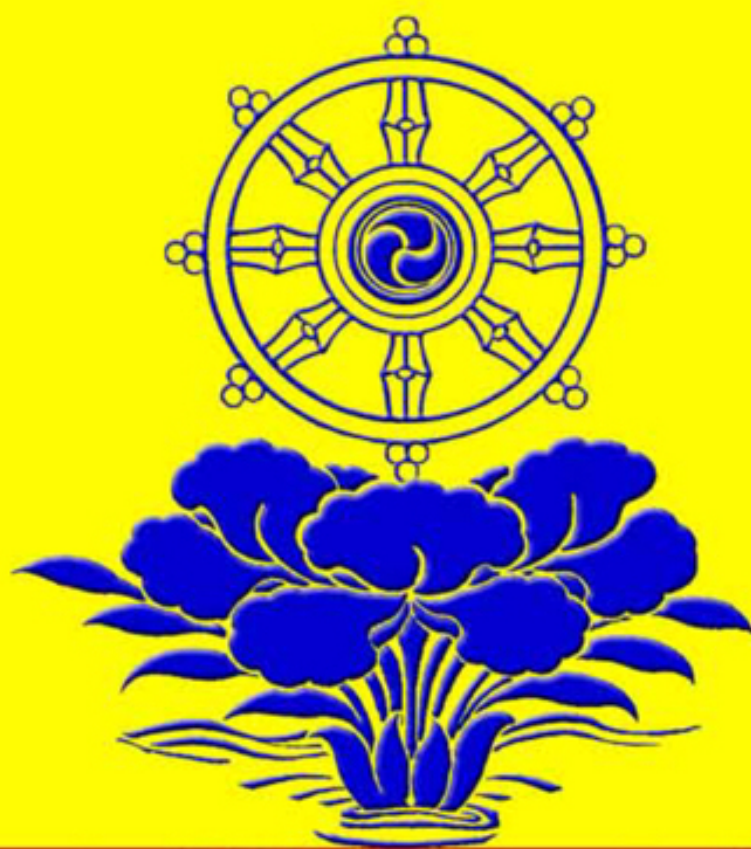


དགོ་སྒོང་འདུལ་ཁྲིམས་ཉིས་
བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་རྩ་གསུམ་
བཅུགས་སྟོ།



དར་བྱས་ཀྱིས་རྩམ་བསྐྱེགས་བུས།

དགོས་ཤིང་གིས་འདུལ་བྱིས་ཤིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙུ་ཙུ་གསུམ།

༡༡། །ཡེགས་པར་གསུངས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་འདུལ་
བའི་སྒྲེང་གཞི་དང་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ལུང་
སྡེ་བཞི་ཀུན་ལས་བདུས་པ་རིན་པོ་
ཆའི་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ།།

དར་རྒྱས་ཀྱིས་རྩོམ་བསྐྱོད་བྱས།

ཆོག་ཉུང་ལ་གོ་སློ་དོན་གསལ་བསམས་པ་དཀར་པོའི་བྲིས་པ་ཡིན། ཆོག་
དང་ཡི་གེ་སོགས་ནོར་འཕུལ་ཡོད་ན་འབྲེལ་བ་གནང་རོགས་ཟུ་ཟུ།

དཀར་ཆག།

༡མཚོད་པར་བརྗོད་པ།

༢ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ།

༣ས་བཅུ།

༤སྡོན་ཆོག་བཅུ།

༥བསྟེན་པར་རྗོགས་འདོད་མངོན་གྱི།

༦སྐྱབས་འགོ་བཞེས་སྐྱེ།

༧བཤེས་གཉེན་གྱི་མཚན་ཉིད་བཅུ།

༨དགེ་སློང་སྐྱབ་པའི་ཆོག་

ཕམ་པ་བཞི།

༡མི་ཚངས་སྤྱད་གྱི་ཕམ་པ་དང་།

༢མ་བྱིན་ལེན་གྱི་ཕམ་པ།

༣སྟོག་གཙོད་གྱི་ཕམ་པ།

༤མི་ཆོས་སྒྲ་མའི་རྩན་གྱི་ཕམ་པ།

དགོ་འདུན་ལྷག་མ་བརྒྱ་གསུམ།

༡ལུ་བ་འབྱེན་པའི་ལྷག་མ།

༢རེག་པའི་ལྷག་མ།

༣འབྲིག་ཆོག་སྤྲ་བའི་ལྷག་མ།

༤བསྟེན་བཀྱར་བསྐྱགས་པའི་ལྷག་མ།

༥སྟུན་བྱེད་པའི་ལྷག་མ།

༦ཁང་པའི་ལྷག་མ།

༧ཁང་ཆེན་གྱི་ལྷག་མ།

༨གཞི་མེད་གྱི་ལྷག་མ།

༩བག་ཙམ་གྱི་ལྷག་མ།

༡༠དབྱེན་བྱེད་པའི་ལྷག་མ།

༡༡དེ་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་གྱི་ལྷག་མ།

༡༢ཁྱིམ་སུན་འབྱེན་པའི་ལྷག་མ།

༡༣བཀའ་སློ་མི་བདེ་བའི་ལྷག་མ།

༡༤མ་ངས་པ།

སྤང་ལྟང་སུམ་ཅུ།

སྤང་ལྟང་བཅུ་ཚན་དང་པོ།

གོས་ལྷག་འཆང་བའི་སྤང་བ།

འབྲལ་བའི་སྤང་བ།

ལྷ་འཛོག་གི་སྤང་བ།

ཚས་གོས་འཕྱར་འཇུག་གི་སྤང་བ།

གོས་ལེན་པའི་སྤང་བ།

སློང་བའི་སྤང་བ།

ལྷག་པོར་ལེན་པའི་སྤང་བ།

སྤགས་པ་སློང་བའི་སྤང་བ།

སོ་སོ་ནས་སྤགས་པ་སློང་བའི་སྤང་བ།

བསྐྱལ་བའི་སྤང་བའོ།

སྤང་ལྟང་བཅུ་ཚན་གཉིས་པ།

སྤོན་བལ་གྱི་སྤོན་གྱི་སྤང་བ།

བལ་ནག་གི་སྟན་གྱི་སྤང་བ།

ཆ་གཉིས་བསྐྱེས་པའི་སྤང་བ།

ལོ་དུག་གི་སྤང་བ།

མཐོ་གང་གི་སྤང་བ།

ལམ་དུ་བལ་ཐོགས་པའི་སྤང་བ།

བལ་འབྱར་འཇུག་པའི་སྤང་བ།

རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་པའི་སྤང་བ།

མངོན་མཚན་ཅན་གྱི་སྤང་བ།

ཉོ་ཆོང་བྱེད་པའི་སྤང་བའོ།

སྤང་ལྟང་བརྟུ་ཚན་གསུམ་པ།

ལྟང་བཟེད་འཆང་བའི་སྤང་བ།

ལྟང་བཟེད་ལྟག་པོ་འཆང་བའི་སྤང་བ།

ཐགས་འཐག་དུ་འཇུག་པའི་སྤང་བ།

འཐག་པ་བསྐྱེད་པའི་སྤང་བ།

བྱིན་འཕྲོག་གི་སྤང་བ།

གཏད་པ་ལས་བྱང་བའི་སྤང་བ།

དགོན་པའི་འབྲལ་སྤང་།

རས་ཆེན་གྱི་སྤང་བ།

བསྐྱེས་པ་གཞན་དུ་བསྐྱར་བའི་སྤང་བ།

གསོག་འཛོག་གི་སྤང་བའོ།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ།

ཤེས་བཞིན་སོགས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆེན་བཅུ།

ས་བོན་སོགས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆེན་བཅུ།

མ་བསྐྱེས་སོགས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆེན་བཅུ།

ཡང་ཡང་སོགས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆེན་བཅུ།

རྒྱ་སོགས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆེན་བཅུ།

བྱིས་སོགས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆེན་བཅུ།

བསམ་བཞིན་སོགས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆེན་བཅུ།

མགོན་མང་རྒྱུན་སོགས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆེན་བཅུ།

ཆོས་སྟོན་སོགས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆེན་བཅུའོ།

སོར་བཤགས་ཀྱི་སྒྲེ།

ཉེས་བྱས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཉིས།

གོས་བགོ་བའི་ཚུལ་བརྒྱ།

འགོ་བའི་ཚུལ་ཉི་ཤུ།

འདུག་པའི་ཚུལ་དགུ།

ཟས་ལེན་ཚུལ་བརྒྱད།

ཁ་ཟས་སྦྱོད་ཚུལ་ཉེར་གཅིག།

ལྷ་བཟེད་སྦྱོད་ཚུལ་བརྒྱ་བཞི།

ཆོས་སྟོན་ཚུལ་ཉེར་དུག།

སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ།

རྒྱ་བ་གཅིག།

བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སྦྱོང་གི་གཞི་གསུམ།

གསོ་སྦྱོང་བརྒྱ་བཞི་པ།

གསོ་སྦྱོང་བཅོ་ལྷ་པ།

གཞི་གསུམ་ཚོ་ག།

དབྱར་གནས་ཀྱི་ཚོ་ག།

དབྱར་གནས།

དགག་དབྱེ།

དུས་ཀྱི་དགག་དབྱེ།

གོས་ཀྱི་གཞི་གསུམ།

དུས་དང་དུས་མིན་བསྐྱེད་པའི་གཞི།

རིས་ཆད་སློ་ཡི་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད།

ཕྱིར་བཅོས།

ཕྱིར་བཅོས་ཀྱི་གཞི་བདུན།

ཚུད་པའི་རྒྱ་བཞི།

གནས་མལ་གྱི་གཞི།

༄༅། །ལེགས་པར་གསུངས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་འདུལ་
བའི་གླེང་གཞི་དང་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ལུང་
སྟེ་བཞི་ཀུན་ལས་བདུས་པ་རིན་པོ་
ཆའི་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ།།

མཛོད་པར་བརྗོད་པ།

༄༅། །ལེགས་པར་གསུངས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་འདུལ་བའི་གླེང་
གཞི་དང་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ། ལུང་སྟེ་བཞི་ཀུན་ལས་བདུས་པ་རིན་
པོ་ཆའི་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ། བམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་
འཆལ་ལོ། གཅིག་དུ་དཀར་བའི་ལྷག་བསམ་ལན་གཅིག་མིན་པར་
གོམས་མཛོད་འགྲོ་ཀུན་བྱ་གཅིག་ལྟར་དགོངས་བྱུགས་རྗེ་ཅན། །
གཅིག་དང་དུ་མའི་ཆོས་ཀུན་གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བྲལ་ཆོས་དབྱིངས་
ངང་དུ་རོ་གཅིག་ཉིད་དགོངས་ཏེ། །སྐད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་གཡེལ་བ་
མེད་པར་རྩེ་གཅིག་ཉིད་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པས་སྤང་བ་གཅིག་བྱ་བ།

བདུད་དཔུང་གཅིག་དུ་མཐར་མཇུག་ཉག་གཅིག་དཔའ་བོ་མཚུངས་
མེད་སྟོན་པ་གཅིག་ཕུ་དེ་ལ་འདུད། །

ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ།

སྐྱེ་བོ་ཡལ་པ་དང་། མུ་སྟེགས་པ་ལས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་ལམ་ལྷག་
པའི་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ལྷག་པ་ཚུལ་བྱིས་སྟེ་
བསྐྱབ་པ་དང་། ལྷག་པ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ལྷག་པ་གཤམ་
རབ་གྱི་བསྐྱབ་པ་རྣམས་སོ།

ས་བརྒྱ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བརྒྱ་སྟེ། དང་པོ་རབ་དུ་དགའ་བ་དང་།
གཉིས་པ་དྲི་མ་མེད་པ། གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ། བཞི་པ་འོད་འཕྲོ་བ། ལྔ་

པ་སྦྱང་དཀའ་བ། རྩལ་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ། བདུན་པ་རིང་དུ་སོང་བ།
བརྒྱད་པ་མི་གཡོ་བ། དགུ་པ་ལེགས་པའི་སློ་གོས། བརུ་པ་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་
རྣམས་སོ། ཨ་རུ་ཡོ་གའི་ཐུན་མིན་གྱི་བཤད་སྟོན་ལྟར་ཆོགས་ལམ་
སྐབས་ཀྱི་ས་བརུ་སྟེ་དང་པོ་འགྱུར་བ་མ་ངེས་པའི་ས་དང་། གཉིས་པ་
བརྟེན་པ་གཞིའི་ས། གསུམ་པ་གལ་ཆེན་སྦྱང་བའི་ས། བཞི་པ་བསྐྱབ་པ་
རྒྱན་གྱི་ས། ལྷ་པ་བསོད་ནམས་རྟེན་གྱི་ས། རྩལ་པ་བརྟེན་པ་ཁྱད་པར་
དུ་འགོ་བའི་ས། བདུན་པ་དམིགས་འབྲས་སྦྱེ་བའི་ས། བརྒྱད་པ་གནས་
པ་མི་འགྱུར་བའི་ས། དགུ་པ་གདལ་བ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ས། བརུ་པ་རྫོགས་
པ་སྤྱི་ཆིབས་ཀྱི་ས་སྟེ་བརུ་ལོ།

སྟོན་ཆོག་བརུ།

སངས་རྒྱས་ལྷ་ལས་མ་འདས་གོང་གི་བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་སྟོན་
ཀྱི་ཆོག་བརུ་སྟེ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་རང་སངས་རྒྱས་གཉིས་

ཟད་མི་སྐྱེ་ཤེས་ནས་བྱང་རྒྱལ་བརྟེན་པའི་རང་བྱུང་གིས་བསྟེན་པར་
 རྫོགས་པ་གཉིས་དང་། ལྷ་སྤེ་བཟང་པོ་མཐོང་ལམ་སྐྱེས་ཆེ་ཡེ་ཤེས་ཁོང་
 རུད་ཀྱིས་དང་། སྤྱི་རྒྱུ་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་དང་། འོད་སྤྱང་ཆེན་
 པོ་སྟོན་པར་ཁས་སྤྱངས་པས་དང་། བཟང་སྤེ་རྫོགས་དུག་རུས་སྐྱབས་
 གསུམ་ཁས་སྤྱངས་པས་དང་། སྐྱེ་དགུའི་བདག་མོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆེས་
 བརྒྱད་བསྐྱབ་པར་ཁས་སྤྱངས་པས་དང་། ལེགས་བྱིན་དྲིས་པའི་ལན་
 ལ་དགེས་པས་དང་། མཆོད་སྐྱོན་མ་ཕ་མའི་དབང་དུ་སོང་བ་ལ་དགེ་
 སྤྱོད་མ་ལྷན་ལས་ཕོ་ཉ་བྱས་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱིས་སྤྱོད་རྫོགས་ལ་བརྟེན་ནས་
 དང་། དགེ་འདུན་གྱི་གངས་ཡུལ་དབུས་སུ་བརྟེན་རྫོགས་དང་། མཐའ་
 འཁོབ་དུ་ལྷ་རྫོགས་སོ་སོས་གསོལ་བཞིའི་ལས་ཀྱི་རབ་བྱུང་བསྟེན་
 རྫོགས་ཅིག་ཆར་དུ་བྱེད་པ་རྣམས་སོ།

