

ཀེ་མ་ཀུར་ཏི་པ་མ།

གནས་ཡི་སྤུལ་ཁོར་ལུག་དཔེ་ན་དཔེ་ན་ཏུ་གཡུང་རུང་།
 ཟུང་ལྷགས་སྤྱང་རྩལ་མོང་ར་ར་ཏུ་འདུར་བས།
 མེས་མཆོར་བའི་སྤུལ་ཁང་ད་ཏུ་དང་ཡང་མ་རྟོ།
 བད་སྤྱིལ་ཁང་གྲུ་བའི་ལྷིང་འཇགས་ཀྱིས་གཞབ་རུང་།
 ཕྱིའི་སྤུལ་ཁང་མཐོ་གཞིས་ལུག་སྤྱང་དེར་གཟུར་བས།
 མེས་མཆོར་གནས་ཏིང་འཛིན་ད་ཏུ་ཡང་མ་ལུག།

གནས་ཡིད་པའི་རྩེ་ནི་བཞིན་བཞིན་དུ་འགྱུར་རུང་།
འཁྲོང་བྱེ་པའི་གཤར་ལམ་རྩུར་རྩུར་དུ་དོག་པས།
གཞིས་ལྷས་རའི་མཆོར་ལུའ་དུ་དང་ཡང་མ་སོས།
ཕྱིའི་ཉི་རྩོས་རྩམ་འགྱུར་འཇམ་འཇམ་ཞིག་སྟོན་རུང་།
ཁོག་སྐོལ་སྟུར་མ་ཁས་པོས་འདྲིང་འདྲིང་གྲུས་གཙོས་པས།
མེམས་ཡིད་རྟོན་རུང་བ་དུ་དང་ཡང་མ་མཆོས།

རྩོམ་ཉི་མའི་དགྲེལ་འཁོར་ལམ་ལམ་དུ་འཛོར་ཡང་།
 དགུཅ་ཚོག་གི་གཤེད་མས་རྩ་རྩ་དུ་བགྲང་བས།
 དེའི་དེ་བའི་ལྷ་དང་ལྷ་ག་དུང་ཡང་མ་སྟེབས།
 རྩོམ་ཚུ་བའི་འཛུམ་དག་རྩ་ལྷ་ལྷ་ག་དུ་དགོང་ཁྱང་།
 རྩོམ་ལྷ་པའི་རང་མདངས་རྩོག་རྩོག་དུ་གནས་བས།
 ཉ་གསེར་མིག་འཕྲུག་འཕྲོས་དུང་ཡང་མ་ལུས།

༼ བྱིན་འདེམ་བ། ༽

3

ཕྱི་མ་དྲི་ག་གི་དང་ཆ་མཐོན་པོར་གྲེང་། །མི་ཆོས་ཀྱི་བསམ་གློ་གནས་སར་བྱབ། །

པ་ཤེས་པ་ལྟོ་འགྲུབ། རྟོག་རྟེན་པ་རྟོག་ལྷུབ། ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ། བཀྲ་ཤིས་རྒྱལ་པོ་ལྟོ།

ཡ་མ་དུན་པའི་མིག་མེ།

ཆེ་འདས་ཨ་མའི་ཞབས་བྱ་དྲ་བུ་ཕྱེད་པ།

རི་ཁྱུང་གི་མཛོེས་སྐྱུག་དང་། ཉགས་
 ཚལ་གྱི་གཡོ་འགྲལ། གང་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ཆ་མ་
 འགྲུར་ཡག་རྒྱ་མེད་ཅིང་། བད་གི་ཚེར་འདྲ་
 ལ་འདར་བཟང་རྒྱ་མེད་པའི་མ་མཐའ་དགུན་
 མཐའ་འདྲི་ནས། ལོ་སར་གྱི་ཁུ་སྤྱོད་ལ་འབྲེལ་
 འབྲེལ་འཛུབ་འཛུབ་ཀྱིས་རྒྱགས་མོད་། ཡིན་
 བའདར་ཀ་ར་ཀོ་ཤེ་དང་མངར་རྒྱུར་སིལ་ཏྲི་ག་།
 གིས་བད་མེམས་སྐྱལ་བཞིན་མི་འདུག། བ་རྩ་
 སྤུན་རྩ་ཡིས་བད་མེམས་སྐྱལ་བཞིན་མི་འདུག།
 བ་ཕུའི་དགོང་རྒྱ་དང་། བད་མེད་བད་གཏམ་
 ཀྱིས་ཡིད་མེམས་སྐྱོབ་བཞིན་མི་འདུག། དེ་ནི་ཨ་
 མ་དབྱ་བས་མ་ཡིན་ནམ། ཨ་མ་དབྱ་བཞིན་
 འདུག། ཨ་མའི་སྐྱེ་ཡོད་ཀར་ཡོད་དེ་དབྱ་བཞིན་
 འདུག། དབྱ་གཏུང་ནི་མིག་རྩ་འགོག་གྲུབ་
 ཀྱིན་མི་འདུག་ལ། མིག་རྩ་ནི་ལག་པས་དབྱི་
 སྤུབ་ཀྱིན་མི་འདུག།

