

(**པར་རྩིས་གཉིས་པར་མཐུང**) འཕར་སྡེ་གསར་པ་རྒྱུར་སྒྲེལ་དང་ལུལ་.....ཁོངས་མཐུན་རྒྱུར་གོང་འཕེལ་གཏོར་རྒྱུའི་དབར་བཅས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཤག་གཅོང་.....ཡག་པོ་བྱས་ཐོག་ དེར་རབས་ཅན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་མ་ལག་འཛུགས་སྐྱབ་ཏུ་བྱུང་དང་.....ཡར་ལྗང་གཅོང་པོའི་དཔལ་འབྱོར་ལུལ་གཏོར་རྒྱུར་ཤུགས་བརྒྱབ་སྤྱེ། ལྷ་ས་ནས་སྡེ་ཁའི་དབར་གྱི་གོང་འཕེལ་སྡེ་གཙོ་རྒྱ་རྒྱབ་ས་ཆེ་ཏུ་གཏོར་རྒྱུ་དང་། གཞིས་ཆེ་.....དར་ཆབ་མདོ་ལུལ་ཁོངས་ཀྱི་སྡེ་བོའི་ཡན་ལག་གྲོང་ཁྲིར་གྱི་ལུས་པ་ཆེ་ཏུ་གཏོར་རྒྱ། ཉིང་ཁྲིའི་དཔལ་འབྱོར་འཕར་སྡེ་གསར་པ་གཏོར་རྒྱ། བཀ་རྩུང་དར་མང་འདེམ་གྱི་སྤྲུམ་ཚོང་མཐོང་བོའི་གོང་འཕེལ་མཐུགས་སུ་གཏོར་རྒྱུར་རྒྱབ་རྒྱུར་བྱ་རྒྱ། ལུལ་བབ་དང་བསྐྱབ་ནས་ཐོན་སྐྱེད་རྩ་ས་ཤུགས་གསར་མ་རྒྱ་རྒྱུ་སྒྲེལ་བྱ་རྒྱ། ཚོན་ཚལ་གསར་གཏོར་དང་ཐོན་ལས་གསར་གཏོར་མཉམ་འདྲེས་གཏིང་ཟབ་ཡོང་བར་སྐྱུལ་.....འདྲིང་གཏོར་རྒྱ་བཅས་ཡིན། ཐུན་མོང་ཐོག་ལྷུག་འབྲུར་ཡོང་བར་བྱ་རྒྱ་དེ་.....དམིགས་ཚད་དུ་བབྱུང་ནས། “མངོན་པ་གསུམ་དང་ཕན་འདོགས་པ་གཅིག་གི་”རྒྱུའི་སྲིང་བྱ་རྒྱ་གསལ་ཡོངས་ནས་དོན་འཁྲུལ་གྱིས་དམངས་འཚོ་ལོགས་བཅས་བྱ་རྒྱ། དེ་རྒྱ་ཚོགས་གོང་འཕེལ་གཏོར་བར་སྐྱུལ་འདྲིང་གཏོར་བའི་གཙོ་གནད་དུ་འཛིན་ནས་དམངས་འཚོར་ཕན་འདོགས་པ་དང་འཛོད་རྒྱུད་ལ་སྐྱུལ་འདྲིང་གཏོར་རྒྱ།.....མཐའ་འཁྲོངས་དང་། དངོས་ཐོག་མ་འཛོག་དང་མི་རྒྱུད་མ་འཛོག་ཟུང་འབྲེལ་.....མང་ཟབ་བྱ་རྒྱ་མངའ་འཁྲོངས་བྱས་ནས་མི་རིགས་འགལ་གི་མི་དམངས་ལ་སྤུས་.....ཚོང་མཐོང་བོའི་གོང་འཕེལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དེ་བས་མང་བ་དང་དེ་བས་དྲང་གཞག་.....གི་ཕན་པ་ཐོབ་པ་བྱེད་དགོས།

