གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར། 2025ལོའི་ཟླ་11ཚེས་18 2

ཇུས་འགོད་པ།མིག་དམར་སྒྲོལ་དཀར།
རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཚེ་བརྟན་གཡུ་སྒྲོན།

ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཁྲིམས་འཛུགས་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བ།
（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）སྒྱུར་བཅོས་སྒོ་དབྱེའི་་་་
ལོ་རྒྱུས།སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས།
ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས།བོད་ས་གནས་་
དང་མེས་རྒྱལ་དབར་གྱི་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་བཅས་ཀྱི་་་་་་
སློབ་གསོ་གཏིང་ཟབ་སྤེལ་དགོས་པ་མ་ཟད།“རྒྱལ་་་་་་་་
ཁབ་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་།སྤྱི་དམངས་ཀྱི་འདུ་ཤེས།
ཁྲིམས་སྐྱོང་གི་འདུ་ཤེས”བཅས་ཀྱི་སློབ་གསོ་རྒྱུན་མཐུད་
སྤེལ་ཐོགཆོས་ལུགས་ལས་རིགས་ཀྱི་མི་སྣ་དང་དད་་་་་་་་
ལྡན་མང་ཚོགས་ལ་ཁྲིད་སྟོན་ཧུར་ཐག་བྱས་ནས“མོས་་་་
སེམས་ལྔ”ཟབ་ཏུ་བཏང་སྟེ་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་་་་
རབས་ཅན་གྱི་བོད་ལྗོངས་གསར་པ་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་་་་་་་
རང་འགུལ་ངང་ཞུགས་དགོས།མཐུན་སྒྲིལ་འབད་་་་་་་་་
འཐབ་ཀྱི་དུས་རབས་ཀྱི་བླང་བྱ་ཁོང་དུ་ནན་པོ་ཆུད་པ་་་་
དང་།“ཕན་འདོགས་པ་ལྔའི”ཚད་གཞི་མཐའ་་་་་་་་་་་་་་
འཁྱོངས་བྱེད་པ།མེས་རྒྱལ་གཅིག་གྱུར་ལ་མཐའ་་་་་་་་་་་་
གཅིག་ཏུ་སྲུང་སྐྱོང་བྱེད་པ་དང་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ལ་་
ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟེ་བའི་་་་་་
རིན་ཐང་ལྟ་བ་ལག་ལེན་ཧུར་ཐག་བསྟར་བ་བཅས་བྱས་་
ནས་བརྟན་ལྷིང་དང་།འཕེལ་རྒྱས།སྐྱེ་ཁམས།
མཐའ་སྟོབས་བཅས་ཀྱི་དོན་ཆེན་བཞི་དོན་འཁྱོལ་བྱ་་་་་་་
རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན།
ཆོས་ལུགས་ལས་དོན་བཅོས་སྐྱོང་ལ་ཁྲིམས་ལྟར་ཤུགས་་་་
སྣོན་རྒྱག་རྒྱུ་ནི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ཁྲིམས་སྐྱོང་དགོངས་པ་་་་་

