

མཆོག་ནོར་གྲངས་འཛིན་གྱིས། ཕྱིད་གཞུང་དང་ཁེལ་ས་མཉམ་ལས་བྱས་ནས་དཔལ་འབྱོར་སྤྲས་ཆ་ད་མཐོན་ པོའི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བྱས་སུ་འགྲོ་བྱུང་སྤྱལ་འདེད་བཏང་བ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འབྲེས་རྒྱ་རྒྱུ་རྩེ་གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉར་གྲོ་ཚོགས་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་པ་འཚོགས་ཚུན། རང་སྐྱོང་གིས་“ཁེལ་ས་ལ་རྟོགས་རམ་ཤིང་པ་དང་ཁེལ་ས་ལ་ཐན་འདྲགས་པ་”ལ་དམིགས་ནས་དམངས་གཉེན་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་བྱས་ལུ་པོ་ཕྱིན་ཡོད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཕྱིད་གཞུང་དང་ཁེལ་ས་ཀྱི་སྤྱིར་གནམ་གྲོད་རེས་ཚོགས་འདུ་ལུ་མཐུད་དུ་འཚོགས་པ་དང་། ལྷ་ས་སྐོང་ཁྱེར་བཟོ་ཚོང་ལས་རིགས་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་བཅུགས་ནས་ལོ་རྒྱུ་30འཁོར་པའི་བཞུགས་ཐོལ་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་ཏེ། ཕྱིད་གཞུང་དང་ཁེལ་ས་དབར་“གཅིག་མཐུན་གཅིག་སྒྲེལ་གྱི་ཟམ་པ”བཅུགས་པ་དང་། ཕྱིད་གཞུང་དང་ཁེལ་ས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གསར་པ་རུས་ལྷགས་ཡོད་ཚུས་བཅུགས་པར་མ་ཟད། ཕྱིད་གཞུང་དང་ཁེལ་ས་ཀྱིས་མཉམ་དུ་འབད་བཅོན་བྱས་ནས་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་བྱས་ཀྱི་སྒྲུལ་རུས་གསར་པ་འཕེལ་གང་ཐུབ་བྱས་ཏེ། དཔལ་འབྱོར་སྤྲས་ཆ་ད་མཐོན་པོའི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བྱས་སུ་འགྲོ་བྱུང་སྤྱལ་འདེད་བཏང་བ་རེད།

 ཉེ་ཆར། སྐད་སྐྱོང་ས་མཆོག་ནོར་གྲངས་འཛིན་ཐོན་ལས་དོ་དམ་ཆོད་ཡོད་ཀྱི་མིའི་མཆོག་ནོར་རིག་རུས་ཅིག་རྟགས་དཔོན་སྤུ་འཚོར་འགྲོ་ཚུགས་ཤིང་། ཀྱང་མིའི་ཁྱད་ཉི་ཀྱང་བསྐྱར་འཛིན་ནོར་བྱས་གསར་འགྲོད་པར་དེའི་རུས་པ་ཕྱིར་སྐབས། ཅིག་རྟགས་ཐོག་གི་སྤྱི་འཇུག་ཀྱི་དོ་མནན་ན། བཤད་པའི་སྐད་ཆའི་ནང་དོན་ཆོད་མ་འཚར་རྟེན་སྤུ་འཚོར་རྟེན་སྤུ་འཚོར་ལོ་དེའི་རུས་པ་ཕྱིར་སྐབས་དང་། ལོ་རྒྱུ་ཞེས་པའི་དཔེ་རིས་མནན་ན། སྐད་ཡིག་རྩིས་ཀྱི་ཡིག་རྩུ་བསྐྱར་ཐུབ། གཞན་ཡང་། ཅིག་རྟེན་དེར་པར་རིས་ཡིག་སྤྱི་དང་སྐད་གདངས་ཡིག་སྤྱི་འདྲུ་ལུ་རུས་པ་ཐུན་ཡོད་ཅེས་བཤད།

