

ཨ་ཤེ་ཡའི་དགུན་དུས་ལུས་ཚལ་འགྲན་ཆོགས་སྐབས་དགུ་པ་འགོ་རྒྱགས་པ།



← ཟླ་2ཆེས་7ཉིན།
འགོ་རྒྱགས་མཛད་རྒྱུར་.....
དཔལ་འབར་གཙོ་བོ་སྤར་.....
བ་དང་། ཉིན་དེར་ཨ་ཤེ་.....
ཡའི་དགུན་དུས་ལུས་ཚལ་.....
འགྲན་ཆོགས་སྐབས་དགུ་.....
པའི་འགོ་རྒྱགས་མཛད་རྒྱུ་.....
ཉར་ཕིན་དུ་འཆོགས་པ།

→ ཟླ་2ཆེས་7ཉིན་.....
ཡུང་གོའི་ལུས་ཚལ་འབུམ་.....
མི་ཆོགས་པ་ཨ་ཤེ་ཡའི་.....
དགུན་དུས་ལུས་ཚལ་.....
འགྲན་ཆོགས་སྐབས་དགུ་.....
པའི་འགོ་རྒྱགས་མཛད་.....
རྫོའི་ཆོགས་རར་རྒྱུད་.....
བཞིན་པ།

རྒྱལ་གསར་རྒྱུད་བཟང་ས་མཐོའི་ས་གཞི་ ཆེན་པོར་དར་བར་བྱེད་དགོས།

(བར་དོས་དང་པོར་མཐུད) ཕི་ཚུལ་རིང་ལུགས་དང་དཔོན་ཉམས་རིང་ལུགས་ལ་.....
དོ་རྒྱལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱས་པར་བརྟེན་རྒྱུད་རྒྱལ་ལེགས་གཏོར་དང་དོན་འཁྲོལ་ལ་དམ་.....
འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་པའི་ལས་དོན་ལ་ཐུ་མཐུད་སྐྱལ་འདེད་གཏོར་བར་ལན་འབྲས་མངོན་.....
གསལ་དོད་པོ་ཐོབ་ཡོད། ཐུ་མཐུད་འབད་བཙོན་བྱས་པ་བརྟུན། རང་སྤྱངས་ཀྱི་ཏར་སྤེལ་
སྤྱད་སྤེལ་གྱི་རྒྱལ་པ་གསར་རྒྱུད་དུ་ཐུར་པ་དང་། ཟུ་ཆའི་ཏར་ཡོན་ལས་བྱེད་པ་ཚོར་དམ་.....
པ་དོན་གཉེར་དང་། དངོས་འཛིན་དངོས་སྒྲུབ། དངོས་དོན་དོན་གཉེར་བཅས་ཀྱི་རྒྱུད་.....
རྒྱལ་རིམ་བཞིན་ཆགས་པ་དང་། ཐེག་པ་འཁྲུང་ལེན་དང་། ལས་སྒྲུབ་ལས་གཏོར།
དམངས་ཆེད་དོན་གཉེར་བཅས་ཀྱི་གཟུངས་མདངས་ཉམས་གསུམ་སྤར་བས་ཆེ་ཅུ་བྱིན་པ།
སྤྱངས་ཡོངས་ཀྱི་གོང་འོག་ཆང་མ་རྩོ་སེམས་གཅིག་མཐུན་དང་ལས་དོན་དུ་ར་ཐག་སྒྲུབ་.....
པའི་ལས་ཀའི་རྒྱལ་པ་བཟང་པོ་ཞིག་ཆགས་པ་དང་འབྲེལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་སྤ་བརྟན་དུ་
བྱིན་ཏེ། མི་རིགས་ཁག་གི་མང་ཆོགས་ཆོས་རྒྱུད་རྒྱལ་འཛུགས་རྒྱུད་ལས་བྱུང་པའི་རྒྱལ་པ་
གསར་པ་དང་གྲུབ་འབྲས་གསར་པ་དངོས་སུ་ཆོར་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

