བཟའ་བཏུང་ནི་འཇིག་རྟེན་ཆགས་རྗེས་
ཀྱི་བྱུང་བ་ཆེས་སྔ་ཤོས་ཀྱི་གྲས་ཡིན་པ་རྟོགས་
ཐུབ་ལ། ལྷག་པར་དུ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་གི་
བློ་རིག་དང་ཐབས་ཤེས།ས་ཆའི་ཐོན་ཁུངས།
གནམ་གཤིས་ཚ་གྲང་།ཁོར་ཡུག་གི་ཆ་རྐྱེན་
སོགས་ཕྱོགས་མང་པོའི་ཐད་ཀྱི་དགེ་འཚོལ་
ཉེས་སྤང་དང་ཉམས་མྱོང་ཕྱོགས་བསྡོམས་བྱས་
ཐོག་ཟས་དང་སྐོམ་ལ་ཕན་པའི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་སྟེ།
ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་ཟས་དང་སྐོམ་ནི་སྲོག་
འཛིན་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མི་
རིགས་སམ་ཡུལ་གྲུ་རང་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་དང་
འཚམ་པའི་བཟའ་བཏུང་རིགས་ཀྱི་ཕན་གནོད་
སོགས་སོ་སོར་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ཞིང་ཁམས་དང་
བསྟུན་ནས་བསྟེན་ཚུལ་དང་དུས་དང་བསྟུན་
ནས་འཚོལ་སྡུད།ལག་ལེན་ཁྲོད་ནས་གཡོས་
སྦྱོར་བཅས་ཀྱི་བཟའ་བཏུང་རིག་གནས་དར་
རྒྱས་ནས་འཐུས་ཚང་དུ་གྱུར་བ་ནི་མངོན་རྗེས་
གཉིས་ཀྱི་ཚད་མས་གྲུབ་པ་ཞིག་གོ།
མགྲོན་བསུའི་བཟའ་བཏུང་།

མགྲོན་བསུའི་བཟའ་བཏུང་ནི་རང་ཉིད་
ཀྱི་ས་ཆའི་ཐོན་དངོས་གཙོ་བོ་དང་རྩིས་མཐོང་
ཆེ་བ།ཞིམ་མངར་བཅུད་ལྡན་གྱི་ཤ་མར་ཐུད་
གསུམ། ཇ་ཆང་སྦྲང་རྩི།ཀ་ར་བུ་རམ་སོགས་
ཡིན་ལ་གེ་སར་སྒྲུང་དུ།འབྲུ་རིགས་སྣ་ཚོགས་
ཀྱི་ཕྱེ་མར།སྡེབ་སྦྱོར་མི་གཅིག་པའི་ཐུད་སྣ།
ཤ་རིགས་མི་གཅིག་པའི་གཟུག་འདྲེན།ཇ་
རིགས་མི་གཅིག་པའི་གར་ཁུ།ཆང་རིགས་མི་
གཅིག་པའི་ཉིང་ཁུ།བཟོ་རིགས་མི་གཅིག་
པའི་ཟས་སྣ།སྦྲང་གི་རིགས་སོགས་རྩི་ལས་
བྱུང་བ། ཀ་ར་བུ་རམ་སོགས་བཅུད་ལས་བྱུང་
བ། ཨ་མྲ་དང་རྒུན་འབྲུམ་སོགས་ཞེས་བཀོད་
པ་ལས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་རྟོགས་ཐུབ།ཡང་བོད་
མི་རྣམས་ས་གང་ཡིན་དང་དུས་ནམ་ཡིན་ཡང་
ཟས་ཕུད་དང་ཇ་ཕུད། ཆང་ཕུད་སོགས་རང་
གིས་བཀུར་བའི་ལྷ་དང་དཀོན་མཆོག་ལ་
མཆོད་པས་མཆོད་པའི་བཟའ་བཏུང་ཞེས་
དང་། གཞན་སྐྱེས་བུ་རབ་འབྲིང་མཆོག་
དམན་སུ་ཡིན་རུང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་
ན་ཡུལ་མི་གཞན་དག་ལ་ཟས་འདྲེན་ཇ་འདྲེན་
གྱིས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོ་ག་ཞིག་སྤེལ་སྲོལ་ཡོད།
བཟའ་བཏུང་གི་རིགས་དབྱེ།

