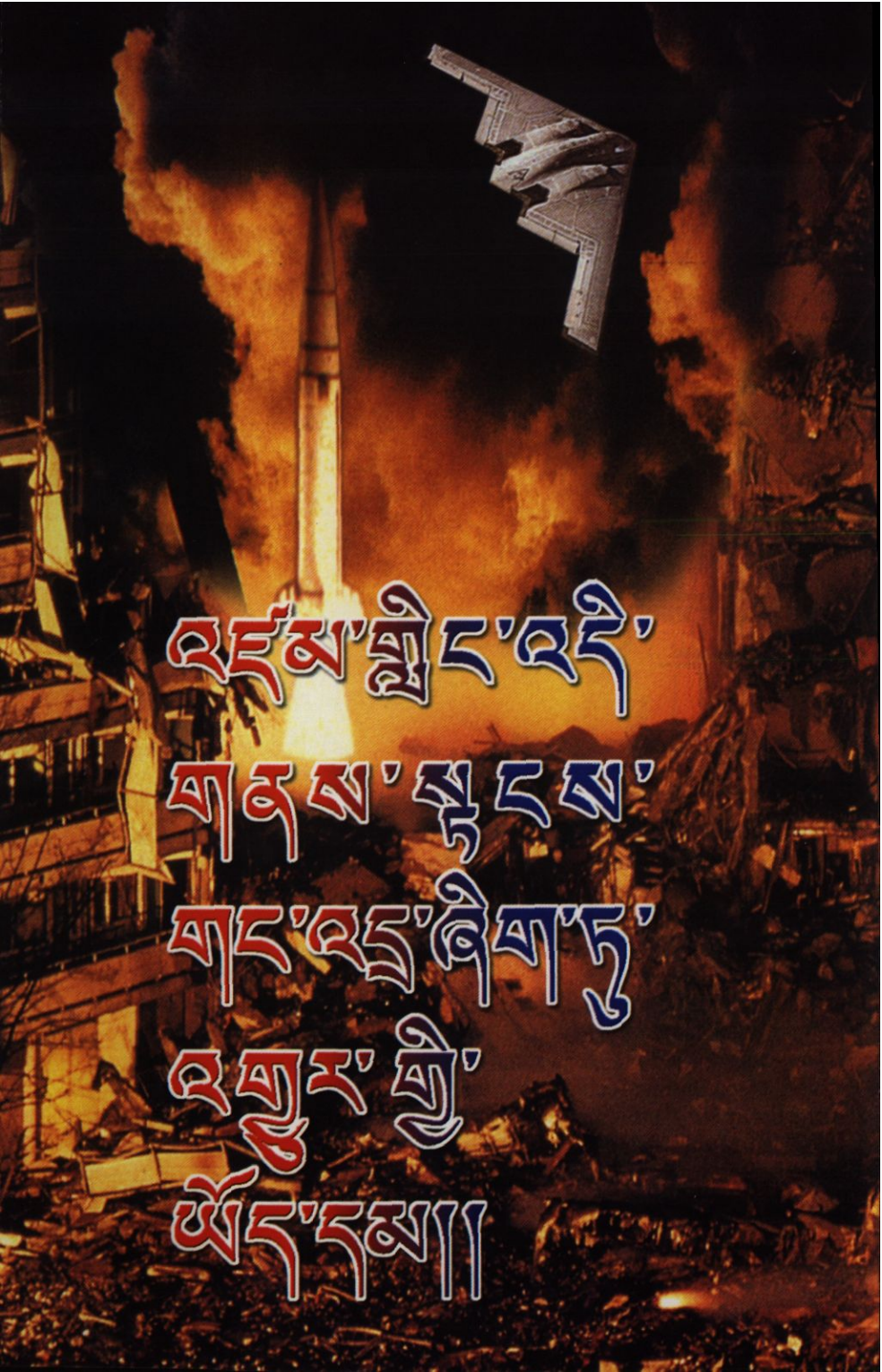


The background of the image is a fiery, apocalyptic scene. A city is engulfed in flames and smoke, with buildings reduced to rubble. In the upper center, a rocket is launching, its bright fire contrasting with the dark, smoky sky. A large, metallic, angular object, possibly a piece of debris or a satellite component, is seen falling from the sky in the upper right. The overall atmosphere is one of intense destruction and conflict.

འཛམ་གླིང་འདི་
གནས་སྤངས་
གང་འདྲ་ཞིག་དུ་
འགྱུར་གྱི་
ཡོད་དམ།།

༡༡ || འཛམ་གླིང་འདི་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་དུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད་ དམ།

What's The World Coming To ?

TIBETAN

AUGUST 2004

MaRC NEPAL
GPO Box 8975 EPC 806
Kathmandu
Nepal
email: marcnepal@yahoo.com

༡༡ || ངའི་བརྗེ་བའི་སྒོག་པ་པོ་ནམས་ལ་ཞུ་རྒྱ་ཞིག་ལ། གསུང་རབ་འདི་
ཡི་ནང་༽ལ་ཟེ༽ ཞེས་པའི་ཆིག་མང་པོ་ཡོད། དམ་པའི་གསུང་རབ་ཐོག་
མར་ཏིབ་རུའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་གིས་ཡོད་པར་བརྟེན། ཏིབ་རུའི་སྐད་ཡིག་ནང་ལ་
ཐེ་ཞུས་ན་སྐད་མེད་པའི་འདྲིག་བརྟེན་ཀུན་དབང་ལ་ཞུ་བ་ཡིན།

༡༡॥ །འཛམ་གླིང་འདི་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད་དམ།

༡༡॥ །དེང་སང་ང་ཚོའི་སྤྱོད་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བལྟས་
 ཀྱང་དཀའ་ངལ་དང་སྤྲོག་ཟེང་མ་གཏོགས་མཐོང་ཕྱི་མེད། དཔེར་ན། རྒྱང་
 འཕྲིན་བརྒྱུད་གསལ་འགྱུར་ཞིག་གསན་པ་ཡིན་ནའང་། ཡིད་སྦྱོབ་པའི་
 གནས་ཚུལ་མ་གཏོགས་ཐོས་སྒྲུབ་ཁག་པོ་རེད།



མི་དཀྲུག་མ་ཙམ་མིན་པ་སྤིང་དོན་འགོ་འཁྲིད་པ་དང་། ཚན་རིག་
 པ། ཞིང་པ་གཏོས་པའི་མི་རིགས་དང་གནས་ཚད་གང་ཞིག་ཐོག་ནས་དབྱེ་འབྲེད་མེད་པར་ཆང་མ་
 འཁོར་བ་འདིའི་ནང་དུ་སྒྲེབས་པ་ཙམ་གྱི་དཀའ་ངལ་འདྲ་མིན་འཕྲད་གྱི་ཡོད་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཞིག་རེད།
 སྤྱིའི་དངོས་པོས་རྒྱུན་འཕྲད་པའི་དབང་གི་དཀའ་ངལ་འདྲ་མིན་ཡོད་པའི་ཡོད་པར་བརྟེན་སེམས་ནང་
 དུ་དངངས་སྐྱུག་དང་འཛིགས་སྐྱུག་ཁོ་ནར་མ་གཏོགས་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཕྱི་མེད་ནང་ཞི་བདེའི་སྤྱོད་པ་
 སྤྱོད་པ་ལྟར་ཕྱི་ཁག་པོ་ཞིག་རེད། ང་ཚོ་ལ་སྤྱིའི་རྒྱུན་སྒྲུབ་ཞིག་འཕྲད་སྐབས་སེམས་ནང་སྤྱོད་
 ངལ་དེ་འདྲ་ཡོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད། སྤྱི་བ་འདིའི་ལན་ནི་ནམ་མཁའི་ཡལ་གཏོ་བོ་ལ་
 མེའི་ལུང་བསྐྱུན་པའི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་དུ་འཁོད་ཡོད། གསུང་རབ་ཀྱི་ནང་དུ་ང་ཚོའི་འཛམ་
 བུ་གླིང་འདི་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད་པའི་སྐོར་འཁོད་ཡོད་པ་རེད། གང་ལྟར་
 ཡང་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་འཛམ་གླིང་འདིའི་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད་པའི་སྐོར་
 ཤེས་འདོད་ཆེན་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་མ་འོངས་པར་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་དུ་གང་
 འདྲ་ཞིག་ཡོང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྐོར་ཤེས་དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་རེད། གང་ཡིན་
 ཟེར་ན་འདི་ནི་ང་ཚོའི་སྤྱོད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་རེད།



དངོས་འབྲེལ་བྱེད་ན་ང་ཚོའི་དགེ་སྤྱོད་གཉིས་ལས་སྤྱོད་པའི་ལས་མང་པར་སྒྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་
 གྱི་རང་ཉིད་གནས་སའི་ཁོར་ལུག་དེ་ཡང་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུབ་ཐབས་ཁག་པོ་ཆགས་ཡོད། དེར་
 བརྟེན་ང་ཚོའི་སེམས་པའི་ནང་དུ་འདྲ་བདེ་བ་མེད་པར་དངངས་སྐྱུག་དང་འཛིགས་སྐྱུག་ཁོ་ནར་སྤྱོད་པ་

མི་གང་ཙམ་ཞིག་གི་རང་ཉིད་གནས་སའི་ཁོར་ཡུག་དུ་སྒོ་མི་འདོད་པའི་བྱང་ཁམས་ལ་སེམས་
 ལྷག་སྦྱིད་ཀྱི་འདུག། གཅིག་བྱེད་ན་ བྱིད་རང་གནས་སའི་ཁོར་ཡུག་དུ་སྒོ་མི་འདོད་པའི་བྱང་
 ཁམས་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བའི་རྒྱན་གྱི་ བྱིད་ཀྱི་དེ་དག་ལ་གནས་ཚུལ་དུགས་མ་ཞིག་དུ་
 ཅིས་སྤྱིད་པ་ ཡང་ན་ དེ་དག་ལ་ཏ་ལས་པ་འཕམ་དོན་ཐོར་གྱི་མེད་སྤྱོད། ང་ཚོའི་ནང་ནས་མི་
 གང་ཙམ་ཞིག་གི་སེམས་པའི་ནང་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དུ་བྱུང་བའི་གནོད་འཚེ་དང་ནག་ཉེས། ལོག་
 གཡེམ། བཟའ་མི་ཁ་བྲལ། སྤུ་གུ་མངལ་ལྷུང་། འདོད་པའི་བསྐྱན་བཅོས་དང་། ལོག་བཤད་
 བཅས་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལང་གི་འདུག་གམ། བྱ་སྦྱོད་ངན་པ་དེ་ཚོ་ མི་སྒྲིལ་སོ་སོ་གནས་སའི་ཁོར་ཡུག་
 ཙམ་མིན་པར་ འཇམ་སྤྱིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་ལ་འགོས་ནད་བཞིན་ཁབ་གདལ་འབྱེའི་ཡོད།
 བྱ་བ་ངན་པ་དེ་ཚོ་ཚང་མར་གཙོ་བོ་ཀུན་དབང་གི་གཟིགས་ནས་བཟོད་སྤྲན་གནང་ནས་བཞུགས་ཡོད།

ཡིན་ནས་སྒྲན་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་ཀུན་དབང་གི་ དུས་ཡུན་གང་ཙམ་རིང་སྤྱིམས་གཙོད་
 ལ་ཕྱིར་འཐེན་གནང་གི་རེད། ད་བར་ སྒྲན་མེད་པའི་ཀུན་དབང་གི་སྤྱིམས་གཙོད་ལ་ཕྱིར་འཐེན་
 གནང་ནས་བཞུགས་ཡོད། གང་ལགས་ཟེར་ན་ ཁོང་ནི་བཟོད་སྤྲན་དང་སྤྱིང་རྩེ་ཅན་གྱི་གཙོ་བོ་
 ཞིག་རེད། གཙོ་བོའི་ ང་ཚོ་སུ་ཞིག་ཀྱང་མེད་པ་བཟོས་འདོད་མེད། འོན་ཀྱང་ དུས་ཀུན་དུ་
 འཛིག་རྟེན་འདིར་གནས་པའི་མི་མཉམ་དུ་འཐབ་ཚོད་གནང་གི་མ་རེད། དེར་བརྟེན་ སྤྱིམས་གཙོད་
 རི་མིན་དུ་ཉི་ཤར་སྤེལ་སྡོད།

