

དོད་ཀྱི་གསེང་འཛིན་པའི་གནའ་དཔེ་ཚྭ་གསེང་མཁའ་གསེང་མཁའ་གསེང་མཁའ་



ARURA

༄༅། བཀའ་འབྱུང་གསེང་རིག་ གཅིས་བཟུང་།

མཆོད་པ་སྤྱད་སྤྱད་པ།



བོད་ཀྱི་གསེང་འཛིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཚྭ་གསལ་བཞུགས་དཔེ་ཚོགས།



༡༡། བཀའ་འབྲུག་གསེང་འཛིག་གཙུག་པོ་རྒྱལ་ཁབ་།

ཚྭ་པ་ཤྭ་བྱེད་པ།

མཚོ་ཚུན་ཞིང་མཚན་པོད་ཀྱི་གསེང་འཛིག་ཞིག་འབྲུག་ཁང་ནས་བཞུགས།
(བོད་ཀྱི་གསེང་འཛིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཚྭ་གསལ་བཞུགས་དཔེ་ཚོགས་)ཚྭ་པ་ཤྭ་བྱེད་པ་

 མི་རིགས་དཔེ་མཛུགས་ཁང་།

ཚུམ་ཐླིག་འགན་འཁུར་པ། རག་དབང་ལུན་ཚོགས།
 责任编辑： 阿旺平措

༩༩ །། བཀའ་འཕྲུལ་གསུང་མིག་གཞུང་བཅུ་མ།

ཚུམ་པ་ཤ།	ཚུན་པ་ཤུག་བྱུང་པ།
ཚུམ་ཐླིག་ལ་ཐན།	མཚོ་ཚུན་ཞིང་ཆེན་པོ་དུ་གསུང་མིག་ཞིབ་འཁྲག་ཁང་།
དཔེ་རྒྱུན་ལ་ཐན།	དང་ཕྱི་གསུང་པ་མིག་པའི་གནད་དཔེ་རྒྱུགས་བཞུགས་དཔེ་ཚོགས་ཚུམ་ཐླིག་ཚོགས་པ།
འབྲུག་སྐད་ལ་ཐན།	མི་དུགས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།
གནས་ཡུལ།	མི་དུགས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་གི་པོ་དུ་ཡིག་ཚུམ་ཐླིག་ཁང་།
ཐུག་ཁྱིད་ཡུལ་གྲངས།	པེ་ཅིན་ཏྲོ་མིང་ཡི་བྱུང་ལམ་ཨང་14པ།
ཁ་བར་ཨང་གྲངས།	100013
པར་འདེབས་ལ་ཐན།	010 - 64275311
བརྒྱུད་འཛིང་ལ་ཐན།	པེ་ཅིན་དབྱི་རྩེ་པར་འདེབས་ཆེད་ཡོད་ལྷན་ཁ།
ཤིང་ཆེད།	ལྷུ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་གནས་སོ་སོའི་ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཚོང་ཁང་།
པར་ཤོག	850mm × 1168mm 1/32
པར་གྱི་མི་ཐླིག་ཁེངས།	13
པར་ཞིང་སྤྱོད་ཁེངས།	2008ལོའི་ཟླ་12པར་པར་གཞི་དང་པོ་བཞུགས།
པར་ཞིང་སྤྱོད་ཁེངས།	2008ལོའི་ཟླ་12པར་པེ་ཅིན་ཏུ་པར་ཁེངས་དང་པོ་བརྒྱུབ།
པར་གྲུང་སྤྱོད་ཁེངས།	0001 - 2000
ཤིན་ཏུ་ཐོང་།	ལྷོ་རྒྱ་20.00

图书在版编目(CIP)数据

录入《甘珠尔》的医著选集:藏文/《藏医药经典文献集成》
编委会,青海省藏医药研究所编. - 北京:民族出版社,
2007.12

(藏医药经典文献集成)

ISBN 978 - 7 - 105 - 09045 - 7

I . 录... II . ①藏... ②青... III . 藏医 - 文集 - 藏语
IV . R291 . 4 - 53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 196382 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

<http://www.mzcbs.com>

北京艺辉印刷有限公司

各地新华书店经销

2008 年 12 月第 1 版 2008 年 12 月北京第 1 次印刷

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:13

印数:0001 - 2000 册 定价:20.00 元

ISBN 978 - 7 - 105 - 09045 - 7/R. 266(藏 136)

(藏编室电话:64275311 藏文发行科电话:64227665)

《藏医药经典文献集成丛书》编辑整理委员会名单

顾问：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

秘书长：措如·次郎

秘书长：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

秘书长：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

秘书长：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

秘书长：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

秘书长：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

秘书长：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

秘书长：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

秘书长：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

秘书长：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

《藏医药经典文献集成丛书》编辑整理委员会名单

顾问：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

主任委员：艾措千

副主任委员：多杰 旦正加 星全章 才让加

委员：艾措千 多杰 旦正加 星全章 才让加 完德才让

恰多·李先加 昂青才旦 李先加 达多 端智

尕玛措尼 端智才让 三智加 尕藏多杰 华旦尖措

昂智索南 格桑扎西 多杰拉旦 卡着杰 扎巴

本书整理者：夏吾杨本 我杰吉 星全章 扎巴 多杰 多杰拉旦

ཁོ་མ་འཁོ་མི་གཏམ།

[illegible]

