

གྲངས་འདིན་གྱི་འཆར་གཞི་བྱན་མོང་ཐོག་བཀོད་དེ་འབྲུང་འབྲུར་གྱི་ལམ་བུར་སྦྱོང་པ།

2024ཨོའི་གོ་ལ་རྩལ་པོའི་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་ཆོགས་ཆེན་ལྷ་སའི་མཐོ་རིམ་ཁྲོང་རྩྭ་གས་མཐུག་འབྲེལ་ལ་བའི་རྫོང་།

གོས་བསྐར་དྲག་པོ་དང་བསམ་སྒྲིའི་བརྗེ་རིས་བྱས་པ་བརྒྱུད། 2024ཨོའི་གོ་ལ་རྩལ་པོའི་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་ཆོགས་ཆེན་ལྷ་སའི་མཐོ་རིམ་ཁྲོང་རྩྭ་གས་ཟླ་7ཆོས་30ཉིན་གྱི་མུ་དྲོར་མཐུག་འབྲེལ་པ་རེད། ད་ཐེངས་ཀྱི་མཐུག་འབྲེལ་མཇུག་སྐོར་འདྲམ་ཟིན་པའི་ཉིན་འགའི་དོ་མཚན་ཆེ་བའི་སྤྲོད་རྟེན་གས་བྱེད་སྟེའི་བྱུགས་བསྐྱམས་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། འབྲུང་འབྲུར་གྱི་ལྷ་སའི་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་འབེལ་རྒྱས་ལ་ཐུང་ལྷ་དང་དེ་སྟེག་བྱིང་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད།

ཉིན་གསར་ཅིང་། གྲངས་འདིན་གྱི་སྒྲེལ་ཟུམ་གྱི་མ་ལ་ཡ་བརྒྱལ་ནས་ཆོགས་ཞུགས་རིགས་གཅིག་མཉམས་ཅན་དང་ཁེ་ལས་ཀྱི་འབྲས་མི་ཚང་མའི་བྱན་མོང་གི་དོས་འདིན་བརྟན་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོང་། ལྷ་ས་ས་གྲངས་འདིན་འཕོ་འབྱུར་གྱི་གླི་སྐབས་ལ་སྤང་ས་འདིན་རི་ལྷར་བྱས་ནས་གཞན་དོན་ཐག་གཅོང་བྱ་ཐུ་དེ་ཏར་ཡོན་ལས་བྱེད་པ་དང་གྲོང་མི་མང་ཆོགས་ཡོངས་ཀྱི་སྤྲོད་མང་བའི་སྤྲོད་གཞིར་གྱུར་ཡོད། ཀན་ས་མཚོག་ལྷ་སར་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་འབེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆོ་སྐབས་ཤིག་འབྱུར་ནས་ལྷ་སར་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་ཁེ་ལས་ཀྱིས་མ་འདྲིག་དང་ལས་གཉེར་བྱ་རྒྱུར་འཆོམ་པའི་འདུ་ཤེས་མི་མེས་ས་ལྟ་གིང་ཟབ་འདུགས་ཡོད། ལྷ་ས་གྲོང་མཉུན་གྱི་ཚུ་བུ་ཅི་གཞོན་པ་དང་གྲོང་གྱི་མང་ཆར་གས་ཤིས་ཆོག་གསུངས་སྐབས་གྲོང་མཉུན་དང་གྲོང་ཁྲེགས་ལྷ་དང་གྲུང་གི་ཆོབ་ཞུས་ནས་ད་ཐེངས་ཀྱི་སྤྲོད་རྟེན་གས་ནང་ཞུགས་མཁན་སྐྱ་མཁོན་དང་། ལས་རིགས་ཁག་གི་ཤོག་གས་ཤི། འབྲེམ་ས་རྟོན་ནང་ཞུགས་མཁན་ཁེ་ལས་མཉམས་ཅན་བཅས་ཆོང་མ་སྦྲིང་ཐག་པ་ནས་འབྲུག་ཆེ་ཆེ་ཞུས་པ་དང་འབེལ་སྤྲོད་རྟེན་གས་བདེ་ལྷག་དང་གཉེར་ཆེད་དཀའ་འབྱུང་འདྲའི་བཅོཅ་གནང་མཁན་ལས་དོན་པར་ལྷན་མེད་པའི་གྲས་བཀུར་ཡང་ཞུས་པ་རེད།

