



# སྐྱིམ་ཉི་ཧོག་པར

(Sikkim Herald Sherpa Edition)

Postal Regd. No. WB/SKM/01/2017-19

བམ་པོ་༡༥

ལོ་༢༠༡༥ལུ་ཉམ་ཉི་ཧོག་པར་༢༢ རེས་གཟའ་ མིག་དམར་

ཐེན་ཏུ་ཨང་༧༡༠ པ་

གོ་ལྷོག་༡

ཨའི་སི་ཉི་ཨེ་སེ་ལས་ཀ་གྱི་ད་ཅུ་ཉི་བ་ལ་ལ་ཉ་གྲངས་ཤོགས་སྟོང་ཁྲག་  
བཅུ་འཛོལ་ཉོབ་དང་ཨའི་སི་ཉི་ཨེ་སེ་ཉམ་ཉི་ཧོག་པར་ལ་ལ་ཉ་གྲངས་ཀྱང་ག་  
སྟོང་ཁྲག་དུ་ག་སྟེར་གྱུ་གསུང་དབཅུ་ཉི་བའི་ཚོགས་མི་ཉི་བ་ལ་  
ཉ་གྲངས་སྟོང་ཁྲག་བཅུ་སྟེར་ཅུ་འབོད་བསྐྱེད་ལ་གྱུ།

སྟོན་པོ་གཙོ་བོ་སྐྱེ་ཞབས་པ་  
ཐེན་ཏུ་མར་ཙམ་ལིང་མཚོག་གི་སེ་ཉི་  
མ་༢༢ སྐྱིམ་ཉེད་གི་མི་སེར་དང་  
ཐུ་གས་འཕྲད་གྱི་ད་ཅུ་བྱང་འབྲས་  
སྟོང་ས་གྱི་ཀ་སྤྱི་ལིང་ཙོམ་མངའ་ལུ་ལ་  
ནས་འགོ་བཙུན་ལུ་གནང་སོང་། སྟོན་  
པོ་གཙོ་བོ་མཚོག་ནས་རང་གི་ལས་  
རིམ་ལིང་ཙོམ་ལུ་ལ་ནས་འགོ་འཇུག་  
ལུ་གནང་། གཞིགས་སྟོང་སྟོང་གྱུ་  
དུ་སེ་ལ་མངའ་སྟེ་གི་སྟོན་པོ་ཉི་ཧོག་  
འབྲས་མི་སྟེ་རྣམ་པའི་ལེ་ལག་ནས་དུང་  
ཚེ་ཉི་བ་དང་ ལེ་ལག་གི་ལས་མི་ཉི་བ་  
འོས་ལུ་འོད་ལྷོག་།

མི་དམངས་དང་འབྲེལ་བའི་  
དམིགས་ལུ་ལེ་སེར་གྱི་ལུ་ལ་ལྟལ་  
ལེ་ དཀའ་ མངའ་ ཉི་ བ་ སྟོན་ ལས་  
དཀའ་མངའ་སེལ་ལུ་ བ་གོ་མས་པ་  
འཚོལ་ལུ་ དམ་གཞུང་གི་ གནད་ག་  
འཚར་གཞི་དང་ལས་ཀ་ཉི་བ་མི་མང་  
ལ་དྲན་གསོ་གྱི་ད་ཅུ་འོད་ལྷོག་། ལས་

རིམ་གྱི་ གོ་རིམ་ལ་ལུ་ ལ་གྱི་ བན་  
ཅུང་ཉི་བ་དམ་མི་སེར་ལ་རང་གི་རེ་  
འདུན་ཉི་བ་སྟོན་པོ་གཙོ་བོ་སྐྱེ་འདུན་  
ལ་ལུ་ལུ་བ་རེ་འདུན་ཉི་བ་ནང་ནས་  
ལས་ཀ་སྤྱི་དུ་བྱང་བྱུང་དང་ལ་ལ་  
མཐོ་ཚེན་ནང་ལྟར་གོ་རིམ་གྱི་ཉི་བྱང་  
གྱུ་ སྟོན་པོ་གཙོ་བོ་མཚོག་གི་གསུང་  
བཤད་ལ་གསུང་གྲུབ་གནང་སོང་།

