

ལྷི་ཚོགས་ཀྱི་འཕྲུལ་པ་སྤར་འཕེལ་བྱས་འཁོར་བ་དང་པ་སྤུན་ནས། དེང་།
 གི་པོང་གི་སྤྱི་ལོ་ཆུན་དར་ག་ཞོན་གསུམ་ཆོང་མས་རྒྱུན་གཏན་གྱི་འཚོ་བ་སྦྱེལ་
 ལྷངས་དང་འཚོ་བའི་སྤུས་ཆོང་ལ་དོ་སྤར་དང་དང་དོང་ཆེན་པོ་ཕྱིད་བཞིན་
 ཡོད་ཅིང་། ཁོང་ཚོས་གཟུང་འཇུག་གསུམ་དུས་ཆེན་སོགས་ཀྱི་དལ་གསོའི་དུས་
 ཆོད་སྤུང་དེ་པོང་གི་སྤྱི་ལོ་རྒྱུན་གྱི་རྩལ་ཆེད་ལྷས་ཚལ་གྱི་ཆེད་མོར་ཞུགས་ནས།
 ལྷི་ཚོགས་ཀྱི་འཕེལ་བྱས་ཀྱི་སྤོས་འཕྲོས་སྤུར་པོའི་ཕྱེལ་འཚོ་བ་གྱི་སྤོང་དུ། རང་།
 སཱ་མས་ཀྱི་ཡུངས་ཡངས་དང་ཆེད་ཤིག་ཤིག་ཡོང་ཐབས་ཀྱིད་བཞིན་ཡོད་དེ།
 འགའ་ཤེས་དལ་གསོའི་སྐབས་སུ་ལམ་ཆོག་གསུམ་སམ་དགའ་ཉི་ལྷན་མཆོད་དང་།
 དུས་བརྟན་བན་པོ་པོ་ལྷི་སྤྱི་ལོ་སྤུན་གྱི་པོ་ཆེད་དང་། འཕྱག་མངས་ སྤྱན་ཆེན་
 གེ་རྩེ་སོགས་ཀྱི་རྩལ་ཆེད་ལ་རྩལ་བ་དང་། འགའ་ཤེས་རྟེན་ཆེད་སྤྱི་ཡོད་དེ།
 ལག་ཆེད་སྤོ་ལོ། སྤོས་སྤུངས་སྤོ་ལོ་སོགས་ཆེ་བཞིན་ཡོད་དུས། རྩལ་ཆེད་གྱི་
 ལྷས་ཚལ་རྒྱལ་གྲངས་དག་ཅི་པོང་མིའི་འཚོ་བ་རྩལ་སྤངས་གསར་པ་ཞིག་དང་།
 འཚོ་བའི་ཤུབ་ཆ་གསུམ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་སྤུར་ཡོད།

[illegible]

འདི་ནི་གངས་ཟུར་རྟགས་ཅན་གྱི་ཤོད་ལུགས་རིལ་ཆེད་ཡོ་ཆས་གསར་གཏོང་བྱེད་མཁན་ལས་གཏོང་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ལྷོད་པ།



འདིན་ཞེས་པ་གཏོང་པ་ལྟ་བུར་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བཟོས་པའི་གངས་ལུང་རྟགས་ཅན་གྱི་ཀེ་རམ་
རིལ་ཅེད་ཡོ་ཆས་ཡིན་པ།



འདི་ནི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་གངས་ལཱ་རྟགས་ཅན་གྱི་ཤོ་ཆས་ལྷུང་ནས་ཤོ་ཆེད་འགྲན་བསྟར་བྱེད་བཞིན་པ།

སྟོལ་རྒྱན་རིལ་ཅིང་བྲབ་གདལ་ཆིང་། དགའ་བའི་ལས་ལ་སྟོབས་འཇུག །

གངས་ཟུར་རྟགས་ཅན་བོད་ལྷགས་རིལ་ཅེད་ཡོ་ཆས་གསར་གཏོད་བྱེད་མཁན་ལྷ་དབང་དོན་གྲུབ་ཀྱི་སྐྱེར་བཀོད་པ།

