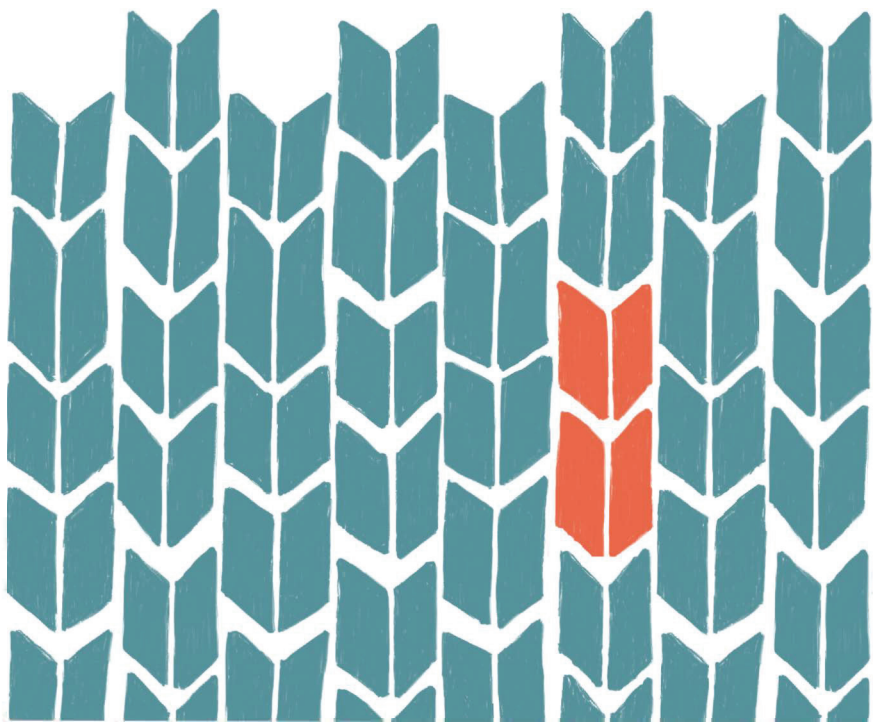


《ལྷ་མོ་རྒྱ་རྩ་ཚུད་ཀྱང་། ནང་སེམས་རེ་བས་ཁིངས།》

རྣམ་པ་ལོ་ཚོ་ཡེ་སུ་མེད།





《ལྷས་པོ་རྒྱ་རྒྱ་ཚུད་ཀྱང་། ནང་སེམས་རེ་བས་ཁེངས།》

རོལ་པ་པོ། ཆའོ་ཡེ་ལུ་མེའར།



## དཀར་ཆག

ལེའུ་དང་པོ། རེ་བས་ཁེངས་པ།	11
ལེའུ་གཉིས་པ། དཀར་སྐྱུག་ལ་གདོང་གཏད་པའི་ནོར་བུ།	17
ལེའུ་གསུམ་པ། གདམ་གསེས། རེ་བས་ཁེངས་པ།	25
ལེའུ་བཞི་པ། བྱ་ཡུག་ཁོད་དུ་དཀོན་མཆོག་པ་དད་པ་བྱེད།	31
ལེའུ་ལྔ་བ། གསར་སྐྱེས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན།	37
རྩམ་པ་པོ་དོ་སྟོན།	57





སྲུང་དགས་ང་ཚོའི་རེ་ལྟོས་རེ་ག་མེད་དྲ་གཏོང་རིམ་ཡོད། ཁོས་ང་ཚོར་བྱ་  
དེས་མེད་ཚད་ལ་རེ་ཐོག་ཚུད་དྲ་བཅུག་སྟེ། ང་ཚོར་འཇིག་རྟེན་འདི་ཉིད་  
ཇི་ལོགས་སྟེ་འགོ་བའི་ཡིད་ཚེས་གཞིམ་པར་འདོད་ཡོད། འོན་ཀྱང་དཀོན་  
མཚོག་གིས་ང་ཚོར་རེ་ལྟོས་ཀྱིས་ཁེངས་དགོས་པའི་བྱང་བྱ་བརྟེན་ཞིང་། ང་  
ཚོར་ཁོང་ལ་ཡིད་རྟོན་བྱས་ཏེ་བྱ་གཞག་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚེད་དག་འགབ་པར་རེ་སྟེག་  
བྱས་ཚེག་པར་གཏུངས། དེའི་དངོས་སྟེ། དམ་པའི་གསུང་རབ་ཏུ་ཁོང་གིས་སྲུང་  
རྒྱ་དང་གསོལ་བཀའ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་ ། རེ་ལྟོས་ཀྱི་སྟེ། ། ཡིན་  
པར་བཤད།

ང་རང་བྱིས་པ་ཡིན་དུས། འཇིག་སྲོར་སྲོབ་གསོ་དང་སྲུང་ཆ་བཤད་སྲུང་ས།  
བརྒྱུད་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཨ་ཡ་པའི་མཁར་གཙོད་དང་བཀའ་རྟོན་  
ཐབས་པས་ལྟུང་རིང་བོ་ཞིག་ལ་ང་རང་འཚོ་བར་ཨ་ཐང་ཚད་ནས་ཡོད། ངའི་  
སྲུང་ལ་འདི་འདྲི་རེ་བ་རེ་མང་བོ་ཞིག་ཐོབས་པས་རེས་མར་ང་རང་ཡི་འདི་  
ཚོས་ལྷགས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་དུས་ཀྱང་མཚོན་གྱི་རྗེ་ལམ་ཡང་ཡང་འཇིགས་

འོན་ཀྱང་ངས་ཁྱེད་ལ་བརྟོད་འདོད་པ་ལྷི་དཀོན་མཚོག་གིས་ང་རང་སྟོ་སྲུང་  
གིས་ཁེངས་པ་ཞིག་ནས་སྲུང་ཡང་རེ་ལྟོས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་མི་བྱ་ཞིག་བྱས་རྒྱུ་  
པ་དེ་རེད། དས་རྟུག་པར་ཁོང་གི་བྱིན་སྲོབ་སྟེ་དག་འཚོ་བའི་དེས་རེ་རེ་སྟེ་  
འཚར་བར་རེ་སྟེག་བྱས་ཡོད། ཁོང་གིས་ང་ལ་རེ་ལྟོས་ཀྱི་སྟོབས་ནི་ཅི་འདྲ་  
ཞིག་ཡིན་པ་རེ་སྟེག་སྟེ་བཅུག་པར་མ་ཟད། དེས་ང་ཡི་ཐམས་མཐོ་དང་སྲུང་  
ཆ། འཚོ་བ། རྒྱལ་འགར་བཅས་ལ་དོན་སྲིད་ག་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པའང་གས་སྟེ་  
བཅུག་དེ་བས་ང་རྒྱུད་ལྱའི་དུས་སྟུང་དཀའ་སྟེག་དང་བར་ཚད་ལ་གཏོང་  
གཏོང་དུས་སྲུང་བཞིན་རེ་ལྟོས་ཀྱིས་ཁེངས་ནས་ཡོད། དས་དཀོན་མཚོག་  
གིས་ང་ལ་ཡོད་ཚད་ག་སྟེག་ཚུགས་ཚུད་བྱས་ནས་ཡོད་པ་གསལ་བོར་ཤེས་  
ཡོད།

ཁྱེད་ཀྱིས་དཀའ་སྟེག་གང་མང་ཞིག་ལ་གཏོང་གཏོང་ཅིང་རེ་ཐོག་ཚུད་ནས་  
ཡོད་ཀྱིང་། ཐོན་འོན་དག་གང་ལ་འཕྲད་ཀྱང་སྟོ་སྲུང་གིས་ཁེངས་ཡོད་སྟེ།  
སྲུང་དགས་ཁྱེད་ལ་བྱ་དངོས་ཡོད་ཚད་འཕལ་ཕྱིས་མེད་པར་ཡིད་ཚེས་བྱེད་དྲ་  
འཇུག་མོད། འོན་ཀྱང་དཀོན་མཚོག་གིས་ཁྱེད་ལ་དཀའ་སྟེག་གི་ཁྱེད་དྲ་བའི་  
རྒྱབ་སྐྱོར་ཞིང་། ཁོང་གིས་ནམ་ཡང་ཁྱེད་ལ་བརྟེན་གཞིགས་ཡོད་པ་ཤེས་

སྲུ་འབྲུག་དེས། ད་ཚེ་བྱོད་ཀིས་སྐྱབ་དགོས་པ་ནི་ནམ་ཡང་རེ་ལྟོས་ཀི་ཕོན་  
ཐག་མ་ཚད་པ་བྱས་ཏེ་དགོན་མཚོག་གི་བྱིན་ལྟོ་རྒྱུ་ལ་འཚོ་བའི་བྱུང་ལེ་རེ་ནས་  
མངོན་པར་རེ་ལྟོས་བྱས་པ་དེས་ཚོག

དཔེ་དེབ་འདི་རྩ་དགོན་མཚོག་གིས་ངའི་འཚོ་བར་བྱིད་སྐྱོན་གནང་བའི་སྐོར་  
བརྟེན་ཡིད་ཅིང་། ངའི་ཉམས་སྲུང་འདི་དག་གིས་བྱིད་ལ་ཡིད་ཚེས་བསམ་ལྟོ་  
མཐོང་སྒྲེ་གསར་བ་ཞིག་གིས་འཚོ་བར་ལྟོ་བྱུང་དེས།

ངས་རྒྱག་པར་འདི་ལྟར་བཤད་བཞིན་ཡོད་དེ། རམ་ཡང་རེ་ལྟོས་ཀིས་ཁེངས་  
ཤིང་དགོན་མཚོག་ལ་ཡིད་ཚེས་གནང་བའི་ཞམ་པ་མེད་པའི་སྐོར་ཕོ་དེ་ནི་  
སྲུས་ཀང་པམ་པར་མི་བདེ་བའོ། ར་མཚན་ནི་འཚོ་བའི་རྩེ་ལྟོ་བའི་ལྟར་  
ཤོད་ཀང་བྱོད་ཀིས་དགོན་མཚོག་ལ་ཡིད་ཚེས་པའི་སྐོར་སྐོར་ཀིས་ཁེངས་གི་བྱིན་  
རྩེ་བས་ཀིས་བྱིད་ཀི་འཚོ་བར་བདེ་སྐོད་དང་སྐོར་སྐོར་བསམ་ལྟོ་ཏེ་བྱོད་ལ་དགོན་  
མཚོག་གི་ལེགས་ཚེ་མཐོང་དུ་འབྲུག

ངས་ནི་བྱོད་ཀི་འདས་སོང་མི་ཤེས་ལ། ད་ལྟའི་གནས་བབས་ཀང་ཤེས་ཀི་མེད།  
འོན་ཀང་ངས་ཤེས་པ་ནི་དགོན་མཚོག་ནམ་ཡང་བྱོད་ལ་དགས། ཁེངས་  
རྒྱག་པར་བྱོད་ལ་གཟིགས་སྐོར་གནང་གི་ཡོད། ཁེངས་བྱོད་ཀི་རམ་འདེགས་  
པར་སྲུ་ལ་ནས་ཡོད།

ཁེངས་ཀི་རེ་ལྟོས་ཀིས་ཁེངས་པའི་དགོན་མཚོག་ཡིན་ཏེ། ཁེངས་གིས་ཚེས་ངན་  
ངོན་གི་དུས་སྐབས་དེ་དག་ཀང་ཚེས་མངོས་པའི་དུས་སྐབས་སྲུ་བསྐྱར་བདེ་བ།



## ལེན་དང་པོ། རེ་བས་ཁིངས་པ།

ངས་རྒྱལ་པར་དེད་ཅག་ཅི་ རང་ཉིད་མངོན་འགར་། གི་མི་རབས་ཤིག་  
 ཡིན་ཞེས་བཤད། ང་ཚོས་ཁིང་ལ་ཡིད་ཆེས་མ་གཟུགས་བའི་སྐྱོན་དུ་ཁོང་ཉིད་  
 དངོས་སུ་ཡོད་མེད་ཤེས་འདོད། དོན་དངོས་སུ། ང་ཚོ་མི་མང་ཤོས་ཤིག་ཅི་རང་  
 ཉིད་དངོས་སུ་དོན་དག་ག་གི་མི་ཞིག་མ་བརྟུན་གོང་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་  
 ཚོའི་དོན་དུ་ལས་ཀ་གཉེར་བཞིན་པར་ཡིད་ཆེས་གི་མི་འདུག

འོན་ཀང་དཀོན་མཆོག་ཅི་ཡོལ་བའི་རྒྱལ་གི་ལས་ཀ་གཉེར་མཁུ་ཡིན་པས་  
 མིའི་མིག་དབང་གིས་མཐོང་མི་བཟུང་བྱེད་ཀྱིས་ཐ་ན་དོན་དག་ཅི་ཞིག་བྱང་  
 བའང་མཐོང་མི་བཟུང། འོན་ཀང་བྱེད་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་ཀྱི་མི་  
 ཚོའི་བྱེད་དུ་ལས་ཀ་མང་པོ་གཉེར་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་ཡོད་དམ། བྱེད་ཀྱིས་  
 དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་ཀྱི་མི་ཚོར་འཆར་འགོད་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱས་  
 ཏེ་བྱེད་ཀྱི་བྱིས་ཚང་དང་བྱིས་པ། ཡང་ན་བྱེད་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁོང་དུ་གསོལ་བ་བཟུང་  
 པ་བཞིན་རྒྱལ་ས་རམ་བྱེད་ཀྱིན་ཡིད་ཆེས་སམ། ལྷོ་ལྷོ་

དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་ཀྱི་མི་ཚོར་འཆར་འགོད་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱས་ཏེ་བྱེད་  
 ལ་རེ་བའི་འདྲ་སྤྱད་སྤྱོད་བཞིན་མཆིས། ཡང་ཅིག་བཤད་ན། དཀོན་མཆོག་  
 གིས་བྱེད་ལ་རྒྱལ་ས་དང་རམ་འདེགས་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་དག་འཚོལ་བཞིན་  
 ཡོད།

འོན་ཀང་དཀོན་མཆོག་ཅི་རེ་ལྟོས་གི་ལུ་ཡིན་པས་ནམ་ཡང་བརེ་བྱ་དང་སྲིང་  
 རེས་ཁིངས་ཤིང། མི་རྒྱལ་ས་ལ་གསར་སྲིས་གི་སྤོབས་ཤགས་སོལ་བུས་ཡིན།  
 ཁིང་ལ་དེ་འདྲའི་ནས་མཐུ་ལུན་པས་བྱེད་ཀྱིས་ནམ་ཞིག་ཁིང་ལ་ཡིད་ཆེས་  
 དང་རེ་ལྟོས་བྱས་ཀྱང་འདྲེ་མེད།

# རྒྱལ་ཆེ་བའི་རེ་ལྷོས།

རེ་ལྷོས་ཞེས་པ་ནི་ཡིད་ཆེས་དང་ཕན་པ་ལྟ་བུ་པའི་རེ་བཞག་ཅིག་ལ་གོ་བ་  
ཡིན། དེས་བསམ་ན་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་རེ་ལྷོས་ནི་གཞན་དབང་དུ་གར་བ་  
ཞིག་སྟེ། རྩམ་འགར་དེ་ལྟ་བུའི་བྱེད་སྐབས་ནི་དོན་དག་ཅིག་འབྱུང་ཆེན་ལ་  
བལྟས་གོང་དོན་ཅེ་བུང་པས་རང་ལ་ཕན་པ་ཐོགས་མེད་ལ་ལྟ་བུ་ཅམ་རེད།  
འོན་ཀྱང་དུ་གོ་བ་མཚོག་གིས་ང་ཚོར་བརྟོན་པའི་བྱེད་བྱ་ནི་དེ་མིགས་ལྟལ་  
ཡོད་པའི་སྟོན་པ་རེ་ལྷོས་བྱེད་པ་སྟེ། མངོས་སྲུག་ལྟ་བུ་པའི་བྱེད་དོས་དག་  
འབྱུང་བར་རེ་ལྷོས་བྱེད་པ་དེའོ།

དེ་བས་ངས་ཤེས་འདོད་པ་ནི། རྩོད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་ལ་རེ་ལྷོས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

རྩོད་ཀྱི་ཀྱང་པའི་ནང་དུ་གང་ཞིག་དུན་ཀྱི་འདུག་རྩོད་ཀྱིས་རང་གི་མ་འོངས་  
པར་རྩོད་འཆར་ག་ལྟ་བུ་དུ་གིན་ཡོད། རྩོད་རང་ལྟ་མེད་མལ་ལས་ལངས་  
དུས་རྒྱུ་བསམ་བཞིན་ཡོད། ཤེས་མེད་ཚོར་མེད་ངང་ཉིན་གཅིག་འཚོལ་  
ཐོབས་བྱེད་དམ་ཡང་ན་ཉིན་ཉིལ་བར་རེ་བས་ཁེངས་ཏེ་དེ་སྒྲིབ་རང་ཉིད་ལས་  
བརྒལ་འདོད།

ང་ཚོས་རང་ཉིད་ནི་རེ་ལྷོས་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཁེངས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་སྟོས་  
བསྐྱེད་སྤྱོད་དུ་གཏང་སྟོན། གལ་སྲིད་དེ་ལྟར་ཡིན་ཆེ་ངས་རྩོད་ལ་བསམ་  
ཤེས་བྱེད་སྲུག་མི་ལ་ལ་ནི་རེ་བ་འཆར་བར་སྲུག་སྟེ། རྩམ་ཚོན་ནི་ཁོ་ཚོར་རེ་  
ཚད་ཀྱི་སྤྱོད་བཞེན་ཏེ་མང་བས་མི་ཚེད་དུ་གཏང་སྲུག་སྟེ། གཤེད་གཤེད་མི་སྲུག་  
པར་འདོད་པས་ཡིན།

བྱུང་མེད་ཅིག་མངལ་ཆགས་པའི་དུས་སུ་མོ་ལ་རེ་བས་ཁེངས་པ་ནི་འོས་ཤིང་  
འཚམ་པ་ཞིག་ཡིན་མོད། དུས་ཀྱི་རྩོན་དང་བསམ་བློ་ཏེ་མིས་འབྱུང་འགར་ལ་  
བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་དོགས་སྟོང་ཡང་མེད་ཏེ། རྩམ་ཚོན་ཏེ་བྱེད་པའོ།

ངའི་མངལ་ལྟ་བུ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡ་མཚར་བ་ཞིག་སྟེ། ངའི་བྱེད་སྲུག་བཞི་བོ་སྟེས་  
དུས་རབས་ལྟ་བུ་གི་སྟེས་རྩོད་ལས་ཟླ་བ་གཅིག་ལྟོག་གིས་འབྱེས། སྲུག་པས་  
ཀྱང་རྩོན་ཁོ་ཚོས་མཚོང་བའི་མངལ་ལྟ་བུ་གང་ཚེན་དང་འདྲ་བའི་བྱུང་མེད་



ང་ཚོ་རྒྱལ་པར་སྲོ་སྲུང་དང་རེ་བར་སྲུག་པའི་རྩི་རྩུ་ལྷན་ལོག་ལ། དུས་ལ་  
རྒྱ་མཚོ་ལ་སྲུག་པའི་ཚོར་བ་བྱང་སྲུག་སྲུག་ད་གཞིན་ལོག་ལ་སྲོན་བྱེད། འོན་ཀྱང་  
རེ་སྲོས་ཀྱི་གདམ་ཀ་ཞིག་སྲོ་སྲུང་ལོག་ལ་སྲུག་ཀྱི་ལག་རྒྱ་བཀག་སྲོན་མ་  
ཐེབས་པར་འཚོ་བར་སྲོ་སྲུང་གིས་གདོང་གཏུང་པའི་གདམ་ཀ་ཞིག་ཡིན།  
དོན་དུངས་སྲ། ང་ཚོ་སྲོ་སྲུང་དང་རེ་བས་ཁེངས་དུས་བར་མཉམ་དེ་དང་བསྲུབ་  
ནས་ཐོབ་ངེས།

ང་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་གིས་སི་ཁ་རྩི་ཡའི་དེབ་ཀི་ལྷན་དྲ་གསུངས་པའི་སྲུང་ཆ་  
ཞིག་ལ་འོན་དུ་དགའ་སྲོ། དཀོན་མཆོག་གིས་ “ཁྱིེ་ཅག་རྩ་རྩུ་ཚུད་མོད། རེ་  
སྲོས་ཅན་གྱི་མི་རྣམས་ལ་ལས་ཀི་མཐུན་རྒྱུ་འདྲི་པར་ཡོད་དོ། ངས་དེ་རིང་  
གིས་ལ་བཅད་གཞིང་རྩ་ཞིག་ཡོད་པ་ཀྱི། ངས་ཁྱིེ་ཅག་ལ་ལྷབ་འགར་གིས་  
མང་པའི་བདེ་སྲོད་སྲོལ་ལོ།” ཞེས་པ་དེའོ།

