

མི་དམངས་ཉིན་རེའི་ཆོག་ས་བར།

ལྷོ་ཁོང་2017ལོ་ཁྱིམ་11 ཁྱིམ་15 གཤམ་ལྷོ་ཁོང་། སྤྱི་ལོ་ཁྱིམ་11 ཁྱིམ་15 གཤམ་ལྷོ་ཁོང་4 ལྷོ་ཁོང་2859

བེ་ཅིན་པིང་གིས་ལོ་མི་མི་དམངས་གསར་བརྗེ་ཏང་གྲང་
 དབྱང་ཨུ་ཡོན་ཨྱན་ཁང་གི་སྡེ་ཁབ་ཕྱུ་ཅི་བྱལ་ཁབ་
 གྲི་ཕྱུ་མི་ཡོན་དབྱང་དང་གྲོས་མོལ་གནང་བ།

[illegible][illegible][illegible]

ལུན་དབྱང་ཤིས་ཀྱང་ལུང་ཚོགས་ཆེན་བརྟན་དགུ་པ་ལྷགས་གྲ་
 ལྷགས་འཕྲིག་བྱུང་བར་རྫོང་མཉམས་འཁོལ་པའི་པག་ཤིས་པ་དང་ལྷགས་ལྷུས་
 པ་དང་འབྲེལ་ཚོགས་ཆེན་ཤོག་ཁི་ཅིན་མིང་གི་རུས་རབས་གསར་པའི་
 གྲུང་མོའི་ཁྱད་ཚོས་གྱི་རྩྭ་ཚོགས་ཤིང་ལྷགས་ཀྱི་དཔོངས་པ་འདི་ནི་དྲུང་
 གྲུང་གི་ལུང་ཁྱད་ཀྱང་ཤིས་ལྷུ་པ་ཁྱིད་བསམ་སྒྲིབ་གཏན་འཁོལ་གནང་
 བར་ཆོད་མཐོའི་གཤེད་འཛོག་གནང་ཞིང་། ལོང་གིས་རྫོང་མཐུན་ཁི་
 ཅིན་མིང་གིས་སྒྲིག་ཤིང་གནང་བའི་ཏུང་ཀྱང་དབྱང་གི་འཕྲུལ་མིང་
 རྩེབས་ལྷན་གྱི་འགྲེལ་ཁྲིད་དོག་ཀྱང་གི་མིང་དམངས་ཀྱིས་ལེ་བར་བྱུ་
 གཉིས་ཀྱི་འབད་དམཐད་དམིགས་ཆོད་མེད་འཕྲུལ་ཀྱིས་པའི་ལྷགས་
 པ་དང་ཁྲིམ་གྱིས་དྲུང་ལུང་པའི་ལྷན་པའི་ལོང་ཚེས་གསུངས་
 ལུང་དང་། ལུན་དབྱང་གིས་ཀྱང་ལུང་ཚོགས་ཆེན་བརྟན་དགུ་པའི་ལྷུ་པ་
 འབམས་ཀྱིས་ད་དུང་རུས་རབས་གསར་པའི་རྩྭ་ཚོགས་ཤིང་ལྷགས་གྱི་
 འཇགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་འཁོལ་རྒྱས་འགྲུ་བྱུང་ང་། ས་ལྷུ་པ་དང་

འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་དང་། མཛེས་ཤིང་གསལ། མཉམ་ལས། འཕེལ་རྒྱས་.....
བཅས་ཀྱི་ཆེད་ལེགས་སྦྱོར་གལ་ཆེན་འབྲུལ་རྒྱ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་.....
རེད།

