

མོང་སྐར་རྫོང་ཁག་གི་སློན་ལམ་ཆེན་མོ་བེངས་ ། པའི་སྟོན་ལུ།



བསྐྱེད་པ། ཆེ་འོང་སྟོན་ཆོགས།

སློན་ལམ་ཆེན་མོ་འོང་ཆོགས།

སློན་ལམ་ཆེན་མོ་འོང་ཆོགས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆེན།

དཀར་ཆག།

ཡང་།	ཁ་གསལ།	ཤོག་གྲངས།
༡༽	དོ་སྲོད།	༣
༢༽	སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་སྐབས་ ཞལ་འདེབས་དང་ གསོལ་ཚོགས་དྲངས་ ཡོད་མེད་ མ་དངུལ་ཐོ།	༤-༥
༣༽	མེད་འོག་ ༡༧ ལས་ ཚོད་བསྐྱེད་ཤིང་འབྲས་ དེ་ལས་བཟའ་ འཕྲུང་གི་རིགས་ ཞལ་འདེབས་ཐོ།	༥-༡༩
༤༽	ཐབ་ཆས་དང་ལྷགས་ཤོག་གི་རིགས་མཁོ་སྐྱབ་འབད་ཡོད་པའི་ཐོ།	༡༤-༡༥
༥༽	མོང་སྐར་རྫོང་ཁག་གི་ལོ་བཟུར་ སློན་ལམ་ཆེན་མོ་ཐེངས་ ༩ པ་ གནང་བའི་སྐབས་ ཟད་འགྲོ་སོང་ཡོད་པའི་ཁ་གསལ།	༡༥
༦༽	རྫོང་ཁག་སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་ ཕྱིས་ཁྲ་བརྩུད་བསྐྱོམས།	༡༦
༧༽	མ་འོངས་པའི་རྒྱབ་སློན།	༡༧
༨༽	སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་པར་རིས།	༡༨-༡༩

དོན་མཛད།

༣ ཇུས་ཅི་ མོང་སྐར་ཚོང་ལག་གི་སློན་ལམ་ཆེན་མོ་ཐངས་ ༤ པ་ཚོགས་འདུ་སྐོར་ལས་ ཞལ་འཛོམས་འདི་ཡང་ རང་
ལུགས་གནམ་ལོ་རྒྱ་མོ་ཡོས་ལོ་ རང་བློ་ ༥ པའི་ ཆོས་ ༡ ལུང་ས་ སྤྱི་ཆོས་ ༡༥/༠༧/༢༠༡༣ ལུ་ ཚོང་ལག་གི་ ཞལ་འཛོམས་
ལང་ནང་ལུ་སྤེ་ འཚོགས་ཡོད་པ་ཡིན། སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་ཞལ་འཛོམས་སྐབས་ སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་
ཚོགས་ཚུང་གི་ཁྲི་འཛིན་དང་ཁྲི་འཛིན་འོག་མ་ རྒྱལ་སྤྱི་ཚོང་ལག་གི་དབུ་གཙོས་ ལུང་སྤྱོད་གས་
དང་ལས་ཁུངས་ལག་གི་འགོ་དཔོན་རྒྱ་གཞི་གིས་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད་པ་ཡིན།

ཞལ་འཛོམས་སྐབས་ལུ་ མོང་སྐར་ཚོང་ལག་གི་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་སློན་ལམ་ཆེན་མོ་ཐངས་ ༤ པ་འདི་ མོང་སྐར་ཚོང་
ལག་གི་སློན་ལམ་གནམ་བཟུན་མཚོག་གིས་དབུ་བཞུགས་ཐོག་ སྐབས་ལྷན་ བཤད་ལྷན་ སློབ་ལྷན་ དགོན་སྡེ་ལག་གི་སློབ་ཚུ་གིས་ རང་
ལུགས་གནམ་ལོ་རྒྱ་མོ་ཡོས་ལོ་རང་བློ་ ༥ པའི་ཆོས་ ༢༥ ལས་ ༢༧ ཚུན་ནམ་ སྤྱི་ཆོས་ ༧/༡༠/༢༠༡༣ ལས་འགོ་བཙུགས་
སྤྱི་ཆོས་ ༡༣/༡༠/༢༠༡༣ ཚུན་ཉིན་གྲངས་ ༥ གི་རིང་གནང་ཡོད་པ་ཡིན། མ་གཞི་ ༢༠༡༧ ལས་ བཟུང་ཡམས་ ཀོ་མིར་ ༡༧
ལས་བཟུན་ མི་དམངས་འཛོམས་ཏེ་ མི་མང་ཕྱེད་ཐངས་ནང་ལུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་མ་རྒྱགས་པར་ ལུས་ཡོད་རུང་ ༡ དཔལ་མི་
དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་དང་ ༡ སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ དབུ་ལྷིད་ཀྱི་འོག་ལུ་ བཟུང་ཡམས་ཞི་སྟེ་ ཇུས་ཅི་
སློན་ལམ་ཆེན་མོ་འདི་ མར་མི་མང་ཕྱེད་ཐངས་ནང་ལུ་སྤེ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་རྒྱགས་ཅི་ཟེར་ལུ་འོ།

ཇུས་ཅི་ སློན་ལམ་ཆེན་མོ་འདི་ སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་ཁྲི་འཛིན་དང་ཁྲི་འཛིན་འོག་མ་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་ དེ་ནང་འབྲེལ་
གཏོགས་གནང་མི་ གེ་ར་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལས་བཟུན་ འགལ་སྐྱེན་བར་ཆད་གང་ཡང་མེད་པར་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་
མཚུག་བསྐྱེད་ཚུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་རེས་ ལྷན་ལུ་དུམ་གྲ་ཅིག་བཟོ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ སྤྱིར་བཏང་ སང་ཕོད་ཀྱི་ སློན་ལམ་ཆེན་
མོ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཐབས་ལུ་དང་ཟད་ཅིས་རྒྱ་ལུ་ མཚུན་སྟེ་བཞག་ཐབས་ལུ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་
ད་ལྟོ་རྒྱ་ཆུང་ཚོད་ཀྱི་རིང་ སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་ ཅ་ཆས་མཁོ་སྐྱབ་འབད་དེ་བཞག་མི་རྒྱ་ཡང་ སང་ཕོད་
མཁོ་སྐྱབ་འབད་བའི་སྐབས་ཁུངས་གཏུགས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་ཞིའི་དོན་ལུ་ཡིན་ཟེར་ལུ་འོ། དེ་འབད་མ་ལས་
གལ་སྤིད་ ལྷན་ལུ་ནང་ལུ་ ཝེར་འབྲུལ་ ཡང་ན་ ཡི་གུའི་སྐྱོར་བ་དང་སྟེ་བ་སྐྱོར་རྒྱ་ ཝེར་འབྲུལ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཐུགས་ཀྱི་མཛོད་
གསོལ་བཞེས་གནང་ཟེར་ལུ་འོ། ཡིན་ལགས།

བཀྲིན་ཆེ།

༡༽ ལྷོན་ལམ་མའི་ན་མའི་སྐབས་ ཞལ་འདེབས་དང་ གསོལ་ཚོགས་རྒྱུ་ཡོད་མའི་མ་དངུལ་ཐོབ་ཡོད་པ།

ཉིན་གྲངས་དང་པ།

ཡང་།	ལ་གསལ།	དངུལ་རྒྱང་།	ཨམ་བོབ།	བསྐྱམས།
༡	ཞལ་འདེབས།	༤༠༥༥	༥༠༠	༤༥༥༥
༢	གསོལ་ཚོགས།	༡༢༧༥༧༥	༧༣༠༢༤	༡༢༠༢༧༡
བསྐྱམས།		༡༣༡༦༣༠	༧༣༥༢༤	༡༢༤༢༧༤

ཉིན་གྲངས་གཉིས་པ།

ཡང་།	ལ་གསལ།	དངུལ་རྒྱང་།	ཨམ་བོབ།	བསྐྱམས།
༡	ཞལ་འདེབས།	༣༡༥༧༤	༡༡༤༡༠	༤༣༠༨༤
༢	གསོལ་ཚོགས།	༡༤༧༥༡༠	༧༠༧༧༥	༡༣༠༥༨༥
བསྐྱམས།		༡༦༩༠༨༤	༡༨༥༨༥	༡༨༠༥༧༡

ཉིན་གྲངས་གསུམ་པ།

ཡང་།	ལ་གསལ།	དངུལ་རྒྱང་།	ཨམ་བོབ།	བསྐྱམས།
༡	ཞལ་འདེབས།	༡༧༤༤༢༣	༤༤༤༧༧	༡༧༨༨༩༠
༢	གསོལ་ཚོགས།	༤༠༧༧༡༣	༣༣༠༣༠༣	༣༧༧༧༡༦
བསྐྱམས།		༥༨༢༡༣༦	༣༧༨༠༨༠	༥༤༤༣༢༦

