

# བསམ་མེད།







བསམ་ལུགས་ལྟོགས་ལྟོགས་  
 མཉམ་སྲུང་གི་འདུག་གམ།  
 ལྷན་དུ་ལྷན་དུ་ལྷན་ཆེན་ཆེན་  
 ལྷན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་འདུག།

ཁ་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་ཆེན་ཆེན་གྱི་  
 བཞིན་དེ་མཉམ་སྲུང་གི་ལྷན་ཆེན་  
 ལྷན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་  
 ལྷན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་  
 ལྷན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་ཆེན་།



ལྷོད་རང་ད་ལྷོ་ལོ་བུ་ལྷོ་བུ་ལས་ཟིན་མེད། གཤམ་ཉེ་སྤྱི་ལོ་སྤྱོད་དགོས་  
 བ་ཆགས་སོང་ན་ནང་ལེ་ལམ་ཅམ་ལྷོད་དགོས་མ་རེད་དམ། གཅིག་  
 ཉན་ལྷོ་མོ་ཞིག་རེད། གཉིས་ཉན་དང་སྐབས་ལྷོ་མོ་གས་ཀྱི་གནས་  
 ལྷོ་མ་གཤམ་ཞིག་ལ་སྤོབས་ཡོད་ལྷོད་རང་གིས་གཤམ་གྱི་མ་རེད།

ད་གསུང་  
 ལྷོ་མང་དྲུགས་སོང་།  
 བུ་ལྷོ་མོ་གྱི་ལྷོ་བུ



དྲོ་ལྷོ་ལྷོ་གས་ད་  
 གཤམ་གས་ཞིག་གང་  
 ལྷོ་མ་ལྷོ་མོ་ནང་ལེ་སྤོབས་  
 བ་དེ་གས་ལྷོ་གས་ལ་རེད།

ལྷོ་མོ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ཉན་དེ་གས་  
 ལྷོ་མ་གས་མང་ཅམ་ལྷོ་བུ་དགོས། ལྷོད་དགོས་  
 བའི་ལྷོ་མ་ལྷོ་མོ་དང་ལེ་དྲོ་ལྷོ་མ་ལྷོ་མོ་དགོས་  
 བའི་ལྷོ་མ་ལྷོ་མོ་མཚན་ཆོགས་ལྷོ་མ་གྱི་ལྷོ་མ།



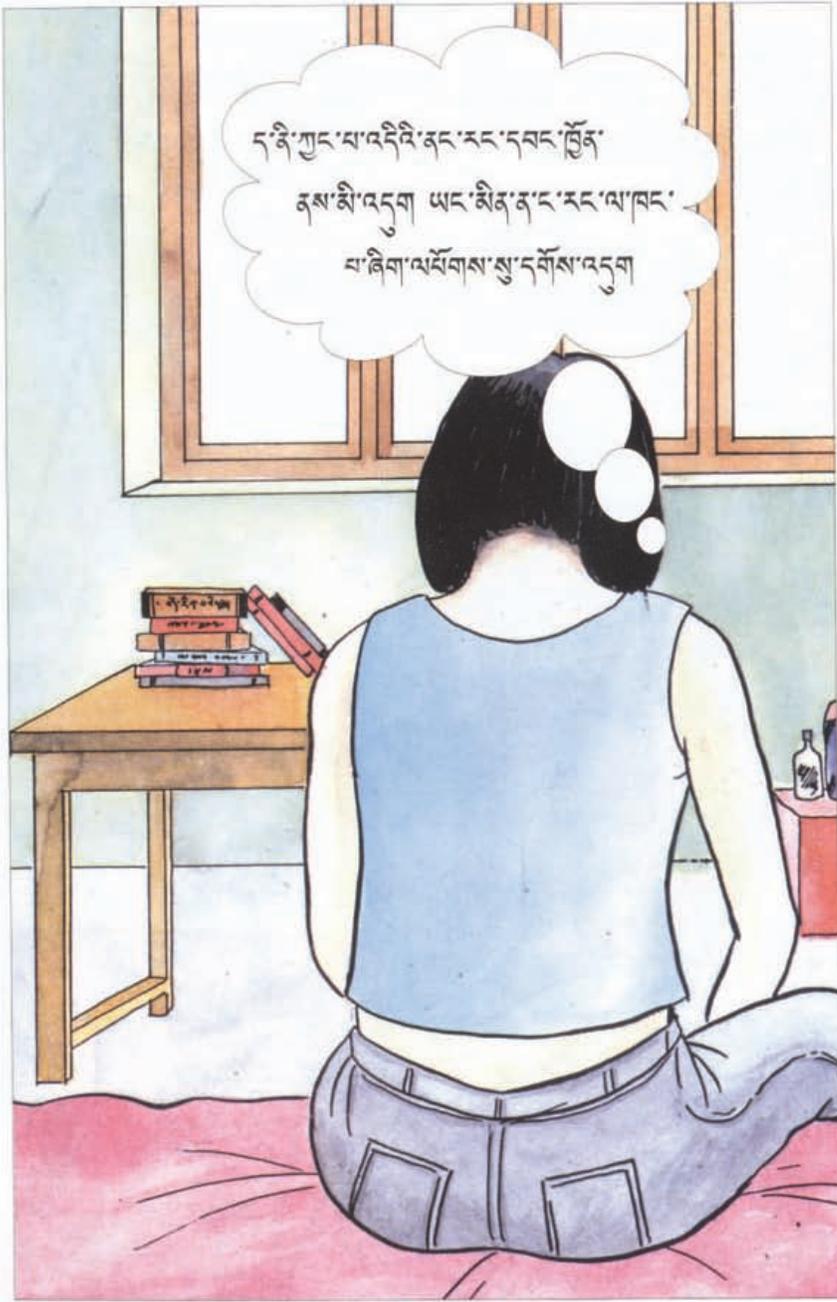
ལྷོ་ལ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་ལྷོ་ལ་བུ་  
 སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་  
 སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་  
 སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་



བསམ་སྒྲིག་དུས་སྒྲིག་དུས་ཀྱི་སྒྲིག་མཆོད་གཞན་གཉིས་དང་ཉལ་ཁར་གཞིག་ཡིན་པར་  
 བརྟེན་མི་མ་བཞིན་སྒྲིག་མཆོད་གཉིས་ལའང་ཉོ་སྤྲོད་པར་བཞོུགས།







དེ་ནས་བཟུང་བསམ་སྒྲིག་ལ་མ་སྒྲིག་པའི་ཚོར་བ་དེ་བས་ཇེ་མང་དུ་སོང་།





བསམ་སྲིད་ཀྱི་ཉེ་ཅི་སྐྱབས་  
དང་། སྐྱོན་ལགས་ཀྱིས་ཤེད་རང་ལ་  
ནང་ལས་ཁག་བཞི་ཡོད་ཅེད་གསུངས་  
ཡུང་བ་དེ་རྣམས་ཚར་སོང་ངམ།