ལག་ལེན་གསར་པའི་ཆང་གཞིའི་ཐོག་རྟག་ཏུ་དཔྱད་ཤིས་ཀྱི་དོས་འཛིན་གསར་པ་.....
ཐོན་དེས་དང་། དོས་འཛིན་གསར་པ་སྤར་ཡང་ལག་ལེན་དུ་བཟུར་ཆེ། གཞི་ནས་ལས་.....
དོན་ཁག་ལ་གསར་གཏོར་འཕེལ་རྒྱས་དང་གཡུར་ཟེའི་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་པར་སྐལ་འདེད་.....
གཏོར་ཐུབ། རྒྱུད་རྒྱལ་ལེགས་གཏོར་དང་དོན་འཁྲོལ་ལ་དམ་འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་པའི་ལས་
དོན་ལ་རྒྱན་མཐུད་སྐྱལ་འདེད་གཏོར་བའི་ལག་ལེན་ཁྲོད་རང་རྒྱུད་རྫོངས་ཏར་མུད་ཀྱི་.....
འཆར་གཞི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ལག་བཟུར་དང་དོན་འཁྲོལ་ལ་དམ་འཛིན་རྒྱུད་མེད་བྱས་ཏེ།
རྒྱུད་རྒྱལ་འཛུགས་རྒྱུད་གི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གྱི་དོས་འཛིན་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་ཟབ་དུ་
གཏོར་བའི་ཁྲོད་དེས་པར་དུ་ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་ཁྲིད་རྒྱུན་མཐའ་འཁྲོངས་བྱས་ནས་བསམ་སྤྲིའི་
དོས་འཛིན་ལ་ཤུགས་རྒྱོན་རྒྱག་པ་དང་། དེས་པར་དུ་རྩེ་བར་དམིགས་རྒྱ་མཐའ་འཁྲོངས་
བྱས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱོད་ངས་ལ་ཁབས་འདེགས་ལྟུཔ། དེས་པར་དུ་མི་དམངས་གོང་
དུ་བཀུར་རྒྱ་མཐའ་འཁྲོངས་བྱས་ནས་མང་ཆོགས་ཀྱི་ལམ་རྒྱགས་སྤུ་ཡག་པོ་རྒྱུད་པ། དེས་
པར་དུ་གནད་དོན་རྩྱགས་རྩོན་དུ་འཛིན་རྒྱ་མཐའ་འཁྲོངས་བྱས་ནས་བཅོས་སྒྲིག་གནད་.....
ལྷན་བྱེད་པ། དེས་པར་དུ་གོང་འོག་དཔེ་རྩོན་མཐའ་འཁྲོངས་བྱས་ནས་པའི་རྩོན་རྩེ་ཁྲིད་
ཀྱི་རུས་པ་འདོན་པ། དེས་པར་དུ་རྩ་ལག་མཉམ་བཅོས་མཐའ་འཁྲོངས་བྱས་ནས་ལམ་.....
ལུགས་ལམ་སྤེལ་འབུམ་རྫོང་དུ་གཏོར་བཀུར་བྱེད་དགོས། “དེས་པར་རྒྱག་”མི་རང་
སྤྱངས་ཀྱིས་ཏར་སྤེལ་སྤྱིད་སྤེལ་ལ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་གསར་གཏོར་དང་། ལྷི་ཆོགས་ཀྱི་
རྒྱུད་རྒྱལ་ལེགས་གཏོར། མི་སེམས་ཀྱི་རང་ཤུགས་ཆེར་གཏོར་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་འབྱེད་དངོས་
ཡོན་པ་མ་ཟད། རང་སྤྱངས་ཀྱིས་རྒྱུད་རྒྱལ་འཛུགས་རྒྱུད་རྒྱན་རྒྱལ་ཚན་ལ་སྐལ་འདེད་.....
གཏོར་བའི་རྩ་ཆའི་ཉམས་རྒྱུད་འབྲས་ཡོད་པས། དེས་པར་དུ་དེ་ཉིད་རྒྱུད་རྒྱལ་འཛུགས་
རྒྱུད་གི་ལས་དོན་ཁག་གི་ཁྲོད་མངོན་པར་བྱེད་པ་དང་ལས་འགན་ཁག་དམ་འཛིན་དང་.....
དོན་འཁྲོལ་བྱེད་པའི་བརྟུན་དེམ་སྤེལ་པའི་ཁྲོད་མངོན་པར་བྱེད་དགོས།