སྤྱིར་བོད་ཀྱི་བཟའ་བཏུང་གི་རིགས་ལ་
རུས་གསོ་ནུས་ཅན་སྐྱུར་གྱི་རིགས་དང་།ཤ་
གསོ་ནུས་ཅན་མངར་བའི་རིགས།དབུགས་
གསོ་ནུས་ཅན་ཁ་བའི་རིགས།ཁྲག་གསོ་ནུས་
ཅན་ལན་ཚྭའི་རིགས་སོགས་སྨན་གྱི་ནུས་པ་
ཅན་དང་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་
ཅན་གྱི་རིགས།མཚོན་དོན་ཅན་གྱི་རིགས་
སོགས་མང་བས་བརྗོད་པར་དཀའ་ཡང་གོ་
བདེ་འཛིན་བདེ་ཡི་ཕྱིར་དུ་སྡེ་ཚན་ཁག་བཅུ་
ཙམ་ལ་ཕྱེ་སྟེ་རྣམ་གྲངས་ཙམ་བརྗོད་ན།

བཏུང་བའི་རིགས།

ཆུ་ཁོལ།ཇ་ཐང་།སིལ་ཇ།ཇ་
བསྲུབས་མའམ་དཀྲུགས་ཇ། འོ་མ།ནས་
ཆང་། གྲོ་ཆང་།འབྲས་ཆང་།རྒྱན་ཆང་།
ཆང་རག། སེང་ལྡེང་།སྟར་བུ་སོགས་ཡིན་ལ།
འདིར་བཤད་པའི་བཏུང་བའི་རིགས་ནི་ཆང་
རིགས་ལས་གཞན་དག་ནི་བསྐོལ་ནས་བཏུང་
བའི་རིགས་ཡིན།
འབྲུ་དང་ཕྱེའི་རིགས།

ནས་ཡོས།ནས་རྩམ།གྲོ་ཡོས།གྲོ་
རྩམ། ཡུག་རྩམ། སྲན་བས། སྲན་ཕྱེ།རམ་
རྩམ། ཡོས་མར།གྲོ་མའི་རྩམ་པ།གྲོ་མའི་
ཟན། ཀླུ་གོར།གཡིས་གོར།འོ་རྩམ།ཞོ་
རྩམ། དར་རྩམ། སྐྱ་སྲབ། ཟར་རྩམ།མར་
རྩམ། ཐལ་གོར།ལྕགས་གོར།ཅོང་རྡོག།
འབའ་གོར།གོ་དམར།གོ་རེ་ཆུ་བརྫེས་
སོགས་ཡིན་ལ།དེ་ལས་ཡོས་དང་རྩམ་པའི་
རིགས་མ་གཏོགས་གཞན་དག་ནི་བཙོ་བའམ་
བསྲེགས་ནས་བཟའ་བའི་རིགས་སོ།།
གཡོས་བསྐོལ་ཐུག་པའི་རིགས།

གྲོ་ཚགས།སྐྱ་ཐུག།སྐུར་ཐུག།ཤ་
ཐུག། འོ་ཐུག།སྲས་ཐུག།གྲོ་ཐུག།བག་
ཐུག། འབྲས་ཐུག། ཕྱེ་ཐུག(འཐེན་ཐུག་དང་
བདལ་ཐུག)སྲན་ཐུག། ཡུང་ཐུག། （ཨ་མདོའི་
ཁ་སྐད་དེ་ཞོག་ཁོག་ལ་ཟེར）ལ་ཐུག།གྲོ་མའི་
ཐུག་པ། སེར་ཤའི་ཐུག་པ།ཟྭ་ཐུག།ནུབ་
སེར།ཕྱེ་ཉོག།ཟར་ཉོག།སྲན་ཉོག།འོ་
ཉོག།འབྲས་ཉོག།མར་ཉོག།བྲ་ཉོག།
གཡིས་ཉོག།ཡུང་ཉོག་སོགས་ཡིན།
སྣུམ་སྦྱོར་མར་ཁུའི་རིགས།

གྲོ་མ་མར་ཁུ།འབྲས་སིལ་མར་ཁུ།
བག་ཚ་མར་ཁུ།གྲོ་ཕྱེ་མར་ཁུ།བསྙལ་ཟན་
མར་ཁུ། ཁྲག་ཤ་མར་ཁུ་སོགས་ཡིན།འདི་
རྣམས་མར་ཁུ་ཁོ་ནའི་རྟ་བྱས་པའི་ཟས་རིགས་
ཡིན་སྟབས་མར་ཁུའི་རིགས་ཞེས་བཏགས་པ་
མ་གཏོགས།ནང་གསེས་སྔོ་སྨན་དང་འབྲུ་
རིགས།དཀར་རིགས།དམར་རིགས་བཅས་
ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས།
ཐུད་ཞུན་གྱི་རིགས།

