

འབྲུག་གི་བྲིམས་དབྱུང་དུས་དེབ།

BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTI
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITI
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITU
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE
LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE **BHUTAN NATIONAL**
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONALLEGAL INSTITUTE
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE B,
NATIONAL LEGAL INSTITUTE **BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN N,**
LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LE
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BH
NATIONAL LEGAL INSTITUTE **BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NA'**
LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LE
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BH
NATIONAL LEGAL INSTITUTE **BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NA'**
LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LE
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE B
NATIONAL LEGAL INSTITUTE **BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN I**
LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE **BHUTAN NATIONAL**
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE
LEGAL INSTITUTE **BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATION**
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONALLEGAL INSTITU
.BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTI
NATIONAL LEGAL INSTITUTE **BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE E**
NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUT
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGA
TUTE **BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATION**
LEGAL INSTITUTE BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE
BHUTAN NATIONAL LEGAL INSTITUTE BHUTAN
NATIONAL **INSTITUTE** BHUTAN NATIONAL
NATIONAL LEGAL

བམ་ཆོག་། བདུན་པ།



- ༠༤ གཞུང་གི་ཡན་ལག་གསུམ་ཐད་དང་ཕྱག་འགན།
 ༡༡ འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུངས་འཛིན་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་དམིགས་ཡུལ་གྱལ་ཡོང་མེད་
 ༣༡ དང་ཁྲིམས་སྒྲིན་ཐབས་ཀྱི་བཅུད་དོན་གདམ་ཅིག་ལུ་གོ་མི་སྟོ་
 ༣༥ མི་དབང་ཡབ་མེས་སྲས་གསུམ་གྱི་སྐྱོན་ཐོག་ དང་ཁྲིམས་འཛིན་སྟོང་སྟེལ་གསུམ་གྱི་གྲས་བཏུད།

དཀར་ཆག།

- ༠༢ འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་རྩ་ཆ་ནི་, ཕ་ འབྲུག་རྒྱལ་བརྒྱུད་
 གྱི་རྒྱལ་ཁབ།
- ༠༥ མི་སེར་རྒྱལ་པོའི་མཆན་གནས་དང་མཐུན་པའི་ ལོང་,༡༠ གྱི་
 མཇོང་ནུས་ཤིང་།
- ༠༥ གཞུང་གི་ཡན་ལག་གསུམ་ཐ་དད་དང་ཕྱག་འགན།
- ༡༡ འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་
 གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་དམིགས་ཡུལ་གྱུ་བཡོད་མེད་?
- ༡༩ ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་གྱི་གོ་བདེའི་ལས་རིམ།
- ༢༢ དང་ཁྲིམས་སྒྲིན་ཐབས་གྱི་གཞི་རྩའི་བརྩམ་དོན།
- ༢༥ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་སྡེའི་ཕྱག་འགན།
- ༢༦ དང་ཁྲིམས་སྒྲིན་ཐབས་གྱི་གོ་དོན་མདོར་བསྟུན།
- ༢༩ ཁྲིམས་དོན་ཞབས་ཏྲིག་གི་མཇོང་བཟང་ལུ་ལེགས་སྒོམ།
- ༣༡ དང་ཁྲིམས་སྒྲིན་ཐབས་གྱི་བརྩམ་དོན་ག་དེམ་ཅིག་ལུ་གོ་ནི་སྟོ་?
- ༣༥ མི་དབང་ཡབ་མེས་སྲས་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་ཐོག་ དང་ཁྲིམས་འཛིན་
 སྦྱོང་སྟེལ་གསུམ་གྱི་གྲུས་བཏུད།
- ༥༣ མི་དབང་རྒྱལ་སྲས་མཆོག་ལུ་གྲུས་བཏུད།
- ༥༥ མི་དབང་མ་ཡུམ་སྲས་གསུམ་ལུ་དགའ་བསུའི་གྲུས་བཏུད།
- ༥༥ མི་དབང་རྒྱལ་སྲས་མཆོག་གི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་སྟོན་ཐེངས་དང་
 པ་ལུ་གྲུས་བཏུད།

ཁྱེད་དཀར་ཆག་འབད་མི།
མཐར་ཕྱིན།
དང་དཔོན།
འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་སྡེ།

འགོ་འབྲེན་པ།
ཆོ་རིང་དཔལ་མོ།
པར་བཟང་མོ།

བཟོ་བཀོད་འབད་མི།
བཟུན་འཛིན།

དཔེ་སྐྱུན་པ།
འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་སྡེ།
མཐོ་རིས་ལམ།
ལུ་ཏྲིག་ཐང་།
ཐིམ་ཕུག།
འགྲེམ་སྟོན་ཨང་ ༢༠༥
བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་ ༩༩༡༦༩༤/༩༩༡༦༩༠
པར་འཕྲིན་ཨང་ ༩༩༦༧༠༡

པར་དབང་ཕུག།
ཡོངས་ཁྲབ་མདོ་ཆེན།
pwangchuk@bnli.bt

པར་སྐྱུན་པ།
ཀུན་གསལ་ལས་འཛིན།
འགྲེམ་སྟོན་ཨང་ ༢༠༥
བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་ ༩༩༩༥༦༩/༩༩༩༥༩༤/༩༩༥༦༩༤
པར་འཕྲིན་ཨང་ ༩༩༩༩༧༥
www.kuenselonline.com
ཐིམ་ཕུག།

འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་ དུས་དེབ་འདིའི་དོན་ལུ་ མ་དདུལ་གྱི་རྒྱབ་སྦྱོར་གནང་མི་ལུ་ གཙུག་སྡེ་གིས་ བཀའ་ངེན་དགའ་ཚོར་ཡོད་ཟེར་ཞུ་ནི།

དུས་དེབ་འདིའི་འབྲུག་དབང་ཆ་འདི་ གཙུག་སྡེ་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབདཝ་ལས་བརྟེན་ གཙུག་སྡེ་ལས་ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་མེད་པར་ དུས་དེབ་དང་
འདིའི་ནང་དོན་ཚུ་ པར་སྐྱུན་འབད་མེཆོག།



ལྷ་དང་སྒྲ་མ་དམ་པས་ལུང་བསྟན་གནང་། མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྤྱོད་ཚུ་གིས་སྐྱབ་སྤྱོར་མཛད།
འབྲུག་གི་ལ་རྩེ་བསོད་ནམས་ཆེན་པོས་བརྟེན། རྒྱུ་མེས་མི་གི་གཟུགས་སུ་འཁྲུངས་པ་བཟང་།

མི་དབང་མངའ་བདག་འཛིན་མེད་གིས་ར་མཆོག་། འཁྲུངས་སྐར་བཙུ་བའི་དུས་ཆེན་ལ།
རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཞུག་སྒྲུ་ལ་བྱས་པ་། སྤྱི་ཞབས་པད་བརྟན་པའི་སློན་ལམ་ལ།

འབྲུག་གི་ཙ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་ཙ་ཆོན་, ཕ། འབྲུག་རྒྱལ་བརྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ།



དོ་རྩེ་རྒྱ་གམ།

མཐའ་འངའ་བདའ་སྟེ་ དོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་གྱིས་བསྐོར་མུས་འདི་
བཀའ་མ་འདུས་དབང་གི་མདོ་ལས། སྐྱ་ཡི་ཕྱག་རྒྱ་རྟག་བརྟན་
ཕ། ལས་རྣམས་མ་ལུས་རྒྱུགས་པའི་མཆོག་ བྲིན་ལས་དོན་
ཡོད་གྲུབ་པ་སྟེ། བྱ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་ཤོག། ཟེར་གསུངས་

པའི་ཁར། ཙ་ཆོན་, པ་དོན་ཆོན་, པའི་དགོངས་དོན་ལྟར་
ཞི་རྒྱས་དབང་པོ་གི་སྒོ་ལས་ཆབ་སྲིད་ཕྱིན་ལས་སྐྱོང་ས་རྒྱུང་
ལག་ཏེ་ཤུའི་མངའ་ཁོངས་སོ་སོའི་ས་མཆོམས་ལུ་འགྱུར་ལྷོག་
མེད་པ་ མི་བཞིག་དོ་རྩེའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་བད་མཆོན་
ཡིན།

འབྲུག་དཀར་པོ།

ཙཱ་ཆོན་^༡ པ་དོན་ཆོན་^༢ པའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱལ་དར་
དང་རྒྱལ་ཏྟགས་འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་ཆོགས་ཐངས་^༣ གོས་ཆོད་
དོན་ཆོན་^༤ པའི་རྒྱལ་དར་གི་རྩ་མ་བཤད་དང་ ཕུ་ཁྲིམས་
ཆོན་མའི་བྱར་དེབ་དང་པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ འབྲུག་གི་འདྲིལ་
དཀར་པོའི་ཐང་། རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་མི་རིགས་དང་ ལུས་ངག་
གི་ཀླན་སྦྱོང་སོགས་མི་གཅིག་པ་མང་ཡང་ ནང་བསམ་སྦྱར་དེ་
མེད་རྒྱལ་གཅེས་བཟེ་ཞེན་ཆོན་པོས་རྩེ་འབངས་ཀྱི་དམ་ཆོག་དེ་
མེད་དཀར་བའི་དོན་མཆོན་པའོ། ཟེར་བཀོད་པའི་དགོངས་
དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཡིན།

དབུ་ལྷ་བྱ་རྩེ་གཤོང་ཙན་།

གཡས་ཁ་ཐུག་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་བཞུགས་
ཚུལ་མཆོན་པའི་དབུ་ལྷ་བྱ་རྩེ་གཤོང་ཙན་དེ་ རིག་འཛིན་ཆོད་
ལྷེས་ཀྱི་ཟབ་ཆོས་གཏེར་མཛོད་མངའ་དབང་རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད་
ལས། རྒྱལ་པོའི་ཏྟགས་དུག་གསུངས་པའི་ནང་གསལ་ལས་
རིན་པོ་ཆེའི་གཙུག་རྟེན་དབུ་ལྷ་བྱ་བྱེན་གྱིས་བསྐྲབས་གནང་མ་
མཆོད་ དུས་རབས་^༥ པའི་ནང་ ཀྲིང་གསར་དཔོན་སྦྱོབ་
མི་རྩེ་འཇིགས་མེད་རྩམ་རྒྱལ་གྱི་སྦྱོ་ཐོག་ལུ་ སྦྱབས་རྩེ་བྱང་
ཚུབ་བཙོན་འགྲུས་མཆོག་གིས། ལྷོ་ལྗོངས་འདི་ནང་སྦྱོན་ནས་
ལས་མགོན་བྱ་རྩེ་གཤོང་ཙན་གྱིས་བསྐྲབས་ཤིང་བསྐྲབས་པའི་
གདུལ་ཞིང་ཡིན་པ་ལས་བཀའ་སྲུང་ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ་དང་། ལྷ་
མོ་དུད་སོལ་མ། ལས་མགོན་བྱ་རྩེ་གཤོང་ཙན་བཅས་ མགོན་

པོ་ལུ་བྲལ་གསུམ་གྱི་འཕྲིན་ལས་ལུ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་ དབུ་
ལྷ་དེ་ལུ་བྱ་རྩེ་གཤོང་ཙན་ལྷེ་བཞེངས་གནང་སྟེ་ གཟུངས་
གཞུག་རབ་གནས་དང་བཅས་པ་སྟེ་བྱེན་གྱིས་བསྐྲབས་གནང་
ཞིན་མ་ལས་ཚུར་ སྦྱན་ལྗོངས་འབྲུག་གི་དབང་ཕྱུག་བརྟུང་
འཛིན་མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱོན་ཚུ་གི་ཁྲི་འདོན་
མངའ་གསོལ་གྱི་མཛོད་སྟོའི་སྐབས་ལུ་ འབྲེལ་ཆོད་དོན་དང་
ལྷན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མཆོད་རྩིས་ཅིག་སྟེ་ བྱེན་གྱིས་བསྐྲབས་
གནང་གནང་མ་ཡིན་པས།

ལོར་བུ་མིག་གསུམ་དགའ་འབྲེལ།

གཡེན་དུ་ལོར་བུ་སྟོང་འབྲེལ་ལས་ རབ་དུ་དགའ་འབྲེལ་
འདི། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་འཕགས་པ་སྦྱན་རས་གཟིགས་གྱིས་
ཡོངས་སུ་བབྱང་བའི་ཞིང་འདིར་ མངའ་འབངས་ཐམས་ཅད་
སྦྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་དར་བའི་ཏྟགས་བཟང་
པོར་དགེ་ཞིང་ དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་གྱི་ལོར་བུ་མིག་
གསུམ་འབྲེལ་བའི་རྟེན་འབྲུང་ཚུ་བའི་གཞུང་དང་། རྒྱ་མཆོ་
འབྲེལ་བ་ལྷ་བུར་ཆབ་སྲིད་མངའ་ཐང་རྒྱས་ཏེ། སྦྱན་ལྗོངས་
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཞིང་འདིའི་རྒྱལ་སྲིད་རིམ་བྱོན་གྱི་མངའ་
འོག་ལུ་ ལྷན་སྟེ་རྩམ་གསུམ་ལོར་བུ་དགའ་འབྲེལ་ལྷ་བུར་
ཐུགས་མཐུན་ཁྲིམས་གཙང་གི་ཆབ་སྲིད་བརྟན་པའི་བདེ་མཆོན་
ཅིག་ཡིན།

^༡ རྒྱལ་ཡོངས་དཔེ་མཛོད་མདོ་ཆོན་སྟོང་དཔོན་པདྨ་ཆེན་པང་གིས་མཛོད་པའི་འབྲུག་གི་
རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་སྦྱོན་མེ་ལས་བྱང་པའི་བཅུད་དོན།



མི་སེར་རྒྱལ་པོའི་མཆོད་གནས་དང་མཐུན་པའི་ ལོ་ངོ་ ༡༠ གྱི་ མཇེད་རྣམ་རྒྱུས་



རིག་འཛིན་དབང་ཕྱུག།
ཙོམ་སྒྲིག་པ། གྲུ་གསལ་ལས་འཛིན།
གཙོ་འཛིན། འབྲུག་གི་བདེ་ཐུག་པ་མཐུན་ཆོགས། ཟིམ་ཕྱུག།

༥ རང་འདོད་སློབ་ཤིང་ཉེན་ཞག་གཅིག་ཅུ་ཡང་། རྒྱལ་ལཱ་མི་
མཇེད་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་བཞིན། རྒྱགས་གྱི་མཁའ་རྒྱ་ལྡེལ་ལ་
ཡངས་པ་ལས། ཐབས་མཁས་སྤང་བྱེད་ལས་འགལ་འདྲ་བརྒྱ་
ཡིས། འབངས་ཀྱི་རེ་བའི་པད་ཆལ་བཞད་མཇེད་པ། ཆོས་ཀྱི་
རྒྱལ་པོ་བྱང་མེས་རྒྱལ་པོ་དང་། སྤྲན་པའི་རྒྱལ་པོ་མི་སེར་རྒྱལ་
པོ་ཞེས། འཛིན་མའི་འཁོན་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་སྤྱད་པ། མི་
དབང་འཛིགས་མེད་གེས་ར་རྣམ་རྒྱལ་མཆོག་ སྤྱོད་ཆོ་ཞབས་པད་
བརྟན་པའི་སློན་ལམ་ལྟ། །

ཞེས་བཀའ་ཞེས་པའི་སློན་ཆོག་གི་ མེད་གསུམ་ཏུ་འཕྲོར་ནས་
བཀའ་དྲིན་བསམ་བཞེད་ལས་འདས་པའི་ དཔལ་མི་དབང་མངའ་
བདག་རིན་པོ་ཆེ་ འབྲུག་རྒྱལ་ལྗེ་པ་ དཔལ་འཛིགས་མེད་གེས་ར་
རྣམ་རྒྱལ་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ ཏུ་ས་ཅི་ དཀྱང་ལོ་ ༣༧ བཞེས་
པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ ཏུ་ས་སྟོན་ཁྱད་པར་ཅན་ བཅེ་སྤྱད་ལྷན་
དང་འབྲེལ།

གྲས་འབངས་རང་གི་ ལ་བྱུག་ལས་ཡང་ མི་དབང་མངའ་ཞབས་
མཆོག་ གསེར་ཁྲི་མེགས་ཏེ་ བཟང་བྱ་ ༡༠ གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་
བྲགས་གྱི་མཁའ་རྒྱ་རྣམ་མཁའ་བཟུམ་ རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཡངས་པ་ལས་
ཐབས་མཁས་ཀྱི་ ཉི་མའི་ལས་འགལ་སྤྲོ་ཆོགས་གསར་གཏོད་
ཀྱི་འོད་ཟེར་ འབྱུང་ཕྱག་བཀའ་ཏེ་ ཆོས་སྤྱོད་པར་འདོད་མི་ཚུ་
ལུ་ ཆོས་དང་ ས་གཞིས་མེད་མི་ཚུ་ལུ་ ས་གཞིས་ཀྱི་སྤྱིད་སྤྱག་

ནད་པ་ཚུ་ལུ་ སྤྲན་བཅོས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ བཅ་ཉམ་རྒྱུ་གི་ཨ་ལུ་
ཤེས་ཡོན་སྤྱད་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ སློབ་སྦྱང་གི་ གོ་སྐབས་དང་
རྒྱལ་ཁབ་སྤྱད་སྦྱོབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ དམག་སྦྱོང་དང་ བདེ་སྤྱད་གི་སྦྱོང་
བཟར་ དམག་བགྲོས་པ་ཚུ་ལུ་ སྤྱི་གསུང་བྲགས་ཉེན་གསར་
བཞེངས་ལས་འགལ་དང་ དམག་མིའི་བྱ་གཞི་ཚུ་ལུ་ ར་སྤོན་
ཀེམ་ཟེར་ བྱ་རོག་གི་བསྐྱབ་སྟོན་ལས་རིམ་ལ་སོགས་པའི་སློབ་ས་
འབྲུག་གི་འབངས་མི་སེར་ཡོངས་ཀྱི་ རེ་བའི་མེད་གསུམ་གི་པདྨའི་
ཆལ་ ཡོངས་སུ་བཞད་པར་མཇེད་དེ་ རྒྱལ་ཁབ་དང་ མི་སེར་ཚུ་
གང་ལ་གང་འཆོམས་ཀྱི་ ཐབས་མཁས་ཀྱིས་ བསྐྱེད་སྤྱོད་མི་
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འཇམ་ བྱང་མེས་རྒྱལ་པོ་ སྤྲན་པའི་རྒྱལ་པོ་འཇམ་
མི་སེར་རྒྱལ་པོ་ཞེས་ ས་འཁོན་ཡོངས་ལུ་གྲགས་པའི་ མི་དབང་
མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ ཁྱད་ཏུ་འཕགས་པའི་མཇེད་
རྣམ་ཚུ་ རྒྱུ་དྲན་དང་བཅས་ བཅུད་བསྐྱེད་སྤྱོད་ ལྷོ་ཕོག་ལས་
གྲས་བཏུད་ལུ་ཞི་ཞི།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཡར་རྒྱས་ཀྱི་གོམ་པ་
མདུན་བསྐྱོད་དང་ དཔལ་འབྱོར་ཡར་སྐྱོད་ སྤྱིད་འཆར་ལོགས་
བསྐྱེད་ཀྱི་ ལམ་ཕྱོགས་སུ་ལྷགས་པའི་ནམ་དུས་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
དྲིན་ཅན་གྱི་ཕམ་ ལུང་བསྐྱེད་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ མི་དབང་འབྲུག་
རྒྱལ་པོ་ པ་ དཔལ་འཛིགས་མེད་སྤྱོད་དབང་ཕྱུག་མཆོག་གིས་
མི་ལོ་ ༣༧ གི་རིང་ རྒྱལ་སྤྱི་ཆོས་བཞིན་ཏུ་ སྦྱོངས་གནང་བའི་



ཤུལ་ལས་ གྱིལ་ ༢༠༠༦ ཟླ་ ༡༢ པའི་ཆེས་ ༩ ལུ་ རྒྱལ་པོ་
ཐུགས་འགན་ཉིལ་བུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁུ་པ་མཆོག་ལུ་ ཕྱིས་སྤྱོད་
གནང་ཞིན་མ་ལས་ཚུར་ མི་དབང་མཆོག་གི་ དབུ་ཁྲིད་བཟང་
པོ་འོག་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤང་སྒྲོབ་དང་ ཞི་བདེ་ དགའ་སྦྱིད་
ཚུ་ ལྷག་པར་དུ་ ར་བརྟན་བཟོ་གནང་ཡི།

འདི་འབད་མ་ལས་ ཞི་བདེ་དང་ དགའ་སྦྱིད་ དཔལ་ཡོན་གྱི་
མདུན་ལམ་ལུ་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ ཞུགས་བཞིན་དུ་ཡོད་མི་ རྒྱལ་
ཁབ་འདི་ནང་ མི་སེར་ཚུ་ གངས་བར་ནང་གི་ཚུ་འབྲུང་ སྤྱིན་
བར་ནང་གི་ཉམ་བསྟོན་ཡོད་མི་འདི་ དབང་ཕྱུག་བརྟུན་འཛིན་
གྱི་ རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱོན་ཚུ་གི་ བཀའ་བློན་ཁོ་ན་ལུ་བརྟེན་ཡིན།
དེ་མ་ཚད་ འདས་པའི་ལོ་རྒྱུ་ ༡༠ གྱི་རིང་ མི་དབང་མངའ་བདག་
རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ དབུ་ཁྲིད་འོག་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་སེར་བསྐྱར་
འགྱུ་བའི་ དུས་བྱམ་བཅེ་སྤང་དང་ ལེགས་ཐོན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་
ཡ་མཚུག་ཆེ་རྟོག་རྟེ་སྟེ་ བྱུང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

མངོན་གསལ་ཆེ་བའི་ གྲུབ་འབྲས་ཚུ་གི་གསལ་ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་ གཞུང་ལུགས་འདི་ དམངས་གཙོ་རི་རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་
རྒྱལ་པོ་གཞུང་ལུ་ མཐར་འཁྱོལ་ཅན་དང་ རྒྱལ་རབས་ཅན་སྟེ་
སེར་བསྐྱར་གནང་མི་དེ་ཡིན་མ་བཞིན་དུ་ འདི་དང་གཅིག་ཁར་
དགག་བཤེར་དང་ ཆོད་མཉམ་ཡོད་པ་བཟོ་ཐབས་ལུ་ ར་བརྟེན་
ཅན་གྱི་གཙུག་སྟེ་ཚུ་ གཞི་བཙུགས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཁྲིམས་
ཀྱི་རིང་ལུགས་ ལྷག་པར་དུ་ སྤྱིང་སྤྱིང་བཟོ་གནང་ཡི།

དེ་གི་ནང་དོན་ཉིད་ལས་ མི་དབང་མཆོག་གི་ བཅུ་ཡང་བརྗེད་
པར་མངས་པའི་ མཛེད་ཤུལ་བཟང་པོ་འདི་ གྱིལ་ ༢༠༠༢
ཟླ་ ༢ པའི་ཆེས་ ༡ ལུ་ བེ་ཏུ་ལྷི་ལུ་སྟེ་ རྒྱ་འབྲུག་མཐུན་
འབྲེལ་གྱི་ཆིངས་ཡིག་གྲུ་ མཚན་རྟགས་བཀོད་གནང་མི་དེ་ཡིན་མ་
ད་ ཆིངས་ཡིག་བསྐྱར་གསོ་གནང་མི་དེ་གིས་ རྒྱ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
༢ ཀྱི་ མཐུན་ལམ་རྒྱུང་མ་གཅིག་མེན་པར་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་
བཙན་རྩ་བརྟན་བཟོ་ཡོད་པ་ལས་ ད་རེས་ནངས་པར་ རྒྱལ་སྤོན་

འབངས་གསུམ་གར་ རྒྱོ་བདེ་བའི་ གཞི་གནད་ཅིག་ལུ་ ཟུར་རྟེ་
ཡོད་པ་ཡིན།

མི་སེར་གྱི་རྒྱལ་པོ།

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ གྱིལ་ ༢༠༠༤ ཟླ་
 ༡༡ པའི་ཆེས་ ༡ ལུ་ ཐིམ་ཕུག་ལྷང་གླིང་མའི་ཐང་ནང་ གསེར་
ཁྲིར་མངའ་གསོལ་གྱི་ གསུང་བཤད་ནང་ ར་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཟེར་
མནོ་བསམ་བཀང་སྟེ་ ཉེན་མ་གཅིག་ར་ ལྷ་མ་པ་ལས་ར་མི་
འབད། ར་གིས་ ཁྱེད་མི་སེར་གར་ལུ་ བཅུ་གཅིག་བཟུམ་སྟེ་
བདག་འཛིན་འཐབ། སྤྱན་ཆ་གཅིག་བཟུམ་སྟེ་ ཆ་བཞག་བསྐྱེད།
བཟུ་གཅིག་བཟུམ་སྟེ་ བྱུག་ཁུ་འོང། ར་ར་ལུ་ཡང་དགོས་ཟེར་ ག་
ནི་ཡང་མེད། ར་ར་འི་ཡོད་ཆོད་གཅིག་པ་ ཁྱེད་མི་སེར་ཚུ་གི་དོན་
ལུ་ཡིན། ར་ར་མནོ་བསམ་ག་དེ་སྟེར་བཀང་བཟུང་ ལྷ་ག་དེ་སྟེ་
འབད་བཟུང་ ཁྱེད་ཀྱི་བྱུང་དང་ བྱམ་ཚུ་གི་ དཔེ་སྟོན་བཟུབ་སྟེ་
ལྷ་འབད་འོང། ར་ར་འི་རེ་འདོད་ཟེར་ཡང་མེད། དམིགས་ལུལ་
ཟེར་ཡང་མེད། དེ་གི་འགན་ཁུར་སྟོན་ཤོས་འདི་ར་ དུས་ནམ་ར་
འབད་བཟུང་ ཁྱེད་མི་སེར་ཚུ་གི་ རེ་འདོད་དང་ དམིགས་ལུལ་ཚུ་
གཙོ་བོ་བརྟོན་རྟེ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ དོན་འགྲུབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དེ་
ཡིན། ར་ར་གི་ཆེ་ཐངས་གཅིག་པ་ ཁྱེད་མི་སེར་ཚུ་གར་ ཅིག་
ར་འཐད་པ་སྟེ་ བུམས་པ་དང་ སྤྱིང་རྗེ་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོག་ལས་
ཉེན་ལུ་བཅེད་པར་ ཐང་མ་ཆིག་བསྟེན་རྟེ་ བྱུག་ཁུ་འོང། ཟེར་
གསུངས་གནང་མ་བཞིན་དུ་ བྱུག་ལུ་ཚུ་ ཞལ་གྱིས་བཞེས་གནང་
མི་དང་བསྐྱུན་ མཛེད་གནང་མ་ལས་ རྒྱལ་པོ་གཅིག་དང་ མི་
སེར་གཅིག་གི་ ལྷ་བདེ་ ད་རེས་ནངས་པར་ འཛམ་གླིང་ནང་
མིག་དཔེ་ཅིག་ལུ་ ཟུར་རྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསེར་ཁྲིར་ཐེབས་ཞིན་མ་ལས་ཚུར་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་
པོ་ཆེ་མཆོག་ དུས་རྒྱུན་དུ་ འབངས་མི་སེར་དང་ མཇལ་ཐུད་
གནང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་གནས་མཐའ་དབུས་མེད་པའི་ མཐའ་
བྱར་གྱི་གོང་གཡུས་ཚུ་ནང་ ཞབས་སྤོང་སྟེ་ ཆིབས་སྤྱོད་གནང་



ཐོག་ལས་ དཀའ་ངལ་བྱུང་མི་དང་ སྤྱིད་སྤྱུག་ཕོག་མི་ཚུ་ལུ་ ས་
ཆ་དང་ མི་ཁྲུངས་ལག་ཁྱེར་ སློབ་གཉེར་ལ་སོགས་པའི་ སྤྱིད་
སྤྱུག་གནད་མི་ལུ་བརྟེན་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ མི་དབང་མཆོག་ལུ་
མི་སེར་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་ བྱང་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྱེ་ཞུམ་ཡིན།

ད་རུང་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ས་གནས་གཉེར་ཡིན་རུང་ འབྲུང་བ་
བཞིའི་རྒྱུ་རྐྱེན་བྱུང་སྟེ་ ཉམས་སྤྱད་པ་མི་སེར་ཚུ་ མཐའ་རྟུག་གི་
གནས་སྤངས་ནང་སྤྱོད་པའི་ནམ་དུས་ལུ་ མི་དབང་མངའ་ཞབས་
མཆོག་ སྤྱི་ཉིད་གྱི་སྒོ་གལ་ གཞོད་ཉེན་ཡོད་རུང་ སློབ་བཏང་
སྟེ་ རྒྱུ་རྐྱེན་བྱུང་སེར་ གཞིགས་ཞིབ་གནང་མ་བཞིན་དུ་ ཉམས་
སྤྱད་པ་ཚུ་ལུ་ སྤྱིད་སྤྱུག་མ་བརྟུབ་བརྟུབ་སྟེ་ གནད་མི་དེ་གིས་ མི་
ཆོ་བསྐྱར་གསོ་འབད་ནི་ལུ་ ལྷན་ཐབས་སྤྱོད་བྱུང་མ་ཡིན་མས།

