བོདལྗོངསཁྲིམསལུགསཚགསཔར བརྟནལྷིངགསེརཕུབ ལོའིཟླ ཚེསའདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་ལྷ་ས་ནས་གནས་ཚུལ་་་་་་་
འབྱོར་གསལ།ཉེ་དུས་ཆབ་མདོར་ཆར་པ་ཡང་ཡང་བབས་་་་
ནས་རི་ཉིལ་བ་དང་ཆུ་རུད་སོགས་ཀྱི་རང་བྱུང་གནོད་འཚེ་་་་་་་
ཐོན་ཉེན་ཆེ་བར་བརྟེན།ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་ནགས་ཚལ་མེ་་་་
ཟོན་ཉིང་ལག་རུ་ཁག་གིས་འབྲུབ་འགོག་དང་ཆུ་ལོག་འགོག་་་་
པའི་ནང་སྦྱོང་བྱས་པ་དང་།དེའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་ཐོལ་བྱུང་་་
གི་ཉེན་ཁའི་གནས་ཚུལ་ལ་ཁ་གཏད་ནུས་ལྡན་གཅོག་པ་དང་།
ཉིང་ལག་རུ་ཁག་གིས་ཛ་དྲག་གི་གནས་ཚུལ་འོག་རང་བྱུང་་་་་་་
གནོད་འཚེར་ཁ་གཏད་གཅོག་པའི་སྒྲིག་འཛུགས་བཀོད་་་་་་་་་་་
འདོམས་དང་མཐུན་སྦྱོར་མཉམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ནུས་པར་ཞུན་བརྡར་་
བྱ་ཆེད་རེད།
ཐེངས་འདིའི་ནང་སྦྱོང་རིང་།ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་ཁ་་་་་་་
རུབ་ཆུས་ཀྱི་ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་ཉིན་ཤས་བསྟུད་མར་དྲག་ཆར་བབས་
པས་གཙང་པོ་དང་ཆུ་བོ་མགྱོགས་མྱུར་རྒྱས་ཤིང་།མང་་་་་་་་་་་་
ཚོགས་གཉིས་ལ་ཆུ་ལོག་གི་གནོད་འཚེ་ཕོག་ནས་ཁོང་ཚོའི་ཚེ་་་
སྲོག་དང་རྒྱུ་ནོར་གྱི་བདེ་འཇགས་ལ་ཉེན་ཁ་ཚབས་ཆེན་ཕོག་་་
པའི་ཁུལ་བྱས་པ་རེད།ནང་སྦྱོང་བྱ་ཡུལ་དུ་གནོད་འཚེའི་་་་་་་་
གནས་ཚུལ་བརྡ་ཁྱབ་བཏང་རྗེས་ཁ་རུབ་དང་།འཇོ་མདའ།
མཛོ་སྒང་བཅས་ཀྱི་རུ་འབྲིང་གིས་བྱ་སྤྱོད་མགྱོགས་མྱུར་སྤེལ་་་་
ནས་བྱེ་མ་བླུགས་པའི་རྩ་རས་དབོར་ཏེ་ཉེན་གྱར་མི་སྣ་་་་་་་་་་་་་་
བསྐྱབས་པ་རེད།
ཐེངས་འདིའི་ནང་སྦྱོང་རིང་།ཉིང་ལག་རུ་ཁག་གི་་་་་་་་་་་

འབྲུབ་འགོག་དང་ཆུ་ལོག་སྔོན་འགོག་གི་འཕྲལ་སྡོམ་རོགས་་་་་
སྐྱོབ་སྔོན་ཇུས་ཀྱི་ཚན་རིག་རང་བཞིན་དང་བཀོལ་སྤྱོད་རང་་་་
བཞིན་ལ་ཞིབ་དཔྱད་བྱས་ཏེ།བཀོད་འཐབ་པའི་ཆུ་ལོག་གི་་་་
གནོད་འཚེར་དོགས་ཟོན་གྱི་ནུས་པ་དང་ཐག་གཅོད་ནུས་པ་་་་
སྔར་བས་ཆེ་རུ་བཏང་ནས།བཀོད་འཐབ་པ་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་
བློའི་ངོས་འཛིན་མཐོ་རུ་གཏོང་བ་དང་མིག་སྔའི་འབྲུབ་འགོག་
ལས་དོན་གྱི་ཛ་དྲག་དུས་བབ་གསལ་རྟོགས་ཐུབ་པར་བྱས་ཏེ་་་
དཔུང་ཁག་གི་འཕྲལ་སྡོམ་ཉེན་སེལ་གྱི་རོགས་སྐྱོབ་ནུས་པ་ཆེ་་་
རུ་བཏང་བ་རེད།

ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་ནགས་ཚལ་མེ་ཟོན་ཉིང་ལག་རུ་ཁག་གིས།

འབྲུབ་འགོག་དང་ཆུ་ལོག་འགོག་པའི་ནང་སྦྱོང་བྱས་པ།

པར①ནི་རྩ་རས་ནང་བྱེ་མ་ལྡུག་བཞིན་པ།
པར②ནི་གནས་ཚུལ་བརྡ་ཁྱབ་གཏོང་བཞིན་པ།

②

ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་དམག་དཔུང་དང་ས་གནས་ཀྱིས་མཉམ་ལས་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་སྲུང་སློབ་གསོའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོའི་ལག་ལེན་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ།

② ③

①

ལོ་ཆུང་དར་ན་རྒྱལ་ཁབ་དར།ལོ་ཆུང་སྟོབས་དང་ལྡན་ན་རྒྱལ་ཁབ་སྟོབས་དང་ལྡན།བྱིས་པའི་རྒྱལ་་་་་
གཅེས་སྤྲོ་སེམས་འཕེལ་བར་བྱ་ཆེད།ཉེ་ཆར་ཆབ་མདོ་ཡན་ལག་དམག་ཁུལ་ཁང་གིས་ས་གནས་ཀྱི་བུ་་་་་་་་་་་བཅོལ་ཁང་དང་མཉམ་དུ་བུ་བཅོལ་ཁང་གི་བྱིས་པ་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་ཆབ་མདོ་ཡན་ལག་དམག་ཁུལ་ཁང་གི་དམག་དཔུང་ལོ་རྒྱུས་ཁང་དུ་བསྐྱོད་ནས་རྒྱལ་སྲུང་སློབ་གསོའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོའི་ལག་ལེན་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་རེད།བྱེད་སྒོ་སྤེལ་རིང་།གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་ཚོས་ཨ་ཁུ་བཅིངས་འགྲོལ་དམག་དང་མཉམ་དུ་་དམག་དཔུང་ལོ་རྒྱུས་ཁང་དུ་འགྲེལ་བཤད་པས་བརྗོད་པའི་ཏང་དང་དམག་དཔུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནན་་་་
ཏན་ངང་ཉན་པ་རེད།
པར①ནི་འཐབ་འཛིང་པའི་སྣེ་ཁྲིད་འོག་གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་ཚོས་དམག་དཔུང་ལོ་རྒྱུས་་་་་་་
ཁང་ལ་ལྟ་སྐོར་བྱེད་པ།
པར②ནི་གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་དང་འཐབ་འཛིང་པས་མཉམ་པར་རྒྱག་བཞིན་པ།
པར③ནི་གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་དང་འཐབ་འཛིང་པས་སྤེལ་རེས་བྱེད་བཞིན་པ།