༄༅། །བོད་ཟླ་དང་པོ། ཚོགས་གཉིས་སྨིན་དཀར་འཛུམ་པའི་ཁོང་གསེང་ནས། །མཚན་དཔེའི་འོད་སྟོང་གསལ་བའི་ཉི་མ་སྟེ། །ཡབ་རྗེ་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་འདྲེན་མེད་པ། །གངས་ཅན་ལྗོངས་འདིར་བསྙམས་པ་མཚུ་ཟླ་བ། །སྐར་རྩིས་པའི་དཀྱུན་ཟབ་རགས་ཞིབ་མཐུན་པ་མཚུ་ཡིས་ཉ་བ་ཡར་ངོ་སྟོན་འགྲོ་ཞའི་ཁྲིམ། ཧོར་ལུགས་དང་ནག་རྩིས་མཚུར་ལུགས་གསོ་དཔྱད་ཀྱི་ལོ་མགོ། འབྱུང་རྩིས་པའི་དཔྱིད་ཟླ་མེ་ཕོ་འབྲུག་ཟླ་ཆེ་བ། རྟེན་འབྲེལ་འདུ་བྱེད། ཚེས་ ༡ ནས་ ༡༥ བར་རྒྱལ་བས་ཆོ་འཕྲུལ་བསྟན་པའི་དུས་ཆེན། ཚེས་ ༤ ཕག་གི་ལྷ་ཆ་ ༥ ནས་དཀྱུན་ཟབ་མའི་རང་སྣང་ཞིན། ཁ་བ་ཆར་དུ་ཕྱུང་ཟད་འགྲོ། ཉིན་ཚད་ ༢༨/༥༠ མཚན་ཚད་ ༣༡/༡༠ ཚེས་ ༢༠ སྐག་གི་ལྷ་ཆ་ ༣ ནས་ཟླ་བ་ཕྱི་མའི་དཀྱུགས་ཐོབ། འདུ་སྲིན་དཀྱུགས་རྒྱུ། དཔྱིད་ཀྱི་རླུང་ཆེན་ལྡང་། སར་དྲོད་སྐྱེ། དཔྱིད་ཉིན་མཚན་མཉམ། ཉིན་ཚད། ༣༠/༠ མཚན་ཚད། ༣༠/༠ ཚེས་ ༢༩ ཡོས་ཀྱི་ལྷ་ཆ་ ༦ ནས་རྟ་བདུན་དབང་པོ་གསེར་མིག་ཁབ་ཏུ་སོན། བསོད་ལས་འགྲུབ། 145

146 ཟླ་བདག་རྒྱུ་བ། རང་ཟླའི་ཚེས་ ༢༩ ནས་ཕྱི་ཟླའི་ཚེས་ ༢༨ བར་དུམ་སྐོར་ཐུབ། ཚེས་ ༢༠ བྱའི་ལྷ་ཆ་ ༥ ནས་ཚེས་ ༢༡ བྱའི་ལྷ་ཆ་ ༡ བར་ཉི་མ་ནག་པས། ཆུ་བདུད་རྒྱལ་པོ་དབྲར་ཕྱང་། འབྱུང་བ་ཆུ་ཡིས་ལས་མི་བྱེད། ཚེས་ཉེར་ལྔར་ཀླུ་ཞི་བས། ཚེས་གཉིས་དང་བརྒྱད་མ་གཏོགས་ཟླ་བ་ཧྲིལ་པོར་ཀླུ་བཞོག ཚེས་ ༢༡ ལ་ཟོ་རེངས་ཕུར་སྐྱོར་ལེ་འཛོམ་ལྷ། ལྷ་ཐུབ། དཀུ་ཤར། ཞིན་ཕུར་སློ་ནས་བྱང་དུ་ཟོ་རེངས་རྒྱུ། སྣྲུལ་རྗོགས་ནས་ཕྱོག ཀལ་ཁྲི་སློ་སྟོད། ལག་ཏུམ་ཁང་པའི་སློ་ཐུབ་ལ་གནས། ངེར་ཕུར་པོ་མི་འདོག འབྲུག་རྗེ་ཚང་བང་ལ་གནས། ཡས་ལམ་སློ་ཐུབ། ཕུག་ལུགས་གྲུབ་པའི་ཚེས་ ༦ དང་ ༢༧ ཚད། ཚེས་ ༧ ལྷག བྱེད་མཐུན་མཚུར་ལུགས་ཀྱི་ཚེས་ ༢༨ ཚད། ལྷག་མེད། གཟའ་ཞིབ་པ་ ༡ ༣ ༠ དར། ༢ ༦ ཀུད། ༤ ཕྱོད། ༥ ཕུད། གསེར་མིག་གྲོང་དུ་རྟག་ཞི་དང་། །ཕྲུ་མ་རགས་ཞིབ་མཐུན་པ་ཏུ། ། བཞུགས་ཤིང་མཐུན་བས་ཟས་བཅུད་ཞན། །ནད་འབྲུག་མང་ལ་འདྲིགས་པ་ཆེ། །