དཔྱད་ཀར་ཡོདྟག་བཅུཔ། རྩོན་ཁར་འབྲས་བཟང་སྒྲིག། ད་ཆོས་འགོ་འཛུགས་ས་
གསར་པར་འབད་འབྲུངས་ཀྱི་རར་ཤུགས་དང་། དཔལ་དར་ཆེར་སྦྱེད་ཀྱི་སྦྱིང་རྩོབས།
འབད་འཐབ་ཀྱི་རྒྱལ་འབྲུར་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཆོགས་རིང་ལུགས་དང་རབས་ཅན་གྱི་
བོད་གསར་རྒྱུན་པའི་ལུགས་འདུན་ལ་དམིགས་ཏེ། བཟིད་ཆའི་དམིགས་ཆད་དང་དོན་
དངོས་དམིགས་ཆད་བྱུང་འབྲེལ་དང་། ལུགས་བསམ་ཆེན་པོ་དང་བྱ་རྒྱུད་དངོས་བྱུང་
འབྲེལ། ཏར་གི་རྒྱུད་རྒྱལ་འཛུགས་རྒྱུད་ལ་སྐལ་འདེད་གཏོར་ཟབ་གཏོར་བ། འབད་
འབྲུངས་ལམ་བཙོན་གྱིས་ཀྱུ་གཞིག་སྒྲུབ་པ། ག་སྒྲིག་ཨང་བསར་གྱིས་རྒྱལ་པ་གསར་པ་
གཏོར་པ། གཟེར་འདེབས་ཀྱི་སྦྱིང་རྩོབས་བཅངས་ནས་ཏར་ཀྱང་དབྱང་དུ་གི་ཐབས་རྒྱས་
བཀོད་སྒྲིག་ས་མཐོའི་ས་གཞི་ཆེ་མོར་ལག་བཟུར་དོན་འཁྲོལ་དང་ལན་འབྲས་ཐོན་པ་
བཅས་བྱས་ཏེ། སྤེལ་གསར་རྒྱུད་བཟང་ལ་བརྟེན་ནས་དམངས་སེམས་ཀྱི་ཞིང་ས་བརྟན་པ་
དང་བྱ་གཞིག་གཏོར་ཁར་ད་ཆོས་འབད་བཙོན་རྒྱུད་མེད་བྱས་ནས་འབད་འབྲུངས་མཐུན་
རྒྱུད་ཀྱི་བོད་སྤྱངས་ལ་ལེགས་སྐྱེས་འབུལ་དགོས།

(ཆོ་ཁོས་བརྒྱུར། པ་སངས་དང་ཆོ་ཁོས་ལྟས)

(བར་དོས་དང་པོར་མཐུད)

《ཡུང་གོ་ང་ཁྱེད་ལ་དགའ》ཞེས་པའི་བཆེ་བས་བྱུག་པའི་.....
འབྲུར་ལྷག་དང་སྒྲགས་གཟབ་སྤྱོད་དཔག་བརྟུང་གིས་གོམ་སྤྲབས་.....
ཡང་མོས་ཡུང་རྩ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་དར་སྤྱང་.....
བཞིན་ཆོགས་རར་བརྟུན། ཆོགས་ར་ཡོངས་ཀྱི་མི་རྒྱལས་ཡེ་.....
ལངས་ནས་ཡུང་རྩ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱ་སྐད་.....
གསར་མཐོན་པོས་སྤངས་པ་དང་དམར་མདངས་བཀྱ་བའི་སྐར་.....
མའི་དར་དམར་དལ་བུར་བསྐྱངས།

