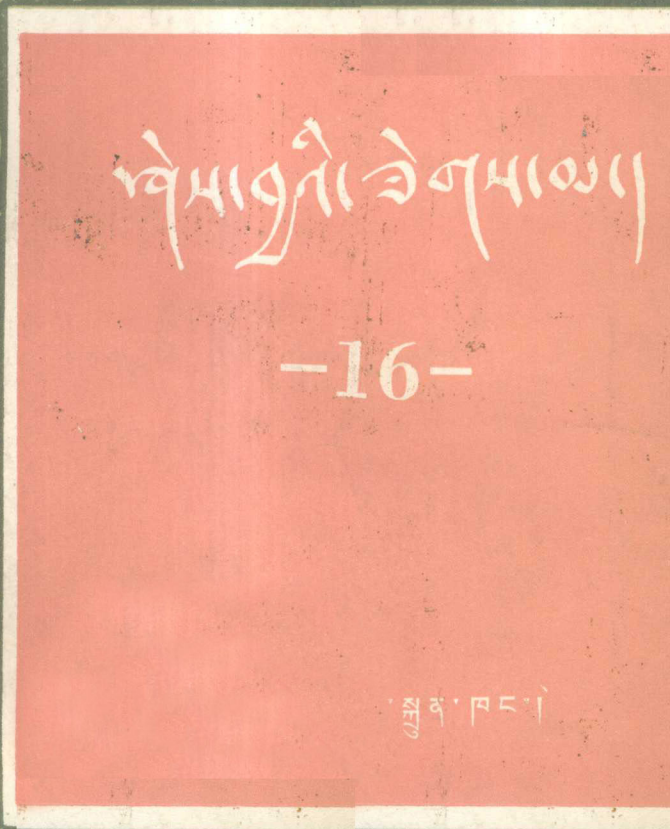




འཕེལ་རྒྱུ་ཅེས་པའི།

—16—

ཨ་ཁྱེ་ཡང་།



གཤིས་བྱའི་རྟེན་ས་མ།

16

ཤེས་བྱའི་ཐེགས་མ།

(དེབ་བཅུ་བྱལ་བ)

•

མི་དུགས་དཔེ་སྒྱུན་ཁང་གིས་བསྐྱུན་པ།

1984 ལོའི་ཟླ་ 5 པར་པར་གཞི་ 1 བོ་བུ་བྱུགས་པ།

1984 ལོའི་ཟླ་ 5 པར་བོ་ཅིན་ལ་པར་ཐངས་ 1 བོ་བུ་བྱུགས་པ།

དེབ་རྩ་སྐར་ལྷན་ 1 ཟླ་ 6

དཀར་ཆག

ཁྱི་ཚགས་ཅན་རིག་གི་ཁེས་བྲ།

གོ་བྱང་མཉམ་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཐེངས་དང་པོ་

བཅུགས་བའི་སྐར།བའོ་དཀྱིན་གྱིས་བཞུར། (4)

གནམ་བདེ་སྐོ་སྐྱེ་མཁུན་གྱི་དབལ་འབར།ཅེ་ཁྱེ་ཚགས་འཁལ་གྱིས་བཞུར། (7)

ཅན་རིག་དང་ལག་ཅལ།

ཉེན་ཅི་རིག་བའི་སྐར་རྒྱས་ཅམ་བཞད་བ།

.....ཁྱང་དབྱང་མི་དམངས་ཀྱན་ཁྱབ་སྒྱུར་འཕྱིན་
ལས་ཁྱངས་ཀྱི་པོད་ཀླད་ཅེ་ཅུང་གིས་བཞུར། (12)

འཕྲུལ་འཁོར་གི་དེར་རྒྱས་ཀྱི་འཆོ་བར་བྱགས་བ།ཐུང་ཁོས་བཞུར། (24)

དབྱར་ཆ་དམུག་ཤར་ཁི་ལྷར་ཆགས་བ།ཐུལ་མཆན་གྱིས་བཞུར། (30)

ཁྱ་མཆོད་སྐར་གྱི་ཁེས་བྲ།དབལ་ཅན་གྱིས་བཞུར། (33)

ཁྱ་ཉིག་ནས་པོད་འཕོ་བའི་ཐུ་མཆན་ཅི་རྟེན།ཐུལ་མཆན་གྱིས་བཞུར། (39)

ཅན་རིག་དང་འཆོ་བ།

སོ་སྒྲི།རིག་འཁྱིན་གྱིས་བཞུར། (41)

ཉེག་ཆ་རང་འབབ་ཀྱི་ཁྱུ་ལུའི་ཁ་གཏོད་ཉིང་གི་

མི་ཁྱུང་།ཐོས་ཐོས་གྱིས་བཞུར། (43)

གནམ་གཤིས་སྒྲོན་བཟའི་ནང་གི་“ཉིན་མོ”དང་“མཚན་མོ”

.....ཐོ་གསལ་བྱིས་བཟུང་། (45)

ཆན་ སྐག་ པའི་ གནམ་ བྱུད།

ཆན་སྐག་པའི་གནམ་ཚུལ་ཟླ་བ་།.....བསམ་འཁེལ་བྱིས་བཟུང་། (47)

གཟི་ཚོད་འཕྲ་བའི་ཚོད་ཀྱི་སྐག་གནམ།

ཚོད་པའི་བྱུན་སྐམ།བའ་དབྱེན་བྱིས་བྱིས། (52)

མིག་ར།ཐ་བ་ཙེ་སྐད་གིས་མིག་སྐམ་གཉིས་ཀ་བྱིས། (54)

ཐོ་ བྱིས་ བྱུང་ ཅི།

ཁེས་མོན་ནི་ཉོང་པས་བྱུགས་ཡིན།ན་མཁྱེན་དྲ་ཁས་བཟུང་། (56)

ཐྲམ་ ཆན་ མེས་ བྱུལ།

བྲམ་ཆི་ཆིང་ཆེན།.....བདེ་ཆན་དབང་འདུས་བྱིས་བཟུང་། (61)

གཟུགས་ཁམས་དང་འཕྲོད་བཞུག།

གཙང་ཐའི་གོམས་གཤིས་ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་

བ་བྱེད་དཔོས།ཐུང་ཁས་བཟུང་། (66)

