



འགྲུལ་ཐེབས་པའི་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་  
 ཕན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་རྒྱ་གར་རྒྱལ་དར་  
 འཕེལ་རིམ་དང་རང་དབང་འཐབ་རྩུང་  
 པ་གྲངས་མེད་ཀྱི་སློབ་གཏོང་མཆོན་  
 གྱིན་ཡོད་སྟོར་དང་མེ་ཏམ་ཀྱི་མ་དང་  
 ཤམ་ཇི་གི་རིག་བླ་མ་མཆོད་མཁོས་  
 གྱིས་རྒྱལ་དར་གྱི་ཐོས་མཐོང་འཆར་གཞི་  
 གྱི་ལོ་༡༩༩༡ ལོར་གནང་བའི་ལོ་རྒྱུས་  
 སུ་བསྐྱར་ཞིབ་གནང་བ་དང་སྒྲིགས་  
 རྒྱལ་དར་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གཅིག་  
 སྒྲིལ་དང་མི་མེར་གྱི་དབུ་འཕྲི་མཆོན་  
 པའི་ནན་བཤད་གནང་དེ་བཞིན་མན་



དེ་ལྟར་རྒྱལ་ཁྲུལ་སྤྱི་ཤི་མཆོག་ཙན་  
 རོ་ལྟ་བུ་མཆོག་གིས་འཆར་པ་ཤིག་  
 ཡིན་པ་དང་དེས་རྒྱལ་ཁབ་དབུ་གྱུས་བཅི་  
 རྒྱ་བམ་ཆོན་གྱིན་ཡོད་པ་གསུངས་པོང་  
 གིས་མཛད་སྟོན་དེ་ར་འཛོམས་པའི་མི་

### རང་བཅོན་ཉིན་མོར་འབྲས་ལྗོངས་ནང་མཁའ་མའི་གཤག་བཅོས་ལྟེ་གནས་སྟོན་འབྱེད་བྱས་པ།

འབྲས་ལྗོངས་ནང་འཕྲོད་བཞེན་  
 ཞབས་ལུ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ར་  
 དམིགས་ཏེ་སྤྲོད་ཏོག་སོ་ཆུ་སྤྲོད་ཡས་  
 ཇི་ཡན་ཡམས་སྒྲན་ཁང་དུ་མཁའ་མའི་  
 གཤག་བཅོས་ལྟེ་གནས་གསར་པ་ཞིག་  
 བཅུ་གས་ཡོད་པ་དེའི་དབུ་འབྱེད་  
 འབྲས་ལྗོངས་མང་འཕྲོད་མིང་སྤྱོད་སྟེ་  
 ཞབས་ལོམ་གཤམ་ཐུར་མཆོག་དང་སྤྱི་  
 རྒྱལ་སློབ་ཆེན་སྤྱི་ཞབས་པུ་མེས་སྤྱི་དུ་  
 མང་མཆོག་དང་འཕྲོད་བཞེན་སློབ་ཆེན་  
 'སྤྱི་ཞབས་ཇི་ཇི་ཏུ་གཤམ་མཆོག་རྒྱམས་  
 གྱིས་གནང་ལྟེ་སྤྱི་གཙམ་རྒྱམས་འབྲས་  
 ལྗོངས་ཀྱི་མི་དམངས་སུ་ཐུལ་ཡོད་ཏོང་  
 དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་སྤྱི་རྒྱལ་སློབ་ཆེན་  
 སྤྱི་ཞབས་པུ་མེས་སྤྱི་དུ་མང་མཆོག་



གསར་འགོད་པ་རྒྱམས་ལ་གསུང་  
 བཤད་གནང་དུ་ས་འབྲས་ལྗོངས་སུ་  
 མཁའ་མའི་དབང་པོ་གཤག་བཅོས་  
 ལས་དོན་འགོ་འཛུགས་བྱས་པ་དེ་རྒྱ་  
 གར་རང་བཅོན་དུ་ས་དབུ་ཐེངས་༥༠ ཡི་  
 ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་གྲུ་པ་འབྲས་  
 ཤིག་ཡིན་པ་དང་འབྲས་ལྗོངས་གཞུང་  
 འཕྲོད་བཞེན་དང་ནང་མིའི་བདེ་དོན་  
 ལྟན་ཁང་དང་སྒྲན་པ་དང་སྒྲན་ཞབས་

