

Description For Group1-10: རྟོ་ཚལ་མཚོགས་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེ་གདན་སར་ཞི་གསོལ་སྐབས་ཞི་འདོན་གྱི་བྱུང་པར་
གསེར་དངུལ་གོས་དར་སོགས་སྤྲོད་སྤྲོད་བཅས་ཡིག་གྲངས་

ལྷགས་ཡོས་ ༡༨༣༡
ཤིང་སྐུལ་ ༡༨༠༥

Short Description: གྲུག་སྤྱིང་རྒྱལ་ཚབ་ཡོངས་འཛིན་ཐོང་ཤར་ཉོ་ཐོག་གྱུ་ལྗེ་ལ་ལྷུལ་གནས་གཞིགས་

ཆིབས་

བསྐྱར་སྐབས་ཀྱི་མཛོད་ལམ་

༡ རྒྱ་ལུགས་

༡༨༨༣

Main Text: ལྷ རྒྱ་ལུགས་རྒྱ་ཚོས་བཟའ་སྐར་མཚོགས་དུ་དགོ་བའི་ཉིན་ བདག་ཅགས་རྣམས་
༢ ༡༥

ཀྱི་ལས་སྐབས་མགོན་ལྗེས་བའི་རྒྱལ་ཚབ་ཡོངས་འཛིན་ཐོང་ཤར་ཉོ་ཐོག་གྱུ་ལྗེ་བརྒྱན་དག་དབང་དཔལ་ལྷན་ཚོས་ཀྱི་བརྒྱན་མཚན་
མོ་བའ་ཚེན་པོ་དབུས་གཙང་གྲུག་བདེ་གྱིང་ནས་ཆིབས་ཀྱི་ལམ་ལོ་བསྐྱར་བ་ནས་བཟུངས་ཐེབས་ལམ་ལེལ་ལུལ་གྱི་དགོན་འཁག་རྣམས་ཀྱི་བརྒྱན་དུང་དུ་སྤོང་མཚོད་ བརྒྱ་མཚོད་ ལྷན་འཁུལ་
དགོ་འདུན་ལ་
བརྒྱན་བཀུན་མང་འབྱེད་ མི་སེར་གསོལ་རས་གཞན་ཡང་རྒྱལ་རྒྱུ་རིམ་སོང་གི་གཞུང་ཁྲ་དང་སེལ་གི་མི་ལོང་བཀོད་པར་། གོང་ཚོས་ཀྱི་སྐུ་རྩེ་ཤར་གྱུ་སེར་ལམ་བན་གཉིས་ཀྱི་
སྐུ་རྩེ་ཤར་སེལ་གོང་ཚོས་ལུ་མཇུག་དར་ལམ་ཤི་རེ་ དེ་ནས་གྲུང་ཐང་གསོལ་ཚོས་ར་གཞན་རིན་པོ་ཆེས་དབུས་བརྒྱན་གཙོ་རྣམས་ལ་སྐུན་འཁུལ་ལམ་ཤི་ ༢ ལྷི་མཚོད་ ༡༠ ལ་བསོད་ ༡༢
བདེ་ཚེན་གསང་
སྐབས་འཇུགས་ཞབས་ཞུ་ཐོག་བརྒྱན་གཙོར་སྐུན་འཁུལ་ལམ་ཤི་ ༡ ལྷི་མཚོད་ ༤
བསོད་ ༥ མཁོན་ཁང་དུ་སེར་སྐུམ་ཚང་ཡོན་དངུལ་སྲང་ ༠ ལྷན་འཁུལ་གྱི་ ༡
༡
༥

གསོལ་རས་ལྷ་མའི་ལམ་སྐྱར་དགོས་

ཞེས་བཀའ་ཐེབས་དུང་འདི་ལོ་རྒྱབས་སྤྲོད་ཀྱི་ལུང་གཤེས་ལྷན་རྒྱུ་བཅགས་པ་བཅས་
སྤོང་གཉིས་སེལ་གྱི་མཚོད་རེ་ འདུ་སྐྱིར་དངུལ་སྲང་ ༢ གཞིམ་རྒྱུང་དུ་སྐུན་འཁུལ་ལམ་ཤི་ ༡ ལྷི་མཚོད་ ༣ ལ་མོ་བཞུགས་
ཞབས་འཇུག་གཙོར་སྐུན་འཁུལ་ནང་མཚོད་ ༡ ལམ་ཤི་ ༡ ལྷི་མཚོད་ ༤ ལ་བསོད་ ༡༢ བཀའ་འབྲེལ་ཚངས་པ་སྐུན་འཁུལ་གྱི་མཚུན་སྐུམ་སྤོན་དར་ལམ་ཤི་སྐུ་ལྷ་ གསེར་ལུང་ཞོ་
ལོང་ དང་
ཞལ་ཇཱ་ལོ་སྐབས་ ཚོགས་འཁོར་རྒྱགས་དོད་དངུལ་སྲང་ ༣ གོས་ཡོད་ཀྱི་དགུ་མཚན་ ༡ འདུ་དཀར་སྐྱེད་གོ་དོད་དངུལ་སྲང་ ༠ སེར་སྐུམ་ཚང་ཡོན་དངུལ་
༥

སྲང་ ༠ ཚོས་རྒྱུང་འབྲེལ་སྐྱོག་དང་སྐབས་གསོལ་རས་ལམ་ཤི་ ༡

༡

༥

འགོ་ཚལ་སྤོན་འདོངས་ ༡ ཇཱ་ལོ་ཁོར་ ༡ ལྷག་མཚོད་ལ་བར་མཚོད་ ལྷག་ཅུ་སྤོང་ལ་གསོལ་རས་ལྷི་མཚོད་ ༡ འདུ་སྐྱིར་ཇཱ་ལོ་སྐབས་ ༣ ཚངས་པའི་ལུང་གསལ་དཔོན་སྤོན་
གཉིས་དང་ ལྷ་མའི་
བསྐྱར་བཀུགས་གྲང་སོགས་དགོས་པ་ཐེབས་དོན་བཀའ་འབྲེལ་སྐྱོགས་གྲ་གསུམ་བཅུ་ཐམ་པ་ནས་ཉིན་བདུན་རིང་གྲང་སོགས་རྒྱགས་རྒྱུའི་དགོས་ཚར་ འཇུགས་གཏོར་དང་ གཏོར་བསོལ་བཅས་
པར་རུམ་རུའི་ལམ་ ༡ མཚོད་མི་བརྒྱན་མར་

༡༠

བསྐྱོམ་ལམ་ ༡ ལྷན་གྱི་ རྒྱ་བཟང་ གཞིམ་སྐྱོམ་སྲང་ ༡༥ གྲོ་ཐོབས་སྲུ་

༥

ཇཱ་ལོ་སྐབས་ ༢ དང་གོ་བརྒྱད་སྐབས་ ༢ མར་ལམ་ ༡༥ ལྷག་རྒྱ་འབྲས་དང་

༡༥

རུམ་པ་སོ་སོ་ནས་རུའི་ལམ་ ༡ རེ་ རྩོར་ལྷག་གསོལ་འགོ་

༡༠

འདེགས་ལལ་ +
གསུམ་བུ་མེ་ལྷ་ མཚོད་འབྲུ་ལལ་ ༥ གཟིམ་སྤོམ་ལྷག་པ་ ༢ མེདོག་ཅུམ་ལྷན་པ་ ༢ ལྷོད་རས་སྤོན་པལ་རྒྱུ་མ་ ༡ ལྷན་ལྷི་ ༡
མཚོད་གཞིར་པ་ག་བུ་ལ་ལྷོ་
དོད་དང་ཡོན་སྤྱིལ་དངུལ་སྲང་ ༠ རེ་ཅིམ་བསྐྱོམ་སྲང་ ༠ མཚོད་འབྲུལ་བཀའ་

༠ ལ
༤

འགྲུལ་མངའ་དྲག་རྒྱལ་གསུམ་ཚོགས་ཡོངས་ནས་ཉིན་གང་གནས་བརྟན་ལྷག་མཚོད་
ཚོ་ལྷ་རྣམས་གསུམ་གྱི་གྲུངས་ ལྷོལ་མ་འཁོར་བཅས་
མྱེད་ལྷོད་སྐལ་པ་མ་ བསྐྱར་འབར་བ་ ཚོས་ཡོན་ཞབས་བསྐྱར་ ཚོས་བསྐྱར་ཡོང་སྤོགས་གྱི་འཕྲིན་བཀའ་བཅས་གནས་སྤོན་གསུང་རྒྱལ་དགོས་ཐོབས་སུ་འབྲུད་སྐྱོད་ ༡ ཀོ་བུ་
སྐྱལ་ ༧ མར་
འདེགས་ལལ་ ༢༠ ཚ་རུའི་ལལ་ ༠ ལུལ་ ༠ ཞོག་ཐུག་རྒྱུར་ཅུམ་རུའི་

༡༧ ༤

ལལ་ ༧ རོར་ལུག་ལོག་ ༢ ལྷར་བརྒྱལ་ལལ་ ༠ ལྷང་རྒྱག་རྒྱུར་འབྲས་
རུའི་ལལ་ ༧ ཚོག་མར་ལལ་ ༡ དང་

༥

རོར་ལུག་ལོག་ ༢ ལྷར་བརྒྱལ་ལལ་ ༠ འདོན་བཀའ་ལྷི་མཚོད་ ༡ ལྷི་

༡༠

བཞག་བསོད་ ༤ ལྷབས་རྟེན་ནང་མཚོད་ ༡ དཔྱད་སྤྱིལ་ལྷི་ ༡ དགོ་འདུན་རེར་སྤྱི་འབྲེན་རིན་གཉིས་འཁོར་
ལེ་རེ་དང་ མཁའ་པོ་གསུམ་ དབུ་མཚོད་གསུམ་ དགོ་བསྐྱོད་གསུམ་ གཉིར་ལས་ཐོག་གསུམ་ ངམ་གསུམ་བཅས་ལ་འཕར་རེ་ཅིམ་བསྐྱོམ་བཅས་ལྷོན་བསྐྱོམ་དངུལ་ཤམ་སྲང་ ༧༥
ལྷོ་བརྟུན་བུམ་པ་

༢
༥

འགོན་པོར་སྤོན་གལ་ནང་མཚོད་སྤྱི་ལྷ་མཚོར་ ༡ ལྷོལ་མར་ཨ་ལེ་ ༡ འདུ་ཁང་ནང་བསྐྱོན་གཙོར་ཨ་ལེ་ ༡ དངུལ་གདུང་ལ་བར་མཚོད་ དེ་ལྷིང་ལྷ་མགོན་འཕགས་ལ་སྤོན་གལ་ལྷི་
༡༧ དང་
ལ་བསོད་ ༡༠ ལོང་ཚོས་ཉིན་མགོན་འཇམ་དབྱང་ལེས་རབ་མདུན་ལགོང་མ་རིན་པོ་ཚེར་ལུ་ཡིག་རྟེན་ནང་མཚོད་ ༡ ཚམ་ལྷ་ནང་མཚོད་ ༡ གསེར་སྲང་ ༡
ཤམ་སྲང་ ༥༠ ལོས་སྤོན་གསུམ་ལྷིལ་ ༡ བཅས་
མོང་ ཚེབས་ཞལ་དཔག་བསམ་དང་ ཚེབས་གཡོགས་བསྐལ་བཟང་ ཚེབས་
འཁྲིད་མེབས་བྱུང་དགོ་རྟེན་བཅས་འལ་དགའ་བཀའ་ལེས་ཐང་དུ་ཚེབས་བསོམ་སུ་བསྐྱོད་སྐབས་གསོལ་རས་ཇོ་སྐྱོད་ ༡ མར་ +
ལལ་ ༢ ལྷས་རྟེན་ ༡ གཟིམ་རྒྱལ་ལག་དོ་སྤོར་གསོལ་རས་ཀོ་རྒྱུད་སྐྱོད་ ༡
ཉར་གཏོང་ཞལ་རྒྱུར་ལ་ལྷས་རྟེན་ཆེ་བ་ ༡ ཅུ་རེ་བཅོག་ཅར་ ལུལ་སྤྱད་
དྲག་ལྷ་སྤོན་པོ་བཅས་ལ་བཀའ་
འགྲུལ་བརྒྱ་མཚོད་རེ་འབྲུལ་རྒྱུ་དོད་སྤྱིལ་གྱི་དངུལ་སྲང་ ༧ ལྷན་གལ་བར་

