རི་སྟོ་སྲུང་སྐྱོང་བྱས།། ལང་ཚོ་ནགས་སུ་བཏབ།།

རོང་བྲག་རྫོང་རྒྱལ་དབང་ནགས་སྲུང་དོ་དམ་ཚུས་ཀྱི་ལས་བཟོ་པ་ཀྲང་ལིའི་གནས་ཚུལ་བཀོད་པ།

རོང་བྲག་རྫོང་ཤར་རོང་ནགས་ར་ལ་མཚོ་འཕགས་སྨི3000ཙམ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་རི་ལུང་ཐང་གསུམ་དུ་རྒྱུན་པར་ལུས་ལ་སྔོངས་ཆོན་གོས་གྱོན་ཞིང་། རྒྱབ་ཏུ་ཆུ་དེམ་དང་རྒྱགས་ཆས་ཁུར་ནས་བྲེལ་ཚུལ་དང་འགྲོ་བཞིན་པའི་བུད་མེད་ཁ་དྲུད་ཅན་ཞིག་ཡོད། མོའི་མིང་ལ་ཀྲང་ལི་ཟེར་ཞིང་། རོང་བྲག་རྫོང་རྒྱལ་དབང་ནགས་སྲུང་དོ་དམ་ཚུས་ཀྱི་ནགས་ལས་ལས་བཟོ་པ་དཔྱུས་མ་ཞིག་ཡིན། མོས་ཐོག་མའི་བསམ་འདུན་མ་བརྗེད་པར་ཤུགས་ཡོད་རྒྱུས་ནགས་ཚལ་སྲུང་སྐྱོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

ཀྲང་ལི་ཡིས་ཡུལ་མིའི་ཁྱིམ་དུ་བསྐྱོད་དེ་མེ་འགོག་ཤེས་བྱ་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་བཞིན་པ།

ནགས་ལས་ཁྱིམ་རྒྱུད་ཆད་མི་བཅུག། མི་ཚེ་ཕྱེད་ཀར་ནགས་སྲུང་བྱས།།

སྤྱི་ཟླ3པའི་ཚེས21ཉིན་འཛམ་གླིང་ནགས་ཚལ་ཉིན་མོར། ཀྲང་ལི་ཡིས་སྡོང་ཕྲུག་རབའི་ནང་དུ་ཕོར་རོང་བྲག་གི་གནམ་གཤིས་ཡག་པོ་འདུག། ང་ཚོས་དུས་ཚིགས་དམ་འཛིན་བྱས་ནས་སྡོང་ཕྲུག་འཛུགས་བཞིན་ཡོད་ཅེས་བཤད། མོས་མེ་འགོག་ཞྭ་དམར་དང་སྔོངས་ཆོན་གོས། འཕྲིག་ལྷམ་རྒྱལ་རྒྱལ་བཅས་གྱོན་ནས་ལོ27ལྷག་འདས། ལོ་འདི་དག་གི་རིང་ལ་མོས་ནགས་སྲུང་འགན་འཁྲི་ཐག་ཏུ་ཁུར་ནས་རི་ལུང་ཐང་གསུམ་རྐང་པས་འཛུལ་ཏེ་མཐར་ནགས་སྲུང་རྐང་འཛིན་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

ངའི་ཨ་ཕ་ཡང་ནགས་ལས་ལས་དོན་པ་ཞིག་ཡིན། 1958ལོར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འཆོད་སྐུལ་དང་ལེན་ཞུས་ནས་རྩེ་ཐུང་ནས་རོང་བྲག་ཏུ་ཡོང་ནས་རོག་བྲག་ནགས་ལས་ཚུས་ཀྱི་ནགས་ལས་བཟོ་པ་མི་རབས་དང་པོར་གྱུར་པ་དང་། ང་ནི་ནགས་ལས་མི་རབས་གཉིས་པར་གྱུར་ཡོད། ངའི་བཟའ་ཟླ་ཡང་ནགས་ལས་ཁོངས་གཏོགས་སུ་ལས་ཀ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་ངེད་ཚང་ནི་ནགས་ལས་ཀྱི་ཁྱིམ་རྒྱུད་གྲགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ནའང་མི་ཆོག་རྒྱུ་མི་འདུག་ཟེར།

1997ལོར་ཀྲང་ལི་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ནགས་ལས་ལག་རྩལ་ལས་བཟོ་སློབ་གྲྭ་ནས་མཐར་ཕྱིན། 1999ལོར་རོང་བྲག་རྒྱལ་དབང་ནགས་སྲུང་དོ་དམ་ཚུས་ཀྱི་ནགས་ལས་ལས་དོན་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་དེ་ནས་བཟུང་སྡོང་པོ་འདེབས་འཛུགས་དང་རི་བོ་སྐོར་ཞིབ་ཀྱི་ནགས་སྲུང་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཟབ་མོ་ཆགས་ཡོད།

