

ཞི་ཅིན་པིང་གིས་ཕེ་ལན་ལྷི་ཚུར་མི་ཕེ་ལྷུང་ཐན་དང་མིང་ཀ་ཐོར་ལྷི་ཚུར་མི་ལྷོང་བྱམ་ཆ་ལེ། གེ་ལུ་ཅི་ལན་ལྷི་
 ཚུར་མི་ལྷོ་ཁོ་མེན། འཇར་པན་དུ་བཞུགས་སྡོད་ཆེན་ཀྱི་ཕོ་མཚོ་བཙན་དང་མཇལ་འཆོམས་གནང་།

(བར་ཁོ་དང་བོ་མཐུན།)

ཞི་ཅིན་མིང་གིས་བསྟན་དོན། གྲང་
ཤོ་དང་ཐེ་ལན་ནི་མཛའ་ཤོག་མཁའ་པའི་
ཁྱིམ་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་པས་“གྲང་ཐེ་ཁྱིམ་
ཆང་གཅིག་ལྟར་བསྟེ་པའི་”ལོ་རྒྱུས་ལྟར་
ལྟོ་ཡོད།

2022ལོའི་སྐབས་ཀྱི་ཕར་བུ་ལྟར་
 འཕེལ་རྒྱས་འདྲི་བྱེད་སྐབས་མེ་ལན་གྱི་འགོ་
 གླིང་དང་ཀྲུང་མའི་ལས་དབང་གཅིག་མཐུན་
 ཆོག་གསལ་འཕྲོགས་པའི་ཐད་ཐུན་མིང་གི་
 རོས་འཛིན་གལ་ཆེན་བྱུང་བས་འཆོམས་
 འདྲིའི་ཐུབ་འབྲས་དོན་འཁྲོལ་རྒྱས་ལྡན་བྱུང་
 བ་དང་། མུགས་གཉིས་པོའི་ཁྲབ་ཁོངས་
 གཤམ་གི་མཉམ་ལས་ལ་དགོ་མཆོག་ལྡན་པའི་
 འབེལ་རྒྱས་བྱུང་ཞིང་། རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་
 པོའི་མི་དཔངས་ལ་དངོས་དངོས་ཆེན་ཆེན་
 བྱིན་གི་ཕན་ཐོབ་པ་བཅས་མཐོང་བྱུང་བས་ཏུ་
 ཅང་དགའ་འོ་བྱུང་།

ཞི་ཅིན་མིང་གིས་བསྟན་དོན། མང་
 སྐྱེ་ལྟུང་ཁབ་གཉིས་པོས་ཀྱང་ཐེདི་བར་གྱི་
 འབྲེལ་བ་རྟུགས་ནས་ལོ་50འཁོར་བ་དང་
 “ཀྱང་ཐེདི་མཛོད་ཀྱི་གས་ཀྱི་གཞེར་མདོག་
 ཅན་གྱི་ལོ་50”བསྟན་ཉེད། ཀྱང་གོ་ཅིགས་
 ཀྱིས་ཐེ་ལུ་རྟུགས་དང་ཀྱང་ཐེདི་སྐོལ་རྒྱུ་
 མཛོད་ཀྱི་གས་འབྲེལ་བ་དར་སྐོལ་གཏོང་བ་
 དང་། འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཐབ་རྩས་སྒྲིབ་
 མཐུན་ལ་ཤུགས་རྒྱག་པ། རྒྱལ་སྤྱིའ་མིད་
 འཛིན་གྱི་ཉམས་སྤྱོད་སྐོལ་རེས་གཏིང་ཐབ་
 ཏུ་གཏོང་བ། རྒྱབ་ཁོངས་ཁག་གི་གཉིས་
 བན་མཉམ་ལས་ལ་སྤྱི་འདོམས་སྐོལ་འདྲེད་
 གཏོང་བ། རང་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དེད་
 རབས་ཅན་འཛུགས་སྐྱེན་ལ་སྐོལ་འདྲེད་
 གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས། ཀྱང་ཐེདི་ལས་
 དབང་གཅིག་མཐུན་ཆོགས་པ་འཛུགས་པར་
 སྐོལ་འདྲེད་གཏོང་བར་འཕེལ་རྒྱས་སྤར་བས་
 ཆེ་བ་ཡོད་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཅིགས་གཉིས་
 པོས་ཀྱང་ཐེདི་ལྷགས་ལམ་འཛུགས་སྐྱེན་བྱེད་
 མཁྱེགས་སུ་གཏོང་བ་དང་། རུས་རྒྱ་གསར་
 པ་དང་། གངས་འཛིན་དཔལ་འབྱོར། མི་
 ཐབས་རིག་རུས་སོགས་གསར་དར་བྱུང་
 ཁོངས་ཀྱི་མཉམ་ལས་རྒྱ་ཆེར་གཏོང་བ།
 རིག་གནས་དང་། སློབ་གསེ། གཞིན་ཏུ་
 སོགས་མི་ཆོས་རིག་གནས་བྱུང་ཁོངས་ཀྱི་
 སྐོལ་རེས་མཉམ་ལས་ལ་ཤུགས་རྒྱག་པ།
 རིང་བསྐོལ་(ཆེ་མས)ཐེ་ལུ་དུ་མཛོད་
 འབྲེལ་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་སྐོལ་ཡག་པོ་སྐོལ་
 བ་བཅས་བྱས་ནས་ཀྱང་ཐེདི་མཛོད་ཀྱི་གས་
 སྤར་བས་མི་སེམས་སྤྲུལ་ག་དང་མི་རབས་
 རྒས་མི་རབས་བར་རྒྱན་འཛིན་ཐུབ་པ་བྱ་
 དགོས། ཀྱང་གོ་ཅིགས་ཀྱིས་ཐེ་ལུ་རྟུགས་
 དང་མཉམ་དུ་རྩ་རྒྱུ་དང་མི་ཀྱང་གཅད་པོ་
 དང་། ཨི་ཤེ་ལ་ཤར་རྩོད་མནའ་འབྲེལ།
 འཕྲོག་ཞེས། ཨི་ཤེ་ལ་དང་ཞིབ་དེ་རྒྱ་མཚོ་
 ཆེན་པོ་ཁྲུལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་མཉམ་ལས་རྩ་
 འཛུགས་སོགས་ཕྱི་གས་མང་ལམ་སྐོལ་གྱི་
 མཐུན་སྦྲེལ་འབྲེལ་གྲུག་ལ་ཤུགས་རྒྱག་པ་
 དང་ཨི་ཤེ་ལ་ཤར་རྩོད་མནའ་འབྲེལ་དང་ས་
 ཁྲུལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐུན་སྦྲེལ་མཉམ་ལས་ལ་
 སྤར་སྤྱོད་བྱས་དེ་ས་ཁྲུལ་གྱི་ཞིབ་དེ་དང་།
 བནྟན་རྩིང་། འཕེལ་རྒྱས། དར་རྒྱས་བཅས་
 ཀྱི་ཆེད་དུ་ལེགས་སྐྱོས་ཏུར་ཐག་འབྲེལ་