༠

མཚོད་ ༢ ལྷི་མཚོད་ ༥ ལ་བསོད་ ༡༠ ལྷ་རྒྱུང་ཅེ་མོ་ལག་བཅས་ ༧༠
བཅས་ཐུགས་སྤོན་ལྷས་ཉི་ལོང་གི་ཞལ་རྒྱུར་དང་ གཟིམ་ཞལ་གཉིས་ལྷན་མོང་ལ་འབྲུལ་རྒྱ་སོང་
ཡང་ལོང་མོང་གཉིས་ནས་རྒྱལ་ཚོགས་ཚན་དུ་མང་ཇ་གཏོང་རྒྱུ་དོད་དངུལ་བྱུང་

གསལ་སྤར་ལ་རྒྱུ་འགོར་ཇོ་བུ་སྐྱལ་ ༡ དང་ མཚོས་མར་རྟེན་མར་བསྐྱོམ་འདེགས་ལལ་ ༥ ལྷབས་རྟེན་ལ་ལྷི་ ༡ ལྷི་བཞག་

༥

སྤྱི་ཚན་ ༤ ཚོས་ཉིན་དྲག་ལྷ་སྤོན་པོའི་མཁྲི་པ་ནས་དང་མཇལ་ལྷས་པའི་འབྲུལ་

སྤོག་སུ་བཀའ་འགྲུལ་ལ་བཞགས་ཨ་ལེ་ ༡ མཚོད་པར་ལྷི་མཚོད་ ༡ ཚོས་

༢༧

ཉིན་མེབས་སྤོགས་སྤྱི་ལྷབས་པ་
སྤྱི་བཅར་མཁའ་ཚེ་དགོ་བསྐྱོན་ལ་རིན་འབབ་བྱུང་གསལ་བཞིན་ཀོ་བུ་སྐྱལ་ ༡
བཀའ་འགུ་སྤོན་རྒྱལ་ལ་ལུ་ཡིག་བཀའ་ལན་རྟེན་དབང་ལྷན་གྱི་སྤྱང་འདུད་རེ་དང་
ལོས་སྤོན་ ༢ ལྷིལ་ ༡ བཅས་སོ།
ལྷ་ཚོས་ཉིན་ མགོན་སྤོགས་ལག་བུལ་མོར་སྤོམ་རེ་ལུལ་བར་ལྷོད་ཡོན་བསྐྱོམ་
༤ ༡

བཏག་ཨ་ཤི་སྐྱ་ལྷ་མཚོར་ ༡ དང་དུལ་ཁམ་སྲང་ ༣

༠

རྒྱན་མཚན་ཅེ་མོ་སྲུང་བའི་དར་སྤྱིང་འདོམ་ ༥ ལྷ་མོའི་སྐྱ་མཚོའི་ཡ་ཅུར་བསངས་

༠

གིང་རིན་དུལ་སྲང་ ༠ དར་སྤྱིང་འདོམ་ ༢༥ རོས་ཉིན་མེགས་སྐྱིག་སྐྱིལ་བ་

༡

༡༡

༥

མཁན་ཆེ་དག་བསྐྱེད་པ་གསོལ་རས་ཇ་འབྲུ་དང་སྤྲུག་ ༡
རོས་ཉིན་སྐྱ་བཅར་སྐྱིལ་བ་མཁན་པོ་སྤྱིར་མེགས་གདོང་ཡོག་ས་རིན་པོ་ཆེར་

༡༣

མཚོ་མས་ལྷ་ཨ་ཤི་ ༡ དང་ལྷ་ཡིག་རྒྱན་ནང་མཚོད་ ༡ གསོལ་སྲང་ ༡ རིན་གཉིས་ཁམ་སྲང་ ༥༠ གོས་སྐྱེན་ཀ་སྐྱིལ་ ༡ དང་ ཐོན་གནང་
ལ་བཏག་ཨ་ཤི་ གོས་ཡུག་ ༡ འགོ་ཚལ་གྱིན་འདོངས་ ༡ ཇ་གོ་ལོར་ ༢
གིང་འབྲས་ལྷང་ ༡ སྐྱ་མཁན་ནས་མཚོ་མས་ལྷ་ནང་མཚོད་ ༡ དང་སྐྱིལ་མཁན་ལ་ཨ་ཤི་ ༡ ལྷག་མཚོད་ནས་བར་མཚོད་
འབྲུ་དང་སྤྲུག་ ༡ བཅས་ཅུལ་། རོས་ཉིན་སྐྱ་འཕོར་དག་འབྲིང་དུལ་བཅས་

༡༥

པར་ཉིན་གང་གསོལ་ཇ་ བཞེས་འབྲས་ གསོལ་རྒྱུ་བཅས་སྐྱབས་བརྒྱལ་ཐོག་བཟུ་གསོལ་གསོལ་རས་གནང་བར་ མེགས་སྐྱིག་སྐྱིལ་
སྐྱིལ་བ་སྐྱ་བཅར་མཁན་ཆེ་དག་འདུན་བསྐྱེད་དར་ མཁན་དུང་རྒྱུ་ལ་དང་

དགོན་མཚོག་དག་ལེགས་ སྐྱ་མཁན་ཡེ་ཤེས་ཐུབ་བསྐྱེད་ བཞུགས་སྐྱར་སྐྱིལ་བ་ལུ་ཐོག་མ་ལྷན་རབ་དང་ ལྷ་

གཉེ་སྐྱེད་པ་སྲས་ གསོལ་གཟིམ་གཉིས་ ལྷ་འཆར་པ་ མེགས་སྐྱིག་སྐྱིལ་བ་ལུ་བཏག་སྐྱ་སྲས་ ཅེ་སྐྱེད་སྐྱེད་པ་བཅས་སོ་སོར་དུལ་སྲང་ ༣ རེ་

༠

ཇ་འབྲུ་དང་སྤྲུག་རེ་ མར་དཀར་སྐྱིལ་ལ་ ༢ རེ་ཡོད་པའི་
རར་མོ་རེ་ ཅེ་མཁན་གྱིས་པ་བསྐྱེད་འཛིན་ སྐྱ་སྐྱེད་མཁན་འཇམ་དབྱེད་ལེ་རལ་ གཟིམ་འགགས་གཉིས་ ཅེ་གཉིས་ལུ་པ་རོས་ལྷན་ ཞོལ་གཉིས་དག་འདུན་ཡེ་ཤེས་ དབུ་
བདུག་པ་ མ་ཚེན་
ཆེ་མོ་ ལྷ་ཅེས་དངོས་གཞི་བ་བཅས་སོ་སོར་དགའ་ཅན་སྤྲུག་རེ་ དུལ་སྲང་ ༢

༠

རེ་མར་དཀར་སྐྱིལ་ལ་ ༢ རེ་ཡོད་པའི་རར་མོ་རེ་ ཅེ་གསོལ་ཐབས་གཞི་
སྐྱ་སྐྱེད་གསོལ་ཐབས་ལ་བཅེག་ ཡིག་
རང་ལས་བུ་ཅེ་དུང་གསུམ་ འོད་དུང་གསུམ་ བཞེས་སྐྱོབ་བཅེག་ གནང་གཉིས་གཉིས་ སྐྱེ་ཡོན་བདག་བཅས་སོ་སོར་ཇ་གོ་བཅུ་སྤྲུག་རེ་དང་ དུལ་སྲང་ ༡ རེ་མར་
དཀར་སྐྱིལ་ལ་ ༢ རེ་ཡོད་པའི་རར་མོ་རེ་

༥

ཅེ་སྐྱེད་ཀར་གསུམ་ ཞོལ་གཉིས་དུང་ ༡ རང་ཟུན་ ༢ ཅེ་གཉིས་ནང་ ༢
གཟིམ་དུལ་ཞལ་རོ་ ༡ ཆམ་དུལ་ཞལ་རོ་ ༡ གསོལ་ཐབས་ལྷ་དུང་ ༡ སྐྱེ་ཤན་ ༡ ཆིབས་དར་བ་ ༢ དང་
ལྷ་དུང་ཤན་ ༣ ཟང་གཞོབ་ ༡ ལྷགས་གཞོབ་ ༡ འབྱིས་གཞོབ་ ༡
བཅས་སོ་སོར་ཇ་གོ་བཅུ་སྤྲུག་རེ་ དང་དུལ་སྲང་ ༡ རེ་ རྣམ་གྲུ་མཚོད་

༢

གཞིང་པ་ ༥ ལ་དུལ་སྲང་ ༥ དང་ སྤྱིར་

༠

ཇ་འབྲུ་དང་སྤྲུག་ ༢ གོ་བཅུ་སྤྲུག་ ༡ ལྷན་སྤྱིང་གསུང་ཞབས་པ་ ༡༥ ལ་སྤྱིར་དུལ་སྲང་ ༥ འབྲུ་དང་སྤྲུག་ ༣ གོ་སྤྲུག་ ༢ ཆིབས་འབྲིད་པ་ ༣

ལ་དུལ་སྲང་ ༠ རེ་ཆིབས་གསོག་དང་

༥

༥

ཞོལ་ལག་སྐྱར་མ་གཉིས་སོ་སོར་དུལ་སྲང་ ༠ རེ་ སྐྱོ་རྣམ་པར་དུལ་སྲང་ ༠

༤

༣

3

འབྲས་གསོལ་ཚིག་བཅས་ཁྱོན་སྒྲིལ་གྱི་

དོད་དངུལ་ཁམ་སྲང་ 14 བཅས་སོང་བ་གོང་གསལ་དངུལ་ཀྱང་ཁྱོན་བསྒྲོམ་ཁམ་སྲང་ 120 ཇ་འབྲུ་དང་སྒྲིག་ 14 དགའ་ཚན་སྒྲིག་ 12 ཀོ་བཅུ་སྒྲིག་ 14

4
4

ཀོ་བཅུ་སྒྲིག་ 20 མར་འདེགས་ཁལ་

བདུན་བཅུ་ཐམ་པ་བཅས་སོང་ འབྲས་སྒྲོམ་ཉར་གདོང་ཞལ་ཟུར་བཟོས་པ་རྒྱལ་ཁྲིམ་ལ་བརྒྱལ་སོམ་ཇ་འབྲུ་དང་སྒྲིག་ 1 མར་དགའ་ཕྱི་འདེགས་ཁལ་ 2
ཡོང་གྱི་དར་མོ་ 1 བར་ཁང་ལྷ་མོའི་མགོན་
ཁང་ འོད་མགོན་པོ་ཀོ་སྒྲིང་མགོན་ཁང་ མཛེན་དགའ་ལྷོགས་ རི་ཁྲོད་ལུ་མ་སྒྲིང་བཅས་སོམ་ཉེན་ལཱ་འི་རིང་གྲ་ལུ་རེ་ནས་སོམ་ཉེན་བསྐྱང་བཀུལ་གྲང་སོགས་གནད་སྒྲིན་རྒྱུ་ལའི་དགོས་
ཆར་མཛོད་རྩམ་འཇུགས་གཏོར་སྒྲོན་ཆས་
བཅས་པར་རྩེ་ཁལ་ 1 རི་ མཛོད་མར་རྒྱན་མར་འདེགས་ 0 རི་ ཐོད་

