



རྒྱ་གར་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ།

བོད་གཞུང་གིས་རིག་ལས་ཁུངས།

མ་ཡུལ་སློབ་གསུང་བསྐྱོད་གསུང་དེབ་སྤྲོད།

ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྲིས་བརྩམས།



བོད་གཞུང་གེ་ས་རིག་ལས་ཁུངས།

ཚོམ་མྱིག་འགན་འཛིན།

ཚོམ་མྱིག་པ།

ལུ་དག་པ།

རི་མོ་བ་དང་རྩལ་འགོད་པ།

པར་སྐྱབ་དང་འགྲེམས་སྤེལ་བྱེད་པོ།

ལྷ་ལྷོ་ཆུ་ཀམ་སློབ་ལམ།

ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན།

རྒྱ་ཆེ་རིང་།

ཆོ་བརྟན།

ཤེས་རིག་པར་འཕྲུལ་བ།

Copyright © 2009 Department of Education

All rights reserved

First Edition 2009

ISBN 81-86627-17- 0

Acknowledgement:

Financial support from ARTIC(Association For Rengein Tanjouji International Cooperation), Japan has made this publication possible.

Published by:

Publication Cell

Department of Education, Central Tibetan Administration of

H.H. The Dalai Lama, Gangchen Kyishong,

Dharamshala-176215, Distt. Kangra(H.P.) INDIA

Printed by:

Sherig Parkhang /TCRPC

ཕྱིན་ལྗང་།

༡༡། འདི་ག་པོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཚོམ་སྐྱིག་ཚན་བས། ལོ་ཤས་སྟོན་ནས་
 རང་རིགས་གཞོན་སྐྱེས་ཚོར་ཚོམ་ཡིག་འགྲི་སྟོང་གྲེད་རྒྱས་མཚོན། ཟུར་ལྟའི་དབྱེད་གཞིར་
 མཁོ་བའི་ལུ་འབྲེལ་སྐྱུང་གཏམ་གྱི་དེབ་རིགས་ཁག་ཅིག་དང་། དེ་མིན་བཅམས་སྐྱུང་དང་། ཏུས་
 ཚེན་དོ་སྟོན། ལ་རྒྱལ་མཚོག་ཡབ་སྲས་ཀྱི་མཛད་ཀླུ། ལྷི་སྐྱིང་གི་སྐྱུང་གཏམ། མཚར་གཏམ་
 མོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་བསྐྱོགས་དེབ་མེད་༢༠མམ་བ་བར་སྐྱུན་དང་འབྲེལ་ས་སྐྱེལ་ཞུས་ཡོད་པར།
 རྒྱ་ཚའི་སྟོག་བ་པོ་སྐྱི་དང་། གྲེ་བྲག་ཏུ་སྟོབ་བྲ་ཁག་གི་སྟོབ་སྐྱུག་ནམས་དང་། གདན་ས་ཁག་
 གི་བྲ་གཞོན་ནམས་ཀྱིས་དགའ་མོས་ཚེན་པོས་ལྟ་སྟོག་གནང་བཞིན་བ་མ་ཟད། ར་ཚོར་ཡིག་
 དག་གཉིས་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བརྗོད་དང་ཡ་ལན་གནང་མཁོ་རབ་དང་རིམ་བ་བྱུང་བར་བརྟེན།
 ལས་དོན་འདི་དག་ལུ་མཐུད་གྲེད་རྒྱུར་དགོས་མཁོ་དང་པན་འབྲས་ཡོད་པར་མདོན་བ་མ་ཟད།
 ལྷིར་བཅོན་བྱོལ་ནང་རང་རེའི་སྟོབ་སྐྱུག་ཆེ་འབྲིང་ཚུང་གསུམ་ནམས་ལ་པོད་ཡིག་གི་ཟུར་
 ལྟའི་སྟོག་དེབ་ཏུ་ཅང་ཉུང་སྟོན་ཡོད་པས། ལྟོང་ཆ་དེ་ཉིད་སྟོང་ཐབས་ལ་འབད་བཅོན་ཞུས་དང་
 ཞུ་ལུས་ལྟར། འདི་གའི་བརྟན་དེབ་《ལ་ལྱལ་ཤེས་བྱའི་བད་མཚོ་དུ་》སྐྱིའི་འདོན་ཐེངས་
 ༡༠༩ ནས་ ༡༡༥ བར་དུ་ལུ་འབྲེལ་དུ་སྐྱེལ་བའི་བཅམས་སྐྱུང་《པོད་ཀྱི་མཛད་ས་མ་པོ་མ་》

ཞེས་པ་ཐེངས་འདིར་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་ལྷན་ཏེ། བ་ཡུལ་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་དེབ་ཐེང་ ༤༣ པ་
 འདི་བར་སྐྱུན་དང་འགྲེམས་སྤེལ་ལྷན་པ་ལགས་ན། རྒྱ་ཆེའི་སློབ་པ་པོ་རྣམས་དང་། ལྷག་པར་
 དུ་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་སློབ་ཆེན་པོས་ལྷགས་སློབ་གནང་སྟེ། བཅའ་ས་སྐྱེད་འདིའི་བསྐྱབ་བྱ་
 རྣམས་ཐུགས་ལ་འདྲགས་པ་མ་ཟད། དེ་བཞིན་ལག་བསྟར་གནང་བའི་རེ་འདུན་དང་བཅས།

བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཚོམ་སློབ་ཚན་པ་ནས།

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༣༤ ཟ࿳་ལོ་ ༡༠༠༤ ལོར།



།། །རྣམ་ལུ་ལྷུང་པ་བསམ་གྱུ་བ་དང་ཨ་མ་སློལ་མ་ཞེས་པའི་བྱི་བྱུག་
 གཉིས་ཡོད། ཁོ་རང་གཉིས་ལ་སྤུ་གྱུ་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། ཆེ་ཤོས་དེའི་མིང་ལ་
 སློལ་དཀར་ཞེས་རང་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་དར་ལ་བབ་པའི་བྱ་མོ་ཞིག་དང་། དེའི་
 རྗེས་ལ་ལོ་བཅུ་བཞིར་སོན་པའི་བྱ་བཟང་ཤིས་དང་། ལོ་བཅུ་གཉིས་ལ་སླེབས་
 པའི་བྱ་དོན་གྱུ་བ་བཅས་ཡིན།



བ་མ་གཉིས་ནི་ཚོས་དང་ཆེ་ཞིང་། ཡ་རབས་སྐྱོད་བཟང་དང་ལྡན་པ། བོད་ཀྱི་སྐྱོལ་
 རྒྱན་ལེགས་བྱང་ཁག་ལ་བྱུགས་ཁུར་ཆེན་པོ་གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད།
 རང་ཉིད་ཀྱི་སྐུ་གུ་རྣམས་ལའང་དེ་ལྟར་གནང་དགོས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། ལམ་
 ལྟོན་ཉིན་རེ་བཞིན་གནང་བའི་ཐོག་དེ་དག་སྐུ་གུའི་རྒྱུད་ལ་འཇགས་ཐབས་སྟེ། བ་
 མ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིན་ཚན་དུས་བྱུག་གི་བྱ་སྐྱོད་རྣམས། རྩོ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་སྐྱེ་
 བོ་སྐྱུས་བལྟས་ཀྱང་། མི་མངོས་པའི་མཚན་མ་དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡོད།



བ་བསམ་གྲུབ་ཀྱི་བྱིས་ཚང་ནི་སྤྲུལ་པོ་མིན་སྟབས། རྒྱན་དུ་དཔལ་འཕྲོར་གྱི་
 དཀའ་ངལ་མི་ཉུང་ཙམ་འབྲུད་སྲུས་ཐོག། སྤྱ་གྲུ་རྣམས་སོ་སོའི་རྐང་པའི་སྐང་ལ་
 ལང་རྒྱ་ཡིན་སྟབས། བ་མ་གཉིས་ལ་སེམས་ཁྲལ་འཐོལ་བ་ཡོད་ཅིང་། སྐབས་རེ་
 དགོང་མོ་བྱིས་དུ་བ་མ་གཉིས་ཀྱི་དབར། དཀའ་ངལ་དེ་དག་སེལ་ཐབས་སུ་སྐྱེང་
 སྐྱོང་ཡང་འོང་གི་ཡོད།



ཐེངས་གཅིག་གྱུ་མོ་སྒྲོལ་དཀར་འཛིན་རིམ་བཅུ་དྲུག་པར་འགོ་ཟུས། ལོ་གསར་
 དང་སྐྱབས་བསྐྱུན་ནས་རང་གིས་དུ་ཉིན་བཅུའི་གྲང་སེང་ལ་འབྱོར། དེ་དུས་གྱུ་
 མོས་པ་མ་གཉིས་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཙམ་ཐོག་སྤུ་གྱུའི་མ་འོངས་
 པའི་མདུན་ལམ་ལ་སེམས་འབྲལ་ཡོད་པ་ཤེས་ཏོགས་བྱུང་སྐྱབས། པ་མ་གཉིས་
 གྱི་དཀའ་ངལ་དེ་རི་ལྟར་བྱས་ནས་བསལ་དགོས་སྐྱུ་པའི་བསམ་གཞིགས་
 ལན་མང་བྱས།



ཉེན་གཅིག་ཚགས་ཤོག་ལ་སོགས་པའི་བརྒྱད་ལམ་ཁག་མི་འདྲ་བ་མང་པོའི་ནང་
 དུ། བོད་གྱི་མཛུངས་མའི་འགྲན་སྐྱར་གོ་སློག་ཁུ་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཁྱབ་བསྐྱགས་རབ་
 དང་རིམ་བཤོན་བ་བཞིན། བོད་མི་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་གཞོན་སྐྱེས་བྱ་མོ་ཚོས་
 གོ་སློག་བྱེད་མི་དང་། ས་གནས། རྫོང་ཆེས། ཆ་རྒྱུན་ཅི་དགོས་ཐོག་འཚང་ཁ་ཤིག་
 ཤིག་ངང་ལྷ་ཞིབ་བྱས།



