

དུ་རྒྱུ་ལོ་བུ་གཤེན་དགོངས་འཁྲིལ་ལྷགས་རྗེ་ཆེ་བ་ཞེས་ཞུས་ཏུ་བྱ་རྒྱུ་ལོ་བུ་གཤེན་གྱི་སྐྱེ་ཚེ་ནས་གསུང་ནན་ཆེ་བའི་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་གསེར་ཞབས་དངོས་མཇུག་སྐབས་ཀྱང་ཆོས་

སྲིད་ལོ་ལྷུང་བརྟགས་སུ་མེད་པའི་གཤེན་དེས་པར་འཁྲུང་ལེན་ཞུ་དགོས་ཀྱི་བཀའ་བརྒྱུད་མེད་པའི་གཤེན་བདག་ཅག་ཉམ་རྒྱུད་ས་འོག་གི་འབྲུ་མིན་ལྷ་བྱུང་བོང་བ་གསེར་གཟུགས་ཀྱི་བཀའ་ཚུལ་ལན་

གཅིག་ལ་བཀའ་ཕྱིན་རྒྱུ་བཟེས་ཀྱི་བཀའ་ཕྱིན་གྱི་ལྷོ་གུ་ལྷོ་བུ་བུ་བས་བཀའ་དོན་སྤོངས་ཞུས་དོན་ལྷན་སྲིད་ཆར་དཔེན་འབངས་གཉིས་ཐད་དུ་དམ་སེལ་སྤྱད་ཞུགས་མཁུངས་ཆེད་སྲིད་བཀའ་ལྷན་རྒྱུ་

དང་ལྷགས་འདྲིད་གཅིག་གྱུར་ཞུ་དགོས་ལ་གྲས་འབངས་གྲ་རྒྱུད་འཁོས་དམན་གྱི་ལྷོ་རྒྱུད་དངོས་རིགས་སྲིད་ཆེན་པོར་སྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་ལོ་བུ་གཤེན་རྗེ་ཆེན་པོ་ཐོག་མའི་རིགས་དཀའ་དུང་གི་ལྷོ་རྒྱུད་དངོས་རིགས་ཐོག་ནས་འགག་

ཚད་གཅིག་གྱུར་དང་། ཉེ་རིགས་བཅས་ལ་སྐལ་ཐོབ་སྲོད་ལོས་རྣམས་རྒྱུད་བཅད་མེན་པ་རྣམས་སྲིད་ཀྱི་དངོས་རིགས་རྣམས་དད་གྲས་སྲིད་བསམ་མཁུགས་ཀྱན་ནས་སྲིད་ཀྱི་དོན་འདྲིར་བསྐྱོད་འགྲུལ་

གྱི་བརྗོད་ལས་ན་ཆོད་ལྷན་ཞེས་པ་ཤིང་མེ་མག་ལེའི་མགོ་རྒྱ་བའི་དཀའ་ལྷོགས་དག་ལོ་བུ་གཤེན་པའི་བུ་ལོ་བུ་ཆོས་མཆོག་ཏུ་དགོ་བར་སྐྱེལ་བཀའ་ལྷན་རྒྱུ་ལོ་བུ་གཤེན་ཏུ་སྐྱེལ་

༡༢

ཞུས་པའི་སྐྱེ་བཅར་དབུས་གཙང་། ཀུན་པད་སྲིད་རིག་འཛིན་འདུས་པ་རྒྱ་མཚོར་བརྟེན་བཀའ་ཉིན་འཁྲུངས་ཐོག་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་རིགས་དབུས་སུ་སྤྱན་དངས་ཏེ་ཞབས་པད་བསྐལ་པ་རྒྱ་མཚོའི་བར་དུ་གཤེན་པའི་དཔེ་བུ་བརྟེན་པའི་མ་

གཅིག་གྱུ་རྒྱལ་ལྷགས་ཆོད་པལ་མེད་ཀྱི་སྲོ་ནས་ཞབས་བརྟེན་གསུང་མཆོག་དང་། འབྲེལ་བར་གྱུར་མེད་དང་དང་གྲས་པའི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱོད་པའི་ལྷོ་རྒྱུད་ལེན་པའི་འཛིན་མར་ལན་བརྒྱུད་དུ་པའི་སྐྱེ་སྲིད་སྲོད་དུ་བཏང་།

ལྷོ་རྒྱུད་དུ་པའི་སྐྱེ་སྲིད་ནང་མཛོད་ཀྱི་བུ་ལྷོ་རྒྱུད་པའི་ཞིང་ཁམས་རྒྱ་མཚོའི་བཀའ་དང་དང་སྐྱེ་སྲིད་ལེན་པའི་འཛིན་མར་ལན་བརྒྱུད་ལེན་། སྐྱེ་རྒྱུ་ལོ་བུ་གཤེན་པའི་མཐུན་པོ་

མཚུལ་སྐྱེ་གསུང་ལྷགས་རྟེན་དོད་དུལ་སྲིད་ ༣

0

ཡས་པའི་སྐྱེད་བསྐྱར་། གསུང་རྟེན་ཆོ་མདོའི་སྲིད་མཐུན་ལམ་། ལྷགས་རྟེན་རྣམས་རྒྱལ་མཚོ་དུ་རྟེན་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱུའི་འདྲི་ནས་། རྒྱལ་རྒྱུ་དུ་ལྷག་བཅས་།

སྲོད་དང་ལྷན་པ་། བཀའ་ལོས་པའི་རྟོགས་བརྒྱུད་དང་། སྐྱེ་བརྒྱུད་། རྒྱལ་ལས་ལོ་དོད་དུལ་སྲིད་ ༢༥

0

ལོ་དེ་རྩེ་པོ་ཆེ་སྐྱེ་བཏུན་། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་དབུངས་ལྷོགས་། བརྒྱུད་སྲིད་པའི་དུང་དཀའ་སྲིད་ལྷོ་རྒྱུད་ལོ་བུ་གཤེན་ཅན་། ན་བཟའ་རྟེན་ཆས་གྲས་དབུ་པུ་། སྐྱེ་ཆོས་། སྐྱེ་གཟན་། སྐྱེ་བཅོང་མོ་། སྐྱེ་གཤེན་། བཞུགས་།

གཤིངས་། སྐྱེ་གཉིད་ཁ་དཀའ་ཅན་། བཞུགས་། འབྲེལ་། ཞལ་དཀའ་ལུ་པའི་བསྐྱེགས་བཅས་། གཟེང་ཞལ་སྲི་རྒྱགས་། སེ་རུའི་རྩ་། ཐོགས་ཆེན་གྲང་པའི་མཆོག་། རི་དཀའ་ཀྱི་རྩེ་པའི་གསལ་པ་།

རྒྱ་སྐྱེ་བ་ཆེ་། རྒྱལ་རྒྱུ་དུ་ལྷག་བཅས་འཕྲིན་། པ་ལོས་གྲུབ་པའི་རྗེ་མག་ཞང་གསུམ་གྱི་སྲིད་བསྐྱར་ལྷོ་རྒྱུད་ཅན་ན་བཟའ་དབུ་ལྷ་རང་། འབྲིགས་། སྤྱན་འདམ་ལས་གྲུབ་པའི་རྣམས་སྲིད་ཀྱི་སྲིད་བསྐྱར་ན་བཟའ་དང་། གདུགས་རྒྱལ་མཚན་རང་འབྲིགས་།

༡

ལོ་རྒྱུན་མཁུངས་འགྲོ་རྟེན་སྐྱེ་སྲོ་ནས་རྟེན་སྲིད་ཀྱི་ཐངས་ལུས་ཆེ་བ་ཅུ་ཆེ་། མཚོན་གཤོས་ཆོས་རྒྱུ་གསེར་ཤོག་ལོ་བུ་སྲིད་པ་སྐྱེ་མཚོན་རྒྱགས་དང་། པ་ཀ་ཀ་པའི་སྲིད་སྲིད་དང་བཅས་།