བྱུང་ཐོད་མ་མཚན་སྐགས་གཟུམ།ཐོ་ཐུན་བྱིས་བཟུང་། (69)

ཉིང་གཟུང་།མཁས་ཐུན་ལྟ་མས་བཟུང་། (71)

ཐུག་ཁེད་མཚོ་བའི་ནད་བས་དོ་མྱོང་བྱེད་

དཔོས་བ་ཁ་ཁས།མཁས་ཐུན་ལྟ་མས་བཟུང་། (72)

མི་ སྐྱེས་ རྩ་ རྒྱུད།

མན་རྩ་སྐྱེས།ཚུལ་གྱིས་ཀྱིས་བརྒྱུད། (74)

ཁྱེད་ ཀྱིས་ མཁྱེན་ བཤ།

ཁྱེད་མེ་སྤྱོད།མེ་དབྱུངས་ཀྱིས་བརྒྱུད། (51)

ཁྱེ་འཇག་བཟ་ལྷ་འཇག་ལས་ཡོད་དེ་ལྷ་ལྷ་

ཡིན་ནམ་ཁྱེ་གསལ་ཀྱིས་བརྒྱུད། (81)

ཟ་འཇག་མི་དགོས་པའི་མི་ཞིག་གིས་རབ་ལྷགས་པས་བརྒྱུད། (82)

ཁྱེད་ཀྱིས་འདྲི་དག་གི་འཇག་ཁྱེད་ལས་ཁེས་སམ།ཁྱེན་ལེན་ཁྱེན་ཀྱིས་བརྒྱུད། (84)

“འདྲེ་མེ”ཟེར་བ་ཅི་ཡིད།ཁྱེད་འཇགས་པས་བརྒྱུད། (86)

མི་མི་མིག་གི་མཁྱེད་མེད་སྤྱོད་ལྷ་མེད་ལྷ་མེད་ཡོད་དམ།ཁྱེ་འཇག་གིས་བརྒྱུད། (87)

མཚར་ གཏམ་ མིད་ པའི་ ལྷ་ མོ

འཇམ་མིང་ཁྱོད་གི་གནས་ཚུལ་ཡ་མཚན་ཅན།ལྷ་འཇག་བརྒྱུད། (89)

ཁྱེལ་ ཁབ་ ཁབ་ གི་ གནས་ ཚུལ།

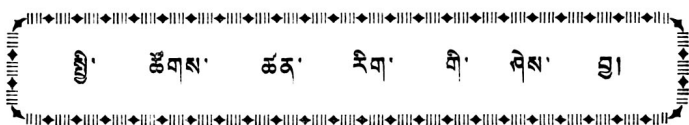
ནན་སི་ལ་རྒྱ་རྒྱ་མོགས་སྤྱོད་ལྷགས་རྒྱལ་ལྷན་མཉམ་

འབྲེལ་རྒྱ་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ། མེ་སྤྱོད་གིས་བརྒྱུད། (92)

མཉུན་ཞོག་རྒྱས་འཁོད་ཁྱེད་མཁན།ཁྱེད་མིང་རྒྱུ།

རྒྱལ་ཞོག་གི་སྤྱོད་ཞོ་མཁན།ཁྱེན་ལེན་རྒྱུ།

དེལ་འདྲི་ས་ཁྱེ་འབྲི་མཁན།དེལ་ཅི་ནན།



གོ་གྲང་མཉམ་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཐེངས་དང་ པོ་བཅུགས་པའི་སྐོར།

སུན་ཀྲང་ཅན་གྱིས་གོ་མིན་དང་བཅས་སྒྲིག་གནང་བར་ང་ཚོ་དང་གིས་སྐུལ་འདེད་དང་རྒྱལ་རམ་གང་ཆེ་གནང་བ། གསར་བཞེ་ཆེན་པོའི་དུས་སྐབས་སུ་ང་ཚོ་དང་དང་གོ་མིན་དང་གི་བར་མཉམ་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཐེངས་དང་པོ་བཅུགས་པ་དེ་ནི་ང་ཚོ་དང་གི་འཕལ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྤྲོ་ཆུས་ལག་ལེན་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན། དང་གི་“ཚྱུ་ཆེན་གསུམ་པོ་མ་འཚྱུགས་གོང་དང་གི་དང་གོ་ལྟ་ཞི་དུ་ལྟ་གྲོས་ཚྱུ་ཆེན་གསུམ་པོ་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་གོ་གྲང་མཉམ་ལས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲིག་གཞིར་བཟུང་ནས་གོ་མིན་དང་ནང་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྲང་ཁྲ་དང་མི་རྣམས་ཀྱིས་སུན་ཀྲང་ཅན་གྱིས་དམངས་གཙོའི་ཅ་དོན་ལྟར་གོ་མིན་དང་བཅས་སྒྲིག་གནང་བར་སྐུལ་འདེད་དང་རྒྱལ་རམ་གང་ཆེན་པོའི་འགོ་ཚུགས་གིང་། ཀྲང་ཁྲ་དང་མིའི་སྐུལ་འདེད་འོག་སུན་ཀྲང་ཅན་གྱིས་ 1922 ལོའི་ཟླ་ 9 པའི་ཆེས་ཤར་ལ་ཅན་ཅའི་གོང་ཁྲེ་དུ་གོ་མིན་དང་བཅས་སྒྲིག་བྱེད་རྒྱུ་ལྟོ་སྐོར་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་གྲོས་ཚྱུ་ཆེན་པོ་མིན་དང་བཅས་སྒྲིག་བྱེད་པའི་ལས་ཀྱི་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ནས། ཁྲོད་དུ་ཞི་དུ་དང་ལི་ད་ཀྱའོ་སྐགས་གོ་མིན་དང་བཅས་སྒྲིག་བྱེད་པའི་འཆར་གཞི་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུའི་ཐད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་འདེད་འཇུག་སྤེལ་གྲོས་ཀྱིས་དེ་རྒྱུ་ཀྲང་ཁྲ་དང་མི་ཁྲོད་དུ་ཞི་དུ་སུན་ཀྲང་ཅན་གྱིས་ཅན་ཅའི་གོང་ཁྲེ་དུ་བཅུགས་པའི་གོ་མིན་དང་བཅས་སྒྲིག་ལྟ་ཡོན་ལྟན་ཁང་དུ་

