

ཞེས་བྱའི་རྟེན་མ།

56

(京)新登字154号

责任编辑：普日科

དཔེ་སྤྲིན་འགན་ཁུར་པ། ཕུར་ཁོ།

གེས་བྱའི་ཟེགས་མ།

*

(དེབ་56པ)

《གེས་བྱའི་ཟེགས་མ》ཙུམ་སྤྲིན་ཚོ་རྒྱུ་གིས་ཙུམ་སྤྲིན་བྱས།

མི་རིགས་དཔེ་སྤྲིན་ཁང་གིས་བསྐྱར་ཞིང་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས་པ།

1993ལོའི་ཟླ་6པར་པར་གཞི་1པ་བསྤྲིན་པ།

1993ལོའི་ཟླ་6པར་པེ་ཅན་ཏུ་པར་བྱེད་ས་1པ་བརྒྱབ་པ།

དེབ་རིམ་སྐར་0·80

དཀར་ཆག

ཆན་སྐུ་དང་ལག་ཅུལ།

དེ་སྐད་གི་ཚུག་ཚུན་དང་སྐད་ཉིན་གྱི་ཚུག་ཚུན།

..... རྒྱུ་ལ་ཕྱུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། (4)

ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ་ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། རྒྱུ་ལ་ཕྱུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། (12)

ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ་ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། རྒྱུ་ལ་ཕྱུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། (20)

དེ་ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ་ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། རྒྱུ་ལ་ཕྱུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ།

..... རྒྱུ་ལ་ཕྱུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། (24)

ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ་ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། རྒྱུ་ལ་ཕྱུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། (29)

ཆན་ཅུལ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ།

ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ་ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། རྒྱུ་ལ་ཕྱུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། (39)

ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ་ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ།

ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ་ཆུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། རྒྱུ་ལ་ཕྱུ་ལྟ་བུ་གི་སྐད་ལྟར་དུ། (43)

འཕྲིན་པ་ཕྱིན་དང་བདེ་ཐང་།

ཕྱིན་པ་ཕྱིན་པ་བཟུང་། (པ་ལགས་).....ཕྱིན་པ་བཟུང་། (49)

ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (པ་ལགས་).....ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (54)

ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (པ་ལགས་).....ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (59)

ཕྱི་ལོ་བཟུང་།

ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (པ་ལགས་).....ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (61)

ཕྱི་ལོ་བཟུང་།

ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (པ་ལགས་).....ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (64)

ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (པ་ལགས་).....ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (70)

ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (པ་ལགས་).....

.....ཕྱི་ལོ་བཟུང་། (72)

ལྷན་ལྷན་སྒྲོལ་གྱི་བཅུ་ཆེན། ཉེ་མཁྱེན་ཆེ་མིང་གིས་བཞུས། (74)

ཆེན་མོ་གྱི་མིང་བཀྲགས་གྱི་ཞུང་།

ཤོགས་ཞིག་པ། ཉེ་མཁ་འཁྱེད་ཀྱིས་བཞུས། (80)

ཤེས་བྱའི་སྒྲུབ་ཁྲུང་།

“ལག་ཅུང་གསར་བའི་གསར་བཞེ”ཞེས་བའི་དོན་ཅི། ཁྱི་མས་བཞུས། (83)

མཆར་གྲུམ་ཁག་གཅིག་..... ཞོན་མ་ཞུས་ཀྱིས་བཞུས། (84)

ཆེན་ཁ་ཅན་གྱི་ཞུ་དོན། ཆེ་མིང་གཙུ་ཞོན་གྱིས་བཞུས། (90)

མིའི་ཐབས་ཀྱི་ཆར་བ་འབབས་བ་དེ་ལྷ་ཞིག་གིས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་རེད།

..... མིའི་བའི་དེ་ཉེན་གྱིས་བཞུས། (92)

ལྷན་གྲོག་ཤོད་བའི་འཁྱེད་ཞིང་གི་མང་དང་པ། ཅའི་ཞུང་གྱིས་བཞུས། (93)

དེ་བ་འདྲིའི་མཁྱེན་ཤོག་རྒྱས་འགོད་ལྷན་མཁན།

ཀམ་ཆེ་མིང་རྩོ་ཆེ།

དེ་བ་འདྲིའི་བར་བཅུག་མི་མོ་འབྲི་མཁན།

ལྷན་ཁྲོ

འཕྲོད་བརྟེན་དང་བདེ་ཐང་།

མཉན་བ་ཤིང་འབྲས། (ཁ་ཤགས).....མཉན་བ་ཤིང་འབྲས། (49)

མྱ་ཞབས་གཅིག་མཁམ། (ཁ་ཤགས).....མཁམ་ཏུང་མྱ་མྱ་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས། (54)

མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས།.....མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས། (59)

མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས།

མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས།.....མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས། (61)

མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས།

མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས།.....མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས། (64)

མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས།.....མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས། (70)

མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས།.....

