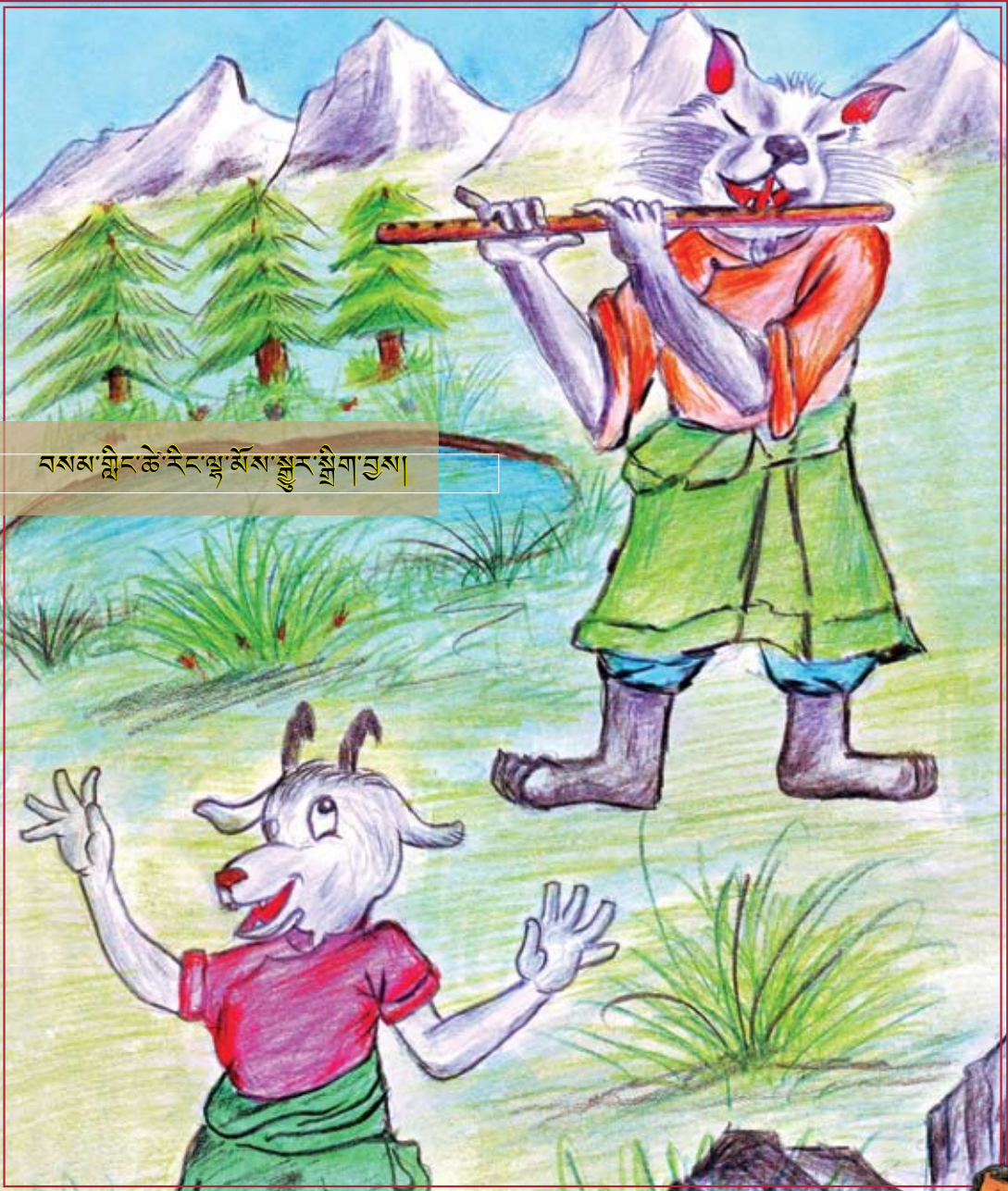


**ཡུང་གིས་བཏང་བའི་མིང་ལ།**

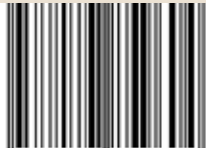


བསམ་བློར་ཆེ་རེར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལྟས།

ས་སྟོན་བད་སྟོན་སྒྱུ་བྱས་ཡག་ཆང་།



ISBN: 978-81-87859-60-4



9 788187 859604

# བྱུང་གིས་བཏང་བའི་གླིང་བྱ།

Copyright © 2011

ISBN: 978-81-87859-60-4

**Story by :** Samling Tsering Lhamo

**Edited by:** Sangye Tandar Naga

**Design & Layout :** Lobsang Gonpo

**Illustrations :** Passang Dhundup

**Published by:**

Sambhota Tibetan Schools Society,

Session Road, Dharamsala -176215

Distt: Kangra (H.P.), INDIA

**Phone:** 01892-228877 / 226877

**Email:** stsa1999@yahoo.co.in

**Website:** www.sambhota.org

## ACKNOWLEDGMENT:

།དེ་བའི་བྱ་མོ་ཀུན་ལ་སྟེ་གཉི་དང་ཨ་རི་བོད་ཀྱི་ཐེབས་ཆ་  
གཉིས་ནས་མཐུན་ཆེན་གནང་བ་ལྟར་པར་སྐྱོན་བྱས།།

“This book was published with the generous support of Ms. Kendall Beckett and The Tibet Fund, a 501 (C)(3) charitable organization based in New York.”





