

ཡ་མཚན་དོ་དང་གྱི་ལ་དོ་མ།



བོད་གཞུང་གིས་རིག་ལས་བྱངས་ནས།

ཡ་མཚན་དོ་དང་གྱི་ལ་དོམ།

སྐལ་བཟང་མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་ཚོམ་བསྐྱར་བྱས།



བོད་གཞུང་གིས་རིག་ཚོམ་སྐྱོད་ལྷན་ཁྲེེ་ཚན་ནས།

དོན། >> ཞེས་པའི་དེ་བཤེད་ལྟ་བུ་འདི། དེ་སྐོར་ཐོན་ཞིན་པའི་ <<ལ་ཡུལ། ཤེས་ཤུའི་བང་
མཛོད། >> ཁག་ནས་སློབ་སྦྱོང་གི་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཉེ་བར་སྐྱོན་ཞུས་པ་ཡིན། །

འདིར་བཀོད་བཅུ་མས་ཚོས་ཁག་ནང་མཛོས་རིས་སྐྱོན་སྐྱུ་ཚོགས་པ་དང་། ལྷན་ཚུལ་གྱི་
ཚ་ནས་སློབ་མཁན་གྱི་ཡིད་དཔང་འཕྲོག་ཐུབ་པའི་འབད་བཙོན་གྲུས་ཡོད། ལྷན་པོ་ཚན་གྱི་ལ་
ནང་གི་སློབ་ཤུ་མཚོ་འཕྲིད་ཚུང་གསུམ་གྱི་རང་རེའི་སློབ་ཤུ་ག་ནམས་ལ་འོད་ཡིག་གི་ཚུར་
ལཱའི་བཟུལ་དེ་བུ་ཉ་ཅང་ཉུང་སློན་དང་། ཚོམ་ཡིག་འཕྲི་མཁན་ཉུང་ཞིང་། ཤིས་ཚོམ་མི་ཉུང་བ་
ཞིག་ལ་སློན་དང་ཞན་ཅ་སྟེ་ཚོགས་འདུག་པ་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ནམས་བསལ་སྟེ།
མངས་འདིར་ <<ལ་ཡུལ། >> སློབ་སྦྱོང་གི་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཉེ་བར་སྐྱོན་ཞུས་ཡོད་ལ།
དེ་མཚུངས་དེ་བཤེད་གཞན་ནམས་ཀྱང་སྐྱོན་ཞུས་པར་སྐྱོན་ཞུ་འཆར་ཡོད་པ་བཅས། །

བོད་ལྷན་པོ་འདུག་ལོ། ལྷན་པོ་༢༠༠༠ ལོར།
བོད་གཞུང་གིས་རིག་ཚོམ་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཚོན་ནས།



བྱི་ལ་དོམ་བཀྲ་གིས་ནི་རང་གི་བཙེ་བའི་ས་མ་གཉིས་ཀྱི་
བུམས་བཙེའི་ལྷ་སློང་འོག་དུས་རྟལ་དུ་བཟོ་དབྱིབས་འདྲ་མིན་
གྱི་དོ་ཚུང་ཚོན་མདོག་སྐྱ་ཚོགས་གསོག་ཉར་བྱེད་གྱུར་དགའ་པོ་
བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན།



ཚར་ཚོད་ཚེ་བའི་ཉིན་ཞིག། ཡི་ལ་དོམ་བཀྲ་ཤིས་ལ་གཞན་དང་
 མི་ལ་བའི་དོ་རྒྱུང་དམར་མདངས་ཅན་ཞིག་རྗེད། སྐབས་དེར་
 ཚར་ལྷགས་ཀྱིས་གྲང་མོ་ཡོད་པར་བརྟེན་ཁོ་པས། ཚར་བ་འདི་
 ཚད་པ་ཤོག་ཅེས་ཚིག་ལབ་བརྒྱབ་མ་ཐག་།།