སྒྲན་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་ཀུན་དབང་གི་མཐའ་མའི་

སྤྱིམས་གཙོད་གང་འདྲ་ཞིག་གནང་གི་རེད།

དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་དུ་ལུང་བསྐྱན་པར་གཞིགས་ན། མཐའ་
 མའི་སྤྱིམས་གཙོད་ཀྱི་ཉིན་མོ་དེ་ལ་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ནང་སྤྲུག་ངལ་དྲག་
 པོ་སྦྱེས་པའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུ་བཅས་གསལ་ཡོད། མཐའ་མའི་སྤྱིམས་གཙོད་གནང་བའི་ཉིན་
 དེར་འཛིག་རྟེན་གྱི་ནང་དུ་རྫོགས་མཐའ་མེད་པའི་སྤྲན་ནག་ཆགས་ནས་འཁོར་བ་འདི་སྤྲན་ནག་ཅན་
 ཞིག་དུ་འགྱུར་རྒྱུ་གསུང་རབ་ནང་དུ་ལུང་བསྐྱན་ཡོད། ལུང་བསྐྱན་པ་པོ་མ་ལ་ཅིའི་ཉིན་མོ་དེ་ལ་

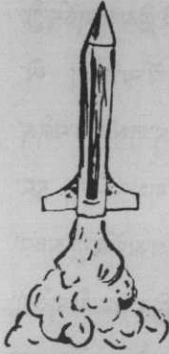


འཛིག་རྟེན་འདི་མེར་བསྐྱུག་གཏོང་བའི་ཉིན་མོ་ཞེས་གསུངས་ཡོད། མཐའ་མའི་ཁྱིམ་གཙོང་གི་
 ཉིན་མོ་དེ་ནི་ཡ་མེ་གི་ཉིན་མོ་རེད། ཡ་མེ་ཟེར་ན་འཛིག་རྟེན་ཡོངས་གྱི་བདག་པོ་ལ་ཟེར། ཡེ་
 མའི་དངོས་སུ་བསྐྱུན་པའི་དམ་པའི་གསུང་རབ་གི་མདོ་མཐའ་མ་མདོ་ན་པའི་ནང་དུ་གསལ་བ་བཞིན་
 ཡ་མེ་གི་ཉིན་མོ་དེ་ལ་མཐུ་དབང་ཅན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡ་མེ་ཁྱོ་གདུམ་གྱི་ཉིན་མོ་ཞེས་གསལ་ཡོད། སང་
 བདེན་དབྱེ་འབྱེད་གྱི་ཁྱིམ་གཙོང་གི་ཉིན་མོ་འདི་ལོ་བདུན་རིང་གནས་ཤིང་སྐབས་མགོན་གྱི་མཐའ་
 མའི་ཁྱིམ་གཙོང་ལོག་ནས་རྒྱལ་ཁབ་དང་། མཚོ་སྒྲིང་། ཁྲོང་སྒེ། ཁྲོང་ཁྱུར་ཐ་ན་མི་གཅིག་
 ཀྱང་མཐར་མི་བྱུག། འཛིག་རྟེན་འདི་འདི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་སེམས་སྡུང་དང་སེམས་མེད་པ་ཡོངས་ལ་
 རང་གི་སྒྲིག་པའི་ལས་ལ་དབག་པའི་བླ་ན་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་ཀྱང་དབང་གི་ཁྱིམ་གཙོང་གནང་
 བྱི་རེད།

གཙོ་བོ་ཡ་མེ་འི་གསུང་བ་བཞིན། ལུན་ནག་འཐིབས་པའི་ལོ་བདུན་འདི་ནི་འདས་པའི་ལོ་
 ལྷུས་གྱི་ཁྱིམ་གཙོང་དང་མི་འདྲ་བའི་དངངས་སྐྱགས་དང་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་སུ་རུང་བཞིག་ཡོད། ཉི་ཏེ་
 ལར་གྱི་སྤྱིད་དབང་སྒྲིང་འདྲིན་ལམ་ལུགས་དང་འཛམ་གླིང་གི་དམག་ཆེན་གཉིས་པའི་སྐབས་ལས་
 ད་ལྟའི་འཛིག་རྟེན་ཀྱང་དབང་གི་ལོ་བདུན་ལུན་ནག་ཁྱིམ་གཙོང་འདི་ཉ་ལས་བའི་འཛིགས་སྐྱགས་
 ཆེ་བཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་པར་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་
 དུ་ལུང་བསྐྱུན་གནང་ཡོད།



འཛིག་རྟེན་དུ་རང་བྱུང་གི་ཆབས་ཆེད་རྒྱུ་རྩུ་
 བཟའི་ཤི་བ་ཡོང་བའི་སྐབས་དེར་བླ་ན་མེད་པའི་ཀུན་
 དབང་གི་ཁྱིམ་གཙོང་གནང་བའི་ཉིན་མོ་འམ་ཡང་ན་
 ཁྱོ་གདུམ་གྱི་ཉིན་མོར་ངོས་འདྲིན་བྱུང་ཞིང་། རང་བྱུང་གི་ཆབས་ཆེད་རྒྱུ་རྩུ་ནི་ས་ཡོམ་དང་།
 ཐན་པ། གནོད་འབུའི་ནད་ཡམས་གྱི་རིམས་ནད་འདྲ་མིན། རྒྱུང་ཁམས་གྱི་གནོན་ཤུགས་དྲག་པོ་
 ཞིག་རྒྱབ་གྱི་ཡོད་པར་ལུང་བསྐྱུན་ཡོད། དེང་སང་འཛམ་གླིང་གི་ནང་དུ་འབྱུང་བཞིན་པའི་བཟའི་
 ཤིས་པའི་རང་བྱུང་གི་ཆབས་ཆེད་རྒྱུ་རྩུ་ནས་ནི་འཛིག་རྟེན་ཀྱང་དབང་གི་མཐའ་མའི་ཁྱིམ་གཙོང་
 གྱི་ཐོན་འབྲེལ་ཚོར་བ་ཙམ་ཞིག་རེད།



དམག་ཆེན་གསུམ་པ།

དམག་ཆེན་གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་དམག་འབྲུག་འདིའི་འཛིག་རྟེན་ཡོངས་
སུ་གཏོར་བཞིག་གཏོང་། གང་ལྟར་འཛམ་གླིང་དུ་དམག་ཆེན་གསུམ་པ་འགོ་
འཇུགས་པའི་ཉིན་མོ་དེ་ལ་གཙོ་བོ་ཡ་མེ་ཁྱོ་གདུམ་གྱི་ཉིན་མོ་ཡིན་པར་ལུང་
བསྟན་ཡོད། དེ་མ་ཟད་ལུང་བསྟན་བཞིན་དམག་ཆེན་གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་
རྒྱ་ལྷོ་མ་ཆོན་ཆ་སྒྲུ་ཆོགས་བདེ་སྟོང་བྱེད་པར་ལུང་བསྟན་ཡོད། ང་ཚོའི་
རྒྱ་ཆའི་མཆོན་ཆ་ICBM & MIRV's འང་བེད་སྟོང་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་དང་

། མཆོག་མཆུངས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཕྱོགས་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཆོན་ཆ་འང་
བེད་སྟོང་བྱེད་ནས་མི་དང་དྲུང་འགོ་ཆང་མ་མེད་པར་བསྐྱར། ཡིན་ནས་གཙོ་བོ་ཡ་མེའི་བྱགས་རྩེ་
བཀའ་བློན་ལ་བཞུགས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་རྒྱུ་ལ་མེད་དུ་བསྐྱར་གྱི་མིན་པར་གསུང་རབ་ནང་
དུ་གསལ་ཡོད། གང་ལགས་བཞུས་ན་སྐབས་མགོན་ཡི་ཤུའི་དམག་ཆེན་དུས་ཡུན་གྱི་གདང་
ནས་ང་ཚོ་ལ་བཀའ་བློན་མཛད་གྱི་རེད། དེ་མིན་མི་དང་ཕྱོག་ཆགས་གཅིག་ཀྱང་མི་ལྷག། དམག་
ཆེན་གསུམ་པའི་རྒྱུ་གྱི་འཛིག་རྟེན་ནང་དུ་ཕྱི་དང་ནང་ཡམས་ཆབས་
ཆེན་ཡོངས་ནས་ཉུང་མཐར་ མི་ཐེར་འབུམ་གཅིག་མེད་པར་བསྐྱར་གྱི་
རེད། དམག་ཆེན་གསུམ་པའི་རྒྱ་ཆུ་བཟའ་བཅའ་རིགས་ཤིན་ཏུ་ཉུང་
ཉུང་ཆགས་པ་དང་། དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་དུ་གསལ་བ་བཞིན།



། ཤིན་ཏུ་ལྷོགས་པའི་རྒྱུ་གྱི་མིའི་རང་རང་སོ་སོའི་ལག་པའི་ཤ་ནག་ཟ་ཟིན།

བཅས་ཡི་ཤ་ཡ་ ༧ : ༡༠ ནང་དུ་གསལ་ཡོད།

རི་རྒྱུས་དྲུང་འགོ་ཆང་མ་ཤིན་ཏུ་ལྷོགས་པའི་རྒྱུ་གྱི་ཕྱོ་ཆས་སུ་མི་བཟའ་བར་ཡོང་།



འཛིག་རྟེན་དུ་གསར་བཞེད་གྱི་ན་ལངས།

དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་དུ་ལུང་བསྟན་པ་བཞིན་ འཛམ་གླིང་གི་མཆོ་དང་
ཁྱ་ཆེན་ཆང་མ་དུག་ཅན་དུ་བསྐྱར་ནས་མི་དང་ཕྱོག་ཆགས་ས་ཡ་མང་པོ་མེད་པར་

བསྐྱར། གསར་བཞེད་ཀྱི་ན་ལངས་སྐབས་སུ་གྲོང་གཞི་ཡོངས་ལ་ཤུགས་
 གྱིན་ཞིག་ཤོག་ནས་འཛམ་གླིང་ནང་དུ་ནམ་མཁའ་ནས་སྐར་མ་ལྗང་གི་
 ཡོད་པ་ལས་ དེ་ལ་ ང་ཚོའི་སྐར་དོ་འང་ཟེར། ལུང་བསྐྱན་པ་པོ་
 རྩོལ་ལྱི་ཉིན་བདག་ཏོང་བ་བཞིན་ འཛམ་གླིང་དང་ནམ་མཁའ་རུ་
 མེ་འབར་ནས་ རྩེགས་གང་སར་ཁྲག་དང་དུ་བ་བྱུང་ནས་ཉི་མ་ལྷན་



ནག་དུ་བསྐྱར། ཟླ་སྐར་ཁྲག་དུ་བསྐྱར་སྟེ་ དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་མདོན་པའི་ནང་དུ་གསལ་བ་
 ལྟར་ན་ ཉི་མའི་ཆ་དྲོད་ཀྱི་འཛམ་གླིང་ཉི་མེག་གཏོང་ནས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་དུ་གནས་པའི་སྟོག་
 ཆགས་ཡོང་ལ་སྐྱག་དྲོ་བའི་མ་ཁ་ཡང་ན་གཉན་འབུར་གྱི་ནད་གཡམ་དག་པོ་ཞིག་གི་བྱུང། གྱིན་
 ངན་དེ་འདྲ་ནི་གཙོ་བོ་ལ་མེས་འཛམ་གླིང་དུ་བྱིས་མ་གཙོད་གནང་བའི་ནད་ཡམས་དག་པོའི་ཆ་ཤས་
 ཅུམ་ཞིག་རེད། དུས་ངན་དེ་འདྲ་སྟེ་བས་ཀྱང་ང་ཚོ་མི་རྣམས་ལ་འགྲོད་སེམས་སྐྱིད་རྒྱ་པར་བཞག་
 གཙོ་བོ་ལ་མེ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་ནས་སྐད་ར་གཏོང་གི་རེད། མི་ཕལ་ཆེར་གྱི་རང་སྟོག་གཙོད་ཀྱི་
 རེད། དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་དུ་ལུང་བསྐྱན་པའི་མདོན་པའི་བཞུང་བྱ་དེར་གཟིགས་ཤིག།

