



ལེན་པོ་ཆེས་ཤོ་མཁུན་ཀྱང་དབྱེད་
སྤུངས་སྤུངས་ཡོད་དམ།

ཐུགས་སྤོངས་པོ་ཆེས་ཤོ་མཁུན་ཀྱང་དབྱེད་

ལུ་ཅེ་ཆེས་ལྷོ་མཐུན་གྲང་དབང་ལུ་
ཆུས་ལྷོ་ཡོད་ཀྱིས།

མཐུན་ནས་བཅུ་ལས།

ལཱ་ཤེ་ཆེས་ཆོ་མཐུན་ཡང་དབང་ལཱ་

ཆུས་སྤྱ་ཡོད་དུས།

མཉམ་ཐུན་ནས་བཅུ་མས།

*

ཟླ་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་གིས་བསྐྱར་ནས་

དབར་དུ་བསྐྱར།

(སྤྱོད་ས་ཁྱིན་ཏུ་རིན་མིང་ཡང་ལཱ།)

དབར་ཡང་ས་ 1 — 750 རིན་གླུ་ 8

ལུ་ཅེ་ཆིས་ཞོ་མཐུན་ཀྱང་དབང་མུ་ ཆུས་མུ་ཡོད་དུས།

མེ་ཐུན་

ཁྱི་ལོ་ 1933 ནས་ 1934 ལོ་ཀྱང་དབང་མུ་ཆུས་མུ་ཡོད་
དུས། ངས་ལུ་ཅེ་ཆིས་ཞོ་མཐུན་གྱི་ཅར་ལས་ཀ་ཏ་ལས་ལོ་
གཉིས་ཅེ་ལས་པ་ཡིན། ཁོ་ཏི་སློབ་སྦྱོར་ཐད་ཀ་ནས་ཕྱོག་ཀྱི་
ཕྱང་། རོན་དག་དགའ་ཞིག་ད་དུང་གསལ་ལོ་ཅན་ཐུབ་ཅིང་།

2

1931 ནས་ 1932 ལོར་ལར། ངས་ཀྱང་དབང་མུ་ཆུས་
དམར་དམག་གི་མཆོན་ཆ་བཟོ་གྲུར་བཟོ་ཆོགས་མུ་ཡོན་ཀྱང་
བྱས་པ་ཡིན། བཟོ་གྲུ་འདི་ཏི་བཟོ་ཆོགས་ལས་ཀ། གཙོ་བོ་
ནི་ཁུལ་ཡོངས་ཤྱི་ཏི་བཟོ་ཆོགས་ཀྱང་དབང་ལག་བརྟན་རྒྱུ་
(བརྟན་མིང་ཆོན་རྒྱུ་ལག་བརྟན་རྒྱུ་ཟེར) ཐད་ཀ་འགོ་བྱིད་
ཕྱིད་པ་ཅིང་། དེ་ཕྱིར། ཏག་པར་ཆོན་རྒྱུ་ལག་བརྟན་རྒྱུ་
ལ་ལས་ཀའི་རྩན་ཏུ་ཕྱལ་དུ་གོས། སྐབས་དེར་ཁོ་ཏི་ཕྱི་ཀ་ནས་

ཐུ་བའི་ཆེན་མོ་མཁུན་གྲང་དབང་ཐུ་
ཆུ་ལྷ་ཡོད་དུས།

མང་ཐུན་ནས་བཅས་ས།

*

ཐུ་ཐོན་མི་རིགས་དཔེ་ཐུན་ཁང་གིས་བཞུར་ནས་

དབར་དུ་བཞུར།

(ཐོན་ས་ཐོན་ཏུ་རིན་མིང་གྲང་ཐུ།)

