

ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ཀྱང་སྤྱིའི་མ་ཉམ་ལས་སྤང་ཉྡེགས་པེ་ཅིང་དབྱ་ཚྛགས་ལ་ཕེབས་པའི་ཨ་སྤྱེ་རི་ཁའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགོ་
བྱིང་མི་ལྷ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཙ་འཇུགས་ཀྱི་འགན་འཁུར་མི་ལྷ་ཁག་གཅིག་དང་ཨོ་ཨོར་མངལ་འཛོམས་གནང་བ།

ཤིན་ཏུ་གསར་འཕྲུར་ཁབ་པེ་ཅིང་ནས་ཟླ9ཚེས་3ཉིན་སྟོག་་་་
འབྱིན་འབྱོར་གསལ། ཟླ9ཚེས་3ཉིན་ཀྱི་མུ་དྲོར། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཀྲུ་་་་
ཞི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་པེ་ཅིང་མི་དམངས་ཚོགས་ཁང་ཆེ་མོར་ཀྱང་གོར་་་་་
ཀྱང་སྤྱིའི་མ་ཉམ་ལས་སྤང་ཉྡེགས་པེ་ཅིང་དབྱ་ཚོགས་ལ་ཕེབས་པའི་་་་་
ཁེན་ནི་ཡའི་ཚུང་ཐུང་ལུ་ཐུའོ་དང་མངལ་འཛོམས་གནང་བ་རེད།
 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་གསུངས་དོན། ཀྱང་གོ་དང་ཁེན་ནི་ཡའི་དབར་་་་་
མངོང་ཤོགས་ཀྱི་ཨོ་རྒྱས་ལུན་རིང་ལུན་པ་དང་མི་རིགས་བཅིངས་་་་་་་
འགྲོལ་བཙོན་ལེན་ཁྱེད་པའི་འཐབ་ཚིང་ཁྱོད་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བ་ཁྱེད་་་་
པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་དར་རྒྱས་དོན་གཉེར་ཁྱེད་པའི་རྒྱང་སྤྱོད་ལམ་ལུང་་་་
ཁྱོད་འབྲེལ་བ་གཏིང་ཟབ་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ཀྱང་གོ་དང་ཁེན་ནི་་་་
ལས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ལག་གདང་སྒེལ་ནས་“རྒྱ་དུ་གཅིག་ལམ་
གཅིག”མ་ཉམ་སྐུན་མ་ཉམ་ལས་ཀྱི་མ་དུན་གྲལ་དུ་བསྐྱོད་དེ་མ་ཉམ་སྒེལ་
མ་ཉམ་མ་ཐུད་ཀྱི་རྒྱལ་གདངས་གཙོ་པོ་འཕོར་ཆེན་ཞིག་བསྐྱུན་ནས་ས་་་་
ཁྱལ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདོད་ནུས་་་་
ལུན་བཏང་བས་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་མི་དམངས་ལ་ཕན་པ་ཐོབ་ཡོད།
 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ཕྱོགས་གཉིས་པོས་“རྟོགས་ཟླ་གསུམ”ཀྱི་ཁ་་་་
ཕྱོགས་བརྒྱུད་ཀྱང་གོ་དང་ཁེན་ནི་ཡའི་ཕྱོགས་ཡོངས་ཀྱི་འཐབ་ཁུས་་་་
མ་ཉམ་ལས་རྟོགས་ཟླའི་འབྲེལ་བ་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏིང་རྒྱའི་གོས་འགོ་
བཏོན་གནང་བ་རེད། གཅིག་ནི་མངོང་མཐུན་རྒྱ་འཛིན་གྱིས་ཕན་
ཚུན་ཡིད་ཆེས་ཁྱེད་པའི་ལྷག་བསམ་ཐོལ་མེད་ཀྱི་རྟོགས་ཟླ་བྱས་ཏེ།
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདག་དབང་སྤུང་སྤྱོད་དང་རང་བཞེན་གྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་དུ་འཛོལ་ཞིབ་ཁྱེད་
པར་སློབ་བརྟན་འཕྱར་མེད་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཁྱེད་དགོས་པ་དང་། གཉིས་
ནི་གཞུང་འཁྱོངས་གསར་འབྱེད་ཀྱིས་གཉིས་ཁིག་ཉིས་ཕན་ནི་མ་ཉམ་
ལས་རྟོགས་ཟླ་བྱས་ཏེ་སྤྱི་མཐུན་མཐོ་པོ་པོས་“རྒྱ་དུ་གཅིག་ལམ་
གཅིག”མ་ཉམ་སྐུན་ཁྱེད་པ་དེ་ཁེན་ནི་ཡའི་ཕྱོགས་ཀྱི་“2030པོའི་སྤྱལ་
ཀྱི་འཚར་འཕྱོད”དང་འབྲེལ་མཐུད་དམ་ཟབ་བྱས་ལམ་སྤྱེ་རི་ཁ་ཤར་
རྒྱ་མ་ཉམ་སྒེལ་མ་ཉམ་མཐུད་ཀྱི་ཉྡེ་གནས་དང་ཐོན་ལས་དར་ཁྱུལ་
བཏོད་དེ་གྲངས་འཛིན་དཔལ་འབྱོར་དང་། ནུས་རྒྱ་གསར་པ་དང་
དཔལ་འབྱོར་ཆོང་དོན། དབུལ་པོ་ལུང་གཏོང་དང་ཞིང་ཕན་སོགས་
ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་མ་ཉམ་ལས་ལ་ཤུགས་སྤོན་རྒྱག་དགོས་པ། གསུམ་ནི་
ཡིད་ཆེས་བརྟན་གཏོང་གིས་དང་བཞག་དང་བདེན་སྤུང་སྤྱོད་ཁྱེད་པའི་
འཐབ་ཁུས་རྟོགས་ཟླ་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱི་དང་ས་ཁྱལ་ཀྱི་གནད་དོན་ཁྱོད་ཀྱི་
འབྲེལ་གཏུག་དང་མཐུན་སྦྲེལ་ཤུགས་སྤོན་རྒྱག་པ་དང་། ལག་
གདང་སྒེལ་ནས་གོ་ལ་ཕྱིལ་པོའི་སྤོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་ཁི་ཕན་སྤུང་སྤྱོད་
བྱས་ཏེ་ས་ཁྱལ་ཀྱི་ཞི་བདེ་བརྟན་ལྗིང་ལ་སྐུལ་འདོད་གཏོང་དགོས།

