甘孜日报
GANZI DAILY
སྒྲོན་གྱི་སྐྱེ་མ།
2023ལོའི་ཟླ་བ12པའི་ཚེས22ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།

བྲན་གཏུན་གིས་གྱེར་བའི་གཞས།

ལྷ་བྱ་ཁུ་བྱུག་སྔོན་མོ། །
མ་བསྟོད་རྒྱང་ལ་འཕུར་ཐལ། །
བྱིའུ་ཆུང་ང་ཡི་སེམས་པ། །
འཁྱུག་རོམ་དར་གྱིས་བསླུས་སོང་། །

ཕ་ལོ་ཁྲི་གདུགས་ཉི་མ། །
མ་བཞུགས་ནུབ་རི་ར་ཡལ་ཐལ། །
བུ་ཆུང་ང་ཡི་འཇིག་རྟེན། །
སྨུག་གི་མུན་པས་གཡོགས་སོང་། །

མ་ལོ་དཀར་གསལ་ཟླ་བ། །
མ་ཆགས་གནས་ལ་བུད་ཐལ། །
བུ་ཆུང་ང་ཡི་འཚོ་བར། །
སྐྱོ་བའི་ན་བུན་འཁྲིགས་སོང་། །

མཛེས་པའི་སྣང་བརྒྱན་མེ་ཏོག །
མ་བཞིན་ལོ་གཅིག་འགོར་སོང་། །
བུ་ཆུང་ང་ཡི་ཁྲིམ་གཞིར། །
སྐྱིད་པའི་བྲོ་བ་ཕོར་སོང་། །

ཡ་ཆུང་སྙིང་གི་བྱམས་པ། །
མ་འཕྲད་ཡུན་རིང་འགོར་སོང་། །
བརྩེས་མེད་སེམས་ཀྱི་དུང་བ། །
ལྷ་སའི་སྐྱིད་ཆུར་ཐིམ་སོང་། །

གཤོག་རྩལ་ཡོད་ན་བསམ་བྱུང་། །
མཐུ་རྩལ་འཛོམས་ན་སྙམ་བྱུང་། །
མ་ཡུམ་གངས་རིའི་ལྗོངས་ལ། །
བསྐོར་བ་ལན་གཅིག་བརྒྱག་འདོད། །

༼གཅན་སྟག་མིག༽

རྩོམ་རིག་གི་དར་ཆ་མཐོན་པོར་སྒྲེང་། །མི་ཆོས་ཀྱི་བསམ་བློ་གནམ་སར་ཁྱབ།།

པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། ཞིབ་དཔྱད་པ་དོན་གྲུབ། རྩོམ་སྒྲིག་པ། བདེ་ཆེན་དབང་མོ།

ཡོ་རྒྱུས་ཐོལ་བྱུ་ཞིག

ཕྱུགས་བསམ་སྐྱེ་ལམ་རིང་མོ་སེམས་ན་ཕྱིར། །
ཕ་མའི་རེ་ཞེན་ལྷ་ལོ་ཡོད་དུ་སློམ། །
ཕ་ཡུལ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་རྒྱང་དུ་བསྐྱུར། །
གམ་གཉིས་སྟོང་གིས་བཙད་དེ་ལ་ཡུང་བརྒྱལ། །

ཉིང་མའི་གདན་ས་དྲུག་གི་ཡ་ཀྱལ་ཏེ། །
གྲུབ་དབང་རྫོགས་ཆེན་པ་ཡི་ཆོས་གྲྭའི་མཐར། །
སློབ་ཚོགས་པནྣས་འབྱུངས་པའི་སྐྱིད་ཚལ་དུ། །
སད་སེར་སྟོང་གིས་གདུང་བའི་མེ་ཏོག་ཉིང་། །

བརྩོན་དང་འབད་པ་རེ་ཞིག་བྱེད་ཕྱུལ་གྱིས། །
ལོ་དང་ཟླ་བའི་དུས་ཚོད་སྒོ་བུར་དང་། །
མི་སྟོད་སྐད་ཅིག་འགག་ལ་སོང་ན་ཡང་། །
ཁོ་བོ་རྫོངས་རྒྱལ་རིགས་སུ་སྤར་བཞིན་གནས། །