གྲོ་ཐུད།སྲན་ཐུད།སྐྱ་རེད།སྔོ་ཐུད།
སྐྱུར་ཐུད། གྲོ་མའི་ཐུད།རང་ཐུད།ཕྱུར་
ཐུད་བཅས་ཡིན།ཐུད་ཅེས་པ་ནི་འདོད་རྒྱལ་
དུ་བཏགས་པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་ལ་འདིའི་
ཁོངས་ཀྱི་སྐྱུར་ཐུད་ཅེས་པ་དེ་ཞོའམ་འོ་མའི་
སྤྲིངས་མ་ཆུར་སིམ་པ་ན་སྐྱུར་ཐུད་ཅེས་པ་
མཉམ་དུ་ཁྲུས་པ་ཕུད། གཞན་རྣམས་ནི་མར་
གྱིས་སྦྲུས་ཏེ་བཟོས་པ་ཡིན།

དཀར་ཟས་ཀྱི་རིགས།

འོ་སྐམ།འོ་སྤིས།འོ་སྐྱོ།སྤྲི།ཞོ།འོ་
ཞོ།དར་ཞོ།བུར་ཞོ།རྩམ་ཞོ།ཞོ་ཕྱུར།ཞོ་
འབྲས། ཞོ་གྲོ་མ།ད་ར།ཕྱུར་རློན།ཕྱུར་ཁུ།
སྐྱ་ཕྱུར། སྔོ་ཕྱུར།རམ་ཕྱུར།མར་སེར་
སོགས་མང་དུ་མཆིས།འདི་དག་གི་རྩ་བའི་རྒྱུ་
ནི་འོ་མ་ཁོ་ན་སྟེ་དེ་ལའང་རློན་དང་བསྐོལ།
བསྐམས། བསྲུབས། འཐག་སོགས་བྱས་པ་ལ་
དཀར་གྱི་ངོ་བོ།རོ་བཅུད།བྲོ་བ་སོགས་མི་
འདྲ་བ་སྣ་མང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་བཟོ་ཐུབ་
པའི་ཁར་ད་དུང་རྩམ་སྐྱ་དང་ནས་ཡོས།
འབྲས། གྲོ་མ།རམ་རྩམ་སོགས་བསྲེས་པས་
དེ་དག་གི་རོ་བཅུད་དང་བྲོ་བ་སོགས་ཁྱད་པར་
བ་མངོན་ཐུབ་བོ།།
དམར་ཟས་ཀྱི་རིགས།

ནོར་ཤ།ལུག་ཤ།ར་ཤ།ཕག་ཤ།
ཚིལ་བུ།ཤ་བཙོས་མ།བསྲེགས་ཤ།བརྔོས་
ཤ། འཁེང་ཤ།ཤ་སྐམ།ཤ་རྙིང་།གྲོད་ཤ།
ཤ་རྩམ། ཤ་འབྲས། ཤ་ཁུ། ཤ་མིག།ཚིལ་
གོར།ཞག་རྩམ།གཡོས་རྒྱུ།ཁྲག་རྒྱུ།མཆིན་
རྒྱུ་སོགས་ཡིན།དམར་གྱི་རིགས་འདི་དག་ལ་
ཤ་ཁྲག་རུས་པ་ཞག་ཚིལ་དང་ནང་ཁྲོལ་དོན་
སྣོད་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་ཞོར་ཟས་སྔོ་ཚོད་
རིགས་དང་མཉམ་བསྲེས་གཡོས་སྦྱོར་བྱས་ནས་
བཟའ་སྟངས་ཤིན་ཏུ་མང་ཡང་འདི་ཙམ་གྱིས་
འཐུས་པར་བྱས་སོ།།
ཞོར་ཟས་དང་སྔོ་ཚོད་ཀྱི་རིགས།

ཉུང་རློན།ཉུང་སྐམ།ཉུང་སྲེག།ལ་
ཕུག། ཞོག་ཁོག།པད་ཁ།བྲ་བོ།གོ་ལོ།
ཉུང་ལོ།སྒོག་པ།ཀུན་དོང་།ཀེའུ།ཤ་མོ།
སེར་ཤ།དམར་ཤ།ནག་ཤ།ཀ་ཀོ་ལ།ལྕུམ།
ཀ་ལི།སུར་པན།སེ་ཐོག།སྟར་ཐོག།
གཡེར་མ།གཡེར་ལོ།རྒུན་འབྲུམ།ཀུ་ཤུ།
ཁམ་བུ། སྟར་ཁ། མི་རྒན་རྣ་མཆོག།ངང་
ལག་སོགས་ཡིན།
མངར་ཟས་ཀྱི་རིགས།