## ཁྱ་ཉལ་མཛེས་ཉམས་སྟོན་པ།

༣༡། ཉིན་ཞིག་ཁྱ་ཉ་ཞིག་རྒྱལ་པོའི་ལྷ་མ་ར་བརྒྱད་འཕུར་འགོ་དྲུས་ཆ་བྱ་བྱ་ཞིག་མཐོང་བ་རེད། ཆ་བྱ་  
 དེ་དག་མཐོང་དུས་ཁྱ་ཉ་རང་ཉིད་ནམ་རྒྱན་ལས་མདོག་ཉེས་པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་། ཁོ་མེས་སྦྱིད་པོ་ཆ་བ་  
 ནས་མ་བྱུང་། གཅིག་ནས་ཁྱ་ཉ་ནམས་ལ་ཕྱག་དོག་སྦྱེས་པ་དང་གཉིས་ནས་རང་ཉིད་ནི་དེ་འབྲེལ་མདོག་  
 ཉེས་པ་ལམང་བསམ་པ་རེད། དེ་ནས་ཆ་བྱ་ནམས་ས་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ལ་འགོ་དྲུས་ཆ་བྱའི་སྒྲོ་མང་པོ་  
 ཞིག་ས་སྒྲེང་དུ་གཡུག་པ་རེད། ཁྱ་ཉས་ད་ནི་ཐབས་ཤེས་རྟེན་སོང་བསམ་ནས་སྒྲོ་ནམས་བསྐྱུགས་ནས་  
 རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་ས་ལ་བསྐྱར་པ་རེད། དེ་ནས་ཁོས་ཆ་བྱ་བྱ་དེའི་རྒྱུ་ལྷ་ས་ཉེ་རང་ཉིད་ཁོང་ཆོ་དང་  
 རིགས་གཅིག་པ་ཡིན་ལྟལ་བྱས། འོན་ཀྱང་ཆ་བྱ་ནམས་གཅིག་ནས་གད་མོའོར་བ་དང་གཉིས་ནས་ཁོང་  
 ཁྱོ་ལངས་ནས་བྱ་ནག་པོ་མདོག་ཉེས་པ་དེས་ང་ཆོ་ཆ་བྱའི་རིགས་ཡིན་ལྟལ་བྱས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་འོས་པ་  
 རེད་ ཅེས་བཤད། དེ་ནས་ཆ་བྱ་ཆང་མ་རུབ་ནས་བྱ་སྒྲོ་ནམས་ཐོགས་པས་མ་ཆད་ཁྱ་ཉ་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་  
 སྒྲོའང་མང་པོ་ཞིག་ཐོགས་ནས་ཡིད་སྦྱོར་ལྷང་ངེས་སྟོན་དགོས་བྱུང་བ་རེད།