**བའི་ནི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱུ་ཁམས་བདེ་འཇགས་.....སྲུང་བཅད་བརྟན་དུ་གཏོར་རྒྱུ་དམའ་ཚད་ཀྱི་སྲིང་བྱར་བརྒྱུ་མཐའ་འཁྲོངས་བྱིད་དགོས།** ཁི་ཚེན་མིང་གི་རྒྱུ་ཁམས་ཤེས་དཔལ་གྱི་དཀོན་སལ་ལག་བསྟར་དོན་འཁྲུལ་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ། སྤུམ་ཚོང་མཐོང་བོའི་གོང་འཕེལ་དང་ཆུ་ཚོང་མཐོང་བོའི་སྲུང་རྒྱུ་བྱི་འབྲེལ་བ་ཁོང་དུ་ལང་དག་རྩུང་བ་བྱེད་པ་དང་། རི་རྩུན་གས་ཞིང་.....མཚོ་དུ་རྩེ་མ་བཅས་གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་སྲུང་རྒྱུ་བདེ་རྒྱུད་ཁོངས་བཅོས་རྒྱུར་ལ་གཅིག་གྲུར་འཚར་འགོད་བྱེད་པ། སློབ་རྟན་འབྲུར་མིང་གྱིས་རྒྱུ་ཁམས་རྩུབ་ལ་འཛོག་པ་དང་འབྲུང་འཕྲོད་གོང་འཕེལ་གྱི་འགྲོ་ལམ་ཐོག་བརྒྱུད་རྒྱ་མཐའ་.....འཁྲོངས་བྱེད་པ། ཐུན་ལུང་གཏོར་དང་། སྤགས་བཅོམ་ལུང་འཕྲི། རྩ་རྒྱ་ཚེར་.....གཏོར་། གཞི་ཁྱེད་འཕར་རྩོན་བཅས་ལ་མཐུན་རྒྱུར་སྐུལ་སྤེལ་གཏོར་བ། དཔལ་འབྱོར་དང་རྒྱ་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་འབྲུང་འཕྲོད་ཅན་དུ་གང་.....མཐུགས་བསྐྱར་བ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རྒྱལ་ཡོངས་ཚུལ་མང་མ་ཚུལ་ཟུང་རྒྱུ་འབྲེལ་སྤྱིའི་རྒྱུ་ཁམས་ཤེས་དཔལ་གྱི་མཐོ་ས་གཏོར་ཐུབ་པ་བཅས་བྱེད་དགོས།

**ལུ་ནི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་མཐའ་མཚོམས་ས་ལུལ་དེར་རབས་ཅན་དུ་འཛུགས་སྐྱབ་ཇི་མཐུགས་སུ་གཏོར་རྒྱུ་དེ་ལས་འགའ་གལ་ཆེན་དུ་བརྒྱ་རྒྱ.....མཐའ་འཁྲོངས་བྱེད་དགོས།** དམག་དཔུང་འདུས་རྫོང་དང་མི་དམངས་བདེ་འཁོད་མཉམ་འཛོམ་འཛིན་དང་། མཐའ་སྲུང་དང་མཐའ་དར་གལ་ཆེ་མཉམ་འཛིན་བྱ་རྒྱ་མཐའ་འཁྲོངས་བྱས་ཏེ། མཐའ་མཚོམས་ས་བརྟན་གྱི་འཕྲུལ་མཐོ་དྲང་མཐའ་.....མཚོམས་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ལ་ཚོད་གོས་གཏུག་གི་རེ་བོ་ཐག་གཅོང་བྱ་རྒྱ། དེ་འཛུག་སྐྱེད་དང་འགའ་གནད་རྒྱུལ་སར་བཅེས་ནས་མཐའ་བརྟན་དང་། མཐའ་དར་། དམངས་ཕྱུག་བཅས་ཀྱི་བརྒྱུད་ལག་བསྟར་ཤུགས་ཆེ་བྱ་རྒྱ་དང་། མཐའ་.....བརྟན་ལ་རུས་པ་ལུན་པ་དང་། མཐའ་དར་ལ་འདོད་གས་རྒྱུར་ཡོད་པ། དམངས་ཕྱུག་ལ་ཐབས་ལམ་ཡོད་པ་བཅས་ཀྱི་མཐའ་མཚོམས་གོང་འཕེལ་གྱི་རྩ་མ་པ་གསར་པ་གང་མཐུགས་བསྐྱབ་ཐོག་ མི་རིགས་འགལ་གི་མང་ཚོགས་ལ་མཐུན་སྦྱིལ་སྡེ་ཁྲིད་བྱས་ཏེ་ཐུན་མོང་ཐོག་སླར་ཐེང་པོའི་རྒྱལ་ཁོངས་ཡག་པོ་སྲུང་བ་དང་དབེ་རྒྱུད་ཕན་པའི་ཁྲིམ་གཞིས་ཡག་པོ་བསྐྱབ་དགོས།

