མིདམངསཉིནརེའིཚགསཔར གལཆེའིགསརའགྱུར ལོའིཟླ ཚེས

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
སྙན་སྒྲོན་ནང་2018ལོར་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་རྡལ་དུ་ལས་་་་་་་་་་་
ཞུགས་གསར་སྣོན་མི་ཁྲི་1100ཡན་བྱ་རྒྱུ་དང་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་རྡལ་་
གྱི་ལས་ཤོར་བརྟག་དཔྱད་ཞིང་པ་ལས་མི་སོགས་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་་་་་་་
རྡལ་གྱི་རྒྱུན་སྡོད་མི་འབོར་ལ་ཁྱབ་པ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པ་བཏོན་ཡོད།
★བཀྲག་མདངས་འཚེར་ས་གསུམ་པ།
རྒན་གསོ།ཁེ་ལས་ལས་བཟོའི་གཞི་རྩའི་རྒན་གསོ་འགན་བཅོལ་་་
གྱི་ཐེབས་རྩ་ཀྲུང་དབྱང་གིས་སྙོམས་སྒྲིག་བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས་འཛུགས་
རྒྱུ།

སྙན་སྒྲོན་ནང་རྒན་གསོ་འགན་བཅོལ་ལམ་ལུགས་སྒྱུར་བཅོས་་་་་་་་་
གཏིང་ཟབ་ཏུ་བཏང་ནས་ཁེ་ལས་ལས་བཟོའི་གཞི་རྩའི་རྒན་གསོ་་་་་་་་་་་་
འགན་བཅོལ་གྱི་ཐེབས་རྩ་ཀྲུང་དབྱང་གིས་སྙོམས་སྒྲིག་བྱེད་པའི་ལམ་་་་་
ལུགས་འཛུགས་རྒྱུ་དང་རྒན་ཡོལ་མི་སྣའི་གཞི་རྩའི་རྒན་གསོའི་དངུལ་་་་་
དང་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གྲོང་མིའི་རྨང་གཞིའི་རྒན་གསོའི་་་་་་་་
དངུལ་མུ་མཐུད་མཐོ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་པ་བཏོན་ཡོད།
★བཀྲག་མདངས་འཚེར་ས་བཞི་པ།
སྨན་བཅོས།གྲོང་མིའི་གཞི་རྩའི་སྨན་བཅོས་འགན་བཅོལ་གྱི་མི་་
རེའི་ཆ་སྙོམས་ནོར་སྲིད་ཁ་གསབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་སླར་ཡང་སྒོར་40སྤོར་་་་་
རྒྱུ་ཡིན་པ།
གཞི་རྩའི་སྨན་བཅོས་འགན་བཅོལ་དང་ནད་ཆེན་འགན་བཅོལ་་་་་
གྱི་འགན་ལེན་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་བཏང་ནས་གྲོང་མིའི་གཞི་རྩའི་སྨན་་་་་་་་་་་
བཅོས་འགན་བཅོལ་གྱི་མི་རེའི་ཆ་སྙོམས་ནོར་སྲིད་ཁ་གསབ་ཀྱི་ཚད་་་་་་་
གཞི་སླར་ཡང་སྒོར་40སྤོར་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད།འདས་ཟིན་པའི་ལོ་ལྔའི་་་་་
རིང་གྲོང་མིའི་གཞི་རྩའི་སྨན་བཅོས་འགན་བཅོལ་གྱི་མི་རེའི་ཆ་སྙོམས་་་་

ནོར་སྲིད་ཁ་གསབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་སྒོར་240ནས་སྒོར་450བར་སྤར་ཡོད་
པ་རེད།
★བཀྲག་མདངས་འཚེར་ས་ལྔ་པ།
སློབ་གསོ།སློབ་གྲྭ་འབྲིང་ཆུང་གི་སློབ་མའི་སློབ་ཕྱིའི་ཁུར་པོ་ལྕི་་་་
བའི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ་དང་བྱིས་པ་བཅོལ་་་་
བའི་སློབ་གསོའི་བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོའི་ལྟ་སྐུལ་དོ་དམ་ལ་ཤུགས་སྣོན་་་་་་་
རྒྱག་རྒྱུ།

