

ཞི་ཅིན་པིང་གིས་ཨེ་ཤེ་ཡ་དང་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བྱེད་
དཔལ་འབྱོར་མཉམ་ལས་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆེད་འགོ་བྱིན་
པའི་དབུ་ཆོགས་ལ་ཡིག་ཐོག་གཉམ་བཤད་གནང་བ།

[illegible]

མཐུན་སྦྲེད་མ་བྱས་ན་ཕྱིར་བཞོལ་ཐབས་ངེས་པའི་ཉམས་སང་
 དག་པོ་འཕྲང་ཡོད། ཨ་ཤེལ་དང་ཞིབ་དེ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལྷལ་
 གྱིད་པལ་འབྱོར་ཕྱོགས་གང་དུ་སྦྲེད་མིན་ལ་ང་ཚོས་གདམས་ག་
 ཕྱིད་དགོས།

ཞི་ཅིན་མིང་གིས་བསྟན་དོན། དཔལ་འབྱོར་གོལ་རྒྱལ་
 སོ་ཅན་ནི་ཕྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་རྩ་ས་ཤུགས་འཕེལ་རྒྱས་.....
 གཏོང་བའི་ཕྱི་རོལ་ལུལ་གྱི་སྤང་བ་དང་ཚན་རྩལ་ཡར་ཐོན་.....
 ཀྱི་ཕྱོག་མེད་གྱི་འཕམས་བ་ཞིག་རེད། མ་གཞི་མཐུན་དུ་བྱུང་.....
 ཆེན་དང་རྒྱ་སྐབས་ཆེན་པོ་འཕྲང་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་.....
 འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱོགས་ཆེན་པོར་འབྱུར་ཕྱོག་གཏན་ནས་
 ཕྱིན་མེད། ཁ་རྩ་ཚོགས་གཡམ་ནས་ཨུ་རྒྱུགས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་
 བརྟེན་རེས་ཕྱིད་པའི་འཛམ་གླིང་ཁ་ཕྱལ་དུ་གཏོང་བ་ནི་ལོ་.....
 ལྷན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཕྱོག་རྒྱུར་སུ་སྦྲེད་པ་རང་རེད། དཀའ་ངལ་.....
 རི་ཅོམ་འཕྲང་ཀྱང་དེ་ཅོམ་གྱིས་གདོང་ཚོད་བརྟན་དུ་གཏོང་.....
 དགོས། དཔལ་འབྱོར་གོལ་རྒྱལ་སོ་ཅན་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་ལ་ཞིང་.....
 རྩོན་ལང་དག་ཕྱིད་པ་དང་། ཀྱན་ཕན་བསྟན་ན་འཕམ་གྱིད་པལ་.....
 འབྱོར་གོལ་རྒྱལ་སོ་ཅན་ལ་ལག་གདང་རྒྱལ་ནས་སྤུལ་འདྲེང་.....

གནོད་པ། དཔལ་འབྱོར་གོ་ལ་ཉིལ་པོ་ཅན་ལ་དེ་བས་གསོན་
 ལྷག་ས་ལྡན་པ་དང་། དེ་བས་བསྐྱར་མ་ཁས་ལྡན་པ། དེ་བས་
 ལྷན་མཐུད་ཆོག་པ་བཅས་ཀྱི་དུས་མཚམས་གསར་པར་སྐྱེ་
 འདིང་བཤང་ནས། ལྷལ་ཁབ་མི་འདྲ་བ་དང་ཆོག་པ་སྐྱི་མི་
 འདྲ་བར་དེ་བས་ལགས་པའི་ཙན་པ་ཐོབ་པར་ཁྱེད་དགོས།
 གཅིག གསར་གཏོང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་ལ་འདིང་
 གཏོང་བ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་འཛིན་སྲིད་གི་དཔལ་
 འབྱོར་ལྷགས་ཆེན་འཕམ་བར་སྐྱེ་ལ་འདིང་གཏོང་དགོས།
 ཆོན་ཆལ་ལ་འབས་ཀྱིས་མིའི་རྟེན་གས་ཉིལ་པོར་བདེ་སྤྱིད་
 སྐྱབ་པའི་འདྲ་ཤེས་མཐའ་འཁྱོངས་ཁྱེད་པ་དང་འཕལ་ལྔས་
 འགོ་བཞེན་པའི་ལྷལ་ཁབ་ལ་རྟེན་པས་རམ་བྱས་ཏེ་ཆོན་ཆལ་
 ལུས་པ་འཇུགས་སྤྱོད་ལ་ལྷགས་སྤོང་བརྒྱབ་ནས་ཤེས་བྱ་
 དང་ལྷག་ཆལ་གོ་ལ་ཉིལ་པོར་འཁོར་རྒྱག་ལུབ་པར་ཁྱེད་
 དགོས།
 གཉིས། དུས་བསྐྱར་ནམ་དུ་སྤྱོད་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་
 ལས་གོ་ལ་ཉིལ་པོའི་དཔལ་འབྱོར་བཅས་སྤྱོད་མ་ལག་སྐྱར་
 བཅོས་ལ་སྐྱེ་ལ་འདིང་གཏོང་དགོས།
 (པར་རྩོམ་བཞི་པར་བཞི་གསུམ་)

