[༤༢བ]༄༅༅། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཀལ་པོཀྟམ་ཀུ་རུ་ཀུལླ་[[1]](#footnote-21)སཱ་དྷ་ནཾ། བོད་སྐད་དུ། རྟོག་པ་[[2]](#footnote-22)ལས་གསུངས་པའི་ལྷ་མོ་རིགས་བྱེད་མའི་[[3]](#footnote-23)སྒྲུབ་པའི་ཐབས། འཕགས་མ་རིགས་[[4]](#footnote-24)བྱེད་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །གང་ཞིག་དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། །ལྷ་དང་ལྷ་མིན་མིར་བཅས་པ། །ངེས་པར་ཅི་བགྱི་[[5]](#footnote-25)བྱེད་པ་ཡི། །སྒྲོལ་མ་དེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནས། །དང་པོ་[[6]](#footnote-26)རེ་ཞིག་སྔགས་པས་ཡིད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་[[7]](#footnote-27)གནས་སུ། བུད་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་དང་ཚོགས་པ་ལ་སོགས་པས་དབེན་པར་ནང་པར་སྟན་བདེ་བ་ལ་འདུག་སྟེ། རང་གི་སྙིང་གར་དབྱངས་ཡིག་དང་པོ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པའི་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་དུ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་ཡི་གེ་ཧྲཱིཿས་བོན་ལས་བྱུང་བའི་འོད་ཟེར་དམར་པོའི་ཚོགས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་གསལ་བར་བྱས་པའི་སྔོན་དུ་[[8]](#footnote-28)འགྲོ་བའི་རིགས་[[9]](#footnote-29)བྱེད་མའི་རི་ལ་[[10]](#footnote-30)གནས་པའི་རིགས་[[11]](#footnote-31)བྱེད་མ། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་བསྐུལ་ནས་སྤྱན་དྲངས་ནས་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ་ཡང་དག་པར་བལྟས་ཏེ། སྙིང་གའི་ས་བོན་[[12]](#footnote-32)ལས་སྤྲུལ་པའི་མེ་ཏོག་དང་སྤོས་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་པ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་མཆོད་པར་བྱའོ། །དེའི་རྗེས་ལ་ཕྱག་བཙལ་བ་[[13]](#footnote-33)དང་། སྡིག་པ་བཤགས་པ་དང་། བསོད་ནམས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་དང་། བསྔོ་བ་དང་། གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་སྔོན་དུ་འགྲོ་བས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །སྡིག་པ་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་[[14]](#footnote-34)[༤༣ན]བཤགས། །འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་རྗེས་ཡི་རང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ཀྱིས་གཟུང་། །ཞེས་[[15]](#footnote-35)ལན་གསུམ་གྱི་[[16]](#footnote-36)བར་དུ་བརྗོད་དོ། །དེ་ནས་ཚངས་པའི་གནས་བཞི་བསྒོམ་པ་སྔོན་དུ་འགྲོ་བས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་[[17]](#footnote-37)རྣམ་པར་བསྒོམ་པར་[[18]](#footnote-38)བྱའོ། །དེ་ནས་བྱིན་དེ་ནས་བྱིན་གྱིས་[[19]](#footnote-39)བརླབ་པའི་སྔགས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཨོཾ་ཤཱུ་ནྱ་ཏཱ་ཛྙཱ་ན་བཛྲ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཨཱཏྨ་ཀོ྅ཧཾ་[[20]](#footnote-40)ཞེས་སོ། །དེ་ནས་འགྲོ་བ་སྡུག་བསྔལ་མཐའ་དག་[[21]](#footnote-41)སྙིང་རྗེ་བསྒོམས་ལ། རང་གི་སེམས་ས་བོན་གྱི་[[22]](#footnote-42)གཟུགས་སུ་བལྟས་ཏེ། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་ཨུཏྤ་ལ་དམར་པོའི་སྟེང་དུ་དབྱངས་ཡིག་དང་པོ་[[23]](#footnote-43)ཡོངས་སུ་གྱུར་པའི་ཟླ་བ་ལ་གནས་པའི་ས་བོན་གྱི་[[24]](#footnote-44)འོད་ཟེར་རྣམས་ཀྱིས་སྔོན་བཞིན་དུ་འགྲོ་བ་སྣང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་རྣམས་བསྐུལ་ཏེ། སྤྱན་དྲངས་ལ་[[25]](#footnote-45)བསྟིམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཨུཏྤལ་ལ་སོགས་པ་[[26]](#footnote-46)ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་སྐུ་མདོག་དམར་པོ་པདྨ་དམར་པོ་དང་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་བཞུགས་པ[[27]](#footnote-47)། ན་བཟའ་དམར་པོས་སྟོད་གཡོགས་བྱས་པ། འོད་ཟེར་དམར་པོ་དང་ལྡན་པ། རིན་པོ་ཆེའི་རྣ་རྒྱན་[[28]](#footnote-48)དང་ལྡན་པ། དབུ་རྒྱན་[[29]](#footnote-49)དང་ལྡན་པ། ཕྱག་བཞི་པ། གཡས་པས་མི་འཇིགས་པ་སྦྱིན་པ། གཉིས་པ་[[30]](#footnote-50)མདའ་འགེངས་པ། གཡོན་པས་རིན་པོ་ཆེའི་གཞུ་འཛིན་པ། གཉིས་པས་ཨུཏྤལ་[[31]](#footnote-51)དམར་པོ་འཛིན་པ། འོད་དཔག་[[32]](#footnote-52)མེད་པའི་དབུ་རྒྱན་ཅན། རིགས་[[33]](#footnote-53)བྱེད་མའི་རི་ཕུག་ན་གནས་པའི་སྒྲ་གཅན་གྱི་མགོ་བོ་[[34]](#footnote-54)ལ་གནས་པའི་ཆུང་མ་དང་བཅས་པའི་འདོད་པའི་ལྷའི་སྟེང་ན་གནས་པ། སྒེག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་འཕེལ་བའི་དབང་[[35]](#footnote-55)དང་ལྡན་པ། དང་པོའི་ལང་ཚོ་དང་ལྡན་པའི་རིགས་བྱེད་མར་བསྒོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་དམ་ཚིག་[[36]](#footnote-56)སེམས་དཔའ་བསྐྱེད་ནས་སླར་ཡང་སྐད་ཅིག་ཙམ་གྱིས་[[37]](#footnote-57)ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་མདུན་དུ་བཀུག་ལ་ཡང་དག་པར་[[38]](#footnote-58)མཆོད་དེ། དམ་ཚིག་གི་[[39]](#footnote-59)ཕྱག་རྒྱས་ཞལ་ནས་གཞུག་པར་[[40]](#footnote-60)བྱའོ། །དེ་ལ་དམ་ཚིག་གི་ཕྱག་རྒྱ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཐལ་མོ་སྦྱར་ལ་གུང་མོ་གཉིས་རྩེ་མོར་བྱས་ལ་སྲིན་ལག་གཉིས་ནང་དུ་གཞུག །མཛུབ་མོ་[[41]](#footnote-61)གཉིས་གུང་མོའི་རྒྱབ་ཏུ་སྦྱར་ལ། མཐེབ་ཆེན་གཉིས་[[42]](#footnote-62)འོག་ཏུ་བྱས་པ་[[43]](#footnote-63)དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པའི་ཨུཏྤ་[[44]](#footnote-64)ལའི་ཕྱག་རྒྱའོ། །དེའི་རྗེས་སུ། བྱང་ཆུབ་རྡོ་རྗེས་[[45]](#footnote-65)སངས་རྒྱས་ལ། །མཆོད་ཆེན་ཇི་ལྟར་ཆེར་བྱིན་པ། །བདག་ལ་བསྲུང་[༤༣བ]བའི་[[46]](#footnote-66)དོན་གྱི་ཕྱིར། །ནམ་མཁའ་རྡོ་རྗེ་བདག་ལ་སྩོལ[[47]](#footnote-67)། །ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་ལ། དབང་བསྐུར་[[48]](#footnote-68)རྡོ་རྗེ་ཆེན་པོ་ནི། །ཁམས་གསུམ་ཀུན་གྱིས་ཕྱག་བྱས་པ། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་[[49]](#footnote-69)གསང་གསུམ་གྱི[[50]](#footnote-70)། །གནས་ལས་བྱུང་བ་སྦྱིན་པར་བྱ། །འདི་ལྟར་བརྗོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀས་སྤྱན་མ་ལ་སོགས་པས་དབང་བསྐུར་བས། དབུ་རྒྱན་དུ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་བསམ་པར་[[51]](#footnote-71)བྱའོ། །དེ་ལྟར་བསྒོམས་ལ་བཟླས་པ་བྱས་ཏེ། སྐྱེན་པར་མ་ཡིན། བུལ་བར་མ་ཡིན། མི་གསལ་བར་མ་ཡིན། ཕྱི་མོ་དམན་པར་མ་ཡིན། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་རྟོག་པ་སྤངས་ཏེ། ཨོཾ་ཀུ་རུ་ཀུལླེ་ཧྲཱིཿཧཱུཾ་སྭཱ་ཧཱ། དེ་ལྟར་ཐུན་མཚམས་གསུམ་གྱི་རིམ་པས[[52]](#footnote-72)། ཁུར་བ་དང་། ཤ་ཀ་ར་ལ་སོགས་པའི་གཏོར་མ་སྦྱིན་པ་སྔོན་དུ་འགྲོ་བས། གུས་པས་ཡུན་རིང་པོར་བསམ་པ་[[53]](#footnote-73)བརྟན་པོས་ཟླ་བ་དྲུག་ཏུ་བསྒོམ་པར་[[54]](#footnote-74)བྱས་ན་[[55]](#footnote-75)གྲུབ་པའི་མཚན་མ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་ཟླ་བ་དང་པོ་ལ་ནད་ལ་སོགས་པའི་གནོད་པ་བརྒྱ་ཉེ་བར་འོང་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་སྟོན་མོ་ཡིད་དུ་འོང་བ་མ་བསླངས་པར་རྙེད་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་ལ་གོས་སྣ་ཚོགས་རྙེད་པ་དང་། བཞི་པ་ལ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་སོ་རྩི་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་རྙེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། ལྔ་པ་ལ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་བརྒྱན་པའི་བུད་མེད་ཀྱི་ཚོགས་དང་ཕྲད་པ་རྙེད་པར་འགྱུར་རོ། །[[56]](#footnote-76)དྲུག་པ་ལ་ལྷ་དང་[[57]](#footnote-77)ཀླུ་དང་དྲི་ཟ་ལ་སོགས་པ་[[58]](#footnote-78)བུད་མེད་མཛེས་མ་དང་ཕྲད་པར་འགྱུར་རོ། །ཕལ་ཆེར་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་བསྒོམས་[[59]](#footnote-79)ན་བུད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་འཚོ་[[60]](#footnote-80)བར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་བདུད་ཀྱི་ལས་འདི་རྣམས་སྤངས་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་སྒོམ་པར་[[61]](#footnote-81)བྱེད་པ་ལ་དངོས་སུ་འམ། རྨི་ལམ་དུ་སྟོན་པར་འགྱུར་ཏེ། རལ་གྲི་དང་། མིག་[[62]](#footnote-82)སྨན་དང་། རྐང་པ་བྱུག་པ་དང་། མི་སྣང་བ་དང་། རིལ་བུ་དང་། དངུལ་ཆུ་དང་། བཅུད་ཀྱིས་ལེན་པ་[[63]](#footnote-83)དང་། མཁའ་སྤྱོད་དང་། ས་འོག་ལ་སོགས་པའི་དངོས་གྲུབ་ལ་སོགས་པ་[[64]](#footnote-84)འདོད་པ་རྣམས་གྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་བསྟན་པར་མ་གྱུར་ན་སྔར་བརྗོད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་བཅིང་སྟེ[[65]](#footnote-85)། མཆོད་པ་དང་། གཏོར་མ་སྔོན་དུ་འགྲོ་བས། ཟླ་བ་དྲུག་གི་[[66]](#footnote-86)བར་དུ་ཉའི་ནུབ་མོ་ཐོག་ཐག་ཏུ་བཟླས་པ་བྱའོ། །དེ་ནས་ཕྱག་རྒྱ་འབར་ཏེ་[[67]](#footnote-87)འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཕྱག་རྒྱ་དེས་ཚངས་པ་དང་། དབང་པོ་དང་། ཉེ་བའི་དབང་པོ་དང་། དྲག་པོ་དང་། [༤༤ན]སྲེད་མེད་ཀྱི་བུ་ལ་སོགས་པ་བཀུག་ནས་འོངས་ཏེ། ཕོ་ཉར་གྱུར་ནས་སྒྲུབ་པ་པོའི་[[68]](#footnote-88)འདོད་པ་རྫོགས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་སྐྱེ་བ་དང་། རྒས་པ་དང་། ན་བ་དང་། [[69]](#footnote-89)འཆི་བ་དང་བྲལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་[[70]](#footnote-90)ཁམས་གཞན་དུ་སོང་སོང་[[71]](#footnote-91)ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་མཐོང་སྟེ། ས་དང་གཟུངས་[[72]](#footnote-92)ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མའི་རྟོག་པའི་རིམ་པ། ཀུ་རུ་ཀུ་ལླེའི་སྒྲུབ་ཐབས་སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་[[73]](#footnote-93)ཀྱིས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །པཎྜི་ཏ་དོན་ཡོད་རྡོ་རྗེ་དང་། ཁམས་པ་ལོ་ཙཱ་བ་[[74]](#footnote-94)དགེ་སློང་བ་རིས་བསྒྱུར་བའོ།། །།

1. ཀལ་བ་ཊ་ཀུ་རུ་ཀུ་རུ་ལེ། སྣར་ཐང་། སྐད་ཀལྤ་ཌ་ཀུ་མ་ཀུ་རུ་ཀུལླེ། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-21)
2. རྟོགས་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-22)
3. རིག་བྱེད་མའི། སྣར་ཐང་། རིགས་རིགས་བྱེད། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-23)
4. མ་རིག། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-24)
5. གྱིས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-25)
6. ནས། །དང་པོར། པེ་ཅིན། ལོ། །དང་པོར། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-26)
7. འཐུན་པའི། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-27)
8. མངོན་དུ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-28)
9. རིག། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-29)
10. རིག་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-30)
11. རིག། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-31)
12. གྱིས་འོད། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-32)
13. འཚལ་བ། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-33)
14. སོའི་སོ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-34)
15. ཀྱི་བཟུང། སྣར་ཐང་། ཀྱིས་གཟུང། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-35)
16. གྱིས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-36)
17. སྟོང་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-37)
18. རྣམ་ཉིད་བསྒོམས་པར། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-38)
19. དེ་བྱིན་གྱི། སྣར་ཐང་། དེ་བྱིན་གྱིས། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-39)
20. སྭ་བ་ཨཱཏྨ་ཀོ་ཧཾ། པེ་ཅིན། སྭ་ཨད་མ་ཀོ་ཧཾ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-40)
21. ལ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-41)
22. གྱིས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-42)
23. དང་པོ། ཞེས་པར་མ་གཞན་ནང་མེད། [↑](#footnote-ref-43)
24. གྱིས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-44)
25. ལ། ཞེས་པར་མ་གཞན་ནང་མེད། [↑](#footnote-ref-45)
26. ཨུད་པ་ལ་ལ་སོགས་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-46)