ཞིཅན་མིང་གིས་ཀྱང་ལོ་ལྷལ་ལབ་གཉིས་པོ་ནི་བྱི་ཚྭ་གསེང་རིང་
 ལུགས་ཀྱི་མཛའ་མཐུན་བྱིས་མཚེས་ལྷལ་ལབ་ཅིག་ཡིན་པ་སོལ་བྱུང་
 གྱི་བྱིས་མཚེས་ལྷལ་ལབ་དབར་གྱི་མཛའ་ཤིག་སེལ་འབྲེལ་བ་ཟབ་ལ་
 པནན་པོ་ཡོད། བྱི་འབྲེལ་འབྲེལ་བ་བཅུ་གསེང་ནས་ལོ་56མེང་ཚུན་
 བྱི་གསེང་གཉིས་པོའི་དབར་ཆབ་སྲིད་མད་པན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་བྱིད་ལུགས་
 ལྷལ་ཆད་མེད་པར་ཆེ་ཏུ་བྱིན་པ་དང་། རྟོག་གཉེར་མཉམ་ལས་བྱིད་བྱ་
 ལྷལ་མཐུད་ནས་ཆེ་ཏུ་བྱིན་པ། བྱི་ཚྭ་གསེང་གི་རིག་གནས་སྤང་ཚུལ་སྤང་
 ཚྭ་ཆེས་སྤེལ་རིས་ནི་རྟོ་པ་ཞིན་ཟབ་ཏུ་བྱིན་པ། ལྷལ་ལབ་གཉིས་པོའི་
 འབྲེལ་བ་བྱི་གསེང་ཡོངས་ནས་འབྲེལ་བྱས་གཏིང་ཟབ་བྱིན་པ་བཅས་བྱུང་
 རྟེ་ལྷལ་ལབ་གཉིས་པོའི་མི་དང་མས་པ་ཉར་ཉར་ཉིག་ཉིག་གི་གཤིག་པོ་ཡན་
 མཐོང་ཡོད། ཀྱང་ལོ་ལྷལ་ལབ་གཉིས་པོའི་སྤུགས་བསམ་དང་སེམས་
 གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་དང་། ལྷལ་ལབ་གཉིས་པོའི་འབྲེལ་བའི་འཐབ་
 རྩས་ཀྱི་རིས་གནས་མཐོང་། འབྲེལ་བྱས་ཀྱི་བར་མཐོངས་སྤྲུཆེ་བ་
 པཅས་ཡོད།

[illegible]

ཕན་དབང་གིས་སྒྲིམ་ཐུན་ཞི་ཅིན་པིང་གིས་ཀྱང་གུང་ཀྱང་དབང་།
 གི་སྒྲིམ་ཐུང་ཅིང་འགན་ལུ་མཐུང་བཞིས་ཆེས་འཚམས་འདྲི་མེད་ས་།
 དང་པོ་ལོ་མེད་གནང་བར་ཐུགས་རྒྱུས་ཆེ་ཞུས་པ་དང་། ད་མེད་ས་།
 འཚམས་འདྲི་གནང་བ་བརྒྱད་རྒྱལ་ཁབ་གནིས་པོའི་སྤོ་རྒྱལ་མཛོད་།
 རྒྱག་པོ་འབྲེལ་བ་ཟབ་དུ་འཁྱོབ་དང་རྒྱལ་ཁབ་གནིས་པོའི་ཁྱབ་ལོང་ས་།
 རྒྱག་གི་མཉམ་ལས་ལ་སྒྲུབ་འདྲེད་མེད་ས་ནས་པོ་ཀྱང་རྒྱལ་ཁབ་གནིས་།
 འགན་ལུ་མཐུང་བཞིན་ཐུན་ཐུང་གི་འཚར་འགྲོད་ཆུས་གཞི་།
 འདྲིང་བས་དང་ཁ་ཕྱིག་གསལ་སྤྱོད་ཐུན་ཐུང་གི་འཚར་འགྲོད་ཆུས་གཞི་།
 པོའི་ཕྱིག་ས་ཡོངས་ཀྱི་འཕལ་ཆུས་མཉམ་ལས་རྟེན་སྒྲུབ་ཐུབ་པ་གནིས་།
 རིམ་གསར་པ་ཞིག་དུ་སྒྲིམ་ཐུན་སྒྲུབ་འདྲེད་ཐུབ་པེས་རེད་ཅེས་།
 གསུངས་པ་རེད།

(པར་རྫོང་གཞུང་པར་གཞིགས་)

འེ་ཅིན་ཕིང་གིས་མེ་ཐེ་ནམ་གྱང་བྱན་ཏང་གྱང་དབྱང་གི་སྒྲིུ་བྱང་
བྱུ་ཅི་རྒྱུ་གྱང་དང་སྒྲིུ་ཡང་མཇལ་འདྲིམས་གནང་བ།

[illegible]