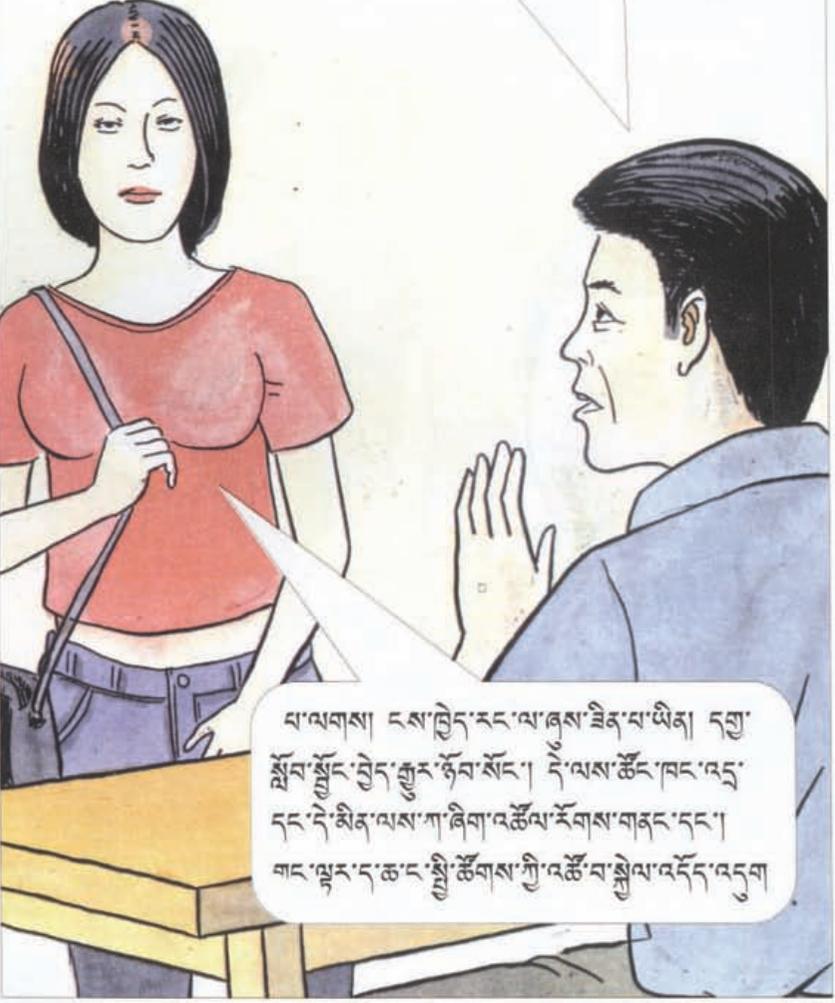
ཚར་མ་སོང་། བ་ཕགས་རྒྱུ་ལྟོད་  
ལྷན་དྲུགས་ནས་མགོ་ན་གྱི་ལྷན་ཚར་  
ཉེ་ཅི་སྐྱོད་གཡེད་ཤེད་དུ་འགྲོ་གྱི་ཡིན།



ལྷན་ཚར་དེ་རྣམས་ཡག་  
པོ་སྐྱོད་རྒྱུ་ལ་ལོ་རྒྱུས་མར་  
འཛུགས་བྱུང་བའི་སྐོར་ཞུས་  
གསེ་ཤེད་ཅིས་ཡོད་ངམ།

གང་ཡང་ཤེད་ཀྱི་མ་ཤོད། ར་རང་  
ལྷན་ཚར་ལྷོ་བ་སྐོར་ཤེད་འདོད་མི་འདུག  
ངས་དེ་རྣམས་ཡིག་སྐྱབས་ཁོ་ན་གཞིར་  
གིན་བཅུད་བ་ཡིན། ད་དུང་ཡིག་སྐྱབས་  
གཞིར་ལྷན་ཚར་དེ་ཉེ་ཅི་སྐྱོད་གྱི་འདུག

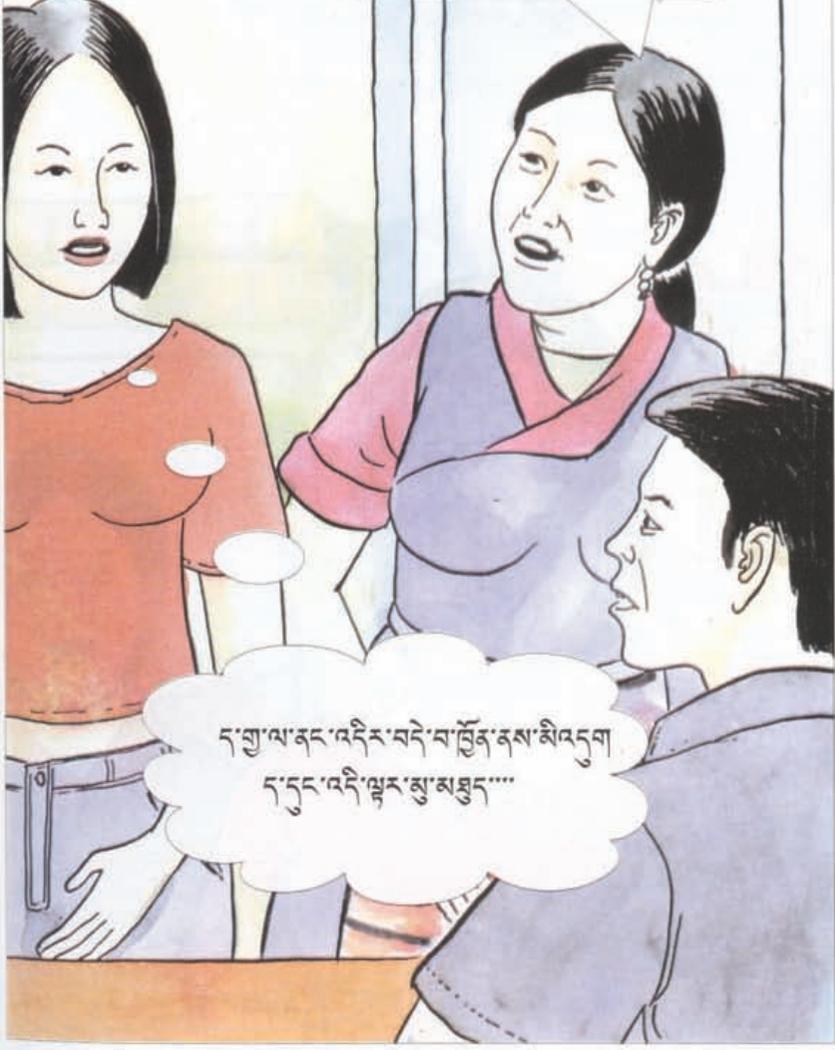
བྱ་མོ་དང་ལྷོ་བྱ་ལྷོ་མཁའ་མོན་ཁར་ཉོ་བ་ན་ག་ནས་འགྲིག  
 ད་ལྟོ་བར་དུ་ལྷོ་དང་ཚེ་ལ་རེད། ད་འཛིན་གྲུ་བཅུ་གཅིག་བཅུ་  
 གཅིག་ཡིག་པོ་ལྷོ་དང་ནས་མཚོ་ལྷོ་བ་ནང་འགྲོ་བྱུང་བ་ལྷོ་དགོས།  
 མཚོ་ལྷོ་བ་ཚེ་མོང་ན་ཨ་ནི་ལས་ཀ་ག་ལ་ལྷོ་བྱས་པེ་དེད།



བ་ལགས། དམ་ཁྱེད་རང་ལ་ལྷན་ཟེན་བཞིན། དགྲ་  
 ལྷོ་བ་ལྷོ་དང་ལྷོ་དང་ཉོ་བ་མོང་། དེ་ལས་ཚོང་ཁར་འདྲ་  
 དང་དེ་མིན་ལས་ཀ་ཞིག་འཚོལ་མོགས་གནང་དང་།  
 ལྷོ་བ་དང་ཚེ་དང་ལྷོ་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལྷོ་བ་འདོད་འདྲུག

ལྷོ་བ་དང་བྱ་མོ་ལྷོ་བོ་ཁྱོད་དང་བཅས་ལ་མར་ཁ་ལན་ཡང་ལྷོ་ག

བྱ་མོ་དང་ཁྱོད་ག་ལ་ལས་ལས་ཀྱི་འདྲུག  
 ལས་ལས་ལྷོ་བ་ཁྱོད་ལྷོ་མི་འདྲུག་གསལ།



ད་གྲུ་ལ་ནང་འདོད་བདེ་བ་ལྷོ་ནས་མི་འདྲུག  
 ད་དུང་འདི་ལྷོ་བ་ལྷོ་མཚུང་.....

