













### དི་བཀའ་སྒྲིག་པ་

### ཡིག་འགྲུལ་

འོག་ལུ་ ཡིག་འགྲུལ་གྱི་དོན་ཚན་ལས་, གནམ་ལ་རྒྱ་བ་སྟེ་ ཚེས་འགྲུ་200-240 གི་བར་ན་འབད་མི་ཅིག་གིས་

**དྲན་གསལ་**≡ རྒྱུད་རའི་མིང་དང་ སློབ་གྲུའི་མིང་རོ་མ་ཚུ་ འབྲི་མི་ཚོགས།

ཀ) ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སློབ་གྲུ་ཁག་ལས་ཕར་ རྒྱུད་རའི་གསལ་སློབ་སྟོན་པ་རེ་ གསར་བསྐྱོས་འབད་ནི་ཨིན་མས། རྒྱུད་ཡང་ ལཱ་གཤམ་འདི་ནང་ འཇུལ་ཞུགས་འབད་ནིའི་དོན་ལས་ རྒྱུད་རའི་གསལ་མདོ་ཚན་ལུ་ དེང་སང་གི་ལམ་ལུགས་ལྟར་དུ་ ཞུ་ཡིག་ཅིག་གིས་

#### ཞུ་ཡིག་ནང་ལུ་རྒྱུད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཁག་ཚེས་ཚུ།

- ◆ རྒྱུད་རའི་གསལ་ནང་ལུ་ སློབ་དང་ཉམས་སྦྱོང་།
- ◆ རྒྱུད་རའི་གསལ་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི་ལུ་ལྷོགས་གྲུབ།

ཁ) རྒྱུད་ རྩོམ་ལྟ་རི་ འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲུ་བར་མའི་སློབ་ལྷུག་ གྲུབ་ཐོབ་ཨིན་མ་བཟོ་སྟེ་ བ་རོ་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲུ་བར་མའི་ནང་ལུ་ ཡོད་པའི་ཚོ་རོགས་བཟུ་གིས་ལུ་ རྒྱུད་ཀྱི་སློབ་གྲུ་ནང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་ ཚོགས་པ་ཡོད་པའི་སློབ་ལས་ གཏང་ཡིག་ཅིག་གིས་

#### གཏང་ཡིག་ནང་ལུ་རྒྱུད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཁག་ཚེས་ཚུ།

- ◆ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཚོགས་པ་གི་དམིགས་ལུ་ལ།
- ◆ ཚོགས་པ་ནང་གི་འགྲུས་མི་ཚུ་གི་ལྷོ་འགན།
- ◆ ཚོགས་པ་གིས་ ལས་རིམ་ག་ཅི་ར་ འགོ་འདྲེན་འབྲབ་ཅི།

ག) རྒྱུད་ ས་དམར་རྫོང་ཁག་ གཡུས་སྐྱམ་གྱིང་ལས་ ལྷོ་བ་ཨིན་མ་བཟོ་སྟེ་ རྒྱུད་རའི་ཁྱིམ་ནང་ལས་ ས་ཆའི་སྐལ་ལྷན་བཟོ་བཤའ་ ཐོབ་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ ཕོ་ཆུན་དབང་ལྷུག་གིས་ ཁོ་གི་ཨིན་པའི་ཉོགས་བཤའ་བཀོད་དེ་ མ་འགྲིགས་པར་ཡོད་པ་ལས་ དྲག་ཤོས་དང་དཔོན་ལུ་ ཞུ་ཚིག་/བཤའ་ཡིག་ཅིག་གིས་

#### ཞུ་ཚིག་ནང་ལུ་ རྒྱུད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཁག་ཚེས་ཚུ།

- ◆ རྒྱུད་རའི་གནས་ཚུལ་དང་སྐལ་ལྷན་བཟོ་བཤའ་ཐོབ་དགོ་པའི་བདེན་ལུངས།
- ◆ སྐབས་མ་འགྲིགས་པའི་གནད་དོན་ཁ་གསལ།







དི་བགསུམ་པ།

ལྷགསྟེ་གོ་བཤེན་ནི།

འོག་གི་ཡིག་རྒྱུགས་འདི་ དྲམས་བཏོན་ཏེ་ལྷག་ཞིན་མ་ལས་ དི་བཙུག་གི་ཡན་གྱིས།

༥ སྐབས་མེ་ རྗེ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ དུལ་ཀྲམ་ ས་ཡ་ ༢༡.༤༠༣ གྱི་ཐོག་ལས་ ཉམས་གསོ་དང་ལེགས་བཅོས་ འབད་མི་ ཐེམ་སུ་རྒྱལ་ཡོངས་རྗེས་དྲན་མཚོན་རྟེན་ལུ་ རབ་གནས་མཚན་གནང་ཅུག།

