

ཕྱི་ལ་རྒྱུན་ལག་ཤེས་རྒྱུན་འཛིན་བྱས། བདེ་སྤྱིང་འཛོེ་བ་གསུམ་པར་རྒྱུ།

—— སྐ་ཁུར་འཛོམ་བཟོའི་ལག་ཅུལ་རྒྱན་འཛིན་པ་ནོར་བཟང་གི་སྐར་བཀོད་པ།



२।४१।६।५।।

[illegible][illegible]

ལྟལ་བའི་ལྷ་དུས་ཆེད་ཀྱང་དཔལ་འཛིན་ཀྱི་དུས་ལ་བཤད། ད་ཆ་ཐུན་པ་ཞིང་ཆོད་
 འཁྱིམ་འབྲུམ་ལྟལ་བའི་དུ་རྒྱུན་པས། ལུམ་མིའི་ཐོབ་སྐྱེད་དང་འཆོལ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ལེགས་
 ལྷ་རྒྱུན་པ་དང་ཆབས་ཅིག ཐུན་པ་ཞིང་ཆོད་ཀྱི་དེད་དེད་དཔལ་ཅན་གྱི་ཤེས་དཔལ་དང་.....
 ལང་མཉེན་གསལ་འབེལ་མ་བྱས་སྐབས་དང་དུས་དཔལ་འཕེལ་བྱས་ཀྱི་རྒྱལ་སྐྱེད་དང་.....
 འགུམ་འབྲེལ་སྐབས་པར་སྐྱེལ་འདེད་ཤེལ་བས་ཞིན་པོད།

འཕྱི་འགྲུལ་སྒྲུབ་པ་དང་དུ་ཕྱིན་པ་ས། འཕྱོག་པ་མང་ཆོག་ས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཁོ་པ་ལ་.....
 མང་དུ་སོང་ཞིང་། གླུ་ར་འཚོམ་བཞིན་ལག་ཁུལ་རྒྱ་རྒྱ་འདྲོ་བ་སྒྲིག་ཅིག་མེས་གཙུག་
 རྒྱུད་མཉམ་ནས་ཞོར་བཟང་ལའང་དེ་པས་རྒྱུད་རིང་གི་འབད་འཐབ་དམིགས་ཚད་ཡོད་པ་སྟེ། གླུ་ར་འཚོམ་བཞིན་ལག་ཁུལ་དེ་ཉིད་མདོ་མིན་རིག་གནས་ལྷུང་བཞག་ལ་འདུག་ལྟ་.....
 རྒྱས་ནས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་མིག་གནས་ཀྱི་ཉིང་བརྒྱད་མ་མཐོ་ནས་དེ་པས་ཡངས་པ་འདྲ་.....
 ཁོ་མ་རར་འདོན་རྒྱུ་ཡིད།



- ① ཁྱོད་པཟང་གིས་པཅེས་ཚར་པའི་སྐུར་གྱི་སྐུས་ཚད་ལ་ལྟ་བཞིན་པ།
- ② ཁྱོད་པཟང་གིས་སྐུར་པཅེས་བཞིན་པ།
- ③ མལ་གྱི་ཤུང་དཀར་རྩོད་ཆུང་པ་གང་སྐར་ལ་གྲོད་ཆོད་ཟུར་ཞིག་ཡིན་པ།