ལྷ་གས་ལྷོན་ལ་དཔུང་ས་ལྷོན་སྤྲོད་སྤྲོད་མི་ནས་  
བཏང་བའི་གནས་ཤུས་དེ་མ་གཏོགས་ནང་བཞག་ཡོད།



ཤོགས་མོ་སྤྲོད་ཚུགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་བསམ་  
ཡུལ་ལས་འདས་པའི་ལྷོན་ལྷན་པ་ཞིག་མེད་ཅེས་  
བཏོད་འདུག་པ་མ་ཟད། མི་རང་ལྷོན་མའི་ཁ་  
བྱང་ཡང་ཁ་གསལ་ཤིས་འདུག།



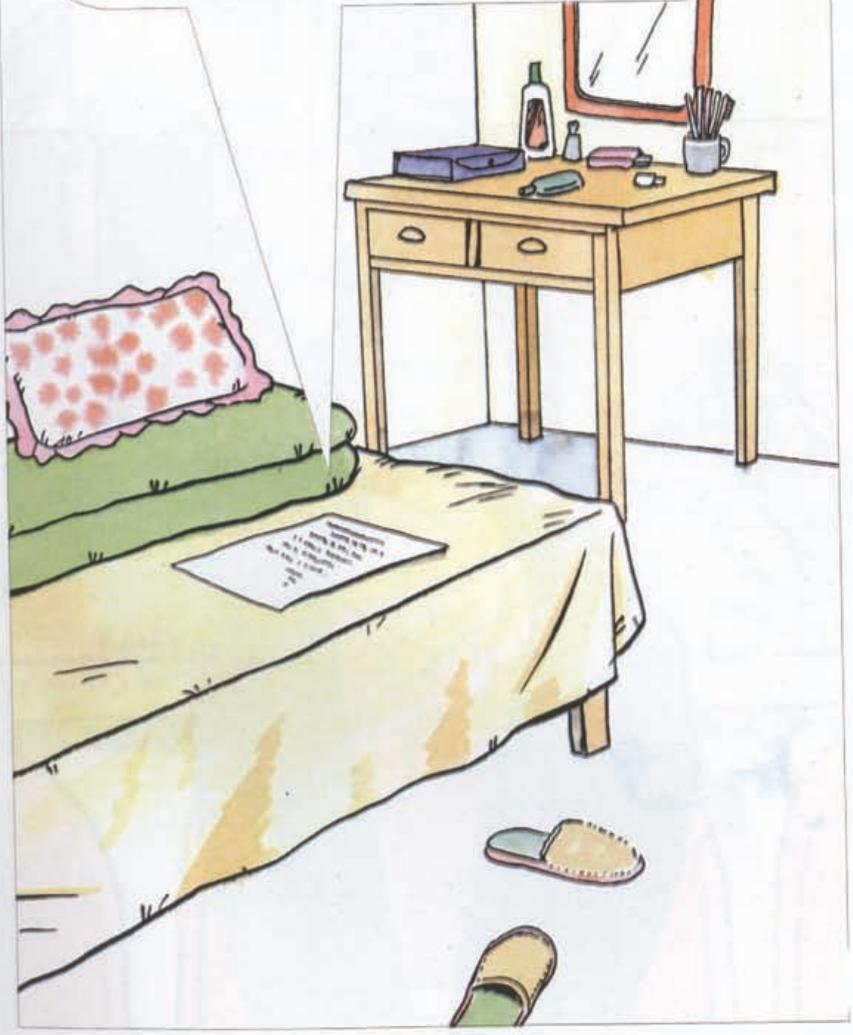


དེ་མི་དགོང་མོ་བསམ་སྲིད་ཀྱིས་ནང་མི་རྣམས་གཉིད་ཀྱི་ལུག་པའི་དུས་དང་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་ལུག་མོ་ལྷོ་ཐག་གཉིད་གཉིད་མ་ལུས་ཏེ་།

ངས་ཡི་གོ་ཞིག་བཞག་ན་  
 ས་མ་གཉིས་ཅུང་ལྡོ་བདེ་  
 བ་ལོང་དེ་ས་མོ་དེ།



ལ་ལགས་དང་ཨ་མ་ལགས་སུ་ཞུ་རྒྱུར། ང་ལྟོང་ལྱེད་ཞིག་གི་  
 རྒྱུ་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་ཞིག་བསྐྱེད་དུ་བཏོག་གི་ཡིན། ང་འཚོ་ལ་བར་  
 མེད་མི་དགོས། ལཱ་སྐབས་ཁ་ཕྱོད་ལྷོ་ན་བདག་གིས་བདེ་བའི་དོ་  
 ལར་༥༠༠ ཡོད། དེ་རྗེས་ལས་ཀ་ཞིག་འཚོ་བ་ཀྱི་ཡིན། བསམ་སྲིད་ནས།

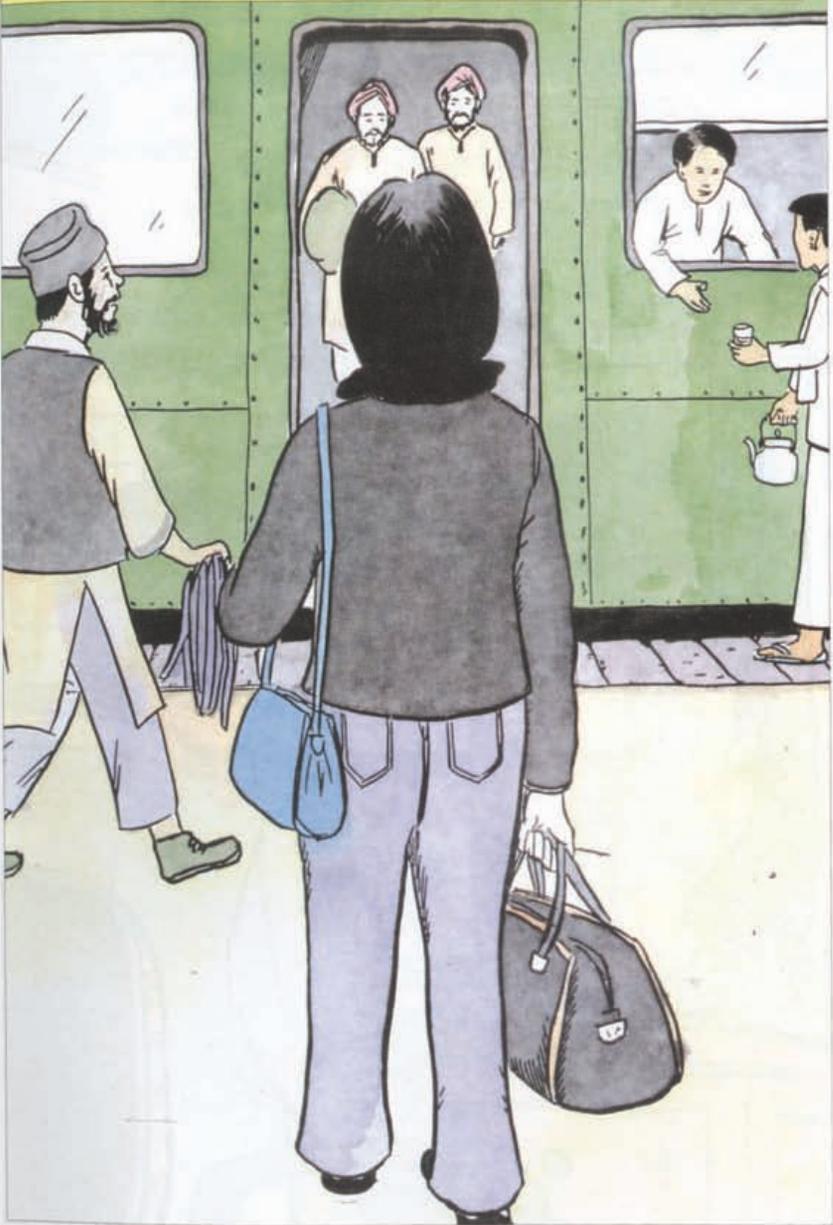


ཡས་མ་སྤྱི་དྲ་མེ་འཁོར་འཕེལ་ཚུགས་ཏེ་འཕྲོར་དེ་ལྟེ་ཡིར་འཕྲོ་  
 མཁན་ལྟེ་མེ་འཁོར་ལྷན་གྱི་ན་པུ་དང་།