བེའི་ཅིན་ཡིང་གིས་ད་རིམ་དཔེ་མེ་ནམ་གྱི་འཚོམས་འདྲི་ཏུ་ཅང་
 པད་ལྷག་བྱུང་བམ་མེ་མེ་ནམ་མེ་དཔལ་མེ་གྱི་མོ་ལ་མེ་དང་བཅའ་མེམས་ལ་
 རྒྱར་ཡང་འཇུག་མེ་ཆེ་ཞུ་བྱུང་། གྲུང་གི་དང་མེ་མེ་ནམ་ཏང་.....
 གཉིས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་འབྲེལ་བ་གཞིམ་ཞིག་མེ་དང་པ་རྩེ་རྩེ་
 བཀག་རྒྱར་བརྟན་པོ་ཡོད། མིག་རྒྱར་ཏང་གཉིས་དང་རྒྱལ་ཁབ་
 གཉིས་པོའི་འགྲོ་ཤིང་དབར་གྱུབ་པོའི་ཐུན་མོང་གི་རོམ་འཛིན་གལ་
 ཆེན་རབ་དང་རིམ་པ་དག་མཉམ་ལས་གྱི་ཁྱབ་འབྱས་དངོས་ལ་ཐུན་
 ཆད་མེ་དང་པར་འཁྱུར་བཞེན་ཡོད། ཆོས་12ཉིན་དང་དང་གྱི་ཁྱབ་
 གྲུང་མེ་རྩེ་རྩུབ་གྲུང་དབར་མཛོལ་མཐུན་སྒྲེལ་རིམ་གཤིང་ཟབ་བྱས་
 ཏེ་མོན་པའི་ཐུན་མོང་དང་པོ་འཛིན་གྱི་རྒྱང་གཞིའི་ཐོག་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་
 པོའི་མཉམ་ལས་ཐུན་ཐུན་ཆད་མེ་དང་པོ་གཤིང་ཟབ་ཏུ་བཏང་ནས་གྲུང་གི་
 དང་མེ་མེ་ནམ་མེ་ཐོག་གཡོངས་གྱི་འབབ་རྒྱུ་མཉམ་སྒྲེལ་མོས་
 འབྲེལ་བ་གོང་འཕེལ་ཡོང་བར་ལུ་མཐུང་རྒྱལ་མ་གཤིང་རྒྱུའི་རྒྱུ་
 མཐུན་བྱུང་ཡོད་ཅིན་གསུངས་པ་རེད།

བོ་ཅི་ཅོ་ཡི་དེ་གིས་དུ་མ་དཔལ་གསུམ་དཔར་བར་རྒྱལ་ཆུང་ལྷིང་མ་ལུ་ལྷིང་།
 དུ་མ་བལ་ལ་འཕྱུར་ཤིག་གཤིང་ཟེལ་འགྲོ་བ་དང་བརྒྱུན་གྲུང་གི་དང་
 མེ་ཤེན་མ་དཔར་ཆུང་འབྲེལ་བའི་དམིགས་པས་ལ་དོན་རྒྱུད་ལ་ཆེན་
 ལུང་བས་མཐོན་གསལ་དོད་ཀྱི་ལྷིང་། ལྷིང་གསལ་གཤིས་པོའི་
 འབྲེལ་བ་གོང་འཕེལ་ཡོང་བར་རྩོམ་ཁྲིམ་ཡག་པོ་བྱ་ཆེད་ལྷིང་གསལ་གཤིས་
 པས་དང་མེས་པ་བརྒྱུན་ཀྱང་གཤིང་བ་དང་། གྲུང་གི་དང་མེ་ཤེན་
 དཔར་ཆུང་འབྲེལ་བའི་འཕྱུགས་ཆེན་པོ་ལྷུང་ས་འཛིན་བྱེད་པ། ལྷིང་
 ཆོག་གསུམ་ལྷིང་གསལ་ལྷུང་ཆོག་ལྷིང་གསུམ་ལྷིང་པས་ཟེལ་ཁྲིམ་གཤིང་