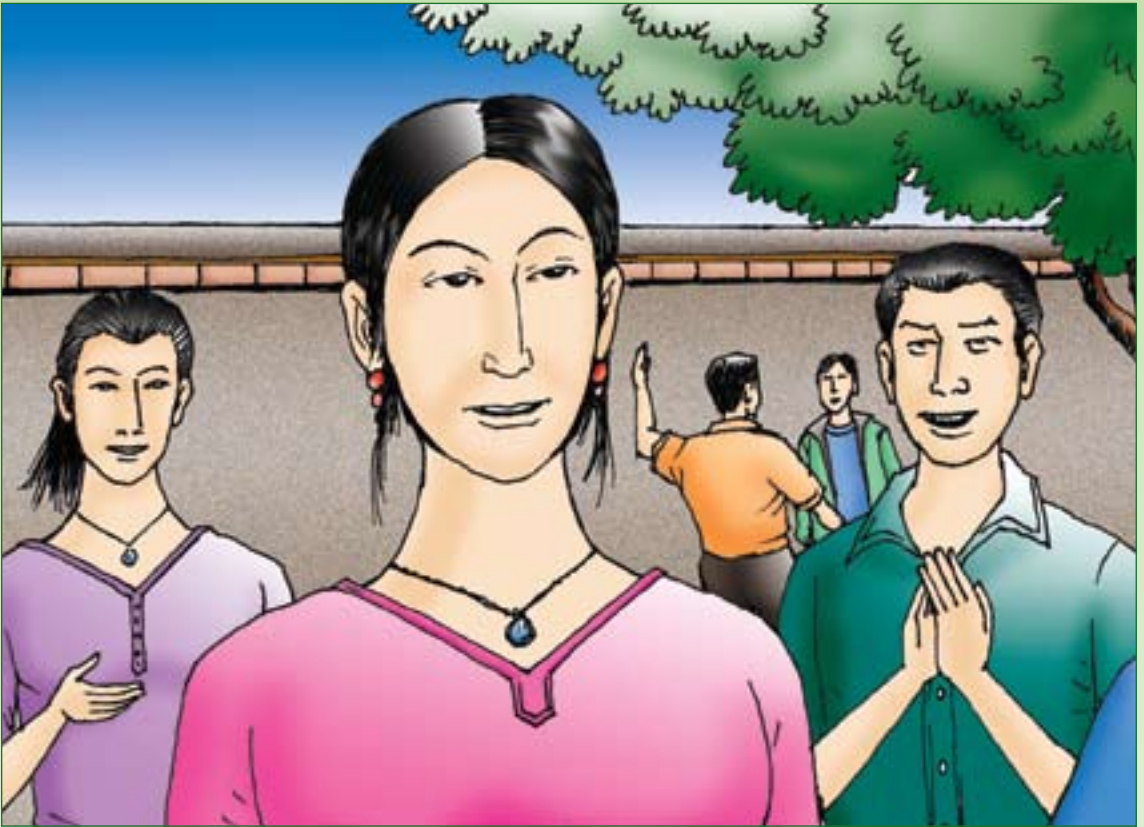
དེ་ནས་གནས་ཚུལ་ཤེས་རིམ་བཞིན། སྤྱིར་བཏང་གོ་སྐྱིད་པའི་ཁྲབ་བསྐྱབས་ཀྱི་
 ཆ་རྒྱུན་ཚང་བ་གང་ཞིག་ ལྷུ་མ་འབྲས་ལྟར། སྤྱི་སྤྱིན་ལ་ནང་མ་སྤྱིན་པ་དང་། རང་
 སྤྱིན་ལ་སྤྱི་མ་སྤྱིན་པ། སྤྱི་ནང་གཉིས་ཀ་མ་སྤྱིན་པ། སྤྱི་ནང་གཉིས་ཀ་སྤྱིན་པའི་བྱ་
 མོ་མང་པོ་མཛངས་མའི་འགྲན་སྡུར་ཆེད་དུ་ཐོ་འགོད་བྱེད་པར་བྱིན།



ལྷོ་མོ་སྐྱོལ་དཀར་གྱིས་ཀྱང་རང་ཉིད་སྐྱེས་འབྲས་ཇི་ཡོད་གཞན་ལ་ངོམ་རྒྱུའི་
 བསམ་པ་ཉིལ་འབྲུ་ཙམ་ཡང་མེད་རུང་། བ་མའི་དཀའ་ངལ་ལ་སྣོས་པའི་གོ་སྐབས་
 བཟང་པོར་ཤེས་ཏེ། ལྷོ་བསྐྱབས་དེ་ལ་བསྐྱར་དུ་ཞིབ་པར་བལྟས་པས། མཐོ་སྐྱོབ་
 གྱི་དབྱར་ཁའི་དགྲུང་སེང་སྐབས་དང་སྐབས་འགྲིགས་པར་ཤེས་ཏེ་དགའ་ཚོར་
 དང་སྐྱབས། མཛེངས་མའི་འབྲན་སྐར་ནང་ཆེད་ལས་ལེན་རྒྱ་ཐག་བཅད་དེ། ད་ཉི་
 ས་གནས་སུ་ཡོད་ཐོག་ཐོ་འགོད་ཀྱང་བྱས།



