

Description For Group1-12: ཚབ་མདོ་འཕགས་པ་ལྷ་ས་ ཡལོང་ས་མཚོག་གསེར་གླིང་མངའ་

གསེལ་སྐབས་ལྔ་ལྔ་ཚབ་མཐོང་ཤེས་ཉེ་ཐོག་ཐུར་ལེགས་འབྲུལ་ལྷུ་ཡིག་དང་
སྐབས་རྗེ་མཚོག་ལ་ཡལོང་མའི་བཀའ་དགོངས་ལྔ་ལྔ་ཚབ་མཐོང་
དགོས་པེབས་པར་གཞུང་ཞབས་ལྷ་སྡེ་མི་སྡེ་སོགས་ནས་ལེགས་འབྲུལ་གཞུང་ལྷ
སོགས་ཡིག་གྲངས་ ༡༢ ལོང་སྐང་ ལྷགས་པག་
༡༢ ༡༨༠༥ ༡༩༡༡

Title: ལྷ་ རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་པའི་སྤྱི་དུ་ཞེས་པ་མི་མོ་ལུག་ལའི་
བྱུང་དེབ་ནོར་བུའི་དོ་ཤལ་དགོ།།

Short Description: རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་པའི་མི་ལུག་ལའི་བྱུང་དེབ་
ནོར་བུའི་དོ་ཤལ་ མི་ལུག་ ༡༨༠༥
༡

Main Text: ལྷ་ མི་ལུག་གནས་ལའི་རང་ཞལ་གསར་དུ་ཚོས་པ་ནས་བརྒྱུད་བྱུང་དེབ་

ནོར་བུའི་དོ་ཤལ་བཀོད་པར། ཚོས་ཉིན་ཉི་འོད་དཀར་སྤྱི་ཚོག་གྲངས་གཞུང་
༡

རྒྱུང་
གྲི་མཇལ་དར་རྟེན་གསུམ་ལྟེ་འཚང་པ་ནས་འབྲུལ་འདེགས་སུ་འབྲུས་སུ་དགོ་ཡོངས་འཛིན་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་ཀྱང་སྲང་ ༡ ཞབས་གྲས་སྤྱི་དང་ བྲུ་ཚང་ནས་ བྲུ་ཚང་ནས་མཇལ་
དར་ཨ་ལེ
རི་ རྟེན་དོད་སྲང་ ༢ རི་ ཇ་རྒྱར་མཇལ་དར་བར་མཛོད་ མཚོད་བྱུར་ནས་
༠

མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་ཀྱང་སྲང་ ༡ ཞབས་གྲས་དཀར་གྲུས་
བྲུ་ཚང་ལས་སྤྱི་རྟེན་དང་ ལྷོ་གཞན་རིགས་བཅས་ནས་མཚོད་ཡོན་རྣམ་ལ་གོ་བར་གྱི
༢
༢

མཇལ་དར་རི་ལུལ་བཇོ་རྒྱའི་མཇལ་དར་རང་སྤྱོད་དང་ སྤྱུག་ཏུ་ལུལ་བྱུང་ཨ་ལེ ༡
༢
བར་མཛོད་

ལུལེ ༡༥ ལྷི་མཛོད་ ༢༥ ལབ་སོད་ ༡༢ མཚོན་ཚུ་མཚོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་ཨ་ལེ་དང་ རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ སེར་བྱེས་བྲུ་ཚང་ནས་མཇལ་དར་

ཨ་ལེ རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ ལྷུག་བྱུར་སྤོ་ཡར་ནས་མཇལ་དར་བར་མཛོད་ རྟེན་དོད་
༤

སྲང་ ༡ འདི་ལའི་བྲུ་དམངས་ནས་མཚོད་ཡོན་རྣམ་གཉིས་ལ་མཇལ་
དར་རི་ལུལ་བཇོ་རྒྱའི་མཇལ་དར་རང་སྤྱོད་དང་ སྤྱུ་མདུན་ལུལ་བྱུང་སྤྱོད་ལྟེ་ ༡༥
བསོད་ ༢ འདྲས་ལོ་བྲང་སྤྱི་པ་གྲུང་ཏུ་མ་ལས་བྱུར་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་
སྲང་ ༡ ཚོས་སྤྱི་ནད་བང་ནས་མཇལ་དར་བྱུར་ལེ རྟེན་དོད་དུལ་ ༠ ཡིག་གཉེར་
༠
༩

དགོ་ཚོས་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་སྲང་ ༢ ལྷུག་
མཚོད་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་རང་སྤྱོད་ དཀྱུ་ཤོད་སྲང་ ༡ མ་ལན་རྒྱུད་ཡོ་བྱུབ་ནས་རོ་
༢
ཚབ་བཀོད་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་སྲང་ ༢ ཚོས་ཉིན་ལུར་སྤྱོད་
༢

གྲུ་བྲང་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་སྲང་ ༢ བཞི་སྤྱི་སྤྱུང་གནས་གྲུ་མ་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ གསར་ཚོས་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ

རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ རས་སྤྱང་ཤག་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ སྤོམ་ར་
༤
གཉེར་ཚང་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ ལྷུག་མཛོད་
༤

ལྷ་ དུ་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་དང་ དཀྱུ་ཤོད་སྲང་ ༡ ཡབ་ཚང་སྤྱུགས་ཤར་ནས་
༠
༤

མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ ཤར་ཚུ་གྲུ་ཚང་

ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡ ལྟོ་པ་དང་ རྟོ་ཁང་ཚན་སོ་སོ་ནས་

མཇལ་དར་ཨ་ལེ་བུ་གཉིས་མེ་ ལྷ་མ་ཁང་སྐྱུ་དུང་ནས་མཇལ་
དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡ ཟུག་མཛོད་དུ་ཨ་ལེ་ དུལ་མཚོག་ ར་བཀོད་ས་