བ། གྲུང་གོ་དང་མེ་ཐོ་ན་མ་དབར་གྱི་འཕེལ་པའི་དམངས་འདྲོད་.....
 མང་གཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་བ། གྲུང་གོ་དང་མེ་ཐོ་ན་མ་གྱི་མཛའ་.....
 མཐུན་མ་ཉམ་ལས་གྲུང་རྒྱུད་མཐའ་གཅིག་དུ་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་.....
 ཉང་གཞིས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞིས་པོའི་འཕེལ་པ་ཐོག་མཐའ་བར་.....
 གསུམ་དུ་ཡང་དགའ་བའི་ཁ་ཕྱོགས་སུ་མཐུན་བྱེད་དགོས་པའི་ནན་.....
 པམ་དང་གཞན་པའི་རྟེན།

ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ད་དུང་རོན་སྐུལ་གྱི་ལ་གྱི་གོའི་ཏང་སྐྱོང་.....
 རྒྱལ་སྤྱིའི་གི་འབྲེལ་ཡོད་ཉམས་སྤྱོད་རོ་སྤྱོད་གནང་བ་རེད།

རྩོམ་མཁུན་གྱི་ཤེས་མེད་མཁུན་དང་གྲང་ཤིང་དབར་གྱི་མཛའ་བ་
 མཐུན་པ་ལེ་རྒྱས་ཡུན་རིང་ལུན་པ་དང་ཁྲུ་ཁོངས་ཁག་གི་དངོས་
 སྤྱུལ་མཉམ་ལས་རྒྱ་ཆད་མེད་པར་ཟུང་བྱེད་ཡོད། གྲང་གྲང་གི་
 ཆོག་གས་ཆེན་པོ་དེ་དག་པ་ལྟུང་འབྲས་ཐོབ་པའི་དང་འཆོག་གས་ཆེས་ཆུ་
 ཁྲུང་ཐུང་ཅི་ཞིཅན་མིང་གས་མེད་མཁུན་འདི་ཉིད་འཆོས་པ་འདྲིར་
 སེམས་ལྟུལ་ཁང་དང་པོར་བཅིས་གནང་བར་དོན་རྒྱུད་ཆེན་པོ་ལུན་
 ཡོད། ཤེས་མཁུན་མིང་མངས་གྲིས་ཆུ་ཁྲུང་ཐུང་ཅི་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 གྲུང་ཞི་ཡིན་པའི་ཞིཅན་མིང་མཆོག་འཆོས་པ་འདྲིར་སེམས་རྒྱར་ལུག་
 པས་མ་ཐོལ་མེད་དང་རྩེ་རྒྱལ་དང་རྩེ་སེམས་འཁོལ་བའི་དང་དགའ་
 པས་ལྷས་ཡོད། ཆོས་12ཉིན་དེད་ཆེད་དབར་གྱི་ཁྲི་སྐོས་མོལ་དེ་
 བྱམས་བཅེ་དང་མཛའ་དམཐུན་ལུན་པ་མ་ཟད། རྒྱ་གས་ཡོངས་གཏིང་
 ཟུང་བྱུང་བ་དེ་ཐོག་ནས་སློ་མཐུན་དང་སྤྱན་རླེབ་འདྲུ་ཤེས་ཟུང་མོ་
 གང་ལེགས་མཛོད་ཡོད། ཤེས་མཁུན་རྒྱ་གས་ཀྱིས་གྲང་གི་རྩེ་གས་མཁུན་
 ཉིད་རྒྱུད་དང་རྒྱལ་ཡིད་རྒྱུད་ལུགས་རྒྱོད་ཀྱི་ཁྲམས་ལུང་ལྟེ་ཤེས་ཤོས་ཐད་
 ཉིད་གས་རྒྱོད་བརྒྱུད་ནས་ཤེས་མཁུན་དང་གྲང་ཤིང་འདྲུ་ལྟེ་ཤེས་རྒྱུན་
 མཛའ་བ་གྲགས་རྒྱུན་འཛིན་དང་དང་ཤེས་པ་འབྲང་སྟེ་དང་གཉིས་དང་
 རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པའི་འབྲེལ་བ་རྒྱ་ཆད་མེད་པར་རྒྱས་རིམ་གསར་
 པར་སྤེམས་རྒྱར་སྤུལ་མ་ལུར་ཐག་གཏིང་འདྲིད་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་
 རེད།

མངལ་འདྲིམས་པན་དཔལ་འགྲུག་འགྲུག་མེས། གི་ཅིན་པིང་དང་.....
རྩ་བུ་ལྟ་བུ་ཅུ་གཉིས་ཀྱི་འཕྲི་ལོ་བཞུགས་པན་ཉིང་པར་.....
པོས་པན་ལུ་མཐུད་མེད་མོས་པན་དང་བ་རེད།

