ཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། 3

2022ལོའི་ཟླ་11ཚེས་09

ལྷོ་བོཁའིའི་བོདབོ་ཡིའིག་ཚགས་པར་
འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།བསོད་ནམས་དོན་འགྲུབ།ལག་བསྟར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།ཡེ་ཤེས་བཟང་མོ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད） འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་
དགོས་པ།ཀུན་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྣ་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་པའི་རྩ་བའི་ལས་་་་་་་འགན་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པ།ཀུན་སྤྱོད་དང་ཤེས་རིགགཟུགས་པོ།མཛེས་་་་་་དཔྱོད།ངལ་རྩོལ་བཅས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་བཟང་བའི་སྤྱི་་་་་་་་་་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་འཛུགས་སྐྲུན་པ་དང་རྒྱུན་འཛིན་པ་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་པ་་་སོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ནང་དོན་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་བླངས་་་་་་་ཐོགཏང་གི་སློབ་གསོའི་མཛད་ཕྱོགས་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ལག་ལེན་མཐར་་་་་་་་ཕྱིན་བསྟར་དགོས་པ་དང་།དམིགས་ས་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་དོན་འཁྱོལ་གྱི་་་་་་་་ཇུས་གཞི་དང་བྱེད་ཐབས་གཏན་འབེབས་བཟོས་ཏེ་མི་དམངས་ཀྱི་བློ་ལ་་་་་་་་བབ་པའི་སློབ་གསོ་ལེགས་པར་གཉེར་དགོས།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་་་་་གིས་གནང་བའི་སྙན་སྒྲོན་ནང་གཞོན་ནུ་མི་རབས་ཚོར་རེ་བ་ཆེན་པོ་བཅོལ་་ཡོད་ལུགས་སློབ་སྦྱོང་ནན་ཏན་དང་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་ལེན་དགོས་པ་དང་།
བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་ཏང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་།ཏང་གི་རྗེས་སུ་་་་་་འབྲངས་དགོས་པ།ཕུགས་བསམ་ལྡན་པ་དང་།འགན་འཁྲི་འཁུར་ཕོད་པ།དཀའ་སྡུག་བཟོད་ཐུབ་པ།འབད་འཐབ་བྱེད་ཕོད་པ་བཅས་ཀྱི་དུས་རབས་་གསར་པའི་གཞོན་ནུ་བཟང་པོ་ཞིག་ཆགས་པ་བྱས་ནས་དུས་རབས་གསར་་་་པའི་རྒྱང་ལམ་གསར་པའི་ཚ་ཚ་འུར་འུར་གྱི་ལག་ལེན་ཁྲོད་ལང་ཚོའི་འོད་་་་་་ཟེར་རབ་ཏུ་འཚེར་བར་བྱེད་དགོས།
ཞུས་ཁྲེང་ཚང་གིས་བླང་བྱ་བཏོན་དོན།སློབ་གསོའི་ཁོངས་གཏོགས་་་་་་་
ཀྱིས་ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པའི་དགོངས་དོན་སློབ་སྦྱོང་དང་།དྲིལ་་་་་་་་་་བསྒྲགས།ལག་བསྟར་བཅས་བྱ་རྒྱུ་དེ་མིག་སྔ་དང་སླད་ཕྱིན་དུས་སྐབས་ཤིག་རིང་གི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་འགན་ཨང་དང་པོར་བརྩིས་ནས་ཚོགས་འདུའི་་་་་་་་དགོངས་དོན་དེ་སློབ་གསོ་དང་སློབ་ཁྲིད་ནང་བཅུག་སྟེ་བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་་་