 ལུ་ཐུ་ཐུའི་ཡིས་གསུངས་དོན། ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ད་ཐིངས་ཀྱི་་་་
ཀྱང་སྤྱིའི་མ་ཉམ་ལས་སྤང་ཉྡེགས་པེ་ཅིང་དབྱ་ཚོགས་གཙོ་གཉེར་བྱས་་་་
ནས་ཨ་སྤྱེ་རི་ཁ་དང་ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་གཉིས་པོས་འབྲུང་འཕྱར་འཕེལ་་་་
རྒྱས་ཐུན་མོང་ཐོག་དོན་གཉེར་བ་ཆེད་ལས་ཉྡེགས་དང་གོ་སྐབས་གལ་
ཆེན་མཁོ་འདོན་བྱས་པར་ཐུགས་རྒྱུན་ཆེ་ཆེ་ཞུ་བྱིན། ཁེན་ནི་ལ་དང་ཀྱང་
གོའི་འབྲེལ་བ་ནི་མངོང་ཤོགས་ཟབ་མོ་དང་། ཕན་ཚུན་བཅེ་འཛིག་
ཕན་ཚུན་ཡིད་ཆེས། གཉིས་ཁིག་ཉིས་ཕན་བཅས་ལ་བཞེན་པ་ཞིག་་་་
ཡིན། ཕྱོགས་གཉིས་པོས་“རྒྱ་དུ་གཅིག་ལམ་གཅིག”མ་ཉམ་སྐུན་ཀྱི་སྒྲིམ་
གཞིའི་ནང་མོང་ནི་ལྷགས་ལམ་སོགས་རྒྱང་གཞིའི་སྤྱིག་བཀོད་འཇུགས་
སྐུན་ཀྱི་མ་ཉམ་ལས་རྩམ་གདངས་གལ་ཆེན་གྱབ་འབྲས་ཐོབ་པའི་དང་་་་
ལག་བསྟར་བྱས་པས། ཁེན་ནི་ཡའི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་
རྒྱས་ལ་སྐུལ་མ་རུས་ལུན་ཐོབས་ཏེ་ཁེན་ནི་ལ་དང་ཀྱང་གོའི་མངོང་་་་
ཤོགས་དང་གཉིས་ཕན་མ་ཉམ་ལས་མཚོན་པའི་ཤ་སྐད་གསར་པར་གྱུར་
ཡོད། ཁེན་ནི་ལ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ད་ཐིངས་ཀྱི་སྤྱིང་ཉྡེགས་དབྱ་ཚོགས་གོ་སྐབས་
སྤྱ་བྱས་ནས་ཁེན་ནི་ལ་དང་ཀྱང་གོའི་ཕྱོགས་ཡོངས་ཀྱི་འཐབ་ཁུས་མ་ཉམ་
ལས་རྟོགས་ཟླའི་འབྲེལ་བ་ཐུར་བས་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བར་སྐུལ་འདོད་
གཏོང་རྒྱུའི་རེ་བ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད།

