བཅར་འདྲི་བྱ་ཡུལ།

ཐོག་མའི་དམིགས་སར་སྐྱོད་པ།

སྤྱི་ཁྱབ་དམག་སྤྱི་ཀྲུའུ་ཏེ་དང་དགེ་སྟག་སྤྲུལ་སྐུ་སྐུ་ཕྲེང་ལྔ་པའི་དྲན་གསོ་ཁང་།

དཀར་མཛེས་ཁུལ་དཀར་མཛེས་རྫོང་ནི་གསར་བརྗེའི་གནས་མཆོག་ཡིན་ཞིང་།དཀར་མཛེས་དཔུང་འཛོམས་ཀྱི་བརྗིད་ཉམས་རབ་ཏུ་ཆེ།སྤྱི་ཁྱབ་དམག་སྤྱི་ཀྲུའུ་ཏེ་དང་དགེ་རྟག་སྤྲུལ་སྐུ་ཕྲེང་ལྔ་པའི་བར་མནའ་མཐུན་འབྲེལ་འདྲིས་ཀྱི་འཕྲིན་བཟང་ནི་རྒྱང་སྐྱོད་སྙིང་སྟོབས་ལས་དཀར་མཛེས་ཀྱི་ལེའུ་ཞིག་བརྩམས་ཡོད་པ་རེད།

དམར་དམག་དང་དཀར་མཛེས་རྫོང་གི་མི་སེར་བར་བརྩེ་དུང་ཟབ་མོ་ཆགས་
ནས་རྒྱང་སྐྱོད་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བརྗེད་དཀའ་བའི་ཤོག་ལྷེ་ཞིག་བྲིས་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ཁྱབ་དམག་སྤྱི་ཀྲུའུ་ཏེ་དང་དགེ་རྟག་སྤྲུལ་སྐུ་སྐུ་ཕྲེང་ལྔ་པའི་བར་དམག་གིས་དམངས་ལ་གཅེས།དམངས་ཀྱིས་དམག་ལ་བཀུར་བའི་འབྲེལ་བ་ཆགས་ནས་ཇི་སྲིད་བར་དུ་བསྔགས་བརྗོད་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་མ་ཚད།དཀར་མཛེས་རྫོང་དུ་དམག་འཛོམས་བྱས་པ་ཡང་དམར་དམག་རྒྱང་སྐྱོད་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཁ་ཕྱོགས་སྒྱུར་མཚམས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་རེད།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གདེང་འཇོག།

སི་ཁྲོན་དར་མདོ། ཉོ་ས། ས་གནས་སོ་སོའི་ཡིག་གློག་ཅུས། ཁ་པར་ཨང་གྲངས། 2835733 སྦྲགས་སྲིད་ཨང་རྟགས། 626000 ཚགས་པར་རེར་སྒོར0.70དང་ཟླ་རེར་སྒོར9.00ཡིན།

༤ ཆེཆེད་བསྒྲིསྒྲིགས། པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ།ཡེ་མགོན། ཁ་པར།18990460126རྩོམ་སྒྲིག་པ།ཡེ་ཤེས།ཡིག་སྒྲོམ།YXGGBA@126.com 2021ལོའི་ཟླ་བ3པའི་ཚེས22ཉིན།

སྤྱི་ཟླ་དང་པོའི་ཚེས30ཉིན་དཀར་
རྫོང་འཕྲིན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་ཀྱི་མདོ་འཛིན་པ་
ལྷ་མོ་ཡིས་སྣེ་ཁྲིད་བྱས་འོག་གསར་འགོད་
པ་རྫོང་གི་གྲོང་ཁུལ་གྱི་ཉི་གཞོན་གླིང་གའི་
མི་རིགས་ཡུལ་སྲོལ་གོམས་འདྲིས་གྲོང་སྡེའི་
སྤྱི་ཁྱབ་དམག་སྤྱི་ཀྲུའུ་ཏེ་དང་དགེ་རྟག་
སྤྲུལ་སྐུ་སྐུ་ཕྲེང་ལྔ་པ་གཉིས་ཀྱི་དྲན་གསོ་
ཁང་དུ་བསྐྱོད་དེ་ལོ85ཡི་གོང་གི་ལོ་ཟླའི་
རིང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཉམས་ལེན་བྱས་པ་ཡིན།
རྒྱལ་ཁའི་དམག་འཛོམས་ཆེན་
མོ་ཞིག།
དཀར་མཛེས་ཁུལ་ཨུ་ཏང་གི་ལོ་རྒྱུས་
ཞིབ་འཇུག་ཁང་གི་ཀྲུའུ་རེན་གཞོན་པ་ཝང་
ཙུའོ་ཡིས་དཀར་མཛེས་སུ་རྒྱལ་ཁ་ངང་
དམག་འཛོམས་བྱུང་བས་བྱང་དུ་བསྐྱོད་དེ་
ཐུན་མོང་ཐོག་རི་འགོག་བྱེད་པའི་སྟོབས་
ཤུགས་ཆེ་རུ་བཏང་ཞིང་།དམར་དམག་གི་
གཙོ་ཤུགས་དམག་དཔུང་ཆེན་པོ་གསུམ་
འཛོམ་རྒྱུར་རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་བཏིང་ཡོད་
ཅེས་བཤད་པ་རེད།
1936ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོར།དམར་
དམག་དཔུང་རུ་བཞི་པ་ལྷོ་གཡག་རྔའི་པའེ་
ཀྲང་ཀོན་དུ་བསྐྱོད་པར་ཕམ་ཉེས་བྱུང་སྟེ།
དཔུང་ཤུགས་ཇེ་ཉུང་དུ་སོང་བ་དང་།
ཤར་དང་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་པའམ།ས་ཆ་
དེ་ག་ནས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་མི་ཐུབ་པའི་
རྐྱེན་གྱིས་རྩ་དོན་ཐོག་ནས་ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་
དབྱང་གིས་བཏོན་པའི་ནུབ་ཏུ་བསྐྱོད་དེ་
འབུམ་ཚོགས་གཉིས་པ་དང་དྲུག་པ་ལ་རམ་
འདེགས་བྱེད་པ་དང་།བྱང་དུ་དཔུང་སྐྱོད་
ཀྱི་ཐབས་ཇུས་ལེགས་པོ་དང་ལེན་བྱས་ཏེ།
《ཁམས་རྟའུ་དང་ལྕགས་ཟམ་བཅས་ཀྱི་
གཡུལ་འགྱེད་འཆར་གཞི》ཁྱབ་བསྒྲགས་
བྱས། ཟླ2པའི་ཟླ་སྨད་དུ་ལིའུ་པོ་ཁྲེང་གིས་
ཀྲུང་གོའི་རི་འགོག་དམར་དམག་གི་སྔོན་
སྐྱོད་དམག་གི་སི་ལིང་ཡོན་བྱས་ཏེ་དམར་