27. ཞུགས་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-47)
28. བརྒྱན་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-48)
29. བརྒྱན། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-49)
30. གཉིས་པས། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-50)
31. གཉིས་ཨུད་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-51)
32. ཏུ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-52)
33. རིག། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-53)
34. མགོ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-54)
35. འཕེལ་བའི་བ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-55)
36. ཚིགས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-56)
37. གྱི། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-57)
38. ཡང་དག་པར། ཞེས་པར་མ་གཞན་ནང་མེད། [↑](#footnote-ref-58)
39. གི། ཞེས་པར་མ་གཞན་ནང་མེད། [↑](#footnote-ref-59)
40. གཞུགས་པར། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-60)
41. འཛུབ་མོ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-61)
42. མོ་གཉིས་ཕྱེད། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-62)
43. བྱས་ལ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-63)
44. རྣམ་ཨུད་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-64)
45. རྡོ་རྗེ་ཕྱག་རྒྱ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-65)
46. སྲུང་བའི། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-66)
47. གསོལ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-67)
48. སྐུར། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-68)
49. གྱིས། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-69)
50. གྱིས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-70)
51. བསམས་པར། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-71)
52. གོ་རིམས་པས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-72)
53. བསམ་གཏན། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-73)
54. བསྒོམས་པར། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-74)
55. ནས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-75)
56. ཟླ་བ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-76)
57. ལྷ་དང། ཞེས་པར་མ་གཞན་ནང་མེད། [↑](#footnote-ref-77)
58. ལ་སོགས་པའི། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-78)
59. བསྒོམ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-79)
60. ཀྱི་འཚེ། པེ་ཅིན། ཀྱིས་འཚེ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-80)
61. བསྒོམ་པར། པེ་ཅིན། མ་བསྒོམ་པར། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-81)
62. སྨིག། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-82)
63. ལེན། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-83)
64. ལ་སོགས་པའི་དངོས་གྲུབ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-84)
65. བཅིངས་ཏེ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-85)
66. གིས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-86)
67. སྟེ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-87)
68. གྲུབ་པ་པོའི། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-88)
69. ན། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-89)
70. གྱིས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-90)
71. སོང། ཞེས་པར་མ་གཞན་ནང་མེད། [↑](#footnote-ref-91)
72. གཟུགས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-92)
73. ཀླུ་གྲུབ། སྣར་ཐང་། ཀླུའི་སྒྲུབ། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-93)
74. ལོ་ཙ་བ། པེ་ཅིན། ལོ་ལོཙྪ་བ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-94)