འདྲི་ཡོད།
 བེ་ཐུང་ཐུན་གྱིས་གསུངས་ནོན།
 མིག་སྨར་འཛམ་གླིང་དང་ས་ཁུལ་དུ་ཟང་
 ཟིང་གི་རྒྱལ་པ་མང་པོ་ཐོན་ཞིང་། གྲུང་གོ་
 རྒྱགས་ཀྱིས་བརྟོན་པའི་གོ་ལུལ་པའི་རྒྱལ་
 འགོ་རབ་དང་རིམ་པར་འབབ་ལུས་ཀྱི་སྤ་
 པར་སྤུས་ཀྱི་བསམ་གྱི་རང་བཞིན་སྤན་པས་
 རྒྱལ་མྱིའི་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱིས་མཐུན་སྦྱིལ་དང་
 འཁྱམ་ལས་ལ་ཐུགས་རྒྱག་པར་སྦྱེལ་འདྲེང་
 གཏོང་བར་མན་པ་ཡོད། གྲུང་གོ་ལོ་ཐེ་ལན་
 ལྷོ་གྲགས་པོ་ཡག་པོ་དང་རྟོགས་སྒྲུ་ཡག་པོ་
 ཞིག་ཡིན་པས་ཐེ་ལན་རྒྱགས་ཀྱིས་གྲུང་གོ་ར་
 དབུལ་སྦྱོལ་སྟགས་ཁུབ་ཁོངས་སུ་ཐོབ་པའི་
 གྲུབ་འབྲས་ཆེན་པོར་ཡིད་སྤོང་ཕྱིན་ཕྱིད་ཀྱི་ཡོད།
 སང་ལོ་ཐེ་གྲུང་བར་ཕྱི་འབྲེལ་བརྒྱགས་ནས་
 སྤོ་50འཁོར་བ་དང་“ཐེ་གྲུང་མཛའ་བློགས་
 ཀྱི་གསེར་མདྲག་ཅན་ཕྱི་སྤོ་50”འཁོར་བར་
 རྟེན་འབྲེལ་ཞུ་བ་ལོ་སྤྱད་པས་སྤོ་ཆེས་ནས་
 གྲུང་གོ་རྒྱགས་དང་མཐོ་རིམ་འཕྲོ་ཁོང་ལ་
 ཐུགས་བརྒྱབ་སྟེ་ཐེ་གྲུང་འབྲེལ་པའི་འབྲུང་
 འབྲུར་ཕྱི་སྤོ་50ཐུན་མོང་ཐོག་གཏོང་རྒྱའི་རེ་
 སྒྲག་ཕྱིད་ཀྱི་ཡོད།

འཛིན་ལྷ་གསལ་འཕྱར་ཁང་གི་
 ཁྱེད་མི་མནམ་མོག་འཕྲིན་འཁྱར་གསལ་
 ས་གནས་དེ་གཤེད་ཀྱི་མཆོད་ཀྱི་ལྷ་11ཆོས་15
 ཉིན་གྱི་མ་ཤོར། ཟུལ་ཁབ་གྱི་ཤུའི་ཞི་ཞི་ཅི་
 སེང་གིས་མི་མ་རུ་མེ་ཤེལ་དང་ཞེ་བདེ་རྒྱ་
 མཆོ་ཆེན་པོ་ལྷལ་གྱི་དབལ་འཁྱོར་མཉམ་
 ལས་མ་འཇུགས་ཀྱི་འགྲོ་ཁྱེད་པའི་དངོས་
 གཤེན་པའི་ཆོགས་འདུང་ལྷགས་རིང་སིང་
 ག་སོར་གྱི་རྩྭ་ཡི་རྟོང་ལྷན་ཆེད་དང་མཇལ་
 འཛོམས་གནང་བ་རེད།