ད་ནི་མ་མ་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱབས་དེད་འོག་ལྟོད་མི་  
 དགོས་པར་ལྟེ་ཡིར་ལྷན་གྱི་འཚོ་བར་དར་  
 དབང་ཚུགས་པར་འདྲེས་ལྷན་གྱི་སྐྱབས་ཚུགས་པར་དང་།



ཚུ་ཚོར་ཁ་གསལ་སོང་། ཇི་སྲིད་འཕྲོར་བའི་མེ་འཁོར་ནང་ཡས་མ་སྤྱི་དྲ་མེ་འཕྲོད་བྱས་སོ།།



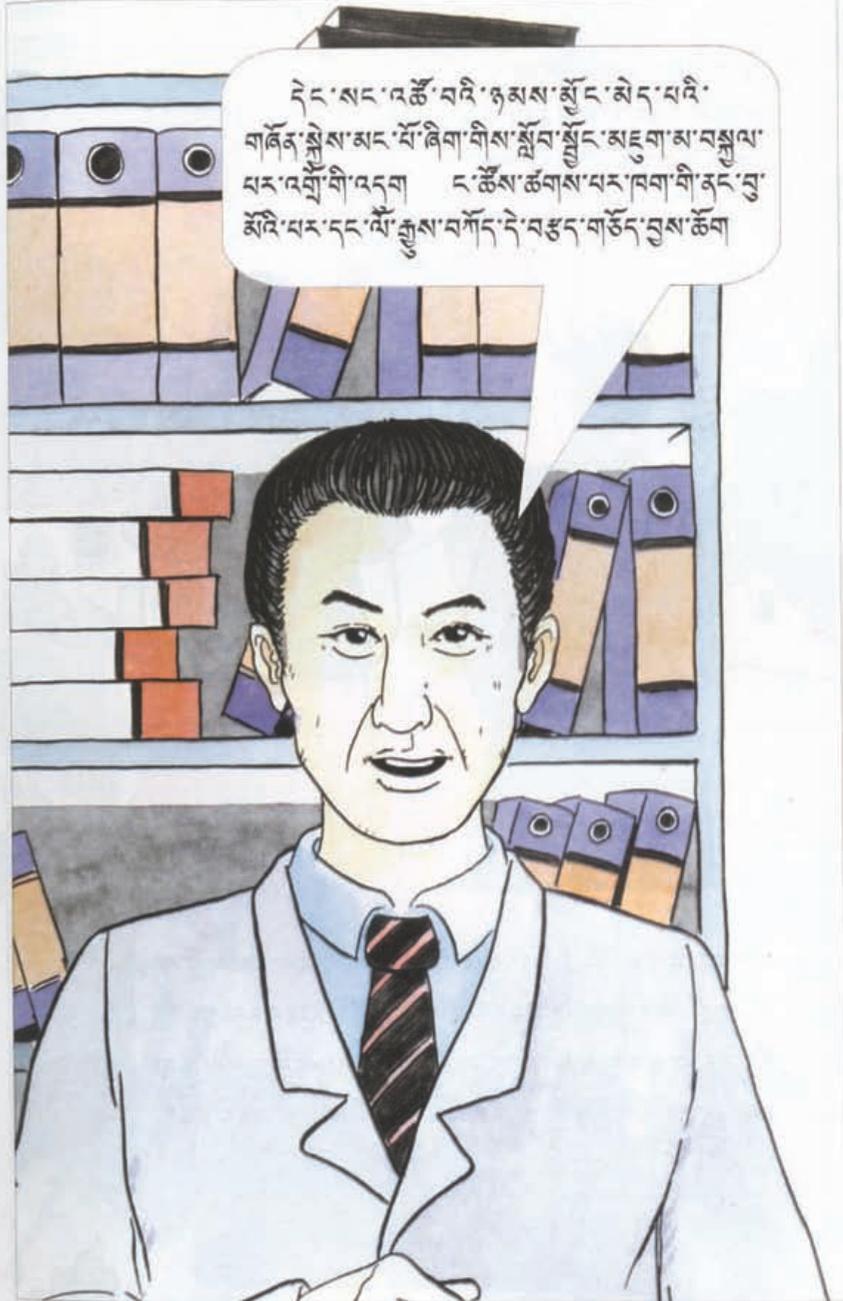
ཡང་ཉིད་ཞིགས་པ་དེར་པ་མ་གཉིས་ནས་རང་གི་བྱ་ཚོར་ནས་ཐོན་པུ་དུ་ཡིག་  
 རྒྱ་ཞིག་བཞག་ཡོད་པ་དེ་གཞིགས་ཇི་མ་བདེ་དོན་ལས་ཁུངས་ལྷན་ཁང་ལ་

བྱ་ཚོར་ལྷན་ཁང་རྒྱ་རྒྱ་སོར་ཅང་སྲོད་ཀྱིས་ནང་འགོ་སྲོད་  
 ལྷན་ཁང་དུ་གཞུང་པུ་འགྲུ་རྒྱ་རྒྱ་སོར་ཅང་རྒྱ་རྒྱ་སོར་ཅང་རྒྱ་རྒྱ་  
 འགྲུ་ལས་པོ་ལྷན་ཁང་དུ་སོར་ཡོད་འཛུལ་ལོགས་ཡོད་པ་ཞུ།

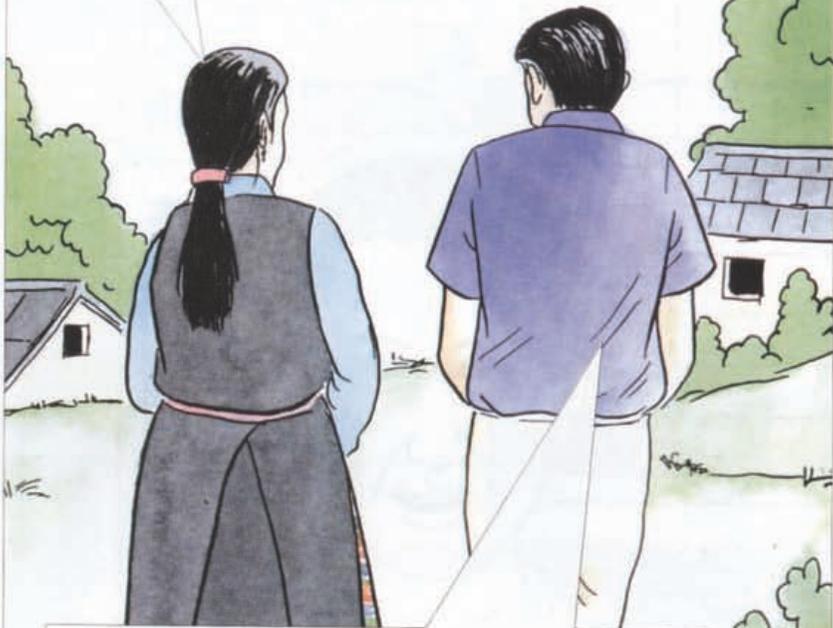
བྱ་ཚོར་རང་ཉིད་ཀྱིས་འདོད་པ་བཞིན་ཐོན་  
 བར་སོར་འཛུལ་ལོགས་ལྷན་ཁང་ལ་འགྲུ་ལོགས་ལྷན་ཁང་



དེར་སང་འཛུལ་ལོགས་ལྷན་ཁང་ལ་འགྲུ་ལོགས་ལྷན་ཁང་  
 ལྷན་ཁང་ལ་འགྲུ་ལོགས་ལྷན་ཁང་ལ་འགྲུ་ལོགས་ལྷན་ཁང་ལ་འགྲུ་  
 ལོགས་ལྷན་ཁང་ལ་འགྲུ་ལོགས་ལྷན་ཁང་ལ་འགྲུ་ལོགས་ལྷན་ཁང་ལ་  
 འགྲུ་ལོགས་ལྷན་ཁང་ལ་འགྲུ་ལོགས་ལྷན་ཁང་ལ་འགྲུ་ལོགས་ལྷན་ཁང་