བོད་ཀྱི་གསེང་པ་རིག་པ་ལ་གཞུང་དང་ལག་ལེན་གྱི་བརྒྱན་པ་ཙམ་ཐམས་
 ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཆེ། དེ་ནི་ནང་དོན་གྱི་ཐད་གསེང་རིག་ལོ་རྒྱུས་དང་།
 རྒྱུ་གཞིའི་གཞུང་ལུགས། བད་ཐོག་ལག་ལེན། རྒྱན་རྒྱས་ཤིང་བཟོ། ལྷན་
 ཁམས་པ་དེ་ལྟར་ལ་མགས་རིག་ཚན་ཡོངས་ལ་ལྷན་འདྲུས་ཡོད་པའི་ནོར་ལུང་པར་
 བཏོད་ཅིག་ལགས། དེ་ལ་ཉར་དར་ཤིན་གཞུང་གི་བླ་མས་འཁུར་དར་བཅི་
 བཏོར་ཆེན་པོའི་འག་ཉེ་མོར་བོད་ཀྱི་གསེང་པ་རིག་པ་རྒྱན་འཁོར་དར་དར་ཤིང་།
 གང་ལེགས་རྒྱུར་ཡོད་ལ། གནའ་གཞུང་གང་མང་ཞིག་ལྱུང་དཔེ་རྒྱན་འཁོར་མས་
 ཤིང་བྱས་ཐིན་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་དུང་གནའ་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་ལྷར་བཞེན་
 འདུས་ཚོས་རུལ་ཚོགས་ཐེབས་པའམ། ཡང་ན་མིའི་ཚོལ་པའི་དབང་གིས་གཏོར་
 བརྒྱག་ཆ་བས་ཆེན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པས། གང་རྒྱུར་མོས་ལྟར་རྒྱུ་པ་མ་བྱས་ཆོ་རིན་
 ཐང་གཞུང་དུ་མེད་པའི་གནའ་དཔེ་གང་མང་ཞིག་ཙམ་བརྒྱག་རྒྱན་ཆད་དུ་འཕྱོ་
 ཉེན་ཆེ།

དེ་ལ་ཐོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པ་ཉིད་ཚུགས་ཡོངས་ནས་རྒྱན་འཛིན་དང་དར་

སྤེལ་གཏོང་རྒྱའི་དམིགས་ཤུལ་བཅངས་ནས་ར་ཆོས་༡༠༠༩ལོར་མཆོ་སྒྲོན་ཞིང་
 ཆེན་པོ་དཀྱི་གསོ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་གཙ་བྱིད་བྱས་པའི་“《བོད་ཀྱི་གསོ་
 བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་རྩིས་པ་ལྟོགས་དཔེ་ཆོགས་》ཙམ་ཨྲིག་ཆོགས་པ་”ཨྲིག་
 འཇུགས་བྱས་པ་དང་། གནའ་དཔེ་འཆོལ་རྒྱད་དང་དག་ཨྲིག་དང་ཙམ་ཨྲིག་
 བཅས་ཀྱི་ལས་རྒྱ་ཕྱི་ཁྱེད་དཔེ་རྒྱུན་དང་འགྲེམས་སྤེལ་གྱི་བྱ་བ་ཡང་འགྲོ་བརྩམས་
 ཟིན་ཡོད། དཔེ་ཆོགས་འདི་ནི་ལྷ་ན་མ་མཆོས་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་ལས་གྲྭ་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། འདི་ནི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཡོད་དོ་ཙམ་
 འདུས་པའི་དཔེ་ཆོགས་ཤིག་ཏུ་འཇུར་བར་བྱེད་རྒྱ་ནི་ར་ཆོའི་བསམ་འདུན་ཡིན་
 ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་སྒྲུབ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་ར་ཆོར་ཡོད།

དེ་ལྟར་དཔེ་ཆོགས་འདི་ཐོག་མར་དཔེ་རྒྱུན་བྱེད་པའི་རྒྱ་དང་བརྒྱུན་ནས་
 འདིར་ཁོ་བོས་བྱ་བ་ཞག་ཆེན་པོ་འདི་རྩིས་པ་གང་ཐད་ནས་བྱ་བ་ལས་རྒྱ་དང་
 བའི་ཐག་གིས་སྒྲོན་འདུན་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་ལྷག་
 བསམ་དགར་པའི་ཤུལ་དང་རྩིས་པ་སོ་སོའི་སྤྱི་བྱ་རྒྱུན་ནས་ཀྱང་ལས་གྲྭ་འདིར་
 རྩིས་པ་གང་ཐད་ནས་རྒྱུ་བ་རྒྱུར་དང་རོགས་འདེགས་བྱེད་པའི་བསམ་འདུན་ཞུ་
 རྒྱ་ཡིན།

