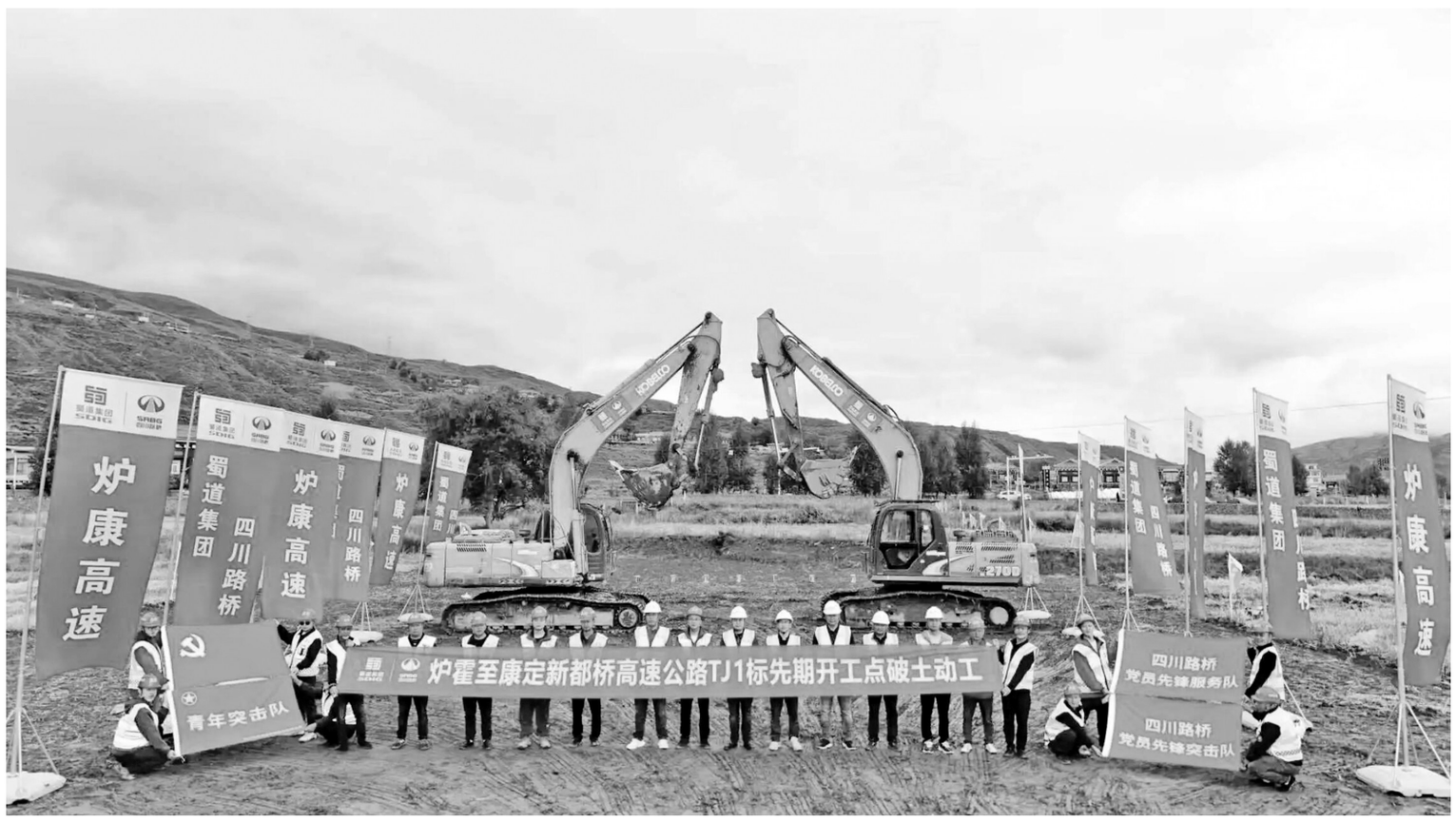

༢ཕྱོཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ།ཀུན་དགའ་བསམ་གཏན།ཁ་པར།15183621818རྩོམ་སྒྲིག་པ།སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།ཡིག་སྒྲོམ།2714574645@qq.com 2025ལོའི་ཟླ་བ9པའི་ཚེས22ཉིན།

