4 2020ལོའི་ཟླ་9ཚེས་8 གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར།

ས་གནས། ལྷ་ས་རྡོ་སེང་གེ་ལམ་སྒོ་རྟགས། 36 སྦྲག་ཨང་། 850000 ཁ་པར་ཨང་གྲངས། 6335974 སིལ་ཚོང་རིན་སྒོར་ཟུར།4 ཚགས་པར་བརྒྱབ་ཟིན་དུས་ཆུ་ཚོད། 6:50

今日主要内容
▲ 区党委常委会召开(扩大）会议传达学习中共中央政治
局会议精神等
▲ 本报评论：充分认识中央第七次西藏工作座谈会的重
要意义
—— 一论学习贯彻习近平总书记在中央第七次西藏工
作座谈会重要讲话精神
▲ 齐扎拉主持召开自治区人民政府党组（扩大）会议
▲ 同心共谱和谐曲
——新时代党的治藏方略在西藏成功实践综述之九
▲ 系在糌粑口袋上的深情
——西藏昔日“乞丐村”的脱贫路

第一版

第四版 ▲图表：民法典与生活同行之公民可以通过哪些方式立

遗嘱？

第二版

▲ 小康路上不掉队
—— 山南市加查县共康村脱贫攻坚见闻
▲ 2020年中华环保世纪行——西藏行检查组在那曲日喀
则调研
▲ 自治区慈善总会公益慈善项目筹募会在拉萨举办
▲ 昌都市县域综合医改工作全面开展

第三版 ▲图片新闻

▲ 一周天气预报

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
ཀྲུང་དབྱང་གི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བདུན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ངེས་་་་་་་གནས་ལ་གོ་བ་ལེན་པ་དང་ཁོང་དུ་གཏིང་ཟབ་ཆུད་པར་བྱེད་དགོས།ཀྲུང་དབྱང་གི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་་གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བདུན་པ་ནི་རང་རྒྱལ་གྱིས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་འབྱོར་འབྲིང་སྤྱི་ཚོགས་་་་་་སྐྲུན་པའི་རྒྱལ་ཁ་ཕུ་ཐག་གཅོད་པའི་སྐབས་དང་།ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་རྒྱང་སྐྱོད་ལམ་བུ་གསར་པ་འགོ་ཚུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དུས་སྐབས་སུ་འཚོགས་་་་་་་་པའི་ཚོགས་འདུ་གལ་ཆེན་ཞིག་དང་།བློ་མཐུན་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སྲོག་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་་་་་་་་གིས་འཐབ་ཇུས་དང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་མཐོ་ཚད་ནས་བསམ་གཞིག་བྱས་པ་དང་།དུས་རབས་གསར་པའི་བོད་་་་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བར་ཇུས་འགོད་བྱས་པ།སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་བོད་་་་ལྗོངས་གསར་པའི་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འཆར་གཞི་བཀོད་པ་བཅས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་གལ་ཆེན་ཞིགསྤྱི་ཁྱབ་་་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས“ལོ་བརྒྱ་གཉིས”ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འདྲེས་མཚམས་སུ་སྐུ་ངོ་མས་ཇུས་འགོད་དང་སྐུ་ངོ་མས་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བའི་ཚོགས་འདུ་གལ་ཆེན་ཞིགཏང་གི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ལམ་ཚད་རྡོ་རིང་གི་་་་དོན་སྙིང་ལྡན་པའི་ཚོགས་འདུ་གལ་ཆེན་ཞིག་བཅས་ཡིན་པ་དེས།བོད་ཀྱི་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་་་་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་།མཐུན་སྒྲིལ་དང་།འབྱོར་ཕྱུགཤེས་དཔལ།ཞི་་མཐུན།མཛེས་སྡུག་བཅས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་བོད་གསར་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་་་དངོས་ཡོད་དང་གཏིང་ཟབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་སྙིང་གལ་ཆེན་ལྡན་ཡོད།
སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་ལ་གོ་བ་ལེན་པ་དང་ཁོང་དུ་་་་་་་་གཏིང་ཟབ་ཆུད་པར་བྱེད་དགོས།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅིའི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་གྱིས་གཟིགས་རྒྱང་རིང་བ་་་་་་་་་་དང་།དུས་གནས་རྟོག་དཔྱོད།སྤྱི་ཡོངས་སྟངས་འཛིན་བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་མིག་སྔའི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་་་་་་་་འཕྲད་པའི་དུས་བབ་གསར་པར་དབྱེ་ཞིབ་གཏིང་ཟབ་གནང་བ་དང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་་་་་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་དང་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ཡག་པོ་བསྒྲུབ་པའི་མཛུབ་ཁྲིད་དགོངས་པར་རྒྱས་བཤད་ཞིབ་ཕྲ་་་་་་་་་གནང་བ་མ་ཟད།མིག་སྔ་དང་སླད་ཕྱིན་དུས་སྐབས་ཤིག་རིང་གི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་གྱི་དམིགས་ཚད་ལས་་་་་་་འགན་དང་།མཛད་ཕྱོགས་སྲིད་ཇུས།འཐབ་ཇུས་བྱ་ཐབས་བཅས་ཁ་གསལ་བཏོན་ནས་དུས་རབས་་་་་་་་་་་གསར་པའི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་འཆར་གཞི་གསར་པ་བཀོད་གནང་ཡོད།གསུང་བཤད་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་།བསམ་བློའི་རང་བཞིན།རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན།མཛུབ་ཁྲིད་ཀྱི་རང་་་་་་་་་་་བཞིན་བཅས་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་ལྡན་པ་དང་།མར་ཁེ་སི་རིང་ལུགས་ཀྱི་བདེན་དོན་གྱི་འོད་ཟེར་འཕྲོ་བའི་རྩ་་་་་འཛིན་རང་བཞིན་གྱི་ཚད་ལྡན་ཡིག་ཆ་ཞིག་ཡིན་པ་དེས།བོད་དུ་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་་་་་་་་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་པའི་རྒྱང་སྐྱོད་ཀྱི་ལམ་བུ་གསར་པ་གཏོད་པར་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་གསལ་སྟོན་དང་རྩ་བའི་གཞི་འཛིན་ས་མཁོ་འདོན་གནང་བ་མ་ཟད།སྒུལ་ཤུགས་ཆེན་པོའང་བསྣན་ཡོད།དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་ལ་གོ་བ་ལེན་པ་དང་ཁོང་དུ་གཏིང་ཟབ་ཆུད་པར་བྱེད་དགོས།ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་པ་འཚོགས་ཚུན།བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་འཕྲད་པའི་དུས་བབ་་་་་

