

༢༡། རྩོམ་གྱི་མིང་གནས་ཕྱགས་སྒྲིག།



གོང་འཕེལ་སྡེ་ཚན།

རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

Development Division

Dzongkha Development Commission

པར་དབང་།

© རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས། ༢༠༢༡

བསྐྱེད་སྤྱོད་འབད་མི།

ཨ་ཁུན་ལྷན་ཚོགས། རྫོང་དབང་བཀྲ་ཤིས། གམ་འབྲུག་དཀར།

ཁུན་དག་འབད་མི།

ཁུན་དོ་ཨེ། ཁུན་ལྷན་ཚོགས། རྫོང་དབང་བཀྲ་ཤིས། རྫོང་བརྟན་དོ་ཨེ། གམ་འབྲུག་དཀར།

སྤྱི་གཞི།

རིག་འཛིན་དཔལ་སྤྱོད།

དཔེ་སྟླུ།

རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

འགྲེམས་ཡུང་། ༡༢༢ (122)

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཡུང་། ༣༣༢༤༤༢ (02+322662)

པར་འཕྲིན་ཡུང་། ༣༣༢༩༩༢ (322992)

www.dzongkha.gov.bt

རྒྱལ་སྤྱི་འདེབ་ཡུང་། (ISBN)

ཆེད་བཟློག།

༣ རྒྱལ་ཁོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་གིས་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་སྒྲིག་ལས་ ལཱ་དང་ལས་རིམ་ཚུ་བཅུམས་ཏེ་ གོང་འཕེལ་དང་དར་ཁྱབ་ བཏང་དང་གཏང་བཞིན་ པ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། དམིགས་བསལ་དུ་ རྒྱལ་ཁོང་མིང་ཚོགས་ཚུ་གྱུ་སྟེད་བཏང་སྟེ་ རྒྱལ་ཁོང་འཕེལ་གཏང་ དགོ་པའི་སྤྱི་དབུས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཅ་ཆས་དང་ཐ་སྙད་ཚུ་ རྒྱལ་ཁོང་ནང་སྐད་སྦྱར་འབད་ནི་དང་། རྒྱལ་སྤྱོད་སྟེལ་ཡོད་པའི་ལུང་ཕྱོགས་ཚུ་ནང་ལས་ ལ་ལས་སྤྱོད་སྟེལ་ཡོད་རུང་ ཡིག་ཐོག་བཀོད་མ་ཚུགས་ པར་ལུས་ཡོད་མིའི་མིང་ཚོགས་ཚུ་ བསྟུ་སྟེག་དང་གཏན་འབེབས་འབད་སྟེལ་ཡོད་པའི་གསལ་ལས་ ད་རེས་ རྒྱ་ ཤིང་དང་ཉོན་ལུ་གྱི་མིང་གནས་ཅིག་ཕྱོགས་སྟེག་འབད་དེ་ཡོད།

མིང་གནས་དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྤྱོད་སྟེལ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁོང་ཆ་མཉམ་ལས་ བསྟུ་སྟེག་འབད་ནིའི་འཆར་གཞི་ ཡོད་རུང་ ད་རེས་ ཐིམ་ཕུག་། མགར་ས། སྤུ་ན་ལ། དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་དང་ དར་དཀར་ན་བཅས་རྒྱལ་ ལག་ལཱ་གི་ནང་ལས་རྒྱུ་མ་གཅིག་བསྟུ་སྟེག་འབད་དེ་ཡོད། དེ་ཡང་ བསྟུ་སྟེག་འབད་སའི་ས་གོ་དེ་ནང་གི་ དོན་ཚན་མཁས་མཆོག་ཚུ་ལུ་ ཅི་གཏུགས་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ཤིང་དང་ཉོན་ལུ་ཚུ་གི་པར་རིས་དང་སྟེགས་ ཏེ་ འབྲེལ་པ་བྱུང་ཁྱེ་རྒྱུ་སྟེལ་ཡོད་པ་ཡིན།

འདི་གིས་ལག་ལེན་པ་ཡོངས་ལུ་ བན་ཐོགས་འབྱུང་ཚུགས་པའི་རེ་བ་དང་བཅས་ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ ལུགས་མོ་གླང་ལོ་ རང་ལྷ་ ༡ པའི་ཆེས་ ༥ སྟེ་ཆེས་ ༡༤/༠༣/༢༠༡༡ ལུ།



བྱུང་ཆེན།

རྒྱལ་ཁོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

༡	ཀ་པ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གིས་སྒྲུབ་ ༥ པ་དང་ ༧ པའི་ནང་མེ་རྒྱ་གཟུང་གི་ཡོད། ཤིང་འདི་ཐབ་ ཤིང་མ་གཏོགས་གཞན་གཞི་ཡང་འབད་མི་བརྟུབ།	
༢	ཀ་བ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གི་རྩ་འདི་ ཀེ་བ་མངར་མོ་བཟུམ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྩོག་མ་རྩུང་ཀྱ་སྒྲེ་བཏགས་པ་ཡིན། རོབ་འབྲེལ་འདི་ལོར་དང་ སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་ཟས་ཡིན།	
༣	ཀ་ཙམ། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་།) ཤིང་འདི་ བཟོ་རྩམ་གཡའ་ཀྱ་གཡོ་ཀྱ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཤིང་འདི་སྒྲ་ཀྱག་འབད་ནི་ འདི་གིས་སྒྲུང་གི་གཉའ་རྩུ་བཟོ་བརྟུབ་ཡིན།	
༤	ཀ་ཤ་ཙམ། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་།) ལུང་མ་དང་ཨ་རིང་གི་གད་པ་ཀྱ་ལས་ཕར་བསྐྱར་རྩེ་སྒྲེ་ཡིན།	
༥	ཀ་ཤ་ཚལ་ལྷ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གིས་ རྩོག་མ་རྩུང་ཀྱ་དམར་རུ་སྒྲེ་བཏགས་པ་ཡིན། རྩོག་མ་འདི་ཀ་ཤ་ གིས་ཟས་ཡིན།	

༤	ཀ་ཤ་ཨ་ལམ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་ རྫོག་མ་གནག་པོ་སྟེ་བཏགས་མི་ཅིག་ཡིན། རྫོག་མ་འདི་ ཀ་ཤ་གིས་བ་ བའི་ཁར་ མི་གིས་ཡང་བ་ནི་ཡོད། ཟམ་དུ་ཁ་ཡང་གནག་པོ་འགྱུ་འོང།	
༥	ཀ་ཤ་ཨ་ལེ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) འདེལ། འདེལ་ཞངམ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་འདི་གིས་ རྫོག་མ་དམར་པོ་བྱུ་རུ་བཟུམ་སྟེ་ བཏགས་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། རྫོག་མ་ འདི་ལྷན་ ༥ པ་དང་ ༧ པའི་ནང་ཆོད་ཡིན་པ་དང་ མི་གིས་ཡང་བཟ་ཡིན། ཤིང་གི་རིང་ཐུང་ མི་གཟུགས་གང་དེ་ཅིག་ལས་བཟུལ་མི་འགྱུ།	
༦	ཀ་ཤ་ཨ་མ་ལ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་ སྟོམ་མ་འགྱུ་ནི་འདི་གིས་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་སྟེ་མི་བདུབ། རྫོག་མ་འདི་ རི་དྭགས་སེམས་ཅན་གྱིས་བཟ་ཡིན།	
༧	ཀང་ཀུར་མེ་རྟོག། (དར་དཀར་ན།) སྟེ་ཤིང་འདི་གི་མེ་རྟོག་འདི་ ཆོད་མ་བཅོ་བ་བདུབ་མ་ཆད་ འདབ་མ་ཞོར་སེམས་ ཅན་གྱིས་ཡང་བཟ་འོང།	
༨	ཀང་རྩུ་དམར་མོ། (དར་དཀར་ན།) རྩུ་རྩུ་འདམ་རྩུ་ལ་ནང་ལས་པར་སྟེ་བའི་རྟོན་ལུ་ འདབ་ལེབ་སྟོམ་སུ་ཅིག་སྟེ་ ཡོད། འདི་ཞོར་སེམས་ཅན་རྩུ་གིས་བཟ་འོང།	

༡༡	ཀམ་གྲོལམ། (དར་དཀར་ན།) རྟོན་ལུ་འདི་གི་རྩ་མ་ཚེ་ད་ དམར་རུ་རུ་སྟེ་འགྲུལ་ཡིན། རྩ་མ་འདི་བརྩ་སྟེ་ བ་བདུབ། རྩ་མ་གི་ནང་ཇས་ སྟན་གྱི་ཇས་སྟེ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༡༢	ཀི་ཅེ་ཤོམ་འདབ། (སྒྲིང་བཞི།) སྟེ་ཤིང་གི་འདབ་མ་འདི་ གེ་བའི་འདབ་མ་བཟུམ་སྟེ་སྟེ་མ་དང་ རིང་སྟེ་ཅིག་སྟེ་ ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་མའི་སྟེ་ན་ལས་ པད་ཅ་བཟུམ་ཅིག་བཏགས་ཏེ་ མེ་རྟོག་ དཀར་པོ་སྟེ་ཁོག་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད། སྟེ་ཤིང་འདི་ སྟན་སྟེ་སྟེ་ར་བདུབ་མི་ཅིག་ཡིན།	
༡༣	ཀི་ཚོག། (སྒྲིང་བཞི།) འདབ་མ་སྟེ་མ་འཚམས་ཅིག་སྟེ་ ཚོབ་ཚོ་སྟེ་སྟེ་བའི་ཁར་ མེ་རྟོག་དཀར་པོ་སྟེ་ཤར་ ནི་ཡོད་པའི་རྟོན་ལུ་རྟོགས་བ་མི་ཅིག།	
༡༤	ཀི་ཉེམ། (སྒྲིང་བཞི།) ཤིང་གི་ཚོས་གཞི་གནག་པོ་འཚམས་ཅིག་དང་ འདབ་མ་འཇམ་ཅུག་ཅུ་སྟེ་བཟོ་ ནམ་ ཚལ་ལུ་འདབ་མ་ཆ་འདྲ་བའི་ཁར་ ཅིམ་གདུག་དགས་སྟེ་མནམ་ནི་ཡོད་ པའི་ཤིང་ཅིག།	
༡༥	ཀུ་ཅུ་སྟེ་ལེ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གིས་རྩ་མ་དམར་པོ་སྟེ་བཏགས་མི་འདི་ ཚོབ་དུ་ལུ་ཚུ་གིས་བཟ་ཡིན།	

༡༤	ཀུ་ཅུ་ཤོ་རྟོ། (མུ་ན་ལ།) བཟོ་ནམ་གོན་ཅུ་བཟུམ་འབད་ཞིན་ན་ ཡུང་ཐག་གུ་ལས་བསྐར་ཏེ་བཏགས་ནི་ཡོད་ པའི་ཁར་ ནང་རྒྱས་འདི་གིས་གཟུགས་དང་རྟོད་ཚུ་འབྱུ་བཏུབ་ཨིན།	
༡༥	ཀུ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་འདི་བཏོགས་ད་ ཨོམ་འཐོན་མ་ཨིན། འདབ་མ་མོར་གྱི་ཆག་སྤེ་བྱིན་པ་ཅིན་ ཨོམ་ལེ་ཤ་འཐོན་མ་ཨིན།	
༡༦	ཀེ་ཀོར་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་གི་པགས་ཀོ་དཀར་པོ་འདི་ འབྲུཔ་རྒྱབ་ཨིན་རུང་ ཉིང་ཅ་འདི་ཁྱིམ་མའི་ཤིང་ ཆ་བཏུབ། པགས་ཀོ་བཏོགས་ཏེ་ རྒྱ་ནང་སྒྲུག་པ་ད་ སྤྱིན་ཐང་ཐ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ སྤྲོས་དང་མས་ཁུར་བཟོས་ད་སྒྲུག་པ་ཨིན།	
༡༧	ཀེ་ཏྟ། (དར་དཀར་ན།) རི་ཁའི་ཀེ་བ་ཅིག་ཨིན། ར་རྟོ་བཀོ་ཞིན་མ་ལས་བ་བཏུབ་པའི་ཁར་ རོབ་འབྲེལ་ གུར་བཏགས་པའི་རྟོག་མ་ཡང་བ་བཏུབ་ཨིན།	
༡༨	ཀེ་ཐག། ཀེ་ཐག་རོབ་འབྲེལ། (དར་དཀར་ན།) རོབ་འབྲེལ་གུ་ལས་རྟོག་མ་ཀེ་བ་བཟུམ་སྤེ་བཏགས་འོང། ར་རྟོ་བཀོ་ཞིན་མ་ལས་ བཙོ་སྤེ་བ་བཏུབ།	

༩༡	ཀེ་ཙ་མ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་ ཐབ་ཤིང་མ་གཏོགས་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་ཚུ་ ག་ནི་ཡང་འབད་མི་བདུབ།	
༩༢	ཀེ་ཙ་མའི་ཤིང། (མགར་ས།) ཤིང་འདི་ ཐབ་ཤིང་དང་གཟེབ་ཤིང་སྟེ་བདུབ་པའི་ཁར་ འདབ་མ་ཞོར་གྱིས་ཡང་ཟུང་ཡོད།	
༩༣	ཀེ་ལ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་ འདབ་མ་ཐལ་ཁོག་རིལ་རི་སྟེ་འོང་མ་ཡོད།	
༩༤	ཀེར་གུད། ཀེར་མ་གནག་པོ། (དབང་འདུས་པོ་བྱང་།) ཀེར་མ་འདི་ ནང་རྩལ་བཏོན་བཏོན་ཞིན་མ་ལས་ གཅི་ལུ་བཟོ་བདུབ། འདི་སྟེ་སར་ མི་དང་ཞོར་སེམས་ཅན་ཚུ་མི་ཐལ།	
༩༥	ཀེར་མགོ་དཀར་པོ། (སྟུ་ན་ལ།) ནགས་ཚལ་ནང་པར་ ཆོབ་ཆོ་སྟེ་སྟེ་བའི་ཀེར་མ་ ཞོར་སེམས་ཅན་གྱི་བཟོ་མི་ཅིག།	

༩༤	ཀེར་ཅདམར་ཅུམ། (མགར་ས།) ཉོན་ལྷུམ་འདི་ ཟླམ་ ༣ པའི་ནང་ ལྷག་ཀྱང་སྤྲོད་པ་ད་བཅུ་བ།	
༩༥	ཀེར་ཅདམར་ཅུམ། (དར་དཀར་ན།) ཉོན་ལྷུམ་འདི་ ལྷག་ཀྱང་སྤྲོད་པ་ད་ ཆོདམ་བཙེ་སྟེ་བ་བཅུ་བ།	
༩༦	ཀེར་ཅུམ། (མགར་ས།) ཉོན་ལྷུམ་གི་ར་རྩ་འདི་ བཟོ་ནམ་སྒོང་རྟོག་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྩ་ཆོབ་ཆོསྟེ་ འོངམ་ཡིན། འདི་བཟུང་ད་ ལྷག་ཤུགས་ལུ་ཕནམ་ཡིན།	
༩༧	ཀེར་ཅུམ། (མགར་ས།) ཀེརམ་གི་རིགས་ཤོར་གྱིས་བཟུང་མི་ཅིག་ཡིན། ཡ་རིང་གི་བར་ཆོགས་ནང་ལས་ཕར་ སྟེ་ནི་ཡོད། ལྷ་སྟེ་བར་བྱིན་འོང་།	
༩༨	ཀེརམ་དམར་པོ་སྟེ་སྟགམ། (སྟེ་ན་ཁ།) ཀེརམ་འདི་སྟེ་སྟག་སྟེ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ར་རྩ་སྒོང་ཁོག་སྟེ་རྩུམ་པ་ཡིན།	

༩༡	ཀེརམ། (ཐིམ་ཕུག།) ལྷག་ཀྱང་སྤྲོད་པ་དང་ མི་གིས་ཨ་ཙི་རེ་ཚོད་མ་བཙོ་སྟེ་བཙ་ཨིན། མང་ཤོས་ར་ འོར་གྱི་གདན་སྟེ་ཐིང་མ་ཨིན།	
༩༢	ཀེརམ། (སྤྱ་ན་ཁ།) ཀེརམ་འདི་ འཇམ་ཅུག་ཅུ་སྟེ་ཡོད་པ་དང་ འོར་གྱིས་བཙ་ཨིན།	
༩༣	ཀོང་ཙེ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་དང་ བཟོ་རྒྱུ་ཞི་ཤིང་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཨིན། ཕགས་ཀོ་གིས་ ཀོང་ནད་ལུ་ཕན་མ་ཨིན།	
༩༤	ཀོམ་སྟན་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) འོར་གྱི་རྩ་སྟེ་བདུབ། ཤིང་རྩུང་ཀྱང་འབད་བའི་ཁར་ གཡལ་ཁ་ཀྱ་གཡོ་ཀྱ་སྟེ་ཡོད།	
༩༥	ཀོམ་ཤ་མུ། ཀོམ་སྟན་ཤ་མུ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་གི་ནམ་ཙོ། (སྤྱ་ན་ཁ།) ཤིང་སྐྱམ་གྱར་ བཟོ་རྒྱུ་མི་གི་ནམ་ཙོ་འདྲ་སྟེ་ཅིག་སྟེ་སྟེ་མི་ཤ་མུ་ བཟོ་བདུབ་མི་ ཅིག།	

༩༤	ཀ་ལྷ། (དབང་འདུས་ལོ་བྲང།) ཉོན་ལྷུ་མ་འདི་ ལྷ་པ་དང་འདབ་མ་ རྩེ་ཆོལ་ཆོས་ལོད་པའི་ཁར་ འཇམ་ཅུག་ཅུ་ སྤེ་ལོད། ཕག་པ་དང་ཁོར་གྱི་ཆག་སྤེ་བྱིན་མ་ཡིན།	
༩༥	ལྷ་པ་ལྷ་ཆོལ་ལྷ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གི་དྲོག་མ་ ཆོལ་ལྷ་དང་འབྲ་བའི་ཁར་ རྣང་ཇམ་བྱེ་ཏ་ཁོག་ཁོ་སྤེ་ལོད།	
༩༦	ལྷ་པ་ལྷ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གི་དྲོག་མ་ ལྷ་དང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ལྷ་གིས་བཟོས་ཤིང་ ཤིང་འདི་སྤོམ་ ཡང་མི་འགྱོ།	
༩༧	དཀར་རྩེ་མེ་ཉོག། (ལ་ཡག།) མེ་ཉོག་དཀར་པོ་ གཏོར་མའི་དཀར་རྩེ་རྩེ་བུ་བུ་ རོར་སེམས་ཅན་གྱིས་ཡང་ ཟམ་ཡིན།	
༩༨	དཀར་ཤིང། (མགར་ས། ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་དཀར་པོ་ འདབ་མ་སྤོར་སྤོར་འཆམས་ཅིག་སྤེ་ལོད། ཤིང་སྤོར་མ་སྤེ་སྤོར་པ་ད་ འཇམ་ཅུག་ཅུ་ཡིན་རུང་ བསྐྱམས་ཞིན་མ་ལས་ གནམ་མེད་ས་མེད་སྤེ་གྲག་ འགྱུར་ཡིན། ཤིང་ཆུ་ལྷ་ཏ་བུ་བུ།	