འབྱོར་བྱུགས་རྒྱུར་རིམ་སྤྱོར་གྱི་འགག་ཅའི་སྒྲུལ་ཤུགས་སུ་འབྱུར་བར་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་ཡོད་ཅིང་། གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་ཁྲུབ་ཁོངས་ཀྱི་ཤིས་ལྷན་པ་ཆེ་ག་མང་པོ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་གཙོ་དོན་སྤྲོད་རྟེན་གས་ཐེངས་10ལྟག་ཅོམ་དང་། རིམ་པ་མང་བའི་སྒྲེལ་རིས་དང་ཞིབ་བསྐུར་བྱས་པས་ལྷ་མང་བྱན་སུམ་ཆོགས་པའི་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་སྒོ་གོས་མེ་རྟོག་བཞན་ཡོད།

མཐུག་འབྲེལ་མཇུག་སྐོར་ཐོག་2024ཨོའི་“གྲངས་གཞིའི་རྒྱ་རྒྱུན་X”ཡི་འགན་བསྐུར་ཆེན་མོའི་ཐོད་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་སུ་ཡན་ལག་འགན་བསྐུར་གྱི་བྱ་དགའ་སྤྱོད་པའི་མཇུག་སྐོར་འཆོགས་པ་རེད། བྱ་དགའ་སྤྱོད་པའི་མཇུག་སྐོར་གྱི་དབྱེ་ལྷུ་ལྷུ་པོའི་ཐུབ་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ཆོགས་ཆེན་རྩལ་པོའི་མཐོ་སྐབས་སུ་གྱུར་ཡོང་ལ། ཆོགས་ཞུགས་མི་ལྷན་མང་པོའི་དོ་ཁུར་ཡང་ཐོབ་ཡོད། འདི་ནི་འགན་བསྐུར་ནང་ཞུགས་མཁན་ཆོགས་པས་དཀའ་འབྱུང་འབྱུར་བཅོཅ་བྱས་པར་ཁས་ལེན་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཁེ་ལས་དང་མི་སྡེར་དེ་བས་མང་བ་གྲངས་འདིན་བེད་སྤྱོད་དང་གསར་གཏོད་ནང་ཞུགས་རྒྱུར་སྒྲུལ་མ་གཏོང་བའི་རྩ་ཆོགས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་རེད། དེས་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་སྒྲུས་ཚད་མཐོན་པོའི་རྩ་ནས་འབེལ་རྒྱས་འཕྱོ་རྒྱུར་སྒྲུལ་འདིང་གྱི་རྒྱ་ས་པ་ཐོན་གྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། ད་དུང་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཆོགས་འབེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲུལ་ཤུགས་གསར་པ་བསྐྱར་ཡོད།

མཐོ་གསར་ལག་ཟེལ་ཞུལ་གྱི་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆོང་འཕྲུགས་མ་འདྲོན་གྱི་བྱུབ་འབྲས་ལ་གན་རྒྱ་འདྲིག་པའི་དུས་སྔ་ཁེ་ལས་ཀྱི་འབྲས་མི་ཚང་པོ་དང་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྲེག་གྱི་འགྲོ་ཁྲིད་མཉམ་ཏུ་འདོམས་ནས་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་མཉམ་ལས་ལ་བྱན་མོང་ཐོག་བའི་དོན་དཔེར་བྱས་ཡོད། གཙོ་སྤྱོད་པས་ཁྲུབ་བསྐྱེགས་བྱས་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཆོང་མས་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཉུང་དང་རང་རང་གི་ལག་པ་རྒྱས་འགྲོད་ཞིབ་ཆོགས་བྱས་པའི་གན་རྒྱ་འདྲིག་པའི་ཀ་བའི་ཐོག་བཞག་པ་དང་། བྱ་སྤྱོད་དེས་བྱུགས་ཁག་གི་མཉམ་ལས་དངོས་སུ་གཏན་འཁེལ་བྱས་པ་མཚོན་པར་མ་ཟད། བྱན་མོང་ཐོག་ལག་གདང་སྒྲེལ་ནས་འབྲུང་འབྲུར་གཏོད་པའི་ཆོད་སེམས་བརྟན་པོ་ཡང་དེ་བས་མཚོན་གྱི་ཡོད།