ལི་མ་རུ་ཨོ་ཤེ་ཡ་དང་ཞི་བདེ་བྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་བྱུང་གི་དཔལ་འབྱོར་མཉམ་ལས་ཙམ་
འབྱུགས་ཀྱི་འགོ་བྱིད་པའི་དངོས་གཞི་མིན་པའི་ཆོགས་འདུང་བྱུགས་ཤིང་།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་དབུ་བྱིད་
དང་མཇལ་འདྲིམས་གནང་བ།

མི་དབང་པས་ཉིན་འདི་ཆེ་གསུམ་པ་པར་ཁང་།	པ་དང་ཉི
དུ་སྤོང་ཁྱེད་མི་མ་ཉན་ཟུ། 11ཆེས་ 15ཉིན་ལྷོ་།	རྟོགས་ཟུ།
ཐོག་འབྲིན་འབྱོར་གསལ། གཤམ་དེ་གཤི་	ངང་འཕེ
དུས་ཚོད་ཟུ། 11ཆེས་ 15ཉིན་གྱི་སྤྱད་རྩ། ལུལ་	ནས་ལུལ་
ཁབ་ཀྱི་ཀྱུའི་ཞི་ཞི་ཅིན་མིང་མི་མ་རྩ་ཞེས་པ་དང་	མེགས་པ་
ཞི་བདེ་བྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་ལུལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་	པ་དེ་བརྟ
མཉན་ལས་ཆ་འཇུགས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་པའི་དངོས་	གཏོང་ཆེ
གཞི་མིན་པའི་ཆོགས་འདུར་ཁྱེགས་འིང་ཉན་	དགས་པེ
སྤི་ཚུང་ཐུང་དབྱི་ཤིས་གཤིང་དང་མཐལ་	ཞི་ཤི
འཇོམས་གནང་བ་ཤིང་།	ཤུགས་ག
ཞི་ཅིན་མིང་གིས་པསྟན་དོན། དེད་གཉིས་	ལ་ཤུགས་
ལོ་གཉིས་ཀྱི་སྤོང་། པ་ལི་སྤིང་ཐམ་དུ་ཐུག་	དང་ཡིད་
འཕམ་བུས་ཚུན་ལུལ་ཤི་དང་ས་ལུལ་གྱི་དུས་བབ་	ཚུན་རྟོག
ལ་འཁྱུར་ཐོག་མི་ཉུང་བ་ཕྱིན་ཡོད། ཡིན་ཀ་ཡང་	ལུས་ཡོང་
དུས་བབ་ལ་འཁྱུར་ཐོག་ཤི་འདྲ་ཕྱིན་རུང་གྲང་	འཁྱུར་མེ
ཉན་ལུལ་ཁབ་གཉིས་པོས་ཕྱི་འབྲེལ་འཇུགས་	འབྱོར་བྱ
སྐུམ་པས་ཀྱི་ཐོག་མའི་པམས་འདུན་བརྟན་སྤང་	ལས་དེ་ལ
བུས་ནས་ཁྱིམ་མཆོས་ལུལ་ཁབ་དབར་གྱི་མཐོང་	ཁྱེད་པར་
ཐོགས་ཁུལ་ཤུགས་བརྟན་གཏོང་དང་གཉིས་ཁེ་	གཉིས་པོ་
གཉིས་པན་གྱི་དམིགས་ཚད་མཐའ་འབྱོངས་	དོན་གྱི་
བུས་ཐོག་ས་ཁམས་མཆོམས་འབྲེལ་དང་། རིག་	དེ་བཞིན་
གནས་འདྲ་མཚུངས། དཔལ་འབྱོར་མཉན་	མཉན་སྤྱང་
འདྲེས་པམས་ཀྱི་མེགས་ཆ་བཏོན་ནས་སྤེལ་འེས་	བར་སྤུང་
ལ་ཤུགས་ཚུན་དང་མཉན་ལས་གཏིང་ཟབ་དུ་	

