

11/6/2017

# འབྲུང་བཞིའི་ཚུ་ལ་དབྱུང་བ་ལས་ ཁོར་སྐྱང་སྐྱེང་བ།

༢༠༡༧ ལོའི་ཁོར་ཡུག་ཚུམ་རིག་འགན་སྐྱུར་གྱི་གསལ་ཡི་  
གཟེངས་རྟགས་ཐོབ་པའི་ཚུམ་ཡིག

ཨ་སྐྱབས་རྒྱལ་གྲས་གྲིས་བརྩམས།

བོད་ཡུལ་སྐྱེ་ཁམས་ཐོབ་སྐྱོད་ཚོགས་པས་སྒྲིལ།  
WWW.TIBETANECOLOGY.ORG

**སྤོང་གཞི།**

ད་ཆ་འཛམ་སྤོང་གི་ཡུལ་ཡུང་སོ་སོར་དུས་ངེས་མེད་ཀྱིས་ས་གཞི་བ་དང་ཚུ་ལོག་རྒྱགས་པ། མཚོ་དང་རྒྱང་འཛུབ་འཕྱར་བ། མེ་དང་ཐན་པ་བྱུང་བ། ཐོག་དང་སེར་བ་ཚོད་པ། ལྷག་ཏུ་འགོས་ནད་ཀྱི་རིགས་ལྡར་མེད་གསར་དུ་བྱུང་བ། ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་ལྷན་པ་ཞན་པ་སོགས་ཀྱི་སྤང་རྩལ་ནི་ཚུ་ཡི་བྱངས་ཤོར། ས་ཡི་བརྒྱད་ཉམས། དུང་འགྲོའི་གཡང་ཉམས་པའི་ལྷ་རྟགས་སུ་ཤར་བས། སྤོང་གྱི་འཛིག་རྟེན་འདི་ཉིད་སྤྱར་དུ་འཛིག་ལ་ཉེ་བ་དང་བརྒྱན་ནས་ནད་སྐྱེ་འགྲོའི་སློ་ལ་སྐྱག་སྤང་གིས་འཛུབ་ཆ་ཤར་ཏེ་སྤྱོད་གཏེ་འདོན་པ་ཡིན་མོད། རྒྱལ་ལྷན་ཞི་བ་སྤྲུལ་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་གཏོ་སྐྱབ་པས། རང་གི་བདེ་བ་དག་ལྟར་བཅོམ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སེམས་ཅན་མ་རིག་པ་སྤོངས་པས་རང་འདོད་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སློ་སྤྲུལ་བྱུང་འདིས་འདོད་པ་ལ་ཁ་མ་བཀང་བས་བརྒྱུད་པ་རེད། དེ་ལ་འཛམ་སྤོང་གི་བསམ་སློ་སྤོང་ཐོན་ཅན་གྱི་མི་སྤྲུལ་དང་སྤོང་ལག་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་དུས་རབས་གོང་མ་ནས་རྩ་འཛུགས་ཡོད་པ་དང་འཚར་གཞི་ཡོད་པའི་སློ་ནས་སྤྱོད་ཁམས་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྤོང་གྱི་ལས་ཀ་སྤྲུབ་བཞིན་ཡོད་ལ། འབྲས་བུ་མི་དམན་པ་ཐོབ་པ་ནི་རྩོམ་སུ་ཡི་རང་གི་གནས་སུ་འཁྲུམས། རང་རེད་བོད་ཚོས་སྤོང་གྱི་ཞིང་འདིར་སོ་ངོ་སྤོང་ཕྱག་གི་གོང་རོལ་ནས་སྤྲུལ་མཉམ་གནས། མི་དང་སྤྲུལ་མཉམ་གནས། མི་དང་བྱ་མཉམ་གནས། མི་དང་རི་དྲགས་མཉམ་གནས། མི་དང་རང་བྱུང་གི་ཁམས་མཉམ་གནས་ཀྱི་ལྷ་རྩལ་བཏོན་ཅིང་ལག་ལེན་དུ་བཏབ་པས། བོད་ནི་ད་ལྟ་འཛམ་སྤོང་དུ་མིས་གཏོར་བརྒྱག་མ་ཐེབས་པའི་ཡུལ་ཉེར་སྤོང་གཅིག་ཏུ་བཟང་བ་ཡིན།

དེ་ལྟ་ན། ད་ནི་རྒྱལ་ནད་གི་ཚོགས་ཚན་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་སྤོང་ལྷོ་ལྷོ་ནད་དུ་འདྲ། ཁོར་ཡུག་སྤང་སྤོང་དང་། ཐོན་ཁུངས་གོན་བསྐྱེ་ལུས་ཁུངས་གོན་བསྐྱེ་སྤྲུལ་ལུས་ཁུངས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ། ཚུ་རྒྱུ་གཞི་སྤྲུལ་བཅོས་བཅོས་སྤོང་སོགས་དོན་ཚན་མང་པོ་ཞིག་ལ་འབྱུང་ཁམས་དཔལ་ཡོན་ཞེས་བརྒྱུད་བཞིན་པ་ནད་བཞིན་ཚད་མཐོན་པོ་ཞིག་ལ་བཞག་ཡོད། ལྷན་ལྷ་སྤྲུལ་པོ་ལ་དོན་ཚན་བརྒྱ་གཅིག་ལས་དོན་ཚན་བརྒྱད་པ་ཆེད་དུ་བཏོན་ནས་ནད་བཟང་བྱས་ཡོད། དེ་བཞིན་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྤོང་ནི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལས་གཞིའི་མ་ལག་ཅིག་ཡིན་ལ། ང་ཚོ་ཚང་མ་མཉམ་ཞུགས་སྤོང་ལྷན་འབད་བཅོམ་བྱ་དགོས། ཞེས་པ་ནི་དགའ་འོས་པའི་དོན་དག་ཅིག་དང་མི་རེ་རེའི་ཕྱག་ཏུ་བབས་པའི་འོས་འགན་རེད་སྟེ།

ཉེ་ཆར་ཀུའུ་ཞི་ཞེས་ཅིན་མིན་གྱིས་སྤོང་གི་རི་བོ་དང་དྲངས་བསེལ་གྱི་ཚུ་བོ་ནི་གསེར་རི་དང་དུལ་རི་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ནི་དགའ་འོས་པའི་གཏམ་དུ་འཁྲུམས། ཅིའི་ཕྱིར་ན། ཕྱི་སྤོང་གྱི་འཛིག་རྟེན་རི་ར་བ་ཁང་ཕྱིམ། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ནད་བརྒྱད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྟེན་དང་འབྱུང་གི་རྩལ་དུ། ཚུ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཆགས་ལུགས་མེད་དེ། རྒྱང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་བརྟེན་ནས་ཚུ་ཆགས། རྒྱའི་སྤོང་ཁམས་ཚན་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ས་ཆགས་པ་ཡིན་པས། ཚུ་ནི་འཛིག་རྟེན་འདིའི་སྤོང་དང་སྤོང་འགྲོ་ཡོད་དོ་ཅོག་གི་ཚོ་སྤོང་གི་རྩ་བའི་མང་གཞིར་གྱུར་བའི་དངོས་པོ་འཛམ་རྒྱུ་ཤིག་ཡིན་ལ།