ལྷགས། གྲང་ཁན་དང་མིས་ཅ་འཇུགས་ཐོག་གི་མིན་དང་བཅས་སྤྱི་གཉེན་རྒྱུ་བྱེད་རྒྱུ་
 བྱས་པ། ད་དུང་ནམ་པ་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སེམས་བཟང་གིས་གོ་
 མིན་དང་གི་ལྟ་ཚུལ་ནོར་འཁྱུལ་ཅན་དེ་ཆོར་སྤྱོད་བཟོད་བྱས་དེ་ཆབ་སྤྱོད་དང་...
 བསམ་སྒྲིའི་ཐད་ནས་གོ་མིན་དང་གསར་བཞེ་ཅན་དུ་འགྱུར་བར་སྐྱུལ་སྤེལ་བྱས་...
 ཡོད། དང་གི་“ཆོགས་ཆེན་གསུམ་པ་”ཆོགས་རྗེས་ང་ཆོའི་དང་གིས་ཉུར་བཅོན་དེ་
 བས་ཆེ་བའི་སྒོ་ནས་སྤྱད་གྲང་ཅན་གྱིས་གོ་མིན་དང་བཅས་སྤྱི་གཉེན་བར་སྐྱུལ་...
 འདིད་དང་རྒྱལ་རམ་བྱས་པ་ཡིན། 1923 ལོའི་ཟླ་ 10 བར་གོང་གྲོའུ་ཡོང་
 བྱིར་དུ་ཡོད་པའི་གྲང་གི་གྲང་ཁན་དང་དང་། སྤྱི་ཆོགས་རིང་ལྷགས་ཀྱི་གཞོན་
 བྱ་ཆོགས་པའི་གྲང་དབང་ལས་འཛིན་ལྷ་ཡོན། སྤྱུ་ལེན་གྱི་འཕུས་མི་པའི་ལུང་
 ཐིང་བཅས་མཉམ་དུ་ཆོགས་འདྲུ་འཆོགས་ནས་གོ་མིན་དང་བཅས་སྤྱི་གཉེན་...
 ཐབས་སྒྲོར་ལ་གྲོས་སྤྱད་བྱས་པ་ཡིན། ང་ཆོའི་དང་གིས་སྐྱུལ་འདིད་བྱས་པར་
 བརྟེན་ཆུ་བ་དེ་རང་ལ་སྤྱད་གྲང་ཅན་གྱིས་གྲང་ཁན་དང་མི་ལྷགས་པའི་གྲང་གི་...
 གོ་མིན་དང་གི་གནས་སྐབས་གྲང་དབང་ལས་འཛིན་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་བཅུགས་དེ་
 དེར་བཅས་སྤྱི་གཉེན་གི་ལས་དོན་ཞིབ་ཐུ་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་མ་ཟད་པའི་ལུང་ཐིང་ཆུ་
 འདྲི་སར་གདན་ཞུ་བྱས། གྲང་ཁན་དང་མིས་གོ་མིན་དང་ལ་རྒྱལ་རམ་གང་
 ཐབས་བྱས་ནས་གོ་མིན་དང་གི་འཇུགས་སྤེམས་དང་གོ་མིན་དང་གི་སྤྱི་གཉེན་ཡིག་གི་...
 ཟིན་བྲིས་འགོད་རྒྱལ་བྱས་པ་དང་། གོ་མིན་དང་གི་“ཆོགས་ཆེན་དང་པོ་”ཡི་
 《བསྐྱགས་གདམས་》ཟིན་བྲིས་འགོད་རྒྱལ་བྱས་ནས་གོ་མིན་དང་གི་ལྟ་ཚུལ་ཡོངས་...
 འཕུས་མི་ཆོགས་ཆེན་ཐིངས་དང་པོ་སྤྱོད་ཆོགས་བྱེད་པར་དགོས་ངེས་ཀྱི་བྲལ་སྤྱི་གཉེན་
 བྱས་ཡོད།

གཤམ་མཁུ་འགོ་ཁྱིད་གས་སུ་ཞུགས་པའི་ཀྱང་གོ་གོ་མེན་ཏང་གི་རྒྱལ་ཡོངས་.....
 འཕུས་མི་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་དང་པོ་སྐོང་ཚོགས་གནང་ཞིང་། ཚོགས་ཆེན་ཐོག་
 ཀྱང་ཁྲན་ཏང་མིས་ཟིན་བྱས་འགོད་རྒྱལ་ཁྱིད་པའི་《བསྐྱེད་ཀྱངས་ཀྱི་ལ་ཁྱོས་.....
 འཆམ་བྱུང་བ་དང་། ང་ཚོའི་ཏང་གིས་བརྟན་པའི་བཅན་རྒྱལ་རིང་ལུགས་ལ་ང་
 རྒྱལ་དང་བཀས་བཞུད་རྒྱུ་འཛིན་རིང་ལུགས་ལ་ང་རྒྱལ་བྱེད་པའི་ཅ་འཛིན་དང་
 ལེན་བྱས་པ་དང་སྲན་ཀྱང་ཅན་གྱིས་བརྟན་པའི་མི་མེར་དོན་གསུམ་རིང་ལུགས་...
 ལ་ཡང་སྐྱར་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པོ། ཚོགས་ཆེན་གྱིས་ད་དུང་ཨོ་གོ་དང་མཉམ་
 འབྲེལ་དང་། ཀྱང་ཁྲན་ཏང་དང་མཉམ་འབྲེལ། ཞིང་བཟོ་ལ་རྒྱུས་སྐྱར་
 བཅས་བྱེད་པའི་སྲིད་རྒྱུས་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་ཏང་འབེབས་བྱས་པ་དེས་མི་མེར་དོན་
 གསུམ་རིང་ལུགས་དང་སྲིད་རྒྱུས་ཆེན་པོ་གསུམ་བྱུང་འབྲེལ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་...
 རེད། ཚོགས་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་ཁྲན་ཏང་མི་མང་པོ་ཞིག་གོ་མེན་ཏང་གི་ཀྱང་དབྱང་
 ལས་འཛིན་ཁྱེད་ཀྱང་རྒྱལ་སྐོན་ཀྱང་དབྱང་ལས་འཛིན་ཁྱེད་ཀྱང་འདེམ་བསྐོས་...
 བྱས་ཡོད། དེ་འདྲ་བྱས་སྟབས། མི་མེར་དོན་གསུམ་རིང་ལུགས་རྒྱུ་ལ་དེ་མི་
 མེར་དོན་གསུམ་རིང་ལུགས་གསར་པར་བྱར་པ་དང་། གོ་མེན་ཏང་ཡང་བཟོ་བ་
 དང་། ཞིང་པ། སྤང་བྱིར་གྱི་འབྱོར་རྒྱུ་ལ་རིམ། མི་རིགས་འབྱོར་ལྡན་གྲལ་
 རིམ་བཅས་གྱི་དམངས་གཙོའི་གསར་བཟའི་མནའ་འབྲེལ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་འགོ་.....
 རྒྱལ་ཡོད། གོ་མེན་ཏང་གིས་བསམ་སྒྲིལ་ཐོག་ང་ཚོའི་ཏང་ལ་བརྟེན་ནས་དེའི་
 མི་མེར་དོན་གསུམ་རིང་ལུགས་ཉམས་གསོ་དང་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་བ་མ་ཟད།
 ཅ་འཛུགས་ཐོག་ཡང་ང་ཚོའི་ཏང་ལ་བརྟེན་ནས་ཞིང་ཆེན་ཁག་ཆང་མར་ཡོངས་...
 རྒྱུ་ཏུ་ཏང་ཐུགས་ཏེ་དེའི་ཅ་འཛུགས་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་བ་རེད། གོ་
 མེན་ཏང་གི་“ཚོགས་ཆེན་དང་པོས”གོ་ཀྱང་མཉམ་ལས་གྱི་འབྲེལ་བ་ཐེངས་དང་པོ་
 དངོས་སུ་བཅུགས་པར་བརྟེན། ཀྱང་གོའི་གསར་བཟའི་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་རྒྱར་
 ཆད་རྒྱུ་མཁུགས་སུ་འགྲོ་ཐུབ་པ་བྱུང་།

