

ཆིང་ཏའོ།
གསོན་ཤུགས་ཀྱི་ཕིང་ཡིང་
དྲ་འོང་བའི་རྒྱ་མཚོའི་
ཁྲོད་ཁྲིམ།
ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། ཆིང་ཏའོ་གྲོང་
ཁྲིམ་གྱི་དྲིང་རབས་རྒྱ་མཚོའི་ཐོན་ལས་མ་
ལག་རིམ་པའི་ཞིན་འབྲས་མོ་ཆོད་དུ་ཕྱིན་པ་
དང་། རྒྱ་མཚོའི་སྤྱི་ལམ་ཁོང་ལྷག་དེ་
བས་ལུང་མདོག་མཛེས་སྤྲུག་ལུན་པ། རྒྱ་
མཚོའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཕྱོགས་བསྐྱེས་
སྤྱི་ལམ་ཤུགས་མདོག་གསལ་དོད་པོས་ཆེ་རུ་
ཕྱིན་པ། ཁྲོད་ཁྲིམ་དང་གྲོང་གསེབ་མཉམ་
འདྲིས་འཕེལ་རྒྱས་དང་སྤྱི་པའི་ཐོན་ཁུངས་
དོ་སྤོམས་བཀོད་སྒྲིག་གི་ཚུ་ཚད་རྒྱ་ལྡན་
མེད་པར་མཐོ་རུ་ཕྱིན་པ་བཅས་ལྷུང་ནས།
ཁྲོད་གྲོང་གི་གྲོང་མིའི་གཏོགས་མཉམས་
དང་། སྤྱིད་སྤྱང་། ཐོབ་སྤྱད་བཅས་རྒྱ་
ཚད་མེད་པར་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད།
འདི་ནི་ཆིང་ཏའོ་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་རག་
དུས་ཚོན་སྐབས་34པ་ཆིང་ཏའོ་མཚོ་
འབྲས་རྒྱལ་མའི་ཁྲུལ་གསར་ཅིན་ཏེ་ཐན་
སྤྱི་རག་གྲོང་དུ་གཉེར་བཞིན་པ།



ཡན་ཅིན་ཏའོ་ཡིས་ཆབ་མདོར་བརྟག་ཞིབ་དང་གཞི་རིམ་གྱི་འཐབ་ས་དང་པོའི་

སྤྱན་དོན་པར་གཟིགས་པ་དང་འཆ་མས་འདྲི་གནང་བ།

(པར་རྩིས་དང་པོར་མཐུན།) བོད་ལྷགས་གསོ་རིག་
དང་ཕྱི་ལྷགས་གསོ་རིག་གི་སྤྱན་བཅོས་དང་སྤྱུལ་མའི་སྤྱི་
ལུ་བཅོལ་བ་སོགས་ཀྱི་ལས་དོན་སྤེལ་ཚུལ་བཀའ་འདྲི་
ཞིབ་ཤིང་གནང་བ་རེད། ཁོང་གིས་“ཡུང་གོའི་སྤྱན་པའི་
དུས་ཚོན་”གཏན་འཁེལ་བྱས་པ་དེ་ཐོག་ནས་ཏང་ཡུང་
དབྱེད་གིས་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་ཐང་ལས་དོན་ལ་ཆོད་
མཐོའི་མཐོང་ཆེན་གནང་བ་དང་རྒྱ་ཆེའི་སྤྱན་དོན་ལས་
དོན་པར་བྱམས་བཅའི་ཐོག་གཏན་འཁེལ་བྱས་པ་དང་
ལེགས་མཚོན་ཡོད། ཆོད་མས་གཞི་རིམ་མང་ཆོགས་ཀྱི་
དགོས་མཁོ་དང་རེ་སྒྲུག་ལ་དམིགས་ཏེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་
ཏུར་ཐག་བྱས་ནས་ཆོད་ལས་ཆལ་ལུས་མཐོ་རུ་བཀྲ་དེ་
མི་དམངས་ཀྱི་ཆེ་སྒྲིག་པ་དེ་ཐང་གྲུང་སྤྱོད་ཕྱིད་མཐུན་
ལག་པོ་ཞིག་ཕྱིད་པའི་རེ་བ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད།
ཡན་ཅིན་ཏའོ་ཡིས་རིམ་འཕགས་དང་སྤྱོད་ཆོད་ལག་
གིས་སྤྱན་དོན་ལས་དོན་པར་དེ་བས་དོ་ཁྲུང་དང་གཅིས་
སྤྱོད་དང་། ལས་ཀའི་ཆ་རྒྱུན་ལག་པོ་གཏོང་བ། དོན་

