Bü¿kÃÝPÂ¾Å ^Ü¾VÃ¹¼PÁzÝÃÇâ

PÂvÂ¤hÃ½zÇÃ

AN INTRODUCTION
ON
ORGANIC FARMING

ཞིང་ལས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ།

འཛམ་གླིང་འདིར་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་ཐབས་གཙོ་བོ་དེ་ཞིང་འབྲོག་གཉིས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་ལ་བརྟེན་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ཞིང་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་ད་བར་འཛམ་གླིང་མི་མང་རྣམས་ཀྱིས་འཚོ་བ་སྐྱེལ་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྔོན་དུས་སུ་མི་ཡི་གྲངས་འབོར་དེ་ཙམ་མང་པོ་མེད་པས་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ལས་གཞི་དེ་དེང་སྐབས་ལྟར་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་མེད་པ་དང་། ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱང་ས་གནས་རང་གི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་བབ་དང་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་གཞིར་བཟུང་གི་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་ཏེ་ཟས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་བསྐངས་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཡོ་རོབ་ཁུལ་དུ་བཟོ་ལས་གསར་རྗེའི་ཤུགས་རྐྱེན་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་བཞིན་ཨེ་ཤེ་ཡ་སོགས་འཛམ་གླིང་ཧྲིལ་པོར་སྣན་དཔྱད་སོགས་འཚོ་བའི་ཆ་རྐྱེན་ཇི་ལེགས་སུ་སོང་བའི་རྐྱེན་གྱིས་འཛམ་གླིང་གི་མི་འབོར་འཕེལ་ཚད་ཤུགས་ཆེར་ཕྱིན་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཟས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཡང་ཇེ་མང་དུ་གྱུར་བས། ཞིང་ལས་ཐོན་འབབ་ཀྱིས་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཟ་འབྲུའི་དགོས་མཁོ་

སྐྱོང་ཐུབ་རྒྱུར་དཀའ་ངལ་ཐོག་མ་དེ་བྱུང་བའི་འགོ་རྩུགས་པ་ཡིན། འཛམ་གླིང་ཤར་ནུབ་ཀུན་གྱི་སོ་ནམ་པ་ཚོས་ཞིང་ས་རྒྱ་བསྐྱེད་གཏོང་ཆེད་ཤིང་ནགས་གཅོད་བྲེགས་བྱས་ཏེ་ས་ཞིང་གསར་སྤྲོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་རུ་བཏང་བ་མ་ཟད། ས་ཞིང་ཆུང་ངུ་ལས་འཐོན་འབབ་མང་བཡོང་ཆེད་འཕྲུལ་ཆས་དང་རྫས་ལུད་ཕོན་ཆེ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་རྒྱུད་འཛིན་དཔྱད་ཞིབ་རིག་པས་སྐྱེ་དངོས་རིགས་ཀྱི་གཞི་རྒྱུར་ཉམས་ཞིབ་བྱས་ཏེ་སོན་གསར་རིགས་གསར་བཏོད་ཀྱིས་ཐོན་བསྐྱེད་ཇེ་འཕེལ་ཡོང་བའི་རྫས་སྦྱོར་ཞིང་ལས་ཀྱི་སྲོལ་གསར་ཞིག་བཙུགས་ཡོད། ཞིང་ལས་ཐོན་བསྐྱེད་ཀྱི་ལས་གཞི་དེ་བཞིན་འཚོ་རྟེན་རྐྱང་པ་ཙམ་ལས་ཁེ་ལས་ཀྱི་ངོ་བོར་བསྒྱུར་འགོ་རྩུགས་ཡོད་པ་རེད།

ལྗོང་བསྒྱུར་གསར་བརྗེ།

འཛམ་གླིང་གི་མི་འབོར་འཕེལ་ཚད་ཆེ་རུ་ཕྱིན་པ་དང་མཉམ་དུ་ཟས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཡང་མང་དུ་ཕྱིན་པར་བརྟེན། ༡༩༥༠ ཙམ་ནས་ནུབ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞིང་པ་ཚོས་ཞིང་ས་རྒྱ་སྐྱེད་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཐོན་འབབ་སྣར་ལྷག་ཡོངས་

