

བོད་ལྗོངས་ནི་ཡུང་གོའི་བོད་ལྗོངས་དང་རྒྱལ་མི་.....
ཡོངས་མི་དམངས་ཀྱི་བོད་ལྗོངས་ཡིན།
བོད་ལྗོངས་.....
དར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དེ་ཡུང་རྒྱ་མི་རིགས་རྒྱབ་ས་ཚེན་.....
བརྒྱར་དར་ཡོང་བར་བྱེད་པའི་བརྗེད་ཚེའི་དམིགས་.....
ཚོད་དང་འབྲེལ་བ་དམ་བཅུབ་ཡོད།
པོ་རྒྱལ་ལ་ཕྱིགས་.....
བལྟས་ལྷ་ཞིབ་བྱེད་རྒྱབ་ས།
བོད་ལྗོངས་ནི་གནང་ལྷ་མོ་ནས་བཟུང་ལེས་རྒྱལ་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་ཁ་འབྲལ་ཐབས་.....
མེད་པའི་ཚེ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་དངོས་.....
ལ་འཕྲིག་བཤད་བྱེད་མི་དུང།
དེར་རྒྱབ་བས་ལ་ཞིབ་ལྷ་བྱེད་རྒྱབ་ས།

ཡུང་གོ་ནི་འཛམ་གླིང་ཐོག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཤེས་དཔལ་ལོ་རྒྱ་རྟོང་.....
རྒྱན་མཐུང་ཐུབ་ལ།
མཚམས་ཚད་ལྡོང་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་པུ་.....
དེ་ཡིན་པས།
མི་ལྷ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་དུང་མི་རིགས་ཁག་གིས་ཐུབ་ཚོང་.....
ཐོག་བཏོད་པའི་ཡུང་གོའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་རྒྱ་རྒྱ་འཕྲུགས་གང་བྱུང་དང་མཐོ་.....
བཤད་དམའ་བཤད་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་མེད།
གནང་རབས་ཡུང་གོའི་.....
ཡུང་དབྱང་གོང་མའི་ཤིང་གཞུང་གིས་བོད་ཀྱི་ས་གནས་ཤིང་འཛིན་.....
སོགས་ལས་དོན་ཁག་ལ་རྒྱུ་ལོ་1247ལོ་ནས་བཟུང་བདག་རྒྱུང་བྱེད་.....
འཤོ་ཚྭ་གས་ཤིང།
1492ལོར་ཡོ་རོབ་ཀྱི་མི་རྒྱུད་དཀར་པོའི་མི་མེར་.....
ཐོལ་མ་ཁན་མེ་རླིང་དུ་མེ་རླེབ་ས་གོང་བར།
ཡུང་དབྱང་ཤིང་གཞུང་.....
གིས་བོད་ས་གནས་ལ་ལོ་240ལྷག་ཙམ་ཤིང་རྒྱུང་རྟུལ་ལྡན་བྱས་ཡོད།

