



ལྷུ་མཁའ་ཉལ་ལྷུ་མཁའ་ལྷུ་མཁའ་

གཞི་བཞུགས་པའི་བཞུགས་པ།

24

ཨ་མ་མཁུ་དཔེ་མཁུ་ཁང་།

ཞུ་དག་གཏོང་མཁན། རྫོ་ཆེ་གྲུལ་པ།
དཔེ་ཞིག་འགན་འཁུར་བ། ལུ་པའོ་དབྱེན།

ཞེས་བུའི་ཟེགས་མ།

(དེབ་ 24 བ)

《ཞེས་བུའི་ཟེགས་མ》ཙམ་ཞིག་ཨོ་ཏུང་གིས་ཙམ་ཞིག་བུས་པ།

མི་རིགས་དཔེ་ཞིག་ཁང་གིས་བསྐྱུན་པ།

1985 ལོའི་ཟླ་ 8 པར་པར་གཞི་1པ་བསྐྱུགས་པ།

1985 ལོའི་ཟླ་ 8 པར་པར་ཅིན་ལ་པར་ཤེངས་1པ་བསྐྱུགས་པ།

དེབ་རིང་གྲུལ་ 0.54 །

དཀར་ ཆག

གམར་པའི་མི་ལྟ་ས།

ཉར་ལྱར་དབྱར་གི་དབྱ་ཁྱིད་པར་དག་པ་ནི་མཐུན་ལྷི་མ་དར་། ལྷག་པོ། དཔལ་
མེན་ལྷན་པ་བཅས་ཀྱི་པོད་ལྷོང་མ་གམར་པ་བར་ལྱུག་ལྷན་ལྱིད་ལྷི་ལྷི་མ་
ཁའི་བཅན་མེན་མིན། ཅེས་ལྷག་ལྱིད་མཁན་པོ་ལྷོང་པ་ལྷོང་པ་མཁན་ལས་དར་ལེན། (3)

ཆན་པུག་དར་ལག་ཅེས།

ནི་མའི་ལྷན་པ་རྩ་བའི་ལྷན་དར་ལྱིད་ལྱིད་པའི་རྩ་བ།
..... ལྷག་པོ་ལྱིད་མཁན་པོ་ལྷི་མ། (16)

པེ་ཆེན་དར་ལྷ་མ་བར་ལྱི་ལྷན་མཁར་བའི་ལྷན་ལྷི་མ་ཆོད་ལྷི་མེག་མ་བལྟ་
ལྷན་པའི་རྩ་བ། པེ་ཆེན་པོ་ལྱིད་མཁན་པོ་ལྷི་མ། (23)

པོད་ལྷོང་མ་ལྱར་ལྱར་གི་ལྷན་པའི་བལྟར་ལྱང་མ་ལྷན་མཁོ་བའི་ལྱིད་ལྷི་མ་
དར་པོད་ལྷོང་པོ་ལྱིད་ལྷི་མ། ལྷོང་པོ་ལྷན་པོ་ལྷི་མ། (25)

པུག་གནས་དར་ལྷོང་ཅེས།

ལྷ་གམ་ལྱི་ལྷ་མཆོ། ཅེས་མཁན་ལྷོང་པོ་དར་ལྷི་མ། (28)

གནར་ལྱོད་ལྷི་མའི་ལྷ་མ་པ་གམར་པ་(དཀོན་གཏམ།) བལྟ་མཁན་པོ་ལྷོང་པོ། (47)

པོད་ལྷོང་མ་དར་པལ་དར་གི་བཀའ་ལྷན་ལྷན་པ། བལྟ་མཁན་པོ་དར་པ། (63)

ནི་མའི་ལྷན་པ་(ཆན་པུག་གི་ལྱི་ལྷི་མ) ལྷོང་པོ་མཁན་པོ་ལྷི་མ། (65)

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । (६६)

དཔེ་དབ་ར་མཐོང་།

པོད་ཀྱི་རིག་གནས་སློབ་པའི་པོ་ལྷ་མོ་ལོ་ལྔ་པ་གི་ལུ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག

འབྲི་མཁན་སྐར་མ་འོད་གསལ། (76)

ཡུལ་ས་ཆེན་མེས་ཀྱིས།

ཏྲ་མེད་ཀྱི་ ལྷན་གྱི་འཇུག་པའི་ཁྲིམས་ཀྱི་མཐོང་ལྟ་ (80)

འཇམ་ལྷིང་གི་ཡར་ལྷིང་མཁའ་དབྱིངས་ལྷ་འཇམ་པའི་དཔལ་ལྷན་

१७७७.१२.१४ २४७३७७.१४.१४। (४४)

[illegible][illegible]

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । श्री गणेशाय नमः । (91)

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ (15)

..... ১৯৭১ সাল ১১ মার্চ (৭৯)

དེ་ལ་འདྲིའི་ནང་གི་ཆེ་མ་གསུང་བ་ལས། རྒྱ་གར་ནང་མ།

མ་རྒྱལ་སྐབས་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

དེ་ལ་འདྲིའི་ཨང་གི་སྐབས་ཀྱི་ཨུལ་ལྟ། ༨༦ ཅེ་ནས།

၎င်းတို့သည် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်သည်။

..... ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

དཀར་ ཆག

གསར་པའི་ལྟ་ས།

དང་ལྷན་དྲུང་གི་དབང་ཕྱིར་ཕར་དག་པའི་མཐུན་གྱིས་དང་། ལྷན་པོ། དཔལ་
ཕྱོད་ལྷན་པོ་འཆས་ཀྱི་ཕྱོད་ལྷན་གསར་པ་འདྲ་བའི་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་
འདྲ་བའི་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ ཅེས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ (3)

