2026ལོའི་ཟླ་2ཚེས་28
པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། བྱང་ཆུབ་ཆོས་སྒྲོན། ཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། རེས་གཟའ་སྤེན་པ། 3

ཆུ་ཤུར་རྫོང་ཚལ་སྣེ་གྲོང་རྡལ་རྒྱལ་ཁབ་དེང་
རབས་ཞིང་ལས་དཔེ་སྟོན་ཁུལ（གཤམ་དུ་ཚལ་སྣེ་
གླིང་ཁུལ་ཞེས་བསྡུ་རྒྱུ）གྱི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན།
2025ལོ་ནི་ལོ་ལེགས་བྱུང་བའི་ལོ་ཞིག་རེད། དེ་
གར་ཞིང་ལས་ཚ་ཚ་འུར་འུར་ངང་གཉེར་བར་མ་
ཟད། ད་དུང་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་མེ་ཏོག་ལྡུམ་
རའི་ལག་རྩལ་ཁང་དང་སྤྱོད་གོ་ཆོད་པའི་ཚན་རིག་
ཁྱབ་གདལ་སློབ་གསོའི་རྟེན་གཞིར་བརྟེན་ནས་ཡུལ་
སྐོར་དང་ཞིབ་འཇུག་རང་བཞིན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་གཉིས་
ཟུང་འབྲེལ་ནུས་ལྡན་བྱས་ཏེ། གྲོང་མི་དང་ཡུལ་
སྐོར་བར་སྤྲོ་གསེང་བྱེད་ཞོར་དུ་ཚན་རིག་ཤེས་བྱ་
ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པར་བྱས་ཡོད།
ཆུ་ཤུར་རྫོང་ཚལ་སྣེ་གྲོང་རྡལ་རྒྱལ་ཁབ་དེང་
རབས་ཞིང་ལས་དཔེ་སྟོན་ཁུལ་དོ་དམ་ཨུ་ལྷན་གྱི་
ཀྲུའུ་རེན་གཞོན་པ་པད་སྒྲོན་གྱིས་ན་ནིང་གླིང་ཁུལ་
དེའི་ལས་དོན་ཁག་ལ་ཚད་བརྒལ་མང་པོ་བྱུང་ནས་
ཕན་འབྲས་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཐོན་ཡོད། དེ་
གར་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ལག་རྩལ་གསར་གཏོད་ལྟེ་
གནས་བསྐྲུན་ནས་ཞིང་ལས་སྐྱེ་དངོས་སྣ་ཁ་གསར་
པ་7ཁྱབ་གདལ་དུ་བཏང་བ་དང་ཐོན་རྫས་རིན་ཐང་
དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་27འཕར་ཡོད་ཅེས་
བཤད།

པད་སྒྲོན་གྱིས། ང་ཚོས་ཏང་ཀྲི་པུའུ་
དང་། ཁེ་ལས། རྟེན་གཞི། ཞིང་དུད་བཅས་
ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་བྱེད་སྟངས་བརྒྱུད། མི་865
ལས་ཞུགས་ཐུབ་རྒྱུར་སྐུལ་ཁྲིད་བྱས་པར་མི་རེར་ཆ་
སྙོམས་འབབ་འཕར་སྒོར་ཁྲི་1.8བྱུང་ཡོད། རིག་
གནས་ཡུལ་སྐོར་གྱི་ཞིབ་འཇུག་སློབ་སྦྱོང་ལའང་
མཆོང་སྐྱོད་བྱུང་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་4Aརིམ་པའི་ཡུལ་
སྐོར་མཛེས་ལྗོངས་ཁུལ་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་པའི་ངང་
བཏོད་པ་དང་། ལོ་ཧྲིལ་པོར་ཡུལ་སྐོར་བ་མི་
ཐེངས་ཁྲི་18.22དང་ཞིབ་འཇུག་རང་བཞིན་གྱི་
སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ་65ལྷག་ཙམ་ལ་སྣེ་ལེན་ཞུས་
པ། ད་དུང་ལྗོངས་དང་གྲོང་ཁྱེར་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་
ཚན་རིག་ཁྱབ་གདལ་སློབ་གསོའི་རྟེན་གཞིར་
བདམས་ཐོན་བྱུང་ནས་ཞིང་ལས་ཀྱི་རྨང་གཞི་འདིང་
བ་དང་། རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་ལ་འབབ་འཕར་
ཡོང་བ། ཞིབ་འཇུག་རང་བཞིན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ལས་
འཇོན་ཐང་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཟང་
པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ཅེས་བཤད།
ཚན་རིག་ཁྱབ་གདལ་སློབ་གསོའི་རྟེན་གཞིར་
བསྐྱོད་སྐབས་ཚན་རིག་ཁྱབ་གདལ་ཁང་དང་ས་མེད་
འདེབས་གསོ་ཁང་མཐོང་ཐུབ། ས་མེད་འདེབས་
གསོ་ཁང་གིས་བཟུང་བའི་སའི་རྒྱ་ཁྱོན་ལ་སྨི་ངོས་གྲུ་
2500ཟིན་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ས་མེད་འདེབས་
གསོ་བྱེད་སྟངས་ཁག་14མངོན་པ་དང་། ས་དང་
བྲལ་བའི་ཤིང་འབྲས་དང་སྔོ་ཚལ་གྱི་སྡོང་རྐང་སྔོ་
ཐིང་ཐིང་ངང་སྐྱེས་ཡོད་པ་ལས་དེང་རབས་ཞིང་
ལས་ཚན་རྩལ་གྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་ཤུགས་མངོན་
པར་མ་ཟད། ཚན་རིག་ཁྱབ་གདལ་སློབ་གསོའི་
གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་སློབ་ཁང་དུའང་གྱུར་ནས་