དབར་གྲང་ས་ 1—750 རིན་མིང་ 8

ཆ་ཅི་འདྲ་ཞིག་བཤད་དཀོས་བཅས་སེམས་ལ་འཆར་བྱུང་།

ངས་མཉུ་བྱེད་ཆེས་སློ་མཐུན་གྱི་གཞུང་ལས་ཁང་དུ་སླེབས་
པ། བོད་པ་རིག་མྱོ་ཤག་དེ་ཤིང་པའི་ངང་ནས་“ཁྱིད་ཡོང་བ་
ཡིན་པས། འགྲིག་ག” དེ་རྒྱུ་ཡང་ང་བཞུད་བཅུག་མ་
ཟད་བོད་པ་གིས་རྒྱུག་ནས་ང་ལ་སྒྲུད། ང་མགོ་མར་ཆུང་ཅས་
འཆར་བ་འདུག རྒྱུ་མར་བོ་ནི་མི་དང་ཉི་ལ་དགའ་ཞིང་ཞི་
འཇམ་པོ་ཡིན་པ་ཤིས་ནས། སིན་དུ་མགྲོགས་པར་རང་བཞིན་
དུ་བྱུང། རྒྱུ་འགྱུར་ལ་བཟུ་ན། བོད་མུ་ནས་ངའི་མིང་ཤིས་
ཡོད་ཆོད། བོད་པ་དང་པོ་ང་ཆོད་བཟོ་བྱའི་ལས་ཀ་ལ་དེ་རྒྱགས་
བྱས་ནས། ང་ལ་ལས་ཀ་ནང་དཀར་ངལ་ཅི་འདུག་ཟིས། ངས་
ཞིབ་ཚགས་བྱས་ནས་བོད་པ་བཟོ་བྱའི་གནས་ཚུལ་བྱ་བ་ཡིན། རྒྱུ་
མར་སློ་བུར་བོད་པ་བཅི་ཞིང་འཇུམ་དཔུལ་སློ་ནས་ང་ལ། “མའ་
ཐུན་སློ་མཐུན་དོན་དག་ཞིག་ཡོད་ཁྱིད་ལ་སློན་བཟོད་བྱེད་དཀོས་”
ཟེར། ངའི་བསམ་པར་ངས་ལས་ཀ་ཤོག་ནོར་འབྱུལ་བྱུང་བ་
མེད་ན་རྩ་མ། ལས་སང་འཆབ་འཆུབ་བྱུང་བ། དེ་རྒྱུ་བོད་
“ཁྱིད་ཀྱིས་ལས་ཀའི་རྩ་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་བ་དེ་ནི་ཡི་གེ་ཉ་ཅང་འབྱུག་
ཆེས་ཀྱིན། བཟུ་དུས་སིན་དུ་དཀར་ངལ་འདུག རྒྱུ་མུ་
རྩ་ན་ཁྱེད་གཅོང་གིས་བཟོས་ནས་ད་གཟོད་ཚུར་སྐྱར་ཅིག་ཟེར་བ་

ལྷན་ཁྱུ་ལྷུ་ཡ་པ། ལྷུ་ལས་རིང་ཡིག་ཤོག་ནས་ལྷན་ཁྱུ་ལྷུ་ཡ་པ་ཡིན།
 ལྷུ་ལས་ཤིག རས་བརྟ་ཡིག་གཞིར་བཟུང་ནི། དབྱུང་ཅིན་
 ཆོན་ཚུང་ལག་བཟུར་ཚུའི་ལ་ལས་ཀའི་ལྷན་ཁྱུ་ལྷུ་ཡ་པ་མིང་ནས།
 བཟོ་གྲུར་ཚུར་འོང་སྐབས། ལག་བཟུར་ཚུའི་ཅ་འཕྱགས་པུ་
 གང་ལུང་གྱུར་ཆོ་མཐུན་གྱིས་ང་ལ། ལུ་ཤེར་ཆིས་ཆོ་མཐུན་
 གྱིས་ང་བཅལ་ནས་ཁ་བརྟར་བཟོ་དགོས་ཟེར། ལུ་ཤེར་ཆིས་
 ཆོ་མཐུན་ནི་ལྷུ་ལས་དེར་ཆོན་ཚུང་ལག་བཟུར་ཚུའི་ལྷུ་ཡིན་གྱང་
 ཡིན། ལྷུ་ཡིན་གྱང་གིས་ང་བཅལ་ནས་དོས་ཐུག་ཁ་བརྟར་
 བཟོ་དགོས་ཟེར་བ་ཆོར་དུས། མཁས་ནང་དགའ་སྐང་དང་བྱེལ་
 འཆབ་ཡོད་པ་བཤད་མི་དགོས། སྒྲན་མར། རས་ལུ་ཤེར་
 ཆིས་ཆོ་མཐུན་ནི་བཟོ་པའི་འགྲུལ་བསྐྱོད་ཀྱི་ཆན་གལ་ཡིན་པ་དང་།
 སྐྱང་ཁྱེར་ཆོན་ཤེར་ནང་བཟོ་པའི་འགྲུལ་བསྐྱོད་འགོ་བྱིད་བྱས་
 ནས་ཤིན་ཏུ་བྱས་ཆིས་ཡོད་པ། གོ་མིང་དང་དང་བཅན་ཐུལ་
 རིང་ལུགས་པ་བཅས་ཀྱིས་ཁོ་ལ་སྐྱག བཟོ་པའི་མང་ཆོགས་
 ཀྱིས་ཁོ་ལ་དད་གུས་དང་བཅི་སྐྱོང་བྱེད་པ་བཅས་ཆོར་ཁྱེང་།
 འོན་ཀྱང་། ཁོ་དང་དོས་ཐུག་ཆོ་ཁ་བརྟར་བཟོ་མ་ཁྱེང་། “ང་
 བཅལ་ནས་དོན་གལ་ཆེ་ཞིག་ཡོད་པ་འདྲ་” རས་དབང་མིང་གི་
 བསམ་ཆོ་འཁོར་བ། མ་ཟད་དོས་ཐུག་ལྷུ་ལས་དང་པོར་སྐད་

