(པར་ངོས་ལྔ་པར་མཐུད)སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅིའི་གསུང་་་་་་
བཤད་གལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་ལ་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་་་་་་
ལེན་པ་དང་ལག་བསྟར་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས།སྤྱི་ཁྱབ་་་་་་
ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ཆོས་ལུགས་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་་་་་་་་་
མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་དང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་་་་
གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་བསྟར་་་་་་་་་་་
གཏིང་ཟབ་བྱས་ནས་མཐུན་སྒྲིལ་ལ་སྐུལ་འདེད་དང་།
ཆོས་ལུགས་ཞི་མཐུན།བོད་ལྗོངས་བརྟན་ལྷིང་དང་།
འཕེལ་རྒྱས།ཡར་ཐོན་བཅས་ལ་ལེགས་སྐྱེས་དེ་བས་ཆེ་་་
བ་འབུལ་དགོས།ཆོས་ལུགས་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་ཞི་མཐུན་་་་
བརྟན་ལྷིང་ལ་སྲུང་སྐྱོང་བྱེད་པ་དེ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་་་་་་་་་
འགན་གལ་ཆེན་ལ་བརྩིས་ནས་གྲྭ་བཙུན་ལ་ཁྲིམས་་་་་་་་་་་
བཞིན་ཆོས་ལུགས་ལས་དོན་ལ་དོ་དམ་བྱེད་པར་སློབ་་་་་་
གསོ་ཁྲིད་སྟོན་བྱེད་དགོས།ལས་འགན་ཁ་གསལ་བཟོ་་་་
བ་དང་བྱ་ཐབས་ཞིབ་ཚགས་སུ་བཏང་ནས་བརྒྱུད་རིམ་་་
ལྡན་པའི་ངང་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཀྲུང་གོ་ཅན་ལ་་་་་་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་ལོ་ལྔའི་ལས་དོན་གྱི་འཆར་་་་་་་་་་་
འགོད་རྩ་གནད་དོན་འཁྱོལ་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས།“འདུ་
ཤེས་གསུམ”གྱི་སློབ་གསོ་དང“ཚད་གཞི་བཞིར”བརྩི་་་་་
སྲུང་ཞུ་བའི་སློབ་གསོའི་གྲུབ་འབྲས་སྲ་བརྟན་དང་རྒྱ་་་་་་

སྐྱེད་བཏང་ནས་གྲྭ་བཙུན་གྱི་རང་ངོས་སློབ་གསོ་དང་།
རང་ངོས་དོ་དམ།རང་ངོས་གཅུན་འདོམས་བཅས་ཀྱི་་་་
འདུ་ཤེས་ཟབ་ཏུ་གཏོང་དགོས།ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་་་་་་་་་་་
གཅིག་མཐུན་ཚོགས་པའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོར་བཙུགས་
ནས་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ཡར་ཐོན་བྱ་གཞག་ལ་སྐུལ་་་་་་
འདེད་གཏོང་དགོས།བསམ་བློའི་ཁྲིད་སྟོན་ལ་ཤུགས་་་་་
སྣོན་བརྒྱབ་ནས“མོས་སེམས་ལྔ”ཟབ་ཏུ་གཏོང་དགོས།
གྲུབ་འབྲས་སྲ་བརྟན་དང་ལམ་སྲོལ་བརྟན་དུ་བཏང་་་་་་་
ནས་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་བསྟན་དོན་དང་འདུལ་་་་
ཁྲིམས་འཆད་འགྲེལ་སོགས་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་དམ་འཛིན་་་་
ཡག་པོ་བྱེད་དགོས།ཀྲུང་དབྱང་གི་གཏན་འབེབས་་་་་་་་
དོན་ཚན་བརྒྱད་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་་་་
སློབ་སྦྱོང་སློབ་གསོ་གཏིང་ཟབ་སྤེལ་ནས་ཏང་གིས་ཆོས་་་
ལུགས་ལས་དོན་ལ་འགོ་ཁྲིད་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་་
དང་།ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་་་
སྣོན་རྒྱག་པ།ཆོས་སྲོལ་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་་་་་་་
རྒྱག་པ་བཅས་བྱས་ནས་ལས་དོན་ཁག་སྤུས་ཚད་མཐོ་་་་་་
བའི་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།
ཟླ་7ཚེས་4ཉིན།བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཀྲུང་གོ་
ཅན་ལ་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་་་་་་