ཉམ་ཉི་ཧོག་པར་དང་འཕྲད་དུ་  
ལས་རིམ་འགོ་བཙུག་མ་ལ་ལ་ཀ་གོ་  
རིམ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་བཤོ་སུ་ང་།  
ཐོགས་མོའོ་གོ་རིམ་ལ་སྟོན་པོ་གཙོ་བོ་  
མཚོག་གི་ལིང་ཙོམ་ས་གནས་སྟེ་རམ་  
བན་ཅུང་དང་ལ་གསུང་ལ་མི་ སེར་  
དང་ཐུགས་འཕྲད་གནང་གྱུ་རྒྱལ་སེལ་  
གསུང་བཤད་གནང་སོང་། ལིང་ཙོམ་  
གྱི་ཤར་པའི་མི་རིགས་ཉི་བ་ལ་ཤར་  
པའི་འདུ་ཚོགས་ཁང་འཚར་གཞི་གོ་  
སྟོན་པོ་ དང་ པོའི་ ལས་ རིམ་ ལ་

Contd. on pg. 3

འབྲི་ཚོམ་ཉི་བའི་འབྲས་སྟོང་ས་གྱི་ཡར་རྒྱས་སྟོང་ལ་སྐྱེ་གྱུ་འགྲུ་ལ་དགོས་  
ལུ་སྐྱེ་ཞབས་ཙམ་ལིང་མཚོག་གི་ཞལ་ནས་གསུང་།

སྐྱིམ་ཉི་ཧོག་པར་གྱི་པོ་བུ་བུ་  
ལ་ལ་ལ་ཚར་གསུམ་པ་རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་  
སྐྱི་ཚོགས་ལི་པ་ལི་ཉི་བའི་ཉམ་ཉི་ཧོག་  
འབྲི་པའི་ཚོགས་འདུ་ཞིག་གྱུང་། སྟོན་  
པོ་གཙོ་བོ་སྐྱེ་ཞབས་པ་ཐེན་ཏུ་མར་  
ཙམ་ལིང་མཚོག་གི་འའིང་འདི་ལས་  
རིམ་ལ་མགོན་པོ་གཙོ་བོ་ཚུ་ལ་ལ་  
ཞབས་བཅའ་ལུ་གནང་། ལས་རིམ་  
འདི་ལ་ཐེབས་ལུ་སྐྱེ་ཉི་བ་ཉི་ཧོག་པར་  
ཙོམ་འབྲི་བ་རིག་པ་ཙམ་ཉི་བ་ལ་སྐྱེ་  
ཞབས་ཙམ་ལིང་མཚོག་གི་ཞལ་ནས་  
གསུང་བཤད་གནང་གིན་ནེ་བ་ལི་སེ་  
ཉི་ཧོག་ལ་ཡན་པ་སེ་ཉི་ཧོག་དང་འདུན་  
འདུ་འགོ་མ་ལ་འོང་དགོས་ལུ་ ཟླ་ཅུ་  
གནང་སོང་། དེ་འོང་གྱི་ཉི་ཧོག་ལ་འཛོམ་  
སྟོང་དང་འབྲན་སྐྱེད་གྱི་དུ་བ་ལུ་ལེ་  
བ་ལི་སེ་ཉི་ཧོག་ཉི་བ་ཉི་ཧོག་གྱུ་ལུ་  
དགོས་ལུ་ མཐུན་མོང་གོ་ས་གཞི་  
གཏམ་སྐྱོ་ཉི་ཧོག་པར་རི་སྐྱེ་ཚོགས་ལུ་  
དཀྱིལ་ལ་གསུང་གྲུབ་གནང་།