འཐུས་མི་རྩལ་པ། འཐའ་ལོད་མཉམ་འབྲུང་འགྲུལ་རྩལ་པ་རབ་ཀ། མར་མེད་ལུན་ཚོགས་དེ་བས་ཀྱང་ཡིད་འཕྱོག་ ད་ལྟའི་བོད་རྒྱུངས་ལ་སྟར་བྱུང་.....མུང་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཤིག་བྱུང་ཡོད་དེ། བདེ་འཇགས་སྲུང་བཅད་.....གྱི་རུས་པ་དང་། འབྲུང་ལྷངས་ཐོན་ལུངས་ཀྱི་ལེགས་ཆ། འཐབ་ཇུས་འགྲོ་ལམ་.....གྱི་གནས་བབ་བཅས་ཀྱི་ཁྱེད་ཚོས་ཟུམ་མི་ཚད་པར་མངོན་ཞིང་། བཟླེད་ཚེའི་.....འཚར་འགོད་བཞིན་ལག་བསྟར་བྱེད་འགྲོ་ཚོམ་བཞིན་ཡོད། ད་ལྟའི་བོད་.....རྒྱུངས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོགས་བརྟན་སྡིང་ཞི་མཐུན་དང་། དཔལ་འབྱོར་རྒྱུན་མཐུང་གོང་.....འཕེལ་ རྒྱུ་ཁམས་རྒྱུན་མཐུང་བཟའ་དོ། མཐའ་སྲུང་རྒྱུན་ཚད་མང་པར་སྔ་ཞིང་.....བརྟན་པ། མི་དམངས་བདེ་སྤོང་ལས་བརྟན་བཅས་བྱུང་ཡོད། བོད་ཀྱི་འབྲུང་.....འབྲུར་དེ་བས་བཟླེད་སྐབས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་དེས་ཡིན་པ་དང་། མི་མཉམ་བས་ཚད་པོས་རྒྱལ་ཡོངས་དེར་རབས་ཅན་གྱི་རྒྱེས་ཟེན་ཐུབ་དེས་ཡིན་པ། མི་རིགས་འག་.....གི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་མཐུན་སྦྱིལ་འབདད་འཐབ་ལ་བརྟེན་ནས་དར་རྒྱས་ཆེ་བའི་གཤི་བཟླེད་མཉམ་རྒྱུད་ཐུབ་དེས་ཡིན་པ། དུས་ཤིང་གཅོང་བའི་རི་རྩུབྱུང་གསུམ་གྱི་ཁྲིད་བདེ་རྒྱུད་ཁམས་བཟའ་མོང་མོང་སྒྱུད་ཐུབ་དེས་ཡིན་པ། ཤུགས་འདུན་སྐྱེབ་.....པའི་རྒྱང་རྒྱུད་ལམ་ཐུའི་ཐོག་ལེུ་གསར་པ་ཞིག་ཚོས་ཐུབ་དེས་ཡིན་པ་བཅས་ལ་.....ད་ཚོར་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་ཡོད།