སྤྱི་ཟླ9ཚེས10ཉིན།མཚོ་འཕགས་སྨི3800
ཡོད་པའི་རྟའུ་རྫོང་ལུང་བསྟན་ཡུལ་ཤོག་གི་ཨར་ལས་
བྱེད་གནས་སུ་ས་རྐོ་འཁོར་གྱིས་ས་བརྐོས་ནས་བྲག་མགོ་
ནས་དར་མདོ་བར་གྱི་མྱུར་ལམ་ལས་གྲྭ་དངོས་སུ་ལས་
འགོ་བཙུགས་པ་རེད།
མྱུར་ལམ་འདིར་མ་དངུལ་བསྡོམས་འབོར་
སྒོར་དུང་ཕྱུར344.17གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་དང་སྤྱི་
ཡི་རིང་ཚད་ལ་སྤྱི་ལེ186.8ཡོད།མྱུར་ལམ་དེ་
བསྐྲུན་ཚར་རྗེས་རྟའུ་དང་བྲག་མགོ་རྫོང་གཉིས་བར་
མྱུར་ལམ་ཡོད་པར་མ་ཟད།དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་
ཁྲོན་བོད་མྱུར་ལམ་ལྷོ་བྱང་ལམ་ཐིག་སྦྲེལ་མཐུད་
བྱེད་པའི་འགྲིམ་འགྲུལ་ས་གནས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་
འགྱུར་རྒྱུ་རེད།
བྲག་མགོ་ནས་དར་མདོ་བར་གྱི་མྱུར་ལམ་ནི་
སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་མྱུར་ལམ་དྲ་བའི་འཆར་འགོད་
ཁྲོད་ཀྱིS87གསེར་རྟ་ནས་ཕན་ཀྲི་ཧྭ་བར་གྱི་མྱུར་
ལམ་གྱི་གྲུབ་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ།བྲག་མགོ་

རྫོང་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་འཆར་འགོད་བྱས་པའི
G4217རུང་ཁྲང་མྱུར་ལམ(ཁྲོན་བོད་མྱུར་ལམ་
བྱང་རྒྱུད)དང་། རྟའུ་རྫོང་དང་དཔལ་སྨད་གྲོང་
རྡལ་བརྒྱུདG0615འབར་ཁམས་ནས་དར་མདོ་
བར་གྱི་མྱུར་ལམ་དང་བསྣོལ་ནས་ར་རྔ་ཁ་གྲོང་རྡལ་
དུ་སླེབས།འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་བཞིན་པའིG4218
གཡག་ཡེ་མྱུར་ལམ(ཁྲོན་བོད་མྱུར་ལམ་ལྷོ་རྒྱུད)དར་
མདོ་ནས་ར་རྔ་ཁའི་བར་གྱི་ལམ་མཚམས་དང་
འབྲེལ་ཡོད།ལམ་ཐིག་ཧྲིལ་པོའི་འཁོར་ལམ་གཉིས་
ལ་རླངས་འཁོར་གཉིས་གཤིབ་ཀྱིས་བསྐྱོད་ཆོག་ལ།
ཆུ་ཚོད་རེར་མགྱོགས་ཚད་སྤྱི་ལེ80བསྐྱོད་ཆོག།
ཟམ་པ་དང་ཕུག་ལམ་བསྡུར་ཚད་བརྒྱ་ཆ40.9ཡོད།
ཁྱོན་ཕུག་ལམ13དང་ཟམ་པ109།ཞབས་ཞུའི་
ཁུལ4དང་རླངས་འཁོར་འཇོག་ས2ཡོད།འཛུགས་
སྐྲུན་དུས་ཡུན་ལོ4ཡིན་པ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།ལས་གཞི་
དེས་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་སྐྱོང་ལག་རྩལ་གསར་གཏོད་བེད་