དང་ལས་འགན་ལ་འགྱུར་ལྡོག་གཏིང་ཟབ་བྱུང་ནས་བློ་མཐུན་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སྲོག་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་་་་ཀྲུང་དབྱང་གིས་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཁོང་དུ་གཏིང་ཟབ་ཆུད་པར་བྱས་ཏེ།ཏང་གིས་མི་དམངས་་་ལ་འགོ་ཁྲིད་གནང་ནས་བོད་སྐྱོང་དང་།བོད་བརྟན།བོད་དར་བཅས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ཉམས་མྱོང་ཕྱོགས་་་་་སྡོམ་གནང་བ་མ་ཟད།“ངེས་པར་དུ་བཅུ”ཁ་གསལ་བཏོན་ནས་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་་་མཛད་ཇུས་གྲུབ་ཡོད།དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་ཁྲོད་རང་རེའི་ཏང་གི་བོད་ཀྱི་་་་ལས་དོན་གྱི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་ལག་ལེན་ལ་མཆོང་སྐྱོད་གསར་པ་མངོན་འགྱུར་བྱུང་ཡོད།འདི་་ནི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་་་་་་་་པའི་གྲུབ་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་དང་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ཡག་པོ་སྒྲུབ་པའི་རྩ་འཛིན་དང་།བླ་སྲོགཕྱོགས་སྟོན།ཚད་ཤིང་བཅས་ཡིན་པས་ངེས་པར་དུ་ཡུན་རིང་མཐའ་འཁྱོངས་དང་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་་་་་་དགོས།
སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་དང་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་དམིགས་བསལ་ཐུགས་ཁུར་ལ་སྙིང་དབུས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་་དགོས།ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་ཚད་མཐོའི་མཐོང་ཆེན་དང་་་་་བོད་ཀྱི་མི་དམངས་ལ་ཐུགས་ཁུར་ཟབ་མོ་གནང་སྟེ།སྒྱུར་བཅོས་སྒོ་དབྱེ་བྱས་ཚུན།སྔ་རྗེས་སུ་བོད་ཀྱི་ལས་་དོན་སྐོར་གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བདུན་འཚོགས་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགག་རྩའི་མཚམས་ཚིགས་་་་་་་ཚང་མར་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་ཇུས་འགོད་གནང་བ་དང་།ཚོགས་འདུ་འཚོགས་ཐེངས་ཚང་མར་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ནས་ཐབས་ཇུས་དང་བཀོད་སྒྲིག་གལ་ཆེན་བཏོན་གནང་ཡོད།ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་པ་འཚོགས་ཚུན།བློ་མཐུན་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སྲོག་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གིས་ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་དོན་སྤྱི་ཡོངས་ཁྲོད་ཀྱི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་གྱི་འཐབ་ཇུས་གནས་བབ་དེ་་སྔར་བྱུང་མྱོང་མེད་པའི་མཐོ་ཚད་དུ་མཐོར་འདེགས་གནང་བ་དང་།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་སྐུ་ངོ་མས་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་ཁ་ཕྱོགས་གཏན་འཁེལ་དང་བཀོད་སྒྲིག་ཇུས་འགོད་གནང་བ།བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ཐད་གསུང་བཤད་་གལ་ཆེན་དང་མཛུབ་སྟོན་དང་མཆན་བཀོད་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་ཐེངས་མང་གནང་བ།སྐུ་ངོ་མས་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་གཉིས་བཀོད་སྒྲིག་དང་སྐོང་ཚོགས་གནང་ནས་ཁ་ཕྱོགས་་་དང་ཇུས་གཞི་གསལ་སྟོན་གནང་ཡོད།སྐུ་ངོ་མས་དམིགས་བསལ་གཟིགས་སྐྱོང་སྲིད་ཇུས་རབ་དང་རིམ་པ་་བཟོས་པ་དང་རྣམ་གྲངས་གལ་ཆེན་རབ་དང་རིམ་པའི་འཆར་འགོད་ལ་མཛུབ་ཁྲིད་གནང་བ།བོད་དུ་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་བསམས་ཀྱང་བྱེད་མ་ཐུབ་པའི་དཀའ་གནད་མང་པོ་ཐག་གཅོད་དང་་་་་དུས་ཡུན་རིང་པོར་བྱེད་དགོས་བསམས་ཀྱང་བྱེད་མ་ཐུབ་པའི་བྱ་བ་མང་པོ་སྒྲུབ་རོགས་བཅས་གནང་ནས་་་་བྱ་གཞག་ཁག་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཡར་རྒྱས་དང་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་་་་་་་་་བཏང་ཡོད།ས་མཐོའི་བུ་ཕྲུག་ཚོས་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅིའི་རི་ལས་མཐོ་བའི་ཐུགས་ཁུར་དང་མཚོ་ལས་ཟབ་པའི་་་བརྩེ་སེམས་དང་།ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་དམིགས་བསལ་ཐུགས་ཁུར་དང་ས་མཐོར་ཁྱབ་པའི་གཟིགས་སྐྱོང་།དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་ཀྱི་མཁས་མཛངས་ལྡན་པའི་མཛུབ་ཁྲིད་དང་གྲུབ་་་་་་་་་་འབྲས་ཐོབ་པའི་ལག་ལེན།ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འགྲན་ཟླ་བྲལ་