སློབ་མ་དང་ཡུལ་སྐོར་བ་མང་པོ་ཞིག་དེ་གར་ལྟ་སྐོར་
དང་ཞིབ་འཇུག་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པར་ཡོང་རྒྱུའི་ཡིད་
དབང་བཀུག་སྟེ་ས་མཐོའི་ཞིང་ལས་ཀྱི་ཚན་རྩལ་
གསར་པ་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པར་བྱས་ཡོད། དེ་དང་

ཆབས་ཅིག་ཏུ་ཕུལ་བྱུང་གི་ཚན་རིག་ཁྱབ་གདལ་
ཤེས་བྱའི་སྒྲོག་འགྲེལ་པ་ཁག་ཅིག་ཀྱང་གསོ་སྐྱོང་
བྱས་ཡོད།
ཆུ་ཤུར་རྫོང་ཚལ་སྣེ་གྲོང་རྡལ་རྒྱལ་ཁབ་
དེང་རབས་ཞིང་ལས་དཔེ་སྟོན་ཁུལ་གྱི་འགྲེལ་
བཤད་པ་སྐལ་བཟང་སྒྲོལ་དཀར་གྱིས། ངས་
གླིང་ཁུལ་དུ་འགྲེལ་བཤད་པ་བྱས་པའི་ལོ་དེ་དག་
ནང་གླིང་ཁུལ་གྱི་ཐོན་ལས་ཕུན་སུམ་ཇེ་ཚོགས་སུ་
འགྲོ་བ་དང་ཡུལ་སྐོར་བའང་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བ་
མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་བྱུང་ལ། རང་ཉིད་ཀྱང་
སྔོན་ཆད་གླིང་ཁུལ་ལ་རྒྱུས་མངའ་མེད་པ་ནས་ད་
ཆ་ཤེས་རྟོགས་གཏིང་ཟབ་ཐུབ་མཁན་ཞིག་ཏུའང་
གྱུར་སོང་ཞེས་བཤད།
དེས་མ་ཚད་གླིང་ཁུལ་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་པ་
ལས་ས་གནས་དེ་གའི་མང་ཚོགས་ལ་རང་ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་
འགྲམ་དུ་ལས་ཞུགས་འབབ་འཕར་གྱི་འདུན་པ་དེ་
བས་མངོན་འགྱུར་བྱུང་ཡོད། སྒྲོལ་མ་ནི་དེའི་ཁྲོད་
ཀྱི་ཁོངས་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་དེ་སྔ་ཁོང་ནི་ཚལ་སྣེ་
གྲོང་ཚོའི་གྲོང་མི་དཀྱུས་མ་ཞིག་ཡིན་པས་ལྷ་སར་
ལས་ཀ་ཙག་ཙིག་བྱས་ནས་ཁྱིམ་ཚང་སྐྱོང་དགོས་ཀྱི་
ཡོད། ད་ཆ་ཁོང་ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་རྩར་ལས་ཞུགས་ཐུབ་
པར་མ་ཟད། ད་དུང་གླིང་ཁུལ་དུ་འདེབས་
འཛུགས་ཀྱི་ལས་ཀ་དང་ཡུལ་སྐོར་བར་སྣེ་ལེན་ཞུ་བ་
སོགས་ཀྱི་རྩལ་ནུས་ཀྱང་ཤེས་པས་འཚོ་བ་ཇེ་ལེགས་
སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།
2025ལོར་གླིང་ཁུལ་གྱིས་མི་865ལས་
ཞུགས་ཐུབ་རྒྱུར་སྐུལ་ཁྲིད་བྱས་པ་དང་མི་རེར་ཆ་
སྙོམས་འབབ་འཕར་སྒོར་ཁྲི་1.8བྱུང་ནས་ཁྱོན་གླ་
ཕོགས་སྒོར་ཁྲི་1357.65སྤྲད་པ་དེ་དུས་མཚུངས་
ལས་བརྒྱ་ཆ་16.31འཕར་ཡོད། ད་ཆའི་ཚལ་སྣེ་
གླིང་ཁུལ་ནི་ཞིང་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དཔེ་སྟོན་ཁུལ་
ཞིག་ཡིན་ལ་མང་ཚོགས་ཀྱི་འབབ་འཕར་ཡོང་ས་
ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཚང་མ་སློབ་སྦྱོང་དང་
སྤྲོ་གསེང་བྱ་ཡུལ་ཡག་པོ་ཞིག་ཀྱང་རེད། 2025
ལོའི་གྲུབ་འབྲས་བཟང་པོས་གླིང་ཁུལ་གྱི་འབྱུང་
འགྱུར་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་བཏིང་
ཡོད་ལ། ཚང་མས་དེ་གའི་འབྱུང་འགྱུར་ལ་རེ་སྒུག་
ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
པད་སྒྲོན་གྱིས། རྗེས་མར་གླིང་ཁུལ་གྱིས་ས་
མཐོའི་འདེབས་འཛུགས་ལས་རིགས་གསར་གཏོད་
བྱ་ཡུལ་དང་། ས་མཐོའི་འདེབས་འཛུགས་ལས་
རིགས་གསོ་སྤེལ་ལྟེ་གནས། ས་མཐོའི་ཁྱད་ལྡན་
ཐོན་རྫས་ཕྱིར་འདྲེན་བྱ་ཡུལ། གྲོང་མིའི་སྤྲོ་གསེང་
བྱ་ཡུལ་བཅས་ཕྱོགས་བཞིའི་ངེས་གནས་གཏན་
འཁེལ་བྱས་ཏེ། དོ་དམ་ཨུ་ལྷན་དང་ཁེ་ལས་ཟུང་
དུ་འབྲེལ་བའི་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་སྟངས་མཐའ་
འཁྱོངས་དང་ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུཊ་གསར་མའི་ཐོན་
ལས་རིམ་སྤོར་བྱ་རྒྱུ་དང་། འདེབས་འཛུཊ་ལས་
རིཊ་ལ་བརྟེན་ནས་གླིང་ཁུལ་འཛུགས་པ་དང་།
ཐོན་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་གླིང་ཁུལ་སྟོབས་ཆེར་གཏོང་
བ། རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་ལ་བརྟེན་ནས་གླིང་ཁུལ་
དར་རྒྱས་སུ་གཏོང་བ། སྤུས་རྟཊ་ལ་བརྟེན་ནས་