ཇོ་སལ་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༢ གནས་ཚུང་གྲུ་ཚོང་ནས་མཇལ་དར་ནང་
མཛོད་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༢ ཇོ་སྐར་མཇལ་དར་དང་དུལ་མཚོག་ ༡ ཚེས་ཇེ་འི་གཟིམ་ཤག་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡ བུ་སྐར་ལྷན་ནས་དུལ་མཚོག་གསུང་སྐྱུ་

ཚབ་མདུན་ལྷན་གཟིགས་ཅིན་པོ་ཆེ་ནས་
ལྷ་ག་རྩ་ལྷ་ལེ་ལྷན་བར་མཛོད་དང་ གོས་ཡུག་ཀར་སྒྲིལ་ ༡ ཇོ་སྐར་ལྷ་ལེ་དང་ གོས་ཡུག་ཀར་སྒྲིལ་ ༡ ཇོ་སལ་ནས་སྐྱུག་དང་ཇོ་སྐར་སོ་སོ་ལྷ་རྟེན་ཨ་ལེ་དང་
གོས་ཡུག་ཀར་སྒྲིལ་མེ་ བོ་སོ་མི་མཚན་ནས་མཇལ་དར་དང་ ཁམ་སྲང་ ༡

༢ ལི་ཐང་ཚོང་ཨ་ལེ་འབྲུག་ཞེ་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༢ ཟུག་
མཛོད་དུ་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་དང་སྒོ་ག་ ལུག་ལོག་ ༡ ཚེས་ཉིན་ མཁམ་ཚུང་རྩམ་

རྒྱལ་ལེས་རབ་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༢ ལྷ་དུག་ཇོ་སལ་ག་
དོ་མེ་བས་ཀྱི་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༢ ཟུག་མཛོད་དུ་ཨ་ལེ་དང་ དུལ་མཚོག་ ༡ ཞབས་ལྗོད་གྲགས་ཚུ་ནས་གཞུང་ཙུང་གུང་བའི་གསུང་མཇལ་
མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡ ཟུག་མཛོད་དུ་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་དེ་ དུལ་མཚོག་

པོ་ག་ ༡ ཙུང་དུལ་རྩམ་ནས་མཇལ་དར་བྱུང་ལེ་ རྟེན་དོན་
སྲང་ ༡ ཚེས་ཉིན་ཚོ་བུ་སྐར་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡ ཟུག་

མཛོད་དུ་མཇལ་དར་བྱུང་ལེ་ དུལ་མཚོག་ ༡ འབས་སྐྱུག་ས་
གྲུ་ཚོང་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡ དང་ལེ་འབར་གསོལ་དཔོན་ནས་མཇལ་དར་དང་ རྟེན་དོན་ཁམ་སྲང་ ༢ ལྷོ་མང་གྲུ་ཚོང་ནས་

མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་གསོལ་དོན་སྲང་ ༤ ཇོ་སྐར་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ དུལ་མཚོག་ ༢ ལྷོ་དམངས་མཁམ་པོ་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་
སྲང་ ༡ ཁང་སུར་དག་སྐྱུ་ལྷན་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡ ལྷོ་སྐྱིད་

རྒྱལ་ཚོང་མཁམ་བྱུར་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡ ཟུག་

མཛོད་དུ་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ དུལ་མཚོག་ ༢ ཚོང་དཔོན་མཁམ་མཚོག་ནས་

མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ ཇོ་སྐྱུ་བུ་སྐྱུག་ས་ ༢ ལྷོ་མང་མཁམ་བྱུར་ནས་མཇལ་
དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡ ཟུག་མཛོད་དུ་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ དུལ་མཚོག་ ༡

སྐྱུག་གྲགས་སྐྱུ་ལྷན་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གྲང་ ༡
ཟུག་མཛོད་དུ་མཇལ་དར་དང་བསྐྱོག་ས་ དུལ་མཚོག་ ༢ ལྷ་འབྲུམ་སྐྱུ་ལྷན་ནས་

མཇལ་དར་བྱུང་ལེ་ བཀའ་སྐྱོན་སྐྱུ་ལྷན་ནས་མཇལ་དར་ནང་མཛོད་ རྟེན་དོན་
ཁམ་སྲང་ ༢ ཚེས་ཉིན་ ལུང་རྩ་ཁང་མཚན་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་གསོལ་

