མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཁྲོད་དུ་སྤྱི་མང་ཚུལ་མཐུན་གྱིས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཕྱོགས།

བོད་མིའི་མང་གཙོ་རྒྱུན་སྐྱོང་ལག་དེབ།

[illegible]

cover.indd 2 24/08/18 1:26 PM

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཁྲོད་དུ་སྤྱི་མང་ཚུལ་མཐུན་གྱིས་མཉམ་
ཞུགས་གནང་ཕྱོགས། བོད་མིའི་མང་གཙོ་རྒྱུན་སྐྱོང་ལག་དེབ།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༨ ལོར་བོད་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་མང་གཙོ་འཕེལ་རྒྱས་ལྟེ་
གནས་ཁང་གིས་འགྲེམ་སྤེལ་བྱས།

book.indd 1 24/08/18 1:24 PM

ངོ་སྤྲོད།

མང་གཙོ་ནི་མི་མང་གིས་ཐད་ཀར་རམ་བརྒྱུད་དེ་སྒྲིག་གཞི་ལྟར་དྲང་བདེན་དང་རང་དབང་གི་སྒོ་ནས་བདམས་ཐོན་བྱུང་བའི་དབུ་ཁྲིད་རྣམ་པས་གཞུང་འཛིན་གནང་བའི་ལམ་ལུགས་ཤིག་ལ་ཟེར། མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཁྲོད་དུ་མི་མང་གིས་ཚོགས་པ་འདྲ་མིན་ཁག་གི་འོས་གཞིར་བཞག་པ་རྣམས་ལ་འོས་ཤོག་འཕེན་ཏེ་གཞུང་འཛིན་བྱ་རྒྱུའི་སྐུ་དབང་འབུལ་གྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་གཞུང་འཛིན་མི་སྣས་མི་མང་གི་མངོན་འདོད་ལྟར་ཕྱག་ལས་ཡག་པོ་མ་གནང་ན། མི་མང་གིས་འོས་འདེམ་བྱས་པའི་འགོ་ཁྲིད་དང་། འཐུས་མི་རྣམས་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་དང་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ཚོག མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ནང་རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་ནི་དོན་གྱི་བདག་པོ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདག་པོ་ངོ་མ་དེ་ཡང་ཡིན་ལ། དབང་ཆ་ཆེ་ཤོས་ནི་མི་མང་ལ་ཡོད། གཞུང་ནི་མི་མང་གི་མངོན་འདོད་གཞིར་བཟུང་ནས་བཙུགས་པ་ཞིག་ཡིན། དབུས་དང་ས་གནས་རིམ་པའི་བདམས་ཐོན་འཐུས་མིས་མི་མང་གི་

book.indd 2 24/08/18 1:24 PM

མངོན་འདོད་ལ་ཉན་ཞིབ་དང་། མི་མང་ལ་འགན་འཁུར་བའི་ཐོག་ནས་དགོས་མཁོ་རྣམས་སྒྲུབ་དགོས། མང་གཙོ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་འགན་ལེན་དང་། གཞི་རྩའི་རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟེང་ནས་ཚུགས་པ་ཞིག་ཡིན། མང་གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་དུ་རྩ་ཁྲིམས་ནི་བླ་ན་མེད་པའམ་གོང་ན་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པས། རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་མདུན་སར་མི་ཚང་མ་འདྲ་མཉམ་ཡིན།

མང་གཙོ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་བྱིངས་ཀྱི་མངོན་འདོད་དང་། ཁྲིམས་སྲོལ་དང་བཅས་པ་འཐུས་སྒོ་ཚང་ཞིང་སྒྲིམ་གཞི་བརྟན་ལ་རྩ་ཁྲིམས་གཞིར་བཟུང་བར་མ་ཟད། ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་མི་མང་གི་ཐོབ་ཐང་དང་ལས་འགན་ལ་སྲོང་རྒྱུས་གསལ་པོ་སྤྲོད་པར་བྱེད་པའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཤིག་ཡིན། མང་གཙོའི་རྩ་ཁྲིམས་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོགས་སྡེར་གང་ཟུང་དབར་གྱི་འགྲན་རྩོད་རང་བཞིན་གྱི་རྩོད་རྟོག་སྣ་ཚོགས་འདུམ་སྒྲིག་བྱས་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་འདྲིས་དང་ཆིག་སྒྲིལ་གྱི་གནས་བབ་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་ཐུབ། མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་སུ་

book.indd 3 24/08/18 1:24 PM

མི་མང་བྲིངས་གཞུང་འཛིན་གྱི་ལས་སྒོར་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། ལྷན་ཁང་གོང་འོག་དང་ཡང་སྒོས་གྲོས་ཚོགས་ནས་གཞུང་གིས་ལས་དོན་སྒྲུབ་ཕྱོགས་ལ་ལྟ་ཞིབ་དང་། ཁྲིམས་སྒྲིག་གཏན་འབེབས་བཟོ་དགོས་པ། གྲོས་ཚོགས་ནི་ཉེ་རིང་ཕྱོགས་སུ་མ་ལྷུང་བར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཆ་ལག་ཡོངས་ཀྱི་ངོ་ཚབ་འཁྲུལ་མེད་དེ་ཡིན་པས། དེས་དགོས་ངེས་ཀྱི་དབང་ཆ་དང་། ཐབས་ལམ་སྤྲོད་ནས་མི་མང་གི་མངོན་འདོད་སྒྲུབ་དགོས་པ་རེད།

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་གཙོ་བོ་ནི། མི་མང་གི་མངོན་འདོད་གཞིར་བཟུང་ནས་དྲང་བདེན་དང་རང་དབང་གིས་འོས་བསྡུ་གནང་རྒྱུ་དེ་ཡིན། འོས་བསྡུ་དེ་ཡང་འདྲ་མཉམ་དང་། ཡོངས་ཁྱབ་རང་བཞིན། ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ། གསང་བའི་ལམ་ནས་འོས་བསྡུའི་ཐོབ་ཐང་འགན་སྲུང་བཅས་བྱས་པ་ཡིན་ན། འོས་འཕེན་མི་མང་གིས་རྣོ་ངར་ལྡན་པའི་ཚབ་སྲིད་ཀྱི་འགྲན་རྩོད་ཁྲོད་དུ་སོ་སོའི་འོས་གཞི་སྨྲས་གསང་མེད་པར་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་དང་། འདྲ་

book.indd 4 24/08/18 1:24 PM

མཉམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་འོས་འདེམ་གནང་ཐུབ། དེ་ལྟར་ཡོང་བར་མི་མང་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་མེད་དུ་མི་རུང་བར་མ་ཟད། ལྷག་པར་དུ་འོས་འཕེན་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་། འོས་གཞིའི་ཐོབ་ཐང་། གནས་ཚུལ་འཚོལ་བསྡུའི་རང་དབང་། འདུ་འཛོམ་རང་དབང་། སྨྲ་བརྗོད་རང་དབང་སོགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་ཁག་སྒྲིག་འཛུགས་དང་། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བྱ་འགུལ་སྤེལ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན།

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཁྲོད་དུ་ལས་དོན་ཆེ་ཆུང་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་། གཞུང་གིས་དུས་ནས་དུས་སུ་མི་མང་ལ་གསལ་བཤད་ཀྱིས་འགན་འཁུར་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། འགན་འཁུར་དེ་ཡང་གཞུང་གི་ལས་སྣེར་ཡོད་པ་ཚང་མས་འཁུར་དགོས་པར་མ་ཟད། མི་མང་གིས་འོས་འདེམ་བྱུང་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་གཞུང་འཛིན་ལས་ཁུངས་ཚང་མར་འགན་ཡོད་པ་ལས་དམིགས་བསལ་སུ་ལའང་མེད། འགན་འཁུར་དེའི་ཁྲོད་དུ་མི་མང་ནས་གཞུང་གི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་

གནས་ཚུལ་འཚོལ་བསྡུ་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་དང་། ཉེ་རིང་ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་འཛིན་སྐྱོང་དང་། ཁྲིམས་ཀྱི་ཆ་ལག་བརྒྱུད་ནས་མི་མང་གིས་གཞུང་ལ་ཞུ་གཏུག་དང་དཀའ་ངལ་སེལ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་ཚུད་ཡོད། རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་མང་གཙོའི་ལས་སྒྲོམ་ཞུགས་དུས། མི་སྒེར་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་དྲང་བདེན་གྱིས་སྣངས་འཛིན་གནང་དགོས་པ་མ་གཏོགས། གཞུང་དང་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་མི་སྣ་སུས་ཀྱང་དེ་ལ་འཇིགས་སྐུལ་གྱིས་ཉེན་བརྡ་དང་ཉེ་རིང་གི་དབྱེ་འབྱེད་བྱས་མི་ཆོག

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་སུ་ཆབ་སྲིད་དབང་ཆ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པར་ཁྲིམས་ལུགས་ཁག་ལ་བརྩི་བཀུར་ཞུ་དགོས། མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ནང་དུ་སྲིད་དབང་ཆ་བགོས་བྱས་ཡོད་སྟབས། གཞུང་དང་བཀའ་བློན་རྣམ་པས་ཁྲིམས་བཟོ་རྒྱུ་དང་། ཁྲིམས་ཁང་གི་ལས་དོན་ལ་ཐེ་གཏོགས་བྱས་མི་ཆོག དེ་ཡང་འོས་འདེམ་བྱུང་བའི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་བརྒྱུད་ནས་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་མངོན་