གླིང་ཁུལ་གཏོད་པ་བཅས་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་
རྒྱས་ཀྱི་མ་ལག་ཅིག་གཏོད་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
（བྱང་ཆུབ་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ན་ནིང་ཚལ་སྣེ་གླིང་ཁུལ་གིས་ཡུལ་སྐོར་བ་མི་ཐེངས་ཁྲི་18.22དང་ཞིབ་འཇུག་རང་བཞིན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ་65ལྷག་ཙམ་ལ་སྣེ་ལེན་ཞུས་པ།

ཞིང་ལས་དང་།ཡུལ་སྐོར། ཞིབ་འཇུག་རང་བཞིན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་བཅས་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་པས་
མང་ཚོགས་ལ་འབབ་འཕར་བྱུང་བ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་གྱི་གསར་འགོད་པ། བསྟན་འཛིན་ལྷག་སྒྲོན།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉེ་ཆར། བོད་ཀྱི་བོད་
ལུཊ་སྲོལ་རྒྱུན་མཛེས་དཔྱོད་རིག་གནས་ཀྱི་མིག་གཅེར་
བུའི་3Dབརྙན་ལམ《མེ་རྟས་ལོ་གསར་བསུ། བསོད་
ནམས་དར་བར་ཤོག》ཅེས་པ་ལྷ་སའི་ཐེན་ཧའེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་
ཐང་ཆེན་གྱི་3Dབརྙན་ལམ་ཆེན་མོར་ཉིན་ལྟར་སྟོན་གྱི་
ཡོད་པས། ཚང་མས་དོ་ཁུར་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
ཤེས་རྟོཊ་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། བརྙན་ལམ་དེ་
བོད་ལྗོངས་ཐེན་ཧའེ་ཚོང་ལས་དོ་དམ་ཚད་ཡོད་ཀུང་སི་
དང་བོད་ལྗོངས་སྤྲིན་རིས་རིག་གནས་བློ་གསར་ཐོན་ལས་
ཚད་ཡོད་ཀུང་སིས་མཉམ་དུ་བཏོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་
དང་། དེ་ནི་བོད་ཀྱི་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་

གི་གྲངས་འཛིན་ཅན་ལ་སྲུང་སྐྱོང་དང་རིག་གནས་གསར་
གཏོད་ཀྱི་ཚད་བརྒལ་གསར་པ་ཞིག་རེད། བརྙན་ལམ་
ནང་2026ལོའི་མེ་རྟ་ལོའི་གཙོ་དོན་དང་བོད་ཀྱི་ལོ་
གསར་གྱི་སྨོན་ལམ་གཙོ་དོན་དུ་བྱས་ཤིང་། དེའི་ནང་
མེས་འོད་ཟེར་དང་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་མཚོན་པ་
དང་། རྟས་སྟོབས་ཤུགས་དང་རླུང་རྟ་དར་བ་མཚོན་
པ། ཞིབ་ཚད་མཐོ་བའི་གྲངས་འཛིན་བཤེར་འབེབས་
དང་། 3Dའདྲ་བཟོའི་ལག་རྩལ། 1:1གི་བོད་བཟོའི་
ཕྱེ་མར་དང་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་གྱོན་ཆས། དེ་བཞིན་གངས་
ལྗོངས་ཀྱི་རྣམ་པ་མངོན་པ། མིག་གཅེར་བུའི་3Dབརྙན་
ཤེལ་གྱི་དམིཊ་བསལ་ནུས་པ། སྒྲིག་ཆས་འདོཊ་མི་
དགོས་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་

བཞག་གི་མཛེས་སྡུག་ཉམས་སུ་མྱོང་ཐུབ།
བོད་ལྗོངས་ཐེན་ཧའེ་ཚོང་ལས་དོ་དམ་ཚད་ཡོད་
ཀུང་སིའི་ཐེན་ཧའེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐང་ཆེན་གྱི་འགན་འཁུར་
བ་སྐལ་དབྱངས་ཀྱིས། བརྙན་ལམ་དེ་ཁྱིམ་ཚང་ཆུང་
ངུའི་དྲོ་སྐྱིད་སྦྱིན་པའི་མཛད་སྒོ་ནས་སྨོན་འདུན་བཟང་
པོའི་བར་རིམ་པ་བཞིན་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་
བཞག་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུན་འཛིན་བྱས་ཏེ། དཔྱིད་
གསར་དུས་ཆེན་དང་བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་རིང་། ལྗོངས་
ཡོངས་ཀྱི་མི་དམངས་ལ་མཐོང་ཚོར་གྱི་སྟོན་མོ་གཟབ་
རྒྱས་ཤིག་བཤམས་ནས་ཚང་མར་དཔྱིད་གསར་དུས་
ཆེན་སྤྲོ་པོ་ཡོང་བའི་སྨོན་འདུན་ཞུས་ཡོད་ཅེས་བཤད།
（བུ་ཆུང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

བོད་ལུགས་ཀྱི་3Dབརྙན་ལམ་ལྷ་སར་བསྟན་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། དགུན་དུས་སུ་གཉན་
ཆེན་ཐང་ལྷའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷོ་འདབས་སུ་གནས་པའི་
འདམ་གཞུང་རྫོང་ཀོང་ཐང་ཤང་གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོའི་