རྗེས་དྲན་མཚོན་རྟེན་ ཉམས་བཅོས་དང་ ལེགས་བཅོས་ལས་འགྲུལ་དེ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་པ་ པ་མཚོག་གི་ གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ གྱི་དུས་སྟོན་དང་ མི་ལོ་༡༠༠ འཁོར་བའི་ རྒྱལ་བརྒྱུད་གྱི་དུས་སྟོན་ བཅི་སྲུང་དང་འབྲེལ་བའི་ ལས་འགྲུལ་ཅིག་ཡིན་མཁན་ ལས་ འགྲུལ་དེ་ བཏོན་སྤྱི་ཟླ་ ༣ པའི་ནང་ འགོ་བཙུགས་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ དུས་ཅི་སྤྱི་ཟླ་ ༤ པའི་ནང་དུས་ཐོག་ལུ་ ཡོངས་རྒྱུགས་མཚུག་བསྟེ ཡོད་པ་ཡིན་མས།

སྲོལ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ བཟོ་རིག་གཙོ་འཛིན་ རོ་རྗེ་གཡང་སྦྱིད་ཀྱིས་སྐབས་མི་ནང་ ལས་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་ དུལ་ཀྲམ་ ས་ཡ་ ༢༡.༤༠༣ དེ་ཅིལ་བུར་ ལག་ལེན་འབབ་ཅི་ཟེར་ཡིན་མས། རྗེས་དྲན་མཚོན་རྟེན་དེ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༢ ལུ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་གསུམ་ པ་མཚོག་ དགོངས་པ་རྗེགས་པའི་བུལ་ལུ་ རྗེས་སུ་དྲན་ཞིའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཡུམ་ཨ་ཞེ་ སུན་ཚོགས་ཚོས་སྟོན་དབང་ལུག་མཚོག་གིས་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༤ ལུ་ བཞེངས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

སྐབས་མེ་བདུད་འཛོམས་ སྐུ་འཕྲེང་དང་པ་གིས་ མཚོན་རྟེན་གྱི་བཟོ་བཀོད་གནང་ཡོད་པ་ད་ སྐུ་བསོད་ནམས་བཟང་པོ་དང་ གཏུང་ སྲས་འཕྲིན་ལས་ཞོར་བུ་གིས་ ལམ་སྟོན་དང་ལྷ་རྟོག་ཐོག་ བཞེངས་ཡོད་པ་ཡིན་མས། སྲོལ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ གནས་ཚུལ་ གསེར་བཏོན་དང་འབྲེལ་ལྷན་ རྗེས་དྲན་མཚོན་རྟེན་ ཉམས་གསོ་ལུ་ཞིའི་ལས་འགྲུལ་དེ་ མི་དབང་མངའ་ཞབས་མཚོག་གི་ ཐུགས་རིག་ མཁམས་པའི་མཚན་རྟེན་ལུ་ གྲུས་བརྟུན་ལུ་ཞིའི་དོན་ལུ་ཡིན་མཁམ་ཚང་ ཐེམ་ཁོམ་ནང་ ཚོས་འབྲེལ་གྱི་ས་ཁོངས་ སྐོ་ཡངས་དྲག་ཅིག་ དགོངས་འབད་ ཡོད་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་ཟེར་ཡིན་མས།

རྗེས་དྲན་མཚོན་རྟེན་དེ་ ཉམས་གསོ་དང་ལེགས་བཅོས་ཐོག་ མཐའ་འཁོར་ཚུ་ དག་འཁྱོག་ཏེ་བཟོ་ཡོད་པ་མཚན་ ཚོས་ཁང་ཅིག་དང་ མར་མེ་ཁང་ དགེ་སློང་ ༢༠ དེ་ཅིག་ཤོང་པའི་གྲུ་ཤག་ དེལས་ མ་ཁེ་དུང་འཁོར་ ༡༠ ཡོད་པའི་དུང་འཁོར་ཚུ་ གསེར་བསྐྱུན་འབད་ ཡོད་པ་ཡིན་མས།

དེ་བརྩམ་སྟེ་ མཚོན་རྟེན་གྱི་ནང་གི་ལྷེབས་རིས་དང་ མཚོན་རིས་ཚུ་གིས་མཚན་ སྐུ་རྟེན་ཚུ་ཡང་ཉམས་གསོ་ལུ་ཡོད་པ་ད་ གྱི་ཁའི་མཚོན་ པའི་ལྷོམ་དང་ རྩོགས་ ༤ གི་གཞན་དང་ མེང་གེ་ཚུ་ཡང་ ཉམས་གསོ་དང་ལེགས་བཅོས་ཚུ་ འབད་ཡོད་པ་ཡིན་མས། མཚོན་རྟེན་