བའི་ལོ་ལྔའི་ལས་དོན་གྱི་འཆར་འགོད་རྩ་གནད
（2025—2029ལོ་བར）ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་་་་་་་་་
བྱེད་པའི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་་་་་་་་
སྐབས་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་ནན་བཤད་གནང་དོན།
བསམ་བློའི་ངོས་འཛིན་རྒྱུན་མཐུད་ཟབ་ཏུ་བཏང་ནས་་་་
རང་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྲུང་གོ་ཅན་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་མཐའ་་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ《རྩ་གནད》དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པ་དེ་མིག་་
སྔ་དང་སླད་ཕྱིན་དུས་སྐབས་ཤིག་རིང་གི་ལས་དོན་གྱི་་་་་
ལས་འགན་གལ་ཆེན་ཞིག་ལ་བརྩིས་ནས་དམ་འཛིན་་་་་་་
ནན་པོ་དང་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ་ལས་འགན་ཁག་དོན་ཐོག་ཏུ་
འཁྱོལ་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།བོད་བརྒྱུད་ནང་
བསྟན་གྱི་དོན་དངོས་ལ་གཞི་ཚུགས་ནས་བོད་བརྒྱུད་་་་་་་
ནང་བསྟན་ཀྲུང་གོ་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་འཚོལ་ཞིབ་ཧུར་་་
ཐག་བྱས་ཏེ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་སྤྱི་ཚོགས་རིང་་་་་་་་་་་
ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་འཚམ་མཐུན་ཡོང་བར་ཁྲིད་་་་་་་
སྟོན་བྱེད་དགོས།བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་བྱེད་པོའི་་་་
ནུས་པ་ཡག་པོ་བཏོན་ནས་ནང་སྐྱེས་ཀྱི་སྒུལ་ཤུགས་་་་་་་་་་
ཆགས་པར་བྱེད་པ་དང་།དུས་རབས་གསར་པའི་བོད་་་
བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཀྲུང་གོ་ཅན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་་་་་་
བར་ཡར་རྒྱས་གསར་པ་ཡོང་བ་བྱས་ཏེ་བོད་ཡུན་རིང་་་་་

བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་་་
འདེད་གཏོང་ཆེད་སྟོབས་ཤུགས་ལེགས་སྐྱེས་འབུལ་་་་་་་་་
དགོས།
ཟླ་7ཚེས་1ཉིན།ལྷ་ལྡན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཇོ་་་་
བོ་ཤཱཀྱ་མུ་ནེའི་སྐུ་བརྙན་གྱི་མདུན་དུ་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་་་་
ཆེས་བག་ཕེབས་ཞི་དུལ་ངང་སྐུ་བརྙན་ལ་གཟིགས་་་་་་་་་་་
བཞིན་གུས་ཕྱག་འཚལ་གནང་བ་རེད།དེ་རྗེས་པཎ་་་་་་་
ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་ཕྱག་ཏུ་སྙན་ཤལ་བསྣམས་ནས་ཇོ་བོ་་་་་
ཤཱཀྱ་མུ་ནེའི་སྐུ་བརྙན་གྱི་མདུན་དུ་དལ་བུར་ཕེབས་ཏེ་་་་་
ཕྱག་ཟུང་སྙིང་ཁར་སྦྱར་ནས་ཐུགས་སྨོན་མཛད་གནང་་་་
བ་དང་སྙན་ཤལ་བསྒྲོན་པ་རེད།གནས་མཇལ་ཞུས་་་་་་་
རྗེས་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ཇོ་བོ་ཤཱཀྱ་མུ་ནེའི་སྐུ་བརྙན་་་་་་་་
མདུན་གྱི་གསེར་ཁྲིར་བཞུགས་ནས་བཞིན་རས་སྐུ་་་་་་་་་་་་
བརྙན་ལ་གཟིགས་བཞིན་ཆར་ཆུ་དུས་སུ་འབབ་པ་དང་།
རྒྱལ་ཁབ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ།འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་ཡོང་བ།
འགྲོ་བ་བདེ་ལ་འཁོད་པའི་ཐུགས་སྨོན་གནང་བ་རེད།
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་སྒྲུབ་ཁང་ཐུབ་་་་་་་་་་་
བསྟན་མཁས་གྲུབ་དང་ས་ལུང་ཕུན་ལགས་འབྲེལ་ཡོད་་་་
བྱེད་སྒོར་ཞུགས་པ་རེད།
（བསྟན་འཛིན་བཟང་མོས་བསྒྱུར།པ་ཚེས་ཞུས）

