༢ཕྱོཕྱོགསབསྡུསགསརའགྱུར པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ།ཀུན་དགའ་བསམ་གཏན།ཁ་པར།15183621818རྩོམ་སྒྲིག་པ།རྟ་མགྲིན་རྡོ་རྗེ།ཡིག་སྒྲོམ།2714574645@qq.com 2022ལོའི་ཟླ་བ11པའི་ཚེས16ཉིན།

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད།）ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་ལ་
དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱིས་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་
གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པས་ཁྲིད་སྟོན་དུ་
བྱས་ནས་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་ཐབས་ཇུས་དང་
ཞིང་ཆེན་ཏང་ཨུའི་བོད་འབྲེལ་ལས་དོན་བཀོད་སྒྲིག་ཁྱོན་ཡོངས་
ནས་དོན་འཁྱོལ་བྱས་ཤིང་། བརྟན་བརླིང་དང་འཕེལ་རྒྱས།སྐྱེ་
ཁམས། དམངས་འཚོ་བཅས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཁག་གཅིག་གྱུར་འཆར་
འགོད་ཀྱིས་ཡག་མོ་བསྒྲུབས་ནས་གྲུབ་འབྲས་མངོན་གསལ་དོད་ལ་
འཕེལ་སྟབས་ཡག་མོ་རེད།རྒྱང་སྐྱོད་གསར་པའི་ལམ་བུར་བསྐྱོད་
དེ་གོ་སྐབས་གསར་པར་འཕྲད་སྐབས།ཡུན་རིང་པོར་མཉམ་ལས་
བྱ་རྒྱུའི་རྨང་གཞི་ཡོད་དགོས་ལ།ཕན་ཚུན་ལེགས་ཆ་གསབ་རེས་
ཀྱིས་ཆ་རྐྱེན་ཡང་བསྐྲུན་དགོས་ལ།ལག་གདང་སྦྲེལ་ནས་འབད་
འབུངས་ཡར་བརྩོན་གྱི་འདོད་བློ་དེ་ལས་ཀྱང་ཡོད་དགོས།
ཡོངས་ཁྱབ་ཏུ་མཉམ་ལས་ཟབ་སྤེལ་བྱ་རྒྱུའི་མདུན་ལམ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་
རེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་རེད།སླད་ཕྱིན་དུ་ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་
པའི་སྙིང་དོན་དང་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་སི་ཁྲོན་དུ་གཟིགས་
ཞིབ་ཕེབས་སྐབས་ཀྱི་མཆན་བཀོད་མཛུབ་སྟོན་གསལ་ཆེན་གྱི་
དགོངས་དོན་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་ནས་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་
དང་ཞིང་ཆེན་ཏང་ཨུའི་བཀོད་སྒྲིག་བླང་བྱ་ལྟར་ལས་སྟེགས་ཡག་མོ་
བཟོས་ནས་རང་རང་གི་ལེགས་ཆ་དང་ཟུང་འབྲེལ་དམ་ཟབ་བྱས་ཏེ་
ཁ་གཏད་རོགས་སྐྱོར་དང་ཐོན་ཁུངས་གསར་སྦོལ།རིག་གནས་
ཡུལ་སྐོར།ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་ཐད་མཉམ་ལས་དཔེ་
སྟོན་གཏོད་དེ་ཕན་ཚུན་མཉམ་ཁེ་ཐོབ་པ་དང་མཉམ་དུ་འཕེལ་རྒྱས་
འགྲུབ་པ་བྱ་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།
ཧྲེན་དབྱང་དང་ཧྥུང་ཧྥ་ཀུའེ་ཡིས་ཁུལ་ཨུ་དང་ཁུལ་སྲིད་
གཞུང་གིས་ཚབ་ཞུས་ནས་དབྱི་པིན་དང་ལུའུ་ཀྲོའུ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཏང་
ཨུ་དང་སྲིད་གཞུང་གིས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ལ་རོགས་སྐྱོར་དང་རྒྱབ་