(པའོ་དབྱིན་གྱིས་བརྒྱུས་བརྒྱུར་བྱས་)

ཀྱང་དྲང་བདེན་གྱི་རེ་འདུན་དེ་ཚོ་བཅན་ཀྱལ་རིང་ལུགས་པས་ཁས་གཏན་ནས་
མ་སྒངས་པར། བ་མིའི་ཞི་བའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་ཉེ་གོར་ཡོད་པའི་ཉན་ཏུང་གི་
ཁྱད་དབང་ནམས་རི་ཕིན་ལ་སྤྱད་རྒྱུའི་གྲོས་ཐག་བཅད་ཅིང་། བེ་དབྱང་དམག་
ཤེད་ཅན་གྱི་སྲིད་གཞུང་གི་སྤྱི་ཚབ་ཀྱིས་ཀྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་བདག་དབང་གོར་
བའི་ཆིངས་ཡིག་དེའི་ཐོག་ལ་མིང་རྟགས་འགོད་ཅིས་བྱས་པ་རེད།

བཅན་ཀྱལ་རིང་ལུགས་ཀྱིས་ཀྱང་གོའི་མི་དམངས་ལ་ཉམ་གནོན་དེ་འདྲ་
བྱས་པས་མ་ཆད། བེ་དབྱང་དམག་ཤེད་ཅན་གྱི་སྲིད་གཞུང་གིས་རྩ་ཆ་ཁྲིལ་
མེད་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཀྱལ་ཁབ་བཙོངས་པ་དེར་ཀྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་སྤྱིར་ཁྲིལ་
པའི་གཏོང་ནས་ཁྲིལ་སྤྱོད་མི་ལངས་པ་ག་ལ་ཡོང་སྟེ། དེར་བརྟེན་མང་ཚོགས་ཀྱི་
གྲོ་གཏམ་སྒྲིག་པའི་ལས་འགུལ་སྤྱོད་ལ་བེ་ཅན་ཏུ་ལངས་པ་རེད། ཟླ་ 5 ཚེས་
4 ཉིན་བེ་ཅན་གྱི་ཁྲིལ་ཏུ་ཡོད་པའི་མཐོ་རིམ་སྤྱི་བ་བཅུ་དྲུག་ཁྲི་གས་ཀྱི་……
སྤྱི་བ་བཅུ་དྲུག་སྤྱི་བ་ལྷན་ཅན་གྱིས་དམག་མི་དང་ཉེན་སྲུང་པས་བཀག་འགོག་……
བྱེད་པར་མ་འཛུམས་པར་གནམ་བདེ་སྒྲོ་མའི་མདུན་ཏུ་འདྲུ་འཛུམ་བྱས་ནས་
“ཕྱིར་སྤྱད་པའི་བདག་དབང་ཚུར་ལེན་དགོས། བང་ཁུལ་ཏུ་ཀྱལ་ཚབ་པར་ཉེས་
ཆད་གཅོད་དགོས”། “ང་ཚོའི་ཉན་ཏུང་ཞིང་ཆེན་ཚུར་སྤྱད་དགོས”། “དོན་
ཆན་ཉེར་གཅིག་ཅིས་མེད་ཏུ་གཏོང་དགོས”། “ཆིངས་ཡིག་ཐོག་མིང་རྟགས་
གཏན་ནས་འགོད་མི་ཆོག”ཅེས་པ་ལ་སྐགས་པའི་འཕྲོད་ཆོག་སྤྱི་བ་དང་།
ཆའོ་རུ་ལེན་དང་། ཀྱང་ཅུང་ཞང་། ལུ་ཅུང་ལུས་བཅས་མི་ངན་གསུམ་
པོ་དེར་ཉེས་ཆད་དུག་པོ་གཅོད་དགོས་ཞེས་རེ་འདུན་མགྱོན་གཅིག་ཏུ་བརྟོན་པ་
རེད།

ཚོགས་འདུ་གྲོལ་རྗེས་རམ་སྤྱོད་ཁྲིལ་སྤྱོད་བྱས་ནས། ཁྲིལ་དམངས་མང་
པོ་འདྲེན་ནང་ལུགས་ཉེ་རམ་བརྗེད་ལེན་པའི་དཔྱད་སྡེ་ཞིག་ཆགས་པ་དེས་ཀྱང་
གོར་བཅའ་སྤྱད་བྱེད་མཁན་རི་ཕིན་གྱི་གཞུང་ཚབ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མདུན་ལ་རམ་