ཉིན་གྲངས་བཞི་པ།

ཡང་།	ལ་གསལ།	དངུལ་རྒྱང་།	ཨམ་བོབ།	བསྐྱམས།
༡	ཞལ་འདེབས།	༡༡༤༡༣༠	༧༡༥༧༠	༡༠༦༩༦༠
༢	གསོལ་ཚོགས།	༤༢༠༢༠༠	༡༧༧༤༧༥	༤༣༧༩༧༥
བསྐྱམས།		༥༣༤༣༣༠	༨༩༣༡༧༥	༤༤༥༠༡༥

ཉིན་གྲངས་ལྡེ་པ།

ཡང་།	ཁ་གསལ།	དབུལ་རྒྱང་།	ཞེས་ཐོབ།	བསྐྱེམས།
༡	ཞལ་འདེབས།	༡༡༠༧༡༢	༩༩༠༥༥	༢༠༩༧༩༢
༢	གསོལ་ཚོགས།	༡༩༠༢༧༥	༡༧༧༩༧༥	༢༢༧༩༩༠
བསྐྱེམས།		༣༠༠༧༥༧	༢༧༢༧༠༠	༥༧༧༧༥༧
ཉིན་གྲངས་ ༥ ལུ་ཡོངས་བསྐྱེམས།		༢༢༧༧༡༧/-		

༡༽ རྗེ་འོག་ ༡༧ ལས་ ཚོད་བསྐྱེད་དང་གིང་འབྲས་ དེ་ལས་བཟའ་འཕུང་གི་རིགས་ ཞལ་འདེབས་ཐོ།

སྤྱི་ཚེས་ ༩/༡༠/༢༠༢༢ ཉིན་གྲངས་དང་པ།

གཡུས་/རྗེ་འོག།	མིང་གསལ།	ཁ་གསལ།	ཁ་གྲུབ།
གཡལ་སྤུ་རྒྱང་།	ཚོ་རིང་ལྷ་སྐོན།	གཡུས་ཆད།	དམ་སྦྱིས་ ༧།
སྦྱིད་བདེ་མཁར།	པརྟ་རིག་འཛིན།	གོན།	༧
		ཨན་འབྲས།	ཀེ་ཇི་ ༡ །
གནས་བཀང་།	འཇམ་དཔལ་སྐོལ་མ།	ཚལ་ལུ།	ཀེ་ཇི་ ༢༡།
མོང་ལོ།	ཚོས་རྟེན་གཤམ་མ།	གོ་མི།	
གདོང་ཡོག	སངས་བསྟན་འཛིན།	ངང་ལག།	མགུ་ཤད་ ༩།
		ཚལ་ལུ།	
		བལཔ་སེལ།	
སྤྱི་ཚུ་རྒྱུ་	བགྱིས་རྟ་མོ།	གོ་མི།	ཀེ་ཇི་ ༡།
		ཚལ་ལུ།	ཀེ་ཇི་ ༩།

སྤྲེག་ཅུ་རུང་།	བསོད་ནམ་བཟང་མོ།	གེ་བཟླིབ།	ཀེ་ཇི་ ༩།
		གཞུགས་ཆང་།	དམ་སྦྱིས་ ༩།
ཅུ་རུང་སྤྲེག་	དབང་མོ།	བལ་པོ་སེའུ།	ཀེ་ཇི་ ༥།
དབྱ་མེད་ཚེ། མོང་སྐར་རྩོད་སེང་སྦྱི་འོག། ས་སྦྱིང་རྗེད་འོག་བྱང་རུང་།	ཚོ་དབང་སྤུན་ཚོགས། མི་སེར།	གེ་བཟླིབ།	ཀེ་ཇི་ ༡།
		མར་	ཀེ་ཇི་ ༡།
		རྟོན་ཚོད་	བོ་ར་ ༡།
		གེ་བཟླིབ།	ཀེ་ཇི་ ༥།
		གོ་ན།	ཕེས་ཚེ་ ༡།
		སྦྱི།	ཀུ་ཇི་ ༩།
		སེན་མ་རུང་མ།	ཀེ་ཇི་ ༡༩
		ཀ་ཀུར་	ཕེས་ཚེ་ ༡།
		ཨེ་མ།	ཀེ་ཇི་ ༡༡
		ཀོ་ཡི།	ཀེ་ཇི་ ༩
		ཀེ་བ།	ཀེ་ཇི་ ༡༩
		ལ་སྤུག།	ཀེ་ཇི་ ༩ །
		རྒྱ་ནག་རྩོད་ཚེ།	༩
		རང་ལག།	མཁུ་ཤད་ ༡༠།
		ཤུན་ཆ།	ཀེ་ཇི་ ༩།
		མོ་དུ་པ་ལ།	༥
		བལ་པོ་སེའུ།	ཀེ་ཇི་ ༩ །
གོ་ཡི།	ཀེ་ཇི་ ༩།		

བྱང་གཏུང་།	ཚེ་རིང་དབྱངས་སྒྲོན།	གེ་བཟླིབ།	གེ་ཇི་ ༡༠ །	
འཇམ་ཚེས་གླིང་།	ཚེ་དབང་སྒྲོལ་མ།	གསེར་སྐྱེམ་ཆང།	དམ་སྦྱིས་ ༥	
འཇམ་ཚེས་གླིང་།	སངས་སྒྲོལ་མ།	གེ་མི།	གེ་ཇི་ ༡ །	
		ཨན་འབྲས།	གེ་ཇི་ ༡།	
		གསེར་སྐྱེམ་ཆང།	དམ་སྦྱིས་ ༡།	
		ཀ་ཀུར།	༦།	
	གོ་ན་བར།	གནས་ཚེ།	ལ་ཕུག	གེ་ཇི་ ༡
			གོ་མི།	གེ་ཇི་ ༥ །
			ཨོ་བ་ཕྱེ།	གེ་ཇི་ ༡།
			ཇ་རིལ།	གེ་ཇི་ ༡།
	ཆ་གླིང་ ཡོ་ཁོའི།	བསོད་ནམ་བསྟན་འཛིན།	ཅི་ནི།	གེ་ཇི་ ༡།
			རྒྱམ	གེ་ཇི་ ༡།
			ལ་རང་།	གེ་ཇི་ ༣ དང་ ཕྱེ།
			བལ་པོ་སེའུ།	གེ་ཇི་ ༥།
			སོ་ལོམ་ཇི།	གྲང་ལ ༡༧།
			རྒྱན་འབྲུམ།	གེ་ཇི་ ༡ དང་ ཕྱེ།
གནས་ཁང་།	བདེ་ཚེ།	ལ་ཕུག	གེ་ཇི་ ༧།	
		རྟོན་ཚོད།	ཆགས་པ་ ༥	
		ཀ་ཀུར།	༡༥	

མོང་སྐར་གཡག་སྐར་སྤྱི་འོག		ཚོད་བསྐྱེ་སྤྱི་ཚོགས་དང་གོ་རྟོག་སྤྱི་བ་ལ་རང་།	སྐྱུ་ལའོར་པོ་ལི་རོ་གྲིབ་ ༩།
ཚ་ཀ་གླིང་། ༡ར་ཚཱི།	ཚོ་རིང་སྤྱི་ཚོགས།	དར་ཚཱི་ལ།	སྐྱོར་ ༡༩
		མར།	གཏེ་ ༩ །
ཚ་གླིང་འུ་ཚུ་ལེང་།	ཀུན་བཟང་།	གོ་བཟ་སྤྱི་བ།	གཏེ་ ༡།
		ལག་ཏེ་མ།	གཏེ་ ༩།
མོང་སྐར་འཇེ་འབབ།	ལྷོ་ཚོ་སྤྱི་བ།	དར་ཚཱི་ལ།	སྐྱོར་ ༩།
		གསེར་སྐྱེ་མ་ཚང་།	དམ་སྐྱིས་ ༩།
མོང་སྐར་མང་སྤྱི་འོག།		ཚོད་བསྐྱེ་སྤྱི་ཚོགས།	པེ་ཚུ་ ༩།
		གོ་བཟ་སྤྱི་བ།	གཏེ་ ༡༡
		དར་ཚཱི་ལ།	གཏེ་ ༡༤
		གསེར་སྐྱེ་མ་ཚང་།	དམ་སྐྱིས་ ༡༡
སྤྱི་གུ་ཚུ་ལ།	ཚོ་སྤྱི་བ།	སྐྱུ་ལ།	གཏེ་ ༩༠
		ཀ་ཀུར།	གཏེ་ ༤།
སྐྱུ་གས་ས་མཁའ།	དབྱངས་སྤྱི་བ།	ཉོན་ཚོད།	ཆགས་པ་ ༩།
		སྤྱི་སྤྱི་གས།	ཆགས་པ་ ༩།
ཚ་ཀ་གླིང་ཚེད་འོག		ཚོད་བསྐྱེ་སྤྱི་ཚོགས།	པོ་ལེ་རོ་གྲིབ་ ༡།
		མར་	གཏེ་ ༤།
		དར་ཚཱི་ལ།	སྐྱོར་ ༡༥
		ཚུ་ལ།	གཏེ་ ༥ དང་ཚུད།

