བོད་རྒྱལ་ལོ། ༢༡༤༦ ཕྱི་ལོ། ༢༠༡༩ སྤྱིའི་འདོན་ཐེངས། ༡༦༣ ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་རྩོམ་སྒྲིག་ཚན་པ་ནས་རྩོམ་སྒྲིག་དང་པར་སྐྲུན་ཞུས། རིན་སྒོར། ༥

གསར་བཀོད་དང་དེའི་གྲུབ་འབྲས།

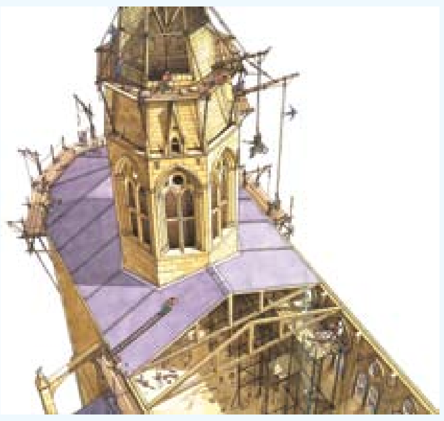
དགེ་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱིས་བསྒྱུར།

༡༽ ཁང་བཟོ།

གནའ་འཛུགས་ཁང་བརྩེགས་ཐོག་མ་དེ་ནི་ལོ་ངོ་ ༡༠,༠༠༠ སྔོན་ཙམ་ལ་མཐོང་ཆོས་སུ་གྱུར་པ་རེད། དེ་ཡང་ཐོག་མར་མི་ཚོས་ཤིང་དང་། རྡོ་སོགས་རང་བྱུང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ལས་ཀ་མང་ཆེ་བ་ལག་ཆ་དཀྲུམ་མ་བེད་སྤྱད་དེ་ལག་པས་བྱས་ཡོད། དེང་སྐབས་ཁང་བརྩེགས་མཐོ་པོ་བརྩིག་པར་ཡར་ཐོན་ཏུ་ཅང་ཕྱིན་པའི་འཕྲུལ་ཆས་དང་། དཔེ་གསར་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

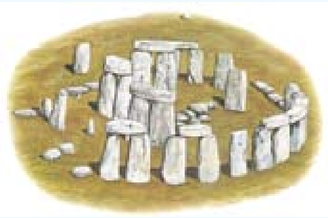
གྷོ་ཐིག་གི་ཁང་བཟོ།

ཕྱི་ལོ་བརྒྱ་ཕྲག་བཅུ་གཅིག་གི་དཀྱིལ་ཙམ་ལ་ཡུ་རོབ་ཀྱི་ནུབ་ཕྱོགས་ས་ཁུལ་དུ་གྷོ་ཐིག(Gothic)གི་ཁང་བཟོའི་



རྣམ་པ་དར་འགོ་ཚུགས་པ་རེད། དེ་ཉིད་གཙོ་ཆེ་བ་ཡི་ཤུའི་མཆོད་ཁང་དང་། ལྷ་ཁང་ཆེན་མོའི་ཆེད་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གྷོ་ཐིག་གི་ཁང་པ་རྣམས་རྩེ་ཏོག་རིང་ཞིང་། གཞུ་དབྱིབས་རྩེ་རྙོ་བ། རྡོའི་རྐོས་རིས་ལྡན་ལ། སྒེའུ་ཁུང་མཆོར་པོ་ཅན་ཞིག་ཡོད། སྐབས་དེ་དུས་ལྤིད་འདེགས་འཕྲུལ་འཁོར་མེད་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས། ལས་མི་ཚོས་ཐག་པས་བཅིངས་པའི་ཤིང་གི་ལས་ཁྲི་རྣམས་ཡར་འཐེན་མར་འཐེན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

རྡོ་སྒྲེང་།



རྡོ་སྒྲེང་ནི་ལོ་ངོ་ ༥,༠༠༠ ཙམ་གྱི་སྔོན་ལ་ཨིན་ཡུལ་དུ་ཐོག་མར་བཞེངས་པ་རེད། ཡར་འགྲེང་ཡོད་པའི་རྡོ་ཆེན་དག་དབྱར་གཞུང་གི་ཉི་ཤར་དང་། དགུན་གཞུང་གི་ཉི་ཤར་རྣམས་ཧྲགས་རྒྱག་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་བསྒྲིགས་ཡོད། གཅིག་བྱས་ན་དེ་ཉིད་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ས་ཆ་ཞིག་གམ། ཡང་ན་ཉི་མའི་འགྱུར་འགྲོས་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པར་ཕྱི་རོལ་གྱི་ལོ་ཐོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད་པའང་སྲིད།

སྲུ་མོའི་ཡུར་ཟམ།

ཕྱི་ལོའི་སྔོན་གྱི་ལོ་ ༧༠༠ ཙམ་ལ་ཨ་སྶི་རི་ཡ་མི་རིགས་ (Assyrians) ཚོས་ཆུ་འདྲེན་ཐུབ་པའི་ཟམ་པ་ཆེས་ཐོག་མར་བཙུགས་པ་རེད། དེ་ནས་ལོ་སུམ་བརྒྱའི་རྗེས་སུ་རོམ་གྱི་མི་རིགས་ཚོས་ཐབས་ལམ་ལེགས་བཅོས་བཏང་སྟེ། གྲོང་ཁྱེར་ནང་ཆུའི་དགོས་མཁོ་སྐོང་ཕྱིར་རྫོས་བཟོས་པའི་ཡུར་ཟམ་ཆེན་པོ་དག་བརྒྱབས་པ་རེད། དེའི་སྐབས་ཀྱི་རོམ་གྱི་ཡུར་ཟམ་རྣམས་དུས་ད་ལྟའང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད།

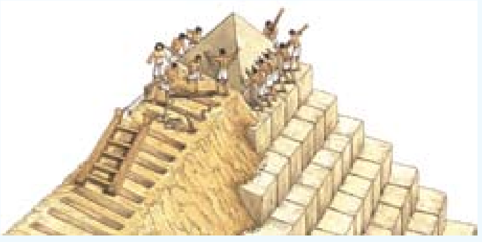
གྷུ་གཡོར་ལྷ་བུའི་ཐོག་ཁེབས།

དེང་དུས་ཀྱི་ཁང་བརྩེགས་མང་པོའི་ནང་ནས་ཧང་སང་འོས་པ་ནི། ཨོས་ཊེ་ལི་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སི་ཊ་ནིའི་གྲུ་ཁའི་རོལ་གར་འཁྲབ་སྟོན་ཁང་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་ཊན་མརྐ(Denmark)གྱི་ཇོན་ ཨུཊ་སྶོན་(Jorn Utzon)ཞེས་པའི་ཁང་བཟོ་འཆར་འགོད་པ་ཞིག་གིས་ཁང་བརྩེགས་དེ་ཉིད་གྲུ་གཡོར་མང་པོ་རླུང་གིས་བརྒྱངས་པ་ལྟ་བུ་མཐོང་ཐུབ་པའི་

བཟོ་བཀོད་བྱས་ཡོད། དེའི་ཁང་ཀླད་རྫ་མའི་པ་གུ་མང་པོས་བཀབ་ཡོད། རོལ་གར་འཁྲབ་སྟོན་ཁང་དེ་རྒྱག་པར་མི་ལོ་ ༡༥ འགོར་ཡོད་ཅིང་། མཐར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༣ ལོར་ཡོངས་སུ་བསྒྲུབས་པ་རེད།

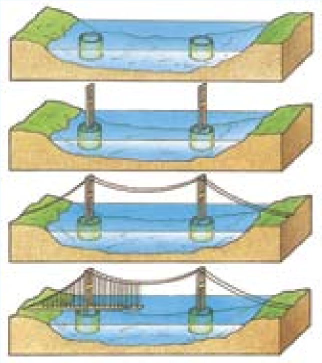
གནའ་མོའི་དེ་ཝ་བང་སོ།

ཆེས་ཐོག་མའི་དེ་ཝ་བང་སོ་དོ་མ་དེ་ཨི་ཇིབ་ནང་ཕྱི་ལོའི་སྔོན་གྱི་ལོ་ ༢༥༧༥ ལོར་བརྒྱབས་པ་རེད། དེ་དག་ནི་རྒྱལ་པོ་འདས་པོའི་བང་སོ་ཆེན་པོ་ཁག་ཡིན་ལ། བཞེངས་པར་དུས་



ཡུན་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་འགོར་གྱི་ཡོད་ཅིང་། ལས་མི་སྟོང་ཕྲག་མང་པོས་རྡོ་ཆེན་རྣམས་འདེགས་འཛས་ཡར་འདེགས་ཏེ་གང་དུ་འཇོག་དགོས་པའི་ས་ཆ་དེར་བསྒྲིགས་ཀྱི་ཡོད།

དཔྱང་ཟམ་རྒྱག་སྟངས།



དཔྱང་ཟམ་རྒྱག་པར་དང་ཐོག་ཕྱོགས་མཁར་རྣམས་བརྒྱབ་དགོས། དེ་ནས་དྭངས་ལྕགས་ཀྱི་ཐག་པ་རྣམས་ཕྱོགས་མཁར་ནས་དཔྱང་དགོས། དེ་ཡང་དྭངས་ལྕགས་ཀྱི་ལྕགས་སྐུད་མཁྲེགས་པོ་ཆགས་པར་འཕྲུལ་ཆས་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་གིས་སྒྲིམ་གྱི་ཡོད། དེ་ནས་དྭངས་ལྕགས་ཀྱི་གདང་ཐག་རིང་པོ་རྣམས་དཔྱང་ཐག་ལ་མཐུད་དགོས། མཐར་པང་གཅལ་གྱི་དུམ་བུ་རྣམས་ཡར་བཀུགས་ནས་སྒྲིག་སྟེ། གདང་ཐག་རྣམས་དང་མཐུད་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

