

# གལ་ཚའི་གསར་འགྲུང།

རྒྱལ་འཛོལ་ལ། བཤད་བྱངས།

ཚེས་ལྷུག་ལ། ཚེ་བརྟན་གལ་ལྷོད།

# འདི་ལོའི་འཛོལ་ལྷུག་ལྟུང།

## ཕྱོད་ཁང་གསར་པར་སྒྲིམ། འཚོ་བར་རེ་བས་ཁེངས།

(**པར་རྒྱུ་དང་པོར་མཐུང**) ཕྱིན་ཚད་སྤོང་.....

ཁང་བརྒྱུ་ནས་ད་ཀའ་ལས་རྒྱ་གཞི་འདོད་མི་.....
འདུག་ཅེས་དར་བཤད་བྱུང་“ཞེས་སྐལ་ཚེས་.....
བཤད།

མང་ཚོགས་ཚོ་སློབ་དེ་པོའི་དང་སྤོང་དུ་.....
འཇུག་རྒྱ་”ནི་ས་གནས་དེ་གསམ་མཛེན་མཐུན་.....
སྤོང་གསལ་འཇུགས་སྐྱེན་ལ་སྐྱལ་འདེད་གཏོང་.....
པོའི་གལ་ཚེན་ནང་གི་འགའ་མཚེན་ཞིག་ཏུ་བྱུར་.....
ཡོད།

“རི་སྐོར་གི་ཐུབ་ན་ལི་སྤོང་གསལ། ད་ཚེ་ས་.....
གཤིས་བརྟན་པོ་ཡོད་པའི་ས་ཚུལ་ཁྲིང་ཡང་ས་མར་.....
སྐོས་ནས་ཨར་འདམ་གྱི་སྤོང་ཁང་བརྟན་པོ་ཞིག།
རྒྱ་གད་པོས་”པའི་བསམ་སྤྱོད་ཀས་འདི་གཏན་.....
འཁེལ་བྱས་ཇིས། སྤོང་ཁང་གསར་པ་འཇུགས་.....
སྐྱེན་གྱི་མ་དངུལ་ནི་ཚོང་རྫོང་གི་དང་པོ་དོང་.....
སྐོར་མ་དངུལ་ལས་གཏོང་རྒྱ་དང་། སྤོང་ཚོ་.....
གསར་པའི་སྤོང་གཞིའི་སྤྱི་གཤོད་གཞུན་དག་.....
གི་ལེ་ལག་ཚང་བའི་མ་དངུལ་ནི་སྤོང་གསལ་.....
དར་རྒྱས་གྱི་ཚད་དོན་མ་དངུལ་ལས་བཏང་ནས་.....
ཐུན་མོང་སྟོག་གཤམ་གསོན་བྱ་རྒྱ་དང་། དེའི་.....
ཁར་མང་ཚོགས་ཚོའི་ཚ་སྐོམས་མི་རེར་སྐོར་ཁྲི་.....
1.1འི་འདི་རང་གཤམ་མ་དངུལ་བསྐྱར་ཚོ་ཁྱོན་.....
སྤོར་དུང་ཕུར་1.38བཏང་ནས་གཅིག་བྱུར་.....
འཚར་འགོད་དང་གཅིག་བྱུར་འཇུགས་སྐྱེན་བྱ་.....
རྒྱུའི་ལེ་ལག་ཚང་བའི་སྤོང་རྒྱས་འཕལ་དུ་བཏོན་.....
པ་རེད།

ཡིན་ན་ཡང་སྤོང་རྒྱས་དོན་འཁྲོལ་བྱེད་.....
སྐབས་མང་ཚོགས་ལ་སེམས་ཁྲུལ་མང་པོ་བྱུང་བ་.....
སྟེ། ཉེ་མ་ཚེས་སྤོང་གིས་སྐོར་ཁྲི་7བཏང་ནས་.....
སྤོང་ཁང་རྟེང་པར་ཉེ་འོད་དྲོད་ཁང་བརྒྱབ་སྟེ་.....
ཁྲིམ་ཚས་གསར་པ་ཉེ་མ་མཐག་སྤོང་རྒྱས་ལྟར་.....
སྤོང་ཁང་གསར་པ་འཇུགས་སྐྱེན་བྱེད་པར་ནང་.....
མི་བཞི་ཡིས་སྐར་ཡང་སྐོར་ཁྲི་4.4གཏོང་དགས་.....
མི་བཞི་ལོན་སྐར་ཡང་སྐོར་ཁྲི་281ཟེན་པའི་སྤོང་ཚོ་གསལ་བ་ཞིག།
སྐྱེན་བཞེན་ཡོད་ཅིང་། དེ་གར་སྤོང་ཁང་ཚ་ཚང་.....
སྤོར་དུང་ཕུར་1.38བཏང་ནས་གཅིག་བྱུར་.....
འཚར་འགོད་དང་གཅིག་བྱུར་འཇུགས་སྐྱེན་བྱ་.....
རྒྱུའི་ལེ་ལག་ཚང་བའི་སྤོང་རྒྱས་འཕལ་དུ་བཏོན་.....
པ་རེད།