ཨ་རིའི་དམག་དངུང་གིས་རྩབ་རྒྱུད་ལས་འབྲལ་ལ་སྤེལ་ནས་དབྱིན་ཏི་.....
ཨན་བ་བྱིར་འདུད་བྱས་པ་དང།
དམར་གསོད་བཤང་བ།
དེ་བཞིན་.....
དབྱིན་ཏི་ཨན་བའི་ས་རྒྱུ་ལོ་རོས་ལྷུ་ཁྲི་བྲུབ་ལྷག་ཁ་ཤས་བཅོཅ་བཟུང་.....
མ་བྱས་གོང།
ཚིང་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་བོད་ལྗོང་ཨམ་བཅ་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ཁྲབ་.....
ཁོངས་ཁག་ལ་ཕྱིགས་ཡོངས་ནས་བདག་རྒྱུང་བྱེད་པའི་བྱེད་ཐབས་གས་.....
ལུ་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་རྒྱར་ཀྱི་ཚེ་ཚོག་དོན་ཚོན་ཉེ་ཤུ་ཚ་.....
དགུ།
གཏན་འཤེབས་བྱས་ནས་ཁྲབ་བརྒྱུགས་བྱས་པ་སོགས་ས་གནས་.....
ལ་དོ་དམ་བྱེད་རྒྱ་རྒྱུམས་ལྷགས་ཅན་དུ་འབྱུར་བ་བྱས་པ་དང།
གསེར་.....
དུམ་དུ་ལྷགས་ནས་རྩ་ལའི་རྒྱ་མང་དང་པ་ཆ་ཚོན་ཨར་ཏི་ནི་སོགས་རྒྱལ་རྒྱ་.....
ཚེ་ཁག་གི་ཡང་ཤིང་དོས་འཛིན་ཞུས་པ།
ས་གནས་ཀྱི་མེར་རླུའི་རིམ་.....
ཁག་དཔོན་རིགས་བརྒྱ་གཞག་བྱས་པ།
དམག་དངུང་ལ་བཀོད་.....
འདྲམས་ཀྱིས་མཐའ་མཚམས་སྤང་རྒྱུང་བྱས་པ།
མི་མེར་གྱི་མི་མང་.....
རིང་ཚད་པའི་དངུལ་དང་ཁྲལ་འུ་ལག་ཚག་ཡང་དང་ཚ་ཚག་བཤང་བ།
མི་མེར་ལ་ཐོན་རྒྱུད་དང་འཚོ་བ་རྒྱར་གསོ་བྱེད་རོགས་བྱས་པ་ལ་སོགས་.....
ཚུང་ཡོད།
དེར་དུས་ལ་ལྷ་རྒྱབ་ས།
ཡུང་གོ་ས་མི་རིགས་འདྲ་མཉམ་.....
དང།
མི་རིགས་མཐུན་རྒྱལ།
མི་རིགས་ཁག་ཐུབ་ཚོང་ཐོག་དར་རྒྱས་.....
གོང་འཕེལ་བཅས་གཞི་ཚའི་རྩ་རྟུ་དུ་བྱས་པའི་མི་རིགས་ཤིང་རྒྱལ་.....
དང་མི་རིགས་ས་ཁོངས་རང་རྒྱུང་ལམ་ལྷགས་བོད་དུ་བྱུབ་འབྲལ་ཐོབ་.....
པའི་རྒྱ་ནས་ལག་ལེན་བལྟར་བས་བོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་.....
ལ་མར་བྱུང་རྒྱུང་མེད་པའི་དབང་ཚར་འགན་ལེན་བྱུང་བ་དང།
བོད་.....
ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་རྒྱ་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྒྱུ་ལོ་ཀུན་གྱི་མཐོང་ཚེས་.....
སྤྲུམ་པའི་བྱུབ་འབྲལ་ཐོབ་ཡོད།
ལོ་ན་བོད་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་བྱུབ་.....
འབྲལ་ལ་དན་རྒྱས་ལྷགས་ཚེན་བྱེད་མཁན་ཤིང་ཚོང་པ་དང་རྒྱུན་རྒྱུར་.....
མི་རྩ་དེ་དག་ལ་རང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་རིགས་རྒྱང་ཡིག་རིག་གནས་སྤུང་.....
རྒྱུང་དང་དཔལ་འབྱོར་དང་རྒྱ་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ད་ལུའི་གནས་

# བོད་རྒྱལ་གསར་འབྱུར།

# བོད་ལྗོངས་གསར་པའི་འཕེལ་རྒྱས་དང་ཡར་བེོན་ནི་འགོ་ག་ཐབས་མེད་པའི་དུས་རབས་ཀྱི་རྒྱབས་རྒྱན་ཡིན།

### ཡུང་ཡུན་གྱིས།

ཚུལ་ཤོད་རྒྱ་གང་ཡོད་དམ།
ཁོངས་དེགས་དང་རྩོགས་ལྡུངས་ཀྱིས་དོན་.....
དངོས་ཀྱི་ཚབ་བྱེད་མི་ཐུབ།
མ་དུངས་ཁོག་བཅུག་ནི་བདོན་དོན་དང་.....
རྒྱ་ལྷགས་དང་རྒྱང་ཐག་རིང་པོ་ཚོད་པ་ཞིག་ཡིན།
དོན་དངོས་ལ་བརྗེ་.....
འཛོག་བྱས་ཚེ་གཞི་ནས་རྒྱོན་ཚད་ཡོད་པ་དང་དངོས་ཡོད་ལ་བརྗེ་.....
འཛོག་བྱས་ཚེ་གཞི་ནས་འབྱུང་འབྱུར་ཡོང་དེས་ཡིན་པ་དང་ཚར་ཡིད་.....
ཚས་བརྟན་པོ་ཡོད།

