

ཡུང་ཡུང་ཡུང་དབྱང་ཆབ་མིད་ཚུས་ཀྱིས་ཆོག་ས་འདུ་འཆོག་ས་ནས།
 མིག་ལ་འདི་དང་ལ་འབྱོར་བྱི་དུས་བབ་དང་དང་ལ་འབྱོར་
 ལས་དོན་ལ་དབྱེ་ཞིབ་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ།

[illegible]

བཅོམ་པ་མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་དེ་ཅི་ལ་ནས་ཟླ་ 9 ཉེས་ 26
 ཉིན་ཟླ་བ་ཁྲི་དྲུག་པ་མས་ཟླ་ 9 ཉེས་ 26 ཉིན་གྱི་དྲུག་པ་
 གྱིང་ལྟར་དུ་མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་མཆོད་པ་
 མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་
 འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་
 མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་
 འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་
 མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་
 འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་
 མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་ལྷན་ཁྲིའི་མཆོད་པ་འཕྲུལ་ཁང་

[illegible]

ཏྲ་ཏིག་ལྷ་སྐུ་ལྷན་བྱུང་། གཙོ་མཉུན་ཁྲུབ་ཁོངས་ལྷི་ཏེན་
 ལ་ཁྲོ་འགྲོག་དང་མེལ་བར་དགེ་མཚན་ལྷན་པའི་ལྷ་བ་.....
 འབམ་མོ་པ། ལྷ་ས་ཆོད་མཁོ་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྒྱལ་པ་.....
 ཏྲ་ཏིག་མེད་པ། ལྷི་ཆོས་ལྷ་སྐུ་དུས་བབ་པར་ན་མིང་ལྷན་
 འཁྱེད་པ་པམས་ལྷི་ཆ་པ་པ་བཟང་པོ་ཐོན་ཡོད།

ཆོགས་འདའི་ཐོག་བསྟན་དོན། རང་རྒྱལ་དཔལ་.....
 འབྱར་གྱི་གཤི་ཆེན་ཆུམ་པ་དང་དེ་བཞིན་སྤོང་ར་རྒྱ་ཆེ་བ་.....
 དང་། དཔལ་འབྱར་གྱི་མཉེན་ཤུགས་ཆེ་བ། མི་ཚད་ཀྱི་པའི་
 རྒྱལ་མཉེན་ཆེ་བ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོད་མཐུན་སྦྲེན་པ་འབྱུར་
 ཐོག་བྱུང་མེད། དུས་མཚུངས་སུ་མིག་མཐིང་དཔལ་འབྱུར་.....
 འཁོར་སྤོང་ཐང་གནས་ཆུམ་པ་དང་གནད་དོན་གསར་པ་ལ་.....
 ལས་ཁོར་ཡོད། མིག་མཐིང་དཔལ་འབྱུར་དུས་བབ་ལ་སྤྱུགས་
 ཡོངས་དང་། དང་གཞག་ བབ་བསྐྱེད་བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རྒྱ་
 རྒྱུངས་འཛོལ་པ་དང་དགའ་ངལ་ལ་དམིགས་པ་དང་གཉེན་
 ཆེད་བརྟན་ཏུ་བཀྲངས་པ་དཔལ་འབྱུར་ལས་དོན་ཡག་པོ་.....
 རྒྱུ་པ་པའི་འགན་འཁུའི་པམམ་པ་དང་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་
 པམམ་པ་ཆེ་ཏུ་ཉན་ཏིག་གཏོང་དགོས། བཅོམ་གནད་དམ་.....
 འཛོལ་དང་རང་འགྲལ་ངང་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་བ་དང་། གསོག་
 འཁོར་གྱི་དུས་དོན་འབྲེལ་རྒྱས་ཐུན་བྱེད་པ། འཕམ་.....
 འཁོར་གྱི་དུས་པོའི་པར་ཤུགས་སྤོང་ར་རྒྱལ་པ། གྱིད་རྒྱལ་པ།

ཐལས་ཀྱི་དམིགས་སའི་རང་བཞིན་དང་ལུས་ཆེའི་རང་.....
བཞིན་སྨར་བས་ཆེ་ཏུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་ལོ་ནིལ་.....
པོའི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྟུང་ཆོག་ས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དམིགས་.....
ཚད་ལས་འགན་ཏུར་ཐག་སྒྲབ་དགོས།

