2025ལོའི་ཟླ་11ཚེས་17
པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཕུར་སྒྲོན། གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར། རེས་གཟའ་ཟླ་བ། 3

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོར་
དོ་ཁུར་དང་མཛུབ་ཁྲིད་ཞིབ་ཚགས་བྱས་
ཡོད། ཆེད་དོན་ཚོཊ་པའི་གཞུང་ལས་ཁང་གི་ཀྲུའུ་
རེན་དང་། ལྟ་སྐུལ་སྒྲུབ་སྐུལ། དྲིལ་བསྒྲགས་
འཕྲིན་སྤེལ་བཅས་དང་དེ་བཞིན་བྱ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་
བརྒྱད་ཀྱི་ཆེད་དོན་ཚོགས་ཆུང་གི་འགན་འཁུར་བ་
སོགས་ས་ཁུལ་རིམ་པའི་འགོ་ཁྲིད་ཀྱིས་དུས་བཀག་
ལྟར་ལས་དོན་སྐུལ་འདེད་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ་
དང་ཡུལ་དངོས་སུ་བརྟག་ཞིབ་བྱས་ཏེ། ཞིབ་
འཇུག་བརྡར་གཅོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་སྐུལ་འདེད་
བཏང་ཚུལ་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པ་དང་དཀའ་གནད་
བསལ་ཡོད། ལྷ་ས་གྲོང་ཨུད་ཀྱིས་གཅིག་གྱུར་འགོ་
ཁྲིད་དང་སྤྱིའི་བཀོད་སྒྲིག་འོག་རིམ་པ་ཁག་དང་སྡེ་
ཚན་ཁག་གིས་རང་འགུལ་ངང་འགན་འཁྲི་ཁུར་
ཞིང་། ནན་ཏན་ངང་རང་འགན་གཙང་སྒྲུབ་ཀྱིས་
རྣམ་པ་ལེགས་སུ་གཏོང་བ་དང་། སྒྲིག་འགལ་
འཛུགས་སྐྲུན་བཤིག་པ། སྒྲིག་བཀོད་ཆ་འགྲིག་
ཆེན་པོ། ཁོར་ཡུག་བཅོས་སྐྱོང་ཆེན་པོ། ཐོན་
ལས་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ། རིག་གནས་སྔོག་འདོན་
ཆེན་པོ། མཛེས་ལྗོངས་གསར་གཏོད་ཆེན་པོ་
བཅས་ཐབས་བདུན་མཉམ་སྤྱོད་དང་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་
རྣམ་པ་དང་། ལས་རྣམ། རིག་གནས། འབྱུང་
ཁམས་བཅས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་གཅིག་སྒྲིལ་གྱི་བསམ་
ཕྱོགས་ལ་གཞིགས་ཏེ། གྲོང་ཁྱེར་དོ་དམ་གྱི་སྒྲིག་
བཀོད་བཅོས་སྒྲིག་དང་། གཞུང་ལམ་འགྲིམ་
འགྲུལ་བཅོས་སྒྲིག ཁོར་ཡུག་འཕྲོད་བསྟེན་བཅོས་
སྒྲིག བདེ་འཇགས་ཐོན་སྐྱེད་བཅོས་སྒྲིག གྲོང་
ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་སྔོ་འགྱུར་བཅོས་སྒྲིག ཚོང་
ར་ཚད་ལྡན་དུ་བཅོས་སྒྲིག ཐག་གཅོད་མ་ཐུབ་
པར་ལུས་པའི་གནད་དོན་བཅོས་སྒྲིག་སོགས་བྱ་སྤྱོད་
ཆེན་པོ་བརྒྱད་ལག་བསྟར་བྱས་པ། འཐབ་ཇུས་ཀྱི་
རང་བཞིན་དང་རྒྱང་ལྟའི་རང་བཞིན་གྱི་མིག་རྒྱང་གི་
ཐོག་ནས་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་
ཕྱོགས་བསྡུས་བཅོས་སྒྲིག་ཆེན་མོའི་ལས་དོན་བཀོད་
སྒྲིག་བྱས་པ། མཐོང་རྒྱུ་དང་ཚོར་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་
ཤེས་རྟོགས་དང་ཚོར་སྣང་ལྡན་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དེང་
རབས་ཅན་བཅོས་སྐྱོང་གི་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་རྣམ་
པ་རིམ་བཞིན་འགྲེམས་སྟོན་བྱས་པ། མི་དམངས་
མང་ཚོཊ་ཀྱི་ཐོབ་སྣང་དང་། སྐྱིད་སྣང་། བདེ་
སྣང་བཅས་དེ་བས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་པ་དང་། དེ་བས་
འགན་སྲུང་ཐུབ་པ། དེ་བས་རྒྱུན་མཐུད་ཐུབ་ཡོད།
གཙོ་གནད་ལ་དམིགས་ནས་གྲོང་ཁྱེར་
དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་ཚད་དང་
སྤུས་ཚད་མཐོ་རུ་བཏང་བ།
མགོ་བཀྱགས་ཏེ་བལྟས་ན་མཛེས་རིས་ལྟ་བུར་
མཐོང་། མིག་མདུན་དུ་མངོན་པ་ནི་ཡུལ་ལྗོངས་ཤ་
སྟག་ཡིན། ལྷ་སའི་ཁྲོམ་གཞུང་དང་སྲང་ལམ་དུ་
སྐྱོད་སྐབས་འགྲོ་ལམ་རྒྱ་ཆེ་ལ་གཙང་སྦྲ་དོད་པ་
དང་། རླངས་འཁོར་འཇོག་ས་གོ་རིམ་ལྡན་
པ། རི་སྔོ་ཆུ་དྭངས་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་
འགྲན་པ་ལྟར་སྣང་བ། མི་དང་རང་བྱུང་ཁམས་ཞི་
མཐུན་མཉམ་གནས་བཅས་ཀྱི་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་
མདུན་ལམ་དེ་གོམ་པ་རེ་རེ་བཞིན་མངོན་འགྱུར་ཐུབ་
ནས་འབྱུང་འཕྲོད་འཚོ་སྡོད་དང་འཚམ་པའི་ལྷ་ས་
འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་གནས་ཡུལ་
ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་ལྷ་ས་
དང་། འབྱུང་འཕྲོད་ལེགས་པའི་ལྷ་ས། བདེ་
སྐྱིད་ལྡན་པའི་ལྷ་ས་བཅས་ཀྱིས་གྲོང་མི་དང་ཡུལ་
སྐོར་བར་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་བག་
ཆགས་བཞག་པ་དེ་ནི། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་གྲོང་
ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཕྱོགས་བསྡུས་
བཅོས་སྒྲིག་ཆེན་མོའི་འཐབ་ཇུས་ལག་བསྟར་གཏིང་
ཟབ་བྱས་པའི་གསོན་ཉམས་དོད་པའི་ལག་ལེན་ལས་
བྱུང་བ་ཞིག་རེད།
གྲོང་ཁྱེར་སྒྲིག་བཀོད་འགག་སྒྲོལ་བྱས་ནས་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ནུས་པ་འཐུས་ཚང་དུ་བཏང་། གྲོང་
ཁྱེར་སྒྲིག་བཀོད་ཀྱི་འཐུས་སྒོ་ཚང་ཚད་ནི་གྲོང་ཁྱེར་
གྱི་སྤུས་ཚད་དང་གྲོང་མིའི་འཚོ་བའི་སྤུས་ཚད་དང་
ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་མི་རྩ་
བར་འཛིན་རྒྱུར་སྣང་ཆེན་བྱས་ཤིང་། དམངས་ཀྱི་
འདོད་བློར་ཉན་པ་དང་། དམངས་ཀྱི་རེ་འདུན་
ཐག་གཅོད། དམངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་དོ་སྣང་།

དམངས་ཀྱི་བློ་རིག་བསྡུ་ལེན་བཅས་བྱས་པ་
བརྒྱུད། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྒྲིག་བཀོད་ཆ་འགྲིག་
འཛུགས་སྐྲུན་དང་དོ་དམ་ཞིབ་ཚགས་ཅན་དུ་འགྱུར་
བར་བྱས་ཡོད་ཅིང་། གཏོར་སྐྱོན་ཕོག་པའི་ལམ་
ངོས་སྨི་ངོས་གྲུ་14738དང་མི་བགྲོད་ལམ་སྨི་གྲུ་
བཞི་མ་28759ཉམས་གསོ་བྱས་པ། ཆུ་འབུད་
ཁྲོན་པ་དང་ཁྲོན་ཁེབས་869ཉམས་གསོ་བྱས་
པ། ཚོན་ལྡན་སྣུམ་སྙིགས་སྤྱད་དེ་ལོ་རྒྱུས་ཁྲོམ་
གཞུང་གི་ལམ་ངོས་སྨི་ངོས་གྲུ་3000ཉམས་གསོ་
བྱས་པ། ལམ་ངོས་55ཡི་སྤྱི་ལེ་135.53ཡོད་པའི་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གཞུང་ལམ་རྒྱུད་ཀྱི་གློག་སྒྲོན་ཀ་བ་
6266གསར་སྒྱུར་བྱས་པ། འགྲོ་ལམ་རྙིང་པ་རྒྱ་
སྐྱེད་དང་བསྒྱུར་བཀོད་བྱས་པ། རྙིང་འགྱུར་སྒྲིག་
ཆས་གསར་བརྗེས་བྱས་པ། སྦུག་དྲའི་བཀོད་པ་
ལེགས་སུ་བཏང་བ། རླངས་འཁོར་འཇོག་ས་མང་
དུ་བཏང་བ། གྲོང་ཁྱེར་སྒྲིག་བཀོད་ཀྱི་ནུས་པ་
ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལེགས་སུ་ཕྱིན་པ། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་
འཁོར་སྐྱོད་སྔར་བས་ཕན་འབྲས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་པ་དང་
མང་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་དེ་བས་སྟབས་བདེ་བར་གྱུར་
ཡོད།
འགྲིམ་འགྲུལ་བཅོས་སྐྱོང་ལེགས་སུ་བཏང་
ནས་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཕྱིར་སྐྱོད་འགན་ལེན་བྱས་
པ། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་འགྲིམ་འགྲུལ་བཅོས་སྐྱོང་ནི་
དམངས་འཚོའི་འདུ་འགོད་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་
ལ། མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་དོ་ཁུར་དང་དོ་
སྣང་བྱེད་པའི་གླེང་མང་བའི་གནད་དོན་ཞིག་ཀྱང་
ཡིན། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་གང་
བསམ་པ་དང་གང་རེ་སྒུག་བྱེད་པར་དམ་པོར་
དམིགས་ཏེ། མདོག་གསུམ་རླངས་འཁོར་འཇོག་
གནས་ཀྱི་དོ་དམ་བྱེད་སྟངས་གསར་གཏོད་བྱས་ཡོད
（མདོག་གསུམ་ཞེས་པ་ནི་ཁ་བཀག་རྗེས་འཕྲལ་དུ་
བསྐྱོད་པ། དུས་གཡོལ་རིན་མེད། ཉིན་གང་
གྲོན་བསྡུ་བཅས་ཡིན）ལམ་ཟུར་དུ་རླངས་འཁོར་
འཇོག་ས་649དང་སྤྱི་པའི་རླངས་འཁོར་འཇོག་
ཡུལ་དུ་རླངས་འཁོར་འཇོག་ས་ཁྲི་2.2གསར་སྣོན་
བྱས་པ། འགྲིམ་འགྲུལ་བརྡ་རྟགས་སྒྲིག་བཀོད་ཀྱི་
དྲ་བ་གཅིག་དང་སྟེགས་བུ་གཅིག་འཛུགས་སྐྱོང་
བྱས་པ། གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་གློག་སྒྲོན་ཚོད་འཛིན་