.....མཉན་བ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་མཉན་བ་ཤིང་འབྲས། (72)

ལྷན་ལྷན་སྐོར་གྱི་འཆུ་ཆ་ན། རྟ་མཁྱེན་ཆེ་མིང་གིས་བཞུར། (74)

ཆུ་མཁྱེན་གྱི་རབ་བཀྲགས་གྱི་ཞུང་།

ལྷག་ས་ལྷག་པ། ཉམས་འཛིན་གྱིས་བཞུར། (80)

གིས་བུའི་ཐུའུ་ཁྱུང་།

“ལག་ཅུམ་གསར་བའི་གསར་བཞེ”ཞེས་པའི་དོན་ཅི། ཁྱི་མས་བཞུར། (83)

མཆར་གྲུམ་ཁག་གཅིག་..... ལྷོ་མ་ཞུམས་གྱིས་བཞུར། (84)

ཆུ་ཁ་ཅན་གྱི་ཁྱེ་དངོས། ཆེ་མིང་གཙུ་ལྷན་གྱིས་བཞུར། (90)

མིའི་བཟུ་གྱི་ཆར་བ་འཁེབས་བ་དེ་སྤྱ་ཞིག་གིས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་རེད།

..... མིའུ་བའོ་དཀྱིན་གྱིས་བཞུར། (92)

ལྷན་གྱི་མོད་པའི་འཛུམ་ཞིང་གི་མང་དང་པོ། ཅམ་ཞེང་གྱིས་བཞུར། (93)

དེབ་འདིའི་མཁྱེན་ཞོག་རྒྱས་འགོད་བྱིད་མཁན། ཀམ་ཆེ་མིང་རྟ་ཐེ།

དེབ་འདིའི་བར་བཅུག་རི་མོ་འཁྱི་མཁན། ལུང་ཁྱོ་



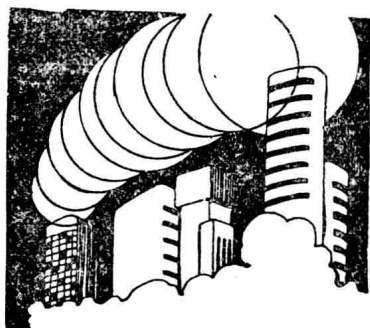
དེ་རིང་གི་སློབ་སློབ་དང་

སང་ཉིན་གྱི་སློབ་སློབ།

དཀར་ལོད་ནི་མི་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བ་དང་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་
པ་བཞིན་སློབ་སློབ་ནི་འདྲ་དཀར་ལོད་ལ་མེད་ཏུ་མི་རྒྱུད་བའི་ལོད་ཁྲུང་ས་ཤིག་རེད།

སློབ་སློབ་གྱི་ཁྱིམ་ཆང་ཆེན་པོ་འདི་ནང་དུ། ལོད་དཀར་སློབ་སློབ་དང་ཉི་
ལོད་སློབ་སློབ་གཉིས་ནི་ལོད་བཀྲའི་རྩ་བའི་རིགས་པ་མི་མཚུངས་པའི་ཁྱིམ་རྒྱུད་……
གཉིས་ཡིན་ཞིང་། ལོད་དཀར་སློབ་སློབ་ནི་ཆ་དོད་འབྱེད་འཕྲེལ་ལོད་ཁྲུང་ས་ཤིག་
རྟེ། དེས་སློབ་རྒྱུག་པར་བཅུག་རྩེས་དངོས་གཟུགས་ཀྱི་དོད་ཆད་མཐོ་ཏུ་སྐྱར་ནས་
ལོད་འཕྲོ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཉི་ལོད་སློབ་སློབ་ནི་རྒྱུད་གཟུགས་སློབ་གཏོང་གི་
སློབ་གྲྭ་ལོད་ཁྲུང་ས་ཤིག་རྟེ་སློབ་གྲྭ་རྒྱུད་དེ་ལོད་སློབ་པ་ཞིག་རེད།

འབྲུང་འབྲུར་ཉི་ལོད་སློབ་སློབ་གྱི་
སྒྲ་ཁྲ་14000 རམས་མས་ལ་སླེབས་ངེས་
ཤིང་། ཁྱིམ་ཆང་དེའི་ནང་དུ་དུང་ཉིན་
ལྷ་སློབ་སློབ་དང་པོར་དངོས་སློབ་སློབ་དེ་
བཞིན་མོན་སྒྲ་འབྱེད་གྲུབས་ཡོད་པའི་
འདུས་རྒྱལ་གྱི་ཁྱབ་འབྱེད་སློབ་སློབ་བཅས་
ཏུ་ལས་སྒྲ་ཁྲ་300 ལྟག་ཡོད།