དངོས་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་ཕྱིད་རོགས་བཅས་བྱས་
ཏེ། སྤྱན་པར་བཅུ་འཛོལ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་མཐོང་
ཆེན་ཕྱིད་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱལ་པ་ཏུར་ཐག་བཏོད་ནས།
དུས་རབས་གསར་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་ཐང་བྱ་
གཞིག་སྤྱི་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལུ་ལྷགས་ར་པ་
རྒྱ་ཚད་མེད་པར་ཚུལ་དགོས་པའི་ནན་བཤད་གནང་
བ་རེད།
བརྟག་ཞིབ་གནང་རིང་ཡན་ཅིན་ཏའོ་དང་བཅས་
པ་ད་དུང་ཆབ་མདོའི་ཞིང་ཁོར་ཐོན་ཁུངས་དང་དེ་བཞིན་
གྲང་ཕྱིད་མཛོད་ཏུར་ཕྱོགས་བསྐྱེས་སྤེལ་ཆོད་ཁྲིམ་རར་
མེད་པས་ནས་ཆོད་དུང་དང་ཁྲིམ་རའི་དོ་དམ་པ་དང་སྤེལ་
རིམ་གཏོང་ཟབ་གནང་སྤེལ་ལས་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་རིན་
མོང་དང་། ཕྱིར་ཆོད་། མཁོ་ཆོད་ཐབས་ལམ་བཅས་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་བཀའ་དྲི་ཞིབ་ཤིང་གནང་བ་དང་ཉོ་ཚོང་ཁྲིམ་
རའི་འཆར་འགྲུབ་གཏོང་སྤྱོད་དང་། ཞིང་ལས་ཐོན་
ཁུངས་ཐོན་ཆོད་སྤེལ་མཐུན། མང་གཞིའི་སྤྱིག་བཀོད་

འདྲུགས་སྤྱོད། བཟུང་བཅའི་བདེ་འཇགས་སོགས་ལ་
མཁོན་རྟོགས་ཞིབ་ཤིང་གནང་བ་རེད། ཡན་ཅིན་ཏའོ་
ཡིས་ཆོད་དུང་ལ་བོད་དུ་མ་འཛོག་ལས་དར་གྱི་གོ་
སྐབས་དམ་འཛོན་དང་ལ་དར་ཆོག་གནས་ཀྱིས་གཉེར་
སྤྱོད་བྱས་ཏེ་གཟུགས་བརྟན་བཟུང་བོད་དང་གཉེར་སྤྱོད་
སྤྱོད་ལམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཏུན་ཏིག་ཕྱིད་དགོས་པའི་ལྷག་སྤེལ་
གནང་བ་རེད། ཁོང་གིས་བཟུང་བཅའི་བདེ་འཇགས་
དམངས་འཛོའི་བདེ་ཆ་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་
པས་དེས་པར་དུ་“ནན་ཤོས་བཞེད་”ཟེར་བྱ་གཞིར་
བཟུང་། ཞིབ་བཤར་དང་ནད་ཡམས་ཞིབ་བཤར་ཕྱིད་
ལྷགས་ཆེ་རུ་བཀྲ་ནས་བཟུང་བཅའི་སྤྱི་ཚད་བདེ་
འཇགས་ཀྱི་འགག་སྤོ་ནན་པོ་སྤྱོད་པ་དང་སྤོ་ཐོག་གི་
བདེ་འཇགས་འགན་ལེན་ཕྱིད་དགོས་པའི་ནན་བཤད་
གནང་བ་རེད།
(བསོད་བདེ་གཞིན་པས་བསྐྱར། གནས་ལྷག་རྒྱལ་
ཁྲིམ་ཁུལ་)