ལོ་རྒྱུས་ནི་མེ་ལོང་ལྷ་པུ་ཞིག་ཡིན་ཞིང།
དེ་ལས་བོད་ལྗོངས་.....
གསར་པའི་འགྲོ་ལམ་གྱི་གདོང་ཚོད་དང་ལམ་ལྷགས་ཀྱི་གདོང་ཚོད་.....
མངོན་གྱི་ཡོད།
1840ལོར་ཉལ་མའི་དམག་འབྲུག་ལངས་ཚུན།
བཅོཅ་རྒྱལ་རིང་ལྷགས་ཀྱི་བཅོཅ་དབང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ཡུང་གོ་དུམ་.....
དུར་བཤོ་རྒྱུའི་ཚོ་རྒྱབས་རྒྱུན་ཚད་མེད་པར་བརྒྱང་བ་བས།
ཡུང་གོའི་.....
མཐའ་མཚམས་ས་ཁུལ་དུ་རྩར་བྱུང་རྒྱུང་མེད་པའི་ཉམས་ཉེན་ཚོན་པོ་.....
འཕྲད་ལ།
བོད་ལྗོངས་འདི་ཉིད་ཀྱང་གཤོལ་ཐབས་བྲལ་བ་ཞིག་དུ་.....
བྱས།
དབྱིན་ཇི་བཅོཅ་རྒྱལ་རིང་ལྷགས་ཀྱིས་1888ལོ་དང་དེ་བཞིན་.....
1903ནས་1904ལོ་བར་དམག་མི་ཐང་ས་གཉིས་མངགས་ཏེ་བྲག་.....
ལྷགས་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ལ་དུག་པོའི་བཅོཅ་འཕྲལ་བྱས་ཤིང།
དེའི་.....
རིང་མི་མེར་དམར་གསོད་བཤང་བ་དང།
རྒྱ་ནོར་དང་རིག་དངོས་.....
འབོར་ཚེན་བཅོཅ་འཕྲོག་བྱས་པ།
བྱང་ན་རྒྱུད་དན་རྩ་ཚོགས་སྤེལ་བ།
སྤྱི་གཉེས་གངས་ལམ་འདར་པ་བསགས་པ་མ་ཟུང།
ད་དུང་བོད་རང་.....
བཅོཅ་ཀྱི་ཕྱོགས་གོད་གས་གསོ་རྒྱུང་བྱས་པའི་རྒྱུན་དབར་ལུང་ཡོད།
དེ་དང་ཚབས་ཅིག་རྒྱོབས་ཞན་རྩ་ས་མེད་ཀྱི་ཚིང་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་དུམ་.....
མཐུག་དང་མི་མེར་རྒྱལ་ཁབ་ཤིང་གཞུང་གིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་.....
དུ་ཉམས་རྒྱང་འཛོ་རྒྱལ་ལ་འབྱུར་ལྷོག་གཏོང་ཐུབ་མེད་ལ།
བོད་དུ་.....
ཁོངས་དེགས་ཚེན་པོ་ས་བཀོད་འདྲམས་བྱེད་མཁན་བྱི་རྒྱལ་གྱི་མི་མེར་.....
སྤེལ་མཁན་ཕྱོགས་གོད་གས་ཀྱང་མཐར་སྐྱོད་གཏོང་ཐུབ་མེད།
1912.....
ཡོའི་ཟླ་6པར་བོད་དུ་ཟིང་འབྲུག་ལངས་ཤིང།
ལེ་དབྱང་ཤིང་གཞུང་.....
གིས་དབྱི་ཁྲང་ནོང་རྩབ་བརྒྱུད་དམག་གི་རྒྱ་ཁྲབ་མི་ལོང་ལ་བརྒྱ་གཞག་.....
བྱས་པ་དང་རྒྱི་དཔོན་གྱིས་རྩབ་ཕྱོགས་སུ་བརྒྱུད་དེ་ས་ཚམས་ཚེ་བ་ཚར་.....
རྒྱང་ས།
1942ལོར་དབྱིན་ཇིའི་ཚོང་དོན་འབུམ་མི་ལེ་ཅི་ཤིང་གིས་.....
རྒྱ་གུ་རྒྱུབ་རྒྱུར་བྱས་པའི་དོག་
བོད་ཀྱི་འཕལ་ཕྱོགས་གོད་གས་ཀྱིས་.....
ཟིང་ཚ་རྒྱུང་བྱབས་བྱེད་བཞིན་
“བྱི་འབྲེལ་རྩ་ས་ཀྱི་དོན་རྒྱུན་”ཟེར་བའི་.....
དན་རྩ་ས་བཤམས།
རྒྱབས་དེར་ཅང་ཅེ་རྒྱ་ཁོང་ཁོ་ཚོན་པོ་ལངས་ནས་.....
བོད་ས་གནས་ཤིང་གཞུང་གིས་རང་བཅོཅ་བྱེད་ཐོད་ན་འཕལ་དུ་.....
གནས་སུ་བཤང་ནས་ལྷ་སར་འབར་མའལ་དབྱུག་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་.....
མོད།
པོན་ཀྱང་ཅང་ཅེ་རྩིས་དེ་ལྟར་བྱེད་ཐུབ་མེད།
གང་ལགས་ཤིན་.....
བྱ་རྒྱལ་གྱིས་ཐོ་རྒྱས་བྱེད་དེས་ཡིན་པའི་དོགས་པ་རྒྱེས་བས་རེད།