འདི་ག་ཚལ་པར་གྱི་གསར་འགོད་པ། ཡུན་ཚིགས་ཉི་ལྔ། རིན་ཚིག།



འདི་ནི་རྩ་དབང་དོན་གྱིས་ཀྱིས་རང་གིས་གཉེར་བའི་ཀླར་མིའི་མིང་ཐོག་ནས་ཁོར་དཀར་ཆོར་ཚུན་གསོལ་བར་གི་ཚུན་ཚོན་ལ་འཕྲིན་པའི་འདྲི་བཞིན་པ།

ཐཱ་བླ་སྒྲིག་ནས་ལག་རྩེད་བྱངས།

[illegible]

ཆེ་བྱ་བས་ནས་མོང་ཁང་བཞུགས།

[illegible]

ལས་གཏོད་བྱས་ནས་ལང་ཆོ་རྩོ།

[illegible]

ཡུལ་ཁྱེད་ཀྱི་འཕེལ་འགྲོ་ལ་ཚུ་བརྒྱུད་དང་།

པའི་དབང་གིས། ཁྱིམ་ཚང་གི་འགན་འཁུར་ལྟེ་མོ་རང་གི་སྐུག་.....
 མོ་གཏུ་མུང་ར་དུས། ལྷོང་དྲིག་དྲིག་གི་འཛོམས་འདེད་གཏུག་དང་།
 རང་མཉམ་སྒྲོབ་མ་གཞན་དང་། འཕྲིག་ས་ནས་མུ་མུ་དཔྱད་སྒྲུབ་གྲུབ་
 འཕྲི་སྒྲུབ་མ་ལུང་པའི་ཐང་མ་མེམ་མ་དྲིག་གིས་ཐོ་པའི་ཡིད་ཀྱི་.....
 བཅས་མཁར་རྒྱུག་གི་སྐུག་སྒྲིབ་འཁུར་བས།
 2004ལོར་ཁྱིམ་ཚང་གི་ལས་དབང་ལ་ཁ་ལོ་ལྷུར་ཆེད་ ཡོ་
 བ་ཤི་ལྟ་དབང་དྲོ་གྲུབ་ཀྱིས་མེམ་མ་ཐག་ཆོད་པོས་སྒྲིབ་.....
 ཆེད་ཐང་ལ་ཞོར་ལས་ཡོང་འབབ་གསོག་པར་བརྒྱུད། སྐུམ་དེ་
 དུས་ཞོ་བར་དབང་བ་ནི་གཞོན་ཀྱུའི་ལས་ཤིང་མོ་ཡིན་པས།
 2004ལོ་ནས་2007ལོའི་བར་མཉེན་ཁང་གི་ར་ལག་དབོར་བ་.....
 དང་རྒྱ་སྒྲིག་འཛུགས་ནས་བཅུད་པར་ཁྱེ་རེ་མི་ཆ་ལྷོར་800ལས་
 མེད། ལྷོང་དབང་དྲོ་གྲུབ་ཀྱིས་བསམ་པར་འགན་ཆོད་ཆེ་བའི་མི་