ཞི་ཅིན་པིང་གིས་མེ་ཐེ་ནམ་གྲང་ཁྲན་ཏང་གྲུང་དབྱེད་གི་སྤྱི་ཐབ་ཐུའུ་ཅི་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཐུའུ་ཞི་ཐུའུ་ཡིན་དང་གྲོས་མོལ་གནང་བ།

(པར་རྩིས་དང་པོར་མཐུན།) སྤེལ་རྒྱུན་གྱི་མཛོལ་གྲོགས་རྒྱུན་མཐུན་
ཕྱིད་པ། ཐུན་མོང་གི་ལས་འགན་སྤོ་བརྟན་པོར་དེས་པ། གྲང་ཁྲན་
ཏང་གི་འགྲོ་ཁྲིད་དང་སྤྱི་ཆོགས་རིང་ལྷགས་ཀྱི་ལམ་ལྷགས་མཐུན་
འབྲོངས་ཕྱིད་པ། འཐབ་ཁྲམ་གྱི་དོན་སྤྱོད་ལུན་པའི་ཡུང་གོ་དང་མེ་ཐེ་
ནམ་གྱི་ལས་དབང་གཅིག་མཐུན་ཆོགས་པ་བསྐྱར་རྒྱ་རྒྱུ་མཐུན་གཏོང་
ཟབ་དུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་འཛོལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱི་
བྱ་གཞིག་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཐུན་མོང་ཐོག་སྤེལ་འདྲིད་གཏོང་དགོས། དས་
སྤོ་མཐུན་སྤྱོད་ཡིན་དང་མཉམ་དུ་ལས་ཀའི་འབྲེལ་བ་བཟུང་བོད་དང་མི་
སྤོར་གྱི་མཛོལ་མཐུན་ཟབ་མོ་བཅོགས་ནས་ཡུང་གོ་དང་མེ་ཐེ་ནམ་གྱི་
ལས་དབང་གཅིག་མཐུན་ཆོགས་པ་འཇོགས་སྤྱོད་གཏོང་ཟབ་དང་ཏན་
ཏིག་ཡོང་བར་ཐུན་མོང་ཐོག་སྤྱོད་ཕྱིད་འདྲིད་ཅེས་གསུངས་པ་
རེད།

འབྲེལ་མཉམ་དུ་གཏོང་དགོས། སང་ལོ་ཡུང་གོ་དང་མེ་ཐེ་ནམ་དབར་
ཀྱི་འབྲེལ་བཅོགས་ནས་ལོ་75འཁོར་བར་རྟོན་འབྲེལ་ཞུ་རྒྱ་གྲྭ་སྐྱབས་སུ་
བྱས་ནས་ཡུང་གོ་དང་མེ་ཐེ་ནམ་གྱི་མི་ཆོས་རིག་གནས་སྤེལ་རིམ་
ལོ་སོགས་ཕྱིད་སྤྱོད་བཟུང་རིམ་པ་ཐུན་མོང་ཐོག་ལག་པོ་གཉེར་ནས་
རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་དམངས་འདྲིད་ཀྱི་མང་གཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་
དགོས། ཕྱོགས་གཉིས་པོས་ཞིབ་དཔྱད་མཉམ་གནས་ཀྱི་ཆ་དོན་དོན་ཆོན་
ལོ་སོགས་རྒྱལ་སྤྱིའི་འབྲེལ་བའི་གཞི་ཆའི་ཆོད་གཞི་རྒྱུན་འབྲོངས་བྱས་
ཏེ་འདྲ་མཉམ་དང་གོ་རིམ་ལུན་པའི་འཛོལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཅེས་དང་ཀུན་
པན་བསྐྱར་འཕེལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་གོ་ལོ་ལྷོ་པོ་ཅན་ལོ་སྤེལ་འདྲིད་
གཏོང་བ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་དྲང་གཞིག་བདེ་སྤྱོད་དང་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་
བཞིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཐུན་མོང་ཞི་ཕན་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་མིའི་རིགས་
ཀྱི་ལས་དབང་གཅིག་མཐུན་ཆོགས་པ་བསྐྱར་རྒྱུ་ལ་འདྲིད་གཏོང་
དགོས།