༩	དཀར་ཤིང། (ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་དཀར་པོ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་མ་སྒོར་སྒོར་འཚམས་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཤིང་འདྲི་སྒོན་མ་སྟེ་སྟོད་པ་ད་ འཇམ་ཅུག་ཅུ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ བསྐྱམས་ཞིན་མ་ ལས་ གནམ་མེད་ས་མེད་སྟ་གྲག་འགྱུར་ཡིན། དེ་གིས་ཡིན་ཏེ་བུ་བ།	
༩	དཀར་ཤིང་ཞངམ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) བཟོ་རྒྱུ་ཅོ་ག་ཤིང་དང་འདྲ་བའི་ཁར་ ཤིང་འཇམ་སུ་ཅིག་དང་ རྟོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་ སྟེ་བཏགས་པ་ཡིན། ཤིང་འདྲི་ ཆོ་ག་ནི་ཡང་མེད་རུང་སྒོམ་བསྐྱིག་བུ་བ་ཡིན།	
༩	དཀར་ཤོ། (སྒྲིང་བཞི།) ཞུ་པ་དང་འདབ་མའི་བཟོ་རྒྱུ་ རོ་ལོམ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ མེ་རྟོག་དཀར་པོ་ སྟེ་ཤར་མ་ཡིན། རྟོག་མ་རོ་ལོམ་བཟུམ་སྟེ་ གོང་རྟོ་རིལ་རི་བཏགས་པ་ཡིན་རུང་ ཟ་མི་བུ་བ།	
༩	སྒྱུ་རུ་ཐལ་ཁོམ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) འདབ་མ་ལག་པ་གིས་དྲེག་པ་ད་ ཐལ་བཟུམ་སྟེ་འགྱུ་ནི་ཡོད། པགས་ཀོ་བཤུ་བ་ སྟེ་བཙོ་ཞིན་མ་ལས་ རྟོག་མ་སྟེ་བུ་བུ་བ། ལ་གྲམ་སྟེ་ཡོད་མི་ཚུ་ ལྷ་འཕུལ་ད་ བརྒྱུང་མི་བཟོ་མ་ཡིན།	
༩	སྒྱུར་སྒྱུར། (སྒྲིང་བཞི།) འདབ་མའི་གཡུ་པ་དམར་པོ་འབད་མི་འདྲི་ པགས་ཀོ་བཤུ་སྟེ་ཟམ་ད་ ཐོམ་སྒྱུར་པོ་ སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཟ་ཁམས་དྲངས་ཏེ་བཞེས་སྟོ་བུ་ཚུགས་པའི་སྒྱུ་ཅིག་སྟེ་ལག་ ལེན་འཐབ་ཡིན།	

༤༩	སྦྱར་རུ་བམ་ཅ། བམ་ཅ་སྦྱར་ལྷི། (མགར་ས།) བམ་ཅ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང། དར་དཀར་ན།) སྦྱེ་ནམ། (ཐིམ་ཕུག།) གཏོར་མ་བཞེངས་མ་ད་ ལག་པ་ཁར་མ་འབྱར་ནི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། ལྷག་ཀྱང་སྦྱེ་དཔ་ད་ བག་ས་ཀོ་བཤུ་སྦྱེ་བམ་ད་ བློ་སྦྱར་པོ་སྦྱེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཆང་སྤགས་སྦྱེ་ཚྭ་དཔག་སྦྱེ་ཡང་བམ་ཡིན།	
༥༠	སྦྱར་རུ་པ། (སྦྱ་ན་ཁ།) ཤིང་སྦོང་སྦོམ་སྦྱ་ཅིག་དང་ འདབ་མ་བསེ་ཤིང་གི་འདབ་མ་བཟུམ་སྦྱེ་ཡོད། རྟོག་ མའི་བློ་སྦྱར་པ་སྦྱེ་ཡོད་མི་འདི་ ཟ་ཁམས་དྲངས་པའི་སྦྱ་ན་ཅིག་ཡིན།	
༥༡	སྦྱར་ཕྱ། སྦྱར་རུ་ཚུར་མ། (ལ་ཡག།) རྟོག་མ་གོང་ཏྲོ་རིལ་རི་ ལྷན་ རྩ་ པའི་ནང་ཚོཔ་ད་ དམར་པོ་འབྱོ་བའི་ཁར་ བློ་སྦྱར་པ་འབདམ་ལས་ སྦྱད་པ་ཚོས་རྒྱབ་བརྟུབ་ཡིན།	
༥༢	སྦྱར་ཤ་མུ། (ལ་ཡག།) བྱི་ཅུང་རྒྱང་ཕྱ། (ཐིམ་ཕུག།) བཟོ་ནམ་བྱི་ཅུང་གི་རྒྱང་མ་བཟུམ་སྦྱེ་ ཚོས་གཞི་དཀར་པོ་དང་དམར་པོ་ ཟ་བརྟུབ་ པའི་ཤ་མུ་ཅིག་ཡིན།	
༥༣	སྦྱར་པོ་བམ་ཅ། (དར་དཀར་ན།) ལྷ་པ་དཀར་པོ་དང་དམར་པོ་སྦྱེ་ རིགས་གཉིས་ཡོད། བློ་སྦྱར་པོ་སྦྱེ་ མི་དང་སྦྱ་ གིས་བམ་ཡིན།	

ཡ།	སྒྲི་སྒྲིག་པ། (སྒྲིང་བཞི།) བཟོ་ནམ་སྒྲིག་པ་དང་ཆ་འདམ་སྒྲི་ཡོད། ལ་ཁ་ལུ་ སྒྲིག་པ་གི་བྱ་ཆད་པ་སྒྲི་བཟ་ཡིན།	
ཡ།	སྒྲིར་པའི་ཉི་ལུ་ཅ་ཅང་། སྒྲིར་པའི་ཅང་། (མག་ར་ས།) ཤིང་འདི་ ཅང་ཉོག་ཉོ་སྒྲི་ཡོད། རིམ་འགོ་འབདམ་ད་ འཕང་བཟོ་བདུབ། དོག་མ་གནག་རུ་རུ་སྒྲི་བདག་སཔ་ཡིན།	
ཡ།	ལག་ཏེམ། (སྒྲི་ན་ལ།) ཉོན་ལུམ་འདི་གི་ལུག་ཀྱ་ ཉ་ལག་ཅུ་བཟུམ་སྒྲི་ཡོད། ཆོད་མ་བཙོ་བ་བདུབ་ཡིན།	
ཡ།	ལག་ཤིང་། (སྒྲི་ན་ལ།) ཤིང་འདི་ བྱིས་བྱི་ཤིང་ཆ་བདུབ། རོར་བྱིས་ཡང་བཟ་འོང།	
ཡ།	ལག་ཤིང་གནག་མོ། (སྒྲི་ན་ལ།) ཤིང་འདི་ ས་བསིལ་རྩོད་ལུན་སར་སྒྲིམ་ཡིན། འདབ་མ་རོར་བྱིས་བཟ་ཡིན།	

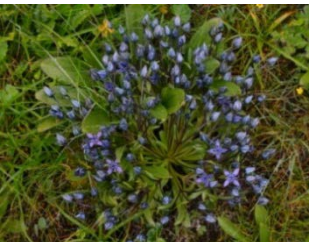
ལྔ	ལག་ཤིང་ཨ་ཞང། (མགར་ས།) ཤིང་སྒྲོང་སྒྲོམ་སྒྲེ་ཡོད་རུང་ ཆོ་མེད་མི་ཅིག་ཡིན།	
ལྔ	ལང་ལེ་ཤིང། (མགར་ས།) ཤིང་འདི་གིས་ མེ་རྟོག་དཀར་པོ་སྒྲེ་ཤར་ཕྱ་ཡིན། རྟོག་མ་དམར་རུ་རུ་སྒྲེ་ བཏགས་པ་ཡིན། ཤིང་སྒྲོང་སྒྲོམ་སྒྲེ་འགྲོ་ནི་ཡོད།	
ལྔ	ལམ་གོ། (དར་དཀར་ན། སྤུ་ན་ལ། ཐེམ་ཕུག། དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ས་བསིལ་རྩོད་ལྷན་སར་སྒྲེ་བའི་ཤིང་ མེ་རྟོག་ཁ་ཙམ་ཙམ་སྒྲེ་ཤར་ཞིན་མ་ལས་ རྟོག་མ་ཕྱ་རུ་རུ་སྒྲེ་བཏགས་ནི་ཡོད།	
ལྔ	ལེ་སེ་ཤིང། (མགར་ས།) རྟོན་ལྷུ་འདི་ ཡོམ་དགོག་ནི་དུམ་དང་ཕ། གཟའ་རུ་ཚུ་བཟོ་བཏུབ། རྟོག་མ་ སྤུམ་རུམ་བཟུམ་སྒྲེ་བཏགས་པ་ཡིན།	
ལྔ	ལེན་མ། དུག་ཨ་ཕུ་མེ་རྟོག། (ལ་ཡག།) ཤིང་འདི་གི་མེ་རྟོག་དང་འདབ་ལེབ་སྒྲོམ་སྒྲེ་ཡོད། ཐབ་ཤིང་སྒྲེ་ལག་ལེན་འཐབ་ བཏུབ། འདབ་མ་འོར་སེམས་ཙན་གྱིས་མི་བ།	

༤༡	ཁེམ་ཤིང། (མགར་ས།) ཤིང་འདི་ ས་ཁ་མཐོ་ས་ལུ་སྒྲེམ་ཡིན། འདབ་མ་ མར་སྤྱར་ནི་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༤༢	ཁྱུས་ཀ། (ཐིམ་ཕུག།) རྟོན་ལྷུ་འདི་ མེ་རྟོག་དཀར་པོ་ཚོ་བ་ཚོ་སྤེལ་ནི་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན། མེ་རྟོག་འདི་ མང་ཤོས་ར་ ཁྱུས་འབབ་ནི་རན་མ་དེ་ཤར་མ་ཡིན།	
༤༣	ཁྱུས་བབས་མེ་རྟོག། ཁྱུས་མེ་རྟོག། (ཐིམ་ཕུག།) མེ་རྟོག་འདི་ ལྷན་ ༡ པ་དང་ ༢ པའི་ནང་ཤར་མ་ཡིན། མེ་རྟོག་འདི་ཤར་བའི་བསྐང་ལས་ ཁྱུས་བབས་རན་པའི་བརྟེན་མཚོན་སྟོན་མ་ཡིན། མེ་རྟོག་འདི་ སྒྲིམ་གཏུག་ཁིག་ཁི་སྤེལ་ཡོད་ཡིན། ནང་པའི་སྤྱན་གཏུང་ནང་ལས་ མེ་རྟོག་འདི་ལུ་ ཕུར་རི་ཀ་ཟེར་སྤྱབ་ཡིན།	
༤༤	མཁའ་འཕྲོ་མེ་རྟོག། (སྤུ་ན་ལ།) མེ་རྟོག་དཀར་པོ་སྤེལ་ བཟོ་དབྱིབས་དྲིལ་བུ་བཟུམ་སྤེལ་ཡོད་མི་ཅིག།	
༤༥	འཁན་པ་དཀར་ཕྱ། (ལ་ཡག།) ལ་ཁ་མཐོ་སར་སྤྱེ་བའི་འཁན་པ་ ཁོར་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་ ལྷག་ཀྱང་སྤེལ་ད་ ཟ་ནི་ཡོད། དེ་འབདམ་ད་ བསང་ནང་སྤྱག་མི་འདི་མེན།	

༤༤	འཁན་པ་གནག་མོ་ས་ཨ་ཞང། (མགར་ས།) ཉོན་ལྷུ་མ་འདི་ འདབ་མ་སྤྱ་སོག་སོ་སྤེ་ ཞིང་ནང་ལས་པར་སྤྱེས་ཡིན། འདི་ལུ་ སྤྱི་མ་འབྱར་ཟེར་ཡང་སྤྱབ་ནི་ཡོད།	
༤༥	འཁན་པ། (སྤྱིང་བཞི།) འདབ་མ་ཆ་ཚོག་ཚྱ་སྤེ་ཡོད་པའི་ཁར་ མེ་རྟོག་ཉོན་མོ་ རྟོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་སྤེ་ཡོད་ པའི་འཁན་པའི་ནང་གསེས་ཅིག་ཡིན། སྤྱན་དང་བསང་ག་ཅི་ནང་ཡང་ ལག་ལེན་ འཐབ་མི་བདུབ།	
༤༦	འཁན་པ། འཁན་པ་གནག་པོ། (སྤྱིང་བཞི།) འདབ་མ་སྤྱ་སོག་སོ་སྤེ་ འཇམ་རྩ་ག་རྩ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཞིང་འདི་ཡང་ལྷུག་ཀྱ་སྤེ་ སྤོད་པ་ད་ སྤྱ་སོག་སོ་སྤེ་ཡོད།	
༤༧	ག་ག་ཤ་ལྷ། (ཐིམ་ལྷུག།) ཕྱི་ཁ་ལས་ཆོས་གཞི་དམར་པོ་འཆམས་ཅིག་དང་ ནང་ཀོ་དཀར་པོ་སྤེ་ཡོད། ཤ་ལྷ་ འདི་ མང་ཤོས་ར་སྤྱམ་བཟོ་སྤེ་ཟམ་ཡིན།	
༥༠	གྲུ་ཇ་ར་ཇ། (དར་དཀར་ན།) གྲུ་དི་ར་ཇ། (སྤྱ་ན་ལ།) གནམ་གྲུ་ཉོན་ལྷུ་མ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) དུ་མ་ཆོག་སྤོར་མ། (མགར་ས།) ལུ་པ་འཇམ་རྩ་ག་རྩ་དང་ འདབ་མ་རྩ་ཆོབ་ཆོསྤེ་ཡོད། མེ་རྟོག་སྤྱ་ཁོག་ཁོ་འདི་ཆོབ་ ད་ རྒྱང་མ་གིས་འཕྱགས་འབག་པ་ཡིན། ཉོན་ལྷུ་མ་འདི་ སག་པ་གི་ལྟ་སྤེ་བཙུ་སྤེ་ ཕྱིན་ཡིན།	

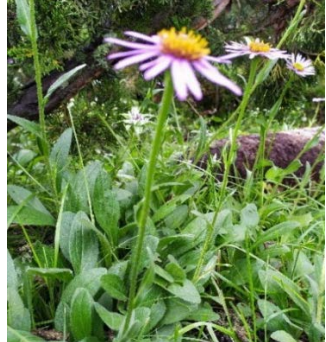
མ་༡	གི་གིས། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) ཨ་རིང་གི་སྒྲིབ་པ་ལས་ཕར་སྒྲེ་མིའི་རྩེ་གི་རིགས་ཅིག་ཡིན། སྒྲིམ་འབྲར་གྱུར་རྩམ་གཉིས་སྒྲེ་ཡོད།	
མ་༢	གུན་ཆ། (སྤུ་ན་ལ།) བཟོ་ནམ་སྤྱུག་ཤིང་བཟུམ་སྒྲེ་ ཆོགས་རྩོ་ཆོགས་རྩོ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ པགས་ཀོ་ བཤུ་ཞིན་མ་ལས་ རང་གོ་ཚུ་ཆོབ་ཆོ་སྒྲེ་ཡོད་མི་འདི་སྤུར་རྩོ་བ་བརྟུབ་ཡིན།	
མ་༣	གེ་ཆོས། (མགར་ས།) ར་རྩོ་དཀར་པོ་ ཆོགས་རྩོ་ཆོགས་རྩོ་སྒྲེ་ཡོད་མི་འདི་ ཨེ་རྩུ་སྤྱར་བཟ་ཡིན། འདི་ གིས་ ཀེན་སར་གྱི་སྤུན་ཡང་བརྟུབ་སྒྲེ་བཤད་སྒོལ་འདུག།	
མ་༤	གོན་ཟུ། (སྤུ་ན་ལ།) རྩོན་ལྷུམ་འདི་ འདབ་མ་ཇར་ཇར་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྩམ་གཅིག་ལས་ཞལ་ལག་ ལེ་ཤ་བཏགས་མི་ཅིག་ཡིན། འདི་སྤུན་སྒྲེ་བརྟུབ་པའི་ཁར་ གོན་གྱི་རྩིམ་མནམ་ནི་ ཡོད།	
མ་༥	གོབ་ལ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་འབྲུལ་རྒྱབ་ནི་དེ་གིས་ ཐབ་ཤིང་རྒྱང་མ་གཅིག་ལས་བཟུལ་ གཞན་ག་ནི་ ཡང་འབད་མི་བརྟུབ།	
མ་༦	གྲོ་མ། (ལ་ཡག།) བཞུགས་གྲལ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་སྤྱབས་ལུ་ འགོ་ཐོག་བྲང་ནི་ཡོད་པའི་མ་ཆོས་ པའི་ལོ་ཐོག་ཅིག། འདི་གི་ར་རྩོ་བསྐྱོལ་ཞིན་ན་འཕུང་བརྟུབ།	

༩༩	སྒྲིམ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) རྫོག་མ་གོང་རྟོ་རིལ་རི་ ཟུ་རུ་རུ་འཆམས་ཅིག་སྟེ་བཏགས་མི་འདི་ རོམ་གྱིས་བཟ་ ཡིན། ཤིང་འདི་ མེ་བཏང་ཞིན་ན་ སོལ་མོ་བཟོ་བཏུབ་ཡིན།	
༩༩	སྒྲུབ་པ། (དར་དཀར་ན།) ར་རྟོ་འདི་ ཀེ་བ་བཟུམ་འབད་ཞིན་ན་ སྒྲོམ་སྟེ་སྒྲུ་ཁོག་ཁོ་སྟེ་བཏགས་ནི་ཡོད་མི་ འདི་ བཞོ་ཞིན་མ་ལས་ ཚོད་མ་སྟེ་བཟོ་བཏུབ་ཡིན། འདབ་མ་དང་རོབ་འབྱེལ་ རོར་གྱིས་བཟ་ཡིན།	
༩༩	སྒྲེ་ཀེ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་སྟེ་ཀྲག་ གཡལ་འྲ་གཡོ་ཀྲ་ འདབ་མ་སྒྲོམ་ཐད་རིལ་རི་འཆམས་ཅིག་སྟེ་ཡོད་ པའི་ཁར་ རྫོག་མ་ཕྱེང་མ་བཟུམ་སྟེ་གོང་རྟོ་རིལ་རི་ ཚོལ་ད་གནག་རུ་སྟེ་འགྱུ་མི་ ཅིག།	
༩༩	སྒྲེ། (ཐིམ་ཕུག།) ལྷ་པ་དམར་པོ་འཆམས་ཅིག་སྟེ་ཡོད། འདབ་མ་ཚོད་མ་སྟེ་བཟོ་བཟོ་བཏུབ།	
༩༩	སྒྲོལ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་གི་པགས་ཀོ་བཤུ་སྟེ་ རྒྱའི་གཟར་བཟོ་བཏུབ། ཐབ་ཤིང་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	