བྱེད་པའི་ལམ་མདོ་455ཡི་ནང་ནས་350དྲ་སྦྲེལ་
ཐུབ་པར་བྱས་པ་སོགས་རིག་ལྡན་འགྲིམ་འགྲུལ་མ་
ལག་ལེགས་སུ་བཏང་བ་དང་། འགྲིམ་འགྲུལ་གྱི་
རྨང་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་
རུ་བཏང་བ། འགྲིམ་འགྲུལ་ཁྲིམས་འཛིན་བྱེད་
ཤུགས་ཆེ་རུ་བཏང་བ་སོགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་ནུས་ལྡན་
སྤྱད་དེ། མཁྲེགས་སར་གཏུག་ཕོད་པའི་རྣམ་
འགྱུར་དང་ལྕགས་ལ་ཤུར་ཐོན་པའི་ཤུགས་ཚད་ཀྱི་
ཐོག་ནས་འགྲིམ་འགྲུལ་བཅོས་སྐྱོང་བྱེད་སྟངས་
གསར་གཏོད་བྱས་པ་དང་འགྲིམ་འགྲུལ་ཞབས་ཞུའི་
ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་བཏང་ཐོག་གྲོང་མི་མང་ཚོགས་ལ་
བདེ་འཇགས་དང་། གོ་རིམ་ལྡན་པ། ཤར་
བགྲོད་ཐུབ་པ་བཅས་ཀྱི་ཕྱིར་སྐྱོད་ཁོར་ཡུག་ཅིག་
བཏོད་ཡོད།
ཁོར་ཡུག་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་བཅོས་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གཟུགས་བརྙན་བཏོད་པ། གྲོང་ཁྱེར་
དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་འཕྲོད་བསྟེན་ནི་གྲོང་
ཁྱེར་གྱི་གཟུགས་བརྙན་གྱི་སྐར་ཁུང་གལ་ཆེན་ཞིག་
ཡིན་ལ། མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འཚོ་བར་བཅངས་
པའི་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཐད་མཐོང་མཚོན་
ཚུལ་ཞིག་དེ་བས་ཀྱང་ཡིན། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་
གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་འཕྲོད་བསྟེན་
གྱི་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་ཧུར་ཐག་བཏང་ནས་ཁྲོམ་གཞུང་
དང་སྲང་ལམ་ཆུང་ངུ་དང་། ཚོང་འདུས་ཁྲོམ་
ར། ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་གཞུང་ལམ། ནང་
ཁུལ་ཆུ་བོ་སོགས་གཙོ་གནད་ཐོག་བཅོས་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གཙང་སྦྲའི་དོ་དམ་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་
རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ཡོད། མང་ཚོགས་ལ་ཁང་

པའི་རྒྱབ་མདུན་དུ་མེ་ཏོག་དང་རྩི་ཤིང་སྣ་ཚོགས་
བཏབ་ནས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་སྒོ་ར་གཏོད་དགོས་
པའི་སྐུལ་མ་བྱས་པ་དང་། རིག་ནུས་ཁྲིད་སྟོན་
བརྙན་ཡོལ་དང་མཁའ་རླུང་སྤུས་ཚད་ལྟ་ཞིབ་ཚད་
ལེན་ཡོ་བྱད་སྒྲིག་སྦྱོར་བྱས་པ། འཚོལ་ཞིབ་
དང་། བེད་སྤྱོད། གདེང་འཇོག་བཅས་ཀྱི་
བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོ་རིག་ནུས་ཅན་དང་། ཐབས་
མང་མཉམ་སྤྱོད། གོང་འོག་མཉམ་འགུལ་བཅས་
བྱས་པ། ཁོར་ཡུག་འཕྲོད་བསྟེན་བཅོས་སྒྲིག་ལས་
དོན་ལ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྐུལ་འདེད་བཏང་བ་
བཅས་ཀྱིས་དྭངས་གཙང་དང་། གོ་རིམ་ལྡན་
པ། ཤེས་དཔལ། མཛེས་སྡུག་བཅས་ཀྱི་འཚོ་
སྡོད་དང་འཚམ་པའི་ཁོར་ཡུག་ཧུར་ཐག་བཏོད་
པས། གྲོང་མི་མང་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་སྟོན་གྲངས་
རྒྱུན་མཐུད་ངང་འཕར་ཡོད།
ཐོན་སྐྱེད་བདེ་འཇགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་
འགོག་སྲུང་འཛིང་རགས་བརྟན་དུ་བཏང་བ།
ཐོན་སྐྱེད་བདེ་འཇགས་ནི་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་
ཚེ་སྲོག་དང་རྒྱུ་ནོར་གྱི་བདེ་འཇགས་ལ་འབྲེལ་བ་
ཡོད་པའི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་
དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བདེ་འཇགས་ལ་དམ་པོར་
དམིགས་པ་དང་འགན་འཁྲིའི་དྲ་བ་བརྟན་དུ་གཏོང་
བ་དང་། འགན་འཁྲིའི་མ་ལག་ཟམ་མི་ཆད་པར་
འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་བ། འགན་འཁྲི་དང་ལས་
འགན་ཁག་བགོས་ཞིབ་ཚགས་སུ་གཏོང་བ་བཅས་