དམག་འབུམ་ཤོག་སུམ་ཅུའི་སྣེ་ཁྲིད་དེ་ཏང་
ལིང་གངས་རི་བརྒལ་ནས་རྟའུ་ཕྱོགས་སུ་
དཔུང་འཇུག་བྱས། ཟླ3པའི་ཚེས1
ཉིན།དམར་དམག་འབུམ་ཤོག་སུམ་བཅུ་
པས་རྟའུ་བཙན་བཟུང་བྱས་ཏེ་ནུབ་སྐྱོད་
དཔུང་སྡེའི་སྒོ་མོ་ཕྱེ་ནས་ཚེས30ཉིན་
དཀར་མཛེས་རྫོང་གི་མངའ་ཁོངས་སུ་བདེ་
བླག་ངང་འབྱོར།
1935ལོའི་ཟླ11པར།དམར་
དམག་འབུམ་ཚོགས་གཉིས་པ་དང་དྲུག་
པར་བློ་མཐུན་རེན་པི་ཧྲི་དང་།ཧོ་
ལུང་། ཀོན་ཞང་ཡིང་།ཝང་ཀྲེན།ཞའོ་
ཁེ་སོགས་ཀྱི་མགོ་ཁྲིད་འོགཧུའུ་ནན་སང་
ཀྲི་ལིའུ་ཅ་ཕིང་དང་ཅབ་ཙི་ཡ་ས་ཁུལ་ནས་
ལམ་ལ་ཆས་ཏེ་རྒྱང་སྐྱོད་བྱེད་མགོ་བརྩམས་
པ་དང་། ཟླ་བ་མང་པོར་དཀའ་སྤྱད་ཀྱིས་
དམག་འཐབ་བྱས་ཏེ།1936ལོའི་ཟླ4
པར་འབྲི་ཆུ་བརྒལ་ནས་དགྲ་དམག་གིས་
བསྐོར་བ་ལས་ཐར།ཟླ4པའི་ཟླ་མཇུག་ལ་
གཡུ་ལུང་གངས་རི་བརྒལ་ནས་རྒྱལ་དམ་ལ་
སླེབས་ཤིང་།ཡུན་ནན་གྱི་ནུབ་བྱང་ས་
ཁུལ་དུ་མི་ཧ་ཅང་ཉུང་ཞིང་།འཚོ་བའི་
དཀའ་ཁག་ཆེ་བས།དམག་དཔུང་གཞུང་
སྒྲིག་རུ་ཁག་གཉིས་བགོས་ནས་དཀར་
མཛེས་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད།
དམར་དམག་འབུམ་ཤོག་གཉིས་པ་
ནི་གཡས་ཕྱོགས་གཞུང་སྒྲིག་རུ་ཁག་བྱས་
ནས་སྡེ་རོང་དང་།འབའ་ཐང་།དཔལ་
ཡུལ་བརྒྱུད་དེ་དམར་དམག་འབུམ་ཤོག་
བཞི་པར་དམག་འཛོམས་བྱས།དམར་
དམག་འབུམ་ཤོག་དྲུག་པ་གཡོན་ཕྱོགས་
གཞུང་སྒྲིག་རུ་ཁག་བྱས་ནས་ཕྱག་ཕྲེང་དང་
འདབ་པར་བརྒྱུད་དེ་དམར་དམག་འབུམ་
ཤོག་བཞི་པས་མངགས་པའི་རམ་འདེགས་
འབུམ་ཤོག་སོ་གཉིས་པ་དང་ལི་ཐང་དགའ་
བ་རུ་དམག་འཛོམས་བྱས།ཟླ7པའི་ཚེས2

ཉིན།དམར་དམག་འབུམ་ཤོག་གཉིས་པ་
དང་དྲུག་པ་མཉམ་དུ་དཀར་མཛེས་རྫོང་དུ་
དམར་དམག་འབུམ་ཤོག་བཞི་པ་དང་རྒྱལ་
ཁའི་ངང་དམག་འཛོམས་བྱུང་།
དམག་འཛོམས་བྱུང་རྗེས།དམར་
དམག་འབུམ་ཤོག་གཉིས་པ་དང་དྲུག་པ་
ཀྲུང་གོའི་བཟོ་དམག་གི་དཔུང་ཕྱོགས་སྒར་
ཆེན་གཉིས་པ་བཙུགས་ཤིང་།ཧོ་ལུང་གིས་
སྤྱི་ཁྱབ་བཀོད་འདོམས་པའི་འགན་ཁུར།
རེན་པི་ཧྲིས་ཆབ་སྲིད་ཨུ་ཡོན་གྱི་འགན་
ཁུར། དེའི་རྗེས་དམར་དམག་འབུམ་ཤོག་
གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་དཀར་མཛེས་རྫོང་གི་
གྲོང་འདབས་སུ་དམག་འཛོམས་ཚོགས་
ཆེན་འཚོགས་པ་རེད།ཚོགས་འདུའི་ཐོག་
ཀྲུའུ་ཏེས་གཏམ་བཤད་གནང་ནས་ཚང་
མར་མཐུན་སྒྲིལ་རྡོག་རྩ་གཅིག་སྒྲིལ་བྱས་ཏེ་
དཀའ་ངལ་ཁྱད་བསད་ཀྱིས་མུ་མཐུད་བྱང་
དུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་འབོད་སྐུལ་གནང་བ་རེད།
ཟླ7པའི་ཚེས3ཉིན།དམར་
དམག་དཔུང་ཕྱོགས་བཞི་པའི་ཆབ་སྲིད་
པུའུ་ཡིས《བྱང་སྐྱོད་ལྗར་འགོག་གི་ཆབ་
སྲིད་ཁག་ཐེག་འཆར་གཞི》ཁྱབ་བསྒྲགས་
བྱས་ཏེ།བྱང་སྐྱོད་སྔོན་གྱི་སྔར་ལྷག་གིས་
སྐུལ་སློང་དང་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་བྱ་བ་
བསྒྲུབས། ཟླ7པའི་ཚེས4ཉིན།དམར་
དམག་གི་སྤྱི་ཁྱབ་ཁང་དཀར་མཛེས་ནས་
སྟོང་ཁོག་ཕྱོགས་སུ་བསྒྱུར།
དཀར་མཛེས་དམག་འཛོམས་ལ་
ཁྱོན་དུས་ཚོད་ཟླ་བ་བདུན་དང་ཉིན་བཅུ་
འགོར་ཞིང་།ལམ་ཐག་ལེ་དབར་ཁྲི1ཙམ་
བསྐྱོད་ཅིང་ཁམས་ཕྱོགས་རྒྱང་སྐྱོད་ལ་རྒྱལ་
ཁ་ཐོབ་པ་དང་།དཀར་མཛེས་དམག་
འཛོམས་ཀྱང་དམར་དམག་རྒྱང་སྐྱོད་ལོ་
རྒྱུས་ཐོག་ཁ་ཕྱོགས་འགྱུར་མཚམས་གལ་
ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།
གཙོ་ཤུགས་དམར་དམག་ཆེན་པོ་