10

སྒྲིག་ཕྱི་ རི་བཟང་ ཐོད་རས་བཅས་འོས་རིགས་ བྲ་ཐོབ་ཇ་ཀོ་བཅུ་སྒྲིག་ 2

རི་ མར་ཁལ་ 3 རི་ ཟུ་མ་དང་ བརྒྱུར་དོད་

10

སྒྲིལ་གྲ་རེ་ཉེན་རེ་དངུལ་སྲང་ 0 རི་ ཅིས་བསྒྲོམ་དངུལ་སྲང་ 6 མཛོད་འབྲུ་

0
4

འོད་རིན་དོད་དངུལ་ 0 རི་ ཅིས་བསྒྲོམ་དངུལ་ 0 ཉེན་རེ་གྲ་རེ་ཡོན་དངུལ་སྲང་ 0

1
4

རི་ཅིས་བསྒྲོམ་དངུལ་སྲང་ 10 གོང་གསལ་ཁག་སོམ་རྒྱན་

0

འཇུག་ཉེན་ཞག་རེ་འདོང་ངས་གྱི་རྒྱ་འགྲོར་མར་ཁལ་ 6 དགའ་ཚལ་དགའ་པོ་

2 0

དམར་པོ་ ཐོད་པོ་བཅས་པར་དབུ་མཛོད་ཐེ་བའི་གྲ་ཉི་ལུ་ནས་ཉེན་བདུན་རིང་ཚོས་སྒྲོང་ཡོངས་སྒྲོགས་གྱི་བསྐྱང་བཀུལ་གནད་

སྒྲིན་རྒྱུ་ལའི་འཇུག་གཏོར་སྒྲོན་ཆས་བཅས་པར་རྩམ་རྩེ་ཁལ་ 1 མཛོད་མར་

10

དང་ དོར་མར་བཅས་པར་མར་ཁལ་ 12 ཇ་ཀོ་བཅུ་སྒྲིག་ 3 བཞེས་སྒྲིག་

0

རྒྱུར་ཐོད་ཐོ་ཞིབ་རྩེ་ཁལ་ 2

10

དོར་ལུག་ལོག་ 2 ཚ་རྩེ་ཐོ་ 3 ལུལ་ 0 ཉེན་རེ་གྲ་རེ་རྩམ་དོད་དངུལ་

1

སྲང་ 0 རི་དང་ཡོན་དངུལ་ཞེ་རི་ཅིས་བསྒྲོམ་དངུལ་ཁམ་སྲང་ 10 ཐོད་ ཐོད་

0

0

ལྷ་མོར་བྱི་བཟང་ ལྷོང་རས་བཅས་འོས་ཤིགས་ མཚོད་
འབྲུའི་དོན་དུ་ལྷ་སྲང་ 0 འིང་རིན་དུ་ལྷ་སྲང་ 0 ཚོས་ཉིན་ཤོད་བར་གནང་

༡ ལྷ་སྲང་ ༣ ༡༤
༥

ལྷ་མོར་གཞུག་གསོལ་སྐྱབ་ཉིན་དཔལ་ལྷན་འདོད་ཁམ་དབང་མོ་དང་ འཇིགས་བྱིད་གཉིས་ལ་སྐྱན་ལལ་ཨ་ཤེ་རེ་ དེ་བྱིང་ལ་བར་
མཚོད་ ༡ ལྷ་སྲང་ ༥ རིན་ཚེན་དང་པོ་སྲང་ ༡ འིང་རྟོག་སྐྱེ་འཇོམ་རྒྱུའི་བྱེ་ ༢ ཚོས་ཉིན་མཚོན་དགའ་ལྷོགས་དུ་གཞུག་གསོལ་བཀའ་རྒྱུ་ཚེ་བའི་

0 ༡༢

སྐྱན་ལལ་ལྷི་མཚོད་ ལ ཁ་བསོད་རྟོག་ ༣
ཚོས་ཉིན་ དགའ་ཚལ་དཀར་པོ་སྲང་ཤོད་གཉིས་ལ་གཞུག་གསོལ་སྐྱབ་པའི་སྐྱན་
༡༨
ལལ་ལྷི་མཚོད་ ༥ བསོད་རྟོགས་ ལ ཚོས་ཉིན་དགའ་ཚལ་དམར་པོ་སྲང་ཤོད་
20

ལ་གཞུག་གསོལ་སྐྱབ་པའི་སྐྱན་ལལ་ལྷི་ ལ
ཁ་བསོད་ ༣ ཚོས་ཉིན་དགའ་ཚལ་སྐོ་པོར་གཞུག་གསོལ་སྐྱབ་པའི་སྐྱན་ལལ་ལྷི་
29
མཚོད་ ༣ ཁ་བསོད་ ལ གསོལ་སྲང་ ༡ ཡང་དགའ་ཚལ་རྒྱན་བསྐྱངས་
ཉི་ཤུ་ཐམ་པ་ནས་ཉིན་བཅིག་རིང་
རྒྱག་རྟོན་དབྱེ་ལྷོ་འཕེལ་མཚོད་རྒྱག་པའི་མཚོད་རྩམ་རུ་འི་ཁལ་ 0 རྟོད་སྐྱན་
༥

ལྷ་ རྟི་བཟང་ ཚོགས་སྐྱེས་བཅས་འོས་ཤིགས་ མཚོད་མར་རྒྱག་མར་བསོམ་མར་ཁལ་ 0 ར་ཀོ་སྐྱག་གི་ ལ གཞིས་བྱུག་རྒྱར་

༡༥ ༡
གོ་ཞིབ་རུ་འི་ཁལ་ 0 རོར་རྒྱར་གི་ ༤ རྩམ་དོད་དང་ཡོན་ཤོད་ཁོང་འབྲིལ་

༧

ཡོད་ རི་ཚོད་ཚོད་གཡུ་སྐྱོན་མའི་སྐྱེ་མཚར་པར་བྲ་གཞི་ནས་ཉིན་བཅིག་རིང་རྒྱག་རྟོན་སྐྱེ་བསངས་རྒྱག་པའི་མཚོད་རྩམ་
རུ་འི་ཁལ་ 0 མཚོད་མར་རྒྱག་མར་ཁལ་ 0 རྟོད་སྐྱན་ལྷི་ རྟི་བཟང་ ཚོགས་

༥ ༡0

སྐྱེས་ མཚོད་འབྲུ་འོས་ཤིགས་ ཟ་རྩམ་རུ་འི་ཁལ་ 0 བསངས་ཤིང་རིན་

༤

དུལ་ 0 ལྷ་སྲང་རྩེ་མོ་ལག་བཅས་ ༡0 རང་ལྷུད་རིན་དུལ་

༡

སྲང་ 0 ཡོན་དུལ་ཞེ་མེ་རྩེ་སྲང་ 0 ལྷ་མོའི་སྐྱེན་བཟུགས་སུ་འབྲུལ་གནང་

0

༤

རྒྱུད་པའི་སྐྱེ་མཚར་ལུག་གསུམ་ལ་མེར་དུལ་སྲང་ ༡ རེ་རྩེ་སྲང་ ༣ རྒྱལ་

0

ལྷ་ག་རི་སྐྱི་ནང་དང་ མགོན་ལྷོགས་ལག་གི་དར་ཚེན་ནམ་

བཟང་ ལྷ་རྟེན་ལག་གི་ལའཕམ་ལུ་དར་ཚེན་ བདེ་ཡང་ཐིལ་དར་ཚེན་གྱི་རྒྱན་མཚན་ནམ་བཟང་བཅས་གསལ་ཚོས་གྱི་རྒྱར་ཀ་རས་ཡུག་ ༡༡ གོང་ལག་གོང་ཐེར་དམར་པོ་བུབས་ ༢
རྒྱན་མཚན་གྱི་མཇུག་ཤོད་
སྐྱེས་ལུག་ཤིགས་ཚོས་ཚོགས་འདོམ་ ༣ ཚོས་ཉིན་བར་ཁང་ལྷ་མོར་གཞུག་

གསོལ་སྐྱོད་ཉིན་སྐྱོད་ལལ་ལྷི་མཚོད་ 3 ཁ་བསོད་ 2 དྲགས་པོ་བཅའ་ཚུལ་ལྷན་དང་མཇལ་ལྷུང་པའི་ལས་སྡེ་གཉིས་ལ་ལྷི་མཚོད་ཤི་
ཚོས་ཉིན་ལྷུང་སྤོང་བྱ་མཚའི་ཁར་ཚེབས་བསྐྱར་གྱི་མཚོ་མོར་སྐྱོད་ལལ་ལྷི་མཚོད་

23
མཚར་ 1) ལྷ་རྒྱུད་ཚེ་མོ་ལག་བཅས་ 30 ལུལ་མི་སྤྱིར་གསོལ་རས་དངུལ་སྤང་ 0 དེ་ནས་མར་ཚེབས་སྐྱོད་ལུབ་བསྐྱར་
2)

4
གཟིམ་རྒྱུད་བཀའ་དམ་པོ་བྱང་ནང་གི་ནང་རྟེན་ལ་ཐུགས་ཞིབ་བཀའ་རྟེན་ཚེ་བའི་སྐྱོད་ལལ་ལྷི་མཚོད་ 4 ཁ་བསོད་ 24 ཚོས་ཉིན་སྐྱོད་ལེབས་སྐྱོད་གྱི་བསྐྱར་
25

མཚོད་རྒྱུད་ཚུལ་ལུལ་ལལ་ 1 ཚོད་མར་རྒྱན་མར་

4

འདེགས་ཁལ་ 2 མྱོད་དང་མཚོད་འབྲུའི་དོད་དངུལ་སྤང་ 0 ལྷན་སྤེ 11

10 1

4

བཟང་ ལུལ་གསེར་ཁལ་བཅུག་གི་བཅུད་ ལྷན་ལལ་བར་མཚོད་ 1 ལྷི་མཚོད་ 4 རྒྱུད་རྟེན་དང་བཅས་པར་སྐྱོད་ལལ་བསོད་ 20 བཅས་
སོང་ འབྲུམ་གཞོ་བར་གསེར་ཚབ་སྤྱོད་ལུལ་བ་དང་ མཚན་དགའ་ལྷོགས་གི་དོར་རྗེ་གྲགས་སྐྱོད་ལྷི་ལེ་འབག་འདྲ་ལུས་སྤང་པའི་གསོལ་རས་ལྷི་མཚོད་ 1
དངུལ་སྤང་ 0 ཚོས་ཉིན་སྐྱོད་གནས་འཇུག་མཚོད་གྱི་རམ་བཞིགས་

2 24

4

ཕུལ་བར་ཚམ་དཔོན་རིམ་ལྷི་ལེ་དང་ དེ་ལྷིང་ཁ་བསོད་ཤི་ མྱོད་སྤེ་དགོ་བསྐྱོས་གཉིས་དང་ གཉིར་ཚང་སྤེ་པ་ རོལ་ར་དབུ་མཚོད་གཉིས་བཅས་ལ་ལྷི་མཚོད་ཤི་
དྲུང་རྒྱ་ 8 པ་མྱོད་པོར་བཅས་ལ་ཁ་བསོད་ཤི་ཚེ་སྤོང་བསྐྱོད་ལྷི་ལྷི་རྟོག 22

ཁ་བསོད་རྟོག 124 ལྷིར་དངུལ་སྤང་ 10 ལོར་འབྲས་སྤང་ 1 གོས་

0

ཡོད་གྱི་མཚན་སྤང་ 1 ལྷི་རྒྱུད་འབྲུང་གཞིས་ནས་དང་མཇལ་ལྷུང་པའི་ཚོལ་ལུལ་ལྷོགས་སྤེ 1 ཚོས་ཉིན་ཚོས་རྒྱལ་བྱ་ཚང་གི་འབྲུལ་བསྐྱར་རུལ་

26

ཐོག་ལས་སྡེ་བདུན་མེ་མོར་ལྷི་ལྷི་ཤི་ མཚོན་སྤོགས་ཁག་གི་དམ་བཅས་དང་སྐྱབས་གནས་བཞིགས་བཀའ་རྟེན་ཚེ་བའི་བར་སྤང་ལྷ་མོར་སྐྱོད་ལལ་ནང་མཚོད་སྐྱུ་ལྷ་མཚར་ 1 བྱམ་མཚོན་ལ་སྐྱོད་
ལལ་ལྷི་ལེ 1 དེ་ལྷིང་བར་མཚོད་ 2