བཞིན་རས་དཀར་གསལ་ལྷ་བ། །སྐྱ་གཟུགས་ཅ་རིའི་སྐྱུག་མ། །དབུ་སྐྱ་སི་ལིང་
 ལྷང་བ། །ཀུན་སྐྱོད་ལྷ་ཡི་བྱ་མོ། །ལྷ་བྱའི་ཁྱད་ཚོས་མ་ཚང་བ་མེད་པའི་བྱ་མོ་སྐྱོལ་
 དཀར་སྐྱར་ཡང་མཐོ་སྐྱོབ་ཏུ་འགྱོར་བའི་སྐབས་ཀྱང་། སྐྱོབ་གོགས་རྣམས་ཀྱིས་
 བྱ་མོའི་སྐོ་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྐྱོད་ལ་ཡིད་དབང་འཕྲོག་སྐྱུས་ལྟར། བོད་ཀྱི་མཛངས་
 མ་ངོ་མ་དེ་ཁྱེད་ལ་འོས་ཤིང་འཚམ་པས། འགྲན་སྐྱར་དེའི་ནང་ཞུགས་དགོས་པའི་
 སྐུལ་མ་ལན་མང་བྱས།



སྒོལ་དཀར་གྱིས་ཀྱང་དམིགས་ཡུལ་ངེས་ཅན་ཐོག་སྒོན་ཚུང་ནས་འགྲན་སྲུང་
 ལ་ཞུགས་རྒྱུའི་ཐོ་འགོད་བྱས་པ་བཞིན། སྒོབ་གྲོགས་རྣམས་གྱིས་འབོད་བསྐྱེལ་
 བྱས་པ་ལྟར། འཇུལ་ཞུགས་བྱ་རྒྱུའི་ཁས་ལེན་ཞུས་ཀྱང་། མཇུག་འབྲས་ཇི་ལྟར་
 འོང་མིན་ཐད་སེམས་ཁྲལ་གྱི་ཁུར་པོ་ཞིག་མ་ལེན་ཀ་མེད་བྱུང་།



དེ་ནས་ལྷོ་འགའི་རྗེས་སུ་མཛེས་མའི་འགྲན་སྤྱར་གྱི་ཉིན་མོ་ཕྱི་ཟླ་ ༦ ཚེས་
 ༡༥ སླེབས་ཤིང་། རོ་འགོད་བྱས་པའི་བུ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བཞིན་རས་ལ་དུས་རྒྱུན་
 དང་མི་འདྲ་བར་བྱུག་བྱུག་སྒྲ་ཚོགས་དང་སྒྲགས། གཟབ་མཚོར་སྐྱས་ནས་འགྲན་
 སྤྱར་བུ་ཡུལ་གྱི་ས་གནས་སུ་བྲེལ་ཟེང་དང་བསྐྱོད། བུ་མོ་སློལ་དཀར་གྱིས་ཀྱང་
 གཡང་ཚེའི་སྐང་ལ་ཡས་སྒྲོན་གྱི་དཔེ་ལྟར། ཕྱིའི་རྒྱ་སྐྱས་འོས་འཚམ་ཞིག་སྐྱས་
 ཉེ་འགོ་བའི་གཞུང་བྱས།



འགྲན་སྐྱུར་བྱ་ཡུལ་ས་གནས་དེར་བསྐྱོད་སྐབས་མོ་ཉེ་འགྲོ་ལམ་ཞིག་འཁེལ་
 ཞིང་། གཞུང་ལམ་དེ་མ་འགྲིམ་པར་གོ་སློག་ཞུ་ཡུལ་དེར་སླེབས་ཐབས་མེད་ལ།
 དེའི་སྐབས་སུ་ལམ་ཐོག་དེར་ཨ་མ་ཀན་སང་བྱས་པ་ཞིག་ལ་མོ་ཉེ་བྱུར་ཅམ་
 འཁེལ་བས། མས་སྐྱོན་ཚབས་ཆེན་མ་ཐོག་ཀྱང་ལམ་བྱུར་དུ་རིལ་ཉེ། སྐན་ཁང་
 ལ་འགྲོ་བར་རོགས་པ་ཞིག་གང་ནས་རག་སྐྱམ་བཞིན་སེམས་ཁྲལ་ངང་པར་ཚུར་
 ལྷ་བཞིན་ལུས།



དུས་ཚོད་ཅུང་མ་འགོར་བའི་རྗེས་སུ། བོད་ཀྱི་མཛའས་མའི་འགྲན་སྐྱར་ནང་
 འཇུལ་ཞུགས་བྱེད་མཁན་གྱི་ལོ་ན་དར་ལ་བབ་ཅིང་། བཟག་མདངས་ལྡན་པའི་
 བྱ་མོ་ཞིག་སླེབས། ཨ་མ་དེས་ང་ལ་རོགས་པ་ཞིག་བྱེད་རོགས་ཞུས་པར། བྱ་མོ་
 དེས། ང་ལ་དུས་ཚོད་མེད། ང་མཛའས་མའི་འགྲན་སྐྱར་ལ་དུས་ཐོག་ཏུ་འབྱོར་
 དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཅེས་བཤད་དེ། ཨ་མ་དེ་ལ་ཡ་མེད་བཏང་།



