



ར་ལྷ།

དང་པོ།

ཤོག་དཀར་མདུན་ལ་སྒྲངས་ནས་ར་ལོའི་གཏམ་རྒྱུད་འབྲི་རྒྱ་ནི་སྣོ་སྣང་ལྟན་པའི་
དོན་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ བམ་རྒྱུན་ཁོའི་སྣ་མདོར་འབྱུང་བའི་སེར་ལ་སྣོ་མ་པའི་སྣ་བས་དེ་
ངའི་མིག་ལམ་ནས་ཕར་གཡོ་ཚུར་གཡོ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག།

ར་ལོ་མི་ཡུལ་འདིར་སྐྱེས་པ་ནས་བརྒྱུང་ཨ་མ་མ་གཏོགས་གཉེན་ཉེ་ཟེར་བ་ཞིག་
ཐོས་མ་མྱོང་། ཁོས་སྐད་ཆ་སྤྲོས་པའི་དུས་སུ་སྡེ་བའི་ནང་གི་སྐྱེས་པ་མ་རབས་ལ་ལས་
ཁོ་ལ་“ཁྱོད་ཀྱི་ཨ་ཕ་སུ་ཡིན།”ཞེས་ཀྱུ་རེའི་ཚུལ་གྱིས་འདྲི་བར་བྱེད། དེ་ནི་ར་ལོར་མཚོན་
ན་ངེས་པར་དུ་ཨ་མར་འདྲི་དགོས་པའི་དོན་ཞིག་རེད།

“ཨ་མ། ངའི་ཨ་ཕ་སུ་རེད།”

“རྗེས་སུ་ཨ་ཕ་ཞེས་པ་གཏན་ནས་སྤེང་མི་ཚོག་”ཨ་མས་ཁོ་ལ་འགམ་སྤྲུག་གཅིག་
གཞུས་པ་དང་མཉམ་དུ་ཁོ་རང་ཚུར་འཐེན་ནས་རང་གི་བྲང་ཁར་སྦྱོར་བར་བྱེད། ཡིན་
ན་ཡང་དུས་ཡུན་རིང་བོ་ཞིག་མ་འགོར་བར་མཚན་མོའི་དུས་སུ་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཁོ་ཚང་ལ་
ཡོང་གིན་འདུག ཕྱིས་སུ་རིམ་བཞིན་ཉིན་དཀར་ཡང་ཡོང་སྟེ་མཐའ་མར་ཁོང་ཚང་ནས་



གཞི་སྒོ་ད་བྱས་སོང་། དེ་དུས་ཨ་མས་བྱམས་བཅའི་ངང་ནས་ར་ལོ། ངའི་གཅེས་སྤྱད་
མི་འདི་ཚྲོད་ཀྱི་ཨ་མ་རེད་ཟེར། འོན་ཀྱང་མི་དེ་ནི་བྱིས་པ་གཞན་དག་གི་ཨ་མ་དང་མི་
འབྲ་བར་ར་ལོ་ལ་ཀ་ར་གཅིག་ཀྱང་ཉོས་མ་ཚོུང་ལ་འོ་ཞིག་ཀྱང་མི་བྱེད་པར་མ་བཟད།
ལོ་དེའི་གམ་ལ་བཅར་ཆེ་ཁོས་སུན་སྣང་གི་ངང་ནས་ཉེ། ལྷ་མདོའི་སྐབས་ལ་སྟོན་དང་།
ཡར་སོང་ཟེར། འོ་མ།

ར་ལོའི་སྐབས་དེ་རང་འབབ་ཀྱི་ཚུ་བཞིན་དུ་ད་བྱིས་ན་ད་བཞུར་འོངས་པས་ཁོའི་ཨ་
མས་ཉུག་ཏུ་ཡང་ལྷན་ཞོ་བཞུར་གྱིན་འདུག་ཟེར།

ཤེས་མེད་ཆོར་མེད་ངང་ར་ལོ་ཕོ་ལོ་བཅུ་བཞིར་སྐབས་ནའང་ཡ་ཁའི་སྐབས་དེ་སྐར་
ལས་ཀྱང་སྟོན་ཞིང་རིང་བོར་འབྱུང་འདུག་པ་ལས་ཁོའི་ན་ལྷ་ཆོས་ཉ་རྒྱུག་མདའ་ཅེད་
བྱེད་གྱིན་ཡོད་ནའང་ཁོ་རང་ད་རུང་ཞོན་པ་གཡུང་མ་ཞིག་ལའང་གཅིག་སྤར་ཞོན་མི་
སོད་པར་ཨ་མའི་འཕོང་ལ་བབུང་ནས་འགོ་དགོས། དེ་དུས་ལ་ལས་ར་ལོ། ཚྲོད་ཀྱིས་ཨ་
མ་པང་ལ་བབུང་ནས་འགོ་བཡིན་ནམ།"ཞེས་ཀྱང་རེའང་བྱེད།

རུ་དགུན་སར་སྒྲོར་བའི་སྐ་མོ་ཞིག་ལ། ར་ལོས་གཡག་ཅིག་གི་སྐ་ནས་བབུང་ཞིང་
པ་ཡར་གྱིས་དེ་ལ་ཁལ་འགལ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་གཡག་དེ་འདྲོག་རྒྱུག་ཅིག་བྱས་པ་
ན་པ་ཡར་གྱིས་ར་ལོ་ལ་སྐ་མོ་བྱོས། དམ་པོར་བབུངས་ཟེར།

ར་ལོས་ཨ་མ་གཅིགས་བསྐྱམས་ནས་མ་ཁར་སོ་བཏབ་ཅིང་སྐབས་སོ་སྟོག་ལ་ཐིགས་
བཞིན་དུ་གཡག་སྐ་དམ་པོར་བབུང་ནས་བསྐྱད།

"འོ་ཡ། མི་ཞིག་ཡོད་ན་བྱི་ཞིག་གི་ཡན་རེད།"པ་ཡར་ཡིད་ཆེ་མ་པའི་ངང་ནས་དམ་
པོར་བབུངས། དམ་པོར་....."ཞེས་ཆོག་མཇུག་མ་རྒྱུགས་གོང་གཡག་དེ་སྐར་ཡང་སྐོར་
རྒྱུག་ཅིག་བྱས་པས་ར་ལོ་ཁ་སྐབ་ཏུ་བསྐྱེད་ཉེ་ལག་གི་སྐ་ཐིག་ཤོར་མ་ཐག་གཡག་ཞན་དེ་
གདོན་ཞུགས་པ་ལྟར་བང་གིས་བརྒྱུགས་ནས་རྒྱུག་གི་སྐ་ཡང་དཔོ་ཞབས་ལ་ལྷུང་སྟེ་མིག་



པས་བརྗེས་པས་དངོས་པོ་རྣམས་ལེན་རྒྱ་མེད་པར་བཤོལ།

“ཚིག་པ་གཤམ་ལ་མོས་ན་ལྷག་གིས་རྟ་ལ་བྲབས་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་ས་ཡར་ཁོང་
ཁྲོའི་ངང་ནས་བརྒྱུགས་ཡོང་སྟེ་”ར་ངན་སྣ་བས་ལྷག་འདིས་གཤམ་སྣ་ཞིག་ཀྱང་འདྲིན་
མི་ཐུབ།”ཟེར་བཞིན་ར་ལོར་འགྲམ་ལྷག་ཚ་པོ་གཉིས་གཞུས་ནས་སྣ་བས་དེ་མ་ནེའི་མགོ་
ནས་བྲང་ཁའི་བར་འདྲུད་དུ་བརྒྱུག་པ་ན་ཨ་མ་བརྒྱུགས་ཡོང་ནས་“ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་བྱ་ལ་
རྒྱུང་མི་ཚོག་ད་ནས་བརྒྱུད་ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་བྱ་ལ་མཚུ་བ་གུས་གཅིག་ཐུག་ན་.....ཁྱོད་རང་
ཁྱིམ་འདི་ན་འདུག་ས་མེད་”ཟེར།

“ཏ་ཏ། ངས་ཁྱོད་མ་བྱ་གཉིས་ཀར་སྤྲིང་རྗེ་ནས་བསྐྱད་པ་མ་གཏོགས་འདུག་འདོད་
ཚེ་ནས་བསྐྱད་པ་མིན། ང་རང་ད་ལྟ་ཉིད་ལ་འགོ་ཚོག་”ས་ཡར་དངོས་གནས་ལམ་ལ་
ཆས་སོང་།

“ཨ་ས་འགོ་རུ་མ་འདུག་.....”

“ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱི་ཁ་ཟུམ་ནས་སྤོད། ཁྱོད་ལ་ཨ་ས་ཞིག་གང་ན་ཡོད།”འགྲམ་ལྷག་
གཅིག་དང་མཉམ་དུ་ར་ལོ་བྲང་ཁར་སྐྱར་ནས་མ་བྱ་གཉིས་ཀ་རུས།

འདིག་རྟེན་ཁམས་ན་རི་འདྲའི་མི་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཨང་། ཡིན་ནའང་ར་
ལོར་དའི་ཁྱོད་ན་ཨ་མ་མ་གཏོགས་གཉེན་ཉེ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ། དེ་ནི་ཨ་མར་ཡང་
དའི་ཁྱོད་ན་ར་ལོ་མ་གཏོགས་གཉེན་ཉེ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་དང་འདྲ། འོན་ཀྱང་འཆི་
བདག་གིས་དེ་ལ་སྤྲིང་རྗེ་ཞིག་གང་ནས་སྤོལ། དེ་ནི་ལྷག་ཁྲའི་ནང་ལ་སྐྱུང་གི་བརྒྱུགས་
དུས་གང་ཟིན་ན་དེ་ཡིན་པ་ལྟར། ད་ཐེངས་འདིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་མི་མང་བོའི་ནང་ནས་
བསམ་བཞིན་ར་ལོའི་ཨ་མ་གྱི་མའི་ཡུལ་དུ་བྲིད་སོང་། སྤྱིར་ཁོང་མ་བྱ་གཉིས་ལ་གཉེན་ཉེ་
གཅིག་ཀྱང་མེད་ནའང་དེ་དུས་མིག་རྒྱ་མི་གཏོང་བའི་མི་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་ནི་ར་ལོར་
སྤྲིང་རྗེ་སྐྱེས་པ་སྤོལ་ཅི་དགོས།



གཉེས་པ།

ར་ལོའི་ཨ་མ་ཤི་བའི་ལོ་དེའི་དབྱར་ཁར། རྗེ་བའི་ནང་གི་མི་བསམ་ཤེས་འགས་ལྟོས་
བྱས་ནས་ར་ལོ་ཡུལ་ཚོའི་སློབ་རྒྱུ་ལ་ལོ་ལ་བསྐྱུལ་ཡོང་བ་རེད། དེ་ནི་ཁོ་རང་ཡི་གེ་སློབ་
པར་བསྐྱུལ་ཡོང་བེད་བའ་ལས་དོན་དངོས་སུ་འཚོ་བ་འཁྱོལ་ཐབས་སུ་བསྐྱུལ་ཡོང་བེད་ན་
འགྲིག།

ང་ཡང་ལོ་དེར་སློབ་གྲུར་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་ར་ལོ་དེད་གཉེས་འདྲིན་གྲུ་གཅིག་ཏུ་
འདུས། འོན་ཀྱང་ར་ལོ་ང་ལས་ལོ་ལྡན་ཆེ་ལ་ང་ཚོའི་འདྲིན་གྲུའི་ནང་གི་ལོ་ཆེས་ཆེ་
བའང་ཁོ་རང་རེད།