**དང་པོ་ཅི་ཞིག་ལ་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་རྒྱའི་ངོ་བོ་ངེས་ཚིག་དབྱེ་བ་ལ་དབྱད་པ།**

**ཅི་ཞིག་ལ་འབྱུང་བ་ཟེར།**

འབྱུང་ནི་སྤྱི་དང་འོང། འབབ་པའི་ཁུངས་ཏེ་དབྱེ་བས་དང་ཁ་དོག་དྲི་རོ་རིག་བྱ་སོགས་འབྲས་བུའི་གཞུགས་རྣམས་འབྱུང་བའི་གཞིའམ་རྒྱའི་གཞུགས་ལ་འབྱུང་བ། ཡང་ན་སེམས་ཅན་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་པར་འབྱུང་བས་ན་འབྱུང་བ། ཡང་སྤོང་ཚེས་ཀྱི་གཞུང་དུ་ངེས་ཚིག་ཚོས་ཀུན་འབྱུང་ཕྱིར་བརྗོད་ཅེས་པ་ལྟར་ཡིན།

འབྱུང་བ་ཞེས་པའི་མིང་གི་ཐོགས་དེ་ཡང་། འབྱུང་བའི་སྤོང་ལས་ཐམས་ཅད་བརྒྱུད་པའམ་བྱུང་བས་ན་འབྱུང་བ་ཟེར། དག་པ་གསེར་གྱི་མདོ་ཐིག་ལས། ཐམས་ཅད་དབང་སྤྱད་འབྱུང་བའི་སྤྱོད། འབྱུང་བའི་ངང་དུ་མ་འདུས་གང་ཡང་མེད། འདྲ་བོ་སྤོང་ནས་བར་དུ་ཆགས། མཐའ་མ་འཛིག་ཀྱང་འབྱུང་བས་འཛིག། ཅེས་གསུངས་ཡོད།

འབྲུང་བའི་ངོ་བོ་ནི། ཕྱི་འབྲུང་གཟུགས་སུ་སྒྲུང་བ་འདི་ཡང་ནང་འབྲུང་དངོས་ཀྱི་རོལ་བ་ཡིན་པས། རྒྱང་གི་ཁོངས་ནས་བྱུང་བའམ་དེའི་ཁོངས་སུ་འདུ་བ་ཡིན་པས་འབྲུང་བ་ལྟ་བུར། སེམས་ཅན་གྱི་མཐུན་ལ་སྒྲུང་བའི་ཕྱིའི་འབྲུང་གཟུགས་ལྟ་བུ། རྟེན་སྣོད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཅུ་ཆགས་པ་ཡིན་ལ། རྒྱང་འབྲུང་དངོས་ལྟ་བུར། སེམས་དང་རིག་པའི་རྟེན་དུ་ཆགས།

འབྲུང་བའི་དབྱེ་བ་ལ། སྤྱིར་བཏང་འབྲུང་བ་ལ་ཕྱིའི་འབྲུང་བ་དང་ནང་གི་འབྲུང་བ་རྣམས་པ་གཉེས་སུ་དབྱེ་ཅུང་བ། དེ་ལ་ཡང་འབྲུང་ཆེན་འབྲུང་ཆུང་ཕྱེ་ཅུ་ཡོད། དེ་ལས་ནང་གི་འབྲུང་བ་ལ་དྲུངས་མ་དང་སྟེགས་མ་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཅུ་ཡོད། ཡང་ཅེས་དཔེ་གསར་སྟོན་སུ་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་འབྲུང་བ་ལས། ཕྱི་འབྲུང་ནམ་མཁའི་དྲུངས་མ་རྟེན། །འོག་དང་སྟེང་དུ་གནས་པ་ཡིན། །དེ་སྟེང་འབྲུང་བ་ཤིང་ཁམས་ཆགས། །དེ་སྟེང་ཆུ་ལ་དེ་སྟེང་སྟེགས། །དེ་སྟེང་ས་ལ་དེ་སྟེང་མ། །དེ་ནི་ཕྱི་ཡི་འབྲུང་ལྟ་བུ། །ཞེས་གསུང་བ་འདིས་ལས་འབྲུང་བའི་ཕྱི་ནང་དང་། འབྲུང་བའི་དྲུངས་སྟེགས་སོ་སོར་དབྱེ་ཡོད།

ནང་གི་འབྲུང་བ་དྲུངས་མ་སེམས། དྲུངས་མ་རྒྱང་གི་རྟེན་བཞོན་ནས། མངལ་འཇུག་ཤིང་ཁམས་ཅུ་རྒྱུད་ཆགས། ཆུ་ལ་འགྲུག་དང་ཆུ་སེར་ཆུ། ཅུས་པ་སྟེགས་ལ་ཤ་ནི་ས། །དྲོད་ནི་མེ་ཡིན་ཀུན་ལ་བྱུང།

འབྲུང་བ་འདི་ལ་ཕྱི་སྣོད་ཀྱི་འབྲུང་བ་རི་ར་བ་ཁང་ཁྱིམ་གྱི་གྲུབ་རྒྱ་ས་ཆུ་མེ་རྒྱང་དང་། རྒྱང་བཅུད་ཀྱི་འབྲུང་བ་སེམས་ཅན་ལུས་རྟེན་གྱི་གྲུབ་རྒྱ་ས་ཆུ་མེ་རྒྱང་རྣམས་པ་གཉེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད། ཕྱི་འབྲུང་ས་ཆུ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནང་འབྲུང་གི་རྟེན་ཡིན་པས། རྟེན་དང་བརྟེན་པར་འབྲེལ་བས་ན་ཕྱི་ནང་གི་འབྲུང་བ་གཉེས་སུ་ངེས་པ་ཡིན།

འོ་ན་འབྲུང་ཆེན་འབྲུང་ཆུང་ཞེས་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་ནི། འོད་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཁ་དོག་ལྟ་བུར་དེ་ཡིན་པ་དང་། འབྲུང་ཆུང་ནི། ས་ཆུ་མེ་རྒྱང་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་དེ་རྣམས་ཡིན། འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་འབྲུང་ལྟའི་དབྱེངས་ལས་མ་གཏོས་ཤིང་། འབྲུང་ལྟ་མེད་པའི་སྣོན་དུ་འཁོར་འདས་བྱུང་བའང་མེད།

དེ་ལས་ནང་གི་འབྲུང་བ་ལ་དྲུངས་མ་དང་སྟེགས་མ་གཉེས་སུ་དབྱེ་ཅུ་ཡོད། སྟོག་རྩོལ་ཉིང་འཛིན་ཕྱག་རྩོགས་སྟོམ་དང་དྲོར་སེམས་བརྒྱས་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་སྟོན་གྱི་ཕུང་བོ་སྟེགས་མ་དག་པའི་ཆ་ནས་དྲུངས་མ་མངོན་དུ་གྱུར་ནས་སྟེགས་ལས་དང་སྟེགས་སྟེང་ལ་སོགས་འབྲུང་ཅུང་སྟེར་གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་འོར་ཡུག་སྤྱང་སྟོབ་བྱས་ན་དག་ཞིང་གཞན་འཚོལ་མེད་གོས་པའི་དཔེ་ལོ།

དེ་ཡང་ཅེས་གཞུང་དུ་ཤིང་མེ་ས་སྟེགས་ཆུ། རྒྱང་པས་ས་ཆུ་མེ་རྒྱང་། མི་འགལ་ཉེ་ཤིང་གཡོ་བའི་རང་བཞིན་རྒྱང་དུ་བསྐྱུ་སྟེགས་སྟེང་ལ་རང་བཞིན་སའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་ཞེས་བཤད། དག་པ་གསེར་གྱི་མདོ་ཐེག་ལས། རྒྱན་ཕྱེད་ཆུ་ཡིས་ཕུང་བོ་བསྐྱེད། །བདུད་ཅི་ཆུ་ཡིས་ཕུང་བོ་གསོ། །ཀུན་གྲུབ་ཆུ་ཡིས་འབྲས་བུ་འཚོལ། །འདོད་ཕྱེད་ཆུ་ཡིས་གཉི་སྟག་སྟོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཡིན་ལ། ལོ་དོན་རྟོག་སྟོབས་ཚིག་འབྲེལ་མེད་གོས་པར་འདོད།

