འདིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་བློ་ཡུལ་ལས་འགོངས་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར། རྒྱུགས་རའི་ནང་དུའང་ནམ་རྒྱུན་བློ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་གནས་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་ཤིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། དཔེར་ན། སློབ་གྲོགས་ལ་ལས་རྩོམ་ཡིག་བྲིས་ཀྱིན་བྲིས་ཀྱིན་གློ་བུར་དུ་དུས་ཚོད་ཀྱིས་མི་འདང་བ་ཚོར་ནས་ཞེ་འཚབ་པ་དང་། སློབ་གྲོགས་རེ་འགས་རྩོམ་ཡིག་བྲིས་ནས་ཕྱེད་ཙམ་ལ་བསླེབས་པའི་ཚེ་རང་ཉིད་ཁ་བྱང་དང་རྒྱང་དུ་གྱེས་འདུག་པ་ཚོར་ནས་ཞེད་སྣང་སྐྱེས་ཀྱིན་འདུག དེ་ཡང་སེམས་ལ་དངངས་འཚབ་སྐྱེས་པའི་དོན་དག་འདི་རིགས་ལ་འཕྲད་ཚེ། ཁྱོད་ཀྱིས་བར་ཆད་ལ་གདོང་གཏོད་པ་དང་དོན་དངོས་ལ་བསྒྱུར་བཅོས་བྱེད་པའི་འཆར་གཞི་དགོད་ཐུབ་བམ། སྐབས་ཐོག་འདིར་དོན་དངོས་སྟེང་ཁྱོད་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱ་དགོས་སམ་ཞེ་ན།

གཅིག རྩོམ་ཡིག་འབྲི་མགོ་རྩོམ་པར་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་དུས་ཚོད་ཀྱིས་མི་འདང་བ་ཚོར་རྟོགས་བྱུང་བ།

སློབ་གྲོགས་ལ་ལས་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བར་དུས་ཚོད་ཀྱིས་མི་འདང་བར་ངོགས་ཏེ་རྒྱུགས་ཤོག་ལག་ཏུ་བླངས་མ་ཐག་ཐོག་མར་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བར་བྱེད། ཡིན་ནའང་རྩོམ་ཡིག་གིས་དུས་ཚོད་ཧ་ཅང་འགོར་འགྱངས་སུ་གཏོང་བ་ཡིན་པས། བྲིས་ཀྱིན་བྲིས་ཀྱིན་སེམས་སུ་སླར་ཡང་འཚབ་སྣང་སྐྱེས་ཤིང་། གོང་གི་རྨང་གཞི་ཤེས་བྱའི་རིགས་བྲིས་མི་ཚར་བར་སེམས་ཁྲལ་བྱེད། མཇུག་མཐར་འཚབ་སྣང་སྐྱེས་དྲགས་པས"རི་བོང་རི་བོང་ཤོར་བ་དང་སྟོམ་པ་སྟོམ་པ་ཤོར"བའི་དཔེ་བཞིན། རྩོམ་ཡིག་ལེགས་པོ་ཞིག་མི་འཁྲུངས་པའི་ཁར་རྨང་གཞིའི་ཤེས་བྱའི་སྐོར་བྲིས་པའང་ཡིད་མི་ཆེས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་སློབ་གྲོགས་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ཐོག་མར་ནན་ནན་ཏིག་ཏིག་གིས་རྨང་གཞིའི་ཤེས་བྱའི་སྐོར་བྲིས་པས། རྩོམ་ཡིག་འབྲི་དུས་དུས་ཚོད་ཀྱིས་མི་འདང་བ་རྟོགས་ཏེ་ཅི་བྱ་གཏོལ་བྲལ་དུ་འགྱུར་གྱིན་འདུག འོ་ན་སྐབས་འདི་དག་ཏུ་དོན་དངོས་སྟེང་ཇི་ལྟར་བྱས་ན་འོས་སམ།

ཐོག་མར་སེམས་སུ་འཚབ་སྣང་སྐྱེ་མི་རུང་སྟེ། ཇི་ལྟར་འཚབ་སྣང་སྐྱེས་ན་དེ་ལྟར་གཏོལ་བྲལ་དུ་འགྱུར་ཞིང་། སྔར་བས་ཀྱང་སྨྱུག་ཁ་ཇི་ལྟར་ཁ་ལོ་བསྒྱུར་དགོས་པའང་མི་ཤེས་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། དེའི་རྐྱེན་གྱིས་སེམས་རྣལ་དུ་འབབ་ཅི་ཐུབ་བྱས་ཏེ་ཁ་བྱང་དང་རྒྱུ་ཆ་གཞིར་བཟུང་ནས་གང་མྱུར་དང་སྐར་ཆ་འགའི་ནང་དུ་སྟབས་བདེའི་རྩ་གནད་ཅིག་དགོད་དགོས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་འབྲི་བ་ཡིན་ན། གཤམ་གྱི་དོན་ཚན་འགའ་སེམས་སུ་གསལ་པོར་ངེས་དགོས་ཏེ།

༡. ཁྱོད་ཀྱིས་གཏམ་རྒྱུད་གང་འདྲ་ཞིག་བཤད་པ་བརྒྱུད་དེ་བསམ་བློའི་བཅེ་དུངས་ཇི་འདྲ་ཞིག་མཚོན་རྩིས་ཡོད་པ།

༢. བྱུང་རིམ་སྟབས་བདེ་ཞིག་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་དེ་ཉིད་བསམ་བློའི་བཅེ་དུངས་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ཁུངས་སྐྱེར་གཏན་ཁེལ་བྱེད་པ་དང་། ཁུངས་སྐྱེ་དེ་བརྒྱུད་ནས་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་རྒྱུར་གྲ་སྒྲིག་བྱ་དགོས།

༣. བྱུང་རིམ་ཕྲ་ཞིབ་གང་དག་གམ་དོན་ཚན་གང་དག་གཙོ་གནད་དུ་འབྲི་བ་གཏན་ཁེལ་བྱས་ཏེ། རྒྱུགས་ཤོག་ལ་ལྟ་མཁན་དགེ་རྒན་གྱི་མོས་པ་འགུགས་ཅི་ཐུབ་བྱ་དགོས།

༤. རྩོམ་ཡིག་གི་མགོ་མཇུག་གཉིས་ཀས་ཁ་བྱང་ནོན་པར་ངོ་སྣང་བྱ་དགོས།

ཁྱོད་ཀྱིས་རང་གིས་ཁ་བྱང་མཐོང་བའི་དུས་ཀྱི་ཆེས་ཐོག་མའི་ཚོར་སྣང་དམིགས་སུ་བཟུང་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེས་ཟབ་པའི་དུངས་པ་དེ་འབྲི་དགོས་ཤིང་། སོམ་ཉི་མེད་པར་ཅི་ཞིག་དྲན་པ་དེ་འབྲི་འོས་པ་ཡིན། རྒྱུ་མཚན་ནི་དོན་དག་ངོ་མ་དང་ཚོར་བ་ངོ་མ་ཞིག་བྲིས་ཡོད་ཚེ། རྩོམ་ཡིག་ལེགས་པོ་ཞིག་འཁྲུངས་སོང་བའི་རྟགས་ཡིན།

གཉིས། རྩོམ་ཡིག་བྲིས་ནས་དཀྱིལ་དུ་བསླེབས་ཚེ་རང་ཉིད་ཁ་བྱང་དང་རྒྱང་དུ་གྱེས་ཡོད་པ་ཚོར་རྟོགས་བྱུང་བ།