གྲུང་དྭན་གྱི་འཐབ་རྩུག་མཉམ་ལས་༥
 འབྲེལ་བ་སྒྲུབ་བཤམ་དང་བརྟན་པོ་ལི་
 ར་རྩུག་འཕྲོ་བར་སྒྲུལ་འདྲེད་བཀྲང་.....
 བཤམ་གཉིས་པོ་མི་དམངས་ལ་དེ་བས་༥
 ར་དང་བདེ་སྤྱིད་བསྒྲུབ་རྟེན་ས་ཁུལ་གྱི་ལུ་
 ར་སྤྱིད་དང་དར་རྩུག་ལ་སྒྲུལ་འདྲེད་.....
 འཇགས་སྒྲུབ་དེ་བས་ཆེ་བ་འབྱུང་༥
 འདེད།
 ར་ཕིང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན།
 ར་ས་པོས་མཐོ་མིམ་དབར་གྱི་འགྲོ་འོང་༥
 ར་ཕྱོད་བརྒྱབ་ནས་སྤན་ཚུབ་བསམ་ཤེས་༥
 ར་ཆས་ཀྱིད་ཤུགས་ཆེ་བ་བཀྲང་སྟེ༥ ར་ན་
 ར་སྒྲུལ་བྱས་ནས་ཐུན་མོང་ཐོག་འབེལ་.....
 ར་བ་ཀྱིད་དགོས། གྲུང་གིས་སྒྲོ་བརྟན་.....
 ར་དང་ཚུ་ཆོད་མཐོ་བའི་ཕྱི་སྤྱུགས་སྒྲོ་མ་༥
 ར་ཅུ་གཏོར་གཡོད་པས། དྭན་གོང་འེ་
 ར་མང་བ་གྲུང་གི་ར་མ་འཛོག་ལས་གཏོར་
 ར་དང་རྒྱུར་དགའ་བསྒྲུབ་གི་ཡིན། སྤྱུགས་
 ར་ཐུན་མོང་ཐོག་རྒྱལ་སྤྱིའི་རང་མོས་ཆོད་
 ར་ལག་ལ་སྤྱང་རྒྱུད་དང་གཡོ་ཤིལ་པོ་དང་
 ར་ཁུལ་གྱི་སྤོབ་ལས་འཕོར་འབྲེལ་དང་.....
 ར་ཕོར་འབྲེལ་འཕོར་རྒྱུག་བརྟན་པོ་ཡོད་
 ར་དྲུང་ཕྱི་བ་དང་ཆབས་ཅིག།
 (བར་ཁོས་བསྒྲུབ་བར་བཀྲིགས་

ཐང་མྱུད་ཀྱི་ཟམ་དང་གཏུམ་གྱིས་རང་ལྗང་འོག་མཆོག་
བདེ་ལམ་དུ་ལྷུང་བའི་དབང་ལྡན་གྱི་ད།

བོད་སྐད་ཀྱི་ཉིན་འདི་ཚུགས་པར་དང་སྤྱི་ཁྱོན་ཉིན་འདི་ཚུགས་པར་གྱུ་ཁྱོན་བོད་ཡུལ་ཐིག་མཉམ་འབྲེལ་འཕྲིན་སྒྲིལ་ཚུགས་ཅུང་ཤིས།



འདི་ནི་ཡིད་འོང་གཙང་པོའི་སྟོང་གི་ཟམ་པ་གསུམ་ཡིན་པ།

མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་རྒྱུངས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། ཁོ་བོ་ད་ལས་……
 ཤིག་ཤི་མ་ཉམ་འབྲེལ་འཕྲིན་སྟེལ་ཆོག་མ་ཆུང་གིས་ཐང་……
 ལྷན་ཤིང་རྩལ་བརྒྱུད་དེའི་མ་རྒྱུས་ཤེས་རྟོགས་བྱས་པ་ཡིན།