པ་བམ་རིམ་གཉིས་ལ་སྲིད་གཟིགས་ཆེ་ལྷ་དང་། གཟིགས་རྒྱུད་བདག་བཅས་ལ་། ཤེལ་སྲོད་དང་འབྲིགས་ཁ་གསལ་སྲིད་ལོག་གཅིག་དང་། མཚོན་གཤོས་སྲིད་ ༡༧

0

བསྐྱེགས་ཆ་སྐྱེ་གསེར་། ཤོག་ལོ་བུ་སྲིད་སྲིད་ཤོད་གཉིས་ལ་སྲོད་འབྲུད་འབྲུད་གཉིས་རེ་ཡོད་པ་སྲིད་ལོགས་ལོགས་།

༡

༡

ཁ་གསལ་རྒྱུ་གཅིག་། སྲིས་གཞོང་གཡུང་བརྟོས་ཆོས་རྩེ་མ་ཁ་གསལ་གཅིག་། རྒྱུར་སྲིད་ ༤༠

དུལ་ 0

རྒྱུ་རྩེ་སེར་། རྒྱུར་བཟོ་རྟེན་རང་འབྲིགས་གཅིག་། དུལ་རྟེན་ཆེ་བ་བདུན་ཆར་གཅིག་ལ་།

༡

༥

ལྷན་ 3

རྒྱ་སྤང་ལེན་འཁྲོམས་ཐང་དུལ་སྤང་

0

མཚན་རྒྱུ་རྒྱ་སྤང་སྤྲུལ་ལྷན་འཁྲོམས་ཐང་གི་ལྷན་
ལྷན་རྒྱུ་རྒྱ་སྤང་ ༤༦

དུལ་རྒྱང་རྒྱང་བ་བུན་ཚར་གཅིག་

རྒྱ་སྤང་ལེན་འཁྲོམས་

༡
༤

3
༤

5

ལ་སྤྱིར་སྤང་བུལ་གཉིས་དང་ཞོ་
ཐང་ཁམ་སྤང་ལེན་རྒྱུ་རྒྱ་སྤང་ ༡༧

༡
3
༤

༤
2

༡
དལ་

དུལ་རྒྱང་ལེན་འཁྲོམས་ཐང་གི་བུལ་གཉིས་མ་ཚེ་བ་གཅིག་ལ་རྒྱ་སྤང་བུལ་
རྒྱ་སྤང་ལེན་འཁྲོམས་ཐང་སྤང་ལེ

༡

3
༤

བུན་གྱི་བརྒྱུད་ཡོད་ལ་ཐང་སྤང་དཀར་གཡལ་ལ་མའི་ཁེབས་དཀྱོལ་ཏོགས་ལྷན་རང་

ལྷན་རྒྱུ་རྒྱ་སྤང་ 22
༩
༤

འདྲི་སྒྲིལ་དུལ་རྒྱང་

༡
འཁྲོམས་ དུལ་རྒྱང་ལ་གཡལ་

༡

ལ་སྤྱིར་སྤང་བུལ་གཉིས་ལ་རྒྱ་སྤང་རྒྱ་སྤང་གཉིས་ལ་རྒྱ་སྤང་གི་བུལ་གཉིས་དང་ཞོ་བུལ་

རྒྱ་སྤང་ལེན་འཁྲོམས་ཐང་ཁམ་སྤང་ལེན་རྒྱུ་རྒྱ་སྤང་ 22

༡
3
༤

༤
3

དུལ་གྱི་བུལ་བུལ་ཚ་གསེར་མ་ཁེབས་ཐང་རང་འཁྲོམས་ཐང་གི་བུལ་གཉིས་ལ་རྒྱ་སྤང་བུལ་

རྒྱ་སྤང་ལེན་འཁྲོམས་ཐང་ཁམ་སྤང་ལེ

༡

3
༤

༡
དལ་དང་ཞོ་དོ་ དུལ་
ལྷན་རྒྱུ་རྒྱ་སྤང་ 27
5
༧

འདྲི་སྒྲིལ་འཁྲོམས་རྒྱལ་ཚེབས་བུལ་

ལྷན་འཁྲོམས་ཐང་གི་བུལ་གཉིས་ལ་རྒྱ་སྤང་དུལ་རྒྱང་

༡

ལྷན་འཁྲོམས་ཐང་གི་བུལ་གཉིས་ལ་རྒྱ་སྤང་དུལ་རྒྱང་གི་བུལ་གཉིས་

རྒྱ་སྤང་ལེན་འཁྲོམས་ཐང་ཁམ་སྤང་ལེན་རྒྱུ་རྒྱ་སྤང་ 3

༡
3
༤

2
4

ཐང་དམར་ལས་བུལ་ལེན་འཁྲོམས་ཐང་གི་བུལ་གཉིས་ལ་རྒྱ་སྤང་དུལ་རྒྱང་གི་བུལ་གཉིས་

༡

༡

༡

བཞི་ཡོད་པ་ ཟངས་དགོལ་མའི་ཁེབས་སྐྱོན་ཆེ་བ་གཅིག་ ཟངས་དམར་ལས་
སྤང་ ༥

0

འདི་སྐྱེ་མཁུན་དུ་ཡོད་

ལས་གྲུབ་པའི་མཚོན་ཀོང་རྒྱ་བཟོམ་དངུལ་གྱི་སྐྱེ་བུ་དང་ ཁ་ཞབས་དངུལ་འབྲིལ་ དངུལ་གྱི་ཁམ་ཁ་བཞི་

༡

འབྱུང་ ཟངས་གོལ་མའི་ཁེབས་ཉོག་རང་འགྲིགས་འབྲིང་བ་ཆ་གཅིག་

སྐྱིད་སྤང་ ༤

0

འདི་ཆ་གཅིག་སྐྱེ་མཁུན་དུ་ཡོད་

དངུལ་གྱི་མཚུལ་དང་དངུལ་གྱི་ཁང་བཟང་བཅས་སྐྱིད་སྤང་བཅུ་ཐམ་པ་དང་ཞོ་

༡

གསུམ་ཡོད་པ་ཆ་ཚང་ ཟངས་

སྐྱིད་སྤང་ ༡༢

༢

༢

སྐྱོན་ཁ་ཞབས་རག་འབྲིལ་དང་ཞབས་ར་རག་གི་པད་ལུལ་མ་མཚུ་ཁར་དངུལ་
པལ་ལན་ཅན་ ཁེབས་རག་གི་འབྲིལ་དང་རག་ཉོག་པད་ལུལ་རང་འགྲིགས་

ལྷང་ལོ་ཅན་དུ་ཡོད་

༡

ཆེ་བ་སྐྱུས་ལེགས་གཅིག་ ལྷོ་ རིན་

སྤང་ ༡༠

0

༡

ཆེན་དང་པོ་སྤང་ལུ་རེ་ཡོད་པའི་འབྲུམ་སྐྱེ་འདོགས་ཅན་གསུམ་

གསེར་སྤང་རེར་འབྲེམ་མ་ཐང་ཁམ་སྤང་རེ་ཅེས་སྐྱིད་ཁམ་སྤང་ ༢༥༥

༡༢

0

0

༡

དངུལ་ཁམ་སྤང་ལུ་བཅུ་ཐམ་པ་རེ་ཡོད་པ་འབྲུམ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལུ་ སྤང་གི་