མོང་སྐར་ ཐེམ་དང་སྤྱི་ལོ་ལྷོ་ལོག་		ཨོམ།	ཡི་ཀར་ ༥།
		ཚོད་བསྐྱེ་སྐྱ་ཚོགས།	བོ་ལི་འོ་ གྲིབ་ ༡།
		མར།	ཀེ་ཇི་ ༡།
མོང་སྐར་ ཕོ་སོ་རྩུང་སྤྱི་ལོ་ལྷོ་ལོག་		ཚོད་བསྐྱེ།	ཕོ་ཕུ་ ༤།
		རྒྱ་ནག་སྐོང་ཕེ་ཤིང་འབྲས་ གཞན་	ཕོ་ཕུ་ ༡ ཀེ་ཇི་ ༤།
		མར།	ཀེ་ཇི་ ༢།
འཇམ་ཚོས་གྲིང་ཕྱི་ཚོན།	ཕརྫ་ཚོས་འཛོམས། ཚོས་ སྒོན། བསོད་ནམས་ལྷ་མོ། བདེ་ཚེན་དབྱངས་སྒོན། ཚོ་ དབང་རིག་འཛོམ། ཕརྫ་ལྷ་ མོ། ཀུན་བཟང་བདེ་སྦྱིད།	དར་ཚིལ།	སྒོར་ ༡༥།
		གེ་བུ་སྤྱིབ།	ཀེ་ཇི་ ༡༡
		ཨོམ།	ཡི་ཀར་ ༢༥
		གསེར་སྐྱེམ་ཆང།	ཡི་ཀར་ ༡༩
		ཚལ་ལྷ།	ཀེ་ཇི་ ༥།
		ཚོད་བསྐྱེ་སྐྱ་ཚོགས་	ཀེ་ཇི་ ༡༠༤།
		ཕོ་སོ་འོང་སྤྱི་ལོ་ལྷོ་ལོག་	
སྤྱི་ལོ་ལྷོ་ལོག་	ལྷོ་ལོ་ལྷོ་ལོག་	ཤིང་འབྲས་སྐྱ་ཚོགས་	ཀེ་ ༡།
མོང་སྐར་ ཐེམ་མཁར་ གཡག་སྤྱི་ ཚོན།		ཚོད་བསྐྱེ་སྐྱ་ཚོགས་	ཀེ་ཇི་ ༢༥༠ །
		ལྷི་	ཀེ་ཇི་ ༤།
		གེ་ལྷ་སྤྱིབ་	ཀེ་ཇི་ ༤།

སྤྱི་ཚེས་ ༡༠/༡༠/༢༠༢༣ ཉིན་གྲངས་ གཉིས་པ།

གཡུས་/ཆེད་ལོག།	མིང་གསལ།	ལ་གསལ།	ལ་གྲང།
----------------	----------	--------	--------

ལྷགས་ས་མཁར།	ངག་དབང་བདེ་ཚེ།	མར།	ཀེ་ཇི ༡།
		དར་ཚེལ།	སྒོར ༣།
		ཐུམ་ཚུམ།	ཀེ་ཇི ༡༥།
ཆ་སྒྲིང་དགོན་གསར།	ལྷོན་ལྷོ་ལོ།	ཀེ་བ།	ཀེ་ཇི ༡༥།
		ཨ་མ།	ཀེ་ཇི ༡།
		ཚོད་བཟེ་སྐྱ་ཚོགས།	ཀེ་ཇི ༡༡ །
ཀུས་འདུས་ཆེད་འོག་	ཀུན་བཟང།	ཀ་ཀུར།	༥
དག་མེད་ཅེ།	རྣམ་རྒྱས་སྒྲོལ་མ།	ཁ་ལང་བེ་	ཀེ་ཇི ༡་དང་ཅེ།
མོང་སྐར་རི་ཤ་རང།	སངས་རྒྱས་སྒྲོལ་མ།	ཚལ་ལྷ།	ཕེ་ཅེ ༡།
		བལ་པོ་སིལ།	ཀེ་ཇི ༡་དང་ཅེ།
		ཕོ་ལོམ་ཇི།	ཕེ་ཅེ ༡།
མོང་སྐར་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས།	བརྟ་དོ་ཇེ།	ལ་ལུག།	ཀེ་ཇི ༡༩ །
མོང་སྐར་སྦྱིད་བདེ་མཁར།	དོབ་རྒྱས་ལོ།	ཐུམ་ཚུམ།	ཀེ་ཇི ༥།
མ་སང་ད་བ།	ཨ་བི་དང་ མེ་མེ།	གསེར་སྐེམ་ཆང།	དམ་སྦྱིས ༢།
		ཚུམ།	ཀེ་ཇི ༡།
རྩ་མང།	ཀུན་བཟང་མཚོ་ལོ།	དར་ཚེལ།	སྒོར ༡།
		མར།	ཀེ་ཇི ༡།
		གེ་བཟོ་བ།	ཀེ་ཇི ༡།
གོང་འདུས།	བརྟ་དབང་ལུག།	ཚོད་བཟེ་སྐྱ་ཚོགས།	ཕེ་ཅེ ༡།
བ་ལམ།	རྣམ་རྒྱས་སྒྲོལ་མ།	གསེར་སྐེམ་ཆང།	ལི་ཀར ༥།
ཆ་སྒྲིང་ དོ་མང་ལ།	ལས་སྦྱིད་ཚོ་རིང།	ཚོད་བཟེ་སྐྱ་ཚོགས།	ཀེ་ཇི ༣༥།

ཀོན་བར།	ཉི་མ་བབང་མོ་དང་ ཀུན་བབང་བདེ་ཚེ།	ཚོད་བསྐྱེ་སྣ་ཚོགས།	ཀེ་ཇི་ ༡༠།
སྒྱུ་རྒྱ།	རིག་འཛིན། བརྟ་ ཚོ་ལོ་ས། ལྷོ་སྒྲོལ་ ལ།	ཀེ་བ། ཀ་ཀུར། ཉོན་ཚོད།	ཕེ་ཚེ་ ༤།
མོང་སྐར། མི་རུད།	སྐལ་བབང་སྒྲོལ་ལ།	སྐལ་ལ།	ཀེ་ཇི་ ༡༥།
		གོ་ལི་ཚལ་ལུ་དང་ བལ་པོ་ སྤི་བུ།	ཀེ་ཇི་ ༥།
མོང་སྐར། མི་རུད།	རྟེན་འབྲལ་དབང་མོ།	ཨ་མ།	ཀེ་ཇི་ ༦།
		ལ་རེ་སྐྱ་བ།	༡
		འོས་སྒྲ།	ཆགས་པ་ ༡།
		ཀ་ཀུར་	ཀེ་ཇི་ ༣།
མི་རུད།	སྐལ་བབང་སྐྱ་མོ།	ཀ་ཀུར།	༡
		ལ་རེ་སྐྱ་བ།	༡
		དར་ཚེལ	སྒོར་ ༥།
བཀའ་དལ།	རིན་མེན་དཔལ་མོ།	ཤིང་གི་སྒྲུམ་བཞ་ད།	ཀེ་ཇི་ ༡།
མོང་སྐར་སྐྱེན་ཁང་ལས་ས་ ཕྱེད་པ།	བསོད་ནམ་ཚོས་ སྤྱིད།	ཉོན་ཚོད།	ཆགས་པ་ ༥
མོང་སྐར་སྤྱི་སྤྱིད།	རོ་རེ་རིན་ཚེ།	ཨ་མ།	ལི་ཀར་ ༣།
ན་རང་ཚེད་འོག།		ཚོད་བསྐྱེ་སྣ་ཚོགས།	བོ་ལེ་རོ་ གྲིབ་ ༡།
སྐྱེད་ས་མཁར།	བརྟ་ཚོས་སྤྱིད།	ཨ་མ།	ཀེ་ཇི་ ༡།
		ཨ་ལ་ཚོ་རྟོ།	ཀེ་ཇི་ ༡།