ལྷག་པ་ཆེ་རིང་གིས་བརྗོད་དོན།

ཐོག་མའི་བསམ་འདུན་མ་བརྗེད་པར་འགན་འཁུར་བའི་ཕྱག་ཏུ་འཁུར་གྱི་ཡིན།

དུམ་རབས་གསར་པའི་འབད་འཐབ་པ།

ཡར་ལྷུང་གཙོང་འབྲམ་གྱི་འི་ལྷུང་མཆོས་ལ་གསེས་པ་
 ལྷག་པས་པར་བྱ་བ་ཞིང་། གཙོང་ཆུ་ཡང་ཡང་ཏུ་གྱུ་ ཞིང་.....
 ཆོ་ལམ་306ཉི་འབྲམ་ཏུ་གནས་པ་དང་ཉིང་ཁྱོད་ཁྱོད་.....
 ལྷུང་ཆོང་གི་ཆོང་ཆོང་དང་དབར་མགྱུ་ལེ་23མར་ཡོད་.....
 པའི་ལ་ཁོག་གང་ཆ་ཁྱོད་ཆོའི་འགྲིམ་འབྲལ་སྒྲུབ་པ་བདེ་ལ།
 གནས་ལུ་ཁྱོད་ཏུ་འཇགས་པ་དང་། ཁྱོད་ཏུ་ད་ཆོང་40
 དང་མི་གངས་138ཡོད། ལྷག་པ་ཆོའི་དུ་གསེས་ཆ་དེར་.....
 ལེགས་སྒྲུབ་ལུ་ཁས་དཔེ་16ཁྱིལ་པ་དང་མང་ཆོག་ས་
 དུ་ས་མ་ཁིག་ཁས་ལུ་ལྷུང་ཏང་ཡོད་པས་ཁྱོད་པ་ཁིག་ཏུ་
 འཆར་ཡོངས་ལྷུང་།

“ཀྲུང་གོ་ལྷུང་ཁབ་ཏང་པ་གཤམ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡིན་མིན་གྱི་
དེ་རྒྱུ་ཞིང་འབྲེག་མང་ཆོག་ས་ལ་ཤར་བཤད་བྱེད་དཔང་”
ཡོད་”ཅེས་སྐྱབས་པ་ཆེ་རིང་གིས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཤོད་གྱི་ཡོད།

2007ལོར་དཔལ་འཕེལ་འགྲོ་བ་གཉིས་པ་འགྲོ་བ་
བཞིན་པའི་ལྷག་པ་ཆོའི་རིག་པ་རྩ་སྤྲོད་ཆོའི་གནས་སྤྱོད་
འཁྱེར་སྤྲོད་ལ་དཔལ་པོ་བྱས་ཤིང་། རྩོན་མའི་སོ་བག་གི་
སྤྲོད་ཁང་ད་ཆ་ལྷམ་ལ་དཀར་ཆ་དོད་པའི་བོད་བཟོའི་
ཁང་པར་བསྐྱབ་པ་དང་། རྩོན་མའི་སོ་འཕེལ་ད་ཆ་
གཙང་ཁེང་བྱ་ཆེ་བའི་ཨར་འདམ་ལམ་ལ་བསྐྱབ་ཡོད། ཏུས་
དེ་ནས་བཟུང་། ཁོང་གིས་ཉར་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་
འདལ་བྱའི་དམ་བཙའ་བཞག་

[illegible]

16 རིང་ཆ་ཤོང་ཆོ་ཤོང་ཆོ་དཔལ་པོ་ཞིག་ནས་ད་ཆ་ལྟག་.....
 འཕྲུང་ཤོང་ཆོ་དང་དཔལ་པོ་ཞིག་ནས་ཤོང་ཆོ་རྒྱུར་ཞིང་། 2020
 རེང་ཆ་ཤོང་ཆོ་འི་ཏང་གི་ལུ་ལྷན་དང་རྒྱུར་ཤོང་ཆོ་གི་ཞི་
 རིམ་ཏང་ཆོ་འཇུག་སེམས་བརྒྱུད་ལྷན་ལྷན་པད་མཉམ་པ་རེད།
 ཆ་ཤོང་ཆོ་གནས་སྤྱོད་བྱས་ཀྱིས། མི་འོ་ཆོ་སྤྱོད་མཉམ་
 ཞིང་ལུ་0.6ཡང་མི་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་ལུང་ས་དོ་ན་.....
 པས་མང་ཆོག་ས་འབབ་འཕམ་ལྟག་འཕྲུང་ཡོང་བར་སྒྲིལ་
 སྤྱི་ཆ་རྒྱུ་བྱ་བུ་འཕྲུང་པ་ཆོ་འི་ལོ་ས་ཐག་གཅིད་ལྷན་དང་ལོ་ས་
 པའི་གནད་དོན་དང་པོ་དེ་རེད། 2014ལོར་སྤྱོད་པ་ཆོ་.....
 རིང་ལོ་ས་ཤོང་ཆོ་འི་མང་ཆོག་ས་ཞིག་འཇུག་ས་བྱས་ནས་ལུར་
 མཉམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཐོབ་ལྷན་དང་ལོ་ས་ཆོག་ས་པ་དང་མོ་.....
 མཉམ་ཏུ་ལ་ཐོག་ལུར་མཉམ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ཞི་འོ་ཆོ་དང་ལས་
 མཉམ་ལས་ཁང་དངོས་སུ་འཇུག་ས་ནས་ཆ་ཤོང་ཆོ་འི་མཉམ་
 ཞིང་དཔལ་པོ་འཕྲུང་འཕམ་བྱས་གཏོང་འོ་སྤྱོད་ས་།