རྩྭ་ཐང་དུ་བ་མོ་སྲབ་མོ་ཞིག་གིས་གཡོགས་ཡོད་པ་
དང་། དུད་ཚང་དུ་བསྐྱོད་སའི་གསར་དུ་བསྐྲུན་པའི་
ཨར་འདམ་གཞུང་ལམ་ནག་ཐིང་ངེར་གནས་ཡོད།
འགྲོ་ལམ་གཡས་གཡོན་གྱི་ས་ཆ་ཁོད་སྙོམས་ཟིན་པས་
དཔྱིད་ཀ་ཤར་ཚེ་རྩྭ་སོན་འདེབས་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད།
འདམ་གཞུང་རྫོང་གི་འཚོ་སྡོད་དང་ལས་གཏོད་ལ་
འཚམ་པ་དང་། མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་གྲོང་གསེབ་
འཛུཊ་སྐྲུན་གྱི་དཔེ་སྟོན་ཁུལ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་
ནས། གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོས་འགྲོ་ལམ་རིམ་སྤོར་སྣེ་
ཁྲིད་དུ་བྱེད་པ་དང་། སྐྱེ་ཁམས་སླར་གསོ་དང་ཐོན་
ལས་མཉམ་འདྲེས་ལ་སྤྱི་འདོམས་བྱེད་པ། གྲོང་
གསེབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་རྨང་གཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་བ།
དམངས་འཚོ་ལེཊ་གཏོང་དང་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་སྐྱོང་
མཉམ་དུ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་བཅས་གྲོང་གསེབ་དར་
རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་གསར་པ་ཞིག་བཏོད་ཡོད།
གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོའི་མངའ་ཁོངས་སུ་གྲོང་མིའི་
ཚོགས་ཆུང་4ཡོད་ཅིང་། སྤུས་ལེགས་ཀྱི་རྩྭ་ར་མུའུ་ཁྲི་
8.6ཡོད་པ་དེ་ནི་འབྲོག་པའི་འཚོ་གནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་
ཐོན་ཁུངས་གཙོ་བོ་ཞིག་རེད། 2025ལོར། འདམ་
གཞུང་རྫོང་གིས་འདུ་འགོད་ཁྲི་སྟོང་གི་ཉམས་མྱོང་ལག་
བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ། གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོ་འདི་
ཉིད་འཆམ་མཐུན་ཤང་གྲོང་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་གཙོ་
གནད་རྣམ་གྲངས་ནང་བཅུག་པ་དང་། ཆེད་དོན་མ་
དངུལ་བཏང་ནས་འགྲོ་ལམ་རིམ་སྤོར་གྱི་འདུ་འགོད་
ལག་བསྟར་བྱས་ཡོད། མིག་སྔར་ཨར་འདམ་ལམ་སྨི་
ངོས་གྲུ་ཁྲི་8.7ཙམ་བཏིང་བ་དང་། རྩྭ་འདེབས་ས་
ཁོངས་ཀྱི་སྨི་ངོས་གྲུ་ཁྲི་4.3གྱི་ས་ཁོད་སྙོམས་ཟིན་པ།
གནམ་གཤིས་དྲོ་རུ་ཕྱིན་རྗེས་རྩྭ་འདེབས་ལས་དོན་སྤེལ་
རྒྱུ་ཡིན་པས། ལམ་ཤར་གཏོང་དང་། སྔོ་ལྗང་།
གྲོང་གསེབ་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་འཛུཊ་སྐྲུན་
དམིཊ་ཚད་བརྟན་པོའི་ངང་སྤེལ་བཞིན་ཡོད།
གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོའི་གྲོང་མི་རྒྱལ་པོས། ལམ་མ་
བཟོས་གོང་རླངས་འཁོར་གང་བྱུང་དུ་བཏང་ནས་རྩྭ་རར་
གཏོར་བརླག་ཚབས་ཆེན་བཏང་ཡོད། ད་ལོར་ལམ་བཟོས་
ཟིན་པ་དང་། གཞོགས་གཉིས་ཀྱི་ས་ཁོད་སྙོམས་ཟིན་པས་
དཔྱིད་ཀ་ཤར་མ་ཐག་རྩྭ་འདེབས་རྩིས་ཡོད་ཅེས་བཤད།
གཞུང་ལམ་ཤར་གཏོང་ཐུབ་ཚེ་ཐོན་ལས་དར་རྒྱས་
ཡོང་བ་དང་། གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོས་སྤུས་ལེགས་ཆུ་
ཚན་གྱི་ཐོན་ཁུངས་ལ་བརྟེན་ནས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཡུལ་
སྐོར་འཕེལ་རྒྱས་སུ་གཏོང་བ་དང་། གྲོང་གསེབ་དར་

རྒྱས་ཀྱི་སྲིད་ཇུས་ལ་བརྟེན་ནས་རྨང་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་
འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་བཏང་སྟེ། ཆུ་ཚན་གྱི་ཐོན་ཁུངས་དེ་
ཁྱད་ལྡན་ཡུལ་སྐོར་གྱི་ལེཊ་ཆར་འགྱུར་བར་བྱས་ཡོད།
ཁང་དམར་ཆུ་ཚན་གསོལ་མགྲོན་ཁང་གཉེར་སྐྱོང་བྱས་པ་
དེས་གྲོང་ཚོའི་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་ཡུལ་སྐོར་ཞབས་ཞུའི་
སྟོང་ཆ་བསྐངས་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་ཁེ་ལས་དང་།