ཉི་འདྲ་སྐྱུག་སྐྱུན་གྱི་རིགས་ཀྱང་ཆིག་སྟངས་ལ་སྒྲིབས་པ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་།
 དེ་དག་གི་དཀར་འདྲ་བའི་རྩ་སྤྱད་སྟེ་དེ་བས་ཀྱང་ཆེ་བ་ཡོད་པ་རེད།
 སྐྱུག་སྐྱུན་གྱི་བོ་དབྱིབས་ནམ་གངས་ཁྱི་སྟངས་མང་པོ་ཡོད་པ་སྟེ། རྒྱུ་
 གས་འབྲས་དྲིག་ཅིག་དང་འདྲ་བར་ཏེ་སྒྲི་འགའ་ལས་མེད་པ་དང་། ཆེ་གས་
 སྐྱུགས་མདེལ་ཞིག་དང་འདྲ་སྟེ་ཆངས་ཐིག་ལ་སྒྲི་1—2ཡོད་པ་རེད། རྩ་ཆད་
 ཐད་བཞད་ན་རྒྱུ་གས་ལ་ལ་ཐེ་ཏེ་སྒྲི་གང་གི་རིམ་པ་ཅམ་ལས་མེད་པ་དང་།
 རྩ་ཆད་ཆེ་གས་ཅན་ལ་ལ་ཐེ་དུ་མ་དང་། བཅུ་ཕྱག་ཁ་གས་ཐ་ན་ལ་ཐེ་ཁྱི་
 ཕྱག་ལ་སྒྲིབས་པ་ཡོད་པ་རེད། ཐོན་སྐྱེད་འབྱེད་བཞིན་པའི་འཇམ་སྒྲིང་གི་འདྲ་
 མདངས་གསལ་ཤོས་ཀྱི་སྐྱུག་སྐྱུན་དེ་ཐད་རྒྱུ་འཇམ་འདྲ་སྐྱུག་སྐྱུན་ལ་ཆ་མཚན་ན་...
 རྩ་ཆད་ཆན་ལ་300ལ་སྒྲིབས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།

ལན་འབྲས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལན་པའི་སྐྱུག་སྐྱུན།

སྐྱུག་སྐྱུན་ནི་ཁྱིམ་ཆང་དང་། ཆང་ཁང་། རྒྱ་ལམ་བཅས་ཐུ་དཀར་འདྲ་
 བའི་བྱེད་ཅིག་ཡིན་པས་མི་ཆད། ལས་རིགས་ཁག་དུ་སྐྱུག་སྐྱུན་ལ་སྟེད་སྟེ་ཏ་
 ཅང་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེང་རབས་ཅན་གྱི་གནམ་གུ་ཞིག་ལ་འདྲ་ཁྱུངས་འདྲ་
 མིན་རིགས་30 རྒྱག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེང་རབས་ཅན་གྱི་དམག་གུ་ཞིག་
 གིས་འདྲ་ཁྱུངས་རིགས་300—400སྟེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འཕྲོད་སྟེན་སྐྱུན་
 བཅས་ཐད་ཀྱི་ཕོ་མཐོང་མེ་ལོང་དང་གསུམ་མཐོང་མེ་ལོང་གི་འཆོལ་ཞིབ་ཡོ་...
 ཆས་ཐོག་སྟེད་རྒྱུ་འཇམ་སྐྱུན་ནི་བོ་དབྱིབས་ཤིན་དུ་ལེགས་པའི་རྩ་སྤྱད་ལྟ་བུའི་
 སྐྱུག་སྐྱུན་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་བཞུར་ཡོད་པ་རེད། ལུས་ཅལ་ར་བར་དཀར་འདྲ་བའི་
 བར་རྒྱ་དབངས་ཆེ་ལ་རྩ་ཆད་མཐོ་བའི་སྐྱུག་སྐྱུན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

སྐྱུག་སྐྱུན་གྱིས་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་ཀྱང་ཐོག་དམིགས་བསལ་གྱི་རྩ་སྤྱད་...
 ཐོན་གྱི་ཡོད་ཅིང་། སྐྱུག་སྐྱུན་འདྲ་ཆེར་གྱི་ཉི་འདྲ་སྐྱུག་སྐྱུན་ནི་འབྲུ་ཕ་གསེད་