༼ རྒྱག་ཐམ་དུག་པ་དེ་གཙོག་པར་མཛད་པའི་ཆེ་ས་ཡོམ་དུག་པོ་ཞིག་ལྷང་ནས་ཉི་མ་ནི་
 ཅ་ཡང་ལྟར་ནག་པོ་དང་ཟླ་བ་ཉ་གང་བ་ཁྲག་ལྟར་གྱུར་བ་མཐོང་བུང་། སཡང་རྒྱང་དུག་
 པོ་བསྐྱལ་ནས་དགུན་དུས་མེ་ཡལ་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་ལྗང་བ་ལྟར་ནམ་མཁའ་ཡལ་ནས་རི་
 དང་གླིང་ཕྱན་ཐམས་ཅད་གནས་ནས་འཕྲོས་ཏེ་ས་གཞིའི་རྒྱལ་པོ་དང་མི་ཆེན་དང་དམག་
 དཔོན་མིན་པ་ཐམས་ཅད་བྲག་ཕུག་དང་རིའི་བྲག་སྐྱིབས་ནང་ཡིབ་ནས་རི་དང་བྲག་རྣམས་
 ལ་ང་ཚོའི་སྟེང་དུ་ལོག་ལ་རྒྱལ་བྱི་ལ་བཞུག་པ་ཞལ་དང་ལུག་གུའི་ཐུགས་ཁྲོ་ལས་ང་ཚོ་
 ཟླ་བར་གྱི་ཤིག། ཁོང་གི་ཐུགས་ཁྲོའི་ཉིན་མོ་ཆེན་པོ་དེ་བསྐྱེད་པས་པས་སུས་བཟོད་རུས་
 པར་བུ་ཞེས་ཟེར་བ་མཐོང་བུང་། ༽

བཅས་མདོན་པ། ༤ : ༡༡ - ༡༨ བར་གསལ་ཡོད།

ཡི་ཤུའི་འགལ་ཟླ་བ།

ལོ་བདུན་མུན་ནག་ཁོ་གཏུམ་གྱི་དུས་སུ་ཡི་ཤུ་འགལ་ཟླ་བ་ཞིག་གི་
འཛམ་གླིང་དབང་སྒྱུར་བྱེད། ཡི་ཤུ་འགལ་ཟླ་བ་དེ་ལ་སྤྲིག་པའི་མི་དང་དཔྱལ་
བའི་བྱ་དང་དྲུང་འགྲོའི་བྱ་བཅས་འབོད་ཚུལ་ཡོད། ཡི་ཤུའི་འགལ་ཟླ་བ་
འདི་ནི་དབང་གྲགས་ཅན་དང་ནན་སྒྱལ་བྱེད་ཐུབ་པའི་མི་ཞིག་ལྟར། ཡིན་ནས་མི་འདི་ནི་བདུད་གྱི་
མི་ཞིག་ཡིན་པར་ཁོའི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀར་བདུད་གྱི་འགན་དབང་སྒྲོད་པ་རེད། ཡི་ཤུའི་རྒྱབ་
འགལ་བ་དེ་ནི་གཙོ་བོ་ལ་སྤེལ་བའི་ཡིན་པར་ཁོ་བའི་མུན་ནག་ལོ་བདུན་ནང་ནས་མཐའ་མའི་ལོ་གསུམ་
ལྷག་ཙམ་རིང་འཛམ་གླིང་དབང་དུ་བསྐྱུས་གྱི་རེད། ཁོ་བའི་སྲིད་དབང་སྒྲེར་འདྲིན་ལམ་ལུགས་གྱི་
དུས་ནི་ཤིན་ཏུ་འདིགས་སྒྲགས་ཅན་ཞིག་ཡོད། རྒྱལ་རབ་གྱི་དྲིཌ་ལར་དང་མཚུངས་པ་ལ་དུ་དུ་པའི་
མི་རིགས་ཙམ་མིན་པར་མི་ཚང་མར་སྤྲུག་སྒྲིང་གཏོང་བ་དང་གསོད་གྱི་ཡིན་པར་གསུང་རབ་དུ་འབོད་
ཡོད། ཁོ་བོ་ལ་མོས་གུས་མ་བྱེད་པའི་མི་ཚང་མ་གསོད་གྱི་ཡིན་པར་གསལ་ཡོད།



མཐའ་མའི་བྲིམས་གཙོད་སྡོན་གྱི་དམག་འབྲུག།

ཡི་ཤུའི་རྒྱབ་འགལ་བའི་སྲིད་དབང་འདི་དམག་འབྲུག་འདིའི་རྗེས་སུ་འབྲུག་
བསྡོམས་གྱི་རེད། མུན་ནག་ཁྲབ་པའི་ལོ་བདུན་རྗེས་སུ་སྐབས་མགོན་ཡི་ཤུ་དང་ཁོང་གི་སྲུང་མ་སྟོབས་
རྩན་ནམས་དབང་གྲགས་དང་གཟེབས་ཤིང་གྱི་ངང་ནས་ཞིང་ཁམས་ནས་མར་ཡེབས། སྐབས་དེར་འཛམ་
གླིང་གླེང་དུ་ལོ་བདུན་རིང་དཔྱལ་ཁམས་ལྷ་བུ་བྱུང་བའི་རྒྱུན་གྱི་ས་གཞི་འདི་མི་མེད་ལུང་སྟོང་དུ་བསྒྱུར་ཞིང་
རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རེ་རེ་བཞིན་སྐབས་མགོན་གྱི་བྲིམས་གཙོད་འོག་ནས་མཐར་མི་བྱུབ། བྲིམས་གཙོད་འདི་
ནི་ཤིན་ཏུ་འདིགས་སྒྲིང་པ་ཞིག་ཡོད་པར་དུན་པ་གཏན་པོ་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་གི་ནི་འབྲུ་ལ་བཟོད་སྲན་
བྱེད་མི་བྱུབ། ཡིན་ནས་སློང་མ་པ་ཞིག་ལ་སྤྲིག་པའི་བྱ་བ་དང་ན་པ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུན་ནས་ང་ཚོ་མི་སེམས་ལ་འབྲུམ་
ཁག་མང་པོ་ཞིག་གི་རང་ཉིད་མཐའ་མའི་བྲིམས་གཙོད་གྱི་ཉིན་མོར་བསྒྲིད་གྱི་ཡོད། མཐའ་མའི་བྲིམས་
གཙོད་གྱི་ཉིན་མོ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བར་སྐབས་ཡོད། ཉིན་མོ་འདི་ག་དུས་ཡིན་ཡང་འགོ་འབྲུགས་སྤེད། དངོས་
འབྲེལ་བྱེད་ན་བྲིམས་གཙོད་གྱི་ཉིན་མོའི་ཆེད་ཆོའི་བྲ་སྤྲིག་དེང་དུས་ནས་བྱེད་གྱི་ཡོད་རེད།



ང་ཚོ་ཁྱོད་ཀྱི་མ་ཉིན་མོ་ནས་ཁྱོད་མཐར་ཐུབ་གྱི་རེད་དམ།

ཁྱོད་གདུལ་ཉིན་མོ་ནས་ང་ཚོ་མཐར་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ཡོད་དམ་ཅིང། སྤྱིར་བཏང་འཛམ་གླིང་
 ཡོངས་ཁྲབ་མཐར་པའི་རེ་བ་ཅིང། མཐར་མའི་ཁྱིམ་ས་གཙང་གི་ཉིན་མོ་ནི་མདུན་དུ་སྐབས་ཡོད།
 ང་ཚོའི་གནལ་མེས་ས་གི་བྱ་བ་དང་སྐྱབས་མགོན་གི་བྱ་གས་ལ་མི་འདོད་པའི་བྱ་བ་ཉིན་དུ་མང་པོ་སྐྱབ་
 པའི་རྒྱན་གི་ཁྱོད་གདུལ་གི་ཉིན་མོ་ཡོང་བ་ནི་ངས་བརྟེན་དུ་འགྱུར། ཡིན་ནས་མི་སྤྱིར་མོ་མེད་སྐྱབས་
 མགོན་གཙོ་བོ་ལ་མེད་ལ་ཡིད་ཆེས་ཤིང། རང་ཉིད་གི་བྱ་བ་ངན་པ་སྐྱབ་པར་འགྱོད་མེས་ས་སྤྱིར་
 པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་གདུལ་ནས་མཐར་པའི་རེ་བ་རྩ་བ་ནས་མིང་མཁན་ཚོ་ཡང་ཉེས་དམིགས་ལས་མཐའ་
 གཅིག་དུ་མཐར་ནས་སྐྱབས་མགོན་གི་ཁྱིམ་ས་གཙང་ལས་སྤངས་སྤྱོད་གནད་གི་རེད། སྤངས་སྤྱོད་གནད་
 ཐུབ་པའི་གནས་ཚུལ་ལག་པོ་འདི་དཔེ་བྱེད་ཆོད་མཉམ་དུ་སྤྱོད་འདོད་ཡོད། གལ་སྲིད་ཁྱིམ་ས་གཙང་
 ནས་མཐར་པའི་རེ་བ་ཅིང་ན་དེའི་ཐོག་བཟོ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱང་ཕན་ཐོག་ཅིང། ཡིན་ནས་ནམ་མཁར་བཞུགས་
 པའི་གཙོ་བོ་ལ་མེད་སྐྱས་ལ་ཁྱོད་གདུལ་ནས་སྤངས་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ་པའི་རྩལ་པ་ཡོད། ཁོང་ནི་འཛིག་
 རྟེན་དུ་སྤྱིར་མོ་ག་གནད་གི་རེད།

སྐབས་མགོན་ཡི་ཤུ་ལྔ་རྒྱ་དུ་ཐེབས་གྱི་རེད།

ཏུས་རབས་གསར་པའི་མི་མལ་ཆར་གྱི་རྒྱབས་མགོན་ཡི་ཤུ་འཛིག་རྟེན་དུ་ཕྱིར་ལོག་ཐབས་
 གྱི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཡིད་དུ་འཁོར་བ་ཙམ་གྱི་ཏ་ལས་པའི་དགའ་སྐྱད་བྱེད་སྒྲེ་ཡི་ཤུ་འཛིག་རྟེན་
 དུ་ཐེངས་གཉིས་པ་ཐེབས་གྱི་ཡོད་པའི་ཡིད་ལུལ་དུ་འཆར་བ་ཙམ་གྱི་དགའ་སྐྱད་སྟོང་མེད་བྱེད་གྱི་ཡོད།
 ཡིན་ནས་ཡི་ཤུ་ཕྱིར་ལོག་ཐབས་གྱི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ནི་འཆར་སྐྱད་དང་འཆལ་གདམ་མིན་པར་
 སྐྱར་དུ་གལ་ཆེའི་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། འཛམ་གླིང་གི་ཕྱོགས་གང་སར་གནས་པའི་མི་ས་ལ་མང་པོའི་
 གཟི་བུང་གྱི་ཀྱལ་པོ་རྒྱབས་མགོན་ཡི་ཤུ་སྐྱར་དུ་ཐེབས་གྱི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་
 ཞིང་གནས་ཚུལ་འདི་ནི་འཆར་སྟོང་ཙམ་གྱི་བསམ་སྟོལ་ཡང་ན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནཱ་བཞག་ཙམ་མིན་
 པར་དེ་ལས་ཐོག་དེ་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ལུང་བསྟན་གནད་ཡོད། དེང་
 སང་མི་རེ་འགའི་རྒྱབས་མགོན་ཡི་ཤུ་ཕྱིར་ལོག་ཐབས་ནས་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་སྒྲེའི་བར་ལ་འཆང་

བར་འཕྲ་དཔྱད་བྱེད་ནས་གཙོ་བོ་ཡ་མེད་དམ་བཅའ་གང་དུ་ཡོད་བཅས་ཟིན་གྱི་ཡོད།

ཡི་ཤུ་འཛིག་རྟེན་དུ་ཐེངས་གཉིས་པར་ཕྱིར་ལོག་གནང་པའི་སྐོར་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་
དུ་ཐེངས་གསུམ་བརྒྱ་ཙམ་དམ་བཅའ་བཞག་པ་མ་ཟད། ཐེངས་གཅིག་སྤོང་བརྒྱད་བརྒྱ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་
ལྷ་ཙམ་གསལ་ཡོད། ཕྱིར་ལོག་ཐེབས་པའི་སྐོར་གསུང་མཁན་དང་པོ་ནི་ཨོ་བ་གྱི་མེས་པོ་ཨི་ནོག་
རེད། དེའི་སྐོར་དམ་པའི་གསུང་རབ་གྱི་ཚུམ་པ་པོ་མང་པོའི་ལུང་བསྟན་པ་དང་སྐབས་མགོན་གྱི་
གཏང་གནང་བའི་སློབ་པ་བརྒྱ་གཉིས་དང་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཞལ་ཆད་རྒྱུད་པའི་བྲིས་པ་པོ་རྣམས་
གྱི་ལུང་བསྟན་ཡོད། དེ་མ་ཟད་སྐབས་མགོན་ཡི་ཤུ་ཁོང་གི་དངོས་སུ་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་དུ་
ཕྱིར་ལོག་གནང་བའི་སྐོར་དམ་བཅའ་བཞག་པར་ལགས་ན་ཁོང་གི་ཆེག་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་
དུ་གསལ་བ་བཞེན།

