




ས་བོན་ཚུང་ཚུང་།: མང་གྲ་མི་སྲུ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ།

 Nicola Rijsdijk

 Maya Marshak

 འདབ་དུག Dabtruk, ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ Patrick Dowd, ཚུ་ཚང་བསོད་ནམས་མི་ན་ཚེ།
Chusang Sonam Rinchen

 3

 བོད་སྐད་



གནའ་སྤྲོམ་མོད། ཤར་ཨ་ལྷོ་རི་ཁའི་རི་བོ་ཁེ་ནི་ཡ་ཞེས་པའི་འདབ་གྱི་གྲོང་ཚོ་
ཞིག་ན། བུ་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་གིས་མོ་རང་གི་ཨ་མའི་མཉམ་དུ་ཞིང་ཁ་ན་ལས་
ཀ་ལས་གི་ཡོད་པ་རེད། བུ་མོ་དེའི་མིང་ལ་ཕྱང་གླུ་རི་བཟེན་གི་རེད།



མང་གྲ་རི་ནམ་རྒྱན་ཕྱི་ལོག་ལ་འགོ་རྒྱུར་དགའ་བོ་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཚང་གི་
ལྷུ་མ་རྩེ་ནང་གི་ལྷུང་དེ་དག་གི་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་གིས་གཏུབས་ནས་ཞིབ་ཞིབ་
བཟོས་པ་དང་། མེ་ཏོག་གི་ས་བོན་རྒྱུང་རྒྱུང་དེ་ཚོ་ལྷུང་དྲོན་པོ་དེ་ཚོའི་ནང་དུ་
གཏོར་བ་རེད།



མོ་རང་དགའ་སའི་དུས་ཚོད་ནི་དགོང་དོ་ཉི་མ་རུབ་མ་ཐག་པའི་སྐབས་དེ་རེད།
ས་རུབ་སྟེ་མེ་ཏོག་དང་རྩི་ཤིང་སོགས་མཐོང་ཁག་པའི་སྐབས་སྟུ། ལུ་མོ་མང་གླ་
རི་ཡིས་མོ་རང་ཕྱིར་ནང་ལ་ལོག་རན་པ་ཤེས་གི་ཡོད་ལ། མོས་ཞིང་ཚོགས་ཀྱི་
ལམ་ཁ་རྒྱང་རྒྱང་དེ་ཚོ་བརྒྱད་པ་དང་། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱང་དེ་དག་ལ་བརྒྱལ་དགོས་
ས་ཡོད་ན་བརྒྱལ་ནས་ཡུལ་ལ་ལོག་ཡོང་གི་རེད་པ་རེད།



བྱ་མོ་ཕྱང་གྱུ་རི་རིག་པ་ཉ་ཅང་གི་ཡག་པོ་ཡོད་ལ། མོ་རང་སློབ་གྲུབ་འགོ་རྒྱུར་
རེ་བ་བརྒྱབ་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་མོའི་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་མོ་རང་
ནང་ནས་བསྐྱད་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་གྱུ་རི་སློབ་གྲུབ་འགོ་རྒྱུ་འཇུག་རོགས་ཞེས་ཞུ་བ་འཐེན་པ་རེད།



མོ་རང་ནམ་རྒྱུན་སློབ་སྦྱོང་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་ལ། དེ་བ་ག་རེ་བསྐྱགས་པ་ཡིན་
ནའང་དེའི་ནང་ནས་དོན་དག་མང་པོ་ཤེས་ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད། མོ་རང་སློབ་གྲྭ་
ནས་སློབ་མ་རྩེ་ཕུལ་དུ་གྱུར་ནས། ཨ་མེ་རི་ཁའི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ཞིག་ལ་སློབ་
སྦྱོང་ལ་ཡོང་བར་སྐད་བཏང་བ་རེད། མང་གྲྭ་རི་བྲེལ་བ་ལངས་པ་དང་། མོས་
འཇམ་བུའི་སྤིང་གི་སྐོར་ལྲར་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་སྦྱོང་ཅི་ཙམ་མང་པོ་བྱས་ན། དེ་ཙམ་གྱིས་རང་གི་ཕ་ཡུལ་ཁེ་
ནི་ཡའི་མི་རྣམས་ལ་བརྟེན་བཅེ་ཟབ་ལ་འགོ་བཙུག་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་གྲྭ་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཚར་པ་དང་ཕ་ཡུལ་ཁེ་ནི་ཡ་ལ་ལོག་ཡོང་བ་
རེད། ཡིན་ནའང་ཕྱིར་འབྱོར་དུས་མེད་ཕ་ཡུལ་ཁེ་ནི་ཡ་ལ་འགྱུར་བསྐྱད་ཡོད་པ་
རེད། སྐར་གྱི་ས་ཆ་ཚང་མ་མོ་འདེབས་གྱི་ས་ཆར་བསྐྱར་ནས་ཞིང་ཁ་ཆེན་པོ་
དག་གིས་ཁེངས་བསྐྱད་ཡོད་ལ། བུད་མེད་རྣམས་ལ་མེ་ཤིང་འཕུ་རུ་འགོ་སའི་
ནགས་ཚལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། མི་ཚང་མ་སྤྱང་པོ་ཆགས་པ་དང་བྱིས་པ་མང་
པོས་ལྷོགས་སྐོམ་ཕྱོད་གི་ཡོད་པ་རེད།



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



དུས་ཚོད་རིམ་པས་ཕྱིན་པ་དང་། ཤིང་སྲོང་གསར་པ་དེ་དག་སྐྱེས་ནས་ནགས་
ཚལ་ཆགས་པ་དང་། གཙང་བོ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱར་ཡང་བཟུར་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།



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



༢༠༡༧ ལོར་ཕང་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།