སྤྱོད་བྱས་ཏེ་སྔོ་ཁེབས་སླར་གསོ་དང་།སྲོག་ཆགས་ཀྱི་
འགྲོ་ལམ་བཀོད་སྒྲིག་སོགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་བརྒྱུད་མཐོ་
སྒང་ཁོར་ཡུག་ལ་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་ཚད་ཉུང་དུ་
གཏང་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད།དཀར་མཛེས་ཁུལ་འགྲིམ་
འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ཅུས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་འགན་འཁུར་
བས་བྲག་མགོ་ནས་དར་མདོ་བར་གྱི་མྱུར་ལམ་
འཛུགས་སྐྲུན་བྱས་པ་དེས་སེམས་ཀྱི་ཉི་ཟླའི་ཡུལ་སྐོར་
ལམ་ཐིག་དང་འདྲེས་ཡོད་ལ།ཡུལ་སྐོར་མཉམ་འདྲེས་
དཔེ་སྟོན་ཁུལ་མགྱོགས་མྱུར་འཛུགས་སྐྲུན་བྱ་རྒྱུར་སྐུལ་
འདེད་ནུས་ལྡན་གཏང་རྒྱུ་དང་།དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་ཉི་ཟླ་
ཡུལ་སྐོར་ལམ་ཐིག་གི་སི་ཁྲོད་དང་བོད་ལྗོངས།མཚོ་
སྔོན།ཡུན་ནན་བཅས་འབྲེལ་བའི་ས་ཁོངས་འབྲེལ་
མཐུད་ལམ་ཐིག་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བརྩིས་ནས་ལྷ་སྒང་
རྩྭ་ཐང་དང་། དཔལ་སྨད་གསེག་རི་གླིང་ག།ལུང་
བསྟན་རྩྭ་ཐང་། རྟའུ་བོད་ཁང་།བཞག་ར་ལྷ་རྩེ།
བྲག་མགོའི་ཧོར་རིག་གནས་ལྗོངས་ཁུལ་སོགས་སྦྲེལ་
མཐུད་ཐུབ་རྒྱུ་རེད་ཅེས་བཤད་པ་རེད།།

བྲག་མགོ་ནས་དར་མདོ་བར་གྱི་མྱུར་ལམ་ལས་འགོ་བཙུགས།

སྤྱི་ཟླ9ཚེས17ཉིན།འབའ་རྫོང་མི་ཤུགས་
ཐོན་ཁུངས་དང་སྤྱི་ཚོགས་འགན་སྲུང་ཅུས་དང་ཧྲོང་
ལིའུ་ཆུས་མི་ཤུགས་ཐོན་ཁུངས་དང་སྤྱི་ཚོགས་འགན་
སྲུང་ཅུས་ཀྱིས་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་གཙོ་གཉེར་བྱས་
པའི2025ལོའི“འབའ་ཐང་དང་ཧྲོང་ལིའུ་སེམས་
མཐུན་ལས་ཞུགས་རོགས་རམ”ཞེས་པའི་གདན་
ཞུའི་ཚོགས་འདུ་འབའ་ཐང་རྫོང་ཀྲུང་ཧྲན་ཐང་ཆེན་
དུ་འཚོགས་ཤིང་།ས་གནས་གཉིས་ཀྱི་མཉམ་ལས་
སྔར་བས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་ལས་ཞུགས་
རོགས་རམ་བྱས་ནས་ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་གཅིག་མཐུན་
འདུས་གྲུབ་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ།མང་

ཚོགས་ཀྱི་ལས་ཞུགས་ཐབས་ལམ་རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་བ།
ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་ཡོང་བ་བཅས་ལ་རོགས་རམ་
བཅས་བྱས་པ་རེད།
བྱེད་སྒོའི་ཡུལ་དངོས་སུ་མི་ཚོགས་ཀྱིས་ཁེངས་
ཤིང་།ཁྲེང་ཏུའུ་ཧྲོང་ལིའུ་དང་ཀྲེ་ཅང་།དཀར་
མཛེས་ཁུལ་སོགས་ནས་ཡོང་བའི་སྤུས་ལེགས་ཁེ་ལས
42དེའི་ནང་ཞུགས་ཡོད།ས་ཁུལ་མི་འདྲ་བའི་ཁེ་ལས་
མཉམ་དུ་འཛོམས་ནས་བཟོ་སྐྲུན་ལས་རིགས་དང་དེང་
རབས་ཞབས་ཞུ་ལས་རིགས།ཟོང་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན།
གློག་འཕྲིན་འཕྲིན་གཏོང་སོགས་ཁྱབ་ཁོངས་མང་པོའི་
ལས་ཞུགས་ལས་གནས1000ལྷག་མཁོ་འདོན་བྱས་