ཉི་ཤེའི་ལོ་གསར་ཅིང་། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྲེག་གིས་གྲངས་འདིན་ཐོན་ལས་ཅན་དང་ཐོན་ལས་གྲངས་འདིན་ཅན་འབེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲུལ་འདིང་མཐུགས་སུ་བཏར་ནས་ལྷ་སའི་ཁྲོད་ཆོས་ལུན་པའི་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་འབེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ལ་བྱུང་ལྷུ་ལྷུ་པོའི་སྤྲོད་རྟེན་གས་ལ་བྱུབ་འབྲས་གལ་ཆེན་མང་པོ་ཐོབ་ཡོད། སྤྲོད་རྟེན་གས་རིང་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྲེག་གིས་“གྲངས་འདིན་ལ་བརྟན་ནས་གྲོང་ཁྲེག་རྒྱུར་གྲོང་བའི”འཐབ་རྒྱས་ལ་སྒྲུལ་འདིང་གཏིང་ཟབ་གཏོང་བ་དང་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་ཐོན་ལས་ཅན་མཐུགས་སུ་གཏོང་བ་སོགས་རྒྱུད་པའི་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་འབེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཐབ་རྒྱས་དང་སྤྱོད་རྒྱས་གསར་ཤོས་འབྲེམ་ས་རྟོན་བྱས་པ་རེད། 《2023ཨོའི་ཐོད་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་སུ་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་འབེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་སྒྲུབ་ཞུ་ཤ་དཀར་པོའི་དབུ》ཐོག་མར་ཁྲུབ་བསྐྱེགས་བྱས་ནས་མཚོ་ཐོད་ས་མཐོའི་གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་འབེལ་རྒྱས་ཐད་ཉམས་ཐུང་བྱུགས་བསྐྱམས་དང་། དུས་བབ་དབྱེ་ཞིབ། ཆོས་ཉིད་འཆོལ་ཞིབ་བཅས་བྱས་པར་མ་ཟད། འབྲུང་འབྲུར་གྱི་འབེལ་རྒྱས་ལ་རྒྱུད་ལྷ་ཡང་བྱས་ཡོད། ཀལམ་ཡང་2024ཨོའི་“གྲངས་གཞིའི་རྒྱ་རྒྱུན་X”ཡི་འགན་བསྐུར་ཆེན་མོ་ཐོད་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་སུ་ཡན་ལག་འགན་བསྐུར་གཉེན་པོ་ལྷ་ས་ཀྱི་ཁྲེག་ལྷུག་གཅིག་ཐོག་ཁྲོད་ཆོས་ལུན་པའི་དཔེ་མཚོན་ལག་གཅིག་ཐོག་འདྲོན་བྱས་ཏི་གསར་གཏོད་གྱི་གསོན་ཤུགས་འབེལ་བ་དང་གསར་གཏོད་གྱི་གསོན་གཟུགས་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད་ལ། གྲངས་འདིན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆོང་འཕྲུགས་མ་འདྲོན་གྱི་བྱུབ་འབྲས་ལ་གན་རྒྱ་འདྲིག་པའི་དུས་སྔ་ཁེ་ལས་ཀྱི་འབྲས་མི་ཚང་པོ་དང་ལྷ་ས་ཀྱི་ཁྲེག་གིས་འདྲི་འགྲོ་ཁྲིད་མཉམ་ཏུ་འདོམས་ནས་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་མཉམ་ལས་ལ་བྱན་མོང་ཐོག་བའི་དོན་དཔེར་བྱས་ཡོད།

(ཉི་མཚོས་སྒྲོན་གྱིས་སྤྱོར་ཞུས་བྱས་)

གྲོང་ཁྲེང་འབྲུལ་རྩམ་དོད་མཁ་རྩས་ཏར་ལྷུང་གྱི་རིགས་གཞུང་སྤྱོབ་སྤྱོད་ལྷེ་བའི་ཆོགས་

རྒྱུར་གིས་ཏར་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་བའི་གྲུང་ལྷ་ཆོང་འདོམས་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་

གསུམ་པའི་དགོངས་དོན་ལ་སྤྱོབ་སྤྱོད་བྱས་པ།

ཏར་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་བའི་གྲུང་ལྷ་ཆོང་འདོམས་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་
གསུམ་པའི་དགོངས་དོན་སྤྱོབ་སྤྱོད་དང་ལག་བསྐྱར་བྱེད།