དང་ཐོག་ར་ལོ་སློབ་སྦྱོང་ལ་ཤིན་ཏུ་བབས་པ་འདྲ་སྟེ། སློབ་གྲོགས་སུས་ཀྱང་ཀ་
མད་སུམ་ཅུ་སྟོར་མ་བེད་གོང་ལ་ར་ལོས་ཐོག་མར་སྟོར་བེད་པས་དགེ་ཆན་གྱིས་ཀྱང་“ཚང་
མས་ར་ལོར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཟེར།

འོན་ཀྱང་ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་དགེ་ཆན་གྱིས་སློབ་གྲོགས་རེ་རེར་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་སྟོ་
སམ་སྟེང་ལ་འབྲི་བྱ་བུ་ལུས་ར་ལོས་“ཀ་གཅིག་པོའང་འབྲི་མ་ཤེས་པས་སློབ་གྲོགས་
ཚང་མ་གད་མོ་ཤོར་བ་དང་། དགེ་ཆན་གྱིས་“ཚང་མས་ར་ལོར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མི་རུང་”
གསུངས།

“ཚང་མས་ར་ལོར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མི་རུང་།”ཞེས་སློབ་གྲུ་ཡོངས་སུ་བྱུང་སོང་།
ར་ལོར་ངོ་མ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མི་རུང་བ་འདྲ་སྟེ། ང་ཚོ་འདྲིན་གྲུ་འཕར་སྐྱབས་ར་
ལོས་ད་རུང་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་འབྲི་མི་ཤེས་པས་སློབ་སྦྱོང་མི་བབས་བ་དང་། རྒྱུན་པར་
སྐྱབས་ལུག་པས་གཙང་སྒྲ་མི་བབས་།

དུ་བ་འཐེན་པས་སྒྲིག་ལམ་ཡང་མི་བབས་བེད་ནས་འདྲིན་གྲུ་འཕར་



མ་ཐུབ། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་ར་ལོ་ར་མཚོན་ན་སེམས་ཁུར་བྱེད་དགོས་པའི་
 དོན་ཞིག་མིན་ཏེ། རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོ་ལ་འདྲིན་གྱི་འཕར་མ་ཐུབ་པ་ལ་
 ལྷིགས་དམོད་བྱེད་མཁན་མེད་པས་རེད། ར་ལོ་ས་སེམས་ཁུར་བྱེད་ས་
 གཙོ་བོ་ནི་ཁོ་རང་དབྱར་གནང་སྐབས་སུ་ཡུལ་ལ་འགོ་ས་མེད་པ་དང་།
 དགོ་སློབ་ཚོ་ཡུལ་ལ་སོང་རྗེས་ཁོའི་དུ་བའི་འབྲུང་ཁུངས་ཆད་པ་དེ་རེད། དེ་ཡང་མ་
 གཞི་ར་ལོའི་དུ་བའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི་དགོ་ཆུང་ཚོའི་ཁྱིམ་ལུང་དང་། འདྲིན་གྱི་མཚོན་
 བོའི་སློབ་མ་ཚོའི་ཁྱོན་པ་བཟུ་བའམ་ཟུ་མ་ལེན་པ། ཉིན་རེས་ཀྱི་སློབ་མ་ཚོའི་ཚབ་དུ་
 སློབ་ཁང་ལ་གཙང་སྐྱ་བྱས་ན་དེ་ཚོས་ར་ལོར་དུ་བ་རྐང་རེ་ལྟར་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་རེད།

འགྲོག་སློབ་ཀྱི་སློབ་མ་ཚོར་གོམས་གཤིས་ངན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་གནང་བ་བྱིན་
 བ་དུས་ལྟར་ཕྱིར་མི་འོང་བ་དང་། དབྱར་གནང་དགུན་གནང་ཚར་ནས་ཕྱིར་ཚོགས་དུས་
 ཀྱང་མ་མཐའ་ཡང་ཉིན་ལྷ་དུག་ལ་སློབ་འགོ་ཚོམ་མི་ཐུབ། འོན་ཀྱང་ར་ལོས་ཡུལ་ལ་
 གནང་བ་ཐེངས་གཅིག་ཀྱང་ཞུས་མ་ཕྱོད་བར་མ་ཟད། དབྱར་དགུན་གནང་ལའང་ཕྱིར་
 མ་འཚོགས་གོང་ནས་སློབ་གྲར་སླེབས་ཡོང་། དེའི་ཐད་ནས་ངོ་མ་ཚང་མས་ར་ལོར་སློབ་
 སློང་བྱས་ན་འགྲིག།

སློབ་གྲྭ་ཞིག་གི་ནང་ན་འཁོན་རྒྱུད་རེ་གཉིས་ཅམ་ཡང་མེད་པ་ག་ལ་སྲིད། ང་ཚོའི་
 སློབ་གྲྭའང་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། སློབ་མ་བཞུན་བཞིག་ལ་ལས་བསམ་བཞིན་ར་ལོའི་ཐོས་ས་
 བས་ཚང་མས་ར་ལོར་སློབ་སློང་བྱེད་མི་རུང་བེད་བ་ན། ར་ལོས་སློབ་མ་དེ་ཡར་བདའ་
 མར་བདའ་བྱས་ནས་གཏོང་བར་མི་བྱེད། གལ་ཏེ་སློབ་མ་དེས་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་ཁོ་དང་
 རྒྱུད་རེས་རྒྱག་རྗེས་བྱས་ཚེ་ར་ལོས་ང་ལ་དགོ་ཆུང་གིས་རྒྱུད་རེས་མ་རྒྱག་ཟེར། ཟེར་ནས་
 རི་གཉོམ་དུ་འགྲོ། འོན་ཀྱང་སློབ་མ་དེས་ཁོ་ལ་མ་བརྟུངས་པར་ཕར་འགོ་རྗེས་བྱས་པ་ན་
 ར་ལོས་སྐར་ཡང་དེའི་རྗེས་བསྐྱེགས་ཏེ་ང་ལ་སློབ་སློང་བྱེད་མི་རུང་དོན་ཅི་ཡིན། ཟེར་



བཞིན་དཔུང་གཏུག་རྒྱག་པར་བྱེད། ཉིན་ཞིག་ཁོ་ལས་ལོ་བདུན་གྱིས་རྒྱུང་བའི་སློབ་མ་
 ཞིག་གིས་ཁོ་རང་ཁ་སྐབ་ཏུ་མནན་ནས་རྒྱབ་ལ་ཞོན་ཏེ་“ངའི་རྟ་འདི་གོ་མ་ལག་བདེ་བར་
 ལྷོས་དང་།”ཟེར་ཞོར་ཨོང་རྩེབ་བྱེད་གྱིན་འདུག། ར་ལོས་“ཨ། — དགོ་རྒྱུན་.....”ཟེར་
 བཞིན་ཏུས་ནས་མིག་རྒྱ་སྐྱབས་དང་འདྲེས་ཤིང་སྐྱབས་སྟེང་ལ་ས་རྩལ་འབྱུང་ཏེ་འཕག་
 འཚག་རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་སློབ་མ་དེ་པར་གཡུག་མ་ཐུབ། དེ་ནས་བརྒྱུང་ཚང་མས་ར་ལོ་
 གཟུགས་ཆེ་བ་མ་གཏོགས་ཤེད་མེད་པ་ཤེས་ཏེ་ཁོ་ལ་གཉེན་འདོག་མཁན་རྗེ་མང་དུ་སོང་།

ང་ཚོ་ཐེངས་གཉིས་པར་ལོ་རིམ་འཕར་སྐབས་ར་ལོས་ད་རྒྱུང་ཀ་མད་སྐྱམ་ཅུ་ལྟོག་
 ཤེས་པ་ཚམ་ལས་འབྲི་མི་ཤེས་པས་ལོ་རིམ་འཕར་མ་ཐུབ་ལ། ཐེངས་གསུམ་པ་དང་བཞི་
 བའང་དེ་ལྟར་ཡིན། འོན་ཀྱང་དགོ་རྒྱུན་ཚོས་སྐྱམས་ལྷག་རེ་བཤའ་སྐབས་ར་ལོ་ནི་མེད་
 དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ལོ་རིམ་འཕར་མ་ཐུབ་ན་ཡང་སློན་མེད་པ་འདྲ།

ལོ་ལྔ་བར་ང་རང་སློབ་རྒྱུང་ནས་མཐར་ཕྱིར་ཏེ་རྫོང་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་ནང་དུ་
 ལུགས།

གསུམ་པ།

དགུན་དཀྱིལ་གྱི་ཞོགས་པ་ཞིག་ལ། རུབ་བྱང་མཐོ་སྐང་ལ་ཅི་འདོད་དུ་ཡོད་པའི་
 རྒྱུང་དང་ཁ་བས་བར་སྐྱང་ཁམས་ན་རང་མོས་གྱིས་འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་གྱིན་ཡོད་པས་ངས་
 གཞུང་ལས་ཁང་གི་སྐྱབས་ཐབ་ནང་ལ་མི་འུར་འུར་དུ་བྱས་པ་ཡིན།

སློབ་འབྲིང་དུ། འཕྲོག་པ་ཞིག་གིས་སློབ་མ་བརྒྱུངས་པར་ནང་ལ་འཇུག་ཡོང་སྟེ་འདི་
 མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་ཨེ་རེད་ཟེར།

“རེད། རྒྱུང་ལ་དོན་ཅི་ཡོད།”



“ཨ་ཅི། རྩོད་དོན་གྲུབ་མིན་ནམ།”

“ཡིན་ཡ། རྩོད་.....”

“ངོ་མི་ཤེས་ཀྱིས་མ་བྱེད་ཟེར་བཞིན་དུ་ཁོས་རང་འགྲུལ་གྱིས་རྒྱུ་སྐྱེགས་ཤིག་
སྐྱེགས་ཐབ་གམ་ལ་འཐེན་ནས་སྟེང་དུ་བསྐྱད་མ་ཐག་ལས་བྱེད་པ་བྱས་རྗེས་སློབ་ཁྲོགས་
ཡང་བརྗེད་སོང་ངམ་ཟེར།

འོ། འདི་ནི་ལོ་བཅུ་ལྷག་སྟོན་གྱི་ངའི་སློབ་ཁྲོགས་ར་ལོ་མ་ཡིན་ནམ། ཨ་ཅི། ར་
ལོ་ངོ་མ་རྣམས་འདུག ཁོའི་ཐོད་པར་གཉེར་མ་བབས་ཤིང་མཚུ་འགྲམ་དུ་རིང་སྤང་མི་
མཉམ་པའི་ཁ་སྐྱ་ཡང་མང་པོ་སྐྱེས་འདུག འགྱུར་མེད་པ་ནི་སྤྲ་མདོའི་སེར་ཞིང་སློམ་
པའི་སྐབས་དེ་རེད།

“ཡ། རོ་ལོས་ཤེས། རྩོད་ལ་དོན་ཅི་ཡོད་དམ།”

“དོན་དག་ལོས་ཡོད།”ར་ལོས་སྐབས་སྤང་འཇིག་ཅིག་བྱས་ནས་“ངའི་རྒྱུང་མ་གཞན་
གྱིས་སྟོགས་སོང་། མི་དེའི་མིང་ལ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཟེར། ཁོ་རང་ང་ཚོའི་སྤྱི་བའི་
ནང་གི་མི་ཆེས་ཐ་ཤལ་བ་ཞིག་ཡིན།

