



#sunauloanisamriddhasikkim



པར་ཤུགས་ལང་།། (ལོང་ཤོག།)

༣༣༥ ། བྱང་ཤར་ས་ཁུལ་གྱི་ཡུལ་སྐོར་ལ་ས་དོན་ཚོགས་ཀུང་
ཚོགས་འདུ་ཚོགས་ཐེངས་གསུམ་པ་འཚོགས་།



དེ་བཞིན་དཀའ་ངལ་ཆེ་བའི་གནས་
 ལྟངས་འོག་མདུན་གྲལ་དུ་ཞབས་ཞུ་སྟེ་
 མཁན་གྱི་དམག་མིའི་བློ་ཁོག་ཆེན་པོ་དེ་
 གཞོན་སྒྲིམ་ཆོང་སེམས་འགྲུ་ལ་ཐེབས་
 བའི་འབྲུང་ཁུངས་ངོམ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་
 གཏེ་གྱི་ཡོད་ཞེས་བརྗོད་ཡོད་ཁོང་གིས་
 མཐའ་མཆམས་ས་ལུལ་གྱི་དམག་མི་དང་
 མཉམ་དུ་རྒྱུ་ལ་ལྷན་ཆེན་སྟེང་བརྩི་
 གཏེ་འདོད་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ཡོད་པ་དང་
 དེ་བཞིན་ཁོང་ཆོའི་ཚོ་གི་ལ་སེམས་
 ལྟུང་གསལ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་སྟེ་ལ་
 འདོད་གཏོང་བར་བྱེད་དཔལ་ལྷན་སྟེང་
 སྟོང་མཆོག་གིས་གོ་གནས་ཅན་གྱི་དམག་
 དཔོན་དང་དམག་དཔོན་ཆོང་མར་མངར་
 ཟས་སུ་ལ་ནས་དུ་ཆེན་དེ་སྟེང་བརྩི་ཞུས་

སྐག་ལ་སྒྲུབ་ཏེ་གཤིས་མ་མཁུ་བྱ་སྒྲུབ་ཏུ་
བྱང་ཤར་སྐུལ་ལྱི་ཡུལ་སྒྲོར་ལས་དོན་
ཚོགས་སུ་དགེ་མཐོང་མ་ལས་དོན་ཚོགས་
སུ་དགེ་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་ཐེངས་གསུམ་པ་
འཚོགས་ཡོད་དགའ་གཤིས་ལས་སྒྲོན་
འོག་ཆེས་མཐོང་དབང་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་
ཤིག་བཙུགས་ཡོད་དཔལ་ལྷན་རྒྱུ་ལྟར་གྱི་
ལྷན་ཆེན་སྐུ་ཁབ་ས་ཇོ་རྩ་རྩི་ཡ་ལེ་མ་
སི་རྩི་ཡ་ཇི་མཚོག་དང་ཡུལ་སྒྲོར་སྒྲོ་
འཆས་ལྷོན་ཆེན་སྐུ་ཇི་ལྟར་མིང་གི་ཁ་
སྐོར་ཇི་མཚོག་གི་མདུན་ཏུ་བྱང་ཤར་ས་
ལྱི་ཡུལ་སྒྲོར་ལས་ཤིག་སྐུ་འཕེལ་བྱས་
དང་སྐུ་ལ་འདྲེད་གཏོང་བའི་འཐབ་རྩས་ས་
ཐོག་ས་བསྐྱས་བཅོ་སྒྲུ་དང་སྐུ་ལྱི་
མཉམ་ལས་ལ་ལྷན་སྒྲོན་བྱས་ཆེད་རྒྱུ་
ར་ལྷན་ཁང་གི་ས་བྱང་ཤར་མངའ་སྡེ་བཞི་
སྡེ་འབྲས་སྡེ་དང་དེ་ལྟར་དང་མེ་སྐུ་
ལ་ཡ་དང་མཐོང་སྒྲུབ་ལྱི་ཡུལ་སྒྲོར་ལས་
ཤིག་སྐུ་ཁབ་འཛིན་དང་འགྲུག་

