刚坚少年报

རྒྱལ་ཡོངས་ཕུལ་བྱུང་ཚགས་པར།

སྤྱི་ལོ2015.3.10 ཕྱུགས་རྫིང་ཞིང་ལུག་ལོའི 1.20 བོད་ཤིང་ལུག་ལོའི 1.20
རྒྱལ་ནང་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཚགས་པར་ཐོ་འགོད་ཨང་རྟགས CN63－0011
ཚབ་རྟགས(代号)55－12 སྤྲག་སྲིད་ཨང་རྟགས 810001

མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་ནས་པར་དུ་བསྐྲུན།
གཙོ་སྒྲིག་པ། སྐལ་བཟང་། སྤྱི་ཨང 852
གཙོ་སྒྲིག་གཞོན་པ། ཚེ་རིང་དོན་གྲུབ།

1. འོས་ལངས་ལ་ཞུགས་པའི་དམག་དཔོན་ཁྲིད་དུ་ཀྲུའུ་ཧེ་ཁོ་ན་ནན་ཁྲང་གི་གནས་ཚུལ་ལ་རྒྱུས་མངའ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས(ཁོང་གིས་དེ་སྔ་ནན་ཁྲང་དུ་འཁྱམ་བཞིན་སྡོད)ཀྲུའུ་ཞིན་ལི་ཡིས་ཀྲུའུ་ཧེ་མངགས་ཏེ་དགྲ་དམག་གི་མདའ་དཔོན་གཉིས་གསོལ་སྟོན་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུ་རུ་བཅུག གསོལ་སྟོན་རོལ་ས་དང་དམག་སྒར་གཉིས་བར་ཐག་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་ཞིག་ཡིན།

2. ཀྲུའུ་ཧེ་ནི་དམག་དཔོན་གྲགས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཡུན་ནན་གྱི་དམག་མིའི་ཁྲིད་སྟོན་གྲགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས། ཀྲུའུ་ཧེ་ཡིས་སྐུ་དངོས་སུ་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་ན། མདའ་དཔོན་དེ་གཉིས་དགའ་ཐག་ཆོད་དེ་དུས་ཚོད་ལྟར་གསོལ་སྟོན་ལ་ཞུགས།

3. གསོལ་སྟོན་དེ་ས་སྲོད་ནས་མགོ་བརྩམས་ཤིང་། དགོང་མོའི་ཆུ་ཚོད9བར་འགྱངས། ཁོ་ཚོས་ཟས་འགྱངས་ཚོད་དང་ཆང་རོམ་ཚོད་ཅིག་འཐུང་རྗེས། ཀྲུའུ་ཧེ་ཡིས་ས་གནས་ཤིག་བཙལ་ཏེ་སྦ་ཙང་རྒྱག་པའི་གྲོས་མགོ་བཏོན་པ་ན། མདའ་དཔོན་གཉིས་ཀྱང་དེར་འཐད་པ་བྱུང་ཞིང་། ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་རྒྱན་པོའི་ཀློང་དུ་ཞུགས་སོང་།

4. ཀྲུའུ་ཧེ་ཡིས་སྐུ་སྲུང་དམག་ལ“གལ་ཏེ་མདའ་དཔོན་དེ་གཉིས་འཚོལ་མཁན་བྱུང་ན་སྣ་མོ་ནས་ཕྱིར་ལོག་སོང་ཞེས་ཤོད”ཅེས་གདམས་པར་མ་ཟད། ད་དུང་བབ་དང་བསྟུན་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་མཚོན་ཆ་སྦས་དགོས་པར་བཤད།

5. ནམ་གུང་ལ་བསླེབས་པ་ན། ཕྱི་རོལ་ནས་པོའུ་སྐད་མཚམས་མི་ཆད་པར་གྲགས་པས། མདའ་དཔོན་གཉིས་སྐྲག་ཐག་ཆོད་ཅིང་། དགྲ་དམག་གི་མདའ་ཚན་གཉིས་ལ་བཀོད་འདོམས་པ་མེད་པར་ག་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པའི་སྐབས་གླགས་དེར་བསྟུན་ནས་ཚང་མ་ཚར་གཅོད་བྱས་ཤིང་། ཀྲུའུ་ཧེ་ཡི་སྟག་མོ་རི་ནས་དབྱུང་བའི་འཐབ་ཇུས་དེ་ཡང་གཞི་ནས་མངོན་འགྱུར་བྱུང་བ་རེད།

མཚོ་སྔོན་ཁྲི་ཞིང་། ·ཨ་འབུམ·

སེམས་གཏམ་རྩོམ་སྒྲིག་པ་ལགས།

ང་ལ་སྐྱོན་ཆ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་སེམས་རྣལ་དུ་འབབ་མི་ཐུབ་པ་དེ་ཡིན། ཐེངས་ཤིག་ལ། གྲངས་རིག་རྒྱུགས་ལེན་སྐབས་རྩིས་གཞི་གསུམ་བརྩིས་པ་ནོར་འདུག་པ་དང་། དགེ་རྒན་གྱིས་བཤད་ན་དེའི་ཁྲོད་ཀྱི་རྩིས་གཞི་གཉིས་ནི་ང་རང་སེམས་ཚིང་པོའི་དབང་དུ་སོང་བ་ལས་བྱུང་བ་རེད་ཟེར། ཇི་ལྟར་བྱས་ན་ད་གཟོད་ང་རང་མི་ནན་ཏན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཐུབ་བམ།

ཞེས་དར་ལུང་སློབ་ཆུང་གི་སློབ་མ་འབུམ་སྐྱིད་ནས།

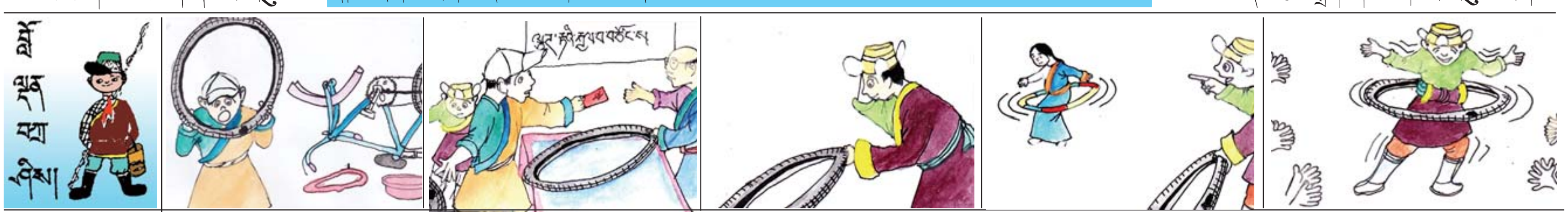
སློབ་གྲོགས་འབུམ་སྐྱིད་ལགས།

དངོས་ཡོད་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཁྱོད་གཅིག་པུ་མིན་པར་གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཞིག་ལ་གནད་དོན་དེ་གནས་པ་རེད། སེམས་རྣལ་དུ་འབབ་མི་ཐུབ་པར་སེམས་ཚིང་པོ་བྱེད་པར་རྒྱུ་རྐྱེན་གང་མང་ཞིག་ཡོད་དེ། སྐབས་རེར་རྒྱུགས་གཞི་མཐོང་མ་ཐག་དཀའ་ནས་ལན་འདེབས་མ་ཐུབ་པ་མིན་པར། རྒྱུགས་གཞི་དེ་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་སླ་མོ་ཞིག་རེད་སྙམ་ནས་སྣང་ཆུང་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལན་རེར་བརྩིས་ཚར་རྒྱུ་མ་རེད་སྙམ་ནས་འཚུབ་ཆ་ལངས་ཏེ་རྩིས་ནོར་བྱུང་བ། ལན་རེར་དྲི་ཚིག་དཀའ་མོར་ཕྲད་ནས་འདང་མང་པོ་བཀྲབ་རྗེས་ད་གཟོད་འགྲོལ་ཐུབ་སོང་བ་ན། དཀའ་དྲགས་ནས་མཇུག་འབྲས་ནོར་བའང་ཡོད། ང་ཚོས་བརྟག་དཔྱད་བྱས་པ་ལས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ན། རྒྱུགས་གཞི་ཇི་ལྟར་སླ་ན་དེ་ལྟར་རྩིས་གཞི་ནོར་འགྲོ་བ་མང་བ་དང་། རྒྱུགས་གཞི་ཇི་ལྟར་དཀའ་ན་དེ་ལྟར་གཟབ་ནན་ཡིན་ཞིང་སྐར་འབྲས་མཐོན་པོ་ཐོན་པ་རེད། གང་ལྟར་ཀྱང་སེམས་ཚིང་པོ་བྱེད་པའི་འབྱུང་རྐྱེན་གསལ་པོ་ཞིག་ཤེས་རྗེས། ཐབས་བཀོད་འཛིན་ནས་ཐག་གཅོད་བྱ་དགོས། འོ་ན་དེ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པར་ཐབས་མཆོག་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། རྒྱུན་དུ་ལས་བྱ་བྲི་བ་དང་རྒྱུགས་གཞིར་ལན་འདེབས་པ་སོགས་གང་ཡིན་རུང་སེམས་ཞྭ་ལ་བབས་ཏེ་ནན་ནན་ཏིག་ཏིག་བྱ་དགོས་ཤིང་། ཡང་དང་ཡང་དུ་འདྲི་གཞིར་ཞིབ་བཤེར་བྱས་ནས་དྲིས་ལན་བཏབ་ན་ནོར་འཁྲུག་རྗེ་ཉུང་དུ་གཏོང་ཐུབ། དེ་ལྟར་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་བགོར་ཚེ་གོམས་ཡོབས་སུ་སོང་ནས་ནོར་འཁྲུག་རང་ཤུགས་ཀྱིས་རྗེ་ཉུང་དུ་འགྲོ་སྲིད་དོ།།