༡

གོས་རྒྱ་མེད་དམར་པོ་ཁ་བཅུ་གཉིས་ གོས་

ཁ་རེར་སྤང་རེ་ཅེས་སྐྱིད་སྤང་ ༢༧༠

༢༠

0

0

མོར་པར་ཉོན་སྐྱུག་སེ་རང་མདོགས་གྱི་ཁམ་ཁ་དང་ ལྷོ་འདྲེ་རིས་ཁ་བཅུ་གསུམ་

༡

༡

དང་བཞི་ཆ་གཅིག་ གོས་མཚོན་རྒྱས་འཚོས་སྐྱ་ལུ་པ་ཡུག་ལུ་ ལྷོ་ འགོ་

སྐྱིད་སྤང་ ༣༠

ཡུག་རེར་སྤང་རེ་ཅེས་སྐྱིད་སྤང་ ༥༠

0

༡༠

0

0

སྐྱམ་བུན་ཚལ་ཀ་སྐྱུས་ལེགས་

༡

གྲོན་འདོངས་བཞི་དང་བཞི་ཆ་གཅིག་ ཡང་འགོ་སྐྱམ་བུན་ཚལ་ཀ་སྐྱུས་

གྲོན་འདོངས་རེར་སྤང་རེ་ཅེས་སྐྱིད་སྤང་ ༢༩

0

༥

༡

ལེགས་གྲོན་འདོངས་ལྷོད་གསུམ་ འགོ་སྐྱམ་བུན་རྒྱ་སྐྱུག་སྐྱུས་ལེགས་གྲོན་

གྲོན་འདོངས་རེར་སྤང་རེ་ཅེས་སྐྱིད་སྤང་ ༡༧

གྲོན་འདོངས་རེར་སྤང་

༢

༥

༢

0

0

༡

འདོངས་ལྷོད་ལུ་ ལྷོ་ འགོ་སྐྱམ་བུར་ཤོག་

རེ་ཅེས་སྐྱིད་སྤང་ ༣༡

༥

༡

ཚལ་ཀ་ཕྱོད་འགོངས་བདུན་ ལྷན་ཐིག་རིས་ལེགས་པ་ཚོས་ཚོགས་ རེས་ཕྱིན་སྐྱོད་མེ་
 ཕྱོད་འགོངས་རེས་སྐྱོད་ཕྱིན་སྐྱོད་སྐྱོད་ ༡༧ ༤ ༡
 ༤

བྱབས་གཉིས་དང་ ལྷན་ཐིག་རིས་འབྲིང་བ་ཚོས་ཚོགས་བྱབས་ཉི་ཤུ་ཅུ་དགུ་ རེས་སྐྱོད་མེ་
 ཕྱིན་སྐྱོད་སྐྱོད་ ༣ ༤ ༡ ༤
 ༤

སྟོད་ཀྱི་ཀ་ཅི་སྐྱུས་ལེགས་བྱབས་བརྒྱད་
 བྱབས་རེས་དུལ་རེ་ཕྱིན་སྐྱོད་སྐྱོད་ ༣༢
 ༠
 ༤

བཅུ་ཐམ་པ་ རྒྱལ་ཐང་གོ་དམར་བྱབས་བཅུ་ཐམ་པ་ ལོང་འབྲས་ཤེལ་ རེས་སྐྱོད་མེ་
 ཕྱིན་སྐྱོད་སྐྱོད་ ༢༠ ༠
 ༠

དཀར་ཤ་ཡེར་ཨང་དང་སྐྱུས་ལེགས་སྐྱུས་གཉིས་དང་ དགུན་འབྲུ་དཀར་པོ་ རེས་སྐྱོད་མེ་
 ཕྱིན་སྐྱོད་སྐྱོད་ ༣༠ རེས་སྐྱོད་མེ་ཕྱིན་སྐྱོད་
 ༡༤ ༠ ༡༢

༠
 ༠
 ༡ ༡

སྐྱང་གཉིས་ ལ་སྐྱར་དོ་གཅིག་ བྱེ་ཕྱིལ་
 སྐྱང་ ༢༤ སྐྱང་ ༡༡
 ༠ ༠
 ༡ ༡

སྐྱང་གཉིས་ ཉེད་སྐྱར་སྐྱང་གཉིས་ སྟོད་ཀྱི་བྱུ་མམ་གཙོ་འཁོར་ཉི་
 རེས་སྐྱོད་མེ་ཕྱིན་སྐྱོད་ ༡༡ ༠
 ༤ ༤
 ཕྱིན་སྐྱོད་ ༡༤
 ༠

༡
 ༣
 ༠

ཤུ་ཐམ་པ་མེ་ཡོད་པ་འི་སྐྱོད་ཉི་ཤུ་ཅུ་གསུམ་ ར་གསེར་བརྒྱད་འཁོར་བྱུག་བཅུ་ འཁོར་རེས་འབྲེལ་མ་ཐང་སྐྱོད་མེ་
 ཕྱིན་སྐྱོད་སྐྱོད་ ༡༧༢ ༤ ༣
 ༤ ༠

ཐམ་པ་ འབྲུ་གཙོ་དང་ཕྱི་ལལ་ཉིས་སྟོད་ཐམ་པ་ རེས་སྐྱོད་མེ་
 ཕྱིན་སྐྱོད་ ༣༠ ལལ་རེས་དུལ་རེ་ཕྱིན་སྐྱོད་སྐྱོད་ ༤༠༠

༠ ༠ ༠
 ༤
 མེ་ཕྱི་རྒྱ་ཚོས་ཉིན་འབྲུ་ཕྱི་ལལ་ ༡༤༤༤ ལྷན་བསྐྱར་ཡང་
 ༡༠ ༤ ༡༤

འབྲུག་ལུང་བསྐྱར་ཡང་མེ་བྱང་རྒྱ་ཚེས་ཉིན་ལུང་ཡང་རྒྱ་ཚེས་ཉིན་འབྲུག་
རྩེ་ལུང་ 3༧ བྱང་ཅེ་མཐོན་བྱང་བྲག་པ་པམ་མ་ནས་མ་ལན་ནང་གོས་སྐྱབ་ཐོག་སོང་བ་འབྲུག་རྩེ་ལུང་ 111 བྱང་བསྐྱར་རྒྱ་ཚེས་ལ། རག་རྩེ་ལོ་དཔོན་

གྲི་ལོགས་འབྲུག་ལུང་ 122 སྤོད་འཛོན་སོང་རྒྱ་ཚེས་ལ། ཡང་གཟུང་འགག་
གསོལ་ཞིབ་རྒྱུ་རྩེ་ལོང་བསྐྱར་ལུང་རྩེ་ལུང་ 20 བྱང་། ཡང་གོང་

གསལ་ཐོག་ལྷགས་རྩོན་ལུང་ལུང་ 101 བྱང་བསྐྱར་བས་གོང་འབོང་རྩེས་
བྱས་གཙང་ལྷག་འབྲུག་ལུང་ སྤོང་ལྷག་པ་སྤྱིན་ཚབ་སོང་བས་འགྲིགས།

༤༩
༡
༧
༥
༥ གོས་སྐྱབ་ཚལ་མང་གས་རྒྱགས་ཀྱི་སྤོད་འགགས་སྤོད་གཤམ་སེར་པོའི་
འབྲིང་དང་ རྒྱ་གསེར་ལི་དང་གི་དུ་ལྷན་ བསན་ཚོར་བྱ་ཚལ་ལའི་གོང་ནང་

ཅན་ལ་གསར་གཅིག་ གོས་ལྷི་ལྷ་
སྤང་ 20

མ་ཚལ་ཀའི་སྤོད་འགགས་ཚོར་གོས་མང་ལྷག་སྐྱབ་ལའི་འབྲིང་དང་ རྒྱ་གསེར་
ལི་དང་གི་དུ་ལྷན་རྩེ་ལོང་ཚལ་ཀའི་གོང་ནང་ཅན་ལ་གསར་གཅིག་ རང་གོས་