ཚར་བ་གཏོང་མཚམས་སློ་བྱུང་དུ་ཚད་སོང་བ་མ་ཟད་སྤྱིན་པ་
 ཡང་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར་ཏེ་དོ་སྤྱིད་ལྷན་པའི་ཉི་འོད་
 སྤྱོགས་གང་སར་བྱུང་བར་བརྟེན། ཡི་ལ་དོམ་བཀྲ་ཤིས་རང་
 ཉིད་ཉ་ཅང་ཡ་མཚན་དགོས་པར་གྱུར།



བྱི་ལ་དོམ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་སློབ་བྱས་ཏུ་ཆར་པ་ཆད་དེ་ཉི་
 མ་བསྟན་པ་ནི་ད་བར་བྱུང་སྲིད་མེད་པར་བཞེན་ཏན་ཏན་རང་ལ་
 ཉེད་པའི་དོ་རྩུང་དེས་མིན་ནམ་སྟམ་སྟེ། “ཆར་པ་ཡང་བསྐྱར་
 བབས་པ་ཤོག” ཅེས་ལབ་པ་བཞིན་ཡང་བསྐྱར་བབས།



བྱི་ལ་དོམ་བཀྲ་ཤིས་དགའ་ཚོར་ཆེན་པོས། “ད་ནི་བག་ཆགས་
 བཞག་སོང་། ཉི་མ་དེ་རིང་ནས་བཟུང་ངའི་བཙེ་བའི་ས་མ་
 གཉིས་དང་། གཉེན་ཉེ་དུ། ལྷོགས་པོ་སོགས་ཚང་མར་རང་རང་
 སོ་སོས་གང་འདོད་པ་དེ་བཞིན་རག་རྒྱ་རེད།” ཅེས་ལབ།



གྲི་ལ་དོམ་བཀྲ་ཤིས་གྲིས་ག་རེ་ལབ་བ་དེ་བཞིན་ཡོང་གི་ཡོད་
 བའི་ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་དོ་དེ་འབྲེར་ནས་དགའ་སྤྱོད་ལ་བམ་མ་
 གཉིས་ལ་སློན་དུ་ཡོང་ཞོར། བམ་གཉིས་གྲིས་དེ་གཟིགས་
 སྐབས་ལམ་སེང་ཡིད་ཆེས་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད་སྟེ།



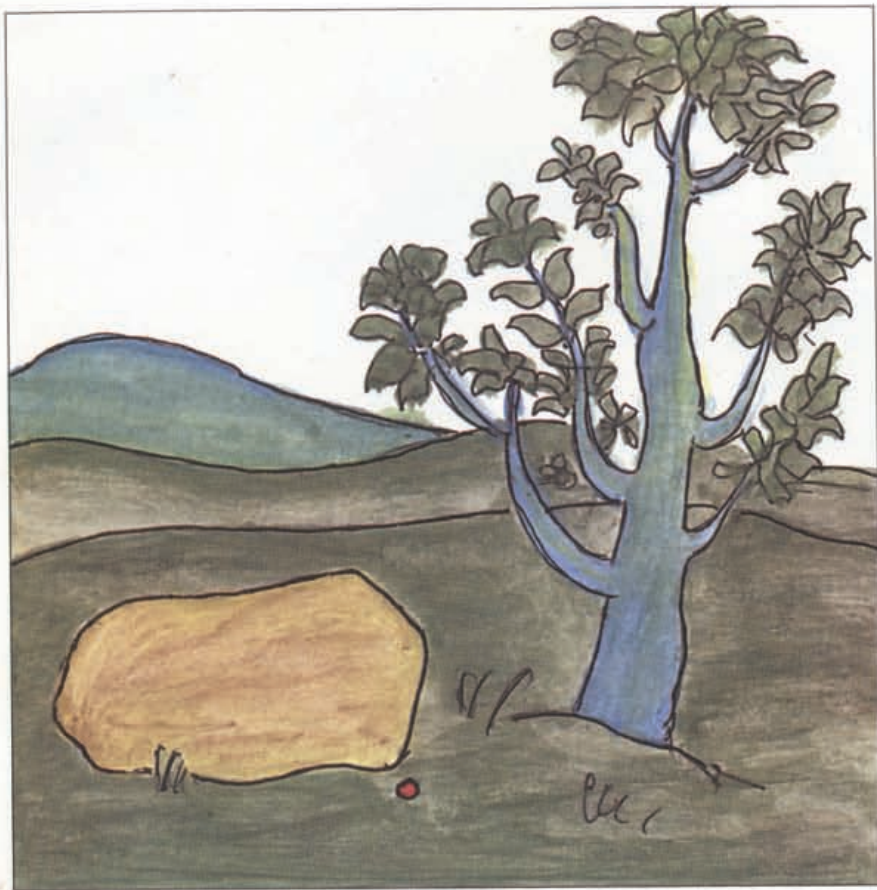
དེ་ནས་རང་ཉིད་ལ་དགོས་མཁོ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རྣམས་
 ཡིད་ལ་འཁོར་གྱིན་འགྲོ་སྐབས། ལྷོ་བྱུང་དུ་འདམ་སེང་སྟོགས་
 བ་ཞིག་ཐུག་བས་ཁོ་བ་ཞིད་ཐག་ཚོད་དེ། “ང་དོ་ཆགས་པ་ཤོག”
 ཅེས་ལབ་བས་དེ་མ་ཐག་རང་ཉིད་དོར་བྱུང།