ཞེས་སེམས་གཏམ་རྩོམ་སྒྲིག་པ་ནས།

རི་མོ་པ། ·བསོད་ནམས་འབུམ·

པར་ངོས་འདིའི་རྩོམ་སྒྲིག་པ། ·མཁའ་འབུམ་ཡག·



ཡུལ་ལྗོངས་ཞིབ་འབྲི་ནི་རྩོམ་པ་པོས་གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་ཚིག་སྦྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་རིམ་ཆ་ཚང་ཞིང་། གསལ་ཆ་དོད་པར་བྲི་བྱའི་ཡུལ་ལྗོངས་དེ་ཀློག་པ་པོའི་སྤྱན་སྔར་བསྟར་བ་ལྟ་བུའི་ཚོར་སྣང་སྐྱེར་ཐུབ་པ་ཞིག་ཞིབ་འབྲི་བྱས་པ་ལ་གོ འོ་ན། གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་ཚོས་ཇི་ལྟར་བྱས་ཚེ། ད་གཟོད་རང་ཉིད་ཡིད་ཚིམས་ཤིང་། ཀློག་པ་པོའི་ཡིད་འགུགས་ཐུབ་པའི་ཡུལ་ལྗོངས་ཤིག་ཞིབ་འབྲི་བྱ་ཐུབ་ཅེ་ན། གཙོ་བོ་གཤམ་གྱི་གནད་དོན་དག་ལ་མཉམ་འཇོག་བྱ་དགོས།

༡ ལྟ་ཞིབ་ལེགས་པོ་བྱ་དགོས།

ཡུལ་ལྗོངས་གང་དང་གང་ལའང་ཚད་མི་འདྲ་བའི་བཟང་ངན་དང་། རིགས་མི་གཅིག་པའི་ཁྱད་ཆོས་སྣ་ཚོགས་ཡོད། གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་ཚོས་ལྟ་ཞིབ་ཁྲོད་ཉ་བས་ཉན་པ་དང་། མིག་གིས་ལྟ་བ། ལག་པས་རེག་པ་སོགས་བྱས་ཚོག་ལ། བྲི་བྱའི་ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་གནས་ཡུལ་དང་། རྣམ་པ། ཆེ་ཆུང་། ཡུལ་གྱི་འགྱུར་བ་སོགས་ལ་རྒྱུས་ལོན་བྱ་དགོས།

༢ ཞིབ་བརྗོད་ལ་གོ་རིམ་ལྡན་དགོས།

ལྟ་ཞིབ་ལེགས་པོ་བརྒྱུད་རྗེས། གོ་རིམ་བཞིན་ཞིབ་འབྲི་བྱ་དགོས་པ་སྟེ། རིང་བ་ནས་ཉེ་ས་དང་། སྟེང་ནས་འོག དཀྱིལ་ནས་མཐའ་བཞིའམ། ཡང་ན་གོ་རིམ་ལྡོག་སྟེ་གྲུ་བཞུར་རེ་རེ་ནས་མགོ་བརྩམས་ཏེ་ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིབ་འབྲི་དང་། དུས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་དང་། དུས་ཚིགས་བཞིའི་འགྱུར་ལྡོག་ལ་སོགས་ལོ་ཟླའི་འཁོར་འགྲོས་ཁྲོད་ཀྱི་རྣམ་པ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ཞིབ་བརྗོད་བྱས་ཆོག

༣ ལྗོངས་རྣམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་འབུར་དུ་ཐོན་དགོས།

གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་ཚོས་ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིབ་འབྲི་བྱེད་སྐབས། གཤིབ་སྡུར་གྱི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་མི་འདྲ་བའི་ཆ་དང་ཡིད་འགུགས་པའི་ཆ་གང་ཡིན་པ་དང་། ཉེ་དུས་ཀྱི་འགྱུར་ལྡོག་ཅི་ཡིན་སོགས་ཞིབ་འབྲི་བྱས་ཏེ། གང་ནུས་ཀྱིས་ཁྱད་ཆོས་འབུར་དུ་ཐོན་པར་གཞུག་དགོས།

༤ ས་དེ་གའི་གཏམ་རྒྱུད་བྲི་དགོས།

གནའ་ཤུལ་གྲགས་ཅན་ནམ་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་ས་ཆ་དག་ལ་མཆོན་ན། ངོ་མཚར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གང་མང་ཡོད་སྲིད་པས། གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་ཚོས་ལྗོངས་རྣམ་ཞིབ་འབྲི་བྱེད་སྐབས། བྲི་བྱའི་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཐོར་བུའང་རྩོམ་ཡིག་ཏུ་བྲིས་ཆོག

དཔེར་བརྗོད།

ཕ་ཡུལ་གྱི་རི་ཆུ།

བདག་གི་ཕ་ཡུལ་ནི་རེབ་གོང་རྫོང་མདོ་བ་ཞང་ཡིན། དེ་ཙ་གྲོང་ཁྱེར་ལྟ་བུའི་མཛོ་ཞིང་བརྗིད་པའི་བཟོ་བཀོད་དང་། ལྷའི་སྐྱིད་མོས་ཚལ་ལ་འགྲན་པའི་སྒླིང་ག་སོགས་ཀུན་གྱིས་ཡིད་སློན་བྱེད་སའི་གནས་སོགས་མེད་མོད། ཕ་ཡུལ་གྱི་རི་ཆུ་དག་བདག་གིས་ནམ་ཡང་གཟི་བརྗིད་ཅིག་ཏུ་བསམ་བཞིན་ཡོད། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཕ་ཡུལ་དུ་དགུ་ཆུ་ཞེས་འབོད་པའི་ཆུ་བོ་ཞིག་ཡོད། ཆུ་བོ་དེ་ལྷང་ལོང་དུ་འབབ་པའི་རྔ་ཆུ་དང་། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་འབྲི་ཆུ་བཞིན་ཀུན་ལ་གྲགས་པ་ཞིག་མིན་ཡང་། ཤང་ཤང་གི་སྒྲ་སྒྲོག་ཅིང་། མཛེས་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ད་དུང་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དུ་འཁྱིལ་བའི་ཆུ་འཁོར་གྱིས་དངོས་པོ་ཇི་འདྲའི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཙང་ཁྱུར་མིད་དུ་གཏོང་ཐུབ་པ་དང་། བྲག་རོས་སུ་དྲག་ཏུ་རྡེབ་བཞིན་པའི་ཐ་ལྷབས་ལས་ཐོར་བའི་ཆུའི་ཟེགས་མར་རྒྱུད་ནས་བལྟས་ན། ཏ་མཆོག་ཁྲི་སྟོང་མང་པོས་རྩལ་ནག་ནམ་མཁར་དཀྲིག་བཞིན་བང་གིས་བརྒྱུགས་ནས་འོང་བ་ལྟ་བུའི་ཟིལ་ཤུགས་ལྡན།

ཕ་ཡུལ་གྱི་གཡས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་ཀྱི་རི་ཚོགས་དག་ཀྱང་ཕན་ཚུན་ཕྲེང་བ་ལྟར་འབྲེལ་ཏེ། བརྗིད་ཅིང་ལྟ་ན་སྡུག་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། རྒྱབ་རི་མཐོན་པོ་དེ་ནི་བློ་དཀར་གཞུང་དྲང་གི་གླང་ཆེན་ཞིག་འཕྲེད་དུ་ཉལ་ནས་ཕ་ཡུལ་གྱི་མཛེས་པའི་ཕོར་ཡུག་སྲུང་བ་ལྟ་བུའི་ཉམས་དང་ལྡན། ད་དུང་རྩ་ལྡང་ལོ་མའི་གོས་ཀྱིས་གཡོགས་པའི་སྤྱང་རི་དང་། ཤིང་སྡོ་ཚང་ཚིང་དུ་སྐྱེས་པའི་ནགས་རིའི་ཁྲོད་དུ་མིང་མི་ཤེས་པའི་བྱ་རིགས་སྣ་ཚོགས་བར་མེད་དུ་འཕུར་འོངས་ཏེ། རང་དགར་གསུང་སྙན་སྒྲོག་ཅིང་། གཤོག་རྩལ་ཇི་དགར་ངོམ་བཞིན་མཆིས།