སྤང་ 24
0

ཀམ་ལ་རྒྱ་སྤོད་གི་སྤོད་འགགས་
ནང་གོས་ཀམ་ལ་མ་སེར་པོའི་འབྲིང་དང་སྤྱིན་ལེབས་སེར་པོའི་དུ་ལྷན་ཚོར་ཚལ་
འདི་ནས་གཅིག་ལས་སྐྱབ་ནས་རྒྱན་བཞེས་དང་ གཅིག་དགའ་ལྷན་མི་རྩིན་
པོ་ཚེར་ལས་སྐྱབ་ནས་རྩལ་ ཡང་སྤྱིན་བདུན་སྐྱབ་འགགས་ལས་སྐྱབ་ནས་རྒྱན་
བཞེས་མཛད།

༡
ཀའི་གོང་ནང་ཅན་ལ་གསར་གསུམ་ སྤྱིན་ལེབས་ཚལ་ཀའི་དུང་ཅེ་མའི་སྤོད་
རེར་སྤང་རེ་རྩིས་སྤྱིར་སྤང་ ༧༥

14
0

འགགས་སྤྱིན་ལེབས་པོ་དུང་ཅེ་
མའི་འབྲིང་དང་ སྤྱིན་ལེབས་སེར་པོའི་དུ་ལྷན་ འབྲུག་རྩེ་གོང་ནང་ཅན་ལ་
སྤྱི་མདུན་གློ་བཟང་ཚེས་འབྲུར་ གསོལ་དཔོན་བསོད་ནམས་
ཚེས་འཕེལ་ འཕྲད་སྐྱབ་ མ་ཚེན་འཛམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་
བཅས་སྤྱིར་སྤོད་འགགས་རྩི་སྤང་ 60 བྱང་།

༧
0

༡
གསར་བཞི་ སྤྱིན་ལེབས་དུང་ཅེ་མ་དམར་སེར་གྱི་སྤོད་འགགས་
རེར་སྤང་རྩིས་སྤྱིར་སྤང་ 60

14
0
0

ཟུང་བའམ་རྒྱ་སྒྲུབ་མའི་ར་ལྷན་ འབྲུ་རྒྱུ་ལོ་གོང་

ནང་ཅན་ཁ་གསུང་གཅིག་ ཡང་སྐྱིན་ཁབ་སུང་ཅེ་མ་དམར་སེར་གྱི་སྒོད་
སྤང་ ༡༥

༤
རྒྱུ་རྒྱུ་ཉེས་རྒྱུ་སྤང་ ༡༥ ལྷང་

འགགས་ སྐྱིན་ཁབ་གསེར་པོ་མེ་སྒོ་གུ་རིས་ཀྱི་ར་ལྷན་ འབྲུ་རྒྱུ་ལོ་གོང་
འདི་རྒྱུ་རི་ན་བཟའ་རྒྱུ་བཞེས་མཛོད་ཚབ་གཟུང་འགགས་
སྐྱིན་ཁབ་གསེར་གཞི་མའི་སྒོད་འགག་ལུགས་པ་གཅིག་ལྟེར་
འབྲུལ་གྱི་སྒོ་གུ་ལུལ་འབྲུལ་བསྐྱུས་གསེལ་དཔོན་རྒྱལ་མཚན་
དཔལ་ལྷན་ལ་སེང་མེ་སྤང་རྒྱ་ཚེས་ལ།
༥ ༢༧

༡
ཅན་ཁ་གསུང་གཅིག་ སྐྱིན་ཁབ་གསེར་གཞི་
སྤང་ ༡༥

༠
མ་ཚལ་ཀའི་སྒོད་འགགས་སྐྱིན་ཁབ་སེར་པོ་དུང་ཅེ་མའི་འབྲུད་དང་ སྐྱིན་ཁབ་
འདི་ནས་ལྷུག་གི་རྒྱུ་བཞེས་བསྐྱུང་
༡

རྒྱ་ཚེས་ཉེས་སྤྱི་འགག་ཁ་གསུང་ལྷུག་
༣ ༡༣
ནས་རྒྱུ་བཞེས་མཛོད།

༡
སེར་པོ་གསེར་གཞི་མའི་ར་ལྷན་ཁ་གསུང་གཉིས་ ཞི་པགས་ཀྱི་འོག་ལྱོན་གོས་
རེར་སྤང་རྒྱུ་སྤང་ ༣༤
༡༥ ༠

མོར་པར་ཉེན་རྒྱ་སྤྱི་གི་རྒྱུ་ལྷན་
སྐྱིན་ཁབ་གསེར་གཞི་མའི་སྒོད་ཅེ་མཛོད་གོས་ཚལ་ཀའི་འགྲིལ་བཅས་ཁ་གསུང་
༡
གཅིག་ ལྷུག་ལྱོན་པོའི་སྤྱི་ལ་འབོགས་རང་འགྲིལ་གསེར་ གོས་སྤྱིར་རྒྱུ་རྒྱ་
སྤང་ ༤༥

༡
སྤྱི་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་ལྷིང་བལ་གྱི་
བར་ཚང་ཟེ་བྱན་སྤྱིར་པོའི་ནང་ལྷན་ སྐྱིན་ཁབ་གསེར་གཞི་མའི་འགྲིལ་སྤྱིར་
༡
ཅན་ཁ་གསུང་གཉིས་ གོས་མོར་པར་ཉེན་རྒྱ་སྤྱི་གི་རྒྱུ་ལྷན་ལྷིང་བལ་གྱི་
རེར་སྤང་རྒྱུ་སྤྱིར་སྤང་ ༤༢
༢༤ ༠

༠
བར་ཚང་ཟེ་བྱན་སྤྱིར་པོའི་ནང་ལྷན་
སྐྱིན་ཁབ་གསེར་གཞི་མ་ཚལ་ཀའི་འགྲིལ་སྤྱིར་ཅན་ཁ་གསུང་གཅིག་ གོས་ཞན་
སྤང་ ༢༧

༠
རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱི་གི་རྒྱུ་ལྷན་ལྷིང་བལ་གྱི་བར་ཚང་ ཟེ་བྱན་སྤྱིར་པོའི་ནང་ལྷན་ ནང་གོས་ཚལ་
༡
ཀའི་འགྲིལ་སྤྱིར་ཅན་ཁ་གསུང་གཅིག་ ཞན་རྒྱུ་སྤྱི་འོག་གི་རྒྱུ་ལྷན་ལྷིང་
སྤང་ ༢༥

༠
བལ་གྱི་བར་ཚང་ ཟེ་བྱན་སྤྱིར་པོའི་ནང་ལྷན་ མཛོད་གོས་ཚལ་ཀའི་འགྲིལ་
༡
སྤྱིར་ཅན་ཁ་གསུང་གཅིག་
སྤང་ ༢༧

༡
ལྷའི་སྤྱི་པའི་འབོགས་ལག་ལྷན་ཆེ་བ་གཅིག་ ཞན་རྒྱུ་རྒྱ་སྤྱི་གི་རྒྱུ་ལྷན་

མ་སྲིད་བལ་བར་ཚང་སྲིད་ལྷན་པ་བབས་གཅིག་ མཚོད་གོམ་རྒྱ་སྐྱེག་

སྲིད་ ༡༢

0

གི་ཨོ་སྲོག་སྲིད་བལ་
བར་ཚང་ ཟླ་བའི་སྲིད་ལྷན་ རྒྱན་ཁབ་གསེར་གཞི་མ་ཚལ་གའི་
༡

འགྲིལ་སྲིད་ཅན་ཁ་གསུམ་གཅིག་ ཉན་ལྷན་རྒྱ་སྐྱེག་གི་ཨོ་སྲོག་སྲིད་བལ་

འདི་ལྷ་སྐྱེག་ནས་བཞེས་ སྲིད་ ༢༠
༡ 0

བར་ཚང་ ཟླ་བའི་སྲིད་
ཉན་ལྷན་ རྒྱན་ཁབ་གསེར་གཞི་མ་ཚལ་གའི་འགྲིལ་སྲིད་ཅན་ཁ་གསུམ་གཅིག་
༡