པཎ་ཆེན་ཨེར་ཏེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་ནང་བསྟན་མཐུན་ཚོགས་བོད་ཡན་ལག་མཐུན་ཚོགས་སུ་རྒྱུན་གཏན་གྱི་འགན་སྒྲུབ་ཕྱག་ལས་གནང་བ་དང་ལྷ་སར་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་མཛད་སྒོ་སྤེལ་བ།

ཁྲིམས་འཛིན་དོ་ར། 2025ལོའི་ཟླ་7ཚེས་15 6

ཇུས་འགོད་པ།སྐལ་བཟང་སྒྲོལ་མ།
རྩོམ་སྒྲིག་པ། བསོད་སྒྲོལ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་
ལྷ་ས་ནས་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ།
ཉེ་ཆར།ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་བདེ་་་་་་་
ཅུས་འགྲིམ་འགྲུལ་ཉེན་རྟོག་ཉིང་་་་་
ལག་རུ་ཁག་གྲོང་བྱང་རུ་ཆེན་གྱི་མི་་
དམངས་ཉེན་རྟོག་པས་དམངས་་་་་་
སྤྱོད་མཁའ་འགྲུལ་ཅུས་ཀྱི་ལམ་་་་་་་་་
མདོར་འགྲིམ་འགྲུལ་འགྲོ་ལམ་་་་་་་་་་
གཤོང་སྐབས།དཔང་ཡིག་དང་་་་་་
དངུལ་ཁུག་སོགས་བླུགས་པའི་ལྟོ་་་་་
ཕད་ཅིག་རྙེད།ལས་སྒྲུབ་ཉེན་རྟོག་
པས་འཕྲལ་མར་དོ་བདག་འཚོལ་་་་་
ཀྱང་མ་རྙེད་སྟབས་དམངས་སྤྱོད་་་་་
མཁའ་འགྲུལ་ཅུས་ཀྱི་ལས་དོན་པའི་
སར་གནས་སྐབས་བཞག་ནས་་་་་་་་་་
དམངས་སྤྱོད་མཁའ་འགྲུལ་ཅུས་་་་་་

ཀྱིས་རླུང་འཕྲིན་སོགས་བརྒྱུད་ནས་་
དོ་བདག་དང་འབྲེལ་བ་གང་མགྱོཌ་
བྱེད་རོགས་ཞུས་པ་རེད།
གསར་འགོད་པར་ཤེས་་་་་་་་་་
རྟོགས་བྱུང་བར།རྩད་གཅོད་བྱས་་
པ་བརྒྱུད་ལྟོ་ཕད་དེ་པེ་ཅིང་ནས་་་་་་་
ཡོང་བའི་ཡུལ་སྐོར་བ་ཞིག་གི་ཡིན་་་
ཞིང་།ལྷ་ས་ནས་ཉིང་ཁྲིར་འགྲོ་་་་་་་
མཁན་གྱི་རླངས་འཁོར་སྒུག་སྐབས་་
བོར་བརླགས་སོང་བ་རེད།ལྟོ་ཕད་
དོ་བདག་གི་ལག་ཏུ་སྤྲོད་སྐབས“ལྟོ་
ཕད་འདི་ནི་ང་ཚོར་ཁ་ཚ་དགོས་་་་་་་
གཏུགས་ཤིག་ཡིན”ཞེས་དོ་བདག་་་
གིས་འགྲིམ་འགྲུལ་ཉེན་རྟོག་པར་་་་་
ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཡང་ཡང་ཞུས་པ་རེད།