1998ལོར་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱིས་ཧ་ང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཛུབ་སྟོན་སྙིང་དོན་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་ལེན་དོན་དུ་འཁྱོལ་བའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་རང་བྱུང་ནགས་ཚལ་སྟོག་འདོན་བྱེད་མཚམས་འཇོག་པའི་ས་ཁུལ་དང་པོར་གྱུར་ནས་རང་བྱུང་ནགས་ཚལ་སྲུང་སྐྱོང་གི་རྒྱང་སྐྱོད་ལམ་བུ་གསར་པ་ཞིག་འགོ་བཙུགས་པས་དེ་སྔར་སྡོང་པོ་བཅད་པའི་ལས་བཟོ་བ་ཞིག་ད་ལྟར་ནགས་ཚལ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

ཀྲང་ལི་ཡིས་ཐེངས་དང་པོར་ནགས་སྲུང་བ་རྒན་གྲས་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་རི་བོར་སྐོར་ཞིབ་བྱེད་དུས་མཐོ་སྒང་གསོ་རླུང་དཀོན་པའི་དབང་གིས་དབུགས་ཆད་པའི་ཚོར་སྣང་སྐྱེས། ཆུ་ཚོད་བརྒྱད་ཙམ་རིང་རི་ལམ་ཀྱག་ཀྱོག་བརྒྱལ་བའི་ངལ་དུབ་ཀྱི་ལུས་པོ་འདྲུད་ནས་ཁྱིམ་དུ་ལོག་རྗེས་ལུས་ཡོངས་ན་ཟུག་ཆེན་པོས་མཚན་གང་གཉིད་མི་ཁུག་པ་བྱུང་། དུས་དེ་ནས་བཟུང་མོས་རི་སྐོར་ནགས་སྲུང་གི་དཀའ་ངལ་དངོས་སུ་རྟོགས་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ལས་ཀ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚོད་ནང་བཞིན་གྱི་ལས་སླ་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་པ་དངོས་སུ་ཤེས།

ནགས་སྲུང་གི་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་དེས་མོའི་སེམས་ལ་སྐྲག་སྣང་སྐྱེ་རུ་བཅུག་ལ། མོར་བློས་གཏོང་གི་བསམ་ཚུལ་ཡང་སྐྱེ་རུ་བཅུག། འོན་ཀྱང་ཨ་ཕའི་ཁ་ཏ་བསླབ་བྱ་དྲན་པ་དང་། ནགས་སྲུང་པ་རྒན་གྲས་ཚོས་དཀའ་ངལ་ལ་མི་སྐྲག་པ་དང་། ཁུ་སེམ་མེར་བརྟན་སྲུང་། འགྱོད་མེད་ཧུར་བརྩོན་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་བརྙན་མཐོང་བ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ཕྲག་ཐོག་གི་ལས་གནས་འགན་འཁྲི་དྲན་སྐབས་དང་རྗེས་ཤུགས་སུ་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་སྐྱེས་ཏེ་དཀའ་སྤྱད་ཇི་ཙམ་ཆེ་ཡང་ནགས་ཚལ་ཡག་པོ་སྲུང་བ་དང་ཕ་ཡུལ་གྱི་རི་སྟོ་ཆུ་དྭངས་ཡག་པོ་སྲུང་རྒྱུའི་དམ་བཅའ་བཞག་ཡོད་ལ། དམ་བཅའ་དེ་ནི་ཚེ་ཕྱེད་ཀའི་རིང་གི་ཨུ་ཚུགས་དང་བརྟན་སྲུང་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