ཉེ་ལའི་ལོ་ལྷན་པོར། གྲངས་ཚིག་དང་གྲིལ་འཛུགས་
 ལྷན་པོ་ཚོ་དང་གཉིས་མང་ཆོག་མཁྱེན་གྱི་ཕྱི་ལོ་དེ་གྲོང་གསེབ་……
 དར་རྒྱས་གྱི་ལས་ལ་གཞི་བཞུགས། 2020ལོར་རྩ་གྲངས་
 ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ཆོག་མཁྱེན་པོ་དང་། 2022ལོར་རྩ་གྲངས་
 ཆོག་མཁྱེན་པོ་དང་ཉེ་ལའི་ལོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ཆོག་མཁྱེན་པོ་ཆུང་གི་10
 ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་དང་། 2023ལོར་རྩ་གྲངས་ཚིག་དང་གྲིལ་ལྷན་པོ་
 ཉེ་ལའི་ལོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ཆོག་མཁྱེན་པོ་དང་། ལོ་དེར་རྩ་གྲངས་……
 གྲངས་ཚིག་དང་ཉེ་ལའི་ལོ་ལྷན་པོ་ཆོག་མཁྱེན་པོ་དང་ཉེ་ལའི་ལོ་ལྷན་པོ་ཆོག་མཁྱེན་པོ་
 ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་དང་།

ཨྱང་ཆེན་མཉམ་སྦྱང་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་དྲོ་བས་།
 འཇགས་པའི་རམ་འདེགས་བྱ་ཆེད་ དམའ་རིམ་སྒྲིག་འཛིན་།
 ལྷན་པ་རྒྱས་ལས་མཉམ་པའི་ཐོན་ལས་རྒྱ་སྐྱོད་ཏུ་ར་ཐག་.....
 ལྷན་པ་ཉེ་ལྷག་དྲུང་ལ་། ཐོག་རྒྱ་སྐྱོད་ཐོག་ནས་མ་ཨྱང་.....
 ཆེད་ལྷན་མཉམ་སྦྱང་སྒྲིག་སྒྲིག་འཛིན་བྱ་དང་། གྲྲ་ཐོག་ནས་མ་
 ཨྱང་ཆེད་ཞིང་ལས་བྱེད་ཐུན་ཐོན་རྒྱས་འཛིན་པ། ལྷགས་།
 བད་སྦྱང་བཅས་རྒྱ་དང་ནས་ནས་རྒྱ་གསལ་གསལ་ཞེས་པ་ཞིག་འཛིན་།
 གཤམ་ལ་སྦྱང་བཅས་དང་ཞེས་སྒྲིག་སྒྲིག་ལས་བྱས་པ་ལ་ཟད།

ཐ་ན་སྲིང་ཆོའི་ཁམ་སྤྱང་རྟེན་གཞིའི་ལག་རྩལ་པར་ཡང་.....
གྱུར་ཡོད།

[illegible]

