

ཏུས་ནགས་ཀྱི་འཕར་ཅུ།

བདེ་འཚོས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

མི་དགལ་དཔེ་ལྷན་ཁང་།

802574

དུས་རབས་ཀྱི་འཕར་ཚ།

པར་འཛུགས་ཚུལ་གྱི་བྱས།

མི་ཤིག་ལ་དེ་ལྟར་བྱས།

ཚམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་པ།
责任编辑：
མདུན་ཤོག་མངོས་རིས།
装帧设计：

ཆོ་རིང་གཡུ་སྒྲོན།
次仁玉珍
ཀམ་དོ་ཐེ་ཆོ་རིང་།
吾 要

བྱམ་རབས་ཀྱི་འཕར་ཆ།
བསྐྱེད་ཆོས་ཚམ་སྒྲིག་བྱས།

*

མེ་རིགས་དཔེ་སླུ་ཁང་གིས་བསྐྱུན་ཞིང་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས།

(པེ་ཅིན་རྫོང་ཁེ་ལི་བྱང་ལམ་ཨང་14པ། སྤྱུགས་ཨང་100013

ཁ་པར་ཨང་གྲངས་64234411—6511)

ཉི་ཞེན་པར་ཁང་ནས་པར་བཏབ།

1999ལོའི་ཟླ་12པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲགས།

1999ལོའི་ཟླ་12པར་པེ་ཅིན་བྱམ་རབས་དང་པོ་བསྒྲགས།

དེབ་ཆད། 787×1092 1/32 དཔར་ཤོག་7.25

དཔར་གྲངས། 0001—1000 དེབ་རིན་ཆོར་8.20

图书在版编目(CIP)数据

时代的脉搏:藏文/白玛措编著. —北京:民族出版社,
1999. 11

ISBN 7—105—03466—1

I. 时… II. 白… III. 少数民族文学—文学评论—中国—
文集—藏语 IV. I206

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 29936 号

72065147
—————
2615

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

迪鑫印刷厂印刷

各地新华书店经销

1999 年 12 月第 1 版 1999 年 12 月北京第 1 次印刷

开本:787×1092 1/32 印张:7.25

印数:0001—1000 册 定价:8.20 元

该书如有印装质量问题,请与本社发行部联系退换
(总编室电话:64212794;发行部电话:64211734)

དཔེ་རྒྱན་གསལ་བཤད།

ཤེས་ལྡན་པ་རྣམས་ཚུལ་གྱིས་གནང་བའི་《དུས་རབས་གྱི་འཕར་
 ཅུ་》ཞེས་པ་ནི་རང་རེད་པོ་ལྷན་གྱི་གཞི་ལྷན་ཚུལ་པ་པོ་དགུ་ལྔ་པ་མཆོས་ལྷན་གནང་
 བའི་ཚུལ་ཡིག་ལ་དབྱེད་གཏམ་བཞུགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གིས་ཚུལ་
 ཡིག་ལ་དབྱེད་གཏམ་བཞུགས་པ་མ་ཟད་ཚུལ་པ་པོ་དགུ་པོ་འཆར་ཁོང་གྱུར་
 བའི་མ་རྒྱུས་ཡང་ངོ་སྤྲོད་ཁ་གསལ་གནང་ཡོད། 《དུས་རབས་གྱི་འཕར་
 ཅུ་》ཞེས་པ་སྟོན་རྗེས་དེང་རབས་པོ་དགུ་ལྔ་པ་མཆོས་ལྷན་གྱི་སྟོན་ཡོན་དང་།
 རྟོན་སྟོན་ལ། དམིགས་བྱ་བཅས་གསལ་པོ་ཤེས་བྱུང་པ་མ་ཟད། པོད་
 རིགས་གྱི་འཆོ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་དང་། པོད་གངས་ཅན་གྱི་རིག་གནས་གྱི་
 བྱེད་ཆོས་སོགས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ལ། པོད་གྱི་ཚུལ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་
 བའི་མ་རྒྱུས་སོགས་ལྟར་བཤད་ནའང་དེང་རབས་ཚུལ་རིག་གི་སྟོན་ཡོན་ལ་
 དབྱེད་གཏམ་བཞུགས་པའི་དེང་གསལ་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་ཀྱང་བཤད་ཆོག

དེ་མིན་དེང་འདིའི་ཚུལ་སྟོན་སོགས་གྱི་བའི་ཐད་འགྲིག་མིན་གྱི་
 ཆ་མང་ཅམ་ཡོད་ཅེས་པས་རྒྱ་ཆེད་སྟོན་པ་པོ་ལྟར་རྒྱས་ལྡན་སྟོན་སེལ་དག་
 སྟེལ་ལ་སྟན་པའི་དགོངས་འཆར་རྣམས་ཚུལ་ཡོད་པ་བྱ་རྒྱ་དང་བཅས།

མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་།

དཀར་ ཆག

ཕྱོན་འགྲོའི་གཏམ།

—— རེབ་གོང་རྩོམ་མཁར་གྱིས་བྲིས། (1)

གཙོད་པ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས། (7)

