

[illegible]

ཞི་ཅིན་པིང་གིས་གཞིས་འགུར་ལས་དོན་ཁྲ་ལྟ་བུ་གྱུར་ཅིན་གལ་ཆེན་གནད་

ཐག་རྩི་ལྟ་བུ་འདི་དམག་གི་དང་དང་དམག་དམངས་མཐུན་སྦྲེལ་ཕྱ་བརྟན་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏང་དགོས། རང་འདི་མི་
དམངས་ལ་དགའ་བ་དང་རང་འདི་དམག་ལ་དགའ་བའི་དྲན་རབས་ཀྱི་ལཱ་གསར་བ་ལྷན་སྦྲུང་དེ་མཉམ་དུ་བྱི་དགོས།

ཡི་ཆེད་སྤངས་པའི་གནས་ལོ་རྒྱུ་དང་ཕྱི་ལོ་རྒྱུ་(ཁྲ)ཨིང་འདྲི་བཟུང་མཉམ་སྦྲེལ་བཟུང་བྱས་པ་དང་འབྲེལ་བཟུང་བྱས་པ་གནད་

ཉེ་ཆར་གྲུང་གྲུང་གྲུང་དབྱང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་ཚུལ་
 ཅི་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གྱི་གྲུང་ཞི། གྲུང་དབྱང་དཔལ་
 འོར་ལུ་ལྷག་གྱི་གྲུང་ཞི་ཞི་ཅི་ཅི་ལིང་ལེས་གཉིས་
 བཟུང་ལས་དོན་ཐང་ལ་མཇུག་སྟོན་གསལ་ཆེན་གནང་
 དོན། དཔལ་གྲུང་ཁྱིམ་སྤྱོད་དང་སྲིད་སྤྱོད་
 དམངས་པ་སྤེལ་དེ་ཆོའི་ཏང་དང་རང་དཔལ་རང་

[illegible]

དང་གསར་གཏོང་མཐར་ཕྱིན་ཏུ་གནོང་བ། མིང་
 ལུས་དང་ལམ་སྒྲོལ་འབྲས་ཆང་ཏུ་གནོང་བ།
 བཞིས་བགྲར་ལས་དོན་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཡར་
 རྒྱས་གསར་པ་ཡོང་བར་སྒྲུལ་འདེད་གཏང་དགོས་
 ཞེ་ཅིན་མིང་གིས་ནན་གསུང་གནང་དོན་
 ཏང་ཨ་དང་མིང་གཞུང་རིམ་པ་ཁག་གིས་དཔྲལ་ཐེ

འཇུག་མཁུ་དང་འཇུག་པལ་མཁུ་ལ་མེམ་ཁུ་
 དང་ཁུ་མཁུ་ལ་ཁུ་ཉེ་ཁུ་མེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་
 དང་ཁུ་ལ་དང་ཁུ་ལ་ཁུ་ལ་ཁུ་ལ་ཁུ་ལ་ཁུ་ལ་ཁུ་ལ་ཁུ་ལ་
 མེམ་ཁུ་དང་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་
 དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་དཔེ་
 ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་

དམག་དབང་གིས་དཔེ་གསུམ་ལྟེ་འདྲ་མཉམ་
བཞུགས་པ་བཅས་ནས་མ་གཞི་བཟུངས་ཏེ་
དང་འཕེལ་བྱས་པ་རྟེན་འབྲེག་དུང་མག་བྱས་ཏེ་
དངོས་པོར་བྱ་རྒྱུ་དཔེ་བཞུགས་མི་དམངས་ལ་
བཏོད་ཀྱི་དང་མེ་ཕྱོད་བཞུགས་དགོས། (ང
རྩ་བུ་མཉམ་པ་ལྟེ་འདྲ་མཉམ་)

དགའ་སྐྱོར་ལྟུང་ལ་“བྱམ་ཡིངས་གནིས་བཀྲར་དཔེ་ལྷན་
ཁྲོད་ཁྲོད”ཀྱི་མཆོད་སྙན་བློ།
ལྷན་དབྱང་པེ་ཅིང་ཏཱ་མོ་གས་འདྲར་བྱམས།