དེ་མ་རེད་བསམ་ན་རྩོད་རང་སོང་ནས་ང་ཚོ་བྲག་དམར་སྤེ་བའི་རྒྱ་གཞོན་ཀུན་
ལ་བྱིས་དང་ཤེས། ཚོ་ཟད་དེས་ན་ནིང་ཨ་ཁུ་རབ་རྒྱས་ཚང་གི་རྟ་བརྒྱས་ལྟོང་། ད་ལོ་
ཡང་ཨ་ཞེ་མཚོ་སྐྱིད་ཚང་གི་མངོ་རྒྱ་བརྒྱས་ནས་ཉོས་ཉོས་ཤིག་ལ་བཅོངས། ཁ་སང་
ཡང་ཁོས་ཅི་མི་སྐྱམ་པར་ང་ལ་རྒྱུང་རྗེག་བྱས་པར་མ་ཟད་ངའི་རྒྱུང་མའང་འཕྲོགས་སོང་།
དེས་ན་རྩོད་ཚོ་ཁྲིམས་ཁང་ལ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་འོན་པའི་ཁྲིམས་ཤིག་མེད་པ་ཡིན་
ནམ་ཡང་ན་རྩོད་ཚོ་ཁོ་ལ་སྐྱག་པ་ཡིན།རྩོད་ཚོ་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གིས་ང་འབྲོར་
མེད་གྲུལ་རིམ་ར་ལོ་ལ་རོགས་བྱེད་ན་དེ་རིང་ཡིན་ལ་མི་བྱེད་ནའང་དེ་རིང་ཡིན།” ར་
ལོས་བཤད་ཀྱིན་བཤད་ཀྱིན་སྐབས་ལྷག་ནས་མ་ཞེའི་མགོ་ལ་སྐྱག་སོང་།



“ཚོད་ལ་རོགས་ལོས་བྱེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་གཞུང་ལས་ཁང་འདི་ཉེས་དོན་ཁང་
ཡིན་ལ་ཚོད་ཀྱི་ཚོད་གཞི་འདི་དམངས་དོན་ཁང་ལ་བཤད་དགོས”

“ངས་དམངས་དོན་མ་དོན་མི་ཤེས།”ར་ལོ་ཁོང་ཚོ་ལངས་བྱུང་བ་འདྲ། “ཚོད་ཚོ་
བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ལ་སྐྱབ་པ་མིན་ན་ཁོ་རང་བཙོན་ལ་བརྟུག་སྟེ་ངའི་ཚུང་མ་ཕྱིར་
སློད་དགོས། ཁོ་མོ་ཡང་བཙོན་ལ་འཇུག་རན་འདུག”

“བྲེལ་བ་མ་ལངས།”ངས་ར་ལོར་དུ་བ་རྐང་གཅིག་བྱིན་ནས་སློབ་གྲོགས་ར་ལོ། ལུ་
གཉེས་ལོ་མང་བོར་ངོ་མ་ཐུག་པས་ཐོག་མར་ཁ་བརྒྱུ་ཞིག་བྱོས་དང་། ཚོད་རང་ལོ་མང་
བོར་རིག་རྒྱ་མེད་པ་གང་ལ་སོང་བ་ཡིན།”

“དེ་རེད། དེ་ཚོགས་གི”ར་ལོའི་གཤིས་ཀ་རྗེ་འཇམ་དུ་སོང་ནས་ང་ལ་ཁ་བརྒྱུས་
བྱུང་།

གཤམ་ནི་ར་ལོ་རེད་གཉེས་ཁ་བྲལ་རྗེས་ཀྱི་དོན་དག་འགའ་ཡིན་ལ། ངས་སྐྱུང་ཚོམ་
ཀྱི་ལྷན་ཚོས་ཡོང་ཆེད་འཕྲི་སློན་རུང་ཅམ་བྱས་པ་མ་གཏོགས་པལ་ཆེར་དངོས་དོན་ཡིན་
པས་སྟེང་ཉེ་བའི་སློག་མཁན་རྣམས་པས་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཚོག

བཞི་བ།

ར་ལོས་ཀ་མད་སུམ་རུ་འབྲི་མི་ཤེས་ནའང་སློབ་ཚུང་དེའི་ནང་གི་དགོ་ཆུན་པས་
ཆེར་ལས་ཀྱང་ལོ་ཆེ་བས་ཁོ་རང་ངོ་མ་སློབ་གྲུའི་ནང་ནས་འཛོག་ཐབས་མེད་པས་བྱིར་མི་
གཏོང་ག་མེད་བྱུང་། (ཁ་གཡོར་ས་ནི་ར་ལོས་བྱུང་མེད་དགོ་ཆུན་ཞིག་གི་སློབ་རྒྱུངས་པ་
རེད་ཟེར) དེས་ན་ར་ལོ་ལ་བྱིས་དང་གཉེན་ཉེ་མེད་པས་ཁོ་རང་གང་འདོད་དུ་འབྲམ་པ་
ལས་ཐབས་ཅི་ཡོད།



ར་ལོ་དང་ཐོག་སྤྱི་ཚང་ལ་སླེབས་ན་འང་རང་འགྲུལ་གྱིས་དེ་ཚང་ནས་ལས་ཀ་ལས་
པ་དང་ཐོག་འཚོ་རུ་འགོ་བས་ཁོའི་ལྟོ་བར་འདང་རྒྱལ་མེད་པར་གྱུར། སྐབས་ཤིག་ལ་
བྱིས་ཚང་ཞིག་གིས་"ཨེ བྱ་མོར་གང་ལྟར་མག་པ་ཞིག་དགོས་འདུག མི་རྒྱུད་ར་ལོ་
འདིས་ཡ་ཁའི་སྐབས་ཉར་མི་ཐུབ་ན་འང་ཐོག་རྗེ་བཟང་བོ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད་གོ་ཚད་
ལ་ཁོའི་ལག་པ་གཙང་མ་རེད་ཟེར། དེས་ན་ཁོ་རང་མག་པར་བཞག་ན་གཉེན་རྟགས་
ཀྱང་སྟེར་མི་དགོས་པས་མི་བཟང་ངམ་ཟེར།

དེ་ནི་ར་ལོའི་འདོད་ཐོག་ཏུ་ཉུང་བརྒྱུགས་པ་རེད།

ཡ་མཚན་ཞིག་ལ་ར་ལོ་རིམ་བཞིན་གདོན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ལྟར་"ང་རང་ཁྱོད་ཚང་གི་
མག་པ་ཡིན་པ་ལས་གཞིག་པོ་མིན་"ཟེར་ནས་ལས་ཀ་ཅི་ཡང་མི་ལས་ཤིང་ཐོག་རྗེ་ལའང་
མི་འགོ། དེ་ལྟར་ཨ་ཞང་ཚང་ལྟག་པར་ཁྱོས་ཏེ་"ཨ་ཨ། དི་ན་ཆེན་ལ་དི་ན་ལོག་ཟེར་བ་
འདི་མིན་ན་ཅི་ཡིན། མི་རྒྱུད་སྐབས་ལྷག་འདི་ལ་གཞན་ན་མ་དཔེ་བའི་བརྟན་བཅོས་
ཤིག་མ་བྱས་ན་བྱ་མིན་"ཟེར། ཡིན་ན་འང་ར་ལོའི་ཐོས་ས་ནས་ཚིག་ཟུར་ཅམ་ཡང་མ་
སྲིང་བར་ཁོ་རང་ཅི་འདོད་བཞིན་སྡོད་ཏུ་བརྟུག། ར་ལོའི་ཡ་ཁའི་སྐབས་ལ་འདག་ཐབས་
མེད་ན་འང་ཁ་ཤའི་སེར་ཁ་རྣམས་སོས་ཤིང་གདོང་ལ་དམར་མདངས་རྒྱས་པར་མ་ཟད།
ཉེན་ལྟར་སྤ་ཞིང་ཐུང་བའི་རལ་བ་བྱི་བའི་ར་མ་འདྲ་བ་ཞིག་བཞག་ཡོད་པ་དེ་ཡང་ཡང་
ཤད་ནས་འདུག་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་སྐབས་ཀྱང་"ཨ ____ " "འ ____ " "དེ་འདྲ་ཡིན་ནམ་ ____ "
"ཡ་མཚན་ ____ " "གོ་མ་ལྟོང་ཡ ____ " "གནའ་མིའི་གཏམ་དཔེ་ལ ____ "ཟེར་ནས་ཚིག་
གི་བར་ཐག་ཀྱང་ལྷབ་འགྱུར་གྱིས་རྗེ་རིང་དུ་སོང་ནས་ཉེན་འགའི་སྡོན་གྱི་མི་རྒྱུད་སྐབས་
ལྷག་རེད་ཟེར་ན་སྤྱི་ཀྱང་ན་བར་མི་འགོ་བའི་ཚད་ལ་སླེབས་ཡོད།

འོན་ཀྱང་"གཞན་ན་མ་དཔེ་བའི་བརྟན་བཅོས་"ཤིག་གིས་ཁོ་ལ་བསྐྱེད་པ་ཡོད་པར་
ལོས་གང་ནས་ཤེས།



ཉེ་སྔོན་བྱིམ་ཚང་དེས་ཚང་དང་དུ་བ། ཀ་ར་ཉོས་ཤིང་། གོ་རེ་ལས་པ་དང་སྐྱམས་
ལུག་བཤས་ནས་སྟོན་ཆེན་ཞིག་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་འདྲ། ར་ལོས་འདི་ཅི་ཡིན་
དྲིས་ཆེ་"འུ་ཚང་ལ་སླ་ཆེན་ཞིག་སླེབས་རྒྱ་རེད"ཟེར།

"འོ __ དེ་ངོ་མ་འུ་ཚང་གི་བསོད་ནམས་རེད་ཡ __ "ར་ལོས་རལ་བ་ཤད་བཞིན་དུ་
དེ་སྐད་སྒྲིགས།

ར་ལོར་གོ་མས་གཤིས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི་ཞོགས་པ་མལ་ལས་ལངས་པ་ཤིན་ཏུ་འཕྱ། དེ་
རིང་ཡང་ཁོ་རང་གོ་མས་སོལ་ལྟར་སལ་ཆེར་ཉིན་གུང་ལ་ཉེ་དུས་ཡར་ལངས་ཏེ་སློག་པ་
གཡང་ཤམ་བྱས་ནས་རས་གུར་གྱི་སྒྲོམ་བྱུང་དུས་སྐྱོ་ན་ཏུ་མང་བོ་བཏགས་ཡོད་པ་དང་
བྱིམ་ན་སླུ་ལེན་གར་རྩེད་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པས། ར་ལོའི་སེམས་ལ་"སླ་ཆེན་སེབས་བྱུང་"
བསམས་ཏེ་སྐྱུར་དུ་སྐྱ་རགས་བཅིངས་ནས་པར་སོང་བ་ན་ཚང་མས་ངོ་མཚར་བའི་མིག་
གིས་ཁོ་ལ་བལྟས་འདུག ར་ལོ་ཏུ་ལས་ཏེ་ཡར་ལྟ་མར་ལྟ་བུས་དུས་རང་གི་རྒྱུ་མ་དེ་སོ་
གསར་གཞན་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་རྒྱན་གོས་སུན་སུམ་ཚོགས་པས་སྐྱས་ཏེ་གཤལ་ན་དཔུང་
པ་མཉམ་གཤིབ་བྱས་ཏེ་ཚོགས་སུར་བསྐྱད་འདུག་པ་མཐོང་བས་ར་ལོ་དེ་བས་ཀྱང་ཏུ་ལས་
ནས་"འདི་ཅི་ཡིན"

ཞེས་རིག་རིག་བྱེད་བཞིན་དྲིས།

རྒྱུང་མའི་མིང་བོས་"ངེད་ཚང་ལ་མག་པ་བཞག་པ་མིན་ནམ།"ཟེར།

"འུ་ཚང་གི་སྐུ་ལ་མག་པ་བཞག་པ་རེད།"