གཉིས་བྱང་དུ་བསྐྱོད་དེ་དགྲ་བོས་ཀྲུང་
གོའི་བཟོ་ཞིང་དམར་དམག་ཁྲི6ལྷག་ཙམ་
ཁམས་བོད་མཐོ་སྒང་དུ་བཀག་པའི་ལྐོག་
གཡོ་གཏོར་ཏེ་དམར་དམག་གཙོ་ཤུགས་
ཆེན་པོ་གསུམ་རྒྱལ་ཁའི་ངང་དཔུང་
འཛོམས་བྱུང་བ་དང་ལེ་དབར་ཁྲི་ཡི་རྒྱང་
སྐྱོད་རླབས་པོ་ཆེ་ལ་རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་
བཏིང་བ་རེད།མའོ་ཙི་ཏུང་གིས་རྒྱང་
སྐྱོད་མཇུག་གྲིལ་མ་ཐག་རྣམ་པ་གསར་
པའི་མགོ་ཚུགས་ཡོད་ཅེས་བསྟན་ཡོད།
དོན་སྙིང་འདིའི་ཐོག་ནས་དམར་དམག་
འབུམ་ཤོག་གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་དཀར་
མཛེས་སུ་དམག་འཛོམས་བྱུང་བ་ནི་ལམ་
དུ་ལྷོང་བའི་དམག་འཛོམས་ཆེན་མོ་ཞིག་
ཡིན་པ་བཤད་ཆོགདམག་དམངས་བར་མཛའ་
བརྩེའི་འབྲེལ་བ་ཟབ་པོ་ཆགས།
དམར་དམག་དཀར་མཛེས་སུ་སྡོད་
རིང་རྫོང་ཡོངས་ཀྱི་རྫ་ཁོག་དང་།རྡོ་ཐོག།
ཤར་ཕྱོགས་བཅས་ཡུལ་ཤོག་ཕུད་དེ་མིན་
ཚང་མར་དམར་དམག་གི་རྗེས་ཤུལ་བཞག་
ཡོད། དམར་དམག་གིས་དཀར་མཛེས་
སུ་མང་ཚོགས་སྐུལ་སློང་བྱས་ཏེ་འབྲུ་རིགས་
དང་གཟན་རྩྭ་བསྡུ་གསོག་བྱེད་ཅིང་།
དཔུང་སྡེ་སྒྲིག་སྦྱོང་བྱས་པ་སོགས་ལས་ཀ་
འབོར་ཆེན་བསྒྲུབས།ཏང་གིས་སློབ་གསོ་
བཏང་བར་བརྟེན་ནས་སྙིང་ཐག་པ་ནས་
དམར་དམག་ལ་བརྩི་བཀུར་དང་དམར་
དམག་གི་ཚབ་ཏུ་བྱ་བ་སྒྲུབ་མཁན་ཧུར་
བརྩོན་ཅན་ཁག་གཅིག་ཐོན་ཡོད་པ་རེད།
དཀར་མཛེས་རྫོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་
ཆར་གཞིགས་ན།དམར་དམག་དཀར་
མཛེས་སུ་སྡོད་རིང་ཀྲུའུ་ཏེས་སྔ་རྗེས་སུ་
དགེ་རྟག་སྤྲུལ་སྐུ་སྐུ་ཕྲེང་ལྔ་པ་དང་བཀའ་
མོལ་ཐེངས9གནང་བ་རེད།སྙིང་གཏམ་
ཤོད་རེས་ཡང་ཡང་བྱས་པ་བརྒྱུད་ཀྲུའུ་ཏེ་