དམིགས་འབེན་ཀུན་དང་འདྲ་བ་སེམས་སུ་སྒྱི། །
སློབ་ཚོགས་ཕྱོགས་སུ་འཁོར་བར་རང་ཡང་སྐོར། །
ཀུན་གྱིས་ཐུན་མཚམས་བཅད་དུས་ངས་ཀྱང་གཏོང་།།
མཐོ་དམན་རིགས་སུ་ཆད་པ་སྟོན་གྱི་ལས། །

མིག་ན་མཆིམས་རབ་རིབ་སྒྲིབ་གྱུར་ཅིང་། །
གདོང་ལ་ནག་ནོག་ཚོན་གྱིས་ཡང་བསྒྱུར་ཏེ། །
ངག་ནས་དུ་བའི་སྨ་སྐད་ཆེན་ཡང་། །
ཤེས་རབ་མཆོག་གི་རྩལ་ཁ་ཅི་ལ་གྲོལ། །

ཕར་བལྟས་གཙང་ཞིང་སྟོད་པས་སྐྱིད་ཅིག་རེག །
གཞིག་ན་མགོ་རེག་འདི་ཡང་སྟ་མིན་ཏེ། །
ཡོན་ཏན་དཔལ་གྱིས་མཛེས་པ་མིན་དུང་ཡང་། །
འདུལ་ཁྲིམས་གཙང་མབ་ཞིག་ཀྱང་དཀའ་པོ་ཡོད།།

༼རང་མདངས༽

འུ་གཉིས་ཀྱི་བར་ཐག

ཁྱོད་རི་བོ་དེའི་ཕ་རོལ་ན་ཡོད།
ང་རི་བོ་དེའི་ཚུ་རོལ་ན་ཡོད།
རི་བོ་གཅིག་གིས་ཆོད་པའི་འུ་གཉིས།
ཐུག་འཕྲད་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཏ་ཙང་ཐུང་དྲགས་པས།
ངས་ཁྱོད་ལ་དྲན་པའི་ཚབ་ཏུ་སྦྱིན་པ་ཞིག
བསྐུར་ན་འདོད།

འུ་གཉིས་ཀྱི་བར་ཐག་དེ་འདྲའི་རིང་པོ་མིན་ལ།
དེ་འདྲའི་ཐུང་པོ་ཡང་མིན།
རིང་མིན་ཐུང་མིན་གྱི་བར་ཐག་འདི་བརྒྱུད་དེ།
ངས་ཁྱོད་ལ་སྨུག་པའི་ལོ་ཟླ་ཧ་རེ་རིང་དུ་བཏང་
དགོས་བྱུང་།

ཁྱོད་ནི་ཡོད་དུ་འོང་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་མིན།
ཡོད་དུ་མི་འོང་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་མིན།
ངས་འུ་གཉིས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་དོན་དུ།
མི་མང་པོ་ཞིག་བློས་བཏང་དགོས་བྱུང་།
མི་མང་པོ་ཞིག་དང་ཐུག་འཕྲད་མེད་པ་བྱས།

ཁྱོད་ང་ལ་གྲུ་ཡངས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཟུང་ཙམ་
གཡོར་དང་།
ད་ནི་དཔྱིད་ཀ་སླེབས་ནས་དབྱར་ཀ་ཚེས་རན་པས།
འུ་གཉིས་ཐུན་མོང་ལ་དབང་བའི་ཁྲིམ་གཞིས་
ཞི་ཤིག་བསྒྲུ་རན།
ཁྲིམ་གཞིས་དེ་བདེ་སྐྱིད་ཀྱིས་གང་བར་བྱ།
ཁྲིམ་གཞིས་དེ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་འཚོ་བས
གང་བར་བྱ།