ཆེད། ཐབས་ཤེས་ཡོད་རྒྱུས་རྩལ་སྦྱུགས་ཀྱིས་རྫས་རིགས་སྣ་ཚོགས་ལས་སྦྱོར་བཟོ་བྱས་པའི་འབུ་སྨན་དང་། རྫས་ལུད་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པ། ཞིང་ཆུ་འདྲེན་གཏོང་རྒྱ་བསྐྱེད་བཏང་བ། དེ་བཞིན་ལོ་ལྟར་སྔོན་ཐོག་སྣེ་གཅིག་ཁོ་ན་འདེབས་ལས་བྱས་པ་བཅས་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་ལ་སྔར་དང་མི་འདྲ་བའི་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་གཏོང་འགོ་ཚུགས་པ་དེ་ར་ལྗང་སྒྱུར་གསར་བརྗེ་དང་པོ་ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་རྗེས་ཕྱི་ལོ་༡༩༨༠ ནང་ཁུལ་དུ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ནང་ཚན་རིག་ལག་རྩལ་གོང་མཐོར་ཕྱིན་པ་དང་ཆབས་ཅིག་རྒྱུད་འཛིན་དཔྱད་ཞིབ་རིག་པ་གོང་འཕེལ་ཕྱིན་ཏེ་སྐྱེ་དངོས་རིགས་ཀྱི་རྒྱུད་འཛིན་གཞི་རྒྱུར་ཉམས་ཞིབ་བྱས་ཏེ་སོན་གསར་རིགས་གསར་བཏོད་བྱས་ཡོད། སོན་གསར་གྱི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་ནི་སོན་དེ་བཏབ་ན་དུས་ཡུན་ཐུང་ངུའི་ནང་སྔོན་ཐོག་སྨིན་ཐུབ་པ་དང་། ཐོན་འབབ་ཀྱང་ལྡབ་འགྱུར་གྱི་མང་བ་འཐོན་ཐུབ་པ། འབུ་སྲིན་གྱི་མི་གནོད་པ་སོགས་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཕན་ནུས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པས་དེ་ར་ལྗང་སྒྱུར་གསར་བརྗེ་གཉིས་པ་ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད།

སྤྱིར་ལྗོང་སྒྱུར་གསར་བརྗེ་བྱུང་རྗེས་(ཕྱི་ལོ་༡༩༧༠ ནས་༡༩༩༠) འཛམ་གླིང་གི་ཞིང་ལས་ཐོན་འབབ་དེ་བརྒྱ་ཆ་༤༠ ཙམ་འཕར་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་ཅེས་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་གཙོ་བོ་སོན་གསར་འདེབས་ལས་བྱས་པ་དང་། རྫས་ལུད་དང་། འབུ་སྨན། ས་ཞིང་གསར་སྤྲོལ་རྒྱ་ཆེར་བྱས་པ། ཚད་བཀལ་གྱི་ཞིང་ཆུ་འདྲེན་གཏོང་། གཞན་ཡང་གློག་ནུས་དང་འཕྲུལ་ཆས་སོགས་བེད་སྤྱོད་ཤུགས་ཆེར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ཞིང་སའི་ས་བཅུད་བཟང་དུ་ཕྱིན་ནས་ཐོན་འབབ་འཕར་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན། ཉམས་མྱོང་ཅན་གྱི་ཞིང་པ་དང་ཞིང་ལས་ཚན་རིག་པ་བཅས་ཀྱིས་ལོ་མང་རིང་ཉམས་ཞིབ་བྱས་ཏེ། རྫས་སྦྱོར་ལ་བརྟེན་པའི་དེང་དུས་ཀྱི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་དེས་འཕྲུལ་སེལ་གྱི་ཁེ་ཕན་ཕྲན་བུ་འབྱུང་ཐུབ་པ་ཙམ་ལས། སོན་གསར་དེ་རིགས་ཀྱི་ཐོན་འབྲས་རྣམས་སླར་སོན་འབྲུར་སྤྱོད་ཆོག་པའི་ནུས་པ་མེད་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཞིང་པ་ཚོས་སྔར་རྒྱུན་ལྟར་སོན་འབྲུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉར་ཚགས་མི་ཐུབ་པར་ལོ་རེ་