བུར་དཀར། བུར་སེར།བུར་ནག།རྡོ་
ཀ་ར། བྱེ་མ་ཀ་ར།ཀ་ར་ནག་པོ།ཁ་ཆེ་ཕྱེ་
རིལ།སྦྲང་རྩི་སོགས་ཡིན།
ཐུམ་ཟས་ཀྱི་རིགས།

དབུས་སྐད་དུ་མོག་མོག་དང་ཨ་མདོའི་
རོང་སྐད་དུ་ཚོད་མ་ཞེས་བརྗོད་པ་སྟེ།ཤ་ཚོད།
ཀེའུ་ཚོད།ཡུང་ཚོད།མར་ཚོད།ལ་ཚོད།
ཀ་ར་ཚོད་མ།ཚིལ་གྱི་ཚོད་མ།ར་སྒོག་ཚོད་
མ། གོ་ཚོད་སོགས་ལྡུམ་ཚོད་ཀྱི་རིགས་དང་
ནང་སྙིང་སྣ་ཚོགས་ཅན་གྱི་ཆུ་ཚོད（དབུས་
གཙང་དུ་བོང་རྣ）སོགས།ད་རུང་བང་མ་
དང་རླུང་བཅོས་ལ་ཕན་པའི་དབུགས་ལམ་
སོགས་ཡོད་དོ།།༼ ཡོང་ཁུངས།མཚོ་སྔོན་
བོད་ཡིག་གསར་འགྱུར།༽

བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ལས་ཚེ་ཐར་གཏོང་
བའི་ཆོ་ག་འདི་ནི་སྲོལ་བཟང་བོ་ཞིག་དང་། སྲོག་ཆགས་
དང་རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་པོར་བཅངས་པའི་ཡ་རབས་ཀྱི་འདུ་
ཤེས་འཛིན་སྟངས་ཤིག་ཡིན།སྤྱིར་ཚེ་ཐར་ཞེས་པ་ནི་ཚེ་ལ་
ཐར་བ་གཏོང་བ་དང་ཚེ་ཡི་རྒྱུན་སྲིང་བའི་ཆོ་ག་ཞིག་ཡིན་ལ།
དེ་ནི་སྒོ་ཕྱུགས་ཚེ་ཐར་གཏོང་བ་ལས་གཞན།ད་དུང་དམངས་
ཁྲོད་དུ་འགའ་ཞིག་གིས་ལྗོན་ཤིང་ནགས་ཚལ་དང་རི་ཆུ་གཏེར་
རྫས་སོགས་རང་བྱུང་གི་བཀོད་པར་གནོད་སྐྱོན་ཐེབས་སུ་མི་
འཇུག་པར། ཡུལ་གྱི་མཛེས་སྡུག་རང་སོར་འཇོག་པ་དང་
སྲུང་བའི་ལས་སོགས་ལའང་ཚེ་ཐར་དུ་བཏང་ཞེས་བརྗོད་
མཁན་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་སྒོ་ཕྱུགས་ཚེ་ཐར་གཏོང་ཚུལ་
རགས་ཙམ་བརྗོད་ན། བོད་ཀྱིས་སྒོ་ཕྱུགས་ཚེ་ཐར་དུ་གཏོང་
བའི་དགེ་བ་ནི། གཅིག་ནི་ཕྱུགས་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་ལ་འཇིགས་པ་
དང་འཚེ་བ་མེད་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་འཚོ་བ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པར་
རང་དབང་ལྡན་ཆེད་སྲོག་གཅོད་པར་མི་བྱེད་པ་དང་།
གཉིས་སུ་བོད་མི་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་སྒོ་ཕྱུགས་ཚེ་ཐར་
བཏང་བ་ལས་མི་འདོད་པའི་རྐྱེན་ངན་བཟློག་པ་དང་འཚོ་བ་
ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་ཁྱིམ་ཚང་གི་ཕྱི་དོན་ལམ་འགྲོ་ཡོང་བ།
ཁ་ལས་རླུང་རྟ་དར་ཞིང་འདོད་དོན་ལྷུན་འགྲུབ་ཡོང་བའི་
ཆེད་དུ་ཡིན། དེ་བས་ཚེ་ཐར་གཏོང་བ་ནི་མི་ཕྱུགས་གཉིས་
ཀར་དགེ་བའི་བྱ་གཞག་ལེགས་པོ་ཞིག་ཏུ་སེམས་བཞིན་ཡོད།
བོད་ཀྱིས་ཚེ་ཐར་གཏང་བྱའི་སྒོ་ཕྱུགས་ནི་གཙོ་བོ་རྟ་
ནོར་ར་ལུག་ཡིན་ལ། ཚེ་ཐར་བཏང་ཟིན་པའི་རྟ་ལ་མི་
བཞོན་པ་དང་གཞན་ལ་མི་བཙོང་བ།ཚེ་ཐར་བཏང་ཟིན་པའི་
ནོར་ལ་དོས་མི་འགེལ་བ་དང་མི་བཤའ་བ། མི་བཙོང་བ།
རྩིད་པ་མི་འབྲེག་པ། ཚེ་ཐར་བཏང་ཟིན་པའི་ར་ལུག་ཡིན་
ནའང་མི་བཙོང་བ་དང་། མི་བཤའ་བ་བཅས་ཀྱི་ཐུན་མིན་
གྱི་སྲོལ་ཞིག་མཆིས། གལ་ཏེ་ཚེ་ཐར་བཏང་ཟིན་པའི་སྒོ་
ཕྱུགས་ཤིག་ཡིན་ན་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྩྭ་ཆུ་བཟང་བོ་བདམས་ནས་
རྩྭ་ཆུ་ལ་རང་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ལོངས་སུ་སྤྱད་ཆོག་པ་
ཡིན་ཞིང་དེ་ལ་མི་འདོད་པའི་འཚེ་བ་བྱེད་མཁན་ཡང་མེད་པ་
ཡིན།
སྔོན་ལྟར་ན། བོད་མིས་ཚེ་ཐར་གཏོང་བའི་ཆོ་ག་སྤེལ་
ཚུལ་ལ། ཁྱིམ་མི་དང་གཉེན་ཉེ་སུ་ཞིག་གི་ཚེ་ལ་བར་ཆད་
འབྱུང་ཉེན་ཆེ་བའི་ན་ཚ་སོགས་བྱུང་ཚེ། རྟ་ནོར་ར་ལུག་
གང་རུང་ཞིག་རང་གི་བླ་མཆོད་ཀྱི་དྲུང་དུ་ཁྲིད་དེ་ཚེ་ཐར་
གནང་རོགས་ཞེས་ཞུ་དགོས་ཤིང་། བླ་མཆོད་དེས་མགོན་པོ་
ཚེ་དཔག་མེད་ཀྱི་མཚན་གཟུངས་དུད་འགྲོ་དེའི་རྣ་བར་
བསྒྲགས་ཤིང་དུས་དེ་ནས་བཟུང་སེམས་ཅན་དེ་སྲོག་འཕྲོག་
པའི་འཇིགས་པ་ལས་གྲོལ་བ་ཡིན་པ་དང་། དེའི་བདེན་མཐུ་
ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱིན་པའི་བདག་པོའི་ཚེ་གེགས་ཀྱི་བར་ཆད་ཞི་
ཞིང་། ཚེ་བསོད་རྒྱས་པ་དང་། སྦྱིན་བདག་དང་དུད་འགྲོ་
བཅས་མཐར་ཐུག་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་གོ་འཕང་
འཐོབ་པའི་སྨོན་ལམ་དང་ཤིས་བརྗོད་མང་དུ་མཛད་པའི་
མཐར། ཚེ་སྐུད་ཅེས་པ་རས་སྣའམ་བལ་སྐུད་གང་རུང་ཚོན་
དམར་ཅན་གྱི་རྣ་ཚར་ཞིག་གནང་བ་དང་། སྦྱིན་བདག་དེས་
རྣ་ཚར་དེ་དག་ཚེ་ཐར་གྱི་རྣ་བ་གཡས་གཡོན་དུ་འདོགས་པའི་
སྲོལ་ཡོད། དེང་སྐབས་གནའ་བོའི་ཚེ་ཐར་གཏོང་བའི་ཆོ་ག་
སྤེལ་ཚུལ་དང་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་སྟེ། དེའང་སྦྱིན་བདག་གམ་
ཁྱིམ་ཚང་གིས་ཉིན་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་ལ་ལྷ་ལ་མཆོད་
བཤམས་དང་གཞི་བདག་འཁོར་སྲུང་ལ་བསང་གཏོང་སོགས་
ཀྱི་སྒྲུབ་མཆོད་སྣ་ཚོགས་བྱས་ཏེ། ཁྱིམ་མིའི་ན་ཚ་བཟློག་པ་
དང་། ལྷག་པར་དུ་ཁྱིམ་མི་རེ་རེ་ཚེ་རིང་བོ་ཡོང་བ་དང་།
ཚེ་གེགས་ཀྱི་བར་ཆད་ཞི་བ། ཚེ་བསོད་རྒྱས་པ། འདོད་
དོན་འགྲུབ་པ་བཅས་ལ་དམིགས་ནས་ཁྱིམ་ཚང་གིས་ཚེ་ཐར་
གཏོང་བ་ཡིན་ལ། ཚེ་ཐར་གཏོང་དུས་སྒོ་ཕྱུགས་དེའི་སོག་པ་
དང་། ཐོད་པ། ར་མགོ་བཅས་སུ་མར་རྒྱན་བྱུག་པར་བྱེད་
ཅིང་། རས་སྣའམ་བལ་སྐུད་གང་རུང་སྟེ་ཚོན་དམར་ཅན་གྱི་
ཚེ་སྐུད་དུད་འགྲོ་དེའི་རྣ་རྩེ་དང་སོག་པར་འདོགས་པ། ད་
དུང་དུད་འགྲོ་དེའི་རྔ་རྩེ་ནས་མགོ་བར་འོ་ཆུ་འདྲེས་མའི་ཆུ་
གཙང་མ་ཞིག་བླུགས་ཏེ་འཁྲུད་པའི་སྲོལ་བྱེད་ཅིང་། སླར་
ཡང་མགོ་ནས་རྔ་རྩེ་བར་ཆུ་གཙང་མ་ཞིག་བླུགས་ཏེ་བཤལ་བ་
ཡིན། དེས་མི་གཙང་བ་དང་བཙོག་གྲིབ་སེལ་བ་མཚོན་པ་
དང་། མར་རྒྱན་འབྱུག་པ་དང་ཚེ་སྐུད་འདོགས་པ་སོགས་ཀྱི་
ཞོར་དུ་ཁ་ནས་དེ་རིང་ནས་བཟུང་ཁྱེད་རང་ཚེ་ཐར་དུ་བཏང་
བ་ཡིན་པས་བཤས་ནས་ཤ་མི་བཟའ། བཙོངས་ནས་རིན་མི་
ལེན། བཀོལ་ནས་དོས་མི་འགེལ།བལ་རྩིད་མི་འབྲེག།
བཀྲ་ཤིས་པར་ཤོག།ཚེ་རིང་བར་སྨོན་ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་སྨོན་
ལམ་དང་ཤིས་བརྗོད་མང་དུ་བྱས་མཐར་ཚེ་ཐར་དུ་གཏོང་བ་
ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་ཚེ་ཐར་གང་ཞིག་ལོ་ན་བགྲེས་ཏེ་ཤི་བའམ་
ནད་བྱུང་སྟེ་ཤི་བ་སོགས་ཡིན་ན། སླར་ཡང་གཞན་ཞིག་ཚེ་
ཐར་གཏོང་བའི་སྲོལ་ཡོད།ད་དུང་ཚེ་གཡོག་ཅེས་ཚེ་ཐར་གྱི་
རིགས་རྣམས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་རྒན་གཡོག་དང་སྲུང་
སྐྱོང་བྱེད་པའི་སྲོལ་ཡང་མཆིས།།
（ ཡོང་ཁུངས།ཀན་ལྷོའི་གསར་འགྱུར།）

བོད་ཀྱི་ཚེ་ཐར་
གཏོང་ཚུལ།

བོད་མིའི་བཟའ་བཏུང་ལ་རིགས་དབྱེ་ཚུལ།

2

དམངས་
ཁྲོཁྲོད་

ཀྱིརི་

རིརིག་

གནས་

རྒྱུན་

དུ་

འཛིཛིན།།

མམེས་

པོཁྲོ་

ཡིརི་

བློཁྲོ་

རིརིག་

དང་

དུ་

ལེམེན།།

དབྱར་གྱིགྱི་ལང་ཚོཚོ།
2026ལོའི་ཟླ་བ5པའི་ཚེས8ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།
པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ།ཀུན་དགའ་བསམ་གཏན།
རྩོམ་སྒྲིག་པ།སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།