གལ་ཏེ་ཁོ་པ་ཞེད་ཐག་ཚོད་མེད་ཚོ། འདམ་སེང་ཁོ་རྩོར་གྱུར་
 བ་སོག་ཅེས་ལབ་ན་དེ་ལྟར་ཆགས་གྱི་ཡོད་ལ། ཡང་ན་རང་
 ཉིད་པ་མ་གཉིས་གྱི་སར་སྐྱེ་བས་པ་སོག་ལབ་ན་དེ་བཞིན་
 སྐྱེ་བས་པ་སོགས་ག་རེ་ལབ་ཀྱང་འགྲིག་གི་ཡོད།



དེ་ནས་བརྒྱུད་གྱི་ལ་དོམ་བཟུ་གིས་སྤང་གསོངས་དེའི་སྟེང་གི་
 རོ་བུས་ཏེ་སྟོད་དགོས་བྱུང་། ཉེ་འགྲམ་དུ་ཡ་མཚན་རྩོ་དེ་ལྟར་
 སྟེ་ཡོད་ནའང་རང་ཉིད་རྩོར་གྱུར་ཡོད་བས་ཡར་སྐྱབ་ག་སྐྱབ་
 ཐབས་བུལ་བ་བརྟེན་སེམས་སྐྱབ་ནང་ལྟར་སྟེ་སྟོད་དགོས་བྱུང་།



ཁོ་པ་སྐར་ལྟར་འགྲུར་བར་གོ་སྐྱབས་གཅིག་ཡོད། དེ་ནི་མི་གང་
 ཅུང་ཞིག་ལ་ཡ་མཚན་དོ་དེ་རྗེད་སོང་ན་དོ་དེར་མདུན་གྱི་དོ་
 ཚེན་པོ་དེ་གྱི་ལ་དོམ་བཀུ་ཤིས་ཆགས་པ་ཤོག་ཅེས་ལབ་དགོས།
 ཡིན་ཡང་དོ་དེ་རྗེད་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཟོད་དགོས་སུས་ཤེས།



ཁོ་པའི་ནང་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས། “ང་ཚོའི་བྱ་དགོང་མོའི་ཁ་ལག་
 ལའང་སྐྱབས་མ་བྱུང་། ག་པར་སོང་བ་ཡིན་ནམ།” ཞེས་
 སེམས་བྱུང་ཆེན་པོས་སྐྱབས་གིན་བསྐྱད་ཀྱང་ད་དུང་མ་སྐྱབས་
 པར་བརྟེན། ཞོགས་པ་བར་ཡོང་རེ་བྱས་ཏེ་མཚན་གང་སྐྱབས་



