

༄། རབ་གནས་འབྲུང་བ་བཞི་ལྡན་མེ་ཕོ་སྤྲེལ་ལོའི་ལི་ཐོ་སྐྱེང་དོར་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་།



Rapnyi Gyongwa Sherdhen Mitel Lhu Lhoto Lhangdhor Kunsel Melhong

རབ་ལོ ༢༩༠.༣.༡ མདོ་ཁམས་རྒྱ་སེར་གྲུལ་དགོན་ཐེག་ཆེན་དར་རྒྱས་སྤྱིང་། ཕྱི་ལོ 2016.4.8

༄༅། རིང་རྩལ་རྒྱ་མཚོའི་རོལ་བ་མཐའ་གྲས་པ། རྒྱེ་དགུའི་ཕན་བདེ་ཁོ་ནར་སྤོས་པ་ལས། རྟོགས་ལུན་འཛོམས་ལ་ལྷ་བྲལ་སྤང་བའི་གཏེར། རྣམ་འདྲན་ཤུག་སེང་གེས་
 འགྲོ་འདི་སྦྱོངས། ཚོས་ཀུན་རྣམ་འབྱེད་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཐུགས། མཚན་དཔེའི་ལང་ཚོར་ཤར་བ་དག་གི་སྟ། ལས་གསུམ་མིག་གི་བདུད་ཚིའི་དམ་པ་དེས། ལི་ཁྲིའི་འཇུག་ཞལ་
 རྒྱས་པ་བདག་ལ་སྟོན། ཚངས་བའི་རྒྱ་གཏེར་རུམ་ལས་རང་རིགས་གྱི། ལྷ་གཞན་ལང་ཚོས་རབ་ལྷོས་ན་རྒྱུང་མ། མི་ཟད་རིག་པའི་དབྱངས་སྟན་འཇུག་དཀར་
 ཅན། མཐོ་རིས་གཞོན་མ་བདག་གི་ཡིད་ལ་རོལ། དཔལ་སྤྱད་དྲི་མེད་མགུལ་གྱི་འཇུག་དོགས་ནས། བབ་པའི་བདུད་ཚིའི་སྦྱོང་བརྒྱ་འབྲིལ་བའི་གཏེར། ལས་འཚེན་དུས་
 གྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱ་གཏེར་བདག དཔལ་སྤུན་ལྷ་བ་བཟང་པོར་གུས་ཕྱག་འཚལ། ལས་ལ་འཚེ་མེད་བ་གམ་འཇུག་པའི་འབྲེང་། བསོད་ནམས་པིར་གྱིས་བྲིས་པ་ཀ་ལྷ་
 བའི། ཚོས་རྒྱལ་རྣམས་དང་འཇམ་དཔལ་གྲགས་པ་སོགས། མི་བདག་དོ་རྗེའི་རིགས་སྟན་ཉེར་ལྷར་འདུད། ལུམ་ཚིན་འགྱུར་བས་རྣམ་བརྒྱས་ཤུག་ལའི། ལས་འཇུགས་
 རྒྱལ་འཛིན་བང་མཛོད་འབྲིལ་བ་ནས། ཚུལ་འདི་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་སྤྱན་དྲངས་པ། ཚི་ལུ་བ་སོགས་མཁས་གྲུབ་ཚོགས་ལ་འདུད། རྟོང་སྟོབས་ཏེ་སེའི་མཁའ་ལ་

འཕགས་པའི་གོས། །ལྷགས་བསྐྱེད་ནམ་མཁའི་མིག་གི་ལྷ་ཟེར་གྱིས། །བུས་པའི་མཛོད་རྒྱན་ཆད་མེད་གསུང་མ། །རྩ་འགྲོ་ཤོད་གི་རྣམ་ཐར་དེ་མཛད་བྱུང་། །སྤྱི་ནང་གསང་གསུམ་རྫོང་རྫོང་ཚོགས་གི་མདུད། །སློ་གཏེར་མཐུན་རབ་མོས་མོས་བདེར་བཀོལ་བར། །འཁོར་ལོའི་བདག་པོས་སྣ་བཟང་སྣར་བསྐྱེད་སྤྱོད། །རྒྱལ་བ་གཉིས་པར་གྲགས་པའི་བདན་དཀར། །འཇམ་དཔལ་མི་ཡི་གར་མཁན་ལྷན་བདག་དེས། །གསང་མཛོད་སྣེ་མིག་ཡོངས་གཏད་སྐྱེས་གྱི་མཚོགས། །རིགས་ལྡན་གྲགས་པ་དུར་སྤྱིག་རྒྱལ་མཚན་ཅན། །དགོ་ལེགས་དཔལ་དེ་མཁས་མང་གཅུག་ན་བརྗོད། །ལམ་འདི་སྤྱོད་པའི་ལྷ་མཚོགས་ཚོས་གྱི་གྲགས། །རྒྱུད་རྒྱལ་རྒྱ་གཏེར་ལས་འཁྲུངས་ཅོར་བྱ་བཟང་། །པད་དཀར་བཞད་པའི་ཉེ་མ་ལྷག་པ་བ། །རྣམ་གསུམ་རྒྱ་མཚོའི་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད། །རྒྱལ་བ་གང་དེའི་ལེགས་གསུང་རྒྱ་བོའི་རྒྱུ། །སློ་གྲོས་གཏེར་མཐའ་ཟབ་པར་ཡོངས་འབྱེད་ཞིང་། །ལེགས་བཞད་དལ་འགྲོ་གངས་མེད་འབེབས་མཛོད་པའི། །མི་དབང་ལྷན་རྒྱུ་རྒྱ་མཚོར་གྲགས་པའི་འདུད། །གང་གི་རྣམ་འདྲན་སློ་གྲོས་ཉེན་མོའི་གཟིས། །གཅུག་ལག་པོར་འདབ་བརྒྱ་གྲོལ་མཛོད་ཅིང་། །རྣམ་དཔྱོད་འོད་སྣང་སྣལ་བཟང་ཡིད་མཁའ་ཅུ། །སློ་མཛོད་རྣམ་རྒྱུས་ཀུན་སྤྱོད་སྤྱོད། །ཟབ་ཡངས་མཐུན་རབ་རྒྱ་མཚོར་གནས་བཅས་

ཤིང་། །བརྒྱ་ཕྱག་རིག་གནས་ལོར་བའི་མཛོད་གྱིས་ལྷུག །སྤོན་ཅིས་ལེགས་བཤད་ཚུ་སྤུང་སྟོ་བསྟུའི་བདག །བཤེས་གཉེན་གདེངས་ཅན་དབང་བོའི་ངོ་མཚར་དྲན། །བསེལ་
 རྒྱུངས་ལེགས་བྱས་གཙང་མའི་མེ་ལོང་དུ། །མཁུན་དང་བཅེ་བའི་རང་གཟུགས་ཉི་ཟླ་ཟུང་། །འཕྱོག་མེད་རྟེན་འབྲེལ་ཆེ་བར་རྟག་འཆར་བ། །ཡབ་ལྷན་གཉིས་གྱི་བཀའ་
 དྲིན་པ་མཐའ་མེད། །རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཁམས། །རྒྱུངས་འདིར་གཟུགས་སྤྱི་རྣམ་པར་རྟག་འཆར་བ། །སྤོན་གྲུལ་ལ་བསྟན་འཛིན་ཚོས་གྱི་ཉི་མ་
 སོགས། །སྤྱི་འབྲེང་ཞིང་འདིའི་རྟོན་པ་ཉིད་ཕྱིར་མཚོད། །རིགས་མཚོག་རྣམ་པ་ལྷ་ཡི་འཁོར་ལོ་ཆེ། །སྤོན་སྤྱིས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དགྱིལ་འཁོར་དུ། །བསྟུང་མཛོད་རིགས་
 བསྟུའི་ཁྱབ་བདག་རྩི་རྗེ་འཆང་། །བྱམས་པ་ལྷན་བསྟན་དགོ་ལེགས་རྒྱ་མཚོར་འདུད། །མད་བྱུང་ལྷགས་བསྟུང་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་ཡིས། །ཡོངས་རྫོགས་ལྷན་བསྟན་གྱིང་ལ་
 དབང་བསྟུར་ནས། །བསྟན་འགྲོར་པན་བདེའི་དགའ་རྟོན་སྤེལ་བའི་མགོན། །མཚུངས་མེད་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་འབས་ལ་འདུད། །ལྷན་བསྟན་བ་གམ་མཛོས་པའི་རྒྱན་
 གཅིག་བསྟུང་གསུམ་གསེར་གྱི་ཡུ་བ་བརྟན། །ལེགས་མཛོད་བཟང་བོའི་རི་མོ་རྣམ་བཀྲ་སྤེ་སྟོང་གསུམ་གྱི་རྟོག་གིས་མཛོས། །སྤོན་གྲུགས་དར་གྱི་ཤམ་བུ་རབ་གཡོ་

དག་ལེགས་གྲིབ་མའི་བསེལ་ཡབ་ཅན། རྟོགས་རྣམ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་དེ་ལ་འདུད། །དག་དབང་མཁུན་གཏེར་སློ་གྲོས་བཟང་བོ་
 ཡིས། །མདོ་རྒྱུད་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱིང་ཁུ་བསྐྱབས་པ་ལས། །འོང་བའི་སྟན་བརྒྱུད་གདམས་དག་བདུད་ཚིའི་བདག །སྤྱོད་བའི་ལྷ་བ་མཚོག་ལ་གྲུས་པས་མཚོད། །རྣམ་བཞིའི་རྒྱ་མཚོའི་
 མཁུན་རབ་རྩི་ཡིག་ཁམས། །གཅིག་བསྐྱུས་ཀུན་ཚོངས་བདག་གི་ཟུར་ཕུད་ལ། །ཚོད་པའི་རིན་ཐང་བུལ་བའི་ཁུར་སྤྱིན་མཁུན། །མཁུན་དབང་བསམ་འགྲུབ་རྒྱ་མཚོའི་
 བཀའ་དྲིན་དྲན། །མདོ་ཁམས་བཤད་གྲུའི་ཁུ་མཚོག་གདན་ས་ཆེ། །ཐེག་ཆེན་དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྤྱིང་ཆེན་པོར། །བཤད་རྒྱབ་སྤང་བ་དཀར་པོ་རིམ་སློ་བའི། །བསྟན་འཛིན་
 ལྷ་བ་དེ་དག་རྟོགས་འདྲིའི་མིག །འདི་ན་རྣམ་དཔྱོད་ལང་ཚོ་ན་སྤྱིང་། །གྲུས་ཏུག་སྤྱོད་བའི་བཙོན་པའི་སྟོབས་ཀྱང་ཞན། །གཙུག་ལག་ཚེས་ཀྱི་རི་མོ་སྤྱིང་གཅེས། །འདི་
 ཚུམ་སློ་རྒྱུད་བདག་ལ་འོས་མེན་ཡང་། །བཅུ་ཆེན་མགོན་པོ་གནས་སྤྱོད་པའི་ཕུལ། །བསམ་འགྲུབ་རྒྱ་མཚོ་དོན་གྱི་བརྩེ་ཏའི། །རྣམ་དག་ལེགས་བཤད་དྲི་བུལ་བདུད་
 ཚིའི་རྒྱན། །གང་གི་ཞལ་གྱི་བུམ་པ་བཟང་བོ་ལས། །ཐོན་པའི་མན་དག་སྤྱིང་གི་བརྩོ་ཏུ། །སེམ་པས་འདབ་བརྒྱ་གྲོལ་བ་ཡདམ་པའི་དྲིན། །དེ་སྤྱིར་རི་མོས་ལམ་ནས་སྟོགས་

ཡིས། རྒྱུད་ལ་བདུད་བདུལ་མོ་རེངས་དུས། ལྷ་མེད་བྱང་རྒྱལ་མངོན་སའམ་རྒྱས། ཇེ་ཚོ་རྒྱ་བ་རྒྱ་གཙན་གྱིས། བཟུང་ཞིང་རྒྱ་གཙན་འཛིན་ཡང་བསྟན་མས། ཞེ་དགུའི་ལག་
མཐའ་རྒྱ་རྒྱུད་རྒྱུའི། ཚེས་བཞིར་མ་ར་ཅ་སི་རུ། འདུས་པའི་དང་པོ་ལྷ་ལྷེ་ལ། བཀའ་ཡི་དང་པོ་བདེན་བཞི་གསུངས། ༢༠༡༢ ཇེ་གྲུང་གྲངས་ད་རྒྱལ་གྱི་ལོ་ལོ་ས་
ལོར། མཉན་ཡོད་ཚོ་འདུལ་མཛོད་ཚེན་བཞིས། ༢༠༡༣ ཇེ་ནས་དགྲུང་གྲངས་གྲུ་གཅིག་པ། ཇེ་པའ་པོ་ལྷགས་འབྲུག་ནག་པའི་ཉར། རྒྱུ་རྒྱུགས་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤྲུངས་
སྤྱ། ལྷ་བ་བཟང་སོགས་སྐལ་ལྷན་འགྲོར། ཇེ་ས་གྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱུད་གྱི་རྒྱལ། ཚུ་རྒྱུད་རྒྱུད་སྤྲུག་བཅུ་གཉིས་པ། གསུངས་ནས་སྤྱི་རྒྱུར་གྲུང་གྱི་ཡུལ། མཚོག་རྒྱུང་དུ་
གཟུགས་སྤྱུ་བསྤྲུས། ༢༠༡༤ མངོན་ལྷགས་སྤྲུབ་བསྟན་གནས་ཚད་ནི། ལྷ་བཅུ་སྤྲུག་བཅུར་གསུངས་པ་ཡང་། རྒྱལ་བ་འདས་ནས་བཅི་བའི་ཕྱིར། ཇེ་ལ་ལྷ་བཅུ་སོག་མ་
གསུམ། ཇེ་གྲུ་བཅོམ་སྤྱིར་མི་འོང་རྒྱུན་ལྷགས། འབྲས་བུའི་ལེའུ་གསུམ་དུ་གྲགས། ཇེ་གྱི་ལྷ་བཅུ་སྤྲུག་གསུམ་པ། ཞེས་རབ་ཏིང་འཛིན་རྒྱུ་ལྷེ་ལྷེ་སེམས་ཏེ། ལྷུབ་དུས་ལེའུ་
གསུམ་ཞེས་བྱ། ཇེ་འོག་ལྷ་བཅུ་ས་མ་གསུམ། མངོན་པ་མངོན་ལྷེ་འདུལ་བ་སྤྱེ། ལྷུང་གི་ལེའུ་གསུམ་དུ་གྲགས། ཡང་ས་ལྷ་བཅུ་བཅུ་པ་ལ། ཇེ་གྲུང་ཉགས་ཚམ་མ་གཏོགས་

ལ། །ལྷ་སྐྱོད་རྣམ་མ་མེད་པའི་བྱིར། །རྟགས་ཚམ་འཛིན་པའི་ལེའུ་འདོད། །རྒྱལ་བ་འདས་ནས་ད་ལྟའི་བར། །འབྲས་དུས་རྫོགས་ཤིང་རྒྱབ་དུས་ལས། །ཤེས་རབ་ཉིང་འཛིན་
 རྫོན་བརྒྱལ་ཞིང་། །རྒྱལ་བེམས་ལེའུ་ནས་ལོ་གྲངས་བཅས། ༢༤༤ །བསྐྱེམས་པའི་ལོ་གྲངས་འདི་དག་འདས། ༢༤༤ །མ་འོངས་ལོ་གྲངས་འདི་སོང་མཚམས། ༢༧༠༤ །མདོ་
 ལྷགས་ཐུབ་བསྟན་གནས་ཚད་རྫོགས། །དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་ལྷགས་ལ་ཡང་། །རྩ་རྒྱུད་གསུངས་པ་ནས་རྩིས་པས། །ལྷགས་འབྲུག་ནག་ཉར་རྩ་རྒྱུད་བསྟན། ༢༤༤ །ལྷགས་
 རྒྱལ་ལོ་ལ་ཟླ་བཟང་གིས། །རྩ་རྒྱུད་བསྟན་ཤིང་རྒྱས་འགྲེལ་མཛད། ༢༤༤ །རྩ་རྟེན་རྣམས་ལྷན་རྣམས་ལ་བསྟན། ༢༤༤ །རྩ་ལྷག་གནས་ལོར་མ་ལ་ཡའི། །སྐྱེད་མོས་ཚལ་དུ་
 རྫོས་བསྐྱེད་བཞེདས། །རང་ཉིད་ལོངས་སྐྱོད་རྫོགས་སྐྱུར་གཤེགས། ༢༤༤ །ཤིང་སྐྱེལ་དེའི་གས་ལྟ་དབང་མཚོག། །ཁྱིམ་པོའི་སྐྱོན་ལྷའི་ཚོས་བཅུ་ལ། །རྩ་རྣ་ཀོ་ཤིའི་མཚོ་
 རྫོང་དབུས། །ལྷ་ཅུ་བརྒྱ་འབྲུང་གནས་འབྲུངས། ༢༤༤ །ཤིང་བྱིར་རི་བོ་རྩེ་ལྷ་ཅུ། །འཇམ་དབྲུངས་བྱིས་པའི་རྒྱལ་བྱིས་ཤོན། །རྩིས་སྐོ་བརྒྱུད་ཁྱིམ་པོའི་སྐྱོད་བསྟན།
 ༢༤༤ །ལྷགས་སྐྱེལ་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ལྷལ། །མཚོ་བྱི་རྣམས་སར་གྱུར་ནས་ལོ། ༢༧༤ །དག་པོ་ལྷགས་སྐྱེལ་སྐྱེ་ཉའི་ལྷལ། །འཕགས་མཚོག་སྐྱེ་རྒྱབ་སྐྱེ་འབྲུངས་ལོ། ༢༤༤ །ཤིང་

ལྷག་ཡར་སྤྱང་བཅོན་ཐང་རིར། །བོད་རྗེ་ཐོག་མ་གཏུང་གི་ཕེབས། ༢༡༤༢ །ཤིང་བྱིར་ཐོ་རི་སྟན་ཤལ་འབྲུངས། ༡༧༤༢ །ཁུ་སྤྱལ་ཡུམ་བུར་དམ་ཚེས་གྱི། །ཐོག་མ་གཏུན་པོ་
 གསང་བ་བབས། ༡༤༤༢ །ལ་སྤང་སྤོང་བཅོན་སྐམ་པོ་བཟམས། ༡༤༤༧ །ཁུ་སྤང་ར་ས་འབྲུལ་སྤང་དང་། །ར་མོ་ཆེ་བཞེངས་རྒྱལ་བལ་ལས། །བཅུན་མོ་གཉིས་བཅས་སྤྱན་
 དྲངས་ལོ། ༡༤༤༣ །ལྷགས་རྟར་གྱི་སྤོང་ལྷེ་བཅོན་འབྲུངས། ༡༤༤༤ །ལྷགས་ལོས་མཁན་སྤོབ་ལལ་འཛོམས་ནས། །བྱབ་བསྟན་སྤང་བས་སྤོངས་ཀུན་བྱབ། ༡༤༤༥ །ཤིང་སྤེལ་
 མཉམ་མེད་བསྐྱེད་འབྱུང་། །རྒྱ་འདུལ་བའི་ལ་གཞོན་དུ། །སྟོ་རུབ་ལི་རྒྱ་བུ་རིར་གསེགས། ༡༤༤༦ །མེ་བྱིར་བྱེད་པའི་རྩིས་འགོ་ཚུགས། ༡༤༤༧ །དེ་འོག་མེ་བྱིར་བྱི་རལ་
 བཟམས། ༡༤༤༨ །ཁུ་བྱིར་སྤོང་ཆེན་དགོངས་གསལ་འབྲུངས། ༡༤༤༩ །ལྷགས་བྱར་དར་མས་རྒྱལ་བསྟན་བསྐྱབས། ༡༤༥༠ །ཁུ་བྱིར་དཔལ་གྱི་རྩོད་རྗེས་བསྐྱལ། ༡༤༥༡ །ལ་རྟར་
 ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་འབྲུངས། ༡༤༥༢ །ཁུ་བྱར་བུ་སྟོན་བཞེད་པ་ལ། །བསྟན་པའི་མེ་རོ་སྤང་ནས་གསོས། ༡༤༥༣ །ཤིང་འབྲུག་བཀའ་གདམས་བསྟན་པའི་བདག །འབྲོམ་
 སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་བཟམས། ༡༤༥༤ །ཁུ་བྱིར་མར་བ་ལོ་རྒྱུ་འབྲུངས། ༡༤༥༥ །ལྷ་སྟོ་ལྷགས་ནས་མེ་སྟག་ཡན། །མེ་མཁའ་རྒྱ་མཚོའི་འདས་ལོ་རྗེས། ༡༤༥༦ །མེ་ལོས་

རབ་བྱུང་དང་པོ་ཚུགས། །དུས་མཚུངས་དཔལ་ལྷན་དུས་འཁོར་གྱི། །རྒྱུད་འགྲེལ་སྒྲོངས་འདིར་བསྐྱུར་ནས་ལོ། ༡༥༧ །ལྷགས་ཏྟར་པ་ཆ་ཆེན་སྤི་ཏི་ཡིས། །འཛོམ་ཉག་མཚོད་
 ཏེན་ཆེན་པོ་བཞེངས། ༡༥༧ །ས་ཡོས་རྩོམ་བོད་དུ་ཕེབས། ༡༧༧ །ལྷགས་འབྲུག་མི་ལ་རས་པ་འབྲུངས། ༡༧༩ །མེ་ཏྟར་སྐྱོན་རྒྱལ་གཡུ་ཐོག་པ། །གསར་མ་ཡོན་ཏན་
 མགོན་པོ་འབྲུངས། ༥༧༠ །རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་མེ་ཡོས་ཤར། །རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་འབྲུངས། ༥༧༧ །རྒྱ་རྟག་འཇམ་མགོན་ས་པ་རྗེ། ༥༧༩ །གྲ་སྒོམ་ཡེ་ཤེས་
 དགེ་པའི་ལེགས། །ཚོས་གྱི་བཙུན་འགྲུས་ཞེས་བྱ་བས། །ཤིང་རྟག་ཁང་དམར་ཚོས་སྡེ་བཏབ། ༥༨༢ །རབ་བཞིའི་རྒྱ་སྤང་ས་སྐྱ་བས། །ཚོལ་གསུམ་ཁྱོན་ལ་མངའ་བསྐྱུར་ལོ།
 ༧༥༣ །མེ་བྱིར་དབང་ལོ་བཏན་པ་འབྲུངས། ༧༠༧ །ཤིང་སྤང་མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་བལྟམས། ༧༣༠ །ལྷགས་རྟག་ཀུན་ཆེན་བྱ་རྟོན་འབྲུངས། ༧༣༩ །མེ་སྤེལ་འཇམ་
 མགོན་སྤོང་ཆེན་བལྟམས། ༧༡༧ །མེ་རྟག་རྩོམ་གྲུབ་ཆེན་འབྲུངས། ༧༧༠ །རབ་བྱུང་དུག་པའི་ཐོག་མ་ཤར། ༧༥༧ །ས་སྤང་རྗེ་བཙུན་རེ་མངའ་བ། །གཞོན་ནུ་སྒོ་གོས་
 མཚན་དཔེ་བཞད། ༧༧༧ །ཤིང་ཏྟར་བྱམས་ཆེན་ཚོས་རྗེ་བལྟམས། ༧༧༧ །མེ་བྱིར་མདོ་སྤང་ཚོང་ཁའི་གཞིར། །འཇམ་མགོན་སྤོང་བཟང་གྲགས་པ་འབྲུངས། ༧༥༧ །ཤིང་

འབྲུག་རྒྱལ་ཚོལ་ཚོས་རྗེ་བལྟམས། ༤༥༢ ། ཀམ་རོལ་བའི་དོ་རྗེ་ཡིས། ། ལྷགས་ཕག་ཅེ་ཕོག་ཚོས་ལྷེ་བཏབ། ༤༥༥ ། ལ་ལྷག་འཇམ་དབྱངས་ཚོས་རྗེ་འབྲུངས། ༤༥༦ ། རྒྱ་སྤེལ་
 འགོས་ལོ་གཞོན་རུ་འབྲུངས། ༤༥༧ ། ཤིང་ཕག་གསོ་རིག་མཁས་པའི་ལུལ། ། བྱང་བ་རྣམ་རྒྱལ་གྲགས་བཟང་འབྲུངས། ༤༥༨ ། ལ་སྤང་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པས། ། ལྷ་ལྷན་
 ལྷོན་ལམ་ཆེན་མོ་བལྟམས། ། ལོ་དེར་རི་བོ་དགའ་ལྷན་བཏབ། ༤༥༩ ། ལེ་སྤེལ་འཇམ་དབྱངས་ཚོས་རྗེ་ཡིས། ། ཀའན་ས་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤྲུངས་བཏབ། ༤༦༠ ། ལ་ཕག་
 བྱམས་ཆེན་ཚོས་རྗེ་ཡིས། ། ལེ་ར་ཐེག་ཆེན་སྤིང་མཚོག་བཏབ། ༤༦༡ ། རྒྱ་ལོས་དཔལ་ལྷན་ལུག་པ་བ། ། ལམས་ལྷན་ལོར་བཟང་རྒྱ་མཚོ་འབྲུངས། ༤༦༢ ། རྒྱ་སྤང་དཔལ་ལྷན་
 རྒྱུད་སྤང་བཏབ། ༤༦༣ ། ལེ་ལོས་དགོ་འདུན་གྲུབ་པ་ཡིས། ། བཀྲ་ཤིས་ལྷན་པོའི་འདུས་ལྷེ་བཏབ། ། དུས་མཚུངས་ལུག་པ་ལྷན་གྲུབ་རྗེས། ། བཟླ་དཀར་པོའི་ལལ་ལྷང་མཚན།
 ༤༦༤ ། ཤིང་རྟར་རྒྱུད་སྤོང་གྲུ་ཚང་བཏབ། ༤༦༥ ། ཤིང་སྤང་དབེན་སའི་མཚན་དཔེ་བཞད། ༤༦༦ ། རབ་བྱུང་དགུ་པའི་ལེ་ལོས་ལོར། ། ཀམ་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ་འབྲུངས།
 ༤༦༧ ། རབ་བྱུང་ལྷགས་ལྷགས་པོ་རྟ་ཡི་ལོར། ། བཅ་ཆེན་སྤོ་བཟང་ཚོས་རྒྱན་འབྲུངས། ༤༦༨ ། ཤིང་ཕག་རྒྱ་ར་ན་ཐ་འབྲུངས། ༤༦༩ ། ལ་ལྷག་སྤྲུ་འབྲུམ་ཚོས་ལྷེ་བཏབ།

༤༣༤ །དུག་པོ་ཞེས་བྱ་ལྷགས་སྒྲེལ་ལོར། །རྒྱལ་བྱིམས་ལེན་གསར་དུ་རྒྱུགས། ༣༧༤ །རྒྱ་རྟེན་བསྟན་འཛིན་ཚོས་རྒྱལ་གྱིས། །ཕྱག་ན་པད་མོར་བོད་ཁམས་ཡོངས། །ཡུལ་བས་
 དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་ཆེད། །ཆབ་སྲིད་ཚོལ་གསུམ་ཁྲོན་ལ་བྱུབ། ༣༧༥ །ཤིང་བྱར་པོ་བྱང་པོ་དུ་ལའི། །ས་བརྟུལ་མང་བཏིང་གསར་དུ་བཞེངས། ༣༧༦ །རྒྱ་སྐུལ་སངས་རྒྱས་རྒྱ་
 མཚོ་འབྲུངས། ༣༧༧ །ཤིང་རྟེན་ཉེན་བྱེད་སྤང་བ་བཅུ་མཁན། ༣༧༨ །རྒྱ་པག་ཚངས་དབྱུངས་རྒྱ་མཚོ་བསྟན་འཛིན། ༣༧༩ །ཤིང་སྤང་རྫོགས་ཆེན་བསམ་སྦྱིང་བཏབ།
 ༣༨༠ །ལྷགས་འབྲུག་སི་དུ་བཅ་ཆེན་ཞེས། །གཙུག་ལག་ཚོས་གྱི་སྤང་བ་འབྲུངས། ༣༨༡ །ས་སྤང་ཀུན་མཁྲོན་འཇམ་བཞད་གྱིས། །དཔལ་ལྡན་བཀྲ་ཤིས་སྒོ་མང་བཏབ།
 ༣༨༢ །རབ་ཉེད་ཤིང་རྟེན་དཔལ་དགའི་ཡིས། །རྫོ་འབྲུམ་ཆེན་མོ་གསར་བཞེངས་དང། ༣༨༣ །རྒྱལ་མཚོག་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་ཡིས། །ས་བྱར་མི་ཉག་བསྟན་པའི་
 གཞི། །མགར་ཐར་བྱམས་པ་སྦྱིང་མཚོག་བཏབ། ༣༨༤ །རབ་བྱུང་འདོད་པའི་ལྷགས་འབྲུག་ལ། །བཀའ་བཅུ་སྒོ་བཟང་ཚོས་དར་གྱིས། །ལེན་དགོན་ཐེག་ཆེན་དར་སྦྱིང་
 བཏབ། ༣༨༥ །ཤིང་སྤང་སྤོན་གྲུལ་ཨེར་ཏེ་ནི། །སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་བསྟན་འཛིན་འབྲུངས། ༣༨༦ །རབ་བྱུང་མ་རུད་ས་འབྲུག་ལོར། །འཛིགས་མེད་ཚོས་གྱི་དབང་པོ་བསྟན་འཛིན།

༡༠༧ །ལྷགས་བྱིར་བསྟན་པའི་གསལ་བྱེད་མཚོག། །དབང་རིའི་སློབ་བཟང་རབ་གསལ་འབྱུངས། ༡༡༤ །ལྷགས་སྤང་དག་དབང་འཕྲིན་ལས་གྱིས། །ལེན་དགོན་དཔལ་ལྷན་
 རྒྱུད་གྲུ་ལ། །ལྷགས་གྱི་ཚུད་པ་གསར་དུ་བཅུགས། ༡༡༥ །བེལ་གཞོན་ཞེས་བྱ་མེ་རྟ་ལ། །འཇམ་མགོན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོ་འབྱུངས། ༡༡༦།རབ་ཚོས་མེ་ཡོས་བྲག་དགོན་
 གྱིས། །རིགས་ལྷན་མཚོད་པའི་འོད་སྤང་མཛད། ༡༡༧ །མེ་བྱིར་སྐྱབས་མགོན་བཅུ་གསུམ་པ། །ཕྱབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོ་སྐྱབས་ལྷམས་ཤིང་། ༡༡༨ །ཁུ་ལྷག་གངས་ཅན་སྤེན་ཚིགས་
 གྱི། །མཁས་དབང་མཁྱེན་རབ་ཞོར་བུ་འབྱུངས། ༡༡༩ །མི་ཟད་མེ་བྱིར་སྤང་རི་ཡི། །མཁན་ཚེན་ཕྱབ་བསྟན་ཚོས་འཕེལ་བསྟམས། ༡༢༠ །མེ་འབྲུག་ལྷ་བྲལ་མཁས་པའི་
 དབང་། །མཁན་ཚེན་ཕྱབ་བསྟན་དབང་བོ་བསྟམས། ༡༢༡ །ཁུ་ཕག་གཅུག་ལག་ཚིགས་གྱི་བདག། །བསམ་འགྲུབ་རྒྱ་མཚོའི་མཚན་དཔེ་བཞད། ༡༢༢ །རབ་རྒྱལ་ཐོག་མ་ཤམ་རྟ་
 ལའི། །མ་འགག་བྱིར་ཕེབས་དགེས་སྟོན་དུ། །རིགས་ལྷན་སྤིང་ཐིག་ཚིགས་འགོ་བསྟུང་། ༡༢༣ །ས་སྐྱལ་བྱི་ཚེན་སློབ་ཤེར་འབྱུངས། ༡༢༤ །ལྷགས་རྟར་ཕྱབ་བདག་བཀའ་འགྲུར་
 པ། །འདན་མ་ཚོས་རྗེའི་མཚན་དཔེ་དང་། །བྱི་ཚེན་སློབ་བཟང་བསྟན་འཛིན་བསྟམས། ༡༢༥ །ལྷགས་ལྷག་ལུ་ལེན་བསྟན་པའི་བདག། །བྱི་ཚེན་དག་དབང་ལེགས་འོད་འབྱུངས།

༤༥ །རྒྱ་བྱུར་གསེར་ཐལ་སྒྲ་རུང་གི། །མཁམ་ཆེན་འཇིགས་མེད་མཚན་ཅན་དང་། ༤༦ །ཤིང་བྱིར་དྲི་མེད་འཁོར་གྱི་རིགས། །བྱི་ཆེན་ཀུན་དགའ་འཕྱིན་ལས་དང་། །ལྷ་
 འགྱུར་བསྟན་པའི་གསལ་བྱེད་མཚོགས། །མཁམ་ཆེན་པརྩ་ཆེ་དབང་བསྟམས། ༤༧ །ཤིང་པག་སྐྱ་ཕྱེད་བཅུ་བཞི་པ། །པད་དཀར་འཆང་གི་མཚན་དཔེ་བཞད། ༤༨ །མེ་བྱིར་
 པའ་ཆེན་ཨེར་ཏེ་ནི། །ཚོས་གྱི་ཉི་མ་དགོན་འདིར་ཕེབས། །བཤད་དང་རྒྱབ་པའི་དགོ་མཚན་ཆེར། །དགོ་བཤེས་མིང་བཏགས་གནང་ཕྱིན་ལོ། ༤༩ །ས་རྟག་སྒྲུང་མཐའི་རྒྱ་
 འཕྲུལ་གར། །པའ་ཆེན་སྒོ་བཟང་རྩུན་འགྲུབ་བསྟམས། ༥༠ །ལྷགས་སྐྱུལ་བྱི་རབས་སོ་བརྒྱད་པ། །ཨ་ལུལ་སྒྲ་མ་ཞིང་འདིར་བསྟམས། ༥༡ །ས་བྱིར་སྒྲུན་ལུལ་ཨེར་ཏེ་ནི། །སྒོ་
 བཟང་འཇམ་དབྱངས་བསྟམས་ཕྱིན་ལོ། ༥༢ །མེ་སྐྱེལ་ལྷ་མིའི་རྣམ་འདྲེན་ཆེ། །རྒྱལ་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཡིས། །དགོན་འདིར་ལྷ་རམས་འཕར་མ་ཡི། །མིང་བཏགས་
 གནང་ནས་བཟང་བྱ་འདི། ༥༣ །རྒྱ་རྟག་དཔལ་རྩུན་སྒོ་མ་པ་བའི། །སྐྱེ་སྐྱུལ་བྱི་རབས་ཞེ་གསུམ་པ། །ལུབ་བསྟན་དར་རྒྱས་ཞིང་འདིར་བསྟམས། ༥༤ །ཟིལ་གཞོན་ཞེས་བྱ་མེ་
 ཏྲ་ལོར། །ཞིང་འདིའི་ཚོས་སྤིང་བྱུང་གི་བདག། །སོ་བདུན་གསེར་བྱིའི་མངའ་བདག་ཆེ། །རྩུན་གྲགས་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་མཚན་བསྟམས། ༥༥ །ལྷགས་བྱུར་དགོན་འདིར་ཚོས་སྒོ་

ལྷོ་ལྷོ། ༣༥ །རབ་རྒྱལ་རྒྱ་མོ་ཕག་གི་ལོར། །བསྟན་བདག་སྟོན་གྲུ་ལེ་ཨེར་ཏེ་འི་ས། །འཇམ་མགོན་སྟོ་བཟང་གྲགས་པ་ཡི། །མཐོང་གྲོལ་གསེར་གདུང་ཆེན་མོ་བཞེངས། ༣༣ །ས་
 ལྷོ་ལྷོ་བཅས་འགོ་བའི་མགོན། །རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁུན་གཟིགས་ཆེར། །ཆེས་ཆེར་ཐོབ་དཀའི་ལོ་སྟོ་ཡི། །རྟོགས་མ་ལུལ་ནས་ཞི་བདེ་ཡི། །ལམ་སྟོན་ཆེན་མོར་མངའ་
 གསོལ་ཞིང་། །དེ་མཚུངས་བཅའ་ཆེན་བཅུ་གཅིག་པ། །སླར་ཡང་སྟོངས་འདིར་མཚན་དཔེ་བཞད། ༣༦ །རབ་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་ལྷགས་རྟོ་ལོར། །སྐབས་གཅིག་སྟོན་གྲུ་ལེ་ཨེར་ཏེ་
 འི་ས། །བཞི་བརྒྱ་ནད་གྱི་དུལ་ལས། །འགོ་རྒྱན་སྟོལ་བའི་གཉེན་གཅིག་པ། །གསོ་རིགས་འགོ་ཕན་སྤིང་མཚོག་བཅུ་གས། ༣༧ །སྐབས་རྗེ་སྤིང་བས་སོ་བདུན་པ། །ཡིད་བཞིན་
 ལོར་བའི་ལྷགས་བསྐྱེད་གྱིས། །རབ་གནས་ཤིང་ཕག་སྟོ་ལོར། །སྤྱི་རིམ་གངས་རྒྱན་སྟོན་ལམ་དང་། ༣༨ །རྒྱལ་ལྷན་ཞེས་བྱ་ས་ཡོས་ལོར། །མདོ་ཁམས་འཇང་དགུན་གསར་
 འཇུགས་མཛད། ༣༩ །སླར་ཡང་ལྷགས་སོ་འབྲུག་གི་ལོར། །རིས་བྲལ་སྟོ་གསལ་མཁས་པའི་གནས། །ཁམས་བོད་མཐོ་རིམ་སྟོབ་སྤིང་འཚར། ༤༠ །གཟུགས་འཕྲི་བྱ་མཚོག་
 ལྷགས་སྐྱལ་ལོར། །གངས་སྟོངས་མཁས་དབང་སྟོན་ཚོགས་དང་། ༤༡ །རབ་གནས་ས་སྟོང་ཤིང་བྱ་ལོར། །འདུ་ཁང་གི་དགུ་མ་ཟེལ་གཞོན་གྱི། །ས་བདུལ་མང་

བཏང་མཛད་ཕྱིན་ལོ། ༡༡ །ས་བྱིར་སེར་ཤུལ་དགོན་ཆེན་གྱི། །སྐར་ནག་དབྱངས་འབྲེལ་ལི་ཐོ་སྟེལ། ༤ །ས་སྐང་གསང་ཆེན་རྒྱུད་གྲུ་ཡིས། །མངོན་བྱང་རྒྱབ་མཚོད་གསར་
 འཇུགས་དང། ༥ །ལྷགས་སྟག་རྩ་རྒྱུད་མཉམ་འབྲེལ་གྱི། །ཚོགས་པའི་ཉེ་གཞོན་སྡེ་དང་འདྲིའི་ཤར། ༦ །མ་འོངས་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི། །མེ་ལྷག་རིགས་ལྡན་ཉེར་
 གཉིས་པ། །མི་ཡི་སང་གོ་༡༡བཅུ་དགུ་པའི། །མེ་པག་༡༡༡རིགས་ལྡན་ཉེར་གསུམ་པ། །དབང་ཕྱུག་ཆེ་དང་ཉེར་གཅིག་པའི། །ཐོག་མར་རིགས་ལྡན་ཉེར་བཞི་པ། །མཐའ་
 ཡས་༢༡༡ཐིའི་ཕེབས་ལོ་བརྒྱ་རེར། །ཚོས་བསྟན་དེ་ནས་ཉེར་གཉིས་པའི། །མེ་ལྷགས་རིགས་ལྡན་ཉེར་ལྔ་པ། །དྲག་པོ་འཁོར་ལོའི་མཚན་ཅན་མཚོག་ ༣༡༡ །ཐིའི་ཕེབས་
 དགུང་གྲངས་གོ་དྲུག་བར། །དམ་ཚོས་བསྟན་ཅིང་གོ་བདུན་པ། །རྒྱ་ལྷག་སྟ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་གྱི། །དབྱང་བཅས་སི་ཏའི་སྟོ་སྟོགས་ནས། །བཅུ་མས་ཉེ་དུམ་བུ་བཅུ་གཉིས་
 གཞིར། །གནས་པའི་སྐྱོ་སྐྱོའི་དབྱང་བཅོམ་སྟེ། །དུས་བཞི་ཕྱི་མའི་རྩོགས་ལྡན་འཆར། ༤༠༤། །རྒྱལ་བ་ལྷུང་དན་འདས་པ་ནས། །དྲག་པོའི་དགུང་གྲངས་གོ་བརྒྱད་
 པར། །ལོ་གྲངས་སུམ་སྟོང་སུམ་བརྒྱ་བཞི། ༣༣༠༤ །འབྱུང་བ་དུས་བཞི་ལྔ་མའི་ཚད། །དེ་སྟེང་དྲག་པོ་འཁོར་ལོ་ཆེས། །གསོས་པའི་ཕྱི་དར་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ། ༡༤༠༠ །བསྟན་

བས་ལྷ་སྟོང་བརྒྱ་དང་བཞི། ༥༡༠༩ | འབྲུང་ཞིང་དེ་ལས་བརྒྱ་དང་བཞིས། |མང་བ་རྒྱུད་འདིའི་ཁྱད་ཚོས་སུ། རྒྱུག་པའི་ལྷགས་འཛིན་མཁའ་རྣམས་བཞེད། |
 ། རྟེན་ན་རབ་གནས་འབྲུང་བ་བཞི་ལྔ་གྱི། གདོང་ངན་ཞེས་བྱ་མེ་སྤེལ་གནམ་ལོ་ཡན། རིམ་བཞིན་རྫོགས་ལྔ་གསུམ་ལྔ་གཉིས་ལྔ་རྣམས། འདས་ཤིང་རྩོད་ལྔ་
 ལས་ཀྱང་ལོ་ཡི་འབྲེང་། རི་གཟུགས་མཚོ་ནི་༩༡༧ལྔ་འདས་མ་འོངས་པར། རུས་བཞི་བྱི་མིའི་རྫོགས་ལྔ་འཆར་བ་ལ། ལོ་ཡི་འཁོར་ལོ་༩༠༧བྱག་མཁའ་རིག་བྱེད་
 གྲངས། ལྷས་པའི་གནམ་ལོའི་རང་ཞལ་གསར་བཞེད་ལ། ལེགས་སྐྱར་ལྷ་ཡི་རྒྱུ་དུ་དུམ་སུ། བདེ་མཚོག་བསྟོད་འབྲེལ་བརྒྱ་ལས་གདོང་ངན་དང་། མ་རྒྱ་ཚོ་ནི་ལྷ་དུ་
 བིང་ཤིན་ཞེས། ཚོས་ལྔ་རྟོ་ཤེས་མེ་ལོ་སྤེལ་ལོར་འབོད། རྫོགས་ལམས་ལྷགས་ལ་ལྷས་དབང་མེ་ཡིས་བདག་རྒྱུང་ལམས་རྒྱང་དབྱས་བཞུགས་གཉིས་ནག་ཡི། འབྲུང་
 བ་བཞི་ལྔ་མདུན་སྐྱེད་དམར་བོའི་རྒྱུངས། ལོ་གཟུང་རགས་ཞིབ་མཐུན་པར་གཤིན་རྗེའི་བདག་བྱེད་ལོ་བདུད་རྩིའི་བདག་དང་རྫོན་བྲལ་སངས། བྱེད་གྲུབ་ལོ་རྒྱུ་
 མཐུན་པ་ལྷ་སྟོང་བཞུགས། |

༥ གཞན་ཡང་མཁས་རྣམས་བཞེད་པའི་ལེགས་བཤད་དང་། །བྱུང་པར་གཡུལ་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ལས་གསུངས་པ། །སངས་པདོའི་འཇུག་པར་ལྷན་འབྲེལ་ལོ་ལས། །
གསལ་བའི་བདེ་དོགས་ལྷང་དང་གཟུང་དགུ་ཡིས། །སྤྱོད་འབྲས་ལ་སོགས་དཔྱོད་ལྡན་མཚོན་ལ་སྟོ། ། ། ། **དང་སྤོང་གཟུང་ལྗོངས།** ། **ལུང་ལྗོངས།** །
ཉེར་ལ་ལུང་ལྗོངས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་གྱེ་ལ་ཕྱིར་རྣམ་མཁའི་སྤྱིན་འཕྲིན་པ་འབྱུང་། དཔྱོད་དུས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆེར་འཇུག་པ་དང་། དཔྱུར་དུས་སོག་སེར་སྟོན་པའམ་ཡང་ན་རྒྱུ་གིས་ཆར་
བ་དུམ་ལུང་འབྱུང་། ལྷ་བཞི་བ་ཕྱི་མའི་ཆོས་༡༡རྣམས་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་དཔོ་ལ་འཕྲོས་པས་དེའི་རིང་དཔྱོད་དུས་དང་འབྲས་ལྡན་མེ་ཏོག་དང་། ལོ་ཏོག་སྤྱིན་དུས་སངས་ལྷང་
ལ་ཆར་རྒྱུ་མི་སྟོམས་པ་དང་། བདུན་པའི་ཆོས་༡༡རྣམས་མེ་བཞི་དང་། བརྒྱུད་པའི་ཉེར་གསུམ་ལ་ནག་པ། བརྒྱུད་པའི་ཉེར་གསུམ་ལ་ས་རི་ལ་འཕྲོ་པས་ལྷ་སོ་སོར་དུས་དང་
མཐུན་པའི་རྒྱུ་སྤྱིན་མང་བ་དང་། དྲག་ཆར་དང་ཆར་རྒྱུ་འཇུག་པར་འབྱུར་མང་། དང་བོའི་ཆོས་༡༡རྣམས་ཕྱིར་ནག་པར་ལོག་ནས་ལོ་རྒྱུས་པར་འབྱུར་རོ། ། ། **དམར་**
བོ་ནི། ། ལྷ་སྤྱིན་ཆོས་༡༡རྣམས་རིམ་བཞིན་རུབ་དང་བྱུང་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་སྤྱོད་ཤས་ཆེ། བོད་ལྷ་བཞི་བ་སྤྱི་མའི་ཆོས་༡༡རྣམས་ལྷ་མཚམས་ལ་ཕྱིར་སྤྱོད་པས་ཚད་པ་འཕེལ་ལ་

ཆར་བ་འབབ་ཚད་ཞན་པར་འབྱུང་། རྩལ་པའི་ཚེས་༡༠ལྷོན་ལ་འཕོ་བས་ལྷ་འདིར་ཆར་བ་ཅུང་ཟད་འབབ་ཀྱང་རྩལ་འཚུབ་རྒྱུང་གིས་གཏོར་བ་འབྱུང་། བདུན་པའི་
 ཚེས་༡༢ནས་རྒྱ་སྐྱེས་སྐབས་ལ་འཕོ་བས་མེར་བ་འབབ་ཉེན་ཆེ། བརྒྱད་པའི་ཚེས་༤ལ་ནབས་སོ་དང་། དགུ་པའི་ཉི་ཤུ་ལ་གོ་བཞིན། བརྒྱ་པའི་དགུ་ལ་མོན་གྲུ། བརྒྱ་གཅིག་
 པའི་ཚེས་༡༣ལ་སྐྱེས་སྐབས་སྟོན། བརྒྱ་གཉིས་པའི་ཉེར་གཉིས་ལ་ནམ་གྲུ། དང་བོའི་ཚེས་༡༥ལ་ཐ་སྐྱར། གཉིས་པའི་ནང་ནས་རིམ་བཞིན་བྱ་ཉེ་དང་སྟོན་རྩལ་འཕོས་པས་
 སྐབས་རེར་རྒྱུང་འཚུབ་དང་མེར་བ་ཐན་བ་རེས་མོས་ལོ་རྩལ་བོར་འཁོར་ལ། ལྷག་པར་ལྷ་བཞི་བ་སྟོན་མའི་ཚེས་༡༤དམར་སྟོན་འཛོམས་པས་དབྱིད་རྩལ་རྒྱུང་འཚུབ་
 པ་དང་། དབྱར་ཡིན་ཆར་རྒྱུང་དང་ཐོག་མེར་ཚོད་པ་འབྱུང་། གནམ་གཤིས་ཚ་གྲང་འགྱུར་སྟོན་ཆེ། དགུན་གྱི་ཁ་བ་བྱ་ཡུག་ཆེ། རྩལ་བ་བདུན་སྐབས་འཐིབས་པ་ལས་
 དངས་པ་མང་། ལོ་མཚུག་བྱང་སྐྱེས་སྟོན་འབྱུང་འགོས་གྱིས་དམན་སར་ཡུལ་སྦྱིར་ཆར་གྱི་འབབ་ཚད་ཅུང་། ལྷོ་རྒྱུད་དུ་ཆར་གྱི་འབབ་ཚད་འབྲིང་། ། ལྷག་པ་ནི། ལྷ་འདིའི་
 ཚེས་ཤར་ནས་རིམ་བཞིན་ཐ་སྐྱར་ནས་བདུན་པའི་ཚེས་༡༠བར་བྱང་ཤར་སྟོན་སྐྱེས་མར་འགོས་བཞིས་སྟོན་རིང་ཕྱིར་ལོག་ཐེངས་གཅིག་འདུག་པས་དམའ་སར་ཆར་ཆེ་འཕ་

ཡང་ན་དེ་ལས་སློབ་སྦྱོར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་། ཡང་ཡུལ་གྱི་ལ་ལར་ཆར་ཆེ་བ་དང་ལ་ལར་སློབ་པར་ཡང་བཤད་དོ། ། ཏུས་དེར་རྒྱུད་དང་རྒྱ་ལོག་མང་དོ། ། ལྷ་བདུན་པའི་ཚེས་༡༡ནས་
 ཕྱིར་ལོག་བ་དང་། དེ་ནས་ལོ་རྒྱུས་པར་འགྱུར་དོ། ། ཡུལ་སྤྱིར་ནམ་འཁོར་ཆེ་ཞིང་སྤྱི་གསུམ་ལོ་རྒྱུས་པ་མང་། ༥ **པ་སངས་ནི།** དྲང་སྤྱོད་པ་སངས་པོད་ལྷ་གསུམ་པའི་
 ཚེས་ཤར་ནས་ལྷ་བའི་ཡར་ངོའི་བར་མེ་རྒྱུད་སྐར་མ་བྱང་དང་ཤར་གྱི་རྒྱ་སྐར་ལ་སྤྱོད་པས་ཁ་རྒྱུད་བྱ་ཡུག་འཁུའ་ཆེ། པོད་ལྷ་གཉིས་པའི་ཚེས་ཤར་ནས་ལོ་མཇུག་བར་རྒྱ་
 སྐར་ལྷ་མས་སྤོད་སྤོད་ལ་སྤྱོད་པས་སྤོད་བྱང་འབྲོག་ལྷ་ལ་དང་བྱང་རྒྱུད་དུ་ཁ་རྒྱུད་འཁུའ་བ་མང་། ལུབ་བྱང་སྤོགས་སུ་འཐིབས་དྲངས་ཤིང་མོས་གྱིས་ཁ་རྒྱུད་བྱ་ཡུག་འཁུའ་
 ཆེད། ༦ **སྤོད་པ་ནི།** གསུམ་པའི་ཚེས་ཤར་ནས་པོད་ལྷ་བཅུ་བའི་ཚེས་༤བར་རྒྱ་སྐར་ལྷ་མཚམས་ལ་སྤྱོད་ཤིང་དབུས་གྱི་སྤོད་པོད་དང་། སྤོད་བྱང་འབྲོག་ལྷ་ལ་དུ་ཁ་ཆར་
 ཆེ་བར་མ་ཟད་རྒྱུན་དུ་གངས་ཉེན་ཆེ་སར་གཞོན་འཚོ་ལ་དྲོགས། རྒྱ་སྤོད་སྤོགས་སུ་གནས་པར་སངས་ལོ་རྒྱུས་པ་མང་། རྒྱ་སྤོད་ལ་གནས་པར་རྒྱ་འཛིགས་འོང་སྤོད་
 འཆར། ལུབ་སྤོགས་སུ་རྒྱུད་འཁུའ་དང་ས་འགྲུལ་ཡོད་པར་དྲོགས་སོ། །