ལྷག་པ་ཚེ་འི་དེ་གིས་ཏང་ཡོན་ཚོའི་མེ་ཁྲི་དེ་སྒྲུབ་ཅིང་།
 ལྷ་120འི་བའི་མེ་ཁྲི་དེ་ཁང་བསྐྱབ་པ་དང་། མིག་གཉིས་
 ག་ཁོང་བའི་ཆོན་ཆོན་དང་། ཏང་ཡོན་ཆོན་གསུམ་། དཀའ་
 འཕེལ་བའི་ཆོན་ཆོན་བཅས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཏུ་འཇུག་པ་དང་།
 གཅུལ་བཞི་དང་། དཀའ་འཕེལ་བའི་ཁྲིམས་ཚང་གི་ཁང་།
 པ་ཉམས་བརྩོམ་པའི་གསུམ་གསུམ་། གསལ་སྤྱད་དང་། ཁྲུས་
 ཁང་མིགས་མིགས་སུ་བསྐྱབ་པ། མི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚོའི་སྐབ་
 ཚོན་སྐབ་མེ་སྐབ་འཇུག་དང་། མི་རྒྱུད་2000ལ་འདྲེབས་
 བསྐྱབ་པ་བཅས་ཀྱིས་ཡོད།

ཁོང་གིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་རང་ཉིད་ལ་ཐོབ་
 པའི་གཟི་བཞིན་མཆོག་སྟོན་མཆོག་འཕེལ་རྒྱས་དང་།
 ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་པའི་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཅིང་། ཁོང་ལ་
 “གཞོན་ནུའི་གསར་གཏོང་ལས་གཏོང”ཀྱི་བྱ་དགའ་རིམ་
 པ་གསུམ་པ་དང་“རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཆོག་རིག་བྱེད་པ་ཞིང་”
 ཡན་ཤོང་དར་སྟེ་ཁྲིད་པའི་”གཟི་བཞིན་མཆོག་སྟོན་ཐོབ་
 སྐབས་བྱ་དགའི་དདུལ་སྡོར་ཁྱིཾ་ཆོད་ཆེན་འཕྲམ་
 ཐེབས་ལ་ཁལ་འདྲེས་བརྒྱུ་པ་འདྲེ།

[illegible]

ཁལ་གྱི་རྩ་ཆ་གཉིད་རྩ་གཉིས། དམངས་ཀྱི་སེམས་ལ་དྲི་ཐུང་ཐུང་།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥



ད་པན་ལོ་གསུམ་པོ་དང་། གཞིན་ཅི་ཁྱད་ཁྱེད་.....
 གཤམ་དྲོད་མེ་ཆེན་གྱིས་སྤྱོད་ནི་འདེེ་ཞབས་ལྷ་དང་.....
 ལྷ་མ་ལུ་ཁམ་པན་གྱིས་ཀྱང་ཕྱོད་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱིད་.....
 གཞིའོ་ཐོན་ལས་འཕེལ་གྱིས་ཆེད་ལྷ་མ་ལྷ་དག་.....
 ལྷམ་ལུས་ཆེན་པོ་འཛུགས་པ་ཤེད་.....
 རྒྱལ་མྱིད་ཁྱོད་རྒྱལ་མྱིད་ཁྱོད་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་.....
 ཁྱོད་ཆེད་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་.....
 བད་ཀྱིས་ལས་པོ་འཕྲོད་ལས་ཐོན་གྱིས་ལས་པོ་.....
 འཕྲོད་ལས་པོ་འཕྲོད་ལས་པོ་འཕྲོད་ལས་པོ་འཕྲོད་ལས་པོ་.....
 ལས་དཔལ་འཕྲོད་ལས་པོ་འཕྲོད་ལས་པོ་འཕྲོད་ལས་པོ་.....
 པོ་འཕྲོད་.....

[illegible]

“ཁྱེད་ཀྱི་ཆ་ཆ་ཁག་པ་དང་པ་དེས་ཁྱེད་འཇམ་
དང་ལུང་དུ་ཕྱིན་པ་མ་ཟད། ར་ཆོའི་འཕེལ་.....
ཁྱེད་གྱི་སེམས་ལྟགས་ཀྱང་འཕེལ་ནས་མང་གི་ཐོན་
ལས་དེ་བས་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱི་ཕན་ཆེ་རུ་གྱུར་པ་བའི་ཡིད་ཆེས་.....
ཆེ་དུ་ཕྱིན་སྐོར་”ཞེས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་འགན་.....