1949ལོའི་ཟླ་7ཚེས་8ཉིན།
བཅོཅ་རྒྱལ་རིང་ལྷགས་ཕྱོགས་གོད་གས་.....
ཀྱི་དན་རྒྱལ་དོག་
བོད་ཀྱི་འཕལ་ཕྱོགས་གོད་གས་ཀྱིས་རྒྱ་མི་མཐར་.....
རྒྱུད་ཀྱི་དོན་རྒྱུན་”བཟོས།
ཟླ་9ཚེས་2ཉིན་ཤིན་རྒྱ་གསར་འབྱུར་ཁང་.....
གིས་འགོ་བརྗོད་དུ་“བྱི་རྒྱལ་གྱི་བཅོཅ་འཕྲལ་བས་ཡུང་གོའི་མངའ་.....
ཁོངས་ཏེ་བོད་ལྗོངས་ཁྲུར་མིང་གཏན་ནས་གཏོང་དུ་འཕྲག་གི་

བརྒྱར་འཕྲུགས་དང་ཐོན་རྐྱེད་སྤར་གསོ་གང་མཁུགས་བྱས་ཏེ་”

དཔལ་འབྱོར་དང་རྒྱ་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱོགས་.....

བཟང་པོ་རྒྱན་འཕྲོངས་བྱེད་དགོས་” 2020ལོར་བོད་ཀྱིས་.....

སྤེས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྤར་བས་སྤེལ་འདེད་བཤང་.....
སྤེད་མངས་འཚོ་རྒྱན་མཐུང་འགན་ལེན་དང་ལེགས་སུ་བཤང་”

ནས་“འཛམ་གླིང་ཡང་ཚེའི་”ནམ་མཁའ་ལྷར་ལས་སྤོ་བ་དང།

རི་པོ་མར་བས་སྤོ་བ།
རྩུ་པོ་མར་ལས་དུངས་བ།
ཁོར་ཡུག་.....

སྤར་བས་མངོན་པ་ཡོང་བ་བཅས་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་ཚེས་དགུ་.....

