གཟེར་འདེབས་ཀྱི་སྟེང་སྟོབས་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུར་བཅོས་དོན་འཕྲོལ་ལ་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས།

གོལ་མ་ཐག་པའི་ཏང་གི་རྒྱབས་ཀྱི་ཤུ་པའི་ཀུང་ཡུ་ཚང་ཨང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་གསུམ་པའི་ཐོག་བསྟན་དོན། ཏང་ཀུང་དབྱང་གིས་ཐོག་ཡོངས་ནས་སྒྲུར་བཅོས་སྔར་བས་ཟབ་གཏོང་ཐང་གཅིག་སྒྲུབ་གཅིག་ཐུར་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་མཐའ་འཁྱོལ། ཏང་འཇུག་ཤོད་ལམ་ལུགས་སྒྲུར་བཅོས། གཏི་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ། ཏང་སྲོལ་ཁྱེད་གཙང་འཇུག་ཤོད་དང་རྒྱལ་སྲིད་ས་ཆོལ་ཆེད་ལ་ཤུལ། འདེད་གཏི་ཟབ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་གཟེར་འདེབས་ཀྱི་སྟེང་སྟོབས་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུར་བཅོས་དོན་འཕྲོལ་ལ་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས། གཟེར་འདེབས་ཀྱི་སྟེང་སྟོབས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་ཤས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཁ་ཤས་ཀ་ཡིན། ཁ་ཤས་ཀ་ཡིན། ཏང་ཀུང་