ཡོད་པ་དང་།གླ་ཕོགས་སྒོར4000ནས13000བར་
ཡོད་པ་རེད།
བསྡོམས་རྩིས་བྱས་པར་གཞིགས་ན།ཐེངས་
འདིའི་བྱེད་སྒོར་ཁྱོན་མི་གྲངས400ལྷག་ལས་ཀ་
འཚོལ་བར་ཞུགས་ཡོད་པ་རེད།རྗེས་མར་ཧྲོང་
ལིའུ་དང་འབའ་ཐང་ས་གནས་གཉིས་ཀྱི་མི་ཤུགས་
དང་སྤྱི་ཚོགས་འགན་སྲུང་སྡེ་ཚན་གྱིས་མུ་མཐུད་
དེ་མཉམ་ལས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་བཏང་ནས་ངལ་ནུས་
འབྲེལ་མཐུད་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་དུ་འགྱུར་བར་སྐུལ་
འདེད་གཏང་རྒྱུ་རེད།།
（ ལེ་ཚན་འདི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བསྒྱུར།）

སྤྱི་ཟླ9ཚེས12ཉིན།སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་ཡུལ་སྡེ་
རིག་གནས་དར་རྒྱས་ངོ་མཚར་འཁྲབ་སྟོན་འགྲན་སྡུར་
སྐབས་ལྔ་པའི་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ལི་ཐང་འགྲན་ཁུལ་གྱི་
བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།ད་ཐེངས་
ཀྱི་འགྲན་སྡུར་བྱེད་སྒོར་ཡུལ་སྡེ་རྒྱབ་ལྗོངས་ཆེན་པོ་
དང་རིག་གནས་གཙོ་དོན་བྱེད་པ་དང་མང་ཚོགས་
གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་ཡུལ་བབ་རིག་གནས་དར་སྤེལ་
གཏོང་བ་དང་ཡུལ་སྡེའི་ཉམས་འགྱུར་མངོན་པར་
བྱེད་པ།གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་
ལག་རྩལ་བརྒྱུད་འཛིན་དང་།དམངས་སྲོལ་གཏམ་
རྒྱུད་སྔོག་འདོན་བྱས་པ་བརྒྱུད་ཡུལ་སྡེའི་བསམ་པའི་
དཔལ་ཡོན་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་རྒྱུན་མཐུད་ངང་ཤུགས་
བསྣན་པ་རེད།
ལི་ཐང་རྫོང་གི་ཡུལ་ཤོག་དང་གྲོང་རྡལ22
ནས་ཡོང་བའི་འཐུས་མི་རུ་ཁག་གིས་ཕུལ་དུ་བྱུང་
བའི་གླུ་གར་སྒྱུ་རྩལ་གར་སྟེགས་ཐོག་ནས་འཁྲབ་
སྟོན་ངོ་མཚར་བ་བྱས་ཤིང་།འཁྲབ་སྟོན་ཧྲིལ་པོར་
ལི་ཐང་རྫོང་གི་ཡུལ་སྡེ་རིག་གནས་དར་རྒྱས་ཀྱི་

གྲུབ་འབྲས་དང་། ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་རིག་གནས་
ཡུལ་སྐོར་གྱི་ཐོན་ཁུངས།གཟུགས་མེད་རིག་
གནས་ཤུལ་བཞག་གི་ལག་རྩལ།ཤེས་དཔལ་ལྡན་
པའི་ཡུལ་སྡེའི་ཉམས་འགྱུར་བཅས་ཁྱོན་ཡོངས་
ནས་མངོན་པ་རེད།

ད་ཐེངས་ཀྱི་འགྲན་སྡུར་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་
གསོལ་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད།ལི་ཐང་
རྫོང་གི་ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་རང་འགུལ་ངང་
ཡུལ་སྡེ་དར་རྒྱས་ནང་ཞུགས་པའི་ལག་ལེན་ཞིག་
ཀྱང་ཡིན་པའོ།།