བའི་ཁྱད་འཕགས་རང་བཞིན་བཅས་བློ་ལ་ཟབ་མོར་བཅངས་ཡོད།
ཆར་རླུང་ཁྲོད་དུ་འོད་སྟོང་བྱ་གཞག་གཏོད།གྲུ་གཡོར་བསྒྲེངས་ནས་གཟི་བརྗིད་ལེའུ་རྩོམ།ཀྲུང་་་་་་་་་དབྱང་གི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བདུན་པ་རྒྱལ་ཁའི་ངང་འཚོགས་པ་་་་་་་་་མཚོན་རྟགས་སུ་བྱས་ནས་བོད་ཀྱིས་སྔར་བྱུང་མྱོང་མེད་པ་དང་འཕྲད་པར་དཀའ་བའི་རྩ་ཆེའི་གོ་སྐབས་་་་་་་་བསུས་ཡོད།ང་ཚོས་བློ་མཐུན་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སྲོག་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་མཐའ་འཁོར་དུ་་་་དེ་བས་མཐུན་སྒྲིལ་དམ་ཟབ་བྱས་ཏེ།ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་་་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཛུབ་ཁྲིད་དུ་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་དང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་བསྟར་བྱས་ཏེ་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་དང་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་དམིགས་བསལ་ཐུགས་ཁུར་དེ་དུས་རབས་གསར་པའི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ཡག་པོ་བསྒྲུབ་པའི་སྟོབས་ཆེའི་སྒུལ་ཤུགས་སུ་འགྱུར་བ་བྱས་ནས་ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་རླབས་ཆེན་བསྐྱར་དར་གྱི་ཀྲུང་གོའི་ཕུགས་འདུན་གྱི་བོད་ཀྱི་ལེའུ་ཧུར་་་ཐག་རྩོམ་དགོས།
(པ་སངས་ཀྱིས་བསྒྱུར།པ་སངས་དང་པ་ཕན་གྱིས་ཞུས)