book.indd 6 24/08/18 1:24 PM

འདོད་དང་རྩ་ཁྲིམས། བཅའ་ཁྲིམས་བཅས་ལ་བརྩི་འཛོག་གནང་དགོས། མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཁྲོད་དུ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གིས་ལས་དོན་བགོད་ཁྱབ་དང་སྔོན་རྩིས་དོ་དམ། ལས་རིམ་དང་སྲིད་ཇུས་ལག་བསྟར་བྱེད་པར་མ་ཟད་འཛིན་སྐྱོང་བཀག་ཤག་ནས་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཁྲིམས་འཆར་འདོན་ཚོག ཡིན་ནའང་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་དང་། སྔོན་རྩིས་གཏན་འབེབས་བྱ་རྒྱུ། ཁྲིམས་སྒྲིག་གཏན་འབེབས་བྱ་རྒྱུའི་འགན་དབང་ལ་སོགས་པ་ནི་གྲོས་ཚོགས་ཁོ་ནར་ཡོད། གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་ཁྲིམས་སྒྲིག་ལག་ལེན་བསྟར་སྐབས་རྩོད་གཞི་བྱུང་ཚེ། མཐའ་མའི་ཞུ་གཏུག་བྱེད་ས་ཁྲིམས་ལུགས་དབང་འཛིན་ལ་ཡོད། གང་ཟག་ཅིག་ལ་ནག་ཉེས་བཙུགས་ཚེ། གང་ཟག་དེས་ནག་ཉེས་བསགས་ཡོད་མེད་ཁྲིམས་ཁང་ཁོ་ནས་ཐག་གཅོད་བྱུས་ཆོག་པ་ལས་གཞན་གྱིས་མི་ཆོག ཁྲིམས་ཀྱི་གོ་དོན་ཇི་བཞིན་ཡིན་མིན་དང་། གཞུང་གི་སྲིད་ཇུས་དེ་རྩ་ཁྲིམས་དགོངས་དོན་ཡིན་མིན་ཡང་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཐག་གཅོད་དགོས།

book.indd 7 24/08/18 1:24 PM

ཡོངས་གྲགས་སུ་དབུས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་སུ་ངོས་འཛིན་པའི་བཙན་བྱོལ་བོད་གཞུང་ནི་བོད་ཀྱི་བྱུང་རབས་ལོ་རྒྱུས་ཁྲོད་དུ་ཐེངས་དང་པོར་མང་གཙོའི་ལམ་ཕྱོགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དབུས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་འདི་བཞིན་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་ཁྲིམས་ལུགས་གཙོ་བོ་སྟེ་རྩ་ཁྲིམས་གཞིར་བཟུང་གིས་འཛིན་སྐྱོང་གནང་གི་ཡོད། དེར་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཞེས་འབོད་ཅིང་། དེ་ནི་ཟིན་བྲིས་ཚོགས་ཚུང་ནས་ཟིན་བྲིས་བཏབ་པ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོར་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་གནང་བ་ཞིག་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོར་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ནས་ཁོང་གི་ཆབ་སྲིད་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྐུ་དབང་ཚང་མ་བཙན་བྱོལ་མི་མང་གིས་ཐད་ཀར་འོས་འདེམ་བྱས་པའི་དབུ་ཁྲིད་རྣམ་ལ་རྩིས་སྤྲོད་གནང་བ་བརྒྱུད་དེ་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་སྲ་བརྟན་ཆགས་པ་དང་། མི་མང་ནས་ཐད་ཀར་འོས་འདེམ་གནང་བའི་སྲིད་སྐྱོང་ནི། ཆབ་སྲིད་དབུ་ཁྲིད་ཅིག་ཡིན་

book.indd 8 24/08/18 1:24 PM

པའི་ཆ་ནས་བོད་དོན་འཐབ་རྩོད་རྒྱུན་སྐྱོང་གནང་བར་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་ཡོད། དེང་གི་ཆར་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་འདི་བཞིན་མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་དང་། རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་གསུམ་སོགས་མང་གཙོའི་ཆ་ལག་ཚང་བའི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཧྲིལ་པོ་ཞིག་ཏུ་གྲུབ་ཅིང་། མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་ནི། ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་ཚོགས་དང་ཁྲིམས་ལུགས་དབང་འཛིན། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་བཅས་ལ་ངོས་འཛིན།

བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མིའི་ལས་ཡུན་ལོ་ལྔ་ཡིན། འཛམ་གླིང་ཤར་ནུབ་གང་སར་ཁ་འཐོར་དུ་གནས་པའི་བཙན་བྱོལ་བོད་མི་ཚོ་གནས་ཡུལ་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་ཁྲིམས་སྒྲིག་འོག་ཏུ་གནས་སྡོད་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། བོད་མིའི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ནང་ཐད་ཀར་རམ་གནས་ཡུལ་སོ་སོའི་འཐུས་མི་བརྒྱུད་ནས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཕྱོགས་ཀྱི་བསམ་འཆར་དང་། ཁྲིམས་ལུགས་གསར་བཟོ་སོགས་མང་གཙོའི་ཁེ་དབང་ཆ་ཚང་ལོངས་སུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་ཁྲིམས་གཙོ་བོ་ཡིན་ཁར། སོ་སོའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཚུང་ཚུང་ཁོ་ནར་བལྟས་ནས་མ་བསྡད་པར་མང་ཚོགས་ནང་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུ་གལ་ཆེར་མཐོང་། མི་མང་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུ་ནི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རྨང་རྡོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། དེས་མང་གཙོའི་རྣམ་པ་མང་པོ་ཞིག་གྲུབ་ཡོད། མང་ཚོགས་ཀྱིས་གཞུང་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་བརྒྱུད་སྒྲོད་བྱེད་པ་དང་། སོ་སོའི་འགོ་ཁྲིད་དང་སྐུ་ཚབ་མི་སྣས་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ལ་ལྟ་ཞིབ། དེ་བཞིན་བསམ་ཚུལ་བརྗོད་པའི་འགན་དབང་ཡོད། མཉམ་ཞུགས་ཀྱི་ནང་དུ་འོས་བསྡུའི་སྐབས་སུ་འོས་ཤོག་འཕེན་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་འབྲེལ་དགོས་མཁོའི་གནད་དོན་ཁག་ལ་གོ་བསྒྱུར་དང་། ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པ། མི་སྒེར་དང་དང་བླངས་སྒྲིག་འཛུགས་ཁག་གི་ནང་དུ་ཞུགས་པ། མདོར་ན་གཞུང་གི་ལས་དོན་འཐུས་ཤོར་ཕྱིན་པ་ཁག་ལ་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་ཆེད་ངོ་རྒོལ་བྱ་རྒྱུ་སོགས་ཚུད་ཡོད། འོན་ཀྱང་གོང་གསལ་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་

book.indd 10 24/08/18 1:24 PM

ལྷར་མཉམ་ཞུགས་བྱ་རྒྱུ་དེ་དག་ཚང་མ་སོ་སོའི་བསམ་ཚུལ་དང་མཐུན་གྱི་ཡོད་མེད་ལ་མ་བལྟས་པར་འཚེ་མེད་ཞི་བ་དང་། ཁྲིམས་དང་མཐུན་པ། སྤྱི་ཚན་གཞན་དང་གང་ཟག་སྒེར་བཅས་ཀྱི་དགོངས་ཚུལ་ལ་བཟོད་བསྲན་བྱ་རྒྱུ་བཅས་ནི་ཧ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

འདི་ག་ལྟེ་གནས་ཁང་ནས་འགྲེམ་སྤེལ་བྱས་པའི་བོད་མིའི་མང་གཙོའི་སྐོར་གྱི་རྒྱུན་སྒྲིལ་ལག་དེབ་འདིའི་ནང་དུ་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་སུ་གསལ་བའི་གཞི་རིམ་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་། ལས་འགན་ཁག་གསལ་སྟོན་བྱས་ཡོད། བཅའ་ཁྲིམས་ཁག་གཞིར་བཟུང་སྟེ་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཁྲོད་དུ་མི་མང་ཚང་མ་མཉམ་ཞུགས་གནང་དགོས་པའི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་ཁག་ཀྱང་གསལ་སྟོན་བྱས་ཡོད་ལ། ང་ཚོའི་རེ་འདུན་གཙོ་བོ་ཡང་བོད་མིའི་མང་གཙོའི་སྐོར་གྱི་རྒྱུན་སྒྲིལ་ལག་དེབ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོའི་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་ཁག་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་རྒྱུ་མ་ཟད། བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་འདི་བཞིན་ད་ཡོད་ལས་ལྷག

book.indd 11 24/08/18 1:24 PM

པའི་འགན་འཁྲི་རང་བཞིན་དང་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཡོང་ཐབས་ཀྱི་འོས་འགན་ངོས་འཛིན་གནང་ཐུབ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས།

མང་གཙོ་ཞེས་པ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཁྲིམས་ཀྱིས་སྐྱོང་བའི་ལམ་ལུགས་ཤིག་ཡིན་གྱི་སྲིད་དབང་སྙེར་གཙོད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཁྲོད་དུ་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་སྒྱུར་ལ་བརྟེན་ནས་མི་མང་གི་རང་དབང་ཐོབ་ཐང་སྲུང་སྐྱོབ་དང་། སྒྲིག་ཁྲིམས་རྒྱུན་སྐྱོང་། གཞུང་གི་དབང་ཆར་ཚོད་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཁྲིམས་ཀྱི་འོག་ཏུ་ཡུལ་མི་ཚང་མ་འདྲ་མཉམ་ཡིན། ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་སྒྱུར་འོག་ཏུ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་གཞུང་འཛིན་མི་སྣ་ནི་གོང་ན་མེད་པའི་མཐོ་ཤོས་དེ་མ་ཡིན་པར་ཁོང་ཚོར་ནམ་ཞར་དུ་རྩ་འཛིན་ཁྲིམས་ཡིག་གིས་སྟངས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྟངས་འཛིན་དེ་ལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་སྒྱུར་ཞེས་ཟེར། རྩ་ཁྲིམས་ཀྱིས་ཕྱོགས་མང་པོ་ཞིག་ནས་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་སྒྱུར་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བཅའ་ཁྲིམས་ནི་བཙན་བྱོལ་

book.indd 12 24/08/18 1:24 PM

བོད་མིའི་ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་འཛིན་ནམ་གོང་ན་མེད་པའི་རྩ་འཛིན་ཁྲིམས་ཡིག་ཅིག་ཡིན། རྩ་འཛིན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆབ་སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྩ་འཛིན་དེའི་ནང་དུ་འཛིན་སྐྱོང་དབང་ཆ་དང་། ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་ཚོགས། ཁྲིམས་ལུགས་དབང་འཛིན་བཅས་ཀྱི་དབང་ཆ་ཆ་བགོས་གསལ་པོར་གནང་སྟེ་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད། དེས་མི་མང་ལ་ངེས་པར་དུ་འཐོབ་འོས་པའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་འགན་སྲུང་བྱས་ཡོད།