**འབྲུང་བ་རྒྱུ་འོར་བའི་ཚིག་དབྱེ་བ་ལ།**

ཆུ་ཞེས་པའི་མིང་གི་ཐོགས་རྒྱུ་ལ། འབྲུང་བ་རྒྱུ་ཡི་འཁོར་ལོ་ཡིས་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་ཅིང་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་པས་རྒྱུ་ཟེར་བ་ཡིན་ཉེ། དག་པ་གསེར་གྱི་མདོ་ཐེག་ཏུ། ཐམས་ཅད་རྒྱུ་པས་རྒྱུ་ཞེས་བྱ། །ཆུ་ཡིས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པས་རྒྱུ་ཞེས་གསུངས།

རྒྱུ་འཚོན་ཉིད་བཤད་པ་ལ། རྒྱུ་ལོ་བརྒྱན་ཞིང་གཤེར་བ། ལྷུ་མ་པ་དང་ལྷུ་བ་ཡིན། འབྲུང་བ་རྒྱུ་ཡི་ཕྱེད་ལུས་ནི་རྒྱུད་པ་ཡིན། བོད་ཀྱི་སྟོན་གཞུང་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་མིའི་ལུས་ཕུང་ནི་སྣོད་བོ་དང་ཡང་འདྲ་སྟེ། སས་འཛིན། རྒྱས་སྤྱད། མས་སྟོན། རྒྱང་གིས་རྒྱས། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཡིན།

ཚན་རིག་པ་དབྱེན་ཇིའི་ཚན་རིག་པ་ཉེན་རེ་ཁ་སྐན་ཏེ་ཞི་[Henry Cavendish] ཡིས་སྟེ་ལོ་ 1784 ལ་ཚོད་ཉེ་བྱས་ཉེ་རྒྱུ་ལྟར་འགྲུར་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱངས་གཟུགས་གཉེས་འདྲེས་ནས་བྱུང་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་

ར་སྒོད་བྱས། རྗེས་སུ་སྤྱི་ལོ་ 1811 ལ་དབྱི་ཏ་ལིའི་དངོས་ཁམས་རིག་པ་བ་ཨ་ཤོ་གུ་ནོར་ Amadeo Avogadro ཡིས། རྗེས་འགྱུར་གྱི་དབྱང་ [oxygen] གི་རྩལ་གཅིག་དང་། ཆིང་ [hydrogen] རྩལ་གཉིས་མཉམ་དུ་བསྐྱེས་ན་ རྒྱུ་གཤེར་གཟུར་གྲུབ་པས། རྒྱ་ཚད་འངལ་ལ་ H<sub>2</sub>O ཞེས་པའི་རྗེས་རྟགས་འདི་གཏན་ལ་ཕབས། རྗེས་སུ་ཚན་རིག་ པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུ་འདུས་རྩལ་མཚོན་ཐང་དེ་ H<sub>2</sub>O རྩལ་གཏན་འབེབས་བྱས།

གསང་ལྟགས་ཀྱི་གཞུང་དུ་འབྱུང་བའི་ཁ་དོག་བསྟན་པ། དང་པོ་འབྲུལ་བའི་གནས་སྐབས་སུ། སེར་པོ་ས་ཅུ མཐོང་། དཀར་པོ་རྒྱ་ཅུ་མཐོང་། དམར་པོ་མེ་ཅུ་འབྲུལ། རྗེས་སུ་རྒྱུང་དུ་འབྲུལ། མཐོང་ཁ་ནམ་མཁའ་ལ་འབྲུལ་ནས་ བད་འབྱུང་ལྟེ་འབྱུང་དུ་རྗེ་རགས་སུ་སོང་ཞིང་། མཐར་འཛིན་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་འབྱུང་བ་ལྟགས་རྟོག་ཏུ་དེ་ ལྟར་སྤྱད་པ་ཡིན།

རྒྱུ་འདུང་ཁྱེད་སྟེན་པ་ལ། དག་པ་གསེར་གྱི་མདོ་ཐོག་ལས། དེ་ཚེ་མེ་ཡི་ཚ་དར་ལས། ། འབྱུང་བ་རྒྱ་ཡི་ འཁོར་ལོ་ཆགས། ཞེས་པ་ལྟར་དང་། ཡང་ན། ། རི་རབ་གསེར་གྱི་རྗེས་ཚེན་བཞི། ། དེ་བཞིན་དེ་ཡི་རྩམ་གྱིས་ བརྒྱས། ། འབྲུལ་བ་མེད་པ་ལྟར་བཏོན་ཐོག་། ། རོ་ལ་བའི་མཚོ་བདུན་དེ་ལྟར་ཆགས། ། ཞེས་རྒྱུ་འདུང་ཁྱེད་སྟེན་པ་ཡོད། བོད་ཀྱི་འབྱུང་བ་རེ་ལ་རྩ་རེ་ཡོད་པར་འདོད་པ་བཞིན་འབྱུང་བ་རྒྱ་ཡི་ཡང་རྩ་ཡོད་དེ། དག་པ་གསེར་གྱི་མདོ་ཐོག་ ལས། འབྱུང་བ་རྒྱ་ཡི་རྩ་ཚེན་རྣམས། ཞེས་དང་། ཡང་། རྒྱ་རྩེ་རྒྱལ་པོ་འཁོར་ལོ་ཅན། ཞེས་རྒྱ་རྩེ་དོས་བཟུང་ཡོད་ བྱེད།

སུ་ཡེ་ཤ་ཤུད་ཤུའི་མཐར་ཐུག་ཏུ་རྒྱུ་རྩ་མོ་གསོ་བྱེད་མ། གསང་ལྟགས་ཀྱི་ལྟགས་ལ་རྒྱ་ལྷ་མ་གྱི་ཡིན་ཏེ། གསང་རྗེས་ལས། ས་རྒྱ་སྤྱན་དང་སྤྱ་མ་གྱི། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ས་སངས་རྒྱས་སྤྱན་མ། རྒྱ་སྤྱ་མ་གྱི། མེ་གོས་དཀར་མོ། རྒྱུང་དམ་ཚོག་སྒོལ་མ། རྣམ་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ལྷུག་མར་འདོད་པ་བ་ཡིན།

མིན་པ་གསུམ་གྱི་བརྟན་པ་སྒོད་དག་དང་མ་དག་གཡོ་བ་བརྟུང་གྱི་སེམས་ཅན་དང་སངས་རྒྱས། ཚས་ཡོད་ དོ་ཅོག་མ་ལུས་པ་ལུས་པ་མེད་པར་དག་མཉམ་བཤེན་པ་དབྱེས་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་མི་དམིགས་པས་ན་སྤྱི་ཁམས་དོ་ ལྟོམས་ཀྱི་ལྟ་བུའི་མཐར་ཐུག་བསྟན་ཡོད། རྒྱ་མདོག་རྩོན་པོ་དང་དབྱིབས་རྒྱུ་པོ་ཡིན་བཤད་དོ།

**གཉིས་པ། བད་བརྟུང་སེམས་ཅན་གསོ་བར་རྒྱ་གཡུ་འགངས་ཆེ་རྒྱལ།  
བད་བརྟུང་གྱི་སེམས་ཅན་མི་ལུས་འཚོ་ཞིང་གསོ་བར་རྒྱ་ལྷ་མེད་དུ་མི་རུང་།**