ཀྲུང་དབྱང་གི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བདུན་པའི་
དོན་སྙིང་གལ་ཆེན་ལ་ངོས་འཛིན་གང་ལེགས་བྱེད་དགོས།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་ཀྲུའུ་ཞི་གཞོན་པ་ལྕགས་རྭ་བློ་བཟང་བསྟན་འཛིན་ཟུར་ཞུགས་གནང་བ་རེད།
ཆེ་དགྲ་ལྷས་བླང་བྱ་བཏོན་གནང་དོན།ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་སྲིད་གཞུང་་་་་་་
ཁོངས་གཏོགས་ཀྱིས་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅིའི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་གྱི་བླང་བྱར་་་་་་་་ནན་པོར་གཞིགས་ཏེ“ངེས་པར་དུ་བཅུ”ཁོང་དུ་ཡང་དག་ཆུད་པར་བྱས་ནས་་བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་་་་་་་་ཇུས་དང་མཛད་ཕྱོགས་སྲིད་ཇུས་ཁག་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་དགོས།མེས་རྒྱལ་་་་་་་་་གཅིག་གྱུར་སྲུང་སྐྱོང་དང་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ་དེ་གཞི་་འཛིན་ས་དང་ཤུགས་རྒྱག་སར་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་་་་་་གཅིག་མཐུན་འདུས་གྲུབ་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོ་བཙུགས་ནས་ཁ་ཕྲལ་ལ་ངོ་་་་་་་རྒོལ་བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་གཏིང་ཟབ་སྤེལ་དགོས།འཕེལ་རྒྱས་དོ་མི་མཉམ་་་་ཞིང་གང་ལེགས་མ་བྱུང་བའི་གནད་དོན་ལ་དམིགས་ནས་དཔལ་འབྱོར་དང་་་་སྤྱི་ཚོགས་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་ཤུགས་ཆེན་གཏོང་བ་་་དང་དམངས་འཚོ་ལེགས་སུ་གཏོང་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས།སྣོད་་་་་་་་་་བཅུད་ཤེས་དཔལ་འཛུགས་སྐྱོང་དེ་བས་མངོན་གསལ་དོད་པའི་གནས་བབ་་་་་ཐོག་འཇོག་པ་དང་།སྣོད་བཅུད་བདེ་འཇགས་སྲུང་ཡོལ་བརྟན་དུ་བཏང་་་་་་་་ནས་ས་མཐོའི་སྲོག་ཆགས་དང་རྩྭ་རྩི་ཤིང་དང་རི་ཆུ་ཀླུང་གསུམ་སྲུང་སྐྱོང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས།“བླ་ན་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་ཆ་སྲུང་མཁན་དང་བདེ་སྐྱིད་་

ལྡན་པའི་ཁྱིམ་གཞིས་སྐྲུན་མཁན”བརྗོད་དོན་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་གྲོང་གསེབ་་དར་རྒྱས་ཀྱི་འཐབ་ཇུས་ལག་བསྟར་ཤུགས་ཆེན་བྱེད་པ་དང་།མཐའ་་་་་་་་་་་་་་མཚམས་ས་ཁུལ་གྱི་མང་ཚོགས་དང་ལྷག་པར་དུ་འཐབ་ས་དང་པོའི་མཐའ་་་་་་་མཚམས་མང་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་རྩར་ཐུག་པའི་ཁེ་ཕན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་་་་་་་དཀའ་ངལ་དངོས་ཐག་གཅོད་ཡག་པོ་བྱས་ནས་མཐའ་སྲུང་སྲ་བརྟན་དང་་་་་་་་མཐའ་མཚམས་བདེ་འཇགས་ཡོང་བར་བྱེད་དགོས།ཏང་གི་རང་ངོས་་་་་་་་་་་་་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་།དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་་་་་་་་་་་འཛུགས་སྐྱོང་གི་སྤྱིའི་བླང་བྱ་དང་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་ལམ་ཕྱོགས་ལག་བསྟར་ནན་་་ཏན་བྱས་ཏེ་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་་་བར་སྲ་ཞིང་བརྟན་པའི་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་འགན་ལེན་མཁོ་འདོན་བྱེད་དགོས།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་དམིགས་ཚད་ལས་འགན་དང“ལོ་ལྔ་་་་་་ཚན་བཅུ་བཞི་པའི”འཆར་འགོད་སྒྲིག་བཟོ་ཟུང་འབྲེལ་དམ་ཟབ་བྱས་ཏེ་་་་་་་་་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཞིབ་འཇུག་གསེད་དཀྲོལ་དང་འབྲེལ་མཐུད་སྙན་སེང་ལ་་་་་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་།དོན་ཚན་རེ་རེ་བཞིན་ཞིབ་ཚགས་སུ་གཏོང་བ་དང་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་པ།འཐབ་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་དེ་ཞིབ་ཕྲའི་བྱེད་ཐབས་སུ་དངོས་་་སུ་འགྱུར་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་དོན་་་་་་་འཁྱོལ་གནད་སྨིན་ཡོང་བའི་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།
(བསྟན་འཛིན་བློ་གྲོས་དང་པ་སངས་སྒྲོན་ལགས་ཀྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས)

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)ད་ལོ་ལོ་81ལ་སླེབས་པའི་ཟླ་བ་
བུ་ཆུང་ནི་བོད་དུ་བཅིངས་འགྲོལ་མ་བཏང་གོང་ཧ་ལོ་སྒང་་་་་་་་་
གཞིས་ཀའི་ནང་བཟན་ཞིག་ཡིན།སྤྱི་ཚོགས་རྙིང་པའི་ཞིང་་་་་་་་
བྲན་བདག་པོས་གཉའ་གནོན་བཏང་ནས་ཁོང་གི་མིག་གཉིས་་་་
ལོང་བར་གྱུར་པ་དང་།ཕྲུག་ཚབ་བུ་མོ་པ་སངས་དབང་མོས་་་་་
ད་ལྟའི་བར་བགྲེས་སོང་ཁོང་གི་འཚོ་བར་ལྟ་སྐྱོང་བྱས་ཡོད།
བཀྲེས་ལྟོགས་དང་།ངལ་དུབ།དངངས་སྐྲག་ནི་ཟླ་བ་བུ་ཆུང་་
ལ་མཚོན་ན་སྤྱི་ཚོགས་རྙིང་པས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་ཟབ་་་་་་་
ཤོས་དེ་རེད།
ཟླ་བ་བུ་ཆུང་གིས“ཞིང་བྲན་གྱིས་བཟའ་བའི་ཉིན་གང་གི་་
རྩམ་པ་དེ་ད་ཆའི་ངའི་ཞོགས་པའི་ལྟོ་དུས་གཅིག་གི་རྩམ་པ་་་་་་་་
ལས་ཀྱང་ཉུང་བ་ཡོད།བོད་དུ་དམངས་གཙོའི་བཅོས་སྒྱུར་་་་་་་་
བྱས་རྗེས་གཞི་ནས་ང་གཉིད་སྐྱིད་པོ་ཞིག་ཁུག་རྒྱུ་བྱུང་བ་དང་།
ཉིན་མཚན་མེད་པར་ཁྲལ་འུ་ལག་རྒྱུག་མི་དགོས་པའི་ཁར་ཞིང་་
བྲན་བདག་པོའི་རྟ་ལྕག་ཀྱང་གཟེད་དགོས་ཀྱི་མེད”ཅེས་་་་་་་་་་་་་
བཤད།