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཁྲོད་དུ་ང་ཚོས་འོས་འདེམ་བྱས་པའི་འགོ་ཁྲིད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་གཞུང་ལ་འཛིན་སྐྱོང་གནང་གི་ཡོད་པས། ཁོང་ཚོར་དབང་ཆ་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། སྐབས་རེར་ཁོ་ཚོས་དབང་ཆ་ལོག་སྤྱོད་ཀྱང་བྱ་སྲིད་པ་རེད། མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ནང་དུ་སྐབས་རེར་དབང་ཤུགས་ཆེ་བའི་སྡེ་ཚན་གྱིས་ནུས་ཤུགས་ཆུང་བའི་སྡེ་ཚན་དང་སྐྱེར་པ་ཁག་ལ་དབང་ཆ་ལོག་པར་སྤྱོད་བཏང་སྲིད། དཔེ་མཚོན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཞུས་ན། དབང་འཛིན་པ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་

book.indd 13 24/08/18 1:24 PM

གིས་སྒེར་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་དབང་ཆ་ལོག་སྤྱོད་བྱས་ནས་རང་གི་སྐུ་སྲུང་ལ་བསྐུལ་ཏེ་ཁྲིམས་མཆེས་ལ་རྡུང་རྡེག་གཏོང་དུ་བཅུག་པ་དང་། ཉེན་རྟོག་པར་ཉེས་ཅན་པ་དེ་འཛིན་བཟུང་མི་ཚོག་པའི་བཀའ་ཁྲབ་གཏོང་བ་ལྟ་བུ་རེད། དེར་རྟེན་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱིས་མི་མང་གི་ཁེ་དབང་ཉེན་སྲུང་བྱེད་ཐུབ།

དགོས་མེད་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལས་སྐྱོབ་ཆེད་གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལ་གཞིགས་པའི་སྒྲིག་གཞི་ཧ་སྟེད་ཅིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད། མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ནང་དུ་མི་མང་ཁྲོད་སྲིད་དོན་ཚོགས་པ་ཡོད་པའི་ཆབ་སྲིད་ལ་མི་དགའ་བ་ཡོང་ཆོག་ལ། གཞན་ཡང་མང་ཚོགས་ནང་དུ་རྣམ་པ་གཞན་གྱི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་གྲུབ་པའི་གཞུང་དེ་རང་ཉིད་ལ་རན་པར་ཡང་མཐོང་ཆོག ཡང་མང་ཚོགས་ཁྲོད་ཕྱོགས་འགལ་ལམ་ལུགས་སྲིད་དབང་སྒེར་གཅོད་པར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་ཡང་ཡོང་སྲིད། སྤྱིར་རྩ་ཁྲིམས་ཁག་ཚང་མའི་ནང་དུ་ཁྲིམས་བཟོ་མི་སྣའི་དུས་སྐབས་སོ་སོར་དཔག་པའི་བསམ་བློ་

book.indd 14 24/08/18 1:24 PM

གཏོང་ཕྱོགས་དང་ལྟ་གྲུབ་ཤེས་ཐུབ་པར་མ་ཟད། རྩ་ཁྲིམས་ནི་ཕྱུགས་རྒྱང་རིང་པོར་རྒྱུན་གནས་ཐུབ་པར་དམིགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་དུ་དུས་སྐབས་གང་དེའི་གནས་བབ་དང་གནས་སྟངས་རྟོགས་ཐུབ། ཡིན་ནའང་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ནི་རྩ་ཁྲིམས་དང་ཡེ་ནས་མི་འདྲ་བར། དེ་ལ་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་པ་ཡིན་ན། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ནི་ག་ཤམ་གསལ་གཞི་རིམ་རྩ་འཛིན་ཁག་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན།

- སྔོན་གླེང་གི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོ་ནས་ཕྱི་ལོ་༢༠༡༡ བར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་མདོར་བསྟན་གྱི་ཚུལ་དུ་བཀོད་ཡོད།

- ༧རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཕྲེང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་བོད་དང་བོད་མིའི་མགོན་སྐྱབས་དང་མཚོན་རྟགས་ཡིན་པ།

- འཚེ་མེད་ཞི་བའི་ལྟ་བ་གཞི་ལ་བཞག་པའི་ཐོག་རང་དབང་དང་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་དོན། ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ། མང་གཙོ། ཡུལ་

མིའི་སྲིད་སྐྱོང་བཅས་ནི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་ཡོད།

- མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་དང་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་གསུམ་སོགས་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་སུ་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཆ་ཚང་ཚུད་ཡོད།
- གཞན་ཡང་དེའི་ནང་དུ་མི་མང་གི་བདག་དབང་།
- གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་།
- རྩ་བའི་ལམ་སྟོན།
- འཛིག་རྟེན་ཀུན་ཁྱབ་ཀྱི་རིན་ཐང་ལ་ལྟ་བ།
- མང་གཙོ་མཉམ་འབྲེལ་ལམ་ལུགས།
- ཁྲིམས་ཞིབ་རང་དབང་བཅས་སོགས་ཚུད་ཡོད།

book.indd 16 24/08/18 1:24 PM

གཞི་རྩའི་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་།

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ནང་དུ་གང་ཟག་མི་རེ་ངོ་རེར་གཞི་རྩའི་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་ཡོད་ལ། ཐོབ་ཐང་དེ་དག་གཞུང་གིས་ཅིས་ཀྱང་འཕྲོག་མི་ཆོག་ཅིང་དེ་ལ་གཞུང་ནས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་དགོས། མི་མང་ལ་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་དེ་དག་མེད་པ་ཡིན་ན། མི་མང་རང་ངོས་ཀྱི་ནུས་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་ཁག་པོ་རེད། མི་མང་གི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་དེ་དག་ནི་སྤྱིར་བཏང་གི་ཐོབ་ཐང་གཞན་ཁག་དང་མི་འདྲ་སྟེ། གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་ནི་རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་རྩ་ཆགས་ཡོད་ལ། དེས་རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མི་མང་གི་ཁེ་དབང་སྲུང་སྐྱོབ་དང་འགན་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ག་ནང་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་རྩ་ཁྲིམས་མ་ཡིན་པའི་ཁྲིམས་སྒྲིག་གཞན་ཁག་གིས་ཀྱང་མི་མང་གི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་མ་ཡིན་པའི་ཐོབ་ཐང་གཞན་ཁག་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཐོབ་ཐང་འདི་རིགས་ལ་རྒྱལ་སྤྱིའི་རང་བཞིན་གྱི་ངོས་འཛིན་དང་འགན་སྲུང་ཐོབ་ཡོད། ཡིན་ནའང་མི་མང་གིས་ཞི་བའི་ཐོག་ནས་ཐོབ་ཐང་འདི་རིགས་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པར་མི་མང་གཞན་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་བཅའ་

book.indd 17 24/08/18 1:24 PM

ཁྲིམས་ལ་བརྩི་བཀུར་བྱེད་པའི་འགན་ཡོད། བཅའ་ཁྲིམས་གཞིར་འཛིན་པའི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་གིས་དབང་ཤེད་གང་འདོད་དུ་སྤྱོད་པ་ལས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་ཅིང་། གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་གིས་གཞུང་སྐྱེར་གང་རུང་གི་ཁ་གཏད་དུ་མི་མང་གི་ཐོབ་ཐབ་ལ་འགན་སྲུང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་དུ་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་འཁོད་པ་གཤམ་གསལ།

བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་༤ པའི་ནང་དུ་ཁྲིམས་ཀྱི་མདུན་སར་མི་ཚང་མ་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པའི་སྐོར་ལ། ཁྲིམས་ཀྱི་མདུན་དུ་བོད་མི་ཚང་མ་འདྲ་མཉམ་ཡིན། དེ་ལ་ཕྱུག་པོ་དང་སྤྲང་པོའི་དབྱེ་བ་མེད། དེ་བཞིན་གོ་གནས་མཐོ་དམན་དང་། ཕོ་དང་མོ། སྐད་ཡིག ཆོས་ལུགས། རིགས་དང་རུས། གྲྭ་པ་དང་མི་སྐྱ། སྐྱེས་ཡུལ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་གང་ཡིན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པ། གཞན་ཡང་དེའི་ནང་དུ་མ་གསལ་བའི་གནས་སྟངས་གཞན་དག་བཅས་ཀྱི་ཐོག་

book.indd 18 24/08/18 1:24 PM

ནས་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པར་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེའུ་གཉིས་པའི་ནང་གསལ་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཁག་ལ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་ཆོག ཅེས་འཁོད་ཡོད། ཐོབ་ཐང་འདི་དག་གི་དགོས་པ་རྒྱུ་མཚན་གཙོ་བོ་ནི། ཁྲིམས་ཀྱིས་དབང་སྒྱུར་འོག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པའི་དན་རྟགས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན།

བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་༡༠ པའི་ནང་དུ་ཆོས་དད་རང་དབང་སྒྲོར་འཁོད་དོན། ཁྲིམས་ཀྱི་མདུན་སར་ཆོས་ལུགས་ཁག་ཚང་མའི་མཚན་གནས་གདན་ཐོབ་འདྲ་མཉམ་ཡིན། བོད་པ་མི་རེ་ངོ་རེར་ཆོས་ལུགས་གང་ཞིག་ལ་དད་པ་བྱེད་དང་མི་བྱེད་སོ་སོའི་རང་དབང་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་གང་ལ་ཡང་དད་པ་མ་བྱེད་ནའང་སོ་སོའི་རང་དབང་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་བོད་པ་མང་པོ་ཞིག་མཉམ་འཛོམས་ཀྱིས་ཆོས་བྱེད་པ་དང་སོ་སོ་ཁེར་རྐྱང་གིས་ཆོས་བྱེད་པ་བཅས་ལའང་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་ཡོད། བོད་པ་མི་རེ་ངོ་རེར་རྣམ་དཔྱོད་དང་བསམ་བློ་གཏོང་རྒྱུ་བཅས་ཀྱི་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་སྤྱི་མཚུངས་ལྡན་ཡོད། ཆོས་འཆད་པ་དང་སྤེལ་བ། ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་པ། ཆོ་ག་

སྒྲུབ་པ་བཅས་ཀྱི་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་མངོན་གསལ་དུ་ཚུད་ཡོད།

བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་༡༡ པའི་ནང་དུ། ཁྲིམས་སྒྲིག་ཁག་གཞིར་བཟུང་རང་ཉིད་ནས་བྱུས་ཉེས་བསགས་ཏེ་འོས་བསྡུའི་ཐོབ་ཐང་བྲལ་བ་ཕུད། དེ་མིན་རང་ལོ་༡༨ ཧྲིལ་པོར་སོན་པ་ཡན་གྱི་བོད་མི་ཚང་མར་འོས་འཕེན་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། ཁྲིམས་སྒྲིག་ཁག་གཞིར་བཟུང་རང་ཉིད་ནས་བྱུས་ཉེས་བསགས་ཏེ་འོས་གཞིར་ཞུགས་པའི་ཐོབ་ཐང་མེད་པའམ་བྲལ་བ་ཕུད། དེ་མིན་རང་ལོ་༢༥ ཧྲིལ་པོར་ལོན་པའི་བོད་མི་ཚང་མར་འོས་གཞིར་ཞུགས་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། ཅེས་འཁོད་འདུག

བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་༡༢ པའི་ནང་དུ་གོང་དུ་མ་གསལ་བའི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་དང་རང་དབང་གཞན་གྱི་སྐོར་འཁོད་དོན། བོད་མིའི་འཕྲོལ་ཕྱུགས་ཀྱི་རྩ་དོན་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་ཁྲིམས་ལུགས་གང་རུང་གི་འོག་ཏུ་བཀག་འགོག་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ལས་བྱེད་སོ་སོའི་ལས་ཡུན་རིང་ཐོར་འཛོལ་གྱིས་སྐྱེ་འཕྲུས་

ལྡན་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་ཁྲིམས་ཀྱིས་བཀག་སྡོམ་བྱས་པ་ཕུད། དེ་མིན་བོད་མི་ཚང་མར་གཞམ་འཁོད་ཀྱི་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་ཁག་ཡོད།

- སོ་སོའི་ལུས་སྲོག་དང་འདོད་དབང་། མཁར་དབང་བཅས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་།
- སྨྲ་བརྗོད་དམ་གཏམ་བརྗོད་ཀྱི་རང་དབང་།
- ས་གནས་གང་སར་ཁྲིམས་མཐུན་ཐོག་འགྲོ་འོང་རང་དབང་།
- གསར་ཤོག་དང་དུས་དེབ། རྩོམ་ཡིག་དཔར་འགྲེམ་དང་། ཁྱབ་སྤེལ་བྱ་རྒྱུའི་ཐོབ་ཐང་དང་རང་དབང་ཡོད།
- གོ་མཚོན་མེད་པར་ཞི་བའི་ཚོགས་འདུའམ་འདུ་ཚོགས་བྱ་རྒྱུའི་རང་དབང་ཡོད།
- ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཞུ་གཏུག་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་མཐུན་རྐྱེན་མེད་

book.indd 21 24/08/18 1:24 PM

རིགས་ལ་གླ་མེད་ཁྲིམས་རྩོད་པ་དང་སྐད་སྒྱུར་གླ་ཆོག་པའི་ཐོབ་ཐང་།

- བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཚང་མར་ཆོས་དང་རིག་གནས། དཔལ་འབྱོར། མཉམ་འབྲེལ། ཁེ་ལས་སྤྱི་མཐུན་བཅས་ཀྱི་ཚོགས་ཁག་འཛུགས་པ་དང་ཚོགས་ཞུགས་ཆོག་པའི་ཐོབ་ཐང་།
- སོ་སོའི་ཤེས་ཚད་དང་འཚམ་པའི་ཐོག་ནས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་དང་བཅས་པའི་ནང་ལས་རིགས་གང་རུང་གི་ནང་འཛུལ་ཞུགས་བྱ་རྒྱུའི་ཐོབ་ཐང་།
- གནས་ཡུལ་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་ཁྲིམས་དང་མཐུན་པའི་འཚོ་ཐབས་ལས་རིགས་དང་ཁེ་ལས། ས་ཁང་ཉོ་ཚོང་། དེ་བཞིན་ལས་རིགས་གཞན་གཉེར་བའི་ཐོབ་ཐང་།
- ཟླ་གྲུ་རང་ལོ་༡༨ མན་གྱི་བྱིས་པར་ངལ་རྩོལ་ལ་ཞུགས་མི་དགོས་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད།

book.indd 22 24/08/18 1:24 PM

བོད་ཀྱི་ཡུལ་མིའི་ལས་འགན།

བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཙའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་༡༣ ནང་དུ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མིའི་ལས་འགན་ཁག་འགོད་ཅིང་། དོན་ཚན་འདིའི་ནང་གི་ལས་འགན་ཁག་ནི་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱིས་སྒྲུབ་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡིན་པ་གཤམ་གསལ།

༡༽ བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཚང་མས་བོད་མིའི་སྲིག་འཛུགས་ལ་ཡིད་ཆེས་བློ་གཏད་བྱེད་པ།

༢༽ དེ་བཞིན་དུ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཚང་མས་བཙའ་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་ལུགས་ཁག་ལ་བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ཀྱིས་བརྩི་བཀུར་དང་ལག་ལེན་བསྟར་བ།

༣༽ བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཚང་མས་བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་ཐབས་ལ་རང་རང་སོ་སོའི་འོས་འབབ་ལ་གཞིག་སྟེ་འབད་བརྩོན་བྱ་རྒྱུ།

༤༽ ཁྲིམས་ལུགས་གཏན་འབེབས་གཞིར་བཟུང་གིས་དཔྱ་ཁྲལ་སྒྲུབ་འབུལ་ཞུ་དགོས་པ།

༥༽ བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་དང་། མང་ཚོགས་ལ་ཛ་དྲག་རྐྱེན་ངན་འཕྲད་སྐབས་ཁྲིམས་ཀྱིས་བསྐུར་བའི་ལས་འགན་ཁག་བསྒྲུབ་དགོས་པ་བཅས་སོ།།

གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་དང་ལས་འགན་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ།

ཐོབ་ཐང་ནི་མི་མང་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིམས་སྲོལ་ཞིག་ཡིན། ཐོབ་ཐང་གིས་ཁྲིམས་སྲོལ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་མང་དང་ཚོགས་པ་གང་རུང་གི་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་བཀག་སྡོམ་དང་འགན་སྲུང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། སྐྱེ་བོ་ཞིག་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྲོག་འཚོ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་སྐབས། སྐྱེ་བོ་གཞན་གྱིས་གང་ཟག་དེའི་སྲོག་འཕྲོག་པའི་ཐོབ་ཐང་མེད། ཐོབ་ཐང་དེ་དག་ནི་གང་ཟག་སྒེར་སོ་སོའི་རྣམ་དཔྱོད་ལ་བསྟན་པའི་བརྒྱུད་ལམ་ཡིན་

book.indd 24 24/08/18 1:24 PM

སྟབས། གོང་གསལ་ཐོབ་ཐང་དེ་དག་མང་གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཚང་མར་སྤྱི་མཚུངས་ཀྱི་ངོས་ལེན་ཡོད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

ཡིན་ནའང་གང་ཟག་དེས་ལས་འགན་ཇི་བཞིན་འཁྱེར་བ་ཡིན་ན་ཐོབ་ཐང་དེ་ཡང་མིང་དོན་མཚུངས་པ་ཞིག་ཆགས་ངེས། སྤྱིར་ལས་འགན་ཞེས་པ་ནི་སྐྱེ་བོ་ཞིག་གི་དགོས་འདུན་དང་རེ་འདུན་གཞིར་བཟུང་གིས་སྒྲུབ་པའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཕ་མས་རང་གི་ཕྲུ་གུ་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་པའི་ལས་འགན་ཡོད་པ་དང་། ཁྱེད་ཀྱིས་རང་གི་ཕ་མར་བདག་སྐྱོང་བྱེད་པའི་འགན་ཡོད་པ་བཞིན་དུ། དགེ་རྒན་གྱིས་དགེ་ཕྲུག་ལ་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་སྤྲོད་པའི་འགན་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་རེད། དོན་དངོས་སུ་ཐོབ་ཐང་དང་ལས་འགན་གཉིས་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ལྟ་བུ་སྟེ། ཤིང་རྟའི་འཁོར་ལོ་གཉིས་ལྟ་བུ་རེད། ཐོབ་ཐང་ལེན་ཤེས་ན་ལས་འགན་ཡང་འཁུར་ཤེས་དགོས། ཐོབ་ཐང་ནི་ཕ་རོལ་པོས་ང་ཚོའི་དོན་དག་སྒྲུབ་པར་ང་ཚོར་ཡང་ཕ་རོལ་པོའི་ལས་

book.indd 25 24/08/18 1:24 PM

དོན་སྒྲུབ་པའི་ལས་འགན་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དགོས། ཕ་རོལ་པོའི་ཐོབ་ཐང་ལ་བརྩི་བཀུར་བྱེད་པ་བརྒྱུད་དེ། འགན་ཁུར་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཡང་འདྲ་མཉམ་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། ལས་འགན་གྱི་རྣམ་པའི་ཁྲོད་དུ་འགན་འཁུར་གྱིས་ཐོབ་ཐང་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་པ་ཡིན། ང་ཚོས་འགྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྐྱོང་དང་སྐྱེལ་འདྲེན་སྒྲིག་ཆས་ལ་སོགས་གཞུང་གི་མཐུན་རྐྱེན་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་ལྟར། ང་ཚོར་ཕ་རོལ་པོར་ཡང་ཁེ་ཕན་དེ་དག་གཅིག་མཚུངས་སུ་འཐོབ་ཏུ་འཇུག་རྒྱུའི་ལས་འགན་ཡོད། ང་ཚོས་རང་དབང་གི་ཐོབ་ཐང་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་ལྟར་དུ། ང་ཚོས་ཕ་རོལ་པོར་གནོད་སྐྱོན་བཟོ་བའམ་ཐོབ་ཐང་ལོག་སྤྱོད་མི་བྱེད་པའི་ལས་འགན་ཡང་ཡོད།