 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་གསུངས་དོན། ཀྱང་གོ་དང་ཆ་རྒྱལ་ཁབ་་་་
གཉིས་པོས་“རྒྱ་དུ་གཅིག་ལམ་གཅིག”མ་ཉམ་སྐུན་དང་ཀྱང་སྤྱིའི་མ་ཉམ་
ལས་སྤྱང་ཉྡེགས་སོགས་སྒྲིམ་གཞིའི་ནང་གཉིས་ཕན་མ་ཉམ་ལས་ཏུར་་་
ཐག་བྱས་པར་གཡུར་ཟའི་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་ཡོད། ཀྱང་གོ་འདི་ཉིད་ཨོ་་་
མང་བསྐྱེད་མར་ཆ་རྒྱའི་ཆོང་དོན་རྟོགས་ཟླ་དང་མ་འཛིག་རྟོགས་ཟླའི་
རྒྱལ་ཁབ་ཆེ་ཤོས་སྤྱུར་པ་དང་ཕྱོགས་གཉིས་པོ་དངོས་སྐབ་མ་ཉམ་
ལས་བྱས་པས་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་ཆུ་ཆེ་དུ་ཕྱིན་
ཡོད། ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཆ་རྒྱེ་ཕྱོགས་དང་ཀྱང་སྤྱིའི་མངོང་ཤོགས་
མ་ཉམ་ལས་ཀྱི་སྤྱིང་སྤྱོབས་རྒྱ་འཛིན་བྱས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཐབ་་་་

 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་གསུངས་དོན། ཀྱང་གོ་དང་ཆ་རྒྱལ་ཁབ་་་་
གཉིས་པོས་“རྒྱ་དུ་གཅིག་ལམ་གཅིག”མ་ཉམ་སྐུན་དང་ཀྱང་སྤྱིའི་མ་ཉམ་
ལས་སྤྱང་ཉྡེགས་སོགས་སྒྲིམ་གཞིའི་ནང་གཉིས་ཕན་མ་ཉམ་ལས་ཏུར་་་
ཐག་བྱས་པར་གཡུར་ཟའི་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་ཡོད། ཀྱང་གོ་འདི་ཉིད་ཨོ་་་
མང་བསྐྱེད་མར་ཆ་རྒྱའི་ཆོང་དོན་རྟོགས་ཟླ་དང་མ་འཛིག་རྟོགས་ཟླའི་
རྒྱལ་ཁབ་ཆེ་ཤོས་སྤྱུར་པ་དང་ཕྱོགས་གཉིས་པོ་དངོས་སྐབ་མ་ཉམ་
ལས་བྱས་པས་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་ཆུ་ཆེ་དུ་ཕྱིན་
ཡོད། ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཆ་རྒྱེ་ཕྱོགས་དང་ཀྱང་སྤྱིའི་མངོང་ཤོགས་
མ་ཉམ་ལས་ཀྱི་སྤྱིང་སྤྱོབས་རྒྱ་འཛིན་བྱས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཐབ་་་་