ཞིང་བྲན་གྱི་ཡ་ང་བའི་འཚོ་བར་ཕྱིར་དྲན་བྱེད་སྐབས།
ཟླ་བ་བུ་ཆུང་གིས་དབུགས་རིང་གཏོང་བཞིན་རྩམ་པ་གྲོད་པ་་་་་་
རྒྱགས་པ་ཞིག་བཟའ་རྒྱུ་ནི་ཚང་མའི་རེ་བ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན་ཞེས་་་་
བརྗོད།ཧ་ལོ་སྒང་གྲོང་ཚོའི་ས་བབ་ཁོད་སྙོམས་ལ་ས་རྒྱུ་གཤིན་
པོ་ཡོད་པས་ཐོན་ཁུངས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཡོད་པར་བརྟེན།
སྤྱི་ཚོགས་རྙིང་པར་སློང་མོ་བ་འདུ་འཛོམས་བྱ་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་་་་་་་་་
འགྱུར། སློང་མོ་བ་དག་གི་འཚོ་བ་ཉམ་ཐག་ལ་ངུ་ཤོར་བ་ཞིག་་་་
ཡོད་ནའང་།སྐབས་དེར་ཟླ་བ་བུ་ཆུང་གི་མིག་ལམ་དུ་ཁོ་ཚོའི་་་་
འཚོ་བ་ནི་སློང་མོ་བ་ལས་སྐྱོ་བ་ཡོད།
ད་ཆ་རྩམ་པ་ནི་དུད་ཚང་ཀུན་གྱིས་གང་འདོད་ལྟར་་་་་་་་་་་་
བཟའ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་།སྔོ་ཚལ་དང་ཤིང་ཏོག་་་་
སྣ་ཚོགས་ཀྱང་མི་སེར་གྱིས་འབེལ་པོ་བཟའ་རྒྱུ་ཡོད།2011
ལོར་ཧ་ལོ་སྒང་གྲོང་ཚོས་ཁ་བ་ཆུ་འཐག་རྩམ་པ་ཆེད་ལས་་་་་་་་་་་་
མཉམ་ལས་ཁང་བཙུགས་ཏེ་ནས་དཀར་གྱི་རྩམ་པ་དང་།ནས་་
ནག་གི་རྩམ་པ།སྲན་རྩམ་སོགས་ཡག་ལ་བྲོ་བ་ཞིམ་པར་་་་་་་་་་་་་
བརྟེན།རིམ་གྱིས་སྣེ་གདོང་ཆུས་སུ་སྐད་གྲགས་ཆེན་པོ་བྱུང་་་་་་་
ཡོད།
དེ་དང་དུས་མཚུངས་སུ་མཉམ་ལས་ཁང་གིས་ལོ་ལྟར་ཁེ་་་་་
སྤོགས་སྒོར་ཁྲི་15གྲོང་མི་ཚོར་རྒན་གསོའི་འགན་བཅོལ་ཉོ་་་་་་་་་
རྒྱུར་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།“དེ་སྔོན་རྩམ་པ་གྲོད་པ་རྒྱགས་པ་ཞིག་་་་་་་་་་
བཟའ་རྒྱུ་མེད་ནའང་།ད་ཆ་ང་ཚོས་རྩམ་པ་འཐགས་ནས་ཡོང་
འབབ་འཚོལ་གྱི་ཡོད་པ་དེ་དངོས་གནས་བསམ་ཡུལ་ལས་་་་་་་་་་་
འདས་པ་ཞིག་ཡིན”ཞེས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་འགན་འཁུར་བ་་་་
བྱམས་པ་དབང་ཕྱུག་གིས་བཤད།
བོད་ལ་དམངས་གཙོའི་བཅོས་སྒྱུར་བྱས་རྗེས།གངས་་་་་་་་
ལྗོངས་ས་མཐོར་སྔར་བྱུང་མ་མྱོང་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་་
ཡོད་ལ།དབུལ་སྒྲོལ་འགག་སྒྲོལ་གྱི་དམག་འཐབ་བརྒྱབ་ཚུན།
བོད་ལ་དེ་བས་དབུལ་སྒྲོལ་བྱེད་མགྱོགས་སུ་ཕྱིན་ཡོད།
ཧ་ལོ་སྒང་གྲོང་ཚོའི་འདམ་བག་ལམ་དང་ཁང་པ་གོག་་་་་་་་
ཧྲུལ་དེ་དག་ཨར་འདམ་ལམ་དང་བོད་བཟོའི་སྡོད་ཁང་གསར་་་
པས་ཚབ་བྱས་པ་དང་།ལས་ལ་བརྩོན་པ་དང་ཕྱུག་འགྱུར་་་་་་་་་
ཕྱོགས་སུ་སྐྱོད་པའི་ཡུལ་མིའི་བྱ་སྤྱོད་ངོ་མ་ལས“སློང་མོ་བའི་་་་་་
གྲོང་ཚོ”ཞེས་པའི་མིང་དེ་ཡོངས་སུ་བརྗེད་པར་བྱས་ནས་སློབ་་་