བཞིན་སོན་གསར་ཉོ་དགོས་པ་དང་། སོན་གསར་དེ་འདེབས་ལས་བྱས་པར་བརྟེན་དེ་ར་མཁོ་བའི་རྫས་ལུད་དང་འབུ་སྨན་སོགས་ཀྱང་ཕོན་ཆེ་ཉོ་དགོས་པས།

དེ་ནི་ཞིང་པ་ཚོར་མཚོན་ན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་འགྲོ་སོང་འཕར་མ་ཞིག་དང་། སྔར་དང་མི་འདྲ་བར་ཞིང་ལས་ཐོན་བསྐྱེད་ཀྱི་བདག་དབང་དེ་བཞིན་སོན་གསར་བཟོ་སྐྲུན་བྱེད་མཁན་གྱི་ཁེ་ལས་ཆེ་ཁག་ལ་ཤོར་བཞིན་ཡོད། སོན་གསར་འདེབས་ལས་བྱེད་པ་དང་འབུ་སྨན་དང་རྫས་ལུད་བེད་སྤྱོད་བྱས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཞིང་སའི་ས་བཅུད་ཉམས་པ་དང་། ཐོན་འབབ་རྣམས་ཀྱང་ཟས་བཅུད་ཆུང་བ། དེ་དག་ལས་བྱུང་བའི་རྫས་ངན་རྣམས་ས་དང་། ཆུ། མཁའ་རླུང་བཅས་ཀྱི་ནང་ཁྱབ་གདལ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་འབག་བཙོག་གྱུར་ནས་འགྲོ་བ་མི་དང་སྲོག་ཆགས་རིགས་ཀུན་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་གནོད་ཚབས་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་རྫས་སྦྱོར་ལ་བརྟེན་པའི་དེང་དུས་ཀྱི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་འདི་བཞིན་སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་དང་མཐུན་སྦྱོར་མེད་ཅིང་ཞིང་ལས་ཐོན་འབབ་ཀྱི་ཐད་ལའང་རྒྱུན་སྲིང་ཐུབ་པའི་ཁེ་ཕན་བསྐྲུན་མི་ཐུབ་པའི་ཚ་ནས་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་འདི་བཞིན་ཉེན་ཁའི་གནས་སུ་གྱུར་བཞིན་ཡོད།

སྐྱེ་ལྡན་ཞིང་ལས་སམ་རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་དགོས་དོན།

རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་འདི་ནི་བསམ་བློ་རྗེས་ལུས་དང་ལྟ་བ་རྙིང་པ་ཞིག་རྩ་བ་ནས་མ་ཡིན་པར། རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་ཞིང་པ་ཉམས་མྱོང་ཅན་དང་། ཞིང་ལས་སྐོར་གྱི་ཆེད་ལས་མཁས་པ། ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཞིབ་པ་བཅས་ཐུན་མོང་གིས་ལོ་མང་རིང་ཉམས་ཞིབ་དང་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་བྱས་པའི་མཇུག་འབྲས་ཤིག་ཡིན། རྫས་སྦྱོར་ལ་བརྟེན་པའི་དེང་དུས་ཀྱི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་འདི་ཡི་རྐྱེན་གྱིས་འཛམ་གླིང་ཁྱོན་ཡོངས་སུ་ཞིང་པ་ས་ཡ་མང་པོ་སོན་གསར་དང་། རྫས་ལུད། འབུ་སྨན་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤྲོད་གཞུང་དང་དངུལ་ཁང་ཁག་ནས་དངུལ་བུན་གཡར་ཏེ་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་ཀྱང་། ལོ་མང་རྫས་ལུད་དང་འབུ་སྨན་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་པས་ཞིང་སའི་གཤིན་ཚད་ཇེ་ཞན་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ཞིང་ས་གཤིན་པོར་གྱུར་བར་ངེས་པར་མཁོ་བའི་ཆ་རྐྱེན་རིགས་ཏེ། འཚོ་

