

༡༡། རྩིས་མིག་སྐད་ལུ་བའི་མེ་འོང་
སློབ་གསུང་དགའ་བསྐྱེད་ཅེས་གྲུབ་
བཞུགས་སོ། །



Tibetan Astrology Book
Nagchi

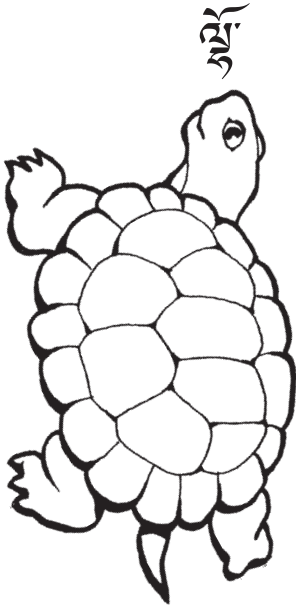
༄༅། །ཕྱིས་རིགས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་སྒོ་གསར་
དགའ་བསྐྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །



Computer Layout :
Urgen Lama

www.buddhismebook.com

།། བཙེམ་གསེར་མདོག་ཡུལ་བསྐྱམས། །སྒྲོལ་གས་
 ཐེག་པས་འགྲོ་དོན་མཛད། །སྤོང་ཉིད་སྤྱོད་བའི་བྱུ་མཚོག་
 ལྟེ། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་སྤྱུག་འཚལ་ལོ། །མ་རྒྱ་
 སྤིད་པའི་རུས་སྤལ་འདི། །མགོ་བོ་སྤྱོད་བརྟེན་མཇུག་མ་
 བྱང་། །སྤོ་གཡས་འཤར་ལ་སྤོ་གཡོན་ལུབ། །ཡན་ལག་
 མཚམས་བཞི་རྒྱུད་ནས་ནི། །དེ་ལ་སྤྱར་སྤྱེ་ལོ་འགྲོས་གསུམ།
 །འཆད་པའི་རིམ་པ་བསྟན་པ་ནི། །

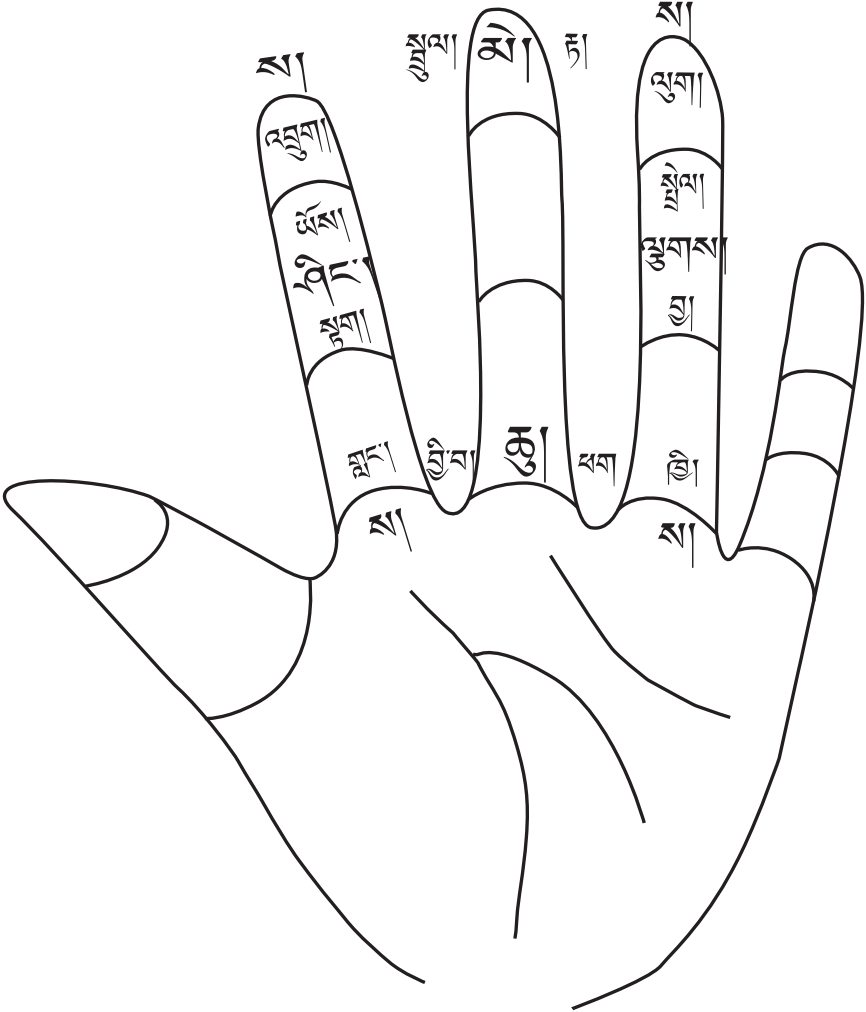


འཤར་

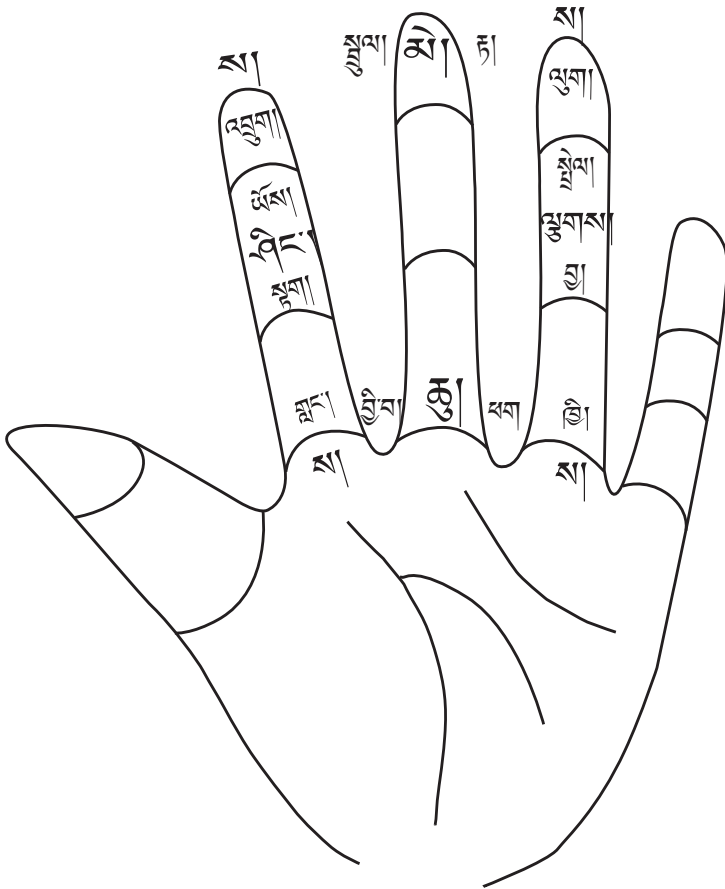
ལུབ་

བྱང་

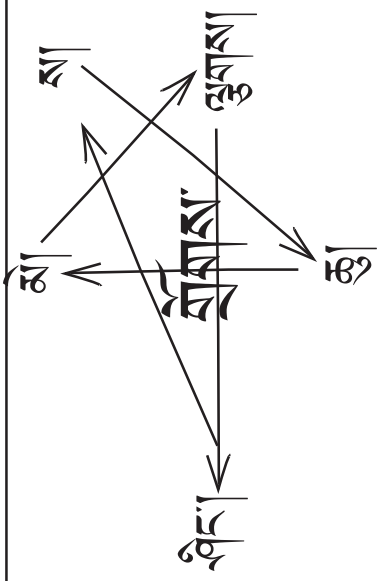
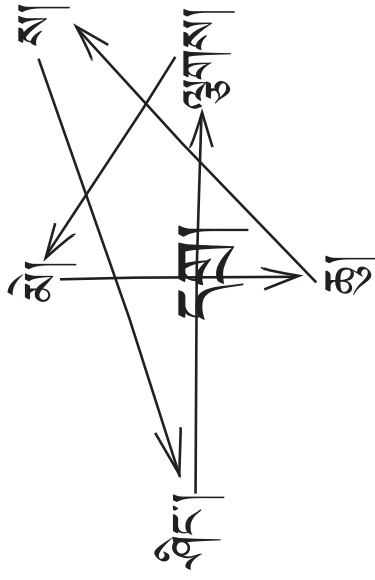
ལྔ །ཤར་ཕྱོགས་ཤིང་ལ་སྡེ་ཕྱོགས་མེ། རྩུབ་ཕྱོགས་ལྷུགས་ལ་བྱང་
 ཕྱོགས་རྒྱ། མཚམས་བཞི་ས་ཡི་ཁམས་ཡིན་ནོ། ལྔ །ཤར་སྡོད་སྟག་
 ལ་ཤར་སྡོད་ཡོས། ཤར་སྡོད་འབྲུག་ལ་སྡོད་སྡོད་སྟལ། འབྲུག་སྡོད་ལ་སྡོད་
 རྩུབ་ལྷུག། རྩུབ་སྡོད་སྟེལ་ལ་རྩུབ་སྡོད་བྱ། རྩུབ་བྱང་ཁྱིལ་བྱང་སྡོད་
 ཕག། བྱང་སྡོད་བྱེལ་བྱང་ཤར་སྡོད། །



། རྩོམ་གྱི་གནས་ཕྱོགས་འབྲུང་བ་འདི། །སྟབས་ལོས་
 རྩོམ་ཤིང་རྟ་སྟུལ་མ། །བྱ་སྟེལ་ལྷགས་ལ་བྱི་ཕག་ཅུ། །སྤང་
 ལྷག་བྱི་འབྲུག་བཞི་པོ་ས། །སྤོ་ཞི་རྩོམ་གྱི་མ་རུ་བཤད། །



