

Description For Group1-10: དེ་མོ་རྒྱལ་ཐོག་གཉིས་པ་དང་ བཀའ་འགག་སོགས་ནས་

རྒྱལ་ཅི་གཞུང་རྒྱལ་ལ་བུ་ལེ་སྐོར་བུ་དཔྱད་ལྟོང་ལང་པ་ བུ

རྒྱལ་བཟའ་ཚོས་སྤྱོད་ཉེས་སྐོར་སྲིད་དམ་སྲུང་མ་དང་ ལྷ་  
དགོ་བའི་མི་རྩ་ཀུན་གྱི་དུ་སྤྱོད་འབྲུལ་ལྷུས་སྐོར་སོགས་  
ཡིག་གཟང་ ལྷགས་ལྷག་ ས་སྤྱོད་  
༡༠      ༡༨༡༡      ༡༩༠༤

Title: ཤེ་ཚེ་བསྟན་དཔལ་མེད་དངོས་ཐོ་འདྲ་གཉིས་དགའོ།  
Short Description: གཞི་སྤྱོད་ནང་ཤེ་འཛིན་ཚེ་བསྟན་དཔལ་མོ་ན་རྒྱས་

མིག་ལོང་གི་སྤྱོད་མཐར་ལྷགས་ལྷ་འཁྲུངས་མིན་ལ་  
བརྟེན་གཞིས་རྒྱུ་རྒྱུ་བསྟན་ལུ་ལ་བཟུང་གིས་སྤོང་རྒྱ་ལྷས་  
པའི་དངོས་རིགས་ལྷུ་དུ་གོ་ཐོ་གཞུང་བཀོད་པ་  
ས་སྤྱོད་      ༡  
༡༩༠༤

Main Text: ཤེ་ས་སྤྱོད་ཚེ་ཉིན་ གཞི་སྤྱོད་ནང་ཤེ་འཛིན་ཚེ་བསྟན་དཔལ་མོ་ནང་བརྒྱས་མིག་

༢ ༢༥  
མིག་ལོང་གི་སྤྱོད་མཐར་ལྷགས་ལྷ་འཁྲུངས་མིན་ལ་བརྟེན་གཞིས་སྤོང་རྒྱོ་  
བསྟན་སྤྱོད་བཟུང་གིས་སྤོང་རྒྱ་ལྷས་པའི་དངོས་རིགས་སྤོང་བུ་བུ་དུ་གོ་ཐོ་གཞུང་བཀོད་པ་  
ལ་ཞུ་བུ་དུ་གོ་ཐོ་གཞུང་བཀོད་པ་

པར། གསེར་ཟངས་རྒྱུ་མའི་སྤྱོད་དཔེ་གི་སྤྱོད་དཔེ་ལོང་གཉིས་ རྣམ་  
རྣམས་ལྟེ།

ཚོས་སྤོང་གཉིས་ ཚོས་སྤོང་གཉིས་པོད་གཉིས་ འབྲི་ར་འབྲུང་  
གི་རང་འབྲུན་ཡོད་པ་གཉིས་ རག་ཀང་སོར་ལུ་ཡོད་པོ་གཉིས་ དང་སོར་བཞི་  
འདྲེས་སྤོང་འབྲུལ་དགོས་ རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།  
རྒྱ་འབྲུལ་བྱང།

ཡོད་གཉིས་ དེ་འོག་ཚེ་རྒྱུ་གཉིས་ མི་ཀོང་ལ་སོར་གསུམ་ཡོད་པོ་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།      རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ། ལྟེ།

དུག་ དང་སྤོང་ཡོད་མེད་ལ་སོར་གོང་འདྲ་པོ་བཞི་ རྒྱ་རྒྱུང་ཡོད་ལ་སོར་ལུ་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།      རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།

ཡོད་གཉིས་ ཟངས་དམར་གྱི་དཀར་ཟངས་ལ་ཞེང་ལ་མཐོ་དགུ་སོར་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།

གསུམ་དཔེ་ལ་མཐོ་དོ་སོར་དོ་ཡོད་པ་གཉིས་ ཟངས་དམར་གྱི་སྤྱི་གཞི་ལེབས་སྤྱོད་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།

