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་བ11པའི་ཚེས 23ཉིན།

ཉེ་ཆར།བརྒྱད་ཟིལ་རྫོང་མུ་བར་ཡུལ་ཤོག་གིས་
ནགས་རྩྭའི་མེ་ཟོན་མེ་གསོད་ཀྱི“མཐའ་འཁོར་ལྔ་དང་
ཉེ་འགྲམ་ལྔའི”འབར་སླ་བའི་དངོས་པོ་གཅིག་བསྡུས་
གཙང་སེལ་གྱི་ཆེད་དོན་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་བ་དང་དུས་མཉམ་
དུ། ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་ལམ་ངོས་ཀྱི་མངོན་མེད་
རྐྱེན་ངན་གཙང་སེལ་དང་།སྐྱེ་ཁམས་ཉེན་མེད་དང་
འགྲོ་ལམ་བདེ་བགྲོད་ཉེན་མེད་ཀྱི་མཐིལ་ཚད་བརྟན་
པོར་བསྲུངས་པ་རེད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱ་འགུལ་ཁྲོད་ཡུལ་ཤོག་གི་ལས་བྱེད་པ་
དང་། གྲོང་སྡེའི་ལས་བྱེད་པ།ནགས་ཚལ་དང་རྩྭ་ཐང་
སྲུང་སྐྱོང་བ།ཏང་མི་བཅས་ཁྱོན་བསྡོམས་མི100ལྷག་
བསྡུས་པ་དང་། ས་རྐོ་འཁོར་གཅིག་སྤྱད་དེ་འཕྲུལ་ཆས་
ཀྱིས་ལས་ཀ་བྱེད་པ་དང་མི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་གཙང་
སེལ་བྱེད་ཐབས་བརྒྱུད་དེ།སྤྱི་ལེ15ཡི་ཡུལ་ཤོག་གཞུང་
ལམ་འགྲམ་རྒྱུད་ཀྱི་མུའུ120ཡི་གཙོ་གནད་ས་ཁོངས་སུ་
གཅིག་བསྡུས་བཅོས་སྒྲིག་བྱས་ཡོད།གཙོ་བོར་འགྲོ་ལམ་

གཡས་གཡོན་གྱི་ཡལ་ག་དང་།རྩྭ་སྙིགས།འཁྲི་ཤིང་
སོགས་འབར་སླ་བའི་དངོས་པོ་གཙང་སེལ་བྱས་པ་དང་།
མེ་ཟོན་བཀར་ཁུལ་བསྐྲུན་ནས་མེ་སྐྱོན་གྱི་ཉེན་ཁ་མེད་པར་
བཟོས་པ།འཕྲུལ་ཆས་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེད་ལས་ཅན་གྱིས་
འགྲོ་ལམ་ཤར་གཏོང་གི་ལས་དོན་སྤེལ་ནས་གད་ཁའི་ལྷུང་
ཉེན་ཡོད་པའི་རྡོ་དང་།ལམ་ངོས་ཀྱི་དུང་གཤོང་།ཆུ་
འཁྱིལ་བའི་གནད་དོན་བཅས་རེ་རེ་བཞིན་ཐག་བཅད་
བྱས་ནས་འགྲོ་ལམ་བདེར་བགྲོད་ཉེན་མེད་དང་།ཤར་
གཏོང་ནུས་པ།གནོད་བསྙུང་གནོད་སེལ་བཅས་ཀྱི་ནུས་
པ་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ཆེ་རུ་བཏང་ཡོད།དུས་མཉམ་དུ་ལམ་
རྒྱུད་ཀྱི་མང་ཚོགས་ལ་ནགས་ཚལ་དང་རྩྭ་ཐང་མེ་ཟོན་མེ་
གསོད་སྐོར་གྱི་སྲིད་ཇུས་བསྒྲགས་པ་དང་།ཕྱི་རོལ་དུ་མེ་
སྤྱོད་པའི་དོ་དམ་གཏན་འབེབས་དང་མེ་སྐྱོན་སྙན་སེང་
ཐག་གཅོད་བརྒྱུད་རིམ་སྒྲོག་འགྲེལ་བྱས་པ།མང་ཚོགས་
ཀྱིས་རང་རྟོགས་ངང་མེ་ཁུངས་དོ་དམ་ཚོད་འཛིན་བྱ་རྒྱུར་
ཁྲིད་སྟོན་བྱས་པ།རང་འགུལ་ངང་ཁང་པའི་རྒྱབ་མདུན་