"ཨ་ཅེ་མ་གཏོགས་ང་ལ་མག་པ་འདྲི་སྲིད་དམ།"ཟེར་བས་ཚང་མས་ཏུ་བ་ཆ་བརྒྱབ།

"ཨ་ཅེར་མག་པ་གཉིས་བཞག་ན་ཚོག་གམ།"

"ཅི་ཟེར། མག་པ་གཉིས་གང་ན་ཡོད།"

"ང་། ཁོ།"



“ཉ་ཉ་ཉ། མི་རྒྱུད་སྐབས་ལྷག་འདི་ཚང་མ་འཕྲུང་བར་བཟི་འདུག། རྒྱུད་རང་དེད་
ཚང་གི་ཐོག་རྗེ་ཡིན་པ་ལས་མག་པ་གང་ནས་ཡིན།”

“དཔེ་མི་སྲིད། འདི་འདྲའི་བརྟན་བཞུགས་ཤིག་བྱེད་སྲོལ་གང་ན་ཡོད། ང་དེ་རིང་
འདི་ནས་འཆི་མ་སྐབ་ན་བྱ་མིན།”ར་ལོས་ཁུ་ཚུར་ཕྱར་ནས་བརྒྱུགས་པ་ན་མི་རྣམས་ཀྱིས་
ར་ལོ་འདྲི་ན་ཅི་སྐབ་བྱས། དེ་ཡང་“ཁྱི་ངན་བཀག་ན་མི་ཁོགས།མི་ངན་བཟུང་ན་མི་
སྐབ།”ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་ར་ལོ་སྐར་ལས་དེ་བཅའ་དུ་སོང་སྟེ་“ཉ་ཉ། ང་ར་ལོ་ཚང་གི་ས་
རྒྱལ་པོའི་འཕྲུངས་རབས། མ་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུས་རབས་རྒྱུད་ཚོས་གོ་ཞེ་ལྷོང་། ངས་དེ་རིང་
སྟེ་བ་འདི་ཁྲག་དཀྱུགས་དཀྱུགས་ཤིག་མ་བྱས་ན་ང་མི་རྒྱུད་ར་ལོ་ཟེར་བ་མིང་ཅམ་

ཡིན། ང་ར་ལོ། རྒྱུད་ཚོ་.....”ཞེས་ངར་ངར་གྱིས་བཤད་བཤད་པས་ར་ལོའི་སྐབས་
ལ་ནང་དུ་བཞུར་ནས་སྐྱ་མཐུད་དུ་བཤད་མ་སྐབ།

མི་རྣམས་ར་ལོའི་རྒྱུགས་ཀར་དགོད་རྒྱ་གཏིང་ནས་སྐྱེས་ཏེ་ཁོ་རང་སྐོད་ནའང་ར་
ལོས་སྐྱད་པོར་ཁུ་ཚུར་གཞུ་མ་སོད་པར་དཔུང་གཏུག་བརྒྱབ། སྐྱད་པོས་“ངས་དེ་རིང་ཨ་
ཅེའི་གཞེན་སྟོན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་བསམས་ནས་མི་རྒྱུད་སྐབས་ལྷག་རྒྱུད་ལ་རྒྱུང་འདོད་
མི་འདུག། རྒྱུད་ཀྱིས་རང་ཚོད་བྱུངས་ལ་གང་ནས་ཡོང་ན་དེ་ཅུ་ཕྱིར་སོང་”ཟེས། འོན་ཀྱང་
ར་ལོས་དེ་ལ་དཔུང་གཏུག་ཡང་ཡང་བརྒྱབ་ནས་འགོ་ན་འགོ་ཅུ་མ་བཅུག་འདུག་ན་
འདུག་ཏུ་མ་བཅུག་པས་དེ་ཡང་ཐབས་ཟད་དེ་ར་ལོའི་རལ་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་གཡུག་སྐོར་
ཞེས་བྱས་པ་ན་ར་ལོ་གན་རྒྱལ་དུ་འགྲེལ་བ་དང་རལ་བ་ཚ་ནས་བལ།

“ཨ་ཏོ། ངའི་རལ་བ་གཡུག་རིན་དེ་ཨང་.....”ར་ལོས་ས་ནས་འཕག་འཚག་རྒྱག་
བཞེན་དུ་རྒྱུད་ཀྱིས་ངའི་རལ་བ་མི་འཇལ་ན་ང་དེ་རིང་འདི་ནས་མི་འགོ་ཁོ་ཐག་ཡིན་
ཟེས།

“རྒྱུད་མི་འགོ་ན་ངས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣ་བ་གཅོད་རྒྱ།”སྐྱད་པོས་གྱི་བཏོན་ནས་ཚུར་ཡོང་བ་



ན་ར་ལོ་ལྷུང་དུ་ཡར་ལངས་ནས་བྱོས་སོང་།

ལྔ་བ།

ར་ལོས་ཁོ་རང་མ་བདེ་ལོང་ལ་རྒྱུང་མར་མག་པ་བཞག་པ་དེར་སེམས་ཁུལ་བྱེད་ཀྱི་
མེད་ལ། སེམས་ཁུལ་བྱེད་ས་གཙོ་བོ་ནི་རང་གི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རལ་བ་དེ་མེད་པར་མི་
གུལ་ལ་རྗེ་ལྷུང་འགོ་བསམ་གྱིན་ཡོད་པ་དེ་རེད། ཡིན་ནའང་རྒྱུང་མ་འགོར་བར་ར་ལོའི་
ཕོ་བ་སྟོགས་པས་ཁོ་རང་མི་གུལ་དུ་མི་འགོ་ཀ་མེད་བྱུང་།

ར་ལོས་སྡེ་བ་མང་བོ་ཞིག་བརྒྱུད་པ་དང་བྱིམ་ཚང་མང་བོ་ཞིག་ནས་མི་རྒྱུང་དུ་
བསྐྱད། དང་ཕྱོག་ཁོ་རང་སྐྱ་ཚང་ལ་སྡེ་བས་ནའང་རང་འགྲུལ་གྱིས་ལས་ཀ་ལས་པ་དང་
ཕྱོག་འཚོ་དུ་འགོ། འོན་ཀྱང་ཕོ་བ་འགྲངས་རྗེས་རིམ་བཞིན་ཨ་——""འ——""གནའ་
མིའི་གཏམ་དཔེ་ལ —— "སོགས་ཚིག་གི་བར་ཐག་ཤིན་དུ་རིང་བའི་སྐད་ཆ་དེ་ནམས་
བཤད་བཞིན་འདུག་པ་ལས་ཕྱོག་རྗེ་ལ་མི་འགོ་བསམ་བྱིམ་ཚང་ལ་ལས་ཁོ་ལ་"སོང་"ཟེར་
ནས་དེད་པ་དང་། ལ་ལའི་བྱིམ་ནས་ཁོ་རང་རང་འགྲུལ་གྱིས་བུད་འགོ།

ཉིན་ཞིག་ར་ལོ་དཔོན་པ་ཞིག་གི་ནང་ལ་སྡེ་བས་ཤིང་། དཔོན་པ་དེ་སྐར་གསོ་བྱེད་
བཞིན་པའི་སྐད་ཡིན་ལ་སྐྱ་བ་མང་བོ་ཞིག་ཀྱང་སྐད་ལེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པར་ཁེལ།

"སྤྱིར་ན་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བར་སྤྱིང་བོ་མེད། ལྷག་པར་དུ་གསོན་སྤྱིང་ལེན་རྒྱ་བོ་
དེས་རང་གི་རལ་བ་གཡག་རིན་ལྡན་པ་དེ་བཅད་སོང་བས་རང་ཉིད་མི་གུལ་དུ་འགོ་སྟོན་
མེད། ད་ལྟ་སྐྱ་བ་ཞིག་བྱས་ནས་ཨ་མའི་རྗེས་སུ་ཚོས་རེ་བཏོན་ནའང་མི་བཟང་རྒྱ་མེད་"
སྟུང་ནས་ར་ལོས་སྐྱ་ལ་སྐད་ནས་སྐྱ་ལ་གྱོན། ཚོས་མིང་ལ་"ཚོས་དབྱིངས་གཤགས་པ་"ཞེས་
བཏགས།



ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་ཆོས་ལ་ཐེངས་གཅིག་ཀྱང་ཚད་མ་ལྟོང་བ་དང་། རྒྱབས་
འགོ་སོགས་ཐོག་མའི་འདོན་པ་ནམས་ཀྱང་ཚད་མའི་སྟོན་ལ་སྟོར་བྱིན། ཁོའི་སེམས་
ལའང་“ཆོས་ཀྱི་འདོན་པ་འདི་སྟོན་མའི་སྟོན་སྟོང་ལས་སླ་བས་དངོས་གནས་སྟོན་འདོད་
པ་ཞིག་རེད།”བསམས་ཏེ་མུ་མཐུད་སྟོན་སྟོང་བྱས་པས་དགེ་བསྐྱོན་གྱིས་ཁོ་ལ་བརྟེན་
བསྐྱེད་ལའང་ཡང་བྱས་ཏེ་པལ་ཆེར་རྒྱུ་ཀྱི་“ཚད་མས་ར་ལོར་སྟོན་སྟོང་བྱོས་”ཟེར་
བའི་ཚད་ལ་སྟེབས་བྱུང་།

འོན་ཀྱང་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་རིམ་བཞིན་སྒྲ་མ་ཁ་གས་དང་གྲ་བ་རེ་གཉིས་ཀྱི
“གསང་བའི་མཛད་པ”རེ་དང་“མདོན་གྱི་སྟོན་པ”རེ་མཐོང་ཐོས་སུ་གྱུར་པས་“འདི་འདྲ་
ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་སྟོང་པོ་མི་འདུག”བསམས་ཏེ་དགོན་པའི་ནང་ན་འཕྱང་རྒྱ་ཡོད་དུས་
དང་། འདས་པའི་བྱིམ་མི་ཆོས་གྲ་བ་ནམས་ལ་སྟོར་མོའི་འགྲེད་རྒྱུ་དུས་མ་གཏོགས་
དགོན་པའི་ཉེ་འགམ་ན་རྫོང་མཁར་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་སོང་ནས་སྟོག་བརྟན་ལ་ལྟ་བ་དང་
དུ་བ་འཐེན་པ། ཐ་ན་“སེལ་ཁུ”ཡིན་ཟེར་ནས་མུ་ཚང་ཡང་འཕྱང་གིན་ཡོད་པས་སྐར་
ཡང་རྒྱུ་ཀྱི་“ཚད་མས་ར་ལོར་སྟོན་སྟོང་བྱེད་མི་རུང་”ཟེར་བའི་ཚད་ལ་སྟེབས།

དེ་བས་ཀྱང་ཚབས་ཆེ་བ་ཞིག་ནི། ཕྱི་དོ་ཞིག་ལ་“ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་ས་གིའི་
སྟེ་བ་དེའི་ནང་གི་བྱ་མོ་ཞིག་གི་རྗེས་བསྟེགས་སོང་།”ཟེར་བའི་བཤད་རྒྱུ་ཞིག་རྒྱང་
ལྟར་དགོན་པའི་ནང་ལ་གྲགས་ཤིང་། དེ་རིམ་བཞིན་དགེ་བསྐྱོན་དང་གྲ་ཚན་ནམས་
གྱིས་ཀྱང་ཐོས་བྱུང་། དགེ་བསྐྱོན་གྱིས་“ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་ལེ་ལོ་རྒྱུད་ལུག་ཅན་
ཞིག་ཡིན་ནའང་འཛིག་རྟེན་འཁོར་བར་ཞེན་པ་ལོག་ནས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྟོན་སེམས་རྩེ་
གཅིག་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་རོ་ཚ་བྲལ་བའི་དོན་དག་རྒྱུ་བ་མི་སྲིད། རྒྱན་དང་སྒྲ་མ་ཡིན་
ནའང་སྲིད། དེ་བས་མིག་གིས་དངོས་སུ་མ་མཐོང་ན་ད་དུང་བརྟན་གཤམ་ཆོད་”བསམས་
ནས་བསྟན།