གྲོང་ཚོ་ཨུ་ལྷན། གྲོང་མི་བཅས་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་
རྣམ་པ་བརྒྱུད་ནས་མང་ཚོགས་ལ་ལས་ཞུཊ་ཀྱི་ལས་
གནས་བརྟན་པོ་ཞིག་མཁོ་འདོན་བྱས་ནས་ཞིང་འབྲོག་པ་
ཐག་ཉེ་སར་ལས་ཞུགས་ཐུབ་ཡོད།
ཁང་དམར་ཆུ་ཚན་གསོལ་མགྲོན་ཁང་གི་ཡུལ་
དངོས་ཀྱི་འགན་འཁུར་བ་ལྷ་མོ་གཡང་འཛོམས་ཀྱིས།
ང་ཚོའི་ཁེ་ལས་ཀྱིས་རང་འགུལ་ངང་གྲོང་ཚོ་ཨུ་ལྷན་དང་
སྦྲེལ་མཐུད་བྱས་ཏེ། གནད་སྨིན་དབུལ་སྐྱོར་གྱི་འབོད་
སྐུལ་དང་ལེན་བྱས་པས། ད་ཆ་ས་གནས་དེ་གའི་གྲོང་
མི་15ལས་ཞུཊ་ཐུབ་པ་དང་། ཚང་མར་ཟླ་རེར་ཡོང་
འབབ་སྒོར་སུམ་སྟོང་ངམ་ཡང་ན་བཞི་སྟོང་ཙམ་རག་གི་
ཡོད། ཕྱིས་འབྱུང་། ང་ཚོས་གྲོང་ཚོའི་འཕེལ་རྒྱས་
ཀྱི་གོམ་སྟབས་དང་བསྟུན་ནས་ཐོན་ལས་བརྟན་པོ་ཡོང་
བར་བྱས་ཏེ། ས་གནས་དེ་གའི་མང་ཚོཊ་དེ་བས་མང་
བར་འབབ་འཕར་ཡོང་རྒྱུར་སྐུལ་ཁྲིད་བྱས་ནས་གྲོང་
གསེབ་ཕྱོཊ་ཡོངས་ནས་དར་རྒྱས་ཡོང་རྒྱུར་མཉམ་དུ་
རོགས་རམ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོའི་ཏང་ཀྲི་པུས་ཐོག་མཐའ་
བར་གསུམ་དུ་མང་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཨང་དང་པོར་
བཞག་ནས་ཏང་དར་ཕྱོཊ་སྟོན་དུ་འཛིན་པ་དང་།
དམངས་འཚོ་ཕྱོཊ་སྟོན་དུ་འཛིན་པ། དཔའ་ངར་ཆེན་
པོས་མདུན་དུ་སྐྱོད་པ་བཅས་ལས་ཀའི་འདུ་ཤེས་སུ་བྱས་
ཏེ། འགྲོ་ལམ་འཛུཊ་སྐྲུན་དང་། སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་
སྐྱོང་། ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་སོགས་དམངས་འཚོའི་བྱ་
བ་དངོས་དེ་མང་ཚོཊ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཟུག་པར་བྱས་ནས་
འཚོ་སྡོད་དང་ལས་གཏོད་ལ་འཚམ་པ་དང་། གྲོང་
གསེབ་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་ཕུགས་འདུན་དེ་རིམ་
བཞིན་མི་རིགས་ཁག་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་
པའི་འཚོ་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་འགྱུར་བར་བྱ་རྒྱུ་རེད།
གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོའི་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་བསྟན་
འཛིན་སྤེན་པས། ཕྱིས་འབྱུང་། ངས་ཐོག་མའི་
བསམ་འདུན་དང་འགན་འཁྲི་བློ་ལ་བརྟན་པོར་ངེས་
ནས་ཏང་དར་ཕྱོཊ་སྟོན་དུ་འཛིན་པ་དང་། དམངས་
འཚོ་ཕྱོགས་སྟོན་དུ་འཛིན་པ། དཔར་ངར་ཆེན་པོས་
མདུན་དུ་སྐྱོད་པ་བཅས་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། སྤུས་
ལེགས་ཀྱི་རྩྭ་རའི་ཐོན་ཁུངས་དང་ཆུ་ཚན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་
ལ་བརྟེན་ནས་གྲོང་ཚོ་ཡོངས་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་མང་
ཚོགས་ཀྱི་སྣེ་ཁྲིད་དེ་མཉམ་དུ་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོང་
དང་། སྐྱེ་ཁམས་འབྲོག་ལས་འཕེལ་རྒྱས་སུ་གཏོང་
བ། ལག་གདང་སྦྲེལ་ནས་གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་
ཕྱུག་འགྱུར་གྱི་ལམ་བུའི་ཐོག་ཡག་པོ་སྐྱོད་པ་བཅས་
བྱས་ཏེ། འཚོ་སྡོད་དང་ལས་གཏོད་ལ་འཚམ་པ་

དང་། གྲོང་གསེབ་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་གྲོང་
གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ཀྱིས་དུད་ཚང་ཚང་
མར་ཕན་པ་ཐོབ་པར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོའི་འཕོ་འགྱུར་ནི་འདམ་
གཞུང་རྫོང་གི་གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་ལས་དོན་གྱི་གསོན་
ཉམས་དོད་པའི་བསྡུས་རིས་ཤིག་རེད། ཉེ་བའི་ལོ་
ཤས་རིང་། འདམ་གཞུང་རྫོང་གིས་གྲོང་གསེབ་
འཛུགས་སྐྲུན་བྱ་རྒྱུ་དེ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་མངོན་