ལྷ་སའི་མཉམ་ཏུ་འབྲེམ་རྒྱུན་རྒྱུར་རྟེ་གནས་
སུ་གནས་ཆུལ་འབྱོར་གསལ། ཉི་ཅར། གྲོང་ཁྲེང་འབྲུལ་རྩམ་དོ་དམ་རྩས་ཏར་ལྷུང་གྱི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་སྤྱོབ་སྤྱོད་ལྷེ་བའི་ཆོགས་རྒྱུང་གིས་ཆེད་དོན་སྤྱོབ་སྤྱོད་ཆོགས་འདུ་སྟེག་འདུགས་བྱས་ཏི། ཏར་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་བའི་གྲུང་ལྷ་ཆོང་འདོམས་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་གསུམ་པའི་དགོངས་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱེགས་དང་སྤྱོབ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལས་དོན་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་བཀོད་སྟེག་བྱས་པ་རེད། ཆོགས་འདུའི་ཐོག་རྒྱ་ཆའི་ཏར་ཡོན་ལས་བྱེད་པས་བསམ་སྤྱོད་དང་བྱ་སྤྱོད་སྤྱི་ཁྲུབ་ཚུ་བུ་ཅི་ཞེ་ཅི་བ་མིང་གི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་དང་གྲོས་ཆོགས་ཀྱི་བཀོད་སྟེག་ཐོག་མཐུགས་རྒྱུར་གཅིག་གྱུར་ཡོང་བར་བྱས་ཏི། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་བདེ་འཇགས་ལྷ་བཞུན་ཡོངས་ནས་ལག་བསྐུར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། སྤྱི་མཐུན་ཆོད་ཐོབ་པའི་འབེལ་རྒྱས་དང་རྒྱ་ཆོད་མཐོ་བའི་བདེ་འཇགས་མཉམ་ཏུ་ལུགས་པར་སྒྲེལ་དགོས་ཞེས་སྤྱོད་བྱ་བའོན་པ་རེད།

ཏར་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་བའི་གྲུང་ལྷ་ཆོང་འདོམས་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་གསུམ་པ་ཉི་ཤུ་འདུ་ཁོའི་ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་ལ་བརྟན་ནས་རྒྱལ་ཁབ་སྤོབས་ལུང་འདུགས་སྤྱོར་དང་མི་རིགས་བསྐུར་དར་གྱི་བྱ་གཞིག་རྒྱབས་པོ་ཆེར་བྱོན་ཡོངས་ནས་སྒྲུལ་འདིང་གཏོང་བའི་འགག་ཅའི་དུས་སྐབས་སུ་འཆོགས་པའི་ཆོགས་འདུ་ཏར་ཅང་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པས། ཏར་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་བའི་གྲུང་ལྷ་ཆོང་འདོམས་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་གསུམ་པའི་དགོངས་དོན་སྤྱོབ་སྤྱོད་ལག་བསྐུར་བྱ་རྒྱུ་ནི་དེང་སྐབས་དང་སྤྱོད་བྱེན་གྱི་དུས་སྐབས་ཤིག་རེད་ཏར་ཡོངས་དང་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཆབ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོབ་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་འགན་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད།

ཆོགས་འདུའི་ཐོག་གྲོང་ཁྲེང་འབྲུལ་རྩམ་དོ་དམ་རྩས་ཀྱི་ཏར་ཡོན་ལས་བྱེད་པས་དཔེ་རྟོན་སྒྲུལ་ཞིང་གྱི་རྩས་པ་འདོན་སྒྲེལ་བྱས་ནས་སྤོན་ལ་སྤྱོབ་སྤྱོད་དང་སྤྱོབ་སྤྱོད་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏི། སྤོབ་སྤྱོད་དང་། ཞིབ་འཇུག་དོན་འཁྲུལ་བཅས་ཀྱི་ཐད་མིག་དཔེ་ལག་པོ་རྟོན་དགོས་པ་དང་། འགན་འཁྲིད་དང་ཟུང་འབེལ་གྱིས་བསམ་གཞིགས་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏི། འབྲུལ་རྩམ་དོ་དམ་རྒྱུར་བཅོས་ལ་སྒྲུལ་འདིང་གཏོང་བའི་དུ་ཐབས་རྩས་ལུང་འདོན་དགོས་པར་མ་ཟད། རྩས་པ་མང་པ་དང་། རིམ་པ་དབྱེ་བ། ཁྱོད་ཡོངས་ལ་ཁྲུབ་པ་བཅས་ཀྱི་སྤོབ་སྤྱོད་རྩལ་བསྐྱེགས་ཀྱི་བྱེད་སྤྱོད་དམ་འདོན་ལེགས་པར་བྱས་ནས། ཆོང་འདོམས་གྲོས་ཆོགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་གྱི་དོ་བོ་དང་། དོན་སྤྱོད་གཙོ་བོ། ལག་ལེན་གྱི་སྤྱོད་བྱ་བཅས་ལ་ཁྱོད་ཡོངས་ནས་གོ་བ་སྤངས་ཏི་གང་དཔེ་ཁྲོད་ནས་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་། ཁ་ཕྱོགས་ཤེས་པ། ཐབས་ཤེས་སྤྱོད་བ། རྩོ་གོས་འབེལ་བ། ལག་བསྐུར་སྤུལ་པ་བཅས་བྱེད་དགོས་ཞེས་སྤྱོད་བྱ་བའོན་ཡོད།