སྐྱོར་གནང་བར་སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་རེད།ཧྲེང་
དབྱང་གིས་ཐེངས་འདི་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་དུ་འོང་བ་
ནི་དྲིན་གཟོ་འཆང་བ་ཡིན་ལ།སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དུ་འོང་བའང་ཡིན།
དབྱི་པིན་དང་ལུའུ་ཀྲོའུ་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་ཡུན་རིང་པོར་དཀར་མཛེས་
ཁུལ་ལ་བརྩེ་དུང་ཟོལ་མེད་དང་གཞན་ཕན་ལྷག་བསམ་བཅངས་
ནས་རོགས་སྐྱོར་གནང་ཡོད་པས།ལོ་བཅུ་ལྷག་གི་རིང་ལ་མ་དངུལ་
རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་ནས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་
དང་དམངས་འཚོ་ལེགས་སུ་བཏང་ཡོད། ཕུགས་ཡུན་གྱི་གྲུབ་
འབྲས་ནི་ཤེས་ཡོན་མི་སྣ་སྤེལ་རེས་བྱས་ནས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་
ལས་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་བསྡུས་འཇོན་ནུས་ཇེ་དྲག་ཏུ་བཏང་ཡོད།
དེང་སྐབས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱིས་ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པའི་
སྙིང་དོན་སློབ་སྦྱོང་དང་དྲིལ་བསྒྲགས་ཟབ་མོ་སྤེལ་བཞིན་སྒང་ཡིན་
པས། བརྟན་བརླིང་སྲུང་སྐྱོང་དང་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས།སྐྱེ་
ཁམས་སྲུང་སྐྱོང་།དམངས་འཚོ་ལེགས་བཅོས།རིམས་ཚུལ་
འགོག་ཟོན།ས་འགུལ་གནོད་འཚེ་ཐེབས་རྗེས་ཀྱི་བསྐྱར་འཛུགས་
སོགས་ཀྱི་ལས་ཀར་སྤྱི་འདོམས་ཀྱིས་ཡག་མོ་འཛིན་ཞིང་།
“དཔེ་སྟོན་ཁུལ་གཉིས་དང་གནས་ཡུལ་གསུམ”མགྱོགས་མྱུར་དུ་
གསར་སྐྲུན་བྱས་ནས་ཀྲུང་གོའི་ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་གྱི་
དམིགས་འབེན་མངོན་འགྱུར་ཡོང་བའི་ཕྱོགས་སུ་འབད་འབུངས་
ཡར་བརྩོན་གྱིས་མདུན་དུ་བསྐྱོད་དགོས།དབྱི་པིན་དང་ལུའུ་ཀྲོའུ་
གྲོང་ཁྱེར་གཉིས་དང་ལག་གདམ་སྦྲེལ་ནས་ལེགས་ཆ་གསབ་རེས་
དང་མཉམ་ཁེ་མཉམ་ཐོབ།ཕན་ཚུལ་སྦྱོང་རེས་དང་ཕན་ཚུལ་སྐུལ་
འདེད་གཏོང་ཞིང་། ཐོན་ཁུངས་གསར་སྦོལ་བེད་སྤྱོད་དང་ཐོན་
ལས་མཉམ་ལས་འཕེལ་རྒྱས།ལས་བྱེད་པ་ཤེས་ཡོན་གཉིས་ལྡན་
སྤེལ་རེས་སོགས་ཀྱི་ཐད་མཉམ་ལས་ཟབ་ཏུ་སྤེལ་ཞིང་།ཁྱབ་ཁོངས་
རྒྱ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ཡུན་རིང་བདེ་
འགོད་དང་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོ་ཡོང་བར་ཤུགས་རོགས་
བརྒྱབ་སྟེ་དུས་རབས་གསར་པའི་རིགས་མཐུན་རོགས་སྐྱོར་གྱི་ལེའུ་
གསར་པ་མུ་མཐུད་ནས་འབྲི་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།
ཁུལ་གྱི་འགོ་ཁྲིད་ཧྲི་ཀང་དང་ཡོན་མིང་ཀོང་།ཡན་ལུའེ་
སོགས་རྟོག་ཞིབ་ནང་ཞུགས་ཡོད།།（ལྷ་འཛོམས་ཀྱིས་བསྒྱུར།）

