་རྒྱལ་འདུག་རྒྱ་གལ་
གནད་ཚེ། ཀུན་པ་སྐྱ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་རྣམ་ཐར་
ཡང་དེ་ལྟར་གྱུར། རིས་སྐྱེར་ཀྱི་དགའ་ལྷོགས་དེའང་བསྟན་པ་
རིས་མེད་པ་ལ་ཕྱོགས་ལུང་མེད་པའི་ཚོག་ནས་སྤྱིར་བཏང་ངོས་
ལ་གྱི་ཚང་གི་བསྟན་པ་འཛིན་དགོས་པའི་འགན་དང་ངོས་བབ་
ཡོད། ཡིན་ཡང་སོ་སོས་ཀུན་གྱི་ཚང་གི་བསྟན་པ་འདི་འཛིན་
པ་གཞིར་བཞག་གི་ཚོག་ནས་བསྟན་པ་རིས་མེད་ལ་སོ་སོས་
ཞབས་འདེགས་སྐྱབ་ཐུབ་པ་རི་ཡོད་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡིན།

བཀའ་ལན། ཉེ་ཆར་མགོན་པོ་མཚོག་གིས་གསར་འགྱུར་
བརྒྱད་ལམ་ཁག་ཏུ་མིས་གཞན་ལ་སེམས་འཁུར་མེད་པ་དང་།
བྱམས་བརྗེ་མེད་པ་དེས་འཛམ་བུ་སྤྱིར་ནང་དུ་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཤོས་
ཤིག་རེད་ཅེས་གསུངས་གངལ། ང་ཚོ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་དང་
རིག་གཞུང་གཅེས་འཛིན་ཀྱི་ཚོག་ནས་འཛམ་བུ་སྤྱིར་གིས་ཤ་
ཚ་དང་འཁུར་ལེན་སྙངས་ཐད་ལ་གཞིགས་ཚུལ་གང་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། རང་རེ་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྤྱང་
སྐྱོབ་བྱ་མི་གཙོ་བོ་བོད་མི་རིགས་འདི་ཡིན། གཞན་གྱིས་བྱེད་

ཀྱི་རེད་སྟེ་སྐྱམ་བུ་དེ་ལྟར་མི་འགྲིག་སྟེ། ཉམས་ལེན་མེད་རེ་
བས་མོངས་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་རི་བཞིན་ནམ་ཡིན་ཡང་ལེགས་
པོ་ཞིག་འགྱུར་ཀྱི་རེད་སྟེ་སྐྱམ་པ་དང་། མི་གཞན་གྱིས་རོགས་རྒྱ་
བྱེད་སྟེ་སྐྱམ་པ་དེ་འདྲའི་རེ་བ་རྒྱབ། དེའི་དབང་ལ་སོ་སོས་རང་
འགན་རང་འཁུར་དང་རྒྱུ་ལྷན་ཏུ་འགྲུབ་པ་བྱ་རྒྱུའི་འབད་
བཙོན་མ་འདདས་པའི་སྐྱོན་དེ་ལྟར་མཛོང། དེར་བརྟེན་བོད་མི་
རིགས་ཀྱི་སྐད་དང་ཚོས་རིག་སྤྱང་སྐྱོབ་ཅེས་པ་བོད་མི་རིགས་
རང་ཉིད་ལ་འགན་བབ་པ་འདོད་དུ་མེད་པའི་ལས་འགན་ཞིག་ཏུ་
གྱུར། བོད་མི་མི་རེ་རེ་ཏུ་ཀུན་གྱིས་འདིའི་ཚོག་ཏུ་ཚོས་སྤྱང་སྐྱོབ་
སོ་སོའི་འགན་ཡིན་སྟེ་སྐྱམ་པ་དང་། མི་གཞན་ཞིག་ནས་ཁྱོད་རང་
ལ་སྤྱང་སྐྱོབ་བྱ་དགོས་ཞེས་ལུ་ཚུགས་རྒྱལ་སྤེལ་བྱེད་དཀའ་
མེད་དུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པར་སོ་སོའི་ངོས་ནས་བྱེད་འདོད་ཀྱི་སྐྱོ་
བ་དང་གོ་ཉོགས་སྐྱེབས་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཡིན།

བཀའ་ལན། ཨ་རིའི་ནང་གི་རང་རིགས་གཞོན་སྐྱེས་
རྣམས་བཞུགས་སྐད་རྣམས་ལ་སོང་བའི་སྐབས་ལ་བོད་སྐད་
དང་བོད་པའི་གོམས་གཤིས་ཚོག་ལ་ཉམས་ལེན་འགྲོ་བཞིན་
པ་མེན་ནམ་སྟེ་སྐྱམ་པ་ཐུགས་ལ་དགོངས་ཡོད་པེས་རེད་གངལ།
དེ་ནི་རང་རེའི་བཙན་བྱོལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་སྐྱོན་ཆ་ཞིག་ཡིན་
པ་གཞིགས་སམ།

བཀའ་ལན། རོས་གྱིས་བསམ་ན་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཡོད་པའི་བོད་
མི་ན་གཞོན་དེ་དག་ལ་བོད་པའི་སྐད་དང་བོད་པའི་ཚོས་དང་
རིག་གཞུང་གི་སྐྱོབ་སྤྱང་ལེགས་པོ་ཞིག་འགྱུར་རྒྱ་དང་། བག་
ཆགས་བཟང་པོ་འཛོག་རྒྱུར་རང་རེ་ཀུན་གྱིས་སེམས་འཚབ་
བྱ་བཞིན་པའི་གནས་ཡིན། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་བོད་སྐྱེས་མང་པོ་ཐུག་
པ་དང་མང་པོ་ཞིག་གིས་བོད་སྐད་མི་ཤེས། བོད་སྐད་མི་ཤེས་
པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། བོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་གནས་
ཚུལ་དེ་དག་ཀྱང་ལེགས་པོ་ཞིག་ཏུ་མི་གོ་བའི་རྣམས་པ་དང་དེ་