[illegible]

མིག་ཚུ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །
 ༡༠༧༥. ༥. ༣༠. ཏུས་ཚོང་འདི་ངའི་
 ཡིད་ལུལ་ནས་བྲལ་བྱེད་ཀྱིན་མི་འདུག
 སྐབས་དེར་ང་རང་རྒྱུང་རིང་གི་མ་ཡུམ་སྒྲོབ་
 རྒྱུང་ནས་སྒྲོབ་སྒྲོུང་བྱིང་བཞིན་པའི་སྒྲུབ་ཡིན།
 རྒྱོ་བུར་ཏུ་པ་ཡུལ་ནས་ཁ་པར་བཏང་སྟེ། ཨ་
 མའི་ནང་ག་ཞི་ཕྱི་མིན་པས་པ་ཡུལ་ཏུ་འགྲོ་
 དགོས་པའི་དྲན་སྐུལ་ཞིག་ཨ་ཁུས་བཏང་སོང་།
 ཨ་ཏུ་དང་གཉིས་ཀྱིས་བྲལ་བྲལ་འཆུབ་འཆུབ་
 ངང་ལུལ་ཐུལ་ལ་འགྲོ་བའི་སྒྲུབ་འཁོར་བཅོམ་
 ཡུན་རིང་མ་འཁོར་བར་སྒྲུབ་འཁོར་རྟེན་པས་པ་
 ཡུལ་ཏུ་བགྲོད་པ་ཡིན། ལམ་གྱི་བར་སྐབས་
 ཤིག་ནས་ཨ་ཁུལ་ཨ་པས་ཁ་པར་བཏང་སོང་།
 ངས་གཟབ་ནན་གྱིས་ཉན་པས་ཨ་མའི་སྒྲུབ་
 བད་གང་ཡང་གོ་མོས་མ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་
 ཨ་ཁུས་སྒྲུབ་ལན་དེས་ཨ་མ་ཆེ་ལས་འདས་
 སོང་བ་ངས་ཉ་གོ་བྱུང་། སྐབས་དེར་མེམས་
 པ་རྒྱུང་མེང་དེ་རྒྱར་ཅིང་། ཁ་ནས་ཨ་མ་
 ཟེར་བའི་དདུགས་རིང་ཞིག་ཀྱང་འགོག་མེད་
 ཏུ་ཐལ། མིག་ནང་ཏུ་མིག་ཚུས་བསྐྱངས་
 པས་མགོ་བོ་ཁྱེན་ལ་སྒྲོང་ཐབས་བྲལ། ཟུ་
 མཚན་སྒྲུབ་འཁོར་གྱི་ནང་ཏུ་ངོ་མི་ཤེས་པའི་མི་
 ཚོས་མང་ཏུ་འདུག།