ལུང་ལ་ཉག་བདུན་ཡོད་པ་གཉིས་ བལ་སྤྱི་གཞི་ལ་ཞེངས་ལ་མཐོ་གང་སོར་སུམ་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།

ནས་དཔེ་ལུ་སོར་བདུན་ཡོད་གཉིས་ དེ་འོག་ལ་བཞེངས་ལ་མཐོ་གང་སོར་གང་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།

ཡོད་པ་སྤོང་ཅན་གཉིས་ ཟངས་དམར་གྱི་གཞུང་གི་ལ་སོར་ལུ་ཡོད་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།

ལུ་བཅས་གཉིས་ ལྷུ་འབྲི་དཀར་ཟངས་ལ་བཞེངས་ལ་མཐོ་དོ་སོར་དོ་ནང་དཔེ་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།

ལ་མཐོ་གང་སོར་ཡོད་སྤོང་ཅན་གཉིས་ ཟངས་དམར་གྱི་འབྲུལ་སྤོང་གསུམ་ལུ་  
དུགས་སུ་མཐོ་གང་སོར་དུག་ཡོད་པ་སྤོང་མེད་གཉིས་ རག་སྤོང་གསུམ་ལུ་དུགས་སུ་མཐོ་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།

དོ་སོར་དོ་ཡོད་པ་གཉིས་ དང་དེ་འོག་སྤོང་ཅན་གཉིས་ ཟངས་  
རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།      རྣམ་སྤྱོད་ ལྟེ།

ཚལ་གཅིག་། ཟངས་ལ་ཞེང་ལ་མེད་དུག་ཡོད་གཅིག་། ལྷགས་སྒྲུང་གཉིས་དང་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༠ ༡ ༢  
༤ ༤

ཁར་ལ་གཅིག་། དང་སྒྲུང་གསལ་གཅིག་། ལྷགས་

རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།

སྒྲིགས་ཆེ་རྒྱུ་གཉིས་། མི་སྒྲིགས་གཉིས་། འཕྲོར་གཉིས་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༡ ༠ ༡ ༢ ༣

ཆེ་རྒྱུ་གཉིས་། མི་དེ་ལ་ལག་གཉིས་། གཞོ་རྩིས་ཆེ་རྒྱུ་གཉིས་། རྩིས་སྒྲུང་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༢ ༡ ༡

དག་པོར་རྒྱུ་སྒྲིག་མེད་གཉིས་། ལྷན་པོར་གཉིས་། ཆ་མེད་གཉིས་། ལྷགས་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༡ ༡ ༠ ༠  
༢ ༣

ལྷན་གཉིས་། ཞོ་མེད་སྒྲིག་སྒྲིག་གཉིས་དང་། ཞེས་པ་

ཆེ་རྒྱུ་གཉིས་། ཇ་མེད་གཉིས་། མར་གཞོ་མེད་ཆ་གཉིས་དང་། ལྷན་པོ་ལ་  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༢ ༤

གཉིས་། མར་ཞེང་ནར་མོ་གཉིས་། དཀར་ཟམ་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།

གཉིས་། གཞོ་ལག་སྒྲུང་འཕྲིད་སེམ་ཆེ་རྒྱུ་ལྷ་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༢ ༤

སྒྲིག་སྒྲུང་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་དང་།  
ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་དང་། འདབ་ཆ་སྒྲིག་སྒྲུང་ལོད་གཉིས་དང་། ལྷན་པོ་ལ་  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།

ལོད་གཉིས་། དང་དུག་སྒྲིག་སྒྲིག་སྒྲུང་ལོད་ལ་།  
སྒྲིག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་།  
སྒྲིག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་།

ཁ་སྒྲིང་། གཡལ་གསལ་སྒྲིག་མེད་གཉིས་དང་། འཕྲོར་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། གཞོ་གཉིས་གསལ་། བཞག་ཐག་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༠ ༡ ༢

རྩིས་སྒྲུང་། ཟམ་པ་ལྷ་། དམི་མོ་གཉིས་། རྩིས་སྒྲུང་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༡ ༡ ༢