གཞན་ཡང་ཡངས་པའི་རྩྭ་ཐང་སྟེང་ནས་མཁའི་སྐར་ཚོགས་ས་ལ་ལྷུང་བ་ལྟར་ཏ་ནོར་ལུག་གསུམ་གྱིས་ཁེབས་ཏེ། ཕར་ཞོགས་ཚུར་ཞོགས་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་ལ། རྫི་བོ་དག་གིས་གླུ་རྩལ་ངོམ་པ་དང་ཆབས་ཅིག སྒྲི་ག་འཁྲབ་པ་དང་། ཆུ་རྒྱལ་སྙིག་པ་སོགས་ཀྱི་རྩེད་འཛོར་གཡེང་བཞིན་ཡོད། ཕ་ཡུལ་གྱི་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་རི་ཆུ་ནི་ངས་ནམ་ཡང་སེམས་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་ཅིག་ཏུ་རྩི་བཞིན་ཡོད།

ཟུར་དཔྱད། རྩོམ་ཡིག་འདི་ནི་ཡུལ་ལྗོངས་ཞིབ་འབྲི་བྱས་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་སྟེ། རྩོམ་པ་པོས་རང་གི་ཕ་ཡུལ་ལ་གྲོང་ཁྱེར་ལྟ་བུའི་སྟོན་ཐོན་མཛེས་སྡུག་གི་གྲུབ་ཆ་མེད་ནའང་། ཕ་ཡུལ་གྱི་རི་ཆུས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དབང་ཅིག་ཅར་དུ་འཕྲོག་ཐུབ་པ་སྟེ། ལྗོངས་རྣམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྟར་རིང་བ་ནས་ཉེ་ས་དང་། ཆེ་བ་ནས་ཆུང་བ། སྟེང་ནས་འོག མཐའ་ནས་དཀྱིལ་བར་གྱི་སྣང་ཚུལ་དག་གོ་རིམ་བཞིན་ཞིབ་བརྗོད་བྱས་ཏེ། ཕ་ཡུལ་གྱི་མཛེས་པ་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད་པས། འདི་ནི་ཡུལ་ལྗོངས་ཞིབ་འབྲི་ཐད་ཀྱི་དཔེ་མཚོན་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་ཏུ་འཁྱམས་སོ།།

མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་གཅན་ཚ་རྫོང་མར་ཁུ་ཐང་སློབ་ཆུང་གཉིས་པ།

• པད་མ་རྡོ་རྗེ •

བདེ་སྐྱིད་འཚོལ་བ།

གནའ་བོའི་ཀེ་རི་སིའི་ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་གཞོན་ནུ་འགས་རང་གི་འཚོ་བར་བདེ་སྐྱིད་ཅིག་མེད་ཀི་སྙམ་ནས། ཕྱི་ཡུལ་དུ་བདེ་སྐྱིད་འཚོལ་དུ་སོང་། ཕོ་ཚོ་ཕྱོགས་ཡར་མར་གང་སར་སོང་སོང་ཡང་། བདེ་སྐྱིད་ཅིག་ཉེད་རྒྱུ་ཕར་ཞོག ཐ་ན་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་གྲིབ་མ་ཙམ་ཡང་མ་མཐོང་ཞིང་། མཇུག་མཐར་ལྟོགས་སྐོམ་གྱིས་མནར་ཅིང་བློ་ཕམ་ཡིད་ཆད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཕྱིར་མི་ལོག་ཀ་མེད་བྱུང་། ཕྱིར་ལོག་པའི་ལམ་བར་དུ། ཕོ་ཚོས་གློ་བུར་དུ་རྣད་པོ་ཞིག་གི་དགོད་སྒྲ་ཐོས། དེ་ནི་སྙན་གྲགས་ཕྱོགས་བཞིར་ཁྱབ་པའི་ཀེ་རི་སིའི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་བ་གྲགས་ཅན་སུའུ་ཀོ་ལ་ཏི་རེད། ཁོང་སྔོན་རྣན་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་བསྡད་ནས་དཔེ་ཆ་ལྟ་ཞོར་དང་དགོད་ཞོར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་དེར་བལྟས་ཚེ། ཁོའི་འཚོ་བར་ཇི་འདྲའི་བདེ་སྐྱིད་ཅིག་ལྡན་པ་ཚོར་ཐུབ། གཞོན་ནུ་རྣམས་རང་གི་མགོན་སྐྱབས་ལ་འཕྲད་པ་ལྟར། ཁོང་གི་སྐུ་མདུན་ལ་བཅར་ནས་ཞུས་པའི་ངང་ཞུ་རྒྱུར། "ཞུས་ཤིང་བཀུར་བར་འོས་པའི་སློབ་དཔོན་ལགས། ཇི་ལྟར་ན། ད་གཟོད་ཁྱེད་ནང་བཞིན་འཚོ་བར་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་ཐུབ། བདེ་སྐྱིད་ཅེས་པ་དེ་དོན་དམ་པར་གང་དུ་ཡོད་པ་རེད"ཅེས་དྲིས་པ་ན། སུའུ་ཀོ་ལ་ཏིས་མགོ་ཡར་དགྱེ་ནས་གཞོན་ནུ་དག་ལ་ལྟ་ཞོར། "འོ། ཁྱེད་ཚོ་ནི་ཕྱི་ཡུལ་ལ་བདེ་སྐྱིད་འཚོལ་དུ་སོང་བའི་གཞོན་ནུ་དེ་དག་མ་ཡིན་ནམ། ཅི་རེད། བདེ་སྐྱིད་ད་ཙང་མ་རྙེད་དམ། འོ་ན་འདི་ལྟར་བྱ། ཉིན་འདི་འགར་དྲག་ཆར་འབབ་རྒྱུ་ཡིན་པ་འདྲ་བས། ཁྱོད་ཚོས་ཤིང་བཅད་ནས་གྲུ་ཆེན་ཞིག་བཟོས་དང་། ང་ཚོས་མཉམ་དུ་གཟིངས་བཀྱག སྐབས་དེར་ངས་ཁྱོད་ཚོར་བདེ་སྐྱིད་གང་དུ་ཡོད་པ་བཤད་ཆོག"ཅེས་གསུངས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་གཞོན་ནུ་ཚོས་དྲག་ཆར་མ་ཡོང་སྔོན་ལ་ལས་འགན་འགྲུབ་ཆེད། ཉིན་མཚན་དབྱེར་མེད་དུ་ཤིང་བཅད་ནས་གྲུ་བཟོ་བའི་ལས་ལ་ཞུགས། ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་སུའུ་ཀོ་ལ་ཏི་གྲུ་བཟོ་སར་ཕེབས་པ་ན། གཞོན་ནུ་ཚོས་ཕོམ་ལོང་སྲུ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་སྒྲོ་དགའི་ལས་སླུ་ལེན་བཞིན་གྲུ་བཟོ་བའི་རྣམ་པ་དེ་མཐོང་བས། ཁོང་རབ་དགོད་ཅིག་བྱས་རྗེས། གཞོན་ནུ་རྣམས་ལ"ཁྱོད་ཚོ་ད་ལྟ་བདེ་ཞིང་སྐྱིད་པ་མ་ཡིན་ནམ། འདི་ལྟར་ལས་ཀར་བྲེལ་ནས་བདེ་སྐྱིད་ཡོད་མེད་ལ་བསམ་བློ་ཙམ་ཡང་གཏང་ཁོམ་མེད་དུས། བདེ་སྐྱིད་སྒོ་བུར་དུ་ཁྱོད་ཚོའི་སྙིང་ལ་འོང་ངེས་ཡིན"ཞེས་གསུངས།