ཞེས་འོ་ཆོགས་ཆེན་ནས།
 ༡༠༠༧ལོའི་ཟླ་༩པར།

མཆམས་སྒྲུབ་པའི་གཏམ།

ཁ་བ་རི་པོའི་བཅུ་ལྔ་ག་རིག་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁོད་མི་རིགས་ཀྱིས་འཇིག་
 ཉེན་སྒྱུའི་ཕན་བདེ་གཞི་མར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་རིག་པ་མཐའ་དག་སྒྲིལ་བཏགས་
 པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་ཐབས་མཆོག་དམ་པར་
 སྒྲུབ་པའི་གངས་ཅན་གསོ་བ་རིག་པ་ནི་ཁོད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིལ་སྒྲུབ་
 དར་སྤེལ་མཛད་ཅིང་འཁོར་བ་མེད་རིགས་ལ་ཕན་པ་འབད་ཞིག་སྒྲུབ་པའི་རིག་པ་
 ཞིག་ཡིན་སྟབས། རིས་སྒྲུ་མ་ཆད་པའི་འགྲུ་བ་མེད་རིགས་ལ་ཕན་པའི་ལས་
 དོན་ཁོ་ན་སྒྲུབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཏུ་འཁྲུམས་ཤིང་སྒྲིམ་གས་དང་དུས་རབས་རི་
 འབྲཞིག་གི་ནང་དུ་འདྲ་མཁོ་གལ་དང་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དོན་
 དྲུགས་ཀྱི་ཕྱིར་ནས་སྒྲུབ་པའི་གནས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་པས་མི་སྒྲུ་དང་སྒྲུ་ཞིག་གིས་
 གྲུབ་བཞེད་འདྲིང་དང་ཁྱོག་བཤད་བྱ་བར་མི་རྒྱས་སོ། ། རང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་
 ཆང་དང་དེ་ཡོད་བརྟན་བཅས་ཀྱི་དྲུགས་ཆག་ལྟར་ན། གཤམ་དུང་པོན་ལྷགས་
 ཀྱི་དྲང་སྤོང་དཔྱད་བུ་མི་ཤེས་ནས་སྒྲུབ་པ་དུང་གི་ཁོར་ཅོག་ཅན་བར་དང་། རྗེ་
 བཅུན་གཤམ་ཆོག་རྒྱུ་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་ནས་གཉེར་སྒྲོན་གྲ་བ་མངོན་ཤེས་ཀྱི་
 བར། ལེ་རོ་ཅེ་ན་ནས་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་སྐབས། སྤང་སྤང་ན་མ་
 གཉིས་ནས་སྤོང་སྒྲུབ་ཡབ་སྤུས། མི་དབང་ཕྱེ་མྱིད་རིན་པོ་ཆེ་ནས་སྒྲུབ་ཅིས་
 བཞུས་དམར་མཆིན་རབ་ཞོར་ལུ་ལ་སྤུག་པའི་དྲང་སྤོང་མཁས་སྤུབ་རིམ་ལྱན་
 བཟང་གིས་མི་ལས་པ་ན་མས་ཀྱི་སྒྲུ་རིན་ལས། དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་དཔེའི་
 དཔོན་སྤེལ་འབྱུང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་དཔོན་སྤེལ་འབྱུང་གཙོ་བྱས་པའི་གསོ་
 རིག་གི་བརྟན་བཅས་རི་ཁོའི་གཉོས་དང་མཉམ་པ་རང་གིས་མཛལ་ན་དང་པའི་

ཕྱི་ལོ་གཡོ་ཁིང་གཞན་ལ་རོམ་ན་ལ་རྒྱའི་སྒོ་བས་པ་རྒྱས་པ་འདིས་བོད་ཀྱི་གསོ་
བ་རིག་པ་འེ་ལོ་རྒྱས་རིང་ལ་གཞུང་མན་རག་གི་ནང་དོན་སྤྱོད་སྤྲུལ་ཆོགས་པ་
ཞིག་ཡིན་པ་ར་སྤྲོད་གསལ་པོ་རྒྱས་འདུག།

འོན་ཀྱང་མིག་སྲར་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་རེའི་གསོ་
རིག་ཐད་ཀྱི་གཞུང་མན་རག་གི་གདམས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་ཉེས་སྤྱུར་དང་
འཕྱར་སྤྲུལ་ཡིན་པའང་ཀྱང་གྱིས་མཐུན་གསལ་ལགས་པས། ད་ལྟའི་དུས་
འདིར་བདག་ཅག་ཆོ་རིག་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོང་ཐོང་ཁོ་ན་དང་ཡུལ་ཡུར་གྱི་
བྲག་པའི་ཁེ་ཕན་ནམ་ཚུགས་རིས་ཅན་གྱི་ལྟ་པ་སྤྲུལ་རིང་དུ་དོར་ནས་མི་
རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་སྒྲིང་ཁོང་ནས་གཙུག་ཅེས་
གཅེས་སྤྲུལ། དེ་བཞིན་རིས་སྤྱོད་པའི་འཛམ་གླིང་གི་མའི་རིགས་ཡོངས་ལ་
ཕན་དུ་རེ་བའི་ཀྱང་སྤྲོད་རྣམ་དག་གི་སྒོ་ནས། རི་རྒྱལ་རྒྱུན་པའི་གཏོས་དང་
མཉམ་པའི་བོད་ཡུགས་གསོ་རིག་གི་གཞུང་མན་རག་རྣམས་ལ་འོས་ཆོད་དང་
རང་བཟོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྲར་ལས་སྤྲུལ་པའི་རང་སྤྲུལ་འདོན་སྤྱོད་སྤྲུལ་དང་
འཆོལ་སྤྱད་ལེགས་སྤྲུལ་གྱི་ད་རྒྱ་བཅས་ནི་མེན་ཏུ་གསལ་གནད་ཆེ་བའི་བཀྱི་བ་ཞིག་
རེད།།