ལྷ རྩིང་དབང་ལྷགས་ལ་ལྷགས་དབང་མེ། མེ་དབང་ལྷ་ལ་ལྷ་དབང་ས། །
 ས་ལི་དབང་ནི་ལྷིང་ཡིན་ནོ། ལྷིང་གྲོགས་ས་ལ་ས་གྲོགས་ལུ། །
 ལུ་གྲོགས་མེ་ལ་མེ་གྲོགས་ལྷགས། ལྷགས་ཀྱི་གྲོགས་ནི་ལྷིང་ཡིན་ནོ། །



༥ དབང་ཐང་ལྷེ་མིག་བསྟན་པ་འདི། །གནམ་ལོ་ཕོ་ལོ་
 །ཉར་བའི་ཚོ། །གཅིག་བཅུ་རང་ལ་གཉིས་གསུམ་མ། །བཞི་
 །ལྷ་དག་ལ་རྟུག་བདུན་གྲོགས། །བརྒྱད་དགུ་བུ་བུ་ཉེས་
 །པར་བྱ། །

ཕྱི་ལོ་2016མེ་ཕོ་སྤྲེལ་ལོ་ལ་མཚོན་ན།

གཅིག་དང་བཅུ་ རང་ མེ།	གཉིས་དང་ གསུམ། མ།
----------------------------	-------------------------

བཞི་དང་ལྷ། དགུ།	རྟུག་དང་བདུན། གྲོགས།	བརྒྱད་དང་དགུ། བུ།
--------------------	-------------------------	----------------------

༥ དེ་བཞིན་མོ་ལོ་རྒྱལ་ཤར་ཚོ། །གཅིག་གཉིས་རང་ལ་
 གསུམ་བཞི་མ། །ལྔ་རྒྱལ་དགའ་ལ་བདུན་བརྒྱད་གྲོགས།
 །དགུ་བཅུ་བུ་བུ་ཤེས་པར་བྱ། །

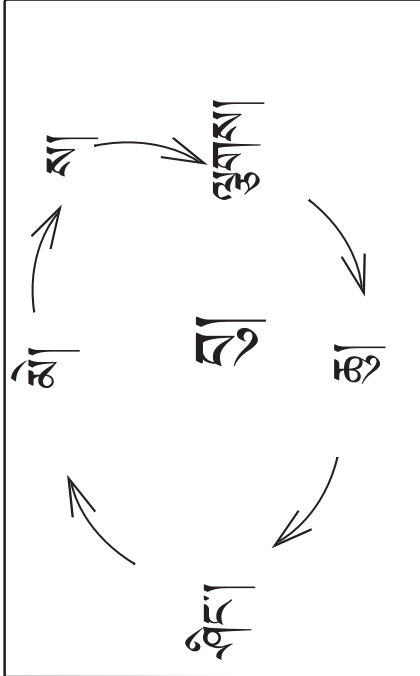
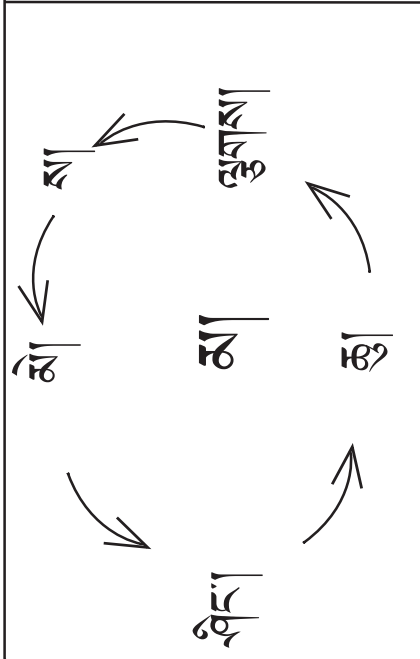
སྤྱི་ལོ་ 2015 ཤིང་མོ་ལྷུག་ལོ་ལ་མཚོན་ན།

གཅིག་དང་གཉིས། རང་ ཤིང་།	གསུམ་དང་བཞི། མ།
-------------------------------	--------------------

ལྔ་དང་རྒྱལ། དགའ།	བདུན་དང་བརྒྱད། གྲོགས།	དགུ་དང་བཅུ། བྱ།
---------------------	--------------------------	--------------------

་ ལུས་ཀྱི་ལྷེ་མིག་བསྟན་པ་ནི། །སྟག་ཡོས་བྱ་སྟེལ་
 །ཁམས་ལས་བཅི། །ཁྱིའབྱུག་པག་སྟེལ་དུ་ལས་བཅི། །མྱང་
 །ལུག་རྟེན་འཛིན་ལས་བཅི། །ལྷུགས་ཀྱི་མེ་ས་ཤིང་དུ་བགྱང་།

		ལི་མེ།	ཁོན་ས།
		ཐོན་ལྷུང་།	ས།
ལྷུག་ལྷུག་།	མྱང་། ལུག། ཤིང་། ལྱི།		ཁྱི། འབྱུག། ལྷུགས། སྟེལ།
	གིན་རི།	སྟག། ཡོས། བྱ། ཀྱི། སྟེལ།	ཁོན་ལས།
		ཁམས་ཀྱི།	



ལྷ་ འོང་མ་ཚུལ་ཚུལ་ལྲུགས། ལྲུགས་མ་ས་ལ་ས་མ་མེ། །
 མེ་ཡི་མ་ནི་འོང་ཡི་ནོ། འོང་བུ་མེ་ལ་མེ་བུ་ས། །
 ས་བུ་ལྲུགས་ལ་ལྲུགས་བུ་ཚུ། རྒྱལ་བུ་ནི་འོང་ཡི་ནོ། །

། ལྷོང་རྟའི་སྒྲེ་མིག་བསྟན་པ་ནི། །སྟག་རྟ་གྲི་གསུམ་
 ལྷོང་སྒྲེལ་ལྷུགས། །ཕག་ལྷུག་ཡོས་གསུམ་ལྷོང་སྟལ་མེ།
 །གྲི་འབྲུག་སྒྲེལ་གསུམ་ལྷོང་སྟག་ཤིང་། །བྱ་མྱང་སྟལ་
 གསུམ་ལྷོང་ཕག་ཚུ། །

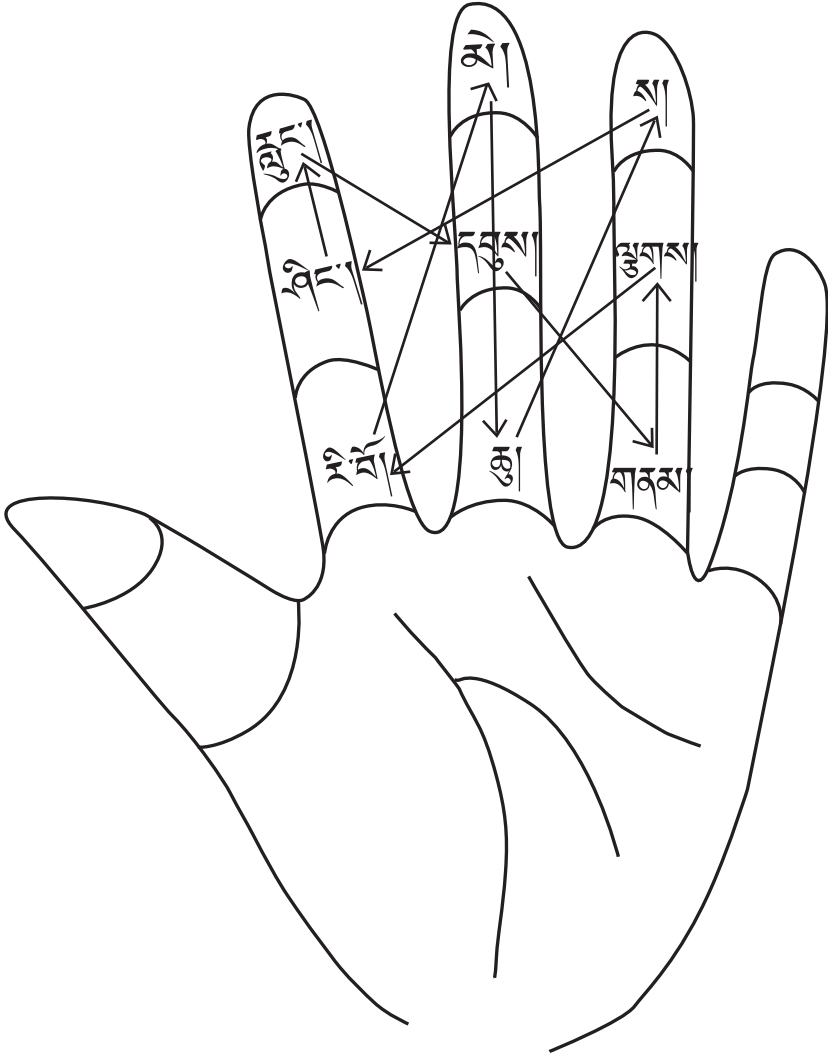
	ཕག། མེ། ཡོས། ལྷུག།	
གྲི་ག། ཤིང་། འབྲུག། སྒྲེལ།		སྟག། ལྷུགས། གྲི། རྟ།
	བྱ། མྱང་། ལྷུགས།	

༥ སྒྲེ་བའི་བྱ་ཡུར་བསྟན་པ་ནི། །དབུས་ནི་གནམ་ལྷགས་
 རི་བོ་དང་། །མེ་ཚུ་ས་ཤིང་རླུང་ནས་དབུས། །དེ་ཡང་
 གཅིག་དཀར་གཉིས་ནག་དང་། །གསུམ་མཐིང་བཞི་ལྗང་
 ལྗ་སེར་དང་། །རྒྱག་དཀར་བདུན་དམར་བརྒྱད་དཀར་དང་
 ། །དགུ་དམར་སྒྲེ་བའི་ཁམས་ཡིན་ནོ། །