ཆེས་ཆོ་མཐུན་གྱིས་དྲ་ལམ་ངའི་སྐམས་འགྲུལ་བ་ཡིན་པར་གྱིས་
 ཉན། ལྷ་མཐུད་དེས་བསྐྱལ་སྒྲོང་བྱེད་ཀྱི་ “གནད་འགག་མེད།
 ཆེས་ལྷ་ཡིད་གཟབ་སྒྲོ་ནས་ལགས་བཅོས་གཏོང་བྱལ་ན་འགྲིག་ཀྱི་
 མེད་”བཅས་ཟེར།

དོན་འདི་ལྷ་ཉི་ཤུ་ཙུ་མ་ལ་སོང་བ། 1957 ལོར་ངས་ཁོ་
 ཐུག་སར་འགྲོ་དུས། ཁོ་བཤད་ཤོར་ནས་ངའི་ཨ་ག་བྱིས་ལུགས་
 བཤད། ང་ལ་ “ཁྱོད་ཀྱིས་ཨ་ག་བྱིས་ལུགས་ཡག་པོ་འདུག་”
 ཟེར། ངས་ཆོར་ཆེས་ལམ་སང་དོན་དག་དེ་བྲན་བྱུང་། ལྷ་
 ཡིན་གང་གིས་ད་དུང་དོན་དེ། མ་བརྟན་བ་དངོས་ལྷ་གསལ།

2

ལུ་ཤེར་ཆེས་ཆོ་མཐུན་དང་སྐབས་དེར་ངོས་འབྱེད་ནས་
 ལུན་རིང་མ་སོང་བ། ང་ཆོན་རྒྱང་ལག་བརྟན་རྒྱུ་ལས་ཀ་
 བྱེད་སར་བཤང་སོང་། དེ་ནས་ལུ་ཤེར་ཆེས་ཆོ་མཐུན་དང་
 ངོས་འབྱེད་རྒྱུ་གོ་སྐབས་ཆེ་མང་སོང་བ། སྐབས་དེར་ང་དང་
 མཉམ་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ད་དུང་ཆོ་མཐུན་གཉིས་ཡིད། གཅིག་
 ན་རྒྱུ་ཅིའན་ཞིང་ཆོན་བརྩོ་ཆོགས་ནས་གཏོང་ཡོང་བ་རེད།
 གཅིག་ནི་ཅིའང་ཤིའི་ཞིང་ཆོན་བརྩོ་ཆོགས་ནས་གཏོང་ཡོང་བ་

རེད། གསར་དུ་ཡོང་བ་དང་། ལས་ཀ་གསར་བ་ཡིན་པ་
 ལྟམས། ང་ཚོ་མི་གསུམ་ལ་ཉམས་སྦྱོར་སྒྲུ་ཅན་མིང་བ་མ་ཟད་
 སྒྲུ་ཅན་མིང་ཡིན། ལུ་ཅའི་ཆིས་སྒྲོ་མཐུན་གྱིས་གནས་
 རྒྱལ་འདི་ཤིས་དེ། རྟག་པར་ཁོ་རང་ནས་ང་ཚོའི་སྒྲོ་སྒྲུ་
 ཡོང་ནས་ང་ཚོ་ལ་བརྟུ་བ་དང་། ང་ཚོའི་སྒྲོས་ཚོགས་ནང་འུགས་
 དེ། ང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ལས་ཀ་མགོ་ཚུགས་འུགས་རྒྱ་ལྷོད་
 དགོས་སྒྲོས་མོལ་བྱེད་པ་རེད། ང་ཚོས་ལས་ལས་ཁྲུངས་ནི་
 གསར་འཛུགས་ཡིན། མིང་ལ་ “ཀླུ་ཁབ་ཁི་ལས་ཀྱུ” རྒྱུ་
 བ་རེད། ལུ་ཅའི་ཆིས་སྒྲོ་མཐུན་དང་པོ་ཡོང་དུས། ང་ཚོ་
 ཁ་ཤིས་ལ་ཚོན་རྒྱུ་ལག་བརྟུར་རྒྱུ་ “ཀླུ་ཁབ་ཁི་ལས་ཀྱུ”
 བཙུགས་པའི་དམིགས་ལྷུ་ལ་དང་ལས་འགན་བཅས་ཞིབ་ཚགས་
 བཤད་བྱེད། ང་ཚོའི་ལས་ཀ་ལ་ཅ་དོན་གྲོག་ནས་ལས་རྒྱ་
 རྒྱ་ཅན་ལ་ཞིབ་ཆའི་བསམ་སྒྲོ་བཤད་འདུག ཁོས་ང་ཚོ་ལ་ངས་
 པར་ལས་སང་གཞུང་ལས་མགོ་ཚུགས་དེ། རྒྱུ་ཁབ་ཤིག་གྱུ་
 བྱང་བྱ་གཅིག་སྒྲུར་ནས། “ཀླུ་ཁབ་ཁི་ལས་ཀྱུ” འཛུགས་
 རྒྱུ་པའི་རྟགས་སྒྲོན་དགོས། ཁོས་ད་དུང་ང་ཚོ་མི་གསུམ་སྒྲུ་
 མའི་ལས་ཀའི་གནས་རྒྱལ་དང་ད་ལྟོའི་ལས་ཀའི་མཁོ་དགོས་དང་
 བརྟུ་ནས། ང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ལས་ཀ་མགོ་ཚུགས་སྒྲོ་ཞིབ་