༄༅། དབྱངས་འཆར། རབ་མཛེས་ཡིད་འོང་ཏེ་སེའི་ཕོ་བྲང་ན། །རབ་མཛེས་ཟུར་ཕྱད་གཡོ་ཞིང་ཟླ་བ་ཡི། །རབ་མཛེས་ཅོད་པན་འོད་འབར་མགོན་སྟོན་ཅན། །རབ་མཛེས་མཚོད་ལྡན་མ་ཟུང་བསྟེན་བྱའི་ཡུལ། །མགོན་དེས་བདེ་སྟེར་མ་ཞེས་དཀའ་བསྐྱོག་མར། །དུང་དུང་བཅེ་བའི་གསུངས་པའི་དབྱངས་འཆར་རྒྱུད། །སྟག་སྟག་སྟོ་འའི་སྒྲོངས་གྱི་དབལ་གཅིག་ཕུ། །ངེས་ངེས་སྲུག་ཅེར་སྟོན་མཛོད་བཤེས་གཉེན་དྲན། །ངེས་དོན་སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་ཡང་། །དང་དོན་འགོ་ལ་བདེ་སྲུག་སྟོན་པའི་གཟུང། །ཉི་ཟླ་རྩ་ཏུ་དང་སྟོང་ཞི་དྲག་གི། །གནས་བསྟོད་ལ་བརྟེན་འབྱུང་འགྱུར་ལུང་སྟོན་མད། །ཚོས་ཚོགས་དབང་བྱས་སྟེ་ལྡན་དབྱངས་ལགས་ཀྱང་། །འོན་ཀྱང་མདོ་ཁམས་གསེར་ལྡན་སྟེག་མོའི་རྒྱན། །ལེན་དགོན་གསྐྱོ་ལ་འདི་དབྱངས་བཞག་སྟེ། ། ། ། **ཏུས་སྐལ་འཁོར་ལོ།** དགྲུང་འདིར་དབྱངས་སྟོགས་སུ་འཐབ་ཅོད་ཕྲན་ཅམ་འབྱུང་དོ་དང་། མ་ཟད་བཀའ་སྟོགས་གྱིས་མནར་པའི་སྲུག་བསྐལ་ཅན་ཡང་ཡོད་པ་གསལ། བྱང་ཤར་སྟོགས་སུ་ཆར་ཚུ་དགོན་ཐན་པའི་དོ་དམིགས་ཀྱང་བསོད་ནམས་གཟུང་ཡི་སྟོར་གྱིས་དགོ་བའི་མཚན་མ་མང་། ཤར་སྟོའི་སྟོགས་སུ་ཅོད་དོ་ཆེ་ཡང་། ཏུས་ཆར་རན་པར་འབེབས་པར་སྐྱང་། །སྟོ་སྟོགས་གྱི་རྒྱལ་འབངས་ཀུན་ལ་མི་དགའི་མཚན་མ་མི་

གསལ་བས་དགོ་བར་འཚོའོ།། །། **སེང་གདན་འཁོར་ལོ་ལས།** གནམ་ལོ་འདིར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་དུས་འབྱུག་དང་། ཏྲ་ཕྱུགས་ནད་རིམས་གྱིས་འཚོ་བར་འཆར་ལ། བྱང་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཕོ་འབྱུང་ལ། བསོད་ནམས་གཟུང་ཡི་སྐྱེར་ལས་བཟང་ངོ་ཆེ། ཤར་ཕྱོགས་སྤྱི་དང་རྟག་པར་བཅུན་མའི་སྡེ་སོགས་ལ་རིག་པ་ཚོས་སྤྱོད་འཕེལ་བར་བཤད།

།། བན་ཚུན་འཁོར་ལོ་ལས། བན་ཚུན་ཆེན་པོའི་ལྷང་འབྲས་བུ་དང་སྟོམས་སུ་གནས་པར་སྤང་ངོ་།། **།། ལྷུལ་ལྷུག་འཁོར་ལོ་ལས།** ཤར་ཕྱོགས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་འཚོ་ངོ་ཙམ་ལས་གཞན་འབྲས་བུ་ཤང་སྟོམས་སུ་གནས་པར་མཚེས་སོ།། །། དེ་ཡང་དུས་བསྟན་མེ་ལོང་ལས། །གདོང་ངན་ལ་ཞི་ངན་པར་བཤད། །། །། ལྷུག་རྒྱ་རྒྱུང་བ་ལས། མེ་སྤྲེལ་གནམ་དམག་ཐན་པ་ཆེ། །འབྱུག་འོང་གནམ་ངན་ཕྱུགས་འབྲིང་ལ། །རྒྱལ་པོས་སློན་གསོད་ཕུ་གོ་བཞེང་། །ཕྱུག་པོ་སྟོགས་ཤིང་མི་སྟོགས་ཕྱུག །། །། དྲང་སྲོང་སླ་མའི་ལོ་འབྲས་ལས། །གདོང་ངན་ཞེས་པའི་ལོ་ལ་ཞི། །གཏེར་དང་སྤྲིག་རྣམས་དམ་པར་འགྱུར། །ནས་དང་འབྲས་ལ་སོགས་པ་ཡི། །འབྱུང་དང་བཟང་བུ་དང་དགོན་པར་འགྱུར། །མན་ཚུན་བུན་ལ་འཇལ་ལེན་མེད། །། །། མདོ་སྡེ་གསང་བ་ལས། གདོང་ངན་ཞེས་བྱ་མེ་ཕོ་སྤྲེལ། །ཏིལ་རྒྱས་གོ་དང་ནས་གཉིས་འབྲིང་། །གནག་ལེགས་དག་ཞི་

ལ་ཆར་བ་ཆེ། །སྒོན་པོས་རྒྱལ་བོ་གསོད་པ་དང་། །ལྷུག་པོ་མི་འབྲུ་སྟེ་བ་ཡིན། །རྩ་ཅེ་རྒྱལ་ལ་སྟོགས་པ་མང་། །དབྱར་སྟོད་ཐན་པ་སྦང་དུ་ཞོད། །འོར་ཕྱུགས་རིན་ཆུང་མི་
 བདེ་མང་། །། །། །མེ་སྟེལ་དགུང་འདིར་གཉེས་ནག་དབུས། །འབབ་པའི་ལོ་ནག་མཆེ་ཅན་ནམ། །ཉལ་བྱི་གནམ་བྱི་ལོར་དབང་བས། །ས་བདག་མང་གིང་ནག་པོ་ལ། །ནག་པོ་
 ཆེན་པོ་ཞེས་གྲང་གྲགས། །ལོ་འདིར་མཁར་ལས་སྦང་གསར་འདེབས། །མཁར་སྟོང་བཞིག་དང་མཆོད་རྟེན་བཞེངས། །རྒྱ་འབྲུ་ཤིང་གཙོད་བྲག་གཤགས་པ། །རི་བརྒྱལ་བག་
 མ་གཉོད་ལེན་དང་། །དམག་ཇག་འདུ་ལོངས་རྩམ་ཆེན་ལས། །འདི་ཡི་དུས་སུ་བསྐྱུང་བ་གཅེས། །གཉེས་ནག་སྟེས་པ་མི་འབྲུ་སྟེ། །འབྲུག་པ་དང་ནི་ཡུལ་འཕོ་འབྲུང་། །
 གཟེར་ནད་ཆེ་རྒྱུ་མི་སྟེན། །གཉེས་ནག་གུན་ཡིན་ལྷག་པར་ནི། །སྟེས་དར་ནམས་གྱིས་གཟབ་པར་འཚལ། །། །། །དགུང་འདིར་བལ་ཡུལ་ཅིས་ཕྱན་འབྲས། །ཆར་
 དང་རྟོད་འབྲུ་འཕེལ་ནམས་རབ། །དེ་མཐུན་ཟད་སྐྱུར་རྒྱུང་ལྡང་ཅ། །བསེལ་ཞན་འབྲུག་ངོ་ཞེན་ཅམ་སྦང་། །དྲག་སྐྱུངས་གུན་འཇུག་ཡུལ་གུན་ལ། །ལྷོ་བར་སྦང་ཆར་
 འབབ་ཞེས་སྟེང་། །། །། །དགུང་འདིར་སྟོགས་གཙོད་ཤར་སྦང་གནས། །དེང་དུས་སྟོགས་རྟགས་འཕོར་ལོ་ཡི། །ཤར་དབུས་བྱིམ་ཞག་དགུ་བཅུ་ནས། །བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུའི་བར་དུ་

ལོ། །སྤྱི་སྤྱོད་ཆེ་སྤྱིའི་ལས་རིགས་ཀྱི། །དང་པོའི་ལས་སྡེ་ཕྱོགས་དེར་གཏོང། །ཡུལ་སྐོལ་ཙམ་མིན་གཞུང་ལས་གསུངས། །མི་མིན་དག་གིས་གཞོན་ཞི་ནས། །ལས་དང་བྱ་བ་
 འགྲུབ་ལ་ཤེས། །ཀུན་གྱིས་འདི་ལ་དོ་སྣང་འཚལ། །

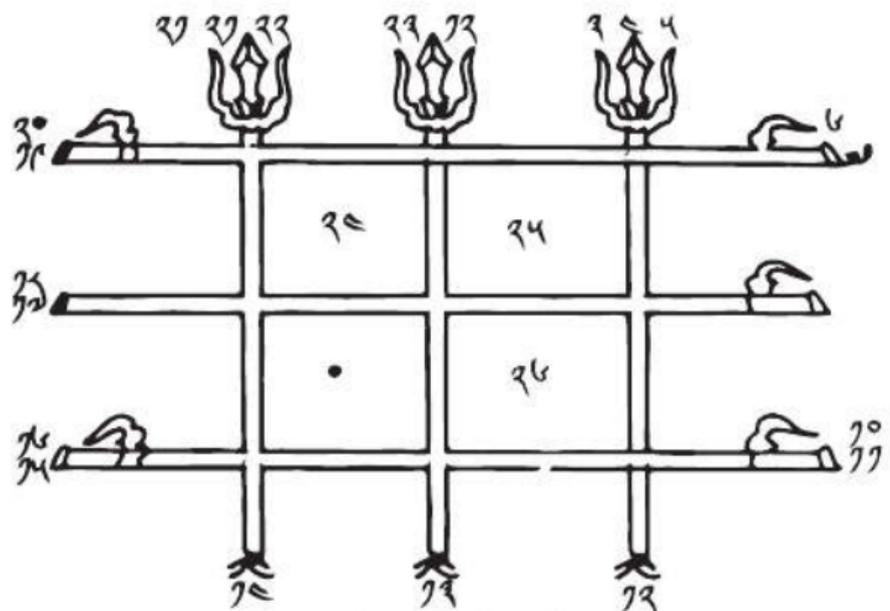
༥ །སྐྱེས་པ། འདིར་འབད་རྣམ་དཀར་ལེགས་བྱས་གང་། །ཅི་དང་ཇི་སྟེད་བསགས་བ་ཡིས། །མར་གྱུར་འགྲོ་བའི་སྤྱི་བ་བ་ཀུན། །བྱང་ནས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་ཤོག །
 ༥ །སྤྱི་དགུའི་གཞུག་ཞོར་པད་དཀར་འཆང་། །སྟོ་འདི་སྤྱོདས་སུ་རྟག་འཆར་བའི། །བསྐལ་བཟང་རྣམ་ཡང་མི་གཏོང་བར། །ཞབས་པད་དོ་རྗེའི་ཚོས་མཚུངས་ཤོག །མི་
 དབང་ཚོས་བཞིན་སྤྱོད་པའི་འཕུལ། །བསེལ་ལྷན་ཞིང་འདིར་ཤོང་དཀར་བའི། །དགེ་ལེགས་བརྒྱ་ཕྱག་བསྐལ་བའི་བར། །མི་འགྱུར་བརྟན་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག། །སའ་མཚན་ལོ།



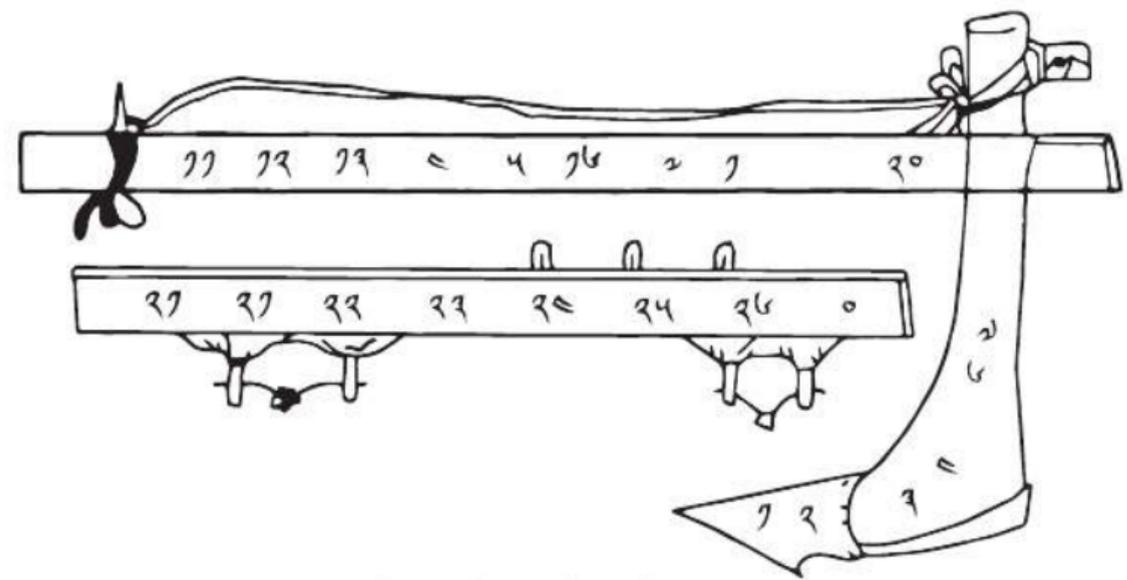
༄༅། ཅོ་ནའི་ཡུལ་གྱི་གྲང་ཅིས་ཆེན་མོ། མཚུར་སྤྲུག་མཚམས་སྤྱིན་གསལ་བའི་འོད་འབར་ཞིང་། །ཡེ་ཤེས་མཚོན་རྣོན་འཆི་མེད་དབྱིངས་སུ་གདེངས། །མངོས་སྤུ་འཛོ་
 སྒྲིག་གར་གྱི་འགྱིང་བག་ཅན། །ཟུར་སྤུད་ལྡ་བ་གནམ་གུན་གསུག་ན་མངོས། །རྟོགས་བཏགས་ཅམ་ལ་བྱ་བྱེད་གུན་འཐད་པ། །ཚུར་མཐོང་སྐྱེ་བའི་སྣོ་ལས་འགོངས་ན་
 ཡང་། །རྣམ་རྟོགས་སུར་གྱིས་བྲིས་པའི་བྱུ་མཚོག་གཟུགས། །ཁམས་ལྡའི་ལྱང་ལས་བདེ་དོགས་བདག་གིས་འབྲི། །དེ་ཡང་རབ་གནས་མེ་སྒྲེལ་ལོའི། །དབྱིད་དབྱགས་
 རྒྱལ་སྒྲའི་ཉེར་དྲུག་གི། །ཉི་དྲོས་སྐྱུལ་ལ་ཟུག་པའི་འབྲས། །སྤྱིར་ན་བྱུ་མཚོག་དུང་མདོག་གིས། །དགྲུང་འདིར་ཐོག་སེར་ཚོད་པ་དང་། །བར་མའི་འགོ་ལ་སྣོ་ནད་
 དང་། །དབྱར་སྟོན་འབྲིང་བཞི་བར་ཁམས་ལ། །སད་དང་ཐན་ཞེས་ཡང་ཡང་སྐྱེང་། །བྱེ་བྲག་གྲང་མགོ་ར་ན་མཚུག །བྱུ་རུའི་མདངས་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །རྒྱལ་པོ་སྤ་
 དཔོན་མི་ཆེན་དང་། །གྲོང་བྱེར་ཚད་རིམས་མེ་འཛིགས་ངོ་། །མ་ཟད་དབྱིད་གསུམ་ར་བཞིར་ཐན། །མིག་བཞི་ཁ་མཚུལ་གསེར་འོད་ལྡན། །རོང་ཆེན་ལྱང་མདའི་ས་
 ཞིང་དང་། །ཚི་བཅུད་ལོ་རྟོག་སྐྱེ་བོངས་དང་། །འབྲོག་ན་དཀར་རྒྱ་འཕེལ་ངོ་ཆེ། །མཐུར་མགོ་དར་སེར་མཐུར་མདའ་ནི། །གསོ་མ་སྤུ་རྒྱ་སེ་འབྲུ་ཤིང་། །སྤུ་ཐག་དར་

གྲིས་རབ་མཛེས་པས། །ཁྱུ་མཚོག་སྟོང་ལྡན་དལ་གྲིས་རྒྱ། །སྐབས་གི་མཚུག་མ་གཡོན་འབྱེལ་བས། །མི་ལ་དགོ་ཞིང་ཕྱུགས་ལ་རྩུབ། །ཁ་གདངས་བཞོན་དང་ཕྱ་གྱ་
 འཕེལ། །སྐབས་རྗེ་ཀན་པོས་ཀན་པོ་བདེ། །གཞོན་རྩུབ་བྱིས་པ་ལྷག་པར་རྩུབ། །སྐབས་རྗེའི་གོས་རྒྱང་སྐྱེད་རགས་དགར། །ཞོང་དང་འབྱོར་ལ་འབྲིང་དུ་བརྗོད། །སྐྱེད་འཛིང་
 དགར་པོས་འཚོ་མེད་བདེ། །ལྷ་མ་རྒྱུང་གྲོན་པས་སྐྱེ་དགུ་བྲེལ། །ཆར་དང་རྒྱ་ཡིས་འཛིགས་པ་ཆེ། །ཐོར་ཚོག་གཉིས་ཀ་གཞུག་དུ་བཅིངས། །རྒྱལ་ཁམས་ལྷ་ཡི་དཔལ་ལ་
 ལྷེགས། །ལུ་ཕུད་ལག་པ་གཡས་པས་འཛིན། །ལྷག་ལུ་རྒྱ་རྩུང་ལྷག་འབྲས་ནི། །མི་ཁྲིའི་མདངས་ལྡན་དར་སྐྱེད་གྲིས། །པལ་བའི་དམངས་རྣམས་བདེ་བར་སྐྱེད། །སྐབས་རྗེ་
 སྐབས་གི་གཡོན་རྒྱ་པས། །སོས་འཕར་ས་བཅུད་ནམ་མཚུག་འབྲིང། །དགུང་སྟོན་གཡུ་འབྲུག་གཏེར་གྲངས་གྲིས། །ཆར་རྒྱ་འབབ་ཚད་འབྲིང་གི་སྦྱང། །ས་ལ་ཁྱུ་མཚོག་
 བཟང་པོ་ཡིས། །ས་བཅུད་འབྲིང་ལ་མི་གྲངས་མེས། །འབྲུ་སྐྱེད་ཕྱབ་པར་སྦྱོང་པའི་འབྲས། །འབྲུ་སྐྱེད་བཅུད་ཕྱུགས་རྩུང་ཟད་བུལ། །ཐོ་འུ་རྩུགས་ནས་སྟོན་དབྱགས་
 བར། །མཁུ་མེའི་ཞག་ལ་རིག་བྱེད་ཆད། །ལོ་འདྲིར་ཚད་ཆེན་སྦྱོན་འབྲུ་ལེགས། །འདྲིར་འབད་ལེགས་བྱས་བསོད་ནམས་པད་དགར་སྟོན། །འགྲོ་གུན་གཏན་བདེའི་

རྒྱ་ཅུ་འཇུག་པའི་དབལ། །མཇུག་མེད་སྤང་བཅུད་གང་གིས་སྤྱོད་པ་ཡིས། །ཟག་མེད་བདེ་བའི་རོ་ཡིས་འཚོ་གྲུར་ཅིག །



སོ་ནམ་འཛོལ་ལོ།



སོ་ནམ་འཛོལ་ལོ།

༄༅། **སོན་མ་བྱ་བཞག** དེ་ཡང་མེ་སླེལ་ལོའི་སོན་མ་དུས་ཚོགས་དང་རྟ་བོང་སྐ་རྒྱལ་ཚོ་བྲག་བཅས་ཀྱི་ཚོས་ཆ་དགོའོ།། བོད་ལྗང་དང་བོའི་ཚོས་༣༠སྐར་ནས་ལྷ་འདེབས་དང་། བོད་ལྗང་༢ཚོས་༢༥སྐར་ནས་བར་འདེབས། བོད་ལྗང་༣ཚོས་༡༧སྐར་ནས་བྱི་འདེབས་ཟིན་པས། དགྲུང་འདིར་ལོ་བཟང་སོ་མོ་ཁྱུང་མེད་མེ་བྱི་རང་ལོ་༡༡དང་རྒྱ་མག་རང་ལོ་༣༤སོན་པ་གང་རུང་དབང་བོ་སྐྱོན་མེད། ས་མ་འགོ་འཛོམས། མིང་བྲ་ལེགས་པ་དག་གིས་ས་བོན་འདེབས་པ་དང་། མཁར་ལས། རྒྱུ་ཤིང་འཇུགས་པ་སོགས་ལོ་གང་གི་བྱ་བ་ཆེ་བའི་ལས་སྡེ་གཙང་ཕྱོགས་ཤར་སྤང་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱོགས་སུ་ཞལ་གཟེགས་ཏེ་རྒྱབ་པར་འཚལ། ། དེ་ཡང་བོད་ལྗང་དང་བོའི་ཚོས་༤ཆད་༢༢ལྟག་བོད་ལྗང་གཉིས་པའི་ཚོས་༡ཆད་ལྟག་མེད། བོད་ལྗང་གསུམ་པའི་ཚོས་༥.༢༧ཆད། ༡༥ལྟག་བོད་ལྗང་བཅུ་གཉིས་པའི་ཚོས་༣༠ནས་བྱི་ལྗང་ཚོས་༣༠བར་བུམ་སྟོང་སྟོ་དང་། བོད་ལྗང་བོའི་ཚོས་༣༠ནས་བྱི་ལྗང་ཚོས་༡བར་བུམ་སྟོང་རུབ། བོད་ལྗང་གཉིས་ཚོས་༢ནས་བྱི་ལྗང་ཚོས་༢བར་བུམ་སྟོང་བྱང་། བོད་ལྗང་གསུམ་པའི་ཚོས་༢༡ནས་བྱི་ལྗང་ཚོས་༢༡བར་བུམ་སྟོང་ཤར་དུ་གནས་པས་ཕྱོགས་དེར་འཛོམས་བྱ་དང་། །གཙང་ཕྱོགས་ལ་བྱུག་དོར་སྐྱ་བཟོན་པ་དང་། ལྷང་བརྒྱད་སྐྱོགས་ནས་སོན་མ་སོགས་ལས་གང་དགོས་ཀྱི་ལས་སྡེ་

གཏོང་བ་དགོདོ། ། རྩེ་བྲག་རང་རང་ལ་འགོ་བའི་ཡུལ་ལྷ་གསོལ་ཞིང་འཕྲིན་ལས་བཅོལ། མདོ་སྡེ་བསྐལ་བཟང་དང་འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད། གཡང་སྐྱབས། རོར་
རྒྱན་སྡེར་ལྷ། ལྷང་བརྒྱད། བཀྲ་ཤིས་བརྟེན་པ་སྦྲོགས་ཏེ་ཐོང་མཁན་དང་སོ་ནམ་ལོ་བཟང་གོང་གསལ་གང་རུང་གིས་གཙོས་རྒྱན་གོས་གཟབ་མཚར་སྤྲས་པའི་སྒོ་ནས་
སྤྱེ་མར་བསང་ལུང་བཅས་བཀྲ་ཤིས་ངོ་བསྟོན་དགོ་མཚན་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས་གཙང་སྦྱོགས་ལ་གཟེགས་ཏེ་སོ་ནམ་སྐར་འཛིན་བྱེད་པ་ནི། ལོ་འབྲས་ལེགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་
འགྲིག་གཞན་ཡང་སོ་སོའི་ས་ཞིང་རྒྱ་ཁྲོན་དང་བསྐྱུན་པའི་ལོ་རིམ་ལྷ་བ་སོ་སོའི་ཡར་ངོར་རྒྱགས་བརྒྱན་དང་ལྷ་བསང་། ཡུལ་ལྷའི་གསོལ་མཚན། ཚོགས་བརྒྱ། བུམ་
གཏེར། ལན་ཆགས་གཏོར་མ་འབྲུམ་ཐེར་སོགས་སྤྱི་རིམ་སྤྲོས་རྒྱན་འཛིན་དང་། ལྷེར་གྱི་གནའ་སྟོལ་དུས་མཚན་མི་ཉམས་རྒྱན་སྦྱོང་ཐོག་ཉ་སྟོང་བརྒྱད་གསུམ་དང་།
དུས་ཚེན་ཁག་གཟའ་འཛིན་སོགས་དུས་ཚེན་རྣམས་ལ་བསྟེན་གནས་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྤྱིམས་སྤྱང་བས་མཚོན། སྟོག་གཙང་ཐབ་གཞོབ་ཚེན་པོ་སོགས་མི་དགོདི་
ལས་ཚང་མར་བག་གཞོན་གང་གཟབ་མ་བྱས་སྤྱིན་འཕྲལ་རྒྱན་གྱིས་སང་སེར། ཐོག་སྟོག་ལྷ་འོད་སོགས་མི་འདོད་ཐོག་བབ་དུ་འབྱུང་བར་ཚོགས་མེད་དོ། །འོད་ལྷ་དང་

བོའི་ཚོས་༡༥དབུས་སྟོང་ལྷག་ཕུའི་ཚུ་འདྲེན་ཉི་ཐིག་ཟེན་བས་ས་ཞིང་ཁག་ལ་འདེབས་ཚུ་གཏོང་རན། ཉིན་དེའི་ཉི་ཤར་ཕྱི་ཚ། ཉི་ཟླུར་ལྷ་ཚ། བོད་ལྷ་གཉེས་པའི་ཚོས་༥ཉི་
 གྲོས་ལྷ་ཚ། ཉི་ཟླུར་ལྷ་ཚ། ཚོས་༡༠ཉི་གྲོས་ལྷ་ཚ། ཚོས་༡༤ཉི་གྲོས་ལྷ་ཚ། ཉི་ཟླུར་ཕྱི་ཚ། ཚོས་༡༧ཉི་ཤར་ལྷ་ཚ། ཕྱེད་ཡོལ་ཕྱི་ཚ། བོད་ལྷ་གསུམ་ཚོས་༡ཉི་གྲོས་ལྷ་ཚ། ཉི་ཟླུར་ཕྱི་
 ཚ། ཚོས་༡༥ཉི་ཕྱེད་ཕྱི་ཚ། ཚོས་༡༠ཉི་ཤར་ཕྱི་ཚ། ཉི་ཟླུར་ལྷ་ཚ་བཅས་ལ་འདེབས་ཚུ་གཏོང་རན། དངོས་གཞིའི་ཚོས་ཡུལ་དུས་དང་ས་བོན་སྡེ་ཡང་ས་བབ་སོགས་གཟེགས་
 པར་འཚལ། འདིར་ས་བཅད་མ་གཏོང་ཅམ་ལས་ཞིབ་པར་བོད་སྡེངས་སྐོན་རྩིས་ཁང་གི་ལོ་ཐོར་གཟེགས་པར་འཚལ། སང་མཚན་ལྟོ།

༥ རྩི་བྱེ་བྲག་གི་གཡང་སྐར། ལྷུར་མ། རབས་སོ། ས་རི། ཚུ་སྟོང་བཞི་ལ་གཡང་སྐར་ཡིན་པས་ལོར་ཕྱུགས་སོགས་ཕྱིར་གཏོང་བར་འཛོམས་སྟོལ་མཚེས་པས། བྱེ་བྲག་ནི་
 མོན་གྱུ་དང་ནམ་གྱུ་རྟ་ཡི་གཡང་སྐར་དང་། རག་བ། ས་རི། རབས་སོ། ལྷུར་མ་བཅས་ལ་འབྲུ་ཡི་གཡང་སྐར་ཡིན་པས་ཕྱིར་གཏོང་ལ་འཛོམས་པར་འཚལ།

༥ ཚུར་ལེན་གཡང་སྐར་ནི། ལྷུམས་སྐང་རྟ་དང་། ལྷུར་མ་ལོར། རྐག་ལ་ལྷུག་ནམ་གྱུ་ལ་འབྲུ་ཡི་རིགས་བཅས་སོ།



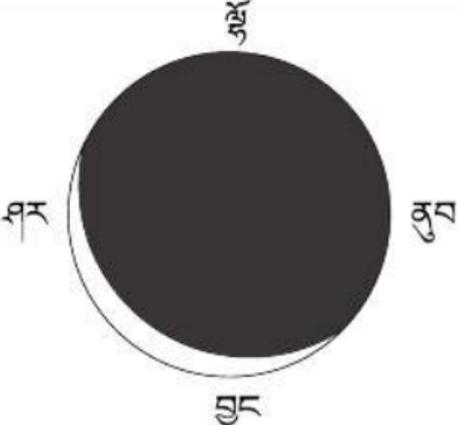
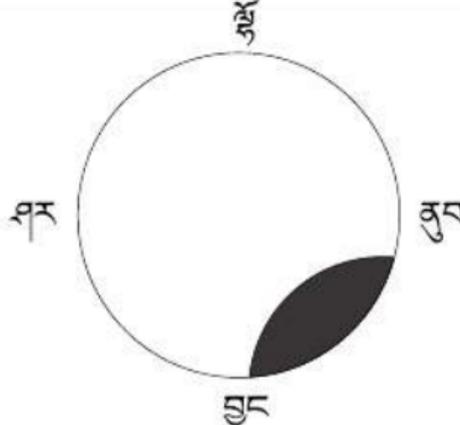
། ཉིན་རེའི་རྒྱུད་རྒྱུག་ཅི་ཡོད་དང་། །ལས་དང་བྱ་བ་འགྲུབ་མི་འགྲུབ། །བརྟག་པར་འདོད་ཚེ་ནམ་ལངས་ནས། །དེ་ཉིན་རྒྱ་རྒྱུ་གང་
 ཡིན་པ། །འཁོར་ལོའི་རྩེ་གསུམ་གང་རུང་གི། །དབུས་མ་དག་ལ་ཐད་དྲང་བཀོད། །རང་གི་རྒྱུས་རྒྱུ་དེས་ན་མཚོག། །དེ་མིན་མིང་ཡིག་
 རྒྱུ་མ་དེ། །འཁོར་ལོའི་འདབ་མའི་སྤྱི་ནང་རྩེ། །གར་འཁེལ་བལྟས་པའི་འབྲས་བུ་ནི། །འཁོར་ལོའི་ནང་སོང་དེའི་དུས་སྟེ། །ལུས་
 སེམས་བདེ་རྒྱུད་བྱ་བ་འགྲུབ། །བསམ་པའི་ལས་དོན་རྩེ་མ་བྱ་ཞིང་། །འཁོར་ལོའི་སྤྱི་ཡི་འདབ་མར་སོང་། །དེ་ཉིན་ཉི་མ་སྤེད་གྱི་བར། །
 སེམས་ལས་ཆེ་དང་དགའ་ངལ་དང་། །སྤོ་སེམས་མི་བདེ་བ་སོགས་འབྱུང་། །རྩེ་གསུམ་རྣམས་ཀྱི་རྩེ་མ་སོང་དུས། །ནད་དང་དགྲ་ཡི་
 འཛིགས་པ་དང་། །ལོད་ཁ་ཁ་རྒྱས་ཡོང་དུས་ཏེ། །བྱ་བ་མི་བརྩམ་དེའི་དུས་སྟེ། །རྟུག་པའི་རྟུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །བཀྲ་གིས་
 བརྩེབ་པ་འདོན་སོགས་བྱ། །ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ལེགས་བརྩིས་ནས། །སྤང་དོར་གྱི་ནི་བདེ་ལེགས་བྱོས། །སམ་མཚན་ལོ།།

༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ། ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	༢༥ ལྷན་གྱི་ ༡	༢༦ ལྷན་གྱི་ ༢	༢༧ ལྷན་གྱི་ ༣	༢༨ ལྷན་གྱི་ ༤	༢༩ ལྷན་གྱི་ ༥	༣༠ ལྷན་གྱི་ ༦	༣༡ ལྷན་གྱི་ ༧	༣༢ ལྷན་གྱི་ ༨	༣༣ ལྷན་གྱི་ ༩	༣༤ ལྷན་གྱི་ ༡༠	༣༥ ལྷན་གྱི་ ༡༡	༣༦ ལྷན་གྱི་ ༡༢	༣༧ ལྷན་གྱི་ ༡༣	༣༨ ལྷན་གྱི་ ༡༤	༣༩ ལྷན་གྱི་ ༡༥	༤༠ ལྷན་གྱི་ ༡༦	༤༡ ལྷན་གྱི་ ༡༧
༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	OX	X	X	OX	OO	OO	OX	XX	XX	OX	OO	OO	OX	X	X	OX	OO
༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	OO	OX	OX	X	X	OO	OO	OO	OO	OX	OX	XX	XX	OO	OO	OO	OO
༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	OO	XX	XX	OO	OO	X	X	OX	OX	OO	OO	XX	XX	OO	OO	X	X
༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	OO	OX	X	OO	OO	OX	X	OO	OO	OX	X	OO	OO	OX	X	OO	OO
༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	OX	O	O	OX	OO	OO	OX	XX	XX	OX	OO	OO	OX	O	O	OX	OO
༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་									
༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་	ལྷན་གྱི་									
༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	O	X	X	O	O	O	X	O	O	O	X	X	O	O	O	O	O
༡ ལྷན་གྱི་ལོ་ལྔ་འཛོལ་གྱི་ལོ་ཚོ།	O	O	O	XO	O	O	O	XO	O	O	ལྷན་གྱི་	XO	OX	OX	OX	O	ལྷན་གྱི་

ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੦x	੦੦	੦੦	੦x	xx	xx	੦x	੦੦	੦੦	੦x	x	x	੦x	੦੦	੦੦	੦x	xx
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੦੦	੦੦	੦x	੦x	x	x	xx	xx	੦੦	੦੦	੦x	੦x	x	x	੦੦	੦੦	੦੦
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	xx	xx	੦੦	੦੦	x	x	੦x	੦x	੦੦	੦੦	xx	xx	੦੦	੦੦	x	x	੦x
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੦੦	੦੦	੦x	x	੦੦												
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੦x	੦੦	੦੦	੦x	xx	xx	੦x	੦੦	੦੦	੦x	੦	੦	੦x	੦੦	੦੦	੦x	xx
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨	੧੨
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੦	੦	੦	x	੦	x	੦	x	੦	੦	੦	x	੦	x	x	੦	੦
੧ ਸੁੰ ੧੨੨ ਅੰਕ ਅੰਕ ਸੁੰ ੧੨੨	੦x	੦	੦	੦	xx	੦	੦	x	੦x	੦	੦x	੦	੦	੦	xx	੦	੦

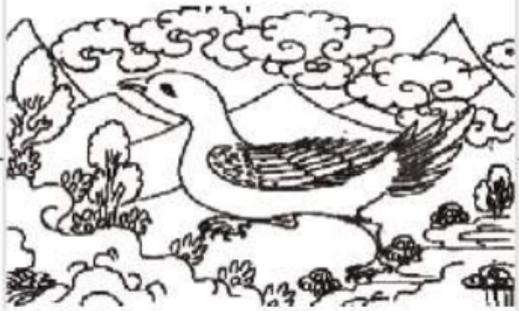
༄༅། མི་སྣ་སྟེ། ཀུན་པན་གེ་ཅེས་འབྲས་བུ་ཡི། །སྟོང་བོའི་སྒང་སྒངས་རིམ་པ་ནི། །རང་རང་ལོ་བརྟན་ཐང་འོག་གི། །རྩེ་དཀར་ནག་མ་ཚོར་བར། །འོས་བབུང་
 དཀར་བབས་བབུང་བ་དང། །ནག་བབས་དམ་འབྲས་དེའི་བརྒྱུ་ཡིས། ། །ཟླ་གྲུ་རྩེའ་ནག་བབས་ཚེ་དབང་ལྷ། །ཚེ་རྒྱབ་བུ་འོང་སོག་བསྒྲུ་གིས། ། ། །ལུས་རྩེའ་
 ནག་བབས་ལུས་བསྒྲུར་བུ། །སྤྲོམ་པ་ལྷ་འོང་སྒྲུ་འདེབས། ། ། །དབང་ཐང་རྩེའ་ནག་སྒྲུ་པ་ཐོངས། །འདུས་སྒྲེར་བསྐྱེན་བཀྲར་བརྒྱ་མཚོ་ད་ལུལ། །ཟླ་རྩེའ་ནག་
 བབས་དག་སྦྲ་མཚོ་ད། །དར་འཕན་འརྟུགས་འོང་མདོ་སྟེ་སོན། ། ། །སྤྲོམ་པ་རྩེའ་ནག་སྤྲོམ་འགྲུགས་བུ། །གཏུགས་དཀར་ཚེ་མདོ་གང་མང་ལུས། །རྩེའ་ནག་འབའ་འོག་
 བབས་གྲུར་ན། །ཕུག་མཚོ་ད་རྣམ་དཀར་རྒྱ་ཚེ་དང། །མང་འགྲུད་ལ་སོགས་བརྩོན་པར་བུ། །ཟླ་ལོ་ལོ་རྩེའ་དཀར་དཀར་འབའ་འོག་གྲུང་། །བབུང་ཐལ་ཚེ་བའི་ཉེན་ཡོད་
 པས། །དགོ་བའི་རིམ་གྲོར་གང་སྒྲུབ་བརྩོན། ། ། །ལོ་འདྲེར་དམིགས་བསལ་རྒྱབ་རིགས་ནི། །སྤྲོམ་པ་ཀུན་ལ་རང་གེ་ཀུན་ཤར། །ནང་པའི་མདུན་བསྐྱེད་མཁུར་ལས་
 ཐོངས། །ཚེ་རྒྱབ་བུ་འོང་ཚེ་དབང་ལྷ། །འདུམ་དང་གཏུགས་དཀར་ཉོག་གབྲུངས་འདོན། །གེ་ཀུན་ལ་སོགས་སྤྲོམ་རིགས་བུ། ། ། །ལྷག་ལོ་ཀུན་ལ་བདུན་ཟུར་

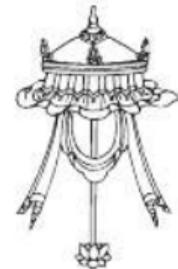
རྒྱུལ། །སྟོབས་ཆེན་མཚུ་གསུམ་སྤོང་བརྒྱན་དང་། །རྟོག་གཟུངས་རྒྱལ་མཚན་ཅེ་མོ་ཐོན། །ལམ་འབྲང་བཅོས་ཤིང་དག་ལྷ་གསོལ། །བྱི་དང་འབྲུག་ནི་མཐུན་གསུམ་
 རྒྱུལ། །དག་ལྷ་གསོལ་ཞིང་བརྒྱ་བཞི་གཏོང་། །རྒྱལ་པག་གཉིས་ལ་བཞི་གཤེད་དམ། །ལོ་རྒྱུ་ཆེ་རྒྱུང་ལ་བབས་པས། །ལྷན་མདོ་དང་ནི་ལྷན་ལྷ་ཡི། །ཚོ་ག་བྱ་ཞིང་གཟུངས་
 བལྱས་དང་། །བརྒྱད་སྟོང་འདོན་ཞིང་སྲོག་བསྐྱུ་བྱ། །ཚོང་ལས་དང་ནི་བྱས་འགོ་སྤོངས། །ལོག་མེན་ཕོ་བྱི་མོ་འབྲུག་ལ། །གནམ་སྟོར་བབ་པས་ཐོག་མི་འབྲུག། །ནམ་
 ལྷིང་མཚན་བརྒྱ་རྟོག་གཟུངས་འདོན། །སྐྱེས་པ་པག་དང་བྱད་མེད་རྒྱལ། །ས་སྟོར་བབ་པས་ས་ལས་སྤོངས། །ས་སྟོང་མཚན་བརྒྱ་མ་བྱ་ཆེ། །འདོན་ཞིང་བབས་སྐྱར་ཕོ་
 ཡི་དང་། །བྱད་མེད་ལམ་སྟོང་བབས་པ་རྣམས། །མཁའ་ལས་རོ་བག་ཐབ་གཞོབ་འཛོམས། །བྱབས་བྱས་བྱ་ཞིང་འབབ་སྟེ་ནི། །དཀར་གསུམ་ཕོན་དང་ཆན་བྱིས་རྒྱུལ། །
 ཕལ་ཆེན་འདོན་ཞིང་དག་ལྷ་གསོལ། །གཉིས་ནག་ཀུན་དང་སྐྱེས་དར་གནད། །རྟོག་གཟུངས་འདོན་ཞིང་བརྒྱ་བཞི་དང་། །སྤོང་བསྐྱོག་ལ་བཅོམ་གསུམ་མཐིང་དང་། །
 བཞི་རྒྱུངས་བྱད་མེད་ཀུན་ལ་ངན། །གཏུགས་དཀར་ལོ་གྲངས་འདོན་པར་བྱ། །ལྷ་ལེན་བརྗེ་རྣམས་ལ་ངན། །མཚན་བརྗོད་འདོན་ཞིང་དམར་གཉིས་ལ། །ཆན་དང་

ཟླ་འཛིན།	ཉི་འཛིན།	
		<p>༡༡། ན་མཚན་གྱི་ལ་ཚུ་ཡ། ཉི་ཟླ་གནམ་འཛིན་གྱི་སྐོར། ཨེ་ཡིག་རྩོད་བ་ཆེན་པོའི་སྐོར་ཡངས་སུ། ། མི་ཡིག་བདེ་ཆེན་ཐབས་ཀྱིས་ཅེན་བ་ལས། །ཟུང་འཇུག་རྒྱ་འཇུག་དུ་བའི་སྐར་ཤར་བ། །ལྷན་བདག་ དུས་གྱི་འཁོར་ལོས་དགོ་ལེགས་རྩོལ། ། ། ཟླ་འཛིན། དེ་ཡང་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༤ཟླ་ཚེས་༡༤དང་། རབ་ གནས་མེ་སྤེལ་ལོའི་བོད་ཟླ་ཚེས་༡༥ལེས་གནམ་འཛིན་བ་སངས། རྒྱ་སྐར་མོན་གྱི། ལྷན་ཁ་སྤེལ་གྱི་ཕྱི་ཆ་བེ་ ཅིང་དུས་ཚོད་༡༤དང་སྐར་མ་༥༤ཐོག་རྒྱ་གཅན་མཇུག་གིས་ཟླ་འོད་སྤྱི་བ་འགོ་དང་། རྒྱ་ཚོད་༡༥དང་ སྐར་མ་༥༤ཐོག་པལ་ཆེར་ཉི་ལ་བོ་བསྐྱེད་སུ། རྒྱ་ཚོད་༢༠དང་སྐར་མ་༥༥ཐོག་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྐར་ ཡང་རྒྱས་ཏེ་ལྷ་ལམ་དབྱིངས་སུ་རྒྱ་བར་འགྱུར་རོ། ། ཉི་འཛིན། ཟླ་ཟླ་ཚེས་༡༤དང་། བོད་ཟླ་</p>
<p>མེ་སྤེལ་ལོའི་བོད་ཟླ་ཚེས་༡༥ལེས་གནམ་ བ་སངས་ཉིན་པེ་ཅིང་དུས་ཚོད་༡༤. ༥༩ འཛིན། དུས་ཚོད་༢༠. ༥༥ཐོག་ལ།</p>	<p>མེ་སྤེལ་ལོའི་བོད་ཟླ་ཚེས་༡༥ལེས་གནམ་ ལྷན་ལྷན་ཉིན་པེ་ཅིང་དུས་ཚོད་༡༤. ༡༢ འཛིན། དུས་ཚོད་༡༤. ༥༤ཐོག་ལ།</p>	

འཕྲོ་ལོ་༣༠ལོ་གསུམ་ལྟར་བུའི་ཉེན་གྱི་བོ་ཅིང་དུས་ཚོད་༡༤༥༥རྟེན་མ་༡༧ཕྱོགས་སྐྱེ་གཙན་གཤོང་གིས་ཉི་འོད་ཟུར་ནས་སྐྱིབ་འགོ་དང་། དུས་ཚོད་༡༥༥༥རྟེན་མ་༡༠
 ཕྱོགས་བརྩམས་གསུམ་ཅིས་བསྐྱིབས་ཟེན་པ་དང་། དུས་ཚོད་༡༦༥༥རྟེན་མ་༥༦ལོ་ངས་སྐྱོ་ལྟེ་རྒྱ་བར་མདོན་མོ། ། ། ཡ་མཚན་ཞིག་ལ་ཉེན་ཉེར་བརྒྱུད་ཅིས་ལས་མ་འགོར་
 པའི་གསུམ་འཛིན། རྒྱ་ལོ་༢༠༡༤ལོ་རྒྱུས་༡༥༥༥རྟེན་མ་༢༠ཕྱོགས་སྐྱེ་འོད་སྐྱིབ་འགོ་དང་། དུས་ཚོད་
 འདྲ་རྟེན་མ་༤༥ཕྱོགས་ཆ་བསྐྱིབས་ཟེན་པ་དང་། དུས་ཚོད་༡༦༥༥རྟེན་མ་༠ཕྱོགས་སྐྱོ་ལྟེ་རྒྱ་བར་བཤད་འདུག་པ་བདེན་རྒྱུན་དབྱེ་འབྱེད་ཕྱིར་བཀོད་ཡིན། ད་རང་ཚོས་མཐོང་
 མི་ཐུབ་ཀྱང་བརྟན་འཕྱིན་ཁང་དང་གསར་ཤོག་ཁག་གིས་དུས་ཚོད་འདི་ལ་གསལ་བཤད་ཡོད་པའི་ཐུན་གྲུབ་ཀྱིས་དུས་ཚོད་འདི་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་འཚལ། བྱུང་པར་རྒྱར་
 ཅིས་པ་རྒྱལ་ཁྲིས་དུས་ཚོད་འཛིན་མེད་གཟིགས་ན་སློབ་སྦྱོང་དང་། དཔྱད་གཞིར་རུང་ལ། རང་ལྷགས་ནས་སྐྱེ་དང་སྐྱེ་༡༥མཚན་ནས་གསུམ་འཛིན་བརྩམས་པར་
 གསུངས་པས་སོ། ། ཚོན་རིག་པས་གསུམ་འཛིན་༣༦ལོ་ཡོད་པར་བཤད་ཀྱང་དེ་ནི་ཡོངས་འགགས་མིན་པ་ནི་རྒྱ་ཅིས་དང་བོད་ཅིས་གང་ལ་ཡང་དེ་འདྲ་བའི་ཐབས་མེད་པའི་

ཕྱིར་རོ།། དེའི་ཕྱིར་ང་རང་ཚོའི་གནའ་འཛིན་རྒྱུར་ལ་སྟོང་ཆ་གང་ཡོད་ལ་ཁ་བསྐོང་གང་དགོས་བསམས་གཞིག་འཚལ། གོང་གི་ཟླ་འཛིན་དང་ཉི་འཛིན་གཉིས་མཐོང་བར་མངོན་བས་དུས་དེར་རྣམ་དགར་ལས་ལ་འབད་བར་འཚལ། །། མ་མཐོང་དགོ་བའི་འགྱུར་ཆད་མེད་པ་མིན། །མཐོང་ཡང་འགྱུར་ཆད་གང་གསུངས་དེ་ལྟག་མེད། །དེའི་ཕྱིར་དུས་བབ་དགུས་མ་རྣམས་ལ་ནི། །བརྒྱ་འགྱུར་ཟླ་འཛིན་བྱེ་བ་བདུན་འགྱུར་དང་། །ཉི་འཛིན་བྱེ་བ་འབུམ་དུ་འགྱུར་གསུངས་བས། །དེའི་ཕྱིར་ཁ་འདོན་དགོ་སྐྱེར་བཅོམ་ལ་སྒྲིམ། །མི་དགོ་སྒྲིག་བའི་ལས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཡང་། །གོང་མཚུངས་ཕྱིར་ན་སྤངས་སྤང་འཛོལ་མེད་ཀྱིས། །སའ་མཚུ་ལྟོ།

<p>བྱ་ར་གཤམ་རང་རྟ། རྟ་ལྷིང་མང་གིང་། ཙང་ཀུན་འབྱེ་པོ།</p>	<p>ཉལ་ཁྱི་ལུ་མོ། མག་པ། ཁྱི་མགོ། པི་ལིང་།</p>	<p>ཐེ་ཁྱིམ། ཚོན་པོ་ཙང་ཀུན།</p>	<p>ཀུངས་ལྷུལ། ཐེ་ཤར། ཐེ་བྱ། དམག་དཔོན།</p>	༡	༤	༩	<p>ཐེ་ཤར། ཙང་ཀུན་འབྱེ་པོ།</p>	<p>རང་རྟ། རྟ་ལྷིང་།</p>	<p>ཚོན་པོ་ཙང་ཀུན། ཁྱི་མགོ། མ་རྒྱལ་བཅུ་གཅིག</p>	<p>ཐེ་ཁྱིམ། ཐེ་བྱ། ཚ་མཁུན་ལེའུ། དམག་དཔོན།</p>
		<p>ཐེ་ཐེ། ཉལ་ལོ། གདན་འདིངས། གཟིག་མཚུག</p>	༩	༢	༩	<p>ཐེ་བ་ཚ་མཁུན། མང་གིང་དམར་པོ།</p>		<p>ཐེ་བྱ་རུས་འཛིན། ཚ་མཁུན་གསང་།</p>		
<p>ཐེ་བ་ཚ་མཁུན། རྟ་པོ་ལྷམ་པོ།</p>		<p>ཚ་མཁུན་གསང་།</p>	༩	༥	༢	<p>ཉལ་ཁྱི་ལུ་མོ། མག་པ། ཟིན་ལུང་།</p>		<p>ཐེ་ཐེ། ཉལ་ལོ། གདན་གདིངས། ཚ་མཁུན་ནང་རྟ་ཚོན</p>		
<p>ཟིན་ལུང་། མ་རྒྱལ་བཅུ་གཅིག</p>	<p>ཚ་མཁུན་ནང་།</p>	<p>ཐེ་ཐོ་མ་འབྱུག</p>	<p>ཐེ་བྱི་ནོར་ལུངས། ཚ་མཁུན་ལེའུ།</p>	༩	༡	༣	<p>ཉལ་ལོ། བྱ་ར་གཤམ་ པི་ལིང་།</p>	<p>ཐེ་ཐོ་མ་འབྱུག</p>	<p>རྟ་པོ་ལྷམ་པོ།</p>	<p>ཀུངས་ལྷུལ།</p>
				༩	༤	༢				

	༥ ༥ ༣ ༠ ༢༢		༠ ༢༤ ༡༤ ༥ ༡༡༢ ༠ ༢༢༡		༡༡ ༢ ༥༠ ༡ ༣༤		༢ ༣༣ ༥༤ ༢ ༢༡༠		༤ ༡༤ ༥༤ ༢ ༢༡༠		༡༡ ༢༤ ༤༤ ༠		༣ ༠ ༠ ༠ ༠		༤ ༠ ༠ ༠ ༠
གྲུབ་པོའི་ལོ་གཟའ་ཞིབ་པ		པད་དཀར་ཞལ་ལུང་ལོ་གཟའ་		གྲུབ་པོའི་ལོ་པད་ག་རྒྱུར་མ		ལུང་པ་ལོ་པད་ག་གཟའ་		རྩོན་ལལ་ལོ་འཕྱོ།		ལུང་པ་ལོ་རྒྱུར་།		ལོ་ལོ་རྒྱལ་ལོ།		འཕུལ་ལོ་རྒྱུ།	
ཆར	འབྲུ	ཚ	བསེལ	འོད	རྒྱུར་	འཕེལ	ཟད	འབྲུག	འག་རྒྱུར						
༡༣	༡༥	༧	༧	༡༧	༡༣	༡༥	༡༥	༡༡	༣						
ལུག་ལུགས་རྒྱུར་	ཐེག་དམན	དགོ་ལུགས་རྩོན་	ལོད་རྒྱལ་ལོ་རོ་	མོ་ཤེས་	ལྷ་གའི་	ཡང་དར་བརྒྱན་	རབ་གནས་	ཀུན་འདུས་ལོར་	དགའ་ལྷན་གསེར་	མེར་ལུལ་དགོན་					
འདས	རྒྱུར་འདས	ལའི་འདས་ལོ།	མོག	འཕྲུལ་ལོ	འདས་ལོ	ལའི་འདས་ལོ	འདས་ལོ	ལུའི་འདས་ལོ	ཁྱིའི་འདས་ལོ	གྱི་འདས་ལོ					
༢༤༧༤	༢༥༤༠	༢༤༥༠	༢༡༤༣	༢༠༡༤	༡༧༣༤	༣༤	༢༤	༢༧	༤༠༤	༢༥༤					