ཡིན་ན་ཡང་སྤོང་རྒྱས་དོན་འཁྲོལ་བྱེད་.....
སྐབས་མང་ཚོགས་ལ་སེམས་ཁྲུལ་མང་པོ་བྱུང་བ་.....
སྟེ། ཉེ་མ་ཚེས་སྤོང་གིས་སྐོར་ཁྲི་7བཏང་ནས་.....
སྤོང་ཁང་རྟེང་པར་ཉེ་འོད་དྲོད་ཁང་བརྒྱབ་སྟེ་.....
ཁྲིམ་ཚས་གསར་པ་ཉེ་མ་མཐག་སྤོང་རྒྱས་ལྟར་.....
སྤོང་ཁང་གསར་པ་འཇུགས་སྐྱེན་བྱེད་པར་ནང་.....
མི་བཞི་ཡིས་སྐར་ཡང་སྐོར་ཁྲི་4.4གཏོང་དགས་.....
མི་བཞི་ལོན་སྐར་ཡང་སྐོར་ཁྲི་281ཟེན་པའི་སྤོང་ཚོ་གསལ་བ་ཞིག།
སྐྱེན་བཞེན་ཡོད་ཅིང་། དེ་གར་སྤོང་ཁང་ཚ་ཚང་.....
སྤོར་དུང་ཕུར་1.38བཏང་ནས་གཅིག་བྱུར་.....
འཚར་འགོད་དང་གཅིག་བྱུར་འཇུགས་སྐྱེན་བྱ་.....
རྒྱུའི་ལེ་ལག་ཚང་བའི་སྤོང་རྒྱས་འཕལ་དུ་བཏོན་.....
པ་རེད།

མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཁྲུལ་སེལ་ཚེད། རྒྱ་.....
གསལ་སྤོང་གིས་སྤོང་གི་དུས་ཀྱི་ཀྱང་ཞི་མིག་.....
དམར་ཚེ་རིང་གིས་སྟེ་ཁྲིང་པའི་ལས་དོན་ཚོང་.....
སྐྱབ་ཚོན་ཁག་ལ་བརྟུག་པར་སེམ་ཉིའི་གནས་.....
སྤྱུར་ཡོད།

མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཁྲུལ་སེལ་ཚེད། རྒྱ་.....
གསལ་སྤོང་གིས་སྤོང་གི་དུས་ཀྱི་ཀྱང་ཞི་མིག་.....
དམར་ཚེ་རིང་གིས་སྟེ་ཁྲིང་པའི་ལས་དོན་ཚོང་.....
སྐྱབ་ཚོན་ཁག་ལ་བརྟུག་པར་སེམ་ཉིའི་གནས་.....
སྤྱུར་ཡོད།

མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཁྲུལ་སེལ་ཚེད། རྒྱ་.....
གསལ་སྤོང་གིས་སྤོང་གི་དུས་ཀྱི་ཀྱང་ཞི་མིག་.....
དམར་ཚེ་རིང་གིས་སྟེ་ཁྲིང་པའི་ལས་དོན་ཚོང་.....
སྐྱབ་ཚོན་ཁག་ལ་བརྟུག་པར་སེམ་ཉིའི་གནས་.....
སྤྱུར་ཡོད།

མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཁྲུལ་བསལ་བས་.....
ལས་ཐུའི་སྐྱར་ཚོང་དང་གིས་མཚོ་གསལ་སྤོང་.....
ཡོད། 2024ལོའི་དབྱར་ཁར་ཨར་ལས་རྒྱ་གཞི་.....
འགོ་རྒྱུགས་པའི་རོར་བུ་ས་སྤོང་གསར་དེ་ལོ་.....
མཐུག་ཏུ་ལས་མཐུག་འབྲེལ་ཞིང་། རྒྱ་འདྲིན་.....
འབྲུང་མདོད་དུ་བ་སྐོར་འའི་བར་བཏིང་བ་དང་།.....
འོད་སྐྱེད་ཐང་ཀར་ཁྲིམ་དུ་འཁྲིང་པ། རྒྱ་གས་ར་.....
དང་སྤོང་ཁང་ལོགས་སུ་དབྱེ་བ་བཅས་བྱས་བས་.....
སྤོང་ཚོ་བྱིལ་པོ་གཅང་ཞིང་གལ་བསྐར་སྤྱི་གཤམ་.....
བྱུར་ཡོད།

སྤོང་གསར་གྱི་ལམ་མདོད་ནས་ཉེ་མ་ཚེས་.....
སྤོང་གིས་ལར་སྐྱེད་གཅང་པོ་གསལ་པོར་མཐོང་.....
སྐབ་ཅིང་། “རི་སྐོང་དུ་བསྐྱར་བ་ལས་མཐོང་རྒྱ་.....
ཚེ་དུ་ཕྱིན་འདུག”ཅེས་ཁོང་གིས་འཇུག་སུལ་.....
སུལ་འདར་བཤད། རྫོང་བུ་ས་སྤོང་ཚོ་འཇུགས་སྐྱེན་གྱི་ཉམས་.....
སྤོང་ཡོད་པས་སྤོང་ཡོད་སུ་ལོ་མཛེས་མཐུན་སྤོང་.....
གསལ་འཇུགས་སྐྱེན་གྱི་གོ་མ་སྐབས་སྐར་བས་.....
བརྟན་དུ་ཕྱིན་ཡོད། སྤོང་སྤོང་ནས་ཟངས་རི་.....
ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱ་གསལ་གཅང་པོའི་གལས་དོགས་སུ་.....
རྒྱ་ཁྱོན་སུ་ལུ་281ཟེན་པའི་སྤོང་ཚོ་གསལ་བ་ཞིག།
སྐྱེན་བཞེན་ཡོད་ཅིང་། དེ་གར་སྤོང་ཁང་ཚ་ཚང་.....
150ཡོད་པ་མ་ཟད། ད་དུང་སྤོང་ཚོ་རིམ་པའི་.....
ཞབས་ཞུའི་ཁང་པ་དང་། བུ་བཅོལ་ཁང་།.....
རྒྱ་གསར་བ་བཅས་ལེ་ལག་ཚང་བ་དང་མ་ན་མ་.....
འོངས་པར་སྐྱེན་དགོས་པའི་སྤོང་གཞིའི་སྤྱི་ག.....
བཤོད་ཐད་སྤོང་པའི་ས་ཚའང་སྤོང་ཉར་བྱས་.....
ཡོད།

གཅིག་གྱུར་འཚར་འགོད་གིས་མཉམ་.....
སྐྱེན་བྱས་པ་ལུང། ད་དུང་གཅིག་གྱུར་འཚར་.....
འགོད་གིས་རང་སྐྱེན་གྱང་བྱས་ཡོད། སྤོང་ཚོ་མི་.....
སྤོང་ཁང་གསར་པ་འཇུགས་སྐྱེན་བྱེད་པར་ནང་.....
མི་བཞི་ཡིས་སྐར་ཡང་སྐོར་ཁྲི་4.4གཏོང་དགས་.....
མི་བཞི་ལོན་སྐར་ཡང་སྐོར་ཁྲི་281ཟེན་པའི་སྤོང་ཚོ་གསལ་བ་ཞིག།
སྐྱེན་བཞེན་ཡོད་ཅིང་། དེ་གར་སྤོང་ཁང་ཚ་ཚང་.....
སྤོར་དུང་ཕུར་1.38བཏང་ནས་གཅིག་བྱུར་.....
འཚར་འགོད་དང་གཅིག་བྱུར་འཇུགས་སྐྱེན་བྱ་.....
རྒྱུའི་ལེ་ལག་ཚང་བའི་སྤོང་རྒྱས་འཕལ་དུ་བཏོན་.....
པ་རེད།

མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཁྲུལ་སེལ་ཚེད། རྒྱ་.....
གསལ་སྤོང་གིས་སྤོང་གི་དུས་ཀྱི་ཀྱང་ཞི་མིག་.....
དམར་ཚེ་རིང་གིས་སྟེ་ཁྲིང་པའི་ལས་དོན་ཚོང་.....
སྐྱབ་ཚོན་ཁག་ལ་བརྟུག་པར་སེམ་ཉིའི་གནས་.....
སྤྱུར་ཡོད།

མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཁྲུལ་སེལ་ཚེད། རྒྱ་.....
གསལ་སྤོང་གིས་སྤོང་གི་དུས་ཀྱི་ཀྱང་ཞི་མིག་.....
དམར་ཚེ་རིང་གིས་སྟེ་ཁྲིང་པའི་ལས་དོན་ཚོང་.....
སྐྱབ་ཚོན་ཁག་ལ་བརྟུག་པར་སེམ་ཉིའི་གནས་.....
སྤྱུར་ཡོད།

(བསོད་བདེ་ཀན་པ་དང་ཚེ་ལོས་སྐུར་ཞུས་བྱས་)

## གཞི་རིམ་གྱི་ཁྲུང་པོ་ཡང་དུ་བཏང་ནས་མང་ཚོ་གསལ་ལ་སྐབས་བདེ་བསྐྱེན་པ།

(**པར་རྒྱུ་དང་པོར་མཐུང**)

རྒྱ་ཚོ་སྤོང་གིས་སྤོང་འདོན་དབང་ཚའི་ཐད་“འཕྲི་ཐབས”རྒྱན་འཁྲོངས་བྱས་ཏེ།
མང་ཚོ་གསལ་དང་ཁེ་ལས་ཀྱི་ལས་སྐྱེད་པ་མ་ཞོ་བའི་དོ་སྤོང་མང་པའི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་.....
བྱས་པ་མ་ཟད། འབྲུང་ཚན་ནས་དོ་སྤོང་གྱི་དོན་དག་གྱང་ཉུང་དུ་བཏང་ཡོད།
“མཐའ་མཚམས་ལམ་ལོག”དང་“སྤོབ་བྲུ་འཕྲིང་རྒྱུང་སྤོབ་མའི་སྤོབ་ཁོངས་ཚ་འཕྲིན་.....
བརྩོ་བཅོས་”སོགས་དོ་སྤོང་ཁག་47ཐད་ཀར་མེད་པར་བརྩོས་པ་དང་། ཁེ་ལས་ཀྱིས་འགན་.....
བཅོལ་ནང་ཞུགས་པའི་ཚ་འཕྲིན་མེད་པ་བརྩོ་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་དག་ལུ་ལ་“ཁས་ལེན་རྒྱུར་.....
སྐྱབ”ལག་བསྐྱར་བྱེད་པ་ལས་འབྲེལ་ཡོད་དོ་སྤོང་འདོན་མི་དགོས་པ། “ཐེམ་ཐོ་གནས་སྤོའི་.....
ཚོགས་མཚན་ཐེམ་ཐོ་ཞིང་ཚེན་ལས་བརྒྱལ་ནས་གནས་སྤོབ།”སོགས་སྟེ་ཚན་མང་པོ་ས་མཉམ་.....
དུ་ཞིབ་བསྐྱར་བྱེད་པའི་དོ་སྤོང་དོན་ཚོན་ལ་ཞིབ་བཤེར་གཞིགས་འདེགས་བྱེད་སྐྱར་ས་དང་།
བརྒྱུད་རིམ། དུས་ཚོད། འགན་འཁུར་བ་བཅས་ཁ་གསལ་བ་བརྩོས་ནས་སྟེ་ཚན་གྲིས་ཞིབ་.....
བསྐྱར་བྱེད་པའི་དོ་སྤོང་རྒྱམ་གྲངས་21ལག་བསྐྱར་བྱས་ཡོད།
མཐར་རྒྱ་ཚོ་སྤོང་གིས་“འདོན་ཐུབ་པ”དང་“འདོན་མི་ཐུབ་པའི་”གསལ་ཐོ་གཉེས་.....
བཏོན་ཡོད། མིག་སྐར། སྤོང་ཡོད་ས་གྲིས་དོ་སྤོང་རྒྱམ་གྲངས་98གཅང་བཤེར་བྱས་ཟིན་པ་.....
དང་། ལུ་བསྐྱབྱས་རྒྱས་ལས་སྐོ་2800ཟླ་ག་ཅོམ་བསྐྱབས་ཤིང་། དེ་ལས་ཁེ་ལས་དང་མང་.....
ཚོགས་པར་རྒྱ་ག་ཚུར་རྒྱ་ག་བྱེད་ཐེངས་རེ་ཉུང་དུ་ཕྱིན་ཡོད་ལ་ལས་སྐྱེད་གྱང་སྐབས་བདེ་དང་.....
མདོན་གསལ་དོད་དུ་ཕྱིན་ཡོད།