སློབ་ཚན་གྱི་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་ཡག་པོ་བྱས་ནས་ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་་་་་པའི་དགོངས་དོན་དག་སློབ་གྲྭའི་ནང་ཁུལ་དང་།སློབ་ཁང་ནང་སྐྱོད་ཐུབ་་་་་པ་དང་།བསམ་བློར་ཟུག་པ་བྱེད་དགོས།ཕྱོགས་ཡོངས་དང་།བརྒྱུད་རིམ་་་་ལྡན་པ།སློབ་སྦྱོང་གཏིང་ཟབ་བཅས་བྱས་ནས་ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་་་་་་་་པའི་དགོངས་དོན་དག་ཆ་ཚང་དང་།འཕྱུགས་མེད།ཁྱོན་ཡོངས་ནས་གོ་བ་་ལེན་པ་དང་།ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་་་་་་་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ལྟ་བ་དང་།
བརྟག་ཐབས་སྨྲ་བ།དེའི་ནང་ཁྱབ་པའི་ལངས་ཕྱོགས་དང་ལྟ་བ།བྱ་ཐབས་་བཅས་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་དགོས།ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་་་་་ཤུ་པའི་དགོངས་དོན་སློབ་སྦྱོང་དང་དྲིལ་བསྒྲགས་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ་དེ་རང་་་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ་ལེགས་པར་བསྒྲུབ་རྒྱུ་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ།ཏོག་གསར་གློ་་་་ཚད་རིམས་ནད་འགོག་ཟོན་ལེགས་པར་བྱས་ཐོག་གཞི་ཁྱོན་ལྡན་པའི་་་་་་་་་་རིམས་ནད་མི་ཐོན་པའི་གཞི་ཐིག་བརྟན་སྲུང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱ་དགོས།
ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་གཅིག་མཐུན་ཚོགས་པའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོ་བཙུགས་་་་་་་་་ནས་འགྲོ་འོང་དང་།སྤེལ་རེས།མཉམ་འདྲེས་བཅས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་གཏིང་ཟབ་་སྤེལ་དགོས།སློབ་གསོ་སློབ་ཁྲིད་ལས་དོན་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱས་ནས་མིའི་འཚར་ལོངས་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ལྟེ་བར་བྱེད་པའི་སློབ་གསོའི་འདུ་་་་ཤེས་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།ཀུན་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་མི་གསོ་སྐྱོང་་་་བྱེད་པའི་རྩ་བའི་ལས་འགན་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་དགོས་པ།སློབ་གསོ་སློབ་་་་་་་་ཁྲིད་ཀྱི་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་བ།དགེ་རྒན་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་་་་་་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་སློབ་གསོའི་སྤུས་ཚད་་་མཐོ་པོའི་སྒོ་ནས་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས་སོ།
བསོད་ནམས་བསྟན་པས་བསྒྱུར།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）གནང་ནས་མཛུབ་ཁྲིད་གྲོས་འགོ་ཡང་བཏོན་་གནང་བ་རེད།
ཞུས་ཁྲེང་ཚང་གིས།གཏན་འཁེལ་གཉིས་ཀྱི་ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་་་་་་དོན་སྙིང་ལ་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་ལེན་པ་དང་།འགན་འཁྲི་དང་ལས་འགན་བློ་ལ་་་་བརྟན་པོར་ངེས་པའི་ཐོག་ནས་བོད་སྐྱོར་ལས་བྱེད་པའི་གཟུགས་བརྙན་གསར་་་པ་མངོན་པར་བྱེད་དགོས་པ་དང་།ཐུན་མོང་ཐོག་མཐུན་སྒྲིལ་འབད་འཐབ་་་་་་་བྱེད་པའི་དུས་རབས་ཀྱི་བླང་བྱ་ཁོང་དུ་བརྟན་པོ་ཆུད་པ་བྱས་ནས་གང་་་་་་་་་་མགྱོགས་མཉམ་འདྲེས་དང་དམ་པ་དོན་གཉེར་བྱས་ཐོག་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་་་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ་ཐུན་མོང་ཐོག་ཕྱུག་པོ་ཆགས་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས་པ།དུས་རབས་གསར་པའི་བོད་སྐྱོར་་་་ལས་དོན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་ལ་ངོས་འཛིན་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ་དུས་་་་་་་་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་དོན་འཁྱོལ་་་བྱེད་དགོས་པ།ཏང་གིས་བོད་སྐྱོར་ལས་དོན་ལ་འགོ་ཁྲིད་བྱེད་རྒྱུར་ཤུགས་སྣོན་་རྒྱག་དགོས་པ་བཅས་ཀྱི་བླང་བྱ་བཏོན་གནང་བ་རེད།
