

### Interview 3 pt.1 [Stakmo]

དྲི་བ། འཇུ་ལེ་ཨ་ཁང་ལེ།

ལན། འཇུ་ལེ་ཀན།

དྲི་བ། དེ་ནས་དག་ས་མི་ཀ་ཡོང་བྱས་སེ་སྐོར་ལ་ངོ་སློང་ཞིག་ལྷུ་ཡིན་ལེ།

ལན། ཀ་ས་འཇུ།

དྲི་བ། ཅི་ཡ་ཟེར་ན་དག་ས་ང་ལ་ད་ལོ་ནས་ས་ལ་དག་ས་གཅིག་ཁོང་དུ་ནི་ university སྤྱི་ཚུལ་ནས་ཡིན་ནོག་ཡ་ལེ་  
America side བསམ་ཁོ་དགོ་ཀན་དང་སློབ་སྦྱོང་ལག་ཅིག་དེ་ནས་ང་དང་རང་དེ་མཚན་ཉིད་སློབ་གྲྭ་ཁང་མེད་དེ་ལེ་དེ་  
མཚན་ཉིད་སློབ་གྲྭ་ཁང་ནས་ང་ལ་སློབ་སྦྱོང་ལག་ཅིག་དང་དགོ་ཀན་ལ་ཅིག་གའང་ཡོད་ཡ་ལེ་དེ་ནས་དེ་མན་པ་དག་ས་ང་  
དང་དེ་ Heritage Foundation ཟེར་མཁན་དང་ང་ལ་ཚོགས་པ་གསུམ་མི་དེ་ལོ་ནས་ཕལ་ལ་བརྗོད་གཞི་གཉིས་སེ་ཀ་དྲི་བ་  
དྲི་ལན་བྱས་ཏེ་དེ་ཀ་བརྟག་དབྱེད་བྱོ་ཅེས་ཡིན་ནོག་ཡ་ལེ་སོང་པ་སང་དེ་ནས་ད་ལོ་ང་ལ་འཇུ་ལེ་ཀ་ཡོང་བྱས་སེ་རྒྱ་མཚན་ཚོ་བོ་ཅི་  
ཡིན་ལྷུ་ན་དེ་ཡག་ཚུ་ལོག་ཡོང་ཀྱག་དེ་ནི་ཚུ་ལོག་ཡོང་ཀན་ནང་ནི་དེ་ལ་ཉམས་ལྷོད་ཅི་སོང་དེ་སྐོར་ལ་དེ་ལ་དུན་སྦྱོར་ལྷུ་  
ཅི་ཡོད་དེ་ཟེ་ལེ་སྤྱི་ལོ་གི་ཡ་ཏོ་ཅོས་དེ་ཚང་མའི་སྐོར་ལ་ང་ལ་འདི་དྲི་བ་ལ་ཅིག་དྲི་བྱས་ཡིན་ཡ་ལེ་དེ་ནི་དེ་ཀ་གཙོ་བོ་ང་ལ་དེ་  
ཀ་ཡིན་ཡ་ལེ།

ལན། ཀ་ས་འཇུ།

དྲི་བ། དེ་ནས་སློབ་ལ་ངའི་ངོ་སློང་ཙ་ཅིག་ལྷུ་ཡིན་ཡ་ལེ་(ཀ་ས་འཇུ)དེ་ནས་ངའི་མིང་ལ་རིན་ཆེན་དམ་ཚེས་ང་དག་ས་  
མཚན་ཉིད་སློབ་གྲྭ་ཁང་སློབ་སྦྱོང་བྱོ་འོན་ཡོད་ཡ་ལེ་(ཀ་ས་འཇུ)དེ་ནས་ཁོང་དེ་མིང་ང་ Tasha ཟེར་ར་ནོག་ཡ་ལེ་ཁོང་  
Rochester University སློབ་སྦྱོང་ཞིག་ཡིན་ནོག་དེ་ནས་ཀ་ལེ་ Acho Mingyur ཟེར་ར་དེ་ལེ་ཁོང་དག་ས་ལྷུ་  
རབས་བའི་སློབ་ཚན་བསྐྱབ་བད་ཡ་ལེ་(ཀ་ས་འཇུ)