《ཕྱིར་ལོག་པ་》ཞེས་པ་ལས་འདས་པའི་བསམ་གཞིགས།

—— གཙོད་པ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཚྭ་ཡིག་བསྟུགས་པའི་འཆར་ལྗང་།
..... (11)

ང་དང་ངའི་ཚྭ་ཡིག་ (19)

བབ་ཆགས་པའི་འཕྱལ་གྱི་ཅེ་དགའ།

—— དཀོན་ལོའི་ཚྭ་ཡིག་བསྟུགས་པ། (27)

ཁོ་དང་ཁོའི་མི་ལམ། (41)

རིག་གནས་འགྱུར་བ་འབྱུང་བཞིན་པའི་ཁྲོད་ཀྱི་བོད་མི།

—— བཀ་ཤིས་དཔལ་ལྷན་གྱི་བཅམས་སྦྱང་བསྟུགས་པ། (67)

རང་གི་བྱུང་བ་མདོ་ཅམ་ཞུ་བ། (95)

སེམས་གཏིང་ནས་འཕྲིན་པའི་རེ་འདུན།

—— ཚྭ་པ་བཀ་ཤིས་ཀྱི་ཚྭ་ཡིག་བསྟུགས་པ། (99)

མགར་ཅེ་ན་མགྱིན་རྒྱལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས། (111)

- “ལང་ཚོ་འོ་བུ་ཆུ་”ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱབས་ཀྱི་སྒྲུགས་ལ།
 —— བཀར་ཅེ་ན་མགིན་རྒྱལ་གྱི་ཚྭ་མ་ཡིག་བསྐྱགས་པ། (123)
- རང་གིས་རང་སྒྲུབ།
 —— ཆས་པ་ན་མགིན་ཚེ་རིང་གིས་བྲིས། (132)
- བཅེ་མེམས་ཀྱིས་འབྱུང་བའི་གངས་ལྗོངས།
 —— ཆས་པ་ན་མགིན་ཚེ་རིང་གི་ཚྭ་མ་ཡིག་བསྐྱགས་པ། (139)
- རང་གི་ལོ་རྒྱུས། (156)
- ཚྭ་མ་རིག་ལ་འབྱུག་པའི་ཚུང་ཚར་ཚར་བ།
 —— རྟོ་རྟེ་གཙོད་པས་བྲིས། (167)
- མིག་གི་བདུད་ཚིར་འབྱུང་བའི་མཛེས་སྟུགས་གི་རི་མ།
 —— རྟོ་རྟེ་གཙོད་པའི་སྟུགས་ཚྭ་མ་བསྐྱགས་པ། (172)
- དགོན་མཆོག་སྐྱབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས། (181)
- མཆར་སྟུགས་འོད་སྟོང་འབར་བའི་ཁ་སང་གིས་དེ་རིང་གི་ཆབ་
 བྱེད་མི་བྲུབ།
 —— དགོན་མཆོག་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱུང་བྱུང་《ཁྱིམས་ལྷགས་
 ཀྱི་རྒྱ་མའི་ཕྱིར་དུ་》བསྐྱགས་པའི་འཆར་སྤང་། (184)
- ཁུང་ཐར་རྒྱལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས། (196)
- ཞིབ་དུ་བསྐྱགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྩོམ་སྤང་།
 —— ཁུང་ཐར་རྒྱལ་གྱི་ཚྭ་མ་ཡིག་བསྐྱགས་པ། (206)
- མཐུག་བྱང་། (219)

ཕྱིན་འགྲོའི་གདམས་

ས་ལ་དག་བ་བཅུ་འེད་པ་ལ་གྱིས་མངོན་པར་ཐུག་པའི་གངས་ཅན་
 ཕྱིངས་ལ་ཡུན་རིང་གི་ལོ་རྒྱུས་གཟི་བྱན་ལྷ་མ་མེར་འབར་བ་དང་།
 འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་གཞན་པ་ན་མས་གྱིས་འགྲམ་ཆུད་བར་མེད་ཏུ་ལྡང་
 བའི་རིག་གནས་གཙུག་ལག་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་ཁྱེད་པས། བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་
 ཡུལ་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཉི་བ་དང་། རྟེན་རིག་གི་པ་ས། རྒྱ་ཆལ་གྱི་
 འཕྱུར་གནས་... རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱ་མཚོ། ཆོས་རིག་གི་བར་མཛོད་ཅིག་ཡིན་
 ཞེས་བཤད་པས་བཛོད་ཀྱི་རྩལ་མ་ས་གསུམ་མུ་རན་མེད་པར་འཁྲོལ་བའང་
 ཏོན་ལ་གནས་པར་མེས་ས། དེ་ཡང་མཁྱེན་དཔྱད་ཉི་མ་སྟོང་ཐུག་ལྷན་
 ཅིག་བཅེགས་པ་ལྟར་གསལ་བའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ལྷ་མ་ན་མས་གྱིས་ཏུས་
 ཡུན་རིང་བོར་ཆོས་ལུགས་དང་། མཚན་ཉིད་རིག་པ། ལོ་རྒྱུས་... རྒྱ་
 ཆལ་བཅས་ཀྱི་སྒྲིགས་པ་མ་སྒྲིང་ཆེན་ཕྱེ་བ་ཐུག་མཁུའི་རྒྱལ་ཁལ་ལོངས་པ་
 དེ་མཛད་ནས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལྷན་ལས་ཐུན་ཆོགས་དར་རྒྱས་ཏུ་འགྲོ་
 བའི་སྒྱེན་ཏུ་ལྷུ་ལོད། དེ་མིན་ཆོས་རིག་གི་སྐད་ནས་བཤད་ན་འང་མོད་
 ལ་སྟོག་མཁན་མཐའ་ཡས་པའི་མིག་གི་བདུད་ཅི་དང་། ཡིད་ཀྱི་གསེས་
 ཐོན། རྒྱ་བའི་བཅུད་ལེན་ཏུ་འཕྱུར་པའི་སྒྲན་ཆོས་མང་ཏུ་མཆིས་ཏེ།