གཞུང་གི་ངོས་ནས་མི་སྒེར་རེ་རེར་ངེས་པར་དུ་ཡོད་འོས་པའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་ལ་ཁག་ཐེག་བྱས་པ་དང་དུས་མཚུངས་སུ། མི་སྒེར་རེ་རེར་ཐུན་མོང་གི་བདེ་དོན་མཐོར་འདེགས་གཏོང་བའི་འགན་ཡང་ཡོད། དཔེར་ན། ང་ལ་འོས་ཤོག་འཕེན་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་

book.indd 26 24/08/18 1:24 PM

ལྟར། ང་ལ་འོས་ཤིང་འཚམས་པའི་འོས་གཞི་འདེམ་པའི་ལས་འགན་ཡང་ཡོད་པ་རེད། ངས་འོས་ཤོག་འཕེན་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱོགས་ལྷུང་གི་བསམ་སྦྱོར་སྤེལ་མི་ཆོག་པར་མ་ཟད། མི་རིགས་དཀར་ནག་དང་དབུལ་ཕྱུག རིགས་རུས་དང་ཆོས་ལུགས་དབྱེ་འབྱེད་དང་། དེའི་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་སུ་འཇུག་མི་རུང་། གཞུང་གི་ངོས་ནས་ངའི་ཐོབ་ཐང་ཡོངས་སུ་སྐྱོད་རྒྱུར་འགན་སྲུང་བྱེད་པ་ལྟར། ངའི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ནི་ལྟག་བསམ་རྣམ་དག་གིས་གཞུང་ལ་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་རྒྱུ་དེ་རེད། གཞུང་གིས་ང་ཚོར་འགན་སྲུང་བྱེད་པ་ལྟར་དུ། ང་ཚོའི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ཡང་དུས་རྒྱུན་དུ་ཁྲིམས་སྒྲིག་གཏན་འབེབས་གནང་བ་ལྟར། གཞུང་ལ་དཔྱ་ཁྲལ་སྒྲུབ་འཇལ་དང་ཡིད་ཆེས་བློ་གཏད་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད།

དེར་རྟེན། ཐོབ་ཐང་དང་ལས་འགན་གཉིས་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན་པས། དེ་གཉིས་ཁ་ཁ་སོ་སོར་དབྱེ་རྒྱུ་མེད་པ་ནི་ཧ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན་པ་རེད། གལ་ཏེ་སྐྱེ་བོ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་

book.indd 27 24/08/18 1:24 PM

ཀྱི་ཐོབ་ཐང་གཅིགས་སུ་བཟུང་ནས་གཞན་གྱི་ཐོབ་ཐང་རས་སུ་བོར་བ་ཡིན་ན། མི་སྒེར་གྱི་ཐོབ་ཐང་གནས་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད།

མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ནང་དུ་མི་མང་མཉམ་ཞུགས་དགོས་པའི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན།

མི་མང་ལ་གཞུང་གིས་ལས་དོན་སྒྲུབ་ཕྱོགས་ལ་བསམ་འཆར་འདོན་པའི་ཐོབ་ཐང་དང་ལས་འགན་ཡོད་པར་མ་ཟད། མི་མང་གིས་མ་སྐྱུལ་དང་བླངས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དཔྱ་ཁྲལ་འབུལ་བ་དང་། ཁྲལ་དངུལ་དེ་དག་བེད་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། གལ་ཏེ་མི་མང་མཉམ་ཞུགས་མ་གནང་བ་ཡིན་ན། གཞུང་གིས་མི་མང་གི་བསམ་འཆར་ལ་ཉན་ཞིབ་མི་གནང་བར་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་བྱ་སྲིད་པས། དེའི་མཇུག་འབྲས་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་གི་ལས་དོན་སྒྲུབ་ཕྱོགས་དང་། གསལ་བཤད་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཞིག་ཡོང་གི་མེད་པར་མ་ཟད། དབང་ཆ་ལོག་སྤྱོད་ཀྱི་ཉེར་ལན་དུ་འགྱུར་སྲིད། དེས་ན་རང་གཞུང་གི་ལས་སྒོར་མཉམ་ཞུགས་

book.indd 28 24/08/18 1:24 PM

དང་ཐག་གཅོད་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་འདོན་པའི་ཐབས་ལམ་ཁག་ཉི་གཤམ་གསལ།

- འོས་བསྡུའི་སྐབས་སུ་འོས་ཤོག་འཕེན་པའི་ཐོབ་ཐང་ལེན་ཐུབ་པ།
- ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པའི་ནང་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་པ།
- ཚུལ་མཐུན་དང་རྒྱུ་མཚན་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་རྩམ་སྟོན་ཁྲིམས་སྐོར་གོ་སྒྲིག་དང་དེ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བ།
- ཡིག་ངག་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་དང་སྲིད་སྐྱོང་། བཀའ་བློན་ལ་སྐྱོན་གནད་གང་ཡོད་དུས་ཐོག་སོ་སོར་སྙན་སེང་ཞུ་ཐུབ་པ།
- ལས་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་མཁན་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མིའམ་གཞུང་གི་མཐོ་རིམ་འགོ་ཁྲིད་ཁག་ལ་སྐབས་ཐོག་སོ་སོར་ཞུ་གཏུག་བྱེད་ཐུབ་པ།

book.indd 29 24/08/18 1:24 PM

- མང་ཚོགས་ནང་ལ་དངོས་བདེན་ཇི་ཡིན་ཁུངས་ལུང་དང་བཅས་པའི་བསམ་འཆར་ཡིག་ཆ་འགྲེམ་སྤེལ་བྱེད་ཐུབ་པ།

- འོས་བསྡུའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་ས་གནས་སུ་གནད་དོན་གང་ཞིག་ཁྱབ་སྤེལ་འགྲོ་གི་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆར་ལྟ་ཀློག་དང་། གཞན་ཡང་ཏེ་ལེ་ཏེར་དང་ངོ་དེབ་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ཏུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་དཀྲུག་གཞིའི་རིགས་མ་ཡིན་པ་དངོས་བདེན་གང་ཡིན་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་འཆར་འདོན་པ།

- འབྲེལ་ཡོད་དང་སྐབས་བབས་ཀྱི་གཞུང་དང་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཚོགས་པ་སྐྱིད་སྡུག་དང་། སྒྲིག་འཛུགས་ཁག་ལ་མི་མང་གི་སྐྱོན་བརྗོད་ཞུ་འབུལ་བྱེད་པ་ཁག་དངོས་བདེན་གང་ཡིན་རྟོག་ཞིབ་ནན་པོ་བྱ་དགོས་པ་བཅས་སོ།།

འོས་བསྡུའི་སྐབས་སུ་འོས་ཤོག་འཐེན་པ་དང་། དབུས་སའི་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་དྲང་པོ་མ་བྱས་པའི་ཁུངས་འཕེར་གནས་

book.indd 30 24/08/18 1:24 PM

ཚུལ་ཐོན་ཆེ། ཞུ་ཡིག་འབུལ་བ་གཉིས་ནི་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་ཀྱི་བྱ་རིམ་ནང་དུ་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་གལ་འགངས་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན།

འོས་འདེམ།

བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་དུ་རང་ལོ་༡༨ ཟིན་པའམ་དེ་ཡན་གྱི་བོད་མི་ཚང་མས་འོས་བསྡུའི་སྐབས་སུ་གསང་བའི་སྒོ་ནས་འོས་ཤོག་འཕེན་ཆོག་པའི་ཐོབ་ཐང་སྤྲད་ཡོད། འོས་བསྡུའི་ནང་ཆ་ཤས་ལེན་རྒྱུ་ནི་ཡུལ་མི་ཞིག་གི་ཐོབ་ཐང་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ལས་འགན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པ་རེད། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་མང་གཙོའི་སྒྲོམ་གཞིའི་ནང་དུ་འོས་ཤོག་འཕེན་རྒྱུ་དང་འོས་གཞིའི་ནང་ཞུགས་རྒྱུ་ནི་གཞི་རིམ་གྱི་ཐོབ་ཐང་ནང་དུ་བཞག་ཡོད། གལ་ཏེ་མི་མང་གིས་སོ་སོའི་འོས་བསྡུའི་ཐོབ་ཐང་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན། བོད་མིའི་མང་གཙོའི་གསོན་ཤུགས་ལ་ཉེན་ཁ་འཕྲད་སྲིད། དེའི་སྟབས་ཀྱིས་འོས་བསྡུའི་སྐབས་སུ་དེབ་སྐྱེལ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཙམ་མ་

book.indd 31 24/08/18 1:24 PM

ཡིན་པར་འོས་བསྡུའི་ནང་ཆ་ཤས་ལེན་ཐུབ་རྒྱུ་གལ་ཆེ་བར་མ་ཟད། གཞན་དག་ལའང་དེ་ལྟའི་ཐོབ་ཐང་ལེན་དགོས་པའི་བསྐུལ་ལྕག་གནང་དགོས། གལ་ཏེ་སོ་སོའི་འོས་བསྡུའི་ཐོབ་ཐང་སྟོང་མེད་དུ་བཏང་བ་ཡིན་ན། དེས་མང་གཙོའི་དགོས་པ་རྒྱུ་མཚན་ལ་དོ་ཕོག་འགྲོ་གི་རེད་ལ། སྐབས་རེར་འོས་འཕེན་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་འོས་ཤོག་མ་ལྷུགས་ནའང་། འོས་ཤོག་གཅིག་གིས་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་འགྲོ་གི་མ་རེད་བསམ་ངེས། གལ་ཏེ་ལྟ་ཚུལ་དེ་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་ལྟ་ཚུལ་དུ་གྱུར་ནས་མི་མང་འབུམ་ཕྲག་གམ་དུང་ཕྱུར་མང་པོས་འོས་ཤོག་མ་ལྷུགས་པ་ཡིན་ན། འོས་བསྡུ་དྲང་སྙོམས་ཡོང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། སོ་སོའི་འོས་ཤོག་འཕེན་པར་ངེས་པར་དུ་འོས་གཞི་ཡག་ཤོས་ཤིག་རག་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། དེ་ནི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པ་རེད། འོན་ཀྱང་འོས་བསྡུའི་ལས་རིམ་སྐབས་སུ་སོ་སོར་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་དེ་སྟོང་མེད་དུ་གཏོང་མི་རུང་། རྒྱུ་མཚན་ནི། དེས་འོས་འཚམ་མིན་པའི་འོས་མི་ཞིག་ལ་རྒྱལ་ཁ་འཐོབ་པའི་གོ་སྐབས་སྤྲོད་སྲིད་ཅིང་། མཐར་འཛིན་སྐྱོང་ཚགས་ཚུད་མ་ཡོང་

book.indd 32 24/08/18 1:24 PM

བའི་གྲོང་གྲུད་ནི་འོས་འཕེན་པའི་འཐུས་ཤོར་འབའ་ཞིག་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། འོས་འཕེན་བྱ་རྒྱུ་ནི་མི་མང་གིས་གཞུང་ལ་མངོན་འདོད་སྟོན་པའི་བརྒྱུད་ལམ་ལྟ་བུ་ཡིན། འོས་བསྡུའི་ལས་རིམ་ཁྲིད་དུ་མི་མང་ཚང་མས་འོས་འཚམ་གྱི་འོས་གཞི་བདམས་ནས་ལས་དོན་གལ་ཆེན་ནས་གལ་ཆེའི་རིགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་བསམ་བརྗོད་ཀྱི་གོ་སྐབས་སྤྲོད་ཡོད། སྤྱིར་འོས་བསྡུའི་གྲུབ་འབྲས་ནི་སྔོན་དཔག་དཀའ་བ་ཞིག་རེད་ཀྱང་། སོ་སོའི་འོས་ཤོག་མ་བླུགས་པ་ཡིན་ན། དེས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མངོན་འདོད་དེ་གཞུང་གིས་ཉན་ཞིབ་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་འཐུས་ཤོར་དུ་བཏང་བ་རེད།