ཅན་པོ་ག་དང་ལྷན་པོ།

ཉི་མའི་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ ཅེས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ (16)

ལེ་ཅན་དང་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ ཅེས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ (23)

ཕྱོད་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ ཅེས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ (25)

མི་ག་གསར་དང་ཅན་པོ།

ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ ཅེས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ (28)

ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ ཅེས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ (47)

ཕྱོད་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ ཅེས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ (63)

ཉི་མའི་ལྷན་པོ་ (ཅན་པོ་ག་གི་ལྷན་པོ་) ཅེས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ (65)

ལྷན་བཅས་འབྲུད་བཞེན།

[illegible]

དཔེ་དེབ་རྩ་ཁྲི་

པོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་བྱ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག

ཐུབས་ཆེན་མེས་ཀྱི།

ཏཱ་ལའི་བོད་སྐད་ཀྱི་ཡི་གེ་འབྲི་བའི་ལུ་གུ་ལྟ་བུ་ལྟོས་པའི་ཡི་གེ་ (80)

[illegible]

ཀླུ་ཡོངས་ཀྱི་བྱོན་ནས་བལྟས་པའི་བོད་ལྗངས།ལྟར་མཁན་དོན་ལུ། (91)

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । (७९)

དེ་ལ་འདྲི་ན་གཞི་ཚིག་གསུམ་པ་ལས། རྒྱལ་ལོག་ནང་མ།

མཁུན་ཁོག་རྒྱ་མ་འཁོར་ལྷོད་མཁུན་..... མང་མིང་དེ།

.....

དེ་ལ་འདི་མི་ནང་གི་ས་ཁྲ་འགྲི་མང་ན། དཔྱན་ཅི་ནན།

དེ་བ་འདི་འི་ནང་གི་ཁ་བྱང་གི་མོ་དང་པར་བརྟུག་གི་མོ་འདྲི་མཐན།

..... ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ཏང་ཀྱང་དབྱང་གི་དབྱ་བྱིད་ཡང་དག་པ་ནི་མཐུན་ སྒྲིལ་དང་། ལྷག་པོ། དཔལ་ཡོན་ལྷན་པ་བཅས་ གྱི་བོད་ཚྱངས་གསར་པ་འཛུགས་སྐྱོན་ བྱེད་སྒྲུའི་སྒྲུལ་ཁའི་འགན་ལེན་ཡིན།

ཏང་དབྱང་འཐབ་ཚུགས་གཅིག་ཚུར་ལས་དོན་བྱུ་མི་ཡི་ཁྱུ་ཡིས་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས་པ།
 ལས་དང་ལེན་གྱིས་བསྐྱར་པ།

ཏང་ཀྱང་དབྱང་གིས་བོད་ཚྱངས་མི་དམངས་ལ་བྱགས་ཁུར་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་
 གནང་གི་ཡོད་པར་བརྟེན་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ཀྱང་ཁྱེ་ཆང་འཛམས་སྒྲིལ་ཆེད་
 བྲེངས་གསུམ་པ་འཛོགས་ཚུན་བོད་ཚྱངས་གྱི་ལས་དོན་ལ་སློབ་སྟོན་མངའ་རྒྱུར་
 གོམ་གང་མདུན་སྒྲིལ་གྱིས་བྱགས་སྟོན་བསྐྱོན་ནས་མཐུན་སྒྲིལ་དང་། ལྷག་པོ།
 དཔལ་ཡོན་ལྷན་པ་བཅས་གྱི་བོད་ཚྱངས་གསར་པ་འཛུགས་སྐྱོན་བྱེད་སྒྲུའི་ལས་
 འགན་དང་། བྱེད་སྒྲུགས། མིད་རྒྱས། བྱེད་ཐབས་བཅས་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་
 འདོན་པ་གནང་ཞིང་། བཀའ་སློབ་གལ་ཆེན་རབ་དང་རིམ་པ་གནང་བ་དེ་དག་
 གིས་བོད་ཚྱངས་མི་དམངས་ལ་མདུན་སྐྱོད་གྱི་ཁ་སྒྲུགས་གསལ་པོར་བརྟན་པ་རེད།
 འོ་གསར་རིང་ལག་ལེན་དངོས་སུ་བྱས་ནས་བྱུང་འབྲས་གཞེངས་སུ་ཕོན་པ་ཞིག་.....
 མོབ་ཡོད་པ་དེའི་ཐོག་ནས་བཀའ་སློབ་དེ་དག་གི་བད་དེ་ཡང་དག་པ་ཞིག་དང་།
 མར་ལའི་རིང་ལྷགས་དང་མའི་ཅེ་རྒྱུ་གི་དགོངས་པ་དེ་བོད་ཚྱངས་གྱི་དངོས་.....
 ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་བྱུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག “གཡོན”སེལ་གཡས་
 འགོག་བྱེད་ཡས་གྱི་མཚོན་ཆ་རྒྱས་ལྡན་ཞིག་མཐུན་སྒྲིལ་དང་། ལྷག་པོ། ཤེས་
 རིག་ལྡན་པ་བཅས་གྱི་བོད་ཚྱངས་གསར་པ་འཛུགས་སྐྱོན་བྱེད་ལས་གྱི་ཅེ་འཛུན་