ལྕགས་སྐུད་ཀྱི་ཟམ་པ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༨༨༣ ལོར་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ས་ནིའུ་ཡོཀ་ཏུ་དྭངས་ལྕགས་ཀྱི་ལྕགས་ཐག་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། དངོས་པོ་ལྡིད་ཆེ་འཁྱེར་ཐུབ་པའི་བྲུཀ་ལིན་(Brooklyn Bridge)དཔྱང་ཟམ་དེ་

ཐོག་མར་བརྒྱབ་པ་རེད། དེའི་བཀོད་སྒྲིག་པ་ཇོན་ རོབ་ལིང་(John Roebling)གིས་ཀི་ལོ་མི་ཊར་ ༡,༥༠༠ ཙམ་གྱི་ལྕགས་སྐུད་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་དཔྱང་ཟམ་དེ་བརྒྱབ་པ་རེད།

ཁང་བརྩེགས་ཀྱི་རུས་ཀྲང་།

ཕྱི་ལོ་ ༡༨༨༠ ཙམ་གྱི་ནང་ཁང་བཟོ་འཆར་འགོད་པ་ཚོས་ཁང་བརྩེགས་མཐོ་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཁང་ཐོག་དང་། རྩིག་པ། ཞལ་སོགས་སྐྱོར་བའི་ཆེད་དུ་དྭངས་ལྕགས་ཀྱི་རུས་ཀྲང་དང་། ཀ་ལྷུམ་སོགས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུའི་བསམ་བློ་འཁོར་ཡོད། ཁོ་ཚོས་ཕྱིའི་རྩིག་པ་རྣམས་སྒྲོམ་གཞི་དེར་བརྟན་པོ་བསྒྲིགས་ཡོད། ཨ་རིའི་ཅི་ཀ་གོའི་(Chicago)གྲོང་ཁྱེར་ནང་བརྒྱབ་པའི་ཁང་བརྩེགས་མཐོ་པོ་ཐོག་མ་དེ་ལ་ཐོག་རྩེག་བཅུ་ཙམ་ཡོད། དེང་སང་ཁང་བརྩེགས་མང་ཆེ་བ་མི་ཊར་ ༤༠༠ ལས་མཐོ་བ་ཤ་སྟག་རེད།

"སུམ་ཐུད་རྒྱ།

མི་ལྤགས་སྐམ་ཆུང་།

དགེ་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱིས་བསྒྱུར།

"ཉིན་གཅིག་དམག་མི་དེས་རང་གི་དངུལ་ཚང་མ་རྫོགས་པ་ཤེས། ཁོའི་ལག་ལ་མེ་ལྤགས་སྐམ་ཆུང་དེ་ལས་ལྷག་མེད། དེ་ལྟར་ཁོས་སྐམ་ཆུང་དེ་དང་རྩེད་མོ་རྩེ་བཞིན་པའི་སྐབས་སྐམ་ཆུང་དེ་ནས་མེ་ཚག་འགའ་ཤས་ཐོན་པ་དང་། དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཁོའི་ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་ནས་ཁྱི་དང་པོ་དེ་ཡར་འཛུལ་ཡོང་ནས་ལབ་པར།

"སྐྱིན་བདག་ལགས། བཀའ་ག་རེ་གནང་རྒྱུ་ཡོད།" ཅེས་ཁྱི་དེས་དྲིས་པ་ན། དམག་མི་དེ་ཧ་ལས་ཧོན་ཐོར་ནའང་། ག་ལེར་ལྷིང་འཇགས་དང་། "ང་ལ་དངུལ་ཏོག་ཙམ་ཁྱེར་ཤོག་དང་།" ཞེས་བཀའ་བཏང་བ་རེད། དེ་ནས་ཡུད་ཙམ་རྗེས་ལ་ཁྱི་དེས་ཟངས་ཀྱི་ཏམ་ཀས་ཁེངས་པའི་ཁུག་མ་ཞིག་འཁྱེར་ནས་ལོག་སླེབས་པ་རེད། དམག་མི་དེས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་དང་ཁྱི་དེ་ཡལ་ཕྱིན།

ཡང་ཉིན་གཅིག་དམག་མི་ཁོས་མེ་ལྤགས་སྐམ་ཆུང་དེར་ཚོད་བལྟ་ཞིག་བྱེད་དགོས་བསམས་ཏེ། མེ་ལྤགས་སྐམ་ཆུང་མེ་རྫོ་ལ་ཚར་གསུམ་བརྡར་བ་ན། ལམ་སང་ཁྱི་གསུམ་པ་དེ་ཐོན་ཡོང་བ་རེད། ཁོས་ཁྱི་དེར་གསེར་གྱི་ཏམ་ཀ་འཁྱེར་ཤོག་ཟེར་བ་རེད།

ཅུང་མ་འགོར་བར་ཁྱི་དེས་གསེར་ཏམ་གྱིས་ཁེངས་པའི་ཁུག་མ་ཞིག་འཁྱེར་ཡོང་ནས་ལམ་སང་ཡལ་ཕྱིན་པ་རེད། དེ་ནས་དམག་མི་ཁོས་སྔར་མོ་སྐྱོབ་ཐབས་ཀྱི་འཚར་གཞི་སྒྲིག་རྒྱུ་འགོ་བཙུགས་པ་རེད།

---སུ་མ་ཐུད་རྒྱ།

ལྷུག་རྩོམ།

ཆིབས་པའི་རྟ་དེ་ར་རྟ་ཡིན་པ།

ཚེ་དབང་རྟ་མགྲིན། འབྲས་ལྗོངས།

༄༅། །དེ་སྔ་བོད་ལྗོངས་རང་བཙན་ཡིན་པའི་སྐབས་དེར། ཐེངས་གཅིག་སྐུ་ངོ་རབ་ལྡན་ལགས་ཞུ་བ་སྐྱེས་སྤྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། ཡིད་ཀྱི་སྤོབས་པ་གངས་རི་ལས་མཐོ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ཟེར་བའི་གཡོག་པོ་ག་བཏང་གོ་ཆོད་སྤྲུང་གྲུང་འཛོམས་ཤིང་གཞིས་ཀ་བཟང་བའི་ཁར། གནས་ཚུལ་ག་རེ་ཡིན་ཡང་མགོ་འཚོས་པོ་དང་དོན་དག་སྒྲུབ་ཐུབ་པ་ཙམ་མིན་པར། སེམས་ལ་གང་དྲན་གྱི་བསམ་བློ་རྣམས་ཁོག་པའི་ནང་སྦ་གསང་མེད་པར་སྐྱེ་བོ་མཐོ་དམན་སུ་ལའང་ལམ་སང་ཐད་ཀར་ལབ་ཐུབ་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཆུང་དུས་ནས་བཟུང་ཤེས་ཡོན་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་བརྗེན། བོད་སྐད་ཀྱི་སུམ་རྟགས་དང་དག་ཆ་སོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་ཡང་གནས་ཚད་གང་འཚམས་མཐོ་པོར་སླེབས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།

ཉིན་གཅིག་སྐུ་ངོ་རབ་ལྡན་ལགས་ཀྱིས་ཁོ་སྐད་བཏང་ནས། ཀ དེ་རིང་ཁྱོད་རང་དང་ང་གཉིས་ལས་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་གི་རྐྱེན་པས་གློ་བུར་ལྷ་སར་འགྲོ་དགོས་བྱུང་སོང་བས། ཁྱོད་རང་བདེ་སྐྱིད་ཁང་གསར་གྱི་གཟིམས་ཁང་ལ་ཕྱིན་ནས་ང་རང་གཉིས་ཞོན་རྒྱུའི་རྟ་གཉིས་གཡོར་ཤོག་ཅེས་བཀའ་བཏང་བས། དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་གུས་ཞབས་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས། སྐུ་ངོ་མཁྱེན། ངས་ཁ་ནས་ད་ག་སེ་ཞུས་པ་ལས། སྐུ་ངོ་ལགས་ཀྱིས་ཕྱག་བྲིས་འབྲུད་ཙམ་ཞིག་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དེ་དགའ་བ་མེད་འགྲོ་ཞེས་ཞུས་པར་ལམ་སང་ཁོང་གིས་རང་གི་སློབ་ཚོག་གཡས་པའི་སྟེང་

དུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་སིའི་སྨྱུ་གུ་དེ་ཡི་རྩེ་མོ་དེ་ནས་གསོལ་ཅོག་གི་སྟེང་དུ་ཡོད་པའི་སྣག་བུམ་ནང་གི་སྣག་ཚ་ནག་པོ་དེ་ལ་དམིག་ཙམ་བྱས་ཏེ་བོད་ཤོག་ནག་ནོག་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་འབྲུག་ཡིག་ཁྲ་ཏེ་ཁྲི་ཏེ་གཅིག་ཚག་ཚག་ཚག་ཅེས་བྲིས་པའི་སྐབས་དེར། དེ་གར་ལངས་ནས་བསྡད་ཡོད་པའི་དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་སྐུ་ངོ་ལགས། ཆིབས་པའི་རྟ་དེ་རྟ་རེད་ཅེས་ཞུས་པར་སྐུ་ངོ་ལགས་ཀྱིས། ཀ གཡར་ཡས་ཁོ་ལ་རྟ་གོག་གཅིག་ལས་མེད་པར་ར་རྟ་ཡིན་རུང་ཏ་རྒྱང་ཡིན་རུང་ཁྱད་པར་ཡོད་མ་རེད། དེ་ལས་ཡི་གེ་འདི་འཁྱེར་ནས་རྟ་གཡོར་བར་རྒྱུགས་ཤིག་ཅེས་ལབ་ནས་བཏང་བ་རེད།