ལྷི་ལྷི 23 བསོད་ཉིད་ 30 མཚན་སྤོགས་ཁག་བཅུའི་རིན་དངུལ་སྤང་ 0 དགའ་

2

4

ཚོ་མཚོན་ཁང་ཁག་གསུམ་གྱི་ཡང་སྤོང་གི་སྐྱོག་རལ་གསར་གཞོ་བཀའ་རྟེན་ཚེ་བའི་

12

རིན་རྒྱུ་རྒྱུ་ལལ་ 6 བསྐྱེད་མཚོ་བསྐྱིར་ལལ་འདེབས་དངུལ་སྤང་ 1

6

0

4

གཟིམ་རྒྱུད་བཀའ་དམ་པོ་བྱང་དུ་སྐྱོད་ལལ་ལྷི་ལེ 1 ལྷི་མཚོད་ 3 བསོད་སྤྱིད་ 3 ལྷི་མཚོད་ཁང་གའདན་དར་སྤེ 1 ལྷན་ལལ་སྤེ 2 བསོད་སྤྱིད་ 1
ཚོས་ཚེབས་ལལ་སྐྱོད་ཉིན་ནས་བཟུང་བར་སྤང་ལྷ་མོའི་སྐྱོན་

24

མར་ར་བསྐྱེད་གསུམ་ཉིན་གསུམ་རིང་བསྐྱེད་གཏོར་རྒྱུ་ལེ་དགོས་ཚར་མཚོད་རུལ་རུའི་ 0

14

མཚོད་མར་རྒྱན་མར་ 0 མྱོད་སྐྱོན་སྤེ 11 བཟང་ ལྷོ་བས་སྤེ་ལོ་སྐྱོག 1

10

མར་ཁལ་ 3 ལྷི་གསེལ་ལོག 1 ཉིན་ཤི་
རུལ་དོད་དངུལ་ 0 རི་ཡོན་དངུལ་སྤང་ 0 རི་ལྷི་སྤང་ 3 མེར་སྐྱོམ་རིན་

0

1

0

3

དུལ་ ༠ ཚེབས་གཤམ་གཉེས་ལ་གསོལ་རས་དུལ་སྤང་ ༠ ལྷོང་ལའི་ལ་
༡
༤

ཚེབས་སྐྱུ་རྒྱུ་ལྟེ་ལག་བཅས་ ༡༠ ཚེབས་སྐྱུ་འཁྲིད་མི་གཉེས་ལ་གསོལ་
རས་དུལ་ ༠ དུགས་ནང་སྤོང་ལག་ལཱ་ལྷི་སྤོང་ལོ་སེར་ལྷི་རེ་དང་ ལྷི་ར་འགོ་

ཚེབས་སྤོང་འདྲེང་ ༡ འབྲུ་དཀར་ལྷང་ ༡ མི་སེར་འགོ་དམར་ལྷི་ར་དུལ་སྤང་ ༤
ཇེ་ལོ་དུག་ ༡ གཟུམ་རྒྱུ་གཉེས་ལ་དུལ་སྤང་ ༡ དང་

གུལ་ལག་ལང་ལང་གཉེས་ལ་དུལ་སྤང་ ༠ གང་པ་ ༤ ལྷི་ར་དུལ་སྤང་ ༡
༢
༤

གུལ་སྤོང་ལང་གཉེས་ལ་དུལ་སྤང་ ༡ འོས་དགའ་བསམ་སྤྱིར་དགོན་དུ་བརྒྱ་མཚོད་རྒྱུ་རྩམ་ལལ་ ༡ མཚོད་མར་རྒྱན་མར་ལལ་ ༡
མཚོད་འབྲུ་དང་ ལྷོད་གོ་དོད་དུལ་ ༠ ལྷན་ཤལ་ལྷི་ ༣ བསོད་ ༣ ཚེས་
༡
༤

ཉིན་རྒྱ་བཟང་ཚེས་རྒྱུ་གཉེས་ལོ་སེར་བརྒྱ་མཚོད་རྒྱུ་རྩམ་རུལ་ལལ་ ༡ ར་
༠
མཚོད་མར་བརྒྱན་མར་འདེགས་ལལ་ ༡ ར་ ལྷོད་དང་མཚོད་
༡༠

འབྲུ་འོད་དུལ་སྤང་ ༠ ར་ ལྷན་ལྷི་ རྗེ་བཟང་ རྒྱ་བཟང་སྐྱུ་རྒྱན་ཤལ་
༡
༤
ཨ་ཤེ ༡ ལྷི་ ༤ བསོད་ ༤ སེར་ལྷི་མ་རིན་དུལ་ ༠ ཚེས་ལྷང་རི་
༠
༣

ལྷོད་པ་དགོ་སྤོང་བུ་གཉེས་ལ་མང་ཇེ་གང་ཚོན་རྒྱུ་རྩམ་ལལ་
མར་ལལ་ ཚེབས་ལོད་རིན་དོད་དུལ་ འབྲུ་གྲ་རེར་དུལ་སྤང་ ༠ ར་

༡
ཚེས་སྤང་ རྒྱ་བཟང་རི་ལྷོད་པ་ལ་ཇེ་སྤྲུག་ མར་ལལ་ ཚེབས་ལོད་རིན་དོད་ འབྲུ་དུལ་སྤང་ ༠ ར་ ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་

༡
བཀའ་ལན་རྟེན་སྤང་དང་ ལྷི་མཚོད་ གོས་ལ་གསུམ་དང་ ལྷི་མཚོད་ ༡ གོས་ལ་ ༢ རྗེ་ལྷི་རྒྱུ་པའི་རྒྱན་མངར་བརྒྱ་མཚོད་རྒྱུ་
རྩམ་ལལ་ ༡ མཚོད་མར་རྒྱན་མར་འདེགས་

ལལ་ ༡ མཚོད་འབྲུ་ ལྷོད་སྤོང་ལྷི་ རྗེ་བཟང་ ལྷོད་རས་ ལྷན་ཤལ་
༤
ལྷི་མཚོད་ ༤ ལ་བསོད་ ༤ མང་ཇེ་གོ་རྒྱུ་རྩམ་ལལ་ ༢ མར་ལལ་ ༣
༣
ཚེབས་ལོད་སྤང་ ༠ ལོད་རིན་དུལ་སྤང་ ༠ འདོན་
༠
༤

བཀའ་ལན་ལྷོད་ ༡ དུགས་རྟེན་ལྷི་ ༡ ལྷང་དར་བསོད་ ༡ ལྷི་ལྷག་བརྒྱུད་བཏགས་ ༢ འབྲུ་དུལ་སྤང་ ༠ ར་ཚེས་འཕར་བསྐྱུ་སྤང་ ༡༤ ལྷི་
༡
༤

ཕྱི་ཚེས་མ་འོག་ ༥༠ ཚེས་ཉིན་གདན་ས་མཐེལ་རྟེན་ཚོག་སྒྱུན་མངར་མཚོན་པ་
སྣ་ལུ་ཕྱོད་མཚར་རྒྱུ་རྩམ་རུ་འི་

ཁལ་ ༢༠ མཚོན་མར་རྒྱུན་མར་འདེགས་ཁལ་ ༢༢ མཚོན་འབྲུ་རུ་འི་ཁལ་ ༡༠

སྣོད་རིན་དངུལ་སྒང་ ༠ སྣོད་རས་ཀུལི་ཡུག་ ༡ སྣུན་ལྷེ་འི་བཟང་ སྣུན་
༣

ཤལ་ནང་མཚོན་ ༡ ཨ་ཤེ ༡ སྤྱི ༡༢
བསོད་ ༢༥ གྲལ་འབྲིན་དངུལ་ཞེ་རི་རྩོམ་སྒང་ ༤ མངའ་རྒྱུ་རྟོག་སྒྲིག་ ༡
མར་ཁལ་ ༣ ཚ་བུལ་ཤིང་རིན་དོད་དངུལ་སྒང་ ༠ བར་རྒྱུ་རྩམ་རང་ཡོན་ ༣

༣
༥

དངུལ་སྒང་ ༠ ཚེས་སྣ་འབྲིན་མི་ལ་གསོལ་

༠
༤

རས་དངུལ་སྒང་ ༠ བག་ཞོལ་བཞུགས་ཞག་སར་བསྐྱར་རྒྱ་ལྷི ༢ བསོད་ཉིད་

༡
༥

རོག་ ༤༧ ཚེས་ཉིན་ཉེང་པོ་གྲུ་ཁར་མཇལ་དམར་ནས་བསོད་ ༥ དངུལ་སྒང་ ༠

༥

ཕྱི་མངའ་རྒྱ་མཚོས་པར་འབུལ་སྣོག་སྤྱི ༣
ཞེས་ར་ ༢ སྣུམ་བུ་བསམ་ ༥ འབྲུ་དཀར་ལྗང་ ༡ སྣུན་གྲི་ ༥ ཨ་ཤེ ༡ བར་མཚོན་ ༡ བསོད་ཉིད་ ༡༠ དག་འཚོས་གྲུ་རྩམ་ལ་འབུལ་སྣོག་སྤྱི ༣
ཞེས་ར་ ༤ བེར་དམར་མེར་
བུ་བསམ་ ༥ སྣུམ་ཐོག་བུ་བསམ་ ༤ སྣུན་གྲལ་ཨ་ཤེ ༡ སྤྱི ༢ བསོད་ ༡༠
མེར་རྒྱུ་མས་རིན་དངུལ་སྒང་ ༠ ཕྱི་ཚོགས་གྲུ་རྩམ་ལ་འབུལ་སྣོག་སྤྱི ༣ དངུལ་

༠
༣

སྒང་ ༥༠ བེར་དམར་མེར་བུ་བསམ་ ར་ཁེར་ ༡ འགོ་ཚལ་གྲོན་
འདོད་ ༡ འབྲུ་དཀར་ལྗང་ ༡ བོས་ཡོད་དགུ་མཚན་ ༡ བརྒྱ་མཚོད་རྒྱུ་རྩམ་ཁལ་ ༡ མཚོན་མར་རྒྱུན་མར་ཁལ་ ༡ སྣོད་སྣུན་སྤྱི ༣ འི་བཟང་

༡༠

སྣུན་ཁལ་ཨ་ཤེ ༡ སྤྱི ༤
བསོད་ཉིད་ ༣༠ སྣུ་མཐོན་ཡི་ཤེས་བྱའམ་བསྣན་ལ་ཨ་ཤེ ༡ སྣུ་མདུན་ནས་སྣུན་གསལ་གསོལ་རས་བར་མཚོན་ ༡ ལུལ་རྩི་དམར་པོ་ཡུག་ ༡ ལུག་མཚོན་ཁར་ནས་འབྲུ་དང་སྐྱག་
༡ ཨ་ཤེ ༡ དང་ ལ་
འབྲུག་ཚོས་རྗེ་ བའན་པོ་ དབུ་མཚོད་ དགོད་གོས་ སྤྱི་བསོག་ཉིས་བཅས་གསུམ་མོ་སོར་མཚོད་བཏག་ཤེད་ འགོ་ཚལ་གྲོན་འདོད་ ༡ ར་ཁེར་བུག་ ༡ གཟིམ་རྩར་
ནང་སྣུན་གྲལ་ཨ་ཤེ ༡ སྤྱི་མཚོན་ ༥ དང་
ལུག་མཚོན་ཁར་དབུ་མཚོན་ ༣ འདུ་སྤྱི་དུ་གསོལ་རས་སྣུམ་ཐོག་བུ་བསམ་ ༡ བཏག་སྣུ་སྤེལ་ལ་སྤུག་མཚོན་ནས་འབྲུ་དང་སྐྱག་ ༡ ལ་འབྲུག་ཚོས་རྗེར་འབྲུ་དང་སྐྱག་ ༡ ཕྱོགས་ག་
ནས་ཉིན་རིང་རྩེ་བ་

༡༠ ༢

གཞོ་རྒྱུ་དུ་བསྐྱར་བཀའ་ལ་གནས་སྤྱིན་རྒྱལ་སྤྱིའི་དགོས་རྩེ་མཚོན་རྩམ་རུ་འི་
ཁལ་ ༡ མཚོན་མར་རྒྱུན་མར་ཁལ་ ༡ མཚོན་འབྲུ་ ༠ སྣོད་མིང་ ༡༠

