

རྒྱུ་ཁྱི་ཡི་གྲུ་དབྱ་ཁྱུ་དམ་མགོ་རྒྱུ་ཁྱི་འབྲུང་རབས་དང་དེའི་འབྲུང་བ།

འཕྲོ་ལས་རྒྱལ་མཚན། ལེགས་སྦྱར་བ། ཁྱེད་གསལ་རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

DOI: <https://doi.org/10.17102/rigzoedjournal.tchs.rub.3.005>

བཅུད་དོན།

དེ་ཡང་ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྤོང་ལྷུ་བཙན་བྱོན་ཞིན་ལས་རྒྱུ་ བཀའ་དང་བསྟན་བཙུག་བཞེངས་པའི་སྐབས་ བོད་ལུ་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་ལག་ལེན་འཐབ་སྤོང་དང་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ང་བཙས་རའི་འབྲུག་ལུ་ཡང་རྒྱ་རིམ་པ་ བདུན་ལག་ལེན་འཐབ་སྤོང་བྱུག། དོན་ཆུང་དེའི་ཐོག་ལུ་ཞིབ་འཆོལ་འབད་དགོ་པའི་གནད་དོན་གཙོ་ བོ་ར་ སྤྱིར་བཏང་སྐད་ཡིག་སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོང་འབད་མི་ཚུ་གིས་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་ཁྱི་འབྲུང་ཁྱུ་དམ་ དགོས་པ་ཚུ་ཤེས་དགོས་ཨིན་རུང་ རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་ཁྱི་ནང་གསེས་ རྒྱུ་ཁྱི་ཡི་གྲུ་ “དབྱ་ཁྱུ་དམ་ཡིག་ མགོའི” འབྲུང་རབས་དང་དེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན། དེ་གི་མཚན་ཚུལ་གྱི་སློབ་ལས་ ལ་ གསལ་སྤྱོད་བཤད་དེ་མེད་པ་ལས་ ཞིབ་འཆོལ་འབད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཏེ་འདུག། ཞིབ་ འཆོལ་འདི་ཡང་གཙོ་བོ་ཏེ་མའི་ཡི་གྲུ་རྒྱུ་ཁྱི་འཆོལ་ཞིབ་འབད་དེ་ མགོ་རྒྱུ་ག་དེ་སྤོང་ལག་ལེན་འཐབ་ རུག་ག་ ད་ལྟོ་ལག་ལེན་འཐབ་སྤོང་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་དང་ཆ་འདྲཝ་འདུག་ག་མིན་འདུག། དེ་ལག་ལེན་ འཐབ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན། དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་ལ་སོགས་པ་ བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཚུ་གིས་ མགོ་རྒྱུ་འདི་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨོ་ཡིག་ལས་གྱུར་ཡོད་པ་སྤོང་གསུངས་ཡོད་མི་ཚུ་ བདེན་ཁྱུངས་ག་དེ་སྤོང་ལེན་ན་དབྱེ་ དབྱུད་ཐོག་གསལ་སྟོན་འབད་ནི་གི་དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་པ་ཨིན། ཁྱུངས་བཙན་ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་ འཐབ་སྤོང་དབྱེ་དབྱུད་འབད་ཡོད་པའི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་ཕྱད་ རྒྱུ་ཁྱི་ཡི་གྲུ་ཟེར་མི་འདི་ མགོ་རྒྱུ་དང་ ཤེད་གཉིས་ལུ་གོ་ནི་དང་། མགོ་རྒྱུ་ཁྱི་ཡི་གྲུ་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ སྐབས་འདི་ན་འབད་བ་ཅིན་ མགོ་ རྒྱུ་འདི་ (༢༡) ལུ་ གོ་དགོས་ཨིན་པས། མགོ་རྒྱུ་འདི་ (༢༢) གི་མིང་ དབྱ་ཁྱུ་ཟེར་ཡང་སྤོང་ ཨིན་པས། དེ་བཟུམ་གྱི་དབྱ་ཁྱུ་འདི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨོ་ཡིག་ལས་མེན་པར་བོད་རང་གི་ཡི་གྲུ་ལས་གྱུར་ཏེ་ ད་རེས་ནངས་པ་ལག་ལེན་འཐབ་སྤོང་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་འདི་ (༢༣) ལུ་གྱུར་ཡོད་པ་སྤོང་འཛིན་བྱུང་ ཡོད་པ་མ་ཆད་ ད་རེས་ནངས་པའི་མགོ་རྒྱུ་ལག་ལེན་འབད་བ་ཅིན་ བསྐྱུས་པ་དང་ཤིན་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ལུ་

རྒྱུ་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་གཞན་ཚུ་འགྱུར་བ་མེད་པ་སྟེ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཡི། མགོ་རྒྱན་འདི་ཡང་ཡི་གཱའི་འགོ་
མཇུག་ངོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་པའི་ཁྱད་སྤངས་དང་དགོས་པ་ལུ་བརྟེན་ལག་ལེག་འཐབ་ཨིན་མ་སྟེ་ཤེས་རྟོགས་
བྱུང་ཡོད་མི་ཚུ་གསལ་སྟོན་འབད་དེ་ཡོད། དེ་གིས་སྐད་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཛོལ་པ་དང་སྐད་ཡིག་
སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ལུ་ མགོ་རྒྱན་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་རྒྱ་སྐྱོང་གཏང་ནི་ལུ་ ལྷན་ཐབས་འབད་ཚུགས།

གཙོ་ཆོག། ཡི་གཱ། མགོ་རྒྱན། འབྲེལ་ལྷན། ལག་ལེན། དང་ཁྱོག། རྒྱུ་མ་གཅིག་གྱི་ཡི་གཱ།

ངོ་སྟོན།

ཡི་གཱ་འདི་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་ག་ར་གིས་ཤེས་དགོ་པའི་ རིག་པའི་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་
བརྟེན་ མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་ ཆོས་ལུགས་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མེད་པར་ སྦྱང་སྦྱོལ་ཡོད་
པའི་རིག་གནས་ཨིན་དོ་བཟུམ་ འབྲུག་ལུ་ཡང་ཆོས་ལུགས་རིས་མེད་ཀྱི་སྦྱང་སྦྱོལ་ཡོད་པའི་རིག་གནས་
ཁྱད་པར་ཅན་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཏེ་ཡོད། འཛམ་གླིང་ནང་ལུ་ རང་ར་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་ཉམས་སྦྱང་འབད་ནི་ལུ་
གཙོ་བོར་བརྟེན་དོ་བཟུམ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་མི་ཉམས་ཡུན་དུ་གནས་ཐབས་དང་སྐད་ཡིག་
སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ལུ་ མགོ་རྒྱན་གྱི་འབྱུང་ཁྱད་སྤངས་དང་མཛོན་ཚུལ། ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ཁྱད་སྤངས་ཚུ་ཁ་
གསལ་ཤེས་ཏེ་ སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་གཏང་ཐབས་ཀྱི་ལུ་དམིགས་སྟེ་ རྒྱུ་མ་གཅིག་གྱི་ཡི་གཱ་མགོ་རྒྱན་གྱི་འབྱུང་
རབས་དང་མཛོན་ཚུལ། འགྱུར་བ་ཚུ་གི་སྟོར་ལས་ ཞིབ་འཛོལ་ཐོག་ལས་གསལ་སྟོན་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།

དེ་ཡང་རྒྱུ་མ་གཅིག་གྱི་ཡི་གཱ་ཟེར་མི་འདི་ མགོ་རྒྱན་དང་ཤད་གཉིས་ལུ་གོ་དགོ་པ་ཨིན་མ་དང་ ཤད་ལུ་ཡང་ལེ་ཤར་
ཡོད་དོ་བཟུམ་ མགོ་རྒྱན་ལུ་ཡང་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ སྐབས་འདི་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ མགོ་རྒྱན་འདི་
(༡༩) ལུ་ གོ་དགོ་པ་ཨིན་པས། འདི་གི་མིང་རྣམ་གྲངས་ལུ་ དབུ་བྱུང་། དང་ཁྱོག། བཟུང་ཡང་སྒྲུབ་
སྟོལ་འདུག (བསོད་ནམས་ཅེ་མོ། ༢༠༡༧ དང་སྟོན་ལམ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ། ༢༠༢༣)། མགོ་རྒྱན་འདི་

ཡང་ ཉེ་མ་བཀའ་འཁྲུང་དང་བསྟན་འཁྲུང། དཔྱད་ཚུལ་དང་སྟན་ཚུལ། རྒྱལ་རབས་དང་ཆོས་འབྱུང་ལ་
 སོགས་པ་རྒྱ་ནང་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ས་མཐོང་རུང་ དེ་རྒྱ་གི་འབྱུང་རབས་དང་མཚན་དོན་ ལག་ལེན་
 འཐབ་དགོ་པའི་ཁྲུངས་ག་ཅི་ཡིན་ན་ཤེས་མ་རྒྱགས་པར་ལུས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྟོན་བྱོན་མཁས་པ་རྒྱ་གིས་
 ཡང་ མགོ་རྒྱན་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་དེ་གི་མཚན་དོན་རྒྱ་ ཁགས་ལ་གསུངས་
 གསུངས་མ་གི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཅིག་ར་མེད་པ་ལས་ དོན་ཚན་དེ་གི་ཐོག་ལུ་ ཁྲུངས་བཙན་ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་
 འཐབ་སྟེ་གནད་དོན་རྒྱ་ཡང་ ཉེ་མའི་བཀའ་འཁྲུང་དང་བསྟན་འཁྲུང། རྒྱལ་རབས། བད་སྟོད་པའི་གཞུང་།
 རྒྱ་ཤོག་རྒྱ་ནང་ལུ་ ག་དེ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཅུག་ག་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་བསྟུ་ལེན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་
 ཁར་ འབྱུང་རབས་ཀྱི་ཐད་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ གནད་དུས་མཁས་དབང་དང་དེང་རབས་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲིག་པ་རྒྱ་
 གི་རྒྱ་ཤོག་དང་གི་དེབ་རྒྱ་ དཔེ་སྟོན་ཐོག་ལས་བསྟུ་ལེན་འབད་ཡི། དབྱེ་དཔྱད་འདི་ཡང་ ནང་དོན་དང་
 བཛྲོད་དོན་དབྱེ་དཔྱད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བྱུང་འབྲེལ་ཐོག་ལས་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་གྲུབ་འབྲས་དང་གོས་བསྟུར་
 རྒྱ་གསལ་སྟོན་འབད་ཡོད། དེ་ཡང་གནད་དོན་དང་པ་ རྒྱ་གི་ཡི་གྲ་ མགོ་རྒྱན་གི་རྒྱབ་ཁྲུངས་དང་མིང་།
 གཉིས་པ་ མགོ་རྒྱན་གི་རིགས། གསུམ་པ་ མགོ་རྒྱན་གི་མཚན་རྒྱལ་དང་ལག་ལེན། བཞི་པ་ གོ་རྒྱན་འདི་
 ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ཁྲུངས་དང་བཙན་ གནད་དོན་ཁག་མ་འདྲཱ་བཞི་གི་ཐོག་ལས་ གནས་སྟང་
 བསྟུ་ལེན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་འབྱུང་རབས་ཞིབ་འཚོལ་འདི་གིས་ རྟེན་ཡིག་ལུ་སྟོན་བཞིན་མི་ བ་གཞོན་རྒྱ་
 གི་རྒྱུད་ལུ་ རྟེན་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་རྒྱ་སྟེད་གཏང་ནི་ལུ་ ལྷན་ཐབས་འབད་རྒྱགས་པ་མ་ཚད་
 འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་རྟེན་ཡིག་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་ལུ་ཡང་ལྷན་ཐབས་འབད་རྒྱགས།