 ཐུས་འབྲེལ་མཐུད་ལ་ཤུགས་སྤོན་བརྒྱབ་སྤྱེ་ཀྱང་གོ་དང་ཆ་རྒྱའི་འབྲེལ་
བར་འཕེལ་རྒྱས་གསར་པ་ཡོང་བར་སྐུལ་འདོད་གཏོང་འདོད་ཡོད།
 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན། ཆ་རྒྱེ་ཕྱོགས་ནས་ཀྱང་
གོའི་སྤྱེ་བའི་ཁི་ཕན་དང་དོ་ཁུར་ཆེན་པོ་ཁྱེད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་
གནད་དོན་གལ་ཆེན་ཐད་ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བརྟན་པོ་བྱས་་་་
པར་ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཆོད་མཐོའི་བསྐྱགས་བཤོད་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ་་་་
སར་རྒྱན་བཞིན་ཆ་རྒྱེ་ཕྱོགས་རང་བཅོན་རང་བཞེན་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་་་་
ལམ་ལུང་ཐོག་བསྐྱོད་རྒྱར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདག་་་་
དབང་དང་། བདེ་འཇགས། འཕེལ་རྒྱས་བཅས་ཀྱི་ཁི་ཕན་སྤུང་སྤྱོད་
བྱ་བྱ་ཡིན། ཕྱོགས་གཉིས་པོས་འགོ་འོང་ལ་ཤུགས་སྤོན་རྒྱག་པ་དང་།
འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཐུན་མོང་དོས་འཛིན་རྒྱ་ཆེར་གཏོང་བ། ཆབ་སྤྱང་ཐད་་་
ཕན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་བརྟན་དུ་གཏོང་བ། ཕན་ཚུན་རྒྱབ་སྐྱོར་བརྟན་པོ་
ཁྱེད་པ་བཅས་ཁྱེད་དགོས། གཉིས་ཁིག་ཉིས་ཕན་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་
ཏིང་དོས་སྐབ་མ་ཉམ་ལས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་དགོས། ཆ་རྒྱེ་ཕྱོགས་
ཀྱིས་ད་ཐིངས་ཀྱི་ཀྱང་སྤྱིའི་མ་ཉམ་ལས་སྤྱང་ཉྡེགས་དབྱ་ཚོགས་ཀྱི་གྲུབ་
འབྲས་བེད་སྤྱོད་ལག་པོ་བྱས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་དཔལ་འབྱོར་
ཆོང་དོན་མ་ཉམ་ལས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་། རང་བཞེན་་་་
འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ནུས་པ་ཆེ་དུ་བཏང་ནས་ཐུན་མོང་འཕེལ་རྒྱས་མངོན་
འཕྱར་ཡོང་བ་ཁྱེད་པར་དགའ་འཕུ་ཞུ་བྱིན། ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཆ་
རྒྱེ་ཕྱོགས་དང་མ་ཉམ་དུ་གོ་ལ་ཕྱིལ་པོའི་བདེ་འཇགས་གོས་འགོ་དོན་
འཁྱོལ་བྱ་རྒྱར་སྐུལ་འདོད་བཏང་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདེ་འཇགས་དང་
བརྟན་ལྗིང་སྤུང་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་ཐུན་མོང་ཐོག་ཞི་བདེ་སྤུང་སྤྱོད་ཁྱེད་པའི་
སྤྱོབས་ཤུགས་བརྟན་པོ་ཞིག་ཁྱེད་འདོད་ཡོད།

 ཐུ་ཏུ་ཏུ་མོ་རིས་གསུངས་དོན། ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ད་རང་ཀྱང་
གོར་ཀྱང་སྤྱིའི་མ་ཉམ་ལས་སྤྱང་ཉྡེགས་ཀྱི་པེ་ཅིང་དབྱ་ཚོགས་སྤྱ་གནད་་་
དངས་པ་མ་ཟེང་། སྤྱི་མཉམས་འཁོལ་བའི་སྤྱེ་ལེན་ཞུས་པར་ཐུགས་རྒྱུན་
ཞུ་དེ་ཐོག་ནས་ཆ་རྒྱེ་དང་ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་གཉིས་པོའི་མངོང་ཤོགས་ཀྱི་
བཅེ་མཉམས་མཚོན་ཀྱི་ཡོད། ཆ་རྒྱེ་དང་ཀྱང་གོའི་མ་ཉམ་ལས་ནི་ཕན་་་
ཚུན་བཅེ་འཛིག་དང་གཉིས་ཁིག་ཉིས་ཕན་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་་་
ཡིན་ལ་གྲུབ་འབྲས་གཡུར་དུ་ཟབ་ཐོབ་ཡོད། ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཆ་
རྒྱའི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཙུ་ཆེའི་རྟོགས་རམ་་་
བྱས་པར་ཐུགས་རྒྱུན་ཆེ་ཆེ་ཞུ་དང་ཆ་རྒྱེ་ཕྱོགས་ནས་ཀྱང་གོ་དང་མངོང་
ཤོགས་གཉིས་ཕན་ཀྱི་མ་ཉམ་ལས་སུར་བས་ཟབ་ཏུ་གཏོང་རྒྱར་སློ་
བརྟན་འཕྱར་མེད་ངང་གཞོལ་བཞིན་ཡོད། ཀྲུ་ཞི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་
མ་ཁས་མངོངས་ལུན་པའི་འགོ་ཁྱོད་འོག ཀྱང་གོའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཉིན་
རེ་བཞིན་རྩམ་པ་གསར་པ་ཐོན་པ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་བབ་ཉིན་རེ་
བཞིན་མཐོ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ཆ་རྒྱེ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཀྱང་གོའི་འཕེལ་
རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ལ་བཅེ་འཛིག་ཡིད་སྤྱོན་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ལ་ཀྲུ་ཞི་ཞི་
ཅིན་ཕིང་གིས་བཏོན་གནང་བའི་འདུ་ཤེས་དང་གོས་འགོ་གལ་ཆེན་
རབ་དང་རེམ་པར་བསྐྱགས་བཤོད་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཀྱང་གོ་ལུ་་་
མཐུད་འཕེལ་རྒྱས་དང་སྤོབས་ཆེར་འགོ་བ་མཐོང་འདོད་ཡོད་ལ་ཀྱང་
གོའི་རྒྱན་མཐུད་འཕེལ་རྒྱས་ལས་ཆ་རྒྱེ་དང་ཨ་སྤྱེ་རི་ཁ་དང་ཐ་ན་འཛོམ་
སྤྱང་གོ་འཕེལ་རྒྱས་ལ་གོ་སྐབས་དེ་བས་མང་བ་བསྐྱུན་རྒྱུའི་ཡིད་ཆེས་
ཡོད། དེ་ནི་འཛོམ་སྤྱང་གི་ཨོ་བརྒྱའི་དུས་འཕྱར་ལ་སྤྱེ་ཁྱོད་ཁྱེད་པའི་
དོས་ནས་བཤོད་ན་གལ་འགངས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་རེད།