ཚན་རིག་གིས་ར་སྒོད་གཞན་བ་ལྟར་ན་རྒྱ་ལྷ་མེ་ཚོ་སྟོག་གི་འབྱུང་ཁྱེད་སྟེན་པ་ཡིན་ལ། རྒྱ་ལྷ་མེ་དབྱུང་དབྱུགས་དང་ འདྲ་བར་མིའི་ལུས་སྤང་ལ་ཏུ་ཅང་མཁོ་ལ་གཡུ་འགངས་ཆེ་བར་བཤད། མིའི་ཟས་རིགས་གཞན་པ་མ་ཐོས་ན་གཟུང་ འཁོར་འགའ་ལ་འཚོ་སྤོབ་པ་དང་། ཡང་ན་ལུས་ལ་ནད་གཞི་སྟོག་ནས་ལོ་ཁ་ཤས་ལ་འཚོ་སྤོབ་པའི་སྤྱང་རྒྱུ་ཡོད་ལ། གཡུ་ཏེ་རྒྱ་མ་འབྱུང་ན་ཉེན་བདུན་མ་གཏོགས་འཚོ་མི་སྤོབ། དཔེར་ན། མིའི་ལུས་སྤང་གི་སྤོབ་ཆ་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱ་ལྷ་མེ་ ཏེ། དར་མིའི་ལུས་སྤང་གི་བརྒྱ་ཚད་ 60 - 70 ཟེན་ཡོད། བྱིས་པའི་ལུས་སྤང་གི་བརྒྱ་ཚད་80ཟེན་ཡོད། དེ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་ གྲུང་ཞོ་ལས་རྒྱུ་ཚད་75%དང་། ལྷག་གཤེར་ལས་རྒྱུ་ཚད་83%དང་། ཤ་གནད་ལས་རྒྱུ་ཚད་76%རྒྱ་ཡིན། གཡུ་ཏེ་ལུས་ཁམས་ཀྱི་རྒྱ་བཙོག་པོར་ཆགས་ན་རྒྱ་ལ་བརྟེན་པའི་ལུས་ཀྱི་སྤོབ་ཡོད་ཚད་དུག་ཅན་དུ་གྱུར་ནས་ལུས་ པོ་བདེ་ཐང་མི་ལྡན་པར་འགྱུར་གྱིན།

དཔེར་ན་ལུས་ལ་གནས་པའི་རྒྱུ་རྗེས་ལས1%-2%ཙམ་རྗེ་ལུང་དུ་སོང་ན་སྐྱོམ་པའི་ཚོར་བ་སྤྱེས། ཡང་ན་ རྒྱུ་རྗེས་5%ལྷོད་དུ་སོང་ན་ཁ་ལ་སྤྱེ་སྐྱུ་སྤྱི་བགས་ལ་གཉེར་མ་ཆགས་པ་དང་དུན་རིག་མི་གསལ་བའི་འབྲུལ་སྤྱང་ འབྱུང་བར་བཤད། གཡུ་ཏེ་མིའི་ལུས་སྤང་གི་རྒྱུ་རྗེས་10%ལྷོད་དུ་སོང་ན་ལུས་ཀྱི་འབྱུང་ཁམས་འབྲུག་ཅིང་ནད་ བསྐྱེད། རྒྱུ་རྗེས་ 20%-22% ལྷོད་དུ་སོང་ན་མིའི་ཚོ་སྟོག་འགགས་པར་འགྱུར།



པས་ལུས་སྤྱད་སྟོབས་དང་ལྷན་པར་འདོད།

ཡང་བཤད་རྒྱུ་གཞན་ཞིག་ནི། རྒྱལ་པོ་ཙམ་ཞིག་སྤྲོད་གྱིས་མི་པོ་ལ། རྒྱལ་གོད་ཙམ་ཞིག་དུག་གིས་  
ཀྱང་ག་ལ་གོད། ཁེས་པ་སོགས་སྤོར་བྱེད་གསོ་བྱེད་མཁས་དབང་མང་པོས་རྒྱ་ཡི་རིགས་ཀྱི་པོ་གོད་ཐང་ལ་  
དེད་དུས་ཚམ་རིག་ལས་ཀྱང་སྟག་པའི་ཞིབ་འཇུག་དང་དོ་སྣང་མཛད་འདུག་པས་ང་ཚོ་ཕྱི་རབས་པས་ཤེས་ནས་  
དད་པ་དང་བཀའ་དྲིན་དུན་འོས་པར་བསམས།

**བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལས་རྒྱུ་ལྷན་པོ་བཤད་པ།**

**རྒྱ་ཡི་ལག་བརྒྱུད་ལྷན་པོ་** ༡ བསེལ་བ། ༢ ཞིམ་པ། ༣ ཡང་བ། ༤ འཇམ་པ། ༥ དུངས་པ། ༦ དྲི་མ་མེད་པ།  
༧ རྩོམ་མི་གོད་པ། ༨ མགོན་པ་ལ་མི་གོད་པའི་རྒྱ་ཡི།

**རྒྱ་ལུས་པོ་** ཚེ་གང་གཉིས་ཀྱི་ནད་བཅས་ཐབས། དེ་ལས་གང་ནད་བཅོ་ཐབས་ལ་རྒྱ་ཚམ་རིགས་ལྷ་སྟེ།  
༡ རྩོམ་པ་དང་འདྲེས་པའི་རྒྱ། ༢ རྩོམ་པ་དང་ཚང་ཞི་འདྲེས་པའི་རྒྱ། ༣ རྩོམ་པ་དང་ཚང་ཞི། ལྷ་ཟེ་འདྲེས་པའི་རྒྱ།  
༤ རྩོམ་པ་དང་ཚང་ཞི། ལྷ་ཟེ། ཐག་ལྷན་འདྲེས་པའི་རྒྱ། ༥ རྩོམ་པ་དང་ཚང་ཞི། ལྷ་ཟེ། ཐག་ལྷན། རྩོད་པོས་འདྲེས་  
པའི་རྒྱ་བཅས་ལྷ་ཡོད།

**རྒྱ་ཚམ་རིང་བསྐྱེལ་པོ་** རྒྱ་ཚམ་ལས་བྱུང་བའི་དབང་རིམ་འོད་ཟེར་འཕྲོ་བ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་ལུས་པས་གདོན་  
ནད་ཐམས་ཅད་སེལ་སྐབ་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་ཡིན་པ་བཤད།

**ང་། རྒྱའི་རིགས་དཔྱེ་བ།**

རྒྱ་ལ་དཔྱེ་ན་ཆར་རྒྱ་དང་། ཀངས་རྒྱ། ལྷང་རྒྱ། རྒྱ་མིག་ཁོན་རྒྱ། བ་ཚྲི་རྒྱ། ཤིང་ནགས་ཀྱི་རྒྱ་བཅས་རིགས་  
བདུན་ཡོད། རྒྱུད་ལས། རྒྱ་རིགས་འདི་དག་ལ་མཚོན་དམན་དཔྱེ་ཡོད་དེ། རྒྱ་ནི་ཆར་རྒྱ་གངས་རྒྱ་རྒྱུང་རྒྱ། རྒྱ་མིག་  
ཁོན་པ་བ་ཚྲི་ཤིང་གི་རྒྱ། ཤིང་པས་དང་པོ་མཚོན་ཡིན་ཕྱི་མ་དམན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། རྒྱ་ཡི་རིགས་དེ་དག་  
གི་པོ་གོད་ཀྱི་ལྷན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བར་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་པས། ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་ཆེན་པོ་ལས།  
རྒྱ་ནི་སྟོན་ཆགས་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་ལུས་ཀྱང་དེ་ཡི་རང་བཞིན་ཡིན། དེ་བས་ཤིན་ཏུ་དག་པ་ཡི། རྒྱ་ནི་གང་དུའང་སྟོན་  
པ་མེད། ཁེས་གསུང་ཡོད།