དོན་སྲང་ ༡ ཇོ་སྐར་མཇལ་དར་བྱུང་ལེ་ དུལ་མཚོག་ ༡ ཚེས་

དག་དབང་ཡི་ཤེས་ནས་མཇལ་དར་ རྟེན་དོན་དུལ་ ༠ དེ་ལྷོང་ས་ཚོགས་འདུ་བ་

ནས་མཇལ་དར་གྱི་མཚུལ་གྱི་ ༢ ལྷི་ ༡༥ ཉུང་གཏོང་ཁང་མཚན་
ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ་ རྟེན་དོན་གསོལ་འབྲས་དོན་སྲང་ ༤ དེ་ལྷོང་ས་ཚོགས་འདུ་བ་ནས་མཇལ་དར་མཚུལ་གྱི་ ༤ ལྷོ་མཛོད་ ༢༤ བསོད་བཀྲགས་ ༤
ནང་སྐྱོ་ས་ཀྱི་ནས་གསོན་བསྐྱེལ་ཞེ་དེ་དུ་ལུ་ ༢ རྩམ་དམངས་ཚོ་སྐྱོན་པ་ ༡ དང་ཤུ་མཇུག་ ༡ ལྷོང་ལུ་མེད་པོ་ ༡ རྩམ་རྒྱུ་ཚོས་སྐྱུ་
ལྷ་ག་གྱི་སྐྱོན་པ་ ༡ ཞན་རྩེ་སྐྱུག་མེ་ལེ་ཚོལ་ལྷ་པ་ལེ་རྩེ་ ༡ ལིང་སྐྱེད་ ༡ ལྷ་གྱི་ལྷ་ལུ་མེད་ལུ་བ་ ལྷ་སོན་ ༡ ཉུང་གཏོང་རྒྱ་སྐྱུ་སྐྱུ་
བསྐྱུ་ལྷ་གསུང་ཤར་མ་ ལྷ་གསུང་ལོ་བ་ ལྷ་མ་སྐྱུ་ས་ གསུ་རུ་ས་ལྷོ་རྩེ་ལྷ་ག་གཞེ་ལྷ་འབྲུམ་ཚོང་འབྲུམ་ཞེ་དང་ དེ་གོ་སྐྱོག་ལྷོ་ ༤ བསོད་ ༡༠ ཇོ་སྐྱུ་

ལྷོ་སྐྱུ་ ༢ འབྲུམ་པོ་དག་འབྲུམ་ཚོས་འབྲུམ་མེ་རྩེ་ལེ་བུ་སྐྱུ་ལྷོང་ས་ཚོགས་དུལ་སྲང་ ༢༤ འདམ་དོན་སྲང་ ༡ བཅས་ལྷོང་ མཇལ་ལྷ་ལེ་དང་ ལྷ་ག་
ཤུ་ལོག་ ༡ བཅས་ ལྷ་ག་གཟིགས་པ་ཆ་ཚེན་ལེ་ཚོ་ནས་ལེ་བུ་སྐྱུ་ལྷོང་ས་ཚོགས་མདུན་དག་ལུ་ལྷ་ལུ་བའི་བཀའ་ལེན་ཞེ་ལྷ་ག་གཟིགས་པོ་ཆེ་ནས་
ཨ་ལེ་དང་ གོས་ཡུག་ཀར་སྒྲིལ་ ཇོ་སལ་ནས་སྐྱུ་ལེ་དང་ གོས་ཡུག་ཀར་

སྐྱུ་ ཇོ་སྐར་ལྷ་ག་གཟིགས་ཅིན་པོ་ཆེ་ནས་བར་མཛོད་དང་ གོས་ཡུག་ཀར་སྐྱུ་
ཇོ་སལ་ནས་སྐྱུ་ལེ་དང་ གོས་ཡུག་ཀར་སྐྱུ་ལེ་བཅས་བྱུང་། ཚེས་ཉིན་ ལྷོན་

ལམ་མཇལ་ཁའི་སྒྲོགས་མ་གོས་ཡུག་བརྒྱགས་ ༡ ཇོ་བོ་བརྒྱུ་འཁོར་དུག
བཅས་ལྷན་ བཅོ་སྒྲུ་མཚོན་པའི་མཚོན་བཞིན་ནས་མར་འཚོན་འདིགས་ཁལ་ ༤ ལྷི་འབྲུལ་ལྷན་། ༧ ལྷུ་བས་ཆེ་སྒྲོན་ལམ་དུ་ཆིབས་བརྒྱུར་མར་
མཇལ་འབྲུལ་ལྷན་གསུམ་ ཚང་གྲིས་བཀའ་རྒྱུར་ནས་མཇལ་དར་ནང་གསུམ་ རྟོན་

བར་ཨ་ལེ

དོན་ཁལ་སྤང་ ༢ ཚོར་བཞིམ་ཤག་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟོན་དོན་སྤང་ ༢
མཁན་རྒྱུང་པ་ལྷན་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟོན་དོན་ཁལ་སྤང་ ༢ རྟོན་དཔོན་རམ་པ་
ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟོན་དོན་སྤང་ ༢ མཁན་རྒྱུང་ནས་ཤེས་
ནས་སྒྲོན་འབྱེད་སྒྲུ་སྐལ་མཇལ་དར་ཨ་ལེ ཁལ་སྤང་ ༥ ལྷུང་བདེ་དཔལ་གྱིང་མི་རོ་
ཨོ་སྒྲོ་སྒྲུ་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟོན་གསོལ་དོན་ཁལ་སྤང་ ༢
བྱིངས་མཇལ་ལུལ་བུལ་བུལ་ལེ ༢ རྟོན་སྒྲི ༡༠ ཁ་བསོད་ ༢༠ བཅས་ ཆོས་ཉིན

༢༡

དགའ་ལྷན་སྒྲོ་པ་ཁང་ཚན་ནས་དམིག་བསལ་དང་མཇལ་གནས་
བརྒྱུ་ལྷན་ནས་བརྟན་བཞུགས་ཞབས་བརྟན་ལུལ་འབྲུམ་ལྷུ་སྒྲི་སྒྲོན་དུ་པ་སྒྲན་གསུམ་ལྷི

མཚོན་པེ་ དངོས་གཞི་ཉིན་རྟོན་འབྲེགས་མཇལ་དར་ནང་མཚོན་ ༡ རྟོན་དོན་སྤང་ ༥
དོན་སྤང་ ༡ ༠
༥ ༢
༥ གསོལ་འབྲུམ་དོན་སྤང་ ༥ གསོལ་འབྲུམ་དོན་སྤང་ ༢ འབྲུལ་དོན་ཁལ་
༠ ༠
༢ ༢
སྤང་ ༡༠ བཞུགས་ཁྲིར་ཞབས་སོར་འཁོད་འབྲུལ་ཨ་ལེ ༡ ཆོས་ལུ་འདེགས་བྱེད་
༠ དོན་སྤང་ ༠
༥ ༢