 ཅིག་རྟགས་དེ་ནི་ཀྱང་མི་དེའི་གྲངས་འཛིན་ཐོན་ཁུལ་མང་པོའི་གས་ཤིག་ཡིན། ཆ་འཕྲིན་ཅན་གྱི་འཇུགས་སྤྱན་རྒྱན་ཆོད་མེད་པར་ཆུ་ཆེ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་བསྐྱར་ནས་ལས་སྒོའི་མ་ལག་གི་རེམ་སྤྱར་བྱུར་

བསྐོད་དེ་གྲངས་འཛིན་ཁེལ་ས་འཕེལ་བྱས་སུ་གཏོར་བའི་ཐོག་མེད་ཀྱི་ཁ་སྤྱོད་གས་སུ་ལུ་ཡོད་ལ། མཆོག་ནོར་གྲངས་འཛིན་ཁེལ་ས་ཀྱིས་ཀྱང་ལག་ཆལ་གྱི་རིམ་པ་སྤྱར་བ་དང་། ཐོན་ཁུངས་ལེགས་སུ་གཏོར་བ། མ་དདུལ་གཏོར་བ། ཤེས་ལྡན་པ་གཞི་སྤྱོད་ཤིང་པ་སོགས་སྤྱོད་མང་པོར་འབད་བཅོན་བྱས་ཡོད། མིག་སྒྲའི་བར་ཀྱང་མེས་གསར་དུ་སྤེལ་བའི་ཕྱད་ཡིག་ཆ་འཕྲིན་གྲངས་འཛིན་ཅན་དང་། རིག་རུས་ཅན། དེ་བཞིན་སྐད་ཆའི་མཛོད་སོགས་ཆོད་མ་ཁེལ་ས་དང་ཉིད་ཀྱིས་ལེགས་སུ་བ་བྱས་པ་ཞིག་རེད།

 བསྐྱར་འཛིན་ནོར་བྱས། ང་ཚོས་འདས་ཟླེ་པའི་ལོ་བཞིའི་ནང་། ཞིབ་འཇུག་གསར་སྤེལ་དང་གྲངས་འཛིན་ཅན་གྱི་འཇུགས་སྤྱན་ཁོན་ར་མ་དདུལ་སྤྱར་ཁི་800ལྟག་ཅམ་བཏང་ཡོད། མིག་སྒྲའ་ཁྲིམ་རར་བཏོན་ཟླེ་པ་དང་ཁྲིམ་རར་འདོན་གཤམ་ཡོད་པའི་རིག་རུས་ཐོན་ཁུལ་ལ་རིམ་ཅིམ་བྱས་ན་མ་དདུལ་སྤྱར་ཁི་1000ལྟག་ཅམ་བཏང་ཡོད། ང་ཚོས་ཐོག་མཐའ་བར་གསལ་དུ་ཀྱང་ཉེ་རིག་གནས་ལ་གདོང་ཆོད་ཆེན་པོ་འཆར་བཞིན་ཡོད་ལ། སྐད་ཡིག་ལ་དམིགས་པའི་ཆ་འཕྲིན་ཅན་དང་གྲངས་རིག་ཅན་གྱི་འཇུགས་སྤྱན་ལ་སྤུ་མཐུད་ནས་འབད་བཅོན་ཤིང་བཞིན་ཡོད་ཅེས་བཤད།

 ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཤིགས་ན། མཆོག་ནོར་གྲངས་འཛིན་2016ལོར་དདུ་བསྐྱེས་པ་ནས་བཟུང་། སྐད་ཀྱི་གྲངས་འཛིན་ཐོན་ལས་འཕེལ་བྱས་ལ་སྤེལ་འདེད་གཏོར་བྱུར་གཞིལ་ནས་མ་ལག་འདུལ་བྱུབ་དང་། མཉེན་ཆས་དང་མཁྲིགས་ཆས་འཇུགས་སྤྱན། གྲངས་འཛིན་རིག་གནས་ལུལ་སྤྱར་། དེ་བཞིན་གྲངས་འཛིན་རིག་རུས་ཐོན་ཁུལ་གསར་སྤེལ་སོགས་ཁྱབ་ཁོངས་མང་པོར་འཇུས་སྒོ་ཆོད་པའི་ལས་སྒོ་བཏོད་ཡོད།