ནོར་འཁྲུལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་དང་པོ།
སེམས་ཁམས་ནད་རིགས་ནི་ནད་
རིགས་ཤིག་མིན་པར་འདོད་པ།
མི་མང་པོ་ཞིག་གིས།སེམས་ཁམས་
ལ་དགའ་སྡུག་ཡོད་པ་ནི་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་གནས་
ཚུལ་ཞིག་ཡིན་པས།རང་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལ་
ཚོད་འཛིན་བྱེད་ཤེས་དགོས་པར་འདོད་
ཀྱིན་ཡོད།དོན་གྱིས་ངོས་བཟུང་ཟིན་པའི་
སེམས་ཁམས་གནད་དོན་དེ་ནི་ནད་རིགས་
ཤིག་ཡིན་ལ།སེམས་ཁམས་དང་ལུས་
ཁམས་གཉིས་ཀར་འབྲེལ་ཞིང་།ཆེད་ལས་
ཀྱི་གསོ་བཅོས་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་མཁོ་བ་རེད།
ནད་རྟགས་གསལ་པོ་མེད་ན་ལུས་པོར་
གནོད་འཚེ་མེད་པར་འདོད་མི་རུང་།ལན་
རེར་དེས་ཐེབས་པའི་གནོད་འཚེ་དང་སྡུག་
བསྔལ་ནི་ལུས་པོའི་ན་ཟུག་ལས་ཀྱང་བཟོད་
དཀའ།

ནོར་འཁྲུལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་གཉིས་པ།
སེམས་ཁམས་ཀྱི་གནད་དོན་ནི་
མཐོང་དཀོན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད་པ།
བརྟག་དཔྱད་ཆེ་གྲས་ཤིག་གི་མཇུག་
འབྲས་ལས་མངོན་པ་ལྟར་ན།ཀྲུང་གོའི་མི་
དར་མར་སེམས་ཁམས་ཀྱི་གནད་དོན་གང་
རུང་ཞིག་གི་གནོད་འཚེ་ཐེབས་ཀྱིན་པའི་
ཚད16.57%ཡིན་ལ།དེ་ནི་དཔེར་བླངས་
ན། ཁྱེད་ཉིད་མི་གྲངས་བརྒྱ་ལྷག་ཡོད་པའི་
ལས་ཁུངས་ཤིག་ཏུ་མི་ཚེ་གང་པོར་ལས་
གཉེར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ན།ཁྱོད་རང་ཕལ་
ཆེར་སེམས་ཁམས་གནད་དོན་གྱི་གནོད་
འཚེ་མྱོང་བཞིན་པའི་ལས་གྲོགས16ལྷག་
དང་འཕྲད་སྲིད་ལ།བསྡུར་གྲངས་དེ་ནི་ཧ་
ཅང་མཐོ་བ་རེད།དེ་བས་སེམས་ཁམས་ཀྱི་
གནད་དོན་ནི་རང་ཉིད་དང་ཧ་ཅང་ཐག་
རིང་བར་འདོད་མི་རུང་བ་དང་།སེམས་
ཁམས་གནད་དོན་དེ་དམིགས་བསལ་ཞིག་
ཏུའང་སེམས་མི་རུང་།ཁྱོད་ཀྱིས་ཚོར་མེད་
པ་དང་ཁོ་ཚོས་བཤད་མི་འདོད་པ་ཙམ་ལས་
དོན་དངོས་སུ་སེམས་ཁམས་གནད་དོན་
གྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་ཉེ་འགྲམ་གྱི་མི་ལ་ངན་ཤུགས་
ཐེབས་ཀྱིན་ཡོད་པར་མ་ཟད།ཁྱོད་རང་
ཉིད་ལའང་ངན་ཤུགས་ཐེབས་ཀྱིན་ཡོད།
ནོར་འཁྲུལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་གསུམ་པ།
བྱ་སྤྱོད་མི་ལེགས་པའི་ཁ་གཡར་ས་
ཡིན་པར་འདོད་པ།
སེམས་ཁམས་བདེ་ཐང་མ་ཡོང་ན་
བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་བྱ་སྤྱོད་མི་
ལེགས་པ་སྣ་ཚོགས་སྟོན་པ་དང་ནོར་འཁྲུལ་
གྱི་གདམ་གསེས་བྱེད་ལ།ཡང་ན་ཉེ་འགྲམ་
གྱི་མི་དང་འབྲེལ་འདྲིས་ལེགས་པོ་བྱེད་མི་
ཐུབ་པར། གཞན་ལ“མི་དེའི་རང་གཤིས་
ལ་མ་གཞི་ནས་གནད་དོན་ཡོད་པའི”ཚོར་
སྣང་སྟེར་མོད།དེ་འདྲའི་བྱ་སྤྱོད་ཕལ་ཆེ་བ་
ནི་ནད་རིགས་ཀྱིས་བསླངས་པ་རེད།སྨྱོ་
ནད་རིག་པའི་ཆེད་མཁས་པས་བལྟས་ན།
ནད་པ་མང་ཤས་ཀྱིས་སེམས་ཁམས་ཀྱི་
གནད་དོན་དེ་བྱ་སྤྱོད་མི་ལེགས་པའི་འགན་
འཁྲི་ལ་གཡོལ་བའི་བྱེད་ཐབས་སུ་མི་སྤྱོད་
པས། བྱ་སྤྱོད་དེ་དག་གི་འབྱུང་རྩ་ནི་ནད་
གཞི་ཡིན་པ་ལས་མི་མིན་པ་ཤེས་ཐུབ།
ནོར་འཁྲུལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་བཞི་པ།
སེམས་ཁམས་ནད་པ་ནི་ཉེན་ཁ་ཞིག་
ཏུ་སེམས་པ།
སྨྱན་བྱད་སྟེང་སེམས་ཁམས་ནད་
པས་ཉེས་པ་བསགས་པའི་གྱོད་དོན་མང་པོ་
བསྒྲགས་ཡོད་པས།མི་རྣམས་ལ་སེམས་
ཁམས་ཀྱི་ནད་པ་ནི་སྨྱོན་པ་ཡིན་པའི་སྣང་བ་
བྱིན་ཡོད།ཡིན་ནའང་བརྟག་དཔྱད་བྱས་
པ་ལྟར་ན། དྲག་ཤུགས་ཉེས་བསགས་ལས