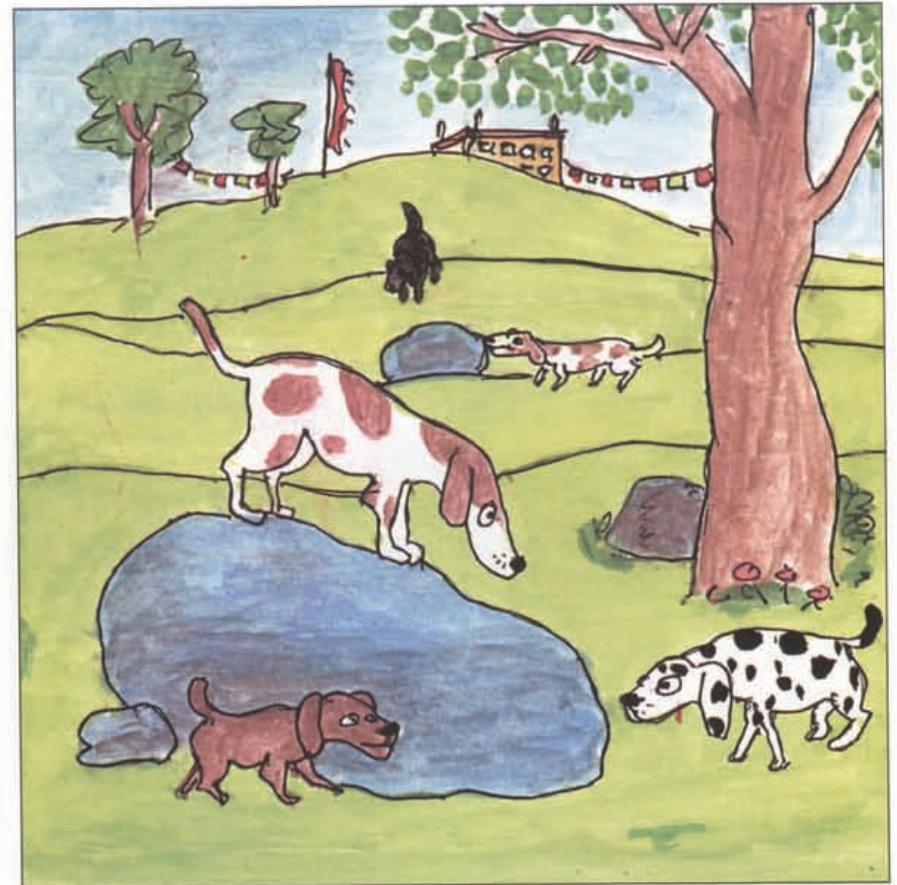
ཕ་མ་གཉིས་པོས་རང་གི་བཙེ་བའི་བྱ་དྲན་བཞིན་རྗེས་སུ་རང་
 ཉིད་ནམ་གནས་བར་སྐར་ལས་ཀྱང་བྱམས་སྐྱོང་ཆེ་བ་བྱེད་ལྷུ་འི་
 དམ་བཅའ་བཞག་སྟེ། བྱོང་བྱིམ་ཚང་མར། “ངའི་བྱ་མཐོང་མ་
 བྱང་ངམ། ངའི་བྱ་མཐོང་མ་བྱང་ངམ།” ཞེས་སྐད་ཆ་དྲི་བར་སོང་།



དེ་རྗེས་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་སྲོགས་གང་སར་ཐེབས་ཏེ་ཉའི་ཉིུ་
 དང་། ཕག་པའི་ཕག་ཕྱུག་ཞི་མིའི་ཞིམ་སྐྱུག་བཅས་ནམ་གུན་གྱི་
 ལ་དོམ་ཚུང་གི་ཚེད་མོ་ཚེ་རོགས་ཚོར་སྐད་ཆ་དྲིས་ཀྱང་ཚང་
 མས་ཅུ་བ་ནས་མཐོང་མ་བྱང་ཞེས་ལབ།



