

ས་བོན་ཕུང་ཕུང་།: མང་གྲ་མི་སྲུ་སྒྲིའི་སྤྱད།



✎ Nicola Rijsdijk

👤 Maya Marshak

🗣️ འདབ་བྱུག་ Dabtruk, སྲུ་མིག་ཞོེ། Patrick Dowd, ཕུ་ཚང་བསོད་ནམས་མིག་ཚེ། Chusang Sonam Rinchen

🗨️ Tibetan

📊 Level 3



གནའ་སྤྱོད་ལྟེང་། ཤར་ཨ་མྲི་རི་ཁའི་རི་བོ་ཁོ་ནི་ཡ་ཞེས་པའི་འདབ་ཀྱི་གྲོང་ཚོ་ཞིག་ན། འུ་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་གིས་མོ་
རང་གི་ཨ་མའི་མཉམ་དུ་ཞིང་ཁ་ན་ལས་ཀ་ལས་གི་ཡོད་པ་རེད། འུ་མོ་དེའི་མིང་ལ་མང་གླུ་རི་ཟེར་གི་རེད།



ཕང་གླ་རི་ནམ་རྒྱན་ཕྱི་ལོག་ལ་འགོ་རྒྱར་དགའ་བོ་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཚང་གི་སྐྱམ་རྩེ་ནང་གི་ལུང་དེ་དག་གི་
རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་གིས་གཏུབས་ནས་ཞིབ་ཞིབ་བཟོས་པ་དང་། མེ་ཏོག་གི་ས་བོན་རྒྱང་རྒྱང་དེ་ཚོ་ལུང་དྲོན་པོ་དེ་ཚོའི་
ནང་དུ་གཏོར་བ་རེད།

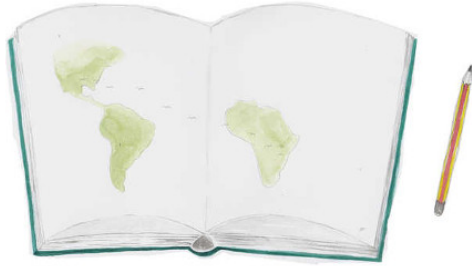




མོ་རང་དགའ་སའི་དུས་ཚོད་ནི་དགོང་དྲོ་ཉི་མ་ལུབ་མ་ཐག་པའི་སྐབས་དེ་རེད། ས་རུབ་སྟེ་མེ་ཉོག་དང་ཚི་ཤིང་
སོགས་མཐོང་ཁག་པའི་སྐབས་སྟེ། བྱ་མོ་ཐང་གླ་རི་ཡིས་མོ་རང་ཕྱིར་ནང་ལ་ལོག་རན་པ་ཤེས་གི་ཡོད་ལ། མོས་
ཞིང་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ཁ་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་ཚོ་བརྒྱད་པ་དང་། རྒྱ་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་དག་ལ་བཀལ་དགོས་ས་ཡོད་ན་བཀལ་
ནས་ཡུལ་ལ་ལོག་ཡོང་གི་རེད་པ་རེད།

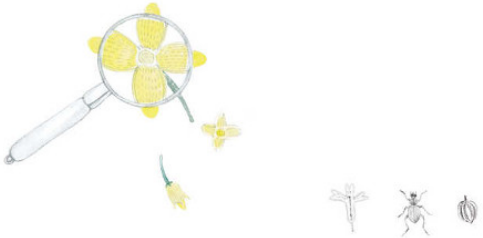


བྱ་མོ་ཕྱང་གླ་རི་རིག་པ་ཉ་ཅང་གི་ཡག་པོ་ཡོད་ལ། མོ་རང་སློབ་གྲུང་འགོ་རྒྱུར་རེ་བ་བརྒྱབ་ནས་བསྟན་ཡོད་པ་
རེད། ཡིན་ནའང་མོའི་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་མོ་རང་ནང་ནས་བསྟན་དེ། ཁོང་གཉིས་ལ་རོགས་པ་བྱེད་དགོས་པ་རེད་
ཅེས་གསུང་གིན་ཡོད་པ་རེད། མོ་རང་ལོ་བདུན་ལ་སོན་སྐབས། མོའི་ཕུ་བོས་ཕ་མ་གཉིས་ལ་ཕྱང་གླ་རི་སློབ་གྲུང་
འགོ་རྒྱུ་འཇུག་རོགས་ཞེས་ཞུ་བ་འཕྲེན་པ་རེད།



མོ་རང་ནམ་རྒྱུན་སློབ་སྦྱོང་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཡིན་ནའང་དེའི་ནང་ནས་དོན་དག་མང་
པོ་ཤེས་ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད། མོ་རང་སློབ་གྲྭ་ནས་སློབ་མ་ཅེ་ཕུལ་དུ་གྱུར་ནས། ཨ་མེ་རི་ཁའི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ཞིག་ལ་
སློབ་སྦྱོང་ལ་ཡོང་བར་སྐད་བཏང་བ་རེད། ཨང་གྲུ་རི་བྲེལ་བ་ལངས་པ་དང་། མོས་འཇམ་བུའི་སྤྱི་གི་སློབ་ལྗང་
ལས་ཀྱང་མང་བ་ཤེས་འདོད་བྱུང་བ་རེད།

