

ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ཁོ་རི་ཡའི་ཁྱིད་འཛིན་ལུ་ཐུང་དང་མངལ་ཚལ་གནང་བ།

（ཡར་རྩ་དང་ཡོར་མཐུང་）

 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ནན་གསུང་ས་གནང་དྲན། ལས་དབང་གཅིག་མཐུན་ཚོགས་པ་འཛུགས་སྐྱོང་བྱ་རྒྱ་ནི་ཤི་ཤིན་ཅུན་བཅའ་འཛིག་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་རྩ་ཉེ་ཉུང་ས་འཛིན་པ། གཉིས་པན་མཉམ་རྒྱལ། གོ་ལ་རྒྱལ་པོ་ཐུར་བ་ཤུ་འདྲེགས་བཅས་ཕྱིད་པའི་ཡང་དག་པའི་ལམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། གྲུང་གོ་དང་ཁོན་ནི་ཡ་ཚུགས་གཉིས་པོ་ས་རྫོ་བརྟན་འཕྲར་མྱེད་དང་རྒལ་ཁབ་ཀྱི་བདག་དབང་དང་། བདེ་འཇགས། འཕེལ་རྒྱས་ཁོ་སྤོ་བརྟན་མཉེད་དང་རང་རྩལ་ཁབ་ཀྱི་རྒལ་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲོ་འཕྲོ་ལམ་འཛོལ་ཞིབ་ཕྱིད་པར་པན་ཅུན་རྒྱབ་རྒྱས་ཕྱིད་པ། རྒྱལ་ཁྱིད་སྐྱོང་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་སྦྱང་ལྷལ་རེས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གནིང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ། དེར་རབས་ཅན་གྱི་འཕྲོ་ལམ་ཐོག་གི་མཉམ་སྦྱོང་པ་དང་ཚྭ་གས་པོ་རོ་མ་ཕྱིད་དཀས། “རྒྱུད་གཅིག་ལམ་གཅིག”མཉམ་སྦྱར་ཕྱིད་པ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོ་འི་མཉམ་ལས་ཀྱི་བརྒྱག་མདངས་འཛོལ་བའི་མིང་བྱང་རྩ་བུ་ཞིག་ཡིན་པས། རྒྱན་རྩ་ཅན་གྱི་ཁྱིད་རྒྱས་འབྲེལ་གཏུག་ལ་འུགས་སྒྲོན་རྒྱག་པ་དང་། རྒྱ་ཆད་མཐོ་བའི་མཉམ་སྦྱེལ་དང་པན་ཅུན་སྒྲིལ་རེས་ལ་སྦྵལ་འདྲིད་གཏོར་བ། རྒྱན་མཐུང་ཏུར་པའི་ཉོ་ཆོང་བཟོད་ལམ་གར་གཏོར་ལ་སྦྵལ་འདྲིད་གཏོར་བ། རྩ་མང་ཅན་གྱི་མ་དདུལ་མཉམ་འདྲེས་ལ་དཔུད་བརྟུར་ཕྱིད་པ། མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་གྱི་མཛའ་མཐུན་དང་དམངས་མེམས་སྦྱེལ་མཐུད་ཀྱི་རྒྱན་མཐུང་པ་བཅས་བྱས་ཏེ། སྤྱི་ཆོད་མཐོ་པོས་“རྒྱུད་གཅིག་ལམ་གཅིག”མཉམ་སྦྱར་གྱི་རྩེ་ཁྲིད་པ་ཞིག་ཕྱིད་དཀས། གྲུང་གོའི་གཞི་ཁྲོན་ཉ་ཅད་ཆེ་བའི་ཁྲོ་མར་ཐོག་མཐའ་བར་གསལ་དུ་ཁོན་ཉལ་ལྷེ་ཡའི་སྤྱུ་ས་ལེགས་ཐོན་རྩ་ས་ལ་སྒྲོ་མོ་ཕྱེ་ཡོད་ཅིང་། གྲུང་གོ་ཚུགས་ཀྱིས་སྒྲིབ་ས་འུགས་ཐོན་པའི་གྲང་གོའི་ཁོ་ལས་དེ་བས་མང་བ་ཁོན་ནི་ཡར་མ་

