༢ ཕྱོཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། ཀུན་དགའ་བསམ་གཏན། ཁ་པར། 15183621818 རྩོམ་སྒྲིག་པ། སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ། ཡིག་སྒྲོམ། 2714574645@qq.com 2026ལོའི་ཟླ་བ4པའི་ཚེས 15ཉིན།

ཉེ་ཆར་ལི་ཐང་རྫོང་གིས་རྫོང་གྲོང་གི་གཞན་ཡུལ་
གནས་སྤོའི་གཅིག་སྡུད་བཀོད་སྒྲིག་བྱ་ཡུལ་དུ“གསོ་
སྦྱོང་མཇུག་འགྲིལ་དང་ལས་གནས་སྒོ་འགྲམ་དུ་སྐྱེལ་
བའི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ།
སློབ་མ་རིག་འཛིན་མཚོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཟོས་
མ་ཐག་པའི་ཚལ་ལ་ལྟ་ཞོར་ངས་རྒྱུན་ཚལ་ལས་ཤེས་པ་
ལས་ཉ་དམར་བསྲེས་དང་བྱ་ཤ་ཁ་ཚ་སོགས་བཟོ་ཤེས་
པ་ནི་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་བཤད།
མོ་ནི་ད་ཐེངས་ཀྱི་ཀྲུང་ལུགས་གཡོས་སྦྱོར་གསོ་
སྦྱོང་འཛིན་གྲྭའི་སློབ་མ152ཀྱི་གྲས་ཤིག་ཡིན་
ཞིང་།ཉིན10ཡི་གོང་རྒྱུན་ཚལ་ལས་ཤེས་པ་ཙམ་ལས་
ཟ་མ་གཞན་གང་ཡང་ལས་མི་ཤེས་ཤིང་།དགེ་རྒན་གྱི་
མཛུབ་ཁྲིད་འོག་མོས་གོ་རིམ་ལྡན་པའི་སྒོས་ཁྲོན་ཚལ་
ལག་རྩལ་དང་། མེ་ཚད་ཚོད་འཛིན།བྲོ་བཟོའི་ལག་
རྩལ། ཐ་ན་གསོལ་སྟོན་ཇུས་འགོད་བཅས་ཡག་པོ་
སྦྱངས་པ་རེད།
སློབ་མཇུག་བསྒྲིལ་བའི་དངོས་སྦྱོང་བྱ་ཡུལ་དུ་
མོས་བཟོས་པའི་ཉ་དམར་བསྲེས་སོགས་ཟ་མར་
དགེ་རྒན་གྱིས་ཀྱང་བསྟོད་བསྔགས་ཀྱི་མཐེ་བོང་
བསྒྲེངས།རིག་འཛིན་མཚོས་ངས་ཕྱིར་ལོག་རྗེས་
ཡུལ་ཤོག་ཏུ་ཟ་ཁང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་བཙུགས་ནས་
ཡུལ་མི་ཚོར་སྒོ་ཁ་ནས་ཟ་མ་ཞིམ་པོ་ཟ་ཐུབ་པར་བྱ་
རྩིས་ཡོད་ཅེས་བཤད།
མོ་དང་འཛིན་གྲྭ་གཅིག་པའི་སློབ་མ151གིས
“ཟ་མ་བཟོ་ཤེས་པ”ནས“གཡོས་སྦྱོར་ཤེས་པའི”བར་
འགྱུར་ལྡོག་བྱུང་ཡོད།ཁོ་ཚོས་ཚལ་རིགས་ལེགས་པོའི་
བཟོ་སྟངས་ཤེས་པར་མ་ཟད།དེ་བས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་
ནི་ཚོང་ཁང་གཉེར་ཆོག་པ་དང་ལས་ཞུགས་ཐུབ་པའི་
འཇོན་ཐང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་དེ་རེད།
ཞིང་ལས་ལག་རྩལ་པའི་གསོ་སྦྱོང་འཛིན་གྲྭའི་