དེ་ནས་ཁོང་དཔོན་གཡོག་གཉིས་རྟ་ལ་བཞོན་ནས་སྒྲོལ་མ་ཁྲ་རེ་ཁྲོ་རེ་རེ་རེ་ཁ་ནས་སྐྱོར་གྱིན་སྐྱོར་གྱིན་ཕྱིན་པས། དགོང་ཞག་སྡོད་སའི་གནས་ཚང་ཞིག་ཏུ་སླེབས་སྐབས། དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་ཕྱག་འཚལ་བ་དང་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་ཅེས་ལབ་སྐྱེ་རྟ་ནས་མར་བབས་པས། སྐུ་ངོ་ལགས་ཀྱི་ཐུགས་ལ་གཡོག་པོ་ལས་ཚུང་བ་ལབ་ན་ངོ་ཚ་བསམས་ནས། སྐད་གསང་མཐོན་པོས་ཕྱག་འཚལ་བ་དང་སུམ་ཅུ་སོ་གཅིག་ཅེས་སྒྲོལ་བ་དང་བཅས་ལབ་སྐྱེ་རྟ་ལས་མར་བབས་པས། དེ་གའི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་གད་མོ་ཤོར་བ་རེད།

དེ་ནས་སང་ཞོགས་དེར་སྐུ་ངོ་ཕྱུགས་བསིལ་གནང་བསྒྲུབས་ནས་ཞལ་འདོན་གནང་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ། ཆིབས་གཡོག་དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་ཞོགས་ཇ་འབུལ་བར་བཅར་བ་ན་སྐུ་ངོས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག་ཅེས་སྨོན་ལམ་བསྒྲོན་པ་དང་ཁར་ཐུག་འཕེལ་བས། དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས། སྐུ་ངོ། ང་ཡང་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བའི་ཐུགས་སྨོན་གནང་རོགས། ཞེས་ཞུས་པར་སྐུ་ངོས། ང་རང་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གི་དཀྱིལ་དེར་སྐྱེ་བ་དང་། དེ་ཡི་ཞོར་ལ་ང་ཡི་གཡོག་པོ་ཐེབས་ཆག་འདི་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གི་མཐའ་དེ་འདྲ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་བར་ཤོག་ཅེས་སྨོན་ལམ་བརྒྱབས་པ་རེད།། །།

བྱམས་བརྩེའི་དཀྱིལ་གྱི་བྱིས་པ་ང་།

ནམ་མཁའི་སྙིང་པོ།

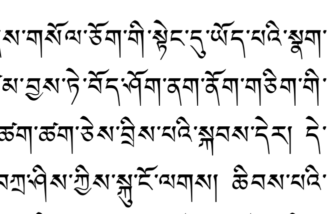
༄༅། །ནམ་རྒྱུན་ང་ནི་ང་ཚོའི་ཞིང་ཁའི་ནང་རྩེད་མོ་རྩེ་ཡི་ཡོད། ཞིང་ཁ་དེ་ནི་བྱིས་པ་ཆུང་ཆུང་ང་འདྲ་བོ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་ལ་འདེམས་འོས་པའི་རྩེད་ར་ཞིག་ཡིན། ས་འབྲུ་བ་དང་། མཚོང་བ་དང་། རྒྱུག་པ་དང་། ད་དུང་ཞིང་ཁའི་དཀྱིལ་ངོས་སུ་རང་འདོད་ཀྱི་རི་མོ་སྣ་ཚོགས་འབྲི་ཞིང་། ཉིན་གང་དེར་སྤོད་ཀྱི་ཡོད། ཡང་ང་ཐང་ཆད་དེ་ངལ་གསོ་བྱེད་སྐབས་བྱི་འུ་རྣམས་གྲི་འགྱུར་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་གླུ་དབྱངས་ལེན་ལ། གཙང་ཞིང་བསིལ་བའི་དྲི་བཞོན་བུ་མོས་ཀྱང་ང་ཡི་འགྲམ་པར་འོ་ཡང་ཡང་བྱེད། ད་གཟོད་ཉི་མའང་འཛུམ་ཤིག་ཤིག་དང་ཁོ་རང་གི་ཕ་ཡུལ་ནུབ་རིའི་ནང་འཛུལ་བས། ང་ཡང་སྐྱིད་ལ་དྲོ་བའི་རང་གི་ཁང་པར་ཕྱིན།

ང་ཡི་ཨ་མ་ནི་དུས་རྒྱུན་དུ་ཁྱིམ་ལས་ཅ་གེ་ཅིག་གེ་རྫོགས་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་བྱེད་པ་ལས། ང་རང་གི་སེམས་པ་དགའ་ཤོས་ནི། ཨ་མས་ང་ལ་བྱམས་པོ་གནང་བ་དེ་ཡིན། སྐབས་སྐབས་སུ་ཨ་མས་གཞི་གཞི་གཏོང་དུས་ཀྱང་ང་ཡི་སྐྱབས་བཙོལ་ས་ནི་ཨ་མ་ཁོ་ན་རེད། ང་རྩེད་མོ་བརྩེས་ནས་ལོག་ཡོང་ཚེ་ཨ་མས་ངའི་ཆེད་དུ་ཟ་མ་ཞིམ་པོ་བཟོས་ནས་འཛོག་གནང་གི་རེད། ང་ཡང་ཨ་མ་ལ་ཧ་ཅང་དགའ།

དེ་རིང་ང་སླེབས་དུས་ཨ་མ་གསོལ་ཐབ་ནང་ལ་ཡོད་པ་འདྲ། ངས་སྐད་གདངས་དམའ་པོས། "ཨ་མ་ལགས།" ཞེས་ཟེར་བས། ཨ་མ་གསོལ་ཐབ་ནང་ནས་ཅང་མི་སྨྲ་བར་ངའི་རྩར་སླེབས་བྱུང་། རྐེད་པ་ནས་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་འཛུས་ནས་ཡར་བཀུགས་ཤིང་འཛུམ་མདངས་དང་བཅས་ང་ཡི་མགོ་ལ་བྱིལ་བྱིལ་བྱས་ནས་ང་ཡི་འགྲམ་པའི་ངོས་སུ་འོ་ཡང་མོ་ཞིག་བྱས་ཏེ། "ཕྲུ་ལོགས་ལ་གྲང་མ་སོང་ངམ།" ཞེས་བཀའ་འདྲི་གནང་།

དགོང་དྲོའི་ཟ་མ་བཟས་རྗེས་ང་ཚོ་ཉལ་ཁང་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན། ཨ་མས་སླར་ཡང་ངའི་མགོ་ལ་བྱིལ་བྱིལ་བྱེད་བཞིན་བྱིས་སྒྲུང་ཞིག་གསུང་འགོ་བཙུགས། ངའི་རྣམ་ཤེས་ཐོག་མར་ཨ་མའི་བྱིས་སྒྲུང་གི་ནང་དུ་ཡོད་ལ་རིམ་བཞིན་རྨི་ལམ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འཐིམས་སོང་། དེ་དུས་ང་ནི་སང་གི་སྐྱ་རེངས། སང་གི་ཉི་མ། སང་གི་བདེ་སྐྱིད། སང་གི་བཀྲ་ཤིས་པའི་འཛམ་གླིང་དེ་ལ་རེ་སྨུག་དང་ཡིད་སྨོན་དང་། རྡོ་འཛམ་མལ་ཐུལ་གྱི་ནང་སྐྱིད་པའི་གཉིད་ཉལ་བརྒྱབས།། །།

[illegible]



ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསྒྱུར་བཟོ་བྱས།

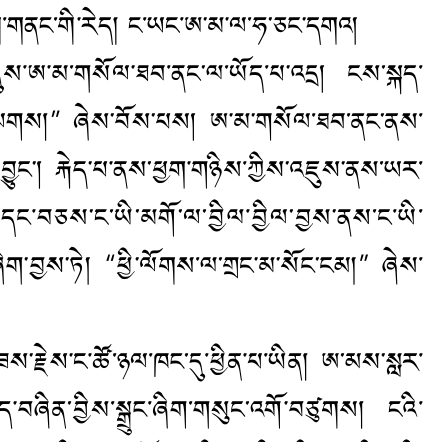
༡ ༽ ཤིང་ནགས་དཀྱིལ་དུ་ལམ་ག་བརླགས་པའི་མི་ཞིག་གིས་མི་གཞན་ཞིག་སོ་སོའི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱུག་ཡོང་བ་མཐོང་བ་དང་། ཁོས། ང་ཁྱེད་རང་ཐུག་ནས་དགའ་པོ་ཞེ་དྲག་བྱུང་། ང་ཤིང་ནགས་ནང་ལམ་ག་བརླགས་ནས་ཉིན་བཞི་ཕྱིན་སོང་། ཞེས་བཤད་པར། མི་དེས། གྲོགས་པོ། ཞེ་དྲག་དགའ་རྒྱུ་མི་འདུག ང་ཡང་ཤིང་ནགས་ནང་ལམ་ག་བརླགས་ནས་ཉིན་བརྒྱད་ཕྱིན་སོང་། ཞེས་ལན་བརྒྱབས་པ་རེད།

