པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། མིག་དམར་དོན་གྲུབ། ཁ་པར། 13320799988 ཡིག་སྒྲོམ། 892204328@qq.com 2026ལོའི་ཟླ་བ6པའི་ཚེས17ཉིན། རྩོརྩོམ་རིརིག་སྒྱུ་རྩོལ། ༣

སོར་མོའི་འདེགས་འཇོག་གི་བར་ན།།
ངག་གི་རྒྱ་མཚོ་རང་བསྐྱིལ་བའི།།
སེམས་ངོགས་ཟླ་གཞོན་གྱི་ཚོར་འདུ།།
རླབས་ཀྱི་འགྲམ་ངོགས་ན་ཤར་བྱུང་།།

སྐར་མ་བརྒྱ་འཛོམས་དང་སྟོང་འཛོམས།།
དྲན་པའི་ནམ་མཁའ་དེ་གསལ་བས།།
མཚན་མོའི་འུག་ཁྱུ་བཞིན་འཕུར་ནས།།
དལ་བ་ཁྱོད་ས་རུ་ཉུལ་འདོད།།

ནང་སེམས་སྤྲིན་དཀར་གྱི་ལང་ཚོར།།
དམ་ཚིག་མཐུན་ལུང་གི་འཕྲིན་པ།།
སྙིང་གཏམ་བསིལ་རླུང་ལ་བཏབས་ནས།།
ན་ནིང་ཆུང་འདྲིས་དེར་འཕྲོད་ཤོག།

ལོ་དང་ཟླ་བ་རེ་བརྒལ་མཚམས།།
འགྱུར་བ་མི་རྟག་གི་ཟློས་གར།།
ད་ཡོད་ད་མེད་ཀྱི་འགྱུ་བག།
སེམས་པའི་རུམ་གསེང་དུ་སྐྱོ་སོང་།།

རས་རྐྱང་ན་བཟའ་ཞིག་སེར་གྱིན།།
ལུས་ངག་ཆོས་གྲལ་དུ་འཚང་ཡང་།།
བློ་སེམས་ཁྱོད་ཉིད་ལ་འཐིམས་པས།།
ཞི་བའི་རྒྱལ་ས་དེ་མ་རྙེད།།

ཁྱོད་ཀྱི་འཛུམ་ཆུང་དེ་གཡར་ན།།
དམྱལ་ཁམས་འགྲིམ་དགོས་གཅིག་བྱུང་ཡང་།།
འགྱོད་མེད་ཞེ་ཐག་འདི་ཆོད་པས།།
ཟུར་མིག་ལན་གཅིག་ཙམ་འཕེན་རོགས།།

ངལ་དུབ་བཅོ་བརྒྱད་ཙམ་བརྒལ་ཡོད།།
རྔུལ་ཆུ་བརྒྱ་ཕྲག་གཅིག་ཕྱིས་ཟིན།།
ལས་ཀྱི་འདུན་མ་དེ་འགྲིག་ན།།
མཇལ་འཛོམས་སྨོན་པ་དེ་བཏབ་བཞག།
༼ རང་མདངས།༽

བདག་གིས་འཁོར་བའི་ཐང་ནས་ངལ་དུབ་ལ།།
འཛེམ་མེད་དཀའ་སྡུག་ཅི་ཙམ་མྱངས་ན་ཡང་།།
གང་གི་སྤྱན་རས་ཕྱོགས་སུ་འཆར་ཙམ་གྱིས།།
སྐྱེ་བའི་ལས་ཀྱི་བསོད་ནམས་རྫོགས་པར་ངེས།།

དཔྱིད་ཀྱི་མེ་ཏོག་འཛུམ་པའི་ངང་ཚུལ་གྱིས།།
བཅོས་མིན་ཞལ་རས་སྙིང་ལ་ཡང་ཡང་སྡུག །
ཁྱོད་ཀྱི་མཛེས་པ་ཐམས་ཅད་མིག་མདུན་ནས།།
ཡལ་བ་མེད་པར་གཏན་དུ་གནས་པས་ཆོག །