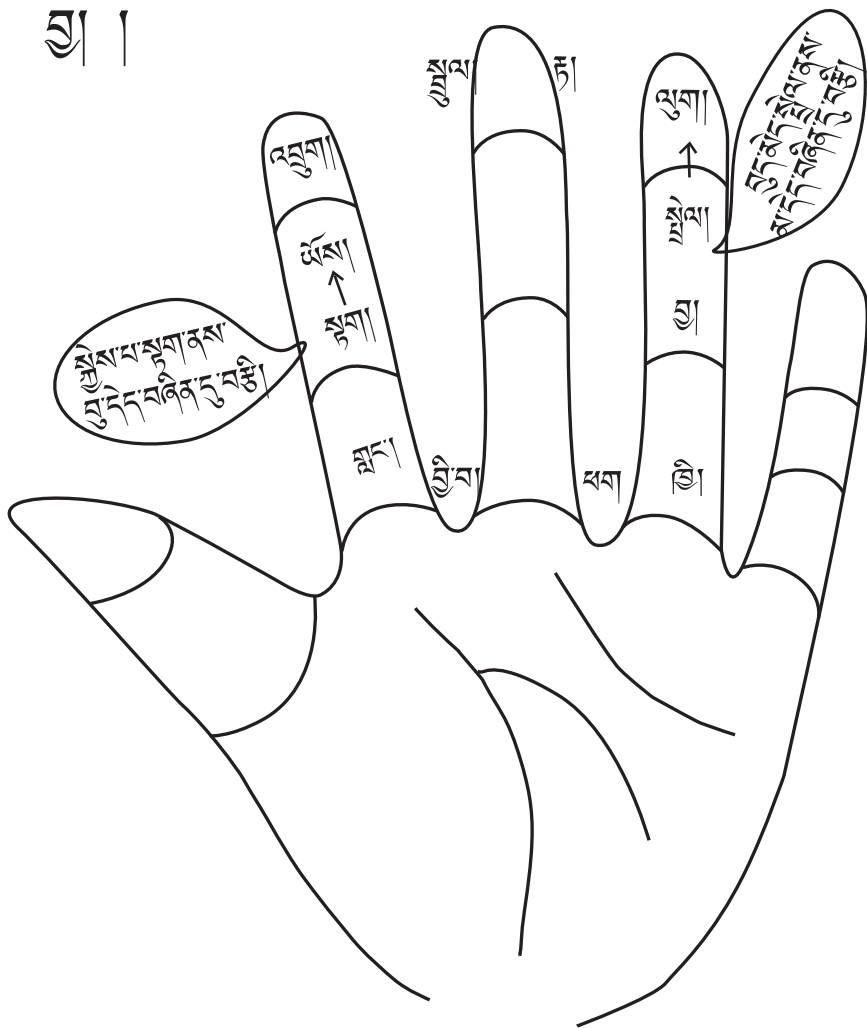
སྤྱི་ལོ་2016 ལ་མཚོན་ན་དབུས་གཉིས་ནས་བཅི།

རླུང་། ༡	མེ། ༢	ས། ༣
ཤིང་། ༤	དབུས། ༥	ལྷགས། ༦
རི་བོ། ༧	ཚུ། ༨	གནམ། ༩

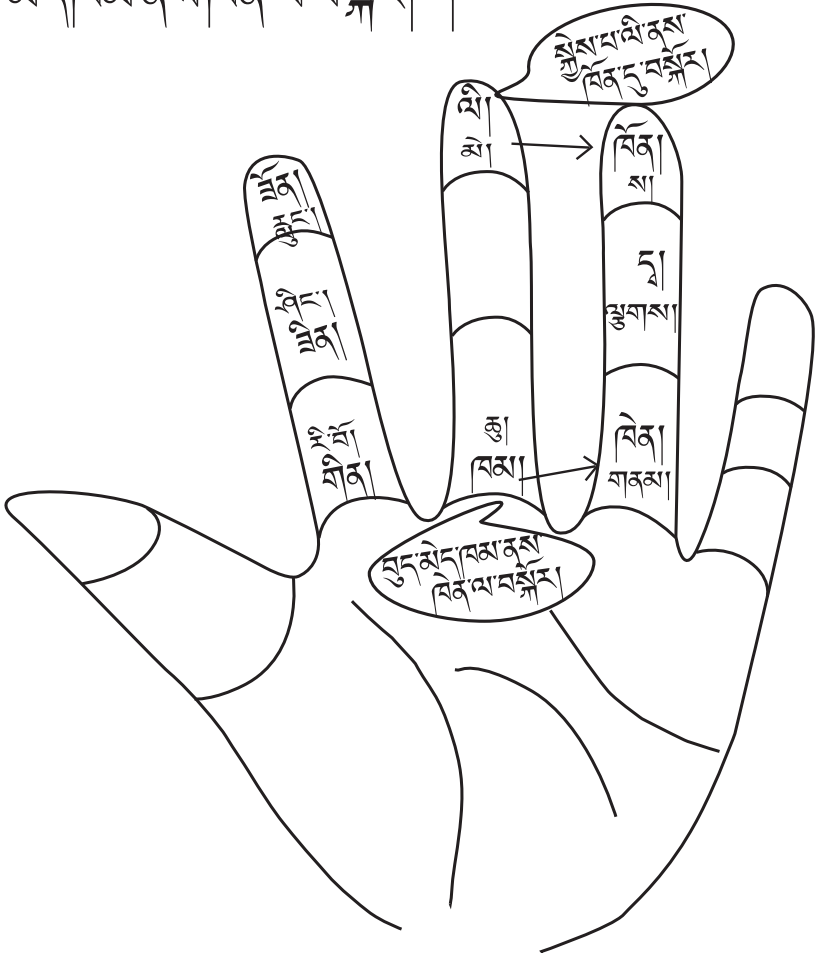
ལྷོ་ལོ་2016 ལ་མཚོན་ན་དབུས་གཉིས་ནས་བཟི།



ལྷོ་གཤམ་མན་བཙམི་སྐྱངས་བསྐྱེན་པ་ནི། །སྐྱེས་པ་སྐྱལ་
 བས་སྐྱུང་སྐྱབས་ཏེ། །བྱ་དེད་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བཙམི། །ཟ་
 མ་གྱེན་བགྱང་སྐྱེལ་ནས་བཙམི། །མ་དེད་རིམ་པ་བཞིན་དུ་
 བྱ། །



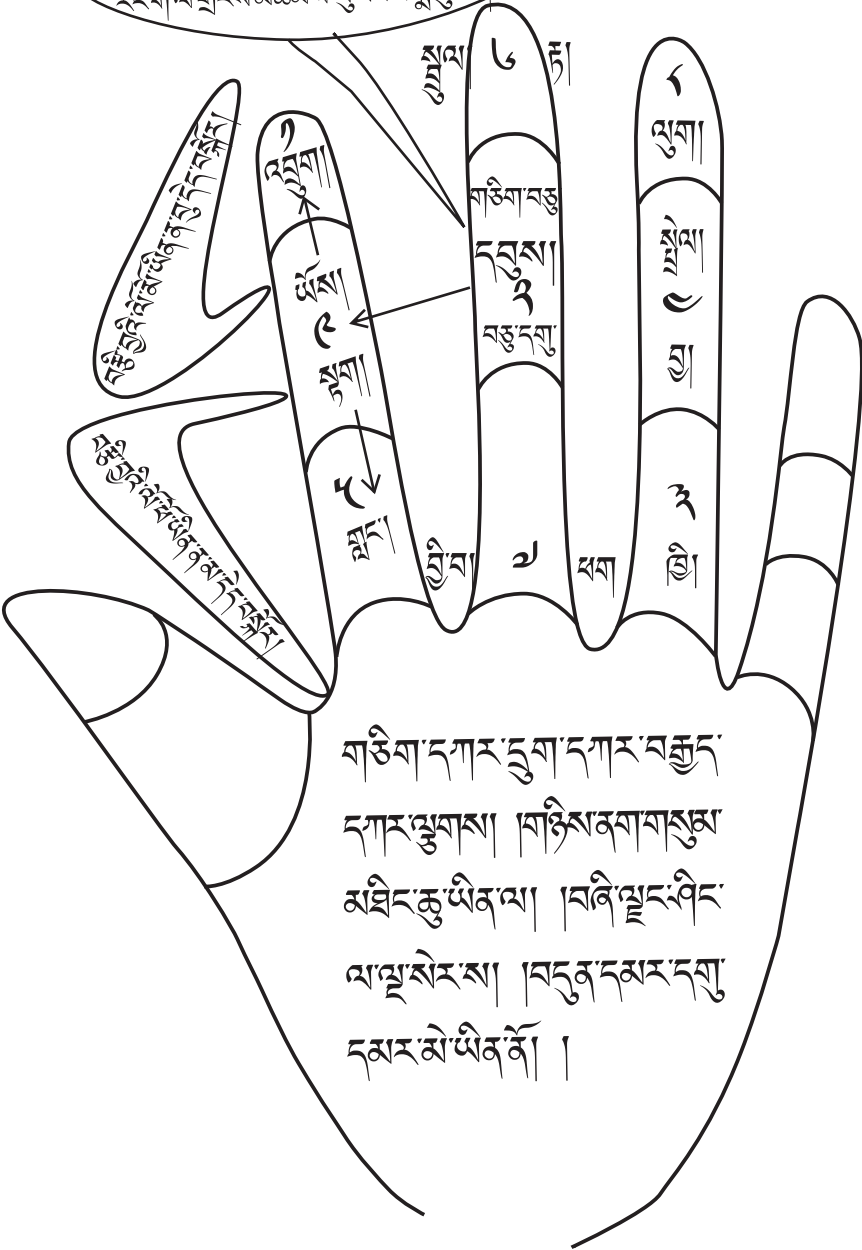
༥ སྒྲུང་ཁའི་རིམ་པ་བསྟན་པ་ནི། །འི་མེ་ཁོན་ས་དུ་ལྷགས་
 དང་། །ཁོན་གནམ་ཁམ་ཚུ་གིན་རི་དང་། །ཟིན་ཤིང་ཟོན་
 ལྷུང་སྒྲུང་ཁ་བརྒྱད། །སྐྱེས་པ་ལི་ནས་ཁོན་དུ་བསྐྱོད། །འུང་
 མེད་ཁམ་ནས་ཁོན་ལ་བསྐྱོད། །