དེ་གིས་མ་དོ་བར་ ས་ཁམས་ཐོ་སར་སྤྱོད་མི་ དཔེར་ན་ མགར་ས་
ཚོང་ཁག་ ལ་ཡ་དང་ ལུང་ནག་ནང་བཟུམ་མའི་ མཐའ་རྟུར་
ས་གནས་ཚུ་ ལ་ལུང་དང་ ཁམ་ གངས་ཁྲེགས་ཚུ་གིས་བཅད་
དེ་ཡོད་རུང་ མི་དབང་མཆོག་གིས་ ལ་མཐོ་སའི་མི་སེར་ཚུ་གི་
མཐའ་དོན་ལུ་ སྤྱོད་འབྲུལ་བ་ལུ་མ་གཞིགས་པར་ རྒྱུ་མཆོའི་
གནས་ཆོད་ལས་ མཐོ་ཆོད་མི་ཁྲུ་ལུ་ ༥,༢༥༠ འབད་མི་ སྤྱང་
ལ་དཀར་ཕུང་ལ་སོགས་པའི་ གངས་རི་ཉེན་ཁ་ཅན་ཚུ་བརྒྱལ་ཏེ་
ཞབས་སྤོང་སྟེ་ གཞིགས་སྒྲོར་གནང་པར་ ཕྱོན་གནད་མི་བཟུམ་
འཛེམ་གྲིང་ནང་ དབུ་ཁྲིད་རེ་གཉིས་མ་གཏོགས་མི་འོང་བེར་ཞུ་ནི།

ས་ཆའི་སྤྱིད་སྤྱུག་

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ མི་སེར་བརྒྱ་ཆ་༤༦ ལྷག་པ་ཅིག་ འཛོ་བ་
སོ་ནམ་ལུ་བརྟེན་ སྤྱོད་མི་ཡིན་རུང་ བཟའ་སྤྱོད་འབད་བརྟུབ་པའི་
ས་ཆ་ བརྒྱ་ཆ་ ༥ དེ་ཅིག་ཡོད་མི་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༣ རྒྱུང་མ་གཅིག་
ནང་ ལོ་ཐོག་བཏབ་དོ་ཡོད་པ་ད་ ས་ཆ་དེ་ ང་བཅས་གྱི་ མི་སེར་
ཚུ་གི་ བཟའ་འཐུང་རང་ལྷན་དང་ ཉེན་སྲུང་ཡོད་པ་བཟོ་ནི་ དེ་
ལས་ མཐའ་རྟུར་གྱི་ གྲོང་གཡུ་ས་ཚུ་ནང་སྤྱོད་མི་ མི་སེར་ཉམ་
རྒྱུ་ཚུ་གི་ འཛོ་བའི་གནས་སྤངས་ ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི་དོན་ལུ་

གལ་གནད་ཅན་ཅིག་སྟེ་ བཟའ་སྤྱོད་གནད་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

འདི་འབད་མ་ལས་ བཟའ་སྤྱོད་འབད་བརྟུབ་པའི་ ས་ཆ་ཆོད་
ལས་བརྒྱལ་མེད་མི་དེ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བདག་འཛིན་འཐབ་སྟེ་ ས་
བརྒྱུད་བུ་བརྒྱུད་སྟེ་ ཕྱིས་སྤྱོད་ཐབས་ལུ་ མི་དབང་མངའ་ཞབས་
མཆོག་གིས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ས་ཆ་བསྐྱར་འཇལ་
ལས་རིམ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ་པའི་ བཀའ་བྱ་གནང་ཡོད་པ་
མ་ཆད་ འབྲུག་གི་མི་སེར་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྤྱིད་སྤྱུག་སྤྱོད་ཤོས་ར་
ས་ཆ་ཡིན་མ་ལས་ མི་དབང་མངའ་ཞབས་ཁོར་གིས་ར་ རྫོང་
ཁག་གར་འི་ནང་ཕྱོན་ཏེ་ མི་སེར་ཚུ་དང་ མཇལ་སྤྲད་ཐོག་ ས་ཆ་
དང་འབྲེལ་བའི་ སྤྱིད་སྤྱུག་སེལ་གནང་འོང་བེར་ བཀའ་བྱ་ཡང་
གནང་ཡི།

མི་དབང་མངའ་ཞབས་མཆོག་གི་ བཀའ་བྱ་དང་འཁྲིལ་ རྒྱལ་
ཡོངས་ས་ཆ་ལྷན་ཆོག་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ལུ་ ས་ཆ་
བསྐྱར་འཇལ་ལས་རིམ་ཅིག་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་
མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆའི་ ཆབ་སྲིད་ལོ་ངོ་ ༡༠ གྱི་ རང་
འཁོད་ལུ་ ལྷན་ཅེ་རྫོང་ཁག་ལས་ རྒྱལ་རབས་ཅན་སྟེ་ ས་ཆའི་
སྤྱིད་སྤྱུག་གནད་ནི་ འགོ་བཙུགས་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་ ད་རེས་ཚུན་
ལྷན་ཅེ་དང་ བུམ་ཐང་ མོང་སྤར་ དབང་འདུས་པོ་ཐང་ རྩ་
དར་དཀར་ནང་ སྤྱུན་ཁ་ གྲོང་གསར་ བགྱིས་སྤྱང་ བགྱིས་
གཡང་ཅེ་ གཞལ་མ་སྤྱང་ པུམ་དཀར་ཆེལ་ བསམ་གྲུབ་ལྗོངས་
མཁར་ རྒྱལ་འབད་མཁར་ རྫོང་ཁག་ ༡༢ རང་ ཁྲམ་འཆང་མི་
༡༠༥,༤༢༣ ལུ་ ས་ཆ་ཡེ་ཀར་ ༡༣༡,༢༦༦ ལྷག་པ་ཅིག་དང་
ཁྲོམ་སྟེ་ ༢༣ རང་ ཁྲམ་འཆང་མི་ ༡,༤༠༥ ལུ་ ས་ཆ་ཡེ་ཀར་
༢༠༠.༦༤ སྤྱིད་སྤྱུག་གནད་ཡོད་པ་ཡིན།

མི་དབང་མཆོག་གིས་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ སྤྱིད་སྤྱུག་སྤྱོད་གནད་མི་ ས་
ཆའི་རིན་དེ་ གཞུང་གི་གོང་ཆོད་ཐོག་ལུ་ ཕྱིས་བཏོན་པ་ཅིན་
གྲོང་གསེབ་ས་ཆའི་དོན་ལུ་ དདུལ་ཀྲམ་ས་ཡ་ ༡,༤༤༡.༢༣ དང་
ཁྲོམ་སའི་དོན་ལུ་ དདུལ་ཀྲམ་ས་ཡ་ ༤༢༠.༦༠ དེ་ཅིག་ ཐོན་མ་
ཡིན་མས།



སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ།

མི་དབང་མཆོག་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ལས་ གཙུག་ཁྱེད་
གི་ སློབ་ཕྱག་སྤྲོད་ཕྱག་ལས་བཅད་དེ་ རྒྱལ་པོའི་ལྷོ་གཟན་སྡེ་
དང་ལེན་མཛད་གནང་ཡོད་པ་དང་ ད་རེས་ནངས་པར་ སློབ་གཉེར་
གྲོགས་རམ་ཐོག་ལས་ གཙུག་ཁྱེད་དང་ རང་གིས་ ཟད་འགོ་
བཏང་སྟེ་ ཤེས་ཡོན་འཕྲོ་མཐུད་ལྷ་བཞི་གི་ ལྷོ་གས་ཀྱི་མེད་མི་
ཨ་ལུ་^{2,642} སློབ་ལྟ་རྒྱ་ནང་དང་ ད་རུང་ སློབ་ཕྱག་¹³⁶
མཐོ་རིམ་སློབ་ལྟ་རྒྱ་ནང་ དཔེ་ཆ་ལྷག་པའི་བསྐྱང་ཡོད་པ་དང་ ད་
རྒྱུ་གི་བར་ན་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ཆེ་རིམ་སློབ་ལྟ་རྒྱ་ནང་ལས་ རྒྱལ་
པོའི་ལྷོ་གཟན་¹⁶ གིས་ ཤེས་ཡོན་མཐར་འཁྱོལ་བྱུང་ཅུག།

སྤྱི་དུག་དེ་ཚུ་གིས་མ་དོ་བར་ མི་དབང་མངའ་ཞབས་
མཆོག་གིས་ མི་སེར་བརྒྱ་ཕྱག་ལེ་གཅིག་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ཕྱི་
ཁར་བཏང་སྟེ་ སྤོན་བཅོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིར་མཛད་གནང་མ་
ལས་ རང་གིས་ཟད་འགོ་བཏང་སྟེ་ སྤོན་བཅོས་འབད་ནི་
གི་ ལྷོ་གས་ཀྱི་མེད་མི་ཚུ་ལུ་ གན་བྱུང་བྱུང་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན།
འདི་འབད་མ་ལས་ སྤྱི་དུག་ཐོབ་མི་ བདེ་ལྟ་གིས་ མི་དབང་
མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་ སྤོན་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་ ཆོས་ཀྱི་
རྒྱལ་པོ་ཟེར་ཞུ་ཨིན།

ད་རེས་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེའི་ འཁྱུངས་སྐར་དུས་
ཆེན་ བཅི་སྤྱང་ཞུ་དང་འབྲེལ་ གནམ་ལོ་མེ་པོ་སྤེལ་ལོ་དེ་ ལྷ་
རུ་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་འཁྱུངས་པའི་ལོ་དང་ ཞབས་བྱུང་བཀའ་དབང་ནམ་
རྒྱལ་ འབྲུག་ལུ་ཕྱོན་ཏེ་ མི་ལོ་²⁰⁰ འཁོར་བའི་དུས་ཆེན་ དེ་
ལས་ མི་དབང་རྒྱལ་སྤྱིས་ འཇིགས་མེད་ནམ་རྒྱལ་དབང་ཕྱུག་
སྐུ་འཁྱུངས་པའི་ རྟེན་འབྲེལ་གསུམ་འཛོམས་ཀྱི་ དུས་བསྐལ་
བཟང་པོ་འདི་ནང་ ང་བཅས་འབངས་མི་སེར་ཡོངས་ཀྱིས་ མི་
དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་ ཆབ་སྲིད་འོག་ལུ་ སྤར་བ་ལྷག་
པའི་ གོང་འཕེལ་དང་ ཞི་བདེ་ དགའ་སྤྱིད་ཚུ་ འབྱུང་བཅུག་
ཟེར་བའི་ སྤོན་འདེབས་ཕུལ་མ་ཨིན།



གཞུང་གི་ཡན་ལག་གསུམ་ཐ་དད་དང་ཕྱག་འགན།



མཐུན་ལྷན།

དྲུག་པོ་མེད། འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དྲིམ་གཞི་གཞུང་གི་ ཐོ་མ་ལུག།

བཅུད་དོན།

ང་བཅས་རའི་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་ལོ་རྒྱུ་ཀུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ རབས་བྱུང་ ༡༡ པའི་གནམ་ལོ་མེ་འབྲུག་ལོ་ལུ་ ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་ གདན་ས་བོད་ར་ལུང་ལས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ཕྱོན་ཞིན་མ་ལས་ དུས་རབས་ ༡༢ པའི་ནང་ རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ཁོ་རའི་མངའ་དབང་ལུ་བསྐྱུས་ཏེ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ རབས་བྱུང་ ༡༡ པའི་གནམ་ལོ་ ལུགས་ལོས་ལྷམ་ ༣ པའི་ཆེས་ ༡༡ ལུ་ ཞབས་བྱུང་དག་དབང་ནམ་རྒྱལ་མཆོག་གིས་ བསྐྱེད་སྤྱོད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལུགས་ཆོས་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་ཆེ་མཁན་དང་ སྤྱི་ལོ་དབུ་ཁྲིད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལོ་ལོ་བཅུགས་གནང་པའི་རྒྱུ་ལུ་ གོ་ཤིམ་འབད་ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ལེགས་པའི་འཕྲུར་བ་ལུ་བརྟེན་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༢ ལུ་ འབྲུག་རྒྱལ་དང་པ་ གོང་ས་ལོ་རྒྱུ་དབང་ཕྱག་མཆོག་གིས་ རྒྱལ་བརྒྱུད་ཀྱི་གཞུང་དབུ་བརྟེན་ཞིན་མ་ལས་ད་ལྟོ་ གྱི་བར་ན་ མི་སྤྱོད་དཔལ་འབྱོར་དང་གོང་འཕེལ་ ཁྲིམས་དང་དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་འཕྲུར་བ་ལུ་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་མཐུན་གསལ་མེ།

ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཡང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ལམས་ལུགས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་ ༣ པ་ འཛིགས་མེད་ཨོ་

རྗེ་དབང་ཕྱག་མཆོག་གིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༣ ལུ་ གཞུང་གི་ཡན་ལག་གསུམ་གྱི་ནང་གསལ་ལས་ ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་སྤྱོད་སྤྱོད་ རྒྱལ་ཡོངས་ཆོག་ལུ་ཆེན་མོ་གཞི་བཅུགས་གནང་བའི་རྒྱུ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལུ་ ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་མོ་ཆ་འཛིགས་གྲུབ་གནང་ཅུག་ ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་མོའི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ མི་སེར་ཚུ་གི་ རྩོད་བཤེར་ནང་ བདེན་ཚུན་གྱི་སྤང་ཁར་འདེབས་ཏེ་ རྩེད་ཁྲིམས་གནང་ནི་དང་ རྩེད་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཞབས་ཏོག་ཚུ་ལུ་མི་དབང་མཆོག་གིས་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལུ་འགོ་དང་པ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ཁྲིམས་དཔོན་ནམ་ རྩེད་པོན་བསྐོ་བཞག་གནང་ཅུག་

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ ལུ་ མི་དབང་མཆོག་གིས་ ཆེ་མཐོའི་ཁྲིམས་འདུན་གཞི་བཅུགས་གནང་སྤྱོད་ རྩེད་ཁྲིམས་ལྷན་སྤྱོད་འདི་ འཛིན་སྐྱོང་ལས་ འཛིན་སྐྱོང་གི་དབང་ཆ་དང་ཐ་དད་སྤྱོད་བཟོ་གནང་བའི་རྒྱུ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་ འཛིགས་མེད་སངས་གོ་དབང་ཕྱག་གིས་ཆབ་སྤྱོད་སྐྱོང་བའི་སྐྱོ་ཐོག་ལུ་ ༢༠༠༡ ལོར་ ཆ་འཛིགས་གྲུབ་མི་ འབྲུག་གི་ཞི་ཆུང་དང་ཉེས་ཆུང་བའི་གནང་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྲིམས་དེབ་ཀྱི་ ༣ ནང་གསལ་ ཁྲིམས་སྤྱོད་རང་དབང་ལ་གསལ་སྤྱོད་བཞག་གནང་བའི་ནང་གསལ་ ཁྲིམས་སྤྱོད་འདི་ ཆོགས་འདུ་ཆེན་མོ་དང་གཞུང་སྐྱོང་ཐ་དད་ཡིན་མ་མཚན་ དེའི་མཛུན་སྐོ་

༡ རྒྱལ་ཡོངས་དཔལ་ལྷན་ཆེན་མོ་ཆེན་པོ་མེད་ལྷན་ཆེན་པོ་མེད་ཀྱིས་མཛུན་པའི་འབྲུག་གི་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་སྤྱོད་མེ་ལས།

༢ དྲུག་པོ་མེད་ཐག་ལུ་ དྲོས་ཏེ་དཔལ་ལྷན་གསལ་མི་ཉུ་༡།

༣ དྲོས་ཏེ་ ༢ པའི།



བསྟར་སྤྱོད་ལུ་རང་དབང་ཡོངས་རྫོགས་ཡོད་པའི་ཁར་ ཁྲིམས་ཀྱི་
འདུན་ས་ཆ་མཉམ་གྱི་འབྲུག་ཆོད་ཚུ་ གཞུང་སྤྱོད་ལས་བསྟར་སྤྱོད་
མཇེད་དགོ་པའི་འགན་ཁུར་བཀའ་ལ་གནང་རྟུག་ འདིའི་རྩེ་སུ་
བབུང་སྟེ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ལུ་ དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་
གཞི་བཙུགས་དང་འབྲེལ་ ཆ་འཛིག་གྲུབ་པའི་ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་
༤ རྩ་གསལ་ གཞུང་གི་ཡན་ལག་གསུམ་གྱི་སྐོར་ལས་ གསལ་
རི་རི་སྟེ་འཁོད་འདི་ཡོད། འདི་ཡང་ འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྟེ་དང་
ཁྲིམས་བཅོམ་སྟེ་ ངང་ཁྲིམས་ལྷན་སྟེ་གསུམ་ཡིན་པའི་ཁར་
ཁོང་ལྷན་སྟེ་འདི་ཚུ་གི་རང་དབང་ཡང་ཐ་དད་ཡིན་མཁས་ལས་ ཅུ་ཁྲིམས་
ཆེན་མོ་འདི་ནང་བཀོད་པའི་བྱ་བ་ཆོད་ཚུ་མ་གཏོགས་ གཅིག་
གིས་དབང་ཆ་དང་གཅིག་གིས་ཉམ་འཛུལ་འབད་མི་ཆོག་ཟེར་
ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ ད་ཚུ་ན་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ མི་དབང་
ཡབ་སྲས་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་བཀའ་སློབ་དང་ལམ་སྟོན་བཟང་པོའི་སྒོ་
ལས་ རང་སེའི་ལྷན་སྟེ་ར་ཕོག་པའི་འགན་འཁུན་དང་ཁག་འགན་
ཚུ་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་སེར་ལུ་
ཕན་ལུ་ཆེ་བའི་ཕྱག་ལཱ་སྤྱོད་ཆོག་མཁས་གནང་དང་གནང་བཞིན་ཏུ་ཡོད་
མི་ཚུ་ མི་སེར་ཡོངས་ཀྱིས་མཁྱེན་གསལ་ཆེ་བའི་ཁར་ ཅུ་ཁྲིམས་
ཆེན་མོའི་དགོངས་དོན་ནང་ ལྷན་སྟེ་འདི་གསུམ་གྱི་དབང་ཆ་དང་
ཁག་འགན་ཚུ་ཁ་གསལ་སྟེ་ གཤམ་གསལ་བཀོད་པ་དེ་ཡང་།

འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྟེ་འདི་དབང་ཆ་དང་འགན་འཁུན་ ཁག་འགན།
འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྟེ་འདི་དབང་ཆ་དང་ འདིའི་འགན་འཁུན་ཚུ་ ཅུ་
ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་“ནང་གསལ་བཀོད་ཡོད་མི་ནང་ལས་ མདོར་
བསྟུས་ཏེ་དོན་ཆོད་དག་པ་ཅིག་ལུ་བཅོན་ འཛིན་སྐྱོང་གི་དབང་
ཆ་དེ་ སྟོན་ཆེན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་ཐོག་ སྟོན་པོ་ཚུ་ཚུད་པའི་ལྷན་རྒྱུས་
གཞུང་ཚོགས་ལུ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ ལྷན་སྟེ་འདི་ཕྱག་འགན་ཚུ་ཡང་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་བཙན་གྱི་ཉེན་སྐྱོབ་དང་མཐའ་བཙན་ གཞུང་
སྐྱོང་ལེགས་ལྷན་ མི་སེར་གྱི་ཞི་བདེ་དང་ བདེ་སྤང་ བདེ་སྤྱོད་

དག་འཛིན་ཡོད་པ་ངེས་གཏན་བཅོལ་གོ་ཡིན་མཁས་ཆོད་ འབྲུག་
རྒྱལ་པོ་མཆོག་གིས་རྒྱལ་སྤྱིའི་འབྲེལ་དོན་བཙུགས་པའི་སྤྱི་ཉིད་ཀྱི་
མཇེད་སྒོ་སྐྱོང་བའི་སྐབས་ ལྷན་རྒྱུས་གཞུང་ཚོགས་ཀྱིས་ འབྲུག་
རྒྱལ་པོ་མཆོག་ལུ་དཔུང་གོ་གས་དང་གོ་ས་འབྲུལ་ཕུལ་དགོས་ཡིན་
པའི་ཁར་ འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྟེ་གིས་ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་
ཁྲིམས་དང་ ཡང་ན་ རྒྱབ་དབང་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་གང་རུང་ཅིག་
གི་དགོངས་དོན་མ་མཐུན་པ་ ཡང་ན་ དེ་ཚུ་བསྟུར་བཙུགས་སམ་
བྱུང་པར་འགྱུར་སྟེ་པ་ ཡང་ན་ ཆ་མེད་འགྱུར་སྟེ་པའི་འཛིན་
སྐྱོང་བཀའ་རྒྱ་ རྒྱབ་བསྟུགས་སམ་ བཙའ་ཡིག་ བན་བསྟུལ་
ཚུ་གང་ཡང་གནང་ནི་མེད་པ་ཡིན་པས།

ཁྲིམས་བཅོམ་སྟེ་འདི་དབང་ཆ་དང་འགན་འཁུན་ ཁག་འགན།
ཁྲིམས་བཅོམ་སྟེ་འདི་ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་དགོངས་དོན་ནང་
གསལ་ སྤྱི་ཚོགས་ཟེར་ཡིན་མཁས་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ཅུ་ཁྲིམས་
ཆེན་མོའི་“ནང་ཁ་གསལ་སྟེ་བཀོད་ཡོད། འདི་ནང་ འབྲུག་རྒྱལ་
པོ་མཆོག་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་སྟེ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་
བཙས་ཚུད་པ་ཡིན་པས་ སྤྱི་ཚོགས་འདི་ལུ་ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་
ནང་གསལ་ལྟར་ ཁྲིམས་བཅོམ་འདི་དབང་ཆ་དང་ཡོངས་རྫོགས་ཡོད་པ་
ཡིན་མཁས་བརྟེན་ འདི་གི་འགན་འཁུན་དང་ཁག་འགན་ཚུ་ཡང་
ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ནང་གསལ་ལས་ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱག་འགན་ངོ་མ་
སྟེ་ཕུས་དང་གནད་དོན་ དཔུང་ཡིག་ཚུ་དང་ཁྲིམས་ཡིག་གཞན་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཇེད་སྒོའི་བརྟུན་ཞིབ་ཚུ་ མི་དམངས་བསྟུར་
ཞིབ་ཐོག་ལས་ གཞུང་གིས་ མི་སེར་གྱི་རེ་འདོད་བསྟུང་ནི་དང་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐའ་དོན་ཉེན་སྐྱོབ་འཐབ་ཚུགས་པ་ངེས་གཏན་བཅོལ་
ནི་ཡིན་པས།

༤ ཅེ་ཆེན་ ༡ པའི་དོན་ཆེན་ ༡༢ པར།
༥ ཅེ་ཆེན་ ༢༠ པར།

༤ ཅེ་ཆེན་ ༡༠ པར།



དང་ཁྲིམས་ལྟན་སྒྲུབ་པའི་དབང་ཆ་དང་འགན་འཁུན་ལག་འགན།
དང་ཁྲིམས་ལྟན་སྒྲུབ་པའི་སྐོར་ལས་ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་ལྷན་ཁག་གསལ་སྤྱོད་དེ་ཡོད། འབྲུག་གི་ཁྲིམས་སྒྲུབ་པའི་དབང་འཛིན་འདི་
ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ མཛེན་མཐོ་དང་ ཆེ་མཐོ་ རྒྱུ་ལག་ དུང་ལག་
ཁྲིམས་འདུན་བཅས་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ཡོད་པ་
ཡིན། ཁྲིམས་འདུན་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་འགན་དོ་མ་ཡང་ ཁྲིམས་ཀྱི་
རིང་ལུགས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྫོགས་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་
དང་ དང་ཁྲིམས་སྒྲིན་ཐབས་འཕེལ་རྒྱས་གཏང་ནི་ལུ་ འཛིགས་
སྤྱད་དང་ ཡང་ན་ མཐུན་འགྱུར་ འོས་མེད་ བསྐྱར་འགྱུར་
མེད་པར་ དང་སྟོམས་དང་རང་དབང་གི་བདག་སྲོང་ཐོག་ལས་
དང་ཁྲིམས་ཀྱི་ཉེན་སྲུང་དང་བཅི་བཀྲར་བྱ་དགོས་ཡིན།

གོང་གི་ལྟན་སྒྲུབ་གསུམ་གྱི་ འགན་འཁུན་དང་ལག་འགན་ འགན་
ཁུར་ཚུ་ལ་གསལ་སྤྱོད་ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་
ལས་ གཅིག་གི་དབང་ཆ་དང་ནང་གཅིག་གིས་ཉམ་འཛུལ་འབད་མ་
ཆོག་པ་ཡིན་པའི་ཁར་ རང་སེའི་ལཱ་གི་བྱ་བ་ཆད་དང་འགན་འཁུན་
དང་ལག་འགན་ཚུ་སྤྱོད་ནི་དང་ དགག་བཤེར་དང་ཆད་མཉམ་
རྒྱུ་སྲོང་འཐབ་ནི་དོན་ལུ་ཡིན།

གོང་ལུ་གསལ་བ་བཞིན་ བཅུད་དོན་བསྐྱེད་ཏེ་བྱ་བ་ཅིན་ སྤྱི་
ཆོགས་ཀྱིས་ རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་སེར་ལུ་ཕན་ལུ་ཆེ་བའི་ཁྲིམས་
གསལ་བ་བཅུ་མ་ནི་དང་ རྟིང་མ་ཚུ་ ཉུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་དཔལ་

༡ ཅ་ཚན་ ༢༡ པར།

འཕྲོར་གོང་འཕེལ་གྱི་གོམ་པ་དང་བསྐྱེད་ ལེགས་བཅོས་ཀྱི་ཐོག་
ལས་འབྲི་སྟོན་མཛད་དེ་ ལུས་སྒྲིན་ཅན་ཅིག་བཟོ་གནང་ནི་ཡིན་
པས།

དང་ཁྲིམས་ལྟན་སྒྲུབ་གིས་ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་ འབྲེལ་ཡོད་
ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་ གོ་དོན་ཚུ་དོན་འབྲེལ་གནང་སྟེ་ གཞུང་དང་
མི་སེར་གྱི་ རང་སེའི་ཐོབ་དབང་དང་འགན་འཁུན་ཚུ་ བདེན་ཚུན་
གྱི་དབྱེ་བཤེར་མཛད་ལུགས་ཚུ་ འབྲུན་ཆོད་ཐོག་ལས་གནང་བའི་
རིགས་ འཛིན་སྲོང་ལྟན་སྒྲུབ་གིས་བསྐྱར་སྤྱོད་མཛད་ནི་ཡིན་པས།

གོང་ལུ་གསལ་བ་བཞིན་ ལྟན་སྒྲུབ་གསུམ་གྱིས་སྤྱོད་གཞུང་གི་དོ་བོར་
གྲུབ་ཡིན་མ་ལས་བཞེན་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆའི་
ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་བཞེད་དང་འབྲེལ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་དམིགས་
ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་བཅོན་དང་ བདེ་སྲུང་ གཅིག་མཐུན་
དང་གཅིག་སྒྲིལ་ ཞི་བདེ་དང་བདེ་སྲིད་ རྟེན་གཞི་ཚུ་གི་མཐའ་
དོན་ལུ་ གནས་སྐབས་ཀྱི་གོས་བསྐྱེད་དང་མོས་མཐུན་གྱི་ཐོག་
ལས་ རྒྱལ་ལཱ་མཛད་དགོས་པ་འདི་གལ་ཅན་ཅིག་སྟེ་ མཇུག་
ཡིན་པས་ཟེར་བྱ་ནི།

༢ ལྷོ་ཆེས་ ༢༡-༠༥-༢༠༡༡ ལུ་ལྷོ་ཆེན་དང་པའི་འཛུགས་ཐབས་འདུན་པའི་སྐོར་
འབྲེན་དྲུག་འབྲེལ་ལུ་གནང་བའི་གསུང་འགྲུལ་ནང་གསལ།

འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཙན་མ་གིས་

འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་དམིགས་ལུལ་གྲུབ་ཡོད་མེད་?