དེའི་ཐུར་མཆོ་སྤྲོད་ཁོང་ཆོད་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་མིང་
དོན་མཐུང་པ་པའི་སྒོ་ནས་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་རིག་པ་རྒྱད་འཛིན་ཡག་པོ་ཞིག་དང་
གསར་བཞོད་གོང་སྤེལ་གྱི་སྲང་གཞི་བཞུན་པོ་ཞིག་འཇུགས་སྤྱབ་པའི་ཆོད་དུ།
ད་ལྟའི་དུས་རབས་དང་མིད་རྒྱས་བཟང་པོའི་སྐོར་སྤྲུལ་དམ་འཛིན་རང་མི་
དངོས་ནོར་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ཡུགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་ཁིང་མིག་རྒྱུད་རིང་བའི་
རྒྱས་གཞི་དང་བཅས་ཉེ་རང་རེའི་སྤྱོད་ཆོས་སྤྲོད་ཀྱི་མཁོ་གཤམ་ཆེ་བའི་གནའ་དམ་
དང་བསྟན་བཅས་ལས་ཏུ་ཟིན་ཏེ་ཅོག་ཚུགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་ཉེ་པར་དུ་
བསྟན་པའི་དགོ་བ་འདིས། ད་ལྟ་ཅམ་མ་བཟང་འཕྱང་འཕྱར་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་
བསྟན་པ་ཉིད་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་

ནུས་པ་ཐོན་བྱེད་ཅིང་ལྷན་ཅན་གྱི་སྒྲིག་འཛུགས་དཔལ་དུ་འགྱུར་བར་གདོན་
མི་བྱ་བས་ན། འོ་སྒྲིལ་བྱན་མོང་གིས་རྒྱུ་ཡི་རང་བྱུང་འོས་པའི་ལས་དོན་གལ་
ཆེན་ཞིག་རེད་ཅེས་ཏེ་ཅང་དག་འཛོམ་དང་བཅས་མཚམས་སྦྱར་བའི་ཆོག་དུ།

ཁོ་རུ་ཆེ་ན་མ་གྱིས།

སྤྱི་ལོ་༡༩༠༠ལོའི་ཟླ་༡༡ཆེས་༡ཉིན་ལ།

དག་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

པོད་ལ་མོ་སྒྲིག་པ་ཞེས་སྤྱུགས་པ་འཛམ་གླིང་གི་ཡང་སྤེང་དུ་གནས་
པའི་མི་རིགས་ཉིད་ལ་གནམ་གྲིས་ས་བཀབ་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲོན་ལྟོན་དབང་དམ་
པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས། དམ་པའི་ཚོས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་བཅུ་ལྷག་རིག་
པའི་གནས་ཀྱིས་ཡོངས་སྤྱུ་ལྷག་པའི་ཤེས་རིག་བར་མཛོད་ནི་སྤྱིད་པའི་མཐར་
ཡང་བྱལ་བ་མེད་པ་ཞིག་མཆིས་པ་ལ་སྤྱས་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་དོ། དེ་ལས་
གནས་བཅུའི་ཡ་ལྷལ་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་ཐབས་མཚོག་དམ་པར་ལྷན་པའི་
པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ནི། རྗེ་གཡུ་ཐོག་ཆེན་པོས། མི་ན་བར་གནས་པར་
འདོད་པ་དང་ན་བ་གསོ་བར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས་གསོ་བ་རིག་པའི་མན་
རག་ལ་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རིས་སྤུ་མ་ཆད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་
རིགས་ལ་ཐན་པ་འབའ་ཞིག་སྤྱབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་སྟེ། དེར་སྔ་རྒྱས་ཀྱི་དུས་
ལྷན་ཏུ་ཅང་རིང་ཞིང་གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་ཆར་ཡིན་པ་མ་ཟད། ལྷན་
དཔུང་གྱི་རིགས་ལམ་ཁྱད་དུ་འཕགས་ཤིང་ཐན་རག་ཉམས་སྤྱོད་ལྷན་སྤུ་
ཆོགས་ཤིང་གྲུ་ལོས་པ་ཞིག་མཆིས་སྟབས། དེར་སྐབས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་ཀྱན་ཏུ་
ཆོན་རིག་པ་མ་ཁས་ཅན་དག་གིས་སྤྱོགས་ཡོངས་ནས་སློབ་སྦྱང་དང་ཞིབ་འཇུག་
གི་གོམ་སྟབས་མཚོགས་མེན་ཐེད་བཞིན་པ་དང་། རང་དེའི་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཀྱང་
ཏང་གི་མི་རིགས་སྤྱིད་རྒྱས་དོན་འཁྱོལ་དང་བྱུང་གསར་སྟེལ་ཐེད་པའི་
འགྲོས་དང་བཟུན་ནས་པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལས་དོན་ཉིད་མྱོ་ཀྱན་ནས་
ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མ་ཉམས་གོང་སྟེལ་གནང་སྟེ་ཉམས་དགའི་ཡུལ་ཁམས་
ཞིག་དུ་བསྐྱལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཕྱི་ནང་གི་འགལ་སྤྱོད་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་