 བསྐྱར་འཛིན་ནོར་བྱས། ཕྱིང་ཁྱེར་བཟོ་ཚོང་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་བཅུགས་ནས་ལོ་རྒྱུ་30འཁོར་པར་ཕྱིར་དུ་བྱེད་སྐབས་ལྷ་སར་དམངས་གཉེན་དཔལ་འབྱོར་དབྱར་མཆོ་རྒྱས་པ་ལྟར་འཕེལ་

བྱས་ཕྱིན་པ་དེ་ནི་ཉར་དང་ཕྱིད་གཞུང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ལྷགས་ཁྱུར་དང་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་པ་ར་ལ་སྤྱོད་ཆོར་ཟབ་མོ་བྱུང་ལ། ཕྱིད་གཞུང་གིས་ཆོར་གཉེར་ཁོར་ལུག་ལེགས་སུ་གཏོར་བ་དང་དཔལ་འབྱོར་སྤྱོད་སྤེལ་སྤྱི་དམོས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོར་བ་སོགས་ཐད་འབད་བཅོན་ཆེན་པོ་བྱས་པའི་སྤྱོད་ཆོར་ཡང་ཟབ་མོ་བྱུང་། ཕྱིད་གཞུང་གིས་ཕྱིད་ཁུས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་། མ་དདུལ་གྱི་རྟོགས་སྤྱོར་། དེ་བཞིན་ཁུལ་བསྐྱེད་གཤམ་གས་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་སྤྱད་ནས་ང་ཚོར་འཕེལ་བྱས་ཀྱི་བར་མཛོད་ས་ཆེན་པོ་དང་འཕེལ་བྱས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་བཟང་པོ་མཁོ་འདོན་བྱས་བྱུང་ཞེས་བཤད།

 མཆོག་ནོར་གྲངས་འཛིན་གྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤོབས་ལྷགས་ཆེ་དུ་གཏོར་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཐོན་ཐོན་གྱི་ཆོར་པ་དང་། སྤྱབ་ཆེན། ལས་རིགས་མཐུན་ཚོགས། ཆོན་ཞིབ་ཆོན་པ་བཅས་དང་མཉམ་ལས་དུར་ཐག་བྱས་པར་མ་ཟད། 2024ལོའི་གོ་ལ་ཕྱིལ་པོའི་གྲངས་འཛིན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཐོ་རིམ་སྤྱིར་སྤྱོད་གས་ཀྱི་གཙོ་དོན་གཏུམ་བཤད་དང་། གོ་ལ་ཕྱིལ་པོའི་གྲངས་འཛིན་ཆོར་དོན་དཔོན་མང་སྤྱོད་ཚོགས་སྐབས་གསལ་བ། རྒྱལ་སྤྱིའི་གྲངས་འཛིན་ཆོར་དོན་ཚོགས་འདུ་ཐོངས་དང་། པོ་བཅས་ལ་ཞུགས་ཏེ། ལུལ་ཁོངས་གྲངས་འཛིན་ཐོན་ལས་དར་བྱས་ཤིང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བྱུར་ཡང་སྤེལ་འདེད་བཏང་ཡོད།

 བསྐྱར་འཛིན་ནོར་བྱས། མ་ཁོངས་པར་སྐོང་ལུང་དང་སྐོང་ཁྱེར་ཕྱིད་གཞུང་གི་འབྲུར་མེད་སྤོབས་ལྷན་གྱི་འགྲོ་ཁྲིད་འོག་ང་ཚོས་གྲངས་འཛིན་དང་། ཆ་འཕྲིན། ལྷག་པར་དུ་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་། གྲངས་གཞིའི་མཛོད་འཇུགས་སྤྱན། གྲངས་འཛིན་རིག་གནས་ལུལ་སྤྱོར་གཉེན་སྦྱོར་སོགས་ཀྱི་ཐད་ལེགས་ཆ་འདོན་སྤེལ་བྱས་ནས་གྲངས་འཛིན་ལྷ་ས་དང་གྲངས་འཛིན་སྐད་སྐྱོང་ས་འཇུགས་སྤྱན་ལ་ལགས་སྤྱོད་གསར་པ་འདུལ་བྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།