སྒྲོང་ག་གཙོང་བྱེད་པར་མཉམ་འབྲེལ་
 ཐོག་ལས་ཀ་བྱེད་པའིན་པའི་ཚོགས་ཆུང་
 གི་ཚོགས་མི་རྒྱམས་ཡིན་དེའི་ཉིན་གྱི་ཞིབ་
 ཡའི་བྲོས་བསྐྱར་ཁྲོད་ཡུལ་སྐོར་འཕེལ་
 རྒྱས་དང་འབྲེལ་པའི་ཆ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་
 ལ་བྲོས་བསྐྱར་བྱས་མྱེད་གཞིའི་རྒྱིག་
 བཞོན་མཐོང་པའི་དཀའ་དང་ཡུན་གནས་
 ཡུལ་སྐོར་གྱི་ལག་ལེན་མཐུན་སྦྱར་ཡུར་
 རྒྱས་གཏོང་བ་དེ་བཞིན་ས་ཁུལ་གྱི་བྱ་ན་
 མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གནས་དང་རང་བྱུང་
 ལུ་ལ་བཀག་རིག་གནས་ལ་སྒྲུབ་འདེད་
 གཏོང་རྒྱ་བཅས་ཡིན་ཚོགས་ཆུང་གི་སྒྲིལ་
 ཐོའི་ནང་གར་བྱང་ཁུལ་གྱི་ཡུལ་སྐོར་ལས་
 རིགས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་བྱ་སྤྱོད་
 རུབ་པའི་གྲོང་འཆར་དང་འཐབ་རྒྱས་གྱི་
 ལས་ རྒྱ་གས་ བཞོན་ རྒྱིག་ བྱས་ ཡོད་
 མགོ་གས་ལྷག་མཐུག་སྒྲིལ་ནས་འབུལ་རྒྱ་
 རེད།

ཡོད་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཆོག་གིས་འབྲོག་ལ་དང་ན་ལྷག་ལ་དང་དེ་བཞིན་ཚོལ་བཅས་དཔལ་ལུགས་ལུལ་སྐོར་གྱི་ཆེད་དུ་རྟུ་མི་དར་གན་ལས་མི་ནང་ཚུད་པར་དགའ་བོ་བྱུང་བ་དང་དེས་འབྲས་སྤྲེངས་ཀྱི་ལུ་ལ་སྐོར་གྱི་རྒྱ་ས་པ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་མ་ཟད་གཞོན་སྤྱོད་མོའི་ནང་མི་རིགས་རིང་ལུགས་དང་སྤྱོད་པས་པ་བསྐྱུན་པའི་སྤྱེགས་ལུ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཞེས་ཁོང་གིས་གསུངས་ཡོད་དེ་བཞིན་ཁོང་གིས་མི་དམངས་དང་དམིགས་བསལ་གཞོན་སྤྱོད་མོར་འོ་ཀ་ལ་ལ་མ་ཐིག་ལ་ཐེབས་ནས་ས་ཁུལ་དེ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གལ་གནད་འཐོང་རྒྱུ་དང་དེ་བཞིན་མངའ་སྡེའི་ལུ་ལ་སྐོར་གྱི་རྒྱ་ས་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་བའི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་ཞོན་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་ལམ་ཚད་གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཞེས་མངའ་སྡེའི་སྤྱོད་ཆོག་གིས་གསུངས་ཡོད་དེ་མིན་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཆོག་གིས་ཤེ་ར་ཐང་གནམ་གྲུ་ཐང་དུ་དཔལ་མི་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་མངར་ཟས་སུལ་ནས་འི་བ་ལོ་དུས་ཆེན་སྤྱང་བརྩེ་ཞུས་ཡོད་ལས་མི་དེའི་ནང་གྱི་ལ་ནག་པོའི་སྤྱོད་ཆོན་གྱི་དཔལ་སྤྱི་ཆེན་པོ་ཨེམ་ཨེས་མཆོག་གིས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡོད་ར་ཐོར་བཅས་དཔལ་དཔོན་དང་དཔལ་མི་གཞན་དག་དང་འབྲོག་ལམ་ནས་སྤྱིར་ལོག་སྐབས་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་ཆོད་མཆོག་དེ་ཆུ་གོང་ཆོར་མཆོམས་འཛོགས་གནང་ཡོད་དེ་ནས་ཁོང་གིས་ས་གནས་ཀྱི་མི་ཆོ་དང་འབྲེལ་བ་བྱས་ཏེ་མངར་ཟས་སུལ་ནས་དུ་ས་ཆེན་ལ་འཆོམས་འདྲི་གནང་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་ཆོད་མཆོག་གི་ལམ་སྤྱོད་འོག་དུ་རྒྱ་གར་དཔལ་མིས་ཁོ་ཆེ་ར་གོང་ཆོར་གྲོག་མཐོ་སྤྱོད་བྱས་སྤྱོད་ལྷན་པའི་སྤྱོད་ཆོད་མི་དམངས་ཆེད་ཚུད་པའི་མཐའ་མཆོམས་གོང་གསལ་ནག་ཐང་གོང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོན་ལ་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་ཆོད་མཆོག་གནས་གཟིགས་སྐོར་ལ་བསྐྱོད།