དེ་འདྲ་ཟེར་གྱི་མེད།

༢ ༽ རྐང་པོལ་རྡུ་ཁག་དོ་དམ་པས། འབྲུག་གྲགས། ཁྱེད་རང་གིས་དཔེ་ཡག་པོ་བརྟེས་སོང་། ཞེས་བཤད་པར། འབྲུག་གྲགས་ཀྱིས། ལགས། ངའི་བསམ་པར་ང་རང་གིས་ཡག་པོ་བརྟེས་ཐུབ་མ་སོང་བསམས་བྱུང་། ཞེས་ཞུས་པར། དོ་དམ་པས། དེ་འདྲ་ཟེར་གྱི་མེད། ཁྱེད་ཀྱིས་རྡུ་ཁག་གཞན་པའི་ཕྱོགས་དེར་པན་ཐོགས་ཡག་པོ་བྱུས་སོང་ཟེར་གྱི་ཡོད། ཞེས་བཤད་མ་ཐག་མགོ་སྒྲུར་སྒྲུར་དང་ཅི་ཤོད་འདི་ཤོད་མེད་པར་ལུས།

གོ་རེ་མདངར་མོ་མང་ཙམ་དགོས་ཟེར།

༣ ༽ བུ་སྨིན་པའི་མིག་གཅིག་ནག་པོ་ཆགས་ཡོད། ཁོས་ཨ་མ་སེམས་ཁྲལ་ལངས་པ་ཤེས་པས། སློབ་གྲྭའི་ནང་ཐབ་ཚོད་གཏོང་མཁན་ཕྱུར་བུས་གཞུས་སོང་ལབ་པ་རེད། དེ་ནས་ཨ་མས། སྨིན་པ། ཁྱེད་རང་གིས་ཁོའི་མཉམ་དུ་གྲོགས་པོ་བསྒྲིག་དགོས། གོ་རེ་མདངར་མོ་དེ་ཁྱེར་ནས་ཁོ་ལ་སྤྲད་དེ་ལག་པ་ཐོངས་ཤོག་ཨང་། ཞེས་མངགས།



ཉིན་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་ལ་བུ་སྨིན་པ་ནང་ལ་སླེབས་དུས་མིག་གཞན་དེའང་ནག་པོ་ཆགས་ཡོད། ཨ་མས་དེ་ལྟར་མཐོང་བ་དང་། ཡང་ག་རེ་བྱུས་སོང་། ཞེས་ལམ་སང་དྲིས་ཤོར། བུ་སྨིན་པས། ཕྱུར་བུ་ལ་ད་དུང་གོ་རེ་མདངར་མོ་མང་ཙམ་དགོས་ཀྱི་འདུག ཅེས་ལན་བཏབ།

༼ གོང་གི་མཚར་གཏམ་ཁག Piya Maria Vas ཞེས་པས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་བྱས་པའི་ Jokes for children-Friends & Play ཞེས་པ་ནས་བསྒྱུར་བཟོ་བྱས། ༽

༄༅། །བཀའ་འགྱུར་ཁྲོད་ཀྱི་ཆོས་ཚན་ངོ་སྤྲོད། ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན།

འདུལ་བའི་ཆོས་ཚན་ངོ་སྤྲོད་མདོར་བསྡུས།

༄༅། །སྡེ་དགེ་བཀའ་འགྱུར་གྱི་དཀར་ཆག་སྒྲིག་སྟངས་ནི། ཐོག་མར་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བའི་རིམ་པ་ལྟར་བསྒྲིགས་ཡོད། དེ་ཡང་ཆོས་འཁོར་དང་པོའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་འདུལ་བ་ལུང་གི་སྐོར་རྣམས་སྔོན་གྱི་དཀར་ཆག་འཕང་ཐང་མ་སོགས་དང་མཐུན་པར་སྒྲུར་བའི་ཚུལ་པ་བཀའ་འགྱུར་ལྟར་བསྒྲིགས་པའི་འདུལ་བའི་ཆོས་ཚན་རྣམས་འདུལ་བ་གཞི་དང་། ཕའི་སོ་ཐར་དང་རྣམ་འབྱེད། མའི་སོ་ཐར་དང་རྣམ་འབྱེད། ཕྲན་ཚེགས། གཞུང་བླ་མ་བཅས་ཀྱི་གོ་རིམ་ལྟར་བཀོད་པ་ལ་ཁྲི་བསྐོམས་གླེགས་བམ་ ༡༣ ཡོད། དཔེ་རིང་གླེགས་བམ་རེར་མང་མཐར་ལྡེབ་མ་ ༣༣༣(ཤོག་གྲངས་ ༦༦༦) ཙམ་དང་། ཉུང་མཐར་ལྡེབ་མ་ ༢༦༩(ཤོག་གྲངས་ ༥༣༡) ཙམ་རེ་ཡོད།

དང་པོ་འདུལ་བ་གཞི་ལ། འདུལ་བ་གཞི་བཅུ་བདུན་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་ལ་གླེགས་བམ་བཞི་དང་། ཤློ་ཀ་སྟེ་ཚིགས་བཅད་ ༣༢༧༠༠ དང་། བམ་པོ་ ༡༠༩ ཡོད་པ་རྣམས་རིམ་བཞིན་གླེགས་བམ་**ཀ་པ**ར། རབ་བྱུང་གི་གཞི་དང་། གསོ་སྦྱོང་གི་གཞི། དགག་དབྱེའི་གཞི། དབྱར་གནས་ཀྱི་གཞི། ཀོ་ལྤགས་ཀྱི་གཞིའི་སྟོད་བཅས་ལ་བམ་པོ་ ༢༩ དང་། གླེགས་བམ་**ཁ་པ**ལ། ཀོ་ལྤགས་ཀྱི་གཞིའི་སྨད་ཆ་དང་། སྨན་གྱི་གཞིའི་སྟོད་ཆ་ལ་བམ་པོ་ ༣༠ དང་། གླེགས་བམ་**ག་པ**ལ། སྨན་གྱི་གཞིའི་སྨད་ཆ་དང་། གོས་ཀྱི་གཞི། སྲ་བརྐྱང་གི་གཞི། ཀཽ་ཤཱམྦིའི་གཞི། ལས་ཀྱི་གཞི། དམར་སེར་ཅན་གྱི་གཞི། གང་ཟག་གི་གཞི། སྤོ་བའི་གཞི། གསོ་སྦྱོང་གཞག་པའི་གཞི། གནས་མལ་གྱི་གཞི། རྩོད་པའི་གཞི། དབྱེན་གྱི་གཞིའི་སྟོད་ཆ་བར་ལ་བམ་པོ་ ༣༡ དང་། གླེགས་བམ་**ང་པ**ལ། དབྱེན་གྱི་གཞིའི་མཇུག་བར་བམ་པོ་ ༡༧ ཡོད་པ་རྣམས་ཁ་ཆེའི་པཎྜི་ཏ་སརྦ་ཛྙཱ་དེ་ཝ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་བི་དྷྱཱ་ཀ་ར་པྲ་བྷ་དང་། ཁ་ཆེའི་མཁན་པོ་ཛྙཱ་ན་ཀ་ར་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་ཙཱ་བ་བནྡེ་དཔལ་གྱི་ལྷུན་པོས་བསྒྱུར་ཅིང་། སླར་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་བི་དྷྱཱ་ཀ་ར་པྲ་བྷ་དང་། ལོ་ཙཱ་བ་བནྡེ་དཔལ་བརྩེགས་ཀྱིས་བསྒྱུར་ཅིང་ཞུས་པའོ། །

གཉིས་པ་ཕའི་སོ་ཐར་དང་རྣམ་འབྱེད་ལ། ཁྲི་བསྐོམས་གླེགས་བམ་བཞི་ཡོད་པ་ལས། གླེགས་བམ་**ཅ་པ**ལ། དགེ་སློང་ཕའི་ཁྲིམས་ ༢༥༣ མདོར་བསྡུས་ནས་སྟོན་པ་ཕའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་ལ་ཤློ་ཀ་ ༧༠༠ དང་། བམ་པོ་ ༢ ཡོད་པ་རྣམས་ཁ་ཆེ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྨྲ་བའི་སློབ་དཔོན་ཛི་ན་མི་ཏྲ་དང་། ལོ་ཙ་བ་ཅོག་རོ་ཀླུའི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསྒྱུར་ཅིང་ཞུས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དེའི་དོན་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ཕའི་རྣམ་འབྱེད་ལ་ཤློ་ཀ་ ༢༩༥༠༠ དང་། བམ་པོ་ ༨༣ ཡོད་པ་ལས། ཕམ་པ་བཞི་དང་། ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ་ལས་དབྱེན་བྱེད་པའི་ལྷག་མ་ཡན་ཆད་ལ་བམ་པོ་ ༢༡ ཡོད་པ་རྣམས་གླེགས་བམ་འདིར་བཞུགས་ཡོད། གླེགས་བམ་**ཆ་པ**ལ། ལྷག་མའི་འཕྲོ་གསུམ་དང་། མ་ངེས་པའི་ཆོས་གཉིས། སྤང་ལྟུང་སུམ་ཅུ། ལྟུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་ལས་བཅུ་གཅིག་པ་ཡན་ལ་བམ་པོ་ ༢༡ ཡོད་པ་རྣམས་བཞུགས་ཡོད། དེ་བཞིན་གླེགས་བམ་**ཇ་པ**ལ། ལྟུང་བྱེད་བཅུ་གཉིས་པ་ནས་བདུན་ཅུ་ཙ་གཉིས་པ་ཡན་ལ་བམ་པོ་ ༢༠ ཡོད་པ་རྣམས་བཞུགས་ཡོད། གླེགས་བམ་**ཉ་པ**ལ། ལྟུང་བྱེད་བདུན་ཅུ་ཙ་གསུམ་པ་མན་ཆད་མ་དང་། སོར་བཤགས་བཞི། བསླབ་པའི་ཆོས་མང་པོ། རྩོད་པ་ཞི་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་མང་པོ་སྟེ་པའི་རྣམ་འབྱེད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་བམ་པོ་ ༢༡ ཡོད་པ་རྣམས་བཞུགས་ཤིང་། དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་སློབ་དཔོན་ཛི་ན་མི་ཏྲ་དང་། ལོ་ཙ་བ་བནྡེ་ཀླུའི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསྒྱུར་བ་ཡིན།