འཛམ་གྱི་མཁའ་འཛོམས་ཤི་ཞིག་ཡིན་པས། མཁའ་རྒྱུ་དང་། མཁའ་གཟུགས་
 རྒྱུ་བཅས་ཀྱི་ཕྱི་ངོས་ཀྱི་འབྲུ་སྤྱོད་ལ་ཆ་མཚན་ན། སྤྱུག་ཕྱི་འོད་ཟེར་གྱི་ཉི་འོད་
 སྤྱུག་སྤྱོད་འཕྲོ་བར་རྟོག་ཅམ་བཅུག་པ་ན། སྤྱུག་མེད་སྤྱོད་བཤམ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ངེས་
 རེད། དེར་བརྟེན་དེའི་ཡན་འབྲས་མཐོ་ཞིང་སྤྱུག་པ་བདེ་བའི་འབྲུ་སྤྱོད་འགོག་པའི་
 ཡན་ཏན་ལ་སྤྱོད་ཁང་དང་། སྤྱི་དངོས་ཐོན་རྫས། བཟའ་ཆས། མཁའ་གཟིགས་
 གཙང་བཅོས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་དགའ་བསྟུ་ཐོབ་པ་རེད།

རི་མཚར་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་སྤྱུག་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་མི་འདྲ་བའི་ཉི་འོད་སྤྱུག་...
 སྤྱོད་ལ་ད་དུང་ཡན་ཏན་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་སྟེ། སྤྱུག་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་མི་འདྲ་བ་ལ་ཉེ་
 ཁེ་སྤྱི་253.7 ཡོད་པའི་སྤྱུག་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་ཕྱི་འོད་ཟེར་གྱི་སྤྱུག་སྤྱོད་...
 གྱིས་ཁོང་གའི་དབྱུག་སྤྱོད་དང་སྤྱུག་མེད་རིམས་ཀྱི་དབྱུག་སྤྱོད་གསལ་འཛམ་
 རྒྱུ་བའི་ཏན་པ་ཐོན་སྤྱུག་ཅིང་། དེ་ཡང་སྤྱུག་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་མི་འདྲ་བ་ལ་ཉེ་ཁེ་སྤྱི་
 320ཅན་གྱི་སྤྱུག་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་ཕྱི་འོད་ཟེར་གྱི་སྤྱུག་སྤྱོད་གྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་
 གཟུགས་ཁམས་ལ་བདེ་སྤྱུང་དང་སྤྱོད་བཅོས་ཀྱི་ཡན་ཏན་ཐོན་སྤྱུག་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་
 རེད།

རི་ཆོས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ན་གཏིང་ཁྲི་གཏིང་དུ། ལས་ཀ་བསྐྱུ་བ་བཞིན་
 བའི་བཟོ་བ་རྣམས་ལ་ཆ་མཚན་ན། ཁོང་ཆོའི་ལུས་ཁམས་ལ་དུས་ལྡན་རིང་པོར་
 ཉི་འོད་འཕྲོ་མ་སྤྱུག་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་རྟོག་པར་ཀལ་སྤྱོད་དཀོན་པར་འགྱུར་གྱིན་ཡོད་པ་
 རེད། དེ་ལྟར་མི་ཆགས་པའི་ཐབས་བཀོད་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཆན་རིག་པ་
 རྣམས་ཀྱིས་སྤྱུག་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་ཕྱི་འོད་ཟེར་གྱི་སྤྱུག་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱུང་ཆ་འདི་གསལ་སྤྱུག་
 ཀྱི་ཡོད་ཚུལ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་། སྤྱུག་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་ཕྱི་འོད་ཟེར་གྱི་སྤྱུག་སྤྱོད་ཀྱི་འོད་
 ཐོགས་རྫོང་སྤྱོད། དེས་མའི་གཟུགས་ཁམས་ཀྱི་མའི་ཅེ་ཅེ་ལྟར་འཛོ་སྤྱོད་ཀྱི་འོད་
 འགྱུར་བར་བཅུག་སྟེ། སྤྱི་ཕྱི་གི་ཀལ་ལེན་བཞེ་རེས་ཀྱི་དང་སྤྱུག་སྤྱོད་ཀྱིས་ཐོབ་སྤྱོད་

དེ། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་དང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་ཕན་འབྲས་ཐོབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡིད།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

ལོག་ཕྱོད་ལས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནས་བཟུང་། རྣམ་འཁུར་གྱི་ཆུང་བ་ལོ་
ལོ་ལས་ལྷོ་གྲོ་བ་རེ་རེ་བཞིན་མདུན་དྲུག་ལོ་རེ་དང་།