ལྷས་གཞུངས་པ་རེད།

(དབང་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱིས་བརྒྱུར།
ཚོ་རྒྱལ་གྱིས་ཞུས།)

## ཚེ་དག་ལྷས་གསུངས་དོན།

# བོད་ཀྱི་འཕོ་འབྱུར་ཚེ་མི་ལས་ཡུང་གོའི་ལམ་ལྷགས་ཀྱི་ལེགས་ཚ་མངོན་ཡོད།

ཤིན་རྒྱ་གསར་འབྱུར་ཁང་ལྷ་ས་ནས་ཟླ་3ཚེས་28
ཉིན་རྒྱ་གཞིན་འཕྲོད་གསལ།
བོད་རང་རྒྱུང་ལྗོངས་མི་.....
དམངས་ཤིང་གཞུང་གི་ཡུ་འུ་ཞི་ཚེ་དག་ལྷས་ཟླ་3ཚེས་28ཉིན་.....
བོད་ཀྱི་ཞིང་བབ་ཁོ་ཚོ་བརྒྱུར་བཅེངས་འཛམ་ཐོབ་ནས་ལོ་61.....
འཁོར་བར་དུན་གསོ་ཞུ་བའི་བརྒྱུར་འཕྲིན་གསུང་བཤད་.....
གནང་ཞིང།
ཁོང་གིས་གསུང་བཤད་གནང་རྒྱབ་ས་བོད་ཀྱི་.....
གནས་ས་རྒྱ་འོག་ཏུ་འབྱུར་བ་ལྷ་དུའི་འཕོ་འབྱུར་ལས་ཡུང་.....
གོའི་ཁྲུང་ཚོས་ཐུན་པའི་རྒྱ་ཚོགས་རིང་ལྷགས་ལམ་ལྷགས་ཀྱི་.....
ཁྲུང་འཕགས་ལེགས་ཚ་གང་ལེགས་མངོན་ཡོད་”ཅས་གསུངས་པ་རེད།

ཚེ་དག་ལྷས་གསུང་བཤད་གནང་རྒྱབ་ས་ལོ་61རིང་.....
རྒྱབ་ས་ཚོན་འབྱུར་ལྷོག་བྱུང་ཡོད།
ཡུང་དབྱང་ཤིང་གཞུང་.....
དང་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་ཀྱི་རྒྱབ་རྒྱུར་ལྷགས་ཚོན་དོག་བོད་.....
ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་ཚོས་མཐུན་རྒྱལ་འབད་འཐབ་.....
ཀྱིས་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་དང་མཉམ་དུ་ཡུང་རྒྱ་མི་རིགས་.....
རྒྱབ་ས་ཚོན་བརྒྱར་དར་ཀྱི་ཡུང་གོའི་ལྷགས་འདུན་མངོན་.....
འབྱུར་བྱེད་པར་གོམ་ཞིང་ཚོན་པོ་ས་མདུན་རྒྱུད་བྱེད་བཞིན་.....
ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད།

“མིག་སྦར།
ང་ཚོས་རིམ་མ་ནད་སྦྲབ་འཤོག་ཚོང་འཛིན་.....
ཀྱི་ལས་དོན་ཁག་སྤུམ་ཐུང་ཡག་པོ་རྒྱབ་པ་དང་ལས་འགོ་.....