འཛིག་ལས་གཉེར་ཕྱིད་པར་བསྐྱོད་རྒྱར་སྦལ་མ་གནིང་རྒྱ་ཡིན། གོ་ལ་རྒྱལ་པོའི་རྩེ་ཁྲོན་གས་ཀྱི་ཁོངས་གཏོགས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པའི་རོ་ས་ནས། གྲུང་གོ་དང་ཁོན་ནི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོ་ས་བྱ་སྐྱོང་དོ་མའི་ཐོག་ནས་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོགས་ཚྭ་གཤིང་ཏུ་བས་པའི་རྒྱལ་སྒྱའི་མ་ལག་ལ་ཤུང་སྐྱོང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱིད་པ་དང་། མཉམ་ཚུས། མཉམ་སྦྱོང་བཅས་ཀྱི་གོ་ལ་རྒྱལ་པོའི་བཙོས་སྐྱོང་ལ་སྦྵལ་འདྲིད་གཏོར་བ། རྩྭ་གས་མང་རིང་ལུགས་རོ་མ་ལག་ལེན་ཏུ་བརྟུར་བ། འདྲ་མཉམ་དང་གོ་རིམ་ཐོན་པའི་འཛམ་སྐྱིད་སྒྲེ་མང་ཅན་དང་ཀུན་པན་ཁོང་ཡངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་གོ་ལ་རྒྱལ་པོ་ཅན་འཛུགས་རྒྱར་སྦྵལ་འདྲིད་གཏོར་བ་བཅས་བྱས་ཏེ། འཛམ་སྐྱིད་འདི་ཉིད་ཞི་བདེ་དང་བདེ་འཇགས། དར་རྒྱས། ཡར་ཐོན་བཅས་ཀྱི་ཁོད་ཐེར་ཐུན་པའི་མདུན་ལམ་ཚུགས་ལུ་བསྐྱོད་རྒྱར་སྦྵལ་འདྲིད་གཏོར་དཀས།

 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་གསུངས་དྲན། རྒྱལ་སྒྱའི་གནས་རུལ་ལ་འཕྲུར་སྟོག་ཁི་ལུར་བྱུང་ཏུང་། གྲུང་གོ་ས་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁར་འཛིན་པའི་བཙོས་མིན་དང་མཛའ་མཐུན་ཐྟག་བསམ་གྱི་ཁྱིད་རྒྱ་དང་བསམ་གཞི་ལ་འཕྲུར་བ་ཡོང་མི་ཁྱིད་ཅིང་། གྲུང་གོ་དང་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁའི་སྐྱིད་ཐུག་མཉམ་སྦྱང་དང་མ་སྤྱང་རྟོགས་རེས་ཕྱིད་པའི་ཐོག་མའི་བསམ་འདུན་ལའང་འཕྲུར་བ་ཡོང་མི་ཁྱིད་ལ། གྲུང་གོ་དང་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁའི་མཉམ་ལས་མཉམ་རྒྱལ་དང་ཐུན་མིང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རྩ་བའི་དམིགས་ལུལ་ལའང་འཕྲུར་བ་ཡོང་མི་ཁྱིད། གྲུང་གོ་ནི་ཁ་གཏན་ཆོག་ལ་གནས་མཁལ་དང་གང་བྱས་མཐའ་འབྲེལ་ཕྱིད་མཁལ་ཞིག་ཡིན་པས། ཁོན་ནི་ཡ་རྒྱུད་པའི་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁ་སྐྱིད་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མཉམ་ཉེ་གས་ཀྱི་ཁ་ཕྱེ་རི་ཁའི་མཉམ་ལས་སྐྱིད་ཐུགས་པོ་ཅིང་དཔུ་ཚོགས་ཀྱི་ཤུབ་འབྲས་ཀྱིས་དུས་མཚམས་རྩ་མའི་པན་འབྲས་ཀྱི་ཤུབ་མཛའ་བ་གནིང་རྒྱར་སྦྵལ་འདྲིད་བཏང་སྟེ། ཨ་ཕྱེ་རི་ཁ་སྐྱིད་གི་མི་དམངས་ལ་པན་པ་དེ་བས་ཆེ་བ་ཐོབ་པར་