ལྗོན་ཤིང་བསིལ་གྲིབ་འོག་ཏུ་འགྱེལ་ན་ཡང་།།
གཙང་པོའི་འགྲམ་གྱི་ལྷ་ཡི་སྡུ་གུ་མས།།
ཕྱག་གིས་བདག་ལ་བརྡ་ཞིག་གནང་བ་ནི།།
ཡུན་དུ་སེམས་ནས་བརྗེད་ཐབས་མི་འདུག་མོད།།

གསོན་མཐར་འཆི་བ་འགྲོ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག །
བཟློག་རྒྱུ་མེད་པ་རི་གཟར་རྦབ་རྡོ་སྟེ།།
ཐོབ་པ་གཅིག་ཀྱང་འཁྱེར་དབང་མི་འདུག་པར།།
ཤུལ་དུ་བསྐྱུར་དགོས་བྱུང་ཡང་སྐྱོ་དོན་མེད།།

རང་རང་འཚོ་བའི་སྐབས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དུ།།
མཛེས་སྡུག་གྲངས་ཀྱི་མི་ཆོད་སྐྱིད་ཆུའི་འགྲམ།།
ལྷ་ཁྱོད་མེ་ཏོག་འདྲ་ཞིག་མཛའ་གྲོགས་སུ།།
བཀུག་པས་བདག་བློ་ཞེ་སེམས་གཏིང་ནས་ཚིམ།།

ངག་སྙན་འགྱུར་ཁུག་དབུས་ནས་ཁྱོད་ལ་འབོད།།
མཛེས་མཛེས་མེ་ཏོག་ཚལ་ནས་ཁྱོད་ལ་བཙལ།།
གང་ལྟར་མུ་མཐའ་བྲལ་བའི་སྲིད་ཁམས་ནས།།
ཁྱོད་རང་འཚོལ་ཆེད་མི་ཚེ་རིམ་བཞིན་རྫོགས།།

གཞན་གསོས་ཁུ་བྱུག་བུ་མོའི་གདངས་དབྱངས་སུ།།
རྣ་བ་གཏད་དེ་ཅི་ལྟར་ཉན་ན་ཡང་།།
ཁྱོད་ཀྱི་གསུང་འཕྲིན་ཡིན་སྙམ་དོགས་པ་ལས།།
དགོས་མེད་རིང་དུ་གྲགས་པར་ག་ལ་སེམས།།

འདི་ན་ཁྱོད་ཞལ་སྙིང་ལ་སྡུག་པ་ཡི།།
ངག་མཁན་ཁེར་རྐྱང་བདག་འདྲའི་ཚོར་སྣང་གིས།།
སྤྲིངས་པའི་སྙན་ཚིག་ཐོལ་བྱུང་འབབ་པ་ཡང་།།
འུ་གཉིས་ལས་དབང་ཡོད་པའི་མཚན་མར་འཛིན།།
༼ ཁམས་ཟླ་སྲས།༽

ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་གི་རིང་།
རྨི་མ་མྱོང་བའི་རྨི་ལམ་མངོན་དུ་བསྒྱུར།
དྲན་མ་མྱོང་བའི་རྡོ་རིང་གསར་དུ་བཙུགས།
གླེང་མ་མྱོང་བའི་རྟོགས་བརྗོད་གསར་དུ་བརྩམས།
ཁྱོད་ནི་ངོམ་དུ་རི་བའི་གཟི་བརྗིད།
རྙེད་དུ་མེད་པའི་ནོར་བུ།
འགྲན་དུ་མེད་པའི་དཔའ་རྒོད་རེད།
དགུ་བརྒྱད་ལྔ། གཉིས་གཅིག་གཅིག།
ཡངས་པའི་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་
འབྲུག་ལྟར་གྲག་པའི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ།
འདི་ཚོའི་མིང་ཙམ་མི་ཤེས་པའི་མི།