ངོ་མི་ཤེས་པ་འདི་མི་ཚོགས་ཀྱི་དངག་པ་བཞིན།
 ངས་ཀྱང་དོན་དག་གང་ཡང་མ་བྱུང་པའི་ཚུལ་
 གྱིས་བསྐྱེད། ཡིན་ནའང་མིག་ཚུངས་ནང་
 སེམས་ཀྱི་མི་ཚོགས་ཀྱི་དངག་གི་སྤྱིང་འཇགས་
 ངང་ཁ་མི་བྱལ་ཁག་མེད་ཟེད། རྒྱལ་མ་རེར་
 འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་དང་ཚུལ་འདི་ལ་སྒྱུག་དུང་
 གི་མཆི་མ་བཞུང་དགོས་དོན་གང་ཡང་མེད།
 འདི་ནི་སྤྱི་མཉམས་ཀྱང་བཞུད་དགོས་པའི་གོ་རིམ་
 ཞིག་ཡིན་པས། སྤྱག་བསྐྱེལ་བྱེད་དགོས་དོན་
 མེད་པར་སྟམ་ཆོ། མིག་ཚུངས་དང་བྱང་ལ་མི་
 འབྱུང་བར་ཕན་པ་འདྲ་ནའང་། སྒྱུག་དུང་ནི་
 རྩར་བཞིན་སེམས་ངོས་ནས་རྒྱ་བཞིན་འདུག
 ཡང་དེ་ལས་ཐོག་སྤེང་ནི་དུ་སྤྱག་ཅིག་དུ་ལུང་བ་
 མ་ཡིན་ནམ། དེད་མིང་གིང་ལྷ་ཆ་དུ་སྤྱག་

མིག་ཏུ་ལྷུང་པ་མ་ཡིན་ནམ། ང་ཚོས་འཛོལ་
 རིམ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ། ད་ནི་ཨ་མ་མིག་གིས་མཐོང་མི་
 སྲིད་པའི་བྱ་དངོས་དག་ལ་བསམ་ཆོ། མིག་ཚུ་
 དང་སྟོན་ཏུ་ང་གིས་རང་སེམས་ལ་སེན་དགུང་
 དང་སྐར་དགུང་མི་བྱེད་ཁག་མེད་ཅེད། ལྷལ་
 ལྷལ་ལ་མ་ཐོན་པའི་ལམ་བར་གྱི་དུས་ཚོད་དེ་
 དག། ང་ལ་མཚོན་ན་མིན་ཏུ་ཚོར་བས་བྱལ་བས་
 པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞིག་ཡིན། ཅག་ཏུ་བརྗོད་པ་
 མེད་པའི་སེམས་ངོས་ཀྱི་འཆར་སྟོན་ཞིག་ཡིན།

ལུལ་ལྷུལ་ལ་སྒྲེབས་ཚར་བའི་མཚན་
 རྒྱུ་ཆེན་དེར། ཅི་འདྲའི་ནང་སེམས་ཀྱི་རྟེན་གྲ་
 དང་གོང་ཆག་མང་བ་ལ། ཕྱིའི་རྣམ་འགྲུར་
 ལའང་རྒྱད་པ་དང་དྲུབ་པ་འགྲུར་བ་མང་ཨང་།
 མཚན་མོའི་དུས་ཚོད་གང་ཅམ་ཡིན་པའང་ཤེས་
 གྱིན་མི་འདུག་ལ། བཅོན་གྱིས་མིག་བཅུ་མ་
 པར་བྱས་ཀྱང་གཉིད་ལ་ཡུར་བའི་རྣམ་རྟེན་
 ཅིག་ཀྱང་མི་འདུག། རྒྱུན་ལྡན་གཉིད་རྒྱ་དེ་
 སྒྲུག་བསྐལ་ཞིག་དང་གཉི་སྒྲུག་ཅིག་ཏུ་བདག་
 མོད། འོན་ཏང་། སྐབས་དེར་གཉིད་མི་ཡོང་
 བ་དེ་སྒྲུག་བསྐལ་ཞིག་ཏུ་རྟག་པར་སིམ་གྱིན་
 འདུག། དེ་བས་མཚན་རྒྱུ་ཆེན་གཅིག་དེར་མི་
 ཆོད་སྐྱད་ཅིག་བརྒྱས་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་རེད།
 དུས་ཚོད་ཀྱི་སྐར་ཆ་འདི་འདྲིའི་བར་གསེང་ནས་
 ཨ་མའི་ཞལ་རས་འཆར་གྱིན་འདུག་ལ། ཨ་
 མའི་ཞལ་རས་ཀྱི་འཁོར་ཕྱོགས་དེ་ནས་མི་ཁོ་
 བརྩ་དགུ་ཡི་གཏམ་རྒྱུད་མིག་ལམ་ན་འཆར་
 གྱིན་འདུག། སྐྱ་འེངས་འཆར་བ་དང་ལྷན་
 བ་ལུལ་དུ་གོམ་ལ་ཡང་བསྐྱར་ཕྱོགས། ལམ་
 རྒྱུད་ཀྱི་ཆོར་རྩེད་ནི་སྤར་བཞིན་སྤྱོད་འཇགས་
 མ་འདོད། །