མེར་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལི་ཚོ།

ལྷག་སངས་ལྷོ་ལོ་རྒྱུ་

རྒྱུད་ལྷོ་རྒྱུ་ཚེས་འཛོལ་གྲུ་བཅུ་ལས།

	ཕྱོགས་འབྲས	འི་འབྲས	མེ་འབྲས		ཕྱོགས་ལོར	ཕྱོགས་སྤོན	འི་ལོར	འི་སྤོན་ལོན	མེ་ལོར	མེ་སྤོན་ལོན
༡ འབ་གནས་མེ་རྒྱེལ་ལོའི་ ཉིན་ཞག་ཉིན་མའི་རགས་ པ་ནག་རྒྱའི་ཚེས་༢༢་ ལ་རྗེད་པའོ།།	༠ ༠ ༡༤ ༥ ༤༤༢༤༣	༠ ༠ ༡༣ ༡ ༢༥༣༠༥	༠ ༠ ༥ ༤ ༡༠༧༥༤	ལྷག་ པའི་ ལྷོ་ལོ་རྒྱུ་	༠ ༤ ༣༤ ༢ ༡༣༡༢༤༤	༠ ༣ ༥༤ ༣ ༡༠༤༤༢༧	༠ ༤ ༢༤ ༤ ༡༢༠༢༤༤	༠ ༤ ༢ ༡ ༡༡༧༣༤༢	༠ ༤ ༢༡ ༡ ༥༤༤༤༡	༠ ༤ ༧ ༥ ༣༤༥༢༥
ཉི་རགས།	མདའ་འབྲས	རྒྱ་འབྲས	གཟུང་འབྲས		མདའ་ལོར	མདའ་སྤོན་ལོན	རྒྱ་ལོར	རྒྱ་སྤོན་ལོན	གཟུང་ལོར	གཟུང་སྤོན་ལོན
༠ ༤ ༡༥ ༣ ༤༥༤༤	༠ ༠ ༧ ༢ ༡༡༢༢༣༤	༠ ༠ ༢ ༣ ༤༤༣༤༢	༠ ༠ ༡ ༥ ༥༣༣༤༧	པ་ སངས་ ལྷོ་ལོ་རྒྱུ་	༠ ༤ ༢༥ ༠ ༡༤༠༡༠	༠ ༤ ༤ ༠ ༢༤༧༥༤	༠ ༤ ༢༣ ༠ ༡༠༧༤༣༠	༠ ༤ ༢ ༥ ༡༣༠༣༤༥	༠ ༤ ༡༢ ༢ ༧༤༤༢༢	༠ ༤ ༡༣ ༣ ༡༤༡༣༠༣

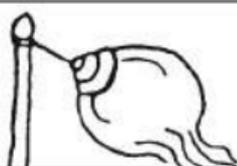
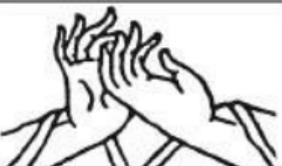
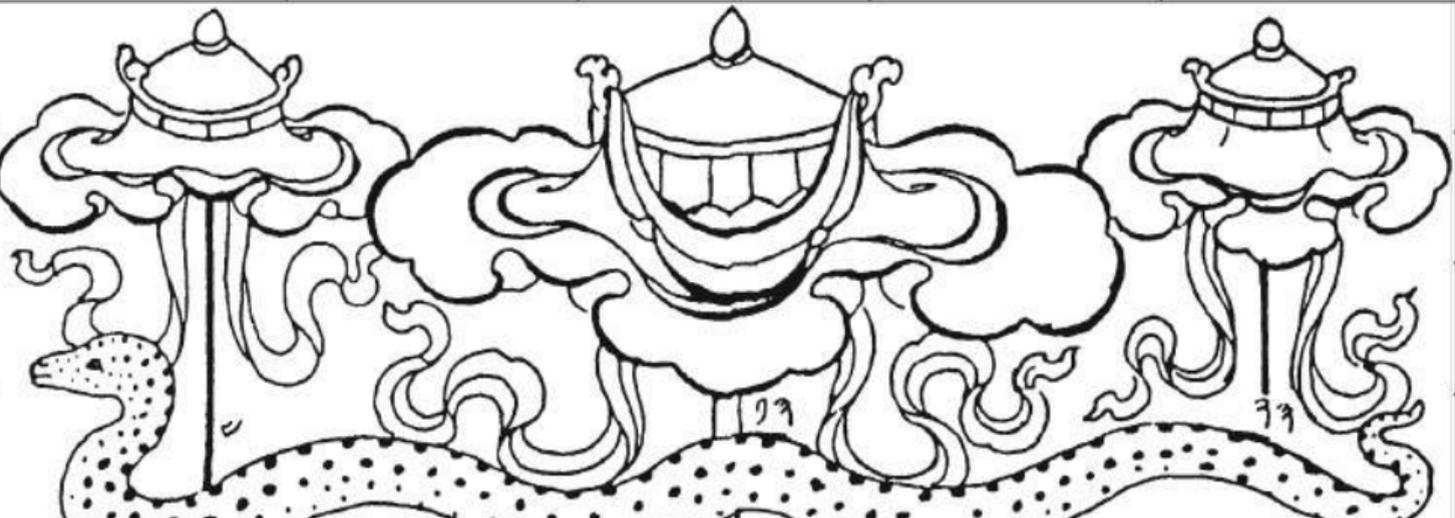
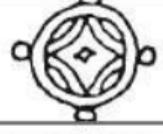
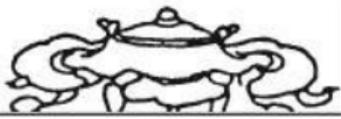
། རབ་གནས་མེ་སློབ་ལོའི་ནག་ཟླའི་ཚེས་ ༢༢ ལ་ཉི་མ་ལུག་ཁྱིམ་དུ་སློབ་སྦྱོར་བའི་ཉིན་ཞག་གསལ་ལྟར་ལྷའི་དལ་དག					ཁྱིམ་ཞག་ཉི་ཟླ།	། རབ་གནས་མེ་སློབ་ལོའི་ནག་ཟླའི་ཚེས་ ༢༢ ལ་ཉི་མ་ལུག་ཁྱིམ་དུ་སློབ་སྦྱོར་བའི་ཁྱིམ་ཞག་གསལ་ལྟར་ལྷའི་དལ་དག				
དམར	ཕུར	སྤོན	ལྷག	སངས		དམར	ཕུར	སྤོན	ལྷག	སངས
༡༥	༡༡	༡༤	༢༤	༠	༢༤	༡༤	༡༡	༡༤	༢༤	༠
༡	༢༡	༢༧	༥༢	༡༣	༤༥	༥༧	༢༡	༢༧	༤༧	༡༠
༣༥	༤༣	༣༥	༤	༥༣	༠	༢༤	༢༣	༢༧	༤༠	༤༠
༡	༠	༠	༤	༣	༠	༢	༢	༥	༠	༠
༡	༣༤༢	༣༧༣༠	༧༡༢༡	༧༠༧	༠	༧༤༢༠	༤༣༤༤	༧༢༥༧	༠	༠
། རབ་གནས་མེ་སློབ་ལོའི་ནག་ཟླའི་ཚེས་ ༢༢ ལ་ཉི་མ་ལུག་ཁྱིམ་དུ་སློབ་སྦྱོར་བའི་ཉིན་ཞག་གསལ་ལྟར་ལྷའི་རྒྱུར་དག					དག་རྒྱུ་ལོ་དལ	། རབ་གནས་མེ་སློབ་ལོའི་ནག་ཟླའི་ཚེས་ ༢༢ ལ་ཉི་མ་ལུག་ཁྱིམ་དུ་སློབ་སྦྱོར་བའི་ཁྱིམ་ཞག་གསལ་ལྟར་ལྷའི་རྒྱུར་དག				
དམར	ཕུར	སྤོན	ལྷག	སངས		དམར	ཕུར	སྤོན	ལྷག	སངས
༡༧	༡༡	༡༤	༡	༢༤	༢༤	༡༧	༡༡	༡༤	༣	༢༤
༡༡	༢	༥༧	༢༤	༡༤	༥༡	༡༡	༣	༥༧	༣༣	༡༣
༡	༤༥	༢༡	༠	༥༠	༥༡	༤༧	༤	༣༥	༤༧	༢༧
༡	༡	༤༧	༥	༢	༠	༡	༣	༡	༤	༡
༢༡༤	༡༡༣	༢༧༧༥	༥༧༤	༡༡༤	༠	༡༧༠	༤༤༧	༤༣༣	༢༢༣༢	༥༧༤
༣༧	༥༡	༠	༤༥	༡	༠	༤༥༠	༧༥༧	༤༠༣༢	༤༠༢༢	༢༥༠༥
༡༥༤༡	༢༡༣༥	༡༤༡༤	༡༤༧༠	༡༤༥	༠	༤༥༠	༧༥༧	༤༠༣༢	༤༠༢༢	༢༥༠༥
ཚྭ	ཕུར	ཚྭ	ཚྭ	ཕུར		ཚྭ	ཕུར	ཚྭ	ཕུར	ཕུར

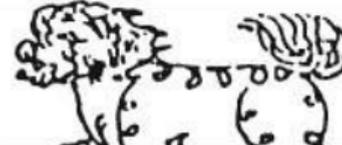
མེར་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལི་ཚོ།

བྱུང་འཕགས་ལོངས་སྟོན།

བྱུང་གྱི་རྒྱུ་རྐྱེས་འཛོལ་གྲུས་བཅུ་མཁམ།

། རབ་གནས་མེ་སྤྲེལ་ལོའི་ནག་ཟླའི་ཚེས་ ༢༢ ལ་ཉི་མ་ལུག་བྱིམ་དུ་སྐབས་པའི་ཚེས་ཞག་གཟའ་ལྗེའི་དལ་དག					། རབ་གནས་མེ་སྤྲེལ་ལོའི་ནག་ཟླའི་ཚེས་༢༢ལ་ཉི་མ་ལུག་བྱིམ་དུ་སྐབས་པའི་ཚེས་ཞག་གཟའ་ལྗེའི་བྱུང་འཕགས་ལོངས་སྟོན།				
དམར	ཐུང	སྤོན	རྩལ	སངས	མ	ཐུང	སྤོན	རྩལ	སངས
༡༥	༡༡	༡༤	༢༤	༠	༥	༢༤	༡༤	༥	༢༣
༤༠	༣༡	༣༢	༤༠	༡༣	༢༠	༣༥	༥༠	༡	༤༠
༤༠	༣༤	༣༣	༡༥	༠	༢༠	༣༤	༤༢	༡༢	༣༢
༣	༥	༣	༥	༠	༡	༠	༣	༤	༤
༡༣༥	༥༠༢	༢༢༡༢	༡༤༡༥	༠	༡༡	༤༤	༡༠༣༤	༥༠༢༡	༢༣༣
༡༤༤	༡༠	༤༠༣	༤༢	༠	༥༠༥	༢༥༠	༤༣	༤༢༡	༤༠
། རབ་གནས་མེ་སྤྲེལ་ལོའི་ནག་ཟླའི་ཚེས་ ༢༢ ལ་ཉི་མ་ལུག་བྱིམ་དུ་སྐབས་པའི་ཚེས་ཞག་གཟའ་ལྗེའི་བྱུང་འཕགས་ལོངས་སྟོན།					། རབ་གནས་མེ་སྤྲེལ་ལོའི་ནག་ཟླའི་ཚེས་ ༢༢ ལ་ཉི་མ་ལུག་བྱིམ་དུ་སྐབས་པའི་ཚེས་ཞག་གཟའ་ལྗེའི་དལ་དག་ལི་ཚོ།				
དམར	ཐུང	སྤོན	རྩལ	སངས	དམར	ཐུང	སྤོན	རྩལ	སངས
༡༤	༡༡	༡༤	༡	༢༤	༡༥	༡༡	༢༤	༡	༢༥
༣༢	༢	༥༢	༢༡	༡༢	༤༠	༢༠	༤༠	༥༤	༠
༡༥	༥༠	༢༤	༡༢	༤༢	༤༠	༡	༣༤	༣༤	༡༢
༢	༡	༣	༢	༢	༣	༠	༡	༢	༥
༤༠	༣༤	༣༠༤༥	༤༥༡༤	༤༠	༡༣༥	༣༡༤	༢༤༡༢	༤༥༡༤	༡༣༠
༤༥༥	༣༤༣	༤༢༡	༡༠	༥༠	༡༤༤	༢༢	༤༤	༤༤༢	༢༣
ཚྭ	ལྷག	ཚྭ	ཚྭ	ལྷག	ཚྭ	ཚྭ	ཚྭ	ཚྭ	ཚྭ

								
༠ ལྷ་རྒྱུ་	༡ ལྷ་ཉེ།	༢ ལྷོན་ལྷུག།	༣ ལྷུང་ལྷ།	༤ ལྷོ།	༥ ལྷག།	༦ ལྷུང་ལྷོ།	༧ ལྷུག།	༨ ལྷག།
	༩ ལྷུང་ལྷ།						༡༠ ལྷུག།	
	༡༡ ལྷུང་ལྷོ།						༡༢ ལྷུག།	
	༡༣ ལྷོ།						༡༤ ལྷུག།	
	༡༥ ལྷོ།						༡༦ ལྷུག།	

	༡༩ གཞུགས།	 <p>༥༤</p> <p>༡༡</p> <p>༡༩</p> <p>༡༣</p> <p>༡༢</p> <p>༡༤</p> <p>༡༥</p>	 <p>༡༣༥༤</p> <p>༤༢༡༤</p> <p>༡༡༡༡༡༡༡༡</p> <p>༡༡༡༡༡༡༡༡</p> <p>༡༢༠༤༢༠༤</p> <p>༡༡༡༡༡༡༡༡</p> <p>༡༡༡༡༡༡༡༡</p>	༡༣ ལྷུ་ལྷུ།	
	༢༡ གྲོ་བཞིན།			༡༤ མ་མི།	
	༢༠ ལྷུ་ལྷུ།			༡༥ མ་ག།	
	༡༤ རྒྱ་མོང་།			༡༦ ལག་མོང་།	
	༡༨ མོ་གཡེ།			༡༧ ལྷུ་ལྷུ།	

༥ རིགས་རྒྱུན་འདས་པའི་ལོ་ཚོ་ལྷན་གྱི་མཁུ་ལོ་ཚོ་འཛིན་གྲུབ་འཇམ་མཉམས་འཇམ་མཉམས་འཇམ་མཉམས་༢༩

དུས་ཚིག་གྲུབ་འཇམ་མཉམས་		བམ་པར་མ		ཉི་མམ		ཉི་ཤེས་		ཉི་ལྷན་		ལྷན་ཕོ་ལཱ་		ཉི་ལྷན་		ཉི་ལྷན་		མ་ལྷན་		ལྷན་པོ་ལཱ་		བམ་ལྷན་		ལྷན་ཕོ་ལཱ་		མོ་ལྷན་	
		ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་	ལྷན་								
		༥	༤	༢	༤	༤	༡༠	༡༡	༡༢	༡	༢	༣	༤	༥	༦	༧	༨	༩	༡༠	༡༡	༡༢	༡	༢	༣	༤
ཉི་	དུས་ཚིག་ ༡༤	༡	༤	༤	༢	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༤	༤	༢	རིགས་ལྷན་	༡	བུད་ལྷོ་	༢	༤	༣	རིགས་ལྷན་	༤	༡	བུད་ལྷོ་	༢	༤	༣
ལྷན་	དུས་ཚིག་ ༤	༢	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༤	༤	༢	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༢	༤	༣	རིགས་ལྷན་	༤	༡	བུད་ལྷོ་	༢	༤	༣	རིགས་ལྷན་	༤
དམ་པར་	མོ་ལྷན་ ༤	༣	༡	༤	༤	༣	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༤	༤	༢	༣	རིགས་ལྷན་	༤	༡	བུད་ལྷོ་	༢	༤	༣	རིགས་ལྷན་	༤	༡	བུད་ལྷོ་
ལྷན་	མོ་ལྷན་ ༣	༤	༣	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༤	༤	༢	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༤	༡	བུད་ལྷོ་	༢	༤	༣	རིགས་ལྷན་	༤	༡	བུད་ལྷོ་	༢	༤
ལྷན་	དུས་ཚིག་ ༢༤	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༤	༤	༢	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༤	༤	བུད་ལྷོ་	༢	༤	༣	རིགས་ལྷན་	༤	༡	བུད་ལྷོ་	༢	༤	༣	རིགས་ལྷན་
མཁུ་	མཁུ་ ༤	༤	༤	༢	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༤	༤	༢	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༤	༣	རིགས་ལྷན་	༤	༡	བུད་ལྷོ་	༢	༤	༣	རིགས་ལྷན་	༤	༡
ལྷན་	མཁུ་ ༤	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༤	༤	༢	རིགས་ལྷན་	བུད་ལྷོ་	༣	༡	༤	རིགས་ལྷན་	༤	༡	བུད་ལྷོ་	༢	༤	༣	རིགས་ལྷན་	༤	༡	བུད་ལྷོ་	༢
ལྷན་ལྷན་	ལྷན་ལྷན་གྲུབ་འཇམ་མཉམས་	༡༩ ༢༤		༡༤		༥		༡ ༡༥ ༢༢		༢༢		༡༤ ༢༤		༢ ༢༤		༡༤ ༣༠		༢ ༤ ༡༡		༣ ༡༢ ༡༠ ༡༤ ༡༥ ༡༩ ༢༠		༢༢		༤ ༤ ༢༢ ༤ ༢༡ ༢༤	

སྤྲེལ་མོན	དཔལ་བརྒྱུད	འདྲེ་ལུ	དཔལ་བརྒྱུད	སྤྲེལ་མོན	ལྷན་ཚུན	འདྲེ་ལུ	ལྷན་ཚུན	སྤྲེལ་མོན	༣	༤	༡	༤	༤	༤	༡	༤	༤				
གནམ་སྐྱེན	མེན	ལྷན་ཚུན	ཚོག་འཚོམ	མེ	འདྲེ་ལུ	གནོད་པ	ཚོན	དཔལ་བརྒྱུད	༢	༤	༤	༡	༤	༢	༤	༢	༤				
བདུད་གཙོན	ཚོག་འཚོམ	གནོད་པ	གནོད་པ	གནམ་སྐྱེན	བདུད་གཙོན	ཚོག་འཚོམ	བདུད་གཙོན	གནམ་སྐྱེན	༡	༤	༤	༣	༤	༡	༤	༡	༣				
གནམ་སྐྱེན	ཚོག་འཚོམ	གནོད་པ	སྐར་ཁ་བའི་བཟང་བཞི་ དན་བཞིའི་རེ་ལུ་མིག					ལྷན་ཚུན	འདྲེ་ལུ	དཔལ་བརྒྱུད	༢	༡	༤	༤	༢	༢	༢	༤			
སྤྲེལ་མོན	མེན	བདུད་གཙོན						བདུད་གཙོན	༥	སྤྲེལ་མོན	༡	༣	༤	༣	༤	༡	༤	༡	༡	༤	༤
ལྷན་ཚུན	དཔལ་བརྒྱུད	འདྲེ་ལུ						གནམ་སྐྱེན	གནོད་པ	ཚོག་འཚོམ	༤	༤	༤	༤	༡	༤	༡	༢	༡	༣	༤
བདུད་གཙོན	གནོད་པ	ཚོག་འཚོམ	ཚོག་འཚོམ	གནམ་སྐྱེན	བདུད་གཙོན	གནོད་པ	བདུད་གཙོན	གནམ་སྐྱེན	༡	༣	༤	༤	༤	༡	༤	༡	༣				
ལྷན་ཚུན	མིན	གནམ་སྐྱེན	དཔལ་བརྒྱུད	ཁམ	གནོད་པ	འདྲེ་ལུ	ཚོན	ཚོག་འཚོམ	༤	༤	༡	༤	༡	༣	༤	༤	༤				
སྤྲེལ་མོན	འདྲེ་ལུ	དཔལ་བརྒྱུད	འདྲེ་ལུ	སྤྲེལ་མོན	ལྷན་ཚུན	དཔལ་བརྒྱུད	ལྷན་ཚུན	སྤྲེལ་མོན	༢	༤	༤	༤	༤	༢	༤	༢	༡				

༄༅། །དེ་ནས་སྐར་ཁ་ཅི་ལྷགས་ནི། རྒྱུས་པ་ལི་ནས་ཁོན་དུ་བསྐྱོར། །བྱུང་མེད་ཁམ་ནས་ཁོན་ལ་བསྐྱོར། །བཅུ་ཁ་མ་ལོང་རེ་རེ་བཅི། །བཅུ་ཁ་ལོང་ན་རྒྱུ་ལ་མཚོང་། །གང་བབས་སྐར་
ཁ་ངོས་བཟུང་ནས། །སྤྱོད་ལྷུ་གི་བཟང་ངན་བསྟན་པ་ནི། །འབྱུང་བ་དགུ་པོ་གཏོ་ཡིས་བཅོས། །ལྷ་འདྲེའི་ལས་ལ་ཡས་གྱིས་བཅོས། །སྤྱོད་ལམ་ཉེས་པ་སྟོན་གྱིས་བཅོས། །སྤྱོད་ལྷུ་ཚང་
སྟེང་ནས་བསྐྱུས། །སྟོན་པ་གནམ་སྟོན་སྟེང་ནས་ལྷགས། །སྤྱི་ནི་འདྲེ་ལྷའི་སྤྱོད་ལྷུ་ཐོངས། །ཚོར་ནི་བདུད་གཙོད་སྤྱོད་ལྷུ་རྒྱུ་བ། །གཡང་ནི་དབལ་བསྐྱེད་སྟེང་ནས་ལྷགས། །བསྐྱོད་
པ་གཞོད་ཡོད་སྟེང་དུ་གྱིས། །སྤྱོད་འཚོའི་སྟེང་དུ་སྟོན་གཏོད་ཉོལ། །ལྷ་ལོན་སྤྱོད་ལྷུ་ཁ་ལྷས་དགོ། །དེ་བཞིན་བྱས་ན་སྤྱོད་འཚོ་བཟང་། །དབུས་བལྷགས་སྟེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། །སྤྱོད་ལྷུ་
མཚམས་སྟེ་བའི་གནས་ཚུལ་རྣམས། །དགུ་གྱིང་དགུ་ཡི་ཉོགས་པ་དང་། །སྟེ་བའི་འབྲས་བུ་གི་གོང་གི། །འཚོར་ལོ་གཙོ་བཅས་སྐབས་འདིར་ནི། །མ་བརྗོད་ནག་ཅིས་རྒྱུད་ལས་ལོངས། །

༥ འཕྲོད་ཆེན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་བསྐྱེད་པ། གུན་དགའ་ལ་ནི་ལོ་རྒྱུད་འགྲུལ། །དཔལ་བུ་ལ་ནི་རིན་ཆེན་འདུ། །མགལ་མེ་ལ་ནི་འཐབ་ཚོད་འགྲུལ། །གཏུན་ལ་གཏུན་གྱིང་རིག་པར་བྱ། །
 དུས་གྱི་དབྱིག་ལ་འཛིགས་པ་ཆེ། །དོ་རྗེ་ཐོག་དང་དེ་བཞིན་འཛིགས། །ཅུ་ཐོན་ལ་ནི་ཚེ་བྱེད་འགྲུལ། །སྲུང་པོས་དོན་གུན་འགྲུལ་པ་སྟེ། །དུལ་བ་ལ་ནི་ལོ་རྒྱུད་མང་སྟུག། །ཐོ་བས་འཆི་བའི་
 འཛིགས་པ་འགྲུལ། །འཆི་བདག་ལ་ནི་འཆི་བ་འོང། །སྟག་ཕྱོས་ལ་ནི་བཞེན་པ་རྟེན། །སྦྱི་རྒྱ་གནས་སུ་བྱུང་མེད་སྦྱིད། །གཏུགས་ལ་དག་པོ་གཞོམ་པར་འགྲུལ། །མདའ་ལ་སྒྲ་དང་ཡན་
 ལག་ཉམས། །ཟབ་ལ་ལོ་རྒྱུད་ཐོ་འཛིན། །གཞོན་ལ་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་འགྲུལ། །ཕྱོགས་པོ་ལ་ནི་ཕྱོགས་དང་སྲད། །སྲུབ་པ་བརྩམས་པའི་བྱ་བ་འགྲུལ། །གཡོ་ལ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་བ་
 འགྲུལ། །དུ་རོག་ཁ་འཐབ་འཛིགས་གྱིང་བགྱོས། །ཡིད་ལ་དཔལ་ནི་ཐོབ་པའོ། །མདུང་ལ་ནད་གྱི་འཛིགས་པ་འགྲུལ། །བརྟན་ལ་སྤིང་སྟེ་འཕྲུང་བར་བྱེད། །རྒྱལ་མཚན་གོས་སོགས་
 སུན་སུམ་ཚོགས། །འདོད་པས་བྱ་བ་ཡིད་སྦྱོན་འགྲུལ། །བདུད་ཅི་ལ་ནི་དག་འཕྲུང་དོ། །འཕེལ་བ་ལ་ནི་ལོ་རྒྱུད་འཕེལ་ལོ། །

༥ ། སྒྲོལ་འབྲས་མདོར་བསྟུན། སེལ་བ་ལམ་སེལ་བྱེད་པ་བཟང་། །མཛེས་བོ་ཀུན་དང་མཛེས་བ་ཡིན། །ཚོ་རྣམས་ཚེ་རིང་དཔལ་ཐོབ་པོ། །སྐལ་བཟང་སྤུན་སྦྲུལ་ཚོགས་པ་ཡིན། །བཟང་བོ་
 ཀུན་གྱི་ཡིད་དུ་འོང་། །རབ་སྟོང་ལོ་རྒྱུགས་ཟད་པ་ཡིན། །ལས་བཟང་གྱི་མའི་ལམ་སྣ་ཟེན། །འཛིན་པ་ལོ་རྒྱུ་ཡོངས་སྒྲོད་རྟེན། །གཟེར་ལ་དོན་བྱས་གཞོད་པ་ཆེ། །འབྲས་མི་སྤྲུ་ནད་ལྡང་
 བ་ཡིན། །འཕེལ་བ་ལོ་རྒྱུ་ལ་བཟང་། །ངེས་པ་རྟག་ཏུ་དག་རྣམས་འཛོམས། །མ་ཚེན་འབྲིང་སྟེང་འཛོམས་ལྡང་། །དགའ་བ་འབྲིང་ཡིན་ཚེ་ལ་དགའ། །དོ་རྗེ་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་
 འཛོམས། །དངོས་གྲུབ་ཅི་བསམ་འགྲུབ་པ་ཡིན། །ཀུན་བརྟུངས་བྱེས་སུ་འགྲོ་ན་ངན། །དཔལ་བོ་དག་ལས་རྒྱལ་བ་ཡིན། །ཡོངས་འཛོམས་བཅོམ་དུ་འཛི་བར་འགྱུར། །ཞི་བ་འབྲས་སུ་ངེས་
 བར་ཐོབ། །གྲུབ་པ་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ། །གྲུབ་བྱ་ཚོང་ལ་འགྲོ་བ་བཟང་། །དགེ་བ་གསོན་སྟོན་བྱེད་པ་བཟང་། །དཀར་པོ་འགྲོ་འདུག་བྱེད་ན་བཟང་། །ཚངས་པ་ལྷ་ཡི་གོ་
 འཕང་ཐོབ། །དབང་བོ་སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་པ་བཟང་། །ཤེས་ལོན་སུད་མཛེས་དང་འགྲུས། །

༄༅། བོད་རྒྱ་གསུམ་པ། ཚན་ཚན་རིག་པའི་འོད་བརྒྱ་འཕྲོ་ན་ཡང་། །རང་འོད་མ་ཉམས་ཉི་ལྔའི་འོད་ལས་མཐོ། །གསར་བྱུང་རིག་པའི་མེ་ལྷེ་འབར་ན་ཡང་། །སྲོང་གཟུགས་ལྷག་བརྒྱའི་མེ་ཆེན་གང་གིས་འགྲུབ། །དུས་འཁོར་བའི་དབྱིད་ཐ་རགས་ཞིབ་མཐུན་པ་རྒྱ་རྒྱུ་ནག་པས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྤོན་འགྲོ་ལྷག་གི་བྲིམ། མདོ་སྡེ་གསེར་འོད་དམ་པ་སོགས་ཀྱི་འང་ལོ་འགོ་དང་། རང་ལྷགས་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ལོ་འགོ་འབྲུལ་བྲལ། རྒྱ་ཚེས་པའི་དབྱར་འབྲིང་ཤིང་ཕོ་རྟ་རྒྱ་ཆེ། ཚེས་༡༤སྟག་གི་ཉན་རང་རྒྱའི་དབྱགས་ཐོབ། ཉམ་མཁའི་མདངས་གསལ། རྒྱེ་ཤིང་འཇུགས་རན། ཤིང་ཚེ་ཁ་འབྲུས། ཉན་གསོངས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱེ། དབྱིད་ཚད་རིམ་བཞིན་འཕེལ། ཚེས་༢༡ཉེན་གྱི་ལོས་ཀྱི་ལྷ་ཆ་འཕྲུལ་ནམ་མཁའི་ཚོམ་བྱ་གཡང་དཀར་ཁབ་ཏུ་འབྱོར། འགྲུག་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་བདག་འཇམ། ཚེས་༡༥ལ་དུས་འཁོར་ཚ་རྒྱུད་གསུངས་པའི་དུས་ཆེན། རང་རྒྱའི་ཚེས་༢༡ཉན་གྱི་རྒྱའི་ཚེས་༢༢བར་བུམ་སྲོང་ཤར། ཚེས་༢༠ཉེན་གྱི་འབྲུག་གི་ལྷ་ཆ་འཕྲུལ་རང་རྒྱའི་སྤང་བེན། འབྲུ་ཆར་འབབ། ཞིང་ཀུན་འདེབས་རན། ལུ་བྱུག་སྐྱེབ། ཉེན་ཚད། ༣༡.༡༠ མཚན་ཚད། ༢༤.༥༠ ཉེན་འབྲེལ་རྒྱེ་མཚད། ཚེས་༡༥ལྷེ་མའི་ལོས་ཀྱི་ལྷ་ཆ་ཉན་ཚེས་༡༤ལོས་ཀྱི་ལྷ་ཆ་འབར་ཉི་མ་ནག་པས། བྱང་དུ་རྟ་མི་རྒྱུག་རྟོར་བཀའ་མི་རྒྱོག

ཤར་དུ་དོན་མི་གཉེས། ལུབ་དུ་གཡུ་མི་ཉོ། ལྷ་ཤར། དགུ་ལུབ། ཟིན་ཕྱང་ཉི་མ་ཚེ་ཤར་དུས་རྒྱ། ལུག་རྫོགས་ནས་ལྷོག་ཏུ་ལྷི་བྱང་ལྷོད། འབྲུག་རྗེ་བྱམས་དང་
 རང་ཐག་ལ་གནས། ཡས་ལམ་བྱང་ཤར། ལུག་ལུག་གྲུབ་པའི་ཚེས་༢།ཆད། ༡༥ལྟག་གཟུང་ཞིབ་པ་དར་༤.༢.༤ ལུད་༡.༣ ལྷོད་༥ ལུད་༠
 གཡང་དགར་བྱིམ་དུ་གཚུག་ན་རྒྱ་བ་དང་། །གངས་རིའི་སྐས་མོ་བཞེངས་ཏེ་མཇལ་བའི་འབྲས། །ལོ་ཏོག་འབྲས་སློན་འོངས་པས་ཞིང་བདག་རིགས། །དགའ་བའི་གར་
 ལྷོད་སྐྱེ་ལ་ཆར་བཟང་འབབ། །

མེར་དགོན་གྱི་ལྷན་ཚོ།		དཔལ་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།		ཉེའི་སྐྱ་གཅེན།		སྐོང་གི་སྐྱ་གཅེན།		ཉེའི་གཟུང་ལཱའི་དཔལ་དག					སྐོང་གི་གཟུང་ལཱའི་དཔལ་དག					ཟླ་བ་ལྷན་ཚོ།		༡ ཉ		ལྷན་ཚོ།						
༥	༣༥	༢༥	༩	༣༥	༢༥	༡༤	༡༠	༢༤	༡༤	༡༠	༡༤	དམར	ལུང	སྐྱེན	ལྷན་ཚོ།	མངས་ཚུལ།	དམར	ལུང	སྐྱེན	ལྷན་ཚོ།	མངས་ཚུལ།	ཟླ་བ་ལྷན་ཚོ།	༡	༡	ལྷན་ཚོ།	༤		
༡	༩༤	༢༧	༩༧	༥༠	༢༠	༡༥	༩༩	༡༩	༡༧	༩༠	༡༠	༡༤	༡༡	༡༤	༢༤	༢༤	༡༥	༡༡	༡༤	༠	༠	ཉེའི་དབྱེ་བ།	ལྷན་ཚོ།					
༢༧		༡༡	༩༠		༡༥	༣༡	༢༡		༢	༥༧		༩༥	༢༧	༣༤	༡༧	༩༣	༡༧	༣༤	༣༡	༢༧	༩༧	ལྷན་ཚོ།						
༥		༩	༠	༡༢	༢	༡	༩		༣	༢		༠	༥	༡	༢	༩	༢	༠	༣	༠	༩	ལྷན་ཚོ།						
༣༥	༡༢	༥༤	༠	༡༢	༩	༡༧	༩		༡༥	༡		༡༢	༡	༡	༢	༩	༡	༠	༣	༠	༩	ལྷན་ཚོ།						
༡༡༢	༧༠	༥༤	༠	༡༤	༩	༡༧	༩		༡༢	༡		༡༢	༡	༡	༢	༩	༡	༠	༣	༠	༩	ལྷན་ཚོ།						
ཉེའི་ལྷན་ཚོ།	༡༠༥༥	དམར་པོའི་ལྷན་ཚོ།	ལུང་ལྷན་ཚོ།	སྐྱེན་པོའི་ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	པ་རྒྱུད་ལྷན་ཚོ།	ཉེའི་གཟུང་ལཱའི་ལྷན་ཚོ།					སྐོང་གི་གཟུང་ལཱའི་ལྷན་ཚོ།					ལྷན་ཚོ།	༡	༤	ལྷན་ཚོ།								
	༥	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	དམར	ལུང	སྐྱེན	ལྷན་ཚོ།	མངས་ཚུལ།	དམར	ལུང	སྐྱེན	ལྷན་ཚོ།	མངས་ཚུལ།					ལྷན་ཚོ།	༡	༤	ལྷན་ཚོ།				
	༢༠༡	༣༧	༡༡	༣༧	༤༥	༢	༡༢	༡༡	༡༤	༠	༢༥	༡༢	༡༠	༡༤	༡	༠	༡༢	༡༠	༡༤	༡	༠	ལྷན་ཚོ།						
		༣༧	༡༡	༣༧	༤༥	༢	༡༢	༡༡	༡༤	༠	༢༥	༡༢	༡༠	༡༤	༡	༠	༡༢	༡༠	༡༤	༡	༠	ལྷན་ཚོ།						
ལྷན་ཚོ།	༡༠༤༠	དམར་པོའི་ལྷན་ཚོ།	ལུང་ལྷན་ཚོ།	སྐྱེན་པོའི་ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	པ་རྒྱུད་ལྷན་ཚོ།	ཉེའི་གཟུང་ལཱའི་ལྷན་ཚོ།					སྐོང་གི་གཟུང་ལཱའི་ལྷན་ཚོ།					ལྷན་ཚོ།	༡	༤	ལྷན་ཚོ།								
	༢༡	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	དམར	ལུང	སྐྱེན	ལྷན་ཚོ།	མངས་ཚུལ།	དམར	ལུང	སྐྱེན	ལྷན་ཚོ།	མངས་ཚུལ།					ལྷན་ཚོ།	༡	༤	ལྷན་ཚོ།				
	༡	༩༡	༡༡	༤༥	༣༧	༢	༡༢	༡༡	༡༤	༠	༢༥	༡༢	༡༠	༡༤	༡	༠	༡༢	༡༠	༡༤	༡	༠	ལྷན་ཚོ།						
		༩༡	༡༡	༤༥	༣༧	༢	༡༢	༡༡	༡༤	༠	༢༥	༡༢	༡༠	༡༤	༡	༠	༡༢	༡༠	༡༤	༡	༠	ལྷན་ཚོ།						

<p>༡ སངས་ནམ་གྱུ་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་དབལ་བེའུ་འགྲུབ་རྒྱུར་ཚོང་ས་བ ཚོར་རྣལ་ཡིང་རྩ་མགོན་ལྷགས་སྟེང་།</p> <p>༤ ༢༤ ༢༥ ༢༩ ༡༡ ༢༠ ༡༥ ༤༢ ༥༧ ༡༠ ༥ ༥༥ ༡ ༥༧ ༢༢</p> <p style="text-align: center;">རྒྱ་ལྷ་མོ་ཚོང་ས་༢</p> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">2016 4 8</div>	<p>༢ རྟེན་མ་རྒྱུ་ས་རྒྱུ་མི་འཕྲོད་གཞོན་གྲ་འཇོན་ཡིད་ཡོས་ འོན་པ་ཚོར་ལྷགས་བྲ།</p> <p style="text-align: center;">༡ ༠ ༠ ༢༥ ༢༤ ༡༡ ༡༤ ༢༠ ༤༤ ༤ ༡༡ ༡༡ ༡༤ ༢༥ ༣༧ ༢༠</p> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">9</div>	<p>༣ ཉེ་བ་ཉེ་མེད་འབེལ་འགྲུར་དུས་དཔྱིག་སེལ་བ་བེ་བྱིའི་ཉ་ནས་ མེན་འགྲུག་དུང་ལོག་པ་ཚུ།</p> <p>༡ ༡ ༢༥ ༠ ༡༡ ༥ ༢༤ ༥༠ ༡༥ ༡༢ ༡༤ ༣༢ ༤༧ ༢༡ ༡༥</p> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">10</div>
<p>༤ ལྷ་མོན་དུག་མེ་ཚུ་འཚེ་རྒྱུར་བརྟན་མཚའ་པོ་བེ་འགྲུག་གི་ འབར་ཡིད་སྟེང་འོན་པ་གནས་ཚེ་ཤར་དམག་རྒྱ་པག་བ་དབ།</p> <p>༢ ༢ ༢༥ ༡ ༡༡ ༢ ༢༥ ༥༥ ༢༩ ༡༣ ༢༢ ༥༠ ༡༣ ༣ ༡༧</p> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">11</div>	<p>༥ ཏྲ་ཁམས་དབུལ་གཉེན།</p> <div style="text-align: center; font-size: 2em;">ཏྲ</div> <p>༢ ༢༥ ༥༧ ༥༧ ༡ ༣༧</p>	<p>༦ དམར་རྒྱར་མ་ས་མེ་ལྷོག་རྒྱུར་རྣལ་རྒྱུ་ཚོར་ཚོང་སྟེང་གྱི་ཉ་ནས་མཚོ་ མེ་རྒྱུར་རྒྱུ་པས་ལྷན་པད་བ་རྒྱུ་བ་པད་རྒྱུ་བ་ལྷག་གིན་ལ་ལྷོ་རྒྱུར་ བརྒྱོག་ལྷོ་དུས་བཅོན་ཉི་ཤར་མཁམ་ཤིང་གྱི།</p> <p style="text-align: right;">དབུལ་གྱི་བར་འདྲེབས་ལྷོ་མ་རན།</p> <p>༣ ༣ ༢༤ ༢ ༡༡ ༥༢ ༣༥ ༤ ༣༧ ༡༥ ༤༠ ༢༠ ༠ ༢༠ ༡༣</p> <div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px;">12</div>

ལ ལྷག་མགོ་རྒྱ་རྒྱུད་མི་མཐུན་བདུད་ཚིག་སྐད་བཟང་ལྷག་གི་ལུས་ལག་
རྒྱུད་བདུད་ཚིག་གཏུན་ཤིང་བཟང་པོ་བྱིའི་ལུས་ག་ཤི་སྐྱེལ་ཟེན།
གནས་སྐྱོར་བག་ཤིང་ཟང་།

༤ ༤ ༢༤ ༩ ༡༡
༤༧ ༩༧ ༩ ༤༥ ༡༤
༡༧ ༥ ༢༤ ༩༠ ༡༡

13

༤ ལྷུང་ལག་རྒྱ་རྒྱུད་མི་མཐུན་མདའ་བཟང་པོ་ལྷག་གི་ལུས་ལག་སོ་
རྒྱུད་ལྷུན་ཚོགས་ལྷུང་བདུད་རྒྱལ་ཤིན་རྒྱུད་པུ་རྒྱེལ་གྱི་རྩེར་
མ་རིག་ལྷ་ཚོན་ལྷ་བཟོག་དུར་མེ་ལྷག་

ལྷུང་ཚོས་ཚེན་མོ་ཡར་འཚོགས།

༥ ༥ ༢༤ ༤ ༡༡
༤༤ ༩༧ ༡༢ ༥༠ ༡༧
༥༥ ༥༠ ༤༥ ༩༧ ༧

14

༧ ལངས་ནལ་སོ་ས་རྒྱུད་མི་འཕྲོད་འགལ་མེ་འཛིག་ཉི་ཤིན་རྒྱུད་ས
ལྷག་གི་ལུས་རྒྱལ་ས་མེ་ཤེག་སྐྱོར་ཚ་རྟོན་བདུད་ཉི་ལས་བཟང་
འདུ་ལྷོད་ཚིག་ལེན་གོང་ལྷོན་ཉི་ལྷོད་ཤིང་མེ་ལོ་ལ། ཡན་གྱིང་།

༧
༤ ༤ ༢༤ ༥ ༡༡
༤༤ ༩༧ ༡༧ ༥༤ ༡༥
༡༠ ༡ ༡༢ ༡༤ ༩

15

༡༠ སྐོན་རྒྱལ་ས་མེ་ཤེག་སྐྱོར་སྐོགས་ལས་བཟང་སྐྱེལ་གྱི་འཕྲུལ་སྐྱེག་
ས་རྒྱུ་ལང་ཚོ་ཡིད་འཛིན་པ་རྣམ་ཤེས་ཕག་ཁོན་ལ་གནས་གཉན་
ལྷོ་ས་འབྲུག་

༠
༤ ༤ ༢༤ ༤ ༡༡
༤༤ ༩༧ ༢༡ ༥༤ ༡༧
༤༧ ༤༤ ༩༤ ༢༩ ༤

16

༡༡ ཉི་སྐྱེག་མེ་རྒྱུ་འཚིག་སྐྱོར་རྣེ་རྒྱེ་འཛིན་པ་སྐྱེལ་གྱི་ལུས་ལག་མཐུ་
མེའི་འཕྲུལ་སྐོ་ཤེག་སྐྱོར་ལྷག་རྒྱུ་པུ་རྟེན་འཕྲུལ་ལྷོ་ལུང་ལེག་ལྷོ་
དུལ་དུལ་ཀ་མགོན་ས་རྒྱལ།

ཞག་དུས་ངན།

༡ ༤ ༢༤ ༧ ༡༡
༤༥ ༩༧ ༢༤ ༥༧ ༢༠
༢༥ ༩༧ ༠ ༩༢ ༤

སག་ཚོད་སྐྱེག་གུ་བཅའ་དུས་ཟེན།

17

༡༢ ལྷ་མཐུ་མེ་རྒྱུ་འཚིག་སྐྱོར་ལྷོ་ལྷག་རྒྱུ་ཚོར་ཟང་ཁེན་ལེན་ལྷོན་
ཚོར་ལྷག་སྐྱེ། དཔྱིད་ས་རྒྱལ་འཚར། ས་རྒྱ་ལྷག་རྒྱུ།

ན་གཤོངས་གྱི་རྒྱ་རྒྱ།

༢ ༤ ༢༤ ༤ ༡༡
༥༧ ༩༧ ༩༠ ༤༧ ༢༡
༧ ༡༤ ༢༤ ༤༠ ༢

18

<p>༡༣ དམར་གྱི་མེར་འཕེལ་འགྱུར་དུལ་བ་སྐྱབས་ལྷོད་ རྟལ་ལམ་ལ་རྩ་བུ་ལྷ་གསུམ་ལྷ།</p> <p>འཕྲུལ་མཚམས།</p> <p>3 70 26 1 77 46 22 36 46 22 66 77 66 66 0</p> <p>19</p>	<p>༡༤ ལྷ་གསུམ་དཔོན་རྒྱུ་རྩེ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ པོད་ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྩེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>4 77 26 70 77 42 76 37 44 22 47 20 77 32 47</p> <p>20</p>	<p>༡༥ ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ པོད་ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྩེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>4 72 26 77 60 73 63 42 0 34 34 70</p> <p>21</p>	<p>༡༦ ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ པོད་ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྩེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>6 73 26 72 77 2 70 63 46 22 42 34 34 76 42</p> <p>22</p>
<p>༡༧ ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ པོད་ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྩེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>0 76 26 73 77 2 6 62 42 26 3 46 47 46 44</p> <p>23</p>	<p>༡༨ ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ པོད་ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྩེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>7 76 26 76 77 77 47 42 47 24 1 76 23 34 43</p> <p>24</p>	<p>༡༩ ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ པོད་ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་གྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྩེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>ལྷ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།</p> <p>2 74 26 74 77 74 43 46 40 26 76 33 62 20 47</p> <p>25</p>	

༡༧ དམར་ལྷ་འཛམས་ས་མེ་ཤེག་རྒྱུ་དེ་རྗེ་འཛིན་མི་འཕྲོད་ཉི་
ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་སྐབས་ཚེས་འཛིན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
༥༤ ལོ་འཛིན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

༣ ༡༤ ༠ ༡༤ ༡༡
 ༡༥ ༤༥ ༡ ༤༥ ༢༢
 ༤༤ ༢༤ ༡༡ ༣༤ ༥༠

དབུས་སྐབས་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

26

༢༠ ལྷན་ལྷན་ས་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

༤ ༡༢ ༠ ༡༢ ༡༡
 ༢༡ ༤༤ ༥ ༤༤ ༢༢
 ༡༥ ༡༤ ༣༥ ༥༡ ༤༥

ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
 ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

27

༢༡ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

༥ ༡༤ ༠ ༡༤ ༡༡
 ༢༢ ༤༤ ༥ ༤༤ ༢༢
 ༥༡ ༢ ༥༡ ༤ ༤༤

28

༢༢ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
དམར་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

༤ ༡༤ ༠ ༡༤ ༠
 ༢༢ ༣༤ ༡༤ ༥༤ ༠
 ༢༠ ༥༤ ༢༠ ༡༤ ༤༤

29

༢༣ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
དམར་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
དམར་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

༠ ༢༠ ༠ ༢༠ ༠
 ༢༢ ༣༤ ༡༤ ༥༤ ༠
 ༡༤ ༢༤ ༤༠ ༤ ༤༤

30

༢༤ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

༡ ༢༡ ༠ ༢༡ ༠
 ༡༤ ༣༤ ༢༣ ༢ ༢
 ༤༣ ༡༤ ༠ ༡༤ ༤༡

ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་
 ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

5 | 1

༄༅། **བོད་རྒྱ་བཞི་བ།** བ་ཚོད་འགྱུར་ཞིང་ཁོགས་པའི་སྐྱེས་བུ་ཡང་། །རབ་བཙུན་ལམ་བའི་གྲོགས་ལ་བརྟེན་བཞིན་དུ། །ཕྱག་མཚོད་བསྐོར་བར་འབད་པའི་མཐུ་བསྐྱེད་
 བ། །ས་ཡར་འགྱུར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པར་ངེས། །དུས་འཁོར་བའི་དབྱར་ར་རགས་པ་ས་ག་ཞིབ་པ་ས་རི་ཉ་བ་ཡར་ངོ་འགོ་སྐྱོན་འགོ་སྐྱང་གི་བྱིམ། རྒྱ་ཅིས་པའི་དབྱར་ཐ་ཤིང་
 མོ་ལྷག་རྒྱ་རྒྱུང་། ཚོས་ལལ་རྒྱལ་གྲས་གཞོན་ལུ་དོན་གྲུབ་སྐྱུ་བལྟམས་པ་དང་། ཚོས་༡༥ལ་སངས་རྒྱས་པ། ལྷ་ངན་ལས་འདས་པའི་དུས་ཚེན། ཚོས་༡༤ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་
 རང་རྒྱའི་དབྱགས་ཐོབ། དབྱར་ལྷག་གངས་རྒྱ་མདོར་སྐྱེ། ཚོས་༡༣ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༡༢ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༡༡ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༡༠ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༩ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༨ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༧ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༦ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༥ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༤ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༣ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༢ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།
 ཚོས་༡ལྷག་གི་ལྷ་ཆེན་མཁའ་རྒྱུ་ལྷ་ཆེན་མཁའ་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་འཕྱོར། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་དག་རྒྱུབ།

མེད་པས་སྤྲུགས་པ་ཁ་རུལ་གྱི་རྒྱ་བའང་ཟེར། ལྷ་དགུ་ལྟོ། ཟིན་ཕྱང་རུབ་ནས་ཤར་དུ་དེལ་དྲོས་རྒྱ། ལྷེལ་རྫོགས་ནས་ལྷོག་ཉལ་གྱི་རུབ་ལྟོད། བང་ལྷ་ལྟོ་རུབ་འོག་ཁང་ལ་
 གནས། ཡས་ལམ་ཤར་ལྟོ། སྤྲུག་སྤྲུགས་གྲུབ་པའི་བཀྲ་ཤིས་རྒྱ་བ། གཟུང་ཞིབ་པ། དར་ ༠.༦ ལུད་པ་གྱོད་ ༢.༩ ལུད་ ༡.༣
 ལྷུ་མཚོག་གྱོད་དུ་དབང་སྤྲུག་གོ་རི་མ། །ལྷན་ཅིག་བཞེངས་མཇལ་ཆར་དུས་ཆར་འབེབ་དང་། །ཚི་ཤིང་ལེགས་རྒྱས་དུས་འཕྲུག་ཞི་བདེ་སོགས། །སྤྲུན་ཚོགས་སྤྱང་པས་རྒྱལ་
 ཁམས་འཚོ་བར་འགྱུར། །