**རྒྱའི་པོ་གོད་པ།**

**ཆར་རྒྱ་ནི་** རྒྱ་མཚོའི་རྒྱངས་པ་མཁའ་ལ་སྤྲོད་དུ་ཆགས་པ་ལས་ཐང་ཀར་ནམ་མཁའ་ནས་མར་བབས་པ། མི་  
གཙང་བ་སོགས་ཉེས་པའི་སྤོར་གང་གིས་ཀྱང་མ་སྤགས་པས་རབ་ཡིན་པར་བཤད་ལ། ལྷག་ཏུ་རིན་ཆེན་གྱི་སྤོར་གྱི་  
རིགས་བསྟེན་སྐབས་སྤོར་ཁོང་དུ་བཏང་བྱེད་ཀྱི་སྤོར་རྒྱ་ལ་ཆར་རྒྱ་དེ་སོན་ན་མཚོན་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཞིང་དེས་པོ་བའི་  
མེ་དྲོད་ལ་མི་གོད་པ་མ་ཟད་སྤོར་གཉན་གྱི་ནད་གཞན་མི་སྤྱེད་པས་བཟང་ངོ་ཞེས་ཀུན་བཟང་རང་གོལ་ལགས་ཀྱི་  
གསོ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་ཡི་རིགས་དག་གི་པོ་ལུས་ལ་སྟོན་ཙམ་དཔྱད་པའི་གཏམ་དུ་གསལ་ལ། ཆར་རྒྱ་དེ་  
ཡང་དུས་སྟེ་འབབ་པ་མ་ཡིན་ན་བསྟེན་མི་བྱུང་བར་བཤད་ཅིང་། རོ་མི་གསལ་ལ་ཞིམ་ཞིང་ཡིད་ངོམས་པ་དང་།  
བསེལ་ལ་ཡང་བས་བདུད་རྩི་དང་འདྲ་བར་བཤད།

**གངས་རྒྱ་ནི་** རྩོ་བྱག་ལ་སོགས་པ་ཀུན་ལ་བརྟུན་ནས་སྤྱི་ཐག་རིང་པོ་བརྒྱུད་དེ་བཞུར་བ་དང་། ཉེ་ཟླ་  
སོགས་ཀྱི་འོད་སོག་པ་བཅས་ཀྱི་དགོ་མཚན་ལྷན་པས་ཤིན་ཏུ་བཟང་། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་དུ། གངས་  
ཅན་ལས་བྱུང་བུགས་དུག་བརྟུན་པའི་རྒྱ། ཤིན་ཏུ་བཟང་བསེལ་མི་ཡིས་སྐབ་པ་དཀའ། བརྟུན་གཞུག་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་  
འབམ་སྤོང་ནད་བསྐྱེད། ཁེས་པ་ལྟར་གངས་རྒྱ་དེ་ཤིན་ཏུ་དུངས་ཤིང་དྲི་མ་བྲལ་བས་བཟང་མོད། པོ་བའི་མེ་དྲོད་  
ཀྱིས་མ་སྐབ་ནད་བསྐྱེད་པའི་ཉེས་པ་ཡོད་པར་འདོད། སྟོན་དང་ཆེ་ཞིང་ཚད་རྒྱས་པ། ཞུག་དང་མཐོས་པ་འཕེལ་  
བ། རྒྱག་པ་དང་དུག་ནད། ཆང་ནད། མགོ་ལུ་འཁོར་བ། ལུས་ངལ་བ། དུན་མེད་དུ་བརྒྱལ་བ། ལྷ་ཞུག་འཇོག་པ་བཅས་



བསྐྱོག་པར་བྱེད། བཅས་པ་ལྟར་མོ་བའི་མེ་དྲོད་བསྐྱེད་ཅིང་ཟས་འཇུ་བ་དང་། བད་ཀན་གྱི་ནད་དང་སྐྱེགས་བྱ། ལྟོ་བ་  
སྒྲོས་པ། དབྱགས་མེ་བདེ་བ། ཆམ་རིམས་གྱི་ནད་བཅས་ལ་ཕན་ནོ། གཞུང་ལས་མཁྲིས་པ་སེལ། ཞེས་པ་ལྟར་ཚུ་ཁོལ་  
ཚན་དེས་རྒྱང་སྒྲ་གཞོན་ཞིང་ཁྱད་པར་དུ་བད་ཀན་ལ་ཕན་པ་དང་། ཚུ་ཁོལ་གང་མོས་བད་ཀན་ལ་མི་གཞོད་པར་  
མཁྲིས་པ་སེལ་བའི་དགེ་མཚན་ལྡན།

**ཚུ་ཁོལ་གྱི་སྐྱོན་ནི།**

ཚུ་ཁོལ་བསྐྱོལ་ཏེ་ཞག་གཅིག་གི་ཡུན་ལོན་ན་བདུང་བར་བྱ་མི་ཅུང་། ཞག་གཅིག་ལོན་ན་དུག་འདྲ་ཉེས་  
གསུམ་བསྐྱེད་ཅེས་པ་ལྟར་དང་། ཚུ་ཁོལ་དེ་ཉེན་གཅིག་གི་ཡུན་བཟལ་བའམ། མ་ཁོལ་བར་དྲོས་ཅམ་དུ་ལུས་པ་  
སོགས་ནི་དུག་ཚུ་ལ་གཏོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཉེས་པ་རྣམས་བསྐྱེད་པས་སྐྱེད་པར་བྱ་མི་ཅུང་ངོ་། ཚུ་ཁོལ་ཡང་ཡང་  
གདུས་པ་འཇུང་མི་ཅུང་བས་གཟབ་པར་འཚལ།

གཞན་ཡང་རང་བྱུང་ཚུ་ཚན་ནི་གཏེར་དོའི་རུས་པར་སྟོས་ནས་ཚུ་ཚན་རིགས་ལྡང་དང་དེ་དག་ལ་ཕན་རུས་  
མི་འདྲ་བ་མང་དུ་གསུངས་ཤིང་རྒྱུད་འགྲེལ་བུ་སྟོན་དང་མེས་ཞལ་སོགས་སུ་ཞིབ་འགྲེལ་གནང་ཡོད། ཡང་ཚན་རིག་  
གིས་ཚུ་མ་བསྐྱོལ་བར་གང་མོ་འཇུངས་ན་ནད་འབྱུང་འགོས་ཁྱབ་ཡོང་བ་སོགས་གཞོད་པའི་སྟོགས་ལས་ཚུ་འབྱུག་  
འཇུང་བའི་དགེ་མཚན་བསྟན་མེད་མོད། ཡང་ཚུ་ཁོལ་གྱི་ཕན་ཡོན་བརྗོད་ཡོད་པ་ལས་ཉེས་ཤིང་ཞག་ལོན་པའི་ཚུ་  
ཁོལ་གཞོད་པའི་སྟོགས་བསྟན་མེད། ཅེས་བཀོལ་བདེའི་ཟས་སྐྱོན་ལག་ལེན་གསལ་བའི་མེ་ལོང་དུ་གསལ་བ་བཞིན་  
ཡིན།