རྒྱ་ཤོག་བསྟུར་ཞིབ།

མགོ་རྒྱུ་འདི་ ག་ར་གིས་ཡོངས་གྲགས་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡོད་རུང་ དེ་གི་འབྱུང་རབས་ མཁས་པ་
 རྒྱ་གིས་བཤད་ཚུལ་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ར་ཡོད་པ་མ་ཆད་མཚན་ཚུལ་གྱི་ཐད་ལུ་ཡང་ མཁས་པ་རང་སོའི་ཐུགས་
 འདོད་དང་འཁྲིལ་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ལས་ བྱངས་ཐུབ་གྱི་ཚུམ་རིག་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་
 ལས་ མགོ་རྒྱུ་གྱི་འབྱུང་རབས་དང་མཚན་ཚུལ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་བྱངས་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་
 དེ་ཡོད།

རྒྱུ་གྱི་ཡི་གུ་ མགོ་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུ་བྱུངས་དང་མིང་།

དེ་ཡང་སྤུས་ཉགས་རྩ་འགྲེལ་ལས་སྐབས་དང་པོ་སྤུས་རྩ་བའི་རྩ་འགྲེལ་ (ལོ་མེད།) ཟེར་བའི་རྩ་ཤོག་ནང་
 བཀོད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ད་ལྟོ་ང་བཅས་གྱིས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟོན་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་ (༡༡)
 འདི་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གུ་ཨྲི་ཡིག་དེ་ཨིན་མ་སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་བཟུམ་སྟེ་ར་ ཆེ་དཔལ་ (ལོ་མེད།) གྱིས་
 འབད་བ་ཅིན་ དབུ་བྱུང་དམ་མགོ་རྒྱུ་འདི་ལུ་ཡང་ ཉེ་མའི་ལག་བྲིས་མ་ཚུ་ལུ་ལྟ་བ་ཅིན་ ཡིག་རྒྱུ་མ་
 འདྲམ་ཡོད་པའི་ཁར་ དབུ་བྱུང་དང་དབུ་བྱུང་།དབུ་མགོ།ཡིག་མགོ།ཏང་ཏྲག་གམ་དང་ཏྲག་ཡང་ན་དང་
 ཏྲག་བཟླ་དང་བེར་ཀ་ཟེར་མིང་བཏགས་ཚུལ་ཡང་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ར་འདུག་ཟེར་ཨིན་པས། འདི་མ་ཆད་མགོ་
 རྒྱུ་འདི་ཡང་འགོ་ཐོག་རྒྱ་གར་ལུ་དར་ཡོད་པ་ད་ རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གུ་འོ་ཏྲ་ལུ་ ཨྲི་ཟེར་འབྲི་སྟོན་ཡོད་མི་
 ལས་རིམ་བཞིན་གྱུར་ཏེ་ ད་རིས་ནངས་པ་འབྲི་སྟོན་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་ལུ་གྱུར་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་དེ་འདུག།
 དེ་མ་ཆད་ཉེ་མའི་བོད་ཡིག་ལ་ལུ་ཅིག་ན་ ཨྲི་རང་སོར་བཞག་ཡོད་པ་སྟེ་ཡང་བཤད་དེ་འདུག།

གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་ མགོ་རྒྱུ་འདི་ ཨྲི་ཡིག་ལས་གྱུར་ཡོད་པ་སྟེ་ ས་པཎ་གྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་སྟེ་
 བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ ས་སྐྱ་པཱི་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་ (ལོ་མེད།) དང་བསོད་ནམས་རྩེ་མོ་ (ལོ་མེད།)
 གིས་འབད་བ་ཅིན་ བོད་ཡིག་ལུ་སྟོག་དང་རྒྱུ་ཡན་ལག་གི་ཡི་གུ་བདུན་ཡོད་མི་རྩུ་ བསྐྱར་བ་ཅིན་ཨ་གི་

ཁོངས་སུ་བསྟུ་འོང་། བསྟུ་ཚུལ་འདི་ཡང་ མགོ་ཡིག་དང་ཁྲིག་ཟེར་མི་འདི་ ཡ་ཡིག་གྲང་པོ་ཆེའི་ལྷ་པ་
བཟུམ་གྱི་ཡ་ཡིག་། ཤད་འདི་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་ཡ་ཡིག་ཟེར་རྒྱུ་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ ཇོ་ཡིག་ལས་
གྱུར་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ག་ནི་ཡང་གསུངས་ཏེ་མིན་འདུག། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་ (༡༩༥༩)
གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ ད་རིས་ནངས་པར་ལག་ལེན་འཐབ་སློལ་ཡོད་པའི་ མགོ་རྒྱན་ (༡༩) འདི་ རྒྱ་གར་
ཡི་གཱའི་མགོ་རྒྱན་ ཇོ་ (ཐུཾ) ཡིག་འདི་ལུ་དཔེ་བལྟ་སྟེ་བཟོ་ཡོད་པ་སྟེ་གསུངས་ཏེ་འདུག།

འདི་ཡང་རྟེ་མ་ འབད་བ་ཅིན་མགོ་རྒྱན་འདི་བཟུམ་སྟེ་ (ཐུཾ) འབྲི་སློལ་ཡོད་ལུགས་གསུངས་ཡོད་པ་མ་
ཚད་ རྟེ་མ་རྒྱ་གར་ཡི་གཱའི་མགོ་རྒྱན་ ཇོ་ཡིག་ (ཐུཾ) དེ་བཟུམ་ཅིག་དང་བོད་ཁྲི་གཏེར་ཆོས་ལུ་འབད་བ་
ཅིན་ (ཐུཾ) མགོ་རྒྱན་དེ་བཟུམ་ཅིག་ཡང་འབྲི་སློལ་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་མགོ་རྒྱན་ མིག་གསུམ་
ཅན་མ་དང་མིག་གཅིག་ཅན་མ་དེ་གི་སྐོར་ལས་གསུངས་གསུངས་མ་མེད་པ་མ་ཚད་ མགོ་རྒྱན་གཞན་གྱི་
སྐོར་ལས་ཡང་གསུངས་ཏེ་མིན་འདུག།

མགོ་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ།

ཆེ་དཔལ་ (ལོ་མེད།) གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ བོད་ལུ་ཡི་གཱའི་མགོ་རྒྱན་ལག་ལེན་ལུ་ དབྱེ་བ་མ་འདམ་བདུན་
དེ་ཅི་འདུག་ཟེར་ཡིན་མ་ད་ དབུ་ཅན་གྱི་ཡི་གཱ་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ རྟེ་མའི་ཡི་གཱ་རྣེང་མ་དང་གཏེར་མ་རྩ་ནང་
མགོ་རྒྱན་མ་འདམ་ ཉི་ཤུ་དེ་ཅིག་འདུག་ཟེར་ཡིན་པས། མིག་གཅིག་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱན། (༡) མིག་གཉིས་
ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱན། (༢) མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱན་ (༣) ཟེར་མ་འདམ་གསུམ་དེ་ཅི་ཡོད་ས་
ལས་ མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱན་འདི་འབད་བ་ཅིན་ བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གྱི་མགོ་རྒྱན་སྟེ་ལག་ལེན་
འཐབ་ཡིན་ཟེར་ཡིན་མ་དང་ མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱན་འདི་ བསྟན་བཅོས་རྒྱུ་ལག་ལེན་

འཐབ་སློལ་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས། མིག་གཅིག་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འབད་བ་ཅིན་ མི་ཕལ་པ་རྒྱ་གིས་བརྩམས་ ཡོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་རྒྱ་ནང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་ཟེར་བཤད་དེ་འདུག།

མགོ་རྒྱུ་གི་མཚན་རྒྱུ་དང་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན།

གོང་ལུ་བཤད་དེ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་རྒྱ་གི་མཚན་རྒྱུ་འབད་བ་ཅིན་ ཡི་གེའི་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་བཤད་པ་ (ལོ་མེད།) ཟེར་བའི་རྩོམ་ཤོག་ ནང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ མིག་གཅིག་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་ འདི་གིས་ དགོན་མཚན་གསུམ་དང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ས་བཅུ་གཅིག་མཚན་མ་ཡིན་པ་དང་ མིག་ གཅིག་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་དེ་གིས་ ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཅིག་མཚན་མ་ཡིན་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ དགོན་ མཚན་གསུམ་དང་ས་བཅུ་གཅིག་ག་དེ་སྟེ་མཚན་མ་ཡིན་ན་ ལ་གསལ་ག་ནི་ཡང་བཀོད་དེ་མེན་འདུག། དེ་ མ་ཚད་ལེ་འདྲ་དང་ཆོས་ཚན་མི་འདྲ་བ་དགར་བ། དེ་ལས་མགོ་བརྩམས་བརྩམས་ཡིན་པ་མཚན་རྒྱུ་གས་ ཟེར་ཡིན་པས། མགོ་རྒྱུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་འདི་འབད་བ་ཅིན་ ཤོག་ངོས་ཀྱི་མདུན་རྒྱུ་ མི་འཛོལ་ནི་འདྲོ་ལུ་ཡིན་ཟེར་བཤད་དེ་འདུག (ཆོ་དཔལ། ལོ་མེད།)།