བསོད་ནམས་ཆེ་རིང་།
ཁྲིམས་དྲན་འགོ་དཔོན། རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ།

ངོ་སྤྱོད།

ང་བཅས་རའི་སྤྱི་ཚོམ་ཙན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་
ནང་ དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ ཞབས་བྱུང་དག་དབང་རྣམ་
རྒྱལ་མཆོག་ སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོ་ལུ་ ཆིབས་ཁ་ལྟོ་ལུ་བསྐྱར་ཞིན་མ་
ལས་རྒྱུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་སྤོ་སེམས་ཆོས་ལུ་
འཇུར་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་གནས་མཐའ་དབྱས་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་
ཆུབས་གནང་པ་མ་ཆད་ ལྷག་པར་དུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཞི་བདེ་དང་
སྤྱི་ཏམས་སྤོང་སྟེ་ མི་སེར་གར་ གངས་བར་ནང་གི་རྒྱ་འབྲུང་
སྤྱི་བར་ནང་གི་ཉིམ་བསྟོ་ དགའ་བའི་བོ་འཆམ་ སྤྱི་པའི་གྲུ་
ལེན་ཏེ་ དགའ་སྤྱི་ཀྱི་ངང་ལུ་ ཅི་སྤྱི་འཁོར་བ་གནམ་གནས་ཀྱི་
བར་དུ་ གནས་ཐབས་ལུ་ ར་ལུང་མེད་ལུ་ལུང་དང་ རྟོ་ཁྲིམས་
མེད་ལུ་ཁྲིམས་བཅུགས་ཏེ་ འབྲུག་ཆོས་ལུན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་
ལུ་ རྟ་སྤོ་གི་ཁྲིམས་མེན་པར་ བྱ་སྤྱུ་མནན་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་
ཀྱི་གཞི་རྩ་སྤྱི་གལ་རྣམ་གཞག་གིས་མ་ཆད་པར་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
འདི་ནང་ མི་ལོ་བཞི་བརྒྱ་གི་སྤོ་ལས་ ཆོས་སྤྱི་ལུགས་གཉིས་
ཀྱི་སྤོ་ལ་འགོ་བཅུགས་གནང་རུག།

སྤྱི་ལོ་༡༩༠༢ ལུ་ འབྲུག་པའི་མི་སེར་དང་ གཞུང་དག་
འདུན་ དཔོན་ཁག་ ཆ་མ་ཏམ་གྱིས་མགྱོན་དབྱངས་གཅིག་གི་
སྤོ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ འབྲུག་རྒྱལ་དང་པ་ གོང་ས་ཨོ་རྒྱན་
དབང་ལྷག་འབྲུག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་རབས་དང་པ་སྟེ་ གསེར་

ཁྲིམས་འགས་མཛད་ཞིན་མ་ལས་ སྤར་ལས་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་
ཚུ་ ལེགས་བཅོས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ མི་ཏམས་གོང་འཕེལ་དང་ཏམས་
པ་སེར་རྒྱུད་མཛད་དེ་ རྒྱལ་བརྒྱུད་རིམ་བྱོན་རྒྱུ་གིས་ རིམ་གྱིས་
སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་དམངས་གཙོའི་གཞི་འབྲུག་བཅུགས་གནང་མ་
དང་འབྲེལ་ རྒྱལ་ལོ་ལུ་གཅིས་པ་འབངས་དང་ འབངས་ཀྱི་རེ་
བ་བདེ་སྤྱི་དང་ བདེ་སྤྱི་ཀྱི་རྩ་བ་ཁྲིམས་ཟེར་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཞི་བདེ་
དང་དགའ་སྤྱི་ལུ་དམིགས་ཏེ་ སྤྱི་ལོ་༡༩༥༣ ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་
ཆོགས་འདུ་ཆེན་མོ་གཞི་བཅུགས་གནང་བའི་རྩེས་སུ་ ཆོགས་འདུ་
ཆེན་མོ་ནས་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལུ་ ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་མོ་ཆ་འཛིག་
གྲུབ་གནང་སྟེ་ ད་རུན་ མི་ལོ་བཅུ་ལྷག་དག་པ་ཅིག་གི་ནང་འཁོད་
ལུ་ བཅའ་ཁྲིམས་༡༩༦༠ ལྷག་པ་ཅིག་བཅུ་མས་བསྐྱེགས་འབད་
ཡོད་པའི་ནང་གསེས་ལས་ འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་གྱི་བཅའ་
ཁྲིམས་ཅིག་ཡིན། དེ་ཡང་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ཆ་འཛིག་གྲུབ་སྟེ་
ལོ་དྲུག་ཙམ་མ་སོང་སྟེ་སྤྱི་ལུ་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་བཅུངས་གཉིས་
འབྲི་སྟོན་མཛད་པའི་ཁར་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ དམངས་གཙོའི་
གཞུང་འགོ་བཅུགས་ཞིན་མ་ལས་ བཅའ་ཁྲིམས་མང་རབས་
ཅིག་གི་ནང་ལས་ ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ཁྱད་དུ་
འཕགས་པའི་ཁྲིམས་ཅིག་ལུ་འཇུར་ཡོད་པ་ཡིན།



འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས།

མ་གཞི་ ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ འབྲུག་གི་སྤྱི་
ཚོགས་དང་པའི་ཚོགས་ཐངས་ལྔ་པའི་ནང་ལུ་ སྤྱི་ཚོགས་ལྷན་
བཞུགས་ཐོག་ལས་ ཆ་འཛོགས་གྲུབ་ཡོད་རུང་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་
རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་འགོ་མ་བཟུགས་པའི་
སྤྱ་གོང་ལས་ བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་ ལྷོ་མོན་ལ་བཞི་འབྲུག་གི་ལྗོངས་འདི་ནང་ ཞབས་བྱུང་
རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ལུགས་གཉིས་
འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་ཁྲིམས་ལུགས་འགོ་བཟུགས་པའི་སྐབས་
ལས་རང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ གྲ་ཆང་དང་དགོ་འདུན་ ལྷ་ཁང་
དང་ཆོས་སྡེ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུ་འདུན་ལུ་ ཏམ་ཁུ་འདི་རིགས་ རྩ་ལས་
རང་ལག་ལེན་འཐབ་མཆོག་པ་སྡེ་ཡོད་མི་དེ་ འབྲུག་མི་ཡོངས་
ཀྱིས་མཁྱེན་གསལ་ཆེ་མེར་ཁུ་ཞི་ཡིན།

འབྲུག་པའི་མི་སེར་ཚུ་ ཆོས་སེམས་དང་ལྷན་མི་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་
བརྟེན་ གར་གིས་ཏམ་ཁུ་འདི་ ནང་པའི་ཆོས་ནང་ལས་འབད་
རུང་མ་བདུ་བ་ཡིན་པའི་ཁར་ གསོ་བའི་ཁ་བྱུག་ལས་འབད་རུང་
ཏམ་ཁུ་སྤྱི་དམ་ལས་བརྟེན་གཞུགས་ཁམས་ལུ་གཞོན་སྤྱོད་སྤྱོད་
ཡོད་པ་ལས་ སྤྱི་ལོ་༡༩༤༠ ལས་འགོ་བཟུགས་ཏེ་ གསོ་བའི་
ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཁ་བྱུག་ལས་ ཏམ་ཁུ་གིས་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་
བསྟེན་ལུ་གཞོན་ཏེན་སྤྱོད་ཡོད་པའི་རྩ་སྤྱོད་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་
ཏམ་ཁུ་སྤྱི་དགོ་པའི་ཐབས་ལམ་ལེ་ག་རང་བསྟན་པའི་ཁར་ ལོ་
བསྐྱར་བཞིན་ཏུ་ འཛམ་གླིང་ཏམ་ཁུ་མེད་པའི་ཉེན་མ་བཅུ་སྤྱང་
འབད་ནི་ཚུ་ཡང་འགོ་བཟུགས་ཀྱིས།

དེ་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྤྱི་ལོ་༡༩༩༡ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་
འདུ་ཆེན་མོའི་ཚོགས་ཐངས་ ༡༠ པའི་སྐབས་ལུ་ ཐེམ་ཕུག་
རྫོང་ཁག་གི་འབྲུས་མི་ཅིག་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་སངས་
རྒྱས་གཉིས་པ་ཨོ་རྒྱུན་གྱི་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་

གནང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ གསོ་བའི་ཁ་བྱུག་ལས་
འབད་རུང་ཏམ་ཁུ་འདི་གིས་གཞོན་ཏེན་སྤྱོད་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱལ་
ཁབ་ནང་ལུ་ ཏམ་ཁུ་སྤྱི་དམ་ལུ་ བཅོང་ནི་ཚུ་བཀག་དམ་འབད་
དགོ་པའི་གྲོས་འདེབས་ལུ་མི་ལུ་ འབྲུས་མི་མང་རབས་ཅིག་
གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དེ་ དུས་ལུ་ན་རིང་མོ་སྟེ་རང་གྲོས་བསྐྱར་
གནང་པའི་ལུ་ལུ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་མཆོག་གིས་
བཀའ་སློབ་བཞིན་ ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་གིས་ གཞུང་གི་ཁ་བྱུག་
ལས་ ཅི་ཤེས་གང་ལྟོགས་ཀྱིས་ཐོག་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་ཏེ་
རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ཏམ་ཁུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དེ་ག་དེ་དག་དྲག་
མར་ཕབ་འབད་ཐབས་ལུ་ ཤེས་ཡོན་གོ་བཟང་ཚུ་ ཤེས་རིག་དང་
གསོ་བའི་གཞུག་སྟེ་ཚུ་གིས་འབད་དགོ་པ་སྟེ་གྲོས་ཆོད་གྲུབ་གནང་
ཀྱིས།

ད་རུང་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་ཚོགས་ཐངས་ ༡༣
པའི་ནང་ལུ་ སྤྱི་ལོ་མ་གོང་དང་བཅོན་ཏྲུག་གི་འབྲུས་མི་ཚུ་གིས་
སྤྱི་ལོ་རྫོང་ཁག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ཏམ་ཁུ་མར་ཕབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་
ཚུ་ལུ་ རོས་ལེན་དང་ཡིད་རངས་ཡོད་པའི་གྲ་ མི་སེར་གྱིས་ཁ་
བྱུག་ལས་ ཏམ་ཁུ་འདི་རིགས་རྩ་གཏན་ནས་བཀག་དམ་འབད་
དགོ་པ་དང་ ཡང་ན་ ཁྲལ་བརྒྱུ་ཆ་ ༥༠ རེ་བཀའ་དགོ་པའི་
གྲོས་འཆར་ལུ་ཡོད་པ་དང་འབྲེལ་ ཚོགས་འདུ་གིས་ སྤྱོད་མ་
ཚོགས་ཐངས་ ༡༠ པའི་གྲོས་ཆོད་གྱི་ ད་རུང་ གྲ་ཆང་དང་
གཞན་ཆོས་སྡེ་ལག་ དེ་ལས་ མི་དམངས་གསོ་བའི་ལས་ཁུངས་
ཀྱི་ཁ་བྱུག་ལས་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ ཏམ་ཁུ་གིས་ཆོས་དང་ གཞུགས་
ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ལུ་གཞོན་ཡོད་པའི་སྐོར་ གོ་བཟང་འཕྲོ་མཐུད་
སྟེ་ལུ་དགོ་པའི་གྲོས་ཆོད་གྲུབ་ཀྱིས།

ཏམ་ཁུ་འདི་དཔྱད་ཡིག་བྱིན་གྱིས་འགོ་བཟུགས།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་གི་ཚོགས་
ཐངས་ ༤༢ པའི་ནང་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་གྱི་གཞི་
བཀོད་མཐུན་གྲོས་ནང་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཡང་འབྲུས་མི་སྟེ་ཆ་



འདྲི་གསུམ་པའི་ཁར་ ཚོགས་ཁང་ནང་ ཏམ་ཁུ་འདི་ བང་པའི་
 ཚོས་ལུགས་ལས་འགལ་བའི་ཁར་ གཞུགས་ཁམས་དང་གསོ་
 པའི་ཁ་སྒྱལ་གསལ་ཡང་མ་བརྟུབ་ལེ་གཤམ་པའི་སྐོར་ལས་ གོས་
 བསྐྱར་མཐོལ་ཕྱིན་མཛད་པའི་ཨེས་སུ་ ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་
 འཇུག་མི་ཚུ་གིས་ སྤོན་མ་ལས་ཨོང་ཁག་ ༢༠ ལས་ ཨོང་ཁག་
 ༡༥ ཀྱིས་ཏམ་ཁུ་བཀག་དམ་འབད་ཡོད་པའི་ལྷག་ལུས་ཨོང་ཁག་
 ཀཉིས་ལས་མེད་པ་ལས་ ཨོང་ཁག་ ༢༠ ཅེས་ཏམ་ནང་ ཏམ་
 ཁུ་ཉོ་བཙོང་ནི་འདི་འབད་མ་ཆོག་པ་སྟེ་ བཀག་དམ་གནང་ནིའི་
 གོས་ཆོད་གྲུབ་མ་ཆོད་ བསྐྱན་རྒྱུ་ལྷན་ཁག་ལུ་ མིང་རང་རྒྱང་
 སྐེར་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ནང་འབྲེན་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ ཁྲལ་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠
 ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ ལུ་ཡར་སང་འབད་དེ་བཀག་དགོ་པའི་གོས་
 ཆོད་གྲུབ་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་
 འགོ་ཐོག་འབྱུང་རུག

ཚེགས་ཐངས་ བའི་གྲོས་ཚད་ལྟར་ བསྟན་ཆུས་ལྟན་ལག་
 གིས་ ལྷལ་ཡར་སངས་འབད་བའི་ཁར་ མི་དམངས་ས་ཁོངས་ཚུ་འི་
 བན་ ཏམ་ཁུ་སྟོན་མ་ཚོགས་སྡེ་ ལྷལ་བསྐྱེད་གས་འབད་ཡོད་པ་དང་
 རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་མཐར་འབྲེལ་
 ཅན་སྡེ་སྐྱབས་ཐབས་ལུ་ གསོ་བའི་ལྟན་ལག་གིས་འགོ་འདྲེན་ཐོག་
 ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་གྱི་ཚོགས་ཚུང་དང་ རྫོང་ལག་
 ཚུ་ནང་ལུ་ཡང་ཚོགས་ཚུང་ཚུ་གཞི་བཙུགས་འབད་ལུག

ད་དང་གཅིག་ཁར་ གསོ་བའི་ལྷན་ཁག་གིས་འགོ་འདྲན་ཐོག་ལུ་
 སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལས་ ༢༠༠༩ ཚུན་ གསོ་བའི་ལྷན་ཁག་
 གིས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལས་སྡེ་མང་རབས་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་
 བསྟུན་དང་ ཞལ་འཛོམས་ཚུ་གནང་མ་མ་ཆད་ འཛམ་གླིང་གསོ་
 བའི་ཚོགས་སྡེ་དང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་གཞི་བཀོད་
 མཐུན་གྲོས་བྱུང་ཆེན་ཡིག་ཆ་དང་ཚུ་ནང་ལས་ རོགས་རམ་དང་
 ལམ་སྟོན་ཚུ་ལེན་ཏེ་ འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་གྱི་དབྱན་ཡིག་
 གི་ཟིན་བྲིས་བཀྲ་བ་གནང་ནུག

འབྲུག་གི་ཏཱ་ལྷ་ཏན་འཛིན་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་ཆ་འཛིན།

འབྲུག་གི་ཏཱ་ལའ་བོ་དྭ་གི་དཔྱད་ཡིག་བེད་བྱས་དེ་ རྒྱལ་
ཡོངས་ཚོགས་སྡེའི་ཚོགས་ཐངས་ ༣ པའི་ནང་ལུ་ གསུང་གོས་
གནང་སྟེ་ཆ་འཛིན་གྲུབ་ཞེས་པ་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུ་
ལུ་ ཕུལ་ཡོད་མི་འདི་ རོན་ཚན་ ༡༠ དེ་ཅིག་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་
ཚོགས་འདུ་གིས་ཆ་འཛིན་གྲུབ་མ་ཚུགས་པ་ལས་ དཔྱད་ཡིག་
འདི་ སྤྱི་ཚོགས་ལྷན་བཞུགས་ནང་བཅུགས་ཏེ་ གོས་བསྐྱར་རྒྱས་
ཤིང་རྒྱས་པ་འབད་གནང་པའི་ཤུལ་ལུ་ དཔྱད་ཡིག་འདི་ འབྲུག་
གི་ཏཱ་ལའ་བོ་དྭ་གི་བཙའ་བྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་སྟེ་ཆ་
འཛིན་གྲུབ་སྟེ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ཟླ་ ༤ པའི་ཆེས་ ༢ པུ་མི་
དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པའི་གསེང་གི་མངའ་གསོལ་གི་ཉེན་མ་དང་
འབྲེལ་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

འབྲུག་གི་ཏཱ་ལྷ་ཌམ་འཛིན་གྱི་བཙའ་ཁྲིམས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༠
ཅན་མའི་དགོངས་དོན་གཤམ་ཅན་ཚུ།

བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ནང་བསྡུས་ཀྱི་ལེའུ་ ༡༢ དང་དོན་ཚན་ ༦༠
འདུག་པའི་ནང་གསལ་ལས་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་གི་ལེའུ་བདུན་པ་
དོན་ཚན་ ༢༥ ལས་ ༢༤ པ་དང་འཁྲིལ་མ་ད འཕྲུག་གི
ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཀོད་ཚོགས་གཞི་བཙུགས་འབད་བའི་ཁར་
ལེའུ་བརྒྱད་པའི་དོན་ཚན་ ༢༩ ལས་ ༣༢ དང་འཁྲིལ་མ་
ད འཕྲུག་སྒྲིུ་ཚུ་བཀག་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་ བསྟར་སྟོན་འབད་
དགོ་བ་སྡེ་བཀོད་དེ་འདུག། བཅའ་ཁྲིམས་དེ་གི་དམིགས་དོན་གཙོ་
བོ་རང་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྲུབ་ཐབས་ལུ་
མི་སྡེའི་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ལུ་ཕན་ཐབས་དང་ ཏམ་ཁུ་
སྟོན་མི་ཚུ་གིས་ ནང་པའི་ཆོས་དང་ཕྱིའི་གཞུགས་ལུ་གཞོན་སྟོན་
བཀག་ཐབས་ དེ་ལས་ འཕྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ཏམ་
ཁུ་དམ་འཛིན་གཞི་བཀོད་ཀྱི་མཐུན་གྲོས་ལུ་ རོས་ལེན་དང་རྒྱབ་
སྟོར་འབད་ཐབས་ལུ་ཨིན་པས། བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ནང་ དོན་
ཚན་ཁག་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ གཙོ་བོ་རང་ མི་



དམངས་འཛིན་པ་མཉམས་སྦྲེལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ལྟར་ཁྲིམས་ཁྲུང་མཆོག་པའི་
སྐོར་དང་ཉེས་ཆད་ དེ་ལས་ འབྲུག་གི་ཕྱི་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་ཕྱི་
ཆོན་བདུན་པའི་དགོངས་དོན་ལྟར་ རང་སོའི་སྐོར་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་
ལུ་ ཁྲིམས་མཐུན་ཐོག་ཏུ་ཁྲིམས་ཁྲུང་ཁྲིམས་ཁྲུང་འབྲེལ་
འཐབ་ལུགས་ དེ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཏམ་ཁྲུང་ཉེ་བཅོལ་དང་
བཅོས་སྐྱོན་ བཞོ་བཀའ་སོགས་ཕྱི་གཏན་ལས་བཀག་དམ་འབད་ནི་
ཡིན་པ་དང་ གཞུང་གི་ཁྲུག་ལས་ ཏམ་ཁྲུང་ལུ་ཡང་ཤོར་ཐབ་མི་
ཚུ་ལུ་ ཏམ་ཁྲུང་གཙང་ཐབས་ཀྱི་རྒྱལ་རམ་འབད་དགོ་པའི་ཁར་
ཏམ་ཁྲུང་གི་གོད་ཉེན་ཚུ་གི་སྐོར་མི་མང་ལུ་གོ་བདེ་སྤེལ་དགོ་པ་དང་
ཞིབ་འཇོལ་ཚུ་འབད་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་འདུག

འབྲུག་གི་ཏམ་ཁྲུང་ཁྲིམས་འཛིན་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ཅན་མ་དང་བསྟར་སྤྱོད།

བཅའ་ཁྲིམས་འདི་བསྟར་སྤྱོད་གྲུབ་ཐབས་ལུ་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་
གི་དོན་ཆོན་ ༥༢ པ་ལྟར་ ལས་སྡེའི་ཁྲུག་ལས་ བཅའ་
ཡིག་ཟེན་ཟེན་བཏབ་མི་འདི་ བཞོད་ཆོགས་ཀྱིས་ འབྲུག་གི་ཏམ་
ཁྲུང་ཁྲིམས་འཛིན་གྱི་བཅའ་ཡིག་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ཅན་མ་ཟེར་ ཆ་
འཛིན་གཞན་སྟེ་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ནི་འགོ་
བཙུགས་ཅུག

བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ འོ་གཅིག་མ་སོང་མ་ལས་
བཅའ་ཁྲིམས་འདི་དེ་དོན་ཆོན་དག་པ་ཅིག་ལས་བཞེན་ ལྷབས་མ་
བདེ་བའི་གནས་སྤངས་བྱུང་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་དུ་ བདེ་བཟུང་
དང་ ཁྲོམ་སྟེ་ཁག་གི་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ཉོགས་བཤད་བཞོད་པའི་
རྒྱུ་སྤྲུལ་ཁྲིམས་དེ་ གཤམ་འཁོད་དོན་ཆོན་ཚུ་ལས་བཞེན་ མི་
དམངས་ཡོངས་ཀྱིས་སྐོས་བསྟར་འབད་བའི་གནས་སྤངས་ཅིག་ལུ་
འགྱུར་སོང་ཅུག

དང་པ་ དོན་ཆོན་ ༡༡ པའི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བཅའ་
ཁྲིམས་འདི་བསྟར་སྤྱོད་འབད་བའི་ཉེན་མ་ལས་འགོ་བཟུང་
འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ཏམ་ཁྲུང་ཁྲིམས་ཀྱི་ཚུ་རང་ཡིན་ཅུང་

འབྲུགས་སྤྱོད་དང་ བསྟར་སྤྱོད་ བཅོས་སྐྱོན་ མཐོང་སྤྱོད་ བཞོ་
བཀའ་དང་ ཉེ་བཅོལ་ཚུ་ཕྱི་གཏན་ལས་འབད་མ་ཆོག་པའི་ཁར་
བཀག་དམ་ལས་འགལ་བའི་གནད་དོན་རེ་འབྱོན་པ་ཅིན་ དོན་
ཆོན་ ༥༠ པའི་དགོངས་དོན་ལྟར་ ཉེ་བཅོལ་མ་གཏོགས་གཞན་
ཉེས་འགལ་ཚུ་ལུ་ ཉེས་ཁྲིམས་ འོ་གསུམ་ལས་ལྷ་གི་བར་ན་
ཕྱགས་པ་ཡིན་པ་ད་ དོན་ཆོན་ ༥༡ པའི་དགོངས་དོན་ལྟར་ ཉེ་
བཅོལ་འབད་བ་ཅིན་ ཉེས་ཁྲིམས་ འོ་གཅིག་ལས་གསུམ་ཚུ་
ཕྱག་ནི་དང་ གལ་སྲིད་ཏམ་ཁྲུང་བཀའ་སྤེལ་འབད་མི་གིས་ཁྲིམས་
དང་འབྲེལ་ གསལ་སྟོན་མ་འབད་བ་ཅིན་འདི་ལུ་ཐེབས་ ཉེས་
ཁྲིམས་འོ་གསུམ་ལས་ འོ་ལྷ་ཕྱགས་སྟེ་འདུག

གཉིས་པ་ལུ་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་དེ་དོན་ཆོན་ ༡༢ དང་ ༡༣
པའི་ནང་གསལ་ མི་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཏམ་ཁྲུང་ཁྲིམས་
བཞོད་ཆོགས་ཀྱིས་བཅོ་བའི་ཆད་གཞི་དང་འབྲེལ་ ཅུ་ཁྲུབ་དང་
ཆོང་ཁྲུབ་ཚུ་བཏབ་སྟེ་ བདེ་བཟུང་འབད་ཆོག་པ་དང་ དོན་ཆོན་
༡༤ པར་ ཁྲུབ་བཏབ་པའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་སྟོན་དགོ་པའི་འགན་
དབང་འདུག དེ་ཡང་ དོན་ཆོན་ ༥༢ པའི་དགོངས་དོན་བཞིན་
གལ་སྲིད་ ཁྲུབ་ཕྱགས་སྤྱོད་པའི་འབྱུར་འཛིན་སོགས་སྟོན་ནི་མེད་
པ་ཅིན་ བཞོད་ཆོག་གི་གྲངས་སྤྱོད་ཚུ་དཔ་ལས་ དེ་ལུ་ཉེས་ཁྲིམས་
འོ་གསུམ་ལས་ལྷ་ཚུན་ཕྱགས་པ་ཡིན་པས། དོན་ཆོན་ ༥༤ པའི་
ནང་གསལ་ གལ་སྲིད་ ཏམ་ཁྲུང་ཏམ་ཁྲུང་ཁྲུང་ཁྲུང་གི་ཆོད་
བཞོ་ཆད་གཞི་ལས་འགལ་བ་ཅིན་ བཞོད་ཆོག་གི་གྲངས་སྤྱོད་
ནི་ཡིན་པ་ལས་ ཉེས་ཁྲིམས་ཡང་ འོ་གསུམ་ལས་ལྷ་གི་བར་ན་
ཕྱགས་ནི་ཡིན་པས།

གསུམ་པ་ལུ་ ཏམ་ཁྲུང་ཁྲིམས་འཛིན་བཞོད་ཆོགས་ཀྱིས་ རང་སོའི་
སྐོར་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ བདེ་བཟུང་འབད་ཆོག་པའི་ ཏམ་ཁྲུང་
ཁྲིམས་ཀྱི་ཆད་གཞི་དེ་ འབྲུག་གི་ཏམ་ཁྲུང་ཁྲིམས་འཛིན་གྱི་བཅའ་
ཡིག་གི་དོན་ཆོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པ་ཡིན་པ་ད་



དེ་ཡང་ མི་དགུ་ཅིག་གིས་སྒྲིང་རེ་ལུ་ ཏམ་ཁུ་སྒྱུད་ནིའི་རིགས་
 ཏམ་ཁུ་གཙུང་རྟོག་(Cigarette) ཏང་ཏམ་ཁུ་གཙུང་རྟོག་(Bidi)
 ཚུ་ཡིན་པ་ཅིན་ གཙུང་རྟོག་ ༢༠༠ ཏང་ ཏམ་ཁུ་འབྲིལ་དུམ་
 (Cigar) ཡིན་པ་ཅིན་གཙུང་རྟོག་ ༣༠ དེ་ལས་ གཞན་ཏམ་
 ཁུ་གི་རིགས་ཡིན་པ་ཅིན་ གྲུང་མ་ ༡༥༠ རྒྱུང་མ་གཅིག་ནང་
 འབྲེན་འབད་ཆེག་པ་དང་ འདི་ཚུ་ནང་འབྲེན་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་
 རྒྱུལ་ཁབ་གྱི་ཁྲིམས་མཐུན་འཇུག་སྒྲིཊ་ཚུ་ནང་གསལ་སྒྲིཊ་འབད་དེ་
 བཅོང་ཁལ་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠༠ ཏང་ ཆོང་ཁལ་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠༠
 བསྐྱེམས་གྱི་ནང་འབྲེན་ཁལ་ ༢༠༠ བཏབ་དགོས་པ་ཡིན་མ་ལས་
 རྒྱུལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ཅ་ན་མ་ཚུ་གི་ཁྲལ་ལས་ཁལ་གྱི་བརྒྱུ་ཆ་མཐོ་
 ཞོས་འདི་ཏམ་ཁུ་ནང་འབྲེན་འབད་མི་ལུ་ཐོགས་པ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ གླིལ་ ༢༠༡༡ ཟླ་ ༡ པའི་ནང་ འགོ་
དང་པ་ དགེ་སློང་ཅིག་གིས་ ཏམ་ཁུ་སྤྱོད་ནི་འདི་རིགས་ བསྐྱེམས་
གྱི་ཚད་གཞི་གསུ་རམ་ ༤༥ གསལ་སྟོན་མ་འབད་བའི་ཁར་
ཁྲལ་བཏབ་པའི་འཕྲོར་འཛིན་ཚུ་ཡང་སྟོན་ནི་མཉམ་ལས་ ཏམ་
ཁུ་ཉེ་སའི་ས་སྤོ་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཕྱི་ཁར་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་
བྱུང་མ་ལས་ མ་གཞི་ཏམ་ཁུ་འདི་ཁོང་དང་ སྐར་སྤྱོད་གྱི་དོན་ལུ་
ཡིན་ཟེར་གསལ་ཡོད་རུང་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་འདི་དོན་ཚུ་ ༥༢
དང་ ༥༤ གི་དགོངས་དོན་ལྟར་ བཙོན་ཁྲིམས་ ལོ་ ༣ རིགས་
པའི་ཁར་ གླིལ་ ༢༠༡༡ ལོ་ལུ་ ཏམ་ཁུ་ནག་ཚོང་དང་འབྲེལ་
བའི་ཉེས་ཚུང་བསྐྱེམས་ ༥༠ དང་ དེ་ནང་འབྲེལ་བཡོད་པའི་མི་
ངོ་ ༩༢ འཛིན་བཟུང་འབད་བའི་ཁར་ གླིལ་ ༢༠༡༢ ལུ་
ཉེས་ཚུང་ ༤༡ དང་ མི་ངོ་ ༥༠ འཛིན་བཟུང་འབད་དགོཔ་བྱུང་
ཅུག་ འདི་འབདམ་ལས་བརྟེན་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ བརྟེན་བརྒྱུད་
དང་ མི་དམངས་མང་རབས་ཅིག་གིས་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་རྩལ་
བྲག་དང་དམ་བྲགས་ཅིག་ཡིན་པའི་ཉེགས་བཤད་བཀོད་པའི་ཁར་
དེ་གིས་འབྲུག་གི་མི་སྡེ་ནང་ལུ་ བཙོན་བསྐྱར་དང་གྲོས་བསྐྱར་ཚུ་
རྒྱ་ཆེན་སྤེལ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་རྒྱུང་མ་

གཅིག་མེད་པར་ འཛམ་གླིང་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་བདེ་བརྒྱད་པ་ཚུ་གིས་
ཡང་ བདེ་བརྒྱད་ནང་ལུ་བསམ་འཆར་ཚུ་བཀོད་ཡོད་པ་ཨིན།

བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ལུ་འཕྲི་སྟོན་ཐངས་དང་པ།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལུ་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ གཞན་བཅའ་ཁྲིམས་
 ག་དང་ཡང་མ་འདྲ་བའི་སྔོན་ལ་ བཅའ་ཁྲིམས་བསྟར་སྤྱད་འབད་དེ་
 ལོ་གཅིག་ལྷག་པ་ཅིག་གིས་ནང་ལུ་ ཚབས་ཆེན་གྱི་དབྱེད་ཡིག་སྟེ་
 འཕྲི་སྟོན་གྱི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་སྤྱི་ཚེགས་དང་པའི་ཚེགས་ཐངས་
 ༤ པའི་ནང་ལུ་འཕྲི་སྟོན་མཛུགས་ཡོད་པ་ད་ འཕྲི་སྟོན་ནང་ དོན་
 ཚུན་ ༡༢ པའི་ཚད་གཞི་བཟོ་ཞིའི་དབང་ཆ་འདི་ སྤྱི་ཚེགས་ལུ་
 གནང་སྟེ་ སྤྱི་ཚེགས་ཀྱིས་ སྟོན་མའི་ཚད་གཞི་ཚུ་ཡར་སང་འབད་
 ཡོད་མི་དེ་ཡང་ བཅའ་ཁྲིམས་དེ་གི་ཟུར་སྒྲགས་ནང་གསལ་ མི་
 རོ་རེ་གིས་ གླུ་མེ་ལུ་ ཏམ་ཁུ་ ཡང་ན་ ཏམ་ཁུའི་འཕྲོན་སྤྱད་
 ཏམ་ཁུ་གཙུང་དྲོག་(Cigarette) འབད་བཟུན་ གཙུང་དྲོག་
 ༢༠༠ ལས་ ༣༠༠ ལུ་ཡར་སང་དང་ ཏམ་ཁུ་གཙུང་དྲོག་
 (Bidi) ཡིན་པ་ཅིན་ གཙུང་དྲོག་ ༢༠༠ ལས་ ༥༠༠ དང་ དེ་
 བཟུམ་སྟེ་ ཏམ་ཁུ་འདྲིལ་དུམ་(Cigar) ཡིན་པ་ཅིན་གཙུང་དྲོག་
 ༣༠ ལས་ ༥༠ དང་ ཏམ་ཁུ་གཞན་གྱི་རིགས་ཚུ་ཡིན་པ་ཅིན་
 གྲུ་རམ་ ༡༥༠ ལས་ ༢༥༠ ལུ་ ཡར་སང་མཛུགས་ནང་ནུག

དེལས་བཅའ་ཁྲིམས་འདིའི་དོན་ཚན་ ༥༡ ມາດຕະ ພິດས་
 ຂໍ້ ༥ ກົດໝາຍ་ ༥ ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ
 ༥ ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ
 ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ
 ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ ༥ ມາດຕະ ພິດ

ཉི་མའི་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ རོན་ཚུ་ ༡༡ ། ཁྱེད་ཀྱི་ སའི་ནང་
 མི་ངོ་གཅིག་གིས་ ཉམ་ཁུ་དང་ཉམ་ཁུའི་རིགས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་
 འཁོད་ལུ་ ཉེ་བཅོེ་འཐབ་པ་ཅིན་ ཐང་ཀར་བུ་ རོན་ཚུ་ ༥༡
 སའི་དགོངས་རོན་ལྟར་ བཀའ་སྲུང་འབད་མའི་འབྲུང་ཁུངས་



སྤྱི་ཤིང་པ་ཅིན་ ཉེས་ཁྲིམས་ ལོ་ ༡ ལས་ ༣ ཚུན་དང་
མེད་པ་ཅིན་ ཉེས་ཁྲིམས་འདི་གུ་ ཉེང་བཀལ་ ལོ་གསུམ་ལས་
ལྷ་གི་བར་ན་ཐེབས་ཡོག་མི་ཡིན་ཅུང་ འཕྲི་སྤྱོད་ནང་ལུ་ རོན་ཚུན་
༥༡ པའི་དགོངས་དོན་ལྟར་ གཤམ་སྤྱི་དམ་ཁུའི་རིགས་ཚུ་ ཚོད་
གཞི་ལས་ལྷག་སྟེ་བཞི་བཏབ་ཚུན་གྱི་ནང་འཁོད་ཡིན་པ་ཅིན་ ཉེས་
ཁྲིམས་ལོ་ ༡ ལས་ ༣ ཚུན་དང་ དེ་ལས་མང་པ་ཅིན་རྒྱུང་མ་
གཅིག་ ཉེས་ཁྲིམས་ལོ་ ༣ ལས་ ༥ གི་བར་ན་ཐོགས་པ་སྟེ་ཡིན་
པས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཁྲལ་བཏབ་པའི་ཡིག་ཆ་མེད་མི་ལུ་ཡང་ ཉེས་
ཁྲིམས་སོ་སོར་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ འདི་བཟུམ་གྱི་དོན་ཚན་གསལ་པ་
ལེ་ཤ་རང་བཟུགས་གནང་ཅུག

བཙའ་ཁྲིམས་འདི་འཕྲི་སྤྱོད་འབད་བའི་ཤུལ་ལུ་ འབྲུག་སྤྱོད་མ་
བཀག་འཛིན་དབང་འཛིན་གྱིས་ ཉེ་མ་ཡོད་པའི་བཙའ་ཡིག་དང་
སྤྱི་གཞི་ཚུ་བསྐྱར་བཟོ་འབད་དེ་གོ་དེ་ཚུ་གསུམ་གྱི་ཆ་འཛིག་གནང་
ཐོག་ བཙའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་སྤྱོད་ ༢༠༡༢ ཅན་མ་དེ་ཡང་
བསྐྱར་སྤྱོད་མཛེད་གནང་ཅུག

བཙའ་ཁྲིམས་འདི་ལུ་འཕྲི་སྤྱོད་ཐེངས་གཉིས་པ།

ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཙའ་ཁྲིམས་ཀྱི་འཕྲི་སྤྱོད་བཙའ་ཁྲིམས་སྤྱི་
ལོ་ ༢༠༡༢ ཅན་མ་འདི་ བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་
ད་ཅུང་བྱ་སྐབས་མ་བདེཝ་འཐོན་མ་ལས་ སྤྱི་ཚུགས་གཉིས་པའི་
ཚུགས་ཐེངས་ ༢ པའི་ནང་ འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཙའ་
ཁྲིམས་འཕྲི་སྤྱོད་མཛེད་པའི་སྐབས་ལུ་ སྤྱི་ཚུགས་འཕྲི་སྤྱོད་དང་པའི་
ནང་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་ལས་ ཉེས་ཆད་དང་ཉེས་ཁྲིམས་ཚུ་ རྟོད་
ཡངས་སྟེ་བཟོ་གནང་སྟེ་ ཉེས་ཆད་ཀྱི་དོན་ཚན་ལེ་ཤ་རང་གསལ་པ་
དང་ འཕྲི་སྤྱོད་མཛེད་དེ་ བཙའ་ཁྲིམས་འདི་སྤྱོད་ ༢༠༡༥ ཟླ་
༡ པའི་ཆེས་ ༥ ལས་འགོ་བཟུགས་ཏེ་ བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་མི་
འདི་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་དང་འཐབ་བཞིན་དུ་འདུག

འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཙའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་
མའི་སྤྱོད་ལས་ བསམ་འཆར།

མ་གཞི་གོང་གསལ་བཙའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དམིགས་དོན་ངོ་མ་རང་
འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་མེད་ཚུ་ ༡ པ་དང་ ༩ པའི་
དགོངས་དོན་ཚུ་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་གསོ་བའི་སྤྱི་དབྱུས་
ཀྱི་དམིགས་དོན་ དེ་ལས་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་གྱི་
གཞི་གོང་མཐུན་ཤོས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ རྒྱལ་
ཁབ་ནང་ ཏམ་ཁུ་སྤྱོད་མི་ཚུ་གིས་ ནང་པའི་ཆོས་དང་ མི་སྤྱིའི་
གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གཉིས་ལུ་ གནོད་སྐྱོན་སྤོང་ཡོད་
པའི་ངོས་འཛིན་དང་ དེ་ཚུ་མར་ཕབ་འབད་ཐོག་ འབྲུག་པའི་མི་
སེར་ཚུ་གི་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ ཕན་བདེའི་དོན་ལུ་
བཟོ་སྟེ་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྤྱོད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་དམིགས་དོན་
གྲུབ་ཐབས་ལུ་ཡིན་པས། ཡིན་ཅུང་ བཙའ་ཁྲིམས་འདི་ཆ་འཛིག་
གྲུབ་པའི་རྒྱུ་སྤྱུ་ལག་ལེན་འཐབ་ད་ ངམ་དྲགས་ཅིག་ཡིན་ནི་འདི་
གིས་ འཕྲི་སྤྱོད་ཚར་གཉིས་རེ་མཛེད་པའི་ཤུལ་ལུ་ བཙའ་ཁྲིམས་
ཀྱི་དམིགས་དོན་ཚུ་གྲུབ་ནི་ལུ་ ཉ་ཅང་གིས་གནོད་ལེན་ཅིག་ལུ་
འགྱུར་ཏེ་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

དེ་ཡང་ སྤྱི་ཚུ་མ་བཞོད་ཚུགས་ཀྱིས་ཏམ་ཁུ་དང་ ཏམ་ཁུའི་རིགས་
ཀྱི་ཚད་གཞི་བཟོ་བའི་སྐབས་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་དམིགས་དོན་ཚུ་
གྲུབ་ཐབས་ལུ་ དཔེར་ན་ མི་ངོ་རེ་གིས་ ཉེན་མ་རེ་ལུ་ ཏམ་
ཁུ་ དུམ་འགྲིལ་མཐོ་ཤོས་ གཞུང་དོག་ ༤ ལྷག་པ་ཅིག་འབྲུང་
ནི་གི་གནང་བ་མ་གནང་ཅུང་ ད་ལྟོ་འཕྲི་སྤྱོད་གཉིས་པའི་སྐབས་
ལས་ མི་ངོ་རེ་གིས་ ཉེན་མ་རེ་ལུ་ ཏམ་ཁུ་ འདྲིལ་དུམ་མཐོ་
ཤོས་ གཞུང་དོག་ ༤༠ དེ་ཅིག་སྤྱོད་ཚུགས་སྟེ་བཟོ་ཡོད་པ་
དང་ དེ་བཞིན་ཏམ་ཁུའི་རིགས་གཞན་བཟའ་ནི་དང་བཏབ་ནི་ཚུ་
ཡང་ ཚད་གཞི་གནམ་མེད་ས་མེད་མཐོ་དྲག་སྟེ་ཡར་སེང་གནང་
མི་ལུ་བཟུ་བ་ཅིན་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་བཙའ་ཁྲིམས་འདི་གིས་ བཙའ་
ཁྲིམས་འདིའི་དམིགས་གཏད་ལས་ ཐད་ཀར་དུ་འགལ་བའི་ཁར་



དེ་གིས་ ཏམ་ཁུ་ནག་ཚོང་འཐབ་ནི་ལུ་ཡང་ རྩ་སྐབས་བདེ་ཏོག་ ཏོ་བཟོ་བཟོལ་བཟུམ་མཐོང་མ་ལས་ འབྲུག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་ མི་ཚུ་གིས་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ལུ་འཕྲི་སྡོན་གནང་མ་དུ་ དེ་གི་ དམིགས་དོན་དང་འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་ ཐུགས་ཁུ་ལུ་ག་དེ་སྤྱེ་བསྐྱམས་ ཅིག་ག་ ཟེར་བའི་དྲི་བ་ཡང་བཀོད་དགོཔ་འདུག་ དེ་ཡང་ དང་ པ་ ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་འདི་ཞིབ་འཛོལ་ ཐོག་ མི་དོ་ཏམ་ཁུ་སྤྱོད་མི་ཚུ་ལུ་ ཏམ་ཁུ་འདི་ག་དེ་དག་དྲག་མར་ སུ་བཟུབ་ཚུགས་ནི་ལུ་དམིགས་ཏེ་བཟོ་བའི་ཁར་ ཏམ་ཁུ་འདི་ཚད་ གཞི་མར་ཉུང་སུ་སྤྱེ་བཞག་དགོམ་འདི་ཡང་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ གི་དམིགས་དོན་གཙོ་བོ་རང་ ཏམ་ཁུ་ལག་ལེན་མར་སུ་བཟུག་དོན་ ལུ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ གི་ཚད་གཞི་ལུ་བཟུ་ བཅེན་ ཏམ་ཁུ་འདི་ཚད་གཞི་འདི་ཞིབ་འཛོལ་གི་མཐོང་སྣང་གཞི་ མེད་པའི་ཁར་ ཚད་གཞི་གནམ་མེད་ས་མེད་འཕོར་ཆེ་དྲག་བཟོ་སྤྱེ་ ཡོད་པ་ལས་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་དམིགས་གཏང་ལས་ འགལ་ དོ་བཟུམ་བཟུམ་མཇལ་མ་མས་ཟེར་བུ་ནི་ཡིན།

དེ་མ་ཚད་ ད་རུང་ འཕྲི་སྡོན་གི་དོན་ཚན་གསུམ་པའི་ནང་ལུ་ཡང་ མི་དམངས་འཛོམས་ས་ཏམ་ཁུ་མ་པ་ལས་འབྲུང་མ་ཚོགས་སྤྱོད་ མི་དམངས་འཕྲི་སྡོན་མཇུག་དེ་ དེ་ལྟོ་འབདལ་ད་ གཙུག་སྤྱེ་དང་ ཐ་ བ་ སྤྱོད་ཐུ་ ལྷ་ཁང་ རྒྱུ་གཞི་ དགོ་འདུན་ཐུ་ཚད་མོགས་ ཀྱི་གཙུག་སྤྱེ་ཚུ་གིས་ཡང་ ཏམ་ཁུ་འབྲུང་སའི་ས་སྤྱོད་བཟོ་ཆོག་པའི་ ཁར་ རྒྱ་ཚོང་འཐབ་མི་ཚུ་གིས་ ཐོངས་གསུམ་མ་འཐབ་ཚུན་ ཚོད་ ཉེས་ཆད་དུ་མ་གྲུ་འཕེལ་མ་ཐོགས་པ་ལས་ དེ་གིས་ ཏམ་ ཁུ་འབྲུང་མི་ཚུ་གི་མཐའ་དོན་དང་ ཐོབ་དབང་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུ་ སུ་ཐོགས་པ་མ་གཏོགས་ གཞན་ཏམ་ཁུ་མ་འབྲུང་མི་ཚུ་གི་ཐོབ་ དབང་དང་ ཏམ་ཁུ་སྤྱོད་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་དང་ མར་སུ་ འབད་ནི་ ལྷག་པར་དུ་ཡང་ ང་བཅས་རའི་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ ཉེས་དམིགས་དང་ལམ་སྤྱོད་ཚུ་ལུ་ གྲུས་ཞབས་མེད་པ་བཟུམ་གི་ མཐོང་སྣང་བྱུང་མ་མས་ཟེར་བུ་ནི་ཡིན།

དེ་ལས་ ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཀོད་ཚོགས་དང་ འབྲུག་སྤྱི་ཇུས་ བཀག་འཛིན་དབང་འཛིན་དང་ གཞན་ཡང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ པའི་ལས་སྤྱེ་ གསོ་བའི་ལྷན་ཁག་གིས་ཁ་ཐུག་ལས་ཡང་ དེ་ལྟོ་ ཚུན་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་དེ་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཞིབ་འཛོལ་ དང་ བཟླ་ཞིབ་ ཐོ་བཀོད་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ལུ་འབྲུག་པ་ ཏམ་ཁུ་ཡང་ཤོར་ཐལ་མི་ཚུ་ལུ་མར་སུ་འབད་ནི་དང་གཙང་ནི་དེ་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ དེ་དང་འདི་ཡིན་ཟེར་བའི་སྤྱོད་མི་མཇལ་བས་ ཟེར་བུ་ནི། འདི་འབདལ་ལས་བཟླེན་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ དོན་ སྤྱོད་ཅན་སྤྱེ་ལག་ལེན་དང་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ཐབས་ལུ་ ཁྲིམས་ བཟོ་ལྷན་སྤྱེ་དང་ འཛིན་སྤྱོད་ལྷན་སྤྱེ་གཉིས་ཆར་གིས་ བཅའ་ ཁྲིམས་འདི་དམིགས་དོན་དོ་མ་གྲུབ་ཐབས་ལུ་ ཐུགས་བསམ་རྒྱ་ ཆེས་སྤྱེ་བཞེས་དགོཔ་འདུག་ཟེར་མཁོ་ས་མས།

གྲོས་འདེབས།

འབྲུག་གི་ཏམ་ཁུ་དམ་འཛིན་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་འདི་ དོན་སྤྱོད་ཅན་སྤྱེ་ལག་ལེན་དང་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ནི་དེ་ཐབས་ལམ་ གཤམ་གསལ།

༡༽ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ལུ་འབྲུག་པའི་དགོངས་དོན་ལྷར་ ཏམ་ ཁུ་ལུ་ཡང་ཤོར་ཐལ་མི་ཚུ་དོན་ལུ་ སྤྱོད་བཅོས་དང་ ཏམ་ཁུ་ ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚུ་གིས་མར་སུ་འབད་ནི་དང་ གཙང་ནི་དེ་ ལམ་སྤྱོད་དང་ཐབས་ལམ་ཚུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གསོ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ ཡོད་ས་དང་ ལྷོ་བཟུ་ནང་ གང་མཚུགས་བསྟན་དགོཔ་འདུག་

༢༽ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་དམིགས་དོན་ཚུ་མཐིལ་ཕྱིན་གྲུབ་ ཐབས་ལུ་དང་ ལྷག་པར་དུ་ མ་འོངས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཏམ་ ཁུ་དམ་འཛིན་གི་ལས་སྤྱོད་དང་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་འགྱོ་ མི་དོན་ལུ་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་དོན་ཚན་ ༢༡ པའི་དགོངས་ དོན་ཚུ་བསྟར་སྤྱོད་ཐོག་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ཏམ་ཁུ་སྤྱོད་མི་ལས་ གཞན་ཉེན་ལུ་བཟླེན་པའི་བཟླ་ཞིབ་ལས་རིམ་ཚུ་གཞི་བཟུགས་ འབད་དགོཔ་དང་ དེ་ཚུ་བསལ་ཐབས་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ལམ་ ལུགས་ཚུ་གཞི་བཟུགས་འབད་དགོཔ་འདུག་



༣༽ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་བསྟར་སྤྱོད་མཐིལ་ཕྱིན་ཡོངས་རྫོགས་འབད་ཐབས་ལུ་ བསྟར་སྤྱོད་འབད་མི་བཀོད་ཆོགས་དང་ འབྲུག་སྤྱི་མཆོག་གི་འཛིན་དབང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་ཐུག་ལས་གཞན་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་དང་མཉམ་ ཡུན་བརྟན་གྱི་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དགོཔ་དང་ དེ་ཚུ་ལུ་ ཉམ་ཁུ་དམ་འཛིན་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ནང་ སྤྱོད་བཟར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་ཅག་གནང་དགོཔ་འདུག།

༤༽ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ལུ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལུ་མཇུག་པའི་འཕྲི་སྟོན་དོན་ཚན་ ༣ པ་དེ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་བྱེད་ཐུང་ཐོག་ ཉམ་ཁུ་འབྲུང་པའི་ས་སྤོ་ག་ཅི་བབྱམ་ནང་བཟོ་ཆོག་པ་ཡིན་ན་ དེའི་སྐོར་ཁ་གསལ་སྤྱོད་དགོཔ་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

༥༽ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ཚལ་མའི་འཕྲི་སྟོན་དོན་ཚན་ ༡༠ པའི་དགོངས་དོན་ལྟར་ ཟུར་སྤྲུགས་ནང་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་ཚུ་ འབྲས་མི་ཚུ་གི་ཐུགས་འཆར་རྒྱུ་གཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་ནི་མཉམ་པར་ ཚད་གཞི་འདི་ཚུའི་འོས་འབབ་ཡོད་མེད་དང་ གཞན་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་འབད་ཡོད་པའི་སྤྱུ་བྱེད་ཚན་གྱི་ཞིབ་འཇོལ་ནང་ ཉམ་ཁུ་གི་ཚད་གཞི་ག་དེ་ཅིག་གིས་གཟུགས་ཁམས་ལུ་གཞི་ད་སྟོན་མངམ་སྤྱོད་ཐུག་ཡིན་དང་ ཉམ་ཁུ་ལུ་ལང་ཤོར་ཐལ་མི་ཚུ་གིས་ ཚད་གཞི་ག་དེ་ཅིག་ལྷན་ཅིག་ནང་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན་ དེ་ཚུའི་ཞིབ་རྟོག་ཚུ་འབད་ཐོག་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ནང་བཙུགས་པ་ཅིན་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་དམིགས་དོན་ཚུ་གྲུབ་ནི་ལུ་ཡན་ཐོགས་སྤྱོད་འབྲུང་ནི་མས་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

མཇུག་སྟེན།

གོང་ལུ་གསལ་བ་བཞིན་ བཅའ་ཁྲིམས་ག་ཅི་བབྱམ་རང་བཟུམ་རུང་ འགོ་དང་པ་ གནད་དོན་ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་ བཅའ་ཁྲིམས་དགོཔ་ཡིན་ན་ དེའི་གྲོས་བསྟར་དང་དབྱེད་བྱེད་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་མཇུག་དགོཔ་འཁེལ་ ལྷག་པར་དུ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་ སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འབྲས་མི་ཚུ་གིས་ ཆོགས་ཁང་ཆེན་མོའི་ནང་ ཉམ་ཁུ་གི་བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གཞན་ཁྲིམས་ག་ཅི་བབྱམ་ཡིན་རུང་ ཚུ་མ་བཞུལ་ཟམ་པའི་སྤྲུག་དང་ ལ་མ་བཞུལ་ལབ་ཆུའི་སྤྲུག་ཟེར་དོ་བབྱམ་ བཅའ་ཁྲིམས་ཚུ་ ཆ་འཛོག་མ་གནང་མའི་ཉེ་མར་ བཅའ་ཁྲིམས་དེ་གི་ དམིགས་དོན་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་ཐུགས་ཁར་བསྐྱམས་ཏེ་ གྲོས་བསྟར་ཚུ་ མིང་གཅིག་དང་གཉིས་ ཁ་ལྷགས་དང་ དབང་ཆ་ སྤོང་དོན་གྱི་ཁེ་ཕན་སོགས་ལུ་མ་གཟིགས་པར་ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་དམིགས་དོན་ཚུ་ ག་དེ་སྤྱོད་འབྲུབ་ཚུགས་པ་ག་ མི་སྤྱོད་པ་ཕན་གཞོད་ཚུ་ ག་དེ་སྤྱོད་པ་ག་ཚུ་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ ཆ་འཛོག་གནང་དགོཔ་འདི་ཉ་ཅང་གིས་གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན་མས་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན། དེ་ཡང་ མཉོ་བསམ་ སྤོང་མ་བཏང་ན་མཁས་པ་དང་ འཕྲོད་པ་ལུ་ལས་བསྟེན་ན་བྱུན་པོ་ཟེར་བའི་དཔེ་གཏམ་བབྱམ་ མི་མང་ཡོངས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ སྤོང་མ་ལས་ཐུགས་བཞེད་ཡང་དག་གི་ཐོག་ལས་གནང་དགོཔ་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།



ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བདེའི་ལས་རིམ།



མཐར་ཕྱིན།

དྲུག་པོ། འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་པོ། རིམ་ལུག།

བཅུད་དོན།

ཁྲིམས་ཀྱི་དམིགས་དོན་དང་དགོས་པ་ངོ་མ་རང་མི་སྡེ་ནང་ལུ་ སྤྱི་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཞི་བདེ་དང་རྟེན་གཞི་ སྤྱི་ཉིད་འབྱུང་ བྱེད་དོན་ལུ་ཨིན། མི་སྡེ་ནང་ལུ་ ཞི་བདེ་དང་བདེ་སྤྱོད་ རྟེན་ གཞི་ཚུ་མེད་པ་ཅེན་ མི་སྡེའི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་སྒྲུ་ དང་ལས་རིམ་ཚུ་ག་ནི་ཡང་འབད་མི་ཚུ་གས། འདི་འབད་མཁའ་ལས་ བརྟེན་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་ འཛིགས་མེད་སངས་ཀྱི་དབང་ ལྷག་མཚན་གསུ་ རྒྱལ་པོ་ལུ་གཅེས་པ་འབངས་དང་ འབངས་ཀྱི་ རེ་བ་བདེ་སྤྱོད་ བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་རྩ་བ་ཁྲིམས་ཨིན་ཟེར་གསུངས་གནང་ ཅུག།

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་མཚན་གྱི་བླ་མ་ཆེ་ལས་འབད་རུང་ ཁྲིམས་འདི་^༡ ང་བཅས་མི་རེ་རེའི་བཞིན་དུ་གིས་ ཡུད་ཅམ་ ཅིག་ཡང་མེད་པར་དབུགས་གཏོང་ལེན་འབད་བའི་རྒྱུ་བབྱམ་ ཅིག་ཨིན། ཡོད་པ་ག་གིས་ཡང་མི་ཤེས་ མེད་པ་དུ་ སློག་ ལུ་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ ང་བཅས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ དབུགས་གཏོང་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ སྤྱི་དབྱེད་འབད་བ་མེད་དོ་བབྱམ་ ཁྲིམས་ལུ་གསུ་ཞབས་དང་བརྩེ་བཀྱར་སྒྲིག་ལས་ ཆ་གནས་འབད་

དགོས་པ་མ་ཚད་ སྤང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ་ནས་ཀྱང་ ཁྲིམས་དང་ ཁྲིམས་སྡེའི་ལས་ལུགས་ ལཱ་འགན་ཚུ་གི་སྒྲོར་ལས་ མི་སེར་ཚུ་ གིས་ཤེས་རྟོགས་ཡར་དུ་ག་གཏང་དགོས་པའི་སྒྲོར་ བཀའ་སློབ་ གནང་ཅུག། དེ་འབད་མཁའ་ལས་བརྟེན་ ང་བཅས་རའི་མི་སེར་གར་ གིས་ རྒྱུ་བབྱམ་སྡེ་ ཁྲིམས་ཡང་ངེས་པར་དུ་ཁག་ཆེ་ཨིན་མ་ མཁུན་ནི་འདི་གལ་གནད་ཅན་ཅིག་ཨིན་ཟེར་བྱ་ནི།

གཞུང་གི་ཡན་ལག་གསུམ་ཐ་དད་དང་ལྷག་འགན།

རྩིས་ལྷན་ གཞུང་གི་ཡན་ལག་གསུམ་ཐ་དད་དང་ལྷག་འགན་ནང་ གསལ་བ་བཞིན་^༢ གཞུང་གི་ཡན་ལག་གསུམ་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྡེ་ དང་ ཁྲིམས་བཅོམ་སྡེ་ སྤང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ་གསུམ་ཨིན་པའི་ ཁར་ ཁོང་ལྷན་སྡེ་ཚུ་ཡང་ རང་དབང་ཡང་ཐ་དད་ཨིན་མཁའ་ བརྟེན་ ལྷག་འགན་ཚུ་བཅུད་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་བྱ་བ་ཅེན་ སྤྱི་ཚོགས་ ཀྱིས་ རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་སེར་ལུ་ཕན་ཅུ་ཆེ་བའི་ཁྲིམས་གསལ་ བཅུ་ནི་དང་ རྟིང་མ་ཚུ་ དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་དཔལ་འབྱོར་ གོང་འཕེལ་གྱི་གོམ་པ་དང་བསྐྱུན་ ལེགས་བཅོས་སྒྲིག་ལས་འཕྲི་ སློན་མཛད་དེ་ ཅུས་སྤྲོད་ཅན་ཅིག་བཅོམ་གནང་ནི་ཨིན་མ་དང་ སྤང་ ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ་གིས་ རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ཁྲིམས་ དང་འབྲེལ་ གོ་དོན་འབྲེལ་གནང་སྟེ་ གཞུང་དང་མི་སེར་གྱི་ རང་སྲིད་སྒྲིག་བཅུད་དང་འགན་འཁུ་ བདེན་ཚུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྟེ་

^༡ ཁྲིམས་ལུ་བྱེད་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་ཐོས་པ་ཞུས་ཀྱི་ལྷན་སྡེ་ རྩ་ཁྲིམས་ ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲོར་གྱི་དྲུག་གསལ།

^༢ ལྷན་སྡེ་ ༡༢/༠༦/༢༠༡༠ ལྷན་སྡེ་པའི་དང་ཁྲིམས་ཏུ་ཕྱི་ཤེས་ལུ་འཛུམས་ རྩ་གནང་པའི་གསུང་ཐུན་གནང་མི་དྲུག་གསལ།

^༣ གོང་གི་ལྷན་སྡེ་ལྷན་སྡེ།



གནང་ཞིན་མ་ལས་འབྲུག་ཆོད་གནང་མི་ཚུ་ འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྡེ་
གིས་ཚུལ་མཐུན་བསྟར་སྟོང་མཛད་གནང་ནི་ཡིན་པས།