༼དེའི་ཡབ་གྱི་པོ་བྱང་ནང་ཁང་བཟང་མང་པོ་ཡོད། དེ་མིན་ང་བྱེད་གྱི་ཕྱིར་འདུག་
སའི་གལ་བྱེད་དུ་འགྲོའོ་མི་ཟེར། ང་སོང་སྟེ་བྱེད་གྱི་ཕྱིར་འདུག་ས་བཤམ་པའི་རྗེས་
སུང་ཡོད་སར་བྱེད་ཀྱང་བསྐབས་པའི་ཕྱིར། ང་ལོག་ཡོང་སྟེ་བྱེད་དའི་རྩར་འབྲིང་
འོང་།༽ བཅས་ཡོད་ནན། ༡༩ : ༡ - ༡ བར་དུ་གསལ་ཡོད།

སྐབས་མགོན་འཛིག་རྟེན་དུ་ཕྱིར་ལོག་ཐེབས་དགོས་དོན་གང་རེད། དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་གཉིས་
ཡོད་པ་ནི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་དུ་ལུང་བསྟན་གནང་ཡོད།

༡༽ ང་ཆོ་སྒྲིག་པའི་ལས་ནས་ཐར་དུ་འཇུག་པའི་ཆེད་དང་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་དང་།

༢༽ འཛིག་རྟེན་ནང་གི་གནག་སེམས་ཅན་མེད་པར་བསོས་པའི་ཆེད་དུ་རེད། དངོས་བྱེལ་
བྱེད་ན་ད་ལྟའི་སྐབས་སུ་སྐབས་མགོན་གྱི་གསུང་སྟོག་མཁན་ཡོངས་ལ་སྐབས་མགོན་ཕྱིར་ལོག་གནང་
སྐབས་གྱི་ལས་དོན་སྐབ་པའི་དུས་གྱི་ཆ་ཤས་ངོས་ལེན་བྱེད་བྱུག།

སྤང་སྟོབ།

སྤང་སྟོབ་སྟོན་ལ་འཛིག་རྟེན་དུ་ཕྱིར་འཐེན་ཡང་ན་བདེ་བ་ཆེན་པོར་འཐེན་པ་བཅས་བཤད་གསལ་
ཡོད་པ། ཡང་ན། ཡ་རོལ་དུ་ཡིད་འཕྲོག་རྣམས་པ་བཅས་སྟོན་དུ་བྱུང་གི་རེད། སེམས་སྦྱག་དྲག་
པོའི་དུས་འགོ་མི་འཇུག་པའི་སྟོན་དུ་སྐབས་མགོན་གྱི་ཁོང་གི་མི་མང་རྣམས་འཛིག་རྟེན་ནས་སྤང་

སྒྲིབ་གནང་གི་རེད། གསུང་རབ་ནང་དུ་གསལ་བ་བཞིན།

༼གཙོ་བོ་ཡེ་མེས་ང་ཚོ་ལ་བྱུགས་ཁོ་བ་ཐོག་པའི་དོན་དུ་མ་བསྐྱོས་ཀྱིས། ང་ཚོ་གསོན་
རུང་གི་རུང་ཉིད་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར་དུ་གྲོང་ས་པའི་ང་ཚོའི་གཙོ་བོ་ཡེ་
མ་གྱི་ཁའི་ཐབས་ཀྱི་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་བསྐྱོས་སོ།༽

བཅས་ ༡ བེ་ས་ལོ་ནི་ཀ། ༥ : ༧ ནང་དུ་གསལ་ཡོད།

སྐབས་མགོན་ཡེ་གྱའི་ང་ཚོ་མི་རྣམས་ལ་གནང་བའི་དམ་བཅའ་གཞན་ཞིག་ནི།

༼ཁྱིམ་གྱིས་བཅོད་པ་བྱེད་པའི་ངའི་བཀའ་བསྟུངས་པས་ས་སྡེ་དང་གནས་པ་རྣམས་ཉམས་
སད་པའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ཀུན་ལ་འབབ་འོང་བའི་ཉམས་སད་ཀྱི་ཚུ་ཚོད་ལས་ཁྱིམ་སྡེ་
བར་བྱའོ།༽ བཅས་མངོན་པ། ༩ : ༡༠ ནང་དུ་གསལ་ཡོད།

ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ནས་ས་སྡེ་སྡོད་པ་གང་འདྲ་བྱེད་ནས་བཅོས་ཀྱི་རེད། སྐབས་མགོན་གྱི་
སྒོ་བ་མ་བཅུ་གཉིས་ནང་ནས་སྒོ་བ་མ་སོལ་གྱི་དམིགས་བསལ་འགྲེལ་བཞེད་གནང་བ་གསུང་རབ་ནང་
དུ་ལུང་བསྟན་པ་ཞིག།

༼གཙོ་བོ་ཡེ་གྱའི་དུང་སྐད་སྒྲ་དང་བཅས་སུ་ཡེ་མེ་ཉིད་ནམ་མཁའ་ནས་འབྱོན་དུས་
དང་པོར་མ་གྱི་པ་གྲོང་ས་པ་རྣམས་ལ་ད་བར་འགྱུར། དེ་ནས་ང་ཚོ་གསོན་པོར་ལུས་
བ་རྣམས་སྤྲིན་གྱི་ནང་དེ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་བར་སྐྱང་ལ་གཙོ་བོ་མཇལ་ཕྱིར་འདྲེན་པར་
འགྱུར་རྟེ། གནད་དུ་གཙོ་བོ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་གནས་པར་འགྱུར་རོ།༽

བཅས་ ༡ བེ་ས་ལོ་ནི་ཀེ་པ། ༩ : ༡༦ - ༡༧ བར་གསལ་ཡོད།

སྐབས་མགོན་འཇལ་ཕྱིར་འདྲེན་པ་ནི་ང་ཚོ་འཆི་བའི་རྗེས་སུ་མིན་པ་དང་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོགས་
ནས་འདེགས་པ་འང་མིན་པ་ནི་གསལ་བོ་རེད། སྐབས་མགོན་ཡེ་མེས་གྱེབ་བས་པའི་སྐབས་སུ་ཁོང་
གི་མི་ཚང་མ་སྤྲིན་པའི་ནང་དང་རྒྱུང་གི་ནང་དུ་འདྲེན་ནས་དེ་ནས་ཁོ་ཚོ་ཙང་མ་དེ་མ་ཐག་དུ་བའི་བ་ཙན་
གྱི་ཞིང་ཁམས་ཡབ་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ནང་དུ་འཇུག་གྱི་རེད། རམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡབ་ཀྱི་ང་ཚོའི་ཆེད་
དུ་ད་ལྟ་ནས་ཁང་བཟང་གྲ་སྤྲིག་བྱེད་ཀྱང་གཙོ་བོ་ཡེ་གྱའི་ལ་དང་པ་ཡོད་པའི་མི་ཚང་མ་སྐབས་མགོན་
མཇལ་ཕྱིར་འདྲེན་བཞིན་སྐབས་མགོན་གྱི་འདི་ངའི་སྒོ་བ་མ་རེད་གསུངས་པ་ཚང་མ་འདྲིན། དེ་འདྲ་

གང་འདྲུང་ནས་ཡོང་སྟེ་པའི་སྒོར་བྱིད་ཀྱི་དེས་སྟེ། མ་འཁེབས་མི་ཆང་མ་ནམ་མཁའ་གསོན་
པོ་གང་འདྲུང་ནས་འདྲེན་བྱུག། དེའི་སྒོར་ཀོ་རིན་བྱ་པ་དང་པོའི་ནང་འཁོད་པ་ཞིག་འབྲེལ་བཅོད་
བྱེད་པ་ཡིན་ན།

༼ ངས་བྱིད་ཚོར་གསང་བ་ཞིག་སྤྲོ་སྟེ་ང་ཚོ་ལས་ཐམས་ཅད་མི་འཛིའོ། ཏུང་སྐད་
མཐའ་མར་མིག་བརྩམ་ཅོམ་གསུལ་ཡུད་ཅིག་ནང་ཐམས་ཅད་འཕོ་བར་འགྱུར་རོ། ཏུང་
བྱུང་པ་དང་གཞིན་པོ་ནམས་མི་འདིག་པར་ལང་ཞིང་ང་ཚོ་ནི་འཕོ་བར་འགྱུར། འདིགས་
པས་མི་འདིགས་པ་དང་འཁེབས་མི་འཁེབ་པ་བགོ་དགོས། ༽

བཅས་ཀོ་རིན་བྱ་པ་དང་པོ། ༡༥ : ༡༡ - ༡༣ བར་གསལ་ཡོད།

འདི་ལྟར་ང་ཚོ་འཁེབས་པའི་རྒྱུ་བསྐྱར་དུ་གསོན་པོར་ཡོ་བྱ་གྱི་སྤྱུ་གཟུགས་དང་མཚུངས་པར་
འགྱུར་གྱི་རེད། ཡིན་ནས་སྤྱུ་བས་མགོན་གྱི་ང་ཚོ་འདྲེན་དགོས་དོན་གང་རེད། གཙོ་བོ་ཡོ་བྱའི་
རྒྱུ་འདྲུག་པ་ནམས་འདིག་རྟེན་དེ་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་དགོས་དོན་གང་རེད། དེ་ནི་སྤྱུ་བས་མགོན་
གྱི་རྒྱུ་འདྲུག་པ་ནམས་མེམས་སྤྱུ་དྲག་པོའི་ཉིན་མོ་ནས་ཐར་དུ་འདྲུག་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། སྤྱུ་བས་
མགོན་གྱི་རྒྱུ་འདྲུག་ནམས་ཕྱིར་འཐེན་གནད་པའི་རྒྱུ་འདིག་རྟེན་དུ་ལྷག་པའི་མི་སྤྱི་ཙམ་ཡོངས་
ལ་སྤྱུ་བས་མགོན་གྱི་མཐའ་མའི་ཁྲིམས་གཅོད་གནད་གི་རེད། འདིགས་སྤྱུ་གསུམ་ཆེ་བའི་ཁྲིམས་གཅོད་
གྱི་ཉིན་མོ་དེ་ནས་འགོ་འདྲུགས་གྱི་རེད། ལོ་བདུན་ཕྱུན་ནག་ཁྲབ་པའི་མཐའ་མའི་ཁྲིམས་གཅོད་
གྱི་རིང་འདིག་རྟེན་དུ་བྲག་མི་ཤིས་པ་ཁོ་ན་ཡོང་གི་རེད། ཕྱུན་ནག་ཁྲབ་པའི་ལོ་བདུན་ལ་སྤྱུ་ན་མེད་
པའི་ཀྱན་དབང་སྤྱུ་དྲག་པོར་འགྱུར་བའི་ཉིན་ཟེར།

གཙོ་བོ་ཡོ་བྱ་དུས་ཡུན་གང་ཅམ་རྒྱུ་ཕེབས་པའི་རེ་བ་ཡོད།

གཙོ་བོ་ཡོ་བྱ་གྱི་དུས་ཕེབས་གྱི་རེད། ཁོང་བསྐྱར་དུ་ཕེབས་སྤྱིའི་ལོ་དང་ཆུ་ཚོད་ནི་ང་ཚོ་ལ་
གསུང་མེད། ཡིན་ནས་ཁོང་ཕེབས་པའི་དུས་ཡུན་དང་མེམས་སྤྱུ་དྲག་པོའི་ཉིན་མོ་ནི་བར་འོང་
བའི་རྟགས་མཚན་སྒོར་ཉིན་ལྟར་ང་ཚོའི་གསར་ཤོག་ནང་དུ་ལྷོག་ཆུ་ཡོད། དེའི་སྒོར་སྤྱུ་བས་མགོན་
གྱི་བདེ་མཚན་འང་མང་པོ་སྟོན་གནད་ཡོད། སྤྱུ་བས་མགོན་ཕྱིར་ལོག་ཕེབས་པའི་ཉིན་མོ་ནི་རྟོ་མའི་
ཉིན་མོ་དང་མཚུངས་པ་སྟེ་རྟོ་མའི་ཉིན་མོའི་གནས་སྡངས་གྱི་རྟགས་གསུམ་ནི།