**གསུམ་པ། ཕྱི་སྟོན་འཇིག་རྟེན་ཆགས་འཇིག་ལ་ཚུ་གལ་གནད་ཆེ་ཚུལ།**

ཚན་རིག་གིས་འཇིག་རྟེན་ཆགས་པའི་མགོ་རྩམ་དུས་བར་སྤང་སྟོང་ཁམས་ལ་ལྡངས་པའི་སྤྱིན་པ་དེ་འདྲ་  
འདུས་ནས་ཉེ་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆགས་པར་བཤད། རང་པས་ཕྱི་སྟོན་འཇིག་རྟེན་རྒྱང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཚུ་ཆགས་  
པ་དང་དེ་ཉེད་འཇིག་པ་ལ་མེ་བདུན་དང་ཚུ་གཅིག་གིས་འཇིག་པར་བཤད། ཚུ་མེད་ན་ཆོ་སྲོག་མེད་ལ་སྐྱེ་དངོས་སྤྱོ་  
ཚོགས་དང་མའི་རིགས་ཀྱང་མེད། ཚུ་མེད་ན་བཟོ་ལས་དང་ཞིང་ལས། དེང་རབས་ཅན་གྱི་འཇུགས་སྐྱོན་བཅས་ཀྱང་  
མེད། ཚུ་ནི་ཞིང་ལས་ཀྱི་ཆོ་སྲོག་དང་བཟོ་ལས་ཀྱི་ཁྲག་རྒྱུན་ཡིན། ཚུ་དང་རིག་གནས་འཚོ་བ་གཉེས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དམ་  
ཅིང་ཟབ་དུ་སྦྲེལ་ཡོད།

དེང་རབས་པས་འབྱུང་བ་ཚུས་གནམ་གཤིས་ལ་ཐེབས་པའི་ཤུགས་སྐྱེན་བཤད་པ་ལ། ཚུས་གནམ་གཤིས་  
སྟོམས་སྐྱིག་གི་རུས་པ་ཐོན་ཐུབ་ཅིང་། རྒྱང་ཁམས་ཚེན་པོ་ཁོད་ཀྱི་ཚུའི་རྒྱངས་པས་སའི་གོ་ལའི་སྟོག་འཕྲིའི་ཚད་ཀྱི་  
བརྒྱ་ཆའི་ ༥༠ འགོག་ཐུབ་པ་དང་། སའི་གོ་ལའི་གང་ངར་ལའང་སྤང་སྟོབ་བྱེད་ཐུབ། རྒྱ་མཚོ་དང་སྐམས་སའི་ཚུ་  
གཟུགས་ཀྱིས་དབྱར་ཁའི་ཚད་དྲོད་ཀྱི་ཚད་སྤྱད་ལེན་དང་གསོག་འཇོག་བྱས་ཏེ་དྲོད་ཚད་ཉ་ཅང་མཐོ་ཅུ་མི་འཇུག་པ་  
དང་། དགུན་ཁའི་དུས་སུ་དལ་མའི་ངང་དྲོད་ཚད་གཏོང་བ་དང་། དྲོད་ཚད་ཉ་ཅང་དམའ་ཅུ་ཡང་མི་འཇུག།

རྒྱ་མཚོ་དང་ས་གཞིའི་སྟེང་གི་ཚུའི་རྒྱངས་པ་ནམ་མཁམ་འཇུར་ཏེ་སྤྱིན་གྲུབ་པ་དང་། སྤྱིན་གྱི་ནད་གི་ཚུ་  
ཟེགས་པས་ཆར་དུ་གྱུར། དགུན་ཁ་ཁའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར། ས་ཐོག་ལ་ཟེགས་པ་ས་འོག་དུ་འཐེམས་ནས་ས་འོག་  
གི་ཚུ་ཅུ་གྱུར། ས་འོག་གི་ཚུ་ཡང་ས་སྐབས་ནས་བྱིར་ཡོང་ཏེ་ད་གཟོད་གཏེར་ཚུ་ཅུ་གྲུབ། དེའང་ཚུ་ཐོན་དང་གཙང་  
ཚུ་བརྒྱུད་ནས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་བབས་ནས་ཚུའི་མ་ལག་གྲུབ་པ་རེད།

འབྱུང་བ་ཚུས་ས་རྒྱས་ལ་ཐེབས་པའི་ཤུགས་སྐྱེན་ཡང་། སའི་གོ་ལའི་ས་དོས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆའི་ ༧། ཚུས་ཁེབས་  
ཡོད། བར་སྤང་ནས་གཟེགས་ན་སའི་གོ་ལ་ནི་རྒྱང་མདོག་གི་གོ་ལ་ཞིག་ཡིན། ཚུ་ཐུག་རི་དང་ས་བབས་སུ་ཟེམ་འཇུལ་  
དང་བཞུར་ཚུས་རྒྱབས་ཤུགས་ཀྱིས་བྱེ་ཟེགས་དང་། འཇིག་པ་སྐྱེལ་འདྲན་གྱིས་བདེ་ཐང་བྱས་པ་དང་། ས་བབས་ཀྱི་  
རྣམ་པ་འདྲ་མེ་འདྲ་བཟོས་པ་ཡིན། སའི་གོ་ལའི་ས་རིམ་གྱི་ཚུ་གཟུགས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ནི་ཚུ་འབྱེལ་ཡིན། འདི་ལས་ཚུས་ས་  
རྒྱས་ལ་ཤུགས་སྐྱེན་ཅི་ཅམ་ཐེབས་མེན་ཤེས་སྤྲ།



འཕྲད་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་། འདི་ལྟར་ཁོང་ཡུག་གཏོར་བརྟག་ལ་དོ་རྒྱུང་མ་བྱས་པར་ལོ༧༥༠༠མོང་རྗེས་འཇམ་སྤོང་གི་  
འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་འཕྲད་རྒྱ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་འགོ་བའི་ཉེན་བརྟེན་བཏང་ཡོད།

སའི་གོ་ལའི་རྟེན་གི་རྒྱུའི་སྤྱིའི་གསོག་ཚད་སྟེ་[meter]རྒྱ་དཔངས་གྲུ་བཞི་དུང་ཕུར་140[m<sup>3</sup>]ཡོད། དེའི་  
ནང་ཚ་མེད་རྒྱ་ཡིས་1/40ཟེན་ལ། ཏ་ལམ་སྟེ་[meter]རྒྱ་དཔངས་གྲུ་བཞི་དུང་ཕུར་3.5[m ]འདྲ། ཚ་མེད་རྒྱའི་ཁོང་  
ཀྱི་70%ཅམ་སྟེ་གཉེས་ཀྱི་འབྲུགས་རིམ་དུ་བསགས་ཡོད། མིག་ལྟར་མའི་རིགས་དང་འབྲལ་ཐབས་བྲལ་པའི་མཚོན་  
དང་རྒྱ་བོ། ས་འོག་གི་བོད་སྤྱད་ཚོག་པའི་ཚ་མེད་རྒྱའི་ཐོན་ཁུངས་ཀྱིས་ཚ་མེད་རྒྱའི་སྤྱིའི་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་1/300 མ་  
གཏོགས་ཟེན་མེད་ལ། ཏ་ལམ་སྟེ་[meter]རྒྱ་དཔངས་གྲུ་བཞི་དུང་ཕུར་105[m ]ཡིན་པ་དང་། གོ་ལ་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱུའི་  
སྤྱིའི་གསོག་ཚད་ཀྱི་ཁྲི་ཚའི་གཅིག་ལའང་མི་ཐོན་ཟེར།