སྐྱིམ་ཉི་ཧོག་པར་ཉི་ཧོག་པར་ཉི་  
བ་ལ་ལུ་བཅུ་ཉམ་ཉི་ཧོག་སྟོན་པོ་གཙོ་

བོ་ཙམ་ལིང་མཚོག་གི་སེ་ཉི་ཧོག་པར་  
ཉི་བའི་སྐྱིམ་ལ་གཞུང་ཕྱོགས་ནས་  
གཞིགས་གྱུ་ལུ་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་  
བྱུང་དུ་ཐོག་ལ་སང་བྲིས་དགོས་ལུ་རྟེན་  
སྐྱེ་གྱུ་ཟེ་ལུ་གནང་སོང་། འདི་གི་  
གྱིད་སེལ་བ་མངའ་སྟེ་ཉི་བ་ལ་སང་  
སྐྱིམ་ཉི་ཧོག་པོ་ལོ་བས་ཞིང་ཟེ་ལི་ཞལ་  
ནས་བསལ་ལུ་བ་གནང་། ཨོ་ལེ་གི་མི་  
སེར་ཉི་བའི་ལ་སེམས་ཚུ་གཅིག་ཏུ་མཐོ་  
བསམ་བསྐྱེད་བ་གྱིད་དགོས་ལུ་གསུང་  
ཚོན་པོ་འོ་ཡེད་ཟེ་ལི་གསུང་གྲུབ་གནང་  
ང་། ལེ་ལེ་སྐྱི་ཚོགས་དང་སེ་ཉི་ཧོག་  
ཐོགས་ལེ་ལེ་ལེ་བས་ལུ་གནང་གིན་སྐྱེ་  
མགོན་སྐྱེ་ཞབས་ཙམ་ལིང་མཚོག་གི་  
གསུང་། མི་དོག་པོ་རིག་གི་སྐྱེ་གྱུ་ལུ་  
སེར་ལ་གཅིག་སྐྱིལ་འོད་ལུ་ དམ་མི་  
རིགས་ལེ་ལེ་གྱུ་དུག་འོས་ཉོབ་མེད་  
གྱུ་ལུ་འཕྲུག་ལ་མའོན་མཐོང་ཙམ་ག་  
ཉི་བ་ཚུ་སེམས་ལང་བྱུང་དགོས་ལུ་  
ཡོན་ཟེ་གྱུ། རྩི་རྩི་གཡར་རྒྱས་གྱི་སྐྱེ་  
ཚོགས་གོང་ནས་བྱུང་གྱུ་ཡིན་གསུང་།

Contd. on pg. 3



Cont.from Pg. 1

### ཨའི་སི་ཏི་ཨེ་སེ་ལས་ཀ་གྱི་ད་རུ་ཉི་བ་ལ་ལ་

གསུང་བཤད་གནང་གིན་སློབ་པོ་གཙོ་  
 བོ་ཙམ་ལིང་མཚོ་ག་གི་མི་མང་ལ་  
 དབང་ཆ་འཕྲོ་བ་སྤངས་དང་འགན་གྱི་  
 ལས་འགན་ཚོལ་ལུ་ཉན་ད་སྐུ་ཉག་  
 གོས་མ་ཐུབ་སུ་རྒྱུན་གྱི་དྲན་མེད་ལུ་  
 ཡིན་དམ་སློབ་པོ་དང་འབྲུས་མི་ཉི་བི་  
 འགན་མི་ཞིག་གྱི་ཟེ་མ་འོ་མ་གཏམ་  
 ཟོས་ནི་དྲན་གསོ་གྱི་དགོས་ལུ་ཡིན་  
 ཟེ་རུ་གནང་སོང་། འབྲུས་ལྗོངས་ལ་  
 ༡༥༢ ལས་ ༣༣༢ བར་རྒྱལ་པོའི་  
 མངའ་འོག་དང་དེ་ཡི་འཇུག་ལ་༡༧༧༤  
 སྐུ་གི་མི་དམངས་དང་བཙོན་རྒྱུགས་  
 ལམ་གྱི་གཞུང་ཉི་བ་ལ་སང་མི་མང་ལ་  
 ཁོ་བོ་དབང་ཆ་དང་དབང་ཆ་ཐོག་ལ་