༩༥	མགུ་གོ། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་དཔའ་རྟགས་བཟུམ་སྟེ་ཡོད། མགུ་རྟོ་ནམ་ད་ འདབ་མ་འདི་བརྟགས་ ཞིན་ན་ རྗེ་གོ་བཟུམ་བཟོ་སྟེ་མགུ་རྟོ་ཁར་བརྟགས་པ་ད་དྲག་པ་ཡིན་མས། རྟོག་མ་ རྩུང་ཀྱ་ ཀོང་ཙེ་བཟུམ་སྟེ་བརྟགས་མི་འདི་ མི་གིས་ཡང་བཟ་ཡིན།	
༩༦	མགུ་གྲུ། (གྲིང་བཞི།) ལྷ་པ་རིང་མོ་འཆམས་ཅིག་དང་ མེ་རྟག་རྟོན་མོ་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད། མེ་རྟག་འདི་ཙམ་ གཅིག་ལས་ ཁ་རྩུས་རྟེ་ལེ་ཤ་ཆོ་བ་ཆོ་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད། ར་རྟོ་སེར་པོ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ སྟན་སྟེ་བརྟུབ་ཡིན།	
༩༧	རྩ་གར་གཡུར་མ། (དར་དཀར་ན།) འོར་གྱིས་བཟ་མིའི་རྟོན་ལྷུ་མ་གྱི་རིགས་ཅིག་ཡིན། འདི་གི་འདབ་མ་དང་གཡུར་མ་ གནག་པོ་གི་འདབ་མ་ སྤྲ་བ་སྟེ་རྩུབ་སྟེ་མ་གྱར་དབྱར་བ་ཅིན་ ལྷག་གཅད་པ་ཡིན།	
༩༨	རྩ་རྩུང་མེ་རྟོག། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་རྩུང་ཀྱ་ གཡའ་ཀྱ་གཡོ་ཀྱ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་མ་སྤྲ་སོག་སོ་སྟེ་ཡོད། རྟོག་མ་ཆང་འདེགས་ནིའི་རྟོན་བཟུམ་ སྟོ་རིལ་རི་སྟེ་བརྟགས་པ་ཡིན།	
༩༩	རྩུབ་དཀར་པོ། (དར་དཀར་ན།) མེ་རྟག་སེར་པོ་སྟེ་ཤར་མིའི་ཤིང་ སྟོ་མ་རྩུང་རན་རྟོག་རྟོ་འབྱོ་མི་ཅིག་ཡིན། གནམ་ བྱར་གྱི་སྐབས་ བྱ་རྩུ་ལུ་ ཤིག་བརྟགས་པ་ད་ འདབ་མ་བཅད་དེ་བྱའི་ཆང་ནང་ བརྟུགས་པ་ཅིན་ སན་མ་ཡིན།	

༧༩	ཀྱལ་པོ་ལ་གནག། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་སྒྲུལ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་སྒྲོ་ཤིང་ རིམ་གྲོ་གཏང་མ་ད་དགོ་མི་ཅིག་ཡིན། སྒྲོ་ཤིང་ འདི་ རོར་གྱིས་ཨ་ཙི་རེ་བཟ་ཡིན། རྟོག་མ་ཆོཔ་ད་ གནག་པོ་སྒྲེ་འབྱེའོང་།	
༧༩	ཀྱལ་མོ། (ཐིམ་ཕུག།) ལྷག་ཀྱང་སྒྲོ་ཤིང་ད་ འདབ་མ་འདི་ ཆོད་མ་བཙེ་སྒྲེ་བ་བཏུབ། ཡིན་རུང་ འདབ་ མ་ཀྱགས་ཞིན་མ་ལས་ བད་ཅ་གྲུ་ལས་ མེ་ཏྲག་ཤར་བའི་བསྐང་ལས་བ་མི་བཏུབ།	
༧༩	ཀྱལ་མོ། (ལ་ཡག།) ལ་ཁ་མཐོ་སར་ སྤང་ནང་ལས་ཡར་སྒྲེ་བའི་རྟོན་སྤུམ་ རོར་སེམས་ཅན་གྱིས་བ་ བཏུབ་མི་ཅིག།	
༧༩	ཀྱལ་མོ། (ལ་ཡག།) ལྷག་གཅད་ནིའི་སྤུམ་སྒྲེ་ལག་ལེན་འཐབ་མའི་སྒྲོ་ཤིང་ཅིག་ཡིན། སྤུམ་གཞུང་ནང་ ལས་ གྱི་ལྷེ་དཀར་པོ་བེར་སྤྲབ་ཡིན།	
༧༩	ཀྱལ་མོ། (ལ་ཡག།) རོར་གྱིས་བ་མའི་རྩ་ རྟོག་མ་དཀར་པོ་སྒྲེ་བཏགས་མི་ཅིག། ཨ་ལུ་ཚུ་གི་གཡག་ བཏགས་ས་ཡིན་ཟེར་ ཕྱེད་མ་ཕྱེ་ནི་ཡོད་པ་མས།	

༩༩	ཁུས་ཤིང། (སྤུ་ན་ལ།) ས་བྱོད་སར་སྐྱེ་བའི་ཤིང་ སྤོང་པོ་སྤོང་གི་རིགས་ཅིག་ཡིན། སྤོང་པོ་གྲུང་ ཅུང་ ཡོད་པའི་ཁར་ མེ་ཏོག་སྤོང་སྤེལ་ཤར་མི་ཅིག་ཡིན།	
༩༩	སྤུ་མ་ཤིང། (སྤུ་ན་ལ། མགར་ས།) པགས་ཀོ་སྤུག་པག་པ་སྤེལ་ཡོད། པགས་ཀོ་དང་འདབ་མ་ རོག་མ་པ་ནིའི་ཚབ་སྤེལ་བཅས་ཡིན།	
༩༩	སྤུ་མ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) སྤུ་མའི་ཤིང། སྤུ་མ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་སྤུ་ཀླག་འབདམ་ལས་ ཐབ་ཤིང་དང་ཤིང་ཆ་སྤེལ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། རོག་མ་སི་སིའི་རོག་མ་བཟུམ་སྤེལ་ཡོད་མི་འདི་ རོམ་གྱིས་བཅས་ཡིན།	
༡༠༠	སྤོ་ཤི་ཤིང། (མགར་ས།) ཤིང་གི་རོག་མ་འདི་ ལྗམ་ ༡༠ དང་ ༡༡ པའི་ནང་ཚོལ་ཡིན། རོག་མ་ཐུག་པ་ ནང་བཏབ་སྤེལ་བ་བཏུབ་ཡིན། ཐོམ་ས་སྤུ་བཟུམ་སྤེལ་འཐོན་མ་ཡིན།	
༡༠༡	སྤོག་པ་མེ་ཏོག། (ལ་ཡག།) ས་ཁ་མཐོ་སའི་སྤང་ནང་ལས་པར་ ལ་སྤོག་པ་བཟུམ་སྤེལ་ཡོད་རུང་ ཟ་མི་བཏུབ།	

༡༠༩	སྒོང་ཆེ་ཤ་ཟུ། སྒོང་དོག་ཤ་ཟུ། (ཐིམ་ཕུག།) ཤ་ཟུ་འདི་ བྱང་ལྷ་མཚན་བཅུགས་ཞིན་མ་ལས་ མེ་བྱང་སྟེ་ཟུ་ཡིན།	
༡༠༩	སྒོར་སྒོར་མེ་རྟོག། (ལ་ཡག།) ཡ་སྦྱར། (སྒྲིང་བཞི།) ཅམ་པ་ཀའི་མེ་རྟོག་གི་ཆབ་སྟེ་ མཆོད་པའི་གྱར་བཀལ་ཤ་ཡིན། མེ་རྟོག་འདི་ལ་ ལས་ སྤྱན་བཟུམ་ཅིག་ཡང་འཐོན་ནི་ཡོད། སྤྱན་སྟེ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༡༠༤	སྒོར་ལེ་ཤ་ཟུ། (སྤུ་ན་ལ།) ཡ་རིང་ནང་དང་ ཡ་རིང་གི་བར་ཆོགས་གྲུ་ལས་ཕར་ ཆོབ་ཆོ་སྟེ་སྦྱེན་ཡིན། ཤ་ ཟུ་འདི་ ཆོད་མ་བཅོ་སྟེ་བ་བཅུ་བ།	
༡༠༥	ངག་དབང་དཔལ་མོ། (སྤུ་ན་ལ།) ནགས་ཆལ་དང་སྤང་ཆལ་ཚུ་ནང་སྦྱེ་བའི་རྟོན་ལུ་མ་ འདབ་མ་རྟོན་ཆོད་ཆ་འདམ་སྟེ་ ཡོད། ཅ་བར་ལྷུག་ཀྱང་ཀོང་ཅའི་བཟོ་ནམ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ ཆོད་མ་སྟེ་བ་ བཅུ་བ། བོ་མ་ཁག་དྲགས་སྟེ་ཡོད།	
༡༠༦	ངང་ལག། (སྤུ་ན་ལ།) དོག་མའི་བཟོ་ནམ་ བྱ་ངང་པའི་ལག་པ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཤིང་གི་པགས་ཀོ་ ལེ་ཤ་གཅིག་ཁར་སྦྱར་ཏེ་དབྱིབས་ཀྱི་རིམ་མོ་སྟེ་ཡོད།	

༡༠༧	སྒྲིང་། (ཐིམ་ཕུག།) འདབ་མ་སྒྲིམ་བན་དེ་འདབ་མ་དང་ ཆ་འདྲ་སྒྲིམ་ཅིག་སྒྲེ་ཡོད། མེ་རྟོག་རྟོན་མོ་སྒྲེ་ ཡོད་མི་འདི་ སྒྲིམ་སྒྲེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༡༠༩	ཅགོས། (མགར་ས།) བཟོ་ནམ་རྟོག་ཅུང་བཟུམ་སྒྲེ་ ལྷ་པ་རིང་སྒྲིམ་ཅིག་སྒྲེ་ཡོད་མི་འདི་ རྟོར་སེམས་ཅན་ གྲིས་བཟོ་མི་ཅིག། ལྷ་པ་འདི་མང་ཤོས་ར་ སྒྲིང་དང་ཅུང་ཆད་ས་ལས་པར་སྒྲུབ་ཡིན།	
༡༠༩	ཅབ། ལྷོགས་ལི་མེ་རྟོག། (ལ་ཡག།) སྒྲོ་བ། (གྲིང་བཞི།) མེ་རྟོག་འདི་ཤར་བའི་སྐབས་ རྟོར་སེམས་ཅན་ཚུ་ ལྷོམ་བཀྲས་སྒྲོད་པའི་དུས་ཚོད་ ཡིན། རྟོན་ལྷུམ་འདི་ ལྷོམ་ ༣ པ་དེ་ཅིག་ཁ་ལས་སྒྲེ་འོང། སྒྲིམ་གཞུང་ནང་ ལས་ སྒྲོ་བ་བཟོ་སྒྲུབ་ཡིན།	
༡༡༠	ཅའི་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཐབ་ཤིང་དང་ གཟེབ་ཤིང་སྒྲེ་བསྐྱལ་མ་ཡིན།	
༡༡༡	ཅང་ཅོ། ཅོང་ཅོ། (དབང་འདུས་མོ་བྲང།) ཕུང་མེ། (མགར་ས།) འདབ་མ་ ལ་ཕུག་གི་འདབ་མ་དང་འདྲ་བའི་ཁར་ མཐའམ་བདའ་སྒྲེ་ ཕུང་སྒྲེས་ རྟེ་ཡོད། མེ་རྟོག་ཤ་ཁ་སྒྲེ་ཤར་བའི་ཁར་ འདབ་མ་རྟོར་གྲིས་བཟོ་ཡིན།	

༡༡༩	ཅང་མེར་དཀར་པོ། (གླིང་བཞི།) འདབ་མ་རྟོན་ཚོད་བཟུམ་སྟེ་ མཐའམ་བདའ་སྟེ་ཅང་ཁོག་ཁོ་སྟེ་ཡོད། མེ་རྟོག་དཀར་པོ་ སྟོ་སྟོ་སྟོ་སྟེ་ཤར་བའི་རྟོན་ལྷུ་མ་ ནང་པའི་སྟོན་ནང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༡༢༠	ཅི་ཕུ་དཀར་པོ། (ལ་ཡག།) སྟེ་ཁོག་ཁོ་སྟེ་ཡོད་པའི་རྟོན་ལྷུ་མ་ བསང་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་བརྟུབ་མི་ཅིག།	
༡༢༡	ཅུ་ཀ། (གླིང་བཞི།) ཤིང་རྩེ་ཀུ་སྟེ་འདབ་མ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་འཚམས་ཅིག་སྟོར་སྟོ་སྟེ་ཡོད་མི། རྟོག་མ་ཡང་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་ཚོབ་ཚོ་སྟེ་བརྟགས་པ་ཡིན། འདབ་མ་བསང་རྩེ་སྟེ་བརྟུབ་མི་ཅིག།	
༡༢༢	ཅུ་ཅུ་མ་ལ། (དར་དཀར་ན།) རྟོན་ལྷུ་མ་འདི་ མང་ཤོས་ར་ ཞིང་གི་མཐའམ་བདའ་སྟེ་སྟེ་མ་ཡིན། སྟེ་ཕྱི་ནམ་མ་ཚད་ རྟོར་གྱིས་ཡང་བཟུང་ཡིན།	
༡༢༣	ཅེ་མམ། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་འདི་ ཞལ་ལག་དང་སྟགས་བརྟགས་ཏེ་ ཐལ་ཁུ་ནང་སྟངས་ཞིན་མ་ལས་བརྟོ་སྟེ་ར་བཟོས་ཡིན།	

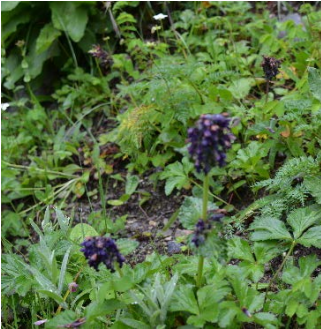
༡༡༧	ཅེམམ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) དང་ཕུ་ ཤིང་འདི་གི་པགས་ཀོ་བཤུ་སྟེ་ རྫོག་མ་སྟེ་བཟ་ཡིན། རྫོག་མ་དམར་པོ་སྟེ་བཏགས་པ་ཡིན། ཤིང་གི་ཞལ་ལག་དང་འདབ་མ་གིས་ ཇ་ བཟོ་བཏུབ།	
༡༡༩	ཅེན་ལྷ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) འདབ་མ་དང་གཅིག་ཁར་ སྤུང་མ་བཟུམ་སྟེ་བཏགས་ནི་ཡོད། ཤིང་འདི་ སྤང་ཏར་ ཏ་སྟོམ་སྟེ་འགྲོམ་ལས་ ཤིང་ཆ་སྟེ་བཏོག་པ་ཡིན།	
༡༡༩	ཅེམ་ཇི། (སྤྱིང་བཞི།) ཤིང་རྒྱུད་ཀྱི་སྟེ་ ས་ཁ་ལས་པར་བསྐྱར་ཏེ་སྟེ་བའི་ཁར་ མེ་ཏོག་ཡང་ སེར་པོ་རྒྱུད་ ཀྱི་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད། སྤྲན་དང་བསང་ཇུས་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་མ་ཚད་ ཇ་བཟོ་སྟེ་ ཡང་འཐུང་བཏུབ་ཡིན།	
༡༢༠	ཅེམ་ཇི། (ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་གི་རིང་ཕུང་ མི་གི་ཕུས་མའི་ཚད་གཞི་ཁར་སྟེ་བའི་ཁར་ འདབ་མ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་ སྟེ་ཡོད། བསང་ཇུས་དང་སྤྲན་སྟེ་བཏུབ་མི་ཅིག་ཡིན།	
༡༢༡	ཅོ་ཀ་གནག་མོ། (མགར་ས།) རྫོག་མ་སྤྱུར་པོ་ མི་གིས་དུམ་ག་རེ་བཟ་ཡིན། གོ་ལ་གྱུར་ ཚོན་ལ་སོགས་པ་ གནག་པོ་རེག་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ རྫོག་མ་འདི་དབུམ་པ་ད་ འདག་བཏུབ། རྫོག་མ་ འདི་གིས་ སྤྱད་པ་ཚོས་རྒྱུབ་བཏུབ། ཐབ་ཤིང་སྟེ་ མེ་ནང་བཙུགས་པ་ད་ མེ་ ཟེལ་མ་འགས་པ་ཡིན།	

༡༩༩	ཅོ་ཀ། (སྤུ་ན་ལ།) ཤིང་སྒོང་སྒོམ་ཆུང་ རན་ཏྲོག་ཏྲོ་འགྲོམ་ཡིན། རྟོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་སྤྱེ་ ཆོཔ་ད་བ་ བདུབ་མི་ཅིག། ཤིང་དེ་གིས་ གཟམ་རུ་བཞུ་ཆུ་བཟོ་བདུབ།	
༡༩༩	ཅོང་ཤིང། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་།) ཤིང་འདི་གིས་ ཤིང་ཆ་ཡིན་ཏེ་གཞོག་བདུབ། རྟོར་དང་ཕག་པའི་སྟོ་དང་ཆག་སྒྲིག་ སའི་ཕ་བཟོ་བདུབ། འདབ་མ་རྟོར་གྱིས་བཟ་ཡིན།	
༡༩༩	ཅོན་རྩམ་ཤིང། (མགར་ས།) འདབ་མ་སྟར་གོ་ཤིང་གི་འདབ་མ་དང་ཆ་འདྲམ་སྤྱེ་ཡོད། འདབ་ལེབ་འདི་ རྟོར་ གྱི་ཆག་སྤྱེ་བྱིན་མ་ཡིན།	
༡༩༩	ཅོམ་ཅེ། སྤན་མ་རུམ་མེ་ཏྲོག། (ལ་ཡག།) རྟོག་མ་སྤན་མ་རུམ་བཟུམ་སྤྱེ་ཆུང་ཀུ་སྤྱེ་བཏགས་པ་ཡིན། དེ་ལར་ ལག་པ་ འདོགས་པ་ཅིན་ འགས་འགྱུ་བའི་ལར་ རྒང་རྒྱས་འདི་ཡང་ ཞིམ་ཅི་གནག་པོ་ བཟུམ་སྤྱེ་ཡོད་པ་ཡིན། དང་ཕུ་ ར་མར་སྤྱེ་ཡང་སྒྲིག་པ་ཡིན་མས།	
༡༩༩	བཙོ་ལུ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) མི་ཤིང་ཆུ་གྱར་ ར་ལེགས་ཤོམ་སྤྱེ་བཏགས་པ་ཡིན། ཤིང་འདི་ རྒྱུ་པ་འཚམས་ སྤྱེ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ འབྲུཔ་རྒྱབ་ནི་མེད་པ་ལས་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་རྒྱབ་བདུབ།	