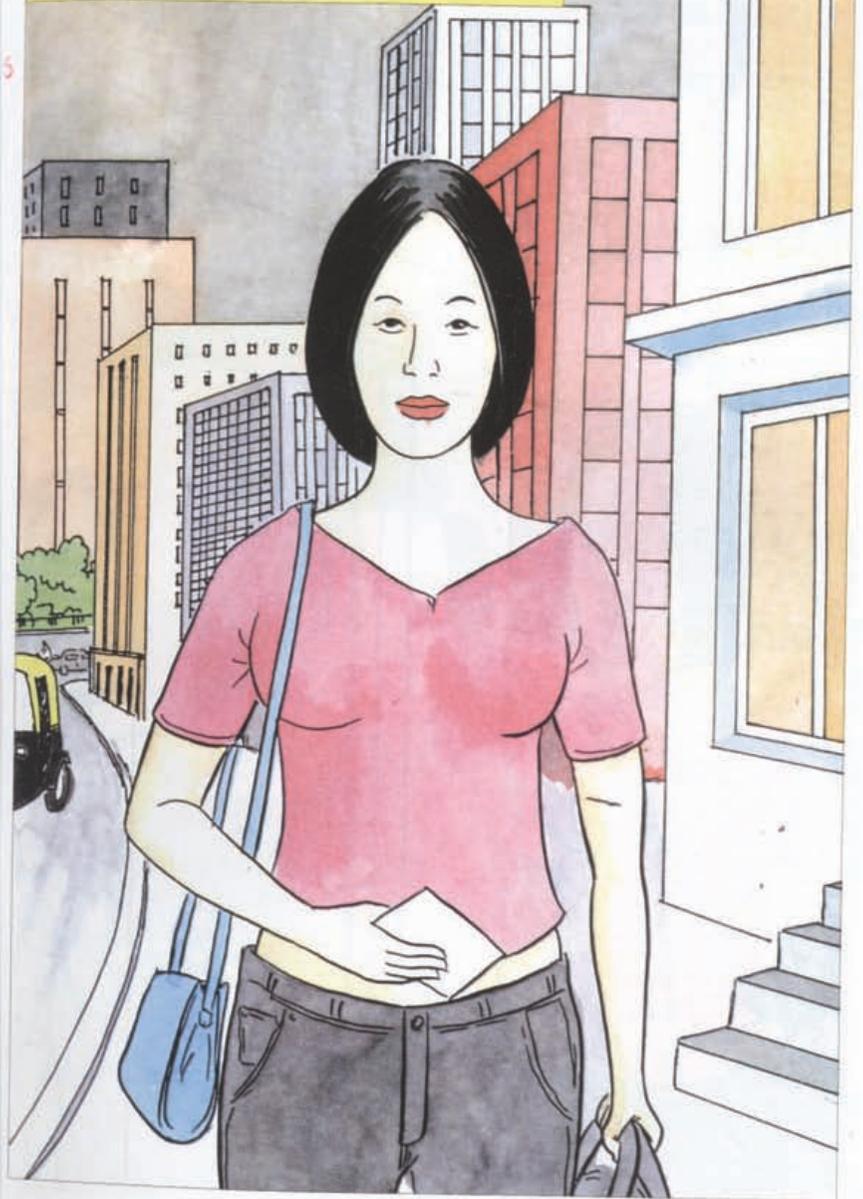


དེ་ལྟར་ལགས། བསམ་སྤྱོད་ག་ཤི་  
 བྱས་ནས་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ནམ། ར་  
 ཚོས་ག་ཤི་མ་འགྲིག་པ་རེད་དམ།



ངས་ཀྱང་ཤེས་མ་སོང་། ཉ་ལན་མོ་རང་ལོ་ན་ལྔ་བས་བསམ་སྤྱོད་མ་  
 མོངས་ཅོང་ཡིན་སྲིད། བཀའ་ལླུང་ར་ཚོས་ག་ཚེ་ལ་ནས་གཏམ་སྒྲུབ་མི་  
 མོན་ཟེར་བ་ལྟར་བྱས་ཡོད་ཀྱང་བྱ་མོང་བཅུ་སེམས་ཡོད་པས་ཉི་ཉ་  
 ཞིག་ཏན་ཏན་ལོག་ཡོད་ཤི་རེད། སེམས་བྱུང་འདི་འདྲ་མ་གཞན་དང་།

བསམ་སྤྱོད་དེ་ལྟར་ལོ་རྒྱུས་མ་ཚད་ལྡན་གསུང་སྤྱོད་པ་  
 ཡིན་ཀྱི་ལྟར་བྱོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་མ་ཚད་ལྡན་གསུང་སྤྱོད་།



དཔྱད་ས་ལྗོན་གྱི་ས་བཏང་བའི་ཁ་ལྷན་ཡོད་སར་འགྲོ་ས་ཆེ་ས་  
ཁང་བའི་མེད་གྲང་ས་ལ་ལྷ་བཞིན་འཚོ་ས་བར་སོང་།



མི་འདི་འཚོང་ཀ་ཚ་བ་ལ།  
ག་ཏེ་ལྗོན་གྱི་ཡོད་ཅེད། དུས་སྐབས་  
མིག་ལོ་ལ་འདྲ་ཞིག་ལྷ་གི་...







དེ་ནས་བསམ་སྒྲིག་གི་སྐོར་ལོ་ལོ་ནི་ཞེས་པའི་ཡིང་ཁ་དེ་གང་ན་ཡོད་སྟེ་ཚེ་  
 ལྟེ་ཡིན་པོར་མེ་ཡིང་ཁ་དེ་གི་གཡས་གཡོན་དུ་ཉིན་གང་བཅོལ་གྲང་མ་ཚེ།



དགོང་མོ་ལ་ལྷོ་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་བསམ་སྒྲིག་གང་འགོ་འདྲི་བའོ་མེད་པར་ལྷོ་ག་  
 བརྒྱན་ཁང་ཞིག་གི་མཛུགས་ལྷན་པས་མཚོ་ལྷོ་དུ་དྲུང་མ་ལྷོ་ནི་ལྟེ།



བདེ་པོ་ཡིན། ལྷོ་གསལ་མོར་ལྷོ་ལྷོ་དུ་  
 ལྷོ་བས་ཡོད་པས་མས་མས་མ་ལྷོ་དུ་  
 ལྷོ་གསལ་ཚེ་ལྷོ་གསལ་ལོ་ཞེ་དྲུགས་ལྷོ་དུ་  
 ལོ་ལྷོ་དུ་ ཞོད་པའི་ལྷོ་གསལ་ལོ་ཉི་མ་ལྷོ་དུ།

ལོ་ལྷོ་དྲུང་མ་ལྷོ་ནི་རང་  
 ངས་ཉིན་གསུམ་ཉག་ཉག་  
 བཅོལ་བ་ཡིན། བདེ་པོ་ཡིན་  
 བས། ཞོད་སྐྱེ་མེད་དམ།

མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།



འདྲི་རྒྱུ་ལྟར་མི་ཚོ་ལྟར་མཉམ་པོ་ལྟར་།  
མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།



