ལོའིཟླ ཚེསཟླ་2ཚེས་2ཉིན་གྱི་ཕྱི་དྲོར།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་སྲིད་གྲོས་་་་་་་་་་་་
སྐབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བཞི་པའི་གྲོས་རིམ་ཁག་་་་
བདེ་བླག་ངང་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ནས་ལྷ་སར་རྒྱལ་ཁའི་ངང་གྲོལ་བ་་་་་
རེད།
ཉིན་བཞི་ཡི་ཚོགས་འདུ་འཚོག་ཡུན་ཐུང་ཡང་ཕུན་སུམ་་་་་་་་་་་
ཚོགས་པ་དང་།ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་སྲིད་གྲོས་ཨུ་ཡོན་ཚོས་འཕེལ་རྒྱས་་
ཀྱི་དོན་ཆེན་དང་།སྒྱུར་བཅོས་ཀྱི་དོན་ཆེན།དམངས་འཚོའི་དོན་་་
དངོས་བཅས་ལ་དམིགས་ནས་གྲོས་མོལ་སྲིད་གླེང་དང་ཐབས་་་་་་་་་་་་
འདོན་ཇུས་འབུལ་ཧུར་ཐག་གནང་བས།སྲིད་གླེང་གི་གྲུབ་འབྲས་་་་་་་་
བཟང་པོ་ཐོབ་པ་མ་ཟད།དུས་རབས་གསར་པའི་སྲིད་གྲོས་ཨུ་ཡོན་་་་་་
ཚོའི་རྣམ་པ་གསར་པ་དང་བྱས་རྗེས་གསར་པ་གང་ལེགས་མངོན་ཡོད།
མཇུག་འགྲིལ་ཚོགས་འདུའི་ཐོགརྒྱུན་ལས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་
གི་ལས་དོན་སྙན་སྒྲོན་སྐོར་གྱི་སྲིད་གྲོས་སྐབས་བཅུ་གཉིས་པའི་བོད་་
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བཞི་པའི་་་་་་
གྲོས་ཆོད་སོགས་ལ་གྲོས་འཆམ་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་ཚོགས་རར་ཐལ་་་
མོའི་རྡེབ་སྒྲ་ཡུན་རིང་གྲགས་པ་དང་།ཐལ་མོའི་རྡེབ་སྒྲ་དེ་ཐུན་་་་་་་་
མོང་གི་ངོས་འཛིན་དང་ཡིད་ཆེས་ཤིག་རེད་ལ།འབྱུང་འགྱུར་གྱི་་་་་་
ལས་དོན་ལ་རེ་སྒུག་བྱེད་པ་ཞིག་དེ་བས་ཀྱང་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་གཅིག་མཐུན་བྱུང་བའི་ཐུན་མོང་གི་ངོས་་་
འཛིན་དང་འབད་འབུངས་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་བསྣམས་་་་་་

ནས།ཨུ་ཡོན་ཚོ་ས་གནས་ཁག་ཏུ་ལོག་ནས་ཚོགས་འདུ་གཉིས་ཀྱི་་་་་
དགོངས་དོན་གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་འགག་སྒྲོལ་གྱི་འཐབ་ས་དང་་་
པོ་དང་།ཚན་རྩལ་གསར་གཏོད་ཀྱི་གཡུལ་ས་མདུན་མ།སློབ་གསོ་་
དང་སྨན་བཅོས་ཀྱི་གཞི་རིམ་ལས་གནས་བཅས་གངས་ལྗོངས་ས་་་་་་་
མཐོའི་ས་ཕྱོགས་གང་སར་བརྒྱུད་བསྒྲགས་བྱ་རྒྱུ་མ་ཟད།ཚོགས་་་་་་་
འདུའི་རིང་བཏོན་པའི་ཐབས་འདོན་ཇུས་འབུལ་དག་བདེ་སྐྱིད་་་་་་་་
དང་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་བོད་ལྗོངས་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་ཞིབ་ཕྲའི་བྱ་་་
སྤྱོད་དུ་འགྱུར་བ་བྱེད་པ་དང་དངོས་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་གྲོས་ཨུ་
ཡོན་གྱི་ལས་འགན་དང་འགན་འཁྲིར་གསལ་འགྲེལ་བྱ་རྒྱུ་རེད།
འཆར་གཞི་བཀོད་ཟིན་ལ་དུང་བརྡ་ཡང་བཏང་ཟིན།ཨུ་་་་་་་
ཡོན་ཚོས་དམངས་ལ་བཅངས་པའི་བརྩེ་བ་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་་་་་་
དངོས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐབས་ཇུས་ཟབ་མོ་བཀོད་དེ་འབད་འབུངས་ཡར་་་་་་་
བརྩོན་དང་ཞུམ་མེད་མདུན་སྐྱོད་ཀྱིས“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་པའི”འགོ་་
ཡག་པོ་འཛུགས་པ་དང་གོམ་པ་ཡག་པོ་སྤོ་ཐུབ་པ་བྱས་ཏེ་ཀྲུང་གོའི་་་
ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་གྱི་བོད་ཀྱི་ལེའུ་གསར་པ་ཧུར་ཐག་རྩོམ་་་་་
པར་སྟོབས་ཤུགས་དེ་བས་ཆེ་བ་འབུལ་གྱི་ཡིན་ཞེས་མགྲིན་གཅིག་ཏུ་་
གསུངས་པ་རེད།
（མཚམས་གཅོད་ཀྱིས་བསྒྱུར།པ་སངས་སྒྲོན་ལགས་ཀྱིས་་་་་་
ཞུས）

ཀུནསེམསགཅིགསྒྲིལབརྗིདཆེའིའཆརགཞིབཀོདའབདའབུངསསྔོནབརྩོནབྱསརྗེསགསརཔགཏོད རངསྐྱོངལྗོངསསྲིདགྲོསསྐབསབཅུགཉིསཔའིཚོགསའདུཐེངསབཞིཔའིམཇུགའགྲིལཚོགསའདུའིཔརརིསབདམསབཀོདཔར①ནི་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་སྲིད་གྲོས་སྐབས་བཅུ་་་

གཉིས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བཞི་པའི་འདེམས་བསྐོའི་་་

ཚོགས་ཆེན་འཚོག་ཡུལ་ཡིན་པ།

པར②ནི་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཨུ་ཡོན་ཚོས་འགན་སྒྲུབ་ཀྱི་་་་་

རྒྱང་ལམ་གསར་པར་སྐྱོད་མཁན་བློ་མཐུན་ཚོར་སྤྲོ་སེམས་

འཁོལ་པོས་དགའ་བསུ་ཞུ་བཞིན་པ།

པར③ནི་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཨུ་ཡོན་ཚོས་ལས་དོན་སྙན་་་་་

སྒྲོན་ནན་ཏན་ངང་གསན་བཞིན་པ།

པར④ནི་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཨུ་ཡོན་ཚོས་འདེམས་ཤོག་ལ་་

ནན་ཏན་ངང་གཟིགས་བཞིན་པ།

པར⑤ནི་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཨུ་ཡོན་གྱིས་འདེམས་ཤོག་་་་་་

འཕེན་བཞིན་པ།

པར⑥ནི་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཨུ་ཡོན་ཚོས་སྤྲོ་སེམས་དང་་་་་

ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཁེངས་བཞིན་དུ་ཚོགས་ར་ནས་ཕེབས་་་་་་་་་

བཞིན་པ།

①

②

③

④

⑤