ས་སྐྱིད་ བྱང་གཏུང་	འཆི་མེད་དབང་མོ།	བལ་པོ་སྲིད།	ཀེ་ཇི ༡༤།
		ངང་ལག།	མགུ་ཤད ༩།
སྲིག་ཅུ་རུང་	བགྲིས་ལྷ་མོ།	མར།	ཀེ་ཇི ༩།
		དར་ཚེ་ལ།	སྒོར་ ༡༠།
གསེར་ཞོང་།	ཉི་མ་བགྲིས།	ཚལ་ལྷ།	ཕེ་ཅེ་ ༡།
གསེར་ཞོང་།	དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན།	ཉོན་ཚོད།	ཀེ་ཇི ༤།
ཆ་སྐྱིད་ཅར་ཞོང་།	སྐལ་བཟང་།	ཀ་ཀུར།	ཕེ་ཅེ་ ༡།
		རྒྱལ།	ཀེ་ཇི ༥།
		ཉོན་ཚོད།	ཆགས་པ ༥།
		ཀེ་བ་	ཀེ་ཇི ༥།
		གོན་	༥
		གེ་བ་སྲིབ།	ཀེ་ཇི ༩།
ཆ་སྐྱིད་ཅར་ཞོང་།	མཚོད་རྟེན་ལོར་བྱ།	དར་ཚེ་ལ།	སྒོར ༡༩།
		མར།	ཀེ་ཇི ༡
		ཚོམ།	ཡི་ཀར ༡༠
		གེ་བ་སྲིབ།	ཀེ་ཇི ༡
		ཉོན་ཚོད།	ཕེ་ཅེ ༡།
		ཀེ་བ།	ཀེ་ཇི ༩༩།
འབྲས་སྐྱེས་ལུང་ལེན།	རིག་འཛིན།	གསེར་སྐྱེམས་ཆད།	དམ་སྐྱིས ༩།
		ཉོན་ཚོད།	ཕེ་ཅེ ༡།
		ཀེ་བ།	ཀེ་ཇི ༩༩།
མོང་སྐར་གནས་ཀད།	སྐལ་བཟང་།	ཚལ་ལྷ།	ཕེ་ཅེ ༡།
		གོ་ལི།	ཀེ་ཇི ༡༠།
		ལུན་འབྲུམ།	ཀེ་ཇི ༡།

མོང་སྐར་གདོང་ཡོག།	བསྟན་འཛིན་གཡུ་སྟོན།	དོན་ཚོད།	ཕེ་ཕེ ༡
		ལ་སྤྱལ།	ཀེ་ཇི ༡
		ངང་ལག	མལ་ཤད ༤
		བལ་པོ་སི་ལུ།	ཀེ་ཇི ༣
		ལག་ཏེ་མ།	ཀེ་ཇི ༣
ཐེམ་དང་སྟོ།	དབང་ལྷུག།	གེ་ཟ་སྟོ།	ཀེ་ཇི ༡
ཚུ་མང་བན་སྐྱུར།	ཚོ་དབང་སྟོ་ལ་མ།	ཀ་ཀུར།	ཕེ་ཕེ ༡
		ཀོ་པི།	ཕེ་ཕེ ༡
		ཨེ་མ།	ཀེ་ཇི ༣
ཚུ་མང་བན་སྐྱུར།	བསོད་ནམ་ཚོས་སྟོན།	ཀོ་པི།	ཕེ་ཕེ ༡
མི་རུང།	བཙོན་འགྲུས།	ཚོད་བསྟེ་སྟོ་ཚོགས།	ཕེ་ཕེ ༣
གསེར་ཞོད།	དོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན།	མར།	ཀེ་ཇི ༣
		དར་ཚེ་ལ།	སྟོར་ ༣༠
འཇམ་ཚོས་སྟོ།	ཚོ་དབང་དཔལ་འབྱོར།	བཞེས་རྒྱལ་དང་པ།	ཀེ་ཇི ༤༠
ཁྲི་དངས་སྟོ།	ཀམ་ལྷ་འཛིན།	ཀ་ཀུར།	ཀེ་ཇི ༡༣
		ལ་རང།	ཀེ་ཇི ༣
		རྒྱལ།	ཀེ་ཇི ༡
		ལྷམ་བན་ད།	ཀེ་ཇི ༣
མོང་སྐར་ཚོ་མ།	བསོད་ནམ་ཚོས་སྟོན།	ཨེ་སྤལ།	ཀེ་ཇི ༤
		སྟན་ལ་རྒྱལ།	ཀེ་ཇི ༣

སྤྱི་ཚེས་ ༡༡/༡༠/༢༠༡༩ ཉིན་གྲངས་ གསུམ་པ།

གཡུམ་/ཆེད་འོག།	མིང་གསལ།	ལ་གསལ་	ལ་གྲང།
ཅུ་ཀ་གླིང། གཏྲར་མ་ཞོང།	ཚོས་སྤྱིད་མོ།	གེ་བཟ་སྲིབ།	ཀེ་ཇི་ ༡།
		ཨེ་མ	ཀེ་ཇི་ ༩།
		རྒྱལ།	ཀེ་ཇི་ ༩ །
གཏྲར་མ་ཞོང།	ཀུན་བཟང་ཚོས་སྤྱོད།	ཨེ་མ	ཀེ་ཇི་ ༩
		རྟོན་ཚོང།	ཆགས་པ་ ༩
		སེལ་མ་རྩུང།	ཀེ་ཇི་ ༡
ཆ་གླིང་ ལུ་མ་རྒྱུ།	འཇམ་དཔལ་ཚེ་རིང།	མར།	ཀེ་ཇི་ ༡།
		དར་ཚེལ།	སྒྲོར་ ༤།
བྲག་མ་གླིང།	བགྲིས་ལྷ་མོ།	མར	ཀེ་ཇི་ ༡།
		དར་ཚེལ།	སྒྲོར་ ༥
		ཨོམ	ལི་གྲར་པ།
ཤོག་སྤུར་སང།	བདེ་ཆེན་མཚོ་མོ།	མར།	ཀེ་ཇི་ ༡
		རྒྱལ།	ཀེ་ཇི་ ༡།
		དར་ཚེལ།	སྒྲོར་ ༩།
བར་སྒོ་ལ།	འཇིག་མེད་མོ།	རྒྱལ།	བེ་ ༤།
		གེ་བཟ་སྲིབ།	ཀེ་ཇི་ ༩།
མཚམས་ཁང།	རིན་ཆེན་མོ།	རྒྱལ།	བེ་ ༩།
		གེ་བཟ་སྲིབ།	ཀེ་ཇི་ ༩།
མཚོ་སྤྱིད་ལ།	རིན་ཆེན་དབང་མོ།	གེ་བཟ་སྲིབ།	ཀེ་ཇི་ ༩།
མོང་ཁོམ་ ཚོང་བསྐྱོད་ཚོང་པ།	མཁའ་འགོ་དབང་མོ།	གཤམ་གྲུག།	ཀེ་ཇི་ ༡༢
		བྲམ་བེན་ད།	ཀེ་ཇི་ ༩

མོང་ཁོམ་ཚོད་བཟེ་ཚོང་པ།	བསོད་ནམ་དཔལ་སྐོན།	ག་ལྷག།	ཀེ་ཇི ༡༤།
མོང་ཁོམ་ཚོད་བཟེ་ཚོང་པ།	ལས་སྒྲིད་སྐོལ་མ།	ལ་རི་ལྷ་བ།	༣༣
ལུགས་ས་མཁམ།	ཚང་ལྷ།	མམ།	ཀེ་ཇི ༩།
		དར་ཚེལ།	སྐོར ༣།
		གོ་བཟ་སྒྲིབ།	ཀེ་ཇི ༩།
ལུགས་ས་མཁམ།	བགྱིས་རྒྱལ་མོ།	མམ།	ཀེ་ཇི ༡
		དར་ཚེལ།	སྐོར ༥
མོང་རྒྱར་ཚོང་པ།	ཚོ་རིང་ཚོས་སྒྲིད།	ལབ་བཟ།	ཤོག་སྐོལ ༣།
		ཉལ་ལེང ། རྩལ་ཉ།	དམ་སྐོལ ༩།
		black mountain	ཤོག་སྐོལ ༡།
འབྲས་སྐྱེངས་རྒྱུད་འོག་ ལབ ཙ་སྐོལ་འོག		དར་ཚེལ།	སྐོར ༤
		སེམས་རྩལ།	ཀེ་ཇི ༧
		གོ་བཟ་སྒྲིབ།	ཀེ་ཇི ༥།
		གསེར་སྐོལ་ཚང།	ཡི་ཀར་ ༡ དང་ལྷ།
སྐྱིར་བ་ཞི་མོང་རྒྱར	བསོད་ནམ་ལྷ་མོ།	ཀ་ཀུར།	ཕེ་ཚེ་༡།
གསེར་ཞོད།	ཚོ་རིང་གཡང་སྐོན།	མམ།	ཀེ་ཇི ༡
		རྒྱལ།	ཀེ་ཇི་༡
		དར་ཚེལ།	སྐོར ༣
		ས་སྐོལ	ཀེ་ཇི ༡
		གོ་ཡི་	ཀེ་ཇི ༩
རི་ད་བ།	སྐོལ་བཟང་ཚོས་འཕེལ།	སེམས་རྩལ།	ཀེ་ཇི་༡
		དར་ཚེལ།	སྐོར ༣