ཚེ་རིང་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་ཐོན་ལས་བོད་སྐྱོར་ཐད་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་་་་་་་་བསམ་གཞི་བྱ་རྒྱུར་སྣང་ཆེན་བྱས་ནས་ལས་ཀའི་གཙོ་གནད་མངོན་གསལ་དོད་་པོ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།ཚོང་དང་མ་རྩ་འདྲེན་འགུགས་བྱེད་སྐབས་ས་་་་་ཁོངས་ཡོངས་ལ་གཅིག་གྱུར་འཆར་འགོད་བྱ་རྒྱུར་སྣང་ཆེན་བྱས་ནས་སྟོབས་་་་་་ཆེན་དང་ཆེ་གྲས་འགུག་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཡོང་བ་་་་་་་་བྱེད་དགོས་པ།ལས་ཞུགས་བོད་སྐྱོར་ཐད་གསོ་སྦྱོང་དང་ལས་ཞུགས་གཞི་་་་་་་་་་གཅིག་ཅན་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱས་ནས་སྤེལ་རེས་གཏིང་ཟབ་བྱ་རྒྱུ་མངོན་གསལ་་་་་དོད་པོ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་པ་བཅས་ཀྱི་རེ་བ་བཏོན་གནང་བ་རེད།
བསོད་ནམས་བསྟན་པས་བསྒྱུར།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）གྲོང་གསེབ་ཅུས་ཀྱི་འགན་་་་་
འཁུར་བས་ངོ་སྤྲོད་བྱས།
མིག་སྔའི་རིམས་ནད་འགོག་ཟོན་དུས་བབ་དང་ཟུང་་་་་་་
འབྲེལ་གྱིས།འཕྱོངས་རྒྱས་རྫོང་གིས་རྣམ་གྲངས་འཛུགས་་་་་་་་
སྐྲུན་ལྷོད་གཡེང་མི་གཏོང་བ་དང་།རིམས་ནད་འགོག་ཟོན་་་་་
ལྷོད་གཡེང་མི་གཏོང་བའི་བླང་བྱ་གཞིར་བཟུང་།ལས་འགོ་་་་་
བསྐྱར་ཚུགས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་འཛོམས་ཐེངས་རེར་ཞིབ་བཤེར་རྩིས་
ལེན་ཐེངས་རེ་བྱེད་པ་དང་།ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་བཀོད་་་་་་་་་་
གཏོང་བྱས་ཏེ།རྫོང་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱིར་གླ་པར་སྐྱོད་མཁན་དང་་་་་
ཕ་ཡུལ་དུ་ལོག་མཁན་གྱི་ཆ་འཕྲིན་ཁག་འཕྱུགས་མེད་ངང་་་་་་་
བསྡོམས་རྩིས་བརྒྱབ་པ་མ་ཟད།བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོར་འགྲོ་་་་་་
སྐྱོད་ལག་ཁྱེར་གཉེར་རོགས་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་་་་་་་་
རབ་དང་རིམ་པ་སྤྱད་དེ་ལས་ཡུལ་ཁག་དང་།ཚོང་དོན་སྒོ་་་་་་་
རྩིས་ཚོང་ར།ཁེ་ལས་བཅས་ཀྱི་ལས་མི་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་དགོས་་་་
མཁོ་འགན་ལེན་བྱས་ནས་ལས་ཐོན་སླར་གསོ་ཐུབ་རྒྱུར་རྨང་་་
གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་བཏིང་ཡོད་པ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།རྫོང་དེ་ཡོངས་སུ་སྐྲུན་་
བཞིན་པའི་རྣམ་གྲངས་31ཡོད་པའི་ནང་།རྣམ་གྲངས་5
ལེགས་སྒྲུབ་ཟིན་ཡོད་པ་དང་།བསྐྱར་དུ་ལས་འགོ་ཚུགས་་་་་་་་་
པའི་རྣམ་གྲངས་26ཡོད་ཅིང་བསྐྱར་ལས་ལས་འགོ་ཚུགས་་་་་་་
ཚད་100%ཟིན་པ།རྫོང་ཁོངས་ཁེ་ལས་7དང་སྒེར་གཉེར་་་་
བཟོ་ཚོང་དུད་ཚང་207ཚང་མ་ལས་ཐོན་བསྐྱར་ཚུགས་བྱུང་་་
ནས།བསྐྱར་ཚུགས་བྱེད་ཚད་100%ཟིན་ཡོད་པ་རེད།
འཕྱོངས་རྒྱས་རྫོང་འཕེལ་སྒྱུར་ཨུ་ལྷན་གྱི་འགན་འཁུར་་་་་
བས།ང་ཚོས་མུ་མཐུད་རིམས་ནད་འགོག་ཟོན་བྱེད་པའི་བླང་
བྱ་གཞིར་བཟུང་།རིམས་འགོག་དང་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འགག་་
སྒོ་དམ་སྲུང་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ་ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་་་་་་་་་་
གཟུགས་གཞི་བདེ་ཐང་འགན་ལེན་བྱེད་པ་དང་དུས་མཚུངས་
ནད་ཡམས་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་་་་
ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་ཚད་ཚད་གཞི་དམའ་ཤོས་སུ་ཚོད་འཛིན་་་་
ཡོང་བ་བྱས་ནས་རྫོང་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་སྤུས་ཚད་མཐོ་་་
པོའི་ངང་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་ནུས་ལྡན་གཏོང་་་་
རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད་དོ།
བསོད་ནམས་བསྟན་པས་བསྒྱུར།