འཁྱུར་བ་འཆི་མེད་ཀྱིས་ཁྱུང་ཆོར་བཅའ་མོས་བརྗོད།
ད་པན་ལོ་ཤས་རིང་། ས་དགའ་རྫོང་གིས་.....

གྲང་ཆོདི་མཉམ་ཐེབ་དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་སྤེལ་མཆོ་བ་
 གཏོར་རྒྱ་དེ་ཤོད་གཤེབ་དར་རྒྱས་ལ་སྤུལ་འདེད་……
 གཏོར་བའི་དམ་འཛིན་བྱ་གཞི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་……
 བཅོས་ཏེ་མཉམ་ལས་ཁང་གི་གཞི་ཁྲོད་རྒྱན་ཆད་
 མེད་པར་ཆོ་བ་བཏང་བ་མ་ཟད། ཞིང་འགྲོག་པ་……
 དེའི་ནང་དྲུང་ཐག་ཞུགས་པར་ཁྲིད་སྟོན་ལང་བ་ལ་
 ཡོད། གྲང་ཆོདི་མཉམ་ཐེབ་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་……
 རྒྱས་ལ་རམ་འདགས་བྱ་ཆེད། ས་དགའ་ཤོད་ཁུལ་
 རྩོན་རྒྱས་ཀྱིས་དང་ལེན་དྲུང་ཐག་ཞུས་ནས་རྩེ་……
 རྟེགས་བུར་ཁྲིད་དང་ལས་སློ་སྤུལ་གཉེར་བྲན་སྤུལ་
 སྟོན་སྤྱོད་ཁབས་འདེགས་ལག་པོ་ལྷན་ཏེ་“རྒྱང་རིང་
 མཐུབ་ཁྲིད་”ནས་“སྤྲོ་རྩེད་ཁྲིད་”པར་གྲང་ཆོདི་……
 མཉམ་ཐེབ་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྤུལ་འདེད་……
 གཏོར་བར་སེམས་ནས་ཡོད་རྒྱ་བཏོན་ཡོད།

གཞིས་ཅི་ཤོང་ཁྱེར་ཁུལ་དོན་ཅུས་ཀྱི་འགན་
འཁུར་བས། མཉམ་སྐབས་མེས་མར་ཤོང་གསེབ་.....
ཐོན་ལས་ཀྱི་འབེལ་རྒྱས་ལ་ལུ་མཐུང་དཔྱིག་ས་ནས།
ཞབས་ཞུའི་ཕྱིད་ཐབས་རྒྱུ་ཚད་མེད་པར་ཡིགས་
སུ་གཏོང་བ་དང་། ཞབས་ཞུའི་རུས་ཕྱིད་མཐོན་
གཏོང་བ། ཁུལ་ཐོན་ཀྱི་པུ་ཁྱིམ་གས་སྤྱོད་ཡིད་རྩལ་
ཁག་གནད་མྱིན་དོན་འཁྲུལ་ཕྱིད་པ། ཤོང་གསེབ་
ཐོན་ལས་རྒྱུ་མཐུང་དང་སྤྱོན་པལ་འབེལ་རྒྱས་ལ་
རམ་འདེགས་བཅས་བྱས་ཏེ། ཤོང་གསེབ་དར་.....
རྒྱས་སྐྱས་རེམ་གསར་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲིབ་པལ་དར་རམ་
འདེགས་ལུ་མཐུང་ཕྱིད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་བརྗོད།

སེམས་མཐུན་གྱི་དོ་དམ་པ། དམངས་ཚོགས་ཀྱི་ཞབས་ཞུ་བ།

—— གུལ་ཁབ་སྒྲིག་དྲ་སྒྲུབ་སྒྲིག་འདོན་གྲུབ་མིམ་སྒྲིག་གསལ་གྱི་
སྒྲིག་དྲ་མཉམ་སྒྲུབ་”ཟེང་ཟབ་རྒྱ་བཅའ་པའི་སྒྲིག་པ་འོད་པ།