ཞི་ཅིན་མིང་གིས་བསྟན་དོན། གྲུང་
 མིང་ནི་པན་ཚུན་མངོང་མཐུན་གྱི་ཁྱིམ་
 བཅོས་དང་འཉུག་ལས་གྱི་རྟེན་སྒྲིལ་གསལ་
 ཆེན་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་
 རིམ་གྲུང་གི་འཕྲོ་ཁྲིང་པའི་སྐྱེད་མིང་ཞིབ་
 ཆགས་ཤོག་གྲུང་མིང་གི་འབྲེལ་བ་རྒྱན་ཆད་
 མེད་པར་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་ནས་རྒྱལ་ཁབ་
 དང་རྒྱལ་ཁབ་བར་གཉིས་ཁེ་གཉིས་པན་
 དང་ཐུན་མོང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དཔེ་མཆོད་
 བཏོང་ཡོད། བ་ནིང་གྲུང་མིང་གི་འབྲེལ་བ་
 རྟུགས་ཡོངས་དང་སྤྲས་ཆད་མཐོ་པའི་རྒྱང་
 ལྡེད་རང་བཞིན་གྱི་རྟེན་སྒྲིལ་འབྲེལ་བར་
 རིམ་སྒྲོར་བྱས་པ་དེས་སྤང་ཕྱིན་གྲུང་མིང་
 གི་འབྲེལ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཁ་རྟུགས་
 གསལ་སྟོན་བྱས་ཡོད། མིག་སྔར་རྒྱལ་ཁབ་
 གཉིས་པོ་རྒྱལ་ཁབ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འགག་
 ཆའི་དུས་སྐབས་སྟུགས་པ་དང་སངས་ཡོང་
 གྲུང་མིང་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པའི་བར་ཕྱི་
 འབྲེལ་བརྟུགས་ནས་མི་35འཁོར་བར་བསྐྱེད་
 པ་ཁྱུ་རྒྱ་རེད། གྲུང་གི་རྟུགས་ཀྱིས་མིང་ཀ་
 མོར་རྟུགས་དང་འཉུག་དུ་གྲུང་མིང་མངོང་
 གྲགས་ཀྱི་ཁ་རྟུགས་ཆེན་པོ་སྟངས་འཛིན་
 བྱན་པོ་དང་། མཐོ་རིམ་བར་འཕྲོ་འོང་
 ཟབ་གཏོང་། ཟོལ་མེད་དང་པན་ཚུན་ཡིད་
 ཆེས་མཐའ་འབྱོངས། པན་ཚུན་གྱི་སྤྱི་པའི་
 ཁེ་ཕན་ལ་བརྩེ་འཛིག། དེང་རབས་ཅན་གྱི་
 འཕྲོ་ལམ་དུ་ཐུ་མཐུད་ལག་གཏང་སྒྲེལ་ནས་
 མཐུན་སྦྲིད་བཅས་བྱས་ཏེ་སྤྲས་ཆད་མཐོ་
 པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལུང་གསལ་བ་ཆོས་

འདྲིང་ཡོད།
 ཞི་ཅིན་མིང་གིས་ནན་གསུང་གནང་
 ངོན། གྲུང་ཁོའི་བསྐྱར་བཅོས་སྒོ་དེའི་འ
 འཕེལ་འཛེགས་ལ་མིང་གི་མོར་ཁྱེད་གས་མ་པ་
 དང་། ལུབ་ཁོངས་ཀྱི་ཆེ་བ། གྲུབ་འབྲས་
 དངོས་ཐོབ་པ་བཅས་བྱུང་ཡོད། མིང་གི་
 མོར་ཕྱོགས་ཀྱིས་གྲུང་ཁོའི་འཕེལ་ཆུས་ཀྱི་གོ
 རྟལ་བས་གསལ་པ་དམ་འཛིན་བྱས་ནས་སྤུ
 གྲོའུ་བརྩེ་ལས་སྤང་དང་། ཐེན་ཅིང་སྤྱི
 འཕམ་གྲོང་། ལུང་ཆིང་གི་དཔེ་རྟོན་རང་
 བཞིན་གྱི་ཡན་ཚུན་འབྲེལ་མཐུད་དང་གོང་
 གྲོའུ་ཤེས་བྱའི་གོང་སྟགས་ཀྱི་མཉམ་ལས་
 རྩམ་གངས་ལྷ་མཐུད་འཇུགས་སྒྲིག་ལག་ལོ་
 བྱས་ཏི་གངས་འཛིན་དཔལ་འབྱོར་དང་།
 ལུང་མདྲོག་འཕེལ་ཆུས། མི་ཐབས་རིག་རྩལ་
 བཅས་ལུབ་ཁོངས་ཀྱི་མཉམ་ལས་ཀྱི་འཕམ་
 བཞིགས་པ་ལ་ཐུར་བས་བཏོད་དེ་མི་ཆོས་
 རིག་གནས་ཀྱི་སྤེལ་རེས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་
 རྒྱ་ཆེར་གཏོང་བར་དགའ་བསུ་ལུ་བ་ཡིན།
 འཛམ་གླིང་ལ་ཡོ་བཀུའི་འགྱུར་ཤོག་གི་
 མཐུན་དུ་གྲུང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་མིང་གི་མོར་
 ཕྱོགས་དང་མཉམ་དུ་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱ་
 ཆོགས་དང་ཞི་ཤེལ་དང་ཞིབ་དེ་རྒྱ་མཛོའི་ཆོད་
 བོ་ལུལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་མཉམ་ལས་ཙུ་
 འཇུགས་སྟགས་ཕྱོགས་མང་གི་གར་སྟེགས་སུ་
 མཉམ་ལས་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་དུ་བཏང་ནས་
 འབྲེལ་མཉམ་དང་གོ་རིམ་ལྡན་པའི་འཛམ་
 གླིང་སྤེལ་མང་ཅན་དང་ཀྱང་ཕན་བསྐྱར་
 ར་ལས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་གོ་ལ་ཅན་མཉམ་དུ་
 དར་སྤེལ་གཏོང་འདྲིང་ཡོད།