མཁུ་དག་གྲུས་རྒྱུ།		དཔལ་ལྷན་གྱི་དྲུ།		ཉེའི་གྲུ་གཅེན།		སྣོད་གི་གྲུ་གཅེན།		ཉེའི་གཟུང་ལྷའི་དཔལ་དག					སྣོད་གི་གཟུང་ལྷའི་དཔལ་དག					འབྲིག་མཇུག		༡ ལྷག་༤		༣					
༤	༣༥	༠	༤	༣༥	༡	༡༤	༡༠	༢༤	༡༤	༡༠	༢༤	དམར	ལྷུང	ལྷོན	ལྷུག	ལྷུང	དམར	ལྷུང	ལྷོན	ལྷུག	ལྷུང	འབྲིག	མཇུག	༡	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤
༤༠	༤༤	༣༤	༡༤	༥༢	༣༧	༢༢	༣༧	༧	༢༤	༣༣	༣	༡༥	༡༡	༡༤	༡	༡	༡༤	༡༡	༡༤	༢	༢	༡༣	ལྷོན	༣	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤
༡༤		༡༧	༣༠		༡༣	༣༣	༢༤		༥	༥༤		༥༤	༣༤	༤༠	༤༠	༥༤	༣༣	༤༤	༤༢	༥༢	༥༤	༡༣	ལྷོན	༣	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤
༠		༠	༠	༡༤	༥	༥	༠		༡	༤		༤	༣༧	༢༤	༤༤	༤༧	༡༤	༤༤	༢༢	༡༥	༢༠	༡༣	ལྷོན	༣	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤
༡༣	༡༤	༤	༠	༤༥	༡	༡༡	༡༢		༧	༡༤		༢	༡	༥	༡	༠	༤	༡	༡	༢	༡	༡༣	ལྷོན	༣	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤
༤༥༧	༧༡								༤	༡༧	༣༣༠༡	༤༢༢༧	༢༤	༣༤༤	༤༠	༣༢༣	༤༠༤༡	༡༢༠༧༧	༡༣༤༤༥༥	༡༣	ལྷོན	༣	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤		
ལྷོན་ལྷུག	༡༠༤༡༤	དམར་པོའི་	ལྷུང་ལྷུག་	ལྷོན་པོའི་	ལྷུག་ལྷུག་	པ་ལྷུང་ལྷུག་	ཉེའི་གཟུང་ལྷའི་ལྷུང་དག					སྣོད་གི་གཟུང་ལྷའི་ལྷུང་དག					༡༣	ལྷོན	༡	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤					
	༣༤	ལྷོན་ལྷུག	ལྷོན་ལྷུག	ལྷོན་ལྷུག	ལྷོན་ལྷུག	ལྷོན་ལྷུག	དམར	ལྷུང	ལྷོན	ལྷུག	ལྷུང	དམར	ལྷུང	ལྷོན	ལྷུག	ལྷུང							༡༣	ལྷོན	༡	ལྷག་༤	༣
	༢༤	༤༢༤	༡༤༤༤	༤༥༤༤	༧༣༥༧	༤༤༤	༡༧	༡༠	༡༤	༠	༡	༡༤	༡༠	༡༤	༡	༢	༤༠	༤༤	༤༤	༡༥	༤༤	༡༣	ལྷོན	༡	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤
ལྷོན་ལྷུག	༡༠༤༣༡	དམར་པོའི་	ལྷུང་ལྷུག་	ལྷོན་པོའི་	ལྷུག་ལྷུག་	པ་ལྷུང་ལྷུག་	ཉེའི་གཟུང་ལྷའི་ལྷུང་དག					སྣོད་གི་གཟུང་ལྷའི་ལྷུང་དག					༡༣	ལྷོན	༡	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤					
	༥༡	ལྷོན་ལྷུག	ལྷོན་ལྷུག	ལྷོན་ལྷུག	ལྷོན་ལྷུག	ལྷོན་ལྷུག	དམར	ལྷུང	ལྷོན	ལྷུག	ལྷུང	དམར	ལྷུང	ལྷོན	ལྷུག	ལྷུང							༤༧	༤༤	༤༢	༡༥	༣༠
	༣༤	༤༤༡	༡༤༤༡	༤༥༤༡	༧༣༧༢	༤༧༡	༤	༡	༥	༥	༤	༤	༡	༥	༥	༤	༤	༡	༣	༢	༠	༡༣	ལྷོན	༡	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤
							ལྷོན	ལྷུང	ལྷོན	ལྷུང	ལྷུང	ལྷུང	ལྷུང	ལྷུང	ལྷུང	ལྷུང	ལྷོན	ལྷུང	ལྷོན	ལྷུང	ལྷུང	ལྷོན	ལྷོན	༡	ལྷག་༤	༣	ལྷག་༤

<p>༡ མངས་རྒྱལ་ས་མེ་ཤེག་རྒྱུར་ཅ་རོན་བདུད་ཉི་ལྷག་རྒྱ་བོ་རྒྱའི་ལྷན་སྐྱོང་གི་ཉམས་འཇུག་ལམ་ལུགས་བཟང་ལག་གི་ལྷན་ཁང་ལྷན་འགྲུབ།</p> <p>༤ ལྷན་ཁང་གི་ལྷན་ཁང་ལྷན་འགྲུབ་ལྷན་ཁང་།</p> <p>༡༩ ༢༧ ༢༩ ༥༤ ༡༥ ༤༤ ༣༣ ༢༠ ༥༣ ༡༧</p> <p>13</p>	<p>༢ ལྷན་ཁང་གི་ལྷན་ཁང་ལྷན་འགྲུབ་ལྷན་ཁང་།</p> <p>༠ ༡ ༡ ༡ ༠ ༢༠ ༡༥ ༢༣ ༣༤ ༡༤ ༢༢ ༡༧ ༤༠ ༥༧ ༡༤</p> <p>14</p>	<p>༣ ལྷན་ཁང་གི་ལྷན་ཁང་ལྷན་འགྲུབ་ལྷན་ཁང་།</p> <p>༡ ༡ ༡ ༡ ༠ ༢༡ ༡༢ ༢༤ ༤༠ ༡༧ ༥༤ ༡ ༠ ༡ ༡༤</p> <p>15</p>
<p>༡༠ ལྷན་ཁང་གི་ལྷན་ཁང་ལྷན་འགྲུབ་ལྷན་ཁང་།</p> <p>༢ ༡༠ ༡ ༡༡ ༠ ༢༤ ༧ ༣༢ ༤༠ ༡༤ ༣༣ ༤༤ ༢༠ ༤ ༡༢</p> <p>16</p>	<p>༡༡ ལྷན་ཁང་གི་ལྷན་ཁང་ལྷན་འགྲུབ་ལྷན་ཁང་།</p> <p>༣ ༡༡ ༡ ༡༢ ༠ ༢༤ ༢ ༣༤ ༣༩ ༡༤ ༡ ༣༠ ༤༠ ༡༠ ༡༠</p> <p>17</p>	<p>༡༢ ལྷན་ཁང་གི་ལྷན་ཁང་ལྷན་འགྲུབ་ལྷན་ཁང་།</p> <p>༤ ༡༡ ༡ ༡༣ ༠ ༣༢ ༥༤ ༤༧ ༣༧ ༢༠ ༡༠ ༤༩ ༠ ༤༩ ༤</p> <p>18</p>

༡༣ ལུར་ མེ་བཞི་ རྒྱུད་ལཱ་ ལུན་ཚོགས་ ཟང་པ་ རྩོལ་ འབྲུག་གི་པུན་མ་ བུག་པ་
རྒྱུད་ལཱ་ ལུན་ཚོགས་ གཡོ་བ་ དངོས་ལྱབ་ རྩོད་ རྩོད་ དུ། གཞན་ ལུ་བཞོག་
གཞིན་རྩི་ལྷུར་ ལུ་ རྩལ་མེད། བ་དན། རྩོད།

༥ ༡༢ ༡ ༡༤ ༠
༣༤ ༥༡ ༤༥ ༣༤ ༢༡
༡༢ ༧ ༢༠ ༢༧ ༧

19

༡༤ ལངས་ བུག་པ་ མ་རྒྱུད་ མི་འཕྲོད་ གཏུན་གྱིང་ དངོས་ལྱབ་ རྩོད་ལུན་
མ་མེ་ མ་རྒྱུད་ མི་འཕྲོད་ ཟང་པ་ ལྷོན་རྒྱུད་ བོ་ལྷོ་ལུ་པུན་མ་ རྩོད་ལུན་
ལེན་ ལུ་ ལེན་ལུ་ དམག་ རྩོད་ལུ།
ལོ་བ་མེད། དལུར་ལུག་
གངས་རྩོ་མེད་ལུ།
རྩོད་ལུ་འབྲེལ་ལུ།
གསོ་རྒྱུད།

༤ ༡༣ ༡ ༡༥ ༠
༤༠ ༤༥ ༤༡ ༣༥ ༢༢
༡༤ ༢༥ ༤༠ ༥ ༥

20

༡༥ རྩོན་ མ་མེ་ མ་རྒྱུད་ མི་འཕྲོད་ ལྱབ་ བཏུང་རྒྱལ་ ལྱབ་ལུ་ ལྷོན་རྒྱུད་
ལྷག་གི་པུན་མ་ མ་ག་ མ་མེ་ རྩོག་རྒྱུར་ མཏུང་ མཚོག་ཅན་ རྩོ་མཚོད་ ལྷོ་ལུ་མེད་
རྩོ་བཞོག་ ལུ་ གཞེན་ རྩོ་ལོ་མ།

༠ ༡༤ ༡ ༡༤ ༠
༤༤ ༣༡ ༥༤ ༣༣ ༢༣
༡༤ ༤༣ ༠ ༤༣ ༣

21

ས་རྩོད་ལུ་མེད།

༡༤ རྩོ་ ལུ་ མ་ག་ མེད་ འཕེལ་འབྲུར་ རྩོ་རྩོན་ འཛོག་ལུ་ མཚོག་ཅན་ རྩོད་ལུ་འབྲུག་
རྩོ་མཚོགས་ མ་མེ་ རྩོག་རྒྱུར་ འཛོ་བ་དག་ འཛོ་རྒྱུར་ ལོངས་འཛོ་མས་ མེད་
ཕག་ ལྷོན་ལུ་ མེད་ ལྷོན་ལུ།

༡ ༡༥ ༡ ༡༧ ༠
༤༤ ༣༤ ༥༤ ༣༣ ༢༤
༡༧ ༢ ༢༠ ༢༢ ༡

22

༡༧ རྩོ་ རྩོ་མཚོགས་ མ་རྩོ་ལང་ཚོ་ ལོད་ ལོངས་འཛོ་མས་ ལུ་ ལྷོན་ལུ་
གཞན་ བག་ ལྷོན་ལུ།

༢ ༡༤ ༢ ༡༦ ༠
༥༡ ༢༤ ༢ ༣༡ ༢༥
༤༥ ༥༤ ༤༠ ༣༤ ༠

23

༡༨ དམར་ རྩོན་ མ་མེ་ རྩོག་རྒྱུར་ མོ་བ་ ལི་བ་ བོ་ལྷག་གི་པུན་མ་ ཟང་ལུ་འབྲུག་
འབྲུག་ལུ་ ཟང་ རྩོན་ ལྷོན་ ལུ་ མེད།

༣ ༡༧ ༢ ༡༦ ༠
༥༤ ༢༤ ༧ ༣༡ ༢༥
༡༣ ༤༤ ༠ ༤༤ ༥༤

24

མེར་དགོན་རྩོད་ལུ་ལྷོན་ལུ་འཕེལ་མཚོད།

མེར་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལོ་ཚོ།

བོད་རྒྱ་བཞི་བ།

ཆུད་པའི་སྐར་ཚེས་འཛིན་གྲུས་བཅའ་མཉམས།

༢༥ དམར་ལྷམས་སྟོང་མེད་འཕེལ་འགྱུར་མདའ་མི་མཚུན་ནི་སེལ་བ་
བོ་རྒྱལ་གྱི་ཉམས་ཁྲིའི་འབར་ཚོར་སྟེལ་ཟེན་ལ་ཕོ་ཉ་བར་གནས་སྟེ་ཕེབས་
ནག་གཉེན་ཚུ་སྐང་། ཞག་དུས་ངན་བ་དན།

༣ ༢༩ ༢ ༠ ༡
 ༣༥ ༢༥ ༣༧ ༥ ༢
 ༣༧ ༢༥ ༣ ༢༡ ༩༥

31

༢༦ ལྷག་ལྷམས་སྟོང་ཆུད་བདུད་ཚིལ་འགལ་མེ་མཚའ་འོ་སྟེལ་གྱི་ལུས་
ནམ་གྱུ་ཆུད་བདུད་ཚིལ་ཚའོན་ཚོ་ལྷན་རེག་བྱ་ཚོན་པ་གནས་སྟོར་
མཁམ་ཤིང་ཉལ།

ཆུད་པའི་བྱ་ཁྲི་མེགས་ཚགས།
 བྱ་མ་རྟེས་མའི་མེ་རྟོག་འཚར།
 བྱིས་པའི་དུས་ཚེན།

༩ ༢༥ ༢ ༡ ༡
 ༣༢ ༣༢ ༩༡ ༡༩ ༣
 ༣༩ ༩༣ ༡༧ ༠ ༩༣

6 1

༢༧ ལྷམ་ནམ་གྱུ་ཆུ་ཆུང་མི་མཚུན་ཤོགས་ཚོ་ལྷན་ལྷག་གི་ལུས་མ་སྐར་
ཆུང་ལྷན་ཚོགས་ཡིད་སྐལ་བཟང་ནམ་ཤེས་ཆེ་མེད་ཉལ་གྱི་ཉི་ལུབ་
གཉན་བག་ཤིང་ཕོས།

ཡིད་གུ་དུས་བདུ་རན།

༥ ༢༩ ༢ ༢ ༡
 ༢༩ ༣༧ ༩༥ ༢༢ ༩
 ༣༠ ༡ ༣༡ ༣༣ ༩༢

2

༢༨ མངས་མ་སྐར་ས་ཆུང་མི་འཕྲོད་རྟོ་རྟོ་སྟོར་ནི་སྐལ་བཟང་རྟེན་འཕྲུལ་
བྱ་ནི་ས་མེ་ཕྱོག་སྟོར་ཚོ་བ་བཟང་པོ་བོ་ལྷག་གི་ཉམས་ཁྲིའི་འབར་འདུ་བྱེད་
ཕག་ཤོན་ལ་དུར་མེ་འཕྲུག།

ཆུད་པའི་ལྷག་གི་ལྷ་ཚར་གྲུབ་པའི་
སྐྱ་ག་མེགས་ཚགས།

༤ ༠ ༡ ༢ ༣ ༡
 ༢༠ ༩༡ ༩༡ ༣༡ ༥
 ༢༩ ༡༡ ༩༥ ༥ ༩༠

3

༢༩ ལྷན་བྱ་ནི་ས་མེ་ཕྱོག་སྟོར་བྱ་རོག་འཛིན་ནི་བཟང་པོ་རྟེན་འཕྲུལ་
ལྷན་བྱུག་ས་མེ་ཕྱོག་སྟོར་རྒྱལ་མཚན་ཤིན་སྐར་ས་མེག་གྱི་དུར་གནས་
བདུད་སྟོང་ཤིང་མེ་སྟེལ།

གསོ་སྟོང་།

༠ ༡ ༢ ༩ ༡
 ༡༩ ༩༥ ༥༩ ༣༡ ༤
 ༢༢ ༣༧ ༠ ༣༥ ༣༥

4

༣༠ ཉི་མེན་དུག་མེད་འཕེལ་འགྱུར་དུལ་བ་བདུད་ནི་ཤིན་སྐར་ས་
རྒྱལ་གྱི་ཉམས་ཁྲིའི་འབར་ས་མེ་ཕྱོག་སྟོར་སྟེ་རྒྱལ་མཚན་ཤིན་སྐར་ས་མེག་
ཟང་ལེན་ཟེན་སྟེ་ལྷན་སྟེ་ས་རྟེ།

སྟོང་འདེབས། དུག་སྟོང་འཕེལ།
 རྟོང་ལ་ཚུ་འདེན།
 ཤོས་ཚར་ཟེན།

༡ ༢ ༢ ༥ ༡
 ༥ ༩༡ ༥༥ ༩༥ ༧
 ༡༥ ༥༩ ༡༩ ༡༠ ༣༤

5

༄༅། **བོད་རྒྱ་བཞི་བ་ཕྱི་མ།** མེར་ཐང་ཚེས་དང་འདུལ་བ་མདོ་ལྷོ་སོགས། །བཤོལ་རྒྱ་བཞི་དྲུག་མི་འདྲ་མང་མཆིས་ཀྱང་། །འབྲུལ་བྲལ་མཁས་དབང་ཕྱག་པའི་ལོགས་
 བཞིན་པས། །སྟོང་ལ་སྐང་ཤར་ཕྱིར་ན་ས་རྒྱ་བཤོལ། །དུས་འཁོར་བའི་དབྱར་ར་རགས་བ་རྒྱ་སྐར་ས་ག་ཞིབ་བ་སྟོན་གྱིས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྟོན་འགོ་སྐང་གི་བྱིས། །རྒྱ་ཚེས་པའི་
 དབྱར་ཐ་ཤིང་མོ་ལྷག་རྒྱ་རྒྱུང་། །ཚེས་༡༥ཕྱི་ལོ་ལྷ་ཆ་ལྷན་རང་རྒྱའི་དབྱགས་ཐོབ། །དབྱར་རྒྱག་གངས་རྒྱ་མདོར་སྐྱོབ། །ཚེས་༢༥ལྷག་གི་ལྷ་ཆ་ལྷན་ཉ་བ་དུན་དབང་བོ་
 འབྲིག་པའི་བྱིས་དུ་འབྱོར། །དབང་ལས་འབྲུག། །རྒྱ་དག་རྒྱུག། །བབས་ན་ལུ་མཐུད་ཞོད། །ལྷག་མ་དང་སེ་བུའི་མེ་ཉོག་འཆར། །གསར་ལྷ་མ་ལ་སྐྱོ་ཐོ་རྒྱུགས། །ཉེན་ཚད།
 ༣༢.༢༠མཚན་ཚད་༣༧.༤༠ཉེན་འབྲེལ་རིག་རང་རྒྱའི་ཚེས་༢༤ནས་ཕྱི་རྒྱའི་ཚེས་༢༤བར་བུམ་སྟོང་སྟོ། །ཚེས་༢༥འབྲུག་གི་ལྷ་ཆ་ལྷན་ཚེས་༢༤ཡོས་གྱི་ལྷ་ཆ་གཅིག་པར་ཉེ་
 མ་ནག་པས། །བྱང་དུ་ཉ་མི་རྒྱུག་དགུ་མ་གཉོགས་རྒྱ་བ་རིལ་བོར་སྐྱོ་བརྒྱུད་བསྐྱོག་ཅིང་ཐེབས་མེད་པས་ལྷགས་བ་ཁ་རུལ་གྱི་རྒྱ་བའང་བེར། །ལྷ་དགུ་སྟོ། །ཟིན་ཕྱང་རུབ་
 ལས་ཤར་དུ་རྗེལ་དྲོས་རྒྱ། །སྐྱོལ་རྒྱུགས་ནས་སྐྱོག་ཉལ་བྱི་རུབ་སྟོད། །ནང་ལྷ་སྟོ་རུབ་འོག་ཁང་ལ་གནས། །ཡས་ལམ་ཤར་སྟོ། །ཕྱག་ལྷགས་ཀྱབ་པའི་ཚེས་ ༢༥ཚད།

༡༠རྣམས་གཟུང་ཞིབ་པ། དར་༢.༤.༥གྲོང་༡.༣གྲུང་༠ རྒྱུད་

ལྷུ་མཚོག་གྲོང་ན་རྣམ་ཚོགས་མིག་ཅན་དང་། །བདེ་འབྱུང་རྣམ་མོ་བཞེངས་པའི་རོལ་རྩེད་ལས། །ཆར་རྒྱ་ལོ་ཉོག་གིང་འབྲས་རྩི་བཅུད་འཚར། །རྣམ་དཀར་བསོད་ནམས་
རྣོབས་ལས་འགོ་ཀུན་བདེ། །

མཁུ་དག་གྲུབ་རྒྱུ།		དངལ་ལྷན་གྱི་དྲུང་རྒྱུ།		ཉེའི་གྲུབ་ཐོབ་ཀྱི་མཁུ།		སྐོར་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་ཀྱི་མཁུ།		ཉེའི་གྲུབ་ཐོབ་ལྷན་གྱི་དངལ་དག་					སྐོར་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་ལྷན་གྱི་དངལ་དག་										
༡	༣༤༠	༢	༠	༣༤༠	༣	༡༢	༡༠	༢༤	༡༢	༡༠	༢༣	དམར	ལུང	ལྷོན	ལྷན་གྱི་	མཁུ་ལྷན་གྱི་	དམར	ལུང	ལྷོན	ལྷན་གྱི་	མཁུ་ལྷན་གྱི་		
༡༢	༥༠	༤༡	༥༡	༥༤	༤༢	༢༡	༣༠	༠	༣༣	༢༤	༥༤	༡༢	༡༡	༡༢	༣	༣	༡༢	༡༡	༡༢	༥	༥	༡	༡
༡		༡༥	༢༠	༡༢	༡༢	༣༤	༢༣		༢	༥༢		༡	༤༡	༤༤	༥༢	༥༡	༤༥	༥༤	༤༤	༡༠	༣		
༠		༡	༠	༡༢	༡	༣	༢		༤	༡		༠	༣༤	༡	༡	༢༤	༣༤	༡	༡	༢	༠	༤	
༥༡	༡༢	༢༣	༠	༡༢	༡༡	༣	༢༠		༢༢	༡		༡	༥	༣	༥	༢	༠	༣	༥	༢	༠	༤	
༡༥	༢༢											༥༡	༣༡	༢༡༢༤	༤༥༡༡༡	༡༢༤		༢༥	༣༣༢	༣༢༣༤	༡༠༤༥༤	༥༢༥༤༥	
ལྷན་གྱི་ཉེའི་ལོ་ཚོ།	༡༠༤༤༥	དམར་པོའི་ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	ལུང་ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	ལྷོན་ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	པ་རྒྱུད་ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	ཉེའི་གྲུབ་ཐོབ་ལྷན་གྱི་དངལ་དག་					སྐོར་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་ལྷན་གྱི་དངལ་དག་											
	༢	༤༤	༤༥༥	༡༢༥༥	༤༥༢༥	༢༣༤༤	༤༤	དམར	ལུང	ལྷོན	ལྷན་གྱི་	མཁུ་ལྷན་གྱི་	དམར	ལུང	ལྷོན	ལྷན་གྱི་	མཁུ་ལྷན་གྱི་	དམར	ལུང	ལྷོན	ལྷན་གྱི་	མཁུ་ལྷན་གྱི་	
ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	༡༠༤༤༠	དམར་པོའི་ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	ལུང་ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	ལྷོན་ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	པ་རྒྱུད་ལྷན་གྱི་ལོ་ཚོ།	ཉེའི་གྲུབ་ཐོབ་ལྷན་གྱི་དངལ་དག་					སྐོར་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་ལྷན་གྱི་དངལ་དག་											
	༡༢	༤༤	༤༤	༡༡༡༠	༤༥༡༠	༢༤༠༡	༥༠༠	༡༢	༡༠	༡༢	༢	༤	༣༢	༤༢	༣༡	༤༤	༤	༣༠	༣	༣༣	༤༤	༢༡	
	༤༤	༤༢༠	༡༡༡༠	༤༥༡༠	༢༤༠༡	༥༠༠	ལུང	ལུང	ལུང	ལུང	མཁུ	ལུང	ལྷོན	ལྷོན	ལྷོན	ལྷོན	ལྷོན	ལུང	ལྷོན	ལྷོན	ལྷོན	ལྷོན	

༡ རྒྱ་ལྡན་མ་མཚུགས་ལང་ཚོ་འཕེལ་བ་ལས་བཟང་འཕྲུག་གི་འཕྲན་མགོ་
 རྒྱ་ལྡན་མི་མཚུན་ གུན་དགའ་ལྷག་ཏུ་ཚོར་སྦྲེལ་ཞིན་པ་གནས་
 ཡོད་མགོན་ས་ལྷག་བ་དན།

༢ ༣ ༣ ༤ ༧ ༧
 ༤༤ ༤༢ ༢༢ ༧༠ ༣༤

6 6

༢ ལྷ་ཚོན་ གི་གང་ རྩ་ཚོང་།



༢ ༣
 ༥༢ ༤༤
 ༧༤ ༤༢

༣ དམར་མགོ་མེ་རྒྱུད་སྦྲོལ་སྦྲུན་ཟད་པ་ལྷག་ཏུ་ཡོས་ཀྱི་འཕྲན་ལག་
 མེ་རྒྱུད་འཛིན་ལུང་གཤོ་བ་ཤོག་ལྷོར་རྒྱུད་སྦྲེལ་ཡོད་ཏེ་ཡིན་
 གི་གང་ལ་སྦྲེལ་སྦྲེལ།

༣ ༣ ༣ ༥ ༧
 ༥༤ ༧༠ ༥༤ ༣༤ ༧༠

7

༤ ལྷག་ལག་རྒྱུ་བདུད་ཚིག་གཏུན་གྱིང་རྒྱུད་སྦྲོལ་གྱི་འཕྲན་ལག་སོ་
 རྒྱུད་མི་མཚུན་རྒྱུད་པོ་འཕེལ་བའི་ལྷག་གི་འཕྲན་གྱི་འཕྲེལ་བར་ཡོན་ལག་
 ཁོལ་ཏེ་དམག་སྦྲེལ་སྦྲེལ།

༤ ༥ ༣ ༧ ༧
 ༥༢ ༥༢ ༧༥ ༧༤ ༧༧
 ༧༤ ༥༤ ༧༧ ༥ ༢༧

8

༥ ལྷུང་ལག་སོ་རྒྱུད་ལྷུང་ལྷུང་ཚོགས་གྲུབ་བདུད་རྒྱུད་འཕེལ་ཡོས་ཀྱི་འཕྲན་
 ལྷུང་མེ་རྒྱུད་སྦྲོལ་སྦྲུན་མཏུང་འཕྲུག་ལྷོར་ཡོས་པ་ཡོད་ཏེ་དེ་དུང་པོ་ཡིང་
 གནས་སྦྲེལ་སྦྲེལ་གཉེན་རྒྱ་ལྷོ།

༥ ༤ ༣ ༧ ༧
 ༥༧ ༥༢ ༧༧ ༧༤ ༧༢
 ༢༧ ༤ ༢༥ ༢༧ ༢༤

9

༦ སྦྲེལ་རྒྱུད་ས་མེ་ཤོག་ལྷོར་ཚུན་བདུད་ཉི་ཡོས་པ་འཕྲུག་གི་འཕྲན་རྒྱག་
 མེ་རྒྱུད་ལང་ཚོ་འཛིན་བདག་གུན་མཚོ་མཁའ་རྒྱུ་བ་རྒྱུད་ཁོལ་ཞིན་ཞིན་ལྷུང་དུལ་
 མཁའ་རྒྱ་ལག་ཡོན་གོང་།

༤ ༥ ༣ ༧ ༧
 ༥༧ ༥༥ ༢༣ ༧༧ ༧༣
 ༥༧ ༤༢ ༣༧ ༢༤ ༢༥

10

<p>ལ་ རྩོམ་ རྒྱལ་ ས་ཚུ་ལང་ཚོ་ཡིད་ ཀྱུན་འཛོལ་སྤྲོད་ འཛུགས་ལུ་ལེན་ས་མཚུ་ས་མེ རྩོམ་རྒྱུ་འདོད་པ་ དགའ་བ་ བོ་སྐད་བོ་ལྷན་ས་ ལ་ཤི་ ལྷག་ལམ་ལ་ དག ཤིང་གྱི།</p> <p style="text-align: center;">མེན་རྒྱལ་ལ་ཁར་ཚོན།</p> <p>༠ ༤ ༣ ༡༢ ༡ ༥༣ ༥༢ ༢༧ ༢༠ ༡༤ ༢༡ ༣༢ ༥༣ ༢༥ ༢༤</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>༤ ལྷི་ མཚུ་ མེད་ འཕེལ་འཕྱུར་ སོ་བ་ རྩོམ་རྒྱུ་ དགའ་བ་ ལྷུ་ལ་གྱི་ལྷན་ས་ ལ མེད་ འཕེལ་འཕྱུར་ གཏུགས་ རྗེ་ བོ་ལྷག་གི་ལམ་ མ་ཤིག་ ཡོས་ ལོན་པ་ ཏུར་ ཤིང་སྐད་།</p> <p style="text-align: center;">དཔུན་ཤོའི་མིག་རྒྱལ་པའི་སྐད་།</p> <p>༡ ༤ ༣ ༡༢ ༡ ༥༥ ༤༤ ༣༢ ༢༠ ༡༥ ༥༡ ༡༥ ༧ ༢༣ ༢༢</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>༤ རྩོམ་ མེ་ཚུ་ འཛོལ་སྤྲོད་ ལྷུ་ལ་མཚོན་ རྗེ་ ལྷི་ལྷན་ས་ དཔོ་རྒྱ་རྒྱུད་ མི་མཚུན་ དཔལ་ཤེལ་ མི་མཚུན་ལྷི་ བཏུད་ལྷི་ དཔོན་སྤྱོད་ འཕྱུག་ལེན་ལ་ སོར་ ལེབས་ ཤིང་ མི་ལྷག་།</p> <p style="text-align: center;">༥༠</p> <p>༢ ༡༠ ༣ ༡༤ ༡ ༥༢ ༤༣ ༣༤ ༡༤ ༡༤ ༢༡ ༠ ༢༡ ༢༢ ༢༠</p> <p style="text-align: right;">13</p>	
<p>༡༠ དམར་ དཔོ་ མེ་རྒྱུད་ ལྷོ་བས་ལྷན་ རྩོ་རྒྱ་ དཔོན་སྤྱོད་ ལྷག་ ལོ་ལྷན་ས་ མེ་བཞི་ མེ་རྒྱུད་ ལྷོ་བས་ལྷན་ གཞོན་པ་ ཤིན་རྒྱུད་ ལྷམ་ཤེས་ མེ་ཡོས་།</p> <p style="text-align: center;">ལྷག་</p> <p>༣ ༡༡ ༣ ༡༥ ༤༠ ༤༠ ༤༠ ༢༡ ༠ ༣༤ ༣༤ ༡༢</p> <p style="text-align: right;">14</p>	<p>༡༠ ལྷག་ མེ་བཞི་ རྒྱ་རྒྱུད་ མི་མཚུན་ ཀྱུན་དགའ་ འཛིག་ལྷི་ ཤིན་རྒྱུད་ ལྷག་གི་ ལེན་ས་ ལྷག་པ་ རྒྱ་རྒྱུད་ མི་མཚུན་ ཏུ་ས་ དཔྱིག་མཚོན་ཅན་ བོ་སྐད་ལྷན་ས་ མིང་ ལྷུ་ལ་ སོན་པ་ ལྷི་ ས་འཕྱུག་།</p> <p>༤ ༡༢ ༣ ༡༤ ༡ ༣ ༣༧ ༤༠ ༢༧ ༡༧ ༡༧ ༡༤ ༣༤ ༥༤ ༡༤</p> <p style="text-align: right;">15</p>	<p>༡༡ ལྷུར་ ལྷག་པ་ རྒྱུད་ ལྷན་ཚོགས་ གཡོ་བ་ མཚོན་ཅན་ ལྷུ་ལ་གྱི་ལྷན་ས་ མ་ཤི་ རྒྱུད་ ལྷན་ཚོགས་ བཏུན་པ་ ཡོངས་འཛོལ་སྤྲོད་ བོ་ལྷག་གི་ལམ་ རྩོམ་ཚེད་ ཏུ་ ལིང་ ལྷུ་ལ་སྐོག་ བཏུན་ཏུ་ ལྷན་ས་ གཞོན་ ལྷོག་ མཚོན་ ས་ལྷག་།</p> <p style="text-align: center;">འདི་ནས་སྐད་ལ་འཕྱུག་།</p> <p>༥ ༡༣ ༣ ༡༧ ༡ ༧ ༣༡ ༤༤ ༡༤ ༡༤ ༡༣ ༣༤ ༥༠ ༢༤ ༡༧</p> <p style="text-align: right;">16</p>	<p>༡༢ མངས་ མ་ཤི་ མ་རྒྱུད་ མི་འཕྲོད་ རྒྱུད་པོ་ ཡོངས་འཛོལ་སྤྲོད་ རྩོད་ལྷག་ལོན་པ་ རྩོན་རྒྱུད་ དམས་ལུ་ ལྷན་ས་ ལྷུ་ལ་ ཚོན་ ལྷགས་ཏུ། མི་ལྷུང་།</p> <p>༤ ༡༤ ༣ ༡༤ ༡ ༡༡ ༢༥ ༤༤ ༡༤ ༡༤ ༤ ༥༤ ༤ ༥༤ ༡༤</p> <p style="text-align: right;">17</p>

༡༣ མེན་ས་ག་ཤེག་རྫོང་མདུང་ཞི་བ་ལེན་སྤེལ་དུ། གནམ་རྒྱ་བསྟོག་གསེན་རྩེ་ལྷུང་བྱ་ལྷགས་ལྷག་བ་དན། མོ་ལ།

༠ ༡༥ ༣ ༡༧ ༡
༡༥ ༢༠ ༥༣ ༡༣ ༢༠
༥ ༡༣ ༡༥ ༣༡ ༡༣

18

༡༤ ཉི་ལྷ་མཚམས་ས་མེ་ཤེག་རྫོང་འཆི་བདག་འཆི་རྫོང་གྲུབ་པ་བེ་རྟེན་ལྷ་ནས་ལྷོ་འོ་འཕར་མིང་བྱ་ལེན་པ་དམག་རྩ་སྤེལ།

^{༣༠}
༡ ༡༤ ༣ ༢༠ ༡
༡༥ ༡༥ ༥༢ ༡༣ ༢༡
༡ ༣༡ ༣༢ ༣ ༡༡

གསོ་རྫོང་།

19

༡༥ རྒྱ་རྫོང་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་འདོད་པ་རྫོང་ཉི་འཇིག་ཉི་བརྒྱབ་བྱ་རྩེ་བ་ལྷི་ལམ་ལྷ་བསྟོག་པ་གཉེན་རྩ་བ།

༢ ༡༢ ༤ ༢༡ ༡
༢༢ ༧ ༡ ༡༠ ༢༢
༢༣ ༢༣ ༤༢ ༡༠ ༧

20

༡༦ དམར་རྒྱབས་མེ་རྒྱུ་འཆི་རྫོང་གཏུགས་དགོ་བ་རེག་ཕག་གིན་༤ མཁར་ཤིང་ལྷི།

མེས་འཁོར་གྲུས་བཅའ་མ།

བེ་ཅིང་དུས་ཚོད་ལྷན་ལྷན་གྱི་རྫོག་རྫོག་ལྷུང་ལ་དབྱར་ཉི་རྫོག་ལོ་ལྷག་ཡུལ་འདྲིལ།

༣ ༡༥ ༤ ༢༢ ༡
༢༤ ༥ ༤ ༡༡ ༢༣
༤༤ ༡༤ ༡ ༡༢ ༤



21

༡༧ ལྷག་རྩ་རྫོང་རྒྱུ་བདུང་ཅི་དཔའ་བེའུ་རྫོང་ཉི་བདུང་ཉི་མི་འཕྲོད་ཉི་དཀར་པོ་བེ་རྫོག་གི་ཉེན་སྤེལ་མཚེད་བྱི་ལེན་པ་གནམ་བག་ཤིང་ཕག

༤ ༡༧ ༤ ༢༣ ༡
༢༤ ༢ ༡༠ ༡༢ ༢༤
༤ ༧ ༡༥ ༢༤ ༤

22

༡༨ ལུར་རྩ་རྫོང་ས་རྒྱུང་མི་འཕྲོད་གཞོན་ཚངས་པ་བེ་རྫོག་གྱི་ཉེན་མིང་མང་ལོན་ལེ་ལེན་ལུང་རྩ་བེ་ལྷི།

འདི་ནས་དབྱས་གཙང་ལུས་དུ་མཁ་ཞོད་ཡ་ལུན་ཆེ།

༥ ༢༠ ༤ ༢༤ ༡
༢༤ ༠ ༡༤ ༡༤ ༢༥
༢༢ ༡ ༢༧ ༣༡ ༤



23

༡༧ སངས་རྒྱལ་སྐུ་མཆོད་ལཱ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དགའ་བོ་དབང་པོ་ཡོས་གྱི་ལུས་ལ་
མོན་གྱི་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་སྐྱེ་བུ་གྱི་འཁོན་ལྷན་གྱིས་ལྷན་ལེན་གྱིས་འཇོག་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་

༩ ༢༠ ༤ ༢༥ ༡
༢༥ ༥༧ ༡༩ ༡༩ ༢༩
༡༥ ༢༩ ༤༣ ༡༢ ༢

གོང་ལོ་རྒྱུ་མོན་དུ་ལོག་ཆར་ཆོ།

24

༢༠ རྩོམ་མོན་གྱི་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་འཇོག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་

༠ ༢༢ ༤ ༢༩ ༡
༢༢ ༠ ༢༢ ༢༣ ༢༧
༣༩ ༢༡ ༥༧ ༡༩ ༠

25

༢༡ རྩོམ་གྱི་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་སྐྱེ་བུ་གྱི་འཁོན་ལྷན་གྱིས་ལྷན་ལེན་གྱིས་འཇོག་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་

༡ ༢༣ ༤ ༠ ༡
༡༩ ༢ ༢༧ ༢༡ ༢༧
༥༩ ༡༣ ༡༢ ༢༤ ༥༡

26

༢༢ རྩོམ་སྐུ་མཆོད་ལཱ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དགའ་བོ་དབང་པོ་ཡོས་གྱི་ལུས་ལ་
མོན་གྱི་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་སྐྱེ་བུ་གྱི་འཁོན་ལྷན་གྱིས་ལྷན་ལེན་གྱིས་འཇོག་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་

༢ ༢༤ ༤ ༡ ༡
༡༤ ༥ ༣༡ ༣༩ ༢༩
༢༠ ༩ ༢༩ ༣༢ ༥༧

27

༢༣ དམར་རྩོམ་སྐུ་མཆོད་ལཱ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དགའ་བོ་དབང་པོ་ཡོས་གྱི་ལུས་ལ་
མོན་གྱི་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་སྐྱེ་བུ་གྱི་འཁོན་ལྷན་གྱིས་ལྷན་ལེན་གྱིས་འཇོག་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་

༣ ༢༥ ༤ ༢ ༡
༤ ༤ ༣༥ ༤༤ ༢༡
༤༡ ༥༩ ༤༠ ༣༡ ༥༥



28

༢༤ རྩོམ་སྐུ་མཆོད་ལཱ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དགའ་བོ་དབང་པོ་ཡོས་གྱི་ལུས་ལ་
མོན་གྱི་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་སྐྱེ་བུ་གྱི་འཁོན་ལྷན་གྱིས་ལྷན་ལེན་གྱིས་འཇོག་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྲོགས་པའི་

༤ ༢༩ ༤ ༣ ༢
༢ ༡༣ ༣༡ ༥༣ ༠
༣༤ ༡༩ ༥༡ ༤ ༥༣

29

<p>༢༥ རྩེལ་ཟེན་༩ སོ་ཉ་ པར་གནས་རྒྱ་སྐབས་ནག་གཉེན་བ་དན།</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>༥ ༥ ༥༩ ༥༩ ༢༩ ༡</p>	<p>༢༩ ལུར་ཐ་རྒྱུར་རྒྱུད་ལཱ་ཚོགས་ཡིད་ཤིན་སྐྱེད་ས་ལེན་བྱ་ཚོན་པ་ གནས་རྒྱུར་མཁམ་རྒྱ་ལྷག</p> <p style="text-align: center;">༥ ༥ ༥ ༥ ༢ ༥༠ ༢༡ ༥༩ ༡༠ ༢ ༡༩ ༥༩ ༡༡ ༥ ༥༠</p> <p style="text-align: right;">༣༠</p> <p style="text-align: center;">འདི་ནས་ནས་ཞིང་ལ་སྐྱེ་མོ་རྒྱ་ལྷགས།</p>	<p>༢༧ སངས་བྱ་ཉེ་ས་མེ་སྐྱེག་རྒྱུར་ཐོ་བ་ལས་བཟང་སྐད་བྱི་ལཱི་དལ་བྱི་ཉི་ ལུབ་གཉེན་བག་ཤིང་སྐྱེལ།</p> <p style="text-align: right;">གཏང་བཅུ་གས་དུས་ཚེན།</p> <p>༤ ༡ ༥ ༤ ༢ ༥༥ ༢༩ ༥༢ ༡༩ ༩ ༡༠ ༡༡ ༢༡ ༣༩ ༥༩</p> <p style="text-align: right;">༧ 1</p>
<p>༢༨ སེན་སྐྱེན་དུག་ས་མེ་སྐྱེག་རྒྱུར་རྒྱལ་མཚན་འཛིན་བ་བོ་བྱིའི་འཛམ་རྒྱུ་ཚོར་ སག་ཁོན་ལ་དུར་ཤིང་བྱ།</p> <p>༠ ༢ ༥ ༧ ༢ ༣༩ ༣༠ ༥༩ ༢༧ ༥ ༢ ༣༠ ༣༢ ༢ ༥༩</p> <p style="text-align: right;">2</p>	<p>༢༩ ཉི་རྒྱུར་མ་ས་མེ་སྐྱེག་རྒྱུར་སྐྱེ་བྱུ་འཕེལ་ཉི་ལྷག་རྒྱ་སྐྱེལ་གྱི་འཛམ་རྒྱུ་ཚོར་ མེ་རྒྱུང་རྒྱུ་ལས་ལྷན་གཞིན་རྒྱུར་ཉི་རྒྱུངས་བོ་ལོས་བྱི་འབར་མིང་བྱི་ དུ་གནས་བདུད་སྐྱོད་ཤིང་མེ་བྱི།</p> <p>༡ ༣ ༥ ༩ ༢ ༣༢ ༣༥ ༠ ༣༥ ༥ ༢༩ ༡༥ ༥༢ ༥༩ ༥༩</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>༣༠ རྒྱ་མགོ་རྒྱ་རྒྱུང་མི་མཚུན་ཀུན་དགའ་སྐྱེད་ས་ལྷག་གི་འཛམ་རྒྱུ་ཚོར་ བདུད་ཚི་དུས་དབྱིག་འཕེལ་ནས་ཤིས་སྐྱེད་ལེན་ལ་ཟེན་ལུང་སྐྱེ་མེ་སག་ ཉི་སྐྱེག་ཉིན་ནས་ལག་འཛམ་འཛམ་ལྷག་དུར་སག་ཟེན། སག་ཐན་ན་སྐྱེན་དུས་ལོགས། གསོ་རྒྱུང་།</p> <p>༢ ༥ ༥ ༥ ༢ ༢༧ ༣༥ ༥ ༥ ༤ ༥༥ ༥༩ ༥༢ ༥༠ ༥༢</p> <p style="text-align: right;">4</p>

༄༅། བོད་རྒྱ་ཐུང་བ། མེར་མེར་འོད་ལུང་བཟུས་པའི་ཉི་མོར་བྱེད། །བྱང་བསྐོད་སྟོད་པོར་རྒྱ་པའི་ཟེར་ཚོན་གྱིས། །གཏུང་བའི་འགོ་རྣམས་སྐྱབས་པའི་གྲིབ་བསེལ་
 དུ། །མཁའ་དབྱིངས་རྒྱ་འཛིན་སྐྱ་བྱེ་ཡང་ཡང་བཀོད། །དུས་འཁོར་བའི་དབྱར་འབྱིང་རགས་པ་སྟོན་དང་ཞིབ་པ་སྐྱབས་གྱིས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྟོན་འགོ་འབྲིག་པའི་བྱིས།
 རྒྱ་ཚིས་པའི་སྟོན་ར་མེ་པོ་སྐྱེལ་སྐྱ་རྒྱུད། ཚེས་༡༤ཉིའི་ལྷ་ཆའམ་རང་སྐྱེའི་དབྱུགས་ཐོབ། ཚེ་རྟོག་ཐོག་མ་རྒྱས། འབྲུ་མེ་བ་རྣམས་མཁྱེགས་པོར་འདེབས་རན། ལོག་ཆར་
 འབེབས། ཚེས་༢༤ལྷག་གི་ལྷ་ཆའམ་སྐྱང་བའི་བདག་པོ་ཀམ་ཉི་ལབ་དུ་སོན། རྒྱས་ལས་འབྲུབ། སྐྱ་བདག་འཇམ། རང་སྐྱེའི་ཚེས་༢༤ནས་སྐྱེ་སྐྱེའི་ཚེས་༢༤བར་
 དུམ་སྟོང་རུབ། ཚེས་༡༥ལོས་གྱི་ལྷ་ཆའམ་དབྱར་བར་མའི་སྐང་བེན། བས་ཞིང་ལ་སྟེ་ཐོ་ཚུགས། ཉིན་ཚང་༢༣.༣༠ མཚན་ཚང་༢༤.༣༠ཉིན་འབྲེལ་ཚོར། ཚེས་༢༤ལ་
 སྐལ་པོའི་གདོང་ཆར་ཞེས་བབས་ན་དབྱར་སྐང་ཞོད་ཆེ། ཚེས་༤སྐང་གི་ལྷ་ཆའམ་ཚེས་༤སྐང་གི་ལྷ་ཆའམ་ཉི་མ་ནག་དམག་མི་དངས། ཡུལ་དང་ས་ཞིང་མི་འཚོང་།
 ལྷ་རུབ། དགུ་ཤར། ཟེན་ལུང་བྱང་ནས་སྟོར་ས་སྟོས་དུས་རྒྱ། སྐང་རྫོགས་ནས་སྟོག་ ཏལ་བྱི་ཉོ་སྟོང། འབྲུག་རྗེ་བྱུགས་དང་གནམ་སྟོར་གནས། ཡས་ལམ་བྱང་

ཤར། བྱང་ཤར་དུ་རོ་མི་འཛོག་ སྤྱག་ལྷགས་གྲུབ་པའི་ཚེས་༢༥ ཀད། ལྷག་མེད། གཟའ་ཞིབ་པ་དར་༡.༣.༠ གུད་ ༢.༤ གྱོད་ ༤ ལྷད།
 ལྷ་མཚོག་དུང་དུ་དབང་སྤྱག་གོ་རིམ། །རྣམ་ཅིག་བཞེངས་མཇལ་ཆར་དུས་ཆར་འབེབ་དང་། །ཚི་ཤིང་ལེགས་རྒྱས་དུས་འབྲུག་ཞི་བདེ་སོགས། །ཕུན་ཚོགས་ལྷང་པས་རྒྱལ་
 ཁམས་འཚོ་བར་འགྱུར། །

<p>ལ རྒྱ་དཔོན་ལྷ་རྒྱུད་མི་མཚུགས་དཔལ་ཤེལ་མི་མཚུགས་ཉི་བདུད་ཉི་ཤིན་རྒྱུད་ བོ་སྐྱེལ་གྱི་ཕྱོགས་མ་རིག་སྐྱེལ་དུ་མོར་དབུལ་སྐྱེལ་ཉི་ཤར་བག་ཤིང་རྟ།</p> <p>འདི་ནས་ཆར་དུས་ཆེ་བ་ཟེན།</p> <p>༡ ༡༡ ༥ ༡༢ ༢ ༢༥ ༢༣ ༣༤ ༥༧ ༡༣ ༣༥ ༢༧ ༤ ༣༤ ༣༠</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>༤ དམར་མེ་བཞི་མེ་རྒྱུད་རྩོད་པ་ལྡན་གཞོན་པ་མཚོགས་ཅན་བོ་སྐྱེལ་གྱི་ཤར་བར་ འདུ་བྱེད་བྱ་ལེན་རྒྱལ་པོ་ཐོ་རེངས་དུར་ཤིང་ལྷག་དུ།</p> <p>༣ ༡༢ ༥ ༡༧ ༢ ༣༢ ༡༧ ༣༥ ༥༢ ༡༤ ༢༧ ༤༧ ༡༥ ༢ ༢༥</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>༧ ལྷག་ནག་པ་ལྷ་རྒྱུད་མི་མཚུགས་དུས་དབྱིག་ཡོངས་འཛོམས་རྣམ་ཤེས་སྤྱི་ ལམ་འཛིན་སྤྱད་སྐྱེལ་ཤེས་ཉི་ནག་གཞེན་ལྷ་ཤིང་མེ་སྐྱེལ།</p> <p>༤ ༡༣ ༥ ༡༥ ༢ ༣༢ ༡༢ ༤༢ ༥༤ ༡༥ ༡༧ ༥ ༢༥ ༣༡ ༢༢</p> <p style="text-align: right;">13</p>
<p>༡༠ སུར་ས་རི་རྒྱུད་ལུག་ཚོགས་བརྟན་པ་ཞིབ་མེད་ཤག་གི་ཀྱང་ཉལ་གྱི་ ཉི་རྩོས་ངམས་ལུབ་ནས་ཤར་དུ་རྒྱ་སྐྱོག་སྤྱི་མེ་བྱ། མོལ་བ་དན།</p> <p>འདི་ནས་ཆར་དུས་ཆེ་བ་ཟེན།</p> <p>༥ ༡༤ ༥ ༡༧ ༢ ༤༠ ༤ ༤༢ ༥༢ ༡༢ ༡༡ ༢༤ ༣༥ ༥༧ ༢༥</p> <p style="text-align: right;">14</p>	<p>༡༡ སངས་ས་ག་ས་མེ་སྐྱོག་རྩོད་ལྷག་རྩོས་སྤྱད་བོ་སྐྱེལ་གྱི་ཀྱང་ཉལ་གྱི་ བར་སྐྱེལ་ཆེད་ལྱི་ཐོན་མཚོན་ས་ཞི།</p> <p>མེར་བུལ་ཐང་འཚོགས།</p> <p>༤ ༡༥ ༥ ༢༠ ༢ ༤༢ ༢ ༥༠ ༥༣ ༡༧ ༣ ༤༢ ༤༢ ༢༥ ༢༣</p> <p style="text-align: right;">15</p>	<p>༡༢ ཐོན་ས་ག་ས་མེ་སྐྱོག་རྩོད་ལྷག་སྤྱད་སྤྱད་སྤྱད་ལྷག་གི་ཀྱང་ཉལ་གྱི་ སེང་དངོས་སྤྱད་བདུད་ཅི་དགོ་བ་རིག་སྤྱད་ཐོན་ཚོང་ས་ཤག</p> <p>འདི་ནས་ཆར་དུས་ཆེ་བ་ཟེན།</p> <p>༠ ༡༥ ༥ ༢༡ ༢ ༤༧ ༥༥ ༥༤ ༤༧ ༡༥ ༥༥ ༠ ༥༢ ༥༢ ༢༡</p> <p style="text-align: right;">16</p>

༡༣ ཉི་མ་མཚམས་ས་མེ་ཤེག་སྒྲིབ་འཛི་བདག་འཛི་སྒྲིབ་དགོ་བ་རྒྱལ་གྱི་འཕྲན་སྒྲོན་ས་མེ་ཤེག་སྒྲིབ་མདའ་མི་མཐུན་ཉི་དཀར་པོ་ལེན་ཉག་ལེ་བྱ་སྒྲུབ་ལྷོ།

༡ ༡༥ ༥ ༢༢ ༢
 ༥༧ ༤༧ ༥༧ ༤༧ ༡༧
 ༡༣ ༥༣ ༤ ༠ ༡༧

17

༡༤ ལྷ་སྒྲོན་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་འདྲོད་བ་སྒྲིབ་ཉི་འཇིག་ཉི་དཀར་པོ་རྟེན་འཇིགས་སྒྲུབ་ཚུ་འདྲོད་ཚེ་འགལ་མེ་ཚོངས་བ་བེ་སྒྲིབ་གི་འཕྲན་མེད་ལོ་སྒྲིབ་དམག་སྒྲུབ་ལྷོ།

འབྲུག་དབྱེར་སྒྲོན་རྒྱུག

༢ ༡༧ ༤ ༢༣ ༢
 ༥༣ ༤༥ ༣ ༤༧ ༢༠
 ༣༠ ༤༤ ༡༧ ༣ ༡༧

18

༡༥ དམར་སྒྲུབ་ས་མེ་ཚུ་འཛི་སྒྲིབ་ཤོགས་གཏུགས་ཚོངས་བ་རྟེན་འཇིགས་ཚུ་སྒྲོད་མེ་ཚུ་འཛི་སྒྲིབ་དབང་པོ་བེ་ལྷག་གི་འཕྲན་སྒྲིབ་འབྲུག་དུ་ལེ་མེན་སྒྲིབ་གནམ་མེགས་འབྲུག་དུས་གཉེན་ཚུ་ཉག

དབྱེར་སྒྲུབ་འཛམ་ས་མེ་ཚུ་འཕྲན་པ་རྒྱུ།
 འཛི་སྒྲིབ་རྒྱུ་བསྐྱོད་པ།
 བསྐྱོད་པ།

༣ ༡༤ ༤ ༢༤ ༢
 ༥༤ ༤༢ ༧ ༥༠ ༢༧
 ༤༧ ༣༧ ༢༧ ༧ ༡༤

19

༡༦ ལྷག་ཚུ་སྒྲོད་ཚུ་འདྲོད་ཚེ་དཔལ་ཤེལ་སྒྲིབ་ཉི་འདྲོད་ཉི་མི་འཕྲོད་ཉི་དབང་པོ་ལྷག་གི་འཕྲན་ཚུ་སྒྲིབ་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་རྒྱུ་མེ་ཤེག་ཤ་འཕྲོན་ཚོར་རྒྱལ་ཁེན་ལེ་མཐར་ཚུ་ལོ་སྒྲིབ་ལྷོ།

ལྷག་ཚུ་སྒྲོད་ཚུ་འདྲོད་ཚེ་དཔལ་ཤེལ་སྒྲིབ་ཉི་འདྲོད་ཉི་མི་འཕྲོད་ཉི་དབང་པོ་ལྷག་གི་འཕྲན་ཚུ་སྒྲིབ་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་རྒྱུ་མེ་ཤེག་ཤ་འཕྲོན་ཚོར་རྒྱལ་ཁེན་ལེ་མཐར་ཚུ་ལོ་སྒྲིབ་ལྷོ།