ཀྲང་ལི་ཡིས་སྡོང་ཕྲུག་འཛུགས་བཞིན་པ།

ལྷག་བསམ་དཀར་པོས་དམངས་དོན་བསྒྲུབས།། དམངས་ཡོངས་ནགས་སྲུང་བྱེད་པར་བསྐུལ།།

ཀྲང་ལི་ཡིས་དོ་དམ་སྲུང་སྐྱོང་དང་འགན་འཁུར་བྱེད་པའི་ནགས་ཁུལ་སྤུའུ་ཁྲི་ལྔ་ལྷག་ལ་ལོ་མང་རིང་ཞིང་གཙོད་དང་མེ་སྐྱོན་གང་ཡང་བྱུང་སྲིད་མེད། དེ་ནི་མོས་ཉིན་བཞིན་ནགས་རི་བརྟན་སྲུང་བྱེད་པ་དང་། ནགས་སྲུང་ལས་དོན་ལ་སེམས་གཏིང་ནས་འགན་འཁུར་བ། ཟློལ་མེད་ཀྱིས་འགན་འཁྲི་འཁུར་བའི་གྲུབ་འབྲས་ཤིག་ཡིན། རོང་བྲག་ནི་སི་ཁྲོན་ནུབ་རྒྱུད་མཐོ་སྒང་གི་དབུས་ཁུལ་དུ་གནས་པ་དང་། ས་ཁོངས་ནང་གི་རི་བོ་མཐོ་ཞིང་གཟར་བ། གྲོག་རོང་འཕྲེད་གཞུང་དུ་གནས་པ་དང་། ནགས་ཚལ་ཁྱབ་ཚད་བརྒྱ་ཆ46.94ལ་ཟིན་པས། ས་གནས་དེ་གའི་མང་ཚོགས་འཚོ་གནས་བྱེད་པའི་ཁྱིམ་གཞིས་ཤིག་ཡིན། ཀྲང་ལི་ཡིས་དོ་དམ་སྲུང་སྐྱོང་གི་འགན་འཁུར་བའི་ནགས་ཁུལ་དུ་ས་གནས་དེ་གའི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཕྱི་རོལ་དུ་མེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཇ་བསྐོལ་བ་དང་། དུད་ལེན་པ། ཕྱུགས་འཚོ་བ་དང་ཟ་མ་བཟོ་བ་བཅས་ཀྱི་གོམས་གཤིས་ཡུན་རིང་ལྡན་པས་ནགས་ཚལ་མེ་འགོག་ལས་དོན་ལ་འགྲན་སློང་ཆེན་པོ་འཕྲད་ཡོད།

ལོ་ལྟར་སྤྱི་ཟླ10པ་ནས་ཕྱི་ལོའི་སྤྱི་ཟླ6པའི་ཟླ་མཇུག་བར་དེ་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་དང་རྩྭ་ཐང་གི་མེ་འགོག་ཉེན་ཟོན་དུས་ཚོད་ཡིན་ལ་ཀྲང་ལིའི་སེམས་ཁུར་ཆེ་ཤོས་དང་ལས་ཀ་བྲེལ་འཚུབ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཀྱང་ཡིན། མོ་ཉིན་ལྟར་རྟ་ཐོན་ཕྱི་ལོག་བྱེད་པ་དང་ཕྱི་རོལ་དུ་སྲིག་འགལ་དང་མེ་སྤྱོད་པའི་མདོན་མེད་རྐྱེན་ངན་གཙོ་གནད་ཐོག་གྲལ་བཤེར་བྱེད་པ་དང་མེ་ལྟག་ཆུང་ཆུང་ཙམ་ཡང་མི་ཤོར་བ་བྱས་ཏེ་ནགས་ཚལ་མེ་འགོག་དོ་དམ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐབས་ཀྲང་ལི་ཡིས"ནགས་སུ་ཕྱུགས་འཚོ་བ་དང་དལ་རྩོལ་བྱེད་མཁན་མང་ཚོགས་དང་འཕྲད་སྐབས་རང་འགུལ་ངང་ཁོ་ཚོར་ཕྱི་རོལ་དུ་མེ་མི་སྤྱོད་པ་དང་མེ་འགོག་གི་ཤེས་བྱ་སེམས་ལ་ངེས་ནས་བྱ་སྤྱོད་ཐོག་ཏུ་འཇོག་དགོས་ཞེས་ཁ་ཏ་སློབ་གསོ་བྱེད་དགོས། མི་ཚང་མས་མེ་འགོག་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱས་ཚེ་གཞི་ནས་ནགས་ཚལ་དེ་སྲུང་སྐྱོང་ཐུབ"ཅེས་བཤད།

རི་སྐོར་ནགས་སྲུང་གི་ལས་ཀ་བྱེད་མ་ཐག་པའི་ལོ་དེ་དག་ནང་ཀྲང་ལི་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ནི་རི་ལ་སྐོར་ཞིབ་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དང་མཐོ་སྒང་གི་ཁོར་ཡུག་ཞན་པས་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་མི་ཚོས་བསམ་ཤེས་མི་བྱེད་པ་དང་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པ་དེ་རེད། མང་ཚོགས་ལ་ལས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཁྱིམ་གྱི་འཐབ་ར་དང་ནགས་སར་མེ་སྤྱོད་པ་ནི་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་རྒྱུན་འཛིན་བྱས་པའི་གོམས་གཤིས་ཤིག་ཡིན་པས་མི་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ནགས་བཟོ་ལྡང་བསྒྱུར་སེམས་སུ་བཅངས།། ནགས་སྲུང་འགན་འཁྲི་ལག་ལེན་བསྟར།།