ཆོགས་འདུའི་ཐོག་གྲོང་ཁྲེང་ཡོངས་ཀྱི་འབྲུལ་རྩམ་དོ་དམ་ཁོང་གིས་གཏོགས་ཀྱིས་འབྲུལ་རྩམ་དོ་དམ་ཐེ་ཆོན་གྱི་འགན་འཁྲིར་དམིགས་ཏི། “དུས་དང་རྩ་པ་ལྟན་ཏུ་སེམས་ཁུལ་བྱེད་པའི”བསམ་པ་ལ་བརྟན་ནས་མིག་སྒྲའི་བདེ་འཇགས་དང་དོགས་སྤོན་ཐད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་དམ་འདོན་གྱིས་དོན་འཁྲུལ་ནན་པོ་བྱེད་པ་དང་། ཐོན་སྐྱེད་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འགན་འཁྲིད་དོན་འཁྲུལ་ནན་པོ་བྱེད་པ། ཐོན་སྐྱེད་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཆ་བཅོས་འགག་སྒྲུལ་ལོ་གསུམ་ལས་དོན་གཏིང་ཟབ་སྒྲེལ་བ། རང་བྱུང་གནོད་འཚོ་དང་ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་ལོག་དང་ཞོད་སྐྱོན་གྱི་གནོད་འཚོའི་ལྷ་ཞིབ་ཆོད་ལེན་དང་སྤོན་འགྲིག་གི་བྱ་ཐབས་འཐུས་ཆོང་དུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱེད་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་བ་རེད།

(ཨོ་རྒྱུན་ཆོ་རིང་གིས་སྤྱོར་ཞུས་བྱས་)

(**པར་རྩིས་དང་པོར་མཐུང་།**)ནང་མཁོའི་མི་མངོན་པའི་སྤོབས་ཤུགས་སྟེག་འདོན་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ། སྒྲུལ་རྩས་གསར་པ་དང་བཟང་ཆ་གསར་པ་ཟུམ་མི་ཆད་པར་ཆེ་རྩ་གཏོང་བ། ཆོང་གཉེར་བྱེད་པོའི་གསོན་ཤུགས་འབེལ་བར་བྱེད་པ། ཁྲོམ་རའི་སྤོན་དཔག་བརྟན་པོ་ཡོང་བར་བྱེད་པ། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་ཆེ་རྩ་གཏོང་བ། དཔལ་འབྱོར་རྒྱུན་མཐུང་བསྐུར་འཕར་དང་ལེགས་བྱུགས་ཀྱི་འབེལ་རྒྱུལ་ཤུགས་ཆེར་གཏོང་བ། དམངས་འཆོ་འགན་སྤྱང་དང་ལེགས་བཅོས་ཏན་ཏིག་བྱེད་པ། སྤྱི་ཆོགས་བརྟན་ལྷིང་རྒྱུན་འཁྲོངས་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤོབ་བརྟན་འབྱུར་མེད་དང་ལོ་རྩལ་པོའི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཆོགས་གོང་འབེལ་གྱི་དམིགས་ཆོད་ལས་འགན་ཁག་ལེགས་འབྲུག་བྱ་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་ཡོད།

གོས་ཆོགས་ཐོག་རྒྱུར་བཅོས་སྒྲུལ་ཤུགས་སུ་བྱས་ནས་བརྟན་པོའི་དང་འཕར་སྤོན་དང་བྱུབ་གཞི་ལེགས་སྟེག་ཉན་ཁ་སྤོན་འཕྲོག་བཅས་ལ་སྒྲུལ་འདིང་གཏོང་བ་དང་། དཔལ་འབྱོར་སྟེག་གཞི་སྤྱོར་བཅོས