དང་ཆོས་ལུགས་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་
ཕིང་གི་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་་་་་་་
བྱེད་པའི་ལྡོག་མེད་ཀྱི་བླང་བྱ་ཞིག་རེད།དེས་ན་ཞི་ཅིན་
ཕིང་གི་ཁྲིམས་སྐྱོང་དགོངས་པ་སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་་་་་་་་་་་
བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ་དང་།དེའི་ཚན་རིག་དང་་་་་་
མཐུན་པའི་མ་ལག་དང་།དོན་སྙིང་གཙོ་བོ།ལག་ལེན་་
གྱི་བླང་བྱ་བཅས་ལ་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་ལེན་པ།དེའི་ནང་
འདུས་པའི་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་འཇིག་རྟེན་ལྟ་བ་་་
དང་བརྟག་ཐབས་སྨྲ་བ་ཁོང་དུ་ཆུད་གང་ཐུབ་བྱེད་པ།
ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ཁྲིམས་འཛུགས་དང་།
དམངས་གཙོའི་ཁྲིམས་འཛུགས།ཁྲིམས་ལྟར་ཁྲིམས་་་་་་་
འཛུགས་བཅས་ལ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྐུལ་འདེད་གཏོང་
བ།ཁྲིམས་སྐྱོང་གི་རྩ་བ་བརྟན་འཛུཌ་དང་།སྔོན་་་་་་་་་་
དཔག་བརྟན་པོ།ཕུཌ་ལ་ཕན་པ་བཅས་ཀྱི་འགན་ལེན་་་
ནུས་པ་བཏོན་ཏེ་བོད་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་ཀྱི་ཁྲིམས་་་་་་
སྐྱོང་རྨང་གཞི་ཟམ་མི་ཆད་པར་བརྟན་དུ་གཏོང་དགོས།
བཅའ་ཁྲིམས་མ་ལག་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་བཏང་སྟེ་གནད་་་
དོན་གྱི་སྟོན་ཕྱོཌ་དང་།ལག་ལེན་གྱི་སྟོན་ཕྱོགས།
དམིགས་ཚད་ཀྱི་སྟོན་ཕྱོགས་བཅས་བརྟན་པོ་བཙུགས་་་་་
ནས་ཁྲིམས་འཛུགས་ཀྱི་དམིགས་སའི་རང་བཞིན་དང་།
གནད་སྨིན་རང་བཞིན།དངོས་ཕན་རང་བཞིན་བཅས་
ཆེ་རུ་ཏན་ཏིག་གཏོང་དགོས།ལེ་ལག་ཚང་བའི་ལམ་་་་་་
ལུགས་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་བ་དང་འབྲེལ་ཡོད་་་་་་་་་་་
གཏན་འབེབས་ཞིབ་ཕྲ་བཟོས་ཏེ།སྲིད་ཇུས་དང་་་་་་་་་་་་

ཁྲིམས་སྲོལ་གྱི་མ་ལག་རང་བཞིན་དང་།མཐུན་སྦྱོར་་་་་་
རང་བཞིན།བཀོལ་སྤྱོད་ཆོག་པའི་རང་བཞིན་བཅས་་་་་
ཆེ་རུ་བཏང་ནས་ལས་དོན་ཁག་ལ་བརྩི་སྲུང་བྱེད་སའི་་་་་
ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་སྲོལ་ཡོད་པ་བྱེད་དགོས།ཁྲིམས་ལྟར་་་་
དོ་དམ་བྱེད་པར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་ཁྲིམས་་་་་་་་་་་
མཐུན་ལ་སྲུང་སྐྱོང་དང་།ཁྲིམས་དང་མི་མཐུན་པ་་་་་་་་་་
བཀག་འགོགཐལ་སྐྱོད་གཏན་འགོགསིམ་འཛུལ་སྔོན་
འགོགཉེས་གསོག་ལ་རྡུང་རྡེག་བཅས་ཀྱི་རྩ་དོན་མཐའ་
འཁྱོངས་ཀྱིས་དགོན་སྡེ་དོ་དམ་གྱི་ཕུགས་ཕན་ལམ་སྲོལ་་་
འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་བ་དང་།གཏོགས་ཁོངས་ཀྱི་དོ་་
དམ་འགན་འཁྲི་ནན་དུ་གཏོང་བ།དགོན་སྡེའི་ནོར་་་་་་་
ཁྲལ་ལ་ལྟ་འདོམས་བྱེད་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ།ཆོས་ལུགས་་་
བྱེད་སྒོར་དོ་དམ་བྱེད་པར་ཁྲིམས་ལྟར་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་་་
པ།བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་རང་ངོས་འཛུཌ་སྐྱོང་ལ་་་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་ཆོས་ལུགས་ལས་་་་
རིགས་ཀྱིས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཆོས་ལུགས་ནན་སྐྱོང་་་་་་་་
བྱེད་པར་ཁྲིད་སྟོན་བྱེད་དགོས།
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན།
ཁྲིམས་སྐྱོང་དྲིལ་བསྒྲགས་སློབ་གསོར་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་
ནས་ཁྲིམས་ལྟར་ཆོས་ལུགས་བཅོས་སྐྱོང་བྱེད་པའི་རྣམ་་་་
པ་ཟབ་མོ་གཏོད་དགོས།“འདུ་ཤེས་གསུམ”གྱི་སློབ་་་་་་
གསོ་གཏིང་ཟབ་དང་རྒྱ་སྐྱེད་བཏང་སྟེ།ཆོས་ལུགས་་་་་་་
ལས་རིགས་ཀྱི་མི་སྣ་དང་དད་ལྡན་མང་ཚོགས་ལ་ཡང་་་་་
དག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་།ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལྟ་བ།མི་་