དཔེར་ན་ཐོད་མི་རིགས་ཀྱི་ནམ་དུང་རིག་པའི་འཕུལ་ལས་ལེགས་པར་
འབྲུངས་པའི་《སྒྲིང་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་རྒྱང་》ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཐོད་མི་རིགས་ལ་ཉག་ཕུན་མཛེས་ལས་དྲང་བའི་གཞུང་རྒྱུད་དང་།
གཡང་དཀར་བལ་ལས་འཇམ་པའི་གཤེས་རྒྱུད། སླ་བའི་འོད་ལས་
དཀར་བའི་ལྷག་བསམ། ཉམ་ཐག་ཞབས་ནས་སྦྱར་བའི་སྒྲིང་རྩེ་བཅས་
ལྷན་སྦྲེས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་གདོད་མ་ཉིད་ནས་ཡར་བས་ཀྱི་ལྷགས་སུ་
འབྱུག་པར་བསྐྱལ་བའི་ལྷན་རག་གི་བརྗོད་བྱ་ཞིག་ཡིན་པས། ཀྱན་གྱི་ན་
བར་སྒྲན་ཞིང་ཡིད་དབང་གི་བརྟན་པ་རང་དབང་མེད་པར་འཕྲོག་པའི་
《མི་ཆོས་གནད་ཀྱི་ཕྱིར་བ་》དང་། 《རྟག་ཏུ་བྱའི་རྟགས་བརྗོད་》།
《ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་》། 《གཞོན་ནུ་སྒྲ་མེད་》། 《སྤྲོབ་གཉེར་བསྐྱབ་
བྱ་》། 《མི་ལ་རས་པའི་མགུར་》། 《སྐལ་ལྷན་མགུར་མ་》། 《རྒྱལ་པོ་
སྤྱོན་གྱི་བཞོན་པ་》སྟགས་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀར་སྒྲན་རག་གི་ཉམས་ཚུལ་
མེད་དུ་ཐོན་པའི་མགུར་དང་། ལེགས་བཤད། བསྐྱབ་བྱ། རྒྱང་
གཏམ། ལྷན་རག་རྟགས་བརྗོད། སྒྲས་གར་གྱི་བསྟན་བཅས་
གཏམ་རྒྱུད་བཅས་ཚུལ་པ་པོའི་སྒྲན་ཚུལ་སུ་ཆེན་རྒྱལ་གྱི་གངས་ལ་འགྲན་
རུས་པ་ཞིག་མཛད་ཡོད། དེ་ཡང་ཐོད་ཀྱི་ཚམ་རིག་ལ་བསྐྱལ་བ་ཡ་ཐོག་
གི་ཚམ་རིག་དང་། གནའ་རབས་ཀྱི་ཚམ་རིག་ ཉེ་རབས་ཀྱི་ཚམ་རིག་
དེར་རབས་ཀྱི་ཚམ་རིག་བཅས་ཁག་བཞིར་དབྱེ་བར་འོས་ཤིང་།
གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོའི་ཡར་རྒྱུན་གྱི་ཐོད་ཀྱི་ཚམ་རིག་ལ་བསྐྱལ་བ་ཡ་ཐོག་གི་
ཚམ་རིག་དང་། གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་སྤེལ་བྱུར་མོར་བའི་
བར་གྱི་ཐོད་ཀྱི་ཚམ་རིག་ལ་གནའ་རབས་ཀྱི་ཚམ་རིག་ རྒྱལ་ཁབ་སྤེལ་