ཆོག་ལ་འདུད་མོག་ན་ཅ་བཤད་བྱས་དྲིན། འོ་སྤྱིད་
 དང་དངུལ་ལོར་སྤྱིད་རྩ་གྱི་དུས་འཁོར་ལས་ལྷོག་པའི་
 རྩ་མས་སྤྱིག་ཁྱེད་ལྷག་ས་ཆེ་ལྟ་གྲོང་པ་དང་དགོས་པེས་ཀྱི་
 འོ་ར་སྤྱིད་གྲོང་སྤོ་འགན་ལོན་བྱས་ཏེ་གཞི་རིམ་གྱི་འགན་
 ལེན་གསུམ་གྱི་ལས་དོན་ཏན་ཏིག་ངང་ཡག་པོ་སྦྱབ་དགོས།
 ཡུན་ཚད་རིང་པའི་དམིགས་པ་བསལ་བྱས་ལུན་དང་ས་གནས་
 སྤྱིད་གཞུང་གི་ཆེད་དམིགས་པ་བྱ་ལོན་འགྲེམ་སྤེལ་དང་པོ་ད་
 སྤྱིད་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ་སྤྱིད་གཞུང་གི་མ་འཛོག་ཟེ་ཁྱིད་ཅུས་པ་
 ཡག་པོ་འདོན་དགོས། པཅོམ་དངུལ་གྲ་བས་གསོག་དངུལ་
 ཚད་དམའ་དུ་བཀྲངས་ཏེ་སྤྱིད་ཀྱི་ཆོག་ལྷག་ས་ཆེ་ལྟ་གྲོང་
 དགོས། ས་ཁང་བདག་ཁོངས་ཁྲིམ་ར་ཉམས་པ་ནས་བརྟན་
 པོར་ལོག་རྒྱུར་སྤྱིལ་འདོད་བཀྲངས་ནས་ཆོད་སྦྱར་ཁང་པ་
 བསྐྱར་པའི་ཐད་འཕར་ཚད་ཆོད་འཛིན་ནན་པོ་དང་།

(བར་དོས་བཞི་བར་གཟིགས་)

ཞི་ཅིན་ཡིང་གིས་བྱང་གོ་ལྷན་ལྷན་སྒྲོབ་ཆེན་གྱི་དགོ་སྒྲོབ་
 ཡོངས་ལ་འཕྲིན་ལན་སྒྲིངས་ཏེ་ནན་བཤང་གནང་དོན།
 སྒྲོབ་གཉེར་གྱི་ཁྱད་ཆོས་མདོན་གསལ་དོད་ཏུ་དང་ལྷན་བཅས་
 གསུམ་གཏོད་གཏོད་བྱང་ཏུ་བཏང་ནས་བྱང་ཆད་མཐོ་བའི་
 གསུམ་འབྱུང་བྱུང་སྒྲིལ་ཤིས་རྒྱན་པ་དེ་བས་མང་བ་

གཤོ་སྤྱོད་ལུང་ཐག་ཁྱེད་དགོས།

འཕྲིན་ལན།

[illegible]

དུས་པམས་གསར་པ་འི་རྒྱུ་ལམ་གསར་པ་ར་ཁྱེད་ཆོས་རྒྱུད་པ་བཟུང་མི་རྒྱུ་དག་ཆ་པའི་ལས་འགན་དྲོ་འཁྱེལ་
བྱས་ཏེ། གསར་འལུར་སྒྲེལ་བྱེད་གསལ་ལས་དྲོ་གྱི་དགོས་མཁའ་དྲ་མེགས་པ་དང་། རྒྱལ་གཤེད་ཁྱེད་ཆོས་མཛད་གསལ་
དྲོ་དུ་དྲུང་རྒྱུར་བཅས་གསར་གཏོད་གཏིང་ཟབ་དུ་གཏོང་བ། རྒྱལ་ཁྱེད་དྲུང་ཆོད་ཁེའི་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆད་མེད་
པར་མཐོང་དུ་གཏོང་བ། བྱང་ཆད་མཐོང་པའི་གསར་འལུར་ཁྱེད་མེས་ལྷན་པ་དེ་པས་མང་པ་གསེར་རྒྱུ་རྒྱུར་ཐག་
བཅས་བྱས་ནས་དྲུང་གི་དྲི་པ་བསྒྲགས་པས་མ་སྒྲིལ་གནས་གྱི་བྱ་གཞག་འཕེལ་ལོལ་རྒྱས་ཆེད་ལེགས་སྒྲེས་གསར་པ་འལུར་
རྒྱུའི་རེ་བ་ཡོད།