བ་ཡུལ་དང་ཁ་ཐག་ཆེ་ནི་ནས་ཆེ་ནིར་
 གྱུར་ཆོ། མིག་ཚུ་དང་བརྗོད་མེད་གྱི་སྒྲུག་
 བསྐལ་གོང་འཕེལ་ནས་ཡང་འཕེལ་འགྲོ་བཞིན་
 འདུག། རིམ་གྱིས་འགྲོགས་འདྲིས་ཆེ་བའི་ལ་
 ས་མཐོང་ན། དེ་བས་ཀྱང་ཆོ་ཁྲིང་འཇམ་པའི་
 མིག་ཚུ་ཞིག་མཁུར་པའི་ངོས་ནས་བཞུར་འགྲོ་
 བར་མ་ཟད། སེམས་ལ་གཟན་པའི་དྲན་
 གཏུང་ཞིག་ཀྱང་ཚུར་ཚུར་ཐོན་ཡོང་། རྣམས་
 དེར་ཁྱེམ་གཞིས་ནི་རྒྱུང་རིང་མིན་པའི་ནི་ས་
 དེར་ཡོད་འདུག རྒྱངས་འཁོར་ནང་ནས་
 མར་བབས་པ་དང་ལྟན། ཨ་ཅེའི་དུས་རྒྱུད་དང་
 ཨ་པའི་ངོ་གདོང་དེ་དག་གིས་སྒྲོག་གཏུང་ཡང་
 བསྟེགས་དང་བསྐྱར་བསྟེགས་མི་སྤྲོད་ཁག་མེད་
 རེད། མང་པོ་ཞིག་གི་འོ་བརྒྱལ་དང་དཀའ་

ལས་ཟེར་བཞིན་འདུག། དཔལ་དེ་དགག་གི་ལན་
 དུའང་དུ་རྒྱུད་མ་འདྲིས་པའི་རྒྱུད་ཆ་ཞིག་ཤོད་
 ཐབས་བྲལ་འདུག། བྱིས་དུ་སླེབས་སྐབས་
 ར་ཚོར་གང་འཐུང་ཞོར་ཨ་མའི་ཕུང་པོའི་ཉེ་
 ལར་འགྲོ་བའི་མེམས་ཆོར་འགྲོག་མེད་དུ་སླླེ་
 བཞིན་འདུག། ལག་པས་ཀྱང་པར་པར་
 རྟོབ་པའི་སྣང་བ་བཞིག་སླླེ་བཞིན་འདུག།
 རྒྱལ་ས་དེར་མི་མང་དྲགས་པས་བྱིས་པའི་ཚུལ་
 འཇུར་ཞིག་བྱིར་མངོན་ཐབས་བྲལ། རི་མ་
 གློ་དང་སྐྱུ་རིམ་བྱིས་ཉིན་ཞག་ལ་ཤས་འགྲོ་
 ཐབས་བྲལ།