འཕྲུག་ཕྱིད་པ་རིད། ཁོ་མ་གདན་ཆོན་རྒྱུ་ལག་བརྒྱུར་རྒྱུ་
 གཙོ་བོ་འགོ་བྱིད་ཡིན་པར། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་ཁོ་དང་མཉམ་
 ཏུ་བསྐྱད་ནས་ཁོ་ཕྱག་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་རྒྱུ་མ་སྤང་། དེར་
 བརྟེན་གྱིན་ཏུ་མཐོགས་པར་གོམས་འདྲིས་བྱུང་མོང་།

ཉིན་གསུམ་མོང་རྒྱུ། ལྷུ་ཡོན་གྲང་གིས་ང་འཛེལ་ནས་ཐུག་
 རྒྱུ་འཕྲུ་རིགས་འཛོལ་ཆོགས་འཕྲུགས་དཔོན་པོའི་དོན་བཤད།
 ང་ཚོང་ལས་རྒྱུ་ལྷུ་རྒྱུ་གྲང་དང་གྲོས་མོལ་ཕྱིད་སར་བཏང་
 རྒྱ། ཁོ་ཚོས་འཛོལ་ཆོགས་འདི་འཕྲུགས་རྒྱུར་བསམ་འཆར་ཅི་
 འདྲུག་དེས་གིག། ངས་ཐུག་རྒྱུ་གྲང་འཛེལ་ནས་ཁོ་ལ་འཕྲུ་རིད་
 འཛོལ་ཆོགས་འཕྲུགས་རྒྱུ་གྲང་གྲོས་ཕྱིད་བཞིན་ཡོད་པ་བཤད་དེ།
 འཕྲུ་རིགས་འཛོལ་ཆོགས་འཕྲུགས་རྒྱུ་ཐུག་རྒྱུ་གྲང་ལས་མི་ཡོན་པ་
 བསམ་མ་བྱུང་། སྐབས་དེར་ང་ད་ཅང་དགའ་སྤང་མ་གད།
 མི་འདོད་པའི་ནས་འཕྲུར་རྒྱུ་ཞིག་བྱས་ནས། ལྷུར་ཡོང་ཞེ་
 ཐུག་རྒྱུ་གྲང་གི་བཞུ་སྤང་དེ་མཉུ་ཕྱིར་ཆིས་ཆོ་མཐུན་ལ་ཞུ་བ་
 ཡིན། སེམས་ནང་ཐུག་རྒྱུ་གྲང་དོ་མ་ཉིང་ཞིན་ཡོད་པ་ཞིག་
 རིད། མཉུ་ཕྱིར་ཆིས་ཆོ་མཐུན་དེས་པར་ཁོ་མི་འདོད་པ་ཡོང་
 རྒྱུ་རིད་ཅུ། འོན་ཀྱང་ངའི་བསམ་ཚེད་ལྷ་ལུ་མ་ཡིན། མཉུ་
 ཕྱིར་ཆིས་ཆོ་མཐུན་གིས་ངའི་ཞུ་བ་ཚོར་རྒྱུ། དགའ་སྤང་མིད་