༼ཏ་སྒྲོན༽

གསར་ཆག་དེའི་རྗེས་སུ།

ཐ་སྙད་མང་པོས་ལྷན་པ་བརྒྱབ་ཀྱང་།
ཡོངས་སུ་མཚོན་ཐབས་མེད་པའི་
བདག་གི་ཁེར་རྐྱང་ལ་ཐིམ་པའི་ཉི་
ནུབ་དེར།
རྒྱང་རིང་ནི་རབ་རིབ་ནས་རབ་རིབ་
ཏུ་གྱུར།
དེ་ལྟ་ན་འང་། བདག་གི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྣེ་
མོ་རེ་རེར།
རྨི་ལམ་གྱི་ཁང་ཁྱིམ་ནས་འཕྲད་པའི་བུ་
མོ་ཁྱོད།
ནགས་འདབས་སྐྱེག་པའི་རི་དྭགས་ཤིག་
དང་གཉིས་སུ་མེད་པར།
ང་ཡི་སྙན་ངག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་སུ་དཔལ་གྱིས་
བྱོན་པ་ཡིས།
སྙིང་འཛུགས་སུ་སྟོད་པའི་རང་བྱུང་ཁམས་
ཀྱི་ང་ལ།
ནང་སེམས་ཁོ་ནས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་
བརྩམས་སྒྲུང་ཞིག་དང་།
རྨི་ལམ་གྱི་སྙིགས་བུ་ཁོ་ནར་ལེན་ཚོགས་པའི་
སྒྱུ་གཞན་ཤིག་ཀྱང་བསྒྱུལ།

མིང་ཚིག་མང་པོ་ལྷན་དུ་བསྒྲིགས་ཀྱང་།
གཏན་ནས་མཚོན་ཐབས་མེད་པའི་
བདག་གི་རྣམ་ཤེས་ལ་ཐིམ་པའི་ཉི་
ནུབ་དེར།
དངོས་ཡོད་ནི་རབ་རིབ་ནས་རབ་རིབ་
ཏུ་གྱུར།
དེ་ལྟ་ན་འང་། ང་ཡི་སྙན་ངག་གི་སྣེ་མོ་
རེ་རེར།
འཁྲུལ་སྣང་གི་གླིང་ག་ནས་མཛལ་བའི་
བུ་མོ་ཁྱོད།
མཚོ་མཐར་ལྡིང་བའི་ངང་པ་ཞིག་དང་
གཉིས་སུ་མེད་པར།
ང་ཡི་བློས་བསླངས་ཀྱི་སྒྲུང་རྩོམ་དུ་དཔལ་གྱིས་
བྱོན་པ་ཡིས།
ཁེར་རྐྱང་དུ་སྟོད་པའི་སྐྱོ་གར་འཐུ་བའི་
ང་ལ།
རྣམ་ཤེས་ཁོ་ན་འཁྱིལ་སའི་གནས་
མལ་ཞིག་དང་།
འདས་ཟིན་པའི་དྲན་པ་མཐའ་དག
ཉར་སའི་འབྲི་དེབ་ཅིག་ཀྱང་བསྐྱལ།