བྱམ་ཐོར་ནས་དགའ་ལྡན་སྒྲིབ་གི་བར་གྱི་བོད་ཀྱི་ཚྭ་རིག་ལ་ཉེ་རབས་
 ཀྱི་ཚྭ་རིག་དགའ་ལྡན་སྒྲིབ་གི་མཐ་ནས་ད་ལྟའི་བར་གྱི་བོད་ཀྱི་ཚྭ་
 རིག་ལ་དེར་རབས་ཀྱི་ཚྭ་རིག་ཟེར་བ་དང་། ཏུས་སྐབས་སོ་སོའི་ཚྭ་
 རིག་ལ་འདྲ་ཕྱིའི་རྣམ་པ་དང་ནང་གི་བརྗོད་དོན་གཉིས་ཀྱི་ཐད་ཁྱད་པར་
 ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་གང་དང་གང་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་པར་
 འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཏུས་སྐབས་སོ་སོའི་ཚྭ་རིག་ལ་བྱགས་རབ་ཏུ་སྒྲུམས་
 པ་དང་། གཟུང་བར་གནས་པ། རྩོགས་སྒྲུམ་སྒྲུང་བ་བཅས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་
 ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དཀོས་ཏེ། མཉམ་ཅེ་རྒྱུ་གི་ཞལ་ནས། བརྟག་དཔྱད་
 ཞིབ་འཇུག་མ་བྱས་ན་གཏམ་བཤད་པའི་དབང་ཆ་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་
 བུ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཐུང་། ཉེ་སྔོན་ཚྭ་རིག་གཞུང་ལྷགས་ལ་ངེས་ཤེས་
 འདྲིངས་ཤིང་། ཚྭ་ཡིག་གི་ལེགས་ཉེས་དཔྱད་པའི་རྣམ་དཔྱད་ལྡན་པ་
 དང་། ཚྭ་ཡིག་གི་སྒྲིབ་ཡོན་བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་མངའ་བའི་ཤེས་ལྡན་
 པ་མ་འཆོ་ཡིས་དེར་རབས་བོད་ཀྱི་ན་གཞོན་ཚྭ་པ་པོ་ཏུ་མ་ཞིག་གི་སྒྲིབ་སྒྲིས་
 ཀྱི་རྩལ་ལས་ཉེ་བར་འབྲངས་པའི་སྟན་ཚྭ་རྣམས་ལ་ཕྱ་ཞིབ་རིག་པས་
 ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ཏེ་སྒྲིབ་ཡོན་བརྗོད་པའི་དོན་ལྡན་གྱི་དཔེ་དེབ་《ཏུས་
 རབས་ཀྱི་འཕར་ཅ》ཞེས་པ་བཙམས་ནས་བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྒྲིག་མཐན་
 ཡོད་དོ་ཅག་གི་འདེན་བྱེད་ཟུང་གི་དཔྱད་ཏུ་སྒྲིལ་བས། དེ་ནི་བོད་ཀྱི་
 ཚྭ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་ཐུན་ཕྱིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཆ་མཚོན་ནས་བཤད་ན་དེར་
 རབས་སྟན་ཚྭ་ཀྱི་སྒྲིབ་ཡོན་བརྗོད་པའི་ཐད་ཀྱི་དཔེ་དེབ་གསར་པ་ཞིག་
 ཡིན། དཔེ་དེབ་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ཚྭ་རིག་གི་དེར་རབས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབས་
 ཤེས་བྱེད་ཀྱི་འཕར་ཅ་དང་། བོད་ཀྱི་དེར་རབས་ཚྭ་རིག་གི་སྒྲིབ་ཡོན་

ཤེས་བྱེད་ཀྱི་འཕར་མ། ཚྭ་མཁན་དང་ཐོད་འབངས་དག་གི་དེང་
 རབས་ཀྱི་དམིགས་བྱ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་འཕར་མ་ཞིག་ཡིན་པས། དཔེ་དེབ་
 འདིའི་ནང་དུ་དགའ་རྩུ་འབྲེས་མའི་འཆི་མ་འབྲེལ་ཞིང་། དཔེ་དེབ་
 འདིའི་ནང་དུ་སྤྱིད་སྤྱག་འབྲེས་མའི་རྣམ་ཐར་འཁོད་པ་དང་། དཔེ་དེབ་
 འདིའི་ནང་དུ་སྤྱོད་ཡོན་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར་གསལ་བས། ཚྭ་རིག་ལ་
 རྟོན་གཉེར་ཆེ་བའི་རྩུ་གསལ་རྣམས་ཀྱིས་དཔེ་དེབ་འདི་གཅེས་སུ་བཟུང་
 བས་བསྐྱགས་ན་མཁུག་མཐར་འབྲལ་བར་མི་བཟོད་པའི་སྒྲིགས་སུ་འཇུག་
 བར་གདོན་མི་ཟེ། །ཐོད་ནི་སྤྱོད་རག་གི་མི་རིགས་ཤིག་ཏེ། དེའི་ཚྭ་
 རིག་ཀྱང་སྤྱོད་རག་གི་ཚྭ་རིག་ཅིག་ཡིན་པས། ར་ཆོས་སྤྱོད་ཚྭ་འདི་
 བསྐྱགས་ན་ཐོད་མི་རིགས་ཀྱི་འཆི་བའི་ནང་རྟོན་དང་ཐོད་གངས་ཅན་གྱི་
 རིག་གནས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་སྐྱགས་གསལ་ཞིང་ཡང་དག་པར་ཤེས་བྱ་བ།
 སྤྱིར་མོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་བའི་དུས་སུ་ཐོད་ཀྱི་དུས་སྐབས་གསར་པའི་ཚྭ་
 རིག་གི་ཉི་གཞོན་ཐོག་མར་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་སྐུ་རེངས་ཤིང་ནས་ཉེ་བར་
 གྲངས་ཤིང་། སྐབས་དེའི་ཚྭ་རིག་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ནི་ཡབ་མེས་དག་གི་
 རུལ་བཞག་རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱན་ལེགས་པར་བསྐྱངས་པར་བྱ་དང་ཕྱི་སྤྱིང་
 བའི་ཚྭ་ཐབས་ཀྱིས་བྱར་བརྒྱན་པ་ཤིས་ཤིག་ཡིན་པས། བསྐྱགས་ན་ཁ་ལ་
 བདེ་བ་དང་། ཉན་ན་ན་བར་སྤྱོད་པ། བསྐྱས་ན་ཡིད་དུ་འོང་བའི་
 ཆོག་གི་སྤང་བ་དང་། བསམས་ན་རྒྱ་གཉེར་ཆེན་པོ་ལས་གཉིང་བྱེད་པ་
 ཞིག་ཡིན། རྟོན་ཐོན་གྱི་སྤྱོད་ཚྭ་དེ་དག་ནི་ཐོད་ཀྱི་ཕྱི་རབས་པ་རྣམས་
 ཚྭ་པའི་སྒྲིགས་སུ་འགྲགས་པའི་ལྷགས་ལ། ལ་རྒྱའི་ངར་ཤུགས་རྒྱད་
 པའི་སྤྱོད་བདག་རིག་པའི་གནས་ལ་སྒྲོབ་པའི་སྒྲུལ་ལྷག་དུ་བྱུར་ཡོད།

