

## ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དྷོན་ལག་ལེན་བསྟར་ནས་ལྷ་སའི་རྒྱུང་ལམ་གསར་པའི་ཐོག་མཉམ་དུ་སྦྱོང་།

### ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དྷོན་ལག་བསྟར་དྷོན་འབྲེལ་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་གི་དཔྱད་གཏམ་པས།

2024ཨིའེ་ལྷ་སའི་ཚོགས་འདུ་གཉིས་རྒུལ་ཁའི་ངང་མཉུག་འགྲེལ་བ་དང་། དེས་བརྒྱད་སྔོན་བྱས་པའི་སྤྱིང་སྟོབས་ནི་དཔྱད་རྒྱུང་འཇམ་པོ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་ལྷ་སའི་ས་བྱ་གས་གང་སར་བྱལ་ནས་ང་ཚོ་མི་ཚང་མའི་སེམས་སུ་རེ་བའི་ལུ་གྲ་འབུས་ཡོད། ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དྷོན་ཁྲོད། དུ་ཨིའེ་ང་ཚོའི་ལས་དྷོན་གྱི་དཔེ་མཉམ་གས་ཚད་དང་ལས་འགན་གཙོ་བོ་དང་བྱ་སྦྱོང་སྒོགས་ཀྱི་ལམ་བྱ་གས་ཁ་གསལ་བསྟན་ཡོད་པར་མ་ཟད། ང་ཚོའི་འོཅ་བ་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པའི་དྷོན་ཆེན་དང་དྷོན་དག་གས་ཆེན་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་བཏོན་ཡོད། ལྷ་སའི་ཁོངས་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་དོ་ས་ནས་ང་ཚོས་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དྷོན་ལ་སྒྲིབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་དང་དྷོན་འབྲེལ་ཡག་པོ་བྱ་གྱུ་དེ་མིག་སྤེའི་ལས་དྷོན་གས་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བསྒྲིམ་ནས་ང་ཚོར་གོང་ཁྲི་དང་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ལྟ་བུ་འདྲིའི་ཐོན་ལུག་ལ་ར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ཡོང་བར་ཐུན་མོང་ཐོག་སྒྲུལ་འདི་དྷོན་གཏོང་དགོས།

ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ལ་དཔེ་གས་ནས་ཐོན་ལས་ཆེན་པོ་དགྲུ་འཕེལ་རྒྱས་ཤུགས་ཆེན་བཟང་སྟེ་ལྷ་སའི་བྱང་ཚོས་ལུན་པའི་དེང་རབས་ཅན་གྱི་ཐོན་ལས་མ་ལག་འཕྲུགས་སྦྱང་བྱེད་དགོས་པའི་གྲོས་འགོ་བཏོན་ཡོད། ཐབས་རྒྱས་འདྲིམ་ང་ཚོར་གོང་ཁྲི་དང་ལས་འགྲོར་འཕེལ་རྒྱས་འབྲི་བའི་རེ་བ་མཐོང་བར་བྱས་ཡོད། ང་ཚོ་ས་ཆ་འདྲིའི་སྤེང་དུ་འོཅ་བར་རྩལ་བཞིན་ཡོད་པས་ལྷ་སར་རིག་གནས་ལུལ་སྐྱར་ཐོན་ཁུངས་ལུན་སྒམ་ཚོགས་ཤིང་། གན་འཕྲིའི་དགོན་པ་དང་། རྟེན་གྱུར་དང་ངོ་མཆར་ལུན་པའི་དག་རྒྱུན། རང་བྱུང་མཛེས་སྡེ་ངས་སྒྲིགས་ནི་མི་དྷོན་ཅ་དགོན་པའི་ཆ་ཆེ་བའི་རྩོར་བུ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། ང་ཚོས་ལུལ་སྐྱར་བ་དེ་བས་མང་བ་བར་མཆམས་མེད་པར་ཡོང་བ་མཐོང་ཞིང་། ལུལ་སྐྱར་ཁྲིམ་ར་ཉིན་རེ་བཞིན་འཁྲུག་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱིས་དེང་རབས་ཚན་ཆལ་སྦྱང་དེ་ཞིང་འབྲོག་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་དང་། བྱང་ཚོས་ལུན་པའི་འདེབས་འཕྲུགས་གསོ་སྤེལ་རྟེན་གཞི་དང་ཞིང་ལས་ཐོན་རྫས་ཀྱི་ལས་སྐྱོར་གཏོང་ཟབ་ཏུ་བཟང་སྟེ་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པའི་ནན་གསུང་པ་གནང་ཡོད། ང་ཚོའི་ཉེ་འགམ་གྱི་ཞིང་འབྲོག་དམངས་མི་ཁུང་བ་ཞིག་གིས་ཚན་ཆལ་དང་ལེན་ཏུར་ཐག་བྱེད་འགོ་བཙམས་ཤིང་། ཁོང་ཚོས་འདེབས་འཕྲུགས་དང་གསོ་སྤེལ་གྱི་ལག་ཆལ་གསར་པ་ནང་འདྲེན་བྱས་ནི་བྱང་ཚོས་ལུན་པའི་ཞིང་འབྲོག་ལས་ཀྱི་ཐོན་རྫས་ལས་སྐྱོར་དང་ཚོང་ལྷན་བས་ཡོང་འབབ་རིམ་བཞིན་མང་དུ་འཛོལ་བཞིན་ཡོད། དེ་ལས་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲིད་སྟན་དང་དམ་པོར་འབྲེལ་ན་ང་ཚོའི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་