༼ཐོར་བུ།༽

ཚིག་གི་ལྷུང་བུ་ཡིས་བདས་པའི།།
དགའ་སྤྲུག་ཤིང་ལོ་ཡི་དང་ཚུལ།།
གནམ་སའི་བར་སྣང་དུ་སྤུར་བས།།
ཞི་བློ་ཨ་ཐང་རེ་ཆད་བྱུང་།།
བདག་ཡིད་ནམ་མཁའ་ཡི་དཀྱིལ་ནས།།
ཀུན་རྟོག་སྒྲོག་འགྱུ་དེ་འཕྲོས་འདུག།
དགའ་སྤྲུག་མིག་ཆུ་ཡི་ཆར་འབྱུ།།
མཁྱུར་ངོས་ས་ཆེན་དུ་ལྷུང་བྱུང་།།
ངེས་མེད་དབྱར་གཞུང་གི་ནམ་ཟླ།།
སྙིང་གི་རི་ངོགས་སུ་འཕོས་པས།།
རྟག་བརྟན་དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་ཉི་མ།།
མི་ཁའི་སྦྲིན་ནག་གིས་བསྒྲིབས་སོང་།།
བསྟོད་སྨད་མཚོ་ཆེན་གྱི་རླབས་རིས།།
སེམས་ཀྱི་ཞེམ་ས་རུ་འཕྱུར་བས།།
དམ་ཚིག་རྒྱ་རགས་དེ་མེད་ན།།
ཞི་སེམས་ཉ་མོ་དེ་འཁོར་དགའ།།
རྫོན་པའི་ལག་ནང་གི་དུག་མདའ།།
ཕར་ཕྱོགས་ཤྭ་ཆེན་ལ་མ་ཐོག།
རྣ་ཅོག་ལེབ་སྐྱི་ལ་ཕེབས་པས།།
འཛོག་འཛོག་སྦ་རྒྱ་ལ་རོལ་འདུག།
གཞན་བརྗོད་ཐུག་ཆ་ཡི་མདའ་མོ།།
ཡ་ཕོག་སྙིང་དབུས་ལ་ཐོག་པས།།
དགའ་སྐྱོ་སྨིག་རྗེས་ཀྱི་རི་མོ།།
ཞལ་ངོའི་ཐང་ཆེན་དུ་བཀྲ་བྱུང་།།
མི་ཁའི་བྱིའུ་ཆུང་གི་གཤོག་སྒྲ།།
སེམས་ཀྱི་འབྲི་ཤིང་དུ་བབས་འདུག།
ཚོར་བའི་ཡལ་འདབ་ཀྱི་ལོ་མ།།
མི་བརྟན་ཤིག་ཤིག་ཏུ་འགྱུལ་ལོ།།
ཁ་ཡག་འཇའ་ཚོན་གྱི་སྣང་བ།།
མི་ཚོགས་མཁའ་དབྱིངས་སུ་བཞད་སོད།།
བདེས་ཀྱང་ཐོབ་པ་རྣ་མི་འདུག།
ཡིད་ཆད་སྐྱོ་བ་ངེས་གཅེས་བྱུང་།།
མཚན་སྨུག་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་སྐར་མདའ།།
སྐྱོ་མཐའི་ཕྱོགས་སུ་ཡང་མ་ལྷུང་།།
བདག་གི་བྲང་གཞུང་ལ་ཐེབས་པས།།
སེམས་འགྱུའི་ཁྲག་རྒྱུན་དེ་བཟློལ་ལོ།།
དུས་མཐའི་ཀླུང་ཆེན་གྱི་འཇིགས་པས།།
སྣོད་བཅུད་གཏོར་བ་རྣ་མ་བྱུང་།།
རྣ་བར་ལྷུང་བ་ཡི་ཀླུང་བུས།།
ཀུན་རྟོགས་རི་རྒྱལ་དེ་གཡོས་བྱུང་།།