ཁ་བྱང་དང་གྱེས་པ་ནི་དོན་དག་བཟང་པོ་ཞིག་མིན་མོད། ཡིན་ནའང་ལས་བཟང་བ་ཞིག་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་དུས་ཐོག་ཏུ་ཚོར་རྟོགས་བྱུང་སོང་བ་དེ་འགྲིག་འདུག སྐབས་འདིར་ཁྱོད་ཀྱིས་འཚབ་སྣང་མེད་པའི་ངང་ནས་མྱུར་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་ཐབས་བཀོད་འཛིན་དགོས་ཏེ། གནད་འགག་གི་ཚིག་སྦྱོར་འགའ་རེ་སྤེལ་ཏེ་དམིགས་ཡུལ་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་ཐོད་རྒྱལ་བྱ་དགོས།

དཔེར་ན། ཐེངས་ཤིག་གི་རྒྱུགས་གཞིའི་རྩོམ་བྱང་ནི《གོམས་སྲོལ》ཞེས་པ་ཡིན་མོད། སློབ་མ་ཞིག་གིས་རྩོམ་ཡིག་བྲིས་ནས་དཀྱིལ་དུ་ཐོན་དུས་ད་གཟོད་རང་ཉིད་ཁ་བྱང་དང་གྱེས་ཡོད་པ་ཚོར་རྟོགས་བྱུང་སོང་། ཡང་བསྐྱར་བྲིས་ན་དུས་ཚོད་མི་འདང་བར་མ་ཟད་ཤོག་ངོས་ཀྱང་མི་འདུག ཤུ་ཚུགས་ཀྱིས་མུ་མཐུད་དུ་བྲིས་ཚེ་ནོར་སྐྱོན་ཆེན་པོ་འབྱུང་ངེས། རྩོམ་འབྲིའི་སྔང་བྱའི་ཁྲོད་དུ་ཁ་བྱང་དང་གྱེས་པའི་རྩོམ་ལ་སྐར་མ་མང་པོ་འཕྲི་བ་གཏན་ཁེལ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཚུལ་དེར་བསམས་ནས་སློབ་མ་དེས་ཐབས་བཀོད་ཡ་མཚན་ཞིག་སྤྱད། དེས་དོན་ཚན་གཞན་ཞིག་གི་མགོ་བཟུང་སྟེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྩོམ་འབྲིའི་གོམས་སྲོལ་ལེགས་པོ་ཞིག་རྒྱུན་བསྐྱངས་མེད་རྐྱེན། ཁ་བྱང་ལ་ཞིབ་དཔྱོད་མ་བྱས་པར་གང་བྱུང་དུ་སྨྱུག་ཁ་བསྒྱུར་ཏེ་བྲིས་པས་རྩོམ་ཡིག་ཁ་བྱང་དང་གྱེས་པའི་མཇུག་འབྲས་བྱུང་སོང་བ་བྲིས་ཤིང་། རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བ་དང་དོན་དག་སྒྲུབ་པ་གང་ཡིན་ཡང་གོམས་སྲོལ་བཟང་པོ་ཞིག་རྒྱུན་ཆགས་སུ་སྐྱོང་རྒྱུ་ཧ་ཅང་གལ་ཆེ་ཚུལ་བྲིས་པས། མཇུག་མཐར་རྒྱུགས་ཤོག་ལ་ལྟ་མཁན་དགེ་རྒན་གྱིས་རྩོམ་ཡིག་དེ་མཐོང་འཕྲལ་ཧ་ཅང་སྙིད་པོ་ཞིག་བྲིས་འདུག་ཅེས་སྐད་མ་མཐོན་པོ་ཞིག་གནང་བ་ལྟ་བུ་རེད།

ད་དུང་དཔེ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དེ། ཐེངས་ཤིག་རྩོམ་ཡིག་གི་བརྗོད་བྱ་ནི"མི་ཡོང་ཉེས་པ"ཞེས་པ་ཡིན་མོད། ཁོས་བྲིས་པ་ནི"མི་ཡོང་བཙོངས་པ"ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པས། བྲིས་ཀྱིན་བྲིས་ཀྱིན་ཁ་བྱང་དང་གྱེས་འདུག་པ་ཚོར་རྟོགས་བྱུང་། ད་ནི་ཇི་ལྟར་བྱའམ། ཁོས་ཐབས་མཆོག་ཅིག་སྤྱད་ནས་འདི་ལྟར་བྲིས་པ་སྟེ།

"རྩོམ་ཡིག་བྲིས་ནས་མཚམས་འདིར་བསླེབས་དུས་ངས་གློ་བུར་དུ་རང་ཉིད་ཁ་བྱང་ལས་གྱེས་འདུག་པ་ཚོར་སོང་། ད་ནི་ཇི་ལྟར་བྱའམ། རྩོམ་ཡིག་འབྲི་ཡུལ་ཡང་འདི་འདྲ་ཆེན་པོ་ཞིག་འཕྲོ་བརླག་ཏུ་བཏང་སོང་བ་དང་། རྒྱུགས་ཤོག་སྤྲོད་པའི་དུས་ཚོད་བསླེབ་གྲབས་འདུག ང་ནི་འདི་འདྲའི་རྩོལ་རྒྱུགས་ཚ་བ་ལ་ཨང་། ཚུར་ལ"ཉེས"པ་ཕར་ལ"བཙོངས"པར་གོ་ནོར་ཐེབས་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ། འཁྱོད་སེམས་དང་ལེ་བདའ། དངངས་འཚབ་སོགས་འགྲན་བཞིན་འཕེལ་བྱུང་། ཐེངས་འདིའི་རྒྱུགས་ལེན་པ་ནི་དོན་དངོས་སྟེང་བཤད་ན་མི་ཡོང་ཞིག་རེད། དེའི་ནང་དུ་ང་ཡི་བྱུང་རྒྱལ་དང་རྩོལ་རྒྱུགས་ཀྱི་གཤིས་ཀ་དེ་མངོན་ཡོད་པར་མ་ཟད། ད་དུང་རང་ཉིད་ཀྱི་འཕོས་ཞན་ཉམས་དམས་ཀྱང་མངོན་འདུག ང་ཡིས་ཐེངས་འདིའི་རྒྱུགས་ཡིག་ལ་བཀའ་དྲིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། ཐེངས་འདིའི་རྩོམ་ཡིག་ལའང་བཀའ་དྲིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྩོལ་རྒྱུགས་ཚ་བའི་གཤིས་ཀ་བླུ་ཡོན་དུ་ཕུལ་ནས་མི་ཡོང་འདི་འདྲ་ཞིག་ཉོས་པ་ཡིན་ལ། མ་འོངས་པའི་སློབ་སྦྱོང་དང་འཚོ་བའི་གོ་རིམ་ཁྲོད་དུ། ཁོ་ནི་ངའི་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་ནོར་བུ་གཅིག་ཕུར་འགྱུར་ངེས་ཡིན་ནོ།།"ཞེས་བྲིས་ཡོད་པའོ།།

ཚན་པ་འདིར་སེམས་པའི་འགྱུལ་སྐྱོད་ཞིབ་འབྲི་བྱས་པ་ཧ་ཅང་ཁྱད་དུ་འཕགས་པས། དགེ་རྒན་གྱིས་བལྟགས་ནས་མཇུག་ཇོགས་པ་ན་སྐར་མ་མཐོན་པོ་མི་སྟེར་བའི་རང་དབང་ཡོད་དམ།

གསུམ། རྒྱུགས་ལེན་མཇུག་ཇོགས་ལ་ཉེ། རྩོམ་ཡིག་ཀྱང་བྲིས་ཚར་ལ་ཉེ། གློ་བུར་དུ་རྩོམ་ཡིག་གི་ཡིག་གྲངས་མི་ལོངས་པ་ཚོར་རྟོགས་བྱུང་བ།