རྩོམ་གྱི་ཆོད་ཡིས་གསུངས་ནི་དོན་
 མིང་གྲུང་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ཀྱི་མཐོ་རིམ་བར་
 འགྲོ་འོང་བྱེད་ཟབ་པ་དང་། དཔལ་འབྱོར་
 གྱི་འབྲེལ་བའི་ཐད་འཕེལ་སྤྱོད་གས་བཟང་པོ་
 རྒྱུན་འབྱོར་ས་བྱུང་ཞིང་། རྩོགས་གཉིས་ཀྱིས་
 སུའུ་ཤོ་འུ་བཟོ་ལས་སྤྱིང་བསྟགས་ནས་ལོ་30
 འཁོར་བར་མཉམ་དུ་རྟེན་འབྲེལ་ཁྱུས་ཡོད།
 མིང་གྲུང་གི་འབྲེལ་བ་ནི་ཕན་ཚུན་བཅེ་
 འཛོག་དང་ཕན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་ལ་བརྟེན་པ་
 ཞིག་ཡིན་པས་གཉིས་ཁེ་གཉིས་ཕན་ཞིག་
 རྟེན། ཐའེ་མན་གྱི་གནད་དོན་ཐད་ཀྱི་གྲུང་
 མི་སྤྱིང་ག་ཁྲུང་གི་ལངས་སྤྱོད་གས་མིང་ག་
 མོར་སྤྱོད་གས་ཀྱིས་ཐད་དེ་བསམས་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་
 ཡོད་ལ། རྒྱལ་པ་གང་རུང་གི་“ཐའེ་མན་
 རང་བཅོན”ལ་དོ་རྟེན་ཤིང་པ་དང་གྲུང་གི་
 གཅིག་གི་ཆ་དོན་ལ་སློབ་པར་ཁྱེད་འཇུག་མེད་
 རང་བཅེ་སྤྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཁྱེད་ཀྱི་གཞུང་འབྲུག་ཁབ་ཀྱི་འབྲུག་
 ཁྱེད་ཀྱི་མཉམ་སྦྲེལ་ལྷན་ཁག་15ཉིན་མཉམ་
 འབྲེལ་འབྲུག་གསལ་ལ། ས་གནས་དེ་གཤེད་
 ཏུ་མཆོད་རྒྱུ་ལྷན་15མེས་15ཉིན་གྱི་ཕྱི་རོང་།
 རྒྱལ་ཁབ་གྱི་རྒྱ་ལྗོངས་ཅིན་མིང་གིས་མི་མ་
 མེ་ཤེལ་དང་ཞེ་བ་དེ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཁུལ་གྱི་
 དཔལ་འབྱོར་འཁྲུག་ལས་ཆ་འབྱུགས་ཀྱི་འབྲུག་
 ཁྱེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་མིན་པའི་ཆོག་གསལ་འདུང་
 རྒྱལ་མིང་ཀེ་ལུ་མོ་ལ་ཀྱི་ཚུང་ལོ་ལྷ་ལེ་མེ་མྱ་
 དང་མཇམ་འཛོམས་གནང་བ་རེད།

ཞི་ཅིན་ཡིང་གིས་བསྟན་དོན། ལྷ་10
ཡི་གང་། ང་རང་ཀེའུ་ཙོ་ལན་དུ་འཛམ་ས་
འདྲིར་ཡིང་སྐབས་སྟུགས་གཞིས་པོས་གྲུང་
ཀེའུ་བར་སྟུགས་ཡིང་ས་གྲི་འཐབ་རྩམ་རོགས་

ལྷོ་འབྲེལ་པ་འཛྲགས་ཀྱི་ཐག་བཅད་ཡོད།
 ལོ་10ཡི་རིང་། གྲུང་ཁེུ་འབྲེལ་པ་
 རྒྱུན་ཁལ་དང་བརྟན་པོའི་དང་འབྲེལ་ཀྱས་
 འགྲོ་བའི་ནམ་པ་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཐུབ་ནས་
 རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་ཆེ་
 རྩེ་རུས་མཁར་ཕྱིན་ཡོད་པས་གཅེས་འཛིན་
 རྩེ་བ་བརྒྱ་ཕྱེད་ཙམ། གྲུང་གོ་དང་ཁེུ་ཙི་
 ལན་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོ་མི་ཤི་ཤི་ལ་དང་ཞི་
 བདེ་རྒྱ་མཛའ་ཆེན་པོ་ཁལ་གྱི་ཁོངས་ཁུགས་
 རྒྱལ་ཁབ་གསུམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དཔལ་
 འབྱོར་གྱི་གསལ་རེས་རང་བཞིན་དང་
 གཉིས་པན་རང་བཞིན་ཆེན་པོ་མཁར་པ་
 དང་། རྩལ་གཉིས་པོའི་བར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
 དགའ་ལྷན་རྟེན་འཛིང་མེད་ལ་རྩ་བའི་ཁེ་
 པན་གྱི་གདོང་ཐུག་ཀྱང་མེད་རྟེན་པས་པན་
 རྩེན་གྱི་སྒྲུབ་དང་རྟེན་སྒྲུབ་པ་ཆེ་དགོས་
 པ་ལས་འབྲག་སྐོང་དང་འཛིགས་སྒྲུབ་ཏུ་
 བརྩི་མི་རུང་། བལ་བསྐྱོང་དང་དམ་པ་
 དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲི་ནས་མི་མཐུན་པའི་ཆར་
 དོད་དམ་ཆོད་འཛིན་ཕྱིད་པ་ལས་མི་མཐུན་
 པའི་ཆར་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ཀྱི་
 འབྲེལ་བར་མཛམ་རྟགས་འཁོད་རྒྱ་མེད་
 གྲུང་གོ་རྩལ་གྱིས་ཁེུ་ཙི་ལན་རྩལ་གསུམ་དང་
 མཉམ་ཏུ་སྦྲོན་ཐོན་བཙོན་ལེན་གྱི་སྤྱོད་
 རྟེན་སྒྲུབ་མཐུན་དར་སྒྲེལ་བཏང་ནས་པན་
 རྩེན་བརྩི་འཛིག་དང་། པན་རྩེན་བརྩུན་
 ལས་ས། ལཉམ་ལས་ལ་དམིགས་པ། ཐུན་
 མོང་ཐོག་འབྲེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་བཅས་ཀྱི་
 གྲུང་ཁེུ་འབྲེལ་བ་ཐུན་མོང་ཐོག་བཏོང་དེ་
 རང་མི་མོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འབྲེལ་རྒྱས་ལ་
 སྒྲུལ་འདྲེད་གཏོང་འདོད་ཡོད།