རེད་གསེ་རིག་ཅད་ཀྱི་གཞུང་མན་རག་གི་གདམས་པ་གང་མང་ཉམས་ཉེས་སྤྱ་
 ལྟར་དང་འཁྱུར་སྤྱས་ཡིན་པའང་ར་ཆོས་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་དུ་འཁྱུས་ཤིང་།
 རོད་ཀྱི་གསེ་རིག་འདི་ཉིད་ལྟན་འཁོར་རེད་རིག་ཅན་སྤྱི་གཞི་ཡིན་པའི་རོས་ནས་ལྟ་ན།
 རི་རྒྱལ་རྒྱན་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པའི་གཞུང་མན་རག་གི་གཞུང་རབ་དེ་
 ཅམས་ཁྱད་ལས་ལྷག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཐོག་འདོན་ལྟར་སྒྲོབ་དང་འཆོལ་ལྟར་ལེགས་
 རྒྱུག་བཅས་ཕྱིན་རྒྱ་ནི་ཐོག་མར་བསྐྱབ་དགོས་པའི་སྤང་གཞིའི་ལས་ཀ་གལ་ཆེན་
 ཞིག་ཉི་མོ་སྒྲོལ་ཆེ་རིག་འདོན་པ་རྒྱམས་ཀྱི་ཕྱག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བབས་པའི་
 དུས་རབས་ཀྱི་འགན་འཁུལ་ཞིག་ལགས། དེའི་ལྟར་ར་ཆོས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལས་འགན་
 དང་དུས་རབས་ཀྱི་ཁྱད་ལྟ་ཉར་མདོ་དུས་མཐོ་སྤང་ཞེས་པའི་ཕྱན་མིན་ཁོར་
 ལྷག་ཁོད་དུ་འཕེལ་རྒྱས་ལྟར་བའི་གནའ་པོའི་གསེ་དཔྱད་རིག་པ་འདིའི་སྒྲོག་
 དབྱུགས་རྒྱན་བསྐྱངས་ཕྱིན་ཅིང་། རོད་ཀྱི་གསེ་དཔྱད་རིག་པར་ལྟར་བཅོན་
 དང་ཞིབ་འཇུག་ཕྱིན་པར་སྒྲོ་བ་བཅས་པའི་རྒྱུ་དཔྱད་ཅན་མང་པོར་རྒྱ་ཆ་མཁོ་
 སྒྲོད་ཀྱི་སྒྲོ་འཕར་ཡངས་པོར་སྒྲེས་པ། རང་ལྷགས་ཀྱི་གཞུང་རྒྱུ་འདོན་པ་ལ་
 ཁྱད་བས་སྒྲན་ཐོགས་བྱུང་པ། ཉམ་ཐག་ནད་པའི་ལུས་སྒྲོག་ལ་གཟིར་བའི་ནད་
 རིགས་ཆ་མེད་དུ་འཛོམས་པར་བྱས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་དང་མན་
 རག་བཟུང་མོའི་གདམས་པ་ཆེན་བྱུང་ཀྱི་སྒྲོར་མང་དུ་བཅའ་ནས་ནད་ཀྱི་རྒྱག་
 བསྐལ་ལས་སྤྱོད་པར་རོ་ཐོགས་པ་བཅས་མདོར་ན་གངས་ཅན་གསེ་བ་རིག་པ་
 འདི་ཉིད་མིར་དོན་མཚུངས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱུད་འདོན་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱུང་པའི་
 ཆེད་དུ། དེད་ཅག་མཆོ་སྒྲོན་ཞིང་ཆེན་པོད་ཀྱི་གསེ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་
 འབྲེལ་ཡོད་ཆེད་མཁས་མི་ལྷ་ཆ་འཇུགས་དང་གསེ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་དག་
 རྒྱུག་གི་མི་ལྷ་ཆེད་བསྒྲས་བྱས་ཏེ། ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་དང་། གཞུང་ལྷགས་བསྐྱར་
 བཅོས། མན་རག་ལག་ལེན། རྒྱན་རྒྱུར་སྒྱུར་བྱང་། རྒྱ་སྤྱོད་འཁྱུངས་དཔེ།
 གནམ་རིག་སྤར་ཆོས་སོགས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱན་དགོན་མོའི་རིགས་གཙུག་པོར་བསྐྱར་
 ཐོག་《རོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་རྒྱུགས་བསྐྱེད་པའི་ཆོགས་》ཞེས་པ་

འདི་ཚེ་མ་གྲིག་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། དཔེ་རྒྱན་ཐད་དཔེ་དེ་བ་རེ་རེ་བཞིན་མཛད་
 པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐུ་བྱི་དང་ནང་དོན་ལ་མ་བརྟུན་པར་ལག་ལེན་དུ་འབྱོར་གང་
 ཐུབ་བྱས་ཏེ་དཔེ་ཉིང་ལག་དུ་སོན་ནོ་ཙམ་དག་གྲིག་དང་དཔེ་རྒྱན་འགྲེམས་སྤེལ་
 བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ལ་《བཀའ་འབྲུར་གསེར་གཟེས་གཙུག་པོ་ཞེས་པའི་འདི་ནི་《བོད་ཀྱི་
 གསེར་བེག་པའི་གནའ་དཔེ་རྩོགས་བསྐྱེགས་དཔེ་ཚོགས་》ནང་གསལ་གྱི་དེ་བ་
 བདུན་ཅུ་པ་ཡིན་ལ། དེ་བའི་འདི་ནི་ཕྱི་དགེ་པར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འབྲུར་རྩ་ཙམ་
 ལས་གསེར་གཟེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལོགས་སུ་བདུས་ཏེ་བསྐྱེགས་པ་ཞིག་ཡིན། འདི་ལས་ཐོག་
 མར་རྣམ་པར་ལྷུར་མ་ལྷུར་གྱི་ལྷན་སྐྲུན་གང་དུང་ལ་ཕན་བདེ་འབྲུང་བྱེད་ཀྱི་
 གཞུང་ས་དང་མདོ་གང་མང་ཞིག་གདམས་ཡོད། བ་མར་ལྷུང་པོ་འདི་ཉིད་
 མང་ལ་དུ་འབྲུག་རྒྱུ་དང་གནས་པ། ལྷན་ལ་ལྷན་སྐྲུན་སུ་མང་འབྲི་སྐྱོན་བྱའི་
 རིགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དང་། བྱེ་བྲག་སོ་སོའི་རྣམ་པ། གཞན་ལྷན་ཀྱི་འབྲུང་བ་
 རྒྱུར་གྱི་རིགས་བདུན་ཅུ་དོན་བརྒྱད། ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱད་པ་འབྲུང་
 བར་བྱེད་པའི་འཆི་བ་རྣམ་བཞི་བཅས་གསལ་བར་བསྟན་ཡོད།