༡༠ ༢

སྣུན་སྤྱི ༣ འི་བཟང་ གྲལ་སྤེལ་རྟོག་སྒྲིག་ ༢ མར་
ཁལ་ ༥ ཟུ་རྩམ་རུ་འི་ཁལ་ ༣ ཤ་ལེག་ ༢ ཚ་བུལ་ ༣ བུལ་ ༠

༡༠

༡

སྐྱེད་ཀྱི་ སྐྱོན་དང་མཚོན་འབྲུལ་དོན་དུལ་སྒྲིབ་ ༠ རེ་ སྐྱེད་ལལ་ཨ་ལེ་ ༡

༡
༤

བར་མཚོན་ ༢ ལྷི་ ༡༦ བསོད་ ༢༥ བཀའ་ཕྱིན་ཚོས་སྤྱི་ཉེན་དུང་ཡུལ་བརྒྱ་མཚོན་རྒྱུ་རྩམ་ལལ་ ༡ མཚོན་མར་

༡༠

རྒྱན་མར་ལལ་ ༡ སྤོད་ལྷུག་ ༡ སྐྱེད་ཀྱི་ མཚོན་འབྲུ་ ༠ སྐྱེད་ལལ་

༡༥ ༥

ཨ་ལེ་ ༢ ལྷི་མཚོན་ ༡༥ བསོད་ ༢༥ སེར་སྐྱེད་ལག་གྱི་རང་ཡོན་དུལ་ ༢

སྒྲིབ་ ༠ འཕྲུང་ལང་སྤྱི་དཀྱི་རྒྱན་མཚོན་ ༡

༡
༤

སྐྱེད་ལལ་འབྲུན་དར་སྤྱི་དོན་ལ་ ༢ ཉེན་ཁྱོད་དགོས་ཚར་འབྲུ་དང་སྤྱུག་ ༡
མར་ལལ་ ༥ ཞེན་སྤྱུག་རྒྱུ་རྩམ་ལལ་ ༠ ལྷུང་སྤྱུག་རྒྱ་གྲུ་ཞེན་ལལ་ ༡

༡༠ ༡༥

དོར་ལྷུག་ལོག་ ༡ ཚ་ལལ་ ༠ ལུལ་ ༠ ལྷུང་དོན་

༣ ༡

དུལ་སྒྲིབ་ ༠ ལྷི་ སྐྱེད་སྐྱེད་བར་མཚོན་ དུལ་སྒྲིབ་ ༠ ལས་སྐྱེ་སོ་སོར་

༡ ༩ ༣
༤

ལྷི་སེད་དུལ་སྒྲིབ་ ༠ རེ་ དེ་ལྷི་བསོད་ཉིད་སེད་ དུལ་སྒྲིབ་ ༠ རེ་

༤ ༣

སྐྱེད་སྐྱེད་ཞབས་གསལ་སོ་སོར་སྐྱེད་ལལ་བ་རེ་ ཅང་ཟན་སོ་སོར་ལྷི་སྐྱེད་སེ་ཕྱི་སེ་

ལྷི་བསོད་སྒྲིབ་ ༣༠ བསོད་ཉིད་ ༥༢ ལིང་རིན་དུལ་ ༠ རི་སྤྱིད་བར་

༣

ལོ་ལྟར་དགུ་པ་སྐྱེ་བའི་དུས་ཚེན་ཉེན་སྐྱོལ་དཀའ་ཡིད་ཞིན་འཁོར་ལོ་ལེ་སྐྱོན་སེ་ཚེ་མཚོག་རྒྱུགས་རྒྱུའི་མཚོན་ཆས་ ཉེན་དུང་དུ་མཚོན་
པ་སྐྱེ་ལྷ་བརྒྱ་མཚོར་ འབྲུས་ཚོགས་སུ་ཉེན་ཁྱོད་བསྐྱེན་བཀའ་ཟབས་རྒྱས་ཐོག་འབྱེད་རིན་གཉིས་འཁོར་ལོ་རེ་ཐོན་ངོས་ཀྱི་མ་རྩ་དུལ་ཁམ་སྒྲིབ་ ༡༠༠ སྤྱི་འདོགས་བསོད་ཉིད་ ༢ བཀ་
ལིས་ཞེན་པ་བའི་གཟུགས་ལྷན་ལུལ་བའི་
གསེལ་རས་ལྷི་མཚོན་སེ་ཕྱི་སེ་ ༡༠ དུལ་སྒྲིབ་ ༥ འབྲུ་དཀའ་ལྟར་ ༡ ལོ་སེ་ཡོད་ཀྱི་མཚན་གྲང་ ༡ དགོན་ཐང་འབྲུ་པར་ལྷི་མཚོན་ ༣ བསོད་ ༥ འབྲུལ་དོར་སྤྱི་དཀྱི་གྲོག་
ཐོག་སྐྱེད་སྐྱེད་
བར་མཚོན་ ༡ རི་བོ་ཚོས་སྤྱི་དང་པའི་འབྲུལ་དོར་སྤྱི་དཀྱི་གྲོག་ལྷི་མཚོན་ ༣ དེ་ཉེན་མཇལ་དམང་ནས་བསོད་སྐྱོན་གསལ་ ༣ བཀ་ལིས་ཚོས་སྤྱི་དཀའ་ཞབས་གང་ཡོད་ལ་གཡོགས་དར་ལྷི་
མཚོན་ ༥༥

ལྷི་ཐང་དགའ་ཚོས་དང་ ལྷ་ཚོས་གཉིས་སོ་སོའི་ཉེན་དུང་དུ་བརྒྱ་མཚོན་སེ་ལྷི་རྩམ་ལལ་ ༡ རེ་ མཚོན་མར་རྒྱན་མར་ལལ་ ༡ རེ་ སྐྱོན་སྐྱེད་ཀྱི་ མཚོན་

༡༥

འབྲུལ་དོན་དུལ་སྒྲིབ་ ༠ རེ་ སྐྱེད་ལལ་ལྷི་མཚོན་ ༢

༡

བསོད་ཉིད་ ༢༠ ལྷུ་ཚེན་ ༡༠ མང་ཇ་སེའི་རྒྱུར་ཇ་གོ་སྤྱུག་ ༡ རེ་ མར་ལལ་ ༢ རེ་ ཚ་སྐྱེད་དོན་དུལ་ ༠ རེ་ དགོ་འབྲུན་རེར་འབྱེད་ཞོ་རེ་ཕྱི་སེ་

༠
༤

༢༡ <
༥

ཕྱི་མཛེད་ ༢ འདོན་བཀའ་བསྟོན་པའི་ འབྲམ་གྱི་ལ་མཛེད་རྒྱུ་གོ་སྐབས་ ༡
མ་མཁུལ་ ༢ འཕྲིད་པོར་བཞིན་ཕྱིས་སྐབས་ ༧ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་རྒྱུ་

༧ ༡༠

མཛེད་རྒྱུ་ཕྱི་མཛེད་ ༡ མཛེད་མཁུལ་
རྒྱུ་མཁུལ་ ༡ རྩོམ་གྲུས་ཀྱི་ མཛེད་འབྲམ་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༠ ལྷན་

༥ ༠

<

རྒྱུ་གདུག་ཡོད་ལ་འཕྲིད་ཞེས་ཕྱིས་སྐབས་ ༩ མཛེད་རྒྱུ་གོ་སྐབས་ ༡ མཁུལ་

༥

དང་ཚ་བུ་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༠ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༡

༧

༥

ཕྱི་མཛེད་ ༤ བསྟོན་ ༡༥ རྩུབ་རྒྱུ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༧༠ རྩུབ་

གསལ་དུལ་སྐབས་ལཱ་པོར་བཞིན་ ཕན་ཐང་གཡུ་ལི་རྩུབ་དུ་བརྒྱ་མཛེད་རྒྱུ་ཕྱི་མཛེད་ ༡ མཛེད་མཁུལ་རྒྱུ་མཁུལ་

ལམ་ ༡ རྩོམ་གྲུས་ཀྱི་ མཛེད་འབྲམ་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༠ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༡

༡༠ ༠

༥

ཕྱི་མཛེད་ ༩ བསྟོན་ ༥ རྩུབ་རྒྱུ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༠
གཞིའི་འགགས་ལུ་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་ ༡༥ ལ་བསྟོན་ ༢༥
རྩོམ་གྱི་ཚང་པ་རྩེན་པའི་གཞུང་གི་ཚང་པའི་རྩུབ་འབྲམ་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༡ དང་སྤྱི་
༡༡

མཛེད་ ༡ འབྲམ་ལུ་རྩུབ་རྒྱུ་ལུ་རྩུབ་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༠ མཛེད་མཁུལ་རྒྱུ་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༧
རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༡ དང་སྤྱི་མཛེད་ ༡ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༡ དུལ་སྐབས་ ༩ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༡ ལྷན་སྐྱབས་ཕྱི་མཛེད་

༩

དུལ་སྐབས་ ༡ མི་ དེ་རྩོམ་ལུ་རྩུབ་པའི་བཞི་བུ་ཚང་ལའ་

འབྲམ་རྩོམ་ལུ་མཛེད་ ༡ དུལ་སྐབས་སྐབས་ ༥༠ དུལ་སྐབས་ ༡ དུལ་སྐབས་ ༩ མཛེད་པོར་ལྷན་སྐྱབས་ ༡ དུལ་སྐབས་ལུ་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༡
རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༡ དང་སྤྱི་མཛེད་ ༡ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༩ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༡ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༡
རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༡ དང་སྤྱི་མཛེད་ ༡ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༩ དང་
རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༩ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༩ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༩ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༩ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༩ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༩
ལུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༡ འགོ་ཚུལ་ལྟོན་འདིངས་ ༡ དང་དུལ་སྐབས་ ༩ ཚང་ལྷོམ་པར་མཁུལ་ལུ་ལུ་ མི་ལོ་སྤོངས་ལྷན་སྐྱབས་

འགོ་ཚུལ་ལྟོན་འདིངས་ ༡ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༡ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༧ དང་ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༧
ཉིན་བཅའ་ལུ་ལྷན་སྐྱབས་པའི་གཞིའི་རྒྱུ་

བའོ་ལོ་ལྟོན་ ༢ དང་ དུལ་སྐབས་ ༡ བཅས་ལོ་སོངས་ལྟེ་ དེ་ལྟེང་ལའ་བསྟོན་ཉིད་རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༧ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༧
༡ མཛེད་མཁུལ་རྒྱུ་ཕྱི་མཛེད་ ༥

རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༩ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་ ༥

༡༠

དོན་དུལ་ ༠ རྩོམ་གྱི་ཕྱི་མཛེད་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༩ མཛེད་འབྲམ་པོར་དོན་དུ་ལྷན་སྐྱབས་ ༥

༠

༥

བསྐྱེད་པ་ལྟར་དང་། མྱོན་དུལ་སྤང་ ༠ རེ་ མྱོ་གདོང་།

༡

བཞུགས་པར་མང་པོ་བྱུང་གོ་སྐྱེ་གཤམ་ ༡ མར་ལལ་ ༡ ཚུལ་ལོང་རིན་
མཚོན་འབྲུག་ལྷོ་དོན་ ༠ རྟེན་བྱུང་ལ་བརྒྱ་མཚོན་རྒྱུ་རྩམ་ལལ་ ༡ མཚོན་མར་ ༡༠

རྒྱུ་མར་ལལ་ ༡ མྱོ་སྐྱེད་ཀྱི་ མྱོན་གལ་ལྷི་ ༣ བསོད་ ༥ འབྲིང་
དུལ་སྤང་ ༠ རེ་རྩིས་སྤང་ ༤ མྱམ་རྒྱལ་མཚོན་ལང་དུ་བརྒྱ་མཚོན་རྒྱུ་རྩམ་
ལལ་ ༡ མཚོན་མར་རྒྱུན་མར་ལལ་ ༡ མྱོ་སྐྱེད་ཀྱི་ མྱོན་གལ་བར་མཚོན་ ༡