༄༅། །འབྲས་ལྗོངས་སུ གན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ལྟན་ཆོག་གསུའི་གསར་འགོད་གསལ་བསྒྲགས།

འབྲས་ལྗོངས་ཕྱགས་ལས་གོང་འཕེལ་
ལྷན་ཚོགས་སུ་ར་ཤི་ཏི་རི་ཡ་གོ་གྲུལ་
ལས་དོན་འོག་ཉིན་གྲངས་༩༠ཡིང་གི་
མའེ་ཏི་རི་སི་མིས་བཟོས་སུ་ལ་གྲུ་
བཅའ་བའི་ལག་རྩལ་པ་སྦྱོང་བཟང་
ལས་རིམ་དུ་འབྱེད་གནང་བ་མིས་
བཟོས་སྐྱམ་མའི་ལག་རྩལ་པ་ཉིན་
གྲངས་༩༠སྐར་ཏོག་གྱི་ལོ་ ༢༠༡༧་ལྷ་
༡༠ཆེས་ ༢༧ཉིན་འབྲས་ཕྱགས་ལས་
འཕེལ་རྒྱས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁུལ་དུ་ཏི་
རི་སི་ཉིན་གྲངས་༩༠ཡི་སྦྱོང་བཟང་
ལས་རིམ་གྱི་དུ་འབྱོར་མཛད་སྒོ་
འཚོགས་ཡོད་སྦྱོང་བཟང་གྱི་ལས་
རིམ་དེ་ཚད་གཞི་ལྟར་བཟོས་ཡོད་ཅིང་
དེའི་ནང་འབྲས་ལྗོངས་ཕྱགས་ལས་
འཕེལ་རྒྱས་ལྷན་ཁང་དུ་ཉིན་ ༣༠ཡིང་
སྦྱོང་གནས་ཀྱི་སྦྱོང་བཟང་དང་དེ་
རྗེས་ཉིན་ ༤༠ཡིང་ས་ཁུལ་རིམ་འཕེལ་
ལག་ལེན་སྦྱོང་བཟང་བཅས་ཚུད་



ཡོད་ལས་གཞི་དེའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་
འབྲས་ལྗོངས་གྱི་མིས་བཞེས་རིག་བྱས་
ལག་ཟུལ་གྱི་བྱས་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་གྱུ་དང་
ལྷགས་ལས་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་ལྷགས་མཐོང་
འདེགས་གཏོང་བ་དང་ཞིང་པའི་དཔལ་
འབྱོར་བདེ་ཐང་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པ་ལོ།