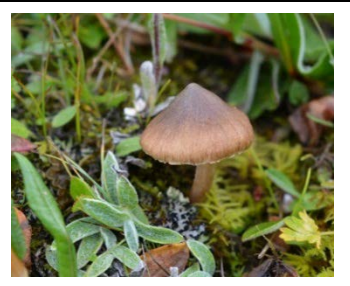
༡༩༧	ལྷང་མ་ཤིང། (ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་གི་ཞལ་ལག་གུ་ལས་ ད་རུང་ཞལ་ལག་ཕྱ་སི་སི་རིང་མོ་སྟེ་ མར་དཔུངས་ཏེ་ ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་མ་ཡང་ལེབ་ཏེ་མ་སྟེ་ རིང་མོ་འཚམས་ཅིག་འོང་མ་ཡིན། ཤིང་འདི་སྟེམ་འཇམ་ནི་དེ་གིས་ ལྷུ་རའི་རམ་བསྐྱར་ནིའི་བཙོ་ཕུར་སྟེ་བཙུགས་ནི་ ཡོད་པའི་ཁར་ མང་ཤོས་ཅིག་ཆུ་ཡོད་ས་ལུ་སྟེམ་ཡིན།	
༡༩༨	ལྷང་མ་ཤིང། (དབང་འདུས་མོ་བྲང།) ཤིང་ཆུང་ཁྱུ་ འདབ་མ་འོད་ཆེ་ཆེ་སྟེ་ཡོད། འདབ་མ་འཕུར་མ་ད་ རིམ་ཞིམ་ཏོང་ ཏོ་མཉམ་ནི་ཡོད།	
༡༩༩	ཆབ་ཅོ། ཕྱི་རྩུང་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་ ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཆུ་མཚོད་པ་ད་ དར་ཤིང་སྟེ་བཏོགས་པ་ཡིན། ཅོག་ ཕུར་བཅད་དེ་བཟོ་བ་བཏུབ། ཇོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་སྟེ་བཏོགས་པ་ཡིན།	
༡༩༠	ཆིམ་ཅག་ཡུས། (དར་དཀར་ན།) རོན་ལྷུ་འདི་ རོར་གྱིས་བཟོ་བའི་ཁར་ རོར་གྱི་གདན་སྟེ་བཏོགས་ཏེ་ཐིང་མ་ཡིན།	
༡༩༡	ཆུ་ཀེར། (སྤུ་ན་ལ། དར་དཀར་ན།) ས་ཆ་སར་ ཆུའི་མཐའ་མ་བདེ་འཕྱེ་སྟེ་བའི་ཀེར་མའི་རིགས་ཅིག་ཡིན། བཟོ་ན་མ་ ཉགས་སྟེམ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་ཁར་ ལྷུ་གྲུ་སྟེ་སྟོད་པ་ད་ ཆོད་མ་བཙོ་བ་བཏུབ་མི་ ཅིག་ཡིན།	

༡༣༩	ཁུད་ཀར། (མྱིང་བཞི།) འདབ་མ་སྒོམ་འབད་ཞིན་ན་སྒོར་སྒོར་སྒོར་ཡོད། མེ་རྟོག་དཀར་པོ་རིང་མོ་སྒོར་གཅིག་གིས་གཅིག་གྱུར་བཅེགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་གི་ར་རྟོ་སྒོར་སྒོར་བརྟུབ་པའི་ཁར་མེ་རྟོག་ནང་ན་གི་ཤིང་འདི་པགས་ཀོ་བཤུ་སྒོར་བརྟུབ་ཡིན།	
༡༤༠	ཁུ་ཞིང་ཨ་མ། (ཐིམ་ཕུག།) ཁུ་འི་མཐའ་མ་བདེ་འཕྱེ་ས་ཁ་ལས་ཕར་འབྱེལ་ཏེ་སྒྲེལ་ཡིན། ཕུ་རུ་རུ་སྒོར་བརྒྱུ་ཞིན་ལས་ཁུ་ཚན་ནང་སྒྲངས་ཏེ་གང་གཞི་གི་སྒོར་སྒོར་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༡༤༡	ཁུན་གྱུམ་ཨ་ཞང། ཁུམ་ཕུ། (དར་དཀར་ན།) ཁུ་ཏུམ། ཁུ་ཏ། (དབང་འདུས་པོ་བླང།) རྟོན་ལྷུམ་གྱི་ཁྱུ་པ་འངས་ཕྱག་ཕྱེད་ཁུ་ཚོབ་ཚོ་སྒོར་ཁུ་ཡོད་ས་ལས་ཕར་སྒྲེལ་ཡིན། རོར་གྱི་ཆག་དང་ཕག་པ་གི་ལྗོ་སྒོར་བྱིན་ཡིན།	
༡༤༢	ཁུན་གྱུམ། (དར་དཀར་ན།) རྟོན་ལྷུམ་འདི་འདམ་རུ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་ཁར་ནགས་བཟངས་ལས་ཕར་ཁུ་རྒྱབ་འདམ་རྒྱབ་ནང་སྒྲེལ་ཡིན། ས་གནས་གཞན་ཁར་འདམ་རུ་ཨ་ཞང་ཟེར་ཡང་སྒྲེལ་ཡིན།	
༡༤༣	ཁུམ་ཕུ། (དར་དཀར་ན།) ཁྱུ་པ་ཁུང་ཁྱུ་ཚོགས་ཏེ་ཚོགས་ཏེ་སྒོར་ཁུ་རྒྱབ་འདམ་རྒྱབ་ནང་སྒྲེལ་མའི་རྟོན་ལྷུམ་རོར་སེམས་ཅན་གྱིས་བཟ་ཅིག།	

༡༣༧	ཚུམ་ཅཔ་ནེ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) མེ་རྟོག་འདི་བཅ་ད་ ཁ་དམར་པོ་འགྱུ་ནི་དེ་གིས་ ཨ་ལུ་ཚུ་གིས་ཅེད་མོ་སྤེ་ཅེ་ནི་ ཡོད། རྩོམ་གྱིས་བཟོ་འོང།	
༡༣༨	ཚུམ་ཕུད་ཏ་གང་མའི་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) བཅའ་གྱི་དར་ཤིང་འཕྱར་ནི་དང་ འབའ་སྒྲོར་ནང་གི་རྟོབ་བསེལ་བསྒྲོར་ནི་འདི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན།	
༡༣༩	རྩ་གོམ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་སྤྱ་ཀྲག་ཡོད་པ་ལས་ ཐབ་ཤིང་མ་གཏོགས་ གཞན་ག་ནི་ཡང་འབད་མི་ བརྟུབ།	
༡༤༠	རྩ་ཁྲག་ཤིང། (ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་འདི་གཅད་པ་ད་ ཨོམ་འཐོན་མ་ཨིན། ཞལ་ལག་ཁ་ཀྱ་སྤེ་ཡོད་མི་འདི་ པགས་ཀོ་བཤུ་བཀོ་ཞིན་མ་ལས་ རྩ་ཁྲག་བཅོམ་ཨིན།	
༡༤༡	རྩ་པག། (སྤྱིང་བཞི།) ཤིང་དང་རྩོམ་གྱུ་ལུ་སྤྱེ་མི་ ཏང་པོས་ཀྱི་རིགས་ཅིག་ཨིན། བཅོ་རྩམ་ཀོམ་བཟུམ་ ཁྲག་ཁོག་ཁོ་སྤེ་ཡོད།	

༡༤༩	ཇ་འབྲུལ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་འདི་ སྒྲོམ་ཆུང་རན་རྟོག་རྟོ་འགྲོམ་ཡིན། འདབ་མ་འདི་གིས་ ཇ་བཟོ་བརྟུབ་ པའི་ཁར་ རོར་གྱི་ཆག་སྟེ་ཡང་བྱིན་མ་ཡིན།	
༡༥༠	ཇ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་འདི་གིས་ ཇ་བཟོམ་ཡིན། ཤིང་སྒྲོམ་འགྲོ་མི་ཆུ་ལས་ ཤིང་ཆ་སྟེ་ང་ བརྟུབ་ཡིན།	
༡༥༡	ཇིབ་ཅི་གནག་པོ། (གླིང་བཞི།) ར་རྟོ་ཁར་ འདབ་མ་སྒྲུ་སོག་སོ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ གཡུ་པ་བྱང་སྒྲུ་ཅིག་སྟེ་སྟེམ་ ཡིན། མ་རྟོག་རྟོན་མོ་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད་མི་འདི་ སྒྲན་སྟེ་བརྟུབ་ཡིན། རོར་སེམས་ ཅན་གྱིས་ཡང་བཟུང་ཡིན།	
༡༥༢	ཇོ་ཀུ་སི་བཟ། ཇོ་ཀུ་སི་སེ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཇོ་མ་པེ་ལེ། (ལ་ཡག།) ཇོ་ཀུ་སི་སི། (གླིང་བཞི།) འདབ་མ་འཇམ་རྩྭ་རྩྭ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ར་རྟོ་བཞོ་སྟེ་ པགས་ཀོ་བཟུ་ཞིན་མ་ ལས་ རོག་མའི་ཚབ་མ་སྟེ་བརྟུབ། རོག་མ་འདི་ སྒྲན་རྩལ་སྟེ་ཡང་ལག་ལེན་ འཐབ་ཡིན།	
༡༥༣	ཉ་ལག་ཟུ། (དར་དཀར་ན།) ཉ་ལག་ཅོ། (སྒྲུ་ན་ལ།) རི་ཁ་ལུ་ ཚོད་ཞིང་ནང་བརྩྭ་གས་མའི་ཉ་ལག་ཅོ་དང་ཆ་འདྲམ་སྟེ་སྟེ་མི་ཅིག་ཡིན། ལྷག་ཀུ་སྟེ་སྟོད་པ་ད་ ཚོད་མ་སྟེ་བཟུང་ཡིན། ལྷག་པ་ད་ ལྷ་པ་ཆུ་རྩེ་ལོག་ཁོ་ འགྲོམ་ཡིན།	

༡༤༧	ཉ་སེཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཉ་སེཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་འདི་གིས་ རམ་བསྐྱོར་བརྟུབ། རྟོག་མ་ཚོཔ་ད་ གནག་རུ་རུ་སྟེ་བ་བརྟུབ་མི་ ཅིག་ཡིན།	
༡༤༨	ཉི་བྱ། (ཐིམ་ཕུག།) ཕུག་ཀྱ་སྟེ་སྟོད་པ་ད་ ཟ་བརྟུབ་ཡིན། འདབ་མ་ཐོན་ཞིན་མ་ལས་ ཟ་མི་བརྟུབ། ཤིང་ཕུ་སི་སི་དང་ འདབ་མ་ཡང་ རྩེ་ཀྱ་ཕུ་སི་སི་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།	
༡༤༩	ཉི་མའི་ཨའི། (དར་དཀར་ན།) ཉི་མ་ག་ཏེ་ཕྱོགས་འགྱིར་སར་ ཤིང་འདི་གིས་ཕྱོགས་སྒྱིར་མ་ཡིན། རྟོག་མ་ཚོཔ་ད་ སེར་རུ་རུ་སྟེ་ ལེ་ཀོ་ཚུ་གིས་བཟ་ཡིན།	
༡༥༠	ཉི་མ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྟོང་སྟོང་མ་འགྱུ་རུང་ ཤིང་འདི་འབྲུཔ་རྒྱུ་ནི་དེ་གིས་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་མི་བརྟུབ། རྟོག་མ་སེམས་ཅན་གྱིས་བཟ་ཡིན།	
༡༥༡	ཏེ་བ་སི། (མགར་ས།) ཤིང་འདི་གིས་ མེ་ཏོག་དཀར་པོ་སྟེ་ཤར་བའི་དུས་ཚོད་ལར་ རྒྱ་རེད་བརྟུབ་རན་མ་ ཡིན་མས། འདབ་མ་གིས་ ར་བཟོ་བརྟུབ་པའི་ལར་ རྟོག་མ་ཡང་ཟ་བརྟུབ་ཡིན།	

༡༥༩	རྟོབ་རྟོམ། (དར་དཀར་ན།) ལྷ་པ་ཁོག་སྟོང་སྟེ་ཡོད། རྟོན་ལྷུ་མ་འདི་ཕག་པ་གི་ལྟོ་སྟེ་བྱིན་བཏུབ། རྟོན་ལྷུ་མ་འདི་ མང་ཤོས་ར་ རོར་གྱི་བྱང་ས་ལས་པར་སྟེམ་ཡིན།	
༡༥༩	གཏག་མ་ཤིང། (དར་དཀར་ན། སྤྱ་ན་ལ།) ཀོང་ལྷ་ཤིང། གཏག་མི་ཤིང། (དབང་འདུས་ལོ་བྱང་།) ཤིང་སྤྱ་ཀྱག་ཡོད་པ་ལས་ ཐང་མ་བརྩུང་ནིའི་ལག་ལྷི་དང་ ཐག་ས་འཐག་ནིའི་ གཏག་མ་བཟོ་བཏུབ། ར་རྟོ་ཁར་ལྷུ་མ་བཏག་པ་ཅིན་ རྩ་ལེགས་ཤོམ་འོང་མ་ཡིན་ མས།	
༡༥༩	རྟོ་སྟོ་ཤ་ལྷ། (སྤྱིང་བཞི།) རྟོའི་ཨ་ཕ་བཏང་ཡོད་ས་ལས་སྟེ་བའི་ཤ་ལྷ་ བཟོ་ནམ་སྟོང་དོག་ཕྱེད་ཀ་རྒྱབ་རྒྱབ་ བཟུམ་སྟེ་ ཚོས་གཞི་རྒྱ་སྟུག་འཚམས་ཅིག་དང་ གཡུ་པ་ཕྱ་སི་སི་སྟེ་ཡོད་མི་ཅིག།	
༡༥༥	སྟག་ཀེར། (མག་ར་ས།) རོབ་འབྲེལ་བཟུམ་སྟེ་བསྟར་རྟེ་སྟེ་མི་ ཀེར་མ་གི་རིགས་ཅིག་ཡིན། སྟག་ཀེར་ཡོད་ སར་ མི་དང་སེམས་ཅན་ཚུ་ཐལ་ཕ་ལྷ་ཁག་ཡོད།	
༡༥༦	སྟག་ཀེར། (དབང་འདུས་ལོ་བྱང་།) ཀེར་མ་འདི་མང་ཤོས་ར་ སྤྱིབ་རི་ནང་ལས་པར་སྟེམ་ཡིན། རོར་གྱི་གདན་སྟེ་བཏོག་ནི་ཡོད།	

༡༥༧	སྟག་ཚེར་ཅང་། (སྒྲིང་བཞི།) ལ་ཕུག་གི་འདབ་མ་བབུམ་སྟེ་ མཐའམ་བདའ་སྟེ་ཅང་སྟེས་ཏེ་ཡོད། ནང་པའི་སྟག་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༡༥༨	སྟག་ཚེར་ཅང་། (མགར་ས།) རོབ་འབྲེལ་བབུམ་སྟེ་བསྐྱར་ཏེ་སྟེས་ཡིན། འདི་ལུ་ ཅང་སྟེ་གྲག་ཚོས་ཁིག་ཁི་སྟེ་ཡོད།	
༡༥༩	སྟག་ཤ་མུ། (སྟུ་ན་ལ།) བསེ་ཤིང་དང་སྟུ་ཤིང་ སྟོང་ཕུ་ཤིང་རུལ་རུལ་མ་གྱར་སྟེས་ཡིན། ཤ་ཕུ་འདི་ ཟ་བདུབ་མི་ཅིག་ཡིན།	
༡༦༠	སྟག་ཏིང་། (ཐིམ་ཕུག།) རི་ཁར་སྟེ་མིའི་ཐིང་རེ་ རིམ་ཏམ་སྟེ་ཅིག་མནམ་ཡིན། ཡེ་རྩེས་ནང་སྟུགས་ཏེ་ཟམ་ཡིན།	
༡༦༡	སྟག་པ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་འདི་བཏོག་པ་ད་ ཚུ་ཐོན་མི་འདི་འཛིབས་ཏེ་འཐུང་བདུབ་ཡིན། ཤིང་ཆ་དང་ནང་ཆས་ཚུ་སྟེག་པ་ཡིན།	

སྟག་པ། (ལ་ཡག།) ཉལ་མ་གྲག་ འབྲུལ་རྒྱུ་ནི་མེད་པ་ལས་ དར་པར་རྩ་བཅོམ་ཡིན།	
སྟར་ཤིང། (མགར་ས།) རི་ཁར་ ར་རྟོ་གནག་པོ་སྟེ་སྟེ་མི་ སྟར་གོ་ཤིང་གི་རིགས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབདམ་ད་ ཤིང་འདི་གིས་ རྟོག་མ་བཏགས་ནི་མེད།	
སྟར་ཤིང། (ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་འདི་གནམ་མེད་ས་མེད་ས་ཀྱི་ཅིག་འབདམ་ལས་ སྟེ་སྟེ་དང་དར་པར་ལ་ སོགས་པ་རྩ་བཅོམ་ཅིན་ འབྲུལ་རྩ་ལས་མི་རྒྱུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་གི་རྟོག་མ་ འདི་དཀྱུམས་ཞིན་ན་ བར་རྩ་ཀླད་པ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་བཟུམ་ཡིན།	
སྟོང་ཀུས། (ཐིམ་ཕུག།) འདབ་མ་འདི་ འོད་སེའི་འདབ་མ་དང་ཆ་འབྲམ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཐིམ་ཞིམ་རྟོང་ རྟོ་འབདམ་ལས་ བསང་རྩ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
སྟོང་པ་མའི་ཨ་ཞང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་རྩེ་དཀྱུ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་མ་ཞོར་གྱི་རྩ་སྟེ་བྱིན་མ་ཡིན།	

༡༤༧	སྟོང་པམ། (མགར་ས།) ཞོ་ཤིང། ཞོ་ཤི་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་གུར་རྩེ་ཡོད་པའི་ཁར་ བྱ་ཀོ་དུང་ཁྲག་སྟེ་ཡོད། འདབ་མ་ཞོར་གྱི་ཆག་སྟེ་བྱིན་མ་ཡིན།	
༡༤༨	སྟོང་ཕུ། ཐིན་སྟོང། (ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་འཇམ་རྩུག་རྩུ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ བགས་ཀོ་སྟུག་པག་པ་དང་ འདབ་མ་ཁབ་ བཟུམ་ཕུ་རུ་སྟེ་ཡོད། རྟོག་མ་ཀོང་ཅེ་ཅིག་ཡང་བཏགས་ནི་ཡོད། ཤིང་འདི་ལས་ ཐང་རྩུ་ཡང་འཐོན་ནི་ཡོད།	
༡༤༩	སྟོང་ཤིང། (སྟུ་ན་ཁ།) རྟོག་མ་གྱི་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་རུང་ བོམ་སྟུར་པོ་སྟེ་ཡོད། ཚོཔ་ད་ མི་དང་སེམས་ཅན་ གྱིས་བཟ་ཡིན། གོ་ལ་གུར་ཚོས་རྒྱབ་ནིའི་ཕྱིས་སྟེ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༡༥༠	སྟོན་སྟེས། (སྟུ་ན་ཁ།) བཟོ་ནམ་ནགས་སྟེས་དང་ཆ་འདྲམ་སྟེ་ཡོད། ལྷུག་ཀྱ་སྟེ་སྟོད་པ་ད་ ཚོད་མ་བཅོ་ ཟམ་ཡིན།	
༡༥༡	ཐོང་མ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཐོང་མའི་ཤིང། (སྟུ་ན་ཁ།) ཤིང་སྲ་ཀྱག་འབདམ་ལས་ ཁ་མིག་གི་ཐོང་མ་བཟོམ་ཡིན། རྟོག་མ་སི་རྟོག་བཟུམ་ ཅིག་བཏགས་ནི་ཡོད།	