སྙན་སྒྲོན་ནང་སློབ་གྲྭ་འབྲིང་ཆུང་གི་སློབ་མའི་སློབ་ཕྱིའི་ཁུར་པོ་ལྕི་
བའི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ་དང་ཐབས་ལམ་སྣ་་་་
མང་སྤྱད་ནས་སློབ་ཞུགས་གོང་གི་སློབ་གསོའི་ཐོན་ཁུངས་མཁོ་སྤྲོད་ལ་་་་
ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་དྲ་སྦྲེལ་སོགས་ཆ་འཕྲིན་ཅན་གྱི་བྱེད་ཐབས་་་་་་་
སྤྱད་ནས་བྱིས་པ་བཅོལ་བའི་སློབ་གསོའི་བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོའི་ལྟ་སྐུལ་་་་
དོ་དམ་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ་ཡིན་པ་བཏོན་ཡོད།
★བཀྲག་མདངས་འཚེར་ས་དྲུག་པ།
སྡོད་ཁང་།བྱེད་པོ་སྣ་མང་གི་མཁོ་སྤྲོད་དང་།ཐབས་ལམ་སྣ་་་་་་་
མང་གི་འགན་ལེན།བོགས་གཏོང་ཉོ་སྒྲུབ་མཉམ་བཟུང་ལམ་ལུགས་་་་་་
བཅས་མགྱོགས་མྱུར་འཛུགས་རྒྱུ།
སྙན་སྒྲོན་ནང་ལོ་གསུམ་གྱི་སྡོད་ཁང་སྐྱོ་ཁུལ་རྒྱས་སྐྲུན་འགག་སྒྲོལ་་
འཆར་གཞི་གསར་པ་ལག་བསྟར་བྱས་ནས་འདི་ལོ་སྡོད་ཁང་ཆ་ཚང་ཁྲི་་་
580བསྐྲུན་རྒྱུ་དང་། སྤྱི་པའི་བོགས་གཏོང་ཁང་པ་འགན་ལེན་ལ་་་་་་་་་་
ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ།བྱེད་པོ་སྣ་མང་གི་མཁོ་སྤྲོད་དང་།ཐབས་ལམ་སྣ་་
མང་གི་འགན་ལེན།བོགས་གཏོང་ཉོ་སྒྲུབ་མཉམ་བཟུང་བཅས་ཀྱི་སྡོད་
ཁང་ལམ་ལུགས་མགྱོགས་མྱུར་བཙུགས་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་རྒྱ་ཆེའི་མི་་་་་་་་
དམངས་མང་ཚོགས་ལ་སྔ་ཙམ་བདེ་སྡོད་ཁང་པ་ཡོད་པ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པ་་་་་

བཏོན་ཡོད།
★བཀྲག་མདངས་འཚེར་ས་བདུན་པ།
ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོང་།གཙོ་གནས་ས་ཁུལ་གྱི་PM2.5གར་ཚད་་་་
མུ་མཐུད་ཆག་པ་བྱ་རྒྱུ།

སྙན་སྒྲོན་ནང་ནམ་མཁའ་སྔོན་པོ་སྲུང་བའི་དམག་འཐབ་ཀྱི་གྲུབ་་་
འབྲས་སྲ་བརྟན་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་འདི་ལོ་དབྱང་གཉིས་ཟི་འགྱུར་རྫས་་་་
དང་དབྱང་མང་འགྱུར་རྫས་འབུད་ཚད་3%ཆག་པ་བྱ་རྒྱུ་དང་གཙོ་་་་་་་་
གནད་ས་ཁུལ་གྱི་སྨུག་རྡུལ（PM2.5）གར་ཚད་མུ་མཐུད་ཆག་པར་་་་་་་
བྱེད་དགོས་པ་བཏོན་ཡོད།
★བཀྲག་མདངས་འཚེར་ས་བརྒྱད་པ།
སྒེར་ཁྲལ།སྒེར་ཁྲལ་བསྡུ་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་རྒྱུ།
སྙན་སྒྲོན་ནང་མི་སྒེར་གྱི་ཐོབ་ཁྲལ་བསྡུ་འགོ་འཛུགས་ས་མཐོ་རུ་་་་་་
གཏོང་རྒྱུ་དང་བུ་ཕྲུག་གི་སློབ་གསོ་དང་ནད་ཆེན་སྨན་བཅོས་སོགས་་་་་་་
ཆེད་སྤྱོད་གྲོན་དངུལ་འཐེན་ཚད་མང་དུ་བཏང་ནས་ལུགས་མཐུན་ངང་
ཁུར་པོ་ཡང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་པ་བཏོན་ཡོད།
★བཀྲག་མདངས་འཚེར་ས་དགུ་པ།
གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་རྡལ་ཅན་གསར་པ།ཚལ་ཁྲོམ་དང་རླངས་་་
འཁོར་འཇོག་ས།གློག་སྐས།འཁྱིལ་ཆུ་གཤོང་བའི་མདོང་ལམ་སོགས་་
ཀྱི་སྒྲིག་བཀོད་བསྐྲུན་རྒྱུ།
སྙན་སྒྲོན་ནང་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་རྡལ་ཅན་གསར་པའི་སྤུས་ཚད་་་
མཐོ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་།འདི་ལོ་སླར་ཡང་གྲོང་ཁྱེར་དུ་གཞིས་ཆགས་་་་་་
བྱེད་མཁན་མི་གྲངས་ཁྲི་1300ཟིན་རྒྱུ་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གནས་སྤོས་་་
མི་འབོར་གྲོང་མིར་སྒྱུར་ཚད་མགྱོགས་སུ་གཏོང་རྒྱུ།སྤྱི་པའི་འགྲིམ་་་་་་་་
འགྲུལ་སྔོན་ལ་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་ནས་ཚལ་ཁྲོམ་དང་རླངས་འཁོར་་་་་་་་་