3 རྗེས་པོ་མཚོན་རྟོག་ ཉམས་གསོ་དང་ལེགས་བཅོས་འབད་མི་འདི་གིས་ མི་མང་ལུ་ ཚོས་དང་འབྲེལ་བུ་བ་ གཱེ་ར་འབད་ཚུ་གས་པས་གོ་?


4 རྗེས་པོ་མཚོན་རྟོག་ ཉམས་གསོ་ལུ་མི་འདི་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚོས་དང་སྲིད་གཞིས་ཀྱི་ ལམ་ལུགས་ནང་ ཕན་ཐོགས་གཱེ་བཟུམ་ཅིག་ འབྱུང་འོང་ག་?


ཁ་ཤོད་ འོག་གི་དྲི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ ཀཤམ་གང་ འབད་ཅེ་ རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་རོམ་, ཡོད་མི་འདི་གང་མ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ས་སྟོང་བཞག་སྟེ་ཡོད་མི་ནང་ལུ་བྲིས། (༡x༥=༥)

- ༡ རྗེས་པོ་མཚོན་རྟོག་ཀྱི་རབ་གནས་མཛད་གནང་མི་
  - ཀ རྒྱབས་ཇེ་བདུད་འཛོམས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན།
  - ཁ རྒྱབས་ཇེ་ རྗེ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན།
  - ག གདུང་སྲས་འཕྲིན་ལས་ཚོར་བུ་ཡིན།
  - ང རྒྱམ་བསོད་ནམས་བཟང་པོ་ཡིན།

--

2 རྗེས་པོ་མཚོན་རྟོག་བཞེངས་པའི་སྒྲིལ་

- ཀ 1921
- ཁ 1922
- ག 1923
- ང 1924

3 དགོངས་པ་རྗེས་ཟེར་མི་འདི་

- ཀ མཚོན་རྟོག་གི་མིང་གསར་པ་ཡིན།
- ཁ ཞིང་ཁམས་ལུ་ཕེབས་པའི་དོན་ཡིན།
- ག བསམ་པའི་རེ་བ་རྗེས་པའི་དོན་ཡིན།
- ང ཉམས་གསོ་ཡོངས་རྗེས་འབད་ཚར་བའི་དོན་ཡིན།

4 ཐུགས་རིག་མཁས་པའི་མཚན་རྟོག་ཟེར་མི་འདི་

- ཀ མི་མེར་ལུ་ཡོད་པའི་སྒྲིལ་སྐྱུག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན།
- ཁ མི་ལོ་100 འཁོར་བའི་དུས་སྟོན་ལུ་སྤྲོད་ཡིན།
- ག མི་མེར་ལུ་ཕན་ཐོགས་པའི་ཐུགས་ལུ་སྤྲོད་ཡིན།
- ང མི་དབང་སྐྱེ་འཁོར་ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་ལུ་སྤྲོད་ཡིན།

- ཡ རྗེས་པོ་མཚོན་རྟོག་ཉམས་གསོ་ལུ་མི་འདི་གིས་
- ཀ མི་ལེ་ལ་སྤྱད་འཛོམས་འབད་ཚུགས།
- ཁ མི་སེར་གྱི་དཀའ་སྤྱད་བསལ་ཚུགས།
- ག མིག་རྟོ་ཁར་བྱ་ཆེ་ཆེ་འབད་མཐོང་ཚུགས།
- ང ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱག་ལཱ་མཚན་ཚུགས།

གཤམ འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་གི་རྣམ་གྲངས་ ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ལས་འཚོལ་ཏེ་ ས་སྟོང་ཡོད་སར་བྲིས། (1/2 × ༤ = 2)

༡- བཅོལ།	༡-
༢- མཚོང།	༢-
༣- སྟོམ་བཟོ།	༣-
༤- གསལ་བཟོ།	༤-

ང་ཤམ འོག་གི་ཕལ་ཚིག་ནང་ཡོད་མི་ཚུ་ ཞེ་སའི་ནང་ ས་སྟོང་ཡོད་སར་བྲིས། (1/2 × ༤ = 2)