ཕྱིད་པ་དང་། གྲུང་གོ་དང་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁའི་མཉམ་འབྲེལ་རང་སྤྱོད་ས་རང་སྤེལ་དང་མཐུན་སྦྱེལ་རྟོགས་ལས་ཀྱི་དུས་རབས་ཀྱི་འཛོད་སྦྱང་དག་པོ་ལྷ་མཐུད་དེ་བརྒྱགས་ནས། གྲུང་གོ་དང་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁའི་སྤྱུ་ཆོད་མཐོ་བའི་མཉམ་ལས་ཐོག་ནས་གོ་ལ་རྒྱལ་པོའི་རྩེ་ཁྲོན་གས་མཉམ་ལས་ལ་རྩེ་ཁྲིད་བྱ་རྒྱར་སྦྵལ་འདྲིད་གཏོར་འདྲོད་ཡོད།

 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ནན་གསུང་ས་གནང་དྲན། རྒྱ་ཁལ་དམག་འཐབ་དང་ཉོ་ཆོང་དམག་འཐབ་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མཁལ་ཐེར་བ་མེད། གྲུང་གོ་ས་རྟོག་དུ་བཅོ་མི་ཁྱིད་ལ་རྟོག་དུ་བཅོ་མཁལ་ལའང་རྒྱག་མི་ཁྱིད་ཅིང་། འཛམ་སྐྱིད་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་དང་ཐུན་ཏུ་མཐུན་སྦྱིལ་མཉམ་ལས་བྱས་ཏེ་འགན་ཚོད་རྩ་ཚོགས་ལ་ཁ་གཏད་གཅོག་པ་དང་། རང་རོ་ས་ཀྱི་ལུགས་མཐུན་ཁོ་སྤོ་ལ་སྤྱང་སྐྱོང་། རྒྱལ་སྒྱའི་ཉོ་ཆོང་སྒྱག་སྒྲིལ་ལ་སྤྱང་སྐྱོང་། རྒྱལ་སྒྱའི་དྲང་སྒྲིམས་དང་དྲང་བདེན་ལ་སྤྱང་སྐྱོང་བཅས་ཕྱིད་འདྲོད་ཡོད།

 ལུ་ཐུངོ་ཡིས་གསུངས་དྲན། ཁོན་ནི་ཡ་དང་གྲུང་གོ་ས་ཐོག་མཐའ་བར་གསལ་དུ་ལུང་མེད་ཀྱི་རྩ་ཉེ་ཉུང་འཛིན་པ་དང་གཉིས་པན་མཉམ་རྒྱལ་རྒྱན་འབྲོངས་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་མཉམ་ལས་ལ་ཐུན་མིང་གི་རེ་འདུན་ཐུན་པ། མི་དམངས་ལྟེ་བར་འཛིན་པ་རྒྱན་འབྲོངས་བཅས་ཕྱིད་བཞིན་ཡོད་པས། དུས་དང་རྩ་མ་ལ་ཀུན་ཏུ་འཐབ་རྒྱས་མཉམ་ལས་ཀྱི་རྟོགས་རྒྱ་ཡིན། ཁོན་ནི་ཡ་ཚུགས་ཀྱིས་གྲུང་གོ་གཅིག་གི་ཁྱིད་རྒྱས་ལག་ལོན་མཐའ་ལེན་པུར་བ་དང་། ཐའེ་མན་ནི་གྲུང་གོའི་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་ཁ་ཤལ་དུ་མི་རྩུང་བའི་ཆོ་གས་ཤིག་ཡིན་པ་རྒྱན་འབྲོངས་ཕྱིད་བཞིན་ཡོད། ཁོན་ནི་ཡ་ཚུགས་ཀྱིས་གྲུང་གོ་ཁྱིད་གཞུང་དང་མི་དམངས་ཀྱིས་ཁོན་ནི་ཡའི་ཟུང་གཞིའི་སྒྲིག་ཆས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོད་མཐོ་རུ་གནིང་བ་དང་རང་བྱུང་གཞོར་འཛེར་ཁ་གཏད་གཅོག་པར་སྦྱར་མེམས་མེད་པའི་རྟོགས་རམ་བྱས་པར་འུགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། མིང་པ་ས་ནས་ནའེ་