གསལ་དོད་པའི་གནས་བབ་ཐོག་འཇོག་རྒྱུ་མཐའ་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ། འདུ་འགོད་ཁྲི་སྟོང་གི་ཉམས་མྱོང་
གི་སྣེ་ཁྲིད་འོག་རྨང་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་
བཏང་བ་དང་། ཁྱད་ལྡན་ཐོན་ལས་སྐྱེད་སྲིང་། སྐྱེ་
ཁམས་ཁོར་ཡུག་ལེགས་གཏོང་བཅས་ཕྱོཊ་གསུམ་གཞི་
གཅིག་གི་གྲོང་གསེབ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་གསར་པ་
ཞིག་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་བཏོད་ཡོད། ད་ཆ་
འདམ་གཞུང་གི་གྲོང་ཚོ་རེ་རེར་ཐོན་ལས་དར་རྒྱས་
དང་། སྐྱེ་ཁམས་འཚོ་སྡོད་ལ་འཚམ་པ། ཡུལ་སྲོལ་
ཡ་རབས། བཅོས་སྐྱོང་ནུས་ལྡན་བཅས་ཀྱི་སྤྱིའི་བླང་
བྱའི་ཕྱོཊ་སུ་གོམ་སྟབས་བརྟན་པོས་སྐྱོད་བཞིན་ཡོད་པ་
དང་། གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་གསར་པ་ཞིག་
ཡར་ངོའི་ཟླ་ལྟར་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།
འདམ་གཞུང་རྫོང་ཞིང་ལས་གྲོང་གསེབ་དང་
ཚན་རིག་ལག་རྩལ་ཅུས་ཀྱི་ཏང་ཙུའི་ཁོངས་མི་དབྱང་
ཧྭ་ཡིས། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། འདམ་གཞུང་རྫོང་
གིས་རིམ་རྩིས་བྱས་ན་མ་དངུལ་སྒོར་དུང་ཕྱུར་2.47
བཏང་ནས་འཚོ་སྡོད་དང་ལས་གཏོད་ལ་འཚམ་པ་
དང་། གྲོང་གསེབ་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་མ་
དཔེ་8བསྐྲུན་པས། མང་ཚོགས་ཁྲི་ཙམ་ལ་ཕན་པ་
ཐོབ་སྟེ། དཔེ་སྟོན་གྲོང་གསེབ་འདི་ཉིད་འཚོ་སྡོད་
དང་ལས་གཏོད་ལ་འཚམ་པའི་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་པའི་ཁྱིམ་
གཞིས་ཤིག་ཏུ་དངོས་འབྲེལ་གྱུར་ནས། ཞིང་འབྲོག་
པས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འཚོ་བར་བཅངས་པའི་རེ་
འདོད་དང་རྦད་དེ་མཐུན་ཡོད། ཕྱིས་འབྱུང་།
འདམ་གཞུང་རྫོང་ཞིང་ལས་གྲོང་གསེབ་དང་ཚན་རིག་
ལག་རྩལ་ཅུས་ཀྱིས་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་དང་། གྲོང་
ཁྱེར། རྫོང་བཅས་ཀྱི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་དོན་
འཁྱོལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་དང་། གྲོང་གསེབ་འཛུགས་
སྐྲུན་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་མུ་མཐུད་ནས་སྐུལ་འདེད་གཏོང་
བ། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་འཚོ་སྡོད་ཁོར་ཡུག་སྔར་བས་
ལེགས་སུ་གཏོང་བ། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཐོན་ལས་འཕེལ་
རྒྱས་དང་བཅོས་སྐྱོང་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་བ། ཡུལ་
བབ་དང་བསྟུན་ནས་འཚོ་སྡོད་དང་ལས་གཏོད་ལ་
འཚམ་པ། གྲོང་གསེབ་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་
གྲོང་གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་
བཅས་བྱས་ནས་འཚོ་སྡོད་དང་ལས་གཏོད་ལ་འཚམ་པ་
དང་། གྲོང་གསེབ་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱི་གྲོང་
གསེབ་ཀྱི་རྣམ་པ་གསར་པ་ཞིག་གཏོད་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་
བཤད། （པདྨ་རྒྱལ་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

འདམ་གཞུང་རྫོང་གྲོང་དཀར་གྲོང་ཚོས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ལམ་བུ་བཟོས་པ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）ཁྲོམ་རའི་བྲིན་ཁ་ལེགས་སུ་གཏོང་བ་
བཅས་ལ་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ། དུས་ཚིགས་
དང་པོར་འགོ་ཡག་པོ་འཛུགས་ཐུབ་པར་བྱ་རྒྱུའི་ནན་གསུངས་གནང་
བ་རེད།
ཝང་ཆང་སྔ་རྗེས་སུ་མཐོ་གསར་ཟམ་ཆེན་གྱི་རྣམ་གྲངས་སྤེལ་
ཡུལ་དང་། ཐོན་སྐྱེད་ཁེ་ལས། ཚོང་ཁང་ཆེ་གྲས། སྒོ་རྩིས་ཚོང་
ཁང་བཅས་སུ་ཕེབས་ཏེ། ཕེབས་ཞོར་དང་གཟིགས་ཞོར་དུ་རྣམ་