༤ ༡༧ ༤ ༢༥ ༢
 ༥༥ ༤༠ ༡༡ ༥༢ ༢༢
 ༤ ༣༢ ༣༧ ༡༠ ༡༤

20

༡༧ ལུང་སྒྲིབ་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་འཕྲོད་གཞིན་གྱི་འཕྲོན་ལྷག་གི་འཕྲན་ཤོ་བཞིན་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་འཕྲོད་བྱ་ལོ་མཚོ་འཕྲོད་པོ་ལྷག་ཉི་མཐར་ལྷོ་ཉི་མཐར་ལག་གི་དབྱེར་ལྷོ།

མར་སྒྲིབ་འཕྲོད་ལྷོ།

དབྱེར་ཚོས་ཚེན་མོ་ལར་འཛོགས།

༥ ༢༠ ༤ ༢༤ ༢
 ༥༣ ༤༠ ༡༥ ༥༥ ༢༣
 ༤༧ ༠ ༤༧ ༤༤ ༡༢

21

༡༨ མངས་ཤོ་བཞིན་སེ་དཔོན་གྲུབ་དུས་དབྱེག་མཚོ་འཕྲོད་ལྷག་གི་འཕྲན་མོན་གྱི་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་སྒྲིབ་ཚུ་ཚུ་མེན་བེ་ལྷག་གི་འཕྲན་ཉི་འཕྲོད་སྒྲིབ་ཚུ་མཚོ་ལྷག་གི་འཕྲན་གོ་གང་གནམ་ཚུ་ལོ་སྒྲིབ་ལྷོ།

མོ་ལ་ཚེ།

༤ ༢༧ ༤ ༡ ༢
 ༥༧ ༤༠ ༡༧ ༠ ༢༤
 ༤ ༥༣ ༥༤ ༥༧ ༡༠

22

༡༧ མེན་མོན་གྱི་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་འཕེལ་བ་ཚོ་རྒྱུན་རྟེན་ལྟེ་བ་མོན་གྱི་ས་ཡུལ་
 དཔོན་གྱི་ལྷན་ཁྲིམས་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་རྒྱལ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་

༠ ༢༢ ༤ ༢ ༢
 ༤༧ ༤༢ ༢༤ ༤ ༢༥
 ༡ ༤༤ ༢ ༥༥ ༢

23

༢༠ ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་

༡ ༢༣ ༤ ༣ ༢
 ༤༢ ༤༥ ༢༢ ༡༣ ༢༤
 ༣༧ ༣༧ ༡༢ ༥༢ ༢

མདོ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་

24

༢༡ ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་

༢ ༢༤ ༤ ༤ ༢
 ༣༤ ༥༠ ༣༣ ༢༤ ༢༢
 ༥༤ ༣༢ ༢༧ ༡ ༥

25

༢༢ དཔོན་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་

༣ ༢༥ ༤ ༥ ༢
 ༢༥ ༥༢ ༣༤ ༣༥ ༢༢
 ༤༢ ༥༠ ༣༧ ༣༠ ༣

26

༢༣ ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་

༤ ༢༤ ༤ ༤ ༢
 ༢༤ ༥༢ ༤༠ ༣༢ ༢༧
 ༤༠ ༤ ༤༢ ༥༢ ༡

27

༢༤ ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་
 ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་ལྟེ་བ་

༥ ༡ ༤ ༢ ༣
 ༡༢ ༢ ༤༥ ༤༢ ༠ ༠
 ༢༢ ༣༢ ༠ ༣༢ ༠



28

༄༅། **བོད་རྒྱ་བྱུག་པ།** ལྷ་ལམ་ངོས་སུ་ཚུ་འཛིན་ལང་ལོང་གཡོ། །དབྱུང་སྐྱེས་རྩ་གསང་དལ་བུར་ཕྱོགས་ཀུན་བསྐྱོགས། །སིམ་པའི་སྤང་ཆར་སྐྱེ་དགུའི་གདུང་བ་
 སེལ། །འཛིན་མའི་གཞི་འདི་ལྷ་ཡུལ་གཉེས་པར་བྱས། །དུས་འཁོར་བའི་དབྱུང་ཐ་རགས་པ་རྒྱ་སྐར་ཚུ་སྟོང་ཞིབ་པ་གོ་བཞིན་གྱིས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྟོན་འགོ་ཀའི་ཁྱིམ། རྒྱ་
 ཚེས་པའི་སྟོན་འབྲིང་མེ་མོ་བྱ་རྒྱ་ཆེ། རང་རྒྱའི་ཚེས་ལལ་བཀའ་དང་བོ་བདེན་བཞིའི་ཚེས་འཁོར་སྐོར་བའི་དུས་ཆེན། ཚེས་ཀྱི་ལལ་ལྷུ་མས་སུ་ཞུགས་པའི་དུས་ཆེན། ཚེས་ཀྱི་ལལ་ག་
 གི་ལྷ་ཆུ་ལྷན་རང་རྒྱའི་དབྱུགས་ཐོབ། ཆ་བ་ཆེ་བའི་སྤང་། གངས་ལྷན་འོང་། ཤིང་ཉོག་འགོ་མ་སྟོན། ཆར་སྟོབས་འཕེལ། ཚེས་འཕྲི་བའི་ལྷ་ཆ་འཕྲས་འགོ་བའི་སྟོན་མེ་
 གདོང་ལྷའི་ཁྱིམ་དུ་འབྱོར། ཞི་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་བདག་རྒྱུབ། རང་རྒྱའི་ཚེས་འཕྲས་ཕྱི་རྒྱའི་ཚེས་འཕྲས་བུམ་སྟོང་བྱང་། ཉིན་ཚད་༣༢.༢༠མཚན་ཚད་༢༧.༤༠ཉེན་འབྲེལ་
 ཐོབ། ཚེས་འཕྲེལ་གྱི་ལྷ་ཆ་འཕྲས་དབྱུང་ཐ་མའི་སྤང་བེན། ཆར་ཆེན་འབབས། རྒྱ་བོ་གཞུང་རྒྱས། བྱ་རྒྱལ་མོན་དུ་ལོག། ཚེས་ཀྱི་ཉེན་ལྷ་ཆ་འཕྲས་ཚེས་ཀྱི་སྤྲུལ་གྱི་ལྷ་
 ཆུ་བར་ཉི་མ་ནག་པས། གཤེན་གྱི་ལོས་མི་བཅོ། ཉེན་འཕྲེལ་བ་དང་། ཤན་པ་བོན་བོའི་ཁྱིམ་དུ་མི་འགོ། ལྷ་དགུ་བྱང་། ཟེན་ཕུང་བྱང་ནས་སྟོར་ཉི་ཤར་དུས་རྒྱུ།

ལྷག་རྫོགས་ནས་ལྷོག་ ཉལ་བྱི་ཤར་སྟོང། འབྲུག་རྗེ་བྱུངས་དང་འགྲམ་འོག་ན་གནས། ཡས་ལམ་རུབ། ལྷག་ལྷགས་གྲུབ་པའི་ཚེས་༢༠ཚད་ལྷག་གཟའ་ཞིབ་པ་
 དར་༢.༤.༥ཉོད་༡.༣གུད་༠ ལྷད་༤
 གནས་རུའི་བྱིམ་དུ་སྟེང་ཕུར་དབང་པོ་དང། །ཞི་བའི་སྲིང་མོ་གཟིམས་ཏེ་མཇལ་བ་ཡིས། །རྒྱུད་པོ་ཚེར་ལྷང་ས་གཡོ་ཚོམ་རྒྱན་མང། །རྒྱལ་ཕྱན་འཕམ་ཅིང་བྱ་བྲུག་ཚད་
 བས་མནར།

མཁུ་དག་གྲུབ་རྒྱ།		དཔལ་ལྷན་བྱེད་རྒྱ།		ཉེའི་གྲུག་གཅེན།		སྐོང་གི་གྲུག་གཅེན།		ཉེའི་གཟུང་ལཱའི་དལ་དག					སྐོང་གི་གཟུང་ལཱའི་དལ་དག					༤མེ་རྒྱུ་༥		༡༧		འཛིག་མཚན								
༤	༣༤༢	༢	༣	༣༤༢	༤	༡༤	༡༠	༢༣	༡༤	༡༠	༢༣	དམར	ལུང	སྐོན	ལྷག	མངས	དམར	ལུང	སྐོན	ལྷག	མངས	བྱ་ཚུལ	༡༧	༡	༡	འཛིག་མཚན				
༡༥	༥༤	༡༡	༥༥	༥༤	༤	༤༣	༡༤	༤༤	༤༥	༡༠	༥༡	༣༤	༡༥	༢༠	༡༢	༡༤	༤	༡	༢༢	༤༤	༡༤	མཚན	ཉེའི་དྲུག་པ	༡	༡	ལྷག				
༤༤		༡༡	༠		༡	༤༡	༡༤	༡༣	༤༤	༡༤	༡༡	༤༡	༢	༤༤	༤༤	༡༤	༤༢	༤༤	༣༤	༣༤	༣	༠	ལྷག་༣	༡	༡	༡	ཉེའི་དྲུག་པ			
༢		༣	༠	༢༠	༡	༤	༡	༡	༤	༡	༡	༣	༡	༣	༡	༢	༡	༡	༡	༡	༣	༠	ལྷག་༣	༡	༡	༡	ཉེའི་དྲུག་པ			
༡༤	༢༠	༥༢	༠	༢༠	༡	༡༠	༡༣	༡	༡	༡	༡	༡༠	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	ཉེའི་དྲུག་པ		
༢༤	༢༤		༠	༤༤	༥	༡༠	༡༣	༡	༡	༡	༡	༡༠	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	༡	ཉེའི་དྲུག་པ		
ཉེའི་ལྷག་པོ།	༡༠༢༠༥	དམར་བོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	ལུང་ལྷག་པོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	སྐོན་ལྷག་པོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	ལྷག་ལྷག་པོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	པ་མངས་ལྷག་པོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	ཉེའི་གཟུང་ལཱའི་ལུང་དག					སྐོང་གི་གཟུང་ལཱའི་ལུང་དག					མཚན	༤མེ་རྒྱུ་༥	༡	༡	འཛིག་མཚན									
	༤༢	༥༡༥	༡༤༥༥	༤༤༣༥	༢༤༤༤	༥༤༥	དམར	ལུང	སྐོན	ལྷག	མངས	དམར	ལུང	སྐོན	ལྷག	མངས						༡༢	༡༡	༡༤	༡༠	༡	༣༡	༤༢	༢༥	༢༣
སྐོང་གི་ལྷག་པོ།	༡༠༢༡༤	དམར་བོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	ལུང་ལྷག་པོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	སྐོན་ལྷག་པོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	ལྷག་ལྷག་པོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	པ་མངས་ལྷག་པོའི་མཁུ་ལྷག་པོ།	ཉེའི་གཟུང་ལཱའི་ལུང་དག					སྐོང་གི་གཟུང་ལཱའི་ལུང་དག					༠	ལྷག་༣	༡	༡	འཛིག་མཚན									
	༡༣	༥༢༤	༡༤༤༤	༤༤༤༤	༢༤༤༠	༥༤༤	༣༡	༣༤	༤༣	༢	༡༠	༤༢	༡༡	༣༢	༡༤	༤༢						༤	༢	༣	༡	༢	༤༢	༡༡	༣༢	༡༤
	༡༢༤						ལུང	ལུང	ལུང	མར	མར	ལུང	ལུང	ལུང	ལུང	མར														

<p>༧ ལྷག་རྩ་མཚམས་ནག་པ་རྒྱ་རྒྱུད་མི་མཚུན་དུས་དབྱིག་བརྒྱུ་བྱ་འབྲུག་གི་ལོ་ལྟེ་སེར་ས་འི་རྒྱ་རྒྱུད་མི་མཚུན་དུས་པ་མི་མཚུན་ཉི་དགེ་བ་བེ་ལོ་སྤྲོ་བྱིས་ནས་བྱུ་འེ་ལའང་འདུ་བྱེད་རྣམ་ལེག་གནས་བག་ཤིང་བྱི་བ་དན་སོལ།</p> <p>༤ ༡༣ ༧ ༢༡ ༩ ༤ ༥༢ ༣༧ ༣༡ ༡༢ ༩༩ ༩༤ ༡༩ ༤༩ ༩༤</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>༨ ལྷུང་ས་འི་རྒྱུད་ལྷན་ཚོགས་བཟུང་བ་དགེ་བ་རྒྱུ་བྱི་པ་སེ་ག་མེ་རྒྱུད་རྣོ་བས་རྩན་འཕེལ་བ་དགེ་བ་ཚོ་རྣམ་ཤེས་ལོ་སྤྲོ་བྱིས་དུས་དུར་ཤིང་རྒྱུད་།</p> <p style="text-align: center;">༡</p> <p>༥ ༡༤ ༧ ༢༢ ༩ ༩ ༤༤ ༤༩ ༩༠ ༡༩ ༩༠ ༥༩ ༢༤ ༡༧ ༩༤</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>༩ མངས་ས་ག་ས་མེ་ཤེག་རྒྱུར་རྣམ་རྒྱུས་དགེ་བ་ཚོ་མཚེད་འབྲུག་དུ་མེན་རྒྱུད་རྒྱ་བརྒྱུག་གནོད་རྒྱུན་ཉི་བྱེད་ཤིང་མེ་རྣམས།</p> <p style="text-align: right;">རྒྱུད་ལཱའི་བདེ་མཚོག་བདག་འབྲུག་རྣོ་བ་བཟུང་བྱེད་མེན། ལྷུང་བས་རྒྱུད་འབྲུག་ཚོད་བ་ཚོར་རྒྱུད།</p> <p>༤ ༡༥ ༧ ༢༩ ༩ ༡༢ ༡༤ ༤༧ ༢༩ ༡༤ ༢༢ ༡༡ ༩༤ ༤༥ ༩༩</p> <p style="text-align: right;">12</p>
<p>༡༠ རྩོན་རྩ་མཚམས་སེར་དངོས་ལྷུང་བདུད་ཚི་ཚོངས་པ་ཤེལ་བྱི་ལྷན་རྣོ་བ་སེར་དངོས་ལྷུང་གཏུན་ཤིང་བེ་བྱི་འེད་ནས་རེག་རྒྱུ་ལ་ལོ་སྤྲོ་བྱིས་དུས་ཤི་བརྒྱུད་ཤེབས་ལོ་སྤྲོ་བྱིས་དུས་རྒྱུ་མེ་ལོ་སྤྲོ་བྱིས།</p> <p>༠ ༡༤ ༧ ༢༤ ༩ ༡༤ ༣༥ ༥༡ ༢༧ ༡༥ ༡༤ ༢༧ ༤༤ ༡༤ ༣༡</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>༡༡ ཉི་རྣོ་བ་ས་མེ་ཤེག་རྒྱུར་མངའ་མི་མཚུན་ཉི་དགེ་བ་ཚོ་བེ་རྣོ་བེད་ལའང་ཚོར་རྩ་ལམ་པ་འི་མིང་པར་ནག་སོ་ཉ་མཚོན་ས་འབྲུག་ས་ལྷུང་།</p> <p style="text-align: center;">༣</p> <p>༡ ༡༧ ༧ ༢༥ ༩ ༡༧ ༩༠ ༥༥ ༢༤ ༡༤ ༣༡ ༢༩ ༥༥ ༡༩ ༢༧</p> <p style="text-align: right;">14</p>	<p>༡༢ རྒྱ་རྒྱུས་རྒྱུད་བདུད་ཚི་འགལ་མེ་ཤ་འཕོན་མིང་ལྷག་གིན་ཚོར་གནས་ས་ལྷུང་།</p> <p>༢ ༡༩ ༩ ༢༤ ༩ ༢༡ ༢༤ ༠ ༢༤ ༡༧ ༤༩ ༡༤ ༥ ༢༢ ༢༧</p> <p style="text-align: right;">15</p>

༡༧ རྒྱ་རྒྱུ་མ་ལྷན་ རྒྱུ་ བུད་ཅི་ ལྷང་པོ་ མི་མཚུན་ཉི་ ལས་བཟང་
 རྒྱུ་མཚེད་ ཉལ་ ལམས་ གནས་ སེབས་ གནས་རྒྱུར་ གནོད་རྒྱུན་ཉི་ལྷིང་
 སྤོང་ མེ་གྱི་ ཏུ་ བདེ་བ།

༢ ༢༥ ༤ ༤ ༣
 ༥ ༣༠ ༢༧ ༥༧ ༢༩
 ༡༠ ༤ ༡༧ ༢༩ ༡༥

༢༠ ཡོས་ གིན་པ། ངམས་ཤར་ ཏལ་གྱི་ཉི་ཤར་ སེབས་ ལྷོ།

༢ ༤
 ༥༧ ༣༣
 ༢ ༢༧

༢༡ དམར་ བས་ལུ་ མེ་རྒྱུ་ འཚེ་རྒྱུར་ མུད་ འཛིག་ཉི་ ལྷག་ཏུ་ ལྷག་
 གི་མཚན་ མ་རྒྱུར་ མེ་རྒྱུར་ རྩོལ་མེན་ བུད་ཅི་ འལྲུབ་རྒྱུར་ ལྷག་མ་
 བོ་ལྷང་གི་འཕམ་ མེད་ འལྲུག་ རྩོལ་ རྩོལ་ལྷང་ སེབས་ ཏུ་ མཚོན་
 མེ་ལྷང་།

༣ ༢༤ ༤ ༤ ༣
 ༥༢ ༣༤ ༣༧ ༡༤ ༢༤
 ༥༩ ༤༣ ༣༤ ༢༡ ༡༡

དཔུན་འདེབས་མོ་འཕམ་བུ་ལྷན་།
 མར་བ་འཛི།
 བཞི་མ་འཕམ།

༢༢ ཉལ་ མ་རྒྱུར་ རྒྱུ་རྒྱུར་ མི་མཚུན་ འཚེ་བདག་ མི་མཚུན་ཉི་ འཚེ་རྒྱུར་
 ལྷང་ས་ ཏུ་འཕམ་མ་ བུ་ཉི་ མེ་རྒྱུ་ འཚེ་རྒྱུར་ མུད་ལ་ མི་མཚུན་ཉི་ འཕམ་
 བོ་ཏུ་འཕམ་བར་ བས་ཤེས་ ལྷོ་ རྩོལ་ སེ་བརྒྱུད་སེབས་ཡོས་ཏུ་ས་
 མེད་ མ་ཉལ་ རྩོལ་།

༧ ༠ ༤ ༧ ༣
 ༤༤ ༤༣ ༤༧ ༢༩ ༢༧
 ༤༤ ༡ ༤༤ ༤༧ ༤

༢༣ ལུར་ བུ་ཉི་ མེ་རྒྱུར་ རྩོལ་མེན་ འདོད་པ་ འཕམ་ ལྷོ་ལྷོ་ལེན་
 རྩོལ་བྲུག་ མེ་རྒྱུར་ རྩོལ་མེན་ འཕམ་མེ་ དེས་པ་ འུ་གྱིད་ ཏུ་ མེད་
 སེ་བརྒྱུད་བཞོག་ལྷང་ཏུ་ས་ ཏུ་ མ་ཡོས།

༥ ༡ ༤ ༡༠ ༣
 ༤༠ ༤༧ ༤༤ ༣༣ ༢༤
 ༣༤ ༡༧ ༥༤ ༡༤ ༤

༢༤ མངས་ རྩོལ་བྲུག་ མ་མེ་ སེ་བརྒྱུར་ བུད་གས་ བུ་ཤིས་ཉི་ དེས་པ་
 འལྲུག་གི་འཕམ་ ལྷོར་མ་ མུར་ དཔོན་ལྷོ་བ་ ལྷོགས་ སེ་བརྒྱུར་ འཚེ་རྒྱུར་
 མོ་འཚོད་ཉི་ ལུན་འཚོམས་ མ་ཤིག་ ལྷག་ སོན་ གནས་ སེ་བརྒྱུད་
 སེབས་ དམས་ རྩོགས་འལྲུག་

༤ ༢ ༤ ༡༡ ༣
 ༣༤ ༥༡ ༥༠ ༤༧ ༢༧
 ༣༡ ༣༧ ༤ ༤༤ ༤

༢༥ རྩོན་རྩུ་མ་སེད་དངོས་ལྷུབ་དབལ་བེའུ་འབྲུབ་རྩུ་བ་བྲག་གིས་ཉི་
 ཀུན་འཛོམས་འབྲུག་གི་ཀུན་མཁོ་ས་རྒྱུད་མི་འཕྲོད་དོ་རྩི་མི་འཕྲོད་ཉི་
 དགའ་བ་བེ་ཡོས་ཀྱི་ཀུན་སྡེལ་གྱི་འབར་ག་གི་སྡེལ་དུ་ཐེབས་
 གཉེན་སྦྲགས་སྦྲུལ།

ཚོགས་ལངས་དང་དབྱེད་ས་ར་ཚེན་མོ།

༠	༣	༤	༡༢	༤
༢༤	༥༥	༥༤	༤༧	༠
༥༤	༢༠	༡༧	༤༠	༤

27

༢༦ ཉི་མཁོ་མེ་རྒྱུད་རྩོད་ས་ཐུན་གཞིན་རྩུ་བ་ཉི་དགའ་བ་ཡོས་ཀྱི་འཕྲུག་ལག་
 མེ་རྒྱུ་འཛི་རྩུ་བ་བྲ་འོག་དངོས་ལྷུབ་སྡེ་བ་བྱ་ཐེན་འགྲུ་གའ་ཐེབས་མཁུ་
 ཀ་བཅོན་ཉི་ཤར་རྒྱ་སྦྲུག།

༡	༤	༤	༡༣	༤
༢༤	༥༤	༥༤	༥༤	༡
༢༧	༤	༣༣	༣༧	༢

28

༢༧ རྒྱ་ལག་རྒྱུ་བ་བྲུད་ཚི་དུས་དབྱིག་དངོས་ལྷུབ་ཡོས་ཀྱི་འཕྲུག་རྒྱལ་མེ་རྒྱུ་
 འཛི་རྩུ་བ་སྡེ་རྒྱ་གིན་རྒྱུད་ཡིད་ལྷི་ལམ་ལྷ་ཐེན་ལུང་ཐེབས་པག་རྒྱ་ལྷག་
 གཉེན་སྦྲགས་སྦྲུལ།

༢	༥	༧	༡༥	༤
༢༧	༥༧	༢	༢	༢
༠	༤༧	༤༧	༣༤	༠

29

༢༨ དམར་རྒྱལ་མེད་འཕེལ་འབྲུར་འཕེལ་འཕེལ་ཉི་གིན་རྒྱུད་བེ་རྒྱུ་འཕྲུག་ས་
 ཕག་གི་ལེབར་ལེན་ཕག་གིན་ལེན་གནས་ཐེབས་དུར་གིང་སྡེལ།

༣	༧	༧	༡༤	༤
༡༤	༠	༧	༧	༢
༣༢	༣༠	༡༣	༣༢	༥༧

30

༢༩ རྒྱག་རྒྱལ་མེ་རྒྱུ་འཛི་རྩུ་བ་རྒྱག་རྩུ་ས་མཚོག་ཅན་ཡོས་ཀྱི་འཕྲུག་རྒྱག་རྒྱུ་
 བྲུད་ཚི་ཐད་བ་ཡོས་ཀྱི་འཕྲུག་རེག་ལྷི་ཐེན་ལེབས་གཞིན་སྡེལ་ཉི་རྒྱུད་
 གིང་གིང་བྱ།

༤	༧	༧	༡༧	༤
༡༧	༥༧	༡༡	༡༠	༣
༣༤	༣༧	༡༤	༥༣	༥༧

31

༣༠ ལུར་རྒྱག་རྒྱ་རྒྱུད་མི་མཐུན་བྲུད་ཚི་མི་མཐུན་ཉི་ཡོས་ཀྱི་འཕྲུག་ཡོས་ཀྱི་
 ལུགས་མཐུ་མེ་རྒྱུད་རྩོད་ས་ཐུན་གཞིན་གིང་ཞི་བ་སྡེ་མཚེད་སྤང་ཐོན་ལེན་གཉེན་
 རྩེ་བརྒྱུད་ཐེབས་ལྷི་ཡོས་དུས་རྒྱུ་མེ་ལྷི་ཡན་གྲོང་།

གསོ་རྒྱུད་།

༥	༤	༧	༡༤	༤
༡༤	༥༧	༡༥	༡༢	༤
༧	༢༠	༣༠	༥༧	༥༥

9 | 1

༄༅། **བོད་རྒྱ་བདུན་པ།** མ་ཕྱིས་རབས་དྲུག་གཉིས་གསལ་བཞིན་རས་ངོས། །མ་བཙུག་རི་ཁྲིའི་འདྲེན་བྱེད་བཟང་པོའི་ཚོ། །མ་བཏབ་དལ་འགྲོའི་རྒྱན་ལ་སྐྱོན་བཅུད་
 གྱིས། །མ་བསྐལ་འགྲོ་ལ་ཕན་བ་སྐྱབ་པའི་དུས། །དུས་འཁོར་བའི་སྟོན་ར་རགས་བ་རྒྱ་སྐར་གྱི་བཞིན་དང་ཞིབ་བ་ཚོན་གྲུས་ཉ་བ་ཡར་ངོས་སྟོན་འགྲོ་སེདྲེའི་བྱིས། །རྒྱ་ཚིག་པའི་
 སྟོན་ཐ་ས་པོ་བྱི་རྒྱ་རྒྱུད་། ཚོས་༡༥འབྲུག་གི་འཛུགས་རང་རྒྱའི་དབྱུགས་ཐོབ། སྟོན་རྒྱུག་བྱ་སྐད་འཆག་ཚད་བ་རྒྱུད་ཟད་ཁ་འབྲི། ཚོས་༢༥སྐལ་གྱི་ལྷ་ཆལ་ནས་དུས་གྱི་བདག་
 པོ་བྱ་མོའི་ཁབ་དུ་སོན། །རྒྱས་པའི་ལས་འགྲུབ། །རྒྱ་དག་རྒྱུབ། །རྒྱ་རིགས་རྣམས་བདེ། །དུས་འབྲུགས་ཞི། །རང་རྒྱའི་ཚོས་༢༥ནས་ཕྱི་རྒྱའི་༢༥བར་བུམ་སྟོང་ཤར།
 ཚོས་༣༥ལྷན་གྱི་ལྷ་ཆལ་ནས་སྟོན་ཐོག་མའི་སྐད་བེན། །ཆར་སྐད་འཆག་རྒྱ་བོ་ཁ་བྲི། ཚོས་༤༥སྐལ་གྱི་ལྷ་ཆལ་ནས་སྟོན་ཉིན་མཚན་མཉམ། །ཉིན་ཚད་༣༧.༡༠ མཚན་
 ཚད་༢༥.༥༠ ཉིན་འབྲེལ་ལེན། ཚོས་༤ གྲུབ་ཚིག་གྱི་སྐར་མ་རི་ཁྲི་འདི་ནས་བཟུང་ཞག་བདུན་གྱི་རིང་ལ་རྒྱ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལྡན་གྱི་བདུད་ཚིར་གྱུར་བས་
 སྐྱོན་དབྱུད་དང་འབྲུག་ལ་འབྲུགས་བ་གསལ་ཚེ། །མཚོས་༢༥སྐལ་གྱི་ལྷ་ཆལ་བཞིན་ཚོས་༢༥སྐལ་གྱི་ལྷ་ཆལ་བར་ཉི་མ་ནག་བྱིས་གསར་མི་གསོ། མང་བོ་འདུ་བའི་ཡོ་ལང་མི་

བྱེད། ལྡ་ཤར།དགུ་རུབ། ཟིན་ཕུང་བྱང་ནས་ལྟོར་ནམ་ལངས་རྒྱ། ཏྲ་རྫོགས་ནས་ལྡོག་ཏུ་ཕྱི་བྱང་སྟོད། ཤར་ལྟོར་ཕུང་བོ་བྱངས་ན་ངན། འབྲུག་རྗེ་མཐོངས་དང་སྤང་
 ཁར་གནས། ཡས་ལམ་བྱང་ཤར། སྤུག་ལྷགས་གྲུབ་པའི་ཚེས་འཆད། ཚེས་༢༥ལྷག་གཟུང་ཞིབ་པ་དར༤.༢.༤ ལྷད༧.༣ ལྷོད༥ ལྷད༠
 ལྷུ་མཚོག་རྒྱུང་དུ་དབང་ལྷུག་གོ་རི་མ། །ལྷན་ཅིག་བཞེངས་མཇལ་ཆར་དུས་ཆར་འབེབ་དང་། །ཚི་ཤིང་ལེགས་རྒྱས་དུས་འབྲུག་ཞི་བདེ་སོགས། །ལྷན་ཚོགས་སྤང་པས་རྒྱལ་
 ཁམས་འཚོ་བར་འགྱུར། །

མེར་དགོན་གྱི་ལྷན་ཚོ།		དཔལ་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།		ཉེ་ལྷན་གཙུག་ལྷན།		སྤོང་གི་ལྷན་གཙུག་ལྷན།		ཉེ་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་དཔལ་དག					སྤོང་གི་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་དཔལ་དག					འཇམ་མེད་ལྷན་ཚོ།		སྤོང་གི་ལྷན་ཚོ།		ལྷན་ཚོ།														
༥	༣༤༣	༧	༥	༣༤༣	༧༠	༧༤	༧༠	༢༣	༧༤	༧༠	༢༣	༧༤	༧༠	༢༣	༧༤	༧༠	༢༣	༧༤	༧༠	༢༣	༧༤	༧༠	༢༣	༧༤	༧༠	༢༣	༧༤	༧༠	༢༣	༧༤	༧༠	༢༣	༧༤	༧༠	༢༣	
༤༦	༥༤	༢༢	༢	༥༠	༦༠	༧༥	༥༠	༧	༤༤	༥	༣༥	༧༥	༧	༣༥	༤༤	༥	༣༥	༧༥	༧	༣༥	༤༤	༥	༣༥	༧༥	༧	༣༥	༤༤	༥	༣༥	༧༥	༧	༣༥	༤༤	༥	༣༥	
༣༥		༧	༥	༥༠	༦༠	༧༥	༥༠	༧	༤༤	༥	༣༥	༧༥	༧	༣༥	༤༤	༥	༣༥	༧༥	༧	༣༥	༤༤	༥	༣༥	༧༥	༧	༣༥	༤༤	༥	༣༥	༧༥	༧	༣༥	༤༤	༥	༣༥	
༢		༥	༥	༠	༢༢	༤	༢	༣	༣	༢	༣	༣	༢	༣	༣	༢	༣	༣	༢	༣	༣	༢	༣	༣	༢	༣	༣	༢	༣	༣	༢	༣	༣	༢	༣	༣
༤༧	༢༢	༦	༠	༠	༥	༢	༠	༥	༢	༠	༥	༢	༠	༥	༢	༠	༥	༢	༠	༥	༢	༠	༥	༢	༠	༥	༢	༠	༥	༢	༠	༥	༢	༠	༥	༢
༤༢༣	༦༥																																			
ལྷན་ཚོ།	༧༠༦༣༤	དཔལ་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།	སྤོང་གི་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།	ཉེ་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།	སྤོང་གི་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ཉེ་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་དཔལ་དག					སྤོང་གི་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་དཔལ་དག					ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།																
	༢༥	༥༤༤	༧༧༤	༤༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤					༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤
ལྷན་ཚོ།	༧༠༦༤༤	དཔལ་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།	སྤོང་གི་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།	ཉེ་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།	སྤོང་གི་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ཉེ་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་དཔལ་དག					སྤོང་གི་ལྷན་གཙུག་ལྷན་གྱི་དཔལ་དག					ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།	ལྷན་ཚོ།																
	༤༣	༥༥༤	༧༧༤	༤༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤					༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤	༦༤༤
	༧༥༤						ལྷན་ཚོ།					ལྷན་ཚོ།																								

<p>༧ ལྷུང་ས་ག་མེ་རྒྱུད་རྣམས་ལྷན་འཕེལ་བ་དབང་པོ་བོ་ཕག་གི་ཉམས་མ་རིག་ཡིན་ཡོད་པ་གནས་ཚུལ་གྱིས་གནས་པས་ཚུ་རྒྱུད།</p> <p>༥ ༡༥ ༡ ༢༥ ༤ ༤༡ ༢༡ ༤༥ ༤ ༡༡ ༢༡ ༤༠ ༡ ༥༠ ༤༢</p>  <p style="text-align: right;">8</p>	<p>༨ ལངས་ལྷ་འཚོམས་ལམ་དངོས་ལྷུང་ལྷུང་པ་ག་འཛོམ་བོ་རྒྱལ་གྱི་ཉམས་འདུ་ལྱེད་ལུ་ཚོན་པ་ཚོར་ཐེབས་ཏེ་ལྷུང་ལྷུང་དུར་ཤོང་ཏེ། དུ།</p> <p>༤ ༡༤ ༡ ༢༤ ༤ ༤༥ ༡༥ ༤༡ ༥ ༡༢ ༢༤ ༥༡ ༢༣ ༢༢ ༤༡</p> <p style="text-align: right;">9</p>	<p>༩ ལྷོན་རྒྱོན་ལམ་དངོས་ལྷུང་གཏུན་གྱིང་མེལ་བ་རྣམ་ཤེས་ལྱི་ལི་༤ ལྷོན་ལྷུང་ལྷུང་གྱིས་གྱིང་གྱིང་ལྷུང་།</p> <p style="text-align: right;">བཅས་ན་ནམ་མཁུག་ཤིང་། དགོ་གན་དུས་ཚེན།</p> <p>༠ ༡༧ ༡ ༠ ༤ ༤༤ ༡༠ ༥༣ ༤ ༡༣ ༤༥ ༥༢ ༣༡ ༣༠ ༣༡</p> <p style="text-align: right;">10</p>
<p>༡༠ ཉི་རྒྱུབས་མེ་རྒྱུ་འཚོ་རྒྱུར་གྱུང་བདུད་རྒྱུལ་གྱུང་ཉི་མཛོའ་པོ་མིང་ཕག་ཚོན་ལྷུང་གྱིས་ལྷུང་མེ་རྒྱུལ་མོལ།</p> <p>༡ ༡༤ ༡ ༡ ༤ ༥༡ ༤ ༥༧ ༤ ༡༤ ༥ ༤༤ ༥༢ ༣༡ ༣༧</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>༡༡ ལྷུང་རྒྱུད་ལྷུང་བདུད་ཚེ་ཚ་ཏོན་ཚོ་ལྷན་བོ་ལྷུང་གི་ཉམས་སྐྱེ་མཚེད་ལྱི་དུར་ཀ་གནས་ལྷུང་ཐེབས་མཚོན་མེ་ལུ།</p> <p>༢ ༡༡ ༡༠ ༢ ༤ ༥༢ ༣ ༢ ༥ ༡༥ ༢༥ ༤༠ ༤ ༤༧ ༣༥</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>༡༢ དམར་རྒྱ་རྒྱུད་ས་མེ་ཤེག་རྒྱུར་ཡིད་རྣལ་བཟང་རེག་སྐྱེད་ལེན་ཚོང་ས་ལྱི། ཀོང་དང་པོ་འགྲོ། ཡིང་གྱུར་ཚོན་དུ་ཕོག།</p> <p>༣ ༢༠ ༡༠ ༣ ༤ ༥༢ ༡ ༤ ༧ ༡༤ ༤༥ ༣༤ ༢༠ ༥༥ ༣༤</p> <p style="text-align: right;">13</p>

མེར་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལོ་ཚོ

བོད་རྒྱ་བདུན་པ།

རྒྱུད་ལཱི་མཁར་ཚེས་འཛིན་གྲུས་བཅའ་མཁའ།

༡༣ ལྷག་སྐོ་བཞིན་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་སོ་བ་བཟང་པོ་ཚོར་ལྷག་ཁམས་།
གཤིན་ཚེ་ཉི་ལྷུར་བྱ་ས་པས།

༩ ༢༡ ༡༠ ༩ ༩
 ༥༡ ༡ ༡༠ ༡༡ ༡༢
 ༣༠ ༩ ༣༩ ༣༧ ༣༨

14

༡༤ ལྷུར་མོན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུད་མི་མཚུན་དཔལ་ཤེུ་མི་མཚུན་ཉི་ཤེག་རྒྱུར་
ཤིན་རྒྱུད་ས་བོ་ལྷི་འཛིན་ས་ཤིང་ཡོས་གིན་པ་གནས་དམག་ལྷགས་ལྱི།

ཚོ་དཔག་ལྷ་དགའི་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱལ་མཚོད།

༥ ༢༢ ༡༠ ༥ ༩
 ༩༩ ༡ ༡༩ ༡༩ ༡༩
 ༥༠ ༥༩ ༩༩ ༩༢ ༣༠

15

༡༥ མངས་མོན་གྱི་སའ་དངོས་ལྷུབ་གཞོན་པ་ལས་བཟང་བོ་རྒྱལ་ལྱིར་
བར་རྒྱེ་བ་འབྲུག་ཟེན་ཟེན་ལྷུང་གི་གང་གཞིན་ལྷགས་ལྱང་།

མོ་གསུམ་ཁམས་བྱ་ཞིན་པའི་དུས།
གསོ་རྒྱུད།

༩ ༢༣ ༡༠ ༩ ༩
 ༩༥ ༣ ༡༧ ༢༢ ༡༧
 ༡༠ ༥༢ ༣ ༥༥ ༢༩

16

༡༦ རྩོན་ཁྲིམས་རྩོད་ས་མེ་ཤེག་རྒྱུར་དུས་དབྱིག་འཕེལ་ཉི་འཛིན་པ་
གསོ་རྒྱལ་ཟེན་ལས་མཁར་རྒྱ་ལྷག་བ་དན།

རྒྱ་ལོ་རྒྱུད་དུ་འཛོལ།
ལྷ་དང་མཁོན་ཚེས་རྒྱུ།

༠ ༢༩ ༡༠ ༢ ༩
 ༩༠ ༩ ༢༣ ༣༠ ༢༠
 ༣༠ ༩༩ ༡༢ ༣ ༢༩

17

༡༧ ཉི་ལྷུམས་རྒྱུད་མི་རྒྱ་འཛིན་པར་བཅུ་བཅུ་གི་ལྷག་རྒྱུ་
མ་རིག་རྟ་ལེལ་བག་རྒྱལ་ལོས།

འོང་གཞིས་པ་འགོ། ལྷ་རྩ་བཀོག་དུས་ཟིན།
དམིགས་བཅེ་མའི་དུས་རྒྱུ།

༡ ༢༥ ༡༠ ༩ ༩
 ༣༩ ༡༠ ༢༢ ༣༩ ༢༡
 ༥༠ ༩༠ ༣༡ ༡༢ ༢༥

18

༡༨ རྒྱ་ནག་གྱུ་རྒྱུ་བདུད་ཚི་ལྷག་རྒྱུས་རྒྱུད་ས་བོ་ཡོས་ལྱི་ལྷགས་རྒྱེལ་གྱི་
འབར་འདུ་ལྱིད་ལྷག་ཞོན་ལྷུར་དུར་ཤིང་འབྲུག་

མོར་མོང་འཛིན་ས།
བྱ་མོང་རྩོར་འགོ།

༢ ༢༩ ༡༠ ༩ ༩
 ༢༩ ༡༩ ༣༡ ༩༩ ༢༢
 ༩༩ ༥༩ ༩༥ ༩༩ ༢༣

19

མེར་དགོན་གྱི་ལོ་ཚོ

<p>༢༥ ཉི ལག མེ་ཚུ འཚི་རྫོང་ འུ་རོག་ ཤིན་རླང་ འུག་གི་ཀྱན་ས འབས་སོ་ མེ་རླང་ རྩོལ་ས་ལྷན་ རྒྱལ་མཚན་ མཚོག་ཅན་ བོ་འུག་གི་འཛུགས་ཀྱི་འཛུགས་ མིང་ རྩག་ མིང་ འག གཉེན་ ལྷགས་ཀྱི།</p> <p>༧ ༥ ༡༡ ༡༤ ༩ ༥ ༡༧ ༢༩ ༤༤ ༡༠</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>༢༤ ལྷ འབས་སོ་ རྒྱུང་ མི་མཐུན་ འུལ་བ་ མི་མཐུན་ཉི་ མཚོག་ཅན་ རྩའི་འཛུགས་ རྒྱལ་ མེ་ཚུ འཚི་རྫོང་ རྩོ་བྱ ཕོངས་འཚོམས་ རྣམ་ཤེས་ ཕོས་ཁོན་པ གནམ་ མཁར་ ལྷགས་ལག</p> <p>༢ ༤ ༡༡ ༡༢ ༥ ༣༢ ༤༡ ༤༠ ༤༤ ༠</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>༢༧ དམར་ རྒྱལ་ མེ་འ འཕེལ་འཕྱུར་ འཕེལ་བ་ འཕེལ་ཉི་ ཕོངས་འཚོམས་ འུག་གི་ཀྱན་ས རྩག་ མེ་ཚུ འཚི་རྫོང་ ཀུན་དགའ་ འུ་རྩེ་ཉི་ འི་བ་ འུ་ལྷེད་ འུགས་ དུ་ རིན་ལུང་ ཉི་འག གཉེན་ ཀ འག མཁར་ རྒྱུ།</p> <p>༣ ༢ ༡༡ ༡༥ ༥ ༤༢ ༤༠ ༡༠ ༥༠ ༡</p> <p style="text-align: right;">27</p>
<p>༢༨ ལྷག་ རྩག་ རྒྱུ་ འུ་རྩེ་ ལྷེ་ འུ་ འི་བ་ འུག་གི་ལྷན་ས མཚུ མེ་ཚུ འཚི་རྫོང་ གཤོ་བ་ འུལ་བ་ བོ་འུ་འཛུགས་ མ་རིག་ རྒྱལ་ ཁེན་ལ་ ཀི་གང་ ལྷེ་བརྒྱུད་ལྷེ་བས་རྩ་བྱ་རྩལ་ འུར་ རྒྱུང་། འུ་དམ།</p> <p>༩ ༥ ༡༡ ༡༧ ༥ ༤༥ ༣༢ ༡༤ ༥༢ ༢ ༢༥ ༥༡ ༢༠ ༡༡ ༥</p> <p style="text-align: right;">28</p>	<p>༢༩ འུ་ལུར་ མཚུ མེ་རླང་ རྩོལ་ས་ལྷན་ གཉེན་ཤིང་ འུལ་བ་ ལྷེལ་གྱི་འཛུགས་ ལྷེ་ མེ་རླང་ རྩོལ་ས་ལྷན་ ལྷེ་ལོ་ འུ་ལྷེལ་བྱ བོ་རྩའི་འཛུགས་ མ་ཤི་ རྩ ཁམས་ དའུལ་ འུ་རྩེ་ལྷོད་ ཤིང་ ཤིང་ལྷག་ ཡན་གྲོང་།</p> <p>༥ ༧ ༡༡ ༢༠ ༥ ༥༠ ༣༤ ༡༥ ༥༣ ༣ ༥ ༣༤ ༤༠ ༡༤ ༣</p> <p style="text-align: right;">29</p>	<p>༣༠ མངས་ ལྷེ་ མ་མེ་ ལྷེལ་རྫོང་ འུལ་ འུ་རྩེ་ རྒྱལ་ འུལ་ཉི་ འུ་ལྷེལ་བྱ རྫོང་བ་ འུག་གི་ཀྱན་ས རྩལ་ལྷི་ལོ་འཛུགས་ ལྷེ་བརྒྱུད་ལྷེ་བས་རྩ་བྱ་རྩལ་ རྫོང་ ཤིང་ཕོས་ལ། འག་འུལ་འུ་ལ།</p> <p>༤ ༡༠ ༡༡ ༢༡ ༥ ༥༢ ༣༠ ༢༣ ༥༢ ༤ ༤༣ ༡༤ ༠ ༡༤ ༡</p> <p style="text-align: right;">30</p>

༄༅། **བོད་རྒྱ་བརྒྱུད་པ།** སྤྱི་ལམ་མཐིང་ལྷན་རབ་གསལ་མེ་ལོང་དོར། །ལྷུང་སྤོན་སྤྱོད་གྱི་ཚ་བེར་རབ་ཏུ་རྒྱས། །འོར་འཛིན་སྐྱེག་མོའི་རྒྱན་གྱུར་ནམ་ལྗོངས་ལྷོ་ལྷོ། །སྤོན་ལ་ཉེ་བའི་སྤྱོད་དགུ་དགའ་བ་རྒྱས། །དུས་འཁོར་བའི་སྤོན་འབྲིང་རགས་པ་རྒྱ་རྒྱུ་ལྷན་སྤྱོད་ཞེས་པ་ལྷན་སྤྱོད་ཀྱིས་ཉ་བ་ཡར་དོ་སྤོན་འགོ་བུ་མོའི་ཁྱིམ་མཆོམས་སོགས་འདུལ་འཛིན་སྤོན་མའི་ལོ་འགོ་ཚེས་༡༤ནས་འཛིན། རྒྱ་ཚེས་པའི་དགུན་ར་ས་མོ་ཕག་རྒྱ་ཆེ། ཚེས་༡༤ལྷོ་ལྷོ་ཆ་༤ནས་རང་རྒྱའི་དབུགས་ཐོབ། སྤོན་ཚང་ཞི། དུས་སང་ལྷོང་། ཟེལ་དགའ་འོང་། གྲང་ངར་མདོན་ཚམ་སྤྱོད། བོད་ན་སྤོན་གྱི་རྒྱུང་། ཉེན་ཚང་༣༠.༠མཚན་ཚང་༣༠.༠ཉེན་འབྲེལ་སྤོན་ཚེས་༡༤ཕག་གི་ལྷ་ཆ་ཉན་ཏུ་བདུན་དབང་བོ་འདེགས་བྱེད་ཁབ་ཏུ་འབྱོར། རྒྱ་བདག་འཇམ་རྒྱལ་རྒྱས་པའི་ལས་འགྲུབ། རང་རྒྱའི་ཚེས་༡༧ཕྱི་རྒྱའི་ཚེས་༡༧བར་བུམ་སྤོང་སྤོ། ཚེས་༤ལོས་གྱི་ལྷ་ཆ་གཅིག་ནས་སྤོན་བར་མའི་རང་རྒྱུང་ཟེལ། སྤོང་མདོག་འགྲུར། བ་མོ་འགོ་མ་བབས། མ་གལ་དང་རྒྱུར་པའི་ལོ་མ་མེར་མདོག་ཏུ་འགྲུར། ཚེས་ལྷོ་ལྷོ་ཆ་༣ནས་ཚེས་༡༠སྤོང་ལྱི་ལྷ་ཆ་༤བར་ཉེ་མ་ནག་བརྒྱལ་ས་བདག་རྒྱལ་པོ་དགའ་ལྷོང་། རྒྱལ་པོ་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་མི་བྱ། གདན་མི་འདྲེན། ལྷ་དགུ་སྤོ། ཟེལ་ཕུང་ཤར་ནས་ལུབ་ཏུ་ཉེ་བྱེད་དུས་རྒྱ། བྱ་རྒྱེགས་ནས་སྤོང་ལྷོང་།

བྱི་རུབ་སྟོང་། རུབ་བྱང་མཚམས་སུ་དུར་འདྲེན་ན་འཕྱང་། འབྲུག་རྗེ་སྦྱིང་བྱ་དང་ཀ་འོག་ཏུ་གནས། ཡས་ལམ་ཤར་སྟོ། སྤྱག་ལྷགས་གྲུབ་པའི་ཚོས་ཉལ་ཆད། འ ལྷག
 གཟུང་ཞིབ་དར། ༠.༦ གྱོད་ ༢.༤ གུད་ ༥ རྒྱད་ ༡.༣
 གཡོན་མིག་མ་ཡི་ཁབ་ཏུ་རྟག་ཞིབ། །བདེ་འབྱུང་ལྷ་མོར་ཆགས་པས་བཞུགས་ཏེ་འགྲོ། །སྦྱེ་འགྲོར་ཤི་ཆད་འབྲུགས་མང་ཟས་བཅུད་དམན། །མི་མཐུན་དུལ་འི་འཚོ་བས་
 འགྲོ་རྣམས་ཚོངས།།

༡༧ ལྷག་ མེན་དྲུག་ མེ་ཚུ་ འཆི་སྐྱོར་ ལྷག་པ་ བདུད་རྒྱལ་ ལྷག་ཉི་ རྩོལ་
 འདུ་ལྷེད་ ལྷག་ ལི། གནམ་ ལྷ་པོ་ལྷོག་ གཉེན་ ལོད་ ལོད་ལྷོ།

ལོན་ས་རྒྱལ་འཆར།
 ས་ཚུ་ལྷག་པ་རྒྱུ།
 བམ་མཚུག་པ་ལྷ།

༩	༢	༡༢	༡༩	༥
༩༢	༩	༩༥	༥༣	༢༢
༥༢	༢༧	༢༠	༩༧	༢༧

19

༢༠ ལུར་ ལྷར་མ་ ས་རྒྱུད་ མི་འཕྲོད་ ཚ་བོ་ལྷ་ མི་འཕྲོད་ཉི་ འཆིག་ཉི་
 ལོན་རྒྱུད་ ལྷིད་ ལོ་སྐུ་ ལོན་ལྷོ། ལོད་པས་ ལྷ་པོ་ལྷོ།

ག་གདན་འཁོར་མེན་ལ་གཞིགས།

༥	༣	༡༢	༡༩	༥
༣༩	༡༢	༩༧	༩	༢༣
༥༩	༩༥	༩༠	༢༥	༢༥

20

༢༡ སངས་ མགོ་ ས་རྒྱུད་ མི་འཕྲོད་ ཡིད་ མི་འཕྲོད་ཉི་ འཕེལ་ཉི་
 མཚོག་ཚན་ བེ་ལྷའི་ཀྱན་སྐྱེས་ལྷག་གི་ལྷ་བར་ ལེན་ འཕྲུག་ དུ་ལྷ་ གནམ་ མཚོན་
 མེ་ལྷོ།

༩	༩	༡༢	༡༧	༥
༣༡	༡༩	༥༩	༡༠	༢༩
༣༢	༢༧	༠	༢༧	༢༩

21

༢༢ མེན་ ལས་ ས་རྒྱུ་ ལང་ཚོ་ ལོ་བ་ ལོད་སྐུ་འཆི་མས་ ལྷོད་ ལྷུ་ལྷ་ ལེན་ལ་
 ལོན་ལྷུད་ ལྷ་ མ་ལོ་ལྷོད་ ཚོད་ མེ་ལྷུད་།

༠	༥	༡༢	༡༩	༥
༢༧	༡༧	༥༩	༡༧	༢༥
༡༠	༧	༢༠	༢༧	༢༢

22

༢༣ ཉི་ ལྷ་སྐུ་ལོ་ མེ་རྒྱུད་ ལྷོད་སྐུ་ལྷུན་ ལྷུ་མ་ཚོན་ ལོ་བ་ ཚོར་ ལྷ་
 ལམ་ལ་ ལྷ་ ས་ལྷག་།

བ་ཚོ་འབབ།

༡	༩	༡༣	༡༧	༥
༢༣	༢༠	༩	༢༣	༢༩
༩༩	༥༣	༩༠	༣༣	༢༠

23

༢༤ ལྷ་ ལྷུ་ མེ་ཚུ་ འཆི་སྐྱོར་ ལྷེ་ལྷུ་ ལྷག་པ་ བེ་ལྷུད་གི་ཀྱན་སྐེས་ ལོག་
 ལྷག་ ལོན་ལྷོ། ལྷ་ དམས་ ས་ལོ་སྐུ་།