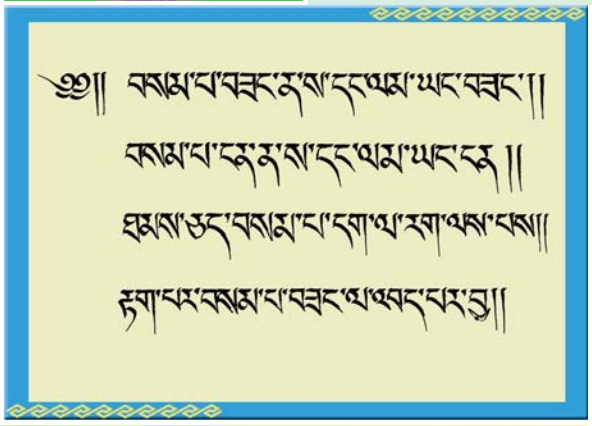
རྒྱུགས་བླངས་ནས་ཚར་ལ་ཉེ་ཞིང་། རྩོམ་ཡིག་གི་མཇུག་ཀྱང་བསྡུ་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་སུ་བསླེབས་སོང་། ཡིན་ནའང་ཡིག་གྲངས་བརྩིས་པ་ན་ད་དུང་ཡང་ལོངས་མི་འདུག རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བར་ཡིག་གྲངས་ཀྱི་གཏན་ཁེལ་ཡོད་པས། ཡིག་གྲངས་མ་ལོངས་ན་སྐར་མ་འཕྲི་ངེས་པ་སྨོས་ཅི་དགོས། ད་ནི་ཇི་ལྟར་བྱའམ།

༡. གལ་ཏེ་དུས་ཚོད་ཅུང་ཙམ་ཡོད་ཚེ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཟུར་ངོས་གཞན་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་ནས་ད་དུང་ཚན་པ་གཅིག་བྲིས་ཆོག་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མཉམ་འཛོག་རྒྱུ་ཞིག་ནི་ཟུར་ངོས་དེའི་ནང་དོན་ནི"སྨྲུལ་ལ་རྐང་ལག་འབྲི་བ"ལྟ་བུ་གཏན་ནས་བྱེད་མི་རུང་བར། ངེས་པར་དུ་སྔོན་གྱི་ནང་དོན་ལ་གཞོགས་འདེགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྤེལ་དགོས།

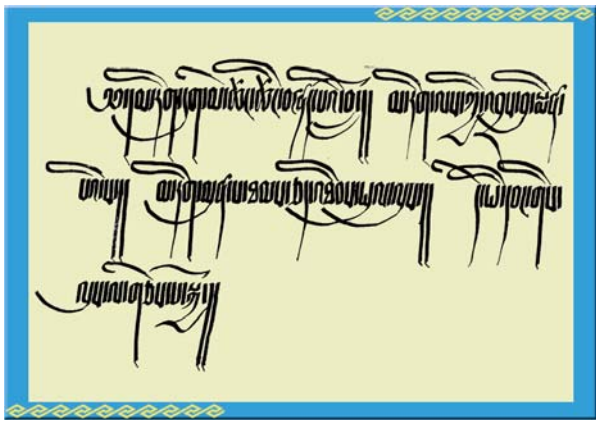
༢. གོང་རོལ་གྱི་ནང་དོན་དག་ལ་ཞིབ་མོར་ཐེངས་ཤིག་བལྟས་རྗེས། ལྟ་ཚུལ་ཞིག་བཙལ་ཏེ་དེ་ཉིད་སྔར་ཡང་གཏིང་ཟབ་སྒོས་སྟོག་འདོན་དང་ཕྱོགས་བསྡུས་བྱས་ཏེ། ཡང་བསྐྱར་རྩོམ་ཡིག་གི་བརྗོད་སྙིང་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ཞིབ་ཕྲའི་ངང་སྒྲོས་བརྗོད་བྱ་དགོས།

འོས་འཚམ་དང་རྩོམ་ཡིག་གི་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལེགས་བཤད་དང་སྙུ་ཚིག སྙན་ངག་སོགས་ལུང་འདྲེན་བྱས་ན། ཡིག་གྲངས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཁ་སྐོང་བྱ་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ད་དུང་རྩོམ་ཡིག་གི་ནང་དོན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་སུ་སོང་སྟེ། རྩོམ་ཡིག་ལ་ལྟ་མཁན་དགེ་རྒན་ལ་བག་ཆགས་བཟང་པོ་ཞིག་འཇོག་ཐུབ་པ་ཡིན་ནོ།།

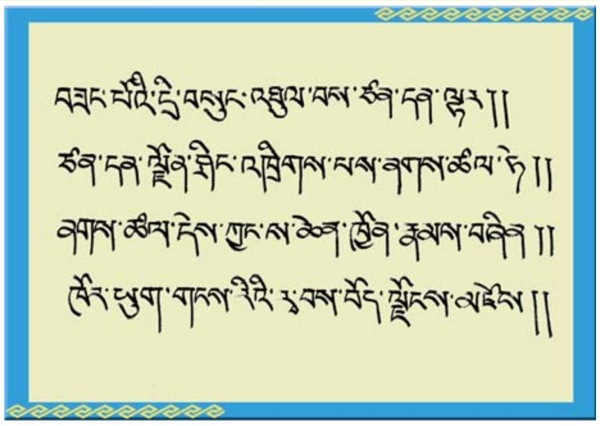
མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་ཀོས་ནན་རྫོང་
མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་།
• བཀྲ་ཤིས་རྒྱལ •



ཀན་སུའུ་རྨ་ཆུ་རྫོང་བོད་ཡིག་སློབ་འབྲིང་གི་
དམའ་འབྲིང་གསུམ་པའི་འཛིན་གྲྭ་གསུམ་པ།
• བསམ་འགྲུབ •



མཚོ་སྔོན་ཞིན་ཧེ་རྫོང་མི་རིགས་བཅའ་སྡོད་སློབ་ཆུང་གི་
སློབ་རིམ་དྲུག་པའི་འཛིན་གྲྭ་གཉིས་པ།
• ཕག་མོ་ཀུན་བཟང •



མཚོ་སྔོན་ཐེམ་ཆེན་རྫོང་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་
གཉིས་པའི་སློབ་རིམ་དགུ་བ།
• ལྷ་མོ་ཚེ་རིང •

1. ཆང་ཏུབ་གང་གིས་བསླངས་པའི་དམག་འཁྲུག

1788 ལོར་ཨུ་ཙང་སྟོད་དང་ཁྲུར་ཁེ་གཉིས་ཀྱིས་གཡུལ་བཤམས་དུས། རྒྱ་རྫོང་གི་མཐའ་འཁྲིལ་དམག་དཔུང་ཨོ་སི་ཁྲུ་རི་ཡ་དམག་དཔུང་གིས་ཁྲུར་ཁེའི་དམག་དཔུང་གི་གོམ་ཁ་འགོག་སྐད། སྔར་ནས་ཁའོ་ལན་ཞེ་པེ་ཞུ་བདེ་ཐང་དེ་བཟུང་། སྐབས་དེར་ཆང་བཙོང་བའི་ཅི་ཕུའུ་སའེ་པ་འགའ་བདེ་ཐང་དེར་ཡོད། ཨོ་སི་ཁྲུ་རི་ཡའི་སྐྱ་དམག་གིས་དེ་ཚོའི་ལག་ནས་ཆང་ཞིག་ཉོས་ཤིང་། དེའི་རྗེས་ཨོ་སི་ཁྲུ་རི་ཡའི་རྐང་དམག་འགའ་ཚུར་ཡོང་ནས་སྐྱ་དམག་རྣམས་ལ་ཁོ་ཚོར་ཆང་ཁམ་འགའ་བཀུང་དུ་འཇུག་པའི་རེ་བ་བཏོན་པར་སྐྱ་དམག་གིས་དང་ལེན་མ་བྱས་པས་ཕན་ཚུན་བར་འཁོན་ཁ་བསླངས། དེར་མཐུད་ནས་ཕན་ཚུན་བར་ལག་འགྱུལ་དེ་རྒྱུག་རེས་བྱས། གནས་ཚུལ་ཧ་དྲག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་བསྟུན་གྱི་ཤུབས་ནས་ཕྱུང་ཞིང་བོའུ་ཁ་ཕན་ཚུན་བར་བསྐོར་ནས་དམར་འཛིང་བྱས། ཁྲུར་ཁེའི་དམག་དཔུང་བདེ་ཐང་དེར་བསླེབས་དུས་བདེ་ཐང་དེ་ན་ཨོ་སི་ཁྲུ་རི་ཡའི་དམག་མིའི་ཤིམ་པོ་སྟོང་དགུ་བཀྲམ་འདུག་པ་མཐོང་།