ཉམ་དག་གྲུབ་རྩ།			ཉིའི་སྒྲ་གཅན།		
༠	༣༣༢	༢༢	༡༣	༡༣	༠
༢༠	༦༡	༤༢	༡༢	༤༧	༡༧
༤༤		༥	༢༣	༣༦	
༥	༡༦	༢	༢	༣	
༦༡༧	༤༤	༡༦	༢༠	༣	

ཉ — ལུག ༩ — བུམ་པ ༡ — ཆུ་སྲིན ༦ — ༤ — གཞུ
གླང — **ཉིའི་འཁྲུལ** — སྡིག
འཁྲིག ༥ — ཀརྐ — སེངྒེ ༢ — ༣ ༠ — སྲང ༨ — བུ་མོ

ཕྱེད་མཐུན་མཚུར་རྩ།			སྐོར་གི་སྒྲ་གཅན།		
༠	༣༣༢	༢༣	༡༣	༡༣	༠
༢༣	༦༥	༣༤	༡༥	༤༤	༡༤
༣༢		༨	༥༤	༥	
༤	༡༦	༣	༤	༡	
༣༨	༥༨	༣	༡༦	༧	

གཟའ་ལྷ་ཉིའི་དལ་དག				
དམར	ལྷག	ཕུར	སངས	སྤེན
༡༡	༢༣	༧	༢༤	༡༤
༥༤	༣༢	༠	༠	༥༥
༤༧	༡༩	༥༢	༡༥	༥༧
༥	༤	༥	༥	༡

གཟའ་ལྷ་ཉིའི་མྱུར་དག				
དམར	ལྷག	ཕུར	སངས	སྤེན
༡༤	༢༡	༦	༢༠	༡༥
༩	༥༥	༡༩	༡༧	༢༢
༥༢	༡༩	༡༧	༥༧	༦
༤	༤	༠	༠	༠
རྫོ	བྱང	ནུབ	ནུབ	རྫོ

༩ ལུག — གླང — ཉ ༡ — བུམ་པ ༤ — ༢ — ༦ ཆུ་སྲིན
འཁྲིག ༥ — **སྐོར་གི་འཁྲུལ** — གཞུ
ཀརྐ — སེངྒེ — བུ་མོ — ༠ — སྡིག — སྲང ༨ ༣

གཟའ་ལྷ་སྐོར་གི་དལ་དག				
དམར	ལྷག	ཕུར	སངས	སྤེན
༡༢	༢༤	༧	༢༥	༡༤
༢༢	༣༥	༦	༣	༥༧
༢༤	༤༧	༠	༠	༤༩
༣	༥	༠	༡	༣

གཟའ་ལྷ་སྐོར་གི་མྱུར་དག				
དམར	ལྷག	ཕུར	སངས	སྤེན
༡༣	༢༣	༦	༢༡	༡༥
༥༦	༢༣	༡༨	༣༧	༢༠
༨	༡༦	༡༤	༣	༦
༤	༤	༢	༣	༤
རྫོ	བྱང	ནུབ	ནུབ	རྫོ

༡ ཉི མོན་གྲུ ས་མེ ཟད མི་མཐུན་ཉི ལུག་གི་༤ནས ཁྲམས་སྟོད མེ༢ གཡོ་ འདེགས་ཉི ཞི འདུ་བྱེད སྡིག ཁམ༧ ཟིན་ཕུར གླུ་བཟློག ནག མགྲིན ཆུ་སྐྱེལ ཚེས་༡ ནས་ ༡༥ བར་རྒྱལ་བས་ཆོ་འཕྲུལ་བསྟན་པའི་དུས་ཆེན། **ཟླ་ཐུང་རིག་འཛིན་འདུམ་ཚོགས་དབུ་ཚུགས། བོད་ཀྱི་ལོ་གསར།**