“རྩ་རྩུ་ཚུད་ཀྱང་རེ་སྲོས་གིས་ཁེངས་པ་” ཞེས་པའི་དོན་ཀྱི་ཅི་ཞིག་ཡིན་  
ནམ་ཞེ་ན། དེ་ཀྱི་འཚོ་བའི་སྲོད་དེ་དོན་དག་ཅི་ཞིག་བྱང་ཡང་རེ་བ་མི་འདོར་  
བ་དང་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་འདོར་བའི་རྣམས་པ་དེའོ།

ཁྱིེ་ཅག་རྩ་རྩུ་ཚུད་ཀྱང་རེ་བས་ཁེངས་ཡོད་ན་སྲུང་དགའ་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་  
དུ་འགར་ལས། སྲུང་དགས་ལྷོག་ཕྱགས་ཀི་བསམ་སྲོ་བཅད་དེ་ཁྱིེ་ལ་བགས་  
རྩུ་ཚུད་མོད། ཁྱིེ་གིས་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་པའི་དུས་དེ་ནས་  
འཚུངས་སྲུང་དགས་ཁྱིེ་ལ་གཞིན་པ་གང་ཡང་གཏོང་མི་ཐུབ།

དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱིེ་གི་ཆེད་དུ་སྲོན་ལམ་རྒྱ་གུ་ཅིང་། ཁྱིེ་གིས་འདས་ཟེན་  
པའི་དུས་སྲུང་དང་ས་པའི་མཚོ་དང་བར་ཟེན་པ་མཉམ་འདྲེན་ལ་ཞ་གསབ་ལྷབ་  
འགར་གིས་མང་པ་གཏུང་ངེས། ང་ཚོར་མཆོན་ན་ང་ཚོར་དབང་བའི་འགོ་  
འཚུངས་ཞིག་ཡོད་དེ། ང་ཚོའི་འགོ་འཚུངས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་དང་ཡིད་རྟོན། རེ་སྲོས་  
བཅས་སོ།

# ད་ནི་གཏོང་རྗེ་མར་གཏོང་རན་འདུག

ཉེས་བྱེ་རའོ་བསུན་བཅོས་ནང་དུ་འདི་ལྟར་གསུངས་འདུག་སྟེ། “ད་ལྟ་  
 ང་ཚོའི་ཡོང་པའི་རྗེ་ལྟེ་མར་གཏོང་གི་གཏོང་རྗེ་ལྟར་ཡོན་ཏེ་སྟེ་ལོང་  
 བར་ལ་མ་ཟད། སྐྱེས་པའི་གིར་དུ་དཔུང་ཡོང་པའི་སྟེ་ལོང་དུ་  
 ཐོན་ཡོང་ཤུང་འགོ་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་མི་སྟེ།” ཅེས་པའོ།།

ང་ཚོས་གོང་གི་ཚོས་གཞུང་འདིར་འགོལ་བ་ཞིག་གཞུང་ན། ངས་བསམ་ན་  
 ང་ཚོས་གཏོང་རྗེ་ལྟེ་མར་གཏོང་གི་ཡིན་པ་ཤེས་རྗེ་དང། ལྟོད་ཀྱིས་མཚོ་ག་ཞིག་  
 གཞུས་ག་གོ་མི་ཞིག་ཏུ་འདུག་ཏུ་འཇུག་བསམ་ལྟོད་ས་གཏོང་རྗེ་ལྟར་གཏོང་  
 དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱས་ཚེ་མཚོ་ག་དེ་གནས་དེ་ནས་གཞུང་དུ་གཡོང་མི་སྟེ།

གཞུང་འདིར་ “རྗེ་ལྟེ་མར་གཏོང་གི་གཏོང་རྗེ་ཡིན” པར་བཤད། ང་ཚོའི་  
 རྗེ་ལྟེ་མར་གཏོང་ཚོའི་བསམ་བློ་དང་འདྲ་ཤིང། བར་རྒྱང་དང་ཚོར་བ་བཅས་  
 ཡིན་ཏེ། ང་ཚོའི་རྗེ་ལྟེ་མར་གཏོང་གིས་ང་ཚོ་དུ་ ང་ཚོས་ཅི་ཞིག་བསམ་བཞིན་པ་དང་  
 ང་ཚོར་ཅི་ཞིག་དགོས་འདོད་པ། ང་ཚོའི་ཚོར་བ་ག་འདྲ་ཡིན་པ་སོགས་བཤད་  
 ཡོང་།

འོན་ཀྱང་དག་ཡོད་ཚད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་མཚོན་ནམ་ཞེ་ན། ཡོད་ཚད་ལྟར་པའི་  
 ཀོང་དུ་ཚུད་ཅིང་ཡོད་ཚད་ལ་དོན་སྲིད་མེད་པ་ལྟར་ཚགས། དཀོན་མཚོ་ག་  
 སྐྱེས་པའི་ལོན་གཞུང་བ་དག་ཀྱང་འོ་ཚོ་བའི་ལྟོད་མའོན་དུ་གར་མི་ཐུབ་པ་  
 ལྟར་བར་དུས། རྗེ་ལྟེ་མར་གཏོང་གི་ཡིན་པ་མཚོན་དེས་ང་ཚོ་  
 ལྟར་འཇོག་ཏེ། “རྗེ་ལྟེ་མར་གཏོང་གིས་དང། རྗེ་ལྟེ་མར་གཏོང་གི་  
 ཡིན” ཞེས་བཤད་ཡོང་།

ང་ཚོས་སྟེ་མཐུད་དུ་གོང་བར་བྱ་སྟེ། ཉེས་བྱེ་རའོ་བསུན་བཅོས་ནང་དུ་རྗེ་ལྟེ་  
 མར་གཏོང་གི་གཏོང་རྗེ་ལྟར་ཡིན་པར་བཤད་ཅིང། སྟེ་ལོང་དུ་ཐོན་ཡོང་  
 ཤུང་འགོ་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་མི་སྟེ།

རྗེ་ལྟེ་མར་གཏོང་གི་ཡིན་པ་ལྟར་གོ་མ་པ་མདུན་དུ་སྟེ་བར་བྱེད་  
 མཁའ་དེ་ཡང་ཡིན། མི་ལ་ལས་དཀོན་མཚོ་ག་གི་བྱིན་རླབས་དང་དེའི་སྟོབས་

ཤགས་ཚོར་མ་ཐུབ་པ་ནི་ཡིད་ཚེས་གི་གོམ་པ་དང་པོ་མ་སྲོམ་པས་ཡིན། ཉག་  
ཉག་གོམ་པ་འདི་སྲོམ་པས་དཀོན་མཚོག་གི་བྱིན་ལྟེན་ལས་ཉེ་བར་ཞུགས་ཐུབ་  
པ་ཡིན།

ངས་ཁྱོད་ལ་དཔེ་ཞིག་འདོགས་མི་ལོ་བཞི་བརྒྱུ་ལྷག་གི་རིང་ལ། ང་རང་འཇོམ་  
གིང་གི་ལྷལ་ག་སོ་སོར་ལྷལ་སྐྱོར་དུ་སོང་ཞིང་དཀོན་མཚོག་གི་གསུང་དག་  
མཚན་ལ་བྱིད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཚོགས་འདུ་མ་འཚོག་གོང་ངའ་ལ་སྐར་  
བཞིན་དཀོན་མཚོག་གི་རོགས་རམ་མ་ཐེབས་པའི་ཚོར་བ་འབྱུང་ལ། རང་  
ཉིད་ལ་ཐོབ་ཐང་མེད་པའམ་ག་སྒྲིག་ཚགས་སུ་མ་ཚུད་པ་ལྟ་བུའི་ཚོར་བ་  
འབྱུང་།

སྲེགས་བྱའི་སྲིད་དུ་མ་བྱུང་པའི་སྲོན་ལ། ངའི་སེམས་སུ་འདི་ལྟར་ཤར་ཏེ།  
དཀོན་མཚོག་ལགས། ཁྱོད་རང་ལྟར་མེར་ཕེབས་དང་། ཁྱོད་རང་མ་ཕེབས་ན་  
ང་ལ་དངོས་ནས་ཚགས་སྐྱེ་འབྱུང་རྒྱུ་རེད་སུམ། དེ་ནས་ང་རང་གོམ་པ་སྲོམ་ཏེ་  
ཁོང་གིས་ང་ལ་སྐབ་དུ་འཇུག་བསྐྱེམ་པ་དེག་བསྐབ་པའི་ཚེ་ནས་ཡིན་ཡང་  
ཁོང་གི་རོགས་རམ་ཐེབས་ཐུབ། ཁོང་གིས་ནམ་ཡིན་ཡང་ངའ་རེ་ཐག་ཆད་  
དུ་འཇུག་མ་མྱོང་།

ཁྱོད་ཅག་གི་ཁྱོད་གི་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། དཀོན་མཚོག་གིས་ནི་ཁྱོད་  
ཅག་རེ་ལྟོས་གི་གཏིང་རྩེར་འབྱུང་པར་བསྐྱག་ནས་བསྐྱུང་ཡོད། ཁོང་གིས་  
ཁྱོད་གིས་རང་ཉིད་གི་ཚེ་ཤས་སུ་ཤར་པའི་སྐབ་དུག་སྐབ་པར་བསྐྱག་ནས་  
བསྐྱུང་ཡོད། དེ་ལྟར་ཤས་ཚེ་ཁོང་གིས་ད་གཟོད་ཁྱོད་གི་འཚོ་བའི་སྐྱོད་དུ་ཁྱོད་  
ལ་ཉེ་ལས་པའི་དོན་དུ་གསུམ་དེས།

འཚོ་བའི་ཁོར་ལྷག་གིས་ཁྱོད་རང་རང་གི་ལམ་ལས་ཡོལ་བར་མ་བྱེད་ཅུང་  
། རང་གི་གཏིང་རྩེ་མར་བཟང་སྲེ་རེ་བའི་རང་བརྒྱུ་པོར་བྱུང་དང་། རེ་མཚོན་  
ཁྱོད་གིས་རེ་ལྟོས་དག་དཀོན་མཚོག་ལ་ཕོ་ཅོལ་བའི་སྐབས་སུ་དཀོན་མཚོག་  
གིས་ཁྱོད་ལ་རེ་ཐག་ཆད་དུ་མི་འཇུག་གོ།

# ལེབ་གཉིས་པ། དཀའ་སྤྱད་ལ་གདོང་གཏང་པའི་ལོ་རྒྱུ

ཁྱོད་རང་སྟོན་ཆད་དཀའ་སྤྱད་གི་ཁྱོད་དུ་ཟུག་མྱོང་ངམ། ཁྱོད་རང་སྟོན་ཆད་  
འཚོ་བའི་སྲིད་ལམ་དུ་མགོ་ལེགས་ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་གསེས་གང་ཡང་མེད་པའི་  
གནས་སུ་ལྷུང་མྱོང་ངམ།

ང་ལ་དེ་འདྲའི་མྱོང་བ་མང་པོ་ཡོད་མྱོང་། ངས་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་དེ་འདྲའི་  
མྱོང་བ་ཡོད་པའང་ཐག་གིས་ཚོད། འོན་ཀྱང་ངས་དཀོན་མཆོག་གིས་ལོ་འདི་  
དག་གི་རྒྱུ་ལ་ཁྱོད་སྟོན་གནང་བར་སྐུལ་དེན་ཞུས་ཡོད། ང་རང་དཀའ་  
སྤྱད་གི་ཁྱོད་དུ་ཟུག་ཀྱང་ཁྱོད་གིས་མི་རུས་པའི་བྱ་བ་གང་ཡང་མི་འདུག།

ང་ཚོས་ཐོག་མར་《འཇིག་རྟེན་གང་པའི་གཏམ་》 རྒྱུ་གི་སྲོབ་སེའི་གཏམ་  
རྒྱུ་ནས་འགོ་རྩམ་པར་བྱ་སྟེ། དམ་པའི་གསུང་རབ་དུ་ཁོ་ལྟོ་ཁོ་ལྟོ་ཨ་ཕར་བྱ་  
བྱུང་གཉིས་ཡོད་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་ཚེས་དགའ་པོ་ཐོབ་པའི་བྱ་དེ་ཡིན་པས་ཁོ་ལྟོ་བྱ་  
ལྟོ་དག་གིས་ཁོ་ལ་འོན་དུ་སྐུལ་དེག་བྱུང་པར་བཤད།

ཉིན་ཞིག་སྲོབ་སེའི་རང་གི་བྱ་སྟོན་དག་ལ་ཁོ་ལྟོ་ལྟོ་ལམ་ཞིག་མཉམ་སྲོད་  
གནང་བ་སྟེ། ལམ་ནང་དུ་ཁོ་ལྟོ་སྟོན་ཆད་མས་ཕུས་མི་ས་ལ་བརྟུགས་ཏེ་  
ཁོར་ཕུག་འཚོལ་བཞིན་པར་བཤད། ཁོ་ལྟོ་ལྟོ་ལམ་དེ་སྐུལ་ཀྱང་ཁས་ལེན་མ་  
བྱས་པ་ནི་གདོང་མི་ཟེམ།

དེར་མ་ཟད། ཁོ་ལྟོ་བྱ་སྟོན་དག་མཉམ་དུ་འཛོམས་ནས་སྲོབ་སེའི་གསེད་རྒྱུ་  
གོས་བསྐྱར་བྱས། ཐོག་མར་ཁོ་ཚོས་སྲོབ་སེའི་དོང་ཞིག་དུ་གཤམ་དུ་ཁོ་ལྟོ་དེ་  
ནས་འཚོལ་འདུག་རྒྱུ་ལོན་ཀྱང་རྒྱུ་སྟོན་ཆད་མས་ལོ་རྒྱུ་མ་རྒྱུ་ལོ་ཚོང་བ་  
སྟེ་ཞིག་འགོ་བཞེས་པ་དེ་དག་གི་བྱའི་གཤམ་དུ་བཅོང་ཞིང་། དེ་ནས་ཁོ་

ཚོས་སྤང་ཚུལ་རྒྱ་མ་ཞིག་བཞེས་ཏེ། ཁོ་ཚོའི་ཨ་ཕར་ལྷོབ་སེ་ཤི་སོང་བའི་  
གནས་ཚུལ་ལ་ཡིད་ཚེས་སུ་བཅུག།

ཁྱོད་ཀྱིས་ཕལ་ཆེར་རྟོགས་ཡིད་རྟེན་དེ། མཚུག་མཐར་དཀོན་མཆོག་ལ་  
རྩལ་ཁ་ཐོབ་སོང་། ལྷོབ་སེ་ནི་ཨ་ཕུ་ཚབ་གོང་མའི་དབུ་གྲུར་གར་ཞིང་། མཚུག་  
མཐར་བྱིམ་མི་དག་དང་ལྷན་འཛུམས་བྱུང་། ཡིད་ཚད་ལ་ལྷུ་ཡངས་ཐོབ་སོང་  
བ་རེད།

ལྷོབ་སེའི་ཁྱོད་བའདིས་གནས་ལུགས་ཤིག་རྟོག་གནང་འདག་སྟེ། ཁྱོད་  
ཀྱིས་འཚོ་བའི་ཁྱོད་དྲ་དཀར་སྟག་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལྷུང་ན་ཡང་ལྷོ་མ་ཡིང་རྩ་བ་  
མེད་མི་སྲིད། ཁྱོད་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱོད་ལ་གནང་བའི་འདྲིད་ལྷོ་དག་  
མངོན་དྲ་བསྐར་ཆོས་རྩ་མཆོག་ནི་དཀོན་མཆོག་ཡིད་ས་ནས་མངོན་མི་  
འགར་བའི་ལྷོ་དག་ལྷོ་ཡིད་མི་སྲིད།

འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་དོ་སྤང་བྱེད་དགོས་སུ་ཁྱི་ཁོ་རང་དོང་ནང་ནས་འཕགས་སྟེ་ཕོ་  
བྱང་དུ་ཐོན་པའི་བར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཡིན་འོས། དུས་སྐབས་དེ་དག་ཏུ། ལྷོབ་  
སེའི་འཚོ་བར་འཕོ་འཇར་བྱེད་སེའི་འགའ་བྱང་། འོན་ཀྱང་ཁོ་རང་རྩ་བའི་  
ཕྱོགས་སུ་སྟེག་བྱུང་བའི་གཞུང་སྟོན་ཅིག་ནི་མི་ཕྱེད་པའི་དད་པ་ལྷོ་རྟུན་པོ་  
དུ་ཡིན། ལྷོབ་སེ་དཀོན་མཆོག་ལ་དད་པ་བརྟན་པ་ཡིད་པས་དཀོན་མཆོག་  
གིས་ནམ་ཡིང་ཁོ་རང་དོར་བར་མ་བྱས།

### གྲོད་གཏོང་བྱེད་པ་ནི་གདམ་ཀ་ཞིག་མ་ཡིན་ནོ།།

ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ཁྱོད་དྲ་ལན་རེར་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི་ལྷོ་ཕའི་སྐབས་ཀྱང་ཡིད་  
སྲིད་དེ། དཔེར་ན་ནང་ཀྱིས་མཐར་བའམི་ལྷོ་ལོར་གི་ཉེན་ཚབས་སུ། རང་  
གཞན་གྱི་འབྲེལ་བའི་མཐོང་དོན་ནམ་ཡང་ལྷོ་གཞན་དོན་གཞན་གྱི་རྩི་རྩི་  
ཚུད་པའི་དུས་ཡིད་སྲིད། བུ་ཞིག་གི་དུས་སུ་དོན་དག་འདི་འདྲ་བྱུང་ཡིང་  
། ཁྱོད་ཀྱིས་ཚོད་སེམས་བརྟན་པོ་བྱས་ཏེ་ནམ་ཡིང་རང་ཉིད་འདོར་བར་མི་  
བྱེད།།

ནམ་ཡང་ཡིད་ལ་འཛིན་རྒྱུ་ཞིག་ལ། དཀོན་མཆོག་གིས་ལྷ་ཅག་གི་ཆེད་དུ་  
བསྐྱབ་པའི་བྱ་བ་དག་ལ་རྒྱུ་པར་པོ་ཞིག་ཡིད་ཆེད། ང་ཚོ་ཐོག་མར་ཆོད་བཤགས་

ལས་ངེས་པར་རལ་དགོས་ཏེ། ཡི་ཤུ་མ་ཤ་ཀས་ཀང་། “ཁྱེད་ཅག་འཛིན་གྱི་  
རྩོམ་འདི་འདྲི་བྱེད་དཀའ་ངལ་གི་ཉེ་མོང་པོར་འཕྲད་ངེས། དེ་དུས་སྤིང་  
སྤོབས་དང་དོད་པོ་བརྟན་པོས་གིས་ཤིག་འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ཅག་གིས་སེམས་  
བོད་མོ་གིས་དང་། ང་རིང་འཛིན་རྩོམ་འདི་ལས་རྣམ་པར་རལ་ཡིད་པས། ངས་  
དཀའ་ངལ་དེ་དག་ཆམ་ལ་ཡབ་སྤྱོད་ཁྱེད་ཅག་ལ་གོའོད་པར་མི་བྱེད་པར་བྱས་  
ཡོད།” ཅེས་གསུངས་སོ།།

ཁྱེད་རང་དཀའ་ངལ་ལ་འཕྲད་པ་ནི་ལྷོག་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། ལན་རེར་  
ཁྱེད་གིས་རང་ཉིད་འདོར་བར་འདོད་པའི་བསམ་པ་འདྲ་སྟེ་སྟེ། འོན་ཀྱང་  
ཁྱེད་གིས་སྤྱི་མཐུན་རྩོམ་འབྲེངས་བྱས་ཤིང་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་  
ཚུ་ཁོང་གིས་ལས་རྩོམ་མཐུན་དག་ལྟར་གིས་འགབ་པར་བྱེད་བྱུང། ཁྱེད་གིས་  
དཀོན་མཆོག་ལ་དད་པའི་མི་རྣམས་ལ་ཡོན་པ་མཛད་བྱུང། རྒྱུ་མཆོག་ཁོང་ལ་  
དོན་དག་ངན་པ་དག་བཟང་པོར་བསྐྱར་པའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་ཡོད།

ལྷོག་སི་ཐོན • ཚོན་ལྷུར་གིས་༡༩༧༧ལོར་ཏེ་ལོ་སློབ་ག་ཆེན་མོའི་མཐར་ཕྱིན་  
སློབ་མ་དག་ལ་གཏམ་བཤད་འདི་འདྲ་གནང་མུང་བརྒྱབ་འདོད་དེ། “ནམ་  
ཡང་། རམ་ཡང་། རམ་ཡང་། རམ་ཡང་རང་ཉིད་མི་འདོར་བར་གིས་ཤིག་དོན་  
དག་ཆེ་མ་རྒྱུ་གསུམ་གང་ཡིན་ཡང་རང་ཉིད་ནམ་ཡང་མི་འདོར་བར་གིས་  
ཤིག་”

ངས་འདི་ནི་ཁོས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ཉུག་གཅིག་དེ་ཡིན་མིན་མི་ཤེས་མོད།  
ངས་གསལ་ཐོག་ཆོད་པའི་ངང་ཤེས་ཡིད་པ་ནི་ལྷ་ཆོགས་གིས་ལྷ་ཅག་མི་མང་  
པོ་ཞིག་ལ་དོན་དག་ཅིག་གསུངས་ཡོད་དེ། “དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱེད་གི་  
འཚོ་བར་འཆར་འགོད་མང་པོ་གནང་ཡིད་པས། ཁྱེད་གིས་ནམ་ཡང་རང་ཉིད་  
དོར་བར་མི་བྱ་རོགས་” ཞེས་པ་དེའོ།།