ཞི་ཅིན་མིང་གིས་ནན་གསུང་གནང་
 དོན། གྲང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཀྱལ་ཁབ་གཉིས་
 ངོ་འཛིན་གནས་དང་། གཞོན་ཅུ། ལྷན་སྡེ་
 རལས་དབང་སྐོག་ས་ལས་རིགས་ཁག་གིས་
 བྱེད་ཐབས་སྐྱ་ཆོགས་སྤྱད་དེ་སྤེལ་རེས་ལ་
 རྒྱགས་ཀྱགས་པ་དང་ཀྱལ་ཁབ་གཉིས་པོ་འཛི་
 དམངས་ཀྱི་མཛའ་བྲག་སྐྱོང་གཞི་བརྟན་དུ་
 གཏོང་བར་ཀྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གྲང་གོ་
 ཕྱོགས་ཀྱིས་ནེ་ཅོ་ཙཱ་འདྲི་ཉིད་ཐོངས་
 མཆན་མི་དགོས་པའི་ཁྲུང་ཁོངས་ནང་བརྟུག་
 ཡོད་པས་ནེ་ཅོ་ཙཱ་གྱི་ཤྱགས་པོ་དེ་བས་
 མང་བ་གྲང་གོར་ལས་ཀ་དང་ཡུལ་སྐོར་ལ་
 ཡོད་ཆུར་དགའ་བསམ་ཁུ་བ་ཡིན། གྲང་གོ་
 ཕྱོགས་ཀྱིས་ནེ་ཅོ་ཙཱ་ཕྱོགས་དང་མཉམ་
 དུ་མཉམ་འབྲེལ་ཀྱལ་ཆོགས་དང་། ཞེ་སེལ་
 དང་ཞི་བདེ་ཆུ་མཆོ་ཆེན་པོ་ཁྲུལ་གྱི་དཔལ་
 འབྱོར་མཉམ་ལས་ཅ་འཇུགས། འཛམ་གླིང་
 ཆོང་དོན་ཅ་འཇུགས་སྐོག་ཕྱོགས་མང་སྐྱོར་
 གཞིའི་ནང་གི་མཐུན་སྦྲེལ་མཉམ་ལས་ལ་
 རྒྱགས་བརྒྱབ་ནས་ཞེ་སེལ་དང་ཞི་བདེ་ཆུ་
 མཆོ་ཆེན་པོ་ཁྲུལ་དང་ཐན་འཛམ་གླིང་གི་ཞི་
 བདེ་དང་བརྟན་སྡོམ་ལ་ཐུན་མོང་སྐོག་སྤྱད་
 སྐྱོང་བྱེད་འདོད་ཡོད།

[illegible]

དམངས་པར་གྱི་འབྲེལ་ཐག་གྲང་ན་ཅང་
 དམ་དུ་ཁྱབ་ཡོད། རྟེན་ཅི་ལ་ན་ཕྱགས་ཀྱིས་
 རྟེན་གྲང་གི་ཕྱགས་ཡོངས་ཀྱི་འཐབ་རྒྱས་
 རོགས་སྒྲེལ་འབྲེལ་བ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་
 ཟབ་དུ་གཏོང་བར་གཞོལ་ནས་གྲང་གི་
 བཅིག་གི་སྤྱང་རྒྱས་ལ་སློབ་ཀྱང་འཕྲུལ་མེད་
 དང་བཅི་སྤྱང་རྒྱས་ཡོད། གྲང་གི་ཕྱགས་
 དང་མཐོ་རིམ་དབར་གྱི་འཕྲོ་འོང་རྒྱན་
 འཕྲོངས་ཏེ་དཔལ་འཕྱོར་ཆོད་དོན་དང་།
 རྒྱང་མདོག་འབྲེལ་རྒྱས། གནམ་གཤིས་ལལ་ལ་
 གཏད་གཅོག་པ་སོགས་ཁྲབ་ཁོངས་འག་གི་
 སློལ་རས་མཉམ་ལས་ཕྱགས་ཡོངས་ནས་ཟབ་
 དུ་གཏོང་འདོད་ཡོད།

འོན་ཏེ་ལྷན་ཁྲིམས་འབྲུག་ཁང་གི་ཁྲིམས་
 འབྲུག་ཁྲིམས་ཀྱི་ 11 ཆེན་ཀྱི་ཁྲིམས་འབྲུག་
 ཁྲིམས་ཁྲིམས་ལ། སྐབས་ཀྱི་དཔེ་དུས་ཆོད་ཀྱི་
 11 ཆེན་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་དྲི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 གྲུ་ཞི་ཁྱིམ་ཅིན་ཅིན་གསེལ་ཅི་ཅི་ཤེས་དང་
 ཞི་བདེ་ཁྱེད་ཆོས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་དཔེ་དུས་འབྲུག་
 མཉམ་ལས་ཅང་འབྲུག་གསེལ་འཇོག་གི་དཔེ་
 དྲོས་གཞི་ཅིན་ཅིན་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་དཔེ་དུས་ཞུགས་
 རིང་འཇར་པན་གྱི་དཔེ་དུས་ཞུགས་ཆོད་ཆོད་ཀྱི་
 སྐོམ་འདྲི་དང་མཇལ་འཇོམས་གནང་བ་ཤིང་།