སྐྱེད་པ་ལ་མཉམ་པའི་ཀློང་གི་མཉམ་པ་ལྟར་ལྷན་ཞིང་། བཀའ་ཤིང་པོ་དང་པོ་ལྟར་
 ལྷན་པ་མཉམ་པའི་ཀློང་གི་མཉམ་པ་ལྟར་ལྷན་ཞིང་། བཀའ་ཤིང་པོ་དང་པོ་ལྟར་ལྟར་
 ལྷན་པ་མཉམ་པའི་ཀློང་གི་མཉམ་པ་ལྟར་ལྷན་ཞིང་། བཀའ་ཤིང་པོ་དང་པོ་ལྟར་ལྟར་
 ལྷན་པ་མཉམ་པའི་ཀློང་གི་མཉམ་པ་ལྟར་ལྷན་ཞིང་། བཀའ་ཤིང་པོ་དང་པོ་ལྟར་ལྟར་
 ལྷན་པ་མཉམ་པའི་ཀློང་གི་མཉམ་པ་ལྟར་ལྷན་ཞིང་། བཀའ་ཤིང་པོ་དང་པོ་ལྟར་ལྟར་

[illegible]

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

(དང་པོ་)

1980 ལོའི་ལོ་ 4 པའི་ཟླ་ 7 པའི་ཉིན་ལོ་ཅིག་ཏུ་མངའ་ས་ཡུལ་རྫོང་
བཞུགས་མིའི་ཅོན་མཆོད་ལྟུང་ལོ་ཅིག་ལ་གནང་ནས་(1980)ལོའི་མིག་ཚེ་ཟླ་ 9 པའི་
ལོ་ 11 ལོའི་ལོ་ 11 ལོ་

ལྷ་དཔལ་གྱིས་རྒྱན་པ་གནང་བར། བོད་རྒྱལ་གྱི་མེས་ཀྱིས་མངའ་
 ཁོངས་ཀྱི་ཡུལ་ཆ་མཚོག་ཏུ་ཡུར་བ་ལྷན་ཏུ་མི་ཅང་བ་ཞིག་དང་། ཆབ་སྲིད་དང་།
 དཔལ་འབྱོར། རིག་གནས། སང་ཡུང་གི་ཆ་རྒྱན་བཅས་གང་ཅིར་ཐུན་མོང་མ་
 ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་པའི་མི་རིགས་སང་རྒྱུང་རྒྱུང་ས་གིག་ཡིན། བོད་རིགས་མི་
 དམངས་ནི་ལས་ལ་བརྩན་པ་དང་། བབ་བརྩིང་རྒྱན་པ། དཔལ་ངར་ཆེ་བ་བཅས་
 རིག་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ཆོས་མེས་ཀྱིས་ལ་དགའ་ཞེན་དང་། ལྷ་དཔལ་ཏང་ལ་
 དགའ་ཞེན། བཅོངས་འཁྱལ་དམག་ལ་དགའ་ཞེན་བཅས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བོད་
 རིགས་མི་དམངས་ཀྱིས་ཁོ་རྒྱུས་སོགས་ལྷན་ཏུ་མི་རིགས་ཀྱིས་པོ་ཆགས་པ་བྱེད་ཀྱི་
 དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བྱའི་ཐད་ལ་རུས་པ་གལ་ཆེན་སྟོན་ཡོད་པ་རེད། ད་པན་
 ཁོ་རྒྱུས་ཅུ་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་ཏང་ལྷན་དཔལ་གྱི་དབུ་ཁྲིད་འག་སང་རྒྱུང་རྒྱུང་ས་
 ཏང་དང་རིམ་པ་ཁག་གི་ཏང་གི་ཅུ་འཇུགས་ཀྱིས་རྒྱུང་ས་ཡོངས་ཀྱི་བོད་རྒྱ་སྟགས་མི་
 རིགས་ཁག་གི་རྒྱ་ཆའི་ཏང་ཡོན་དང་། ལས་བྱེད་པ། བོད་རྒྱད་བཅོངས་འཁྱལ་
 དམག་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྲིད་དེ་བོད་རིགས་དང་མི་རིགས་གཞན་དག་གི་མི་དམངས་
 མང་ཆོགས་རྒྱལ་སྤྱོད་དང་ཅུ་འཇུགས་དང་། བོད་རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་གཅེས་དམངས་
 གཙོའི་མི་རྒྱ་ལ་མཐུན་སྒྲིལ་བྱས་ནས་བོད་རྒྱུང་ས་འཇུགས་རྒྱན་དང་། མཐའ་
 མཚམས་བརྟན་སྲུང་། མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་སྲུང་སྲུང་། མེས་ཀྱིས་གཅིག་ཡུར་
 ཡོང་བའི་འགན་ཁེན་བཅས་བྱེད་ཀྱའི་ཐད་ལ་ཡུལ་འབྲས་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་སྟོན་ཡོད་
 ལ། ཡུས་རྗེས་ཀྱང་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ངས་པར་
 ཏུ་རྟོན་དཀོས་པ་ཞིག་ནི། ཡིན་པའི་དང་“མི་བཞི་སྟག་ཁག”གི་གཞིན་ཐལ་ལས་
 རྒྱལ་སྤྱོད་དང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་དུས་དང་། དཔལ་འབྱོར་སྲིད་རྒྱས། ཆོས་
 རྟགས་སྲིད་རྒྱས། འཕམ་ཚུགས་གཅིག་ཡུར་གྱི་སྲིད་རྒྱས། ལས་བྱེད་པའི་སྲིད་
 རྒྱས་སོགས་གཏོང་བ་གིས་ཆབ་སྟེན་བརྟན་པར་བརྟེན་རྒྱལ་ཡོངས་ས་གནས་
 གཞན་དག་གི་མི་དམངས་དང་འབྲུ་བར་བོད་རྒྱུང་ས་མི་དམངས་ལའང་དགའ་རྒྱག་
 མང་པོ་ཡུར་ཡོད་རྒྱལ་སྤྱོད་དཔལ་གྱི་བོད་རྒྱུང་ས་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་རྒྱན་སྒྲི