༤

ཨ་ལེ ༡
དོན་སྤང་ ༠
༢
༤
ཇོ་བོ་མཇལ་དར་ཨ་ལེ ༡ གསོལ་དོན་སྤང་ ༡ བྱིངས་ནས་མཇལ་འབྲུལ་ཨ་
༥
ཤེ ༡ ལྷུ་ལེ ༢ རྟོན་སྒྲི་རྟོག ༡༠༤ ཁ་བསོད་རྟོག ༢༤
དུལ་སྤང་ ༡ བཅས་། ཆོས་ཉིན་ བྲག་གཤམ་བཅོ་ཚང་སྐལ་སྐུ་ཆོས་ལྷུགས་སྐུ་
༡ ༢༢
༤

ཆིབས་བརྒྱུར་གྱི་འདི་གར་སྐལ་སྐུ་རྒྱ་རོ་ཤེབས་གྱི་མཇལ་དར་ནང་མཚོན་གསུམ་པ་ ༡
རྟོན་གསོལ་དོན་ཁལ་སྤང་སྤང་ ༥ ལྷུ་སྤང་འབྲུམ་ ༡ ཆིབས་རྟོག་གཤམ་འབྲུག་སྒྲོན་
༥༠
པོ་ ཇོ་བོ་བརྒྱུ་འཁོར་ ༡༥ ཟངས་གོས་ ༡ བཞིགས་ དུལྱི་ ལྷུང་
༠
མ་ ལྷུ་སྐུ་ལྷན་ ལྷི་བཅས་གྱི་ལྷན་པ་མེ་ ལྷུ་རྒྱུན་ལུལ་ ༡ ལྷུ་གསུམ་དཀར་ཆ་ དཀར་རས་ཡུགས་བརྒྱགས་ ཇོ་བོ་འདུན་བཞིགས་སྐུགས་དང་ ཇོ་བོ་བརྒྱུ་འཁོར་དུག
མཚོན་ཆ་བཅས་ཨ་ལེ དེ་བྱིངས་ནས་ལྷི ༡༢ བསོད་ ༤ ལྷི་ཤེས་སྒྲི་ཤར་ཅི་དུང་རྒྱ་བཟང་ནས་མཇལ་དར་ཨ་ལེ རྟོན་དོན་སྤང་ ༡ བཅས་
༥
ཆོས་ཉིན་ མི་ལུག་སྒྲོན་ལམ་བསྐལ་བ་ལེག་མི་གྲེ་སྐུ་ནས་ཞབས་གསུམ་ལ་སྐལ་བ་
༡༤ ༢༠
སྤང་པེ་ལྷུང་བ་བསྐལ་སྤང་སྤང་སྤང་ནས་ཇོ་བོ་འདུན་བཞིགས་སྐུགས་ ༢
༢ ༡༡༤
༢ ༥
༥

ཡོངས་འཛིན་སྐུ་བསྐལ་ ༡ ཞབས་གསུམ་གྲག་འབྲིང་སྐྱིགས་འོང་དང་སྤོགས་ཐོན་ལུང་སྐུ་བསྐལ་འབྲུང་ ཞལ་རྒྱུར་ དག་སྒྲོན་དགོ་ཚོར་ ལྷོ་རྒྱ་ དག་འཛུལ་ བསྐལ་དབང་ ཅི་
དུང་སྐུག་ཤར་ ལྷོ་རྒྱུན་གཉེར་བཀའ་ཚོར་ དག་ཚོར་ ལྷོ་བཟང་ བཞིམ་ལུན་ཤེས་བཅས་ལ་བསྐལ་བ་མེ་ བསྐལ་ལེན་པར་ཁ་སྤྱི་དང་ དུལ་སོར་འབྲུམ་སྤང་
༠ ༢༠
༥ ༤

བསྐྱེད་པ་ལྷེད་
༤༤
༤
༥

ཚ་གཞུང་ཁོང་སྲང་བཞེས་པ་དང་ ལྷིང་ཆ་སྤྱོད་ཀྱི་སྲིད་ བྲམས་དང་ལྷ་གཞིས་

༡༩

༧

༥

བཅས་ནས་བཀར་མཇལ་ཁུལ་ ༢ ལྷ་གཞིས་ ༢ རི་བཅས་བྱུང་།

༥ གྲུང་རྩ་ཁང་གཉིས་ནས་དགོན་པའི་ཁང་མགོན་རྒྱལ་གྱི་སྤོན་འབྲེད་སྐལ་པ་སྲང་ ༡༩ ལྷུང་ ཆོས་ཉིན་ རང་ཁོངས་ཨ་ཁི་དཔལ་འཇུག་ནས་དད་མཇལ་

༣

༣༠

༥

བརྟེན་གསལ་དོད་

དངུལ་སྲང་ ༣ མཇལ་དར་ཨ་ལེ ༡ རིན་མུ ༡ ཟླ་ཆེན་རང་གྲུ་དགོ་འཇམ་

༠

༢

དབྱངས་བསྐལ་བཟང་ནས་སྲི་བརྟེན་ལུལ་བ་རྩེ་དུ་མཛོད་དང་བཅེ་ཞུ་ལ་སྲིབ་ཅིག་

རས་གསེར་གྱི་མཛོད་དགོས་ཁ་བབས་བཅིགས་ ཀར་སྤྱོད་རྒྱ་སྤྲུག་གི་འཕམས་འཇུག་སྤྱི་ཁེབས་ཀྱི་འབྲིས་ལྷན་བཅིགས་ ཟན་རྒྱ་ཐེང་ཁ་བབས་བཅིགས་ ཐེང་འཕམ་ཁ་བབས་