ནང་དོན། ཁྱ་ཉ་ནག་པོའི་མདོག་ལ་སྦྱར་ཐབས་མེད།



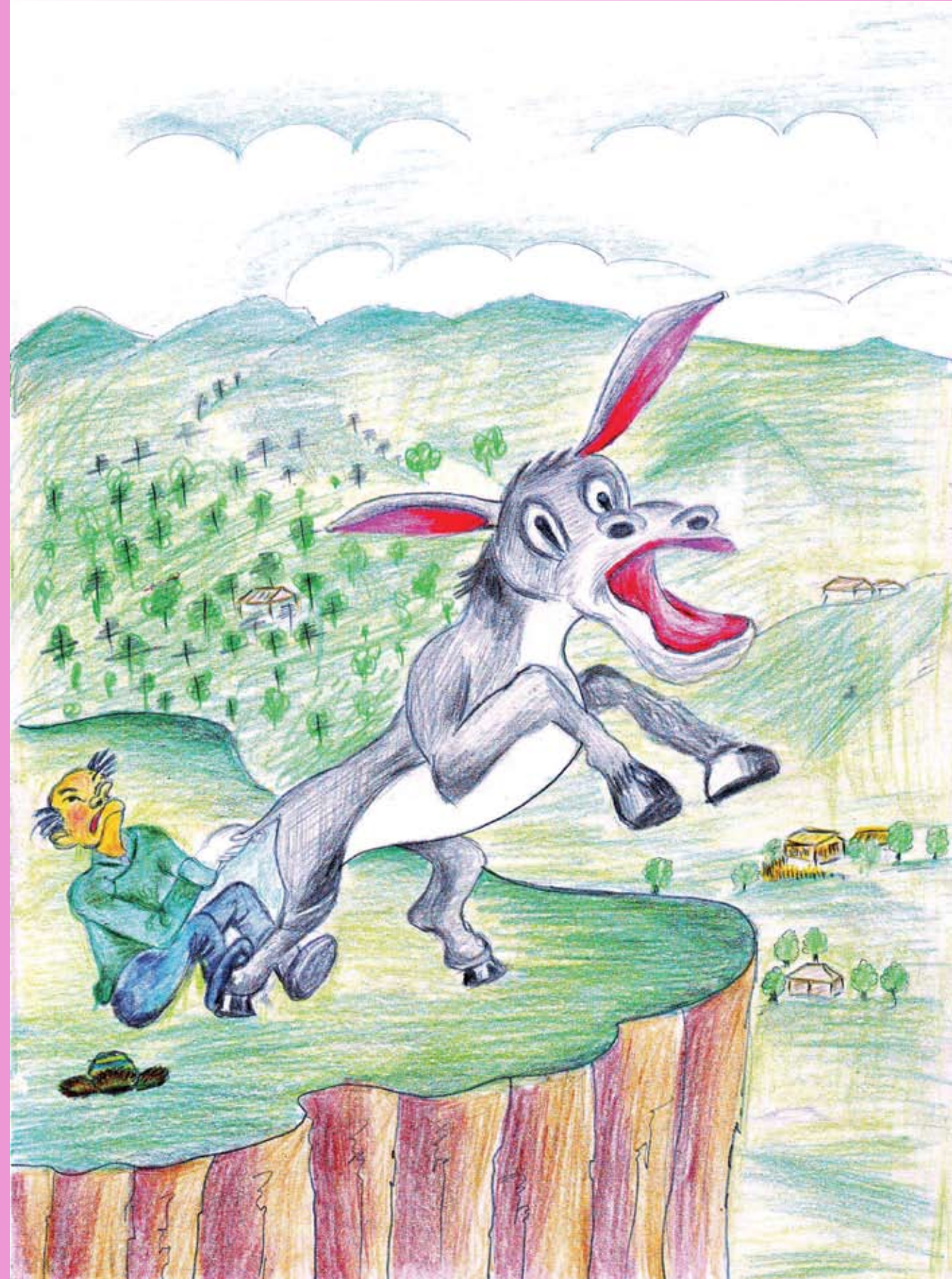


## བོང་བྱས་མཁྱེགས་ལམ་ནས་བྱིན་པ།

༢༡། ཀའན་ལ་མ་མོ་བོང་བྱ་ཞིག་བདག་པོས་འབྲིད་ནས་རི་ལམ་གཡང་ཟར་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད།

རི་ལམ་དེའི་གཞོག་ཡ་གཅིག་གཡང་གཟར་པོ་ཡོད་ཅང་བདག་པོས་བོང་བྱ་དེ་གཟབ་གཟབ་བྱས་ནས་དེད་འགྲོ་གི་ཡོད། གཡལ་ཏེ་གོམ་པ་རྒྱག་སྤངས་གཅིག་ནོར་ན་གཡང་ཏུ་ཟགས་རྒྱ་རང་ཡིན་པ་རེད་བོང་བྱས་གང་ཙམ་ཞིག་བདག་པོའི་ཁ་ལ་ཉན་ནས་འགྲོ་གི་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནས་ག་ལེར་འགྲོ་རྒྱ་དེ་ཉོབ་ཏོ་ཞིག་རེད། དེ་ནས་བོང་བྱས་མཁྱེགས་ལམ་ཞིག་མཐོང་སྟེ་དེ་ནས་མཆོངས་འགྲོ་དགོས་སྟུགས། བོང་བྱའི་སེམས་ལ་ངའི་བདག་པོ་དེ་དེ་འདྲའི་སྐྱགས་པ་ལ། གཡལ་ཏེ་མཁྱེགས་ལམ་དེ་ནས་བྱིན་པ་ཡིན་ན་བྱིས་ཏུ་མཁྱེགས་ཙམ་སྟེ་བས་སྤྱབ་ཀྱི་རེད་སྟུགས། བོང་བྱས་མཁྱེགས་ལམ་ནས་འགྲོ་ཅིས་བྱས་པ་བདག་པོས་མཐོང་ནས་བོང་བྱའི་མཚུག་མ་ནས་འཇུག། འོན་ཀྱང་བོང་བྱས་མཆོངས་རྒྱ་ཐག་བཅད་ཆར་བས་ཁོང་གཉིས་དེ་གར་ཚོད་པ་ཤོར། དེ་ནས་བོང་བྱས་ཉན་ཅིས་མ་བྱས་སྟབས་བདག་པོས། འགྲིག་གི་རེད། ད་རྒྱགས། རང་གི་འདོད་པ་གྱིས་ཞེས་བཤད་དེ་མཚུག་མ་ལག་པ་ནས་སྟོད་པས་བོང་བྱ་གཡང་ས་དེའི་ནང་ཏུ་མགོ་རྟེན་ལོག་སྟེ་ཟགས་ནས་ཤི་བ་རེད།