༡- སྟོ་རིག།	༡-
༢- འབད།	༢-
༣- རྒྱལ།	༣-
༤- འོང།	༤-



2 ལེགས་བཤད་ནང་ རྣམ་ཡིག་ལུ་ དཔེ་ལེ་ག་བཞག་སྟེ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ མ་འཇུག་ཁོང་དུ་སོང་བའི་སྐབས་། ཟླ་བ་གཞུང་གི་སྐབས་ ཞོད་ན་ ག་ཅི་སྟོན་མ་སྟོན་? (2)


3 རྣམ་ཡིག་འདི་ མི་མང་གི་གཅིག་མཐུན་ ཡར་དྲག་བཟོ་ནིའི་ ལག་ཆ་ཅིག་ཡང་ཨོན་ཟེར་ བ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ ག་ཅི་སྟོན་? (3)


4 འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་ནང་ལུ་ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཡོངས་རྣམ་ཡིག་འདི་ ཉམས་སྲུང་དང་གོང་འཕེལ་ གཏང་ དགོས་འབད་ཚུད་དེ་འདུག། རྒྱུད་ཀྱིས་འབད་བ་ཅིན་ རྣམ་ཡིག་ཉམས་སྲུང་དང་ གོང་འཕེལ་གྱི་ལཱ་ ག་ཅི་བཟུམ་རང་ འབད་དགོས་འདུག་གོ་? བསམ་འཆར་ཅིག་བྲིས། (3)




དི་བཟུང་པ།

ཡི་གུའི་སྐྱེ་བ་སྣོད།

༡༽ འོག་གི་དི་བཟུང་གི་ལན་བློན།

(༡×༥=༥)

༡ ཅི་དང་ཡི་གེའི་ཀྱིས་ ཚིག་དོན་བསྐྱར་བཅོང་ལུ་འཇུག་པའི་ དཔེར་བཅོང་རེ་རེ་བློན།


༢ སློན་ཚིག་དང་ དམོད་ཚིག་གི་ དཔེར་བཅོང་རེ་རེ་བློན།


༣ བྱེད་འབྲེལ་གྱི་སྐྱེལ་ཚིག་ལུ་འཇུག་པའི་ དཔེར་བཅོང་རེ་རེ་བློན།


༤ བཅོང་པ་རྒྱུང་པ་གི་དཔེར་བཅོང་ གཉིས་བློན།


ཡ བདག་སྐྱེའི་ཕྱད་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་ རིག་པ་ཅན། གཡོག་མོ། ཟེར་མི་གཉིས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་  
བཟོ།


ལ། འོག་གི་དྲི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ ཀལ་གང་ འབད་ལྟེ་ རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་ངོ་མ་, ཡོད་མི་འདི་གང་མ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ས་སྟོང་  
བཞག་སྟེ་ཡོད་མི་ནང་བྲིས། (༡×༥=༥)

- ༡ ཟ࿊ད་མེད་ལས་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་
  - ཀ ཟ࿊ད་པ་པོ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ལྷ་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།
  - ཁ ཟ࿊ད་པ་པོ་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་ལྷ་ སྐྱབ་ཨིན།
  - ག ཟ࿊ད་པ་པོ་དངོས་སུ་མ་སྟོན་པའི་ལྷ་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།
  - ང ཟ࿊ད་པ་པོ་མེད་པར་རང་བཞིན་གྱིས་འབད་བའི་ལྷ་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།

--

- ༢ སྟོན་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་
  - ཀ སྟོན་ལམ་བཟབ་པའི་ཚིག་ཅིག་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།
  - ཁ བཟང་སེམས་གྱིས་རེ་སྟོན་བསྐྱེད་མི་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།
  - ག དཔྱེ་གཏམ་དང་སྐྱགས་ཏེ་སྐྱབ་མི་ཚིག་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།
  - ང བན་སེམས་གྱིས་དམོན་ཚིག་བཟབ་མི་ལུ་སྐྱབ་ཨིན།

--

3. བཅོམ་ཚིག་གཅིག་ནང་ལུ་ཡུང་དང་རྣམ་དབྱེ་སྒྱུར་ཏེ་གཞན་དོན་ཚུ་ཚང་ཉ་གོ་ཚུ་གསལ་འབད་སྟོན་མི་དེ་ཚུ་
- ཀ་ རྒྱུ་པ་ཟེར་སྟེ་ཨིན།
  - ཁ་ སྤེལ་མ་ཟེར་སྟེ་ཨིན།
  - ག་ ཚུ་ཚང་བ་ཟེར་སྟེ་ཨིན།
  - ང་ ལྷ་འདུམ་ཟེར་སྟེ་ཨིན།