བཅུད་སླར་གསོ་བྱེད་པའི་ས་འོག་གི་ཞིག་བྱེད་འབུ་སྲིན་དང་སྔོན་ཐོག་སྐྱེད་འཕེལ་དང་གནོད་འབུ་སྔངས་འཛིན་བྱེད་པར་ངེས་པར་མཁོ་བའི་བྱ་བྱེའུ་རིགས་རྣམས་འབུ་སྨན་དང་རྫས་ལུད་ཀྱི་རྐྱེན་པས་མེད་པར་གྱུར་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་ས་བཅུད་སླར་གསོ་བྱེད་པའི་ནུས་པ་ཉམས་པ་མ་ཟད་སྔོན་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་འབུ་སྲིན་རིགས་ཀྱིས་འབུ་སྨན་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པའི་ནུས་པ་ཆེ་རུ་ཕྱིན་སྟབས། འབུ་སྨན་གྱིས་གནོད་ཚད་ཇེ་ཞན་དུ་སོང་སྟེ་ལོ་རེ་བཞིན་འབུ་སྨན་གྱི་ནུས་པ་ཇེ་མཐོར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པས་འབུ་སྨན་ཇེ་མང་ཉོ་དགོས་པ་མ་ཟད་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཚད་ཀྱང་ཇེ་མང་དུ་གཏོང་དགོས་པར་གྱུར་ཡོད། དེས་ན་ཞིང་པ་ཚོས་སོན་གསར་དང་། འབུ་སྨན། རྫས་ལུད། གློག་ནུས། ཆུ་འདྲེན་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཏང་བའི་འགྲོ་སོང་ནི་ཞིང་ལས་ཐོན་འབབ་དང་འགྲོ་ཐུག་ཡོང་གི་མེད། དེར་བརྟེན་བུ་ལོན་སྒྲུབ་འཇལ་མ་ཐུབ་པར་སེམས་ངལ་གྱིས་རྐྱེན་པས་འཛམ་གླིང་ནང་ཞིང་པ་རྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་འཆད་ཨུ་ཐུག་གི་ངང་བྱ་ཐབས་གང་ཡང་མེད་པར་རང་ཤི་རྒྱག་དགོས་ཀྱང་ཐུག་གི་ཡོད།

སྐྱེ་ལྡན་ཞིང་ལས་ཀྱི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན།

འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དགེ་མཚན།

འཛམ་གླིང་ནང་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ས་ཁྱོན་གྱི་རྒྱ་ཁྱོན་ཆེ་ཤོས་དེ་ཞིང་ལས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཏང་ཡོད། གལ་ཏེ་དེང་དུས་ཀྱི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་འདི་བཞིན་མུ་མཐུད་གནས་ཚེ། འབུ་སྨན་དང་རྫས་ལུད་བཅས་ལས་བྱུང་བའི་རྫས་ངན་གྱི་སྙིགས་རོ་རྣམས་ང་ཚོའི་འཐུང་ཆུའི་འབྱུང་ཁུངས་ཏེ། ས་འོག་གི་ཆུ་དང་། རྒྱུག་ཆུ། གཞན་ཡང་མཁའ་རླུང་བཅས་ཀྱི་ནང་དུ་ཁྱབ་གདལ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་སྐྱེ་འགྲོ་སྲོག་ཆགས་ཀུན་ལ་སྐྱོར་མེད་ཀྱི་ནད་ཡམས་མང་པོ་འབྱུང་བ་དང་། དེང་སྐབས་མི་རྣམས་ཀྱི་འཆི་རྐྱེན་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་སྐྲན་ནད་(cancer) ཡིན་ཞིང་། སྐྲན་ནད་ཀྱི་འབྱུང་རྐྱེན་གཙོ་བོ་དེ་འབུ་སྨན་ཡིན་པར་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་ས་འོག་གི་འཐུང་ཆུའི་ནང་རྫས་ལུད་ཀྱིས་རྐྱེན་པས་ནའི་ཊེ་རེ་ཊ་ཞེས་པའི་རྫས་ངན་གྱི་ལྷད་སྐྱོན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱིས་པ་ཆུང་ངུའི་རིགས་ཀྱི་ཟུངས་ཁྲག་གི་སྲོག