(བདེ་སྲིད་སྒྲོལ་དཀར་གྱིས་བསྐྱར། བ་སངས་ཆེ་རིང་གིས་བྲས།)

ཞི་ཅིན་པིང་ཤིས་མེ་ཐེ་ནམ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གྲུ་ཞི་
ཐེན་ཏ་ཀོང་དང་ཤོས་མོལ་གནང་བ།

[illegible][illegible]

ཞིའི་ཅན་ཡིང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན། ལྷུལ་གྱི་དྲངས་ལྷུལ་
 ལྷུ་དྲངས་བཤལ་གཏིང་ཟབ་ལ་རྒྱལ་འཛིང་ཆེ་བའི་འཇུག་ལྷན་འཛུགས་
 དང་ཀྲང་མེས་མོའི་རྒྱུད་འཕེལ་ལས་འགན་དཀའ་ཆོག་མས་ཆེ་བའི་ལྷུང་
 རྒྱངས་འོག འཆོ་རྟེན་གཉིས་དང་ལྷུལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་མཐོང་མེས་
 ལྷུལ་འཁབ་རྒྱལ་ལྷུལ་མཐུང་ལ་གྲགས་རྒྱུན་བརྒྱབ་བསྟུན་གྲགས་
 འཕེལ་བའི་འཕེལ་ལྷུལ་འཕྱོགས་རྒྱངས་འཛིན་གྱིས་ཀྲང་མོའི་འཕེལ་
 བའི་གྲུག་མིང་སྤྱིར་མཆོང་ལས་ཡང་དགལ་བརྒྱུད་དེ་ལྷུ་མཐུང་རྒྱབ་སྟེ་
 གསལ་མས་མཐུན་རྒྱུད་ཐུབ་རྒྱུར་སྤུལ་འདོད་གཏིང་དཀོས། ལྷག་སྟེ་
 བཞིས་པོས་ལྷག་སྟེ་ཞེ་ཆོང་དདུལ་འཕེར་བརྟན་པོའི་དང་
 འཕེར་བའི་རྩལ་བསྟུན་དུ་གཏིང་བཤད་ཆབས་ཅིག “རྒྱད་
 བཅིག་ལས་གཅིག”དང་“བར་ཁྲམས་གཉིས་དང་འཕེར་རྒྱུ
 བཅིག”ལི་འཕྱགས་སྤྱོད་ཁག་དང་རྒྱལ་མཐུང་ལྷིང་མཁྱེགས་སྤྱོད་དང་
 བས་ཁང་གཞིའི་སྤྱོད་བཀོད་འཕྱགས་སྤྱོད་དང་། ཐོན་རྒྱས། ས་
 རྟོངས་བསྐལ་བའི་དབལ་འཕྱོར་མཉམ་ལས་ལྷུལ་མོགས་གཅིག་གནང་

[illegible]