གྲོག་རྒྱན་ནི་ཡའེ་ཉི་ཉིད་ནས་གསར་གཏོད་མཇུག་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་མཇུག་
 གྲོག་ཞུའི་ཤེལ་རྟོག་གི་འདྲ་རྒྱས་ལ་ཐེ་རེར་ལུ་མེན་1.4ཙམ་ལས་མེད་ཀྱང་། ད་
 ལྟ་འདྲ་དཀར་གྲོག་རྒྱན་གྱི་འདྲ་རྒྱས་ལ་ཐེ་རེར་ལུ་མེན་10 ལ་སྤྲིལ་ས་ཡོད། གྲོག་
 རྒྱས་གཅིག་འདྲ་སྤྱད་པའི་གནས་ཚུལ་འག་རྒྱ་འདྲ་དཀར་གྲོག་རྒྱན་དེ་རྒྱན་ཅད་
 ལས་ཏེ་ཅང་གིས་གསལ་པོ་ཡོད་པ་རེད། འདྲ་དཀར་གྲོག་རྒྱན་གྱི་མང་གཞིའི་
 གྲོག་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཐྱིན་པའི་རྟོན་ལུ་གྲོག་རྒྱན་གྱི་འདྲ་རྒྱས་ནི་ལ་ཐེ་རེར་ལུ་མེན་
 22ཡོད་པས། དེའང་འདྲ་དཀར་གྲོག་རྒྱན་གྱི་འདྲ་ལས་ཏེ་ཅང་གསལ་པོ་ཡོད་པ་
 རེད། རྟོན་ལུ་གྲོག་རྒྱན་དང་འདྲ་དཀར་གྲོག་རྒྱན་གཉིས་འདྲ་མངའ་ས་གསལ་ཅད་
 གཅིག་མཆུང་ས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འག་ཚད་འཛིན་བྱས་ན་རྟོན་ལུ་གྲོག་རྒྱན་གྱིས་གྲོག་
 རྒྱས་དེ་པས་ཀྱང་ལྷག་པར་རྒྱས་ཐོན་ཅུང་བྱ་སྤྲུལ་པ་ནི་སྒྲིམ་མ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་
 རེད།

འོ་ན་ཏེ་ན་ལུ་ཞོག་ཐོན་གྱིས་ལྷན་འབྲུང་ཐོན་ཆུང་བྱེད་ཐུབ་པའི་རྒྱ་.....
 མཆན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ང་ཚོས་ཤིས་གསལ་ལྟར་ན་འདྲ་དཀར་ཞོག་ཐོན་
 བྱི་ཆ་རྒྱུ་འབྲུང་འཕྲུལ་འདྲ་ཁྲུང་ས་ཡིན་ཏེ། འདྲ་འཕྲུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ནི་ལུ་སྤྱད་
 ཡིན་པས། འདྲ་འཕྲུ་བྱེད་ཀྱི་ཐུང་པོས་ལས་ཀ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཆ་དང་རྒྱ་ཆ་ཅམ་མཐོ་
 བ། དེའི་འདྲ་འཕྲུ་ཆད་དེ་འདྲ་དེ་ཅམ་གྱིས་མཐོ་བ་ཡོད་པ་རེད། གཤམ་སྤྱད་དེ་
 བརྟེས་མེད་རྒྱ་ཆ་དང་6500 ཟིན་ཐུབ་པའི་དུས་སུ། དེའི་འདྲ་འཕྲུ་རྒྱ་ཆ་ཤིས་
 བྱི་ལ་ཐེ་རེར་ལུ་མེན་85 ཡོང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་མངས་པ་ཞིག་
 ལ་ལུ་ཡི་ལྷ་ཆད་ལ་དུ་ལུ་3650 ལས་མེད་པར་མ་ཟད། ལུ་སྤྱད་ཆ་གངས་མཐོན་

པའི་ཆ་ཤིན་ཏེ་ག་ཆང་ས་འཕྱར་བྱེད་པས་སྒྲིག་སྒྲིག་གི་སྒྲིབ་ལྟ་ཆེ་ལྷན་དུ་འགྲོ་གི་
 རེད། དེར་བརྟེན་སྒྲིབ་བཀྲང་གི་ཉི་འདྲ་སྒྲིག་སྒྲིག་དེ་ཆན་རིག་པས་ཆུས་འགོད་བྱ་
 ཏུས། འདྲ་འགྲོ་བྱེད་གི་ལྷན་པ་དེ་དུ་ལུ་2400 ཡས་མས་སུ་ཆོད་འཛིན་བྱས་པ་
 ཡིན་ན། དེའི་འདྲ་རྒྱས་ལ་ཐེ་རེར་ལུ་མེན་10ཙམ་ལས་མེད་པ་དང་། སྒྲིབ་ལྟ་
 བློ་ཆོད་1000 རེད།