བཅིགས་ གོས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་བུལ་གལ་འཆབ་འབྱུང་བ་ཁ་བབས་ ༡ ཉམ་རས་ཟོམ་ཁ་བབས་ ༡ འཕྲིང་སེར་ ༡ ལྷ་གཞིས་མཛོད་དུ་ལ་བསོད་དང་རྩེ་

ཞུ་ལ་སྤྱིང་ ༡ ཀར་སྤྱོད་རྒྱ་ཁེབས་འཇུག་འབྲིས་ལྷན་ཁ་གསལ་ ༡ དགོང་ལྷིན་གྱི་ཟན་ཁ་བབས་ ༡ ཐེང་འཕམ་ཁ་སྤྱིང་ ༡ འགོ་འཛོམ་ཆོལ་

ཁེབས་ཆ་བུལ་གལ་འཆབ་འབྱུང་བ་ཁ་བབས་ ༡ ཉམ་རས་ཟོམ་ཁ་བབས་ ༡ བཅས་བྱུང་བ་འབྲེར་ལེན་སོང་ ཆོས་ཉིན་ དགོ་ཆེན་

༣

ཡོངས་འཛིན་སྤོ་བཟང་དོན་ལྡན་སྤྱོད་དང་ སྤྱོད་ལྡན་གསལ་བདེ་མིན་ལ་རྟེན་དགོངས་ལུ་བསྐྱེད་ས་པས་སྤྲུག་དང་ དགོ་ཆེན་སྤྱོད་ལ་ལྷ་གཞིས་མཛོད་

ལས་ལྷིང་བཅས་ནས་ཞལ་མལ་ཐོག་འབྲུལ་བསྐལ་མཛོག་སྤྱོད་རིན་པ་ཆེད་ མཛོག་སྤོ་བཟང་ཐོག་མཛོག་ ལུ་ལུལ་དགོ་འབྲུན་མཛོག་

གྲུབ་བཅས་དམ་ཅན་སྤྱོད་མངར་བརྟེན་བསྐལ་གོན་པ་བར་སྤོ་བཟང་ཐོག་མཛོག་ཐོན་པས་གོང་ཆོས་གཟུང་སྐར་དགོ་བའི་ཉིན་རྒྱ་བྱང་དུ་

ཐོབས་འབྲེར་ཐོག་གོ་སྤྱོད་འགག་དགོའི་བཀའ་རྒྱལ་སྐབས་མཇལ་དར་བྱུང་ལེད་ རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ དགོ་སྤོ་བཟང་དོན་ལྡན་ནས་མཇལ་

དར་ཨ་ལེད་ རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ བཅས་བྱུང་། ཆོས་ཉིན་ སྤྱོད་པ་གཏེར་

༥

མིང་བརྟེན་མ་ནས་སྤོར་མཇལ་

མཇལ་དར་བྱུང་ རྟེན་དོད་སྲང་ ༡ ཅུག་ཐིམ་རྒྱུང་འགག་ནས་ཐོབ་འབྲི་སྤོན་

༥

སྤྱོད་སྲང་ ༩ མེ་ལྷ་གཞིས་

༧

༥ དུས་གྲུ་ཆེད་གྲུ་རིགས་འདས་གོང་གོང་བཞུའི་འཕྲོགས་སྤྲུག་ཆོད་འབྲུལ་དགོས་

པ་དངུལ་རྒྱུར་ལྷིས་ཁལ་རིན་དངུལ་ ༠ རིར་ཅིས་དངུལ་སྲང་ ༡༠ ཆོས་ཉིན་

༧

༠

༡༥

༥

སྤོད་ལྷུང་འདོན་

སྤོད་ལྷུང་འཆང་དག་རྩལ་ནས་བྱུར་ལུ་འདེགས་སོགས་ལྷི ༥ དངུལ་སྲང་ ༧༠

༧

ཆོས་རི་སྤྱིང་དགོ་བསྐྱོད་གསལ་མཇལ་ལྷི ༢

༡༢

ཕན་པོ་འདོན་སྤོད་བསྐྱེད་འབྲུལ་དབང་ནས་བྱུར་ལུ་འདེགས་སོགས་སྲང་ ༡༩༩ ལྷུང་

༧

༥

ན་ཀ་རབ་དཀར་མཚོས་པར་མཁར་རྩེ་ནས་ལེ་རེ་མཛོད་ཡོན་སྤྱོད་ཆོ་སྤྲུབ་ལུ་རྟེན་འབྲུ

ཁལ་རི་ལུལ་འབྲེལ་དམོ་ཆོ་བརྟེན་དུངས་རིས་དང་ འབྲུལ་རྟེན་རྩེ་ལེ ཁམ་སྲང་

༥

༣

བཅས་འབྲེར་། ཆོས་ཉིན་གནས་རྒྱུང་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོར་ལོ་གསོལ་སྐབས་གནས་

༢༤

རྒྱུང་

གྲུ་ཆོད་ནས་སྤྲུག་བཞུགས་སྤོར་མཇལ་དར་ནང་མཛོད་ རྟེན་དོད་སྲང་ ༣ ལྷུང་། ཟླ་ཆེན་ཆོ་གྲུར་མི་སེར་ནས་དངུལ་འབྲུ་ལུས་རིན་