ལྷི་ ༥ བསོད་ ༤ འབྲིང་རྒྱུ་སྐྱོད་
གཉིས་དང་། མྱོ་གདོང་སྐྱོད་ ༢ བཅས་སོ་སོར་ལྷི་རེ་དང་། ཉིས་རྒྱུ་རྩམ་གཤམ་ལྷི་འབྲིང་ལ་དུ་བོད་རྒྱུ་རྩམ་གོ་སྐྱེ་གཤམ་ ༢ འབྲུག་རྒྱུང་ ༡ མོ་བྱང་གཞིས་སྐྱོད་ལ་དུལ་
སྤང་ ༠ ལྷི་མཚོན་ ༡ ལྷ་འབྲུག་གཤམ་

ཚོས་ཆེར་ཁ་བཏགས་ཨ་ལེ་ ༡ འབྲུག་དང་སྐྱེ་གཤམ་ ༡ གོ་བརྒྱད་སྐྱེ་གཤམ་ ༡ ལྷ་གཉིས་དཔོན་ལ་ལྷི་མཚོན་ ༡ དུལ་སྤང་ ༡ གཞིས་རྒྱུང་དུ་སྐྱེ་གལ་ཨ་ལེ་ ༡
མྱོ་མཚོན་ ༤ ལྷ་གཉིས་ལ་ལྷི་

མཚོན་ དུལ་སྤང་ ༠ ལྷ་གཉིས་མཚོན་ལང་དུ་གཤམ་དར་ལྷི་མཚོན་ ༢ ཉང་ལོར་

སྐྱེ་གལ་ལྷི་ ༣ བསོད་ ༣ སེབས་ལྷ་ལི་ནང་ཐང་ལ་སྐྱེ་གལ་ལྷི་ ༣ བསོད་
ཉིད་ ༥ བྲག་ཞེ་ལ་དུ་ཚོས་སྐྱོད་
མཚོན་པར་དངོས་འབྲུག་ལྷི་རྟོག་ཐོག་བར་མཚོན་ ༡ བསམ་དཀར་ཕྱི་དུང་དཔལ་ལྷན་ལེ་ཤེས་ལ་འབྲུག་བཟླུ་གོ་སྐྱེ་གཤམ་ལ་བཏགས་ཨ་ལེ་ ༡ མཚོན་རྒྱུ་མོར་ལྷི་མཚོན་ ༡ གཞིས་
འབྲུག་སྐྱེ་སྤང་རྒྱུ་ལྷི་མཚོན་
དོག་ ༡༡ རྟོན་བསོད་ཉིད་ ༡༥༡ མྱེད་ལ་སྐྱེར་གསོལ་རས་དུལ་སྤང་ ༣
འབྲུག་ལོང་འབྲིང་ལ་ལྷི་མཚོན་ ༡ ལྷི་རྩམ་གོ་སྐྱེ་གཤམ་ ༡ ལྷོ་ལྷང་ ༡ ལྷི་རྩམ་གཞིས་སྐྱེ་གཤམ་ལ་བསོལ་རས་ལྷི་ ༡ རྩམ་གོ་སྐྱེ་གཤམ་ ༡
མི་སོར་སྐྱེར་རྩམ་དུག་ ༡ མཁམ་དུང་རྩམ་ལ་གཉིས་ རྩེ་ལྷ་སྐྱེ་ལམ་ལ་
གལ་ཐོག་མཚུངས་པ་ རྩེ་དུང་དུག་མ་ ༣ ལ རྩེ་མཚོན་ ༡ རྩེ་ཞེ་ལ་གཉིས་ཚང་ ༢ བཅས་སོ་སོར་ལྷ་གཉིས་ལེ་ལོག་ལེ་
ཚལ་དོ་རེ་ རྩེ་དུང་དུག་མ་ ༣ གསོལ་ཐབས་ལ་ ༤ རོད་དུང་ ༣ ལྷ་རྩེ་དངོས་རྩེ་བཅས་སོ་སོར་ཚལ་དོ་རེ་ ཚོས་སྐྱེད་སྐྱེ་ལེ་མི་ཆེ་སྐྱེ་གཤམ་མཚོན་ཚེ་མོངས་ཐེབས་ལྷི་འབྲུག་
ཚོགས་སྐྱེ་ཉིན་ལྷོང་དགོས་ཚར་འབྲུག་དང་སྐྱེ་གཤམ་ ༢ མར་ལལ་འཇམ་
འདེགས་ལལ་ ༥ ཞེ་གཤམ་རྒྱུ་རྩམ་ལལ་ ༡ རོར་རྒྱུ་གི་ལིང་ ༢ ལྷར་

ལུ་ལལ་ ༠ ལྷ་གཉིས་ལྷི་དོན་དུལ་སྤང་ ༠ ཚུལ་ལོང་རིན་མཚོན་འབྲུག་
ལྷི་མཚོན་ ༥

བཅས་ལྷི་དོན་དུལ་སྤང་ ༡ ཚོགས་བཞུགས་དང་། རྩེ་དུང་བཅས་ཞལ་

གང་ལ་སྐྱེ་འབྲིང་རིན་གཉིས་འཁོར་ལེ་རེ་ དང་ལྷ་གཉིས་ལ་སྐྱེ་བསྐྱེ་གཤམ་ ༤ དུག་
༡༠༢

ཚོས་ལ་བསྐྱེ་གཤམ་འཕར་རེ་ ལས་སྐྱེ་རྒྱུ་ལལ་ལྷི་དང་བསྐྱེ་གཤམ་རེ་རྩིས་བསྐྱེ་གཤམ་
༣ ༡༡

སྤང་ བསམ་སྐྱེད་བཅུན་མ་ལ་མར་མང་ཐོག་
༢༤ ༡

རྒྱུ་སྐྱེ་གཤམ་ ༠ མར་ལལ་ ༡ ཚུལ་ལོང་དུལ་སྤང་ ༠ འབྲིང་དུལ་
༥

སྤང་ ༠ རེ་ འཕར་ ༢ ཚོས་སྐྱེད་འབྲུག་ཚོགས་སྐྱེ་བསམ་རྟེན་བར་མཚོན་ ༡
༠

དུང་དར་བསོད་ ༡ མྱོ་བཞུགས་སྐྱེ་གཤམ་ ༥ ཞབས་གསལ་ནང་
གཞན་བཅས་པར་དུལ་སྤང་ ༡ མཚོན་ལང་ལས་སྐྱེད་ལྷི་མོར་སྐྱེ་གཤམ་ཚང་ལོན་
༢

བསྐྱེ་གཤམ་དུལ་སྤང་ ༠ བཟླ་ཤེས་དོ་ལ་དགོ་སྐྱོང་ལ་འབྲིང་དུལ་ཞེ་རེ་རྩིས་དུལ་
༡ ༢༣

སྤང་ ༢ མང་ཐོག་ཐོན་རྒྱུ་རྩམ་གོ་སྐྱེ་གཤམ་ ༡ མར་ལལ་ ༣
༣

ཚུལ་ལོང་རིན་དོན་དུལ་སྤང་ ༠ ལྷ་འབྲུག་ཚང་པའི་ལྷང་གསལ་ལ་སྐྱེ་བསམ་
༣

མགོན་མཚོ་དོན་གྱི་ཞབས་བརྟན་དུ་རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་སྐུ་སྲུང་འབྲུམ་ཐེང་།

ཚོ་སྐྱ་སྐྱུ་གསུམ་གྱི་འབྲུམ་ཐེང་བཅས་སྐབས་རྒྱུ་ལོ་དོན་།

དངུལ་སྲང་ ༣ ཚོས་ཕྱིར་སློབ་དཔེན་ལགས་ལུ་སྐྱ་ཚོ་ཚོ་སྐབས་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོ་གཞུང་འབྲུམ་ཐེང་གནད་སློན་སྐབས་རྒྱུ་ལོ་དོན་དངུལ་སྲང་ ༧ དང་ཕྱི་མཚོན་ ༡

མཚོས་ཕྱིར་རྟེན་མཚོག་སྐྱུན་མངར་བརྒྱ་མཚོན་རྒྱུ་རྩམ་ཁལ་ ༡

མཚོན་མར་རྒྱན་མར་ཁལ་ ༡ སྐྱོས་སྐྱུན་ཕྱི་ ཇི་བཟང་ སྐྱུན་ཤལ་ནང་།

༡༥

མཚོན་ ༡ ཨ་ཤེ ༢ བར་མཚོན་ ༡ ཕྱི་མཚོན་ ༢༠ བསོད་གཏགས་ ༣༠

བཀྲ་ཤིས་རྡོ་ལམ་བརྒྱ་མཚོན་རྒྱུ་རྩམ་ཁལ་ ༡ མཚོན་

མར་རྒྱན་མར་ཁལ་ ༡ སྐྱོས་སྐྱུན་གྱི་ སྐྱུན་ཤལ་བར་མཚོན་ ༡ ཕྱི་ ༣

༥

བསོད་ ༨ རྡོ་བཞུགས་ཞག་སར་འུལ་མིར་གསོལ་རས་དངུལ་སྲང་ ༠ འབྲུ་

༧
༥

སྐྱུར་གསོལ་རས་རྡོ་བརྒྱན་སྐྱུག་ ༡ བཅས་ མོང་།

༨ ཚོས་ཉིན་རྟོག་རྣམས་ལྷོ་ཕྱག་ལ་འབྲུམ་སྐྱོག་ཨ་ཤེ ༡ དང་བར་མཚོན་ ༡

༡༣

དངུལ་སྲང་ ༢༥ འཕོ་ཚལ་ཕྱོན་འདྲེང་ ༡ སྐྱུ་ཐིག་ལུ་བས་ ༡ འབྲུ་དཀར་ལྷང་དང་ བོས་ཡོད་ཀྱི་དགུ་མཚན་ གཡོ་གས་ལྷང་དང་ རྡོ་གཞིས་སེམས་ཕྱིར་

ཚོས་ཉིན་སེར་སྐྱུ་ལྷོགས་ བར་ཁང་སྐྱུ་ལྷོ ཤོད་མགོན་ཁང་ སྐར་མེ་ཁང་།

༡༧

བཅས་སེམས་སེར་སྐྱུ་མེ་ལུང་ཡོན་དངུལ་སྲང་ ༠ སྐྱུན་ཤལ་ཁ་བསོད་ ༧

༣

ཚོས་ཉིན་ལྷོགས་དུ་གཞུང་སའི་སྐྱུན་འདྲེན་ཐོག་སྐྱོན་དར་ནང་མཚོན་ ༡ དང་ཨ་

༡༥

ཤེ ༡

ཡམི་རྗེ་ཕུག་མཚོན་ཚེ་མོ་ནས་ཁལ་ཕྱིར་ ཚོས་རྗེར་འབྲུམ་བཞུགས་ལྷོགས་དངུལ་སྲང་ ༢༥

བོས་ལུག་ ༢ སྐྱུ་ཐིག་ལུ་བས་ ༥ རྡོ་ལམ་དུག་ ༡ རིགས་དཀྱུས་ལྷང་ ༣

བོས་ཡོད་དགུ་མཚན་ ༡ བཞེགས་ཤུན་ ༡ ཁ་བདགས་ནང་།

མཚོན་ ༡ སྐྱུ་ལ་ མཁན་ཚང་པ་ཕུག་མཚོན་སེམས་ཕྱི་ཕྱིར་ ཚོས་ཉིན་

༡༥

བསམ་ལས་མི་འབྲུར་སྐྱུན་ཀྱི་གྲུབ་པའི་གཏུགས་ལག་ཁང་གི་རྟེན་གཅོད་འབྲུང་རྒྱུ་ཚེན་པོས་དབུས་དབུ་ཙུ་རིགས་གསུམ་ སྐྱིད་གཞི་ སྐྱིད་ལྷན་ ཕྱིར་ གྱི་མ་སྐྱིད་གསུམ་ ལྷོགས་དང་ དཀར་མེ་ཁང་ ཉེད་མི་ བཀའ་རྒྱ་ལང་རྗེར་དང་ བརྒྱ་རྩ་བརྒྱ་དང་བཅས་ནང་རྟེན་ཡོ་ཤིས་དངོས་བཞུགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱུན་མངར་མཚོན་སྐྱུ་ལྷོ་ སྐྱོང་མཚར་རྒྱུ་པ་འབྲུམ་གཤམ་གྱི་མཚོན་རྩམ་ལུ་ཁལ་ ༦༠ མཚོན་མར་དང་ རྒྱན་མར་བསྐྱོམ་འདེགས་