གྲུ་གྲུ་ཆོག་གསུམ་དོན། གྲུ་གྲུ་ཆོག་གསུམ་ཆོན་བཏུ་དགྲ།
 པའི་ཐོག་ཞི་ཅིན་མིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་གྲུ་གྲུ་ཆོན་ཆོས་
 གྱི་ལྷི་ཆོག་གསུམ་འིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པའི་མཛུབ་ཁྲིད་གནས་བབ་
 གནན་འཁེལ་གནང་བར་ཞེན་འབེལ་ལུས་པ་དང་ཆབས་ཅིག རྫོ་
 མཐུན་ཞི་ཅིན་མིང་ལྷན་ཡང་གྲུ་གྲུ་གྲུ་དབྱང་གི་ལྷི་ལྷུ་མུ་
 ཅིར་བདམས་པར་ཞེན་འབེལ་ལུས་པ་རེད། མེ་ཐོན་ཕྱོགས་ཀྱིས་
 གྲུ་གྲུ་འདུག་པའི་ལྷི་ཆོག་གསུམ་འཁེལ་ཆུས་ཐང་ཐོབ་པའི་གྲུབ་
 འབྲས་ཆོན་པ་དང་དེ་བཞིན་གྲུ་གྲུ་ཆོག་གསུམ་ལྷི་དང་ས་ལྷུ་ཞི་བདེ་
 དར་ཆུས་ཡོང་ཆེད་ལུས་པའི་ལུགས་སྒྲིམ་གསུམ་ཆོན་ལ་གཤིང་འཛིན་
 མཐོ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མེ་གྲུ་གནིས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཡོངས་འཐབ་ཏུ་
 མཉམ་ལས་རོགས་སྐྱའི་འབེལ་བར་ལུགས་སྒྲིམ་བརྒྱུ་བརྒྱུ་ལ་བརྟན་
 དུ་གཏོང་གྱི་དེ་ཆུས་ལས་གནིས་དང་དེ་བཞིན་ཆུས་ལབ་གནིས་ཀྱི་མི་
 དམངས་ཀྱི་ཆུ་འའི་ཁེ་ཕན་དང་མཐུན་པ་མེད། ཆུས་སྤྱི་དང་མི་
 ལུས་ཞི་བདེ་བརྟན་སྤྱི་ཡོང་ཆུ་ཡང་ཕན་པ་བྱེད་ཏུ་ མེ་ཐོན་ཕྱོགས་
 ཀྱིས་གྲུ་གྲུ་གྲུ་དང་མཉམ་དུ་ཆུས་ལབ་གནིས་ཀྱི་འགྲོ་ཁྲིད་ཀྱན་
 རབས་ཆོས་བཏུགས་པའི་མེ་གྲུ་ལྷོ་ཆུ་ཕྱོགས་འབེལ་བ་
 ཆུ་བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཐོག་ཞི་གྲུ་ཞི་ཐངས་འདྲིའི་འཛམས་
 འདྲིའི་གྲུབ་འབྲས་གསུམ་ཆོན་དོན་འཁྲོལ་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ། ཏང་གནིས་
 དང་ཆུས་ལབ་གནིས་དབར་གྱི་མཐོ་རིམ་འགྲོ་ཁྲིད་ཆུ་འཁྲོངས་ཕྱོགས་
 བས་ཁྱབ་ཁོངས་ཁག་གི་དངོས་སྤྱད་ཐེལ་རེས་མཉམ་ལས་ལ་སྒྲུབ་
 འདྲིའི་ཀྱིས་མེ་གྲུ་འབེལ་བ་འཁེལ་ཆུས་གཏིང་ཟབ་འགྲོ་ཆུ་སྒྲུབ་
 འདྲིའི་གཏིང་ཆུ་ཡོད།

(དམ་ཆོས་མི་པམ་གྱིས་བསྐྱུར། རྟོན་གྲུབ་གྱིས་བྲིས།)

ནི་མ་ཐིེད་ལྷན་2018ལོའི་གྲང་དབྱང་གི་ཆེད་དོན་རྒྱན་སྟེ་གཤམ་གྱི་སྤྱོད་པ་
དབྱེ་སྟེ་དྲ་ལྷན་48ལྟ་ཅན་སྤྱོད་ནས་ལྷན་དང་།

[illegible]

རྒྱལ་ཁོལ་བཞིན་གཏོང་སྐྱོད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤིང་།
 བཅད་ཐོའི་ནང་ཡུང་དབྱང་གི་ཆེད་དོན་ལྷན་དོན་གི་སྒྲིལ་མ་ན་ལ་.....
 དང་ལཱ་ལེ་དང་གཞུང་ལཱ་ལེའི་སྒྲིལ་མ་གསུམ་གྱི་སྒྲིལ་བྱ་གཞག་འཕེལ་རྒྱས་ལ་.....
 རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པའི་ཐད་གཏོང་རྒྱུ་དང་། མ་དང་ལཱ་ལེ་དང་སྐྱོད་ཀྱི་.....
 གནས་ཚུལ་ལྟར་(2018པའི་ནོར་ཉིད་ཀྱི་གཏོང་ཡོང་རིགས་དབྱེའི་
 ཆོན་པའི་)འབྲེལ་ཡོད་གཏན་འཁེབས་གཞིར་བཟུང་འཕྲུལ་ཆང་གཏོང་།
 རྒྱ་ཡིན་པ་ཤིང་།

(བསྟན་འཛིན་སློ་བྱེད་ཀྱིས་བསྟུང་། ལྷག་པ་ཆེ་རིང་གིས་ཞུས་)