མགོ་རྒྱུ་གི་འགྲུར་བ།

ན་ག་སངས་རྒྱུ་བསྟན་དར་ (ལོ་མེད།) གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ བསྟན་པ་སྟེ་དར་གྱི་སྐབས་ལུ་ ཡོངས་ གྲགས་སྟེ་འབྲི་སློལ་མེད་རུང་ ཡོངས་གྲགས་སྟེ་འབྲི་སློལ་དེ་ བསྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་སྐབས་ལུ་ དར་རུག་ཟེར་ ཡིན་པས། མགོ་རྒྱུ་ (༡༡) འདི་ཡང་ ཞོ་ཡིག་ལས་རིམ་པ་བཞིན་གྱུར་ཡོད་པ་སྟེ་བཀོད་དེ་ཡོད་མ་ཚད་ མཁས་དབང་དགོ་འདུན་ཆོས་ལེལ་དང་རྩ་བཅུ་ས་པཎ་གྱིས་ཡང་ དེ་སྟེ་གསུངས་ཡོད་པ་སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག (ན་ག་སངས་རྒྱུ་བསྟན་དར་ ལོ་མེད། ཆོ་དཔལ། ལོ་མེད།) ། ལྷག་པར་དུ་ ན་ག་སངས་རྒྱུ་བསྟན་ དར་གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ སྐབས་ཀྱི་ཡིག་མགོ་ལུ་ཞོ་ཡིག་འབྲི་སློལ་ཡོད་མི་འདི་ རིམ་པ་བཞིན་བོད་ཡིག་གི་

མགོ་ལུ་ཡང་ མི་ཡིག་འབྲི་སྒྲིལ་དར་ དེ་ལས་དང་ཀློག་ལུ་གྱུར་ཅུག་ཟེར་ཡིན་པས། མགོ་རྒྱན་འདི་ལུ་ཡང་
རྒྱས་པ། (༡༡) འབྲིང་། (༡༡) བསྐྱུས་པ། (༡) ཤིན་ཏུ་བསྐྱུས་པ། (༡) ཟེར་ཡོད་ལུགས་
བཤད་དེ་འདུག། དེ་འབདཿ་ལས་ ཞིབ་འཛོལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དང་གོས་བསྐྱར་འདི་ཡང་ མགོ་རྒྱན་གྱི་
འབྲུང་རབས་དང་མཚོན་ཚུལ་ མགོ་རྒྱན་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་ལག་ལེན་ལུ་གྱུར་བ་ག་དེ་
སྤྲེ་སོང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དཔེ་དཔྱད་ཐོག་ལས་གསལ་སྟོན་འབད་དེ་ཡོད།

ཞིབ་འཛོལ་ཐབས་ལམ།

དོན་ཚན་དེ་གི་ཐོག་ལུ་ ཞིབ་འཛོལ་འབད་དགོ་པའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་འདི་ མིག་གསུམ་ཅན་དང་མིག་
གཉིས་ཅན་གྱི་ ཡི་གཱའི་མགོ་རྒྱན་གྱི་འབྲུང་རབས་དང་དེ་དེ་གིས་མཚོན་ཚུལ། ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་རྒྱ་
མཚན་དང་ དེ་རྒྱ་ལག་ལེན་ལུ་གྱུར་བ་ག་དེ་སྤྲེ་ར་སོང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་འདི་ཐོག་ལས་དཔེ་དཔྱད་འབད་དེ་
གསལ་སྟོན་འབད་དགོ་པ་ལས་བརྟེན་ ཞིབ་འཛོལ་གྱི་དོན་ཚན་འོས་འབབ་དང་འབྲེལ་ བྱངས་བཅན་
ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད། དེ་སྤྲེ་བྱངས་བཅན་ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ཉེ་
བའི་འབྲུང་བྱངས་དང་བརྒྱད་པའི་འབྲུང་བྱངས་གཉིས་ཆ་ར་ ཡིག་ཆ་ཁོ་ན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གནས་སྤྱད་བསྐྱེ་
ལེན་འབད་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཡིན།

མགོ་རྒྱན་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ཡང་ འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཅིག་འབདཿ་ལས་ འདས་པའི་ཡིག་ཆ་
ཉིང་མ་ རྒྱལ་རབས་དང་ཆོས་འབྲུང་། བརྒྱུད་པའི་གཞུང་ལ་སོགས་པ་འབྲེལ་ཡོད་བྱངས་ལཱ་གྱི་ཡིག་ཆ་
རྒྱ་ དཔེ་དཔྱད་འབད་དེ་གནས་སྤྱད་རྒྱ་བསྐྱེ་ལེན་འབད་དེ་ཡོད། དཔེ་ཚད་ཀྱི་ཐད་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ རོ་ཆ་བ་
དཔེ་ཚད་ (representative sample) དེ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ བརྒྱུད་དོན་དཔེ་དཔྱད་དང་ཡིག་ཆ་

དེ་ཅུང་འབད་དེ་ གནད་དོན་བསྐྱེད་ཀྱི་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཁྲུང་ལུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ལས་བསྐྱེད་ཀྱི་འབད་དེ་བཀོད་ཡོད།

གནས་སྐབས་དེ་ཅུང་འབད་དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་ཡིག་ཆ་དེ་ཅུང་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲུང་ལུ་ཁྱེད་གནས་སྐབས་འབད་མ་ལས་ ནང་དོན་དང་བཟོད་དོན་དེ་ཅུང་འབད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བྱུང་འབྲེལ་ཐོག་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྲུང་ལུ་ གནད་དོན་འོས་འབབ་ཀྱི་དོན་ལུ་འབྲུང་ཁྲུང་ལུ་དེ་ཅུང་དང་ག་བསྐྱར་དེ་ཅུང་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ ལས་ འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་རྙིང་མ་དང་སྐད་ཡིག་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ། ཐུ་མི་སམ་སྟོ་ ཇམ་ཕོན་པའི་སྤྱོད་ལས་ཡོད་པའི་ གནད་དུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་རྙིང་མ་དང་རབ་འབྱུང་བཅུ་གཉིས་པའི་སྐབས་ ཀྱི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འབྱུང་དང་བསྐྱར་འབྱུང་ཚུ་དེ་ཅུང་འབད་དེ་བཀོད་དེ་ཡོད། དེ་གི་དོན་ལུ་ ཡིག་ཆ་ དེ་ཅུང་འབད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དང་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཅུང་འབད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ དེ་ཅུང་འབད་དེ་ཡོད།

ཞིབ་འཕྲིམ་གྱུ་འབྲས།

བོད་དང་འབྲུག་གི་སྐོལ་ལུ་ ཡི་གུ་འགོ་བཙུགས་པའི་ཉེ་མ་ རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་གྱི་ནང་གསེས་ མགོ་རྒྱན་ ཡང་ཅིན་དབུ་ཁྱུང་ཟེར་ཡི་གུའི་མགོ་མཇུག་དང་རྒྱུ་གདོང་མི་འཛོལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཉེ་མ་བོད་ལུ་ ནང་ཆོས་ ཀྱི་བསྐྱར་པའི་རྩ་བ་བཀའ་དང་བསྐྱར་འབྱུང་བོད་ལུ་དར་མ་དང་གཅིག་ཁར་དར་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ དེ་གི་ འབྱུང་རབས་དང་འབྱུང་བ་ཚུ་ཁ་གསལ་མེད་པ་ལས་ གནད་དོན་དེ་གི་ཐོག་ལས་ཞིབ་འཕྲིམ་འབད་ཡོད་ པའི་གྱུ་འབྲས་ཁ་གསལ་གཤམ་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

མགོ་རྒྱུ་གི་འབྲུང་རབས།

དེ་ཡང་ རག་དབང་བསྟན་དར་ (ལོ་མེད།) གྱིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་ཡི་གུ་དེ་ལུ་
 རྒྱུ་ཡི་གུ། རྒྱུ་གི་ཡི་གུ། རྒྱུ་གི་ཡི་གུ། སྤྱི་མ་དང་བུ་ཚེ་ཡི་གུ། སྤྱི་མ་མ་ནིང་གི་ཡི་གུ་ཟེར་ལྟ་ཡོད་ས་
 ལས་ རྒྱུ་གི་ཡི་གུ་འདི་ལུ་ཡང་ ཤད་དང་དབུ་ལྷུང་དམ་མགོ་རྒྱུ་གི་ཡི་གུ་ཟེར་གཉིས་ཡོད་ཟེར་བཀོད་དེ་
 འདུག། དེ་ལས་སུམ་རྟགས་ཅུ་འགྲེལ་ལས་སྐབས་དང་པོ་སུམ་ཅུ་བའི་ཅུ་འགྲེལ་ (ལོ་མེད།) ཟེར་བའི་
 ཅུ་མ་ཤོག་ནང་ བཀོད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ད་ལྟོ་བཅས་གྱིས་ལག་ལེན་འཐབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་མགོ་
 རྒྱུ་ (༡༡) འདི་རྒྱ་གར་གི་ཡི་གུ་ཨོ་ཡིག་འདི་ཨིན་སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག། ཆོ་དཔལ། (ལོ་མེད།) ན་
 ག་སངས་རྒྱུ་བསྟན་དར་ (ལོ་མེད།) གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ བསྟན་པ་ལྟ་དར་གི་སྐབས་ལུ་ ཡོངས་གྲགས་
 སྟེ་འབྲི་སྲོལ་མེད་རུང་ ཡོངས་གྲགས་སྟེ་འབྲི་སྲོལ་དེ་ བསྟན་པ་ལྟ་དར་གི་སྐབས་ལུ་དར་ཅུག། ལྷག་པར་
 དུ་མགོ་རྒྱུ་ (༡༡) འདི་ ཨོ་ཡིག་ལས་རིམ་པ་བཞིན་གྱི་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་མ་མ་ཆད་ མཁས་དབང་
 དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་ (༡༩༤༩) དང་ཇེ་བཙུན་ས་པཎ་ (ལོ་མེད།) གྱིས་ཡང་དེ་བཟུམ་སྟེ་ར་གསུངས་
 ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་དེ་འདུག། སྤྱིར་བཏང་མཁས་དབང་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་དེ་སྟེ་ར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་
 རུང་ ས་སྐྱ་པ་རྩེ་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆན་ (ལོ་མེད།) གྱིས་ “ལ་ལས་སྐྱུ་གི་དབྱར་ཨོ་ཡིག་འགོད་
 སྲོལ་ཡོད་པ་བཞིན་བོད་ཡིག་གི་དབྱར་ཡང་ཨོ་ཡིག་བཀོད་པ་རིམ་གྱིས་ཡི་གེའི་རྒྱལ་ཞིག་པ་དང་ཁྱོག་ཡིན་
 པ་བཤད་དོ།” ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག། དེ་ལུ་ལྟ་བ་ཅིན་ གཞན་གྱིས་དེ་སྟེ་བཤད་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ཁོ་
 རང་གིས་གསུངས་གསུངས་མེན་པས། དེ་ལས་མིག་གཉིས་དང་མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་ལག་ལེན་
 འཐབ་མི་འདི་ བསྟན་པ་ལྟ་དར་གི་སྐབས་ལུ་མེན་པར་ བསྟན་པ་སྟེ་དར་ རྒྱུ་གསར་བཅད་ཐོག་ལས་
 བཀའ་འཇུག་ཅུ་དག་བཅས་གནང་མི་ ལུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བཞེ་ཡེ་ཤེས་སྟེ་སྐབས་གྱི་བཀའ་འཇུག་ཅུ་ལུ་
 མིག་གསུམ་ཅན་དང་མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་ རྒྱུ་ཆེན་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་འདུག། དེ་མ་ཆད་དེ་གི་
 ཏེ་མའི་ བཀའ་འཇུག་ཅུ་གི་ནང་ལུ་ཡང་ མགོ་རྒྱུ་དེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཅུག། ཨིན་རུང་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་