# མཚོ་རྩོན་གྱིས་བཟང་བྱུའི་ལིང་ལོར་ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ལོན་ལག་ཁྲུང་ཐོག་མ་སྤུད་པ།

ཤིན་རྒྱ་གསར་འབྱུར་ཁང་བྱི་ཡིང་ནས་ཟླ་3ཚེས་31
ཉིན་རྒྱ་གཞིན་འཕྲོད་གསལ།
ཟླ་3ཚེས་31ཉིན་གྱི་སྤུ་དོ།
མཚོ་རྩོན་གྱི་བཟང་བྱུའི་ཞིང་ལོར་ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ལོན་ལག་.....
ཁྲུང་ཐོག་མ་རྒྱུང་པའི་མངོད་རྒྱ་ལོང་ལོང་གི་དུང་རྒྱུར་རྒྱར་.....
རྒྱང་དེད་རབས་ཞིང་ལས་དཔེ་རྩོན་ཁུལ་དུ་འཚོགས་ཤིང།
མཚོ་རྩོན་ལོ་རྩ་ཞིང་ལས་ཚད་ཡོད་ཀྱང་སིའི་རྩོ་རྩོལ་དང་ཀ་.....
རིགས་ལ་བཟང་བྱུའི་ཞིང་ལོར་ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ལོན་ལག་.....
ཁྲུང་ཐོག་མ་དེ་རག་པ་དང།
དེ་ཐོག་ནས་མཚོ་རྩོན་གྱིས་.....
བཟང་བྱུའི་ཞིང་ལོར་ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ལོན་ལག་ཁྲུང་ལམ་.....
ལྷགས་དངོས་སུ་ཁྲབ་གང་ལ་བཤང་བ་མཚོན་ཡོད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།
བཟང་བྱུའི་ཞིང་ལོར་.....
ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ལོན་ལག་ཁྲུང་ལམ་ལྷགས་ནི་ཞིང་ལོར་ཐོན་.....
རྒྱས་ཐོན་རྒྱུད་བྱེད་མཁན་གྱིས་རང་དོས་ཀྱི་སྤུས་ཚད་ཚོད་.....
འཛིན་དང།
དོ་དམ།
ཁས་ལེན་བཅས་བྱེད་པའི་ཞིང་ལོར་.....
ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་སྤུས་ཚད་བདེ་འཇགས་བཅོས་རྒྱུང་ལམ་ལྷགས་.....
གསར་པ་ཞིག་རེད།
ཟླ་2ལོའི་རྒྱ་མཐུག་ཏུ་མཚོ་རྩོན་ཞིང་ཚོན་.....
ཞིང་ལས་སྤོང་གསེབ་ཀྱི་ཤེས་(བཟང་བྱུའི་ཞིང་ལོར་ཐོན་.....
རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ལོན་ལག་ཁྲུང་ལམ་ལྷགས་ཚོད་ལྟའི་ལག་བལྟར་.....
ཀྱི་ལས་དོན་རྒྱར་གྱི་མཚོ་རྩོན་ཞིང་ཚོན་གྱི་ལག་བལྟར་རུམ་

གཞི)དཔེར་འབྲེམས་བྱས་པ་དང།
མ་འོངས་པའི་ལོ་གསུམ་.....
ནད་རྩོ་ཚལ་དང།
ཤིང་འབྲས།
རྩོ་ལྷགས་དང་ཁྲིམ་བ།
རྩོ་.....
དང།
ཉེའི་ཐོག་མའི་ལས་རྩོན་ཐོན་རྒྱས་སོགས་ཞིང་ལོར་ཐོན་.....
རྒྱལ་རིགས་ཚེ་བྱས་སྤར་ཞིང་ཚོན་ཡོངས་སུ་བཟང་བྱུའི་ཞིང་.....
ལོར་ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ལོན་ལག་ཁྲུང་ལམ་ལྷགས་ཚོད་ལྟའི་.....
དང་ལག་བལྟར་དགོས་ལྷགས་བཏོན་ཡོད།

“བཟང་བྱུའི་ཞིང་ལོར་ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་ལོན་ལག་ཁྲུང་.....
ནི་ཁྲོམ་རའེའི་ཐོག་བཏོན་པའི་ཞིང་ལོར་ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་.....
ལག་ཁྲུང་ཞིག་རེད་ལ།
ཐོན་རྐྱེད་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་ལེན་.....
ཡིག་ཞིག་ཀྱང་རེད་”མཚོ་རྩོན་ཞིང་ཚོན་ཞིང་ལས་གོང་.....
གཤེབ་ཤིང་ཞིང་ལོར་ཐོན་རྒྱས་སྤུས་ཚད་བདེ་འཇགས་ལྷ་སྤེལ་.....
དོ་དམ་ཁྲུང་ཡི་ཁྲུང་ཀྱང་ཁྲུང་ཅིན་ཉིང་གིས་ཚད་ལོན་ལག་.....
ཁྲུང་ནད་བཟང་བྱུའི་ཞིང་ལོར་ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་མིང་དང།
ཁ་.....
གངས།
ཐོན