དེ་ཡང་དཔེ་ཚོགས་འདི་ཉིད་དག་གྲིག་དང་ཚུམ་གྲིག་བྱེད་པའི་ཚ་འཛིན་
 འདི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། ༡. ཡི་གེ་འོར་བ་དང་དོགས་གཞི་ཅན་རྣམས་ལ་མིང་ཆོག་གང་
 དེའི་རྗེས་སུ་རྟགས་[] འདིའི་ནང་དག་བཙས་བྱས་ཡོད། ༢. གཞུང་ཆོག་ཆད་
 པར་འདོད་པ་རྣམས་རྟགས་() འདིའི་ནང་དུ་ཁ་སྐོང་བྱས་ཡོད། ༣. ཚུམ་པ་
 པོའི་མཆན་རྣམས་གཞུང་དངོས་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་ལས་རྒྱུར་ཅན་བྱས་ནས་
 བཀོད་ཡོད། ༤. མ་ཡིག་མི་གསལ་བའམ་གཞུང་ཆོག་ཆད་པ་རྣམས་ལ་ཁ་སྐོང་
 བྱེད་མ་རྣམས་པ་རྟགས་..... འདིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད་ལ་གྲག་རྟགས་(<)
 འདིའི་ནང་དུ་མ་ཡིག་གི་ཤོག་གྲངས་སམ་ཐིག་ཕྱིང་ཅི་ཅུ་ཞིག་ཆད་ཡོད་པ་
 གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད། ༥. རྒྱ་ཆ་དང་རྒྱུ་ཆ་སོགས་ཚུ་ལྷའི་རིགས་རྣམས་
 དག་ཡིག་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན་ལྟར་ཏེ། སོག་ཆ་དང་རྒྱ་ཆ་ཞེས་ཆོག་ཤོགས་དང་

བཞེས་ན་མ་བཟགས་མི་འདྲགས་ཤིང་། མོག་པོའི་ཚུ་དང་ཚུ་མཚོའི་ཚུ་ཞེས་
 བའམ་ཚུ་མིང་ཚུར་པའི་སྐབས་ལུ་མ་བཟགས་འདྲགས་ཞེས་པ་ཉུར་ཐུར་ཡོད།
 ལན་ཚུ་ཞེས་པ་ནི་པོད་ཀྱི་གས་བུ་རིག་པའི་དཔེ་གཞུང་མང་ཆེ་བར་བརྟན་ནས་
 དམིགས་བཤལ་དུ་མ་བྱུར་ཐུར་ནས་བཞོད་ཡོད།

འདིར་ར་ཆོ་དག་ཞིག་མི་ལྟའི་ཤེས་བྱའི་ཚུ་ཚད་དམན་ཞིང་དཔེ་རྟོག་དག་
 ཞིག་གི་ཉམས་ཚུར་ཞན་པའི་དབང་གིས་མ་ཉོགས་འགལ་འབྲལ་གྱི་ཆ་གང་མང་
 ཡོད་མེད་པ་ལ་ཚུ་ཆེ་སྟག་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་དཀོང་ས་འཆར་ལྷགས་པར་གནང་
 བར་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལུ།

མཆོ་ རྟན་ བྱིང་ ཆེན་ བོད་ ཀྱི་ གས་ རིག་ བྱིང་ འཁྱག་ ཁང་ གས།
 《བོད་ཀྱི་གས་བུ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ལྷགས་བརྟན་དཔེ་ཆོགས་》ཚུ་མ་བྱུར་ཞིག་ཞེས་པ་
 ཟུ་ལ་ ༩༠༠ ཡོད་ཟེ་། ཡའི་ཆོས་ ༡༠ ཉིན།