རླུང་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་ནུས་པ་ཉམས་ཏེ་ཀླད་རྩར་སྐྱོན་ཤོར་ཏེ་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དང་སྐབས་འགར་འཆི་རྐྱེན་ཡང་བྱེད་པའི་ནད་གཞི་ཚབས་ཆེ་(methemoglobinemia)སོགས་ནད་རིགས་མང་དག་ཅིག་གི་འབྱུང་རྐྱེན་བྱེད་པ་ཡིན།

རྒྱལ་སྤྱིའི་སྐྱེ་ལྡན་ཞིང་ལས་ཀྱི་ལས་འགུལ་ཚོགས་པས་བརྗོད་པའི་སྟན་ཐོར་གཞིགས་ན། འབྲུ་སྨན་དང་རྫས་ལུད་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་ཞིང་ལས་བྱེད་བཞིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་ནང་དུ་རྫས་སྦྱོར་ཞིང་ལས་ཀྱིས་རྐྱེན་པས་མིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་པ་སྟེ། ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལོ་རེར་ཞིང་པ་ས་ཡ་༣༥ ཙམ་ལ་འབྲུ་སྨན་གྱི་དུག་ནད་ཕོག་སྟེ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དཀའ་ངལ་ཤུགས་ཆེ་འཕྲད་བཞིན་ཡོད་པ་གསལ་པོར་འཁོད་ཡོད།

འབྲུ་སྨན་དང་རྫས་ལུད་ལས་བྱུང་བའི་དུག་ནད་དེ་ཞིང་ལས་བྱེད་མཁན་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཁོ་པའི་ནང་མི་དང་། ཁོར་ཡུག དེ་བཞིན་སྔོན་འབྲས་དེ་ར་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་མཁན་ཚང་མར་གནོད་སྐྱོན་ཆེན་པོ་ཕོག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ར་

བརྟེན་རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི་སྐྱེ་ལྡན་སོ་ནམས་ཀྱི་ལས་གཞིའི་རྒྱུད་རིམ་ནང་རྫས་སྦྱོར་དང་འབྲུ་དུག་བཀོལ་སྤྱོད་མ་བྱས་པས་ཐོན་འབབ་རྣམས་ལ་འང་རྫས་སྦྱོར་གྱི་དུག་རྫས་མེད་ཅིང་འཚོ་བཅུད་ཆེ་བ་སོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཕན་ནུས་ཅན་ཞིག་ཡིན།

ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་ཐུབ་པ།

རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་ཀྱིས་ས་དང་། ཆུ། མཁའ་རླུང་བཅས་ཁོར་ཡུག་གི་ཆ་ཤས་གང་ལ་ཡང་འབབ་བཙོག་མི་བཟོ་བ་མ་ཟད། རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་གི་འགྱུར་འགྲོས་ལ་འང་གནོད་སྐྱོན་མི་ཐེབས་པའི་དགེ་མཚན་ལྡན་ཡོད་པས་སྐྱེ་ལྡན་ཞིང་ལས་ནི་སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་དང་མཐུན་སྦྱོར་ལྡན་པའི་ལས་རིགས་ཤིག་ཡིན་ལ། དེས་ཁོར་ཡུག་ལ་མི་གནོད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ས་གཤིན་ཉམས་པ་སླར་གསོ་ཐུབ་པ། ཐོན་འབབ་རྣམས་ཟས་བཅུད་ཆེ་བ། ཞིང་སར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་སྐྱེ་ཁམས་མ་ལག་བསྐྱར་གསོ་ཐུབ་པ། ས་བཅུད་ཉམས་