2024 წლის 9 ოქტომბერს

2

ਸਾਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।



↑ འདི་ནི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༥ ཉིན། རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་སྤྱོད་
ཁུ་འཁོར་རྒྱུ་གི་སྒྲུ་རྩལ་འཕེམས་འཁུལ་ཁྱེད་སྡེ་ཁོའི་སྐབས་སྤྱོད་
ཚུལ་འཁུལ་སྟོན་ཁྱེད་པའི་ནོར་པ།

→ འདྲ་ཞི་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་གྱི་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་འཁྲིལ་ཆུང་གི་སྤྱོད་
 ཆལ་འགྲེམ་མ་འབྲུག་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་དང་པོ་འཁྲིལ་བྱེད་མཁའ་མོ་བ་
 དཔེ་བསྐྱེད་མ་ཆོས་འགྲེམ་མ་རྟོག་ལ་སྤྱོད་མ་ཆོས་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་
 དཔེ་བྱེད་པ།

འདི་ག་ཆ་གསུང་བར་ཁང་དུ་ལྷ་ས་ནས་ལྷ་9ཆེས་

26. ཉིན་གནས་རྒྱལ་འབྲོར་གསལ། ལྷ་རྩམ་འཇགས་
གཅིག་མཐུན་ཆོག་པ་པོ་འདྲ་ལེན་སྲུང་བ་པར་ནོན་པོ་
བཟུགས་ནས་རང་རྩོད་མ་གྱིསྟོབ་ལྷ་འཁྲིད་རྒྱུ་ལྟོ་
རྩལ་སྟོབ་གསོའི་ལྷ་བ་འབྲས་གང་ལེགས་མངོན་པར་བྱ་
ཆེད། ཆོས་25ཉིན་རང་རྩོད་རྩོད་མ་སྟོབ་གསོའི་ལེགས་
གཅིག་གཉེར་བྱས་པ་དང་། ལྷ་ས་མོང་ཁྱིམ་སྟོབ་ལེགས་
ཀྱིས་གཉེར་འགན་ཁུར་བའི་རང་རྩོད་རྩོད་མ་གྱིསྟོབ་ལྷ་
འཁྲིད་རྒྱུ་གི་ལྷ་རྩལ་འགྲེམས་འབྲུབ་ཀྱིད་སྟོན་སྐབས་
དང་པོ་དང་བྱ་དགའ་རྩོད་པའི་མ་ཆ་དང་སྟོ་པོ་དང་རྩོད་
རྩོན་གསལ་ཁང་ཆེན་ར་གཉེར་བ་ཤིང་།

འཁམས་ཉམ་ཉེ་མཆོམ་ཆེ་ལ་ཉམ་ཉེ་མཆོམ་པས་དང་.....
 རྩོད་ས་ཀྱི་རྩོད་པ་ལྟ་བུར་རྩོད་གཉིས་པ་མའི་གྲུང་ག་དོད་ལ་
 རྩོ་ཉམ་པས་ཀྱི་དཔལ་འབར་པའི་པམས་པའི་ཉམས་.....
 འཁྱུར་ཤར་ཡེམས་མཛོད་ནེ། རྩོད་མོར་པ་མིག་གི་.....
 ཡོད་ས་རྩོད་ཤམ་པ་རྩུས་ཤིག་པམས་ཡོད་པ་མེད།



འཛམ་གླིང་སྐོག་ལ་བབ་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་བྱང་སྐར་རྒྱན་བརྟན་གྱི་
ལ་ཁའ་དབྱེད་མཆིག་ལ་བརྒྱན་ནས་སྤྱོད་འཕོ་ཆོག་ལ་ཤ།

བཅུ་ལྔ་པ་ལྟར་འབྲུག་ཁང་འཛིན་པ་ཆོས་ལུགས་འཕྲིན་
འབྲུག་གསལ་། གསར་འཛིན་པར་གྱུར་གོ་གནས་ཀྱི་མཁོ་།
རྒྱལ་ནས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར། ཉེ་ཆར། ས་བབ་མི་4706
ཡོད་པའི་ཐོད་རང་རྒྱུང་ལྗོངས་དཔལ་མཆོག་རྒྱལ་ཁབ་གནི་
ཆའི་གནམ་གཤིས་ལྟ་དཔུང་ཆོད་འཇལ་ས་ཆེན་གསུལ་གྱིས་གྲུང་
སྟར་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་སྟོན་མཁའ་དཔུང་གི་དྲ་ཤོག་མ་