འཕྲུལ་པ་ནང་མཆོད་པར་བཞུགས།

ཀྱུ་ཁའི་སྤྱོད་ཆེ་འཆོར་མཁན་དང་བཙོ་མཁན་གཅིག་ལྟོགས་ཀྱི་
 བོད་རིགས་ཤོག་མང་ཡིན་གྱི་མེད་ཅེས་སྤོབས་པ་དང་བཅས་བརྗོད་
 ཉམ་ཆུལ་ཆུལ་རྒྱུགས་པ་རུ་མའི་དྲིན། བོར་ལུག་ག་ཤེད་.....
 ཀྱུས་པ་རུ་ཁའི་དྲིན་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར། ལྷ་དབང་དོན་གྲུབ་.....
 ཤུལ་རང་ཉིད་རྒྱ་དང་བརྟན་པོར་བཞུགས་རྒྱེས། པ་ལུལ་གྱི་ལུལ་
 མི་སྙན་མཆོད་མ་བརྗོད་པར། ལྷ་ཁའི་ཉེ་འགལ་གྱི་ཞིང་དུང་.....
 དབུལ་པོའི་བུ་སྐྱུག་། ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་དང་ལས་མི་གཅིག་ལྟོགས་ཀྱི་ཤེད་
 དུ་བཞུགས། ཁོ་ཆོར་བྱི་མཆས་ཉམས་བཟོའི་ལག་ཆུལ་གྲུལ་པ་
 གང་ཤིའི་ཆུལ་དུ་བསྐྱབས་པ་མ་བཟད། ཁོང་ཆོར་རྒྱུ་ཤེར་སྐྱེ་ཆ་
 རྒྱར་3000ལྷོད་ཀྱི་ཡོད། ད་ཆ་ལས་མི་11དེ་དག་རང་རྒྱ་འཕེར་
 ཉེ་སྤྱོད་ཤོར་བྱེད་གྱིས་ཆ་ཁག་ཀུ་རང་རང་གི་ཆོང་ཁང་བཞུགས་
 བས་ཀྱིན་བཀའ་བདག་དྲུག་པ་པ་དང་། དབུལ་པོའི་བྱི་ཆོང་ཁང་གི་བུ་
 སྐྱུག་ཁང་པོས་ཁོ་པོའི་གམ་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་ཟུང་ལ་བརྟན་
 བས་བསགས་པོའི་ཡོང་འབབ་བྱི་རུ་བསྐྱར་སྐུབ་པ་བུ་དུ་
 བྱིས་ཀྱི་འཕྲོས་ཀ་འེལ་ལག་ཟུང་འོག་པར་རྒྱུ་ཆོར་པོ་ཤོག་གསུམ་ཡོད།
 ལྷ་དབང་དོན་གྲུབ་ཤུལ། སྐུམ་དེ་དུས་བྱ་གཞག་གསར་.....
 གཏོར་བྱེད་ལྷོང་མེད་པས་སེམས་པ་ལུང་པོ་ལྡི་མོ་འདུག་ སེམས་
 པ་གྲུ་ཡང་སྐས་གཏོར་ཆེད་རང་དག་ཀྱུན་ཤོད་རིག་མངས་

པ་མང་ཆེ་བས་ཁོང་གི་ཐོན་ཁུངས་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པའི་རྒྱལ་འབྲུག་
 ཞིག་འཛིན་པས། ཉེ་མཇུག་དུ་ལམ་ཁྱུང་ཁྱུང་རེད། ལྷ་དབང་
 རྟོན་གྲུབ་ཀྱིས། དེ་དུས་ངས་ཐོན་ཁུངས་ཁོ་ཆོའི་ཆོང་ཁང་ནང་
 པའགལ་པ་དང་། གཤམ་ཉེ་ཉེ་མཇུག་བྱུང་ན་དུལ་གྱི་ཅམ་སྤྱང་
 བ་དང་ཆོག་ཅེས་ཆོང་པ་རེ་དུག་པ་པམད་མྱོང་། ཇེས་སུ་ཉེ་
 མཇུག་པ་གསལ་བྱུང་ནས། ཁོ་ཆོས་ཁོང་གིས་ཐོན་ཁུངས་ཁྱུང་བས་པའི་
 རྟོན་ཆེད་ཀྱི་ཡོ་ཆས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་དུག་ལ་མིག་ལ་མཐོངས་པ་ཤིས་
 ཇེས་རང་གི་ཉེ་མཇུག་གི་སྤྱོད་པ་ལོ་སྤྱོད་པ་མོ་དང་སྤྱད་མཆོང་
 ཇེས་ལ་ཁོས་སྤྱོད་བྱས་པ་དུག་ཅེས་པའོད། རེ་ལྷན་ཁོང་པའི་
 ཐོན་ཁུངས་ཁོས་རང་ལ་ཚུགས་ནས་པའོད་མྱོང་པ་མང་པོའི་དགའ་
 པས་ཐོབ་པ་དང་། ཆོང་གཤམ་དུ་ཁེ་མང་ནས་ཐོན་པའི་དུལ་བ་
 དང་པསྤྱད་ནས་དུག་ཐོང་ཁོང་གིས་ལས་གཏོང་གི་ལམ་བུ་རྒྱ་
 པསྤྱོད་དེ། 2022ལོར་ལྷ་སའི་སྤྱོད་འབྲུག་ཐང་རྒྱུད་དུ་ཐོན་ལུགས་
 རྟོན་ཆེད་ཡོ་ཆས་ཆོང་ཁང་ཞིག་པའུགས།
 ཁོ་པས་རྟོན་བྲུང་པ་ལྟར་ན། མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷན་རྟོན་
 ཆེད་མི་མི་རིགས་ཤེའི་ལྷན་སྤྱོད་དང་འཆོ་པའི་དུས་རེ་མི་མི་འདྲ་
 པའི་རྒྱལ་ལུང་རེད་ལ། མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷན་རྟོན་ལུགས་ཁག་
 རྟོན་ཆེད་ཀྱི་སྤྱོད་ལུ་ཞུགས་ཡོད་ཅེས་པའོད།
 ད་ཆ་ཁོ་པའི་ཐོན་ཁུངས་ལ་འཛད་སྤྱོད་པའི་ཐོང་དུ་ཁས་ལེན་