ལྷན་བྱེད་པར་ཕྱིན། ཉིན་སྐྱེད་སྐྱོར་གཡང་པས་ཁྱོམ་སྐྱོར་དབྱང་མེད་ལམ་བཀག་
 བས་མ་བཟང་སྐབས། གཞོན་ནུ་ཚོའི་སེམས་སུ་ཀྱང་གོའི་ས་ཤོག་དུ་ཀྱང་གོའི་
 མི་འགྲོ་འདྲ་བའི་རང་དབང་མེད་པ་དེ་ནི་ཀྱལ་ཚང་ཚོམ་རྒྱན་ཚོས་བཞོས་...
 པའི་ཞབས་འདྲེན་རང་རེད་སྐྱམ་ནས་ཁོང་ཁྱོའི་མེ་ལྷེ་རབ་དུ་འབར་བ་དང་།
 ཁྱོམ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་མང་ཚོགས་ཀྱིས་“ཀྱལ་ཚང་ཚོམ་རྒྱན་གཏོར་འབྱེལ་གཏོར་
 དགོས”ཞེས་འཁོད་ཆོག་སྒྲོ་བཞིན་དུ་ནང་རྒྱལ་པ་ཆེན་རྒྱུ་ཡིན་ལ་ནག་ཉེས་...
 རྒྱགས་གཏོར་བར་ཕྱིན་པ་རེད།

གཞོན་ནུ་ཚོ་ཆེན་རྒྱུ་ཡིན་གྱི་ཁང་པའི་སྒྲོ་ཁར་འགྱུར་མ་ཐག་ཏུ་ཉེ་...
 ས་མག་དང་རྩོ་བསྐྱགས་ནས་སྒྲོ་དང་གྲང་ལ་གཞུས། དཔལ་ངར་ལྷན་པའི་
 གཞོན་ནུ་ཁ་གས་སྒྲོ་ཁྱང་ནང་ནས་འཇུལ་ཏེ་ཀྱལ་སྒྲོ་བྱེ་བས། མི་ནམས་རྒྱ་
 རྒྱན་དག་པོ་རྒྱག་པ་ལྟར་ཁང་པའི་ནང་འཇུལ་ཕྱིན། ཡིན་ནའང་ཆེན་རྒྱུ་ཡིན་
 ཟང་ཟིང་ལངས་པའི་སྐབས་དང་བསྐྱུན་ནས་བྲོས་དུ་སྤང་། གཞོན་ནུ་ཚོས་ཆེན་
 ཆང་དུ་གཤམ་བཅད་ཡོད་པའི་ཀྱང་ཅུང་ཞུང་འཇུས་ནས་ཉེས་རྒྱང་དག་པོ་བཟང་...
 ཤོག་ཆེན་རྒྱུ་ཡིན་གྱི་སྐད་ཁང་མེར་སྐྱོག་བཟང་བར་བརྟེན། སྐྱེད་སྐྱོད་ཀྱི་
 དམག་མི་དང་། ཉིན་སྐྱེད་པ་ཡོང་ནས་དག་གཞོན་བྱས་པ་དང་སྒྲོ་བ་ལྷ་བ་སྐྱམ་
 ཅུ་ལྷག་ཙམ་འཛིན་བཟུང་བྱས་པ་རེད།

ཕྱི་ཉིན་པེ་ཅིན་གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་སྒྲོ་བ་ལྷ་བ་ལྷེད་གཅིག་དུ་སྒྲོ་བ་མཆམས་
 བཞག་པར་མ་ཟད། ཀྱལ་ཡོངས་སུ་སྒྲོག་འཕྲིན་བཟང་ལྷེ་སྒྲོ་བ་ལྷ་བ་འཛིན་བཟུང་
 བྱས་པར་སྒྲོ་གཏམ་མཐའ་གཅིག་དུ་བསྐྱགས་ཤིང་། དེ་སྐྱེད་སྐྱེན་ཅིན་དང་།
 ཅང་ཉེ། ཁང་ཅ། ཀྱང་ཀྱོའུ་ལ་སོགས་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་སྒྲོ་བ་ལྷ་བ་དང་
 གཞོན་ནུ་ཆང་མས་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དུ་རམ་སྐྱོན་ཁྱོམ་སྐྱོར་བྱས་ཏེ་པེ་...
 ཅིན་གྱི་སྒྲོ་བ་ལྷ་བ་རྣམས་ལ་ངག་ཤོག་གི་རྒྱུ་སྐྱེད་བྱས་པ་རེད།

ལྷ་ 6 ཆོས་ 3 ཉིན་ནས་བཟུང་པེ་དབྱང་དམག་ཤིང་ཅན་གྱི་སྐད་གཞུང་...

གིས་ཡང་པེ་ཅིན་གྱི་ཁྲི་དྲུ་གཞི་རྒྱ་ཁྲ་ལས་ཆེ་བའི་དྲག་གནོན་བྱས་ཏེ་ཉིན་
 མ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ལ་སློབ་གྲྭ་བ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་ཙམ་འཛིན་བཟུང་བྱས་པས།
 རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་ཁོང་ཁྱོད་སྤྱི་ལས་ཆེ་བ་ལངས་པ་དང་། ཟླ་ 6 ཆེས་ 5
 ཉིན་དང་ཉེ་གྲངས་ཀྱི་བཟོ་པ་ཁྱི་ཚོ་བཅུ་ལྷག་ཙམ་གྱིས་ལས་མཆམས་.....
 བཞག་པ་དང་རིམ་སྟོན་ཁྲི་སྟོན་བྱས་ཤིང་། དེ་ནས་ནན་ཅིན་དང་། ཐེན་
 ཅིན། ཏང་ཀྲོལ། ཅི་ནན། ལུའུ་ཏན། ཁང་ཏུ་ལ་སྐགས་པའི་གྲངས་ཀྱི་ཁྲི་
 གི་བཟོ་པ་ནམས་གྱིས་གཅིག་རྩིས་གཉིས་མཐུད་དུ་ལས་མཆམས་བཞག་པ་དང་...
 འབྲེལ། ཏང་ཉེ་དང་བཅས་པའི་གྲངས་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཁ་གསལ་གྱི་ཆོང་པ་ཆོས་ཀྱང་
 ཆོང་མཆམས་བཞག་པར་བརྟེན། མ་གཞི་གཙོ་བོ་གཞོན་ནུ་སློབ་གྲྭ་བ་ལྷགས་
 པའི་ལས་འགལ་དེ་རྒྱ་སྟོང་དྲུ་སྟོང་ནས་བཟོ་པ་གྲལ་རིམ་གྱིས་གཙོ་བྱས་དམག་
 བྱེད་ཅིང་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གཞི་ཁྲིན་ལྷན་པའི་གསར་བཞེད་ལས་འགལ་ཞིག་དུ་...
 ཟུར་བ་རེད།