༼གདོང་རིགས༽

ཁ་མ་ཆར་ཞིག་འབབ་ཀྱིན་འབབ་ཀྱིན་ངས་སྔོན་གྱི་དུས་ཚིག་གཅིག་ཡོད་ནས་དབང་མེད་དུ་དྲན་བྱུང་ལ། ད་དུང་དུས་ཚིགས་དེ་ཡི་རི་མོ་དཀར་དམར་གྱི་མཚོན་མདངས་ཀྱང་ཡིད་ལ་ཨ་ལེ་ཨ་ལེ་འཁོར་འདུག་པ་འདྲ། གང་ལྟར། དྲན་པའི་ཟུར་ཙམ་ཡིག་ཚོར་དང་བཅས་ཁྱོད་དང་ང་ཡི་མིག་མདུན་དུ་བཀོད་ན། འཛིན་གྲྭ་དྲུག་པའི་འཛིན་སྒྲོ་ནས་ངས་ནམ་རྒྱུན་ཅི་ཡང་མི་བཤད་པར་སྨུག་བཞིན་ཡོད་པ་ནི། ཁྱོད་རང་ཡིན་པ་སུས་ཀྱང་རྟོགས་མེད་ལ། མཐའ་ན་ཕ་ཡུལ་དང་སྐྱེ་བ་ཡུལ་ཚོ་གཅིག་པའི་ཞ་ཉེ་སེང་གེ་ཡིས་ཀྱང་ཤེས་མེད། འདི་ནི་ང་ལ་མཚོན་ན་གསང་བ་ཞིག་བཤད་ནའང་འགྲིག་ས་རེད། ངས་ནམ་རྒྱུན་གསང་བ་ནི་གཞན་ལ་བཤད་མི་ཉན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་སྣང་གི་ཡོད། དེ་ནི་“སྔོན་ཚད་ཅིག་ལ་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭའི་ནང་ནས་འཕྲིན་ཡིག་ཅིག་གི་དོན་དག་ཅིག་ཡིན། ངའི་ཞ་ཉེ་སེང་གེ་ཡིས་ཁོ་ཁོ་ཚེ་དབང་ཟེར་བའི་བུ་མོ་དེ་དགའ་བས་འཕྲིན་ཡིག་ཞིག་བསྐུར་དགོས་འདུག་ལབ། ངས་བཤད་པར། འུ་གཉིས་ནི་ས་ཐག་རིང་པོའི་མི་རེད་ངོ་ཤེས་ཀྱང་ཡིད་གཏད་ཚོགས་ས་དཀོན་པོ་ཡིན་པའི་མ་བསྐུར་ན་འགྲིག་ཟེར་བ་ཡིན། ཁོས་སྐྱོན་མ་རེད་ང་ལ་ངོ་ཤེས་ཆེན་པོ་ཡོད་ཟེར། དེ་ནས་ངས་རོགས་བྱས་ཏེ་ཁོ་ལ་འབྲི་རོགས་བྱས་ལ། ཁོའི་ངོ་ཤེས་དེ་ལ་བསྐུར་ནས་ཚེ་དབང་ལག་ཏུ་འཕྲོད་སོང་ཟེར། དེ་རྗེས་ཉིན་འགའ་ཡི་འགྲོས་ནས་ངོ་ཤེས་དེ་དང་ཁོ་གཉིས་འཛིང་རེས་བྱས་ནས་འཕྲིན་ཡིག་གི་དོན་དག་གླིང་པས་དོན་དག་བློ་ཡུལ་ལ་མ་ཤོང་བ་བྱུང་རྗེས། ” ངས་གྲོགས་པོ་ལ་འང་བཤད་མི་ཉན་པ་བྱུང་སོང་། གསང་བ་ནི་གསང་བ་རེད་ཚང་མ་ལ་གསང་དགོས་པ་ཞིག་ཅི་ལ་མིན།

དེ་རྗེས་ང་དང་ཁྱོད་གཉིས་ངོ་འཕྲད་པ་བརྩེ་དུང་ཐིམས་པའི་ལོ་ཟླའི་རི་བོ་ཡང་ཀླུང་འཁོར་བ་ཙམ་གྱི་ཚོར་སྣང་ལས་ཅི་ཡང་མ་མཆིས། དྲན་པའི་ཟུར་ལ་ཡིག་ལམ་ནས་དེ་ཙམ་མི་བདེ་བར་སྣང་། སྙིང་ཆུང་དམར་པོ། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁྱོད་རང་དང་འདྲེས་ཡོད་ཅེས་ལབ་ན་སུ་ལ་ཡང་ཡིད་ཆེས་མི་སྲིད་མོད། འོན་ཏང་། སེམས་ལས་ཁྱོད་བརྗེད་མ་མྱོང་པར་གནས་ཡོད་པ་གནམ་རྐན་མ་དང་ངེད་གཉིས་བདེན་དཔང་ཡོད་ལ་གསང་བ་ཡང་ཁྱོད་དང་ང་ལས་སུས་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པ་གཙུག་ཏུ་བཞག་ནའང་ཆོག ཟེགས་མ་ནག་མོ་ནམ་ཡང་སེམས་སུ་ཉར་ཡོད། མགོ་ཡི་སྐྲ་དཀར་པོ་དང་ཁ་ཡི་སོ་སེར་པོ་མ་རེད་བར་སེམས་སུ་བསྐལ་ནས་འདུག

༼དབྱངས་ཞི་བ།༽

བརྩེ་དུང་ཟེར་བ་དཀའ་མོ་ཞིག

དགུང་གི་ཟླ་བ་ཁེར་རྐྱང་འཛུམ་མཐོང་ན། །
བརྒྱ་ཕྲག་རི་རྒྱུས་བཅད་པའི་ཕར་ངོགས་ཀྱི། །
སྙིང་སྡུག་ཡིད་ལ་དྲན་པའི་གདུང་བ་དེ། །
ཆང་དཀར་རྟུབ་བཞིན་ངག་ནས་བརྗོད་ན་འདོད། །

