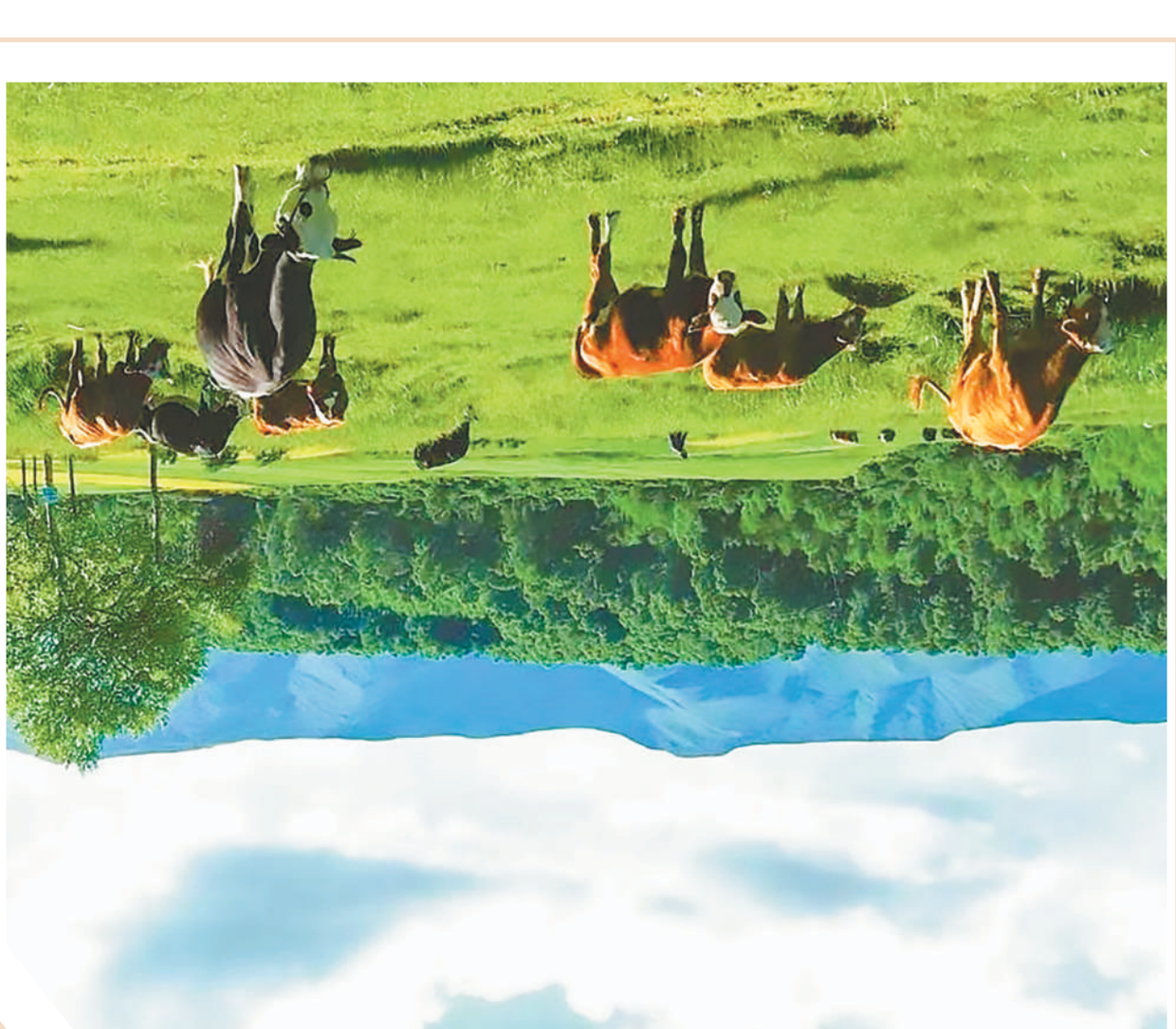

མཛེས་པའི་ལྗོན་ཤིང་ཕྲ་མོ།།
སྐྱེད་པའི་ལང་ཚོ་བཀྲ་འདུག།
ཁམ་ཤིང་མེ་ཏོག་རྒྱས་བཞིན།
ཁམ་བུ་ཁ་ལ་ཞིམ་སོང་།།