དེའི་རྒྱུ་ཚུ་མ་མཁན་གསར་པུ་སྒྲིང་ཞིག་པོ་དེ་གི་ཚུ་མ་རིག་གི་པད་ཆལ་
 སྒྲིང་བའི་བདག་པོར་འཕྱོར་བ་ན། ཡལ་མེས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་རིག་གནས་
 མཐའ་དག་ཏུ་གྲུག་རྒྱུ་བཅིས་ཏེ་རྒྱ་དང་ཕྱི་སྒྲིང་གི་ཚུ་མ་ཡིག་མཐོང་ཆོད་
 པོ་ད་སྒྲིང་ཏུ་བསྐྱར་རྒྱུ་མེད་ཀྱིས་བྲིས་ཁྲལ་བྱས་ནས་ཏུས་དེབ་ཏུ་
 བཞེད་པ་དང་། ཆོག་སྒྲིང་ནམས་ཀྱང་སྤྲུམ་ཉགས་དག་གསུམ་གྱི་.....
 དགོངས་པ་དང་འགལ་བ་ལྟག་སྒྲིང་ཏུ་རྒྱར་བ་ཞིག་ཡིན། དེའི་མཐར་
 ཐུག་གི་དམིགས་ཤུལ་ནི་པོ་དེ་གི་ཡལ་མེས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་རིག་གནས་ནམས་
 མིག་གི་རྒྱལ་བཞིན་སྤངས་ཤིང་། རྒྱ་དང་ཕྱི་སྒྲིང་གི་རིག་གནས་དང་
 མོམས་སྤོལ་པོ་དེ་ཏུ་དྲངས་ནས་པོ་དེ་གི་རིག་གནས་དང་མོམས་སྤོལ་གྱི་ཆབ་
 ཕྱེད་ཏུ་འབྱུག་རྒྱ་དེ་རེད། པོ་དེ་འདི་མིང་གི་ལྟག་མ་ཅམ་ཏུ་ཕྱེད་པར་
 འདོད་པའི་མི་དེའི་རིགས་ལ་ངོ་ཆ་ཅི་ཡང་མེད་པར་དྲུང་པོ་དེ་མི་རིགས་
 གྱི་ལ་རྒྱ་དང་། པོ་དེ་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས། པོ་དེ་མི་རིགས་ཀྱི་བཙེ་
 ཏུང་སྐགས་ཁ་ལ་མི་ཤོང་བར་བརྗོད་པ་ནི་མ་མོས་ཤ་རྟོག་འཁྱེར་བའི་ཁྱ་ཏ་
 ལ་ངོ་བརྟོད་ཕྱེད་པ་དང་ཆོས་མཚུངས་ཤིང་། དེ་ནམས་ཀྱི་གཏམ་སྒྲིང་
 ལ་བལྟས་ན་དངོས་གནས་སྒྲིང་རྒྱལ་སྤྱང་སྒྲིང་དང་། དེ་དག་གི་བཤད་
 པ་ཡང་རྒྱག་གཟན་གྱི་སྒྲིང་གཏམ་ཤ་རྟོག་ཡིན་པ་རྟོགས་སྤྱད་པས། མི་
 རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ད་གཞོད་འཛམ་སྒྲིང་ལ་རིས་
 མེད་ཏུ་བྲིན་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་གཏམ་དེ་སྒྲིང་གི་ཐིག་ལེར་བཟུང་ནས་
 ལེགས་ཤིང་སྤང་དོར་དང་། སན་ལེན་གཞོད་དོར། སྒྲིགས་དོར་.....
 བཅུད་ལེན། རྒྱན་སྤངས་བདེན་གཉེར་བཅས་ཕྱེད་པའི་ཐད་ལ་བསམ་
 གྲོ་བཞི་གསུམ་བཅུ་གཉིས་གཏོང་རྒྱ་ནི་གལ་པོ་ཆེ་ལ་ནན་ཏན་ཕྱེད་དགོས་