༡༧༣	དམ་ཚིག་ནག་མོའི་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་གི་ཉིང་ཅ་འདི་ བཟོ་ཤིང་སྤྱེ་རྒྱུ་ལ་ཚུ་བཟོ་བཏུབ། ཤིང་འདི་བརྟག་པ་ཅིག་ར་ གནག་པོ་འགྲེམ་ཡིན།	
༡༧༤	དུག་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) རྟོག་མ་རྩེ་ཁོག་ཁོ་སྤྱོད་པའི་ཁར་ རང་གོ་གནག་པོ་སྤྱོད་མི་འདི་བསྐྱལ་ ཞིན་མ་ལས་ སྐྱུ་གི་ཚིལ་ལུ་དང་སྤྱོད་བསྤྱེ་རྒྱུ་སྤྱོད་ སོ་འབྲུལ་གིས་བཟོ་ད་ སྤྱོད་ སྤྱོད་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༡༧༥	དུམ་ཀ་ལ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་གི་སྤྱོད་པོ་བརྟག་པ་ཞིན་ན་ རང་རྩེ་བརྟག་ཏེ་ཚོད་མ་བཟོ་བཏུབ། འདབ་ མ་སྤྱོད་ཏེ་ སྤྱོད་གི་གཞུ་པ་སྤྱོད་ཀྱིས་འབད་མི་འདི་ འཛུལ་བཟོ་ནིའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ དང་ཕྱག་སུམ་བཟོ་ཡིན།	
༡༧༦	དུམ་ཁོ་གོ། དུམ་ཁོ་གོ། (ལ་ཡག།) རྟོག་མ་གི་རང་རྩེ་གནག་པོ་སྤྱོད་མི་འདི་ སྤྱོད་ཤིང་ཤིང་དང་གཅིག་ཁར་སྤྱོད་ བསྤྱེ་རྒྱུ་སྤྱོད་ རྟོ་རྟོ་བརྟག་པ་བརྟག་པ་གུར་སྤྱོད་པ་ཞིན་མ་ལས་ དུ་པ་ཁ་ནང་ འཐེན་མ་ད་ སོ་ནང་གི་འབྲུལ་ཚུ་གསལ་དཔ་ཡིན་མས།	
༡༧༧	དུར་བ། (ཐིམ་ཕུག།) རོབ་འབྲེལ་བཟུམ་སྤྱོད་ ས་ཁ་ལས་ཕར་བསྐྱར་ཏེ་སྤྱོད་ཡིན། ཤིང་དམར་པོ་དང་ དཀར་པོ་ཚོགས་ཏེ་ཚོགས་ཏེ་སྤྱོད་ཡོད། འདབ་མ་རྩེ་རམ་པ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཅིག་སྤྱོད་ ཡོད། སྤྱོད་བསྤྱེ་གཏང་མ་ད་ རྩེ་སྤྱོད་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	

༡༧༧	དོ་ཅུམ། (དར་དཀར་ན།) རོབ་འབྲེལ་འདི་ མང་ཤོས་ར་ ཤིང་དང་རྩོ་གུ་ལས་ཕར་བསྐྱར་ཏེ་སྐྱེས་ཡིན། ནོར་གྱི་རྩ་དང་ཕག་པ་གི་ལྟ་སྟེ་བྱིན་མ་ཡིན།	
༡༧༨	དོ་ཅུམ། (དར་དཀར་ན།) རོན་ལུ་མ་འདི་ མང་ཤོས་ར་ བྱི་གྱི་མཐའ་འཁོར་དང་ཞིང་ནང་ལས་ཕར་ གཡུར་མ་སྟེ་སྐྱེས་ཡིན། འདི་ནོར་གྱིས་ཟམ་ཡིན།	
༡༧༩	དོ་ལོམ་ཅུང་། (སྤུ་ན་ཁ། མགར་ས།) རོན་ལུ་སྒོང་རྩོག། སྒོང་རྩོག་སེར་པོའི་རོན་ལུ་མ། དོ་ལོམ་མའི་ཅུང་། སྒོང་རྩོག་ཅུང་། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) རྩོག་མ་གོང་ཏྲི་རིལ་རི་སྟེ་བཏགས་མི་འདི་ ཆོཔ་ད་སེར་པོ་སྟེ་འགྲོམ་ཡིན། ཅུང་ འདི་ མང་ཤོས་ར་ ནོར་གྱི་བྱང་ས་དང་ནོར་བཏགས་བཞག་སའི་ས་གོ་ཚུ་ནང་ལུ་ སྐྱེས་ཡིན།	
༡༨༠	དོ་མ་ཀེར། (སྤུ་ན་ཁ།) བཟོ་ན་མ་ནགས་སྐྱེས་དང་ཆ་འདྲ་བའི་ཁར་ སྒོམ་སྟེ་སྤུ་ཁོག་ཁོ་ཡོད་པ་ཡིན། ལུག་ ཀུ་སྟེ་སྒོད་པ་ད་ ཆོད་མ་བཙོ་བ་བཏུབ།	
༡༨༡	དོ་མ་ཅུ། (མགར་ས།) ཤིང་འདི་གི་འདབ་མ་འདི་ འདམ་གནག་པོ་ནང་བཙོ་ཞིན་མ་ལས་ ཕུ་རུའི་ཆོས་ རྒྱབ་བཏུབ།	

༡༩	དོམ་མའི་ཚེལ་ལྷ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) ཤིང་རུལ་རུལ་ཕ་ཚུ་གྱར་སྒྲེལ་ཡིན། ཤ་མུ་འདི་སྒྲེ་ཏ་ཁོག་གོ་སྒྲེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཚོད་མ་བཙུ་བ་བྱེད་བུའ།	
༡༩	དོམ་མའི་སོ་གོ། (སྤྱ་ན་ཁ།) སོ་གོ་ཤིང་། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྒྲོང་སྒྲོམ་སྒྲེ་འབྱོ་བའི་ཁར་ འདབ་མ་ཡང་ སོ་གོ་ཤིང་གི་འདབ་མ་ལས་སྒྲོམ་ སྤྱ་ཅིག་ཡོད། ལྷན་ ༤ པ་དང་ ༧ པའི་ནང་ མེ་རྟོག་དཀར་པོ་སྒྲེ་ཤར་ཕ་ཡིན། རྟོག་མ་རྩུང་ཁོག་ཁོ་སྒྲེ་ ཚོལ་ད་ནང་རྩུ་བ་བྱེད་ཏེ་བ་བྱེད་བུའ།	
༡༩	དོམ་མའི་ཨ་བྱ་རལ་མའི་རྩང་། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) རོབ་འབྱེལ་འཚམས་ཅིག་སྒྲེ་ཡོད་པའི་རྩང་ གྱི་རྩུང་གིས་བརྟོག་རུང་ འཇམ་རྟོང་ རྟོ་སྒྲེ་བརྟོག་མ་ཚུགས་མི་ཅིག་ཡིན།	
༡༩	དོམ་ཤིང་། (མགར་ས།) ཤིང་འདི་ སྒྲོམ་རྩུང་རན་རྟོག་རྟོ་ཅིག་ཡོད་པའི་ཁར་ རྟོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་ ཚོལ་ད་ གནག་པོ་སྒྲེ་འབྱོ་མི་འདི་ མར་ཁུ་བཙུ་བ་བྱེད་བུའ།	
༡༩	དོམ་ཤིང་། (མགར་ས།) ཤིང་འདི་མེ་རྟོག་ཤར་ཕ་ད་ ལྷོ་བཏབ་ནིའི་དུས་ཚོད་རན་མ་ཡིན། འདབ་མ་སྤྱ་ཁོག་ ཁོ་འདི་ རོར་གྱིས་བཙུ་ཡིན།	

༡༩༩	དོས་མ། (དབང་འདུས་ལོ་བྱང་།) ས་སྐྱ་དང་ཆ་འབྲེལ་སྤྱོད་པའི་ཁར་ མེ་རྟག་དམར་པོ་སྤེལ་ཤེས་ཡིན། མེ་རྟག་ ཤར་ཉིང་ལུ་བཟུ་སྟེ་ བྱ་འཛོལ་ཉིང་དང་ཉ་མྱེ་ཤེས་ཚུགས་པ་ཡིན། མེ་རྟག་འདི་ མ་ ཤར་བའི་ཉེ་མར་ བྱ་ལུ་འགོ་བཙུགས་པ་ཅིན་ བྱ་སྤྱུས་ཅ་སྤེལ་ཆོ་ནི་དང་། མེ་རྟག་ ཤར་ཆར་ཞིན་མ་ལས་ བྱ་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ བྱ་ཆོ་མི་བདུབ་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན།	
༡༩༩	དོས་མ། དོས་མའི་མེ་རྟག། (དར་དཀར་ན།) ཞེབ་འཇའ་མེ་རྟག། (དབང་འདུས་ལོ་བྱང་།) ཞུ་བ་དང་རྟོ་ཚུ་ ས་སྐྱ་དང་ཆ་འབྲེལ་སྤྱོད་། མེ་རྟག་དམར་པོ་སྤེལ་ཤེས་བའི་ བསྐྱང་ལས་ བྱ་ཆོ་སྟེ་བསྐྱར་ན་པའི་བདེ་སྟོན་མ་ཡིན།	
༡༩༩	དུངས་ཇུས་དམར་ཚུམ། (དར་དཀར་ན།) རྟོག་མ་སྐྱུ་ཚུམ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷག་པ་ད་ནང་ཇུས་དམར་པོ་འབྱོ་མི་འདི་ བྱ་རུ་བཟུམ་སྟེ་སྤྱད་པ་བརྒྱ་ནི་ཡོད།	
༡༩༩	དུམ་ལི། (དར་དཀར་ན།) རྟོན་ལུ་འདི་ རྟགས་བཟང་ས་ལས་པར་ ཤིང་དང་རྩོ་ལེབ་ཚུ་གྱར་སྟེ་ཤེས་ཡིན། ཞོར་གྱི་རྩ་དང་ཕྱག་པ་གི་ལྟོ་སྟེ་བྱིན་མ་མ་ཆད་ འདབ་ལེབ་འདི་ ཞོར་གྱི་བྱང་ས་ ལས་པར་བྱི་ཐོག་སྟེ་ཡང་བཀའ་ཡིན།	
༡༩༩	རྩོད་གོ། (སྤྱིང་བཞི།) གཡུ་པ་དམར་པོ་ ཆོག་ས་རྩོ་ཆོག་ས་རྩོ་སྤེལ་ཡོད། བྱི་མཁའ་འཁོར་དང་ ཞིང་ ནང་ལས་པར་ རོབ་འབྱེལ་བཟུམ་སྟེ་བསྐྱར་ཉ་སྟེ་བའི་རྟོན་ལུ་ ཞོར་གྱིས་བཟ་མི་ ཅིག།	

༡༩༧	གདུང་ཤིང། (ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་སྒོམ་ འདབ་མ་ཉའི་སྒོ་བཟུམ་སྟེ་ལེབ་ཏེམ་སྟེ་ཡོད། འདབ་མ་རྒྱབ་ལས་ དཀར་པོ་སྟེ་ཡོད། གདུང་ཤིང་འདི་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཤིང་སྒོང་སྒོམ་སྟེ་འགྲོམ་ ཡིན། ཡིན་རུང་ མང་ཤོས་ར་ཁོག་སྟོང་སྟེ་འོངམ་ཡིན།	
༡༩༨	མདའ་མདུང། (སྤུ་ན་ལ།) ཞིང་དང་སྤང་གི་མཐའམ་བདའ་སྟེ་སྟེ་བའི་རྩའི་རིགས་ འདབ་མ་ཕུ་སི་སི་རིང་སྤུ་ ཅིག་སྟེ་ཡོད། སྤུ་ཏྲག་ལ་གི་སོན་འདི་ཁྲག་པའི་བསྐང་ལས་ གོ་ལ་གུར་སྤུམ་ འབྱར་བཟུམ་སྟེ་སྤུརམ་ཡིན།	
༡༩༩	འདབ་རྒྱུ། (མགར་ས།) འདབ་མ་སྒོམ་ ཁོར་གྱིས་བཟ་བའི་སྒོ་ཤིང་ ས་ཁ་མཐོ་སར་སྟེ་མི་ཅིག།	
༢༠༠	འདབ་རྒྱུ་མོ། (མགར་ས།) འདབ་མ་སྒོམ་སྤུ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཁོར་གྱིས་ཡང་བཟ་འོང། ས་ཁ་མཐོ་སར་ སྟེ་བའི་རྩའི་ལྷུམ་གྱི་རིགས་ཅིག་ཡིན།	

༩༠༡	འདམ་རུམ་ཞང། (དར་དཀར་ན།) དོག་མ་ཚོ་མི་གུར་ལག་པ་གིས་འདོགས་པ་ད་ འགས་འགྱུ་སྟེ་ སོན་ཚུ་གཏོར་འགྱུ་ ནི་ཡོད། ཉོན་ལྷུ་འདི་ནོར་གྱིས་བཟོ་འོང།	
༩༠༢	འདམ་སི་སྒྲན། (དར་དཀར་ན།) འདམ་ནང་འགྱུ་ཕ་དང་ད་ བདེ་གིས་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་མ་ ཐོན་ཏེ་གཡའཕ་ད་ སྒྲན་ སྟེ་དབུར་ཕ་ཡིན། ས་སྐམ་སར་སྟེ་བའི་ཉོན་ལྷུ་གྱི་རིགས་ཅིག་ཡིན།	
༩༠༣	འདེལ་ཤིང། འདེལ་ནག། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གི་པགས་ཀོ་གིས་ ཐག་པ་འཁལ་བརྟུབ་མ་ཚད་ རང་ལུགས་ཀྱི་འདེལ་ ཤོག་ཡང་བཟོ་བརྟུབ། དང་སྟེ་འབད་བ་ཅིན་ མར་དང་དར་ཚོ་ཚུ་ཤོམ་འདབ་གྱིས་ སྟེར་ཏེ་ ཕྱི་ལས་བཅིང་ནིའི་དོན་ལུ་ ཤིང་དེའི་པགས་ཀོ་བཟུ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ ཡིན་མས།	
༩༠༤	འཛེ་པད་ཀར། (སྒྲིང་བཞི།) པད་ཀར་གྱི་བཟོ་ནམ་དང་ཆ་འདྲ་སྟེ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པའི་ཉོན་ལྷུ་ མེ་ཏོག་སེར་པོ་སྟེ་ ཤར་ནི་ཡོད་པ་དང་ སྒྲན་སྟེ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༩༠༥	འཛེའི་རུམ་པ། (སྟུ་ན་ལ།) ཚལ་མ་ནང་ལས་པར་སྟེ་བའི་ཤིང་ དོག་མའི་བཟོ་ནམ་ རུམ་པ་ཅོག་ར་འཐད་པ་ སྟེ་ཡོད།	

༩༠༤	རྫོ་ཡང་སེ། (དར་དཀར་ན།) ས་ཁ་དམའ་སར་སྐྱེ་བའི་ཤིང་ གྱི་ཕུའི་གཡུ་པ་བཅོམ་མ་ཚད་ ཤིང་སྤོང་འདི་སྤོམ་ འགྲོམ་ད་ མར་གྱི་སི་པ་ཡང་བཅོ་བཏུབ་ཡིན།	
༩༠༥	རྫོ་ལེ་ཤོམ་མ། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་ནོར་གྱི་ཆག་སྤེལ་ཕྱིན་མེད་རོབ་འབྲེལ་ཅིག། འདབ་མ་གིས་ མར་ཡང་ སྤྲར་བཏུབ།	
༩༠༦	རྫོ་ཁྱུ་གསེར་རྟོག་ཅན། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) འདབ་མ་རྟོ་རུ་རུ་སྤེལ་ ཐོག་བཅེགས་ཏེ་ཡོད་པའི་གུར་ མེ་རྟོག་སེར་པོ་སྤེལ་ཤར་ནི་ ཡོད། ར་རྟོ་ཀེ་བ་བཟུམ་སྤེལ་ཡོད་མི་འདི་ སྤེལ་སྤེལ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༩༠༧	ལྷུ་མ་དཀར་ཕྱ། ལྷུ་མ་དཀར་པོ། ལྷུ་མ་བེམ། (ལ་ཡག། གླིང་བཞི།) རྩ་བར་འདབ་མ་ ལ་ཕུག་གི་འདབ་མ་བཟུམ་སྤེལ་དང་ གཡུ་པ་རྟོན་མོ་གུར་ མེ་ རྟོག་དཀར་པོ་ཚོ་ཚོ་སྤེལ་ཤར་ནི་ཡོད། རྟོན་ལྷུ་མ་འདི་ རོར་གྱིས་ཡང་བཟུམ་ཡིན།	
༩༡༠	ལྷུ་མ་ཕུ་ལྷེ་མིག། (གླིང་བཞི།) འདབ་མ་ཐད་རིལ་རིལ་འཚམས་ཅིག་སྤེལ་ མཐའ་མ་བདའ་སྤེལ་ཟར་ཟིར་སྤེལ་ཡོད། ལྷུ་ པ་ཕུ་སི་སི་ལས་ མེ་རྟོག་སེར་པོ་སྤེལ་རུ་རུ་སྤེལ་ཤར་ཡིན།	

977	ལྷུ་ཚིག་མ་གནག་མོ། (མགར་ས།) རྟོན་ལྷུ་འདི་གི་འདབ་མ་ ཚ་ཉླ་ཉོ་སྟེ་ཡོད། རྟོར་གྱིས་ཟ་བའི་ཁར་ ཞིག་ཀ་ ནང་རྟོར་གྱི་གདན་སྟེ་ཐིང་བརྟུབ།	
978	ལྷུ་། (སྤྱིང་བཞི།) ཁྱུ་པ་རེད་བཟུམ་ཁོག་སྟོང་སྟེ་ཡོད་པའི་སྤྱི་རྟོག་གུ་ལས་ མེ་རྟོག་ཚབ་ཚ་སྟེ་ཤར་ནི་ ཡོད། གཡག་གིས་ཟམ་ཡིན། འདི་ལྷུ་ལྷུ་མ་གནག་དང་ ལྷུ་དཀར་ཟེར་གཉིས་ ཡོད།	
979	ན་ཀ་པ་ནི། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ན་ག་ཀུ་པ་ནི། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་དཀར་པོ་འཚམས་ཅིག་དང་ འདབ་མ་ནར་ན་ཆུང་གུ་སྟེ་ཡོད། རྟོག་མ་གོང་རྟོ་ རིལ་རི་སྟེ་ ཚོམ་ད་པགས་ཀོ་སེར་པོ་དང་ ནང་རྩལ་གནག་པོ་འགྱུར་ཡིན། དང་ཕུ་ རྟོག་མའི་པགས་ཀོ་འདི་ གླང་ལེབ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་མས།	
980	ན་སེ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྟོང་སྟོང་སྟེ་ འདབ་མ་རྟོར་གྱིས་ཟམ་ཡིན། རྟོག་མ་གོང་རྟོ་རིལ་རི་སྟེ་ བརྟགས་མི་འདི་ཟ་བརྟུབ་ཡིན།	
981	ན་ག་གོ་ཚལ་ལྷ། (མགར་ས།) བཟོ་རྩམ་རོབ་འབྱེལ་འཚམས་སུ་ཅིག་དང་ རྟོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་སྟེ་ ཟ་བརྟུབ་མི་ ཅིག་ཡིན།	