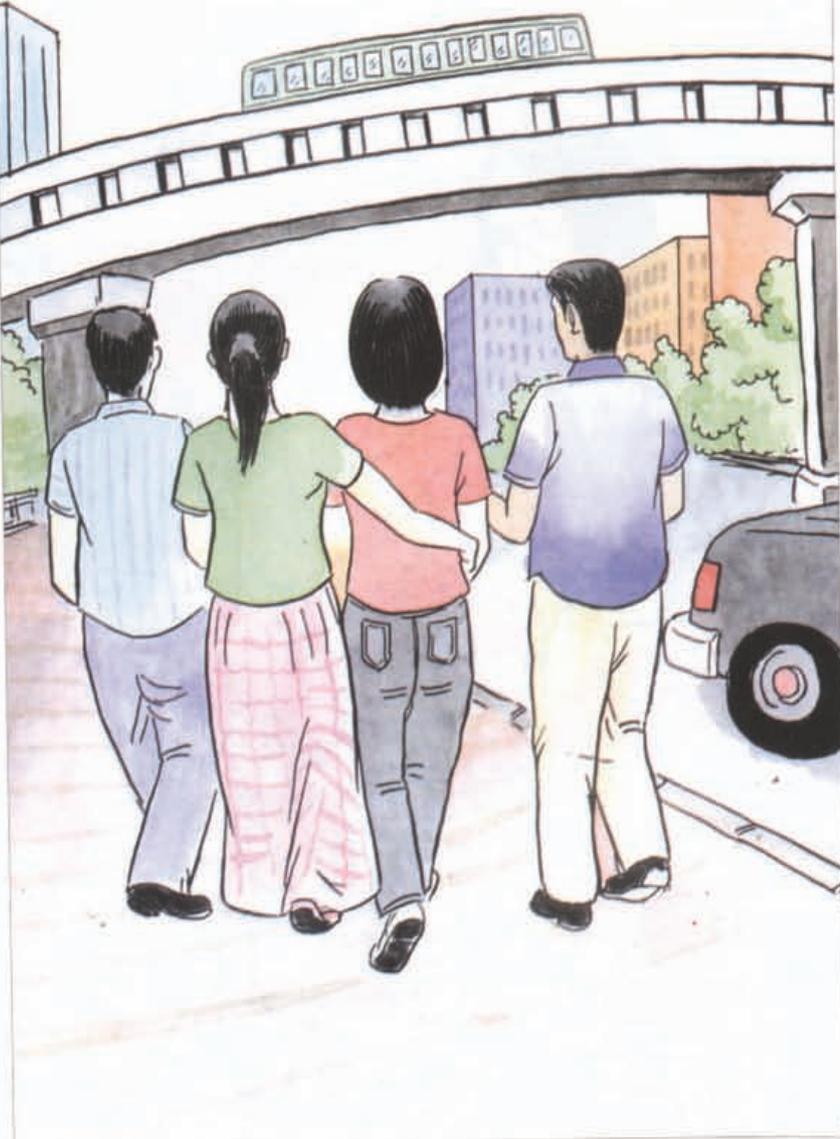
དེ་ལྟར་མི་ཚོ་ལྟར་མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།  
མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།  
མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།  
མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།



མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།  
མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།  
དག་དག་ཅུ་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།  
དེ་ལྟར་མི་ཚོ་ལྟར་མཉམ་པོ་ལྟར་།  
མཉམ་པོ་ལྟར་བཞུགས་པའི་མི་ཚོ་ལྟར་།



གང་ལྟར་ཡང་ལྷོ་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བར་དགའ་མོས་ཆེ་བའི་བསམ་སྲིད་ཀྱིས་  
 ཉན་འཇོག་མ་ཤུས་པར་ཁོ་ཚོའི་མཉམ་དུ་སྲི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བར་རོལ།



ཁོ་ཚོ་གཞུང་དང་བོད་རིགས་འདྲ་བའི་གཞོན་ནུ་འགའ་མཉམ་འགྲོ་མཉམ་  
 སྲིད་ལྟར་གྱི་ཡོད་ཅིང་། ལྷོ་ཚོགས་ལ་དེ་དུས་སྲིད་ལྟར་གཞན་མཉམ་དུ་བོད་  
 ལྷོ་ཚོགས་ཉམ་ལྷོད་གཏོང་སྐབས་ནང་སི་ལོགས་དུ་སྲི་མེད།



ཡང་མཚམས་མེད་ལག་དཔུལ་མེད་ཕྱིན་ཉིན་གང་ཁ་ལ་ཐས་མ་རག་པར་  
 རྒྱུ་དགོས་པ་ཆགས་སྐབས་པ་མ་ཡང་ཡང་དུན་དགོས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

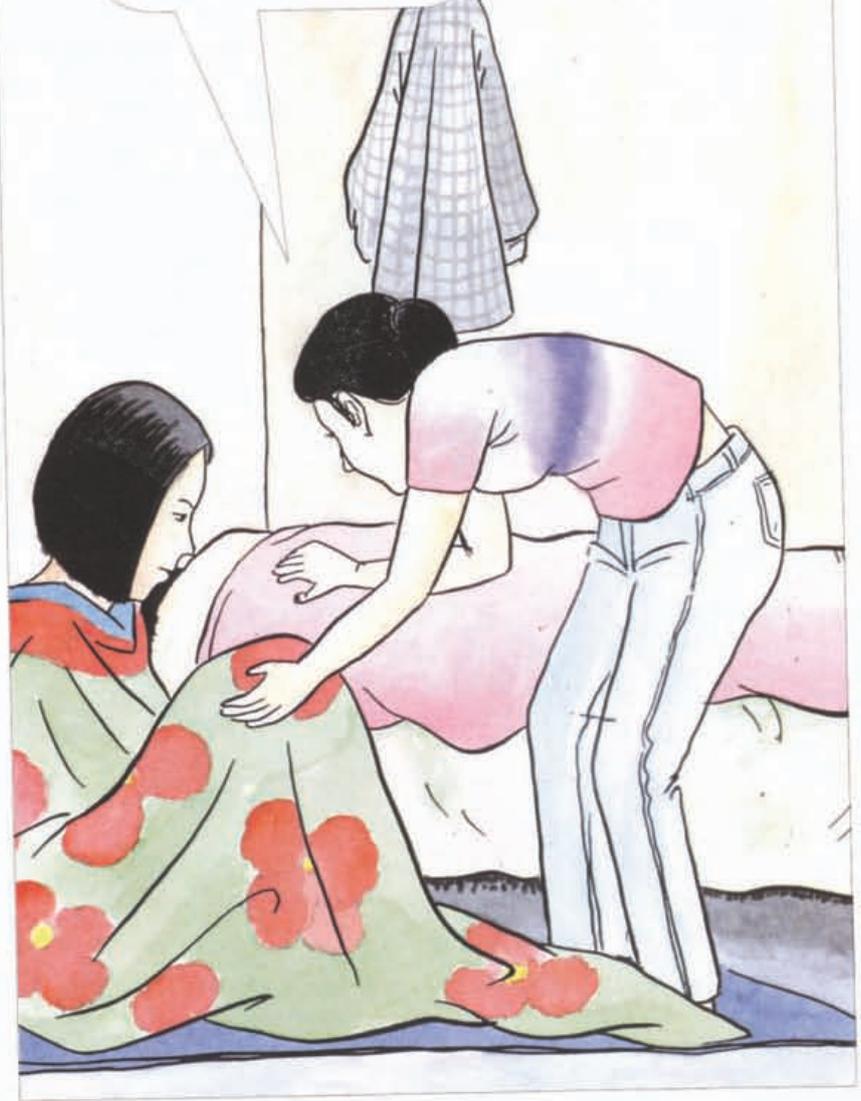


དགོང་མོ་ས་སྐྱེད་དུ་ཉལ་དགོས་ལ་བྱང་དར་གྱི་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ་སོགས་ལྟོ་ཆོགས་  
 གྱི་འཚོ་བ་མེད་པ་དེར་སྐྱུར་དུགས་པའི་ཚོར་སྣང་རབས་དང་མི་མ་བྱུང་།