འོན་ཀྱང་དོན་དེ་གྲུབ་གཉིས་ཀྱིས་དངོས་སུ་མིག་གིས་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། — ཚོས་
 དབྱིངས་གྲགས་པར་ལས་རྒྱ་མེད་པས་ཅེ་རྒྱུའི་འགྲམ་དུ་"སིལ་ཁུ"ཞིག་བརྒྱུང་ནས་འཕྲང་
 བར་སོང་། དེ་ནི་དབྱར་དུས་ཀྱི་ཉིན་གྲང་ཞིག་ཡིན་ལ། དགྲང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཅེ་
 གཞུང་ཡོངས་སུ་འཕྲོས་ཤིང་། འཇམ་མཉེན་གྱི་རྩ་ལྗང་ཁོད་དུ་མེ་ཏོག་སེར་ཆེན་རྒྱན་པོ་
 རྒྱན་པོར་སྐྱེས་འདུག་པ་ནི་རྒྱུ་ནས་བལྟས་ན་ས་གདན་ལྗང་ཁུ་རི་མོ་སེར་པོ་ཅན་ཞིག་
 བཏོངས་པ་དང་འདྲ། ཅེ་རྒྱ་མེན་མོ་སྟོན་འཇགས་བག་ལེབས་ཀྱི་ངང་ནས་བཞུར་བཞིན་
 འདུག་ལ། གལ་ཏེ་རྒྱ་རྩལ་གྱི་ཕྱ་ཕྱང་རྒྱུང་ཅམ་ལྡན་པའི་མི་ཞིག་དེའི་འགྲམ་དུ་སྐྱེབས་ཚེ་
 "མཐིང་མདོག་གི་ཏོ་ལོ་གཙང་བོ"རང་གྲགས་ཀྱིས་སེམས་ལ་དྲན་ཞིང་རྩ་བར་གྲགས་པའི་
 ལྡང་བ་ཞིག་སྟེར་གྲིད། རྒྱ་མཚན་ནི་མཚམས་འདིའི་ཅེ་རྒྱ་དེ་ཕྱོགས་གང་ནས་བལྟས་
 ཀྱང་དངོས་གནས་མངོས་ཤིང་ལྟ་ན་སྐྱུག་པའི་ཏོ་ལོ་གཙང་བོ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པས་
 རེད།

མཚམས་ཤིག་ལ་ས་གིའི་སྡེ་བ་དེའི་ནང་གི་བྱ་མོ་ཞིག་རྒྱ་ལེན་པར་ཡོང་། བྱ་མོ་
 དེ་ནི་དངོས་གནས་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཁོ་མོས་རྒྱ་ལེན་ཞོར་དུ་ས་གིའི་ཚོས་
 དབྱིངས་གྲགས་པར་རྒྱུ་མིག་གིས་ལྟ་ཅམ་བྱས་པ་དེས་ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་རི་དྲགས་
 རྩི་ལ་ཐེབས་པ་ལྡར་གྱུར་ཅིང་། ཁོའི་སེམས་ལ་"མ་གཞི་འདི་གཉེན་སྟེང་གི་ཆེས་ཡིད་དུ་
 འོང་བ་ནི་བྱུང་མེད་རེད།"སྟུམ་སྟེ་རང་དབང་མེད་པར་ལ་གཞས་ཤིག་ངག་ལས་ཤོར་སོང་།

“རྩ་རྒྱུང་རྒྱུང་སྐྱུག་པ་ཅན་པོ།
 འགྲོང་དུ་དམར་འཁོར་ན་ཨེ་ཚོག།
 མཚོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ལྗང་ཤ་ཅན་པོ།
 ཉ་གསེར་མིག་འཁོར་ན་ཨེ་ཚོག།
 མ་རྒྱུང་རྒྱུང་མོ་སྟོ་ཅན་པོ།



གསལ་གྱི་དགོད་བྱོ་བའི་ཚུལ་རྣམས་མཐོང་བས་རང་དབང་མེད་པར་གད་མོ་ཤོར་བས་ད་
གཞོད་ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་གཉིད་ལས་སད་པ་ལྟར་ཚུ་དགྲིལ་ནས་ཡུན་རིང་ལུས།

བྱག་པ།

ས་ཅུབ་རྗེས། དགོན་པ་དེ་སྤར་ལས་ཀྱང་སྣོང་འངགས་སེ། བྱ་མེས་མེར་གནས།
འང་མ་སྤིང་གི་ཆེས་ལྷི་བའི་བྱ་མོ་ཞི་ལས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལས་རྒྱ་མེད་པ་དེ་ཡིན་
ཟེར་བ་ཅི་མ་བདེན། ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པར་ལས་རྒྱ་མེད་པས་དངོས་གནས་ཤིན་ཏུ་ལྷི་
བའི་བྱ་མོ་ཞིག་གིས་མནན་པ་དང་འདྲ། ཁོ་རང་ཞོགས་པར་མལ་ལས་ལངས་པ་འབྱི་
བས་དགོང་མོར་གཉིད་ཀྱང་མི་བྱུགས། ཚུ་ལེན་བྱ་མོ་དེའི་ཡིད་འོང་བཞིན་རས་དང་
མིག་གི་རྒྱར་མདའ་ (ཁོའི་སེམས་ལ་"རོགས་བལྟ་"རེད་སྟེ།) དེ་ཁོའི་མིག་ལམ་ནས་ཡལ་
རྒྱ་མེད། ཁོས་དབྱགས་རིང་ཞིག་འཐེན་བཞིན་གྲུབ་ལས་ཕྱིར་ཐོན།

མོར་བའི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་ལྷ་བ་ཞིག་སྟོ་བྱུབ་མཚམས་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་ན་འཁར་
བར་ཞེན་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་འདུག། ཅེ་ཚུའི་ས་རོལ་གྱི་སྡེ་བ་དེ་ནས་བྱི་སྐད་
ཅིག་གྲག་པ་དང་ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་དེའི་ཕྱོགས་སུ་བལྟས་པ་ན་བྱིམ་ཚང་རེ་རེ་
གསལ་བོར་མཐོང་བྱུབ་པ་དང་། བྱིམ་ཚང་གཅིག་གིས་ད་རུང་མེ་སྐར་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་
བས་ཀྱང་གསལ་བོར་མཐོང་བྱུབ།

ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པའི་མིག་ལམ་ཏུ་ཚུ་ལེན་བྱ་མོ་དེའི་རོ་གདོང་སློག་བརྟན་
བཞིན་ཏུ་ཡིད་གྱི་ཡོལ་རས་ངོས་སུ་གསལ་ལེར་ཤར་བས་ཁོ་རང་ཕྱིར་བྱིམ་ལ་འཇུ་ལ་ཉེ་གྲུ་
ལ་སྐད་ནས་སྤར་གྱི་སློག་པ་རྒྱུང་བ་དེ་ལྟོན།

དགོན་པ་ནས་ཚུའི་ས་རོལ་གྱི་སྡེ་བ་དེའི་བར་ལ་སྐྱུ་ལེ་གཉིས་ལྷག་ལས་མེད་པས་



ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་གྲྭ་ཚོན་ཅིག་ཅམ་ལ་རུ་འདབས་སུ་སླེབས། ཁོ་སློན་མེད་འོད་གསལ་
བའི་བྱིམ་ཚང་དེའི་ཕྱོགས་སུ་གཟུགས་ནས་སོང་སྟེ་རྒྱ་ཁྲི་འཇབ་ལག་འཇབ་ཀྱིས་སླེའི་སློ་
བར་ནས་ནང་ལ་གཅིག་བལྟས་དུས་བྱིམ་ན་མི་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་ལ། དེའང་བྱད་
མེད་ཅིག་ཡིན་ནའང་ཕངས་པ་ཞིག་ལ་ཚུ་ལེན་བྱ་མོ་དེ་མ་རེད། ཁོ་མོ་ཐབ་མདོ་ན་ཅོག་
ཕར་འདུག་ཅིང་། མགོ་བོ་བསྐྱོར་ནས་འདུག་ཚུ་ལ་ལ་གཞིགས་ན་སྐྱུག་བསྐྱུ་ལ་གྱི་རྒྱ་རུ་
ཚུད་ཡོད་པ་རྟོགས་ཐུབ།

ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་ཚུ་ལེན་བྱ་མོ་དེ་ཚ་བ་ནས་བརྗོད་དེ་རང་དབང་མེད་པར་
བྱིམ་ལ་འཇུག་བ་ན། བྱད་མེད་དེ་དང་ཐོག་སྐྱོག་སྟེ་ཁ་ནས་“ཨ་མ”ཞེས་ཤོར་བཞིན་ཡར་
ལངས་ལ། ལུང་ཅམ་ནས་སེམས་ལྟོད་ལ་བབས་ཏེ་“ཁྱོད་སུ་ཡིན་ཟེར།

“ང་རང་ལམ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན”ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་འཇུག་དམུལ་དམུལ་གྱི་
ངང་ནས་“གནས་ཚང་ཞིག་གཡར་ན་ཚོག་གམ”ཟེར།

བྱད་མེད་དེས་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པར་ཞིབ་ཏུ་བལྟས་པ་ན། དེ་ནི་གཟུགས་རིང་
ཞིང་གསལ་ལ་སློན་མ་སྐྱུག་ཅིང་ངོ་མདངས་སྟོ་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་རེད།

“ཨ་ཅི། དེ་ལོས་ཚོག་ཁོ་མོ་ཡར་ལངས་ནས་འཇུག་དང་བཅས་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་
པར་ཇ་དཀར་ཡོལ་གང་སྐྱུགས་ཏེ་གདན་ཐོག་ཏུ་སྡོད་དང་”ཟེར།

ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་གདན་ཐོག་ཏུ་བསྐྱུད་ནས་ཐོག་མར་ཡར་ལྷ་མར་ལྷ་ཞིག་བྱས་
པ་དང་། རིམ་བཞིན་བྱད་མེད་དེའི་གདོང་ལ་བལྟས་པ་ན་ཁོ་མོ་ཐལ་ཆེར་ལོ་སུམ་ཚུ་
ལྟག་ལ་སླེབས་ཡོད་ཅིང་། མཐུར་ཆོས་དམར་ནག་ཡིན་ཞིང་སྐྱ་གཟེངས་མཐོ་བ། ལུས་
ཤ་རྒྱས་ཤིང་བྲང་འབྱར་མདུན་ཏུ་ཐོན་འདུག་པས་ཆོས་དབྱིངས་གྲགས་པར་ཆགས་པའི་
སྐྱ་ལོང་གཡོས་ཤིང་། ངོ་མདོག་དམར་བོར་འཇུར་བཞིན་“ཁྱོད་གཅིག་ཕུ་ཡིན་ནམ”ཟེར།

“ཨེ — ཁོ་མོས་དབྱུགས་རིང་ཞིག་འཐེན་ཞིང་དེ་མ་ཐག་གདོང་ལ་སྐྱུག་ཉམས་ཤིག་



ཤར་ཏེ་“སྐྱེས་པ་ཁྲིལ་མེད་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་སྲ་ས་ནས་ང་རང་བསྐྱུར་ཏེ་རབ་བྱུང་བསྐྱུབས་སོང་”ཟེས།

“ཨ — དེ་ངོ་མ་ཁྲིལ་མེད་ཅིག་རེད། རབ་བྱུང་བ་ཕལ་ཆེར་དེ་འདྲའི་ཁྲིལ་མེད་ཡིན། ང་རང་རབ་བྱུང་པ་ལ་ཉ་ཅང་མི་དགའ།”

“རེད་ཡ། འཇིག་རྟེན་ན་རབ་བྱུང་པ་རྣམས་ལས་ཀྱང་ཟ་འདོད་ཆེ་ཞིང་ལས་ཀ་མི་འདོད་པ་ཞིག་གང་ན་ཡོད།”

“སྐྱུག་རྩུབ།”

“ཨ།”

“འོ — རབ་བྱུང་བ་དེ་ཚོས་སྐྱུག་རྩུབ་ཡང་སྒྲ།”

.....

