

ཀྲུང་གོ་གྲུང་ཁྲའ་ཏང་བོད་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་ཁང་སྐབས་བརྒྱ་པའི་ ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་དགྲུ་པ་ལྷ་སར་འཛུགས་པ།

རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ཏང་ལྷན་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་དགྲུ་པ་ལྷ་སར་འཛུགས་པ་གནང་བ། མང་ཆུན་གྲོང་གིས་གསུང་བཤད་གནང་བ།

འདི་ག་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ལྷ་ས་ནས་ཟླ་11
ཚེས་26ཉིན་གནས་ཚུལ་འབྱེད་གསལ། ཟླ་11ཚེས་
25ཉིན་དང་ཚེས་26ཉིན། ཀྲུང་གོ་གྲུང་ཁྲའ་ཏང་བོད་
རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་ཁང་སྐབས་བརྒྱ་པའི་ཆ་དང་
འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་དགྲུ་པ་ལྷ་སར་འཛུགས་པ་
རེད།

རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ཏང་ལྷན་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་གྱིས་
ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ཏང་ལྷན་གྱི་ཐུག་ཏུ་ཅི་མང་ཆུན་གྲོང་གིས་
གསུང་བཤད་གནང་བ་རེད།

ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
ལྷ་ས་པའི་ཀྲུང་ལྷ་ས་ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
པའི་དགོངས་དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ལག་བསྟར་གཏིང་
ཟབ་བྱས་པ་དང་། རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ཏང་ལྷན་ཁག་ལྔ་པ་
ཡོན་ལྷན་གྱི་མང་གས་བཅོལ་ལྷ་ས་མང་ཆུན་གྲོང་གིས་
གནང་བའི་ལས་དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཉན་པ་དང་གྲོས་བསྟར་
བྱས་པ། 《ལོ་ལྷ་ཆོན་བཅོལ་ལྷ་ས་པའི་རིང་གི་ལྷ་ས་
དམངས་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་
འཆར་འགོད་བཅོལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཀྲུང་གྲུང་བོད་རང་སྐྱོང་
སྡེ་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་གྲོས་འོག་དང་ཀྲུང་གོ་གྲུང་
ཁྲའ་ཏང་བོད་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་ཁང་སྐབས་
བརྒྱ་པའི་ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
བསྐྱེད་པ་ལྷ་ས་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ཏང་ལྷན་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་གྱིས་2025
ལོར་ཏང་འཕྲོགས་སྤྱོད་ལས་དོན་ལ་དམ་འཛིན་བྱས་ཚུལ་
སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷན་ཁང་གིས་བསྟར་བྱས་པ་རེད། མང་ཆུན་གྲོང་
གིས་《གྲོས་འོག་(གྲོས་བསྟར་མ་ཟེན)》སྤྱོད་ལ་ཆ་དང་
འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་

ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
དོན། ཏང་གི་སྐབས་ཉེ་ལྷ་ས་པའི་ཀྲུང་ལྷ་ས་ཆ་དང་འཛུལ་
གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
འཕལ་དམིགས་ཆོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་ལམ་
གསར་པར་འཛུགས་པའི་ལམ་ཆོད་ཆོད་རིང་གི་དོན་སྤྱོད་
ལྷ་ས་པའི་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་གི་གསུང་བཤད་གསུང་དང་ཆ་དང་
འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
དམངས་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་
ལྷ་ཆོན་བཅོལ་ལྷ་ས་པའི་འཆར་འགོད་བཅོལ་སྤྱོད་སྤྱོད་
ཀྲུང་གྲུང་བོད་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་ཁང་
པའི་”རིང་ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྱ་གཞག་འཕེལ་རྒྱས་
ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འཕྲོགས་ཁོང་ཏུ་ཡང་དག་ཆུང་པ་དང་།
རང་རྒྱལ་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཁོང་ཏུ་ཡག་ལ་འཕྲད་པའི་གཏིང་
ཟབ་ལ་རྟོག་འཛིན་ཆེ་བའི་འགྲུལ་ཕྱོགས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་
གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ། འགྲུལ་འགྲུལ་ལོ་ལྷ་ས་པའི་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཆེ་རིམ་ཁྲུང་འགོད་དང་འཕལ་རྒྱས་ཀྱི་
འཆར་འགོད་བྱེད་པ་བཅས་ནི་“ལོ་ལྷ་ཆོན་བཅོལ་
པའི་”རིང་གི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་འཕེལ་རྒྱས་ལ་
མཛུབ་ཁྱོད་བྱེད་པའི་ཆ་དང་འཛུལ་གྱི་ཆོད་ལྷན་
ཡིག་ཆ་ཞིག་རེད། སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་རིམ་ཁྲུང་ཏང་ཆ་
འཕྲོགས་དང་རྒྱུ་ཆེད་ཏང་ཡོན་ལས་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་
འཕེལ་གཏིས་ཀྱི་ཐག་ཆོད་རང་བཞིན་གྱི་དོན་སྤྱོད་ལ་
གོ་བ་གཏིང་ཟབ་ལེན་པ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་གཏིས་མཐའ་