ནི་སེམས་སྐྱོ་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་པ་མ་རྒྱུ་པའི་ལས་འགན་
མ་ཡིན་པར་ང་ཚོ་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་
ཉེས་པོའི་ལས་འགན་དང་། མདོར་ན་ང་ཚོ་བོད་མི་སྤྱིའི་ལས་
འགན་ཞིག་དང་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་
རོགས་རམ་བྱ་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་དུ་གྱུར། ལྷག་པར་དུ་
ང་ཚོ་སྤྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཏུ་ཡོད་པའི་བོད་མི་པལ་ཆེ་བ་ཁ་
འཛུགས་ཉེ་གནས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁོང་ཚོ་ལ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་
སློབ་སྦྱོར་བྱ་ཡུལ་བསྟེ་གནས་ལེགས་པོ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་
བོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སློབ་སྦྱོར་བྱེད་པའི་བསྟེ་གནས་
ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོད་དགོས། དེ་ལའང་མཐུན་འགྱུར་དང་རོགས་
རམ་ལེགས་པོ་ཡོད་དགོས་པ་ལ་རང་རེས་དོ་སྣང་དང་འབད་
བརྩོན་ཆེ་ཅན་བྱེད་དགོས་པ་གལ་གནད་ཡིན།

བཀའ་འདྲི། ལ་ལོང་ས་ལ་སྐྱབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་
གིས་སྲིད་གྱི་སྐྱེད་བའང་ང་ཚོ་མང་གཙོས་འོས་འདེམས་བྱས་པའི་
དབུ་མེད་ལ་ཅེས་སློབ་ཞེན། མ་འོངས་པར་ལ་ལོང་ས་ལ་སྐྱབས་
མཁོན་ཏུ་ལའི་སྐྱེ་མ་མཚོག་གི་ཡང་སྲིད་གྱི་སྐྱོར་ལ་དགོངས་
གཞི་དུ་མ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་གཅིག་སྟེ། ཨེ་ཤུའི་པོ་བ་གྱི་ལམ་
ལུགས་ཇི་བཞིན་ཚོས་ལུགས་རིས་མེད་གྱི་ཐོག་ནས་འདེམས་
རྒྱུ་དེ་འདྲའི་དགོངས་གཞི་གཅིག་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་གསར་གཏོང་
ཞིག་བྱུང་ན་དེས་བོད་མི་དམངས་ལ་པན་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེའི་
ཐོག་ཏུ་གཞིགས་ཚུལ་གང་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། སྤྱིར་བཏང་རང་རེ་བོད་གྱི་སྲོལ་རྒྱན་ལྟར་
ན་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་ཡང་སྲིད་སྐོར་ལ་ག་ཚོད་
ཅམ་བཤད་མི་དགོས་པ་དང་། ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ད་
ལྟ་སྐྱོ་ཆེ་ཞབས་སུ་བརྟན་བཞུགས་དང་། དེ་བཞིན་སྐྱེ་མ་མཐུང་
དེ་ང་ཚོ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཞེ་ས་མ་ཞུས་ན་སྐྱེ་མ་མཐུང་དེ་བཞུགས་
སྐྱེ་མ་མཐུང་ལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

ཡིན་ཡང་གནད་དོན་དེའི་ཐད་ལ་ངེ་བ་དུ་མ་ཞིག་འབྱུང་
བཞིན་ཡོད་སྟབས། ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ལྟར་ན་ལ་རྒྱལ་བ་
རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་ཡང་སྲིད་སྐོར་གྱི་གནད་དོན་ཐད། ལ་རྒྱལ་
བ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་སྤེར་རང་གིས་སྐྱབས་ཐག་གཅོད་རྒྱ་ལས་མི་
གཞན་ཞིག་གིས་ཐག་གཅོད་རྒྱ་མིན་ཅོ་ན། ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་
ཆེ་མཚོག་གིས་ཐག་གཅོད་གང་མཛད་པ་དེ་ལ་ང་རང་གིས་
ཡིད་ཆེས་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ལ། ཐག་གཅོད་མཛད་པ་དེའང་ཐག་
གཅོད་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་
ཞུ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་ང་རང་ལ་དམིགས་
བསལ་དེའི་ཐོག་ལ་སེམས་ཁུལ་གང་ཡང་མ་མཚེས།

འོན་ཀྱང་དེར་སང་གྱི་རྒྱལ་གྱི་གསར་འགོད་པ་དུ་མ་ཞིག་
གིས་དེའི་ཐོག་ལ་དོགས་བའམ་ཚོད་བགས་དུ་མ་བྱས་ཉེ་ངེ་བ་
དུ་མ་འདོན་བཞིན་མཚེས་ཀྱང་མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་ལ་རྒྱལ་བ་
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མཚོག་གིས་དངོས་ཡོད་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་
ཐོག་ནས་ཐག་གཅོད་འོ་སྐྱེལ་ན། ང་ཚོ་ཀུན་གྱིས་ཤེས་སྤེལ་
རྒྱ་ཞིག་རེད་སྟེ། དེ་ལྟར་བཀའ་སློབ་མ་སྐྱེལ་གྱི་བར་དུ་ཐག་
གཅོད་གང་ཡང་མི་འགྱུར་སྟེ།