དུང་དཀར་འཛུ་བ།

གནའ་སྔ་མོ་ཞིག་ལ། ཚོང་རའི་ནང་དུ་དུང་དཀར་ཉོ་མཁན་མོད་པས། རྒན་པོ་ཞིག་དང་གཞོན་ནུ་ཞིག་མཚོ་འགྲམ་ལ་དུང་དཀར་འཚུ་རུ་སོང་། གཞོན་ནུས་སེམས་ལ་ང་རང་རྒན་པོ་དང་བསྡུར་ཚེ། རྐང་ལག་བདེ་ཞིང་མིག་ཀྱང་གསལ་བས། དུང་དཀར་ཆེ་བ་དང་བཟང་ཤོས་འཛུ་ཐུབ་ངེས་སྙམ་སྟེ། དུང་དཀར་ཆེ་བ་དང་བཟང་ཤོས་རྐྱང་རྐྱང་བསླེགས་ནས་སོང་། ཡིན་ཡང་། རྒན་པོས་བཟང་ངན་ལ་མ་བལྟོས་པར་ལག་ཏུ་གང་འོང་འཛུས་པས། དུས་ཚོད་རིང་པོ་མ་འགོར་བར་ཁུག་མའི་ཕྱེད་ཙམ་གང་། དེའི་ཚེ་ན། རྒན་པོས་གཞོན་ནུའི་ཁུག་མ་ད་དུང་སྟོང་བར་ལུས་པ་མཐོང་ནས། གཞོན་ནུ་ལ"དེ་འདྲས་གདམ་གསེས་མ་བྱས་ན་ལེགས། དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་རིན་ཐང་ཡོད་ལ། དུང་དཀར་ཆེ་བ་གཅིག་དང་ཆུང་བ་འགའི་རིན་གོང་འདྲ"ཞེས་བཤད་ཀྱང་། གཞོན་ནུས་རྒན་པོའི་གཏམ་ལ་སྣང་ཆུང་བྱས་ཏེ། "ང་ལ་མཁོ་བ་ནི་ཁ་དོག་མཛེས་ལ་དབྱིབས་ཆེ་བའི་རིགས་ཡིན། དེའི་རིགས་དང་གཟོད་རིན་གོང་མཐོན་པོར་བཙོང་ཐུབ"ཅེས་ཚིག་ལབ་ཅིག་རྒྱག་ཞོར། སྔར་ལྟར་དུང་དཀར་ཆེ་བ་དང་བཟང་ཤོས་བསླེགས་ནས་སོང་མཐར། ཉི་མ་ནུབ་རིའི་ཕག་ལ་ཡིབ་ཀྱང་། གཞོན་ནུའི་ཁུག་མ་ད་དུང་སྟོང་བར་ལུས་ཤིང་། རྒན་པོས་དུང་དཀར་ཐེག་དཀའ་བ་ཞིག་འཛུས་ཟིན་པ་རེད།

ཟིན་བྲིས། ཤོག་ངོས་འདིའི་ནང་དོན་རྣམས་དྲ་ལམ་ནས་བདམས་པ་ཡིན།

མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་མཚོ་ནུབ་ཁུལ་ཏུའུ་ལན་རྫོང་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་། • ཚེ་འབྲུག་རྒྱལ •

པྲ་སྟི་རབ་རྒྱས་དགོན་ནི་ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་དཔའ་རིས་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་རྫོང་གི་རྫོང་མཁར་ན་ཆགས་ཤིང་། དགོན་པ་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པ་ཏུང་ལ་དག་རྒྱུན་དུ་བཤད་ཚུལ་མང་།

«མདོ་སྨད་ཆོས་འབྱུང»དུ་བཀོད་པ་ལྟར་ན། "པྲ་སྒོམ་ཆོས་ཀྱི་རྗེ་རྗེ་ལ་པྲ་སྟི་སྐར་བ་བཅུ་གསུམ་ཡོད་པའི་ནང་ཚན་པྲ་སྟི་རབ་རྒྱས་དགོན་ནི། ཕ་སྟེ་ཚོ་བའི་བླ་དཔོན་ཟུང་འབྲེལ་སྐར་བའི་ནང་སོ་རིམ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བྱེད། སྟར་གྱུ་བ་རྣམས་ངག་ཏུང་དགོན་པའི་གྲྭ་རྒྱུན་ཡིན་ལ། བར་སྐབས་ཤིག་པྲ་སྟི་ནང་སོ་དཔལ་བཟང་གིས་དགོན་པ་བཏབ་སྟེ་སྡེར་ཚུགས་བཟུང་། ཀུན་གྲོལ་གོང་མའི་སྤྲུལ་སྐུ་དོགས་གནས་ཏེ་ཐུང་ཕྱོགས་སུ་འབྱོངས་པ་ངག་དབང་ཆོས་འཕེལ་རྒྱ་མཚོ་བླ་མར་བླུས། དེའི་སྤྲུལ་སྐུ་འཇམ་སྐྱའི་ཚོ་བར་འབྱོངས་པ་བློ་བཟང་བཤད་སྒྲུབ་ཉི་མ། གསེར་དགོན་དང་དབུས་སུ་ཐུགས་གཉེར་གནང་། མཁས་བཙུན་བཟང་འཛོམས་སུ་གྲགས། སྐུ་ཕྲེང་གསུམ་ཙམ་ཕེབས། པྲ་སྟི་ནང་སོ་སེང་གེ་ཟེར་བ་ཆོས་སྲིད་ཀྱི་མཁྱེན་རྒྱ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་སྐུ་གཤེགས་པའི་ཐོད་ཏུས་ལ་ཨ་ཡིག་རང་ཐོན་བྱུང་བས་ཐམས་ཅད་དད་དེ་སྤྲུལ་སྐུ་བླུས་པ་ལ་མཁན་པོ་ཚང་དུ་གྲགས། གསེར་དགོན་དང་དབུས་སུ་ཕེབས། སྐྱོང་རྫོལ་བླ་མ་སོགས་ལ་གཏུགས། ཟབ་ཆོས་མང་དུ་གསན། སྐུ་ཚེ་ཧྲིལ་པོར་སྒྲུབ་པ་ཉམས་ལེན་ལ་གཞོལ། དེའི་སྤྲུལ་སྐུ་དཔོན་སློབ་གསེར་ཁང་བས་ཐག་བཅད་པ་ད་ལྟ་སྐུ་འབུམ་དུ་ཐུགས་གཉེར་གྱི་སྐབས་སོ། །དགོན་པ་འདེར་གཞི་གསུམ་གྱི་ཕྱག་ལེན། འཛིགས་བྱེད། ཀུན་རིག གནས་བརྟན་མཆོད་ཆོག སྨན་བླ། བསྐང་གསོ། འཆམ། གཏོར་རྒྱག སློན་ལམ་གྱི་ཕྱག་ལེན་སོགས་ངོས་གཙང་ཞིང་། ༧གོང་མ་ཆེན་པོའི་ཞབས་བརྟན་གྱི་དགོན་པ་ཕོག་དཔྱལ་ཅན་གྱི་གྲས་ཡིན། ཐུའུ་བཀྲན་རིན་པོ་ཆེ་ཁྲིར་བཞུགས། སློབ་ཚུང་དུ་པྲ་སྟི་ཞབས་དྲུང་བསྐོས། ཆིང་རྒྱལ་རབས་ཚན་ལུང་སྐབས་སུ་གྲྭ་བ་བརྒྱ་ལྷག་འདུས"ཅེས་འཁོད་འདུག

བཀྲན་ཞུ་ཁྲི་ལོ་ཉེར་གཅིག་པ(སྤྱི་ལོ1895)ལ་རྟོས་འཁྲུག་བྱུང་སྟེ་མཆོད་རྟེན་ཐང་སོགས་རེ་གཉིས་མ་གཏོགས་དཔའ་རིས་ཕྱོགས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཕལ་ཆེར་མེར་བསྲེགས། པྲ་སྟི་དགོན་ཡང་སྐབས་དེར་བསྣུབས། མིང་གོ་ཁྲི་ལོ་བཅུ་གཉིས་པ(སྤྱི་ལོ1922)གཉེར་བ་ཚེ་བ་རྟ་སྐལ་བཟང་གིས་བླ་མའི་བཀའ་ལྟར་དཀར་སྟུད་བྱས་ཏེ་དགོན་པ་སླར་གསོ་མཛད། དེ་ནས་རྟ་སྐལ་བཟང་དང་ཀན་ལྷོ་ནས་བྱོན་པའི་གྲྭ་བ་ཡུང་བློ་བཟང་གཉིས་མཉམ་དུ་ལྷ་སར་ཕེབས་ནས་རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཕྲེང་བཅུ་གསུམ་པར་མཇལ། པྲ་སྟི་དགོན་པ་སླར་གསོ་བྱས་ཚུལ་གྱི་གནད་དོན་རྣམས་ཞུས། ཁོང་གིས་གསེར་སྐུ་དང་གསེར་གྱི་ཐམ་ག གསེར་ཏོག་ཅན་གྱི་གུར། ཆོས་ཆས་སོགས་རྟེན་སྐལ་འགངས་ཅན་གནང་། རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་དུས་སྐབས་སུ་དགོན་པ་ཡང་བསྐྱར་བསྣུབས། ཏང་གི་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ཚོགས་ཆེན་གྱི་རྗེས་སུ་དགོན་པ་སླར་གསོ་བྱས་ཏེ་དེང་ཀུན་གྱི་དད་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་བ་འདི་ལགས།