ནམས་ལ་སྤྱིར་ཐོག་པ་ནས་སྐྱུ་མཁའ་ཁྲི་གནང་གི་ཡོད།

འོ་རྒྱལ་གྱི་ཆ་རྒྱུན་གསར་པའི་འགྲོ་བའི་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་འགན་ཉི་
པ་དང་འབད་འཐབ་བྱེད་རྒྱུ་དམིགས་ཡུལ་ནི། བོད་རིགས་ལས་བྱེད་པ་དང་
བོད་རིགས་མི་དམངས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་བྱས་ཏེ་མི་རིགས་ཁག་གི་ལས་བྱེད་པ་དང་མི་
རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་ཀྱི་མཐུན་སྦྱོལ་ལ་ཤུགས་སྤྲོད་དང་། དགེ་མཚན་ལྡན་
པའི་རྒྱ་རྒྱུན་མཐའ་དག་སྤུལ་སྤྱོད་བྱས་ཐོག་བོད་སྤྱོད་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་
གཞིར་བཟུང་ནས་ཐབས་བརྒྱ་རྣམས་ཀྱིས་ལེན་པའི་དང་“མི་བཞི་ཐོག་ཁག”
གིས་བཟོས་པའི་གཏོར་རྒྱུན་བཅས་ཐབས་དང་། རྒྱལ་དམངས་དཔལ་འབྱོར་གོང་
སྤུལ། མི་རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་ཀྱི་དངོས་པོའི་འཆོ་བའི་རྒྱ་ཚད་དང་རིག་
གནས་ཚན་རིག་གི་རྒྱ་ཚད་མཐོ་རྒྱ་གཏོར་ཐབས། མཐའ་མཚམས་འཇུགས་སྤྱད།
རྒྱལ་མཚམས་བརྟན་སྤྱོད་བཅས་བྱས་ཏེ་འཆར་གཞི་ཡོད་པ་དང་གོ་རིམ་ཡོད་……
པའི་སྒྲོ་ནས་བོད་སྤྱོད་ཀྱི་འདི་ཉིད་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དང་དར་རྒྱས་བྱུང་སྐྱེས་……
ཆོགས་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་པའི་འཇུགས་སྤྱད་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད།

བོད་སྤྱོད་ཀྱི་དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ཏེ་སྤྲོད་ཆད་ཀྱི་
ཉམས་སྤྱོད་ཐོག་སྤྲོད་བྱས་ན་བྱིན་ཆད་ངེས་པར་དུ་གཤམ་གསལ་གྱི་བྱེད་ཐོག་སྤྱོད་སྐྱེས་……
བརྒྱད་པོ་འདི་ལག་ལེན་བྱེད་རྒྱུར་རྟོ་སྤང་བྱེད་དགོས།

དང་པོ། ལྷན་དབྱེད་གི་སྤྱི་ཁག་ཚང་མས་བོད་སྤྱོད་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་
ཚུལ་གསལ་རྟོགས་དང་ཞིབ་འཇུག་གི་ཐོག་ནས་སྤྲོད་ཆད་ཀྱི་ལས་འགན་དང་ལྷན་དབྱེད་ཀྱི་ཆ་
རྒྱུན་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས། དཔལ་འབྱོར་གྱི་སྤྱི་གཞི། མི་རིགས་ཁག་
གི་མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་སྦྱོར་གོ་རྟོགས་དང་འཆོ་བའི་གནས་ཚུལ་བཅས་གཞིར་……
བཟུང་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ལས་ཀའི་བྱེད་ཐོག་སྤྱོད་དང་། ལས་འགན། སྤྱི་རྒྱུས་
བཅས་གཏན་འབེབས་དང་དངོས་སུ་སྤྲོད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས། ཆོད་དོན་དང་བྱེད་
ཐབས་གང་ཞིག་ལེན་རུང་ངེས་པར་དུ་སྤྲོད་ལ་བོད་རིགས་ལས་བྱེད་པ་དང་བོད་……
རིགས་མི་དམངས་ཀྱི་རྣམ་བསམ་རྟོག་དག་གི་མོས་མཐུན་དང་རྒྱལ་སྤྱོད་ཐོབ་པ་……