ཁལ་ ༥༧ མཚོན་འབྲུ་ལུ་ཁལ་ ༣༠ གཞི་མ་སྐྱོས་ཕུག་པ་ ༣ མོ་ཤོག་

༡༠

རྩམ་པ་ཁ་སྐྱུ་ལྷོ་ ༣ སྐྱོང་རས་གཡུ་ལུ་བས་ ༡ སྐྱུན་ཕྱི་ ཇི་བཟང་ གསེར་ཤོག་བརྒྱ་བས་ ༡ བཅས་དང་ རྟེན་གཅོད་ཤོད་གསལ་རྣམས་ལ་སྐྱུན་ཤལ་སོང་རིགས་

ལྷོན་བསྐྱུམ་ཨ་ལུ་ཤི་དཀར་པོ་འདོམ་དགུ་ཡོད་ ༡ རང་མཚོན་ ༢ ཨ་ཤེ ༣

བར་མཚོན་ ༥ ཇི་ཕྱི་རྟོག་ ༧༧ བསོད་ཉིད་རྟོག་ ༡༣༠ རོ་བོ་རྟེན་པོའི་

༧

གསོལ་སྐྱུང་གསུམ་སྐྱོང་ནས་དཀར་ལུ་ཁལ་ ༣ སེར་སྐྱུམ་ཁག་

༡༠

གཞི་ལུ་ཕྱུང་ཡོན་དངུལ་སྲང་ ༠ གཞི་མ་སྐྱོས་ཕུག་པ་ ༡ མར་ལྷ་ལྷ་ཤིང་རྟེན་

༧

དངུལ་སྲང་ ༠ ཞལ་གསེར་ཤེ་གི་བརྗོད་ སྐྱུ་ཚལ་མིར་ཁང་སྐྱིད་དང་ ཁལ་

༧

གསུམ་ཟུང་སྐྱིད་གཉིས་སེམས་སེར་སྐྱུམ་ཚང་ཡོན་དངུལ་ ༠ རེ་ མཚོན་འབྲུམ་

༠

༤

རབ་ལྷོགས་ཡོངས་ནས་གནས་བརྟན་ཕུག་མཚོན་གསུང་རྒྱུ་ལུ་ཉིན་ཐབས་སྐྱུ་རྗེ་དང་སྐྱུ་ག་ ༢ མར་ཁང་མཚོན་འདེགས་ཁལ་ ༥ ཞོག་སྐྱུ་རྒྱུ་རྩམ་ཁལ་ ༡

༡༠

གུང་སྐྱུ་རྒྱུ་རྒྱ་ལོ་ཞིབ་ཁལ་ ༣ རྡོ་རྒྱུ་གཤོག་ ༡

དོན་དངུལ་ ༠

༡

༣

༥

སྐྱུར་བ་ལུ་ཁལ་ ༣ ཚོ་ལྷོ་ ༣ ལུ་ལྷོ་ ༡ དགེ་འདུན་རི་རིར་སྐྱུ་འབྱེད་རིན་གཉིས་འཁོར་ལོ་རེ་ མཁན་པོར་བསྐྱེད་པ་ ༣ ཚོས་རྗེ་ལགས་ལ་བསྐྱེད་པ་ ༢ སྐྱུ་གཉིར་

དཔོན་ དབུ་མཚོན་ དགེ་བསྐྱེད་ སྐྱུ་བསོ་ ༢ མཁན་ཚང་པ་བཅས་སེམས་འཕེར་རེ་ མི་འབྲུད་པར་བསྐྱེད་པ་ ༡ ལྷོ་ཤོག་གཏེད་ ༣ སེམས་བསྐྱེད་པ་ལུ་བཅས་དང་ ལྷོགས་ལྷོ་སྐྱུན་གསལ་གསོལ་

༣༧

རས་པོ་བསྐྱེད་པེ་ ཚོས་རྗེ་བསྐྱེད་པ་ ༣ བཅས་གོང་གསལ་བསྐྱེད་དངུལ་སྲང་ ༡༧

༧

གཏོར་སྐབས་རྒྱལ་པོ་སྐྱོན་གསལ་བཀའ་འབྲེལ་ཉིན་མཚམས་བསྐྱེད་འགྲུབ་བཟབས་བརྒྱུ་བཅིག་ལ་ཇ་འབྲུ་དང་སྐྱལ་ ༢
མར་འབྲུ་མར་རྩོད་མར་བསྐྱེད་མར་འདེགས་ཁལ་ ༧ ཞེས་སྐབས་རྒྱུར་ཅུ་

ཁལ་ ༡ རྩོད་འཇུག་ ༢ སྐྱུར་བཀའ་ ༠ གྲུབ་སྐྱེད་འབྲེལ་བའི་
དོན་དུལ་ ༠

ཁལ་ ༡ རྩོད་ལྷན་ལོག་ ༢ འབྲེལ་སེལ་རྒྱུར་
འབྲེལ་ཁལ་ ༡ མངར་རྩལ་ཉིང་ར་ ༢ རྩོད་ ༣ སྐྱུལ་ ༠ ༠

ཚོགས་འཁོར་རྒྱུར་ཅུ་ཁལ་ ༢ སྐྱུར་ཞེས་འབྲེལ་བའི་སྐྱེད་འབྲེལ་ ༠ མ་བུ་མ་ཉིང་
དོན་དུལ་ ༠

མྱོར་ར་ ༢ ཚོགས་རྩལ་ཉིང་འབྲེལ་སྐྱེད་འབྲེལ་སྐྱེད་འབྲེལ་ ༠
གཞུང་སྐྱོད་རྩོག་ ༣༠ དགོ་འདུན་མེད་སྐྱེད་འབྲེལ་སྐྱེད་གཉིས་འཁོར་ལོ་འདེད་ སྐྱེད་
མོ་གསུམ་ལ་བསྐྱེད་འཕམ་མེ་རྩོད་འབྲེལ་དུལ་སྐྱེད་ ༡༢ ཁ་བཏགས་ལྷི་མཚོད་

རྩོག་ ༧༧ སྐྱེད་འཁོར་ལ་ཨ་ལེ ༡ དུལ་མཚོད་
ལ་བར་མཚོད་ ༡ གཏོར་སྐྱེད་དུ་གཏོར་སྐྱེད་ཚེན་པོ་མེད་སྐྱེད་ཀྱི་མཐུན་སྐྱེད་ལྱིང་གཞུང་ནས་ཅུ་ལེ་ལོང་སྐྱེད་ནས་སྐྱོན་དར་ཨ་ལེ ༡ ལྷོགས་གྲངས་ ཅུ་

འབྲེལ་གྲངས་ལ་ལྷི་མེ་ སྐྱུལ་ལ་ཁ་བསོད་མེ་
གཞིམ་རྒྱུད་པ་ལ་ཁ་བསོད་མེ་ ལྷ་ར་གཉིས་ལ་ལྷི་མཚོད་མེ་ སྐྱོན་དུ་ཚོས་ཉིན་རབ་

སྐྱེད་གྲུང་རྩལ་ཚོས་བུའི་བཞེགས་མོ་ལུ་ལ་བར་སྐྱེད་འཁོར་ལ་ཨ་ལེ ༡
འཚམ་སྐྱེད་འཁོར་མི་ལ་འཕམ་དུ་ལྷི་མཚོད་མེ་དང་

དེ་ལྱིང་གྲུང་མེད་ལྷི་མཚོད་མེ་རྩོག་རྩོག་ ༡༠༢ གནང་ཚད་དུལ་སྐྱེད་ ༤ འཕོ་ཚལ་ལྷོན་འདེད་ས་ ༡ ཇེ་འཁོར་དུག་ ༡ བོས་རྒྱར་སྐྱེད་འཕམ་ལིང་དམར་འདོས་ ༤
སེལ་ སྐྱེད་འཚང་པར་གསེལ་སེལ་འབྲུ་དང་སྐྱལ་ ༡
དཔེ་ལོ་ནས་སྐྱེད་མཐར་ལུག་སྐྱེད་མི་གཉིས་ལ་ཚང་རྩོད་དུལ་སྐྱེད་ ༠ ཚོས་ཉིན་སྐྱོད་

གྲུག་སྐྱེད་ལུང་གསུང་སྐྱེད་མིན་མེ་ཚེ་བསྐྱེད་སྐྱིད་ཞབས་མི་སྐྱེད་པར་མེད་པའི་བཀའ་འབྲེལ་སྐྱེད་འཕམ་འབྲུ་དང་སྐྱལ་ ༡ ཀོ་རྒྱུད་སྐྱལ་ ༡ མར་ཁལ་ ༧ ཚོས་ཉིན་

ཉེད་མི་སྐྱེད་འཕམ་ལྷི་མཚོད་ ༧ ཁ་བསོད་ ༣ སྐྱུར་དང་ལྷིང་འདོས་ ༧
བསངས་ལིན་རིན་སྐྱེད་ བསང་རྩལ་སྐྱེད་འབྲེལ་ ༡ དར་ཚེན་གསལ་འཇུགས་སྐྱེད་ས་པའི་ཀ་སེལ་ཀྱི་རྒྱན་མཚན་ལོང་གི་རྩོག་ལྷན་ ༡ ཚང་ལུང་རིན་དུལ་ ༠

གསོལ་ཐབས་རྒྱ་ལེན་མི་གཉིས་གསོལ་སེལ་ལྷི་མཚོད་མེ་ གཞིམ་རྒྱུད་འབགས་གི་རྒྱན་མཚན་གསལ་རྩལ་སྐྱེད་པའི་བཞེགས་ལ་རིན་དུལ་སྐྱེད་ ༢ ལྷོགས་གི་

ཡང་སྐྱིང་དུ་དབང་གི་མདང་ལྷན་རྒྱན་མཚན་གསལ་འཇུགས་སྐྱེད་ས་པ་སྐྱེད་དམར་པོ་ལ་ ༢༠
ནང་ཞུས་དཀར་བུབས་ ༡ རྩོག་གི་རྒྱུར་སྐྱེད་མེད་ལུག་སྐྱེད་མིན་དུལ་སྐྱེད་ ༠

ཡང་སྐྱེད་མེད་ལུག་ ༤ གཏོར་སྐྱེད་པའི་ལུང་གསལ་འཕྲུང་གསོལ་ལུང་ཚེད་གཏང་གི་སྐྱོན་དར་བར་མཚོད་ གསེར་ལུང་ཞོ་ ༡ ཞལ་ཇའོ་སྐྱལ་
ཚོགས་དོན་དུལ་སྐྱེད་ ༣ ལྷ་གཞི་ནས་ཉིན་མེད་གསོལ་མཚོད་གཏོར་རྒྱུད་སྐྱེད་

ལྷི་དུལ་སྐྱེད་ ༣ ལྷ་འབྲུག་ཚང་པར་གསོལ་ལུང་ཞོ་ ༡ ཞལ་ཇའོ་སྐྱལ་ ༡
སྐྱོན་དར་ཨ་ལེ ཚོགས་དོན་དུལ་སྐྱེད་ ༣ ལྷ་པའི་ཚོས་ཉིན་གཏོར་སྐྱེད་པའི་