"'སུ་མཐུད་རྒྱུ།

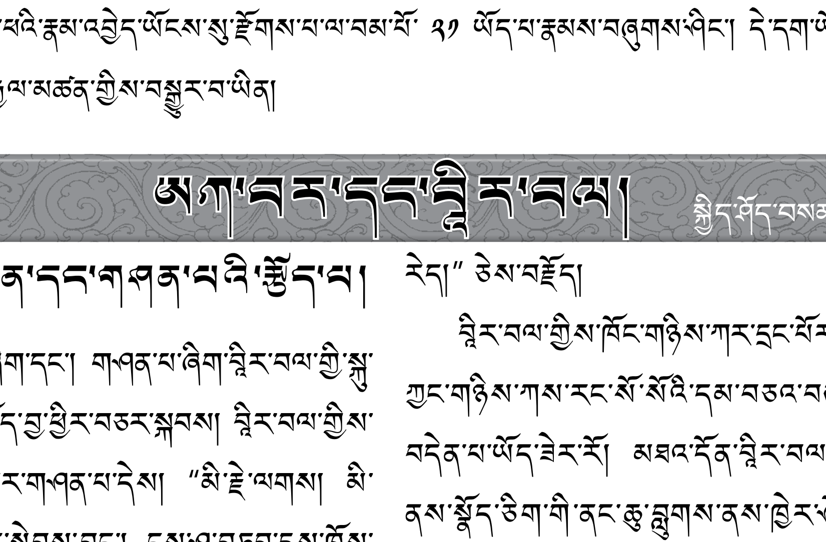
ཨཀ་བར་དང་བིར་བལ། སྐྱིད་ཤོད་བསམ་གྲུབ་ཀྱིས་བསྒྱུར།

༣༥ ༈ སྨུམ་འཚོང་མཁན་དང་གཡེན་པའི་རྩོད་པ།

ཐེངས་ཤིག་སྨུམ་འཚོང་མཁན་ཞིག་དང་། གཡེན་པ་ཞིག་བྷིར་བལ་གྱི་སྐུ་མདུན་དུ་རྩོད་རྙོག་ཅིག་ཐག་གཅོད་བྱ་ཕྱིར་བཅར་སྐབས། བྷིར་བལ་གྱིས་ཁོང་གཉིས་ལ་འདྲི་རྩད་གནང་བར་གཡེན་པ་དེས། "མི་རྗེ་ལགས། མི་འདིས་ངའི་ཚོང་ཁང་དུ་ཤ་ཉོ་བར་སླེབས་བྱུང་། ངས་ཤ་བཏུབ་དུས་ཁོས་ངའི་དངུལ་ཙམ་ལྷུགས་པའི་ཁུག་མ་འཕྲོག་རྩིས་བྱེད་ཀྱི་འདུག ངས་ཁོ་བཀག་འགོག་བྱེད་དུས་ཁོས་དེ་ཁོ་རང་གི་དངུལ་ཁུག་ཡིན་ཚུལ་བཤད་ཀྱི་འདུག" ཅེས་བརྗོད།

ཡང་སྨུམ་འཚོང་མཁན་དེས་སྐད་ཆའི་བར་དུ་འཚང་ནས། "སློབ་པོ་ཆེན་པོ། མི་དེས་རྫུན་ཤོད་ཀྱི་འདུག ང་ཁོའི་ཤའི་ཚོང་ཁང་དུ་ཤ་ཉོ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ལ། ཤ་ཉོས་ཟིན་རྗེས་ངས་རང་གི་ཁུག་མ་ནས་དངུལ་བཏོན་ནས་ཤ་རིན་རྩིས་རྒྱག་རྒྱུའི་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས། ཁོས་ངའི་ཁུག་མའི་ནང་དུ་དངུལ་མང་པོ་ཡོད་པ་མཐོང་མ་ཐག་གཡེན་པ་ཁོས་དངུལ་ཕྲུན་མས་ཕྲེར་སོང་ཞེས་སྐད་ངན་བརྒྱབས་སོང་། ད་ཕྱེད་རང་གཅིག་པུས་ང་གཉིས་དབར་གྱི་བདེན་རྫུན་དབྱེན་འབྱེད་གནང་ཐུབ་ཀྱི་རེད།" ཅེས་བརྗོད།

བྷིར་བལ་གྱིས་ཁོང་གཉིས་ཀར་དྲང་པོར་བརྗོད་དགོས་པར་བཤད་ཀྱང་གཉིས་ཀས་རང་སོ་སོའི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོར་བཟུང་ནས་ང་ལ་བདེན་པ་ཡོད་ཟེར་རོ། མཐའ་དོན་བྷིར་བལ་གྱིས་གཡོག་པོ་མངགས་ནས་སྣོད་ཅིག་གི་ནང་ཆུ་ཁྲུགས་ནས་ཁྱེར་ཤོག་ཅེས་བཀའ་གནང་བ་དང་དངུལ་ཙམ་ཚང་མ་ཆུའི་ནང་ཁྲུགས་ཏེ་ཁུག་མ་སྟོང་པ་བཟོས་ཤིང་། བྷིར་བལ་གྱིས་ཆུར་བརྟག་དཔྱད་ནན་པོ་བྱས་པར་ཆུའི་ཁ་དོག་རིམ་པས་འགྱུར་འགོ་བརྩམས་པ་དང་། མི་རིང་བར་ཆུའི་ཁ་དོག་ཐིང་སྐྱ་ཆགས་འགྱུར་བ་གཟིགས། ཆུའི་ཁ་དོག་གྱུར་པ་དེས་དངུལ་གྱི་བདག་པོ་གཡེན་པ་ཡིན་པ་མཚོན་གྱི་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཤམ་ཀ་རྣམས་ཁྲག་འགོས་པའི་ལག་པ་བརྒྱུད་ནས་བསྡངས་པ་ཤ་སྣག་ཡིན་པས་ཁྲག་བགོས་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ།

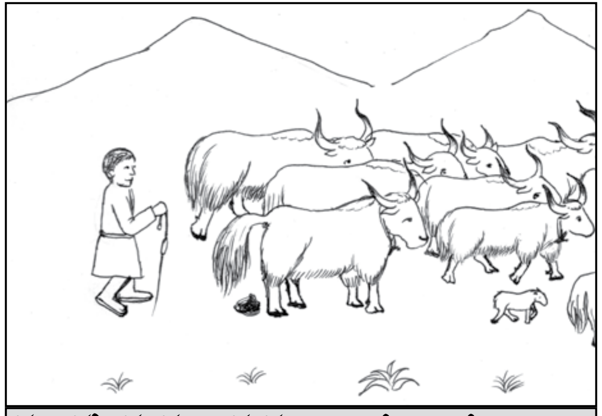


བྷིར་བལ་གྱིས་ཤམ་ཀ་རྣམས་གཡེན་པར་སྤྲད་པ་དང་། སྨུམ་འཚོང་མཁན་གྱིས་ཁྲིམས་སར་རྫུན་བཤད་པ་དང་གཡེན་པར་དོན་མེད་དཀའ་ངལ་བཟོས་པར་བརྟེན་སྨུམ་ཚོང་མཁན་དེར་ཉེས་ཆད་བཏང་ངོ༎ ༎

"'སུ་མཐུད་རྒྱུ།

བུ་ཀོལ་ཧོའི་སྒྲུང་། ༡

ངག་དབང་དབང་མོ། བདེ་སྐྱར་སི་ལྷི་པི་སློབ་དགེ



ཁོས་བུ་མོ་དེར་འོ་མ་ཧོག་ཙམ་སྤྲོད་རོགས་ལབ་ཀྱང་ཐེགས་པ་གཅིག་ཀྱང་མ་སྤྲད། ད་དུང་འབྲི་གཡག་རྣམས་ཁོ་ལ་འདེད་བཅུག་པ་དང་། མོ་རང་རྗེས་སུ་ཉམས་བྱས་ནས་ཡོང་བ་རེད། གང་འཚམས་ནས་རིའི་སྐད་དུ་འཛེག་དགོས་པས། མོས་ཁྱོད་སྤྱང་པོ་ཡིན་པས་སྤྱང་རི་ནས་ཤོག ང་དཔོན་མོ་ཡིན་པས་བྱེ་རི་ནས་འཛེག་ཆོག་ཟེར་བ་ལྟར་བྱས། ཁོས་འབྲི་གཡག་རྣམས་སྤྱང་རི་བརྒྱུད་ནས་དེད་པས་ཡར་འགྲོ་བདེ་བས་རི་མགོར་སྔོན་ལ་སླེབས། འོན་ཀྱང་བུ་མོ་དེ་བྱེ་རི་ལ་ཡར་རེ་འཛེག་དུས་མར་རེ་ཉིལ་བས་འཛེག་ཁག་པོ་བྱུང་།