པར་མེད་དུང་ཟུང་པའི་གཞི་སྒྲིལ་པས་
འཕྲོད་པའི་པའོ་དེ་མེད་པས་ཉེ་བ།

[illegible]

1941 ལོར་སྐྱེས་པའི་པ་ཨེན་ནི་དེ་ལྟའི་ཡིད་ལོང་
གང་གི་གང་ཀྱང་གཞིན་པ་ཡིན་པ་དང་ཆོ་གང་རི་མཐོ་
ཆ་ག་རིང་ཁྱོད་འཆོ་བ་སྐྱེལ་ནས་བསྟུང་།

ཁོང་གི་དྲན་ཤེས་ནང་ཐང་སྒྲུང་ལམ་དུ་མི་མིང་
 རྟོན་མཚུངས་པའི་དང་ལུང་འགྲེལ་བཅའ་ཞིག་ཤིང་།
 རི་མཚོ་དང་གཙང་པོ་མི་ལྷན་དང་ཁྱི་ལྷན་དབར་
 ཁྱི་འཕེལ་པ་བཅུད་ཡོད། 1950ལོའི་གོང་དུ། ཡིད་
 འོང་གར་ནས་ཁྱིར་སྐྱོད་པའི་ལམ་གྱི་རྩེ་འཕམ་གྱག་
 གྱིག་དང་གཡང་གཟེར་པོ་ཡོད། ཞེ་འགྲམ་གྱིས་ཁྱུ་
 དང་ལམ་གཞི་སྐོབ་སྐོབ་ཡིན་པས། ལམ་དུ་མ་འགྲུབ་
 ཞིག་གི་ལམ་དོས་བརྩེ་བས་ནས་གཟེབ་གཟེབ་ལ་བྱས་
 རྒྱུ་ཡིན་དུ་སྒྲུང་ཞེན་ཆེན་པོ་ཡོད།

(པར་རྫས་བཞི་པར་གཟིགས་)

ཡོད་པ་ཟེང་།
ཞེས་རྟོགས་ཐུང་བར་གཞིགས་ན། 2015ལོར་པོད་
སྐྱེག་ཕྱིར་གཏོང་བྱ་སྒྲིག་འཛུགས་དོན་ཁུངས་དང་པོ་སྐུལ་ཚུགས།
ལྷན་ཁྲུག་གཅིང་མ་ཕྱིར་གཏོང་བའི་སྐྱེག་གཏོང་ཆོད་ཆོད་
ཆབ་ལོ་དུང་ཕུར་157.9ཟིན་ནས་རང་སྤྱོད་ས་ལ་དཔལ་
ཕྱིར་ཕན་འབྲས་སྤྱར་དུང་ཕུར་42ལ་བཏོང་དེ། དཔལ་
བར་རྒྱུད་སྐྱེག་ས་ཁུལ་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཁུ་བའི་485དང་། དཔལ་
འཁྱིལ་སྤྱར་འཕུར་ཁུ་བའི་1208 དཔལ་གཉིས་ཟི་རྩེ་ས་
ཁུ་བའི་36བཅས་འཕུར་ཁུ་བ་དུ་ཕྱིར་ཁས། པོད་ཀྱི་ལྷན་ཁྲུག་
གཅིང་མ་འདེམས་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་ས་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་འཕུར་
དང་ཕྱི་རྒྱུ་ཆོག་པ་ལྡན་ཆོད་མཐོང་བའི་འཕེལ་ཁྱེས་ལ་ཞུས་
དེགས་ཁུ་ཆོད་སྤྱོད་ས་ཁུགས་ལེགས་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པ་ཟེང་།

འདི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་ན། རྒྱ་བོད་ཀྱི་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱིས་
ཁྲིམས་རྒྱུ་ཅན་གྱི་ཆོད་གཉེད་ཐོབ་ཕྱག་ལེགས་སུ་གཏོང་
བའི་བླགས་མོལ་ཆོགས་འདྲ་གཙུག་ཀྱི་ཡན་ཤིང་།