ཞུ་གཅིག

འདིར་ཞུ་གཅིག་ཅེས་པའི་གོ་དོན་ནི། ལས་དོན་ཐག་གཅོད་ཀྱི་དབང་ཆ་འཛིན་མཁན་མི་སྒེར་རམ་ཚོགས་པ་གང་རུང་ལ་མི་མང་གི་མངོན་འདོད་ནན་སྐྱུལ་དང་ཤུགས་རྐྱེན་སྤྲོད་ཐབས་ཤིག་དང་མི་སྒེར་རམ་ཚོགས་པ་གང་དེས་གནད་དོན་གང་ཞིག་འགྲིག་མིན་དང་

ལག་བསྟར་དགོས་མིན་ཐད་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོང་ཐབས་ཤིག་ཡིན་པ་རེད། ཚོགས་པ་དང་མི་སྒེར་གང་ཡིན་ཡང་གཞུང་གིས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གནང་ཕྱོགས་མ་འགྲིག་པར་གཟིགས་ན། དེ་ལ་ཐད་ཀར་ཤུགས་རྐྱེན་སྤྲོད་ཐུབ་པའི་ཞུ་གཏུག་གནང་ཚོག ལས་དོན་དེའི་ཁྲོད་དུ་ཁྱེད་དང་ཁྱེད་ཀྱི་ཚོགས་པས་ལས་དོན་དེ་ལ་མི་མང་གི་རྣམ་འདེགས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། མཉམ་འབྲེལ་གནང་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཁྱེད་ཀྱིས་རོགས་འདེགས་ཞུ་ས་ནི་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་མཁན་ནམ། དབང་འཛིན་མི་སྣ་གཙོ་བོ་རྣམས་ཡིན་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐད་ཀར་དབང་ཆ་མེད་པ་དང་། ཤུགས་རྐྱེན་མེད་པའི་མི་མང་གི་མངོན་འདོད་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོང་ཐབས་སུ་ལས་དོན་ལག་བསྟར་གནང་མཁན་དབང་འཛིན་པ་ཚོར་ཞུ་གཏུག་གནང་ཚོག དབང་འཛིན་མི་སྣའི་འཐུས་ཤོར་ལ་ཤུགས་རྐྱེན་སྤྲོད་ཐབས་སུ་ཞུ་གཏུག་གནང་དགོས་པ་རེད། དཔེར་ན།

- ཕ་མ་རྣམས་ནས་སློབ་གྲྭའི་འཛིན་སྐྱོང་མི་སྣར་དགེ་ཕྲུག་རྣམས་

book.indd 34 24/08/18 1:24 PM

ལ་བདག་སྐྱོང་ཡག་པོ་གནང་དགོས་པའི་ཞུ་གཏུག་དང་། ཐུན་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དོན་གཉེར་གནང་མཁན་མི་སྣེར་རམ་ཚོགས་པ་གང་རུང་གིས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་མཁན་ཚོར་ནང་འཛིང་གི་ཁྲིད་དུ་གནོད་འཚེ་ཕོག་མཁན་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་ཡོང་ཆེད་ཆུ་ཚོད་༢༨ རིང་ལ་འབྲེལ་གཏུག་ཁ་པར་གྱི་སྐད་ལམ་རིན་མེད་དུ་འཛིན་དགོས་པའི་ཞུ་གཏུག

- མི་མང་གིས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མིར་མི་མང་ཚང་མར་གཞི་རིམ་ཞེས་ཡོན་རིན་མེད་དུ་འཐོབ་དགོས་པའི་ཞུ་གཏུག

- ཚོགས་པ་ཁག་གིས་གཞུང་གི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་། སྲིད་ཇུས་གཏན་འབེབས་གནང་ཕྱོགས་མ་འགྲིག་ན། དབུས་གཞུང་གི་འགོ་ཁྲིད་དང་བཀའ་ཤག་གི་བཀའ་བློན། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་རྣམ་པར་ཞུ་གཏུག་གནང་རྒྱུ་སོགས་རེད།

ཁྱེད་ཀྱིས་དམིགས་འབེན་དུ་བཟུང་བའི་ལས་དོན་ཐག་

གཙོད་བྱེད་མཁན་དང་། ལས་དོན་ལག་ལེན་བསྟར་མཁན་གཉིས་ནི། ཁྱེད་ཀྱི་ཞུ་གཏུག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་དང་། ཁ་གཏད་གཙོག་མཁན་ཕྱོགས་ཁག་གཉིས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཞུ་ཡིག་འབུལ་བ་དང་ལས་འགུལ་སྤེལ་བ་སོགས་དབང་འཛིན་མི་སྣར་ཞུ་གཏུག་གནང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། ཞུ་གཏུག་གི་ལས་འགུལ་མི་འདྲ་བ་ཚང་མ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྡུས་ནས་ནུས་པ་འཐོན་ཐུབ་པའི་ཐབས་ལམ་སྤྱོད་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཞུ་གཏུག་ལས་འགུལ་མ་སྤེལ་སྔོན་ལ་ཐབས་ཤེས་གང་ལེགས་འདོན་རྒྱུ་ཡང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཐབས་ཤེས་དེ་ཡང་རིགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཆོག་སྟེ། ༡། ནང་ལོགས་སུ་ཞུ་གཏུག་དང་། ༢། ཕྱི་ལོགས་སུ་ཞུ་གཏུག་གནང་རྒྱུ་དེ་རེད།

ནང་ལོགས་སུ་ཞུ་གཏུག་གནང་ཕྱོགས་གཟམ་གསལ།

- གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་དང་ས་གནས་འགོ་ཁྲིད་སོགས་ལས་

book.indd 36 24/08/18 1:24 PM

དོན་ཐག་གཅོད་གནང་མཁན་ཚོ་དང་ལྷན་དུ་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་པ།

- གཞུང་གི་ལས་བྱེད་དང་། ཚོགས་ཚུང་། ལས་དོན་ལག་བསྟར་གནང་མཁན་ཚོར་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྤྲོད་བྱེད་པ།
- ཞུ་གཏུག་བྱེད་མཁན་ཚོགས་པ་དང་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་མཁན་དབར་གྲོས་མོལ་བྱེད་པ།
- གཞུང་གི་འགྲོ་ལུགས་གཞིར་བཟུང་ནས་སོ་སོའི་གནས་སྟངས་སྐོར་གྱི་ཞུ་ཡིག་འབྲི་བ།
- འབྲེལ་ཡོད་ཚོགས་ཚུང་ཁག་ལ་སྙན་ཞུ་འབུལ་བ།
- ད་ཡོད་གནས་སྟངས་སྐོར་མི་མང་དང་ལྷན་དུ་གོ་བསྡུར་བྱེད་པ། དེ་ཡང་དཔེར་ན། སྤྱི་ཚོགས་བྱེད་སྒོའི་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་རྗེས་གང་ཟུང་དུ་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་པ་བཅས་རེད།

གལ་ཏེ་ནང་ཡོགས་ཞུ་གཅུག་གིས་ཕན་ནུས་མ་ཐོན་པ་ཡིན་ན། ཁྱེད་ཀྱིས་ཕྱི་ཡོགས་སུ་ཞུ་གཅུག་གནང་བ་བརྒྱུད་དེ། ཁྱེད་རང་གི་རྩོད་གླེང་ལ་སྔར་ལས་ལྷག་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོང་ཐབས་སུ་གཞེན་སྐུལ་གནང་ཆོག་སྟེ། དཔེར་ན།

- གསར་འགོད་པར་གནས་ཚུལ་གསལ་བཤད་བྱེད་པ་དང་། གསར་ཁང་གི་རྩོམ་སྒྲིག་པར་ཐུག་འཕྲད། གསར་འགོད་གསལ་བསྒྲགས་སྤེལ་བ། གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་དུ་གཏམ་གླེང་བྱེད་པ།
- མི་སྒེར་དང་ཚོགས་པ་གཞན་དང་མཉམ་འབྲེལ་བྱེད་པ།
- ཞུ་ཡིག་འབུལ་བའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་བ།
- མཐུན་ཕྱོགས་མཉམ་འབྲེལ་དང་ཐེམ་སྟོན་ཁྲོམ་སྐོར་གྱི་ལས་འགུལ་སྤེལ་བ་བཅས་སོ།།

book.indd 38 24/08/18 1:24 PM

ཞུ་གཅུག་གི་ཐབས་ལམ།

གཤམ་གསལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ཁག་བརྒྱུད་ནས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཞུ་གཅུག་གནང་ཐུབ།

- སྤྱི་ཚོགས་བརྒྱུད་ལམ༔ ཞུ་གཅུག་མ་བྱས་སྔོན་ལ་ཁྱེད་རང་གི་གནས་སྟངས་སམ་རྙོད་གླེང་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོང་ཐབས་སུ་མི་མང་ལ་གཞེན་སྐུལ་བྱེད་རྒྱུ་ནི་ཧ་ཅང་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། དེང་གི་བརྡ་འཕྲིན་དུས་རབས་ནང་ཁྱེད་ཀྱིས་ཊེ་ཝེ་ཊེར་དང་ངོ་དེབ་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་བརྒྱུད་ལམ་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་འཚོལ་ཐུབ།