“ཁྱོད་ཀྱིས་དུ་བ་འཐེན་ནམ་”བྱད་མེད་དེས་དེ་ལྟར་དྲིས།

“ག་ལ་འཐེན། འོ.....ལོས་འཐེན། ལོས་འཐེན།”

“ང་ལ་རྐང་གཅིག་སྟེར་རོགས། སུན་སྣང་གི་དབང་གིས་ང་ལ་དུ་བ་ལོབས་ཡོད།”

ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་དུ་བ་འཐེན་ན་བཟང་རབས་ལེགས་རབས་གང་མང་ཞིག་བཤད་རྗེས་རུམ་ལ་ལག་པ་གཅིག་བཏང་སྟེ་“ཞེ བངས་པ་ཞིག་ལ་ངས་དེ་རིང་དུ་བ་བཟུང་མི་འདུག”ཟེས།

ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་བྱད་མེད་དེའི་ཁམས་དང་བསྐྱུན་ནས་ལབ་སྐྱེང་བྱས་པར་མ་ཟད། མཚམས་རེར་ཁོ་མོ་ལ་ངོ་བོ་སྟོན་གྱི་ཚིག་ཀྱང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་སྐྱེས་པར་བརྟེན་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་གཅིག་ཐོག་དུ་སོང་།

“ཨ ཚོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་ནང་ན་སྐྱུག་མེད་ཀྱང་ཨོང་ཤ་ན་གི་ འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་ནང་ན་སྐྱིད་མེད་ཀྱང་སྐྱོ་བ་སངས་ཀི་ཟེར་བ་ཅི་མ་བདེན།”



“ཅི་རེད། རྩོད་རང་ཚོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་ནང་དུ་འང་བསྟན་ཚྱོད་ངམ།”

“སྟོན་ཚད་བསྟན་ཚྱོད་། འོན་ཀྱང་དེར་དོན་སྣང་མི་འདུག གལ་ཏེ་འུ་གཉིས་ཆོ་གང་བོར་མཉམ་དུ་འདུག་ཐུབ་ན་ཅི་མ་རུང་།”

“གལ་ཏེ་རྩོད་ལ་དེ་འདྲའི་འདུན་མ་ཡོད་ན་དེ་ནི་ལས་སྐྱོམ་མོ་ཞིག་རེད།”

“འདུན་མ་ལོས་ཡོད། འོན་ཀྱང་ས་འདིར་འུ་གཉིས་མཉམ་དུ་འདུག་ཐབས་མེད། རྒྱ་མཚན་ནི་.....”

ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པས་ཁོ་མོར་རང་གི་དཀའ་ཁག་རྣམས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་བཤད་པ་དང་། ཉིན་འགའ་རེར་བྱིམ་ཚང་དེ་གར་བསྐྱེད་པ་ནས་བསྟན་རྗེས། ཁོ་མོར་རོགས་བྱས་ནས་མཁོ་གལ་ཆེ་བའི་དངོས་རྒྱུ་ཡོད་ཚད་ཁུར་ཏེ་ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པའི་ཡུལ་ཚོམས་སུ་དེ་སྟོན་དང་འདྲ་བར་ལྷོ་འོད་ལ་བསྟེན་ནས་སོང་།

བདུན་པ།

ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་ལྷ་བ་ཡིན་སྐབས་སུ་ཞིག་གིས་ཁོ་ལ་“ཚོས་དབྱིངས་གྲགས་པ་”མི་ཟེར་བར་“ར་ལོ”ཞེས་བོས་ན་ཁོ་རང་ཁོང་ཁྱོད་རབ་ཏུ་འབར་ནས་དེ་ལ་དཔྱད་གཏུག་རྒྱག་སྲིད་ཀྱང་ད་ལྟ་མ་ཡུལ་གྱི་མི་ཚོས་ཁོ་ལ་སྤར་ལྟར་“ར་ལོ”ཞེས་འབོད་བཞིན་ཡོད་ལ་ཁོ་རང་ཡང་དེ་ལ་དགའ་བ་འདྲ། དེས་ན་ང་ཚོས་ཀྱང་སྤར་ཡང་ཁོ་ལ་“ར་ལོ”ཟེར།

ར་ལོའི་བྱིམ་ཚོད་རུང་ས་འདིར་ཡོད་པ་དང་། མ་ཟུན་ཡོད་དུས་ཀྱི་རྒྱ་དང་ཅ་ལག་འགའ་བོའང་སྡེ་བའི་མཛོད་ཁང་ནང་ན་ཉར་འདུག འབྲོག་དམངས་སུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གིས་ཁོ་ལ་སློར་མོ་འགས་དཀའ་ཚོགས་བསལ་བ་དང་ཚང་མའི་ལག་ནས་ཟོག་ལྷག་འགའ་བསྐྱེད་ནས་ཁོ་ལ་ཐུགས་ཀྱི་གན་རྒྱུང་བྱིན།



དང་ཐོག་ར་ལོས་འབད་བཅོམ་བྱས་ནས་དུད་བྱིམ་ཞིག་གི་ཚུགས་ཀ་མངོན་བཞིན་
ཡོད་ནའང་ར་ལོའི་རྒྱབ་མ་འབྲུག། ཐོ་མ་ལྟོགས་པས་རིམ་བཞིན་ཁོའི་ལེ་ལོ་སྦྱིད་ལྷག་གི་
ལྷ་གྲུ་སྐར་ཡང་འབྲུས་ནས་ལྷགས་མི་འཚོ་བ་དང་ལས་ཀ་ཡང་མི་ལས་པར་རྫོང་མཁར་ལ་
འབྲུམས་ནས་བསྐད་པས་གན་རྒྱའི་ལྷགས་ཐོག་ཚར་བ་དང་རྒྱུང་མ་ཡང་ཁོ་ལ་ཡིད་ཆད་
སོང་།

ར་ལོ་རྫོང་མཁར་ལ་སོང་ནས་ཉིན་འགའ་འགོར་ཞིང་ལག་གི་སྒོར་མོ་ཚང་མ་
བསྐྱུགས་ཚར་རྗེས་སྤྱིར་ལྷུ་ལ་ཡོད་དུས་རྒྱུང་མ་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར་བྱིམ་མཚོས་
རྣམས་ཀྱི་བཤད་ཚུལ་ལྟར་ན་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཀྱིས་བྱིད་སོང་བེད་བས་ཁོ་རང་
བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཚང་ལ་སོང་སྟེ་རྒྱུང་མར་ལྷུ་ལ་འགྲོ་བེད།

“ངའི་ལྷུ་ལ་འདི་ཚང་ཡིན།”

“ཨ་ཙོ། རྒྱོད་རང་གའོན་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་མིན་ནམ།”

“གའོན་ཀྱིས་རྒྱོད་རང་བསྐྱུས་པ་འདྲ།”བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཁོའི་གམ་ལ་ཡོད་ནས་
“ཁོ་མོ་ངའི་སྤྱིམས་མཐུན་གྱི་རྒྱུང་མ་ཡིན་པས་འདི་ལས་གཞན་གྱི་ལྷུ་ལ་ཞིག་གང་ན་ཡོད་”
ཟེར།

ར་ལོ་ཞིན་ཏུ་ཁྱོས་ཉེ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ལ་དཔུང་གཏུག་ཡང་ཡང་བརྒྱབ་ཅིང་
“རྒྱོད་ཀྱིས་ཉེ་མ་དཀར་དཀར་ལ་གཞན་གྱི་རྒྱུང་མ་འཕྲོག་ཚོག་གམ་”ཟེར།

“དེ་སྟོགས་པ་རེད་བསམ་ན་རྒྱོད་རང་སྤྱིམས་ཁང་ལ་གཏུག་ཏུ་སོང་དང་། ཁོ་མོ་ལྷ་
གཉིས་ཀའི་སྤྱིམས་རྒྱུང་མ་ཡིན་པ་དེ་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་སྲིད།”

ར་ལོས་ད་གཞོད་སྤྱིམས་ཁང་བེད་བའི་བཅོན་པོའི་གཉན་གཞོན་དང་གཉོམ་པོའི་
མགོན་སྐྱབས་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིད་ལ་བྱན་ནས་ཡོང་བ་རེད།



བརྒྱུད་པ།

ངས་ར་ལོ་དམངས་དོན་ཁང་ལ་བྲིད་དེ་དོ་སྤོང་བྱས་ཇེས་ཕྱིར་ཡོང་བ་ཡིན།

དམངས་དོན་ཁང་གིས་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་དང་བྱུང་མེད་དེ་གཉིས་པོས་ནས་
ཚད་གཅོད་བྱས་དུས་བྱུང་མེད་དེས་“ར་ལོ་དེད་གཉིས་དུས་ཐུང་ཞིག་ལ་མཉམ་དུ་བསྐྱེད་
པ་བདེན་མོད། དེད་གཉིས་བཟའ་རྒྱ་གང་ནས་ཡིན། གལ་ཏེ་ཁོས་རེད་ཟེར་ན་དེད་
གཉིས་ཀྱིས་གཉེན་སྲིད་དཔང་ཡིག་གང་ནས་སྤངས། གཉེན་སྲིད་དཔང་ཡིག་མ་སྤངས་
པར་མཉམ་དུ་བསྐྱེད་ན་བྲིམས་འགལ་སྤོང་སྤངས་མིན་ནམ། དེ་བས་ངས་བསོད་ནམས་
དར་རྒྱས་དང་བྲིམས་མཐུན་གྱིས་གཉེན་སྲིད་བྱས་པ་ཡིན།”ཟེར་བཞིན་གཉེན་སྲིད་
དཔང་ཡིག་ཅིག་རུམ་ནས་སྤངས་བྱུང་།

བྲིམས་ཁང་གིས་ཐག་བཅད་པ་ལྟར་ན། བྱུང་མེད་དེ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཀྱི་
བྲིམས་མཐུན་བཟའ་རྒྱ་ཡིན་ལ། ར་ལོས་གཏུག་བཤེར་བྱས་པ་ནི་མཚོ་སྤོང་པོའི་ནང་ལ་
རྡོ་འཕངས་པ་དང་མཚུངས་པ་རེད།

ར་ལོས་ད་གཟོད་གཉེན་སྲིད་དཔང་ཡིག་ལེན་དགོས་པའི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་
གསལ་བོར་ཤེས་ཤིང་། རང་གིས་དང་ཐོག་གཉེན་སྲིད་དཔང་ཡིག་མ་སྤངས་པར་འགྲོད་
པ་གཏོང་ནས་སྲིད་ཏེ་རང་གིས་རང་ལ་འགྲམ་ལྷག་གཅིག་གཞུས་པ་ན་སྤངས་ལྷག་ནས་
མ་ཞེའི་མགོ་ལ་ཐུག་སོང་།