བྱེད་ངོས་དག་ཅི་དཀའ་ནས་ཅི་དཀའ་རྩ་གར་དས་རང་ཉིད་འདོར་བར་བྱེད་  
འདོད། ལན་རེར་ང་ཚོ་རང་ཉིད་གནས་སུ་ལས་གཞན་དུ་ཐར་དཀའ་བར་

འགར་བས། ང་ཚོའི་སྤང་ངོར་རང་ཉིད་གོད་གཏོང་གནང་རྒྱུ་དེ་ཤིན་ཏུ་སྒྲ་མོ་  
ཞིག་ཏུ་བསམ་ངེས།

ཁོ་ཚོས་རང་ཉིད་སྤང་པའི་མེད་པ་འཇམ་རང་ཉིད་ལ་འཛོལ་ནས་མེད་པར་བསམ།  
ཁོ་ཚོ་ནང་སེམས་ལྟོས་པར་བྱེད་པའི་དོན་དག་ཅིག་ལ་འཕྲད་མྱོང་ཡང་སྲིད།  
ཡང་ན་ཁོ་ཚོས་དོན་ཞིག་བསྐྱབ་པར་ཕམ་ཉེས་བྱང་བའམ་འདས་ཟིན་པའི་  
དས་སུ་འབྲུལ་ཆེན་པོ་ལྟོས་མྱོང་ཡང་སྲིད། འོན་ཀྱང་དོན་དག་མཐའ་  
དག་ང་ཚོའི་བསམ་པ་ནང་བཞིན་མ་སོང་ཡང་། ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས་ང་ཚོར་སྲུ་  
མཐུང་དུ་རྒྱུ་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་སུ་སྤོང་པའི་སྐབས་ཤུགས་  
དང་རྒྱུ་སྐྱེ་ངས།

ཕམ་ཉེས་བྱང་བ་དེས་གདམ་ཀ་མེད་པ་མཚོན་མི་རྒྱས། ངས་བསམ་ན་ལོ་  
རྒྱུ་ལྟོས་དུ་རྒྱུ་བཟང་པོ་ལྟུང་ཞིག་རེད། དེ་བས་ཕྱིད་ཀྱིས་འདས་ཟིན་པའི་  
ལྷ་ཚོགས་ལྟོས་བསྐྱབ་བྱེད་པའི་ཚུལ་གཞན་དག་ཡིད་ཚང་ལ་ཕམ་ཉེས་  
བྱང་ཡང་ཕྱིད་ཀྱིས་དུང་ཚོད་ལྟུང་ལྟུང་ཚུལ་གཞན་གཞན་གང་ཡང་མེད་ནའང་  
ཕྱིད་ཀྱིས་གང་ཞིག་གིས་གོ་ཚོད་པ་དང་། གང་ཞིག་གིས་གོ་མི་ཚོད་པ་ཤེས་  
ཐུབ། ཕྱིད་ཀྱིས་དེ་ལས་འགོ་བརྒྱུ་སྲིད། འགལ་རྒྱུ་དག་ཤེས་རབ་འཕེལ་བ་  
དང་སྤོང་ལྟུང་བརྒྱུ་བའི་གོ་སྐབས་སུ་བསྐྱེད།

དཀོན་མཚོག་གིས་དེད་ཅག་ལ་འཚོ་བ་ལེགས་པོ་ཞིག་རོལ་དུ་འཇུག་འདོད་  
ལ། དེ་ལྟར་འགབ་པར་ཡིད་ཆེས་དང་རྒྱུ་བྱེད་པའི་དེས་པར་མེད་དུ་མི་  
རྒྱུ་བའོ། ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས་དེད་ཅག་ལྟུང་སྲིད་གནང་སྲིད་དཀོན་མཚོག་  
གིས་དེད་ཅག་ལ་བཟོས་པའི་འཆར་འགོད་ལེགས་པོ་དེའི་ཕྱོགས་སུ་འབྲིད་  
པར་བྱེད། འུ་ཅག་གི་ལས་འགན་ནི་འཆར་གཞི་འདི་ལྟར་གོ་མ་པ་བསྐྱར་དེ་  
ནམ་ཡང་རང་ཉིད་མི་འདོར་བ་དེའོ།

**ཕྱིད་ལ་རྒྱས་པོག་པའི་སྐབས་སུ་ཅི་ཞིག་བྱ་དགོས་སམ།**

ཕྱིད་རང་ཉི་ཏུ་ཚུད་པའི་སྐབས་ཀྱི་བསམ་སྲོད་དེས་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐེབས་  
པར་བྱེད།

དེ་དུས་ཡིད་ལ་འཛིན་རྒྱ་ལྡན་ཞིག་ལ། འདི་ནི་ཚོད་བཀམ་བྱེད་པའི་སྐབས་ཞིག་སྟེ།  
ཁྱེད་ཀྱི་གཤམ་སྟོན་སྟོན་བུར་བྱེད་པའི་དུས་སྐབས་ཞིག་ཡིན་ནོ། ངས་ནི་  
དུས་སྐབས་འདི་ལ་ལྷན་བཟེང་པའི་ལོ་རྒྱུ་” ཞེས་ཟེར་གྱིན་ཡོད། རྒྱ་མཚོ་  
དུས་སྐབས་འདིར་ཁྱེད་ལ་མཚོན་ན་ཁྱེད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཁྱོད་དེ་ལྟར་ལྟར་མང་  
པོ་བྱུང་མ་ཟོང་བའི་དུས་སྐབས་ཞིག་ཡིན་པའི་ཚོར་བ་ཡིད།

ཡང་ན་དུས་སྐབས་འདིར་ཁྱེད་རང་དཀའ་སྤྱོད་དང་གཤམ་སྟོན་མས་མང་པོ་ཞིག་  
བུར་བཞེན་ཡོད་ལ། དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱེད་ཀྱི་ཚོད་དུ་མང་ཡང་མ་བསྐྱབ་  
པུ་ཚོར་བ་ཡིད་སྟོན།

འོན་ཀྱང་སྐབས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་  
བྱེད་རྒྱུ་ཚོས་གལ་ཆེ་བ་ཡིན། རྒྱ་མཚོ་ཁོ་རེ་ལ་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་སེམས་པའི་  
གཉེན་ལྟོ་ཡོད།

### དེ་བས། ཁྱེད་རང་རྩི་བྱ་ཚུད་དུས་རི་ལྟར་བྱ་དགོས་སམ།

རང་ཉིད་ནུམ་ཡང་དོར་བར་མི་བྱའོ། འཕོག་རྩལ་བྱས་པས་ཁྱེད་ལ་ཐར་བའི་  
ལམ་གྱི་བསྐྱེད་མེད་པར་འདོད། ཡི་ཤུམ་ཤུ་གྱི་འཕམ་དེ་ཡིན། འདི་ནི་ཁྱེད་  
རང་ཁྱོད་དེ་ཉི་བར་བཅར་ཞིང་ཁོང་གི་རྩིས་སུ་འབྱང་བའི་དུས་སྐབས་སོ།

དཀོན་མཆོག་ལ་ལེ་བདེ་བྱེད་པའམ་ཁོང་གིས་ཁྱེད་ཀྱི་འདས་ཟེན་པའི་འོར་  
འབྲུལ་ལ་ཆད་པ་གཅོད་བཞེན་འདག་ཅེས་ཡང་མི་བསམ་རྟོགས། ཁོང་གིས་  
ནི་གཞན་ཚུལ་འདི་བེད་སྤྱད་དེ་ཁྱེད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཁྱོད་ལས་ཀ་རྩིས་བཞེན་  
པ་ཅུ་མོ། ལས་ཀ་འདི་རྟོག་ཅེས་ཡིན་ཡང་ལེགས་པའི་ཕྱོགས་སུ་འགོ་བའི་  
དེས་པ་མེད་ན་ཡང་། ཁོང་གི་དམིགས་ལུལ་ནི་ཁྱེད་ལ་ཕན་པར་བྱེད་བའི་  
ཡིན།

ཁྱེད་ལ་རྩིས་ཕོག་པའི་སྐབས་སུ་འམ། ཚོར་བ་སྟོན་པོ་མེད་པའི་སྐབས་སུ་འམ།  
གཞན་དུག་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱིང་ལ་མི་བཟང་བའི་སྐབས་གང་ཡིན་ཡང་། ཡང་དུག་  
པའི་ལས་སྐབ་པར་མཛིན་ཅིག་རང་གི་རྩིས་ཚོད་ཀྱི་ཕན་འདོགས་ཐུབ་ཚོད་  
ལ་ཕན་ཐོགས་པར་གིས་དང་།

ཕྱིར་སྐྱུར་མ་བྱེད། གཞན་དང་འབྲེལ་ཐག་གཅོད་པའམ་སྲིད་པོ་མེད་པའི་དང་  
མི་འབྲེལ་རྟོགས། ཡིད་ལ་འཛིན་རྒྱུ་ཞིག་ལ། རྒྱུད་རང་གཞན་གྱིས་སྲིད་རྒྱུ་  
བའི་མཁན་སྐྱེས་ལྟར་ཚོགས་ལ། འཛིན་སྐྱེས་ཚོན་པོ་ཡིན་པའདྲེས་མེད། དུས་  
གཅིག་ལ་དེ་གཞིས་ཀའི་གནས་སྐྱེས་ལྟར་མི་བཏུབ། དཀོན་མཆོག་གིས་དུས་  
སྐབས་དེ་དག་ཏུ་མི་གཞན་བརྒྱུད་ནས་རྒྱུད་ལོ་སྐྱེས་མ་གནང་བར་བྱེད།

རང་གིས་ཁས་བླངས་པ་ལྟར་ཁ་དུན་སྲུངས་ཤིག འདི་ནི་གཤིས་སྲིད་སྲིད་  
བརྒྱུད་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱིས་ “གཞུང་ཡིས་སྐྱེས་”  
” དེ་རང་གི་གནས་མལ་འཛོལ་བར་གསྐྱེས་གནང་བཞིན་ཡོད་ཅང་། ཡིད་  
ཚེས་མ་ལྟོད་རྟོགས། རེ་བ་མ་འདོར་རྟོགས། དཀོན་མཆོག་གིས་རྒྱུད་ཀྱི་འཛོལ་  
བ་ཇི་ལེགས་སུ་གཏོང་བྱུང།

**ས་རྒྱལ་སྐྱབས་ཚམ་གནང་། (ཁུ་བོ་དག་མར་དབོ་རྟོགས)**

རྒྱུད་ཀྱིས་བོང་བྱ་ཞིག་དོང་ནང་དུ་ལྷུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་ཐོས་མྱོང་ཡོད་སྲིད།

གནས་ཚུལ་དེ་མཐོང་དུས། བོང་བྱའི་བདག་པོས་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་སྟེ་འདི་  
ལྟར་བསམ། དོང་འདི་འདྲི་ཤིན་ཏུ་ཟབ། བོང་བྱའང་རྣམ་འདག་ཤིས། དེ་ནི་བོང་  
བྱའདི་དོང་ནང་དུ་སྐྱེས་པ་ལས་ཀྱི་ཐབས་གཞན་མི་འདག་སྐྱེས། དེ་ནས་ཁོས་  
བྱིས་མཚེས་དང་གྲིགས་པོ་རེ་བོས་ནས་དོང་ནང་དུ་ས་རྒྱལ་སྐྱེས་པ་རེད།

དེང་ཐོག་བོང་བྱ་མིག་སྤྱི་གནས་བབས་ལ་སྐྱབས་ཐག་ཚོད་ནས་སྲིད་ཚར་  
ཚོན་པོ་བརྒྱབ་མོད། རྣམས་ལྟོན་གིས་དལ་ཅག་གེར་སོང། བདག་པོའི་  
སེམས་ལ་ལྟོ་ནི་བོང་བྱའི་སོང་སྐྱེས། རོན་དུ་བོང་བྱའི་མེད་དོ། བདག་པོས་  
མར་དོང་ནང་དུ་བལྟས་པར། བོང་བྱས་རེ་གི་རྒྱུ་ལྟུང་བའི་ས་རྒྱལ་

དུག་སྐྱབས་སྐྱབས་བྱས་ཤིང་། དེ་དག་རྒྱང་བས་ཀྱག་ཀྱག་བྱས། དེ་ལྟར་ཚུ་  
ཚོད་ཐོག་འཛོལ་རྒྱུས། བོང་བྱས་ས་ཀྱག་ཀྱག་བྱས། དེ་རང་ཉིད་དོང་གི་ཕྱི་རྒྱ་  
འབྲུད་བྱུང་པར་བྱས།

ད་ཚེས་པོང་བྱ་དེའི་སྲིང་ནས་བསྐབ་བྱ་རེ་བྱངས་ཚོག་སྲི། འཚོ་བས་དས་ངེས་  
 མེད་དང་ད་ཚེའི་སྲིང་སེ་རལ་འཕེ་བར་བྱུད། དེ་ནི་མིའི་འདྲིལ་བའམ། རྩོམ་  
 རམ། བཏེ་ཐང་དྲོང་འབྲེལ་བའི་ས་རལ་ལོ། འོན་ཀང་དེ་ནི་རི་ལྷར་ལྷ་ཚོགས་  
 ཀུ་རེས་སྲིག་པར་སྲོབ་སྲོང་བྱེད་པའི་དས་སྐབས་མང་ཡིན། དེས་ང་ཚོར་ས་  
 རལ་སྲགས་སྲགས་གཞུང་སྲི་མདུན་དེ་རི་ལྷར་བསྐོད་ཚུལ་བཤད་ཡོང་། དེས་  
 ཚེད་མེ་ས་དེའི་ནས་གཞུང་ཡིས་སེ་བཏང་དེ་འཕགས་པའི་གོམ་པ་རེ་རེའི་ཚེད་  
 དུ་མཚོས་སྲིག་རྩམ་པར་བཀ་བའི་མ་འོངས་པ་སྲོན་ཐུབ་གོ།

རྩམ་ཡིན་ཡང་སེལ་དགོས་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་ལ། རྩམ་ཡིན་ཡང་ཐག་  
 གཅོད་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཡོད། འོན་ཀང་རྩམ་ཡིན་ཡང་ཡང་བསྐྱར་  
 ཐེངས་གཅིག་ཡོང་བའི་གོ་སྐབས་ཡོད་ལ། བསྐྱར་དུ་ཡོང་བའི་དབྱ་ཁྲུག་ཡང་  
 ཡོད།

དཀོན་མཚོག་ལ་ཡིད་ཆེས་མ་དོར་བར། རང་གི་ནས་ཚོད་དག་བསྐབ་སྲི་གོད་  
 གཏོང་མ་གནང་བར་རེ་བས་ཁེངས་པ་ཡིན་ན་ནམ་ཡིན་ཡང་འདྲི་མེད། ཁེང་  
 གིས་ཚེད་ཀུས་སྐབ་པར་མི་རུས་པ་དག་སྐབ་པར་བྱེད་ཐུབ།

དེ་བས། ཚེད་རང་དཀའ་སྲིག་གི་ཀོང་དུ་ཚུད་ནས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གར་  
 དས། རྩམ་ཡང་རེ་བས་ཁེངས་པར་གིས་ཤིག་རྩམ་ཚོན་སྐབས་དེ་དུས་ཚེ་  
 ཚེད་རང་ཡང་བསྐྱར་འགོ་རྩུ་པའི་རྩམ་སྐབས་ལེགས་པར་ཁེལ་འདུག



# ལེན་གསུམ་པ། གདམ་གསེས། — ༢་བེས་ཁིངས་པ།

ང་ལ་ཚུང་དུའི་དུས་སུ་མཁར་གཙོང་མང་པོ་ཐེབས་མྱོང་བས། ང་ལ་རྒྱ་པར་  
 འོན་དག་དེ་ལ་པ་ཞིག་འབྱུང་ངེས་སུ་མ་པའི་དངངས་སྐྱེག་གི་ཚོར་བརྒྱུབ་རིབ་  
 ཅིག་འབྱུང་གི་འདུག། ཁྱོད་ཀྱིས་ངས་བཤད་པར་བསམ་གཤིས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱང་  
 ཡིད།

ངའི་སྲིང་དུ་བྱུང་བའི་དོན་དག་དེ་ལ་པ་མང་དགས་པས། ངས་དུས་ནུབ་ཡིན་  
 ཡང་དོན་དག་དེ་ལ་པ་འབྱུང་བར་བསྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་འདྲ། ང་རང་ཡི་  
 སུའི་རྒྱས་འཇུག་པར་གྱུར་བའི་རྒྱས་ལྷན་འདེའདྲ་ཞིག་རེད།

ངའི་ཡིད་ལ་དེ་ལ་པ་འི། ཞེས་པ་ཞིག་ལ་ངས་དཀོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་  
 བཏབ་ཅིང་། འདྲི་བེ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། ང་ལ་རྒྱ་དུ་འདྲི་འདྲི་ཚོར་བ་  
 ཡོད་པའི་རྒྱ་ལ་པ་ཡིན་ནམ། ཞེས་དེས། རྒྱ་ལ་མཆོག་གིས་ངའི་སེམས་  
 བྱང་ལ་འཇུག་པ་བཤད། “དེ་ནི་སྐྱོ་སྐྱེ་ཡིད།” ངས་ཕྱོག་ཆད་ཐ་སྐྱེད་འདྲི་  
 བཏབ་ནས་གཞུང་མེད། དེ་ནས་ཕྱོག་ཆད་འགོར་རྒྱས་ངས་བསྐྱེད་ཚེག་  
 བཏབ་པའི་ནང་དུ་ཐ་སྐྱེད་དེ་མཐོང་། དེའི་དོན་ལོ། དཀོན་མཆོག་གི་མིའི་  
 འཚོ་བ་ནི་སྐྱོ་སྐྱེ་གིས་ཁིངས་ནས་ཡོད། སེམས་པ་སྐྱོ་བས་བཏབ་ཚེ་མི་ཚེ་  
 ཕུན་སུམ་ཚེ་གས། ཞེས་པ་དེའོ།

ང་ཚོ་སུ་ལའང་འཚོ་བའི་ཁྱོད་དཀའ་སྐྱེག་ལ་འཕྲད་པའི་དུས་སྐབས་ཡོད་  
 དེས། ང་ཚོ་དཀའ་སྐྱེག་ལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སུ་མ་འོངས་པར་འཇིགས་སྐྱུང་  
 ཡོང་ཞིང་། དེ་ནས་དངངས་འཚབ་དང་སྐྱོ་སྐྱེད་གི་ཚོར་བ་སྐྱེད། འོན་ཀྱང་ང་  
 ཚོས་དཀའ་སྐྱེག་ལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སུ་དཀོན་མཆོག་གིས་བསྐྱེད་དང་གཞི་  
 བཏབ་ཀྱང་འཕྲུབ་པའི་ཚད་ལ་སྐྱོབས་དགོས་སོ།



འཛིན་པ་དེ་དེ་དག་འདྲི་འཆར་འགོད་གང་ཡང་བྱས་མེད་མོད། དཀོན་  
མཆོག་གིས་ངའི་ཆེད་ཡིད་ཚད་ག་སྒྲིག་ཚགས་སུ་ཚུད་པ་བྱས་ཡིད་པར་ང་  
རང་ཡིད་ཆེས་ཡོད།”

ངས་འདི་ལྟར་བྱས་ཆེ་ཤོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཡིད་ཚད་མེད་པར་འགོ་ངེས་ཞེས་  
བཤད་པ་མིན། འོན་ཀྱང་། ལྷན་སྐྱེས་མེད་པར་བྱས་ཆེ་ཤོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ལས་ཇི་  
ལེགས་སུ་ཡིད་ངེས།

### བྱ་བ་ཅན་ཅིག་གི་ཤོད་ནས་སྤྱོད་འཚོལ་བ།

རྒྱལ་ཁབ་འཚོ་བ་ཞིག་རོལ་བ་དེ་འཚོ་བའི་ཤོད་ཀྱི་བྱ་བ་གལ་ཆེན་ཁོ་རྒྱལ་  
རྒྱལ་ལས་པ་མིན་པར་དེ་ནི་བྱ་བ་ཅན་ཅིག་ལས་ལག་བརྒྱུ་པ་ཡིན། དཀོན་  
མཆོག་གིས་ང་ཚོས་འཚོ་བའི་ལུས་རེ་རེ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་རེ་  
བ་བྱས་ཡོད། ལྷན་སྐྱེས་ལས་རྒྱུ་པར་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་གལ་ཆེན་གལ་ཆེན་ཞིག་  
ཡིན། ང་ཚོས་སྤྱོད་དང་རེ་བུས་ཁེངས་པ་ལྟར་རྒྱལ་ཁབ་ཞིག་བདམས་ཆེ་  
དངོས་ནས་ཡིད་ཚད་ལ་འགར་བ་གཏོང་བུལ།