གོང་ལུ་གསལ་བ་བཞིན་ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ དགའ་
སྦྱོང་དང་ ཞི་བདེ་འབྱུང་ཐབས་ཀྱི་ཕ་བ་འདི་ཁྲིམས་ཁོན་ཡིན་མ་
ལས་བརྟེན་ གཞུང་གི་ཡན་ལག་གསུམ་གྱིས་ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་
ཁྲིམས་གསར་པ་བཟུམས་གནང་མི་ཚུ་མི་སེར་གྱིས་ཤེས་ནིའི་
དོན་ལུ་ ཐབས་ཤེས་ཚུ་ཡང་གཞུང་གིས་རང་སྤྱིག་གནང་དགོང་
པས། འདི་ཡང་གཏེ་སྤྱི་སྤྱོད་ཐོབ་པ་ཅིན་ ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་ཙུ་

「Ignorance of law is no excuse」 ང་ང་འབྲེལ་མ་དང་
ང་བཅས་འབྲུག་པའི་མི་སེར་ཡོངས་ཀྱིས་ ང་བཅས་རའི་ཁྲིམས་
ཚུ་ཤེས་ནི་གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན། གལ་སྲིད་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ཁྲིམས་
ཤེས་རྟོགས་མེད་པར་ཁྲིམས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ལཱ་ཅིག་འབད་
ཡར་སོང་པ་ཅིན་ རྩོད་བཤེར་ཁྲིམས་འདུན་ཐུག་པའི་སྐབས་
ལཱ་ངན་འབད་ཡར་སོང་མི་དེ་ ཁྲིམས་འགལ་ཡིན་མ་ཤེས་རྟོགས་
མེད་པ་ལས་བརྟེན་ཡིན་ཟེར་ག་ཅི་དེ་གསལ་ཏེ་འབད་རུང་ ཁྲིམས་
འདུན་གྱིས་ངོས་ལེན་འགྲུབ་རུང་བའི་དགག་ལན་ཅིག་མིན། དེ་
འབད་མ་ལས་བརྟེན་ ང་བཅས་རའི་མི་སེར་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གིས་
རང་སོའི་ཐོབ་དབང་དང་འགན་ཁུར་ཡང་ཁྲིམས་ལས་བརྟེན་ཏེ་
འབྱུང་མ་ཡིན་མ་ལས་ ཐོབ་དབང་སྦྱོང་ནི་དང་འགན་འཁུར་དང་
འགན་ཁུར་ཚུ་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ཁྲིམས་མ་ཁྲེན་དགོང་འདི་ མེད་
ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན།

འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་སྡེའི་ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་
བཟུང་འཕེལ་འཛིན་དང་སྦྱོང་བཟུང་སྤྱི་ཚོགས་འགོ་འདྲན་འཐབ་
ཡོད།

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་སྡེའི་ལས་གཤེས་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༠༢ ཅན་
མའི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ མི་དབང་མཆོག་གི་བཀའ་དགོངས་
འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་སྡེ་

༥ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཉེས་འགལ་གྱི་གཞི་ཅ།

༦ འབྲུག་གི་ཁྲིམས་སྡེའི་ལས་གཤེས་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༠༧ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༩༡

གིས་ ང་བཅས་རའི་ཁྲིམས་ཚུ་གི་བཅུད་དོན་ མི་སེར་ཡོངས་
ཀྱིས་མ་ཁྲེན་ཚུགས་ནི་དང་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་སྤེལ་ནིའི་དོན་
ལུ་དམིགས་ཏེ་ གོ་བཟུང་འཕེལ་འཛིན་དང་ སྦྱོང་བཟུང་སྤྱི་ཚོགས་
འགོ་འདྲན་འཐབ་དང་འཐབ་བཞིན་དུ་ཡོད་མི་ ཅན་གསེས་ལས་
དག་པ་ཅིག་མཛོད་བསྐྱུས་ཏེ་ཁུ་བ་གཤམ་གསལ།

༡༽ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལས་འགོ་བཟུང་ རྫོང་ཁག་༢༠ གི་
ཆེད་འོག་ ༢༠༥ གི་ ས་གནས་གཞུང་ ཆེད་འོག་གི་འབྲུས་མི་
དམངས་མི་དང་ ཚོགས་པ་དང་གཞན་ འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁག་དང་
ལས་སྡེ་ཁག་གི་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་རྩོད་རྟོག་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་
ཀྱི་དོན་ལུ་ ཅན་ཁ་ནང་འགྲིག་གི་རིག་ཕུལ་དང་ཐབས་ལམ་གྱི་
སྦྱོང་བཟུང་དང་གཅིག་ཁར་ དངོས་འབྲེལ་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་ཚུ་གི་
བཅུད་དོན་ཚུ་ཡང་གསལ་ཏེ་ཐུལ་མ་དང་ཐུལ་བཞིན་དུ་ཡོད།

༢༽ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལས་ ཁྲིམས་མ་ཤེས་མི་དང་ཉ་མ་གོ་
མི་ མི་སེར་མང་ཤོས་རང་ འབྲུག་རྒྱུང་བསྐྱུགས་ཀྱི་མཐུན་ཁུན་
ཞབས་ཏོག་མ་ལྟོད་མི་དང་རྫོང་ཁག་ཁག་གི་མཐའ་བྱར་གཡུས་
སྤོ་སེམའི་ནང་ཡིན་མ་མོལ་སྟེ་ ངས་པར་དུ་མཁོ་བའི་ཁྲིམས་ཚུ་
གདམ་ཁ་བརྒྱབས་ཏེ་ ཆེད་འོག་དང་གཡུས་ཚན་ཚུ་ནང་ མི་སེར་
ཚུ་ལུ་བྱ་སྤྱོད་བཟུང་བའི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་སྤྱོད་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་དོན་གྱི་
གསལ་བཤད་འབད་ཡོད།

༣༽ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལས་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བཟུང་འཕེལ་འཛིན་
དོན་སྤྲོད་དང་གྲུབ་འབྲས་ བན་ཅུས་ཅན་ཅིག་འབྱུང་ཐབས་ལུ་
འབྲུག་རྒྱུང་བསྐྱུགས་ལས་འཛིན་དང་གཅིག་ཁར་མཉམ་འབྲེལ་
འབད་དེ་ འབྲེལ་ཡོད་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་གདམ་ཁ་གྲུབ་ཡོད་པའི་
དགོངས་དོན་ཚུ་གི་སྒོར་ དྲི་བ་དྲི་ལན་དང་བཅས་པའི་གོ་བཟུང་
ལས་རིམ་བཟོ་མི་དེ་ རྒྱུང་བསྐྱུགས་འབད་ཡོད་པའི་ཁར་ ད་ལྟོན་
འབད་མ་དང་ བསྐྱོར་ཀྱི་རྫོང་ཁག་ ༡༩ ཅན་འདི་བཟུམ་མའི་
ལས་རིམ་བཟོས་ཚར་ཡོད། རྫོང་ཁག་ ༡༡ གི་ལས་རིམ་དེ་ད་ལྟོ་
ཞུན་དགའ་བཟུང་བའི་བསྐྱུང་ཡོད་མི་འདི་འཕྲལ་རང་ འབྲུག་རྒྱུང་
བསྐྱུགས་ལས་འཛིན་གྱི་བརྒྱུད་ལམ་དང་པའི་ཐོག་ལས་མི་མང་ལུ་
རྒྱུང་བསྐྱུགས་འབད་ནི་ཡིན།



༧༽ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལས་འགོ་བཟུང་ སྐྱ་གཞུགས་རྒྱུ་
བསྐྱུགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ ཁྲིམས་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ གོ་
བཟུང་ལས་རིམ་ཚུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད།

༨༽ ངང་ཁྲིམས་ལྟན་སྟེ་གིས་ཡང་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་དོན་གསལ་
བཤད་ རྒྱུ་མཐོང་དང་སྤྱོད་ཐོག་ལས་མཛད་དང་མཛད་
བཞིན་དུ་ཡོད།

༩༽ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་སློབ་གྲྭ་ཁག་
ལུ་ ཤེས་རིག་ལྟན་ཁག་དང་འབྲེལ་ཡོད་སློབ་གྲྭ་འཛིན་
དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ་འཐབ་ཐོག་ སློབ་གྲྭ་ཚུ་ནང་ ཁྲིམས་
ཀྱི་ཚུགས་ཕན་རེ་གཞི་བཟུགས་འབད་དེ་ཡོད། ཚུགས་ཕན་ཀྱི་
དམིགས་ལུ་ཡང་ ལཱ་འགན་ལེ་ག་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོས་
པའི་ནང་གསལ་ལས་ རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་འི་གཞི་རྩ་དང་བྱད་ཆོས་
ཁྲིམས་གཞན་ཚུ་ཤེས་རྟོགས་དོན་ལུ་ དར་བྱ་གཏང་ནི་དང་
མཉམ་རྟེན་གྱི་ནང་ཁ་ནང་འགྲིག་འབད་ཐངས་ཚུ་སྟེལ་ནི་ཨིན།

༡༠༽ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལས་འགོ་བཟུང་ངང་ཁྲིམས་ལྟན་སྟེ་ནང་
ཕྱག་ཞུ་མི་ཤང་དཔོན་གཙོས་པའི་ལས་བྱེད་པ་དང་ གཞན་ལྟན་
ཁག་དང་ལས་སྟེ་ནང་གི་ཁྲིམས་དོན་འགོ་དཔོན་བཅས་ གནད་
དོན་ཁག་མ་འདམ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཁྲིམས་དར་བྱ་བཏང་ནི་དོན་
ལུ་ སྤྱོད་བཟུང་དང་གོས་བསྟར་ ཞལ་འཛོམས་དང་གོས་སྟེང་ཚུ་
འགོ་འདྲེན་འཐབ་དང་འཐབ་བཞིན་དུ་ཡོད།

མཇུག་དོན།

གོང་ལུ་གསལ་བའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་མིའི་དམིགས་
ལུ་གཙོ་བོ་རང་ སྤྱི་ནོར་དམ་པ་མི་དབང་མི་དབང་མངའ་བདག་
རིན་པོ་ཆེའི་བླ་མ་གྱི་དགོངས་བཞེད་ལྟར་ ང་བཅས་རའི་དགའ་
སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལྟན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་
རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་ ཁྲིམས་གཞན་ལས་འབྱུང་བའི་ཐོབ་དབང་
དང་འགན་འཁུལ་ འགན་ཁུར་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་མཁྱེན་ཞིན་མ་ལས་
འདི་དང་བསྟན་པའི་ལག་ལེན་དང་ དང་ལེན་འཐབ་ནི་དོན་ལས་
ཨིན་ཟེར་བྱ་ནི། ང་བཅས་རའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ རང་སའི་ཐོབ་
དང་འགན་ཁུར་གཉིས་ཆར་ འདྲ་མཉམ་སྟེ་སེམས་ཁར་དྲན་ཏེ་
མི་སྟེའི་ནང་ལུ་ཕྱག་ལཱ་གཅི་བཟུམ་གནང་རུང་ ཁྲིམས་དང་རྒྱལ་
འགལ་འབྱུང་མི་སྟེད་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན། དེ་འབདཝ་ལས་བརྟེན་ མི་
དབང་ཡབ་སྐུམ་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱིས་བླ་མ་སློན་གནང་དོ་བཟུམ་སྟེ་
ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་
འཛོམས་ཀྱི་དམིགས་དོན་ཚུ་རྒྱལ་སྟེ་བསྐྱེད་པ་མ་སྟོང་གི་བར་དུ་
ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྦྱིད་ངང་ལུ་གནས་ནིའི་གོ་སྐབས་འདུག་ཟེར་བྱ་
ནི།

དང་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཐབས་ཀྱི་གཞི་རྩ།



ཡོན་ཏྲན་འཕྲིན་ལས།

ཅིན་ཏུང་། བསམ་གྲུབ་ཡོངས་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས།

དོ་སྤྱོད།

ཁྲིམས་ཟེར་མི་འདི་ སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་ཀྱི་སྐབས་ལས་ ཡོད་པའི་ཁར་ དེང་སང་དུས་ཀྱི་འཇུག་བཤུག་པའི་བསྐྱེད་ཀྱི་ ཅ་ ཁྲིམས་ཆེན་མོ་གིས་གཙོས་པའི་བཅའ་ཁྲིམས་མང་རབས་ཅིག་ ཡོད་མི་ཚུ་གར་ ཉེས་ཅན་ལུ་ཉེས་པ་འབྱིན་དང་ ཉེས་མེད་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་གི་དོན་ལུ་ཡོན་ཏྲན་ལས་ ཁྲིམས་འདི་ འབག་ན་རི་བ་ བཟྱི་ འབོར་ན་གསེར་བ་འཕང་པའི་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ འབྲུང་བཞི་འབྲུགས་པའི་ན་ཆ་འདི་ སྤྱོད་བཙུག་ རིམ་གྱོ་གིས་དྲག་ཐབས་ཡོད་རུང་ སེམས་ཁར་མཐོ་བའི་ཐོབ་ དབང་དང་དལ་དབང་ཚུ་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་ཏེ་མ་གཏོགས་ ཐོབ་ ཐབས་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ དང་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཐབས་ཟེར་བའི་སྐོར་ ལས་ བསམ་འཆར་ འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ཁག་བཞི་གི་ཐོག་ ལས་ གསལ་ཞུ་ནི་ཡིན།

༡༽ འབྲེལ་གཏོགས།

མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ ཞི་བདེའི་རྒྱ་བ་ཁྲིམས་ཡིན་རུང་ ཞི་རྟེན་ མཐུན་ཆུན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཞི་བསྐྱེད་ཀྱི་ལཱ་འབད་ནི་ལུ་རྒྱུང་མ་ གཅིག་བཙོན་མ་མ་གཏོགས་ ཁྲིམས་འགལ་ལུ་འཛུལ་མི་དགོན་མ་ བཟུམ་ཅིག་དང་ ཁྲིམས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ བརྟེན་བརྟུན་ནང་ལས་ མི་ མང་ལུ་བརྟེན་གནད་མི་ལུ་ཡང་ སྤྱོད་བཙུན་ཏེ་ངོས་ལེན་མི་

འབད་དོ་བཟུམ་འཆོར་མ་མས། འདི་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ མཐར་ ཐུག་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ཐུག་པའི་སྐབས་ལུ་ མ་ཤེས་དབང་ གིས་འབད་ཡང་སོང་ཅུག་ཟེར་བའི་བདེན་ཆེག་བཟོ་དེ་ ཁྲིམས་ ཁྲིམ་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཞུ་བ་ཐུག་ཡིན། འདི་ཚུ་ ཤེས་དང་མ་ ཤེས་ཀྱི་བྱུང་པར་མིན་པར་ ཁྲིམས་ལུ་བརྟེན་བརྟུན་མ་འབད་བར་ སྤང་མེད་སྤྱོད་དེ་ ཁྲིམས་འདུན་དང་ ཡང་ན་ ཆེ་བསྟོད་ཅན་ ཀྱི་འབྲུས་མི་ཚུ་གིས་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བ་བཤད་པའི་སྐབས་ འབྲེལ་ གཏོགས་མ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ ཁྲིམས་ཏ་མ་གོ་བའི་རྟགས་ཡིན། དཔེར་ན་ ཅོད་ཆུ་གཅིག་ལུ་ སྤྱོད་ཆས་ཆོང་འབྲེལ་འཐབ་པའི་ཉེས་ འཛུགས་ཐོག་པ་ད་ ཁྲིམས་འདི་བཟུམ་ཡོད་པ་མ་ཤེས་ཟེར་བའི་ཞུ་ བ་ཐུག་ཡིན། གོར་གིས་ ཁྲིམས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ བརྟེན་འཕྲོད་ ལས་རིམ་ནང་ འབྲེལ་གཏོགས་འབད་བའི་ན་ ཁྲིམས་ཏ་གོ་ ཚུགས་ནི་དེ་གིས་ དང་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཐབས་ལུ་ ལྷན་ཐབས་ཡོད།

༢༽ བཅར་གཏུགས།

འབྲེལ་གཏོགས་མ་འབད་བའི་ན་ བཅར་གཏུགས་འབད་ནི་ལུ་ ཡང་མགུ་འཐོམ་ནི་མ་ཆད་ རང་གི་ཐོབ་དབང་ཚུ་ཡང་ ལག་ལེན་ ཐབས་མ་ཤེས་པར་ལུས་པ་ཡིན། འབྲེལ་གཏན་གང་རུང་ བཅར་ གཏུགས་ཅན་གི་སྤྱོད་ནང་བཅར་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཉམས་རྒྱུད་ པ་ལུ་ དང་ཁྲིམས་མ་ཐོབ་ངེས་བདེན་ཡིན། དཔེར་ན་ འབྲུང་ ཐུག་གི་མ་གཅིག་ལུ་ དཔུལ་ཁྲམ་༡༠,༠༠༠/- (ཆིག་ཁྲི)ཐམ་



པ་གིས་ གྲོས་བཟུང་མཇུག་བསྒྲིལ་ཚར་བ་ཅིན་ ཉམས་རྒྱུ་མོ་
ལུ་ཤེས་གསལ་མེད་རུང་ འབྲུག་ཡུལ་འདི་ སྤྱི་ལོ་༡༥ ཚུན་
ཚོད་ལུ་ འཚོ་སྤྱོད་གི་དཀའ་སྤྱུག་སྤོང་ནི་ཨིན། འདི་འབདམ་
ལས་བརྟེན་ འབྲེལ་གནད་དང་བསྐྱུན་པའི་ཐོབ་དབང་གི་དོན་ལུ་
བཅར་གཏུགས་འབད་ཚུགས་པ་ཅིན་ ངང་ཁྲིམས་སྤྱིན་ཐབས་ཀྱི་
གོ་སྐབས་ཅིག་ཨིན།

༣༽ ཁྲིམས་ཀྱི་རིམ་བབ་ཀྱི་པ།

ཚུད་གཞི་གཅིག་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་བྲལ་པའི་སྐབས་ ཁྲིམས་
འདུན་ངང་དཔོན་ཀྱི་གཙོས་པའི་ལས་བྱེད་པ་ཡོངས་ཀྱིས་ ཁྲིམས་
འོག་དབྱེར་མེད་འདྲ་མཉམ་ཀྱི་རྩིས་སུ་བབུང་སྟེ་ ཚུད་གཞི་སྡེ་མི་
གོ་རིམ་དང་ སྤྱོད་གསལ་ན་རིམ་པའི་སྐབས་དང་བསྐྱུན་པའི་འབྲེལ་
ཆགས་ཚུ་ ཞི་ཚུད་དང་ཉེས་ཚུད་བའི་གནད་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྲིམས་དེབ་
དོན་ཚན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཅུས་མཐུན་སྤྱོད་ཚུགས་པ་ཅིན་ ངང་
ཁྲིམས་དངོས་སུ་ཨིན། གལ་སྲིད་ བོད་དོན་བཞེན་ཏུ་ བསྐྱར་
སྤྱོད་མ་བྱུང་པར་ ལཱ་གི་གོ་རིམ་འཛོལ་བ་ཅིན་ ངང་པོའི་ལྷ་བ་
མེད་པ་ཐལ་ཤར་ཚད་ ངང་ཁྲིམས་སྤྱིན་ཐབས་ལུ་གདོང་ལྡོག་ཅིག་
ཨིན།

༤༽ ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་ལུགས་ཀྱི་

ངན་པ་ཚར་མ་གཙོད་ན་ བཟང་པོ་ནམ་ཡང་འབྱུང་མི་སྲིད་ནི་
ཨིནམ་ལས་ ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་སྡེ་གིས་བརྩམས་ཚར་བའི་བཅའ་
ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་ཚུ་ ངང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ་གིས་བསྐྱར་སྤྱོད་མཛད་
དང་མཛད་བཞེན་ཡོད་མི་འདི་ ཚོགས་མ་ཚོགས་གི་དོན་ཚན་དང་
འབྲེལ་ཏེ་ དབྱེད་པ་དང་བཀྲིས་པའི་མཐའ་མར་ འབྲུག་ཚོད་གནང་
བཞེན་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ ཐབས་ཅིག་མིན་པར་ ངང་ཁྲིམས་

དངོས་སུ་སྤྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ཨིན། ཨིན་རུང་ བཅའ་ཁྲིམས་དག་
པ་ཅིག་གི་དོན་ཚན་ལྟར་ཏུ་ ཁྲིམས་འདུན་གྱིས་བསྐྱར་སྤྱོད་མཛད་
མི་ལུ་ མི་ངོམ་ལ་ལོ་ཅིག་གིས་སེམས་ཁར་ འཚོར་སྤང་མ་འདྲམ་
ཅིག་ཤར་བ་ཅིན་ འཕྱར་ཁ་གཏང་ས་འདི་ ངང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ་ལུ་
ཨིནམ་ལས་ འདི་གིས་ལྷན་སྡེ་འདི་དབུ་འཛུལ་ལུ་ཉམས་ཆག་
འབྱུང་སྲིད་ནི་འོག་གནད་དོན་ཅིག་ཨིནམ་ལས་བརྟེན་ ངང་ཁྲིམས་
སྤྱིན་ཐབས་ལུ་ ཞབས་འདེན་སྟེ་མཇུག་མས་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

མཇུག་སྒྲུབ།

ངང་ཁྲིམས་སྤྱིན་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་གནད་ལེ་ཤེས་རུང་
གོང་ཁྲུས་བཞེན་ ཁྲིམས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ཤེས་དགོ་མཚོ་བའི་འབྲེལ་
གཏོགས་དང་ ཁྲིམས་མཐུན་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་དབང་ཅུས་ལྷན་
པའི་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་བཅར་གཏུགས་ དེ་ལས་ ངང་པོའི་
ནའི་ས་སྤོན་བསྐྱེལ་འདེན་གྱི་ལམ་སྟོན་ ཁྲིམས་ཀྱི་རིམ་བབ་
པ་དང་ བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ཀྱི་བཟུང་དོན་ ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་
ལུགས་བཅས་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཚུ་མ་སྤྱིག་འབད་མི་འདི་གིས་
ངང་པོའི་ལྷ་བ་ལུ་ སན་པ་མེད་རུང་ གནོད་པ་འདི་རྩ་ལས་མི་
འབྱུང་མ་འོང་མཚོ་བའི་རེ་འདུན་དང་ མཁྱེན་ལྷན་རྒྱམས་ཀྱི་
བྲགས་བཞེད་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་མོའི་ནང་ འོར་འཁྱུལ་རེ་ཤོར་ཡོད་མི་
ལུ་ བཟོད་གསོལ་གནང་བྱུ་ཞེ་དང་ལྷན་ཅིག་ མཛོན་ཁྲིམས་
ཀྱིས་ འདི་བཞེན་དབུ་འདེན་མཛད་གནང་མི་ལུ་ བཀའ་བློན་
ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།



འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་ལྗོངས་ཀྱི་འགན་ཁུར་



ཀམ་ཉུན་ཁྱེད།

དྲུང་པོ་ལྷོ། རྒྱ་མོ་གཅིང་ཁ་རྒྱུ་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་པ།

བཅུད་དོན།

ང་བཅས་རའི་འབྲུག་ནང་པ་ཆོས་ལུན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་སྤྱི་པའི་འགྲོ་བམི་དང་ ཉུང་འགྲོའི་སེམས་ཅན་བཅས་ ཆེ་སྒོན་བསོད་ནམས་བརྒྱ་ཕྱག་བསགས་པའི་སྤྱིན་འབྲས་ལས་བརྟེན་ སྤྱི་བ་བཟང་ལུག་ཟེར་བྱ་ནི་ འདི་ཡང་ སྤྱོད་པ་ཤུགས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱུག་ན་ སྤོན་ཕྱོན་སྤྲུལ་གཉིས་པ་ལྷོན་མ་ཉ་གྲ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་ས་ཆ་རྩ་མིག་ཙམ་ཡང་མ་ལུས་པར་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ ཕྱིན་གྱིས་སྤྱོད་པ་གནང་བཞིས་མ་ཆད་ སྤྱོད་པ་མགོ་རྒྱུ་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཆོག་གིས་ སྤོན་ཁྲིམས་མེད་ལུ་ཁྲིམས་དང་རྩ་ལུང་མེད་ལུ་ལུང་བཟགས་གནང་ཞིན་མ་ལས་ཚུར་ མངའ་འབངས་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་ཉིམ་ཤར་ཏེ་ཡུན་གནས་འཛོལ་བཞུགས་ཐར་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པའི་དགོངས་གཏེར་ལས་འཁྲུངས་པའི་ དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་དང་ ཕ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་གསར་བཙུགས་མཛད་གནང་སྟེ་ མ་འོངས་པའི་མི་རབས་ཚུ་ལུ་ངེས་པར་མཁོ་བའི་ཤུལ་བཞག་གནང་མི་ལུ་ ང་བཅས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་བསྐྱལ་པ་ནས་སྐྱལ་པའི་བར་ཡང་བཀྱིན་ཞུ་མི་ཆར་ནི་ཡིན་མས་ཟེར་བྱ་ནི།

ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་ལུགས།

ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་ལུགས་གོམ་པ་མདུན་དུ་སྤོས་ཏེ་ ཡར་རྒྱས་ག་དེམ་ཅིག་སོང་ཡོད་པའི་སྐོར་བྱ་ན་ ཆད་གཞི་གི་རྒྱ་འཁྱོན་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡང་མི་ཤོང་ བཅུད་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་བྱ་བ་ཅིན་ ང་བཅས་

རའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ གཙོ་བོ་ཆེ་ཤོས་ལྷན་སྟེ་གསུམ་ལུ་ལུང་བསྟན་གནང་སྟེ་ ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ ཉལ་ཐོབ་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ལས་འབྲལ་ཏེ་ ཡོངས་སུ་སྤྱོད་ངང་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ལས་ གཅི་དེ་ཅིག་སྤྱིད་ཏོང་ཏོ་སྟེ་ གངས་བར་ནང་གི་རྒྱ་འབྲུང་ སྤྱིན་བར་གི་ལས་ཉིམ་བསྟོན་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ སྤྱིགས་མ་ལུ་བདོའི་དུས་ལུ་སྤྱོད་ཡོད་པ་ལས་ མི་ཡི་བསམ་སྤྱོད་འདྲ་མིན་སྤོ་ཆོགས་ལས་བརྟེན་ དུམ་གྲ་རེ་བྱ་སྤྱོད་མ་བདེ་ལ་འཐོན་མ་དང་ དང་ཁྲིམས་ལྷན་སྟེ་འདི་ དེས་པར་མཁོ་བའི་ལག་ཆ་བཟུམ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་སོང་ནི་འདི་གིས་ རྒྱལ་པོས་གཅེས་པ་འབངས་དང་ འབངས་ལུ་དགོ་འདོད་བདེ་སྤྱིད་ བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་རྩ་བ་ཁྲིམས་ལུ་ཐུགས་ལས་བརྟེན་ དང་ཁྲིམས་འདི་གཙོ་བོ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ལུ་བཙེ་བཀྱུར་བྱ་དགོས་པ་ཚུ་ དང་ཁྲིམས་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ སྤྱོད་པ་ལུ་མེད་པར་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་སྤོས་ལས་ཐུག་བྱ་དགོ་པའི་འགན་འཁུར་ཡིན་ཟེར་བྱ་ནི།

མ་གཞི་ དང་ཁྲིམས་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་མི་ཚུ་ལུ་ དབང་ཆ་དང་ གཅི་ཡོད་ག་ཟེར་བ་ཅིན་ ཕ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་དགོངས་པ་ལྟར་ ཁྲིམས་དོན་དང་འབྲེལ་ལག་ལེན་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ནི་མ་གཏོགས་ འཕྲི་སྤོན་དང་ གསར་བཙུགས་པ་སོགས་པ་ཡིག་འབྲུ་ཙམ་གྱིས་ ལུས་པ་ཡང་མེད་པ་ལས་ གཙོ་བོ་ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་སྟེ་ལས་ དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་ དགོས་མཁོ་ཚུ་ལུ་བསྟུན་གསར་བཙུགས་དང་ བསྐྱར་བཙུགས་ འཕྲི་སྤོན་པ་སོགས་པ་མཛད་དང་མཛད་བཞིན་



དུ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ཁྲིམས་ཡིག་ཚུ་ཐད་ཀར་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་
སྒྲིལ་ཐོག་ལས་ཁྲུབ་སྒྲེལ་གནང་མ་དུ་ ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་ཞབས་ཏྲོག་
མེད་པའི་མཐའ་བྱར་གྱི་དྲུང་ཁག་ཚུ་ནང་ལུ་འཐོབ་མ་ཚུགས་པ་ད་
ཨ་ཙཱ་རེ་ལྷང་ཕུ་བབྱམ་སྡེ་སྡོད་དགོས་པ་འཐོན་མ་མ་ཆད་ གྲུམ་
རེ་ལུ་ཆོས་ལུགས་རེ་དང་ དཔོན་རེ་ལུ་ཁྲིམས་ལུགས་རེ་ཟེར་
སྒྲུབ་སྒྲོལ་ཡོད་པ་བབྱམ་ མཁས་ལཱ་གྱི་དྲང་དཔོན་ཚུ་གིས་ཡང་
ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བ་ལེན་ཐངས་མ་འདྲམ་ གཅིག་མཚུངས་མིན་པར་
གོ་བ་ཐད་དུ་སྤོང་བ་མ་ཆད་ བསམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཐད་ཀྱང་
ཐེག་ཆེན་དང་ཐེག་དམན་གྱི་ལྟ་བ་ཡང་སོ་སོར་འོང་ནི་གི་ངེས་པ་
མེད་པ་ལས་ ཁྲིམས་ཀྱི་ཞབས་ཏྲོག་སྒྲིལ་པ་པོ་ཡོངས་ཀྱིས་ དྲང་
ཁྲིམས་ལུ་འཕྱར་ཁ་བཏང་མི་ཡང་གནད་དོན་འདི་ལས་བརྟེན་ཨིན་
པའི་ཆོར་སྤང་འབྱུང་མས།

འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་སྡེའི་ཁ་བྱག་ལས་ གྲོས་
བསྐྱར་གྱི་ཐབས་ལམ་གང་ལ་གང་འདོད་བསྟོན་གནང་མ་ལས་
གཡོ་བ་ཚུ་སྤང་ནིའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱིས་ཡན་པ་སྟོན་སྟེ་རང་བྱུང་དོ་
ཡོད་པ་ལས་ ང་བཅས་རའི་སྤྱིར་ནོར་དམ་པ་མི་དབང་རྒྱལ་པོའི་
སྤྱི་མཐོ་ མི་དབང་ཨ་ཞེ་རིན་པོ་ཆའི་ནམས་བདེ་ཆེན་དབང་ཕྱུག་མཆོག་
གི་ དབུ་ཁྲིད་བཟང་པོའི་འོག་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་
སྡེ་གཞི་བཙུགས་གནང་བ་ལས་བརྟེན་ དྲང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེའི་
སྔག་ཤིང་བབྱམ་ཅིག་གི་ཁྱུ་ཞབས་དང་ ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་
ཐོག་ལས་བཟེ་བཀྱར་ཞུས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་ དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་
བསྟུན་ཏེ་ ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་སྡེ་ལས་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་ཁྲིམས་
ལུགས་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་གསར་བཙུམས་དང་ བསྐྱར་བཅོས་
འཕྲི་སྟོན་མཛད་དེ་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྒྲིལ་ཐོག་ལས་ རྫོང་
ཁག་དང་ས་གནས་མཐའ་བྱར་གྱི་དྲུང་ཁག་ཡོངས་ལུ་བཀམ་སྒྲེལ་
གནང་མ་དུ་ མཁས་ལཱ་གྱི་དྲང་དཔོན་སོ་སོའི་ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བ་
ལེན་ཐངས་ཅིག་མཚུངས་དང་ དྲང་ཁྲིམས་འདྲ་སྟོན་སྟེ་
ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཐུགས་འཆར་གཅིག་ཏེ་ གཙུག་སྡེའི་ཡོངས་
ཁྲུབས་མདོ་ཆེན་པ་ལྷ་དབང་ཕྱུག་གཙོས་པའི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གིས་

མི་དབང་ཨ་ཞེ་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་ཡི་གནང་བ་དང་འབྲེལ་ དཀའ་
བ་དང་དུ་བྱངས་ ངལ་བ་ཁྱད་དུ་བསད་དེ་ རང་ལུ་མེད་དེ་སྟེ་རུང་
གཞན་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་འཛོལ་ཏེ་ གོ་བ་ལེན་ཐངས་དང་ བསམ་
སྦྱོད་ ལེགས་བཅོས་འབད་ནིའི་གྲོས་བསྐྱར་ལ་སོགས་པའི་གོ་
འདེན་ གངས་ལས་འདས་པའི་གནང་མ་དང་གནང་བཞིན་པའི་
གྲུབ་འབྲས་ཡང་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ སྤྲད་ཕྱིན་ཀྱང་འཕྲོ་མཐུད་
དེ་རང་གནང་འོང་བའི་རེ་སྟོན་སྟེ་མ་ཡོད་ཟེར་ཞུ་ནི།

འདི་གིས་མ་ཆད་ རྒྱལ་བའི་གསུངས་ལས་ཀྱང་ འཁོན་པ་སྤྱི་
དང་ཞི་དལ་དྲང་པོར་སྒྲ་ དོན་དང་ལཱ་པའི་གཏམ་བཟོན་འདོད་
པ་ཚུང་ བྱམ་དང་སྟོང་རྩེ་བསྟོན་ཞིང་ཆོས་ལ་སྦྱོད་ཟེར་གསུངས་
པ་ལྟར་ མི་དབང་ཨ་ཞེ་རིན་པོ་ཆའི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེར་
གནང་སྟེ་ ནང་ཁན་དང་འགྲིག་གི་སྦྱོང་བརྩམ་ རྫོང་ཁག་ ༢༠ གི་
ས་གནས་གཞུང་གི་འབྲས་མི་མེད་འོག་ ༢༠༥ གི་དམངས་མི་
དང་ ཆོགས་པ་ཚུ་ལུ་གནང་བའི་ཕན་པ་ མི་སེར་ཉམས་ཚུང་ཚུ་
ལུ་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱུང་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ དྲང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ་
ལུ་ཡང་ རྒྱབ་སྐྱོར་སྟོན་སྟེ་རང་བྱུང་ཡོད་ཟེར་ཞུ་ནི།

དྲང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེའི་དབུ་འཕང་ཐོབ་དགོ་པ་ཅིན་ དྲང་ཁྲིམས་
ལྷན་སྡེར་གཏོགས་པའི་ གཞུང་གཡོག་པ་དང་ལས་བྱེད་པ་ཆེ་
འབྲིང་ཚུང་གསུམ་གར་ལུ་ གཞི་ བདེ་གཤེགས་ཀྱི་སྟིང་པོ་འགྲོ་
བ་ཡོངས་ལུ་ཁྲུབ་སྟེ་ཡོད་པ་མ་ཁྲེན་ནི་འདི་ཁག་ཆེ་ ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་
ཙཱ་དང་ལྟ་བ་སོགས་འདྲ་མིན་སྒྲུབ་སྒྲོལ་འདུག་རུང་ སྤྱིར་འགྲོ་བ་
ཐད་ཀུ་ལུ་ ཞི་བདེ་འབྱུང་ཐབས་ཅིག་ ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་ཙཱ་དང་འདི་
ཚུ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ལུ་ ལྟ་སྦྱོང་མཐུན་པའི་
གོགས་ཟེར་ལྟ་བ་ལུ་གོ་ནི་ཨིན་ འདི་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ ཤིང་
གིས་ཤིང་བརྟེགས་ན་ ཀ་བ་དང་གཏུང་དང་ མི་གིས་མི་བརྟེགས་
ན་ དཔོན་པོ་དང་གཡོག་པོ་ཟེར་སྒྲུབ་སྒྲོལ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ ང་
བཅས་དྲང་ཁྲིམས་ཀྱི་ཞབས་ཏྲོག་ཐུལ་མི་ཚུ་གིས་ རང་དོན་བྱུར་
དུ་བཞག་ གཞན་ཕན་བྱུང་ཚུབ་ཀྱི་སྦྱོང་པ་བཟང་པོའི་ལམ་དུ་
འཇུག་སྟེ་མཛད་པ་ཅིན་ ཆོ་འདི་ཕྱི་༢ ཀྱི་བསྟོན་བསྐྱགས་རང་

བཞིན་གྱིས་འབྲུག་འོང་ཟེར་ཞུ་ནི་ ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་རྒྱལ་ཆེ་ སྟེ་
མ་སྟོང་པ་མགོ་འཕང་མཐོ་སྟོད་པ་ཅིན་ གཞན་སྟོན་ལྟ་བུའི་མིག་
ཏྲ་ཡོད་རུང་ རང་སྟོན་མཐོང་བའི་མེ་ལོང་ཡོད་པ་ཤིན་ཏུ་དགོན་མ་
ལས་ གྲང་གི་མས་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་ཞུ་མི་ཚུ་ལུ་ འཕྲུར་ཁ་ཡང་འདི་
གིས་སྟེ་ འབྲུང་མ་ཡིན་པས་ཟེར་མཐོ་མས།

དེ་སྟེ་མི་འབྲུང་ནི་གི་སྟོན་འགོག་ཐད་ལུ་ དང་པ་ རང་ས་མི་ལ་
བཞག་ མི་ས་རང་ལ་བཞག་སྟེ་བརྟག་དཔྱད་ཐོག་འབད་དགོས་པ་
ད་ རང་རྒྱལ་མ་ཤོར་ གཞན་སེམས་མ་དགྲུགས་ ཟེར་
གསུངས་ཏེ་ཡོད་ འདོད་རྒྱུང་ཆོག་ཤེས་ཡོད་པ་ཅིག་ མཐོ་བསམ་
གཏང་གནང་པ་ཅིན་ སྤྱིར་འགོ་བ་ཡོངས་ལུ་ཕན་ནི་དང་ ལྷག་
པར་དུ་ ཆོ་འདི་ཕྱི་² ལུ་ཕན་པའི་སྤྲོན་ཆེན་ཟེར་རུང་ འདི་ལས་

ལྷག་པའི་ ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལུགས་ལས་ཡང་མ་མཇུག་
ཡིན་རུང་ འཇམ་གླིང་ནང་སྤྱེས་པའི་མི་རིགས་ཐ་དག་ དུག་ལྷ་
གི་རང་བཞིན་རྒྱབས་ཏེ་རྒྱ་དེ་ རྒྱལ་ཆེ་བ་ལས་ རང་ཟེར་མི་
འདི་ག་བབྱམ་ཅིག་ཡོད་ག་ རང་གིས་ངོས་འཛིན་འབད་རྒྱལ་པ་
བཟོ་བ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཞི་བདེ་ཡང་དེ་ལས་འབྲུང་འོང་ རན་
ལྷན་ཅུ་མེད་ཡང་འདི་གིས་གཏང་འོང་ འདི་འབད་བ་ལས་བརྟེན་
གར་གིས་བྱུགས་བཞེད་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་གནང་སྟེ་ བརྟག་དཔྱད་
མཇུག་གནང་ཟེར་ གན་གསོ་ཞུ་མི་ཡིན་ལགས།



དང་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཐབས་ཀྱི་གོ་དོན་མདོར་བསྟུང་།



ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཁས་དཔལ་ལ་འབྱུང༌།

མོད་རྒྱུད་། མདོན་མཛོལ་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས། ཐེམ་ལུག།

མཆོད་བརྗོད།

༥ ཚོགས་གཉིས་མཁའ་ལ་ཕུ་འཛིན་བྲལ། མཁུན་པའི་ཉི་གཞོན་
འཆར་བའི་དམིད། བརྟེ་བས་པད་ཆལ་རབ་བཞད་པ། སྐྱེས་
ཆེན་ཡོངས་ལ་དད་ལྷག་འཆལ། ཚོས་རྒྱལ་མི་དབང་ཡབ་སྲས་
ཀྱི། ཉདལ་ལ་འབྲུག་བསྟན་པའི་གངས་རི་ལ། བྲིམས་གཙང་གཡུ་
རལ་རྒྱས་མཁས་པ། བྲིམས་ཀྱི་འདུན་སྟོན་མིན་ན་ཅི། ཅད་སྟོན་
ལེགས་བྱས་སྟེག་མོའི་གཞིར། འབྲན་པའི་སྟོས་གར་འབྲུག་པ་
ལ། རག་གན་གསེར་རྩ་བདག་འདས་ཀྱང་། རྣམ་གསུམ་ལྡན་
ལ་སྲུག་པར་བྲིས།

རང་ཉིད་དྲི་ཞིམ་ལེགས་བཤད་ཀྱི་སྤྱད་ཅི་མི་འཐུང་བར་ བཟླ་གསལ་
 ཅིང་རུལ་བར་དགའ་ཞིང་འདུ་བའི་གསྤྱད་ནགས་པོ་བཟུམ་ མང་
 ཐོས་ཤེས་རབ་སོགས་ སྤྱི་སྤྱོད་བས་དམན་པའི་གང་ཟག་ཅིག་
 འབད་ལཱ་ལས་ རོ་འགྲན་འབད་ནི་འོས་བབ་ཅིག་མེད་རུང་ ཀྲང་
 དུག་བུང་བ་རང་ཉིད་ ཟེལ་མངར་རོ་བརྩད་ལེན་ནི་གོ་སྐབས་
 བཟང་པོ་འདི་བཟུམ་ ཏ་ཀྱང་གིས་དཀོན་པ་ཞིག་ཡིན་མ་ལས་
 བརྟེན་ རྒྱ་ཐོས་སུ་མ་བཏང་བར་རྣམ་གསུམ་ལྟར་པའི་སློལ་ལས་
 གཞི་དང་ཁྲིམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་མཆོད་སྤྱོད་ནས་ རོན་བྱིས་ཚུམ་གྱི་
 ཟེར་མ་རྒྱ་ཐིག་ཉག་ཅམ་དུ་བྱུ་ནི་ཡིན།

བརྗེད་དོན་ངོ་མ།

ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་མོ་ལས། བཀའ་དྲོན་གསལ་གྱི་ཐིག་ལེའི་
 དགོངས་པའི་བརྒྱུད། རྟོག་རབས་ཉེར་མཁའི་ཡང་སྤྱིར་རབ་
 ལྷུངས་ཤིང་། རིམ་གྱིས་པ་དང་རྣམ་དག་ཚུན་བཞེར་སོགས།
 རྟུང་ལ་བའི་གནད་ཕྱགས་བསྟར་སྤྱོད་བྱ་བདེ་བ། ཟེར་གསལ་དོན་
 ལྟར་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ལུང་དོན་ཚུ་ལས་བྱུང་བའི་ འབྲུག་
 གི་དང་ཁྲིམས་ལྟར་སྤེའི་ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་ལུགས་འདི་ རང་དབང་
 ཅན་དང་ དང་སྟོམས་ དབང་ལུས་ལྡན་པའི་ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་རྩ་ཚུ་
 ལུ་ གོ་དོན་མཐིལ་ཕྱིན་རྟོགས་ཏེ་ དང་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན་
 མི་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན་པ་དང་འབྲེལ་ དཔལ་ལ་མངོན་པར་མཐོ་
 བའི་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སྟོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་བརྒྱུད་
 ལྟར་ དེ་སྟོན་ལས་རྒྱུན་སྤྱོད་ལྡན་པའི་གྲུར་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ ལས་
 འགོ་བཟུང་ འབྲུག་གཞི་རྩུང་དང་ཉེས་ཚུན་གྱི་བྱ་བའི་གནད་སྤྱོད་
 ཀྱི་ཁྲིམས་དཔལ་ལུ་དང་པ་ལས་ཞེ་བཞི་ཚུན་གྱི་ནང་དོན་ཡོངས་
 རྫོགས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་མངའ་སྡོངས་སུ་ སྤྱི་རྒྱལ་ཡོངས་ལུ་གཞི་
 རྟེན་ཐོབ་དབང་དང་ལྡན་པའི་སྟོ་ལས་ ཁྲིམས་ཀྱི་རིམ་གྱིས་པའི་
 རྣམ་གཞག་ཚུ་ རྣམ་དག་ཚུན་བཞེར་གྱི་ལམ་ཏུ་འབྲེན་པའི་ དང་
 ཁྲིམས་སྤྱི་རབས་ཀྱི་དགོངས་བཞེད་གནད་སྤེའི་ ལེགས་བཅོས་
 མཛེད་གནད་ཡོད།



དེ་ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོར་ནས་གཏན་འབེབས་གྲུབ་པ་ སྟན་གསལ་རིམ་པ་དང་བསྟན་པའི་ དེ་ཚུ་གི་བྱ་རིམ་ཚུ་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་འབྲེལ་གྲུབ་གངས་༡༡ དེ་ཅིག་ བཀའ་སྤྱིལ་མཛད་གནང་མི་དེ་གིས་ རྩོད་ཆུང་གི་བྱ་བའི་གནད་སྤྱོད་སྐབས་བྱ་སྤྱོད་ལག་ལེན་གི་ཉུ་བྱ་སྐབས་བདེ་མཁམ་ཆད་ ལྷག་པར་མི་སེར་དང་ཁྲིམས་སྤྱོད་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་སྐབས་བདེ་ཏོག་ཏོ་དང་ གང་མཐོགས་ཀྱི་ཕན་ཐོགས་སོགས་ བསམ་ལུལ་ལས་འདས་པར་འབྱུང་མཉམ་དེ་ དང་ཁྲིམས་སྤྱོད་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ གཙོ་བོ་ཅིག་སྟེ་གནས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ དང་ཁྲིམས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཚུ་བོ་རྒྱུན་ཟམ་མ་ཆད་པར་བསྐྱུང་ནི་དང་ མ་འོངས་མི་རབས་ནང་འཁོད་ ཞི་བདེ་སྤྱོད་འཇགས་སུ་གནས་ཚུགས་པའི་ཐབས་ལམ་བཟང་པོ་ ཡོད་ན་དེས་ཆོག་ཅིང་ མེད་ན་ཐབས་ཆག་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དེ་ གཞི་འཛིན་འབད་དགོ་པའི་འགན་ཁུར་དེ་ཡང་ ང་བཅས་རའི་འབྲུག་པའི་མི་སེར་ཁྲིམས་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་སྤྱོད་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་འདྲ་མཉམ་ཐོག་པ་ཡིན།

དང་ཁྲིམས་སྤྱོད་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ ལམ་བཟང་ཆོང་ལ་མ་ནོར་བ་ དེ་སྟེ་གཞི་བཙུགས་གནང་ཡོད་རུང་ འཁོན་གཞི་གོས་འདུམ་སོགས་ བདེན་རྒྱུན་ཤན་འབྱེད་ཀྱི་ལག་ལེན་ལོ་ས་བསྟར་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ རྒྱལ་ལཱ་གནང་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་རག་ལས་ནི་ཡིན་མི་དེ་ཡང་ ས་སྤྱོད་རྒྱུན་ལས། ཁྲིམས་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱོགས་ལུང་མེད། །དང་པོ་གནམ་ཀྱི་ཐིག་ཡིན་པས། །ལས་འབྲས་མཛོན་སུ་མ་སྟོན་པ་དང་། །འདྲ་མཉམ་སུ་ཀྱང་བསྟར་དུ་མེད། ། ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་ཁྲིམས་སྤྱོད་ལཱ་འགན་འདི་ རྩོད་རིམ་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་ ཀྱུན་སྤྱོད་ནམ་གཞག་ལས་མ་འགལ་བར་ ཡ་རབས་སློབ་གྲོགས་ཀྱི་འཛིན་ཆོད་ཅན་ རང་འདོད་ཕྱོགས་འཐེན་ཀྱི་གཡོ་རྒྱུ་ཞོར་སུག་སོགས་ཏེ་འགྲུངས་ཕྱོགས་ལུང་གི་དབང་དུ་མ་གཏང་པར་ བཟང་སྤྱོད་དང་གཅིག་སྒྲིལ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཐོག་ རང་མོས་རྣམ་དག་གི་སྤོམ་ལས་དབྱེ་

བཤེར་ བཅི་བཀྱར་ཀྱི་སྤོམ་ལས་ཉན་ནི་ སློབ་སྦྱོང་དང་ལུན་པའི་འདི་ཅན་ ཞི་དུལ་ཀྱི་སྤོམ་ལས་གཟིགས་ཞིབ་ དང་སྟོམས་ཀྱི་སྤོམ་ལས་ ཐོས་ཐག་གཙོད་ནི་ དངས་གསལ་གཉིས་ལུན་ཀྱི་སྤོམ་ལས་ གང་མཐོགས་དང་ ཁེ་ཏོག་ཏོ་ རྒྱལ་བས་བདེ་ཏོག་ཏོ་ བཟུང་ཏོག་ཏོ་ བཅས་ ཁྲིམས་འོག་དབྱེར་མེད་དང་མཉམ་ཐོག་ ཐབས་ལམ་ཀྱི་འདུན་པ་གཙོ་བོར་བཟུང་སྟེ་ དང་ཁྲིམས་བཀག་འགོག་མི་འབད་ནི་འདོན་ལུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་སྟེགས་གསོ་དང་འབྲེལ་ ཁེ་ཕན་ལྷག་སྤྱོད་ ཚུ་གིས་མ་རྒྱན་པར་ རྒྱལ་ལཱ་མཛད་གནང་པ་ཅིན་ དང་ཁྲིམས་སྤྱོད་ཐབས་ཀྱི་ལམ་སྟོགས་ལུ་ དེས་པར་དུ་མཉམ་ལམ་བཟངས་ཚུགས་པའི་ཆ་རྒྱུན་གཉིས་པ་དེ་ཡིན་པས།

མཇུག་སྟེ།

ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་མོ་ལས། ཁྲིམས་ཀྱི་ཞལ་ལུ་གཙོད་ལུགས་རྣམས། །ལེགས་མཐོགས་དག་པ་དང་སྟོམས་བཅས། །ཁྲིམས་ཀྱི་ཆེ་བ་བཞི་ཆོང་ན། །དང་ཁྲིམས་ཁྱད་ཆོས་ལུན་པ་ཡིན། ། ཟེར་གསུངས་དོན་ལྟར་ གོང་གི་བཟོད་དོན་ལོ་མའི་ནང་གསལ་ལྟར་ དང་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱལ་ལཱ་དེ་ཁྱད་ཆོས་བཞི་ལུན་ཀྱི་སྤོམ་ལས་ མཛད་དང་མཛད་བཞིན་པ་ཡིན་མཉམ་ལས་ ད་ལས་ཕར་འབད་རུང་ རང་དབང་དང་དང་སྟོམས་ དབང་རུས་ལུན་པའི་ཁྲིམས་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུ་དང་འབྲེལ་ གཞི་གཏན་འབེབས་གྲུབ་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་ཚུ་གི་རྣམ་གཞག་ལྟར་ རྒྱལ་ལཱ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་རྒྱུན་སྤྱོད་མཛད་གནང་པ་ཅིན་ འབྲུག་གི་རང་བཅོན་བརྟན་ཐབས་དང་ འདོད་དབང་གི་དཔལ་ཡོན་ལུན་པའི་ལས་ དང་ཁྲིམས་དང་བདེ་འཇགས་དེས་གཏན་གནས་ཏེ་ མི་སེར་གཅིག་གྱུར་དང་དག་འཕྱོད་ བདེ་འཕྲོར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྤོམ་ལས་ དེས་པར་དུ་དང་ཁྲིམས་སྤྱོད་ཚུགས་ནི་ཡིན་པས་ཟེར་བྱ་ནི།



ཁྲིམས་དོན་ཞབས་ཏྲིག་གི་མཛད་བཟང་ལུ་ལེགས་སྒོམ།



བསོད་ནམས་རིན་ཆེན།

དང་དཔེན། རྒྱལ་གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སྒོམ་ཤེའི་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེགས་སྒོམ་ལ། ཐིམ་ཕུག།

༣ ང་བཅས་རའི་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་
ནང་ དངམ་དགོན་མཆོག་ ༣ དང་ཆོས་སྐྱོང་སྤང་མའི་བྲགས་རྩེ་
རྒྱབ་སྐྱོར་ གཉིས་པ་བགྱིན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡབ་སྐུ་ཚུ་གི་བགྱིན་
ལས་བརྟེན་ གངས་བར་ནང་གི་རྒྱ་འབྱུང་ སྤྱིན་བར་ནང་གི་ཉེན་མ་
བསོ་སྟེ་ དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་དཔལ་ལུ་ལོངས་སྤྱོད་དེ་ཡོད་རུང་ འཛམ་
གླིང་ནང་འགྱུར་བ་མ་འདྲཱ་ལེ་ག་འཕྲོན་པའི་བསྐྱང་ལས་ འབྲུག་
མི་རྒྱུ་གིས་ ནང་གི་བསམ་པ་དང་ཕྱི་ལོ་བྱ་སྤྱོད་ཚུ་ཡང་ རིམ་པ་
བཞིན་དུ་འགྱུར་ཞིན་ན་ འབད་བཞག་བཅའ་བཞག་དང་ཁ་སྤྲུབ་
ཟེར་གསུམ་ལས་བབུང་ སྤྱོན་གོང་གི་རང་ལུགས་ལམ་སྲོལ་
བཟང་པོ་ཚུ་སྤྱང་མེད་འབད་རྒྱབ་ཁར་བསྐྱར་བཞག་སྟེ་ རོགས་
ཀྱི་ཆོས་དང་ལམ་ལུགས་གསར་པ་ཚུ་ལུ་དགའ་བསུ་བསྐྱེད་པ་གིས་
མ་ཆད་ དེའི་རྩེ་སུ་འཇུག་སྟེ་ཉེན་རིམ་འབྲུག་མི་རྒྱུ་བསམ་སྤྱོར་
ལོག་པའི་ལམ་ལུ་འཛམ་ཏྲིག་ཏེ་སྟེ་ཁ་འགྱུར་འགྱོམ་ཨིན་པས་
ལྷག་པར་དུ་དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་
ཀྱི་གནས་སྤངས་ལས་བརྟེན་ མི་རྒྱུ་འདོད་པ་ལུགས་ཆེ་བའི་དབང་
གིས་རང་དོན་འབྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་ཐ་དམ་ཆོག་
ཚུ་ཁྱད་དུ་གསོལ་ཞིམ་ལས་ རོགས་ལུ་མགོ་བསྐྱོར་དང་དན་ལྷན་
གཞུག་དང་ཐག་དོག་ ཆགས་སྤང་ཕྱོགས་རིའི་དབང་དུ་ཐལ་ཏེ་
ལས་འཛུགས་པའི་ནུམ་སྤྱིན་གྱིས་སྟེ་ཕྱི་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ལུ་ས་རྒྱ་
མེ་རྒྱུད་གི་འཛིགས་པ་དང་ ནང་གི་རྟེན་པ་འགྲོ་བ་མི་དང་སེམས་
ཅན་ཚུ་འབྲུགས་པ་ཤོར་ཏེ་ འཛམ་གླིང་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ ང་བཅས་
རའི་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ནང་

ཕམ་དང་བུ་གཞི་ བཟའ་ཚང་དང་ཁྲིམ་ཚང་གཏངས་རས་ཚུ་གི་
བར་ན་ མ་འགྲིགས་པ་འཕྲོན་མི་རྒྱུ་ ན་འཐན་བསམ་ཞིབ་དཔྱད་
དེ་བཟུ་བཅེན་ འཛིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱུད་སྤང་མ་རྒྱུགས་ འདོད་པ་
ལུ་ཆོག་ཤེས་མེད་ནི་འདི་གིས་འཕྲོན་མ་ཨིན་པས་ཟེར་མཉམ་མས།
འདོད་པ་འདི་རྒྱ་བབུམ་ཅིག་དང་ མོར་འདི་འབྲས་བུ་བབུམ་ཅིག་
ཨིན་མ་ལས་ འདོད་པ་ལས་བརྟེན་ ས་དང་ཁྲིམ་ལ་སོགས་པའི་
རྒྱ་མོར་ཚུ་བསྐྱབས་ འཛིག་རྟེན་ཁྲིམ་ལས་སྐྱོང་གཞག་ཚུ་འཐབ་
པའི་མཐའ་མར་ བཤེས་སྤྱིང་ལས་ མོར་ནི་ལུང་འཕྲོལ་མཐའ་
ལས་ཤེས་པར་བྱ་ ཟེར་གསལ་དེ་བབུམ་ ས་ཆ་ལས་བརྟེན་
པའི་རྩྭ་ཉོག་ རྒྱ་མོར་ལས་བརྟེན་པའི་རྩྭ་ཉོག་ བཟའ་ཚང་
མ་འགྲིགས་པའི་རྩྭ་ཉོག་ གཞན་རྒྱ་དངོས་སྤྱོད་ལེན་སྐྱོར་མ་
འགྲིགས་པའི་རྩྭ་ཉོག་ ཡར་ཇག་བརྒྱ་གསུམ་ལས་བརྟེན་པའི་
རྩྭ་ཉོག་ཚུ་གིས་ མི་སྟེ་ནང་དགའ་ངལ་དང་སྤྱིད་སྤྱུག་ བདེ་བ་
གསེགས་ཚུ་རྒྱ་ཆེ་དགའ་བད་འཕྲོན་ཏེ་ མི་གི་ཕྱི་ལུས་ལུ་བདེ་
བདེ་ ནང་གི་ སེམས་ལུ་སྤྱིད་པོ་མེད་པར་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱིས་
ཉམས་ཐག་སྟེ་སྤྱོད་པའི་བར་ན་ ང་བཅས་ར་འབྲུག་མི་ཡོངས་
དང་ ལྷག་པར་དང་ཁྲིམས་ལྷན་སྟེའི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གི་བསོད་
ནམས་དང་ཁ་རྩེ་ལས་བརྟེན་ མི་དབང་ཨ་ཞེ་བསོད་ནམས་བདེ་
ཆེན་དབང་ལྷུག་མཆོག་གིས་ གཞན་ཕན་བྲགས་བསྐྱེད་བྱ་ན་མེད་
པའི་དགོངས་འཆར་གཙོ་བོ་ བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་རྩ་བ་ཁྲིམས་ཨིན་པའི་
བྲགས་བཞེད་གནང་སྟེ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོར་འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་