དབྱེ་བ།

ར་ལོ་བྲིམས་ཁང་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་དམིགས་ལུལ་མེད་པར་སྲང་ལམ་དུ་ཕར་འགོ་



ཚུར་འགོ་འགའ་བྱས་ཤིང་། དེ་ནས་ཁོ་རང་ཟ་ཁང་ཞིག་གི་སྒོ་ཁར་སླེབས་པ་དང་ད་
གཞོན་རང་གིས་ནངས་ཟས་གུང་ཟས་གཅིག་གུང་འཐུང་མེད་པ་ཡིད་ལ་བྱན། དེ་མ་ཐག་
ཁོའི་ཁོག་པའི་ནང་ནས་ཚ་ལངས་པ་དང་། ལུར་ཁྲོག་གི་སྐྱ་ཡང་བར་མེད་དུ་གྲག་འོངས་
པས་གོམ་ཁ་རང་དབང་མེད་པར་ཟ་ཁང་ནང་དུ་བསྐྱུར། སངས་པ་ཞིག་ལ་ཁོའི་ལག་ཏུ་
སྒོར་རྟོག་གཅིག་གུང་མེད་པ་རང་གི་སེམས་ན་བྲིགས་སེ་ཡིན།

དང་སྐབས་ཟ་མ་ཟོས་རྗེས་རིན་པ་མི་སྣོད་པའི་གཞོན་ལུ་མང་ནའང་ར་ལོ་དེའི་གས་
སྲུ་གཏན་ནས་མི་གཏོགས་པར་མ་བཟད། ཐངས་ཤིག་ཁོས་སྒོར་མོ་སྣོད་བཞི་རྗེད་པའང་མ་
གསང་མ་སྐས་པར་བདག་པོར་སྤྲད་སོང་། གལ་ཏེ་སྲུ་ཞིག་གིས་ར་ལོའི་ལག་མི་གཙང་
ཟེར་ན་དེ་ནི་སྣོད་ཚུང་སྣོད་མའི་དུས་སྐབས་སྲུ་དགེ་རྒྱུ་ཚོའི་བྱིམ་ལུད་ནང་ནས་དུ་སྡེ་
རེ་བདུས་སྣོད་བ་དེར་བཞུན་པ་མིན་ན་ཁྲུངས་མེད་འཆལ་གཏམ་ཁོ་ན་ཡིན།

ར་ལོས་ཟས་ཟ་བཞིན་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ལ་བལྟས་ནས་བསྐྱད་བལྟས་ཀྱིན་བལྟས་
ཀྱིན་ཁོའི་སེམས་ལ་རང་ཉིད་ལྷ་བ་ཡིན་དུས་ཀྱི་འཚོ་བ་དེ་བྲན་བྱུང་ དད་ལྡན་མང་
ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱན་ཚད་མེད་པར་གྲུབ་ཚོར་འབྲས་ལས་ཤ་མང་ཞིང་། དེའི་ནང་རྒྱན་
འབྲུམ་དང་ཀ་ར་དཀར་པོ་བཏབ་པའི་ཐུག་པ་འདྲེན་ལ། གལ་ཏེ་ཆ་རྒྱུན་ཅུང་ཞན་པའི་
བྱིམ་ཚང་ཞིག་གིས་འབྲས་ཐུག་ནང་ལ་རྒྱན་འབྲུམ་གྱི་ཚབ་དུ་སིལ་དམར་བཏབ་ཡོད་ན་
གྲུབ་ཚོས་“ཉེ། སིལ་དམར་འདེབས་སྲུལ་བྱས་འདུག”ཟེར་བཞིན་འདང་རྒྱག་མེད་པར་
ང་ཞེའི་ཁ་ཐུར་དང་རྒྱབ་ཀྱིན་དུ་སྒོར་སྲིད།

“ཨེ དེ་དུས་ངོ་མ་ཟ་མའི་རིན་ཐང་མ་ཤེས།” ར་ལོས་མཆིལ་མ་ཞིག་མིད་བཞིན་ལ་
བྱིར་འཁོར་ནས་འགོ་རྩིས་བྱས། འོན་ཀྱང་ཁོག་པའི་ནང་ནས་ཁོ་ལ་ངས་པར་དུ་ཟ་མ་ཟ་
དགོས་པའི་བརྗེས་སྐར་རྒྱག་གིན་འདུག།

“ཨེ ད་ཅི་བྱེད། གང་ལྟར་ཟས་ཟ་དགོས།”ར་ལོས་མིག་རིག་རིག་ཏུ་ངོ་ཤེས་རེ་ཨེ་



མཐོང་ལྟ་བཞིན་སེམས་ལ་“སྐམས་ལུག་རེ་བཅོངས་ནས་སྤྱི་ཚང་གང་འདོད་དུ་འཐུང་བའི་སྐབས་སུ་སྡོན་གྱི་སྡོམ་གྲོགས་དང་ངོ་ཤེས་མི་ཤེས་ཚང་མ་རང་གི་གམ་དུ་མེ་ཉོག་ལ་བྱུང་བ་འཁོར་བ་བཞིན་འདུས་ཡོང་མོད། ད་ལྟ་དེ་ཚོ་གང་ལ་སོང་བ་ཡིན་ནམ།”ཁོས་དེ་ལྟར་བུན་པ་དང་མཉམ་དུ་རང་གི་བཞེན་པ་གཡག་ཆན་དེ་ཡིད་ལ་ཤར། གཡག་ཆན་དེ་ར་ལོའི་གན་རྒྱའི་རྩུགས་ཚོག་ནང་ནས་རྒྱུང་རིན་པོ་ཅན་ཞིག་ལྟག་ཡོད་པ་གཅིག་པོ་ཡིན་ལ། ར་ལོ་རྗེས་མཁར་སོགས་ལ་འགོ་བྱེད་ཀྱི་བཞེན་པ་གཅིག་པོའང་རེད། ཡིན་ནའང་སྟོ་བ་ལས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་གང་ལ་ཡོད། དམའ་རིམ་སློབ་ཆགས་གྲོག་མ་ནས་མཐོ་རིམ་སློབ་ཆགས་མིའི་བར་དུ་ཚང་མས་སྟོ་བའི་དོན་དུ་ཡར་རྒྱུག་མར་རྒྱུག་གེལ་གེལ་འཚུབ་འཚུབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་མིན་ནམ།

ར་ལོས་རང་གི་གཡག་ཆན་དེ་སྒོར་བདུན་བརྒྱུ་བཅོངས་པ་རེད། གལ་ཏེ་ཁོ་རང་ཚོང་པ་ཉམས་ཚུང་ཅན་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་ན་དེ་ལས་མང་བ་ཞིག་ལ་བརྗེ་སྐབས་ཀྱང་སྲིད། འོན་ཀྱང་ར་ལོར་མཚོན་ན་འདི་ནི་ཡིད་ཚིམ་པའི་གྲངས་ཀ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོ་རང་སླེས་པ་ནས་བཟུང་འདི་འདྲའི་སྒོར་མོ་མང་པོ་ཞིག་ལག་ཏུ་བཟུང་བ་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན་པས་རེད།

བརྒྱ་བ།

“ང་ར་ལོར་ཡོད་པ་ནི་སྒོར་མོ་ཡིན། སྤངས་སྤངས་སྤངས་.....”པར་བལྟས་ན་ར་ལོ་རྒྱུང་བཟེ་ཡོད་པ་འདྲ། ཁོས་ཟ་ཁང་ཞིག་གི་ནང་ན་སྒོར་མོ་བརྒྱ་ཤོག་འགའ་ལག་ཏུ་བཟུང་ནས་གན་མ་ལ་བྱར་ཏེ་“ང་ར་ལོའི་པ་རྒྱལ་པོའི་འཁྲུངས་རབས་དང་མ་རྒྱལ་མོའི་སླེས་རབས་བཤད་ན་.....”ཟེར་བཞིན་སྐབས་མ་ལེའི་རྗེས་ལ་ལུག་སྟེ་མི་འགའི་དཀྱིལ་ན་སྤྱི་ཚང་འཐུང་བཞིན་འདུག།



སྐབས་དེར་ས་ཁུལ་ནས་སློབ་སློབ་བཀའ་འདུག སྲུང་མེད་ཅིག་གིས་ཟ་ཁང་སློབ་ཁ་
ནས་ཡང་ཡང་སློབ་སློབ་སློབ་ཏེ་ནང་ལ་ལྷ་བཞིན་འདུག ར་ལོས་གཅིན་པ་ཞིག་བཏང་ནས་
ཕྱིར་ཡོང་ཁར་སྲུང་མེད་དེ་མཐོང་བྱུང་བས་ཁོ་རང་ནང་ལ་མ་སོང་བར་སྲུང་མེད་དེར་
བལྟས་ནས་བསྟན། དེའི་ཀྱོན་པར་བལྟས་ནས་ཆ་འདིའི་མིན་པ་ཐག་གིས་ཚོད།

“ཁྱོད་གང་གི་ཡིན”ར་ལོས་ཁོ་མོའི་གདོང་ལ་ལྷ་བཞིན་དེ་ལྟར་དྲིས།

“ཨ་མཚོག་གི་ཡིན”སྲུང་མེད་དེ་ཚུར་འཁོར་ནས་ར་ལོར་བལྟས། ཁོ་མོ་ལོ་ཉེ་ལྷ་
ལྷག་ཅམ་ཡིན་ལ། ཀྱོན་པ་རྙིང་ཞིང་ཁ་ཤར་སེར་ག་གས་ནས་འདུག་ནའང་གཏིང་དུ་
སྐྱུང་བའི་མིག་བྱུང་ལས་གཡོ་བྱེད་སྲུང་མེད་ཀྱི་འོད་མདངས་ཤིག་ཤར་འདུག་པས་ར་ལོའི་
མིག་ལམ་དུ་ལོ་གཅིག་སློབ་ཀྱི་ཚུ་ལེན་བྱ་མོ་དེ་དབང་མེད་དུ་ཤར་བྱུང་།

“ཁྱོད་ཅེ་ཚུའི་ཁར་ཚུ་ལེན་དུ་སོང་ཚུང་ངམ།”

སྲུང་མེད་དེས་ཁོའི་སྐད་ཆའི་ནང་དོན་མ་གོ་བར་ངོ་མཚར་བའི་ངང་ར་ལོའི་གདོང་
ལ་བལྟས་འདུག།

“ཁྱོད་རང་ཅེ་ཚུའི་ཁར་ཚུ་ལེན་དུ་སོང་ཚུང་བ་ཁོ་ཐག་རེད།”ར་ལོ་ཉེན་རྟོག་པ་ཞིག་
དང་འབྲ་བར་“འདི་ན་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།”ཟེས།

“ཟས་ཤིག་ཟ་འདོད་མོད་.....”