མི་དམངས་ཀྱི་སྟོབས་དང་ལྷན་པའི་ཟུལ་གྱིས་འོག་པེ་དབྱང་དམག་ཤེད་
 ཅན་གྱི་སྲིད་གཞུང་ལྷན་སྟེ་འཛིན་བཟུང་བྱས་པའི་སློབ་གྲྭ་བ་ནམས་བཙན་...
 འགྲོལ་བཏང་བ་དང་། ཆའོ་རུའུ་ཡིན་དང་། ཀྲང་ཅུང་ཞང་། ལུའུ་ཅུང་ལུས་
 གསུམ་གནས་དབྱང་བཏང་བ། པ་ཡིན་ཆིངས་ཡིག་ཐོག་མིང་རྟགས་འགོད་རྒྱ་
 ཁས་མ་སྒྲངས་བཅས་མ་བྱེད་ཀ་མེད་བྱང་བ་རེད། ཐངས་དེའི་ས་འབར་རྩ་
 འབར་གྱི་རྒྱལ་གཅེས་ལས་འགལ་དེར་རྒྱལ་ཁ་སྐོབ་པ་རེད།

ལུ་བཞེད་ལས་འགལ་ནི་བཙན་རྒྱལ་རིང་ལུགས་དང་པེ་དབྱང་དམག་.....
 ཤེད་ཅན་གྱི་ལྷན་སྟེད་སྲིད་གཞུང་ལ་རྩ་སྟོན་བྱེད་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་འགལ་...
 ཞིག་རེད་ལ། བཙན་རྒྱལ་རིང་ལུགས་དང་བཀས་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་རིང་ལུགས་
 ལ་རྩ་སྟོན་མཐར་ཐུན་བྱེད་པའི་རིག་གནས་གསར་པའི་ལས་འགལ་ཞིག་ཀྱང་.....
 རེད། ལས་འགལ་དེའི་ནང་“ཁྲང་ཆང་ཅ་གཏོར་གཏོར་དགོས”ཞེས་པའི་འཁོད་

ཆོག་གསལ་པོར་བརྟེན་ནས་ཁྲུང་མེད་གི་ལུགས་ལ་དགག་བ་བརྒྱབ་པ་དང་ཕལ་
 རྒྱུ་གི་རྩམ་ཡིག་འབྲི་རྒྱ་དར་སྤེལ་བྱས་ཏེ། དམངས་གཙོ་དང་ཆོན་རིག་ཅེས་
 པའི་དར་ཆ་གཉིས་བསྐྱངས་ནས་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ཀྱི་ཁྱད་དུ་སྡོ་སྡོ་བྱེ་བའི་...
 རྒྱས་པ་ཏ་ཅང་ཆོན་པོ་ཞིག་ཐོན་པ་དང་། གྲུང་ཁབ་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྡོ་
 ལམ་ཅམ་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དུར་བརྩན་ཆོན་པོས་མར་ཁེ་སི་...
 རིང་ལུགས་ཁྲབ་བསྐྱགས་དང་སྐྱབ་བ་བརྒྱ་པའི་གསར་བརྗེ་རྒྱལ་བསྐྱགས་བྱས་པ་...
 མ་ཟད། མར་ལེ་རིང་ལུགས་དང་བཟོ་པའི་ལས་འགུལ་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་ཡང་
 བྱས་པར་བརྟེན། བསམ་སྡོའི་ཐོག་དང་ལས་བྱེད་མི་སྡེའི་ཐོག་ནས་ཀྲང་གོ་གྲང་
 ཁབ་ཏང་གསར་འཛུགས་བྱེད་རྒྱུར་ཆ་རྒྱུན་བསྐྱར་བ་རེད།

རྒྱ་བཞེའི་ལས་འགུལ་དེ་ཡང་ཀྲང་གོའི་གསར་བརྗེའི་གཞོན་ནུའི་ལས་...
 འགུལ་སྤེལ་འགོ་རྒྱགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། 1939 ལོར་ཧུའན་ཀན་ཉིང་གསུམ་
 ཀྱི་ས་མཆམས་མཐའ་ཁུལ་གྱི་རྒྱབ་བྱང་གཞོན་ནུའི་རྒྱལ་སྤྱི་བ་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་...
 ཆོགས་ཀྱིས་ཟླ་ 5 ཅེས་ 4 ཉིན་ནི་ཀྲང་གོའི་གཞོན་ནུའི་དུས་ཆེན་དུ་གཏན་ཁེལ་...
 བྱས་ཀྱང་། གོ་མིན་ཏང་ལོག་སྤྱོད་ཕྱོགས་ཁག་“རྒྱ་བཞེའི”གསར་བརྗེའི་འགུལ་...
 རྒྱུན་ལ་སྐྱག་ཐག་ཆོད་དེ་གཞོན་ནུའི་དུས་ཆེན་དེ་ཟླ་ 3 ཅེས་ 29 ཉིན་ལ་བསྐྱར་...
 པ་རེད། ཀྲང་ཏུ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྟེན་རྒྱུ་གི་ 1949 ལོའི་
 ཟླ་ 12 པར་ཀྲང་དབུ་མི་དམངས་སྤྱི་དགུང་གི་སྤྱི་དོན་སྤྱི་ཁྲབ་ཁང་ནས་ཟླ་...
 5 ཅེས་ 4 ཉིན་ནི་ཀྲང་གོའི་གཞོན་ནུའི་དུས་ཆེན་ཡིན་ཞེས་དངོས་སུ་གཏན་...
 འབེབས་གནང་བ་དང་། 1950 ལོའི་ཟླ་ 4 པར་གཞོན་ནུ་ཆོགས་པའི་ཀྲང་
 དབུ་གིས་ཟླ་ 5 ཅེས་ 4 ཉིན་ནི་གཞོན་ནུ་ཆོགས་པ་དབུ་བརྟེན་པའི་དན་གསའི་
 ཉི་མ་ཡིན་པར་གཏན་འབེབས་མངའ་བ་རེད།