གསོའི་མེ་ཏོག་དེ་གར་རབ་ཏུ་བཞད་ཡོད།2016ལོའི་ལོ་་་་་་་་་་
མཇུག་ཏུ་ཧ་ལོ་སྒང་གྲོང་ཚོས་དབུལ་སྒྲོལ་བྱུང་བ་ཁྱབ་བསྒྲགས་་
བྱས་ཤིང་།སློབ་ལོ་ལོན་པའི་བྱིས་པ་སློབ་གྲྭར་ཞུགས་ཚད་་་་་་་་་
100％ཟིན་པ་དང་།གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གྲོང་མིའི་་
གཞི་རྩའི་སྨན་བཅོས་འགན་བཅོལ་ཚང་མར་ཁྱབ་པ།མཉམ་་་་
སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་ལས་ཞུགས་འབབ་འཕར་ལ་སྐུལ་ཁྲིད་་་་
བྱེད་པའི་ནུས་པ་མངོན་གསལ་དོད་དུ་ཕྱིན་པ།2019ལོར་་་་་་
ཡུལ་མིའི་ལོ་རེའི་ཡོང་འབབ་ཁེ་གཙང་སྒོར་ཁྲི་1.2ལྷག་ཙམ་་་་་་
ཟིན་ཡོད།
ཧ་ལོ་སྒང་གྲོང་ཚོའི་གྲོང་སྡོད་ལས་དོན་རུ་ཁག་གི་རུ་་་་་་་་་་་
དཔོན་བསོད་ནམས་ཚེ་རིང་གིས“གྲོང་ཚོའི་རྣམ་པར་ལོ་རེ་་་་་་་་
བཞིན་འགྱུར་ལྡོག་འགྲོ་གི་འདུགཐོག་མེད་གསང་སྤྱོད་དང་།
གོ་ཐལ།གང་བྱུང་དུ་བཞག་པའི་མེ་ཤིང་སོགས་ཚང་མ་གཙང་་
སེལ་བྱས་པས།གྲོང་ཚོའི་ཁོར་ཡུག་ལེགས་སུ་ཤུགས་ཆེན་ཕྱིན་་་
ཡོད།ཆུ་འཐག་རྩམ་པའི་མཉམ་ལས་ཁང་དང་འགྱིག་ཤོག་་་་་་་་
དྲོད་ཁང་ཆེ་མོ་སོགས་མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་ཡུལ་མི་་་་་་་
ཁག་གཅིག་དང་ལྷག་དོན་དུ་དུད་ཚང་དབུལ་པོའི་ལས་ཞུགས་་་
གནད་དོན་ཐག་གཅོད་ཐུབ་ཡོད”ཅེས་བརྗོད།
གྲོང་མི་རྡོ་རྗེ་དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་ན་ནིང་ཉིས་བརྒྱུད་བྱེས་་་་་་་་
བགྲོད་རླངས་འཁོར་གཅིག་ཉོས་ནས་བུ་ཆུང་བས་དབོར་་་་་་་་་་་་
འདྲེན་ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱུར་ཆེད་མངགས་སྤྱད་པ་དང་།འདི་ནི་་་་་་
ཁོང་ཚོའི་ཁྱིམ་གྱི་རླངས་འཁོར་གཉིས་པ་དེ་རེད།རྡོ་རྗེ་དངོས་་
གྲུབ་ཀྱི་ཕ་མེས་ཀྱིས་ཕོ་བྲང་ཤང་བར་ཁྲོམ་གཞུང་དུ་སློང་མོ་་་་་་་་
བྱེད་པར་བསྐྱོད་པ་དང་དམངས་གཙོའི་བཅོས་སྒྱུར་བྱས་རྗེས་་་་
ཧ་ལོ་སྒང་གྲོང་ཚོར་གཏན་སྡོད་བྱས་ཤིང་།ཁོང་གི་ཁྱིམ་མི་ཚོ་་་་
དེ་སྔ་ས་ཕག་ཁང་པའི་ནང་སྡོད་པ་ནས་ད་ཆ་བོད་བཟོའི་ཐོག་་་་
བརྩེགས་ཉིས་ལྡན་གྱི་ཁང་པར་སྡོད་རྒྱུ་བྱུང་ཡོད།ཕྱིར་ལས་མི་་
བྱེད་པ་དང་ཞིང་ལས་བྱས་པས་རྡོ་རྗེ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཁྱིམ་ལ་ལོ་་་་
རེར་ཡོང་འབབ་སྒོར་ཁྲི་12རག་གི་ཡོད།
རྩམ་པའི་མཉམ་ལས་ཁང་དུ་ལས་རེས་བྱས་མ་ཐག་ཡིན་་་་་
པའི་རྡོ་རྗེ་དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་རྩམ་པ་གང་སར་འགོས་པའི་གྱོན་་་་་་
གོས་ཀྱང་མ་བརྗེས་པར་གསར་འགོད་པ་ཐོག་ཁང་གི་ཚོམས་་་་་་་
ཆེན་དུ་ལྟ་སྐོར་བྱེད་པར་ཁྲིད།ཁང་པའི་ནང་འཛུལ་སྐབས་་་་་་་
བོད་བཟོའི་སྒྲོག་ཙེ་རིང་མོའི་སྟེང་དུ་བཏུང་བྱ་དང་བཟའ་་་་་་་་་་
བཅའ་སྣ་ཚོགས་བསྒྲིགས་པ་དང་གྱང་ངོས་སུ་སྦྱར་པའི་་་་་་་་་་་་་་
གཟེངས་བསྟོད་ལག་ཁྱེར་རེ་རེ་ལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་
བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་འདུགརྡོ་རྗེ་དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་དགའ་ཚོར་ཆེན་པོས་ཚ་མོ་ཨ་སྒྲོན་་་་
གྱི་གཟེངས་བསྟོད་ལག་ཁྱེར་རེ་རེ་བཞིན་ངོ་སྤྲོད་བྱས་ནས“ཨ་་་
སྒྲོན་སློབ་སྦྱོང་ལ་ཧ་ཅང་ཧུར་བརྩོན་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་ཧྲང་ཧའེ་
ཀུང་ཁང་སློབ་འབྲིང་ལ་རྒྱུགས་འཕྲོད་པ་དང་།འབྱུང་འགྱུར་་་
ཁོ་མོ་གྲགས་ཅན་སློབ་ཆེན་དུ་རྒྱུགས་འཕྲོད་ངེས་རེད”ཅེས་་་་་་་་
བརྗོད།
རྡོ་རྗེ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དགའ་སྤྲོ་འཁོལ་བའི་རྣམ་འགྱུར་དང་
བློ་རྩ་བརྟན་པའི་སྐད་ཆ་ལས་གསར་འགོད་པས་ཁོང་གིས་་་་་་་་་་
མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་འཚོ་བར་བཅངས་པའི་་་་
ཕུགས་རེ་མྱོང་ཚོར་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད།
（ཤིན་ཧྭ་གསར་འགྱུར་ཁང་ལྷ་ས་ནས་འབྱོར་བའི་་་་་་་
གློག་འཕྲིན）