གི་ཅིན་པོ་དང་གིས་བསྐྱར་དོན། དོང་
 སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་དང་ས་ཁུལ་གྱི་དུས་བབ་རྟེན་
 ཟིང་ཆེ་བ་དང་ཡུང་གོ་དང་འཇར་པན་གྱི་
 འབྲེལ་བ་དེ་ལེགས་སུ་དང་འབྲེལ་ཀྱིས་
 གཏོང་བའི་འགག་ཆའི་དུས་སྐབས་སུ་སླེབས་
 ཡོད། ཡུང་གོ་དང་འཇར་པན་ནི་ཁྱིམ་
 མཚེས་ཀྱི་ཁབ་ཡིན་པ་དང་། གནེས་ཀ་ཨེ་
 ཤེལ་དང་འཛིན་སྤྱིང་གི་ཀྱི་ཁབ་གལ་ཆེན་
 ཡིན་པས། ཀྱི་ཁབ་གནེས་གྱི་འབྲེལ་བར་
 རྟུགས་གནེས་ལས་བསྐལ་བའི་དོན་སྤྱིང་གལ་
 ཆེན་ལྡན་ཡོད། ཡུང་གོ་རྟུགས་གྱིས་འཇར་
 པན་རྟུགས་དང་མཉམ་ཁྱེད་ཡུང་གོ་དང་
 འཇར་པན་གྱི་ཆབ་སྤྱིད་ཡིག་ཆ་བཞིའི་ནང་
 གཤམ་ལ་ལབ་པའི་ཆ་དོན་དང་ཁ་རྟུགས་
 གཞིར་བཟུང་ཡུང་གོ་དང་འཇར་པན་“པན་
 རྟུག་མཉམ་ལས་ཀྱི་རྟུགས་ལྷ་ཡིན་པ་ལས་
 པན་རྟུག་འཇིགས་སྐལ་ལ་མི་འཇུར་
 པའི་”ཐུན་མོང་གི་དོས་འཛིན་གལ་ཆེན་
 བརྟན་སྤྱིང་ཁྱེད་ཡུང་གོ་དང་འཇར་པན་
 ཀྱི་འཐབ་ཁུག་གནེས་པན་གྱི་འབྲེལ་བར་
 རྟུགས་ཡོངས་ནས་སྐལ་འདྲེད་གཏོང་བར་
 ཐུན་མོང་ཐོག་འབད་བརྟེན་ཁྱེད་ཡུང་
 རབས་གསར་པའི་བྱེད་ཀྱི་དང་མཐུན་པའི་
 དགོ་མཚན་ལྡན་ཞིང་བརྟན་སྤྱིང་གི་ཡུང་གོ་
 དང་འཇར་པན་གྱི་འབྲེལ་བ་གཏོང་རྒྱར་
 གཞུལ་འདྲེད་ཡོད།

ཞིའི་ན་མིང་གིས་ན་ན་གསུང་གནང་
 རྒྱུ་ཡིང་། གྲུང་གོ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ན་པ་ཅི་འཛིན་
 ལྷིང་གི་གྲོ་སྐབས་ཤིག་རེད་ལ། འཇར་པན་
 སྐོག་ས་མཐའ་འཁོར་ཁྱིམ་མཚོས་རྒྱལ་ཁབ་
 ལ་མཚོན་ན་དེ་བས་གྲུང་དེ་ལྷན་རེད་
 འཇར་པན་ཚུགས་ཀྱིས་གྲུང་གོ་ཚུགས་དང་
 འགྲམ་དུ་ཡང་དག་པའི་དང་པན་ཚུན་ཤེས་
 རྒྱལ་ཁྱེད་པ་དང་། འཕམ་རྒྱས་ཀྱི་མཐོ་
 ཆོད་དང་སྦྱོལ་ངས་ཀྱི་མཐོང་རྒྱུད་ཤོག་ནས་
 རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་འབྲེལ་པའི་ཡང་དག་
 པའི་ཁ་ཚུགས་རྟུང་ས་འཛིན་ཡག་པོ་ལྟེང་
 པ། ཚུགས་གཉིས་པོའི་པར་གྲུབ་པའི་ཆབ་

གྲིལ་གྱི་ཐུན་མོང་ངོས་འཛིན་གལ་ཆེན་དེ
 ཞིབ་པའི་སྲིད་རྒྱུ་དང་བརྒྱུད་དྲངས་ཀྱི་
 ཁྲོད་ནས་མཆོན་པར་བྱེད་པ། སྤྱི་ཚུས་ལ་
 ལྟ་སྦང་རས་ལང་དག་འཛིན་པ་དང་འབྱུང་
 འབྱུར་ལ་ཕྱོགས་པ། སྤྱི་ཚུས་དང་ཐང་ཐུན་
 སྟགས་ཅ་དོན་གྱི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་ཐག་
 ཀའོད་གང་ལེགས་བྱེད་པ། དག་མཆོན་
 ཐུན་པའི་སྤྱོད་ནས་མི་མཐུན་པའི་ཆར་དོ་
 དམ་ཆོད་འཛིན་བཅས་བྱས་ཏེ་ཁྱལ་ཁབ་
 གཉིས་པའི་འབྲེལ་བའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་རྒྱང་
 གཞི་ཡག་པོ་བསྐྱང་དགོས། རྒྱལ་ས་གཉིས་
 པོས་མི་ཆོས་རིག་གནས་དང་ས་གནས་ཀྱི་
 སྤེལ་རེས་ཟབ་ཏུ་བཀྲང་ནས་ཁྱལ་ཁབ་
 གཉིས་པའི་མི་དམངས་དང་ལྷན་པར་དུ་
 གཞིན་ཁུའི་མི་རབས་བར་ཕན་ཚུན་རྒྱས་
 སྤོང་བྱེད་པར་སྦྱེལ་འདེད་གནང་དགོས་
 གུང་གོ་དང་འཇར་པན་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ཁེ་
 བན་དང་ཐོན་ལས་འཁོར་འབྲེལ་དང་མཁོ་
 རྒྱུད་འཁོར་འབྲེལ་མཉམ་འབྲེས་གཏིང་
 ཟབ་དང་ཕྱོགས་གཉིས་པོས་མཉམ་ལས་
 གཉིས་པན་མཐའ་འབྱོར་རན་གས་གྲོལ་ཤིང་
 པའི་རང་མོས་ཆོད་དོན་མ་ལག་དང་ཐོན་
 ལས་འཁོར་འབྲེལ་དང་མཁོ་རྒྱུད་འཁོར་
 འབྲེལ་བརྟན་པོ་ཡོང་བ་དང་གར་གཏོང་
 ལུབ་པར་སྤང་རྒྱུད་བྱ་དགོས། ཁྱལ་སྤྱི་དང་
 ས་ཁུལ་གྱི་ལས་དོན་མཉམ་ལས་ཐད་ལྷགས་
 རྒྱག་པ་དང་། རྒྱལ་ས་མང་རིང་ལྷགས་རོ་
 མ་ལག་ལེན་བསྟར་བ། སྤྱི་དབྱེད་ས་ཁོངས་
 རིང་ལྷགས་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་
 ཏེ་གྲོལ་ཤིང་པའི་རང་བཞིན་གྱི་འགྲན་
 རྒྱུད་ལ་ཐུན་མོང་ཐོག་ལ་གནད་གཅིག་
 དགོས།