དཔྱིད་དཔལ་ག་ལེར་བཞད་ནས།།
ཡུལ་ལུང་མཛེས་པའི་ཞལ་ཁ།།
དེ་རིང་ཁ་སང་བཞད་བཞིན།།
འདྲེན་བྱེད་ལམ་ལ་མངོན་འདུག།

ལྡེམ་པའི་ཁམ་ཤིང་སྡོང་པོར།།
འདབ་མ་མཛེས་སྡུག་བཞད་འདུག།
འདབ་ལོ་རླུང་གིས་སྤུར་ནས།།
འདྲེན་བྱེད་ལམ་ལ་སྡུག་སོང་།།

ཡུལ་གྱི་ཁ་དོག་བརྗེས་ཤིང་།།
ལྗོན་པའི་ལྗང་མདོག་སྔོ་བྱུང་།།
དག་པའི་བསོད་ནམས་ཞིང་དུ།།
མཛེས་སྡུག་རྣམ་པ་སྨིན་སོང་།།

ཁམ་ཤིང་ལམ་ཕྲན་བརྒྱན་སོང་།།
མེ་ཏོག་ཡུལ་དུ་འཐོར་འདུག།
མཛེས་པའི་ལྷ་ལམ་བཞིན་དུ།།
གང་སར་མཛེས་སྡུག་རྒྱས་སོང་།།

ལྗོན་ཤིང་དཔལ་གྱིས་དུད་ལ།།
སེམས་པ་ཡིད་སྤྲོ་གནང་བྱུང་།།
དགའ་སྐྱོ་ཚོར་བའི་འདྲེས་མ།།
ངའི་སྣང་འཇམ་པོ་མྱོས་སོང་།།
༼ སྙན་རྐང་གླིང་།༽

དཔྱིད་ཀྱི་གནམ་གཤིས་དྲོ་གྲང་ངོས་མི་མཉམ།།
སྐབས་རེར་འཁྱག་འདར་ཞིག་ཀྱང་ངང་གིས་རྒྱག།
ཆར་ཕྲན་ཟམ་ཟིམ་ས་ལ་བབས་པའི་རྗེས།།
ཁོ་ར་ཁོར་ཡུག་མཐའ་དག་ཚར་དུ་དངར།།
མཚམས་སྤྲིན་ལྡ་ལྡི་དགུང་སྔོན་དབྱིངས་སུ་འཕུར།།
འདབ་ཆགས་དག་ལ་སྐྱེངས་པ་ངང་གིས་སྟེར།།
ཆགས་ཞེན་འཁྲི་ཤིང་ལོ་མ་རྒྱས་པའི་ཚོགས།།
ས་འཛིན་པང་ནས་སྲེད་པའི་ཆང་གིས་མྱོས།།
དུས་ཚིགས་འདི་ནི་ཅི་འདྲའི་མོག་པ་ལ།།
ལུས་སེམས་རྨུགས་པའི་སྨག་གིས་སྒྲིབ་པར་གྱུར།།
འབྲུག་སྒྲ་དང་བཅས་སྤྲིན་གྱི་མེ་ཏོག་གིས།།
མྱུར་བར་བྱབས་ཁྲུས་ལན་གཅིག་བྱུང་ན་སྙམ།།
རྟོག་ཚོགས་མེ་ལྕེ་འབར་བའི་འཇིག་རྟེན་དུ།།
ཞི་གནས་ལྷུང་ལྷུང་གཙང་པོ་བཞུར་ལགས་ན།།
རྡུལ་མུན་ལྟ་བུའི་སེམས་ཁྲལ་ཁྱོར་བ་གང་།།
བདུད་རྩིའི་རང་བཞིན་རློམ་པར་ཅི་ཞིག་དཀའ།།
བདག་ནི་བསྐྱར་ཟློས་གཤིས་ལ་སུན་དྲགས་པས།།
ཡུན་ཞིང་མི་སྨྲའི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་གནས་ཀྱང་།།
ཤུགས་དྲག་ཚོར་བའི་བ་སྤུ་གཟེངས་ཙ་ན།།
བརྣགས་པའི་དོན་རྣམས་བཏང་སྙོམས་ཇི་ལྟར་བྱ།།
༼ ལྡེའུ་ནག།༽