རྒྱས་འཕྱར་སྒྲིག་ཆུང་སྒྲིག་སྒྲིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་བའི་འགྲོ་ལམ་ཐོག་དུ།
 ཆན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཆོལ་ཞིབ་སྒྲིག་མ་ཆད་པར་བྱེད་སྒྲིབ་། ཁོང་ཆོས་ཉེན་
 དང་ལུ་ལས་སྒྲིག་ཆའི་འཕྱར་བ་ཡོང་བའི་རྒྱས་པ་ཐོན་ངེས་པ་ཤེས་རྟོགས་པ་.....
 ལྟར། ཉི་འདྲ་སྒྲིག་སྒྲིག་ནང་ཉེན་ཆུང་ཙམ་ཞིག་བསྒྲིག་ཏེ་ཉེན་ལུ་སྒྲིག་སྒྲིག་
 བཅོས་པ་རེད། ཉེན་ལུ་སྒྲིག་སྒྲིག་ནང་སྒྲིག་ལྷན་འབར་སྒྲིབ་ཆང་ས་པར་ལྷན་པ་
 ལས་ལྷན་བའི་ལུ་དེ་ཉེན་དང་འཕྲད་པ་ན། ཡལ་འགྲོ་མཐུགས་པའི་ཉེན་འཕྱར་
 ལྷན་འདྲེས་སྒྲིབ་དངོས་རྣམས་ཆགས་གི་རེད། རྒྱས་མཆུང་ས་འདྲེས་སྒྲིབ་དངོས་རྣམས་
 དེ་སྒྲིག་ལྷན་འབར་སྒྲིབ་གི་ཉི་འདྲ་པས་སུ་སྒྲིབ་ཡང་དབྱེ་འཕྲལ་བྱེད་པས། ལུ་དེ་
 སྒྲིབ་ཡང་སྒྲིག་ལྷན་འབར་སྒྲིབ་ཐོག་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཐུབ་པ་བྱ་དགོས། འཁོར་སྒྲིབ་བྱ་
 བའི་གོ་རིམ་དུ་སྒྲིག་ལྷན་འབར་སྒྲིབ་གི་དོད་ཆད་མཐོ་ཏུ་བཀྲང་བ་ན་འདྲ་འགྲོ་
 ཆད་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་མཐོ་ཏུ་འགྲོ་གི་རེད། དེར་བརྟེན་ཉེན་ལུ་སྒྲིག་སྒྲིག་གིས་ཉི་
 འདྲ་སྒྲིག་སྒྲིག་ལས་ལྷག་པར་རྒྱས་འཕྱར་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་སྒྲིག་ཆུང་བྱེད་ཐུབ།
 ཆན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷན་ཆད་ལུ་ལས་ཀྱང་མཐོ་བའི་སྒྲིབ་ཆ་སྟེ་སྒྲིབ་འཕྱར་ཐེན་
 ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ། སྒྲིབ་ཅིས་ལྷན་ན་ཐེན་སྒྲིག་འདྲ་ཆུང་ས་གསལ་པ་ལྷན་པ་དེ་
 ཉེན་ལུ་སྒྲིག་སྒྲིག་ལས་ཀྱང་ལྷག་པར་སྒྲིག་སྒྲིག་ཆུང་བྱེད་ཐུབ་པ་རེད།

གསལ་བློན་སྒྲིག་སྒྲིག་རྣམས་པ་ལྟ་ཆོགས།

ཆོན་རྣམས་པར་བཀྲ་བའི་སྒྲིག་སྒྲིག་གི་འཛིག་ཉེན་དུ། སྒྲིག་སྒྲིག་སྒྲིག་མ་ཆད་

བར་གསར་བཅས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། གྲོག་སྒྲོན་ནམ་པ་སྒྲ་ཚོགས་ནམ་པ་
 གསར་པའི་གྲོག་ནམ་མི་ནམས་ཀྱི་མདུན་དུ་སོན་ངེས་རེད། ཉི་འོད་གྲོག་སྒྲོན་པལ་
 བའི་ནང་དུ་རྩལ་འགོད་བྱེད་མཁན་གྱིས་གྲོག་ལྷའི་འཕར་སྐད་ཀྱི་ཡུལ་ཚུལ་ བརྒྱར་
 ནས་འབྲེལ་སྒྲོར་དཀར་པོའི་རྒྱང་གཟུགས་གཞན་དག་སྟེ་དཔེར་ན་ཁྱོད་རྒྱང་སམ་...
 ཁྱོད་ཏན་མཉམ་བཞེས་བྱས་པ་ལས་ཕྱང་བའི་རྒྱང་གཟུགས་བཅུག་པ་དང་། གྲོག་
 ལྷའི་ཤེལ་རྟོག་གི་ནང་དམར་ཕྱིའི་འོད་ཟེར་གྱི་ལྷག་འཕྲུལ་རིམ་མགས་གསལ་
 སྒྲོན་བྱས་ན་ནི་རྩལ་འཕྱང་སོན་རྒྱང་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཉི་འོད་གྲོག་སྒྲོན་གྱི་རིགས་...
 གསར་པ་ཞིག་ཆགས་ཐུབ། གྲོག་འཕྲུལ་དམར་ཕྱིའི་འོད་ཟེར་གྱིས་བརྟོལ་ལྷའི་
 མཐོང་ཐུབ་པའི་འོད་གྱི་ཕུག་རིམ་གྱི་ཉི་འོད་གྲོག་སྒྲོན་ཞིག་ཡོད་པ་ངེས་ 30% ཡི་
 རྩལ་འཕྱང་སོན་རྒྱང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱང་། གྲོག་སྒྲོན་འདིའི་རིགས་ཀྱི་མིག་ལྷའི་རིན་
 མོང་ད་དུང་མཐོ་ཅམ་ཡོད་པ་རེད།