		ཚལ་ལྷ།	ཀེ་ཇི་ ༩།
		ཨ་མ།	ཀེ་ཇི་ ༡།
		རྟོན་ཚོད།	ཆགས་པ་ ༤།
རྩ་རུང་སྤམ།	ཀོ་ཏ།	དར་ཚེ་ལ།	སྒོར་ ༥
		ཨ་མ།	འི་ཀྱར་ ༡༠།
གནས་བཀའ།	བསོད་ནམ་ཚེ་དབང་།	དར་ཚེ་ལ།	སྒོར་ ༡༠།
ཆ་གྲིང་།	ཚུན་ལྟ་མོ།	ཨ་མ།	འི་ཀྱར་ ༥།
གཡག་སྤྱ་སྒྲང་།	བདེ་ཚེན་དབྱགས་སྒོན།	གེ་བཟ་ལྱི་བ།	ཀེ་ཇི་ ༩
		ཚུམ།	ཀེ་ཇི་ ༩
གཡག་སྤྱ་སྒྲང་།	ཀུན་བཟང་།	མར་	ཀེ་ཇི་ ༡
སྐྱིད་བདེ་མཁམ།	སྐལ་བཟང་དབང་མོ།	ཚོད་བཟེ་སྤྱ་ཚོགས།	ཕེ་ཕེ་༡།
བ་ལམ་རྗེད་འོག།		ཚོད་བཟེ་སྤྱ་ཚོགས།	བོ་འི་རོ་ གྲིབ་ ༡
ལུགས་ས་མཁམ།	ཀོ་ཏ།	ག་སྐམ	ཀེ་ཇི་ ༡
མེང་མཁམ་ རང་བཞིན་སྤར་ འབྱུང་ཞིབ་འཚོལ་བཞེ་བ།		བ་མར། རྒྱ་དཀར་ མེ་༽	ཀེ་ཇི་ ༤
ཐང་རོང་ལྷང་གིང་དགོན་པ།		ཚོད་བཟེ་སྤྱ་ཚོགས།	ཕེ་ཕེ་༡།
བགྲིས་གཡང་ཕེ།	ཚོ་རིང་སྐྱོལ་མ།	ག་ཀྱར།	ཀེ་ཇི་ ༡༠
		སེན་མ་རྩུང་མ།	ཀེ་ཇི་ ༡།
བགྲིས་སྒྲང་ ཐམ་རོང་།	ཚོ་རྟེན་སྐྱོལ་མ།	ག་ཀྱར	ཀེ་ཇི་ ༦།

ས་གླིང་རྗེད་འོག།		ཞིང་འབྲས་དང་ ཚོད་ བཟེ་སྐྱ་ཚོགས།	བོ་ལེ་རྩ་གྲིབ །
སྤྲི་གླིང་།	ཚོ་དབང་འཕྲིན་ལས།	མར།	ཀེ་ཇི །
		དར་ཚེལ།	སྒོར ༡༠
འབྲས་སྤྲུངས་སྤྱི་འོག།		ཚོད་བཟེ་སྐྱ་ཚོགས།	བོ་ལེ་རྩ་གྲིབ །
		གསེར་སྒྲེམ་ཆད།	ལི་ཀར་ ༣
		མངོར་ཤ།	ཀེ་ཇི །
འབྲས་སྤྲུངས།	རྩོ་རྗེ་བཟང་མོ།	གོ་བཟ་ལྷིབ།	ཀེ་ཇི །
		གསེར་སྒྲེམ་ཆད།	ཀེ་ཇི །
		ལ་རང།	ཀེ་ཇི །
ཆ་གླིང་བར་གོའི་ལ།	རྩོ་རྗེ་དབང་འདུས།	ཚལ་ལྷ།	ཀེ་ཇི ༣།
		གོ་བཟ་ལྷིབ།	ཀེ་ཇི ༣
འབྲས་སྤྲུངས་བའེ་ནང་རི།	སངས་རྒྱལ།	གསེར་སྒྲེམ་ཆད།	ལི་ཀར་ །
མོང་ལོམ།	ཡ་དུ་བྲི་ཡ།	བསེལ་ལྷ།	སྒོམ ༡༥
ཆ་གླིང་ ཡོ་ཁོའི།	བདེ་ཚེན་ཚེ་རིང་།	མར།	ཀེ་ཇི་ ༡།
ཆ་གླིང་རྗེད་འོག་རྒྱན་སེང།	བསོད་ནམས།	དར་ཚེལ།	སྒོར ༧།
		མར།	ཀེ་ཇི ལྷ།
སྤྲུག་ཁམས་སྤྱི་སྤྱི་འོག།		ཚོད་བཟེ་སྐྱ་ཚོགས།	ཕེ་ཅེ་༡།
		མར།	ཀེ་ཇི ༣
		གོ་བཟ་ལྷིབ།	ཀེ་ཇི ༣།
ལྷགས་ས་མཁར།	ཕུན་ཚོགས།	གོ་བཟ་ལྷིབ།	ཀེ་ཇི །

		དར་ཚེལ།	སྒོར་ ༩
སྐྱིད་བདེ་མཁར་ སྤྱི་འོག།		ཨ་མ།	ཀེ་ཇི་ ༧
མོང་སྐར།	ཀམ་བཟང་མོ།	མར།	ཀེ་ཇི་ ༡
		དར་ཚེལ།	སྒོར་ ༤།

སྤྱི་ཚེས་ ༡༢/༡༠/༢༠༡༩ ཉིན་གྲངས་བཞི་པ།

གཞུང་།	མིང་གསལ།	ལ་གསལ།	ལ་བྱང་།
ཕོ་སོ་རོང་།	ཚོ་དབང་བཟང་མོ།	གོ་ཟ་སྲིབ།	ཀེ་ཇི་ ༡།
		ཨན་འབྲས།	ཀེ་ཇི་ ༡།
སེ་ན་མཁར་	རྣམ་རྒྱལ།	མར།	ཀེ་ཇི་ ༡།
		དར་ཚེལ།	སྒོར་ ༩།
མོང་སྐར་ ལག་གླིང་།	ཚོ་དབང་བཟང་མོ།	ཨན་འབྲས།	ཀེ་ཇི
		གོ་ན།	༩
དགའ་མེད་ཅེ་ཅེད་འོག།		ཚོ་དབང་བཟང་མོ་ཚོགས།	བོ་ལེ་རོ་ གྲིབ་ ༡།
ཆ་གླིང་རིན་མེད་།	མཚོ་དེ་རྩེ་མོ་	ངང་ལག་	ལྷ་ལྷ་ཤད་ ༩
འབྲས་སྤྱངས་ ལྷ་ལེན	རྩེ་རྩེ་བཟང་མོ། བཟང་མོ། སངས་ཚེས་འཛོམས།	སེན་མ་རྩུང་མ། །	ཕོ་ཅེ་ ༥། ཀེ་ཇི་ ༩༩། ཕོ་ཅེ་ ༩། ཕོ་ཅེ་ ༡། ༡
		བ། །	
མོང་སྐར།	འཆི་མདེ་བཟང་མོ།	ཚོ་དབང་བཟང་མོ།	ཀེ་ཇི་ ༡། ཀེ་ཇི་ ༥།
		གོ་ན།	