11 མེས་པུ་ཉི་མ་གཟུང་སྒྲུབ་པའི་འཁྲུག་གསལ། མེས་པུ་ཉི་མ་ རང་སྐྱོད་ཤིང་མ་ཉང་ལྷན་གྱི་ལྷ་འོ་ ཅི་གཞིན་པ་དང་མིང་ཁྱིམ་མས་ལྷ་ལྷན་གྱི་ལྷ་འོ་ ལོ་འོ་ཅང་གིས་རང་སྐྱོད་ཤིང་མ་མིང་ཁྱིམ་མས་ ལྷན་གྱིས་ཁྱིམ་མས་སྐྱོད་ཅན་གྱི་མོང་གཉེན་ཁོང་ ཡུལ་ལེགས་སྤྲུལ་གྲོང་པའི་བཞུགས་མོལ་མེས་མས་ འདྲ་གཅི་སྐྱོད་གཟུང་ཞིང་། ཁོང་གིས་ཉང་གི་ གྲུབ་མེས་ཉི་ལུ་པའི་ལྷ་མོང་འཁྲུག་ལྷན་ མེས་མས་ཐོང་མ་གསལ་པའི་དཀོན་མཆོད་ལྷ་མོང་ ཡུལ་བསྐྱར་གཉིང་ཟེལ་བྱས་ནས། རང་སྐྱོད་ ཤིང་མ་ཉང་ལྷན་གྲུབ་མེས་པུ་པའི་མོང་འཁྲུག་ ལྷན་མེས་མས་ཐོང་མ་ཉུག་པའི་ཐབས་རྒྱལ་བཞིན་ རྒྱུག་གཞིར་བསྐྱར་། ཁྱིམ་མས་སྐྱོད་ཅན་གྱི་མོང་ གཉེན་ཁོང་ཡུལ་ལེགས་སྤྲུལ་གྲོང་པའི་སྤྲུལ་འདྲུལ་ ཐབས་བཟང་ཡུལ་ལོ་སྐྱོད་ཅན་སྤྲུལ་མོང་མཐོང་ ཉུག་ལྷན་	པའི་འཕེ དཀོན་མ མེས་ ཁྱིམ་མས་ མོང་གཉེ གཟུང་སྐྱ ཅན་གྱི་ལྷ མས་མས་ བསམ་པའི ལྷ་མོང་ མིག་སྤྲུ ལྷན་མོང་ ལྷ་མོང་ཞབ ལས་ལྷ་མོ བཟང་པོ ཉུག་ལྷ
--	---

བུས་ལ་སྐྱལ་འདྲིང་ཏུ་གྲིག་གཏོང་
 བྱ་བ་ཤད་གནང་བ་ཤིང་།
 ས་འདྲིང་ཐོག་སྤྱོད་ས་ཡོངས་ཀྱི་མི་
 ས་གཏོགས་ཀྱིས་ཁྱིམ་སྐྱོད་ཅན་གྱི་
 རེ་ཁོར་ཡུག་ལེགས་སྤྱོད་གཏོང་བའི་
 བཟང་བྱ་བ་ཤད་ནས་ཁེའམ་མཉམ་
 བུས་མིས་དོ་ཁྱར་ལྗེད་པའི་གནད་དོན་
 ས་མ་ཐོག་ཏུ་ལན་བབྱ་བ་མ་ཟེང་།
 ས་དང་གྲིས་འགྲེ་སྤྱོད་ཡང་བསྐྱེལ་
 ཁེའམ་མཉམ་ཅན་གྱི་འཇུག་མིས་
 སྤྱོད་ས་ཡོངས་ཀྱི་མོར་གཤེར་ཁོར་ཡུག་
 སྤྱོད་པར་ལེགས་སྤྱོད་བྱ་བ་དང་ཁྱིམ་
 ས་ཁྱུ་ལུག་ལེགས་པན་ཆེད་ཤད་ནས་ཁེ་
 ས་ཁྱེད་དང་གཉེན་སྦྲེད་ལ་ཁོར་ཡུག་
 སྤྱོད་པའི་དོན་འདོན་མཁྱེན་གཅིག་
 ཏུ། (པར་རྒྱུ་པམི་པར་པམིགས་

རང་སྐྱོང་ས་ཁྱིམ་གནས་སྐབས་རྟོགས་སྦྱོར་བྱེད་
 ལུགས་རྒྱན་མཐུད་ཆེ་རུ་བཏང་ནས་དམངས་
 འཛིན་མཐའ་ཆ་ད་བརྟན་པོ་སྤང་བ།