བྱས་ཏེ། གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་འགྲོ་ལམ་
འགྲིམ་འགྲུལ་དང་། སྣུམ་རླངས། འཛུགས་སྐྲུན་
ཨར་ལས། རྡོ་སོལ་མིན་པའི་གཏེར་རི་སོགས་གཙོ་
གནད་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཞིབ་
བཤེར་ཆེན་པོ་དང་བཅོས་སྒྲིག་ཆེན་པོའི་བྱ་སྤྱོད་རྒྱུན་
རྣམ་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་སྤེལ་བ་དང་། རིམ་རྩིས་བྱས་
ན། བཟོ་ཚོང་གཏེར་རིའི་ཁེ་ལས་2149གྲལ་
བཤེར་ཞིབ་ཚགས་བྱས་ཤིང་། མངོན་མེད་རྐྱེན་
ངན་ཚབས་ཆེན་114ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་དང་།
ཚང་མ་བཅོས་སྒྲིག་ཟིན་ནས་མི་དམངས་མང་ཚོགས་
ཀྱི་ཚེ་སྲོག་དང་རྒྱུ་ནོར་གྱི་བདེ་འཇགས་ལ་ནུས་
ཤུགས་ཡོད་རྒུས་འགན་ལེན་བྱས་ཡོད། གྲོང་ཁྱེར་
དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཡོམ་འགོག་དང་། ཆུ་ལོག་སྔོན་
འགོག འཁྱིལ་ཆུ་ཕྱིར་འབུད། ས་གཤིས་ཀྱི་
གནོད་འཚེ་ལ་ཁ་གཏད་གཅོག་པ་སོགས་ཀྱི་འཕྲལ་
བསྟུན་བཀོད་འདོམས་མ་ལག་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་
གཏོང་བ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཚེ་སྲོག་བགྲོད་ལམ་
མ་ལག་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་བ། རང་བྱུང་གི་
གནོད་འཚེ་བཀག་འགོག་དང་། ཐོལ་བྱུང་དོན་
རྐྱེན་ཐག་གཅོད། ཉམས་ཉེན་དོ་དམ་བཅས་བྱེད་
པའི་ནུས་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས། རྒྱུན་
གཏན་རང་བཞིན་དང་། མ་ལག་རང་བཞིན།
དེང་རབས་ཅན་བཅས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་
ཀྱི་འཁོར་སྐྱོད་བདེ་འཇགས་ཀྱི་འགན་སྲུང་མ་ལག་
ཆགས་པར་བྱས་ཡོད།
འབྱུང་ཁམས་སྔོ་འགྱུར་མང་དུ་བཏང་ནས་
འཚོ་སྡོད་ལ་འཚམ་པའི་གྲོང་ཁྱེར་བཏོད་པ།
འབྱུང་ཁམས་སྔོ་འགྱུར་ནི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྣམ་པ་མངོན་
པའི་མིང་བྱང་ཞིག་ཡིན་ལ། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཤེས་
དཔལ་མངོན་པའི་སྐར་ཁུང་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ལྷ་ས་
གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་གྲོང་ཁྱེར་སྔོ་འགྱུར་ལས་དོན་ལ་སྐུལ་
འདེད་ཧུར་ཐག་བཏང་ཞིང་། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྔོ་ལྗང་
ཁྱབ་ཚུལ་ལ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་འཆར་འགོད་
བྱས་ནས་རྩི་ཤིང་སྣ་མང་ཅན་སྲུང་སྐྱོང་དང་བེད་
སྤྱོད་བྱ་རྒྱུར་མཐོང་ཆེན་བྱས་ཡོད། དེ་བཞིན་སྔོ་
ལྗང་བདག་སྐྱོང་དོ་དམ་ལ་མུ་མཐུད་ནས་ཤུགས་སྣོན་
བརྒྱབ་ནས། སྒོ་རའི་སྔོ་འགྱུར་རྣམ་གྲངས་179ལ་
སྤྱི་འདོམས་ངང་སྐུལ་འདེད་བཏང་བ་དང་རྣམ་
གྲངས་178ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ཡོད། སྔོ་འགྱུར་རྒྱ་
ཁྱོན་སྨི་གྲུ་བཞི་མ་ཁྲི་157གསར་དུ་འཕར་སྣོན་བྱུང་
བ་དང་། ཤིང་སོན་ཁྲི་462.94བཙུགས་ཤིང་།

སྤང་རྩྭ་འདེབས་ཚད་སྨི་ངོས་གྲུ་ཁྲི་102.91ཟིན་
ཡོད། ཅང་སུའུ་ལམ་དང་པེ་ཅིང་ལམ་གྱི་ལམ་
དཀྱིལ་གྱི་སྲུང་སྐྱོང་སྒྲོམ་དུ་རྒྱ་སེའི་མེ་ཏོག་ཁོག་མ་
10230བསྒྲིགས་ཡོད་པ་དང་། དུས་ཚིགས་ཀྱི་མེ་
ཏོག་ཁོག་མ་8562བརྗེས་ནས། ལམ་རྒྱུད་གཅིག་
དང་མཛེས་ལྗོངས་གཅིག་གི་ཁྱད་ལྡན་མཛེས་ལྗོངས་
བཏོད་དེ། འབྱུང་ཁམས་སྔོ་ལྗང་ཅན་གྱི་ཆུ་ཚད་
སྔར་བས་མཐོ་རུ་གཏོང་ཆེད་ཕྱོགས་མང་པོ་ནས་
གནད་སྨིན་ཤུགས་འདོན་བྱས་ཤིང་། ནགས་ཁྲོད་
དུ་གྲོང་ཁྱེར་གནས་ཤིང་མཛེས་ལྗོངས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་མི་
གནས་པའི་འབྱུང་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་བཏོད་ཡོད།
ཚོང་རའི་ཁོར་ཡུག་ཚད་ལྡན་དུ་བཏང་ནས་
དམངས་འཚོར་འགན་ལེན་བྱས། འཚོ་བའི་ཉམས་
ལས་མི་སེམས་ལ་དྲོ་སྐྱིད་སྦྱིན་ཞིང་། ཞིང་ཟོག་ཉོ་