རྒྱས་ཀྱི་བགྲོང་ལམ་ལེགས་པ་དང་འོཅ་བ་སྔར་བས་ཐུན་སྒྲུལ་ཚོགས་སུ་འགྲོ་རྒྱུར་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་བྱས་ཆོག་པ་མཛོན་ལུ། དམངས་འོཅ་ལེགས་སུ་གཏོང་རྒྱུ་ནི་ཐོག་མཐའ་བར་གསལ་དུ་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་གྲོས་གཞི་གཙོ་བོ་ཡིན། གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་འཕྲུགས་སྐྱོར་ཐད་ལས་རྒྱལ་བཞི་གཅིག་སྒྲིལ་དང་ཐབས་བཅུན་མཉམ་སྦྱོང་མཐའ་འབྱོར་ས་བྱས་ནས་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ལུག་གི་རྒྱལ་བ་བྱ་གས་ཡོངས་ནས་ལེགས་སུ་གཏོང་དགོས། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཁྲོམ་གཞུང་དེ་བས་གཙང་མར་གྱུར་ཡོད་པ་དང་། ཁྲོམ་རའི་སྒྲིག་ལམ་དེ་བས་ཚད་ལུན་དང་གི་རིམ་ལུན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ང་ཚོའི་མིག་མཐོང་ལག་བྱིན་དུ་གྱུར་ཡོད། ལུལ་རྒྱུང་རྟེང་བ་སྦྱར་བཟོད་བྱས་པ་དེས་སྟོན་ཆད་རྟེང་བུལ་ཡིན་པའི་ཁང་པ་རྫས་པ་གསར་རྒྱུང་དུ་བསྐྱར་བ་དང་། འགོ་ལམ་ཁོང་སྟོམས་པ། ལམ་སྟོན་དེ་བས་གསལ་བ། སྔོད་གནས་ཀྱི་ཁོང་ལུག་ལེགས་སུ་བྱིན་པ་བཅས་རེད། སྒྲིབ་གསའི་ཁལ་ཁོངས་ས། སྒྲིབ་གསོ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྤུས་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་བའི་བྱ་སྦྱོང་ལག་བསྟར་བྱས་ནི་སྒྲིབ་གསོ་སྤུས་ལེགས་དང་དྷོ་སྟོམས་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བར་སྒྲུལ་འདྲི་ད་བཟང་ཡོད། ཉེ་འཁོར་གྱི་ལུ་གྲ་ཚར་སྤུས་ལེགས་ཀྱི་སྒྲིབ་གསོ་འི་ཐོན་ཁུངས་དེ་བས་མང་བ་ཡོད་པ་དང་། སྒྲིབ་སྤེའི་སྒྲིག་ཆས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་འབུས་ཚང་དུ་བྱིན་པ། དགི་ཆེན་བརྩེ་རིས་ཀྱི་ལམ་སྤེལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིབ་ཁྲིད་ཀྱི་སྤུས་ཚད་བརྟན་པོའི་ངང་མཐོ་རུ་བྱིན་ཡོད། སྤུན་བཅོས་འཕྲོད་བསྟེན་ཐད་དམངས་ཡོངས་འགན་བཅོལ་ནང་ཞུགས་པའི་འཆར་གཞི་ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱས་པས་ནད་བརྟན་སྟོན་བཅོས་བྱ་རྒྱུར་སེམས་ཁལ་བྱེད་པའི་དཀའ་ལུན་ད་བསལ་ཡོད། ལས་ཞུགས་བྱ་ལུལ་དུ་འགན་བཅོལ་ནང་ཞུགས་དགོས་པའི་ཚོད་འཛིན་མེད་པར་བཅོས་ནས་ལྷ་སར་འབད་འཐབ་བྱེད་མཁན་ཆང་མ་སྒྲིབ་དེ་པོའི་ངང་སྟོན་བཅོས་འགན་བཅོལ་ནང་ཞུགས་ཐུབ་པ་དེ་ནི་ཚོགས་ཆེན་གཉིས་ཀྱིས་རང་ཆོར་སྦྱང་པའི་དྷོ་སྦྱོང་ལུན་པའི་ཐུགས་ཁུར་ཞིག་རེད།