ད་ལྟ་ང་རང་ཁྲི་ཚང་རྫོང་ཆུ་མཆིག་གྲོང་
རྡལ་ན་ཡོད།ཆུ་མཆིག་གྲོང་རྡལ་ནི་ཁྲི་ཚང་
རྫོང་གི་ཁུངས་གཏོགས་སུ་བཤད་ནའང་ས་
ཁུལ་གྱི་དབང་གིས་ཆུ་མདོ་དང་ཐག་ཤིན་ཏུ་ཉེ་
བར་འདུག། འདི་རུ་སྡོད་པའི་མི་ཕལ་མོ་ཆེས་
ཀྱང་ཁ་བརྡའི་ནང་དུ་ཆུ་མདོ་རུ་ཡོད་ཅེས་ལབ་
པ་མང་། དེ་ལྟར་ནའང་སྐྱོན་ཆེན་པོ་མེད་པ་
འདྲ། ཆུ་མཆིག་ནས་ཁྲི་ཚང་ལ་སྤྱི་ལེ་བདུན་ཅུ་
ལྷག་ཡོད་ཀྱང་།ཆུ་མཆིག་ནས་ཆུ་མདོ་རུ་སྤྱི་
ལེ་ཉི་ཤུ་ལྷག་མ་གཏོགས་ཡོད་ཀྱིན་མི་འདུགདེའི་ཕྱིར་ཆུ་མདོ་ས་ཁུལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཚང་མ་
ཆུ་མཆིག་གྲོང་ལའང་ཡོད་པ་འདྲ།དཔེར་ན་
ནམ་ཟླའི་དྲོ་འཁྱག་དང་ཆར་ཆུ་འབབ་ཚད་
སོགས་ལྟ་བུ།
ཆུ་མདོ་ཞེས་བཤད་ན།རྒྱུན་ཤེས་ཅུང་
ཙམ་རྒྱུད་ན་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཚེ་ཆར་པ་
འབབ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་མང་བའི་ས་ཁུལ་ཞིག་ཡིན་
པ་ཕལ་ཆེར་རྟོགས་ཀྱིན་ཡོད།ཉིན་ཞིག་ལ་
གྲོགས་པོ་ཞིག་གིས་སྐད་འཕྲིན་ནས་ཆུ་མདོ་
ལ་ཆར་ཆུ་མང་བ་ནི་སའི་ཆགས་དབྱིབས་
ཀྱིས་མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་དང་སི་ཁྲོན་གཤོང་
ས་གཉིས་ཀྱི་འདྲེས་མཚམས་སུ་ཆགས་ཡོད་
པས་རེད་སོགས་ས་ཁམས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་ཁྱེར་