**Acho Mingyur** ཨ་ཁང་ལེ་ Recording ཅོ་ན་འགྲིག་ཏེ་མ་ན་ལེ་(ཀ་ས་ལེ)ཡང་སྤེ་ར་ཟེར་མཁན་ཀུན་ཅི་ཡ་  
ཟེར་ན་ང་ལ་བརྗོད་ཆ་རག་པ་ཡ་ལེ་(འོ་འཇུ་ལེ)འོ་ཏེ་སྤྱི་ལོ་ལེ་ཀ་ས་འཇུ།

དྲི་བ། ཉིད་རང་དང་འབྲེལ་ཏེ་དྲི་བ་ལ་ཅིག་ཏེ་ལེ་(ཀ་ས་འཇུ)།

ལན། ཡིན་ལེ་ཀ་ས་འཇུ།

དྲི་བ། དེ་ནས་ཨི་ཀ་ཚུང་དུས་ནས་ཞུགས་ཏེ་ཡིན་ཞོག་པ་ལེ་(ཀ་ས་འཇུ)སོང་པ་སང་ཉིད་རང་ངེ་ད་ཚུང་དུས་སེ་མི་འཚོ་  
བསྐྱེལ་སྤངས་པོ་ག་ཟུག་གིག་ཡིན་ལེ་ཡིན་ནས་ཀ་ཏེ་ལེ་(ཀ་ས་འཇུ)ཚུང་དུས་སེ་མི་ཚོ་བསྐྱེལ་སྤངས་དང་འོ་ཙོག་སེ་བསྐྱོར་ལ་ཚ་  
བའིག་ཞུ་ན་ལེ།

A.M: ཁོང་ང་ཡི་བོ་བསྐྱུར་བཏང་ངེན་ཏེ་ལེ (ཀ་ས་འོ་ལེ) Translated

A.M: ཀ་ས་ལེ་ཉིད་རང་ངེ་ཚུང་དུས་སེ་མི་ཚོ།

ལན། ཡ་ད་ང་ཚུང་དུས་ལ་ཡིན་ན་ཀ་ཡིན་ཞོག་ཡ་ལེ་ཚུང་དུན་ལ་མ་ཞེ་ད་ཚ་བིག་ཨ་ཟུག་ཡོང་འདུག་ཡ་ལེ་དཀའ་ལས་མ་  
ཞེ་སྐྱོན་ཏེ་ཡོང་འདུག་ཡ་ལེ་ཅང་ཨི་ཀ་གལ་ཁྲི་བ་ཁྲི་ཅང་མེད་ཀ་ནག་ལམ་མེད་ཀ་ནག་ལེ་ད་དག་ས་མ་ནས་ལོ་བཅུ་ཙོ་ལྔ་  
ཞིག་སོང་སྟེ་ཡིན་ཞོག་དེ་ནས་གལ་དྲི་དང་ལམ་དང་ཅི་ཚང་མ་མ་ཞེ་ཡར་རྒྱས་སོང་སྟེ་ཡིན་ཞོག་ཡ་ལེ་སྔོན་ལ་ཚུང་དུས་ལ་མ་  
ཞེ་སྐྱེལ་སྤངས་བར་དོ་མང་པོ་ཡོང་འདུག་ཡ་ལེ་ཀ་ས་འཇུ།

དྲི་བ། དེ་ནས་ད་དག་ས་ཚུག་པ་ཨ་ཞང་ལེ་ཏེ་སབ་བའི་ཀ་ཡ་ལེ་དག་ས་སུག་པ་དེ་ཟ་ནས་ཚུང་དུས་དང་དག་ས་ཚུག་པ་  
ངེད་རང་ཞུགས་ཏེ་ཡིན་ཞོག་པ་ལེ་དེ་བར་བའི་ནང་ང་ཉིད་རང་ངེ་ནང་ང་ཉིད་རང་ཁོ་རང་ང་བསྐྱུར་ཞུ་ཡོང་ལན་ག་ཟུག་  
ཞིག་ཚོར་ལེདག་ས་ཚུག་པ།