ནང་དོན། ཀའན་གྱིས་འགྲོ་སའི་ལམ་ནས་བྱིན་ན་སྤང་པོ་ཡིན།

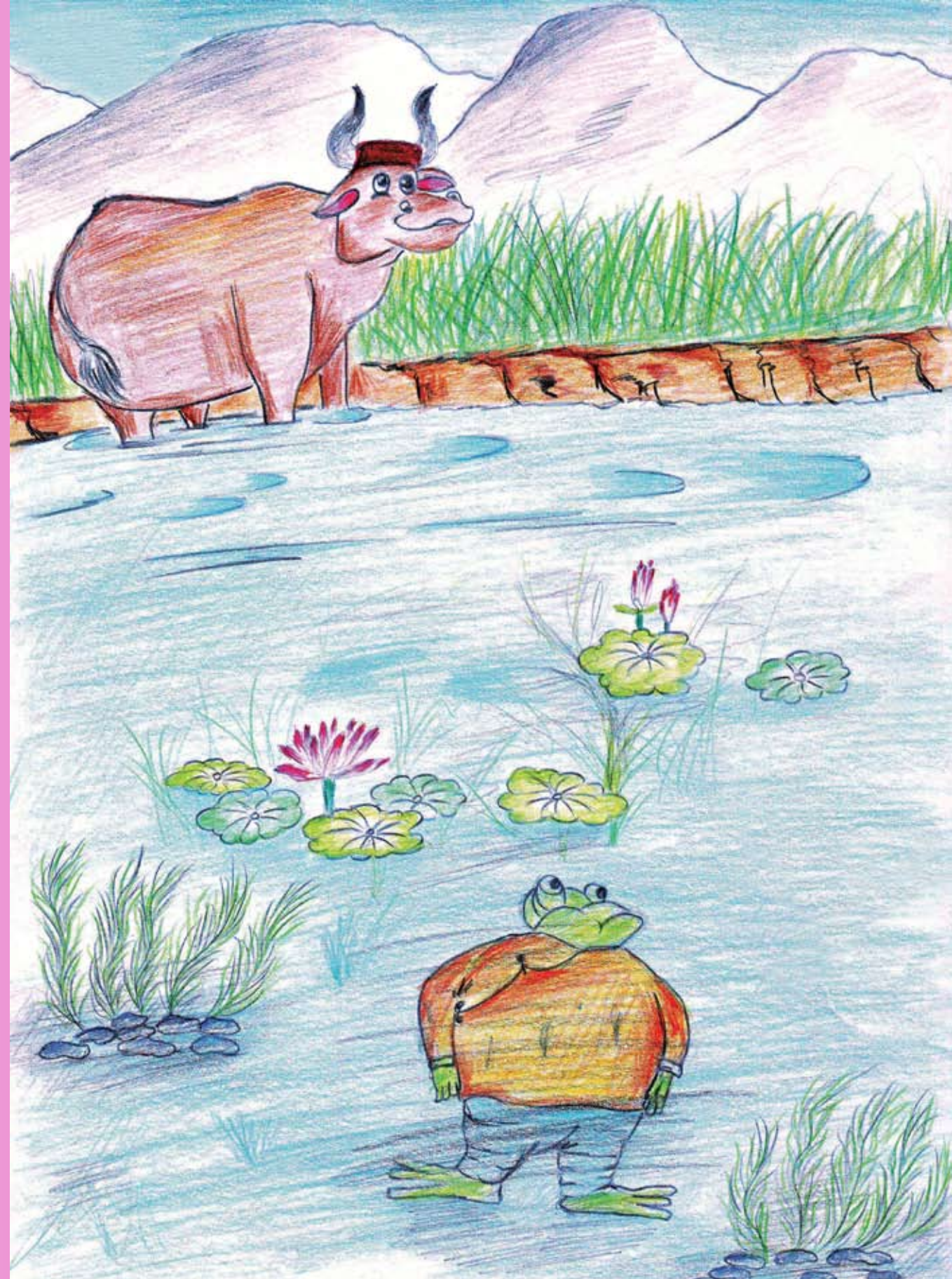




## སྤུལ་པས་རང་སྤྱོད་བསྐྱུལ་བ།

༢༡། བེངས་ཤིག་སྤང་གོག་ཅིག་ཆུ་རྒྱུ་འཕྲུང་བར་སྤོབས། དབྱར་ཁའི་ཆ་བ་ཆེན་པོ་དེས་སྤང་གོག་དེ་ཆུའི་ནང་དུ་གཞུགས་པོ་སྤང་འདོད་ཆེན་པོ་བྱུང་། སྤང་གོག་གིས་ཆུའི་ནང་དུ་ག་ལེར་འཕྱུལ་བས་སྤུལ་པ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཁོའི་ཕྱི་པས་བཞིས་ཏེ་ཤི་བ་རེད། ཕྱི་རྩོ་སྤུལ་པའི་འགོ་གཙོ་ཆུ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་སྤུལ་པ་ཆུང་ཆུང་དེ་ཆང་མེད་པ་ཤེས། སྤུལ་པ་གཞན་ཆོར་སྤུལ་པ་ཆུང་ཆུང་གི་སྒྲོར་རིས་པས་སྤུལ་པ་ཆོས་དེ་རིང་ཆུའི་ནང་དུ་སྤོབས་ཤིག་ཏུ་ཆེ་བའི་སྤྱོད་ཆགས་ཤིག་སྤོབས་སོང་། སྤྱོད་ཆགས་དེས་ང་ཆོའི་གཞུང་པོ་ཆུང་ཆུང་བཞིས་ནས་ཤི་སོང་། ཞེས་བཤད། སྤུལ་པ་ཆུ་པོ་དེ་སྤྱོད་ཆ་དེར་སྤང་བར་འགོ་པོ་མ་བྱུང་། ཁོས་རང་ཉིད་ཀྱི་གཞུགས་པོར་སྤྱོད་ཆ་བཀངས་ནས། སེམས་ཅན་ཆེན་པོ་ཨ་མ་དེ་གམ་ཙམ་ཞིག་འདུག་གམ། ཞེས་རིས། སྤུལ་པ་ཆོས། མ་རེད་དེ་ལས་ཆེ་བ་འདུག་ཅེས་བཤད། ཡང་སྤུལ་པ་ཆུ་པོ་དེས། སྤང་མང་ཙམ་བཀངས་ནས་བྱས་ན་དེ་གམ་ཙམ་ཞིག་འདུག་གམ། ཞེས་རིས། ཡང་སྤུལ་པ་ཆོས། མ་རེད། དེ་ལས་ཞིང་གས་ཀྱི་ཆེ་བ་འདུག་ཅེས་བཤད། དེ་ལྟར་བེངས་ཁ་ཤས་རིས་ཀྱང་སྤུལ་པ་གཞན་ཆོས་མོས་མཐུན་མ་བྱས་སྤོབས། སྤུལ་པ་ཆུ་པོ་དེས་སྤྱོད་ཆ་ཡོད་བཀངས་པས་གྲོད་པ་གས་ཏེ་ཤི་སོང་།

