ཧྲེ་ཀྲང་།ཀྲང་ཅན་གོ།སྤྱི་ཁྱབ་རྩོམ་སྒྲིག་པ་གཞོན་པ།བཀྲ་ཤིས།ལས་རེས་་རྩོམ་སྒྲིག་ཨུ་ཡོན།ཐུབ་བསྟན།པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ།ལྷ་འཛོམས།རྩོམ་སྒྲིག་པ།བདེ་སྐྱིད། སྡེབ་སྒྲིག་པ།ཕུན་ཚོགས། པར་རིས་ལྟ་སྐུལ་པ།ལིའོ་ཧྭ་ཡུན།

༢
སྟོན་གྱི་སྙེ་མ།

སྙེ་ཐང་སྒྲོལ་མ་ལྷ་ཁང་། ཆང་རྐྱལ་འབབ་ཁོ།

དབྱར་གྱི་ལང་ཚོ།

༣ ༤

ཞི་ཨན་ལ་ལོ་སྟོང་གི་གནའ་ཉམས་དོད་པའི་ཀྲུང་
གོའི་གྱོན་ཆས་འགྲོ་སྟོན་བྱས།

དགུན་གྱི་འཛུམ་མདངས།

༡ དུས་རབས་དང་ལལོ་རྒྱུས་ཟིཀྱིན་ཐོལོར་བཀོལོད།།རཀྱིག་གནས་ཀྱིཀྱི་སྙིཀྱིང་སྟོལོབས་དར་དུ་སྤེསྤེལ།།
སྤྱིའི་ཨང10197པ།
སྤྱིའི་འདོན་ཐེངས། སུམ་བརྒྱ་གྱ་དྲུག།

དཔྱིཔྱིད་ཀྱིཔྱི་མེམེ་ཏོཏོག
2023ལོའི་ཟླ་བ5པའི་ཚེས5ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།
བོད་ཆུ་ཡོས་ལོའི་ཟླ་བ༣པའི་ཚེས༡༥ཉིན།