ཉེ་ཆར།དཀར་མཛེས་ཁུལ་ཡུལ་སྡེ་དར་
རྒྱས་ཀྱི་ས་གནས་རང་གི་ཤེས་ཡོན་མི་སྣའི་གསར་
གཏོད་ལས་གཏོད་འགྲན་སྡུར་སྐབས་བཞི་པ་
ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོའི་ངང་སྤེལ་ཏེ།ཁུལ་ཡོངས་
ཀྱི་རྫོང་དང་གྲོང་ཁྱེར18ནས་ཡོང་བའི་འགྲན་
ཞུགས་རུ་ཁག34ཐེངས་འདིའི་འགྲན་སྡུར་ནང་
ཞུགས་ཡོད།
ཐེངས་འདིའི་འགྲན་སྡུར་ནི་ཁུལ་ཚན་
རྩལ་མཐུན་ཚོགས་དང་ཁུལ་ཨུའི་རྩ་འཛུགས་
པུའུ། ཁུལ་ཚན་རྩལ་ཅུས།ཁུལ་ཡུལ་སྡེ་དར་
རྒྱས་ཅུས་སོགས་སྡེ་ཁག11གིས་མཉམ་དུ་གཉེར་
ཞིང་།འགྲན་སྡུར་གྱི་གཙོ་དོན་ནི་དཔེ་སྟོན་གྱིས་
ཕྱུག་འགྱུར་ལ་སྐུལ་ཁྲིད་དང་ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་
འབྱུང་འགྱུར་ལ་ཕྱོགས་ཞེས་པ་ཡིན་ཞིང་།ས་
གནས་རང་གི་ཞིང་སྡེའི་ཤེས་ཡོན་མི་སྣའི་གསར་
གཏོད་ལས་གཏོད་ཀྱི་སྤྲོ་སེམས་འཕེལ་བ་དང་།
གསར་གཏོད་ལས་གཏོད་དང་ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་
གཏོང་བའི་ཐད་གྲུབ་འབྲས་གཟེངས་སུ་ཐོན་
པའི་ས་གནས་རང་གི་ཤེས་ཡོན་མི་སྣ་ཁག་ཅིག་
གསོ་བ།ས་གནས་རང་གི་ཤེས་ཡོན་མི་སྣ་དེ་
བས་མང་པོ་ལས་གཏོད་ཕྱུག་འགྱུར་གྱི་སྣེ་ཁྲིད་
པར་གྱུར་ནས་ཞིང་སྡེའི་དཔལ་འབྱོར་ཁྱོན་

ཡོངས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུར་སྣེ་ཁྲིད་པའི་
ཆེད་དུ་རེད།
འགྲན་སྡུར་ནང་རང་ཉིད་ཀྱིས་འགྲེལ་
བརྗོད་དང་ཡུལ་དངོས་སུPPTཡི་བརྙན་
གཟུགས་བསྟན་པ། དཔྱད་འདེམས་པའི་དྲི་
བར་ལན་འདེབས་པ་བརྒྱུད་དེ།ཞིང་ཆེན་དང་
ཁུལ་ཞིང་ནགས་འབྲོག་ལས་ལ་སོགས་པའི་ལས་