དང་དགེ་རྟག་སྤྲུལ་སྐུ་སྙིང་ཉེ་བའི་གྲོགས་
པོར་གྱུར་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཚེ་གང་བསྐྱངས་
ནས་རྒྱ་བོད་སྤུན་ཟླའི་བར་ནམ་ཡང་
ངབརྒྱུད་གཏོང་བྱེད་པའི་མི་རིགས་མཐུན་
སྒྲིལ་གྱི་གླུ་གཞས་ཤིག་བརྩམས་ཡོད།
དུས་མཚུངས་སུ་ཧུར་བརྩོན་ཅན་གྱི་
ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་དང་།ཆོས་
ལུགས་དང་མི་རིགས་མཐོ་རིམ་མི་དྲག་ལ་
མཐུན་སྒྲིལ།སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིག་ལམ་བརྟན་
ལྷིང་ཡོང་བ། ཐོན་སྐྱེད་འཕེལ་
རྒྱས། དམར་དམག་བྱང་ཕྱོགས་སུ་རི་
འགོག་བྱེད་པར་རྒྱབ་སྐྱོར་བཅས་བྱེད་
ཆེད།གྲ་སྒྲིག་བྱས་པར་བརྒྱུད1936ལོའི་
ཟླ3པ་ནས4པའི་བར་དམར་དམག་གིས་ས་
གནས་དེ་གར་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ལ་
རོགས་རམ་བྱས་ཏེ་རིམ་པ་ཁག་གི་བོད་པ་
སྲིད་གཞུང་བཙུགས་པ་རེད།དཀར་
མཛེས་ཁུལ་ཨུའི་ཏང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་
ཁང་གི་འབྲེལ་ཡོད་མི་སྣས་བོད་པ་སྲིད་
གཞུང་བཙུགས་པ་དེ་ནི་ཏང་གི་རི་འགོག་
མི་རིགས་འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་འཐབ་
ཕྱོགས་ལམ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁ་ཡིན་ལ་ཏང་
གི་མི་རིགས་འདྲ་མཉམ་དང་མཐུན་སྒྲིལ་
ཡོང་བའི་བྱེད་ཐབས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་
ཡིན་ཞེས་བཤད།
དཀར་མཛེས་རྫོང་བོད་པ་སྲིད་
གཞུང་གིས་དམར་དམག་བློ་འདྲི་བའི་
མཛུབ་སྟོན་འོགདམར་དམག་བྱང་དུ་
སྐྱོད་པར་འབྲུ་རིགས་གྲབས་གསོག་བྱེད་
པའི་འབྲུ་ཞིང་རྩ་འཛུགས་བཙུགས།བོད་
པ་སྲིད་གཞུང་གིས་ལས་བྱེད་པ་ཧུར་བརྩོན་
ཅན་མངགས་ནས་དམར་དམག་དང་
མཉམ་དུ་ངལ་བ་ཁྱད་བསད་དང་། སྔར་

འགྲོ་ཕྱིར་ལོགཁྱིམ་ཚང་རེ་རེ་བཞིན་
བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དྲིལ་བསྒྲགས་དང་སྐུལ་
སློང་བྱས་པ་རེད།