ཞུས་ཁྲེང་ཚང་གིས་སློབ་གྲྭར་ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པའི་དགོངས་དོན་སྒྲོག་འགྲེལ་གནང་སྐབས་ཕུགས་འདུན་བཅངས་ནས་དཀའ་སྤྱད་སློབ་བརྩོན་བྱས་ཐོག་འབད་འཐབ་ཁྲོད་ལང་ཚོའི་གཟི་བྱིན་འབར་བ་དང་།ཕུགས་བསམ་མངོན་འགྱུར་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས་པའི་ལྕག་སྐུལ་གནང་བ།

ཞུས་ཁྲེང་ཚང་གིས་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་བོད་སྐྱོར་ལས་དོན་
གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བ།

འཕྱོངས་རྒྱས་རྫོང་གིས་བདེ་འཇགས་དང་གོ་རིམ་
ལྡན་པའི་ངང་ལས་ཐོན་བསྐྱར་ཚུགས་
བྱས་ནས་རྣམ་གྲངས་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་
སྐུལ་འདེད་ཏན་ཏིག་གཏོང་བཞིན་པ།

སྟོན་དུས་ཀྱི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་སླ་བས་ལུས་་་་་་་
ཟུངས་ཀྱང་ཉམས་སླ་པོ་ཡོད།གཤམ་གསལ་གྱི་ཟས་་་་་
རིགས་བཟས་ན་ལུས་ཟུངས་མ་ཉམས་སྔོན་འགོག་་་་་་་་
བྱེད་ཐུབ།བ་དམ་ལ་ལུས་ཟུངས་མ་ཉམས་སྔོན་་་་་་་་་་
འགོག་ཐུབ་པའི་ནུས་རྒྱུ་འདུས་ཡོད་པས།རྒྱུན་དུ་བ་་་་
དམ་མང་ཉུང་འཚམ་པོ་བཟས་ཚེ་ཀླད་པའི་དབང་རྩ་་
མ་ཉམས་སྔོན་འགོག་བྱེད་ཐུབ།
སྦྲང་རྩི་བཏུངས་ན་མཁལ་མའི་གཤེར་རྨེན(胰
腺)ལ་ཕན་པ་མ་ཟད།ལུས་པོའི་ཕྲ་ཕུང་གི་གསོན་་་་་་་
ཤུགས་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་གྱི་ཡོད།
ཏིལ་འབྲུར་འཚོ་བཅུད་མང་པོ་ལྡན་ཡོད་པས།
རྟག་ཏུ་ཏིལ་འབྲུ་བཟས་ན་གཟུགས་པོར་གནོད་པའི་་་
ནད་འབུ་གསོད་ཐུབ་ལ།ཚེའང་སྲིང་ཐུབ།