ལན། བསྐྱུར་ཞུ་མ་མང་པོ་ཡོང་སྟེ་ཡིན་ཞོག་ཡ་ལེ་ཀ་ས་འཇུ་ད་དག་ས་མ་ཞེ་ཅི་ཚང་མ་ Government ཞེ་ Ration  
ཞིག་གའང་བཏང་དེ་སྐྱུག་རིའང་བཏང་སྟེ་ང་དང་ང་སྦྱིད་པོ་ཙོག་ཡིན་ཞོག་ཡ་ལེ་སྔོན་ལ་ཅང་ཨ་ཟུག་ཞིག་ཡོང་བྱས་མན་མི་  
ཚང་མ་སྐྱུག་སྐལ་ཙོག་ཡོང་བྱེན་ཡང་དེ་ན་ཟུག་ག་ལས་བས་ཙོ་བྱས་ཚང་མའི་ནང་ང་སྦྱིད་པོ་ཡོང་བྱས་ཡིན་ཡ་ལེ་ལས་ཏྲོགས་  
ཁྱུང་རོགས་ཁྱུང་ཁོ་རང་དུད་འགོ་ལ་འཁོར་བྱས་མཚོ་ཞིང་མོས་བྱས་ད་དག་ས་ད་མ་ནས་ད་ (Tractor) རེ་ཁྱོང་ཁྱུང་བསྐྱོར་  
བྱས་སང་(Machine)ཨི་ཟུག་གའང་(Machine)བསྐྱུར་ཞུ་མ་མང་པོ་སྐྱེབས་ལེ་ཀ་ས་འཇུ།

དྲི་བ། དེ་ནས་ཡང་དྲི་བ་ཅིག་ཨ་ཞང་ལེ་མཉམ་པོ་དག་ས་སུ་ཞུགས་སང་ལེ་ནང་ང་ཙོག་ག།

ལན། དག་ས་ང་ཞུ་རང་ཨ་བ་ཨ་མ་གཉིས་ཀ་ཙོག་ཏེ་མ་ཞེ་སྐྱུ་གུ་ཚང་མ་མ་ནས་ཡང་སྐྱེ་རིག་ག་སྐྱུ་གུ་ཚང་ཚང་མ་ School  
ལ་བཏང་བ་ Government School ལ་མ་ནས་མ་བཏང་ང་ private school ལ་འབྱེད་པ་དེ་ནི་སི་ཀུལ་ལ་ཨ་ཀ་ཁྱེད་པ་

ཨ་བ་ཨ་མ་གཉིས་ཀའང་ཨ་ཀ་འདུག་དེ་ནས་ཁོང་ནས་ཁོ་རང་ཨ་མ་ཀུན་ལོ་ཀ་རི་ཚས་པ་སྤུ་གུའང་ཨ་ཀ་སོང་བ་ཡིན་ནེ་ཀ་  
ལས་ཚོ་མཁན་ང་ཞེས་ནས་ལུལ་འདི་ཁོ་རེ་ནང་ཨ་བེ་མེ་གཉིས་གཉིས་མ་ནས་དག་ས་མ་ནས་དཀོན་མོ་འདུག་ལེ་ཀ་ས་