ཡང་ཕོ་གསར་འགའ་ཤས་མཉམ་དུ་འོང་བ་མཐོང་མ་ཐག་གོང་ལྟར་ལྷུས་ཀྱང་། ང་
 ཚོ་བོད་ཀྱི་མཛེས་མའི་འགྲན་སྡུར་བྱེད་སར་ལྟད་མོ་བལྟ་བར་འགོ་མཁན་ཡིན་
 བས་དུས་ཚོད་མེད་མདོག་མདོག་གིས་ཚུ་ཚོད་ལ་མཇུབ་མོ་ཞིག་བཅུགས་ཏེ་
 གལ་ཆེན་མདོག་གིས་ཆས། ཨ་མ་དེ་བོད་མི་གཞིན་སྐྱེས་ཚོའི་གནང་སྦངས་ལ་
 རྩོལ་མ་ཆེན་པོ་བྱང་།



ཡང་བསྐྱར་སྐྱར་མ་ལུ་ཅམ་རྗེས་ལ་སྲར་བཞིན་ནམ་མཁའི་མཐོངས་མ་གཏོགས།
 ས་ལ་མིག་མི་ལྟ་བུའི་རྒྱན་ཆས་སྤྲས་པའི་བྱ་མོ་ཞིག་འོང་བ་ཨ་མ་དེས་མཐོང་མ་
 ཐག སྐར་ཡང་བྱ་མོ་དེ་ལ་རོགས་པ་བྱེད་རོགས་ཞེས་རེ་བ་བརྒྱབ་བྱུང་། བྱ་མོ་
 དེས་ཀྱང་དུས་ཁོམ་མེད་ཚུལ་བཤད་སྟབས། ཨ་མ་དེས་བྱ་མོའི་གོས་ལ་འཇུས་ཏེ་
 ལྷ་བ་ཐེན། འོན་ཀྱང་བྱ་མོ་དེས། བར་རྒྱགས་དང་། ངའི་དུག་ལོག་བཙོག་པ་ཆགས་
 གྱི་འདུག ཅེས་བཤད་དེ། ཅུང་ཁོང་ཁྱོ་ལངས་པའི་རྣམ་པ་དང་བཅས་ཕྱིན།



ལམ་དེར་འགོ་སྐྱོད་བྱེད་མཁན་མི་མང་པོ་བྱུང་རུང་། ཨ་མ་ལགས་དེ་ལ་རོགས་
 རམ་བྱེད་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མ་རག་པར་ཡིད་ཐང་ཆད་དེ་ལུས་པའི་སྐབས་སུ།
 བུ་མོ་སྐྱོལ་དཀར་སྐྱེབས་པ་དང་། ཨ་མ་དེའི་རྣམ་འགྲུར་མཐོང་མ་ཐག་ཉེ་འགམ་
 དུ་ཕྱིན་ཉེ་ཅི་བྱས་ཀྱི་སྐད་ཆ་དྲིས་པར། ཨ་མ་དེས་མོ་འའི་བྱར་ཅམ་འཁེལ་བའི་
 གནས་ཚུལ་བཤད་ཀྱང་། རོགས་ཐོབ་རྒྱའི་རེ་བ་མ་བརྒྱབ་རུང་། ག་པར་འགོ་ཡི་
 ཡིན་ནམ། ཞེས་དྲིས།



ལྷ་མོ་སྐྱོལ་དཀར་གྱིས་ང་ཐོད་ཀྱི་མཛེངས་མའི་འགྲན་སྐྱར་ལ་འགྲོ་མཁན་ཡིན་
 ཞེས་ལན་བཏབ། ཨ་མ་དེས། དེ་འདྲ་ཡིན་ན་བྱིད་རང་ཡང་རྗེས་ལུས་ཐེབས་ཀྱི་
 རེད། མགྲོགས་པོ་རྒྱགས་ཞེས་བཤད་ཀྱང་། ལྷ་མོས་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ། ང་གྱིས་
 དགས་རྒྱ་མེད། རྗེས་ལའང་ལྷགས་ཚོག་གི་རེད། ཨ་མ་ལགས་བྱིད་རང་ད་ལྟ་རང་
 ལྷན་ཁང་ལ་མ་བསྐྱོད་ན་གྱིས་དགས་ཀྱི་རེད། ཅེས་ལྷགས་ཏེ་ལྷན་ཁང་དུ་བསྐྱུལ།



དེ་ནས་བྱ་མོ་སྒྲོལ་དཀར་གྱིས་སྐྱོན་ཞབས་པ་ལ་སྐྱོན་བཅོས་གང་ལེགས་འོང་
 བའི་རེ་སྐྱུལ་དང་། ཨ་མ་དེ་ལའང་སྐྱོན་བཅོས་གང་གཟབ་གནང་དགོས་པ་དང་།
 སེམས་ཁྲལ་མི་དགོས་པའི་བཅོས་མིན་སེམས་གསོ་བྱས་ཏེ། འགྲན་སྐྱུར་དེའི་
 ཉུང་མོ་བལྟ་བར་བྲེལ་སྐྱབས་གྱིས་བསྐྱོད་ཀྱང་། ད་རེས་འགྲན་སྐྱུར་ནང་མཉམ་
 བྱེད་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཤོར་བར་འགྲོད་པ་ཅ་བ་ནས་མ་བྱུང་།