བཀའ་འདྲི། ཡོག་ཞུལ་གྱི་བོད་རིགས་རྣམས་ལ་བཀའ་
སློབ་སྐྱེལ་པའི་ནང་དུ་འོར་བུ་ལག་ཏུ་ཡོད་དུས་འོར་བུའི་འོར་
ཉམས་ཚོད་དགོས། ཞེས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་
གཞིས་ལུས་བོད་མི་དག་གིས་ལ་ལོང་ས་ལ་སྐྱབས་མཁོན་ཆེན་
པོ་མཚོག་བོད་དུ་ཕེབས་རྒྱུར་སྐོར་ལ་ཆུ་འདོད་ལྟར་གྱི་རེ་སྐྱེག་
གནང་བཞིན་བས་དེའི་སྐོར་ལ་དགོངས་ཚུལ་གང་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ང་ཚོ་བོད་མི་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་འདི་སྤྱི་གཉེས་གྱི་སྐྱབས་གནས་སམ། བོད་མིའི་རེ་བ།
བོད་མིས་རྒྱན་དུ་འཆད་བཞིན་པའི་དཔལ་བའི་མིག་དང་ཁོག་
པའི་སྤྱིར་སྐྱེ་བུ་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ཡིན། ཞེ་ས་མ་

ལུས་ན་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་སྐྱོད་ཡུལ་བ་ཡུལ་དང་
ཞལ་གྲུས་ཏེ་ལོ་ངོ་ལྔ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་འདས། བ་ཡུལ་གྱི་བོད་
མི་ཀུན་གྱིས་ཉིན་ཞིག་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་རང་ཡུལ་
ལ་སྤྱིར་ལོག་ཐེབས་ཏེ་ཞལ་མཇལ་གསུང་ཚོས་གྱི་གོ་སྐབས་
སྐྱུག་སྟེ་མི་རབས་གཉིས་ཙམ་འགོ་བཞེན་ཡོད།

དེར་བརྟེན་དེའི་ཚོག་ལ་གཙོ་ཆེ་ཤོས་བོད་ནང་གི་རེ་བ་
འབྲུབ་མ་ལྟར་ཙམ་བ་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་ལག་ཏུ་ཡོད་པ་ཞིག་
དང་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་ངོས་ནས་དེའི་ཚོག་ལ་ཐུགས་སྐྱོང་མཇུག་
དགོས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

བཀའ་འདྲི། མགོན་པོ་མཚོག་ནས་ལོ་བརྒྱད་ཙམ་རིང་
ལ་གསོལ་དགུམ་མ་མཚོད་བར་བཞུགས་ཡོད། འཕྲོད་བསྟེན་
ལ་སྐྱུང་ལ་འབྲུང་གི་ཡོད་དམ། དེ་བཞིན་གཞིས་ལུས་བོད་མི་
ཡོངས་ལ་བཀའ་སློབ་ཅིག་སློབ་གནང་ལུ།

བཀའ་ལན། ངོས་རྒྱུད་དུས་ནས་ཤུ་བར་རྒྱུར་མོས་ཤིང་།
ཤ་མེད་ན་འདུག་ཐབས་མེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡིན་ཡང་རྒྱ་གར་
ལ་སྐྱེབས་རྗེས་དམར་ཟས་སྤངས་ཏེ་དཀར་སྐྱོད་བྱ་རྒྱུ་བྱུང་།
གཞི་ཅའི་ཆར་དཀའ་ངལ་མེད་ཀྱང་ལས་ཀ་མང་བའི་སྐབས་ལ་
ཐང་ཆད་སླ་བ་དེ་ལྟར་གྱུར། གཞིས་ལུས་བོད་མི་ཀུན་ནི་སྤྱིར་
བཏང་དཀའ་ངལ་དང་དེ་བཞིན་སྐྱུག་བསྐལ་དུ་མ་ཞིག་གི་ཁྲོད་
ལ་གནས་ཡོད་ཀྱང་ངོ་མའི་ཁོང་ཚོའི་སེམས་ལུགས་དང་སྣང་
སྟོབས་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ང་ཚོ་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཡོད་པའི་བོད་མི་
ཚོ་ལ་ཕལ་ཆར་མེད་པ་ཞིག་མཆིས། ལྷག་བར་དུ་གཞིས་ལ་
ཡོད་པའི་བོད་མི་ཚོ་མཐུན་སྦྲིལ་རྟོག་ཅ་གཅིག་སྤྱིལ་གྱི་ལུས་
བ་སྤར་ལས་གོང་མཐོར་འགོ་བཞེན་པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བས་དེ་
ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལུ་བཞེན་ཡོད།

དེ་བཞིན་སྐྱེ་ཚོགས་གང་ནང་དུ་ང་ཚོ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་གིས་
བྱེད་གྱི་རེད་སྟེ་སྐྱུག་པ་མ་ཡིན་པར། སོ་སོའི་རྒྱུད་པའི་སྤྱང་