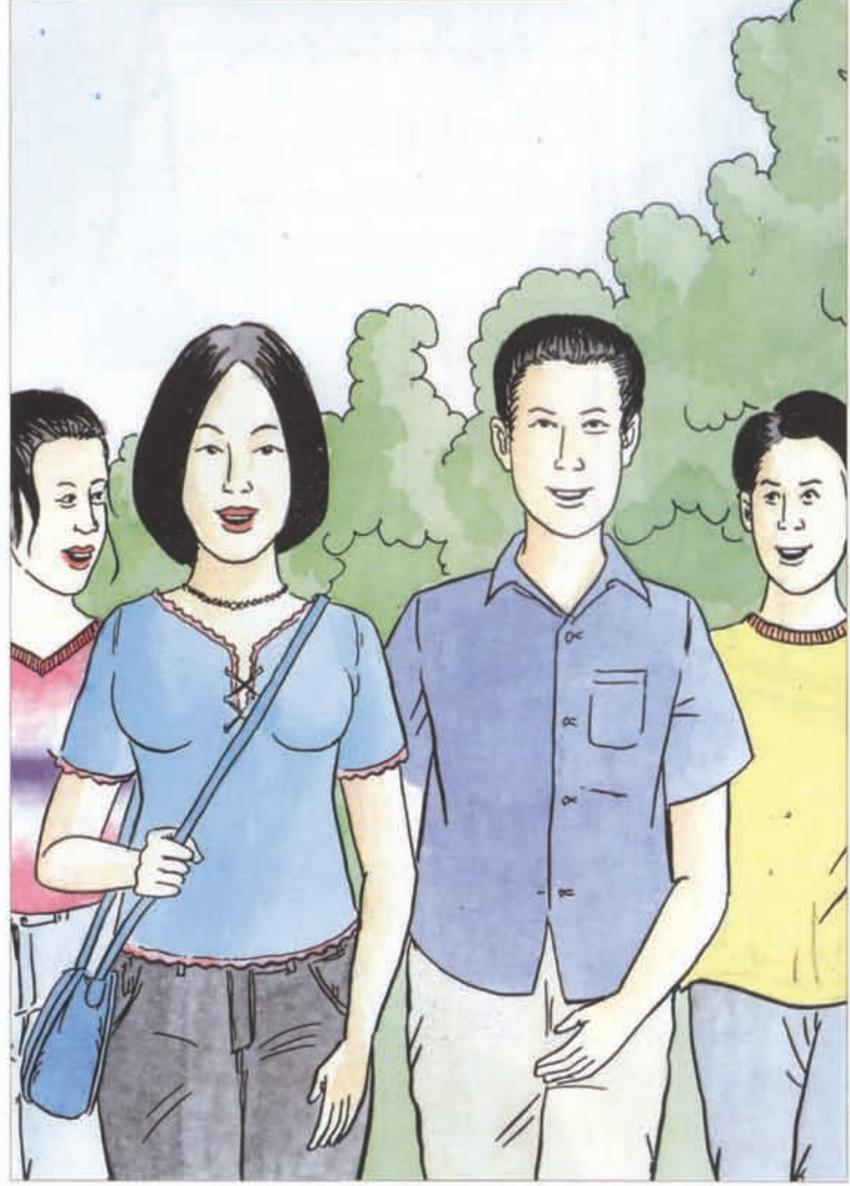
ད་ནི་བོད་པའི་གཞིས་  
 ཆགས་ཡོད་སར་འགྲོ་  
 བར་ངོ་ཡང་ཚ།



ཕྱོགས་མོ་རང་སྤྱིད་མདོག་  
 ཁ་ཚམ་བྱེད་དང་། ཡར་ལོངས། ཉི་  
 མ་ཁོ་ཚོ་གཞས་གཏོང་ས་ལ་འགྲོ།



དེ་ལྟར་ཁོ་ཚོ་དུང་དུང་ཕྱི་ལོ་ལ་བཟུང་བའི་བྱེད་པའི་ལོ་  
 ལྟོ་ལ་མོ་ལ་བཟུང་བའི་བྱེད་པའི་ལོ་ལྟོ་ལ་མོ་ལ་བཟུང་བའི་བྱེད་པའི་ལོ་







བསམ་པའི་ལྗོངས་ལྟར་དང་ཡག་པོ་བཏུ་བ་  
 འདུག་གཟུགས། འོ་ཞེ་ཆེད་རང་ལ་ག་མེ་ལུས་སྟོང་།

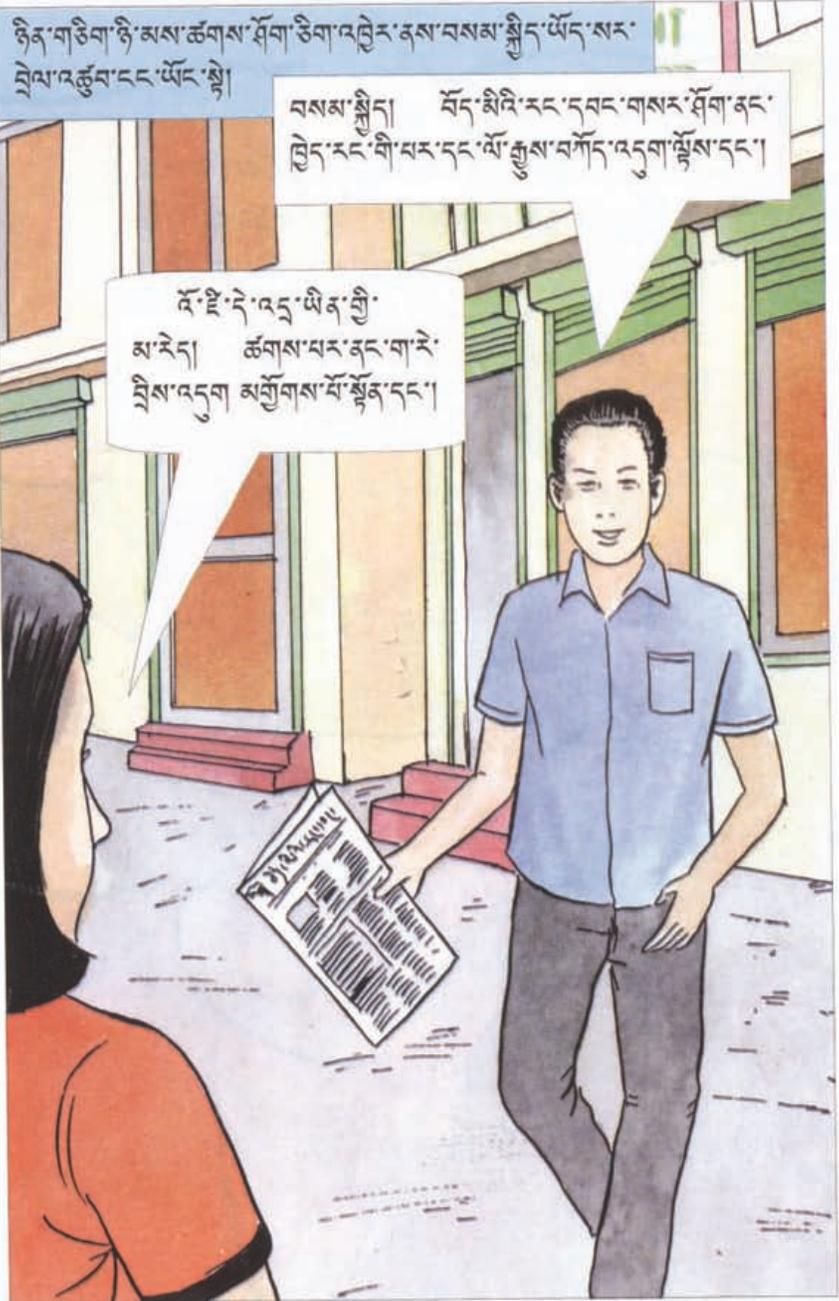
ང་རང་གི་གཞི་བཟོ་བ་དང་གཞུགས་  
 པོ་གཤེལ་སྒྲིབ་ནང་མ་ཐོང་སྐབས་སེམས་པ་  
 ལྟོས་ལྟེང་། དང་བཅད་དེ་འགྲུར་ཚུར་འདུག



འོ་ཞེ་བསམ་པའི་ལྗོངས་ལྟར་དང་བསམ་པའི་ལྗོངས་ལྟར་། བ་  
 མའི་ལུས་སྟོང་ལྟོས་ལྟེང་། འོ་ག་གི་ལྗོངས་ལྟར་ལྟར་བའི་འཚོ་བ་  
 དེ་དང་དེ་ཚུན་ཚུན་ལྟོས་ལྟེང་། འོ་ག་གི་ལྗོངས་ལྟར་ལྟར་བའི་  
 འཚོ་བའི་གནས་ལྟར་དང་བསམ་པའི་ལྗོངས་ལྟར་།