ང་ཚོའི་ཕ་ཡུལ་ན་དུས་ད་དུང་ཡང་མང་པོ་ཡོད།
ཁྱོད་ཀྱིས་དཀའ་སྡུག་གི་རི་ལུང་བརྒལ།
བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་རྟ་ཕོ་ཞོན།
ཤེས་རིག་གི་རྩི་བཅུད་བཟས་ཏེ།
ནན་ཁེ་སློབ་ཆེན་གྱི་སྐྱེད་ཚལ་དུ་བགྲོད་སོང་།
འདི་ནི་ཁྱོད་གཅིག་པུའི་གྲུབ་འབྲས་དང་།
གཟི་བརྗིད།ལ་རྒྱ།མཚར་སྡུག་མ་རེད།
འདི་ནི་ནགས་བྲན་སྡེ་བ་སྤྱིའི་དུས་རབས་གསར་
པའི་རྗེས་སྙེག།
དཔལ་ཡོན་གསར་པ་དབུ་བརྙེས།ལོ་རྒྱུས་གསར་པ་
རྐང་ཚུགས་པའི་རྟགས་རེད།

ཕ་བཟང་གི་བུ་མོ།ཕ་ཡུལ་གྱི་དཔའ་རྒོད།
ནགས་བྲན་པའི་རྒྱན།ཀུན་སེལ་ཌཱ་ཀི།
ཁྱོད་ཀྱིས་ནགས་བྲན་པའི་ཤེས་རིག་གི་སྟོང་ཆ་ཆེན་པོ་
ཞིག་ཡོངས་སུ་བསྐངས་སོང་།
ཁྱོད་ཀྱིས་ནགས་བྲན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལོ་
རྒྱུས་ཀྱི་མཆོང་བརྒལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལག་ལེན་བྱས་སོང་།
ནགས་བྲན་པས་ཁྱོད་ལ་ཁ་བཏགས་འབུལ།
ནགས་བྲན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་ཁྱོད་རང་བརྗེད་མི་སྲིད།
ནགས་བྲན་པས་ནམ་ཡང་ཁྱོད་ལ་ངོ་སོ་བསྟོད།
༼ འཁྱོག་འཇོམས།༽