2. ལོ་རྒྱུས་སྟེང་དུས་ཡུན་ཆེས་ཐུང་བའི་དམག་འཁྲུག

1896 ལོར་དབྱིན་ཇི་དང་དེའི་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་སིང་གེ་པ་ཨར་སྒྲིང་ཟླ་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་བར་དུ་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་ཆེས་ཐུང་བའི་དམག་འཁྲུག་ཅིག་བྱུང་། སྒྲིང་ཟླ་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་མགོ་གཙོ་གསར་བས་དབྱིན་ཇི་དང་ཚོང་གི་འབྲེལ་བ་ཐུ་མཐུད་དུ་འཛིན་མ་འདོད་པར་འཐང་མཐའ་དང་འབྲེལ་བ་འཇུགས་འདུན་སྐྱེས། ཁོང་ཁྲོ་འབར་བཞིན་པའི་དབྱིན་ཇི་པས་དམག་གྲུ་ལྔ་མངགས་ཏེ་རྡོལ་རྡེབ་བྱས་དུས། སྒྲིང་ཟླ་རྒྱལ་ཁབ་དེར་རྒྱལ་ཡོངས་ལ་དམག་མི་སྟོང་གསུམ་དང་མཚོ་གྲུ་ཆུང་དུ་ཞིག་ལས་མེད། དབྱིན་ཇིའི་དམག་གྲུར་ཁ་གཏད་དེ་ཅི་བྱ་གཏོལ་ཐབས་དུ་གྱུར་ཅིང་སྐར་མ་སོ་བརྒྱད་ཡུན་ལས་མ་བགོད་བར་དམག་འཁྲུག་དེ་མཇུག་བསྒྲིལ།

3. ལག་འཐོམ་ལག་བས་འཛིན་མཁན་གྱི་དབྱུག་རྟེན་ སྟོ་ལོ་པ།

དབྱུག་རྟེན་སྟོ་ལོ་པ་ཅན་ · སེ་ཕུ་ལན་གྱིས་འཐམ་སྒྲིང་འཁྲུག་ཆེན་ཐེངས་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ཨ་རིའི་མཚོ་དམག་སྐམ་འབབ་ཏུ་ཆུང་གི་ཏུ་གཙོའི་འགན་ཁུར་སྤྱོད། ཐ་ལ་བ་དམག་འཁྲུག་རྒྱག་སྐབས་ཁོ་རང་ལྷུར་དམག་གིས་ཁྱད་གཞོང་ཞིག་ཏུ་ཏུབ་བསྐོར་བྱས། ལྷུར་དམག་གིས་ལག་འཐོམ་ཚུར་འཕངས་པ་ན་ཁོས་དབྱུག་རྟེན་སྟོ་ལོ་ལག་པས་བཟུང་བཟུང་བྱས་ནས་ལག་འཐོམ་ཕྱིར་དག་པོའི་སྟེང་དུ་འཕངས། དེ་ལྟར་བསྟུད་མར་ལག་འཐོམ་ལྔ་ཕྱིར་འཕངས་ཏེ་རྗེས་ཀྱི་ཐེངས་དྲུག་པར་ཚུར་འཕངས་པའི་ལག་འཐོམ་དེ་ཁོའི་ལག་ཏུ་བཀག

མཐུག་མཐར་ཁོ་རང་གོམ་ལས་ཐར་ཡང་ཕྱུ་ཐུལ་པའི་མི་ཚེ་དེ་མཇུག་བསྡུས་པ་རེད།

4. སྟོང་པོ་གཅིག་གིས་བསླངས་པའི་ཕོག་ཁྲག

1976 ལོར་ཕོ་རི་ཡ་བྱང་མ་དང་ལྷོ་མའི་རྒྱལ་མཚམས་ཀྱི་སྟོང་པོ་ཞིག་གིས་ཨ་རིའི་ལྷ་ཁང་གཉའ་གི་ཡོའི་ལྷ་ཞིག་གི་མཐོང་ལམ་བཀག་པས་བཅོད་འཇོམས་པས་དེ་གཅོད་རྩིས་བྱས། སྟོང་པོ་དེ་ཞིག་ཏུ་ཁ་ལ་ཕོ་རི་ཡ་བྱང་མའི་མགོ་གཙོ་ཅན་རི་ཁྲིན་གྱིས་སྒྲ་དངོས་སུ་བཙུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་དེར་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་སྐད་ཕོ་རི་ཡ་བྱང་མས་ཀྱང་དམག་མི་ལྷུང་བོའུ་ཤིག་བསྐྱལ་ནས་ཡ་རིའི་དམག་མི་གཉིས་བསད། ཕོ་སྒྲིག་ལེན་པར་ཡ་རིས་མཁའ་སྐྱོད་ལྷ་གྲུ་ཞིག་བརྒྱུད་ཕོ་རི་ཡ་བྱང་མས་ཀྱང་དམག་དཔུང་ཞིག་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཀྱང་མཐར་ཅིན་རི་ཁྲིན་སྒྲ་དངོས་ཀྱིས་དགོངས་དག་ཞུས་ཏེ་གཙོད་དུ་བཅུག་པར་བརྟེན། ད་གཟོད་དགོས་མེད་ཀྱི་འཐབ་འཁྲུག་དེ་ལས་གཡོལ་ཐུབ་སོང་བ་རེད།

5. དུས་རབས་གསུམ་ལ་གྱི་ཁ་མ་མཐོན་པའི་དམག་འཁྲུག

1639 ལོར་དབྱིན་ཇིའི་རྒྱལ་པོ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་མཁན་ཁག་དང་གྲོས་ཁང་གཉིས་ཀྱི་བར་ནང་དམེ་བྱུང་། མཐར་རྒྱལ་སྲུང་ཁག་གིས་ཕམ་ཁ་ཉེས་ཏེ་ཁང་ཙོ་ཨར་སྒྲིང་སྒྲིང་ཞེ་འགྲམ་གྱི་ཞི་ལུ་སྒྲིང་ཚོམ་དུ་བྱེ་བཞོལ་བྱས། དེ་དག་གིས་ནས་མཚོ་དང་གི་ལས་གཉེར། ཇོ་ལན་པའི་མཚོ་གྲུ་ཞི་དེ་དག་གི་འཛོག་ཡུལ་གཙོ་བོར་གྱུར། ཕན་ཚུན་བར་གྱི་གྲོས་མོལ་འབྲས་མེད་དུ་གྱུར་པས་ཇོ་ལན་པས་དངོས་སུ་ཞི་ལུ་སྒྲིང་ཚོམ་ལ་འཐབ་པའི་དམག་བཅ་བསྒྲུགས་པར་མ་ཟད། ད་དུང་ཀྱི་དཔུང་ཞིག་ཉ་འཛུགས་བྱས་ཏེ་ཐོལ་རྩིས་བྱས་སོང་། འོན་ཀྱང་ཕན་ཚུན་བར་དུ་འཐབ་འཁྲུག་མ་བྱུང་ལ་དབྱིན་ཇི་པས་དེ་ནས་བཟུང་ཧོ་ལན་པའི་ལྕ་ལ་དམ་གྱིད་པའི་ལས་ཀྱང་མཚམས་བཞག དེ་ལྟར་གཉིས་ཀའི་བར་དུ་གྱི་ཁ་མ་མཐོན་ལ་དམག་འཁྲུག་མཚམས་འཇོག་པའི་བསྒྲགས་གཏམ་ཡང་མ་སྤེལ། དེ་ལྟར་བཟུང་ཏེ་355 ཡི་རྗེས་སུ་དམ་བཞད་འཐབ་འཁྲུག་མཚམས་འཇོག་པའི་གྲོས་འཆམ་ཆིངས་ཡིག་བཞག