༥ གྲི་རྟུག་འབྲུག་ཏུ་སྐྱེལ་གྱི་ཕོ། །ཕོ་ལོ་བརྒྱད་དཀར་
 ཕྱོགས་སུ་བརྒྱོད། །མྱང་ཡོས་སྐྱེལ་ལུག་བྱ་ཕག་ལོ། །ཕོ་
 ལོ་བཞི་ལྔ་དང་ཕྱོགས་སུ་བརྒྱོད། །

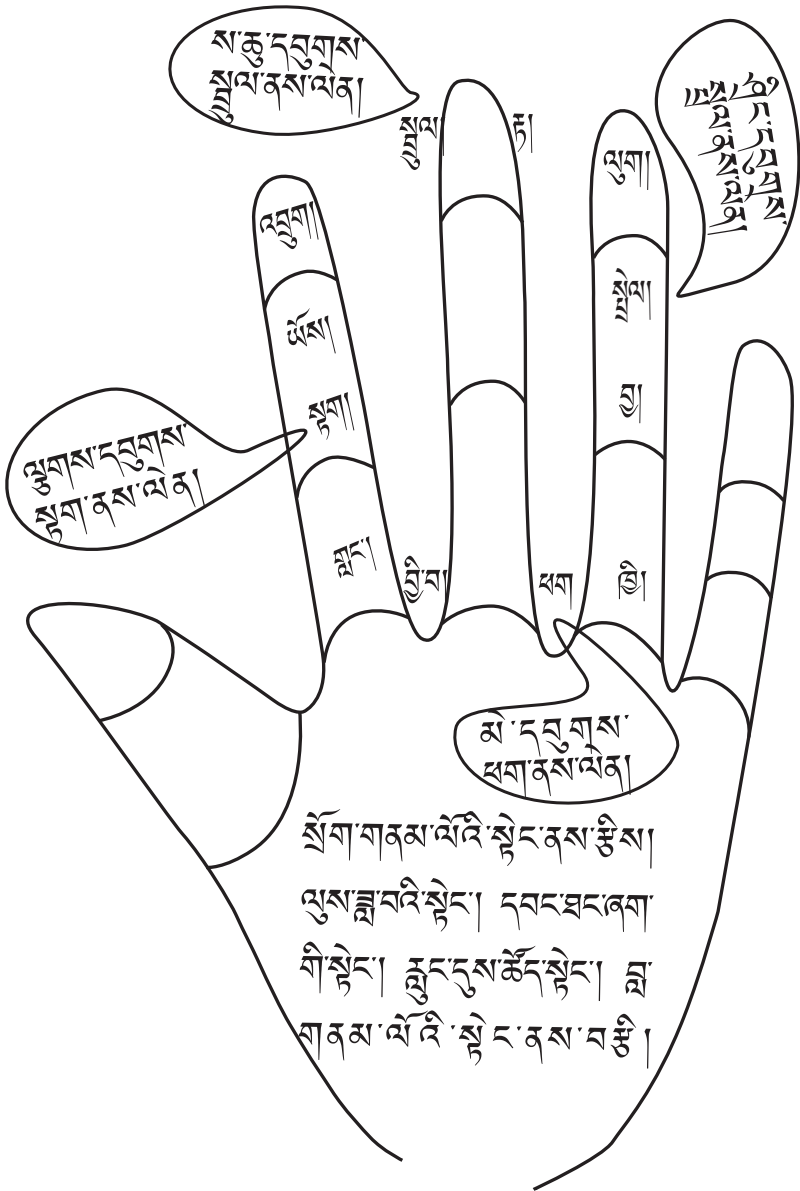
འབྲུག་ ཕོ།	སྐྱེལ་ ལོ།	ཏ། ཕོ།	ལུག་ ལོ།
ཡོས་ ལོ།	གཅིག་བཅུ་བཅུ་དགུ་ཉི་ཤུ་བརྒྱད་༥༥ སུམ་ཚུ་བདུན་དང་བཞི་བཅུ་རྟུག་༥ ལྔ་བཅུ་ལྔ་དང་རྟུག་ཚུ་བཞི་༥		སྐྱེལ་ ཕོ།
རྟུག་ ཕོ།	བདུན་ཚུ་གསུམ་དང་བརྒྱད་ཚུ་གཉིས་༥༥ ལོ་གཅིག་རྣམས་ལ་དབུས་སུ་ཚོགས་༥༥		བྱ་ ལོ།
མྱང་ ལོ།	བྱི་བ། ཕོ།	ཕག་ ལོ།	གྲི་ ཕོ།

བཙུན་པོ་ལོ་མོ་ལོ་མོ་ལོ་མོ་ལོ་མོ་ལོ་མོ་
 ལོ་མོ་ལོ་མོ་ལོ་མོ་ལོ་མོ་ལོ་མོ་ལོ་མོ་



ལྡོ དར་རྒྱུད་བརྩུ་གཉིས་རིམ་པ་ནི། །ལྷགས་དབྱུགས་
 དབྱིད་ར་སྣག་ནས་ལེན། །ས་རྒྱ་དབྱུར་ར་སྣལ་ནས་བརྩམ།
 །ཤིང་དབྱུགས་སྟོན་ར་སྟེལ་ནས་ལེན། །མ་དབྱུགས་དབྱུན་
 ར་ཕག་ནས་ལེན། །དབྱུགས་ལེན་མངལ་གནས་ལྷས་
 རྫོགས་དང་། །བཅས་པ་སྲུས་བྱེད་གོས་བྱོན་དང་། །ལས་
 བྱེད་དར་བ་རྒྱུད་པ་དང་། །ན་བ་ཤི་བ་དུར་ཞུགས་སོ། །ལས་
 བྱེད་དར་བ་བཟང་པོའི་རབ། །སྲུས་བྱེད་གོས་བྱོན་བཟང་
 པོའི་འབྲིང་། །ལྷས་རྫོགས་བཅས་པ་བཟང་པོའི་ཐ། །དབྱུགས་
 ལེན་མངལ་གནས་ངན་པའི་རབ། །རྒྱུད་པ་ན་བ་ངན་པའི་
 འབྲིང་། །ཤི་བ་དུར་ཞུགས་ངན་པའི་ཐ། །

ལྷས་རྫོགས་ ༣	བཅས་པ་ ༤	སྲུས་བྱེད་ ༥	གོས་བྱོན་ ༦
མངལ་གནས་ ༧			ལས་བྱེད་ ༨
དབྱུགས་ལེན་ ༩			དར་བ་ ༡༠
དུར་ཞུགས་ ༡༡	ཤི་བ་ ༡༢	ན་བ་ ༡༣	རྒྱུད་པ་ ༡༤



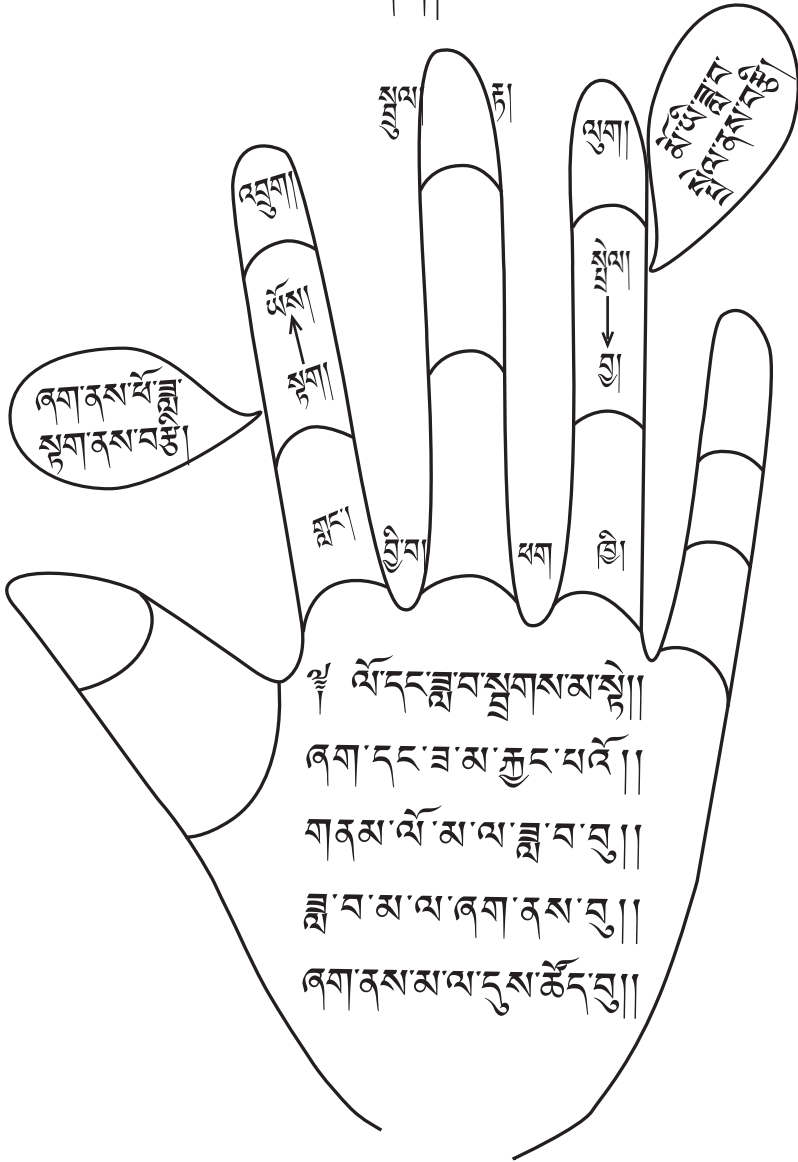
ལོ་དང་ལྷ་བ་སྐྱབས་མ་སྟེ། རྒྱ་དང་བ་མ་རྒྱ་དང་པོ།
 རྒྱ་དང་ལོ་མ་ལ་ལྷ་བ་བྱ། ལྷ་བ་མ་ལ་རྒྱ་དང་བྱ། རྒྱ་
 དང་མ་ལ་དུས་ཚོད་བྱ། །