༡ ༢༣ ༡༩ ༢༢ ༢༤ ༡༠
༩ ༣༧ ༢༩ ༥༢ ༢༦ ༣
༥༤ ༢ ༥༩ ༥༦ ༤༤ ༣༩

རྒྱ་ཟླ་ ༢ ཚེ་ཚེས་ ༢

3 2

༢ ཟླ ཁྲམས་སྟོད མེ་ཆུ གཏུན་ཤིང ལུག་གི༢ནས ཁྲམས་སྨད ཆུ༢ གླང་པོ མི་མཐུན་ཉི གྲུབ མ་རིག ཡོས གིན༨ ཆུ་བཅུ སྤྲིར་དཀྱུན་ གྲོར་ཆུ་གཏོང་རན།

༨
༢ ༢༤ ༢༠ ༢༢ ༢༥ ༡༠
༥ ༣༩ ༣༧ ༥༧ ༢༩ ༤
༢༦ ༥༩ ༢༦ ༢༦ ༣༤ ༣༩

3

༣ དམར ཁྲམས་སྨད མེ་ཆུ གྲུབ གྲུབ་ཉི བདུད་རྒྱལ རྟའི་༥ནས ནམ་གྲུ མེ་ཆུ མདུན འདེགས་ཉི བསྐྲུབ་བྱ ཀ་ཤི འབྲུག ཟིན༩ དབུལ གླུ་བཟློག ཤིང་ཁྲི **ལེགས་པ་བརྒྱད་འཛོམས། ཆོས་རྗེ་འདེགས་མེད་ཟླ་མའི་འཁྲུངས་སྐར།**

༣ ༢༥ ༢༡ ༢༣ ༢༦ ༡༠
༡ ༤༡ ༤༣ ༡ ༣༡ ༥
༥༨ ༥༧ ༥༣ ༥༥ ༢༥ ༣༥

4

༤ སྤྲུལ ཟོན༡ གནམ་སྟོར གླུ་བཟློག དམག

༣ ༢༣
༥༩ ༦
༣༡ ༢༥

ཆད

༥ ལྷག ནམ་གྲུ ཆུ༢ རྒྱ་བཏོན རྟའི་༤ནས ཐ་སྐར ཆུ་རླུང འཆི་བདག འཆི་སྦྱོར དགེ སྐྱེ་བ ཏ ཡི༢ གནམ ཐོ་རེངས གླུ་བཟློག ཤིང་ལག ཏུ

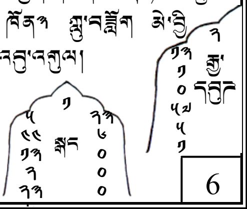
༤ ༢༦ ༢༢ ༢༣ ༠ ༡༠
༥༨ ༤༢ ༥༣ ༡༠ ༢༣ ༧
༢༤ ༣༠ ༢༦ ༥༥ ༡༦ ༣༢

ཕྱེད་ཡོལ་སྐྱ་ཆ།

5

༦ ཕུར ཐ་སྐར རླུང༢ ཡིད མཐུན་ཉི ལུག་གི་༡ནས བྲ་ཉེ མེ་རླུང འདོད དཀར་པོ སྡིག་ཚེས སྲིད ལུག ཁོན༣ གླུ་བཟློག མེ་ཁྲི ཁ་བ་ཆར་དུ་ཕྱུང་ཟད་འགྲོ། སྐྱེ་ལ་སྲིན་འདུ་འགྱུལ། དད་པ་སྐྱེབ།

༥ ༠ ༢༣ ༢༣ ༡ ༡༠
༥༨ ༤༠ ༥༥ ༡༥ ༣༡ ༨
༥༦ ༢༨ ༥༣ ༢༥ ༣༩ ༣༠



6

༧ སངས བྲ་ཉེ ས་མེ ཐོ་བ ཁྱུག་གི་ཞུས སྨིན་དྲུག
ས་མེ གདུགས བཀྲ་ཤིས་ཉེ ཚངས ལེན སྒྲོལ དྭ༤
ཟིན་ཕུར སྐུ་བཟློག བག མི་སྐྱང ཀོང་རོང་ཁུལ་དུ
ཁམ་དུའི་མེ་ཏོག་ཤར་སྣང་། སོལ