འཇོག་ས་སོགས་དམངས་ཕན་ཞབས་ཞུའི་སྒྲིག་བཀོད་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་
གཏོང་རྒྱུ།གོ་རིམ་ལྡན་པའི་ངང“གྲོང་དབུས་གྲོང་ཚོ”དང་ཁུལ་ཆུང་་་
རྙིང་པའི་རྒྱས་སྐྲུན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་ལེ་ལག་སྒྲིག་བཀོད་་་་་་་
འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་བཏང་ནས་ཆ་རྐྱེན་འཛོམས་སར་གློག་སྐས་འཛུགས་་་་་
རྒྱུར་བསྔགས་སྐུལ་བྱ་རྒྱུ། འཁྱིལ་ཆུ་གཤོང་བའི་མདོང་ལམ་དང་ས་་་་་་་་
འོག་ཕྱོགས་བསྡུས་མདོང་ལམ་སོགས་བསྐྲུན་རྒྱུར་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ་་་་་་
བཅས་བཏོན་ཡོད།
★བཀྲག་མདངས་འཚེར་ས་བཅུ་པ།
འཛད་སྤྱོད།དྲ་གྲོན།ཟམ་སྒྲོལ་དངུལ།མཛེས་ལྗོངས་ཀྱི་སྤ་་་་་་་
སེའི་རིན་གོང་སོགས་གཅོག་རྒྱུ་དང་ནུས་རྒྱུ་གསར་པའི་རླངས་འཁོར་་་་་
ཉོ་ཁྲལ་གྱི་གཟིགས་སྐྱོང་སྲིད་ཇུས་སླར་ཡང་ལོ་གསུམ་ནར་འགྱངས་བྱ་་་་
རྒྱུ།

སྙན་སྒྲོན་ནང་ཁྱིམ་ཚང་གི་དྲ་ཆེན་དང་ཁེ་ལས་ཀྱི་དྲ་ཆེན།ཆེད་་་་་
སྐུད་ཀྱི་གྲོན་དངུལ་བཅས་མངོན་གསལ་དོད་པོས་གཅོག་རྒྱུ་དང་རྒྱུན་་་་་
འབོར“རྒྱང་སྒྲོལ་གྲོན་དངུལ”མེད་པར་བཟོ་རྒྱུ་དང་།སྒུལ་བདེའི་དྲ་་་
བའི་རྒྱུག་ཚད་གྲོན་དངུལ་ལོའི་ནང་ཉུང་མཐར་ཡང་30％གཅོག་རྒྱུ་་་་
དང་། གཞུང་ལམ་གྱི་གྲོན་དངུལ་བསྡུ་བའི་ལམ་ལུགས་སྒྱུར་བཅོས་་་་་་་་
གཏིང་ཟབ་ཏུ་བཏང་ནས་ལམ་དང་ཟམ་པ་སྒྲོལ་བའི་གྲོན་དངུལ་་་་་་་་་་་་
གཅོག་རྒྱུ།གཙོ་གནད་གཞུང་ཁོངས་མཛེས་ལྗོངས་ཁུལ་གྱི་སྤ་སེའི་རིན་
གོང་གཅོག་རྒྱུ།ནུས་རྒྱུ་གསར་པའི་རླངས་འཁོར་ཉོ་ཁྲལ་གྱི་གཟིགས་་་་་
སྐྱོང་སྲིད་ཇུས་སླར་ཡང་ལོ་གསུམ་ནར་འགྱངས་བྱེད་རྒྱུ་དང་ཕྱོགས་་་་་་་་
ཡོངས་ནས་ལག་བརྒྱུད་རླངས་འཁོར་ས་ཆ་གཞན་ནས་ས་གནས་དེ་་་་་་་་
རང་དུ་བསྒྱུར་རྒྱུའི་ཚད་བཀག་སྲིད་ཇུས་མེད་པར་བཟོ་རྒྱུ་བཅས་་་་་་་་་་་་
བཏོན་ཡོད།
（པ་སངས་ཀྱིས་བསྒྱུར།པ་སངས་དང་པད་ཆོས་ཀྱིས་ཞུས）

སྲིད་གཞུང་གི་ལས་དོན་སྙན་སྒྲོན་ནང་གི་དམངས་འཚོའི་བཀྲག་མདངས་འཚེར་ས་ཆེན་པོ་བཅུ།

ཤིན་ཧྭ་གསར་འགྱུར་ཁང་པེ་ཅིང་ནས་ཟླ་3
ཚེས་5ཉིན་གློག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ།ཀྲུང་གོ་འཇིག་
རྟེན་འཕུར་སྐྱོད་ཚན་རྩལ་ལས་དོན་ཚོགས་པ་ཚད་ཡོད་་་
ཀུང་སིས་ཞིབ་བཟོ་བྱས་པའི“མགྱོགས་གྲུ་རྟགས་ཅན་་་་་
ཨང་བཅུ་གཅིག་པའི”སྐྱེལ་འདྲེན་མེ་ཤུགས་འཕུར་་་་་་་་་་
མདའ་ལོ་འདིའི་ནང་འཁོར་ཐོག་སྒུལ་བདེའི་བྱེད་་་་་་་་་་་་
ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་འཕངས་ཏེ་སྲུང་སྐར་ཚོང་ལས་་་་་་་
ཅན་དང་། འདུ་ཚད་མཐོ་བ། མགྱོགས་འཕེན་་་་་་་་་་
བཅས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་བསྐོང་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད།
རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་་་
ཀྲུང་གོ་འཇིག་རྟེན་འཕུར་སྐྱོད་ཚན་རྩལ་ལས་དོན་་་་་་་་་་་
ཚོགས་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཧུའུ་པེ་འཇིག་རྟེན་་་་
འཕུར་སྐྱོད་ལག་རྩལ་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་ཇུས་་་་་་