གཤམ་པ་པོ་རྒྱུད་མདོར་བསྟན།

ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་བཅས་ལྷན་འདས་
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅས་པ་ཡང་དག་པར་རྒྱགས་པའི་སངས་རྒྱུ་བྱུ་
 བྱུ་བ་པ་ནི། མེས་ཅན་ཀུན་ལ་བྱ་གཅིག་པ་ལྟར་བཅེ་བ། མཁུན་པ་ལ་ཐོགས་
 པ་མི་མངའ་ཞིང་། རྒྱས་མཐུ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུ་བ་མངའ་བ་དེ་ཉིད་དགའ་
 ལྷན་གྱི་ལྷན་རིགས་འདི་ནས་འཕྱེས་ཏེ་འཇམ་བུའི་གླིང་དུ་སྐྱེ་ལོ་སྒྲིབ་གྱི་པ༤༩ལ་
 རྒྱུ་ལྷན་འདུམ་གྱི་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཟམ་གཙང་དང་བཅུན་མོ་སྐྱེ་མ་ལྷུ་མས་
 མཛོལ་གཉིས་ཀྱི་སྐས་སུ་དེར་གྱི་བལ་བོའི་མངའ་ཁོངས་ལུ་སྐྱེ་ནིའི་སྤྱིད་ཆལ་དུ་
 འབྱུངས། ཞག་བདུན་ནས་མ་ཆེ་འཕྱེས་པས་སྤྱི་དབྱ་བདག་མོས་བསྐྱུངས།
 མཚན་ལ་གཞོན་བྱ་དོན་འབྱུང་གསལ། ལང་ཆེ་རིམ་བཞིན་རྒྱས་ཏེ་ཡི་གེ་སྒྲིབ་
 པའི་ཡུར་ཞུགས་ནས་སྒྲིབ་དཔོན་ཀུན་གྱི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་བྱ་བ་བཞེན་ཏེ་ཡི་གེ་
 ལྷ་ཆོགས་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་མཁུན། དེ་ནས་མདའ་འཕེན་པ་དང་རྒྱར་རྒྱལ་བ།
 སྤང་བཅེ་འདུལ་བལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་ཆལ་སྐྱ་ཆོགས་སྐྱུངས་ཏེ་སྐས་ཀྱང་དོ་རྒྱ་མི་
 འཕེར་བ་བྱས། དེ་དང་ལྷན་དུ་འབངས་ཀྱི་བདེ་ལྷག་ལ་རྒྱག་ཞིབ་དང་མི་ཆེ་
 བདེན་པ་འཆོལ་བར་བྱུགས་གཞིག་གནང་ཕྱི་རི་ལྷར་བྱས་ན་འགྲོ་བའི་ལྷག་
 བསལ་འགྲོལ་བར་བསམ་སྒྲོ་བཅང་། ཁོང་གིས་འགྲོ་བའི་ལྷག་བསལ་ལ་ཉག་ཏུ་
 བྱུགས་གཞིག་གནང་བ་དེས་རྒྱལ་པོ་ཟམ་གཙང་ལ་སྤྱོད་ནས་བྱུང་ནས་རིགས་
 གཞུགས་ལང་ཆེ་དང་ལྷན་པའི་བྱ་མོ་ས་འཆོ་མ་དང་རི་དྲགས་སྤྱིས་མ། གྲགས་
 འཛིན་མ་སོགས་ཁབ་དུ་བསྐྱས་ཏེ་སྤྱ་གར་རོལ་མོ་དང་བཅས་རྒྱལ་སྐས་འདི་བག་
 མེད་རྒྱས་སྒྲིབ་ལ་རོལ་དུ་བཅུག་ནས་ཁོང་གི་དཔོངས་པ་མི་ཆེ་ལྷག་བསལ་ལས་

པལློགས་ཏེ་སྟོབས་འཕྲུང་མཁའ་ས་གསུམ་ལྟན་པའི་ཀྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་ཏེ་
 རྒྱ་གར་གྱི་མངལ་ཁོངས་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་ནས་ཀྱལ་ཁབ་ཆེན་པོ་ཞིག་
 གཞུགས་ཆེས་བྱས། ཡིན་ན་འང་ཁོང་གི་ལྷན་ཁྲུང་གི་རིས་མེད་ཀྱི་འཕྲོ་པའི་
 ལྷག་བསྐལ་བསལ་བར་སྟུགས་གཞིག་གནང་།

དེ་ལྟར་དཔྱད་ཁོ་ནི་ཕྱ་ཚ་དཔྱད་བར་བཞུགས་པས་མ་འཆོ་མར་ཡས་དཔྱ་
 གཅན་འཛིན་འཁྲུངས་ཤིང་། ཁོང་གིས་བཅེ་དྲུང་གིས་ལྷན་པའི་ཆུང་མ་དང་ཁྱ་
 ལྷག་ ཀྱལ་ཁབ་དང་རྒྱ་ཁོར་བཅས་ཡོད་ཅད་སྟོས་བཅུང་ནས་སྒྲིམ་ན་འཆི་དང་
 བཅས་པའི་འཕྲོ་པའི་ལྷག་བསྐལ་སྟོས་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་འཆོལ་བར་ཐག་
 བཅད་པས་ཀྱལ་པོ་ཟས་གཅོད་གིས་སྒྲོ་དོགས་ཆེན་པོས་སྟུང་དུ་བཅུག་ཅོད།
 ཁོང་གི་ད་ལྟོ་ཀྱང་སྟོས་ཏེ་ནགས་སྟུང་ར་མོས་ཀྱི་ན་བཟའ་དང་རྒྱན་ཆ་ནམས་
 རོར། ལྷག་དྲུར་ཁོད་ཀྱི་མོས་རྒྱན་ཏེ་རབ་ཏུ་སྟུང་ནས་ཟས་མོས་རན་ཁོམ་ཅམ་
 ལ་བཞེན་ནས་སྟོགས་སྟུང་བྱུངས། མི་ཆེའི་བདེན་པ་ཞིག་མ་ཆེད་སྟུན་སྟུར་མེར་
 རྒྱའི་སྟངས་ཁྱེད་ཀྱི་མི་འཕྲུག་དམ་བཅའ་བྱས།