ཞོག་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་ཡུང་དབྱེད་གི་འགྲོ་ཁྲིད་འོག་ ཡུང་གོས་ཡུང་
གྲང་སྐབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་ཡུང་ལྷ་ཆོད་འཛོམས་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་
གསུམ་པའི་ཐོག་གཏན་འཁེལ་བྱས་པའི་སྤྱོད་བཅོས་ཀྱི་ལས་འགན་ཆོད་
མ་བདེ་སྤྱོད་དང་ལེགས་སྤེལ་བྱས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྤེལ་འབྲས་ཏེ་
ཅད་ཆོད་པོ་ཐོབ་པ་དང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་བབ་དང་ལྷགས་ཀྱི་ན་
ཐོབས་ལྷགས་ཉེན་རེ་བཞིན་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཏེ་འཛོལ་སྤྱོད་ཞིབ་དཔྱད་དང་
འཕེལ་རྒྱས་དང་དེ་བཞིན་མིའི་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་ཡར་ཐོན་ཆོད་ལེགས་
སྤོར་གལ་ཆེན་སྤེལ་ཡོད། མེ་ཐེ་ནམ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཡུང་གྲང་སྐབས་ཉེ་ལུ་
པའི་ཡུང་ལྷ་ཆོད་འཛོམས་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་གསུམ་པ་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་
པའི་དང་འཛོགས་ཏེ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་རྒྱུར་བཅོས་སྤྱོད་པས་ཟབ་
གཏོང་དང་ཡུང་གོའི་ལྷགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་ལོ་སྤེལ་འདྲིད་གཏོང་
པའི་དུས་རབས་གསར་པ་བཏོད་པར་བཀྲ་ཤིས་པའི་ལྷགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
སྤྱི་ཐབ་ཐུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་པིང་གི་འགྲོ་ཁྲིད་འོག་ ཡུང་གོས་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་
པའི་འཐབ་འཐབ་དམིགས་ཆོད་བདེ་སྤྱོད་དང་མཛོན་འཇུག་སྤེལ་སྤེལ་
ཆོགས་རིང་ལྷགས་དེང་རབས་ཅན་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་སྤོར་བཅོས་ཆོད་ཕྱོགས་
ཡོངས་ནས་སྤྱོད་སྤེལ་པའི་ཡོད་ཆོད་ཆོད་ཡོད། མེ་ཐེ་ནམ་ཕྱོགས་
ཀྱིས་རང་བཅོན་རང་བདག་མཐུན་འབྲོངས་ཕྱིད་པ་དང་ཡུང་གོ་གཅིག་