༢	༧	༡༣	༢༠	༥
༢༡	༢༡	༧	༢༩	༢༧
༢༥	༣༩	༠	༣༩	༡༩

24

༄༅། **བོད་རྒྱ་དགུ་བ།** མཛེས་སྤྱད་དབྱུང་གྱི་དབལ་མོའི་ལང་ཚོ་ཡང་། མི་བརྟན་རྣམ་པར་འགྱུར་བས་ཡིད་བྱུང་ནས། །དབྱིག་འཛིན་གསེར་མདོག་སྒྲ་གོས་གསར་བ་
 ཡིས། །རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཚོག་བཅོམ་ལ་གཟིགས། །དུས་འཁོར་བའི་སྟོན་ཐ་རགས་ཞིབ་མཐུན་བ་རྒྱ་རྒྱུ་ཐ་རྒྱུ་གྱིས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྟོན་འགྲོ་གྲང་གི་བྱིས། ལྷ་གྱུ་སྤྱོ་སོགས་
 འདུལ་འཛིན་ཁ་ཅིག་༡༤ནས་ལོ་འགོ་འཛིན། རྒྱ་ཚེས་པའི་དགུན་འབྲིང་སྤྱད་སོ་བྱི་རྒྱ་ཆེ། ཚེས་༡༠ཡོས་གྱི་ལྷ་ཆ་ཉན་རང་རྒྱའི་དབྱགས་ཐོབ། ཟིལ་བ་ངད་ཐོན། འབྲུག་
 རྒྱུ་འཆག་ ཚེས་༡༡འབྲུག་གི་ལྷ་ཆ་ཉན་ནམ་མཁའི་འོར་བུ་སྤྱིག་པའི་བྱིས་དུ་རོལ། དབང་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་བདག་རྒྱུབ། རང་རྒྱའི་ཚེས་༡༤ནས་ཕྱི་རྒྱའི་ཚེས་༡༥བར་
 བུམ་སྟོང་བྱུབ། ཚེས་༡༥ལྷེལ་གྱི་ལྷ་ཆ་ཉན་རང་རྒྱའི་སྟོན་ཐ་མའི་སྤང་བེན། བ་མོ་ཆེར་འབབ། ངང་བ་སྟོར་འགྲོ། འབྱིལ་རྒྱུ་ལ་ཁ་དར་འོང། ཆར་བ་ཁ་བར་འགྲོ། ཉིན་
 ཚད།༡༤.༥༠མཚན་ཚད།༣༡.༡༠ ཉིན་འབྲེལ་སྐྱེ་བ། ཚེས་༡༥ལྷེལ་བ་རྒྱ་ལས་བབས་པའི་དུས་ཆེན། ཚེས་༡༦འབྲུག་གི་ལྷ་ཆ་ཉན་ཚེས་༡༠ཡོས་གྱི་ལྷ་ཆ་ལའང་ཉེ་མ་ནག་
 རྒྱ་བདུད་རྒྱུ་པོ་དག་ལྷང་བས་འབྱུང་བ་རྒྱའི་ལས་མི་བྱེད། རྒྱ་ཆེན་མི་བཀལ། འོར་བུགས་ཕྱིར་མི་གཏོང། ལྷ་བྱུབ། དགུ་ཤར། ཟིན་ཕུང་ཤར་ནས་བྱུབ་ཏུ་ནམ་ཕྱེད་རྒྱ།

ཡོས་རྫོགས་ནས་སྡོག་ ཉལ་བྱི་སྡོ་སྡོད། འབྲུག་རྗེ་ཐབ་དང་སྐྱེད་ཕུར་གནས། ཡས་ལམ་རྒྱབ་ཕྱག་ལྷགས་གྲུབ་པའི་ཚེས་ ༢༡ཚད། ༢༤ལྷག་ གཟུང་ཞིབ་པ་དར་ ༢.༩.༥
 ལུང་༠ རྒྱུད་༡.༣ རྒྱུད་༤
 འདེག་བྱེད་གྲོང་དུ་བདེ་འབྱུང་ཤེས་རབ་མ། །མཐུན་པའི་རྫོལ་གྱིས་གདན་ལ་བཞུགས་པའི་ལྷས། །སྟོབས་ཉམས་མཛོལ་གྲོགས་ནང་འཐབ་ཤི་འབྲུགས་མང་། །སློབ་འབྲུགས་
 ལྷག་བསྐྱལ་འོང་སོགས་སློབ་འདིར་འཆར། །

ནམ་དག་གྲུབ་རྒྱ།			དཔལ་ལྷན་བྱེད་རྒྱ།			ཉེའི་རྒྱ་གཅན།			སྤོང་གི་རྒྱ་གཅན།			ཉེའི་གཟའ་ལཱའི་དལ་དག					སྤོང་གི་གཟའ་ལཱའི་དལ་དག					༤ ལྷག		༡ ལྷང་༠		འཇམ་པ།						
༡	༣༥	༡༣	༡	༣༥	༡༤	༡༧	༧	༢༣	༡༧	༧	༢༣	དམར	ལུང	སྤོན	ལྷག	སངས	དམར	ལུང	སྤོན	ལྷག	སངས	གཞུང	༤	༡	༠	འཇམ་པ།	༥ ལྷག					
༥	༤༠	༤༤	༣༠	༤༤	༣༧	༤	༥༥	༢༥	༤	༥༧	༢༧	༢༣	༡༢	༡༧	༡༤	༡༤	༢༤	༡༢	༡༧	༡༤	༡༥	ཆེ་སྤོན་༣	༡	༡	ཉེའི་	༡༣	༡༣					
༡༥		༤	༣༠		༤	༤༧	༡༠		༢༠	༣༧		༤༧	༤༠	༢	༥༤	༤༢	༣༧	༤༥	༤	༡	༥༠	ལུས་པ།	༡	༡	ལྷག	༢	ལྷང་	༥ ལྷག				
༧	༢༤	༡	༠	༢༤	༣	༣	༢		༥	༠		༤༧	༢༥	༤༤	༣༥	༡༢	༣༤	༣༤	༣༧	༡༡	༣༠	༡	༡	༥	༠	༤	༡	༡	༥	༠	༤	
༡༥	༧༧	༤༧	༠	༧༧	༧	༧	༡༤		༥	༡༥		༠	༠	༣	༠	༢	༠	༡	༥	༠	༤	༡	༡	༥	༠	༤	༡	༡	༥	༠	༤	
༤༠༤												༡༠༤	༧༠	༡༥༠༣	༡༣༤	༧༧༠	༡༣༤༠༤༢	༣༤	༣༥	༢༢༤༣	༣༥༤༠༧	༤༣༣༤										
ཉེའི་ ལཱའི་ཞུས།	༡༠༧༧༣	དམར་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	ལུང་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	སྤོན་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	ལྷག་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	སངས་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	ཉེའི་གཟའ་ལཱའི་ལུང་དག					སྤོང་གི་གཟའ་ལཱའི་ལུང་དག					གཞུང	༤	༡	༠	འཇམ་པ།											
	༢༤						དམར	ལུང	སྤོན	ལྷག	སངས	དམར	ལུང	སྤོན	ལྷག	སངས	ཆེ་སྤོན་༣	༡	༡	༡	༡	འཇམ་པ།	༡	༡	འཇམ་པ།	༥ ལྷག						
	༢༠༤	༤༠༣	༢༠༤༣	༤༧༢༣	༧༥༣༤	༤༣༣	༢༠	༡༣	༡༤	༡༥	༡༧	༢༧	༡༣	༡༤	༡༧	༡༤	༣༧	༣༥	༤༤	༢༤	༤༤	༧ ལུས་པ།	༡	༡	ལྷག་གི་	༡༣	༥ ལྷག					
སྤོང་གི་ ལཱའི་ཞུས།	༡༠༥༠༤	དམར་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	ལུང་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	སྤོན་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	ལྷག་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	སངས་པོའི་ མཁོ་སྤོན་ཞུས།	ཉེའི་གཟའ་ལཱའི་ལུང་དག					སྤོང་གི་གཟའ་ལཱའི་ལུང་དག					གཞུང	༤	༡	༠	འཇམ་པ།											
	༣༧						དམར	ལུང	སྤོན	ལྷག	སངས	དམར	ལུང	སྤོན	ལྷག	སངས	ཆེ་སྤོན་༣	༡	༡	༡	༡	འཇམ་པ།	༡	༡	འཇམ་པ།	༥ ལྷག						
	༢༡༧	༤༡༤	༢༠༥༤	༤༧༣༤	༧༥༤༧	༤༧༤	༣	༡༠	༤༤	༡༧	༣༧	༢༢	༢༢	༤	༤༢	༤༠	༣༧	༣༥	༤༤	༤	༤༠	༡	༡	༥	༠	༤	༡	༡	༥	༠	༤	
												ལྷང	ཤར	ལྷང	ཤར	ཤར	ལྷང	ཤར	ལྷང	ཤར	ཤར	༡	༡	༥	༠	༤	༡	༡	༥	༠	༤	

<p>༧ ཉི ལྷ་རྩོད་ མེ་ལྷ་ འཛི་རྩོམ་ མའུ་དང་ དམ་བཟང་ བེ་རྩལ་གཉེན་མཚམས་ མ་རིག་ ལྷེལ་ དུ། ལྷ་མེའམ་ ལུ་ བག་ ལྷ་འལུག་</p> <p>༡ ༡༧ ༡༩ ༤ ༤ ༥༧ ༢༩ ༩ ༢༤ ༧ ༡༧ ༩༢ ༥༧ ༩༡ ༥༥</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>༨ ལྷ་ ལྷ་རྩོད་ མ་ལྷ་ འུ་ལྷ་ འཛི་བདག་ འཛིན་པ་ བེ་རྩལ་གྱི་འཕམ་ འའུ་ལྷེད་ ལུ་ མེན་ འུར་ ལྷ་ལྷུག་</p> <p>༢ ༢༠ ༡༩ ༧ ༤ ༥༧ ༢༢ ༧ ༣༡ ༡༠ ༩༤ ༩༧ ༢༩ ༠ ༥༩</p> <p style="text-align: center;">དགུ་ལྷ་གསལ།</p> <p style="text-align: right;">7</p>	<p>༩ དམར་ ལོ་བཞིན་ མ་མེ་ རྩེག་རྩོམ་ འགལ་མེ་ ལྷག་ཏུ་ ལྷ་མ་ཤེས་ ལྷི་ ལམ་ལྷ་ གནམ་ གནོད་རྩོན་ཉི་ལྷེད་ ཤིང་ ཤིང་ཏེ།</p> <p style="text-align: right;">ལྷེལ་དགུ་ལྷག་ ལྷ་ལྷ་ལགལ་ལྷུ།</p> <p>༩ ༢༡ ༡༩ ༧ ༤ ༥༤ ༢༢ ༡༢ ༩༤ ༡༡ ༩༤ ༧ ༩༧ ༥༤ ༥༡</p> <p style="text-align: right;">8</p>
<p>༡༠ ལྷག་ མོན་གྱེ་ ལྷུར་ བའུ་དང་ཚེ་ ལྷོགས་ ལྷེད་མེད་ མིང་ བག་ ཤིན་ལེ་ མེན་ལྷུང་ གཉེན་ ལྷེ་ ཤིང་ལྷག་ བ་དན།</p> <p>༩ ༢༢ ༡༩ ༧ ༤ ༥༩ ༢༩ ༡༧ ༩༠ ༡༢ ༧ ༩ ༡༡ ༡༩ ༥༠</p> <p style="text-align: right;">9</p>	<p>༡༡ ལྷུར་ མོན་གྱེ་ མ་ལྷུང་ མི་འཕྲོད་ རྩོད་ལེ་ མི་འཕྲོད་ཉི་ ལྷུར་ཉི་ འཕེལ་བ་ བེ་རྩལ་གཉེན་མཚམས་གྱི་འཕམ་ ལྷེ་མཛེད་ ལྷི་ མེན་པ་ མ་ལྷོན་ མེ་རྩེལ།</p> <p>༥ ༢༩ ༡༩ ༡༠ ༤ ༥༠ ༢༩ ༢༡ ༩༤ ༡༩ ༩༤ ༥༤ ༩༥ ༩༩ ༩༤</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>༡༢ མངས་ ལྷུམ་ལྷུང་ མ་མེ་ རྩེག་རྩོམ་ ལྷུར་གྱི་ འཕེལ་བ་ བེག་ ལྷུང་ མོན་ལེ་ མོན་ལེ་ མོན་ལེ་ མོན་ལེ།</p> <p>༤ ༢༩ ༡༩ ༡༡ ༤ ༩༤ ༢༧ ༢༥ ༥༩ ༡༩ ༥ ༥༩ ༥༧ ༥༢ ༩༤</p> <p style="text-align: right;">11</p>

མེར་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལོ་ཚོ།

བོད་རྒྱ་དགུ་པ།

རྒྱུད་གྱི་སྐར་ཚིམ་འཛོན་གྲུས་བཙམས།

༡༣ ཟླ་བ་རྒྱུ་མཚན་སྐད་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་དུལ་བ་དགའ་བ་རྗེལ་གྱི་ཕན་མ་
ནམ་གྱུ་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་རྒྱ་ལྟ་མི་མཚུན་ཉི་རྩ་ཚེ་ཚོར་རྣམ་ལེན་
གནས་པ་ས་ལྟ།

༡༤ ཉི་ནམ་གྱུ་མེ་རྒྱ་འཛོན་ལེལ་བ་རྩི་ལྷག་གི་ཕན་མ་གྲུ་
མེ་རྒྱ་ལྟ་མི་མཚུན་ཉི་རྩ་ཚེ་ཚོར་རྣམ་ལེན་གནས་པ་
ལོ་ས་ལོ་ན་དམག་ས་ལག་སོལ།

༡༥ ཟླ་བ་རྒྱ་མཚན་སྐད་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་དུལ་བ་དགའ་བ་རྗེལ་གྱི་ཕན་མ་
ལྷག་གི་ཕན་མ་གྱུ་མེ་རྒྱ་ལྟ་མི་མཚུན་ཉི་རྩ་ཚེ་ཚོར་རྣམ་ལེན་གནས་པ་
ལོ་ས་ལོ་ན་དམག་ས་ལག་སོལ།

རྒྱུད་གྱི་སྐར་ཚིམ་བྱང་དཀྱིལ་འཛོན་རྒྱུ་མཚན།

ས་ཚེན་འདས་མཚན།

བང་རྒྱ་ཚོར་འགྲོ་གས་རྒྱུད།

༠	༢༥	༡༤	༡༣	༤
༤༠	༣༡	༣༠	༢	༡༥
༣༤	༤༥	༢༢	༡༡	༤༤

12

༡	༢༤	༡༤	༡༤	༤
༣༤	༣༤	༣༤	༡༠	༡༤
༤༠	༤	༤༤	༥༣	༤༢

13

༢	༠	༡༤	༡༥	༤
༢༥	༤༠	༣༡	༡༡	༡༢
༤༥	༢༤	༡༠	༣༥	༤༡

14

༡༦ དམར་གྱི་ཉི་མེད་འཕེལ་འགྲུལ་གསུམ་གྱི་ལོ་ས་ལོ་ན་རྒྱུད་རྒྱུ་ལྟ་
ཟླ་བ་རྒྱ་མཚན་སྐད་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་དུལ་བ་དགའ་བ་རྗེལ་གྱི་ཕན་མ་
ལོ་ས་ལོ་ན་དམག་ས་ལག་སོལ།

༡༧ ལྷག་ཟླ་བ་རྒྱ་མཚན་སྐད་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་དུལ་བ་དགའ་བ་རྗེལ་གྱི་ཕན་མ་
ལོ་ས་ལོ་ན་དམག་ས་ལག་སོལ།

༡༨ ལྷག་ཟླ་བ་རྒྱ་མཚན་སྐད་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་དུལ་བ་དགའ་བ་རྗེལ་གྱི་ཕན་མ་
ལོ་ས་ལོ་ན་དམག་ས་ལག་སོལ།

༡

བྱང་ལོ་ས་ལོ་ན་དམག་ས་ལག་སོལ།

མེར་དགོན་གསེང་གི་མཚན་མཚན་ལོ་ས་ལོ་ན་དམག་ས་ལག་སོལ།

༣	༡	༡༤	༡༤	༤
༢༢	༤༤	༤༣	༢༥	༡༥
༥༡	༤༣	༣༤	༡༢	༣༡

15

༤	༢	༡༤	༡༢	༤
༡༤	༤༡	༤༡	༣༤	༡༤
༥༡	༡	༥༥	༥༡	༣༡

16

༥	༣	༡༤	༡༥	༤
༡༡	༥༣	༥༢	༤༥	༢༠
༢	༡༤	༢༢	༤༢	༣༥

17

༡༧ མངས་ མགོ་ མ་རྒྱུད་ མི་འཕྲོད་ ཡིད་ མི་འཕྲོད་ཉི་ འཕེལ་ཉི་ རི་བ་
 ཡོས་ཀྱི་འཕྲུགས་ ཡག་ མ་རྒྱུད་ ཡང་ཚེ་ འདོད་པ་ བརྒྱུ་བ་ལྷ་ རྣམ་ཤེས་ རྒྱེལ་
 ཟེན་ལ་ སི་ལིང་ སོ་ཉ་ གནམ་རྒྱུར་ གནོད་རྒྱུར་ཉི་ཕྱིད་ བར་ སིད་
 སྤོང་འཕྲུག

༤	༧	༡༤	༡༧	༤
༥	༥༧	༥༤	༥༣	༢༡
༤༤	༡	༤༤	༤༧	༣༤

18

༢༠ རྩེན་ ཡག་ མ་རྒྱུད་ ཡང་ཚེ་ སོ་བ་ བརྒྱུ་བ་ལྷ་ ཡོས་ཀྱི་འཕྲུགས་ རྣམ་ མ་མེ
 རྩེན་རྒྱུར་ རྣེ་གསལ་ དགོ་བ་རྒྱུ་བ་ ལྷ་ རོན་པ་ ལྷ་ བརྒྱུ་བ་ རྩེ་ བརྒྱུད་ བརྒྱུ་ག་ལྷ་ ལྷ་
 ཉི་ལྷག་ ལྷ་ མེ་ ལྷ་ལྷ་ལྷ་

༠	༥	༡༥	༢༡	༤
༡	༥༧	༡	༠	༢༢
༢༧	༤༢	༡༠	༥༣	༣༢

19

༢༡ རྩེ་ ཡི་ལ་ གནམ་ མགོན།



༠	༡༥
༥༧	༥༤
༥༤	༥༣

༢༢ ཉི་ ལྷུ་ལ་ མེ་འཕེལ་འཕྲུར་ དཔལ་ཤེལ་ དགོ་བ་ སི་ལྷག་གི་འཕྲུགས་
 རྩེད་ སག་ སོན་ལ་ ཟེན་ལྷུང་ ཉལ་ལྱི་ཉི་ལྷུར་ སེབས་ ཚོང་ རྩེ་བརྒྱུད་ སེབས་
 མ་ཉ། བ་དན།

ས་ལ་ལ་འཕྲུགས་འོང། སྤང་བའི་ངར་འགོ་རྒྱལ། ལྷ་བཟམ་དུས་ཚེན།
 སག་རྒྱ་དང་སོ་གཏོང་རན།
 བཀའ་བརྒྱུད་རྩོན་ལམ་ཚེན་ཚོ།
 མེར་དགོན་ཁིང་རྒྱུད་དུས་བཟང་།

༡	༧	༡༥	༢༢	༤
༥༥	༥	༡༧	༡༢	༢༤
༥༡	༤	༥༧	༤	༢༧

20

༢༣ རྩེ་ རྣམ་ ལྷུར་ བརྒྱུད་ཚེ་ གནོན་ བཀའ་སྤོམ་ཉི་ དཀའ་པོ་ མེན་ ལྷི་ དུར་
 སེབས་ ལྷ་ རྩེ་བརྒྱུད་ སེབས་ མེ་ལྷག་

༢	༧	༡༥	༢༣	༤
༥༥	༡	༡༤	༡༥	༢༥
༡༠	༡༡	༢༡	༣༢	༢༤

21

༢༤ དམར་ རྣམ་ མེ་རྒྱུད་ འཛོལ་རྒྱུར་ ལྷུན་དགའ་ བརྒྱུད་ཉི་ ཚོངས་པ་
 ཡོས་ཀྱི་འཕྲུགས་ མ་རྒྱུད་ མེ་འཕེལ་འཕྲུར་ དུས་དཀྱིག་ དཔང་པོ་ རྩེད་རྒྱུད་
 སོན་ལ་ སེབས་ དམག་ མ་རྩེལ།

ལ་བ་རྒྱུད།

༣	༧	༡༥	༢༤	༤
༥༥	༥༧	༡༧	༡༧	༢༤
༥༢	༥༢	༤༥	༣༧	༢༥

22

༢༥ ལྷག་ མཚུ་ མེ་ཚུ་ འཚི་རྒྱུར་ གཤོ་པ་ དཔང་པོ་
 འབྲུག་གི་ཀ་འམ་ གེ་ མེ་ཚུ་ འཚི་རྒྱུར་ པར་ལ་ བ་འཚོན་
 པེ་ལྷོ་ལ་གྱི་ཀ་འམ་ལྷག་གི་ པར་ ཚོར་ ལྷག་ འམ་ཀ་ གནམ་
 སེཔས་ གཉན་ མ་གྲ། ཡམ་ཀོང་།

༩ ༩ ༡༥ ༢༥ ༦
 ༥༧ ༥༥ ༢༣ ༡༥ ༢༧
 ༣༥ ༣༩ ༩ ༩༣ ༢༣

23

༢༦ ལུར་ གེ་ མེ་ཚུར་ རྩོལ་མེན་ གྲང་པོ་ བ་འཚོན་
 འབྲུག་གི་པ་འམ་ དཔོ་ རྒྱུར་ ལུན་ཚོགས་ ལྷག་རྩོམ་
 པར་གྱི་ས་ཀྱི་ སེལ་པ་ རོག་ ལྷགས་ཀྱི།

ཡུལ་

༥ ༡༠ ༡༥ ༢༦
 ༤༠ ༥༡ ༢༧ ༡༩
 ༠ ༣༣ ༣༣ ༦

24

༢༧ མངས་ དཔོ་ མ་རྒྱུར་ མི་འཕྲོད་ མཉུར་ མི་འཕྲོད་ཀྱི་
 སེལ་པ་ འབྲུག་གི་པ་འམ་ མེ་པའི་ མ་རྒྱུར་ མི་འཕྲོད་
 པུང་ཚེ་ མཚོ་འཕྲོད་ སེལ་ གོན་ལེཔས་
 ལྷ་པའོག་ པའོན་ཀྱི་ཤར་ མཁམ་ ལྷགས་པག་ དུ།

༦ ༡༡ ༡༥ ༠ ༦
 ༠ ༥༡ ༢༧ ༡༥ ༢༡
 ༡༧ ༡༥ ༣༣ ༤༩ ༢༡

25

༢༨ ལྷན་ མེ་པའི་ མ་རྒྱུར་ མི་འཕྲོད་ འཚི་པདག་ མི་འཕྲོད་ཀྱི་
 རྩོམ་ཀྱི་ འཚི་རྒྱུར་ མཚོ་འཕྲོད་ རྩོམ་ཀྱི་ བཀའ་པ་ མ་རྒྱུར་
 མི་འཕྲོད་ ཚོ་ལྷན་ མིང་ འབྲུག་ རྩོམ་ གནམ་ སེཔས་
 ལྷོག་ པག་ ལྷོག།

༠ ༡༢ ༡༥ ༡ ༦
 ༣ ༤༥ ༣༡ ༡༧ ༢༩
 ༥༩ ༥༧ ༥༧ ༥༩ ༡༩

26

༢༩ ཀྱི་ བཀའ་པ་ མེ་རྒྱུར་ རྩོལ་མེན་ འདོད་པ་ ཚོ་ལྷན་ ལྷག་གི་ཀ་འམ་
 མ་རྩི་ མེ་རྒྱུར་ རྩོལ་མེན་ འགལ་མེ་ ལྷལ་པམང་པེ་ འབྲུག་གི་ ར་ཀས་
 ལུན་ལེས་ ལྷལ་ རོན་ལེ་ རོན་ལུར་ ཀེ་ཀར་ ཀ་ སེཔས་ དུར་ ལྷ་གྲང་། སོལ།

ལྷལ་ལྷལ་ལྷལ་པ་མ་འོག་དུ་འཕྲོལ།

༡ ༡༣ ༡༥ ༢ ༧
 ༥ ༤༠ ༣༦ ༡༦ ༠
 ༧ ༡༥ ༢༢ ༣༡ ༡༧

27

༣༠ ལྷ་ མ་རྩི་ ལྷ་རྒྱུར་ མི་མཚུན་ གཤུགས་ མི་མཚུན་ཀྱི་ འཕེལ་ཀྱི་ ལྷལ་པམང་
 རྩོལ་གྱི་ཀ་འམ་ མ་གྱི་ མེ་ཚུ་ འཚི་རྒྱུར་ སོགས་ སེལ་རྩོམ་ མི་འཕྲོད་ཀྱི་
 པམང་པོ་ པེ་ལྷོ་འཕྲུབ་ འཕྲུ་ལྷོད་ ཏེ་ མེཔ་ སེཔས་ གཞོད་རྩོམ་ཀྱི་ལྷོད་
 ཤིང་ ཤིང་ལྷག་

གསོ་རྒྱུང་།

༡
 ༢ ༡༩ ༡༥ ༣ ༧
 ༡༢ ༣༩ ༤༠ ༡༥ ༡
 ༡༡ ༣༩ ༥༢ ༢༦ ༡༦

28

༣༡ དམར་ མ་གྱི་ མེཔ་ འཕེལ་འགྲུར་ དཔལ་ཤེལ་ པམང་པོ་ མ་རྩིག་
 ལྷག་ འོན་ལེ་ པམས་རྩོ་ཀས་ལྷུང་ སེཔས་ ལྷོག་ ཤིང་ཤོས།

༣ ༡༥ ༡༥ ༤ ༧
 ༡༦ ༢༡ ༤༥ ༡༩ ༢
 ༣༠ ༥༢ ༢༢ ༡༩ ༡༩

29

༄༅། **པོད་རྒྱ་བརྩ་བ།** བམ་མཁའི་ཚོར་བུའི་ཟེར་ཁ་གཞན་དུ་སྤྱོད་གས། །ཀུན་བཟོད་བུ་མོའི་མཛེས་ཞལ་ངང་གིས་ཉམས། །སྤྱོན་བལ་སྟོན་ལྷའི་འཇུ་མས་མདངས་རྒྱས་ན་
 ཡང་། །རབ་དཀར་ཁ་བའི་ཞལ་ཁེབ་དུས་གྱིས་གཡོགས། །དུས་འཁོར་བའི་དགུན་ར་རགས་ཞིབ་མཐུན་བ་རྒྱ་རྣམས་སྤོན་དུག་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྟོན་འགོ་སྤྱོད་པའི་བྱིམ། །འཇམ་
 མགོན་སློ་བཟང་གྲགས་བ་སོགས་འདུལ་འཛིན་བྱི་མའི་ལོ་འགོ་ཚེས་༡༤ནས་འཛིན། རྒྱ་ཚིག་པའི་སྤྱོད་གས་དགུན་མ་མོ་སྤང་རྒྱ་རྒྱུང་།ཚེས་༡༧སྤྱོད་གྱི་ལྷ་ཆམ་ནས་རང་ལྷའི་དབྱགས་
 སོབ། དགུན་རྒྱལ་སྤྱོད་གས་བ་ངད་གང་། ས་ལ་ཁ་འབྱུགས་འོང་། གང་བའི་ངར་འགོ་རྒྱས། ཚེས་༡༨བའི་ལྷ་ཆམ་ནས་ཉེན་མོའི་མགོན་འདྲེན་གཞུང་བྱིམ་དུ་རོལ། དགུག་
 པའི་ལས་འགྲུབ། ལྷ་བདག་འཇམ། རང་ལྷའི་ཚེས་༡༩ནས་བྱི་ལྷའི་ཚེས་༢༠ལར་བུམ་སྟོང་བྱང་། ཚེས་༢༡སྤང་གི་ལྷ་ཆམ་ནས་དགུན་སོབ་མའི་རང་སྤང་བེན། ཁ་བ་རྒྱུང་བ་
 ཟེར། གང་ངར་ཤེད་སྤྱོད། ཉེན་ཚད་༡༧.༤༠ མཚན་ཚད་༣༢.༡༠ཉེན་འབྲེལ་རྒྱ་གི། ཚེས་༢༤ལ་དགའ་ལྷན་ལྷ་མཚོད། ཚེས་༢༥སྤྱོད་གྱི་ལྷ་ཆམ་ནས་ཚེས་༣༠སྤྱོད་གྱི་ལྷ་
 ཆམ་བར་ཉེ་མ་ནག ལྷ་དགུ་བྱང་། ཟིན་ཕུང་ཤར་ནས་རུབ་དུ་སྤོད་ལ་རྒྱ། སྤྱོད་སྤོགས་ནས་སྤོག ཉལ་བྱི་ཤར་སྤོད། འབྲུག་རྗེ་ཐབ་དང་བྲེ་གང་ལ་གནས། ཡས་ལམ་ཤར་

སྒྲོ་རུབ་ཏུ་དུར་མི་གདབ། ཡུག་ལྷགས་གྲུབ་པའི་ཚེས་༡༩ཆད། ཚེས་༣༠ལྷག་གཟུང་ཞིབ་པ་དར་༢.༩.༥གྲུད་༠ གྲོད་༡.༣ ལྷད་༦
 ལྷུ་མཚོག་དུང་དུ་དབང་ལྷུག་གོ་རི་མ། །ལྷན་ཅིག་བཞེངས་མཇུག་ཆར་དུས་ཆར་འབེབ་དང་། །ཚི་ཤིང་ལེགས་རྒྱས་དུས་འཇུག་ཞི་བདེ་སོགས། །ལྷན་ཚོགས་ལྷང་པས་རྒྱལ་
 ཁམས་འཚོ་བར་འགྱུར། །

མཁུ་དག་གྲུབ་རྒྱུ།		དཔལ་ལྷན་གྱི་དྲུག་རྒྱུ།			ཉེའི་གྲུག་གཅེན།		སྡོད་གི་གྲུག་གཅེན།		ཉེའི་གྲུག་ལཱི་ལྷུང་དཔལ་དག					སྡོད་གི་གྲུག་ལཱི་ལྷུང་དཔལ་དག					༤ བཞུ། ༤		༧༧༧ ༡		ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ་		
༣	༣༤༤	༡༥	༣	༣༤༤	༡༤	༡༧	༧	༢༣	༡༧	༧	༢༣	དམར	ལྷུང	སྡོན	ལྷུང	ལྷན་གྲུབ	དམར	ལྷུང	སྡོན	ལྷུང	ལྷན་གྲུབ	ཚུ་ལྷན་གྲུབ་	༠	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་
༢༣	༤༢	༥༥	༢	༤༤	༤༤	༡༡	༤༤	༡༤	༡༥	༤༤	༡༤	༢༥	༡༢	༡༧	༡༧	༡༤	༢༥	༡༢	༡༧	༡༧	༡༤	ལྷན་གྲུབ་	ཉེའི་གྲུག་ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	
༤		༤	༢༠		༣	༥༢	༧		༢༣	༣༤		༡༣	༥༠	༤	༡	༥༤	༥༢	༥༥	༤	༥༤	༣	ཉེ	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་
༤	༠	༢	༠	༠	༠	༡	༤		༢	༣		༣༡	༤༣	༣༣	༤༤	༠	༤	༣༡	༡༤	༡༥	༡༤	ཉེ	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་
༤༤	༧༤	༥༤	༠	༤༢	༤	༡	༢༢		༢	༣		༣	༡	༡	༥	༣	༠	༥	༠	༢	༡	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་
༤༤									༢༠	༣		༡༧༧	༣༤༡	༣༠༢༣	༤༥༤༣༡	༤༧༢༥༥	༣༤	༤༧	༡༧༣༤	༤༣༡༥༤	༢༧༤༤༥༥	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་
ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ་	༡༠༤༢༣	དམར་པོའི་གྲུག་ལྷན་གྲུབ་	ལྷུང་ལྷན་གྲུབ་	སྡོན་ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ་	ཉེའི་གྲུག་ལཱི་ལྷུང་དཔལ་དག					སྡོད་གི་གྲུག་ལཱི་ལྷུང་དཔལ་དག					ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་					
	༢༣༤	༤༣༣	༢༠༧༣	༤༧༥༣	༧༥༤༤	༤༤༣	དམར	ལྷུང	སྡོན	ལྷུང	ལྷན་གྲུབ	དམར	ལྷུང	སྡོན	ལྷུང	ལྷན་གྲུབ					ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	
ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ་	༡༠༤༣༧	དམར་པོའི་གྲུག་ལྷན་གྲུབ་	ལྷུང་ལྷན་གྲུབ་	སྡོན་ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ་	ཉེའི་གྲུག་ལཱི་ལྷུང་དཔལ་དག					སྡོད་གི་གྲུག་ལཱི་ལྷུང་དཔལ་དག					ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་					
	༢༤༧	༤༤༧	༢༠༤༧	༤༧༤༧	༧༥༧༤	༤༧༧	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་					ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	ལྷན་གྲུབ་	

མེར་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལོ་ཚོ།

པོད་ལྷ་བརྒྱུ་པ།

རྒྱུད་ལྷའི་རྒྱུ་ཚེས་འཛིན་གྲུས་བཅའ་མཁུ།

༡ ལྷག་ལྷ་མཚམས་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་གཞིན་འབྲུག་རྒྱུར་འཕེལ་ཉི་ཤིན་རྒྱུད་སྐྱེ་ལྷེལ་དུ་ལྷོན་མི་འབྲུག

༤	༡༤	༡༥	༥	ལ
༢༠	༢༣	༤༧	༡༣	༩
༤༩	༤	༥༢	༠	༡༢

རྒྱ་ལྷ་༡༡ ཚེ་ཚོས་༢

11	30
----	----

༢ ལྷམ་རྒྱུན་ས་ཚུར་མི་འཕྲོད་དུས་དུམྱིག་མི་འཕྲོད་ཉི་ལམ་བཟང་ལོན་ཚོར་བྱ་ལོན་ཚོར་མི་ལྷེལ།

༥	༡༣	༡༥	༤	ལ
༢༤	༡༣	༥༤	༡༡	༤
༥༥	༢༤	༢༡	༤༤	༡༠

12	1
----	---

༣ མངས་རྒྱུབས་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་བརྟན་པ་འཛིན་པ་བོ་རྒྱལ་གོ་ལྷས་ལྷོད་ལྷི་ལམ་༧ ཉལ་ཁྱི་ནམ་ལངས་གཉན་བྱ་ས་ལྷག

༤	༡༤	༡༥	ལ	ལ
༢༤	༡༣	༥༤	༡༡	༥
༢༧	༢༡	༥༡	༡༣	༤

2

༤ ལྷོན་རྒྱུན་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་རྒྱལ་རྒྱུས་ལྷོན་རྒྱུར་ལྷག་ལྷ་བོ་ལྷེལ་ལྷི་༧བར་ཚོར་སག་གིན་ལྷོན་ལྷོད་གནམ་ལྷོད་དམག་ས་ལྷག

༠	༡༧	༡༤	༤	ལ
༣༠	༧	༩	༡༢	༤
༤	༡༤	༢༡	༣༣	ལ

དོན་ལྷག་བཅོམ་དུས་ལྷོན།

3

༥ ཉི་རྒྱུན་ས་མེ་ལྷོན་རྒྱུར་བུད་ཚེ་རྒྱུད་སྐྱེ་ལྷི་ལྷོན་གནམ་གཉིན་ལྷགས་ལྷེལ།

༡	༢༠	༡༤	༧	ལ
༣༢	༥	ལ	༡༣	ལ
༣༤	༡༢	༥༠	༩	༥

4

༦ ལྷ་གོ་བཞིན་ས་ཚུ་ལང་ཚོ་མདའ་འབྲུག་རྒྱུར་འཕེལ་མ་ཤིག་ལྷོད་ལྷོན་ལམས་ལྷགས་བྱ།

༢	༢༡	༡༤	༡༠	ལ
༣༣	༩	༡༢	༡༥	༤
༡༢	༤	༢༠	༢༤	༩

གྲང་ངར་ཤིང་ལྷོ།

5

<p>ཧ་དམར་མོན་གྱི་མེ་ཆུ་འཛིན་པའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>༣ ༢༢ ༡༤ ༡༡ ༢ ༣༢ ༢ ༡༤ ༡༡ ༡ ༡ ༤༠ ༥༠ ༣༠ ༡</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>༡ ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>༤ ༢༣ ༡༤ ༡༢ ༢ ༢༡ ༣ ༢༡ ༢༤ ༡༠ ༤༣ ༣༤ ༢༠ ༥༤ ༠</p> <p style="text-align: right;">7</p>	<p>༡ ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>༥ ༢༤ ༡༤ ༡༣ ༢ ༢༤ ༥ ༢༥ ༣༠ ༡༠ ༤༢ ༡ ༤༡ ༥༡ ༥༢</p> <p style="text-align: right;">8</p>
<p>༡༠ ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>༤ ༢༥ ༡༤ ༡༤ ༢ ༢༡ ༡ ༣༠ ༣༡ ༡༡ ༥༢ ༢༤ ༡༡ ༤༤ ༥༤</p> <p style="text-align: right;">9</p>	<p>༡༡ ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>༠ ༢༤ ༡༤ ༡༥ ༢ ༡༤ ༡༢ ༣༤ ༤༢ ༡༢ ༢༤ ༢༢ ༤༡ ༡༡ ༥༤</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>༡༢ ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>ལྷན་པོའི་ལུང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་ལུགས་</p> <p>༡ ༠ ༡༤ ༡༤ ༢ ༡༠ ༡༤ ༣༡ ༥༥ ༡༣ ༣༡ ༤༠ ༡༡ ༥༡ ༥༢</p> <p style="text-align: right;">11</p>

༡༧ རྩོམ་ བུམ་མོ་ མ་རྒྱུད་ མི་འཕྲོད་ གཏུགས་ དཀར་པོ་ ཏཱིཔའམ་
 རྒྱལ་ མ་མེ་ གྲོག་རྒྱུར་ གྲོགས་ ཚངས་པ་ ལྷ་མ་ཤེས་ ལྷག་ ལམ་ལ་ མིང་
 རྒྱུ་ བ་དམ།

རྒྱུད་གྲུབ་གཏོར་འབྲུ།

༠	༤	༡༧	༢༣	༧
༣༤	༤༡	༧༠	༥༢	༢༠
༤༧	༥༧	༤༤	༤༩	༤༠

17

༢༠ རྩོམ་ མེལ་ འཕེལ་འགྲུར་ དཔལ་བེའུ་ ཚངས་པ་ ཏཱིཔའམ་ རྒྱལ་
 མེ་རུ་ འཛིན་རྒྱུར་ རྩོམ་ བ་འཕོན་ མིང་ ཡོས་ ལོན་ ལམ་ལ་ མིང་
 རྒྱུ་

༡	༧	༡༧	༢༤	༧
༣༢	༤༢	༧༥	༥༧	༢༧
༣༧	༣༧	༧༤	༥༤	༣༧

18

༢༡ རྩོམ་ རྒྱལ་ རྒྱུར་ བུམ་མོ་ གཏོན་ བུམ་མོས་ རྩོམ་ བ་འཕོན་ ཏཱིཔའམ་
 མུ་ མེ་རུ་ འཛིན་རྒྱུར་ བུ་རྩོག་ མེལ་བ་ བུ་བྱའི་པའམ་ཡོས་ཀྱི་འབར་
 མ་མི་ འབྲུག་ རིན་ མཚོན་ མིང་ལག

གང་པར་མེད་ཆེ།

༢	༧	༡༧	༢༤	༧
༣༢	༤༡	༧༡	༧	༢༢
༣	༤༢	༤༤	༢༧	༣༤

19

༢༢ དམར་ མུ་ མེལ་ འཕེལ་འགྲུར་ དུས་དབྱིག་ ལྷག་གི་པའམ་ བུ་ མེལ་
 འཕེལ་འགྲུར་ དུས་པ་ མཚོ་འཕོ་ རྒྱུ་བ་ རྒྱལ་ རོན་ རིན་ལུང་ ཚོང་ མེ་ལྷ།

ཡན་གོང་།

དེ་ཚོང་དུས་ཚོང་༡༧རྣམ་པའོག་དུམ་ལོ་ལོག་
 རྒྱུ་ལ་དུམ་ལོ་ལོག་
 དུམ་དང་པོ་འདྲེན།

༣	༧	༡༧	༠	༧
༣༢	༣༧	༢༤	༣	༢༣
༥༢	༢༣	༧༥	༣༧	༣༤

20

༢༣ ལྷག་ བུ་ མེ་རུ་ འཛིན་རྒྱུར་ བཏུན་པ་ མཚོ་འཕོ་ ལྷག་གི་པའམ་ དཔོ་
 རྒྱུར་ མི་མཚུན་ འཕེལ་བ་ ཚོ་རྩན་ མིང་ ཏཱི་ མིལ་ བུ་ མེ་རྒྱུང་།

༤	༡༠	༡༧	༧	༧
༣༤	༣༤	༢༧	༥	༢༤
༡༧	༣༤	༤༥	༡༧	༣༣

21

༢༤ ལུར་ དཔོ་ རྒྱུར་ ལུན་ཚོགས་ ལྷག་རྒྱུས་ བུམ་མོས་ རྩོམ་ བྱིཔའམ་
 མེ་བཞི་ རྒྱུར་ ལུན་ཚོགས་ བུང་པ་ རྒྱལ་བཟང་ མེན་ ལྷག་ མོན་ལ་
 ལམ་ལ་ རྒྱུར་ དམག་ མ་ལྷག

༥	༡༧	༡༧	༢	༧
༣༧	༣༧	༣༣	༥	༢༥
༢༧	༤༥	༧༥	༠	༣༧

22

༢༥ མངས་མེ་བཞི་ས་རྒྱུད་མི་འཕྲོད་ བུད་ཚི་ རྣམ་བཟང་ པོ་འཕྲུག་ ལོ་ལ་ བས་ཀྱི་འེའེའེའེ རྩེད་ རྩེད་ དུ་ལ་ བཀའ་ ལོ་ལོ་ལ། ལག་དུས་དཔ།

ལྷ་པོ་དང་ས་དགའ་ལྷན་ལྷ་མཚོད།

༤	༡༢	༡༧	༩	༧
༤༡	༢༤	༩༧	༤	༢༤
༡༩	༢༤	༤༤	༡༡	༢༡

23

༢༤ རྩེད་ བཀའ་པ་ ས་རྒྱུད་ མི་འཕྲོད་ མངས་ བཟང་པོ་ ཚོར་ ལུ་ ལེན་པ། ལོ་གང་ ལ་ མཚམ་ ལྷགས་འཕྲུག་

༠	༡༩	༡༧	༤	༧
༤༥	༢༠	༤༢	༩	༢༧
༡༡	༥༤	༡༤	༡	༢༧

24

༢༧ ལེ་ ལ་འི་ མེ་རྒྱུད་ ལྷོ་བས་ལྷན་ འགལ་མེ་ ལོན་ལྷངས་ རེག་ ལྱི་ ལམ་ལ་ བརྒྱུ་ལྱི་དུས་ པག་ ལྷགས་ལྷུ་ལ། ལོ་ལ།

༡	༡༤	༡༧	༥	༧
༤༡	༡༥	༤༤	༡	༢༡
༤༡	༩	༤༤	༤༧	༢༥

25

༢༩ ལྷ་ ལ་ག་ མེ་ཚུ་ འཚེ་རྒྱུར་ ལྷོགས་ ལྷོགས་ མི་འཕྲོད་ལེ་ ལས་བཟང་ པོ་རྒྱུད་ལོ་ནལས་ ལྷོ་མཚོད་ ལག་ ལོ་ལ་ ལོན་ལྷངས་ ལོན་ལ་ ལུར་ ལྷོ་ལ།

༢	༡༥	༡༧	༤	༧
༥༩	༡	༥༡	༠	༢༡
༥༢	༩༡	༡༤	༤༥	༢༤

26

༢༡ དམར་ ལྷ་མཚོམས་ ལ་མེ་ ལྷོགས་ ལྷོ་ལེ་ འཚེ་རྒྱུར་ མི་འཕྲོད་ལེ་ ལས་བཟང་ པོ་ལྷོགས་ལོ་ལེའེའེ མིང་ ལྱི་ ལོན་ལ་ ལོན་ལ་ ལོ་ལེ་ དལལ་ པར་ ལོ་བས་ལྷོ་ལ་ལ་ བུད་ལྷོད་ ལོད་ ལྷོ་ལ།

༩	༡༤	༡༧	༤	༩
༥༩	༩	༥༥	༥༡	༠
༥	༩༡	༤༥	༢༤	༢༢

27

༣༠ ལྷོགས་ ལྷོན་ ལ་ཚུ་ ལང་ཚོ་ ལུ་ལོག་ པག་ལོ་ས་ལེ་ ལྷོགས་ ལྷོན་ ལྷོན་ ལོ་ས་ ལོད་ ལྷོ་ལ།

༤༠	༡༧	༡༩	༤	༧
༠	༡༡	༡༡	༩༤	༧

28

༣༠ ལྷོན་ ལྷོན་ ལ་ཚུ་ མི་འཕྲོད་ དུས་དལྱིག་ མི་འཕྲོད་ལེ་ ལྷོགས་ ལྷོད་ ལྷང་ ལོན་ལ་ ལེ་ ལོད་ལུ།

༥	༡༧	༡༩	༩	༩
༢	༥༧	༠	༥༡	༡
༢༠	༥༡	༡༡	༡༤	༢༠

29

༄། བོད་རྒྱ་བརྟུ་གཅིག་པ། བྱ་བ་ཀུན་གྱི་དང་བོར་བརྟུག་དབྱུང་གཅི། །རྣམ་དཀར་ལས་གྱི་དང་བོ་དང་བ་གཅི། །བཟང་གཞི་གསར་ཚས་དང་བོ་སྐལ་བོའི་རྒྱ། །འདི་
 །འདྲ་ཤེས་བ་དང་བོ་མ་ལོར་གཅིས། །དུས་འཁོར་བའི་དགུན་འབྲིང་རགས་བ་རྒྱ་སྐར་མགོ་དང་ཞིབ་བ་ལག་གིས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྤོལ་འགྲོ་གཞུང་གི་ཕྱིམ། །ལྷུང་དང་ལྷུག་
 །ལྷུགས་ནག་ཚེས་གྱི་ལོ་འགོ་འཁྲུལ་མེད། །རྒྱ་ཚེས་པའི་དབྱིད་ར་རྒྱ་པོ་སྟག་རྩེ་ཆེ། །ས་བདག་རྒྱས་བྱེད། །ཚས་༢༢ལྟར་གི་ལྷ་ཆ་༣ནས་རང་རྒྱའི་དབྱུགས་ཐོབ། །ཤང་ངར་ཤེད་ཆེ།
 །ཚས་༢༤ལྟག་གི་ལྷ་ཆ་༤ནས་ཕྱོགས་བརྒྱ་ལྷུང་རྒྱ་སྟོན་ཕྱིམ་དུ་སོན། །བསྐྱེད་ལས་ཤིས། །རྒྱ་བདག་འཇམ། །རང་རྒྱའི་ཚས་༣༠ནས་ཕྱི་རྒྱའི་ཚས་༣༠་བར་བུམ་སྟོང་ཤར།
 །ཚས་༤འབྲུག་གི་ལྷ་ཆ་༢ནས་ཚས་༧ཡོས་གྱི་ལྷ་ཆ་༥བར་ངན་བ་དགུ་འཛོམས། །ཚས་༤ལྷུག་གི་ལྷ་ཆ་༡ནས་དགུན་བར་མའི་སྐང་བེན། །གཅན་གཟན་གྲ་ལེགས། །རྒྱ་སྟོན་
 །སྐམ་ཉིན་ཚད་༢༤.༣༠མཚན་ཚད་༣༣.༣༠ །རྟེན་འབྲེལ་མ་རིག་ཚས་༢༧འོ་རངས་རྒྱ་སྐྱེར་འཛོམས་པས་གཞིགས། །རྒྱལ་བོའི་བཀའ་མི་སྟོན་ལྷ་ཤར་དགུ་རུབ། །ཟེན་ལྷུང་སྟོ་
 །ནས་བྱང་དུ་བྱ་ཉལ་དུས་རྒྱ། །བྱི་བ་རྒྱུགས་ནས་སྟོན་ །ཉལ་བྱི་བྱང་སྟོད། །འབྲུག་རྗེ་ཐོག་དང་ཐེམ་འོག་ལ་གནས། །ཡས་ལམ་ཤར། །རུབ་བྱང་དུ་རོ་མི་དྲངས། །ལྷུག་ལྷུགས་

ལྷུ་བ་པའི་ཚོས་དཀང། ལྷག་མེད། གཟའ་ཞིབ་པ་དར་ ༤.༢.༤ ལྷུ་༡.༣ ལྷུ་དཔལ་ལྷུ་༠

གདོང་ལྷུ་འི་ཚལ་དུ་ནམ་མཁའ་འི་སྐྱ་ཅན་དང་། །རི་སྐྱེས་སྣ་མོ་བལྟགས་ཏེ་མཇལ་བའི་འབྲས། །ནད་དང་འཇིགས་ཆེ་མཇེའ་བོའང་ནང་འཐབ་ཅིང་། །ཅི་ཚོས་ཟས་གྱིས་
འགྲངས་སྟོབས་ཞན་པས་བགྱེས། །

མེད་དཔོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལོ་ཚོ།

བོད་རྒྱ་བརྒྱུ་གཅིག་པ།

རྒྱུད་ལྱེད་ཀྱི་མེད་ཅིང་འཛིན་གྲུས་བཅུ་ལྔ།

༡ མངས་རྒྱུ་བཅས་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་བརྟན་པ་སྤངས་འབྲུག་གི་འཕེལ་
 རྒྱུ་ལྷན་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་འཕེལ་བ་འཕེལ་མ་རིག་ལྷན་ལོ།
 ཟིན་ལྷན་དབུས་མཚོན་མ་ལྷོ།
 ལྷོ་པ་ནག་པོའི་མེ་རྟོག་བཞད།
 དཔུ་གཞིས་པ་འདྲོན།

༤ ༡༥ ༡༥ ༥ ༡
 ༤ ༥༢ ༤ ༥༧ ༢
 ༠ ༥༡ ༥༢ ༤༣ ༡༥

རྒྱ་རྒྱུ་ལྷན་ཚོས་༢ 30

༢ ལེན་རྒྱུ་ལྷན་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་ལྷན་གྱིས་ཤོག་རྒྱུ་ལྷན་འཕེལ་རྒྱུ་ལྷོ་ལྷན་
 ལྷན་ལྷན་དང་དངོས་ལྷན་ཟད་པ་དེས་པ་ག་ཤིང་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 ལྷན་མེ་པག་

༠ ༡༤ ༡༥ ༡༠ ༡
 ༡ ༤༥ ༤ ༥༥ ༣
 ༣༥ ༤༧ ༢༥ ༡༣ ༡༧

31

༣ ལོ་རྒྱུ་ལྷན་ས་མེ་ཤོག་རྒྱུ་ལྷན་བདུད་ཚི་དེས་པ་རྟེན་ལྷན་གྱོ་བཞིན་
 ས་མེ་ཤོག་རྒྱུ་ལྷན་གཏུན་གྱིང་དགའ་བ་བོ་ཕག་གི་ལྷན་ལེན་འབྲུག་
 དུ་ལྷན་ལྷན་ལོ་རྟོག་ལུ་ས་ལྷོ།

༡ ༢༠ ༡༥ ༡༡ ༡
 ༡༠ ༤༥ ༡༣ ༥༤ ༤
 ༡༤ ༤༣ ༥༤ ༤༢ ༡༥

2017 | 1 | 1

༤ ལྷོ་གྱོ་བཞིན་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་མདའ་འབྲུག་རྒྱུ་ལྷན་དགའ་བ་རྟེན་ལྷན་
 མོན་གྱོ་ལྷན་བདུད་ཚི་མདའ་ལྷན་གྱི་རྟོ་རྟོ་བོ་རྒྱུ་ལྷོ་བར་ཤོད་
 ལྷན་ལེན་ལྷན་དམག་ས་ལྷན་།

༢ ༢༡ ༡༥ ༡༣ ༡
 ༡༠ ༤༣ ༡༥ ༢ ༥
 ༥༣ ༣༤ ༣༣ ༡༢ ༡༣

2

༥ དམར་མོན་གྱོ་མེ་རྒྱ་ལྷན་ལྷན་གྱིས་ཚ་རྟོན་རྟོ་རྟོ་རྟེན་ལྷན་མོན་གྱོ་
 ས་མེ་ཤོག་རྒྱུ་ལྷན་འཛིན་བདག་འཛིན་རྒྱུ་ལྷན་དངོས་ལྷན་ལྷན་རྟེན་ལྷན་
 ལྷན་བཞོན་གཞིན་ལྷན་ས་ལྷན་།

༣ ༢༢ ༡༥ ༡༤ ༡
 ༤ ༤༣ ༢༣ ༤ ༤
 ༥༤ ༡༢ ༤ ༡༤ ༡༡

3

༦ ལྷན་མོན་གྱོ་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་ཡིད་གིན་ལྷན་རྟེན་ལྷན་ལྷན་གྱིས་
 མེ་རྒྱ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་དངོས་ལྷན་དངོས་ལྷན་མ་རིག་ལྷན་གིན་ལྷན་གཞན་
 ལྷན་ས་ལྷན་།