ཀན་སུའུ་དཔའ་རིས་རྫོང་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་།

• ཡི་དམ •

ཁམ་ཕུ་ཁྲི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ནི་ཕ་ནོམ་ཕེན་ཡིན་ལ། མངའ་ཁོངས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱོན་ལ་སྤྱིར་སྨྱིས་གྲུ་བཞི་མ་ཁྲི18.1ཡོད། མི་གྲངས་ཁྲི1143དང་། མི་རིགས་གཙོ་མེན་རིགས་སོགས་མི་རིགས20ལྷག་ཡོད་པ་རེད།

ཁམ་ཕུ་ཁྲི་རྒྱལ་ཁབ་ནི་ཏའི་རྨིག་ལྟུགས་ཀྱི་དབྱིབས་སུ་གྲུང་ནན་ཕྱེད་གླིང་གི་ལྷོ་རྒྱུད་དུ་མཆིས་ཤིང་། མངའ་ཁོངས་ཀྱི་ཤར་ཕྱོགས་དང་ནུབ་ཕྱོགས། བྱང་ཕྱོགས་ནི་མཐོ་སྒང་ཡིན་ལ། འཁྱིག་ཤིང་འདེབས་འཛུགས་བྱེད་པར་འཚམས་ཤིང་། རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ཆེས་ཆེ་བའི་འཁྱིག་ཤིང་གི་ར་བར་གྱུར་ཡོད། གཡང་ཆགས་པའི་རྒྱུས་ཀྱང་ཆུ་བོ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་དཀྱིལ་དབུས་སུ་དལ་གྱིས་འབབ་ཅིང་། མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཏུང་ལེ་སྦ་མཚོའུ་འམ་ཕ་ནོམ་ཕེན་མཚོའུ་ཡུལ་གྲུ་དེའི་དབུས་ཕྱོགས་སུ་འཕྱེད་དུ་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ཉ་དང་འབྲུ་རིགས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་སུ་གྱུར་ཡོད་པར་མ་ཟད། གྲུང་ནན་ཕྱེད་གླིང་སྟེང་གི་ཆེས་ཆེ་བའི་མཚོའུ་ཡིན། ས་དེ་ནི་ཚ་ཁྱུལ་དུས་རླུང་གི་ནམ་ཟླར་གཏོགས་ལ། ནགས་ཚལ་དང་ཚྭ་མེད་ཆུའི་ཉ་རིགས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། ཨེ་ཤ་ཡ་ཤར་ལྷོའི་འཛུགས་ཚབ་རང་བཞིན་གྱི་ཞིང་ལས་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་ཞིང་འབྲས་དང་ལྷོན་ཤིང་ལིའུ་ལིན་སོགས་འབོར་ཆེན་ཐོན་བཞིན་ཡོད། རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ཡུན་རིང་ཞིང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་མོས་བྱེད་པ་རེད།

གནའ་ཤུལ་གྲགས་ཅན་ཤིན་ཏུ་མང་། དེ་དག་ལས་ཐོའུ་ཀུའུ་ཡི་གནའ་ཤུལ་དག་ནི་བཟེད་ཆགས་ཤིང་ལྟ་བས་མི་ངོམ་པས་ན་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་རིག་གནས་ཉིང་བཅུད་དུ་སྨྲ། གྲོང་ཁྱེར་པ་ནོམ་ཕེན་དུ་དགོན་སྡེ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་དང་སྐྱེས་པ་དག་རང་ལོ20ཡི་སྔོན་ལ་རེས་པར་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཉུང་མཐའ་ཡང་ཟླ་ངོ་གསུམ་ལ་འདུལ་ཁྲིམས་སྲུང་དགོས་པའི་སྲོལ་ཡོད་དོ།།

མཚོ་སྔོན་ཀོས་ནན་རྫོང་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་།

• སྒྲོལ་མ་ཚེ་བརྟན •

སེ་གཡུང་གི་དབྱིབས་ཚུགས་དང་སྐྱེ་གནས།

སེ་གཡུང་ལ་མཁྲིས་སེལ་ཡང་ཟེར། སེ་གཡུང་ནི་དགུན་ཐོག་ལོ་མ་ལྷུང་བའི་ཤིང་ཐན་གྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན། མཐོ་ཚད་ལ་སྨིས1ནས་སྨིས3མཆིས། ཡལ་ག་སྦོམ་ཞིང་སྨུག་སྐྱུར་སྣང་། ལོ་མ་ནི་བྱ་སྒྲོ་ལྟར་སྐྱེས་ཤིང་ཕྱེད་སྒོར་ལྟར་སྣང་ལ། སྡེ་ལོ་རེའི་རིང་ཚད་ནི་རྡོ་སྨིས8ནས་རྡོ་སྨིས20དང་། སྡེ་ལོའི་ཞེང་ཚད་ལ་རྡོ་སྨིས4ནས་རྡོ་སྨིས9ཡོད། ལོ་མའི་སྟེང་དུ་གཉེར་རིས་ཡོད་ལ་ཁོང་རོལ་གྱི་མཐའ་སྐོར་ནི་སོག་ཁ་ཡིན། མེ་ཏོག་ལོ་མ་དང་ཡལ་གའི་བར་ན་བཞད་ཡོད། མེ་ཏོག་གི་ཡུ་བའི་རིང་ཚད་ལ་ལིས་སྨིས1ནས་ལིས་སྨིས2མཚམས། མེ་ཏོག་དཀར་པོའམ་སེར་སྐྱར་སྣང་། མེ་ཏོག་གི་ཚངས་ཐིག་ལ་ལིས་སྨིས2.5ནས་ལིས་སྨིས5ཙམ་མཆིས། མེ་ཏོག་རེར་འདབ་མ་བཞི་རེ་ཡོད། ཚངས་ཐིག་ལ་རྡོ་སྨིས8ནས་རྡོ་སྨིས15ཡོད་པའི་འབྲས་བུ་ནི་སྒོང་དབྱིབས་ལྟར་སྣང་ལ། ཁ་དོག་དམར་པོའམ་དམར་སྨུག་ཡིན། མེ་ཏོག་གི་བཞད་ཡུན་ལོ་རེའི་ཟླ5པ་ནས་ཟླ6པ་དང་། འབྲུ་གུ་ཐོགས་ཡུན་ལོ་རེའི་ཟླ8པ་ནས་ཟླ9པའི་བར་ཡིན། བོད་ཀྱི་སྨན་གཞུང་དུ"སེ་གཡུང་སྡོང་ཕུང་ཆེ་བ་ལ།། ཚེར་མ་དག་གིས་ཐམས་ཅད་ཁྱབ། །ལོ་མ་སྔོར་མོ་ཙུང་ཟད་རྩུབ། ། མེ་ཏོག་དཀར་ལ་འབྲས་བུ་དམར། །རོ་ནི་སྐྱུར་མངར་སྟུམ་པ་ཡིན"ཞེས་བཀོད་འདུག བོད་སྨན་དུ་སེ་གཡུང་གི་ཚེར་མ་མདའ་སྡོ་འདྲ་བ་སྡོང་པོར་སྐྱེས་པ་དེའི་མེ་ཏོག་དང་འབྲུ་གུ་མགོ་བ་ཡིན། སེ་གཡུང་ནི་མཚོ་ངོས་ལས་སྨིས2860ནས་སྨིས4180ཡིས་མཐོ་བའི་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་དང་། མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་དུ་སྐྱེས་འདུག