གྲངས་དང་ཁེ་ལས་ཀྱི་འགན་འཁུར་བ་དང་སྤེལ་རེས་གཏིང་ཟབ་
གནང་ནས་རྣམ་གྲངས་ཨར་སྐྲུན་གྱི་འཕེལ་རིམ་དང་། ཁེ་ལས་ཀྱི་
ཐོན་སྐྱེད་བྲིན་ཚོང་། འཛད་སྤྱོད་ཁྲོམ་ར་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་
མཁྱེན་རྟོགས་ཞིབ་ཕྲ་གནང་བ་རེད། ཁོང་གིས། ལས་རིམ་ལུགས་
མཐུན་ངང་ལེགས་སུ་བཏང་ནས་བདེ་འཇགས་དང་སྤུས་ཚད་འགན་
ལེན་བྱེད་པའི་སྔོན་འགྲོའི་ཆ་རྐྱེན་འོག་ཕྱོགས་མང་པོ་ནས་སྤྱི་འདོམས་
ངང་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་། རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ཨར་ལས་ལས་ཕྱོད་
ཆེ་རུ་གཏོང་བ། སྔ་ཙམ་ནས་བསྐྲུན་ཏེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པ། ལམ་
དྲའི་འཁོར་རྒྱུག་སྔར་བས་ཤར་གཏོང་ཐུབ་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་གྲོང་ཁྱེར་
གྱི་ནུས་པའི་བཀོད་པ་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་། ཁྲོམ་
རའི་སྟོན་ཕྱོགས་མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་ཁེ་ལས་ཀྱི་རང་བརྟེན་ཐོན་རྫས་

ཞིབ་འཇུག་དང་། ཐོན་སྐྱེད་ལག་རྩལ་གསར་གཏོད། ཁྲོམ་རའི་
གཉེར་ཚོང་དོ་དམ་བཅས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་། ཐོན་རྫས་
ཀྱི་སྤུས་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་བ། ཐོན་རྫས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ལེགས་སུ་གཏོང་
བ། བྲིན་ཚོང་གི་ཐབས་ལམ་རྒྱ་ཆེར་གཏོང་བ། ཁྲོམ་རའི་ཐོབ་
སྐལ་རྒྱ་ཆེར་གཏོང་བ། ཁྱད་ལྡན་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་གཏོད་པ་
བཅས་བྱས་ནས་ཁེ་ལས་ཀྱི་ལྟེ་བའི་འགྲན་རྩོད་ནུས་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་
དགོས། ཁྲོམ་རའི་བྲིན་ཁ་རྒྱུག་པར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་
དང་། སྤུས་ཚད་སྔོན་ལ་འཇོག་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་པ།
གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་སྟངས་གསར་གཏོད་དང་ལེགས་སུ་གཏོང་བ། ཚོང་
ཟོག་གི་སྤུས་ཚད་ལ་ཚོད་འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་པ། ཁྲོམ་རའི་ཚོང་ཟོག་
མཁོ་སྤྲོད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་སུ་གཏོང་བ། ཞབས་ཞུའི་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་
གཏོང་བ། སྤུས་ལེགས་སྣ་མང་གི་ཚོང་ཟོག་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སེམས་
གཅིག་སྡུད་དང་ཁྲོམ་ར་བརྟན་པོ་ཡོང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་འཛད་སྤྱོད་
པས་བློ་བདེ་པོའི་ངང་ཉོ་སྒྲུབ་དང་བློ་བདེ་པོའི་ངང་བེད་སྤྱོད་ཐུབ་
པར་བྱེད་དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་བ་རེད།
ཉིན་དེར་ཝང་ཆང་ད་དུང་མཉེས་ཐང་ཟམ་ཆེན་དུ་ཕེབས་ནས་
གཞུང་ལམ་ཤར་བགྲོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལའང་གཟིགས་ཞིབ་གནང་བ་
རེད། （བུ་ཆུང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ཝང་ཆང་གིས་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ལས་འགོ་བསྐྱར་འཛུགས་དང་ཁེ་ལས་ཐོན་སྐྱེད་སླར་གསོ་ཁྲོམ་ར་འཁོར་རྒྱུག་བཅས་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་བརྟག་ཞིབ་དང་ལྟ་སྐུལ་མཛུབ་ཁྲིད་གནང་བ།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）ཏང་གི་
ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པ་དང་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་
ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་