ནང་དོན། མི་སྤྱོད་པའི་བྱ་བར་ཆད་མ་འཇུག།





## ཐུང་ཀི་མགོ་བསྐྱོད་ཐོབ་སྟེ།

༢༡། ཀུན་ལ་མཁོ་བོད་བྱ་ཞིག་ནགས་ཚལ་ཉེ་འགྲམ་དུ་སྤང་ཆུ་བཞུག་གནས། མོ་བྱར་དུ་བོད་བྱས་  
 ཐུང་ཀི་འི་གྲིབ་ནག་ཅིག་མཐོང་། དེ་ནི་ཐུང་ཀིས་ཁོ་པ་བར་ཡོང་བཤེས། བོད་བྱས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོག་  
 མགོ་འཕྲོ་ཐབས་ལ་བསམ་སྟོ་ཞིག་བཏང་། ཁོས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་པ་འཕྲོག་ཁྱུ་དང་ན་ཆ་གཏོང་ཁྱུ་  
 བྱས། ཐུང་ཀི་དེ་ཡ་མཚན་ཆེན་པོ་བྱང་ནས་བོད་བྱར་རྒྱུ་པར་ག་རེ་བྱས་མིན་ཀྱི་སྐད་ཆ་དྲིས། བོད་བྱས་  
 ངའི་རྒྱུ་པར་ཆེར་མ་རྩོལ་ཞིག་བྱང་བས་བྱིས་དེ་མར་འཕྲོ་རྟོགས་གནང་དང་། ཞེས་བཤད་  
 ཐུང་ཀིས་ང་ནི་བྱིས་རང་བཅའ་ཡིན་མ་གཏོགས་བྱིས་སྟོབ་མཁན་མིན། ཞེས་བཤད། བོད་བྱས། དེ་ངས་  
 ཤེས། ཀུན་ལ་ཉེ་བྱིས་ཆེར་མ་མར་མི་འཕྲོ་པ་ཡིན་ན་བྱིས་ང་རང་བཅའ་དུས་མིད་པར་ཆེར་མ་བྱུག་  
 བས་ཤི་རྒྱ་རེད། ཅེས་བཤད། དེ་བདེན་པ་རེད་བསམ་ནས་ཐུང་ཀིས་བོད་བྱའི་རྒྱུ་པའི་མཐིལ་ལ་ཆེར་མ་  
 འཕྲོ་བྱིན་བཞུད་པས་མོ་བྱར་དུ་བོད་བྱས་རྟོག་བཀྲག་ཆ་ཐག་ཆོད་ཅིག་ཞུས་པས་ཐུང་ཀི་བྱ་པ་ཐོར་  
 བས་ཤི་བ་རེད།