ལྷང་བ་གར་ལ་གཡིང་བའི་རྣམས་རེར།
 ཨ་མའི་ཞལ་རས་དང་། ཅད་མའི་བདེ་སྐྱེལ།
 འཁོར་བའི་གཞིས་ག་སྟགས་གང་ཡང་དྲན་ཆུ་
 མི་འདུག། གང་ཡང་མི་དྲན་བའི་དྲན་པ་དེ་
 ཉུག་ཏུ་གནས་ན་བསམ་ཆོ། ཨ་མའི་ཞལ་རས་
 དེ་ཡིད་ལ་འཁོར་ཡོང་། ཅད་མའི་བདེ་སྐྱེལ་
 ལ་འདང་ཞིག་རྒྱག་ཡོང་། རྣམས་དེར་རང་
 བྱིས་ཀྱི་ཉེས་ན་ཡོད་པའི་རིམ་“རྒྱ་མགོ་ཁ”ལ་
 སོང་སྟེ་ཨ་མ་ཟེར་ནས་དུ་འབོད་ཐངས་ཀྱངས་
 བྱས་པས། ཡང་མིག་ཆུ་བརྒྱར་མཚམས་
 འཛོག་འགྲོ། ཡང་བྱིས་ལ་སོང་ནས་ཁུ་མོ་དང་
 ལུ་པོ་ཨ་ཅེ་སྟགས་དང་ལྷན་དུ་ལ་བརྟེན་བཞེས་ན་
 མིག་མཚིམས་གང་སྟེ་རབ་པེ་རོབ་པེ་ཞིག་ཏུ་
 འབྱུར་འགྲོ། དུ་རྒྱད་ཡང་ཀྱགས་ཡོང་། ཨ་
 ཅེ་དུས་ནང་ཡང་དུ་ཡོང་། ང་རང་དུས་ན་ལུ་
 མོ་ཡང་དུ་ཡོང་། ཨ་མ་ཟེར་ནས་དུ་ཡོང་།
 ཨ་མ་ཁྱོད་གང་དུ་བྱུད་སོང་ཟེར་ནས་དུ་ཡོང་།
 ཨ་པས་ཀྱང་མིག་གི་བྱུམ་བྱུམ་འོག་ནས་མཚིམ་
 ཐར་ཐོར་ཤོར་ཡོང་། དེ་དུས་ཀྱི་ལུ་པ་མོའི་
 རྒྱལ་འལུར་ཉེ། ཨ་མ་ཁྱོད་གང་དུ་བྱུད་སོང་
 ཟེར་བའི་དུ་རྒྱད་དང་བསྐྱེས་པའི་རྒྱལ་འལུར་
 དེ་ཡིད་ལ་འཁོར་ན། མིག་རྒྱུད་དང་སྐྱེལ་དུང་
 མི་སྐྱེ་ལག་མེད་རེད་དོ། །

ལོ་སར་གྱི་རྒྱབ་ས་འདིར་ངས་ཨ་བྲུག་
བཞེན་འདུག། ད་ནང་མགོ་པོ་ཡར་ལ་དབྱེ་
དུས་མ་ཐམ་འདི་ནས་རང་དང་ལྷན་དུ་ཨ་མ་
མེད་ནང་། བལ་ཡུལ་དུ་ཨ་མ་ཡོད་ན་ལོ་སར་
འདི་སྤྱིད་པོ་རེད་ཨང་བཟམ་པའི་སེམས་ཆོར་
ཞིག་སྟེས་སོང་། ཆོར་བ་དེའི་རྒྱུད་བཅོས་ཏེ་
ཆོས་ཁུང་འདི་གར་མར་བྱིས་པ་ཡིན། ཡིག་
ནོར་དང་བརྗོད་དོན་ནོར་བ་ཡོད་ན་དགོངས་
དག་ལྟ་བ་དང་རྒྱགས་སྟོན་རྒྱས་སྟགས་དབྱེས་
པར་སྒྲིན།