འགོད་སུའོ་ཡི་ཚན་རྩལ་ཨུ་ལྷན་གྱི་ཀྲུའུ་རེན་ཧུའུ་ཧྲེང་་་་་
ཡོན་གྱིས་ཚེས་5ཉིན“མགྱོགས་གྲུ་རྟགས་ཅན་ཨང་བཅུ་་
གཅིག་པའི”འཕུར་སྐྱོད་སྤུས་ཚད་ཏུན་78ཟིན་པ་དང་་་
ཐག་ཉེ་སའི་འཁོར་ལམ་ཐོག་སྐྱེལ་འདྲེན་བྱེད་ནུས་ཆེ་་་་་་
ཤོས་ཏུན་1.5ཟིན་པ། སྤྱི་ལེ་700ཡི་ཉི་མའི་མཉམ་་་་་་
བགྲོད་འཁོར་ལམ་གྱི་སྐྱེལ་འདྲེན་བྱེད་ནུས་ཏུན་1ཟིན་་་་
པ་བཅས་དང་གཙོ་བོ་སྤྱི་ལེ་400ནས་སྤྱི་ལེ་1500ཡི་་་་་་་
ཐག་ཉེ་ས་དང་ཉི་མའི་མཉམ་བགྲོད་འཁོར་ལམ་གྱི་སྲུང་་
སྐར་ཆུང་གྲས་དང་། སྲུང་སྐར་ཆེས་ཆུང་གྲས་རྐྱང་པ།
སྐར་ཚོགས་བཅས་འཕེན་པའི་ལས་འགན་འཁུར་རྒྱུ་་་་་་་་
ཡིན་པ་རེད།
（པ་སངས་ཀྱིས་བསྒྱུར། པ་སངས་དང་པད་་་་་་་་་
ཆོས་ཀྱིས་ཞུས）

རང་རྒྱལ་གྱི“མགྱོགས་གྲུ་རྟགས་ཅན་ཨང་བཅུ་གཅིག་པའི”མེ་ཤུགས་འཕུར་མདའ་ལོ་འདིའི་ནང་ཐོག་མར་འཕེན་རྒྱུ་ཡིན་པ།

ཤིན་ཧྭ་གསར་འགྱུར་ཁང་པེ་ཅིང་ནས་ཟླ་3
ཚེས་5ཉིན་གློག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ། ཞིང་པ་་་་་་
ཕྱིར་སྐྱོད་པའི“མཐའ་མའི་འགག་གནད”ཀྱི་གནད་་་་་་་་
དོན་ལ་དམིགས་ཏེ་ཚེས་5ཉིན་འགྲིམ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་
པུའི་པུའུ་ཀྲང་ལི་ཞའོ་ཕང་གིས་མི་དམངས་ཚོགས་ཁང་་་
ཆེ་མོའི“པུའུ་ཀྲང་གི་བགྲོད་ལམ”ཐོག་2019ལོར་ཆ་་་་་་
རྐྱེན་འཛོམས་པའི་ཤང་གྲོང་དང་སྒྲིག་ཚུད་གྲོང་ཚོར་་་་་་་
སྣུམ་ནག་ལམ་སྐྲུན་པའི་དམིགས་ཚད་བསྒྲུབ་རྒྱུ་རེད་་་་་་་
ཅེས་གསུངས།
ལི་ཞའོ་ཕང་གིས“འབྱོར་འབྲིང་ལམ་དུ་ས་གནས་་་
གང་ཞིག་འགྲིམ་འགྲུལ་རྐྱེན་གྱིས་རྗེས་སུ་མི་ལུས་པ་བྱ་རྒྱུ་
དེ་ནི་ང་ཚོས་ཏང་དང་མི་དམངས་ལ་བརྗིད་ཆེའི་དམ་་་་་

བཅའ་བཞག་པ་ཞིག་རེད”ཅེས་གསུངས་པ་དང་།ཁོང་
གིས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གཞུང་ལམ་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་་་་་་
གྲོང་ཚོ་དང་དུད་ཚང་དུ་ཕྱོགས་ནས་2020ལོར་སླེབས་་
སྐབས་ཆ་རྐྱེན་འཛོམས་པའི་སྒྲིག་ཚུད་གྲོང་ཚོར་འགྲུལ་་་་
སྐྱེལ་རླངས་འཁོར་ཤར་གཏོང་ཐུབ་པ་དང་འབྲེལ་གྲོང་་་་
གསེབ་ཀྱི་ས་ཁུལ་དུ་བདེ་སྲུང་འདུ་འགོད་ལག་བསྟར་་་་་་
བྱས་ཏེ་2020ལོར་སླེབས་སྐབས་ཤང་ཡན་གྱི་ཉེན་ཁ་ཆེ་
བའི་གཞུང་ལམ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་རྒྱས་སྐྲུན་བྱས་ཏེ་་་་་་་
མང་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་འགན་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་་་
གསུངས།

(པད་ཆོས་ཀྱིས་བསྒྱུར།པ་སངས་དང་པད་ཆོས་་་་་
ཀྱིས་ཞུས)

འགྲིམ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་པུས་2019ལོར་ཆ་རྐྱེན་འཛོམས་པའི་ཤང་གྲོང་དང་སྒྲིག་ཚུད་གྲོང་ཚོར་སྣུམ་ནག་ལམ་སྐྲུན་པའི་དམིགས་ཚད་བསྒྲུབ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བསྟན་པ།