བ་རྒྱུ་ཅམ་མི་བྱེད། བོམ་བསམ་ཆོ་ལྷན་ཅམ་བཤང་སྤང་།
 སལ་ཆེར་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་བཟུ་སྤང་དེ་ལ་བསམ་གཞིགས་ཡོད་
 ཆོད་དེ་རྒྱུ་ལྷན་པོ་སྤྱོད་ནས་ང་ལ་འབྱུང་གིས་བཟོ་ཆོགས་འཆོད་
 ན་པན་པ་ཡོད་པ་དང་། མ་འཆོགས་ན་སྤྱོད་ཡོད་ཀྱི་བཅས་
 ཞིབ་འབྱེད་བྱས་ཏེ། སྤང་ཡང་ང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་སྤྱོད་མེད་
 བྱེད་སར་གཏོང་བ། བོམ་“གཙོ་བོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་པོ་མཚན་
 ཡག་པོ་བཤད། ངས་བསམ་ན་བོམ་ཁས་ལེན་ཀྱི་རིད་”ཟེར།
 ཏིང་མར། ངས་བོམ་མཆོད་སྤྱོད་གཞིར་བཟུང་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་
 ལྷན་གྱི་ཡང་ཡང་ཁ་བཤད་བྱེད་སར་སྤང་བ་ཡིན། རོ་མ། རྒྱུ་
 ལྷན་གྱི་ཡང་ཆོ་བཤས་བྱུང་ནས་ཁས་བྲུངས་སྤང་།

3

སྤངས་དེར། དཔར་དཔག་གི་མཚོན་ཆ་བཟོ་བྱེད་བཟོ་བ་
 ནང་གྱུར་བྱུང་དང་། རྒྱུ་ཅེས། ཅེས་ཤིང་བཅས་ཀྱི་མི་
 ཡོད། མང་པོས་ནས་གསར་བཟུང་བྱས་ཏེ་རྒྱུ་རིང་རིང་
 མེད། ད་དུང་བཀས་བཀོད་བཟུང་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་གསལ་འདྲ་ཤིས་
 སྤྱགས་ཆོན་ཡོད་ཏེ་མས། ཆོད་པ་བྱས་ནས་མཐུན་སྤྱོད་མེད་པ་
 བཟོ་བར་ས་ཟད། བར་སྤངས་ཤིག་ཐོན་སྤྱོད་ལ་གཏོད་འཆ་

ངན་པ་བྱུང་། ལཱུ་ཏཱེ་ཆེས་ཆོ་མཐུན་གྱིས་གནས་ཚུལ་དེ་གིས་
 གས་ཏེ་ཅུང་གནད་ཆེན་ཅིས་དྲི། ང་པོ་གྲུ་ཞིབ་འཇུག་དང་
 ཐག་ཆོད་བྱེད་སར་བཤང་བ། ང་སྤང་དྲི་གཟུང་འཁོར་གཅིག་
 ལྷག་ཙམ་གས་གནད་དོན་དེ་“ཐག་ཆོད་”སྤང་། ཚུར་ཡོང་
 གས་ཁོ་ལ་ཐག་ཆོད་པའི་སྒྲིབ་ཏུ་བ་ཡིན། ངས་དང་པོར་ད་
 ལན་ཐག་ཆོད་སྤངས་ཡག་པོ་རེད་ཡོད་སྟེ། དེ་གས་སྟན་ཏུ་
 བྱལ་དུས། ལྷག་པར་ལྷག་ས་ཡོད་པ། ལཱུ་ཏཱེ་ཆེས་ཆོ་མཐུན་
 གས་གས་རྒྱན་དང་འབྲེལ། སེམས་ཅི་གཅིག་དུ་བརྒྱུས་པའི་སྒྲིབ་
 གས་ངའི་སྟན་ཏུ་ལ་ཉན། སྟན་ཏུ་བྱལ་ཚར་ཇིས། ཁོས་ལམ་
 སང་བསམ་འཆར་བཤད་མ་སྤང་། བསམ་སྒྲིབ་ལྷན་ཙམ་བཤང་
 གས། ང་ལ་དྲིས་རྒྱ་“ཁྱིད་པོ་གྲུ་མི་ཆོང་སྟེ་ཅར་བཞུད་པ་
 ཡིན། མི་ཆོང་སྟེ་ཅར་ཟས་ཟ་བ་ཡིན། མི་ག་འབྲེལ་དང་མཉམ་
 དུ་འབྲུམ་འབྲུམ་དང་ཅིད་དགའ་བྱེད་པ་ཡིན་”ཟེར། དང་པོ་
 ང་གིས་དུ་བྱེད་མཆར་བྱུང་། ཁོས་དོན་དག་འདི་ཆོ་དྲིས་དགོས་
 དོན་ཅི་ཡིན་ཏེ་མ་གོ ལམ་སང་ལན་དུ་“ང་གྱུར་དུང་མི་དང་
 འདྲིས་པོ་ཡོད། ཟས་ཟ་ས་དང་སྒྲིབ་ས་ཆོང་མ་གྱུར་དུང་པ་
 ལྷན་གཅིག་པ་ལའི་དབྱིང་རྒྱན་པོ་པོ་ཆོ་མཐུན་ཁྱིམ་ནང་ཡིན་”
 ཟེར། ཁོས་ཆོར་ཇིས། ཆོ་མ་བདེ་ངང་གས་“འོ་ན་ཁྱིད་