བྱེད་དགོས་ཡིད་། དེ་འདྲ་མ་ཡུང་ན་བཙོ་བཙོ་པ་སམ་ངང་སྐྱབ་བྱེད་དགོས།
རང་གི་དང་། སྐྱབས་ཅི་བ། སྐྱར་བཏང་བ། བཅད་ཁ་གཅིག་ལྟར་དབྱེ་བ་
མེད་པ་བཅས་ཀྱི་འགོ་བྱེད་བྱེད་སྤངས་དང་ལས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་གཏན་ནས་ འཛིན་
མི་རུང་ལ། མས་ཀྱལ་ནང་ལོགས་དང་རྒྱ་རིགས་ས་ཁུལ་གྱི་ལས་ཀའི་ཉམས་སྦྱང་
ཚོང་ས་ཚོད་ལྷན་ཐོམ་དང་སྐྱབས་པ་ལྷ་བཅུ་ཉེ་གྱིས་ཁྲབ་གདལ་དུ་གཏོང་མི་རུང་།

གཉིས་པ། གྲུང་དབྱང་འཐབ་སྐྱབས་གཅིག་ལྟར་སྤྱད་དང་རྒྱལ་ཁབ་མི་
རིགས་དོན་གཅོད་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གིས་རྒྱར་བཙོན་ཆེན་པོས་གྲུང་དབྱང་དང་་་་
རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་ཁྲབ་ཁང་ལ་གཞོགས་འདེགས་བྱས་ཏེ་རྒྱུད་རིམ་ལྷན་པའི་སྒོ་ནས་ཐོད་
སྤྲངས་ཀྱི་ལས་ཀའི་གནས་ཚུལ་ལ་བརྟག་དབྱང་ཞིབ་འཇུག་དང་འབྲེལ་མ་བསྐྱལ་་་
དང་ཐངས་ཀྱིས་གྲོས་གཞི་བཏོན་ཏེ་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱ་ཁག་ལ་གཞོགས་འདེགས་བྱས་
ནས་ཐོད་སྤྲངས་ཀྱི་ལས་ཀའི་ནང་གི་གནད་དོན་དངོས་རྒྱུ་མས་ཐག་གཅོད་ ཡག་པོ་
བྱེད་དགོས། ཐོད་སྤྲངས་ཀྱི་ལས་ཀའི་ཐད་ཀྱི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་རྒྱུ་མས་སྒྲན་ལ་
ཐོད་རང་སྤྱད་སྤྲངས་ཀྱི་ཏང་སྤྱི་འགོ་བྱེད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བསམ་འཆར་བསྐྱེད་ལན་
བྱེད་དགོས་པར་མ་ཟད་གྲུང་དབྱང་ལ་སྟན་ཏེ་སྤྱལ་ནས་ཐག་གཅོད་ཡོང་བ་ལྟ་་་་
དགོས།

གསུམ་པ། གྲུང་དབྱང་དང་གྲུང་དབྱང་གི་སྤྱི་ཁག་ཁག་གིས་གཏན་ལ་ཐབ་
པའི་བྱེད་སྐྱབས་དང་། སྤྱི་ཇུས། ལས་ལུགས། རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱི་ལོ་ཡིག་
ཆ་དང་། བཀའ་སྤྱོད། ཚོད་དོན་བཅས་ཀྱི་ནང་ནས་ཐོད་སྤྲངས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་
གནས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པ་རྒྱུ་མས་ཐོད་སྤྲངས་ཀྱི་ཏང་སྤྱི་མང་གསུམ་གྱི་འགོ་་་
བྱེད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ལག་བསྟར་མི་བྱེད་པའམ་བབ་བསྐྱུན་སྐྱར་བཙོན་ཀྱིས་ ལག་
བསྟར་བྱས་ནའང་ཆོག ཡོན་ནའང་གནད་དོན་གལ་ཆེ་བ་རྒྱུ་མས་ཐག་གཅོད་མ་
བྱས་གོང་ལ་དགོངས་སྒྲོར་སྟན་མེད་ལྟ་དགོས་ཡིད་། གནད་དོན་སྐྱར་བཏང་བ་
རྒྱུ་མས་ཐག་གཅོད་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་སྟན་མེད་ལྟ་དགོས། ཐོད་སྤྲངས་ནི་ས་རྒྱ་ཆེ་
ཞིང་མི་འཕྲོད་རྒྱུ་ལ་ཞིག་ཡོན་པས་ཐོན་སྐྱེད་དང་བྲལ་བའི་མི་རྣམས་སྤྱི་ཁག་ཁུངས་་་

རིམ་གྱི་བཀའ་ཤོད་ལྟར་པོད་མྱོང་ས་ལ་བྱུང་བ་ལྟར་གྱི་དྲུང་ལས་ཀ་ལེགས་ལྟུང་
 གན་ཉན་བྱེད་དགོས། པོད་བཟྱེད་ལས་བྱེད་པ་དང་ལས་བཟོའི་ནང་མི་དང་བྱ་
 ལུག་ལ་མེས་མ་ཁྱར་དང་ལྟ་རྟོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱར་དོ་སྤང་བྱས་ནས་ཁོང་ཚོའི་དཔེ་ཡོད་
 དཀའ་ངལ་འགའ་གས་སེལ་རྒྱལ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ངོ་། དེ་བཞིན་པོད་བཟྱེད་ལས་
 བྱེད་པ་དང་ལས་བཟོ་ནས་མེས་ལྱུང་ནང་ཁྱེད་ཀྱི་ལོག་གཏོར་སྐབས་ཁོང་...
 ཚོའི་ལས་ཀ་དང་། སྤྱོད་ཀྱི་ལུས་གས། འཆོ་བ་ཤལས་བཞོད་ཀྱི་ལོས་
 འཆམས་ཏེ་དང་དེ་ཚོའི་ཐད་ཀྱི་གནད་དོན་ནམས་ཐག་གཅོད་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས།
 མི་ལྷ་ལྷ་ཚོགས་པོད་མྱོང་ས་ལྟར་དག་འབྲམ་འགྲོ་བྱེད་པ་བཀག་འཁོག་གན་
 ཉན་བྱེད་དགོས།