རྒྱུད་དུ་མི་འགྲོ་བ། མི་རབས་འདིས་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་ཀྱང་ཁོར་ཡུག་དང་ཞིང་ས་བཅས་ལ་གནོད་སྐྱོན་མེད་པར་མི་རབས་ཕྱི་མ་རྣམས་ལ་འང་ཞིང་ས་གཤིན་པོ་རྒྱུན་ཅར་ཐུབ་པ་སྟེ་སོ་ནམ་ལས་རིགས་འདི་བཞིན་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་རྒྱུན་སྲིང་ཐུབ་པའི་ཁེ་ཕན་ཆེན་པོ་ལྡན་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེང་དུས་ཀྱི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་ནི་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ། ལས་རིགས་ཀུན་གྱི་ནང་ནས་ཕྱི་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དང་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་གཉིས་ཀར་གཏོར་སྐྱོན་དང་གནོད་ཚབས་ཤུགས་ཆེ་བཟོ་བཞིན་ཡོད།

དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་ནས་འགྲོ་གྲོན་ཆུང་བ།

སྐྱེ་ལྡན་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་ནི་གཙོ་བོ་ས་གནས་དེ་གའི་རང་བྱུང་ཐོན་ཁུངས་དང་མིའི་ནུས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་པ་ཞིག་སོང་སྟབས། ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་ཐོག་འགྲོ་སོང་མང་པོ་གཏོང་མི་དགོས་པའི་ཁེ་ཕན་ཡོད། མ་ཟད་སོན་འབྲུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉར་ཚགས་ཐུབ་པ། ཞིང་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུད་གསོག་ཉར་ཐུབ་པ། འཕྲུལ་

ཆས་ཀྱི་ཕེད་སྤྱོད་ཤུགས་ཆེ་མི་དགོས་པ་བཅས་ཀྱིས་འགྲོ་སོང་ཆུང་བ་མ་ཟད། ས་སྲུས་ཞན་པ་དང་ཆར་ཆུ་དཀོན་པའི་ས་ཁུལ་ཁག་ཏུའང་སྐྱེད་འཕེལ་ལེགས་པོ་ཐུབ་པ་དང་ཆུའི་དགོས་མཁོ་ཆུང་བའི་ས་ཁུལ་དེ་གའི་སོན་འབྲུ་འདེབས་ལས་བྱ་ཐུབ་པ་བཅས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་མང་པོ་ལྡན་ཡོད། རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་ནི་ས་གནས་དེའི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ཞིང་ལས་ཤེས་བྱ་རྣམས་རྨང་གཞིར་བྱས་ཏེ་དེང་དུས་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་དང་ཚན་རྩལ་དགོས་གལ་ཆེ་བ་ཁག་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་འདེབས་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན། རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་འདི་བཞིན་འཕྲལ་དུ་དེ་ཙམ་གྱིས་འཐོན་འབབ་ཕོན་ཆེ་སྨྲུན་ཐུབ་པ་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་སྒོ་ཆེན་པོ་བསྐྲུན་ཐུབ་པ་ཞིག་མིན་རུང་ཕུགས་རྒྱང་རིང་པོར་བསམ་ན་ཞིང་ལས་འཐོན་སྐྱེད་འདི་བཞིན་རྒྱུན་སྲིང་ཐུབ་པ་དང་འཐོན་འབབ་རྣམས་ཀྱང་ར་བཙུད་ལྡན་པ། རྫས་ལུད་དང་འབུ་སྨན་སོན་གསར་སོགས་བཏུད་མར་ཉོ་བསྐྲུབ་མི་དགོས་པ་སོགས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་དཔལ་འབྱོར་བཅས་སྒོ་ཀུན་ནས་ཁེ་ཕན་ལྡན་པའི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ཡིན་པ་ལས་བསམ་བློ་རྫིས་ལུས་དང་