**དྲི་བ།** དེ་ནས་དག་ས་སྤུ་གུ་མོལ་ལག་པ་ལེ་སྤུ་གུ་ཚམ་ཞིག་ཡོད་ལེ་དེ་ཟུག་ཡིན་ན་ལེ།

**ལན།** དག་ས་ང་རང་ང་སྤུ་གུ་གསུམ་ཡོད་ཅིན་ཡ་ལེ་དེ་སོང་བ་སང་སྤུ་བག་མ་འབྱེར་སྤུ་ལས་ཤིག་ཚས་པ་ལེ་དེ་ནེ་དག་ས་  
སྤུ་གུ་ཅུ་ནེ་སྤུ་གུ་ཀུན་ལེ་འབྱེར་ཏེ་ཡིན་ནོག་ཡ་ལེ་ད་དག་ས་ཁོ་རང་ཀུན་ལ་ན་མ་འབྱེར་བ་སྤུ་བག་མ་འབྱེར་བ་ད་དག་ས་སྤུ་  
གུ་ཀུན་ཁོ་རང་ཀུན་ལ་བསྐབ་བྱས་སོང་བ་སང་ན་ཡ་ཡིན་ན་ཀ་ཨ་བེ་མེ་མེ་ཚང་མ་འདུག་སྟེ་ཡིན་ནོག་ཡ་ལེ་ལས་པོ་བྱོ་ཅེས་  
ལ་ནེ་དེ་ནས་ཁོང་ཅུ་ནེ་མ་ཁྱུང་མཁན་ཚོག་རིག་གི་དག་ས་གུ་ལེ་བྱ་ལིང་ཡང་ཁྱོད་ང་ལོ་ཚོན་སྟོན་ལ་ང་ཞེ་ཚང་མ་གུ་ལེ་ཁྱོད་  
བྱས་མན་ཚང་མ་སྟོགས་གཅིག་ག་འདུག་སྟེ་རང་རང་དེ་སྟེས་བྱོ་བྱེན་ལྡབ་ས་ཡང་སྟེས་ཏེ་བྱོ་ཅེན་ཡང་ཞིང་བེང་གུན་ལ་སྤང་  
མདོའི་ཚོ་བྱེན་དག་ས་མ་ནས་སྤོ་བར་ཞིག་ཁྱོད་སྟེ་དེ་ཟུག་རིག་ཁྱོད་ཏེ་མ་ནས་ཅང་སྟེས་བྱོ་ན་ནེ་ཁོ་རང་རྒྱ་པོ་རྒྱ་མོ་  
གཉིས་ཀ་ཁོ་རང་ཚམ་ཞིག་ཁྱུང་མ་ཁྱུང་བ་སྤུ་གུ་ཀུན་ནེ་ཨ་ཀ་འདུག་པ་དེ་ནས་སྤོ་བ་རེ་ཁྱོད་སྟེ་དེ་ཟུག་ཚས་ནོག་ལེ།

**དྲི་བ།** ཡ་ལེ་དེ་ནས་ཡང་ཡི་ཟུག་དྲི་བ་རིག་བདེན་པའི་ཨ་ཞང་ལེ་ཐུགས་བསམ་ཀུན་རྒྱལ་ལ་བྱོས་ཏེ་མངོན་བཅུག་གག་ཏེ་  
ལེ་བདེན་པའི་རང་ང་ཞེ་དེ་ཟུག་དགོས་ཤེས་སང་ཡོད་ཅིན་དེ་ནས་ཡང་དྲི་བ་ཅིག་དག་ས་དེད་ཞེ་རང་ངའི་ནང་ངའི་ནང་  
དེད་ཞེ་གཉིས་ཨི་ཀ་འདུག་ཟ་ནེ་མི་ཚོ་སྟེ་ལ་སྤངས་ཤིག་ཡོད་ཀྱག་པ་ལེ་ད་རྒྱལ་ས་ཚོག་ཤིག་ཡིན་ན་དེ་ནས་office རང་ལས་  
ཚོའ་ཆ་ནོག་དགོ་རྒྱ་ཚོའ་ཆ་ནོག་དེ་ཟུག་ཤིག་ག་མི་ཚོ་སྟེ་ལ་ལོ་ནོག་པ་ལེ་ད་ཉིད་ཞེ་ཀུན་ནེ་མི་ཚོ་སྟེ་ལ་སྤངས་པོ་ཅ་བེག་ཞིག་  
ལུ་ན་ལེ།