 (ཨ་རྒྱུ་ཆེ་རིང་གིས་སྤྱི་ལོ་ཞུས་ཏེ།)

ཕྱིད་ཁྱེར་མེ་ཐོན་རྟོགས་སྤྱོད་ཉིང་ལག་དུ་ཁག་གིས།

ཆན་གཞོན་ལག་གདང་སྤེལ་ནས་བདེ་འཇགས་དང་བྱིས་པ་དང་མཉམ་དུ་འགྲོགས་ཞེས་པའི་བྱིད་སྒོ་སྤེལ་བ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འབྲེས་རྒྱ་རྒྱུ་རྩེ་གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། སྤྱབ་མའི་མེ་ཐོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཟབ་ཏུ་གཏོར་བ་དང་། རང་སྐྱོང་རང་སྤྱོད་ཀྱི་རུས་པ་ཁྱོད་ཡོངས་ནས་ཆེ་དུ་གཏོར་བ། ཁྲིམ་ཆོར་དང་སྤྱབ་ཐུའི་དབར་གྱི་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འགོག་སྐྱོང་འཛིར་རགས་བརྟན་དུ་གཏོར་བ་བཅས་ཀྱི་ཆོད་དུ། ཉེ་ཆར། ཕྱིད་ཁྱེར་མེ་ཐོན་རྟོགས་སྤྱོད་ཉིང་ལག་དུ་ཁག་གིས་“ཆན་གཞོན་ལག་གདང་སྤེལ་ནས་བདེ་འཇགས་དང་བྱིས་པ་དང་མཉམ་དུ་འགྲོགས་”ཞེས་པའི་བྱིད་སྒོ་སྤེལ་བ་རེད།

 བྱིད་སྒོ་དེ་ཁྲིམ་ཆོར་20ལས་ཀྱུབ་པ་དང་། འགན་བསྐྱར་ནད་ཞུགས་མཁན་དུ་ཁག་2ཀྱིས་དུས་གཅིག་དུ་འགན་བསྐྱར་བྱས་པ་རེད། དེའི་ནང་སྤྱོད་ཉིན་ལས་ཐར་ཐབས་དང་། དཔོན་ཐོག་དཔོར་ནས་རྟོགས་སྤྱོད་བྱིད་པ། ར་ནི་ལན་འདེབས་མཁན་མཁས་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་ཡིན་ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་དམིག་དོ་བའི་ལེ་ཆོན་བཀོད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། མེ་ཐོན་བདེ་འཇགས་སྤྱོད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་དེ་རྟོལ་ཅོད་ནད་བཅུག་ནས་བྱིས་པ་ཆོ་ཆོད་མོ་ཆོ་ཞོར་དུ་སྤྱབ་སྤྱོད་དང་སྤྱབ་སྤྱོད་བྱིད་ཞོར་དུ་ཆོད་མོ་ཆོ་དུ་བཅུག་པ་རེད།