༣

ཁམ་སྲང་ ༡༤ བཅས་བྱུང་། ཆོ་ཉིན་ གྲུང་རྩ་ཁང་གཉིས་ནས་ཅིས་ལུ་མི་རྟེན་

༥

དུའི་དེ་འཛོམ་ནས་མེ་ལྷ་གཞིས་འཛོམ་བར་གྱི་སྤོན་མང་གྲུ་ཆོད་དུ་

འབྲེད་སྲང་ ༣ ཐོགས་སྲང་ ༣ བཅས་བྱུང་མི་ལེ་ཇེ་འབྲེད་རྒྱ་བསྐལ་ལ་སྲང་ ༡༡

༧

༢

༣

༤

ཐོགས་སྤྱོད་བསྐལ་ལ་སྲང་ ༦ དང་ཞབས་གསལ་འབྲེད་ཐོགས་སྤོན་མས་

ཞབས་སྲོད་ཚོས་མཛད་གཙང་འཁོར་གྱི་ཐོན་གནང་བྱུང་བ་གོས་རྒྱན་
བཞི་སྲོན་པོ་ལ་ ༤ དང་མགོ་ཚལ་ལ་ ༢ བཅས་བྱུང་ཚོས་ལ། ཟླ་ཚོས་ཉིན་རྒྱུལ་
༢༤

སྤུ་མ་ཚོས་སྤུ་མིན་པོ་ཆེ་གནང་ནས་ཚོས་ཞུགས་སུ་བཀའ་བྱིན་ཆེ་
རྒྱུ་འི་མཚན་མོ་ཞུ་ལ་བར་ ༡ སྲོན་འབྱོར་ཐོག་ གོང་ཐང་ཡོགས་བསྐྱིགས་ནས་མཚན་མོ་ལན་ལ་ཤེ་ ༡ ལྷ་སྤུ་བྱུང་ནས་མཚན་མོ་ལེན་ནང་མཛོད་ ༡
ཟླ་བྱང་ཆིབས་བསྐྱར་གྱི་ཞུས་སྲོད་མཛའ་དར་ལ་ཤེ་ ༡ མཛའ་ལྡན་རྟོན་འབྲེགས་ནང་མཛོད་ རྟོན་དོད་སྲང་ ༣ བར་ཡི་འི་ཚེ་སྤུ་ནས་བཅས་ ༡
ཞུགས་སྐྱིན་བཞེས་འབྲུད་སྐྱོར་མོ་ ༡ ཡོང་ལྷག་ནས་ལ་ཤེ་ཟེ་ ཅུ་བྱུང་ཡན་ནས་
༢

རྒྱས་ཤེ་ཟེ་ ཚོས་ཉིན་འབྱོར་འབྲུལ་མཛའ་དར་ནང་མཛོད་མོར་པོ་ ༡
༡༢

རྟོན་དོད་སྲང་ ༥ གསོལ་འབྲས་དོད་སྲང་ ༣ ལྷག་མཛོད་ནས་མཛའ་དར་ནང་མཛོད་ རྟོན་དོད་སྲང་ ༣ རྒྱ་དངུལ་རྟོསྐྱིག་མ་ ༡ རྣམ་རྒྱ་
ཐང་ཅེ་སྤུ་དང་མར་ཚོས་བྲག་ ༤ དང་མོར་པོ་བྲག་ ༢ རྒྱང་མ་དམར་ཚོས་བྲག་ ༡
སྤུ་རྒྱུག་བྲག་ ༡ རྣམ་ཐོག་བྲག་ ༤ མར་ལྷང་

འབྲས་ལམ་ཡོད་དོད་ ༡ རྒྱར་མཛའ་དར་ལ་ཤེ་ མར་ལྷང་ ༧ འབྲུག་འབྲས་
༣

ལམ་ཟེ་ཡོད་པའི་དོད་ ༥ ཡོངས་འཛིན་ནས་ལྷ་བསམ་རྒྱུ་མིན་པོ་ཆེར་
༣

ལྷ་ མཛའ་དར་ལ་ཤེ་ རྟོན་དོད་སྲང་ ༣ གསོལ་གཟུང་ ལྷེ་འཆར་ མ་ཚེན་སོགས་བྱུང་ཡིགས་ནས་ཅེ་ཤོད་སོ་སོར་མཛའ་རྟོན་གསུམ་ དེ་བྱིངས་ནས་མཛའ་དར་
རྣམས་བྱུང་ལ་ཤེ་ ༥ རྒྱས་ཤེ་ ༡༠ རྟོན་སྤྱི་ ༢༤ བསོད་ ༤ གསོལ་གཟུང་

ལྷེ་འཆར་ མགོན་གཉེར་བཅས་ནས་རྟོན་དོད་སྲང་ ༡ ཟེ་ མ་ཚེན་
༡

ནས་རྟོན་དོད་སྲང་ ༡ ཆིབས་སྐྱོར་བྲ་སྤྱན་བྲགས་ནས་རྟོན་དོད་སྲང་ ༡ ཡོང་འཛིན་
༥

༠
༥

ཞབས་བྲས་ནས་རྟོན་དོད་དངུལ་ ༠ ལྷག་ཞབས་སྤྱི་ནས་རྟོན་དོད་

སྲང་ ༡ རང་སྤྱི་ནས་རྟོན་དོད་སྲང་ ༡ བཅས་ ཚོས་ཉིན་ མཛའ་དར་ནང་མཛོད་
༥

རྟོན་དོད་སྲང་ ༥ དངོས་གཞི་ཉིན་རྒྱུལ་

མཛའ་དར་ནང་མཛོད་སྤིང་མ་ རྟོན་དོད་སྲང་ ༥ རྒྱ་སྤུལ་ཁམ་སྲང་ ༢༥ ལྷག་མཛོད་ནས་ལ་ཤེ་བཅས་ལྷུལ་བྱུང་ལ་མར་མགྲུལ་དར་ལ་ཤེ་ནང་མཛོད་ ༡
ཡང་རྒྱར་དགོན་པའི་སྤུ་འབྲེད་སྤུ་སྤུལ་མཛའ་དར་ནང་མཛོད་དང་ དངུལ་སྲང་ ༡༠