བོད་བྱས་བྱིས་ལ་དགོས་ན་འདི་འབྱེད། ཞེས་ཡང་བསྐྱར་རྟོག་བཀྲག་ཅིག་ཞུས་ནས་ཐོན་ཕྱིན།

ནང་དོན། མོ་དང་རིག་པས་རང་སྟོག་སྟོབ།





ལྷ་ཀྱིས་བཏང་བའི་མྱིང་ཅ།

༣༡ །གནའ་སྤེལ་མོ་རེའུ་འཚུབ་པོ་ཞིག་ཡོད། ཁོ་ནི་ད་ཆ་འཆར་ལོངས་ཡག་པོ་བྱུང་ཡོད་པས་སྤྲུག་པ་  
ལའང་ཞེད་སྤང་བྱེད་ཀྱི་མེད། ཉིན་ཞིག་གི་ཕྱི་རོ་ར་རྩེས་ར་བྱ་རྩམས་རུབ་རུབ་བཅོས་ནས་ལོག་ཡོང་ཅིས་  
བྱེད་དུས་ར་ཨ་མས་ཀྱང་རང་གི་རེའུ་དེ་སྐད་བཏང་ནས་ལོག་འགོ་ཅིས་བྱས། འོན་ཀྱང་རེའུ་དེས་སྤང་  
མེད་བཏང་ནས་ར་བྱ་མཉམ་དུ་མ་ལོག་པར་རང་ཉིད་ཅིག་པོར་རྩ་ཟས་ནས་བསྐད་པ་རེད། གང་ཅམ་  
རྩེས་ར་བྱ་རྩམས་ལོག་ཆར་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་པོ་ལྷག་ཡོད་པས་མ་ཆད་ཉི་མའང་བྱི་པོ་ཆགས་ཟིན།  
རེའུ་དེར་གཞི་ནས་དངངས་སྐྱེག་ཅིག་བྱུང་བ་དང་ཨ་པོ་སྤྱང་གི་སྤྲོ་བས་མི་ཡོང་ངམ་སྐྱམ། ཉག་ཉག་སྤྱང་  
གི་ཞིག་ཁོའི་བྲིས་ལ་སྤྲོ་བས་ཆར། རེའུ་དེས་སྤྱང་གིས་རང་ཉིད་ཟ་བར་སྤྲོ་བས་པ་ཤེས་ཏེ་བསམ་སྒོ་ཞིག་  
བཏང་ནས། ཨ་པོ་སྤྱང་གི་ལགས། བྱེད་རང་གིས་ང་རང་མ་ཤི་གོང་ལ་སྤང་བ་སྤྱིད་པའི་ཞབས་བྲོ་ཞིག་  
རྒྱག་འཇུག་རོགས་གནང་། ད་དུང་བྱེད་རང་གིས་ང་ལ་སྤྱིང་བྱ་ཞིག་གཏོང་རོགས་གནང་། ཞབས་བྲོ་  
བརྒྱབ་ཆར་རྩེས་བྱེད་རང་གིས་ང་བཟས་ན་འགྲིག་ ཅིས་བཤད། སྤྱང་གིས། བྱོད་ཀྱི་རེ་བ་དེ་ངས་བསྐྱབ་  
ཆོག་ཅིས་བཤད་ནས་སྤྱིང་བྱ་བཏང་། ཐག་རིང་དུ་སྤྲོ་བས་ཆར་བའི་ར་རྩེ་དང་ཁོའི་བྲིས་སྤྱིང་བྱའི་སྤྲེལ་  
མ་ཟུང་ཞིག་ཐོས་པས་བྱིར་བལྟ་བར་ཡོང་། དེར་བརྟེན་གཞི་ནས་རེའུ་དེའི་ཆོ་སྲོག་སྐྱོབ་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་  
རེད།

ནང་དོན། ལོ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འཛོལ་མདོག་བྱེད་མི་ཉན།