གཅིག་ཏུ་ཐུབ་པར་བྱས་ནས། ཏང་གི་སྐབས་ཉེ་ལྷ་ས་པའི་
ཀྲུང་ལྷ་ས་ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
དགོངས་དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ལག་བསྟར་བྱ་བྱ་དེ་བོད་ཀྱི་ལས་
དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐུག་ཏུ་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་གི་མཛུབ་སྟོན་
གཤམ་ཆེན་དང་ཏུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་
མཛུབ་སྟོན་ལག་བསྟར་དོན་འཁྲུལ་དང་བྱུང་འབྱེད་
དམ་ཟབ་བྱེད་པ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་
གིས་བོད་ལ་གཞིགས་ཞིབ་གནང་སྐབས་གནང་བའི་
གསུང་བཤད་གཤམ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་
དོན་འཁྲུལ་དང་བྱུང་འབྱེད་དམ་ཟབ་བྱས་ཏེ། བསམ་
སྤྱོད་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐུག་ཏུ་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་གི་གསུང་
བཤད་གཤམ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་དང་ཏང་གྲུང་དབྱེད་
གི་ཐབས་ཁྲུས་བཀོད་སྤྱོད་སྤྱོད་དོན་འཕེལ་གཏིག་
ཀྱང་བྱས་ནས་ཀྲུང་གོའི་ལྷན་གྱི་དོར་རབས་ཅན་གྱི་
བོད་ཀྱི་ལག་ལེན་གྱི་ལུ་གསར་པ་ཏུ་ཐག་ཆོལ་བྱ་
རེད།

ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
དོན། 2025ལོ་ནི་བོད་སྤྱོད་སྤྱོད་འཕེལ་རྒྱས་འགོ་བའི་
བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་ཏུ་སྤྱོད་སྤྱོད་གཏན་ནས་མིན་པའི་ལོ་
ཞིག་ཡིན་པ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་གིས་སྤྱོད་
གནང་བའི་ཏང་གྲུང་དབྱེད་གིས་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་
ཆོད་མཐོའི་མཐོང་ཆོད་གནང་ཞིང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ཅི་ཞི་
ཅིན་པའི་གིས་ཀྲུང་དབྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཐོབ་པའི་
རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་དབྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལོ་60འཁོར་བའི་
ཉིན་འབྱེད་མཛུབ་སྟོན་ལྷན་ཁག་གསུང་བཤད་གཤམ་
ཆེན་གནང་བ་དང་། གཞིམ་ཆེད་དོར་རིམ་ལོ་ལ་
མཛུབ་སྟོན་གཤམ་ཆེན་གནང་བ། ཉིང་ཁྱོད་ཀྱི་ཏུ་ཀ་ལ་
ཁྱོད་ཆེད་ལྷ་ས་པའི་ཡོངས་ལ་འཕྲོག་ལན་སྤྱོད་པ་བཅས་
ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་ལས་ཀྱི་དང་
མང་ཆོག་ཀྱི་ཀྲུང་ལྷ་ས་པའི་རིགས་གཅིག་མཐུན་ཆོག་པ་
མཉམ་ཏུ་བཏོད་ནས་མཛུབ་སྟོན་ལྷན་ཁག་ལྷན་པའི་བོད་སྤྱོད་
ཀྱི་ལོ་ཆོན་གསར་པ་ཆོལ་པའི་ཡོངས་ཀྱི་ཆོད་སེམས་
ཏུ་ཅང་ཆེ་ཏུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད།

ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
ཏང་ལྷན་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་གྱི་ལོ་ལྷན་པའི་དོན་
ལ་ཁས་ལེན་གང་ལེགས་བྱས་ཤིང་། ཆ་དང་མས་མཐོན་
གཅིག་ཏུ་དོན་འཛིན་བྱས་དོན། རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ཏང་
ལྷན་ཁག་ལྔ་པ་ཡོན་ལྷན་གྱིས་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་གི་ཏུས་རབས་
གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ལྷན་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་རིང་ལུགས་
ཀྱི་དགོངས་པར་བཞེད་ནས་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་
ལ་གཅིག་འདྲམ་བྱ་བྱ་མཐའ་འཁྲུངས་ཀྱིས་ཏང་གི་
ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱས་པ་དང་། བོད་ཀྱི་ལས་དོན་
སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐུག་ཏུ་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་གི་མཛུབ་སྟོན་གཤམ་
ཆེན་དང་ཏུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་
མཛུབ་སྟོན་ཆ་དང་། གནང་ལ་འཕེལ་བ།
ཕྱོགས་ཡོངས་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལག་བསྟར་བྱས་པ། སྤྱོད་
ཏུ་ཐུག་ཏུ་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་བོད་ཏུ་གཞིགས་ཞིབ་གནང་
བར་མཐོང་སྐབས་ཀྱི་གསུང་བཤད་གཤམ་ཆེན་གྱི་
དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་དོན་འཁྲུལ་གཏིང་ཟབ་བྱས་
པ། ཀྲུང་དབྱེད་གི་གཏན་འཕེབས་དོན་ཆོད་བརྒྱུད་ཀྱི་

དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པའི་སྤྱོད་
སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་
བཞེས་ནས་ལོ་60འཁོར་བར་ཉིན་འབྱེད་ལ་གཟབ་བྱས་
ལུས་པ། དོར་རིམ་ལོ་ལྷ་ས་པའི་ལོ་ལྷ་ས་པའི་
དང་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལག་པོ་བསྐྱབས་པ།
བཞེད་ཞིང་དང་། འཕེལ་རྒྱས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐའ་
སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོད་བཞི་དོན་འཁྲུལ་ལ་བརྒྱུད་རིམ་
ལྷན་པའི་འཆར་འགོད་དང་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྤྱོད་
འདྲེད་བཏང་བ། ལྷན་པའི་བོད་འཁྲུལ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་
མཐོང་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བརྒྱུད་ཆེད་པར་པན་འབྲས་
གསར་པ་ཐོབ་པ། “ལོ་ལྷ་ཆོན་བཅོལ་ལྷ་ས་པའི་”དམིགས་
ཆོད་ལས་འགན་གཅོད་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ལེགས་འབྲུབ་
ཐུབ་ཉེར་ཡོད་པ། སྤྱོད་སྤྱོད་རིང་ལུགས་དོར་རབས་
ཅན་གྱི་བོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་དོར་རབས་
གོ་མ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་དོར་རབས་ལྷན་པའི་
ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
བཞི་པའི་”རིང་གི་བོད་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་
འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཀྲུང་ལྷ་ས་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་
པ་དང་འཕྲད་པའི་གོ་སྐབས་དང་འགྲུལ་སྤྱོད་ལ་ཆོན་
རིག་དང་མཐུན་པའི་དབྱེད་ཞིབ་བྱས་ཤིང་། ཆ་དང་མས་
མཐོན་གཅིག་ཏུ་དོན་འཛིན་བྱས་དོན། “ལོ་ལྷ་ཆོན་
བཅོལ་ལྷ་ས་པའི་”རིང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་གིས་སྤྱོད་
ཤིང་གནང་བའི་ཏང་གྲུང་དབྱེད་གིས་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་
ལྷན་པའི་ཏང་གྲུང་དབྱེད་གི་འགྲུལ་ཕྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་
སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་ལས་ཀྱི་དང་པ་དང་མང་
ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
གཅིག་དང་འབད་འབད་ལས་ལ་བཞེད་བྱས་པས།
དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ལོ་རྒྱུས་རང་
བཞིན་གྱི་ཀྲུང་ལྷ་ས་པའི་ཐོབ་པ་དང་། མི་རིགས་མཐུན་
སྤྱོད་ལ་ལོ་ལྷ་ཆོན་བཅོལ་ལྷ་ས་པའི་བཞིན་གྱི་འཕོ་
འགྲུལ་བྱེད་པ། མི་དམངས་ཀྱི་འཛོལ་ཆུ་ཆོད་ལ་ལོ་
ལྷ་ས་པའི་བཞིན་གྱི་མཛོང་སྤྱོད་བྱེད་ཉེ་བོད་སྤྱོད་
འཕེལ་རྒྱས་ལག་ཤོས་དང་། འགྲུལ་ཕྱོགས་ཆོད་ཤིང་། མི་
རིགས་ཁག་གི་མང་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
བཅས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཏུས་མཆོམས་སྤྱོད་སྤྱོད་ལོད། ཀྲུང་
ཅིན་པའི་གིས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་གྲུང་གི་
འགྲུལ་ཕྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་དང་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་གི་
ཏུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ལྷན་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་
རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པའི་ཆོད་རིག་དང་མཐུན་པའི་
ཁྲིད་སྟོན་ལ་ཐུག་ཡོད་ལ། སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མི་རིགས་
ཁག་གི་ལས་ཀྱི་དང་པ་དང་མང་ཆོག་ཀྱིས་མཐུན་སྤྱོད་
འབད་འཕལ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཀྱང་རེད།