༤ ༢༣ ༡༥ ༡༥ ༡
 ༧ ༤༤ ༢༧ ༡༡ ༧
 ༣༡ ༡ ༤༠ ༤༥ ༤

4

མེར་དགོན་གྱི་༡༠༧༤མའི་ལི་སྒོ།

བོད་རྒྱ་བརྟུགས་ཅིག་ལ།

རྒྱ་ཡི་རྒྱུ་རྒྱུ་འཛིན་གྲུ་བཅུ་ལ།

༡༣ དམར་རྒྱུ་མ་ས་མེ་ཕྱོག་སྒྲིབ་རྒྱུ་ཕྱོག་དགོ་བ་ཚོར་རྒྱུ་
ལམ་ལ་ཐེན་ཕྱུང་བ་ལེ་བྱ།

༣ ༣ ༡༤ ༢༢ ༤
 ༣༡ ༡༠ ༥༧ ༡ ༡༣
 ༢༤ ༡ ༣༥ ༤༤ ༥༢

10

༡༤ རྒྱུ་མགོ་རྒྱ་རྒྱུང་མི་མཐུན་བདུང་ཅི་དཀར་པོ་བོ་སྒྲེལ་གྱི་ཉམས་
མྱེད་གི་འབར་ཕྱིད་ཡོས་གིན་པ་སྒྲེལ་བས་ཐོས་ཏུས་དམག་
ས་ལྷི།

༤ ༤ ༡༧ ༢༣ ༤
 ༢༥ ༡༤ ༤ ༡༤ ༡༤
 ༤༡ ༢༢ ༤ ༣༤ ༥༥

11

༡༥ ལུར་ལག་རྒྱ་རྒྱུང་མི་མཐུན་མདའ་ཚངས་པ་ལེན་འབྲུག་ཐེན་ཅི་
གི་གང་གནས་སྒྲེལ་བཞུགས་ཐོབས་གཉེན་ས་པག་

༥ ༥ ༡༧ ༢༤ ༤
 ༢༠ ༡༤ ༤ ༢༤ ༡༥
 ༣༤ ༤ ༤༢ ༥༠ ༥༣

གསོ་སྒྲིབ།
12

༡༤ མངས་ནལས་སོ་ས་རྒྱུང་མི་འཕྲོད་འགལ་མེ་འཇིག་ཉི་དབང་པོ་
ཕྱིད་རྒྱལ་ཐོན་པ་ལམར་རྒྱལ་ས་ལྷི། བ་དན།

༤ ༤ ༡༧ ༢༥ ༤
 ༡༤ ༢༠ ༡༣ ༣༤ ༡༤
 ༢༢ ༤༤ ༡༤ ༥ ༥༡

13

༡༥ ཐེན་རྒྱལ་ས་མེ་ཕྱོག་སྒྲིབ་ཕྱོགས་ཤུ་འཁོན་བོ་པག་གི་འབར་སྒྲེལ་བ་
རྟེན་ལེས་བཞུགས་སྒྲེལ་སྒྲེལ་ཏུས་སྒྲོག་སྒྲེལ་ཉི་ཤར་བག་རྒྱལ་ས་སྒྲེལ་།

༤
 བྱ་མ་ལག་ལ་ཐེན་པོར་ནམ་མཁའ་གཡེར་ན་སྒྲེལ་པོར།
 དགུན་ཚོས་ཚོན་མོ་ཡར་འཚོགས།

༠ ༢ ༡༧ ༢༤ ༤
 ༡༣ ༢༢ ༡༢ ༤༠ ༡༢
 ༢༠ ༢༧ ༤༧ ༡༧ ༥༠

14

༡༦ ཉི་རྒྱལ་མེ་རྒྱུ་འཛིན་སྒྲིབ་རྟེན་ལེས་པོ་བོ་འབྲུག་གི་འབར་ག་ཤི་
ཕྱག་ལོན་རྒྱལ་པོ་སོ་རེངས་གནས་ཏུར་རྒྱ་རྒྱལ་

༡ ༤ ༡༧ ༠ ༤
 ༡༡ ༢༣ ༢༢ ༤༥ ༡༤
 ༡༣ ༡༠ ༢༣ ༣༣ ༤༤

15

༡༧ རྒྱ་མཚུ་མེ་ཚུ་འཛི་སྐྱོར་བྱ་རྒྱུ་མཛེ་འཕོ་རྣམས་ཤེས་ཤེས་དུ་ཟེན་ལྷན་
བརྒྱུ་ཚོགས་ཤིང་རྒྱལ་ལོ།

༢ ༧ ༡༧ ༡ ༡
༡༠ ༢༢ ༢༤ ༤༧ ༡༧
༤༣ ༡༣ ༥༤ ༡༠ ༤༤

16

༢༠ དམར་གཤེད་མེ་ཚུ་འཛི་སྐྱོར་བྱ་རྒྱུ་མཛེ་འཕོ་རྣམས་ཤེས་ཤེས་དུ་
ཟེན་ལྷན་བྱ་རྒྱུ་ཚོགས་ཤིང་རྒྱལ་ལོ།

མེར་དགོན་དགོ་བཤེས་དམ་བཅའ་ཚེན་མོ།
དགུ་ལྷག་ལྷན་ཚོགས་པ།

༣ ༡༠ ༡༧ ༢ ༡
༡༡ ༡༧ ༣༡ ༥༡ ༢༠
༣༤ ༥༣ ༣༠ ༢༤ ༤༤

17

༢༡ ལྷག་དཔོན་རྒྱ་ཚུ་མི་མཚུན་འཕེལ་བ་རྣམས་བཟང་བོ་རྒྱུ་ལྱི་ལྷན་ས་
ཕག་གི་འབར་སྐྱེ་མཚེད་ཀྱི་ལམ་ན་མཚོན་ཤིང་རྒྱུ་ལོ། དཔེ་རྒྱུ་ལོ།

དགུན་ས་རྒྱལ་འཚར་
ས་ཚུ་ལྷག་ལྷན་པ།

༤ ༡༡ ༡༧ ༣ ༡
༡༣ ༡༤ ༣༤ ༥༢ ༢༡
༢༧ ༣༤ ༤ ༣༡ ༤༢

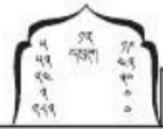
18

༢༢ ལྷན་མེ་བཞི་རྒྱུད་ལྷན་ཚོགས་ཟད་པ་བཟང་པོ་མ་རིག་
ཕག་གི་ལོ་ལ་མཚོན་ཚེན་མེ་རྒྱ་ལོ།

གསོག་ལྷན་ལྷག་ལྷན་ཚོགས་ཤིང་ལ་ཚར་ལྷན་ལོ།
དཔེ་རྒྱུ་ལོ་ཚོ།

༥ ༡༢ ༡༧ ༤ ༡
༡༤ ༡༢ ༤༠ ༥༢ ༢༢
༢༢ ༡༥ ༣༢ ༥༢ ༤༡

19



༢༣ ལའངས་ནག་པ་ས་རྒྱུད་མི་འཛོལ་གཏུན་ཤིང་ཤིན་རྒྱུད་ས་ཤི་
ཀྱི་ཟེན་ལྷན་བྱ་རྒྱུ་ཚོགས་ཤིང་རྒྱལ་ལོ།

གྲང་བའི་དམ་འཛོལ་རྒྱུ་ལོ།
ལྷན་ལྷག་ལྷན་པ།
གྲང་དམ་ཚོ།

༤ ༡༣ ༡༧ ༥ ༡
༢༠ ༤ ༤༥ ༥༢ ༢༣
༡༢ ༥༥ ༡༡ ༢ ༣༧

20

༢༤ ལྷན་མེ་ལྷན་མེ་ལྷན་མི་འཛོལ་གྲུབ་བདུད་རྒྱལ་གྲུབ་ཀྱི་ལམ་བཟང་
བོ་རྒྱུ་ལྱི་ལྷན་ས་ཕག་གི་འབར་སྐྱེ་མཚེད་ལྷན་ཚོན་ལོ། དམག་ས་རྒྱུ་ལོ།

༠ ༡༤ ༡༧ ༤ ༡
༢༤ ༡ ༤༧ ༥༠ ༢༤
༣༠ ༡༤ ༤༤ ༥༢ ༣༢

21

༄༅། **བོད་རྒྱ་བརྒྱུ་གཉིས་པ།** ཉ་བདུན་དབང་བོ་རང་ལའོར་དལ་འགྲོའི་རྒྱུན། བྲིམ་གྱི་འཁོར་ལོ་ཚུ་སྤོན་དུང་དུ་འཁོར། །བཟོད་དཀའ་འགྲང་ངར་ཡན་ལག་བཞི་ཡི་
 དཔུང་། །འཇིགས་པས་མི་མངོན་དབྱིངས་སུ་ཡིབས་ལ་སྟོགས། །དུས་འཁོར་བའི་དགུན་ཐ་རགས་པ་རྒྱ་རྒྱར་ཞིབ་པ་རྒྱག་གིས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྤོན་འགོ་ཚུ་སྤོན་གྱི་བྲིམ།
 རྒྱ་ཚེས་པའི་དབྱིད་འབྲིང་རྒྱ་མོ་ཡོས་རྒྱ་ཆེ། ཚེས་༢༣ཉི་ལྷ་ཆ་༤ནས་རང་རྒྱའི་དབུགས་ཐོབ། གང་བའི་ངར་འགོ་རྒྱས། གང་མོ་རྒྱུང་བ་ཟེར། ཚེས་༣༠སྟེལ་གྱི་ལྷ་ཆ་༡ནས་སྤོ་
 མེད་འོད་འབྱེན་རྒྱ་བུམ་པའི་བྲིམ་དུ་འགྲོར། བསད་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་བདག་རྒྱུབ། རང་རྒྱའི་ཚེས་༣༠ནས་སྟེ་རྒྱའི་ཚེས་༣༠བར་བུམ་སྟོང་སྟོ་བརྒྱ་བཞི་དམག་མི་དང་། ཡུལ་
 དང་ས་ཞིང་མ་འཛོང་། ཉེར་ལྷའི་ཐོ་རིངས་བར་སྐྱུར་འཛོམས་པས་གཟིགས། ཚེས་༧འི་བའི་ལྷ་ཆ་༡ནས་དགུན་ཐ་མའི་སྤང་ཟེར། གང་ངར་སོར་རྒྱུད། གང་ངོ་སྤོར་
 ཐོད་འོང་། ཉིན་ཚད་༢༧.༤༠ མཚན་ཚད་༣༢.༢༠ ཉིན་འབྲེལ་འདུ་བྱེད། ཚེས་༧ལྷག་གི་ལྷ་ཆ་༢ནས་སྟེ་ལ་དབྱིད་ཚུགས། ཚེས་༡༣ལྷག་གི་ལྷ་ཆ་༢ནས་ཚེས་༡༤སྤང་གི་ལྷ་
 ཆ་༤བར་ཉི་མ་ནག་པས། ལྷ་དགུ་སྟོ། ཟེན་ཕུང་སྟོ་ནས་བྱང་དུ་ནམ་བྱེད་རྒྱ། ཡོས་རྒྱུགས་ནས་སྟོག་ཉལ་བྲི་བུ་སྟོད། ལག་རྒྱུམ་ཁང་དབུས། ཚང་བང་དུ་དུར་མི་འཛོག

འབྲུག་རྗེ་སྐས་འོག་ལ་གནས། ཡས་ལམ་བྱང་ཤར། སྤྱག་ལྷགས་གྲུབ་པའི་ཚེས་༡༣ཡོད། ༢༢ལྟུག་གཟུང་ཞིབ་པ་དར་༠.༤ གྱུད༥ རྒྱུད༢.༤ལྷུད༡.༣
 གནམ་ཅུའི་ཕྱིམ་དུ་སྤྲོང་ཕུར་དབང་བོ་དང་། །ཞི་བའི་སྤིང་མོ་གཟེམས་ཏེ་མཇལ་བ་ཡིས། །རྒྱུད་པོ་ཚེར་ལྷང་ས་གཡོ་ཚོམ་རྒྱན་མང་། །རྒྱལ་ཕྱན་འཐབ་ཅིང་བུ་སྤྱག་ཚང་
 བས་མནར། །

མེར་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལོ་རྒྱུས་

བོད་རྒྱ་བརྟུ་གཉིས་པ།

རྒྱུད་ལཱ་ལྟར་ཚེས་འཛིན་གྲུས་བཅའ་མཁུ་

༡ སློན་རྒྱ་སྐད་སེལ་དངོས་གྲུབ་ཟད་པ་དགའ་བ་ཚོར་སྤྲོད་ཐེབས་ཐོབ་པུང་གནམ་ཉི་མུང་བརྒྱུག་སློག་མགོན་ཤིང་ཡོས། པ་དན།

༢ ཉེ་ལོ་བཞིན་ས་མེ་ཤེགས་ལྷོར་གཏུན་ཤིང་དོ་རྩེ་རེག་བྱ་ཐོབ་པ་གི་གང་རྫ་དཔུལ་ཚོང་མེ་འབྲུག།

༣ རྒྱ་མོན་གྱི་རྒྱུད་བདུད་ཅི་མཐུང་གྲུབ་ཉི་དངོས་གྲུབ་སྤྱི་མཆེད་ལྷི་མིུ་གི་གང་བྱ་མེ་རྒྱུལ།

བོད་གྱི་སོ་ནམ་ལོ་སར།
རྒྱ་རྒྱ་༡ རྒྱུང་ཚོས་༡

༠	༢༠	༢༠	༡༣	༡
༤༧	༢༤	༢༡	༤༧	༡
༢༥	༡༣	༣༧	༥༣	༢༥

1 | 28

༡	༢༡	༢༠	༡༤	༡
༥༠	༢༤	༢༤	༥༠	༢
༣	༡༠	༡༣	༢༣	༢༣

29

༢	༢༢	༢༠	༡༥	༡
༤༧	༢༣	༢༠	༥༤	༣
༢	༤༤	༤༧	༣༡	༢༡

30

༤ དམར་མོན་གྱི་ས་མེ་ཤེགས་ལྷོར་འཛི་བདག་འཛི་སྤྱིར་མཚོག་ཅན་པོ་རྟའི་འཕྲུལ་པག་གི་འཕྲུལ་མིང་པག་ཁོན་ལ་དམག་ས་རྟ།

༥ ལྷག་རྒྱུས་སྤོང་མེ་རྒྱུ་འཛི་སྤྱིར་འདོད་པ་ཡོངས་འཛོམས་རྣམ་ཤེས་ལྷི་དུ་གཉེན་ས་ལུག་བྱ།

༦ ལུར་རྒྱུས་སྤོང་རྒྱ་རྒྱུང་མི་མཐུན་གཏུགས་འབེལ་ཉི་ཞི་བ་འདུ་བྱེད་མང་ཁེན་བཅོན་ཉི་ཤར་གཉེན་མཁར་རྒྱལ་སྤྲེལ།

ཁ་གདོང་ཞག་འཛིན་ཤིང་ཁ་བ་
རྒྱུང་ན་ཐན་པ་མེད།

༣	༢༣	༢༠	༡༧	༡
༤༤	༢༤	༣༥	༠	༤
༣༧	༤༡	༢༠	༡	༡༧

31

༤	༢༤	༢༠	༡༤	༡
༤༣	༢༤	༣༧	༤	༥
༡༤	༣༧	༥༤	༣༡	༡༧

2 | 1

༥	༢༥	༢༠	༡༧	༡
༣༤	༢༧	༤༤	༡༤	༤
༥༣	༣༣	༢༧	༡	༡༤

2

མེར་དགོན་གྱི་ཨོཾ་མའི་མི་ཚོ།

བོད་རྒྱ་བརྒྱུ་གཉིས་པ།

རྒྱུད་གྲུབ་མེས་ཅེས་འཛིན་གྲུས་བཅས་པ།

༢༥ དམར་རྩོན་ས་མེ་ཤེག་སྤོར་མོ་བ་ཀུན་འཛོམས་པའི་རྒྱལ་གྱི་ཨོཾ་མའི་མི་ཚོ།
གཤེན་རྒྱལ་ཟིན། ཟིན་སྤང་གནས་གཉེན་ས་ཕོ་སྐལ་བ་དཔ།
ཞལ་དུས་དཔ།
མེར་དགོན་དུག་བཅུ་པར་འཛོམས།
གང་ན་དཔྱིད་འཛགས་འཕྱུར་པའི་རྣམས།
ཞལ་དཔྱིད་དགོས།

༣	༡༧	༢༢	༡༩	༡
༡༤	༢༤	༡༧	༣༥	༢༤
༢༧	༣༧	༥	༤༣	༤༨

21

༢༤ ལྷག་རྒྱལ་ལྷ་བས་རྒྱུ་བདུད་ཅི་རྒྱལ་མཚན་ཤེག་སྤོར་དགའ་བ་རྒྱེ་བ་
ཅུ་མོན་ཨ་བཅོན་ཉི་ཤར་མཁར་ལྷགས་འཕྱུག

༤	༡༧	༢༢	༡༩	༡
༢༠	༡༧	༡༥	༣༤	༢༥
༤༣	༥༤	༣༡	༣༥	༤༠

22

༢༧ ལྷར་རྒྱུད་རྒྱུད་རྒྱུད་མི་མཁུན་རྒྱེ་བྱ་རྩོ་ལྷ་ཤིང་ལྷི་ལིན་བཀ
ལྷགས་རྒྱལ།

༥	༡༧	༢༢	༡༤	༡
༢༤	༡༣	༢༠	༣༤	༢༤
༢༠	༥༩	༡༩	༥	༣༧

23

༢༧ མངས་རྒྱུད་མེར་དགོན་གྱི་ཀུན་དགའ་དངོས་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་གྱི་
ཀུན་སྤྱོད་གྱི་ཀུན་མེན་པས་མོན་ལྷ་བརྒྱུས་བརྒྱུས་དུར་རྒྱུ།

མེར་དགོན་ལྷ་འཕྱུགས་རྒྱས་པ།
རྒྱུས་ཞལ་ཀུན་ལྷོན།
གང་ན་ལྷ་མའི་བར་གྱང་།

༤	༢༠	༢༢	༡༥	༡
༢༤	༡༧	༢༤	༣༤	༢༧
༥༧	༤༧	༤༤	༣༥	༣༤

24

༢༧ མེན་གྲོ་བཞིན་མེར་དགོན་གྱི་གཤེན་པའི་མིན་རྒྱུད་ཤིང་ལྷི་དུ།
གཤོད་རྒྱུན་ཉི་ལྷོད་ཤིང་རྒྱལ།

ཤིང་རྒྱུད་འཕེལ།
མེར་དགོན་དགུ་གཏོར།
གཤོད་རྒྱུད།

༠	༢༡	༢༢	༡༤	༡
༢༧	༤	༢༡	༣༤	༢༧
༣༤	༤༥	༢༠	༥	༣༠

25

༣༠ ཉི་མོན་གྱི་མེ་རྒྱུ་འཛིན་རྒྱུས་སྤོར་མི་འཕྱོད་ཉི་མཚོག་ཅན་
ཚོར་གྱང་ལེན་ལྷི་ཤིང་རྒྱལ།

༡	༢༢	༢༢	༡༧	༡
༢༡	༤	༣༣	༣༧	༢༡
༡༧	༤༧	༥༣	༣༥	༣༣

26



༄། **བོད་རྒྱ་དང་པོ།** གསོ་དབྱུང་ནག་ཚིག་སོགས་གྱི་བཀའ་ལུང་དང་། །འཇིག་རྟེན་བ་ཡི་ལོ་འགོ་མཚུ་ལྷ་ཞེས། །དབྱིད་གྱི་དགའ་སྟོན་རོལ་ལ་བྲེལ་བ་ཡིས། །སྤྱ་སྤྱག་འདབ་ལྷན་ཚོགས་འགའ་མགོན་དུ་བསྟུ། །དུས་འཁོར་བའི་དབྱིད་ར་རགས་ཞིབ་མཐུན་བ་རྒྱ་རྣམས་མཚུ་ཡིས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྟོན་འགོ་བུམ་བའི་བྲིམ། རྟོར་ལྷགས་དང་གསོ་དབྱུང་བའི་ལོ་འགོ་ཚོས་༡༥ལ་ཚོ་འབྲུལ་དངོས་གཞི། རྒྱ་ཚིག་བའི་དབྱིད་ཐ་ཤིང་པོ་འབྲུག་རྒྱ་རྒྱུང་། ཚོས་༡༥འབྲི་ལྷ་ཆ་ཉན་རང་རྒྱའི་དབྲུགས་ཐོབ། དབྱིད་རྒྱག་ཤིང་ཚི་ཁ་འབྲུས། ས་རྫོད་རྒྱུང་ཟད་སྟེབ། དང་བ་འདམ་ནས་འདོན། རྒྱ་ནག་དུ་ས་སྤང་བརྟག་བོད་ན་བཤད་བ་ཅན་གྱི་རྒྱ་བའང་ཟེར། མཚོ་ལ་དར་ཆགས། ཉ་མཁར་འཇིགས་ལུང་འདོན་སྟེལ་རན། ཚོས་༡༠སྤང་གི་ལྷ་ཆ་ཉན་འོད་ཟེར་རྒྱ་བ་གསེར་མིག་བྲིམ་དུ་ཚེན། བསད་ལས་འགྲུབ། རྒྱ་བདག་འཇམ། རང་རྒྱའི་ཚོས་༡༠ནས་ཕྱི་རྒྱའི་ཚོས་༡བར་བུམ་སྟོང་རུབ། ཚོས་༡༥འབྲི་མའི་ཐོ་རངས་ལུར་སྟོར་འཛོམས་བས་གཟིགས། ཚོས་༧ཉེན་གྱི་སྤྱལ་གྱི་ལྷ་ཆ་ཉན་དབྱིད་ཐོག་མའི་རང་སྤང་ཟེན། རྫོད་རྒྱུང་ལྷང་། ཁ་བ་ཆར་དུ་རྒྱུང་ཟད་འགོ། བྱ་འོལ་བ་སྟེབས། ཚོས་༡༥འབྲི་བའི་ལྷ་ཆ་ཉན་པེ་ཅིང་དུས་ཚོད་༡༥.༡དབྱིད་ཉེན་མཚན་མཉམ། ཉེན་ཚོད་༡༥.༥༠ མཚན་ཚོད་༡༧.༡༠ཉེན་འབྲེལ་རྣམ་

ཤེས། ཚེས་༡༢ལ་དབུས་སྡོད་སྟག་ཕུའི་ཚུ་འདྲེན་ཉི་ཐེག་ཟེན། ཚེས་༢༥ལ་སྐུ་ཐེབས། གཉིས་དང་བརྒྱད་མ་གཏོགས་སྐྱ་བ་རིལ་བོར་སྐུ་བསྐྱོད། ཚེས་༢༠ལ་གི་ལྷ་ཆལ་ནས་
 ཚེས་༢༡ལ་གི་ལྷ་ཆལ་ནས་ཉི་མ་ནག་ལྷ་རུབ་དགུ་ཤར། ཟེན་ཕུང་སྡོད་ནས་བྱང་དུ་ཕོ་རེངས་རྒྱ། སྐུ་ལྷོགས་ནས་སྡོད་ཉལ་བྱི་སྡོད། ལག་རུམ་ཁང་བའི་སྡོད་རུབ། དེར་
 ཕུང་བོ་མི་འཛོག་འབྲུག་རྗེ་ཚང་བང་ལ་གནས། ཡས་ལམ་སྡོད་རུབ། ཕུག་ཕུགས་གྲུབ་པའི་ཚེས་༤ཚད་༢༥ལྟག་གཟུང་ཞིབ་བ་དར་༢.༩.༥ལྟུང་༠ གྱིད་༡.༣ ལྟུང་༦
 གསེར་མེག་ཁབ་དུ་སྡོད་ཆེན་ཡབ་ཡུམ་རྒྱུང་། །བཞུགས་པའི་འབྲས་ལ་སྡོད་ས་ཉམས་གྲོགས་རིགས་འཐབ། །འབྲུགས་སོགས་སྐུག་བསྐྱེད་དུ་མས་རིམ་འཚོ་ངོ་། །རྒྱུན་སེལ་
 འགྲོ་བའི་བདེ་སྦྱིད་འཕེལ་ལ་འབོད། །

ནམ་དག་གྲུབ་རྒྱ།		དངལ་ལྷན་གྱི་དྲུབ་རྒྱ།		ཉེའི་གྲུབ་ཐོན།		སྤོང་གི་གྲུབ་ཐོན།		ཉེའི་གཟུང་ལཱའི་དལ་དག					སྤོང་གི་གཟུང་ལཱའི་དལ་དག					ལྷན་པུ་ལྷན་པུ		ལྷན་པུ་ལྷན་པུ		ལྷན་པུ་ལྷན་པུ							
༠	༣༤༧	༢༢	༠	༣༧༠	༢༣	༡༧	༧	༢༢	༡༧	༧	༢༢	དམར	ལུང	སྤོང	ལྷན	མངས	དམར	ལུང	སྤོང	ལྷན	མངས	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		
༥༥	༡	༢༧	༣༧	༧	༢༠	༣༣	༢༧	༥༧	༣༤	༢༣	༥༣	༢	༡༣	༡༧	༢༣	༢༣	༢	༡༣	༡༧	༢༤	༢༤	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		
༣༧		༥༧	༥༠		༥༥	༠	༠		༣༧	༢༥		༥	༢༢	༡༧	༡༥	༤༧	༤༢	༢༤	༡༧	༢༣	༥༠	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		
༠	༤	༠	༠	༤	༢	༠	༠		༡	༤		༤༤	༤༠	༣༥	༢	༥༧	༥༥	༤	༣༧	༣	༢༤	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		
༤༤	༡༧	༢༢	༠	༧༥	༡༠	༠	༠		༡༧	༤		༣	༠	༡	༤	༣	༥	༠	༡	༠	༢	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		
		༣༧༢							༡༠༧	༠	༣༥༧༣	༡༠༥༧༡༢	༣༤༣༥						༥༣	༢༠༤	༡༡༡༥	༤༤༧༡༠	༡༣༥༠༥༢	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ
ཉེའི་ལྷན་པུ	༡༠༧༡༡ ༡༤ ༣༢༤	དམར་པོའི་ལྷན་པུ		ལུང་པོའི་ལྷན་པུ		སྤོང་པོའི་ལྷན་པུ		ལྷན་པུའི་ལྷན་པུ		པ་རྒྱུད་ལྷན་པུ		ཉེའི་གཟུང་ལཱའི་ལྷན་པུ					སྤོང་གི་གཟུང་ལཱའི་ལྷན་པུ					ལྷན་པུ་ལྷན་པུ		ལྷན་པུ་ལྷན་པུ		ལྷན་པུ་ལྷན་པུ			
		༣༤	༢༡༤༡	༤༥༤༡	༧༤༥༢	༧༥༧	དམར	ལུང	སྤོང	ལྷན	མངས	དམར	ལུང	སྤོང	ལྷན	མངས	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ			
												༠	༡༤	༡༧	༢༤	༢༥	༠	༡༣	༡༧	༢༥	༢༤	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		
												༠	༡	༤༤	༤	༤༢	༤༥	༥༧	༥༧	༥༣	༢༠	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		
སྤོང་གི་ལྷན་པུ	༡༠༧༢༤ ༣༧ ༣༣༧	དམར་པོའི་ལྷན་པུ		ལུང་པོའི་ལྷན་པུ		སྤོང་པོའི་ལྷན་པུ		ལྷན་པུའི་ལྷན་པུ		པ་རྒྱུད་ལྷན་པུ		ཉེའི་གཟུང་ལཱའི་ལྷན་པུ					སྤོང་གི་གཟུང་ལཱའི་ལྷན་པུ					ལྷན་པུ་ལྷན་པུ		ལྷན་པུ་ལྷན་པུ		ལྷན་པུ་ལྷན་པུ			
		༤༧	༢༡༧༤	༤༥༥༤	༧༤༤༧	༧༤༤༧	དམར	ལུང	སྤོང	ལྷན	མངས	དམར	ལུང	སྤོང	ལྷན	མངས	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ			
												༣༤	༥༧	༡༠	༣༣	༤༤	༡༤	༢༧	༣༧	༣༤	༥༤	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		
												༣	༣	༡	༤	༥	༥	༡	༣	༠	༤	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		
												ལྷན	ལྷན	ལྷན	ལྷན	ལྷན	ལྷན	ལྷན	ལྷན	ལྷན	ལྷན	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ	ལྷན་པུ		

མེད་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལོ་ཚོ།

པོད་རྒྱ་དང་པོ།

རྒྱུད་གྲུབ་རྒྱུ་ལོ་ཚོས་འཛོལ་གྲུས་བཅུ་ལྔ།

༡ རྒྱ་མོན་གྱི་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་བདུད་ཚི་ཕོངས་འཛོལ་ས་རྒྱ་ལྷན་ཁམས་ལེ་ཐོན་ཕྱིན་ལྷ་བསྐྱོད་ལྷན་མགོན་ཤིང་གྲ།

རྒྱ་རྒྱ་འཛོལ་ས་པོད་ལྷན་པོ་མཚུགས།

༢	༢༩	༢༢	༡༩	༡༠
༢༩	༤	༣༩	༤༢	༠
༩	༡༤	༢༥	༤༢	༣༡

2 | 27

༢ དམར་རྒྱལ་སྐོར་མེད་འཕེལ་འགྱུར་མདའ་མི་མཚུགས་ཀྱི་ཞི་བ་རྒྱུ་མཚེད་ཕོས་གོན་ཚོང་མེ་གྱི།

༩	༢༤	༢༢	༡༩	༡༠
༢༥	༥	༤༢	༤༩	༡
༠	༥༤	༥༤	༤༩	༢༡

28

༣ ལྷན་རྒྱལ་སྐོར་རྒྱུ་བདུད་ཚི་འགལ་མེ་གྲུབ་པ་བེ་བྱིའི་ལྷན་ལྷན་གྱིས་འགྲུག་ཐོན་དཔུང་ལྷ་བསྐྱོད་ལྷན་མེ་སྐྱེ་གྲ།

༤	༢༥	༢༢	༢༠	༡༠
༢༢	༥	༤༢	༥༤	༢
༡༤	༡༠	༢༤	༣༥	༢༥

3 | 1

༤ ལྷན་ལྷན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུད་མི་མཚུགས་ཕྱོགས་དགོ་བ་བེ་བྱིའི་ལྷན་པོ་མཚུགས་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཐོན་གོན་ཚོང་ལྷ་བསྐྱོད་གཉེན་དམག་ས་གྱི།

༥	༢༤	༢༢	༢༢	༡༠
༡༥	༡༠	༥༡	༢	༩
༤༥	༥	༥༤	༡	༢༥

2

༥ མངས་མཚུགས་ས་རྒྱུད་མི་འཛོལ་རྒྱ་རྒྱུད་ཀྱི་དཀར་པོ་རྒྱུ་བ་རྒྱ་ལོ་ལྷན་གོན་ཚོང་ལྷ་བསྐྱོད་གཉེན་ས་མཚུགས་ལྷན་གྱི།

ལྷན་དཔུག་གོ་ལ་རྒྱ་གཏོང་རྒྱ།

༤	༢༢	༢༢	༡༠
༡༢	༡༤	༥༤	༡༠
༡༩	༤	༢༤	༢༩

3

༦ ལྷན་གྱི་ས་མེ་ལྷན་གྱིས་ལྷ་ལོ་ལྷན་ལྷན་གྱི་ཚོང་ས་པ་ལྷན་ལྷན་ཐོན་ལྷ་བསྐྱོད་མཚུགས་ལྷན་གྱི།

༠	༡	༢༢	༢༤	༡༠
༤	༡༩	༠	༡༩	༥
༣༡	༢༢	༥༩	༡༥	༢༢

4

༡ ཉི་མོ་རྒྱུ་རྒྱུ་མེད་འཕེལ་འགྱུར་རྒྱལ་བུ་དུང་ཉི་དབང་པོ་བོ་ལོས་གྲི་ཀྱེས་ལོ་མེད་དུ་མེད་ལུང་ལྷ་བསྐྱོད་པག་ལྷགས་ལོས།

༡	༢	༢༣	༢༥	༡༠
༠	༢༢	༥	༢༤	༩
༩༢	༩༠	༢༣	༩	༢༠

འགྲུ་མེད་འགྲུ་ལཱི་དང་བོ་མེད།
མེས་ལྷོ་དུ་མཚོ་དུ་པ།

5

༢ ལུ་ལེན་པ་བོ་ལོང་གནས་དབུལ་རྒྱལ།

༡	༢༣
༥༩	༧
༥༩	༥༣

༣ ལྷ་རྒྱུ་མ་ས་རྒྱ་ལང་ཚོ་འཕེལ་བ་ག་འཁོར་རྒྱེས་གྱི་པུས་མགོ་རྒྱ་རྒྱུད་མི་མཚུན་གྲུབ་དགའ་མེལ་བ་རྣམ་ཤེས་ལྷི་ལམ་ལ་མོར་ལྷ་བསྐྱོད་བསྐྱོད་ཤིང་རྒྱ་འགྲུག

ལ་བ་ཚར་དུ་རྒྱུད་ལྷ་འཛོལ།

༢	༣	༢༣	༢༤	༡༠
༩༧	༣༡	༡༩	༩༥	༤
༥	༡༧	༢༢	༩༠	༡༧

6

༡༠ དམར་མགོ་མེ་རྒྱུད་རྣོབས་ལྷན་ཟད་པ་མེལ་བ་རྒྱེས་གྲི་ཀྱེས་ལག་འཛོལ་གྱིས་གཤོ་བ་ཤེས་གྱིས་ཚོ་ལྷན་མིང་པག་གིན་ལེ་ལྷ་བསྐྱོད་ལྷོ་རྒྱ་ལྷུ་ལ། པ་དཀ།

གོང་མོང་རྒྱལ་དུ་ལམ་ལུའི་མེ་རྟོག་གར་རྒྱུད།
རྒྱུ་ལམ་ཚེན་མོ་ཡར་འཛོལ་པ།

༣	༩	༢༣	༠	༡༠
༩༣	༣༥	༡༤	༥༩	༧
༡༧	༣༥	༥༢	༢༤	༡༥

7

༡༡ ལྷག་ལག་རྒྱུད་པུང་ཚེ་གཏུན་ཤིང་ཚོ་ལྷན་ལྷག་གི་འཕེལ་བ་རྣོབས་ལྷན་མེ་རྒྱུད་མི་མཚུན་ཟད་པོ་རྣམ་པ་བཟང་བོ་རྒྱལ་གྱི་ཀྱེས་ལྷིའི་འབར་རྒྱེ་མཚོ་དུ་མེན་ལྷ་བསྐྱོད་མགོ་རྟོག་ཤིང་རྟོག་ཤོས་པོ་རྒྱ་རྒྱུད་ཤིང་ལ་བ་དང་བཅས་ལྷག་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་ཚོད་འཛུགས།

འདིའི་ལམ་མཚན་ལྷ་ལྷག་པ་ཚོ།
རྒྱལ་གྱི་ལྷིའི་ལྷན་མེད་དུ་མེ་རྟོག་ཚོ།

༩	༥	༢༣	༢	༡༠
༣༤	༣༧	༢༣	༢	༡༠
༧	༡༥	༢༢	༣༧	༡༣

8

༡༢ ལྷན་ལྷགས་ཚོ་རྒྱུད་ལྷན་ཚོགས་ལྷག་པུང་རྒྱལ་རྣམ་པ་བཟང་བོ་རྣོབས་ལྷན་མེ་རྒྱུད་རྣོབས་ལྷན་མེད་ལྷག་ལྷན་གྱིས་པཟང་པོ་ཤེས་ལྷན་ཚོན་ལྷ་བསྐྱོད་ཚོད་ཤིང་ལྷག

༥	༤	༢༣	༣	༡༠
༣༣	༩༡	༢༧	༧	༡༡
༥༧	༥༩	༥༡	༩༤	༡༡

དབུས་རྣོད་རྣོག་ལུའི་རྒྱ་འཛོལ་ཉི་མེག་ལོ།

9

མེར་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལོ་ཚོ།

པོད་རྒྱ་དང་པོ།

རྒྱུད་གྱི་རྒྱུ་རྩེས་འཛོལ་གྲུས་བཅུ་ལམ།

༡༣ མངས་རྒྱལ་ས་མེ་ཤེག་རྫོང་ཚ་ཏོན་བདུད་ཉི་བཟང་པོ་རྟའི་ཕྱན་ས་
རྒྱལ་ས་རྒྱལ་ལང་ཚོ་འཛི་བདག་ཤིན་རྒྱུད་ས་ཚོར་ལྷག་ཡི། རིན་ལྷན་
གཤིན་རྗེ་ཉི་ལྷུར་ལྷ་བརྒྱུ་བ་མེ་ལྷེལ་ཡན་གོང་།

༤ ༧ ༢༣ ༤ ༡༠
 ༣༠ ༤༣ ༣༢ ༡༥ ༡༢
 ༤༧ ༣༤ ༢༡ ༥༤ ༡

འདིའི་ཡས་མས་སྤྱ་བེའུ་བཅའ་དུས་ཟེན།

10

༡༤ ཤེན་རྒྱལ་ས་རྒྱལ་ལང་ཚོ་ཡིད་ཤིན་རྒྱུད་ས་རྟའི་ཕྱན་ས་རྒྱལ་ས་
ཤེག་རྫོང་འདོད་པ་ལས་བཟང་བེ་ལྷེལ་གྱི་ཕྱན་ས་ལྷག་གི། འཕར་ཚོར་ཡོས་
འོན་པ་ལྷ་བརྒྱུ་བ་དམག་མེ་བྱ།

ཡིད་རྒྱུར་རྒྱེབ།
ཤིང་ཚེ་ལ་འཕུས།

༠ ༡ ༢༣ ༥ ༡༠
 ༢༡ ༤༤ ༣༤ ༢༡ ༡༣
 ༣༧ ༡༤ ༥༡ ༥ ༡

11

༡༥ ཉི་མཚུ་མེའུ་འཕེལ་འཕྱུར་མོ་བ་ཤེག་རྫོང་ལས་བཟང་རྟའི་ཕྱན་ས་
གེ་མེའུ་འཕེལ་འཕྱུར་གདུགས་འཛོལ་བ་ལེན་འཕྱུག་དུ་ལྷ་བརྒྱུ་བ་
གཉེན་ས་ལྷི།

འདིའི་ཡས་མས་སྤྱ་བེའུ་བཅའ་དུས་ཟེན་ཚོས་ལྷེད།
ཚོ་འཕུལ་དུས་ཚེན།
གསོ་རྫོང་།

༡ ༡ ༢༣ ༤ ༡༠
 ༢༡ ༤༣ ༤༡ ༢༤ ༡༤
 ༥ ༡༥ ༢༡ ༣༤ ༤

12

༡༦ རྒྱ་གེ་མེ་རྒྱལ་ལང་ཚོ་རྫོང་རྒྱལ་མཚན་འཛོལ་བ་ལྷག་གི། འཕར་
རྒྱུད་མི་མཚུན་དབལ་བེའུ་མི་མཚུན་ཉི་བདུད་ཉི་ལྷག་རྒྱུ་ཡིད་
རྒྱལ་ལེན་ལྷ་བརྒྱུ་བ་མེར་ས་ལག་བྱ།

༢ ༡༠ ༢༣ ༧ ༡༠
 ༢༡ ༤༠ ༤༥ ༢༤ ༡༥
 ༣༥ ༡༥ ༥༠ ༥ ༤

འདི་ནས་དུས་སྤྱ་བེའུ་འདེབས་སྤྱ་མ་རན།
བྱམས་སྤྱ་ལྷིང་བརྒྱུ་བ།

13

༡༧ དམར་དཔོ་མེ་རྒྱུད་རྫོང་ས་ལྷན་རྒྱེ་བྱ་ལྷག་རྒྱུ་ལྷག་གི། འཕར་
མེ་བཞི་མེ་རྒྱུད་རྫོང་ས་ལྷན་གཉེན་པ་རྒྱུད་ས་རྒྱེ་བ་རྟའི་ལམ་པ་གནམ་
ལྷ་བརྒྱུ་བ་བག་ལྷགས་ལྷི།

༣ ༡༡ ༢༣ ༡ ༡༠
 ༣༠ ༣༧ ༥༠ ༢༧ ༡༤
 ༤༥ ༣༤ ༢༠ ༥༥ ༢

14

༡༨ ལྷག་མེ་བཞི་རྒྱུད་མི་མཚུན་ཀུན་དགའ་རྒྱུད་ས་ལྷེལ་གྱི་ཕྱན་ས་
བག་པ་རྒྱུད་མི་མཚུན་དུས་དུམ་ལེན་འཕེལ་བེ་ལོས་གྱི། འཕར་ལྷེལ་གྱི་ཕྱན་ས་ལྷེལ་
གཉི་ལྷག་གིན་ལེ་གའ་ ༄ ལྷ་བརྒྱུ་བ་རྟའི་ཕྱན་ས་ལྷགས་སྤང་། མོལ།

༤ ༡༢ ༢༣ ༡ ༡༠
 ༣༣ ༣༣ ༥༤ ༢༡ ༡༧
 ༣༥ ༡༤ ༥༠ ༤ ༠

15

༄༅། **བོད་རྒྱ་གཉིས་པ།** ལྷན་བཞེད་སྤྱི་ཅད་དབྱུང་གི་དུས་རྒྱུ་། །ཀུན་གསལ་དབྱིངས་སུ་དལ་གྱིས་སྤེམ་བའི་མོད། །ཉིང་འཛིན་གཟིམས་ལ་རོལ་བས་སྐྱེ་དངོས་ཚོགས། །མལ་ལས་མགྲོགས་ཚད་འགུན་ཅེས་སྐུལ་བ་མཚར། །དུས་འཁོར་བའི་དབྱིད་འབྱིང་རགས་པ་རྒྱ་སྐར་དཔོ་དང་ཞིབ་པ་མེ་བཞིས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྤོན་འགོ་ཉའི་ཁྱིམ། མདོ་ལྷགས་འགའ་ཞིག་གི་ལོ་འགོ། རྒྱ་ཚེས་བའི་དབྱུང་ར་ཤིང་མོ་སྐུལ་རྒྱ་ཆེ། ཚེས་༢༤སྐུལ་གྱི་ལྷ་ཆ་༢ནས་རང་རྒྱའི་དབྱུགས་སོབ། འབྲུ་སྤོན་དབྱུགས་རྒྱ། དབྱིད་གྱི་རྒྱུང་ཆེན་ལྷང་། དབྱིད་ཉེན་མཚན་མཉམ། ཉེན་ཚད་༣༠.༠༠མཚན་ཚད་༣༠.༠༠ ཉེན་འབྲེལ་མིང་། ཚེས་༢༩འི་ལྷ་ཆ་༤ནས་སྤིད་བའི་སྤོན་མེ་གསེར་མིག་གོང་དུ་འགྲོར། བསྐྱེད་ལས་ཤིས། རྒྱ་བདག་འཇམ། ཚེས་༢ནས་ཕྱི་རྒྱའི་ཚེས་༢བར་བུམ་སྟོང་བྱང་། ཚེས་༧འི་ལྷ་ཆ་༤ནས་དབྱིད་བར་མའི་རང་སྐང་བེན། ཤིང་ཚི་ཁ་རྒྱས། བར་འདེབས་སྐང་། ཚེས་༧ལྷག་གི་ལྷ་ཆ་༢ནས་ཚེས་༢༩འི་ལྷ་ཆ་༡བར་ཉེ་མ་ནག་ལྷང་པོ་སྤོག་པ་དང་ནད་བའི་སེལ་སྤོ་བྱེད་སར་མི་འགོ། ལྷ་དགུ་བྱང་། ཟེན་ལྷང་ལུབ་ནས་ཤར་དུ་སྐྱུར་སྐྱང་རྒྱ། བག་རྫོགས་ནས་སྤོག་ལྷ་འབྲི་ཤར་སྟོང་། འབྲུག་རྗེ་སྟོར་གནས། ཡས་ལམ་བྱང་། ལུབ་དུ་དུར་མི་འཛོག་ལྷག་ལྷགས་གྲུབ་བའི་ཚེས་༡ཆད། ལྷག་མེད། གཟའ་ཞིབ་པ་དར་༢.༤.༥

གུང་༠ གྱོད་ ༡.༣ ལྷན་ ༤

ལྷན་གྱི་ཚུལ་ལྷན་པའི་དབང་ལྷན་པའི་དབང་། །གོ་རིམ་གཉིས་བཞེངས་ཏེ་མཇུག། །ཁ་བའི་རྒྱུན་བཟང་ལྷན་གོ་མེད། །རྒྱལ་ཁམས་དགའ་བདེའི་དབུ་ལ་ལོ་ལོ། །

མཁུ་དག་གྲུབ་རྒྱ།		དཔལ་ལྷན་གྱི་དབྱི་རྒྱ།		ཉེ་ལོ་གཞུག་ཅན།		སྤོང་གི་གཞུག་ཅན།		ཉེ་ལོ་གཞུག་ཅན་གྱི་དཔལ་དག					སྤོང་གི་གཞུག་ཅན་གྱི་དཔལ་དག									
༢	༣༧༠	༢༤	༢	༣༧༡	༢༥	༡༧	༧	༢༢	༡༧	༧	༢༢	དམར	ལུང	ལྷོན	ལྷུག	སངས	དམར	ལུང	ལྷོན	ལྷུག	སངས	
༣༠	༣	༣༤	༧	༧	༣༡	༤༠	༡༧	༤༧	༤༣	༡༤	༤༤	༣	༡༣	༡༧	༢༥	༢༥	༣	༡༣	༡༧	༢༤	༢༤	
༢༧		༥༧	༤༠		༥༤	༢	༥༧		༣༣	༡༤		༢༠	༣༡	༢༡	༣༡	༥༧	༥༥	༣༤	༢༣	༤༡	༣	
༡	༤	༡	༠	༤	༥	༣	༢		༥	༠		༡༡	༡༥	༢༥	༣༤	༢༧	༡༡	༢༤	༡༤	༣༣	༥༣	
༤༥	༤༢	༥༧	༠	༧༤	༧	༡༥	༤		༡༡	༡༢		༡	༡	༠	༤	༣	༠	༢	༢	༡	༥	
༡༠									༡༡	༡༢		༥༧	༡༤༧	༣༠	༤༡༢༡༤	༡༠༠༤༡༧	༤༤	༧༤	༧༠	༧༠	༤༤	༤༡༤
ཉེ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	༡༠༧༤༡	དམར་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	ལུང་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷོན་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུག་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	པ་སངས་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	ཉེ་ལོ་གཞུག་ཅན་གྱི་ལྷུང་དག					སྤོང་གི་གཞུག་ཅན་གྱི་ལྷུང་དག										
	༤༤	༤༤	༢༡༧༡	༤༤༧༡	༧༤༤༢	༧༤༤	དམར	ལུང	ལྷོན	ལྷུག	སངས	དམར	ལུང	ལྷོན	ལྷུག	སངས						
ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	༡༠༧༥༤	དམར་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	ལུང་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷོན་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུག་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	པ་སངས་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།	༡	༡༣	༡༧	༠	༢༣	༢	༡༣	༡༧	༠	༢༤						
	༤༡	༤༡	༢༢༠༠	༤༤༤༤	༧༤༧༧	༧༤༧	༣༥	༥༤	༤༤	༡	༤༧	༢༡	༣༧	༤༧	༢	༥༣						
	༣༤༧	༧༧	༢༡	༢༢༠༠	༤༤༤༤	༧༤༧༧	༡	༤	༠	༣	༢	༠	༡	༡	༣	༣						
							ལྷུང	ལྷོན	ལྷོན	ལྷོན	ལྷུང	ལྷུང	ལྷོན	ལྷོན	ལྷོན	ལྷུང						

ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	༡༡	ལྷུང་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།
ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།
ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།
ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	༡༡	ལྷུང་པོ་ལོ་གྲུབ་ཅིང་།
ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།
ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།	ལྷུང་གི་ལྷུང་གྲུབ་ཅིང་།

༡ རྒྱལ་དུ་མགོན།



༣ ༢༩
 ༥༧ ༥༩
 ༩༢ ༡༤

༢ ལྷག་རྒྱམས་ལྷན་རྒྱུ་བཟུང་ཚེ་འགལ་མེ་དཀར་པོ་རྒྱལ་གྱི་འབྲེལ་གྲུབ་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་ཚེ་ཚ་ཉོན་ཚངས་པ་ཚོར་བུ་ལོན་པ་ལྷན་བཟུང་བཞུགས་ཀྱི་བྱ་རུམ་ཚོས་ཚོང་ཤོད་པོ་སྒྲིག་དབུས་ལྷ་ཁམ་པའི་མེ་ཉོན་གྲུབ་རྣམས་ལ་གསོ་དབུང་པའི་དབུས་རའི་རྒྱ་རྒྱོགས་ཉེ་ཤོད་རྒྱུ་སྒྲིག་ལྷན་རྒྱུ་ཚོས་༢

༩ ༢༥ ༢༩ ༢༩ ༡༡
 ༥༥ ༥༠ ༥༧ ༩ ༠
 ༡ ༩༠ ༩༢ ༢༩ ༩༥

29

༣ ལུས་ནམ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུང་མི་མཚུན་སྐོག་མཚངས་པ་འབྲུག་གི་འབྲེལ་གྲུབ་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་བཞུགས་ཀྱི་དེད་གཤམ་ཚེ་སྐོག་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་བཞུགས་ཀྱི་ལམ་ན་ཚོར་གནམ་གྱི་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་བཞུགས་ཀྱི་མེ་ཉོན་གྲུབ་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་བཞུགས་ཀྱི་ལམ་ན་ཚོར་གསོ་དབུང་པའི་དབུས་རའི་རྒྱ་རྒྱོགས་ཉེ་ཤོད་རྒྱུ་སྒྲིག་ལྷན་རྒྱུ་ཚོས་༣

༥ ༢༤ ༢༥ ༢༩ ༡༡
 ༩༢ ༥༩ ༩ ༥༤ ༡
 ༢༡ ༩༡ ༤ ༩༩ ༩༩

30

༤ ལངས་མ་རྣམས་ས་རྒྱུད་མི་འབྲོང་དོན་ཚུལ་ལྷན་ལྷན་གྱི་གཤམ་ཚེ་སྐོག་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་བཞུགས་ཀྱི་ལམ་ན་ཚོར་གསོ་དབུང་པའི་དབུས་རའི་རྒྱ་རྒྱོགས་ཉེ་ཤོད་རྒྱུ་སྒྲིག་ལྷན་རྒྱུ་ཚོས་༤

༤ ༠ ༢༥ ༢༤ ༡༡
 ༩༣ ༥༧ ༤ ༥ ༢
 ༩༩ ༥༤ ༩༠ ༢༤ ༩༢

31

༥ རྒྱལ་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་བཞུགས་ཀྱི་ལམ་ན་ཚོར་གསོ་དབུང་པའི་དབུས་རའི་རྒྱ་རྒྱོགས་ཉེ་ཤོད་རྒྱུ་སྒྲིག་ལྷན་རྒྱུ་ཚོས་༥

༠ ༢ ༢༢ ༠ ༡༡
 ༩༧ ༩ ༡༠ ༡༩ ༩
 ༩༡ ༡༩ ༥༩ ༡ ༩༠

4 1

༦ ཉེ་ལྷན་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་བཟུང་བཞུགས་ཀྱི་ལམ་ན་ཚོར་གསོ་དབུང་པའི་དབུས་རའི་རྒྱ་རྒྱོགས་ཉེ་ཤོད་རྒྱུ་སྒྲིག་ལྷན་རྒྱུ་ཚོས་༦