**ལན།** ད་ང་ཞའི་བྱེད་སྤངས་པོ་ད་ཡིན་ན་ཞིང་པོ་འབད་ཅེན་ཡ་ལེ་ཞིང་འབད་ཅེན་དེ་ནས་བ་ལང་རིག་འབོར་ཅེན་བ་  
ལང་བོར་བ་སང་བ་ལང་དེ་འོ་མ་པོ་ཚོང་ང་ནོག་ཡ་ལེ་ཡ་དེ་ནས་ཞིང་བའི་ཀ་ནས་དེན་ན་ཕྱི་ཐག་བྱས་པོ་ཚང་མ་དེ་ནང་ནས་  
ཡོང་ང་ནོག་ཡ་ལེ་དེ་ནས་ཡང་འབྱུང་མཁན་ཀུན་ནེ་ལས་བས་ཤིག་གུ་ལེ་རིག་ལས་ཅུ་ག་ནོག་མ་འབྱུང་མཁན་ཚང་མ་དེ་ནེ་  
བ་ཀེ་ཡང་སྤུ་གུ་ཀུན་ནས་བཏང་ང་ནོག་ཡ་ལེ་པེ་ནེ་མང་ཉུང་རིག་དེ་ནས་ང་ཞའི་ནས་དེན་ན་ཞིང་པོ་ཀ་སྟོན་དབྱིད་ལ་ཡ་ཏོ་  
རིག་འབྱེད་ང་ནོག་དེ་མ་ནས་ཡང་ལྡ་སྟོང་དེ་ཆ་བྱས་མེད་ཀྱག་ཡ་ལེ་ཀ་ས་འཇུ།

**དྲི་བ།** ཨ་ཞང་ལེ་ཡ་ལེ་དེ་ནས་དག་ས་འདོན་ཐང་དེ་བྱིའ་ཁར་ཞེ་བར་ཞེ་ཚང་མ་ཏེ་ལ་ལེ་དཔེར་ན་ནས་བྱོ་དེ་ཚོག་སེ་  
རིགས་ཚང་མ་ཞིང་འབད་དེ་སྤུ་ར་ཡོངས་སྟེ་ཡིན་ནོག་ཡ་ལེ་སྤུ་ལོག་ནས་འབྱེད་མཁན་ནས་ Ration ཚང་མ་ནས་འབྱེད་སྟེ་  
ཡིན་ནོག་ལེ།

ལན། དག་ས་ Ration མང་ཉུང་འཕྲོང་སྟེ་ཡིན་ཅོག་ཡ་ལེ་ཟླ་ཟླའི་ཀ་འཕྲོང་ང་ཅོག་སྟན་ལ་ཡི་ཅུ་མང་པོ་བཏབ་འདུག་  
ཅིན་ཡ་ལེ་ད་ལོ་ཀུན་ལ་བཅད་དེ་མ་ནེ་འདུག་གའང་མི་འདུག་དེ་ནས་ཡིན་ན་ང་ཞ་རང་ངེ་སྟེ་ཐག་བྱས་དེ་རྒྱག་ཚང་མ་ཞིང་  
ངེ་ཀན་ནས་ཡོང་ང་ཅོག་ཀ་ས་འཇུ་(translated by A.M) ཀ་ར་འབྲས་ཀུན་ Ration ཀ་ནས་འཕྲོང་ང་ཅོག།

དྲི་བ། དེ་ནས་དག་ས་ཉིད་ཞ་རང་ངེ་མི་ཚོ་སྐྱེལ་སྤངས་ཚོ་ག་ཉིད་ཞ་རང་ངེ་བྱིམ་འཚོས་པ་ཡོད་ཀྱག་པ་ལེ་དེ་ཀུན་ནའང་  
ཚོག་ཤིག་ཡིན་ཅོག་ཡང་ཁོང་སོ་སོ་ཡིན་ཅོག་ག་ཡང་ཀ་རྒྱག་ཤིག་ཡིན་ཅོག་ལེ།

ལན། ད་ཚང་མ་ཚོག་ཚོག་ཤིག་ཡིན་ཅོག་ལེ་ད་ཡང་ཚང་མ་མུ་ལ་ཟེམ་(job)རེ་ཡོད་ཀྱག་ཡ་ལེ་སྤུ་གུ་ཚང་མའི་ནང་སྤུ་པ  
(Army) སོང་པ་སྤུ་དའི་ནང་སྤུ་ལ་ཟེམ་བྱོས་པ་ (job) དེ་ནས་ཡང་ཡིན་ན་ཀ་ཁོ་རང་མ་ནེ་མང་ཚད་པོ་ཡིན་ན་ཨ་བེ་མེ་མེ་  
གཉིས་ཀ་རང་འདུག་ག་ཅོག།།