ཤིན་ཏུ་གསར་འཕྲུར་ཁབ་པེ་ཅིང་ནས་ཟླ9ཚེས་3ཉིན་སྟོག་་་་
འབྱིན་འབྱོར་གསལ། ཟླ9ཚེས་3ཉིན་ཀྱི་མུ་དྲོར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཀྲུ་ཞི་ཞི་
ཅིན་ཕིང་གིས་པེ་ཅིང་མི་དམངས་ཚོགས་ཁང་ཆེ་མོར་ཀྱང་གོར་ཀྱང་་་་
སྤྱིའི་མ་ཉམ་ལས་སྤྱང་ཉྡེགས་པེ་ཅིང་དབྱ་ཚོགས་ལ་ཕེབས་པའི་མ་ལ་་་
མའི་ཚུང་ཐུང་ཁྱ་ཁྱ་ཡེད་དང་མངལ་འཛོམས་གནང་བ་རེད། རྒྱལ་་་
ཁབ་གཉིས་པོའི་གཙོ་བདག་གིས་ཀྱང་གོ་དང་མ་ལ་མའི་འབྲེལ་བ་དེ་
འཐབ་ཁུས་རྟོགས་ཟླའི་འབྲེལ་བར་རེམ་སྦྲར་བྱ་རྒྱུའི་ཁྱབ་བསྐྱགས་
གནང་བ་རེད།

 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་གསུངས་དོན། ཀྱང་གོ་དང་མ་ལ་མའི་དབར་གྱི་
འབྲེལ་བཅུགས་ཚུན་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་འབྲེལ་བ་བརྟན་པོ་དང་སྤྱོན་
བལ་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་ནས། ཆབ་སྤྱང་ཐད་ཕན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་
བརྟན་པོ་དང་གཉིས་ཕན་མ་ཉམ་ལས་ཐད་གཡུར་ཟའི་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་
ཡོད། ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ད་ཐིངས་ཀྱི་ཀྱང་སྤྱིའི་མ་ཉམ་ལས་སྤྱང་
ཉྡེགས་པེ་ཅིང་དབྱ་ཚོགས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་དོན་འཁྱོལ་བྱ་རྒྱུ་དེ་གོ་སྐབས་
སྤྱ་ཁྱེད་པ་དང་། ཀྱང་གོ་དང་མ་ལ་མའི་མངོང་མཐུན་མ་ཉམ་ལས་འགོ་
འཇུགས་ས་གསར་པར་དེ་བས་གཏིང་ཟབ་དང་ཏུ་རྟོག་ཡོང་བར་
སྐུལ་འདོད་གཏོང་བ། རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་ཐུན་མོང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་
སྐུལ་འདོད་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པོའི་མི་དམངས་
ལ་རྒྱན་མཐུད་བདེ་སྤྱོད་བསྐྱུན་འདོད་ཡོད།

 ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན། ཀྱང་གོ་ཕྱོགས་ཀྱིས་མ་
ལ་མེས་རང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་འཚོམ་