རེད་དེ། འཚོ་བའི་ཤོད་དྲ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་དཀའ་ཁག་ཆེ་བའམ་སྤྱི་དཔོན་མེད་པའི་  
བྱ་བ་རེ་ཡིད་མིན། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་དེ་དག་གིས་ང་ཚོར་སྤྱོད་བསྐྱེད་ལ་བསྐྱེད་  
པའམ་ང་ཚོའི་ཉེན་གཅིག་གི་འཚོ་བ་བརྒྱུ་ཏུ་འཇུག་དགོས་དོན་མེད། རྒྱ་  
ཚོས་དེ་དག་ལ་རྒྱུ་ལས་འགར་ཇི་འདྲ་ཞིག་འཛོལ་པའི་དབང་ཆ་དེ་ནས་ཡང་ང་  
ཚོའི་ལག་ཏུ་ཡོད།

འཚོས་རང་ཉིད་ཡིད་ཕངས་བར་བྱས་ཏེ་རྒྱུ་ལས་འགར་བཅོག་པོས་རང་དང་  
གཞན་གྱི་མཛེས་སྤྱོད་གི་ཉེན་གཅིག་མེད་བརྒྱུ་གཏོང་བུལ། དེ་ནི་དངོས་  
ནས་

ཏུ་ལས་པ་ཞིག་རེད་ཨང་། ང་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱོས་དང་། ངས་ནི་བྱིས་ལས་ལས་  
སྐབས་ “དཔའ་རྒྱུན་” ཅིག་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་གསལ་བོར་རྟོགས་ཡོད།

དས་རྒྱལ་པར་ཁང་བའི་ནང་ཡར་འགོ་མར་འགོ་བྱས་ཤིང་། རྒྱང་ལྡོ་ཆེན་པོའི་  
དང་། “མི་ཚང་མས་བྱིས་ལས་ཡོད་ཚད་དང་ལ་ལ་སྐྱུར་འདུག་དུ་དུ་ཕྱི་རྩ་གོར་”

དུ་སྲོལ་རེ་རྩ་སོང་འདུག་ཕུ་ག་ཚོས་ཤལ་ནས་གཏོར་བརྒྱག་ཏུ་ག་ཏུ་ག་ཏུ་བྱེད་  
ཞུ་འདུག་དེ་ལྟར་ཆོས་ལུ་བཀའ་མཁན་དང་དུ་ཀར་ཡོལ་བཀའ་མཁན། ཟམ་  
བསྐྱོལ་མཁན་བཅས་རེད། ལུ་ཞིག་གིས་ད་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཨང་  
།” ཞེས་བཤད་པ་ཡིན།

དོན་དངོས་སུ་སྐྱུས་ཀང་དང་ལ་དོན་དག་འདི་དག་བཅོམ་གིས་སྐབ་དྲ་བཅུག་  
པ་མིན། དས་དོན་དག་འདི་དག་བསྐྱབ་པ་ནི་དང་དང་གི་བྱིས་ཆུང་གི་ལ་  
དགའ་བས་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེའི་རྒྱུ་འགར་དག་ལ་ལྟོག་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམས་པ་  
ཐོན་པས་དང་དང་ཉིད་ལ་རྒྱུ་ལྟོང་བྱས་ཆུང་དུས་སྐབས་ཤིན་ཏུ་ཉུང་།

དས་འདི་ལྟར་བཤད་ཆེ་ལྡོག་ལ་གིན་ཏུ་རྣམས་ཆེ་བའི་སྐབ་བཞིག་འཆར་གི་  
འདུག་གམ། རྒྱུང་གི་གནས་ཚུལ་བྱིས་ཆུང་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ཀང་གི་དྲི་  
འོན་ཀྱང་ལྷ་ཅག་ཚང་མར་དུས་སྐབས་ག་གོ་མི་ཞིག་ལ་རང་གིས་རང་ཉིད་  
སྲིང་རྒྱུ་བའི་ཚོར་བ་ཞིག་བྱུང་ལྟོང་ཡོད་དེས།

ད་ཚོའི་སྲིང་དྲ་དོན་དག་དཔལ་འཇུག་སྲིད་པོ་མེད་པ་གང་ཞིག་བྱུང་ཡང་། ད་  
ཚོས་སྲི་སྲིང་སྲིབ་པའི་དང་ནས་དེ་ལྟར་ལ་ལན་སྲིད་ཚོགས་དང་ཚོས་དེ་ལྟར་  
བགྱིས་ཆོད་ཀོན་མཚོག་གི་འདོད་པ་དང་ཡང་མཐུན་ནས་ཡོད། རྒྱུ་མཚོན་  
དཔོན་མཚོག་ནི་ནམ་ཡང་སྲི་སྲིང་གིས་བརྒྱས་ཡོད་དོ།

དས་རྒྱལ་པར་མི་རྣམས་ལ་སྲི་སྲིང་གི་རེ་རྒྱ་མོ་རེ་རྒྱར་སྐུལ་སྲོང་བྱས་པ་ཡིན།

དེ་ནི་ཅོ་ཞིག་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། རྒྱུང་རང་ལམ་ལྟོང་མ་བྱུང་བའི་གནས་  
ཚུལ་ལ་འབྲུད་ཀང་འདྲ་བའི་ཡོད་པའི་སྲི་བས་གནས་ཚུལ་དེའི་ལོགས་པའི་  
ཆེ་ལ་བསམ་སྲི་ལྟོང་རྒྱ་དེའོ། དཔེར་ན། གལ་སྲིད་རྒྱུང་རང་འགྱིམ་འགལ་  
ཞིགས་པའི་སྐབས་ཤིག་ལྟོག་ལོལ་ན། རྒྱུང་གིས་འདྲི་ལྟར་བསམ་ཚོགས་སྲིད་  
“དེའི་མདུན་སྲིད་ཀྱི་འགྲོས་ཤིན་ཏུ་དལ་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་དཀོན་མཚོགས་”

གིས་ང་རང་མགོགས་དགས་ཏེ་རངས་འཁོར་དོན་རྗེས་བྱུང་བ་ལས་གཡོལ་  
བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཡང་སྲིད།” ཅེས་བསམ་ཚིག་གྱུ

འདི་ནི་དོན་དག་ཆེ་མ་རྒྱུད་གསུམ་གང་ལ་ཡང་འཚམ། དཔེར་ན་ལས་ཀ་  
ཤེར་བ་ལྟ་བུའི་དོན་དག་གལ་ཚེན་ཞིག་ལ་འཕྲད་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱིས་དེའི་དང་  
ཕྱོགས་ལ་དམིགས་པ་གཏད་ཚོག་སྟེ། དེའི་ལས་ཀ་ཤིང་སོང་ཡོད། འོན་ཀྱང་  
དཀོན་མཚོག་གིས་ང་ལ་སྤོན་མ་ལས་ཀྱང་བཟང་བའི་ལས་ཀ་ཞིག་ལ་འཕྲད་  
དུ་འཇུག་བསམ་པས་ཡིན་རྗེས་དེད་སྟུམ་ཚིག་གྱུ

དམ་པའི་གསུང་རབ་ཏུ། “དཀོན་མཚོག་གིས་ཁྱེད་ཅག་ལ་བྱིན་རྒྱུ་རྒྱུ་  
གནང་རྒྱུ་བསྟན་པ་ལྟར་འདུག་ཡི་ཏེ་ཏེ་ཏེ་དང་བདན་གི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། ཁོང་ལ་  
རྒྱུ་རྒྱུ་དམ་པའི་དག་ལྟེ་བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་མི་རྣམས་ཡིན།” ཞེས་  
གསུངས་འདུག།

ཁྱེད་ཀྱི་འཚོ་བ་ག་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དཀོན་མཚོག་ལ་དེ་ཉིད་ལེགས་པོར་  
གཏོང་བའི་འཆར་འཁོར་བྱིན་ཏེ་མངོས་བྱིང་སྟུག་པ་ཞིག་ཡིད་དོ། དེ་བས་  
ངས་ཁྱེད་རང་དཀོན་མཚོག་གི་འདོད་སྟོབས་ལྟེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་  
བྱས་པ་ཡིན། སྟུག་སྟུང་གང་ཡང་མེད་པར་དེ་བཞུགས་སྟུང་གིས་ཉི་མ་རྗེས་  
གདོང་ལེན་བྱས་ཚེ། ཁྱེད་ཀྱིས་འཚོ་བའི་གཟུར་རྗེས་ལྟར་སྟུང་སྟུང་སྟུང་  
པར་ང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡིད། ཧྲུ



# ལེན་བཞི་པ། བྱ་ལྷག་ཁྲོད་དྲུ་དཀོན་མཚོག་པ་དད་པ་བྱེད།

ལོ་འདྲི་དག་གི་རིང་ལ། ངས་ཤེས་རྟོགས་བྱང་པ་ནི། དཀོན་མཚོག་ལ་དད་  
པའི་སྒོ་ནས་དོན་དག་ག་གོ་མོའམ་མི་ག་གི་མོར་འགར་བ་གཏོང་བ་དང་  
། དོན་དག་ག་གོ་མོ་ཞིག་བརྒྱུད་པའི་སྐབས་ཐོག་ཏུ་དཀོན་མཚོག་ལ་དད་པ་  
བྱེད་པ་ནི་ཁ་ཁ་སོ་སོ་ཡིན་ལྟར་རེད།

ཡེ་སེ་ཡའི་བསྐྱེད་བཅོས་ཀིས་ང་ལ་སེམས་གསོ་ཚེན་པོ་ཞིག་གནང་བྱབ་སོང་  
། བསྐྱེད་བཅོས་ཁྲོད་དྲུ་འདྲི་ལྟར་བཤད་ཡོད་དོ། །

དྲོ་རང་ཚུ་བོ་བརྒྱལ་དུས་སུ། ང་མི་ཁྲོད་དང་ལྷན་དྲུ་གནས། ཁྲོད་རང་ཚུ་ནང་  
ཉལ་ནའང་། ཚུ་ཡིས་ནབ་པར་མི་འགར་ལ། ཁྲོད་རང་མི་ནང་ཞགས་གར་  
ཀང་། མི་ཡིས་འཚོག་པར་མི་འགར་ཚེ། རྒྱ་མཚོན་ང་མི་ཁྲོད་ཀི་སྐྱབས་ལེ་ཏེ་  
ཉེད་ཡིན་པས་སོ། ། ུ ུ

ཁྲོད་རང་དཀའ་སྐྱེད་གི་ཀོང་དྲུ་ཡོད་དུས། དཀོན་མཚོག་ཁྲོད་དང་ལྷན་དྲུ་  
ཡོད་ཅིང་ཁོང་གིས་ཁྲོད་ཉིད་དཀའ་སྐྱེད་ལས་གོ་ལ་དྲུ་འཇུག་བྱབ་པར་ཡོད་  
ཚེས་བྱ་རྒྱ་མི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཚེ་བ་ཞིག་ཡིན།

དཔེར་ན། ཁྲོད་ཀི་གནས་བབས་ནི་གནས་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པའམ་འཚོ་  
བར་བདོན་དོན་གིས་མ་ཁྱབ་པའི་སྐབས་སུ་ཡིད་ཚེས་རྒྱུ་འབྱེད་སྐབས་གནང་  
རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ལ་ཡིན། ལྷག་པར་དྲུ་ཁྲོད་ཀིས་རང་གི་སྐྱེད་ལས་པ་ཞིག་  
ལྷན་དྲུ་ཀོང་དེ་ལ་དེར་མཐུན་གི་འགྲུས་བྱ་ཞིག་སྐྱེན་མེད་པའི་ཚོར་བ་དེ་ནི་  
ཤིན་ཏུ་ཐོག་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན།

ཡང་དཔེར་ན། མི་གཞན་ཞིག་གིས་མ་རུང་བའི་བྱ་བ་བསྐྱབ་ཀྱང་ཁྱེད་ལས་  
 ལྷག་པའི་འབྲས་བུ་བཟང་སྲིན་པའི་སྐབས་དེ་འདྲར་འཕྲད་མཁེལ་ཡོད་ལ། དེས་  
 ངོ་ཚོར་ཉེན་ཚབས་ཀྱི་ཚོར་བ་བྱིན་ཡོང་། དེ་དག་གི་དྲིམ་ལྷན་ཉམ་གཅིག་ཅི་  
 ལུ་ནས་ལུ་རུ་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡོད་ཆེས་དང་དང་པ་བྱ་བ་དེའོ།

ངས་རང་གི་ཉམས་ལུང་ལས་ཤེས་རྟོགས་བྱང་བ་ནི་དཀོན་མཆོག་གིས་ངས་  
 སྐབས་དེ་དག་བཅད་སྤྲད་ནས་ངོ་ཚོར་པར་བཅད་བསྐྱབ་ངེས་པ་དེའོ། ཁོང་གིས་  
 འཚོ་བར་གཤམ་ལྷན་བྱང་བའི་གནས་བབས་བཅད་སྤྲད་དེ་ཅུ་ཅག་སྐར་ལས་  
 ཀྱང་ཁོང་དང་ཉེ་བར་བཅུར་དུ་འཇུག་གཤམ་འགལ་མེད་པའི་དྲིབ་གི་པ་བཅད་  
 ཚེན་མོ་སྒྲི། ཡེ་བྱ་མ་བྱ་ཀ་དང་ཉེ་བར་བཅུར་དུ་འཇུག་ངེས།

### དཀའ་སྤྲུག་གི་དྲིམ་སྤྲུ་འཚོར་ལོངས་འབྱུང་།

འདི་ནི་ཐོས་མ་ཐག་ཤིན་ཏུ་དགོང་བོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྲིད་མོད། ང་རང་  
 གནས་བབས་འདྲི་འད་ཞིག་ཏུ་ཐོན་ཡོད་དེ། ངའི་བསམ་པར་དཀའ་སྤྲུག་དང་  
 བཅོས་པའི་ངོ་ཚོར་ཆེས་བཟང་བའི་གོགས་པོར་འགར་བྱུང་པར་འདོད། རྒྱ་  
 མཚོ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དཀོན་མཆོག་གིས་དཀའ་སྤྲུག་དང་བཅོས་པའི་སྤྲུ་  
 སྤྲད་ནས་ང་ཚོར་ཁྱིད་སྤྲོད་དང་སྤྲོད་བརྒྱར་གནང་ཞིང་། ང་ཚོར་འདྲི་དུ་གི་  
 ལས་པས་མངོན་འགྲུབ་མེད་ཐབས་ཀྱིས་འཚོར་ལོངས་བྱང་དུ་བཅུག

དོན་དངོས་སྤྲུ་ཡ་གའི་བསྐྱབ་བཅོས་ནང་ང་ཚོར་གསུངས་ཡོད་པ་འདི་ལྟར་  
 ཏུ་བདུག་གི་སྤྲུ་ལྟར་དག་ཁྱེད་ཅག་བཅོས་པའི་སྤྲུ་བརྒྱ་སྤྲུག་གི་ནང་དུ་སྤྲང་ཡང་བཅད་  
 ཞིང་སྤྲོ་བར་སྤྲད་ཅིག་ཁྱེད་ཅག་གི་ཡིད་རྒྱུན་ལྟ་སྤྲང་བརྒྱར་ཐེབས་ཏེ་བཟོད་  
 བསྐྱབ་གནང་བྱུང་པ་ངས་ཤེས་ཡོད། ཅེས་གསུངས་འདུག།

དཀའ་སྤྲུག་དང་བཅོས་པའི་དཀོན་མཆོག་གིས་བསྐྱབ་པ་མིན་མོད། འོན་  
 ཀྱང་ཁོང་གིས་དེ་དག་ཁྱིད་སྤྲོད་ནས་ང་ཚོ་སྐར་ལས་སྤྲོ་བས་དང་ལྷན་པར་  
 ཐུག་ཞིང་། ང་ཚོར་སྐར་ལས་བརྒྱར་འཇུགས་དང་ཞེ་བདེ། ལུ་སྤྲུ་མཆོག་གིས་  
 པ་ལྷན་འཚོ་བ་ཞིག་རོལ་དུ་བཅུག་པ་རེད།



ལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་གམ་ཡང་ན་བཀའ་ཤིས་སློབ་  
འདུན་ཐེབས་པའི་མི་གཞན་གྱི་སྲིད་ཁོང་ཚོ་ལངས་སྲིད། ང་ཚོར་རང་སྲིད་  
གང་ཤར་གྱི་རྩམ་འགྲུར་ཞིག་ཡིད་སྲིད་དུ། ང་ཚོའི་སེམས་སུ། “འུམ། ང་ལྟ་  
ཚུངས་ལས་ལྷག་པའི་ལྷ་འདི་ཚོས་དད་པ་ཡིན་པས། བཀའ་ཤིས་སློབ་འདུན་དེ་  
དག་ངལ་ཐེབས་ན་འགྲིག” བསམ་སྲིད།

དཔེར་ན། རྒྱུད་རང་བྱུང་འདི་ཚུངས་དུ་གོ་གནས་འཕར་འདོད་ཡོད་ཀྱང་གོ་  
གནས་འཕར་མཁན་དེ་མི་གཞན་ཞིག་ཡིན་ཚེ་རྒྱུད་ཀིས་རི་ལྟར་བྱ།  
རྒྱུད་ཉིད་རང་སྲིད་གང་ཤར་སྐྱོས་ཁོང་ཚོ་ལངས་ཆོག་ལ། ཡང་ན་དཀོན་  
མཆོག་ལ་ཡིད་རྒྱུས་ཚོགས་ཚོགས་རྒྱུད་ཀིས་དཀོན་མཆོག་ལ། “དཀོན་མཆོག་  
ལགས། གལ་ཏེ་རྒྱུད་ཀིས་ང་རང་གནས་འདིར་འདུག་དུ་འཇུག་བསམ་པ་  
ཡིན་ན། ངས་ནི་འཇུག་མདངས་དང་བཅས་སློབ་པ་དག་ལ་ཞབས་ཞུ་ལེགས་  
པོར་སྐབ་དེས། ང་རང་གནས་གཞན་དུ་འགོ་ཕྱེ་འཇུག་བསམ་ཚེ། རྒྱུད་ཀིས་  
དུས་སྐབས་འོས་འཚམ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཞུགས་འགྲུབ་སྐབས་པ་ངས་ཤིས་ཡོད་  
ཅེས་བཤད་ཆོག།

ངས་དཀོན་མཆོག་ང་ཚོ་ལས་སྲུང་པོ་ཡིན་པ་ཤེས་བྱུང་། སྐབས་འགྲུར་ཁོས་  
ང་ཚོར་དགོས་འདོད་པའི་དངོས་པོ་སྲིད་རྩེ་ནར་འགོ་ངས་རྒྱུད་ཀི་ཡོད་དུ་རྒྱ་  
མཚན་ནི་ཁོ་ལ་ང་ཚོའི་བསམ་པ་ལྷག་པུ་དམིགས་ལུལ་ལགས་པོ་ལྟོད་  
པས་རྟེན།

དཔེར་ན། དཀོན་མཆོག་གིས་ཐེངས་མང་པོར་ང་ལ་དོན་དུག་རེ་འགྲུབ་དཀའ་  
ལས་ཁག་པོའི་དང་ནས་སྐབས་པར་ཚོགས་འཇུག་གནང་བ་རྟེན། ངས་མི་གཞན་  
དག་གིས་བྱུང་ཁོངས་གཞིག་མཚུངས་ནས་སྲུང་ལས་མགོགས་པའི་སློབ་ནས་  
ཚོད་བརྒལ་བྱུང་བ་མཐོང་སྐབས་དེ་ནི་ཉ་ཅང་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རྟེན།

འོན་ཀྱང་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་རང་ལམ་འདི་བརྟེན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མཚན་  
གནང་སྐབས། ཁོང་གིས་ངས་མི་རྣམས་ཀིས་བརྟེན་བཞུགས་པའི་བྱ་བར་  
ཉམས་ལེན་དང་གོ་བ་ལེན་སྐབས་པའི་རེ་སྲིད་གྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ངས་  
ཁོ་ཚོའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ལ་གོ་བ་ལེན་སྐབས་པ་དང་ཁོ་ཚོ་དཀའ་སྐྱབས་ལས་བརྟེན་  
བར་རོགས་རམ་བྱེད་ཆོག།

གལ་ཏེ་དེ་འདི་ཚེ་སློག་ཁྲོད་ཀྱི་དཀའ་ཚེགས་ཚེ་བའི་དུས་སྐབས་སུ་དཀོན་  
མཚོག་གིས་ང་རང་འཚོ་བའི་དུས་འབྲུང་བར་རོགས་རམ་གནང་མེད་ཚེ། ངས་  
ད་ལྟ་མི་འདི་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་ཐབས་གཏུག་ནས་ཡོད་མི་  
ཡིད།

དཀོན་མཚོག་གིས་ང་ཚོར་རོགས་དམེད་པའི་འཚོ་བ་ཞིག་གཏུག་ནས་མེད་  
པར་ཁས་ལེན་མ་བྱས་ཀྱང་། ཁོས་ང་ཚོ་དང་གཏུག་ནས་ཁ་མི་འབྲུལ་བ་  
དང་ཡང་ན་ང་ཚོ་མི་འདྲོར་བའི་ཁས་ལེན་གནང་ཡོད། དཀའ་ངལ་ཚེ་བའི་  
དུས་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ལ་སེམས་གསོ་བྱས་ནས་ཁོང་ང་ཚོར་ཏུ་ཅང་  
དཀའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད། ང་ཚོར་རོགས་རམ་བྱེད་པའི་འཆར་གཞི་  
ཡོད་པར་ཡོད་ཏེ་གནང་ཚོག