པ་ཞིག་ཡིན།

ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་བ་ཉེ་བཅུར་བཅས་སྒོ་འབྱེད་བྱས་པའི་བཟང་བྱ་
བཅུ་ལྷག་ཟུང་གི་རིང་ལ། བོད་ཀྱི་ཚྭ་རིག་གི་བརྒྱན་དང་འབྲང་པའི་
སྒྲོན་ཤིང་རི་བཞིན་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱུར་པ་དང་སྒྲན་རག་གི་རྒྱ་སྐར།
ཟུང་གཏམ་གྱི་ཉི་མ། ལྷག་ཚྭ་གྱི་ཟླ་བ་བཅས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ཚྭ་རིག་གི་
ནམ་མཁའ་མཛེས་པར་བྱས་ན་ཡང་། ཚྭ་པ་པོ་རེ་རེའི་ཚྭ་ཡིག་ལ་
ཞིབ་དཔྱད་ཐུ་བྱུང་དང་རགས་དཔྱད་གོ་བོའ་གང་རུང་གི་སྒོ་ནས་སྒྲོན་
ཡོན་བརྗོད་པ་ནི་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྒྲུང་ས་འདི་ན་མང་པོ་ཞིག་མེད་པས།
བཅུར་བཅས་སྒོ་འབྱེད་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུ་ཤི་བྱའི་རིང་གི་བོད་ཀྱི་སྒྲན་ཚྭ་གྱི་
བརྗོད་བྱའི་དོན་དང་། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ རྒྱ་ཙལ་གྱི་བྱུང་ཆས་སྐོག་ས་
རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་པར་འདོད་ན་《དུས་རབས་ཀྱི་འཕར་རྩ་》ཞེས་
པའི་དཔེ་དེབ་འདིར་གཟིགས་ཆེ་བོད་ཀྱི་དུས་སྐབས་གསར་པའི་ཚྭ་རིག་
གི་བྱུང་ཆས་རགས་བསྟུས་ཤིག་ཆོགས་བྱུང་པས་ན། དེ་ནི་ཤེས་པར་
འདོད་པ་ནམས་ལ་དཔག་བསམ་གྱི་སྒྲོན་པ་ལྟ་བུ་དང་། དཔྱད་པར་
འདོད་པ་ནམས་ལ་གནས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ། སྒྲོབ་པར་འདོད་པ་
ནམས་ལ་མན་རག་གི་ནོར་བུ་ལྟ་བུ། གཟིགས་པར་འདོད་པ་ནམས་ལ་
དུངས་ཤིལ་གྱི་མེ་ལོང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

རེབ་གོང་རྩོ་མཁར་གྱིས།

1998ལོའི་ཟླ་6ཆེས་1ཉིན་ལེ་ཅིན་ནས་བྲིས།

གཙོད་པ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ མདོར་བསྟུན།

ཚཱ་པ་པོ་གཙོད་པ་དོན་གྲུབ་ནི། རང་ལོ་རྒྱལ་བདུན་ལོན་པ་
ནས་བཟུང་ཆབ་ཆ་ཞང་རྒྱ་རའི་སློབ་ཆུང་དང་དུམ་པ་ཞང་ར་གོང་མའི་
སློབ་ཆུང་གཉིས་ལུ་ཞུགས་ཏེ་རིག་གནས་ཀྱི་ཆུང་གཞི་བཅུགས།

ཆིག་ཉོང་དགུ་བརྒྱ་རེ་བཞིའི་ལོར་ཁོ་རང་མཚོ་སྟོ་ཁྲལ་དགེ་ལོ་ས་
སློབ་གྲུར་ཞུགས་ཏེ་བོད་ཡིག་དང་རྒྱ་ཡིག་ལ་ཐུངས་པ་གང་ལེགས་བྱས།
ཆིག་ཉོང་དགུ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཐམ་པ་ལོར་མཚོ་སྟོ་དགེ་ལོ་ས་སློབ་གྲུ་ལས་
མཐར་ཐུན་ཏེ་གྲུང་ཉོ་རྫོང་དུ་ལོ་ལྷ་རྒྱལ་ཙམ་ལ་དགེ་ཆན་གྱི་ལས་འགན་
ཁུར་ནས་འཕྲོག་ཁྲལ་གྱི་མི་རབས་རྗེས་མ་སྤྱིད་སྤྱིད་ཕྱེད་པའི་ཐད་ལ་རྒྱབ་
འོས་པའི་བྱ་བ་བསྟུནས།

ཆིག་ཉོང་དགུ་བརྒྱ་དོན་བདུན་ལོར་ཁོ་མཚོ་སྟོ་མི་རིགས་སློབ་གྲུ་
ཆེན་མོར་ཞུགས། སློབ་གྲུའི་ནང་དུ་སློབ་དཔོན་སྐད་གཤམ་ཙན་ཨ་
ལགས་ཤར་གདོང་དང་རྫོ་རྒྱལ་སྟོ་ལོ། དཔའ་རིས་སྤྱོ་གྲོས་རྒྱང་བ་སོགས་
ལ་བཞེན་ཏེ་བརྟ་སྟོད་རིག་པ་དང་སྟན་དག་ཚཱ་རིག་ལོ་རྒྱུས།