འགྲིམ་འགྲུལ་ཉེན་རྟོག་པས་ལྟོ་ཕད་
ཀྱི་དོ་བདག་འཚོལ་བ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་རིན་སྤུངས་
ནས་གློག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ།ཉེ་ཆར།
རིན་སྤུངས་རྫོང་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གིས་་་་་་་་
དམངས་དོན་འདྲི་གཅོད་དང་ལག་བསྟར་སྡེ་་་་་་་་
ཚན་གྱིས་མཐུན་སྦྱོར་མཉམ་འགུལ་བྱས་པ་་་་་་་་་་་་
བརྒྱུད།ལོ་དྲུག་སོང་བའི་ཞིང་པ་ལས་མིའི་ངལ་་
རྩོལ་གན་རྒྱའི་རྩོད་གཞི་ཞིག་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་་་་་་་
པའི་ངང་ཐག་གཅོད་བྱས་ཏེ།ཞུ་སྦྱོར་ཕྱི་མས་་་་་་
རང་འགུལ་ངང་འགྱངས་ཆད་བྱས་པའི་གླ་ཆ་་་་་་་
སྒོར་6000སྤྲོད་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་བཏང་བ་དང་་་་
བྱ་སྤྱོད་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་དམངས་ཆེད་ཁྲིམས་
འཛིན་གྱི་དམིགས་ཡུལ་ལག་ལེན་བསྟར་བ་རེད།
ཞུ་སྦྱོར་སྔ་མ་ནི་རྫོང་ནང་གི་གླ་པ་རྒྱུག་་་་་་་
མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།2019ལོའི་ལོ་འགོར་་
ཞུ་སྦྱོར་ཕྱི་མར་ནག་ཆུར་ལས་ཀ་བྱས་མོད།འོན་
ཀྱང་གླ་ཆ་སྒོར་6000དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་་་་་་
སྤྲད་མེད།ཐེངས་མང་འདེད་ལེན་བྱས་ཀྱང་་་་་་་་་་་

འབྲས་བུ་མ་ཐོན་པས་ཞུ་སྦྱོར་སྔ་མས་ཟླ་6ཚེས་4
ཉིན་ཁྲིམས་ཁང་ལ་ཞུ་གཏུག་བརྒྱབ་པ་རེད།
རིན་སྤུངས་རྫོང་ཁྲིམས་ཁང་གིས་ཞིང་པ་ལས་མི་་
དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གྱོད་གཞིའི“ལྗང་མདོག་
བགྲོད་ལམ”མགྱོགས་མྱུར་བཏོད་དེ་གློག་རྡུལ་་་་་་
སྐྱེལ་སྤྲོད་དང་ཁ་པར་ཐོག་ནས་བརྡ་ཐོ་བཏང་བ་
སོགས་བྱས་ཀྱང་ཕན་ནུས་མ་ཐོན་པར་བརྟེན་་་་་་་
སྒྲུབ་འགན་འཁུར་མཁན་ཁྲིམས་དཔོན་གྱིས་ཞུ་་་་
སྦྱོར་ཕྱི་མ་ནི་ལག་བསྟར་ཅུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གྱོད་་་་་་་་་
གཞིའི་དོ་བདག་ཡིན་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་འཕྲལ་་་
ལག་བསྟར་ཅུས་དང“འདྲི་གཅོད་དང་ལག་་་་་་་་་
བསྟར་མཉམ་འགུལ”གྱི་ལམ་སྲོལ་བཙུགས་ནས་་
ཞུ་སྦྱོར་ཕྱི་མའི་དེ་སྔའི་ལག་བསྟར་ཟིན་ཐོ་གསེད་
དཀྲོལ་བྱས་པས་གྱོད་གཞིའི་འགག་གནད་གནད་
ལ་འཁེལ་བའི་སྒོ་ནས་ཞིབ་དཔྱད་བརྡར་གཅོད་་་
བྱས་པ་རེད།ཞུ་སྦྱོར་ཕྱི་མས་སྐྱེལ་སྤྲོད་ལས་་་་་་་་་་
གཡོལ་བའི་གནས་ཚུལ་ལ་དམིགས་ནས“དྲ་ཐོག་