ལྷིཿ4པའི་ཆོས་23ནིན། རྒྱལ་ཡོངས་གནིས་
 བཀུར་དཔེ་སྟོན་གྲང་ཁྱེར་(རྫོང་)མིང་འདྲགས་ཆོགས་
 ཆེན་པོ་ཅིང་དུ་འཆོགས་པ་དང་མི་ཆོན་གྱི་གྲང་ཁྱེར་
 དང་ལུལ་15དང་རྫོང་གྲང་ཁྱེར་དང་ཆོས་6རྒྱལ་
 ཡོངས་གནིས་བཀུར་དཔེ་སྟོན་གྲང་ཁྱེར་(རྫོང་)དུ་
 བདམས་ནིང་། དཀར་མཛེས་ལུལ་ལ་རྒྱལ་ཡོངས་
 གནིས་བཀུར་དཔེ་སྟོན་གྲང་ཁྱེར་གྱི་མིང་བཀྲགས་པ་
 དང་། བཟེངས་རྟགས་དེའི་དཀར་མཛེས་ལུལ་ལ་ཐོག་
 མར་ཐོབ་པ་ཡིན།

ལྷུ་ལྷུ་འཛུགས་ཅི་ཕྱིན་དབྱང་དང་ལྷུ་ལྷུ་འཛུགས་
ལྷུ། དགར་མཛེས་ཡར་ལག་དམག་ལྷུ་གྱི་ཁོབ་ཀྱི་དུས་
ཡོན་ནི་ཁྱིམ་ཅིག་གིས་དགར་མཛེས་ལྷུ་ལྷུ་དམག་ལག་
དང་ས་གནས་རྒྱུས་གཞིས་གྱི་ཁོབ་ལྷན་རྟེ་ཤེ་ཅིང་དུ་
ཆོགས་འདུར་ཞུགས་པ་དང་། ཕྱིན་དབྱང་གིས་ལྷུ་
དབྱང་རྒྱང་འཛིན་བརྒྱན་འཛིན་གྱི་ཁོབ་བརྒྱན་འཛིན་

ལས་ཁུངས་ཀྱི་གྲུང་དབྱང་རྒྱུང་འཕྲིན་ལེ་ཚན་《གྲུང་
གོའི་དམག་ཁོངས་ནས་ཕྱིར་འཐེན་པའི་དམག་མི》ཡི་
བཅར་འདྲི་དང་ལེན་བྱས་པ་རེད།

དགའ་མཆོག་ལུང་ནི་ལུང་གི་གསར་པ་ལི
 ཡངས་ལུང་མི་ཤམ་རང་རྒྱུང་ལུང་དང་པོ་དེ་ཡིན་
 པ་ལི་རོལ་ནས་རྒྱུང་རྒྱུང་གྱི་རྒྱུང་རྩིས་པ་དང་“ལམ་
 གཉིས་”གྱི་རྒྱུང་རྩིས་པ། བོད་རྒྱུང་ས་ལས་བྱིད་རྒྱན་
 པ་ལི་རྒྱུང་རྩིས་པ་མས་ལྟར་པ་ལི་ས་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་
 དང་རྒྱ་བོད་མི་ཤམ་མཉམ་པ་དེས་ཀྱི་བར་
 ལུས། མཐའ་རྒྱུང་བོད་བརྒྱན་པ་ཞིང་འཕལ་ཆུག་གྱི་
 འགག་རྒྱ་ཆིག་ཡིན། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་མིང་རང་ལུང་
 གྱིས་ཏང་གི་བོད་རྒྱུང་ཐམས་ཆུག་དང་ཞི་ཅིན་མིང་གི་
 དམག་དངུལ་རྩིས་པ་ཆེར་གཏོང་བའི་དགོངས་པ་
 ལག་ཁྱེན་མཐར་ཕྱིན་བཟུང་བ་དང་། གྱི་ལུང་ལྟུང་
 ཅི་ཞི་ཅིན་མིང་གི་“དུས་ལབ་གསར་པ་ལི་རོལ་གཉིས་”