པདེ་ཁྱེད་དང་སྟོན་པ་དེ་སྟོན་ནས་འཛམ་གླིང་སྟོན་ས་པ་བ་.....
མཐོ་ཤིས་ཀྱི་བྱང་སྐར་སྐུན་བདུན་གྱི་མཁའ་དབྱང་དང་.....
མཁའ་དབྱིངས་གནས་གཤིས་བཞག་དབྱང་ས་ཚྭ་གས་.....
བསྐུན་ནས་སྟུང་འགྲོ་ཚུགས་པ་མཚོན་ཡོད།
བྱང་སྐར་སྐུན་བདུན་གྱི་མཁའ་དབྱང་ས་ཚྭ་གས་སྟུང་.....
འགྲོ་ཚུགས་རྗེས། སངས་ཀུན་མཁའ་གཤིས་ལྷ་ཁེབ་ཚང་ལཱ་དེ་

‘ས་འོས་དང་མཁའ་དབྱིངས་ལུང་དུ་འབྲེལ་བའི་’མཐུན་
སྤྱོད་གནམ་གཤིས་ལྷ་ཞིབ་ཆོད་ལེན་ལ་ཤོག་མར་གྱུར་ནས།
བྱང་ཐང་གི་མཁའ་དབྱིངས་གནམ་གཤིས་ཀྱི་གངས་.....
གཞིའི་དབྱང་གཞིའི་སྤོང་ཆ་ལུས་ལྷན་དང་གསལ་བ་རྒྱ་རེ།
དེས་པོད་ཀྱི་མཁའ་དབྱིངས་འཛོལ་ཞིབ་ཐིག་ལེན་ས་.....
ཆོག་གས་དྲ་བའི་ཆོག་གས་དམ་ཆོད་དང་འཛོལ་ཞིབ་ཐིག་ལེན་
དངས་གཞི་ཐིག་ཆོད་སྐར་བས་མཐོ་དུ་འགྲོ་བུ་ལ་ཟད།
ན་བད་ཐིག་ཆོད་མཐོ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་གཏོང་འཛོལ་སྐར་འགོག་.....
དང་ལུང་གཏོང་དང་། རྒྱ་འཕམས་ཤེས་དཔལ་འཕུགས་སྤོང་
གན་ལེན་བྱ་བུར་ཆོད་དུ་གདངས་མཐུན་པའི་གངས་གཞི་
ཞི་འདོན་ཐབས་རྒྱ་རེ།

(པད་ཚེས་ཀྱིས་བསྐྱུར། པ་སངས་ཀྱིས་བྲིས།)

ནག་ཆུ་འི་དང་ལ་འབྱོར་དང་ལྷོ་ཆོག་ས་རྒྱན་མཐུད་
དང་ཡག་ཐོག་ཡག་བཅུ་གས་ལྷུང་བ།

ལོ་75ཡི་རིང་དཔལ་འབྱོར་སྟོབས་ལྷགས་མངོན་གསལ་དོད་པོས་ཆེ་རུ་
 ཕྱིན་པ་དང་། མང་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་ཉིན་རེ་བཞིན་འཇུག་སྒྲོ་ཆང་དུ་ཕྱིན་པ།
 དམངས་འཆོའི་བདེ་ཆུ་བཅའི་ཆད་པར་ལེགས་སུ་ཕྱིན་པ།

འདི་གཙམ་གསུང་པ་ཀུན་ལ་ཉམས་ནས་། 9 གཏུན་འཇགས་རྒྱ་ལོར་གྱི་མ་འཇག་བསྟོནས་.....

[illegible]

མེ་ཏུའི་རིང་། རྒྱ་རྒྱུ་དང་ལམ་འབྱུར་གྱི་	ཞིག་པ། ཞིང་འབྲིག་པའི་ཆོད་ལས་མཉམ་ལས་
ལས་ལྷན་མངའ་སྡེ་གསལ་དོན་པོས་ཆེ་དུ་ཕྱིན་	ཁང་1643བར་མངའ་དུ་ཕྱིན་ནས། ཞིང་འབྲིག་
ལས་ལྷན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་རིན་མང་པོ་མཉམ་སྤྲོད་	མང་ཆོག་ས་དུང་ཆོད་ཁྱི7.38དང་མི་ཁྱི34.01
ལོར་1990ལོའི་ནིང་རིང་དུ་རྒྱུར་2.95ནས་2023	ལས་ལྷན་འབྲུག་རྒྱལ་ཁྲིམས་ལྷན་
ལོའི་ནིང་རིང་དུ་རྒྱུར་216.88བར་མངའ་བཤད་	ཁྲིམས་ལྷན་གྱི་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