གཅིག།

སྨད་སྒང་དྲུག་རོང་བཞི་ཞེས་པའི་ནང་ཚན་ཤར་རྒྱལ་མོ་ཚ་བ་
རོང་ཞེས་པའི་ཡུལ་དེ་ན་བྲག་སྒོ་གྲོང་རྡལ་ཧྲུན་ཙི་གྲོང་སྡེ་དང་པོའི་
ཏང་ཀྲི་པུའུ་ཡི་ཧྲུའུ་ཅི་དང་གྲོང་སྡེ་ཨུ་ལྷན་གྱི་ཀྲུའུ་རེན་གྱི་འགན་
བཞེས་བཞིན་ཡོད་པའི་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་ནི2017ལོར་ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་
བཅུ་དགུ་པའི་འཐུས་མིར་བདམས་པ་དང་སྔ་རྗེས་སུ་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་
ཞིང་པ་ཕུལ་བྱུང་ལས་མི་ཞེས་པ་དང་རྒྱལ་ཡོངས་བུད་མེད་མཉམ་
འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱི་ངལ་རྩོལ་དཔེ་བཟང་ཞེས་པའི་
གཟི་བརྗིད་མཚན་སྙན་ཐོབ་མཁན་ཞིག་ཡིན།
གྲོང་མི་སྒྲིག་འཛུགས་ཡག་པོ་བྱས་ནས་ར་གྲོད་ཤ་མོ་བསྡུ་རྒྱུ་དང་
དུད་ཁྱིམ་ཚང་མའི་དཔྱིད་རྨོད་ཀྱི་ཞིང་ལས་རྒྱུ་ཆའི་ལག་རྩལ་གྱི་དགོས་
མཁོ་བསྐངས་ཤིང་།ནགས་ཚལ་དང་རྩྭ་ཐང་གི་མེ་ཟོན་དྲིལ་བསྒྲགས་
ཡག་པོ་བྱས་པ་སོགས་དཔྱིད་འགོའི་དུས་ནི་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་ལ་མཚོན་ན་ཧ་
ཅང་བྲེལ་བ་ཆེ་ཞིང་མི་ཁོམ་མི་ལྕོགས་པའི་དུས་ཤིག་ཡིན།
འདི་ལོའི་དུས་སྐབས་འདིར་ཏང་ཀྲི་པུའུ་ཡི་ཧྲུའུ་ཅིའི་ལས་
ཀར་བྲེལ་བ་དེ་བས་ཆེ་ཞིང་།ཁོང་ལ་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་
འཐུས་ཚོགས་སྐབས་བཅུ་བཞི་པའི་འཐུས་མིའི་ཐོབ་ཐང་གསར་པ་
ཞིག་ཐོབ་ཡོད་པས་པེ་ཅིང་དུ་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ལ་
མ་ཞུགས་གོང་ཁོང་གིས་གྲོང་སྡེའི་ལས་བྱེད་པར་ཉེ་དུས་གྲོང་དོན་
ལས་དོན་གྱི་གཙོ་གནད་ལས་དོན་གསལ་བཤད་བྱས་པར་མ་ཟད་
ཁོང་རང་གི་འཐུས་མིའི་འགན་འཁྲི་སྒྲུབ་པའི་གོམ་སྟབས་ཀྱང་སྤོ་
འགོ་བཙུགས་པ་སྟེ།
ཁོང་མཛེས་མ་ལུང་པའི་ཡུལ་ཤོག་གི་གྲོང་སྡེ་དང་དུད་ཚང་
སོ་སོར་བསྐྱོད་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་དམངས་ཀྱི་རེ་འདུན་
འཚོལ་ཞིང་སྡུད་པ་དང་།ཞིང་ནང་དང་མུ་ཁར་བསྐྱོད་དེ་གྲོང་སྡེ་
གསར་པ་འོས་སྦྱོར་གནས་ཚུལ་རྒྱུས་ལོན་སོགས་ཚོགས་འདུ་གཉིས་
ཀྱི་དུས་ཚོད་འཆར་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་དང་བསྟུན་ནས་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་
གྱིས་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པའི་གྲོས་འགོའི་ནང་དོན་དང་གནས་
ཚུལ་ཞིབ་ཕྲ་ལ་བསམ་བློ་བཞི་གསུམ་བཅུ་གཉིས་བཏང་།བློ་རྩེ་ཉི་
ཤུ་རྩ་ལྔ་བཀོད་པ་དང་།བློ་དང་རིག་པ་སྤྱད་ཅིང་།ཐབས་དང་
ཤེས་རབ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་དཀྲུགས་ཏེ་གཞི་རིམ་མི་སེར་གྱི་འབོད་
སྒྲ་དང་ལྷག་པར་དུ་བོད་རིགས་ས་ཁུལ་མང་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོར་
གཞིགས་ནས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་གཉིས་སུ་གྲོས་འགོའི་
རྒྱགས་ཕྱེ་གྲ་སྒྲིག་བྱས།
ཁོང་གིས་ངལ་ལས་པ་དང་ལས་གཏོད་ཞིང་པ་ནས་མི་དམངས་
འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་གྱུར་པའི་བར་གྱི་ཐོབ་ཐང་ལ་འགྱུར་ལྡོག་
བྱུང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཕྲག་ཏུ་བབས་པའི་འགན་འཁྲིའི་ལྕི་ཚད་ལ་
ཡང་འགྱུར་ལྡོག་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ཅེས་བཤད།ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱི་ངོས་
ནས་བརྗོད་ན།མི་དམངས་ཀྱིས་ང་འཐུས་མིར་བདམས་པ་དང་ངས་
མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཐུས་མི་བྱས་ཞེས་པ་ནི་འབོད་ཚིག་ཙམ་མ་
ཡིན་ལ།དེ་ནི་ལོ་རབས70རྗེས་ཀྱི་བུད་མེད་ཀྲི་པུའུ་ཧྲུའུ་ཅིའི་སྙིང་
གཏམ་ངོ་མ་དེ་རེད།
བོད་འབྲེལ་ས་ཁུལ་གྱི་གྲོང་སྡེ་ནས་ཡོང་བའི་རྒྱལ་ཡོངས་མི་
དམངས་འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་ཞིང་གསུམ་གྱི་
གནད་དོན་ལ་དོ་ཁུར་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།འདས་ཟིན་པའི་ལོ19ཡི་
རིང་བོད་གྲོང་གི་གཙོ་འགན་འཁུར་མཁན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ལོ་རྒྱུས་ལ་
ཕྱིར་མིག་རེ་བལྟས་ནས་མང་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བ་བྱས་ཤིང་དཀའ་
གནད་སེལ་རོགས་བྱས་པ་དང་།མང་ཚོགས་སྣེ་ཁྲིད་དེ་མཉམ་དུ་
ཕྱུག་པོར་ཆགས་པར་འབད་པས་སི་ཁྲོན་ནུབ་རྒྱུད་ཀྱི་མཐོ་སྒང་གྲོང་
སྡེ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ད་ལྟའི་གནས་བབ་ལ་སྔར་བས་ངོས་འཛིན་ཆ་ཇེ་
ཚང་དང་གཏིང་ཇེ་ཟབ་ཕྱིན་ཡོད།