ཚོང་ཁྲོམ་ར་ནི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་བསྡུས་རིས་ཤིག་ཡིན་
པས། མང་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་དང་འབྲེལ་བ་དམ་
ཟབ་ཡོད། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་མི་དམངས་ཀྱི་བློ་
ཡིད་ཚིམ་པར་བྱ་རྒྱུ་དེ་དམིགས་ཚད་དུ་བྱས་ཏེ།
ཁྲོམ་རའི་ཞབས་ཞུའི་ནུས་པ་ཆེ་རུ་ཤུགས་ཆེན་བཏང་
བ་དང་། ཧེང་ཐུང་དང་གདོང་དཀར་སོགས་གཙོ་
གནད་ཁྲོམ་ར་12བསྒྱུར་བཀོད་བྱས་ཤིང་། འོ་
གསར་དང་། སྐམ་ཟོག ཆུ་ཐོན་དངོས་རིགས་
སོགས་བྱེད་ནུས་ཁུལ་ཆེ་གྲས་8དབྱེ་འབྱེད་བྱས་
ཏེ། བཟའ་བཅའི་བདེ་འཇགས་ཀྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ལྟ་ཞིབ་
པ་དང་བཟའ་བཅའི་བདེ་འཇགས་པ་བརྒྱ་ཆ་100
བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ནས། སྟོབས་ཤུགས་གཅིག་བསྡུས་
ཀྱིས་ཚོང་རའི་ནང་གི་འབུར་ཐོན་གནད་དོན་ཐག་
གཅོད་བྱས་ཡོད། ལས་རྣམ་དང་། གཞི་ཁྱོན།
ཉེན་ཁ་བཅས་རྩ་གསུམ་རིགས་དབྱེའི་རྩིས་ཁྲ་བཟོས་
ནས། མིང་ཐོ་དམར་ནག་ཡོངས་བསྒྲགས་ལམ་
ལུགས་དང་། ཐབ་ཚང་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་གྱི་
རིག་ལྡན་ལྟ་སྐུལ་དོ་དམ་ཁྱབ་གདལ་དུ་བཏང་
ཡོད། ཚོང་དུད་རང་སྐྱོང་དང་ས་ཚིགས་ཀྱི་ཁེ་
དབང་སྲུང་སྐྱོང་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྲོལ་
བཙུགས་པ་དང་། ཞུ་གཏུགས་མགྱོགས་མྱུར་ཐག་
གཅོད་བྱེད་ཚད་བརྒྱ་ཆ་100ཟིན་ནས། འགྲན་
རྩོད་དྲང་གཞག་དང་། བདེ་འཇགས། གོ་རིམ་
ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་ཁྲོམ་རའི་རྣམ་པ་བཏོད་ཡོད།
ཤུལ་ལུས་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱས་ནས་
རྣམ་གྲངས་རྩིས་སྤྲོད་དོ་དམ་ལ་སྐུལ་འདེད་བཏང་
བ། མང་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་རྩར་ཐུག་པའི་ཁེ་ཕན་
དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐག་གཅོད་མ་ཐུབ་པར་
ལུས་པའི་གནད་དོན་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ལས་རིགས་ཁག་
གིས་ཡོངས་ཁྱབ་ཏུ་དོ་ཁུར་བྱེད་པའི་ལས་དོན་ཞིག་
ཡིན། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་ཐག་གཅོད་མ་ཐུབ་པར་
ལུས་པའི་གནད་དོན་ལ་ཚད་མཐོའི་མཐོང་ཆེན་
བྱས་ཏེ། དམངས་འཚོར་དོན་ཆུང་མེད་པའི་འདུ་
ཤེས་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་པ་དང་། མི་དམངས་
མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཁྲལ་དང་རེ་སྒུག་ལ་དམིགས་
ནས། འགག་སྒྲོལ་དཀའ་སེལ་དང་དཀའ་ངལ་
ཁྱད་བསད་ཀྱི་ཆོད་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས། ལག་
ལེན་དུ་འཁྱོལ་ཐུབ་ངེས་ཀྱི་བཅོས་སྒྲིག་གི་ཇུས་གཞི་
བཟོས་པ་དང་། བརྟག་ཞིབ་གྲལ་བཤེར་དང་།
གསལ་ཐོ་གསེད་བཀྲོལ། གནས་ཚུལ་ཞིབ་
དཔྱད། ཡུལ་དངོས་སུ་གཏན་འཁེལ། རྩིས་སྤྲོད་
རྩིས་ལེན་བཅས་ཀྱི་ལས་ཀའི་བརྒྱུད་རིམ་གཏན་
འཁེལ་བྱས་ཐོག མང་ཚོགས་ཉེ་འགྲམ་གྱི་སེམས་
ཁྲལ་དང་དཀའ་ངལ་ཐག་གཅོད་ནུས་ལྡན་བྱས་
ཡོད། མིག་སྔར་གྲོང་ཁྱེར་འཛུགས་སྐྲུན་རྣམ་
གྲངས་175གྲལ་བཤེར་དང་གསེད་བཀྲོལ་བྱས་
ཤིང་། དོ་དམ་སྲུང་སྐྱོང་གི་རྣམ་གྲངས་174རྩིས་
སྤྲོད་བྱས་པ་དང་། རྣམ་གྲངས་1ལ་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། ལེགས་སྒྲུབ་བྱེད་ཚད་
བརྒྱ་ཆ་99.4ཟིན་ཡོད། མདོར་ན་དངོས་དངོས་
རྗེན་རྗེན་གྱི་ཕན་འབྲས་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དོ་
ཁུར་ལ་བརྡ་ལན་སློག་བཞིན་ཡོད།

རྒྱུན་རྣམ་ཅན་གྱི་ཕུགས་ཕན་ལས་གྲོང་
མིའི་བདེ་སྐྱིད་སྟོན་གྲངས་མཐོ་རུ་ཕྱིན་པ།
མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་
གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ནི་ཀུན་ཕན་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་དམངས་