བཀུ་ལས་དྲ་ལ་ཤུགས་སྒྲོད་ཆུ་ལས་ཉམས་ཞབ་
 ཏུ་གང་མི་རྒྱུ་ཞེས་པའི་མཐུང་སྒྲོན་གསུ་ཆེན་
 རྒྱུ་འབྱུང་ནས་ཏན་ལྟས་ཏེ། སྤང་རྩ་མི་དགས་ཀྱི་
 གཅིག་མཐུན་འདུས་སྤང་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོར་
 འཆང་བ་གཙོ་མོར་ཁྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་ཡོངས་
 གཉིས་བཀུར་དཔེ་སྒྲོན་སྤང་ཁྱེད་འདུགས་སྒྲོད་ལྷ་
 རྒྱུ་སྤྱི་འདོམས་ཁྱེད་པ། གནས་མཆོག་དཀར་
 མཆོས། བཙེ་བ་ཟབ་མོའི་གཉིས་བཀུར་གྱི་གཙོ་
 རྒྱུ་འདུར་ཏུ་སྐོན་པར་ཁྱེད་པ། མི་རིགས་
 མཐུན་སྤྱི་ཆེན་པོ་དང་དཔམ་དཔམ་ས་ཁྱིམ་ཆོང་
 གཅིག་ཆུང་མཐུན་པའི་ལག་ལེན་ཁྱེད་སྒྲོན་ཏན་ཏིག་
 སྤེལ་བ་བཅས་ལྟས་ནས་དཔམ་གྱི་དང་དཔམ་
 དཔམ་ས་མཐུན་སྤྱི་ལྱི་རྒྱལ་པ་བཟང་པོ་རྒྱན་
 མཐུང་དང་སྤང་བརྟན་དང་འཕེལ་རྒྱས་བཟང་ཡོང་།
 (རྩ་ཁྲི་མཐུན་ཤིས་བཟུང་)

ལྷོ་ཀླུ་པོ་ལྷོ་མ། ལྷོ་ལྷོ་པོ་ལྷོ་པོ། ལྷོ་པོ་པོ་ལྷོ་པོ།

བྱུང་ཁོངས་ཆེན་པོ་བྱུང་གི་གནད་དོན་ཕྱི་བྱུངས་ལྟེ
ཡོངས་བསྐྱགས་དང་བསྐྱེད་ཆེན་བྱས།

རང་སྐྱེལ་གྱིས་ཁོ་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་
བྱིས་ས་འཛིན་ཆེད་དོན་བཙོས་སྤྱིག་བྱས་

ཁེ་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱང་འཛིན་
 ཁྲིམས་འཛིན་ཁྲབ་ཁོངས་ཀྱི་མངོན་གསལ་དོན་
 པའི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་ཏན་ཏིག་བྱེད་པ་
 དང་། ཁེ་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱང་འཛིན་
 ཁྲིམས་འཛིན་ལ་སྤྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་
 གཏོང་བ། རྒྱལ་སྤྱིའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་
 དང་གཞན། རྒྱལ་སྤྱིའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་
 ཅན་ཀྱི་ཆོད་གཉེར་ཁོར་ལུག་སྤྱོད་ཆོད་
 2025ལོའི་ཟླ་བ་4ཆེས་21ཉིན་ནས་2025ལོའི་
 ཟླ་བ་10ཆེས་31ཉིན་བར་ཁེ་ལས་ཁྲིམས་འཛིན་
 སྤྱང་འཛིན་ལ་ཕན་ཐོག་ཁེ་ལས་ཁྲིམས་འཛིན་
 ཁོངས་ནང་གྱུར་ཁེ་ལས་ཁྲིམས་ཁྲོག་སྤྱོད་ཁྲིམས་
 འཛིན་དང་། ཁེ་ལས་ཁྲོག་ཁེ་ལས་ཁྲོག་ཁྲོག་
 ཀྱི་ཁྲིམས་སྤྱོད་བྱེད་པ། དེ་བཞིན་གང་བྱུང་
 ལྟོང་དང་ལྟོང་ལྟོང་ལྟོང་ལྟོང་ལྟོང་ལྟོང་
 གཏོང་བ། ཁེ་ལས་ཁྲོག་གང་བྱུང་བྱེད་པ་
 བཀག་སྤོང་གང་བྱུང་བྱེད་པ་སོགས་ཁྲབ་
 ཁོངས་ཁྲུག་གི་གནད་དོན་ཆོད་དོན་བཅས་
 སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་གཏན་འཛིན་ཁྲོག་ལ་ཕན་ཐོག་
 སྤྱོད་ཁྲོག་ལས་ཁྲོག་ལས་ཁྲོག་ལས་ཁྲོག་ལས་
 ཁྲིམས་ཁྲོག་ཁྲིམས་འཛིན་གནད་དོན་ཀྱི་
 ཁྲོག་སྤྱོད་ཁྲོག་ཁྲོག་ཁྲོག་ཁྲོག་ཁྲོག་
 རྒྱུ་ལྟོང་།