ལ་སོ་སོ་འབྲེང་སྟེ་སོ་སོའི་དབལ་འབྲོར་རིག་གནས། དེ་བཞིན་
སྐྱེ་ཚོགས་གང་ཅིའི་ཚོག་ཏུ་སྐྱོབ་སྐྱོང་བྱས་ཏེ་སོ་སོས་རང་མགོ་
ཐོན་པ་བྱ་རྒྱུ་དོ་སྣང་གསར་བ་ཞིག་འབྲུང་བཞིན་འདུག་སྟེ།
གང་ལྟར་བོད་མི་རྣམས་སོ་སོའི་རྒྱུད་པའི་འབྲེང་སྐབས་
དང་གོ་སྐབས་གཞན་ལ་མ་ཤོར་བར་ཚོང་ལས་དང་སྐྱེ་ཚོགས་
ཁྲོད་གྱི་ལས་ཀ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སོ་སོས་གོ་སྐབས་ཟེན་
ཐུབ་པ། ཆེད་ལས་གྱི་སྐྱོབ་སྐྱོང་དེ་དག་ཀྱང་ང་ཚོས་ཐོབ་ཐུབ་པ་
བྱ་རྒྱུ་གནད་ཆེ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།





ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ସାହିତ୍ୟସାଧନା





சமுதிரவியாழிதா
161101

དཔལ་པོ་ཏེ་རྟེན་ལུ་དབྱེས་རོལ་ཞིང་། །ཞིང་སྐྱགས་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་བྱུང་པོ་ཉ་མོའི། །
འདུ་བར་འབོད་པའི་དཔལ་པོ་བྱུང་རྣམས་ཀྱིས། །འཁོར་ལོ་སྐྱོམ་མཛད་བཅོམ་ལྷན་རྟེན་རོལ་བ། །

ཡིད་ཅན་ཀུན་གྱི་མིག་དབང་སྲོད་ཡུལ་དུ། །འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་ས་ཡི་དབྱེད་ཀུན་ལྷན། །
རྟེན་ཆགས་གངས་རི་ག་བྱུང་དང་པས་བགོས། །ལྷན་སྐྱབས་འཛིན་སྐྱོས་ཀྱི་ནགས་ཚལ་འབྲིགས། །

སྲ་མཛེས་བྲག་དང་གཡའ་སྤང་ལྷན་ཆགས་པའི། །ས་འཛིན་རབ་མཛོར་ནགས་ཚལ་མེ་ཉོག་སྤེང་། །
དབྱུར་སྐྱེས་གཞོན་ལྷན་ཁེབས་པའི་ཞི་ལྷན་གསེང་རོལ། །འདུ་བ་རྣམས་བཞིའི་བོ་ནད་གདུང་སེལ་བའི། །

བདེ་སྐྱེར་སྐྱབས་མཚོག་མ་ཚང་མེད་བ་བཞིན། །རབ་གྲགས་ལྷགས་དང་སྤྱར་བཅས་གྲ་གྱུར་དུ། །
འབབ་པའི་སྐྱལ་ལྷན་ཤིང་རྟེན་བསྐྱོད་བ་རྣམས། །ལེ་ལོ་གཉིད་ལས་སྤོང་བའི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱ། །

སྐྱབས་པོར་ཆེད་དུ་འབོད་བཞིན་ལྷང་ལྷང་སྐྱོགས། །སྐྱ་ཚོགས་རི་དྲགས་བག་མེབས་བདེར་གནས་ཤིང་། །
སྐྱ་སྐྱབས་མཛེས་པའི་བྱ་རྣམས་སྐྱབས་པར་སྐྱོགས། །སྐྱལ་དམན་སྐྱེ་གཡའ་སྐྱལ་ལྷན་ཉམས་རྟོགས་སྤེལ། །

ཚོས་བཞིན་སྲོད་པའི་མཐུན་རྐྱེན་སྐྱབས་ཚོགས་ཞིང་། །ལྷར་བཅས་འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་རྣ་ལམ་དུ། །
ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་མི་ཡི་བྱ་མཚོག་རྣམས། །མཚོག་གི་བདུད་རྩི་གསོལ་བའི་གཞལ་མེད་ཁང་། །

མ་བཅོས་བྲག་གི་སྐྱབས་པ་ཡིད་དུ་ལྷང་། །མདའ་བསྐྱབས་གཉིས་བ་ཚོས་ཀྱི་སྐྱ་མ་ཡི། །
རོ་མཚར་རྩེ་འབྲུལ་རྣམས་བར་བཅེ་བའི་གར། །མཛོང་གོལ་སྐབ་ཆེན་འཛམ་སྤིང་རྒྱན་གཅིག་སོགས། །

ས་སྤེད་ལྷ་མའི་མཚོད་སྤོང་ཆེར་འཕགས་བ། །དེ་ན་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མངའ་གསོལ་ཞིང་། །
རྒྱལ་སྐས་བྱེ་བའི་གཞུག་གི་ལོར་བུ་ལྟེ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་འཛེན་ཀམ་པའི། །

གསང་གསུམ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྷམ་མེར་གསལ། །དེ་ཡི་སྤྱང་བས་བགོས་པའི་རྒྱ་མི་རྒྱ། །
ཉིན་མོར་གྱུར་པའི་དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་བཞིན། །ལྷ་ན་མཛེས་ཤིང་སྤང་དོར་སྤེད་བ་དང་། །



མོ་ཤོས་གོས་སྐབས་བསོད་ནམས་གནས་ལ་ཚོལ། །ཁྱོད་ཞལ་དེ་ལ་བལྟ་བའི་རིངས་བ་ཡི། །
སྐད་རིགས་མི་གཅིག་སྐྱེ་བོ་གངས་མེད་པ། །སྐད་ཅིག་རེ་རེར་སློན་པར་མཛད་པའི་མཁལ། །