གནས་ཚུལ་སྟེ་ར་རུ་བ་གཡོག་གྱི་ད་  
 རུ་གནང་སོང་། དམ་མི་སེར་ཉེར་  
 རིག་ལ་དང་དབང་ཆ་ཉི་བ་ནན་དུ་  
 གཡོག་གྱི་སུ་མི་སེར་གྱི་གཞུང་ལ་  
 དང་གི་དཔོན་པོ་ཚུལ་ལྷ་ཉལ་གྱི་སི་  
 དང་ཡིན་སེ་དང་དབང་དབང་དང་  
 བཙན་ལ་གཞུང་གི་དཔོན་པོ་མི་  
 མང་ཡིན་ཟེ་ནི་ཉག་གོས་ལུ་ཐུབ་སུ་  
 ཉན་ད་སྐུ་ཉག་མི་མང་འགན་འཛིན་  
 རྒྱུགས་ལ་འདུ་སེམས་གྱི་ཡར་རྒྱས་  
 རྒྱུང་མ་ཐུབ་སུ་ཡིན་ཟེ་ནི་གསུང་།  
 སློབ་པོ་གཙོ་བོ་མཚོ་ག་གི་འགོ་  
 ཐོགས་མའི་ཉིན་ལས་རིམ་ལ་གསུང་  
 བཤད་གྱི་ད་རུ་གནང་སོང་།

Cont.from Pg. 1

### འབྲི་རྩོམ་ཉི་བི་འབྲུས་ལྗོངས་ཀྱི་ཡར་རྒྱས

སློབ་པོ་གཙོ་བོ་ཙམ་ལིང་  
 མཚོ་ག་གི་ཉེ་སུ་མ་ཉི་བ་ལ་སི་གླི་མ་ལ་  
 ཁོ་བོ་ཉི་བའི་ཐོགས་ལ་ཟེ་རུ་གནང་།  
 རྒྱུགས་ལ་ཉན་ད་སངས་ལུ་རུང་སུ་མ་གྱི་  
 དུ་གཡོད་དུ་བ་ལུ་གསུམ་སྒོལ་ལ་གསུ་  
 མངའ་སྟེ་ཉི་བ་ལ་ད་རུ་ད་མ་ཡིད།  
 ཡིན་སེ་ཡང་ཨོ་འེ་མངའ་སྟེ་ལ་ཉེ་སུ་མ་  
 ཉི་བ་ལ་རྩོམ་མཐོང་རྒྱལ་ལ་སློབ་ལམ་  
 ལེས་ལུ་གྱི་དགོས་ལུ་ཡིན་དམ་རྩོམ་  
 མཐོང་དང་དབང་ཆ་སྟེ་ར་རུ་དགོས་ལུ་  
 རྩོམ་ཉི་བི་གསུང་། མངའ་སྟེ་གཞུང་གི་  
 ཤེས་ཡོན་ལུ་ལ་ད་རུ་རྩོམ་ཉི་བི་དང་

ཤུགས་རྒྱགས་དགོས་ལུ་གསུང་གྱི་བ་  
 གནང་སོང་། འདི་གྱི་བོ་འགོ་མ་ལ་  
 སློབ་པོ་གཙོ་བོ་ཙམ་ལིང་མཚོ་ག་ལ་ནི་  
 བ་ལི་འབྲི་རྩོམ་པ་ཉི་བི་ལ་ཁོང་གི་འོགས་  
 རམ་དོན་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་ལོ་བ་ལི་འབྲི་རྩོམ་  
 བ་སྤྱི་ཚོགས་ནས་སམ་པར་དྲར་བ་གྱི་  
 སོང་། འདི་གོ་སྐབས་ལ་སློབ་པོ་གཙོ་  
 བོ་ཙམ་ལིང་མཚོ་ག་གི་ཤུགས་ལས་དེ་བ་  
 བདུ་ན་ཐམ་པ་བཀའ་སྤྱོད་གྱི་སོང་།  
 འདི་ལས་རིམ་ལ་འོས་སུ་ལུང་བ་ བེ་  
 བལ་ ཨེ་མི་རྒྱ་ ལས་འབྲི་རྩོམ་ཉི་བི་  
 འོས་སུ་ཡིན།