⇐ ཟླ་3ཚེས་5ཉིན་་་་་་་
རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་་་་་་་་་་་་
འཐུས་ཚོགས་སྐབས་བཅུ་་་་་་་་་
གསུམ་པའི་ཚོགས་འདུ་་་་་་་་་་་་
ཐེངས་དང་པོའི་འགོ་ཚུགས་་་་
ཚོགས་འདུ་གྲོལ་རྗེས་མི་་་་་་་་་་་
དམངས་ཚོགས་ཁང་ཆེ་མོའི་་་་
ཚོམས་ཆེན་བྱང་མའི“པུའུ་་་་་་
ཀྲང་བགྲོད་ལམ”དུ་པུའུ་ཀྲང་
དྲུག་གིས་སྔ་རྗེས་སུ་གསར་་་་་་་
འགོད་པའི་དྲི་བར་ལན་་་་་་་་་་་
བཏབ་ཅིང་།འདི་ནི་བཟོ་་་་་་་
འཕྲིན་པུའི་པུའུ་ཀྲང་མེའོ་་་་་་་་
ཝུའེ་ཡིས་གསར་འགོད་པའི་་་་
དྲི་བར་ལན་འདེབས་བཞིན་་་་
པ།

⇐ ཟླ་3ཚེས་5ཉིན་་་་་་
རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་འཐུས་་
མི་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་བཅུ་་་་་་་་་་
གསུམ་པའི་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་་
དང་པོ་པེ་ཅིང་མི་དམངས་་་་་་་་་
ཚོགས་ཁང་ཆེ་མོར་འཚོགས་་་་་་
ཤིང་།འདི་ནི་ཀུའེ་ཀྲོའུ་ཞིང་་་་
ཆེན་གྱི་འཐུས་མི་ཚོགས་པ་་་་་་་་་
དང་། བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་་་་་
ཀྱི་འཐུས་མི་ཚོགས་པ།ཀན་་་་་
སུའུ་ཞིང་ཆེན་གྱི་འཐུས་མི་་་་་་་་་
ཚོགས་པ།ཉིང་ཞ་ཧུད་རིགས་
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་འཐུས་མི་་་་་
ཚོགས་པ་བཅས་ཚོགས་འདུར་་
ཞུགས་པའི་གནས་ཚུལ་ཡིན་པ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)ལི་ཁེ་ཆང་གིས་2018
ལོར་ལས་དོན་ཁག་དགུ་ཏན་ཏིག་ངང་ཡག་པོ་སྒྲུབ་་་་་་་་་་
དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ།མཁོ་སྤྲོད་ཕྱོགས་ཀྱི་གྲུབ་་་་་་་
ཆའི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྱུར་བཅོས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏིང་་་་་་་
ཟབ་གཏོང་དགོས་པ་དང་གཅིགགསར་གཏོད་རྣམ་་་་་་
པའི་རྒྱལ་ཁབ་མགྱོགས་མྱུར་བསྐྲུན་དགོས་པ་དང་་་་་་་་་་་་
གཉིས།རྨང་གཞིའི་རང་བཞིན་གྱི་འགག་རྩའི་ཁྱབ་་་་་་་་
ཁོངས་ཀྱི་སྒྱུར་བཅོས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་དགོས་པ་་་་་་་
དང་གསུམ། འགག་སྒྲོལ་གྱི་དམག་འཐབ་ཆེན་པོ་་་་་་་་་་་་
གསུམ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡག་པོ་རྒྱག་དགོས་པ་དང་བཞི།
གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་འཐབ་ཇུས་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་་་
ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་པ་དང་ལྔ།ས་ཁོངས་མཐུན་་་་་་་
སྦྱོར་ངང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་འཐབ་ཇུས་ལ་སྐུལ་་་་་་་
འདེད་ཏན་ཏིག་གཏོང་དགོས་པ་དང་དྲུགའཛད་སྤྱོད་
རྒྱ་སྐྱེད་དང་མ་དངུལ་ནུས་ལྡན་གཏོང་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་་
ཧུར་ཐག་གཏོང་དགོས་པ་དང་བདུན།ཕྱོགས་ཡོངས་་་་
ནས་སྒོ་འབྱེད་རྣམ་པ་གསར་པ་ཆགས་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་་
གཏོང་དགོས་པ་དང་བརྒྱད།དམངས་འཚོ་འགན་ལེན་
དང་ལེགས་སུ་གཏོང་བའི་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་དགོས་་