མགོ་རྒྱུ་འདི་ (ཨྱ ༥ འྱ) རྒྱ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ས་མཐོང་མས། དེ་འབད་མ་ལས་ བསྟན་པ་སྤྲ་དར་
 དང་ཕྱི་དར་གཉིས་ཆ་རའི་སྐབས་ལུ་ མགོ་རྒྱུ་དེ་ལག་ལེན་འཐབ་སྤྱོད་ཡོད་པ་འོང་ནི་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་
 དེའི་སྐབས་ལུ་ མགོ་རྒྱུ་གི་བཟོ་རྒྱུ་འདི་ མ་འདྲམ་ཡོད་སྤྱི་ནི་ཨིན་པས། ད་རུང་ ར་ག་སངས་རྒྱུ་
 བསྟན་དར་ (ལོ་མེད།) གྱིས་ སྤྲུགས་གི་ཡིག་མགོ་ལུ་ཨྱ་ཡིག་འབྲི་སྤྱོད་ཡོད་མི་འདི་ རིམ་པ་བཞིན་བོད་
 ཡིག་གི་མགོ་ལུ་ཡང་ ཨྱ་ཡིག་འབྲི་སྤྱོད་དར་ དེ་ལས་དང་ཁྱོག་ལུ་གྱུར་ཡོད་པ་སྤྱི་མཁས་པ་པ་ལུ་གིས་
 བཤད་དེ་འདུག་ཟེར་ཨིན་པས། དེ་མ་ཆད་མགོ་རྒྱུ་འདི་ལུ་ཡང་ རྒྱུ་པ། (༡༩༩) འབྲིང་། (༡༩)
 བསྟན་པ། (༢) ཤིན་རྒྱ་བསྟན་པ། (༥) ཟེར་ཡོད་ཟེར་ཨིན་པས།

འདི་བཟུམ་སྤྲ་ར་ ཆོ་དཔལ་ (ལོ་མེད།) གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ དབུ་ཁྱུང་དམ་མགོ་རྒྱུ་འདི་ལུ་ཡང་ ཉེ་
 མའི་ལག་བྲིས་མ་བཀའ་འཇུག་དང་བསྟན་འཇུག་རྒྱ་ལུ་བ་ཅིན་ ཡིག་རྒྱུ་མ་འདྲམ་ཡོད་པའི་ཁར་ དབུ་
 ཁྱུང་དང་དབུ་ཁྱུང་། དབུ་མགོ་ཡིག་མགོ་༡༨་ཁྱོག་གམ་དང་ཁྱོག་ཡང་ན་དང་ཁྱོག་བཟླ་དང་བེར་ག་ཟེར་མིང་
 བཏགས་རྒྱུ་ཡང་མ་འདྲམ་ལེ་ག་ར་འདུག་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ སྤྱོད་ལམ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་
 (༢༠༡༣) རན་ལུ་ དང་ཁྱོག་དང་བཟླ། དབུ་ཁྱུང་ཟེར་མི་རྒྱ་ མགོ་རྒྱུ་གི་མིང་ཨིན་མ་སྤྱི་བཀོད་དེ་འདུག།
 འདི་མ་ཆད་མགོ་རྒྱུ་འདི་ཡང་འགོ་ཐོག་རྒྱ་གར་ལུ་དར་ཡོད་པ་དང་ རྒྱ་གར་གི་ཡི་གཱའི་མགྲོ་ཉི་ལུ་ ཨྱ་ཟེར་
 འབྲི་སྤྱོད་ཡོད་མི་ལས་རིམ་བཞིན་གྱུར་ཉེ་ ད་རིས་ནངས་པ་འབྲི་སྤྱོད་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་ལུ་གྱུར་ཡོད་པ་སྤྱི་
 བཤད་དེ་འདུག། འདི་མ་ཆད་ཉེ་མའི་བོད་ཡིག་ལ་ལུ་ཅིག་ན་ ཨྱ་རང་སོར་བཞག་སྤྱི་ཡང་ཡོད་ཟེར་བཤད་
 དེ་འདུག། བོད་ལུ་ཡི་གཱའི་མགོ་རྒྱུ་ལག་ལེན་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ དབུ་བ་མ་འདྲམ་བདུན་དེ་ཅིག་ར་འདུག་ཟེར་
 ཨིན་མ་དང་ དབུ་ཅན་གི་ཡི་གཱའི་འབད་བ་ཅིན་ ཉེ་མའི་ཡི་གཱའི་རིམ་དང་གཉིར་མ་རྒྱ་ནང་ མགོ་རྒྱུ་མ་

¹ དང་ཁྱོག་ཟེར་མི་འདི་ མགོ་རྒྱུ་ཨྱ་འདི་ལུ་སྐབས་ཨིན་པས། དེ་ལུ་དང་ཁྱོག་ཟེར་ཡང་སྐབས་ནི་འདུག།

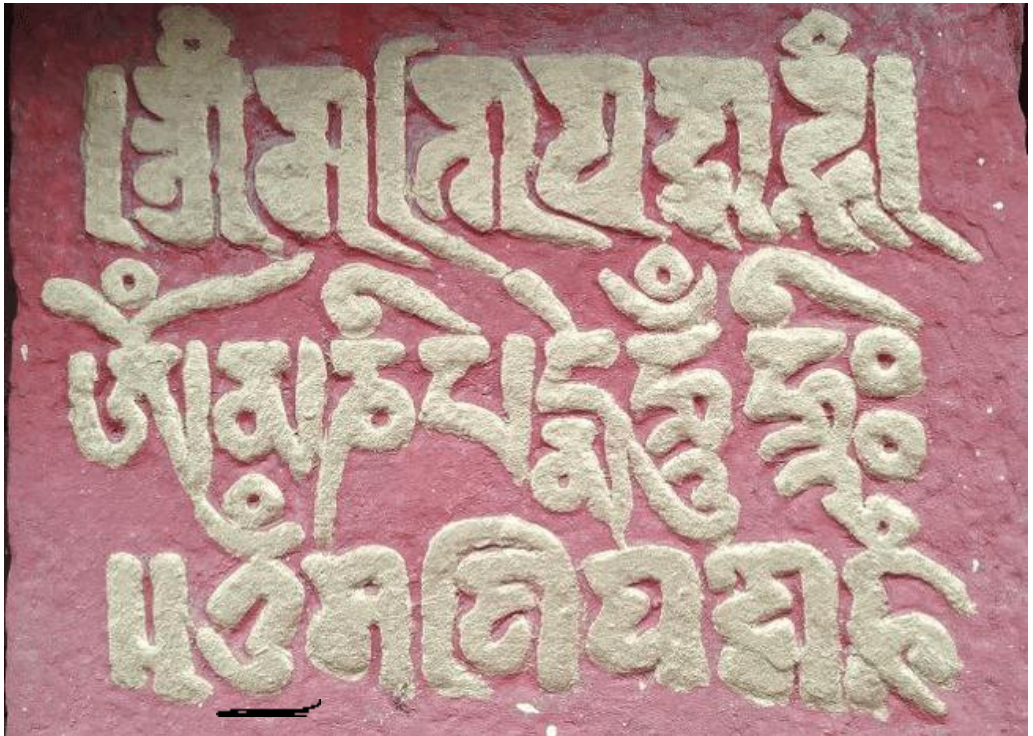
འདྲམ་ ཉི་ཤུ་དེ་ཅི་འདུག་ཟེར་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་མིག་གཅིག་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ། (༢) མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ། (༣) མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ། (༤) ཟེར་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད་ས་ལས་ མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འདི་འབད་བ་ཅིན་ བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གྱི་མགོ་རྒྱུ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་ཟེར་ཡིན་པས། མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འདི་ བསྟན་བཅོས་རྒྱུ་མིག་ལེན་འཐབ་སྟོན་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས། མིག་གཅིག་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འབད་བ་ཅིན་ མི་ལམ་པ་རྩ་གིས་བརྩམས་ཡོད་པའི་ རྩ་མིག་རྩ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་ཟེར་བཤད་དེ་འདུག་ ཆེ་དཔལ་ (ལོ་མེད།) ཉེ་མ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་ག་ར་ བཅི་བ་ཅིན་ མགོ་རྒྱུ་ལུ་རིགས་མ་འདྲམ་སུ་ཨུ་འདུག། འདི་ཡང་གཤམ་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་རྩ་ བཅི་སྟེ་ལུ་བ་ཅིན་ཤེས་ཚུགས།

གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ར་ མགོ་རྒྱུ་ལུ་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ར་འདུག། ཡིན་རུང་དེ་རྩ་ག་ར་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨོ་ཡིག་ལས་སྦྱར་སྦྱར་མ་ཡིན་ན་ཟེར་བ་ཅིན་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཡི་གུ་ལས་དར་དར་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ས་དང་རྩ་མཚན་བཀའ་ཞི་མེད་པ་ལས་ མགོ་རྒྱུ་ཡོད་ཆད་གཅིག་པོ་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཡི་གུ་ལས་དར་དར་མ་ཡིན་མཁས་ལེན་མི་རྩལ་ཞི་ཡིན་པས། དེ་མ་ཆད་ སྦྱར་བཏང་བཀའ་འཇུག་དང་བསྟན་འཇུག་གི་སྐབས་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་ (༢༢༡ | ༢༢༡ |) གཉིས་པོ་འདི་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨོ་ཡིག་ལས་ རིམ་པ་བཞེན་ཏུ་སྦྱར་ཡོད་པ་སྟེ་ བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ། (༡༩༥༩) ན་གསངས་རྒྱལ་བསྟན་དར། (ལོ་མེད།) རྩ་བཙུན་ས་པཌ། (ལོ་མེད།) རྩ་སྒྲིག་པ་ ཆེ་དཔལ་ (ལོ་མེད།) རྩ་གིས་གསུངས་ཏེ་ཡོད་རུང་ ཆེ་བརྟན་ཞབས་རྩལ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ (ལོ་མེད།) གཟུངས་སྐགས་ཀྱི་རིགས་རྩ་བའི་སྐབས་ ཨོ་ཡིག་གིས་འགོ་འདྲེན་དོ་བཟུམ་ གཟུངས་སྐགས་མེན་པའི་རིགས་རྩ་བའི་སྐབས་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་མགོ་རྒྱུ་ (༢) འདི་མཆོ་ལའི་ཨོ་ཡིག་ འུ་ དེ་ལས་རིམ་པ་བཞེན་སྦྱར་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་པ་མས་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།

མགོ་རྒྱུ་འདི་ལུ་མགོ་རྒྱུ་འདི་ཨོ་ཡིག་ལས་ རིམ་པ་བཞིན་གྱུར་ཏེ་ ད་ལྟོ་འབྲི་སྒྲིལ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་
མིག་གཅིག་ཅན། མིག་གཉིས་ཅན་དང་མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་ལུ་ གྱུར་བ་ཡིན་སྲིད་རུང་ དེ་ཚུ་
ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨོ་ཡིག་ལས་གྱུར་གྱུར་མ་ཡིན་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱ་མཚན་འབད་ཁྲན་ཅིག་མིན་འདུག། དེ་ཡང་
མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་དང་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨོ་ཡིག་གཉིས་ ༡༡ལམ་ཆ་འབྲས་ཡོད་རུང་ བོད་ཀྱི་ཏེ་
མའི་བཀའ་འགྱུར་དང་བསྟན་འགྱུར་གྱི་ནང་ལུ་ བོད་ཀྱི་ཨོ་ཡིག་རྒྱུར་གཅིག་མ་གཏོགས་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་
ཨོ་ཡིག་ལག་ལེན་འབབ་འབབ་མིན་འདུག། དེ་ལག་ལེན་མ་འབབ་པ་ཅིན་ དེ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་གྱུར་
ཏེ་འོང་ཐབས་མེད། རིམ་པ་བཞིན་གྱུར་ཏེ་འོང་ཐབས་འདི་ཡང་ དཔེར་ན། བོད་ཡིག་ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་
བོད་ཡིག་དུམ་གྲ་ཅིག་མ་འབྲས་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནི་མ་གཏོགས་ བོད་ཡིག་ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ རྒྱ་ཡིག་ལུ་
འགྱུར་མི་སྲིད། རིག་པས་བཟླ་ག་དཔྱད་འབད་དེ་བཟླ་བ་ཅིན་ མགོ་རྒྱུ་ཨོ་ལག་ལེན་འབབ་སྒྲིལ་འདི་ རྒྱ་
གར་ན་རྒྱུར་གཅིག་མེན་པར་ ཐུ་མི་སམ་སྟོ་ཤེ་ཏེ་མ་ལས་ར་ བོད་ལུ་ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་
དཔྱེ་གཏམ་ལུ་ཡང་ ཨོ་འདི་ཡི་གུའི་མགོ་ཡིན། རྒྱ་འདི་ཡི་གུའི་མཇུག་ཡིན་ཟེར་མི་འདི་ཡང་ རྒྱ་མཚན་དེ་
ལས་བརྟེན་ཡིན་པས།

དེ་འབད་ལས་ ཨོ་ཡིག་མགོ་རྒྱུ་སྟེ་ལག་ལེན་འབབ་སྒྲིལ་འདི་ ལེགས་སྦྱར་ལས་དཔེ་བཟླ་བཟླ་མེན་
པའི་ཁར་ མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་དང་མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འདི་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨོ་ཡིག་
ལས་གྱུར་གྱུར་མ་ཡིན་པས། དེ་གི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ མགོ་རྒྱུ་འདི་ (༥) བཟུམ་རྒྱུར་གཅིག་
མ་གཏོགས་ ཨོ་འདི་བཟུམ་ལག་ལེན་འབབ་འབབ་མིན་འདུག། མགོ་རྒྱུ་འདི་ (༥) བཟུམ་འབད་བ་
ཅིན་ ཐུ་མི་སམ་སྟོ་ཤེ་ཏེ་མ་ལས་ཡོད་པའི་ཡི་གུ་ ལེ་ཤ་ན་ར་ལག་ལེན་འབབ་ཡོད་པའི་ནང་
ལས་ ཞུན་ཅེའི་ཡི་གེ་ཟེར་མི་ནང་ལུ་ཡང་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་འདུག།

དེ་མ་ཚད་ ད་ལྟོ་འབྲི་སྒྲིལ་ཡོད་པའི་ མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱན་འདི་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨྲི་ཡིག་ལས་
 བོད་ཡིག་སྦྱར་རྒྱུ་གི་ཡི་གུ་དང་འདྲ་ཡོད་པ་ལས་ ད་ལྟོ་ལག་ལེན་འཐབ་སྒྲིལ་ཡོད་པའི་ མིག་གཉིས་
 ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱན་འདི་ བོད་ཡིག་སྦྱར་རྒྱུ་གི་ཡི་གུ་ལས་ ཟུར་ཟུར་ཕ་ཨིན་ཟེར་རུང་མ་བཏུབ་མིན་འདུག།
 (རྒྱ་གར་གྱི་ཨྲི་ ༣༩། སྦྱར་རྒྱུ་གི་མགོ་རྒྱན། ༣༩) རྒྱ་མཚན་དེ་ཡང་ བོད་ཡིག་སྦྱར་རྒྱུ་གི་མགོ་
 རྒྱན་འདི་འབད་བ་ཅིན་ ཉེ་མ་ལས་བོད་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་སྟོན་ཅུག། ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨྲི་ཡིག་འབད་བ་
 ཅིན་ ཉེ་མ་ལས་བོད་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྒྲིལ་མེད་པ་ལས་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨྲི་ཡིག་ལས་ཟུར་ཟུར་ཕ་ཨིན་
 ཟེར་མི་རྒྱ་མཚན་འདི་ འཐད་ལཱ་ན་ཅིག་མིན་འདུག། དེ་འབད་ཕ་ལས་ མགོ་རྒྱན་འདི་ རྒྱ་གར་གྱི་ལུགས་
 དང་བོད་གྱི་ལུགས་གཉིས་ཆ་ར་ན་ ཨྲི་ཡིག་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ ཨྲི་ལས་རིམ་བཞིན་ཟུར་
 ཉེ་ ད་ལྟོ་ལག་ལེན་འཐབ་སྒྲིལ་ཡོད་པའི་ མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱན་ལུ་ཟུར། དེ་ལས་མིག་གསུམ་ཅན་
 གྱི་མགོ་རྒྱན་ཟུར་ཅུག། ཟུར་ལུགས་འདི་ཡང་བོད་གྱི་ཨྲི་ཡིག་ལས་མ་གཏོགས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨྲི་ཡིག་མེན་
 པས། ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨྲི་ཡིག་འདི་ མགོ་རྒྱན་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་འཐབ་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་གྱི་བར་ན་ བཀའ་
 དང་བསྟན་བཅས་ག་ཅི་གི་ནང་ལུ་ཡང་མིན་འདུག། ཨིན་རུང་ མགོ་རྒྱན་འདི་ (ཉྱེ་) བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་
 ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད། (ཉྱེ་) དེ་བཟུམ་གྱི་མགོ་རྒྱན་འདི་འབད་བ་ཅིན་ མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཚས་
 འཕེལ་ (ལོ་མེད།) གྱིས་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨྲི་ཡིག་ ཨིན་མ་སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག། འཇུར་ཚུལ་འདི་ཡང་ ཨྲི་
 ཡིག་འདི་ (ཙྰ) ལས་མགོ་རྒྱན་འདི་(ཙྰ) བཟུམ་ལུ་ཟུར། དེ་བཟུམ་ལས་འདི་བཟུམ་ (ཙྰ) གྱི་
 མགོ་རྒྱན་ལུ་ཟུར་ཅུག་ཟེར་ཨིན་པས། དེ་མ་ཚད་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཚས་འཕེལ་གྱིས་ འདི་ ཙྰ
 རྒྱ་གར་གྱི་ཨྲི་རིང་མོ། འདི་ (ཉྱེ་) ཨྲི་ཡིག་ཐུང་ཀུ་ཨིན་མ་སྟེ་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ ཆོ་ཏན་ཞབས་རྩུང་གིས་
 འབད་བ་ཅིན་ འདི་ (ཉྱེ་) ཐུང་ལི་གུ་ཨིན་མ་སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག།



(སྒྱེར། ༢༠༢༤)

གོང་ལུ་གསུངས་མི་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་བཟླ་བ་ཅིན་ གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་ ཨོ་ཡིག་
མགོ་རྒྱན་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟོལ་འདི་ བོད་ལུ་རྟེ་མ་ལས་ར་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ད་ལྟོ་ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་
ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱན་དང་ཆ་འདྲམ་འདི་ སྒྲར་རྒྱུང་གི་ཡི་གུ་ནང་ མགོ་རྒྱན་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ མགོ་རྒྱན་
འདི་ཡང་འདུག། དེ་ལས་མིག་གཅིག་ཅན་མགོ་རྒྱན་ བསྐྱུས་པ་འདི་ (༣) ཡང་ རྟེ་མ་ལས་ར་ལག་ལེན་
འཐབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་འདི་ ཏུན་རྟོང་གི་ཡིག་ཆ་ཚུ་བཟླ་མ་ད་ཁ་གསལ་སྟེ་ཤེས་ཚུགས་པས། དེ་འབདམ་
ལས་ མགོ་རྒྱན་འདི་བོད་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལས་དར་དཔལ་མ་གཏོགས་ གཞན་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གུ་ལས་
བྱུང་བུང་མ་ཅིག་མེན་པས། དར་ཚུལ་འདི་འབད་བ་ཅིན་ གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་ བོད་ཀྱི་དཔེ་དེབ་ལ་ལོ་
ཅིག་ན་ རྒྱ་གར་ཨོ་ཡིག་ (ལྷོ) དེ་བཟུམ་མགོ་རྒྱན་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་རུང་ འདི་བཟུམ་གྱི་ཨོ་ (ལྷོ)