ཀྱིས་བསམ་འཆར་ཆེད་པ་ཚང་མ་ནི་གུར་དུང་བཟོ་པའི་སྒོ་
མཐུན་བཤད་པ་དེ་རེད་ཅང་” ཟེར། ངས་ལན་དུ་ “རེད་”
ཟེར་བ་ཡིན། སྐབས་དེར་ངས་ད་གཟོད་རང་གི་ལས་ཀ་མ་
འགྲིག་པ་ཡིན་པར་གྱིས།

“ཁྱིད་ད་རེས་དོན་དག་ཅ་བའི་ཐོག་ནས་ཐག་ཚད་པ་བྱང་མ་
འདུག དེ་ནས་ཁྱིད་ཀྱིས་མཐར་བཟློམས་པ་དེ་གུར་དུང་བཟོ་
པའི་ཐོག་ས་སྒྲུ་ཀྱིག་འདུག ཁྱིད་ཉིན་གསུམ་ངལ་གསོ་བྱེད།
ཡང་པར་སོང་ནས་གསར་དུ་ཐག་གཅོད་གྱིས་སྒྲིག་” ཟེར། དེ་
རྒྱུ་ཁྱིད་བཟོད་བཟན་སྒྲོ་ནས་ལས་ཀ་ལས་ལྷགས་དང་ཐབས་
ཚལ། ཡང་འཛོག་དགོས་པའི་དོན་གནད་བཅས་ཁ་བརྟེན་བཟོ་
སོང་། མ་ཟད་རྒྱུ་མར་པར་བྱིན་ནས། གུར་དུང་བཟོ་
པའི་བསམ་འཆར་ཁོ་ན་ལ་མ་ཉན། སྤྱུ་ཅིའན་དང་ཅིའང་གི་
བཟོ་པའི་བསམ་འཆར་མང་ཅམ་ཉིན་ཅིག ཟེར་བྱང་།

ལུ་ཤེད་ཆེས་སྒོ་མཐུན་གྱི་སྒྲོ་བ་སྒྲོན་འདི་ནི། དང་པོ་རང་
ལ་སིན་དུ་བྱེད་ཁག་པོ་བྱང་། རང་ནས་མཐར་བཟློམས་ཚར་
བའི་དོན་དེ། ཡང་བསྐྱར་རང་ནས་བྱེད་ཐོག་བྱེད་དགོས་ན།
སིན་དུ་འཆར་པོ་ཞིག་རེད་བསམ་བྱང་། དོན་གྲང་སྒྲུ་མའི་
ཉམས་སྒྲོང་གིས་ང་ལ་ཟེར་བ། ལུ་ཤེད་ཆེས་སྒོ་མཐུན་གྱིས་

རོན་གནད་ལ་དབྱེན་འབྱེད་གནང་ཐུགས་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡང་དག་པ་
 ཡིན། ང་ལ་ཁོའི་བསམ་འཆར་ལྟར་མ་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་
 མེད། ལྷག་པར་དང་གི་ཁྱི་མན་ལ་བསམ་སྒྲོ་མ་བཟང་ན་མི་
 འགྲིག། རོ་མ་ཡིན། དེ་ནས་བསམ་སྒྲོ་འཐབ་འཛིང་བུས་པར་
 ཉིང་མར་སྤྱར་ཡང་འགྲོ་བ་ཡིན།

ཇིས་མར་མཚོན་ཆ་བརྩོ་གྲུར་སྤྲེལ་ནས་ཞིབ་དབྱེད་བྱེད་
 ཏུས། གནས་ཚུལ་དེ་ནི་ལཱ་ཤེད་ཅིས་སྒྲོ་མ་ཐུན་གྱིས་དབྱེན་
 འབྱེད་བྱེད་པ་ལྟར་རེད། རྒྱ་མ་མཐའ་བརྒྱུ་མས་བུས་པ་དེ་ལ་
 གུའང་དུའང་བརྩོ་བ་ནས་ཤིན་ཏུ་དགའ་བོ་བྱེད། རོན་གྲང་རྒྱུ་
 ཅིའན་དང་ཅིའང་ཤིའི་བརྩོ་བ་ནས་འདོད་པ་མ་གང་བ་ཆོན་པོ་
 འདུག