གནའ་ཚེ་ལ། རྒྱ་པོད་ཡིག་བརྒྱུད་དང་བཅས་པར་སྟོད་མེད་ལྷག་ཏུ་ས་
 གྲིས་སྤྱངས་ཏེ་སྟོབ་འབྲས་ཅུང་ལེགས་པོ་སྤངས་པས་གསུམ་བཟང་སྟོབ་
 མའི་མཆོད་སྟོན་ཡང་ཐེངས་འགར་སྟོབ་ཅུང་། ཆིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་གྲུ་
 གཉིས་ལོར་མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་སྟོབ་གྲུ་ཆེན་མོ་ལས་མཐར་ཐྱིན་རྗེས་ཙ་
 འཇུགས་ཀྱི་ལས་བཞོས་ལྟར་དུ་སྟོབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་དགེ་ཆན་གྱི་ལས་འགན་
 ཁྲར་ཞིང་ཕྱིས་སྤྱ་བུ་བའི་དགོས་མཁོའི་དབང་གིས་ཕྱིར་མཆོ་སྟོ་སྤྱལ་གྲང་
 ཏོ་རྫོང་དུ་སོང་ཕྱི་ལྷ་གཞུག་ཏུ་རྫོང་རིག་སྟོབ་ཁོ་ཡི་ཁོ་གྲང་གཞོན་པ་དང་
 གྲང་ཏོ་རྫོང་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གི་རྫོང་དཔོན་གཞོན་པའི་ལས་འགན་
 ཁྲར་ནས་ལོ་ལྷ་དྲུག་ཙམ་ལ་བུ་བ་བསྐྱབས།

ཆིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་གྲུ་དྲུག་ལོར་བུ་བའི་དགོས་མཁོ་ལྟར་དུ་ཁོ་ལས་
 གནས་སྤར་ཏེ་མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་སྲིད་རྗེ་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་སྤྱང་ཞིབ་
 འཇུག་ཁང་དུ་ཡོང་བ་དང་། ད་ལྟ་མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་རིག་གནས་སྤྱ་
 ཙམ་མཉམ་འབྲེལ་ལྟན་ཆོགས་ཀྱི་གྲུ་ཞི་གཞོན་པ་དང་སྲིད་རྗེ་གེ་སར་
 རྒྱལ་པོའི་སྤྱང་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གི་སྤྱོད་གྲང་གི་འགན་འཁུར་ཡོད་ཅིང་།
 གྲང་གོའི་གྲངས་ཅུང་མི་རིགས་ཚོམ་པ་པོའི་ཆོགས་ས་པའི་རྒྱན་ལས་ལས་
 འཛིན་པ་དང་གྲང་གོའི་ཚོམ་པ་པོའི་མཐུན་ཆོགས་མཆོ་སྟོན་ཡན་ལག་
 མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་མི་བཅས་ཡིན། ཞིབ་འཇུག་པ་གཞོན་པའི་སྟོབ་
 ཐང་སྟོབ་ཡོད།

ལོ་བཅུ་ལྷག་གཅིག་ལྷག་འདས་པའི་སྟོན་ཏེ་ཆིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་གྲུ་
 གཉིས་ལོ་ནས་བརྒྱུད་ཁོས་གསར་ཚོམ་གྱི་ལས་ལ་འབད་བ་བྱས་ཏེ། ཐོག་
 མར་གསར་འགྱུར་མང་པོ་ཞིག་《མཆོ་སྟོན་པོད་ཡིག་གསར་འགྱུར་》ལྟེང་