མེད། དེ་དོ་ས་གནས་  
 མེད། འདི་ཚོ་ཚོར་མ་རང་ཉིད་  
 ལ་ལྟོས་ལྟེང་། འཚོ་བའི་ཉམས་  
 ལྟོས་ལྟེང་བསམ་པའི་ལྗོངས་ལྟར་།





ཉིན་གཅིག་ཉི་མམ་ཚོགས་སོག་ཅིག་འཁྲེར་ནས་བསམ་སྐྱིད་ཡོད་སར་  
 ལྷལ་འཚུབ་དང་ཡོད་ལྟེ།

བསམ་སྐྱིད། མོད་མིའི་རང་དབང་གསར་སོག་ནང་  
 ཁྱེད་རང་གི་མར་དང་ཡོ་རྒྱུ་མ་གོད་འདུག་ལྟོས་དང་།

མོ་མེད་འདྲ་ཡིན་གྱི་  
 མ་རེད། ཚུགས་པར་ནང་ག་རེ་  
 ཡིས་འདུག་མཁོ་གས་ཡོ་སྐྱོན་དང་།



ལྷ་གས་སྐོན་ནས་ཡུ་མོ་བསམ་སྐྱིད་ལྷ་མཚན་གང་  
 ཡང་མེད་པར་ཐག་རིང་དུ་སོང་འདུག་པར་ད་ཆ་  
 ཁྱེད་གི་མ་མ་གཉིས་མེས་མ་ཚུལ་མོ་གཞན་  
 བཞིན་འདུག་ན། རང་རྒྱལ་སྤྱི་ཞིག་ནས་མཁྱེན་  
 རྒྱལ་ཡུང་ཚོ་གསལ་གསལ་དང་ས་བདེ་དོན་གྱི་  
 ཁ་ཡུང་ཐོག་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལྟོ་།

དངོས་གནས་པ་མ་  
 མེར་བ་བཀའ་དྲིན་ཚེན་པོ་  
 མོད་འདུག་ ཡུ་མོ་ཚེན་པོ་  
 ཚགས་ནའང་སྐྱབས་ཀྱིས་  
 འདི་འདྲ་གཞན་གི





བསམ་སྒྲིག་གིས་པ་མའི་སར་ལོག་ཏུ་ཐག་བཅད་ལོ།

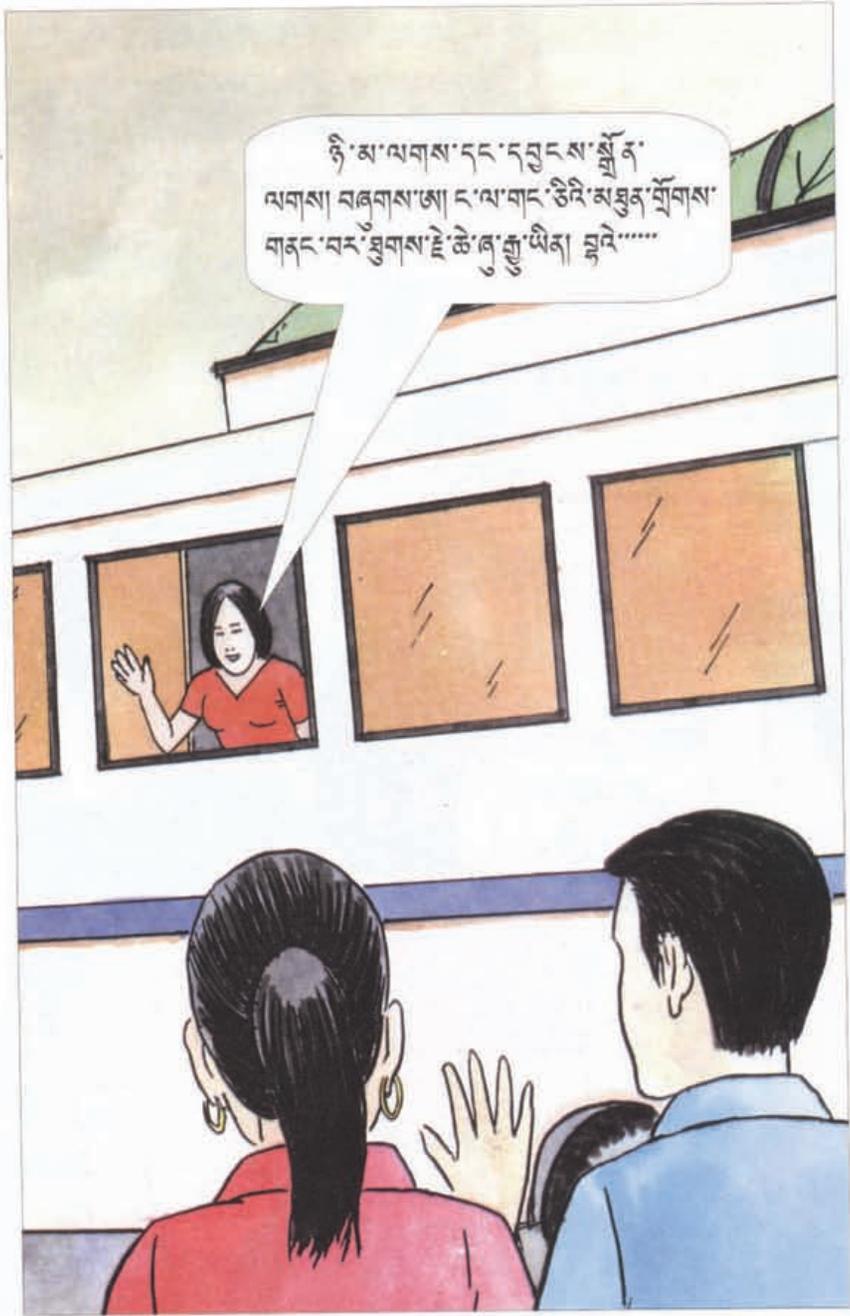
ད་ཆ་ངས་བསམ་སྒྲིག་གིས་  
 བཅད་ཡང་ནང་ལ་ལོག་སྟེ་པ་མ་གཉིས་  
 ལ་དགོངས་དག་ཞུ་ཏུ་ལས་ལྷན་གྱི་འདུག  
 རྒྱུ་ཚོས་ང་ལ་མཐུན་གྲོགས་རྒྱུ་ལོན་  
 བཅད་བར་ཐུགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ་ཏུ་ཡིན།

བསམ་སྒྲིག་དང་བསམས་  
 རྒྱུ་གི་སྐོར་གྱི་ཡིད།



ཉི་མ་དང་དབྱེད་སྟོན་གྱི་དང་  
 བཞིན་གྱིས་ང་ལ་མཚོའི་མཐུན་དང་རྒྱུ་  
 སམ་གནད་ལ་མཐུན་པེ་ཆེ་ཞུ་ཏུ་ཡིན།

བསམ་སྒྲིག་གི་དང་  
 སང་པ་མ་གཉིས་ལྷི་ལ་  
 རྒྱུ་མ་ཡིད་བསམ་སྒྲིག་ལོ་  
 སེད། ཡིན་ནའང་ང་ཆོ་།



ཉི་མ་ལགས་དང་དཔྱད་སྐྱོད་  
 ལགས། བཞགས་ཨ། ར་ལ་གང་ཅི་ལྟར་ལྟོགས་  
 བཞག་པར་ལྟོགས་ཀ་ཅི་ལྟར་ལྟོགས་ལྟར་.....



སང་ཉིན་ཞོགས་པ་དེར་ལྷ་རམ་ས་ལམ་ལྟོགས།

ཨ་ཉི་དེ་ལྟར་ལྟོགས་  
 ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་  
 དྲ་གས་ལྟོགས་ལྟོགས་།

བསམ་སྐྱོད་ལྟོགས་དང་  
 ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་  
 ལྟོགས་། ལྟོགས་དང་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་  
 ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་ལྟོགས་།