ལུངོ་པོ་བར་གྱི་ལུགས་ལམ་ཚོགས་“རྒྱུད་གཅིག་ལམ་གཅིག”གི་རྩ་མ་གྲངས་ཀྱིས་ཁོན་ནི་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྦྵལ་འདྲིད་ནུས་ཐོན་ཐེབས་ཡོད། ཁོན་ནི་ཡ་ཚུགས་ཀྱིས་གྲུང་གོ་ཚུགས་དང་ལག་གདང་སྦྱེལ་ཏེ་ལས་དབང་གཅིག་མཐུན་ཚོགས་པ་འཛུགས་སྐྱོང་དང་། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་འཐབ་རྒྱས་དང་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་འབྲེལ་མཐུད་ཕྱིད་པ། ཉོ་ཆོང་དང་། མ་འཛོག་ཟུང་གཞིའི་སྒྱག་ཆས་འཛུགས་སྦྱར། ཚན་ཅལ་སོགས་ཁབ་ཁོངས་ཀྱི་མཉམ་ལས་ཀྱི་ལས་ལུགས་སྒྲོན་རྒྱག་པ། སར་ཆོའི་དེར་རབས་ཅན་གྱི་འཕེལ་རིམ་ལ་སྦྵལ་འདྲིད་གཏོར་བ་བཅས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་འབྲུང་འཕྲུར་ཐུར་བས་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་བར་བྱ་དཀོས། གྲུང་གོ་དང་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁའི་མཉམ་ལས་ཀྱིས་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁའི་ཞི་བདེའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ས་ཁོན་ནི་ཡ་ཚུགས་ཀྱིས་གྲུང་གོ་ཚུགས་དང་མཐུན་སྦྱོར་གཞིགས་འདྲེགས་དམ་ཟབ་བྱས་ཏེ། གྲུང་གོ་དང་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁའི་མཉམ་ལས་སྐྱིད་སྟེགས་ཀྱི་པོ་ཅིང་དཔུ་ཚོགས་ཀྱི་ཤུབ་འབྲས་དོན་འབྲས་དོན་འབྲེལ་ཡག་པོ་ཕྱིད་འདྲོད་ཡོད། ཉོ་ཆོང་དམག་འཐབ་ཀྱིས་ད་ཡོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྒྱའི་སྒྱག་སྒྲིལ་དང་སྒྱིག་ལམ་ལ་གནིར་བཞིག་གཏོར་གི་ཡོད། ཁོན་ནི་ཡ་ཚུགས་ཀྱིས་གྲུང་གོ་ས་མིག་ཐུའི་གཡོ་འགལ་ཆེ་བའི་དུས་བབ་ཁོད་བརྟན་སྟེང་ཡོ་བྱང་རྩ་བུའི་རུས་པ་འདོན་སྒྲིལ་བྱས་ནས་གོ་ལ་རྒྱལ་པོའི་རྩེ་ཁྲོ་ཚོ་ཚུགས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལུགས་མཐུན་གྱི་ཁོ་དབང་ལ་སྤྱང་སྐྱོང་བྱས་པར་བརྟུགས་བརྐྱང་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཁོན་ནི་ཡ་ཚུགས་ཀྱིས་གྲུང་གོ་ཚུགས་དང་ཐུན་མིང་ཐོག་ཚུགས་མང་རིང་ལུགས་རྒྱན་འབྲོངས་དང་ལག་ལོན་བརྟུར་འདྲོད་ཡོད།