ད་མེད་ས་ཀྱི་ཆེད་དོན་བཅོས་སྒྲིག་དེ
 གནད་དོན་ཐྱག་ལ་དམིགས་ཡོད། གྲུ་ས་
 འགལ་གྱིས་གཞན་སར་གྲིམས་འཛིན་ཕྱེད་པའི
 ཐད་ལ་ས་ཁོངས་ལས་བརྒྱལ་ཞིང་། དབང་ཆ་
 ལས་བརྒྱལ་ནས་གྲུ་ས་འཛིན་ཕྱེད་པ་དང་།
 རང་འདོད་དུ་བདག་སྤྱོད་དམིགས་འཇུག་ས་
 ཕྱེད་པ་མོག་ས་ཀྱི་མི་རྒྱུག་འཛིན་གནས་ཚུལ་
 ཞིབ་ཤེད་ནན་པོ་བྱ་བུ། ཁེལ་ན་དོན་གཏེར་
 རང་བཞིན་གྱི་གྲུ་ས་འཛིན་ཐད་ལ་ཆད་གཅོད་
 དང་གཞུང་བཞེས་ཀྱི་དམིགས་ཆེད་མཁ་པ་
 དང་། ཟེལ་ན་བཀག་སྡོད་མོག་ས་དབང་སྤྱོད་
 རྒྱུ་འཛུལ་ཕྱེད་སྤྱོད་ལ་རྒྱུང་རྒྱུག་མཐའ་གཅིག་
 ཉུག་ཏུ་དགོས། གང་ལྟར་དུ་སྤོན་དངུལ་བསྐྱེད་
 བའི་ཐད་ལ་རྒྱུང་དངུལ་ཨ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཕྱེད་

པ་དང་པཅན་ཤེད་ཀྱིས་འོས་སྤྱོད་ཞབས་ལུ
 དམིགས་འཇུགས་ཕྱིད་པ་སོགས་སྤྱིག་འགལ་བྱ
 སྤྱོད་པཅོས་སྤྱིག་བྱ་དགོས། དངུལ་ཆད་གང
 བྱེད་ཏུ་གཅོད་པའི་ཐད་ལ་གང་འདྲོད་ཏུ་ཆད
 གཅོད་དམིགས་ཆོད་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་ཆད་གཅོད
 དང་། “ཀྱེད་གཞིག་ཅིག་ལ་ཆད་གཅོད་མི་འདྲ
 ཅ།” རྟུལ་ཆད་དང་གཞུང་བཞེས་བྱས་པའི
 ལྷ་རྩོད་ཐག་གཅོད་འོས་འཆོམ་མེད་པ་སོགས་ཀྱི
 གནད་དོན་གཏན་འགྲོག་བྱ་དགོས། གང་བྱེད
 ཏུ་ཞིབ་པཤེར་བྱེད་པའི་ཐད་ལ་ཐོབ་ཐང་མེད
 པའི་ཞིབ་པཤེར་དང་། ཞིབ་པཤེར་ཐེངས་མང
 པསྐྱར་སྒྲིམ་ཕྱིད་པ་སོགས་ཁེལ་ས་རྟོག་བྱ་བཟོ
 བའི་བྱ་སྤྱོད་གཅོད་པཤེར་བྱ་དགོས། གང་བྱེད
 ཏུ་བཀག་སྡོམ་བྱེད་པའི་ཐད་ལ་ཞིབ་པཤེར་ཚོག
 མཆན་མེད་ཀྱང་གང་འདྲོད་ཏུ་བཀག་སྡོམ་བྱེད
 པ་དང་ཀྱེད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལྷ་རྩོད་
 ཏུས་བཀལ་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་སོགས་སྤྱིག
 འགལ་བྱི་བཀོལ་སྤྱོད་པཅོས་སྤྱིག་བྱ་དགོས།