མོ་ཚེན་རྒྱལ་གྱིས་གཞལ་ཡང་མཐའ་མི་རྙེད། །གྲུབ་བ་ལྟ་དང་ཏུ་ཀའི་ཁྲོམ་ཚོགས་ཤིང་། །
གཉུག་མར་གནས་པའང་གྲུབ་པའི་ཁྲིམ་ལོངས་སྟོན། །སངས་རྒྱས་གཉིས་བ་བད་འབྲུང་ཐོད་ཐོང་ཅལ། །

བྲང་སེམས་ཚོས་རྒྱལ་ལོ་བཏ་རྒྱ་ཅ་སོགས། །ཞལ་འདོམས་ཚོས་གྱིས་ཉེན་མོར་མཛད་པའི་གླིང་། །
བན་པའི་གདུང་ལྷགས་མཆི་མའི་དོག་པ་གཤེར། །ཁྱད་པར་གསུང་གི་དབང་ལྷག་སྟེང་ཚེའི་ལྷ། །

རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ཡེ་ཤེས་འདུས་པའི་སྐྱ། །འཕགས་མཚོག་སྐྱུན་རས་གཟིགས་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་པ། །
ཞི་དང་ཁོ་གར་སྐྱ་ཚོགས་ནོར་བུ་བཞེན། །གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་རོལ་པར་ཤར་བ་ནི། །

འགོ་རྣམས་གཏན་གྱི་དབུལ་བ་སེལ་བའི་བྱིར། །ཕྱི་ལྟར་སྟེང་ཚེའི་མཛོད་འདིན་ཇོ་ལྟ་དགར། །
ནང་ལྟར་ཁམས་གསུམ་འགྲུགས་བྱེད་མདུང་དམར་ཅན། །གསང་བ་ཉེ་རུ་ག་དཔལ་ཏ་མཚོག་རྒྱལ། །

ཡང་གསང་ཐུགས་མེ་གསང་བའི་མཚུལ། །མཚོག་གསང་བུ་བ་སྟོམ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་པ། །
སངས་རྒྱས་བྲང་སེམས་དཔའ་བོ་ཉེ་རུ་ག། །རིག་འདིན་མཁའ་འགོ་དམ་ཅན་འདུས་པ་ཡི། །

འཁོར་ལོ་ཚེན་པོར་རོལ་བའི་ལྟ་ཚོགས་རྣམས། །མྱ་མེད་ཀུན་བཟང་མཚོད་སློན་རྒྱ་མཚོས་མཚོད། །
དབུས་རི་བྱམས་ཚེན་ལྷན་པོའི་ལྟེ་བ་ལ། །མི་པམ་རྒྱལ་བ་བྲང་སེམས་ཉན་ཐོས་འཁོར། །

ལུལ་ལྟ་གང་བཟང་ས་གཉན་གདེངས་ཅན་བཅས། །རྩ་གསུམ་གསང་བ་ཏུ་ཀའི་དཀྱིལ་འཁོར་སོགས། །
རབ་འབྲུམས་རྒྱལ་བའི་ཚོམ་བུ་མཐའ་ཡས་རྣམས། །དག་མཉམ་ཡངས་བ་ཚེན་པོའི་མཚོད་བ་བཞེས། །

ཁྱད་པར་མ་རུངས་ལོག་འདྲེན་འདོམས་པའི་གཉེན། །མ་སྐྱ་ཀུ་ལ་དོ་རྩེ་ཁྲོས་པའི་རྒྱལ། །
འདོད་ཁམས་དབང་ལྷག་ལྟ་མོ་རེ་མ་ཉི། །དབྱ་ལྟ་ཚེན་པོ་རྩེ་རྩེ་ལེགས་པ་སོགས། །

ཚོས་སྐྱོད་ཀྱི་མཚོའི་ཚོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བསང་། །གཉན་རྒྱལ་དག་ལྟའི་དབང་པོ་ཀོན་ཡུལ་ཁང་། །
སྐྱུ་མདོག་བརྒྱ་ར་ག་ལྟར་སྐྱུག་ཅིང་། །ཁོ་གཉེར་ཁག་གི་སྤང་མིག་དག་ལ་གཟེར། །

ལྡང་ནག་ཐེར་གསོལ་སྤྲུག་གཡས་ཤང་ལང་དང་། །གཡོན་བས་བསིལ་སྤྱིན་ཅོར་བུའི་སྤབ་ཐག་འཛིན། །
ཅང་ཤེས་རི་བོང་རྒྱུང་གཤོག་ལྡན་ལ་ཆེབས། །མཐུ་ལྡན་མཉན་རྒྱལ་དབང་པོ་འཁོར་བཅས་ལ། །

དངོས་སྐྱོར་ཡིད་སྐྱུལ་དཔག་མེད་མཚོག་པའི་སྤྱིན། །རིན་ཆེན་འབྲུ་སྤན་དར་ཟབ་གོ་མཚོན་དང་། །
ཕྱེ་མར་སྐྱེམས་ཤུང་བཟང་ཤིང་སྤྱ་ཚོགས་པའི། །དྲི་ཞིམ་བདུག་སྤོས་སྤྱིན་གཟིགས་དཀོར་ཆས་སོགས། །

དཔག་མེད་སྤོས་སྤངས་ནམ་མཁའ་མཉམ་བས་མཚོད། །གཞན་ཡང་འོག་མིན་ཀླའི་གཞོ་ལ། །
དཔལ་ཀུན་སྤྲུངས་པའི་ཚོས་གྲས་གཙོར་གྱུར་པའི། །དུས་གསུམ་ཀུན་མཁྱེན་ཡབ་སྲས་རྒྱུད་བཅས་པའི། །