རི་དྭགས།	མཚོ་རྩོད་སྐྱོལ་མ།	གེ་བླ་སྤྱི་བ།	ཀེ་ཇི ༩
		གོ་ལི།	ཀེ་ཇི ༩
རི་དྭགས།	སངས་རྒྱལ་དབང་མོ།	གསེར་སྐྱེམས་ཆང་།	དམ་སྐྱི ༥།
		གོན་	༩
སྐྱེལ་ཁང་ལས་བྱེད་པ།	བདེ་ཆེན་དབང་མོ།	གོན་	ཀེ་ཇི ༣༤
སྤྱན་རློབ་སྐྱེལ་ཁང་།	ཚོ་དབང་ཚོས་སྐྱོན་དང་རིག་འཛིན་དབང་མོ།	ཀེ་བ་དང་ཨེ་མ།	ཀེ་ཇི ༡༠།
ཆ་སྐྱོང་ལོ་ལོ་ལོ།	བཀྲིས་དབང་ལྷགས།	ཚོད་བསྐྱེལ་སྐྱོང་ཚོགས།	ཀེ་ཇི ༡༠
སྐྱིད་བདེ་མཁའ་ལམ།	ལྷ་འཛོམས།	བ་མར།	ཀེ་ཇི ༡
		དར་ཚིལ།	སྐྱོར ༦།
སྐྱེལ་ཁང་ལས་བྱེད་པ།	སངས་ལོ་སྐྱོལ་མ།	གོན།	ཀེ་ཇི ༣༠།
མོང་སྐྱར་བར་སྐྱེལ་ཁང་།	བདེ་སྐྱིད་ཚོས་སྐྱོན་དང་ཀུན་དགའ་དབང་མོ།	ཨེ་མ།	འི་ཀར ༥།
		མར།	ཀེ་ཇི ༡།
		དར་ཚིལ།	སྐྱོར ༥།
		གསེར་སྐྱེམས་ཆང་།	འི་ཀར ༣།
		ཚོད་བསྐྱེལ་སྐྱོང་ཚོགས།	ཕེ་ཕེ ༡།
ཆ་སྐྱོང་ར་སམ་སྤྱི་ས།	ལྷོ་རྒྱ་བསམ་གྲུབ།	གེ་བླ་སྤྱི་བ།	ཀེ་ཇི ༣
		གོན་	༣
ཆ་སྐྱོང་རོ་ལོ་ལོ་སྐྱེལ་ཁང་།	སྐྱེལ་བཟང་ལྷ་སྐྱོན།	ཚོད་བསྐྱེལ་སྐྱོང་ཚོགས།	ཕེ་ཕེ ༡།
		རྒྱལ།	ཀེ་ཇི ༣༥།
		ལ་རང་།	ཀེ་ཇི ༣༥།
		གེ་བླ་སྤྱི་བ།	ཀེ་ཇི།

མ་གྲིང་ར་ ཉམ་སྒྲིལ།	འཇམ་དཔལ་སྒྲོལ་མ།	གསེར་སྐྱེམས་ཚང་།	ལི་ཀར ༥།
		གེ་བ་སྒྲིབ།	ཀེ་ཇི ༩
		རྒྱལ།	ཀེ་ཇི ༤
མོང་སྐར་བར་སྤངས།	ཚོང་བར་ཚོས་སྒྲོན།	ཨོམ།	ལི་ཀར་ཉ།
		གསེར་སྐྱེམ ཚང	ལི་ཀར་༩།
		མཛར་མ	ཀེ་ཇི ༩།
མ་གྲིང་སྤང་བར།	བྱབ་ཉེན།	མར།	ཀེ་ཇི ༡།
		དར་ཚིལ།	སྒོར ༥།
		གེ་བ་སྒྲིབ།	ཀེ་ཇི ༩།
མ་གྲིང་སྤང་བར།	བསོད་ནམས།	མར།	ཀེ་ཇི ༡
		དར་ཚིལ།	སྒོར ༥།
མོང་སྐར་ བོ་སོ་རོང་།	ཚུན་མཚོ་མོ།	ཚོང་བསྐྱེ་སྐྱ་ཚོགས།	ཕོ་ཚེ་༡།
ཀོན་བར།	ཀོར་བྱ།	ཚོང་བསྐྱེ་སྐྱ་ཚོགས།	བསེ་ཚེ་༡
གཡག་སྐྱ་སྤང་།	སྒྲོལ་མ།	མར།	ཀེ་ཇི ༡།
		དར་ཚིལ།	སྒོར ༥།
		གེ་བ་སྒྲིབ།	ཀེ་ཇི ༡།
		གསེར་སྐྱེམས་ཚང་།	ལི་ཀར
བར་རོང་།	དབང་མོ།	ཨོམ།	ལི་ཀར ༡༠
རྒྱུ་ལེན།	གསལ་སྒྲོན་དང་ དར་མོ།	གསེར་སྐྱེམ ཚང	ལི་ཀར་༩
		གེ་བ་སྒྲིབ	ཀེ་ཇི ༡
		ཚོང་བསྐྱེ་སྐྱ་ཚོགས	ཕོ་ཚེ ༩

འབྲས་སྐྱུངས།	གནས་རྟེན་དང་ ལྷོན་མཚོ་མོ།	དར་ཚེལ། མར། ཨོམ།	སྒོར ༦ ཀེ་རི ༡ ལི་ཀར་ ༡༠
ཐང་རོང་རྟོན་འོག།		ཚོན་བསྐྱེ་སྐྱོ་ཚོགས་དང་ཤིང་ འབྲས།	བོ་ལི་རོ་ གྲིབ ༡
རི་ད་བ་ ལྷི་འོག།	ཚོན་བང།	ཚལ་ལྷ།	ཀེ་རི ༣
		ལྷི།	ཀེ་རི ༢
		རྟོན་ཚོན།	ཕོ་རྩེ ༥
		འོས་སྐྱ།	ཆགས་པ ༣
རྫོང་ལག་ ཕྱིས་འཛིན་པ།	བསོད་ནམ་ཚོས་སྒྲོན།	ཨོམ།	ལི་ཀར ༤༠
རྒྱུ་ལེན།	སྒྲོལ་མ།	གསེར་སྐྱེམས་ཆང།	ལི་ཀར་ ༡
		ག་བ་སྐྱིབ།	ཀེ་རི ༣
		སེན་མ་རྒྱུངས།	ཀེ་རི ༥།
		ཨོམ།	ཀེ་རི ༢།
		རྒྱུ།	ཀེ་རི ༥།
		ཀེ་བ།	ཀེ་རི ༥།
		གོན།	ཕོ་རྩེ ༡།
རྒྱུ་ལེན།	ལྷ་བ།	ཀེ་བ།	ཀེ་རི ༢༥།
		རྟོན་ཚོན།	ཕོ་རྩེ ༡།
མོང་སྐྱར་ ལྷོམ།	བདེ་ཚེན་དབང་མོ།	ག་བ་སྐྱིབ།	ཀེ་རི ༡
		དར་ཚེལ།	སྒོར ༢༥།

		མར།	ཀེ་ཇི ༡
ལྷགས་ས་མཁར་ རྟོན་འོག་		དར་ཚེལ།	ལི་ཀར ༡༥༥།
		མར།	ཀེ་ཇི ༣༤
		གཡུས་རྒྱལ་ དམར་པོ།	ཀེ་ཇི ༡༨
		ཚོད་བསྐྱེ་སྤྱ་ཚོགས།	བོ་ལེ་རོ་ གྲིབ ༡།
		ག་བ་སྲིབ།	ཀེ་ཇི ༣
		ཤ་རྒྱལ།	ཀེ་ཇི ༡།
		རྒྱལ།	ཀེ་ཇི ༤
		བསིལ་རྒྱ།	ཤོག་སྲོལ ༣
		ཨ་པུལ།	སྲོལ་ ༡
		མར།	ཀེ་ཇི ༣།
		དར་ཚེལ།	སྲོལ་ ༣།
		ཚོད་བསྐྱེ་སྤྱ་ཚོགས།	བོ་ལེ་རོ་ གྲིབ ༡།
		ཨོལ།	ལི་ཀར ༤༠།
		ཚོད་བསྐྱེ་སྤྱ་ཚོགས།	བོ་ལེ་རོ་ གྲིབ ༡
སྐྱེས་མཁར་ རྟོན་འོག།	ཡེས་ཤེས་ཚོས་སྲོན།	དར་ཚེལ།	སྲོལ་ ༡༡།
མོང་ཁྲོམ་མར་བཟ་ཚོང་ ཁང།		ཚོགས་བཟ།	སྲོལ་ ༡
གསེར་ཞོང།	བརྗེ་ལྷ་འཛོམས།	ཚལ་ལུ།	ཕེད་ཚེ་༡
		གོན།	ཕེད་ཚེ་༡
སྐྱེས་མཁར་ ལྷོང་ལ།	ཚོགས་པ།	ཀེ་བ	ཕེ་ཚེ ༣