 གས་ཚལ་གནང་ཤུབ་རྩེས། རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་གཙུ་བདག་གིས་“རྒྱུད་གཅིག་ལམ་གཅིག”མཉམ་སྦྱར་དང་། མཐོ་གསར་ཚོན་རྩལ་ལྷོན་ལེན་ལུགས་རྩེལ་རེས། དཔལ་

འབྱོར་ཉོ་ཆོང་། གསར་འཕྲུར་སྒྱུར་སྒྱུར་སོགས་ཁབ་ཁོངས་ཀྱི་མཉམ་ལས་ཡིག་ཆ་ཁག་20ལ་ཐུན་མོང་ཐོག་མིང་རྟགས་བསྐྱོད་པར་བདེན་དཔང་གནང་ཡོད།

 རྒྱགས་གཉིས་པོས་《གྲུང་གལ་རིམ་དམངས་སྒྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཁོན་ནི་ཡ་སྒྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་དུས་རབས་གསར་པའི་གྲུང་གོ་དང་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁའི་དུས་དང་རྩ་མ་ལ་ཀུན་གྱི་ལས་དབང་གཅིག་མཐུན་ཚོགས་པའི་དཔེ་མཚོན་གནིང་རྒྱའི་སྐར་གྱི་མཉམ་འབྲེལ་གསལ་བསྒྲགས་》སྒྲིལ་བ་རེད།

 གས་ཚལ་མ་གནང་གོང་། ཞི་ཅིན་ཕིང་དང་སྐུ་རྒྱ་ཕིང་ལེ་ཡོན་རྩ་གཉིས་ནས་མི་དམངས་ཚོགས་ཁང་ཆེན་མོའི་གར་སྐྱའི་ཐང་ཆེན་གྱི་ཀྱི་རོལ་དུ་ལུ་ཐུངོ་ཐུངོ་དང་སྐུ་རྒྱ་ལེ་ཆེང་ར་ལ་དགའ་བསུ་ཞུ་བའི་མཛོད་སྒྲིག་ཉེར་ཡོད།

 ལུ་ཐུངོ་པོ་ཐེབས་འབྱོར་ཕྱིན་སྐབས་ལུས་ལུགས་དམག་གིས་གལ་སྦར་བ་སྒྲིགས་ནས་ལུས་ལུགས་མཚོན་པར་བྱས་ཡོད། ཞི་ཅིན་ཕིང་དང་ལུ་ཐུངོ་ཤིག་ཐིགས་ཞིབ་སྟེགས་ལུའི་ཐོག་ཐེབས་པ་དང་། དམག་དཔུད་རོལ་ཆ་ཚོགས་པས་གྲུང་གོ་དང་ཁོན་ནི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་རྒྱལ་ཤུ་དགོལ་གཏོར་བྱས་ཡོད། གན་མ་བདེ་སྒྲོ་མོ་ཆེའི་ཐང་ཆེན་དུ་གུས་ལུགས་མེ་སྒྲིགས་ཐེངས་21བརྒྱབ་ཡོད། ལུ་ཐུངོ་ཡིས་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ཐེབས་རྟོགས་ཤོག་གྲུང་གོ་མི་དམངས་བཅིང་ས་འཕྲལ་དམག་གི་གུས་ལུགས་དུ་ཁག་ལ་གཟིགས་ཞིབ་གནང་བར་མ་ཟད་དམག་རིགས་རྩས་འབྱིང་གི་དུ་སྟར་ལ་གཟིགས་ཡོད།