རིགས་ཀྱི་ལྟ་བ།རིག་གནས་ཀྱི་ལྟ་བ།ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་
བ་བཅས་བརྟན་པོ་འཛུགས་པར་ཁྲིད་སྟོན་བྱས་ནས་་་་་་་
ཆོས་ལུགས་ཞི་དུལ་དང་།སྤྱི་ཚོགས་ཞི་མཐུན།མི་་་་་་་་་་
རིགས་འཆམ་མཐུན་བཅས་ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་
དགོས།བཅའ་ཁྲིམས་ཁྱབ་གདལ་གྱི་འགན་འཁྲི་ནན་་་་་
དུ་ཏན་ཏིག་བཏང་སྟེ།བཅའ་ཁྲིམས་ཁྱབ་གདལ་་་་་་་་་་་་
གནད་སྨིན་གཏོང་བ་མཐའ་འཁྱོངས་དང་།བཅའ་་་་་་་་
ཁྲིམས་གྲོང་གསེབ་དང་།སློབ་གྲྭལས་ཁུངས།སྡེ་་་་་་་་་
ཁུལ།ཁེ་ལས།ཚན་པ།དགོན་སྡེ་བཅས་སུ་ཁྱབ་་་་་་་་་་་
གདལ་གཏོང་བར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ནས་ཁྲིམས་སྐྱོང་་་་་
གི་འདུ་ཤེས་ཟབ་ཏུ་དང་ཁྲིམས་སྐྱོང་གི་བྱང་ཚད་མཐོ་རུ་
གཏོང་དགོས།བྱེད་ཐབས་གསར་གཏོད་དང་བཅའ་་་་་་
ཁྲིམས་ཁྱབ་གདལ་གྱི་ཐབས་ལམ་རྒྱ་སྐྱེད་བཏང་སྟེ།
དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་དང་།གྱོད་དཔེར་བརྟེན་་་
ནས་བཅའ་ཁྲིམས་ཁྱབ་གདལ་གཏོང་བ།གྱོད་དཔེ་་་་་་་་
དྲངས་ནས་ཁྲིམས་ཤོད་པ་བཅས་བྱས་ནས།ཁྲིམས་་་་་་་་
བཀུར་དང་།ཁྲིམས་སྦྱོང་།ཁྲིམས་སྲུང་།ཁྲིམས་སྤྱོད་་་
བཅས་རང་རྟོགས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་དུ་འགྱུར་བར་བྱས་ནས་སྤྱི་་
ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་བོད་ལྗོངས་་་་་་་་་་་་
གསར་པ་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་པའི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་་་་
གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་དགོས།
（ལྷག་ཚེ་དང་དབང་སྒྲོན་སྐྱིད་ཀྱིས་སྒྱུར་ཞུས་་་་་་
བྱས）