དྲི་བ། བྱིམ་འཚོས་པ་ཀུན་ནའང་ཉ་ལ་ལེ།

ལན། བྱིམ་འཚོས་པ་ཀུན་ནའང་ཚོག་ཚོག་རིག་ཡིན་ཅོག་ལེ།

དྲི་བ། ད་དག་ས་ང་རི་ལ་དྲུག་སེ་ནང་ཡ་ལེ་ཚང་མ་སྤུག་ས་རྒྱས་ཡིན་ཅོག་ང་ཉི་གནམ་ཟླ་བསྐྱར་རེན་འདུག་མཁན་པོ་  
དང་མ་ནེ་བསྐྱར་ཞ་མང་པོ་ཞིག་མ་སྐྱེབས་ས་ལེ།

ལན། མ་མང་པོ་བསྐྱེབས།

དྲི་བ། མ་མང་པོ་ཞིག་སྐྱེབས་ཉོག་པ་ཉ་ལ་ལེ་ད་དེ་བསྐྱར་ཞ་སྐྱེབས་མཁན་བོ་ད་ངེད་རང་ངེ་སྤུག་ས་བསམ་བོ་ཅི་ཞིག་གི་  
ཞས་ཉི་བསྐྱར་ཞ་སྐྱེབས་ཉི་ཡིན་ཅོག་བསམ་མ་རག་ལེ་ངེད་རང་ངེ་དུས་རྒྱུ།

ལན། དེ་དེ་སྟོན་ལ་མ་ནེ་ཁ་མང་པོ་བཏང་བྱེན་ཡ་ལེ་དགུན་ལ་མ་ནེ་ཁ་ང་ཞི་མ་ནེ་ཁྲིག་སེ་སྤྲུག་མོ་ཟེར་ཉི་ལམ་ཞིག་མི་  
འདུག་ག་དེ་ནས་ད་རྒྱ་ཡང་ད་ལོ་ནས་རྒྱ་ཡང་ད་ཀོན་མོ་ཡོད་ཡ་ལེ་མ་ནེ་དག་ས་སྤུག་པ་རྒྱ་གཉིས་གསུམ་མ་ནས་མ་ཚོབ་དེ་  
ནས་ཅི་གནམ་ལྷ་ཞིག་བསྐྱར་ཞ་ཡོད་སྟེ་ཡིན་ཚད་དང་ཡི་ཟམ་ཡོད་བྱས་མན་ལེ་ད་སྟོན་ལ་ང་ཞའི་སྤྲུག་མོའི་ནང་རྩ་ལི་ཀུ་གུ་  
ཟེར་ཉི་གོ་ཟེར་ཉི་མ་ནེ་ཡོད་བྱས་མན་ལེ་དག་ས་མ་ནེ་ཡང་འཕོ་བསྐྱར་ཡོད་སྟེ་མ་ནེ་རྩ་ལི་ཀུ་གུ་ཡང་ཚགས་འདུག་མ་ནེ་  
འབྲུག་བྱས་བག་བྱས་གང་མོ་མ་ནེ་དེ་རྒྱག་ཤིག་མ་ནེ་ཡོད་ང་མི་འདུག་ལེ་དེ་ནས་སྟན་ལ་དགུན་ལ་ཡི་རྒྱག་གང་མོ་ཡོད་ཅེན་  
ཁ་བཏང་བྱེན་མ་ནེ་མི་ནི་འགུལ་བྱས་ཁོ་རང་ཚོབ་བྱ་མན་ཡ་ལེ་ད་དག་ས་མ་ནེ་ཁ་མ་ད་ཀོན་མོ་གཏང་འདུག་ཡ་ཁ་གཏང་ང་

མི་འདུག་མ་ནི་ཚད་པ་རྒྱས་ཏེ་འདུག་ཡ་ལེ་དེ་གངས་རི་ཚང་མའང་ལྷན་ཏེ་མ་ནི་ད་ཚར་ཏེ་མེད་ཀྱག་ལོ་ལྷན་ལ་གངས་རི་  
ཅོམ་དགོས་མཐོང་ཅེན།