ནན་ཀྭ་ཡིས་ཟུངས་གསོ་བ་དང་གློ་བར་ཕན་པ།
ལུད་པ་མི་ལུ་དང་དབུགས་ཧད་པ་སོགས་ལ་ཕན་གྱི་་་་་
འདུགའཚོ་བཅུད་རིག་པའི་ངོས་ནས་བཤད་ན་ཡང་།
ནན་ཀྭ་ལ་གུང་ལ་ཕུག་གི་བཅུད་ཧ་ཅང་མང་པོ་ལྡན་་་་
ཡོད་པས་གློ་བ་གསོ་བའི་ཟས་མཆོག་ཏུ་རྩི་བཞིན་་་་་་་་་
འདུགསྟོན་ལིར་ཁུ་བ་མང་ལ།མངར་མི་དྲགས་ཤིང་སྐྱུར་་་
མི་དྲགས་པ།འཚོ་བཅུད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཡོད་་་་་་་་
པས།གནའ་སྔ་མོ་ནས་བཟུང་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་་་་
ཞེས་ཟེར་སྲོལ་ཡོད།དེས་མ་ཟད།སྟོན་ལིས་ལུད་པ་་་་་
མི་ལུ་དང་གློ་བར་ཕན་པས།སྟོན་དུས་མཆོད་པ་ཡིན་་་
ན་ཧ་ཅང་འཚམ་པོ་འདུགསྟོན་དུས་ལུས་ཟུངས་མ་ཉམས་སྔོན་འགོག་ཐུབ་པའི་ཟས་རིགས་འགའ།