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ནག་ཆུ་གྲོང་ཁྱེར་ཨ་མདོ་་་་་་
རྫོང་གི་ཁྲིམས་འཛིན་ལག་བསྟར་ལས་རོགས་པ་བསོད་་་་
ཆེ་གེ་མོའི་ལག་ཐོགས་ཁ་པར་གྱི་དྲིལ་བརྡ་གྲགས་མ་ཐག་
ཨ་མདོ་རྫོང་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གི་ལག་བསྟར་་་་་་་་་་་
ཁྲིམས་དཔོན་ཚེ་རིང་ནོར་བུར་གཞོགས་འདེགས་བྱེད་་་་་
དགོས་པའི་ཞིབ་བཤེར་རམ་འདེགས་ལས་འགན་འབྱོར་
བ་རེད།
ཟླ་10པའི་ཟླ་དཀྱིལ་དུ།ས་བབ་སྨི་4800ཡོད་་་་
པའི་ས་མཐོའི་འབྲོག་རར་གྱོད་གཞི་ཞིག་ཐོན་པ་དང་་་་་་
ཁོང་གཉིས་པོ་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་པར་བསྐྱོད།
ཚང་མས“གཞི་རིམ་གྱི་ཁྲིམས་འཛིན་ལག་བསྟར་་
ལས་རོགས་པ”ནི་ཅི་ཞིག་བྱེད་མཁན་ཡིན་པ་ཧ་གོ་གི་་་་་་
མེད།
དེ་ཨ་མདོ་རྫོང་གི་ས་ཁམས་ཁོར་ཡུག་ནས་འགོ་་་་་
བཙུགས་ཏེ་བརྗོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད།
ཨ་མདོ་རྫོང་ནི་ནག་ཆུ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་བྱང་རྒྱུད་དུ་་་་
གནས་ཤིང་།ས་རྒྱ་ཆེ་ལ་མི་འབོར་ཉུང་།སྤྱི་ལེ་ངོས་གྲུ་་
ཁྲི་10ལྷག་ཙམ་གྱི་ས་ཆར་ལག་བསྟར་ཁྲིམས་དཔོན་་་་་་་་་
གཤམ་སྐྱོད་བྱེད་པར་རླངས་འཁོར་བཏང་ནས་སྤྱི་ལེ་་་་་་་
བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་སྐྱོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད།“མི་རྙེད་དཀའ་བ་་་
དང་།རྒྱུ་ནོར་འཚོལ་དཀའ་བ།ཡིག་ཆ་སྐྱེལ་དཀའ་་་་་་
བ”བཅས་ནི་ཁྲིམས་འཛིན་དྲང་བདེན་དང་མང་ཚོགས་་
ཁེ་དབང་དབར་གྱི་དངོས་ཡོད་འགོག་རྐྱེན་ཞིག་རེད།
ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་།ཨ་མདོ་རྫོང་མི་དམངས་་་་་
ཁྲིམས་ཁང་གིས་དུས་རབས་གསར་པའི“ཧྥེང་ཆའོ་་་་་་་་་་
ཉམས་མྱོང”མཐའ་འཁྱོངས་དང་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་སྟེ།
ལག་བསྟར་བྱེད་དཀའ་བའི་གནད་དོན་གཞི་རིམ་གྱི་སྤྱི་་་
ཚོགས་བཅོས་སྐྱོང་གི་བཀོད་ཇུས་ཆེན་པོའི་ནང་བཅུག་་་་
ནས།ཤང་དང་གྲོང་རྡལ་གྱི་སྲིད་ཁྲིམས་ཨུ་ཡོན་དང་།