[illegible]

ཀ་ར་ལ་མཆོག་པོ་འདི་ཀྱི་སྐུ་ལ་རྒྱུན་རྩིས་ཅིང་ལ་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་
 ཡོད། རྒྱུར་ན་བོད་ཀྱི་སྐུ་ལ་རྒྱུན་རྩིས་ཅིང་དེ་དག་ལ་མི་རྒྱུས་ཡུན་
 རིང་ལྷན་ཞིབ། དེར་གཟུང་ལུས་ལེན་མ་ལྟོང་ལ་བབས་ལུབ་.....
 པའི་ཐབས་ཤིས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན་པོད། འོན་ཀྱང་རྩིས་ཅིང་ཡོངས་
 དེ་དག་བཟུམ་ན་སྤྲུལ་དྲོད་པོ་དེ་ཙམ་མེད་པ་དང་། ཐ་ན་.....
 ལྷུག་པའི་པོ་དང་འཕུས་སྤྲུལ་ཅིང་པོ་མེད་པའི་སྤྲུང་བ་ཞིག་བྱུང་།
 དཔེ་ལེན་མ་ཉན་ཆེས་མ་གྲོ་སྐུ་བས་བྱུང་ཆེ་ཡོངས་སྤྲུལ་དག་.....
 འགའ་ཤས་བཟོས་ནས་ཁྲིམ་རར་འདྲོན་ལུབ་པ་བྱུང་པའི་སྤྲོ་སྤྲོ་
 ཞིག་འཆར་བྱུང་ཞེས་བརྗོད།
 ཁྱིམ་པའི་བསམ་འདུན་མདོན་སྤྲུལ་དྲོད་འཕྲུལ་ཅིང་། 2009ལོ་
 ར་མ་2018ལོ་བར་ཀྱི་ལོ་བར་ཆུ་འདི་རིང་ལ། ཁྱིམ་པ་ཞིག་སྤྲུལ་པའ་ས་
 དང་དགོང་ཕྱི་ཉལ་ཀྱིས་ས་ཆ་གང་སར་བར་རྒྱག་རྒྱར་རྒྱག་བྱས་
 ར་ས་དག་འདྲ་སྤྲུག་གི་རྩལ་རྒྱུད་པའི་བོད་གང་སར་གཤོར་ཞིབ།
 སྤྲུག་གཅིག་ལས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་གང་མང་འཆོར་ལུབ་ཐབས་བྱས་.....
 ར་ས་མ་ཆོངས་གསལ་པ་དང་། སྤྲུག་ག་ཞུན་ཞིག་ཀྱིས་བར་དུ་གྱི་
 སྤྲུག་འདུན་མདོན་འཕྲུལ་གང་མཉམ་གསལ་ཡོང་ཅིང་། བོད་ཀྱི་
 སྐུ་ལ་རྒྱུན་རྩིས་ཅིང་ཀྱི་མི་རྒྱུས་སྤྲུག་ལ་རྒྱུས་ལོན་དང་ཞིབ་
 འཇུག་བྱས་ནས། ཀྱག་ཀྱིས་གྱི་མི་ཆེད་ལམ་བྱ་མང་པོར་གདོང་
 གཏང་དེ་རང་གི་མི་ཆེད་བས་རིན་ཐང་ཐུ་བ་དང་དེ་བས་དོན་
 སྤོང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡོང་བར་བྱས།