དམར་དམག་དཀར་མཛེས་སུ་སྡོད་
རིང་བོད་པ་སྲིད་གཞུང་གིས་མང་ཚོགས་སྒྲིག་
འཛུགས་བྱས་ཏེ་དམར་དམག་ལ་བལ་དང་།
གདན།རྩམ་པ་སོགས་འཐག་ཏུ་བཅུག་པ་
དང་། དམར་དམག་ལ་སྦུད་པ་དང་།མེ་ཆ་
སྤྱོད་སྟངས་སོགས་ཁྲིད་པ།རོང་པ་ཚ་རུ་
ཉིན་ལྟར་དམར་སྒར་སུ་བལ་འཕུར་མཁན་
བུད་མེད20ཙམ་ཡོད།དཀར་མཛེས་ས་ཆ་
ཁག་གི་ཆུ་འཁོར་འཐག་ཁང་གིས་སྔོན་ལ་
དམར་དམག་གི་རྩམ་པ་འཐག་ཏུ་འཇུག་གི་
ཡོད།དམར་དམག་བྱང་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་
སྐབས་བོད་རིགས་གཞོན་ནུ10ལྷག་ཙམ་
དམར་དམག་ནང་ཞུགས་ཡོད་པ་དང་།དེ་
སྔོན་གྱི་མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཞིང་དཔོན་
གཞོན་པ་བཀྲ་ཤིས་དབང་ཕྱུག་ཀྱང་དེའི་དུས་
དམར་དམག་ནང་ཞུགས་ཡོད།
བསྡོམས་རྩིས་རགས་ཙམ་བྱས་པར་
གཞིགས་ན།དཀར་མཛེས་རྫོང་ཡོངས་ཀྱིས་
དམར་དམག་ལ་འབྲུ་རིགས་རྒྱ་མ་ཁྲི་བརྒྱ་
ལྷག་ཙམ་དང་འབྲི་གཡག་དང་རྟ་བརྒྱ་ལྷག་
ཙམ་རོགས་སྐྱོར་བྱས་ཏེ།དམར་དམག་ངལ་
གསོ་དང་སྦྱོང་སྒྲིག་དེ་བཞིན་བྱང་དུ་བསྐྱོད་
པར་དཀའ་ངལ་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་བསལ་ཡོད།
དམར་དམག་འགྲོ་སྐབས་དཀར་མཛེས་རྫོང་
གིས་གུར་བཅུ་ལྷག་སྤྲད་པ་དང་།ལམ་སྣེ་
འཁྲིད་མཁན140ལྷག་ཙམ་མངགས་ནས་
དམར་དམག་སྟོང་ཁོག་དང་།གསེར་
ཐར། རྔ་བ་སོགས་སུ་བསྐྱལ་བར་མ་
ཟད། ཁག་གཅིག་ད་དུང་ཀན་སུའུ་རུ་
བསྐྱོད་དེ་ལམ་བར་དུ་དམར་དམག་ལ་བུད་
ཤིང་འཐུ་རོགས་དང་མེ་བཏང་སྟེ་ལྟོ་ཆས་
བཟོས་ཤིང་ཤ་ཉེ་སྤུན་འདྲིས་ལྟར་གྱུར་ཡོད།
སྣེ་ཁྲིད་པ་འགའ་ཞིག་ཐེ་ཚོམ་སྤུ་ཙམ་ཡང་
མེད་པར་དམར་དམག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་
ལྗར་འགོག་གཡུལ་སར་བསྐྱོད་ཡོད་པ་རེད།
（ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བསྒྱུར།）

དཀར་མཛེས་ཀྱི་དམག་འཛོམས་ཆེན་མོས་དམར་དམག་གི་གཙོ་ཤུགས་ཆེན་མོ་གསུམ་ལྷན་འཛོམས་ཡོང་བར་རྨང་གཞི་བཏིང་།

ལོ་བརྒྱར་འབད་འཐབ་བྱེད།།རྒྱང་སྐྱོད་ལམ་གསར་བགྲོད།། ༡༩༢༡༢༠༢༡

སྤྱི་ཁྱབ་དམག་སྤྱི་ཀྲུའུ་ཏེ་དང་དགེ་རྟག་སྤྲུལ་སྐུ་སྐུ་ཕྲེང་ལྔ་པའི་མཉམ་བཞེངས་སྐུ་བརྙན།