སེ་གཡུང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་དོན་སྙིང་།

སེ་གཡུང་ནི་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་གི་རི་ངོས་དང་ནགས་འདབས། གྲམ་ཁུགས་བཅས་སུ་སྐྱེ་བའི་ཤིང་ཐན་གྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ལ། བོད་སྨན་གྱི་ཐོན་ཁུངས་སུ་བགྲང་བའི་སྨན་རྫ་དཀོན་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེང་རབས་ཚན་རིག་གི་སྨན་དཔྱད་ལས་ཞིབ་གསལ་ལྟར་ན། སེ་གཡུང་གི་མེ་ཏོག་དང་འབྲུ་གུ་ནི་རོ་སྐྱུར་ཞིང་མངར་བ་ཞིག་ཡིན་པས། མཁྲིས་ནད་དང་མགོ་ན་བ། སྐྲུགས་མེར་ལང་བ། མིག་རྩ་དམར་བ་བཅས་ཀྱི་ནད་གསོ་ཐུབ་ཟེར། བོད་ཀྱི་སྨན་གཞུང་དུ"སེ་བས་རྩ་སྨུགས་ནད་རྣམས་སྟུད"ཅེས་དང་། "སེ་བས་གློ་ནད་སེལ་བར་བྱེད" "རང་གི་ནུས་པས་ཀླུང་མཁྲིས་སེལ"ཞེས་འཁོད་ཡོད་པས། སེ་གཡུང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པ་ནི་རང་གི་ཕ་ས་ཕ་ཡུལ་གྱི་སྔོ་ལྗང་སྡོད་བཅུད་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པ་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས་ཤིང་། བོད་སྨན་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱུན་འགག་ཏུ་མ་བཅུག་པ་དང་མཚུངས་པས། ང་ཚོས་སེ་གཡུང་སྐྱེ་སའི་ཁོར་ཡུག་ལ་སྲུང་སྐྱོབ་གང་ལེགས་བྱས་ཏེ་དབྱར་མཇུག་སྟོན་མགོར་སྨན་རྩྭ་འཐུ་སྐབས་སེ་གཡུང་གི་མེ་ཏོག་དང་འབྲུ་གུ་འཐུ་བ་ལས་སེ་གཡུང་གི་གཞུང་རྩ་དང་རྩད་པར་གང་འདོད་དུ་གནོད་བསྐྱལ་མི་རུང་ངོ་།།

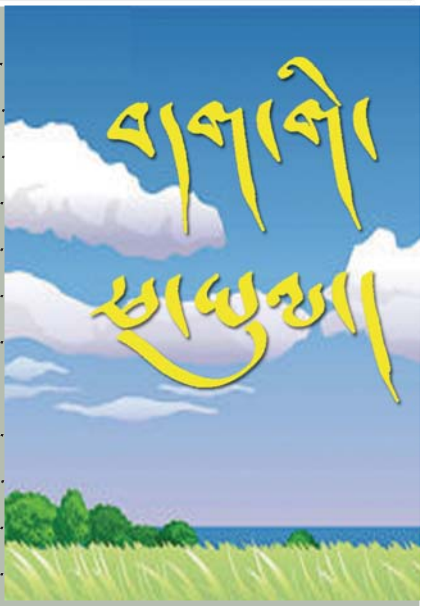
Shangri-la Institute

མཚོ་སྔོན་ཟི་ལིང་། • སྐལ་བཟང •

ཀ་བ་གདུང་ལྟམ་མེད་པའི་ཁང་བཟང་ནས།།
ཁ་བཏ་མང་པོས་ཉེ་མ་མི་གཏོང་བར། །ག་ས······
གང་དུ་སོང་ཡང་བསླབ་ལ་བརྩོན། །ང་ཡི་ཚིག·····
འདིར་ཉོན་ཀྱི་གྲོགས་པོ་ཚོ། །ཅ་རིལ་བཞིན་དུ·····
བཀུམ་ནས་མི་སྡོད་པར། །ཆ་ལུགས་བོད་དང······
མཐུན་པར་རྒྱུ་འབྲས་སྐྱོངས། །ཉ་མོ་ཆུ་ནང········
འཁྱུག་འདྲའི་རིག་སྟོབས་སྐྱེད། །ཏ·······
རེས་ཚན་རིག་དར་བའི་དུས······
རབས་འདིར། །ཐ་ཚད་མི་
ཞིག་མི་བྱེད་དམ་བཅའ···
སྲུངས། །ད་ནས·········
བསླབ་ལ་བརྩོན་པའི·····
འདུན་མ་ཚུགས། །ན···
ཚོད་ནམ་ཤར་ནམ་མཁའི་
སློག་ལས་མྱུར། །པ་སངས···
མདོག་ལྟར་དཀར་བའི་རང·········
མདངས་དགོས། །ཕ་མའི་ཁ་ལ་མཉན་པའི····
བརྩེ་བ་དགོས། །བ་ལང་སྒྱིད་བརྩོག་དོར་ཏེ་ཡར··
སྟོས་གྱིས། །མ་བཟང་གཤིས་འཇམ་ལྷ་བུར་ཀུན···
མཐུན་བྱོས། །ཙ་རི་གངས་རིས་བསྐོར་བའི་ལྷ······
ལའི·········
སྙོངས། །
ཚ་བ·········

དབེན་པའི་བསིལ་ལྡན་སྨན་ལྗོངས་འདིར། །ཛ་ར
ཛོ་རེ་མ་འདུག་རིགས་མཐུན་ཀྱི། །ཝ་མོ་ལྟ་བུའི····
གཡོ་ཁྲམ་རིང་དུ་སྤོངས། །ཞྭ་མོ་གསེག་གིས་སྒྲོན··
པའི་ཕོ་གསར་དང་། །ཟ་སྒྲོན་མངར་འཇམ་རོལ··
བའི་མོ་གསར་ཀྱི། །འ་ཅག་བོད་མིའི་སྲོལ་བཟང··
མ་དོར་བར། །ཡ་མཚན་ཁྱད་གཤིས་རང་གིས······
གཅེས་འཛིན་གྱིས། །ར་བ་གངས་ཀྱིས···
བསྐོར་པའི་མཐོ་སྒང་འདིར། །
ལ་ལུང་ཆུ་ཕྲན་སྤུང་ཐང་སྣ··
ཚོགས་གྲུབ། །ཤྭ་བ་ཡུ····
མོའི་ཁྲུ་ཚོགས་གང་སར་
གདའ། །ས་ཆ་འདི་ནི··
བོད་པའི་གཞིས་ཁྱིམ·····
ཡིན། །ཧ་ཅང་དྲང་པོར་
བྲིས་པའི་ཀ་རྩོམ་འདི། །ཨ··
མདོ་རྟེན་ཇོང་ཁྲི་ཀའི་སློབ་འབྲིང··
ནས། །དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་དཔྱིད་ཀྱི་ཕོ·
ཉ་མོས། །མགྲིན་སྙན་རྒྱང་གླུ་ལེན་བཞིན་འཕུར···
ཏེ་སོང་། །

མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་ཁྲི་ཀ་རྫོང་མི་རིགས་བཅའ་
སྡོད་སློབ་གྲྭའི་དམའ་འབྲིང་གསུམ་པའི་
འཛིན་གྲྭ་དང་པོ།
• སྐལ་བཟང་ཚོས་འཕེལ •

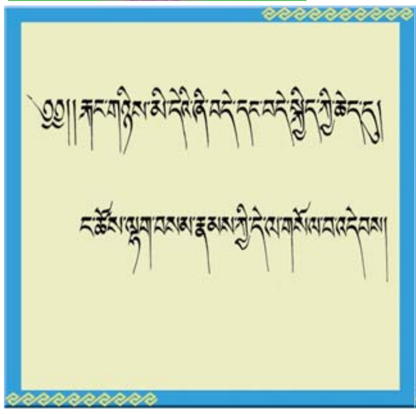


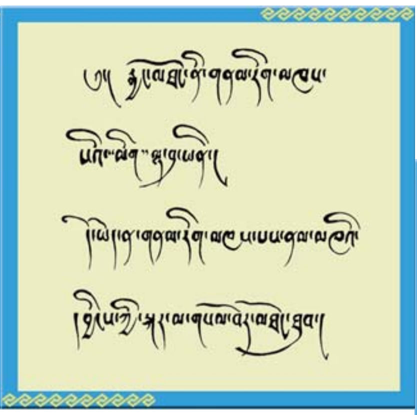
བདག་གི་ཕ་ཡུལ་ནི་མདོ་སྨད་ས་ཡི་ཐིག་ལེ་ཁྲི་ཀ·····
རྫེན་རྫོང་ཕྱུག་མོའི་ཆར་གཏོགས་འཕྲང་དམར་གྲོང་རྡལ་
ཀྲང་ཚ་གཡང་སྡེ་ཕྱུག་མོ་ཡིན། གནས་འདི་ནི་བུ་མོ·······
ངའི་འཛིག་རྟེན་འདིར་ཆེས་ཐོག་མའི་ལྟེ་ཁྲག་འཐོ········
སའང་ཡིན་ལ། བུ་མོ་ངའི་སེམས་སུ་གནས་འདི་ནི་སྲུམ་
རྩེན་གནས་ལ་བསྟུན་པར་ནུས་པའི་གནས་མཆོག་ཅིག···
ཡིན་པར་འདོད་ཡོད་ལ། གནས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས··
པ་ནི་སྔོན་བསགས་ཀྱི་ལས་འབྲས་བཟང་པོའི་དྲིན་ཡིན···
པར་སེམས་ཀྱིན་ཡོད།