ཤིན་ཏུ་དུང་བའི་མེ་ཏོག་སད་ཀྱིས་བཅོམ། །
དྲན་གདུང་སེམས་ཀྱི་ལོ་མ་ཀླུང་ལ་ཁུར། །
བདག་སྙིང་འབེན་གྱི་རི་བོ་དཀའ་བའི་མིའི། །
མདའ་མོ་འཁོར་སྐད་ཞིག་གིས་རྩ་ནས་གཏོར། །

འཛུམ་ཞལ་ཟླ་བ་དྲན་པའི་མཁའ་རུ་འཆར། །
ཞེན་ཆགས་གཙང་པོ་སེམས་ཀྱི་མཚོ་མོར་བཞུར། །
ལས་ཀྱིས་གནང་བའི་སྙིང་གི་གཅེས་ལོ་ལ། །
དགའ་བའི་ལོ་ངོ་དུ་མ་རྫོགས་ནས་ཐལ། །

གཅེས་པའི་སྙིང་གཏམ་ལབ་ལ་ཁྱོད་རང་དགའ། །
འདང་བརྩེ་དབྱངས་སུ་བསྟར་བར་ང་རང་དགའ། །
དགའ་བ་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་ཉིན་མཚན་གྱི། །
དུས་ཚོད་འཁོར་ལོ་རྫོགས་པ་ཐེངས་གཅིག་མིན། །

ཞེ་འདང་རྒྱ་མཚོའི་རྫམ་བཞིན་ཁ་ཅང་ཟབ། །
སྙིང་གཏམ་གངས་ཀྱི་ཆུ་བཞིན་ཤིན་ཏུ་གཙང་། །
འཁོར་བའི་མགྲོན་པོ་ཡིན་ཡང་ལས་ཀྱི་གྲོགས། །
མི་ཚེ་ཐུང་ཐུང་སེམས་བྲང་མཐུན་ན་ཚོག །

མདོན་ནས་ང་ལ་དགའ་ཞེས་མང་དུ་ལབ་ཀྱང་། །
སྐྱིག་ནས་གང་ལ་དགའ་བའི་རྣམ་པ་མཆིས་ཤིང་། །
ས་ནས་གནམ་ལ་འཕུར་འདྲའི་དགའ་ངལ་ཆེ་བ། །
སེམས་ཀྱི་མི་ཞིག་འཛོབ་པ་དངོས་གནས་དཀའ་ཁུ།།

དགའ་དང་གཅེས་ལ་དྲན་པ་དྲན་པོ་ཡིན་ཞེས། །
ཇ་བའི་བུ་གར་ཐེངས་མང་ཇི་ལྟར་ལབ་ཀྱང་། །
དོན་ལ་ཁ་པར་སྐྱུད་ལམ་ཙམ་ཡང་མི་གཡོར། །
འདིས་ཀྱང་དུང་ཞེན་ཆེ་མིན་བཟང་ཞིག་སྤྲད་སོང་། །

ཕར་ལ་དགའ་ཡང་ཚུར་ལ་མི་དགའ་བ། །
ཚུར་ལ་དགའ་ཡང་ཕར་ལ་མི་ཞེན་པའི། །
ཕོ་མོ་ཕན་ཚུན་དགའ་བའི་གསང་བ་དེ། །
སྒྲུང་ན་མ་གཏོགས་ཤེས་པའི་སྐལ་བ་དབེན། །

ཕར་ལ་དགའ་ཞིང་གཅེས་པའི་མི་ཡིས་ཀྱང་། །
བདག་སྙིང་དུམ་བུར་གཏོར་བ་འདིར་སྔོས་དང་། །
ཨ་ཙི་བདེན་ནམ་མགོ་ཐོག་གནམ་རྒྱན་མ། །
ཕོ་མོའི་ལས་དབང་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་ལགས། །

༼དྲང་མདའ༽