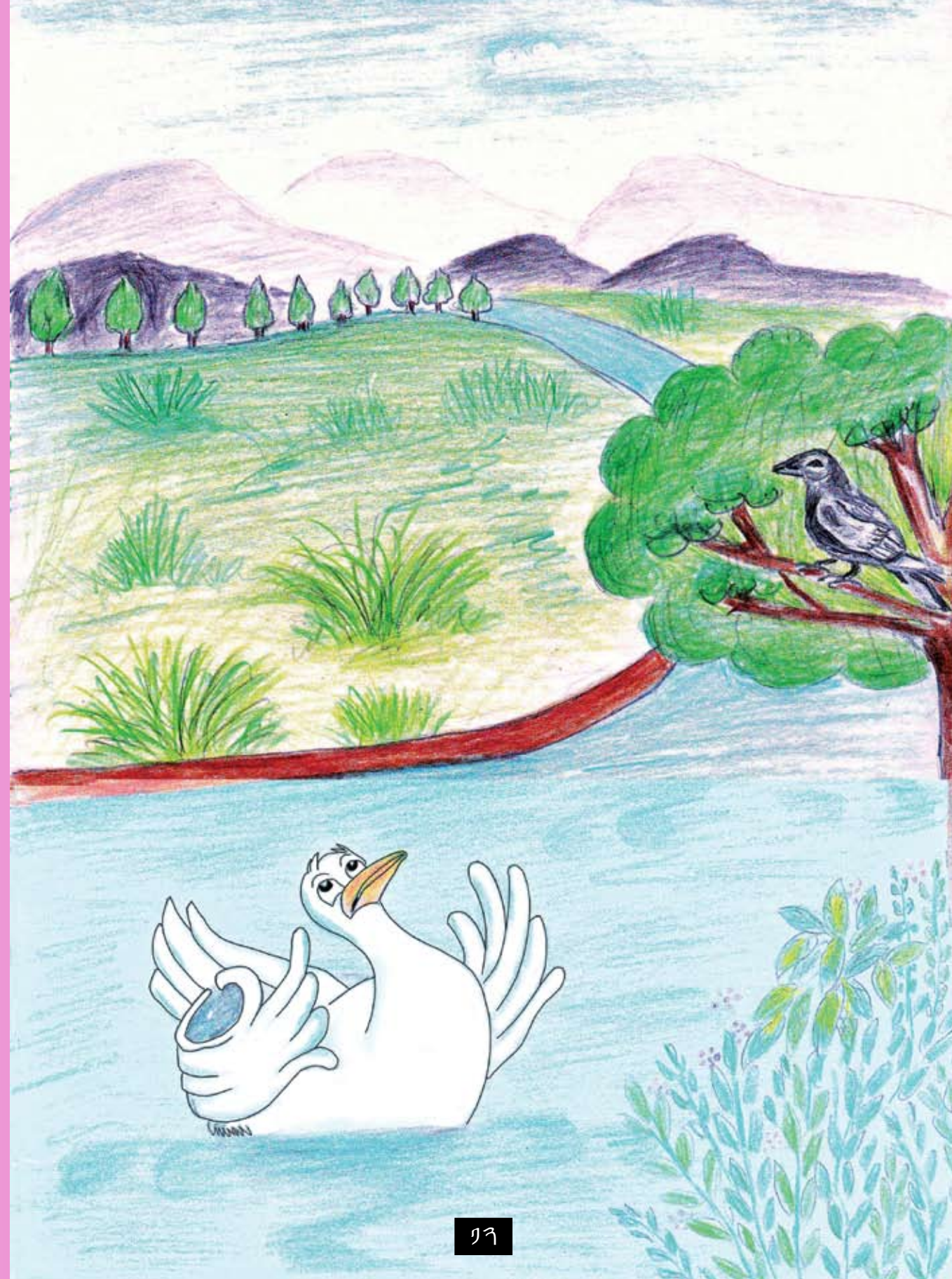




# ཕ་རོག་གི་ཐབས་ཤེས་གསར་བ།

༄༅། གནའ་ལྔ་མོ་ཕོ་རོག་ཅིག་རང་ལུས་ནག་པོ་ནག་ཀྱང་དེར་ཉ་ཅང་མི་དགའ་བར་གནས་ཡོད་  
 ཉིན་ཞིག་ཕོ་རོག་དེ་འཕུར་ནས་འགོ་དྲུས་ཚུ་རྒྱུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ངང་པ་དཀར་པོ་ཞིག་རྒྱུ་ནང་དུ་པར་  
 ཚུར་འཕྱོ་བཞིན་ཡོད་པ་མཐོང་། དེ་ནས་ཕོ་རོག་གིས་མར་བབས་ནས་ངང་པའི་འཁྲིས་སྤྱོད་། ངང་པ་  
 དཀར་པོའི་སྤྱོ་མདོག་ནི་གངས་ལྷོ་དཀར་བས་ཅི་འདྲའི་མཛེས་སྤྱོ་ལྷོ་པ་ཞིག་རེད་ཨང་། ཕོ་རོག་  
 དེའི་ཡིད་དབང་རབ་དུ་འཕྱོག་ནས་ངང་པ་དེར་བསྟོད་བསྟགས་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་བཏང་། ཁོས་  
 རང་ཉིད་ངང་པ་དེ་ནང་བཞིན་དཀར་པོ་དཀར་ཀྱང་ཞིག་དུ་འཕྱར་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུ། དེ་ནས་ཕོ་རོག་  
 གིས། དཀར་ཞིང་གཙང་བའི་ངང་པ་ལགས། ང་ཡང་བྱེད་རང་ནང་བཞིན་གྱི་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཞིག་ཡོད་  
 བ་སྟུ་གྱི་འདུག་པས། བྱེད་རང་གིས་ང་ལ་ཐབས་ཤེས་ཤིག་བསྐྱབ་རོགས་གནང་། ཞེས་བཤད། ངང་  
 པ་དཀར་པོས། ངའི་བསམ་པར་བྱེད་རང་གིང་ནགས་དང་ཁ་བྲལ་ནས་ང་ནང་བཞིན་རྒྱུ་ནང་དུ་འཕྱོ་  
 བ་སྤྱོ་ལ་ན་ཚོས་མདོག་དཀར་པོ་ཆགས་གྱི་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཅས་བཤད། ཕོ་རོག་གིས་དེ་དངོས་འབྲེལ་གྱི་  
 ཐབས་ཤེས་བཟང་པོ་ཞིག་འདུག་སྟུ། དེ་ནས་བཟང་གིང་ནགས་སྤྱོ་མ་བསྟོད་པར་ངང་པ་མཉམ་དུ་རྒྱུ་  
 ནང་དུ་བསྟོད་པ་མ་ཟད་ཟས་ལ་འདམ་རྩ་བ་དང་ཉིན་ལྷོ་གཟུགས་པོ་བསྟོ་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་  
 དུས་ཚོད་ག་ཚོད་ཕྱིན་ཀྱང་གཟུགས་པོའི་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཆགས་རྒྱུ་འཚབ་ལ་རྒྱུ་ནང་དུ་མི་འཕྱོད་  
 པར་ན་བ་དང་གཟུགས་པོ་སྤྱོ་རྒྱུ་ཕྱིན། ད་དུང་ཕོ་རོག་གི་བསམ་པར་གནས་སྐབས་ཀྱི་དཀར་པོ་  
 ལ་བྱེད་བསད་བྱེད་ཐུབ་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོན་དོག་དཀར་པོ་ཆགས་གྱི་རེད་སྟུ། འོན་ཀྱང་གཟུགས་གཞི་  
 ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེ་སྤྱོ་རྒྱུ་ནས་མཐར་ཕོ་རོག་དེ་ཆོ་ལས་འདས་པ་རེད།