བརྟན་པ། ལྱང་དབྱང་གི་ལྷ་ཁག་ཁག་དང་། ཞིང་ཆེན་ཁག་ སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་
 ཁག་ སང་ལྟར་མྱོང་ས་ཁག་བཅས་ཀྱིས་《ཐིན་ཤིས་གནད་བརྟུན་》ནང་གསལ་སྤ་
 མའི་ལས་ཀ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ནམས་ཆེད་མངགས་ ཞིབ་འཇུག་
 དང་བྱེད་ཐབས་གཏན་འཁེབས་བྱས་ཏེ་དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་གྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་
 དགོས་པར་མ་ཟད་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་ཚུལ་ནམས་ལྱང་དབྱང་ལ་སྟན་སེང་བྱེད་དགོས།

བརྟུང་པ། པོད་སང་ལྟར་མྱོང་ས་ཀྱི་ཏུང་ལུས་ཏུང་གི་སྐབས་བཅུ་གཅིག་
 པའི་ལྱང་ལྷ་ཆང་འཆམས་ལྟོས་ཚོགས་ཐངས་གསུམ་པ་དང་། བཞི་པ། ལྷ་པ།
 《ཐིན་ཤིས་གནད་བརྟུན་》བཅས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་གན་ཉན་གྱི་སྒོ་ནས་སྤྱོད་ཆད་
 ཀྱི་ལས་ཀ་ལྟགས་སྤྱོད་དང་། ལྱུང་འབྲམ་དང་སྤེལ། ལྟོན་ཆ་སེལ་ཐབས། རྒྱ་
 འབྲེལ་ལོ་བསྐང་བཅས་བྱེད་དགོས། མྱོང་ས་ཡོང་གྱི་དཔལ་འབྱོར་འཇུགས་སྟན་
 ཀྱི་འཆར་གཞི་ལ་བརྟུར་ཞིབ་གཏན་འཁེབས་དང་། ཞིང་ལས་དང་འབྲོག་ལས་
 མོན་ལྟེད་གོང་འཁེལ་དང་། ལྷ་ལྟགས་ཉི་ཆོང་གོང་འཁེལ། དཔལ་འབྱོར་དོ་
 དམ་གྱི་ལས་སྤེལ་ལེགས་སྒྲིག་དང་ལེགས་བཅོས་བཅས་ཡོང་བ། སང་བཞུགས་
 ཞིང་དང་། སང་བཞུགས་རི་བོ། སང་བཞུགས་ལྷུག་པོ་ཚོགས་ ཁྱིམ་གྱི་ཞོར་ལས་སྤྱོད་
 གནད་དོན་སྤྱོད་དང་རིམ་བཞི་ཐད་ཀྱི་“གཞིན”ཀྱི་ལྟགས་ལྟར་ནམས་ལོ་བསྐང་བྱུང་

ཉི་ཉང་གི་ཞིང་ལས་དང་། འབྲོག་ལས། ནོར་མིད་དང་ཉེ་ཆོང་། རིག་སྒྲིབ།
 མི་རིགས། ཆོས་ལུགས། འཕམ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་སྐབས་ཀྱི་མིང་རྒྱས་རྣམས་
 རྟོག་ཐོག་དུ་འབྱོལ་བ། བཟོ་ཉན་གྱི་སྐོ་ནས་བརྟག་དབུང་ཞིབ་འཇུག་དང་། ལག་
 བསྟར་གྱི་རྒྱས་གཞི་དངོས་གཏན་འབེབས་བྱས་ཏེ་དེང་སྐབས་འབྲལ་མ་ཉིད་དུ་...
 ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་གལ་ཆེ་རིགས་རྣམས་དུས་ཚོད་དམ་པོར་...
 བཟུང་ནས་ཐག་གཅོད་བཅས་བྱས་ཏེ་དུས་ལྡན་གྲུབ་ཅུ་ཞེག་གི་ནང་ལ་གྲུབ་འབྲས་
 གཞེངས་སུ་ཐོན་པ་ཞིག་ཐོབ་པ་བྱེད་གང་གྲུབ་བྱེད་དགོས།

(གཉིས་པ།)

1980 ལོའི་ཟླ་ 5 པར་གྲུང་གྲུང་གྲུང་དབུང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་རྒྱུ་ཅི་ རྩོ་མཐུན་
 རྒྱུ་ཡའོ་པར་དང་། གྲུང་དབུང་རྒྱུ་ཅི་ཁྱུ་ཡི་རྒྱུ་ཅི་དང་བྱལ་མིང་སྤྱི་ཁྱབ་
 ཁང་གི་ཅུང་མི་གཞོན་པ་རྩོ་མཐུན་ལན་མི་སྐབས་ཐོད་ཐོངས་སུ་རྟོག་ཞིབ་ གནང་
 བར་ཐེབས་པ་རེད། རྩོ་མཐུན་རྒྱུ་ཡའོ་པར་གིས་གསུང་དོན་དུ། དེང་སྐབས་
 རང་རེའི་འབད་བཅོན་བྱེད་རྒྱུ་ཡི་དམིགས་ལུལ་ཨ་མ་དེ་ནི་མཐུན་སྤྱིལ་དང་། བྱག་
 པོ། དཔལ་ཡོན་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོད་ཐོངས་གསར་པ་ཞིག་འཇུགས་སྤྱན་བྱེད་
 ཆེད་འབད་འཐབ་རྒྱར་ཐག་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན། དེང་སྐབས་དང་ཕྱིན་ཆད་ཀྱི་དུས་
 སྐབས་གིག་གི་རིང་ལ་དོན་ཆེན་དུག་སྤྱབ་དགོས་པ་ནི།