བསྟེན་པར་རྫོགས་འདོད་མངོན་གྱི།

བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་མངོན་གྱི་བཅུ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟེ། རྒྱུ་ལྷན་
སློང་ཐོབ་འདོད། དུས་ཀྱི་རྒྱུ་སློང་ཐོབ་ཤེས། འགལ་ཁྱེན་ངེས་པ་ལྟ་
བུ་ཀྱི་བསམ་པ། མཐུན་ཁྱེན་ཐུན་ཆོགས་གསུམ་ལྟ་བུ་ཀྱི་བསམ་པ་དེ་
ཐམས་ཅད་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་རྩིས་བྲིས་པ།

སྐབས་འགྲོ་བཞི་སྟེ།

སྒྲ་མ་དང་། སངས་རྒྱལ། ཆོས། དག་འདུན་བཞི་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་
དགོས་པ།

བཤེས་གཉེན་གྱི་མཚན་ཉིད་བཅུ།

ཐེག་ཆེན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཚན་ཉིད་བཅུ་ཉེ་ལྷག་པ་ཚུལ་
བྱེད་ཀྱི་བསྟན་པས་དུལ་བ་དང་། ལྷག་པ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྟན་
པས་ཞི་བ། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་གྱི་བསྟན་པས་ཉེ་བར་ཞི་བ། ལུང་གི་ཡོན་
ཏན་གྱིས་ཕྱག་པ། སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པ། སྟོབ་མ་ལས་ཡོན་ཏན་ལྷག་
པ། སྤྲུལ་ལས་པ། བརྟེན་བ་དང་ལྷན་པ། བརྟེན་འགྲུས་དང་ལྷན་པ། སྟོ་
ངལ་སྤངས་པ་སྟེ་བཅུ།

དགེ་སློང་སྐྱབ་པའི་ཆོ་ག།

གསོལ་བཞིའི་ལས་གྱི་ཆོ་ག་ཚང་ལ་མ་ཞོར་མ་འབྲུགས་པ་དང་། བྱེ་
བྲག་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་སྟེ། སྦྱོར་བ་མངོན་གྱུར་དང་པོ་
ནས་དགུ་པའི་བར་གྱི་ཆོས་རྣམས་སྟོན་སྟངས་ནས། དངོས་གཞི་ལས་

དགོས་པོ་ལྟར་གྱིས་འདུལ་བྱེད་ཀྱིས་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་ཅུ་གསུམ།

མངོན་གྱུར་གྱིས་གསོལ་བའི་ལས་བྱས་ཤིང་ཆགས་པའི་སྒོ་ནས་དགོ་
འདུན་ལས་བསྟེན་པར་རྩོགས། རྗེས་སུ་སྒྲིམ་པ་ཐོབ་མཚམས་ཀྱི་དུས་གོ་
བཅོལ་པ་དང་གདམས་ངག་བཅུ་གཅིག་གིས་བསྐྱབ་པ་བཅོལ་པ་
བཅས་གྲུབ་པའོ།

༡༡། །དགོ་སྒོང་གིས་འདུལ་བྱིས་ཁྱིམ་ བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙུམ་ བཅུགས་སོ།

དགོ་སྒོང་གིས་སྤང་བའི་བསྐྱབ་བྱའི་འདུལ་བྱིས་ཁྱིམ་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙུམ་
གསུམ་སྟེ། ཡམ་པ་བཞི་དང་། ལྷག་མ་བརྒྱ་གསུམ་། སྤང་ལྷང་སུམ་ཐུ།
ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱ། སྤོར་བཤགས་བཞི། ཁྱིམ་བྱས་བརྒྱ་
དང་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད་དོ།

ཡམ་པ་བཞི།

དགོ་སྒོང་གི་རྩ་བའི་ལྷང་བ་སྟེ། མི་ཚངས་སྦྱོད་ཀྱི་ཡམ་པ་དང་། མ་བྱིན་
ལེན་ཀྱི་ཡམ་པ་དང་། སྒོག་གཙོད་ཀྱི་ཡམ་པ་དང་། མི་ཚོས་སྤྲ་མའི་རྩུན་
ཀྱི་ཡམ་པ་བཅས་བཞི་རོ།

མི་ཚངས་སྦྱོང་གི་ཕམ་པ།

ཕམ་པ་བཞིའི་ནང་གསལ་ཏེ། མི་ཚངས་སྦྱོང་གི་ཕམ་པ་ནི། གཞི་
བསམ་སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་པའི་ཡན་ལག་བཞི་ཚང་དགོས་ཚང་མ་
གཟིགས། གཞི་ཕོ་མོ་མ་ནིང་མི་དང་དུད་འགྲོ་གང་ཡིན་རུང་། ལྷས་གསོན་
པོ་འམ་ཕྱེད་དུ་ལོངས་པའི་རོ་ལྷ་བུའི་ཁ་དང་བཤང་ལམ་ཟག་ཕྱེད་
གསུམ་པོ་གང་རུང་དུ། བསམ་པ་ཆགས་པའི་སེམས་ཀྱིས། སྦྱོར་བ་ཕོ་
དབང་པོ་བརྒྱག་ཅིང་། མཐར་ཐུག་རེག་པ་ལས་ཕྱང་བའི་བདེ་བ་
རྫོགས་པར་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའོ།

མ་བྱིན་ལེན་གི་ཕམ་པ།

ཕམ་པ་བཞིའི་ནང་གསལ། མ་བྱིན་ལེན་གི་ཕམ་པ་ནི། གཞི་གཞན་གི་
དངོས་པོ་རིན་ཐང་ཚང་བ། བསམ་པ་རྒྱ་བར་འདོད་པའི་སེམས་ཀྱིས།
སྦྱོར་བ་རང་གིས་དངོས་སུ་བརྒྱས་པའམ་གཞན་ལ་རྒྱར་བརྒྱག་ནས།

མཐར་ཐུག་དངོས་པོ་དེ་བདག་པོ་དང་བྲལ་ནས་བདག་གིར་བྱས་པའོ།
 རིན་ཐང་གི་ཚད་མཐའ་གཅིག་དུ་མ་ངེས་ཀྱང་ཀུན་པ་ཆེན་པོའི་བཞི་ཆ་སྟེ།
 དངུལ་ཞོག་པ་ཅམ་རིན་ཐང་གི་ཚད་དུ་གྲགས་སོ།

ཡམ་པ་བཞིའི་ནང་གསེས། སྟོག་གཅོད་ཀྱི་ཡམ་པ་ནི། གཞི་མིའམ་མིར་
ཆགས་པ། བསམ་པ་གསོད་པར་འདོད་པས། སྦྱར་བ་མཆོན་དུག་
སྒྲགས་ཀྱིས་གསོད་པར་བརྩམས་པའམ། གཞན་ལ་གསོད་དུ་བརྩལ་
ནས། མཐར་ཐུག་གཞན་གྱི་སྟོག་གི་དབང་པོ་འགག་པའོ།

མི་ཆོས་སྒྲ་མའི་རྒྱ་གྲི་ཕམ་པ།

དགོ་འདུན་ལྷག་མ་བརྟུ་གསུམ།

དགོ་སྒོར་གི་སྤང་བྱ་ལྷག་མའི་སྡེའི་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྟེ། སེམས་
 ཅན་ལ་ཆགས་པའི་ལྷག་མ་ལྔ་དང་། ཡོ་བྱད་ལ་ཆགས་པའི་ལྷག་མ་
 གཉིས། གཞོད་པའི་ལྷག་མ་གཉིས། བསྒོ་བྱུང་གི་ལྷག་མ་བཞི་བཙས་
 བརྩ་གསུམ།

ཉལ་བ་འབྱེད་པའི་ལྷག་མ།

དགོས་པོ་ལྟོས་པའི་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་པ་བྱེད་པའི་ཆ་གསུམ་ལ་
ལས་གྲུར་པའི་ལྷག་མ་ལྟེན་པའི་ལྷག་མ་གྱི་ལྷག་མ་གྱི་ལྷག་མ་
ཟག་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་པ་བྱེད་པའི་ལྷག་མ་གྱི་ལྷག་མ་གྱི་ལྷག་མ་
སོར་སོར་ལྷག་པའི་ལྷག་མ་གྱི་སྒྲིག་པ་བྱེད་པའི་ལྷག་མ་

འདུལ་བྱེད་པའི་ལྷག་མ།

དགོས་པོ་ལྟོས་པའི་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་པ་བྱེད་པའི་ལྷག་མ་
ལས་གྲུར་པའི་ལྷག་མ་ལྟེན་པའི་ལྷག་མ་གྱི་ལྷག་མ་གྱི་ལྷག་མ་
ཟག་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་པ་བྱེད་པའི་ལྷག་མ་གྱི་ལྷག་མ་གྱི་ལྷག་མ་
སོར་སོར་ལྷག་པའི་ལྷག་མ་གྱི་སྒྲིག་པ་བྱེད་པའི་ལྷག་མ་

༣ འཕྲིག་ཆོག་སྤྲོ་པའི་ལྟུང་ལྟུང་།

དགོས་པོ་ལྟོས་པའི་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པ་ལས་
ཟུར་པའི་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་གསུམ། ཆགས་སེམས་ཀྱིས་ཀྱུན་ནས་
བསྐྱེད་པའི་བྱུང་མེད་ལ་འཕྲིག་ཆོག་སྤྲོ་པའི་ལྟུང་ལྟུང་སྤྲོ་པའི་
ཆེན་པར་སྤྲོ་པའོ།

༤ བསྐྱེད་བྱུང་བསྐྱེད་པའི་ལྟུང་ལྟུང་།

དགོས་པོ་ལྟོས་པའི་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པའི་ལྟུང་
ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་གསུམ། ཆགས་སེམས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་བྱུང་ན་
ལྟུང་སྤྲོ་པའི་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་།

༥ སྦྱོར་བྱེད་པའི་ལྷག་མ།

དགོ་འདུན་ལྷག་མ་བརྒྱ་གསུམ་ལས། སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པ་ལས་
གྱུར་པའི་ལྷག་མའི་ནང་གསེས། འཕྲིན་ལན་གསུམ་བསྐྱལ་བའི་སྒོ་ནས་
སྤར་མི་མཐུན་པའི་སྦྱོར་པ་དང་བྱུང་མེད་འབྲིག་པ་བསྟེན་པ་ལ་མཐུན་
པར་སྦྱར་བའོ།

༦ ཁང་པའི་ལྷག་མ།

དགོ་འདུན་ལྷག་མ་བརྒྱ་གསུམ་ལས། ཡོ་བྱུང་ལ་ཆགས་པ་ལས་གྱུར་པ་
གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྱལ། གཞི་སྒོ་ག་ཆགས་མང་ཞིང་ཚུད་པ་ཅན་འཇིག་རྒྱུན་
ཡོད་པས་མི་རུང་བ་གསུམ་དང་ལྷན་པའི་སར་རང་དོན་དུ་དགོ་འདུན་
ལས་གནང་བ་མ་ཐོབ་བཞིན་སྤིད་དུ་ཁྱ་བཙོ་བརྒྱད་དང་། ཞིང་དུ་ཁྱ་
སྦྱེད་དང་བརྒྱ་གཅིག་གི་ཚད་ལས་ལྷག་པའི་ཁང་པ་བརྩེགས་པའོ།

ལའང་ཆེན་གྱི་ལྷག་མ།

དགེ་འདུན་ལྷག་མ་བརྒྱ་གསུམ་ལས། ཡོ་བྱད་ལ་ཆགས་པ་ལས་གྱུར་
པའི་ལྷག་མ་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྱལ། གཞི་དང་དངོས་པོ་མ་དག་པས་དགེ་
སློང་བཞི་ཡན་ཆད་ཀྱི་དོན་དུ་ཁང་པ་ཆེན་པོ་བརྩིགས་པའོ།

༤གཞི་མེད་ཀྱི་ལྷག་མ།

དགེ་འདུན་ལྷག་མ་བརྒྱ་གསུམ་ལས། གཞོད་པ་ལས་གྱུར་པ་གཉིས་ཀྱི་
ཡ་གྱལ། དགེ་སློང་གཞན་ལ་བརྗོད་པའི་གཞི་མཐོང་ཐོས་དོགས་གསུམ་
མེད་བཞིན་ཕམ་བཞི་གང་གི་སྒྲོན་ས་སྐྱར་བ་འདེབས་པའོ།

འབག་ཙམ་གྱི་ལྷག་མ།

དགེ་འདུན་ལྷག་མ་བརྒྱ་གསུམ་ལས། གནོད་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷག་མ་
གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྱལ། དགེ་སློང་གཞན་ལ་སྟངས་ཀྱིས་འབག་ཙམ་ཡོད་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་ཕམ་པའི་སྐྱུར་འདེབས་བྱས་པའོ།

༡༠དབྱེན་བྱེད་པའི་ལྷག་མ།

དགེ་འདུན་ལྷག་མ་བརྒྱ་གསུམ་ལས། བསྐྱོ་བ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷག་མ་
བཞིའི་ནང་གསེས། མཚམས་ནང་གཅིག་དུ་བཅས་ལྟན་དགེ་སློང་གིས་
རང་མི་ཐེ་བའི་དགེ་འདུན་དུ་ཡོངས་པ་གཉིས་ཆོས་མིན་གྱི་ལྷ་བས་ཕན་
ཚུན་དབྱེན་བྱེད་པ་ལ། གཞན་གྱིས་ལན་གསུམ་བསྒྲེག་ཀྱང་མི་ཉན་པའོ།

༡༣ བཀའ་སློམ་མི་བདེ་བའི་ལྷན་ཁྲིམས།

དགོ་འདུན་ལྷན་ཁྲིམས་བཅུ་གསུམ་ལས། བསྐྱོད་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷན་ཁྲིམས་
བཞིའི་ནང་གསལ་རང་ཉིད་ལ་ལྷུང་བ་བྱུང་བར་གཞན་གྱིས་སྐྱེད་བ་ན་
དང་དུ་མི་ལེན་པས་བཀའ་སློམ་མི་བདེ་བ་སྟེ་གཞན་གྱིས་བསྐྱོད་ཀྱང་མི་
ཉན་པར་སློམ་མི་བདེ་བར་བཅོས་པ།

མ་ངེས་པ།

དགོས་པོ་ལྟོས་པའི་ལྷན་ཁྲིམས་གོགས་མེད་པར་དབེན་པར་སླིབ་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་
ཡོད་པའི་གནས་སུ་བྱུང་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་འདུག་པའི་ཆེ་གནས་
དེར་མི་ཆངས་སྟོན་བྱུང་རུང་མི་རུང་གི་ཁྱད་པར་ལས་དགོས་པོ་དེ་ལ་
ཕམ་ལྷན་ལྷུང་བྱེད་གསུམ་གང་བྱུང་མ་ངེས་པའམ་དངོས་པོ་མཐའ་
གང་དུ་འགྱུར་མ་ངེས་པའོ།