གདན་ས་དབུས་གཅང་མདོ་ཁམས་རྒྱ་འཇང་སོགས། །སྤྱ་ཀོང་མ་ཡི་ཡུལ་དང་རྒྱལ་མོ་རོང་། །
མོན་འབྲུག་འབྲས་སྤྲོངས་མངའ་རིས་བྱང་ཁམས་ཡུལ། །གང་དུ་ཆགས་པའི་ཡུལ་གཞིས་གནས་གྱི་བདག །

སྤེ་རིས་དབྱང་དང་གཉན་སྤེ་བཅས་པ་རྣམས། །འཕོད་པའི་གནས་འདྲིར་བྱོན་ལ་དགེས་པར་བཞུགས། །
བསང་ངོ་གསོལ་ལོ་མཚོད་དོ་མངའ་གསོལ་ལོ། །ཁྱད་པར་བྱུ་བ་སྤྲུགས་ཨ་རིའི་ཅོར་འཛིན་ཆེའི། །

ཐེག་གསུམ་ཚོས་གྱི་འཁོར་ལོའི་གཞོ་ལའི། །ཡུལ་སྐྱོད་དག་ལྟ་ས་སྤྲུང་གསེར་མདོག་ཅན། །
ནང་སྤོན་ཟུར་ནག་གྲ་སྤྲེས་མཚོད་འཁོར་དང་། །ཐོ་དོར་ལྟ་མོ་འོད་དཀྱིལ་སྤྱོད་འཛིན་སོགས། །

སྤྲུབ་ཅིང་བརྟེན་ཞིང་སྤྲུང་པའི་ལྟ་ཚོགས་རྣམས། །ཐག་མེད་མཚོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོས་མཉེས་གྱུར་ཅིག །
གཞན་ཡང་དབང་དུག་གདོད་མའི་ཉེ་དུ་ཀའི། །གསང་མཚོག་རིག་སྤྲུང་དོན་གྱི་འོག་མིན་དུ། །

ཆགས་སྤང་རང་གར་ཤོར་བའི་ལྟ་སྤྱིན་བདུད། །དམ་བཅགས་བསྐྱེན་པའི་སྤྲུང་མར་བསྐྱོས་པ་རྣམས། །
སྤྲུག་པའི་དུག་ཅལ་བུས་པའི་མཐུ་ཅལ་ཅན། །ཁྱོད་གྲང་སྤོན་གྱི་ལས་དང་བག་ཆགས་མཐུས། །



ཐུབ་བསྟན་བསྟན་བཤེག་ཡོངས་ཀྱི་བདུད་དུ་ཆེ། །རྣལ་འབྱོར་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་སྐྱབས་ལྷུང་འོས་པའི། །
 དེའི་ཕྱིར་དབྱ་འཕང་གཉན་པོར་བསྟོན་པར་བགྱི། །རྟོགས་ན་གདོད་མའི་མགོན་དང་རོ་གཅིག་ཀྱང། །

མ་རྟོགས་སྣང་རོར་རང་རྒྱད་རྟེན་པའི་ཚུལ། །སྟོང་ཁམས་རླང་འཛིན་ཡང་བྲལ་དབྱིངས་ཆེན་པོར། །
 ལས་རླང་རྣམ་རྟོག་འཛོམས་པར་མངའ་གསོལ་ལོ། །སྟོགས་མའི་རང་སྟོབས་བདོ་བའི་སྟུན་སྲིད་དུ། །

སྟུག་བསྐལ་གསུམ་གྱི་ཁུར་པོས་ཉམ་ཐག་ཆོ། །བདེ་སྲིད་རྫོགས་ལྡན་གསར་པའི་ཁྱི་གདུགས་ཅན། །
 མགོན་དུ་འབོད་པའི་པོ་ཉར་མངའ་གསོལ་ལོ། །རིགས་གསུམ་སྐྱུ་འབྲུལ་མེས་དབོན་རྣམ་གསུམ་གྱི། །

ཆོས་སྲིད་ཁྱིམས་ཀྱི་ཉི་མ་ཚུ་ལྟར་སྟོགས། །སྟོང་བཅུད་ཀུན་གྱི་བཀའ་མངའས་ཉམས་པའི་ཆོ། །
 མང་པོས་བཀའ་བའི་རྗེ་པོར་མངའ་གསོལ་ལོ། །ཆེ་དགུ་དུ་མའི་སྟོང་ལ་གནས་བཅས་ནས། །

མཛད་སྟོང་ལོག་པར་བསྐྱར་དང་ཆབས་ཅིག་པར། །ནད་མཚོན་སྟུ་གའི་སྣ་འབྲེན་བྱེད་པ་ཡི། །
 རྒྱལ་འགོང་འཛོམས་པའི་གཤེད་པོར་མངའ་གསོལ་ལོ། །རྣམ་དག་སྟོན་པའི་རི་མོ་བྲིས་མེན་པར། །



དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པོ་གངས་རིའི་སྐྱེ་བུ་ལ་དང་པོའི་རྣམ་འབྲུལ་དཔལ་ལྷན་ཀྲམ་པ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་མཚོག་གིས་ཕྱི་ལོ་༡༡༩༧ལོར་བྱག་བཏབ་པའི་མཚུར་མདོ་བོ་ལྷང་གི་གདན་ས།

ལོག་སྐྱོད་བསོད་ནམས་དབྱང་གི་ཤེ་མོང་གིས། །བོད་ཀྱི་མངའ་རིས་འཕྲོག་པའི་དམ་སྲིའི་དབྱང་། །
གསོན་སྦྲང་དམར་པོར་འདོན་པར་མངའ་གསོལ་ལོ། །སྤག་དོག་རྒྱང་དམར་འཕྲུབས་པའི་བན་ལྷགས་ཀྱིས། །