 “ར་ནི་ལན་འདེབས་མཁན་མཁས་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་ཡིན་”ཞེས་པའི་སྤྱོད་ཆོགས་ནང་། བྱིས་པ་ཆོས་གཙོ་སྤྱོད་བས་བཏོན་པའི་དྲི་བར་འཚོང་ཁ་ཤིག་ཤིག་རང་ལན་བཏབ་པ་དང་། མེ་ཐོན་པས་བྱིས་པ་ཆོར་མེ་ཐོན་ཡོ་བྱད་ཤེད་སྤྱོད་བྱིད་སྤངས་དང་དོ་སྤྱོད་བྱིད་དགོས་པའི་གནད་དོན་འབྲེལ་བཤད་དང་། ཁོང་ཚོར་མེ་སྤྱོད་ཀྱི་གནོད་འཚར་རོས་འཛིན་ཡང་དག་བྱ་རྒྱུའི་ཁྲིད་སྤྱོད། རི་ལྷར་བྱས་ཏེ་མེ་སྤྱོད་སྤྱོད་འགོག་དང་རང་སྤྱོད་བྱིད་ཤེས་པ་བཅས་བྱས་པ་རེད། “དཔོན་ཐོག་དཔོར་ནས་རྟོགས་སྤྱོད་བྱིད་པ”ཞེས་པའི་སྤྱོད་ཆོགས་ནང་། མེ་ཐོན་ཡོ་བྱད་དེ་རྒྱག་མཐུད་དེ་བྱུག་པ་བྱས་ཀྱིས་པ་ཆོ་ཁྲིམ་བདག་གི་རྟོགས་རམ་འོག་ཡོ་བྱད་བརྒྱུད་སྤྱོད་དང་ཤེད་སྤྱོད་གཏོར་དུ་བཅུག་པ་དང་། དེས་བྱིས་པ་ཆོའི་ཆོགས་པའི་མཉམ་ལས་ཀྱི་རུས་པར་སྤྱོད་བཟར་ཐོབ་ས་པར་མ་ཟད། ད་དུང་ཁོང་ཚོར་མེ་ཐོན་ཡོ་བྱད་ཤེད་སྤྱོད་གཏོར་ཚུལ་ཐད་ཉམས་ལེན་ཐུབ་པ་དང་། ཁོང་ཚོའི་དོན་དཔོན་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་རུས་པ་ཆེ་དུ་བཏང་ཡོད། “སོག་ཉེན་ལས་ཐར་ཐབས”ཞེས་པའི་སྤྱོད་ཆོགས་ནང་། ཁྲིམ་བདག་གིས་བྱིས་པ་ཆོའི་སྤྱོད་ཁྲིད་དེ་དུ་ཡོང་གིས་འབྲིགས་པའི་ཁང་པ་ནས་རི་ལྷར་བྱས་ནས་སྤྱོད་ཉིན་ལས་ཐར་ཐབས་བྱིད་པའི་ཐད་



པར་འདི་ནི་བྱིད་སྒོ་སྤེལ་ལུལ་དུ་སྤྱོད་ཆོས་ཐག་འཐེན་འགན་བསྐྱར་བྱིད་བཞིན་པའི་རྩིས་པ་ཡིན།

འགན་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། ཆོད་མར་མེ་སྤྱོད་ལས་གཡོལ་བའི་གཞི་ཆའི་གོ་རིམ་དང་དོ་སྤྱོད་བྱིད་དགོས་པའི་གནད་དོན་ལ་ཤེས་རྟོགས་གཏིང་ཟབ་ཐུབ་པར་བྱས་ཡོད།

 བྱིད་སྒོ་སྤེལ་ལུལ་དུ། འཇུག་ཆ་དོད་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་གི་རྩིས་པས་ཁེད་ས་ཡོད། ཁྲིམ་བདག་དང་བྱིས་པ་ཆོར་དེ་བས་གཏིང་ཟབ་པའི་སྤྱོད་ཆོར་ཡོང་བར་བྱ་ཆོད། དམིག་དོ་བའི་ལུས་ཆལ་འགན་ཆོགས་ཀྱི་རྩིས་ཀྱང་ས་ཁག་ལེགས་སུ་བྱུབ་ཐིན་ཆེས། བྱིད་སྤྱོད་ཐོག་ད་དུང་ཐག་འཐེན་འགན་བསྐྱར་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ཤེས་ལེན་ལེན། འཇུག་མེ་ཉམས་ལེན། སྤྱོད་སྤྱོད་ཤེས་ལེན་ལེན་པ་དེད། ཐག་ཉེས་ནས་མེ་ཐོན་ཉམས་ལེན་བྱིད་པ་དང་། བྱིད་སྤྱོད་སྤེལ་ལུལ་དཔོན་ལ་བརྟེན་པ། མེ་ཐོན་ཀྱི་རྒྱུན་གཏན་རྟོགས་སྤྱོད་དང་ཁ་འབྲེམས་གནས་ཚུལ་ལ་དམིགས་བཅས་བྱས་ཏེ། ཆོད་མོ་ཆོ་ཞོར་དུ་སྤྱབ་གསོ་གཏོར་བའི་བྱ་ཐབས་ཐོག་ནས་ཁྲིམ་བདག་དང་བྱིས་པ་ཆོའི་མེ་ཐོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་རང་སྤྱོད་རང་སྤྱོད་ཀྱི་རུས་པ་ཆེ་དུ་བཏང་ཡོད།