འབྲུག་གི། ལྷ་བ་༡	སྐྱེལ་གྱི། ལྷ་བ་༢	རྒྱ་གི། ལྷ་བ་༣	ལྷ་གི། ལྷ་བ་༤
ཡོ་སྟོན་གྱི། ལྷ་བ་༡༢			སྐྱེལ་གྱི། ལྷ་བ་༥
རྒྱ་གི། ལྷ་བ་༡༡			ལྷ་གི། ལྷ་བ་༦
ལྷ་གི། ལྷ་བ་༡༠	ལྷ་གི། ལྷ་བ་༧	ལྷ་གི། ལྷ་བ་༨	ལྷ་གི། ལྷ་བ་༧

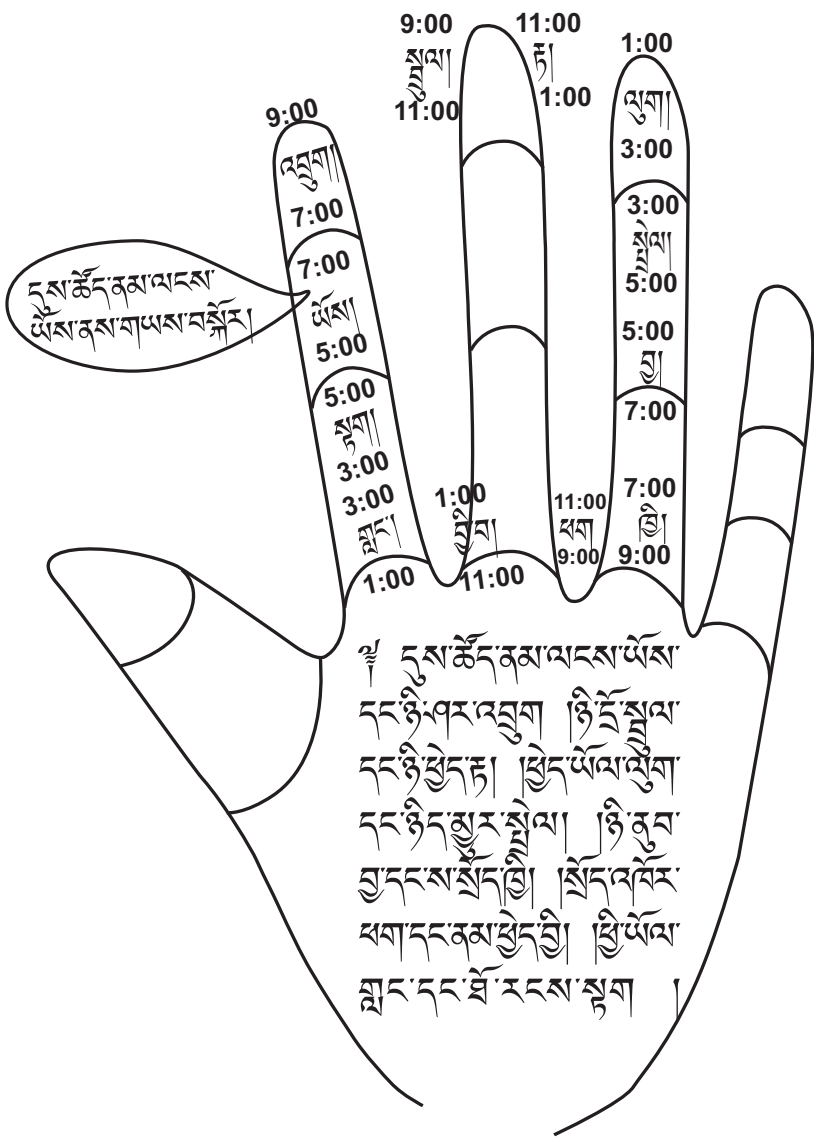
ལྷན་པ།



ཞག།



དུས་ཚོད།



༥ ཉི་མ་མིག་དམར་མེ་ཡི་ཁམས། རླེ་བ་ལྷག་པ་ཚུ་ཡི་
 ཁམས། སྤར་བུ་རྒྱུང་ཤིང་སྤྲོ་སངས་ལྷགས། སྤྲོན་པ་
 ས་ཡི་ཁམས་ཡིན་ནོ། །

	ཉི་མ། མེ། མིག་དམར།	ས། སྤྲོན་པ།
སྤར་བུ། ཤིང་།		པ་སངས། ལྷགས།
	རླེ་བ། ཚུ། ལྷག་པ།	

ལྔ གཉིས་གསུམ་བཞི་ལྔ་དྲུག་བདུན་ཉམ་གྱི་ཉིང་སྐར།
 བརྒྱད་མཚམས་གྱི་ས་སྐར། དགུ་བཅུ་བཅུ་གཅིག་བཅུ་
 གཉིས་བཅུ་གསུམ་བཅུ་བཞི་ལྔ་ཡི་མེ་སྐར། བཅོལ་མཚམས་
 གྱི་ས་སྐར། བཅུ་དྲུག་བཅུ་བདུན་བཅོལ་བརྒྱད་བཅུ་དགུ་ཉི་
 །ལུ་ཉེར་གཅིག་རུབ་གྱི་ལྷ་གས་སྐར། ཉེར་གཅིག་མཚམས་
 གྱི་ས་སྐར། ཉེར་གཉིས་ཉེར་གསུམ་ཉེར་བཞི་ཉེར་ལྔ་ཉེར་
 དྲུག་ཐིག་བྱང་གི་ཚུ་སྐར། གཅིག་མཚམས་གྱི་ས་སྐར།

	ལྔ་ཡི་མེ་སྐར། ༤ ༡༠ ༡༡ ༡༢ ༡༣ ༡༣༧	མཚམས་གྱི་ས་སྐར། ༤ ༠ ༡༥ ༢༡ ༡
ཉམ་གྱི་ཉིང་སྐར། ༢ ༣ ༧ ༥ ༦ ༧		རུབ་གྱི་ལྷ་གས་སྐར། ༡༦ ༡༧ ༡༨ ༡༩ ༢༠ ༢༡
	བྱང་གི་ཚུ་སྐར། ༢༢ ༢༣ ༢༧ ༢༤ ༢༥ ༢༦	

ಪ್ರಾಸ	ೞ	ಕ್ರೋಧೋದ್ವೇಗೋಪಶಾಂತಿಃ						ಪ್ರಾಸ
ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ
ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ
ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ
ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ
ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ
ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ
ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ
ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ
ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ	ವಿಧಿ

ལྔ ལྷོན་རྟུག་རྒྱལ་དང་མཚུ་དང་གོ། །ས་ག་འབྲུམས་སྟོང་
 བ་ཉེ་མོ། །སྤར་མ་ལྷ་མཚམས་སྟོན་ཚུ་སྟོང་། །གོ་བཞིན་
 གྱི་བཞིན་མོན་གྱུ་ས། །མགོ་དང་ནབས་སོ་དབོ་མེ་བཞི།
 །ནག་བ་ས་རི་བ་སྐར་རྟུང་། །ལག་སྐག་སྟོབ་དང་ཚུ་སྟོང་
 དང་། །མོན་རྩེ་བྲུམས་སྟོང་ནམ་གྱུ་ཚུ། །

མོ།	ས།	རྟུང་།	ཚུ།
༡ ལྷོན་རྟུག་	༢ སྤར་མ་	༣ མགོ་	༤ ལག་
༥ རྒྱལ་	༦ ལྷ་མཚམས་	༧ རབས་སོ་	༨ སྐག་
༩ མཚུ་	༡༠ སྟོན་	༡༡ དབོ་	༡༢ སྟོབ་
༡༣ གོ།	༡༤ ཚུ་སྟོང་	༡༥ མེ་བཞི་	༡༦ ཚུ་སྟོང་
༡༧ ས་ག་	༡༨ གོ་བཞིན་	༡༩ རག་བ་	༢༠ མོན་རྩེ་
༢༡ འབྲུམས་སྟོང་	༢༢ གྱི་བཞིན་	༢༣ ས་རི་	༢༤ བྲུམས་སྟོང་
༢༥ བ་ཉེ་	༢༦ མོན་གྱུ་	༢༧ བ་སྐར་	༢༨ རམ་གྱུ་