གནད་འབེབས་བྱས་པའི་དུས་ཚོད་ནང་
 གྱི་འབངས་དང་ཁྲིམས་མི་མང་ཡང་ན་ཆ་
 འཇུགས་གཞན་དག་གིས་ཁྱུ་ཡོངས་ཀྱི་སྲིད་
 འཛིན་ཁྲིམས་འཛིན་ལྟེ་འགལ་ཡོད་གི་གནད་
 རྟོག་ཐེར་འདོན་ཕྱིད་སྐབས་ཁྱུ་ཡོངས་དང་ཚོང་རིམ་
 པ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲིམས་འཛིན་རྒྱུས་ཀྱིས་མངའ་
 ཁོངས་སུ་དོད་ཆ་དོན་ལྟར་སོར་བདག་སྤྱོད་
 བྱ་དགོས། ཁལ་པར་ཐེར་འདོན་བདག་སྤྱོད་ཕྱིད་
 པའི་དུས་ཚོད་ནི་ལས་ཀ་སྒྲུབ་ཉིན་གྱི་ལས་ལྷགས་
 དུས་ཚོད་ཡིན། ཁུངས་ལྟེ་ཁེབ་བཤེར་གྱི་ཕན་
 འབྲས་དངོས་འག་ཐེག་བྱ་ཆེད། ཐེར་འདོན་
 ཕྱིད་མཁའ་གྱིས་གནད་རྟོག་ཐོན་སྐབས་ཀྱི་དུས་
 ཚོད་དང་ས་གནས། དོན་རྒྱུན་དང་འབྲེལ་ཡོད་
 ཕྱིད་པོ། དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་དཔང་རྟགས་རྒྱ་
 ཆ་བཙས་མཁོ་འདོན་བྱ་དགོས། གཞན་ཡང་
 སྲིད་འཛིན་བསྐྱར་གོས་དང་གཏུག་བཤེར་གྱི་ཤོ་
 རིམ་ནང་ལྷགས་ཐེན་པའི་སྤྱོད་གཞི་དག་པ་མུ་
 ལེན་གྱི་བྱུང་ཁོངས་སུ་སྤྱོད་མེད།

(ཕྱི་འཁོར་ལས་ཀྱིས་བཟུང།)

[illegible]

ཞིང་ལེ་ཤེ་ལེགས་འབྱུང་བའི་བཟ་ཁྱིམ་སྐྱོན་
འདུག་ཀྱི་ཁ་གཤང་དང་འཕྲོགས་ནས་སྐྱོམ་པ་ཆོས་སྐྱོན་
པ་དོར་བསྐྱབས་ཀྱི་སྐྱོ་འདེབས་ཀྱི་རྩང་ས་ལྷུང་ནས་
ཞིང་སྐྱོང་པ་དང་བྱུང་མེད་ཆོས་སོར་བཟང་བཟབ་པ་
ཟེད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་སྐྱོ་འདེབས་འབྲལ་འཁོར་ཀྱིས་
ཤིར་སྐྱོ་སྐྱོག་བཞིན་སྐྱོ་འདེབས་བྱས་ཤིང་སྐྱོ་ལྷུང་སྐྱོ་
འདེབས་དང་དེང་རབས་སྐྱོ་འདེབས་ལྷུང་དུ་འབྲེལ་ནས་
དཔྱིད་སྐྱོང་ལས་ལེ་འདི་གསོན་ཤགས་རྒྱས།