ཕ་མ་གཉིས་གང་དུ་སྲིན་ཀྱང་གྱི་ལ་དོམ་ཚུང་ཅ་བ་ནས་མ་རྗེད་
 བར་བཞེན། མཐར་ཕྱིན་སྐྱབས་སྐྱོད་ཉེན་ཉོག་པའི་སར་བསྐྱོད་དེ་རང་
 གི་བྱ་གྱི་ལ་དོམ་ཚུང་བོར་བཏུག་གོར་སྐྱོར་སྐྱབས་སེང་ཞུས་ཏེ་
 འཚོལ་ཐུབ་པ་བྱེད་རོགས་ཞེས་ཞུས།



སྐབས་དེར་ཁྱི་ཚུང་གོགས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གཡས་གཡོན་གྱི་
 ཤིང་སྒོང་དང་བྲག་རྩོ། གྱི་ལ་དོམ་ཁོ་བ་རྩོ་ཆགས་ཡོད་པ་བཅས་
 ཚང་མར་རྗེ་སྐྱོམ་བྱས་ཏེ་ག་ཚོད་བཅའ་ཀྱང་དོའི་དྲི་ལས་གྱི་
 ལ་དོམ་བཀྲ་ཤིས་ཡོད་པ་ཅ་བ་ནས་མ་ཚོར།



ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་བ་གཅིག་ཙམ་ས་ཆ་དེའི་གཡས་གཡོན་
 དུ་བཙལ་བ་དང་སྐྱད་ཆ་དྲིས་ཀྱང་མ་རྟེན་བར་བཞེན་མཐར་བྱི་
 ལ་དོམ་བཟུ་ཤིས་ལ་གནས་ཚུལ་ཐབས་དུག་ཅིག་སྤྱད་དེ་ཉ་
 ལམ་ཐུག་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྲལ་སོང་སྟེ་ནས་སེམས་ཐུག་གི་
 མིག་ཚུ་ཤོར།



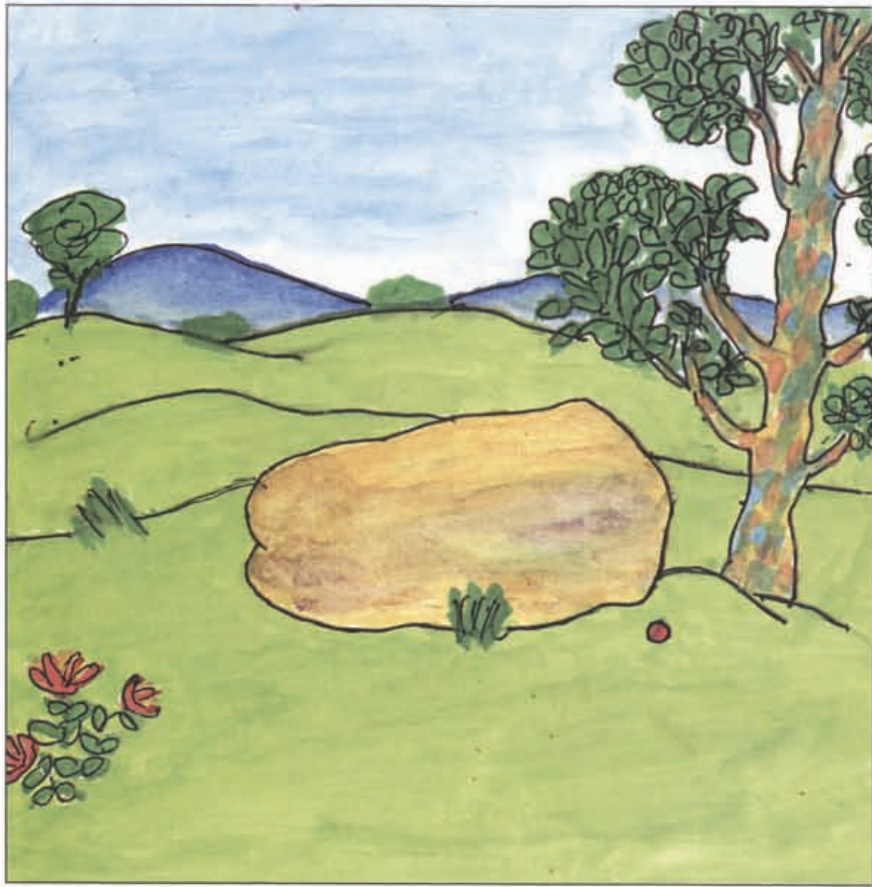
ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་མི་ཚེའི་ལྷག་འཕྲོ་དེ་སྤྱིད་པོ་ཞིག་སྐྱེལ་དགོས་
 བསམས་ཀྱང་། ག་དུས་ཡིན་རུང་རང་གི་བྱ་བྱི་ལ་དོམ་བཟུ་
 ཤིས་དྲན་ཞིང་མིག་ཚུའི་སྤང་བ་དང་སྐྱགས། “ད་ནི་མི་ཚེར་སྤྱིད་
 པོ་མི་འདུག” ཅས་གསུང་སྐྱད་ཤོར་གྱིན་ལུས།