སྤྱི་ཚེས་ ༡༣/༡༠/༢༠༡༩ ཉིན་གྲངས་ལྟ་བུ།

གཞུང་ལུགས་ལྟ་བུ།	མིང་།	ལ་གསལ།	ལ་གྲངས་།
གསེར་ཞོང་།	ཚུལ་ཁྲིམས་དོ་རྗེ།	དར་ཚེལ།	སྒྲོར་ ༣
ལྷགས་ས་མཁར།	བཀྲིས་ཚོས་འཛོམས། བསོད་ ནམས་བཟང་མོ། ལྷོ་མ།	ཚོད་བསྐྱེ་སྤྱོད་ཚོགས།	མེད་ཚེ ༣།
ཟུང་ལེན།	བསོད་ནམ་ཚོས་སྒྲོལ།	ཀེ་བ་དང་ཀ་ཀུར།	མེད་ཚེ ༡
ཟུང་ལེན།	གཡང་མཚོ་མོ།	ཀེ་བ། ཉོན་ཚོད། འོས་ སྤྱ	མེད་ཚེ ༡
ཟུང་ལེན།	བསོད་ནམ་ཚོས་སྐྱིད།	སྐྱེན་མ་ཚུངས།	མེད་ཚེ ༡།
སྐྱེངས་མཁར།	བདེ་སྐྱིད་དབྱངས་འཛོམས།	ཀེ་བ།	མེད་ཚེ་ལྗེད།
ཕོ་སོ་འོང་།	ཚོ་དབང་བཟང་མོ།	དར་ཚེལ།	སྒྲོར་ ༥།
མོང་སྐར་རིན་ཚེན་ཅི།	ཚོ་དབང་སྐྱོལ་མ།	ཨོལ།	ཡི་ཀར་ ༤
		ཉ་ལག་ཚུངས།	ཆགས་པ་ ༡།
གཡལ་གསུ་སྐར་།	སྐལ་བཟང་ཚོས་སྒྲོལ།	གེ་བ་སྐྱིབ།	ཀེ་ཇི ༥
གཏོར་མ་ཞོང་།	ནམ་རྒྱལ་སྐྱོལ་མ།	ཨོལ།	ཡི་ཀར་༥།
		ཉོན་ཚོད།	ཆགས་པ་ ༡།
		ཀ་ཀུར།	༡
སྤྱི་ཚེས་ཚུངས།	ཉ་མཁྲིན་མཚོ་མོ།	གོ་བ།	༥
		ཉོན་ཚོད།	ཆགས་པ་ ༥
ལུ་སྐང་ཐང་།	བསྐྱེན་འཛིན་དབང་ལྷག	གོ་བ།	ཀེ་ཇི ༣༣།

ཕོ་སོ་རོང།	མཁའ་འགྲོ་དབང་མེད་ཅི་བཟང་ཚང།	ཨོམ།	ཡི་གར་ ༡༠།
ཁྲི་དངས་སྐྱི་སྐྱི་འོག།		ཨོམ།	ཡི་གར་ ༡༥།
		མར།	ཀེ་རི་ ༥།
		ཉོན་ཚོད།	ཆགས་པ་ ༡༡།
		དར་ཚེལ།	སྒྲོར་ ༡༢།
		གོམ།	༩།
		གུན་ཆ།	༢།
		གེ་བ་སྐྱིབ།	ཀེ་རི་ ༤།
		རྒྱག་སྐྱོག་པ།	ཆགས་པ་ ༣།
		བལ་པོ་སྐུ།	ཀེ་རི་ ༡༠།
		གོ་ཡི།	ཀེ་རི་ ༩།
གདོང་ཡོག།	ཨོམ་སངས་རྒྱལ།	ཚལ་ལྷ།	ཀེ་རི་ ༣།
		གུན་ཆ།	༢།
		ངང་ལག།	མགུ་ཤད་ ༣།
གདོང་ཡོག།	བདེ་ཚེན།	ཨོམ།	ཡི་གར་ ༣།
		ཚལ་ལྷ།	ཀེ་རི་ ༩།
		བལ་པོ་སྐུ།	ཀེ་རི་ ༣།
མཁའ་རོང་མཁའ་ལྷ།	ཚེ་རིང་ལྷ་མོ།	ཚོགས་བཟ།	ཤོག་སྐྱོམ་ ༡།
སྐང་སྐོ་ལ།	ཉེན་འབྲེལ་དབང་མོ།	ཨོམ།	ཡི་གར་ ༢།

ལྷན་ཅེ་ཐམ་བྱུང།	ཀམ་བཟང་མོ།	གསེར་སྐྱེམས་ཚང།	ལི་ཀྲར ༣
		ཀ་ཀྲར།	ཀེ་ཇི ༥
ལྷགས་ས་མཁམ།	ལྷན་བདེ་སྐྱིད།	མར།	ཀེ་ཇི ༡
		དར་ཚིལ།	སྒོར ༥།
གནས་ཁང།	བསོད་ནམ་རྩོམ།	ཨོམ།	ཤོག་སྐྱོམ ༡

༣༽ ཐབ་ཆས་ཀྱི་རིགས་དང་ལྷགས་ཤོག་མཁོ་སྐབ་འབད་ཡོད་པའི་ཐོ།

ཡང།	ཅ་ཆས་ཀྱི་མིང།	ཟངས།	དབ་གསོ།
༡	ལྷགས་ཀྱི་ལྗོད། Steel Bucket	༡༩	
༢	ལྗོད་བོག་ནིའི་བྲུ། Rice Cooker Ladle	༤	
༣	སྐྱ་མགོན་ཀྱི་ཕོར་བ། Special cup	༧	
༤	ཕོར་བ་ དཀར་པོ། White cup	༥	
༥	ལྷ་གི་བོའི་ལར། Water Boiler	༡	
༦	དྲ་ཀ་ཕོར་བ་ལྗོད་བ། Daka Small cup	༧༧	
༧	དྲ་ཀ་ ཕོར་བ་ བར་མ། Daka medium cup	༩༩	
༨	ཇ་སྐྱོད་སྐྱོམ། Vacuum flask big	༤	
༩	ཇ་སྐྱོན་ བར་མ། Vacuum flask medium	༩	
༡༠	གདན་ Mattress [༦x༩ མིའོ]	༥	
༡༡	གེས་ཚད་འཛིན། Gas Regulator	༡	
༡༢	གེས་དྲུང་ལུང། Gas pipe	༡	
༡༣	མེ་ལྗུང་ཐབ། Gas stove	༡	
༡༤	སྐྱུར་མ། Spoon	ཆ་ཚང་ ༩	

༡༥	ཐུང་མ་ བར་མ། spoon(small)	ཚ་ཚང་ ༤	
༡༦	ཤིང་གྲོ་སྒྲོམ། Tray (Big)	༥	
༡༧	ཤིང་གྲོ་ བར་མ། Tray(Medium)	༩	
༡༨	ཤེལ་ཐོང། Water glass	ཚ་ཚང་ ༩	
༡༩	སྒྲོག་གི་སྒྲོར་འཕྲུལ། Electric Mixer	༡	
༢༠	ཀ་ལའི་ཀི་ཏི་ལ། Aluminum Kettle	༥	
༢༡	ཀ་ལའི་གཟར་རུ་བར་མ། Aluminum ladle medium	༥	
༢༢	ཀ་ལའི་གཟར་རུ་སྒྲོམ། Aluminum ladle big	༩	
༢༣	དོབ། Plastic Bucket 100 ltr	༩	
༢༤	དོབ། Plastic Bucket 80 ltr	༩	
༢༥	ཕུགས་ གཟར་རུ། Steel ladle	༡	
༢༦	ཕྱི་རུང། Chopping knife	༡	
༢༧	ལྷུག་སྒྲོང། Plastic ladle	༩༤	
༢༨	ལྷུགས་སའི་སྒྲོང། Syntax (2000 ltr)	༡	
༢༩	དོབ། Plastic Bucket	༡༡	
༣༠	ཀ་ཏ་ལ། Cutter	༩༤	
༣༡	པགས་ཀོ་བཤུབ་གྲི། Peeler	༩༠	
༣༢	ཕུགས་ཤོག་ ལེམ་ལེམ་ ༤༠ ཕིཏ་ ༩ བ	༩༠	
༣༣	ཕུགས་ཤོག་ ལེམ་ལེམ་ ༤༠ ཕིཏ་ ༡༠ བ	༩༥	
༣༤	ཕུགས་ཤོག་ ལེམ་ལེམ་ ༣༠ ཕིཏ་ ༩ བ	༩༥	
༣༥	ཕུགས་ཤོག་ ལེམ་ལེམ་ ༣༥ ཕིཏ་ ༡༢ བ	༡༡	
༣༦	ཕུགས་ཤོག་ ལེམ་ལེམ་ ༤༠ ཕིཏ་ ༤ བ	༤༥	
༣༧	ཕུགས་ཤོག་ ལེམ་ལེམ་ ༤༠ ཕིཏ་ ༡༠ བ	༤	

༤༡ མོང་སྐར་རྫོང་ལག་གི་ལོ་བཟུར་ སྒྲོན་ལམ་ཚེན་མོ་ཐངས་ ༩ བ་གནང་བའི་སྐབས་ ཟད་འགྲོ་སོང་ཡོད་པའི་ལ་གསལ་གསལ་འཁོད་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

ཨང་།	ཟད་འགྲོ་ལ་གསལ།	དངུལ་ཀྲམ།	དྲན་གསོ།
------	----------------	-----------	----------