སློབ་ཁང་དེ་ཇོ་བོ་གྲོང་རྡལ་གྱི་ཞིང་ཁར་བཙུགས་ཏེ།
སློབ་མ50ཡིས་ཞིང་ལས་ལག་རྩལ་ཆེད་རམས་པའི་
མཐའ་བསྐོར་ནས་ཉན་ཞོར་དུ་སྐད་ཆ་དྲིས་པ་དང་།
ནད་འབུའི་གནོད་འཚེ་འགོག་ཟོན་དང་ཆུ་གྲོན་ཆུང་
ངང་ཞིང་ཆུ་འདྲེན་པའི་ཤེས་བྱ་སོགས་རེ་རེ་ནས་ཁ་
པར་ནང་ཟིན་ཐོ་འགོད་བཞིན་འདུག།
སློབ་མ་ཚེ་རིང་ཆོས་སྐྱིད་ཀྱིས་སྔོན་མར་སྔོ་ཚལ་
འདེབས་སྐབས་ཉམས་མྱོང་ལ་བརྟེན་པ་དང་ཐོན་ཚད་
ཡག་པོ་ཡོད་མེད་གནམ་སྔོན་པོའི་བསྐོ་བཞག་ལ་རག་
ལས་ཡོད།དེང་སང་དགེ་རྒན་ལ་བརྟེན་ནས་ཚན་རིག་
དང་མཐུན་པའི་འདེབས་འཛུགས་བྱེད་ཐབས་སྦྱངས་
རྗེས་གཞི་ནས་ལུད་རྒྱག་པ་དང་ཆུ་ཁྲིད་པ་སོགས་ཤེས་
བྱ་མང་པོ་ཞིག་ཤེས་སོང་ཞེས་བཤད།
“ཞིང་ཁའི་སློབ་ཚན”དེ་རིགས་ལས་ཞིང་འབྲོག་
མང་ཚོགས་ཀྱིས་དེང་རབས་ཞིང་ལས་ལག་རྩལ་ཁོང་དུ་
ཆུད་པར་མ་ཟད། ས་ཞིང་འདེབས་རྨོད་དེའང་ལག་
རྩལ་ལས་ཀ་ཞིག་ཡིན་པར་དེ་བས་ཤེས་རྟོགས་ཟབ་མོ་
ཐེབས་ཡོད།
སློབ་མ48ཡོད་པའི་འཚེམ་བཟོ་གསོ་སྦྱོང་
འཛིན་གྲྭས་ཁྱིམ་ཚང་ལ་ལྟ་རྟོག་བྱེད་དགོས་པ་དང་
ཕྱི་རུ་ལས་ཀར་འགྲོ་མི་ཐུབ་པའི་ངལ་རྩོལ་ནུས་
ཤུགས་དེ་དག་གི་དགོས་མཁོ་སྐོང་བཞིན་ཡོད་པ་སྟེ།
འཚེམ་བཟོའི་རྨང་གཞི་གཏན་ནས་མེད་པ་དག་
གིས་དུས་ཡུན་ཉིན10ཡི་རིང་ལ་བོད་བཟོའི་བྱིས་
པའི་སྟོད་གོས་དང་སྲོལ་རྒྱུན་བོད་ཆས་སོགས་
འཚེམ་ཤེས་པར་བྱུང་ཡོད།
སློབ་མ་བཀྲ་ཤིས་ལྷ་སྒྲོན་གྱིས“འཚེམ་བཟོ་ཤེས་
པ་དང་ཁྱིམ་དུ་རྒྱུ་ཆ་ལས་སྣོན་གྱི་ལས་ཀ་བྱས་ཚེ་རྒན་
རྒོན་དང་ཕྲུ་གུར་ལྟ་རྟོག་བྱེད་ཐུབ་པར་མ་ཟད།ཡོང་
འབབ་ཀྱང་འཕར་ཐུབ”ཅེས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཟོས་པའི་