སྤང་ལྟང་སུམ་རྩ།

དགེ་སློང་གི་སྤང་བྱ་ལྟང་བྱེད་ཀྱི་སྡེའི་ནང་གསེས། གང་ལ་ལྟང་བ་བྱང་
བའི་དངོས་པོ་དེ་སྤང་བའི་སློན་སྒྲིལ་བཅོས་དགོས་ཤིང་། མ་བཅོས་
ན་རྣམ་སློན་ངན་སོང་དུ་ལྟང་བར་བྱེད་པ་དང་། གངས་ནི་བརྒྱ་ཚན་
གསུམ་ཡོད་དོ།

སྤང་ལྟང་བརྒྱ་ཚན་དང་པོ།

སྤང་བའི་ལྟང་བ་བརྒྱ་ཚན་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ལ། གོས་ལྷག་འཆང་བའི་
སྤང་བ། འབྲལ་བའི་སྤང་བ་དང་། ལྷ་འཛོག་གི་སྤང་བ་དང་། ཆོས་གོས་
འབྱར་འཇུག་གི་སྤང་བ་དང་། གོས་ལེན་པའི་སྤང་བ་དང་། སློང་བའི་
སྤང་བ་དང་། ལྷག་པོར་ལེན་པའི་སྤང་བ། སྤགས་པ་སློང་བའི་སྤང་བ།
སོ་སོ་ནས་སྤགས་པ་སློང་བའི་སྤང་བ། བསྐྱལ་བའི་སྤང་བ་སྟེ་བརྒྱའོ།

༡གོས་ལྷག་འཆང་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། ཆོས་གོས་ཀྱི་རྒྱར་མ་བསྒྲེས་པ་ཁྱ་ཆད་
དུ་ལོངས་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་གོས་ལྷག་པོར་རང་ལ་དབང་བ་བྱིན་གྱིས་མ་
བརྒྱབས་པར་ཞག་བརྒྱ་མ་ཇོགས་ཀྱི་བར་དུ་འཇོག་པའོ།

འཇབལ་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། ཆོས་གོས་གསུམ་གང་རུང་ཉིན་ཞག་
ཤུགས་གཅིག་གི་བར་དུ་འཇབལ་བའོ།

༣༥ འཇོག་གི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གང་རུང་མེད་
པས་ཆོས་གོས་ཀྱི་རྒྱར་བསྐྱོས་པ་ལྷ་ཚད་དུ་ལོངས་གིང་། འཁོར་གསུམ་
སྟེ་སྟེ་བའི་འཁོར་ལོ་ཤུས་མའི་འཁོར་ལོ་གཉིས་དང་བཅས་པ་མི་ཁེབས་
པའི་གོས་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་བླ་བ་གཅིག་གི་བར་དུ་འཆང་བའོ།

༤ བལ་འཁྱུར་འཇུག་པའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། རང་གི་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་དགེ་སློང་མ་
ལ་བལ་འཁྱུར་པ་དང་ཆེལ་བ་དང་འཆོད་དུ་འཇུག་པའོ།

དགོས་སྒོར་གིས་འདུལ་བྱིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙུ་ཙ་གསུམ།

༥གོས་ལེན་པའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་རུའི་ནང་གསེས། རང་ལ་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་ཡོད་
བཞིན་འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པའི་ཆད་དུ་ལོངས་པའི་གོས་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་
པའི་དགོས་སྒོར་མ་ལས་སྤངས་པའོ།

༦སྒོར་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་རུའི་ནང་གསེས། རང་ལ་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་ཡོད་
བཞིན་དུ་འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པའི་ཆད་དུ་ལོངས་པའི་གོས་སམ་རྒྱ་ཉེ་
དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིམ་པ་ལས་སྒོར་བའོ།

ལྷག་པོར་ལེན་པའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་མེད་པའི་དགེ་
སློང་གིས་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིམ་པ་ལ་སྤྲོད་གཡོགས་སྤང་གཡོགས་བྱུང་
གཅིག་གི་ཆད་ལས་ལྷག་པ་བསྤངས་ཏེ་ལེན་པའོ།

༤སྤགས་པ་སློང་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས་ཤིག་ཉེ་མིན་བྱིམ་པས་སློས་གང་སྤྲོགས་
ཀྱིས་སྤྱིན་པར་རྩེམ་པའི་ཆོ། དེ་ལས་ལྷག་པའི་རིན་ཐང་སོགས་བཟང་
བ་ཞིག་དགོས་ཞེས་བསྤངས་པ་ལྷ་བུའོ།

ལེ་ཤོ་ཤོ་ནས་སྤྲུགས་པ་སྟོང་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷུང་སྤུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། བྱིས་བདག་པོ་མོ་སོ་སོ་ནས་གོས་མང་
པོ་ལམ་རེ་རེ་དག་སྤྲོང་རང་ལ་འབུལ་བར་སྤྲུགས་པ་སྤྲོང་བའོ།

༡༠བསྐྱར་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷུང་སྤུམ་རྩའི་ནང་གསེས། གོས་ཉི་པའི་རིན་གྱི་རིན་པོ་ཆེ་ཞལ་ཏ་
བ་ལ་གཏད་ནས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བསྐྱལ་བ་དང་ལན་གསུམ་གྱི་
བར་དུ་མཐོང་སར་བསྐྱེད་པ་ལས་ལྷག་པའི་བསྐྱལ་མས་གོས་བྱངས་པ།

སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་

དགོས་པོ་ལྟོས་པའི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་
སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། ཆ་
གསུམ་བསྐྱོར་པའི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། ལོ་རྒྱུག་གི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། མཐོ་གཞི་གི་
སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། ལམ་དུ་བལྟ་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། བལྟ་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། ལམ་དུ་བལྟ་
པའི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་ལ་རྒྱུ་པའི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། མཐོ་མཐོ་
ཆ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། ཉོ་ཆོང་བྱེད་པའི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་།

༡༡སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་

སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་ལ་རྒྱུ་པའི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་
བྱེད་པའི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། ལམ་དུ་བལྟ་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། ལམ་དུ་བལྟ་
པའི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་། ཉོ་ཆོང་བྱེད་པའི་སྒྲིག་ཁྲུང་ཆ་དང་།

༡༢བལ་ནག་སྟན་གྱི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟོང་སྟུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། བལ་ནག་པོ་འབའ་ཞིག་ལས་གྲུབ་པའི་
སྟན་བྱེད་པའོ།

༡༣ཆ་གཉིས་བསྐྱེད་པའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟོང་སྟུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། སྟན་ལ་ཆ་བཞིར་བགོས་པའི་ཆ་གཉིས་
ལས་ལྷག་པ་བལ་ནག་གིས་བྱས་པའོ།

༡༤ ལོ་དྲུག་གི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་རྩའི་ནང་གསེས། ལོ་དྲུག་གི་བར་དུ་རང་ལ་ལོངས་སྤྱད་
རྩའི་སྟན་ཡོད་བཞིན་དུ་སྟན་གསར་པ་ཆེད་དུ་བྱས་པའོ།

༡༥ མཐོག་གང་གི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་རྩའི་ནང་གསེས། གདིང་བ་གསར་པ་དུབ་པའི་ཚེ། རྟིང་
པ་ནས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མཐོག་གང་གི་ཆད་དེ་མིའི་བྱ་སྤྱེད་དོ་མ་
གླན་པར་ལོངས་སྤྱད་པའོ།

༡༤ལམ་དུ་བལ་ཐོགས་པའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། ཆགས་སེམས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྤངས་
ཏེ་བལ་ལ་ཐོགས་པའི་ཁུར་ཆེན་པོ་ཁུར་ནས་ཉི་མ་གཅིག་གི་ནང་དུ་
རྒྱང་གྲགས་ལས་འདས་པར་འགྲོ་བའོ།

སྤང་ལྟང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། རང་གི་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་དགོས་ཤིང་མ་
ལ་བལ་འཁྱུད་པ་དང་ཆེལ་བ་དང་འཆོད་དུ་འཇུག་པའོ།

༡༤ རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་པའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་རུའི་ནང་གསེས། ཆགས་སེམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རུང་བ་མ་
བྱས་པའི་གསེར་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་གམ་རེག་ཏུ་བཟུག་
ནས་བདག་གིར་བྱས་པའོ།

༡༥ མངོན་མཚན་ཅན་གྱི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་རུའི་ནང་གསེས། ཆགས་སེམས་ཀྱིས་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་
ཁྱིམ་པ་ལ་གསེར་དངུལ་ལ་སོགས་པ་བུན་སྦྱེད་དམ་ཁེ་སྒོགས་བྱེད་
བཟུག་པ།

༢༠ ཉ་ཚང་བྱེད་པའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། རིན་པོ་ཆེ་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་འབྱུ་
སོགས་གཞན་ཁེ་སྤོགས་བྱེད་པའོ།

སྤང་ལྟུང་བརྩུ་ཚན་གསུམ་པ།

[illegible]

༢༡ ལྷུང་བཟེད་འཆང་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷུང་སུམ་རུའི་ནང་གསེས། ཕྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པའི་ལྷུང་བཟེད་
ཞག་བརྒྱུ་འཆང་བའོ།

༢༢ ལྷུང་བཟེད་ལྷག་པོ་འཆང་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷུང་སུམ་རུའི་ནང་གསེས། རང་ལ་ལྷུང་བཟེད་ཚད་ལྡན་ཡོད་
བཞིན་དུ་ཁྲིམ་པ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལྷུང་བཟེད་བཙལ་ནས་ཐོབ་
པའོ།

༢༣ ཐགས་འཐག་དུ་འརྱག་པའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྷུང་སྤུམ་རྩའི་ནང་གསེས། བྱིས་པ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་སྤྱད་ན་མ་
བྱིན་པར་ཐགས་འཐག་དུ་བརྩག་པའོ།

༢༧ འཕགས་པ་བསྐྱེད་པའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟུང་སྤུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིས་པས་ཐགས་
བདགས་ནས་རང་ལ་སྟེར་བར་ཁས་སྤངས་པ་ན་ཐགས་མཁན་ལ་གྲུ་
རྩན་བྱིན་ནས་སྦྱིན་བདག་གི་སྟོ་དང་མི་འཛམ་པའི་བཟང་རིན་ཆེན་
པོར་འཐག་དུ་བཅུག་པའོ།

༢༥ བྱིན་འཕྲོག་གི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། དགེ་སློང་གཞན་ལ་ཡོ་བྱད་བྱིན་པ་
སྤང་འཕྲོག་པའོ།

༢༦ དགོན་པའི་འབྲལ་བ་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། དགེ་སློང་དགོན་པ་བས་ཆོས་གོས་དང་
བྲལ་ནས་ཞག་བདུན་ཡན་ཆད་འདས་པའོ།

འལ་རས་ཆེན་གྱི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟངས་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། དབྱར་ཁས་ལེན་གྱི་སྤང་རྒྱ་གཅིག་
ཡན་དང་། དགག་དབྱེ་གྲོལ་ནས་སྤྱེད་ཕན་འདས་པར་རས་ཆེན་
བཙུལ་བ་དང་བཅངས་པའོ།

འདག་ཏད་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟངས་སུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། སྤྱིན་བདག་གིས་གཏད་པའི་དབྱར་གྱི་
ཉེད་པ་དབྱར་མཚམས་ཀྱི་ནང་དུ་ལོངས་སྤྱོད་པའོ།

༡༧བསྐྱོམ་པ་གཞན་དུ་བསྒྱུར་བའི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སྤུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། བྱིམ་པས་དགོ་འདུན་ནམ་དགོ་སློང་གཞན་ལ་བསྐྱོམ་པའི་ཡོ་བྱད་རང་ཉིད་ལ་བསྒྱུར་བ་ཞེ་བདག་དུ་བཟུང་བའོ།

༢༠གསོག་འཛོག་གི་སྤང་བ།

སྤང་ལྟང་སྤུམ་ཅུའི་ནང་གསེས། སྒྲན་གསུམ་པོ་གང་རུང་དུ་དུས་ལས་འདས་པར་བཅངས་པའོ།

ལྷ་ཕྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ།

དགེ་སློང་གི་སྤང་བྱ་ལྷ་ཕྱེད་ཀྱི་སྤེའི་ནང་གསལ་གྱི་འཕྲུ་བས་སྤེ་
ཆན་དགུ་ལྟ། ཤེས་བཞིན་སོགས་ཀྱི་སྤེ་ཆན་བཅུ། ས་བོན་སོགས་ཀྱི་སྤེ་
ཆན་བཅུ། མ་བསྐྱས་སོགས་ཀྱི་སྤེ་ཆན་བཅུ། ཡང་ཡང་སོགས་ཀྱི་སྤེ་
ཆན་བཅུ། རུ་སོགས་ཀྱི་སྤེ་ཆན་བཅུ། བྱིས་སོགས་ཀྱི་སྤེ་ཆན་བཅུ།
བསམ་བཞིན་སོགས་ཀྱི་སྤེ་ཆན་བཅུ། མགོན་མང་རྒྱན་སོགས་ཀྱི་སྤེ་
ཆན་བཅུ། ཆོས་སྟོན་སོགས་ཀྱི་སྤེ་ཆན་བཅུ་སྤེ་དགུ་བཅུའོ།

༡.ཤེས་བཞིན་སོགས་ཀྱི་སྤེ་ཆན་བཅུ།

ལྷ་ཕྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསལ། བཅུ་ཆན་དང་པོ་ཤེས་
བཞིན་ཀྱི་སྤེ་ཆན་ལ་རྩུ་སྤྲ་བའི་ལྷ་ཕྱེད་དང་། སྟོན་བཟོད་པའི་ལྷ་

བྱེད། ལྷ་མ་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད། སྒྲོན་ཚྲེགས་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད། ལུང་
མེད་ལ་ཆོས་སྒྲོན་པའི་ལྷུང་བྱེད། བསྐྱེན་པར་མ་ཚྲེགས་པ་དང་ལྷན་
ཅིག་འདོན་པའི་ལྷུང་བྱེད། གནས་ངན་ལེན་བཟོད་པའི་ལྷུང་བྱེད། མི་
ཆོས་སྒྲུ་མ་བདེན་པར་སྒྲུ་བའི་ལྷུང་བྱེད། བཤེས་ངོར་འཕུས་པའི་ལྷུང་
བྱེད། བསྐྱེད་བཞི། ལུང་གསོད་ཀྱི་ལྷུང་བྱེད་དེ་བཅུ་ལྟོ།