5%ནི་ད་གཟོད་སེམས་ཁམས་ནད་པས་
བཟོས་པ་ཡིན་ལ།དོན་དངོས་སུ་སེམས་
ཁམས་ནད་པ་ནི་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་དྲག་ཤུགས་
ཐེབས་ཡུལ་དང་བརྙས་བཅོས་བྱ་ཡུལ་དུ་
གྱུར་ཡོད།
ནོར་འཁྲུལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་ལྔ་པ།
སེམས་ཁམས་སྟེང་གི་ནད་ནི་གསོ་
བཅོས་བྱེད་ཐབས་མེད་པར་འདོད་པ།
སེམས་ཁམས་སྟེང་གི་ནད་ལ་སྤྱིར་
བཏང་གིས་གསོ་བཅོས་ཀྱི་དུས་ཡུན་རིང་པོ་
ཞིག་དགོས་མོད།འོན་ཀྱང་བཅོས་ཐབས་
མེད་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན།རྒྱུན་མཐོང་
གི་ནད་རྟགས་ལ་ཡི་མུག་པ་དང་སེམས་
འཚུབ་པ་སོགས་ཡོད་ལ།སྔ་མོ་ནས་ཤེས་ཏེ་
ཚད་ལྡན་གྱི་གསོ་བཅོས་བྱས་ན།90%
ཡན་དྲག་སྐྱེད་འབྱུང་ཐུབ།ད་ལྟ་གསོ་
བཅོས་བྱེད་ཐབས་མང་ཞིང་སྲིད་ཇུས་ཀྱི་
རྒྱབ་སྐྱོར་མང་པོ་ཐོབ་ཡོད་པས།གསོ་
བཅོས་ཀྱི་ནུས་པ་ལྷག་ཏུ་བཟང་ངོ་།།
ནོར་འཁྲུལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་དྲུག་པ།
སེམས་ཁམས་སྟེང་ནད་ཡོད་ན་བྱ་བ་
སྒྲུབ་ནུས་མེད་པར་འདོད་པ།
ནད་གཞི་འཕེལ་བའི་སྐབས་སུ།
ནད་པའི་སེམས་ཁམས་ལ་གནོད་འཚེ་
ཐེབས་པ་དང་ལུས་པོ་ཉམ་ཐག་པའི་དབང་
གིས།བྱ་བ་བསྒྲུབ་པར་གནོད་འཚེ་ངེས་
ཅན་ཐེབས་མོད།འོན་ཀྱང་ནད་གཞི་
འགྲིབ་པའི་སྐབས་སུ།བྱ་བ་བསྒྲུབ་པའི་
ནུས་པ་སླར་གསོ་བྱུང་སྟེ་སྔོན་ཆད་དང་
གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པས་བྱ་བའི་སྟེང་གྲུབ་
འབྲས་མང་པོ་ལེན་ཐུབ།
ནོར་འཁྲུལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་བདུན་པ།
དུས་ཡུན་རིང་པོར་སེམས་མི་སྐྱིད་པ་
ནི་ཡི་མུག་ནད་ཡིན་པར་འདོད་པ།
སེམས་མི་སྐྱིད་པ་ནི་ཡི་མུག་ནད་ཀྱི་
ནད་རྟགས་གཙོ་བོ་ཡིན་མོད།འོན་ཀྱང་ཡི་
མུག་ནད་ཀྱི་ནད་རྟགས་ལ་སེམས་མི་སྐྱིད་པ་
ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར།ནད་ཐོག་ལག་ལེན་སྟེང་