སྒྲིག་སྒྲུང་། བཞག་པོ་ཆ་ཆེད་གཉིས་། ལྷན་པོ་ལ་ལག་གཉིས་། དང་དུག་སྒྲིག་གཉིས་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༠ ༡ ༢

འགོ་བཅོལ་གྱི་ཁ་གཏན་ཆ་གཉིས་། ལྷ་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།

ལྷག་འཕྲུལ་རྒྱུ་ལ་གཉིས་། ལྷ་པ་སྒྲིག་སྒྲིག་སྒྲུང་ལ་ལྷ་ལྷིང་གཉིས་། འགོ་བཅོལ་།  
རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་། རྩིས་སྒྲུང་།  
༢ ༣

གྱི་འགོ་བཅོལ་ནང་གི་སྒྲིག་སྒྲིག་སྒྲུང་པ་།  
སྒྲིག་སྒྲུང་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་།  
ཁ་སྒྲིང་གཉིས་དང་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་།  
ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་། ལྷ་ལ་ལག་གཉིས་།

གཡུ་བྱུར་སྐྱེལ་མའི་སྐྱེ་བུ་བྱུར་བྱ་བ་ལམ་

འདྲིའི་ལྟར་འབྲུལ་དགོས་

ཅིས་ཅམ་ནས་རྒྱ་སྐད་ཡན་ཉོག་ཉི་ཤུ་ཚུ་བདུན་

རྒྱ་གཡུ་རྩོལ་ཉི་ཤུ་ཚུ་ལྟ་དང་། རྩོད་

འདྲི་བྱེ་བའི་མཉམ་མཉམ་སྐྱེལ་མའི་རྒྱ་ནང་མི་གསལ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་

ལོ་ནར་མོ་བཅས་ཡོད་པ་གཅིག་ དངུལ་

རང་འཇགས་ཡོད་།

ཞེས་གྲི་ལམ་གསུངས་པའི་ཆ་ལུང་སྐྱབས་མཚོ་སོར་དུག་ཡོད་གཡུ་ལྷ་དགུ་འབྲུར་རྒྱབ་

འདྲིའི་སྐོན་ཉོན་སྐྱེལ་འདུག་

བཀགས་རང་འགྲིགས་གཅིག་ དང་ལས་འཇུག་མ་

ཆ་ལུང་སྐྱབས་མཚོ་སོར་ལྷོད་བཞིག་ལྷ་ཉི་ཤུ་ལྟ་ཡོད་པ་རྒྱབ་བཀགས་རང་

སོད་ནམ་གྲོལ་མར་ཡོད་

འགྲིགས་གཅིག་དང་ དེ་ལོག་གཅིག་

སྐྱེ་སྐྱེ་ལྟའི་

སོ་ནམ་གྲོལ་མར་ཡོད་

དཔང་ལེབ་ལ་བབ་གཅིག་

འབྲུ་རྒྱུ་ལ་དགོས་སྤོང་སོང་གཅིག་ མདོ་དཀར་ལྟོ་

སྐྱེ་རྩོན་སོང་

སྐྱེ་རྩོན་སོང་

ལའི་སྐྱེ་དབན་ཆ་གཉིས་ལ་སྤོང་རང་འགྲིགས་

ཐབ་

མིན་སྲང་ ༠།

༡

སྐྱེ་མཚོད་དགུ་འབྲུར་བ་གཅིག་དང་

དགུ་མཚོད་གཅིག་བཅས་ཅིས་སྤོང་གནང་བུང་

མིན་སྲང་ ༠།

༢

བའི་ཐོ་འདུ་གཉིས་སྐྱེ་བོད་ཆོས་ལ།

གོང་མཚན་རྩོད་འབབ་བསྐྱེམས་རྩོད་དུལ་སྲང་ཉི་ཤུ་ཚུ་གཉིས་དང་ཞོ་ལྷོ་ཐོབ་སྤོང་ནས་དགོ་རྩོམ་སོང་ཐོ་ལོག་གསལ་དངུལ་སྲང་བཟོས་སྲང་དུག་དང་ཞོ་གསལ་ལྷག་

༡༤

༢

འབྲུལ་བུང་ ལྷགས་པག་རྒྱ་ཆོས་ལ།

༡ ༢༠