ཁག་གི་དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་གཏིང་
ཟབ་བྱེད་པ། ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་
ཚོགས་ཐེངས་བཞི་པའི་བཀོད་སྒྲིག་དོན་
འཁྱོལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ། འདུ་ཤེས་བཞི་
ཤུགས་ཆེར་གཏོང་བ་དང་། བློ་སྤོབས་
བཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་བ། སྲུང་སྐྱོང་
གཉིས་ཐུབ་པ་བཅས་བྱས་ཏེ། ཐོག་
མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བསམ་བློ་དང་ཆབ་
སྲིད། བྱ་སྤྱོད་བཅས་ཀྱི་ཐད་ཏང་ཀྲུང་
དབྱང་དང་ཚད་མཐོའི་གཅིག་མཐུན་ཡོང་
རྒྱུ་རྒྱུན་འཁྱོངས་དང་། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
འགན་འཁྲི་འཁུར་སེམས་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
འགན་འཁུར་འདུ་ཤེས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།
བྱ་སྤྱོད་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་
གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་དོན་འཁྱོལ་
བཅས་བྱེད་དགོས། རང་སོ་སོའི་འགན་
འཁྲིའི་ཁྱབ་ཁོངས་ནང་རང་འགུལ་ངང་
འགན་ཁུར་ནས་བྱས་རྗེས་འཇོག་པ་

དང་། བརྟན་ཐོག་ཡར་བརྩོན་གྱི་ལས་
ཀའི་སྤྱིའི་དགོངས་གཞི་མཐའ་འཁྱོངས་
བྱེད་པ། གོང་འཕེལ་གྱི་འདུ་ཤེས་གསར་
པ་ཆ་ཚང་བ་དང་ཡང་དག་པ་ཁྱོན་ཡོངས་
བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ།
སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་
འདེད་ཏན་ཏིག་གཏོང་བ། འཕེལ་རྒྱས་
དང་བདེ་འཇགས་ལ་གཅིག་གྱུར་འཆར་
འགོད་སྔར་ལས་ལེགས་པར་བྱེད་པ།
དམངས་འཚོ་རྒྱུན་མཐུད་འགན་སྲུང་དང་
ལེགས་སུ་གཏོང་བ། སྤྱི་ཚོགས་འཆམ་
མཐུན་དང་བརྟན་ལྷིང་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱེད་
པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་
པའི་འཆར་འགོད་འགོ་ཡག་པོ་འཛུགས་
ཐུབ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས། ཀྲུང་
དབྱང་གི་གཏན་འབེབས་དོན་ཚན་བརྒྱད་
དང་དེའི་ལག་བསྟར་ཞིབ་སྲོལ་གྱི་དགོངས་
དོན་དོན་འཁྱོལ་ནན་པོ་བྱེད་པ་དང་།
ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་རིག་པ་དྭངས་
གསལ་དང་ཀུན་སྤྱོད་བཟང་པོར་བརྟེན་
ནས་རང་གཅུན་ནན་པོ་བྱེད་པ། དད་

འདུན་དང་དངོས་གཉེར། འགན་
འཁུར། རང་གཅུན་བཅས་ཀྱི་ཐད་རང་
དཔེ་གཞན་སྟོན་བྱེད་དགོས། སྲིད་དོན་
བྱས་རྗེས་ཀྱི་ལྟ་བ་ཡང་དག་འཛུགས་རྒྱུ་དང་
ལག་ལེན་དུ་བསྟར་རྒྱུར་སྣེ་ཁྲིད་དང་།
དོན་དངོས་ལ་གཞིགས་པ་དང་ཆོས་ཉིད་
ལྟར་བྱ་བ་བསྒྲུབ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་
ཏེ། མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྲིད་དོན་བྱས་
རྗེས་ཧུར་ཐག་གཏོད་པ་དང་དངོས་སྒྲུབ་ལ་
བརྟེན་ནས་སྲིད་དོན་བྱས་རྗེས་གཏོད་
དགོས། ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཏང་ནན་སྐྱོང་
བྱེད་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་འཁྲི་ནན་ཏན་
ངང་ལག་བསྟར་བྱེད་པ་དང་། རུལ་
སུངས་བྱེད་མི་ཕོད་པ་དང་རུལ་སུངས་བྱེད་
མི་ཐུབ་པ། རུལ་སུངས་བྱེད་མི་འདོད་པ་
བཅས་ལ་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྐུལ་འདེད་བཏང་
སྟེ། སྲོལ་བཟང་སྤྱོད་བཟང་གི་ཆབ་སྲིད་
ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གཏོད་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་
དགོས་ཞེས་ནན་གསུངས་གནང་ཡོད།
（བྱམས་པ་ཚེ་རིང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་
བྱས）

གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་འཐབ་
ཇུས་ལག་བསྟར་ཧུར་ཐག་བྱེད།