ཁྲིམས་དོན་གཙན་པ་སྒྲིལ་བའི་ཡིག་ཚང་གསར་བཙུགས་གནང་བ་གིས་
མ་ཆད་ དེའི་ཕྱག་འགན་ ཁྲིམས་སྒྲུའི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གིས་དང་
ཁྲིམས་སྒྲོན་ཚུ་གས་པའི་ཐབས་ཤེས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ཁྲིམས་ཀྱི་
སྒྲིང་བཅར་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་དང་ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་བྱ་བ་མར་
ཕབ་གྱིས་དོན་ལུ་འབྲུག་གི་མི་སེར་ཡོངས་ལུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་དོན་
སྒྲུལ་གནང་བའི་ཁར་ ལྷག་པར་མི་མང་ནང་འཁོད་མ་འགྲིག་པ་
འཐོན་མི་ཚུ་ གནད་དོན་ཚུར་ཀྱ་ཅིག་འབག་སྟེ་ཁྲིམས་འདུན་
ལུ་བཅར་ནི་འདི་ མི་སྟེ་ལུ་བཅར་གསལ་གནང་གྱི་ཚུ་ཆེ་བའི་
གནས་ལུ་ ཐུགས་དགོངས་ཐབས་འཛིན་ཏེ་ སྒྲོལ་བརྒྱལ་བ་
དང་ཐུགས་འཆར་སྒྲུང་ལུ་མ་འཛེམ་པར་ རྒྱུ་ཁག་སོ་སོའི་ནང་
སྒྲུ་དངོས་ཞབས་གྱིས་བཅགས་ཏེ་ ས་གནས་གཞུང་གི་འབྲུས་མི་
གོ་དོན་གི་དམངས་མི་དང་ ཆོགས་པ་དང་གཞན་ ལྷན་ཁག་གི་
འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ཚུད་ཉེག་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ རང་
ཁ་ནང་འགྲིག་གི་སྒྲིང་བཅར་གནང་མ་དང་གནང་བཞིན་ཡོད་མི་
གིས་ཁོ་ཕན་གྱི་སྒྲིང་ལས་ཡང་ སྒྲིང་བཅར་ཐོབ་མི་ཚུ་གིས་བསམ་
འཆར་བཤད་མི་ནང་གསལ་ མི་སྟེ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཆུ་ཆེ་དགས་སྟེ་
རང་བྱུང་ཡོད་པའི་ཁར་ ཁོང་མི་སྟེ་འགོ་བྱེད་པ་ཚུ་ལུ་ཡང་ སྒྲིང་
བཅར་གྱི་ཁོ་ཕན་སྒྲིང་ཐོབ་ཡོད་པའི་སྒྲིང་ བཤད་པ་ཡིན་པས་ དེ་
གིས་ཡང་མ་ཆད་ གཙོ་བོ་ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཚུད་ཉེག་གི་འབྲེལ་མ་
འདི་ག་དེ་ཉུང་ཉུང་བཟོ་ནིའི་དམིགས་དོན་ཡིན་པ་ཅིན་ འབྲུག་
མི་རེ་རེའི་བཞིན་དུ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་འདི་ཉུང་གོ་དོན་པ་
འདི་གལ་ཆེན་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙན་པ་སྒྲུའི་ལས་
བྱེད་པ་ཁྲིམས་ཀྱི་མཁས་མཆོག་ཚུ་གིས་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་དོན་གསལ་
བཤད་གྱི་ལམ་ལུགས་འགོ་བཙུགས་གནང་མི་འདི་ཚུ་ལུ་ བསམ་
ཡུལ་ལས་འདས་པའི་བགྱིན་དང་དགའ་ཚོར་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས།
ག་འཆར་པ་ཟེར་བ་ཅིན་ དེ་བཟུམ་གྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བཅར་འདི་ མ་
གཞི་དང་ཁྲིམས་ལྷན་སྟེ་གིས་རྒྱུང་བསྐྱེད་པ་དང་དངོས་མཐོང་ཐོག་
ལས་གསལ་བཤད་འབད་ནི་ཡོད་རུང་ ཁག་ཆེན་རང་སྤྱབས་མ་
བདེན་འཐོན་ས་དང་ ཁྲིམས་ཉུང་མ་གོ་བའི་མི་སེར་མང་ཤོས་རང་

གཞུས་སྒྲོལ་སོ་སོའི་ནང་ཡིན་མ་ལས་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བཅར་དེ་ མི་
སེར་རེ་རེའི་བཞིན་དུ་གི་ན་བར་བཅར་འཕྲོད་ནི་འདི་གལ་ཅན་ཅིག་
ལུ་འགྱུར་ཏེ་ཡོད།

མི་སྟེ་འགོ་བྱེད་པ་རྒྱུ་དང་དམངས་མི་ ཆོགས་པ་ཚུ་གིས་ཡང་
ཁོང་རའི་འགན་འཁུལ་དང་ ཁག་འགན་འབག་སྟེ་ནང་འགྲིགས་
འབད་མ་དང་ ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་བཅག་གཞན་གཉིས་ཕན་ལུ་
འགྱུར་ཚུ་གས་པའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ ཁྱོང་གཞུས་སོ་སོའི་མི་སེར་
ཚུ་སྟོན་སྟེ་སྟོན་སྟེ་གོ་བཅར་སྟོན་ཚུ་གས་པ་ཅིན་ རྒྱུང་བསྐྱེད་པ་
ཐོག་ལས་གོ་བཅར་སྟེ་མི་དང་ མི་ངོ་བོ་སྟོན་སྟེ་བཅར་དོན་སྟོན་མི་
ཀྱི་བར་ན་ཕན་ཐོགས་ ས་དང་གནམ་གྱི་བྱུང་པར་ཡོད་པ་ལས་
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མའི་གཟུགས་སུ་སྤྱུལ་ཏེ་ གཞན་ཕན་གྱི་
མཛེད་བྱ་བཟང་པོ་གནང་མི་འདི་ལུ་ འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱི་མགྱིན་
ཆབ་སྟེ་སྟོན་ གྲུས་པ་ཆེན་པོས་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་སྒྲོལ་ས་བགྱིན་
བྱ་མེད་དུ་ཆེ་བའི་སྟོན་གསལ་ཞུ་ནི་དང་འབྲེལ།

ཕྱིན་ཆད་ ད་ལས་ཕར་འབད་རུང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོ་རྟགས་ཉམས་
སྒྲུང་དང་རྒྱུང་ཁའི་སྐད་ཡིག་གོང་འཕེལ་ མི་སྟེ་ལུ་ཕན་ཚབས་
ཆེ་བའི་ཕྱག་ལུ་གལ་ཅན་ག་ཅི་བཟུམ་རང་གནང་དགོས་འཐོན་ཏེ་
འབད་རུང་ ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྷན་གྱིས་བྱུང་སྟེ་ ང་བཅས་
རའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ དབང་ཕྱུག་བརྒྱུད་འཛིན་མི་དབང་
ཡབ་མེས་སྲས་གསུམ་རིམ་པའི་འོག་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་
དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་རང་ལུ་ བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཉེན་མ་སྤར་ལས་ལྷག་སྟེ་
འཕྲོ་མ་ཐུད་ཤར་བཙུག་ཟེར་བའི་སྟོན་འདུན་དང་ཆབས་ཅིག་ མི་
དབང་ཨ་ཞེ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ མཛེད་འཕྲིན་ཡར་ངོའི་བླ་བ་བཞིན་
འཕེལ་ སྒྲ་སྟོན་བྲག་ལས་བརྟན་ སྒྲ་ཆེ་ཚུ་ལས་རིང་ སྒྲ་བསོད་
མེ་ལྟར་འབར་ཏེ་ ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་ལས་སྟོང་ཕྱག་སྟེ་ སྒྲུ་ལུ་འགྱུར་
བ་མེད་ གསུང་ལུ་འགག་པ་མེད་ ཐུགས་ལུ་འཁྲུལ་བ་མེད་པར་
བཞུགས་བཙུག་ཟེར་བའི་སྟོན་ལས་འདི་ ཕྱོགས་བཙུའི་རྒྱལ་བ་
སྲས་དང་བཅས་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཕྱིན་ཚབས་ཀྱིས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་
འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཅིག་ཟེར་ཞུ་ཡིན།



བྲང་ཁྲིམས་ཀྱི་བཅུད་དོན་ག་དེམ་ཅིག་ལུ་གོ་ནི་སྟོན་པ།



ནམ་རྒྱལ་དྲི་པ།

ཅོད་དུང་། བསམ་གྲུབ་ཡོངས་མཁའ་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་པ།

༩ ཕྱི་སྟོན་འཇིག་རྟེན་འཛུགས་སྤྱི་ཆགས། བྲང་བཅུད་སྒྲིམ་འགྲོ་སེམས་ཅན་གཏམས།

འོད་གསལ་ལྷ་བུའི་ཉིན་མོར་འབྱེད། མང་བཀྲར་རྒྱལ་པོར་རབ་རྒྱ་འདུད།

ལུགས་གཉིས་ཁྲིམས་ཀྱི་ཁ་ལོ་བ། ཨོ་རྒྱན་པད་མའི་རྣམ་སྤྱུལ་ཆེ།

སྟོ་སྟོན་ཁ་བཞི་རྒྱལ་ཁབ་བཅུན། དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་སྤྱིར་བོར་མཆོད།

གོང་ས་ཨོ་རྒྱན་དབང་ཕུག་ནས། དབང་ཕུག་བརྒྱུད་འཛིན་ལྟ་བུ་པའི་བར།

བྲང་བར་འབྲེན་པའི་ཁྲིམས་ཆར་གྱིས། འདོད་པ་སྟོམ་པའི་རེ་བ་བསྟོར།

ཆོག་གསུམ་གཉིས་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོ་ཡི། ཡོད་པའི་སྟོབས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྤྱི་རྒྱས།

མི་སེར་ཡོངས་ཀྱི་སྐལ་བ་རུ། མངོན་མཐོའི་གཞུང་ཁབ་བཞུགས་པ་མཆར།

ཞེས་པ་མཆོད་བཞིན་གྱི་ཡིད་ཆེས་དད་པའི་ ལུང་ལ་སྟོན་པོ་ སྟོན་
དུ་ཐོར་ཞིང་ མང་པོ་བཀྲར་བའི་ཁྲིམས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱུན་ལུ་གཞིར་
བཅོལ་ཏེ་ ཞབས་བྲལ་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་ཀྱིས་དང་ རྣམ་འབྲེན་
བཞི་པའི་ལུང་དོན་ལས་འབྱུང་བའི་ འདས་དང་མ་འོངས་དུས་
གསུམ་ལུ་ བསྐལ་པ་རྣམས་བསྐལ་པའི་བར་ ཡང་འདུལ་མཐའ་
འདུལ་གྱི་ སྤྱིར་འཛུགས་སྤྱི་དང་ སྟོན་སྤྱི་སྟོན་དབང་ཕུག་
བརྒྱུད་འཛིན་ཚུ་གིས་ མཁའ་བརྩུན་བཟང་གསུམ་ བྲང་པར་

ཅན་དང་ལུན་པའི་ཁྲིམས་དེ་ ག་དེ་ཅིག་ཁག་ཆེས་ཨིན་ན་དང་ ག་
དེ་སྟེ་ཕུག་འགན་བཞེས་པ་ཅིན་ བྲང་ཁྲིམས་སྤྱི་ནི་ཨིན་ནིའི་སྟོན་
ལས་ མདོར་བསྐྱུས་ཅིག་ཞུ་མི་འདི་གཞུང་གསལ་ལྟར་ཨིན།

བྲང་ཁྲིམས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱ་བའི་གནད་སྟོན་དང་བསྐྱུན་པའི་
ཁྲིམས་ཀྱི་འཛོན་སྤྱད་ཅན་དང་ ཁྲིམས་ལུ་འབྲེལ་བ་ལེགས་
བཅོས་འབད་ཐངས་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བཙུལ་བཞིན་ གོ་བད་སྟོན་ནི་
ཆགས་དང་ཕྱོགས་ལྷུང་མེད་པ་ དུས་དང་དུས་སྤུ་ གཞུང་དང་



མི་སེར་གྱི་ཞབས་དྲོག་ ལྷན་གསལ་ནུས་འཁྱོངས་ལས་ སྤྱི་ཚུལ་
ཡང་མ་འགལ་བར་ ཟུག་ཕྱིད་ལུ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ངང་ཁྲིམས་སྒྲིན་
ནི་ཟེར་རུང་འདི་རང་ཡིན་མས།

དེའི་བརྒྱུད་དོན་ཡང་ འབྲུག་གི་ཞི་ཚུད་དང་ཉེས་ཚུད་བྱ་བའི་གནད་
སྤྱོད་གྱི་ཁྲིམས་དེ་བ་²⁰⁰⁷ ཅན་མའི་ ལེ་ལུ་ཞི་བཞི་པའི་དགོངས་
དོན་ནང་གསལ་བཞིན་ འཛམ་གླིང་ཡོངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་
ལས་ མཁས་མཆོག་དང་ལྷན་པར་ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་
ལུ་ཡང་ དར་བྱབ་སོང་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ལྷག་པར་དུ་ སྤྱི་ཚུལ་
རྒྱལ་བ་གོང་མ་ཚུ་གིས་ བརྒྱུམས་བཞག་གནང་མི་ འབྲུག་གི་
བྱད་ཆོས་དང་ལྷན་པའི་ ཁྲིམས་ཀྱི་འཛོན་སྤྱངས་ཅན་ ཉེ་མ་ལས་
འཕྱད་པ་ད་ ལེ་ཤ་གིས་གོང་འཕེལ་འགྱུར་ཡོད་པ་བཞིན་ ཁྲིམས་
ཀྱི་འདུན་ས་ལུ་ འབྲེལ་བ་འཐབ་མི་ཡང་ ལོ་གཅིག་བའོ་གཅིག་
མང་སུ་འཐོན་པ་བཞིན་ ཟུག་འགན་བཞེས་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་ ཕྱི་ནང་
གཉིས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་བ་དོན་གཅོད་ཀྱི་སྤྱོད་བརྒྱུ་
ཚུ་ གང་མང་སྤེལ་ཏེ་ ད་རེས་བཟུགས་སྤེལ་ ཁྲིམས་ཀྱི་འཛོན་ཆད་
ཏུ་ཅང་གིས་ ཡར་ཕར་ཐོག་ལས་སྤེལ་ ངང་ཁྲིམས་ཀྱི་ཞབས་དྲོག་
ལུས་དང་ལུ་བཞིན་སྤྱབས་ཀྱིས་ ཚུད་གཞི་ཙཱ་ཆ་མཉམ་ལུ་ གོ་
བ་དང་བརྟེན་ཚུ་ཡང་ དེ་བཟུམ་ཚུ་ལ་བཞིན་སྤྱོད་དེ་ དཔེར་ན་
སྤྱི་ལོ་བསྐྱུ་བར་གྱུར་པས་ན། དུད་འགོ་ལ་ཡང་གོ་བ་སྤྱོད།
ཟེར་དོ་བཟུམ་ ཁྲིམས་གཏོགས་གར་ ལེགས་བཅོས་སོང་བའི་
གར་ ཚུད་བཞེར་ཐད་ལས་འབད་རུང་ ངང་སྤོང་གི་འཁར་བ་
མདུན་དུ་བཅུགས་ཏེ་ མཐའ་དཔྱད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལུ་ཡང་ ཕྱོགས་
ལྷང་མེད་པའི་མཛོན་ཉུགས་ རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་ལུ་དར་བྱབ་སོང་
སྤེལ་ ཉུས་དང་ཉུས་སུ་ལུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་ཉིན་འཁྱོངས་དང་བསྐྱུན་
དཀའ་སྤྱད་དང་འཆོར་སྤང་ལུ་ འཛིགས་སྤང་མ་བསྐྱེད་པར་
ཟུག་ཕྱིད་གང་ཟུག་བའི་གནད་ལས་བཞེན་ འཐབ་ཚུད་བྱུང་མི་
ཚུ་གི་ གནས་སྤངས་དང་ཞི་བདེ་ཡང་ རེ་འདོད་བཞིན་དུ་ བྱུ་བ་
ཚུགས་མི་དེ་གིས་ ངང་ཁྲིམས་སྒྲིན་ནི་ཟེར་རུང་འདི་རང་ཡིན།

མཇུག་བསྐྱེད་སྤོན་ཆོག།

འབངས་ཀྱི་རེ་བ་བདེ་སྤྱིད་དང་། བདེ་སྤྱིད་རྩ་བ་ཁྲིམས་ལོན། དེ་
ཕྱིར་ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་ལུགས་དེས། འཛམ་གླིང་ཀྱུན་ལ་ཟུགས་པར་
ཤོག། ཅེས་ མོས་པ་དང་གཅིག་ཁར་ འབྲུག་གི་ངང་ཁྲིམས་ལྷན་
སྤེལ་དོན་ རྒྱལ་སྤྱོན་འབངས་གསུམ་ཡོངས་ཀྱིས་ སྤྱོད་གཏད་
དང་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ཚུགས་པའི་ལྷན་སྤེལ་གཅིག་ ཉེར་བར་མཐོ་
བ་ཡིན་པ་ལས་ ཆེ་ཕྱ་གར་ཡིན་རུང་ ཚུད་ཉོག་དང་འབྲེལ་བ་
འབད་དགོས་པའི་རིགས་ ཞི་ཚུད་དང་ཉེས་ཚུད་བྱ་བའི་གནད་སྤྱོད་
ཁྲིམས་དེ་བཀྱི་དགོངས་དོན་ཇི་གསལ་ལྟར་ སོ་སེའི་ངང་ཁྲིམས་
ཀྱི་ཟུག་འགན་དང་ བཅུ་ཕུགས་བཅན་ཐབས་ཀྱི་མཐའ་དོན་
དར་བྱབ་སྤེལ་ཞིའི་རིམ་པ་ཚུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་གནད་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་
ཉུས་དང་ཉུས་ཆོད་ཁར་ ལུན་འགྱུངས་མེད་པར་ གཤེ་མཐོ་གས་
མཐོ་གས་ ཚུད་བཞེར་གནང་ཚུགས་པའི་རེ་བ་དང་སྤོན་ལམ་ མ་
འོངས་ཕྱིན་ཆད་ཐད་ཁྱང་ ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་རྩ་དེ་ལུ་ མི་མཐུན་སྤྱོད་
དང་བར་ཆད་སོགས་ཀྱིས་ བར་སྤྱོད་གང་ཡང་མེད་པར་ ཏན་
ཏོག་ཏོ་ཐོག་ལུ་གནས་ཏེ་ མི་སྤེད་མི་སྤེའི་བར་ན་ མི་མཐུན་
པའི་འཐབ་པ་ཚུད་པ་ཚུ་ འབྱུང་དང་བྱུང་བཞིན་པ་ཆ་མཉམ་
ཁྲིམས་སྤེའི་རིང་ལུགས་འདི་གིས་ ཞི་བ་དང་དགའ་སྤྱིད་ཀྱི་ངང་
ལུ་ གནས་ཚུགས་པའི་འདུན་པ་ བརྒྱུ་ཕྱག་བསྐྱེད་དོ་བཟུམ་སྤེལ་
ངང་ཁྲིམས་རིང་ལུགས་འདི་དང་ཉིན་འབྱེད་དབང་། རིས་མེད་
སྤྱི་སྤྱོམས་འཇུག་པར་མཚུངས་མོད་ཀྱིས། ཏྲ་བདུན་དབང་པོ་ཉིན་
ཟེར་འདྲ་བའི་གར་། སྤོན་ལྗོངས་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་བཅོན་གྱུར་
ཅིག། ཞེས་པ་ལྟར་ ཁྲིམས་ལུ་བཅི་བཀྱུར་དང་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་
ངང་པོའི་ཁྲིམས་རྒྱུན་སྒྲིན་ཐབས་ལུ་ ཟུག་འགན་གཙོ་བོར་བཏོན་
ཅིང་ ཟུག་པོ་དང་སྤྱང་ཀ་ དབང་ཅན་དང་དབང་མེད་ གོ་ས་ཆེ་
ཚུང་ རིགས་ཀྱི་དྲག་ཞན་ ཁ་དྲག་དབང་ཚུང་ ཤེས་ཡོན་ཡོད་
མེད་བཅས་ཀྱི་བར་ན་ལུ་ ཆད་མཉམ་ལྷན་པའི་སྤོན་ལས་ འདྲོག་
འཛིགས་དང་ཉེ་རིང་མེད་པར་ དཔྱེར་མེད་འདྲ་མཉམ་ཐོག་ལུ་
ངང་ཁྲིམས་ལྷན་སྤེའི་དབུ་འཕང་དང་ རང་དབང་གཉེར་སྤྱད་དེ་



འབྲུག་གི་ཁྲིམས་སྤྱི་གཙུག་ ཕྱོགས་གཏོགས་ཁྲིམས་ཀྱི་ལས་བྱེད་
པ་ཡོངས་ནས་ སྤྱི་གཞི་ལས་དང་ལྡན་པའི་སློན་ནས་ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་
མོའི་དམངས་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ལྟར་ འགོ་བཙའི་དལ་དབང་
ཚུ་ རེས་པར་དུ་འགན་ལེན་འབག་ཚུགས་པའི་རེ་སློན་ལུ་ ཇི་
སྟེད་པན་དང་བདེ་བ་འབྱུང་བའི་གནས། རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ་སྤྱི་

དང་ཡ་ཤུལ་དུ། སློན་ཕྱོངས་འབྲུག་གི་བསམ་བཞེན་རྒྱལ་ཁབ་
འདི། འབྲུར་མེད་ཡུན་དུ་གནས་པའི་བཟང་ཤེས་ཤོག། ཟེར་བའི་
སློན་འདེབས་ལྷུ་ཨོན།



མི་དབང་ཡབ་མེས་སྐུ་གསུམ་གྱི་སྐུ་ཐོག་ བློ་བཟང་འཛིན་སྐྱོང་སྤྱེལ་གསུམ་གྱི་ ཀླུ་བཅུ་དེ།



རིག་འཛིན་དབང་འཕྱུག་

ལེགས་པ་ཤད་པ། འཛིན་མེད་ལྷོ་དབང་ལྷ་གཞི་མེས་ཀྱི་སྐུ་ཐོག་ ཐེམ་ཕུག།

མཆོད་བརྗོད།

ཨོ་ཆུན་པདྨ་འེ་སྐུ་གསུམ་ཆོས་ལུན་གྱི་སྐྱོང་པ་འདིར། །
ལུགས་གཉིས་ཀྱི་མེས་ཀྱིས་ཁ་བཞི་སྐྱོང་བ་ཡི་མགོན་པོ། །
འཛིན་རྟེན་དབང་ལྷ་གཞི་དབང་རྣམ་ཐུལ་གྱིས་གཙོས་པའི། །
ཆོས་ཐུལ་རིམ་བྱོན་ཆོག་ལ་དད་ཕྱག་ཅིག་འཆལ་ལོ། །

ང་ཟད་གཞན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི་རྣམ་སྤྱུལ། །
གཞན་དཔུང་གྱི་ལེགས་ཆོག་པའི་བདེ་ཡི་མཛད་ཀྱིས། །
ཁ་ཅམ་མ་ཡིན་ཡིད་ཆེས་དད་པ་ཡིས་མཆོས་སྐྱུར། །
ཀ་དག་ཆོས་ཐུལ་རིམ་བྱོན་སྤྱི་དབུས་ནས་བྱོན། །

སྐུ་གསུང་བྱུགས་ཡོན་གཞན་པའི་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་པོ་ཏྟ། །
དུས་གསུམ་མཁའ་པའི་དགོངས་བཞེད་ལྷན་ཆེན་གྱི་འཇུག་པ། །
མི་དབང་མངའ་བདག་ཡབ་མེས་སྐུ་གསུམ་གྱི་སྐུ་ཐོག་ །
བློ་བཟང་འཛིན་སྐྱོང་སྤྱེལ་ཚུལ་མདོར་ཅམ་ཞིག་གཏེར། །



དབང་ཚད་ཐ་དད་ཀྱི་མཛད་ནུམ།

བྲང་ཁྲིམས་ནུམ་དག་སྤྲིན་པའི་བཞེད་དོན་གྱི་ས་བོན། །

སྤངས་འཛིན་གཞན་ལས་ཚུགས་པའི་ཐ་དད་ཀྱི་ལྷ་གྲ། །

གནས་ཅིམ་ལྡན་པའི་ཁྲིམས་འདུན་ཡལ་འདབ་ཀྱིས་བྱུང་ཅིང་། །

གང་འདོད་འཇོ་བའི་འབྲས་བཟང་སྤྲོད་བཞིན་དུ་ཡོད་ཚུལ། །

དགོས་པའི་དབང་གིས་ཉེར་མཁོའི་མཐུན་ཆུན་ལ་དགོངས་ཏེ། །

ཚུད་གཞིར་ཐེ་གཏོགས་གཞན་དབང་ཤན་ཞུགས་ལས་ལྷོག་པའི། །

བྲང་དཔོན་ནུམས་ཀྱི་རང་དབང་གཙང་མ་ཡི་གཞི་རྟེན། །

ཁང་གླའི་འབྲས་དང་སྤྱི་གཞི་སྤྱུམ་འཁོར་སོགས་གནང་ཞིང་། །

འཛིང་ས་བསྐྱར་འཇལ་ཟད་གོན་འཁྲི་བ་ལས་བྲལ་ཞིང་། །

བུ་ལོན་གཉེན་འབྲེལ་བརྒྱུ་ཆ་བཅུ་ཐམ་གྱི་ཁལ་དང་། །

ས་ཅིན་ཐོག་ལས་བརྒྱུ་ཆ་ལྗེ་ཡི་ཆོང་ཁལ། །

མི་སེར་འཛོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དགོངས་ཡངས་སུ་གནང་ཞིང་། །

ལྷན་སྡེའི་དབུ་འཕང་ས་བརྟན་ལྷག་པར་དུ་འབྱུང་འཕྲོར། །

ཁྲིམས་སྒོན་གཙོ་བྱས་འབྲས་མི་ལྗེ་ལྷན་གྱི་ཆོམ་བུ། །

རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་སྡེ་ལྷན་ཆོགས་དམིགས་བསལ་དུ་བཀོད་པས། །

ཁྲིམས་སྡེའི་བསྐྱོད་བཞག་དཀའ་ངལ་ཆོགས་མེད་དུ་སེལ་ཞིང་། །

རྒྱལ་བའི་ལྷང་ལས་སྒྲོབས་རྩལ་འཕེལ་ཐབས་གྱི་ཆོས་གཞི། །

བཀའ་ཁྲིམས་བཙན་པའི་བྱ་བར་འཇུག་ཚུལ་གྱི་མཆོན་བྱེད། །

གཙུག་སྡེའི་རང་དབང་ཐ་དད་བྱུང་ཚུལ་གྱི་རྟོགས། །

བྲང་དཔོན་བཀའ་བཞུགས་ལྷུ་ཡི་མདོག་ཅན་དུ་བསྐྱར་ཞིང་། །

ཆོས་རྒྱལ་ཡབ་སྲས་བྱགས་རྩེ་སྤུལ་པ་ཡི་ལོ་ཉམ། །

ཕན་བདེ་ལེགས་ཆོགས་འབྲེལ་ཚད་དོན་ལྡན་གྱི་ངང་ནས། །

ཞིང་འདིར་སྤྱི་བའི་འབངས་འཁོར་སྤང་བར་གྱི་ཆུ་འབྱུང་། །

སྤྲིན་བར་ཉི་མར་བསྐྱོད་བའི་གོ་སྐབས་ཤིག་བྱུང་ཡོད། །



དབྱེ་བཤེར་རྣམས་གཞག་གི་མཛད་རྣམས།

ཆབ་འབངས་གཏུང་བའི་མེད་པུང་ཞི་ཐབས་ཀྱི་མཛད་པ། །

ཐུགས་རྩེ་གངས་རིར་ཉི་ཟླ་བྱུང་འབྲེལ་དུ་ཤར་བས། །

མད་བྱང་ཕྱིན་ལྷབས་ཚུ་བོད་ས་རྒྱུན་དུ་འབེབས་བཞིན། །

བྱང་སྟོམས་ལྷན་པའི་ལྷན་ཤིང་ལོ་འདབ་ཀྱིས་ལྷག་ཚུལ། །

གཙོ་བོར་ཁྲིམས་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱོགས་ལྷུང་དང་བཟལ་ཞིང་། །

བྱང་པོ་ནམ་མཁའི་ཐིག་ལྷར་ཡིན་ཚུལ་གྱི་ལུང་བཞིན། །

རྩེ་ཡི་བཀའ་བཙན་འབངས་རྣམས་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་རྩ་བ། །

དགེ་བཅུ་འཁྲིམས་བཙན་འབྲེལ་ཚད་ཐར་པ་ཡི་ས་བོན། །

སྤར་གྱི་ཁྲིམས་གཞུང་འདོད་དོན་ཀྱན་གསལ་གྱི་གྲོང་ནས། །

ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་ལུགས་ཉིན་བྱེད་གྲིང་བཞི་དུ་ཤར་བས། །

ཆབ་འབངས་བདེ་དགའི་དཔལ་ལ་འཛོལ་བཞིན་དུ་ཡོད་ཀྱང་། །

དུས་དང་བསྟུན་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་བསྐྱར་བཙོས་ཀྱང་མཛད་ཡོད། །

རྩ་པན་རྒྱ་བྱེད་སྤངས་ངལ་གང་ཉུང་གི་ཐབས་ལམ། །

རྩོད་གཞིའི་སྟུན་གསན་ཆོས་གངས་གཏུན་འཁེལ་གྱིས་མཛོན་པས། །

རིམ་གྱིས་པ་དང་རྣམ་དག་རྩོད་བཤེར་གྱི་འབྲུན་ཚོད། །

ཟླ་ངོ་གསུམ་མཚམས་སྟུན་ཞུ་ངེས་པར་དུ་དགོས་ལུགས། །

ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ཞལ་ལྷེ་གཙོད་ལུགས་ཀྱི་རིམ་པ། །