ངས་ལཱ་ཤེད་ཅིས་སྒྲོ་མ་ཐུན་གྱི་མཚུ་བ་སྒྲོན་གཞིར་བཟུང་བུས་
 ནས། སྤྱར་ཡང་ཅིའང་ཤིའི་དང་རྒྱུ་ཅིའན་བརྩོ་པའི་བསམ་
 འཆར་སྤྱད་དི། རོན་གནད་ལ་མཐའ་བརྒྱུ་མས་གསར་པ་བུས་
 ཇིས། ད་གཟོད་རོན་གནད་ཡང་དག་པར་ཐག་ཆོད་ཐུབ་སྟེང་།
 དེ་ནས་གུའང་དུང་དང་རྒྱུ་ཅིའན། ཅིའང་ཤིའི་ཞིང་ཆོན་གསུམ་
 གྱི་བརྩོ་བ་ཆང་མའི་སྒྲོ་ཆོས་པ་བྱང་འདུག

ཉིན་བཅུ་ལྷག་སྟེང་ཇིས། ངས་ཆོན་རྩྱུང་ལག་བཟུར་བུའི་

ལ་ཡོགས་ཡོང་ནས། ལུ་ཤེར་ཆེས་ལྷོ་མཐུན་ལ་ཐག་ཆོད་པའི་
 རྒྱུ་དང་རྒྱུ་མེད་ཕྱོགས་བསྐྱེད་པུས་ལྷགས་བཅས་ཉིན་ལྷུ་ལུ་
 དུས། ཁོ་འཛུམ་དཔུལ་དང་ནས་དང་ཆེས་ཁྱོད་ལ་ཡར་ཐོན་གིན་
 དུ་ཆེན་པོ་འདུག རྒྱ་མའི་ལས་ཀ་དེ་ཉམས་ཁྱོད་བསྐྱེད་པུ་
 རེད་ཟེར།

ལས་ཀ་ཆོད་པའི་ཆེས་སྤང་ནས་དོན་འདི་བྲན་དུས། ལུ་
 ཤེར་ཆེས་ལྷོ་མཐུན་ནི་ལ་ལས་འཛུངས་དང་། གནད་དོན་རྒྱུ་
 ལ་གིན་དུ་ཞིབ་ཚགས་དང་ནན་དན་ཡིན་པ། དངོས་དོན་བདེན་
 འཛུངས་ཞིག་རེད་ལྟག་པར་ཉིས།



སྐབས་དེར། ཡུང་དབྱང་སྤུ་རྒྱུ་གོ་མིང་དང་ཡོག་ཕྱོགས་
 པའི་དཔག་མིས་ལན་ཁ་གསུམ་དུག་བསྐྱེད་པུས་ནས། དཔར་
 དཔག་ལ་ཁྱུང་བཤང་དངོས་ཆོག་མཁོ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་གིན་དུ་དགའ་
 སུལ་ཡུང་། མཁས་ལ་བྲན་ཀྱུང་ཉིན་གཅིག་མཚན་མོར། ཆོན་
 རྒྱུང་ལག་བཟུང་རྒྱུ་ལྷོ་ནས་མི་སྤྱོ་ཡོངས་རྒྱུགས་ཀྱི་ཆོགས་ཆེན་
 འཛུགས་ཏེ། ཆོང་མས་དགའ་མཚོངས་པུས་དེ་མྱ་ལྷུ་མ་འདུལ་
 རྒྱུ་ལྱུ་ནས། དཔག་སར་དཔར་འཛུངས་འཐབ་འཛུང་བྱེད་