### དཀོན་མཚོག་ནམ་ཡང་ཁྱོད་དང་ལྷན་དུ་ཡོད།

ངས་ཁྱོད་ཀྱིས་སློབ་དཔུག་འགར་མེད་ཀྱི་སློབ་ནམ་འཚོ་བའི་ཆ་ཤས་རེ་རེ་དཀོན་  
མཚོག་ལ་ཡིད་རྟོན་གནང་རྒྱུར་བསྐྱེད་བ་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བསམ་ཅུང་  
། ཁྱོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་ག་འདྲ་ལྟར་ཡོད། ཁྱོད་ལ་འཚོ་བའི་རང་འཚུབ་དང་  
ཡང་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་གོ་བ་ལེན་མི་ཐུབ་པའི་བྱ་བ་བྱུང་བའི་སྐབས་ཐོག་ནི་ཁྱོད་  
ཀྱིས་ལྷ་མགུལ་དུ་ཁོང་ལ་ཡིད་ཚེས་བྱེད་དགོས་པའི་སྐབས་ཡིན་གོ།

ཁྱོད་ཀྱིས་ནམ་ཡིན་ཡང་དཀོན་མཚོག་ལ་ཡིད་རྟོན་གནང་བ་ཡིན་ན། ཁོང་  
གིས་ཁྱོད་ལ་བརྟན་ལྷིང་གི་དངོས་པོ་ཁ་ཤས་སྟེ་ངས་ཉི་ ཁོང་གིས་རང་ཉིད་  
ཀྱང་ཁྱོད་ལ་གནང་ངས།

ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་རིང་དཀའ་ངལ་མྱོང་བཞིན་ཡོད་དམ། ཁྱོད་ལ་བཙོ་སྤང་གི་  
འཇིགས་སྤང་སློབ་ཞིན་ཡོད་དམ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཚེ། ངས་ཁྱོད་ལ་ད་ཏེ་  
དུས་ཚོད་ཅུང་ཚོམ་བཀོལ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པར་བསྐྱེད་བ་ཡིན།

"དཀོན་མཚོག་ལགས། ཁྱོད་རང་སློབ་ཞིང་སྤྱོད་པའི་དུས་དང་དཀའ་ངལ་ཚེ་  
བའི་སྐབས་ནམ་ཡིན་ཡང་ང་དང་མཉམ་ཅི་གནས་པར་ཐུགས་རྩེ་ཆེ་ལ། ང་ལ་  
འཚོ་བའི་འགོ་ལྷགས་དང་མི་མགུག་པའི་སྐབས་སུ་ཁྱོད་དང་ཐག་ཉེར་བཅར་

བར་རམ་འདེགས་གནང་རྟོགས། དེ་མཚུངས་ལ་ཡིད་རྒྱུན་བྱེད། དེ་མཚུངས་  
དེ་ལོ་ཕན་པ་ཡིད་ཚད་བཀོད་སྲིད་བྱེད་དེ་ལོ་ཕན་པ་ལོ། ཡི་ཤུ་ལ་གསལ་ལ་བ་  
འདེགས་པ་རེད། ཨ་མོ་ན། ”

ཁྱོད་ཀྱིས་ད་ལྟ་བར་དུ་པའི་བྱ་བ་ནམ་ཡང་མི་རྟོག་པ་ཡིན། ད་རང་དགའ་  
དམ་མཚན་སྲིད་པའི་ཡིད་ཚད་མི་རྟོག་པས། མེད་ས་འདིའི་དགའ་སྲིད་ལས་  
བར་ལ་བྱུང་བ་དེ་ལོ་ཕན་པ་ལོ། ཞེས་རང་ཉིད་ལ་དུ་སྲིད་བྱེད་རྒྱུ་དགའ་ཡིད་  
དེ་དང་དུས་མཚུངས་སུ་ཁྱོད་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཚུལ་བྱས་ཆོག་པ་  
དང་། ཞེས་ཁྱོད་ཀྱིས་བར་དུ་མེད་པའི་བྱ་བའི་ཁྱོད་དུ་ཁྱོད་ལ་སྲིད་བྱེད་བྱེད་  
བཅུག་ཆོག།

དཀོན་མཆོག་གི་གསུང་གི་ནང་དུ་འཚོ་བ་དེའང་ཤིན་ཏུ་ལེགས། ཡེ་སེ་ཡའི་  
བསྐྱེད་བཅོས་ནང་དུ་གསུང་པ་འདི་ནང་བཞིན་རང་ཉིད་ལ་སྲིད་མ་གཏོང་  
བར་འེགས་ལྟ། དཀོན་མཆོག་གིས་གསུང་རྒྱུ་དེ་རང་ཁྱོད་དེ་ལོ་ཕན་  
པས་འདེགས་སྲིད་མ་གནང་རྟོགས། དེ་མཚུངས་ཀྱི་ལོ་ཕན་པས་དང་དེས་  
འཚོ་བ་ལ་སྲིད་པས། དེས་དེས་པར་དུ་ཁྱོད་ལ་རྟོགས་རམ་བྱེད་དེས་ཡིན།  
དེས་དེས་པར་དུ་དེའི་དང་བདེན་གྱི་ལེག་གཡས་པས་ཁྱོད་ལ་རྟོགས་སྲིད་བྱེད་  
དེས་.....

ཁྱོད་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཅི་ཞིག་བར་དུ་བཞིན་ཡིད་བྱུང་། དེ་མཚུངས་ལ་རྟོག་འཁྱོད་ས་  
བྱེད་སྲིད་པའི་སྲིད་མ་ལྟར་བ་ཡིན། རམ་འགར་བཟང་པོ་ལྟར་འཁྱོད་ས་  
དང་དཀོན་མཆོག་ལ་སྲིད་བྱེད་ཡིད་རྒྱུན་གཞུང་རྟོགས། རྟོག་མཚན་ལོ་  
ཤུ་རྒྱུ་འཚོ་བ་རེ་རེའི་ཁྱོད་དུ་ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་ཡིད་པས་ཁྱོད་རང་ཕྱགས་  
གཞིན་ཞིག་ནས་སྲིད་ལས་སྲིད་བྱེད་དུ་འགར་དེས་ཡིན།

# ལེན་ལྷ་བཀག་སར་སྐྱེས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན།

ཁྱོད་ཡིད་ཆད་པ་དང་མེ་ཐག་ཆད་པའི་སྐབས་སུ། སྲོན་ཆད་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱོད་ལ་རོགས་རམ་ཇི་ལྟར་བྱས་པ་ཡིད་ལ་དུ་མོ་རོགས་རམ་ཏེ་ཅད་ཆེན་པ་ཡོད། རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་གཞན་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱུང་དགོས་པར་དུ་སྐྱེས་བྱུང་པ་དེ་མི་ཁྱོད་དང་ལས་བར་དཀོན་མཆོག་གིས་རོགས་རམ་བྱེད་དགོས་པའི་མི་དེ་ཆེར་སྐྱེས་མ་ཐེབས་པ་ཞིག་རེད།

ཁྱོད་ཀྱིས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཁྱོད་དཀོན་མཆོག་གིས་མི་ག་ཚོད་ལ་དབྱ་བྱུང་གསར་བ་ཞིག་གནང་བར་དེ་སྐྱེད་བྱས་སམ།

མོ་ཞི་འབར་བཞིན་པའི་ཆེར་ལག་ལ་འཕྲད་པ་མ་ཟད་དཀོན་མཆོག་གིས་མི་རོགས་ཤིག་ལ་དབྱ་བྱེད་ཀྱི་འབྲེང་སྐྱེས་མ་བྱས་གོང་ནས་ལོ་ནས་རྩས་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེའི་སྲོན་ལ་ཁོང་གིས་བྱ་ཐང་དུ་ལོ་ངོ་40ལ་ཉེ་བར་སྐྱེག་ཡོད།

སྐབས་དེ་དུས་ཁོས་དཀོན་མཆོག་ལ་འཆར་གཞི་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་ཤེས་མེད། དཀོན་མཆོག་གིས་ཕེ་ཐྱིར་སྤེལ་བའི་ཆོས་ལུགས་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕོ་ཉ་དེའང་ག་ཡངས་སུ་བཏང་བར་མ་ཟད། མི་ཚེའི་དུས་ལུན་ལྷག་མའི་ནང་དུ་ཡི་བུའི་ཆོས་འཆད་ཉན་བྱེད་པར་བསྐྱེད་བ་རེད།

དེར་མ་ཟད་དེ་སྲོན་དཀོན་མཆོག་གི་མི་སེར་དག་ལ་གཞོན་པ་གཏོང་མཁེད་གི་གཏེ་བོ་པའི་ལོ་འང་ཉ་མ་ཉི་ཀུར་བསྐྱེད་པའི་ལམ་བར་དུ་འཕྲོ་འགར་བྱུང་ཞིང་མཐར་སྐྱེ་ཆེངས་གསར་བའི་ནང་དཀོན་མང་ཆེ་བ་བྱིས་པ་རེད།

ཁྱོད་ཀྱིས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཁྱོད་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་གིས་གུ་ཡངས་གནང་

ཞིང་ཐབས་ཀིས་བསྐྱེད་པའི་མི་དེ་དག་ཡིད་ལ་དུ་ཚུ་ ཁོ་ཚོས་ཁྱེད་ཀྱི་  
ཚད་དུ་དེ་དག་འདྲ་བའི་བྱ་བ་བསྐྱེད་པར་དོགས་བསྐྱེད་འཇུག་མཁམ།

ང་ཚོའི་དགོན་མཚོག་ནི་རེ་བའི་ལྷ་ཡིན། ཁོང་ནི་"ཡང་བསྐྱར་འགོ་འཇུགས་  
པ་"དང་། གོ་སྐྱབས་གཉིས་པ། འགོ་ཚུགས་ས་གསར་པ། དུ་བྱུང་གསར་པ་  
བཅས་ཀྱི་ལྷ་བཅས་རེད། ཁོས་ཁྱེད་ཡང་བསྐྱར་འགོ་རྩུ་པའི་གོ་སྐྱབས་ག་  
ཚོད་སྟེར་བར་ཚད་བཀག་མེད་དོ།

### རེ་བའི་མིག་གིས་འཇིག་རྟེན་འདི་ལ་གཟིགས།

ཡིད་ལ་ཟུངས། རེ་བ་ནི་ང་ཚོའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་གཏིང་རྩ་ཡིན། བྱ་དངོས་གང་  
ཞིག་ལྷན་པའི་ཀོང་དུ་ཚུད་པ་བཞིན་ང་ཚོས་ཤིས་འདོད་པའི་དེས་ལན་མཐོང་  
མི་ཐུབ་པའི་སྐྱེས་སུ་རེ་བས་ད་གཟེད་ང་ཚོ་ལ་དབྱུང་གསར་བ་ཞིག་  
སྐྱེས་ཀྱིན་པའི་དུས་སྐུལ་བྱེད་པ་རེད།

བལྟས་ཚོད་ཀིས་མི་གཞན་དག་ཚང་མར་སྟོན་འདུག་ཐེབས་བཞིན་ཡོད་པ་  
དཔེ། ང་ཚོར་ཐང་ཚད་པ་དང་གོང་གཏིང་འདོད་པའི་སྐྱབས་སུ་རེ་བས་ང་  
ཚོའི་སེམས་པ་བརྟུན་པར་གནས་པར་མ་ཟེང་། ང་ཚོས་དགོན་མཚོག་ལ་ཡིད་  
རྟོན་གནང་དུ་བཅུག་པ་རེད།

རེ་ལྟོས་ནི་ཕན་པ་ཡོད་པ་དང་ཡིད་ཚེས་ཀིས་ཁེངས་པའི་རེ་སྐྱབས་ཅིག་ཡིན།  
དེ་ནི་སྟོ་སྐྱེད་གི་རྣམ་འགར་ཞིག་དང་མཚོས་སྐྱབས་ལྷན་པའི་བྱ་དངོས་འདྲུང་  
བའི་གོ་སྐྱབས་བཟེང་པོ་ཞིག་ཀྱང་རེད།

རེ་ལྟོས་དོ་མ་ནི་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་རབ་རིབ་དང་དོན་དག་ཅི་ཞིག་  
འདྲུང་བར་བསྐྱབས་ཀྱིས་འདུག་པའི་རྣམ་འགར་ཞིག་མིན་པར། དགོན་མཚོག་  
གི་ཁོས་བྱེད་སྐྱེད་དེ་ཉིད་མེད་དུ་འགོར་བུ་པར་ཡིད་ཚེས་དང་ཡིད་རྟོན་  
བྱེད་པ་དེ་རེད། དགོན་མཚོག་གིས་རྩུ་གི་བྱ་ལ་གཅིས་སྟོང་གནང་བའི་  
གཤམས་འཚོལ་བཞིན་ཡོད་ལ། ཁོང་གིས་ང་ཚོ་རེ་ལྟོས་ཀིས་ཁེངས་པར་མ་  
ཟེང་མ་འེངས་པར་རྒྱ་བྱེད་པའི་རེ་བ་འཚིང་བཞིན་ཡོད།

མིང་ལ་ཐེ་སྐྱོལ་ལུ་འོ་ཁྱི་ཁ་ཞེས་པའི་བསྐྱེད་བཅོས་ཀྱི་འགོ་བརྒྱུད་དུ་རེ་ལྟོས་ནི་  
དབྱེ་རྒྱུ་གི་གཞུགས་སུ་བཀོད་ཡོད།

དེར་བརྟེན་ང་ཚོའི་བསམ་བློ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོའི་རྣམ་  
འགྲུབ་དྲིང་རེ་ལྟོས་དེ་ཉིད་ང་ཚོའི་བསམ་གཞིགས་དང་སྐྱེད་ཆ་ལ་འབྲེལ་བ་  
དམུག་པོ་ཡིད།

ངས་ཁྱེད་ལ་ཉིན་རེའི་ཞོགས་པའི་ཕྱུ་བ་དང་པོ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་བློ་དང་  
སྐྱེད་ཆ་ལ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པར་བསྐྱེད་བ་ཡིན། ཁྱེད་རང་ཞོགས་པར་གཉིད་  
ལྷན་སྐྱེད་དུས། “དེ་ལོག་གི་རེད། རྣམ་དེ་རིང་གི་ཉིན་གཅིག་པོ་འདི་འགྲུབ་  
ཐུབ་ཅམ་བྱེད་ཨང་” ལྷན་པའི་བསམ་བློ་དེ་འདྲ་གཏོན་ནས་དང་ལེན་མི་ཕྱུ་  
རྒྱལ།

དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་དཀོན་མཆོག་གིས་གནང་པའི་མངོས་སྐྱེད་ལུན་པའི་ཕྱུ་  
དངོས་ལ་རེ་སྐྱེད་བྱེད་པོས། དེར་མ་ཟད་གཤམ་གྱི་སྐྱེད་ཆ་འདྲི་དག་སྟེ།  
དཀོན་མཆོག་ལགས། ཁྱེད་རང་གིས་ང་ལ་གནས་པའི་ཉིན་མོ་འདི་ལ་ཐུགས་  
རུ་ཆེ་ཞུ། ངས་ཁྱེད་རང་ང་ལ་དགའ་ཞིང་དེ་རིང་གི་ཉིན་མོ་འདིར་ང་ལ་འཆར་  
གོ་ཞི་ཡིག་པོ་འཐོན་ཡོད་པ་ཤེས་ཡོད། ང་ལ་ཁྱེད་ལས་གཞན་པའི་སྐྱེད་ཆ་  
གནས་གང་ཡང་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ཡི་ཤེས་མིག་ནང་དུ་ངས་ང་ལ་དགོས་  
པའི་ཕྱུ་བ་ཅི་ཡང་སྐྱེད་ཐུབ། ཁྱེད་ཀྱི་རོགས་རམ་འོག་ངས་རྣམ་འགྲུབ་བཟང་  
པོ་དང་སྟོ་སྐྱེད་གི་སྐྱེད་ཆ་ལྟར་འཐོད་སྤྱོད་ཐུབ། ། ཅས་ཡིད་ཚུབས་མ་  
ཞིང་རང་ལ་སྐྱེད་ལྟོད་བྱེད་ཐུགས།

དེ་ནས་དེ་རིང་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་བརྒྱུད་དང་དབྱེ་རྒྱུ་གསར་བའི་ཉིན་མོ་དེ་  
ཡིན་པར་རེ་ལྟོས་གནས་རོགས།

གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི། གལ་དེ་ང་ཚོར་ཉུང་བརྒྱུད་དང་རེ་བས་ཁེངས་པའི་འཚོ་  
བ་ཞིག་ཡོད་པས་མས་ན། ཚོར་བ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་འཚོ་བ་སྐྱེལ་མི་རུང་བ་  
ཤེས་དགོས། ལྷོག་ཕྱོགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་འདྲུང་སྐྱེད་ཆ་གལ་ཆེ་ང་ཚོས་དེ་  
དག་ལ་མགོ་མ་བསྐྱེད་ཆེ་དག་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་འོས་པ་ཡིན།

དེར་བརྟེན་དང་ཉིད་རེ་ལྟོས་ལ་བསམ་གཏུག་ཀྱིས་འདུག་པའི་རྩི་རྩུ་མི་ཚུད་པར་རེ་  
ལྟོས་ཀྱིས་ཁེངས་ནས་འདུག་པ་ཞིག་ཡིང་དགོས། རྩེད་ཀྱིས་ཉིན་གང་ཐོར་  
དེར་ལོ་རྒྱུ་དང་ཡིད་ཚེས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་བསམ་བློ་རྩེད་འབྲེངས་ཤིང་  
སྐབས། རྩེད་ཀྱི་མྱོང་ཚོར་དེའང་མཚུག་མཐར་འབྲེད་ཀྱི་ལྷན་མ་གླེའི་རྩི་ཚོད་  
དུས་རེད།

### རང་གི་སྒྲིག་གཞི་ལས་ཕྱིར་འབྲུང་བྱུང་པ་དགོས།

ལོ་འགའི་སྔོན་ངས་དཀོན་མཚོག་ལ་ “ངའི་འཚོ་བའི་ནང་དུ་མི་རྣམས་  
དག་ལ་སྒྲིག་འོས་པའི་དམིགས་བསལ་གི་བྱ་བ་མི་འབྲུང་བའི་རྩི་ཚོན་ཅི་  
ཡིན” ཞེས་དིས་པ་ཡིན། དཀོན་མཚོག་གིས་ང་ལ་ “Joyce ཀྱིས་ཐོག་  
མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བྱ་བ་འདྲི་དག་སྐབ་བཞིན་ཡོད་མོད། རྩེད་རང་དེ་ལ་  
གོམས་དགས་པས་རེད།” ཅེས་གསུངས།

དཀོན་མཚོག་གིས་ཁོང་གིས་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ནང་གཞན་བའི་བྱིན་རླབས་  
དག་ལ་ང་ཚོས་མཚར་སྲུང་བཟུང་ཞིང་། ཁོང་གིས་ང་ཚོའི་ཚེད་དུ་སྐབ་པའི་  
མཚེས་སྐབས་གི་བྱ་དངོས་དག་ལ་དོ་སྲུང་གནང་བྱུང་པའི་རེ་བ་བཅས་ཡོད།  
རྩི་ཚོན་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ང་ཚོར་མཚར་སྲུང་གིས་ཁེངས་པའི་དུས་སྐབས་  
ལྷན་པོངས་མི་སྲིད་པས་སོ། ང་ཚོས་ཡ་པོ་རྩི་ལྷན་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལ་ལྟོ་བར་བྱ་  
སྒྲིག་.....  
ཉ

དཀོན་མཚོག་གིས་ཡ་པོ་རྩི་ལ་སྔོན་ལམ་ལེགས་པར་བཏབ་པ་རེད། འོན་  
ཀང་། ཁོའི་ཚུང་མ་ས་ལ་དང་ཁོ་གཉིས་ལ་ཞེ་སྐྱེས་པའི་དོན་དག་ཅིག་ཡོད་པ་  
ཞེ་སྐྱེས།

མེད་པ་དེ་རེད། ཡ་པོ་རྩི་གིས་ “དཀོན་མཚོག་ལགས། ང་འི་བྱ་མེད་པར་  
ཚོ་ཡི་འཕྲོན་པ་རྣམས་ལ་ཉེ་བས། རྩེད་ཀྱིས་ང་ལ་ཅི་ཞིག་གནང་བྱུང་བམ།”  
ཞེས་བཤད།

དཀོན་མཚོག་གིས་ཁོ་ཤིང་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་སོང་སྟེ་ “རྩེད་ཀྱིས་མགོ་བོ་  
བཏོགས་ཏེ་ནམ་མཁའ་ལྟོས་དང་། དག་ལ་གི་སྐར་མ་འདྲི་ལྟ་མང་པོ་བརྩི་