ནད་པ་དེ་རིགས་ལ་རང་རྨས་དང་རང་སྲོག་
གཅོད་འདོད་ཀྱི་སེམས་ཁམས་འབྱུང་ཞིང་།
ལུས་པོར་ཤུགས་མེད་པ་དང་རྒྱུ་མཚན་གང་
ཡང་མེད་པར་ངུ་བ་སོགས་ཀྱི་ནད་རྟགས་སྣ་
ཚོགས་འབྱུང་ཞིང་།རང་སྟེང་ནས་དེ་དག་
སྙོམས་སྒྲིག་དང་ཚོད་འཛིན་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་
རེད།སེམས་ཁམས་སྟེང་གི་ནད་རིགས་ནི་
བདེ་ཐང་གི་གནད་དོན་ཚབས་ཆེན་དག་
དང་འདྲ་བར་གསོ་བཅོས་ལེགས་པོ་བྱེད་
དགོས་པའི་ནད་རིགས་ཤིག་གོ།
སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་
བརྗོད་གཞི་ལ་ཚང་མས་ཐུགས་ཁུར་ཆེན་
པོ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ནའང་།ནད་ཐོག་ལག་
ལེན་སྟེང་སེམས་ཁམས་ལ་བརྟག་པ་དང་
གསོ་བཅོས་བྱེད་པའི་ཚད་སྔར་བཞིན་ཧ་
ཅང་དམའ། དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན་གཙོ་བོ་ནི་སྤྱི་
ཚོགས་ཀྱིས་དེ་བཙོག་བསྒྱུར་བྱེད་ཚད་ཧ་
ཅང་མཐོ་བས་རེད།དཔེར་ན་ད་ལྟ་ད་
རུང་མི་མང་ཤས་ཤིག་གིས་ཡི་མུག་ནད་ནི་
སེམས་ཆུང་བའི་རྟགས་ཡིན་པ་
དང་། སེམས་ཁམས་ཀྱི་ནད་རིགས་ནི་སྨྱོ་
ནད་དུ་གཏོགས་པར་འདོད་ཀྱིན་ཡོད།ཨ་
རིའིMSNབདེ་ཐང་དྲ་བས་མི་རྣམས་ཀྱིས་
སེམས་ཁམས་གནད་དོན་ལ་བཟུང་བའི་
ནོར་འཁྲུལ་གྱི་ལྟ་སྟངས་ཕྱོགས་བསྡོམས་
བྱས་ཏེ།དེ་ལ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་
ངོས་འཛིན་ལེགས་པོ་བྱ་རྒྱུར་རེ་བ་འདོན་
བཞིན་ཡོད།།
(མཚོ་སྔོན་བོད་ཡིག་གསར་
འགྱུར་ནས་དྲངས།)

སེམས་ཁམས་ཡུན་རིང་པོར་མི་སྐྱིད་པ་ནི་ཡི་མུག་ནད་བྱུང་བས་ཡིན་ནམ།

རྒྱུན་མཁོའི་ཤེས་བྱ།

ལི་ཐང་རྫོང་གིས་ཡུལ་སྡེ་རིག་གནས་དར་རྒྱས་འཁྲབ་སྟོན་འགྲན་སྡུར་སྤེལ།

འབའ་ཐང་རྫོང་དུ་ལས་ཞུགས་རོགས་རམ་གྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ།

འཁྲབ་སྟོན་འགྲན་སྡུར་གྱི་ཡུལ་དངོས།

བྲག་མགོ་ནས་དར་མདོ་བར་གྱི་མྱུར་ལམ་ལས་འགོ་འཛུགས་པའི་མཛད་སྒོ་སྤེལ་བཞིན་པ།