6. འཁྲིན་ལམ་ལྟབས་བདེ་མིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་དམག་འཁྲུག

ཁལ་ཏེ 1812 ལོར་སྐྲག་འཁྲིན་འཕྱུལ་ཆས་ཡོད་རྒྱ་ན་དབྱིན་ཇི་དང་ཨ་རི་བར་གྱི་འཐབ་འཁྲུག་དེ་འབྱུང་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དོན་རྐྱེན་དེ་འབྱུང་བྱེད་ནི་དབྱིན་ཇི་ཕྱིས་ལོ་ཧོར་སྒྲིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཚོང་ལས་བཏང་པའི་དབྱིན་ཇིས་རྒྱལ་ཁབ་རྣམས་ལ་ཁྲལ་བཙུ་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཁྲིམས་ཤིག་ཐོན། ཨ་རི་པས་དང་ལེན་མ་བྱས་པས་དབྱིན་ཇིའི་ཨ་རིར་སྟོང་པའི་དམག་དཔུང་ལ་ཕྱར་གྱི་མི་སེར་ཐོལ་ཡུལ་རྒྱལ་ཁབ་དེར་རྩོལ་པའི་བཀའ་འཁོར། མ་བསམས་པར་ནས་ཁྲིན་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སུ་དབྱིན་ཇིའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་ཁྲིམས་དེ་མེད་པར་བཏང་སོང་། འོན་ཀྱང་བཏང་དེ་ཨ་རིར་འཁྱོར་དུས་ཁྱོད་ཤི་ང་གསོན་གྱི་འཐབ་འཁྲུག་ནི་ཕྱིར་གཅོད་ཐབས་མེད་པའི་གནས་སུ་བསླེབས་འདུག

མཚོ་སྟོན་ཞི་ཡིང་། · ལེགས་གྲུབ་ཀྱིས་བསྒྲུར་སྒྲིག་བྱས ·

གང་ག་ཆུང་གི་ཕྱི་རྩུགས་དང་སྐྱེ་གནས།

ཡུན་དང་འབྲུ་གུ་ཐོགས་ཡུན་ནི་ལོ་རེ་རྟེ 8 པ་ནས་ཟླ 10 བའི་བར་ཡིན།

བོད་ཀྱི་སྨན་གཞུང་དུ་དེའི་ཕྱི་རྩུགས་ནི "ལོ་མ་ཤིང་ཚེ་བརྩེགས་པ་ཡི། །ཁྲུར་བའི་ཡོལ་གས་བརྒྱད་མཚོད་རྟེན་བརྩེགས། །དེ་སྟེང་མེ་ཏོག་དཀར་པོ་ལ། །སྔོ་དང་དམར་བའི་མདངས་འོད་ཆགས། །རྗེས་སུ་ཀྱིན་དུ་ཁ་བཞིན་འདུག །ཚ་བ་རྒྱས་པ་འཛིན་པ་འདུ" ཞེས་དང་། "གངས་ཅན་གཡའ་ཤག་སྐྱེས་པའི་གང་ག་ཆུང་། །ཁྲུར་ཡོལ་གས་མཚོད་རྟེན་བརྩེགས་པའི་རྩེ་མོ་ལ། །རབ་མཛེས་ཡུཔྤལ་དགོད་པའི་ཚུན་པོས་བརྒྱན" ཞེས་འཁོད་འདུག

གང་ག་ཆུང་ནི་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་གི་མཐོ་ཚད་ལ་རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ལས་སྐྱེས 3900 ནས་སྐྱེས 5700 ཡོད་པའི་རྩ་རིའི་རྫའུ་ཐེགས་དང་སྤང་རི། རྫའུ་ཐེགས་ཅན་གྱི་རི་ངོས་སོགས་སུ་སྐྱེས་འདུག བོད་ཀྱི་སྨན་གཞུང་དུ "གང་ག་ཆུང་ཞེས་བྱ་བ་ནི། །ཕྱི་དང་དུད་མེད་མི་འཁྱོ་བའི། །མཐོ་བའི་གཡའ་ཞིང་རྩ་ལས་སྐྱེ" ཞེས་དང་། "རྒྱལ་མཚན་གང་ཆུང་ཞེས་བྱ་བ། །ཁྲུར་བའི་ཡོལ་གས་བརྒྱད་སྟེ་དང་དགུ། །འཛམ་པ་གསང་དཀར་ཡོལ་གས་ལས། །སྐྱེ" ཞེས་འཁོད་འདུག

གང་ག་ཆུང་སྨན་སྦྱོར་བྱེད་པའི་དོན་སྙིང་།

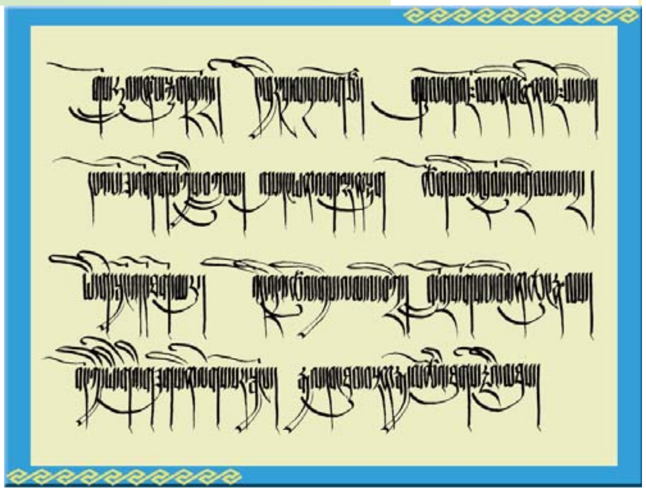
གང་ག་ཆུང་ནི་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་གི་སྨ་སྐྱེ་ལྗོན་ཤིང་སྐྱེས་སྨན་རྫས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། གང་ག་ཆུང་ནི་ཟོ་རྫ་གཞན་དག་སྐྱེས་མེད་པའི་རྩ་མགོའི་རྫའུ་ཐེགས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས། དབྱར་ཐོག་རྩ་མགོར་ཆར་ཐོག་རྒྱ་སྐབས་ས་ཆ་སྲུང་འཛིན་བྱས་ནེ་ཆུ་ལོག་ཀྱང་ཏུ་མི་གཞུག་པར་ཕན་པར་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་སྨན་གཞུང་དུ "ཤིན་ཏུ་ཁ་བས་ཁྲག་མཁྲིས་སེལ། །དུག

དང་ཚ་བའི་ནད་ཀུན་འཇོམས། །སྐྲ་པོ་ཁྲག་ལས་ཆད་པ་ལ། །ང་མེད་སྨན་པ་སྟག་གོ་ཐེར" ཞེས་དང་། "ཚ་བ་ཀུན་སེལ་ཚ་འབྱུ་དུག་ནད་འཇོམས" སོགས་སྨན་ནུས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་ཡོད་པ་དེ་བསྟན་འདུག བོད་སྨན་དུ་གང་ག་ཆུང་གི་སྐྱ་ཁ་ཆང་དམ་མི་ཏོག་མགོ་བ་ཡིན་པས། སྨན་རྫ་འབྱུ་སྐབས་སྨན་རྫ་ཆེ་པོ་འབྱུ་བ་དང་། རྡེའུ་རིགས་ཁྲོད་ཁྲ་ཤ་ཡོད་པ་དག་མི་འདེབུ་བ་བཅས་བྱས་ན། བོད་སྨན་རྫ་ཀྱི་ཁྲུང་ལས་སྐྱོབ་བྱ་ཁྲབ་པ་ལས་གཞན་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ཡང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་ཁྲབ་པ་ཡིན་པས། ང་ཚོས་ཚད་རིག་དང་མཐུན་པའི་སྐྱེ་ནས་སྨན་རྫ་གང་ག་ཆུང་བེད་སྤྱོད་དང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་དགོས།