བོད་ལྭ་ལེགས་སྒྲིག་བྱེད་ཞོར་དེ་ལྟར་བཤད།
གསོ་སྦྱོང་མཇུག་སྒྲིལ་ཡང་དེ་ནི་ལས་ཞུགས་
ཀྱི་འགོ་འཛུགས་པ་ཡིན་ཞིང་།ལི་ཐང་རྫོང་མི་
ཤུགས་ཐོན་ཁུངས་དང་སྤྱི་ཚོགས་འགན་སྲུང་ཅུས་
ཀྱིས་ད་ཐེངས་ཀྱི་གསོ་སྦྱོང་གོ་སྐབས་སུ་བྱས་ནས
“གསོ་སྦྱོང་མཇུག་འགྲིལ་རྗེས་ལས་གནས་སུ་སྐྱེལ་བ་
དང་ལས་ཞུགས་རོགས་སྐྱོར་གྲོང་སྡེར་སྤེལ་
བའི”གདན་ཞུའི་བྱེད་སྒོ་དུས་གཅིག་ཏུ་སྤེལ་
ཡོད།ཡུལ་དངོས་སུ་ཀྲེ་ཅང་ཞིང་ཆེན་ཧང་ཀྲོའུ་
གྲོང་ཁྱེར་ཆན་ཐང་ཆུས་དང་།ཁྲེང་ཏུའུ་གྲོང་ཁྱེར་
ཤིན་ཏུའུ་ཆུས།ཅིན་ཐང་རྫོང་བཅས་དང་དེ་
བཞིན་རྫོང་ཕྱི་ནང་གི་མི་སྤྱོད་སྡེ་ཚན23གྱིས་མ་
བྱན་དང་། ཟ་ཁང་གི་ཞབས་ཞུ་བ།ཁ་ལག་སྐྱེལ་
མཁན། ཁྱིམ་ལས་ཞབས་ཞུ་བ་སོགས་ལས་གནས
350བསྐོ་གཞག་བྱས་ཡོད།
ལི་ཐང་རྫོང་མི་ཤུགས་ཐོན་ཁུངས་དང་སྤྱི་ཚོགས་
འགན་སྲུང་གི་འབྲེལ་ཡོད་འགན་འཁུར་བས་ཕྱིན་ཆད་
ལས་ཞུགས་འདོད་མོས་ཡོད་པའི་སློབ་མར་རྗེས་འདེད་
འཚམས་འདྲི་བྱས་ནས་གནས་སྐབས་ལས་ཞུགས་མེད་
པའི་སློབ་མའི་དགོས་མཁོ་རྒྱུན་མཐུད་ངང་འཚོལ་ཞིབ་
བྱ་རྒྱུ་དང་། གནད་ལ་འཁེལ་བའི་སྒོ་ནས་ལས་གནས་
འདོན་སྤྲོད་བྱ་རྒྱུ་དང་དུས་མཚུངས་སུ་ཡུལ་ཤོག（གྲོང་
རྡལ）ཁག་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱིས་རྩལ་ནུས་གསོ་སྦྱོང་
དང་ལས་གནས་སྦྲེལ་མཐུད་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་མུ་མཐུད་སྤེལ་ཏེ་
ས་གནས་དེ་གའི་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་
མང་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་
ནས་རྩལ་ནུས་གསོ་སྦྱོང་དང་ལས་ཞུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་
གཅིག་མཚུངས་ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་གཏང་རྒྱུ་ཡིན་
ཞེས་བཤད་པ་རེད།།
（ ཀུན་དགས་བསྒྱུར། ）

ཉེ་ཆར།འབའ་ཐང་རྫོང་འབའ་གཞས་སློབ་
ཆུང་གིས་ཀུན་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྣ་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་
པ་དང་དུས་རབས་ཀྱི་མི་གསར་པ་གསོ་སྐྱོང་གཙོ་དོན་
དུ་བྱས་པའི་གཅེས་སེམས་འོས་འཚོང་བྱེད་སྒོ་ཞིག་སྤེལ་
བ་རེད།སློབ་གྲྭ་ཡོངས་ཀྱི་ལོ་རིམ་ཁག་གིས་གཙོ་དོན་
ལ་དམ་པོར་དམིགས་ནས་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་པའི་ཚོང་
བཤམས་ས་ཞིབ་ཚགས་བཟོས་ཤིང་།འབའ་གཞས་
རིག་གནས་དང་གཅེས་སེམས་སྤྱི་ཕན་མཉམ་འདྲེས་
བྱས་ཏེ་ཕྲུ་གུ་ཚོར་ལག་ལེན་གྱི་མྱོང་རོལ་ཁྲོད་ལོངས་
སྤྱོད་དང་གཏོང་ཕོད་ཀྱི་སྤྲོ་སྣང་རོལ་དུ་བཅུག་པ་རེད།
ཐེངས་འདིའི་གཅེས་སེམས་འོས་འཚོང་བྱེད་