གྱི་འབར་སླ་བའི་དངོས་པོ་གཙང་སེལ་བྱས་པ་བཅས་ཀྱི་
མཉམ་འགོག་མཉམ་བཅོས་ཀྱི་ལས་ཀའི་རྣམ་པ་བཟང་པོ་
ཞིག་བསྐྲུན་ཡོད།
རྗེས་མར།ཧུང་པ་ཡུལ་ཤོག་གིས་མེ་ཉེན་ཆེ་བའི་
འགག་རྩའི་དུས་མཚམས་གཙོ་བོར་བཟུང་སྟེ།ནགས་
ཚལ་དང་རྩྭ་ཐང་དོ་དམ་སྲུང་སྐྱོང་གི་འགན་འཁྲི་གཏན་
ལ་འབེབས་པ་དང་།རྒྱུན་གཏན་གྱི་སྐོར་སྲུང་སྐོར་ཞིབ་
རྒྱུན་མི་ཆད་པ།ཕྱི་རོལ་གྱི་མེ་ཁུངས་དོ་དམ་ཚོད་འཛིན་
ནན་པོ་བཅས་བྱ་རྒྱུ་དང་།མུ་མཐུད་དེ་འགྲོ་ལམ་གྱི་
མངོན་མེད་རྐྱེན་ངན་ཚགས་བཤེར་བཅོས་སྒྲིག་ནན་ཏན་
བྱ་རྒྱུ་དང་། ཉེན་ཁ་དང་མངོན་མེད་རྐྱེན་ངན་ཆ་ཚང་
བ་ཆགས་པའི་ཐག་གཅོད་ལམ་སྲོལ་འཐུས་ཚང་དུ་
བཏང་ནས་ནགས་ཚལ་དང་རྩྭ་ཐང་གི་མེ་སྐྱོན་དང་འགྲོ་
ལམ་དུ་ཉེན་ཁའི་དོན་རྐྱེན་མི་འབྱུང་བའི་མཐིལ་ཚད་
བརྟན་པོ་བསྲུང་རྒྱུ་རེད།།
（ སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་བསྒྱུར།）

ཀྲེ་ཅང་དང་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གཉིས་ཀྱི་ན་
གཞོན་གྱི་བརྩེ་བ།རྒྱ་མཚོ་ལས་ཀྱང་ཟབ་ལ་གངས་རི་
ལས་ཀྱང་མཐོ་ཞེས་པའི2026ལོའི་ཀྲེ་ཅང་དང་དཀར་
མཛེས་ཁུལ་གཉིས་ཀྱི་ན་གཞོན་གཙོ་དོན་སྤེལ་རེས་བྱེད་
སྒོ་ཧང་ཀྲོའུ་རུ་སྤེལ་བ་རེད།དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་ན་
གཞོན་ལོ་ཆུང150སྔ་རྗེས་སུ་ཧང་ཀྲོའུ་དང་སུའུ་ཀྲོའུ་
སོགས་ལ་བསྐྱོད་དེ་དུས་ཡུན་ཉིན་དྲུག་གི་ཞིབ་འཇུག་
སློབ་སྦྱོང་སྤེལ་རེས་དང་གཙོ་དོན་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་རེད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་ནི་གུང་གཞོན་ཚོགས་པ་ཀྲེ་
ཅང་ཞིང་ཆེན་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་དང་གུང་གཞོན་ཚོགས་
པ་སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གིས་མཛུབ་སྟོན་
བྱས་པ་དང་། གུང་གཞོན་ཚོགས་པ་ཧང་ཀྲོའུ་གྲོང་
ཁྱེར་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་དང་གུང་གཞོན་ཚོགས་པ་དཀར་
མཛེས་ཁུལ་ཨུ་ལྷན་གྱིས་གཙོ་སྒྲུབ་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་།
དེའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་ཀྲེ་དཀར་ཤར་ནུབ་རྒྱུད་གྱི་རོགས་
ལས་མུ་མཐུད་ཟབ་ཏུ་སྤེལ་བ་དང་།ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་
གཅིག་མཐུན་འདུས་གྲུབ་འདུ་ཤེས་སྔར་ལས་བརྟན་པོ་
འཆང་བ་དང་ས་གནས་གཉིས་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལོ་ཆུང་
འགྲོ་འོང་སྤེལ་རེས་དང་མཉམ་འདྲེས་གཏིང་ཟབ་དང་
ཏན་ཏིག་ཡོང་བར་བསྐུལ་རྒྱུ་དེ་རེད།
བྱེད་སྒོ་སྤེལ་རིང་།ཚང་མས་སྔ་རྗེས་སུ་ལེང་
ཀྲུའུ་དངོས་མང་ཁང་དང་།ཀྲུང་གོའི་ཐམ་ག་རིག་
གནས་དངོས་མང་ཁང་།སུའུ་ཀྲོའུ་དངོས་མང་ཁང་།
སུའུ་ཀྲོའུ་ཕོ་བྲང་གི་སོ་ཕག་དངོས་མང་ཁང་།ཞི་ཧུའུ་