- ཚོགས་འདུ༔ ཁྱེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ད་ཡོད་གནས་སྟངས་སྐོར་ལ་གདོང་དང་གདོང་ཐུག་ནས་མང་ཚོགས་དང་མཉམ་དུ་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་ཚོག ཕ་རོལ་བོའི་ལས་ཁུངས་སུ་ཕར་བཅར་བའམ་ཚུར་ཚོགས་འདུར་གདན་ཞུ་བྱེད་པ། རྒྱུན་དུ་ཚོགས་

book.indd 39 24/08/18 1:24 PM

འདུའི་དགོས་པ་རྒྱུ་མཚན་གསལ་བཤད་དང་ལས་འཆར་ངོ་སྤྲོད་གནང་བ། ཚོགས་འདུའི་གྲུབ་འབྲས་ཟིན་ཐོར་འགོད་པ།

- ཞུ་ཡིག་འབྲི་བ༔ ཞུ་ཡིག་གམ་གློག་འཕྲིན། འཕྲིན་ཐུང་བསྐུར་བ་བཅས་ནི་ཞུ་གཏུག་གི་ཐབས་ལམ་ལས་སླ་ཤོས་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་ཕན་ནུས་ཆེན་པོ་འཐོན་མི་ཐུབ་པས། ཞུ་ཡིག་ཁག་ཕུལ་རྗེས། ནམ་རྒྱུན་དུ་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གནང་མཁན་ཚོ་ཚོགས་འདུར་གདན་ཞུ་གནང་འོས།

- ཡུལ་ངོས་རྟོག་ཞིབ༔ གལ་ཏེ་འོས་འཚམ་ཡིན་ན་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གནང་མཁན་གདན་ཞུ་བྱས་ནས་ཡུལ་ངོས་སུ་རྟོག་ཞིབ་གནང་ཆོག་སྟེ། དཔེར་ན། འབྲེལ་ཡོད་མི་སྣ་ཡོང་ནས་སློབ་གྲྭའི་དངོས་ཡོད་གནས་སྟངས་ལ་གཟིགས་ཞིབ་གནང་བ་ལྟ་བུའོ།།

- སྙེར་འབྲེལ་གླེང་མོལ༔ གསོལ་ཇའི་བར་གསེང་སྐབས་སུ་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གནང་མཁན་དང་། གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མིར་

གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་གྲོས་མོལ་བརྒྱུད་ནས། རང་ཉིད་ངོ་སྤྲོད་དང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་བྱེད་པ།

- སྒེར་གྱི་ཚོགས་འདུཿ ཚོགས་འདུ་གོ་སྒྲིག་བྱས་ནས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གནང་མཁན་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་གསལ་བཤད་གནང་བ།

- གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་སྐབསཿ གྲོས་ཚོགས་འཚོགས་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་འབྲེལ་ཡོད་སོ་སོར་ཞུ་སྙན་ཕུལ་ཏེ་ཉན་ཞིབ་དགོས་པའི་ཞུ་འབོད་བྱེད་པ།

- ཞུ་ཡིགཿ ཞུ་ཡིག་ཕུལ་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་རྩོད་གླེང་ལ་མང་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་པ་ཁག་གསལ་སྟོན་བྱས་ཚོག་ལ། ཞུ་ཡིག་བརྒྱུད་ནས་ཁྱེད་ཀྱིས་མི་མང་གི་ས་ཡིག་བསྡུ་རུབ་བྱས་ཚོག མི་སྒེར་དང་ཚོགས་པ་ཁག་གིས་ཁྱེད་ཀྱི་ཞུ་དོན་ལ་བདེན་པ་ཡོད་ན་ཞུ་ཡིག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་མིང་རྟགས་འགོད་རེས།

book.indd 41 24/08/18 1:24 PM

- གློག་འཕྲིན་དང་སྦྱར་འཕྲིན་ཿ འཕྲིན་ཐུང་། ཁ་པར་སོགས་གཏོང་བ། མི་མང་ནས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གནང་མཁན་ལ་ཞལ་པར་གང་མང་འབུལ་བར་མ་ཟད། གློག་འཕྲིན་དང་སྦྱར་འཕྲིན། འཕྲིན་ཐུང་སོགས་ཀྱང་གཏོང་སྲིད། ཁ་པར་སྐད་ལམ་བརྒྱུད་ནས་དབང་འཛིན་དང་གྲགས་ཅན་མི་སྣར་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པ། གལ་ཏེ་ཁྱེད་རང་གིས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གནང་མཁན་ལ་ཐད་ཀར་བསམ་ཚུལ་བཤད་མི་ནུས་ན། ཁ་གསལ་གྱི་འཕྲིན་ཐུང་བསྐུར་ཆོག་སྟེ། དཔེར་ན། ང་ཚོས་ཁ་པར་སྐད་ལམ་ནས་གཞུང་གིས་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་སྒོ་བརྒྱབ་པར་དགག་པ་ཡོད། ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ།།

- བརྒྱུད་ལམ་བཀོལ་སྤྱོད་ཿ བརྙན་འཕྲིན་དང་ཚགས་པར། རླུང་འཕྲིན་སོགས་བརྒྱུད་ནས་སོ་སོའི་བསམ་ཚུལ་བརྗོད་པ་ཡིན་ན། ཁྱེད་རང་གི་གནས་ཚུལ་རྒྱ་ཁྱབ་ཏུ་འགྲོ་ཐུབ། མི་སྙེར་སུ་ཡིན་ཡང་ནས་རྒྱུན་གསར་འགོད་པར་འབྲེལ་གཏུག་བྱས་པ་

book.indd 42 24/08/18 1:24 PM

ཡིན་ན། གསར་འགོད་པས་གནས་ཚུལ་འཚོལ་བསྡུ་གནང་སྲིད།

- ཁྲིམས་སྲོལ་བཀོལ་སྤྱོད༔ ཁྲིམས་ཁང་ལ་གནད་དོན་ཞུ་གཏུག་གིས་དཔེར་ན། འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་རྗོག་རོལ་བཏང་ཚུལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་དགོས་སྐོར་དང་། གོང་ཞུས་ཞུ་གཏུག་གི་ཐབས་ལམ་ཁག་ལ་གྲུབ་འབྲས་མ་ཐོན་པ་དང་། དུས་ཡུན་རིང་པོར་རྩོད་གླེང་དེ་གླེང་སློང་མ་བྱས་པར་འདུམ་སྒྲིག་དགོས་ཚེ། ཁྲིམས་ཐོག་ནས་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་པ་ནི། ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཞུ་གཏུག་གི་ཐབས་ལམ་མཐའ་མ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་དང་མི་མང་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཕྱོགས།

བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ཁག་ནས་མི་མང་མཉམ་ཞུགས་ཡོང་ཐབས་ཀྱི་གོ་སྐབས་སྣ་ཚོགས་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད།

book.indd 43 24/08/18 1:24 PM

འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག

འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་འགན་ཁུར་གཙོ་བོ་ཉིན་རེ་བཞིན་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ལ་འཛིན་སྐྱོང་གནང་རྒྱུ་དེ་རེད། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ནི་སྲིད་སྐྱོང་དང་བཀའ་ཤག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གྲུབ་ཡོད། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ལས་འགན་ཁག་ཅིག་ནི།

- བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་ཐབས་ཀྱི་སྲིད་ཇུས་ཡང་དག་ཁག་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ།
- གཞིས་བཞུགས་བོད་མི་རྣམས་དཀའ་ཉེན་ལས་སྐྱོབ་ཐབས།
- བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དྲང་བདེན་དང་། འདྲ་མཉམ། དཔལ་འབྱོར་ཐོན་སྐྱེད་སྤྱི་སྨན་ཡོང་བའི་འགྲོ་ལུགས་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་དོན་གྱི་སྲིད་བྱུས་ཡང་དག་སྐྱོང་དགོས་པ།
- གཞོན་སྐྱེས་རྣམས་ལ་ཤེས་ཡོན་དང་། གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བཟང་པོའི་གོམས་གཤིས་འཛགས་རྒྱུར་གོ་སྐབས་ཚད་ལྡན་

སྤྱོད་ཐབས།

- བོད་མི་རྣམས་ལུས་སེམས་བདེ་ཐང་དུ་འཚར་ལོངས་ཡོང་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་སྒྲུབ་ཐབས།
- བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཁག་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ།
- དབུས་སའི་འཛིན་སྐྱོང་ཁྱབ་ཁོངས་དང་བཅས་པ་ཁག་ལ་བཀོད་ཁྱབ་ལམ་སྟོན། གཞུང་གི་ལས་རིམ་འཆར་འགོད་དང་རྗེས་ཞིབ། དག་སྒྲིག་གནང་རྒྱུ་སོགས་ཡིན་པ་རེད།

འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་སྒྲོམ་གཞི་དང་མང་ཚོགས་མཉམ་ཞུགས།

མང་ཚོགས་ནས་མཉམ་ཞུགས་བྱ་བར་ཁྱེད་ཀྱིས་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་སྒྲོམ་གཞི་ཤེས་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སྲིད་སྐྱོང་དང་ཁོང་གི་ཕྱག་རོགས་བཀའ་བློན་ལྷན་རྒྱས་ལ་འཛིན་སྐྱོང་

book.indd 45 24/08/18 1:24 PM

བཀའ་ཤག་ཅེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད། སྲིད་སྐྱོང་ནི་རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་གིས་ཐད་ཀར་འོས་འདེམ་གནང་བ་དང་། བཀའ་བློན་རྣམ་པ་སྲིད་སྐྱོང་གིས་མིང་འདོན་བརྒྱུད་ནས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མིས་འོས་བསྡུའི་ལམ་ནས་བདམས་རྗེས་སྲིད་སྐྱོང་ནས་བསྐོ་གཞག་གནང་གི་ཡོད། སྲིད་སྐྱོང་དང་བཀའ་བློན་རྣམ་པས་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་གཞིར་བཟུང་བའི་ཐོག་ནས་བཙན་བྱོལ་བོད་མིར་དབུ་འཁྲིད་གནང་གི་ཡོད། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ནས་སྤྱི་འཐུས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྲིད་བྱུས་ཁག་ལག་བསྟར་གནང་མཁན་གཙོ་བོ། ཀ༽ སྲིད་སྐྱོང་། ཁ༽ བཀའ་བློན་རྣམ་པ། ག༽འགན་འཛིན་དང་དྲུང་ཆེ་རྣམ་པ། དེ་བཞིན་ཐེག་མ་གོང་མ་གོང་མས་འོག་མ་འོག་མར་འཛིན་སྐྱོང་སྟངས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