ཡོང་སྒོ་ཞན་པའི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཐབས་ཤིག་གཏན་ནས་མིན་པ་ནི་ཨ་རི་ལ་སོགས་པ་ཡར་འཐོན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་ནང་རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་ལ་མཐོང་ཆེན་རྗེ་ཙམ་བྱེད་པ་དང་དེའི་འཐོན་འབབ་རྣམས་རིན་གོང་རྗེ་ཙམ་སྤྲད་དེ་ཙོ་བཞིན་ཡོད་པར་མིང་རྒྱང་རིང་བལྟ་བྱེད་ཚེ་གཞི་ནས་རྟོགས་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད།

བཙན་བྱོལ་བོད་གཞུང་ནས་ཐུགས་འགན་ཆེ་བཞེས་གནང་བ།

བོད་མི་ཚོར་མཚོན་ན་དེང་དུས་ཀྱི་ཚན་རྩལ་དར་འཕེལ་མ་བྱུང་བའི་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་དུ་མའི་གོང་ནས་འཛམ་གླིང་གི་ཆེས་མཐོའི་ས་ཁུལ་དུ་སོ་སོའི་ཡུལ་བབ་དང་ཐོན་ཁུངས་དང་མཐུན་པའི་སོ་ནམས་བྱས་ཏེ་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྐྱོང་བའི་མི་རིགས་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན། རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་འདི་བཞིན་དེ་སྔ་བྱུང་སྐྱོང་མེད་པ་དང་གསར་པ་ཞིག་རྩ་བ་ནས་མིན། འོན་ཀྱང་རང་ཡུལ་གཞན་ལག་ཏུ་ཤོར་ཏེ་རྒྱ་གར་ལ་བཙན་བྱོལ་དུ་སླེབས་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་

ནང་ལྗོང་སྒྱུར་གསར་བརྗེ་ཤུགས་ཆེར་དར་བའི་དུས་སྐབས་དང་འཁེལ་བས། རང་རེའི་སོ་ནམས་གཞིས་སྒར་ཁག་གི་ནང་དུ་འང་རྫས་སྦྱོར་ཞིང་ལས་ལ་བརྐྱལ་སྐྱེལ་ཤུགས་ཆེར་བྱུས་ཤིང་། ངོ་བཞི་བཅུ་ཙམ་གྱི་རིང་། དེང་དུས་ཀྱི་ཞིང་ལས་བྱེད་ཕྱོགས་ཏེ་རྫས་ལུད་དང་། འབུ་སྨན། གསོན་གསར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་།

སྔོ་གཞིས་ཁག་གི་གྲོང་སྡེ་འགའི་ནང་སྐྱེ་ལྡན་ཞིང་ལས་བྱེད་བཞིན་པ།

སྲོལ་རྒྱུན་ལྟར་སྟོན་ཐོག་རིགས་གཉིས་མཉམ་འདེབས་མི་བྱེད་པ། སྟོན་ཐོག་རེས་འཁོར་དུ་མི་འདེབས་པར་ལོ་ལྟར་ལོ་ཏོག་སྣེ་གཅིག་རང་འདེབས་ལས་བྱེད་པ་བཅས་རྫས་སྦྱོར་ལ་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་འདི་བཞིན་ལག་བསྟར་བྱེད་མུས་སུ་ཡོད་པས་རིང་མིན་ཞིང་སའི་ས་བཅུད་ཉམས་པ་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་སྒོ་ཆུང་དུ་འགྲོ་བསོགས་རྒྱ་གར་དང་འཛམ་གླིང་གེ་ས་ཁུལ་གཞན་ཁག་དུ་མཐོང་བཞིན་པའི་དཀའ་ངལ་དག་རང་རེའི་ཞིང་པ་ཚོར་འཕྲད་རྒྱུར་གདོན་མི་ཟ་བར་སོང་། རང་གཞུང་ནས་རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་འདི་བཞིན་འཕྲལ་ཕུགས་གཉིས་ཀར་གལ་ཆེ་དོན་ཆེ་ཞིག་ཏུ་དགོངས་ནས། བོད་མིའི་གཞིས་སྒར་ཁག་ཏུ་སོ་ནམ་སློབ་སྟོན་པ་བསྐོ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་དང་། ཞིང་པ་རྣམས་ལ་ཟབ་སྦྱོང་ཕུལ་བ། ལུད་སྦྱོར་བྱེད་སྟངས་ཀྱི་སློབ་སྟོན་གནང་བ། གཞན་ཡང་དཔེ་སྟོན་གཞིས་ཆགས་འདེམས་བསྒྲུགས་གནང་བ་བཅས་ཀྱིས་གཙོས་ད་བར་འབད་བརྩོན་མང་དག་ཅིག་གནང་དང་གནང་མུས་ཡིན།