རིགས་ཆེད་མཁས་དང་ཞིང་ཆེན་གྱི་ས་གནས་
རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་མི་སྣའི་གསར་གཏོད་ལས་
གཏོད་འགྲན་སྡུར་ཆེན་མོ་ནང་གསེར་གྱི་བྱ་
དགའ་ཐོབ་པའི་འོས་མི་ཆེད་མཁས10ལས་གྲུབ་
པའི་དཔྱད་འདེམས་ཨུ་ལྷན་བཙུགས་ནས་འོས་
མིའི་འགྲེལ་བརྗོད་དང་ལས་གཞིའི་དཔལ་
འབྱོར་ཕན་འབྲས་སོགས་གནས་ཚུལ་ལ་

དམིགས་ནས་ཕྱོགས་བསྡུས་ངང་སྐར་མ་བརྒྱབ་
སྟེ།བྱ་དགའ་ཨང་དང་པོ2དང་བྱ་དགའ་ཨང་
གཉིས་པ4བྱ་དགའ་ཨང་གསུམ་པ6ཡུལ་སྡེ་དར་
རྒྱས་ཀྱི་བྱས་རྗེས་བྱ་དགའ22རྩ་འཛུགས་ཡག་
པོའི་བྱ་དགའ6དཔྱད་འདེམས་བྱས་པ་རེད།།
(བདེ་ཆེན་གྱིས་བསྒྱུར།)

སྟོན་རླུང་དལ་བུའི་ལྡང་བའི་ཁྲོད་ནས་
སིལ་ཏོག་གི་དྲི་ཞིམ་འཐུལ་བ་དང་ཆབས་ཅིག།
ཡང་དུ་ལོ་གཅིག་གི་ཐོན་ལེགས་ཀྱི་དུས་ཚིགས་ལ་
སླེབས།ཉེ་ཆར།རྟའུ་རྫོང་སྦར་ཞབས་གྲོང་
རྡལ་གྱི་མུའུ40ལྷག་གི་སྤུས་ལེགས་ཀུ་ཤུའི་ཐོན་
ལེགས་དུས་ཚིགས་ལ་སླེབས་ཡོད་ཅིང་།ཞིང་ཁ་
དང་མུ་ཁ་སོགས་ལྗོན་པའི་རྩེར་དམར་མདངས་
ཀྱིས་ཕྱུག་པའི་ཀུ་ཤུའི་སྐྱེ་ཚུལ་ནི་མཛེས་སྡུག་གི་
པར་རིས་ལྟ་བུར་གྲུབ།དེས་ན།ས་གནས་དེ་
གའི་ཡུལ་མི་སྤུན་ཟླ་ཚོའི་གདོང་ལ་འཛུམ་དཀར་
ལྷག་མེད་མངོན།
མཚོ་འཕགས་སྨིན2800ཡོད་པའི་སྦར་
ཞབས་གྲོང་རྡལ་བྲག་དཀར་གྲོང་སྡེའི་ཀུ་ཤུ་སྡོང་
ར་བའི་ནང་དུ་ཀུ་ཤུ་རབ་ཏུ་སྨིན་པ་དང་།དྲི་
ཞིམ་ཕྱོགས་ཀུན་འཐུལ་བ།ཡུལ་མི་ཚོས་ལ་ལས་
ཀུ་ཤུ་འཐོག་པ་དང་།འགའ་ཤས་ཀྱིས་སྒམ་ནང་
དུ་བཅུག་པ་སོགས་མཐུན་སྒྲིལ་རོགས་རམ་འོག་
ནས་མགྲོན་པོས་ཉོ་སྒྲུབ་བྱས་པའི་ཀུ་ཤུ་རྣམས་