༼ བད་མི༽



རྒྱ་བོད་ཀྱི་གྲོགས་པོ་ལྟ་བུ།
甘子日報
GANZI DAILY

စံပေရီဂြိုဟ်၊

ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྐད་

2021ལོའི་ཟླ་བ11པའི་ཆེས་12ཉིན།

གཟུང་པ་སངས་

ལྷ་མཁའ་ལྷོ་ལྷ་མཁོ་གཤམ་རྒྱུ་
ལྷ་པ་ལྷ་མཁའ་ལྷ་པ་

དེན་རིག་སྤོང་གདམས་དག་བདུན་ཅིང་ལ་རྩལ་ཁོང་།
 སེམས་ཚེས་ཉིད་རྒྱལ་མོའི་ཉི་འཁོར་དུ་བཅར་བའི།
 མགོན་རྒྱལ་དཔལ་པོའི་རང་ལཱ་གི་མཐའ་དུ།
 ལུས་བཅེ་ཁོང་འདུད་པས་ཡིད་དབང་འདི་དགའ་ལོ།
 ཚིག་སྒྲུ་འཕྲུལ་ལོ་བྱང་དགུ་བཅེགས་སུ་འདུག་པར།
 གནད་མ་བཅོས་རིག་པའི་རང་གདངས་ནད་འདུས་སྐད།
 རྩོད་སྤྱོད་ནག་འབྱམས་སུ་འབྱམས་པ་ཡི་བདག་ཀྱང་།
 རྩོག་གེར་གྱི་ཉེ་གཟབ་ནན་གྱིས་ཉན་ཡོད།
 རྩུང་ཉོན་མོངས་འཤར་བའི་མེ་ཕུང་གི་དབུས་སུ།
 སྤྱན་དམ་ཚེས་བསལ་མ་ཆད་མེད་དུ་ཕབ་འདི།
 སྒོ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་ཉམས་དབུས་སུ་འཛུམ་འོང་།
 ཡིད་སྦྱོར་བས་བསྐྱེགས་བརྒྱུད་རང་བཞིན་གྱིས་གྱེར་རོ།
 ཚེས་འདིར་སྤྱང་དཔེ་ཡི་ལཱ་ཐང་དུ་ཤར་ཁོང་།
 སྤྱིང་མུན་སེལ་ཆེས་འགྲོ་ཁྱེད་གསུང་གི་མགུར་མ།
 མགོན་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་དང་ཡུན་འགྲོགས་གྱི་གདམས་པ།
 སྤྱན་བརྒྱུད་ཆགས་གསེབ་ནས་སེམས་དབུས་སུ་མཆེད་ཡོད།
 ལྷ་དགྲིལ་འཁོར་ཤེས་རབ་གཅིག་འདྲེས་པའི་དོ་བོ།
 མགོན་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་དང་ཡུན་འགྲོགས་གྱི་གདམས་པ།
 ལུས་དང་གདུང་ལམ་ནས་བསྐྱེགས་བརྒྱུད་དག་མཛུམ་བས།
 ཚིག་དོ་མཆར་རིང་མོ་རྩེ་ཆབ་ལྷར་བཞུར་འོང་།
 དུས་བསྐལ་མང་ཁྱེད་དུ་རྒྱལ་གྱི་ལ་མཛུམ་ཁོང་།
 གཏམ་ཡིད་དབུས་རི་མོ་འདུར་ཚུགས་སུ་བྲིས་པ།
 བདག་སེམས་གྱི་ལྷན་པར་ལ་ལ་བཞིན་སྤྱན་པས།
 སུག་སྒྲུག་པའི་ན་བུན་དུས་ཚམས་ལ་ཕྱིགས་སོང་།
 ཕྱི་སྤྱང་བརྒྱན་གྱི་བརྒྱན་རིས་སུ་གཟིགས་ཏེ།
 རང་དོན་ཐབ་ལྷ་བའི་རྒྱལ་ས་རུ་འགྱོར་ཁོང་།
 གདངས་མི་འཇགས་དོ་ཉའི་རང་མདངས་དེར་འཕྲད་པས།
 སྤྱི་ཤེས་ཉེད་དེ་ཡུན་ཚམས་རིང་ལུས་ཡོད།
 ཕྱི་འགྲོ་བའི་ཚིགས་གྱི་གྱུན་སྤྱོད་ལ་མཐུན་དང་།
 རང་གྱུན་བཟང་དགོངས་པའི་དཔལ་མཚོན་དང་འགྲིགས་པ།
 རྩོ་ཁྱེད་རང་དུས་འདིར་མཛུམ་ཚམས་གྱིས་སྤྱང་བས།
 ཡིད་དགའ་སྤྱོད་ཉི་མའི་འོད་སྤྱང་དང་བསྐེབས་པོ།
 མགུར་ཡིད་འཕྲོག་རྩོ་བའི་ཐུགས་རས་པ་ཡི་སྒྲུ་བོ།
 གནད་གྱུན་འདུས་མན་དག་བདུན་ཅིང་འཛུམས་པས།
 ལུས་ནད་བརྒྱའི་གཟིར་པའི་བསྐལ་མང་གི་ཁྱེད་དུ།
 གསུང་ཨོན་ཚམས་མཐུ་ལོས་ལམ་བཟང་ཞིག་རྟེན་སོང་།

‘འབྲུམ་ལྷ་བྲལ།’