གལ་སྲིད་མེ་འགོག་ནི་རི་སྟོ་ཆུ་དྭངས་སྲུང་བའི་མཐིལ་ཚད་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཚེ་ནགས་བཟོ་ནི་མཐོ་སྒང་སུ་ཡུན་རིང་སྐྱེ་སྟོབས་དང་རེ་བ་སྤྲིན་པའི་རྨང་གཞི་ཡིན་ཞིང་། ལོ་ལྟར་གྱི་དཔྱིད་ཀར་ཀྲང་ལི་ཡིས་དུས་ཐོག་ཏུ་འཛིན་གྲྭ་དང་ཚོ་ཆུང་གི་ལས་རོགས་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ལོ་གཅིག་ནང་གི་རྩ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་སྡོང་འཛུགས་ཀྱི་དུས་སྐབས་དམ་འཛིན་བྱས་ཏེ་ཤིང་སྡོང་འཛུགས་པ་དང་བརྟན་སྲུང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་ཁམས་སྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

ཀྲང་ལི་ཡིས་འགན་འཁུར་བའི་ནགས་བཟོའི་ལས་སྒྲུབ་བྱ་ཡུལ་མང་ཆེ་བ་གཡང་གཟར་གྱི་རི་རྒོད་ཐོག་ཁྲབ་ཡོད། དེ་གར་ད་ཡོད་ཀྱི་ལམ་མེད་པ་དང་། གང་ས་གང་དུ་རྡོ་ཧྲུག་དང་ཚེར་མའི་ཁྱིམས་ཤིང་། རྐང་འོག་བརྟན་ཞིང་འདྲེད་བཤེར་ཆེ་བས་དཀའ་ངལ་ཧ་ཅང་ཆེ། མི་ཚང་མས་སྡོང་ཕྲུག་བཙུགས་ནས་རི་རྒོད་སྟོན་ལྗང་དུ་འགྱུར་བ་དང་ཁྱིམ་གཞིས་དེ་བས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་བར་ཡིད་ཆེས་བཅང་བཞིན་ཡོད།

ཕྱི་རོལ་དུ་ནགས་བཟོ་བྱེད་པ་ལྟར། ཀྲང་ལི་ཡིས་ད་དུང་ནགས་རའི་སྤུའུ20ལྷག་ཙམ་གྱི་སྨུག་གསོའི་རྟེན་གཞིའི་དོ་དམ་སྲུང་སྐྱོང་གི་འགན་འཁུར་གྱི་ཡོད། རྩྭ་ལྷུམ་མེད་པ་བཟོ་བ་དང་། ནད་འགོག་བྱེད་པ། ལུད་རྒྱག་པ། ཆུ་གཏོང་བ་བཅས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཚང་མ་མོས་དངོས་སུ་སྒྲུབ་པ་དང་། ཕྲུས་ལེགས་སྡོང་ཕྲུག་གསོ་སྐྱོང་བྱ་ཆེད། མོས་རང་འགུལ་ངང་སྡོང་ཕྲུག་གསོ་བའི་ལག་རྩལ་སློབ་སྦྱོང་དང་། འབྲེལ་ཡོད་དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་རིགས་ལྟ་བ། ཆེད་ལས་མི་སྣར་བཀའ་འདྲི་བཅས་བྱས་ཏེ་སྡོང་ཕྲུག་གསོ་བའི་རྟེན་གཞིར་རྩ་བ་ཚུགས་ནས་སྡོང་ཕྲུག་སྐྱེ་འཚར་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་ལྟ་ཞིབ་ཞིབ་ཚགས་བྱེད་པ་དང་། དུས་ཐོག་ཏུ་ནད་འབུའི་གནོད་འཚེ་གྲལ་བཤེར་བྱེད་པ། སྡོང་ཕྲུག་རེ་རེ་ལ་ལྟ་རྟོག་ཞིབ་ཚགས་བྱེད་པ་བཅས་བྱས་ཡོད། མོས་དོ་དམ་དང་སྲུང་སྐྱོང་ཞིབ་ཚགས་གནང་བར་བརྟེན་སྨུག་གསོའི་རྟེན་གཞིའི་སྡོང་ཕྲུག་གསོན་ཚད་བརྒྱ་ཆ98.7ཟིན་ནས་ས་གནས་དེ་གའི་སྟོ་འགྱུར་བྱ་གཞག་དང་མཐོ་སྒང་གི་སྐྱེ་ཁམས་སྐྱར་གསོ་བྱ་ཆེད་སྡོང་ཕྲུག་གི་རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་བཏིང་ཡོད།