## “སྤོན་ཐབས”སྤྱད་པ་བརྒྱུད་“མཐུན་སྐྱོར་སྐྱེད་རྒྱུ་བརྩོགས”བརྒྱུད་རིམ་འབྲིལ་པོར་མཐུང་བ།

རྒྱ་ཚོ་སྤོང་ལུ་བ་བསྐྱར་སྐྱེས་ཐོན་ཁུངས་བེད་སྤྱོད་ཚད་ཡོད་གྱང་མིའི་འགན་འཁུར་.....
བ་ལུ་བློ་སྟོང་གིས་“གན་འཛོག་དང་། ལས་གཉེར་ལག་ཁྲིམ། ཁྲུལ་དོན་བཅས་ནས་ཁོར་.....
ཡུག་སྤྱད་སྤོང་གི་གདེང་འཛོག་བར། དེ་སྟེ་ཉུང་མཐར་ཡང་རྒྱ་བ་གཅིག་འགོར་གྱི་འདུག་.....
ད་ཆ་མཐུན་སྐྱོར་སྐྱེད་རོགས་”བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ལ་པོར་མ་ཐུད་ཇེས་གཟུལ་འཁོར་གཉེས་གྱང་མ་.....
འགོར་བར་ཡོངས་སུ་སྐྱེད་ཐུབ་གྱི་འདུག་ རྒྱ་ག་འཛིང་ཚེ་བའི་འགོ་ཡུགས་ལས་ཁེ་ལས་ལ་.....
ཚོང་འཛིན་ཐེབས་རྒྱུའི་སེམས་ཁྲུལ་མི་དགོས་པར་ལུས་ལུགས་ཡོད་ཚོང་མ་འཛོག་དང་འཕེལ་.....
རྒྱས་གཏོང་བར་འཛོག་ཚོག་གི་འདུག་”ཅེས་བཤད།

ས་གནས་དེ་གའི་སྟེ་ཚན་གྲིས་རང་འགྲུལ་དང་འབྲེལ་མཐུད་བྱས་ནས་ཁེ་ལས་ལ་ཁོ་.....

## གངས་སྤོང་ས་ས་མཐོར་ཡང་ཚོ་སྐྱོར་སུ་སྐུལ།

(**པར་རྒྱུ་དང་པོར་མཐུང**) ཁོང་གིས་ཚ་འཇུགས་ཀྱི་.....
བཤོད་སྤྱི་གལ་བཅི་སྤྱད་ཞུ་གེ་དུ་རྒྱ་དང་དགེ་ལོན་སྐོབ་ཚེན་.....
གྱི་ཚབ་ཀྱི་ད་སྤོབ་གསོ་ཚན་ཁག་ཏུ་ཟབ་སྤོང་བྱེད་པར་.....
བརྒྱུད། དེ་རྒྱེས་ཀའི་ཞུའི་དེ་ཐའི་བོད་སྤོང་ས་མི་རིགས་སྐོབ་.....
ཤིང་གི་སྐོབ་དོན་ཁུའུ་འུ་ལས་སྐྱུར་བྱས་ཤིང་། ལས་སྐྱ་མང་.....
པའི་སྐོབ་ཁྲིང་དོ་དམ་ལས་ཀའི་མ་དུན་དུ་ཁོང་གིས་ལོ་གཅིག་.....
ཏག་ཏག་རིང་སྐོབ་ཤིང་དང་ཚན་ཁག་ཚོང་མར་བསྐྱོད་ནས་.....
སྐོབ་འགོ་འཇུགས་པའི་བྲ་སྤྱི་གཤམ་དང་། རྒྱ་གས་ལེན་བཤོད་.....
སྤྱི་གལ་གྱང་གསེར་མཐུག་སྐོལ་སོགས་ཀྱི་ལས་དོན་དག་(སྐོབ་.....
ཁྲིང་དོ་དམ་གྱི་འཁོར་སྤོང་དཔེ་རིས)ཤིག་ཏུ་ལོགས་སྤྱི་ག.....
གིས་གོ་རིམ་མེད་པའི་སྐོབ་དོན་ལས་དོན་དག་གོ་རིམ་ལུན་.....
པའི་དང་བསྐྱེས་ལ་བྲམ་ཏེ་མི་རིགས་སྐོབ་ཚོན་སྐོབ་ཁྲིང་རྒྱུར་.....
བཅོམ་གྱི་གསལ་རྟོགས་པ་ཞིག་ཏུ་བྱུར།