སྲིད་ ༢༥

0

གོམ་ཞན་རྒྱ་སྐྱེག་གི་ཨོ་སྲོག་སྲིད་བལ་གྱི་བར་ཚང་ ཟླ་བའི་སྲིད་ལྷན་
ལྷན་ རྒྱན་

༡

ཁབ་གསེར་གཞི་མ་ཚལ་གའི་འགྲིལ་སྲིད་ཅན་ཁ་གསུམ་གཅིག་ གོམ་སྲིད་

སྲིད་ ༢༠

0

རྒྱ་སྐྱེག་གི་ཁན་འབྲུར་སྲིད་བལ་གྱི་བར་ཚང་ ཟླ་བའི་སྲིད་ལྷན་
རྒྱན་ཁབ་གསེར་གཞི་

༡

མ་ཚལ་གའི་འགྲིལ་སྲིད་ཅན་ཁ་གསུམ་གཅིག་ ཉན་ལྷན་རྒྱ་སྐྱེག་གི་ཁན་འབྲུར་
སྲིད་ ༥
0

སྲིད་བལ་གྱི་བར་ཚང་ ཟླ་བའི་སྲིད་ལྷན་ རྒྱན་ཁབ་གསེར་གཞི་མ་

ཚལ་གའི་འགྲིལ་སྲིད་

༡

ཅན་ཁ་གསུམ་གཅིག་ འགོ་སྐྱེག་རྒྱ་སྐྱེག་གི་ཚལ་ལྷ་མ་ལུ་མེད་སྲིད་ཁབ་དོད་ཅེ་
སྲིད་ ༥

༥

འདི་ལྷ་སྐྱེག་གི་རྒྱན་བཞེས་སྲུ་མ་སྲིད་རྒྱ་སྐྱེག་ལ་བཞེས་
༢ ༡༢

མ་ཚལ་གའི་འགྲིལ་སྲིད་དང་ ཟླ་བའི་སྲིད་ལྷན་ཁ་གསུམ་གཅིག་

སྲིད་ ༧

0

འདི་བཤད་སྐབས་ཉམས་ཅིན་དུལ་སྲིད་ ༧ ལྷན་།

0

འགོ་སྐྱེག་རྒྱ་སྐྱེག་
གི་ཚལ་ལྷ་མ་ལུ་མེད་སྲིད་ཁབ་གསེར་གཞི་མ་ཚལ་གའི་འགྲིལ་སྲིད་དང་ ཟླ་བའི་

༡

སྲིད་ལྷན་ལྷན་ཁ་གསུམ་གཅིག་ ཅེ་སྲིད་ལྷན་གཅོད་སྲིད་ལེགས་ཀྱི་བཤད་མཁའ་
སྲིད་ ༥
0

ཐབས་ལམ་ལ་བཞེ

༡

བཅུ་ཞེ་གཉེས་ཡོད་པ་ཁ་གསུམ་གཅིག་དང་ ཅེ་སྲིད་ལྷན་གཅོད་སྲིད་ལེགས་ཀྱི་
སྲིད་ ༥
0

༡

གཤམས་ཐབ་རྣམ་པ་བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་ཡོད་པ་ཁ་གསར་གཅིག་ ཕྱི་ཐེང་རྒྱ་
སྤང་ ༤༠

0

འདི་སྐོ་མགོན་རྒྱལ་དཔལ་ནས་ཉེས་རིན་
སྤང་ ༤༠ ལྷུང་།

གཙང་སྐྱུ་ལེགས་ཀྱི་གཤམས་

ཐབ་རྣམ་པ་བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་ཡོད་པ་ཁ་གསར་གཅིག་ ཕྱི་ཐེང་གི་གཤམས་
སྤང་ ༣༢

0

ཐབ་རྣམ་པ་བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་ཡོད་པ་ཁ་གསར་གཅིག་ མཚོན་གོས་ཀོད་མ་
སྤང་ ༢༥

9

0

ཚལ་ཀའི་ཕྱི་སྐོད་རྩེ་དམར་གྱི་

ནང་ལྷན་ཁ་གསར་གཅིག་ མཚོན་གོས་རྒྱ་ཡིག་མ་ཚལ་ཀའི་ཕྱི་སྐོད་རྩེ་
སྤང་ ༢༥

འདི་གཟུངས་དཔོན་རྒྱོ་བཟང་

0 ཚེས་འབྲོར་ནས་ཉེས་རིན་སྤང་ ༢༠

འདི་གསོལ་དཔོན་བསོད་ནམས་ཚེས་འཕེལ་ནས་
ཉེས་རིན་སྤང་ ༢༥ ལྷུང་།

0

དམར་གྱི་ནང་ལྷན་ཁ་གསར་གཅིག་ མཚོན་གོས་ཚལ་ཀའི་ཚང་འཁོར་རྒྱ་ཡིག་
སྤང་ ༢༠

མའི་ཕྱི་སྐོད་ལྷུང་གི་ཉེ་ནང་ལྷན་ཁ་

གསར་གཅིག་ ཕྱི་ཐེང་གི་གཟུངས་རྣམ་པ་བཅུ་གཅིག་ཡོད་པ་ཁ་གསར་
སྤང་ ༡༤

འདི་བཤད་སྐྱེ་བ་ནས་ཉེས་རིན་སྤང་ ༡༤ ལྷུང་།

0

སྐྱུ་ལེགས་གཅིག་ ཡང་རྒྱ་ཐེང་གི་གཟུངས་རྣམ་པ་བཅུ་གཅིག་ཡོད་པ་ཁ་

སྤང་ ༢༢

རིང་སྤང་རེ་རྩིས་སྤྱིང་

0

9

0

གསར་གཉིས་ འབྲུ་རྒྱའི་གཟུངས་ཁ་
སྤང་ ༣༤

0

གསར་གཅིག་ ལེ་ཐང་ཁ་གསར་སྐྱུ་ལེགས་ལུ་ དངུལ་གྱི་རྒྱ་
སྤང་ ༤ རིང་སྤང་རེ་རྩིས་སྤྱིང་སྤང་ ༢༢

0

4

བསྐྱུ་གཞི་གསོལ་མ་དངུལ་གྱི་ཨ་ལུང་དང་ ཉོར་སྐྱུ་མ་སེར་པོའི་རྒྱ་ལུབ་
དངུལ་གྱི་དཔལ་ཤེས་ལྷན་འབྲེལ་རང་འབྲིགས་

སྐྱུ་ལེགས་གཅིག་ ཉོར་སྐྱུ་ཚལ་ཀའི་ལྷུག་གཅིག་ ཉོར་སྐྱུ་ཚལ་ཀའི་སྐོ་
སྤང་ ༡༤ སྤང་ ༡༥

0

0

འདི་ལྷུག་གི་སྐྱེ་མཁུན་དུ་བཞེས་།

རག་ཁ་བབས་གཅིག་ འགོ་རྣམ་བུ་ཚལ་ཀའི་འཆར་མི་རྩེ་སྐོན་གྱི་ནང་
སྤང་ ༣

4

ལྷན་ཁ་གསར་གཅིག་ འབྲུ་
སྤང་ ༡༣

9

རས་རྒྱ་ཁའི་འོག་འཇུག་ཕུ་ཡོད་ཁ་གསར་གསུང་། ཡས་འབྲེམ་སྐྱེར་ལྟེ་^༡
 རེར་སྤང་རེ་རྩིས་སྤྱིར་སྤང་། ^༢
 ༣ 0

འདི་ནས་གཞེས་དཔོན་སློབ་མཐུན་ཚོས་འབྱོར་ནས་ཉོས་
^༡
 རེར་སྤང་ ༣ ལྷོང་།
 0

གསེར་པོའི་འོག་འཇུག་ཕུ་ཡོད་ཁ་གསར་གཉིས་ ཡས་འབྲེམ་སྐྱེར་ལྟེ་^༡
 རེར་སྤང་རེ་རྩིས་སྤྱིར་སྤང་། ^༢
 ༡ 0