སའི་གོ་ལའི་རྩ་རྩེ་སྤོང་དང་། བྱང་རྩེ་སྤོང་། མདོ་དབྱུང་མཐོ་སྤོང་། རྩེ་གསུམ་པ། རི་དང་ཚོ་རྒྱན་པར་  
བཟའ་བཏུང་དང་འཚོ་བའི་ཁོང་སྤྱོད་རུང་བའི་སྐམ་སའི་འཕྲད་རྒྱའི་འབྲུང་ཁུངས་ཚེན་པོ་གསུམ་ཡིན། སའི་གོ་ལའི་  
རྩ་རྩེ་སྤོང་རྩེ་རྩེ་སྤོང་གི་འབྲུག་རིམ་ཚེན་པོ་ལྷ་བ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་དང་། བྱང་རྩེ་སྤོང་གི་འབྲུག་རིམ་ཚེན་པོ་ལྷ་  
བའི་རྒྱ་རྩེ་གསུམ་པ་མདོ་དབྱུང་མཐོ་སྤོང་ནས་བྱུང་བའི་རྒྱ་གསུམ་ཡིན། རི་རྒྱལ་བོ་གངས་ཏི་སེ་ནས་ཁ་འབབ་  
བཞེད་མ་རྒྱུ་བོ་ཚེན་བཞེད་ཕྱོགས་བཞེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་མང་བོར་འབབ་པ་ལས་འཇམ་སྤོང་མི་གངས་ཚེས་མང་ཤོས་ཀྱི་རྒྱ་  
དཀར་ནག་གཉེས་སོགས་ཡ་སྤོང་གི་སྐམ་ས་ཚེན་པོར་ཟེན་ཡོད། རྒྱ་ནག་གིས་མ་འབྲེ་གཉེས་ལ་མ་ཡུམ་རྒྱ་བོར་འབོད་  
པས་དོན། མདོ་དབྱུང་མཐོ་སྤོང་རི་པ་མེས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་དྲིན་ཚེ་བ་ཨ་མའི་འདུ་ཤེས་བཟུང་ཡོད། གནའ་  
རབས་སུ་རྒྱའི་གོང་མ་ཁྲི་ཤོར་རྒྱལ་མོར་མཚོད་འཇམ་དུ་བྱོན་པ་དང་། ཡང་ཚན་ལུང་གོང་མས་བང་མཚོད་ཀྱི་རྒྱ་  
ལོར་རྩ་ཚེན་དབྱུང་སྤྱད་ཚད་ལ་སྐར་ནས་མཚོ་ཕྱོད་ཁྲི་ཤོར་རྒྱལ་མོར་མཚོད་བསྟེན་དུ་མངགས་པ་དེ་ཚོས་ལས་རྒྱ་  
ནག་གིས་བོད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་རྩ་ཚེན་ཅིས་བ་ཤེས་ཐུབ།

**སྟོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱིས་རྒྱུའི་ཐོན་ཁུངས་གསོ་རྒྱུ་ལ།**

གནའ་བོའི་སྟོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ལས་སྤྱི་ཚོག་དང་སྤྱི་གཏོར་གྱི་ཚོ་ག་རྒྱུ་བ་པ། སྤྱི་དབང་རྒྱལ་བོའི་ཁུངས་  
གསོ་ལ། རྒྱ་གསོ་ལ་མཚོད། ས་རྒྱ་གསོ་བ། རི་སྤྱང་ལ་ཁུངས་གསོ་ལ། རྩ་བསངས་སྤྱི་བསངས་གཏོར་བ། རྩོད་འཇུགས་  
ནགས་བརྒྱུན། ཚི་ཤིང་འདེབས་འཇུགས་པ་སོགས་ལི་རྒྱའི་ཐོན་ཁུངས་གསོ་རྒྱུ་ཡིན།

ས་བདག་གཏོ་འབྲེ་ཡི་རྩོ་ནས་ས་བསྐང་བ། ལུས་པ་གཏོར་རྒྱུ་བ་ཀྱི་རྩོ་ནས་གཡང་བསྐྱེད་པ། ས་ཡི་བཅུད་  
གསོ་བ། ས་དག་ཡོད་སར་ས་གཞོན་དང་ས་ལ་མེ་བཅའ་གདབ་པ། རྒྱ་མགོའི་རྒྱ་བོ་སྐམ་པ་ལ་སྤྱི་གསོ་བ་དང་སྤྱི་  
ཐེབས་འཇོག་པ། སྤྱི་གཏོར་སྤྱི་མནན་སྤྱི་ཚོག་སོགས། དོན་བྱ་ཡིད་ལ་དུན་པ་དང་སྟོལ་སྟེ་ལག་ལེན་དུ་འདེབས་པ་  
འདི་དག་ཡང་སྟོལ་རྒྱུན་གྱི་རྒྱུའི་ཐོན་ཁུངས་གསོ་ཐབས་ཡིན།

དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་དུས་རྒྱ་ནང་དུ་གཅིན་གཏོར་མི་རུང་བ་དང་། རྩ་ཚི་ཤིང་གཅོད་མི་རུང་བ་སོགས་ཀྱི་  
བསྐྱབ་བྱ་ད་ལྟ་རང་ལ་དོ་འཕྲོད་བཞིན་པས་ད་ཚོས་རྒྱ་བོར་བ་གང་ལ་སྤྱང་སྟོབ་དང་། རྩོན་ཤིང་དང་རྩ་ཐང་། རྩེ་  
དངོས་དང་ས་གཞི། གཅོད་པོ་སོགས་ལ་བདག་སྤོང་བྱས་ནའང་རྒྱའི་ཐོན་ཁུངས་ལ་སྤྱང་སྟོབ་བྱས་པ་ཡིན།

ལྟ་མའི་བོད་གཞུང་གིས་རི་སྤྱང་རྩ་ཚོག་ཅེས་ཁྲིམས་སུ་བཅས་པ་ལས་རིའི་རི་དུགས་དང་སྤོང་གི་ཤིང་  
ནགས་བཅའ་མི་ཚོག་པ། དགོན་པ་སོ་སོ་ལའང་བཀག་རི་རྩོན་རྒྱ། རྒྱ་སྤྱང་གི་འོལ་ག་བརྒྱུར་བ་སོགས་མི་ཚོག་པའི་  
ཁྲིམས་ལུགས་ཡོད།

མདོར་ན་རང་རེ་བོད་ཀྱི་མི་རིགས་ལ་སྐྱ་ན་མེད་པའི་གཤེས་སྤྱོད་བཟུང་བོ་ལྟར་པ་སྟེ་བྱི་ཐག་རིང་ཞིང་དོ་  
སྟོག་ཐུབ་པ། ཡབ་མེས་ཀྱི་རབས་ཀྱི་དག་ལ་ཉན་པ། ཏམ་སེམས་རྒྱུང་ཞིང་ཚོག་ཤེས་ཚེ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། རང་  
ཉིད་ཀྱི་འཚོ་བའི་དགོས་མཁོ་དང་བརྒྱན་ཏི་རང་བྱུང་ཁོང་ཡུག་གི་དངོས་པོ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་དང་། དོན་མེད་ཀྱི་རྒྱུང་  
ཚོས་དང་། དགོས་མེད་ཀྱི་གཏོར་བརྟག་མི་བྱེད་པ་སོགས་ལི། རང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་གཙོ་བོར་འཇོན་པའི་མི་

རིགས་ཤིག་ཡིན་པས། ཐ་ན་མེན་མོ་བཅད་པ་དང་སོ་བར་དུས་པའི་ཤིང་ཐུར་རྒྱུང་འཁྲུང་དང་དགའ་གཡུག་ན་བྱ་  
བྱེད་སོགས་ཀྱི་ཁ་ནང་དུ་སོང་ན་སོག་ལ་ཉེན་ཁ་ཡོད་པས་ས་འོག་སྐྱ་བ་གྱེན་ཡོད།

གན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རས་ཡུག་གི་སྐྱབས་བྱིས་རྒྱ་ལ་མི་འབྲུ་བར་ཉི་མར་མེ་ནས་དུག་འདོན་གཙང་སེལ་བྱེད་  
པ་ཡིན། ས་གཉེན་བསྐོ་བ། རྩོད་གཉེན་སློག་པ། ཤིང་གཉེན་བཅད་པ། རྒྱ་གཉེན་དཀྲུག་པ། སྤྱི་རིམ་ལ་མེ་བྱེས་པ་  
དང་། མངའ་རྒྱ་མཚོ་ལ་དུག་བཏབ་པའམ་གཏོར་བཟླ་བྱེད་པ་ནི་མིའི་རིགས་ལས་ཐ་ཤལ་མ་འཁྲུངས་པ། ཉེས་བཤམ་  
རྒྱིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཚབས་ཆེ་བ་ལ་ལྟས་ངན་པ་རང་ལ་སློང་བའི་ལས་ཡིན་པས་འདོད་པ་ཡིན།