▲ང་རང་སྨན་དོན་མི་སྣ་ཞིག་མིན།འོན་ཀྱང་རླུང་
འགྲོ་ཡག་པོ་མེད་པ་དང་མི་ཚོཊ་སྟུག་སར་ལས་ཀ་་་་་་་་་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་ཁ་རས་གང་ཞིག་བརྒྱབ་ན་ལེཊ་སམ།
ལན་དུ།གལ་ཏེ་ཁྱེད་རང་སྨན་ཁང་དང་།
གནམ་ཐང་།མེ་འཁོར་བབས་ཚུགས།ས་འོག་ལྕགས་་་
ལམ།སྤྱི་སྤྱོད་རླངས་འཁོར།གནམ་གྲུ།མེ་འཁོར།སྒོ་་
རྩིས་ཚོང་ཁང་།ཟ་ཁང་སོགས་བལྟོས་བཅས་ཀྱི་རླུང་་་་
འགྲོ་ཡག་པོ་མེད་པ་དང་མི་ཚོགས་སྟུག་སར་ལས་ཀ་་་་་
བྱེད་པའམ་ཡང་ན་རིམས་ནད་དང་འབྲེལ་བའི་སྲིད་་་
འཛིན་དོ་དམ་དང་།ཉེན་རྟོག་པ།བདེ་སྲུང་བ།མྱུར་་
སྐྱེལ་བ་སོགས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གང་ཞིག་ཡིན་་་་་་
རུང་།ཚང་མ་རིམས་ནད་འགོ་ཉེན་ཅུང་ཆེ་བའི་མི་་་་་་་
སྣའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པས་ལས་ཀ་བྱ་ཡུལ་དུ་སྨན་་་་་་
ཁང་གི་ཕྱི་བཅོས་ཚན་ཁག་གི་ཁ་རས་རྒྱག་དགོས།
▲ས་ཆ་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་ཁ་རས་མ་བརྒྱབ་ན་་་་་་་
ཆོག་གམ།
ལན་དུ།གལ་ཏེ་ཁྱེད་རང་ལ་རིམས་ནད་འགོས་་་་་
མེད་པ་མ་ཟད།ཁྱིམ་དུ་སྡོད་པའམ་ཡང་ན་རླུང་འགྲོ་་་
ཡག་པ་དང་མི་ཉུང་སར་ཡོད་ཚེ།རིམས་ནད་འགོ་་་་་་་་
ཉེན་ཆུང་བའི་མི་སྣའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པས་ཁ་རས་་
མ་བརྒྱབ་ན་ཆོགདཔེར་ན།ཁྱིམ་དུ་དོགས་ཡོད་ནད་་་
དཔེ་མེད་པ་དང་།ནད་པ་དང་འབྲེལ་ཐུག་དམ་ཟབ་་་
བྱེད་མྱོང་མེད་པ།དེ་བཞིན་རིམས་ནད་ཁུལ་ནས་་་་་་་་་
སླེབས་པའི་ནང་མི་མེད་པ།སྒེར་འཁོར་དུ་རིམས་་་་་་་་་
ནད་ཁུལ་གྱི་འགྲུལ་པའམ་ཡང་ན་དོགས་ཡོད་ནད་་་་་་་
དཔེ་བླུག་མྱོང་མེད་པ།རླུང་འགྲོ་ཡག་པོ་ཡོད་སར་་་་་་་་
ལས་ཀ་བྱེད་པ།གྲོང་པ་ཁྱིམ་མཚེས་དང་བར་ཐག་་་་་་་་
འོས་འཚམ་ཡོད་པ།གཞུང་ལས་ཁང་དུ་དུག་སེལ་་་་་་་་་
དང་།ཚ་བ་ལྟ་བ།རླུང་འགྲོ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད།
ལས་རོགས་ལའང་རིམས་ནད་འགོས་པའི་དོགས་གཞི་
མེད་ཅིང་ནད་པ་དང་འབྲེལ་ཐུག་དམ་ཟབ་བྱེད་མྱོང་་
མེད་པ་བཅས་ཡིན་ཚེ་ཁ་རས་མ་བརྒྱབ་ན་ཆོག
▲ བྱིས་པ་ཚོས་ཁ་རས་གང་ཞིག་རྒྱག་དགོས་པ་

དང་དོ་སྣང་གང་བྱེད་དགོས་སམ།
ལན་དུ།རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་དང་མཐུན་པ་མ་་་་
ཟད་བྱིས་པའམ་ཡང་ན་གཞོན་ནུ་ལོ་ཆུང་ལ་དམིགས་་
ནས་བཟོས་པའི་འགོག་སྲུང་ཁ་རས་སྤྱོད་དགོས།བྱིས་
པ་ཚོར་ཁ་རས་མ་བརྒྱབ་གོང་ཁྱིམ་བདག་གིས་ཁ་རས་
རྒྱག་སྟངས་བསླབས་ནས་ཡང་དག་སྒོ་ནས་ཁ་རས་་་་་་་
རྒྱག་དགོས།གལ་ཏེ་ཕྲུ་གུར་ཁ་རས་བརྒྱབ་རྗེས་མི་་་་་་་་
བདེ་བ་བྱུང་ཚེ་དུས་ཐོག་ཏུ་ཁ་རས་རྒྱག་སྐྱོར་བྱེད་་་་་་་་་
པའམ་ཡང་ན་རྒྱག་མཚམས་འཇོག་དགོས།ཕྲུ་གུའི་ངོ་
གདོང་ཆུང་བས་མི་རྒན་པའི་ཁ་རས་རྒྱག་མི་རུང་།
▲ ཁ་རས་རྒྱག་སྐབས་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་་་་་
གང་ཡོད་དམ།
ལན་དུ།ཁ་རས་ཆེ་ཆུང་འཚམ་པོ་ཞིག་འདེམས་་་་་
དགོས།ཁ་རས་མ་བརྒྱབ་གོང་སྔོན་ལ་ལག་པ་འཁྲུད་་་་
དགོས་པ་དང་།ཁ་རས་རྒྱག་སྐབས་ངོ་གདོང་ལ་དམ་་་
པོར་སྦྱོར་བ་དང་ཆབས་ཅིགམཛུབ་མོས་ཁ་རས་ཀྱི་་་་་་
ལྕགས་སྐུད་མནན་ཙམ་བྱས་ནས་མཐའ་འཁོར་གྱི་་་་་་་་
མཁའ་རླུང་ནང་དུ་མི་འཛུལ་བ་བྱེད་དགོས།སྨན་་་་་་་་་
ཁང་གི་ཕྱི་བཅོས་ཚན་ཁག་གི་ཁ་རས་ཀྱི་ལྕགས་སྐུད་་་་་