ར་ལོས་དེ་མ་ཐག་ཁོ་མོར་སློབ་མོ་མི་འདུག་སྐྱམ་ནས་“ངས་ཁྱོད་ངོ་ཤེས། ངས་ཁྱོད་
མཐོང་ཚུང་། ཁྱོད་ཀྱིས་ཚུང་ཅམ་སྐྱུགས་དང་།”ཟེས་ནས་ནང་ལ་སོང་སྟེ་ལས་བྱེད་པ་
དང་འབྲ་བའི་མོ་གསར་ཞིག་གི་རྩ་རྩར་སྐད་ཆ་ཤབ་ལྷབ་ཅིག་བཤད་རྗེས་དེའི་ལག་ནས་
ལྗེ་མིག་ཅིག་སྐྱངས་ཏེ་ཕྱིར་ཡོང་ནས། “འགོ། ཟ་མ་ཟ་ཁུ་འགོ།”ཟེས།

དང་ཐོག་སྲུང་མེད་དེ་སོམ་ཉིའི་ངང་དུ་འདུག་པ་ལས་ར་ལོའི་རྗེས་ལ་མི་ཡོང་མོད།
ར་ལོས་“ཁྱོད་རང་སྐྱག་མི་དགོས། ངས་ཁྱོད་ངོ་ཤེས།”ཟེས་ནས་ཁོ་མོའི་སྐུ་སྐྱུང་ནས་ཡང་



ཡང་འཐེན་པས་སུ་མོ་དེའང་འཐད་ལ་མི་འཐད་པའི་ངང་ནས་ར་ལོའི་རྗེས་སུ་འབྲངས།
ཁོ་གཉིས་ཀ་དཔུང་བ་མཉམ་གཤིབ་ངང་སྲང་ལམ་རྒྱུད་བ་ཞིག་གི་ཕྱོགས་སུ་སོང་།
ར་ལོས་ཡང་བརྒྱུར་“འདྲིག་ཉེན་འཁོར་བའི་ནང་ན་རྒྱིད་མེད་ཀྱང་རྒྱོ་བ་སངས་ཀི”
ཟེར་བའི་གཏམ་དཔེ་དེ་ངག་ལས་ཤོར་བར་མ་ཟད་“འུ་གཉིས་ཀས་གཉེན་རྒྱིག་དཔང་ཡིག་
ལེན་ཨང་།”ཟེར།

“ཨ་ཙོ། འདིས་ཅི་ཟེར། ང་ལ་རྒྱེས་པ་ཡོད་ཡ།”

“ཉེ། གཉེན་རྒྱིག་དཔང་ཡིག་སྒངས་རྗེས་ཁྱོད་ངའི་ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་རྒྱུད་མ་རེད།
རྒྱེས་པ་སྡོན་མ་ཡོད་མེད་ལ་སྲུས་ཐེ་གཏོགས་བྱེད་རྒྱུ”

“ངོ་མ་ཨ།”

“ངོ་མ་ཡིན། སྡོན་ང་ལའང་རྒྱུད་མ་ཞིག་ཡོད་མོད། ཁོ་མོས་རྒྱེས་པ་གཞན་ཞིག་
དང་གཉེན་རྒྱིག་དཔང་ཡིག་སྒངས་ཟེན་པས་ཁྲིམས་ཁང་གིས་ཁོ་མོ་ངའི་རྒྱུད་མ་ཡིན་
པར་ཁས་མི་ལེན་པར་རྒྱེས་པ་རྗེས་མ་དེའི་རྒྱུད་མ་རེད་ཟེར། རྒྱ་ཡིག་ཐོག་དང་བོད་
ཆོག་ཐོག་ཟེར་བ་ངོ་མ་རེད།”

“དེས་ན་ཁྱོད་རང་གིས་ལྟོས། གང་ལྟར་ང་རང་རྒྱེས་པ་དེ་དང་འགྲིག་ཐབས་མེད།
དེ་འདྲ་མིན་ན་ང་རང་ས་ཐག་འདི་འདྲའི་རིང་བོ་ཞིག་ལ་གཅིག་སྲུང་འབྲུམ་དགོས་དོན་
ཅི་ཡོད།”

ཡ་མཚན་ཞིག་ལ་ས་འདིར་གཉེན་འཐོར་རྒྱ་དཀའ་ཡང་གཉེན་རྒྱིག་རྒྱུར་བརྒྱུད་
རིམ་གཅིག་ཀྱང་མི་དགོས་པར་མོ་མོ་གཉིས་ཀ་རང་འཐད་ཡིན་པ་ཅམ་གྱིས་ཚོག་ དེ་
བས་ར་ལོ་དང་སུ་མོ་ཆ་མེད་གཉིས་ཀྱིས་དཀའ་ཚོགས་མེད་པར་ཡུལ་ཚོ་སྲིད་གཞུང་ནས་
གཉེན་རྒྱིག་དཔང་ཡིག་ལོན་བྱུང་།

སུད་མེད་འདི་རྒྱ་ལེན་སུ་མོ་དེ་ཡིན་མི་སྲིད་ནའང་ར་ལོའི་རྒྱུད་མའམ་ཡང་ན་



དགའ་བོ་གསལ་སོ་སོར་མ་དེ་ལས་སྒྲིང་དུ་སྐྱུག་པ་དང་ཁོག་པའང་དེ་ལས་ལྡབ་འགྱུར་གྱིས་
དྲང་མོ་ཡིན་པ་འདྲ། དེས་ན་ར་ལོས་ཀྱང་སེམས་གཏིང་ནས་རང་གི་སྲིད་ལུག་པའི་སྲོད་
ངན་བསྐྱར་ཏེ་ཡིད་སེམས་དྲང་བའི་བྱ་མོ་འདི་དང་མཉམ་དུ་འཆོ་བ་རོལ་རྒྱུའི་སེམས་
ཐག་བཅད་ནས་ཨ་ལགས་ཤིག་གི་དྲུང་ནས་ཆང་ཡང་བཅད་པ་རེད།

ར་ལོ་རོ་མ་བྱུང་མེད་འདི་ལ་བཅེ་དུང་ཆགས་འདུག བཅེ་དུང་འདི་ནི་ཁོ་རང་
བྱུང་མེད་སྡོན་མ་གཉིས་ལ་གཏན་ནས་ཆགས་མ་སྲོང་བ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན་ར་ལོ་རྗོང་
མཁར་དུ་བཟའ་འབྲུ་ཉོ་བ་སོང་ན་འང་དུས་ཚོད་སྐར་ཆ་གང་ཅམ་ཡང་དོན་མེད་དུ་
འགོར་འགྱུར་མི་བྱེད་པར་རང་གི་རྒྱུང་མ་ལ་ཆེ་ལེན་རེའམ་མངར་ཟས་རིགས་རེ་ཉོས་
ནས་རྒྱར་དུ་བྱིར་ཡོང་ངེས་ལ། བྱུང་མེད་དེས་ཀྱང་ར་ལོ་བྱིར་ཡོང་བ་མཐོང་མ་ཐག་སྲི་
ལེ་གཅིག་གཉིས་ཀྱི་ཚད་ནས་སྡོན་དུ་བརྒྱགས་ཡོང་བར་མ་ཟད་ཆ་རྒྱུན་འདོམས་ཚོད་
གྱིས་ཁོ་ལ་ཟ་རྒྱུ་རེའང་ཀྲ་སྐྱིག་བྱས་ནས་ཡོད། ཆ་རྒྱུན་ཡང་མི་འདོམས་རྒྱ་མེད་དེ་ར་
ལོའི་ཨ་མའི་དུས་ཀྱི་སྐྱ་རྒྱུང་དེ་ད་ལྟ་ཚོང་བ་འགོ་བས་བྱེད་བྱས་ནས་ཁོ་གཉིས་སྐྱ་སོ་མ་
ཞིག་གི་ནང་དུ་དགོད་སྐྱས་ཁེངས་བཞིན་བསྐྱད་ཡོད།

བརྒྱ་གཅིག་ལ།

མི་ལ་ལས་བཤད་ན་བྱུང་མེད་དེས་ར་ལོ་དྲང་ལམ་དུ་ཁྲིད་སོང་བེད། ཡང་ལ་ལས་
བཤད་ན་བྱུང་མེད་དེ་ར་ལོའི་ཨ་མའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་གྱིད་བེད། གང་ལྟར་ཡང་བྱ་མོ་དེ་
དང་མཉམ་དུ་བསྐྱད་པ་ནས་བཟུང་ར་ལོ་དངོས་གནས་མི་གཞན་ཞིག་དུ་འགྱུར་སོང་། ཐ་
ན་ཁོའི་སྐྱ་མདོའི་སྐབས་དེའང་ལྡབ་འགྱུར་གྱིས་རྗེ་ཉུང་དུ་སོང་ཡོད།

འོན་ཀྱང་སློ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ་ཉིན་ཞིག་སྲི་བདེ་མི་སྐྱ་གཉིས་ཡོང་ནས་ར་



ལོ་བཟའ་ལྷ་གཉིས་ཚོང་ཐོག་ཏུ་བྱིད་སོང་།

སྤྱི་མཁའ་ཁང་གིས་བཤད་ན་བྱ་མོ་དེས་གཉེན་ཚེག་སྤྱིག་གི་ཉེས་པ་བསགས་ཡོད་པས་
དུས་བཅད་བཅོམ་འདུག་ལྷ་དུག་ལ་བྱེད་རྒྱུའི་ཐག་བཅད། ར་ལོའི་མིག་ཚུ་སྤྱབས་དང་
འདྲེས་ཤིང་སྤྱབས་མ་ནེའི་སྤྲེང་ལ་ལུག་ཡོང་། འོན་ཀྱང་བྱ་མོ་དེ་ར་ལོའི་གམ་ནས་འགོ་
ཞོར་དུ་ར་ལོ། སེམས་མ་པམ། ལྷ་དུག་འཁོར་རྒྱ་སྤྲོ་མོ་རེད། ང་རང་ནམ་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་
ཡིན་ཟེར།

དི་འདྲའི་གཡོ་བོལ་བྲལ་ཞིང་བྱམས་བཅེ་ལུན་པའི་ཚིག་ཅིག་རེད་ཨང་། ཚིག་
འདིས་ར་ལོར་སྡོན་ལ་ཡོད་མ་གྱིང་བའི་སློབས་པ་ཞིག་དང་རེ་སློབ་ཤིག་སྤྱིན་བྱུང་བས་
ཁོས་སྤྱབས་དང་མིག་ཚུ་གཅོང་མར་བྱིས་ནས་ཡར་དབྱེས་ཏེ་“ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་བདེ་མོ་
བྱོས། ངས་ཁྱོད་ལ་བསྐྱབས་ནས་འདུག”ཟེར།

བཅུ་གཉིས་པ།

གོང་གི་ར་ལོའི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་ངས་1988ལོར་བྲིས་ཤིང་། 1991ལོར་《སྤྱང་ཆར》
དུས་དེབ་ཏུ་སྤེལ། 1992ལོའི་སྟོན་ཁར། ངས་ཚོང་མཁར་དང་བར་ཐག་སྤྱི་ལེ་ཉི་ཤུ་
ཅམ་ཡོད་པའི་ཞང་གོང་ཚུང་དུ་ཞིག་ན་བྱ་བ་སྤྱབ་སྤྱབས་ལས་གོགས་ཀྱིས་ང་རང་ར་ལོ་
གསུམ་པར་གྱུར་པའི་གོ་སྤྱབས་བཟང་བོ་ཞིག་བེད་སྤྱད་ནས་ཚོང་སྤྱི་བདེ་རུ་ལ་ཁ་པར་
བཏང་སྟེ་མ་ཉེས་ཁག་གཡོག་གིས་འདྲིན་བཟུང་བྱེད་དུ་བཅུག་པས་ང་ལ་ད་གཞི་ཚོམ་
མཁན་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་ལོ་བཟུར་འཕྲད་དཀའ་བའི་ལྷ་སྤྱང་ཁང་གི་འཚོ་བར་རྒྱས་ལོན་
བྱེད་པའི་གོ་སྤྱབས་བཟང་བོ་འདི་གོང་མ་ལྷ་ཡིས་གནང་བར་མ་ཟད་ད་རུང་《ར་ལོའི》ར་
མ་འབྲི་བར་ར་ལོ་ཆེད་དུ་འདི་རུ་བཀོད་སྤྱིག་བྱས་ཡོད་པ་འདྲ།