ངའི་ཕ་ཡུལ་གྱི་སྟོད་ཕྱོགས་སུ་མཐོན་མཐིང་མཁའ···
ཡི་རྐོད་པོའི་གཡོག་ཟུང་ལ་རེག་པའི་ས་འཛིན་དཀར······
པོའི་ཕྲེང་བསྐྲིགས་ཡོད་ལ། བར་དུ་ཆར་གྱི་དངོས་གྲུབ··
སིམ་པར་འཇོ་བའི་གཡུ་ཡི་གཞོང་བ་གཟེད་འདྲའི་ཉེའུ···
གསིང་ཆགས་ཡོད། སྨད་དུ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་ཆུ་བོས་རྒྱུད་མངས་ཀྱི་དབྱངས་ཧ་འཁྲོལ་བཞིན་ཤར·······
ཕྱོགས་སུ་བརྒྱུགས་པ་དང་ཆབས་ཅིག ལྡང་ཏིག་ཏིག་གི་སྤང་ལྗོངས་ཀྱི་ཕང་བ་ཉ་རྣམ་རིག་ཀྱུག་ཀྱུག་གི་ལུག་··
ཁྲུ་སྐོར་ཞིག་གི་འབབ་སྒྲ་དང་། ཞོལ་རྩིད་ལྷེམ་ལྷེམ་གྱི་ནོར་ནག་ཁྲུ་ཞིག་གི་དུར་སྒྲ། རྫོག་མ་ལྷེམ་ལྷེམ་གྱི་རྟ···
ཕོ་ཁྲུ་ཞིག་གི་འཚེར་སྐད་བཅས་ཀྱིས་རྫི་པོའི་གླུ་འགྱུར་ལ་རམ་འདེགས་བྱས་ནས་སྙན་ཞིང་འཇེབས་པའི་སྣ······
འཛོམས་རོལ་དབྱངས་ཤིག་འཁྲོལ་བཞིན་ཡོད། ཉེ་འདབས་ཀྱི་ལྗུག་པོར་བཞད་པའི་མེ་ཏོག་དང་རྩྭ་སྔོན་ལ····
སྦྲང་ལས་ལྡག་པའི་མཛེས་སྡུག་གི་དཔལ་ཞིག་སྦྱིན་སོང་།

ངའི་ཕ་ཡུལ་གྱི་སྡེ་མི་ཡོངས་ནི་ལས་ལ་བརྩོན་ཞིང་སེམས་པ་དུང་ལྟར་དཀར་ཞིང་། གཞན་ཕན་གྱི་ལྷག···
བསམ་ལྡན་པ། སྙིང་རྗེ་དང་དྲང་བདེན་ལ་བརྩོན་པར་སྨྲ་བའི་མི་གཤིས་བཟང་པོ་ལྡན་པས་ང་ནི་ཕ་ཡུལ་ལ···
དགའ་ཞིང་། ཕ་ཡུལ་གྱི་མི་དམངས་ལ་དེ་བས་ཀྱང་སོས།

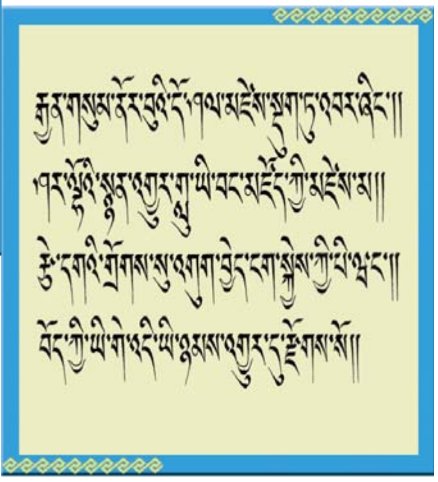
མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་མཚོ་ལྷོ་ཁུལ་ཁྲི་ཀ་རྫོང་མི་རིགས་བཅའ་
སྡོད་སློབ་གྲྭའི་དམའ་འབྲིང་གསུམ་པའི་
འཛིན་གྲྭ་གསུམ་པ།
• ཚེ་ཐར་སྐྱིད •



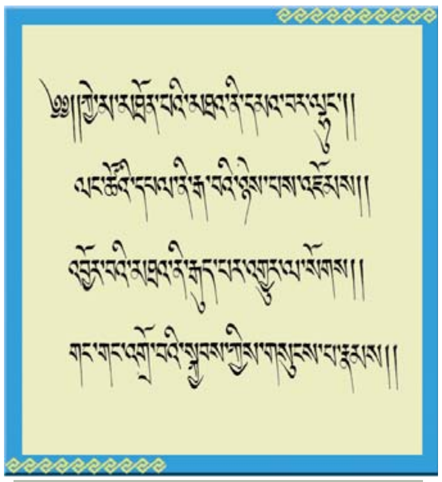


ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་དཔའ་རིས་རྫོང་མི་རིགས་
སློབ་འབྲིང་གི་དམའ་གཅིག་གསུམ་པ།
• དཔལ་བོ་ཚེ་རིང་ •

མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་རྩེ་ཁོག་རྫོང་དམའ་རིམ་སློབ་
འབྲིང་གི་སློབ་རིམ་དྲུག་པའི་འཛིན་གྲྭ་གཉིས་པ།
• མདོ་སྡེ་སྐྱབས •



ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་གཙོས་བོད་རིགས་སློབ་འབྲིང་
གི་དམའ་གསུམ་འཛིན་གྲྭ་དང་པོ།
• བླ་བ་དོན་གྲུབ •

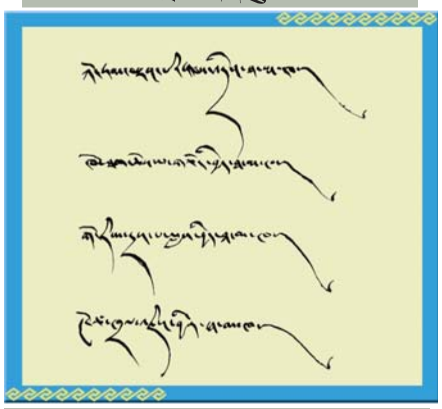


ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་གཙོས་བོད་རིགས་སློབ་འབྲིང་
གི་དམའ་གསུམ་འཛིན་གྲྭ་དང་པོ།
• བློ་གྲོས་རྒྱ་མཚོ •

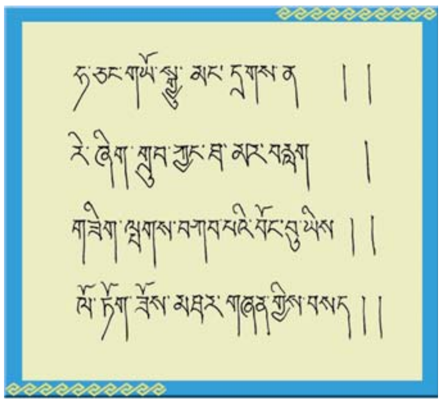
ཡང 815 པ།

པར་ལེན་མཁན། • ཡ་གི་རྫོ་རྗེ •

ཁ་བྱང་འབྲི་མཁན། • བསྟན་གོ •



ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་གཙོས་བོད་རིགས་སློབ་འབྲིང་གི་
དམའ་འབྲིང་གསུམ་པའི་འཛིན་གྲྭ་བཞི་པ།
• མགོན་པོ་རྣམ་རྒྱལ •



མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་རྩེ་ཁོག་རྫོང་དམའ་རིམ་སློབ་
འབྲིང་གི་སློབ་རིམ་ལྔ་བའི་འཛིན་གྲྭ་གཉིས་པ།
• སྲས་བཟང་དོན་གྲུབ •

ཤེས་བྱ་ངོ་སྤྲོད།

"ས་འགྲུལ་སྤྲིན"ནི་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན།

ས་འགྲུལ་འབྱུང་ལ་ཉེ་སྐབས། ནམ་མཁར་དུས་རྒྱུན་པར་ཡ་མཚན་པའི་སྤྲིན་གྱི་བང་རིམ་ཞིག་མངོན་ངེས་ཤིང་། སྤྲིན་ཕུང་དེས་མཁའ་དབྱིངས་ཁག་གཉིས་སུ་བགོ་སྲིད། སྤྲིན་ཕུང་དེའི་ཁ་དོག་འདྲ་མཚུངས་མིན་པར་སྐབས་རེར་དཀར་པོ་དང་ཐལ་མདོག སེར་པོ་སོགས་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་འབྱུང་སྲིད།