གཉིས།

གྲོས་འགོ་འདོན་དུས་གཞི་རིམ་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་དམངས་ཀྱི་
རེ་འདུན་དང་མཐུན་དགོས་ཞེས་པ་ལྟར།མོ་ནི་གསར་དུ་བདམས་
ཐོན་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ཁོང་གི་སེམས་ལ་འཚུབ་ཆ་ལངས་ཀྱང་
དུས་འགོར་གཞི་རིམ་དུ་བསྐྱོད་དེ་བཅར་འདྲི་དང་བརྟག་ཞིབ་མཐར་
ཕྱིན་བྱས་པར་བརྒྱུད་བསམ་འཆར་དང་གྲོས་འགོ་མང་པོ་ཞིག་བསྡུས་
ཐུབ་ཡོད་པས།མི་རིགས་ས་ཁུལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་སྤུས་
ཚད་མཐོན་པོའི་ངང་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུར་འགོག་རྐྱེན་བཟོ་བའི་
གནད་དོན་གཅིག་ཐོག་ཉིས་བརྩེགས་པ་དག་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཚོགས་
འདུ་གཉིས་སུ་ལན་འཐོབ་པར་ཡིད་ཆེས་དང་གདེང་ཚོད་ཡོད་པ་རེད།
ཐེངས་འདིའི་ཚོགས་འདུར་ཁོང་གིས་གཙོ་བོ་མི་རིགས་ས་ཁུལ་
གྱི་ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་གཏོང་བའི་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་གནད་ལ་དམིགས་
ནས་བདག་ཏུ་མ་བཟུང་བའི་སྲོག་ཆགས་ཀྱིས་གནོད་འཚེ་བཟོས་པའི་
ཁ་གསབ་སྔར་བས་ཇེ་ལེགས་གཏང་རྒྱུ་དང་རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྐོར་
ཐོན་ལས་སླར་གསོ་དང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྲིད་ཇུས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པ།
འགྲིམ་འགྲུལ་གྱི་རྨང་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་མ་དངུལ་
གཏོང་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏང་རྒྱུ།རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་སྲུང་སྐྱོང་དང་
བེད་སྤྱོད་ལ་རོགས་སྐྱོར་དང་མཛུབ་ཁྲིད་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏང་རྒྱུ་
སོགས་ལ་དམིགས་ནས་གྲོས་འགོ་འདོན་རྒྱུ་རེད།
ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་ང་ནི་འབྲུ་སྨིན་གཙང་པོའི་ངོགས་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་
བོད་གྲོང་ནས་གྲོང་ཁྱེར་དུ་གླ་པར་འགྲོ་མཁན་གྱི་བུད་མེད་དང་པོ་དེ་
ཡིན་ཞིང་།དུས་རབས་གོང་མའི་ལོ་རབས90པའི་དུས་མཇུག་ཏུ་རང་
ཉིད་ཀྱིས་དཀའ་བ་ཁྱད་དུ་བསད་ངལ་བ་དང་དུ་བླངས།སྤོབས་པ་ཆེ་རུ་
བཏང་ནས་ཁྱིམ་སྐྱོང་ཞབས་ཞུ་བྱས་པས་རྨི་ལམ་དུའང་རྨིས་མ་མྱོང་པའི་
གླ་ཆ་རག་ཡོད་ཅེས་བཤད།ཁོ་རང་ཉིད་ལ་ཡོང་འབབ་མང་པོ་ཐོབ་ཀྱང་
སེམས་ཁ་གཏན་ནས་གང་གི་མེད་ཅིང་།ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་གྲོང་སྡེའི་ནང་
གི་ངལ་རྩོལ་ནུས་ཤུགས་ཡོད་པའི་བུད་མེད་ཚང་མའི་ཁྱིམ་ཚང་གི་ཡོང་
འབབ་འཕར་ཐུབ་པ་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱ་
ཐུབ་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
1998ལོར་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྲོང་སྡེར་སོང་སྟེ་བུད་མེད་ཀྱི་ཁྱིམ་
སྐྱོང་ཞབས་ཞུ་བྱེད་ས་ཞིག་བཙུགས་ཤིང་།དང་ཐོག་བུད་མེད་གཉིས་
མ་གཏོགས་རྫོང་གྲོང་དུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་གོ་སྐོན་བློ་འགུག་བྱེད་མ་ཐུབ།
ཡིན་ནའང་ལོ་མཇུག་ཏུ་ཞབས་ཞུའི་དཔུང་ཁག་སྟོབས་ཆེར་ཕྱིན་ནས་
མི39བར་མང་དུ་ཕྱིན་ནས་མི་རེར་ལོ་རེར་ཆ་སྙོམས་ཡོང་འབབ་སྒོར