(ཆོ་རིང་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བསྐྱར་)

ཉེན་ཅི་རིག་པའི་སྐྱར་རགས་ཙམ་བཤད་པ།

ང་ཚོས་སྐྱད་མེད་སྒྲིག་འཕྲིན་གྱི་ཉེན་ཅི་རིག་པའི་སྐྱར་བྲེང་གི་ཡིན།
ཤེས་བྱ་དེའི་བསྟུས་མིང་ལ་ཉེན་ཅི་རིག་པ་ཟེར།

དེང་རབས་ཀྱི་ཞིང་ལས་དང་། བཟོ་ལས། རྒྱལ་སྤྱང་། ཚན་རིག་ལག་
ཙམ་བཅས་ཀྱི་ནང་ཉེན་ཅི་རིག་པ་བཤད་སྟེ་ས་ཁྲབ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། ང་
ཚོས་ཐོག་མར་དུས་རྒྱུན་གྱི་འཚོ་བའི་ཐོག་ནས་བྲེང་ན། ང་ཚོས་སྐྱད་འཁོར་
ལོ་གཏོང་སྐབས་ཉེན་ཅིས་“སྤྱ་གཞས”གཏོང་བ་དང་། ང་ཚོས་གཟུགས་མཐོང་
རྒྱུ་འཕྲིན་འབྲུལ་འཁོར་ཁ་བྱེད་དུས་ཉེན་ཅིས་“སྤྱ་ལེན་བྱོ་འཁྲབ”བྱེད་ཀྱི་རེད།
ང་ཚོས་ཁ་པར་གཏོང་སྐབས་ཉེན་ཅིའི་སྒྲིག་ཁྲར་གྱིས་ཁ་པར་སྒྲིག་སྐྱད་ནང་དུ་
ཡར་རྒྱས་ཐོངས་མང་བརྒྱགས་ཉེ་ང་ཚོས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ཡར་བྱོགས་སུ་སྦྱུལ་
བ་དང་། ཡང་ཡར་བྱོགས་ཀྱིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ང་ཚོའི་ན་བར་བདེ་སྟོད་པ་
མ་རེད་དམ། ང་ཚོ་ལ་སྒྲིག་འཕྲིན་ཞིག་འབྱོར་སྐབས་ཉེན་ཅིས་ང་ཚོའི་དོན་དུ་
དཀའ་ངལ་ཁུད་བསད་ཀྱིས་ངལ་རྩལ་བྱས་ཡོད་པ་དེ་ང་ཚོས་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས།
དེང་རབས་ཅན་བཞི་རིམ་བཞིན་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་དང་ཆབས་ཅིག་འཚོ་བའི་
ནང་མཁོ་བའི་ཉེན་ཅིའི་སྒྲིག་ཆས་ཀྱང་ཕྱན་སུམ་རྩེ་ཆོགས་སུ་འགྲོ་ངེས་རེད།
དཔེ་ཞིག་བཞག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། བྱིས་ཆང་ནང་ཐབས་སྤྲན་སྒྲིག་ཐབས་ཐོན་
སྟེད་ཅིང་། ང་ཚོས་ཆལ་རྩེ་པ་ལྟེར་མ་གང་ཐབས་སྤྲན་སྒྲིག་ཐབས་ནང་བཞག་སྟེ་
སྒྲིག་སྒྲི་བྱེད་ན། སྐར་མ་ཁ་གས་སྤང་མཆམས་ཆལ་ཚོས་ནའང་ལྟེར་མ་གང་མ་

རང་ལ་བསྐྱད་ཡོད་པས། དེའི་གནས་ལུགས་ནི་སྐྱེད་ཁང་ནང་ནད་པར་སྒྲིག་
བསྟོན་བཅས་ཐབས་བྱེད་པ་བཞིན་སྒྲིཊ་དངོས་ཀྱི་ནང་སྐབས་སྐྱེད་འཕེན་གྲུགས་ཡོད་
པའི་རྒྱུན་གྱིས་རྒྱུ་བ་དང་། དཀར་ཡོལ་གྱི་སྐྱེར་མ་ནི་སྐབས་སྐྱེད་འཕེན་གྲུ་
མེད་པའི་སྒྲིག་གཙད་དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་སྐྱེར་མ་གང་མ་རང་དུ་སྐྱེད་པ་
དེ་ཡིན་ནོ།

བཤད་མཆམས་དེར་སྐབས་དུས། གང་ཞིག་ལ་ཉེན་ཅི་ཟེར་བ་དང་།
གང་ཞིག་ལ་ཉེན་ཅིའི་སྒྲིག་ཁུར་ཟེར་བ། གང་ཞིག་ལ་སྐབས་སྐྱེད་ཟེར་བ་སྐགས་
ཀྱི་གནད་དོན་རབ་དང་རིམ་པ་ཐོན་སྤྱོད། དེ་ཆ་ཆང་མ་ཉེན་ཅི་རིག་པའི་ནང་
གི་ཅ་བར་གྱུར་པའི་ཅ་བའི་ཤེས་བྱ་ཡིན་སྐབས་གཤམ་དུ་ངས་གནད་དོན་.....
གསུམ་པོ་དེའི་སྐྱར་མདོར་བསྐྱས་ཤིང་རྒྱ་ཡིན།