འོན་ཀྱང་། མ་བསྐྱིགས་ལྷན་འགྲུབ་ལྷ་བུར། འགན་སྐྱུར་གྱི་གཟུང་དཔང་དུས་ཐོག་
 སེབས་མ་ཐུབ་པར་རུང་དངངས་འཚབ་དང་བཅས་གོ་སྐྱིག་འགན་འཛིན་པས།
 ལས་རོགས་རྣམས་ལ་གནད་དོན་ཅི་ཡིན་སྐད་ཆ་འདི་རུ་བཏང་བར། རྒྱས་ཡོད་
 ཅིག་གིས། ཨ་མ་བོད་ཞེན་ལགས་ལ་མོ་ལའི་བྱར་ཅམ་འཁེལ་ནས་མས་སྐྱོན་ཕྱན་
 བྱ་བཅོས་འདུག་པས། སྐར་མ་བཅོ་ལྔ་ཅམ་སྐྱོན་ལ་བྱ་མོ་ཞིག་གིས་ཉེ་འགམ་གྱི་
 ལྷན་ཁང་ལ་མོ་ལའི་ནང་ཁྱིད་སོང་ཞེས་ཞུས།



དེ་ནས་སྐྱོན་ཁང་དེར་འབྲེལ་གཏུགས་ལྷུ་པས། སྐྱོན་ཞབས་པ་ཞིག་གིས། ཨ་མ་
 བོད་ཞེན་ད་ལྟ་རང་བུ་མོ་ཞིག་གིས་སྐྱོན་ཁང་ལ་བྲིད་སྐྱེལ་བྱུང་། མས་སྐྱོན་ཕྱན་
 བུ་མ་གཏོགས་བཟོས་མི་འདུག་པས། སྐར་མ་ཉི་ཤུ་ཙམ་འགོར་བཟོ་ཡོད། མ་གཞི་
 ནས་དེ་འདྲའི་བྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ་ཞེས་སྐད་ཤུགས་ཆེ་ཙམ་
 བཤད་དེ་ཁ་པར་བཞག་འོན་ཀྱང་གནས་དོན་གང་ཡིན་སྐད་ཆ་མ་བྲིས་སྐབས། ག་
 རེ་བྱས་ནས་བྲེལ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་དོགས་པ་ཟ་བ་རེད།



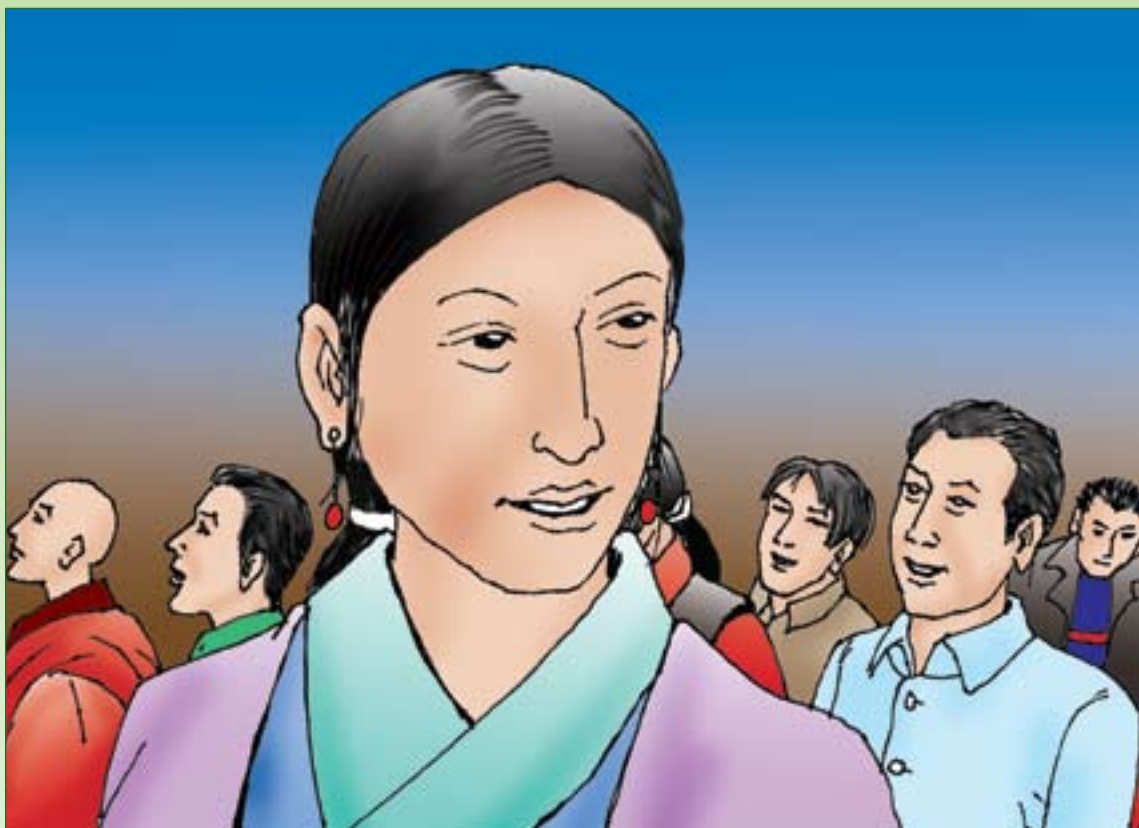
གནས་ཚུལ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་མ་ཐག་པོད་ཀྱི་མཛེངས་མའི་འགྲན་སྐྱུར་གོ་སྐྱེག་
 བས་རྒྱུང་བསྐྱུགས་ཐོག་ རྣམ་པ་ཚོས་ཚུ་ཚོད་ཕྱེད་ཀ་ཙམ་ངང་སྐྱུག་གནང་
 རོགས། ཅེ་བའི་འགྲན་སྐྱུར་ནང་ཆེན་ལས་ལེན་མཁན་གཅིག་མ་གཏོགས་ཚང་
 མ་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོའི་གཟུར་དཔང་ལ་མོ་འའི་བྱུར་
 ཙམ་འཁེལ་ནས་མས་སྐྱོན་ཕྱན་བྱ་ཐོག་འདུག་པས། སྐྱེན་བཙུགས་བྱིན་མ་ཐག་
 མཁྱོགས་པོ་འབྱོར་ཀྱི་ཡོད་པ་ད་ལྟ་རང་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་། ཞེས་གསལ་
 བསྐྱུགས་བྱུང་བུ་ཞིག་བྱས།