བརྟན་ཤེལ་ཆེན་པོའི་ཐོག་པར་གཞི་བྱང་གས་《བཀྱ་ཤིས་པའི་”
དུས་བཟང་》ཞེས་པ་བཟུན་པ་དང་ལུས་ལ་དབྱིད་གསར་གྱི་གཟབ་.....
མཆོར་ལེགས་པར་སྤྲས་པའི་བྱིས་པས་ལག་དུ་འབྲགས་རྒྱོན་འབྱེར་.....
ནས་ཉར་ཕིན་གྱི་ང་ཁྱིའི་གིས་ཁམས་མཆོན་རྟགས་སྤར། དེ་རྩེ་.....
མགོན་བསུའི་འཁྲབ་རྩོན་《འབྲགས་རྒྱོན་གྱིས་ལུགས་འདུན་གྱི་རྩོ་མོ་
འབྱེད》ཅེས་པ་འཁྲབ་འགོ་རྒྱགས་ནས། མགོན་བདག་རྒྱལ་ཁབ་.....
གིས་བྱོགས་བཞི་མཆོམས་བརྟུང་གི་མགོན་པོ་བསུ་བའི་རྩོ་སེམས་.....
རབ་དུ་མངོན།

རྒྱ་ཆོད་20དང་སྐར་མ་08ལ་ལུས་ཚལ་པ་ཆོགས་རར་རྒྱུད་
འགོ་རྒྱགས། 《གངས་འབྲགས་ཀྱི་ཨ་ཤེ་ཡ》ཞེས་པའི་རྩོ་རྒྱང་ལྷན་
པའི་རོལ་དབྱངས་ཀྱི་སྤྱའི་ཁྲོད་རྒྱལ་ཁབ་དང་ས་ལུལ་34ནས་ཡོང་
བའི་ལུས་ཚལ་འབུམ་མི་ཆོགས་པ་གཅིག་རྩེས་གཉིས་མཐུད་དང་
ཆོགས་རར་འཁྲལ་ཡོང་བར་ལྷང་མོ་བ་ཡོངས་ཀྱིས་རྩོ་སེམས་འཁོལ་
བའི་དགའ་བསུ་ལྟས། 《མེས་རྒྱལ་ལ་བརྟོད་སྤྱ་འབུལ》ཞེས་པའི་
རར་ཤུགས་འཕེལ་བའི་འབྲུར་ལྷག་ཁྲོད་མགོན་བདག་རྒྱལ་ཁབ་.....
ཡུང་གོའི་འབུམ་མི་ཆོགས་པ་ཆོགས་རར་མཐུག་ཤོས་འཁྲལ་ཡོང་བ་
དང་། ཞི་ཅིན་ཕིང་དང་སྤ་སྤ་ཕེང་ལི་ཡོན་ཡར་བཞིངས་ནས་བྱག་.....
གཡུག་གཡུག་གནད་བས། ཆོགས་ར་ཡོངས་ནས་དགའ་ལྷོ་རབ་དུ་
འཁོལ་བའི་ཐལ་མོའི་རྩེ་བ་སྤྱད་དགའ་འཕྱོད་ཀྱི་སྤ་ཡང་ཡང་
གྲགས། ཡུང་གོའི་འབུམ་མི་ཆོགས་པར་ཁྱོད་མི་257ཡོད་པའི་ནང་
འགན་བཟུར་ལ་ལྷགས་མཁན་170ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་སྐབས་འདྲིའི་