### གསུམ། 2026ལོའི་གཙོ་གནད་ལས་དོན།

ད་ལོ་ནི་“ལོ་ལུ་ཚོན་བཅོ་ལཱ་པའི”འཚར་འགོད་ལག་བསྟར་བྱེད་འགྲོ་.....ཚོགས་ལོ་ཡིན། ད་ལོའི་ལས་དོན་ཡག་པོ་བསྐྱབ་རྒྱུའི་རྒྱུའི་སྲིང་བྱ་ནི། ཁི་ཚེན་མིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་གྲུང་གོའི་ཁྱེད་ཚོས་ལུན་པའི་རྒྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཐུན་ཁྲིད་དུ་བྱ་རྒྱ་མཐའ་འཁྲོངས་བ་བྱེད་པ་དང་། ཏུ་གི་ཚོགས་.....ཚོན་ཉེ་ལུ་པ་དང་སྐབས་ཉེ་ལུ་འའི་གྲུང་ལ་ཚོ་ཚོ་འཛོམས་གོས་ཚོགས་མིངས་རིམ་.....བྱུང་དང་གྲུང་དབྱེད་གི་དཔལ་འབྱོར་ལས་དོན་ཚོགས་འདུའི་དགོས་པ་དོན་ལག་བསྟར་དོན་འཁྲུལ་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ། བོད་ཀྱི་ལས་དོན་རྒྱོར་གྱི་རྒྱུ་ཁྲུང་བྱུ་ཅི་.....ཁི་ཚེན་མིང་གི་མཉམ་ལུ་རྒྱུན་གལ་ཆེན་དང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏུང་གི་ལོ་དོ་.....རྒྱུད་མཛོད་རྒྱས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་བསྟར་དོན་འཁྲུལ་བྱེད་པ་དང་རྒྱ་གས། རང་རྒྱུད་རྒྱུངས་ལ་ཏང་གི་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆུང་ཐོངས་བརྒྱལ་པ་དང་རང་རྒྱུད་རྒྱུངས་ལ་ཏང་ལུང་རྒྱུད་སྐབས་བརྒྱལ་ཐོང་ཚོང་འཛོམས་ཚོགས་འདུ་ཐོངས་རིམ་བྱེད། དེ་བཞིན་རང་རྒྱུད་རྒྱུངས་ལ་ཏང་ལུང་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ལས་དོན་ཚོགས་འདུའི་བཀོད་སྤྱོད་.....སྲིང་བྱ་གཞིར་བབྱུང་། གོང་འཕེལ་གྱི་འདུ་ཤེས་གསར་པ་ཆ་ཚོང་ཞིང་འཐུགས་.....པ་མེད་པའི་རྩོད་རྒྱས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ་དང་། གོང་འཕེལ་གྱི་རྩ་མ་པ་གསར་པར་.....ཞབས་ཀུ་དང་མཉམ་འདྲེས་བྱེད་པ། སྤུམ་ཚོང་མཐོང་བོའི་གོང་འཕེལ་ལ་སྐྱུལ་.....འདྲིང་ཏུན་ཏིག་གཏོར་བ་བཅས་ཀྱིས་མ་མོངོན་པ་གསུམ་དང་ཕན་འདོགས་པ་.....གཅིག་གི་སྤྱིའི་སྲིང་བྱ་མཐའ་འཁྲོངས་བྱེད་པ་དང་། བརྟན་ཐོག་ཡར་འཕེལ་གྱི་.....ལས་ཀའི་རྩ་བའི་དགོངས་གཞི་མཐའ་འཁྲོངས་ཀྱིས་གོང་འཕེལ་དང་བདེ་.....འཇགས་གཅིག་གྲུར་འཚར་འགོད་དེ་བས་ཡག་པོ་བྱ་རྒྱ། “དོན་ཚོན་བཞི་རྒྱུན་.....མཐུང་དམ་འཛིན་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པར་དམ་པོར་དམིགས་ཉེ་བར་མགོ་རྒྱ་རྒྱུད་.....དང་འདོན་རྒྱུད་ལོགས་རྒྱུར་བྱ་རྒྱ། འཕར་ཚོང་དེ་ལོགས་དང་གསོག་ཐོབ་ས་མཉམ་རྒྱུར་བྱས་ཏེ་ཁྱེད་ལུན་ལོགས་རྒྱུར་བྱེད་པར་སྐྱུལ་འདྲིང་གཏོར་རྒྱུ་དང་ལུལ་.....བབ་དང་བསྐྱབ་ནས་ཐོན་སྐྱེད་རུ་ས་ཤུགས་གསར་མ་གོང་འཕེལ་གཏོར་རྒྱུ་དང་། ལས་ཞུགས་དང་། ཁི་ལས། ཁྲིམ་རྒྱ་ རྩོད་དཔག་བཅས་བརྟན་དུ་གཏོར་རྒྱུར་.....ཤུགས་རྒྱ་གུ། དཔལ་འབྱོར་སྤུམ་ཚོང་མཐོང་གཏོར་རུ་ས་ལུན་དང་གངས་ཚོད་.....འཕར་རྩོན་ཕྱོགས་མཐུན་ཡོང་བར་སྐྱུལ་འདྲིང་གཏོར་རྒྱ། མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་.....