འབྱུང་ཁམས་སུང་སྦྱང་དེ་ལྷ་ས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲིག་ཆ་

ལྷ་བུ་ཡིན། ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོན་བརྟན་འཕྲུལ་མེད་ངང་འབྱུང་ཁམས་སྟོན་སྤེལ་དང་འབྱུང་ཁམས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་དུ་བསྐྱོང་རྒྱའི་ནན་གསུངས་གནང་ཡོད། རྣམ་མཉའ་སྟོ་ཞིང་སྟོན་པ་དཀའ་བ་དང་རེ་པོ་སྟོ་ཞིང་རྒྱ་མོ་དང་ས་པའི་ཁོར་ལུག་ཏུ་ང་ཚོ་འོཅ་བ་ལེན་ཡོད་པས་འབྱུང་ཁམས་སུང་སྦྱང་གི་གསལ་ཆའི་རང་བཞིན་ལ་སྦྱོང་ཆོར་གཏིང་ཟབ་བྱུང་ཡོད། པོ་ཤས་རིང་། ང་ཚོས་སྤྲིད་གཞུང་གིས་ས་མཐོའི་འབྱུང་ཁམས་མ་ལག་སུང་སྦྱང་དང་ཉམས་གསོ་བྱེད་

ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲིའི་ས་དམངས་སྤྲིད་པན་བདེ་སྒྲིག་གཞིའི་ཆན་ཆོན་དང་ལུ་གྲ་ཚར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྱིམ་ཚང་ཆེན་པོའི་དྷོ་སྦྱོང་ཆོར་ཐུབ་པ་དང་། ཁོང་ཚོའི་བསམ་པའི་རིག་གནས་འོཅ་བ་ཐུན་སྒམ་ཚོགས་