འས་བོན་སོགས་ཀྱི་སྡེ་ཆ་ཆུ་

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། བཅུ་ཆ་གཉིས་པ་ས་
བོན་ཀྱི་སྡེ་ཆ་ལ་སྒྲེ་བ་གཙོད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། འཕྱ་བའི་ལྷུང་བྱེད་
དང་། བསྐྱོ་བ་རྣམ་གཞོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། གནས་མལ་ཀྱི་ལྷུང་བྱེད་
དང་། གདིང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྒྲོད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ཕྱིས་གཞོན་
བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ལུག་པ་དབྱུང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྒོག་
ཆགས་ལྷན་པར་འདེབས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། རིམ་པ་ལྷག་པོ་བཅུ་གས་

པའི་ལྷུང་བྱེད་དེ་བརྒྱའོ།

༣མ་བསྐྱོས་པའི་སྡེ་ཚན་བརྒྱ།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། བརྒྱ་ཚན་གསུམ་པ་མ་
བསྐྱོས་པའི་སྡེ་ཚན་ལ། དགོས་པོ་ལྟོང་མ་ལ་ཆོས་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་།
ཉི་མ་རྒྱལ་ནས་ཆོས་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ཟས་སྦྱར་ཆོས་སྟོན་ཟེར་
བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། གོས་བྱིན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། གོས་བྱེད་པའི་ལྷུང་
བྱེད་དང་། ལམ་དུ་འགོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། གྲུ་འཇུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་
དང་། འདུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། འགྲེང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ཟས་སྦྱར་
དུ་འཇུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དེ་བརྒྱའོ།

༧ ཡང་ཡང་གི་སྡེ་ཚན་བརྒྱ།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱ་ལས། བརྒྱ་ཚན་བཞི་པ་ལ། ཡང་
ཡང་བ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ཟས་བ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ལྷག་པ་ལེན་
པ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྤངས་པ་བ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྤངས་པ་སྟོབ་
པ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། འདུས་ཤིང་བ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། དུས་མ་ཡིན་
པར་བ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། གསོག་འཛོག་བྱས་པ་བ་བའི་ལྷུང་བྱེད་
དང་། བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པར་བ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ཟས་བསོད་པ་
སློང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དེ་བརྒྱའོ།

༨ རྒྱ་སོགས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་བརྒྱ།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། བརྒྱ་ཚན་ལྔ་པ་རྒྱ་དང་
སོགས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་ལ། སྟོག་ཆགས་ལྷན་པ་བའི་རྒྱ་ལོངས་སྟོན་པ་བའི་ལྷུང་
བྱེད་དང་། ཉལ་པོ་བྱེད་པ་བའི་ཁྱིམ་དུ་གནས་པ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ཉལ་པོ་

བྱེད་པའི་ཁྱིམ་དུ་འགྲོང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། གཙུག་ལྷན་པ་ལ་ཟུང་སྒྲིག་
པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། དམག་ལ་ལྷ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། དམག་གི་ནང་དུ་
གནས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། དམག་གི་རུ་བཀོད་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་
དང་། བརྟེན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། བརྟེན་པར་གཟུང་བའི་ལྷུང་བྱེད་
དང་། གནས་ངན་ལེན་འཆབ་པའི་ལྷུང་བྱེད་དེ་བཟུང་།

༦ཁྱིམ་སྒྲིག་ཀྱི་སྒྲིག་པ་

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཟུང་ནས་གསེས། བཟུང་ཆོད་དུག་པ་ལ།
ཟན་གཙོ་དུ་འཇུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། མེ་ལ་རྟེན་པའི་ལྷུང་བྱེད་
དང་། འདུན་པ་ཕྱིར་བསྐྱར་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། རུབ་གཅིག་ལྷན་པོར་
ཉལ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྒྲིག་ལྷ་མི་གཏོང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྤང་
བའི་རྩེས་སུ་ཕྱོགས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། དགོ་ཚུལ་བསྐྱེད་པ་སྤྱད་པའི་
ལྷུང་བྱེད་དང་། གོས་ཁ་མ་བསྐྱར་བ་གྱུར་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། རིན་པོ་
ཆེ་ལ་རྟེན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ལྷན་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་བཅས་བཟུང་།

ལ་བསམ་བཞིན་སོགས་ཀྱི་སྡེ་ཚན།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། བཅུ་ཚན་བདུན་པ་ལ།
དུད་འགོ་གསོད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། འགྲོད་པ་སྐྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་།
གག་ཚེལ་སྒྲོག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། རུར་ཅེ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། བུད་
མེད་དང་གནས་གཅིག་ཏུ་ཉལ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། དངངས་པར་བྱེད་
པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྐྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། མ་བྱིན་པས་ཉེ་བར་འཛོ་
བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྐར་བ་འདེབས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། བུད་མེད་
དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འགོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་བཅས་བཅུ་ལྟོ།

༤མགོན་མང་རྒྱན་སོགས་སྡེ་ཚོ།

ལྷ་ཕྱོད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། བཅུ་ཚོན་བརྒྱད་པ་ལ།
རྒྱན་པོ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་འགོ་བའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པར་
བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། ས་ཀོ་བའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། རིང་
དུ་འདུག་པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། བསྐྱབ་པ་སྤོང་བའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། ཉན་
ན་ཕྱོད་པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། མི་སྤྲེལ་བར་འགོ་བའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། མ་
གུས་པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། ཆང་འཕྱང་བའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། ཕྱི་དོ་གོང་དུ་
འཇུག་པའི་ལྷ་ཕྱོད་ཕྱོད་དེ་བཅུ་ལོ།

༧ཆོས་སྟོན་སོགས་ཀྱི་སྡེ་ཚོ།

ལྷ་ཕྱོད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། བཅུ་ཚོན་དགུ་པ་ལ།
གོང་དུ་རྒྱ་བའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ་འདུག་པའི་ལྷ་
ཕྱོད་དང་། ལྷ་དུ་གསོད་པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། ལབ་རལ་ཕྱོད་པའི་ལྷ་

བྱེད་དང་། བྱི་རྒྱུ་ལ་ཆོས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། བྱིང་བལ་བགོས་པའི་
ལྷུང་བྱེད་དང་། བཀྲིང་བ་ཆད་ལྷག་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། བཤམ་
དག་བ་ཆད་ལས་ལྷག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། རས་ཆེན་ཆད་ལས་ལྷག་
པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། ཆོས་གོས་ཆད་ལས་ལྷག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དེ་བཅུ་ལྟོ།

རྩྱུ་མ་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྒྱུ་བཟོད་པའི་ལྷུང་བྱེད། སྤྲ་མ་བྱེད་པའི་
 ལྷུང་བྱེད། སྒྱུ་ཐོགས་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད། བུད་མེད་ལ་ཆོས་སྟོན་པའི་
 ལྷུང་བྱེད། བསྟེན་པར་མ་ཐོགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་འདོན་པའི་ལྷུང་བྱེད།
 གནས་ངན་ལེན་བཟོད་པའི་ལྷུང་བྱེད། མི་ཆོས་སྤྲ་མ་བདེན་པར་སྤྲ་བའི་
 ལྷུང་བྱེད། བཤེས་ངོར་འཕུས་པའི་ལྷུང་བྱེད། བསྐྱབ་གཞི། ལྷུང་གསོད་
 གྱི་ལྷུང་བྱེད་དེ་བཅུ་ལྟོ།

འཇུག་སྒྲ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། ཡམ་པ་བཞིའི་ནང་
ཚན་གྱི་འཇུག་མ་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་འཇུག་སྒྲ་བའོ།

འསྐྱོན་བཟོད་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། དགེ་སློང་རིགས་རུས་
ངན་པ་དང་དབང་པོ་མ་ཚང་བ་སོགས་ལ་དེའི་སྐྱོན་བཟོད་པ།

༣ བྲ་མ་བྱེད་པའི་ལྷ་བྱེད།

ལྷ་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། བསམ་བཞིན་དུ་དགོ་
སློང་མཐུན་པ་དག་ལྲ་མའི་ཆོག་གིས་འབྱེད་པར་བྱེད་པའོ།

༤ སློ་སྒྲགས་བྱེད་པའི་ལྷ་བྱེད།

ལྷ་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། དགོ་སློང་གཞན་དག་
གི་ཚུད་པ་ཞི་བར་བྱས་པ་དེ་སློ་སྒྲགས་ཀྱི་སློ་ནས་སྤར་ཚུད་པ་སློང་བ།

༥ བྱད་མེད་ལ་ཆོས་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། སྐྱེས་པ་གཞན་མེད་
པའི་སར་བྱད་མེད་ལ་ཆོག་ལྟ་བུ་ག་ལས་མང་བའི་ཆོས་སྟོན་པའོ།

༦ བསྟེན་པར་མ་ཚྛོགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་འདོན་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། རྟོན་བག་གི་བསམ་
པའི་སྐོ་ནས་བསྟེན་པར་མ་ཚྛོགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་
གདངས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་འདོན་པ།

ལག་ཀྱིས་ངན་ལེན་བཅོཅ་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། ཡམ་ལྷག་གང་རུང་
བྱུང་བའི་དགོས་པོ་ལྟོས་པའི་རང་ཉིད་དེའི་ལྷུང་བ་གྲུང་བར་མ་བསྐྱོས་བཞིན་
དུ་བསྟེན་པར་མ་ཇོགས་པ་ལ་སྒྲིག་བར་བྱེད་པའོ།

རྩི་ཆོས་སྒྲིག་པ་བཅོཅ་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། རང་ཉིད་ཀྱིས་རྩི་ཆོས་
སྒྲིག་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་དེ་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་མེད་བཞིན་དུ་ཡུལ་
བསྟེན་པར་མ་ཇོགས་པ་ལ་སྒྲིག་བར་བྱེད་པའོ།

ལབ་ཤེས་ངོར་འཕུས་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དགེ་འདུན་གྱི་བྱ་བ་
བྱས་པའི་དགེ་སློང་ལ་སྤྱི་རྩིས་ལས་རུང་བ་ཚད་ལྡན་གྱི་ཡོ་བྱད་རུང་
ཟད་བྱིན་པ་ལ་མ་བཟོད་པར་དགེ་འདུན་གྱི་རྩིས་གང་ཟག་ལ་བཤེས་
ངོར་བྱས་ནས་སྤྱིན་ནི་ཞེས་འཕུས་ཤིང་སྐྱར་བ་འདེབས་པའོ།

༡༠ཁྱད་དུ་གསོད་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། གསོ་སྦྱང་གི་མདོ་
སོགས་འདོན་པ་ལ་འདི་འདྲའི་དོན་ཡོད་པར་ད་གཞོད་ཤེས་སོ་ཞེས་ཟེར་
ཞིང་འདུལ་བར་གཏོགས་པའི་བསྐྱབ་པ་ཁྱད་དུ་གསོད་པའོ།

བརུ་ཚན་གཉིས་པ་ས་བོན་གྱི་སྡེ་ཚན་ལ།

སྐྱེ་བ་གཙོང་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། འཕྱ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། བསྐྱོ་བ་ནར་
གཞོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། གནས་མལ་གྱི་ལྷུང་བྱེད་དང་། གདིང་བའི་
ལྷུང་བྱེད་དང་། སྒྲོང་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། བྱིས་གཞོན་བྱེད་པའི་ལྷུང་
བྱེད་དང་། བྱག་པ་དབུང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྒྲོག་ཆགས་ལྷན་པར་
འདེབས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། རིམ་པ་ལྷག་པོ་བརྩིགས་པའི་ལྷུང་བྱེད་
དེ་བརུའོ།

༡༡སྐྱེ་བ་གཙོང་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརུའི་ནང་གསེས། ས་བོན་འཛོམས་པ་
དང་སྐྱེ་བ་གཙོང་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཅེས་པ་རྩ་སྒྲོན་སྒྲོན་གིང་གཙོང་པ་
དང་། ནས་ཇོ་བ་སོགས་མེས་རུང་བར་མ་བྱས་པའི་ས་བོན་གྱི་རིགས་
ཉམས་པར་བྱས་པ།

༡༢ འཕྱ་བའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། དགེ་འདུན་གྱི་ཞལ་ཏ་
ཆོས་དང་མཐུན་པར་བྱེད་པའི་དགེ་སློང་ལ་བདག་གི་ངོར་འདིས་ངན་
པ་སྟོབ་བོ་ཞེས་དངོས་སུ་འཕྱ་བའམ་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་ཟོལ་གྱིས་འཕྱ་
བའོ།

༡༣ བསྐྱོ་བ་ནར་གཟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། དགེ་འདུན་གྱིས་ཕྱིར་
བཅོས་ལ་དགོད་པའི་ཆེད་དུ་ལྷུང་བ་སྐྱེད་བ་ན་མ་ཐོས་པ་ལྟར་ལན་
གཞན་འདེབས་པ་སོགས་ཐབས་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས་བསྐྱར་བའོ།

༡༥གནས་མལ་གྱི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། གནས་མལ་ལས་གྱུར་
པའི་ལྷང་བྱེད་དེ་ཁྱིམ་སྒོགས་པ་དགེ་འདུན་གྱི་གནས་མལ་རང་གིས་
ལོངས་སྤྱོད་པའི་མཐར་ཆགས་མ་བྱས་པར་ཉི་མ་ཆར་པ་སྒོགས་ཀྱིས་
རྒྱུ་ཐོས་སུ་འཇུག་པའོ།

༡༦གདིང་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། གདིང་བ་ལས་གྱུར་
པའི་ལྷང་བྱེད་དེ། གཙུག་ལག་ཁང་དུ་རང་གི་གདིང་བའི་འོག་དུ་བཏིང་
བའི་རྩ་དང་ལོ་མ་ལ་སྒོགས་པ་རྗེས་སུ་མ་བསྐྱུས་པ།

༡༤སློང་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། ཞེ་སྤང་གི་སེམས་ཀྱིས་
དགེ་སློང་གཞན་གནས་ཁང་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་འདོན་པ།

༡༥ཕྱིས་གཞོན་བྱེད་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། གཙུག་ལག་ཁང་ལ་
སྤར་ཞུགས་པའི་དགེ་སློང་ལ་ལུས་ངག་གང་རུང་གིས་གཞོན་པ་རྩོམ་
པའམ། རང་གི་ལུས་ཀྱིས་གཞན་བརྒྱུ་བྱེད་གཞོན་པའོ།

༡༥ བུག་པ་དབྱང་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། གཙུག་ལག་ཁང་གི་
སྟེང་ཐོག་སྟེ་བ་ལ་ཁྲི་རྒྱུ་ལྔ་ལྔ་པས་བཙུགས་ཏེ་སྟེང་དུ་ལྷིད་ཕབ་ནས་
བུག་པ་ལྷུག་པའོ།

༡༦ དུད་འགྲོ་གསོད་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། གསོད་སེམས་ཀྱིས་
དུད་འགྲོའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་གསོད་དམ་གསོད་དུ་འཇུག་པའོ།

༢༠་རིམ་པ་ལྷག་པོ་བརྩེག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། གཞི་མི་བརྟན་པའི་
སར་རམ་ཆར་རྒྱ་བྱང་བའི་དུས་སུ་གཞོད་པ་སྤང་བའི་ཐབས་མ་བྱས་
པར། ཉི་མ་གཅིག་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་རྩེག་པ་རིམ་པ་གསུམ་ལས་ལྷག་
པར་བརྩེགས་པའོ།