ཨི་ཨོ་ཨའོ་ཡིས་གསུངས་དོན་
 འཇར་པན་དང་ཡུང་གོ་ལུལ་ཁབ་གཉིས་
 བོར་ས་ཁུལ་གྱི་ཞིབ་དེེ་སྤངས་སྤོང་དང་དར་
 རྒྱས་གཏོང་བའི་འགན་འཁུག་ཡོད་པ། རྩྱགས་
 གཉིས་པོས་ཐུན་མོང་ཐོག་འབད་བཅོམ་བྱས་
 རས་འཇར་པན་དང་ཡུང་གོའི་འཐབ་ཁུལ་
 གྱི་གཉིས་པན་འབྲེལ་བར་བྱེད་གས་ཡོངས་ནས་
 སྤུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་། དགེ་མཛོད་
 ལུང་ཁྲིམ་བཟན་གྱི་འཇར་པན་དང་
 ཡུང་གོའི་འབྲེལ་བ་འཇུགས་པ་དེ་ས་ཁུལ་
 དང་འཛམ་གླིང་གི་དོས་ནས་བརྗོད་ན་དོན་
 གཞིར་གལ་ཆེན་ལུང་ཡོད། ཐའེ་ཨོ་ཨི་
 གན་དོན་ཐད་འཇར་པན་རྩྱགས་ཀྱིས་
 1972 ལོའི་འཇར་པན་དང་ཡུང་གོའི་
 མཉམ་འབྲེལ་གསལ་བསྐྱགས་བཟན་སྤངས་
 རྒྱུད་པའི་ཡངས་རྩྱགས་ལ་འགྱུར་བ་གཏན་
 རས་བཀའ་མཉམ། འཇར་པན་རྩྱགས་ཀྱིས་
 འཇར་པན་དང་ཡུང་གོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཡིག་
 ཆ་བཞིའི་ནང་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ཆ་དོན་
 དང་ཐུན་མོང་གི་དོས་འཛིན་མཐའ་འཁྲོངས་
 དང་། ཞིབ་དེེ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ཐོག་
 བསྐྱོད་རྒྱུ་མཐའ་འཁྲོངས་ཀྱི་ཡོད། ཡོ་རྒྱས་
 ལ་ལྟ་སྤངས་ཡང་དག་འཛིན་པ་དང་འགྱུར་
 འབྱུར་ལ་རྩྱགས་པའི་སྤྱི་ཚུལ་ཐོག་ནས་
 ཡུང་གོ་རྩྱགས་དང་རིམ་པ་ཁག་གི་སྤེལ་མཉམ་
 གྲུབ་ཆ་ཤོད་རིམ་བྱས་ཏེ་པན་ཚུན་བསམ་
 བཤེས་དང་པན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་ཆེ་བ་གཏོང་
 འདོད་ཡོད། (མི་དམངས་ཉིན་འཛིན་
 ཆགས་བར་ནས་དངས་)

(བར་རིས་དང་ཁོར་མཐུད།)

ཞི་ཅིན་མིང་གིས་བསྟན་དོན། རིང་
 གཉིས་ལོ་གཉིས་ཀྱི་ཤོང་པ་ལི་སྒྲིང་ཕན་དུ་ཐུག་
 འཕམ་དུ་སུ་ཚུ་ལ་སྤྱི་དང་ས་ཁུལ་གྱི་དུས་བབ་
 ལ་འཇུག་ཞོག་མི་ཉུང་བ་ཕྱིན་ཡོད། ཡིན་ན་
 ཡང་དུས་བབ་ལ་འཇུག་ཞོག་ཇི་འདྲ་ཕྱིན་རུང་
 གྲང་ཉན་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོས་ཕྱི་འབྲེལ་
 འཇུག་ས་རྒྱལ་གྱི་ཐོག་མའི་བསམ་འདུན་
 བརྟན་སུང་ཕྱས་ནས་ཁྲིམ་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་བར་
 གྱི་མཛའ་གོག་ས་ཁུལ་གསུམ་བརྟན་གཏོང་དང་
 གཉིས་ཁེ་གཉིས་པན་གྱི་དམིགས་ཚད་མཐའ་
 འཁྱོང་ས་གོག་ས་ཁམས་མཆོམས་འབྲེལ་དང་།
 རིག་གནས་འདྲ་མཆོངས། དཔལ་འཕྱོར་

མཉན་འདྲེས་བཅས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་བཏོན་ནས་
 གླེལ་རིམ་ལ་ཕྱགས་རྫོན་དང་མཉན་ལས་གཏིང་
 ཟབ་ཏུ་བཏང་སྟེ། གྲུང་ཉན་གྱི་འཐབ་རྩས་
 མཉན་ལས་རིགས་སྐྱེ་འབྲེལ་བ་སྦྱོན་བྲལ་དང་
 བརྟན་པོ་འི་ངང་འཕེལ་རྒྱས་འགོ་བར་སྦྱུལ་
 འདིང་བཏང་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཞིས་པོ་འི་མི་
 དམངས་ལ་དེ་བས་ལེགས་པ་འི་ངང་བདེ་སྦྱང་
 བསྐྱབ་ཏེ་ས་ཁུལ་གྱི་ཞིབ་དེ་བརྟན་སྡིང་དང་དང་
 རྒྱས་པ་སྦྱུལ་འདིང་གཏོང་ཆེད་ལེགས་སྦྱོས་དེ་
 བས་ཆེ་བ་འབྲལ་དགོས་ངེས་རེད།

ཞིཅིན་མིང་གིས་ནུང་གནང་
 རྟོན། ཟུགས་གཉིས་པས་མཐོ་རིམ་བར་གྱི་
 འགྲོ་ཡོང་ལ་སྐགས་བརྒྱབ་ནས་པན་ཚུན་