ཤུགས་སྤུམ་ཐུན་ཆེ་དུ་བཟང་ནས་ནམ་མཁའ་སྔར་བས་སྟོབ་དང་། རྒྱ་མོ་མར་བས་དངས་པ། ས་གཞི་སྔར་བས་དངས་གཙང་བཅས་ཡོང་བའི་ཐུབ་འབུས་མཐོང་བྱུང་། སྒྲིགས་མེད་གྲོང་ཁྱེར་བརྟན་པོའི་ངང་འཕྲུགས་སྐྱོན་བྱ་རྒྱུར་སྒྲུལ་འདྲི་དགོང་བཞིན་ཡོད་པས་ང་ཚོ་ཆང་མ་གད་སྒྲིགས་རིགས་དཔྱེའི་ནད་ཏུར་ཐག་ཞུགས་ནས་ཉེ་འཁོར་གྱི་རྩ་རྩེ་ཤིང་ཆང་མར་གཅེས་སྦྱང་གང་ལེགས་བྱེད་དགོས། གང་ལགས་ཤེན། ང་ཚོས་འབྱུང་ཁམས་བྱིམ་གཞིས་དེ་སྤུང་སྦྱོང་ཡག་པོ་བྱས་ཆོག་ཞིན་ནམ་རིམ་བས་སྤུ་མི་རབས་བར་མཛེས་པའི་ཁོར་ལུག་ཁོངས་སྦྱང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས། ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དྷོན་གྱིས་ལྷ་ས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བར་ཁ་བྱ་གས་གསལ་སྟོན་བྱས་པར་མ་ཟད། ང་ཚོ་མི་ཚང་མའི་འབད་འཐབ་ལ་སྔར་བས་སྒྲུལ་སྦྱོང་བྱས་ཡོད། སྤྲིད་གཞུང་གིས་གྲོང་ཁྱེར་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་དང་མི་དམངས་བདེ་སྦྱང་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་འབད་བཅོན་བྱེད་པ་དང་ཚོད་སེམས་བརྟན་པོ་ཡོད་པ་ང་ཚོས་མཐོང་བྱུང་། ལྷ་སའི་ཁོངས་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་དོ་ས་ནས་ང་ཚོས་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་འབོད་སྒྲུལ་དང་ལེན་ཏུར་ཐག་ཞུས་ནས་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དྷོན་རྒྱན་གཏན་གྱི་འོཅ་བ་དང་ལས་ཀའི་ཁྲོད་དུ་མཉམ་འདྲན་ཐུབ་པར་བྱེད་དགོས། རང་ཉིད་ཀྱི་ལས་གནས་ཐོག་འབད་བཅོན་ཏུར་ཐག་བྱས་ནི་ལུལ་སྐྱར་ཞབས་ཞུ་དང་ཞིང་འབྲོག་ལས་ཐོན་སྦྱོང་བྱེད་པའམ་ཡང་ན་གྲོང་ཁྱེར་འཕྲུགས་སྐྱོན་དང་འབྱུང་ཁམས་སུང་སྦྱང་ནད་ཞུགས་པ་གང་ཡིན་དུང་ང་ཚོའི་འབད་བཅོན་ཆང་མ་ལྷ་སའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲུལ་འདྲི་ད་གཏོང་བའི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དྷོན་གྱི་མཛུབ་ཁྲིད་འོག་ལྷ་སའི་མི་རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་ཀྱིས་སེམས་ཤུགས་གཅིག་སྒྲིལ་དང་དམ་པ་དྷོན་གཉེན་བྱས་ན། མཐུན་སྒྲིལ་དང་། འབྲོར་བུག་ཤེས་དཔལ། ཞི་མཐུན། མཛེས་སྒྲིག་བཅས་ལུན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་ལྷ་ས་གསར་པ་འཕྲུགས་སྐྱར་བྱེད་པའི་འབད་འཐབ་དཔེ་གསུམ་ཚད་མཐོ་རེད་འབྱུར་བྱེད་ཐུབ་དེས་ཡིན་པ་ང་ཚོར་ཡིད་ཆེས་ཡོད། ང་ཚོས་ལག་གདང་སྟེལ་ནས་མཉམ་དུ་མདུན་སྦྱོང་བྱས་ནི་དུས་རབས་གསར་པའི་རྒྱུད་སྦྱོང་གྱི་ལམ་དུ་གསར་པའི་ཁྲོད་ལྷ་སར་དབང་བའི་འོད་སྔོང་འཕྲོ་བའི་ལུ་འཇམས་ནས་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དྷོན་ལྷ་སའི་ས་གཞི་ཆེན་པོའི་ཐོག་སྔར་ལས་གཟི་བརྩེད་ལུན་པའི་སྟོན་ནས་འོད་སྔོང་འཕྲོ་ཐུབ་པ་དང་ང་ཚོའི་འབྱུང་འབྱུར་སྔར་ལས་དར་ཞིང་རྒྱ་མ་པ་དང་བདེ་སྦྱོང་ཐུན་སྒམ་ཚོགས་པོ་ཡོད་པར་བྱེད་དགོས། (དཔལ་སྒྲུབ་ས་རྒུལ་གྱིས་སྦྱར་ཞུས་བྱས་)

## རང་གྲོང་གི་བར་ལེན་མཐུན་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྱི་པན་བྱེད་སྟོ་སྤེལ་བ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འབྲེས་རྒྱན་རྒྱུར་ལྷེ་གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཟླ་2ཚེས་28ཉིན། བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་གྱི་ཚེས་པ་གཅིག་ཉིན་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་པར་ལེན་མཐུན་ཚོགས་དང་མལ་ལྷོ་གྲུང་དཀར་རྫོང་པར་ལེན་ལུག་ཚོགས་པས་མཉམ་འབྲེལ་བྱས་ནི་མལ་ལྷོ་གྲུང་དཀར་རྫོང་མམ་པ་ཤང་རེ་མདོ་སྐང་གྲོང་ཆོར་ནད་མི་ལྷན་འཛོམས་ཀྱི་པར་སྒངས་ནས་བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་བསུ་བ་ཞེས་པ་གཙོ་དྷོན་དུ་བཟུང་ནས་སྤྱི་པན་གྱི་བྱེད་སྟོ་ཞིག་སྤེལ་བ་རེད། པར་ལེན་པ་ཚོས་ལུལ་དེ་གའི་དུང་ཆང་མང་པོ་ཞིག་ལ་རིན་མེད་ངང་ནད་མི་ལྷན་འཛོམས་ཀྱི་པར་སྒངས་ནས་ལོ་གསར་གྱི་སྟོན་འདུན་བཟང་པོ་བརྒྱུད་སྦྱོང་བྱས་པ་རེད།