བཅུ་ཚན་གསུམ་པ་མ་བསྐྱོས་པའི་སྡེ་ཚན་ལ།

དགེ་སློང་མ་ལ་ཆོས་སྟོན་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ཉི་མ་རྒྱལ་ནས་ཆོས་སྟོན་
པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ཟས་ཕྱིར་ཆོས་སྟོན་ཟེར་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། གོས་
བྱིན་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། གོས་བྱེད་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ལམ་དུ་འགོ་
བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། གུར་འཇུག་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། འདུག་པའི་ལྷང་
བྱེད་དང་། འགྲོང་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ཟས་སྦྱིར་དུ་འཇུག་པའི་ལྷང་

བྱེད་དེ་བཅུ་ལྟོ།

༢༡ དགེ་སློང་མ་ལ་ཆོས་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དགེ་སློང་མའི་སྟོན་པར་མ་བསྐྱས་བཞིན་དུ་དགེ་སློང་མ་ལ་ཆོས་སྟོན་པའོ།

༢༢ ཉི་མ་རུབ་ནས་ཆོས་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དགེ་སློང་མའི་སྟོན་པ་ཡིན་ཡང་འཇིགས་པ་ཡོད་པའི་སར་ཉི་མ་རུབ་ནས་ཆོས་སྟོན་པ།

༢༣ ཟས་ཕྱིར་ཆོས་སྟོན་ཟེར་བའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། ཡུག་དོག་གི་སྒྲིག་སྒྲིལ་
དགོས་པོ་ལྟོས་པའི་སྟོན་པར་བསྐྱོས་པའི་དགོས་པོ་ལྟོས་པའི་ལ་ཁ་ཟས་ཅུང་ཟད་ཀྱི་
ཕྱིར་ཆོས་སྟོན་ནི་ཞེས་སྐུར་བ་འདེབས་པའོ།

༢༤ གོས་བྱིན་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་དགོས་
པོ་ལྟོས་པའི་ཆོས་གོས་བྱིན་པའོ།

༢༥གོས་བྱེད་པའི་ལྷ་བྱེད།

ལྷ་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་དགེ་
སློང་མའི་གོས་དག་སློང་གིས་འཆོམ་པའོ།

༢༦ལམ་དུ་འགོ་བའི་ལྷ་བྱེད།

ལྷ་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དགེ་སློང་མ་དང་ལྷན་
ཅིག་སྐྱེས་ཀྱིས་ལམ་འདའ་བར་བྱེད་པའོ།

འཇགས་འཇུག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྩའི་ནང་གསེས། དག་སྒྲོང་མ་དང་ལྷན་
ཅིག་གུར་ཉུགས་ཏེ་རྩའི་རྒྱན་ཕྱོགས་སམ་ཕྱོག་ཕྱོགས་གང་རུང་ལ་རྒྱང་
གྲགས་ཀྱི་སར་ཕྱིན་པའོ།

༢༤ འདུག་པའི་རྩོང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱེད་
མེད་དང་ལྷན་ཅིག་དབེན་པ་སྐྱབས་ཡོད་དུ་སྡོད་པ།

༢༧༧གྲེང་བའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དཔེན་པར་ཉེ་དུ་མ་
ཡིན་པའི་བྱེད་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་འགྲེང་བའི་སྒྲིལ་ལམ་གྱིས་གནས་
པའོ།

༣༠༣ས་སྒྲིལ་དུ་འཇུག་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་དགོས་
པོ་ལྟོས་པའི་བྱེད་མེད་ཀྱིས་བདག་ལ་རང་གི་བཟའ་བཏུང་སྒྲིལ་དུ་བཅུག་
པའོ།

བརྒྱ་ཚན་བཞི་པ་ལ།

ཡང་ཡང་བ་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ཟས་བ་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ལྷག་པ་
ལེན་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། སྤངས་པ་བ་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། སྤངས་པ་
སྟོབ་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། འདུས་གིང་བ་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། དུས་མ་
ཡིན་པར་བ་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། གསོག་འཛོག་བྱས་པ་བ་བའི་ལྷང་
བྱེད་དང་། བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པར་བ་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ཟས་བསོད་
པ་སློང་བའི་ལྷང་བྱེད་དེ་བརྒྱའོ།

༣༡ ཡང་ཡང་བ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིམ་
པ་ལ་དུས་རུང་གི་ཁ་བས་ཀྱི་བསོད་སྟོམས་ཉིན་གཅིག་ལ་གཉིས་གསུམ་
བསྒྲུངས་དེ་བ་བའོ།

༣༢ ཟས་བྲ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། ཉེ་མིན་བྱིམ་པ་མུ་
སྟེགས་པ་འདུག་པའི་སར་ཞག་གཅིག་ལས་ལྷག་པར་བསྐད་དེ་ཟས་བྲ་
བའོ།

༣༣ ལྷག་པ་ལེན་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིམ་
པ་ལ་དུས་གཅིག་ལ་ལྷང་བཟེད་གསུམ་ལས་ལྷག་པ་ལེན་པའོ།

༣༥ སྤངས་པ་བྲ་བའི་ལྟང་བྱེད།

ལྟང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། བྱིན་ལེན་བྱས་པའི་
བྲ་བསམ་སྦྱོར་གྱིས་སྤངས་པ་སྦྱར་ལྷག་པོ་མ་བྱས་པར་བྲ་བའོ།ཁ་
བྲ་བོས་མ་བྲིན་པར་ལངས་ནའང་བརྒྱམས་ལྟང་ཞེས་བྱ་བའི་ལྟང་
བའོ།

༣༥ སྤངས་པ་སྦྱོབ་པའི་ལྟང་བྱེད།

ལྟང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། དགེ་སློང་གཞན་གྱིས་
སྤངས་པའི་བྲ་བ་ལྷག་པོར་མ་བྱས་བཞིན་དུ་བྱས་སོ་ཞེས་བསྟུན་ན་
སྦྱོབ་པ་པོ་ལ་ལྟང་བའོ།

༣༤ འདུས་ཤིང་བཟ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། མཚམས་ནང་དུ་
བསམ་པ་མི་མཐུན་པས་དགོ་འདུན་སྤྱི་ལས་ལོགས་སུ་འདུས་ཏེ་བཟ་

༣༥ འདུས་མ་ཡིན་པར་བཟ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། སྤྱིང་འདིའི་ཉི་མ་ཕྱེད་
ཡོལ་ནས་སང་གི་སྐྱ་རེངས་མ་ཤར་གྱི་བར་དུ་དུས་རུང་གི་སྒྲན་ཏེ་བས་
བཟ་བའོ།

༣༤གསོག་འཛོག་བྱས་པ་ན་བའི་ལྟང་བྱེད།

ལྟང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་ཉི་ལྔ་གསེས། ལྷན་གསུམ་གང་རུང་
ལོངས་སྤྱད་པའི་ལྷག་མ་རང་དུས་ལས་འདས་པར་གསོག་འཛོག་བྱས་
ནས་ལོངས་སྤྱོད་པའོ།

༣༥བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པར་ན་བའི་ལྟང་བྱེད།

ལྟང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་ཉི་ལྔ་གསེས། ལྷན་བཞི་པོ་གང་རུང་
བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པར་ན་བའོ།

༧༠ ཟས་བསོད་པ་སློང་བའི་ལྷ་ཕྱོད།

ལྷ་ཕྱོད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་ཁྲིམ་
པ་ལས་ཁ་ཟས་བཟང་པོ་ཅི་བདེར་མ་བསྟབས་ཀྱང་། ཆོག་མི་ཤེས་པར་
བསྟུངས་ཏེ་ཟོས་པའོ།

བརྒྱ་ཆེན་ལྷ་པ་རྒྱ་སྟོགས་ཀྱི་སྡེ་ཆེན་ལ།

སྟོག་ཆགས་ལྡན་པའི་རྒྱ་ལོངས་སྟུང་པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། ཉལ་པོ་ཕྱོད་
པའི་ཁྲིམ་དུ་གནས་པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། ཉལ་པོ་ཕྱོད་པའི་ཁྲིམ་དུ་
འགྲེང་བའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། གཅེར་བུ་པ་ལ་ཟས་སྦྱིན་པའི་ལྷ་ཕྱོད་
དང་། དམག་ལ་ལྟ་བའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། དམག་གི་ནང་དུ་གནས་པའི་
ལྷ་ཕྱོད་དང་། དམག་གི་རུ་བཀོད་ཕྱོད་པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། བརྟེན་
པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། བརྟེན་པར་གཟས་པའི་ལྷ་ཕྱོད་དང་། གནས་

ངན་ལེན་འཆབ་པའི་ལྷུང་བྱེད་དེ་བཅུ་ལྔ།

༥༡ སློག་ཆགས་ལྷན་པའི་ཁུ་ལོངས་སུ་
སྦྱོད་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་ལྔ་ལྷན་གསེས། སློག་ཆགས་དང་
བཅས་པའི་ཁུ་བརྟུང་བ་དང་དེར་བྱས་བྱེད་པ་སོགས་དང་། ལྷ་ཤིང་ལ་
ལོངས་སྦྱོད་པའོ།

༥༢ ཉལ་པོ་བྱེད་པའི་བྱིམ་དུ་གནས་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་ལྔ་ལྷན་གསེས། བྱིམ་པ་པོ་མོ་ཉལ་པོ་
བྱེད་སར་འདུག་མྱེ་དེ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་པ།

༧༣ ཉལ་པོ་བྱེད་པའི་ཁྱིམ་དུ་འགྲེང་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། ཁྱིམ་པ་ཉལ་པོ་བྱེད་
པའི་ཁྱིམ་དུ་འགྲེང་བའི་སྤྱོད་ལམ་གྱིས་བསྐྱེད་པ།

༧༤ གཅེར་བུ་པ་ལ་ཟས་སྦྱིན་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། དགོས་པ་ལྷང་པར་
ཅན་མེད་པར་སྤྱི་རྩལ་པ་ལ་གཏོགས་པའི་ཕོ་མོ་ལ་ཟས་སྦྱིར་བ།

༧༥དམག་ལ་ལྟ་བའི་ལྟ་བུ་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྩའི་ནང་གསེས། མཚམས་ཀྱི་ཉེ་འཁོར་
ལས་འདས་ཏེ་དམག་ལ་ལྷ་ཞིང་མཐོང་བའོ།

༧༩ དམག་གི་ནང་དུ་གནས་པའི་ལྷ་ང་གྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྩའི་ནང་གསེས། དགོས་པ་བྱུང་པར་
ཅན་མེད་པར་དམག་གི་ནང་དུ་ཞག་གཅིག་ལས་འདས་པར་གནས་
པའོ།

༧ ལ་དམག་གི་རུ་བཀོད་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། དགོས་པ་ལྷུང་པར་
ཅན་མེད་པར་རང་དགར་མཚོན་ལ་རེག་པ་དང་། དམག་དཔུང་གི་རུ་
བཀོད་བྱེད་པའོ།

༧ ་བརྟེན་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། དགོས་ཤིང་ལ་རང་གིས་
དངོས་སུ་བརྟེན་པའམ་བརྟེན་ཏུ་བཅུག་པའོ།

༧ རྒྱལ་པོ་ལ་མཆོད་པའི་ལྷ་སྐྱོད་ཀྱི་ཕྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྩའི་ནང་གསེས། ཁྱིམ་པས་དགོ་སྒྲོང་ལ་
བརྟེན་པར་བརྩམ་པ་སྟེ་བརྟེན་ཚུལ་བྱེད་པ།

༥༠གནས་ངན་ལེན་འཆབ་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དགོས་པ་བྱུང་པར་
ཅན་མེད་པར་དགོ་སྒྲོང་གཞན་ལ་ཕམ་ལྷག་གང་རུང་གི་ལྷུང་བ་བྱུང་བ་
ཤེས་བཞིན་དུ་འཆབ་པའོ།

བརྒྱུ་ཚུ་ལྟ་བུ་ལ།

ཟན་གཙོད་དུ་འཇུག་པའི་ལྟ་བུ་བྱེད་དང་། མེ་ལ་རེག་པའི་ལྟ་བུ་བྱེད་
དང་། འདུན་པ་ཕྱིར་བསྐྱར་བའི་ལྟ་བུ་བྱེད་དང་། ལུབ་གཙུག་ལྟ་བུ་པོར་
ཉལ་བའི་ལྟ་བུ་བྱེད་དང་། སྒྲིག་ལྟ་མི་གཏོང་བའི་ལྟ་བུ་བྱེད་དང་། སྤང་
བའི་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་པའི་ལྟ་བུ་བྱེད་དང་། དགེ་ཚུལ་བསྐྱེལ་བ་སྤྱད་པའི་
ལྟ་བུ་བྱེད་དང་། གོས་ཁ་མ་བསྐྱར་བ་གྲོན་པའི་ལྟ་བུ་བྱེད་དང་། རིན་པོ་
ཆེ་ལ་རེག་པའི་ལྟ་བུ་བྱེད་དང་། ལྷུས་བྱེད་པའི་ལྟ་བུ་བྱེད་བཅས་བརྒྱུ་

༥༡་ཟན་གཙོད་དུ་འཇུག་པའི་ལྟ་བུ་བྱེད།

ལྟ་བུ་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། གཞོད་སེམས་ཀྱི་སྒོ་
ནས་གྲོགས་དགེ་སློང་ལ་བྱིམ་བདག་གིས་དུས་རུང་གི་ཟས་འདྲེན་པ་
བཀག་པའོ།

ཡ་འམེ་ལ་རེག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། ཏུས་བྱིན་གྱིས་མ་
བརྒྱབས་པ་དང་། ན་བའི་དབང་གིས་མ་ཡིན་པར་ཁོད་བག་གིས་མེ་ལ་
རེག་པའོ།

ཡ་ཟུའདུན་པ་ཕྱིར་བསྐྱར་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དགོ་འདུན་ལས་ལ་མི་
མཐུན་པ་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་འདུན་པ་སྐྱུ་ལ་བར་སྐྱར་འདུན་པ་
ཕྱིར་བྱིན་ཅིག་ཅེས་ལྟོག་དུ་བཅུག་པ།

༥༥ རུབ་གཅིག་ལྷག་པོར་ཉལ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། བསྟེན་པར་མ་ཇོགས་
པ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་མཆམས་ནང་གཅིག་དུ་རུབ་གཉིས་ལས་ལྷག་པར་
ཉལ་བའོ།

༥༥ སྡིག་ལྷ་མི་གཏོང་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། སྟོན་པའི་གསུང་ལ་
ཡིད་མི་ཆེས་པའི་སྡིག་ལྷ་སྟེས་པ་གཞན་གྱིས་བསྐྱོག་པའི་མཐའ་ལ་མི་
གཏོང་བའོ།

༥༤སྤང་བའི་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། དགོ་འདུན་གྱི་གནས་
ནས་ལྷང་བའི་དགོས་ཤིང་དང་ལྷན་ཅིག་སྤྱོད་ལམ་མཐུན་པའོ།