སྤྱི་དུ་འཛིག་རྟེན་དུ་ཡི་ཤུ་མེད་པས་ནས་ནོ་མ་དུས་སྤྱི་ལོག་རྒྱུ་ནས་མི་འཕོར་མང་པོ་མེད་པར་འགྱུར་
བ་དང་མཚུངས་པ་འཛིག་རྟེན་ནས་མི་ངན་ཆང་མ་ལ་ཁྲིམས་གཅོད་གནང་གི་རེད།

མཐའ་མའི་ཁྲིམས་གཅོད་མ་མེད་སྤྱི་རྣམས་མཚན་

སྤྱི་པས་མགོན་གྱི་སེམས་སྤྱད་དག་པོའི་ཁྲིམས་གཅོད་གྱི་ཉིན་མོ་སྤྱི་པས་རྒྱ་ནི་ཐག་ཉེས་རེད། དེའི་
ཉིན་བདེ་དང་རྣམས་མཚན་ནི།

- སྤྱི་གོ།
- ས་ཡོམ།
- རྒྱུང་འཚུབ།
- རིམས་ནད་ཆད་ས་ཆེན།
- འབགས་བརྩལ་གི་དཀའ་རྟོག།
- བཟེ་སྤྱན་དཀའ་རྟོག།
- གཏོར་བཅོས་དང་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱི་པ་ཆོས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ།
- བསམ་ཞིབ་ཐོག་ནས་བདུད་གྱི་གསོལ་མཚོན་བྱེད་པ།
- ཆོས་ལུགས་དང་ལུང་བསྟན་པ་པོ་རྩན་མ་ལ་དད་གུས་བྱེད་པ།
- རྟོག་ཟེང་དང་རྟོག་འཛིངས་བཟོ་བ།
- ལ་དུ་དུ་བ་ནམས་རང་ཉིད་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཨ་མེ་རེ་ལ་དུ་ལོག་པ།
- མར་དཀྱིལ་ལུ་ལ་དུ་སྤྱི་པ་མཐུད་ནས་འཐབ་རྩོད།
- དུས་གྱི་རྣམས་ཤུགས་གཉན་འཕྲང་།
- འཛམ་གླིང་རྒྱ་ཁབ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ལ་ཉིན་ཆད་ས།
- ཆོས་ལུགས་གཅིག་ཁོ་ནར་ཁ་གཏད་བྱེད་པ།
- སྤྱི་པ་རྣམས་སྤྱི་པ་མཚོན་ཆ་གསར་སྤྱོད་བྱེད་པ།
- ས་གཞི་དང་མཚོ་དང་བར་སྤྱད་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ལའི་རྩལ་ཕྱན་མཚོན་ཆའི་དཔལ་དཔྱད་
- སྤྱི་པ་ལྷན་སྦྲེལ་བྱེད་པ་དང་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པ།
- དཔལ་གི་འགྲོ་གྲོན་སྤྱོད་ཅིས་ལས་མང་བ་གཏང་བ།
- མཚོན་ཆའི་ལས་དོན་ཐོག་འགྲོ་གྲོན་རྒྱ་ཆེ་གཏང་བ།
- ཨི་སི་རེ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་བཅན་འཕྲུལ་བྱེད་པའི་ག་སྤྱི་གོ།
- འཛམ་གླིང་རྒྱ་ཁབ་གྱི་རྩལ་ཕྱན་དཔལ་ག་ཐོག་སྤྱད་ས་འཛིན་བྱེད་པ།

གོང་དུ་བཤད་པའི་རྣམས་མཚན་འདི་ནམས་ནི་སེམས་སྤྱད་དག་པོའི་འོག་གི་དུས་གྱི་རྣམས་
མཚན་རེད། སྤྱི་པ་སྤྱི་གོ་ཉིན་མོ་ནི་ཐོ་ཆོས་མེད་པར་ཤིན་དུ་ཉི་བར་སྤྱི་པས་ཤིང་དུས་གྱི་ཁྲུང་པར་

ཙམ་མ་གཏོགས་ལོ་ཤས་ནང་ཚུལ། ཁྱིམ་གཅོད་ཀྱི་ཉིན་མོ་སྐབས་ཀྱི་ཟེང་།
ཡིན་ནས་བྱུང་གི་དབའདི་མ་སྟོག་སྡོན་ནས་སྐབས་མགོན་ལེ་བྱེབས་སྟེང་། དེར་
བརྟེན་འདྲི་གཞིན་ནས་སྟེར་འཐེན་བྱེད་པའི་དུས་ཀྱི་ཆེད་གསུམ་བྱེད་དགོས།



ད་ལྟའི་ཆར་ངའི་བཙེ་བའི་སྒོ་གཤམ་པོ་ནས་མས་ལ་དྲི་བ་ཞིག་ཡོད། ཁྱིད་གི་སྒྲན་མེད་པའི་འཛིག་
 རྟེན་ཀུན་དབང་གི་ཁྱིམ་ས་གཙོན་དུ་ས་ཡུན་གང་ཙམ་རིང་ཕྱིར་འཐེན་གནང་སྟིང་གི་རེད་པས་མ་གྱི་འདུག་
 གས། ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་སྐྱབ་པ་ཡོངས་ལ་གཙོ་བོ་ཡ་མེད་འཐོན་སྒྲན་གང་ཙམ་གནང་གི་ཡོད་
 པའི་སྒྲོར་བཤད་གི་ཡོད་པས། སྒྲན་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་ཀུན་དབང་གི་ཐུགས་སྤོ་བའི་ང་ཚོའི་བྱ་བ་
 ངན་པ། དཔེར་ན། འཆེ་བ། བཟི་སྒྲན། ལོག་གཡམ། སྤུ་གྱ་མངལ་ནང་བསད་པ། འདྲོད་པའི་
 བསྒྲན་བཙོས་དང་ལོག་བཤད་དང་རང་འདྲོད་དོན་གཉིས་གི་རང་བཞིན་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལ་འདྲོད་རྩམས་
 དང་གཞན་ལ་གཞོན་སེམས་བྱེད་པ་ཡོངས་ལ་བཟོད་སྒྲན་གནང་ནས་བཞུགས་ཡོད། དེ་མ་ཟད་ང་
 ཚོའི་བཀོད་པ་པོ་གཙོ་བོ་ཁོང་ལ་འང་ང་ཚོའི་རྒྱབ་འགལ་བྱེད་གི་ཡོད། དུས་རྒྱུད་དུ་ང་ཚོའི་སྐྱབས་
 མགོན་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་སྒྲོར་བཤད་གི་ཡོད། ཡིན་ནས་ང་ཚོའི་སྐྱབས་མགོན་གཙོ་བོ་སྤྲུ་ཞིག་
 ལ་གསོལ་མཆོད་བྱེད་གི་ཡོད་དམ། དེའུ་གཙོ་བོར་འཛིན་ནས་དེ་ལ་སྐྱབས་བཙོལ་བ། མཆོན་
 རིགས་གཙོ་བོར་འཛིན་ནས་དེ་ལ་སྐྱབས་བཙོལ་བ། དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོར་འཛིན་ནས་དེ་ལ་སྐྱབས་
 བཙོལ་བ། འདྲོད་ཆགས་གཙོ་བོར་འཛིན་ནས་དེ་ལ་སྐྱབས་བཙོལ་བ། ཡང་ན་སྤྱོད་སྤྱིད་གཙོ་
 བོར་འཛིན་ནས་དེ་ལ་སྐྱབས་བཙོལ་བཞིན་གསོལ་མཆོད་བྱེད་གི་ཡོད། གལ་སྟེང་ཚོའི་སྐྱབས་མགོན་
 བོར་བཞུགས་པའི་སྐྱབས་མགོན་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ན། ཁོང་ནི་ཡ་མེད་གི་སྤུས་ཡེ་ཤུ་མ་གྱི་ཀར་ད།
 ཁོང་ང་ཚོའི་ཆེད་དུ་ཐེངས་གཉིས་པར་འཛིག་རྟེན་དུ་སྤྱར་དུ་ཕྱིར་ལོག་ཐེབས་གི་ཡོད་རེད། དེ་ལྟར་
 ང་ཚོས་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་ཁོང་གི་རྗེས་སུ་དངས་དགོས།

སྐུ་བཅ་མཁོན་གྱི་མི་སྤུ་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་སྦྱོབ་བྱུང་བཅ།

སྐྱབས་མགོན་པོ་འཕྲི་མི་སྤུ་འདྲིལ་གྲང་སྐྱོབ་བྱུང་བམ། སྐྱབས་མགོན་གྱི་མི་ཆང་མ་
ཅུ་མེད་གཏང་འདོད་མེད་པ་ནི་ངེས་གཏན་རེད། ཁོང་གི་མི་གཅིག་གྲང་མེམས་སྐྱབས་པོ་འཕྲི་མི་
མོར་གཏང་འདོད་མེད། ཁོང་གི་ང་ཚོ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་ཅེ་བ་ཡོད་པའི་འདོད་དོན་གྱི་ང་ཚོ་ཐར་

ལམ་ལ་འགོད་ཐབས་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། བྱིད་རང་ཆང་རག་རྒྱན་དུ་སྤྱོད་པ་ཁན་དང་།
བཅི་སྒྲན་དན་ལང་ཤོར་བ་དང་ལོག་གཡེམ་གྱི་བྱ་བ་སྦྱབ་པ་ཁན། ཀྱན་མ་ཡང་ན་མི་གསོད་པ་ཁན་
དང་དེ་མིན་སྤྱི་ཡིན་རུང་བྱིད་ཀྱི་བྱ་བ་དན་པ་གང་འདྲ་ཞིག་འདས་པའི་དུས་སུ་སྦྱབ་ཡོད་ཡང་ད་ཆ་
འགྲོད་སེམས་སྤྱིད་ནས་སེམས་བསྐྱར་ན་སྦྱབས་མགོན་གྱི་བྱིད་རང་དང་དུ་ལེན་པ་ནི་ངེས་བརྟན་ནོ།

སྦྱབས་མགོན་ཡི་ཤུང་ཆོལ་ཉེས་དམིགས་ལས་སྦྱོབ་ཐབས་དང་ཐར་པའི་མཐུན་རྒྱན་ལ་མཆན་
ཞིག་སྤྱོར་ཡོད། དེར་གལ་ཆེའི་དྲི་བ་ཞིག་ནི། འཛིག་རྟེན་དུ་ནག་ཉེས་ཐོག་པའི་སྐབས་ཡི་ཤུ་གྱི་
བྱིད་རང་འཛིགས་པ་ལས་སྦྱང་བ་གནང་ངམ། ཡང་ན་འཛིག་རྟེན་དུ་སེམས་སྦྱག་དག་པོ་སྤྱོད་པའི་
ཆེད་བཞག་གི་རེད། དྲི་བ་འདྲིའི་ལེན་ནི་མི་པལ་ཆེར་གྱི་རང་རང་སོ་སོའི་དགེ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་མང་
ཉུང་སྦྱབ་པ་ལ་གཞིབས་ནས་བདེ་ཅན་ཞིང་དང་དཔྱལ་བ་གང་ཞིག་ཐོབ་འགྲོ་ཡོད་པའི་སྐོར་ཆོད་བྱུག་
ཡིན་ནས་ང་ཆོའི་དགེ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་སྦྱབ་པ་ལ་ཞིབ་ནས་ཐར་པའི་ལམ་ཐོབ་པ་ནི་ཁག་པོ་རེད། གང་
ལགས་ཟེར་ན། དངོས་འབྲེལ་དུ་ཐར་པའི་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེད་རང་རང་སོ་སོའི་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་
བཞིགས་པ་ཡིན་ན་མི་གཅིག་ཀྱང་མི་ཐར། དེར་བརྟེན་ཐར་པ་ཐོབ་ཐབས་ནི་རང་ཉིད་སྦྱབས་མགོན་
ལ་བདག་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལུས།