སྤྱར་རྒྱལ་སྤྱི་དེའི་ཆོག་ས་རྒྱམས་  
 བསྐྱར་སྤྱོད་བཅུ་གཤམ་དང་  
 གཞན་ཡང་ཁོང་གིས་རྒྱ་གར་ན་  
 བཅིང་སློབ་ཆེན་སྤྱི་ཞབས་ལུ་  
 མི་ཏུ་སྤྱི་མཆོག་གིས་ཉེ་ཆར་  
 བཅུང་རྒྱལ་སྤྱི་ཤི་གོ་གནས་གན་  
 བ་པ་དང་གཞུང་འབྲེལ་ལྟན་  
 ཁང་བྱིམ་ཆང་རྒྱམས་སུ་གྲུ་ས་  
 བཅི་བྱེད་དགོས་པའི་བཀའ་  
 བརྒྱ་བཏང་བར་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་  
 རྒྱ་ས་སོང་མཛད་སྟོན་ཆོག་གས་

ཞུགས་པ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཁ་བྲལ་སྤྱབས་ཆོས་ཤིག་  
 ཤོར་བའི་མི་རྒྱམས་ཀྱི་དྲན་གསོ་ལྟེ་ཆེད་སྤྱི་  
 མ་གཉིས་འིང་བཀའ་བཅད་བྱུང་ན་ཞུགས་པ་དང་  
 འབྲས་ལྗོངས་གཞུང་རིག་གཞུང་ལྟེ་ཆོན་གྱིས་  
 གོ་སྒྲིག་འོག་མཛད་ལྟེ་ལྟ་རྒྱ་རམ་དང་རྩ་རྟ་  
 ཏམ་གོ་རྩ་ལ་བྱུང་ལྟེ་རྒྱལ་སྤྱི་བཏང་ཏེ་  
 མཛད་སྟོན་མཛུགས་བསྐྱར་སྟོན་དེར་བཀའ་  
 ཤིག་གི་སློབ་ཆེན་དང་སྤྱི་འབྲས་དང་སྤྱི་རྒྱལ་  
 སློབ་ཆེན་གྱི་སྤྱོད་དོན་དུ་རྒྱུ་དང་སྤྱོད་ཏོག་  
 རྩོད་འཛོན་སྤྱོད་འགན་འཛོན་རྒྱམས་པ་དང་སྤྱི་  
 རྒྱལ་དུ་རྒྱུ་དང་དུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་མི་  
 དམངས་རྒྱམས་མཉམ་ཞུགས་བྱས་ཡོད་དོ།

འིང་སྤྱི་རྒྱལ་སློབ་ཆེན་སྤྱི་བཅོས་རིགས་  
 སྤྱོད་འོག་རིགས་རམ་བྱ་རྒྱུ་འཛོར་གསུངས་  
 ལས་དོན་དེ་འགོ་འཛུགས་གནང་མཁན་གྱི་  
 སྤྱི་མའི་སྤྱི་ཆོན་དུ་ས་གནས་གོ་ལ་ཀྱི་ཏའི་  
 ཡར་ཡན་ཏེ་གོར་སྤྱི་ཁང་གི་སྤྱི་པའི་ཨེ་རྩ་  
 གིར་དང་ཡས་ཇི་ཡན་ཡམས་སྤྱི་གི་སྤྱི་པ་ལུ་



ཉི་མཁུ་གྲུ་ཏམ་གཅོས་པའི་ཡས་ཇི་ཡན་ཡམས་  
 སྤྱི་ཁང་གི་སྤྱི་བཅོས་རྒྱལ་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་  
 གྱི་ལས་བྱེད་རྒྱམས་འདུ་གཤམ་རྒྱུ་ས་ཕན་གྱི་  
 ལས་དོན་ནང་གཤག་བཅོས་ཐོག་མའི་ཞབས་  
 ཏོག་ཐོབ་པའི་མི་རྒྱམས་ཤི་ས་གནས་བཀྱིས་

གྱི་ཡིག་ཆ་ཉུང་དུ་གཏོང་བ་དང་ཡོང་  
 འབབ་བོར་བསྐྱག་འཕྱོག་པ་དང་སྒྲོ་  
 འཆམ་ལས་རིགས་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་  
 དྲངས་གསལ་བ་ཟེཾ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་  
 དང་ཡོང་འབབ་བོར་བསྐྱག་འཕྱོག་ཏེ་  
 མཐར་གཞུང་གི་ཡོང་འབབ་བརྒྱད་མི་  
 དམངས་ལ་ཡན་ཐོགས་ཡོང་རྒྱའི་ནན་  
 བཤད་གནང་མ་ལག་གསར་པ་དེས་  
 འབྲས་ལྗོངས་ནང་དེབ་སྒྲེལ་བྱས་པའི་  
 བསྐྱོར་གཡེང་ལྟན་ཁང་ཆོའི་བྱ་ས་  
 རྒྱགས་ཆེ་དུ་གཏོང་རྒྱ་དང་ཆོག་མཆན་  
 ལག་ཁྱེར་ཀེ་ས་གནས་གྱི་ལྟན་ཁང་གི་