མི་ཆེའི་བདེན་པ་དེའི་ཆེད་དུ་སྐབས་དེར་ཡགས་པ་རྒྱས་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་
 བསམ་སྟོབ་ཆེན་པོ་ལྷན་ཞེ་རྟོགས་ལྟན་དང་ལྷན་ཞེ་པད་མའི་གནས། དྲང་
 སྟངས་ལྷན་ཞེ་གནས། ལྷན་ལ་ཤིས་ཀྱི་ཏུ་འཕྲུང་ཤིང་སྟོགས་པའི་ལོན་ཏན་ཐམས་
 ལས་དཀའ་ལྷན་པའི་ལྷན་པུས་པས་དེ་དོག་གི་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་
 ཅད་མདོ་ནི་དུ་སྟུང་ཁྲུང་དོ་ཡིས་འཕྲོ་པའི་ལྷག་བསྐལ་མེལ་མི་སྟུང་པས་ཐབས་མ་
 ཡིན་པར་མཁོང་། དེ་ནས་རྒྱ་པོ་ནི་རན་རྩ་ནའི་གནས་སྟུང་ནས་ཉིན་རེ་ལ་རྒྱ་
 ཏུག་འབྲུ་ཅམ་རིག་མོལ་ཞིང་རྟེན་ཕྱི་ལོ་མེད་པར་དཀའ་ལྷན་སྟུང་པས་ལྷན་
 པལ་ཐམས་ཤིང་དེ་ནས་ཉི་ལོ་འབྲུ་ཀཅིག་དང་འབྲུ་ཀཅིག་ཅམ་གྱིས་
 རོ་རྒྱལ་གི་བར་ཉིང་མེ་འཛིན་པ་ཞུགས་ནས་དཀའ་ལྷན་སྟུང་པས་མདོག་ནག་
 པར་སྟུང་ཞིང་། མི་ནམས་ཀྱི་སྟངས་ཁོར་དྲུར་ཁོད་ཀྱི་འབྲེ་ཡིན་སྟུང་པ་བྱུང་། དེ་
 ལྟར་མི་ཆེའི་བདེན་པ་མ་ཆེད་པས་ཏུ་མོ་ལེགས་སྒྲིམ་མས་ལུམ་པའི་འོ་ལྷག་སྟངས་

ཆེད་ཀྱི་པོ་ཅན་གསལ་ཏེ་ལུས་ཀྱི་མདངས་གསལ། ཏུར་ཁྱོད་ཀྱི་རས་བཟུས་
 བས་ཆོས་ཤོས་བཟོས་ཏེ་གསལ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཞིང་ཐོར་གཤེགས་སོ། དེ་ཏུ་
 ལྷ་འཆོང་བ་ཁྱེད་བཟུ་ཤིས་ཟེར་བ་ལས་ལྷ་བསྐྱངས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཤིང་ཏུར་ཏུ་
 བཏིང་ཉེ་ཕྱི་ལ་མོ་ཁྱུང་བཅས་ནས་ཁ་ཤར་ཏུ་ཕྱོགས་ནས་ལུས་ཏུར་མོར་བསྐྱངས།
 ལྷན་འདིར་བདག་གི་ལུས་འདི་བསྐྱམས་ཀྱང་ཏུར་། བགས་པ་ཏུས་པ་ཤ་
 བསམ་ཞིག་ཀྱང་ཏུར་། བསྐྱེད་མང་ཉིད་དཀའ་བྱང་ཆུབ་མཛོད་པར་། ལྷན་
 འདི་ལས་ཤི་བསྐྱོད་པར་མི་བྱའོ། ཞེས་དམ་བཅས་ཏེ་མི་ཆེ་བདེན་པ་ལ་ཆེ་
 གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་ནས་བཞུགས་སོ། དེའི་ཏུས་བཏུད་ཀྱིས་སོ་ཉར་ལྷལ་ཏེ་སེར་
 ལྷའི་ཤོར་ལྷས་ཕྱིན་ཀྱིས་ཁ་བཏགས་སོ་ཞེས་འཕྲིན་བརྒྱུད་པ་དང་དྲག་པའི་
 དཔུང་གིས་སྒོལ་བ་དང་གཅན་གཟན་རྩ་ཆོགས་ཀྱི་འཇིགས་རམ་ལྷན་པ། ཏུ་མ་
 མཛེས་མས་ཏུར་བ་ཤོགས་རི་ལྷར་བྱས་ཀྱང་བྱགས་གཤོ་བ་ལྷ་ཅན་ཡང་མ་ལྷུང་
 བར་བྱམས་ཞིང་རྗེ་སོགས་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་མཛོན་པར་བཞུགས་ནས་དཔྱང་
 སོ་སོ་ལྷ་བཞེས་པའི་སོ་དེའི་ས་གླེ་བའི་ཆོས་ལྷན་ཐ་མའི་ཏུས་ནས་མཛོན་པར་
 རྒྱགས་པའི་སངས་རྒྱས་སོ། དེ་ནས་ལྷན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཏུར་སྒྲོང་རྒྱང་བ་
 རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས་ལྷ་ལྷ་ཉེ་བཟང་པོ་ལ་བདེན་པ་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར།
 བཟོད་ལྷུང་ཐོའི་རིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མང་པོ་ལ་མཆོན་ཉིད་རོ་པོ་ཉིད་
 མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར། ཡངས་པ་ཅན་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྤྱི་ལོགས་
 ལྷའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་པ་ཉེ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་སོ་གསུམ་དང་རྒྱ་གར་རྩི་ལྷགས་
 དཔལ་ལྷན་འབྲས་ལྷུངས་ཞེས་པར་ལྷགས་ཀྱི་ཐིག་པ་གསུངས་ཏེ་དཔྱང་སོ་
 བརྒྱད་ཅུ་པ་ཉེ་ཕྱི་ལ་མོ་ལྷན་ཀྱི་༡༢༩ལ་ལྷ་དཀོས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་ཐ་མ་ཀྱན་ཏུ་རྒྱ་རབ་
 བཟང་སྒོལ་བར་བྱས་ཏེ་ལྷ་རན་ལས་འདས་སོ།