24-གཤེད་འཛོམས་གང་ལེགས་ཐོབ་དང་འཐོབ་པ་འབྱེད་ཡོད་པས།
 གཤིས་ཆེ་གཙུག་པོར་བྱས་པའི་ལྷ་ས་དང་། ལྷ་པོ་ལོགས་སྤུ་ཆོང་.....
 སྒག་མང་པོ་ཡོད་ལ། སེ་ཤེད་ཡོང་འབབ་ཀྱང་སྤྱོད་ཁྱི་400ལྟ་
 ཅམ་ཟེན་པར་ཡོང་འབབ་ལིག་ཅང་སྤྱོད་ཁྱི་80ནས་90བར་རྟག
 གི་ཡོད། སོ་པས་གནས་དེའི་ཁྲིང་འཕྱོག་ལྷུ་གྱིད་དུ་ལའི་ཁྲིམ་
 ཆོང་གི་དུ་ལྷུག་དང་། ལྷུ་བ་ཆེན་ནས་ཐོན་པའི་སྤོབ་མ་མང་པོ་.....
 ལས་མིར་པ་བཅུ་ཉེ་མི་ཤེར་རྒྱ་བ་ཤེར་སྤོར་4000ནས་6000བར་
 རྒྱུད་གྱི་ཡོད་པ་དང་། ལས་མི་པ་བཅུ་གང་ལུབ་བྱས་ཏེ་ཁོ་ཆོད་ལས་
 ལྷགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་ལུབ་པར་འབད་པ་འབྱེད་ཡོད།
 དེས་མ་ཟད་ཁོང་གིས་ད་དུང་མིང་གིང་ལྷུ་ལྟེ་ཁྲིད་དེ་ཆོང་ཆོ་
 པ་དང་གཤིས་ཆེ་ལྷུ་ལྷ་ཡུ་ལག་ཆོང་ཁང་འཇུགས་སུ་བཅུག་
 པར་། མིང་གིང་ཆོང་ཁང་ཁོང་ཁང་འདྲ་བར་ཁྲིང་པ་ནས་ཆོང་ལས་
 གྱི་ཁྲིམ་ལྷུ་ལྷུ་ལའི་ལྷ་རྟེན་ལས་དང་པ་འཇུག་པ་ལྟར་བྱུང་བ་དོད།
 རིག་ལྷུར་། ལྷ་དང་དོན་ལྷུ་བ་ཀྱིས་ལྷ་མཁུ་དང་པོ་དོད་གྱི་.....
 སྤོལ་རྒྱུར་རྣམས་ཆོད་ལེ་མཆས་དང་དེའི་རྣམས་པེ་པས་ལེགས་པའི་.....
 སྤོལ་རྣམས་ལྷུང་སྤྱོད་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བར་འབད་པ་ལྟར་མིང་
 ཕྱིད་པ་འབྱེད་ཡོད་ཅིང་། སོང་གིས་། གཤམ་རྟེན་པས་རྒྱུ་མཉམ་རངས་ལྷུ་
 མཁུད་བོད་ཀྱི་སྤོལ་རྒྱུར་རྣམས་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་
 འདོར་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ་། དེའི་རིག་གནས་དང་། སོ་རྒྱས་།
 འཕྲུལ་དངོས་པཅས་ཆོད་པའི་འཕྲུལ་རྟེན་ཁང་ཞིག་འཇུགས་ལུབ་
 པའི་འབད་པ་ཆོར་བྱེད་པ་འབྱེད་ཡོད་ཅིས་པ་རྒྱུད།