 ལྷ་ས་སྐོང་ཁྱེར་མེ་ཐོན་རྟོགས་སྤྱོད་ཉིང་ལག་དུ་

ཁག་བྱོགས་བསྐྱས་མཛོད་ཁྲིད་ཁྲུལ་ལི་ལས་རྟོགས་པ་ཡོང་ཕྱི་མིན་གྱིས། ད་ལོའི་ཟླ་11པའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་མེ་ཐོན་དེལ་བསྐྱགས་ཟླ་བ་རེད། ལྷ་ས་སྐོང་ཁྱེར་མེ་ཐོན་རྟོགས་སྤྱོད་ཉིང་ལག་དུ་ཁག་གིས་དམངས་ཡོངས་ཀྱི་མེ་ཐོན། ཆོ་སྤྱོད་གོད་དུ་བཀྱུར་ཞེས་པའི་གཙོ་དོན་དང་། སྤྱབ་ཐུའི་མེ་ཐོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་དེལ་བསྐྱགས་སྤྱོད་གཞིའི་ལས་རྟོག་ལ་དམིགས་སྤྱོད་དེ་ཐོངས་ཀྱི་དུ་ཐོངས་བྱིད་སྤྱོད་འདི་སྤེལ་ནས་སྤྱོད་མའི་མེ་ཐོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་བྱིད་ཆོད་དང་རང་སྤྱོད་རང་སྤྱོད་ཀྱི་རུས་པ་ཁྱོད་ཡོངས་ནས་ཆེ་དུ་གཏོར་བ་དང་། ཁྲིམ་ཆོར་དང་སྤྱབ་ཐུའི་དབར་གྱི་འཇགས་ཀྱི་འགོག་སྐྱོང་འཛིར་རགས་བརྟན་དུ་བཏང་ཏེ། བྱིས་པ་བཅིག་ལ་སྤྱོད་གསོ་བཏང་ན་ཁྲིམ་ཆོར་གཅིག་ལ་ལྷགས་རྒྱུན་བཟང་པོ་ཐོབ་ས་པ་དང་། དེ་ནས་སྤྱོད་ཆོགས་ཡོངས་ལ་ལྷགས་རྒྱུན་བཟང་པོ་ཐོབ་ས་པའི་མེ་ཐོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་དེལ་བསྐྱགས་ཆོན་པོའི་རྩིས་པ་ཞིག་ཆོགས་པར་བྱས་ནས་དམངས་ཡོངས་མེ་ཐོན་ནད་ཞུགས་པ་དང་། མེ་ཐོན་ལ་སྤྱབ་སྤྱོད་བྱིད་པའི་རྩིས་པ་ཟབ་མོ་ཞིག་གཏོད་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།

 (པ་རྒྱ་རྒྱལ་གྱིས་སྤྱི་ལོ་ཞུས་ཏེ།)

ཕྱིད་ཁྱེར་ཕྱིད་གོས་ཀྱིས་རྒྱན་ལས་ལུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ ཆོགས་འདུ་ཐོངས་བཙོ་ལུ་པ་འཚོགས་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འབྲེས་རྒྱ་རྒྱུ་རྩེ་གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཟླ་11ཚེས་25ཉིན་ཕྱིད་ཁྱེར་ཕྱིད་གོས་ཀྱིས་རྒྱན་