### དབུས་གཞུང་སློབ་པོ་མེན་གཞུང་གི་སི་གླི་མ་ལ་གཟིགས་སློབ་

དབུས་གཞུང་ནས་ཨ་འའི་  
 ཡར་རྒྱས་སློབ་པོ་མེན་གཞུང་གི་ཉི་མ་  
 གསུམ་རིང་གི་གཟིགས་སློབ་དོན་ལ་  
 སི་གླི་མ་ལ་འོས་སུ་གནང་གྱི་ཡིན། མོ་  
 ལ་འབྲུས་ལྗོངས་མངའ་སྟེ་གཞུང་གི་  
 རྒྱ་ཚབ་ཉི་བ་ནས་རམ་སུ་གྱི་རི་རྩམ་  
 ཁང་ལ་སི་གླི་མ་གྱི་ལུ་གསུམ་སྒོལ་ནང་  
 ལྟར་བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས་རས་ཚོན་  
 རྒྱ་ཚོགས་ཀྱི་ཁ་གདགས་ཐོས་ནས་  
 སེབས་བསུ་དང་བཙན་ཟུགས་གྱི་  
 གདན་དྲངས་སོང་། ལས་རིམ་ནང་  
 ལྟར་མོ་ལ་ཉེ་མདོད་ལུ་མ་ཤེས་ལ་རུ་  
 མེན་པ་ཉེ་མདོད་ལེན་ཁང་། ཨའི་སི་ཏི་  
 ཨེ་སེ་ལས་ཀ་ཉེ་མདོད་ལ་ལྟར་ཁང་།  
 སི་ཏི་ཏམ་ཁང་སྐྱང་ཉི་ག་རེན་རྩོ་ཨ་  
 གའི་ཁང་བའི་ལྟ་སྟོན་ཞེས་གཟིགས་  
 གྱུ་ལེ་གནང་སོང་། མོའི་སི་གླི་མ་གྱི་  
 སློབ་པོ་གཙོ་བོ་སྐྱེ་ཞབས་པ་མཚན་ཙམ་  
 ལིང་མཚོ་ག་དང་སང་ཞལ་འཛོམས་  
 གྱུ་ལེ་མར་ཙུ་ཉི་བ་ལ་ལྟར་ཁང་གི་  
 རུ་ཉི་བི་སངས་པ་ལུ་སི་ཏི་ལས་རིམ་ཉི་  
 བ་ལ་སང་འཚོགས་འདུ་ལ་སེབས་  
 འབྲོར་གནང་ནས་འདི་ལས་རིམ་ཚོར་  
 རུ་འཇུག་ལ་དེ་ཚོར་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་ལི་  
 རྒྱུགས་ལ་འོག་ལེ་སེབས་སུ་གནང་  
 སོང་།  
 གོང་གི་འདི་ལས་རིམ་ལ་  
 དགོང་མོའི་རྒྱགས་ལ་སློབ་པོ་ལུ་

གྱུ་ལེ་ལགས་ཀྱི་མངའ་སྟེ་གཞུང་སློབ་  
 ལྷི་ནི་མས་པ་འེལ་མཚོ་ག་དང་ལུ་ལ་  
 རེན་རྩོ་མཚན་ལ་ཞལ་འཛོམས་གནང་  
 སོང་། རུ་རྩོ་མཚན་ལ་མོ་ལ་འགོ་  
 ཐོགས་མ་ཉེ་སུ་མ་རྩོ་ལི་བ་གེལ་  
 ལགས་ནས་ཟང་རྒྱས་ལུ་ལ་བསུ་བ་  
 དྲངས་སོང་། དབུས་གཞུང་གི་སློབ་པོ་  
 ལགས་མེན་གཞུང་གི་སྐུ་གནས་མི་  
 དམངས་དང་བསྐྱེད་ལྗོངས་ལ་དུ་གསུ་  
 འབྲད་གནང་། མོའི་མངའ་སྟེ་ལ་རྩམ་  
 བི་ཨའི་སི་ཏི་ལ་སློབ་པོ་ཁང་དང་སེན་  
 གྲར་ཁང་ཉི་བ་ལ་གཟིགས་སློབ་ཞེས་  
 གཟིགས་གནང་། དེའོད་གྱི་ཉི་མ་  
 གཉིས་ལ་ཉེ་སུ་མ་དང་ཨའི་འའི་ཡར་  
 རྒྱས་འབྲེལ་བ་མངའ་སྟེ་གཞུང་གི་ཨེ་  
 རེན་སེན་གནས་ལས་ཁྱེད་ཉི་བ་དང་  
 རྒྱགས་འབྲད་གྱི་ད་རུ་གནང་གྱི་སུང་།  
 སློབ་པོ་མེན་གཞུང་མཚོ་ག་གི་དབུས་གཞུང་སློབ་  
 པོ་མེན་གཞུང་གི་ལགས་ཀྱི་རུ་རྩོ་མ་  
 མཚན་གྱི་ལ་རྒྱ་སྤྱི་བསུས་ཞིག་གནས་  
 ཚུལ་འབྲེལ་དུ་བཀའ་དང་། བཀའ་ཉི་བེ་  
 རུ་དང་རྒྱུ་ལུ་མ་ཨིན་རྩོ་ར་གྱུ་བ་རྩོ་  
 མཚོ་ག་སི་གླི་མ་གཟིགས་སློབ་ཞེས་  
 སློབ་གྲྭ་ཐོགས་ལ་སངས་ཁོང་གི་མདོར་  
 བསུས་གནས་ཚུ་ལ་སྟོན་གསུང་།  
 དབུས་གཞུང་གི་སློབ་པོ་ལགས་ཀྱི་  
 སང་སི་གླི་མ་གྱི་བི་མཚོ་སེམས་དང་  
 རང་བཞིན་གྱི་ཡིད་འབྲོག་གྱི་སེམས་