འཐུ་རྒྱག་གི་འདུག།
བྲག་དཀར་གྲོང་སྡེའི་ཏང་ཀྲི་པུའུ་ཧྲུའུ་ཅི་
བསོད་ནམས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ཀུ་ཤུ་སྡོང་ར་བ་
འདི་ནི་ང་ཚོའི2019ལོའི་དབུལ་ཐར་འགག་
སྒྲོལ་གྱི་ལས་གཞི་ཡིན་ཞིང་།རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་མ་
དངུལ་བཏང་བ་དང་ང་ཚོ་ཞིང་པས་ལས་ཀ་བྱེད་
པའི་བྱེད་ཐབས་སྤྱད་དེ་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན།ལྡུམ་
ར་འདིར་ལོ་གསུམ་རིང་དཀའ་ལས་རྒྱག་པ་དང་
དོ་དམ་བྱས་རྗེས་གཞི་ནས་ད་ལྟའི་གཞི་ཁྱོན་འདི་
གྲུབ་ཡོད།སྤུས་ལེགས་ཀུ་ཤུ་རིགས་གཉིས་ཡོད་
པའི་ནང་ཚན་པ་དང་པོར་ཁྱོན་བསྡོམས་སྒམ་
བརྒྱ་འཐོག་ཡོད།ཚན་པ་གཉིས་པ་ད་ལྟ་འཐོག་
བཞིན་ཡོད་པས་ཧ་ལམ་སྒམ་ཉིས་བརྒྱ་ཡས་མས་
ཡོད་རྒྱུ་རེད་ཟེར།
སྦར་ཞབས་གྲོང་རྡལ་བྲག་དཀར་གྲོང་
སྡེའི་ས་ཆུར་ཀུ་ཤུ་འདེབས་པ་ཧ་འཚམ།ངོ་སྤྲོད་
བྱས་པར་གཞིགས་ན།ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་
རིང་།བྲག་དཀར་གྲོང་སྡེ་ཡིས་བཏང་པའི་ཀུ་ཤུ་
རིགས་ནི་གཙོ་བོ་ཧུང་ཧྥུ་ཧྲི་ཡིན་ཞིང་།དོ་དམ་
མི་སྣས་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པ་དོ་དམ་ཡག་པོ་
བྱས་ཏེ་ཀུ་ཤུའི་སྐྱེས་ཚུལ་ལེགས་པ་དང་།འདི་
ནའི་ཀུ་ཤུར་མངར་ཚད་ལྡན་པ་དང་།བྲོ་བ་ཞིམ་
པ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་པ་རེད།
བྲག་དཀར་གྲོང་སྡེའི་ཡུལ་མི་བདེ་སྐྱིད་
དབང་མོས་ང་ཚོས་ཀུ་ཤུ་འདེབས་འཛུགས་བྱས་