གྲྭ་པ་འགྲོ་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་ལམ་འདོན་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་
བཟང་དགའ་བས་“ང་ཆོད་ཀྱི་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་སྐུ་ཆ་ཀུན་
དེང་རབས་ཞིང་ལས་འབྲུལ་ཆས་ཀྱི་སྐྱ་ཐོས་ཤིང་ཞིང་
ལས་ཐོན་སྐྱེད་ལྟ་བུ་ནས་འབྲུལ་ཆས་ཅན་དུ་གྱུར་ཡོང་།
མཉམ་འདེབས་དང་རྩ་བལྟ་སྐུས་ཏུ་ཅང་སྣང་བའི་དེ་
ལས་ཆོད་ཆེ་བ་ཤིང་། འོན་ཀྱང་པ་མེས་ལང་མེས་ཀྱིས་
བཟག་པའི་མེས་ཀྱི་ཆོས་འདེབས་རིག་གནས་ནི་ཆ་བ་
ཡིན་པས་འདོར་མི་ཅུང་། དེའི་སྐྱེད་ཀྱིས་ལེ་ལྷན་དཔྱིད་
ཆོད་སྐབས་ལེ་ཆོན་པ་དོར་བཟུངས་ཀྱི་ཆོས་འདེབས་ཀྱི་དཔྱིད་
སྐབས་ལང་སྐྱོད་བཞིན་ཡོད་”ཅེས་བཤད།

ཐེངས་འདིའི་བྱེད་སྒྲུབ་སྤྱི་ལོ་འདེམས་དང་འབྲུད་



འཁོར་གྱིས་ཞིང་སྡོད་པའི་ལག་རྩལ་འགྲན་རྩུར་ཡོད་པར་མ་
བད། རྩེ་བྱུལ་ལག་གི་འབྲུག་མི་རུ་ལག་གིས་སྒྲ་མང་ལུང་
སྤུམ་ཚུགས་པའི་འབྲུག་རྩྭ་བྱས་ཏེ་མཐོ་སྒང་གི་ཞིང་ལས་
རིག་གནས་གསལ་ཉམས་དོད་པོས་མངོན་པ་ཤིང།

ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། འགམ་མགོ་རྫོང་
གི་ནལ་གྱི་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་པ་བྱུང་བ་དང་འགམ་མགས་པོ་
ཐོབ་པ་རེད། མ་ཉམ་དུ་རྩྭ་གསོ་ཡོང་བའི་ཁྲིང་ར་བཅུགས་
པ་དང་ས་དེ་སྤུ་མོར་དུ་གནས་པའི་རྫོ་ཁྲིང་གཅིག་བསྐྱས་
སློམ་མ་ཉམ་འབྲེལ་བྱས་ཤིང་། ས་ཁྲིང་གི་གཏིང་ནུས་སྒྲུལ་
སྤེལ་དང་ཁྲིང་ལས་སོ་ཏྲག་གི་ཐོན་ཆོད་རིམ་བཞིན་འཕར་

ནས་ས་ཁོང་ཁོ་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་“ཞིང་ས་ཤུབ་ཞིང་དང་ཡུར་ཚུ
འབྲེལ་བ།” བཀྲིད་ལམ་ཡོད་པ་མ་དོན་འགྲུབ་ཏུང་། དེའི
བཅོམ་ས་འཛོམ་ཡོང་འབབ་སྒྲིབ་ཁྲི3200ལ་ཟིན་པ་དང
དྲད་ཚང་དེའི་ཆ་སྒྲིམ་ས་ཡོང་འབབ་སྒྲིབ་ཁྲི1.82འཕར་
ཞིང་ཆེན་རིམ་པའི་སྐར་གསུམ་གླིང་ཁྱེད་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་རིན
ཐང་སྒྲིབ་ཁྲི6200ལ་ཟིན་པ་དེད། གླིང་རིན་ཡོད་པ་ཞིག
ལ་2025ལོར་འབྲུ་རིགས་འདེབས་འཇུག་ས་ཁྱུ་ཁྲི་ལྔ་
དཔག་བྱས་ན་སྤུ་དྲུའི5.55ལ་ཟིན་ནས་ཐོན་ཆང་
བཅོམ་ས་འཛོམ་དུ་དྲུའི1.05ལ་ཟིན་ཏུ་དེད།

(ཏ་མཁྱིན་ཕྱིན་བཞུང་།)