སྒོར་ལོ་རིམ་ཚན་པ་བགོས་ནས་སོ་སོའི་བཟང་ཆ་
འགྲེམས་སྟོན་བྱས་སུ་བཅུག་སྟེ།བྱིས་པའི་རྩེད་ཆས་
ཁང་དང་དཔེ་ཀློག་གིས་བྱིས་སེམས་གསོ་བ།མཐོ་སྒང་
ཟས་རིགས་ཚོང་ཁང་ཆུང་ངུ་།འབའ་གཞས་རིག་
གནས་གསར་གཏོད་ཁང་།བོད་ཟས་ཁང་།གསར་
གཏོད་ལག་ཤེས་བཟོ་ཁང་ཆུང་ངུ་སོགས་གསར་གཏོད་
ཀྱི་གཙོ་དོན་མང་པོར་ཕྱེ་ཡོད་པ་རེད། དགེ་རྒན་ཚོ་
ཡང་བྱེད་སྒོའི་ཁྲོད་ཞུགས་ནས་བརྩེ་སེམས་ཟབ་མོས་
རོགས་རམ་བྱས་ཏེ་སློབ་མ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་གཏོང་ཕོད་
ཀྱི་སྤྲོ་སྣང་མྱོང་རོལ་བྱས།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།ཐེངས་

འདིའི་གཅེས་སེམས་འོས་འཚོང་བྱེད་སྒོ་ལས་ཐོབ་བའི་
ཡོང་འབབ་ཚང་མ་སློབ་གྲྭའི་གཅེས་སེམས་ཐེབས་རྩའི་
ནང་བཅུག་ནས་སློབ་གྲྭའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་སློབ་
མར་རོགས་སྐྱོར་དང་།སློབ་གྲྭའི་སྤྱི་ཕན་ལས་གཞི་སྤེལ་
རྒྱུར་ཆེད་དུ་སྤྱད་རྒྱུ་རེད།བྱེད་སྒོ་དེས་ཕྲུ་གུ་ཚོའི་
འབྲེལ་གཏུག་ནུས་པ་དང་ལག་ལེན་ནུས་པ་སྦྱོང་བརྡར་
བྱེད་པའི་སྟེགས་བུ་ཞིག་བཏོད་པར་མ་ཟད།ཁོ་ཚོས་
རང་ཉིད་ཀྱི་མྱོང་རོལ་ཁྲོད་གཏོང་ཕོད་དང་མཛའ་
བརྩེའི་སྤྱོད་བཟང་སྔར་བས་བསྐྱངས་ནས་གསོན་
ཉམས་ལྡན་པའི་ཀུན་སྤྱོད་སློབ་གསོའི་ལག་ལེན་ཞིག་
བསྟར་བ་རེད།། （ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བསྒྱུར།）