པ་དང་དགུ་བཅས་སོ།
ལི་ཁེ་ཆང་གིས་ད་དུང་སྲིད་གཞུང་གི་རང་ངོས་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་དགོས་པ་དང་།མི་་་་་་
རིགས་དང་།ཆོས་ལུགས།ཕྱིར་སྡོད་རང་མིའི་ལས་་་་་་་
དོན།རྒྱལ་སྲུང་དང་དམག་དཔུང་འཛུགས་སྐྱོང་།
ཤང་ཀང་དང་ཨའོ་མོན་འཕེལ་རྒྱས་དང་ངོགས་གཉིས་་་
ཀྱི་འབྲེལ་བ།དེ་བཞིན་རང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱི་འབྲེལ་སྲིད་ཇུས་
བཅས་སྐོར་རྒྱས་བཤད་གནང་བ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་གྲོས་རིམ་གཞིར་བཟུང་ཚོགས་ཆེན་་་་
ཐོག་2017ལོའི་རྒྱལ་དམངས་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་་་་་་་་
ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཆར་འགོད་ལག་བསྟར་བྱས་་་་་་་་
ཚུལ་དང་2018ལོའི་རྒྱལ་དམངས་དཔལ་འབྱོར་དང་་་་
སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཆར་འགོད་འཆར་ཟིན་སྐོར་་་
གྱི་སྙན་སྒྲོན།དེ་བཞིན་2018ལོའི་འཆར་འགོད་་་་་་་་་་་
འཆར་ཟིན་དང་།2017ལོའི་ཀྲུང་དབྱང་དང་ས་་་་་་་་་་
གནས་ཀྱི་སྔོན་རྩིས་ལག་བསྟར་བྱས་ཚུལ་དང་2018
ལོའི་ཀྲུང་དབྱང་དང་ས་གནས་ཀྱི་སྔོན་རྩིས་འཆར་ཟིན་་
སྐོར་གྱི་སྙན་སྒྲོན།2018ལོའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྔོན་རྩིས་་
འཆར་ཟིན་བཅས་ལ་ཞིབ་བཤེར་གནང་བ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་འཐུས་་་་
ཚོགས་སྐབས་བཅུ་གཉིས་པའི་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་་་་་་་
ཁང་གི་ཨུ་ཡོན་ཀྲང་གཞོན་པ་དང་དྲུང་ཆེ་གཅིག་ལྕོགས་
ཝང་ཁྲེན་གྱིས་གནང་བའི་ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་ཁྲིམས་བཟོ་བཅོས་འཆར་ཟིན་གྱི་མ་ཟིན་
སྐོར་གྱི་གསལ་བཤད་གསན་པ་རེད།
ཝང་ཁྲེན་གྱིས་རྩ་ཁྲིམས་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་བའི་་་་་་་་
ཁྲིམས་ཆེན་དང་།རྒྱལ་སྐྱོང་བདེ་འཁོད་ཀྱི་སྤྱིའི་སྒྲིག་་་་་་
ཡིགཏང་དང་མི་དམངས་ཀྱི་འདུན་པ་གཅིག་སྡུད་་་་་་་་་
མཚོན་པ་བཅས་རེད།ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་་་
པ་འཚོགས་ཚུན་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་རྒྱལ་་་་་
ཁབ་ཁྲིམས་བཞིན་སྐྱོང་བར་དང་ཐོག་རྒྱལ་ཁབ་རྩ་་་་་་་་་་་
ཁྲིམས་བཞིན་སྐྱོང་བ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་པ་་་་་་་་
དང་ཁྲིམས་བཞིན་སྲིད་སྐྱོང་བ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་་་་་་་་
པར་དང་ཐོག་རྩ་ཁྲིམས་བཞིན་སྲིད་སྐྱོང་བ་མཐའ་་་་་་་་་་་
འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་ཞེས་ནན་བཤད་ཐེངས་མང་གནང་
ཡོད།རྩ་ཁྲིམས་ལ་བཟོ་བཅོས་རྒྱག་རྒྱུ་ནི་ཏང་དང་རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་དོན་ཆེན་ཞིག་དང་།
བློ་མཐུན་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སྲོག་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་་་་་་
ཀྲུང་དབྱང་གིས་དུས་རབས་གསར་པ་ནས་འགོ་་་་་་་་་་་་་་