དེ་འབྲེལ་གནས་ཚུལ་གསལ་བསྐྱབས་བྱུང་བ་དང་། མཉམ་ཞུགས་པའི་བྱ་མོ་
 རྣམས་ཀྱིས་ཁ་ནས་པན་ཚུན་སྐད་ཆ་བཤད་རེས་གང་ཡང་མ་བྱས་ཏུང་། སོ་སོའི་
 སེམས་ནང་ཞོགས་པ་ལམ་དུ་བྱུག་པའི་ཨ་མ་དེ་ཡིན་ན་དཔེ་བསགས་སོང་སྟམ་
 པའི་ཚོར་བ་མི་བདེ་བ་རེ་ངང་གིས་སྐྱེས། དེ་ནས་སྐར་མ་བཙོ་ལྔ་ཙམ་ལ་བྱ་མོ་
 རྣོལ་དཀར་ཡང་ཚོགས་ཁང་དུ་འབྱོར། འོན་ཀྱང་འགྲན་སྐྱར་ནང་མཉམ་ཞུགས་
 བྱ་རྒྱའི་འབྱོར་ཐོ་འགོད་དུས་ལས་བཀལ་སྟབས། མི་དམངས་དགུས་མའི་ནང་དུ་
 ཉམ་མོ་བའི་ངོ་བོར་གཟུར་དཔང་བསྐྱབས་ནས་བསྟུང་།



ལྷ་མོ་གཅིག་མ་འགྱོར་བ་ཤེས་པ་དང་། ལྷ་མོ་སྐྱོལ་དཀར་ལ་རེ་བ་ཆེན་པོ་རྒྱག་
 མཁན་གྱི་མཐོ་སྐྱོབ་གྱི་གྲོགས་པོ་གྲོགས་མོ་སྤྱི་དང་། ལྷོ་དཀར་སྤྱན་ཉེ་དང་མཛེས་
 གྲོགས་རྣམས་ལའང་སྐྱོལ་དཀར་ཡིན་མིན་གྱི་སློ་དོགས་བྱུང་། ལྷག་པར་དུ་སྐྱོལ་
 དཀར་གྱི་གྲོགས་མོ་འཆི་མེད་གྱིས་མི་ཚོ་གས་དཀྱིལ་ལ་པར་ཚུར་དང་ཡར་མར་
 བལྟས་བས། ལྷོལ་དཀར་ལྷན་མོ་བའི་བྲོད་དུ་ཡོད་པ་མཐོང་འཕྲལ་སེམས་ལ་སྐྱོ་
 ལྷང་དང་བཅས་མདུན་གྲལ་དུ་སྐྱད་བཏང་སྟེ་གནས་ཚུལ་ཅི་བྱུང་བྱིས།



ལྷ་མོ་སྐྱོལ་དཀར་ནི་གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་བྱེད་པར་དགའ་མོས་ཡོད་པ་ཞིག་
 ཡིན་རུང་། རང་གིས་བྱས་གཏམ་གཞན་ལ་མི་འོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་སྟབས།
 ལམ་བར་དུ་མི་ཞིག་དང་ཐུག་ནས་དུས་ཚོད་ནང་འགྲོར་ཐུབ་མ་སོང་། ཡིན་ན་
 ཡང་གང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད། འོད་ཀྱི་མཛེངས་མའི་འགྲན་སྐྱར་རྗེས་མའི་ནང་
 བསྐྱར་དུ་ཐོ་འགོད་བྱེད་ཚོག་གི་རེད། ཅེས་གནས་ཚུལ་བསྐྱས་ཅམ་བཤད་དེ་
 ལྷ་མོ་བ་བྱིངས་བཞིན་མཛེངས་མའི་འགྲན་སྐྱར་བལྟ་འདོད་ཀྱི་སྐྱོ་སེམས་དང་
 བཅས་བཞུགས།



དེ་ནས་ཅུང་མ་འགོར་བར་ཨ་མ་བོད་ཞེན་ལགས་བོད་གི་མཛེངས་མའི་འགྲན་
 སྤྱར་གི་གཟུར་དཔང་དུ་བཅད། འཇུལ་ཞུགས་པའི་བུ་མོ་རྣམས་གིས་ཨ་མ་བོད་
 ཞེན་མཐོང་མ་ཐག སོ་སོའི་སྤྱར་གི་བྱས་ངན་ལ་འགྲོད་པ་ཆེ་ཙམ་སྐྱེས། འོན་
 ། འགྲོད་པའི་ལམ་སྟོན་བཞེན་འགྲན་སྤྱར་ནང་ཞུགས་ཏེ། སོ་སོ་མ་གཏོགས་
 མེད་པའི་ཕྱི་རི་རྣམ་འགྲུར་བཟང་མདོག་རེ་བསྟན།