ཤུག

༦ ༡ ༢༤ ༢༣ ༢
༦༠ ༣༧ ༥༧ ༡༩ ༢༩
༠ ༥༤ ༤༩ ༥༤ ༢༩

7

༧ སྤེན སྨིན་དྲུག ས་མེ རྒྱལ་མཚན ཁྱུག་གི་ཞུས
སྣར་མ ས༢ དཔལ་བེ འགྲུབ་སྦྱོར བཀྲ་ཤིས་ཉེ
དབང་པོ བི་ཡོས་ཀྱི་༡ནས་ཉའི་༡བར སྲིད ས་སྡག
འདིའི་ཡས་མས་སུ་ལྷགས་པ་ཆེ། **རྒྱལ་སྤྱིའི་དུད་མེད་དུས་ཆེན།**

༠ ༢ ༢༥ ༢༣ ༣ ༡༠
༠ ༣༧ ༥༧ ༡༩ ༢༦ ༩
༢༩ ༢༥ ༢༠ ༥༤ ༢༠ ༢༨

8

༨ ཉི སྣར་མ ས་མེ སྐྱེ་རྒྱུ འཕེལ་ཉེ སྦྲུལ་གྱི་༣ནས
མགོ མེ་རླུང གཞོན སྦྱོར་ཉེ ཤ་ཁོན ཚོར ཅུ
ཁོན༥ ཕི་ཡིང གནམ དབུལ ས་ཡོས དབུས་སྟོད་
སྟག་ཕུའི་ཆུ་འདྲེན་ཉེ་ཞིག་ཟིན། ཤོལ་པོ་ཟླ་ཕྱེད་རིང་
ཁ་བ་དང་ བཅས་གྲང་ན་སྟར་གྱི་དུག་ཚད་འཕྱུགས།
༩
༡ ༣ ༢༦ ༢༣ ༤ ༡༠
༣ ༣༣ ༥༧ ༢༤ ༢༢ ༡༠
༡ ༢༢ ༤༧ ༢༤ ༡༡ ༢༦

9

༩ ཟླ མགོ ཆུ་རླུང ཀུན་དགའ སེལ རེག ཁྲི ཁམ༦
ཟོར སྐུ་བཟློག བཟློག ཕྱུགས་འབྲུག

༨
༢ ༤ ༠ ༢༣ ༥ ༡༠
༦ ༢༨ ༥༧ ༢༨ ༡༧ ༡༡
༣༤ ༢༠ ༡༤ ༥༤ ༡ ༢༥

10

༡༠ དམར ལག མེ་ཆུ གཡོ ཟུང་སྦྱོར སྲིག་སྦྱོར ཆུབ་ཉེ མཛའ་བོ
བི་ཕག་གི་༣ནས སྲིག་ཚེས སྐྱེ་མཆེད ཕག གིན༧ སྐུ་བཟློག སྐྱི
ཕྱུགས་སྦྲུལ ཕིང་ཀུར་སླེབ། ཤིང་ཕྱི་ཁ་འདུས། འདིའི་ཡས་མས་སུ
འཕེབས་དྭངས་རེས་མོས་བྱེད། **བ་དན། ཡན་ཀོང་།**

༣ ༥ ༡ ༢༣ ༦ ༡༠
༡༠ ༢༢ ༥༦ ༣༣ ༡༡ ༡༢
༤༥ ༣༨ ༢ ༢༣ ༢༣ ༢༣

11

༡༡ ལྷག ནབས་སོ ཆུ་རླུང གླང་པོ ཚེ་ལྡན བི་སྦྲུལ་གྱི་༦བར མེད
ཉི ཟིན༨ སྐུ་བཟློག ཆུ་ཏ

༥༦
༤ ༦ ༢ ༢༣ ༧ ༡༠
༡༤ ༡༦ ༥༤ ༣༧ ༥ ༡༣
༥༦ ༥༦ ༥༠ ༥༣ ༣༨ ༢༡

12

༡༢ ཕུར རྒྱལ མེ་རླུང མདུད འགྲུབ་སྦྱོར གྲུབ་ཉེ སྐལ་བཟང ནམ་
ཞེས གླང ཟོན༩ སྐུ་བཟློག ཆུ་ཁྱུག འདི་ནས་དབུས་སུ་སྟ་འདེབས་སྟ་
མ་རན།