ཕ་ཡུལ་གྱི་དཔའ་རྒོད།ནགས་བྲན་པའི་གེ་སར།ཀུན་སེལ་ཌཱཀིཌཱ། དྲན་པའི་གཏིང་།

སྐྱིད་ཆུའི་འགྲམ་
གྱི་ལྷ་མོ།

ལོ་རེའི་བོད་ཟླ་ལྔ་པའི་ཚེས་གཅིག་ནས་བཅུའི་བར་དུ་སློབ་
གླིང་འདིའི་དབྱར་གནང་གི་དུས་ཚིགས་རེད། དབྱར་གནང་ལ་
ཉིན་ཞག་བཅུ་ལས་མེད་ཀྱང་། གནས་མཇལ་དང་སྤྲོ་འཆམ་
སོགས་ལ་དུས་ཚོད་མང་པོ་བཀོལ་ཆོག། ན་ནིང་གྲོགས་པོ་འགའ་
དང་མཉམ་དུ་ཉིན་ལྔའི་རིང་ལ་སྔ་འགྱུར་རྙིང་མའི་གདན་ས་ཆེན་
མོ་ཀ༔དཔལ་རྫོགས་གསུམ་ལ་མཇལ་བ་དང་། ཉིན་གསུམ་གྱི་
རིང་ལ་ཕ་ཡུལ་ནས་པཱ་ལགས་ཀྱི་མདུན་ནས་ཁྱིམ་ཚང་འདིའི་སྐྱིད་
ལ་སྡུག་པའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་ལ་ཉན་པ་ཡིན། ན་སོན་འཕར་
བས་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་བག་ཆགས་ཁྲོད་ཀྱི་གོམས་སྲོལ་དག་
སེམས་ཁོང་ནས་ཇེ་གསལ་དུ་ཕྱིན་པས་ཡིན། ལོ་སྔོན་མ་དག་དང་
བསྡུར་ན་དབྱར་གནང་གི་དུས་ཚིགས་འདིར་གནས་ག་གེ་མོ་ཞིག་ཏུ་
སྤྲོ་འཆམ་ཙམ་ལ་གཡེང་ནས་དུས་འདའ་བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཚིམ་པར།
ག་ཤེད་དུ་གནས་མཇལ་ལ་བསྐྱོད་དགོས་པ་དང་། ཡང་ན་སུ་
ཞིག་གི་སྐྱིད་ལ་སྡུག་པའི་མི་ཚེའི་གཏམ་རྒྱུད་ལ་མཉན་དགོས་པའི་
ཚོར་བ་བཅོས་མིན་དུ་སླེབས། ལྷག་པར་ད་ལོ་པཱ་ལགས་ཀྱི་སྐྱིད་
ལ་སྡུག་པའི་མི་ཚེའི་གཏམ་རྒྱུད་དག་ཚིག་གི་བསྟར་ལ་བརྒྱུས་ཏེ་
སྒྲུང་རིང་ཞིག་བྲི་དགོས་པའི་འཆར་གཞི་འཐེན་ཡང་། རྒྱུ་རྐྱེན་སྣ་
ཚོགས་ཤིག་གིས་བསམ་ཐོག་ཏུ་མ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་། པཱ་
ལགས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་ཞིག་སེམས་དང་ཡིད་ཀྱིས་མཉན་རྒྱུ་
བྱུང་བས་སེམས་ལ་སྨྲ་མི་ཤེས་པའི་སྤྲོ་བ་ཆེན་པོས་བརྟས།བོད་ཟླ་
ལྔ་པའི་ཚེས་བདུན་ཉིན་གྱི་ཞོགས་པར་ཆར་པ་ཟམ་ཟིམ་ཞིག་འབབ་
ཀྱིན་འདུག། ང་རང་སྔ་མོ་ནས་མལ་ལས་ལྡངས་ཏེ་རི་ཁྲོད་ཀྱི་
ཤུལ་མཇལ་བའི་སྟ་གོན་བྱས་པ་ཡིན། མ་གཞི་ད་ལོ་དབྱར་སྟོད་
ལ་ཆར་ཆུ་དཀོན་ཞིང་། དབྱར་དཀྱིལ་དུ་ཆར་ཆུ་མོད་པས་མདང་
ནུབ་མཚན་ཧྲིལ་པོར་བབས་ཀྱང་འབབ་རྒྱུན་ད་དུང་ཆད་མི་འདུགམགོ་བོ་གནམ་ལ་ཟུག་པའི་རི་བོ་མཐོན་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྨུག་སྤྲིན་
སྟུག་པོ་ཞིག་གིས་ཀུན་ནས་གཡོགས་འདུག། ང་རང་སེམས་བྱུང་
ཞིག་གིས་ཡང་ཡང་འཐེན་ཏེ་སྡོད་མི་ཚུགས་པར་གྱུར་ཀྱང་། ལུས་
ཀྱི་རྨ་ཁ་གང་ཞིག་ལ་ཟ་འཕྲུག་ལངས་པ་ཇི་བཞིན་བསྲན་ནས་མི་
འདུག་ཀ་མེད་བྱུང་། ཉིན་གུང་ཙམ་ནས་ད་གཟོད་ཆར་པ་འབབ་