སྦྱབས་མགོན་ཡི་ཤུང་མི་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་བཟོ་འདོད་མེད། དེ་ལྟ་ན་འང་མི་ས་ཡ་མང་
པོ་སེམས་སྦྱག་དག་པོའི་ཉིན་མོར་ཚུད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཡི་ཤུ་མ་ཤིག་འི་ང་ཆོལ་བཀའ་གནང་
པའི་སྐབས་ང་ཆོའི་ཁོང་ལ་སྤྱི་ལེན་མི་བྱེད་པར་རང་རང་སོ་སོ་ལ་མགོ་སྐོར་གཏང་ནས་ཆོས་ཕྱོགས་
ཀྱི་མི་ཆོས་སྦྱེལ་ཀྱང་སྦྱེལ་རྒྱལ་བྱེད་པ་དང་ད་དེའི་གུས་བཀུར་བྱེད་པའི་ཡི་ཤུའི་ཆོས་ཁང་ནང་དུ་འགྲོ་
པ་ཁན་མི་ནམས་ལ་ཁ་གཏད་ཞིག་བཅོག་གི་ཡིན། བྱིད་ཆོད་དངོས་འབྲེལ་དུ་འཛིག་རྟེན་དུ་ཡང་བསྐྱར་
སྦྱོབ་པ་མ་ཟད་བྱིད་ཀྱི་སྦྱབས་མགོན་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་དམ། བྱིད་ཀྱི་མི་ཆོའི་ནང་དུ་རྒྱ་འབྱུལ་དེ་འབྱུང་
བརྒྱུང་ངམ།

དོན་དམ་དུ་ཡི་ཤུ་བྱིད་ཆོས་སྦྱབས་མགོན་དང་སྦྱོབས་པ་ཁན་རེད་དམ། བྱིད་རང་གི་ཡིད་
ཆེས་གཅོད་མའི་ཐོག་སྤྱིད་ནས་ཡི་ཤུ་ལ་ངེས་བརྟེན་ཡོད་དམ། གལ་སྤྱིད་ཡི་ཤུ་དེ་ཉེས་སུ་བྱིད་
རང་གི་མི་ཆོའི་ནང་དུ་ཐེབས་པ་ཡིན་ན། མཇལ་འདོད་འདུག་གམ། ཡི་ཤུའི་ཆོས་ཁང་གི་ཆོགས་

མིའི་གོ་གནས་ཐོབ་ཐབས་མ་བྱེད། ཆོས་ལུགས་ཆོ་ག་འདྲ་མིན་ལ་ཡིད་ཆེས་མ་བྱེད། བྱིད་ཀྱི་
 གདུང་རྒྱུད་ལ་ཡིད་ཆེས་མ་བྱེད། དེ་མིན་བྱིད་ཀྱི་སྐྱེད་ཆོས་བཤད་པ་པོ་དང་། ཡང་ན་བྱིད་ཀྱི་
 མེས་པོ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་སྡེའི་མཁན་པོ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་ན་བྱིད་ཀྱི་པ་མ་སྤྲོད་ཆེད་ཆོས་བཤད་མཁན་
 ཡིན་པ་ཡོངས་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་པ་དང་། བྱིད་ཀྱི་ཆོས་ཆོགས་ཁག་ལ་ཕུལ་བའི་དདུལ་དང་།
 ཡང་བྱ་བ་ལེགས་པོ་སྤྱབ་པ་དང་། ཡང་མི་ཆེ་ལེགས་པོ་སྤྱེལ་བ་ཆང་མར་ཡིད་ཆེས་མ་བྱེད། འོན་
 ཀྱང་སྤྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ཁོང་ལ་ཡིད་ཆེས་གཙང་མ་བྱེད་དགོས།

གལ་སྲིད་བྱིད་ཀྱི་མི་ཆེ་འདི་གཙོ་བོ་ཡ་ཟེའི་མཉམ་དུ་ཡང་དག་པ་ཞིག་མེད་ན་ཡར་འགྲུང་
 མ་བྱེད་པར་མཉམ་དུ་ཡང་དག་པ་ཞིག་བཅོས་དགོས། རྣམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡབ་ཁོ་ནར་མ་གཏོགས་
 འཛིག་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་གཞན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་དེ་ལ་ཆགས་པ་སྤྱིད་རྒྱ་མེད། ཡ་ཟེའི་ལས་
 ལྷག་པ་དངོས་པོ་གཞན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་འང་ཡིད་གཏན་དང་བཅེ་བ་སྤྱོད་ན་སྤྱབས་མགོན་གྱི་བྱིད་
 སྤྱོད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད།

གལ་སྲིད་བྱིད་ཀྱི་ཡེ་ཤུ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་གཙང་མ་ཡོད་ན་མཐའ་གཅིག་དུ་རང་ཉིད་
 གྱི་མི་ཆེ་ཡེ་ཤུའི་ཆེད་དུ་སྤྱེལ་བྱུང་གྱི་ཡོད་དམ། ཁོང་ནི་ངོ་མཆར་ཅན་གྱི་སྤྱབས་མགོན་ཞིག་རེད།
 ཁོང་གི་བྱིད་ཀྱི་མི་ཆེའི་ནང་རྩ་འཕུལ་སྟོན་གྱི་རེད།

བྱིད་ཀྱི་ཐག་གཙང་གང་ཞིག་བྱེད་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱིད་ཀྱི་ལས་བསྐྱོས་པ།

དམ་པའི་གསུངས་རབ་ཞལ་ཆད་རྫིང་པའི་འགོད་པ་ནང་དུ་གསལ་བ་བཞེན།
 གྲྭ་ཟེས་འདི་སྐད་དུ་མི་ནི་ཤ་ཡིན་ཏེ་ཉེས་པ་བྱེད་པའི་བྱིར་ངའི་སེམས་ཉིད་ཀྱིས་མིའི་
 ནང་དུ་དུས་རྒྱུན་དུ་ཞལ་ཆེ་མི་གཙང་དོ། དེ་དག་ལ་ད་རུང་ལོ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཡོད་
 པར་བྱ་ཞེས་བཀའ་གནང་ངོ་། བཅས་འགོད་པ། ༤: ༡ ནང་དུ་གསལ་ཡོད།

དེ་བཞེན་ངོ་ཚོ་དུས་ཀྱི་མཐར་སྤྱབས་པ་དང་ང་ཚོའི་སྤྱོད་སྤྱུགས་ཆེ་གོས་གཉིས་སེམས་དང་
 རྣམ་ཤེས་ཆེད་འཐབ་ཅོད་བྱེད་པ་མཐོང་གི་རེད། སྤྱོད་སྤྱུགས་གཅིག་དུ་ཆོ་ག་ཡོག་འགོ་བའི་བདུད་ལ་
 སྤྱོད་སྤྱུགས་ཡོད། བདུད་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་ནི་གཙོ་བོ་ཡ་ཟེའི་རྩེ་འཕུག་པ་རྣམས་ལ་

ལྷ་པོ་བཙུན་པོ་དང་། བདུད་ཁོ་རང་དཔུལ་ཁམས་སུ་ཉེས་ཆད་གཏང་ཡོད། བདུད་ཀྱི་ལས་ཐམས་
 ཅད་ལ་འགྱུར་བ་ཐབས་སྐྱེ་མེད་པར་བརྟེན་ཁོ་བའི་གཙོ་བོ་ཡི་ཤྱ་ལ་སྤང་འཛིན་བྱེད་པ་དང་། སྐབས་
 མགོན་ལ་སྐབས་གཙོལ་མཁན་སྐྱེ་བོ་མོ་དང་ལྷ་གྲག་གང་འདྲ་ཡིན་པར་ཆང་མར་དཔུལ་བའི་སྐྱག་
 བུལ་དུ་སྤྱང་བའི་ཐབས་ཤེས་ཁོ་ན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱགས་གཞན་དུ་སྐབས་མགོན་ཡི་ཤྱའི་
 མཐའ་མེད་པའི་བཀྲིན་གྱི་ང་ཚོ་སྐྱེ་བོ་མོ་དང་ལྷ་གྲག་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཆང་མར་སྐྱག་བུལ་
 དང་ཡིད་སྐྱག་གི་རྒྱ་ནས་སྐྱོབ་ཐབས་སུ་མཐུད་ནས་གནད་གི་ཡོད།

མིའི་སེམས་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དཔལ་གྱི་བྱེད་པ་ནི་རྣམ་ཤུགས་ཐོག་མིན་པར་གཙོ་བོ་ལ་མེ་
 རི་མཐུ་ལྷན་ཡིན་པར་བདུད་རྩི་གསར་བསྐྱན་སྟོག་ཆགས་ཞིག་རེད། ཡིན་ནས་མིའི་སེམས་ཉིད་
 དང་སེམས་ཀྱི་ནད་སུ་འཐུད་ནས་དཔལ་གྱི་བྱེད་པ་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ནམ་མཁར་བཞུགས་
 པའི་ཡབ་ཀྱི་ང་ཚོ་ལ་རང་མོས་ཐག་གཅོད་གནད་བར་གསུངས་ཡོད། ཡི་ཤྱ་ང་ཚོའི་སྐབས་མགོན་
 དུ་ངོས་ལེན་བྱེད་མ་བྱེད་ནི་རང་མོས་ཐག་གཅོད་ཡིན་པར་ནམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡབ་ཀྱི་དེ་ལ་བརྟན་
 དབང་གནད་མེད། གལ་སྲིད་གང་ཐག་ཞིག་གི་གཙོ་བོ་ལ་མེ་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པ་འཕམ་ཁོང་གི་སྐས་
 ཡི་ཤྱ་ལ་འདོད་མོས་མེད་ན་གཙོ་བོ་སྐབས་མགོན་ཁས་མི་ལེན་པའི་རང་དབང་གནད་ཡོད། དེ་འདྲ་
 བྱེད་ན་སྐབས་མགོན་ཁས་མི་ལེན་མཁན་གྱི་ཁོ་བོ་བྱེད་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཉེས་དམིགས་ལས་མཐར་རྒྱ་ཁག་
 བོ་ཡིན་ནའང་རང་རང་སོ་སོའི་འདོད་མོས་རེད། འོན་ཀྱང་གཙོ་བོ་ལ་མེའི་རྒྱ་མཚན་དང་ལྷན་པའི་
 གོ་ནས་དམ་པའི་གསུང་རབ་གནད་དུ་གསལ་བ་ཞིག་ནི།

གྲྲ་མེས་གཙོ་བོ་འདི་སྐད་དུ། སྤྱི་གཞི་སྤྱོད་ནི་རང་གི་ལམ་ལས་ལོག་ཅིང་གསོན་དུ་
 མ་གཏོགས་སྤྱི་གཞི་སྤྱོད་འཆི་བའི་ནད་ནས་ང་ལ་དགའ་བ་ཅི་འདྲ་མེད་དོ། ཞེས་ཉིད་
 ཀྱི་གསོན་པ་ཉིད་གཤམ་དུ་འཇུག་ཅིང་གསུང་། དེ་ཁྱོད་ཅག་ལོག་ལ། རང་གི་ལམ་
 དན་པ་རྣམས་ནས་ལོག་ཅིག། ཀྱི་ཡིས་ར་ཨེལ་གྱི་མ་སྤྱད། ཁྱོད་ཅག་ཅི་ལ་འཆི་
 བར་འདོད། ། བཅས་ཨེ་ཟི་གི་ཨེལ། ༡༡ : ༡༡ ལ་འཁོད་ཡོད།

མ་འོངས་པར་གང་ཞིག་ཡོད་འགྲོ་ཡོད་པའི་སྐོར་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནད་དུ་གསལ་སྟོན་
 བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ནི་ང་ཚོ་མི་རྣམས་མ་འོངས་ཁོ་གདུམ་ནས་མཐར་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་

པ་མ་ཐད་གཙོ་པོ་ཡ་མེད་མྱོང་རྗེས་འོག་ཏུ་སློབ་སྦྱང་བྱ་བ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། གསུང་རབ་ནང་དུ་གསལ་
བཞིག།

༼གཙོ་པོ་ཡ་མེད་ཐོབ་ཐུབ་དུས་སུ་ཁོང་ཚོ་ཡ་མེད། ཁོང་ཉི་ཤེད་ཡོང་རིང་ཁོང་ལ་
པོས་ཤིག། མི་ངན་གྱིས་རང་གི་ལམ་དང་ཚོས་མེད་མིས་རང་གི་བསམ་སྒྲུབ་རྣམས་
སྤངས་ཤིག་དང་ཡ་མེད་ཐད་དུ་ཡོག་ཤིག། ཁོང་གིས་སྤྲུགས་རྗེས་གཟིགས་པར་འགྱུར།
རིང་གི་སྤྲུབ་སྐྱོན་མཐོན་སྤྲུན་སྤྲོད་ཞིག་དང་སྤིག་སེལ་རྒྱས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ།༽
བཅས་ཡི་གཡུ། ༥༥ : ༦ - ༧ རང་གསལ་ཡོད།