མཐུ་བྱང་མེ་དབྱང་སྤར་བའི་རྣོ་དབལ་མཚོན། །བྱང་སྲོང་དམོད་པའི་གནམ་ལྷགས་ཐོག་མདའ་ཡིས། །
རང་གཤེད་རང་ལ་དབབ་པར་མཚན་དུ་གསོལ། །མངའ་གསོལ་བྱས་སོ་བརྟེན་ལ་རྒྱང་མ་རིང་། །

མངའ་གསོལ་བྱས་སོ་བོས་ན་སྣན་མ་སྤ། །མངའ་གསོལ་བྱས་སོ་བསྐྱལ་ན་སྤབ་མ་ལྷི། །
མངའ་གསོལ་བྱས་སོ་རྒྱན་ན་མཐུ་མ་རྒྱང་། །འཛིག་རྟེན་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་ཡུལ་སྤྱོགས་འདིར། །

ནད་མཚོན་སྤྱ་གའི་སྤྱ་ཙམ་མི་གྲགས་ཤིང་། །བདེ་སྤྱིད་སྐབས་གསུམ་གནས་ལ་ཙེར་འཛི་བའི། །
སྤན་ཚོགས་ཡར་རྒྱའི་ཆམགས་རབ་གང་ནས། །བཟ་ཤིས་སྤང་བ་དཀར་པོས་ཁྱབ་སྤྱར་ཅིག །

ཅེས་པ་འདི་ཉིད་རིང་མོ་ཉིད་ནས་ལྷག་པའི་སྐོ་དང་སྤྱད་མར་གདན་ས་དེ་ཉིད་དུ་སྤྱོགས་པའི་སྐོ་ཡངས་པོར་སྤོས་ནས་ཀྲམ་འི་མཚན་འཛིན་ཨོ་རྒྱན་
ཕྱིན་ལས་པས་ཡབ་ཇི་བོད་མ་དག་གི་སྤྱིབ་བྲལ་གསུང་གི་དྲུངས་མ་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ནས་དཔལ་རིག་འཛིན་རྣམ་པར་རོལ་པའི་གཏོ་ལ་སྦྱོད་
རྒྱུད་དུ་སྤྱར་བ་དེ་བཞིན་དུ་འབྲུབ་པར་སྤྱར་ཅིག །༡༩༠༠༡༠༡༡༠༣



རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཚོག་གིས་བྲུག་བསྐྱར་མཛད་པའི་མགོན་པོ་བེར་ཅན།

ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་འབྲུལ་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །འདོད་དགལ་ཅི་ཡང་འཆར་བ་ནས་མཁའའི་མཛོད། །
 ཟུང་འཇུག་བདེ་ཆེན་མཚོག་ཏུ་དགེས་སྦྱེད་པ། །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཚོད་སྤྲིན་རྒྱ་མཚོས་མཚོད། །

སྣོད་བརྟུང་གི་མཚོད་པ། །ཇེ་དྲུག་པ་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་གྱི་གསུང་ལས།
 སྐབས་གསུམ་གྲོང་གིས་མཚན་པའི་ལྷན་པོ་དང་། །ལུས་ཅན་ཡོ་བྱད་རྫོགས་པའི་སྤིང་རྣམས་དང་། །
 རིན་ཆེན་ས་འཛིན་རྣམས་དང་བདུད་རྩིའི་མཚོ། །དག་བྱེད་ལྷ་ལྷུང་ཕྱོགས་རྣམས་བཀའ་སྟེ་འབུལ། །

ཡབ་གྱི་བསྟོད་པ། །གྱི་གྲུག་བཅེགས་པའི་རྒྱུད་ལས།
 འཇུར་མེད་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལས་སྐྱར་བཞེངས་པ། །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཚད་མེད་སྟོབས་གྱིས་ནི། །
 སྤྱི་མེད་བྱང་རྩལ་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཐུགས། །བདེ་ཆེན་རང་བྱུང་ཁྱོད་ལ་བྲུག་འཚལ་བསྟོད། །



ཡུམ་གྱི་བསྟོན་པ། ལྷག་མཚོ་ཁོལ་མའི་རྒྱན་རྒྱས་པ་ལས།
 སྤྲེ་མེད་ངང་ལས་ལྷ་མོར་བཞེངས་པ་ནི། །ལམས་གསུམ་ལོག་པར་ལྟ་བ་འདུལ་མཛད་ཅིང་། །
 གསང་སྤགས་བསྟན་པའི་བདག་མོ་མཐིང་ནག་སྟེ། །སྤྲོན་གསུམ་གཟིགས་བྱེད་མ་ལ་བདག་བསྟོན་དོ། །

ཕྱིན་ལས་བཅོལ་བ། གྲུབ་ཆེན་ལ་བ་རིའི་གསུང་ལས།
 སངས་རྒྱུ་བསྟན་པ་གཉན་པོ་བསྐྱེད་བ་དང་། །དཀོན་མཚོག་དབུ་འཕང་གཉན་པོ་བསྟོན་པ་དང་། །
 བདག་ཅག་དཔོན་སློབ་འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་ཀྱི། །རྒྱན་དན་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་བ་དང་། །
 ཅི་འདོད་དངོས་གྲུབ་སྦྲུང་དུ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། །