འཚོའི་བདེ་རྩ་ཞིག་ཡིན་ལ། དམངས་ལ་བཅངས་
པའི་བརྩེ་སེམས་ཟབ་མོའང་མཚོན་གྱི་ཡོད། གྲོང་
ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་བཅོས་སྐྱོང་གི་བྱ་
ཐབས་བརྒྱུད། མི་དམངས་བླ་ན་མེད་པའི་ཐོག་
མའི་བསམ་འདུན་བཅངས་ནས། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་
གྱིས་མི་དམངས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་མི་དམངས་ཀྱིས་བསྐྲུན་
པ་དང་མི་དམངས་གྲོང་ཁྱེར་མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་
ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་ལག་ལེན་བསྟར་ཏེ། དམངས་
འཚོའི་བདེ་སྐྱིད་ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་གྲོང་ཁྱེར་དང་
གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཕྱོགས་བསྡུས་བཅོས་སྒྲིག་
ཆེན་མོའི་འཐབ་ཇུས་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་འགོ་
འཛུགས་ས་དང་དོན་ལ་བབས་སར་བརྩིས་ཡོད།
མིག་སྔའི་བཅོས་སྐྱོང་མངོན་གསལ་དོད་པོ་དང་ཡུན་
རིང་བརྟན་གནས་ཡོང་བར་སྣང་ཆེན་བྱས་ཏེ།
ལས་ཀའི་བྱ་ཐབས་ཞིབ་ཕྲ་བཟོས་ཤིང་། སྒྲིག་སྲོལ་
དང་ལམ་སྲོལ་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་བཏང་ནས། རྒྱུན་
རྣམ་ཅན་དང་ཕུགས་ཕན་ཅན་གྱི་ཐད་ཤུགས་སྣོན་
བརྒྱབ་ཡོད། དོན་ཆུང་ས་ནས་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ་
མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ། མང་ཚོགས་ལ་ཞིབ་
ཚགས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་དོ་དམ་དང་སྤྱི་པའི་ཞབས་ཞུ་
ཡག་པོ་བསྒྲུབས་ནས། མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འཚོ་
བ་ཚོར་ཐུབ་པར་བྱས་པ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་བཅོས་
སྐྱོང་གི་ཞིབ་ཚད་དེ་དམངས་འཚོར་ཞབས་འདེགས་
ཞུ་བའི་དྲོད་ཚད་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་བསྒྱུར་ཡོད།
ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། ལྷ་སའི་མིང་བྱང་གི་
ཤུགས་རྐྱེན་ཇེ་ཟབ་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། རྒྱལ་
སྤྱིའི་འདམ་རའི་གྲོང་ཁྱེར་དང་། སྐྱིད་སྣང་དོད་
ཤོས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཤེས་དཔལ་གྲོང་
ཁྱེར་སོགས་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་མཚན་སྙན་མང་པོ་ཐོབ་
ཡོད། ལྷ་སས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ལས་མི་
དམངས་དེ་བས་མང་བར་ཕན་པ་ཐོབ་རྒྱུར་གཞོལ་
ནས། གྲོང་མི་མང་ཚོགས་ཚོས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་དྲོད་
ཚད་ལོངས་སུ་སྤྱོད་ཐུབ་པར་བྱས་ཡོད།
གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཕྱོགས་
བསྡུས་བཅོས་སྒྲིག་ནི་དམ་འཛིན་ལྷོད་མེད་དང་སྙིང་
རུས་གཏན་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་པའི་ལས་དོན་ཞིག་
ཡིན། ཕྱིན་ཆད། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་ཏང་གི་
ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པ་དང་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཚང་
འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་རིམ་བྱུང་གི་དགོངས་དོན་ལག་
བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་
ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་གྲོང་ཁྱེར་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་རྒྱས་
བཤད་གལ་ཆེན་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ལག་ལེན་མཐར་
ཕྱིན་བྱེད་པ། ཀྲུང་དབྱང་གི་གྲོང་ཁྱེར་ལས་དོན་