ཏུ་བཞོད། དེ་ནས་བཟུང་ཉེ་ལྷག་ལྷག་ཏུ་《ཁོད་རྒྱུང་ས་ཚོམ་རིག་ཐུ་
 ཚལ་》དང་། 《སྤང་ཆར་》《མང་ཚོགས་ཐུ་ཚལ་》། 《ཆེར་ཉེག་》
 《མཆོ་རྩལ་སྤྲུལ་གསེའི་》། 《ཟུ་ཟེར་》བཅས་ཀྱི་ཏུས་དེ་བ་ཉིད་ཏུ་སྤྱང་
 གཏམ་དང་སྤྲུལ་རྒྱུ་ཆོག་ལྷག་སྤྱུ་ཆོག་དམངས་སྤྱང་སོགས་
 བསྐྱེད་ས་པའི་ཚོམ་ཡིག་མི་གཅིག་པ་དུག་ཅུ་ལྷག་ཕྱད་པ་དང་། ཆོག་
 རྒྱུང་དགུ་བརྒྱ་ལྷག་གཅིག་ལོར་མཆོ་རྩལ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་གིས་ཁོ་
 དང་དགེ་ཆུན་དཔལ་རིས་སྤོ་སྤོས་སྤང་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱད་སྤྱིག་ལུས་པའི་
 དེ་བ་ཅུང་《ཁོད་ཀྱི་གཤམ་ཆོག་ཚོགས་པ་སྤྱིགས་》ཞེས་པ་དེ་དཔལ་སྤྲུལ་ལུས་
 བྱེད། ཆོག་རྒྱུང་དགུ་བརྒྱ་ལྷག་བརྒྱད་དང་ལྷག་ལོར་ཁོས་དག་སྤྱིག་
 དང་ཚོམ་སྤྱིག་ལུས་པའི་སྤྱིང་སྤྱང་《འདན་མའི་ནས་རྒྱུང་》དང་།
 《བརྒྱས་སྤྱང་རབ་སྤྲུལ་དྲི་བའི་པེ་མང་》། 《སྤྱིང་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་ལྷལ་
 རྩལ་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱལ་རོ་མཆར་མེ་ཉག་ཤིང་མཛེས་》དམངས་སྤོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་
 ཚོགས་པ་སྤྱིགས་ཀྱི་《མདོ་སྤྱད་ལྷལ་ཀྱི་རྒྱུ་ཚོམ་པ་རྒྱའི་རྩལ་པོ་》སོགས་
 དཔལ་སྤྱང་དཔལ་སྤྲུལ་ལུས་། གཅིག་དགུ་དགུ་བརྒྱ་ལྷག་པའི་ལོར་ཁོས་དག་
 སྤྱིག་ལུས་པའི་སྤྱིང་སྤྱང་《ལྷུང་ཆ་སྤྲུལ་ལུ་》དང་གསར་ཚོམ་《སྤྱིང་གཏམ་
 བེལ་དགར་མེ་ལོང་》ཞེས་པ་དེ་དཔལ་སྤྲུལ་གནང་ཉེ་སྤོག་པ་པོ་རྣམས་
 དང་མཇལ་ལུ་པལ་པར་ལུར། གཅིག་དགུ་ཤོ་གསུམ་ལོར་《བཟེ་དྲུང་གི་
 མིག་ཚུ་》ཞེས་པ་མི་ཁྲི་ལྷག་ཆེན་ནས་དཔལ་སྤྲུལ་ལུས་། ཤོར་དྲུ་སྤྱིང་
 པའི་ཚོམ་ཡིག་དེ་དག་ལས་《སྤྲུལ་མོ་ཟུ་བཟང་མ་》དང་། 《བདེ་སྤྱིང་ཀྱི་
 ལྷུ་དཔུང་ས་》། 《མདོ་སྤྱད་ལྷལ་ཀྱི་རྒྱུ་ཚོམ་པ་དང་མའི་རྩལ་པོ་》།
 《མཉེན་འཇམ་རྩའི་སྤྱུ་སྤྱུ་》སོགས་ལ་སྤྲུ་གཞུག་ཏུ་མཆོ་རྩལ་ཆེན་ཆེན་གྱི་

ཕུལ་བྱང་ཚྭ་རིག་གི་བྱ་དགའ་ཐོབ་ཚུང་། 《སྤྲིང་གཏམ་ཤེལ་དགར་མེ་
ཡང་》ཞེས་པ་འདིར་གོ་གསུམ་ལོར་རྒྱལ་ཡོངས་གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཚྭ་
རིག་ཕུལ་བྱང་ཅན་གྱི་བྱ་དགའ་ཐོབ།

ཞིབ་འཇུག་གི་བད་དུ། སྔ་གཞུག་དུ་《བོད་ཚྭ་ས་ཞིབ་འཇུག་
དང་《ཀྱང་གོའི་བོད་གྱི་ཤེས་རིག་》《ཆེར་སྒྲེག་》སྐགས་དུས་དེབ་སྤྲིང་དུ་
《སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་གི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་》དང་། 《སྤྲིང་རྩེ་
གོ་སར་སྤྲང་གི་རྗོད་བྱེད་ཆོག་གི་བྱུང་ཆོས་ལ་དབྱུང་པ་》། 《སྤྲང་པ་
ཤུགས་ཅན་ཆེ་རིང་དབང་འདུས་》། 《སྤྲིང་གོ་སར་རྒྱལ་པོའི་སྤྲིས་རབས་
ལ་རྒྱས་རགས་ཅམ་བརྗོད་པ་》བཅས་དབྱུང་ཚྭ་ཉི་ཤུ་ལྷག་བཞོད་ཅིང་།
གོ་གསུམ་ལོར་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྲི་ཆོགས་ཆན་རིག་ཞིབ་འཇུག་ལས་ཆན་ནང་
བཞོད་པའི་《གོ་སར་སྤྲང་ལ་དབྱུང་པ་ལུན་གསལ་སྒྲོན་མེ་》ཞེས་པ་བྲིས་
ཤུབ་སྤྲེ་རང་ཞིང་གི་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་ལ་སྤྲད་ཐོབ། རྒྱལ་སྤྲིའི་《གོ་
སར་སྤྲང་》རིག་གཞུང་གྲོས་ཆོགས་སུ་ཐེངས་གསུམ་ལ་ཞུགས་ཚུང་ཞིང་།
གཞན་ཡང་ཁོང་གི་མིང་《ཀྱང་གོའི་ན་གཞོན་ཚྭ་པ་པོ་ཤུགས་ཅན་གྱི་
མིང་མཛོད་》དང་《ཀྱང་གོའི་ཚྭ་རིག་སྤྱི་ཚལ་པའི་ནམ་བུ་》བཅས་ཀྱི་
ནང་དུ་བཞོད་ཡོད།