ནང་དོན། ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱུང་བཅོས་ཐབས་དཀའ།





# བརྩོན་འགྲུས་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་

༩༡ །གནའ་མ་མོ་རི་བོང་གིས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་རུས་སྤུལ་ལ་འབྱུང་ཆུག་གི་ཡོད། རི་བོང་གིས་  
 བྱིད་རང་གི་འགོ་སྒྲངས་འདིར་བཞུགས་ན་སྤེལ་ས་ཅིག་ལ་སྤེལ་ས་པའི་སྒྲུལ་བ་ཞིག་ག་ལ་ཡོད་ཟེར་  
 འོན་ཀྱང་རུས་སྤུལ་གྱིས་དམའ་འབེབས་ཀྱི་སྐད་ཆ་དེར་ལན་གང་ཡང་སློག་གི་མེད། དེ་ལྟར་རི་བོང་གིས་  
 ཉག་པར་དེ་ལྟར་ཤོད་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན། རུས་སྤུལ་གྱིས་ཉིན་ཞིག །ང་རང་གཉིས་རྒྱུག་ཤར་འགྲན་སྒྱུར་  
 ཞིག་བྱས་ན་གང་འདྲ་འདྲུག་གས། ཞེས་དེས་ རི་བོང་གིས་གང་མོ་དགོད་བཞིན་དུ། བྱིད་རང་རུས་སྤུལ་  
 གྱིས་ང་རི་བོང་དང་རྒྱུག་ཤར་འགྲན་ཀྱི་ཡིན་ཟེ་ཨོམ། ཞེས་དེས། རུས་སྤུལ་གྱིས་ནན་པོའི་ཐོག་ནས་བཤད་  
 པར་བརྟེན་རི་བོང་དང་ཁོང་གཉིས་རི་ཆེ་བར་རྒྱུག་ཤར་འགྲན་རྒྱ་བྱས། དེའི་དགོད་མོ་རུས་སྤུལ་གཉིད་  
 རྟོད་པོ་བྱས་ནས་ཁྱལ། །རི་བོང་ནི་ཁོ་རུས་སྤུལ་ཞིག་གིས་ང་རི་བོང་ལ་རྒྱགས་ཤར་འགྲན་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་བ་  
 ནི་གང་མོ་ཤོར་དགོས་པའི་གནས་རེད། ངས་སང་ཉིན་ཁོ་ལ་ག་རེ་བྱེད་རྒྱ་འདྲུག་བཟོ་གི་ཡིན། གཅིག་  
 བྱས་ན་ངས་རིའི་ཆེ་བར་རྒྱགས་ཤར་ཐངས་ཁ་ཤས་སྟོད་ཆར་ནའང་ཁོ་རི་ཆེར་སྤེལ་ས་ཐབས་མེད། ལྷམ་  
 པ་སོགས་གང་ལྟར་བསམ་སྟོང་མེན་སྒྲ་ཆོགས་འཁོར་ནས་མཆོད་གང་གཉིད་མ་ཁྱལ་པ་རེད། ཕྱི་ཉིན་  
 སློག་ཆགས་འདྲ་མེན་སྒྲ་ཆོགས་འཁོར་ནས་རུས་སྤུལ་དང་རི་བོང་གི་འགྲན་སྒྱུར་འགོ་འཛུགས་བྱས་  
 རུས་སྤུལ་གྱིས་སྟོ་བདེ་པོའི་ངང་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་སྤྲུགས་གང་ཡོད་ཀྱིས་མདུན་དུ་བསྐྱོད། རི་བོང་ནི་  
 རྒྱུགས་ཤར་འགོ་ཆུགས་མ་ཐག་བྱ་འཕྱར་བ་ལྟར་རྒྱགས། རི་སྐྱོད་མཆོམས་དེར་སྤེལ་ས་དུས་ཕྱི་ལྟོ་ཤིག་  
 སློག་ནས་ལྟ་དུས་རུས་སྤུལ་ནི་ད་དུང་འགོ་འཛུགས་བྱེད་སའི་ས་མཆོམས་བཟུལ་ཅམ་ལས་སྤེལ་ས་མི་  
 འདྲུག་པས་ད་ཡིན་ན་ལྟ་མོ་ཡོད་སྟུང་། གཅིག་ལྟ་དུས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཁྲིས་ལ་སྐྱིབ་བསིལ་ལྟན་པའི་སྟོང་  
 པོ་ཞིག་འཁྱིང་ངེར་ལངས་ཡོད་པས་དེ་ནི་ཁོ་ལ་ངལ་གསོ་རྒྱག་རྒྱར་བསྐྱུ་བ་ཞུ་བ་དང་ཡོངས་སུ་མཆུངས་





རི་བོང་གིས་ཤིང་དེའི་སྒྲིབ་བསིལ་ལ་ཡིད་དབང་འཕྲོག་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་ངལ་གསོ་འབྲུག་ཙམ་ཞིག་  
རྒྱག་དགོས་སྟམ། འོན་ཀྱང་རི་བོང་མཚན་གང་གཉིད་ཁྱག་མེད་པར་བརྟེན་ངལ་གསོ་རྒྱག་གིན་ཏུ་ག་  
ལེར་གཉིད་མཐུག་པོ་ཞིག་གིས་གྲིབ། རུས་སྤལ་གྲིས་རང་རུས་གང་ཡོད་ཀྱིས་མདུན་ཏུ་བསྐྱོད་པས་རི་  
ཅེར་འབྱོར། རི་བོང་གཉིད་སང་ནས་གཅིག་ལྟ་ཏུ་སྟེ་མའང་བྱི་ཙམ་ལ་སྤེབས་ཚར་ཡོད་ རི་བོང་གིས་  
ཡར་ལངས་ནས་རི་གཤམ་ཏུ་བལྟ་ཏུས་རུས་སྤལ་མཐོང་སར་མེད། སློ་བུར་ཏུ་རི་ཅེར་སློག་ཆགས་མང་  
པོས་དགའ་འབོད་བྱས་པ་ཐོས་པས་རི་བོང་གིས་ཡར་བལྟ་ཏུས་དེ་ནི་རུས་སྤལ་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་དགའ་  
འབོད་ཡིན་པ་རེད།

ནང་དོན། ཉམ་རྒྱུང་ལ་མཐོང་རྒྱུ་མི་བྱ།