སྤུ་འཁོར་རྣམས་ལ་གསོལ་ཆོག་ཐོག་འདི་གར་མང་འབྲེད་གནང་བས་ལྷག་མཛོད་སྤུ་སྤུལ་མཛའ་དར་ལ་ཤེ་དང་ དངུལ་
༡

སྲང་ ༥ བཅས་རྒྱ་ཚོས་ཉིན་བྱུང་། དལ་མ་བཞུགས་འཛིན་བྲ་བསྐྱིགས་སོགས་གང་

༠ ༢ ༢

རྒྱིར་སྤུགས་རལ་ཆེ་མོར་བཞེས་ཞུ་རྟོན་མཛའ་དར་ལ་ཤེ་སྤིང་མ་དང་ དངུལ་ཁམ་
༡

སྲང་ ༥༠

འདི་རྒྱིར་སྤུལ་ཞུས་
འབྲས་ལྷང་ ༥ ལྷ་ས་དཀར་སྤུ་རྒྱུག་བྲག་ ༢ བཅས་བྱུང་། ལོ་ཚོས་ཉིན་ བྲ་ཆར་
༢

མོ་བས་དཔོན་དགོས་སྤུག་གསར་ཞུགས་ཚོས་འཕེལ་ལུན་ཚོགས་ནས་

སྤུ་གསར་སྤྱི་སྤུགས་ཅེ་སོན་ ༡ དང་དངུལ་ ༠ གསར་མཛའ་ཅེ་ཤོད་སོ་སོར་སྤྱི་
༥

རྟོན་སྤྱི་སྤུགས་ཟེ་བཅས་བྱུང་། ༧ བཞེས་འོག་གི་འཛིན་མཛོད་
ཐོབས་ལང་གྲུ་འི་འབབ་ཐོག་ཆད་མན་སྲང་ ༢༥ རྒྱ་ཚོས་ཉིན་བྱུང་། ཚོས་ཉིན་སྤུ་མ་
༢ ༢

འི་སྤུ་གཉེར་ནས་བསྤུ་འོངས་ཤིང་གི་རྒྱ་ལོག་འོག་ཚོང་ལང་ནས་ལོ་གསུམ་ལང་གྲུ་དངུལ་སྲང་ ༤༢ ལྷང་བཞེན་འདི་ལོ་
༡༢

ནས་བརྒྱུད་ལོ་ལོ་ལང་འབམ་སྲང་ ལྷག་ཏེ་ཡོང་རྒྱུ་འི་ལག་འཛིན་དུ་སྤྱོར་འཁོར་བྱིན་།
༢༥

སྤྲུལ་འདོན་གྱི་རྣམས་མཚེས་སྐབས་ ༤༡ ལྷུང་། ལྒྱུལ་སྤྲུལ་གཞིས་ནས་
ལྷོ་དཀར་མཇེལ་ལྷུང་ ༡ ལྷུག་ལོགས་མགོ་འབྲུར་ ༢ བཅས་ལྷུང་། ཚེས་ཉིན་

༢༣

དངུལ་གཉེར་རྒྱུ་དེ་ལྡན་ཚན་དབང་ལྷུག་ནས་དངུལ་གཉེར་ལས་འབྲུར་འབྲོངས་

པའི་མངའ་འབྲེད་ཕྱག་མཛོད་སྐྱེས་ལུས་ལེ དངུལ་སྤང་ ༡ ལྷུང་། ཚེས་ཉིན་

༥

༢༤

ལྷ་སྤང་བཀའ་ཆུབ་སེམས་ལྷུང་བལྟ་ ༡༢ ལ་བསོད་ ལ ལྷུག་ལོག་ ༤ ལྷུང་།

༤

༡

འབྲས་རྟོག་ ༡༥༤ ལྷ་ལྷུལ་ནས་དངུལ་སྤང་ ༡༥༤ ལྷུང་འབོད་ནས་སྤང་ ༡༥༠

༢

༢

༣

བཅས་ལྷུང་། ཚེས་དགེ་བའི་ཉིན་ སྐབས་ཇི་མཚོག་གི་ཡོངས་འཛིན་ལསྐྱབས་

༢༤

གི་སྐབས་དམ་དགོངས་འབྲེལ་སློབ་མང་མཁན་ལྟར་གསར་མེགས་ཅིངས་སྐོར་ཞིབ་པ་སོང་ལྷུང་། འཛིན་གསལ་ལྷུང་མཇེལ་འཕྲད་སར་ཡོང་འཛིན་སྐབས་མཇེལ་དར་ནང་མཛོད་ རྟོན་
དོད་སྤང་ ༢ ཡོངས་འཛིན་སྐབས་གཞིན་ནས་མཇེལ་དར་བུ་གི་འབྲེལ་གཉན་བསྐྱེད་སྐབས་ བྲམ་འབོད་གྲུབ་ཇི་སྐོར་འཛིན་ནས་གཉིས་ལ་མཇེལ་ལ་ན་རྟོན་སོང་གསལ་ལྷུང་ ལསྐྱབས་
ཇི་མཚོག་ལ་ལྷ་གཞུང་གི་ཇི་འབྲོང་ལྷ་མཇུང་སྤྲུལ་གྲ་ཚང་གཞུང་སྤང་ནས་མཇེལ་དར་ལ་ལེ ༡ གསོལ་གཟུངས་ལྷུང་འཆར་ གྲ་ཚང་དགེ་བསྐྱེས་བཅས་ནས་མཇེལ་དར་
བུ་གི་རེ་ལྷུང་ ལྒྱུལ་སྤྲུལ་མཚོག་སྐབས་རིན་པོ་ཆེ་ཤོས་ལས་ལྷུང་འཇེལ་དར་ནང་མཛོད་ རྟོན་དོད་སྤང་ ༣ ལྷུང་ལྷུང་འཆར་ནས་མཇེལ་དར་ལ་ལེ རྟོན་དོད་སྤང་ ༡ བཅས་།