༥ ༧ ༣ ༢༣ ༧ ༡༠
༡༩ ༡༡ ༥༣ ༤༢ ༥༩ ༡༤
༨ ༡༤ ༣༨ ༢༣ ༥༦ ༡༩

13

༡༣ སངས སྐག ས་ཆུ འཆི་བདག བཟང་པོ ཀ་ཤི སྟག ཡི༡ ཟིན་
ཕུར གཤིན་རྗེ་ཉེ་སྦྱོར སྐུ་བཟློག དུ ཤིང་སྒྲོལ

༦ ༨ ༤ ༢༣ ༨ ༡༠
༢༣ ༥ ༥༢ ༤༦ ༥༤ ༡༥
༡༩ ༣༣ ༢༦ ༥༢ ༡༤ ༡༧

14

༡༤ སྤེན སྐག ས་ཆུ ཕིད་འཛིག་ཉེ ཡོས་ཀྱི་༣ནས མཆུ ས་མེ འདོད
ཤིན་ཏུ་སྐྲངས བི་སྦྲུལ་གྱི་༣ནས་སྟག་གི་༤བར སྐྱེ་བ ཡོས ཁོན༢ སྐུ་
བཟློག ཤིང་ཅུ

༠ ༨ ༥ ༢༣ ༩ ༡༠
༢༧ ༥༩ ༥༡ ༥༡ ༤༨ ༡༦
༣༡ ༥༡ ༡༤ ༢༢ ༣༣ ༡༦

15

༡༥ ཉི མཆུ མེ༢ ཐོ་བ སྲིག་སྦྱོར ཟུང་སྦྱོར ཆུབ་ཉེ འབྲུག་གི་༣ནས
གྲེ མེ༢ གདུགས ལས་བཟང སྲིད འབྲུག དྭ༣ སྐུ་བཟློག མེ་ཁྲི ཚོ་
འཕྲུལ་དུས་ཆེན། **ལེགས་པ་བརྒྱད་འཛོམས།**

༡ ༩ ༦ ༢༣ ༡༠ ༡༠
༣༡ ༥༤ ༥༠ ༥༥ ༤༣ ༡༧
༢༡ ༣༠ ༢༣ ༥༢ ༡༩ ༡༤

16

༡༦ ཟླ གྲེ མེ་ཆུ རྒྱལ་མཚན སྦྲུལ་གྱི་༡ནས དབོ ཆུ་རླུང དཔལ་བེ
བདུད་ཉེ འཛིན འདུ་བྱེད སྦྲུལ ཁེན༤ སྐུ་བཟློག མཁར མེ་ཕག ཟོར
ཐོང་འཛོམས་པས་སྤྱོད་གཞའ་བཅག་ན་ཡོ་ཡིགས།

༩
༢ ༡༠ ༧ ༢༤ ༡༡ ༡༠
༣༤ ༥༠ ༥༠ ༠ ༣༩ ༡༨
༡༢ ༩ ༣༡ ༢༢ ༥ ༡༢

17

༡༧ དམར དབོ མེ་རླུང སྐྱེ་རྒྱུ སྦྲུལ་གྱི་༥ནས མེ་བཞི མེ་རླུང གཞོན
གཟེར རྣམ་ཞེས ཏ ཁམ༥ གནམ སྐུ་བཟློག ས་ཁྲི ལྷོ་འབྲོག་སྐྱུས་སྒྲོ་
ཐོག་མ་རན། **དཔྱིད་ཀྱི་གཡང་སྐར་འཆར།**

༣ ༡༡ ༨ ༢༤ ༡༢ ༡༠
༣༦ ༤༦ ༥༡ ༤ ༣༦ ༡༩
༢ ༤༩ ༤༠ ༥༡ ༣༠ ༡༠

18

༡༨ ལྷག མེ་བཞི ཆུ་རླུང ཀུན་དགའ འཛིག་ཉེ རྟའི་༣ནས ནག་པ
ཆུ་རླུང དུས་དབྱིག འཛིག་ཉེ འབྲས བི་འབྲུག་གི་༣ནས་ཁྱིའི་༡བར
སྲིག་ཚེས མིང ཁྱུག གིན༦ ཀི་ཀང སྐུ་བཟློག ཀླ ས་སྐྱང ཅུ་དུ་ཁྱུང་
སླེབ། འཕྲི་བ་མལ་ནས་ལངས། དུ