བསྟོན་པ། རྗེ་བརྒྱན་པ་མི་བསྟོན་རྗེ་རྗེའི་གསུང་ལས།
 དེ་ལྟར་མཚོན་བསྟོན་དང་པའི་དགེ་བ་དེས། །མ་གྲུར་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང། །
 རྗེ་གས་པའི་སངས་རྒྱུ་བོ་འཕང་འཕྲོབ་སྤྲིང་བསྟོ། །

བཟུ་ལོས། རྗེ་བཅོ་ལྔ་པ་མཁའ་ཁྲབ་རྗེ་རྗེའི་གསུང་ལས།
 གསང་བའི་ཐེག་པ་རྒྱ་མཚོའི་སྤྲིང་པོ་ནི། །བཀའ་བརྒྱན་ཡིད་བཞིན་ཅོར་བུའི་བསྟན་པ་འདི། །
 བཀའ་བཅན་བྱིན་ཆེ་འབྲེལ་ཚད་རྣམ་གྲོལ་ཐོབ། །དར་རྒྱས་ཡུན་དུ་གནས་པའི་བཟུ་ལོས་ཤོག། །

ཅེས་པའང་རྗེ་གས་ཆེན་དཔོན་སློབ་རིན་པོ་ཆེས་མགོན་པོ་ལྷུ་མ་ཉལ་གྱི་གསོལ་ཁ་དོན་འབྲིལ་བ། རྒྱན་འབྲེར་སྤྲུབ་པ། དྲག་ཚོག་མ་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས་
 ཞེས་ནན་ཉན་མཛད་པས་བདག་ཐབས་ཟད་ནས། མགོན་པོའི་རྒྱན་རྒྱ་གཞུང་སོགས་ལ་ལྟ་རྟོག་ཉལ་ཅམ་བྱས་ལུལ་གྱིས་སྐབས་དོན་མཐུན་པ་རྣམས་
 སྤྲིག་ཅི་སྤྲུབ་དང་། མཚོན་པ་ནི་དྲག་མཚོན་མིན་པ་ཉུང་བས་རང་རྩོམ་ཐན་སྤྲུབ་ལེ་མ་བྱས་ཀ་མེད་བྱུང་། སྤྱི་ཡི་འགོས་ནི་རྗེ་བརྒྱན་པའི་མ་དག་མ་ལ་རྒྱ་
 ཐབས་འདྲ་བྱས་ཉེ་ས་ག་ལྷ་བའི་དམར་ཕྱོགས་ཀྱི་བུ་དགུའི་སྟོན། མགོན་པོ་རྒྱ་བའི་དུས་ཆེས་ལ་ཀམ་པ་མོ་རྒྱན་ཕྱིན་ལས་རྗེ་རྗེར་འཕོད་པ་དེས་ལྷ་
 མགོན་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ལ་བསམས་ཉེ་སྦྲུང་བའོ། ། ༡༠༠༥། ༦༡༥ བོད་ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༡༩ ཉིན།



དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ཐུགས་རྗེ་དང་། །
 ཚོས་ཉིད་རྒྱ་འབྲས་བུ་བ་མེད་པའི་མཐུ། །
 དམ་ཅན་བསྟན་སྲུང་རྒྱ་མཚོའི་ཐིན་ལས་ཀྱིས། །
 བཞེད་དོན་གཡེལ་བ་མེད་པར་འབྲུབ་པར་ཤོག།

མཚུངས་མེད་བསྟན་འགྲོའི་དཔལ་མགོན་སྟག་ཤམ་སྐྱ་ཐེང་བདུན་པ་ཀམ་ཡོངས་འདུ་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མའི་ཡང་སྲིད་སྲུང་འབྱོན་གསོལ་འདེབས་ཤིག་
 དགོས་ཞེས་(ཆབ་མདོ་བྱམས་པ་སྲིད་གི་)ཞི་བ་ལྷ་མཆོག་སྐྱལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། སྟག་ཤམ་ཚོས་བརྒྱུད་འཛིན་པ་གཞན་ནས་ཀྱང་བསྐྱལ་མ་མཛད་པ་
 བཞེན་ཀམ་པར་བྲགས་པ་ཨོ་རྒྱན་ཐིན་ལས་དོ་རྗེས་དྲང་བས་ཀྱན་ནས་སྲངས་ཉེ་སྲུང་བའོ། །༢༠༠༢།༠༢།༠༥





Karmapa's Office Bulletin

LAYJANG ལཡའང བུལ་

ལས་བྱུང་།

ཨོལ་ལྷོ་བྲལ་པ།

དག་དབང་ཡིན་ལས།

ལྷོ་དག་པ།

དག་ཆེ་བརྟན་འཇིན་རྣམ་རྒྱལ།

དེ་བུ་བུ་རྒྱལ་རྒྱལ་འགོ་དཔེ།

གསུམ་བུ་ལོ་ས་ལྷོ་ལ་དཀར།

ལྷོ་བྲལ་པ།

བཟུ་ལོ་ས་དབལ་འགྲོ་ད།

བརྟན་ལེན་པ།

Filip Wolak

Lama Sam

འབྲེལ་ཡུལ་ཁ་བྱུང་།

Karmapa's Office of Administration
(Tsurphu Labrang)

Gyuto Tantric University

P.O. Sidhbari - 176057

Dharamsala, District Kangra (H.P.) India

Email: layjangbulletin@gmail.com

www.kagyuroffice.org

www.facebook.com/layjang

Layout and design by Beata Stepien

Published by Tsurphu Labrang

Printed in India, New Delhi, by Norbu Graphics

Copyright©Tsurphu Labrang

All rights reserved

PLEASE ACKNOWLEDGE THE SOURCE



མཚོ་ལོ་གཤམ་གྱི་འཕེལ་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་