༥

རི་ཆེ་ཡང་དགོན་སྐབས་དམ་ལསྐྱབས་ཇི་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ལྷུང་ལྷུག་ལྷུང་གི་དང་།

༡

དངུལ་སྤྲུལ་ ༥ དང་ཕྱག་འདུལ་དུ་ལྷུག་ལྷུང་ལེ དངུལ་སྤྲུལ་ ༤ ལྷུང་།

༡

༥

ལྷ་ཚེས་ཉིན་དགེ་བའི་གོང་གནས་སྤང་ཆེན་པོའི་བཀའ་ལྷུང་དགོངས་དོན་ལསྐྱབས་ཇི་

༡༢ ༡

༡༢

མཚོག་ཞབས་སྲིད་བརྟན་ཅིང་མཛོད་འཕྲིན་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་གསལ་བཅས་འདུས་པའི་ཚོགས་
མགོན་དུ་སྤྲུལ་དངས་གནས་ཆེན་ལྷུང་འབྲུག་འཛོད་མེད་གྱི་སྐོར་ནས་བརྟན་བཞུགས་ཞབས་བརྟན་འབྲུལ་བཞེས་བཀའ་སྲིན་ཆེ་བའི་ཉིན་སྐབས་ནས་རྟོན་འབྲུང་མ་འབྲུག་ལྷུང་གྲ་ཚང་
ནས་མཇེལ་དར་ལ་ལེདང་ རྟོན་དོད་སྤང་ ༡ ཞབས་བྲམ་སྤྲུལ་ནས་མཇེལ་དར་ལ་ལེ

༥

རྟོན་དོད་སྤང་ ༢ ཇི་སྤང་བར་མཛོད་ ཡབ་སྐྱེ་ཞོག་ནས་མཇེལ་དར་

ལ་ལེ རྟོན་དོད་སྤང་ ༢ མཚོད་བུར་ནས་མཇེལ་དར་བར་མཛོད་ རྟོན་དོད་སྤང་ ༡

༠

༥

ཡོང་འཛིན་ནས་གཉིས་དང་གསོལ་གཟུངས་ ལྷུང་འཆར་ ཞབས་སྲིད་གྲ་
དམངས་ལྷུང་ཟན་ལན་ནས་གི་བབས་ལྷུང་མཇེལ་དར་རེ་ལྷུང་ལྷུང་སྐོར་ལ་ལེ ༢ ལུས་ལེ ༢༠ རྟོན་ལྷུང་ ༣༥ བསོད་ ལྷ བཅས་ལྷུང་དང་ཞབས་དགེ།
ལྷོ རྟོན་ནས་གསོལ་ཟངས་རྒྱུང་མའི་འཛིན་གསལ་བྱེད་གྱི་སྐོར་བརྟན་ ༡ གསལ་ཞུགས་ཚེས་མཛོད་ནས་གསལ་མཇེལ་རྟོན་འབྲེགས་ལ་ལེ་རྟོན་མ་ རྟོན་དོད་སྤང་ ༢
ཕྱག་མཛོད་དུ་ལྷུང་ལྷུང་གསལ་རྟོན་མ་དང་ རྟོན་དོད་སྤང་ ༢ བཅས་། ཚེས་ཉིན་

༡༤

ཕན་ཞིབ་ལྷུང་འཆར་པའི་ལས་བྱ་ཞབས་སྲིད་སྐོར་ལྷུང་ནས་འབྲོར་འབྲུལ་བུ་གི་

དང་ འགོ་སྐྱེལ་བྱ་འདོགས་ལ་ ༢ སྲིད་ལྷུང་ལྷུང་ ༡ ཚེས་ཉིན་ཚར་གྲུར་བཀའ་

༢༣

འབྲུག་པ་ལྷུང་འཆར་བཛོད་རྣམས་ལྷུང་ལྷུང་ ༢ རྟོན་དོད་ ༢

དངུལ་སྤང་ ༢༥༠ ལྷུང་། ཚེས་ཉིན་ བམ་སྐྱུལ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་འདི་གར་ལསྐྱབས་

༢

༢༤

ཇི་མཚོག་ལ་སྐྱེ་ཆོ་བསྐྱབས་བཞག་དང་འབྲེལ་བའི་འབྲུལ་གཉན་སྐབས་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་ལོགས་མཚོན་ཞེས་མཇེལ་དར་ནང་
མཛོད་ རྟོན་དོད་སྤང་ ༢ དང་ཞབས་བྲམ་ནས་མཇེལ་དར་རེ་ལྷུང་ལྷུང་གི་ ༤ ལྷུང་འཛོད་ ༣ བཅས་ལྷུང་། ཚེས་ཉིན་ ཕན་ཞིབ་ལྷུང་འཆར་སྐོར་བཟང་ལྷུང་མཚོན་ནས་

༢༤

རྟོན་མཇེལ་འབྲུལ་དར་
ལ་ལེདང་ སྲིད་སྤྲུང་གྱི་ལེབ་ལྷུང་མང་གསལ་བའུགས་མ་གཅིག་སྐྱུལ་བསྐྱེད་དུ་རྟོན་བཞེས་མཛོད་རྒྱུར་ཉར་སྐབས་ཉར་མཛོད་འདུག་ རྟོན་དོད་སྤང་ ༢ གསོལ་འབྲས་དོད་དངུལ་སྤང་ ༢ ཕྱག་
མཛོད་དུ་དར་སྐྱབས་དང་ ཅང་མན་ལྷོ་ལྷུང་བསྐྱེད་ ༤ ལྷུང་ལྷུང་ལེ ༡