༨༦
༤ ༡༢ ༩ ༢༤ ༡༣ ༡༠
༣༦ ༤༤ ༥༣ ༩ ༣༣ ༢༠ ཉིན་ཕྱེད་སྟ་ཆ།
༥༣ ༢༨ ༤༩ ༢༡ ༣༨ ༨

19

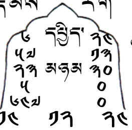
༡༩ ཁྲུར ནག་པ རྐྱང༢ གཡོ ཏའི་༣ནས ས་རི རྐྱང༢ བརྟན
འཕེལ ངེས སྐྱེ་མཆེད སྦྲེལ ཟིན༧ ཟིན་ཁྲུང ཀླུ་བཞྒོག ཤེད ཕྱུགས་
སྟག སྒྲ་འདེབས་ཀྱི་ཨ་རན། ས་དྲོད་སྨིན།

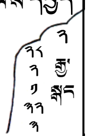
༣༨

༥	༡༣	༡༠	༢༤	༡༤	༡༠
༣༦	༤༣	༥༧	༡༣	༣༢	༢༡
༢༢	༢༨	༡༩	༥༡	༤༨	༧

20

༢༠ སདས ས་རི ས་རྐྱང ཀླད་པོ ཏའི་༢ནས ས་ག ས་མེ སྟག་ཕྱིས
ཀུན་འཛོམས རིག ཇ ཟོན༨ གནམ ཀླུ་བཞྒོག ཕྱུགས་ཡོས **དཔྱིད་**
མཉམ། འབྲུ་སྲིན་དབུགས་རྒྱུ། སོལ





༦	༡༤	༡༢	༢༤	༡༥	༡༠
༣༤	༤༤	༢	༡༨	༣༣	༢༢
༡༣	༧	༢༨	༢༠	༣༢	༥

21

༢༡ སྨིན ས་ག ས་མེ མདུད ཟུང་སྦྱོར གྲུབ་ཉི ཏའི་༡ནས ལྷ་
མཚམས སར བདུད་རྩི དགའ བི་ཇའི་༣ནས་སྟག་གི་༣ བར ཚོར ཁྲི
ཡི ༩ ཉི་ནག ཀླུ་བཞྒོག ཆུ་འབྲུག ཐོ་རེངས་ཁྲུར་སྐྱོར་འཛོམས་པས་
གཟིགས། **འཛམ་གླིང་ཆུ་ཉིན།**

༠

༠	༡༥	༡༣	༢༤	༡༦	༡༠
༣༡	༤༥	༨	༢༢	༣༥	༢༣
༢	༤༦	༣༧	༥༠	༡༦	༣

22

༢༢ ཉི ལྷ་མཚམས ས་མེ འཆི་བདག འཆི་སྦྱོར སྦྲུལ་གྱི་༣ནས སྨྲོན
ས་མེ མདའ མི་མཐུན་ཉི རྡོ་རྗེ སྲེད ཕག ཁོན༡ ཞབས་ཕག་དུས ཀླུ་
བཞྒོག ཚོང ཆུ་སྦྲུལ **བ་དན།** **འཛམ་གླིང་གནམ་གཤིས་ཉིན།**

༡	༡༦	༡༤	༢༤	༡༧	༡༠
༣༦	༤༨	༡༥	༢༧	༣༨	༢༤
༥༤	༢༦	༤༦	༢༠	༨	༡

23

༢༣ ཟླ སྟོན ས་ཆུ འདོད འཇིག་ཉི སྦྱོར་ཉི འབྲུག་གི་༤ནས སྐྱབས
ཆུ༢ མགལ་མེ དངོས་གྲུབ ཡེན ཇི དྭ༢ ཀླུ་བཞྒོག ཤེད་རྟ སྐྱུར་ཞག་
༩ཟིན་རིང་ནམ་མཁའ་ལྡངས་ན་སོས་ཟན་མེད།