ཁ་རས་ཀྱི་འགོར་ཡོད་པས་ཁ་རས་རྒྱག་སྐབས་དམ་་་་་་
པོར་གནོན་དགོས།གལ་ཏེ་ཁ་རས་ལ་ངེས་པར་དུ་་་་་་་་
རེག་དགོས་ཚེ་མ་རེག་གོང་དང་རེག་རྗེས་ལག་པ་་་་་་་་་་
འཁྲུད་དགོས།ཁ་རས་བཀྲོལ་སྐབས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་
ཀྱིས་ཁ་རས་ཀྱི་ངོས་ལ་མ་རེག་པ་བྱེད་དགོས་ལ།
འཕྲལ་དུ་ལག་པ་འཁྲུད་དགོས།
▲ ཁ་རས་ཉིས་བརྩེགས་བརྒྱབ་ན་དེ་བས་བདེ་་
འཇགས་ཀྱི་ནུས་པ་ཐོན་ནམ།
ལན་དུ།ཁ་རས་ཉིས་བརྩེགས་བརྒྱབ་ན་བདེ་་་་་་་་་་
འཇགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཆེ་རུ་འགྲོ་མི་སྲིད།
▲ བརྒྱབ་ཟིན་པའི་ཁ་རས་ཡང་བསྐྱར་བརྒྱབ་་་
ན་ཆོག་གམ།
ལན་དུ།རིམས་ནད་འགོ་ཉེན་ཆེ་བ་དང་ཅུང་ཆེ་་་་་
བའི་མི་སྣ་ཕུད།ན་ཚ་མེད་མཁན་གྱིས་རྒྱག་མྱོང་བའི་་་
ཁ་རས་ཡང་བསྐྱར་རྒྱག་ཆོག་ཅིང་།དེའི་ནང་འོས་་་་་་་་
འཚམ་ཁ་རས་རྒྱག་པའི་དུས་ཡུན་དང་ཐེངས་གྲངས་་་
མང་དུ་གཏོང་བ་ཚུད་ཡོད།གལ་ཏེ་ཁ་རས་ཡང་་་་་་་་་་
བསྐྱར་རྒྱག་དགོས་ཚེ་གཙང་ལ་སྐམ་ཤས་ཆེ་ཞིང་རླུང་་
འགྲོ་ཡག་སར་འགེལ་བའམ་ཡང་ན་གཙང་ལ་རླུང་་་་་་་
འགྲོ་ཡག་པའི་ཤོག་སྣོད་དུ་བླུག་དགོས།ཁ་རས་་་་་་་་་་
ལོགས་སུ་བཞག་ནས་ཅ་དངོས་གཞན་པར་མ་རེག་པ་་
བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད།སོ་སོའི་ཁ་རས་ངོས་འཛིན་་་་་་་་
ཡག་པོ་བྱེད་དགོས།

ཁ་རས་གང་འདྲ་ཞིག་རྒྱག་དགོས་པ་དང་དོ་སྣང་གང་བྱེད་དགོས་སམ།

རྒྱུན་མཁོའི་ཤེས་བྱ།