བསམ་ཤེས་དང་ཡིད་ཆེས་ཟྱེད་ཤུགས་ཆེ་བ་
 བཏང་སྟེ། བན་ཚུན་རྟོགས་སྒྲུལ་བྱས་ནས་
 བྱ་མོང་ཐོག་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བར་བྱ་
 དགོས། གྲུང་གོས་སྒོ་བརྟན་འཁྱུར་མེད་དང་
 རྒྱ་ཚུན་མཐོ་བའི་ཁྱེ་ཕྱགས་སྒོ་ཆོད་འབྱེད་རྒྱ་ཆེ་
 ར་གཏོང་གི་ཡོད་བས། ཏན་གོའི་ཁེ་ལས་དེ་
 བསམ་མང་བ་གྲུང་གོར་མ་འཛོག་ལས་གཏོང་
 ཡོང་རྒྱུར་དགའ་བ་སུ་ལུ་བ་ཡིན། ཕྱགས་
 གཉིས་པོས་བྱ་མོང་ཐོག་རྒྱལ་སྤྱིའི་རང་
 མོས་ཆོང་དོན་གྱི་ལ་ལག་ལ་སྲུང་སྐྱོང་དང་གོ་
 ལ་སྤེལ་པོ་དང་དེ་བཞིན་ས་ཁུལ་གྱི་སྟོན་ལས་
 འཁོར་འབྲེལ་དང་མཐོ་སྤྱོད་འཁོར་འབྲེལ་
 འཁོར་རྒྱག་བརྟན་པོ་ཡོང་བར་སྲུང་སྐྱོང་

བྱང་པ་དང་ཆབ་ས་ཅིག། མཛེས་ཤྲོག་ས་ཟབ་
 ཉུ་གཏོར་བར་སྐན་པའི་བྱང་སྒྲི་མང་ཅམ་
 སྒྲེལ་ནས་སྤྱིང་ཚུགས་ལས་རིགས་དང་
 རིག་གཞུང་ལས་རིགས། ས་གནས་དང་ལྷག་
 པར་ཏུ་གཞིན་ཏུ་བཅས་ལ་སྐན་ཚུན་འཕྲོ་
 བོང་བྱེད་བྱགས་ཆེ་ཏུ་གཏོར་བའི་ལྷག་སྒྲེལ་
 བྱང་གོས། ཉན་གོའི་དམངས་ཆོག་སེའི་བས་
 མང་བ་ཀྱང་གོར་ཡོང་རྒྱར་དགའ་བསྟུ་ལུ་བ་
 དང་འབྲེལ་ཉན་གོ་ཚུགས་ཀྱིས་ཀྱང་གོའི་སྒྲི་
 དམངས་ཉན་གོར་བསྐྱོད་རྒྱར་སྐབས་བའི་དེ་
 བས་མང་པོ་བསྐྱུན་རྒྱུའི་རེ་བ་ཡོད། ཉན་
 གོས་སང་མའི་ཨ་ཤེ་ལ་དང་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོ་
 ཆེན་པོ་ཁྱལ་གྱི་དཔལ་འཁྱོར་མཉམ་ལས་ཆ

འཇགས་ཀྱི་མཐོན་པད་གཞུལ་ལབ་ཀྱི་འགན་
 ལུ་མཐུད་འཁུར་བར་གྲུང་གོ་རྟུགས་ཀྱིས་
 ཉེན་འབེལ་ལྷན་དང་འབེལ་ཆུབ་སྐྱོར་ཡང་
 ལྷན་ཀྱི་ཡོན་ལ་ཉན་གོ་རྟུགས་དང་མཉམ་དུ་
 རྟུགས་མང་འཐུན་སྐྱོར་དང་མཉམ་ལས་ཀྱི་
 ཆེར་གཏོང་འདོད་ཡོད།

དཀྱི་ཞིལའེ་ཡིས་གསུངས་དོན། ལུ་
 གཉིས་གོང་དང་གྲུའི་ཞི་ཅིན་མིང་པ་ལེ་
 སྲིང་ཕན་དུ་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་ཚུན། རྟུགས་
 གཉིས་པོའི་ཁྱབ་ཁོངས་འགག་གི་སྒྲིལ་རེས་
 མཉམ་ལས་གོ་རིམ་ལྡན་པའི་དང་འབེལ་ཆུས་
 བྱུང་ཡོད། གྲུང་གོ་ཉེ་འཁོར་སྲིང་གི་དཔལ་
 འཁྱོར་འཕམ་པའི་སྐུལ་ཤུགས་གལ་ཆེན་ཞིག་

ཡིན་པས་འཛིན་སྤྱིང་ལ་འཕྲད་པའི་གནད་
 རྒྱལ་ལ་གཏང་གཏོག་ཆེད་ལེགས་སྒྲེབ་གསལ་
 ཆེན་ལུས་ཡོད། ཉན་གསལ་གྲུང་གི་ནི་མ་ཉམས་
 ལས་རྟོགས་རྒྱ་གསལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བསྐོས་ཡོད་
 པས། བརྩ་ཚུབ་བསྐོར་འཛོགས་དང་ཕྱི་འབྲེལ་
 འཇུགས་སྐབས་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་མའི་བསམས་འདུན་
 མཐའ་འབྲེལ་ནས་ཉན་གྲུང་གི་འཐབ་ཁུགས་
 མ་ཉམས་ལས་རྟོགས་རྒྱའི་འབྲེལ་བ་རྒྱུན་ཆད་
 མེད་པར་འཕེལ་རྒྱས་འགོ་རྒྱུར་སྒྲེལ་འདོད་
 བཏང་ནས་ཐུན་མོང་གི་འབྲན་སྤོང་ལ་ལ་
 གཏང་དེ་བས་ལེགས་པར་བཅུག་ནས། མ་
 གྲུལ་ཞིབ་དེད་དང་བརྟན་ཤིང་ཡོད་པར་སྒྲེལ་
 འདོད་གཏོང་བའི་རེ་བ་ཡོད།

(མི་དམངས་ཉིན་མོའི་ཆ་གསལ་
 བརྩ་མལ་དངས།)