གི་སྤྱོད་ཁྲུལ་སྤོ་བརྟན་འཇུག་མེད་དང་ལག་བསྐྱར་ཕྱིད་ཀྱི་ཡོད་ལ།
ཐའེ་དབར་ནི་ཡུང་གོའི་མང་འཁོར་ཀྱི་ཁ་འབྲེལ་ཐོབས་མེད་པའི་ཆ་
ཤས་ཤིག་ཡིན་པའི་དོས་འཛོན་ཡང་ཕྱིད་ཀྱི་ཡོད་པས་རྒྱལ་པ་གང་ཅུང་
གི་“ཐའེ་དབར་རང་བཅོན་”ཀྱི་ཁ་འབྲེལ་ཕྱིད་སྤྱོད་ལ་དོ་སྤོལ་མཐུན་
གཅིག་ཏུ་ཕྱིད་པ་དང་ཡུང་གོས་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་ཀྱི་ཕྱིད་པར་རྒྱབ་
སྤོར་མཐུན་གཅིག་ཏུ་ཕྱིད་ཀྱི་ཡོད། ཤར་ཀའ་དང་། ཤིན་ཅང་། བོད་
ཁྲོད་ས་བཅས་ཆོད་མ་ཡུང་གོའི་ནང་ཁྲུལ་གྱི་ལས་དོན་ཡིན་པས།
ཕྱོགས་གཏོགས་གང་ཅུང་ཞིག་གིས་ཡུང་གོའི་ནང་སྤྱོད་ལ་ཐེ་ཐེ་ཕྱིད་
པར་མེ་ཐེ་ནམ་ཕྱོགས་ཀྱིས་དོ་སྤོལ་མཐུན་གཅིག་ཏུ་ཕྱིད་ཀྱི་ཡོད། མེ་ཐེ་
ནམ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཡུང་གོ་ཕྱོགས་དང་མཐོ་རིམ་འགྲོ་འོང་དམ་ཟབ་རྒྱུན་
འབྲོངས་ཕྱིད་པ་དང་། ཏང་སྤྱོད་དང་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷགས་ཀྱི་ཉམས་
ཐོང་མཉམ་སྤྱོད་ཕྱིད་པ། འཐབ་ཁྲམ་ཐད་པན་ཆོད་ཡོད་ཆོས་ཟབ་དུ་
གཏོང་བ། འཕེལ་རྒྱས་འཐབ་ཁྲམ་སྤེལ་མཐུན་ལོ་ལྷགས་སྤོར་རྒྱུ་པ།
དེ་བཞིན་རྒྱལ་སྤྱོད་བདེ་འཇགས་དང་། དཔལ་འབྱོར་ཆོད་དོན་དང་
མ་འཛོག་ རྒྱལ་སྤོར་མང་གཞིའི་སྤྱོད་བཀོད་སྤེལ་མཐུན་སོགས་ཁྱབ་
ཁོངས་ཀྱི་གཉིས་པན་མཉམ་ལས་བཅས་ཕྱིད་འདྲིད་ཡོད། སང་ལོའི་
“མེ་ཐེ་ནམ་དང་ཡུང་གོའི་མི་ཆོས་རིག་གནས་སྤེལ་རིམ་ལོ་”མཉམ་དུ་
ལག་པོ་གཉེར་ནས་གཞིན་རུ་དང་ས་གནས་དབར་གྱི་སྤེལ་རིམ་མཉམ་
ལས་ལ་ལྷགས་སྤོར་རྒྱུ་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་
དམངས་འདྲིད་ཆོད་གཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་གི་ཡིན། མེ་ཐེ་ནམ་
ཕྱོགས་ཀྱིས་ཡུང་གོ་ཕྱོགས་དང་མཉམ་དུ་མཚོ་ཐོག་གི་ཕྱོགས་འགལ་ལ་
དོ་དམ་ཆོད་འཛོན་དོས་འཛོལ་བྱས་ནས་ཁྲུལ་གྱི་ཞི་བདེ་བརྟན་སྤྱོད་
ཐུན་མོང་ཐོག་སྤྱོད་སྤྱོད་ཕྱིད་འདྲིད་ཡོད། མེ་ཐེ་ནམ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཡུང་
ཞི་ཅིན་པིང་གིས་བཏོན་གནང་བའི་མིའི་རིགས་ཀྱི་ལས་དབང་
འཇོགས་པར་སྤེལ་འདྲིད་གཏོང་གི་ཡིན། སྤོར་མཐུན་ཞི་ཅིན་པིང་གིས་