འདྲུག་ས་ཆོག་ས་འདྲུ་འི་ཐོག་སྐྱུ་
མགོན་གཙོ་བོ་སྒོ་ལྷུ་གས་དང་སྒོ་
ལྷུ་གས་སྐྱོན་བཅོས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་
དྲུང་ཆེ་ལོག་ཏེ་ཤར་ཤར་མན་པའི་
མཆོག་ཐེངས་ཡོད་གཞན་ཡང་གན
ད་ཡོད་མི་སྐྱུ་ཁང་ཅིག་ལ་འགན་

འཛིན་གཙོ་བོ་ཤོག་རང་
 མན་ཤིག་གུ་རུང་དང་
 འགན་འཛིན་གཙོ་བོ་ཤོག་
 རང་སོ་ནམ་ཁི་བྱུ་ཤི་ཡ་
 ལས་མེས་དེ་འབྲས་ལྗོངས་
 ལྷུ་གས་ལས་གོང་འཕེལ་
 ལྷན་ཚོགས་ གྱི་ འགན་
 འཛིན་གཙོ་བོ་ཤོག་རང་ཕྱ་
 ཤིག་གར་མ་ཡིས་ཕེབས་
 བསུའི་གསུང་བཤད་གན་
 ང་ནས་མགོ་འཛུགས་གན་
 ང་བ་དང་མཐན་དབང་ཕྱ་
 ཤིག་གིས་ཁོང་གི་གསུང་
 བཤད་ནང་ལྷུ་གས་རིགས་
 གྱི་ཐོན་སྐྱེད་དང་ཞིང་པ་
 ཚོའི་ཡོང་འབབ་ཡར་རྒྱས་
 གཏོང་བར་མིས་བབོས་ལྷུ་
 གུ་བཙའ་ཐབས་གྱི་གལ་
 ཆེན་རང་བཞིན་ཆེ་རུ་འགོ་



བསྐྱར་དུ་བཤད་དེ་མིས་མ་ཉམ་ཞུགས་པ་
 ཆོར་སྒོ་བསྐྱར་བའི་གོ་སྐབས་ཡོངས་སུ་
 རེད་སྒྱུད་གཏོང་བ་དང་སྐྱབ་ལ་ཕན་
 ཐོགས་ཀྱི་དགོས་པ་འདི་སྐྱེལ་མ་བཏང་
 ཡོད་ཡར་སྐྱེལ་དང་མི་རིགས་སྐད་ཡིག་སྐྱེལ་
 མཐུད་འཕེལ་རྒྱས་སུ་གཏོང་དགོས་ལས་
 རིམ་སྐབས་སྐྱེལ་ཞབས་ཞུ་འདི་ཅེ་འདི་རིམ་སྐབས་
 མི་རིགས་སྐད་ཡིག་ལྡེའི་སྐྱེད་བདར་གྱི་
 ཆོད་གཞི་བཟོ་སྐྱར་ལྟེད་པའི་སྐོར་གྱི་རྒྱུ་བ་
 ལྟོངས་མ་ཁོ་སྐྱེད་གནང་བ་དང་ཁོང་གིས་
 དགོ་རྒྱུ་ཆོས་ཟབ་སྐྱོང་དེ་ཆོད་གཞི་དེ་
 ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དང་སྐད་ཡིག་འཕེལ་
 རྒྱས་འགོ་རྒྱུར་རྒྱུ་བ་སྐྱོར་ཀྱི་དེ་པའི་ཆོད་དུ་
 བསམས་སྒོ་བ་རྗེ་རིམ་ཀྱི་དཔེ་རྟེན་གསུ་
 ཞིག་དུ་ཤེད་སྐྱེད་གཏོང་རྒྱུ་ལ་མ་གནང་
 ར་ཡོད་ལས་རིམ་འགོ་འདྲུགས་གནང་
 བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་མ་ཟད་དུ་
 འཕྱེད་ཆོགས་འདྲུགས་ལ་རྗེ་སྐྱེལ་ལ་
 ༡༠༡༠ཡོད་རྒྱལ་ཡོངས་ཤེས་ཡོན་སྒྲིང་
 ལྷན་ཞེས་པའི་ཐོག་ལག་རྩལ་ཆོགས་འདྲུགས་
 ཞིག་གོ་སྐྱེལ་ཞུས་ཡོད་སྐྱོད་པ་ལྟེ་སྐྱོད་
 གསའི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐྱོད་ཆོད་ཀྱི་སྐྱོད་
 གཞི་དེ་པའི་ཞིག་ཡར་རྒྱས་ཆ་ཆོད་གོ་ཤོག་
 ལྟར་བཅས་ཡིན་འཛིན་གྲུ་དེ་དག་ལ་
 སྐྱོད་སྐྱོད་པ་རྒྱུ་བ་རྗེ་ཁོངས་ཞེས་ཡོན་
 དང་སྐྱོད་བདར་རྟེན་གསུ་ཁང་དང་རྩུ་བ་