སྤྱི་ཟླ4པའི་ཚེས5ཉིན།མཐོ་སྒང་གི་
ཕུགས་འདུན་བསྐྲུན།། ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་
འོངས་བཏོད་ཅེས་པའི་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་
ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་ཕུལ་བྱུང་གི་ཚན་རྩལ་ཁྱབ་
གདལ་སྦྱོང་བརྡར་སྒར་སི་ཁྲོན་མི་རིགས་སློབ་
གླིང་དུ་གྲོལ་བ་རེད།དར་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་གུར་
དྲག་ཡུག་སྦྲེལ་ཞག་སྡོད་ལམ་ལུགས་སློབ་ཆུང་
སོགས་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་གཞོན་ནུ་ལོ་ཆུང་སུམ་
ཅུ་ལྷག་གིས་དུས་ཐུང་ཉིན་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ།
ཚན་རྩལ་གྱི་རྨང་གཞི་མེད་པ་ནས་ལད་མོའི་
འགྲན་སྡུར་བར་མཆོང་སྐྱོད་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་
ཡོད།སི་ཁྲོན་མི་རིགས་སློབ་གླིང་གི་རིག་ནུས་
ཚན་རྩལ་སློབ་གླིང་དང་མིས་བཟོས་རིག་ནུས་
ཚན་རྩལ་ཁྱབ་གདལ་རྟེན་གཞི་སོགས་ཀྱི་སྡེ་
ཁག་གིས་སྒྲིག་འཛུགས་བྱས་པའི་གཅིག་
བསྡུས་སྦྱོང་བརྡར་དེས་མཐོ་སྒང་གི་བུ་ཕྲུག་ལ་
འཕྲུལ་མི་འགྲན་སྡུར་གྱི་སྒོ་མོ་ཕྱེ་བར་མ་ཟད།
རང་ཁུལ་གྱིས་ཚན་རྩལ་གསར་གཏོད་ཤེས་
ལྡན་མི་སྣ་རྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་གསོ་སྐྱོང་
བྱེད་པའི་ཐད་ངོ་བོའི་རང་བཞིན་གྱི་གོམ་
སྟབས་ཤིག་སྤོས་པ་ཡང་མཚོན་ཡོད་པ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།ད་
ཐེངས་སྦྱོང་བརྡར་སྒར་གྱིས་འཛམ་གླིང་
འཕྲུལ་མིའི་འགྲན་སྡུར་ཆེན་མོའི《གཟའ་སྐར་
བར་གྱི་ལམ་ནོར།》ལས་གཞི་ལ་དམིགས་
ནས "སྒྲིག་སྲོལ་འགྲེལ་བཤད་དང་།ལས་
གཞི་དབྱེ་བརྒལ།ཕྱོགས་བསྡུས་དངོས་
འཐབ། ལད་མོའི་འགྲན་སྡུར"གྱི་རིམ་སྤོར་
བྱེད་སྟངས་སྤྱད་པ་རེད།སློབ་མ་ཚོས་ཆེས་
རྨང་གཞིའི་རི་མོ་ཅན་གྱི་བྱ་རིམ་བསྒྲིགས་པ་
ནས་འགོ་བརྩམས་ཏེ་ལས་གཞི་ཅན་གྱི་སློབ་
སྦྱོང་ཁྲོད་རིམ་བཞིན་འཕྲུལ་མིའི་འཛུགས་
སྐྲུན་དང་། ཚོར་བརྡ་བརྒྱུད་གཏོང་འཕྲུལ་