ནས་ཤོད་ཀྱིན་འདུག།དེ་ཡང་བདེན་པར་
གྲུབ་ཀྱང་ཆོག་སྙམ།དེ་བཞིན་ཆུ་མཆིག་
ལའང་ཆར་ཆུ་འབབ་ཚད་ཤིན་ཏུ་མཐོ།
དེའི་དབང་གིས་ཡིན་ནམ།ཆུ་མཆིག་ལ་
སོས་འབུད་པ་ཤིན་ཏུ་སྔ་འམ་སྙམ།ཤིན་ཏུ་
སྔ་མོ་ནས་ཤིང་ལོ་དང་ལོ་ཏོག་འབུས་པ།རྩྭ་
སྔོན་ཐོན་པ་སོགས་བྱེད།ད་ཚོད་བལྟས་ན་
གང་ས་གང་དུ་ལྗང་ལྟེམ་ལྟེམ་དང་སྔོ་སེང་
སེང་བྱེད།དེས་བཟི་སྣང་གིས་ངའི་སེམས་
སུ་དཔྱིད་ཀ་ཡོངས་སུ་སླེབས་འདུག་སྙམ་
པའི་ཚོར་བས་བཀང་འདུག།
ཁ་རྩང་། འཕྲིན་ལམ་ནས་ཨ་མ་དང་ཁ་
བརྡ་བྱེད་དུས།ངས་ད་བར་ཕ་ཡུལ་ལ་སོས་
བུད་པ་ཅི་འདྲ་འདུག་ཅེས་དྲིས་པར།ཨ་མས་
ད་དུང་སྔོ་ཅུང་ཙམ་ཡང་ཐོན་གྱིན་མི་འདུག།
ད་ལོ་སོས་ལོག་བྱས་པ་ཡིན་ནམ།སོས་
འབུད་པ་ཅི་འདྲའི་འཕྱི་བར་འདུག་སོགས་
ལབ་བྱུང་བས། ངས་ད་གཟོད་ཕ་ཡུལ་གྱི་ཕུ་
ནུ་དག་གིས་དཔྱིད་ཀ་ལ་ཅི་འདྲའི་རེ་སྒུག་
བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་དམ་སྙམ་བྱུང་།
དཔྱིད་ཀ་སླེབས་ཐེངས་རེ་རེར་སེམས་
སུ་རེ་བ་དང་ང་རྒྱལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཀྱང་སླེབ་ཀྱིན་
ཡོད།ཡོད་ཚད་གསོན་ཤུགས་རྒྱས་ཏེ།སྔར་
ཅི་ཞིག་གིས་ཉམས་དམས་བཏང་སོང་བ་དང་
འདྲ་བའི་སྡོང་པོ་སྐྱ་ཧྲེང་ངེ་བ་དག་ལ་སྔོ་ལྗང་
ལྗང་གི་ལོ་མ་འབུས་ཡོང་དུས།སེམས་སུ་རྒད་
པོ་སྤྱི་ཐེར་བ་དེ་དག་ལའང་སྐྲ་ཉག་འགའ་རེ་
སྐྱེས་ཡོང་བའི་སྣང་བ་ཞིག་ཀྱང་སློང་བར་བྱེད།