དེང་དུས་རབ་གསར་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་དང་གནག་སེམས་ཅན་དང་སྒྲིག་བརྒྱན་
བཟའ་བམ་རབས་དང་སྤྱང་རྗེ་མེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་རྣམས་ལ་བལྟས་ན་འཇམ་སྒྲིང་འདིར་གཙོ་པོ་ཡ་མེད་
སྤྲིམས་གཙོད་གྱི་ཉིན་མོ་མུར་དུ་སློབ་སྦྱང་རྒྱ་ནི་གཏན་མཁེལ་རེད། གསུང་རབ་ནང་དུ་གསལ་བ་བཞིན།

༼ཁ་གཅིག་གིས་སེམས་ཀྱང་གཙོ་པོ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ཆད་ལ་བཞོལ་མི་འདེབས་ཤིང་།
སྤྱང་འཇིག་པ་ལ་མི་དབྱེས་པར། ཐམས་ཅད་འགྲོད་ཆངས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར། བྱིད་
ཚོའི་དོན་དུ་ཐགས་སྤྱ་རིང་བར་མཛད་དོ། གཙོ་པོའི་ཉིན་མོ་དེ་རྒྱན་མ་དང་འདྲ་བར་
འོང་བར་འགྱུར། དེའི་ཚོ་སྤྱར་སྤྱ་ཆེན་པོས་ནམ་མཁེལ་ཡལ་བར་འགྱུར། འབྱུང་
བཞི་མེས་འབྱུང་བར་འགྱུར། ས་དང་ས་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེག་པར་འགྱུར་རོ།༽

བཅས་ན་ བེ་ཏུ་ ༡ : ༩ - ༡༠ བར་གསལ་ཡོད།

ཉིན་མོ་མཐའ་མ་འདི་དག་ལ། ཡེ་ཤུ་ལ་སློ་གཏད་བྱེད་མཁན་ཆང་མ་ཁོང་གི་སྤྲུགས་ཉིད་
ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་ཚོགས་གནང་ནས་མུར་དུ་ཞིང་ཁམས་ནས་ཁང་པ་ཁེངས་སོ་བའི་སྐད་ཅོར་ཞིག་
གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་གྱི་རེད། ཁོང་ལ་ཡིད་ཆེས་གཏན་པོར་བྱེད་པའི་མི་ཆང་མ་ཞིང་ཁམས་དུ་སླ་
ན་མེད་པའི་སྤྲུབ་སྐྱོན་མཐོན་གྱི་དུང་དུ་བདག་སྤྱོད་གནང་ནས་དེ་དག་གི་མི་རྣམས་ལ་དགའ་ཚོར་བཞེད་
དུ་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་དུས་དེའི་སྤྲུབ་སྦྱང་འཇམ་སྒྲིང་དུ་སེམས་སྤྲུག་བྱས་པའི་དུས་
འགོ་འཇུགས་ཀྱི་རེད། ངའི་བརྗེ་བའི་སྒྲིག་པ་པོ། བྱིད་ཀྱི་ཐག་གཙོད་གང་འདྲ་ཞིག་བྱེད་པ་
ཡིན་ཀྱང་དེའི་གཞིར་བརྒྱུད་ཁྱོད་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་ཡབ་ཀྱི་དུང་དུ་འདྲིན་པའམ་ཡང་ན་དམུལ་བ་

རུ་ལྷུང་གི་རེད། གལ་སྲིད་ད་ལྟའི་དུས་སུ་བྱེད་ཀྱི་ནམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡབ་ཀྱི་ང་ཚོ་ལ་གནང་
བའི་སྡིང་ཇེ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་མ་བྱེད་པར་དེ་མིན་ཐབས་ཤེས་འགྲན་ཟླ་མེད་པ་ཞིག་བྱེད་ཀྱང་
ཡ་མེད་ང་ཚོ་སྐྱོབས་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད།

ད་ལྟ་ནམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡབ་ཀྱི་བྱེད་རང་སྐྱོབ་ཐུབ་པའི་འཐབ་ཤེས་གནང་གི་ཡོད། དེ་
དང་འགྲེལ་ཡོད་ཞིག་གསུང་རབ་ནང་དུ་གསལ་ཡོད་པ་ནི།

༼ཁོང་གིས་འདི་སྐད་དུ། དུས་ལ་བབས་པས་བྱེད་ཀྱི་སྡོན་ལམ་བསྐང་།
ཐར་པའི་ཉིན་མོར་བྱེད་ལ་གྲོགས་ཀྱང་བྱས། ཞེས་གསུངས་པས་སྡོམ་ཤིག།
དུས་ལ་འབབ་པ་ནི་ད་ལྟ་ཡིན། ཐར་པའི་ཉིན་མོ་ནི་ད་ལྟ་ཡིན།༽

བཅས་༡ ཀོ་རིན་གྱུ་པ། ༦ : ༡ རང་གསལ་ཡོད།

སྐབས་མགོན་ལེ་གྲུ་གྱི་བྱེད་མཉམ་བུས་པའི་འཐབ་ཚོད་འདི་བྱེད་ཀྱི་ཚོར་གྱི་འདུག་གས། བྱེད་
ཀྱི་སྡིག་པའི་བྱེད་མར་འཐེན་གྱི་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་དམ། གསུང་རབ་དུ་གསལ་བ་བཞིན།

མང་ཉིན་གང་ཞིག་འབྱུང་འགྲོ་ཡོད་སུ་ཞིག་གི་བཤད་མི་ཐུབ། མང་ཉིན་བྱེད་སེམས་སྟག་
དག་པོ་འམ་དཔུལ་བའི་ནང་དུ་ལྷུང་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། བྱེད་ཀྱི་ལས་ལ་གང་བསྐྱོས་ཡོད་པ་འདིར་
བྱེད་ཀྱི་སྣང་མེད་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། ད་བར་བྱེད་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་དང་མིག་འཕུལ་བྱུང་བའི་ཆེད་
བསྐྱུབ་བཞག་པའི་མི་ཉལ་པའི་དངོས་པོ་རྩྭ་མ་ནམས་ཀྱི་ཆེད་དང་། རང་དོན་གྱུབ་པའི་ཆེད་སྡིག་
པའི་བྱ་བ་གང་ཞིག་སྐྱབ་པ་ཆང་མར་སྤུར་དུ་མཆམས་འཛིག་བྱེད་ནས། དེ་ནམས་སྤང་བྱུབ་པ་ཡིན་
ན་གཙོ་བོ་སྐབས་མགོན་གྱི་བྱེད་ལ་སྡིང་ཇེ་གོམས་གྱི་རེད། སྡིག་པའི་བྱ་སྐྱོད་ལ་ལམ་སང་མཆམས་
འཛིག་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་དེར་ཕར་འགྱངས་གཏོང་རྒྱ་མེད། གཙོ་བོ་ནམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡ་
མེ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་གསོལ་མཆོད་བྱེད་རྒྱ་ལ་ཕར་འགྱངས་གཏོང་བ་ནི་དོན་མེད་དུས་ཚོད་ཀྱི་ལ་བ་
སྤར་རེད། སྐབས་མགོན་གྱི་དམ་བཅའ་ལ་ངོས་ལེན་བྱེད་ནས་དེར་ཇེས་སུ་བྱང་བ་ཡིན་ན་བྱེད་རང་
སེམས་སྟག་དག་པོའི་ཉིན་མོ་ནས་མཐར་བ་མ་ཟད་མཐའ་མའི་བྲིམས་གཙོད་ཀྱི་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱང་པོའི་

མདུན་དུ་འང་ངོ་བཅར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་མ་རེད། ནམ་མཁའ་ནས་ཕེབས་པའི་སྐྱབས་མགོན་གྱི་
དམ་བཅའ་ལ་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ནམ།

༼སྡིག་པ་མཐོལ་ན། གཙོ་བོ་ལ་མེ་ནི་འགྱུར་མེད་དང་དྲང་པོ་ལགས་པས།
ང་ཚོའི་སྡིག་པ་སེལ་ཞིང་མི་རིགས་པ་ཐམས་ཅད་འདགས་པར་མཛད་དོ།༽

བཅས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ཉ་ཡོད་ནན། ༡ : ༩ ནང་དུ་གསལ་ཡོད།
གཙོ་བོ་ལ་མེས་ང་ཚོའི་སྡིག་པའི་ལས་ལ་སྤང་མེད་དུ་མི་གཏང་བར་འདིག་དེན་གྱི་བྲིམས་
གཞི་ལྟར་ང་ཚོའི་སྡིག་པའི་བྱ་བ་ཡོངས་ལ་བྲིམས་ཐོག་ནས་བཀའ་བྲིམས་དྲང་པོ་གནང་ནས་ང་ཚོ་
ལ་བཅོད་པ་བཞེས་ཀྱི་རེད། གང་ལགས་ཟེར་ན་ང་ཚོ་མི་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀའི་
སྐྱ་སྟོགས་གནང་བ་རེད། གསུང་རབ་ནང་དུ་གསལ་བ།



༼ང་ཚོ་གཙོ་བོ་ལ་མེའི་དྲུང་དུ་འདྲན་པའི་ཕྱིར། མ་ཤི་ཀ་དྲང་པོ་དེས་སྡིག་ཅན་ལོག་
པ་ནམས་ཀྱི་དོན་དུ་ལན་གཅིག་སྐྱབས་པ་སྤུལ་བཞེས་སོ། སྐུ་ལྷས་ལ་བཞུགས་ནས་བཀྲོངས་
ཀྱང་། ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ལུགས་སུ་གསོན་པོར་བཞེངས།༽

བཅས་ཉ་ལེ་ནོ། ༡ : ༡༡ ནང་དུ་གསལ་ཡོད།

བྱིད་ཀྱི་སྡིག་པའི་ཆེད་བྱིད་འཆི་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི་ངས་བདེན་རེད། ཡིན་ནས་ནམ་མཁའ་བརྒྱགས་
པའི་ཡབ་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནི་ང་ཚོའི་ཆབ་དུ་ཉེས་སྦྱོན་གྱི་མ་གོས་པའི་ཁོང་
གི་སྐྱས་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་བྱིད་ཀྱི་ཆབ་དུ་གྲོངས་བ་རེད། གསུང་རབ་ནང་དུ་གསལ་བ།

༼མི་རྒྱལ་ལན་གཅིག་འཆི་བར་དགོས་པ་དང་ཞལ་ཆེ་གཙོད་པར་འགྱུར་བ་ལྟར།
མ་ཤི་ཀའང་མང་པོའི་སྡིག་པ་བཞེས་པའི་ཕྱིར་ལན་གཅིག་མཆོད་པར་འགྱུར་དེ། ལན་

གཉིས་པ་དེར་མྱིག་པའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་པར་ཁོང་ལ་སྐྱག་མཁན་ནམས་སྟོབ་ཕྱིར་མཛོན་
ནོ། ། བཅས་གསུང་རབ་ཞིབ་རི་པ། ༩ : ༡༧ - ༡༩ བར་གསལ་ཡོད།
༼སྐུས་ཁོང་བསྐྱེད་ཁོང་མཚན་ལ་དད་པ་བྱེད་ནམས་ནམ་མཁར་བཞུགས་པའི་གཙོ་
བོ་ལ་མེའི་སྐས་སུ་འགྱུར་བའི་དབང་བསྐྱར་དོ། །

གསུང་རབ་གྱི་ཡོ་ཏ་ནན། ༡ : ༡༩ ནང་གསལ་ཡོད།

འདིར་གཙོ་བོ་ལ་མེའི་ང་ཚོ་ཁོང་གི་ནང་མི་བྱ་ཐུག་བཞིན་ཁོང་གི་ནང་དུ་དམིགས་བསལ་ཐོབ་
ཐང་ག་ནང་ནས་དགའ་སྟོའི་ངང་འབྲིད་པའི་དམ་བཅའ་གནང་ཡོད།

༼གཙོ་བོ་ལ་མེས་འདྲིལ་རྟེན་འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་བྱམས་པར་མཛད་པས། ཁོང་གི་རང་
གི་གཅེས་པའི་སྐས་ལེ་བྱ་མ་ཤི་ཀ་གནང་། སྐུང་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དེ་མེད་པར་
མི་འགྱུར་གྱི། མཐའ་མེད་པའི་སྟོག་ཐོབ་པར་བྱའོ། །