གྲོང་སྡོད་ལས་དོན་རུ་མི།གྲོང་ཚོ“ཨུ་ལྷན་གཉིས”ཀྱི་་་་་
མི་སྣ་བཅས་བསྡུ་སྒྲིལ་བྱས་ཐོགཕྱོགས་མང་པོའི་སྟོབས་
ཤུགས་གཅིག་སྒྲིལ་དང་ཐབས་མང་མཉམ་སྤྱོད་ཀྱིས་་་་་་་་
ཐབས་ལམ་གསར་པ་དང་ལམ་སྲོལ་གསར་པ་འཚོལ་་་་་་་
ཞིབ་ཧུར་ཐག་བྱས་ཏེ“མི་དང་།ས་ཆ།དོན་དག་་་་་་་་་་་
བཅས་ཚང་མར་རྒྱུས་མངའ་ཆེ་བའི”གཞི་རིམ་གྱི་ཁྲིམས་
འཛིན་ལག་བསྟར་ལས་རོགས་པའི་དཔུང་ཁག་ཅིག་་་་་་་་
བཙུགས་པ་རེད།
ཁོང་ཚོ་ནི་ཁྲིམས་ཁང་གི་མིག་དང་རྣ་ལྟ་བུ་ཡིན་་་་
ལ།མང་ཚོགས་ཉེ་འགྲམ་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་གསལ་་་་་་་་་་་་
འགྲེལ་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།
ད་འོ་ན་དཔུང་ཁག་འདིས་ཁྲིམས་འཛིན་ལག་་་་་་་
བསྟར་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་པའི་འཇོན་ཐང་ཇི་ལྟར་་་་་་་
སྦྱངས་པ་ཡིན་ནམ།
ཨ་མདོ་རྫོང་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གིས་དུས་་་་་་་

བཀག་ལྟར་ལག་བསྟར་གོ་རིམ་དང་།འབྲེལ་གཏུག་་་་་་་
ཐབས་རྩལ།ཆ་འཕྲིན་ཅན་གྱི་བཀོལ་སྤྱོད་སོགས་ཆེད་་་་
དོན་གསོ་སྦྱོང་དང་བཞུགས་མོལ་སྒྲིག་འཛུགས་བྱས་ཏེ།
ཁྲིམས་འཛིན་ལག་བསྟར་ལས་རོགས་པ་བཅའ་ཁྲིམས་་་་་
ལས་དོན་ཐད“ཆ་རྒྱུས་མེད་པ”ནས“བྱང་ཆུབ་པ”ཞིག་
ཏུ་འགྱུར་བར་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།ཁྲིམས་དཔོན་་་་་་་
གྱིས་ཁ་པར་བརྒྱུད“ལས་འགན་རྩིས་སྤྲོད”བྱེད་པ་དང་་
ཁྲིམས་འཛིན་ལག་བསྟར་ལས་རོགས་པས“དྲ་ཐོག་ནས་་
ལས་འགན་དང་ལེན”བྱས་ནས་ལས་འགན་འཕྲལ་མར་་
བསྒྲུབས་པ་དང་ཚུར་ལན་འཕྲལ་མར་ཐོབ་པར་བྱས་ཏེ།
ཁྲིམས་དཔོན་ལམ་སེང་མ་སླེབས་པའི་ལས་ཕྱོད་དམའ་་་་
བའི་རྣམ་པར་གཞི་རྩ་ནས་འགྱུར་ལྡོག་བྱུང་ཡོད།
གཞན་ཡང་ལོ་འཁོར་གྱི་གཟེངས་བསྟོད་སྤྲོད་པ་དང་་་་་་་
དཔེ་མཚོན་གཏོད་པ་སོགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་བརྒྱུད་ཁྲིམས་་་་
འཛིན་ལག་བསྟར་ལས་རོགས་པའི་ལས་ཀའི་སྤྲོ་སེམས་་་་