དཔྱིད་ཀའི་ཆུ་བོ་ལ་བོགས་ཐོན།རི་བོ་ལ་
མདངས་རྒྱས། རྩྭ་ཐང་ལ་གཟི་འོད་འཕྲོ་དུས།
ད་ནི་འདས་སོང་གི་དགུན་གཞུང་རིང་མོ་དེ་ལོ་
རྒྱུས་སུ་གྱུར་ཟིན་པས།དགུན་གཞུང་དེས་
ཙག་སད་ཀྱིས་བཅོམ་པའི་ཉག་ཕྲའི་མེ་ཏོག་
དང་རྩི་ཤིང་ལའང་སླར་ཡང་སྐྱེ་སྟོབས་རྒྱས་
ཐུབ་ན། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་
ཐུབ། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐྱུར་དྲི་བྲོ་བའི་དགུན་
གཞུང་རིང་མོ་དེ་བརྗེད་པར་བྱས་ནས་གཟི་
བྱིན་འབར་བའི་དཔྱིད་ཀ་ལ་འཛུམ་གྱིས་
བསུས་ན་ཅིས་མི་དགའ།
དྲང་མོ་བཤད་ན།ད་ལོའི་དགུན་
གཞུང་རིང་མོ་འདིས་ཕ་ཡུལ་གྱི་མི་དམངས་
ལ་བརྙས་པ་ཉུང་ཉུང་མིན་ནའང་།དེ་ཙམ་
གྱིས་དཔའ་ཞུམ་པར་མི་རིགས།ང་ཚོ་ནི་
འབྲོང་སྙིང་ཟ་ཞིང་སྟག་མགོ་མཉེ་བའི་མེས་
པོ་ཞིག་གི་རྗེས་འཛིན་པ་ཡིན་པས།ང་ཚོའི་
རུས་པའི་ནང་ན་སྲ་མཁྲེགས་གཞན་ཞིག་
ཡོད།སྲ་མཁྲེགས་དེ་དཔྱིད་ཀའི་སྤང་རྒོད་
དུ་རྒོད་སྐྱེ་བཞིན་ཡར་ལ་སྐྱེ་དགོས།ཕ་ཡུལ་
གྱི་ཕུ་ནུ་དག། ནམ་ཡང་གཟི་བརྗིད་དང་
བཅས་རང་ཉིད་ཀྱི་ང་རྒྱལ་ནང་ནས་རང་
ཉིད་ཡར་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་དགོས།བློ་ཕམ་
དང་བག་ཞའི་མགོ་བོ་མར་མནན་ནས་
སྤོབས་པ་དང་བཅས་དཔྱིད་ཀའི་ཉི་འོད་
ནང་དུ་བརྒྱུག་རོགས།
༼ གཡེར་མ།༽

ཁམ་བུའི་མེ་ཏོག་
བཀྲ་སོང་།

དཔྱིད་ཀྱི་ཚོར་བ་
ཐན་ཐུན།

དཔྱིད་འགོ་མའི་དྲན་སྣང་།

ཉི་གཞོན།

3

སྟོསྟོན་གྱིགྱི་སྙེསྙེ་མ།
2026ལོའི་ཟླ་བ5པའི་ཚེས1ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།
པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ།མིག་དམར་དོན་གྲུབ།

རབ་གསལ་ནང་ནས་འཕྱོ་བའི།།
ཐོ་རངས་སྙན་ངག་སྤར་གང་།།
རང་ཁྱིམ་ནང་ལ་འདེབས་འོངས།།
དཔྱིད་རླུང་བྱོན་ལུགས་ལེགས་སོ།།
མ་འགྱང་སང་གི་མགྲོན་པོ།།
རླུང་གི་སྣེ་མོར་བྱོན་ཏེ།།
ང་ཡི་ཁྱིམ་དུ་བཞུགས་འགྲོ།།
འདི་ཡང་དཔྱིད་རླུང་འདྲ་བྱུང་།།
བྲིས་པའི་ཚིག་ལ་རྒྱུས་ཆེ།།
བལྟས་པའི་མིག་ལ་ཆ་ཡོད།།
མྱོང་བའི་ལུས་ལ་བདེ་མོ།།
སྙན་ངག་འདྲ་བའི་དཔྱིད་རླུང་།།
དུས་ཀྱི་དབང་གིས་མ་མཇལ།།
ད་རེས་འཁྱུག་ཙམ་འཁྱུག་ཙམ།།
ང་དང་གདོང་གཏུག་བརྒྱབ་བཞག།
འདི་ཡང་དཔྱིད་རླུང་ཁྱོད་རེད།།
བསམས་ཤིང་བསམ་པའི་གླུ་ཆུང་།།
ངག་གི་སྣོད་དུ་མ་ཤོང་།།
སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་སྲབ་མོ།།
དཔྱིད་རླུང་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྒུལ་སོང་།།
སྙན་ངག་ཟེར་ན་འདི་རེད།།
དགའ་སྐྱོ་ཟེར་ན་དེ་ལགས།།
ཚོར་བ་འགྱུ་བའི་ཐབས་གྲོགས།།
དཔྱིད་རླུང་འདི་ཀ་ཡིན་སོང་།།
༼ ཆོས་འབྱོར་རྒྱ་མཚོ།༽

དཔྱིད་རླུང་།