མཚེའུ།ཀྲུང་གོའི་ཅིང་ཧང་མིས་བཟོས་གཙང་པོ་ཆེན་
པོའི་དངོས་མང་ཁང་།ཆའོ་ཞིའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་
ཁྲོམ་གཞུང་།ཧོ་ཧྥང་ཁྲོམ་གཞུང་།སུའུ་ཀྲོའུ་གསར་
བརྗེའི་དངོས་མང་ཁང་།ཧང་ཀྲོའུ་གྲོང་ཁྱེར་རྒྱལ་སྲུང་
སྐུལ་སློང་སློབ་གསོ་ཁང་།ཀྲེ་ཅང་ཞིང་ཆེན་གཟུགས་
མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་བཤམས་སྟོང་ཁང་།ཧང་
ཀྲོའུ་འཕྲུལ་མིའི་སློབ་གྲྭ།ཀྲེ་ཅང་རང་བྱུང་དངོས་མང་
ཁང་། ཀྲུང་གོའི་ཧང་ཀྲོའུ་ཐཱན་ཉུང་ཚན་རྩལ་ཁང་
སོགས་སུ་ལྟ་སྐོར་སློབ་སྦྱོང་བརྒྱུད་དེ་གསར་བརྗེ་ལོ་
རྒྱུས་རྗེས་དྲན་དང་།ཀྲུང་ཧྭ་རིག་གནས་སྣ་མང་གཞི་
གཅིག་གི་ཁྱད་ཆོས་དམིགས་བསལ་མྱོང་ཤེས་ཐུབ་པ་
དང་། མི་རིགས་ཁག་གི་རིག་གནས་མཉམ་གནས་
མཉམ་འདྲེས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྩ་བར་གོ་བ་ཟབ་མོ་བླངས་པ།
ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་གཅིག་མཐུན་འདུས་གྲུབ་འདུ་ཤེས་
སྔར་ལས་བརྟན་པོར་བཏང་ཡོད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོར་དཀར་མཛེས་ཁུལ་དང་
ཀྲེ་ཅང་གི་སློབ་མ་ཚོས་རྒྱལ་དར་མཉམ་པོ་བསྒྲེངས་
པ། སློབ་ཁྲིད་མཉམ་དུ་ཉན་པ།གླུ་གཞས་མཉམ་དུ་
ཕབ་པ་བཅས་ཀྱི“དུས་མཉམ་གསུམ”བྱེད་སྟངས་
བརྒྱུད་དེ་ཕན་ཚུན་གྱི་འཚོ་བར་རྒྱུས་ལོན་བྱས་པ་
དང་སེམས་གཏམ་བཤད་རེས་བྱས་ནས་གྲོགས་པོར་
བཟང་པོར་གྱུར་ཡོད།
རྗེས་མར།ཀྲེ་ཅང་དང་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ས་
གནས་གཉིས་ཀྱི་གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་རྩ་འཛུགས་