མཁན་དམར་དམག་ལ་མཚམས་འདྲི་བྱེད་དགོས་པའི་བསྐྱེལ་
 བཟུང་བཟུང་བ། རྒྱུ་མཐུན་ཚེས་དགའ་རྒྱུ་ངང་ནས་བསྐྱེལ་
 བཟུང་དང་ལེན་བྱེད་པ། ང་ནས་སྤྱ་མར་མཚོན་ཆ་བཟོ་གྲུར་
 བཟོ་བ་བཟོས་དུས་སྤྱ་ལོགས་ཡིད། དེར་བཟིན་ད་ལྟ་ལག་དུ་
 ད་དུང་དབྱེལ་ཐུག་བྱ་ཡིད་པས། ཚོགས་ཆེན་ལ་ལམ་སང་ལྷ་
 ལྷ་མ་ཆ་ལྟ་ཞལ་འདྲིའམ་རྒྱལ་རྒྱ་དངོས་བསྐྱེལ་བྱེད་པ་ཡིན།
 ལྷ་ལྷ་མ་ཆ་ལྟ་ནི། རྒྱུ་མཐར་འབྲེལ་གྲངས་ནང་ནས་མཐོ་ཤིས་
 ཡིན། ཚང་མས་དགའ་ཚོ་རྒྱུ་ནས་ང་ལ་མཐོ་མོ་རིལ་བ་རེད།
 འོན་ཀྱང་། ངའི་འགྲམ་དུ་ཡིད་མཁན་ཅིང་ཤིའི་ཞིང་ཆེན་
 བཟོ་ཚོགས་ནས་ཡོང་བའི་ཚང་གྲུང་བུའུ་གྲང་གིས་ཡང་ལྷ་ལྷ་མ་
 ཆ་བཟུན་ཞལ་འདྲིའམ་རྒྱལ་རྒྱ་དངོས་བསྐྱེལ་བྱས་ནས། བག་ད་
 ཅུམ་ནས་ང་དང་འགྲམ་བསྐྱར་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཟེར། ཁོ་ན་ལམ་
 ང་དང་འདྲ་བ། རྒྱུ་ལས་བཟོ་བ་ནས་ཡོང་བའི་ལས་བྱེད་པ་
 གསར་པ་ཡིན། ལག་དུ་དབྱེལ་ཐུག་བྱ་ལྟར་ཚོགས་པ་འདྲ། ཚང་
 མས་ཁོའི་ཞལ་འདྲིའམ་རྒྱལ་བའི་གྲངས་ཀ་ང་ལས་མང་བ་མཐོང་
 ནས། ཡང་ཁོ་ལ་མཐོ་མོ་ལན་གཅིག་རིལ། ངས་བསམ་ཚོ་
 ཅིག་བཟུང་དུས། འདི་ནི་གསར་བཟོའི་འགྲམ་བསྐྱར་ཞིག་རེད།
 རིས་སྤྱ་ལས་བཟུག་རྒྱ་ག་ལ་ཡིད་རྣམ། ཡང་བསྐྱར་ལྷ་ལྷ་མ་ཆ་

ལ་སྒྲིན་པ་ཡིན། རོན་གྲང་ཁྱིམ་ལས་སང་ཆ་བཙོ་ལ་ཞལ་
འདྲིའམ་རྒྱལ་གྱི་དངོས་བརྒྱལ་ས་ཕྱིར་བ། ངས་ཚོར་ཆེས་དེ་
ལས་ཤུགས་ཆེ་བའི་སྒྲིན་ནས། “ངས་ཆ་སྤམ་ཐུ་ཞལ་འདྲིའམ་
རྒྱལ་གྱི་ཡིན་” ཟེར།

མི་དེས་ངས་ “ཆ་ལ་བཙོ་ཞལ་འདྲིའམ་རྒྱལ་གྱི་ཡིན་” ཟེར།
ཁྱིམ་གྲངས་ཚད་ཡར་སྤར་སོང་།

འདི་འདྲ་བུས་ནས། ཁྱིམ་སྤར། ངས་སྤར། ས་རྒྱལ་
ཡར་འཕར་བ། ཉིང་མར་འདི་ཁྱིན་བརྒྱལ་ས་ཆ་བརྒྱ་དང་བཙོ་
བཙོན་ཞལ་འདྲིའམ་རྒྱལ་འདྲུག་ ཁྱིམ་ལས་ཆ་ལ་མང་བ། མ་
ལུ་འདི་འདྲ་མང་པོ་ཉི་ན་དུལ་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་དགོས།
ངས་ཞིབ་ཚགས་ཅིས་ནས་འདི་གསོག་འཛོག་ཡོད་པའི་དུལ་དེས་
ཉ་ལམ་ལྟར་བ་འདྲུག་ད་གཞོན་ཆེ་བའི་སོང་། ང་ཚོས་འགྲན་
བརྒྱུར་ཕྱིར་དུས། ཆོ་མཐུན་གཞན་ནམས་ཀྱིས་དང་དང་གི་
ཕྱིར་ཤུགས་ལ་དཔག་ནས་མ་ལུ་གྲངས་ཀ་སྤར་སོང་། འདི་
ན་དོ་མ་གསར་བཞིན་གཞི་བཞིན་ལྟན་པའི་འགྲན་བརྒྱུར་ཆེན་པོ་
ཞིག་ཟེར།

ཉིན་གཉིས་པའི་ལོ་རྒྱུད། ལས་ཁུངས་ཀྱི་གྲང་དོན་གསར་
འགྲུལ་ “དུང་བན་” སྒྲིག་ཁུང་དུ་ཚོན་དམར་གྱིས་ཆོ་མཐུན་ནམས་