 ཉིན་དེའི་ཉིན་གྱང་། ཞི་ཅིན་ཕིང་དང་སྐུ་རྒྱ་ཕིང་ལེ་ཡོན་རྩ་གཉིས་ནས་མི་དམངས་ཚོགས་ཁང་ཆེན་མོའི་གསེར་མདོག་ཚོམས་ཆེད་དུ་ལུ་ཐུངོ་སྐངས་དཔལ་ལ་དགའ་བསུ་ཞུ་བའི་གསལ་རྟོན་བཅུམས་ཡོད།

 མང་དུ་བྱི་གོང་གསལ་གྱི་ཕྱིད་སྐར་ཞུགས་ཡོད། （བྱམས་པ་ཆེ་རིང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས་）

ལྷ་ས་སྤྱང་ཁྱིར་སེམས་དྲྀད་འབར་རྒྱངས་ཀྱང་མིས་བདེ་འཇགས་ཞིབ་བཤེར་ལས་དོན་ལ་

འུགས་སྒྲོན་བརྒྱབ་ནས་སྤྱང་མིའི་ཆེ་སྟོག་གི་བདེ་འཇགས་ལ་ཤུང་སྐྱོང་བྱས་པ།

（ཡར་རྩ་དང་ཡོར་མཐུང་）འབར་རྒྱངས་མདོད་པའི་སྐར་ཞིབ་རྩ་སྤྱང་ནས་དུད་ཆོང་དུ་བདེ་འཇགས་ཞིབ་བཤེར་དང་མདོན་མེད་ཁྱེན་དན་ལ་ཤལ་བཤེར་ཕྱིད་པའི་བར་དུ་གྲང་མིས་ཚུགས་ཡོངས་ནས་བདེ་འཇགས་ལ་འགན་ལེན་ཕྱིད་པའི་ལས་དོན་སྒྲིལ་བ་དང་། འབར་རྒྱངས་ཀྱི་“བདེ་འཇགས་སྟེམ་སྐྱོ་དམ་དུ་གནིང་བ། བདེ་འཇགས་དང་ཚལ་རྒྱངས་རྐྱོད་པའི་འཛོགས་སྤྱང་འཛིང་རགས་བརྟན་དུ་གནིང་བ་བཅས་བྱས་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཆེ་སྟོག་དང་རྒྱ་ལོར་ཀྱི་བདེ་འཇགས་ཐད་ནུས་འུགས་ཡོད་རྒྱས་འགན་ལེན་བྱས་ཡོད།

 ལྷ་སའི་བར་སྐར་གན་འཛོད་གི་སྒྲིག་བསྐོར་མཐོར་གཏོར་ལས་གཞིའི་བྱང་རྩ་ཁུལ་གྱི་རྩ་མ་ཡངས་དེ་ད་ཨིའི་ཟླ་3ཆེན་17ཉིན་ནས་བཟུང་ཡོངས་སུ་བཀག་སྡོམ་བྱས་ནས་ཨར་ལས་ཕྱིད་འགོ་རྒྱལ་ས་ཡོད། རྩ་མ་ཡངས་ལ་སྦྵལ་འདྲིད་གཏོར་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁོང་དུ་རྩ་ས་སྤྱང་ཁྱིར་སེམས་དྲྀད་གྲང་གིས་ཚལ་རྒྱངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ལ་དྲོད་མ་ནན་པོ་ཕྱིད་པ་དང་། བདེ་འཇགས་ལ་ཞིབ་བཤེར་དང་ལུལ་དགོས་སུ་མཛུབ་ཁྲིད་ཕྱིད་འུགས་ཆེ་དུ་གནིང་བ། འབར