ཡིག་ལག་ལེན་འཐབ་མེད་པ་ལས་ བོད་ཡིག་གི་མགོ་རྒྱུ་འདི་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨྲི་ཡིག་ (ཟླ་) དེ་ལས་
 ལྷུ་མི་སྤྲོད། (ཧྲླ) དེ་བཟུམ་གྱི་ཨྲི་ཡིག་ལས་ཡང་ལྷུ་མི་སྤྲོད་དེ། ལྷུ་དགོ་པ་ཅིན་ ཆ་འདྲམ་འོང་དགོ་པ་
 ཡིན་རུང་ དེ་གཉིས་རྩ་བ་ལས་སོ་སོར་ཡིན་པ་ལས་ལྷུ་མི་སྤྲོད། དེ་འབད་མ་ལས་ བོད་ཡིག་གི་མིག་
 གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འབྲི་འདི་ (༣༣) འབད་བ་ཅིན་ སྦྱར་རྒྱུ་གི་ཡི་གུ་འདི་ (33) ལས་ལྷུ་
 རུག། དེ་གི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ མགོ་རྒྱུ་དེ་འབད་བ་ཅིན་ ཉེ་མ་ལས་བོད་ཀྱི་དཔེ་དེ་བ་ནང་ལུ་ ལག་ལེན་
 འཐབ་སྟེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་ལྟོ་ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་དང་ཆ་འདྲམ་སྟེ་འདུག། མགོ་
 རྒྱུ་འབྲིང་ལས་ མགོ་རྒྱུ་རྒྱས་པ་འདི་ (༣༣) རྒྱུ་རུག། མགོ་རྒྱུ་བསྐྱས་པ་འདི་ (༣) འབད་
 བ་ཅིན་ ཏུན་རྟོང་གི་ཡི་གུ་ལས་རྒྱུ་རུག། ད་རུ་གོང་ལུ་ ན་ག་སངས་རྒྱས་བསྐྱན་དར་ (ལོ་མེད།) གྱིས་
 འབད་བ་ཅིན་ སྒྲགས་གྱི་ཡིག་མགོ་ལུ་ཨྲི་ཡིག་འབྲི་སྟོན་ཡོད་མི་འདི་ རིམ་པ་བཞིན་བོད་ཡིག་གི་མགོ་ལུ་
 ཡང་ཨྲི་འབྲི་སྟོན་རྒྱུ་རུག་ཟེར་མི་འདི་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བཟུ་བ་ཅིན་ ཐུ་མི་སམ་སྟོ་ཏའི་ཉེ་མ་ཡོད་པའི་
 ཡི་གུ་རྒྱ་རྒྱ་ ཨྲི་འདི་མགོ་རྒྱུ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་ལས་ སྒྲགས་གྱི་ཡིག་མགོ་ལུ་ཨྲི་ཡིག་འབྲི་སྟོན་
 ཡོད་མི་དེ་ལས་དར་རུག་ཟེར་ཐད་ཀར་བཤད་པ་ལུ་ ཐེ་ཚོམ་འདུག། དེ་གི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ གོང་ལུ་བཤད་
 དོ་བཟུམ་ ཉེ་མའི་བཀའ་འགྱུར་དང་བསྐྱན་འགྱུར་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ནང་ལུ་མགོ་རྒྱུ་འདི་ (ཧྲླ) བཟུམ་
 རྒྱུ་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ ཨྲི་འདི་བཟུམ་ལག་ལེན་འཐབ་འཐབ་མིན་འདུག།

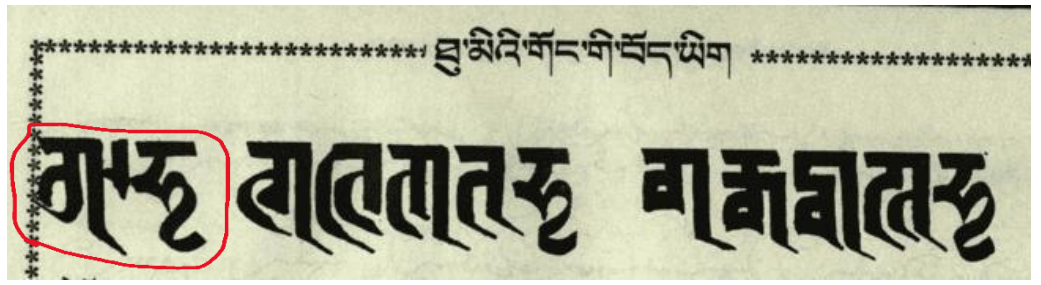
མགོ་རྒྱུ་གྱི་རིགས།

ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨྲི་ཡིག་ལས་ལྷུ་མི་སྤྲོད་བའི་མགོ་རྒྱུ། ཧྲླ་² ཏུན་རྟོང་གི་ཡིག་ཆ་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ།
 ༡། ད་རེས་ནངས་པའི་མགོ་རྒྱུ། ༢༡། ༢༢༡། ༢༣། ༢༤། ༢༥། ༢༦། ༢༧། ༢༨། ༢༩། ཉེ་མ་བཀའ་འགྱུར་

² མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཚེས་འཕེལ་གྱིས་གསུངས།

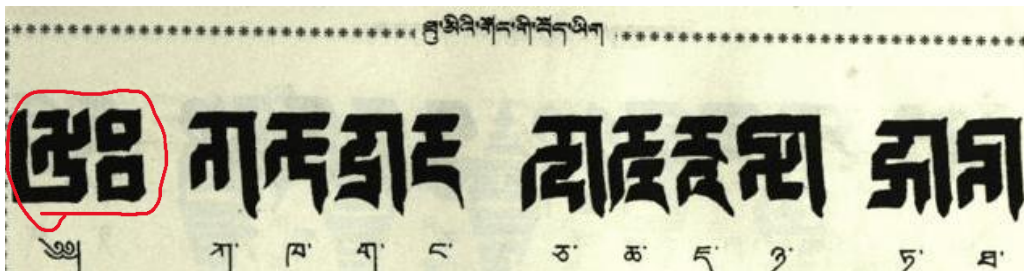
དང་བསྟན་འགྱུར་ནང་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱ།   སྤར་ཆེན་གྱི་མགོ་
རྒྱ།  སྤར་རྒྱུང་གི་མགོ་རྒྱ།  ཤར་ཡིག་གི་མགོ་རྒྱ།  ཞང་ལྷུང་ཡི་གུའི་
མགོ་རྒྱ།   | གཞུབས་ཆེན་སངས་རྒྱུས་ལེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་བྲིས་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱ།
 བཀའ་བཏགས་འཕྲལ་གྱི་ཡི་གུའི་མགོ་རྒྱ།  ཞུན་སྤོན་ལྷ་ཅེ་ཡི་གུའི་མགོ་རྒྱ།  |
  ཨྱི་མཁའ་འགྲོའི་གསེར་ཡིག་གི་མགོ་རྒྱ།  ཞུན་ཟེ་རྒྱུང་ཡི་གུའི་མགོ་རྒྱ། 
གོང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཡི་གུའི་མགོ་རྒྱ་ན་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད་མི་རྩུ་ལུ་བལྟ་བ་ཅིན་ ད་ལྟོ་ལག་ལེན་
འཐབ་སྟེ་ཡོད་པའི་ ཡི་གུའི་མགོ་རྒྱ་ན་འདི་ རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གུ་ཨྱི་ཡིག་ལས་ དར་དར་མ་ཡིན་ཟེར་མི་འདི་ལུ་
ཐེ་ཆོམ་ཟ་དགོཔ་འདུག། དེ་སྟེ་བཤད་དགོ་པའི་རྒྱ་མཆན་དེ་ཡང་ བོད་ལུ་སྤྲ་གོང་ལས་ ད་ལྟོའི་མགོ་རྒྱ་
དང་ཆ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ར་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་བཞིན་དུ་ ལག་ལེན་རྩ་ལས་མ་འཐབ་མི་ རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གུ་
ལས་ཀྱང་རུག་ཟེར་མི་འདི་ ལྷངས་ཡང་དག་ཅིག་མ་མཐོང་མ་ལས་བརྟེན་ཡིན།

ཡིག་གཞུགས་ཕྱི་སྤྱོད་བྱེད་མཁུ་ཞལ་བཤུས་མ་ (ལོ་མེད) ནང་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་ མགོ་རྒྱ་གྱི་རིགས།

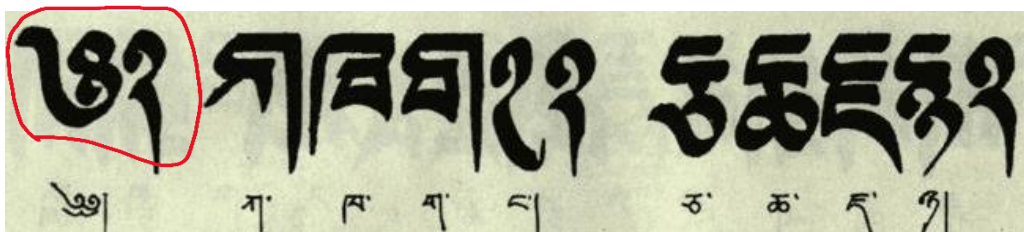


³ མགོ་རྒྱ་ན་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད་མི་རྩུ་ལུ་བལྟ་བ་ཅིན་ ཡིག་གཞུགས་ཕྱི་སྤྱོད་བྱེད་མཁུ་ཞལ་བཤུས་མ་ཟེར་བའི་ཀྱི་དབ་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་འདུག།