ནས་དངུལ་བགོས་ཆོག་པར་མ་ཟད་ཤིང་ཏོག་
གསོ་འདེབས་བྱེད་སྟངས་ཀྱི་ལག་ཤེས་མང་པོ་
ཤེས་བྱུང་།དེ་ནི་དངུལ་རག་པའི་ཐོག་ལག་ཤེས་
ལྡན་པའི་གཅིག་གོ་གཉིས་ཆོད་ཀྱི་བྱ་བ་ཞིག་རེད་
ཅེས་བཤད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།
2019ལོར་བྲག་དཀར་གྲོང་སྡེའི་ཡུལ་སྡེ་དར་
རྒྱས་ཀྱི་དར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ལྔར་དམིགས་ནས་མང་
ཚོགས་ཀྱིས་རང་མོས་ཐོག་བྲག་དཀར་གྲོང་སྡེའི་
མཉམ་ལས་ཁང་བཙུགས་པས་མ་ཚད།གྲོང་སྡེ་
ཡོངས་ཀྱི་ཏང་ཡོན་མང་ཚོགས་སྒྲིག་འཛུགས་
བྱས་ནས་སྦར་ཞབས་ཀུ་ཤུ་སྡུམ་ར་བ་བསྐྲུན་ཡོད།

དེ་མིན་ཡུལ་ཤོག་ཏང་ཨུ་དང་ཆེད་ལས་མཁས་
པས་མཛུབ་སྟོན་འོག་ས་རྒོད་རི་རྒོད་སོགས་སུ་ཀུ་
ཤུ་མུའུ40ལྷག་འདེབས་ཡོད།ཡུལ་མིའི་ཁང་
པའི་མདུན་རྒྱབ་ཏུ་ཤིང་མཐུད་ཀུ་ཤུ་སྡོང་ཕྲུག་
བཙུགས་ནས་མུའུ50ཙམ་ལ་སླེབས་ཡོད།ལོ་
གཉིས་ཐོག་མེ་ཏོག་བཞད་པ་དང་ལོ་གསུམ་
ཐོག་འབྲས་བུ་སྨིན་པ།ལོ་བཞིའི་ཐོག་ཐོན་
སྐྱེད་ཐུབ་པ།ལོ་ལྔའི་ཐོག་ཐོན་ལེགས་ཐོབ་
པའི་དམིགས་ཡུལ་གཞིར་བཟུང་ནས་སྦར་
ཞབས་ཀུ་ཤུ་སྡུམ་རའི་ནང2021ལོར་ཐོག་
མར་འབྲས་བུ་སྨིན་ཡོད་པས་སྔོན་རྩིས་བྱས་ན་
ད་ལོར་རྒྱ་མ་ཁྲི3ཡོད་རྒྱུ་རེད།

བྲག་དཀར་གྲོང་སྡེའི་ཏང་ཀྲི་པུའུ་ཧྲུའུ་ཅི་
བསོད་ནམས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་སང་ལོ་ང་ཚོས་
འདེབས་འཛུགས་གཞི་ཁྱོན་ཆེ་རུ་བཏང་ནས་
ཞིང་ལས་དང་ཡུལ་སྐོར་བཟུང་འབྲེལ་གྱི་ལས་
དོན་སྤེལ་རྒྱུ་ཡིན།ཡུལ་སྐོར་བ་ལ་ཀུ་ཤུ་ཟ་རྒྱུ་
ཡོད་པས་མ་ཚད་མཛེས་ལྗོངས་ལ་ལྟ་རྒྱུ་ཡོད་པ་
ཞིག་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།འདི་འདྲ་བྱས་དུས་ང་ཚོ་ཡུལ་མི་
ཚོའི་ཐོན་ལས་ཀྱི་ཟ་མ་རག་ཐོག་ཡུལ་སྐོར་གྱི་ཟ་
མའང་རག་པས་འཚོ་བ་ཉིན་བཞིན་ཡར་རྒྱས་
ཡོང་བ་རེད་ཅེས་བཤད་པ་རེད།།
(ཀུན་དགས་བསྒྱུར།)

ཀུ་ཤུ་དམར་པོས་རྟའུ་ཡི་མི་སེར་ལ་ཕྱུག་འགྱུར་ལམ་བུ་བསྐྲུན།

ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་གཏོང་བའི་འཐབ་ཇུས་ལག་ལེན་བྱས་ནས་དུས་རབས་གསར་པའི་མཛེས་པའི་གྲོང་སྡེ་གསར་པ་འཛུགས་སྐྱོང་བྱེད།

ཡུལ་མིས་ཀུ་ཤུ་འཐོག་བཞིན་པའི་ཚུལ།

ཐུམ་བརྒྱབ་ཟིན་པའི་ཀུ་ཤུ།

རང་ཁུལ་གྱི་ཡུལ་སྡེའི་ཤེས་ཡོན་མི་སྣ་ཚན་པ་གཅིག་ལ་གསར་གཏོད་ལས་གཏོད་ཀྱི་བྱ་དགའ་ཐོབ།

དམར་མདངས་ལྡན་པའི་ཀུ་ཤུ།

དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་ཏང་སྲིད་
འཐུས་ཚབ་ཚོགས་པ་དབྱི་
པིན་དང་ལུའུ་ཀྲོའུ་གྲོང་
ཁྱེར་དུ་ཕྱིན་ནས་སློབ་
སྦྱོང་རྟོག་ཞིབ་བྱས།