༩༡༤	ནགས་སྒྲིལ། (སྤྱ་ན་ལ། དར་དཀར་ན།) ནགས་ཚལ་ནང་ལས་ཡར་ རྒྱུ་ ༡ པ་ལས་ ༣ པའི་ནང་ ལྷག་ཀྱང་སྤྱོད་པ་ ད་ ཚོད་མ་སྤྱོད་བཅོས་སྤྱོད་ཟ་བཏུབ།	
༩༡༥	ནགས་སྒྲིག་པ། (ལ་ཡག།) ནགས་དང་སྤང་ནང་ལས་ཡར་ སྒྲིག་པ་དང་ཆ་འདྲམ་སྤྱོད་མའི་རྟོན་ལུ་ ཟ་མ་བཏུབ་མི་ཅིག།	
༩༡༦	ནབ་ཉེ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་གི་པགས་ཀོ་བཟུ་སྤྱོད་ རྟོན་མའི་བྱང་ཚད་སྤྱོད་ཟ་མ་ཡིན། འདབ་མ་ལོར་གྱི་ ཆག་སྤྱོད་བྱིན་མ་ཡིན། རྟོན་མའི་བྱང་མ་རུ་རུ་ རྟོན་མ་ངར་མོ་སྤྱོད་ཟ་བཏུབ་ཡིན།	
༩༡༧	གནག་མོ་ས་ཨ་ཞང། (དར་དཀར་ན།) བཟོ་ནམ་ཞིམ་ཅི་དཀར་པོ་བཟུམ་སྤྱོད་ འདབ་མ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ དེམ་གདུག་ཁིག་ ཁི་མན་མ་ནི་ཡོད།	
༩༡༨	མནམ་སྤྱོད་ཞང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) བཟོ་ནམ་ཟ་བཏུབ་པའི་མནམ་སྤྱོད་དང་ཆ་འདྲམ་སྤྱོད་ཡོད་རུང་ འདི་ཟ་མི་བཏུབ།	

༩༩༤	པ་ནེ་ས་སྦྱར་མ། (སྦྱ་ན་ཁ།) ས་པ་ནེ། ས་སྦྱར་མ། (དར་དཀར་ན།) ས་ཁ་ལས་ཕར་འབྱར་ཏེ་སྦྱེ་མའི་པ་ནེ་ ཟ་བརྟབ་མི་ཅིག།	
༩༩༥	པ་ནེ་སེ་ཅུ་མ། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་།) རྟོན་ཕྱུམ་འདི་ རོར་གྱིས་ཟ་བའི་ཁར་ མི་གིས་ཡང་ པ་ནེའི་ཁྱད་ཚད་པ་སྦྱེ་ཟམ་ ཨིན།	
༩༩༦	པ་ཅེ་མ། (དར་དཀར་ན།) རྟོན་ཕྱུམ་འདི་ ས་གཙང་ས་ལས་ཕར་སྦྱེ་མ་ཨིན། འདི་བསང་གཏང་བརྟབ།	
༩༩༧	པ་ར་ཤ་མུ། (སྦྱིང་བཞི།) ཕྱི་ལས་བཀྲག་དམར་པོ་འཚམས་ཅིག་དང་ རང་ཀོ་དཀར་པོ་སྦྱེ་ཡོད། འདི་ཁ་ལས་ ཤ་གི་རྩིམ་བཟུམ་ཅིག་མནམ་ནི་ཡོད། ཤ་མུ་འདི་ ཟ་བརྟབ་པའི་རིགས་ཅིག་ཨིན།	
༩༩༨	པ་ར། (སྦྱིང་བཞི།) བྱག་དང་རྩོ་གྲུ་ལས་མར་ རིང་བྱང་ གྱི་གང་ཙམ་ཅིག་ ཞལ་ལག་བཏགས་ཏེ་ སྦྱེ་མ་ཨིན། མེ་རྟོག་རྒྱུ་དམར་པོ་སྦྱེ་ཤར་ནི་ཡོད། ཤིང་གི་པགས་ཀོ་བཟུ་སྦྱེ་ པ་ནེ་དང་གཅིག་ཁར་ཟམ་ཨིན།	

༡༣༡	པ་སེར་མ། (མགར་ས།) ཨོན་ཏ་སེར་པོ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་པའི་རྟོན་ལུ་མ་ཅིག།	
༡༣༢	པད་ཅ་དཀར་པོ། (མགར་ས།) སྤང་ནང་ལས་ཡར་སྐྱེ་བའི་རྟོན་ལུ་མ་ རོར་གྱིས་བཅི་མི་ཅིག། འདི་གི་དོག་མ་ཡང་ བཅི་བུ་བཅི་མི་ཅིག་ཡིན།	
༡༣༣	པད་ཐ་དཀར་པོ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) བེ་ཏ་དཀར་པོ། (སྤུ་ན་ཁ།) རྩ་འདི་གི་ཆོག་ས་ཚུ་འདྲན་འདྲ་སྤེ་ཡོད་པའི་ཁར་ པད་ཅ་ཕྱག་སམ་བཟུམ་སྤེ་ཡོད། དེ་གིས་ རྒྱ་གླིང་འཕུ་ནིའི་བྱི་བཟོས་ཡིན།	
༡༣༤	པད་པའི་སྐྱེན། (དར་དཀར་ན།) རྟོན་ལུ་མ་འདི་ སྤུས་ཅ་སྤེ་བསྐྱས་ཞིན་མ་ལས་ པད་པའི་སྐྱེན་སྤེ་དབྱར་མ་ཡིན། རོར་གྱིས་ཡང་བཅི་མི་ཡིན།	
༡༣༥	པད་མ་གེ་སར་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྤོང་སྤོང་མ་འབྱེ་བའི་ཁར་ འདི་ཁ་ལས་ ཀ་བལ་ཡང་འཐོན་མ་ཡིན། ཤིང་འདི་ འཇམ་སྤུ་ཅིག་འབད་མ་ལས་ འབྱུལ་རྒྱུ་ཡིན།	

༩༩༤	པམ། (ལ་ཡག།) བཟོ་ནམ་ཤུག་པ་ཤིང་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པ་དང་ འདི་གིས་བསང་གཏང་བརྟུབ།	
༩༩༥	པི་པི་མེ་རྟག། (ལ་ཡག།) ལ་མཐོ་ས་ལུ་སྟེ་བའི་མེ་རྟག་ བཟོ་ནམ་རྒྱ་གྲིང་གི་ཕྱི་ཕྱི་བཟུམ་སྟེ་ཡོད། ནང་པའི་སྒྲན་གཞུང་ནང་ལས་ ལུག་རུ་སེར་པོ་ཟེར་སྟབ་ཡིན།	
༩༩༦	ཕུང་ཤིང་མ། (དར་དཀར་ན།) ས་བྱོད་སར་སྟེ་བའི་སྟེ་ཤིང་ འདབ་མ་སྟོམ་སྟེ་ རོར་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་བཟ་ཡིན།	
༩༩༧	ཕུམ་ལག་རྟོ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྟོང་སྟོམ་སྟེ་འགྲོ་ནི་ཡོད་རུང་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་མི་བརྟུབ། ཤིང་འདི་གྱར་ ཤ་ཕུ་ཡང་སྟེམ་ཡིན།	
༩༩༨	པེ་ཅུབ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) རྟོག་མ་འདི་ མི་དང་སྟུ་གིས་བཟ་ཡིན། ཤིང་འདི་གིས་ སྟར་དང་རྟོག་ཅི་གི་གཡུ་པ་ཚུ་བཟོ་ནི་མ་གཏོགས་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མི་བརྟུབ།	

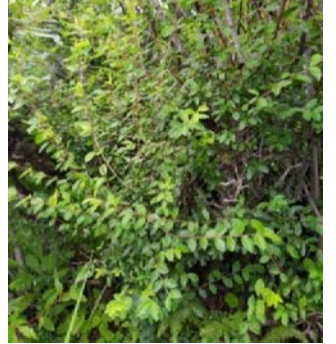
༩༤༡	ཐེབ་ལ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཟླ་མ་ ༩ པ་དང་ ༡༠ པའི་ནང་ རྫོག་མ་ཚེ་པ་ཡིན། རྫོག་མ་འདི་བ་བརྟུབ་པའི་ ཁར་ སྒྲན་སྒྲེ་ཡང་བརྟུབ་ཡིན།	
༩༤༢	པོ་རོ་མ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་ ས་གྲགས་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ འབྲུཔ་མ་རྒྱབ་ནི་དེ་གིས་ བྱི་ཁྱི་ཤིང་ཆ་ བརྟུབ་ཡིན།	
༩༤༣	ཕྱང་ཅོ་ཅང། (དར་དཀར་ན།) ཅང་འདི་སྤྲུམ་ཅོ་སྒྲེ་བརྒྱུ་ཞིན་མ་ལས་བཅོ་སྒྲེ་ རྫོར་གྱི་ཆག་སྒྲེ་བྱིན་མ་ད་ ཡོམ་ ཡང་ལེ་ཤིང་འཕྲོན་མ་ཡིན།	
༩༤༤	ཕྱང་ཅོ་ཅང། (དར་དཀར་ན།) རོབ་འཕྲེལ་སྒྲེ་བསྐྱར་ཏེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྫོར་སེམས་ཅན་གྱིས་བཟ་ཡིན།	
༩༤༥	ཕྱི་ཅ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྒྲན་ནི་འདི་གིས་ བྱི་ཁྱི་ཤིང་ཆ་སྒྲེ་གཞོག་བརྟུབ། རྫོག་མ་སོ་གཏེ་རྫོག་མ་ བཟུམ་སྒྲེ་བརྟགས་པ་ཡིན། རྫོག་མ་འདི་བ་བརྟུབ།	

༩༤༤	ཕྱི་ཤ་ཀྲ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་ཁར་འབྲུལ་རྒྱལ་ནི་འདྲི་གིས་ ཤིང་ཆ་བརྟོན་མི་བདུབ། རྟོག་མ་སེམས་ཅན་ གྲིས་ཟམ་ཡིན།	
༩༤༥	ཕྱོང་ཤོ། ཅོང་ཤོ། (གླིང་བཞི།) འདབ་མ་སྤྱ་སོག་སོ་སྤེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྟོག་མ་ཡང་སྤྱ་སོག་སོ་ གོན་རྩུང་བཟུམ་ སྤེ་བཏགས་ནི་ཡོད། ལྷུག་ཀྲ་སྤེ་སྤོད་པ་ད་ ཤིང་དང་འདབ་མ་ཚུ་ མེ་བཏང་ཞིན་མ་ ལས་ བགས་ཀོ་བཟུ་སྤེ་སྤོན་སྤེ་བ་བདུབ་མི་ཅིག།	
༩༤༦	དཔའ་རྟགས་སྤོན་མ། (དབང་འདུས་ལོ་བྲང་།) བཟོ་ནམ་དཔའ་རྟགས་བཟུམ་སྤེ་ཡོད་པའི་སྤོན་མ་རྩུམ། བཀྲ་ག་རྟོན་མོ་དང་ དཀར་པོ་སྤེ་ཡོད།	
༩༤༧	སྤྱག་ཤིང་། (སྤྱ་ན་ཁ།) ས་ཆ་ས་ལུ་སྤྱེ་བའི་སྤྱ་ ཆེ་ཆུང་སྤོན་སྤྱ་དང་རིང་མོ་སྤེ་ཡོད།	
༩༤༨	སྤྱང་བཀྲ་ག་མེ་རྟོག། (ལ་ཡག།) སྤྱང་འཇའ་མེ་རྟོག། (གླིང་བཞི།) ར་རྟོ་སྤོན་སྤེ་བདུབ་པའི་ཁར་ ར་ཡང་བཟོ་བདུབ་ཡིན། རོར་སེམས་ཅན་དང་ བྱ་ དང་བྱི་རྩུང་ཆུ་གིས་ཡང་ཟམ་ཡིན། སྤོན་གཞུང་ལས་སྤྱང་རམ་ཟེར་སྤྱབ་ཡིན།	

༡༥༡	སྤང་ཕྱི་མ། (ཐིམ་ཕུག།) ཅིག་པའི་གྲང་དང་དོའི་ཐོག་ཁ་ལས་ཡར་ རོབ་འབྱེལ་བཟུམ་སྟེ་སྟེམ་ཡིན། འདབ་ མ་ཁམ་འབྲས་རྩུང་ཀྱ་བཟུམ་ རྩུ་ཆོབ་ཆོསྟེ་ཡོད།	
༡༥༢	སྤང་ཅེ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) རོག་མ་རྟོན་མོ་འཆོམས་ཅིག་སྟེ་བཏགས་པ་ཡིན། རོག་མ་འདི་ བསྐྱམས་ཏེ་བཙོ་ ཞིན་མ་ལས་ མར་ཁུ་བཙོར་ཤ་ཡིན།	
༡༥༣	སྤང་ཆོལ་ལུ། (ཐིམ་ཕུག།) ས་བསིལ་སའི་སྤང་ཐང་ནང་ལས་ཡར་སྟེམ་བའི་རྩ་ འདབ་མ་ཐང་སྟོར་སྟོར་མཆོམས་ ཅིག་འབད་ཞིན་ན་ རོག་མ་དམར་པོ་སྟེ་བཙུབ་ཡིན།	
༡༥༤	སྤྱ་གཡའ་མི་ཤིང། (སྤྱ་ན་ཁ།) སྤྱ་གཡའ་མ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་འདི་སྟོམ་ སྤྱ་གཡའ་འབད་ཤ་ལས་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་བཙུབ་ཡིན། པགས་ཀོ་ དང་ཤིང་གི་བར་ན་ལས་འཕྱོན་མའི་སྤྱ་འདི་ གཟུགས་ཁར་རེག་པ་ད་གཡའ་ཤ་ཡིན།	
༡༥༥	སྤྱ་ར་ཏ། (དར་དཀར་ན། སྤྱ་ན་ཁ།) བཟོ་ནམ་ པ་ནེ་བཟུམ་སྟེ་ཤིང་གུར་བཏགས་ཏེ་སྟེམ་ཡིན། རོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་སྟེ་ བཏགས་མི་འདི་སྟེམ་སྟེ་བཙུབ་ཡིན།	
༡༥༦	སྤྱ་ལགམ་དཀར་ཅུ། (ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་སྟོམ་སྤྱ་ཅིག་སྟེ་འབྱུལ་ཡིན། རོག་མ་དམར་པོ་འཆོམས་ཅིག་དང་ རོག་མ་གུ་ ལས་གཤོག་སྟོར་བཟུམ་རེ་རེ་བཏགས་ནི་ཡོད། ལ་ཁ་མཐོ་སར་ སྤྱ་ལགམ་དཀར་ ཅུང་དང་ ས་ཁ་དམར་སར་ སྤྱ་ལགམ་གནགམོ་ཟེར་སྟེ་ཡིན།	

༩༥༧	སྤྱ་ལག་མ་ཤིང། (སྤྱ་ན་ཁ།) བེ་གོ་ཤིང། རྩེ་མ་ཤིང། (མགར་ས།) ཤིང་སྤོང་སྤོམ་འབྲེ་བའི་ཁར་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་རྒྱབ་བདུབ་ཡིན། ཤིང་འདི་ཁ་སྤེ་ ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷན་དང་རྩ་བཏགས་ཡོད་མི་ཚུ་ ཐོར་པ་དང་སྒོ་ལོམ་ཚུ་བཟོས་ ཡིན།	
༩༥༨	སྤྱ་འི་ལག་མུ། (སྤྱ་ན་ཁ། དར་དཀར་ན།) ས་ཁ་ལས་པར་ རོབ་འབྲེལ་བཟུམ་སྤེ་བསྐྱར་ཏེ་སྤྱེས་ཡིན། བཅའ་སྤྱི་ལྟ་རྒྱབ་ བའི་སྐྱབས་ལུ་ འཇུ་ལ་སྤོ་དང་གྱིབ་བསིལ་ཚུ་གུར་ད་གྱིས་ཡིན། དེ་ལུ་ སྤྱ་འི་ ལག་པ་ཟེར་ཡང་སྤྱབ་སྤོལ་ཡོད།	
༩༥༩	སྤྱི་མ་དམར་པོ། (དར་དཀར་ན།) རོར་གྱི་ཚུ་སྤེ་བྱིན་མ་ཡིན། བགས་ཀོ་བཤུ་སྤེ་ ཐག་པ་སྤེ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ ཡིན།	
༩༦༠	སྤྱི་མ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ལྷན་ ༤ པ་དང་ ༧ པའི་ནང་ལུ་ བགས་ཀོ་བཤུ་སྤེ་ཐག་པ་འཁལ་བདུབ། འདབ་མ་རོར་གྱིས་ཟས་ཡིན།	
༩༦༡	སྤྱི་མ། (དར་དཀར་ན།) སྤྱི་མ་པ། (མགར་ས།) སྤྱི་ནམ་འབྱར་གནག་མོ། སྤྱི་ནམ། (ཐིམ་ཕུག།) མེ་ཏོག་གཡུ་བཟུམ་སྤེ་ཤར་མ་ཡིན། སྤྱི་མ་འབྱར་ཁྱུག་པའི་སྐྱབས་ གོ་ལ་གུར་ འབྱར་ཞིན་མ་ལས་ སྤོག་པ་ལྷ་ཁག་ཡོད།	

༩༤༩	ཕྱི་མི། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་སྒོམ་སྤུ་འཛམས་ཅིག་འཁྱུང་ཡིན། རྟོག་མ་ཆུང་ཀྱ་ རྩོམ་མངར་ཅི་སྤྱར་ཅི་སྤྱེ་ ཟ་བདུབ་མི་ཅིག་ཡིན།	
༩༥༣	ཕྱི། (སྤུ་ན་ཁ།) ས་ཆ་སར་ བཟོ་ནམ་ཕྱགས་མ་བཟུམ་སྤེ་ སྒོམ་སྤུ་ཅིག་སྤེ་སྤེམ་ཡིན། ཐག་རིང་ ས་ལས་ལྷུ་ལྷ་དྲ་ ཉིག་མ་བཟུམ་སྤེ་མཐོང་མ་ཡིན།	
༩༥༤	ཕྱི་མ་པ། (མགར་ས།) རྟོན་ལྷུ་འདི་འཕྱར་སྤེ་ ངེམ་མན་མ་ལྷུ་ལྷ་དྲ་ ངེམ་གཏུག་ཁི་ཁི་སྤེ་ཡོད། ཕྱི་མ་འབྱར་འདི་གིས་ གཟུགས་ཁར་འབྱར་མ་ཡིན།	
༩༥༥	ཕྱི་ཕྱ་དཀར་ཕྱ་དྲ། (མགར་ས།) འདབ་མ་སྤུ་མི་མི་སྤེ་ཡོད། འདི་གིས་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་སྤེ་ཤར་ནི་ཡོད།	
༩༥༦	ཕྱི་ཕྱ་དཀར་ཕྱ་དྲ། (མགར་ས།) འདབ་མ་སྤུ་མི་མི་སྤེ་ཡོད། མེ་རྟོག་མངར་འཛིབ་བདུབ་ཡིན། མེ་རྟོག་ཚུ་བརྟོན་ ཞིན་མ་ལས་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་མཐུད་དེ་ ཕྱེད་མོ་ཕྱེད་ཡིན།	