༤

འདི་གཉིས་འབད་སྤྱབ་ནས་ཉོས་རེར་སྤང་ ༣ ལྷོང་།
 0

སེར་པོ་དང་ ཚལ་ཀའི་རྩལ་ལེན་
 འདི་ནས་ཚལ་ཀ་གཞེས་དཔོན་སློབ་མཐུན་ཚོས་འབྱོར་

^༢
 དང་གསོལ་དཔོན་བསོད་ནམས་ཚོས་འཕེལ་གཉིས་
 རེར་སྤང་རེ་རྩིས་སྤྱིར་སྤང་། ^༡ ལྷོང་།
 ༤

༡

ཁ་གསར་དོ་ལྷ་ རས་ཚོན་སྤྱིན་ཁབས་གསེར་དངུལ་སྤེལ་མའི་པོལ་བརྒྱན་

རེར་དངུལ་རེ་རྩིས་སྤྱིར་

0

༢

༤

སྤང་ ༣

༢

༤

ཅན་ཁ་གསར་ཚ་གཅིག་དང་ རས་ཚོན་འགོ་བརྒྱན་མ་ཁ་གསར་ཚ་གཅིག་^༡
 འདི་ལྷ་སྤྱུག་བཞེས་ སྤང་ ༢ སྤང་ ༣^༡

0

0

རས་ཚོན་འགོ་བརྒྱན་མ་ཁ་བབས་

༡

ཚ་གཅིག་ འགོ་སྐྱེས་རྒྱ་སྤྱུག་གི་ཉང་མག་རེ་སྤོན་པོ་དང་ སེར་པགས་ཀྱི་

སྤང་ ༢

0

^༡
 འབྲི་པ་ལྷན་ཚ་བཞི་ སེར་ཐེབས་དངུལ་ཚ་སེར་མའི་ལྷོད་དང་ བད་

ཚ་རེར་སྤང་རེ་རྩིས་སྤྱིར་སྤང་། ༤

༡

0

༤

བསྐྱེས་ཀྱི་ཉོག་དང་བཅུད་ལྷུང་གཡུ་འི་ཁ་ལྷན་

༡

ཁ་གསར་གཅིག་ སེར་ཐེབས་ཁ་གསར་གཅིག་ ལྷ་རྩ་སྤྱི་རྒྱ་ལགོ་^༡

སྤང་ ༡༢

སྤང་ ༡0

0

0

སྐྱམ་ལུ་རྟང་གི་ཐོས་བཅས་ལ་བཏགས་ཀྱི་ལྷ་ལུབ་རང་འགྲིགས་གཅིག་ ཉོར་

སྔར་ ༡༥

0

རྩམ་དཀར་པོའི་ལྷ་དཀར་སྐྱམ་ལེགས་

ལྷུངས་བཅས་རང་འགྲིགས་གཅིག་ ཟླ་བ་ལྷ་དཀར་པོའི་དབའ་རྩེ་ལ་གསར་
སྔར་ ༧

འདི་མགོན་འཇམ་དབྱངས་ཤེས་རབ་ནས་ཉེས་ཅིན་སྔར་ ༧ ལྷུང་།
0

༡

༡

ཆ་གཅིག་ གོས་བྱང་ལྷ་སྐྱུག་ཁའི་ཕུས་ལྷུངས་ལ་བབས་ཆ་གཅིག་

དུལ་ 0

སྔར་ ༡

༤

༥

གོས་ལྷན་རྒྱུ་སྐྱེ་མཛད་གསུངས་ཀྱི་སྐོལ་ཆས་འོག་
ལྷན་སྐྱེ་བའ་ལྷུང་བར་ཚང་དང་ ཟླ་བ་སྐྱེ་པོའི་ནང་ལྷན་ ལྷན་ལབ་རྒྱ་
༡

སྐར་ཚལ་ཀའི་འགྲིལ་གྱིང་ཅན་ལ་ནེམས་གཅིག་ གོས་མེར་པར་ཉོན་ལུ་རྟང་

སྔར་ ༡༠

0

གི་རྒྱ་སྐྱོགས་ཅེ་སྐྱེན་བའ་

ལྷུང་བར་ཚང་ གོས་བྱང་སྐྱེ་ལྷན་ལ་བབས་གཅིག་ མཛོད་གོས་མེར་
སྔར་ ༧

0

༡

པོའི་སྐྱེ་སྐྱོགས་ཅེ་གོས་ལ་ཤེལ་སྐྱེ་ལྷན་ལ་བབས་གཅིག་ གོས་སྐྱེ་
སྔར་ ༥

0

རྒྱུ་རྒྱ་སྐྱུག་གི་རྒྱ་སྐྱོགས་ཅེ་

གོས་བྱང་སྐྱེ་ལྷན་ལ་བབས་གཅིག་ འགོ་སྐྱེ་མེར་པོའི་རྒྱ་སྐྱོགས་ཅེ་
སྔར་ ༢

འདི་གོས་སྐྱེ་བ

0

ཟླ་བ་སྐྱེ་པོའི་ནང་ལྷན་ལ་གསར་གཅིག་ གོས་སྐྱེ་མ་ཚལ་ཀའི་དབའ་འཇུན་
སྔར་ ༣

༥

ཚོས་མཛོད་སྐོལ་བཟང་ལར་འཕེལ་གྱི་ཕྱིས་འགྲིལ་མེར་མེ་གྲང་
ཟླ་ཚོས་ལ།
༧ ༢༧

གོས་བྱང་སྐྱེ་ལྷན་ལྷན་

ལྷན་ གོས་སྐྱེ་ལབ་མེར་གཞི་མའི་འགྲིལ་ཆས་ ལྷན་ཅེ་མེར་པོའི་མཐའ་

འཇམ་ཅན་ལ་གསར་གཅིག་ འགོ་སྐྱེ་མ་རྒྱ་སྐྱུག་གི་དབའ་འཇུན་ ཟླ་བ་
སྔར་ ༡༢

0

སྐྱོན་པོའི་ནང་ལྷན་ མཛོད་གོས་

༡

ཚལ་ཀའི་འབྲིལ་བཅས་

སྤྱན་རླེང་མེད་མེད་ལེན་འཛུལ་ཚན་ཁ་ཞེས་མ་གཅིག་

སྤང་ ༣

0

འདི་ལོ་སྤྱོད་ཚེས་མཚན་གྱི་ཡེ་ལོ་ལྷོ་མ་འཁྲུག་ལོ་སྤྱོད་ཚེས་ལོ།

༥༧ ༥༧

མཚན་ལོ་སྤྱོད་མེད་ལེན་ལྷོ་མ་ལོ།

ལོ་སྤྱོད་ལྷོ་མ་ལྷོ་མ་ལོ་སྤྱོད་ལྷོ་མ་ལོ།

སྤང་ ༣

༤

འདི་ལོ་སྤྱོད་ཚེས་མཚན་གྱི་ཡེ་ལོ་ལྷོ་མ་འཁྲུག་ལོ་སྤྱོད་ཚེས་ལོ།

༧ ༥༧

གསལ་གཅིག་

ཞུམ་ལྷོ་མ་སྤྱོད་ལོ་སྤྱོད་ལྷོ་མ་སྤྱོད་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

སྤང་ ༡

སྤང་ ༤

༥

0

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

མེད་ལྷོ་མ་སྤྱོད་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

སྤང་ ༤

0

༡

སྤྱོད་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

སྤྱོད་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

སྤང་ ༡༠

0

གཅིག་

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

སྤང་ ༤

0

གཅིག་

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

༡༠

0

0

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

༡༠

0

0

སྤྱོད་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

༡

གཅིག་

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

འབྲུག་ལོ་སྤྱོད་ལོ།

༡

༡

ལྷ་འབྲུག་ ཟླ་བ་ལྷོ་ནུབ་
པའི་ནང་གདང་ བོ་སེ་མི་ལྷི་འགྲིལ་ལྷན་ སག་རྩི་ལྷོ་ནུབ་པའི་ཡོ་མེ་ལེན་
སྤོང་བཀྲའ་ལྷི་ཤ་ཐག་སྤོང་བཅས་བཞེ་འབྲུག་ སྐབ་བསྐྱབས་ འགའ་དཀར་