རི་མགོ་དེའི་སྟེང་དུ་རྡོ་ལེབ་མཐོ་པོ་ཞིག་དང་དེའི་འོག་ཏུ་རྡོ་རིལ་དམའ་པོ་ཞིག་ཡོད་པས། ཁོས་ཨ་ཅག་ལགས་ག་པར་བཞུགས་ཀྱི་ཡིན་ནམ་དྲིས་པ་ན། བུ་མོས་ང་དཔོན་མོ་ཡིན་པས་སྟེང་དུ་སྡོད་ཀྱི་ཡིན། ཁྱོད་རང་གཡོག་པོ་ཡིན་པས་འོག་ཏུ་སྡོད་ཟེར། དེ་ལྟར་བསྡད་པས་མཐོ་སར་རླུང་དར་ཆེ་བས་གྲང་མོ་བྱུང་། དེ་ནས་ཉིན་མོའི་ཛ་ར་(རྫི་བོའི་གུང་ཚིགས་ཆེད་དུ་སྟབས་བདེའི་ལས་རྒྱུགས།)བཟའ་སྐབས་བུ་མོ་རང་ལ་འབྲུའི་རྩམ་པའི་མར་སྤགས་དང་ཁོ་ལ་སོ་བའི་རྩམ་པ་སྐམ་པོ་ཧོག་ཙམ་སྤྲད། མོས་ཟས་ཀྱི་ཕུད་གཏོར་དེ་ཁོའི་ཁའི་ནང་དུ་འཇུལ་བས།

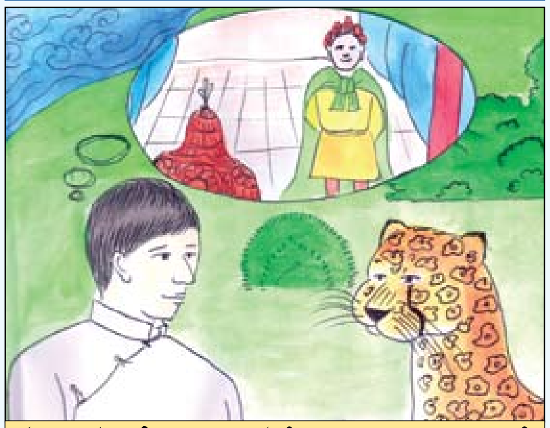
ཁོས་ཨ་ཅག ཨ་ཅག ཕུད་གཏོར་དེ་ངའི་ཁའི་ནང་འཇུལ་བྱུང་བས་ཞིམ་དག་ཟེར་ནས་བཟའ་འམ། ཡང་ན་འག་ཐུ་ཟེར་ནས་མར་གཡུག་གམ་ཅེས་དྲིས་པས། བུ་མོས། ངས་དཀོན་མཆོག་ལ་ཕུལ་བ་ཡིན་པས། སྤྱང་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཁའི་ནང་འཇུལ་ན་ལྟས་ངན་རེད། དེ་ལམ་སང་མར་ཐོན། ཅེས་བཤད་པས་ཁོས་དེ་ལྟར་བྱས། ཛ་ར་བཟས་ཚར་རྗེས་མོ་རང་གི་མགོ་ལ་ཤིག་སྐྲུག་ཏུ་བཅུག ཁོས་ཤིག་སྐྲུག་གིན། བུ་མོ་ཆེ་བ་ལ་གསེར་གྱི་ཤིགས་ཁེབས་ཡོད་ཀྱང་རག་ས་མ་རེད། བུ་མོ་འབྲིང་བ་ལ་དངུལ་གྱི་ཤིགས་ཁེབས་ཡོད་ཀྱང་རག་ས་མ་རེད། བུ་མོ་ཆུང་བ་ལ་རག་གི་ཤིགས་ཁེབས་ཡོད་ཀྱང་རག་ས་རེད། ཅེས་པའི་གླུ་འདི་བླངས་སོ། །

བུ་མོས། གླུ་དེ་སྙན་པ་ལ་ཡང་བསྐྱར་ཐོངས་དང་ལབ་པས། ཁོས་གླུ་བཏང་དང་མ་བཏང་མི་འདུག་ཟེར་ནས་བསྐྱར་དུ་མ་བཏང་། དེ་ནས་མོ་རང་གཉིད་ཉལ་རིང་ཁོ་ལ་ལྷི་བ་སྐམ་པོ་སྐྱི་མོ་གང་སྒྲུག་ཏུ་བཅུག ཕྱི་དྲོ་ནང་དུ་ལོག་སྐབས་མོས། སྤྱ་དྲོ་སྤྱང་པོ་ཁྱོད་སྤྱང་རི་ནས་མགྱོགས་པོ་འཛེགས་སོང་བས་ད་ལན་ང་སྤྱང་རི་ནས་ཡོང་གི་ཡིན། ཁྱོད་རང་བྱེ་རི་ནས་འབབ་ཤོག་ཟེར། ཁོ་བྱེ་རི་ནས་འདྲེད་ཤུད་རྒྱག་བཞིན་མགྱོགས་པོ་བབས་ཐུབ་ཀྱང་བུ་མོ་རྗེས་སུ་ལུས་པས་ཁོ་ལ་གཤེ་གཤེ་བཏང་།

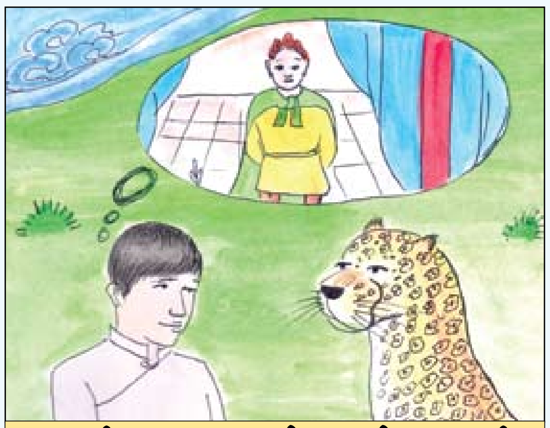
"'སུ་མཐུད་རྒྱུ།

ཞི་བ་དང་གི་སྒྲུབ་གཞིས་བསྐྱངས་པ།

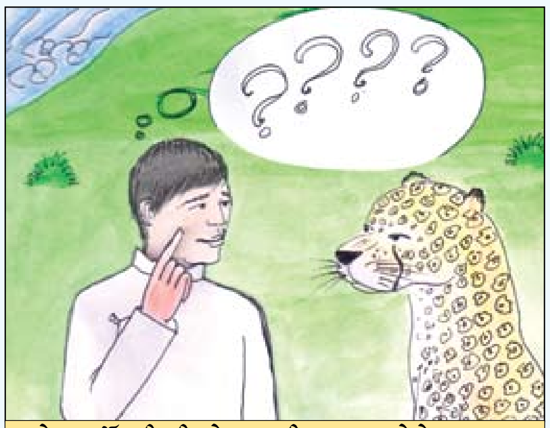
དག་དཔང་བསྟན་འཛིན།



སློ་བུར་དུ་ཚོམས་ཆེན་ནང་དཔའ་གྲོད་ཀྱི་ངར་སྒྲ་གྲགས་པས་རྒྱལ་སྲས་ཀྱི་ཐུགས་ཡོངས་སུ་དཀྲུགས་པ་ན། ཁོས་དཔའ་གྲོད་ལ་ལབ་པར། དཔའ་མེད་དཔའ་གྲོད་དགྲ་འདུལ་ཁྱོད། །མི་ངོ་མི་ཤེས་སུ་ཞིག་ཡོད། །ཀུན་བྱིས་བར་གསུམ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །རྟག་ཏུ་ཁྱེད་ཉིད་སྐྱོར་ལ་གླེང་། །སྔོན་ཆེ་ཆོས་རྣམས་ལོག་བསྟན་ནས། །རྒྱལ་མོའི་སེམས་ཁམས་ཡོངས་སུ་འཁྲུགས། །སེམས་འཚོ་མི་ཟིན་སྐྱོ་བར་གྱུར། །ཁྲི་སྐྱོན་བཞིན་དུ་ཡར་མར་རྒྱུགས། །འཆལ་མོའི་སྤྱོད་ཚུལ་ཡོངས་སུ་བསྟན། །ཡུན་རིང་དྲག་བསྐྱེད་མ་བྱུང་བར། །ཞུགས་པ་མོ་པ་ལ་སོགས་བསྙེན། །



རྒྱལ་སྲས་ཀྱིས་ལྷ་མ་ཐུབ་ནས། ཁྱེད་དཔའ་མེད་སྐྱར་མ་གཅིག་ལ། །དཔའ་གྲོད་མཚན་སྙན་བཏགས་སོང་བ། །དེ་འདྲའི་དགོན་པོའི་གཏམ་འཆལ་ཞིག །སྔོན་ཆད་ཐ་ནས་གོ་མ་སོང་། །དམ་ཆོས་ཚིག་གཅིག་མི་ཤེས་པར། །ཉིད་ཞག་མང་པོ་རྟ་བཏབ་ནས། །ཆོས་ལོག་དུ་མ་བསྟན་པ་ལས། །རྒྱལ་མོའི་སེམས་པ་ར་ཞིག་བསྐྱེད། །