༩༤༩	ཕག་དུག། (མགར་ས།) བཟོ་ནུམ་འཁན་པ་ཤིང་བཟུམ་སྟེ་ཡོད། རྟོན་ལྷུམ་འདི་ཕག་པ་ལུ་དུག་པ་ཡིན།	
༩༥༢	ཕག་པའི་གོན་ཅུ། (མགར་ས།) རྟོན་ལྷུམ་རྩུང་ཀྱ་ རོ་དང་ཤིང་ཀྱ་ལས་སྐྱེས་ཡིན། འདི་ག་ནི་ཡང་འབད་མི་བདུབ།	
༩༥༩	ཕག་པའི་ཇ་ཅུང། ཕག་པའི་ཕོ་ཅུང། (དར་དཀར་ན།) རྟོན་ལྷུམ་འདི་གི་ར་རྟོ་འདི་ ཕག་ཅུང་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཆོག་ས་རྟོ་འབྲན་འབྲ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ སྤྱི་རྟག་འདི་ཞོར་གྱིས་བཟ་ཡིན།	
༩༥༠	ཕང། (ལ་ཡག།) ཤིང་སྟོང་རན་རྟག་རྟོ་ཅིག་འགྱུ་བའི་ཁར་ འདབ་མ་རྩུང་ཀྱ་སྟེ་ཡོད་མིའི་ཤིང་ཅིག་ཡིན།	
༩༥༡	ཕང་སེ་ཤིང། (སྤྱི་ན་ཁ།) ས་བསིལ་རྩོད་ལྷན་སར་སྐྱེས་ཡིན། ཤིང་གི་སྟོང་ཕོ་དང་འདབ་མ་སྟོམ་རྩུང་རན་རྟག་རྟོ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཤིང་གི་རོབ་དང་གྱི་རྩུང་གཡུ་པ་ལ་སོགས་པ་བཟོ་བདུབ།	

༩༧༧	བ་ཀྲ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) འདབ་མ་སྒོམ་ཐད་རིལ་རི་ ཤིང་བརྟག་པ་ད་ཨོམ་འཐོན་མ་ཡིན། རོར་གྱི་ཆག་སྒེ་ བྱིན་མ་ཡིན། རྟོག་མ་གོང་རྟོ་སྒོམ་ རང་རྩལ་ཤན་ཐག་ལོག་ལོ་ མངར་མོ་སྒེ་བ་ བརྟུབ།	
༩༧༨	བ་གམ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) སྟོང་ཕུ་ཤིང་ཡོད་སའི་སྤང་ནང་ལས་ཕར་སྒྲེལ་ཡིན། འདབ་མ་སྒྲུ་སོག་སོ་སྒེ་ཡོད།	
༩༧༩	བ་གམ། བ་གམ་མའི་ཤིང་། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) ཤིང་འདི་མང་ཤོས་ར་ རུད་ཆད་སར་སྒྲེལ་ཡིན། འདབ་མ་དང་མེ་རྟོག་བརྟགས་རྟེ་ བསྐྱམས་ཞིན་མ་ལས་ ཆང་གི་ཕོ་བས་བཟོ་བརྟུབ་ཡིན།	
༩༨༠	བ་སྤང་རོབ་འབྲེལ། (དར་དཀར་ན།) ཕགས་ཀོ་འདི་གཟུགས་ཁར་རེག་པ་ཅིན་ གཡའམ་ཡིན། རྟོག་མ་འདི་བ་བརྟུབ་ པའི་ཁར་ འདབ་མ་རོར་གྱིས་བཟོ་ཡིན།	
༩༨༡	བ་ཅམ་མ་ཤིང་། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གུར་ ཤ་ཕུ་སྒྲེ་བའི་ཁར་ རྩ་ཕྱེ་ཚུ་བརྟགས་པ་འོང།	

999	བ་ཆམ། (མགར་ས།) ཏྲ་མགོ་གནགམོ། (ཐིམ་ཕུག།) མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་སྟེ་ཤར་བའི་ཁར་ རྟོག་མ་དམར་རུ་སྟེ་བཏགས་ནི་ཡོད། ལྷ་གི་དུས་ཚོད་ཏྲ་ཕྱི་བཟླ་ནིའི་སྟེ་ཤིང་ཅིག་ཡིན། མི་དང་ལྗང་མེས་ཅན་ག་གིས་ ཡང་མི་བྲ།	
999	བ་ཏར། བ་ཏརེ། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་ལོར་གྱིས་བཟུང་ཡོད། ཤིང་གྲར་ རོབ་འབྱེལ་བཟུམ་སྟེ་སྦྲར་ཏེ་བཏགས་པ་ ཡིན།	
999	བ་མ་དཀར་ཐུ། (སྦྲ་ན་ལ།) ས་རྩོད་སར་ཞིང་དང་སྤང་གི་མཐའ་མ་བདེ་ལྟེ་སྦྲེ་བའི་ཕྱའི་རིགས་ཅིག་ཡིན། འདབ་མ་ཕྱ་མི་མི་དང་རིང་སྦྲེ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྟོག་མ་ཕྱི་རུ་བཟུམ་སྟེ་ བཏགས་ནི་ཡོད།	
999	བ་ལུ་རྩུ་མ་མ། (སྦྲིང་བཞི།) བོ་སྦྲུམ་ཨ་ཞང། བ་ལུ་སྦྲུམ་ཨ་ཞང། (ལ་ཡག།) བཟོ་ནམ་བ་ལུ་སྦྲུ་ལུ་དང་འབྲ་སྦྲེ་ཅིག་ཡོད་རུང་ བསང་གཏང་མི་བདུབ། འདི་ལུ་ རིམ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ བསང་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་བདུབ་ཡིན།	
999	བ་ཤ་ཀ། (སྦྲིང་བཞི།) འདབ་མ་ཚུ་ ས་ཁ་དམར་སར་སྦྲེ་བའི་འཁན་པ་གི་འདབ་མ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད། རྟོག་ པ་ལས་པར་ སྦྲུམ་ཕུམ་མེ་ཏྲོག་བཟུམ་སེར་པོ་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད་མི་འདི་ རང་སྦྲུན་ རང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	

༩༩༧	བ་ཤ་མུ། སྒོང་རྟོག་ཤ་མུ། (ལ་ཡག།) བཟོ་ནམ་སྒོང་རྟོག་བཟུམ་སྒེ་ཡོད་པའི་ཤ་མུ་ ཟ་མི་བདུབ།	
༩༩༨	བ་ཤི་ཀ། (དར་དཀར་ན།) མོ་རྟོག་དཀར་པོ་སྒེ་ བྱུག་པ་དཀོན་པ་བཙོ་བ་བདུབ། ལྷག་ཤུགས་ཀྱི་ནད་ལུ་ ཕན་མ་ཡིན།	
༩༩༩	བང་གི་ཤ་མུ། (ཐིམ་ཕུག།) ཚོས་གཞི་ལི་ཁང་འཚམས་ཅིག་སྒེ་ ནང་ཀོ་སྒོ་སོབ་ སྐྱག་པག་པ་སྒེ་ཡོད།	
༩༩༠	བབ་ཤ་ནམ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་སྒོམ་སུ་ཅིག་དང་ སྐྱེ་ཁོག་ཁོ་སྒེ་ཡོད། སྐྱེ་རྟོག་ཁ་ལས་ སྐྱིམ་འབྱར་ བཏགས་ནི་ཡོད།	
༩༩༡	བམ་གོ་ལེ། (སྒྲིང་བཞི།) དར་ཚེལ་སྒོང་བཟུམ་སྒེ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ ཐལ་ཕ་བཟུམ་ཅིག་འཕོན་ནི་ཡོད། རྩུང་ཀྱ་སྒེ་སྟོད་པ་ད་ མར་ཁུ་ནང་བསྐྱེགས་ཏེ་བ་བདུབ་མ་ཚད་ ནང་ན་གི་ཐལ་ཕ་ བཟུམ་འདི་ ཁ་གྱར་མ་འཕོན་མ་ད་དབྱར་བ་ཅིན་ ངག་ནི་ཡོད། ནང་པའི་སྐྱན་ གཞུང་ནང་ལས་ ཕ་བ་དགོ་དགོ་བེར་སྐྱབ་ཡིན།	

༡༩༩	བལཔ་སེལུ (སྤྱ་ན་ལ།) ས་ཚ་སར་སྤྱོད་པའི་ཤིང་ སྤང་པོ་སྤོམ་ཆུང་རན་ཏྲག་ཏྲ་སྤེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྟོག་མ་ སྤོམ་མངར་ཏྲང་ཏྲ་སྤེ་ཡོད་པའི་ཤིང་འབྲས་ཅིག་ཡིན།	
༡༩༩	བི་དི། (བིམ་ཕུག།) ཤིང་ཕུ་རུ་སྤེ་ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་མ་སྤྱོད་པའི་སྤོམ་སྤོམ་ དཀྱོག་པ་ད་ལག་པ་དང་གོ་ལ་ གྲར་འབྲས་བའི་ཁར་ ལྷག་ཀྱང་སྤེ་ཡོད་པ་ད་ འདབ་མ་བཏོགས་ཏེ་ཆོད་མ་སྤེ་བཙོ་བ་ བཏུབ་ཡིན།	
༡༩༩	བེ་རམ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ས་བསིལ་རྩོད་ལྷན་ཏྲག་ཏྲ་ཡོད་སར་སྤྱོད་པའི་ཤིང་ འདབ་མ་ཆུང་ཀྱང་ རྟོག་སེམས་ ཅན་གྱིས་མི་བཟ།	
༡༩༩	བེ་རམ། (ལ་ཡག།) ཤིང་འདི་གྱུ་ལས་ མེ་ཏྲག་ཅིག་ཤར་ནི་ཡོད་མི་འདི་བཟ་བཏུབ། འདབ་མ་རྟོག་གིས་མི་བཟ།	
༡༩༩	བོད་པའི་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་ཆུ་རྒྱུ་འདམ་རྒྱུ་ནང་ལུ་སྤོམ་ཡིན། རྟོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་སྤེ་བཏགས་པ་ ཡིན། རྟོག་མ་འདི་བཟ་མི་བཏུབ།	

༩༩༧	བྱ་ཀ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་ཁ་ལས་ རིམ་ཅིག་ཡང་མནམ་ནི་ཡོད། གླང་གི་གཉའ་ཤིང་བཟོ་བརྟུབ་ པའི་ཁར་ རུས་ཚོད་དང་འཁྲིལ་ནོར་གྱིས་བཟ་ཡིན།	
༩༩༨	བྱ་གི་སྒྲ་མ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) རོབ་འབྲེལ་བཟུམ་སྟེ་ ཤིང་ཁར་འབྱར་ཏེ་སྒྲུལ་ཡིན། དེ་གི་རྩ་མ་འདི་ བྱ་གིས་ བསྟེ་ ཤིང་གཞན་གྱར་ཨ་ཕ་བཏང་བཞག་མི་ལས་སྒྲུལ་ཡིན། རྩ་མ་འདི་ མངར་མོ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ སྒྲིན་བཟུམ་སྟེ་འབྱར་ཕ་ཡིན།	
༩༩༩	བྱ་ཚོ་བོའི་བཟ་མ། (དར་དཀར་ན།) རྩ་མ་འདི་བྱ་ཚོ་བོ་གིས་བཟ་ཡིན། ཤིང་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་རུང་ འབྲུལ་རྒྱབ་ནི་ འདི་གིས་བྱིས་གྱི་ཤིང་ཆམི་བརྟུབ། ཤིང་སྟོང་སྟོམ་སྟེ་འགྲོ་བའི་ཁར་ ཨ་ར་ཡང་རྩ་ བརྟུབ།	
༡༠༠	བྱ་ཤིང། (སྤུ་ན་ཁ།) གནམ་བླ་ལུ་ འདབ་མ་རྩོམ་ཆོས་ཡོད་རུང་ དགུན་ལུ་འདབ་མ་བྱད་དེ་འགྲོ་ མི་ ས་རྩོད་སར་སྒྲེ་བའི་ཤིང་སྟོང་རྒྱང་ཀྱའི་རིགས་ཅིག་ཡིན།	
༡༠༡	བྱ་སེ། (སྤུ་ན་ཁ།) ཅེ་ཤིང། ཅེ་གནག་པོ། (དར་དཀར་ན།) རྩ་མ་ཕྱ་རུ་སྟེ་ ཆོཔ་དམར་ཁུ་བཙོར་ཏེ་ བསེ་མར་ཟེར་བ་བརྟུབ། ཤིང་གི་སྟོ་ ལོགས་ཁར་ལས་འགྲོལ་ད་ གཞུགས་གཡའ་བའི་ཁར་ རྩ་མ་རྒྱང་མ་ལག་པ་ གྱར་རིག་པ་དམ་འཐོན་ཡིན། ཤིང་གི་པོར་པ་དང་ལྷ་པ་ཚུ་གྱར་བསེ་གཏང་མ་ ཡིན།	

༣༠༣	བྱག་གུ་རམ། (གླིང་བཞི།) འདབ་མ་སྤྱུག་པག་པ་དང་སྒོར་སྒོ་འཚམས་ཅིག་སྤྱོད་པའི་ཁར་ མེ་ཏྲིག་ དམར་པོ་ཚོབ་ཚོ་སྤེལ་ནི་ཡོད། ལྷ་པ་པགས་ཀོ་བཤུ་སྤྱེ་བཅ་ད་ བློ་མངར་ཏྲང་ ཏྲ་སྤྱོད། འདི་ལུ་ནང་སྤྲན་ལས་ སྤོ་ལོ་དམར་པོ་བེར་སྤྲབ་ཡིན།	
༣༠༣	བྱང་ཚུ་མེམ། (དབང་འདུས་པོ་བྱང་།) འདབ་མ་བཏྲིག་པ་ད་ ཡོམ་བཟུམ་མའི་ཁུ་བ་འཐོན་མ་ཡིན། རོག་མ་ཕྱ་རུ་རུ་ རིང་མོ་སྤེ་བཏགས་པ་ཡིན།	
༣༠༤	བྱབ་ཚུ་གེ་གེ། ཏམ་བལ། (མགར་ས།) བྱེ་མདའ་ཤོག་པ། (དབང་འདུས་པོ་བྱང་།) ཤིང་དང་རྩོ་སྤོམ་ཚུ་གུར་སྤྱར་ཏེ་སྤྱེ་བའི་གེར་མ་གི་རིགས་ཅིག་ཡིན། ར་ཏྲོ་སྤོག་ ཞིན་མ་ལས་ ཞིང་གི་མཐའ་མ་ལས་པར་ བྱ་ཚུ་བདའ་ནི་གི་དོན་ལུ་ བྱ་བདའ་སྤེ་ བཞག་པ་ཡིན། ནང་སྤྲན་ལས་ ལྷུ་བུ་རེ་རེ་ལ་བེར་སྤྲབ་ཡིན།	
༣༠༥	བྱར་ཤིང་དགུན་ཤིང། (མགར་ས།) གནམ་བྱར་དགུན་མེད་པར་ ཏྲོན་མོ་སྤེ་སྤྲོད་པ་ཡིན། བུམ་པའི་ཁ་རྒྱན་སྤེ་བཀལ་ དོ་ཡོད་པ་ཡིན།	
༣༠༦	བྱར་ཏྲོན་མོ་དགུན་ཏྲོན་མོ། (དབང་འདུས།) ཤིང་འདི་སྤྱ་ཀྲག་སྤྱོད་པའི་ཁར་ ཏུས་བཞི་ནང་ར་འབད་རུང་ འདབ་མ་ས་ཁར་ མ་བུད་བར་སྤྲོད་པ་ཡིན།	

300	བླ་མ་ཐང་མའི་མེ་ཏྲག། (ལ་ཡག།) ལྷག་རི་སྐྱུག་པོ། (སྒྲིང་བཞི།) ལ་མཐོ་ས་ལྷ་མེ་ཏྲག་ཚུ་གི་གྲས་ལས་ འགོ་དང་པ་ཤར་མི་ཅིག་ཡིན། མེ་ཏྲག་འདི་ གི་བཟོ་ནུམ་འདི་ ལྷག་གི་རྩ་ཕ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། རང་པའི་སྐྱེ་གཞུང་ནང་ ལས་ འདྲེ་གྲང་ཟེར་སྐྱབ་ཡིན།	
301	བྱི་ཚུག་གོ། (དར་དཀར་ན།) རུ་རུམ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ལྷམ་མས་ཁྲར། (མགར་ས།) གནམ་དགུན་ལུ་ རོར་གྱི་ཚུ་སྟེ་བྱིན་མིའི་རོབ་འབྲེལ་ཅིག་ཡིན། རྟོག་མ་འདི་ཁག་ ཏེམ་བཟུམ་སྟེ་བཏགས་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ ཚོམ་ད་བ་བཏུབ།	
302	བྱི་ཚུ་མདའ། (དར་དཀར་ན།) རྟོག་མ་འདི་ཚོམ་ད་ གནམ་པོ་རྣོས་ཁིག་ཁི་སྟེ་ གོ་ལ་གྱར་འབྱར་མིའི་སྐྱིམ་འབྱར་ གྱི་རིགས་ཅིག་ཡིན།	
303	བྱི་ཚུ་མིག་ཏོ། (སྐུ་ན་ཁ།) ཤིང་སྟོང་ཆུང་སུ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྟོག་མ་དམར་རུ་རུ་སྟེ་བཏགས་ནི་ཡོད་པའི་ ཤིང་ཅིག།	
304	བྱི་ཚུ་མེ་ཏྲག་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) གླམ་ 10 པ་དང་ 11 པའི་ནང་ མེ་ཏྲག་ཤར་ནི་ཡོད་པ་ད་ དེ་བསྐྱར་ བྱ་དང་ བྱི་ཚུ་ཚུ་ག་ར་དེ་གྱར་འཁོར་ཕྱ་ཡིན།	