ཀྱིས་བྱེད་སྒོའི་དུས་ཡུན་ཐུང་བའི་བསམ་གཞིག་ལས་
བརྒལ་ཏེ་ཕུགས་ཕན་རོགས་ལས་ལམ་སྲོལ་འཐུས་ཚང་
དུ་གཏོང་བ་དང་།འཕྲིན་ཡིག་གཏོང་རེས་དང་དྲྭ་
ཐོག་མཉམ་འགུལ།ཕྱོགས་གཉིས་ཞིབ་འཇུག་སློབ་
སྦྱོང་སོགས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་ས་གནས་གཉིས་
ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལོ་ཆུང་འགྲོ་འོང་སྤེལ་རེས་དང་མཉམ་
འདྲེས་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་དང་ཡུན་ཕན་ཅན་དུ་བསྒྱུར་བ་
དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་ས་གནས་གཉིས་ཀྱིས་ཀྲེ་ཅང་གི་
ལེགས་ཆར་གཞིར་བཟུང་སྟེ།དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་
དགོས་མཁོར་དམིགས་པ་དང་།ན་གཞོན་ཚོའི་རེ་
འདུན་ལ་བསྟུན་ནས་མཉམ་ལས་མཉམ་སྐྲུན་གྱི་ལས་ཀ་
ཤུགས་ཆེར་སྤེལ་རྒྱུ་དང་།ན་གཞོན་ལོ་ཆུང་ཚོའི་
སེམས་ཤུགས་སློང་བའི་ཐོག་ཀྲེ་དཀར་ཕན་ཚུན་མཉམ་
ལས་མཉམ་རོགས་དང་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་གཏམ་
རྒྱུད་ཡག་པོ་བཤད་རྒྱུ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།མུ་མཐུད་
དེ་གསར་གཏོད་ལས་གཏོད་ཀྱི་ན་གཞོན་སྤེལ་རེས་
ཚོགས་པ་དང་།དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་བྱིས་པའི་ཞིབ་
འཇུག་སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ་སོགས་པེ་ཅིང་དང་ཧྲང་
ཧའེ་ས་ཆ་བཅས་ལ་བསྐྱོད་དེ་མཉམ་ལས་མཉམ་
རོགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་རབ་དང་རིམ་པ་སྤེལ་ནས་མི་
རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་སེ་འབྲུ་མེ་ཏོག་བསྐལ་པ་སྟོང་
ལ་བཞད་ཐུབ་པར་འབད་རྒྱུ་རེད།།
（ སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་བསྒྱུར།）

（ པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད།）ལས་གཞི་དོ་དམ་སྲུང་སྐྱོང་གི་འགན་འཁྲི་དོན་འཁྱོལ་དང་གནད་དོན་བཅོས་སྒྲིག་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཆ་རྒྱུས་ཞིབ་ཕྲ་གནང་བ་རེད།
རྟོག་ཞིབ་རིང་ལ་ཀྲའོ་པོ་ས་ཆ་རེར་སླེབས་དུས་གཞི་རིམ་ཏང་མི་ལས་བྱེད་མང་ཚོགས་དང་སྤེལ་རེས་གང་ལེགས་བྱས་ནས་ཏང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་ལྔ་པའི་སྙིང་དུ་དོན་མང་ཚོགས་ལ་སྒྲོག་འགྲེལ་གནང་ཡོད།ཁོང་གིས་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་སྙིང་དོན་སྦྱོང་སྒྲོག་ལག་བསྟར་བཅས་བྱ་རྒྱུ་ནི་མིག་སྔ་དང་སླད་ཕྱིན་དུས་སྐབས་ཤིག་གི་ཆབ་སྲིད་ལས་འགན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པས།ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་དགོངས་པ་མཛུབ་ཁྲིད་དུ་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཏེ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དང་ཁྱོན་ཡོངས།རྒྱུད་རིམ་ལྡན་པ།དོན་དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བཅས་ཀྱིས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་བསམ་བློ་དང་བྱ་སྤྱོད་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་སྙིང་དོན་ཐོག་གཅིག་གྱུར་ཡོང་བ་བྱེད་པ་དང་།སྤྱོད་ཚུལ་ནན་ཏིག་དང་དངོས་སྒྲུབ་བྱ་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་དོན་ཁག་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ཕན་འབྲས་ཐོན་པ་བྱས་ཏེ།ཏང་དོ་དམ་དང་ཏང་བཅོས་སྐྱོང་གི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཕན་ནུས་མུ་མཐུད་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས།མི་དམངས་ཀྱི་ལངས་ཕྱོགས་བརྟན་སྲུང་དང་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་སྣེ་ཁྲིད་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ།ཡིག་བསྐུར་ངོ་བཅར་གྱི་འགལ་བ་འདུམ་གཅོད།དམངས་འཚོའི་ཞབས་ཞུ་འགན་སྲུང་དམ་འཛིན་ནན་འཛིན།མང་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་ཉེན་སེམས་ཁྲལ་བཅས་དངོས་གནས་སེལ་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་ཏང་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་དེ་མང་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བ་དང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་བའི་གྲུབ་འབྲས་དངོས་དང་ཕན་འབྲས་དངོས་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་བསྒྱུར་དགོས་ཞེས་ནན་གསུང་གནང་བ་རེད།།（ ལྷ་འཛོམས་དང་ཀུན་དགས་བསྒྱུར།）

ཟབ་སྦྱོང་དང་ཧུར་བརྩོན་བྱས་ནས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ཡུན་རིང་བདེ་འགོད་དང་ཐུན་མོང་ཕྱུག་འབྱོར།འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་པ་གསར་པ་
ཤུགས་ཡོད་རྒུས་གཏོད་དགོས།

（ པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད།）ཧུར་སྒྲུབ་འཕྲལ་གཉེར་བཅས་བྱས་ཏེ།“ལོ་ལྔའི་འཆར་འགོད་བཅོ་ལྔ་པ”འགོ་འཛུགས་པའི་ལོའི་དམིགས་འབེན་ལས་འགན་ཁག་ལེགས་འགྲུབ་ཡོང་བར་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་འགན་ལེན་བྱ་དགོས་ཞེས་ནན་གསུང་གནང་བ་རེད།
ཚོགས་འདུར་བསྟན་དོན།ད་ལོ་ནས་བཟུང་།ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་གོང་འོག་ཚང་མས་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཞིང་ཆེན་གྱི་འཕར་ཚད་སྲིད་ཇུས་དོན་ལ་འཁྱོལ་བ་དང་།ལས་གཞི་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་ལས་ཡུལ་དང་པོར་འགག་སྒྲོལ་ལས་དོན་མཐར་ཕྱིན་སྤེལ་བ།“འཕྲལ་སྒྲུབ་དཔེ་སྟོན”ལམ་སྲོལ་གསར་སྐྲུན་བྱས་ནས་བཙུགས་པས།དཔལ་འབྱོར་འཁོར་སྐྱོད་བརྟན་ཐོག་ལེགས་འཕེལ་བྱུང་ཡོད།ཡིན་ནའང་སྔར་བཞིན་ཞན་ཆ་དང་མི་འདང་ས་ཡོད་པ་རེད།
ཚོགས་འདུར་རྫོང(གྲོང་ཁྱེར)ཁག་དང་སྡེ་ཚན་ཁག་གིས་ཁུལ་ཨུའི“སྒྲུབ་པ་བཞིའི”བླང་བྱ་དོན་ལ་འཁྱོལ་ཏེ།“ལས་གཞི་གཙོ་བོར་འཛིན་པའི”འདུ་ཤེས་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཤིང་།ལས་གཞི་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོ་ཡོང་བར་སྣེ་ཁྲིད་བྱ་དགོས།གཅིག་ནས་མྱུར་ཚད་བརྩོན་ལེན་དང་མ་དངུལ་འཇོག་རྒྱ་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས་པ་དང་།གཉིས་ནས་ཚོང་འགུགས་མ་འདྲེན་ལ་དམ་འཛིན་དང་རྗེས་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས།གསུམ་ནས་འགན་སྲུང་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་འགག་གནད་གཏོར་དགོས།བཞི་ནས་ཁོར་ཡུག་ལེགས་སུ་གཏོང་བ་དང་མཐིལ་ཚད་བསྲུང་དགོས།ལྔ་ནས་དུས་འགོར་དམ་འཛིན་དང་འགོ་འཛུགས་པར་བསྐུལ་དགོས།དྲུག་ནས་འགན་འཁྲི་ནན་དུ་གཏོང་བ་དང་དོན་ལ་འཁྱོལ་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས་ཞེས་ནན་པོར་བསྟན་པ་རེད།
ཚོགས་འདུར།ཁུལ་རིམ་པའི་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་དང་འབྲེལ་ཡོད་རྫོང(གྲོང་ཁྱེར)གིས་གཏམ་བཤད་སྤེལ་རེས་བྱས་པ་རེད།། (བདེ་སྐྱིད་དང་ཀུན་དགས་བསྒྱུར།)

（ པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད།）
ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ།ཁུལ་དཔོན།ཁུལ་རྒྱལ་ཁབ་ས་ཆའི་བར་ཁོངས་འཆར་འགོད་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ལག་བསྟར་ཀྲུའུ་རེན་དབྱང་ཧུང་ཧྲོའུ་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པ་རེད། ཚོགས་འདུར《གྲོང་ཡུལ་གསར་སྤེལ་མཐའ་མཚམས་དོ་དམ་བྱ་ཐབས(ཚོད་ལྟའི་ལག་བསྟར)》གཅིག་བསྡུས་ཐོག་བརྒྱུད་སྦྱངས་དང་། འབྲེལ་ཡོད་འཆར་འགོད་ཇུས་གཞིར་གྲོས་ཞིབ།ཕྱིན་ཆད་གཙོ་གནད་ལས་ཀར་ཞིབ་འཇུག་དང་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་རེད།
ཚོགས་འདུར་བསྟན་དོན།རྒྱལ་ཁབ་ས་ཆའི་བར་ཁོངས་འཆར་འགོད་ནི་གྲོང་ཁྱེར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱིའི་རྩ་འཛིན་ཞིག་ཡིན་པས་འཐབ་ཇུས་རང་བཞིན་དང་སྣེ་ཁྲིད་རང་བཞིན་གྱི་ནུས་པ་ཧ་ཅང་གལ་ཆེན་ལྡན་ཡོད།ས་གནས་ཁག་དང་སྡེ་ཁག་སོ་སོས་རྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་འདུ་ཤེས་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཏེ།“བསམ་ཇུས་གཅིག”གི་བསམ་བློ་བརྟན་པོ་བཅངས་ནས་འཆར་འགོད་གནད་ལ་འཁེལ་བ་དང་འགག་སྒོ་ནན་པོ་སྲུང་བ། མཉམ་ཞིབ་མཉམ་འགུལ་ལམ་སྲོལ་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་བཏང་སྟེ།ཚན་རིག་དང་མཐུན་ལ་ལས་ཕྱོད་ཆེ་བ་དང་།སྦྲེལ་མཐུད་འགག་མེད།འདེགས་སྐྱོར་ནུས་ལྡན་བཅས་ཡིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་བར་སྟོང་འཆར་འགོད་མ་ལག་འཛུགས་པ་དང་།འགྱུར་མེད་རང་བཞིན་གྱི་དོ་དམ་ཚོད་འཛིན་དང་ལྡེམ་ཤུགས་འོས་འཚམ་བཀོད་སྒྲིག་གཅིག་གྱུར་དམ་ཚགས་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཏེ།བར་ཁོངས་ཀྱི་མཐིལ་ཚད་ཡག་པོ་སྲུང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཐོན་ལས་གལ་ཆེན་སྦྲེལ་མཐུད་གནད་འཁེལ་དང་གཙོ་གནད་ལས་གཞིའི་ས་སྤྱོད་ལུགས་མཐུན་དགོས་མཁོ་བསྐང་བ།ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་དུས་རིམ་དང་སྟངས་འགྲོས་གཅིག་འདོམས་བྱས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བར་ཁོངས་འདང་ངེས་གཞག་དགོས།ལེགས་བསྡུས་ཞིབ་གཉེར་གྱི་སྤུས་ཚད་སྟོན་ཕྱོགས་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཡོང་བ་དང་།གྲོང་ཁྱེར་ནང་སྤུས་ཅན་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གཙོ་རྐང་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཏེ།གྲོང་ཁྱེར་དོ་དམ་གྱི་ལེ་ལག་ཚང་བ་དང་སྤྱི་པའི་ཞབས་ཞུ་ལེགས་སྤར་ལ་སྤྱི་འདོམས་ཀྱིས་བསྐུལ་ནས།བར་ཁོངས་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཕན་འབྲས་དང་མི་སྡོད་ཁོར་ཡུག་གི་སྤུས་ཚད་རྒྱུན་མཐུད་ངང་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས།མཐིལ་ཚད་གི་བསམ་གཞིག་བརྟན་པོ་བཅངས་པ་དང་། དུས་འཁོར་ཧྲིལ་པོའི་དོ་དམ་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས།འཆར་འགོད་ལག་བསྟར་གྱི་འགུལ་རྣམ་ལྟ་ཞིབ་ཚད་ལེན་དང་རྗེས་སྙེག་དཔྱད་དཔོག་ལམ་སྲོལ་འཐུས་ཚང་དུ་གཏོང་བ་དང་།ཕྱོགས་སོ་སོའི་ལྟ་སྐུལ་དོ་དམ་གྱི་འགན་འཁྲི་དངོས་གནས་དམ་འཛིན།དོ་དམ་ཚོད་འཛིན་གྱི་མཐའ་མཚམས་ལས་བརྒལ་བ་དང་།སྒྲིག་འགལ་གསར་སྤེལ་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཞིབ་བཤེར་ཆད་གཅོད་ནན་པོ་བཅས་བྱས་ཏེ།འཆར་འགོད་མ་ལག་སྔར་བས་འཐུས་ཚང་དང་འཆར་འགོད་ལག་བསྟར་སྔར་བས་ནུས་ལྡན། བར་སྟོང་བཀོད་སྒྲིག་སྔར་བས་གོ་རིམ་ལྡན་པ་བྱ་དགོས།།
(བདེ་སྐྱིད་དང་ཀུན་དགས་བསྒྱུར།)