དང་དྲ་ཕྱི་ཟུང་འབྲེལ”གྱི་བྱེད་སྟངས་སྤྱད་དེ་་་་
ཁྲིམས་ལྟར་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་སྐྱེལ་སྤྲོད་བྱེད་་་་
པ་དང་དུས་མཚུངས།ཞུ་སྦྱོར་ཕྱི་མའི་དེ་སྔའི་་་
ལག་བསྟར་བྱས་ཚུལ་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་་་་་་་་
ནས་དམིགས་སའི་རང་བཞིན་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་
འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པ་རེད།
ཞུ་སྦྱོར་སྔ་མས་འགྱངས་ཆད་བྱས་པའི་་་་
གླ་ཆ་བླངས་རྗེས།“ལོ་དྲུག་རིང་གི་འདེད་་་་་་་་
ལེན་གནད་དོན་དེ་ཁྲིམས་ཁང་གིས་ཉིན་བཅུ་་་་
ལྷག་ཙམ་ནང་ཐག་གཅོད་བྱེད་རོགས་བྱས་་་་་་་་
བྱུང་།དེ་ནི་མི་སེར་ལ་དོན་དངོས་སྒྲུབ་མཁན་
གྱི་ཁྲིམས་ཁང་ཡག་པོ་ཞིག་རེད་འདུག”ཅེས་་་་་
བཤད་རྗེས་གཏུག་བཤེར་ཕྱིར་འཐེན་བྱས་པས་
གྱོད་གཞི་དེ“ཁྲིམས་ར་འཚོག་མི་དགོས་པ་་་་་་་་་
དང་།ལག་བསྟར་བྱས་པ།ཡིག་འབུལ་ཞུ་་་་་་་་
བཅར་མེད་པ”བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ལེགས་སྒྲུབ་་་་་
བྱུང་བ་རེད།

སྡེ་ཚན་དྲུག་གིས་མཉམ་དུ་འབད་བརྩོན་བྱས་པས་
འགྱངས་ཆད་ལོ་དྲུག་བྱས་པའི་གླ་ཆ་རག་པ།

གཏན་འབེབས་གསར་པ་
ལག་ལེན་བསྟར་བ།
ཉེ་ཆར།ཁྲོམ་ར་ལྟ་འདོམས་སྤྱི་ཁྱབ་་
ཅུས་ཀྱིས་ཕྱི་ཕྱོགས་ལ《ཁེར་རྐྱང་བཟོ་ཚོང་་་་
དུད་ཚང་གི་ཐོ་འགོད་དོ་དམ་གཏན་་་་་་་་་་་་་་
འབེབས》ཁྱབ་བསྒྲགས་བྱས་པ་དང་།
གཏན་འབེབས་དེ་ཟླ་7ཚེས་15ཉིན་ནས་་་་་་
བཟུང་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ་རེད།དེ་་
ལས་ཁེར་རྐྱང་བཟོ་ཚོང་དུད་ཚང་གི་ཐོ་་་་་་་་་་
འགོད་དོ་དམ་སྔར་བས་ཚད་ལྡན་དུ་ཕྱིན་པ་
དང་། ཁེར་རྐྱང་བཟོ་ཚོང་དུད་ཚང་གི་་་་་་་་་་
ཁྲིམས་མཐུན་ཁེ་དབང་ལ་སྲུང་སྐྱོང་བྱེད་པ།
ཁེར་རྐྱང་བཟོ་ཚོང་དུད་ཚང་གི་སྤུས་ཚད་་་་་་
མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་་
བ་བཅས་བྱེད་ཐུབ།

ཁེར་རྐྱང་བཟོ་ཚོང་དུད་
ཚང་གི་ཐོ་འགོད་དོ་
དམ་གཏན་འབེབས།

ཟླ་7ཚེས་15ཉིན་ནས་བཟུང་
དངོས་སུ་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ།

ཉེ་ཆར།ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་བདེ་ཅུས་དུག་འགོག་ཉིང་ལག་རུ་་་་་་
ཁག་གི་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པས་སྣ་མང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་དུག་་་་་་་འགོག་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་དུག་རྫས་ཀྱི་་་་་་་་གནོད་འཚེར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཤུགས་སྔར་བས་ཆེ་རུ་བཏང་བ་རེད།འདི་ནི་མི་དམངས་ཉེན་རྟོག་པས་རྫོང་རྒྱབ་ཀླུ་ཁང་སྤྱི་གླིང་དུ་་་་་་
མང་ཚོགས་ལ་དུག་འགོག་དྲིལ་བསྒྲགས་ལག་དེབ་སྤྲོད་བཞིན་པ།