



༡༡། །འོས་བསྐྱེད་གཞི་དོན་ཚན་ ༣༤ རང་གསལ་ ༦།༡ རང་གསལ་སྲུང་སྲིད་ལེགས་ཏེན་སྲིད་ཡན་དང་། འཇར་མན། ཨོས་ཀྱི་རི་ཡ།
ཨི་ཏེ་ལི་བཅས་ནས་སྲིད་སྲུང་གི་སྲོལ་འགྲུབ་འོས་ཤོག་གྲངས་བཤེར་སྲོགས་བསྐྱེད་འགོ་དཔུལ་ཁྲུས་བ་གཤམ་གསལ།

ཟུར་འཇོག་ (ཅ)

ཨང་།	མིང་། རྒྱུ་མིང་།	མ་ཕུལ།	ད་ལྟའི་སྲོད་གནས།	ད་ལྟའི་ལས་གནས་སམ་སྲོན་གྱི་ལས་གནས།	འོས་གྲངས།					ཟུར་བཅོལ།
					སྲུང་སྲིད།	འཇར་མན།	ཨོས་ཀྱི་རི་ཡ།	ཨི་ཏེ་ལི།	བསྐྱེད་མས།	
༡	མེན་པ་ཚེ་རིང་།	མདོ་རྫོང་རྫོང་།	མེལ་ཤོག།	ལྷོ་འབྲུག་ཚོགས་པུཌ།	༡༠༩༠	༡༡༤	༢༢	༤༣	༡༣༡༥	༡
༢	དབུ་དཀར་ཚང་སྐལ་བཟང་དོ་རྗེ།	ཆམ་མདོ།	སྲུང་སྲིད།	ཡུང་ཨ་རིའི་དོན་གཙོ་བོ་ལྷན་པ།	༢༤༠	༢༢	༢༩	༢༡	༡༠༩༤	༢
༣	ལྷ་རི་སྲོལ་མ།	ཉལ་ཤོང་།	ལྷོ་ལི།	བཀའ་ལྷན་པ།	༥༢༤	༣༢	༣༡	༤	༤༢༣	༣
༤	འགྲོ་རྒྱུ་རྒྱུ་དཔོན་གྲུབ།	ལྷན་མཚོ།	ལྷོ་ལི།	བཀའ་ལྷན་པ།	༤༠༢	༣༡	༢༢	༡༡	༤༢༡	༤
༥	ལྷོ་བཟང་སྲོལ་གྲུབ།	ཆ་ལྷོང་།	ཨ་རི་ནིུ་ཡོག།	བཀའ་ལྷན་པ།	༤༥	༤	༡	༡	༥༡	༥
༦	ཨ་ཚུ་ཡེ་ཤེས་སྲོགས་ཚོགས།	མངའ་རིས།	ར་ས།	ལྷོ་འབྲུག་ཚོགས་གཞིན།	༢	༣			༡༠	༦
༧	ལྷན་བསྐྱེད་དབང་ཚེ།	སྲིད་ཤོང་།	སི་བཀ།	ལྷོ་ལྷན་པ།	༥				༥	༧
༨	བཤེས་སྲོལ་རྒྱལ།	འགོ་རྒྱུ།	ཤི་ཤོང་།	ལྷོ་ཚོགས་ཉམས་ཞིབ་པ།	༣				༣	༨
༩	གང་གཞིན་ཚང་ལྷོ་བཟང་།	སྲོད་མ་ལྷན།	སྲུང་སྲིད།	ཚོགས་པུཌ།	༣				༣	༩
༡༠	ལྷན་བསྐྱེད་ལྷ་མཚོ།	ལྷ་ཤོང་།	མ་རནས།	ཚོགས་པུཌ།	༡	༡			༣	༡༠

༡༡། །འོས་བསྐྱེད་གཞི་དོན་ཚན་ ༣༤ རང་གསལ་ ༦།༡ རང་གསལ་སྲུང་སྲིད་ལེགས་ཏེན་སྲིད་ཡན་དང་། འཇར་མན། ཨོས་ཀྱི་རི་ཡ། ཨི་ཏེ་ལི་བཅས་ནས་སྲིད་སྲུང་གི་སྲོལ་འགྲུབ་འོས་ཤོག་གྲངས་བཤེར་སྲོགས་བསྐྱེད་འགོ་དཔུལ་ཁྲུས་བ་གཤམ་གསལ།

༡༡	ཟམ་མདོ་བྱམས་པ།	ལྷ་རྒྱ་རི།	ལྷ་མོ།	ལྷོ་འཕྲུལ་ལས་ཐོག	༡				༡	༤
༡༢	ལྷོ་གྲོང་བསྐྱེད་འཛིན་རྩོམ་པ།	དབུས་གཙང་།	ཨ་རི།	མཁས་དབང་།	༡				༡	༤
༡༣	བགྱིས་བདེ་ལེགས།	མི་ཉལ།	ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ།	ལེས་ལོན་འགན་འཛིན།	༡				༡	༤
༡༤	བསྐྱེད་ཚོས་རྒྱ་མཚོ།	མདོ་སྐད།	ཨ་རི།	བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་མི།	༡				༡	༤
					༣༡༡༣	༣༦༤	༡༥༤	༡༡	༣༦༣༡	



 ལྷ་མོ་ས་གནས་ལོས་བསྐྱེད་འཛིན་གྱི་མཚན་རྟགས་དང་ལས་ཐོག།