བཙུགས་ཏེ་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་་
མཐའ་འཁྱོངས་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་སྤྱི་ཡོངས་་་་
དང་འཐབ་ཇུས་མཐོ་ཚད་ནས་བཏིངས་པའི་ཐབས་་་་་་་་
ཇུས་གལ་ཆེན་ཞིག་དང་།ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་་
ཁྲིམས་བཞིན་སྐྱོང་བ་དང་རྒྱལ་ཁབ་བཅོས་སྐྱོང་མ་ལག་་
དང་བཅོས་སྐྱོང་ནུས་པ་དེང་རབས་ཅན་ལ་སྐུལ་འདེད་་
གཏོང་བའི་བྱེད་ཐབས་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད་ཅེས་བསྟན་་་
གནང་བ་རེད།
ཝང་ཁྲེན་གྱིས་རང་རྒྱལ་དུ་ད་ལྟ་ལག་ལེན་བསྟར་་་་
བཞིན་པའི་རྩ་ཁྲིམས་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་།
དོན་དངོས།དུས་རབས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་བླང་བྱ་བཅས་་་
དང་མཐུན་པའི་རྩ་ཁྲིམས་ཡག་པོ་ཞིག་རེད།སྒྱུར་་་་་་་་་་་
བཅོས་སྒོ་འབྱེད་དང་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་་་
ཅན་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་རྩ་བའི་ཁྲིམས་སྐྱོང་འགན་ལེན་་་་་་་
བྱས་ཡོད།དེས་ན་ངེས་པར་དུ་སྲུང་སྐྱོང་མཐའ་གཅིག་་
ཏུ་དང་། ཡུན་རིང་མཐའ་འཁྱོངས།ཕྱོགས་ཡོངས་་་་་་་་
ནས་ལག་བསྟར་བཅས་བྱེད་དགོས།དུས་བབ་གསར་་་་
པ་དང་ཟམ་མི་ཆད་པར་བསྟུན་པ་དང་།ཉམས་མྱོང་་་་་
གསར་པ་བསྡུ་ལེན།གྲུབ་འབྲས་གསར་པར་ཁས་ལེན།
ཚད་གཞི་གསར་པ་བཟོ་བ་བཅས་བྱས་ཚེ་རྩ་ཁྲིམས་ལ་་་་་
གཞི་ནས་གསོན་ཤུགས་ཡུན་རིང་ལྡན་ཐུབ།དུས་་་་་་་་་་་་
རབས་གསར་པར་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་་
ལུགས་མཐའ་འཁྱོངས་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་དུས་
བབ་གསར་པ་དང་ལག་ལེན་གསར་པར་གཞིགས་ཏེ་་་་་་་
རང་རྒྱལ་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱུན་མཐུད་རང་བཞིན་དང་།
བརྟན་ལྷིང་རང་བཞིན།དབང་གྲགས་རང་བཞིན་་་་་་་་་
བཅས་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱེད་པའི་རྨང་་་་་་་་
གཞིའི་ཐོག་རང་རྒྱལ་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་ལ་བཟོ་བཅོས་འོས་་་་་་
འཚམ་རྒྱག་པའི་དགོས་པ་ཡོད་ཅེས་གསུངས།
ཝང་ཁྲེན་གྱིས་རྩ་ཁྲིམས་བཟོ་བཅོས་ལས་དོན་ནི་སྤྱི་
ཡོངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་གལ་
ཆེན་དང་ཁྲིམས་འཛུགས་བྱེད་སྒོ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་་་་་་་
པས་ངེས་པར་དུ་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་གཅིག་སྡུད་གཅིག་་
གྱུར་གྱི་འགོ་ཁྲིད་འོག་སྒྲུབ་དགོས།ཏང་ཀྲུང་དབྱང་་་་་་་
གིས་གཏན་འཁེལ་གནང་བའི་ད་ཐེངས་ཀྱི་རྩ་ཁྲིམས་་་་་་་
བཟོ་བཅོས་ཀྱི་སྤྱིའི་བླང་བྱ་ནི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་་་་
ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་རླབས་ཆེན་དར་ཆ་མཐོན་པོར་་་་་་་
སྒྲེང་བ་དང་།ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་བཅུ་དགུ་པའི་་་་་་་་་་་་་
དགོངས་དོན་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ།
མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིང་རིང་ལུགས་དང་།མའོ་ཙེ་ཏུང་གི་་་་་་་་
དགོངས་པ།ཏེང་ཞའོ་ཕིང་གི་རིགས་པའི་གཞུང་་་་་་་་་་་་
ལུགས། “མཚོན་བྱེད་གསུམ”གྱི་དགོངས་པ་གལ་ཆེན།
ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་གོང་འཕེལ་ལྟ་བ།ཞི་ཅིན་་་་་་
ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་
ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་བཅས་ཀྱི་མཛུབ་ཁྲིད་་་
མཐའ་འཁྱོངས་དང་།ཏང་གི་འགོ་ཁྲིད་དང་།མི་་་་་་་་་་
དམངས་རང་ཁྱིམ་རང་བདགརྒྱལ་ཁབ་ཁྲིམས་བཞིན་་
སྐྱོང་བ་བཅས་གཅིག་གྱུར་ནུས་ལྡན་མཐའ་འཁྱོངས།
ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་བཅུ་དགུ་པའི་ཐོག་གཏན་འཁེལ་་་་་་་
གནང་བའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་གལ་ཆེན་་
དང་མཛད་ཕྱོགས་སྲིད་ཇུས་གལ་ཆེན་དང་ལྷག་པར་དུ་་
ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་་་་་་
ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
རྩ་བའི་ཁྲིམས་ནང་འཇུག་པ།ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྱ་
གཞག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་གསར་པ་དང་།
ཉམས་མྱོང་གསར་པ།བླང་བྱ་གསར་པ་བཅས་མཚོན་་་
པར་བྱེད་པ།རང་རྒྱལ་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱུན་མཐུད་རང་
བཞིན་དང་།བརྟན་ལྷིང་རང་བཞིན།དབང་གྲགས་་་་