བའི་ཆུ་ཚོང་མཐོོ་ཏུ་གཏོར་རྒྱ། རྒྱ་ཚོགས་ཞི་མཐུན་བརྟན་སྡིང་རྒྱུན་འཁྲོངས་ཡོང་བ་བྱ་རྒྱ་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་“ལོ་ལུ་ཚོན་བཅོ་ལཱ་པའི”འགྲོ་ཡག་པོ་འཛུགས་ཐུབ་.....པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

ད་ལོའི་དཔལ་འབྱོར་དང་རྒྱ་ཚོགས་གོང་འཕེལ་གྱི་རྩོན་དཔག་དམིགས་.....ཚོད་གཙོ་བོ་ནི། ས་གནས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུའི་རིན་ཐང་7%ལན་འཕར་བ་བྱ་རྒྱ།.....དང་། གཏན་འཇགས་རྒྱ་ནོར་ལ་མ་དངུལ་འཛོག་བྱེད་ཚོད་15%ལས་མས་.....འཕར་བ་བྱ་རྒྱ། རྒྱ་ཚོགས་ཀྱི་འཛོད་རྒྱུད་དངོས་ཐོག་སིལ་འཚོང་བྱེད་འཕོར་7%ལས་མས་འཕར་བ་བྱ་རྒྱ། གྲོང་ཁྲིར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གྲོང་མི་མི་རེའི་ཆ་རྒྱུམས་.....ལག་ཐོག་ཡོང་འབབ་7%དང་8%ལས་མས་འཕར་བ་བྱ་རྒྱ། གྲོང་རྩལ་གྱི་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་ཁོངས་ཀྱི་ལས་ཤོར་བསྐར་ཚོད་5%ནང་རྩོད་དུ་ཚོང་འཛོམ་བྱ་རྒྱ། གྲོང་མིའི་འཛོད་རྒྱུད་རིན་གོང་ལུགས་མཐུན་འཕར་རྩོན་ཡོང་བ་བྱ་རྒྱ་བཅས་ཡིན། གོང་གི་དམིགས་ཚད་ལ་གཞིགས་ཏེ་ལས་དོན་འག་བརྒྱུད་གཙོ་གནད་.....དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱ་རྒྱ་སྤྱེ།

(**གཅིག་) ལུན་རིང་བདེ་འཛོད་ཡོང་རྒྱར་གཞི་རྒྱགས་ཏེ་སྤུམ་ཚོད་དེ་བས་མཐོ་བའི་དུས་ལའི་བོད་རྒྱུངས་བསྐྱབ་རྒྱ།**