ཚར་རམ། མ་འོངས་པར་ཁྱོད་ཀྱི་མི་རབས་དགུང་གི་སྐར་ཚོགས་བཞིན་  
འཕེལ་ངེས་ཡིན་” ཞེས་བཤད་པ་རེད།

ཡ་པོ་ར་ཉལ་གི་གནས་སྐབས་ཤིན་ཏུ་ཐབས་རྒྱུ་ལོན་ཅུང་། དཀོན་མཆོག་  
གིས་སྐར་བཞིན་ཁོ་རང་གི་ལས་ལྱིར་བྱིན་པའི་ཉལ་སངས་པར་བྱས་ཤིང་།  
དཀོན་མཆོག་གིས་གཞན་གྱིས་སྐབ་མི་རུས་པ་མཐའ་དག་སྐབ་པར་དྲན་  
སྐུལ་གནང་ས།

ངས་ང་ཚོ་ཚང་མས་རང་གི་གནད་དོན་ཁོ་རྩེ་མཐོང་ཞིང་”རང་གི་སྐྱིག་  
གཞིའི་ནང་དུ་དམ་ཚེད་མང་པོ་བརྒྱུད་པར་ཡིད་ཆེས་ཡོད། དེ་ནི་ཉལ་  
ཉལ་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་དུ། རྩེ་མཐོང་བའི་འགལ་རྩེན་དང་གསུང་ཉེ་སྲོ་  
སེམས་རེ་བྱུ་ཅིག་གཅིག་གིས་ཡིད་དང་ཉེ་བར་བཅར། ལྟོན་པའི་མཐར་  
ཐུག་ཏུ་གར་པའི་ཡེ་ཤུ་ལ་གོ་ལྟོན་གནང་། ། ཞེས་པ་དེ་ལོ།

ང་ཚོས་ཁོང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པའམ། ཁོང་གི་གསུང་དག་ཀོག་  
པའམ། ཡང་ན་ཁོང་གིས་ང་ཚོའི་ཆེད་དུ་སྐབ་པའི་མཇེད་པ་རྒྱུས་ཆེན་དག་  
ལ་བསམ་སྲོ་གཏོང་ཐེངས་རེ་རེ་རེ་བའི་སྐྱེ་ག་འབྲས་ཐུབ་པ་རེད། དེས་མ་  
ཚད་ང་ཚོས་ཀང་ཡ་པོ་ར་ཉལ་དང་འདྲ་བར། ཞེས་མ། ཁོང་གིས་ངའི་ཆེད་  
དུ་འད་དོན་དག་འདི་དག་སྐབ་ཐུབ། ལྷོ་མ་ངེས།

དཀའ་ངལ་ཆེ་བའི་དམ་ལ་སྲེབས་ཤིང་ཡི་ལྷན་པའི་གནས་སྐབས་དེ་ནི་ཉལ་  
ཉལ་”རང་གི་སྐྱིག་གཞི་”ལས་ལྱིར་བྱིན་དེ་དཀོན་མཆོག་གིས་ཅི་ཞིག་བཤད་  
དགོས་མིན་ལ་ལྟོན་བའི་དུས་ལ་སྲེབས་པ་རེད།

ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བྱེད་དུས་ད་གཞོན་ཁོང་གིས་ཁྱོད་ལ་མཚར་སྐྱེད་འབྱུང་དུ་  
འབྱུང་པར་བསྐྱོག་ནས་ཡོད་པ་མཐོང་ཐུབ།

# དཀའ་ངལ་ལ་ལྷུབ་འགྲུར་གྱིས་ཁ་གསབ་གནང་རོགས།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་དང་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ཚེ། མི་གཞན་ལ་རེ་བས་ཁེངས་རྒྱུ་དེ་  
མི་ལས་ཤིན་ཏུ་ལས་སྒྲུལ་མི་ཞིག་ཡིན་སྲིད། ངས་བྱ་དངོས་ཀྱི་སྲོལ་སྲུང་གི་རྒྱུ་སྲིད་  
དེ་མཐོང་སྒྲུབ་པ་མ་ཟེན། "དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་རྒྱུ་སྲུང་ཆེ་ཁོང་གིས་  
མི་ལོགས་པའི་རྩམ་པ་བསྐྱར་བའི་སྲོལ་སྲུང་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལོགས་པར་འགྲུར་  
ཐུབ་ཅེས་དྲན་སྒྲུབ་བྱེད་ཐུག།

འོན་ཀྱང་གནད་དོན་དེ་ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྲིད་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེ་མི་དོ་བོ་  
གཞན་ཞིག་ཏུ་གར་པ་རྒྱུ། ང་ཚོ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དོན་ཡིད་ཚད་ཀྱི་གནས་སྤྱོད་  
ལྟར་དུས་མཁོ་སྤྲུལ་ཏེ་ཅང་སྒྲུབ་ཞིང་དེ་མི་ཡིད་ཚད་འཕྲི་དག་ལ་དྲུག་སྒྲུལ་  
མའི་ཐོས་མ་པ་འཕྲུང་སྒྲུ།

འོན་ཀྱང་འཕྲི་སོང་བ་གཏུན་ནས་མིན། ཁྱོད་ཡེ་ཤའི་ནང་དུ་ཡོད་ན་ཀྱང་ཡང་  
འཕྲི་ཚད་པས་དབུ་བྱུང་གསར་བ་ཞིག་འབྲེ་སྤྲུབ་ཁྱོད་ཀྱི་འདས་སོང་དུ་ཁྱོད་  
ཀྱི་ལས་དབང་མིན། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་རེ་བ་མི་འདོར་བར་མ་ཟེན། ལྷ་ཆོགས་  
མི་ཁྱིད་སྤྱོད་ལྟར་སོང་ཆོད་ཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱོད་ལ་སྲུར་ཡོད་པ་མཐོང་དག་  
མཁན་བར་མ་ཟེད་མ་འོངས་པའི་འཆོ་བ་སྲུར་ལས་མཛེས་སྤྲུག་ལྟར་པར་  
འགྲུར་དུ་འཇུག་སྲིད།

ང་རང་ཡི་ཨ་རྒྱ་བསུན་བཅོས་ལ་ཤིན་ཏུ་དགལ། ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་བཞིན་སྤྲུབ་སྤྲུབ་  
གཤམ་གྱི་གསུང་རྒྱུ་འདི་སེམས་ལ་བརྟན་པོར་ངས་རོགས། དེ་རིང་སྤོན་  
འདུན་འདི་ཉིད་ཁྱོད་ལ་འབུལ།

བདག་གིས་ཁྱོད་ཅག་གི་ཁྱོད་དུ་མངགས་པའི་དམག་དཔུང་ཆེན་པོ་དེ་མི་  
ཆ་ཀ་བ་དང་། གོག་མ་དང་། བོད་བ་འབྲུ་སོགས་ཡིན། ཡི་ཟུ་དེ་དག་གི་ཁྱོད་  
དུ་ཟེས་ཟེན་པ་དག་དུ་ལྟ་ངས་ཁྱོད་རྩམས་ལ་ཕྱིར་སྲོད་པར་བྱུང། ཁྱོད་ཅག་  
གིས་ཡིད་ཆེ་མ་པ་ཞིག་ཟེས་དེས་ཁྱོད་ཅག་གི་ཆེད་དུ་དགོ་བ་སྤྲུབ་མཁན་གྱི་  
དཀོན་མཆོག་ཡི་དྲོ་དྲུལ་བསྤྲུགས་བཅོད་གནང་རོགས། བདག་གི་མི་སེམས་  
དག་ནམ་ཡང་ངོ་མི་གཞོངས་རོགས།

ན་གཞིན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཚུན་ས་ངས་བྱིས་དུས་ཀི་མཉམ་གཙོད་ཀིས་ང་  
རང་རྩེད་དུ་བཏང་བར་ཡིད་ཆེས་བྱ་མྱོང་དུ་ངས་བལྟས་ན་ངས་ཚམ་ཡང་  
མི་གཞན་པ་དང་འདྲ་བར་རང་ལ་དབང་པའི་འཚོ་བ་ཞིག་ཡོད་མི་སྲིད་པར་  
འདོད།

འོན་ཀྱང་དཀོན་མཚོག་གི་སར་མི་སྲིད་པའི་བྱ་དངོས་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་  
ཚོའི་མདུན་དུ་གཞན་ལ་མི་ཐར་བའི་སྤང་ལམ་ཞིག་མཛོལ་ཡང་ཁོང་གི་མིག་  
ལམ་དུ་དོ་ནི་དུ་བྱུང་གསར་བ་ཞིག་ཡིན། ཁོས་ང་ཚོའི་འདས་ཟེན་པའི་  
སྲིག་གི་རྩ་ཁ་གསལ་འདོད་པར་མ་ཟད། ང་ཚོར་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ཡོད་པའི་སྲོལ་  
འདུབ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པའི་སྲོལ་ལམ་འདེབས་འདོད་ཡོད།

ཡེ་སེ་ཡའི་བསྐྱེད་བཙུན་ཁོང་ཚོ་ཚོད་དུ་འདི་ལྟར་གསུང་ཡོད་དེ། "གཉེན་གཞི་དུག་  
གི་ཚབ་དུ་བྱེད་ཅག་ལ་དེ་ལས་ལྷག་འགར་གིས་ལྷག་པའི་བཟང་ཆ་ཐོབ་ངེས།  
བར་ས་བཙུན་དག་གི་ཚབ་དུ་བྱེད་ཅག་ལ་དེ་ལྷག་འགར་གིས་ལྷག་པའི་སྲོ་  
སྲིད་ཐོབ་ངེས། རྟག་བརྟན་གི་བདེ་བ་ལམ་ཡང་བྱེད་ཅག་ལ་ཐོབ་ངེས།" ཞེས་  
བཀོད་ཡོད།

ངས་རྟག་དུ་བཤད་རུང་། དཀོན་མཚོག་གི་སར་གལ་ཏེ་འཆར་གཞི་Aལ་  
ཕམ་ཉེས་བྱུང་ན། ཁྱེད་འཆར་གཞི་Aལས་ལྷག་པའི་འཆར་གཞི་Bཡོད་ངེས།  
དཀོན་མཚོག་ནི་སྤར་གསོ་དང་དུ་བྱུང་གསར་བའི་ལྷ་ཡིན། གལ་ཏེ་བྱེད་  
ཀིས་ཁོ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ན་ཁོང་གིས་བྱེད་ལ་སྲོལ་འདུབ་གསར་བ་ཞིག་  
ཐོབ་ངེས་ཡིན།

མ་ཟད། སྲོལ་འདུབ་གསར་བ་འདི་ནི་བྱེད་ཀིས་བསམ་པ་ལས་ཀྱང་མཛེས་  
སྲིག་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས།

### དམའ་སར་ལྷང་ཡང་མཐོ་སར་སྲེག

ང་ཚོ་ཚང་མར་འཚོ་བའི་ཚོད་ཀི་རྩ་རེན་སྤྱོད་གསལ་གི་དབང་གིས་ཡི་ལྷག་  
པར་གཏོང་མོད། ང་ཚོས་ཁོར་ལྷན་གྱིས་ང་ཚོའི་སྲོལ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་དུ་  
འཇུག་མི་རུང་།

ས་ཏེན་གིས་ལྷོག་ལྷོགས་ཀི་བསམ་གྲོས་ང་ཚོའི་ཀྱང་པ་བསྐྱེད་རིམ་གྱིས་ཏེ་  
མུང་ག་མཐར་ང་ཚོར་སྤྲོད་མེད་པར་དང་སྤྲོད་སྐབས་ཁོ་བོ་སྤྲོད་འཇུག་ཁོ་བོ་  
དངོས་ནས་མི་རྣམས་སྤྲོད་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་གཏོང་མཁུན་ཞིག་རེད། ཁོས་  
བྱུང་ཐབས་ཡོད་ཆད་གཏོང་དེ་ང་ཚོར་བརྟེན་དུང་། བསམ་པ། དཔལ་  
འབྱོར། དེ་བཞིན་ལྷོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ང་ཚོ་ཡི་སྲུག་པར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

འོན་ཀྱང་ཡེ་གྲ་འི་ང་ཚོར་སྐལ་མ་གཏོང་མཁུན་ཡིན། ཁོང་འི་ང་ཚོ་མཐོར་  
འདྲགས་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་ཕེབས་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་ང་ཚོར་དང་བདེན་དང་  
། བདེ་འཇགས། སྤྲོད་བཅས་སྤེར་བའི་ཆེད་དུ་ཕེབས་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་  
ང་ཚོས་མ་འོངས་པར་རེ་ལྷོས་བྱེད་ཅིང་རེ་བས་ཁེངས་ཐུབ་པའི་རེ་བ་འཆིང་  
བཞིན་ཡོད།

མི་རེ་རེ་ཆང་མས་མངོན་འགར་བྱང་མ་ཐུབ་པའི་འཆར་གཞིའམ་ཡུགས་  
འདྲན་གི་དབང་གིས་བར་ཆུད་དེ་སྲུག་བསྐྱེད་མེད་པར་རེད། བྱུང་དོན་གང་  
ཞིག་ང་ཚོའི་འདོད་སྤོད་དང་མི་མཐུན་པའི་སྐབས་སུ། སྤོ་ལངས་པའམ་ཡང་ན་  
ཡིད་ཆད་པ་ནི་རྒྱུ་ལྡན་ཞིག་རེད།

འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་དེས་པར་དུ་སྤོ་ཁ་འདི་དག་སེམས་རྒྱུང་ངང་ཐག་གཅོད་བྱ་  
དགོས་པ་མཚན་མི་གལ་ཏེ་ང་ཚོ་སྤོ་ཁ་འདི་དག་གི་ཁྲོད་དུ་ཡུན་རིང་ལྷུས་ན་  
ཡིད་སྲུང་པ་བཟེ་སྲིད་པས་རེད།

སྤྲོད་པའི་30:5ཡིས་ང་ཚོར་"..... ཞུག་གཅིག་ལ་དུ་བ་ཡོད་ཀྱང་ཞོགས་  
པོར་དགའ་འབོད་བྱེད་དེས་ཡིན། " ཞེས་གསུང།

དོན་དུག་གང་ཞིག་གིས་གནས་སྐབས་སུ་ང་ཚོར་སེམས་སྲུག་ཆེན་པོ་བཟོ་  
སྲིད་མོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་ནམ་ཡིན་ཡང་སེམས་སྲུག་བྱས་ནས་འདྲག་མི་  
རྐྱེད། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་དེ་ལྟར་བྱས་ན་དག་བོས་གཤམ་ལོད་དང་བསྐྱེད་ནས་ང་  
ཚོའི་འཆོ་བར་སྐམ་འཇུག་བྱེད་ཅིང་དེ་ལྟར་པའི་གནས་དོན་འབྱུང་སྲིད།  
འོན་ཀྱང་དཀོན་མཆོག་ཡོད་པས་ང་ཚོ་ཡིད་ཆད་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་བསྐྱེད་  
དབུ་ལྷུང་གསར་བ་ཞིག་འགྲི་བའི་ཐག་གཅོད་ཐུབ། ང་ཚོས་ཁོང་ལ་རེ་བ་

གསར་པ་དང་ཡང་བསྐྱར་འབད་བརྗོད་བྱེད་པའི་སྟོབས་བྱུགས་བསྐྱེད་མཁུ་  
ལྷ་མཚན་དུ་མདུན་སྒྲིབ་བྱེད་ཐུབ།

### རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོར་བར་དོ་སྣང་མཛད་རོགས།

གལ་ཏེ་ཚྭ་རང་སྟོན་ཆད་ཡིད་ལྷན་གར་སྟོང་ཚེ། ཚྭ་གིས་དེའི་ཚོར་བ་  
དངོས་དེ་ཤེས་སྲིད། དེས་ང་ཚོ་གོགས་ཚུད་ཁོང་རུང་དང་མེ་ཐག་ཆད་པ་  
བཅས་ཀྱི་སྣང་བ་སྒྲིབ་ཏུ་འཇུག་..... མཐའ་ལོའི་སྒྲིབ་ཡིད་ཆད་ཐོར་ཞིག་ཏུ་  
འགོ་བཙུག་བཞིན།

ད་ལྟ་ངས་ཡིད་ལྷན་གྱི་ལུས་པོ་འམ་རྣམ་འགར་དོ་མི་མཉམ་པའི་མཇུག་  
འབྲས་ཡིན་པ་ཤེས་རོགས་བྱུང་བས། བདེ་ལྷན་གྱིས་རྩ་རྩེ་འདི་དག་ལ་སྣང་  
ཚུད་བྱེད་མི་འདོད། སྐབས་འགར་དཀོན་མཆོག་གིས་མི་ག་གི་མིར་ཉམས་  
སྟོང་ཡིད་པའི་སྟོན་པ་འམ་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བ་འཚོལ་དུ་འཇུག་སྲིད།

ཁོ་ཚོས་གནད་དོན་གི་འབྲུང་རྐྱེད་པར་རོགས་རམ་བྱེད་ཐུབ། དས་གསོ་  
རིག་གི་ཤེས་བྱ་ལྷོ་དཀོན་མཆོག་གིས་ཡོང་བར་ཡིད་ཚེས་ཡིད། ཁོས་སྟོན་པ་  
བརྒྱད་ནས་སྐབས་ཚོན་གྱི་བྱ་བ་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད།

འོན་ཀང་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་ཡིད་ལྷན་པ་དེའང་སེམས་ཁམས་  
ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་རེད། ཚྭ་གིས་ཤོས་དང་། ས་ཏུན་གིས་ཡིད་ལྷན་པར་  
མཚོན་ནས་མི་ཞིག་གི་བསམ་མའི་སྟོབས་བྱུགས་དང་རང་དབང་བརྒྱུས་ཤིང་།  
སྟོན་ཐོག་དང་སྒྲིབ་དང་ནས་ང་ཚོའི་སེམས་ཁམས་ཤིན་ཏུ་དམའ་སམ་ལྷུང་  
དུ་འཇུག།

འོན་ཀང་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་ཡིད་ལྷན་ལས་ཐར་བར་རོགས་རམ་བྱེད།  
ཁོང་གིས་ཁོང་གི་སྟོན་དང་རེ་བ། ང་ཚོའི་འཚོ་བར་མཛེས་སྟོན་ལྷན་པའི་  
རྟོགས་བཅས་ཀྱིས་ང་ཚོར་བྱིད་སྟོན་གནད། ཁོང་དང་མཉམ་ལས་བྱེད་པའི་

ཚེད་དང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ང་ཚོའི་མྱོང་ཚོར་ལ་མི་བརྟེན་པར་འཚོ་བ་རོལ་  
ཐུབ་པ་དགོས།

ངས་རྒྱ་དུ་བློ་ཁ་ནི་ང་ཚོའི་དག་པོའི་གས་ཤིག་ཡིན་སྟེ་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན།  
ང་ཚོ་མྱོང་ཚོར་གིས་འཕྲིད་སྐྱེ་མོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་མྱོང་ཚོར་  
ནི་མི་རྒྱ་པ་ཡིན་པས་ཉེན་རྟོག་ལས་བཞིན་པ་ཚོར་ཐུབ་དགོས།

ང་ཚོ་རང་གི་བསམ་བློ་དང་མྱོང་ཚོར་ཡོད་ཚད་ཀྱི་རྗེས་སུ་རྒྱ་པ་མི་རྒྱ་སྟེ་ར་  
མཚན་དེ་དག་ནི་རྒྱ་དུ་དཀོན་མཚོག་གིས་ང་ཚོར་བཤད་པའི་བདེན་དོན་  
དང་འགལ་བའི་དོན་གིས་རེད།

ངའི་ཚེ་སྟོག་ཁྲོད་ཀྱི་ལོ་མང་པོའི་ནང་རྒྱ་དུ་ཡིད་ལྷག་པར་གར་ནས་བསྐྱོད་  
མྱོད། ང་ཞེས་པ་སྐྱེ་བའི་ནས་གཉིད་ལྟུང་སྟེ་དུས་ཀྱི་པའི་ཚུང་དུ་སྐྱོད་སྟེ་  
ཚུང་ཚུང་ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ། "ང་རང་ཡིད་ལྷག་པར་གས།" ངས་བལྟས་ན་དེ་ནི་  
ང་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཡིན་པར་འདོད་མོད། ཚུང་ཀྱང་དག་པོ་ངའི་ཀྱང་  
པར་སྐྱེ་འཇུག་བྱས་ཏེ་ང་ལ་འགོ་སྐྱོར་བཏང་བ་མ་ཤོས་པ་རེད། ལ

རྗེས་སུ་ང་རང་དཀོན་མཚོག་དང་ཉེ་བར་བཅར་ཞིང་། ངས་ཁོའི་གསུང་ལ་  
བྱོན་ཏེ་སྟོན་ཞིབ་འཇུག་བྱུང་འགོ་ཚུགས་དས། ངས་རང་ཉིད་ལ་དབང་བའི་  
ཚོར་སྐྱོང་དང་བསམ་ཚུལ་ཡོད་ཚད་ཀྱི་རྗེས་སུ་རྒྱ་པ་མི་དགོས་པ་ཤེས་སོང་།