ཆོག་མཆོད་ཡོད་པ་ཁོ་ནའི་བརྒྱུད་ནས་  
གནང་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་གཞུང་དང་  
འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་ལ་མ་ལག་གི་  
བདག་དབང་དང་དབང་ཚད་ཚོད་  
འཛིན་ཡོད་དགོས་པའི་ནན་བཤད་གན-  
ང་དེ་བཞིན་འབྲས་ལྗོངས་གཞུང་སྤྱི་  
འཆམ་དང་མཁའ་འགྲུལ་ལྷན་ཁང་གི་  
སློན་ཆེན་སྤྱི་ཞབས་ཁྲི་ལྷ་ཁྲི་ཡ་  
མཆོག་གིས་གསུང་བཤད་གནང་  
སྐབས་སྤྱི་འཆམ་ལས་རིགས་ནི་མངའ་  
སྡེའི་ཁྱབ་ཁོངས་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་  
པའི་མདོན་གསལ་གནང་བ་དང་  
སྒྲགས་དེར་མཁོ་བའི་དགོས་མཁོ་དེ་

ནམས་ལ་གཟིགས་ཏེ་དྲ་ཐོག་ཆོག་  
མཆོད་ལག་ཁྱེར་མ་ལག་གི་དགོངས་  
འཆར་བསྟན་ཡོད་པ་དང་དེས་ཆོས་  
མཆོད་ལག་ཁྱེར་གནང་རྒྱུ་འི་བརྒྱུད་  
རིམ་ཕན་ལུ་ས་ལྷན་པ་དང་སྤྲེལ་བའི་  
བཅོ་བས་ཕན་ཐོག་ཡོད་པའི་ཡིན་པ་  
གསུངས་པ་དང་དྲུང་ལྷན་ཁང་གིས་  
སློན་ཆེན་འཛིན་ཁྱབ་ཏེ་དེ་དག་སེལ་  
རྒྱུ་དང་མ་ལག་གསལ་བ་དེ་ལུ་ས་ལྷན་  
དང་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཁས་  
ལེན་གནང་སྟེ་གཞན་ཡང་འབྲས་  
ལྗོངས་གཞུང་སྤྱི་འཆམ་དང་མཁའ་  
འགྲུལ་ལྷན་ཁང་གིས་དུང་འཕར་སྤྱི་  
འགྲུལ་ལྷན་ཁང་གིས་དུང་འཕར་སྤྱི་

ཞབས་རྒྱུ་རྩ་ལ་དུ་བ་མཆོག་གིས་མིས་  
བཅོས་རིག་ལུས་སུ་གཞི་བཙུག་པའི་སྤྱི་  
འཆམ་གྱི་ཆོ་མཆོད་ལག་ཁྱེར་དོ་དམ་  
མ་ལག་སྒྲོར་ལ་ཞིབ་ཐུང་དོ་སྤྱོད་གནང་  
སྟེ་སྤྱི་འཆམ་པའི་འགྲོ་འོང་དེའི་ཞིབ་  
དང་ཡོང་འབབ་སྟེན་དཔག་དང་ཡོང་  
འབབ་པོར་བསྐྱེད་གི་ལུས་པ་དང་ཆོག་  
མཆོད་གནང་རྒྱུ་འི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ལོ་  
བརྒྱུས་སུ་གཙོ་གནད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་  
ནམས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་གསལ་བཤད་གནང་  
སྟེ་མཛད་སྤྱིའི་སྤྱི་ཁྱབ་སློན་ཆེན་  
མཆོག་གིས་ཕྱི་ལོ་༢༠༢༥་ལྷ་ཁྲི་ཆོས་ཀྱི་  
ལ་ཆོག་སྤྱིའི་འབྲས་ལྗོངས་སྤྱི་འཆམ་

དུ་ས་སྟོན་དེའི་གཞུང་འབྲེལ་མཆོན་  
ཏྲགས་དང་དྲིལ་བསྐྱགས་བརྟན་ལུང་  
ནམས་ཀྱང་དབུ་འབྱེད་གནང་ཡོད་  
གོས་བསྟར་ཆོགས་འདྲུང་མངའ་སྡེ་  
གཞུང་གི་ལྷ་དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་  
གཙོས་པའི་བཀའ་ཤག་གི་སློན་ཆེན་  
ནམས་པ་དང་སྤྱི་འབྲེལ་སྤྱི་ལྷན་  
ཁང་ལག་གི་དུང་ཆེན་མཁའ་པ་དང་མངའ་  
སྡེའི་སྤྱི་ཁྱབ་དུང་ཆེ་མཆོག་དང་ཉེན་  
རྟོག་པའི་འགན་འཛིན་དང་འབྲེལ་  
ཡོད་ཀྱི་མི་སྣ་ནམས་ལྷན་ཏྲགས་གནང་  
ཡོད་པོ།