གནའ་བོའི་སོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ལས་སྤྱི་ཚོགས་དང་སྤྱི་གཏོར་གྱི་ཚོགས་སྐྱབ་པ། སྤྱི་དབང་རྒྱལ་བོའི་ལུས་  
གསོལ། རྒྱ་རྩེ་གསོལ་མཚོན། ས་རྒྱ་གསོ་བ། རི་སྤྱང་ལ་ལུས་གསོལ་བྱེད་པ་ཡིན། དེང་སང་དབྱུང་ཆས་བཞེས་ནས་རྒྱ་ལ་  
བཏྲག་དབྱུང་གིས་རེད་མིག་བཟོས་ཏེ་ཟེན་ཐོར་འགོད་པ་སོགས་ནི་བོད་མིའི་སློང་བཟང་ལས་རྒྱ་ལ་སྤྱང་རྒྱུ་བྱས་པ་  
ཡིན་ལོ། །།

**རྒྱུན་པར་རྒྱུ་ཐོན་ལུངས་ཤོན་རྒྱུ་བྱ་བ་ཐབས།**

1. ཁ་ངོ་སོ་བཟུ་ལུས་ལུས་ཀྱིས་འདག་རྩིས་བཞེས་སྐབས་རྒྱ་རྩོད་བསྐྱེད་པ།
2. རང་འབབ་རྒྱ་རྒྱུག་ལས་རྒྱ་ཟགས་ན་དུས་ལྟར་ཞིག་གསོ་བྱེད་པ།
3. རྒྱངས་འཁོར་བཟུ་བྱེད་རྒྱ་འཁོར་རྒྱུག་བཟུ་བྱེད་བྱེད་པ།
4. ལཱ་བ་བཟུ་སྐབས་ལག་པས་ལཱ་བ་བཅུར་ནས་རྒྱ་བཤལ་རྒྱག་པ།
5. ཚོད་མ་བཟུ་སྐབས་རྒྱ་རྩོད་དུ་བཟུ་བ། ཉ་གསོ་སྤྱད་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སྤྱད་ཀྱི་རྒྱ་མེ་ཏོག་ནང་དུ་རྒྱགས་  
ན་མེ་ཏོག་རྒྱུས་སློབས་ལ་པན།
6. རྩོད་ཅ་ལག་བཟུ་སྐབས། རྒྱམ་མང་པོ་ཆགས་ཡོད་ཚེ་ཐོག་མར་ཤོག་ལུས་བྱིས་རྩིས་ད་གཞོད་བཟུ་དགོས།
7. འབྲས་བུ་སྤྱད་ཀྱི་རྒྱ་དང་ཐུག་ལྷུང་རྩུག་བཅས་ཀྱིས་རྩོད་ཅ་ལག་བཟུ་ན་རྒྱམ་དག་པ་མ་ཟད། རྒྱ་ཤོན་  
རྒྱུང་བྱ་ཐུབ་ལ་དག་རྩིས་ཀྱི་སྐྱབ་བཅོག་རིམ་ཉུང་དུ་གཏོར་བྱེད།
8. ཆབ་གཞིང་ནང་ཟས་རྒྱག་གམ་དངོས་པོ་རྒྱག་མི་འཁྲུང་། དངོས་པོ་དེ་དག་རྒྱས་བཤལ་ན་རྒྱ་མང་པོ་རྒྱུང་  
ཟོས་བྱེད་པ་མ་ཟད་རྒྱུག་ལམ་འགག་པའི་ཉེན་ཁའང་ཆ།
9. ཤོན་ཆས་དང་རྩོ་ཚོད། ལུས་བཟུས་པའི་རྒྱ་བསོག་ནས་ཆབ་གཞིང་བཤལ་ན་ཚོག
10. དགུན་དུས་བྱི་རོལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུག་གད་པར་མཉམ་འདོག་བྱ་དགོས།
11. ཤོང་ལྷོ་དུ་རྩོད་འཇུག་ནས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་རྒྱ་ཤོན་ཆེ་བའི་རྒྱ་ཐང་འབྲས་ཚབ་བྱ་དགོས།
12. གཞིས་ཆགས་ལུས་དུ་ཐུན་མོང་གི་ལུས་ཁང་དང་རྒྱ་བསྐོལ་ཁང་ལས་རིན་གོང་འདོན་བྱེད་གིས་ལུས་བཟུ་  
དང་རྒྱ་ལེན་སོགས་བྱེད་དགོས།
13. གམ་པ་དང་མཚོའུ་ནང་དུ་གད་སྤྱོད་མི་འཕེན་པ་དང་། རྒྱུག་རྩོད་གང་སར་མི་འཕེན་པར་རང་བྱུང་གི་  
རྒྱུ་ཐོན་ལུངས་ལ་སྐྱབས་འགོག་བྱ་དགོས།

**དབྱུང་གཞིའི་ཡིག་རིགས།**

1. རྩོ་རྩོད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི་བེ་རྩུར་ཐོན་པོ། བོད་རྫོངས་མི་དམངས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།
2. རུར་མཁར་བ་རྩོ་ཤོས་རྒྱལ་པོས་མཛད་པའི་མས་པོ་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།
3. གོ་འདོད་དབང་འདུས་ཀྱིས་མཛད་པའི་གསོ་རིག་ཚོགས་མཛོད་གཡུ་ཐོག་དགོངས་རྒྱུ། མི་རིགས་དཔེ་རྒྱུན་  
ཁང་།
4. བོད་རྒྱ་ཚོགས་མཛོད་ཆེན་མོ། མི་རིགས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།

༡༠༡) མིའི་ཁོང་ཡུག་རྩོམ་རིག་འགན་སྐྱུར་གྱི་གསལ་ཡི་གཟེངས་ཉུགས་ཐོབ་པའི་རྩོམ་ཡིག

5. གཡུ་ཐོག་པས་མཛད་པའི་གསོ་རིག་རྒྱད་བཞི། བོད་རྫོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
6. མོག་པོ་ཡུང་རིག་བརྟན་དར་གྱིས་མཛད་པའི་རྒྱད་བཞིའི་བད་བཀོལ་རྣམ་རྒྱལ་ཨ་ཏུ་རའི་ཕྱིང་བའི་མཛོས་རྒྱན། མི་རིག་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
7. རྒྱུམ་པ་ཚེ་དབང་གིས་མཛད་པའི་རྒྱད་བཞིའི་རྣམ་བཤད། མཚོ་རྩོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
8. བོད་གྱི་རྒྱ་དང་ཚོས་གཉིས་ཆར་ལ་ཀྱང་གོ་བ་རྒྱུབ་པའི་ལུས་པ་ཡོད། བཟོ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོས་མཛད།
9. ཀུན་བཟང་རང་གོལ་ལགས་གྱི་བརྩམས་པའི་གསོ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་ཡི་རིགས་དག་གི་ཕན་ལུས་ལ་ཕྱོགས་ཚུལ་དཔྱད་པའི་གཏམ།
10. བཀོལ་བདེའི་ཟས་སྐྱུན་ལག་ལེན་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།
11. གསང་སྟོང་།
12. དག་པ་གསེར་གྱི་མདོ།

[ ] ཉུགས་འདིའི་ནང་གི་མཆན་རྣམས་རྩོམ་སྒྲིག་པས་བཀོད་པ་ཡིན།