ཏན་ལུ་གྲོག་སྒྲོན་དེ་འོད་རྩལ་དང་སྒྲོད་ལུན་ཐད་བཤད་ན་ཉི་འོད་གྲོག་...
 སྒྲོན་ལས་ལྷལ་གཅིག་གིས་མཐོ་བས། འཕྱང་འཕྱར་ལུའུ་ལུ་གྲོག་སྒྲོན་བཟོ་རྒྱ་དེ་
 བས་ཀྱང་རྒྱང་གི་རེད། དེ་ཉིད་གཏོར་གྲོག་བཟོ་བའི་ཞུ་སྟོན་དུ་བཏགས་ཏེ་
 གཏོར་ཁྲིན་གྱི་གཏོར་དུ་བེད་སྒྲོད་བྱས་ན་ཕན་འབྲས་ཤིན་ཏུ་ལེགས། འཛོན་རྩལ་
 རྒྱང་བའི་ལུའུ་ལུ་གྲོག་སྒྲོན་དེས་ལྷག་འཕྲུལ་ཡོ་ཆས་དང་མཉམ་དུ་ཁ་དམ་པ་...
 བཀག་པའི་གྲོག་ཆས་ཤིག་ཡུལ་སྟེ། མཐའ་མཇུག་དུ་ཁང་པའི་ནང་དང་འཁོར་
 ཡོའི་རིགས་ཀྱི་སྟོད་པར་མངོན་ངེས་རེད།

ཉི་འོད་གྲོག་སྒྲོན་གྱི་འོད་རྩལ་དེ་འོད་རྩལ་དཀར་གྲོག་སྒྲོན་ལས་ལྷལ་4—5
 ཡིས་མཐོ་བ་རེད། ཉི་འོད་གྲོག་སྒྲོན་གསར་པའི་གྲོག་སྒྲུག་དེ་ད་ལྟ་ལས་རྟོག་ཅམ་
 ཐུན་བྱ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། དེལ་རྒྱ་ལས་བཏང་བའི་གྲོག་གི་གྲོག་རྩལ་གྱི་འོད་
 ཆད་མཐོ་རུ་འཕར་ནས་སྒྲུག་ཕྱིའི་འོད་ཟེར་ཕྱང་སྟེ་སྒྲུག་ངོས་ཀྱི་ཡིང་ཀོང་འོད་...
 ཕྱི་སྟེ་བར་བཅུག་སྟེ། གྲོག་སྒྲོན་རྒྱང་5—10%བྱེད་ཐུབ། ཉི་འོད་གྲོག་སྒྲོན་གྱི་

ནང་དུ། འོད་ནུས་མཐོ་པོའི་དངུལ་ཁྱེ་སྒྱུད་པ་ན་དེའི་འོད་ནུས་ལ་ཐེ་རེ་ལ་ལུ་
མེན་90ལས་མས་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་སླེབས་སྟབས།