### སྤྱི་འཆམ་གྱི་གོ་མོ་ལྷན་པ་མཛད་འཕྲིད་འགན་བསྐྱར་ཐེངས་དང་པོ་དབུ་འཛུགས་པ།

ཕྱི་ལོ་༢༠༢༥་ལྷ་ཁྲི་ཆོས་༢༩་ཉིན་སྤྱི་  
འཆམ་རྒྱུ་མཛད་འཕྲིད་ཀྱི་གོ་མོ་ལྷན་པ་  
ཀྱི་དུང་འགན་བསྐྱར་ཐེངས་དང་པོ་  
གཞུང་འབྲེལ་གྱིས་དབུ་འཛུགས་བྱས་  
ཡོད་ཀྱི་གོ་མོ་ལྷན་པ་མཛད་འཕྲིད་མཐུན་  
ཆོགས་ཀྱིས་མངའ་ཆེད་དཔ་སྤྱིའི་  
གཏོང་རྒྱུ་དང་མངའ་སྡེ་ཡོངས་ཀྱི་  
མངའ་བ་ནམས་ལ་འགན་བསྐྱར་གྱི་གོ་  
སྐབས་ཤིག་སྤྱོད་འདུག་འགན་བསྐྱར་  
དེ་འབྲས་ལྗོངས་མངའ་སྡེའི་ཁྲིམས་  
བཅོ་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་གཙོ་སྤྱི་  
ཞབས་མིང་མཁོ་བའི་ཤར་པ་མཆོག་གི་  
ས་གནས་རྟ་ཐང་ཅན་གྱི་སྤྱི་འབྲེལ་



བསྟན་འཛིན་ལོ་རྒྱུ་ལམ་ཁ་མཆོག་  
གིས་དབུ་འབྱེད་གནང་ཡོད་དུ་  
འབྱེད་མཛད་སྟེ་གཞན་ཡང་འབྲས་  
ལྗོངས་མངའ་ཆེད་མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་  
ཆོགས་གཙོ་དགོན་གནས་བཀའ་སློན་  
སྤྱི་ཞབས་བསོད་ནམས་སྤྱི་མཆོག་  
དང་འབྲས་ལྗོངས་རྒྱལ་སྤྱི་དཔལ་  
ལྷན་འགྲུལ་མཛད་ནམས་རྒྱལ་མཆོག་

གཙོས་པའི་གནད་ཡོད་མི་སྣ་ཁག་དང་  
གཞུང་ཞབས་པ་དང་མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་  
ཆོགས་མི་དང་ས་གནས་མི་དམངས་  
ནམས་ལེབས་འདུག་དབུ་འབྱེད་མཛད་  
སྟེ་ཤར་པ་མཆོག་གིས་མངའ་ཆེད་  
བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་མངའ་ཆེད་  
འགན་བསྐྱར་གཟེངས་ཏྲགས་དང་པོ་  
ཆོགས་པ་དེས་མངའ་ཆེད་མོ་ཡར་རྒྱས་

གཏོང་བའི་ཐད་གོས་པ་གལ་ཆེན་ཞིག་  
ཡིན་པ་དང་སྤྱི་ཁྱབ་སློན་ཆེན་སྤྱི་ཞབས་  
པ་རིམ་སྤྱི་དང་མངའ་ཆོག་གིས་ལམ་  
སྟོན་ལོག་མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འགན་  
བསྐྱར་གོ་སྤྱི་ཁྱབ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་དང་  
འགན་བསྐྱར་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མཁན་  
ནམས་ལ་རིམ་བཞིན་བྱ་དགའ་དང་ལ་  
འབྲས་ལྷན་པ་འབྲས་པ་དུ་སྤྱོད་རྒྱུའི་  
སྤྱོད་གསུངས་འགན་བསྐྱར་ནང་རྒྱ་  
ཁག་གིས་རྒྱལ་ཁའི་རིམ་པ་མངའ་པོའི་ན་  
ང་མཉམ་ཞུ་གསུང་དེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་  
འགན་བསྐྱར་གྱི་ཆེད་འགན་ཐོག་མ་ནི་  
ན་པའི་ཉིག་དང་ཤེ་ར་པོ་རྒྱལ་  
གཉིས་དབང་བྱས་པ་རྒྱལ་ཁའི་ཤེ་  
ར་པོ་རྒྱལ་ཁའི་ཐོབ་པོ།