འདི་གཞགས་པར་ཁ་བརྒྱུ་མ་ནས་.....	ཐང་ས་ཁོ་
གནས་རྒྱལ་འབྲོར་གསལ། ཉེར། གསར་.....	རྒྱུ་བྱས་
འཤོད་པར་རང་རྒྱུང་རྒྱང་ས་མི་དཔངས་མིང་.....	དངུལ་རྩོད་
གཞུང་གསར་འགྲུར་གཞུང་དྲོ་ཁང་གིས་.....	དེའི་ཁང་
འཚོགས་པའི་གསར་འགྲུར་ཡོངས་བསྐྱགས་.....	ཐང་ས་2
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་ནས་ཐིས་རྟོགས་བྱུང་བར།	ཉེ་རོགས་
2011ལོར་རང་རྒྱུང་ས་གནས་སྐབས་རོགས་	དག་འབ་
རྒྱུ་པ་ལམ་ལུགས་འཚོལ་ཁྱེད་བྱས་ནས་བཅུགས་.....	དང་རྒྱུང་
ཚུན། རིམ་རིམ་བརྒྱུད་ན་རྒྱང་ས་ཡོངས་སུ་མི་.....	རིང་།

32 ལྷག་ཅེས་ལ་གནས་སྐབས་རྟོགས་པ་
 ལ་གནས་སྐབས་རྟོགས་པ་ལྟེང་ལ་
 འུ་ལུ་5 ལྷག་ཅེས་ཐུང་པ་དང་།
 འདི་ལྟེང་། རེས་ཅིག་པ་བྱུང་བ་
 801 ལ་གནས་སྐབས་རྟོགས་པ་ལྟེང་ལ་
 ཐུང་པ་དང་ལྷག་ཅེས་6067 ཐུང་པ་
 ལ་ཡོད་པ་ལེ་མང་ཆོག་གསུམ་ལྟེང་
 ཐུང་ཆེ་ལྷག་ཅེས་ཐུང་ལོད་པ་
 (པར་རྟོག་པེ་པར་ལྟེང་གསུང་)

2024ལོའི་“བོད་སྐད་གླིང་གཏོར”གི་སྐད་གཏོར་ཆ་ད་
ཟུ་ཆོད་ཆན་མཉུར་ཕྱུར་17.91ཟིན་པ།

འདི་ག་ཆ་གསལ་པར་ཁོད་ཀྱི་ཨ་ཁུ་མ་གུ་མེད་པ་
 འབྲུག་ལ་གསལ། གསར་འཛུགས་པར་ཁྱེད་ཀྱི་ལམ་སྟོན་པོ་དང་
 རྒྱལ་མ་སྟོན་ལྷན་ཚོད་པོ་དེ་ལྟར་འཛིན་པའི་མེས་ཆོག་གསུང་
 པར། ཟླ་11ཆེན་6ཉིན་པར། ཁྱེད་ཀྱི་ལམ་སྟོན་པོ་དང་རྒྱལ་
 མ་སྟོན་ལྷན་པུ་2024པོའི་པོ་དང་སྟོན་པུ་གཏོང་པའི་སྟོན་པུ་
 གཏོང་ཆོད་ཆུ་ཆོད་ཆུ་མ་སྟོན་པུ་17.91འཛིན་པུ། པོ་དང་
 ལྷན་པུ་ཆུ་ཆོད་པུ་དེ་ལྟར་ཆུ་ཆོད་པུ། དཔུ་ཆུ།

སར་ཆུང་སྐབས་ས་ཁུལ་དཔེ་ཞིང་ཆེན་དང་གོང་ཁྱིམ་145.....
 ཕྱིར་གཏོང་བྱས་ཏེ། དང་ཆུང་ས་ལ་དཔལ་འབྱོར་ཡན་.....
 འབས་མཉམ་དྲུང་ཕྱིར་4.9ཀླག་ཅོ་བཏོད་པ་དང་དབྱས་.....
 སར་ཆུང་སྐབས་ས་ཁུལ་གྱི་རྩ་རྒྱ་འཛིན་ཅག་ས་དང་ཟད་ཤོར་
 རྒྱུ་དུ་གཏོང་རྒྱུར་སྒྲུལ་འདོད་བྱུང་བས། རྫོས་ལ་ཁྱེད་ཁྱིམ་
 55དང་། དབྱུར་གཉིས་ཐུན་འབྲུར་ཁྱེད་ཁྱིམ་137 དབྱུར་.....
 གཉིས་ཀྱི་རྫས་ཁྱེད་ཁྱིམ་4འཇམ་ཕྱིར་འདྲུང་ཕྱིར་ཁྱེད་ཁྱིམ་