མཚམས་ཆད་ཅིང་། སྤྲིན་པ་སྟུག་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རླུང་བུས་བདས་
ཏེ་ག་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར། ཉིན་གུང་དེར་ཉི་འོད་ཤིན་ཏུ་ཚ་ཡང་
ཚ་གདུག་དང་ངལ་དུབ་ལ་མ་བསམ་པར་པཱ་ལགས་དང་པཱ་ལགས་
ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་དང་བསྡོངས་ནས་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན། འདི་ནི་
ང་རང་རི་ཁྲོད་ཀྱི་ཤུལ་དུ་སྐྱོད་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན། མ་གཞི་རི་
ཁྲོད་འདི་ནི་ང་སྡོད་ས་ནས་ཤར་ཕྱོགས་སུ་སོང་ན་སྤྱི་ལེ་གཉིས་ཙམ་
གྱི་མཚམས་སུ་ཡོད། ང་རང་ལོ་སྔོན་མ་ནས་རི་ཁྲོད་ཀྱི་ཤུལ་དུ་
ཐེངས་གཅིག་བསྐྱོད་འདོད་ཡིད་ལ་ཡང་ཡང་ཡོད་ཀྱང་། སྒྱིད་
ལུག་དང་བག་མེད་ཀྱིས་ཕྱིར་འགྱངས་བྱས་ཏེ་འགྲོ་རྒྱུ་མ་བྱུང་།
ད་ཐེངས་གྲོགས་པོ་དག་ལ་ཁ་གཡར་ས་ཅི་རིགས་ཤིག་བཙལ་ཏེ་
དམིགས་ཡུལ་དང་འཆར་གཞི་ཅི་ཡང་མེད་པར་བསྐྱོད་པ་ཡིན།
ང་སྡོད་སའི་གྲོང་འདབས་ནས་རྐང་ལམ་ཕྲ་མོ་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་སོང་
ན་རི་གཟར་མོ་ཞིག་གི་སྐེད་པ་ན་ཆགས་ཡོད། གནའ་སྔ་མོའི་
དུས་སུ་རི་སྐེད་ཀྱི་རྐང་ལམ་ཀྱག་ཀྱོག་འདི་བརྒྱུད་དེ་མཁས་གྲུབ་
སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་མང་པོ་ཞིག་གནས་འདིར་འོངས་ནས་སྒྲུབ་པ་
ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ་ཚེ་ཡི་དུས་བྱས་མྱོང་། ད་ལྟ་གནས་འདིར་
སྒྲུབ་པ་ཉམས་ལེན་གནང་མཁན་ལྟ་ཅི། མིའི་འགྲུལ་བཞུད་ཀྱང་
རྒྱུན་ཆད་ནས་ཧ་ལམ་ལོ་ངོ་སུམ་ཅུ་ལྷག་སོང་འདུག། གལ་ཏེ་
གནས་འདིར་ཡོང་མཁན་ཞིག་སྲིད་ན་རི་དྭགས་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་
ལས་མི་ནི་གཏན་ནས་ཡིན་རྒྱུ་མ་རེད།མ་ཚད་འདིའི་སྐོར་ལ་དོ་
སྣང་བྱེད་མཁན་ཡང་ཧ་ལམ་མེད་ཚོད་རེད།རྩྭ་དང་རྩི་ཤིང་མང་
པོས་ལམ་གྱི་གཡས་གཡོན་ནས་འཚངས་ཏེ་རི་སྐེད་ཀྱི་རྐང་ལམ་ཀྱག་
ཀྱོག་དེ་ཡང་ཕལ་ཆེར་ནུབ་ལ་ཉེ།སྔོན་ཆད་འགྲོ་འོང་ཤིན་ཏུ་མང་
བའི་རྐང་ལམ་འདི་ཡང་ད་ནི་ཁེར་རྐྱང་དུ་ལུས་འདུག། རི་ཁྲོད་
དུ་སླེབས་པ་ན།ངའི་སེམས་ལ་སྨྲ་མི་ཤེས་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་དོན་ལྔ་
སྣོད་དྲུག་ཏུ་འཁྱིལ་བྱུང་།ཁང་ཤུལ་དག་གི་འགྲམ་དུ་སྐྱེས་པའི་
ལྗོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སུ་ཞིག་ལ་རེ་སྒུག་བྱེད་པར་བཞིན་ཁུ་སིམ་མེར་
རླུང་བུའི་རྒྱུ་ཕྱོགས་དང་བསྡོངས་ནས་ཕར་གཡོ་ཚུར་གཡོ་བྱེད་ཀྱིན་
འདུག། བྱེའུ་དང་འཇོལ་མོ།ད་དུང་མིང་མི་ཤེས་པའི་འདབ་
ཆགས་རྣམས་ལྗོན་པའི་ཡལ་གར་བབས་ཏེ་སྐད་སྙན་སྣ་ཚོགས་སྒྲོག་