ཡ་མཚན་པའི་སྤྲིན་ཕུང་དེ་སྤྱིར་བཏང་དུ་ནངས་མོ་དང་ས་སྲོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འབྱུང་ཞིང་། ཁྱབ་ཡུལ་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་དེ་ཏག་ཏག་ལ་ས་འགྲུལ་འབྱུང་སའི་གནས་དང་དྲང་འཕྱང་དུ་གནས་འདུག སྤྲིན་པ་འདི་དག་ས་འགྲུལ་མ་བྱུང་ཡར་སྔོན་དུ་འབྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས། མི་རྣམས་ཀྱིས་དེར"ས་འགྲུལ་སྤྲིན"ཟེར། མི་ལ་ལས་ས་འགྲུལ་སྤྲིན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་གཞིགས་ནས་ས་འགྲུལ་སྔོན་བརྡ་གཏོང་བའི་བྱེད་ཐབས་དེར་ཡིད་རྟོན་བྱ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། 1948ལོའི་ཟླ6པའི་ཚེས27ཉིན། ལྗར་པན་གྱི་མི་ཞིག་གིས་རང་རྒྱལ་གྱི་ནེ་ལང་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་ནས"ས་འགྲུལ་སྤྲིན"མཐོང་ནས་ས་དེར་ས་འགྲུལ་འབྱུང་བར་ཧེང་ཐག་བཅད། ཉིན་གཉིས་པར། ལྗར་པན་གྱི་སྒྲ་ཅང་ལ་ཚད་རིམ7.3ཅན་གྱི་ས་འགྲུལ་བྱུང་། 1976ལོར་རང་རྒྱལ་གྱི་ཐང་ཧྲན་ས་འགྲུལ་མ་བྱུང་བའི་ཡར་སྔོན་དུའང་མི་ལ་ལས"ས་འགྲུལ་སྤྲིན"ལ་ལྟ་ཞིབ་བྱས་ནས་ས་འགྲུལ་འབྱུང་བར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་རེད། འོ་ན་ས་འགྲུལ་སྤྲིན་དེ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་རེད་ཅེ་ན། དེ་ལ་བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། བཤད་ཚུལ་གཅིག་ནི་ས་འགྲུལ་འབྱུང་ལ་ཉེ་སྐབས། སའི་གོ་ལའི་ནང་ཁུལ་གྱི་ཚ་རླངས་ཡོད་ཚད་ས་འགྲུལ་འབྱུང་སའི་གནས་དེར་འདུས་ཡོད་པ་དང་། ས་ངོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཚ་རླངས་དེ་ཕྱིར་གཏོང་བ་ཡིན་པས། མཁའ་དབུགས་ལ་ཚ་དྲོད་ཐེབས་ཤིང་། དྲོད་ཚད་ཇེ་མཐོར་ཕྱིན་པ་དང་བསྟུན་ནས་འཕར་སྐྱེད་རླུང་རྒྱུན་བྱུང་བ་རེད།

རླུང་རྒྱུན་དེ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འཕགས་རྗེས། ཕྲ་ཞིང་རིང་ལ་དབྱིབས་གཟུགས་འབྲས་རྩིའི་ཐག་པ་དང་མཚུངས་པའི"ས་འགྲུལ་སྤྲིན"བྱུང་བ་དང་། སྤྲིན་གྱི་མཇུག་སྣེ་ས་འགྲུལ་འབྱུང་སའི་ཕྱོགས་དེར་གཏད་ཡོད་ཟེར།

བཤད་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནི་ས་འགྲུལ་མ་བྱུང་བའི་ཡར་སྔོན་དུ་ས་འགྲུལ་འབྱུང་ཡུལ་གྱི་བྲག་རྗེ་རིམ་པར་གནོན་ཤུགས་ཐེབས་པའི་བྱེད་ནུས་འོག་གཙུབ་བརྡར་ཆེན་པོ་བྱུང་ཞིང་། གཙུབ་བརྡར་ལས་ཚ་རླངས་འཕོར་ཆེན་ཐོན་པ་དང་། ཚ་རླངས་དེ་ས་ངོས་ལས་ཕྱིར་བུད་དེ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འཕགས་སྐབས། དེ་གཟོད"ས་འགྲུལ་སྤྲིན"བྱུང་བ་རེད།

རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་ལ་བ་ཚྭ་འདྲེས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཅི།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱ་མཚོ་མཐོང་སྐྱོང་ཆེ། རྒྱ་མཚོའི་ཇམ་བརྗིད་ཀྱིས་ཁྱོད་རང་སྤྲ་བཀོང་བར་བྱེད་ངེས་ཡིན་ལ། སྔོ་ལྗེམ་མེའི་མཚོ་ཆུ་ཁ་ལ་རེག་པ་ཙམ་གྱིས་ཁྱོད་ལ་ཕངས་སེམས་ཤིག་ཀྱང་ཅིག་ཅར་དུ་སྤྲིན་སྲིད། འོ་ན་ཅིའི་ཕྱིར་རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་དེ་གཙང་པོ་དང་མཆེའུ་སོགས་ཚྭ་མེད་ཆུ་དང་མི་མཚུངས་པར་རོ་ཁ་ཞིང་ལན་ཚྭ་བ་རེད་ཅེ་ན། དང་ཐོག་རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་དེ་ཡང་གཙང་པོ་དང་མཆེའུ་སོགས་དང་མཚུངས་པར་ཚྭ་མེད་ཆུ་བོ་ཡིན་མོད། ཡིན་ནའང་སའི་གོ་ལའི་སྟེང་གི་ཆུ་ནི་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་འགྲུལ་སྐྱོད་དང་འཁོར་རྒྱུག་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས། ལོ་རེར་མཚོ་ངོས་ནས་ཆུ་གཟུགས་རླངས་པར་འགྱུར་ཚད་ཁྲུན་དུང་ཕྱུར1.25ཡན་དུ་བསླེབས་ཡོད་ཅིང་། ཆུ་གཟུགས་དེ་དག་བར་སྣང་དུ་འཕགས་རྗེས་ཆར་དང་ཁ་བར་གྱུར་ནས་ཕྱིར་སྐམ་སའི་གནས་གང་སར་འབབ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། ཆར་བ་དང་ཁ་བ་དེ་དག་ས་ཐོག་ཏུ་བབས་རྗེས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུས་ནས་ཆུ་རྒྱུན་ཞིག་གྲུབ་སྟེ། མཚམས་མི་ཆད་པར་བྲག་རྗེར་གཏོར་བརླག་དང་ས་ཤུན་ཆུ་བཤལ་བྱས་ནས་བྲག་རྗེ་དང་ས་ཤུན་ཁྲོད་འདྲེས་སླ་བའི་དངོས་པོ་སྣེ་དེའི་ཁྲོད་ཀྱི་མང་ཆེ་ཤས་ནི་ཚྭ་རིགས་ཀྱི་དངོས་གཟུགས་ཡིན་ཞིང་། དངོས་གཟུགས་དེ་དག་ཆུས་ཁུར་ནས་གཙང་པོའི་ནང་འབབ་པ་དང་། གཙང་པོ་སླར་ཡང་རྒྱ་མཚོར་ཕྱིར་འབབ་ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད།

འདི་ལྟར་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་འཁོར་རྒྱུག་རིམ་པ་ཞིག་བརྒྱུད་བཞིན་རྒྱ་མཚོས་མཚམས་མི་ཆད་པར་གཙང་པོའི་ཆུ་རྒྱུན་སྡུད་ལེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་སྐབས། ཞོར་དུ་བ་ཚྭའི་རིགས་འདུས་པའི་དངོས་གཟུགས་གསོག་ཉར་བྱས་པ་རེད།

མཚོ་ཆུ་རླངས་པར་འགྱུར་བའི་གོ་རིམ་ཁྲོད། རྒྱ་མཚོས་སྡུད་ལེན་བྱས་པའི་ཚྭ་རིགས་དངོས་གཟུགས་དེ་རླངས་པ་དང་ལྷན་དུ་བར་སྣང་དུ་འཕགས་མི་ཐུབ་པར་མཚོ་ནང་དུ་བསགས་པ་དང་། དེ་ལྟར་ལོ་ཟླ་མང་པོ་ཞིག་བགོར་རྗེས་མཚོ་ཆུ་དེ་རིམ་བཞིན་བ་ཚྭ་ལྡན་པའི་ཆུ་རུ་གྱུར་པ་རེད། བརྒྱུད་རིམ་དེར་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་དགོས་ཤིང་། ལོ་ངོ་ས་ཡ་དུ་མའམ་ཡང་ན་དེ་ལས་རིང་བའི་དུས་ཡུན་དགོས་པ་རེད།

མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་རྩེ་ཁོག་རྫོང་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་།
• རིན་གྲུབ •

བར་མཚམས་རྩོམ་སྒྲིག་པ།
མཁའ་འབུམ་ཡག
མཛེས་རིས་བཀོད་སྒྲིག་པ།
ཕྲུག་འཚོ་སྐྱིད།