དང་པོ། གྲུང་དབུང་གི་གཅིག་གྱུར་འགོ་ཁྲིད་འག་མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་
 རྒྱུང་གི་རང་རྒྱུང་དབང་ཆ་བཟོ་སྤྱད་གང་ལེགས་བྱེད་དགོས།

གཉིས་པ། དེང་སྐབས་ཐོད་ཐོངས་ལ་དཀའ་ངལ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་
 གནས་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ཏེ་སྐོ་ཐག་བཟོ་བཅད་ཀྱིས་ངལ་གསོ་འཛོ་གནས་ཀྱི་མིང་...
 རྒྱས་ལག་བསྟར་དང་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཁྱུར་པོ་ཆེས་ཆེར་ཡང་དུ་འབྲོ་བ་བྱེད་དགོས།

གསུམ་པ། དཔལ་འབྱོར་མིང་རྒྱས་ཡོད་ཆད་ཀྱི་ཐད་ལ་ཐོད་ཐོངས་སུ་
 གང་ལ་ཅི་འོས་ཀྱི་མིང་རྒྱས་སྤྱན་སྤོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ལག་ལེན་བྱས་ནས་ཐོན་སྤྱད་...
 གོང་འཕེལ་ཡོང་བའི་སྒྲུལ་འདྲིའི་བྱེད་དགོས། ངས་བྱས་ན་མྱོད་གཏོང་དང་།

ལྷོད་ཐོག་ལྷོད་བཅེགས་བྱེད་དགོས་པ་འདྲག

བཞི་པ། རྒྱལ་ཁབ་གྱིས་སྤྱོད་ཚར་རིགས་སྤྱོད་བྱས་པའི་ཕྱིན་དངུལ་འབྲས་
 ཆེན་དེ་ཞིང་འབྲུག་ལས་རིགས་ཤོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱ་དང་། བོད་རིགས་མི་
 དམངས་ལ་ནམ་རྒྱུན་དཔོན་གཏུགས་ཆེ་བའི་ལས་རིགས་ཤོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱའི་
 གོམ་བཅད་སྤྱོད་བྱེད་དཔོན།

ལཱ་པ། རྩི་ཆོགས་རིང་ལྷགས་ཀྱི་ཁ་སྤྱོད་གས་རྒྱལ་འཁྱོངས་ཀྱི་དང་རྒྱུ་ལྷན་
 འཁྱོང་ཆ་རྒྱལ་འཁྱོང་གྲུགས་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་ནས་པོད་རིགས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དང་།
 རིག་གནས། རྒྱལ་གས་བཅས་ཀྱི་ལས་དོན་གོང་འཕེལ་གང་ལེགས་གཏོང་དགོས།
 རྒྱལ་པ། ཡང་དག་པའི་སྒྲོན་ནས་དང་གི་མི་རིགས་ལས་ཀྱི་དང་པའི་སྤྱད་རྒྱས་
 ལག་ལེན་བྱས་ཏེ་པོད་རྒྱལ་ལས་ཀྱི་དང་པའི་བར་གྱི་མཆོང་གཙུགས་མཐུན་གྱི་ལ་ཆེས་་་
 ཆེས་དམ་དུ་གཏོང་དགོས།

(ཀུན་པོ་ལ་)

1984 ལོའི་ཟླ་ 2 པ་དང་ 3 པར་གྱུར་དུ་བྱུང་གིས་ཡང་བསྐྱར་བེ་ཅིན་དུ་
བོད་རྒྱལ་གྱི་ལས་དོན་སྒྲུབ་ཀྱི་བརྒྱལ་མཐུན་ཆོག་མཚན་འདུ་སྒྲུབ་འཆགས་གནང་.....
ཞིང་། རྒྱ་མཐུན་དུ་ཡོང་བར་གིས་ཆོག་མཚན་འདུ་འཆགས་བཞེས་པར་མ་
ཟད། གསུང་བཤད་གཤམ་ཅིན་བོད་འགན་བཞེས་བ་རེད།

ཀླུ་དབྱང་གིས་ནན་ཏན་ཏུ་གསྐྱངས་དོན་ནི། བོད་མྱོངས་དང་ས་གནས་
གཞན་དག་ཐུན་མོང་པའི་རང་བཞིན་དང་བོད་མྱོངས་རང་ལ་ཡོད་པའི་དམིགས་་་
པས་ལ་གྱི་རང་བཞིན་ནམས་སྒོ་ཀླན་ནས་དོས་འཁྱོན་གང་ལེགས་བྱས་ཏེ་མུ་མཐུང་་
ནས་“གཤོན”གྱི་པས་ལ་མྱོའི་བྱུགས་སྒྲིན་གཙང་སེམས་ཤོག བྱ་བ་ཐམས་ཅད་བོད་
མྱོངས་གྱི་དཔེས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གཞིར་བཟུང་སྟེ་དཔྱད་འཕྲོ་གྱི་དམིགས་པས་ལ་་་
གྱི་མིད་རྩམ་དང་གང་ལ་ཅི་ཙམ་གྱི་བྱེད་ཐབས་ལག་ལེན་བྱེད་དཔྱད་པ་དང་གཅིག
བྱུགས་གང་ཡོད་པ་དོན་ནས་རྒྱས་པའི་འཕྲུང་ཁྲུང་ས་གྱི་ཤོན་སྒོ་འབྱེད་དཔྱད་པ་་་་