རྩམ་ཁུག་དང་སྦྲེལ་བའི་བརྩེ་བ་ཟབ་མོ། ཤུལ་འཛིན་ དམངས་དོན་ཁྲིམས་གཞུང་དང་འཚོ་བའི་ཐད་ཀྱི་འབྲེལ་བ། ལེའུ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དོ་གནད་གསལ་འགྲེལ།
སྤྱི་དམངས་ཀྱིས་རྣམ་པ་གང་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཁ་ཆེམས་བཞག་ཆོག་གམ།
《ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དམངས་དོན་ཁྲིམས་གཞུང》
དོན་ཚན་ཆིག་སྟོང་བརྒྱ་དང་སུམ་ཅུ་སོ་བརྒྱད་པ།ཉེན་ཁ་ཚབས་ཆེན་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་འོགཁ་ཆེམས་འཇོག་མཁན་གྱིས་ངག་ཐོག་ནས་ཁ་་་
ཆེམས་བཞག་ན་འགྲིག་གི་ཡོད།ངག་ཐོག་ནས་ཁ་ཆེམས་འཇོག་སྐབས་འཁྲིས་སུ་མི་དཔང་གཉིས་ཡན་ཡོད་དགོས།ཉེན་ཁ་གྲོལ་རྗེས་ཁ་ཆེམས་འཇོག་
མཁན་གྱིས་ཡིག་ཐོག་གམ་ཡང་ན་སྒྲ་འབེབས་དང་བརྙན་འབེབས་ཀྱི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་ཁ་ཆེམས་འཇོག་ཐུབ་པའི་རིགས།ངག་ཐོག་ནས་བཞག་པའི་
ཁ་ཆེམས་ཀྱི་གོ་ཆོད་ཀྱི་མེད།