ཨ་ཤེ་ཡའི་དགུན་དུས་ལུས་ཚལ་འགྲན་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱལ་གངས་ཆེ་གས་6
དང་རྒྱལ་གངས་རྒྱུང་གས་64ཡི་འགན་བཟུར་ནང་ལྷགས་རྒྱ་རེད།
ཉར་ཕིན་ཨ་ཤེ་ཡའི་དགུན་དུས་ལུས་ཚལ་འགྲན་ཆོགས་སྒྲིག་.....
འཛུགས་ཨ་ལྷན་གྱི་ཡུའུ་ཞི་ཉེ་ལུང་ཅང་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཤིང་ཀྱང་ཡོང་.....
དུའི་ཡིང་གིས་ཤེས་ཆོག་རྒྱོན་སྐབས། སྒྲིག་འཛུགས་ཨ་ལྷན་དང་ཉེ་
ལུང་ཅང་གི་མི་དམངས་ཁྲི་3000ལྟ་ཙམ་གྱི་ཆོང་ལྟས་ཏེ། ཨ་ཤེ་
ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ས་ལུལ་ཁག་ནས་ཡོང་བའི་ལུས་ཚལ་པ་ཆོར་རྩོ་
སེམས་འཁོལ་བའི་དགའ་བསུ་ལྟས་པ་དང་། ཁོང་ཆོས་འགྲན་རའི་
ཐོག་རང་ཉིད་ལས་ཆད་བརྟལ་དང་། ཉམས་འབྲུར་མངོན་པ། ལུར་
འདུན་དོན་གཉེར། མཛའ་གྲོགས་ཐོབ་པའི་རྩོན་འདུན་ལྟས་པ་རེད།
ཉར་ཕིན་ཨ་ཤེ་ཡའི་དགུན་དུས་ལུས་ཚལ་འགྲན་ཆོགས་སྒྲིག་.....
འཛུགས་ཨ་ལྷན་གྱི་ཡུའུ་ཞི་ཉེ་ལུང་མོ་ལེམ་ཕིག་ཨ་ལྷན་གྱི་ཡུའུ་ཞི་
ཀའོ་གྱི་ཏར་གྱིས་ཤིས་ཆོག་རྒྱོན་སྐབས། ཡུའུ་ཞི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་
བྱམས་བཆེའི་ཐུགས་ཁུར་དང་འབྲུར་མེད་རྩོབས་ལྷན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་
འོག རོ་མཆར་ཆེ་བའི་ཨ་ཤེ་ཡའི་དགུན་དུས་ལུས་ཚལ་གྱི་རྩོན་མོ་
གཟབ་རྒྱས་ཤིག་འགོ་རྒྱགས་ཉེར་ཡོད། ང་ཆོས་ཀྱང་གོའི་ལུགས་ཀྱི་
དེང་རབས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པ་རྩོ་རྒྱགས་མཉམ་རྒྱུད་གང་འེགས་བྱས་ཏེ།
རྩོ་རྩེ་གཅིག་སྤྱེམ་གྱིས་ཨ་ཤེ་ཡའི་ལུས་ཚལ་གྱི་འོད་རྫོང་གསར་པ་.....
འཕྲོ་བའི་བཟིང་ཆའི་འཆར་གཞི་བཏིང་སྟེ། ལུས་ཤུགས་གཅིག་.....
སྤེལ་གྱིས་ཨ་ཤེ་ཡའི་ལས་དབང་གཅིག་མཐུན་ཆོགས་པའི་རྩོན་འཛེབས་
ལྷན་པའི་རོལ་དབྱངས་དང་ཀྲོལ་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།
ཨ་ཤེ་ཡའི་ཨ་ལེམ་ཕིག་ལས་འཛིན་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཡུའུ་ཞི་.....
གཞོན་པ་དང་པོ་རུའོ་གྲེན་ཐིང་གིས་ཤིས་ཆོག་རྒྱོན་སྐབས། ཡུང་
གོས་ཨ་ཤེ་ཡའི་གངས་འབྲགས་ལུས་ཚལ་འཕེལ་རྒྱས་ཁྲོད་ཐོན་པའི་
དུས་པ་གལ་ཆེན་ལ་ཁས་ལེན་གནད་བ་དང་། ཡུང་གོ་སྤྱིད་གཞུང་
དང་། ཡུང་གོའི་ཨ་ལེམ་ཕིག་ཨ་ལྷན། ཉེ་ལུང་ཅང་ཞིང་ཆེན་སྤྱིད་
གཞུང་། ཉར་ཕིན་གྱི་ང་ཁྱིའི་སྤྱིད་གཞུང་བཅས་དང་། དེ་བཞིན་ཨ་
ཤེ་ཡའི་དགུན་དུས་ལུས་ཚལ་འགྲན་ཆོགས་སྒྲིག་འཛུགས་ཨ་ལྷན་.....
གིས་ག་སྒྲིག་ཆོགས་རྒྱུད་པོ་དང་མཐུན་སྤྱིལ་མཉམ་ལས་བྱས་པ་.....
དང་། དེ་བཞིན་ལུས་ཚལ་པ་དང་། ལྷང་མོ་བ། ལས་དོན་པ་.....
བཅས་ཀྱིས་རྒྱབ་རྒྱུར་གནད་བར་ཐུགས་རྩེ་ཆེ་ལྟས་ཤིང་། ཉར་ཕིན་