ཚོགས་འདུའི་དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་
ནན་ཏན་བྱེད་པ། ཧྲུའུ་ཅི་ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གི་འབྲེལ་
ཡོད་མཛུབ་སྟོན་གྱི་བླང་བྱ་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་
བྱེད་པ་བཅས་བྱས་ཏེ། མི་དམངས་ལྟེ་བར་འཛིན་
རྒྱུ་དེ་གྲོང་ཁྱེར་བཅོས་སྐྱོང་གི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་
དུ་ཁྱབ་པར་བྱས་ཤིང་། བྱས་རྗེས་ལ་ཐོབ་རྩོད་མི་
བྱེད་པའི་བསམ་པའི་འཁྱེར་སོ་དང་བྱས་རྗེས་ཐོབ་ཚེ་
ང་ཡོད་པའི་འགན་འཁྲི་འཁུར་སེམས་ཀྱིས་གྲོང་ཁྱེར་
དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་བཅོས་སྐྱོང་བྱས་འབྲས་
མུ་མཐུད་ནས་སྲ་བརྟན་དུ་གཏོང་བ་དང་། རྒྱུན་
རྣམ་ཅན་གྱི་ཕུགས་ཕན་ལམ་སྲོལ་འཛུགས་པ་དང་
འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་བཏང་ནས། གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་
གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཕྱོགས་བསྡུས་བཅོས་སྐྱོང་ཞིབ་
ཚགས་ཅན་དང་། རིག་ནུས་ཅན། རྒྱུན་རྣམ་
ཅན་བཅས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་བ། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ནུས་པ་རྒྱུན་ཆད་མེད་
པར་ལེགས་སུ་གཏོང་བ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྤུས་
ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་བ། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གསོན་ཤུགས་
འཕེལ་བ་བཅས་བྱས་ཏེ། ལྷ་ས་འདི་ཉིད་ས་
གནས་དེ་གའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྤོབས་པ་བྱེད་པ་དང་
ས་ཆ་གཞན་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཡིད་སྨོན་བྱེད་པའི་ས་
མཐོའི་མུ་ཏིག་གྲོང་ཁྱེར་ཞིག་ཏུ་ཧུར་ཐག་བསྐྲུན་རྒྱུ་
རེད།
（བུ་ཆུང་དང་བྱམས་པ་ཚེ་རིང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་
བྱས）

ཕར་ཆིན་རྒྱག་པའི་སྙིང་སྟོབས་ལ་བརྟེན་ནས་མཛེས་ལྡན་གྲོང་ཁྱེར་བསྐྲུན།དངོས་སྒྲུབ་དང་འགན་འཁུར་པོས་དམངས་འཚོའི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་འཆར་གཞི་བཀོད།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་དབྱང་
གི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཀྲུའུ་ཞི།
ཀྲུང་དབྱང་དམག་ཨུད་ཀྱི་ཀྲུའུ་ཞི་བཅས་ཡིན་པའི་ཞི་
ཅིན་ཕིང་གི་གསུང་རྩོམ་གལ་ཆེན་ཏེ《ཡུལ་བབ་དང་
བསྟུན་ནས་ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་གསར་མ་འཕེལ་
རྒྱས་གཏོང་དགོས》ཞེས་པ་བཀོད་ཡོད། འདི་ནི་
སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་2023ལོའི་ཟླ་9པ་
ནས་2025ལོའི་ཟླ་4པའི་བར་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་རྣམ་
བཤད་གལ་ཆེན་གྱི་གནད་བསྡུས་ཡིན།
རྩོམ་ཡིག་ནང་། ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་
གསར་མ་ནི་ལག་རྩལ་གསར་བརྗེའི་རང་བཞིན་གྱི་
ཚད་བརྒལ་དང་། ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་གཙོ་བོ་
གསར་གཏོད་རང་བཞིན་གྱི་ལེགས་སྒྲིག ཐོན་ལས་
བརྗེ་སྒྱུར་རིམ་སྤོར་གཏིང་ཟབ་བྱས་པ་བཅས་ལས་

བྱུང་བ་དང་། ངལ་རྩོལ་པ་དང་། ངལ་རྩོལ་རྒྱུ་
ཆ། ངལ་རྩོལ་བྱ་ཡུལ་དང་དེ་བཞིན་དེའི་ལེགས་
སྒྱུར་སྡེབ་སྒྲིག་བཅས་ཀྱི་མཆོང་སྐྱོད་ནི་དེའི་གཞི་རྩའི་
ནང་དོན་ཡིན་པ་དང་། གཙོ་རྒྱུ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་
ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་ཆོད་ཤུགས་ཆེན་འཕར་བ་ནི་དེའི་
མཚོན་རྟགས་གཙོ་བོ་ཡིན། གསར་གཏོད་ནི་དེའི་
ཁྱད་ཆོས་ཡིན་པ་དང་། སྤུས་ལེགས་ནི་དེའི་གནད་
འགག་ཡིན་པ། སྔོན་ཐོན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་