༡ ༩ ༢༥ ༡ ༡༡
 ༩༧ ༧ ༡༥ ༢༢ ༩
 ༩༩ ༩༩ ༡༧ ༥༧ ༢༡

2

མེར་དགོན་གྱི་༢༠༡༤ལོའི་ལོ་ཚོ།

བོད་རྒྱ་གཉིས་པ།

རྒྱ་དྲུང་གི་རྒྱ་མཚོ་འཛོལ་གྲུ་བཅའ་མཁུ།

<p>༡༣ ཉི སྒོ མེར་ འཕེལ་འགྱུར་ གདུགས་ རྒྱངས་ སྒོད་ རྩེལ་ རིན་ལེ བྱ་ མེ་རྩེལ།</p> <p>འདིའི་ཡམས་མས་སྤྱོད་མ་རྒྱུ་དུས་ཚིག།</p> <p>༡ ༡༠ ༢༥ ༡ ༡༡ ༤ ༢༣ ༤༤ ༡ ༡༡ ༡༥ ༤༤ ༥ ༥༡ ༡༤</p> <p style="text-align: right;">9</p>	<p>༡༤ རྒྱ་ དཔོ་ རྩེ་རྒྱུང་ མི་མཚུན་ དཔལ་བེུ་ མི་མཚུན་ཉི་ བདུད་ཉི་ འཕེལ་ བོ་འབྲུག་གི་ཉེན་ས་ཁྱིའི་ཉེན་ ལེན་ བྱ་ རིན་པ་ དམག་ ཉུ་ མེ་ཡོས།</p> <p>ལྷག་རྩི་མོ་སྒོལ། བྱ་རྒྱུར་མོ་འཕྱོར།</p> <p>༢ ༡༡ ༢༥ ༡༠ ༡༡ ༥ ༢༡ ༥༠ ༡༡ ༡༢ ༣ ༢༥ ༢༥ ༥༤ ༡༤</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>༡༥ དམར་ མེ་བཞི་ མེ་རྒྱུང་ རྩོད་ས་ལུན་ གཞོན་པ་ དེས་པ་ སྒོད་ རྩེ ལིལ་ གནམ་ ལྷ་ཐེབས་ རྩི་རིགས་དང་དམངས་རིགས་རྒྱང་ གཉེན་ས་འབྲུག།</p> <p>ཡར་རྒྱངས་རྒྱལ་གྱི་བར་འདེབས་ཚིག།</p> <p>༣ ༡༢ ༢༥ ༡༡ ༡༡ ༤ ༡༥ ༥༤ ༡༢ ༡༣ ༤༢ ༤ ༥༢ ༥༢ ༡༢</p> <p style="text-align: right;">11</p>
<p>༡༦ ལྷག་ བག་པ་ རྩེ་རྒྱུང་ མི་མཚུན་ དུས་དབྱིག་ ཀྱུན་འཛོལས་ རྩེ་བ ཕག་ རིན་ལེ་ ཀི་ཀང་ ༢ ༢ མཁུར་ མ་རྩེལ། མོ་ལ།</p> <p>གསོ་རྒྱུང་།</p> <p>༤ ༡༣ ༢༥ ༡༢ ༡༡ ༡ ༡༣ ༥༡ ༡༣ ༡༤ ༣༢ ༤༤ ༡༤ ༠ ༡༠</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>༡༧ ལུར་ མ་རི་ རྒྱུང་ལུ་ ལུན་མོགས་ བརྟན་པ་ དགའ་བ་ བོ་ཁྱིའི་ཉེན་ས་ ག་ཉི་ རྩེ་ དུར་ ལྷ་ཉི་གར་ བག་ ལྷགས་རྩ།</p> <p>དབུས་སྤྱོད་འདེབས་རྩི་མ་རན།</p> <p>༥ ༡༤ ༢༤ ༡༣ ༡༡ ༡༣ ༥ ༣ ༡༢ ༡༥ ༡༧ ༢༣ ༤༠ ༣ ༥</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>༡༨ མངས་ མ་ག་ མ་མེ་ རྩེལ་རྒྱུར་ ལྷག་རྩོམ་ རྩི་རྩི་ བོ་ཁྱིའི་ཉེན་ས་ མ་རིག་ རྒྱང་ རིན་པ་ རིན་ལུང་ རྒྱལ་པོ་མོ་རིངས་ དུར་ ལྷགས་ལྷག།</p> <p>འདིའི་ཡམས་མས་སྤྱོད་མ་རྒྱུ་འཕྱོང་རྩིང་།</p> <p>༤ ༡༥ ༢༤ ༡༤ ༡༡ ༡༧ ༢ ༥ ༡༠ ༡༤ ༢༢ ༤༡ ༤ ༤༤ ༧</p> <p style="text-align: right;">14</p>

མེ	ས	ལྟར	རྒྱ
༡༩ རྩམ་གྲུབ་	༤སངས་འཕྲེན	༥ལྟར་སྒྲུབ་	༩ལྟར་ལྟུགས་
༢༠ རྩམ་གྲུབ་	༣སྐར་མ་	༤མཚོ་	༥ལྟུགས་
༢༡ ལྟུགས་	༡༤ལྟུགས་མཚོ་མཁའ་།	༤ལྟུགས་མཚོ་	༥ལྟུགས་
༢༢ ལྟུགས་	༡༥ལྟུགས་	༡༡ དཔོན་	༡༥ལྟུགས་
༢༣ ལྟུགས་	༢༠ལྟུགས་	༡༢ལྟུགས་	༡༦ལྟུགས་
༢༤ ལྟུགས་	༢༡ལྟུགས་	༡༣ལྟུགས་	༢༠ལྟུགས་
༢༥ ལྟུགས་	༢༢ལྟུགས་	༡༤ལྟུགས་	༢༡ལྟུགས་
༢༦ ལྟུགས་	༢༣ལྟུགས་	༡༥ལྟུགས་	༢༢ལྟུགས་

༂༂། དེ་ནས་གཟུངས་རྒྱུ་གཉིས་འཕྲད་པར། །ཁམས་ཀྱི་རྒྱུ་བ་འདི་ལྟ་སྟེ། །ས་གཉིས་ནང་འཕྲད་དངོས་གྲུབ་རྒྱུ་།
 དངོས་གྲུབ་རྒྱུ་བས་ཅི་བསམ་འགྲུབ། །རྟེན་བཞེངས་མཁའ་བཅིགས་ཞིང་ཉོ་བ། །རྒྱས་པའི་ལས་རྣམས་བྱ་བ་དང་། །
 མདུན་མ་བྱེད་སོགས་བཏུན་ལས་བཟང་། །རྒྱ་གཉིས་ནང་འཕྲད་བདུད་ཅི་རྒྱུ་། །བདུད་ཅི་རྒྱུ་བས་ཚེ་སྟོབས་འཕེལ། །
 རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱས་བྱེད་བག་མ་ལེན། །ཚོད་བར་ཚོ་སྒྲུབ་ཚོགས་དང་། །གཉེན་དང་ཚོང་སྐྱེད་འཕེལ་ལས་བཟང་། །ས་རྒྱ་འཕྲད་པ་
 ལང་ཚོ་རྒྱུ་། །ལང་ཚོ་རྒྱུ་བས་འིན་ཏུ་སྐྱིད། །དག་འཕྲོད་བྱེད་ཞིང་ཚེ་སར་འདོན། །གོས་གྲོན་རྒྱུ་འདོགས་རོལ་ཅེད་བཟང་། །
 མེ་གཉིས་ནང་འཕྲད་འཕེལ་འགྲུབ་རྒྱུ་། །འཕེལ་འགྲུབ་རྒྱུ་བས་ཟས་གོས་རྟེན། །ཚོང་བྱ་སྐྱོན་གཏོང་ས་བོན་འདེབས། །
 རོར་སྐྱོན་མ་སྒྲུབ་རྒྱུ་སྐྱོན་སྟེ། །འོར་ལྟ་མཚོན་ཅིང་དངོས་གྲུབ་ལྟ། །རྒྱུ་གཉིས་ནང་འཕྲད་སྐྱོན་སྐྱུ་ཚོགས། །སྐྱོན་ཚོགས་

རྒྱུ་བས་བསམ་ལྷུ་འཕྲུབ། །བསྐྱུ་བ་བྱ་དོན་གཉེར་བ་མཚུ་བསྐྱུ་མེད། །གཞོ་དྲག་ལྷུ་བ་བའི་ལས་རྣམས་བཟང་། །མེ་རྒྱུ་འཕྲད་པ་རྩོ་བས་ལྷན་རྒྱུ་ལ། །རྩོ་བས་ལྷན་རྒྱུ་བས་བཀྲ་གིས་བྱེད། །
 རི་མ་གྲོ་ལྷ་གསོལ་ཚོས་རྒྱུ་དྲ། །ཁི་རྒྱས་དབང་གི་ལས་རྣམས་འཕྲུབ། །ས་རྒྱུ་འཕྲད་པ་མི་འཕྲོད་རྒྱུ་ལ། །མི་འཕྲོད་རྒྱུ་བས་ཟས་ལོ་མཛད། །རྒྱུ་འཕྲད་འཛོམས་འཕྲོག་བྱེད་པ་སོགས། །
 ལྷ་འཕྲད་འཕྲད་པ་མི་འཕྲུབ་རྒྱུ་ལ། །མི་མཐུན་རྒྱུ་བས་གཉེན་བཤེས་འཕྲེད། །དེའཕྲད་དང་སྐ་མ་ལྷུགས་པ་དང་། །དག་པོ་འཕྲུང་བའི་ལས་རྣམས་བྱ། །
 ས་མེ་འཕྲད་པ་སྐྱེག་པའི་རྒྱུ་ལ། །སྐྱེག་པའི་རྒྱུ་བས་སྐྱེག་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད། །དམག་འཕྲོད་དག་གཞོམ་དྲག་ལས་ཚུད། །ལ་འཕྲུག་སྐྱེག་བསྐྱེད་ཀྱུ་བྱ། །མེ་རྒྱུ་འཕྲད་པ་འཛི་བའི་རྒྱུ་ལ། །
 འཛི་བའི་རྒྱུ་བས་སྐྱོག་འཕྲོག་བྱེད། །ལ་འཕྲུག་གསོད་དང་དྲུག་རྒྱུ་དང་། །མཐུ་གཏད་ལ་སོགས་རིག་པས་བསྐྱུབ། །འདིར་ནི་བཟང་གསུམ་གསོ་བྱུབ་གསུམ། །འཕྲུག་གསུམ་ཐ་ཚད་གཅིག་
 དང་བཅུས། །བྱ་བ་ཀྱུ་ལ་བཟང་འཕྲེད། །དེ་རྒྱུ་འཕྲོད་འདི་བཟུང་བར་བྱོས། །གཟུང་རྒྱུ་སོ་སོ་བཟང་ན་ཡང་། །འཕྲོད་འཕྲེད་པའི་འཕྲུག་ལྷུ་ལ། །གཞོ་དྲེ་གཟུང་རྒྱུ་གཉེས་
 འཕྲེད། །འཕྲོད་བཟང་ལྷུ་ལ་ན་དེ་འཕྲུག་འཕྲུབ། །

༄། །གཟའ་ཚེས་རྒྱུ་འཕྲོད་དུས་སྐྱོད་སོགས་ལུས་སྟོབས་ཆེ་རྒྱུ་གི་འབྲས་བུ་ནི། དེ་ཡང་ཚེས་དབྱེས་གཟའ་རྒྱུ་མ། །འཕྲོད་སྐྱོད་བྱེད་པ་ཉེན་འབྲེལ་ཉི། །སྐར་སྐྱེ་དུས་སྐྱོད་པ་
 སོགས་པའི། །སོ་སོའི་འབྲས་བུ་བཟང་ངན་བཅོས། །མ་འདྲེས་གསལ་བར་བཤད་པ་སྟེ། །དེ་དག་གཅེས་བསྐྱེས་ཉམས་ལེན་རྒྱུ། །ཚེས་ལ་ཡོན་ཏན་གཅིག་ཡིན་ཏེ། །གཟའ་ལ་བཞི་
 འགྲུར་རྒྱུ་མར་བརྒྱད། །དུས་སྐྱོད་ཡོན་ཏན་བྱེ་བ་ཞེས། །ཁ་ཆེའི་པར་ཆེན་སོགས་ཀྱིས་བཞེད། །མཁས་པའི་གཞུང་ལུགས་གཞན་དག་ཏུ། །ལག་ཏུ་སྤང་རྒྱུ་འདི་བཞིན་ཏེ། །གཟའ་
 རྒྱུ་ཚེས་བྱེད་སྐྱོད་དུས་ཉིན། །སྐར་མིམ་སྟོབས་ཆེ་ལོག་ལུས་རྒྱུད། །གཟའ་རྒྱུ་བཟང་ངན་མ་མཚུངས་ན། །དེ་ཆེ་གཟའ་དེ་གཅོ་བོ་ཡིན། །རྒྱུ་ཚེས་འབྲས་བུ་མ་མཐུན་ན། །རྒྱུ་
 མ་དེ་ཉིད་གཅོ་བ་ཤེས། །བྱེད་སྐྱོད་ལས་ཐབས་མ་གཅིག་ན། །ཤིན་ཏུ་གཉན་སྐྱེད་བྱེད་པ་གཅོ། །དུས་ཚོད་ཉི་མ་མི་འདྲ་ན། །དུས་ཚོད་མཚོན་ཆ་རྣོ་བས་གཅོ། །ཐམས་ཅད་བཟང་ངན་མ་
 མཚུངས་ན། །གང་ཆེ་འཕྲོད་ཉིད་གཅོར་འདོན་དགོས། །ཚིས་འགོ་གང་དང་གང་ལ་ཡང་། །དམིགས་གསལ་བྱུང་ན་དེ་ཉིད་གཅོ། །གཞན་ཡང་འབྲས་བུ་གང་དང་གང་། །ཅིས་ཀྱང་མཚུངས་
 པར་མ་གྱུར་ན། །མང་ཉུང་སྟོབས་བྱེད་འདི་བཞིན་བཅི། །རྒྱ་ཏུ་ལ་དང་རེས་ཀྱི་གཟའ། །རྒྱ་རྒྱུ་ཚེས་དང་བྱེད་པ་སྐྱོད། །ཉི་མ་བདུན་པོ་རིམ་པ་བཞིན། །སྐར་མ་སྐར་མ་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་། །ཕྱི་

མ་རིམ་བཞིན་རུས་པ་རྒྱུད། །དེ་དག་ཀྱུན་གྱི་རུས་པ་ཡང་། །ཉརྒྱལ་དུས་རྒྱུ་འདེམ་ཚང་། །མཐུན་འཕྲོད་གཙོ་བོའི་རྒྱ་མཚན་ནི། །གང་ཚེ་མི་གཉིས་གྲོས་མཐུན་འདྲ། །དམིགས་གསལ་གཙོ་
 བོའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། །དཔེར་ན་བཟོ་བོའི་ལག་ཆ་འདྲ། །དུས་རྒྱུ་འདེམ་གཙོ་བོའི་རྒྱ་མཚན་དག །གཟའ་རྒྱུ་འཕྲོད་རྒྱུ་འདེམ་ཡི་ལས། །དུས་རྒྱུ་འདེམ་ཡི་བྱིས་ལ་ཚང་། །ཀྱུན་རུས་ཉརྒྱལ་
 དུས་རྒྱུ་འདེམ་ཡིན། །དེ་ལྟར་དུས་རྒྱུ་འདེམ་གཙོ་བོར་བཟུང་། །ཞེས་གསུངས་སོ།། ||

༄༅། །རྒྱུ་དུ་རྒྱུ་ཚོགས་ནང་ལི་ཐོ་གཟིགས་མཁན་རྣམས་ནས་སྤང་བྱུང་མཛད་རྒྱུར་ཕྱགས་མོས་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་བརྟེན་ངན་འབྲས་རྣམས་བསྐྱོག་ཐབས་སུ་གནས་སྐབས་དགོས་དེས་གྱི་
 ས་བདག་གཟུང་སྐར་སྐར་སྐྱེ་མོགས་གྱི་བཙོན་གཤིས་དཀར་ཅིས་ལེ་འུ་ནས་རྒྱུར་འདོན་ཞུས་པ་གསལ་གསལ། ། །ཟླ་ལམོར་ས་བདག་སྐྱིབ་པ་ན། །འབྲུག་ལྷ་ག་པ་གནས་པའི་
 རྩོགས་། །སེངྒེ་དཀར་མོའི་གཟུགས་བསྟན་སྐྱིབ། ། །ཐེ་སེ་གྲུ་ལ་ཕུར་ཕུར་སྐྱེ་ལ་ཐོག། །རང་གཟུགས་མ་བྱའི་སྐོ་བཙུགས་སྐྱིབ། ། །ཟླ་སྤྱང་ལྷ་བའི་ཐོད་འབྲུར་ཕྱབ། །ཟླ་དོས་མ་ཡི་འཕམ་
 འབྲུར་ཞིང་། །གཏོར་མ་ཐོ་གདོང་གཟུགས་པས་སྐྱིབ། ། །ས་རྒྱལ་ལྷུང་ཐོད་གསེར་གཡུས་སྐྱིབ། ། །ས་སྐྱེན་སྐྱེག་གཟིག་རས་མ་དང་། །སྐྱེར་པ་ཕྱག་པའི་ཐོ་གདོང་སྐྱིབ། ། །ས་དམག་
 ས་རྒྱལ་བཞིན་དུ་སྐྱིབ། ། །བསྟན་མ་བྱུ་འུག་ཐོད་པས་སྐྱིབ། ། །ཚན་མོན་སྤྱང་ཐོད་ཐོག་འཕྲོང་སྐྱིབ། ། །བྱུ་ལམ་ཕག་མགོ་གནས་ཚུགས་དེར། །ཐོ་ལྷ་བཙུགས་པས་སྐྱིབ་པའོ། ། །བྱི་
 ལམ་སྐོན་མོ་གནས་ཚུགས་སུ། །ཕྱག་མཆོན་རང་མི་སྐྱོན་བཏང་སྐྱིབ། ། །ནང་ལྷ་འབྲུག་རྗེ་ཟེར་བ་ལ། །མདའ་ལ་སྤྱང་རས་བཏགས་པས་ཕྱབ། ། །རྩ་ཚོར་དམར་པོ་སྐྱེག་ཡོས་གྱི། །
 རྒྱལ་མཚན་འབྲུར་བས་སྐྱིབ་པར་འགྱུར། ། །འཕར་བ་མགོ་དགུ་སྐྱེལ་ཐོད་ལ། །བལ་མཚོན་བཏགས་པས་སྐྱིབ་པའོ། ། །མིད་གཤེད་ཉམས་སྐྱིབ་སྐྱིབ་ཞིན་བྱ། ། །འི་ལིང་གཏུགས་ཅན་

གནས་ཕྱོགས་སུ། རྩོལ་བཅུགས་པས་རྒྱིབ་པའོ། ། ཟིན་ཕྱད་བག་ཕྱེའི་ར་རོག་མགོར། མེ་ལོང་གྲིང་དགུ་གིས་པ་གདགས། ཕྱོགས་དེར་འབྱུང་བས་ཉེས་པ་ཞི། ། སྤྱུ་མཁུའ་རར་
 སྤྱད་གོང་རྩོལ་བཅུགས། སྤྱུ་རྩོལ་བཅུགས་རྒྱིབ་པར་བྱེད། ། བལ་བུ་དང་ནི་སའི་བྱི་ལམ། ཆེས་གཉན་གཤིན་གྱི་ཕོ་རོག་དང་། ལྷ་ཆེན་གཉན་ཆེན་གཟིག་འཇུག་ཅན། གཟིག་སྒོག་
 དང་ནི་རྒྱལ་མོ་བཞི། མཆེ་བ་ཅན་དང་དུར་ལེན་གཉེས། རྩོམ་གྱི་ཅང་རྒྱན་མང་གྱི་བཅས། ཉམས་ན་གཟུངས་བསྐྱུས་སྤང་རྒྱུད་དང་། སྤང་རྩོལ་དོག་གཟུངས་གསུང་བརྒྱུག་བྱ། རྒྱིབ་
 བཅོས་ས་བདག་སྤྱི་བཞིན་བྱ། ། ལི་ལིང་འཕར་མ་རྒྱིབ་པ་ན། གོང་བཞིན་ཕོ་ལྷ་བཅུགས་པས་ཕྱབ། ལེ་སྤྱུ་ལག་ཆེན་སྤྱུ་རྒྱིབ། ། ཐབ་ལྷ་སེ་གར་ལོ་བཅུ་གཉེས། འབྱུག་གཟུགས་
 བཏང་བས་ཕྱབ་པར་བཤད། ། རྩོལ་བུའི་ལྷ་ལྷ་རང་རང་གི། གཟུགས་བཅོས་གནས་པའི་ཕྱོགས་སུ་བཞག ། ལྷ་དགུར་གྱི་ནག་གཟུགས་བཅོས་ལ། གནས་ཕྱོགས་འཕངས་དུས་འདི་
 ལྷར་འདོན། སྤྱི་དགུ་དོ་གལ་ཐམས་ཅད་ནི། བསྐྱེག་གིག་བརྗོད་ཅིང་རང་ཡོལ་ཕག ཡིབས་པས་ཉེས་པ་ཕྱབ་པར་གསུངས། ། ལུམ་སྒོང་གནས་ཕྱོགས་འཇམ་དཔལ་གྱི། སྤྱུ་བསྐྱེན་
 སྤང་བརྒྱད་རྒྱོག་པས་ཕྱབ། ། ཉལ་གྱི་མི་ནག་གྱི་མགོ་ཅན། ལག་རོག་ཞོན་ལ་བྱ་རོག་རྒྱོ། གཡག་ར་ནག་བཅས་མགོ་བཅུགས་རྒྱིབ། ། ལྷོ་འབྱེ་དང་ནི་ནག་མོ་དགུ། གང་བའི་ས་

༄༅། །བདག་བཅུ་གཉིས་བཅས། །ཉམས་བཅོས་རྒྱིབ་ཐབས་སྤྱི་ལྟར་བྱ། །། །མེ་བདུད་ལུང་མཚོད་གསུམ་བཏང་བྱ། །། །གནམ་གྱི་བྱ་ལྷུང་འབྲུ་སྣ་ལྟའི། །དར་གྲུང་ཚོད་རྫོས་བརྒྱན་བ་བཟོས། །གནས་པའི་ཕྱོགས་དེར་བརྟན་པས་རྒྱིབ། །། །ཞག་ལྷ་གསེར་མཚོད་སེར་པོ་ནི། །གནས་ཕྱོགས་བ་ཐོད་འབྲུམ་བས་བྱ། །། །ཚོ་རྒྱུའི་ས་དབག་རྒྱོམ་། །། །ཐོག་མར་གཟམ་ཡི་རྒྱིབ་ཤིང་ནི། །ཉི་མར་ཐོད་པའི་ནང་དུ་རྒྱ། །སྤྱུག་ཅིང་དེ་ལ་ཉི་དཀྱིལ་གྱི། །ལག་ཐོད་དང་བཅས་འབྲུམ་བས་བྱ། །། །ལྷ་བར་རྒྱེ་ལུང་ས་སེར་སྤྱུག་། །ལྷག་ཐོད་དར་སྣས་བརྒྱན་ཏེ་འབྲུམ། །། །མིག་དམར་གྱི་བའི་རྒྱིད་ལུང་དང་། །ཕྱི་ཐོད་རྒྱས་བཀའ་འབྲུམ་བས་རྒྱིབ། །། །ལྷག་པར་གྲུང་ཐོད་ལམར་འབྲུམ་ནས། །ལྷག་མགོ་ལག་ཏུ་ཐོགས་པས་རྒྱིབ། །། །ལུང་ལྷུ་ལྷུ་ལ་ཐོད་རྒྱགས་གྱི་མདའ། །བྱ་སོབ་གཏུའི་ནང་དུ་བཅུག། །ལར་བ་བཙོན་དུ་བཟུང་བས་རྒྱིབ། །། །ལ་སངས་རྒྱལ་ཐོད་མཁའ་ལ་འབྲུམ། །ར་མོང་ཐོད་པ་བཙོན་བཟུང་རྒྱིབ། །། །སྤོན་པ་གཅན་གཟན་ཐོད་བ་དང་། །སྤྱུག་སྤྱུགས་དར་སྣས་བརྒྱན་ཏེ་འབྲུམ། །། །རྒྱ་གཅན་གཏུག་པ་རྒྱིབ་པ་ན། །ར་ཐོད་པོང་ཐོད་གཡག་ལུའི་ནང་། །སྤེ་བརྒྱད་འཁོར་ལོ་བཅུག་པ་དང་། །ལྷག་དོར་རྒྱ་བརྟན་ཉེས་པ་བྱ། །། །མེ་དུད་སོལ་གསུམ་ལས་རྣམས་སྤངས། །དེ་ཡི་རྒྱིབ་ཐབས་དུ་བ་ལ། །ཟངས་དཀར་ཡང་ན་རྩ་སོའི་ནང་། །རྒྱུར་ཚོར་དུད་པ་ཆེལ་གྱི་གཏོང་། །དེ་སྤེར་དོ་རྩེ་རྒྱ་གུམ་གྱིས། །སྤང་

ད་ཁ་སྐྱབ་མཚན་བར་བྱ། ། །མེ་བཙོས་རས་སྒོན་སྒྲེར་ཚེར་གྱི། །མེ་སྒོར་དེ་སྒྲེར་སྐྱ་ར་སྐྱབ། ། །སོལ་བའི་རྒྱིབ་བཙོས་འདི་བཞིན་བྱ། །འུད་མེད་དོར་མར་སོལ་བྱེ་སྐྱལ། །རང་འཐག་བར་
 བཅུག་སྒྲེད་བྱ་འམ། །དོ་སོལ་མཚན་ལ་ལས་གྲུབ་ནས། །སོལ་བར་མེ་སྐར་ཐལ་བ་ནི། །སློགས་བཞིར་གདོར་བས་ཉེས་པ་ལྷུ། ། །དེ་ནས་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱིབ་ཐབས་བཤད། །རྒྱིན་རྒྱར་མགོ་
 ལག་ན་བས་སོ་རྒྱལ། །རིམ་བཞིན་སྒྲེའུ་བྱི་དང་མ། །བ་དང་པག་བ་ར་དུག་གི། །ཐོད་པ་ཤར་སློགས་འཕྱར་བས་རྒྱིབ། ། །རྒྱག་ལ་བྱི་ཐོད་ཤར་སྒོར་འཕྱར། ། །མཚུ་གོ་དཔོ་དང་མེ་བཞི་
 བག །ས་རི་རིམ་བཞིན་རྒྱལ་བྱིས། །དོ་མ་དང་མ་ཉེ་སྐྱལ་ག་བ། །དུག་པོའི་ཐོད་པ་སྒོར་འཕྱར་རྒྱིབ། ། །ས་ག་སྐྱལ་ཐོད་སྒོར་རུབ་འཕྱར། ། །ལྷ་མཚམས་སྒོན་སྐྱབས་རྒྱ་སྒོད་སྐྱད། །སློ་བཞིན་
 རིམ་བར་བྱི་སྐྱལ་སྒྲེའུ། །མ་བྱའི་ཐོད་དང་རྒྱ་སྐྱལ་ག་ལྷགས། །བྱེད་དང་སྐར་ཐོད་རུབ་ཏུ་འཕྱར། ། །བྱི་བཞིན་ལྷ་ཐོད་རུབ་བྱང་འཕྱར། ། །མོན་དེ་མོན་གྱུ་ལུམས་སྒོད་སྐྱད། །ནམ་གྱུ་ཐ་རྒྱར་
 རིམ་པ་བཞིན། །རྟ་དང་ལུག་པ་རབས་ཚད་རྒྱལ། །འུད་མེད་རབས་ཚད་རྣམས་བྱི་ཐོད། །རྟ་ཐོད་བྱང་སློགས་འཕྱར་བས་རྒྱིབ། ། །བྲ་ཉེ་སྐར་ལུག་གང་རུང་ཐོད། །འུད་ཤར་མཚམས་
 འཕྱར་ཉེས་པ་ལྷུ། ། །སློག་ཚེས་མར་དཀར་གསུར་བཏང་ཞིང་། །རེས་གཟའི་ཁམས་མཐུན་དར་འཕྱར་རྒྱིབ། ། །དུལ་ལག་རྒྱིབ་ན་ལག་པའི་གཟུགས། །བཙོས་ལ་རུས་སྐལ་ཁོག་

༂། །བར་བཅུག །ལྷ་སེར་སྟེང་དུ་མཐོན་པས་སྟེང་། །གཟུང་ཚོད་རེས་གཟུང་ལམས་མཐོན་དང་། །འཕྱུར་ཞིང་མར་དཀར་གསུམ་གྱིས་སྦྲིབ། ། །ལྷ་མོ་སྦྲིབ་ན་དང་རམ་རས། །
 དཀར་པོ་ཁ་ཚར་མ་ཉམས་འཕྱུར། །མར་དཀར་གསུམ་བཏང་སྟོགས་བཞི་ལ། །ས་དམར་གཏོར་ཞིང་གཡག་གམ་ལུག །མགོ་དཀར་དར་སྒྲ་བཏགས་པས་སྦྲིབ། །རྒྱ་གཏོར་གཟུངས་བསྟུས་
 གྲོག་པས་སྟེང་། ། །ཉི་མོ་སྦྲིབ་ན་མར་གསུམ་གཏོར། །དར་རས་ཁ་ཚར་མ་ཉམས་འཕྱུར། ། །བར་གནམ་ཉལ་བྱི་འབྲུ་སྒྲ་ཡི། །ཟུང་ལ་བྱི་མག་གཟུགས་བཙོས་ལ། །ཉལ་བྱི་ཉི་མོ་སྦྲིབ་སྟེང་
 བསྟུན་པས་སྟེང་། ། །གནམ་བྱི་མག་གཟུགས་བྱས་ལ། །སྦྲིབ་སྟེང་གཡ་ཐམས་ཅད་ནི། །སྦྲིབ་སྟེང་གཟུགས་ལ་དེ་སྟོགས་བཏང་། །རང་ཉིད་ཡོལ་བའི་འོག་ཏུ་ཡིབ། ། །ཀི་ཀར་མ་བྱི་
 མདོངས་ཀྱི་ཤ། །བལ་གྱི་རེ་བས་གྱིལ་བ་དེ། །ཚོས་ལ་གནས་པའི་སྟོགས་སྟེང་འཕྱུགས། །རྒྱུ་འཛོམས་གཟུངས་དང་གཟུང་ལུམ་འདོན། ། །དམས་ཤིང་ག་ལྟར་སྦྲིབ་བཞིན་སྦྲིབ། ། །པི་
 ལིང་དར་སེར་འཕྱུར་བས་སྟེང་། །ཡང་ན་བྱི་ལུང་དུ་བ་བཏོང་། ། །གཟུང་བཏུན་པོ་ཉེ་འབྱེད་པ་ལ། །ཉི་མོ་རེས་ལ་དར་བཏུན་འཕྱུར། །རྒྱ་གཏོར་གཏོར་སོགས་རེས་གཟུང་ཡི། །ལྷུང་
 མཐོན་བྱ་ཞིང་གཟུང་ལུམ་འདོན། ། །ལུང་ཚོར་སྦྲིབ་ན་དཔུག་པའི་རྩེ། །རབས་ཚད་ཚོར་བ་སྦྲིབ་སྟེང་། །བསྟུན་པས་ལ་ཁ་བྱི་བསྟུན་པས་སྟེང་། ། །མག་རྒྱུང་ཟུང་ལ་སྦྲིབ་སྟུག་གཟུགས། །

ལུ་བ་རྟ་བྱང་ལུག་གི་གཟུགས་ཤར། །དེ་ཉིན་ཉི་མ་གང་གནས་འཇུགས། ། །རྟ་བྱང་ལུག་དོར་སྐྱུ་བསྟན་རྒྱུ་བ། ། །གནམ་སྐྱོར་གནམ་གྱི་བཞིན་དུ་བཅོས། ། །ལྷ་ལྷ་ལྷ་དགུ་རྒྱུ་བ་པ་ན། །སྐྱུ་ལྷའི་ནང་དུ་སྐྱུགས་འདི་བཞུགས། ། (ཉི་ལྷན་) །རྩྭ་ལོ་གྲ་སྐྱུ་གྲ་སྐྱུ་གྲ་སྐྱུ་ །སྐྱོ་ཡི་ཡ་ཐེམ་བཞག་པས་ཐུབ། །སྐྱུག་ཉིར་སྐྱུག་ལུགས་རས་མའམ། །མདའ་ལ་ལྷ་མ་སྐྱུད་བཏུགས་པས་ཐུབ། ། །ཡོས་ཉིར་རྩོད་རྩར་སྐྱུང་ལུག་ཡོག་ །བོང་ལུར་སྐྱུན་བདག་གོས་བཀའ་རྒྱུ་བ། ། །འབྲུག་ཉི་རྒྱུ་བ་ན་བག་ཟེན་ལ། །མི་ལུས་འབྲུག་མགོ་མདའ་དར་སེར། །ནས་ཐེ་གང་དང་རྩོར་བ་བཅས། ། །གར་རྩོར་བཞག་པས་ཉེས་པ་ཐུབ། ། །སྐྱུ་ལ་ཉི་བག་མའི་ལུ་ནང་དུ། །ཚོ་ཡི་སྐྱུད་བཏུག་ཚེས་མཁམ་གྱི། །གངན་གྱི་འོག་དུ་བཏུག་པས་ཐུབ། ། །རྟ་ཉིར་ལུ་ལ་དཔོན་རྒྱུ་རྒྱུ་ས། །མང་གི་མལ་འོག་བཏུག་པས་རྒྱུ་བ། ། །ལུག་ཉིར་སྐྱུན་ལུད་སྐྱུན་པར་སྐྱུ་ན། །སྐྱུན་དེ་ནད་པའི་འཕོངས་འོག་གཞོན། ། །སྐྱུ་ལ་ཉིར་སྐྱུ་མ་སྐྱུར་གྱི་ལུད་བཏུགས། །དེ་ཉིད་ལུ་སྐྱུད་ཚོས་སྐྱུ་བསྐྱུར། ། །བྱ་ཉི་རྒྱུ་བ་ན་སྐྱོམ་ཚེན་གྱི། །ལུ་ནང་དེས་ཕོ་བཏུག་པ་ལ། །བཏུག་ཉེས་ལོ་ཡི་འཕོང་ལོ་གདགས། །གྲལ་དཔོན་གཡས་རྩུར་བཞག་པས་ཐུབ། ། །ཁྱི་ཉིར་སྐྱུར་ཟེན་གྱི་ལ་སྐྱུ་ན། །ཁྱི་གཞན་གཅིག་ལ་མི་ཁའི་རྒྱས། །བཀའ་ལ་གར་འགྲོའི་ཚོས་སྐྱུ་བསྟན། ། །ལག་ཉིར་སྐྱུན་མ་ཉམ་གཅིག་དང། །འཇག་མ་ཉམ་གསུམ་ལུད་མེད་གྱི། །དོར་རྟ་ཚལ་ལུས་གཏུམ་བུས་པ། །བརྒྱ་ལམ་

༄༅། །མཐུན་སྲེང་མཐོ་བཅིགས་པར། བ་ཚོན་ལྷ་མོ་གཡོགས་པས་ཐུབ། ། །བྱི་བའི་ཉི་མར་འབྲུ་སྒྲ་དང། །བལ་སྒྲུང་གི་ཡི་རྒྱུད་བཏགས་སྒྲིབ། ། །སྲུང་ཉི་མ་ས་སེར་བྲེ་གང་ནང། །
གང་ཉེ་དངོས་པོའི་སྒྲུ་མིང་གཞུག། ། །དེ་ནས་སྤྱད་སྒྲུ་ཤིང་ནི། ། །ལི་ལ་བཤམ་ཐོད་ཚུ་སྒྲིབ་སྒྲོམ། ། །འོན་ནི་ཤིང་མཐུན་ཐོད་པ་ལ། །སྒྲིག་པ་ཞོན་པའི་གཞུགས་ཀྱིས་སྒྲིབ། ། །དུ་
ནི་དམེ་ཐོད་སྒྲུ་ལ་ཞོན་སྒྲིབ། ། །འཁོ་ནི་མཛེ་ཐོད་པག་ཞོན་སྒྲིབ། ། །འམ་ནི་རབས་ཆད་ཐོད་པ་ལ། །སྲུང་ཆེན་ཞོན་པས་སྒྲིབ་པར་བྱ། ། །ཤིན་ནི་ཤོ་དའི་ཉོད་པ་ལ། །ལར་པ་བཏུགས་
པས་སྒྲིབ་པར་བྱ། ། །ཟིན་ནི་མགར་ཐོད་སྒྲུང་ཞོན་སྒྲིབ། ། །ཟོན་ནི་སྒྲོམ་མའི་ཐོད་པ་ལ། །ཚུངས་པའི་གཞུགས་སྒྲོམ་དེ་ཡིས་སྒྲིབ། ། །གཙུག་དཀར་མི་དམར་ཉ་དམར་དང། ། །གཉིས་
ནག་གི་ནག་པོ་ཉགས་སྒྲིབ། ། །གསུམ་མཐིང་སྲུང་ཆེན་སྒྲུ་ལ་ཞོན་གྱི། ། །བཞི་སྒྲུང་སྒྲུ་དཀར་གྱི་དམར་ཞོན། ། །ལྷ་སེར་སྒྲུ་ཐོག་ཆེར་མ་བཏུགས། ། །དུག་དཀར་མ་ལ་སྒྲུ་ལ་ཞོན་
སྒྲིབ། ། །བདུན་དམར་ཚུ་སྲུང་སྒྲོམ་པོ་ལ། །ལྷ་སྒྲོམ་བཟང་པོ་ཞོན་པས་སྒྲིབ། ། །བརྒྱད་དཀར་རྩ་ཕན་བཞི་ཡིས་སྒྲིབ། ། །དགུ་དམར་ཚུ་པོ་པག་ཞོན་སྒྲིབ། ། །མཐོན་གྱི་གནམ་སྒོ་
སྒྲིབ་པ་ན། །ལྷ་ལ་ཡོན་སྒྲུ་མི་ཁ་བརྟེན། །འདྲེ་མིང་རང་འཐག་འོག་ཏུ་མཐུན། །རང་ཐག་སྒྲེ་བྲེ་གནམ་ལ་བཏོད། །བྱ་གསོ་བ་བྱང་གི་ནམ་མཐར་འབྲུ། །རྒྱལ་ཐོ་བཟོག་པའི་སྒྲུགས་

འདི་བགྲང་། ལོ་རུ་རུ་ཉ་རྒྱ་བད། །ཚོས་ནི་ཉོག་གི་སྒྲིང་པོ་འདོན། ། །ཚོང་གི་གནམ་སྒོ་སྒྲིབ་པ་ན། །སྐལ་གྲང་གི་མིག་པ་བཀལ། །པོང་གཟུགས་འོག་ཏུ་མི་གསུམ་མཐན། །ཤེ་དང་སྲང་
གཉིས་སྒྲུ་ལྷོས་མཐན། །ཤོལ་མ་སྲང་མས་བཀའ་ལ་བཞག། །ལྷམ་ནང་ཚོང་བའི་ཟ་སྤེ་ལྷུག། །གཡག་རུའི་འོག་ཏུ་མཐན་བྱས་ལ། །ཟམ་མའི་བཅའ་ཡོས་གནམ་ལ་གཏོར། །དོ་རྗེ་མཚུ་
གཟུངས་གསུང་སྒྲོག་ཅིང་། །ཚོས་ཀྱི་པོ་ཉི་འབྲུང་བས་ལུབ། །ཚོང་རྩུ་རྩུ་ལྷ་རྩུ་རྩུ་པ་ཤེ་རྩུ་རྩུ་ལྷ་དེ་པ་ལ་སྒྲུ་། ། །ལུ་རྒྱུང་གམམ་སྒོ་སྒྲིབ་པ་ན། །རྒྱུང་པོ་གྲོད་པའི་ནང་དུ་བཅུག། །མི་གསང་
མཚོན་གྱིས་དེ་ལ་བརྟེན། །ཚོ་བུ་སོང་ཚང་གིག་ལོར་འཕྲོགས། །ཉི་ཉི་ཀུ་རུ་ཡེ་སྒྲུ་། །དོ་རྗེ་གནམ་ལྷགས་མཚུ་གཟུངས་འདོན། །མི་ཁ་བཅོང་མའི་ཁྲོམ་དུ་ཐོངས། ། །དམག་གི་གནམ་སྒོ་
སྒྲིབ་པ་ན། །དམག་དཔོན་མིང་བྱང་བཅོན་དུ་བཟུང་། །གོ་ཚའི་སྒྲེ་མོ་མེ་ལ་བཞེག། །ཉ་པོའི་རྒྱ་བའི་ཕེ་མོ་གཅོད། །རྒྱ་མི་ཕྱིན་ཁ་ལྷོག་ལ་བསྒྲོན། །གྲི་མདུང་བཞི་དང་དར་འབྲུང་ཞིང་། །
དམག་མི་གསོད་པའི་སྒྲགས་འདི་བགྲང་། །ཚོ་མ་ཅི་ལ་ཁོམ་ར་བྲ་ནག་པོ་སོད། །རྒྱལ་མཚན་ཅེ་མའི་དབྱང་རྒྱན་འདོན། ། །གཉེན་སྒོ་སྒྲིབ་ན་བྱ་པོ་ཡི། །ཡན་ལག་བཅིངས་ལ་ཚ་ལུར་
གཞུག། །དེ་ལ་མ་རབས་ལྷམ་གཡོགས་གིང་། །དོན་མེད་གཅིག་ལ་གཉེན་ལ་བྱ། །བཀྲ་གིས་བཅུགས་པ་ཚོས་སུ་འདོན། །སྲུང་པོར་ཟས་བཟང་མི་ཁ་བྱིན། །ཡ་པོ་གཅིག་ལ་ཚོས་སྒྲོན་

བཅུམས་ཏེ་ཕྱོགས་བཞིར་འབྱུང། །སྤྱོད་ཡང་སྤྱིང་བཟུང་བར་བྱ། །གཙུག་ཏོར་དཀར་མོ་སྤང་བརྒྱུད་དང། །འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད་ཚོས་སྤྱུ་འདོན། ། །ས་བདག་སྤྱི་ཡི་སྤྱི་བ་བཙོས་

འི། །རྟེན་གསུམ་བྱིན་ཅན་སྤང་བརྒྱུད་དང། །རུས་སྤལ་ཁོག་པ་མ་བྱེད་མདོངས། །མེ་ལོང་སྤྲུག་རས་གཟུགས་མོ་དང། །མཚོན་གྱི་བྱུ་བྱུ་བྱུང་མིག་དགུ། །སྤྱུ་ལུག་མདའ་དར་སྤྱུ་ལྷ་པ། །

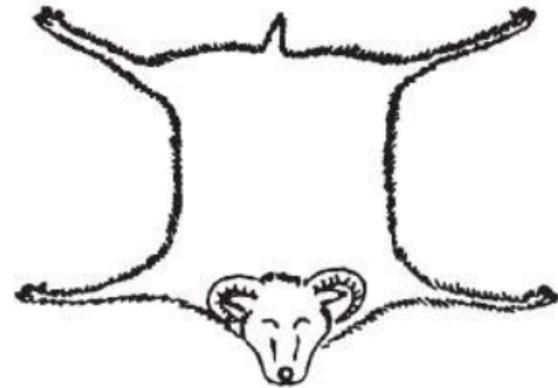
ལུག་གི་གཡང་གཞི་གཡག་གི་མགོ། །འགྲོན་བྱུ་ལ་སོགས་དངོས་འབྱོར་རམ། །མ་འབྱོར་རས་སམ་ཤོག་དོས་བྱིས། །ཕྱོགས་ངན་གང་ཡིན་དེར་བསྟན་བྱུབ། །ཡང་ན་བསྐྱུང་བྱེད་ལུས་ལ་

བཅང། །ཡང་ན་རྟེན་གསུམ་བྱིན་ཅན་དང། །སྤྱོད་ས་བདག་རང་འདྲའི་གཟུགས། །འོར་བུས་བརྒྱུན་ཅིང་སྤང་བརྒྱུད་དང། །རུས་སྤལ་ཁོག་པ་ལ་སོགས་པ། །བསྤྱི་བ་བྱེད་ཡི་ཕྱོགས་སྤྱུ་

བཞག་ །དེ་ཡི་སྤྱི་བ་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད། ། །ས་བདག་པལ་ཆེར་ཉམས་པ་ལ། ། །ཏོག་གཟུངས་སྤང་བརྒྱུད་སྤང་སྒོར་དང། །མདོ་ཐིག་གསུང་བརྒྱུག་དོར་ཅེ་དང། །ས་བདག་འབྱུགས་གཏོ་

གཡའ་འབྱུག་བཏང། །ཆབ་གཏོར་སྤྱོད་འདེབས་སོགས་བྱིས། །ངན་ཀུན་བྱུབ་པར་འགྱུར་ཅེས་བཤད། །གསའ་མའི་ཐོད་པ་སྤྱོད་འབྱུང། །ཟ་ཡི་ཐོད་པ་རུབ་ཏུ་འབྱུང། །གཡི་ཡི་ཐོད་པ་

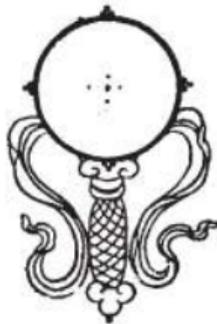
བྱུང་དུ་འབྱུང། །དོན་བྱེད་ཐོད་པ་ཤར་དུ་འབྱུང། །སྤྱོད་ཡང་སྤྱིང་བཟུང་བར་བྱ། །གཙུག་ཏོར་དཀར་མོ་སྤང་བརྒྱུད་དང། །འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད་ཚོས་སྤྱུ་འདོན། ། །བྱུང་པར་སྤོན་



ལྷུང་ལྷུང་གྱི་མིག་



མཉམ་ལྷུང་



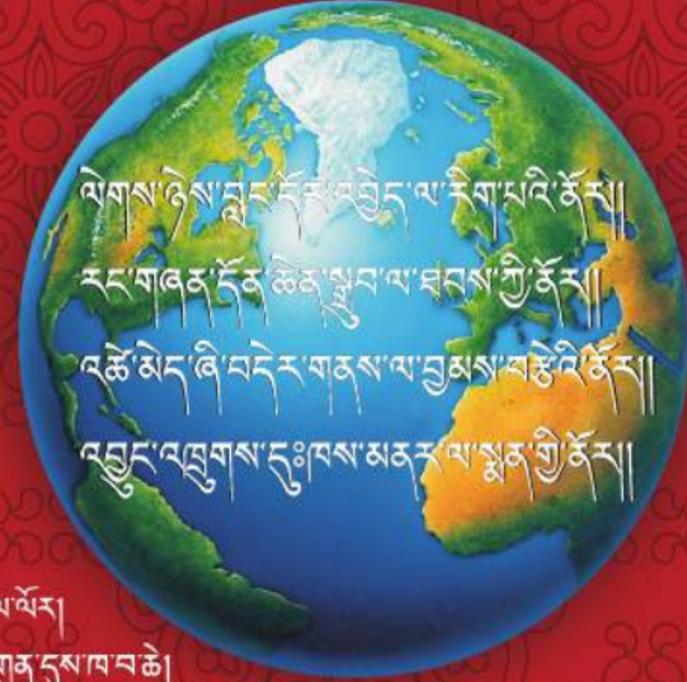
ལྷུང་ལྷུང་



༦ སེར་གྲུལ་དགོན་རྒྱུད་གྲུབ་རྒྱུ་ལྡན་འཛིན་གྲུས་བཅམས། རྒྱུ་ལྡན་འཛིན་གྲུས་བཅམས་ཀྱི་བཅུ་ཕྲག་
 རིགས་གཞུང་དམ་པའི་ས་བོན་གྱི་སྐྱེ་གྲུ་མི་གཞིའི་མངོས་སྐྱུག་བཞད་པའི་དགའ་ཚལ་ནི། དཔྱོད་ཤེས་ལྡན་པའི་སྤྲི་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དག་གིས་སྐྱུགས་ཁུར་གྱི་
 འོག་ནས་བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༧།༡༡ཚེས་༢༣ཉིན་གཟུང་ཚེས་དགེ་བར་ཐོན་མའི་བརྒྱ་ལྷོད་ཟབ་སྐྱོད་སྤྱིང་ཞེས་གསར་དུ་བཙུགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནས་
 རིམ་བཞིན་བྲིས་སྐྱུ་ཉུགས། ལྷན་དག་མངོན་བརྗོད་རྒྱུ་ལྡན་འཛིན་གྲུས་བཅམས་ལ་སྐྱུང་བཅོམ་བྱས་ཏེ། རང་རྣམས་གང་སྤྲོད་ཀྱིས་བསྐྱབས་འབྲས་སུ་ལྷུ་ལྷུ་ཤེས་རིག་གི་འོད་ཟིག་ཆུང་
 ཆུང་ཞེས་པའི་དེབ་ཆུང་ཞིག་དང་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༥ལོར་ལི་ཐོ་དཔྱོད་ལྡན་མཐོང་བ་འཇུ་མ་ཤོར་གཉེས་ཁྱེད་ཅག་གི་སྐྱུན་ལམ་དུ་སྐྱུལ་བེན་ལ། ད་ལམ་ངེད་ཅག་རྒྱུ་ལྡན་འཛིན་གྲུས་བཅམས་ཟབ་
 སྐྱོད་འཛིན་གྲུས་རབ་གནས་འབྱུང་བ་བཞི་ལྡན་མེ་མོ་སྐྱེལ་ལོའི་ལི་ཐོ་སྤྱིང་དོར་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་ཞེས་པ་འདི་རིགས་བཟང་བོད་རིགས་སྐྱུན་ལྷན་རྒྱུ་ལྡན་ལ་ལོ་གསར་བའི་
 ལེགས་སྐྱེས་སུ་སྐྱུལ་བ་ཡིན། ང་ཚོའི་རྣམས་ཚོད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཅག་གང་མང་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། ད་དུང་ཆད་སྐྱུག་དང་བཏེགས་ཅོར་སོགས་གང་མང་ཞིག་མཚེས་སྤིང་པས་སྐྱོག་

བ་པོ་ཡོངས་ལ་དགོངས་དག་ལྷུ་བ་དང་། མཚུག་མཐར་ངེད་ཅག་ལ་འཇུག་སྟོན་གྱི་རི་མོ་མངོན་པར་སྦྱིན་ཏེ་བཀའ་སློབ་དང་ཟབ་བྲིད་སྙད་མེད་བཙལ་བའི་གན་ཕྱབ་
 བསྟན་བརྩོན་འགྲུས་སམ་དབྱངས་ཅན་བཞད་པ་མཚོག་དང་། བྱམས་བརྩེ་དང་སྙག་བསམ་གྱིས་ལྷུག་པའི་རྒྱུད་མཐུན་བརྒྱ་དོ་རྗེ་སོགས་རང་དགོན་གྱི་སྤྱོད་ལས་ཕྱུན་མོང་
 གིས་ལྷུགས་ལྷུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བར་ལག་བྱུང་ཐལ་མོ་སྦྱིང་ཁར་སྦྱར་ཏེ་བཀའ་དྲིན་དང་ཕྱགས་རྗེ་ཆེ་ལྷུ་བ་ཡིན།

རྒྱུད་ལྱེད་འཛིན་གྲུ་ལྟེན་སྟོན་གྲོགས་ཕྱུན་མོང་གིས་སྦྱར་བའོ།།



ལོགས་ཉེས་སྤངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་རྟོག་པའི་ཚེ།
 རང་གཞན་དོན་ཚུན་ལྷན་པ་ལ་བྲལ་གྱི་ཚེ།
 འཚོ་མེད་ཞི་བདེར་གནས་ལ་བྱམས་བརྩེའི་ཚེ།
 འཇུང་འཇུགས་དུགས་མནར་ལ་སྦྱོན་གྱི་ཚེ།

། མེ་སྒྲེལ་ལོར།
 དགུན་དུས་ལ་བ་ཆེ།
 དབྱར་ཐར། རྩོད་ཞོད། ཡུལ་སྦྱིར་ཆར་མི་སྦྱོམས།

། རབ་གནས་འཇུང་བ་བཞི་ལྔ་མེ་པོ་སྒྲེལ་ལོའི་ལི་ཐོ་སྤང་དོར་གྲུན་གསལ་

མེ་ལོང་ཞེས་བ་འདི་གནམ་ལོ་གསར་དུ་

བཞད་པའི་ལེགས་སྐྱེས་སུ་

ཡུལ་བའོ།།

སེར་དགོན་རྒྱུད་གྲུའི་རྒྱུར་ཚུམ་ཟབ་སྦྱོང་འཛོལ་གྲུས་བརྩམས།



འཇུལ་གསུགས་གནང་ཡུལ་མ་ལན་བརྒྱ་རྩེ་རྩེ།
 ཞལ་བར། ༡༩༥༥༥༥༠༩༥༥
 དཔེ་རིན། ༡༠.༠༠ 定价：10.00 元