Contd. on pg. 4

Cont.from Pg. 3

ཡན་བམེད་དུ་གསུང་། ཁོང་གི་  
སྤྲིམ་ལ་འགོ་དང་བོ་གཟིགས་སྒོར་  
གྲུ་བུ་ཡིན། སྤྲིམ་གྱི་ཇའི་རྟོག་ཞིང་  
ལས་མ་གཏོགས་ཨེར་ཀེར་ཡིན་དུ་བ་  
ཐག་ཚད་གྱིད་དུ་བ་འགོ་ཐོགས་མ་ལ་  
མངའ་སྡེ་བྱུང་གྱུ་ཁོང་གི་ཞལ་ནས་  
གསུང་གྲུབ་གནང་སོང་།

མི་མང་གི་མཐོ་བསམ་ཤེས་ཐབས་  
འཇུག་ལ་ཚུགས་པའི་འཇུག་བུ་  
འཇུག་བུ་སྒོར་གཏམ་གྱུ།

སློབ་པོ་གཙོ་བོ་བ་མཚན་ཅམ་  
ཡིང་མཚོགས་གི་བྱི་དུ་གནང་། ཉེ་རིང་  
བྱང་འབྲས་ལྗོངས་ཇོང་གུ་མངའ་ཁུལ་  
ནང་ལ་མི་སེར་གྱི་མཐོ་བསམ་ཤེས་བུ་  
ཐབས་གྱིད་དུ་གནང་། དེ་ཡི་འཇུག་  
ལ། དེ་འོངས་གྱི་ཉེ་གྱི་སྤྲིམ་ལ་ཚུ་  
སྤྲིམ་འཆར་གཞི་སྤྲིམ་འཇུག་ཡང་ན་  
གྱིད་དུ་མི་གྱིད་དུ་ལྷ་ཐག་ཚད་གྱིད་དུ་  
ཡིན་ཟེ་ཞི་གསུང་། དེ་མ་མི་མང་གི་  
གང་བ་བྱུ་གཏམ་དེ་དང་སྟོན་ཚུ་བྱི་བྱི་  
ཞལ་བཞེས་གནང་།

བྱང་འབྲས་ལྗོངས་ཀྱི་ཉི་མ་  
གསུམ་རིང་ལུ་ཞབས་འགྲུལ་གནང་གྱུ་  
རེས་གཟུང་ལྷག་པ་ནས་ཇོང་གུ་ས་  
ཁུལ་གྱི་ཨོ་བོ་པོ་ལིང་གཏམ་ལ་གོ་  
སྤྲིམ་མི་མང་འཚོགས་འདུ་དཀྱིལ་ལ་  
གསུང་བཤད་གྱིད་དེ་ན་གོང་གི་  
བཅོམ་བྱུ་ཉི་བཟེ་དུ་གནང་། གོང་ལ་