ཞིང་པ་གསོས་སྐྱེ་ཚོགས་ཁྲོན་ཡོངས་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་དགོས་གལ་ཆེ་བ།

སྤྱིར་བཏང་རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་ཀྱི་ལས་གཞི་འདི་བཞིན་ལོ་ཤས་ནང་སྒྲུབ་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་འབྲས་བུ་ཐོན་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ཡང་གོང་གི་གནད་དོན་ཁག་ལ་བསམ་གཞིགས་ཀྱིས། འཕྲུལ་ཕྱུགས་ཀྱི་ཁེ་ཕྱོགས་དང་རང་གཞན་ཀུན་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཕན་གནོད། གཞུང་གི་མཛད་རྫུས་སོགས་གསལ་པོར་མཁྱེན་པའི་སྒོ་ནས་རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་ཀྱི་ལས་གཞི་འདི་བཞིན་གྲུབ་འབྲས་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་བར་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་འབད་བརྩོན་བྱེད་རྒྱུ་ནི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ཙམ་མ་ཡིན་པར། ཞིང་པ་དང་། མཉམ་འབྲེལ། སློབ་གྲྭ་དགོན་སྡེ། མི་མང་བཅས་ཚང་མས་དོ་འཁུར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྲུ་གཞན་གྱི་ཞིང་ལས་ལོ་རྒྱུས་ལ་བལྟ་ཞིབ་བྱས་སྐབས་རྫས་སྦྱོར་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལས་ཀྱི་ལས་གཞི་དང་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་སོགས་ཀྱི་ལས་གཞི་མང་དག་ཅིག་དོ་སྣང་ཅན་གྱི་མི་མང་རང་ངོས་ནས་འབད་

བརྩོན་བྱས་པ་ལས་གཞུང་ཕྱོགས་ནས་སྲིད་ཇུས་གཏན་འབེབས་བྱས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཕལ་ཆེར་བྱུང་སྲོང་མེད། ཡིན་ན་ཡང་རང་རིགས་ལ་མཚོན་ན། རང་གཞུང་ནས་ཕྱུགས་རྒྱུད་རིང་པོའི་དགེ་མཚན་རྣམས་ལ་དགོངས་ནས་རྟས་སྤྲོར་ལ་མི་བསྟེན་པའི་ཞིང་ལས་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་ལས་འཆར་དབུ་འཛུགས་གནང་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚང་མས་རྟས་སྤྲོར་ལ་མི་བསྟེན་པའི་ཞིང་ལས་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་རྒྱུ་ནི་གཞུང་གི་མཛད་ཇུས་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དེ་ནི་ཞིང་པ་སོ་སོར་ཁེ་ཕན་ཡོད་པ་དང་། ཐོན་འབབ་དེ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་མཁན་ལ་ཕན་པ། ཞིང་ལས་རྒྱུན་སྲིང་ཐུབ་པ། གཞན་ཡང་སྐྱེ་འགྲོ་སྲོག་ཆགས་ཀུན་གྱི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོང་ཐུབ་པ་བཅས་ཕན་འབྲས་ཆེ་བའི་འགྱུར་བཞིག་ཡིན་པ་བཅས་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་ཚང་མས་ལག་ལེན་དུ་འཁེལ་བའི་འབད་བརྩོན་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་ཡིན།། དགེའོ།།