།
ལྷ་ལྷ་གདན་འགོ་ཚལ་ལྷི་ཐ་ཚེག་ཅན་གཅིག་

དང་ལྷིང་པའི་ནང་གདན་ལྷིང་སྤོང་ལྷི་ལྷ་བ་ལྷན་བཅས་སྐ་འབོར་ཚ་ཚང་ ཡང་

ཚ་ཚང་ལྷིང་སྤང་ ༥༠

ཅུམ་ལུང་དང་སྐྱུག་མེའི་སྐྱུག་བྲན་དང་ རྒྱལ་གཤོལ་ཅེ་འགོ་སྐྱུམ་བྲན་ཚལ་

ཀའི་འགྲིལ་དང་ དར་སྤོང་ལྷི་ནང་ལྷན་སྐྱུམ་ལེགས་ ལྷིང་སྤང་ ༢༥

བར་ཅུམ་དམར་ལྷི་སྐྱུག་བྲན་འགྲིལ་བཅས་མེད་པ་ལ་གསར་གཅིག་ ཀོ

སྤང་ ༤

།
ཟངས་སྐྱོར་མོ་ལ་གསར་གཅིག་ འགོ་སྐྱུམ་བྲན་ཚལ་ཀའི་སྐྱུ་འབྲུག་གོས་

སྤང་ ༧

མེ་ལྷི་འགྲིལ་དང་ སག་རྩི་ལྷོ་ནུབ་པའི་

ཡོ་མེ་ལེན་ ཟླ་བ་ལྷོ་ནུབ་པའི་ནང་ལྷན་ལ་གསར་གཅིག་ ལྷོང་བཀྲའ་དམར་

སྤང་ ༥

མེ་ལྷི་ཤ་ཐག་དངུལ་ལྷི་དཔལ་ཤེད་དང་ དར་སྤོང་དར་འགྲིལ་སྐྱུམ་ལེགས་

།
ལ་གསར་བཞེ་ མི་ཅིང་དར་དཀར་ལྷི་ལྷ་གྲུར་དར་བུ་ལྷ་གས་

ལྷིང་སྤང་ ༡༢

དམར་ལྷི་བརྒྱན་ལ་དར་བུ་སྤོང་སྐྱེ་དཔུང་ལྷན་ མཐའ་ལུང་གི་ནང་ལྷན་ལ་གསར་སྐྱུམ་ལེགས་ལ་ཤེ་བ་སྤོང་སྤྱི་གྲུར་ཁོམས་ ཀར་ལྷ་གས་གཤམ་མ་

འབྲུག་བཅས་དང་འགྲིལ་སྐྱུམ་ལེགས་གཅིག་

སྤང་ ༤༠

།
ལྷ་ ཟངས་སྐྱུག་རྒྱ་ར་མ་རག་འཕུལ་དགོལ་མའི་བརྒྱན་དང་ སག་འབོར་དགོལ་མ་ ཟངས་ལྷི་ལུང་ཅན་གཉིས་འབྲུག་ ཟངས་ཁབས་རག་འཕུལ་དགོལ་མའི་བརྒྱན་དང་ཏོག་རང་

སྐྱུམ་ལེགས་ཤིང་གི་བསྐྱེགས་བཅས་གཅིག་

སྤང་ ༢༥

།
ཟངས་སྐྱུག་ལུང་གཉིས་མ་ཁབས་དང་འཕུ་ལུང་དང་འགྲིལ་སྐྱུམ་ལེགས་ཆེ་བ་ཆ་

རེར་སྤང་ཤེ་རྩིས་ལྷིང་

༡༠

།
གཅིག་ ཟངས་ལྷི་འབྲུག་ལུང་གཉིས་མ་ཆེ་ལེགས་གཅིག་ སག་

སྤང་ ༢༠

སྤང་ ༤

སྐྱོད་ཆེ་ལེགས་ལ་གསར་ཆ་གཅིག་ ཇམ་དོང་རག་བཤམ་ལྟ་འབྲུང་ ཁེབ་
 ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ ༣

རག་བཤམ་དང་ རག་བཤམ་མ་རྒྱལ་ལོ་དང་ཐག་བཅས་རང་འགྲིགས་ལེགས་

པ་གཅིག་ ཟངས་གྱི་ཞག་བསྐྱུག་
 ལྷོ་ ༡

༤

༡

ཁེབས་བཅས་རག་བཤམ་མ་ངོ་གསུམ་ ཟངས་དམར་གྱི་གོ་ར་མཛོ་སྐྱུ་ལ་

རེས་ལྷོ་རེ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ ༣

༡

0

0

ལྷོ་རང་འགྲིགས་སྐྱུས་ལེགས་གཅིག་ ལྷོ་རག་གི་རྩ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

ལྷོ་ ༧

0

མ་ཤིང་མཚལ་རྩི་མའི་བསྐྱེགས་དང་ ལྷོ་གས་
 གྱི་མེ་སྐྱེ་རང་འགྲིགས་སྐྱུས་ལེགས་གཅིག་ ལྷོ་ ལྷོ་དཀར་དཀར་སངས་

༥

༤

0

རང་འདོག་རྩ་རེས་གྱི་རྩ་དབན་ཆ་གཅིག་ དཀྱུ་དབན་དཀར་སངས་པུ་རེས་

ལྷོ་ལྷོ་ ༤

0

༡

ཆ་གཅིག་ ལྷོ་དཀར་དཀར་དབན་ལྷོ་ལྷོ་

ལྷོ་ལྷོ་ ༡

༤

༡

༡

ཁེབ་ལ་གཅིག་ ལྷོ་དཀར་དཀར་སངས་ཆེ་བ་ཆ་གཅིག་ དཀྱུ་དབན་

ལྷོ་ ༡

ལྷོ་ལྷོ་ ༡

༤

༤

མེ་ཏོག་རེས་ཆ་གཅིག་ ལྷོ་དཀར་དཀར་སངས་ཆ་གཅིག་ ལྷོ་དཀར་ལྷོ་

ལྷོ་ལྷོ་ ༡

ལྷོ་ལྷོ་ ༣

0

0

ལྷོ་ལྷོ་ ལྷོ་དཀར་དཀར་ལྷོ་ལྷོ་

ལྷོ་ལྷོ་ ༣

༤

ལྷོ་ལྷོ་ ལྷོ་དཀར་ཤམ་ལ་མ་ཆ་གཅིག་ ལྷོ་དཀར་ལྷོ་གས་

ལྷོ་ལྷོ་ ༤

ལྷོ་ལྷོ་ ༡

༤

0

༡

༡

བརྒྱུད་མ་ཆ་གཅིག་ ༡ ནང་དཀར་འབྲུག་ལྗང་རིམ་ཆ་གཉིས་ ནང་དཀར་
 ལྗོངས་སྤང་ ༡ ༢ ལྗོངས་སྤང་ ༢ ༥

ལྗང་ལྷུ་ཆ་གཅིག་ ༡
 ལྗོངས་སྤང་ ༡ ནང་དཀར་ ༠

མཚན་མདོག་མ་ཆ་གཉིས་ ༡ ནང་དཀར་མེདོག་རིམ་ཆ་བཞི་ ལྗོངས་སྤང་ ༤ ༡
 ལྗོངས་སྤང་ ༢ ༥ ལྗོངས་སྤང་ ༥ ༠
 ༡ ༡