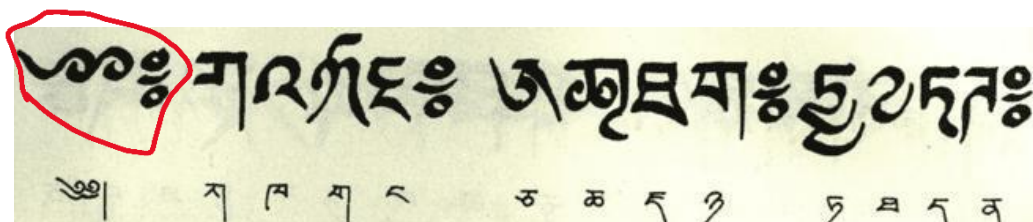
བོད་ཡིག་སྐར་ཆེན་གྱི་མགོ་རྒྱུ།



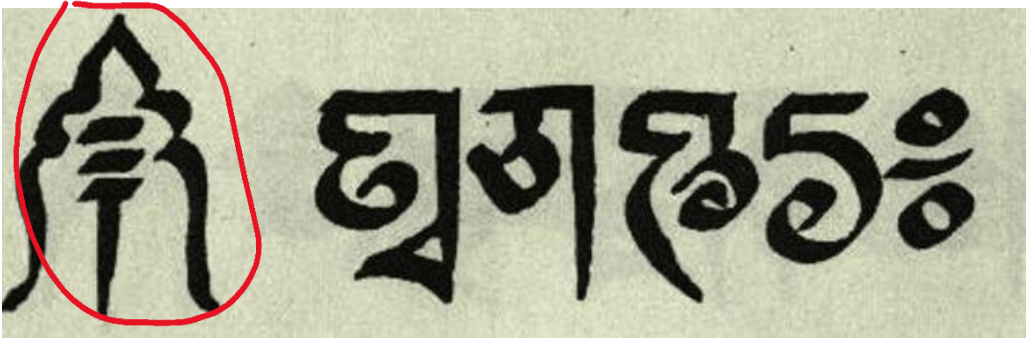
བོད་ཡིག་སྐར་ཆེན་གྱི་མགོ་རྒྱུ།



བཀའ་བདག་སྐུ་ལ་ཡིག་གི་མགོ་རྒྱུ།



ཞུ་སྤྱོད་ལྟེ་ཡི་གུ་འཕྲོད་རིམ་གསུམ་པ།



མགོ་རྒྱུ་གི་མཚན་ཚུལ་དང་ལག་ལེན།

ཡི་གེའི་རྒྱ་རིམ་པ་བརྟན་བཤད་པ། (ལོ་མེད།) ཟེར་བའི་ཚུ་ཤོག་ ནང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་བ་
 ཅིན་ ཤོང་ལུ་བཤད་དེ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱུ་དེ་ཚུ་གིས་མཚན་ཚུལ་ཡང་ མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འདི་
 གིས་ དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བཙུ་གཅིག་མཚན་མ་ཡིན་པ་དང་ མིག་གཉིས་
 ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འདི་གིས་ ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་མཚན་མ་ཡིན་ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག། ཡིན་རུང་
 དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་དང་ཨ་ལག་ཤ་ངག་དབང་བསྟན་དར་གྱིས་ མགོ་རྒྱུ་དེ་གི་མཚན་ཚུལ་གྱི་སྐོར་
 ལས་གསུངས་ཏེ་མིན་འདུག། དེ་བཟུམ་སྟེ་ར་ མཚན་ཚུལ་གྱི་ཐད་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ མཁས་པ་ཚུ་གིས་
 བཤད་ཚུལ་ མཁས་པ་ཚུ་གིས་དགོངས་པ་ཡིན་པ་ལས་ འདི་ལུ་བདེན་རླུང་གྱི་བརྟག་དཔྱད་འབད་ས་མེད།
 ཡིན་རུང་མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འདི་ རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་པ་དང་ མཁས་པའི་
 བསྟན་བཅོས་ནང་འབད་བ་ཅིན་ མིག་གཉིས་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། མིག་གཅིག་ཅན་
 གྱི་མགོ་རྒྱུ་འདི་འབད་བ་ཅིན་ མི་པལ་པ་ཚུ་གིས་བྲིས་ཡོད་པའི་ཚུ་ཤོག་ཚུ་ནང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་
 ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག (ཡི་གེའི་རྒྱ་རིམ་པ་བརྟན་བཤད་པ། ལོ་མེད།)། ཏུན་ཏྲོང་གི་ཡིག་ཆ་ནང་ལུ་བཟུ་བ་
 ཅིན་ མིག་གཅིག་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ གཞན་མིག་གཉིས་ཅན་དང་མིག་གསུམ་
 ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱུ་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་མེད་པ་ལས་ བཀའི་མགོ་རྒྱུ་དང་བསྟན་བཅོས་གྱི་མགོ་རྒྱུ།

ཕལ་པའི་ཚུལ་ཡིག་ཚུ་གི་མགོ་རྒྱུ་ཟེར་མི་འདི་ཡང་ རྟོག་བཟོ་རྒྱུ་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ དེ་ལུ་བརྟུང་མ་
བརྟུང་དང་རུང་མ་རུང་གི་ནམ་གཞག་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། དེ་འབད་མ་ལས་ མགོ་རྒྱུ་ཚུ་གིས་ དགོན་
མཆོག་གསུམ་དང་ས་བཟུ་གཅིག་ག་དེ་མཆོན་མ་ཡིན་ནའི་རྒྱུ་མཆོན་ཁ་གསལ་མེད་མི་འདི་ཡང་ རྟོག་བཟོ་
འབད་མ་ལས་བརྟེན་ཡིན་པས། སྤྱིར་བཏང་ཐོག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ མགོ་རྒྱུ་འདི་ (༡) གིས་ སྤྱི་
གཅིག་མཆོན་མ་ཡིན། འདི་ (༢) གིས་སྤྱི་གཉིས་མཆོན་མ་ཡིན། འདི་ (༣) གིས་སྤྱི་གསུམ་
མཆོན་མ་ཡིན་ཟེར་བཤད་མི་འདི་ལུ་འགལ་བ་མེད་རུང་ མཆོན་ཚུལ་གི་ཁྲུངས་ཡང་དག་པ་ཅིག་བཀལ་ས་
མིན་འདུག། བཤད་པ་རྒྱུ་ཐངས་ལུ་མཉམ་ས་བཏང་བ་ཅིན་ འདི་ (༤) གིས་ཆོས་སྤྱི་མཆོན་མ་ཡིན།
འདི་ (༥) གིས་བདེན་པ་གཉིས། འདི་ (༦) གིས་དག་པ་ས་གསུམ་མཆོན་མ་ཡིན་ཟེར་བཤད་
པ་ག་དེ་རྒྱུ་རུང་ མ་བརྟུང་དང་མོར་བའི་ཁྲུངས་བཀལ་ནི་མིན་འདུག།

མགོ་རྒྱུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་རྒྱུ་མཆོན།

འབྲུམ་ཐུབ་རྒྱལ་ (༢༠༡༤) གིས་འབད་བ་ཅིན་ ལེགས་སྦྱར་གི་ཡིག་འདི་ལུ་ མོར་གི་གཏེར་དང་དཔལ།
གཡང་དང་བཀྲ་ཤིས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གི་བད་སྤྱོད་རྒྱུགས་པ་ལས་བརྟེན་ལག་ལེན་འཐབ་དོ་བཟུམ་ བོད་
ཡིག་ལུ་ཡང་འདི་བཟུམ་གི་ཤོ་ལུགས་ཡོད་པ་ལས་ མགོ་རྒྱུ་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་རུང་ བསྐྱོ་བའི་ཡིག་
མགོ་ལུ་མགོ་རྒྱུ་འདི་འབྲི་སྒྲིལ་མེད་ཟེར་ཡིན་པས། གནད་དོན་དེ་གི་ཐད་ལུ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ལྟ་བུའི་
སྐབས་ མོར་གི་གཏེར་དང་དཔལ། གཡང་དང་བཀྲ་ཤིས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གི་བད་སྤྱོད་རྒྱུགས་ཟེར་བའི་ཡིད་
ཆེས་རྒྱུང་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ འདི་ལུ་འཐད་ལཱ་གི་སྤྱོད་ཐེངས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། མགོ་རྒྱུ་འདི་གི་
དགོས་པ་དང་རྒྱུ་མཆོན་གཙོ་བོ་ར་ ཡི་གུའི་མགོ་དང་མཇུག། མཐུན་དང་རྒྱུ། ལེའུ་རྒྱུ་རྒྱུ་འཛིན་འབད་
འཐབ་ལུ་ཡིན་མ་ལས་ མཆོན་ཚུལ་འདི་མེད་རུང་ལུང་རིགས་དང་འགལ་བ་ཅིག་མིན་འདུག། མགོ་རྒྱུ་
འདི་གིས་ ལེའུ་དང་ཡི་གུའི་མགོ། ཤོག་རྒྱུ་ལུ་མཐུན་རྒྱུ་མི་འཛིན་ནི་དང་ཡིག་རིགས་རྒྱུ་འཛིན་འབད་

ནི་ལ་སོགས་པའི་དགོས་པ་སྒྲུབ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ལས་ མགོ་རྒྱན་འདི་དགོས་མེད་ དོན་མེད་ཀྱི་ཐོག་ལས་
ལག་ལེན་འཐབ་འཐབ་རྩ་ལས་མེན་པས།

གྲོས་བསྟུན།

གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་ མགོ་རྒྱན་འདི་ ཚི་ཡིག་ལས་གྲུར་ཡོད་པ་སྟེ་ ས་པཎ་གྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་སྟེ་
བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ ས་སྐྱ་པའི་ཏ་ཀུན་དག་འཁྱུལ་མཚན་ (ལོ་མེད།) དང་སྟེན་བསོད་ནམས་ཅེ་མོ་ (ལོ་
མེད།) གིས་འབད་བ་ཅིན་ བོད་ཡིག་ལུ་སྟོན་རྒྱུ་ཡན་ལག་གི་ཡི་གུ་བདུན་ཡོད་མི་ཚུ་ བསྟུ་བ་ཅིན་ཨ་གི་
ཁོངས་སུ་བསྟུ་ཨ་ཡིན། བསྟུ་ཚུ་ལ་འདི་ཡང་ མགོ་ཡིག་ དང་ཀྱོག་ཟེར་མི་འདི་ ཨ་ཡིག་སྒྲུང་པོ་ཆེའི་ལྟ་པ་
བཟུམ་གྱི་ཨ་ཡིན། ཤད་འདི་ནམ་པར་གཅོད་པའི་ཨ་ཡིན་ཟེར་རྒྱངས་གཅིག་མ་གཏོགས་ ཚི་ཡིག་ལས་
གྲུར་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ག་ནི་ཡང་གསུངས་ཏེ་མེད་པའི་ཁར་ ལ་ལུ་གིས་མགོ་རྒྱན་འདི་ ཚི་ཡིག་ལས་
འགྲུར་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་མས་ཟེར་རྒྱངས་གཅིག་བཀོད་དེ་འདུག། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་
(༡༩༥༩) གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ ད་རིས་ནངས་པ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟོན་ཡོད་པའི་ མགོ་རྒྱན་ (༢༡) འདི་
རྒྱ་གར་ཡི་གུའི་མགོ་རྒྱན་ ཚི་ (༣) ཡིག་དེ་ལུ་དཔེ་བཟུ་སྟེ་བཟོ་ཡོད་པ་སྟེ་གསུངས་ཏེ་འདུག། འདི་ཡང་
ཏེ་མ་འབད་བ་ཅིན་མགོ་རྒྱན་འདི་བཟུམ་སྟེ་ འབྲི་སྟོན་ཡོད་ལུགས་གསུངས་ཏེ་འདུག། འདི་མ་
ཚད་ཏེ་མ་རྒྱ་གར་ཡི་གུའི་མགོ་རྒྱན་ ཚི་ཡིག་ (ཉེ) དེ་བཟུམ་ཅིག་དང་བོད་ཀྱི་གཏེར་ཆོས་ལུ་འབད་བ་ཅིན་
(མེ) མགོ་རྒྱན་དེ་བཟུམ་ཅིག་ཡང་འབྲི་སྟོན་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ར་ཆོ་དཔལ་ (ལོ་མེད།)
དང་ན་ག་སངས་རྒྱས་བསྟན་དར་(ལོ་མེད།) ལ་སོགས་པ་ཚུ་གིས་ཡང་མགོ་རྒྱན་འདི་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཚི་
ཡིག་ལས་གྲུར་ཡོད་པ་སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག། ཡིན་རུང་ཁོང་གིས་གསུངས་མི་དང་འགྲུར་ཚུ་ཚུ་ དབྱེ་དབྱེད་
འབད་དེ་བཟུ་བ་ཅིན་ ཐུ་མི་སམ་སྟོ་ཤ་མ་ཕྱོན་པའི་ཏེ་མ་ལས་ཡོད་པའི་ཡི་གུ་དང་དེ་གི་ཤུལ་ལས་ལག་ལེན་