ཨ་མེ་རི་ཁའི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ནས་མོ་རང་གིས་ཤེས་བྱ་གསར་པ་མང་པོ་སྦྱངས་པ་རེད། ཁོ་མོས་རྩི་ཤིང་གི་རིགས་
དང་། དེ་དག་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འདེབ་དགོས་མིན་སྦྱངས་པ་རེད། མོས་རང་ཉིད་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་ཆེན་པོ་ཆགས་
པའང་སེམས་ལ་དྲན་ཡོད་ལ། ཕུ་བོ་དང་མཉམ་དུ་ཁེ་ནི་ཡའི་ནགས་ཚལ་ཡིད་དུ་འོངས་པ་དེ་དག་ནས་རྩི་མོ་
རྩིས་པ་སོགས་དྲན་གི་ཡོད་པ་རེད།



མོ་རང་གིས་སློབ་སྦྱང་ཅི་ཙམ་མང་པོ་བྱས་ན། དེ་ཙམ་གྱིས་རང་གི་ཡུལ་ཁེ་ནི་ཡའི་མི་རྣམས་ལ་བརྟེན་བཞེས་བ་
ལ་འགོ་བཞུགས་པ་ཤེས་གྱིན་ཡོད་ལ། ག་ཚོད་མང་པོ་སྦྱངས་ན་དེ་ཚོད་གྱིས་ཤར་ཨ་རྩི་རི་ཁའི་ས་ཆ་ལྷག་པར་དུ་
ཡིད་ལ་འཁོར་གྱི་ཡོད་པ་རེད།





མོས་སློབ་གྲ་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཚར་པ་དང་པ་ཡུལ་ཁེ་ནི་ཡ་ལ་ལོག་ཡོང་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ཕྱིར་འབྱོར་དུས་
མོའི་པ་ཡུལ་ཁེ་ནི་ཡ་ལ་འགྱུར་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། སྤར་གྱི་ས་ཆ་ཚང་མ་ཚོ་འདེབས་གྱི་ས་ཆར་བསྐྱར་ནས་ཞིང་ཁ་
ཆེན་པོ་དག་གིས་ཁེངས་བསྐྱད་ཡོད་ལ། བྱད་མེད་རྣམས་ལ་མེ་ཤིང་འཇུ་རུ་འགོ་སའི་ནགས་ཚལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་
རེད། མི་ཚང་མ་སྤང་པོ་ཆགས་པ་དང་བྱིས་པ་མང་པོས་སློགས་སློམ་མྱོང་གི་ཡོད་པ་རེད།



ད་ནི་ཕྱང་གླ་རི་ཡིས་མོ་རང་གི་ལས་འགན་ཅི་ཡིན་པ་དང་། མོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཤེས་པ་རེད། མོས་བྱུང་
མེད་ནམས་ལ་ས་བོན་བཏབ་ནས་ནགས་འདེབས་སྟངས་བསྐྱབས་ཤིང་། བྱུང་མེད་ཚང་མས་མེ་ཤིང་བཙོང་ནས་
སོ་སོའི་ནང་མི་གསོ་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་དང་། ཚང་མ་དག་འ་སློ་སྐྱེས་པ་རེད། འདི་ལྟར། བང་ག་རི་ཡིས་བྱུང་མེད་
ནམས་ལ་སློ་སྐྱེབས་དང་ལུས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཤེས་བརྟུག་པ་རེད།



དུས་ཚོད་རིམ་པས་ཕྱིན་པ་དང་། ཤིང་སྡོད་གསར་པ་དེ་དག་སྐྱེས་ནས་ནགས་ཚལ་ཆགས་པ་དང་། གཙང་བོ་
ནམས་ཀྱང་སྐྱར་ཡང་བཞུར་མགོ་བཙུགས་པ་རེད། སྐང་གྲུ་རི་ཡི་སློབ་གསོ་དེ་ཨ་རྩི་རི་ཁའི་ས་ཆ་གང་སར་བྱུང་
ཅིང་། དེང་སང་ཨ་རྩི་རི་ཀའི་ལུང་པར། སྐང་གྲུ་རི་ཡི་ས་བོན་ལས་ཤིང་ནགས་ས་ཡ་མང་པོ་སྐྱེས་ཡོད་པ་རེད།



ཕང་གླ་རི་ཡིས་འབད་བཙོན་ཆེན་པོ་བྱས་པ་དང་། འཇམ་བུའི་སྤིང་གི་མི་ཚང་མས་དོ་སྣང་བྱུང་བས་མི་ཚད། མོ་
ལ་མིང་གྲགས་ཆེ་བའི་གཟེངས་རྟགས་ཤིག་ཕྱུལ་གནང་བ་རེད། མོ་ནི་ཨ་རྒྱུ་རི་ཀའི་ལྷང་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་ནང་
ནས་དགའ་རྟགས་དེ་ཐོབ་མཁན་ཨང་དང་པོ་ཆགས་པ་རེད།

༢༠༡༡ ལོར་ཕྱང་གླུ་རི་གྲོངས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་གིང་སྤོང་སྤྱིང་རྗེ་མོ་རེ་མཐོང་དུས་མོ་རང་
ཡིད་ལ་དྲན་ཐུབ་གི་ཡོད་རེད།