བྱེད་སྟོ་སྤེལ་ལུལ་དུ། འཁྲུག་ཆ་དྷོད་ལ་སྟོ་སྦྱང་གིས་ཁིངས། ཞོགས་པ་སྟེ་མོ་ནས་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་པར་ལེན་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་པར་ལེན་པ་ཚོས་ཆེད་ལས་ཀྱི་སྒྲིག་ཆས་བྱིར་ནས་དུད་ཆང་རེ་རེ་བཞིན་ནད་མི་ལྷན་འཛོམས་ཀྱི་པར་སྒངས་པ་རེད། ཁོང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་རུས་ཤུགས་གང་ཡོད་བཏོན་ནས་པར་ལེན་གྱི་རུར་ཆོད་འགས་སྒྲིག་ཞིབ་ཚོགས་བྱེད་པ་ནས་ངར་རྒྱུད་རིང་པོའི་སྟོ་ནས་མི་རེ་རེའི་གདོང་གི་འཕྲོམ་



པར་འདྲི་ནི་པར་ལེན་པས་གྲོང་མིར་ནད་མི་ལྷན་འཛོམས་ཀྱི་འདྲ་པར་སྟོན་བཞིན་པའི་རྒྱལ་པ་ཡིན།

(པར་ངོས་དང་བོར་མཐུད)བརྟན་ཐོག་ཡར་བཅོན་གྱི་ལས་ཀའི་སྤྱིའི་དགོངས་གཞི་མཐའ་འབྱོངས་དང་། འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་གསར་པ་ཆ་ཆང་དང་ཡང་དག་པའི་ངང་བྱ་གས་ཡོངས་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ། འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱལ་པ་གསར་པ་གང་མཁྱེགས་གཏོང་པ། སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲུལ་འདྲི་ད་ཉན་ཏིག་གཏོང་བ། ཁྱོན་ཡོངས་ནས་སྦྱར་བཅོས་སྔར་བས་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ། བྱ་བྱ་གས་སུ་རྒྱ་ཆད་མཐོ་བའི་སྟོ་མི་འབྱེད་རྒྱ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ། དེང་རབས་ཅན་གྱི་ཐོན་ལས་མ་ལག་འཕྲུགས་སྦྱང་བྱེད་པ། འཕེལ་རྒྱས་དང་བདེ་འཇགས་གཅིག་ཀྱུར་འཆར་འགྲེད་སྔར་ལས་ལེགས་པ་བྱེད་པ། སྔར་ལས་དགེ་མཆན་ལུན་པའི་སྤྱི་ཁོག་སྤྲིད་རྫས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ། རྒུལ་ནད་གི་དགོས་མཁོ་རྒྱ་ཆེར་གཏོང་བ། ཚན་ཆལ་གསར་གཏོང་དང་ཐོན་ལས་གསར་གཏོང་མཉམ་འདྲིས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲུལ་འདྲི་ད་གཏོང་བ།

ཁང་ཆོང་དང་རྐང་དངུལ་འཛོན་ལོར་བརྟན་པོ་ཡོང་བ། གཙོ་གནད་བྱབ་ཁོངས་ཀྱི་ཉན་ལ་དང་བྱ་བྱ་གས་ཀྱི་སྒྲིག་ཤུགས་སྟོན་འགོག་དང་སེལ་བ། སྟོན་དཔག་བརྟན་པོ་དང་གསོན་ཤུགས་སྒྲུལ་སྤེལ་བྱེད་པ། དཔལ་འབྱོར་རྒྱན་མཐུད་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བར་སྒྲུལ་འདྲི་ད་གཏོང་བ། མི་དམངས་ཀྱི་འོཅ་བའི