8500ལྷག་ཙམ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད།ཁེ་བཟང་ཐོབ་རྗེས་ཡུལ་མི་དེ་
བས་མང་པོ་དང་ལྷག་པར་དུ་བུད་མེད་དེ་བས་མང་ཙམ་ཞིག་ཡུས་ཏེ་
ཁྲུན་དང་མཉམ་དུ་ལས་ཀའི་ནང་བཞུགས་པ་རེད།
ཁྱིམ་སྐྱོང་ཞབས་ཞུའི་རུ་ཁག་དེ་རིམ་གྱིས་བརྟན་པོར་གྱུར།
ཁོང་གིས་བསམ་ཕྱོགས་གྲོང་ཁྱེར་དོ་དམ་གྱི་ལས་དོན་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་
གཏད། 2003ལོར་ཞིང་ཆེན་གཞུང་ལམ303བསྐྱར་བསྐྲུན་རྒྱས་
བསྐྲུན་ལས་གཞི་དེ་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱི་སྒོ་འགྲམ་དུ་བསྐྲུན་པ་དང་ལས་
ཡུལ་གྱི་འགན་འཁུར་བས་ཁོང་ལ་ལས་རོགས་བཟོ་པ་ཁག་གཅིག་
འཚོལ་རོགས་ཞེས་བཤད།ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་སྣེ་ཁྲིད་དེ་གྲོང་སྡེའི་ནང་
གི་མི10ལྷག་བསྡུས་ཏེ་ལམ་ལས་ནས་ཟླ་བ་གསུམ་སོང་རྗེས་མི་རེར་གླ་
ཆ་སྒོར13000ལྷག་རག་པ་རེད།
2004ལོའི་ཟླ་བ12པར།གྲོང་མིའི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ཡིད་ཆེས་
ལ་བརྟེན་ནས་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་རོང་བྲག་རྫོང་བྲག་སྒོ་གྲོང་རྡལ་ཧྲུན་ཀྲི་
གྲོང་སྡེ་དང་པོའི་གྲོང་མིའི་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཀྲུའུ་རེན་ལ་བདམས།
དེ་ནས་བཟུང་ཅི་འདྲ་བྱས་ན་ཡུལ་མིར་ཞབས་ཞུ་ཡག་པོ་བསྒྲུབ་རྒྱུ་
དང་ཡུལ་མིའི་ཡོང་འབབ་རྒྱུན་མཐུད་ངང་འཕར་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལོ་
བཅུ་ལྷག་གི་རིང་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་དུས་རྒྱུན་དུ་བསམ་བློ་གཏོང་བ་
དང་འབད་བརྩོན་བྱེད་པའི་དོན་ཆེན་ཨང་དང་པོར་གྱུར།
རྫོང་གྲོང་གི་རི་ཉིལ་བཅོས་སྐྱོང་ལས་གྲྭའི་ངལ་ལས་ལས་གཞི་
འགན་གཙང་ལེན་བྱེད་སྐབས་ཁོང་གིས་བོད་རིགས་བུད་མེད100
ལྷག་སྣེ་ཁྲིད་དེ་སོ་ཕག་འཁུར་བ་དང་རྩིག་པ་བརྩིག་པ།བཟོ་གླ་བྱ་
རྒྱུ་བྱས་པས་དུད་ཚང་རེར་ཆ་སྙོམས་འབབ་འཕར་སྒོར་ཁྲི1.78
བྱུང་ཡོད།དེ་མིན་རྫོང་ཡོངས་ཀྱི་ར་གྲོད་ཤ་མོ་འདེབས་འཛུགས་
མཉམ་ལས་ཁང་དང་པོ་དེ་བཙུགས་ནས་གྲོང་སྡེ་དེའི་ཉེ་འགྲམ་གྱི་
དུད་ཚང300ལྷག་ལ་ཞིང་མུའུ་རེའི་ཆ་སྙོམས་འབབ་འཕར་སྒོར་ཁྲི
1.6ལ་ཟིན་པ་རེད།
གསུམ།