གོས་འགོ་དང་། གོ་ལོ་ལོ་པོའི་བདེ་འཇགས་ཀྱི་གོས་འགོ་ གོ་ལོ་ལོ་
པོའི་ཤེས་དཔལ་གྱི་གོས་འགོ་བཅས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་དེའི་ནང་ཏུར་
ཐག་ཞུགས་འདྲིད་ཡོད། མེ་ཐེ་ནམ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཡུང་གོ་ཕྱོགས་དང་
མཉམ་དུ་ཕྱོགས་མང་གི་རྒྱལ་སྤྱིའི་མཉམ་ལས་ཟབ་དུ་གཏོང་བ་དང་།
ཕྱོགས་མང་རིང་ལྷགས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་དྲང་གཞིག་དང་བདེ་སྤྱོད་སྤྱོད་
བྱས་ནས་འཛོལ་སྤྱོད་ཞི་བདེ་དང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྤེལ་འདྲིད་གཏོང་
ཆོད་དག་མཚོན་ལུན་པའི་ལེགས་སྤོར་འབྲེལ་འདྲིད་ཡོད།
གོས་མོལ་གནང་ཆོས། ཕྱོགས་གཉིས་པོས་ཏང་གི་སྤོར་བྲུ་དང་།
པན་ཆོད་སྤེལ་མཐུན། བཟོ་ལས། དད་ལ་ཆ། འགག་སྤོར་ཞིབ་
བཤར་དང་ནད་ཡམས་བརྟག་དཔྱད། འཕྲོད་བསྟེན། གསར་
འཇུག་སྤྱོད་དང་རྒྱུན་སྤྱོད། ས་གནས། དམངས་འཛོ་སོགས་
ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཉིས་པོའི་མཉམ་ལས་ཡིག་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ལ་
མིང་རྟགས་འགོད་པར་ལྷན་དུ་དཔལ་པོ་གནང་བ་རེད།
མིང་རྟགས་འགོད་པའི་མཛོད་སྤོར་མཐུན་འགྲེལ་ཆོས། ཞི་ཅིན་
པིང་དང་སྤུ་ལོན་གྱིས་ཁྱབ་ཁོངས་རྒྱུད་གས་ཀྱི་ཆ་གསལ་སྤོར་མོལ་
གནང་ཞིང་། སྤོར་མཛོད་མཐུན་གྱི་རྒྱལ་པའི་ཁྲོད་ཐུན་མོང་ཐོག་
དོ་ཁྲུང་གནང་བའི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་ལ་སྤེལ་མཐུན་སྤེལ་རིམ་
གཏོང་ཟབ་གནང་བ་རེད།
གོས་མོལ་ལ་གནང་གོང་། ཞི་ཅིན་པིང་དང་སྤུ་ལོན་པའི་ལོ་ལོ་ན་
རྒྱལ་གཉིས་ཀྱིས་མི་དམངས་ཆོགས་ཁང་ཆོ་མོའི་ཤར་སྤོར་ཕྱི་རོལ་གྱི་
ཐང་ཆེན་དུ་སྤུ་ལོན་དང་སྤུ་ལོན་ལྷུང་སྤུ་ལོན་ལ་གཟིགས་ཞིབ་
མཛོད་སྤོར་གཏོང་བ་རེད།
སྤུ་ལོན་འབྱོར་སྐབས། གས་དམག་གིས་གལ་འགྲིག་པོས་གས་
འདྲད་ཞུས་ཤིང་། ཞི་ཅིན་པིང་གིས་སྤུ་ལོན་དང་ལྷན་དུ་གཟིགས་
ཞིབ་སྤྱོད་པའི་ཐོག་ཐོབ་པ་དང་། དམག་མིའི་རོལ་ཆ་ཆོགས་
པས་ཡུང་གོ་དང་མེ་ཐེ་ནམ་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་དགོལ་བ།
གནས་བདེ་སྤོར་མིང་ཐང་ཆོད་དུ་རྟོན་འབྲེལ་མེ་སྤོར་གྱི་
ཆོ