སྐྱར་དེ་བཤད་འཁོར་གཞིག་གིས་ཟེ་ཏུ་ངར་ལ་ངོ་བར། གལ་ཏེ་ཁྱེད་རང་རྒྱལ་སྲིད་དེ་ངར་འགྲོ་རྒྱ་དྲང་ན་གང་ཡིན་དགས། རོག་མར་ངས་རྒྱལ་སྲས་དེ་བཏོན་ནས་རྒྱལ་གཞིས་སྟར་བཞིན་འཛིན་རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་ལབ་པ་ན། ཁྱོ་འབུ་དེར་ཡིད་འགྲོ་ནས། བྱམ་ན་དུ་ལྟར་རྒྱལ་སྲས་དེར་བཅས་ཤིག ཅེས་གཞིག་གིས་ཟུ་འབུལ་ཞིག་བསྟན་ཏེ་ཞི་ཟུར་དང་མ་ཐག་རྒྱལ་སྲས་དེར་བཅོས་སུ་འཇུག་སྟབས་ཡོད་མི་ཆེས། རྒྱལ་སྲས་དེའི་མཐའ་སྐྱོར་ཡོངས་ཀྱི་རྟགས་རེ་ལྟར་མཐོ་བའི་ལུགས་རིམ་བཟོ་ཅིང་། གཡས་གཡོན་ཐམས་ཅད་ནས་མི་ཞིང་ཡོད།

~སྨམ་སྲད་སྐྱ།

སྐྱེ་དངོས་སྨན་རྫས་ངོ་སྤྲོད།

ཆོས་སློབ་པས་བཀོད།

ཁོ་གསུམ་ཁམ་བུ།

འདི་ནི་ཤིང་སྨན་གྱི་སྡེ་ལས་འབྲས་བུ་སྨིན་པའི་རིགས་ཡིན་ཞིང་། སྡོང་པོ་ཆེ་ལ་རབ་ཏུ་མཁྲེགས་པ་དང་། ལོ་མ་རྒྱ་ལྕང་གི་ལོ་མ་དང་འདྲ་པོ་ཡོད། མེ་ཏོག་དཀར་པོ་ལ་དམར་མདངས་ཅུང་ཡོད་ཅིང་། འབྲས་བུ་དམར་སེར་ཞིག་སྨིན། ཤེལ་གོང་ཤེལ་ཕྲེང་པའི་གཞུང་ལྟར་ན། འདི་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། རྒྱ་ཁམ་དང་བོད་ཁམ་ཞེས་པ་ཡོད།

སྐྱེ་གནས། བོད་ལྗོངས་ཀྱི་ས་ཁུལ་མང་པོའི་ཞིང་འབྲམ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཀོང་པོ་དང་། སྤོ་ཡུལ་སྨན་གླིང་སོགས་སུ་སྐྱེ་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཁྲིམ་མཚེས་རྒྱལ་ཁབ་བལ་ཡུལ་དང་། འབྲུག་ཡུལ། འབར་མ། རྒྱ་ནག རྒྱ་གར་གྱི་བྱང་ཕྱར་ཨ་སམ་མངའ་སྡེ་དང་། ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་མཐོ་ཚད་རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ནས་མི་ཊར་ ༣༠༧༨ ཡས་མས་ལ་སྐྱེ་བ་ཡིན། སྐྱེ་དངོས་འདི་ཉིད་འདེབས་འཛུགས་བྱས་ཏེ་སྐྱེས་པ་ཡང་མང་།

བཏུ་དུས་དང་ལས་སྦྱོར་བྱེད་ཚུལ། ཕྱི་ཟླ་བརྒྱད་པ་དང་དགུ་པའི་བར་རམ། འབྲས་བུ་སྨིན་མཚམས་སུ་བཏོག་སྟེ། ཤ་རུས་འཕྲལ་ནས་སྐམ་གསེད་བྱས་རྗེས་སྤྱབས་སྲིག་གཏོང་དགོས་ཤིང་། གཞན་ཡང་ཚེ་གུའི་སྦུམ་བཙིར་ཏེ་སྣུད་ཚོས།

བོད་སྨན་དུ་སྦྱར་བྱ་དང་ཕན་ཡོན། བོད་སྨན་དུ་འབྲས་བུ་དང་དེའི་སྦུམ་བཙིར་བྱིད་བྱེད་ལ། ཀླད་མཚན་འཁྲུག་པ་དང་། ཁྲག་འཁྲིལ་བ། སྐྲ་ལུག་པ། སྐྲ་བར་ནག་བཀག་པར་སོགས་ལ་ཕན། དྲུང་ཚོ་གུའི་སྦུམ་གྱིས་སྐྲ་དང་། ཨར། མིག་སྒྲ་བཅས་སྐྱེ་ཞིང་། བཤགས་པའི་མདངས་གསོ་བ་དང་། བསྙེགས་ཞལ་གྱིས་རྩ་གསོ་བ་དང་། ཆུ་སེར་སྐེམ་པ་བཅས་ལ་ཕན།

མིང་གཞན། ཨ་ཤུ་དང་། བོད་ཁམ། བཟའ་ཤིང་ཡང་ཟེར། རྒྱ་གར་སྐད་དུ་ཨ་རྡུ་(आड़ू)དང་། ཨིན་སྐད་དུ་ པི་ཆ་(peach)ཞེས་པ་ཡིན།

ཙ་གང་།

ཙ་གང་ཞེས་པ་རྒྱ་ནག་གི་སྐད་དུ། ཛུ་དབང་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། ཟུར་ཆགས་དང་ཙ་གང་ཞེས་འབོད་པ་ཡིན། བོད་སྐད་དུ་སྨྱུག་མ་བཙུད་ཅེས་བརྗོད། འདི་ནི་ཤིང་སྨན་གྱི་སྡེ་ལས་ཚ་བ་ཐང་རྒྱུའི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་དབྱེ་ན་རིགས་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། ཤིང་ཙ་གང་མཆོག་ཏུ་བརྩི་བ་ཡིན།

དེའི་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ལ་སེར་མདངས་ལྡན་བུ་ཡོད་ཅིང་། ལག་པ་སོགས་ལ་མི་འགོས། ཁ་འཛུ་ཞིང་རོ་བ་ཡུལ་རིང་སྦྱངས་ན་ཚུར་ཐང་མདངས་ཉམས་ཡོད།

སྐྱེ་གནས། བོད་ལྗོངས་ཀྱི་ས་གནས་ཁག་དང་། བལ་ཡུལ། འབྲུག་ཡུལ། འབར་མ། ལྷོ་ཡུལ་ཕྱི་ལྷ། རྒྱ་གར་སོགས་ཀྱི་མཐོ་ཚད་རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ནས་མི་ཊར་ ༡༧༠༠ ཡས་མས་ཀྱི་རི་ངོས་མེད་ཀྱི་ནགས་གསེབ་དང་། ངོས་མཚམས་ལ་སྐྱེས་ཤིང་། འདེབས་འཛུགས་བྱས་ཀྱང་སྐྱེ་སླ་བའི་སྐྱེ་དངོས་ཤིག་ཡིན།

བཏུ་དུས་དང་ལས་སྦྱོར་བྱེད་ཚུལ། སྨན་དུ་སྨྱུག་མའི་ཁོག་ནས་སྟོན་དབྱིད་གང་རུང་ལ་བཏུས་ཏེ་བསིལ་སྐམ་བཏང་ནས་སྤྱད་དགོས།

བོད་སྨན་དུ་སྦྱར་བྱ་དང་ཕན་ཡོན། བོད་སྨན་དུ་ཆུ་ལ་བཏང་སྦྱོར་བྱེད་ཅིང་། སྙིང་ཚད་སོགས་སྙིང་གི་ནད་རིགས་དང་། རྩ་བཅོས་པ། ཚད་པ་རྡུལ་བ་ཞིག་ན། དེ་མིན་རིམས་ནད་སོགས་ལ་ཕན།

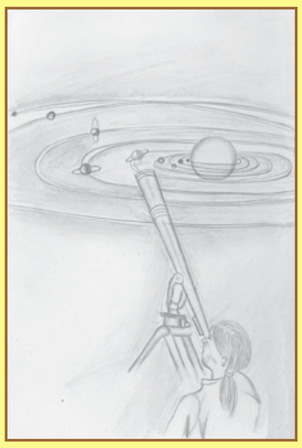
མིང་གཞན། ཅི་ལ་ཙ་ཤ་དང་། སྤྱི་གུ། ཅི་འཛུམ། ཅི་ལ་རྡུལ། སྨྱུག་མ་ཀྱང་ཟེར་ལ་ཡིན།

ཁུངས། དཔེ་ཁྲི་མཁར་...