སྤྱི་ལ་དོམ་བཀྲ་ཤིས་ཉི་མ་ནས་རྩ་བ་དང་། རྩ་བ་ནས་ལོ་རྩེ་
 ཆགས་ཏེ་སྡོད་དགོས་བྱུང་ཞིང་སྡོན་ལོ་སེར་པོ་ས་ལ་ཟགས་
 ཤིང་སེམས་སྡོལ་བ་ཚད་ལས་འདས་པའི་ངང་། རང་ཉིད་དུས་
 བཅས་ཡང་དེ་ལྟར་སྡོད་དགོས་པ་ལས་གཞན་གྱི་རེ་བ་བྲལ།



དེ་ནས་རིམ་བས་དགུན་ཁ་ཤར་ཞིང་ཁ་ཆར་བྱ་ཡུག་འཕྲོལ་པའི་
 ཁྲོད། སྡོག་ཆགས་གཞན་ནམས་སྡོན་ཁ་ཚང་ནང་བསགས་པའི་
 ཟས་ལ་ལོངས་སྡོད་བྱེད་སྐབས་སྡུང་གི་ཞིག་སྤྱི་ལ་དོམ་རྩེ་
 ཆགས་པ་དེའི་སྡོད་སྡོགས་ཏུ་སྤྱུག་བཞིན་ཡོད།



དེ་རྗེས་རིམ་བཤམ་ས་གཞིར་ཚོ་དྲོད་སླེབས་ཏེ་གངས་རྒྱུས་ག་
 ལེར་བཞུགས། དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་བཞད་དེ་ཐམས་ཅད་སློ་ལྗང་
 ཅན་དུ་གྱུར་ཞིང་ཤིང་སློང་ལ་ལོ་འདབ་རྒྱས། རང་བྱུང་མེ་ཏོག་
 རྒྱུས་རེ་རེ་ཞིང་བཞད་འགོ་རྩྭ་གས།



དབྱར་དུས་ཀྱི་ཉིན་ཞིག་གྱི་ལ་དོམ་བཟུ་ཤིས་ཀྱི་ཕས་རང་གི་
 བཟའ་རྒྱ་ཉེ་འགུམ་གྱི་སྤང་གཤོངས་སྟེང་དུ་སློ་བསང་ཆེད་སྤྱིང་
 ཁ་གཏོང་བར་འབྲིང་དེ། “ད་ཆ་ཁྱེད་རང་བུ་བཟུ་ཤིས་དུན་མིན་
 ལ་མ་སྟོས་པར་སེམས་སྤྱིད་པོ་བྱེད་དགོས།” ཞེས་ལབ།



བྱི་ལ་དོམ་ཨ་མས་དོ་ཆེན་པོ་དེའི་སྤྱང་བསྐྱད་པས་རང་གི་ཨ་
 མའི་དྲོད་འཇམ་གྱིས་བྱི་ལ་དོམ་བགྱིས་གཉིད་ལས་སད་མ་ཐག
 “ཨ་མ་ལགས། བ་ལགས། ང་བྱི་ལ་དོམ་བཀྲ་ཤིས་ཡིན།” ཞེས་
 ལབ་འདོད་ཀྱང་རང་ཉིད་དོར་གྱུར་ཡོད་ཀྱིན་བཟོད་ག་ལ་ཐུབ།