འཕེལ་བར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།མིག་སྔའི་་་་་་་་
བར།ཨ་མདོ་རྫོང་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གིས
“མངགས་ཐོ”ཐེངས་50ལྷག་ཙམ་སྤྲད་པ་དང་།ལག་་་་
བསྟར་བྱ་ཡུལ་མི་ཐེངས་310བདེ་བླག་ངང་བཙལ་་་་་་་་་་
འཚོལ་ཐུབ་པ།རྒྱུ་ནོར་གྱི་ཁུངས་སྣེ་380ལྷག་ཙམ་ལ་་་་་
ཞིབ་བཤེར་བྱས་པ།ཁྲིམས་འཛིན་ལག་བསྟར་ལས་་་་་་་་
རོགས་པའི་གཞོགས་འདེགས་འོག་གྱོད་གཞི་140ལྷག་་་་
ཙམ་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་དེ་དུས་མཚུངས་དང་བསྡུར་ན་་་
གྲོང་ཚོ་དང་དུད་ཚང་དུ་བསྐྱོད་ཚད་40%ཙམ་ཉུང་དུ་་་
ཕྱིན་པ་དང་།འཁོར་རིགས་གཏོང་ཚད་སྤྱི་ལེ་ཁྲི་4ལྷག་་
ཙམ་ཉུང་དུ་ཕྱིན་པ་བཅས་རེད།
གྲངས་ཀ་དེ་དག་ནི་ལམ་སྲོལ་ལས་བྱུང་བའི་་་་་་་་་་
བཅོས་སྐྱོང་ཕན་ནུས་ཏེ།དང་ལེན་བྱེད་མགྱོགས་སུ་་་་་་་
ཕྱིན་པ་དང་ལག་བསྟར་དུས་འཁོར་ཆེས་ཆེར་ཉུང་དུ་་་་་་
ཕྱིན་པ།མ་གནས་ཆག་པ་དང་ཁྲིམས་འཛིན་ཐོན་་་་་་་་་་་
ཁུངས་བཀོད་སྒྲིག་གནད་འཁེལ་བྱུང་བ།སྐུལ་འདེད་་་་་
ལུགས་མཐུན་ཐུབ་པ་དང་རང་འགུལ་ངང་ལག་བསྟར་་་་

བྱེད་ཚད་མངོན་གསལ་དོད་པོས་མཐོ་རུ་ཕྱིན་པ།ཡིད་་་
ཆེས་ཐོབ་ཚད་ཆེ་རུ་ཕྱིན་པ་དང་མང་ཚོགས་བློ་ཡིད་ཚིམ་
ཚད་རྒྱུན་མཐུད་མཐོ་རུ་ཕྱིན་པ་བཅས་རེད།
ཁེར་རྐྱང་ལས་སྒྲུབ་བྱེད་པ་ནས་སྣེ་མང་མཉམ་་་་་་
སྒྲུབ་བྱེད་པའི་བར་དང་།“གྱོད་གཞི་སྒྲུབ་པ”ནས
“འབྱུང་རྩ་བཅོས་སྐྱོང་བྱེད་པའི”བར་ཨ་མདོ་རྫོང་མི་་་་་
དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གིས“ཁྲིམས་ཁང་དང་གཞི་རིམ་་་་་་
ཟུང་འབྲེལ”དང“ལག་བསྟར་དང་དྲ་མིག་ཟུང་་་་་་་་་་་་་་
འབྲེལ”གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ།དང་ལེན་བྱེད་ཚད་དེ་བས་
མགྱོགས་པ་དང་།ཁྱབ་རྒྱ་དེ་བས་ཆེ་བ།མང་ཚོགས་བློ་
ཡིད་ཚིམ་ཚད་དེ་བས་མཐོ་བ་བཅས་ཀྱི་ལག་བསྟར་དྲ་རྒྱ་
ཞིག་ཧུར་ཐག་གཏོད་བཞིན་ཡོད།
（ལྷག་ཚེས་བསྒྱུར།དབང་སྒྲོན་སྐྱིད་ཀྱིས་ཞུས）

བྱང་རྩྭ་ཐང་གི་ཁྲིམས་འཛིན་ལག་བསྟར་ལས་རོགས་པ།

↑ འདི་ནི་ཨ་མདོ་རྫོང་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་གི་གཞི་རིམ་ཁྲིམས་འཛིན་ལག་བསྟར་ལས་རོགས་པའི་་་་་་་་་
གསོ་སྦྱོང་བྱ་ཡུལ་ཡིན་པ།