མཐུག་བསྟུན་དང་རྒྱབ་སྐྱོལ།

མདོར་བསྟན་པ་ཅིན་ ད་ལྟོ་ང་བཅས་ཚུ་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་ཡོད་པའི་ ཡི་གའི་མགོ་རྒྱུ་འདི་གི་
འབྲུང་རབས་འདི་འབད་བ་ཅིན་ མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཚེས་འཕེལ། ཚེ་དཔལ། ཅན་ག་སངས་རྒྱལ་བསྟན་
དར། ས་སྐྱ་པརྟེ་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་དང་སྟེན་བསོད་ནམས་ཅེ་མོ་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ མགོ་རྒྱུ་
འདི་ཡང་ ལེགས་སྦྱར་ཇོ་ཡིག་ལས་ རིམ་པ་གྲུར་ཏེ་ད་ལྟོ་འི་མགོ་རྒྱུ་ལུ་གྲུར་ཡོད་པ་བཞོད་དེ་ཡོད་རུང་
ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཇོ་ཡིག་དེ་བོད་གྱི་ཡིག་རྟིང་ནང་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་མེད་པ་མ་ཚད་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་
ཡོད་པའི་ཇོ་ཡིག་འདི་ (འྲུ) ལས་ཡང་ ད་ལྟོ་འི་མགོ་རྒྱུ་འདི་ (༡༡) ལུ་གྲུར་གྲུར་མ་བཟུམ་ཅིག་མིན་
འདུག། ག་ཁྱབ་ཟེར་བ་ཅིན་ གཅིག་ལུ་བརྟེན་ཞིན་མ་ལས་གྲུར་གྲུར་མ་ཡིན་པ་ཅིན་ ཆ་འདུལ་འོང་དགོ་པ་
ལས་ འདི་གཉིས་ཅུ་ལས་མ་འདུལ་བརྟེན་ རྒྱ་མཚན་འཐད་ལྷན་ཅིག་མ་མཐོང་། དེ་འབདཝ་ལས་ གོང་

ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་མགོ་རྒྱན་འདི་ ཐུ་མི་སམ་སྟོ་ཤ་མ་ཕྱོན་པའི་ སྤྱ་གོང་ལས་ཡོད་པའི་བོད་ཡིག་ལས་ ད་
 རྟོ་འབྲི་སྒྲིལ་ཡོད་པའི་མགོ་རྒྱན་ལུ་གྱུར་ཡོད་པ་འདི་ ཧེ་མའི་ཡིག་རྟིང་མ་ཚུ་ལུ་བཟླ་སྟེ་ཤེས་ཚུགས་པས།
 མགོ་རྒྱན་འདི་ཚུ་ཡང་ མགོ་དང་མཐུག། མདུན་དང་རྒྱབ་ལ་སོགས་པ་ངོས་འཛིན་འབད་འཐབ་ཀྱི་དགོས་པ་
 རྒྱ་མཚན་ལུ་དམིགས་ཏེ་འཐབ་འཐབ་རྒྱང་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ མཚན་ཚུལ་གྱི་སྐྱར་ལས་འབད་རུང་ལེ་ཤ་
 བཤད་དེ་ཡོད་རུང་ དེ་ཚུ་ག་ར་བཤད་ཚུལ་ཙམ་མ་བཏོགས་ འདི་གིས་འདི་མཚན་མ་མས། འདི་མི་མཚན་
 མས་ཟེར་བཤད་ནི་དང་མཚན་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག།

ཚུ་ཤོག་འདི་ནང་ལུ་ད་རེས་ནངས་པ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་པའི་ མིག་གཅིག་ཅན་དང་མིག་གཉིས་ཅན།
 མིག་གསུམ་ཅན་གྱི་མགོ་རྒྱན་ སྤྱིར་བཏང་གི་བྱུང་རབས་དང་འབྱུར་བའི་སྐྱར་ལས་རྒྱང་མ་གཅིག་ཞིབ་
 འཚོལ་འབད་དེ་བཀོད་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ མགོ་རྒྱན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་འབྱུང་རབས་དང་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་
 པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་སྐྱར་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་མེད། དེ་འབདམ་ལས་ བྱུལ་མའི་ཞིབ་འཚོལ་པ་ཚུ་གིས་
 རྩོན་སྤོམ་ལྷ་ཅེ་ཡི་གའི་མགོ་རྒྱན་དང་སྤྱིར་བཏང་མགོ་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་རེ་རེའི་འབྱུང་
 རབས་དང་ཡོངས་ཁྲུངས། མགོ་རྒྱན་དེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཚུ་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་གསལ་
 རྩོན་འབད་ནིའི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་མ་ཚད་གོང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ལེགས་སྤྱོད་གྱི་ཨོ་ཡིག་ཐུང་ཀྱ་ཟེར་མི་
 འདི་ རྒྱ་གར་ཡི་གུ་ཨིན་ན་མེན་ན་ཡང་ཞིབ་འཚོལ་པ་ཚུ་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་གོ་སྐབས་འདུག། དེ་
 ལས་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་ལུ་ཡང་བཤད་ཚུལ་མ་འདྲམ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་དེ་ ག་གིས་མཛད་
 མཛད་པ་ཨིན་ན་ཡང་ཁ་གསལ་མེད་པ་ལས་ གནད་དོན་དེ་གི་ཐོག་ལུ་ཡང་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་གི་གོ་
 སྐབས་འདུག།

རྒྱུ་རྒྱུ་དཔེ་ཐོ།

དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ། (༡༩༥༩) རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ། གངས་
ཅན་རིག་མཛོད།

དགེ་སྙིན་བསོད་ནམས་ཅེ་མོ། (༢༠༡༧) ཡི་གེའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐབས་ཀྱིས་པ་བདེ་སྒྲུག་རྒྱ་འབྱུག་པ། ས་སྐྱ་བཀའ་
འབུམ། རོད་ཅ་པ།https://www.gyalyongsachen.com/?page_id=2643 རང་ལ་
ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན།

ན་ག་སངས་རྒྱུ་བསྐྱན་དར། (ལོ་མེད།) རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ།
<https://bodyiglobjong.com/> ཤེ་རིག་འདོན་ཐངས་
གསུམ་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་རྒྱ་ཆེར། རང་ལས་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན།

འབུལ་བྱུང་རྒྱལ། (༢༠༢༤) བོད་ཡིག་གི་དབྱེ་ལ་རག་ཅམ་དབྱེད་པ། མཆོ་སྤྱོད་བོད་ཡིག་གསར་གྲུབ།
https://epaper.tibet3.com/qhzbw/html/202409/27/node_1.html རང་
ལས་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཆེ་དཔལ། (ལོ་མེད།) དབྱེ་ལ་གྱི་རིགས་དབྱེ་དང་བྱེད་ལུས་ལ་རོབ་ཅམ་དབྱེད་པ།
<https://ti.zangdiyg.com/article/detail/id/22994.html> རང་ལས་ཐོབ་ཡོད་པ་
ཡིན།

ཆེ་ཏན་ཞབས་བྲུང་། གངས་ཅན་གྱི་རྒྱ་རིག་པའི་བསྐྱན་བཅོས་ལས་ཡི་གེའི་ཐོབ་ཐངས་བཤད་པ་སློབ་གསལ་
སྤྱང་ཅིའི་དགའ་རྟོན། སེ་ཁྱོད་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་བསྐྱུ་སྒྲིག་ཁང་།
མཛད་པ་པོའི་མཆན་མེད། (ལོ་མེད།) ཡི་གེའི་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་བཤད་པ།

<https://takjongchime.com/?p=817> རང་ལས་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན།
མཛད་པ་པོའི་མཆན་མེད། (ལོ་མེད།) སྤྱང་རྟོགས་རྩ་འགྲེལ་ལས་སྐབས་དང་པོ་སྤྱང་རྩ་པའི་རྩ་འགྲེལ།

<http://www.teducn.com/zhuanyeshuyu/shengwu/2013-01->

[30/829_6.html](http://www.teducn.com/zhuanyeshuyu/shengwu/2013-01-30/829_6.html) རང་ལས་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཟླ་བ་ཚེ་རིང་། (༡༩༩) ཡིག་གཟུགས་སྣ་བརྒྱའི་ཕྱི་མོ་ཞལ་བཤུས།

ས་སྐྱ་པའི་ཏ་ཀུན་དག་འཁྱལ་མཚན། (ལོ་མེད།) ཕྱིས་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་འཇུག་པའི་ནམ་བཤད།

<https://www.gyalongsachen.com/?> རང་ལས་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྟོན་ལམ་བོད་ཀྱི་བདེ་འཕྲིན་ཞིབ་འཇུག་ཁང་། (༢༠༢༣) སྟོན་ལམ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ།

ཨ་ལག་ཤ་ངག་དབང་བསྟན་དར། (ལོ་མེད།) ཡི་གེའི་བཤད་པ་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན། མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་
ཁང་།