ངག་ཐོག་ཁ་ཆེམས་ལ་ཆ་རྐྱེན་ངེས་ཅན་འཛོམས་ན་གོ་ཆོད་མོད།འོན་ཏེ་་་
རྩོད་རྙོག་མི་ལྷག་པ་བྱ་ཆེད།གཤམ་གསལ་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་ཁ་ཆེམས་་་་་་་་་་་་
འཇོག་དགོས་པའི་གྲོས་འགོ་འདོན་རྒྱུ་སྟེ།（1）ལག་བྲིས་ཁ་ཆེམས་ཞེས་པ་ནི་་་
རང་ཉིད་ཀྱིས་ཡི་གེ་བྲིས་ནས་ཁ་ཆེམས་བཞག་པར་ཟེར།ཁ་ཆེམས་ཡི་གེའི་་་་་་་
ཐོག་མིང་རྟགས་འགོད་དགོས་པ་མ་ཟད།ད་དུང་ལོ་ཟླ་ཚེས་གསུམ་ཡང་གསལ་

པོ་འགོད་དགོས།（2）ཁ་ཆེམས་ཚབ་འབྲི་ཞེས་པ་ནི་མི་གཞན་གྱིས་ཁ་ཆེམས་་་
ཡི་གེར་ཕབ་པ་ལ་ཟེར།སྐབས་དེར་འཁྲིས་སུ་དཔང་མི་གཉིས་ཡན་ཡོད་་་་་་་་་་་་
དགོས།དཔང་མི་གཅིག་གིས་ཁ་ཆེམས་ཚབ་འབྲི་བྱེད་ཆོགདུས་མཚུངས་སུ་་་་
ཁ་ཆེམས་འཇོག་མཁན་དང་།ཡི་གེ་འབྲི་མཁན།དཔང་མི་གཞན་དག་བཅས་་་
ཀྱིས་མིང་རྟགས་འགོད་དགོས་པ་མ་ཟད།ད་དུང་ལོ་ཟླ་ཚེས་གསུམ་ཡང་གསལ་
པོར་འགོད་དགོས།（3）པར་འདེབས་ཁ་ཆེམས་ཞེས་པ་ནི་ལག་རྩལ་སྒྲིག་ཆས་
སྤྱད་དེ་ཁ་ཆེམས་བྲིས་པ་དང་པར་འདེབས་བྱས་པར་ཟེར།དཔང་མི་གཉིས་་་་་
ཡན་གྱིས་ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་དཔང་པོ་བྱེད་དགོས།ཁ་ཆེམས་འཇོག་མཁན་་་་་
དང་དཔང་མིས་ཁ་ཆེམས་ཤོག་ལྷེ་རེ་རེའི་ཐོག་མིང་རྟགས་འགོད་དགོས་པ་མ་་་
ཟད།ད་དུང་ལོ་ཟླ་ཚེས་གསུམ་ཡང་གསལ་པོར་འགོད་དགོས（།4）སྒྲ་ཕབ་་་་་་་་
དང་བརྙན་ཕབ་ཀྱི་ཁ་ཆེམས་ཞེས་པ་ནི་སྒྲ་ཕབ་དང་བརྙན་ཕབ་ཀྱི་རྣམ་པའི་་་་་་
ཐོག་ནས་ཁ་ཆེམས་བཞག་པར་ཟེར།དཔང་མི་གཉིས་ཡན་གྱིས་ས་གནས་ས་་་་་་
ཐོག་ཏུ་དཔང་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།ཁ་ཆེམས་འཇོག་མཁན་དང་དཔང་མི་་་་
གཉིས་པོས་སྒྲ་ཕབ་དང་བརྙན་ཕབ་ནང་མིང་ངམ་ཡང་ན་གཟུགས་བརྙན་ཕབ་
དགོས།དེ་བཞིན་ལོ་ཟླ་ཚེས་གསུམ་ཡང་གསལ་པོར་འགོད་དགོས།ལག་བྲིས་་་
ཁ་ཆེམས་ཕུད་རྣམ་པ་གཞན་གྱི་ཐོག་ནས་ཁ་ཆེམས་འཇོག་སྐབས་དཔང་མི་་་་་་་་
གཉིས་ཡན་གྱིས་དཔང་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་འབྲེལ་མིང་རྟགས་ཀྱང་འགོད་་་་་་
དགོས།དེ་མིན་ན་ཁ་ཆེམས་བཞག་པ་གོ་ཆོད་ཀྱི་མེད།

ངས་ཡིག་ཐོག་ནས་་
ཁ་ཆེམས་འཇོག་ཐུབ་པ་མིན་་་་་་་་་
འདུག ཁྱེད་ཚོས་ངའི་བུ་ཕྲུག་ལ་་
རྗེས་འཇུག་ཡག་པོ་བྱེད་རོགས་་་་་
ཞེས་བརྗོད་རོགས།
⇓

⇓

ལགས་སོ།
ཁྱེད་ཐུགས་བློ་བདེ་པོ་་་་
གནང་ཨང་། ཁྱེད་་་་་་་་་
རང་གིས་ངག་ཐོག་་་་་་་་་
ནས་ཁ་ཆེམས་བཞག་་་་་
གནང་བ་ངས་ཁོང་་་་་་་་་
ཚོར་ཞུས་ཆོག