མཚོ་སྟོན་ཞི་ཡིང་།

· སྐལ་བཟང་ ·

Shangri-la Institute



མཚོ་སྟོན་ཞིང་ཏེ་རྫོང་མི་རིགས་ཆ་ཚང་སློབ་ཆུང་གི་སློབ་རིམ་དྲུག་པའི་འཛིན་གྲྭ་དྲུག་པ

· ཚེ་ལྷ་སྐྱབས ·

གནང་བ་བྱིན་པའི་ཉིན་འདི་དག་གི་དུས་ཚོད་བེད་སྤྱད་ནས་ཕ་མ་གཉིས་དང་འགྲོགས་ཏེ་ཨ་མྱེས་རྨ་ཆེན་ལ་གངས་སྐོར་བྱེད་དུ་སོང་བ་ཡིན། ད་ལོའི་རྟ་ལོ་ནི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྲོལ་ལྟར་ན་གངས་སྐོར་བྱེད་པའི་ལོ་ཡིན་ལ། བོད་མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ད་ལོ་ངེས་པར་དུ་གངས་སྐོར་ལ་འགྲོ་དགོས་པར་བཤད། སྔར་ཡིན་ན་ཕལ་ཆེ་བ་ཞིག་རྐང་ཐང་དུ་གངས་སྐོར་བྱེད་པ་ཡིན་སོང་། འོན་ཀྱང་ངས་དཀའ་བ་དེ་ཐེག་མི་ཐུབ་ཅིང་སོས་དལ་དལ་དུ་འགྲོ་བའི་ཁོམ་ལོང་ཡང་མེད་པས་རླངས་འཁོར་ལ་བསྡད་ནས་མི་འགྲོ་ག་མེད་བྱུང་།

གངས་སྐོར་ལ་འགྲོ་བའི་ཉིན་དེར་ང་ཚོ་སྔ་མོ་ནས་མལ་ལས་ལངས་ཏེ་གྲ་སྒྲིག་བྱས། ང་རང་ཆུང་དུས་ནས་སློབ་གྲྭ་ནས་བཅའ་སྡོད་བྱས་ཤིང་ད་ཏུང་གངས་སྐོར་ལ་སོང་མ་མྱོང་། དེའི་རྐྱེན་གྱིས་སེམས་སུ་ད་ཐེངས་ཀོ་སྐབས་ཡག་པོ་ཞིག་རེག་བྱུང་སྙམ་ནས་དགའ་སྤྲོ་སྐྱེས། དགེ་རྒན་གྱིས་ཨ་མྱེས་རྨ་ཆེན་ནི་ང་ཚོའི་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གནས་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་བླ་རི་ཞིག་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ནང་ལྟར་བདག་གིས་ཀྱང་དེའི་ཇམ་བརྗིད་ཀྱི་མཛེས་སྡུག་དེ་སེམས་སུ་རྟོག་བཟོ་བྱས་པ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་ལམ་བར་དུ་མཐོང་བ་ནི་རང་སེམས་སུ་རྟོག་བཟོ་བྱས་པའི་མཛེས་སྡུག་དེ་དག་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་རྒྱུ་མེད་ལ། ཡོད་པ་ནི་ས་ཤུན་སློག་པའི་རྨ་ཤུལ་དང་ས་རྒྱ་ཤོར་བའི་གྲོག་ཤུར་གང་སར་ཁྲབ་འདུག་པ་དེ་ཡིན། ད་དུང་རྒན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པ་ལྟར་ན། སྔོན་རྨ་ཆེན་གངས་རིའི་ཉེ་འདབས་ན་རས་གུར་སྟོང་ཞིང་ཞིས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་གངས་རི་ཆུང་ཆུང་ཡོད་པ་དག་ཀྱང་ད་ལྟ་མཐོང་རྒྱུ་མི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱིན་ཡོད། དེ་ལྟ་ནའང་ངས་སྔར་བཞིན་ཇམ་བརྗིད་ལྡན་པའི་གངས་རི་དེ་ཡིད་ལ་སྨོམ་ནས་མུ་མཐུད་དུ་མིག་གིས་མཛེས་སྡུག་བཙལ། མཐོ་ཞིང་བརྗིད་པའི་རྫ་རི་མཐོན་པོ་དག་ནི་རིགས་གཅིག་མ་ཡིན་པར་རང་རང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཛེས་སྡུག་རེ་ཡོད་ལ། ལ་ལ་ནི་རྟ་མཆོག་ཅང་ཤེས་བང་གིས་རྒྱུག་པ་དང་འདྲ་ལ། ལ་ལ་ནི་གངས་སེང་དཀར་མོ་མཁའ་རུ་འཕྱོ་བ་དང་མཚུངས། འགའ་ཤས་ནི་སྟོ་བསང་བུ་མོ་འདེགས་བྱེད་ཀྱི་ཀ་བ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། དེ་ནས་མར་ལ་ཤག་ཤག་གི་སྒྲ་དང་བཅས་ཏེ་འབབ་པའི་རྫ་ཆུ་ནི་སྦྲུལ་ནག་ཐུར་རྒྱུག་ཅིག་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས། རི་དྭགས་དགོ་བ་དང་ཤྭ་བ། ཡུ་མོ་སོགས་རི་དྭགས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་རི་དེའི་རྩྭ་ཆུ་ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་བ་རོལ་གྱིན་ཡོད་ལ་དགའ་སྤྲོའི་གར་སྟབས་ཀྱི་བྲོ་གར་ཡང་འཁྲབ་ཀྱིན་ཡོད། དེ་ལྟར་ལམ་བར་གྱི་མཛེས་ལྗོངས་ལ་ལྟད་མོ་ལྟ་ཞོར་སྲིད་པའི་གངས་རྒན་རྨ་ཆེན་གངས་རི་ང་ཚོའི་མིག་མདུན་དུ་བརྗིད་ཆགས་འབུམ་གྱིས་ཕྱུག་པར་འགྱིང་འདུག་པ་དེ་མཐོང་བྱུང་། ང་ལ་བརྗོད་མི་ཤེས་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། གངས་རི་ནི་དཀར་ཞིང་དྭངས་ལ། མཐོ་ཞིང་བརྗིད་པས་ཤེལ་དཀར་གྱི་མཆོད་རྟེན་ཞིག་དང་དབྱེར་མེད་དུ་སྣང་། གངས་རིའི་གཡས་གཡོན་དུ་ལྷ་ན་སྡུག་པའི་གངས་རི་ཆུང་ཆུང་བཅུ་གཉིས་ཕྲེང་དུ་བསྟར་ཡོད། གངས་རི་དེ་དག་རེ་རེ་ལ་ཡང་ཁྱད་ཆོས་རེ་ཡོད། དེ་ལྟར་ཉིན་གཅིག་གི་གངས་སྐོར་ལ་ཕྱིར་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་ན། བརྗོད་མི་ཤེས་པའི་ཚོར་སྣང་སྣ་ཚོགས་བྱུང་ཡང་། འགོག་ཐབས་མེད་པའི་འདུན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཡང་བསྐྱར་གངས་སྐོར་ལ་འགྲོ་ཐུབ་རྒྱུ་ན་སྙམ་པ་དེ་ཡིན།

རྟའུ་པེ་ཞིང་ཆེན་ཏང་ཀང་གྲོང་ཁྱེར་ལིན་ཧྲོ་མཐོ་རིམ་
སློབ་འབྲིང་གི་མཐོ་འབྲིང་དང་པོའི་འཛིན་གྲྭ་བཅུ་བ།
• བཀྲ་ཤིས •