ཆ་དང་འཛུལ་གྱིས་ཆོག་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་
ལོ་ལྷ་ཆོན་བཅོལ་ལྷ་ས་པའི་”རིང་གི་བོད་ཀྱིས་ལྷན་པའི་བོད་
འཁྲུལ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐོང་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྤྱོད་
འདྲེད་གཏིང་ཟབ་གཏིང་བ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་རིང་
ལུགས་དོར་རབས་ཅན་གྱི་བོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་
མཐོང་བའི་འཕྲོགས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་འགག་ཆེད་ཏུ་སྤྱོད་སྤྱོད་
ཡིན། སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་རིམ་ཁྲུང་ཏང་ཆ་འཕྲོགས་དང་
རྒྱུ་ཆེད་ཏང་ཡོན་ལས་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་པའི་ཏུ་ཡང་
དག་ཆུང་པར་བྱས་ཏེ། སྤྱོད་སྤྱོད་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་གིས་སྤྱོད་

ཤིང་གནང་བའི་ཏང་གྲུང་དབྱེད་གིས་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་
ལ་ཆོད་མཐོའི་མཐོང་ཆོད་གནང་བ་དང་། བོད་ཀྱི་མི་
དམངས་ལ་བྱམས་བཞེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་གནང་བ། སྤྱོད་
ཏུ་ཐུག་ཏུ་ཅི་ཞི་ཅིན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་
ཁ་སྐྱོར་ཕྱོགས་སྤྱོད་དང་འཕལ་འགོད་ཏུ་འདོན་
གནང་བ་བཅས་ནི་དེ་ཆོད་ཆེད་ཀྱི་ལེགས་ཆ་ཆེ་ཤོས་
ཡིན་པ་དང་། ཀྲུང་ལྷ་ས་པའི་ཀྲུང་ལྷ་ས་པའི་འབྲེད་ཆེ་
ཤོས་ཀྱི་འཕལ་རྒྱས་གཤམ་ཆེན་ལག་བསྟར་སྤྱོད་སྤྱོད་
བྱས་པ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷན་པའི་མཐོང་ཆོད་སྤྱོད་
གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ་ནི་དེ་ཆོད་ཆེད་ཀྱི་ལེགས་ཆ་
ཤོས་རེད། ཏང་གྲུང་དབྱེད་གི་དམིགས་བསལ་སྤྱོད་
ཏུ་དང་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་
ཆོད་ཀྱི་དེ་ཆོད་ཆེད་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལེགས་
ཆ་ཆེ་ཤོས་ཡིན། སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་མི་
དམངས་མཐུན་སྤྱོད་