ལོ་འདི་དག་གི་རིང་།ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་བོད་འབྲེལ་ས་ཁུལ་
གྲོང་སྡེའི་ཐོན་སྐྱེད་དང་འཚོ་བའི་ཆ་རྐྱེན་མངོན་གསལ་དོད་པོས་
ལེགས་སུ་ཕྱིན་པ་དང་ཞིང་པའི་ལས་ཞུགས་འབབ་འཕར་ཐབས་ལམ་
རྒྱ་ཆེར་ཕྱིན་ཞིང་།ལྷག་པར་དུ་དབུལ་ཐར་འགག་སྒྲོལ་གྱི་དམག་
འཐབ་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་བརྒྱབ་རྗེས་ཡུལ་མིའི་དཔལ་འབྱོར་ཐད་
དབུལ་ཐར་ཐུབ་པར་མ་ཟད་བསམ་པའི་རིག་གནས་དང་བསམ་བློའི་
འདུ་ཤེས་ཐད་ལའང་དབུལ་ཐར་ཐུབ་པ་རེད།

ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་ཞབས་ཞུ་ལེགས་པོ་སྒྲུབ་ལ་བརྩོན།།གོམ་སྟབས་ཆེན་པོ་ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་ལམ་དུ་བསྐྱོད།།
རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱི་གནས་ཚུལ་རགས་བཀོད།

འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་མི་རིགས་ས་ཁུལ་དང་
གསར་བརྗེའི་རྟེན་གཞི་རྙིང་པའི་ཁུལ་དུ་གནས་པ་
དང་དུས་མཚུངས་དབུལ་ཐར་ས་ཁུལ་གྱི་རོང་བྲག་
རྫོང་ལ་མཚོན་ན།མ་གཞི་སྐྱེ་ཁམས་རིག་གནས་དང་
ཡུལ་སྐོར་ཐོན་ཁུངས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཡོད་མོད།
འོན་ཀྱང་འགྲིམ་འགྲུལ་གྱི་རྨང་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་
འཛུགས་སྐྲུན་ད་དུང་ཇེ་ཡག་ཏུ་གཏང་དགོས་ལ།
ཐོན་ལས་ཀྱི་རྨང་གཞི་སྔར་བཞིན་ཞན་ཞིང་།མང་
ཚོགས་ཀྱིས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རེ་སྒུག་བྱེད་པའི་འདུན་པ་
ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་ཡོད།
ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་ཉེ་སྔོན་འབར་ཁམས་ནས་
དར་མདོའི་མྱུར་བགྲོད་གཞུང་ལམ་དེ་ཚོང་འགུགས་
དངུལ་འདྲེན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དུ་སླེབས་ཡོད་པ་གོ་མ་
ཐག་ང་ཚོ་རོང་བྲག་རྫོང་གི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན་
གཏམ་བཟང་ཞིག་རེད།ད་ཡོད་ཀྱི་འགྲོ་ལམ་གནོད་
འགོག་གི་ནུས་པ་ཞན་པ་དང་ཆ་རྐྱེན་ཞན་པས་ས་
གནས་དེ་གའི་མང་ཚོགས་དང་ཕྱི་ནས་ཡོང་བའི་
ཡུལ་སྐོར་བར་རྟག་ཏུ་འགྲོ་ལམ་གྱི་རྐྱེན་པས་འགལ་
རྐྱེན་དང་ཕྲད་དང་འཕྲད་བཞིན་ཡོད།དེ་ནི་ད་
ལྟའི་དུས་མཚམས་སུ་མངོན་གསལ་དོད་པའི་འགག་
གནད་ཅིག་རེད་ཅེས་བཤད།
དེར་བརྟེན།ཁོང་གིས་མི་རིགས་ས་ཁུལ་གྱི་
འགྲིམ་འགྲུལ་རྨང་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་འཛུགས་ཤུགས་
མུ་མཐུད་ནས་ཆེ་རུ་བཏང་སྟེ་མྱུར་བགྲོད་གཞུང་ལམ་
དང་རི་ཁུལ་འཁོར་ལམ་སོགས་ཐད་ཀྱི་ཞན་ཆ་གསབ་
ནས་འགྲིམ་འགྲུལ་དང་ཡུལ་སྐོར་མཉམ་འདྲེས་གཞི་
གཅིག་ཅན་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་མངོན་འགྱུར་ཡོང་བ་བྱ་
དགོས་པའི་གྲོས་འགོ་བཏོན་པ་རེད།དེ་དང་མཉམ་
དུ་ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་ཀྲུང་གོའི་ཆེས་མཛེས་ཤོས་ཀྱི་གྲོང་
སྡེ་དང་གནའ་མཁར་སྟོང་གི་རྒྱལ་ཁབ།རྒྱ་རོང་གི་
མཛེས་མ་སོགས་ཀྱི་སྙན་གྲགས་འདི་དག་ལ་བརྟེན་
ནས་ཡུལ་སྐོར་བསྐྱར་དར་གྱི་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་བྱ་
རྒྱུའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།
ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་ཀྲུང་དབྱང་དང་ས་གནས་ཀྱི་
འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཁག་གིས་ཕྱོགས་བསྡུས་རང་བཞིན་གྱི་
སྲིད་ཇུས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བའི་
གྲོས་གཞི་བཏོན་པ་སྟེ།དཔེར་ན།རིག་གནས་དང་
ཡུལ་སྐོར་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱི་ཆེད་ལས་མཛུབ་ཁྲིད་དང་
དམིགས་སའི་རང་བཞིན་གྱི་ཆེད་དོན་སྲིད་ཇུས་བཟོ་
ཞིང་།ཆེད་དོན་ཁ་གསབ་བཙུགས་ནས་རིག་གནས་
དང་ཡུལ་སྐོར་ཐོན་ལས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་བ་དང་།
འཕེལ་རྒྱས་ཐད་སྤྱད་དགོས་པ་དང་ཡུལ་སྐོར་མ་
འཇོག་སྒྲིག་གཞི་དང་ཁྲོམ་རའི་བྱེད་པོའི་ལས་གཏོད་
གསར་གཏོད་དེ་བས་ཆེ་རུ་བཏང་སྟེ་ཡུལ་སྐོར་ལས་
རིགས་སླར་གསོ་དང་སྤུས་ཚད་དེ་བས་མཐོ་བའི་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་ནུས་པ་སྤྲད་
དགོས་པ་སོགས་སོ།།
(མིག་དམར་དོན་
གྲུབ་ཀྱིས་བསྒྱུར།)

ཡུས་ཏེ་ཁྲུན་གྱིས་བུད་མེད་ཁྱིམ་སྐྱོང་ཞབས་ཞུའི་ཡོང་འབབ་བགོ་བཞིན་པའི་ཚུལ།