**དྲི་བ།** འོ་དེ་པོ་ཅི་ཞུས་ཏེ་ཡིན་ལོག་བསམ་མ་རག་ལེ།

**ལན།** དེ་པོ་མ་ནི་ད་ལོ་རང་ང་དང་དེ་དུས་སེ་བརྒྱུར་ལ་ནི་འདུག་ཡ་ད་ཅི་ཞིག་གི་དོན་དག་ཡིན་མ་ནི་ཉ་མ་གོ་དང་དང་  
དེ་སྲུ་སྲུའི་ག་ཤེ་བ་ཤེ་མང་པོ་སླེབས་པ་དེའི་ཉུང་པ་བའི་གཞོན་ཀྱག་ཟེར་འདུག་མི་ཀུན་ནི་དོན་དག་པོ་ནི་ལོ་རང་ག་ཟུག་ག་  
ཟེར་ཅོག། (translated by A.M) བརྒྱུར་ལ་ནི་མ་ནི་སྲན་ཏེ་སླེབས།

**དྲི་བ།** ད་འཁོར་ཡུག་ག་དེ་ཅོག་ག་བརྒྱུར་ལ་རིག་ཡོང་འདུག་ལྷན་ལོག་པ་ཉ་ལ་ལེ་དབེར་ན་ད་ཅི་ཡིན་ནའང་ཡིན་ཤོ་ཚར་  
པ་ཉུང་གཏང་བྱས་ཡིན་ཤོ་ཡ་མ་ན་རྒྱ་ལོག་ཡོང་བྱས་ཅོགས་ཡིན་ཤོ་ཅི་རིག་ཡིན་ནའང་ད་འོ་དེ་འཁོར་ཡུག་གི་བརྒྱུར་ལ་ཀུན་  
ནང་ནས་ཚང་མའི་སང་ད་དེ་ལའི་ད་ཐུགས་བསམ་མའི་ནང་ད་ཨི་བོ་རང་ཚོག་པོ་འདུག་བསམ་བྱས་ཅོག་ཤིག་ཡོང་བྱས་མ་  
ན་ལེ་ད་ཨི་བོ་རང་བསམ་སློའི་ནང་ཡི་བོ་རང་གཞགས་པོ་ཚའོག་བསམ་བྱས་ཅོག་ཤིག་འོ་ཅོག་སེ་སླེ་ར་རིག་ཅི་འདུག་བསམ་མ་  
རག་ལེ་ག་པོ་འདུག་བསམ་མ་རག་ལེ་ཉིད་རང་དེ།

**ལན།** ད་ཡིན་ན་བོ་གཞགས་པོ་འདུག་ཡ་ལེ་རྒྱ་ལོག་ཡོང་ན་ག་ཏོ་ང་ཞེ་༢༠༡༠་ནང་ཡོང་རྒྱ་ལོག་མ་ནི་ལོ་ནང་ཡི་གོག་པོ་  
འགོ་ནས་སོང་བ་ Rantak ཡོང་ཅེན་ཡ་ལེ་མང་པོ་སླེ་ཐག་བྱས་དེ་ Rantak ཀུན་གྲོང་པ་ཀུན་ན་རེ་རེ་ཡོང་བྱེན་དེ་ཚང་  
མའང་རྒྱ་ལིང་ང་འབྱེར་སྤང་མ་ཚང་མའང་རྒྱ་སྤིང་ང་འབྱེར་ཡོང་ང་ཡོང་མ་ནས་ཨི་ཟུག་རྒྱ་ལོག་ཡོང་སླེ་ནའང་མ་ནས་ཚང་  
མ་ཡང་འབྱེར་དུད་འགོ་ཡང་འབྱེར་ཡུ་ར་འབྱེར་ཡ་ལེ་མ་དགའ་ལས་འདུག་རྒྱ་ལོག་གི་དགའ་ངལ་མ་སྲན་ཏེ་འདུག།