བྱིས་བུ་ཇོང་གུ་ཚུ་སྤྲིམ་འཆར་གཞི་  
དུས་ཚད་དོང་ནས་ཚེ་རིགས་འབྲིགས་གྱུ་  
འོ་དུ་ཡིན། ཉེ་རིང་སློབ་པོ་གཙོ་བོ་  
མཚོགས་གི་གོང་གི་གསུང་བཤད་ཉེ་ག་  
ཁྲ་སེལ་ལུ་བ་ཐབས་གྱིད་དུ་བ་རེ་  
འདུན་སྤྲིམ་ཚིང་སོང་།

མངའ་སྡེ་གི་ཁང་བ་ཡང་ན་  
ཚུགས་ཁང་ལེ་ལག་ནས་འཆར་གཞི་  
ལ་གོང་གི་ལས་རིམ་ལ་སློབ་པོ་མཚོགས་  
ནས་ཨོ་བོ་པོ་ལིང་གཏམ་གྱི་ལེབ་ཚ་  
མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མོན་སོང་ལིང་སྤྲི་  
བསྟན་འཇོས་ཉོབ་ལ་གཙོ་བོ་སྤྲིམ་ག་  
ས་མུང་དོག་ཉིང་སོང་། དེ་གི་མོན་སོང་  
ཡིང་གི་སྤྲིམ་བསྟན་དང་ལུ་ལེབ་ཚ་ཉི་  
བྱི་སློབ་སློངས་ཁང་གི་ལྷོ་བ་ཞིག་  
འཇོས་ས་གྱུ། འདི་འཇོས་ཉོབ་ལ་  
འཆར་གཞི་ཀྱང་ག་ཉེ་ལམ་བྱེ་བ་སྤོང་  
ཐུག་གསུམ་བཅུ་ལྷག་ཐོགས་ཀྱང་མ་  
ལོ་༡༠༢༠ རང་ལ་ཆ་ཚང་འཇོས་ཟེན་  
དགོས་ལུ་དམིགས་ལུ་ལ་འཇུག་གྱུ་  
གནང་། འདི་འཆར་གཞི་འཇོས་ཉོབ་  
ལ་ལས་ཀ་ཚུགས་ཁང་དང་ཁང་བ་ལེ་  
ལག་ནས་གྱིད་དུ་ཡིན། འདི་ལས་  
རིམ་ལ་གསུང་བཤད་གྱིད་དེ་ན་སློབ་  
པོ་གཙོ་བོ་ཚམ་ལིང་མཚོགས་གི་ཇོང་གུ་  
མངའ་ཁུལ་ནང་ལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་དོན་  
ལ་གནད་ག་གཏམ་ཉི་བ་འབོད་  
བསྐྱུལ་མི་མང་འཚོགས་བསྐྱུས་  
དཀྱིལ་ལ་གསུང་གྲུབ་གནང་སོང་།

ས་གནས་པན་ཅུང་དང་མི་  
མང་ནས་རེ་འདུན་ཉི་མཚན་ཉི་བཟེ་དུ་  
གནང་གིན་ཁོང་གི་བྱང་པར་དུ་ཚུ་ལ་  
ལ་ཇོང་གུ་ལ་ས་རག་འཇོས་ཉོབ་གན་  
དག་གཏམ་ཉི་བ་འབོད་སྤྲིམ་གྱིད་དུ་  
གནང་སོང་། འདི་ལས་རིམ་ལ་ཁོང་  
གི་བ་སི་དོང་སློབ་གྲུ་ཡང་གོ་ལེས་གྱུ་ནི་  
ཆེ་མཐོ་སློབ་གྲུ་འཇོས་དགོས་ལུ་  
གཏམ་ཡང་བྱི་དུ་གནང་སོང་།