ལུ་རྩུ་ཤི་མ་ཐ་དང་ཐོན་ཁུངས་མ་སྤྱོད་
མངའ་སྡེ་འི་ཤེས་ཡོན་ཞིབ་འཇུག་དང་
སྦྱོང་བརྟེན་ལྟན་ཚོགས་ལུ་མ་ལ་རི་ས་
ལེབ་ཆད་བཞིན་མངའ་སྡེ་འི་ཤེས་ཡོན་
ཞིབ་འཇུག་དང་སྦྱོང་བརྟེན་ལྟན་ཚོགས་
ཡི་སྦྱོང་བརྟེན་གཞོན་བ་ལུ་མ་ལེན་སོང་
ལེབ་ཆད་བཅས་ཡིན་དོ་སྦྱང་བྱེད་དགོས་
པ་ཞིག་ནི་ཕྱི་ཆེས་༢༠༡༣་༢༠༡༤་བར་གཞི་
རིམ་རིགས་རྒྱུད་དགོ་ཤིང་གྱི་ཟབ་སྦྱོང་དེ་
ས་གནས་སོ་སོར་གོ་སྒྲིག་ཞུས་ཡོད་ཤིང་
པ་དང་རྟ་དམངས་རྩོད་བཅས་ཀྱི་སྐད་
ཡིག་གི་སྦྱོང་བ་ཁྱིད་ཀྱི་ལས་རིམ་དེ་ཞེས་མི་
ལྟ་སྐྱོད་དང་ལྟ་ཁྱིད་ལེབ་ཆད་
ལེབ་ཆད་སྐད་ཡིག་གི་སྦྱོང་བརྟེན་ཚོང་
སྦྱོང་བརྟེན་དེ་མ་ཁྱིམ་དུ་འཚོགས་རྒྱུ་རེད་
ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣་ཉིན་གྱི་མཇུག་སྒྲིལ་ཚོགས་
འདུ་དེ་ཞེས་མ་ལེན་པེ་ལི་མི་རིགས་ཞིབ་
འཇུག་ལྟེ་གནས་ཁང་དུ་འཚོགས་རྒྱུ་རེད་
ལས་རིམ་དེ་རྒྱུ་རྩེ་ཆེ་ལྟན་ཡང་ཡོད་
སྤྱི་ཚོགས་བདེ་དོན་ལས་ཁུངས་ལུ་མ་སྤྱོད་
རྩེ་ཆེ་ལྟན་དེ་རི་དང་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་དོན་
ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱུད་འབྲེལ་དུ་རྩེ་ཆེ་ལུ་ཀ་
བི་ཏ་སུ་རྟ་དང་སྦྱོང་བརྟེན་འགན་འཛིན་
དང་སྦྱོང་བརྟེན་འགན་འཛིན་ལས་རིགས་
དང་མི་རིགས་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་གནས་དང་
སྦྱོང་བརྟེན་ལྟེ་གནས་ཀྱི་འགན་འཛིན་
བཅས་མ་ཁྱེད་ཞུགས་གནང་།