དང་འགྲིམ་འབྲུལ་སྒྲིལ་འབྲིན་གྱི་ལས་དོན་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་པ་དང་
 གཉིས། གོམ་གང་མཐུན་སྒྲིམ་གྱིས་སྤྱོད་རྒྱུ་ལྟར་དུ་བཏང་སྟེ་འབྲིན་ཞིང་ནགས་
 གསུམ་གྱི་ལས་རིགས་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ལག་གཉེས་བརྒྱ་ལས་མཐུན་པར་ལྷུང་དུ་གོང་
 འཕེལ་གཏོང་དགོས་པ་དང་གསུམ། བོད་སྒྲོང་ས་གྱི་རིག་གནས་རྒྱ་ཆུང་གོང་
 འཕེལ་དང་ལྷན་སྐྱེས་ཆེ་ཆོག་ས་ལྷུ་གཏོང་ཐབས་དང་། བོད་སྒྲོང་ས་གྱི་རིག་
 གནས་ཀྱི་སྒྲིལ་སྒྲུབ་བཟང་པོ་དང་སྒྲིལ། ཏུར་བཙན་ཆེན་པོས་སྤྱོད་གསོའི་ལས་
 དོན་འཇུགས་གཏོང་གང་ལེགས་བཅས་བྱེད་དགོས་པ་དང་བཞི། ལྷི་ལྷུགས་ལྷ་སྐྱོ་
 འབྱེད་རྒྱ་དང་ནང་ཁྲུལ་དུ་ལན་རྒྱུན་སྒྲིལ་རིམ་བྱེད་རྒྱུར་བྱགས་རྩོད་རྒྱག་དགོས་པ་
 དང་ལྔ། ལྷ་མཐུད་ནས་བོད་རིགས་དང་ཁྲུང་ས་ཏུར་མི་རིགས་གཞན་དག་གི་ལས་
 བྱེད་པ་གཉིས་སྟེད་གཉིས་ལྷན་འབོར་ཆེན་ཞིག་གསོ་སྟེད་བྱེད་དགོས་པ་དང་། བོད་
 རིགས་དང་རྒྱ་རིགས་སྐྱེས་མི་རིགས་ཁག་བར་གྱི་མཐུན་སྒྲིལ་ལ་བྱགས་རྩོད་རྒྱག་
 དགོས་པ་དང་དྲུག འཐབ་སྟོགས་གཅིག་ལྷུང་དང་། མི་རིགས། ཆོས་ལུགས་
 བཅས་ཀྱི་ལས་ཀར་བཅི་མཐོང་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་དང་ནན་རྒྱུ་བ་གྱིས་མཐུན་སྒྲིལ་བྱེད་
 ཐབ་པའི་མི་མཐའ་དག་ལ་མཐུན་སྒྲིལ་བྱས་ཏེ་མཐུན་སྒྲིལ་དང་། ལྷུག་པོ།
 དཔལ་ལོན་ལྷན་པ་བཅས་ཀྱི་བོད་སྒྲོང་ས་གསར་པ་ཞིག་འཇུགས་རྒྱན་བྱེད་ཆེད་
 མཉམ་དུ་འབད་འཐབ་བྱེད་དགོས་པ་དང་བདུན་བཅས་ཡིན།

བོད་སྒྲོང་ས་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་ས་ལ་གཞིགས་ཏེ་བོད་སྒྲོང་ས་གྱི་དཔལ་
 འབྲོར་དང་རིག་གནས་ཀྱི་འཇུགས་རྒྱན་ལ་སྒྲུལ་འདྲེད་བྱེད་ཆེད་དང་བོད་རང་.....
 སྒྲོང་སྒྲོང་ས་དབང་བརྟེན་ནས་ཕོ་སྟེ་ཕྱ་འཁོར་བའི་དགའ་རྩོད་རྟེན་འབྲེལ་བྱེད་ཆེད་
 ཀྲུང་དབྱང་གིས་ལེ་ཅིན་དང་། ཏུང་ཏེ། ཐེན་ཅིན། ཅང་ལྷུ། ལེ་ཅང་།
 ལྷ་ཅན། ཏན་ཏུང་། མི་ཁོན། ཀོང་ཏུང་སོགས་ཞིང་ཆེན་དང་ཁྲོང་ཁྲོང་ཁྲུང་
 གིས་བོད་སྒྲོང་ས་ལ་ཨར་ལས་བརྒྱ་རྒྱུན་ཁག་བཞི་བཅུ་ཞེ་གསུམ་འཇུགས་རྒྱན་བྱེད་
 རིགས་བྱེད་རྒྱ་གཏན་ལ་ཐབ་པ་རིད། ཨར་ལས་བརྒྱ་རྒྱུན་དེ་དག་གི་གཙུག་པོ་སྒྲིལ་
 འདོན་ས་ཆོགས་དང་། མཐོན་ཁང་། སྒྲོང་ལྷ སྒྲན་ཁང་། རིག་གནས་རྟེ་བ།