སླ་གཟའ་བཙུ་ཐབས།

༥ དེ་ཡང་ཨ་པང་སླ་མ་སློབས་ལྟན་རྗེ་ལ་མགོ་ལོག་སློན་རྩིས་
སླ་གཟའ་ལོར་བྱས་གདམས་པའི་རྩིས་སློན་ཐོར་བྱ་ཉེར་མཁོའི་བཟ་
ཏོག་ཅེས་པ་ལས། སླ་གཟའ་བཙུ་ཐབས་སོར་མོའི་འཇུལ་འདེགས་
ནི། ༥ ལྷུང་གཞམ་མེ་རྒྱ་ཤིང་ལྷུགས་ས་རི་ལ། ཉི་ཟླ་དམར་ལྷུག་
ཕུར་སངས་སངས་སློན་བཀོད། ཤྲོགས་གཟའ་སློག་ལ་དག་གཟའ་
གཤེད་གཟའ་དེས། མཚམས་བཞི་ལྷུག་སློག་ཕུར་བྱ་གཤེད་གཟའ་
ལོ། རྒྱུད་པར་ལྷུག་གི་སློག་གཟའ་སློབ་ཡིན། བཞེས་གསུངས་པའི་
དོན་ནི། ལྷུང་ནི་སླར་ཁ་བོན་ལྷུང་གི་གདན་ས་འཇུག་ལོ་བའི་སླ་གཟའ་
ཡིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བཞེས་གཞམ་གྱི་ལོ་བའི་སླ་གཟའ་སློབ་པ། ལི་
མེ་རྟ་སླུལ་ལོ་བའི་སླ་གཟའ་མིག་དམར། ཁམ་རྒྱ་བྱི་ཕག་ལོ་བའི་སླ་
གཟའ་ལྷུག་པ། ཅོན་ཤིང་སླུག་ལོས་ལོ་བའི་སླ་གཟའ་ཕུར་བྱ། ལྷུགས་
བྱ་སླུལ་ལོ་བའི་སླ་གཟའ་པ་སངས། བོན་ས་ལྷུག་ལོ་བའི་སླ་གཟའ་
པ་སངས་གིན་རི་སླང་ལོ་བའི་སླ་གཟའ་སློན་པའོ། སླ་གཟའ་དེའི་
སློག་ཁམས་སློག་གཟའ་དང་། དག་ཁམས་གཤེད་གཟའ་ཡིན་པ་ནི།
དཔེར་ན་རྟ་སླུལ་ལོ་བའི་སླ་གཟའ་མིག་དམར་མེ་ཁམས་ཡིན་ཏེ་མེ་
སློགས་ལྷུགས་ཡིན་པས་སློག་གཟའ་པ་སངས་དང་། མེ་དག་རྒྱ་

ཡིན་པས་གཤེད་གཟའ་ལྷག་པ་ལྟ་བུའོ། །མཚམས་བཞིའི་སློབ་གཟའ་ས་སློབ་ས་ལྟ་ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས་ལྷག་པ་ཡིན་ཅུང་ལྷག་ལོ་བའི་སློབ་གཟའ་ལྷག་པ་ཡིན་པ་དམིགས་བསལ་ལོ།།



ལྷོ་གྲོ་གཞེད་གཟའི་རེ་བུ་མི་ག།			
ལོ་རྒྱུ་ས།	ལྷོ་གཟའ།	གྲོ་གཟའ།	གཞེད་གཟའ།
བྱི་བ།	རྣམ་པ།	མི་ག་དམར།	སྟེན་པ།
གྲང་།	སྟེན་པ།	རྣམ་པ།	སྟུར་བྱ།
རྣམ།	སྟུར་བྱ།	སྟེན་པ།	བ་སངས།
ལོ་ས།	སྟུར་བྱ།	སྟེན་པ།	བ་སངས།
རྣམ་པ།	ཉི་མ།	རྣམ་པ།	སྟུར་བྱ།
ལྷོ་པ།	མི་ག་དམར།	བ་སངས།	རྣམ་པ།
རྒྱ།	མི་ག་དམར།	བ་སངས།	རྣམ་པ།
ལྷོ་པ།	བ་སངས།	ལྷོ་བ།	སྟུར་བྱ།
ལྷོ་པ།	བ་སངས།	སྟུར་བྱ།	མི་ག་དམར།
བྱ།	བ་སངས།	སྟུར་བྱ།	མི་ག་དམར།
ལྷོ་པ།	ལྷོ་བ།	རྣམ་པ།	སྟུར་བྱ།
མཐོ།	རྣམ་པ།	མི་ག་དམར།	སྟེན་པ།

༥ རྒྱུ་རྟེན་དར་མདོ་གཤམ།

མི་རང་གི་ལོ་འགྲུང་དང་མཐུན་པའི་རྒྱུ་རྟེན་ཁ་དོག་ལ་རྒྱལ་མཚན་
 ཅེ་མོ་སོགས་རྒྱུ་རྟེན་བསྐྱེད་པའི་མདོ་གཟུངས་སྤར་ན་ལས་དང་བྱ་བ་
 ལམ་དུ་འགྲོ་བར་རྣམས་མཐུ་ལྷན་པར་ཆེ་བ་དང་། ལོ་འགྲུང་གི་ཁམས་
 གྱི་དགའ་མདོག་སྤར་ན་མི་འཕྲོད་པ་སོགས་སྤང་དོར་བྱེད་པ་གལ་ཆེ་
 བར་གསུངས་པས། དེ་དག་ནི། རྒྱུ་རྟེན་རྒྱུ་རྟེན་ཁམས་གཙོ་
 བོ་བྱེད་པ་དང་། ཁམས་དེའི་མ་ཁམས་གཙོ་བོ་བྱེད་པའི་ལུགས་
 གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་སྟག་སྒོམ་བྱེད་དང་། ཞང་སྟོན་བསྟན་པ་
 རྒྱུ་མཚོ་སོགས་གྱི་གཙུག་ལག་དང་། རྒྱུ་རྟེན་གྱི་འཇུགས་གྱི་དགོངས་
 པ་སྟར་ན་ཁམས་ཉིད་གཙོ་བོ་བྱེད་དོ། །བྱ་སྤང་སྤུལ་གསུམ་ལོ་པའི་
 སྟོན་པོ་བཟང་ཞིང་སེར་པོ་དགའ་མདོག་ཡིན་པས་སྤངས། སྟག་རྟེན་གྱི་
 གསུམ་ལོ་པའི་དཀར་པོ་བཟང་ལ་དམར་པོ་མི་རུང་། བག་ལུག་
 ཡོས་གསུམ་ལོ་པའི་དམར་པོ་བཟང་ལ་སྟོན་པོ་མི་རུང་། གྱི་འགྲུག་
 སྤེལ་གསུམ་ལོ་པའི་ལྗང་གུ་བཟང་ལ་དཀར་པོ་མི་རུང་དོ། །
 །འདིར་མ་སྟོས་པའི་མདོག་གཞན་རྣམས་ཀྱང་མི་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །
 །དར་གྱི་མཐའ་སྤུམ་གྲོགས་མདོག་ ། གཞན་ཐམས་ཅད་རང་གི་
 གྲོགས་སུ་འགྱུར་བའི་དོན་ ། །དང་དར་ལྷེ་དགའ་མདོག་བྱེད་པའམ་

ཡང་ན་དར་ལྗེ་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྗེ་བྱེད་ན་རང་རང་གི་རྒྱུང་ཉེ་མདོག་དེ་
སྤེང་མ་བྱས་ནས་མས་རིམ་དུ་དག་དེད་གྱིས་མདོག་ ། དག་འོག་ཏུ་
ཡོད་པས་མར་མི་ལྟར་བའི་དོན་ཀྱི་བྱ། ཡང་དར་བྱེད་ན་ཡས་ནས་
མས་རིམ་དུ་གཞུགས་སྡོད། སྤྱོད་དཀར། བར་སྤང་དམར། རྩ་སྤང་།
ས་སེར། ཞེས་པ་ལྟར་དང་། ཡང་དར་ལྗེ་སྤྱི་བྱེད་ཏུ་གཞུགས་སྡོད། བར་
དམར། ས་སེར་ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

ཡང་དར་ལུང་འདོགས་རྩལ་ལ་གྱེན་དུ་སྤྱར་དགོས་པའི་དར་གྱི་
རིགས་རྣམས་ནི་དེས་པར་ཨོ་འདོགས་བྱེད་པ་ཀུན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་
རྒྱ་མཚོ་དང་། འཇམ་མགོན་མི་པམ་པས་བཞེད་ཅིང་། གཞན་སྤེད་
ལ་འདོགས་པའི་རིགས་རྣམས་ཨོ་འདོགས་དང་རྣམ་འདོགས་བྱེད་
པར་མེད་རྩལ་དམ་པ་དུས་མས་གསུངས་སོ། ། རྒྱུང་ཉེ་བསྐྱེད་པའི་
རིགས་དང་ནད་པ་སོགས་ཀྱི་རིམ་གྱི་དར་ལྗེ་གཞི་རང་རང་གི་ལོ་
ལྗེས་སྤོགས་སུ་འཐེན་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱད་ཡོས་ལོ་བ་ཡིན་ན་
ཤར་སྤོགས་སུ་འཐེན། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་ལ་སྤོགས་སུ། བྱ་སྤོགས་
ལ་རུབ་སྤོགས། བྱི་པག་ལ་བྱང་སྤོགས། འབྲུག་ལ་ཤར་སྤོགས། ལྷག་
ལ་སྤོགས། བྱི་ལ་རུབ་བྱང་། སྤང་ལ་བྱང་ཤར་དུ་འཐེན་པའམ་
འཇུགས་དགོས་སོ། ། གཞན་ཡང་ནི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ལས་རང་

རང་གི་འཇུགས་ཚུལ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་འདིར་མ་གྲིས་སོ། །

༥ ཀལ་རྩིས་གྱི་གོ་དོན།

དེར་སྐབས་བོད་ལྗོངས་སོགས་ནས་ལོ་ཐོ་པར་བསྐྱེད་བྱས་པའི་ནང་
དུ་བརྩི་བྱ་རྣམས་རེདུ་མིག་བཀོད་དེ་གནམ་ལོ་དང་འཐབ་པའི་འབྲས་
བུ་རྗེལ་དཀར་རྗེལ་ནག་གིས་བ་དང་སྤར་ཁ་སྤེལ་བ་སོགས་ཀལ་རྩིས་
མདོ་ཅོམ་བྱས་པ་རྣམས་ལ་གསལ་བཤད་ཅུང་ཟད་བྱེད་པར་བྱ་སྟེ།