བྱི་ལ་དོམ་ཨ་མས་དོ་ཆེན་པོ་དེའི་སྤྱང་ཞལ་ལག་རྒྱུས་
 བསྐྱེགས་ཤིང་བ་མས་དེའི་འབྲིས་མར་སྤྱད་སྐབས་དོ་རྩུང་
 དམར་པོ་ཞིག་མཐོང་བས། “ཨ་ཙོ་ང་ཚོའི་བུ་དོ་འདི་འདྲ་ལ་
 དགའ་པོ་ཞེ་དྲགས་བྱེད་གྱི་ཡོད།” ཅེས་ཡར་བསྐྱེགས།



ཁོང་གཉིས་ཞལ་ལག་མཚོན་སྐབས་ཀྱི་ལ་དོམ་ཨ་མས་མྱོ་བྱར་
 དུ། “ང་ཚོའི་བྱ་ད་ལྷ་ང་ཚོ་དང་ཐག་མི་མིང་བར་ཡོད་པའི་སྐྱང་བ་
 བར་གྱི་འདུག་” ཅེས་ལབ། སྐབས་དེར་གྱི་ལ་དོམ་བཀྲ་གིས་
 ཀྱིས་ང་འདིར་ཡོད་ཅེས་སྐད་རྒྱག་འདོད་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡང་རང་
 ཉིད་དོར་གྱུར་ཡོད་ཀྱིན་སྐད་རྒྱག་ཐབས་བྲལ།



ཨ་མས་སེམས་སྐྱབ་ངང་། “སྐྱང་གཤོངས་འདིའི་སྐྱང་བྱ་ཡང་
 ཡོད་ཚོག་ག་” ཅེས་བཞེད། སྐབས་དེར་བ་མས་རང་ལ་རྟེན་པའི་
 རོ་དེ་ལག་ཏུ་བཟུང་ནས། “ངའི་བྱ་སྐྱར་བཞིན་སྐྱང་གཤོངས་འདིའི་
 སྐྱང་ཚེད་མོ་ཚེ་རྒྱ་ཡོང་བ་ཤོག” ཅེས་གསུང་མ་ཐག་དོ་ཆེན་དེ་
 ཀྱི་ལ་དོམ་བཀྲ་གིས་ལ་འགྱུར་ཏེ། “བ་ལགས།” ཞེས་བཞེད།



ཉང་སངས་དགོས་པར་པ་མར་བུ་ཐུག་པ་དང་བུར་པ་མ་ཐུད་
 པའི་དགའ་སྐྱང་བཟོད་ལས་འདས་པ་བུང་། བུས་ཨ་མའི་པར་
 དུ་མཚོངས་སྟེ། “ཨ་མ་ལགས།” ཞེས་དང་། ཨ་མས་བུར་
 བུམས་བརྗེད་འོ་བུས། སྐབས་དེར་པ་པས། “འདི་ནི་མི་ལམ་
 མིན་པར་ཤོག་ཅིག” ཅེས་སྟོན་ལམ་བརྒྱབ།



དེ་རྗེས་ཁོང་གསུམ་དགའ་སྐྱིད་ལྡན་པའི་ངང་ནས་རང་གི་ནང་
 དུ་ལོག། བྱི་ལ་དོམ་པ་པས་ཡ་མཚན་དོ་དེ་ལྷགས་སྐམ་ཞིག་
 གི་ནང་ཐུགས་ཏེ། “འདི་རྗེས་སུ་བེད་སྟོན་བཏང་ཚོག་ ད་ལྟ་ང་
 ཚོ་ནང་མི་གསུམ་མཉམ་འཛོམས་བུང་བ་འདི་གས་འགྲིག་
 སོང་།” ཞེས་བཟོད་དེ་དགའ་སྐྱིད་ལྡན་པའི་ངང་གནས་སོ། །