ཁ་མ་ཆ་གཅིག་ ༡ དཀར་ཡོལ་མོར་གཞུགས་འབྲུག་རིམ་མ་ཆ་གཅིག་ ༡ ལྗོངས་སྤང་ ༡ ལྗོངས་སྤང་ ༠

༠
 ༤

དབན་དམར་ལྷ་ལེབས་

བཅས་ཆ་གཅིག་ ༡ ལྷ་དབན་དཀར་སངས་ཆ་གཅིག་ ལྷ་ཡའི་ཡོལ་གློ་ ༡
 ལྗོངས་སྤང་ ༡ ༠ ལྗོངས་སྤང་ ༡ ༠

ལེགས་པ་ཆ་གཅིག་དང་ ༡ ལྷ་ཡའི་ཡོལ་གློ་ཞེས་བཅས་ཆ་གཅིག་ ཅུས་མོར་ ༡
 ལྗོངས་སྤང་ ༤ ལྗོངས་སྤང་ ༡ ལྗོངས་སྤང་ ༡

༠
 ༤

འདི་གཉིས་ལམ་བཞུགས་ལ་ལྗོངས་སྤང་ལེབས་

ལེགས་ལྗོངས་སྤང་ལྷ་ལྷུག་ནས་ལྷལ་བས་མོར་།
 གསེར་ཤོག་མ་ལེབས་བཅས་ལ་

གསེར་ཤོག་ལྷུན་ ༡ ལྷུས་མོར་གསེར་ཤོག་མ་ལེབས་བཅས་ཤོག་ལྷུན་ ༡ ལྷུན་སྤང་ ༡
 ལྗོངས་སྤང་ ༢ ༤ ལྗོངས་སྤང་ ༡ ༢

ལྷུས་ནང་བཞུངས་ལྷུས་པའི་འབོལ་གདན་གྲོང་ལྷ་ལམ་དར་མཚལ་ཀའི་མཐའ་ལྷུགས་དང་ མཐོང་གྲོང་དར་དཀར་པོ་
 ༡ ༡

ཟླ་བཟང་གྲོང་པོ་དང་དཀར་པོའི་རྒྱུ་ལྷན་ལ་གསེར་ཞེས་ལྷུས་ལེགས་ཆ་བདུན་
 ཆ་རེར་སྤང་རྩིས་ལྗོངས་སྤང་ ༤༤

༤ ༠

དང་ ལྷུས་ལྷུས་ནང་བཞུངས་ལྷུས་པའི་འབོལ་གདན་གྲོང་འདྲེན་མ་འགའ་ལྷུགས་དང་ ལམ་དར་མཚལ་
 ཀའི་མཐོང་ ཟླ་བཟང་དཀར་པོའི་རྒྱུ་ལྷན་ལ་གསེར་ཞེས་ལྷུས་ལེགས་ཆ་
 ཆ་རེར་སྤང་རྩིས་ལྗོངས་སྤང་ ༡༥

༥ ༠

གཉིས་དང་ ༡ ལྷུས་ལྷུས་ནང་བཞུངས་ལྷུས་པའི་འབོལ་གདན་འགོ་མཚལ་གྱི་འབྲུམ་དང་ མཐོང་འགོ་སྐྲུན་ལྗོངས་སྤང་ འགའ་
 ༡ ༡

དཀར་གྱི་རྒྱུ་ལྷན་ལ་གསེར་ལྷུས་ལེགས་ཆ་གཅིག་ ༡ འབྲུངས་པའི་རྒྱུངས་
 ལྗོངས་སྤང་ ༥ ༠

གདན་སྐྲུན་དམར་ཚོས་སྐྲུག་གི་འབྲུམ་དང་ འགའ་དཀར་གྱི་རྒྱུ་ལྷན་ལ་
 འདི་ནས་ཡ་དགོ་ཡངས་འཛོན་ལ་རི་ཁོད་ཏུ་གད་པ་སྤྲོ་
 ༡
 སངས་གདོང་མོར་
 ༡

གསེར་ཆ་གཅིག་ ༡ ལོ་ལྷུན་

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ ༤

༠

བཞི་ལྷོ་སྤྲོད་ཀྱི་མཐའ་ལྷགས་དང་། ལོ་སྤྲོད་རིམ་དམར་སེར་གྱི་འཇའ་ལྷན་
བཞུགས་བཞི་མཚལ་ཀའི་མཐའ་བུས་གྱི་ལོ་སྤྲོད་ལ་འགའ་དཀར་གྱི་ལྷོ་སྤྲོད་ལ་གསལ་

༡

ཆ་གཅིག་ རྩམ་སྤྲེལ་ལག་

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ ༤

༠

མ་ལང་དང་གི་སྤྲོད་སྤྲོད་གདན་འགོ་སྤྲོད་བུན་མཚལ་ཀའི་མཐའ་ལྷགས་ ཟླ་བུན་

༡

སྤྲོད་པོ་ལྷོ་སྤྲོད་ལ་གསལ་སྤྲེལ་ལགས་ཆ་གཅིག་ རྩམ་སྤྲེལ་ལག་མ་ལང་

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ ༤༠

༠

དང་གི་སྤྲོད་པོ་ལྷོ་སྤྲོད་
བུན་མཚལ་ཀའི་མཐའ་ལྷགས་དང་། དར་སྤྲོད་གྱི་ལྷོ་སྤྲོད་ལྷན་སྤྲེལ་ལགས་ལ་

༡

གསལ་ཆ་གཅིག་ རྩམ་ལང་དང་སྤྲོད་སེའི་སྤྲོད་པོ་ལྷོ་སྤྲོད་བུན་མཚལ་

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ ༤༠

༠

ཀའི་མཐའ་ལྷགས་དང་། ཟླ་བུན་སྤྲོད་

༡

པོ་ལྷོ་སྤྲོད་ལ་གསལ་ཆ་གཅིག་ སྤྲོད་རྩམ་སྤྲེལ་ལག་གི་སྤྲོད་པོ་ལྷོ་སྤྲོད་ལ་གསལ་

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ ༢༤

༠

༡

གཅིག་ བཞུགས་པགས་ཀྱི་ལག་མ་ལང་མ་ལྷོ་སྤྲོད་མཚལ་ཀའི་མཐའ་ལྷགས་དང་

སྤྲོད་ ༣

༠

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ལ་བབས་

༡

ཆ་གཅིག་ དོ་སྤྲོད་ལྷགས་ཀྱི་འཇའ་བདེན་འགོ་མཚལ་གྱི་མཐའ་ལྷགས་མ་ལ་

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ ༣

༠

༡

གསལ་ཆ་གཅིག་ ལྷོ་སྤྲོད་ཀོ་དམར་གྱི་འཇའ་བདེན་སག་རི་སྤྲོད་པོ་དང་། སེར་

སྤྲོད་ ༣

༠

སག་གི་བཞུགས་སྤྲོད་ལ་གསལ་ཆ་

༡

གཅིག་ བཞུགས་སྤྲོད་དམར་པོ་ལྷོ་སྤྲོད་འཇའ་བདེན་འགོ་མཚལ་གྱི་མཐའ་ལྷགས་

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ ༤

༠

མ་ལང་འགའ་དཀར་གྱི་ལྷོ་སྤྲོད་ལ་གསལ་ཆ་གཅིག་ སྤྲོད་རྩམ་དམར་ལྷོ་སྤྲོད་

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ ༤

༠

༡

གདན་ལ་གསལ་ཆ་ལྷགས་གཅིག་

སྤྲོད་ ༡༤

༠

༡

ཡང་སྤྲོད་རྩམ་སྤྲེལ་གདན་དམར་ལྷོ་སྤྲོད་ལ་གསལ་ཆ་གཅིག་ འབོ་ལྷོ་སྤྲོད་འབྲོ་

ལྷོ་ལྷོ་སྤྲོད་ ༡༤

༠

༡

ཆ་གཅིག་རེ་བཞུགས་པའི་ལྷོ་སྤྲོད་ཀྱི་གདན་ལོ་ལ་གསལ་ཆ་ལྷགས་དོ་སྤྲོད་དང་། འགའ་