བོད་མི་མང་གྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས།

བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་འགན་ཁག་གཉིས་གསལ།

book.indd 46 24/08/18 1:24 PM

- ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་གྱི་འགན་དབང་ཡོངས་རྫོགས་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ལ་ཡོད།

- དེ་བཞིན་དུ་བོད་མིའི་རྩ་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་སྲིད་བྱུས་གཏན་འབེབས་གནང་རྒྱུའི་འགན་དབང་ཡང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ལ་ཡོད།

- བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ལས་དོན་གནང་ཕྱོགས་ལ་ལྟ་རྟོག་སྣང་འཛིན་བྱ་བའི་འགན་དབང་སོགས་ཡོད།

གྲོས་ཚོགས་ནི་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་གྲངས་༤༥ ཡིས་གྲུབ་ཡོད། དེའི་གྲས་སུ་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ནས་དབུས་གཙང་དང་མདོ་སྟོད་སྨད་བཅས་ཆོལ་ཁ་རེ་ནས་སྤྱི་འཐུས་༡༠ རེ་དང་། ཆོས་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་བཞི་དང་གཡུང་དྲུང་བོན་བཅས་ནས་སྤྱི་འཐུས་༢ རེ་བཅས་ ༤༠ དང་། ཡུ་རོབ་དང་བྱང་ཨ་རི་ནས་འཐུས་མི་༢ རེ། རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ཕུད་པའིཨེ་ཤ་ཡ་དང་ཨོ་སེ་ཀྲེ་ལེ་ཤི་ཡའི་

book.indd 47 24/08/18 1:24 PM

ཁུལ་ནས་སྤྱི་འཁྲུས་༧ བཅས་ཡིན་པ་རེད། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཁྲུས་ལྷན་ཚོགས་ནི་གྲོས་ཚོགས་གོང་འོག་མེད་པའི་ལྷན་ཚོགས་རྐྱང་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་གཉིས་ཀྱིས་འཛིན་སྐྱོང་གནང་གི་ཡོད། སྤྱི་འཁྲུས་གྲོས་ཚོགས་ནི་ལོ་གཅིག་ལ་ཚོགས་དུས་གཉིས་ཏེ་ཟླ་དྲུག་གི་མཚམས་སུ་ཚོགས་ཐེངས་རེ་འཚོགས་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་སྟོན་རྟེས་གྲོས་ཚོགས་ཕྱི་ཟླ་༣ དང་། ལས་བསྡོམས་གྲོས་ཚོགས་ཕྱི་ཟླ་༩ ནང་འཚོགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལས་མང་བ་ཚོགས་དགོས་ཆགས་ཚེ་དགག་བྱ་གང་ཡང་མེད་པ་རེད།

གྲོས་ཚོགས་མ་འཚོགས་པའི་སྐབས་སུ། སྤྱི་འཁྲུས་རྒྱུན་ལས་ཚོགས་ཆུང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུན་ལས་ཚོགས་ཆུང་ནང་དུ་ཆོལ་ཁ་རེ་ནས་འཁྲུས་མི་གཉིས་རེ་དང་ཆོས་བརྒྱུད་ཁག་ནས་འཁྲུས་མི་རེ་བཅས་རྒྱུན་ལས་༧༧ ཡོད་པ་དང་། དེའི་གྲས་སུ་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་གཉིས་ཀྱང་ཚུད་ཡོད། རྒྱུན་ལས་ཚོགས་ཆུང་དེ་ཡང་ཆབ་སྲིད་དང་འཛིན་སྐྱོང་། རྒྱུན་འབྲེལ་སྡེ་ཚན་བཅས་སྡེ་ཚན་གསུམ་

book.indd 48 24/08/18 1:24 PM

དུ་ཆ་བགོས་བྱས་ཡོད། རྒྱུན་ལས་རྣམ་པས་ལས་ཁུངས་སུ་ཉིན་རེའི་ལས་ཡུན་ཧྲིལ་བོར་ཕྱུག་ལས་གནང་གི་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་བོད་ནང་གི་ཆབ་སྲིད་གནས་སྟངས་ལ་དཔྱད་ཞིབ་དང་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་ལ་རྟོག་ཞིབ། སྐབས་སོ་སོའི་རྩིས་ཞིབ་སྙན་ཐོ་ལ་མང་ཚོགས་རྩིས་ཁྲའི་ཚོགས་ཆུང་ནས་རྟོག་ཞིབ་གནང་བའི་སྙན་ཐོར་བཀའ་ཤག་ནས་མཇུག་སྐྱོང་ཇི་གནང་ལ་རྟོག་ཞིབ། བར་བརྒྱལ་སྤྱོད་རྩིས་བཀའ་འཁྲོལ་སོགས་གྲོས་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བའི་འཆར་འཕར་གྱི་ལས་དོན་ཁག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཡོད། ཁྲིད་ཀྱིས་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་དང་རྒྱུན་ལས་གྱི་སྤྱི་ཚན་ཁག་ཙམ་མ་ཡིན་པར། འབྲེལ་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་སོ་སོར་ཡང་ཞུ་ཡིག་འབུལ་ཆོག་གི་རེད།

མང་གཙོ་དང་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་།

འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ནི་མང་གཙོ་དང་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་སྒྱུར་འོག་ཏུ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྨང་རྡོ་ལྟ་བུ་ཡིན། འདས་པའི་

book.indd 49 24/08/18 1:24 PM

ལོ་ངོ་བཅུ་ཕྲག་རིང་མང་གཙོ་དང་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གཉིས་དབར་གྱི་འབྲེལ་བར་ཞིབ་འཇུག་གཏིང་ཟབ་གནང་ཡོད་པ་རེད། མང་གཙོ་ནི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དབང་ཆ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་འགྲོ་ལུགས་གཅིག་པུ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ད་དུང་འགྲོ་བ་མིའི་ཆེ་མཐོང་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་དང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད། མང་གཙོ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་སྐབས། མང་གཙོའི་ལྟ་གྲུབ་ཀྱི་སྙིང་པོ་ཁག་ནི་ཡོངས་ཁྱབ་རང་བཞིན་ཡིན་ཡང་། ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་གནས་བབ་ལ་གཞིགས་པའི་མང་གཙོ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་སྟངས་མ་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད། མང་གཙོའི་སྙིང་པོའི་ལྟ་གྲུབ་ནང་དུ་ཡོངས་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་། སྤྱི་ཚོགས་དང་ཆབ་སྲིད་ཐོབ་ཐང་ཐད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ཆིངས་གཞིར་བཟུང་ཡོད། ཡོངས་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ཆིངས་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་དང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ་དང་། མང་གཙོ་ནི་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ཆིངས་དང་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་

ཁག་གཞིར་བཟུང་ནས་ཚུགས་དགོས་པ་དང་། དེའི་ནང་དུ་སྨྲ་བརྗོད་རང་དབང་དང་འདུ་འཛོམ་རང་དབང་། ཞི་བའི་འདུ་ཚོགས་ཀྱི་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆབ་སྲིད་དང་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་དུ་ཞུགས་པ། དྲང་བདེན་དང་ཡང་དག་པའི་ཁྲིམས་བཤེར། འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་རྫོག་རོལ་གྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལ་འཇུག་པའི་ཐོབ་ཐང་སོགས་ཚུད་ཡོད། དེར་མ་ཟད། མང་གཙོའི་གཞུང་དེ་ཡང་སྲ་བརྟན་རང་བཞིན་དང་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ། ལས་དོན་ཆེ་ཆུང་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་། གཞུང་གིས་དེ་དོན་མི་མང་ལ་གསལ་བཤད་ཀྱི་འགན་འཁུར་བ། མི་མང་གི་མངོན་འདོད་གཞིར་བཟུང་ནས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་པ་དང་། ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་སྒྱུར་འོག་ཏུ་ཡོད་པའི་མང་གཙོའི་གཞུང་དེས་ངེས་པར་དུ་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་ལ་བརྩི་བཀུར་གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

མི་མང་གི་འོས་འདེམས་བརྒྱུད་དེ་ཚུགས་པའི་གྲོས་ཚོགས་དེས་མི་མང་གི་ཆེད་དུ་མི་མང་གིས་བཙུགས་པའི་གཞུང་དེར་མང་

book.indd 51 24/08/18 1:24 PM

གཙོ་ཟེར་བ་དང་། གྲོས་ཚོགས་ནི་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཁྲིད་ཀྱི་སྒྲིག་འཛུགས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན། ནུས་སྟོབས་ལྡན་པའི་གྲོས་ཚོགས་དེས་བཅའ་ཁྲིམས་གཏན་འབེབས་དང་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་སྲིད་བྱུས་དང་ལག་བསྟར་གནང་ཕྱོགས་ལ་ལྟ་ཞིབ། དེ་བཞིན་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་དང་། ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལའང་ཕྱག་ལས་གནང་དགོས་པར་མ་ཟད། ད་དུང་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་སྒྱུར་རམ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞིའི་ནང་བརྟན་པོར་འགྲོ་ཐུབ་པ་བཟོ་དགོས། ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་སྒྱུར་ནི་མང་གཙོ་དང་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་ཡོང་ཐབས་ཀྱི་རྨང་རྡོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་མཚན་དེའི་དབང་གིས། གྲོས་ཚོགས་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་མང་གཙོའི་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད།། །།

book.indd 52 24/08/18 1:24 PM

book.indd 53 24/08/18 1:24 PM

book.indd 54 24/08/18 1:24 PM

☞ འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གཞིར་བཟུང་ནས་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཚུགས་ཤིང་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་གནང་གི་ཡོད།

☞ གཞུང་ནི་མི་མང་གི་ཆེད་དུ་མི་མང་གིས་བཙུགས་ཤིང་མི་མང་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདག་པོ་འཁྲུལ་མེད་དང་། དབང་ཆ་མཐོ་ཤོས་མི་མང་ལ་ཡོད།

གནས་ཚུལ་རྒྱས་པར་འདི་ག་ལྟེ་གནས་ཁང་གི་དྲ་ཚིགས་ལ་གཟིགས་པར་ཞུ། www.tchrd.org/tib/

cover.indd 3 24/08/18 1:26 PM