བྱང་འབྲས་ལྗོངས་ཀྱི་ཉི་མ་  
གསུམ་རིང་ལུ་གཟིགས་སྒོར་འཇུག་  
བུ་ལ་ལུ་ཉི་མའི་ལས་རིམ་ལ་གསུང་  
བཤད་གྱིད་དེ་ན་སི་ཨེ་མ་ཅམ་ཡིང་  
མཚོགས་གི་ཉི་མ་༡༩༩༩་སྤྲིམ་གཟིགས་  
སྒོར་འཇུག་བུ་ལ་ལུ་ལ་ལོངས་ཡང་  
ཅུང་ཐང་ལ་ཅན་དང་མང་སྟོན་ལ་འགོ་  
ཉོབ་ཡིན་གསུང་། དེ་འོངས་གྱུ་མངའ་  
ཚོས་༡༠་ནས་ལུ་བ་འབྲས་ལྗོངས་ལ་  
གཟིགས་སྒོར་ལས་རིམ་འགོ་འཇུག་  
དུ་གསུང་བཤད་ལ་བྱི་དུ་གནང་། ཉེ་  
རིང་སློབ་པོ་གཙོ་བོ་མཚོགས་ནས་མན་  
གཏམ་མཚོ་རིལ་གྱིས་གཟིགས་སྒོར་  
ཞིབ་དབུད་ཐོགས་ལ་གྱིད་དུ་གནང་།  
དེ་གི་ས་ཆས་མཛེས་ཆས་དང་འབྲིམ་  
འགྲུལ་ཉི་བཟེ་སྤྲིམ་ལ་ས་ཇོས་ཉོབ་ཡིན་  
གསུང་།

མིག་གི་འོད་གཏམ་ཉམས་  
མིན་རྒྱལ་སིང་རྣམ་བ་བཞི་ཅ

ལག་ཉི་བ་བཟུང་དགོས་ལུ།  
དིང་སང་དུ་ས་ཚོད་ཆེས་ལ་  
གྲུ་བྱི་འགོ་མ་ལ་མིག་གི་འོད་གཏམ་  
ཉུང་དུ་འགོ་ཡིན་འོ་དུ་ཡིན། གང་ཅི་  
སྤྲིམ་བྱི་སིང་བཟུང་སྤྲིམ་དང་སྤྲིམ་  
སྤྲིམ་ལུ་ལ་ཨོ་བོ་པོ་སྤྲིམ་ལུ་ཚུ་ཚོད་ལ་  
ཤས་མོས་རྒྱལ། ཡང་ན་ཀམ་སྤྲིམ་  
ཡིས་གི་རིན་འདུན་ལ་གཏམ་དུ་དང་  
སྤྲིམ་དུ་ཡིན། ཡིན་སེ་དང་གལ་སྤྲིམ་  
བདག་པོ་མན་བསམ་ཚེ་རིག་དུ་ར་མ་  
གཏམ་སིང་དཀའ་དལ་ཕར་བུ་བ་གྱུ་  
ཚུས་ཀ་ཡང་ན་བཀག་ཐབས་འདི་དང་  
ཡིན། རྣམ་བ་བཞི་ཅེ་ལག་ཐོག་ལ་ཉི་  
མི་དྲངས་བཟོས་སིང་མི་གི་འོད་  
གཏམ་དོང་གི་འདི་དོག་གི་དང་གོང་  
ནས་འགོ་ཉོབ་ཡིན། གཙོ་བོ་སྤྲིམ་  
སྤོན་མོ་ཉི་བ་དང་གི་རིས་ནས་བཟུང་  
དགོས་ལུ་ཡིན།

སྤོན་མོ་སྤོན་མོ་འདབ་མག་  
ཅན་སྤོན་མོས་ལ་བཅུ་དུ་ཅན་དེ་བ་  
འཐོབ་ལུ་ཡིན་དུ་གྱིད་ས་འཚལ་ཞེ་  
རྩོས་བཟོས་སིན་མིག་དོན་ལ་གོན་  
མེད་ཕན་ཏོག་མཐོ་ཅན་འོ་དུ་རྩ། ལྷ་  
རྩོད་གྱི་མཁུ་བ་དང་ལེས་ལུ་བཅོམ་ཞེ་  
འབྲུང་སིན་མིག་གི་དོན་ལ་སང་ཕན་  
ཏོག་ལེས་ལུ་སྤྲིམ་གྱུ། ཉི་མི་དྲངས་རྒྱ་  
ལ་ཇོང་གུ་རྩོད་བཅོམ་ནས་མར་རྩུག་  
འབྲུང་དགོས་ལུ་ཡིན།