དེ་བས་བདག་གིས་སྐྱོད་ཚེན་པོས་"ང་རང་སེམས་ཁུམ་པར་མི་འགྲུར་ལ་ཡིད་  
ལྷག་པར་ཡང་མི་འགྲུ།" ཞེས་བཤད་པ་ཡིན། ུ

ང་ཚོར་ནམ་ཡང་བརྟེན་ཡོད་པ་སྟེ། བརྟེན་ནམ་ཡང་མེད་པར་འགྲུར་མི་  
སྲིད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་ང་ཚོའི་བརྟེན་གིས་ང་ཚོའི་འཚོ་བར་ཁ་ལོ་སྐྱེར་དུ་འཇུག་  
མིན་པ་དམ་ག་བྱས་ཚོག



ཀྱང་མགོགས། ཐ་མེད་སྤྱོད་དང་རྣམ་ཤེས། རུས་ཚིགས་དང་རྩ་རྒྱུ་དག་ཀྱང་  
ཚུལ་བར་གཤགས་ཀྱིས་ལ། རང་སེམས་ཀྱི་དྲོ་གདང་དང་བསམ་ཚུལ་དག་  
ཀྱང་དབྱེ་བར་བྱས། དེས་ཚུད་ཀྱིས་རང་ལ་བཅོངས་པའི་ལྟ་ཚུལ་བསྐྱར་བྱུང་  
ས། ཐ་མེད་སྤྱོད་ཀྱི་མ་འོངས་པ་མཉམ་ལྷོག་གཏོང་བའི་བྱས་པ་ཡིན།

ཚུད་ཀྱིས་རང་གི་རང་སེམས་ཡོད་ཚད་ལྟ་ཡི་གསུང་གིས་ཁེངས་པར་བྱས་  
ཤིང་། གསུང་དེ་དག་རང་ལ་གསུང་པ་ཡིན་སྟུང་པའི་སྐབས་སུ་གསུང་དེ་དག་  
གིས་ཚུད་ལ་རེ་བ་སྤྱོད་བྱས་ཤིང་ཡིད་ཆེས་སེལ་བྱུང།

### དམ་པའི་གསུང་རབ་ཡིད་ལྷན་གསོ་བའི་སྐབ་ཡིན་ངེས།

བདག་གིས་བཤད་པ་ལྟར། ཡིད་ལྷན་ནི་སྐབས་འགར་ལྷན་པོ་འམ་རྣམ་  
འགར་དེ་མཉམ་མེད་པའི་གནད་དྲོ་གི་མཚུག་འབྲས་ཡིན་པས། ངས་  
བལྟས་ན་དཀོན་མཆོག་གི་ཚུད་སྐབ་འམ་སྐབ་པར་རྟོགས་རམ་བྱེད་དེ་  
འཇུག་རྒྱུ་ལྟར་ཅུང་གལ་ཆེན་ཞེས་རེད། འོན་ཀྱང་ངས་སྐབ་པར་སྐབ་དེས།  
ང་ཚོས་ཚུད་རྒྱུ་བྱེད་ས་དེ་ང་ཚོའི་སྐབ་བཅོས་བྱེད་མཁུག་གི་དཀོན་མཆོག་  
གི་སྤྱི་དུ་བཞག་ན་འགྲོག་པར་སྟེ།

འོན་ཀྱང་ཡིད་ལྷན་པ་ནི་རྟོག་དེ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་འཐབ་འབྲས་ཅིག་ཀྱང་  
ཡིན་..... དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱིས་ང་ཚོར་དེ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་  
མཚུག་སྤོབ་འདོན་སྤྱོད་བྱས་ཡོད།

ཡེ་སེ་ཡའི་བསྐྱབ་བཅོས་ནུང་ང་ཚོས་བསྤྱོད་བསྐྱབས་ཀྱི་ལུ་བས་སེམས་  
གཅོང་གི་རྣམ་ཤེས་གསོ་དགོས་པར་བཤད་.....

ང་ཚོས་ནམ་ཡིན་ཡང་ལུ་ལ་བསྐྱབས་བརྟེན་བྱེད་འདོད་མེད་མོད། རོ་ཀྱང་  
དས་ཚོད་སྐར་མ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རིང་ལ་དཀོན་མཆོག་དང་གིང་མོལ་བྱས་དེ་ཁོང་  
གི་བདེན་དགོས་ལ་བསྤྱོད་བསྐྱབས་བྱེད་པ་ནི་ང་ཚོས་སྤོ་སྤྱོད་དང་ཡིད་ལྷན་  
ལ་འགོག་རྒྱུ་བྱེད་པའི་ལག་ཆ་ཆེས་ལེགས་ཤོས་དེ་ཡིན་རེས།

དོན་དངོས་ཐོག་དང་ཚོ་ཞི་ལུ་དང་ཚོ་ཞི་གནས་སུ་སྐྱབས་པར་གདུག་འདོན་ཞུ་  
མཁུན་ཡིན་པས། དང་ཚོ་ཞི་ཞིང་གི་སྐྱབས་བྱས་པ་དང་། དུས་བདེ། སྐྱིད་  
བཅས་འབྲེལ་དེས་རྟེན། ཉེ་ལོ་བྱེ་བསྐྱོན་བཅོས་ལས་ "ཕྱིད་ཅག་དུ་མེད་  
མཚོག་གི་མཐུ་ལས་རྒྱ་པར་སོ་ཞིང་སྐྱོད་དགོས། དུས་བབ་དང་འདོད་པ་ལོ།  
ཕྱིད་ཅག་སྐྱོ་ཞིང་སྐྱོད་དགོས་ཞེས་པ་དཔྱད།" ཞེས་གསུངས་འདུག།

སྐྱབས་བསྐྱེད་ཕྱིད་དུ་དཀོན་མཚོག་ལ་བསྐྱབས་བརྟེན་བྱེད་པ་ནི་དང་ཚོས་སྐྱབ་  
སྐྱབ་པའི་ཚེས་རྒྱུ་ལ་ཚེ་བའི་བྱ་བ་དེ་ཡིན། རུ་མཚོན་ཞེ་དང་ཚོས་བྱེ་བྱེད་ཚུགས་  
དུ་སྐྱེམ་ནས་ཁོས་བསྐྱབས་པའི་བྱ་བ་བཟང་ལྟོ་དག་ལ་ཡི་རངས་བྱུང་དུས་དང་  
ཚོས་ཁོ་ལ་དང་ཚོའི་མཚན་དོན་ལས་ཀྱང་ཆེ་བ་འདོན་དུ་འཇུག་པའི་རྟོན་གིས་  
རྟེན། ཁོ་ཞི་དང་ཚོའི་སྐྱོད་གི་འབྲུང་བྱུངས་ཡིན་པས། དང་ཚོས་དགོས་མཁུན་  
ཡོད་པའི་སྐྱབས་སུ་ཁོ་ལ་སེམས་གསོ་བྱེད་དུ་འཇུག་ཚེག།

དོན་དངོས་ནི་དང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ཕྱིད་དུ་དོན་དག་ཅི་ཞིག་བྱུང་རུང་ལུ་ནི་ལྷ་  
ཡང་ལེགས་པ་ཡིན། ཁོ་ཞི་དང་ཚོའི་སྐྱོད་གི་འབྲུང་བྱུངས་ཡིན་པས། དང་ཚོས་  
ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཁོ་ལ་སེམས་གསོ་བྱེད་དུ་འཇུག་ཚེག།

འདིས་དང་ལ་སྐྱབ་དག་༡༤:༡༡དེ་དུས་དུ་བཅུག་བྱུང། "ཕྱིད་ཀིས་ཆེ་སྐྱོག་གི་  
ལམ་ཁ་དེ་ཉིད་དང་ལ་མཚུབ་སྐྱོན་བྱུང་རིས་ཡིན། ཕྱིད་ཀི་མཚུབ་དུ་ཡིད་ཚོམ་  
པའི་སྐྱོ་སྐྱོད་ཡོད། ཕྱིད་ཀི་ཕྱག་གཡས་པའི་ནང་དུ་ནམ་ཡང་བདེ་སྐྱོད་ཡོད།  
," སྐྱོ་སྐྱོད་ཡོད། ཕྱིད་ཀི་ཕྱག་གཡས་པའི་ནང་དུ་ནམ་ཡང་བདེ་སྐྱོད་ཡོད།

དང་ཚོས་ལུ་ལ་གསུང་བཀའ་བྱེད་སྐྱབས་དང་ཚོས་ཁོང་དང་ཚོའི་འཚོ་བར་ཞུགས་  
པར་གདུག་འདོན་ཞུས་པ་རྟེན། ཁོས་ཁོའི་དགའ་སྐྱོ་དང་བདེ་འཇགས་ཀིས་ད་  
ཚོའི་སྐྱོ་སྐྱོད་དང་ཡིད་ཚུགས་གི་ཚབ་བྱས་ཏེ་..... དང་ཚོར་རེ་བ་བྱེན་ཞིང་དང་ཚོའི་  
གནས་ལ་ལ་ཆེ་སྐྱོག་གསུང་པ་བསྐྱབ་ཡོད།

དང་ཚོས་ནམ་ཡིན་ཡང་མཐའ་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་བྱ་བ་ཡོད་ཚད་བསྐྱར་མི་  
བྱུང་མོད། འོན་ཀྱང་ལུ་ཡིས་དང་ཚོའི་བསམ་བློ་དང་། མྱོད་ཚོར། དུ་མཚོན་དང་  
ཚོས་ཁོར་ཕྱག་ལ་བཟུང་བའི་ལྷ་སྐྱབས་བཅས་ལ་འགྱུར་ལྷོག་གཏོང་བྱུང་གི་  
རྟེན།

# ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱབས་བུ་ལ་སྐྱོད་ཀྱི་འཇུག་རྟོགས།

ང་ཚོ་སྐྱབས་བུ་ལ་དང་ཡིད་ཚད་ལས་གཤེལ་ཐབས་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ང་  
ཚོས་དེ་རིང་བྱང་བའི་དོན་དག་གིས་སང་ཉིན་བརྟུག་ཏུ་འཇུག་མི་རུང་།  
ང་ཚོར་གདམས་གསུང་པའི་དབང་ཆ་ཡོད། ང་ཚོས་སེམས་ཤགས་ཉམས་པའི་  
གནས་ཚུལ་དང་ཡིད་སྐྱབས་པའི་གནས་ཚུལ་གོད་ཚོགས་པ་མི་ཟུང་། ང་ཚོའི་མ་  
འོངས་པའི་མཛེས་སྐྱབས་ལྟར་པའི་འཆར་གཞིའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་དེ་མི་ལེགས་  
པའི་རྣམ་པ་བསྐྱར་ཚོགས།

ང་མེ་ཏེའི་བསྐྱབས་བཟོས་5:9ཡི་གོང་གཞི་ལ་དགའ་འདེའི་ནང་དུ་གསུང་པ་ནི།  
ཁྱོད་ཚོས་ཡིད་ཚེས་བརྟན་པོས་ལྟོད་ཀྱི་དཔུང་འཇུག་ལ་འགོག་རྒྱུ་ལ་གནང་  
དགོས་..... འཕྲལ་མར་སྐྱོ་སྐྱང་དང་ཡིད་སྐྱབས་གི་ཚོར་བར་འགོག་རྒྱུ་ལ་བྱུང་  
རྒྱུ་དེ་ལྟར་དུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། གང་ལགས་ཤོ་ན། ཚོར་སྐྱང་དེ་དག་གིས་  
ལྷ་ཚོང་བའི་དུས་ལུན་ཇི་ཅུམ་རིང་ན་དེ་ཅུམ་གིས་འགོག་རྒྱུ་ལ་བྱུང་དགོ།

ངས་ལོ་མང་པོའི་རིང་ལ། ཁྱོད་རང་ས་ཏུ་གི་སྐྱོད་པར་མ་གཤེད་ཚོས་ཏུ་  
གིས་ཁྱོད་ལ་གཉའ་གཞེན་བྱེད་མི་ནས་ཞུས་ལྟར་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཁོས་ཁྱོད་  
ལ་གཉའ་གཞེན་བྱེད་མི་ཐུབ་ན། ཁོས་ཁྱོད་རང་ཡིད་སྐྱབས་པར་གཏོང་མི་ཐུབ།

ཐངས་རྗེས་མར་ཁྱོད་རང་འཇིགས་སྐྱལ་དུ་ཚུད་དས་ལུ་ཡི་ཚོགས་ལ་སྐྱབས་  
འཇུག་ཞེས་ཏེ་བྱང་སེམས་རེ་བས་ཁེངས་སུ་འཇུག་རྟོགས། ལུ་ཡིས་གསུང་  
པར་ཡིད་ཚེས་བྱེད་པ་ལས་རང་གི་ཚོར་སྐྱང་ཁོ་རའི་དབང་དུ་མི་འགོ་རྟོགས།  
ལུ་འི་གསུང་བུང་གི་སྐྱོ་སྐྱང་ལྟར་པ་དང་རིབས་ཁེངས་པའི་བྱེད་དོས་ཀྱིས་བྱེད་  
དུ་ཀྱི་བསམ་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་ཚར་དབང་བསྐྱར་དུ་འཇུག་རྟོགས།

ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱོ་སྐྱང་དང་ཡིད་སྐྱབས་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་འཚོ་བར་ཁ་ལོ་སྐྱར་དུ་འཇུག་  
མི་དཔོས། འཚོ་བ་བྱང་བའི་སྐྱབས་སུ་རྗེས་སུ་ཁེངས་པའི་ལུ་ཡིས་ཁྱོད་ཀྱི་  
ནང་སེམས་ནས་ཕྱི་ལུས་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱལ་སྐྱོད་བྱེད་དུ་འཇུག་རྟོགས།

རྩ་མཚན་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བརྟན་བཞིན་ཡོད་ཅུང་ལྟ་ཡིས་ཁྱོད་ཀྱི་སྲུག་  
 ལྟེན་ལ་སེལ་བར་རྟོགས་རམ་གྱིད་ལྟོད་ཅིང་དེ་ཉིད་ལྟ་བུ་སྐྱོད་ཆེ་བའི་སྲུག་ལོག་  
 ཅིག་ཏུ་བསྐྱར་དེས།

### མཇུག་ལྗེས་མཇུག་

ཁྱོད་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ཁག་ཆེ་བའི་དུས་སྐབས་ཤིག་བརྟན་བཞིན་  
 ཡོད་དམ།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ད་ལྟ་དཀའ་སྲུག་གི་དུས་སྐབས་བརྟན་བཞིན་ཡོད་ན། དེས་  
 ཁྱོད་ལོགས་སུ་འཇུག་འདྲོད་པ་ནི་ལྟ་ནམ་ཡང་ཁྱོད་ལྟོད་གའ་བ་དེའོ། ཁོས་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་བརྟན་བཞིན་པའི་བྱ་བ་ཡིད་ཚད་མཐོང་བ་དང་། ཁོ་ཁྱོད་དང་  
 མཉམ་དུ་ཡོད་ཀྱི་ཁོས་ཁྱོད་ཀྱི་གམ་དུ་ཁྱོད་ལ་རོགས་རམ་གྱིད་པར་རེ་བ་གྱིད་  
 ཀྱི་ཡོད།

སྲུག་དག34:18ནང་དུ། “ཡོ་ཏོ་ཏུ་ནི་སེམས་སྲུག་གིས་ཁེངས་པའི་མི་དང་  
 ཉེ་བར་བཅར་ཞིང་། འགྲོད་བཤགས་གྱིད་མཁུ་དག་སྐྱོབ་པར་དེས།” ཞེས་  
 གསུང་འདུག ད་ཆོར་རྗེས་ཤིག་དུས་ལྟོ་ཡང་ད་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་སྐྱོབ་  
 ཤིག་པ་རེད།

ད་ལྟ་ཁྱོད་ལ་བལྟས་ན་དཔེ་མི་སྲིད་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་ཐུག་ཡོད་སྲིད། འོན་  
 ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་ཤིས་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ལྟ་ཡིས་བྱ་བ་ཡོད་ཚད་གསར་སྐྱར་  
 སྲིད་ཐུབ། ཁོས་ཁྱོད་ཀྱི་གནད་དོན་དེ་མཇེས་སྲུག་ལྟར་པའི་བྱ་དངོས་སུ་  
 བསྐྱར་ཐུབ།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་རང་དཀའ་ངལ་ལྟར་པའི་ཁོར་ཕྱག་ཏུ་ཡོད་པའམ་ཡང་ན་  
 འཛིགས་སྐལ་གི་ཀོང་དུ་ཚུད་ཡོད་ཆོ། དེས་ནི་ཁྱོད་ལ་དུས་ཚོད་སྐར་མ་  
 འགའི་རིམ་གཞུག་ལྟར་གསལ་བ་འདེབས་རྒྱུ་བསྐྱལ་བ་ཡིན།

གནམ་བདག་ཡབ་ཆེན་ལགས། ད་ལྟ་ད་རང་ལ་ཁྱོད་ཤིན་ཏུ་མཁོ། ཁྱོད་ཀྱིས་  
 ཁྱོད་ངལ་དགའ་ཟེར་བ་མ་ཟད་ངའི་གནས་བབ་ཀྱང་མཐོང་ཟེར་..... དེ

ཚོར་སྤང་ཇི་འདྲ་ཡིན་ཡང་ང་ཚོ་ཀྱི་སྤྲོད་ཆར་ཡིད་ཆེས་ཡོད། དཔལ་ལྷན་གྱི་བའི་བྱོལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མདུན་དུ་རང་ཚོ་ཀྱི་རོགས་རམ་ལ་རེ་ལྟོས་བྱུང་བཞིན་ཡོད། ང་ལ་ཚུད་ཀྱི་སྤྲོད་ཆར་རོགས་བསམ་སྤྲོད་ཀྱི་ལྷོད་ལྷོད་ཏིག་ཏིག་གི་ཡོད་ཚད་ལ་ཁ་ལོ་ལྷུག་པའི་རྣམས་མ་མཐོ་ཨང་།

ངའི་མིག་མདངས་ཚུད་ཀྱི་སྤྲོད་ཆར་ལྷན་ལྷན་འབྲུག་རོགས། ཚུད་ཀྱིས་ང་ལ་ཚུད་རང་ཉིད་གསལ་བའི་སྤྲོད་རོགས་ལྷོ་ ང་རང་མདུན་དུ་བསྐྱོད་ཐར་སྤྲུལ་མ་གཞན་རོགས། ཚུད་རང་ང་དང་ལྷན་དུ་ཡོད་ཅིང་བརྩེས་ཕྱག་པའི་ཚོར་བ་རྟོག་པར་རོགས་རམ་གཞན་རོགས། རང་ཚོ་ཡོད་ཚད་ཚུད་ཀྱི་ལ་བཅོལ་བ་ཡིན། ཡི་ཤུའི་མཚན་ཅན། ཨ་མོན།

ངས་ད་དང་ཚུད་ཀྱིས་དཔལ་ལྷན་ཚོད་འགའ་བཀོལ་ནས་གཤམ་གི་ཡི་གེ་དག་ཀོག་པར་སྤྲུལ་མ་གཞན་རྩ་ཡིན། ངའི་ཉམས་སྲུང་ལ་གཞིགས་ནས་བཤད་ན། ལྷོ་ཡི་གེ་སྤྲོད་དག་གིས་ཚུད་ཀྱི་འཚོ་བར་འགྲུབ་གཏོང་སྲིད་པ་སྟེ། ཚུད་ཀྱི་བསམ་གཞིགས་བྱུང་སྤྲུལ་དང་ཚུད་ཀྱི་ཚོར་སྤྲོད། ཐུན་ཚུད་ཀྱི་མ་འདས་པར་བཟུང་པའི་སྤྲོད་ཆར་བཅས་ལའང་འགྲུབ་སྤྲུལ་གཏོང་བྱུང། ལྷོ

ང་ཡི་ལི་སྤྲིའི་བསྐྱོད་བཅོས་29:11 ལ་དགའ། གསུང་རྩམ་འདྲིའི་ནང་དུ་ལྷོ་ཡིས་ཚུད་ཀྱི་མ་འདས་པར་འཆར་གཞི་ཡག་པོ་ཞིག་སྤྲོད་ཆར་ལའོ་འཆར་གཞི་ཞིག་..... ཐེ་བའི་འཆར་གཞི་ཞིག་བཅོས་ཡོད་པར་བཤད། ལྷོ་ཡི་ཡང་ཡིད་ལ་འཛིན་རྩ་ཞིག་ལ། ལྷོ་ཚུད་ཀྱི་སྤྲོད་ཆར་སྤྲུལ་ཡོད། ཁོ་ཞི་མི་སྤྲོད་པ་དག་སྤྲོད་པ་གཞི་དང་ནས་པའི་སྤྲོད་ཆར་ཡིན་..... གནས་བབ་གའདྲ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་འདྲང་ང་མཚར་བསྐྱོད་ལྷོ་ཡི་ལྷོ་དེ་ཡིན།

### སྤྲོད་ཆར་དགའ།

“ངས་ཞི་རྟུག་བརྟན་གི་བརྩེས་ཚུད་ལ་གཞིགས་ཡོད་པས། བྱམས་དང་བརྩེ་བས་ཚུད་ཉིད་འིགས་པར་ནས” ཡི་ལི་སྤྲིའི་བསྐྱོད་བཅོས་31.3