གང་ཞིག་ལེགས་མཁྱོགས་དག་པ་བྱང་སྟོམས་དང་བཙས་པའི། །

ཁྲིམས་ཀྱི་ཆེ་བ་རྣམས་བཞི་ཡོངས་རྫོགས་སུ་ཆང་ན། །

བྱང་ཁྲིམས་གནད་དུ་སྦྱིན་པའི་བྱང་ཆོས་ཀྱི་དགོངས་བཞེད། །

གྲུབ་ཐབས་དབྱེ་བཤེར་བསྟར་སྦྱོང་ལག་ལེན་གྱིས་མཚམས་སྦྱར། །

བཟང་མིག་གེད་དུ་ཕྱོགས་པའི་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆ་རྒྱུན། །

བྱང་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོང་རྣམས་གཞག་གི་རིམ་པར། །

འབྲེལ་ཚད་ངེས་ཤེས་འདྲོངས་པའི་དངས་གསལ་གྱི་ལམ་ལུགས། །



མི་སྟོབས་དང་ ཁྲིམས་བཟུང་མཛད་ནུས།

འདོད་རྒྱུ་བསྐྱར་བའི་གཟིགས་པ་རྒྱན་རིང་དུ་གཡོ་བས། །
དགོས་པའི་དབང་གིས་གཞན་པའི་མེད་པ་ལྟོས་པས། །
འབྲུག་སྐོའི་རྒྱལ་གཞུག་མཐའ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། །
ཐབས་ཤེས་བྱུང་དུ་འབྲུག་པའི་གནད་འགག་གི་སྒྲིང་པོ། །

ཞལ་ལྷེ་གཙོ་བོ་དང་དཔོན་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་རྒྱུ་ལ། །
ཁྲིམས་ལ་མཁས་ཤིང་ཕྱོགས་ལྷན་བསམ་སྦྱོར་དང་བཟུང་། །
དང་ཞིང་བརྟག་དཔྱད་རྒྱ་འབྲས་སྒྲུབ་དོར་ལ་བསམ་པའི། །
མི་ངོར་དང་དཔོན་འདེམས་བསྐྱོར་རིམ་བཞིན་དུ་མཛད་ཅིང་། །

ཁྲིམས་སྤྱིའི་འགལ་ཁྲིམས་གོང་དང་དཔོན་གྱི་དབང་ཆ་དང་། །
འབྲུག་མཉམ་ཡིན་ཚུལ་མི་སྟོབས་འཛིན་སྦྱོར་གི་ལམ་ལུགས། །
བརྩེ་ཆེན་དཔག་བསམ་འདོད་འཛིན་མཛད་བཟང་གི་དཔལ་ཡོན། །
ཕུན་ཚོགས་བཀོས་སྤྱོད་སྤྱོད་བའི་དང་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱམས་མགོན། །

སྐལ་ལྷན་འབངས་འཁོར་དབུས་སུ་གསེར་ཁྲི་ཡི་སྤྱོད་ནས། །
ལུགས་གཉིས་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད་དུས་རྒྱུ་དུ་སྒྲིགས་ཏེ། །
མངའ་ཐང་རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་གྱིས་འཛོམས་པ། །
དང་ཁྲིམས་གནད་དུ་སྒྲིག་པའི་སྒྲིག་འདེབས་ཤིག་ཞུ་འོ། །

བྱ་བའི་གནད་སྦྱོང་ཁྲིམས་དེབ་ཕྱོགས་བསྐྱེད་སྤྱོད་མཛད་མཐར། །
ཉེས་འགེལ་ཁྲིམས་དེབ་སྤྱོད་གཞི་དུ་གཞན་ཞིག་མཛད་པས། །
དགོ་བཅུའི་གནད་ལས་ཁྲིམས་འཆལ་སོར་རྒྱུ་གྱི་རིམ་པས། །
ཉེས་མེད་སྦྱོབ་ཐབས་ཉེས་ཅན་འཁྱོད་གཞི་རུ་གྱུར་ཞིང་། །

ཚོད་བཤེར་གནད་ལ་མཁོ་བྱེད་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བསྐྱེད་དོན། །
གཏན་ཆོག་སྤྱོད་བྱེད་བཅའ་ཁྲིམས་རིམ་བཞིན་དུ་མཛད་པས། །
ངན་གཡོའི་རྩིས་སུ་འབྲང་བའི་ལམ་ཕྱོགས་ལས་ལྷོག་སྟེ། །
བདེན་འཛིན་སྦྱོར་འདོགས་གཙོ་བོ་མཚོན་ཆ་རུ་གྱུར་ཡོད། །



བྱང་པོའི་སྤངས་འཛིན་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ལས་འགལ་བའི།
གྲགས་ཚད་བདེན་པར་འཛིན་པའི་གཉིས་སྤང་གི་བྱ་བ།
ལམ་འཕྲང་ཞགས་པའི་ལྷགས་སྟོག་ཆེན་པོ་ལས་གྲོལ་ཏེ།
བདེན་ཚུན་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་དཔལ་གདངས་ཤིག་སྟོབ་ཡོད།

བྱང་ཁྲིམས་ཀྱི་དབུ་འཕང་།

ཁྲིམས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྦྱར་བ་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྟོབས་ལས།
ཁྲིམས་ཀྱི་དབུ་འཕང་རྒྱས་པའི་སྒྲུབ་ཆེན་གྱི་མཛད་འཕྲིན།
ཁྲིམས་ཀྱི་བཟླ་ཉམས་གོམ་པ་མདུན་ལམ་དུ་སྟོགས་པའི།
ཁྲིམས་ཀྱི་ལེགས་བསྐྱར་མཛད་ལུལ་གསུལ་ལྟོན་བཟང་།
རྒྱལ་སྤྱི་མཐུན་འབྲེལ་མཛད་ལམ་སྐར་ཆོགས་ཀྱིས་དཔུང་བསྐྱེད།
ཁྲིམས་འདུན་གསར་དུ་བཞུངས་པའི་སྔོ་ལྗང་གི་ཆལ་ན།
ཙོད་པའི་ཁུར་སྐྱོ་སྟོག་པའི་རྒྱ་དྲག་གི་བྱང་བ།
སྟོ་ཡི་དགའ་སྟོན་སྤེལ་བའི་ཉམས་སྤང་ཞིག་ཤར་ཡོད།
སྟོན་སྟོན་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ལན་བརྒྱ་དུ་བསྟགས་པའི།
ལྷ་གོང་གནས་འདིར་མངོན་མཐོ་གསར་བཞུངས་ཀྱི་བྱ་སྟོ།
རྣམ་དག་སྟོན་པའི་ལས་ཀྱན་གཤམ་མེད་དུ་འབྱུང་བས།
རྒྱལ་མཆོག་རིམ་པས་མགོན་སྐྱབས་ལྷག་མེད་དུ་མཛད་ཅིང་།
རྣམ་པར་མཛེས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་རྒྱུད་གསལ་ངོས་རོལ།
སྟོད་ལ་གཟི་བཟླ་བཟླ་བའི་གངས་རི་ཡིས་བསྐོར་བར།
མདའ་རུ་ཁོར་བུ་བངས་བྲག་མཆོ་གཡས་སུ་འབྱེལ་ནས།
ཕང་ཆུ་བདུད་ཅིའི་ཆུ་བོ་ལྷང་ལྷང་དུ་བབས་ཤིང་།
བདེ་ཆེན་ཕུག་དང་རྒྱལ་པོ་དཔལ་བཟང་གི་རི་དབང་།
སྤྱུག་རི་དཔལ་རིའི་ཕུ་གསུམ་རང་བཞིན་གྱིས་འཛོམས་ཤིང་།
རུབ་རི་ཆོས་འཁོར་ཕྱེ་མཆོག་ལྷུང་ལྷུང་འབར་བའི།
གཡས་གཡོན་བསམ་གཏན་གྱིང་དང་སྤྲིག་གི་ཐང་ཆེན།



རིན་ཆེན་སྤངས་པ་ལྟ་བུའི་མདོ་བྲག་གི་རི་དང་། །
སྤངས་ལ་དར་འཕྱར་སྤྲུག་རི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རི་མཚུག །
མདུད་ཡོད་བཏབ་པ་ལྟ་བུར་བསྐྱོལ་ཐབས་སུ་འབྱེད་སར། །
འབྲེལ་ཚད་དོན་དང་ལྷན་པའི་ཁང་བཟང་ཞིག་གྲུབ་ཡོད། །

ཕུན་ཚོགས་སྡེ་བཞིས་ཕྱུག་པའི་སྤྲོན་ལྗོངས་ཀྱི་ཞིང་འདིར། །
དབང་ཕྱུག་བརྒྱུད་འཛིན་མངའ་བདག་དབུ་འཕང་ནི་མཐོ་ཞིང་། །
སྐལ་ལྷན་མངའ་འབངས་ལྷ་མིའི་གཙུག་རྒྱུན་གྱི་དཔལ་དུ། །
སྤྱི་ཆེ་བསྐལ་བརྒྱར་བརྟན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞིག་ལྷ་ལོ། །

གཏམ་གྱི་བདེན་རྒྱུན་ཤན་འབྱེད་གཙང་མ་ཡི་ཞིང་སར། །
དགྲང་གི་རྒྱ་ཤེལ་དབང་པོ་འགག་མེད་དུ་ཤར་བས། །
སྤྱི་འགོའི་ལོག་རྟོག་གཉིས་འཛིན་ཚ་གདུང་ཡང་ཞི་སྟེ། །
སྤུངས་ཀྱི་དབུ་བཙུག་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞིག་ཡོད་དོ། །

སྤྱི་དུ་ལྷ་ཆོས་དག་བཅུའི་གངས་རི་ཡི་རྩེ་ལས། །
བར་ན་མི་ཆོས་གཙང་མའི་རྒྱ་བོ་ཞིག་བབས་པས། །
འཁོན་འཛིན་དུག་ལྡེའི་རི་མ་རང་བཞིན་གྱིས་བཤལ་ཏེ། །
དྲང་ཁྲིམས་ཟེའུ་འབྲུ་རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞིག་ལྷ་ལོ། །

རྒྱལ་ཁྲིམས་གསེར་གྱི་གཏའ་ཤིང་ལྗོངས་ཅན་གྱི་ཏོག་ལ། །
ཟབ་ཆོས་འདུལ་ཁྲིམས་རི་མེད་དར་དཀར་གྱིས་མཛེས་ཤིང་། །
རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་གཙུག་སྡེ་ལྷ་ཆ་ནས་བཙུགས་བཞིན། །
དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་ས་བོན་ཡང་ཡང་དུ་བཏབ་པས། །

ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་དྲང་ཁྲིམས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར། །
ངོ་མཚར་སློབས་འདས་པའི་སྤྲང་ཚུལ་གྱི་མཁྱེན་གཏམ། །
ངོ་མཚར་ཅན་གྱི་མཛད་བྱར་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་འགོས། །
ངོ་མཚར་བསྟོད་པར་འོས་པའི་སྤྲོན་གསལ་གྱིས་བྲུབ་ཡོད། །



རང་ལུགས་ཀྱི་བྲིམས་འབྲེལ་ཤེས་ཡོན།

ཁྱེད་ཀྱི་ཁ་སྐད་ཀྱི་ཡོངས་རྫོང་ཁ་ཡི་འདུ་བྱེད། །

རང་ལྷགས་ཤེས་ཡོན་དབྱེ་བཤེར་ལམ་སྟོན་གྱི་རིམ་པ། །

ནང་ལོད་སྐྱོད་བདར་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་སྟེལ་ཏེ། །

ནང་པའི་ཤེས་ཡོན་གཅེས་འཛིན་དམིགས་བསལ་དུ་མཛད་ཅིང་། །

གཞུག་ལག་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་མཐར་འཁྱུལ་གྱི་མི་དོ། །

འདེམས་འཐུའི་བྲིམས་ཀྱི་སྒྲིང་བདར་ཐོག་མ་ནས་བབྱང་སྟེ། །

བད་སྟོན་རིག་གཞུང་དབུ་འཇུག་ཆོད་མ་ཡི་བསྟན་བཅོས། །

རྒྱལ་ཡོངས་བྲིམས་དོན་གཞུང་ལུགས་མཐིལ་ཕྱིན་གྱི་སློབ་གཉེར། །

ཤོ་ལག་གཉིས་ནས་འདྲིན་སྐྱོང་སློབ་སྡེ་ལས་བཅར་བཞིན། །

ཀླུ་སྤྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤྱོད་བདར་བརྒྱུད་སྤྱོད་ཡང་བཅུགས་པས། །

ཁྱིམ་སྡོན་གཙུག་ལག་ཤེས་ཡོན་ལྡན་པ་ཡི་དང་དཔོན།

འདེམས་བསྐྱོས་ཐོག་མར་གནང་བ་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་མཛད་ལུལ། །

རིག་ལྟ་ལ་ཞན་པའི་མི་སྤེར་པན་ཐབས་ཀྱི་དགོངས་བཞེད། །

ནང་པའི་ལུང་དོན་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགོ་ལྷགས་དང་མཐུན་པར། །

ཀྱུ་བ་མིས་མཆོན་པའི་སྒྱུར་བརྟན་རིམ་བཞིན་དུ་སྒྲེལ་བས། །

ཕྱིད་གཞིར་འབྲེལ་ཆད་པན་ལྷབས་སྒྲར་ལས་ཀྱང་རྒྱས་འཕྲོར། །

རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་མཉམ་པའི་བྲིམས་ཀྱི་སློབ་སྡེ་གཞི་བཅུགས།

ཡབ་རྩེ་དམ་པའི་བཀའ་བབ་ལུང་བསྟན་གྱི་ཟབ་དོན། །

ནད་པར་སྒྲན་བཅས་མི་སྡེར་ངེས་དགོས་ཀྱི་བྲིམས་ལུགས།

དགོངས་བཞེད་དང་བསྐྱུན་ཆེ་མཐོ་བྲིམས་འདུན་གྱི་ཆོམ་བུར། །

བྱང་དཔོན་ཚྲིགས་སར་ཚེས་རྒྱུ་ལྔ་པ་ཡི་ཞལ་ནས། །

ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་བཀའ་སློབ་གསེར་ཐིག་གི་ཡང་སྟེང་། །

རང་དེའི་བྲིམས་ལུགས་སྒྲིང་སྒྲིང་བཞོ་བའས་ཀྱི་ཆེད་དུ།

དང་པར་བྲིམས་ཀྱི་སློབ་སྦྱང་སྤེལ་ཁང་གིས་མ་ཆོད། །

ཁྱེད་ཀྱི་ཞེས་པའི་ཆོས་ལྟེ་བ་དགོས་ལུགས་ཀྱི་བཀའ་བཞིན། །



ཉེས་ཉེད་པུ་བུ་མྱི་ལྷ་བུ་ཀ་པ་ལས་འགོ་བཟུང་། །
 ལྷ་ལ་ལྷ་ཀློབ་ལྷ་གཞི་འབངས་ཉེད་ལྷ་ཡི་གངས་ལྷ་། །
 ལྷ་བསྐྱོད་ཐོག་མར་འགོ་འཁྱེད་གཟུངས་གཤོམ་གྱི་ཆེད་དུ། །
 རིག་གཞུང་ལྷ་བུ་དཔོན་མཁས་མཆོག་གཞན་དག་གྲང་འཛོམས་ཡོད། །

ཞི་བའི་ལས་མཛད་གཏུང་བརྒྱད་ཚུ་བཞིན་དུ་རིང་བ། །
 རྒྱས་པའི་ལས་མཛད་ཆབ་སྲིད་ས་བཞིན་དུ་བརྟན་ཅིང་། །
 དབང་གི་ལས་མཛད་རྒྱུད་ལྷར་ལྷུར་མཐོགས་ཀྱི་བདག་ཉིད། །
 དྲག་པོའི་ལས་མཛད་སྐྱེ་བཅོད་མེ་བཞིན་དུ་འབར་བས། །

མི་དབང་རྒྱལ་སྐྱེས་མཆོག་ལུ་གུས་བཏུང།



ཆེ་འིང་གཡང་འཛེམས།

སློབ་འིམ་ ༩ པ། ལྷུང་ཐག་ཤེས་པ་འབྲིང་འིམ་སློབ་གྲྭ་ཐང་མ། ཐེམ་ཡུག།

༣ རྒྱལ་སྐྱེས་འབྲུངས་པའི་ཉིན་མ་ལུ།
ཉིམ་ཡང་ཨ་རྒྱ་མིན་པར་ཤར།
སློབ་ཡུག་སློན་ལམ་ཉིང་ལས་བཏུང།
མཐའ་དབུས་མི་སེར་ཡུག་མཆོད་ལུ།
མི་སེར་ཡོངས་ལུ་དགའ་སློའ་བྱུང།

སླན་སྡོངས་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ལུ།
རྒྱལ་སྐྱེས་འབྲུངས་པའི་སྐྱེ་པར་འདི།
མི་སེར་ཚུ་ལུ་གནང་བའི་སྐྱབས།
ང་གི་ཨ་པས་འཐོབ་མི་འདི།
ང་ལུ་སློན་ཙམ་མིག་ཏོ་ཁར།

རྒྱལ་སྐྱེས་མཆོག་གི་རྒྱུན་གཉིས་ནི།
གནམ་ཁའི་སྐར་མ་སླིན་དུག་བབུམ།
གཏེ་བལྟ་རུང་འོད་ཆེམ་ཆེམ།
ཞལ་ནི་རྒྱ་མཆོའི་ལོ་རྒྱུ་བབུམ།
ནམ་ཡང་མཇལ་མེད་ངོ་མཚར་ཆེ།

གུས་མོ་རང་གི་སེམས་ཁར་ལུ།
ད་ཚུན་རང་གི་ལས་སློབ་ཚུ།
གར་དག་སྟེ་འཁྱོད་བབུམ།
སེམས་ཡང་ཉིང་སངས་སོང་བའི་ཁར།
ཚོར་སྣང་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་བྱུང།



མི་དབང་རྒྱལ་ཕྱི་ལོ་ལོ་ལོ།
ཉི་མ་ལྷ་བསྐྱར་མ་བཟུམ།
སྐྱོན་ལྷོངས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཆ་ཡིན།
མི་མེད་ཡོངས་ཀྱི་སྐྱབས་མགོན་ཡིན།

མི་དབང་རྒྱལ་ཕྱི་ལོ་ལོ་ལོ།
ཡར་ངོའི་ལྷ་བསྐྱར་མ་བཟུམ།
གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ནས།
དཔལ་འབྲུག་བསྐྱར་སྤྱོད་རྒྱལ་པར་ཤོག།



མི་དབང་མ་ཡུམ་སྐུ་གསུམ་ལུ་དགའ་བསུའི་གྲུས་བརྟན།



ལྷོ་ཨ་ཁྱེ།

དྲུང་པོ་ཨ། སྐུ་ཉེད་དུང་ཁག་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ལ།

༤ ལྷོ་སྐུ་ལྷོངས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་།
རིམ་བྱོན་གྱི་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་འབྲུངས།
བྲུགས་འབངས་ལུ་ཉིན་མཆན་མེད་པར་བརྟེ།
བརྟེ་སྐྱོང་གི་མངའ་བདག་ཞབས་ལ་བརྟན།

སྐུ་གཟི་བཟིད་ཆེ་བའི་རྣམ་རོལ་ལས།
གསུང་ཆངས་དབྱངས་ལྷ་མོའི་སྐུ་གསུམ་བྱུང་།
བྲུགས་མཁའ་གྲོང་ཡངས་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ལས།
མཆན་རྒྱལ་བརྟེན་དོ་རྟེ་དབང་མོ་བྱོན།

འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱལ་བརྟེན་ལས།
སྐུ་མཛེས་པ་ཅ་རི་ལྷུག་པ་ལྟར།
ཞལ་དཀར་བ་ལྷ་བའི་ཉ་གང་བཞིན།
སྐུ་མོ་བསོད་ནམས་བདེ་ཆེན་དབང་ལྷུག་འབྲུངས།

སྐུ་མོ་བསོད་ནམས་བདེ་ཆེན་དབང་ལྷུག་ལས།
སྐུ་འབྲུངས་པའི་འབྲུངས་ལྷུགས་ལྷ་དགོས་ན།
བྲུགས་བྱང་སེམས་ཅན་དང་སྤྱིང་རྟེ་ཅན།
སྐུ་མཁའ་པ་བེ་རོ་ཅ་ན་འབྲུངས།

སྐུ་མཁའ་པ་བེ་རོ་ཅ་ན་གིས།
སྐུ་ན་རྒྱུང་དགའ་ལོ་གསུམ་ཅམ་ལས།
འབྲུག་རྒྱལ་ས་ལྷེ་བ་ཐེམ་བྱོགས་ལས།
ཤར་བཀ་ཤིས་སྐྱང་གི་བྱོགས་སུ་བྱོན།



ཤར་བཀྲ་ཤིས་སྐར་གི་མི་སེར་ལུ།
བྲགས་ཤེས་རིག་ལྡན་པའི་རྣམ་སྤྱུལ་ལས།
ལས་ཉོན་མོངས་སྤྲིག་སྦྱིབ་དག་པའི་རྒྱ།
ཡར་འབྲེན་གྱི་ཕྱག་དབང་ཐོབ་པ་བབང་།

དུས་ཚྡོད་དང་ཆོས་སྐར་བབང་བའི་ཉིན།
གནས་མེར་གསུམ་སྤྱ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས།
བྲགས་སྒོན་དང་ལྡན་པའི་དགྲ་ཞག་བཞུགས།
བཞུགས་གནང་བ་མི་སེར་བསྐལ་བ་བབང་།

སྤྲུལ་ན་རྒྱུད་དགྲ་ལོ་གསུམ་ལོན་གྱིས།
ཡ་མཚན་གྱི་དོ་ལེབ་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲར།
མཚོད་རྟེན་གྱི་གཞི་འབྲུམ་བཙུགས་གནང་སྟེ།
མེར་གསུམ་གི་མི་སེར་ངོ་མཚར་ཆེ།

སག་སྟེང་གི་སྤྲིགས་སྤྱ་འབྲོན་ལམ་ལུ།
གནས་ནངས་ཐོར་སྤང་ལུ་བསྤྱ་ལེན་བཞེས།
བསྤྱ་སྒོན་པ་ཡོངས་དང་མཐའ་དག་ལ།
ཡིད་དད་པའི་འདོད་པ་འདི་གིས་རྫོགས།

གནས་སྟེང་པའི་དཀྱིལ་ལས་ཆར་ཆེན་འབབ།
བྲགས་སྒོན་གྱི་འབྲུ་སྒྲ་དབྱིངས་སྤྱ་མཐོར།
ཆར་ཤུགས་སྟོབས་ཅན་ཡང་རིམ་གྱིས་ཆད།
ངོ་མཚར་བའི་རྟགས་དང་མཚན་མ་བསྐྱར།

གནས་སག་སྟེང་དུག་ལག་ཟེར་བ་འདི།
གཡུས་མཐའ་བྱར་ཅན་ཅིག་ཡིན་རུང་རང་།
ཆོས་སངས་རྒྱལ་བསྟན་པའི་དུས་ལ་འབབ།
སྤྲུལ་མཁས་པ་བེ་འོ་ཅ་ན་བྱོན།

གཡུས་སག་སྟེང་གཡུས་ཀྱི་ནང་གསེས་ལ།
གནས་གཡུས་མཐུག་ཟེར་བའི་ལྷ་ཁང་ལུ།
མི་དམངས་དང་མཇལ་འཕྲད་དུས་ཐོག་ལུ།
ཉེས་གཞའ་གིས་གང་བའོ་མཚར་ཆེ།



སྤྲུལ་མཁའ་པ་བེ་རོ་ཙ་ན་གིས།
ལྷ་ཁང་དང་གནས་ཁང་ཞབས་གྲིས་བཅགས།
ཕྱིན་ཙན་གྱི་བྱ་གས་སྟོན་ཟབ་མོ་གནང་།
སུག་སྟེང་གི་མི་རྣམས་སྐལ་བ་བཟང་།

སྐུ་འཇུར་བ་མེད་པ་དོར་རྩེ་ལྟར་།
གསུང་ཆོངས་དབྱངས་ཡན་ལག་དྲུག་བཅུ་ལྟར་།
བྱ་གས་མཁའ་བྱུང་སེམས་ཙན་ཡོངས་ལ་བྱབས།
ཞལ་ཡང་ཡང་མཇལ་བའི་སྟོན་འདེབས་ཁྱེའོ།

འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གཙུག་སྟེ་གི།
དབུ་ཁྲིད་པ་ཨ་ཞེ་བམོད་ནམས་བདེ་ཆེན་གྱིས།
ལྷོངས་འདིར་མི་སེར་འགོ་ཁྲིད་གར་ལུ།
ནང་འགྲིགས་སྟོང་བརྟན་གནང་མ་དང་གནང་བཞིན་ཡོད།

ངང་ཁྲིམས་ལྟན་སྟེ་ལས་གཡོག་ལ།
བརྟེ་བའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ལས།
ཞི་སྟེ་པན་བདེ་སྐྱབ་ཐབས་ལུ།
སྟོང་བརྟན་སྤྱིར་པན་སྤྲོ་ཆོགས་གནང་།

དབུ་ཁྲིད་དམ་པའི་ཞབས་འོག་ལུ།
དག་འཁོར་སྟོང་བ་འབྲུམས་འདི་ཡོད།
བདེ་སྟོང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་འདི་ཡོད།
བསམ་པའི་རེ་བ་རྒྱགས་འདི་ཡོད།

ཐག་རིང་དག་འཇལ་མ་གཟིགས་པར།
ཅུབ་ཕྱོགས་པདྨའི་སྟོང་པོ་ལས།
ཤར་ཕྱོགས་སུག་སྟེང་ཕྱེ་མོ་རུ།
ཕྱོན་པའི་དག་འཇལ་བ་ཡང་དུ་བྱན།

ཕྱོན་པའི་ཞབས་བཀྲལ་མཇལ་བའི་ཆེས།
བསམ་པ་རེ་ཐག་མ་རྒྱགས་པར།
སུག་སྟེང་རི་བོའི་ཕྱེ་མོ་ལས།
ཡང་ཡང་མཇལ་བའི་སྟོན་འདེབས་ཁྱེའོ་ལགས།



མི་དབང་རྒྱལ་སྐྱེས་མཆོག་གི་འབྲུངས་སྐར་དུས་སྟོན་ཐངས་དང་པ་ལུ་གྲུས་བརྟན།



ཀློག་ལེགས་ཅུ་སྟོན་རྒྱལ་མཆོག་།

སྟོན་མི་ ༡༢ པ། ཆོན་མི་ལྟེ་ཆོན་ ༩༧༣ པ། དབྱངས་ཆེན་ཕྱག་འཁྱེད་མིའི་སྟོན་གྲགས་མ།

སྐྱེས་ཐངས་ཙན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་། བཀྱིན་ཙན་གྱི་པ་གཅིག་སྒྲ་མ་འབྱོན།

སྐྱེན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐྱལ་པ་ཞབས་དྲུང་མཆོག་། སྐར་ཡང་ཆོས་རྒྱལ་བཞི་པའི་གཟུགས་སུ་བྱོན།

ཐབས་ལམ་བཟང་བའི་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་དང་། ཕྱི་ཡི་དག་འདུལ་ནང་གི་འབངས་མི་སེར།

ཞི་བདེའི་ངང་ལུ་བཀོད་པའི་མི་དབང་མཆོག་། སྐྱོ་ཆེ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་སྟོན་ལམ་ལྟ།

སྐྱོན་གཞོན་པའི་བསྐང་ལས་རྒྱལ་ཁབ་འདི། ཕྱག་ལུ་བཞེས་ཏེ་བཞུགས་པའི་དུས་ཤར་ཆོ།

འབངས་མི་ཡོངས་ཀྱི་རེ་འདོད་བསྐྱབ་ཐབས་ལུ། བརྩན་མོ་ཁྲི་མངའ་གསོལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་།

རྒྱལ་བརྒྱུད་ཆོས་བཞིན་སྦྱོང་བའི་མཐའ་དོན་ལུ། མི་དབང་འཇིགས་མེད་གེ་སར་བྱོན་ཏེ་ཡོད།

སྟོན་ཐངས་སྟེ་འགོ་ཡོངས་ཀྱི་བརྩགས་རྒྱན་དུ། ལྷོན་སྒྲ་མ་ལུང་བསྐྱན་སྐྱལ་པའི་སྐྱ།

ལུགས་གཉིས་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ། རྒྱལ་སྐྱེས་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུ་འབྲུངས་ཏེ་དགའ།

ང་བཅས་མངའ་འབངས་ཡོངས་ཀྱིས་གསོལ་བཏབ་མཐུས། མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་དུག་པའི་མཆོན་ཙན་མཆོག་།

སྐྱོ་ཆེ་བར་ཆད་མེད་པར་གསེར་ཁྲིའི་སྟེང་། མཇོང་པ་ཕྱིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག།

ད་རེས་གནམ་ལོ་མེ་མོ་བྱ་གི་ཡོར། མི་དབང་རྒྱལ་སྐྱེས་དགའ་ལོ་གཅིག་བཞེས་པའི།

དགའ་དགའ་སྟོན་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དུས་བཟང་ལུ། འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ཉིང་ལས་གྲུས་བརྟན་ལྟ།