མཐར་འགྲན་སྐྱུར་ཆ་ཚང་གྲུབ་པའི་རྗེས་སུ་ཨ་མ་བོད་ཞེན་ལགས་ཀྱིས། གོ་སློབ་ག་
 པ་བརྒྱད་ནས་གོ་སྐབས་བཞེས་ཏེ། ད་རེས་ཀྱི་འཇུ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིའི་
 ཡོན་ཏན་གཅིག་ལས་གཅིག་ལེགས་པ་ཡོད་ཀྱང་ནང་གི་ཡོན་ཏན་མི་འདུག་ལྟར་
 མོ་བའི་གས་སུ་ཞུགས་པའི་བྱ་མོ་དེ་ལ་སྤྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་ཡོན་ཏན་གཞན་ལས་
 ལྷག་པ་འདུག་པས། ཐེངས་འདིའི་བོད་ཀྱི་མཛུངས་མའི་འགྲན་སྐྱུར་ཀྱི་མཛུངས་
 མ་ངོ་མ་དེ་བྱ་མོ་དེ་ཡིན་ཞེས་ཁྱབ་བསྐྱབས་གནང་།



གོ་སྐྱེག་པས་ཀྱང་བྱ་མོ་དེར་ཐེ་ཚོམ་དང་བཅས་བལྟས་པས་དུས་ཐོག་ཏུ་མ་
 འགྱོར་བའི་བྱ་མོ་དེ་ཡིན་པ་ཤེས། དེ་ནས་ཨ་མ་བོད་ཞེན་ལ་བོད་ཀྱི་མཛེངས་
 མའི་དབུ་རྒྱན་དེ་བྱ་མོ་སློལ་དཀར་ལ་བསྐྱོན་རྒྱུ་ལྟེ་རེ་བསྐྱུལ་ཞུས་པ་བཞིན། ཨ་
 མ་བོད་ཞེན་གྱིས་དབུ་རྒྱན་བསྐྱོན་པ་དང་། དེ་མཚུངས་ཀྱི་བྱ་དགའ་དང་བཅས་
 པ་རིམ་གྱིས་སུལ་མཐར། བྱ་མོ་སློལ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་བསྐྱེད་སྤོང་
 ཚེན་པོ་གནང་།



ད་ལན་གཟུང་དཔང་ངོས་ནས་འགྲན་སྐྱུར་ནང་དངོས་སུ་མ་ཞུགས་པའི་བྱ་མོ་
 སློལ་དཀར་ལ། བོད་ཀྱི་མཛུངས་མའི་གཟེངས་ཉུགས་སུལ་བར་བརྟེན། གསར་
 འགོད་པ་མང་པོས་གོ་སྐྱིད་པ་ལ་དུས་ཐོག་ཏུ་ཕེབས་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་མ་
 ཚང་བའི་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་གཟེངས་ཉུགས་སུལ་བར་མི་འགྲིག་པའི་ཚོར་སྣང་ཡོད་
 མེད་བཅར་འདྲི་ཞུས།



བྱ་མོ་སྒྲོལ་དཀར་གྱིས་མཛངས་མའི་འགྲན་སྐྱུར་ལས་ཨ་མ་བོད་ཞེན་ལ་
 རོགས་རམ་བྱེད་རྒྱ་བདམས་པ་དེས། བཟང་པོའི་ཞོར་ལ་ཇ་ཆང་ཞེས་པའི་སྤ་
 མོའི་གཏམ་དཔེ་ལ་རིན་ཐང་ལྷག་པར་མཐོང་བ་མ་ཟད། རང་ཉིད་གྱི་པ་མའི་
 དཔལ་འབྱོར་ལའང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཕྱན་བྱ་ཞུ་བྱུབ་སོང་སྟམ་པའི་དགའ་ཚོར་བརྗོད་
 གྱིས་མི་ལང་བ་བྱུང་།



དེ་ནས་སློབ་དཀར་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཐོན་པ་དང་ཐོད་གཞུང་གི་ལྷན་བཞུགས་ཁོངས་སུ་
 ལྷགས་ཏེ། ཐོད་ཀྱི་བསྟན་པ་ཆབ་སྲིད་སྲིད་དང་། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟོ་གཞན་འཕྲུང་
 ཅན་གྱི་ཐོད་ཀྱི་གནས་བབ་ལ་གཞིགས་པའི་ཡལ་ལོང་ས་མཚོག་གི་ཐུགས་དགོངས་
 འགྲུབ་ཆེད་དུ། རང་འཁྲིའི་ལས་འགན་རྣམས་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་དང་གནང་
 བཞིན་པ་མའི་རོགས་སྐྱོར་དང་བཅས་མི་ཆེ་བའི་སྲིད་ཀྱི་དང་བསྐྱུལ་ཏེ། །།



ISBN 818662717-0



9 788186 627174 >

Presented by