རི་མོའི་སྒྲིང་ཁ།

རི་མོ་འདྲི་མཁན། བསྟན་འཛིན་ཕེལ་རྒྱས།
དོན་གྲུབ་གླིང་། T.N.M.F སློབ་གྲྭ།

↑ རི་མོ་འདྲི་མཁན། ཐུབ་བསྟན་སྤྲོ་བཟང་།
དཔལ་ཤར་སོག་པ། འཛིན་གྲྭ་བཞི་པ་ཀ



རི་མོ་འདྲི་མཁན། བསྟན་འཛིན་བློ་ཕུན།
ཕེ་ཀོང་བོད་ཁྱིམ། འཛིན་གྲྭ་དྲུག་པ་བཀུག

བོད་ཡིག་གལ་ཆེར་བརྩིས་

ཏེ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་

ངོ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས།

ང་ཚོས་མ་འོངས་པར་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་བཅས་པ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐུབ་པའི་ཆ་རྐྱེན་གཙོ་བོ་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཤེས་ཚད་ཡོད་དགོས། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སོ་སོའི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྐད་ཡིག་སྤྲོ་སྤྲོད་དེ་དག་ཡོད་དགོས། དེའི་གཞི་རྩ་ལྟ་བུ་ནི་བོད་ཡིག་ཤེས་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཁྱིད་རང་ཚོ་མི་རབས་གསར་པ་བཞིན་ཆེས་བོད་ཡིག་གལ་ཆེར་བརྩིས་ཏེ་ཡིན་གཅིག་ཏུ་ངོ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས། བོད་པ་ཡིན་ཙམ་གྱིས་བོད་ཡིག་དང་བོད་སྐད་མ་ཤེས་ན་ཏ་ཅང་ཐབས་སྐྱོ་པོ་རེད། སོ་སོ་སྐྱིད་ཀྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན་ཆ་ཆེ་པོ་རེད། སྤྱིའི་རྩོལ་ནས་བཤད་ན་བོད་པས་བོད་ཡིག་ངོས་ཤེས་ན་དེ་བརྩིས་འབྱུས་ཡོང་བ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། ཁྲིམ་ཚང་གཅིག་གི་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བོད་ཡིག་མ་ཤེས་ན་དེའི་བུ་ཕྲུ་ཚོ་ཡང་རིམ་པས་བོད་ཡིག་ལ་ངོ་སྤྲོད་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད།

ཞེས་པ་འདི་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་སྤྱི་འཐོར་ཆས་ཡོངས་ཀྱི་སྐབས་མཇལ་ཆེན་པོ་མཛད་གནང་སྐབས་ཧོ་ལན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རོ་ཏར་ཌམ་ (Rotterdam)གྲོང་ཁྱེར་ནང་གི་ལོ་ཡུའི་ལྟ་ཁང་གོ་རེན་སི་ཀིརཀ་(Laurenskerk)ཞེས་པར་ས་གནས་བོད་མི་དང་དེ་འབྲེལ་ཕྱི་མི་བཅས་ལ་མཇལ་ཁ་བཏང་བའི་སྐབས་ཀྱི་བོད་མི་རྣམས་ལ་བསྩལ་བའི་བཀའ་སློབ་ནང་བཟུར་འཁོད་ཞུ།

ཕ་ཡུལ།

རྩོམ་སྒྲིག་འབྲེལ་འཛིན། ཨ་ཙུ་ཀྲཱ་ཚེ་དབང་སྒྲོལ་མ།
རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན།
རྩོམ་སྒྲིག་ལས་རོགས། བསམ་དཔལ་བསྟན་འཛིན།
རི་མོ། འཇིགས་མེད་རྒྱ་མཚོ།

ཕ་ཡུལ་ཞེས་བྱའི་བང་མཛོད་ཀྱི་ཡིག་འབྲེལ་ཚང་མ་གཤམ་གསལ་ཁ་བྱང་དུ་གཏོང་ཡོང་བ་ཞུ།

The Editor
PHAYUL Shejai Bangzod
DoE, Gangchen Kyishong, Dharamsala-176215 Distt. Kangra (H.P.) India
དྲ་ལམ་འདི་ཐོག་ཀློག་ཐུབ། www.sherig.org
གློག་འཕྲིན། phayulshezod@tibet.net/gmail.com

མངགས་ཉོའི་ཡིག་འབྲེལ་ཚང་མ་གཤམ་གསལ་ཁ་བྱང་དུ་གཏོང་རོགས།

Sherig Parkhang Trust
R-28 Ramesh Park
Laxmi Nagar
New Delhi 110092
ཁ་པར། 011-22453672, 22455634
གློག་འཕྲིན། shepardelhi@gmail.com

ཏྲེ་ཧོ་མ་བཏུལ་བའི་གཏམ་དཔེ་གཅིག་བཏུས།

∴ ཚིག་པ་པ་ལ་ཟས། །
འགྲམ་ལྷག་བུ་ལ་གཞུས། །

∴ ཚོགས་གཏམ་ཚོགས་ཀྱི་དཀྱིལ་དུ་བཏང་། །
གྲོ་བ་རང་རང་སོ་སོར་ཡོངས། །

∴ ཚོང་པའི་སྐད་མ་གནམ་ལ་བསྐུར་ན། །
དྲག་པའི་སྐད་མ་ས་ལ་བསྐུ། །

∴ མཚན་མོ་སྐྱིད་ཆ་མ་ཡོད། །
ཨེ་ཁྱུང་ཚང་མ་ཨམ་ཅོག་ཡིན། །

∴ རྡ་ཁོག་ཆག་ན་སྐྱི་སྒྲོང་། །
ཁོང་པ་ཆག་ན་སྙིང་སྒྲོང་། །

∴ མཛོ་ཆེན་ལ་ཁྲོན་པ་དང་། །
རྟ་ཆེན་ལ་འགྲོས་སྐྱོན་པ་མི་དགོས། །

∴ ཕ་མོས་མ་སྡུག་མ་མ་གཡུགས་ན། །
ཕ་ཁྱི་རྣ་ཅོག་གོང་དོན་མེད། །

∴ ཕ་མི་བརྒྱལ་ཀ་མེད་འདྲེའི་འགྲམ་ལྷག །
རྟ་མི་འགྲོ་ཀ་མེད་ཁྲམ་པའི་ལོང་ལྷག །

∴ ཕ་ཡི་ཡང་བྲ་མི་ཉམས། །
པ་མེད་ཀྱང་གནའ་མི་ཆག །

∴ ཕ་ཡི་བྲ་གོ་ཀྲུར་ཀྱང་། །
ཕ་ཡི་སྤྱོད་པ་མི་འགྱུར། །

~སྨམ་སྲད་སྐྱ།

༧༧། །སོ་ག་ཤའི་བཙོས་ཀ

ཨ་ཙུ་ཀྲཱ་ཀུན་སློབ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་བསྒྲིགས།

༢) སྨན་བཙོས་ཐོབ་ཐབས།

དུས་འཁྱུགས་པ་ས་སོང་བར་སྨན་བཙོས་ཐོབ་ཐབས་ཆེད་དུ་ རང་འཛིན་གྱིས་ནད་པ་དེར་སྐྱོབ་ཐབས་བྱེད་བཞིན་པའི་སྐབས་དེ་རང་དུ་རོགས་པ་གཞན་ཞིག་སྨན་བཙོས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་པར་གཏོང་དགོས། གལ་ཏེ་རང་ཉིད་གཅིག་པུ་ལས་གཏོགས་གཞན་སུ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ན། གནས་སྐབས་རིང་ཐུང་ལ་བལྟ་ནས་རང་ཉིད་སྨན་བཙོས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་འཚོལ་བར་མི་འགྲོ་ཀ་མེད་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཡང་ཡོད་སྲིད།

ཇི་ལྟར་སྨན་བཙོས་དགོས་པ་ལ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་གང་ཞིག་མི་གཞན་གྱིས་གོ་བདེ་བ་དང་བདེན་པ་ཡོད་པར་ཁ་གསལ་པོ་དབྱེ་ན། ས་གནས་གང་ཡིན་ན། དེའི་ཁ་བྱང་གསལ་པོ། ནམ་སྐྱོན་བྱུང་བའི་ཐོག་རིམ། ནད་ཚབས་ཆེ་ཆུང་། རང་ཉིད་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཐབས་སྐྱེ་ཚུལ་གསལ་པོ་ཡོད་ཐབས་བྱེད་དགོས།

ས་གནས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད།
ས་གནས་དང་ཁ་བྱང་། ཀུང་དེའི་འགྲམ།
ལམ་གཞུང་། གཡས་ནས་གང་ངར་འགྲོ་བའི་ལམ་ཆེན།
ལམ་གྱི་བའི་མཛེ་ཉེ་བོས། ས་ཏོར།
ལམ་ཐག་རིང་ཐུང་། གཡས་ནས་ཕྱི་སྐྱེ་གཏོགས་སུ་ཀི་ལོ་མི་ཊར་ ༢༥ ཙམ་གྱི་སར།
རྐྱེན་ངན་གྱི་རྣམ་པ།
རྐྱེན་ཁྱོན་བྱུང་བའི་མི་གྲངས ༣ (ཕུན་པ་ ༢ དང་། བུ་མོ་ ༡)
དུས་ཚོད། སྔ་དྲོ་ཆུ་ཚོད་ ༦ པའི་ཡས་མས་ཙམ།
བར་ཐག་གཏོང་དུས། སྔ་དྲོ་ཆུ་ཚོད་ ༦ དང་སྐར་མ་ ༡༠།
ཐུན་མཚམས། མ་དུ་ཏི་སོ་ཏ་ཅུང་ལ་ཞིག་གཏོང་ནས་ཤིང་སྡོང་ལ་བརྡབ་འདུག སྨ་ཀུ་དེ་རྡབ་ཡོད་འདུག དེའི་ཁ་བར་ཨང་གྲངས ༩༨xxxxx༥ ཡིན། འབྲས་དུ་འབྲེལ་བ་གནང་རོགས།

ཇི་ལྟར་ན་ཚ་ལ་ཐོན་པའི་ལྷག་མ་རྣམས་གང་ཞིག་ལ་ཚེ་བའི་སྐབས། རྐྱེན་འབྲོན་བྱུང་བའི་མི་གྲངས། རྐྱེན་ཚབས་ཆེ་ཆུང་། རང་ཉིད་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཁ་པར་ཨང་གྲངས་སོགས་གསལ་པོ་ཡོད་ཐབས་བྱེད་དགོས།

~སྨམ་སྲད་སྐྱ།