གསུང་རབ་གྱི་ཡོ་ཏ་ནན། ༩ : ༡༦ ནང་གསལ་ཡོད།

གཙོ་བོ་ལ་མེང་ཚོ་ཉེས་དམིགས་ལས་སྟོབས་བྱབ་པའི་འགན་ལེན་བཞེས་ཡོད། གལ་སྲིད་
ང་ཚོའི་སྤྲོད་གི་གཏིང་ནས་ཁོང་གི་སྐས་ལེ་བྱ་ལ་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཁོང་གི་ང་ཚོ་
ནམ་ཡང་དོར་གྱི་མ་རེད།

༼གལ་ཏེ་ཡེ་བྱ་གཙོ་བོ་ལ་གསུང་སོ་ཞེས་ཁ་ནས་དཔང་པོ་བྱེད་ཅིང་གཙོ་བོ་ལ་མེས་ཁོང་
གཤིན་པོའི་ཁྲིད་ནས་བསྐྱངས་པ་ལ་སྤྲོད་ནས་དད་པ་བྱེད་ན་ཐར་བར་འགྱུར་རོ། །

གསུང་རབ་རོ་མ་པ། ༡༠ : ༩ ནང་དུ་གསལ་ཡོད།

གནས་དོན་འདིའི་སྐོར་གསུང་རབ་ནང་དུ་གསལ་པོ་དང་ཞིབ་ཚགས་འཁོད་ཡོད། གསུང་
རབ་དུ་གསལ་བའི་བརྗོད་གཞི་འདི་ནི་ཏ་ལས་པའི་གོ་ཚྭ་གསུང་བདེ་པོའི་ཐོག་གསལ་ཡོད་ཀྱང་མི་མེལ་
མོ་ཆེ་གྱི་དེར་དོ་སྐྱོར་དེ་ཙམ་བྱེད་ཀྱི་མེད། ཁོང་ཚོའི་གང་ལྟར་སྐབས་མགོན་གྱི་ང་ཚོ་ཉེས་དམིགས་
ལས་སྟོབས་པ་གནང་གི་རེད་བཅས་བསམས་བཞིན། གསུང་རབ་ནང་དུ་གསལ་བ་ཞིག་ནི།

༼ང་ཚོའི་ནམ་པར་དག་པའི་ལས་ལ་རག་མ་ལུས་པར་ཁོང་ཉིད་ཀྱི་སྤྲོད་ཐོབ་སྟོན་ནས་
ཡང་སྐར་སྟེ་བ་དང་གསར་དུ་འགྱུར་བའི་དམ་པའི་བྱ་གསུང་ཉིད་ཀྱི་ཁྲུས་ཀྱི་ང་ཚོར་སྐབས་

པ་ཡིན། གསུང་རབ་ཏི་དུ། ༡ : ༥ བར་གསལ་ཡོད།

། ང་ཚོ་ཚང་མ་སྤྲིན་ཅན་དུ་འགྱུར་ཡོད། ང་ཚོ་འོ་བྱ་བ་བཟང་ཤོས་ཀྱང་གི་བ་ཅན་གྱི་
གོས་རྩལ་དང་འདྲ་བས་ང་ཚོ་ལོ་མ་རྩིང་པ་རྩུང་གི་མཁུར་བ་ལྟར་ཡིན།

ཡི་ཤ་ཡ། ༤༩ : ༤ གསལ་ཡོད།

། ང་དང་པའི་སློ་ནས་ཁྱིད་ཚོ་བྱུགས་ཇི་ཡིས་ཐར་ཏི། ཁྱིད་ཚོ་རང་ལས་མ་ཡིན་གྱི་
གཙོ་བོ་ཡ་མེའི་གནད་སྤྱིན་ནོ། སྤུས་ཀྱང་ངོ་མ་པ་མི་བྱེད་ཕྱིར་ལས་གྱི་སློ་ནས་ཀྱང་
མིན་ནོ། ཞེ་མེ་སྤུ་པ། ༡ : ༡ - ༩ བར་གསལ་ཡོད།

ཡི་ཤུ་མ་ཤི་ཀའི་དམ་བཅའ་ནི།

། རྣམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡབ་ཀྱི་ང་ལ་གང་གནད་བ་དེ་ང་ལ་རག་པ་དང་། མི་
སྤུ་འདྲ་ཞིག་དང་སྤྱིབས་པ་རྣམས་ལ་ངས་མི་དོར་བ་དང་། སྤུས་ལ་དད་བཞེད་མཁན་
རྣམས་ལ་ཆེ་མཐའ་མེད་པ་ཡོད། དད་པ་མི་བྱེད་པ་དེས་སྟོག་མི་མཐོང་ངོ་། སྤུ་
མེད་པའི་འཛིན་གཞི་ཀྱན་དབང་བྱུགས་ཁོ་བ་དེ་ལ་གནས་པར་འགྱུར།

ཡོ་ན་ན། ༤ : ༡༧ དང་། ༡ : ༡༤ རྣང་གསལ་ཡོད།

སྤྱབས་མགོན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱུང་པའི་ཆེད་ཁྱིད་ཀྱི་ངས་པར་དུ།

༡། རང་ཉིད་སྤྲིན་ཅན་ཡིན་པར་རང་སྤྱོད་ངོས་ལེན་བྱེད་ནས་དེར་བཞགས་པ་ཐོབ་པའི་ནམ་མཁར་
བཞུགས་པའི་ཡབ་ལ་རེ་བསྐྱལ་བཞུ་དགོས།

༢། གཙོ་བོ་ཡ་མེའི་སྤུ་མ་ཤི་ཀ་འཛིན་ཅན་དུ་ཁྱེབས་ནས་ང་ཚོའི་ཆེད་དུ་རྒྱུད་ཤིང་སྤྱང་
སྤྱུ་གཤེགས་པ་མ་ཟད་ཇིས་སྤྱུ་གསོན་པོར་བཞེངས་པ་དང་ང་ཚོའི་སྤྱབས་མགོན་བཞིན་གནས་ཡོད་
པར་ཡིད་ཆེས་དཔག་དུ་མེད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས།

༣། སྤྱབས་མགོན་ཡི་ཤུ་རང་སྤྱིར་གྱི་ཉེས་དམིགས་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་དུ་ངོས་འཛིན་ནས་རང་
ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་ཁོང་ལ་བསམ་ཤེས་བྱེད་དགོས། ཐོང་ག་གི་གནས་དོན་འདི་ཁྱིད་ཀྱི་ད་ལྟ་ལས་མེད་
ཞི་འགྲིགས་བྱེད་བྱུང་ས་རེད་དམ་མ་རེད། ཁྱིད་ཀྱི་ནམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡབ་ཀྱི་མདུན་དུ་གུས་
ཕྱག་འཆལ་ནས་ཁོང་མཉམ་བཞག་འཕྲོ་ལ་གནད་བཞིན་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྲིན་པའི་བྱ་བ་གསལ་བ་རྣམས་

ལ་བཤགས་པ་གནང་ནས་མི་གསར་པ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་རེ་སྒྲུལ་བྱེད་བྱབ་བམ། ཏུས་དེ་རིང་ནས་
བཟུང་ཁོང་ཁྱི་སྒྲུབས་མགོན་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱབ་བམ། ཁྱི་ཀྱི་དང་པའི་ཆེད་སྒྲུབས་མགོན་སྒྲུག་
ནས་བཞུགས་ཡོད། རང་ཉིད་སྒྲོབ་པའི་ཆེད་ཁྱི་ཁོང་ལ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེས་བྱབ་བམ།

ཁྱོ་གཏུམ་གྱི་ཏུས་ནས་བྱོས་བྱབ་པ་བྱེད་དགོས། ཁྱི་ཀྱི་ཆེ་མཐའ་མེད་པའི་ཐག་གཅིད་
བྱེད་དགོས། ནམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡབ་མཉམ་གྲོས་མོས་བྱེད་དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་
ནོ། །



མཐར་པའི་སྒྲོན་ལམ།

༄། ། རྣམ་མཁར་བཞུགས་པའི་གཙོ་བོ་ཡ་ཟེ་ང་སྤྱི་ཅན་ལ་བྱགས་ཇི་
གཟིགས། ངའི་སྤྱི་ག་པ་ལ་བཤགས་པ་ཞུ་བ་ང་ཁྱིད་ཀྱི་དྲུང་དུ་ཡོང་བ་ཡིན།
ང་འཆི་བ་ནས་སྐྱབས་རོགས་གནང་། གལ་སྤྱིང་ངས་ཁྱིད་ལ་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་
ཞུས་པ་ཡིན་ན་ང་སྐྱབས་བྱུང་པའི་ཞལ་བཞེས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད། ད་ངས་སྒྲིན་ལང་
དང་ལྷག་བསམ་མ་དག་པ་སྤྱི་ག་པའི་ལས་མང་པོ་བསགས་པ་ལ་གནོང་འགྲོད་དང་
དགོངས་དག་ཞུའི་ཡིན། ངས་སྤྱི་ག་པའི་དོན་དུ་ཁྱིད་ཀྱི་སྤྱུལ་ཡེ་ཤུ་མེད་ཀྱི་སྤྱུལ་བསྐྱལ་
མང་པོ་སྤྱང་ནས་རྒྱང་ཤིང་མཁར་གྲོངས་པ་དེ་ལ་ངས་ཡི་ཆེས་ཞུའི་ཡོད། ཁྱིད་འཆི་
བ་ནས་སྐྱུ་གསོན་པོར་བཞེངས་པའི་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་པར་ངས་ཡིད་ཆེས་ཞུའི་ཡོད།
ཁྱིད་ངའི་དོན་དུ་མངགས་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་དང་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་པར་ངས་ངོས་ལེན་
ཞུའི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ ངའི་མི་ཆེ་མི་ལ་པོར་ཁྱིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲངས་རྒྱ་ཡིན།

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ ཁྱིད་ཀྱི་ངའི་བསམ་པ་མཁྱེན་ཡོད། ཁྱིད་ཀྱི་དམ་པའི་དབང་ཤུགས་
དང་མཉམ་དུ་ངའི་མི་ཆེའི་ནང་ལ་ཕེབས་ཏེ་ ཁྱིད་ཀྱི་བདེན་པའི་བྱགས་སྤྱུ་བསྐྱོས་
པ་གནང་རོགས་གནང་། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ཁྱིད་ཀྱི་ཐར་པའི་ཆེད་དུ་བཀའ་བྲིན་ཆེ། རྣམ་
མཁར་བཞུགས་པའི་ངའི་གཙོ་བོ་ཡ་ཟེ་ལགས་ ང་ཁྱིད་ཀྱི་བདེན་པའི་སྤྱུལ་སྤྱུ་འགྱུར་
བ་ལ་སྤྱིང་ཐགས་པ་ནས་བྱགས་ཇི་ཆེ་ཞུའོ། དེ་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་ཅིག།

དམིགས་གསལ་ཞུ་རྒྱ་ཞིག་ལ། ཁྱིད་ཀྱི་དོན་དུ་སྒྲོན་ལམ་ཞུ་དགོས་པ་དང་། ཇི་བ་དང་གཞན་
ཡང་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནས་ཕབས་བསྐྱར་ཞུས་པའི་དེབ་རྒྱང་ཁག་དགོས་ཆེ་གཤམ་གསལ་གཞལ་
བྱང་ཐོག་བྱགས་བྲིས་གཏོང་རོགས་གནང་།

MaRC NEPAL
GPO Box 8975 EPC 806
Kathmandu
Nepal
email: marcnepal@yahoo.com

དེ་སྐད་བྱེད་ཤིག། ང་མུར་དུ་འབྱོན་འོང་།

གཙོ་བོ་ཡི་བྱ་མ་ཤིག།



ང་ཕལ་ཆེར་དེ་རིང་འབྱོན་སྲིད།

།གཙོ་བོ་ཡི་བྱ་གྱི་དུང་སྐད་སྐད་དང་བཅས་སུ་ཡ་མེ་ཉིད་ནམ་མཁའ་ནམ་འབྱོན་དུས་
 དང་པོར་མ་ཤིག་པ་གྲོང་ས་པ་ནམས་ལང་བར་འགྱུར། དེ་ནས་ང་ཆོ་གསོན་པོར་ལུས་
 པ་ནམས་སྤྲིན་གྱི་ནང་དེ་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་བར་སྐད་ལ་གཙོ་བོ་མཇལ་ཕྱིར་འབྱོན་པར་
 འགྱུར་རྟེ། གཏན་དུ་གཙོ་བོ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་གནས་པར་འགྱུར་རྟེ།

བཅས་ཀྱི་བཅོ་ལོ་ནི་ཀེ་པ། ༤ : ༡༤ - ༡༥ བར་གསལ་ཡོད།