༡ རྩིས་སྤེལ་ཞེས་པ་ནི་རང་རང་རྩིས་པའི་ལོ་དེར་གནམ་ལོའི་སྤེལ་
གང་ཡིན་དེ་ཉིད་རང་གི་རྩིས་སྤེལ་གྱི་བ་ཡིན།

༢ མེ་སྟག་དང་། མེ་ཡོས། མེ་འབྲུག། མེ་སྦྱུལ། མེ་རྟ། མེ་ལུག།
མེ་སྤེལ། མེ་བྱ་རྣམས་ནི་མེ་བརྒྱད་ཚོ་བ་བསྟེན་པ་ཞེས་བེར་བ་དང་།

ལྷགས་ཁྲི། ལྷགས་པག། ལྷགས་བྲི། ལྷགས་སྤང་བཞི་ནི་ལྷགས་
བཞི་ཁ་བརྒྱུད་བ་ཞེས་ངན་པ་ཡིན་པས་འདི་དག་བསྐྱེད་འཁོར་གྱིས་

བཅོས་དགོས། ༣ སྟོག་རྗེལ་ནག་པོ་xའདི་དང་འདི་xམ་བབས་ན་
སྟོག་ལ་ངན་པས་ཚོ་བསྐྱིད་བའི་རིམ་གྲོ་བྱ། ལྷག་པར་ནད་པ་ལ་ངན།

ལུས་རྗེལ་ནག་པོ་གོང་བཞིན་བབས་ན་ལུས་ལ་ན་ངོ་དང་དཀའ་

ཚོགས་ཀྱི་དོ་ཡིན་པས་ཚོགས་བསགས་ལ་འབད། དབང་དེལ་ནག་
 པོའི་རིགས་གཉིས་གང་བབས་ནོར་ལོངས་སྐྱོད་ལ་གོད་ཁ་གང་སྐྱོང་གི་
 དོ་ཡིན་པས་ནོར་སྐྱུ་བ་ཀྱི་རིགས་བྱེད། ལྷུང་དེལ་ནག་པོའི་རིགས་
 གཉིས་གང་བབས་མི་ཁ་དབྱ་དོ་དང་ལྷ་འབྲུགས་ཀྱི་ལྷས་ཡིན་པས་
 དེའི་གཏོ་བཅོས་བྱ། ལྷ་དེལ་ནག་པོ་བབས་ན་དུར་དོ་ཡིན་པས་བརློག་
 བསྐྱུར་ཀྱི་རིགས་རྣམས་བྱ། དེ་དག་གང་ལ་ཡང་ནག་པོ་གཅིག་
 བབས་ན་ངན་ཞིང་གཉིས་བབས་ན་དེ་བས་ཀྱང་རྩུབ་པོ། །ལོག་མན་
 ལ་བྱེ་བྲལ་དང་། ལུང་འགྲོད་སོགས་ནང་གསེས་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་
 ཚིས་མཁན་མ་གཏོགས་པལ་བས་བརྩི་མི་ཤེས་མོད། འོན་ཀྱང་གཙོ་
 བོ་ས་སློང་དང་གནམ་སློུས་ན་ངན་པས། དེ་ནི་པོ་ཡི་ལོག་མན་གྱི་ལ་
 བབས་ན་གནམ་སློང་དང་། བག་ལ་ས་སློ། མིའི་ལོག་མན་འབྲུག་ལ་
 བབས་ན་གནམ་སློང་དང་། ལྷུལ་ལ་ས་སློུས་པ་ཡིན། དེ་དག་ལ་ས་སློ་
 བཅད་པ་དང་གནམ་སློ་བཅད་པའི་མདོ་ས་འཕེན་དགོས་སོ།།
 ལྷར་ཁ་བརྒྱད་ཀྱི་རྩུབ་ཀུན་གྱི། ལྷར་ཁ་ཐིན་ཐོག་ཏུ་གྱི་ཚང་རྩུང་བ།
 ལྷར་ཁ་དུ་ཐོག་ཏུ་གྱི་ཚང་ཆེ་བ་ཡིན་པས་གྱི་དོ་མཚོན་དོ་དང་མ་སྐྱུངས་
 བྲག་དོ་ཡོད་པས་ལོ་དེར་ཉེན་ཆེ་བའི་རིགས་ལ་འཛོམ་ཤིང་གྱི་ཁ་

མཚོན་བསྐྱུར་གྱི་མདོས་གཏོང་། སྲུང་ཁ་ཟོན་ལ་རླུང་སྒྲོ་བཅད་པའི་
 མདོས་དང་། ཟོན་བ་དན་ཁ་བོ་བཤམས། བརྒྱད་སྟོང་པ་འདོན།
 སྲུང་ཁ་ཁོན་ལ་ས་སྒྲོ་བཅད། ཁེན་ལ་གནམ་སྒྲོ་བཅད། བྱིམ་དེའི་
 གཟའ་རྒྱུམ་མིང་སྲིང་སོགས་ཕོ་མོ་གཉིས་ཀ་སྲུང་ཁ་གཅིག་གི་
 སྟོང་དུ་ཡོད་ན་སྲུང་ཁའི་ཟམ་བཅོས་བྱ། ཕོ་མོ་སུ་ཡིན་ཡང་ལོ་ལྔ་དང་
 ༡༥ ༡༧ ༡༩ ༢༡ ༢༣ ༢༥ ༢༧ ༢༩ ༣༡ རྣམས་ནི་རྒྱུང་པའི་དགུ་
 མིག་ཟེར་བ་དང་། ཕོ་སྲུང་ཁ་ལི་ཕོག་ཏུ་སྦྱིན་བ་དང་མོ་སྲུང་ཁ་ཁམ་
 ཕོག་ཏུ་སྦྱིན་པ་ནི་སྲུང་ཁའི་དགུ་མིག་ཟེར་བ་དང་། གནམ་ལའི་སྟེ་བ་
 དང་རང་གི་སྟེ་བ་གཅིག་ཏུ་བབས་ཚེ་སྟེ་བའི་དགུ་མིག་ཡིན། འདི་
 དག་གི་ཏྲགས་ནི། སྟོང་ལོག་དགུ་དུང་རྗེལ་ཞེས་པའི་རེ་མིག་གི་སྟོང་
 མའི་རྗེལ་སྟོང་དེ་ཡིན་པས་རྗེལ་ནག་པོ་བབས་ཚེ་དགུ་མིག་གང་རུང་
 གིས་རྩུབ་ལ། དེར་དགུ་མིག་བཅོས་པའི་གཏོ་བྱ་དགོས་སོ། ། ལྗ
 དར་རྒྱུད་བཅུ་གཉིས་ལས་དུར་ལྷགས་སུ་བབས་ན་དུར་ངོ་ཡིན་ཞིང་།
 དེ་ལ་ལའི་དུར་ལྷགས་དང་། སྲུང་ཁའི་དུར་ལྷགས་གཉིས། རང་
 དུར་ཚེ་རྒྱུང་དང་། གཤེད་དུར་ཚེ་རྒྱུང་གཉིས་བཅས་ཡོད། ལའི་
 དུར་ལྷགས་དང་། སྲུང་ཁའི་དུར་ལྷགས་གཤེད་དུར་རྣམས་ཕྱི་མ་ཕྱི་

མ་གཞི་དེ་ཚེ་བས་ཆེ་བས་རིམ་གྱི་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབ་། དེ་ནི་འོག་མའི་རྗེས་
 སྐྱེང་ནང་དུ་མའདི་གིས་ཡོད་ན་དུར་ལུགས་ཡིན། བདུན་ཟུར་དང་
 བཞི་གཤེད་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཀུན་གྱི་རང་ལོ་དང་གནམ་ལོ་གཉིས་པམ་རྩོན་
 ལྷག་སྐྱེལ་གཉིས་དང་བྱ་ཡོས་གཉིས། བྱི་འབྲུག་གཉིས། བག་
 ལྷུལ་གཉིས། བྱི་རྟ་གཉིས། ལྷང་ལུག་གཉིས་བཅས་དེ་རྣམས་
 བདུན་ཟུར་རམ་ལོ་བདུད་ཅེས་བཤམ་དོ། །དེ་དག་གི་བཅོས་ནི་གཤེད་
 མདོས་དང་། བདུན་ཟུར་བཅོས་པའི་སྤྱང་འཁོར་ཡིན། བཞི་གཤེད་
 ནི་རང་ལོའི་ཡར་གྱི་བཞི་བ་དང་མར་གྱི་བཞི་བ་གནམ་ལོ་ཤར་དུས་
 ཡིན། དེའི་རེ་ལུ་མིག་འདི་ལྟར།

རང་ལོ།	རྣམ།	ཡོས།	ལུགས།	སྐྱེལ།	རྟ།	ལུག།	སྐྱེལ།	བྱ།	བྱི།	བག།	བྱི་བ།	ལྷང་།
ཡར་གྱི་ བཞི་གཤེད།	བག།	བྱི་བ།	ལྷང་།	རྣམ།	ཡོས།	ལུགས།	སྐྱེལ།	རྟ།	ལུག།	སྐྱེལ།	བྱ།	བྱི།
མར་གྱི་ བཞི་གཤེད།	སྐྱེལ།	རྟ།	ལུག།	སྐྱེལ།	བྱ།	བྱི།	བག།	བྱི་བ།	ལྷང་།	རྣམ།	ཡོས།	ལུགས།