### ས་མཐོའི་ཞིང་འཕམ་ཚན་རྒྱལ་གྱི་འགག་སྐྱོལ་བ།

2019ལོར། ལོ་57ལ་སྐབས་པའི་ཀའི་ཞུའི་སྐོབ་.....
གསོའི་ཁོངས་གནོད་གསལ་ནས་ལས་སྐྱུར་བྱས་ཏེ་བོད་རང་སྤོང་.....
སྤོང་ས་ཞིང་འབོག་ཚོན་རིག་ཁང་ཏང་ལུང་གྱི་ཕྱུའུ་ཅིའི་.....
འགན་ལྗོ་པོ་ཁུར།

(**པར་རྒྱུ་དང་པོར་མཐུང**)

2014ལོར་གྱང་མི་དེ་བཅོད་གསལ་བ་ནས་བརྒྱུད་ཉིང་ཁྲི་མེ་རོག་.....
ཇའི་ལས་རིགས་ཚོང་ཡོད་གྱང་མིས་རིམ་ཚེས་བརྒྱབ་ན་མ་དངུལ་སྐོར་.....
དུང་ཕུར་3ཟླ་ག་ཅོམ་བཏང་ནས་ར་ལོའི་ཐོན་སྐྱེད་ལས་སྐོར་དང་།
ཚོན་རིག་ཞིབ་འཇུག་བྱིར་ཚོང་། ཉམས་ལེན་བཅས་གཞི་གཅིག་ཏུ་.....
འདུས་པའི་དེང་རབས་ཚན་གྱི་སྐོར་ལས་འཁོར་འབྲེལ་གྱི་ལ་པོའི་མ་.....
ལག་བསྐྱར་པ་རེད། ཚོན་ཚལ་གསར་གཏོད་ཐད་གྱང་མིས་རིག་ཏུ་ས་.....
ཚན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་མ་ལག་ནང་འདྲེན་བྱས་པ་མ་ཟད། མཐོ་སྐོབ་སྐོབ་.....
ཤིང་དང་ཐོན་སྐོབ་ཞིབ་གསལ་གྱི་མཉམ་ལས་བྱས་ནས་ཐོན་ཞིབ་.....
མཉམ་འགྲུལ་དང་མཉམ་ལས་རྒྱ་ས་ཚའི་ཚོན་ཚལ་འབྲས་བུ་སྤྱི་གས་སྐྱུར་.....
གྱི་མ་ལག་བཅོད་གསལ་པ་རེད། རྒྱ་ཁྲུབ་ཅིང་ལི་བདེ་སྤོང་སྐྱལ་ད་ཀར་གྱིས་.....
གུ་མ་པོ་ད་ཚོང་སྐོབ་ཏེ་ག་སྤོང་གི་ཡུང་ཀེན་ཚོན་ཚ་ལ་ས་.....
ཚོགས་”བཅོད་གསལ་པ་དང་ར་ལོ་འདེབས་འཇུགས་ཐོན་ཁུངས་དང་། ས་.....
པོན་གསོ་བའི་ལག་ཚལ། ཐོན་ཏུ་ས་རིམ་སྐོར་སོགས་ཐང་ཞིབ་སྟེལ་.....
གསར་གཏོད་བྱས་པ་དང་ཚབས་ཅིག་ལག་ཚལ་གསར་པ་ནང་འདྲིན་.....
གྲིས་ས་གནས་དེ་གའི་ལག་ཚལ་པ་གསོ་སྤོང་བྱས་ནས་ཐོན་ལས་རྒྱན་.....