བྱེད་ནུས་ཚད་དཔོག་ལ་དམིགས་ཤིང་།བར་ཁོངས་འདེགས་ཤུགས་ཆེ་རུ་བཏང་སྟེ།ཆུ་ཚད་མཐོན་པོའི་འཆར་འགོད་ཀྱིས་གྲོང་ཁྱེར་ནང་སྤུས་ཅན་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོ་ཡོང་བར་བསྐུལ་དགོས།

མི་བརྒྱ་ལྷག་གིས་ཤུགས་མཉམ་བཏོན་གྱིས“འགོག་སྲུང་མཐིལ་ཚད་གཉིས”བརྟན་པོར་བསྲུངས།
བརྒྱད་ཟིལ་རྫོང་མུ་བར་ཡུལ་ཤོག་གིས“མཐའ་འཁོར་ལྔ་དང་ཉེ་འགྲམ་ལྔའི”གཙང་སེལ་བྱེད་སྒོ་སྤེལ།

ཀྲེ་ཅང་དང་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གཉིས་ཀྱི་ན་གཞོན་ཚོ་ཕན་ཚུན་འགྲོ་འོང་མཉམ་འདྲེས་ཁྲོད་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་
བརྩེ་བ་ཟབ་ཏུ་བཏང་།

ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད།ནར་འགྱངས་མི་རུང་།

སེ་འབྲུའི་མེ་ཏོག་བཞད།།ཕུགས་འདུན་མཉམ་དུ་གཉེར།།

གཙོ་དོན་སྤེལ་རེས་བྱེད་སྒོའི་ཡུལ་དངོས།