༥༥དགོ་ཚུལ་བསྟེན་བ་སྤྱད་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། སྤྱི་ལྷ་མི་གཏོང་བ་
དགོ་འདུན་གྱིས་བསྟེན་བ་སྤྱད་གནས་ནས་ཕབ་པའི་དགོ་ཚུལ་དང་ལྷན་
ཅིག་ཏུ་སྤྱོད་ལམ་མཐུན་པའོ།

༥ ་ གོ་ས་ཁ་མ་བརྒྱུད་བ་གྲོན་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྩའི་ནང་གསེས། རུང་བའི་ཚོན་གསུམ་
 གྱིས་ཁ་མ་བསྐྱར་བའི་བྱ་གང་ལོངས་པའི་གོས་དཀར་པོར་གཞན་གྱིས་
 གཡོགས་མེད་པར་གྱེན་པ།

༥ རྟེན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། རྟོན་བག་གི་བསམ་
པས་རང་ལ་མི་དབང་བའི་ནོར་དང་མུ་ཏིག་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་
ཆེའམ་རིན་པོ་ཆེའི་མིང་གིས་སྒྲིས་པ་དང་། དུང་དང་། རྩ་བོ་ཆེ་དང་།
མཚོན་ཆར་རྟེན་པའོ།

༤༠ བྱམས་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། ཚ་བའི་དུས་ལྷ་བ་
གསུམ་དང་། ནད་ལ་ཡན་པ་སོགས་གནང་བའི་དུས་མ་ཡིན་པར་སྤར་
བྱམས་བྱམས་ནས་ལྷ་བ་བྱེད་མ་འདས་པའི་སྤྱོད་ལ་དུ་རང་དགར་བྱམས་བྱེད་
པའོ།

བཅུ་ཚན་བདུན་པ་ལ།

དུད་འགོ་གསོད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། འགྱོད་པ་སྦྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་
དང་། གག་ཚེལ་སྒྲིག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། རུར་ཅེ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་།
བུད་མེད་དང་གནས་གཅིག་དུ་ཉལ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། དངངས་པར་
བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྦྱོང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། མ་བྱིན་པས་ཉེ་བར་
འཛོལ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། སྐར་བ་འདེབས་པའི་ལྷུང་བྱེད་དང་། བུད་
མེད་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་འགོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་བཅས་བཅུའོ།

༦༡ དུད་འགྲོ་གསོད་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། གསོད་སེམས་ཀྱིས་
དུད་འགྲོའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་གསོད་དམ་གསོད་དུ་འཇུག་པའོ།

༦༢ འགྲོད་པ་སྦྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། བསྐྱེད་ཇོགས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་ལ་སྦྱོད་པའམ་ཁྱོད་ལ་སྦྱོམ་པ་མ་སྦྱེས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒྲིམ་དག་
སྦྱོང་གཞན་ཡིད་མི་བདེ་བར་འཇུག་པའོ།

༤༣གག་ཆེལ་སྒྲིག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། སྒྲིག་ཡའ་བར་འདོད་
པའི་བསམ་པས་དགེ་སློང་ལ་གཡའ་སྒྲིག་པ།

༤༤ཁུར་ཅེ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། རྫོང་བག་གི་བསམ་
པས་ལུས་ལྷེད་རྒྱབ་པའི་ཁུ་ལ་ཅེ་བའོ།

༤༥ བྱད་མེད་དང་གནས་གཅིག་དུ་ཉལ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། བྱིམས་གོགས་མེད་
པར་མཆམས་ནང་གཅིག་དུ་བྱད་མེད་དང་རུབ་གཅིག་ལྷན་དུ་གནས་
པའོ།

༤༦ དངངས་པར་བྱེད་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་སེས། དགེ་སློང་ལ་ཐོ་འཆམ་
པའི་བསམ་པས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་འཇིགས་པ་སྣ་ཆོགས་སྟོན་པའོ།

༤༧ སྐྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་ཉི་ལྔ་གསེས། རྩ་འཛམ་པའི་བསམ་
པས་དགེ་སློང་གི་གོས་དང་ལྷུང་བཟེད་སོགས་ཡོ་བྱེད་སྐྱེད་པའོ།

༤༨ མ་བྱེན་པས་ཉེ་བར་འཛོལ་བའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་ཉི་ལྔ་གསེས། རང་གིས་བྱེན་བྱིན་
པའམ་རང་དང་རྩལ་མི་གཅིག་པའི་དགེ་སློང་གི་གོས་མ་བྱེན་པར་
ཡོངས་སྟོན་པའོ།

༤༧སྐྱུར་བ་འདེབས་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཙུའི་ནང་གསེས། མཐོང་ཐོས་དོགས་
གསུམ་མེད་པའི་དགེ་སློང་ལ་བསམ་བཞིན་དུ་ལྷག་མ་བཙུ་གསུམ་གང་
རུང་གི་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ།

༥༠བྱུང་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་འགྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཙུའི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་
མེད་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་བྱིམས་གྲོགས་མེད་པར་རྒྱུང་གྲགས་ལས་འདས་
པའི་ལམ་དུ་འགྲོ་བའོ།

བཅུ་ཚེན་བརྒྱད་པ་ལ།

རྒྱུ་པོ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་འགྲོ་བའི་ལྷ་བྱེད་དང་། ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པར་
བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་ལྷ་བྱེད་དང་། ས་ཀྱི་བའི་ལྷ་བྱེད་དང་། རིང་
དུ་འདུག་པའི་ལྷ་བྱེད་དང་། བསྐྱབ་པ་སྤོང་བའི་ལྷ་བྱེད་དང་། ཉན་
ན་བྱེད་པའི་ལྷ་བྱེད་དང་། མི་སྐྱ་བར་འགྲོ་བའི་ལྷ་བྱེད་དང་། མ་
གུས་པའི་ལྷ་བྱེད་དང་། ཆང་འཐུང་བའི་ལྷ་བྱེད་དང་། ཕྱི་དོ་གོང་དུ་
འདུག་པའི་ལྷ་བྱེད་དེ་བཅུ་ལོ།

༡༡ རྒྱུ་མ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་འགྲོ་བའི་ལྷ་བྱེད།

ལྷ་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་འི་ནང་གསེས། རྒྱུ་པོ་དང་། ཆོམ་པོ་
དང་། ཤོ་གམ་མ་བྱིན་པའི་མགོན་པོ་བཅས་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་རྒྱུང་
གྲགས་ལས་འདས་པར་འགྲོ་བ།

ལ་འཁྱི་བྱ་མ་ལོན་པར་བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། བསྐྱབ་བྱ་མངལ་
བཤོལ་དང་བཅས་པ་བརྩིས་ཀྱང་ལོ་ཉི་བྱ་མ་ལོན་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་
བསྟེན་པར་རྫོགས་པ།

ལ་འཁྱི་བྱ་མ་ལོན་པར་བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དགོས་པ་ཁྱད་པར་
ཅན་མེད་བཞིན་སྲ་ཞིང་འཕྲས་པར་གནས་པ་ནས་སོར་བཞི་ཡན་ཆད་
དམ་ས་སྤར་བ་གང་ཡོངས་པ་ཡན་ཆད་དུ་རྫོགས་པོ།

༡༥ རིང་དུ་འདུག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། སྤྱིན་བདག་གིས་དུས་
ཇི་ཙམ་མགོན་དུ་བོས་པ་ལས་ལྷག་པར་འདུག་པའམ། ཞག་གངས་མེད་
ན་ལྷ་བ་བཞི་ལས་ལྷག་པར་བསྐད་དེ་བསྟེན་བཀུར་ལོངས་སྤྱོད་པའོ།

༡༦ བསྐྱབ་པ་སློང་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དགེ་སློང་གཞན་གྱིས་
རང་ཉིད་ལ་བསྐྱབ་པ་སློབ་པར་བསྐྱལ་བ་ན་ཁྱེད་གྱིས་མི་ཤེས་པས།
གཞན་ཤེས་པ་ལ་མ་དྲིས་ཀྱི་བར་དུ་མི་སློབ་བོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཁྱེད་གསོད་
བྱེད་པའོ།

༡༤ ཉན་ན་བྱེད་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། ཡན་ཚུན་མི་མཐུན་
པའི་བསམ་པས་གཞན་དག་གློང་མོ་བྱེད་པ་ལ་ལྷོག་དུ་ཉན་པ།

༡༥ མི་སྣ་བར་འགྲོ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། གསོ་སྦྱང་སོགས་ཀྱི་
ལས་གྲུལ་དུ་འཁོད་ནས་འདུན་པ་མ་ལུལ་བར་གཞན་དུ་འགྲོ་བའོ།

ལ་དམ་གུས་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། དགེ་འདུན་གྱིས་
བསྒོམ་པའི་ཆོས་ལུན་གྱི་བྱ་བ་ལ་ཤད་སྤང་མེད་པར་མ་གུས་པའི་ཚུལ་
གྱིས་འདའ་བའོ།

ལ་ལྷང་འབྱུང་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། མྱོས་འགྱུར་གྱི་རིགས་
འབྱུང་བ་ལྟེ་མྱོས་འགྱུར་ལ་བརྟེན་པའི་བག་མེད་པས་གཞན་མ་དད་
པར་བྱེད་པའོ།

༤༠ཕྱི་དོ་གྲོང་དུ་འདུག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིམ་
དུ་ཉིན་གུང་ཡོལ་ནས་སང་གི་སྐྱེ་རངས་མ་ཤར་གྱི་བར་དུ་གནས་པ།

བཅུ་ཆེན་དགུ་པ་ལ།

གྲོང་དུ་རྒྱ་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ་འདུག་པའི་ལྷང་
བྱེད་དང་། ལྷང་དུ་གསོད་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ལབ་རལ་བྱེད་པའི་ལྷང་
བྱེད་དང་། ཁྱི་རྒྱང་འཆོས་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ཤིང་བལ་བགོས་པའི་
ལྷང་བྱེད་དང་། གདིང་བ་ཆད་ལྷག་བྱེད་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། གཡམ་
དགའ་བ་ཆད་ལས་ལྷག་པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། རས་ཆེན་ཆད་ལས་ལྷག་
པའི་ལྷང་བྱེད་དང་། ཆོས་གོས་ཆད་ལས་ལྷག་པའི་ལྷང་བྱེད་དེ་བཅུ་ལོ།

༤༡གྲོང་དུ་རྒྱ་བའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། རང་གྲོང་གཞན་དུ་རྒྱ་
བ་ལ་བརྟེན་ནས། དགོ་འདུན་སྤྱིའི་གདུགས་ཚོད་ལས་ཡོལ་བའོ།

༤༢རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ་འདུག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྒྱའི་ནང་གསེས། དགོས་པ་བྱུང་པར་
ཅན་མེད་བཞིན། རྒྱལ་པོ་དང་བརྩན་མོ་ཅེ་བའི་ཕོ་བྲང་གི་ནང་དུ་
མཚན་མོར་འདུག་པའོ།

༤༣ ལྷ་ཕྱེད་ལྷ་གསེད་པའི་ལྷ་ཕྱེད།

ལྷ་ཕྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། གསེ་སློང་གི་མདོ་
སོགས་འདོན་པ་ལ་འདི་འདྲའི་དོན་ཡོད་པར་ད་གདོད་ཤེས་སོ་ཞེས་ཟེར་
ཞིང་འདུལ་བར་གདོགས་པའི་བསྐྱབ་པ་ལྷ་ཕྱེད་ལྷ་གསེད་པའོ།

༤༤ ཁབ་རལ་ཕྱེད་པའི་ལྷ་ཕྱེད།

ལྷ་ཕྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། བྱིས་པ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་
པ་ལ་སྐྱས་ནོམ་ཡོད་པ་བ་སོ་ལ་སོགས་པའི་ཁབ་རལ་འཆོས་སུ་བཅུག་
སྟེ་ལེན་པའོ།

༤༥ བྱི་རྒྱུ་ལྟོས་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་ཉི་ཤེས་པ་གསུམ། བྱི་རྒྱུ་ལྟོས་པ་བྱེད་པ་
ལས་མཐོ་བ་ལྟོས་པའོ།

༤༦ ཤིང་བལ་བཀོས་པའི་ལྷུང་བྱེད།

ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་ཉི་ཤེས་པ་གསུམ། དགོ་འདུན་གྱི་བྱི་ལ་
བསམ་བཞིན་དུ་ཤིང་བལ་བཀོས་ཏེ་གོས་པར་བྱེད་པའོ།

༤༧གདིང་བ་ཚད་ལྷག་བྱེད་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། གདིང་བ་སྤྱིད་དུ་བྱ་
གསུམ་དང་ཞེང་དུ་བྱ་དོ་དང་སོར་དུག་གི་ཚད་ལས་ལྷག་པ་འཆང་བའོ།

༤༨གཡན་དག་བ་ཚད་ལས་ལྷག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། གཡན་པ་དག་བ་སྤྱིད་
དུ་བྱ་དུག་དང་ཞེང་དུ་བྱ་གསུམ་ལས་ལྷག་པ་འཆང་བ།

༤༧ རས་ཆེན་ཆད་ལས་ལྷག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་
སྤིང་དུ་བྱ་དགུ་དང་། ཞིང་དུ་བྱ་གསུམ་དང་སྤོར་བཅོ་བརྒྱད་གྱི་ཆད་
ལས་ལྷག་པ་འཆང་བའོ།

༤༨ ཆོས་གོས་ཆད་ལས་ལྷག་པའི་ལྷང་བྱེད།

ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ནང་གསེས། སྟོན་པའི་ཆོས་གོས་གྱི་
ཆད་དེ། སྤིང་དུ་སྟོན་པ་རང་གི་བྱ་ལྡེ་ཞེས་མི་ཕལ་པའི་བྱ་བཅོ་ལྷ་དང་།
ཞིང་དུ་སྟོན་པའི་བྱ་གསུམ་ཕལ་པའི་བྱ་དགུ་ལས་ལྷག་པ་འཆང་བའོ།

སོར་བཤགས་ཀྱི་སྒྲེ།

དགེ་སློང་གི་སྤང་བྱ་ལྷང་བ་སྒྲེ་ལྷའི་ནང་གསེས། སྒྲེ་ཤགས་འདོན་པའི་
རྣམ་པས་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བའི་སྒྲེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རབ་བྱང་དང་
བྱིས་པའི་གཞི་ལས་ཟུར་པ་གཉིས་ཡོད་དོ།

སོ་སོར་བཤགས་པའི་སྒྲེ་ལ་བཞི་སྟེ།

དང་པོ།

ཡུལ་དགེ་སློང་མ་ལ་དགེ་སློང་མ་རང་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་བའི་བསོད་སྦྱོམས་དེ་
དགེ་སློང་གིས་བསྐྱངས་ནས་ཡོངས་སྤྱོད་པ།