4. སྐད་ཡིག་འདི་ འཇམ་གྱིང་གསལ་ཏོག་ཏོ་མཐོང་ཚུ་གསལ་པའི་ཉིམ་བཟུམ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་སྟེ་དགོ་མི་འདི་
- ཀ་ སྐད་ཡིག་འདི་ད་རེས་ནངས་པ་གར་གིས་ལག་ལེན་འབབ་ནི་འདི་གིས་ཨིན།
  - ཁ་ རེ་འདོད་ཚུ་ ངས་འཕྲོས་འཕྲོས་འབད་བར་འཕྲོད་ཚུ་གསལ་ནི་འདི་གིས་ཨིན།
  - ག་ གཞན་སེམས་བཀུག་ཚུ་གསལ་པའི་རུས་པ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ཨིན།
  - ང་ ལུན་པ་གནག་ཏུ་དུང་ཚུ་སེལ་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

5. དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཡིག་སྟེང་སོ་སོར་ཡོད་མི་འདི་
- ཀ་ བྱེད་མེད་ལས་ཚིག་ཟེར་སྟེ་ཨིན།
  - ཁ་ བྱེད་འབྲེལ་གྱི་བྱེད་ཚིག་ཟེར་སྟེ་ཨིན།
  - ག་ བྱེད་འབྲེལ་གྱི་དུས་ཚིག་ཟེར་སྟེ་ཨིན།
  - ང་ བྱེད་འབྲེལ་གྱི་ལས་ཚིག་ཟེར་སྟེ་ཨིན།

ག༽ འོག་གི་ཐོག་ཁྲམ་ནང་གི་ མིང་དང་བྱ་རྒྱུ་གཉིས་ འབྲེལ་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མཐུན་སྦྲིག་འབད།

མིང།	བྱ་རྒྱུ།
༡- རྣལ་འབྱོར་པ་གིས་	མིག་འཕྲུལ་སྟོན།
༢- ལྷུ་མ་མཁན་གྱིས་	སྟོམ་པ་གནང།
༣- འཚོ་རྗེ་གིས་	སྤོན་བཟའ།
༤- མཁན་པོ་གིས་	སྐབ་རྟགས་སྟོན།
༥- རྣད་པ་གིས་	སྤོན་ཐོན།

ང༽ འོག་གི་ཐོག་ཁྲམ་ནང་ཡོད་པའི་ སྐད་དང་རྣམ་དབྱེ་ ཚིག་གྲོགས་ཚུ་ ག་ཅི་ཕོག་བལྟ་སྟེ་ ས་སྟོང་བཞག་སྟེ་ཡོད་མི་ནང་ལུ་  
བཅུ་གསུམ། (1/2 x 10 = 5)

གི	ཏེ	འི	ལྟེ	དང	ལས་	འདི་	མི	ཨ་	གིས་	མ་
----	----	----	-----	----	-----	------	----	----	------	----

- ཨམ་སྐུ་ ༡ ལྷོགས་སྐབ་ཡར་སེང་ ༢ དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་ ༣ ར་དཀའ་ངལ་ཡོད་མི་  
ཨམ་སྐུ་ཚུ་ ༤ ར་གཞོན་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་འདི་ཨོན་པས།
- ས་ཡོམ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་མི་ལུ་ ཤི་རྒྱུན་འབྲུང་མི་དང་ མ་སྐྱོན་བྱུང་མི་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ གཙོ་བོ་ར་སྤྱིང་ལྱིམ་ རྣམ་འབྱོར་ ༥ ལུ་  
བརྟེན་ཏེ་བྱུང་ ༦ ཨོན།
- ད་རེས་ནངས་པ་ རུས་ཀྱི་འཕྱུར་བ་དང་འབྲེལ་ ༧ དལུ་གཡོག་ རང་གིས་འཚོལ་ཏེ་འབྲོ་བ་ཅིན་ རྩ་ལས་  
རང་མི་ཐོབ། ལུ་གཡོག་ ༨ རང་འཚོལ་བཅུག་དགོ།
- ཚེད་མོ་ཚེ་ནི་འདི་གིས་ ར་བཅས་རའི་གཟུགས་སྦྱིང་སྦྱིང་བཟོ། དེ་ལས་ཚུ་ མ་ཉེན་ཏོང་ཏོང་ཐལ་མ་ ༩ གཟུགས་  
ཁམས་སྦྱིང་སྦྱིང་འབྲོ་ ༡༠ ར་ཚུ་མ་ཕོག་པར་ སྦྱིང་སྦྱིང་འབད་སྟོན་ཚུ་གསུམ།

བཟོ་མིས་བདེ་ལོགས།