ཆས་བཀོལ་སྤྱོད་དང་ཐབས་ཇུས་ཇུས་
འགོད་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས།དུས་ཐུང་
ཉིན་གཉིས་ནང་ཆ་རྒྱུས་མེད་པ་ནས་བཀོལ་
སྤྱོད་བྱང་ཆུབ་པར་གྱུར་ཡོད།དར་མདོ་
གྲོང་ཁྱེར་གུར་དྲག་ཡུག་སྦྲེལ་ཞག་སྡོད་ལམ་
ལུགས་སློབ་ཆུང་གི་ལོ་རིམ་ལྔ་པའི་སློབ་མ་
ལི་ཀྲི་ཤོན་གྱིས་སྒར་ཁར་འགྲེམ་སྟོན་བྱེད་
སྐབས་བཤད་རྒྱུར། "ང་དུས་རྒྱུན་ཁྱིམ་དུ་
ལག་པས་ཅ་ལག་ཆུང་ཆུང་ཁ་ཤས་བཟོ་རྒྱུར་
དགའ་པོ་ཡོད་ལ།རྩིས་འཕྲུལ་ལའང་ཧ་
ཅང་དགའ་པོ་ཡོད་པས་སློབ་གྲྭས་བྱེད་སྒོ་
འདིའི་བརྡ་ཐོ་བཏང་མ་ཐག་ངས་མིང་ཐོ་
བཀོད་ནས་ཞུགས་པ་ཡིན།སྔོན་ཆད་དྲྭ་
ཐོག་ནས་འཕྲུལ་མིའི་འགྲན་སྡུར་ཧ་ཅང་
རྫིག་པོ་ཡོད་པ་མཐོང་མྱོང་ཡང་དེ་རིང་སློབ་
སྦྱོང་བྱེད་ཐུབ་པར་བརྟེན་ངས་ཚོད་ལྟ་བྱེད་
འདོད་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱིས་
སུ་འགྲན་སྡུར་ཁྲོད་བྱ་དགའ་ལེན་ཐུབ་རྒྱུའི་
རེ་བ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད"ཅེས་བཤད་པ་རེད།
ལི་ཀྲི་ཤོན་དང་འདྲ་བར་བྱིས་པ་མང་
པོ་ཞིག་གིས་ཚན་རྩལ་སྐོར་གྱི་རྨང་གཞི་མེད་
པ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་མཐར་ལད་མོའི་
འགྲན་སྡུར་ནང་ཚོ་ཆུང་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྐར་
ཆ150ནང་གཏན་འཁེལ་གྱི་ལས་འགན་
ཚང་མ་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་བ་དང་།དཔུང་
ཁག་ཁག་གཅིག་གིས་ད་དུང་རང་འགུལ་
ངང་ལྐོག་གྱུར་གྱི་ལས་འགན་གྱི་ཐབས་ཇུས་
ཇུས་འགོད་ཚོད་ལྟ་བྱས་པ་སོགས་ཀྱིས་སློབ་
མ་ཚོར་རྩལ་ནུས་ཐོབ་པར་མ་ཟད།རྙོག་
འཛིང་ཆེ་བའི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་པའི་
ཡིད་ཆེས་དེ་བས་བརྟན་དུ་ཕྱིན་ཡོད།།
（ ཨོ་རྒྱན་གྱིས་བསྒྱུར།）

༡ དྲག་ཆར་འབབ་དུས་ལག་

འཁྱེར་ཁ་པར་རྩེད་མི་རུང་།ཅི་ཐུབ་སྒོས་
གཞན་གྱིས་བཏང་ཡོང་བའི་ཁ་པར་ལེན་
མི་རུང་ལ་ཕྱིར་ལའང་གཏོང་མི་རུང་།རྒྱུ་
མཚན་ནི་ཐོག་གཡོལ་སྒྲིག་ཆས་ཀྱིས་
འཛུགས་སྐྲུན་སྒྲིག་བཀོད་མ་གཏོགས་སྐུད་
མེད་གནམ་སྐུད་གང་ལའང་འགོག་སྲུང་
བྱེད་མི་ཐུབ་པས།ནམ་ཟླ་དེ་འདྲའི་ཁྲོད་
ཁ་པར་ལས་གླུ་ལ་ཉན་པའི་བྱ་སྤྱོད་དེའང་
ནོར་འཁྲུལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་ཡིན་པ་རེད།
༢ འབྲུག་སྒྲ་གྲགས་ཤིང་གློག་
ཞགས་འཁྱུག་དུས་མགོ་དང་སྐེ་མཇིང་།
ལག་པའི་ཐོག་ཏུ་གྲོག་མ་འགོས་པ་ལྟ་བུའི་
ཚོར་བ་བྱུང་བ་དང་མགོ་སྐྲ་གྱེན་དུ་
གཟེངས་བའི་ཚོར་བ་སོགས་བྱུང་དུས་
ཐོག་གི་སྔ་ལྟས་ཡིན་པས།གང་མགྱོགས་
སྒོས་ཁ་སྦུབ་དུ་སྡོད་དགོས་པར་མ་ཟད་
ལྕགས་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་ཆ་སོགས་ཡོད་ཚད་
ལུས་སྟེང་ནས་འདོར་དགོས་ལ།དེས་
ཐོག་གི་ཉེན་ཁ་ལས་གཡོལ་བར་ནུས་པ་
ངེས་ཅན་ཐོན་ཐུབ།
༣ ཐང་ཡངས་ས་ནས་ཆར་