ལོ་ཟླའི་འཁོར་སྐྱོད་ཁྲིད། དབྱར་དགུན་སྟོན་……… དཔྱིད་གང་མང་མང་ཞིག་འཛུམ་གྱིས་ཚུར་བསུས་ཤིང་……… སྤྲོ་བས་ཕར་སྐྱེལ་མཁན་ནི། བདག་གི་སེམས་ནང་གི……… མཛེས་ཤིང་མཛངས་པའི་ལྷ་མོ་སྟེ། བདག་གི་ཨ་མ་ཡིན།

གལ་སྲིད། མི་ཚེ་ནི་མཐའ་ཡས་པའི་……… རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། ཁོ་མོ་ནི་ནམ་ཡང་སྙིང་ཁོང་གི་འདུན་མའི་ཆེད་དུ་མཚམས་མི་འཇོག་པར་འཕྱུག……… རྩལ་རྫོམ་པའི་གསེར་མིག་ཉ……… མོ་དེ་ཡིན་ངེས། གལ་སྲིད། མི་ཚེ་ནི་བགྲོད་པར་དཀའ་བའི……… གྱུག་གྱོག་གི་རྐང་ལམ་ཕྲ་མོ་དེ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། ཁོ་མོ་ནི་དཔའ་ངར་ཞུམ……… མེད་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ་ནས་ཡང་མདུན་སྐྱོད་བྱེད……… པའི་རྟུལ་ཕོད་ཀྱི་ཅང་ཤེས་དེ་ཡིན་ངེས།

གང་ལྟར་ཡང་། ཁོ་མོའི་གདོང་ལ་བཅོས་མིན་གྱི……… སྒྲོ་བ་ཞིག་དང་། ཁོ་མོའི་སེམས་ལ་རློག་མེད་ཀྱི་ལ་རྒྱ……… ཞིག་གིས་ཁེངས་བཞིན། ལོ་ཟླ་རྗོག་པས་བཅལ་དེ་རེ……… བས་ཁེངས་པའི་མ་འོངས་པ་ཞིག་གིས་མདུན་ནས……… མདུན་དུ་བསུ་བཞིན་ཡོད་སོང་། ད་ལྟ་ཁོ་མོ་ནི་ལོ་རླབས……… མནར་ཏེ་གདོང་ལ་གཉེར་མའི་ཆུ་རིས་ཕབ་སོང་། ཁོ……… མོའི་རྒྱ་ལྕང་གི་ལོ་མ་ལྟ་བུའི་སྐྲ་ལོའི་གསེབ་ལ་ཁ་བའི་མེ……… ཏོག་ཐང་ཐང་བཞིན་འདུག་ སྟོན་ཆད། དཀར་ཞིང་……… སྐོར་བའི་བཞིན་རས་དེ་དང་། ལང་ཚོའི་དཔལ་གྱིས་ཕྱུག་པའི……… མཛེས་ཉམས་ཀུན་དུ་ལྡ་ལོ……… ཟླའི་སད་ཀྱིས་བཅོམས་པའི……… མེ་ཏོག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་སོང་། དེ་ནི་གཞན་མིན་ཏེ། ཨ་མ……… ཞིག་གིས་རང་གི་བུ་ཕྲུག་གི་ཆེད……… དུ་ཐམས་ཅད་བློས་བཏང་བའི་དན……… རྟགས་ཡིན།

འདི་ནི་ཨ་མ་སྙིང་དའི་སེམས་ཁོང་གི་ལྷ་མོ་དེ་ཡིན་ལ། འཇིག་རྟེན་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞིང་དུས་ཚོད་ལ་ཇི་འདྲའི……… སྙིང་རྗེ་མེད་ཀྱང་། ཁོ་མོས་ངའི་ཆེད་དུ་ཕུལ་བའི་བརྩེ……… སེམས་དང་རྟུལ་ཕྱུ་ཡོད་ཚད། བུ་མོ་ངའི་སེམས་ཁོང་གི་རྗེ་རིང་ངོས་སུ་དུས་གཏན་དུ་གསུབ་མེད་དུ་གནས་ངེས་སོ། །

མཚོ་སྔོན་ཁོས་ནན་ཛོང་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་གི་
དམའ་འབྲིང་གཉིས་པའི་འཛིན་གྲྭ་བརྒྱད་པ།
• དཀོན་མཆོག་སྒྲོལ་མ •

ཀ་ཁའི་དབྱངས་རྟ་ངག་ལ་གྱེར……… བཞིན་རིག་པའི་སློབ་གླིང་འགྲིམ་པ་ཡི། ། ཁ་བའི་ལྗོངས་ཀྱི་རིགས་མཐུན་སྤུན་ཟླས་མི་རིགས་འདི་ཡི་རྐང་འཛིན་ཤོག །ག་ལེར……… ཤེས་བྱའི་གནས་ལུགས་བརྟོན་ནས་བསམ……… བློའི་གོ་རྟོགས་མཐོར་འདེགས་བཞིན། །ང་ཚོའི་ཕྱུགས་འདུན་གསེར་ལྡན་ལམ་བུ་བཀྲ……… ཤིས་བདེ་ལེགས་ཡོང་བར་སྨོན། །ཅ་ཅོའི་འདུ་འཛི་དབེན་པའི་གནས་མཆོག་ཞེས……… བྱའི་ཞིང་ཁང་འདིར་འཛོམས་པའི། །ཆ……… ལུགས་སྣ་ཚོགས་བག་མེད་སྤྲོས་པའི་ན……… མཉམ་གསར་སྐྱེས་གཞོན་ནུ་ཚོ། །ཇ་ཁང……… ཆང་ཁང་དྭ་རྒྱའི་རྩེད་འཇོར་རྣམ་ཤེས་སྣང་……… ཆུང་འདུར་བ་ཡི། །ཉ་ལེ་ཉིལ་ལེའི་རང……… གཤིས་དོར་ཏེ་རིག་པའི་གནས་ལ་འབད་པ་གྱིས། །ཏ་ཐིག་ཡུལ་ཕྱོགས་ཕྱི་རོལ་འཇིག……… རྟེན་མཐོང་བའི་མིག་ཟུང་ལྡན་དགོས་ན།། ཐ་མག་ལ་སོགས་དུག་རིགས་སྤང་སྟེ་དཔྱོད་ལྡན་ཅན་གྱི་རྗེས……… སུ་འབྲངས། །ད་ལྟའི་དེང་ཅག་སྐལ་ལྡན་རིགས་ཀྱིས་བསང……… ཆབ་སྟོན་མོ་འཐུང་བཞིན་དུ། །ན་མཉམ་སློབ་མའི་ཚོགས……… དང་ལྷན་དུ་རྒྱང་རིང་ཕུགས་བསམ་འཚོལ་བར་སྙོགས། །པ……… སངས་ཉིན་འདིར་རང་དགར་མི་སྡོད་ཚེ་སྲོག་འདི་ཡི་འཕགས……… ཁུར་ཏེ། །ཕ་མའི་རེ་བཞག་སེམས་ལ་ཤར་བའི་གཏན་ཚིགས་ གཤིས་དེ་འགྱུར་མེད་ཅིག །བ་དན་རྩལ་གྱིས་རེ་བའི་ཀོ་གྲུ……… རྒྱ་མཚོའི་ཕ་མཐར་སྐྱོད་ནས་ནི། །མ་འོངས་གངས་ལྗོངས……… གསར་བའི་ལས་དོན་སྙིང་ལ་བཅངས་ཏེ་ལམ་ལ་བསྐྱོད། །ཙ་……… རིའི་གནས་ཡུལ་གང་སར་འགྲིམས་པའི་གསེར་ལྡན་ལོ་མའི……… གྲིབ་བསིལ་གྱིས། །ཚ་གྲང་བཀྲེས་སྐོམ་ཤུགས་ཀྱིས་སེལ་ཏེ་མི་རིགས་འདི་ཡི་རྒྱུད་འཛིན་དགོས། །ཛ་ལང་སྤྱོད་ངན་མཐའ……… རུ་སྤངས་ཏེ་ཞི་དུལ་རང་བཞིན་དང་ལྷན་དུ། །ཝ་མོའི……… གཤིས་འདྲའི་གཡོ་སྒྱུ་དབེན་པའི་སློབ་གླིང་དགའ་ཚལ་ངོ་སོ……… བསྟོད། །ཞ་སྐྱུག་རྗེ་ནས་ཁ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཤོག་དཀར་ངོས་ ལ་ཕབ་མཁས་པའི། །ཟ་འཐུང་ཁྱོན་གོས་ཁོར་ཡུག་ལེགས……… པའི་ང་ཡི་སྐལ་ལྡན་སློབ་གྲོགས་རྣམས། །འ་ཅག་སེམས་ཀྱི……… རེ་བའི་འདོད་སྐུལ་མ་བཅོས་ངག་ནས་སྒྲོག་པ་འདིས། །ཡ……… མ་ཟུང་གི་སྤྱོད་ངན་སྤངས་པའི་དུས་ཀྱི་སྒྲོན་མེར་འགྱུར་བར……… ཤོག །ར་རི་གཟུགས་ཀྱི་དྲི་ཡིས་མ་གོས་གཙང་ཆབ་སྟོན་མོ……… དང་འགྲོགས་པའི། །ལ་ལུང་མང་པོ་བརྒྱུད་དེ་ཐོན་པའི་ཐོས་པ་དམན་པའི་སློབ་བུ་ངས། །ཤ་ཚའི་སྙིང་གཏམ་དྲོན་མོ……… འདི་ཡང་བཙོས་མིན་ལེགས་སྐྱེས་སུ་དྲངས་ཏེ། །ས་སྐད་འདི་ཡི་རེ་བའི་སྙི་ལམ་མཆར་སྡུག་འོད་སྟོང་ཕྱོགས་སུ་ཆས། །ཧ……… ལམ་ལོ་རྗེ་གཉིས་ཙམ་འགྲོགས་པའི་སྐལ་ལྡན་དུས་ཀྱི་སློབ……… གྲོགས་ལགས། །ཨ་མེས་རིང་གི་རིག་གནས་ནོར་བུ་རྒྱུན་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་མ་བརྗེད་ཅིག །

ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་བསང་ཆུ་རྫོང་བོད་ཡིག་སློབ་འབྲིང་
གི་མཐོ་འབྲིང་གཉིས་པའི་འཛིན་གྲྭ་གསུམ་པ།
• པདྨ་བཀྲ་ཤིས •

པར་ལེན་མཁན། • ཐུབ་བསྟན་འོད་ཟེར •
ཨང 809 བ།
ཁ་བྱང་འབྲི་མཁན། • བསྟན་གོ •

གཉིས། སློས་བསླང་དང་སྒྲིག་གཞིའི་གནད་དོན།

ལྷུག་རྩོམ་ནི་དོན་བརྟན་རྣམ་ཐོར་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པས། མང་མང་ཞིག་གིས་ལྷུག་རྩོམ་གྱི་ཕྱིའི་རྣམ་པའི་སྒྲིག་གཞིར་མཉམ་འཇོག་བྱེད་ཀྱིན་མེད་པར་འདུག དོན་དུ་ལྷུག་རྩོམ་གྱི་ ཕྱིའི་རྣམ་པའི་སྒྲིག་གཞི་ནི་ལྷུག་རྩོམ་གྱི་བརྗོད་སྙིང་འདོན་ཚུལ་ལ་འབྲེལ་བ་ཤིན་ཏུ་དམ་པོ་ཡོད་པས། ལྷུག་རྩོམ་གྱི་ཕྱིའི་སྒྲིག་གཞིར་ཡང་མགོ་རྩོམ་པའི་དུས་མཚམས་སུ་གང་ཞིག་བྲི་རྒྱུ་དང་། བར་དུ་ཅི་ཞིག་ལྷུག་པོར་བརྗོད་རྒྱུ་དང་། རྩོམ་གྱི་མཇུག་དོན་ཚན་གང་འདྲ་ཞིག་གིས་བསྡུ་རྒྱུའི་བློས་བསླང་འཕྱུས་སྒོ་ཚང་བ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས། དཔེར་ན། གོང་དུ་གླེང་སྒྲོང་བའི《དཔའ་བོའི་མེ་ཏོག》གི་སྒྲིག་གཞི་ཇི་ལྟར་བློས་བསླངས་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འཁྲིངས་ན་ལེགས་སོ།
།

གསུམ། སློས་བསླང་དང་འཚོ་བའི་གནད་དོན།

ལར་རྩོམ་རིག་ནི་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བ་ལས་འོངས་ཤིང་། ཕྱིར་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བར་ལོག་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ལྷུག་རྩོམ་གྱི་བློས་བསླངས་ཀྱང་ནམ་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བ་དང་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད། ཀུན་ རྟོག་གི་འཆར་སྒོ་ཀུན་''''''བཟང་འཁོར་ལོ་བཞིན་དུ་བསྐོར་ཏེ་བློས་བསླངས་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་། སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བའི་རྨང་གཞི་མེད་ཚེ་རབ་རྟོག་གི་ས་བོན་མེད་པར་རབ་རྟོག་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལས་འབྲས་བུ་གཞན་འབྱུང་མི་སྲིད། སྔོས་སུ་ལྷུག་རྩོམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་གྲས་སུ་དོན་དངོས་རང་ བཞིན་ལྡན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱང་ཚུད་པས། སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བ་རྨང་གཞི་བྱས་ཏེ་བློས་བསླངས་བྱ་རྒྱུ་ནི་རྩ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། གལ་ཏེ་ལྷུག་རྩོམ་གྱི་བློས་བསླངས་''གང་ཞིག་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བ་ལས་འགོངས་པར་བྱས་ན། ལྷུག་རྩོམ་གྱི་བདེན་དངོས་རང་བཞིན་རྨང་ནས་བོར་འགྲོ་བའི་གནས་ ཚུལ་འབྱུང་སྲིད་ཕྱིར། སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བའི་རྨང་གཞི་མེད་པའི་བློས་བསླངས་ལས་ཐོན་པའི་''''ལྷུག་རྩོམ་ཞིག་སྤྱི་བཏང་འབྱུང་མི་སྲིད། བརྒྱ་ལ་སྲིད་ཀྱང་མིག་སྟར་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ལྷུག་རྩོམ་གྱི་གོ་ དོན་དང་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཏུ་མི་ཚུད་པས། ལྷུག་རྩོམ་དུ་འགྲོ་མིན་ཡང་མི་གསལ། དཔེ་ཞིག་གི་སྟེང་ནས་བཤད་ན་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཏེ།《ཤར་ལམ་ཕྲ་མོའི》ནང་གི་དོན་གྱི་བྱུང་རིམ་མཐའ་དག་ཀྱང་བལྟས་ཚོད་དུ་ཀུན་རྟོག་གཙོས་པའི་སྒོ་ནས་བཀོད་པ་ཞིག་ཏུ་སྣང་སོང་། བོད་མིའི་འཚོ་བར་ཞིབ་པར་བརྟགས་ན། དེ་ཙ་བཀོད་པའི་དོན་དག་དང་ལབ་གླེང་དེ་དག་ནི་ཉན་ན་ཐོས་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་། བལྟས་ན་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་རང་མ་ཡིན་ནམ། ཤར་ལམ་དེ་ཁ་ཤོ་སྣ་ལོ་ཙ་བཏང་བའི་རྒྱན་ནི་ཆར་ཆུ་མོད་པའི་ལོ་ཞིག་ལ་ཤ་འོད་བརྒྱུགས་པ་བཤད་པ་སོགས་ནི་རིག་གནས་''གསར་བརྗེའི་གོད་ཆག་དང་སྦྱར་ན་ཤིན་ཏུ་འཕལ་ག་འཕྲོད་པ་ཞིག་མིན་ནམ།