གཉིས་པ།

སྤྱིན་བདག་གི་གནས་སུ་དགེ་སློང་མ་ལ་གཞན་རང་ལ་དམིགས་བསལ་
དུ་ཟས་འབྲིམ་དུ་བརྒྱག་སྟེ་ཟས་ལེན་པ།

གསུམ་པ།

ཁྱིམ་གྱི་བསྐྱབ་སྒོམ་བྱིན་པའི་སྤྱིན་བདག་གི་ནང་ནས་ཟས་བསྐྱངས་ཏེ་
ལོངས་སྤྱོད་པ་དང་།

བཞི་པ།

འཇིགས་པ་དང་བཅས་པའི་གནས་སུ་ཆོམ་རྒྱན་སོགས་ཡོད་མེད་མ་
སྤུལ་བར་ཟས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་སྟེ་བཞིའོ།

ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་གཉིས།

ལྷུང་བ་སྡེ་ལྷའི་ནང་གསེས། ཉིས་བརྒྱ་གྱི་སྡེ་ཚན་ལ། གོས་བགོ་བའི་
ཚུལ་བརྒྱ་དང་། འགོ་བའི་ཚུལ་ཉི་ཤུ། འདུག་པའི་ཚུལ་དགུ། ཟས་ལེན་
ཚུལ་བརྒྱད། ལ་ཟས་སྦྱོད་ཚུལ་ཉེར་གཅིག། ལྷུང་བ་བཟེད་སྦྱོད་ཚུལ་བརྒྱ་
བཞི། ཆོས་སྟོན་ཚུལ་ཉེར་དུག། སྦྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ། རྒྱ་བ་གཅིག་སྡེ་
སྡེ་ཚན་དགུ་དང་བྱེ་བྲག་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད།

དང་པོ་གོས་བགོ་བའི་ཚུལ་བརྒྱ།

ཉིས་བརྒྱ་གྱི་སྡེ་ཚན་དང་པོ། གོས་བགོ་བའི་སྡེ་ལ་ཤམ་ཐབས་གྱི་ཡ་
མཐའ་དང་མ་མཐའ་མི་མཉམ་པས་རྒྱུ་པོ་མིན་པ་དང་། དུས་མོ་ཡན་
ཆད་དུ་བརྟེན་པ་དང་། ལོང་བུ་མན་ཆད་དུ་འཛོལ་བ་དང་། མས་

ཟུར་གྱི་གྲ་གྲང་པོ་ཆེན་པོ་ལྟར་འདུག་པ་དང་། སྐར་ལྟར་གྱི་གོང་དུ་
ལའི་ལོ་མ་ལྟར་བཞེས་པ་དང་། སྐར་ལྟར་བར་ནས་འདུར་མ་བཞིན་དུ་
འདུར་བ་དང་། སྐར་ལྟར་སྤེང་དུ་སྤྱུལ་གྱི་གདེངས་ཀ་ལྟར་མཐོ་དམན་
ཅན་བཅས་ཤམ་ཐབས་གྱི་བདུན་དང་། ཆོས་གོས་བྱུང་པོ་མིན་པ་དང་།
དུ་ཅང་རིང་བ་དང་། དུ་ཅང་ཐུང་བ་སྟེ་སྟོང་གྱི་གོས་གྱོན་ཚུལ་གསུམ་
བཅས་གོས་གྱོན་ཚུལ་འདི་རྣམས་བྱས་ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་འགྲོ་བའི་ཚུལ་ཉི་ཤུ།

ཉེས་བྱས་གྱི་སྟེ་ཆན་གཉིས་པ་སྟོང་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བའི་སྟེ་ཆན་ལ། ལུས་
ངག་མ་བསྐྱམས་པ་དང་། གོས་ཆགས་ལེགས་པར་མ་བགོ་བ་དང་། ཅ་
ཅོ་དང་བཅས་པ་དང་། མིག་གཡས་གཡོན་དུ་ལྟ་བ་དང་། གཉའ་བེད་
གང་ལས་རིང་དུ་ལྟ་བ་དང་། མགོ་གོས་གྱིས་བདུམ་པ་དང་། ཤམ་
ཐབས་འདོམས་སྤང་བར་བརྟེན་བ་དང་། ལྷ་གོས་ཕྱག་པ་གཉིས་ཀར་

གཟར་བ་དང་། ལག་པ་གཉིས་མདུན་ནས་གཉའ་བར་བསྒྲེལ་བ་དང་།
 རྒྱབ་ནས་ལྷག་པར་བསྒྲེལ་བ་དང་། མཆོང་བ་དང་། གོམ་ཆེན་སྒྲོས་པ་
 དང་། རྟིང་པ་བརྒྱགས་ཏེ་ཙོག་ཕུར་འགྲོ་བ་དང་། རྟིང་པ་བརྟེགས་ནས་
 ཀླང་པའི་བྲང་གིས་འགྲོ་བ་དང་། བྱ་རྒྱུངས་བཅས་པ་དང་། ལུས་ཀྱིས་
 བྱོར་བསྐྱར་བ་དང་། ལག་པ་གཡོབ་པ་དང་། མགོ་བོ་གཙོག་ཅིང་
 བསྐྱར་བ་དང་། གཞན་དང་ཕྱག་པ་སྤྱད་པ་དང་། གཞན་དང་ལག་པ་
 སྒྲེལ་བ་བཅས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་སྟེ་ཉི་ཤུའོ།

གསུམ་པ་འདུག་པའི་ཚུལ་དགྱ།

ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་གསུམ་པ། ལྷན་ལ་འདུག་པའི་སྡེ་ཚན་ལ། བྱིས་
བདག་སོགས་ཀྱིས་མ་བསྒོས་པ་དང་། སྟོག་ཆགས་ཡོད་མེད་སོགས་མ་
བརྟགས་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་ལྗིད་ཕབ་པ་དང་། ཀླང་པ་བསྟོལ་དེ་
བརྟུངས་པ་དང་། བརྟ་བསྟོལ་བ་དང་། རོང་བྱ་བརྟེགས་པ་དང་། རྟོར་

འདུག་གི་རྣམ་པས་རྟེན་པ་ཁྱེད་ཀྱི་འོག་ཏུ་བཀྱག་པ་དང་། རྟེན་པ་ཕན་
ཚུན་གདངས་པ་དང་། འདོམས་མཐོང་བར་བྱས་པ་བཅས་ཀྱིས་བསྐྱེད་
ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་སྟེ་དགུ།

བཞི་པ་ཟས་ལེན་པའི་ཚུལ་བརྒྱད།

ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྟེ་ཆེན་བཞི་པ། ཟས་ལེན་པའི་སྟེ་ལ། ཟས་ལྟར་བཟེད་ཀྱི་
ཁ་ལས་མཐོང་བར་ལེན་པ་དང་། འབྲས་ཆེན་དང་ཆོད་མ་མཉམ་པར་
ལེན་པ། གྲུལ་རིམ་མཐར་ཆགས་སུ་མི་ལེན་པ། ལྟར་བཟེད་ལ་བྱུར་
མིག་བལྟས་དེ་ལེན་པ། ཟས་མ་བྱུང་གོང་ནས་ལྟར་བཟེད་བཟེད་སྟེ་བ།
ཆོད་མ་འདོད་ནས་འབྲས་ཆེན་ཀྱིས་ཆོད་མ་འགོབས་པ། འབྲས་ཆེན་
འདོད་ནས་ཆོད་མས་འབྲས་ཆེན་འགོབས་པ། བཟེད་བཅེད་སྟེ་དུ་
སྟོང་གཞན་བཟེད་པ་སྟེ་བརྒྱད་དོ།

ཱ་པ་ལ་བས་སྤྱད་ཚུལ་ཉེར་གཅིག།

ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྤེལ་ཚན་ལྔ་པ་བས་བའི་སྤེལ། བས་ལེགས་པར་མི་བ་བ་
དང་། བས་ཁམ་ཏ་ཅང་ཆེ་བ་དང་། ཏ་ཅང་ཆུང་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་
དང་མཐུན་པའི་ཁམ་རན་པ་མིན་པ་དང་། བས་ཁ་སྒྲོར་མ་སྒྲེབས་པར་
ཁ་གདངས་པ་དང་། བ་བཞིན་དུ་གཏམ་སྤྲོ་བ་དང་། བས་མི་ཞིམ་པར་
ཅུག་ཅུག་དང་། བས་ཞིམ་པར་ཅག་ཅག་དང་། གང་བ་ལ་དུ་དུ་དང་།
ཆ་བ་ལ་ཕུ་ཕུའི་སྤྲོ་དང་བཅས་པ་དང་། ལྷེ་ཕྱིར་ཕུང་བ་དང་། འབྲས་
སོགས་འབྱུ་མ་རེ་རེ་ནས་གུད་དུ་ཕྱེ་བ་དང་། བས་ལ་འཕུ་སྤྱོད་དང་།
ཁམ་གཅིག་མཁུར་གཡས་གཡོན་དུ་སྤོ་བ་དང་། ཀན་སྤྲོ་གཏོག་པ་དང་།
དུད་འགོ་ལྟར་ཁམ་འཕྲོ་བཅད་པ་དང་། ལག་པ་ལ་བས་ཆགས་པ་
བཅུག་པ་དང་། མཇུ་བ་མོས་ལྷུང་བཟེད་བྲད་ནས་འཁྱུག་པ་དང་། ལག་
པ་ལ་བས་ཆགས་པ་སྤྲུགས་པ་དང་། བས་དང་བཅས་པའི་ལྷུང་བཟེད་
སྤོམ་སྤོམ་བྱེད་པ་དང་། བས་མཆོད་རྟེན་གྱི་གཟུགས་འདྲ་བར་བཅོས་
པའི་ཚུལ་གྱིས་བ་བ་སྤེལ་ཉེར་གཅིག་གོ།

དུག་པ་ལྷུང་བཟེད་སྒྲིབ་ཚུལ་བཅུ་བཞི།

ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྒྲེ་ཚན་དུག་པ་ལ། དགེ་སློང་གཞན་གྱི་ལྷུང་བཟེད་ལ་འཕྱ་
བ་དང་། ལག་པ་ཟས་ཀྱིས་སྤགས་པས་ཚུ་སྒྲིབ་ལ་རེག་པ་དང་། གཞན་
ལ་ཟས་ཀྱིས་སྤགས་པའི་ཚུ་གཏོར་བ་དང་། བྱིས་བདག་ལ་མ་དྲིས་པར་
ཟས་དང་འབག་པའི་ཚུ་བྱིས་དུ་འབོ་བ་དང་། ཟས་ལྷག་ལྷུང་བཟེད་
ནང་སྤྱགས་པ་དང་། ལྷུང་བཟེད་འོག་སྤྱགས་མེད་པར་ས་རྒྱུ་སྤྱང་
བཞག་པ་དང་། ལྷུང་བཟེད་གད་ཁར་བཞག་པ་དང་། གཡང་སར་
བཞག་པ་དང་། དཀའ་གཟར་དུ་བཞག་པ་དང་། གད་ཁ་དང་། གཡང་
ས་དང་། དཀའ་གཟར་དུ་ལྷུང་བཟེད་འཕྱ་བ་དང་། ལངས་ཏེ་འཕྱ་བ་
དང་། འབབ་ཚུ་དུག་པོའི་རྒྱན་ལས་ཕྱོག་སྤྱེ་ལྷུང་བཟེད་ཀྱིས་ཚུ་བཅུ་བ་
སྤྱེ་བཅུ་བཞིའོ།

བདུན་པ་ཆོས་སྟོན་ཚུལ་ཉེར་དུག

ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྡེ་ཆན་བདུན་པ་ཆོས་སྟོན་ཚུལ་ཀྱི་སྡེ་ལ། ཉན་པོ་མི་ན་
བཞིན་དུ་འདུག་པ་ལ་རང་ཉིད་འགྲེངས་ཏེ་ཆོས་འཆད་པ་དང་། དེ་
བཞིན་དུ་ཉལ་བ་དང་། བྱི་སྟོན་ཆེ་མཐོར་འདུག་པ་དང་། མདུན་དུ་འགྲོ་
བ་ལ་རྒྱབ་ནས་ཆོས་འཆད་པ་དང་། ལམ་གྱི་དབུས་ནས་འགྲོ་བ་ལ་
ལམ་པོའི་འགྲམ་ནས་ཆོས་འཆད་པ་དང་། མི་ན་བར་མགོ་གཡོགས་པ་
དང་། གོས་བརྒྱུས་པ་དང་། ལྷ་གོས་ཕྱག་པར་གཟར་བ་དང་། ལག་པ་
གཉའ་གོང་དུ་བསྒྲུལ་བ་དང་། ལྷག་པར་བསྒྲུལ་བ་དང་། སྐྱ་སྐྱེ་བོར་
བསྐྱས་ཏེ་དོ་ཀར་ཅན་དང་། ལྷ་གྲོན་པ་དང་། ཅོད་པན་བཏགས་པ་
དང་། མེ་ཏོག་གི་སྤེང་བ་བཅིངས་པ་དང་། ལ་ཐོད་དཀྱིས་པ་དང་།
གླང་ཆེན་ལ་ཞོན་པ་དང་། ཏྲ་ལ་ཞོན་པ་དང་། བྱོགས་ཀྱི་སྤེང་ན་འདུག་
པ་དང་། ཤིང་རྩེ་སྤེང་ན་འདུག་པ་དང་། མཆིལ་ལྷམ་གྲོན་པ་དང་།
ལཁར་བ་ཐོགས་པ་དང་། གཏུགས་ཐོགས་པ་དང་། མཚོན་ཆ་ཐོགས་པ་
དང་། རལ་གྱི་ཐོགས་པ་དང་། མདའ་གཞུ་ཐོགས་པ་དང་། གོ་ཆ་གྲོན་

པ་བཅས་ལ་ཆོས་བཤད་པ་སྟེ་ཉེར་དྲུག་གོ།

བརྒྱད་པ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ།

ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྟེ་ཆན་བརྒྱད་པ། གཙང་སྐྱ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་སྟེ། མི་
ན་བར་འགྲེངས་ཏེ་བཤད་གཅི་འདྲོར་བར་མི་བྱ་བ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་དུ་
བཤད་གཅི་དང་མཆིལ་སྐྱབས་དང་ཆབ་ཆེན་སོགས་འདྲོར་བར་མི་བྱ་
བ་དང་། རྩ་སྟོན་པོ་ཡོད་པའི་སྟོགས་སུ་བཤད་གཅི་དང་མཆིལ་སྐྱབས་
སོགས་འདྲོར་བར་མི་བྱ་བ་བཅས་གསུམ་མོ།

དགུ་པ་རྒྱ་བ་གཅིག།

ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་དགུ་པ་རྒྱ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་གཅིག་སྟེ། ལྷག་ལ་སོགས་
པའི་གཞོན་པ་མེད་པར་གིང་ལ་མི་གང་ཙམ་ལས་མཐོ་བར་འཛེག་པར་
མི་བྱ་བའོ།

བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སྤྱོད་གི་གཞི་གསུམ།

འདུལ་བ་ལས་བཤད་པའི་རབ་བྱུང་གི་བསྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་གཞི་བརྒྱ་
བདུན་གྱི་ནང་གསལ་ཏེ། གསོ་སྤྱོད་དང་། དབྱར་གནས། དགག་དབྱེའོ།

གསོ་སྦྱང་བརྒྱ་བཞི་པ།

མཐུན་པའི་གསོ་སྦྱང་ལས་དུས་ངེས་པའི་གསོ་སྦྱང་གི་ནང་གསེས་ཤིག་
སྟེ། རྒྱལ་དང་། དཔོ་དང་། ས་ག་དང་། རྒྱ་སྟོང་དང་། ལུམས་སྦྱང་། སྒྲིན་
དུག་བཅས་ཀྱི་ལྷ་བའི་མར་ངོའི་ཉིན་ཞག་བརྒྱ་བཞི་པ་ལ་གསོ་སྦྱང་ཞག་
མི་ཐུབ་པ་བྱ་བའོ།

གསོ་སྦྱང་བཅེ་ལྔ་པ།

མཐུན་པའི་གསོ་སྦྱང་ལས་དུས་ངེས་པའི་གསོ་སྦྱང་གི་ནང་གསེས་ཏེ།
ལོ་སྐོར་ལྷ་བ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ཡར་ངོ་དང་། མགོ་དང་། མཆུ་དང་། རྒྱ་
པ་དང་། སྒྲིན་དང་། གོ་ཉུན་དང་། ཐ་སྐར་ཏེ་ལྷ་བ་དུག་གི་མར་ངོ་
བཅས་བཅེ་བརྒྱད་པོ་ལ་གསོ་སྦྱང་བྱེད་པའོ།

གཞི་གསུམ་ཆོ་ག།

གསོ་སྦྱང་དང་། དབྱར་གནས། དགག་དབྱེ་གསུམ་གྱི་ལག་ལེན་དངོས་
སྤྱེད་པའི་སྐྱོར་གྱི་གཞུང་། དེ་ཡང་ལྷ་བ་རེ་རེ་བཞིན་ཆོས་བཅོམ་ལྟ་
དང་། གནམ་གང་གཉིས་ལ་གསོ་སྦྱང་རེ་དང་། དབྱར་ལ་ལྷ་བ་དུག་
པའི་ཆོས་བཅུ་དུག་ནས་ལྷ་བ་བདུན་པའི་ཆོས་ཉེར་དགའི་བར་དབྱར་
བྱིས་ཁས་སྤངས་པས་དབྱར་གནས་དང་། དེ་ལྷའི་སུམ་ཅུ་ཉིན་དབྱར་
གནས་གྲོལ་སྐབས་དགག་དབྱེ་བཅས་ཡིན།

དབྱར་གནས་གྱི་ཆོ་ག།

སྦྱར་བ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་དོར་བྱ་ཞིང་། གནས་མལ་སྟ་གོན་དང་།
གང་ཟག་སྟ་གོན་སོགས་བྱས་ནས། དངོས་གཞི་སྤྱོད་གཙུག་དང་བཅས་པའི་
གནས་སྤྱེད་དགོས་ཤིང་གི་མདུན་དུ་སྤྲུག་ཆོག་ལན་གསུམ་བཟོད་པས་

དབྱར་གནས་པར་ཁས་སྤངས་ཏེ། ཤྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་མཆོམས་
གྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་སྐྱུ་རེངས་འཆར་བར་མི་སྡོད་པར་ཐོས་བསམ་བསྒོམ་པ་
ལ་བཙོན་པའི་མཐར་དགག་དབྱེ་བྱ་བའོ།

དབྱར་གནས།

འདུལ་བ་གཞི་གསུམ་གྱི་ཡ་གྱལ་ཞིག་སྟེ། དབྱར་སྤྱི་གང་ཡིན་རུང་
དབྱར་ལྷ་གསུམ་གྱི་རིང་ལ། དགོ་ཚུལ་སྟོང་རྣམས་གྱིས་མཆོམས་ལས་
འདས་ཏེ་སྐྱུ་རེངས་འཆར་བར་མི་བྱ་བའི་དམ་བཅའ་གནས་སུ་འབྲེལ་
བ་དང་། དགོ་འདུན་གྱི་ནང་དུ་འཁྲུག་ལོང་མི་བྱ་བ་དང་། ཐོས་པ་
སོགས་ལ་བཙོན་པ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་རལ་གུམ་བཙོས་པ་སོགས་
གྱི་དམ་བཅའ་བཟུང་ནས་དབྱར་ཁས་ལེན་པའོ།

དགག་དབྱེ།

འདུལ་བ་གཞི་བརྒྱ་བདུན་ལས་བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སྤྱོད་གི་གཞི་གསུམ་གྱི་
ནང་གསལ་ཏེ། ལྷ་བ་གྲེང་དུན་དང་། ཆད་ལས། རྟེན་པ་བཞོ་བ།
མཚམས་གྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་མཚན་མོ་འདུལ་བ་སྟེ་དེ་དག་དབྱེར་གནས་གྱི་
སྐབས་དགག་བྱ་ཡིན་ལ། སྐབས་འདིར་དབྱེ་བར་བྱེད་པས་དགག་དབྱེ་
ཞེས་བྱ། དེ་ལ་ནང་གསལ་སྤུས་གྱི་དགག་དབྱེ་དང་། དུས་མིན་གྱི་
དགག་དབྱེ་དང་། ཚོགས་གྱི་དགག་དབྱེ་བཙས་གསུམ་ཡོད་དོ།

དུས་གྱི་དགག་དབྱེ།

དགག་དབྱེའི་ནང་གསལ། དུས་ངེས་པ་དབྱེར་གནས་སྒྲ་བ་གསུམ་
རྩོགས་པའི་ཆོས་བཙེ་ལྷ་ལ་དགག་དབྱེ་བྱ་བ་སྟེ། དབྱེར་སྒྲ་མ་ཁས་
སྤངས་ན་དབྱེག་པའི་ཉ་ལ་ཞེས་སྟོན་འབྲིང་ཐ་སྐར་གྱི་ཆོས་བཙེ་ལྷ་

དང་། དབྱར་ཕྱི་མ་ཁས་སྒྲངས་ན་སྒྲིན་དུག་གི་ཉ་ལ་ཞེས་སྒྲོན་པ་རྒྱུ་གི་
ཆེས་བཙོ་ལྟ་ལ་དགག་དབྱེ་བྱ་བ།

གོས་ཀྱི་གཞི་གསུམ།

འདུལ་བ་གཞི་བརྒྱ་བདུན་ལས། བདེར་གནས་རྒྱུ་གི་གཞི་ལྟ་བུ་ནང་
གསེས། གོས་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྟར་བའི་སྒྲོན་ས་བདེ་བར་གནས་པ་
གོས་ཀྱི་གཞི་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྲ་བརྒྱུ་གི་གཞི་དང་། གོས་ཀྱི་གཞི། ཀོ་
ལྷགས་ཀྱི་གཞི་རོ།

དུས་དང་དུས་མིན་བསྐྱུས་པའི་གཞི།

ལྷང་བ་བཅབས་མ་བཅབས་བྱེ་བྲག་དུ་འཆད་པ་དུས་དང་དུས་མིན་
བསྐྱུས་པ་འབྱུང་བའི་གཞི་ཞེས་པ་སྟེ། གཞི་ལྷང་ལྷང་མིན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་
ཤེས་ཤིང་དྲན་རུས་པའི་དགེ་སློང་ཁོ་ནས། བསམ་པ་གསང་འདོད་ཀྱི་
བསམ་རྒྱན་མ་ཆད་པ། སྦྱར་བ་ལུས་ངག་གིས་འཆབ་པར་བརྩོན་པ།
མཐར་ཐུག་སང་གི་སྐྱ་རངས་ཤར་བར་བཅབས་པ་སྟེ་ཡན་ལག་བཞི་ཀ་
ཚང་ན་བཅབས་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིར་འགྱུར་ཞིང་། མ་ཚང་ན་མི་
འགྱུར་བ་དང་། ཡམ་པ་འཆབ་བཅས་གསོར་མི་རུང་ཞིང་། འཆབ་པ་
མེད་ན་ལས་ཀྱི་བསྐྱུས་པ་སྦྱིན་པའི་སྒོ་ནས་ཕྱིར་བཅོས་བྱེད་པ་དང་།
ལྷག་ལྷང་བྱུང་ན་སྒོ་མགུ་སོགས་ཀྱི་ཆད་ལས་བསྐྱུས་པ་དང་། སྤང་ལྷང་
གང་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷང་བ་བྱུང་བའི་དངོས་པོ་དེ་ཞག་གཅིག་དུ་སྤངས་
པ་དང་། གཞན་རྣམས་ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱིས་བཤགས་པ་བྱེད་པ་སོགས་
རང་རང་གི་ཆོག་བཞིན་བྱེད་པ།

རིས་ཆད་སྒྲོ་ཡི་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད།

ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་དམ་པོ་ཡོད་པ་དང་། ཀྱུན་སྒྱུད་ཤིན་ཏུ་ངན་
པ། འཁོར་བ་ལ་ཡིད་མི་སྒྲོ་བ། དད་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ། མི་དགའི་
སྤྲིག་པ་སྒྱུད་པ། ཆོས་ལ་མི་སེམས་པ། སྒྲོམ་པ་ཉམས་པ། དམ་ཆིག་
འཆལ་བ་བཅས་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དོ།

ཕྱིར་བཅོས།

ནད་དང་། རྟོར་འབྱུལ། བསྐྱབ་པ་སོགས་སྒྲར་གསོ་བ། ལས་དོན་རྟོར་
འབྱུལ་བྱུང་རིགས་ལ་བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་གིས་ཕྱིར་བཅོས་བྱེད་
པ། ན་ཚ་རྩིང་པ་ལ་ཞི་བླག་སྒྲན་དཔྱད་ཀྱིས་ཕྱིར་བཅོས་གང་འོས་བྱེད་
དགོས། སྒྲོན་ཆ་ཕྱིར་བཅོས་ཡང་ཡང་བྱས་ན་ལེགས།

ཕྱིར་བཅས་ཀྱི་གཞི་བདུན།

འདུལ་བ་གཞི་བརྒྱ་བདུན་གྱི་ནང་གསེས། སྒོམ་པ་ཉམས་པ་ཕྱིར་བཅས་
ཀྱི་གཞི་ལ། ལྷུང་བ་ཕྱིར་བཅས་ཀྱི་གཞི་བཞི། རྩེད་པ་ཕྱིར་བཅས་ཀྱི་
གཞི་གསུམ་སྟེ་བདུན།

རྩེད་པའི་རྒྱ་བཞི།

འདུལ་བ་ལས་བཤད་པའི་རྩེད་པའི་གཞིའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་སྟེ། དེ་བཞིན་
ཉིད་ལ་ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་དང་། གདམས་ངག་སྤོང་བ་དང་། ལྷུང་བ་
དང་བཅས་པ་དང་། ལས་ལ་མི་མཐུན་པ་སྟེ་བཞི་རྟོ་རྒྱ་དེ་དག་གིས་
འདུས་བྱས་རྟག་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ་རྩེད་པ་ལྟ་བུ་འབྱེད་ཕྱིར་རྩེད་པ་
དང་། གདམས་ངག་གསོ་དགག་བཞག་པ་ལ་འཇོག་པ་པོ་དང་གཞག་
བྱ་རྩེད་པ་ལྟ་བུ་མི་གདམས་ཕྱིར་རྩེད་པ་དང་། ལྷུང་བ་གླེངས་པས་
ལས་མི་ལེན་པ་གླེང་བྱ་གླེང་བྱེད་རྩེད་པ་ལྟ་བུ་ལྷུང་ཕྱིར་རྩེད་པ་དང་།
རྩེད་པ་དེ་གསུམ་གྱི་དབང་གིས་གསོ་སྤོང་སོགས་ཀྱི་ལས་ལ་མཐུན་པ་

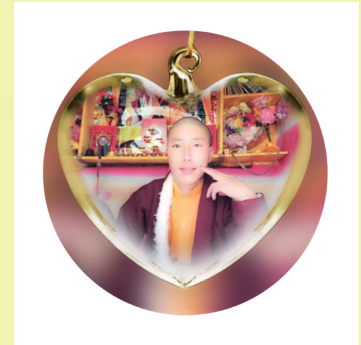
འདུལ་བ་གཞི་བཅུ་བདུན་ལས། བདེར་གནས་རྒྱུ་གི་གཞི་ལྗེ་ནང་
གསེས། གནས་མལ་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྟར་བས་བདེ་བར་གནས་པའི་
གཞི་སྟེ་གཙུག་ལག་ཁང་བརྩམས་ནས། སྒོ་ཁང་དུ་སྤྱིད་པའི་འཁོར་ལོ་
ཆ་ལྟ་པ་སོགས་བྱི་བར་བྱ་ཞིང་། དྲི་གཙང་ཁང་དུ་བསྟན་པའི་གཙོ་བོ་
དང་། ལོགས་སུ་བྱབ་པའི་སྐྱེས་རབས་སོགས་བྱི་བ་དང་། གཞན་ཡང་
མཛོད་དང་བས་ཁང་ལ་སོགས་པ་དང་། གང་བག་སོ་སོའི་ཁང་པ་སྤྱོད་
ལམ་བཞི་ཤོང་གི་ཚད་ཅན། མཚོད་རྟེན་དང་ལྷགས་རི། རྒྱལ་མཚན་ལ་
སོགས་པ་གཞུང་མཐུན་དུ་བྱ་བའོ། དེ་དང་འབྲེལ་བར་མཚོག་ལ་རབ་དུ་
བྱུང་བས་ཕྱག་བྱ་བ་དང་། མཉམ་ན་རྒྱན་པ་དང་། བུད་མེད་ཀྱིས་དགོ་
སྟོང་ལ་ཕྱག་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་བ་ཅས་སོ།

དགོས་ཤིང་གིས་འདུལ་ཁྱིམ་ཉིས་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་ཙ་གསུམ།

འབྲེལ་བ་བྱེད་ཡུལ།



སྤྱི་ཁྱེད་སྤྱི་ཁྱེད་ལ་ ཆེ་དབང་བསམ་གཏན།



གཞུང་ལས་ཁང་། ༠༣༥༥༧༧༣༣༥༥༦

སྤྱི་ཁྱེད་ལ་ ༡༠༩༥༤༤༤༡༧༠༠

ཡིག་སྐུལ། himalayanc@199.com

སྤྱི་ཁྱེད་ལ་༢༠༡༥ལོ་ལྷ་པོ་ཆེས་ཉལ་ཉིན། ཤིང་ས་ལ་སྤྱོད་པོ་གཉིས་
ཀྱི་བར་ནས་འཕུལ་དེས་དུ་ཕབ་པས་བསམ་པ་དཀར་པོའི་བྱིས་
པ་ཡིན་པས། ཡི་གེ་དང་ཆིག་སྐུལ་སྤྱོད་པ་ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་
དགོངས་བདག་ཉུ་ཉུ།