ཅིང་མཆིས།རླུང་བུ་འཇམ་པོ་ཞིག་ཀྱང་སྐབས་དང་སྐབས་སུ་ལྡང་
འོང་བས་སེམས་ལ་དགའ་བ་དང་སྐྱོ་བ་ལྷང་ངེར་བ་ཞིག་སྐྱེས་ཡོང་།
པཱ་ལགས་ཅུང་ཟད་ཐང་ཆད་ཡོད་པ་འདྲ་སྟེ་ཁོས་ལྗོན་ཤིང་གི་
བསིལ་གྲིབ་འོག་ཏུ་ངལ་གསོ་བྱས་བྱུང་།ཁོས་མིག་གིས་ལྗོན་ཤིང་
ལ་ལྟ་བཞིན་འདིའི་མིང་ལ་བན་ཕྲུག་བླ་ཤིང་ཟེར།སྔོན་ཆད་འདི་
ནས་ལོ་མང་རིང་ཉམས་ལེན་ལ་གཞོལ་བའི་བན་ཕྲུག་གིས་བཙུགས་
པ་རེད་ཅེས་བཤད་བྱུང་། ངས་གོ་ཐོས་ལྟར་ན་བན་ཕྲུག་ནི་
མཁས་པའི་མཚན་སྙན་ཡོད་པའི་བླ་མ་ཞིག་སྟེ། ཁོང་སྐུ་ན་ཆུང་
དུས་རྫོགས་ཆེན་དགོན་དུ་སོང་ནས་ལོ་མང་རིང་སློབ་གཉེར་བྱས།
སྐབས་དེར་གཏེར་ཆེན་ལས་རབ་གླིང་པ་དང་།རྫོགས་ཆེན་སྐུ་ཕྲེང་
ལྔ་པ་ཐུབ་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་རྡོ་རྗེ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཁོང་ལ་བསྟོད་པ་
དང་མཐོང་བཟོས་ཆེན་པོ་མཛད་མྱོང་ཞིང་།ལྷག་པར་གཏེར་ཆེན་
ལས་རབ་གླིང་པས་ཁོང་ལ་དྲིལ་བུ་དང་ཌ་རུ་སོགས་བྱ་དགའ་བྱིན་
ཏེ་མཐོང་བཟོས་ཆེན་པོ་མཛད།ངེད་ཀྱི་ཕ་ཡུལ་དུ་མཁས་གྲུབ་སྨོན་
ལམ་ཕུད་པའི་ཁོང་ལས་མཁས་པ་ཞིག་བྱུང་མ་མྱོང་བ་རེད།ཁོང་
སྐུ་ཚེ་སྨད་ལ་འཁོར་བར་སྐྱོ་ཤས་ཀྱི་ངེས་འབྱུང་དྲག་པོ་སྐྱེས་ཏེ་
གནས་འདི་ནས་སྐུ་ཚེ་གང་བོར་བཞུགས་པ་དང་།དེ་དུས་རི་ཁྲོད་
འདིར་ཉམས་ལེན་པ་མང་པོ་མེད་ཀྱང་།ཆོས་ཞུ་མཁན་རྣམ་ཀུན་
རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཡོད་འདུག།ཁོང་སྐུ་མྱ་ངན་ལས་འདས་རྗེས་རི་
ཁྲོད་འདིར་ཉམས་ལེན་པ་ཁ་ཤས་ཤིག་བྱུང་མྱོང་ཡང་དེ་ཚོ་རྒྱུན་
རིང་པོ་གནས་མེད། དེ་ནས་བཟུང་མི་རྟག་པའི་གཡང་དུ་ལྷུངས་
ཏེ་ད་ལྟ་གྱང་ཤུལ་ཁ་ཤས་ཤིག་ལས་ཅི་ཡང་མི་འདུག།ཚེ་གཅིག་
སྒྲུབ་པ་ཉམས་ལེན་ལ་གཞོལ་ཅིང་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་ལ་ཡེ་མི་
དགྱེས་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཁོང་ཚོ་གནས་འདི་དང་བྲལ་བས།ད་
ལྟ་གནས་འདིའི་གྱང་ཤུལ་དག་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་གཉོམ་ཆུང་གི་ཚུལ་གྱིས་
འགྲེངས་ཏེ་སུ་ཞིག་ལ་རེ་སྒུག་བྱེད་ཀྱིན་འདུག།ང་རང་གྱང་ཤུལ་
རེ་རེའི་རྩར་སོང་ནས་པར་མང་དུ་བརྒྱབ་རྗེས།སེམས་ཁྲལ་དང་སྐྱོ་
གདུང་། ཡང་ན་འཕྲེང་སེམས་ཀྱིས་ཕྱི་མིག་ཡང་ཡང་ལྟ་བཞིན་པཱ་
ལགས་དང་མཉམ་དུ་ཕྱིར་ཁྱིམ་དུ་ལོག།
༼ སྦྲ་འཚོ།༽

ཡིད་འོང་གི་རི་ཁྲོད།