བཀའ་ལུང་སྐྱོན་མེད་ཀྱི་དེ་ཉིན་ཅི་དམར་སྐྱེད་འབྲེལ་ཐོག་ཀྱན་གསུང་ཞབས་པ་དང་
ཞབས་གསུང་ནས་ནས་བསྐྱེད་བཞེགས་ཞབས་བསྐྱེད་འབྲེལ་དགོས་མེད་ཚོས་དར་ནང་མཚོད་ གསེར་ལུང་ཞོ་ལོང་ ཞལ་ཇའོ་སྐྱལ་ ཚོགས་དོན་དུལ་སྐྱེད་ ༣
གསོལ་ལོང་ཀྱི་དགུ་
མཚན་དར་ འབྲུ་དཀར་སྐྱེད་ སྐྱེད་འབྲེལ་གྲུབ་བསྐྱེད་ཚོས་རྩལ་གནང་ཚལ་བཏགས་ཨ་ལེ ཀོ་བརྒྱུད་ལོང་དུག་ ༡ མཐོན་གཉིར་ ལུང་ལོག་ མཚན་ཚང་པ་ ལྷོགས་
མཚོད་པ་བཅས་སེལ་ལྷི་མཚོད་ དུལ་སྐྱེད་ཞོ་གསུམ་མེ་ དུལ་མཚོད་ལྷི་མཚོད་
དེ་ལྱིང་ལྷོགས་གྲུག་ལོང་དང་ ཞབས་གསུང་སྐྱེད་པར་བསོད་ཉིད་མེ་རྩོག་རྩོག་ ༣༡ མཐོན་ལྷོགས་ལག་དུག་ལ་མེར་སྐྱེད་ཚང་ལོན་དུལ་སྐྱེད་ ༠

བསོད་བཏགས་ ༤ ཀུན་སྲིད་གསུང་ཞབས་པ་ནས་བྱས་བརྒྱུ་གཞི་གཏང་བའི་མཚོན་ཚུལ་རྩི་ལལ་ ༠ མཚོན་མར་རྒྱན་

མར་བསྐྱོམ་ལལ་ ༠ ལྷོས་སྤྲོད་ཕྱི་ གྲི་བཟང་ བརྒྱ་མཚོན་རྒྱུ་རྒྱུ་ལལ་ ༠

འདོད་དཔ་སྤྲོ་ཚེན་ ༤ རས་བཀྱའ་སྤྲུལ་ རིན་ཚེན་སྤྲུལ་ བྲུ་ཐོབ་ཆ་འབྲུ་དང་སྤྲུག་ ༡ མར་ལལ་ ༢ ཡོན་དུལ་སྤང་ ༠ རི་རྩིས་བསྐྱོམ་སྤང་ ༡

ཚོས་ཉིན་བར་

༡༣

ཚོལ་བྲག་བཅུན་པར་མ་ལྷན་སྤྲུལ་གསེར་ཕྱད་ཞོ་ལོང་ ཞལ་ཇ་ཀོ་སྤྲུག་ ཕྱད་དོད་སྤང་ ༡ ལྷོན་དར་ཨ་ལེ་ ༡ ལྷན་འདྲིན་ལྷབ་བསྐྱུན་ཚོས་རྩེ་ལ་བཏགས་

ལྷི་མཚོད་ ༡ དུལ་སྤང་ ༡ ལྷ་མི་བདུན་སོ་མོང་ལྷི་རི་དང་ དུལ་ ༠

༣

ཚོས་ཉིན་སྤྲུ་བཅུར་སྤྲི་མ་ལན་པོར་ཐོས་ལྷག་ཐོག་ལ་གོང་ས་རིན་པོ་ཚེར་མཚམས་ལྷ

༡༤

ནང་མཚོད་ ༡ དང་ཐོས་གནང་ལ་བཏགས་ཨ་ལེ་ ༡ གོས་རྒྱན་བཞི་མཚལ་ལ་ལྷག་ ༡ འགོ་མཚལ་ལྷོན་འདོད་ ༡ ཇའོ་མེ་རྒྱུག་ ༢ འབྲུ་དཀར་ལྷང་ ༡ བཅས་

མོང་ གོང་ཚོས་ཉིན་གཡུ་ཞབས་པ་བཞི་ནས་ལྷག་གསུམ་རྒྱུ་བའི་མཚོད་ཚས་དང་ གསོལ་ཚས་ནར་གཏོང་སྤྲུ་ཡོན་དུལ་སྤང་ ༠ ལྷིན་སྲིད་བྲུ་ལྷ་ནས་རྒྱུ་མཚོད་ལྷི

མཚོར་དང་ བརྒྱ་བཞི་ གྲུར་སྤྲུལ་སྤོན་ས་ཚོགས་བསྐྱོངས་པའུམ་གནང་སྤྲིན་རྒྱུ་ལལ་འདི་ཉིན་ལྷ་སོང་བར་ ལྷི་ཡོན་དུལ་སྤང་ ༠ རི་དང་ལ་བཏགས་ལམ་སྤོན་རི་ ཚང་ཕྱད་རིན་དུལ་

༢

སྤང་ ༠ མཚོད་ཚས་བསྐྱེན་བཀྱའ་ནར་གཏོང་སོང་ ཚོ་ལྷ་སྤྲུ་གསུམ་ལྷི་སྤྲུར་

༠

༤

གཏང་མི་གཞི་ནས་ཉིན་གསུམ་སོང་བའི་སྤྲུ་སྤོན་སྤྲུལ་མི་རིམ་ཉིན་རི་དུལ་སྤང་ ༠ རི་

༤

༡

༤

རྩིས་སྤང་ ༢

༢

མི་ལ་ལྷོས་དཀྱུར་ལྷི་རྩིན་དུལ་སྤང་ ༠ དང་ལ་བམོད་ ༡༠ བཅས་སོང་ ཚོས་

༢

༡༥

ཉིན་སྤོགས་དུ་འཕྲིན་བཅོལ་དུ་ཚིགས་སྤྲུར་སྤངས་པའི་སྤྲུན་འལ་པར་མཚོད་ ༡ ལྷི་མཚོད་ ༤ སེར་སྤྲིམ་ཕྱད་ཡོན་བསྐྱོམས་དུལ་སྤང་ ༠ ལྷོད་གསོལ་གཏོང་རྒྱུ་ལྷི

༣

དོད་ དུལ་སྤང་ ༣ དེ་བྱིང་སེར་སྤྲིམ་ལག་ལ་ཕྱད་ཡོན་དུལ་སྤང་ ༠ དང་ལྷི་མཚོད་ ༣

༣

༣

ཚོས་ཉིན་ལྷ་བཟའ་དུས་ཚེན་ཐོག་ཇོ་བའི་སྤྲུ་མཚོད་དུ་བརྒྱ་མཚོད་རྒྱུར་ཚུལ་ལལ་ ༡

༢༣

མཚོད་མར་རྒྱན་མར་ལལ་ ༢ མཚོད་འབྲུ་བྱེ ༢ ལྷོས་

༤

༡༠

སྤྲུ་ལྷི་ གྲི་བཟང་ ལྷན་འལ་ཨ་ལེ་ ༢ ལྷི་མཚོད་ ༡༤ ལ་བསོད་ཐོག་ ༣༠

ཀུན་སྲིད་གསུང་ཞབས་པར་རྒྱུར་ཚས་ཆ་འབྲུ་དང་སྤྲུག་ ༡ དགའ་ཅན་སྤྲུག་ ༢

ཀོ་བརྒྱུད་སྤྲུག་ ༢ དུལ་སྤང་ ༤ ཚོས་ཉིན་ཚོ་འབྲུས་ལྷག་ནང་

༢༢

ཀུན་བཟང་ལ་ཐོན་གནང་གའམ་ཐིག་ལུབས་ ༢ ལྷི་མཚོད་ ༢ ལྷོགས་དུ་བཟའས་གསོལ་ཐོག་ཚོས་སྤོངས་སྤྲུན་འདྲིན་ལྷི་ལྷིན་ཅར་སྤོན་དར་ནང་མཚོད་

གསེར་ཕྱད་ཞོ་ལོང་ ཞལ་ཇ་ཀོ་སྤྲུག་ ༡ ཚོགས་དོད་སྤང་ ༣ གོས་ཡོད་ཀྱི་དུག་ མཚོན་ འབྲུ་དཀར་ལྷང་ ༡ གཏོན་སྤྲིན་པར་སྤོན་དར་ཨ་ལེ་ ༡ གསེར་ཕྱད་ཞོ་ལོང་ ཞལ་ཇ་ཀོ་སྤྲུག་ ཚོགས་དོད་སྤང་ ༣ འབྲུ་དཀར་ལྷང་དང་དགའ་མཚོན་ ༡

ཇི་སྤྱིད་བར་ཡོ་ལྷར་རྒྱ་ཚོས་ཉིན་ནས་ཉིན་གསུམ་རིམ་ཚོས་སྤོངས་དཔོན་སྤོན་ གསེར་ཕྱད་ཞོ་ལོང་ ཞལ་ཇ་ཀོ་སྤྲུག་ ཚོགས་དོད་སྤང་ ༣ འབྲུ་དཀར་ལྷང་དང་དགའ་མཚོན་ ༡

གཉིས་ཀྱི་བསྐྱངས་འག་ཚོགས་བསྐྱོངས་རྒྱུ་ལལ་ལྷོན་ཚོས་བསྐྱེན་བཀྱའ་བཟའས་བརྒྱུས་དང་ ལྷོགས་བྲུ་རིམ་འབྲིད་ཀྱི་ལམ་ལྷོན་ལྷོན་དར་ནང་མཚོད་ ༡༠༠ ཀོ་འདོགས་

བསོད་ ༢ ལྷན་འདྲིན་ལྷབ་བསྐྱུན་ཚོས་རྩེ་ལ་བཏགས་ཨ་ལེ་ ༡ གོ་སྤྱིད་མི་ལ་གའོགས་

༢༠

དར་ལྷི་མཚོད་ ༣ བསོད་ཉིད་ ༡༥ ལྷོགས་པ་ནས་ལྷོ་ཕྱད་ཕུལ་བར་གསོལ་རས་དུལ་སྤང་ ༣ ལྷི་མཚོད་ ༡ བསོད་ཉིད་ ༡༠ ཚོས་སྤོངས་དཔོན་སྤོན་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་

ལུང་དགོངས་དོན་ནང་རིམ་རིམ་ལྷན་པར་གྲུ་ནས་ཉིན་རིམ་རྒྱག་བཅུན་

༡༠

༤

ལྷ་བསངས་

ལྷི་མཚོར་རྒྱུགས་རྒྱུ་ལལ་མཚོད་ཚུལ་དང་ཚོགས་ཚུལ་སྤྲིལ་རྩི་ལལ་ ༢ མཚོད་མར་རྒྱན་མར་འདོགས་ལལ་ ༢ མཚོད་འབྲུ་ལལ་ ༠ ཚོགས་སྤྲུལ་ལིང་འབྲུས་

༤

ལེ་ ༤ བཞིས་སྤོད་ཐོག་ ༡༤ ཚོགས་འལིང་ ༡ ལྷོས་བརྒྱ་སྤྲུག་ ༡ ཚང་ཕྱད་ བསངས་ལིང་

མི་ལིང་རིན་བསྐྱོམས་དུལ་སྤང་ ༡ བྲུ་ཐོབས་སྤྲུ་ཆ་དགའ་ཅན་སྤྲུག་ ༢ དེ

ཁ་བསོད་ ༡༥ སེར་སྐྱེལ་ཕུང་ཡོན་བསྐྱེལ་སྤུལ་སྲིད་ ༠

ཅེ་མགོན་ཆེ་མཁན་རྒྱུད་གྲང་ཆེས་ལགས་སུ་གསོལ་རས་ཁ་བཏགས་ཨ་ཤེ ༡ རེ་ལྷུ་དང་སྐྱེལ་ ༣ བཞིས་སྐྱོད་ལ་གསོལ་རས་ཕྱི་ ༡ དུལ་སྲིད་ ༠ འདྲུ་ཁོངས་

༥

སྐྱེར་དུལ་སྲིད་ ༡ རེ་ཤོ་སྐྱེལ་ ༡ སྐྱེལ་གཉེར་ལ་བསོད་ཉིད་ ༡
དུལ་སྲིད་ ༠ བཅས་སོང་ ལྷོགས་དུ་གསལ་ཉིན་རིང་བསྐྱེལ་བ་གཏོང་རྒྱུ་དོད་

༣

ཕྱི་ལ་ཕྱི་དུལ་སྲིད་ ༣

༠