༩

༢	༡༧	༡༥	༢༤	༡༨	༡༠
༢༡	༥༢	༢༣	༣༡	༤༡	༢༥
༤༤	༥	༥༥	༥༠	༥༣	༠

24

༢༤ དམར སྨྲབས མེ་ཆུ གདུགས ཡོས་ཀྱི་༥ནས ཆུ་སྟོད མེ་ཆུ
གྲོགས ཀུན་ལྡང བི་ཕག་གི་༣ནས སྲིད སྐད ཁེན༣ ཏལ་ཁྲི་ཐོ་རེངས
ཀླུ་བཞྒོག ཤེད་ཁྲུག

༨

༣	༡༨	༡༦	༢༤	༡༩	༡༠
༡༥	༥༦	༢༢	༣༦	༤༦	༢༥
༥༦	༢༣	༤༣	༡༩	༡༢	༥༨

25

༢༥ སྟག ཆུ་སྨད ས་ཆུ རྡོ་རྗེ དཔའ་བོ བི་འབྲུག་གི་༥བར སྐྱེ་བ
སྟག ཁམ༤ ཟིན་ཁྲུང ཀླུ་ཞེབས དམངས་རིགས་ལྡང གཉེན མེ་སྦྲེལ

༤	༢༠	༡༧	༢༤	༢༠	༡༠
༡༠	༠	༤༡	༤༠	༥༠	༢༦
༧	༤༡	༣༡	༤༩	༣༠	༥༦

26

༢༦ ཁྲུར གྲོ་བཞིན ས་རྐྱང ཇ་རོག མི་འཕྲོད་ཉི ཡོངས་འཛོམས ཞི
ཀ་ཤི ཡོས གིན༥ ཀླུ་བཞྒོག མེ་ཇ ཁྲག་ཁྲིག་དུས་བཏུ་རན། འདིའི་ཡས་
མས་སྤུ་ཁ་རྐྱང་ཟེར།

༦

༥	༢༡	༡༨	༢༤	༢༡	༡༠
༤	༥	༥༠	༤༥	༥༤	༢༧
༡༨	༠	༡༩	༡༩	༤༨	༥༤

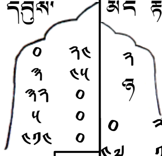
27

༢༧ འབྲུག ཟིན༦ ཀླུ་བཞྒོག **ལེགས་པ་བརྒྱད་འཛོམས།**

༥	༢༤
༥༨	༤༩
༣༠	༤༨

ཆད

༢༨ སདས སྨོན་དྲི ས་ཆུ སྐྱེ་རྒྱ གྲུབ བི་སྐད་གི་༣ནས མ་རིག སྦྲུལ
ཟོན༧ ཀི་ཀང ཕོ་ཉ ཀ བར ནག ཀླུ་བཞྒོག དུར ས་ཁྲི དབུས་
སྤུ་ཁམ་དུའི་མི་ཏོག་ཤར་སྐད། གསོ་དཔྱད་པའི་དཔྱར་རྩའི་
སྨྲ་སྦྱོག ཇ་ཤེད་རྒྱས།



༦	༢༢	༢༠	༢༤	༢༢	༡༠
༥༢	༡༣	༧	༥༤	༥༩	༢༩
༤༡	༣༦	༥༥	༡༨	༧	༥༡

28

༢༩ སྨིན ཨོན་བྲུ སར ཀུན་དགའ བདུད་ཉི བསྐྱབ་ཇ བི་ཏའི་༥བར
མེད ཏ ཡི༨ གནམ ཀླུ་བཞྒོག ས་ཕག
མདོ་ཁམས་སྤུ་དབྱིད་ཉིན་མཚན་མཉམ།

༠	༢༣	༢༡	༢༤	༢༤	༡༡
༤༧	༡༧	༡༦	༥༨	༧	༠
༩	༣༤	༡༧	༤༣	༡༥	༤༩

29

༣༠ ཉི ཁྲུམས་སྟོད མེར གཡོ འཇིག་ཉི དགེ སྐྱེ་མཆེད ཁྲུག ཁོན༩
ཀླུ་བཞྒོག བཞྒོག ཕྱུགས་ཀྱི **ཞག་དུས་དན།**

༨

༡	༢༤	༢༢	༢༥	༢༥	༡༡
༤༢	༢༠	༢༣	༣	༡༠	༡
༣༥	༣༡	༣༨	༧	༦	༤༧

30