[illegible][illegible]

ཡོད་པའི་རྒྱུ་ཁྲིམས་ལ་དཔྱད་མཁན་ཉེ་མ་གནས་ས་.....
 མོ་ཁ་ཏུ་དག་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་གཞི་བརྩམ་ནས་ཉེན་ལ.....
 གང་མཚུགས་མེད་ནས་ཁོང་མིའི་རྒྱུ་རྒྱུད་པ་དང་.....
 འཇགས་འགན་ཁེན་བྱས་པ་རེད།
 ༢༠༢༡ལོའི་ཟླ་༤པར་“ཡོད་པའི་ཁྲིམས་ལ་དཔྱད་མཁན་ཉེ་མ་གནས་ས་”

མཉམས་སྦྱོར་གྱི་དམངས་པན་ཞབས་ཞུའི་ས་.....
 ཚོགས་སྦྱོར་འགོ་བཙུགས་ཚུན། རྒྱལ་ཁབ་སློག་དྲ་
 རྩེད་ཚོར་སློག་འདོན་ཀྱང་མིས་འཛིན་པ་བརྒྱུ་ན་
 ལས་སློ་ལག་112བདག་སྟོན་བྱས་པ་དང་། ཡང་.....
 མིའི་འཕྲི་ཞུ་མེད་ས་39ཐག་གཅོད་བྱས་པ། སློག་.....
 སྟོན་བདེ་འཇགས་ཀྱི་དེ་ལ་སྒྲུག་གསལ་གས་.....
 མེད་ས་9སྟེལ་པ། སླ་གཤེར་སྔར་ཚོར་དང་དེ་བཞིན་
 མཐའ་འཁོར་གྱི་སྔར་མེར་སློག་སྟོན་བདེ་འཇགས་
 ཀྱི་ཚེད་དོར་ཞིབ་བཤེར་མེད་ས་49ས་པ། མང་.....
 ཚོགས་མི་མེད་ས་230ལྷག་ཙམ་ལ་ཞབས་འདེགས་
 ཞུས་པ། ལྷན་རྒྱུ་ཙམ་ཚན་གྱི་གས་མོལ་མེད་ས་89ས་
 པ་རེད།



ཉི་ཅང་ ཁྲི་ཀོན་རྒྱལ་ཡིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་ཁུ་སྤྱོད་ཀྱིས་དཔག་དཔངས་པ་ལམ་དང་། བར་སྐོར་ཁྲི་གཞུང་གི་
 བརྟན་འཕྲིན་འབྲེལ་ཆོང་(ཉི་དོད་ཤར་ཁྲིར་)པར་ལེན་བྱ་ཡུལ། མེད་རྟེན་པའི་སྐོར་ར་ཆེ་མོ། ཤོད་སྐོར་ཁྲི་ལཱ་བརྟན་
 ལ་མོན་སོགས་སྤུའི་ཡིགས་ཀྱི་ཁྲུང་ཆོས་ལཱ་པའི་བའ་ཁྲི་ལཱ་བརྟན་པ་ཡིད་ དེག་པ་ཡུལ་སྐོར་བཀོས་ལོར་སྐོར་གི་
 ཉན་པར་ཤོད་གི་ཉན་མཐུར་ཁྲུང་ཁྲུང་པའི་ལེན་བྱས་པར་སྤྱུ་ལོད་དམིགས་བསལ་གྱི་ལོ་རྒྱུང་དང་ཡིག་
 བརྟན་གྱི་ཡིད་དང་བཟོག་འགན་ཉན་སྤུ་ལོད་ འདི་ནི་ཡུལ་སྐོར་བཀོས་མི་ཡིགས་ཀྱི་ཁྲུང་ཆོས་ལཱ་པ་ལོ་
 ལཱ་པའི་པར་སྐོར་མཐུད་དུ་པར་རྒྱུག་པའི་ཅན་པ།