བཞིན་ཡོད་ཅེས་ནས་བཤད་གནང་ཡོད་དེ་ཡང་ཁོང་གིས་སྤྱོད་བརྟུན་གྱི་གྲུབ་
འབྲས་དེ་མངའ་སྡེ་གཞུང་གི་སྤྱི་འཐུས་ལོ་ངང་སེལ་རིན་དང་དྲུང་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་འཕྲུལ་
མན་རའི་ཡིས་སྤྱོད་བརྟུན་གྱི་འཕྲུལ་མན་ཆོར་གསུང་བཤད་གནང་སྐབས་ཁུས་པ་
གསར་སྤྱོད་གྱི་ལས་གཞི་འདིའི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་གསལ་སྟོན་གནང་ཡོད་དེ་
བཞིན་ཆོག་ས་ཞུགས་པ་ཆོས་གོ་སྐབས་དེ་ལེན་སྤྱོད་ཡག་ཤོས་གཏོང་དགོས་པའི་
སྐུལ་མ་བཏང་ཡོད་མཐའ་མའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་འབྲས་སྤོངས་ས་ཁུལ་གྱི་ཞིང་པ་
ཆོར་སྤོང་འབྲམ་དུ་སྤྱི་འཐུས་ཤད་ལྷན་པའི་མིས་བཞེས་རིག་ཁུས་ཞབས་ཞུ་བྱེད་པར་
ཁག་ཐེག་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན་དགོས་ཞེས་ཁོང་གིས་སྐུལ་ཤུགས་དྲུང་བཤད་ཡོད་ལྟགས་
ལས་ཡུན་རིང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྡེ་ཁྲིད་བྱེད་མངའ་སྡེའི་ས་ཆ་གོང་འཕེལ་དངུལ་
ཁང་གི་འགན་འཛིན་གཙོ་བོ་ཤོག་ཀྱི་འཕྲུལ་ཤུགས་ལས་ཡིས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུའི་
སྐད་ཆ་བཤད་ནས་ཆོག་ས་འདུམ་རྒྱལ་སྤྱི་ཡོད་མཐོ་རིམ་མི་སྣ་ཆང་མས་མཉམ་
ཞུགས་དང་དུས་ཚོད་ཤིས་རྟོགས་ལྡན་པའི་ཕན་བདེ་བཅས་ལ་བཀའ་འདྲིན་རྗེས་

བྱ་བ་གཅིག་ལ་བྱེད་ཐབས་བརྒྱ། ། འགྲོ་ས་གཅིག་ལ་འགྲོ་ལམ་སྟོང་། །
བརྩོན་འགྲུས་ཅན་ལ་ཤེས་བྱས་ལྷག ། ལེ་ལོ་ཅན་ལ་གཉིད་ཀྱིས་ལྷག། །
མི་རབ་སྟེད་པོན་བྱེད་པ་དེ། སྤྱད་ཀིས་ལུག་རྩི་བྱེད་དང་འབྲ། །
འབྲེལ་མེད་ཀྱི་གཏམ་མ་ཤོད། མཁོ་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་མ་ཉི། །
ཐོང་བུ་བསྐྱངས་པའི་དག་འཛོར་མེད་པར་། །གཞུག་སུ་བ་གོ་ག་པའི་ཡ་
ལ། །
ར་སྤྱིའི་ཕུར་རྩོད་ཡི་མཛིང་བར་འཁོར་། །
དཀའ་པའི་དུས་དུ་སྟོགས་པོ་བཟང་རབ་རྟོགས་འདམ་རྩལ་བ་ནང་དུ་ཏྲ་
ཐོའི་ཤེས་ལུགས་ཤེས། །
ཐག་རིང་གི་གཉེན་ལས་གྲོང་པའི་དགའ་དག་ལ།
སྤིང་རུས་ཅན་གྱི་རྩོལ་ཡི་ཁུང་འབྲིགས།

དྲན་ཞུས་ཡོད་