1	ཕྱག་འབྲེད་པ་ལ།	ཧ་ལེ་ལྔའུལ་ལེ	
2	ཚོས་ཁང་གི་གྱར་ལ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
3	བཅའ་སྒྲིག་ལ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
4	བཟའ་ཆས་ལ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
5	ཨོ་ཆས་ལ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
6	ཚོད་བསྟེན་ལ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
7	ལ་ལ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
8	ས་སྐྱུ་ལ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
9	ཐབ་ཆས་དང་སྐྱེ་བྱུང་ (Utensils & Sound System)	ལ་ལྔའུལ་ལེ	Sound-51,470/-
10	སྐྱ་ཚོགས་ལ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
	ཡོངས་བསྟོམས་ཟད་འགྲོ་སོང་བ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
	གསོལ་ཚོགས་ཀྱི་མ་དངུལ་དང་དང་ཞལ་འདེབས་མ་དངུལ་ཐོབ་ཡོད་པ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	
	མ་དངུལ་མ་ལང་བ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	

4 རྒྱུ་ལྡན་སྒྲིག་ལས་ཚུན་མེད་ཅི་ལྟར་ལྟ་བུ་བསྟོམས།

ལང་།	དངུལ་ལང་།	གཏན་འཇགས་གསོག་འཇོགས་དངུལ།	བྲན་གསོ།
1	འབྲུག་རྒྱལ་ཉེན་སྲུང་ལས་འཛིན་ཚད།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	ལ་ལྔའུལ་ལེ
2	སྒྲིག་ལྟར་ 10.4%	ལ་ལྔའུལ་ལེ	ལ་ལྔའུལ་ལེ
3	སྒྲིག་གྱར་སྒྲིག་ལྟར་ 1% དང་ 2%	ལ་ལྔའུལ་ལེ	ལ་ལྔའུལ་ལེ
4	ཉི་ཅུ་བཏོན་ཡོད་པ།	ལ་ལྔའུལ་ལེ	སྒྲིག་གྱར་ལས་བཏོན་ཡོད་པ།

༥༽	ཡོངས་བསྐྱོམས་ལྷན་ཁུངས།	༢༠༧༧༠༧༠.༢༧	སྐྱེད་དང་མ་ག་ར་བརྩི།
----	------------------------	------------	----------------------

འབྲུག་དངུལ་ཁང་ནང་ཡོད་པ།

ཨང་།	དངུལ་ཁང་།	མ་དངུལ།	བྲན་གསོ།
༡༽	འབྲུག་དངུལ་ཁང་།	༡༠༧༥༡༣༧	
༢༽		༡༠༥༠༠༠	རྒྱ་སྐྱོད་སྐྱོན་བདག་ནས།
	བསྐྱོམས།	༡༡༥༠༡༣༧	

༤༽ མ་འོངས་པའི་རྒྱབ་སྐྱོན།

༡༽ སང་ཕོད་ལས་ རྟེན་འོག་ ༡༧ གི་ཚུ་ཚུ་ཡང་ སྐྱོན་ལམ་ཆེན་མོའི་ཞལ་འཛོམས་སྐབས་ བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ་པའི་
གྲོས་འཆར།

༢༽ སང་ཕོད་ལས་ ཐབ་ཤིང་དང་གཞན་མཁོ་ཆེ་བའི་ཤིང་ཆས་ཀྱི་རིགས་ཚུ་ བླགས་ཚལ་ཡིག་ཚང་དང་ རང་བཞིན་འཕྲོན་བསྐྱེད་
ལས་འཛིན་ཚད་ལུ་འགན་ཁུར་སྤོང་ནི། དེ་ཡང་ སྐྱོན་ལམ་ཆེན་མོའི་ ཞལ་འཛོམས་སྐབས་ལུ་ར་ ལས་སྣ་བགོ་བཟུམ་འབད་བའི་
སྐབས་ དམངས་ཁར་ལུ་ ཐབ་ཤིང་དང་ ཤིང་ཆས་ཚུ་ ག་ཏེ་ལས་ཐོབ་ག་ཚུ་ གཏན་གཏན་བཟོ་སྟེ་ རྟེན་འོག་ཁག་ལུ་ ལཱ་བགོ་
བཟུམ་སྐབས་ལུ་དགོ་པའི་ དྲན་གསོ། ལས་སྣ་བགོ་བཟུམ་འབད་ཚར་ རྟེན་འོག་ལུ་ འགན་ཁུར་ བཀལ་ཚར་བའི་བསྐྱང་ལས་
ཐབ་ཤིང་ལེན་སའི་ས་སྤོང་དང་ ལས་མི་བགོ་བཟུམ་སྐབས་ ལྟུབས་མི་བདེ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

༣༽ མཁོ་སྐྱབ་ཚོགས་རྒྱུ་གི་ཁ་བྱུག་ལས་ སྐྱོན་ལམ་ཆེན་མོ་མ་རན་པའི་སྤྲོ་གོང་ལུ་ ཉིན་གངས་ ༥ གི་རྩིས་རྒྱབ་སྟེ་མཁོ་སྐྱབ་
འབད་ནི་མེན་པར་ ཉིན་གངས་ ༩ གི་རྩིས་རྒྱབ་མཁོ་སྐྱབ་འབད་དགོ་པ།

༤༽ སྐྱོན་ལམ་ཆེན་མོའི་ ཅ་ལ་ཚུ་ ལྷགས་སྐྱོམ་སྐྱོམ་ཉོ་སྐྱབ་འབད་དེ་ འདི་ནང་བཅུགས་བཞག་ནི་དང་ ཅ་ལ་ཚུ་གྲ་ཚང་ཡང་ན་
ཚོང་ཁག་གི་བདག་འཛིན་འབད་དེ་བཞག་ནི། དེ་ལས་ ཅ་ལ་ཚུ་ སྐྱོན་ལམ་ཆེན་མོའི་སྐབས་ རྒྱུ་མ་ཅིག་ལག་ལེན་འབབ་ནི་ཨིན་
པའི་གྲོས་འཆར།

༥༽ ཕྱི་ལས་སྐྱུ་མགོན་གྱི་གསོལ་ཐབ་འདི་ མཛོད་ཁང་དང་མཉམ་མེན་པར་ སོ་སོ་སྟེ་བཟོ་དགོ་པའི་གྲོས་འཆར།

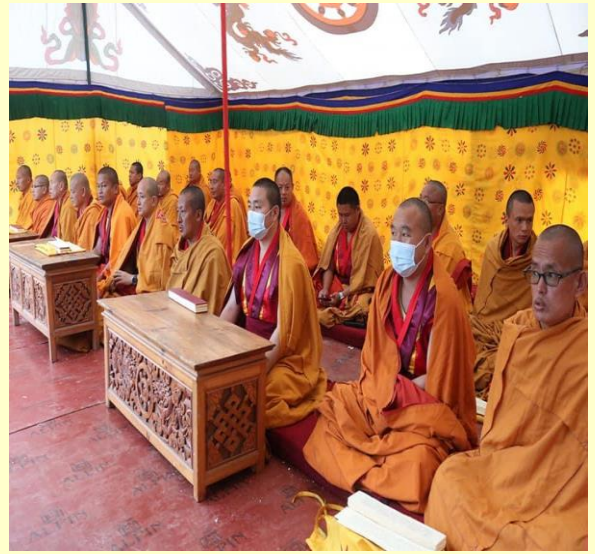
༦༽ ཨོ་ཆས་ཀྱི་རིགས་ མར་ དར་ཚེལ་ ཨོམ་ དེ་ལས་ ཚོད་བསྟེ་གྱི་རིགས་ཚུ་ འཆར་གཞི་བརྩམས་ཏེ་ མཁོ་སྐྱབ་འབད་དགོ་
པའི་གྲོས་འཆར། དེ་ཡང་ རྟེན་འོག་ཁག་གི་མི་སེར་ཚུ་གི་ཁ་བྱུག་ལས་ ཚོད་བསྟེ་གྱི་རིགས་ ག་ཅི་ར་འབག་འོང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ན་
གྲོས་བསྟུན་འབད་ནི། དེ་གིས་ ཚོད་བསྟེ་ཉོ་ནི་ལུ་ བན་ཐོགས་བྱུང་གི་ཨིན་པའི་གྲོས་འཆར།

༧༽ གྲ་ཚང་གི་དོན་ལུ་ ཚོགས་བཟོ་ས་དང་ ཚོས་ཆ་བཞག་སའི་ཁང་མིག་སོ་སོ་དགོས་པའི་གྲོས་འཆར།

སློབ་ལམ་ཆེན་མོའི་སྐབས་ཀྱི་པར་རིས།













བཀའ་འདྲིན་ཆེ།