དངོས་པོ་ཆང་མ་ནི་རྒྱ་སྐྱ་ཆོགས་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། རྒྱའི་
དངོས་ཁམས་ཆན་པ་ནི་ཡན་ཅི་རེད། རྒྱ་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱི་ཡན་ཅིར་ཐུན་མང་གི་
རང་བཞིན་ཡོད་ལ་བྱེ་བྲག་གི་རང་བཞིན་ཡང་ཡོད་པ་སྟེ། ཐུན་མང་གི་རང་
བཞིན་ནི་ཡན་ཅི་ཡོད་ཆད་དེ་བས་རྒྱུང་བའི་མི་ཅི་གསུམ་སྟེ་——ཀྱང་ཅི་དང་གི་
ཅི། ཉེན་ཅི་བཅས་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་གི་རང་བཞིན་ནི་
རྒྱ་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱི་ཡན་ཅི་ས་སར་ཡོན་ཆད་མི་འདྲ་བ་ཡོད་སྐབས་དེ་ཆ་གྲུབ་པའི་
མི་ཅིའི་གངས་འཕོར་ཡང་འདྲ་གི་མེད། དཔེར་ན། ཆིང་ཡན་ཅིར་གི་ཅི་གཅིག་
དང་། ཉེན་ཅི་གཅིག་ཡོད་པ་དང་། དབྱང་ཡན་ཅིར་ཀྱང་ཅི་བརྒྱད་དང་། གི་
ཅི་བརྒྱད། ཉེན་ཅི་བརྒྱད་བཅས་ཡོད། ཀྱང་ཅིར་སྒྲིག་མེད་པ་དང་། གི་ཅི་
དང་ཉེན་ཅི་ས་སར་རང་བཞིན་ཆེས་ཕྱོག་པ་དང་། ཆེ་རྒྱུང་གཅིག་འདྲའི་སྒྲིག་
ཁུར་འགྱུར་ཡས་མེད་པ་རེ་ཡོད་པ་རེད། ཀྱང་ཅི་དང་གི་ཅི་གཉིས་ལས་ཡན་
ཅིའི་རྟ་གྲུབ་པ་དང་། ཉེན་ཅི་དེ་ཡན་ཅིའི་རྟར་འབྲིལ་ནས་འཁོར་གྱི་ཡོད། དེར་
བརྟན་ཉེན་ཅི་ནི་མིའི་ལུས་ཐོག་གི་སྤྱ་སྤྱང་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་མཐའ་དག་

གི་ནང་དུ་གནས་ཡོད།

ང་ཚོ་དང་སྤང་དུ་འགྲོ་བ་ནི་རྟེན་ཅིང་ཡོད་པའི་སྒྲིག་ཁྲར་དེ་རེད།

སྒྲིག་ཁྲར་གྱི་སྤྱད་སྤྲོ་ནི་དཔེ་མི་སྤྱད་པའི་ང་མཆར་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། རྟེན་ཅིང་སྒྲིག་ཁྲར་སྤྱད་བྱེད་པའི་སྐབས་དེ་ནི་ང་ཚོས་གསལ་པོ་གསེབ་པའི་སྒྲིག་གྱུ་བ་དེ་རེད། རྟེན་ཅིང་སྒྲིག་ཁྲར་སྤྱད་ཆད་ཆེ་ཏུ་འགྲོ་སྐབས་དང་འགྲོ་དུ་འགྲོ་སྐབས་སྒྲིག་གྱུགས་ཁབ་ལེན་གྱི་སྐབས་ཁབ་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཟུགས་མཐོང་རྒྱང་འཕྲིན་ཁབ་དང་། ཀྱན་ཁབ་རྒྱང་འཕྲིན་ཁབ་གི་རྟེན་ཅིང་སྒྲིག་ཁྲར་དེ་འགྲལ་ཆད་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་གནས་སྤྱད་ནང་ཡར་རྒྱས་སྤྱད་ཆད་ཆེ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་། འགྲོ་དུ་བཏང་ནས་སྐབས་ཆད་ངེས་ཅན་གྱི་སྒྲིག་གྱུགས་ཁབ་ལེན་གྱི་སྐབས་ཁབ་འབྱེད་བྱས་ཐོག་སྐར་ཆ་རེར་སྤྱི་ལེ་སྤྲུམ་འབྲུམ་སྤྱད་པའི་སྤྱད་ཆད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱུགས་བཞིར་ཁབ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་བསྐྱེལ་ལེན་སྤྱི་ཆས་ཀྱི་སྐབས་ཆད་དང་སྒྲིག་གྱུགས་ཁབ་ལེན་གྱི་སྐབས་དེ་ཚའི་སྐབས་ཆད་གཅིག་མཆང་ས་བྱང་ཆེ་“འདྲ་འགྲལ”ཡང་བྱུང་། དེ་ལ་“མཉམ་འགྲལ”ཡང་ཟེར་གྲིང་། དེས་གཟུགས་མཐོང་རྒྱང་འཕྲིན་ཁབ་དང་། ཀྱན་ཁབ་རྒྱང་འཕྲིན་ཁབ་ནས་བཏང་བའི་བདེ་རྟགས་བསྐྱེལ་ལེན་བྱེད་བྱུང་།

སྒྲིག་གྱུགས་ཁབ་ལེན་གྱི་སྐབས་ནི་རིང་བྱང་སྤྱི་ཆས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།

གཟུགས་མཐོང་རྒྱང་འཕྲིན་ཁབ་དང་། ཀྱན་ཁབ་རྒྱང་འཕྲིན་ཁབ་ནས་ཁབ་འབྱེད་བྱེད་པའི་སྒྲིག་གྱུགས་ཁབ་ལེན་གྱི་སྐབས་ཆད་དེ་སྤྱི་ 1 ནས་..... 1000 བར་རེད། སྐབས་སྤན་ནི་ཅུང་བྱང་བའི་སྒྲིག་གྱུགས་ཁབ་ལེན་གྱི་སྐབས་ཡིན་གྲིང་། དེའི་སྐབས་ཆད་རྟེན་སྤྱི་ 0.1 ནས་ 1 གི་བར་རེད། ཅུང་ལྷའི་འོད་དང་། མཐོང་བྱུང་འོད། ཅི་ལྷའི་འོད། Xའོད་བཙས་ཀྱི་སྐབས་ཆད་ཏ་ཅང་བྱང་བྱང་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་ཆང་མ་སྒྲིག་གྱུགས་ཁབ་ལེན་གྱི་སྐབས་རེད། དཔེར་ན། མཐོང་བྱུང་འོད་ནི་མའི་མེག་གིས་མཐོང་བྱུང་བའི་འོད་ཡིན་གྲིང་། དེའི་