ཁྱེ་ལས་ཐོག་གི་འོད་བཀྱི་ཕྱིན་སྒྲོག་སྒྱུན་ནི་སྒངས་འཁོར་དང་ཀང་ཐང་དུ་
འགྲོ་མཁན་རྣམས་མཚན་མོར་བཀྱེད་དུས་མེད་དུ་མི་རྒྱུད་པའི་འོད་ཁྲུངས་གིག་...
རེད། སྒྲོན་ཆད་སྒྱིར་བཏང་དུ་ཉི་འོད་མཐོ་གཞོན་དངུལ་ཁྱེ་སྒྲོག་སྒྱུད་སྟེ་
ཡོད་ཅིང་། སྒྲོག་སྒྱུན་དེའི་རིགས་ཀྱི་འོད་དེ་འདྲའི་གསལ་པོ་མེད་ནའང་མིག་ལ་
འཛེར་བས་སྒངས་འཁོར་ཁ་ལོ་བསྐྱུར་མཁན་གྱི་མིག་ལ་གཞོན་ན་མཐོང་ཚར་ཐང་
ཆད་སྟེ། ད་ལྟ་སྒྱུད་བཞིན་པའི་མཐོ་གཞོན་རྒྱ་སྒྲོག་ལ་ཆ་མཚན་ན། མིག་ལ་
འཛེར་གཞོན་ཐོན་མི་སྤྱད་པ་རེད། དེའི་འོད་མདངས་ཆེ་ཞིང་སྒྲོམ་པོ་ཡོད་ལ་
གསལ་པོར་ཡོད་པས་སྒངས་འཁོར་ཁ་ལོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དགའ་བསུ་ཏེ་ཅང་ཆེན་
པོ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བས་ན་སྒྲོག་པ་འཐིབ་འདུག་པའི་དུས་སུའང་མཐོ་
གཞོན་རྒྱ་ཡི་སྒྲོག་སྒྱུན་ནས་སྒྱིན་སྒྲོག་བརྟོལ་ནས་འགྲོ་ལམ་ལ་འོད་ཟེར་བསྐྱེད་...
ཡོང་གི་རེད། དེ་ལས་མེར་པོ་གསེར་འོད་ཇི་བཞིན་གྱི་བྲག་མདངས་འཛེར་བ་
དེའི་འོད་ནུས་ལ་ཐེ་རེ་ལ་ལུ་མེན་110རེ་འབྲོ་སྟབས་དང་སྒྱུད་ལུན་ཆུ་ཆོད་...
8000ཟིན། དེ་ནི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཕྱགས་རེ་དང་མཐུན་པའི་ལམ་སྒྲོན་ཞིག་རེད།

(སྒྲོལ་སྐྱབས་ཀྱིས་བསྐྱུར།)



ལྷགས་རིགས་སྣ་ལཱ་རི་རྟོགས་བརྗོད།

ལྷགས་རིགས་སྣ་ལཱ་ཞེས་པ་ནི་གཤེར་དང་། དངུལ། ཟངས། ལྷགས།
གཤེར་བཅས་ཀྱི་བརྒྱུས་མིང་ཡིན་ཞིང་། མིའི་རིགས་སྣ་མ་ཉིད་ནས་བཟུང་ལྷགས་
རིགས་སྣ་ལཱ་པོ་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པ་རེད།

གཤེར་གྱི་རིན་ཐང་།

གནའ་སྔ་མ་ལོ་ 8000 གི་སྔན་རྩོལ་དུ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་གཤེར་ཤེས་རྟོགས་
བྱང་ཡོད། གཟི་འོད་ལྷམ་མེར་འཛེར་བའི་དངོས་པོ་དེ་ནི་སྤང་བ་འབྱུང་གིས་.....
འབྱུང་པའི་ཉི་མ་དང་འདྲ་བས་བཙོ་སྤངས་ལས་རིགས་ཀྱིས་གཤེར་གྱི་ཆབ་དུ་.....
རྟོགས་འདི་འདྲ་། ① ཞིག་འབྲི་ཞིང་། རྟོགས་དེས་ཉི་མའང་ཤུགས་སྟོན་གྱིས་མཛོན།

འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་གི་སྤང་རིགས་ནང་“གཤེར”ཞེས་པའི་
ཐ་སྟད་འདིས་ལྟ་མེད་པ་དང་། དཀོན་ཞིང་ཉུང་བ། ཟུས་ཀ་ནམ་པར་དག་
པ། མེད་དུ་བྱང་བ་བཅས་ཀྱི་གོ་དོན་མཛོན། དཔེར་ན་རང་རེའི་ཕོད་ཀྱི་སྤང་དུ་
གཤེར་བཟང་ས་ལེ་སྤྲུམ་བཞིན་ནམ་པར་དག “གཤེར་སྤྲུམ་པ་འོག་མནན་ཡུར་ཀྱང་།
བར་སྤང་མཐོངས་ལ་འོད་ལམ་འཆར” “མི་བཟང་པོ་མེར་པོ་གཤེར་འདྲ་ཞིག”ཞེས་
བསྟགས་ཆིག་ཁོ་ནར་སྟོད། ཕོད་ཡིག་དུ་གཤེར་གྱི་མངོན་བརྗོད་ལ། ཁ་དོག་ལྷལ་
པོ་དང་། ལྷགས་མཚོག་ རྩོང་མཚོག་ རིན་ཆེན་མདོག་བཟང་། སའི་སྤྱང་པོ་
སྟགས་ཡིད་འོང་མདུག་གི་བརྟན་ཆིག་འབའ་ཞིག་གོ།

རྟོད་ཞིབ་བྱས་པ་ལྟར་ན་གཤེར་བེད་སྟོད་བྱེད་སྔ་ཤོས་ནི་སྤྱི་ལོའི་སྔན་གྱི་
མི་སྤུ་ཤུ་ད་མི་ལ་ཞེས་པའི་ས་ཆ་དེ་རེད། གཤེར་སྤྲོད་དང་། གཤེར་གྱི་