རང་བཞིན་བཅས་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱས་་་་
པའི་རྨང་གཞིའི་ཐོག་རྩ་ཁྲིམས་དུས་བསྟུན་འཕེལ་རྒྱས་་་
དང་འཐུས་སྒོ་ཚང་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་་་་་་་་་་་
གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་དུས་རབས་གསར་པར་ཀྲུང་་་
གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་མཐའ་འཁྱོངས་་་
དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་དང་།“ལོ་བརྒྱ་གཉིས”ཀྱི་་་་་
འབད་འཐབ་དམིགས་ཚད་དང་ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་་་་་་་་་་་་
རླབས་ཆེན་བསྐྱར་དར་གྱི་ཀྲུང་གོའི་ཕུགས་འདུན་་་་་་་་་་་་
མངོན་འགྱུར་ཡོང་ཆེད་རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་འགན་ལེན་ནུས་་་་་་་
ལྡན་བྱེད་དགོས་ཞེས་བསྟན་གནང་བ་རེད།
ཝང་ཁྲེན་གྱིས་གོང་གསལ་གྱི་སྤྱིའི་བླང་བྱ་ལག་་་་་་་་་
བསྟར་དང་མཚོན་པར་བྱས་ཏེ་ད་ཐེངས་རྩ་ཁྲིམས་བཟོ་་
བཅོས་རྒྱག་པར་གཤམ་གསལ་རྩ་དོན་ལ་བརྩི་སྲུང་ཞུ་་་་་་
དགོས་ཞེས་གསུངས།རྩ་ཁྲིམས་བཟོ་བཅོས་རྒྱག་པར་་་་
ཏང་གིས་འགོ་ཁྲིད་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་པ་་
དང་གཅིགཁྲིམས་དང་གོ་རིམ་བཞིན་རྩ་ཁྲིམས་བཟོ་་་་་
བཅོས་ལ་སྐུལ་འདེད་ནན་པོ་གཏོང་དགོས་པ་དང་་་་་་་་་་་
གཉིས།དམངས་གཙོ་དར་སྤེལ་གང་ལེགས་གཏོང་བ་་་་
དང་ཐུན་མོང་གི་ངོས་འཛིན་རྒྱ་ཁྱབ་ཏུ་བསྡུ་རུབ་བྱེད་་་་་
དགོས་པ་དང་གསུམ།རྩ་ཁྲིམས་ལ་བཟོ་བཅོས་ཕྲན་བུ་་
རྒྱག་པ་ལས་བཟོ་བཅོས་ཆེན་པོ་མི་རྒྱག་པ་མཐའ་་་་་་་་་་་་་
འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་པ་དང་བཞིའོ།
ཀྲུང་དབྱང་གིས་རྩ་ཁྲིམས་ལ་བཟོ་བཅོས་རྒྱག་པའི་་
གྲོས་འགོ་དང་རྩ་ཁྲིམས་བཟོ་བཅོས་འཆར་ཟིན་གྱི་མ་་་་་་
ཟིན་གྲུབ་པའི་བརྒྱུད་རིམ་གསལ་བཤད་གནང་རྗེས་་་་་་་་
ཝང་ཁྲེན་གྱིས་ཕྱོགས་11ནས་རྩ་ཁྲིམས་བཟོ་བཅོས་་་་་་་་་
འཆར་ཟིན་གྱི་ཞིབ་ཕྲའི་ནང་དོན་ངོ་སྤྲོད་གནང་བ་སྟེ།
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་་་་་
ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་གོང་འཕེལ་ལྟ་བ་དང་ཞི་ཅིན་
ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་
ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པའི་མཛུབ་ཁྲིད་གནས་་་་
བབ་གཏན་འཁེལ་བྱ་རྒྱུ་དང་།ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་་་་་
སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱ་གཞག་གི་སྤྱིའི་བཀོད་ཇུས་་་་་་
དང་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་པའི་འབད་འཐབ་དམིགས་ཚད་ཀྱི་་་
ནང་དོན་ལེགས་སྒྲིག་དང་འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་རྒྱུ།
རྒྱལ་ཁབ་ཁྲིམས་བཞིན་སྐྱོང་བ་དང་རྩ་ཁྲིམས་ལག་་་་་་་་་་་
བསྟར་བྱ་ཐབས་འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་རྒྱུ།རང་རྒྱལ་གྱི་་
གསར་བརྗེ་དང་འཛུགས་སྐྲུན་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་་་་་་་
ལམ་ཚད་ཀྱི་ནང་དོན་འཐུས་ཚང་དུ་གང་ལེགས་གཏོང་་
རྒྱུ། རྒྱལ་གཅེས་འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་དང་མི་་་་་་་་་་་་
རིགས་འབྲེལ་བའི་ནང་དོན་འཐུས་ཚང་དུ་གང་ལེགས་་་
གཏོང་རྒྱུ།ཞི་བའི་ཕྱི་འབྲེལ་སྲིད་ཇུས་ཐད་ཀྱི་ནང་དོན་
འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་རྒྱུ།ཀྲུང་གོ་གུང་ཁྲན་ཏང་གིས་་་་་་
ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་འགོ་ཁྲིད་བྱེད་པ་མཐའ་འཁྱོངས་་་་་་་་
དང་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པའི་ནང་དོན་འཐུས་ཚང་དུ་་་་་་་་་་་
གཏོང་རྒྱུ།སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟེ་བའི་རིན་ཐང་ལྟ་
བ་དར་སྤེལ་གཏོང་བའི་ནང་དོན་ཁ་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ།རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་ཀྲུའུ་ཞིའི་གོ་གནས་བཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་འབྲེལ་་་་་་
ཡོད་གཏན་འབེབས་ལ་བཟོ་བཅོས་རྒྱག་རྒྱུ།ཆུས་་་་་་་་་་་་
བཙུགས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ས་གནས་རང་བཞིན་གྱི་་་་་་་་་་་
ཁྲིམས་སྲོལ་བཟོ་བའི་གཏན་འབེབས་ཁ་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ།
ལྟ་ཞིབ་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་སྐོར་གྱི་གཏན་འབེབས་ཁག་ཁ་
སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ་བཅས་རེད།
རྒྱལ་ཡོངས་སྲིད་གྲོས་སྐབས་བཅུ་གསུམ་པའི་་་་་་་་་་་
ཚོགས་འདུ་ཐེངས་དང་པོར་ཞུགས་མཁན་སྲིད་གྲོས་ཨུ་་་
ཡོན་ཚོགས་ཆེན་ལ་ཟུར་ཞུགས་གནང་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་སྐབས་བཅུ་གསུམ་པའི་ཚོགས་འདུ་
ཐེངས་དང་པོ་པེ་ཅིང་དུ་འགོ་ཚུགས་པ།