ནི་དེའི་ངོ་བོ་ཡིན་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་ཡོད།
རྩོམ་ཡིག་ནང་། ཚན་རྩལ་གསར་གཏོད་
དང་ཐོན་ལས་གསར་གཏོད་ནི་ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་
གསར་མ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་གཞི་རྩའི་ཐབས་
ལམ་ཡིན། དེང་རབས་ཅན་གྱི་ཐོན་ལས་མ་ལག་
འཛུགས་རྒྱུར་དམིགས་ནས། སྲོལ་རྒྱུན་ཐོན་ལས་

བསྒྱུར་བཀོད་རིམ་སྤོར་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་
འཐབ་ཇུས་རང་བཞིན་གྱི་གསར་དར་ཐོན་ལས་དང་
འབྱུང་འགྱུར་ཐོན་ལས་ཀྱི་འགྲན་ལམ་གསར་པ་
གཏོད་པ་གཉིས་ཀར་མཐོང་ཆེན་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུན་འཁྱོངས་
བྱས་ཐོག ཁེ་ལས་ཀྱི་གསར་གཏོད་གཙོ་གཟུཊ་ཀྱི་
གནས་བབ་ཇེ་ཡག་ཏུ་བཏང་ནས། གསར་གཏོད་
སྦྲེལ་ཐག་དང་ཐོན་ལས་སྦྲེལ་ཐག་གཉིས་སྦྲེལ་མཐུད་
ནུས་ལྡན་ཐུབ་པར་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད།
རྩོམ་ཡིག་ནང་། ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་
གསར་མ་དང་དེ་བས་འཚམ་མཐུན་ཡོང་བའི་ཐོན་
སྐྱེད་འབྲེལ་བ་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་དགོས།
ཁྱབ་ཁོངས་གསར་པ་དང་འགྲན་ལམ་གསར་པའི་
ལམ་ལུགས་མཁོ་སྤྲོད་ཤུགས་ཆེར་བཏང་ནས།
རིགས་ཁག་གི་སྔོན་ཐོན་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱུ་རྐྱེན་གཙོ་བོ་

ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་གསར་མ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་
བའི་ཕྱོགས་སུ་གཅིག་སྡུད་བྱ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་
དགོས། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གསར་གཏོད་མ་ལག་འཐུས་
སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་བ་དང་། རིགས་ཁག་གི་གསར་
གཏོད་བྱེད་པོའི་གསོན་ཤུགས་སྐུལ་སྤེལ་བྱེད་པ།
སློབ་གསོ་ཚན་རྩལ་ཤེས་ལྡན་པ་གཞི་གཅིག་གོང་
འཕེལ་ལ་གཅིག་གྱུར་འཆར་འགོད་ཀྱིས་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་བ། ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་གསར་མ་འཕེལ་
རྒྱས་གཏོང་བའི་རྨང་གཞིའི་རང་བཞིན་དང་འཐབ་
ཇུས་རང་བཞིན་གྱི་འདེགས་སྐྱོར་བརྟན་དུ་གཏོང་
དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད།
རྩོམ་ཡིག་ནང་། ལོ་ལྔ་ཚན་གྱི་འཆར་འགོད་
བཅོ་ལྔ་པའི་རིང་ངེས་པར་དུ་ཡུལ་བབ་དང་བསྟུན་
ནས་ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་གསར་མ་འཕེལ་རྒྱས་

གཏོང་རྒྱུ་དེ་སྔར་བས་མངོན་གསལ་དོད་པའི་འཐབ་
ཇུས་ཀྱི་གནས་བབ་ཐོག་འཇོག་དགོས། ས་གནས་
ཁག་གིས་དོན་དངོས་གནས་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ནས་ས་
གནས་དེ་གའི་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་བཟང་ཆ་དང་། ཐོན་
ལས་རྨང་གཞི། ཚན་ཞིབ་ཆ་རྐྱེན་སོགས་གཞིར་
བཟུང་ནས་ཐོན་ལས་གསར་པ་དང་། དཔེ་
དབྱིབས་གསར་པ། སྒུལ་ཤུགས་གསར་པ་བཅས་
ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་གདམ་ག་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་སྐུལ་
འདེད་གཏོང་བ་དང་། འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྒུལ་ནུས་
གསར་རྙིང་བརྟན་པོ་དང་རྒྱུན་མཐུད་ངང་བརྗེ་སྒྱུར་
བྱ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་
གནང་ཡོད།
（ཕུར་སྒྲོན་དང་བྱང་ཆུབ་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་
ཞུས་བྱས）

ཡུལ་བབ་དང་བསྟུན་ནས་ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་གསར་མ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་དགོས་ཞེས་པ་བཀོད་པ།