གདུགས་བཀོལ་མི་རུང་བར་མ་
ཟད། དབྱར་རྩྭ་དགུན་འབུ་བརྐོ་བྱེད་ཀྱི་
འཇོར་ཕྲག་ཏུ་འཁུར་མི་རུང་།
༤ རི་མཐོ་ས་ནས་སྡོད་མི་རུང་
བར་མ་ཟད་ཆུ་ལམ་འདྲེས་མཚམས་དང་
རི་ངོས་གཟར་ས་ནས་ཀྱང་འདུག་མི་རུང་།
༥ རྒྱུག་མི་རུང་བ་དང་ཁ་

གདངས་མི་རུང་བར་གང་མགྱོགས་སྒོས་
ཙོག་པུར་སྡོད་དགོས་ལ།དེར་བསྟུན་
ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་པུས་མོར་བསྡམས་
ནས་སྡོད་དགོས་ལ།མགོ་བོ་ཡང་མར་
སྒུར་ནས་སྡོད་དགོས།རྒྱུ་མཚན་ནི་མགོ་
ལ་མཚོན་ན་ལུས་པོ་ཡོངས་ནས་ཐོག་ཕོག་
སླ་བའི་གནས་ཡིན་པ་རེད།
༦ ཁ་ཕྱེས་ནས་བཞག་ཡོད་པའི་
འབར་སླ་བའི་དངོས་རྫས་ལ་རེག་མི་རུང་།
༧ འཕྲུལ་རྟ་དང་རྟ་ལ་ཞོན་མི་
རུང་། ཡིན་ཡང་རླངས་འཁོར་ལ་མཚོན་
ན་ཐོག་གི་ཉེན་ཁར་གཡོལ་བྱེད་བཟང་
ཤོས་ཡིན་པ་དང་།འགོག་སྲུང་གི་ནུས་པ་
ཡོད་སྟབས་ཐོག་ཕོག་རུང་མི་ལ་གནོད་
སྐྱོན་ཐེབས་མི་སྲིད་པ་རེད།
༨ གཅིག་པུར་ཡོད་པའི་སྡོད་ཁང་
དང་སྡོང་ཆེན་གྱི་འོག་ཏུ་ཆར་གཡོལ་བྱ་མི་
རུང་། ཡིན་ཡང་ཐབས་ཟད་དུས་སྡོང་པོའི་
ཡལ་ག་དང་སྨི་གསུམ་གྱི་བར་ཐག་ཡོད་
དགོས་ལ།དེ་མིན་ཙོག་པུར་སྡོད་དགོས།
༩ ཆུ་ནང་དང་གཙང་འགྲམ་དུ་
སྡོད་མི་རུང་།
༡༠ དྲག་ཆར་འབབ་དུས་རྐང་
རྗེན་དུ་འགྲོ་བ་དང་ཡང་ན་ཆར་བར་
གཡོལ་ཚེ་ཐོག་གི་ཉེན་ཁ་ཐེབས་སྲིད་པས།
རྩེད་མོར་དགའ་བའི་བྱིས་པ་དག་གིས་
གང་མགྱོགས་སྒོས་ལྷམ་གྱོན་པ་དང་།
ཡང་ན་རྐང་མཐིལ་དུ་འགྱིག་རྫས་སོགས་
འཇོག་དགོས།།
（ ཀུན་དགས་བསྡུས། ）

རང་ཁུལ་གྱིས་ཤེས་ལྡན་མི་སྣའི་ཚན་རྩལ་ཁྱབ་གདལ་སྦྱོང་བརྡར་བྱས།

དབྱར་རྩྭ་དགུན་འབུ་རྐོ་དུས་ཀྱི་ཐོག་འགོག་ཤེས་བྱ།

ཐོག་འགོག་ཤེས་བྱ།

ལི་ཐང་རྫོང་གིས་རྩལ་ནུས་དང་ལས་གནས་
སྦྲེལ་བའི་གསོ་སྦྱོང་སྤེལ།

གསོ་སྦྱོང་སློབ་མས་གཡོས་སྦྱོར་སྦྱོང་བཞིན་པ།

འབའ་ཐང་རྫོང་འབའ་གཞས་སློབ་ཆུང་གིས་ཀུན་སྤྱོད་སློབ་གསོ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྣ་གསོ་སྐྱོང་བྱེད།