བདུན་ཟུར་དང་བཞི་གཤེད་ལ་ཁེལ་ན་འབུམ་དག་ཚར་དང་། བརྒྱད་
སྟོང་བ་སོགས་གསུང་རབ་ཟབ་མོ་བསྒྲགས་ཞེས་གསུངས་སོ།
།ཡང་མདོས་སྤྱད་སོགས་ལོ་བདུད་སྤྱོད་སྤྱུ་འཕེན། ཞེས་ཟེར་
བའང་བདུན་ཟུར་གྱི་སྤྱོད་སྤྱུ་འཕེན་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲགས་ལོས་
ལོ་བས་རྒྱབ་སྤྱོད་སྤྱུ་འཕེན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཉ་སྤྱུ་ལ་ལོ་
བས་བྱང་སྤྱོད་སྤྱུ་དང་། བྱ་སྤྱེལ་ལོ་བས་ཤར་སྤྱོད་སྤྱུ་ བྱི་ཕག་
ལོ་བས་ལྷོ་སྤྱོད་སྤྱུ་ འབྲུག་ལོས་རྒྱབ་བྱང་། ལུག་ལོས་བྱང་ཤར།
ཁྲི་ལོས་ཤར་ལྷོར། སྤང་ལོས་ལྷོ་རྒྱབ་ཏུ་འཕེན་དགོས་སོ། །འདི་
དག་ནི་ལོ་བདུད་གྱི་སྤྱོད་སྤྱུ་ཏེ་གཞན་དུ་འདྲེ་ལྷ་བདུད་གཙོད་སྤྱོད་སྤྱུ་
སྤྱུ་འཕེན་དགོས་པ་རྣམས་སྤར་ཁའི་སྤྱོད་སྤྱུ་གཙོད་ལྟར་ཡིན་པས་དེ་
དག་གོང་དུ་བཀོད་པ་ལས་ཤེས་སོ། །རང་ཀེག་ཞེས་པ་ནི་གཞན་
ལོ་རང་གི་ལོ་ཉ་གཉིས་ཀ་གཅིག་ཏུ་སོང་བའི་རང་ལོའི་ཐོག་ཅེས་པ་དེ་
ཡང་རྩུབ་ཀེག་ཡིན། གཞན་ཡང་མཐུན་གསུམ་གྱི་ཀེག་དང་། རྩུག་
འདྲེས་གྱི་ཀེག་སོགས་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་ཆེ་བ་དེ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

༥ དུར་མིག།

དུར་སྐོམ་དུར་མིག་ཞེས་པ་ནི། བརྩི་བྱའི་སྐོག་ལུས་དབང་
གྲུང་སྐོང་དང་ལྷ་བོ་དར་གྲུང་བཅུ་གཉིས་བསྐོར་ནས་བརྩི་ཚུལ་
རྒྱས་པ་དང་། དེ་ལས་བསྐྱུ་ན་སྐོག་ཁམས་ཁོ་ན་བརྩིས་པའི་
དུར་ཞུགས་ལ་བབས་པའི་ལོ་དེར་རྩུབ་པ་ཡིན། དེ་ནི་གོ་
བདེ་བར་བརྗོད་ན། ལྷ་ག་ཡོས་ལོ་བ་ལུག་གི་ལོ་དང་། ཏྲ་
སྐྱུལ་ལོ་བ་ཁྱིའི་ལོ། བྱ་སྐྱེལ་ལོ་བ་སྐྱང་གི་ལོ། བྱི་ཕག་ཁྱི་
འབྲུག་སྐྱང་ལུག་ལོ་བ་རྣམས་འབྲུག་གི་ལོ་རྣམས་ཤར་ལ་
དུར་མིག་ཡིན་པས་དུར་སྐོང་བཅད་པའི་གཏོ་བྱ། དེ་ནི་ལོ་འི་
དུར་མིག་གོ། ཡང་སྐྱར་ཁའི་དུར་མིག་ནི། ལྷ་ག་ཡོས་ལོ་བ་
སྐྱར་ཁ་ཁོ་ན་ལ་བབས་པ་དང་། ཏྲ་སྐྱུལ་ཁོ་ན་ལ་བབས་པ།
བྱ་སྐྱེལ་གི་ན་ལ་བབས་པ། བྱི་ཕག་ཁྱི་འབྲུག་སྐྱང་ལུག་
རྣམས་ཐོ་ན་ལ་བབས་ཚེ་སྐྱར་ཁའི་དུར་ཞུགས་ཡིན།

༥ རྒྱུད་པར་དུ་ལོའི་དགུ་མིག་དང་སྤྲར་ཁའི་དུར་མིག་
 གཉིས་ཀ་ལྟན་དུ་བབས་པ་ལ་དུར་འདོམ་ཞེས་ངན་པ་ཡིན་
 བས་དེ་ནི་རེ་འུ་མིག་འདི་ལྟར་རོ། །

བརྟེན་གྱི།	ལོ་གྲངས།		སྤྲར་ཁ།
	སྤྲེས་པ།	བྱུང་མེད།	
སྤྲེས་ལོ་སྤྲེས་ལོ་པ།	༡༥	༣༦	ཁོ་ན།
ཏུ་སྤྲེས་ལོ་པ།	༣༦	༡༥	ཁོ་ན།
ཁྱིའི་སྤྲེས་ལོ་པ། སྤྲེས་ལོ་པ། སྤྲེས་ལོ་པ།	༡༣	༥༧	ཁོ་ན།
བྱུང་སྤྲེས་ལོ་པ།	༥༧	༡༣	ཁོ་ན།

༥ ཡང་ལོའི་དགུ་མིག་དང་སྤར་ཁ་སློབ་གི་གཤེད་དུ་
 བབས་པ་གཉིས་སྟུན་དུ་འཛོམས་པ་ལ་དགྲ་འདོམ་ཞེས་བྱ་
 ལྟེ། འདི་ནི་གསང་བའི་རྩུབ་ཀེག་ཡིན་ཡང་རྩིས་མཁན་
 རྣམས་ཀྱིས་ཆེད་དུ་མ་དབྱེད་ན་མི་ཚོར་བས་འདིར་རེདུ་
 མིག་ཏུ་འགོད་དོ།

བརྩི་བྱ།	ལོ་གྲངས།		སྤར་ཁ།
	སྐྱེས་པ།	བུད་མེད།	
སྟག་ཡོས་ ལོ་པ།	༩༧	༩༧	༥
བྱ་སྐྱེལ་ལོ་པ།	༩.༡	༧༥	ལི
རྟ་སྐྱེལ་ལོ་པ།	༧༥	༩.༡	ཁམ
བྱི་ཕག་ལོ་པ།	༡༥	༣༦	ཁོན།
ཁྱི་རྒྱུག་ སྤར་ལྟོག་ བྱི་ཕག་ལོ་པ།	༦༣	༦༣	ཅོན

རང་དྲུང་དང་གཤེད་དྲུང་།

རང་དྲུང་ནི་བརྗེ་བྱ་རང་གི་འབྱུང་ཁམས་དང་གཅིག་པའི་
དྲུང་ལོ་གནམ་ལོར་ཤར་བ་དང་། གཤེད་དྲུང་ནི་རང་གི་
འབྱུང་ཁམས་གྱི་དབྱར་གྱུར་བའི་དྲུང་ལོ་གནམ་ལོར་ཤར་
བའོ། །དེ་ལ་ཡང་ཆེ་ཆུང་གཉིས་རེ་སྟེ། ཆེ་བ་དྲུང་ལོ་དེ་
ཉིད་དང་། ཆུང་བ་དྲུང་ལོ་དེའི་བདུན་ཟུར་གྱི་ལོ་དེའོ། །དཔེར་
ན་ཤིང་གི་སྟག་ཡོས་ལོ་བའི་རང་དྲུང་ཆེ་བ་ཤིང་ལྷུག་དང་།
ཆུང་བ་ཤིང་སྤང་། གཤེད་དྲུང་ཆེ་བ་ལྷུགས་ལྷུག་དང་།
ཆུང་བ་ལྷུགས་སྤང་ལྟ་བུ་སྟེ། དེའི་རེདུ་མིག་འོག་ཏུ་
གསལ་ལོ། །

༥ བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྐྱ་ཡི་ལེན་ལེ་ལས་བྱང་བ་ལྟར་ཟླ་
 བ་ལ་བྱང་མེད་པར་དབུ་སྐྱ་བསིལ་བའི་དུས་ཚོས་ཀྱི་བྱང་པར་
 གསལ་བའི་རེན་མིག །

ཚོས།	འཇུག་ལྡོག།	ཚོས།	འཇུག་ལྡོག།	ཚོས།	འཇུག་ལྡོག།
༡	ཚོ་བྱང་།	༡༡	དབང་པོ་རྫོ།	༢༡	ནད་འོང་།
༢	ནང་མང་།	༡༢	སྲོག་ལ་ཉེན།	༢༢	ཟས་སྐྱེལ་རྟེན།
༣	ཡུང་པོ་འོང་།	༡༣	ཀུན་ལ་བཟང་།	༢༣	བཟང་པོ་འོང་།
༤	མདངས་ལྡན།	༡༤	ཡུག་པོ་འོང་།	༢༤	མིག་ན།
༥	ཞོར་འཕེལ།	༡༥	བཀྲ་ཤིས།	༢༥	རིམས་འོང་།
༦	ཁ་མཚུ་འོང་།	༡༦	སྐྱོམ་འོང་།	༢༦	ཉག་ཏུ་སྐྱིད།
༧	མདངས་ཡལ།	༡༧	འགྱི་སྲོ།	༢༧	དགོ་བ་འཕེལ།
༨	ཚོ་རིང་།	༡༨	ཞོར་སྟེར།	༢༨	འཐབ་མོ་འོང་།
༩	ན་རྒྱུང་འཕྲད།	༡༩	བཟང་པོ་སྤད།	༢༩	སྤྲ་འབྲུམ།
༡༠	དབང་ཐང་ཚེ།	༢༠	སྲོག་སྐྱོམ་འོང་།	༣༠	གཤམ་སྐྱིན་འཕྲད།