རྒྱ་ཚོགས་ཁྱེད་ཡོངས་ནས་བརྟན་སྡིང་སྲུང་རྒྱུད་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱ་རྒ། འཕྲུལ་ལ་དོ་རྒྱལ་དང་བརྟན་སྡིང་སྲུང་རྒྱུད་གི་ལས་ཀའི་ལས་སྤོལ་འཐུས་ཚད་དུ་.....བཏང་ནས་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཉེས་གསོག་རྩ་ཚོགས་ལ་རུང་རེ་ག་ནན་པོ་གཏོར་རྒྱ།.....དང་། རྩོང་རིམ་བའི་ཕྱོགས་བསྐར་བཅོས་རྒྱུར་སྡེ་གནས་དངོས་གཞི་ཅན་གྱི་.....འཕོར་བསྐྱེད་བྱས་ནས་འགལ་བ་དང་ཚོད་གཞིར་ཞིབ་བཤེར་དག་སིལ་དང་ཡིག་.....འབུལ་ཞུ་བཅར་ལས་དོན་ཁྲིམས་རྒྱུར་ཅན་དུ་འབྲུར་བའི་ཆུ་ཚོང་མཐོ་ཏུ་གཏོར་.....རྒྱ། དུ་རྒྱུའི་རྒྱུ་ཁམས་བཅོས་སྤྱིག་གི་རྒྱུན་མཐུང་ལམ་སྤོལ་འཐུས་རྩི་ཚོད་.....གཏོར་རྒྱ། ལྷ་ཐོགས་འབྲུང་ས་ཚད་ཀྱི་གནད་དོན་བཅོས་རྒྱུར་སྤུ་མཐུང་ཡག་པོ་བྱ་རྒྱ། དུའལ་ཚའི་ཉེན་འགོག་སྐབས་བསྐྱབ་གཅོང་སེལ་གྱི་བྱ་རྒྱུད་ལག་བསྟར་བྱས་ཏེ་ས་ཁོངས་ཡོངས་ཀྱི་མངོན་མེད་བུ་ལོན་གཅོང་སེལ་ཡག་པོ་བྱས་ཐོག་ ས་གནས་འགལ་གི་སྲིད་གཞུང་གི་མ་དངུལ་བསྐྱ་རྒྱ་ག་ལས་སྤུགས་གཉེར་རྒྱུར་རང་བཞིན་གྱི་.....བུ་ལོན་ཉེན་ཚབས་རྩ་ས་ལུན་སེལ་རྒྱ། ས་ག་ཤེས་དང་གན་མག་ཤེས་སོགས་ཀྱི་རང་བྱུང་གཙོད་འཚོར་ཞིབ་དབྱེད་ཚོད་ལོན་དང་ཉེན་ཐོན་སྤོབ་ད། འཕྲུལ་བསྐྱབ་རོགས་སྐྱོབ། ཕྱོགས་བསྐར་བཅོས་རྒྱུར་བཅས་བྱ་རྒྱུར་ཤུགས་རྩོད་རྒྱ་གུ། བདེ་.....འཇགས་ཐོན་སྐྱེད་དང་བཟའ་བཅའ་སྐྱབ་རྩས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་སོགས་ཀྱི་ལས་.....དོན་ཏུ་ན་ཏིག་བསྐྱབས་ནས་བདེ་འཇགས་ལས་འཛོལ་ཚབས་ཚོན་མི་ཐོན་པ་དང་.....བཀག་སྡོམ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱ་རྒྱ་བཅས་ཡིན།

མི་རིགས་མཐུན་སྦྱིལ་ཡར་ཐོན་ལས་དོན་སྲུབ་བརྟན་གོང་འཕེལ་གཏོར་རྒ། མི་རིགས་འགལ་དབར་འགྲོ་འོང་དང་། སྤེལ་རིས། མཉམ་འདུས་བཅས་ཀྱི་.....“འཚར་གཞི་འག་གསུམ”ལག་བསྟར་ཤུགས་ཆེ་བས་ནས་“ས་མཐོའི་མེ་འབྲུ་.....དམར་པོའི”གཤག་རྟགས་འག་པོ་གཏོར་རྒ། གྲོང་ཁྲིར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་སྡེ་.....ལུལ་བཅོས་རྒྱུར་དང་འཛུགས་སྐྱབ་ལ་ཤུགས་རྩོན་བརྒྱབ་སྤྱེ། ལན་རྩོན་བསྐྱར་.....རིས་རྒྱལ་པའི་རྒྱ་ཚོགས་ཐུབ་ཆ་དང་སྡེ་ལུལ་ཁོར་ཡུག་འཛུགས་རྒྱུར་ཇི་མཐུགས་.....སུ་གཏོར་རྒ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱུད་སྐྱང་ཡིག་ཁ