མི་སྤྱ་འབུལ་གྱི་གངས་འབྲགས་གོང་ཁྱེར་ཞིག་རེད་ཅེས་བརྒྱགས་.....
བཟོད་ཡུང་གནད་པ་རེད།
རྒྱ་ཆོད་20དང་སྐར་མ་51གི་ཐོག འགོ་རྒྱགས་མཛད་རྩོ་མི་.....
སེམས་འགྲལ་བའི་དུས་སུ་སྤེབས་ཡོད། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཡུའུ་ཞི་ཞི་ཅིན་
ཕིང་གིས་ཉར་ཕིན་ཨ་ཤེ་ཡའི་དགུན་དུས་ལུས་ཚལ་འགྲན་ཆོགས་.....
སྐབས་དགུ་པ་འགོ་རྒྱགས་པའི་བྲུབ་བསྐྱགས་གནད་བ་དང་། དེ་མ་
ཐག་ཆོགས་ར་ཡོངས་འབྲག་ཆ་དོད་པོར་ཡུར་ནས་ཐལ་མོའི་རྩེ་བ་སྤ་
ལུན་རིང་གྲགས་པ་དང་། མཆོན་མོའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ཆོན་
མདོག་རྒྱལ་པར་བཀྱ་བའི་ཤོག་སྒྲག་སྤར།
རང་རྒྱལ་གྱི་ལུལ་བྱུང་ལུས་ཚལ་པའི་འབུམ་མི་དུག་གིས་ཨ་ཤེ་
ཡའི་ཨ་ལེམ་ཕིག་ལས་འཛིན་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་དར་ཁྱེར་ནས་.....
ཆོགས་རར་བརྟུན་པ་དང་། ཨ་ཤེ་ཡའི་ཨ་ལེམ་ཕིག་ལས་འཛིན་.....
ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་སྤྱད་དང་སྒྲགས་ཆོགས་དར་དལ་བུར་བསྐྱངས་
ཏེ་སྐར་མའི་དར་དམར་དང་མཉམ་དུ་ལྷབ་ལྷབ་དུ་གཡོ་བཞིན་མཆོས།
ལུས་ཚལ་པ་ཉིང་ཀྱང་ཡན་དང་ཆའི་ཁྲེའི་ཐུང་དང་ཤན་འབྱེད་
པ་ཀྱང་ཁུན་རུའི་དང་ཁྲོན་ལུན་རུང་མོ་སོས་འགྲན་ལྷགས་ལུས་ཚལ་
པ་ཡོངས་དང་ཤན་འབྱེད་པའི་ཆོང་ལྟས་ཏེ་དམ་བཅའ་བཞག་
རྒྱ་ཆོད་21དང་སྐར་མ་24ཡི་ཐོག་དཔལ་འབར་གཙོ་བོ་སྤར་.....
བའི་མཛད་རྩོ་འགོ་རྒྱགས་ཤིང་། བརྟན་ཤེལ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ཉར་
ཕིན་གངས་འབྲགས་འཛེམ་སྤྱིང་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་ཆོགས་ར་དང་
མཉམ་འགལ་བྱས་ནས། དབྱང་དབྱང་དང་། ལྷན་ཁོད་ལེན་
མང་གིན། ཀྱང་རུང་སོགས་དཔལ་འབར་བ་བཞི་ཡིས་དཔལ་.....
འབར་བརྟུན་རྒྱུད་བྱས་པར་ཆོགས་ར་ཡོངས་སུ་སྤྱོ་སེམས་འཁོལ་.....
བའི་ཐལ་མོ་རྩ