“རི་ཚོན་བསྐལ་ཚོན་རི་ཚུང་བསྐལ་ཡང་ཚོན་འོན་ཀྱང་ང་ཡི་བྱམས་བརྩེ་ཚུད་དང་མི་འབྲལ་ལོ། ཚུད་དང་མི་འབྲལ་པའི་འཇགས་པའི་དུས་ཚད་དེའང་མི་

འགར་རོ། འདི་ནི་བྱོང་ལ་སྤྱིང་རྗེས་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཉོ་ཉེ་གསུང་ཡིན་  
ནོ། ། ཡེ་སེ་ཡའི་བསྟན་བཅོས་54.10

“ང་རང་འབྲུམ་པའི་གངས་ནི་བྱོང་གིས་ཤེས། བདག་གི་མིག་རྒྱ་མཐའ་དག་  
བྱོང་གི་ཀོ་བུ་ག་ནང་དུ་ཉེར་རྟོགས་མཛོད། འདི་འང་བྱོང་གི་དེབ་ཏུ་མི་ཉར་  
རམ།” ལྟན་པ་56:8

“བྱོང་རང་མངལ་དུ་མ་ཆགས་གོང་ནས་ངས་ནི་བྱོང་ཉིད་ཤེས། བྱོང་རང་  
མངལ་ལས་མ་ལྟར་གོང་ནས་ངས་ནི་བྱོང་རང་ལྟ་ཡི་གལ་དུ་བཞག་.....  
” ཡེ་སེ་ཡའི་བསྟན་བཅོས་1.5

### སྤྱི་ཡིས་བྱོང་ལ་རྟོགས་རམ་བྱེད་པའི་ལྟ།

“ང་རང་བྱོང་དང་ལྟན་དུ་ཡོད་པས་འཇིགས་སྐྱེས་མ་གནང་རྟོགས། ང་ནི་  
བྱོང་གི་ལྟ་ཡིན་པས་དང་ངས་འཇུབ་མ་སྤེལ་རྟོགས། ངས་ངས་པར་དུ་བྱོང་ལ་  
རྟོགས་རམ་བྱེད་པའི་ལྟ། ངས་ངས་པར་དུ་འདི་དང་བདེན་གྱི་ལོ་གྲགས་  
པས་བྱོང་ལ་རྟོགས་སྤོར་བྱེད་པེས་.....” ཡེ་སེ་ཡའི་བསྟན་བཅོས་41.10

“ང་རང་གོག་རྩོད་ཟབ་མོ་དག་ནི་བརྟན་གར་ཀང་། གཞན་གིས་འཆོ་བར་  
གཏུན་ནས་མི་སྐྱེས་སྤེལ་རྟོགས། རྩ་མཚན་བྱོང་རང་ལྟ་མ་ལང་བདག་གི་གམ་དུ་  
གནས།” ལྟན་པ་23

“ངས་ནི་ཡེ་ཉོ་ཉེ་ཉིད་སྐྱབས་སུ་བོས། ཁོང་གིས་ང་རང་འཇིགས་སྐྱེས་ཀུན་  
ལས་སྲོབ་པའི་ཁས་འཆོས་སོ།” 34.4

“བྱོང་རང་རྒྱ་བོ་བརྟན་དུ་སྤྱིང་དང་ལྟན་དུ་གནས། བྱོང་རང་  
རྒྱ་ནང་ཉལ་ནང་། རྩ་ཡིས་ནུབ་པར་མི་འགར་ལ། བྱོང་རང་མི་ནང་ཞགས་  
གར་ཀང་། མེ་ཡིས་འཆོག་པར་མི་འགར་རྩ་མཚན་ང་ནི་བྱོང་གི་སྐྱབས།  
ལྟ་ཉེ་ཉིད་ཡིན་པས་སོ།” ཡེ་སེ་ཡའི་བསྟན་བཅོས་43.2

### སྤྱི་ནི་བྱོང་གི་རེ་བའོ།

ཡེ་ཉོ་ཉེ་འདི་ལྟར་གསུང་ཡོད་དེ། “ངས་བྱོང་ཅག་གི་ཆེད་དུ་བཏུབ་པའི་  
གསོལ་བ་ནི་བྱོང་ཅག་ལ་བདེ་འཇགས་གནང་བའི་གསོལ་འདེབས་ཡིན་པ་

ལས་གོད་ཆག་འབྲུང་བའི་གསོལ་འདེབས་མ་ཡིན་ལོ།” ཡེ་ལི་སྲི་བསྟན་  
བཅོས29.11

རྩ་མཚན་ཁོང་གིས་དངོས་སུ་གསུང་ཡོད་དེ། “ངས་ནི་བྱོད་ཉིད་གཏོང་  
བྱུང་མི་བྱེད་ལ། བྱོད་ཉིད་སྐྱར་བར་ཡང་མི་འགར་རོ།” ཉམ་བྱེ་རའོ་བསྟན་  
བཅོས13.5

“ལྟ་ཡི་མིག་ལམ་ད། མི་སྲིད་པའི་བྱ་དངོས་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ལོ།” ལུ་ཅན་གསུང་1.37

“བྱོད་ཀྱི་ཁྱར་བོ་ལྷོ་མོ་དག་ཡེ་ཉོ་ཉའི་ཕྱག་དུ་ཞོག་དང། ཁོང་གིས་བྱོད་ལ་  
རྩོགས་རྩམ་གནང་ངས།” ལྷན་དག55.22

“ང་རང་འཇིགས་ཤིང་སྐྱག་དུས་བྱེད་ལ་བརྟེན་དགོས་སོ།” ལྷན་  
དག56.3

### སྟེན་ཀྱི་སྟོབས་བྱགས་དང་སེམས་གསོ་ཡིན།

“ཁོང་གིས་སྟོབས་ཀོང་གི་མི་ལ་སྟན་བཅོས་གནང། ཁོ་ཚོའི་རྩ་ཁ་དག་ནི་  
བདུམ་པར་བྱེད། ཁོ་ཚོའི་སྟན་དང་སྟོབས་གསོ་བར་བྱེད།” ལྷན་དག147.3

“ངལ་དབ་ཅན་ལ་རྣམས་བྱགས་སོ། ཉམས་ཞན་ཅན་ལ་སྟོབས་བྱགས་སོ། ཁོ་  
ཚོ་གཞོག་འགར་རྟོད་པའི་གཞན་རྟོད་བཞིན། བསྟོད་པའི་སྟབས་སྟེང་ལ་  
བར་མི་འགར་ལྷ་རྣམས་པའི་དུས་ཀྱི་དབ་པར་མི་འགར་རོ།” ཡེ་སེ་ཡའི་  
བསྟན་བཅོས40.29.31

“ཁྱར་གིས་ལྷིད་པའི་མི་རྣམས་ང་ཡི་མདན་སར་ཤོག ངས་ནི་བྱོད་ཚོའི་ངལ་  
བ་སེལ་ཅང་བྱ། བྱོད་ཚོའི་རྣམ་ཤེས་བདེ་ཞིང་སྲིད་པར་གཏོང།” མ་སྐའི་  
གསུང་སྟན་11.28

“ལྷ་ནི་འུ་ཚོའི་ངལ་བ་སེལ་བའི་གནས། ལྷོ་བས་ཤགས་སོལ་ཅིང་དཀའ་བའི་དྲམ་སྤུ་རོགས་རམ་གནང་མཁམ་ཡིན།” ལྷོ་བ་དག46.1

### དྲིན་གཟེའི་གསོལ་འདེབས།

ལྷ་ཁྱེད་ལ་དགའ་བ་མ་ཟད་ཁྱེད་དང་འབྲེལ་བ་འཇུགས་ཀྱི་རེ་བ་བྱེད། ལྷ་ཁྱེད་ཀྱིས་དྲུང་ཡེ་ཤ་སྤྲུབས་གནས་སྤུ་བཀའ་མེད་ཚོ་ལྷ་ཁྱེད་ཀྱིས་དྲུང་འདྲི་ལྷ་རྒྱལ་ཚོགས། ཁོང་ལ་སེལ་བ་གཏོང་ནས་གཤམ་གྱི་གསོལ་འདེབས་འདྲི་བྱས་ཚོགས་.....

གནམ་བདག་ཡབ་ཚེ་ལགས། ངས་ཁྱེད་ལ་ཕོག་ཐུག་བཏང་སོང་བ་ཤེས། ང་ལ་བཟོད་སྐྱེམ་གནང་རོགས། ངའི་སེམས་གཙང་མར་བཀའ་རོགས། ངས་ཁྱེད་ཀྱི་འུ་ཡེ་ཤ་ལ་དྲུང་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཁས་ལེན་པ་ཡིན། ཁོང་མེད་འདྲི་ཚེད་དུ་ཤི་ཐར་ཡིད་ཆེས་ཡིད། ཁོང་ལྷ་ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྱོད་ནས་འདྲི་བྱས་ཉེས་ཡོད་ཚར་ཁྱེད་བ་རེད། ཁོ་བསྐྱར་གསོལ་བྱེད་པར་ངལ་ཡིད་ཆེས་ཡིད། ངས་དྲུང་འདྲི་ཚོ་སྤོག་ཡེ་ཤ་ལ་སྤོག་པར་བྱ། གནམ་བདག་ཡབ་ཚེ་ལགས་ཁྱེད་ཀྱིས་བྱས་ཉེས་མེད་པར་བཟོས་ཤིང་གཏུན་དུ་འཚོ་བྱེད་པའི་ལཱས་སྤོག་གནང་བ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། ང་རང་ཁྱེད་ཀྱི་ཚེད་དུ་གསོལ་བྱེད་པར་རོགས་རམ་མཛད་རོགས། ཡེ་ཤའི་མཚན་ཅན། ཨ་མོ།”

ཁྱེད་ཀྱིས་སེམས་གཏོང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་དས། ལྷ་ཁྱེད་དང་འབྲེལ་བྱས་པ་དང་། ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱུང་སེམས་གཙང་མར་བཀའ་དྲི་བའི་འཚིང་རྒྱལས་ཐར་བར་བྱས་པ་རེད། ཁོང་ཁྱེད་དང་ལྷན་དུ་གནས་པའི་གོ་རིམ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཚོད་སྤྲད་ནས་ཁོང་གི་གཞུང་དུ་དག་ཀོག་པ་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ། ལྷ་ཡིས་ཁྱེད་ལ་སྤྲོད་ཆ་བཤད་པར་སྤོག་ལམ་འདེབས་རོགས།

“དོན་འདྲིའི་རེས་སྤུ་ཡ་རྒྱ་དུ་རྒྱའི་དྲམ་སྤུ་ཞིག་ལ་སྤོབས། དེ་ནས་ཡེ་ཤུ་ལགས་ཡེ་ཤུ་སྤོམ་དུ་ཕོགས་འགོ་ལྷོན་གྱི་གཞུང་སྤོབ3:16

“ངས་ཉེན་དེར་ཁྱེད་ཅག་ལ་གཞུང་པ་རྒྱུང་བ་ཞིན། ཡེ་ཤུ་ལགས་ལྷ་ཅག་གི་སྤོག་པ་སེལ་བྱེད་ཆ་ཡོད་པའི་པ་རྒྱས་ཤིང་དུར་དུ་བཅུག་ཡང་དམ་པའི་

གསུང་རབ་ཏུ་བཀོད་པ་བཞིན། ཉིན་གསུམ་པར་བསྐྱར་གསོན་གནང་བ་  
རྟོག་གི་ལོན་དེ་བསྟན་བཅོས་གི་གོང་གཞི་15.34

“འུ་ཚོས་རང་གི་སྲིག་པ་ཁས་བླངས་ན། ལྷ་མི་དང་བདེན་ཡིན་པས་ཉེས་པ་  
སེལ་འགར་ཞིང་། མི་གཙང་མཐའ་དག་སེལ་བར་འགར་རུས་སོ།” ལྷོན་གྱི་  
བསྟན་བཅོས་1.9

“ལྷ་མི་བྱ་ཡོད་པས་ཚེ་སྲིག་ཡོད་གར་ལ། ལྷ་མི་བྱ་མེད་ན་ཚེ་སྲིག་ཡོད་  
པར་མི་འགར་རྟོ། ངས་ནི་སྐད་ཆ་ལྟོ་དག་ལྷ་མི་བྱ་ལ་དང་མཁན་དག་ལ་  
བཤད་པ་ལྟར། བྱིད་ཅག་གཏུན་དུ་འཚོ་བྱ་ཡོད་པ་ཤེས་པར་གར་ཅིག” ལྷོན་  
གྱི་བསྟན་བཅོས་5.12-13

“ལྷ་མིས་འཇིག་རྟེན་མ་བསྟན་གོང་ནས་ཡེ་ཤར་དང་མཁན་བྱིད་ཅག་  
བདམས་པ་ཡིན། འོད་ཅག་ཚེ་གི་མདུན་དུ་ལྷ་མི་དང་པ་ཡིན་ནོ།” ཡེ་རྟོ་སོ་  
བསྟན་བཅོས་1.4

“ཡབ་གིས་སྲས་ཉིད་འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྐབས་མགོན་དུ་མངགས་པ་དེ་ནི་  
འུ་ཅག་གིས་གསལ་བོར་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། ཡེ་ཤ་ཉིད་ལྷ་མི་སྲས་ཡིན་པར་  
ཁས་ལེན་མཁན་གང་དེའི་སེམས་སུ་ལྷ་ཉིད་བཞུགས།” ལྷོན་གྱི་བསྟན་  
བཅོས་4.14-15

བྱིད་རང་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་ཡིད་ཚེས་པའི་ཚོས་ཚོགས་བཟང་པོ་ཞིག་  
རྟོག་དེ་བྱིད་དང་ཡེ་ཤའི་འབྲེལ་བའི་བྱིད་དུ་སྐལ་ལྷན་དང་འཚར་ལོངས་  
འབྲེལ་བྱེད་པའི་སྲོལ་ལམ་འདེབས། ཁོང་ཚོས་ཡང་བྱིད་དང་ལྷན་དུ་ཡོད།  
ཁོང་གིས་ཉིན་རེར་བྱིད་ལ་བྱིད་སྲོལ་གནང་སྟེ་མཚར་སྲུག་ལུན་སྲུམ་ཚོགས་  
པའི་མི་ཚེ་ཞིག་རོལ་བྱེད་དེས།

གལ་ཏེ་བྱིད་གིས་ཡེ་ཤའི་སྐབས་སུ་ཚུད་པའི་མི་ཚེ་ཞིག་རོལ་འདོད་པའམ་  
ཡང་ན་ཡེ་ཤའི་སྲོལ་རྒྱུ་མཐུད་དུ་རྒྱས་ལོན་བྱ་བསམ་ན་གཤམ་གྱི་དུ་  
ཚུགས་འདི་ལ་གཟིགས་ཚོགས་ tv.joycemeyer.org

# རྩུ་པ་པོ་དོ་སྟོན།

ཚའོ་ཡེ་ལྷུ་ • མེའར་ལི་ 《ཉིག་ཡེའི་ཚགས་པར་》 གི་བྱིན་དེབ་རྩུ་པ་པོ་  
 ཡིན་ལ། འཇམ་གིང་ལ་མིང་དྲ་གགས་པའི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཁྲིད་པའི་  
 དཔེ་རྩུ་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཁོ་མོས་དངོས་དོན་གཉེར་ཞིང་སྤྲོ་གསང་མེད་པའི་  
 སློབ་ཕྱོད་བྱས་ཏེ་ཁོ་མོའི་རྣམས་མྱེང་མདོན་གསལ་དྲ་མཉམ་སྟེང་གཞུང་  
 བ་དང་། མི་ས་ཡ་ཁ་ཤས་ཀིས་དམ་པའི་གསུང་རབ་གི་རྩུ་པོ་མི་སྤྱིར་གི་  
 འཚོ་བའི་ཁྲིད་དྲ་སྟེང་པར་རྩུ་གས་རམ་བྱས་ཡིད། ཁོ་མོའི་དཔེ་ཚི་《སམས་  
 ཀི་འབྲུབ་རྩུ་པོ་》 ཞེས་པའི་ལྷུ་པོ་ལོ་ལོ་ལོ་དྲ་བྱིན་པའི་དཔེ་ཚི་ཞིག་ཡིན་  
 ས་དང་། དཔེ་དེབ་དེས་མི་རྣམས་ལ་འདྲ་ཤེས་ཀི་འབྲུབ་འཇིང་ཁྲིད་ཅི་ལྟར་  
 རྩུ་པོ་དགོས་པ་དང་། ཁ་བཏོད་དྲ་སྟེང་གས་ཏེ་རབ་གི་འདྲ་ཤེས་ལ་ཅི་ལྟར་དམིགས་  
 ལེ་གཏད་དགོས་པའི་སྐོར་གོ་ཡིད། ཚའོ་ཡེ་ལྷུ་ • མེའར་གིས་ཨ་མ་མི་  
 ཁ་དང་འཇམ་གིང་གི་ས་གཞིས་ཁག་དྲ་གཏམ་བཤད་སྟེལ་ཞིང་། ཁོ་མོའི་  
 《རྩུ་པོ་ལྷུ་པོ་འཚོ་བའི་ངོས་སྟེང་པོ་》 ཞེས་པའི་ལི་ཚོན་དེ་སྤྱད་རིགས་  
 100 ལྷུ་ག་གི་ལམ་འཛུགས་བརྩམས་འཇུག་དང་། རྩུ་པོ་ག་དྲ་རྩུ་པོ་བཅས་སྟེ་མི་ཁྲི་  
 བརྩམས་པའི་ཁ་ཤས་ཀིས་གཏོང་གི་ཡིད། ཁོ་མོས་དྲ་དྲ་པེ་ཚི་ 130 ལྷུ་ག་ཙམ་  
 བྲིས་པ་དང་དཔེ་ཚི་འདྲི་དག་སྤྱད་རིགས་ 155 ལ་བསྐྱར་ཡིད།

## ཚའོ་ཡེ་ལྷུ་ • མེའར་ལས་དོན།

ཚའོ་ཡེ་ལྷུ་ • མེའར་ལས་དོན་གིས་དམ་པའི་གསུང་རབ་མི་ལྷུ་ལ་དྲ་བསྐྱབས་  
 པར་འབྲོད་སྐལ་གཏོང་པ་དང་། དྲ་དཔེ་ལྷུ་ག་བསྐྱབས་པ་དང་ཡེ་ལྷུ་ལོ་བརྩམས་  
 གཞི་རྩུ་ཚི་ལྷུ་ག་སྤྱད་པ་བཅས་ཀི་ལས་དོན་གྱིས་བཞིན་ཡིད།

སྤྱིར་སྤྱོད་བརྩམས་པའི་ཚོས་མི་རྣམས་ལ་གསུང་རབ་གི་བདེན་དོན་དེ་  
 མཚོ་མའི་ཕྱོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ལ་བེད་སྟེང་ཅི་ལྟར་བྱ་དགོས་པར་སློབ་ཏུ་བྱོན་

བྱེད་པ་མ་ཟེན། ལྷའི་མི་སེར་དག་གིས་ཁོ་ཚོའི་མཐུན་འཁོར་གི་འཇིག་རྟེན་  
 བསྐྱར་བར་སྐྱེལ་མ་བྱེད་གི་ཡིད། ང་ཚོས་ “རེ་བའི་ཕུག་རྒྱུད་ཅེས་པའི་  
 ལུང་ལྷུང་སྐད་ཀྱི་རྣམས་ལ་མི་ཚོས་རིང་ལུགས་གི་རྟོགས་  
 སྐྱར་འདོན་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་ཀྱི། ལྷུགས་སྐྱེལ་ཅན་ལ་ཟས་རྟོགས་ལས་  
 ལྷོན་དང་། དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་ལྷ་བའ་འདོན་སྤྲོད་བྱེད་པ། རྒྱུ་པ་དང་དུ་ཕུག་  
 སྟོགས་ལ་བདག་སྲོང་། ངོ་མ་ཟེད་ལས་རྟོགས་སོ་སོ་དང་ལྷོན་སོ་སོ་མི་  
 རྣམས་ལ་རྟོགས་སྐྱར་གི་བྱེད་སྤྲོད་ལ་བཞིན་ཡིད།

ཆའོ་ཡེ་ལྷུ་ • མེའར་ལས་དོན་ལྷོ་དང་མོས་དང་གཞུང་དང་། ལྷུག་བསམ་རྣམ་  
 དག་གིས་འབོད་སྐྱེལ་འདི་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་མཉམ་སྤྲོད་བྱེད་པའི་རྣམ་གཞིའི་  
 ཐོག་བརྒྱུགས་པ་ལོ།

ཆའོ་ཡེ་ལྷུ་ • མེའར་ལས་དོན་གི་སྐྱེལ་མ་སྐྱར་ལས་མང་བ་འཕྱོག་པར་འདོད་  
 ཚོ་གཞུག་གི་སྐྱེལ་ཐག་འདི་ལ་སྐྱེལ་སྐྱེལ་པར་འཚལ།

tv.joycemeyer.org