དཀའ་ངལ་དེ་ལྟ་བུའི་མདུན་དུ་ཀྲང་ལི་ཡིད་ཕམ་མེད་ལ་ལྷག་བསམ་ཟློལ་མེད་ཀྱིས་དམངས་སེམས་བརྗེ་བ་དང་བརྩེ་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སེམས་ལ་དྲོད་སྐྱིད་གཏོང་གི་ཡོད། མེ་འགོག་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་རིང་མོས་རང་འགུལ་ངང་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིད་དུ་བསྐྱོད་དེ་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་གནས་ཚུལ་གླེང་མོལ་བྱེད་པ་དང་། རི་བོ་མེ་ལ་ཤོར་བའི་ཕྱོད་དཔེ་དང་བྲང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་གོ་བདེ་ཤེས་སླ་བའི་སྐད་ཆ་སྤྱད་དེ་ཚང་མར་སྲིག་འགལ་དང་མེ་སྤྱད་པའི་གནོད་འཚེ་ཚབས་ཆེན་ཐད་ཀར་ཆེར་དུ་བཏུག་པ་སྟེ། གལ་སྲིད་རི་ལ་མེ་སྐྱོན་བྱུང་ཚེ་ནགས་ཚལ་རྒྱ་ཆེན་པོ་མེར་བསྲེགས་པར་མ་ཟད། སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་ལ་གཏོར་བཤིག་གཏོང་བ། ཐ་ན་ཚང་མའི་ཚེ་སྲོག་དང་རྒྱུ་ནོར་གྱི་བདེ་འཇགས་ལ་ཡང་འཇིགས་སྐུལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

2020ལོ་ནས་ད་བར་ཀྲང་ལི་དང་འཛིན་གྲྭ་ཚོ་ཆུང་གི་ལས་རོགས་ཚོས་གཡང་གཟར་གྱི་རི་རྒོད་ཐོག་སྡོང་ཕྲུག་རེ་རེ་བཞིན་བཙུགས་པ་རིམ་སྤྲོས་བྱས་ནས་ནགས་བཟོའི་ལས་འགན་སྤུའུ་ཁྲི2.9ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ཡོད། དེ་སྔའི་རི་རྒོད་ལ་ད་ཆ་ལྗང་མདོག་གི་གོས་ཆས་མཐུག་པོ་གྱོན་ནས་རོང་བྲག་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་གསོའི་གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་མཚོན་ཚུལ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

མོས་ལོ27ནང་བརྟན་སྲུང་བྱས་པའི་ནགས་ཚལ་ལ་ལྗང་མདོག་གིས་ཁེངས་པ་དང་མི་ཚེ་ཕྱེད་ཀའི་རིང་ལ་བརྟན་སྲུང་བྱས་པའི་ལྗང་མདོག་ཁྱིམ་གཞིས་ལ་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་འཕྲོ་བཞིན་ཡོད།།

（ ཀུན་དགའ་བསམ་གཏན་གྱིས་བྲིས། ）

甘孜日报
དཀར་མཛེས་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར།
སྤྱིའི་ཨང་10622པ།
སྤྱིའི་འདོན་ཐེངས། ལྔ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད།
དཔྱིད་ཀྱི་མེ་ཏོག
2026ལོའི་ཟླ་བ 5 པའི་ཚེས 8 ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།
བོད་ཤིང་འབྲུག་ལོའི་ཟླ་བ4པའི་ཚེས22ཉིན།

1
དུས་རབས་དང་པོ་རྒྱུས་ཟིན་ཐོར་བཀོད།། རིག་གནས་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་དར་དུ་སྤེལ།།

2 དབྱར་ཀྱི་ཡར་ཚེ།
བོད་མིའི་བཟའ་བཏུང་ལ་རིགས་དབྱེ་ཚུལ།

3 སྙན་གྱི་སྙེ་མ།
ཨ་མ།

4 དཀུན་ཀྱི་འཛུམ་མདངས།
ཕྱུག་སོར་སྐྱུ་རྩལ་མར་རྒྱན་མཚོད་པ།

པར་དོན་གཙོ་འགན་པ། ལྷ་འཛོམས།
རྩོམ་སྒྲིག་པ། བདེ་སྐྱིད།
ཞིབ་སྒྲིག་པ། ཕུན་ཚོགས།