༩༡	བྱི་ཕུ་རོ་འབྱེལ། (དར་དཀར་ན།) ཤེལ་རོ་འབྱེལ། (མགར་ས།) རོ་འབྱེལ་འདི་ནོར་ལུ་ཆག་སྟེ་བྱིན་མ་ཡིན། དེ་གིས་ ནོར་སེམས་ཅན་ཚུ་ག་ ཉམས་རྒྱགས་པ་ཡིན།	
༩༢	བྱི་ཕུ་རོ་འབྱེལ། (སྤུ་ན་ལ།) བྱག་ཐག་རོ་འབྱེལ། (དར་དཀར་ན།) རོ་འབྱེལ་འདི་ ཆོད་ཞིང་གི་རུམ་བསྐྱམ་ནིའི་བཅིང་ཐག་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། ནོར་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་བཟ་ཡིན།	
༩༣	བྱི་ཕུང་ཤིང་གི་ཨ་ཞང། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་རྩམ་ཆེ་ཆེ་སྟེ་ ག་ནི་བ་འཇའམ་སྟེ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ མདའ་རྒྱབ་སའི་ འབའ་སྐྱོར་ནང་གྱི་བ་བསིལ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༩༤	བྱི་མ། བྱི་སྤྱུག། (ལ་ཡག།) སྤྱུག་ཅི། (སྤྱིང་བཞི།) འདབ་མ་སྤྱ་སོག་སོ་རིང་མོ་སྟེ་ཡོད་པའི་སྤྱུག་ལས་ གཡུ་པ་བྱུང་སྤྱ་ཅིག་དང་ དེའི་ སྤྱི་རྟོག་ལ་ལས་ མེ་རྟོག་རྟོན་མོ་ཆོ་ཆོ་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད། ར་རྟོ་དམར་པོ་སྟེ་ཡོད་མི་ འདི་བཞོ་སྟེ་བསྐྱམས་ཞིན་མ་ལས་ གཏོར་མ་གུར་ཆོན་སྟེ་གཏང་མ་ཡིན།	
༩༥	བྱི་ལི་མཐུག་མ། (སྤྱིང་བཞི།) ཡུ་པ་བྱུང་ལྷ་ འདབ་མ་སྤྱ་སོག་སོ་ ཞལ་ལག་གི་སྤྱི་རྟོག་ལ་ལས་མེ་རྟོག་སྤྱ་ཁོག་ ཁོ་རྟོན་མོ་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད། མེ་རྟོག་འདི་བསྐྱམས་ཏེ་ བསྐྱལ་ཞིན་མ་ལས་ཏམ་ལུ་ བཟུམ་སྟེ་འབྱུང་མ་ཡིན་མས།	

398	བྱི་ལི་སྤུལ་པ། (སྤྱིང་བཞི།) མེ་རྒྱ་ག་སེར་པོ་ཆུང་ཀྱ་རེ་ཤར་ནི་ཡོད། ར་རྩ་རྩ་ཐག་བཟུམ་ཡོད་མི་འདི་བཞོ་ཞིན་མ་ ལས་ཟམ་ད་ མངར་མོ་སྤེ་ཡོད་པ་ཡིན།	
399	བྱེ་ཀེ་ཆལ་ལྷ། (མགར་ས།) ཤིང་རྩང་ཁོག་ཁོ་ གླམ་ ༤ པ་དང་ ༥ པའི་ནང་ རྟོག་མ་དམར་རུ་རྩྭ་སྤེ་ བཏགས་ནི་ཡོད་མི་འདི་བཞོ་བཏུབ།	
399	བྱེ་མ་ལྷ་མོ་འུ་མེ་རྒྱ། (སྤུ་ན་ལ།) མེ་རྒྱ་ག་པོ་ད་ཀ་འཇའ་ཆི་ཆི་སྤེ་ཤར་ནི་ཡོད་ས་ལས་ ཐལ་མ་བཟུམ་ཅིག་ཡང་འཕྱོན་ ནི་ཡོད།	
390	རྩོ་ཡོས། རྟག་ཡོས། (ལ་ཡག།) ཞིང་དང་ཆུ་འཁྱུར་གྱི་ཡུར་བ་བདའ་སྤེ་སྤེ་བའི་གྱུར་མ་ རོར་སེམས་ཅན་གྱིས་ཟམ་ ཡིན།	
397	སྤྱ་མའི་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གི་རིང་ཐུང་ མི་གཟུགས་གང་དེ་ཅིག་ལས་བཞུལ་སྤྱོམ་མི་འགྲོ། རོར་ སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་བཟོ་འོང།	

399	སྒྲ་མའི་ཤིང་དམར་པོ། (དར་དཀར་ན།) རྟོན་ལྷུ་འདི་ རིམས་ཚད་དང་ ཁ་དང་སྒོད་མར་མ་རེ་འཐོན་མ་ད་དང་། གཟུགས་ཀྱང་ཤུགས་རྒྱབ་སྟེ་ནམ་ད་ ར་རྟོ་བཞོ་སྟེ་རྒྱ་ནང་སྤངས་ཞིན་མ་ལས་ འཕྱང་མ་ད་ཡན་མ་ཡིན།	
399	སྒྲ་པད་མའི་ཤིང་། (སྤུ་ན་ཁ།) ཤིང་འདི་ མང་ཤོས་ར་ ཤིང་སྤོང་གཞན་གྱར་སྤྱར་ཏེ་སྟེན་ཡིན། རྟོག་མ་ཕྱ་རུ་རུ་ བཀྲུག་དམར་པོ་སྟེ་བཏགས་ནི་ཡོད།	
399	དབུས་པའི་ཟླ། (སྤུ་ན་ཁ།) ཞིང་དང་སྤང་ནང་སྟེ་བའི་རྩ་འི་རིགས། འདབ་མ་ཕྱ་རུ་རུ་རིང་མོ་སྟེ་ཡོད། རྩ་འདི་ལོ་རྩེ་གིས་ཟམ་ཡིན།	
399	འབྲུམ་ཤིང་། (དབང་འདུས།) ཤིང་སྤོང་དཀར་པོ་སྟེ་ འདབ་མ་འོད་ཆེས་ཆེ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཤིང་ ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ ལས་ཕར་ པགས་ཀོ་བཤུ་སྟེ་ ཐགས་གི་ཁྱད་ཆོད་པ་སྟེ་རམ་བསྐྱམ་ནི་ཡོད་པ་མས།	
399	འབྲུམ་གསལ་དམ་ཤིང་། (དར་དཀར་ན།) རྒྱང་མའི་མཚུབ་མོ་རྩེ་འི་བར་ན་ ས་གིས་ཟ་སྟེ་མ་འཐོན་མ་ད་ སྤན་སྟེ་ལག་ལེན་ འཐབ་མའི་སྟེ་ཤིང་ཅིག། བྱ་ཤིག་གི་སྤན་སྟེ་ཡང་བཏུབ་པའི་ཁར་ ལོ་རྩེ་མེས་ཅན་ གྱར་འབྲུམ་རྒྱབ་སྟེ་མ་འཐོན་མ་ད་ སྤན་སྟེ་དབུར་མ་ཡིན།	

392	འབྲུག་པའི་སྤང་ཇ། (མགར་ས།) ས་ཁ་མཐོ་སར་སྐྱེ་བའི་སྤང་ཇ་ ར་བཟོ་བརྒྱབ་མི་ཅིག།	
393	སྤུལ་གྱི་དོམ། བག་པའི་དོམ། (མགར་ས།) རྟོན་ལྷུ་མ་འདི་གཅད་པ་ད་ བྱེ་ཏ་འཐོན་ནི་ཡོད་མི་འདི་ ལག་པ་གྲུར་རེག་པ་ཅིན་ གཡའམ་ཨིན། རྟོན་ལྷུ་མ་འདི་ཡོད་སར་ སྤུལ་འོང་མ་ཨིན་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན།	
394	སྤུལ་ཕུ་ཤ་མུ། (ལ་ཡག།) ནང་གོ་བརྟོན་བཀོ་ཞིན་མ་ལས་ བག་ས་གོ་འདི་ཟ་བརྒྱབ་ཨིན།	
395	སྤུང་མུ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་གཡའམ་ཁ་གཡོ་ཁ་ སྐམ་ད་སྤུང་གོ་ཁ་གཡའམ་ཨིན། འདབ་མ་ཞོར་གྱིས་ཟམ་ཨིན།	
396	སྤུང་འཛིབ་དམར་པོ། (ཐིམ་ཕུག།) ར་ཏྲོ་བཀོ་སྤེ་ པ་ནེའི་ཚབ་མ་སྤེ་ཟ་བརྒྱབ་ཨིན། སྤུང་འཛིབ་དཀར་པོ་ཟེར་མི་གཅིག་ཡང་ཡོད།	

333	སྐྱར་ཁག། (ཐིམ་ཕུག།) མེ་རྟོག་དཀར་པོ་ཚོ་བ་ཚོ་སྤེལ་མི་འདི་ ཚོད་མ་སྤེལ་བ་བུ་པའི་ཁར་ ཐོམ་ཁག་ དགས་འཚམས་ཅིག་སྤེལ་ཡོད། བྱང་སྐྱར་ནང་ལུ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
334	སྤྱི་ཤིང་ཐལ་ཁམ། (དབང་འདུས་པོ་བྱང་།) འདབ་མ་དགོག་པ་ད་ ཐལ་བ་བྱུང་སྤེལ་འགྱུ་ནི་ཡོད་པ་ལས་ དང་ཕུ་ འདབ་མ་གྱར་ ཡི་གུ་བྱིས་ཏེ་ཕར་རྒྱུ་བསྐྱལ་སྤེལ་ཡོད་པ་ཡིན། རྟོག་མ་གནག་རུ་རུ་སྤེལ་ ཚོ་པ་ད་ བ་བུ་པའི་ཁར་ བགས་ཀོ་བཤུ་སྤེལ་རྒྱ་ཚོད་ནང་བཙོ་སྤེལ་ རྟོག་མའི་བྱང་ཚོད་པ་ སྤེལ་བ་བུ་ཡིན།	
335	སྤྱི་ཤིང་། (སྤྱི་ན་ཁ།) རྟོག་མ་སི་སི་ཤིང་གི་རྟོག་མ་དང་ཆ་འདྲ་སྤྱི་ཅིག་སྤེལ་ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་ལེབ་ཁར་ ཡི་གུ་བྱིས་བུ་པའི་ཤིང་ཅིག།	
336	སྤྱི། (མགར་ས། ཐིམ་ཕུག།) ཤིང་རྒྱུ་སྤྱི་ཁག་སྤེལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྒྱུ་ཁོག་ཁོ་སྤེལ་ཡོད་པ་ཡིན། རྟོག་མ་འདི་ ཕུ་རུ་རུ་སྤེལ་ ཚོ་པ་ད་དམར་པོ་སྤེལ་འགྱུ་ནི་ཡོད། རྟོག་མ་འདི་ མི་དང་རྟོ་མ་རྒྱ་གིས་ བཙ་ཡིན། འདི་ལུ་སྐྱར་གཞུང་ནང་ལས་ སྤྱི་ཟེར་སྤེལ་ཡིན།	
337	མ་ནི་རུ་རྟ། (ཐིམ་ཕུག།) འདབ་མ་སྤེལ་སྤེལ་ཡོད་པའི་ཁར་ ར་རྟོ་ས་སྤྱི་དང་ཆ་འདྲ་སྤྱི་ཅིག་སྤེལ་འོང་ཡིན། ར་ རྟོ་འདི་བྱིས་ཞིམ་རྟོ་རྟོ་སྤེལ་ཡོད་པ་ལས་ བསྐྱལ་སྤེལ་ཞིན་ན་བསང་སྤེལ་གཏང་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ བྱང་པའི་སྐྱར་དང་སྤེལ་གྱི་རྒྱས་སྤེལ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	

ཕྱ.ཕྱ	མར་གྱི་ཤིང། (སྤུ་ན་ཁ། དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ས་རྩོད་སར་སྐྱེ་བའི་ཤིང་ རྟོག་མ་མར་ཁུ་སྐྱེ་བཙོར་བརྟུབ་ཡིན། དེ་ལུ་མར་སྐོ་ རྒྱལ་མོ་ཟེར་ཡང་སྐྱབ་སྒོལ་ཡོད།	
ཕྱ.ཕྱ	མར་སྐོར་མིའི་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) འདབ་མ་མར་བཟུམ་སྐྱེ་བཟད་རིལ་རི་སྐྱེ་ཡོད།	
ཕྱ.འ	མར་ཤིང། སྐང་ཀ་སྐོ་ཐུ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་འཇམ་རྟོང་རྟོ་ འདབ་མའི་དབྱིབས་མར་བཟུམ་སྐྱེ་ཡོད།	
ཕྱ.འ	མར་ཤིང། མར་ཤིང་ཨ་ཞང། (དར་དཀར་ན།) ལ་ཁར་འདབ་མ་སྐོམ་སྤུ་སྐྱེ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ མར་སྤུར་ཕ་ཡིན། ས་ཁ་དམའ་ སར་ འདབ་མ་རྒྱུང་ཀྱ་སྐྱེ་ཡོད།	
ཕྱ.འ	མར་ཤོམ། (ཐིམ་ཕུག།) ལ་མཐོ་སར་སྐྱེ་བའི་འཁར་མ་གྱི་ནང་གསེས་ཅིག་ཡིན། འདབ་མ་སྐོམ་སྤུ་ཅིག་སྐྱེ་ ཡོད་པ་ལས་ མར་དང་དར་ཚོལ་རྒྱ་སྤུར་ཕ་ཡིན། སྤུན་གཞུང་ནང་ལས་ སྤུག་མའི་ མེ་རྟོག་ཟེར་སྐྱབ་ཡིན།	

མེ་རྟོག་དཀར་ཟུ། ཡའི་མེས་མེས་ཆུ་དཀར། (ལ་ཡག།) ཨ་པའི་མགོ་ལ། (གླིང་བཞི།) མེ་རྟོག་དཀར་པོ་ཚོ་ཚོ་སྤེལ་ཤར་ཡིན། ལ་ཡག་པའི་གཞི་བདག་ཡའི་མེས་ཟེར་ མི་གི་མེ་རྟོག་ཡིན་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། མེ་རྟོག་འདི་ སྤམ་གཞུང་ནང་ སྤང་ཅི་དོ་ བོ་ཟེར་སྤྲུབ་ཡིན།		
མེ་རི་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་ཞོར་གྱི་ཆག་སྤེ་བྱིན་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།		
མེན་ཆུ་ཐིང་ངེ། (སྤུ་ན་ཁ།) འདབ་མ་ཆུང་སྤུ་ཅིག་དང་ ཤིང་ཆུང་ཁོག་ཁོ་སྤེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རོག་མ་ཆུང་ཀུ་སྤེ་ བཏགས་ནི་ཡོད། ཐིང་ངེ་འདི་ལུ་ཡིག་དེ་ཆུན་ཚོད་མེད་པའི་ཁར་ རིམ་ཅིག་ཡང་ མནམ་ནི་ཡོད། ཐུག་པ་དང་ཨེ་རྩམ་ནང་སྤྲུག་པ་ཡིན།		
དམར་ཆུ་རོབ་འབྲེལ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) རོབ་འབྲེལ་འདི་གཙང་པ་ད་ ཡིམ་བཟུམ་ཅིག་འཐོན་ནི་ཡོད། བ་བཞོ་མི་ལུ་བྱིན་ པ་ཅིན་ ཡིམ་ལེ་ཤ་འཐོན་མ་ཡིན།		
དམར་ཆུ་མ། (མགར་ས།) བཟོ་རྒྱུ་ཐོ་ཆག་བཟུམ་སྤེ་ ལུ་པ་རྟོན་མོ་སྤེ་སྤང་ནང་ལས་པར་སྤྲུམ་ཡིན།		

338	དམརམོ་རོབ་འབྲེལ། (དར་དཀར་ན།) རོབ་འབྲེལ་འདི་གི་དོག་མ་ ཤ་ཁ་གོང་ཏོ་རིལ་རི་སྒྲེ་བཏགས་མི་འདི་བ་བརྟུབ། རོབ་འབྲེལ་འདི་ རམ་གི་བཅིང་ཐག་ཡང་འབད་བརྟུབ།	
339	དམརམོ། (ཐིམ་ཕུག།) འདབ་མ་སྒྲ་ཀླག་སྒྲ་སོག་སོ་སྒྲེ་ རྒྱུ་རྒྱུ་འདམ་རྒྱུ་འདམ་ཞུ་བའི་ཀེར་མ་གི་རིགས་ ཅིག་ཡིན། རམ་དགུན་ལུ་ རོར་གྱི་གདན་སྒྲེ་ཐིང་མ་ཡིན།	
340	གཞུ་རིངམོ། (དབང་འདུས།) ཞིང་ནང་ལས་ཕར་ཉོན་ལུ་སྒྲེ་སྒྲེམ་ཡིན། རོར་སེམས་ཅན་གྱིས་བ་བའི་ཁར་ མང་ཤོས་ར་ཕག་པ་གི་ལྗོ་སྒྲེ་བྱིན་མ་ཡིན།	
341	གཞུང་གི་རྩ། (དར་དཀར་ན།) རྩ་གི་སོན་འདི་ བརྩད་ཅན་ཅིག་འབདམ་ལས་ སྒོ་རོར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ གཞུང་ལས་བཀྲམ་སྒྲེལ་འབད་མི་འདི་ཡིན།	
342	གཞུང་གམ། (དར་དཀར་ན།) ཞུང་ལག་གིས་ ར་དཀྱག་ཞིའི་དོན་ལུ་ར་ལྷག་བཅོམ་ཡིན། ཞིང་འདི་གིས་ དོག་ མ་བཏགས་ཞི་ཡོད་རུང་ ཟ་མི་བརྟུབ།	

ཕྱལ་པོ་	མ་ཤ་ལྷུ་ མ་ཙོ་ཤ་ལྷུ་ (ལ་ཡག།) བཟོ་ནམ་གཟུགས་ཁའི་མ་ བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཤ་ལྷུ་ ཟ་མ་བདུབ་མི་ཅིག།	
ཕྱལ་པོ་	མིང་ཙུང་། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྟོང་རྒྱུ་གི་རིགས། ཤིང་འདི་གྲུར་ མར་འབྱར་ནི་མེད་པ་ལས་ ཡོམ་ དགོག་ནིའི་སྟུབ་མའདའི་འཁར་མ་བཟོ་བདུབ།	
ཕྱལ་པོ་	སྟན་རྒྱུ་མའི་ཤིང་། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་རྒྱ་མ་བསྐྱམས་པར་ཡུན་རིང་མེས་སྟེ་སྟོན་རྒྱུགས་མི་ཅིག་ཡིན། ཤིང་འདི་ འཇམ་རྟོང་རྟོ་འབད་མ་ལས་ མཁྱོགས་པ་ར་ཟམ་འགྲོམ་ཡིན།	
ཕྱལ་པོ་	སྟན་ཙུང་། (སྟུ་ན་ལ།) ཤིང་རྩང་ཁོག་ཁོ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྟོག་མ་བྲོམ་སྐྱར་པ་སྟེ་བཏགས་པ་ཡིན། རྟོག་ མ་མང་ཤོས་ར་ ཆོས་རྒྱལ་ནིའི་ནང་སྐྱར་ཅི་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
ཕྱལ་པོ་	སྟན་ཙུང་མེ་རྟོག། (སྟུ་ན་ལ།) མེ་རྟོག་དམར་པོ། (དར་དཀར་ན།) གནམ་དགུན་ལུ་ མེ་རྟོག་དམར་པོ་སྟེ་ཤར་མ་ཡིན། མང་ཤོས་ར་ ཞིང་གི་ མཐའ་མ་བདའ་སྟེ་ རམ་སྟེ་བཏུགས་པ་ཡིན།	

342	སྒྲོ་རོ་འབྲེལ། (དར་དཀར་ན།) ས་ཁ་ལས་པར་ རོ་འབྲེལ་བཟུམ་སྒྲོ་བསྐྱར་ཏེ་སྒྲེལ་ཡིན། གུང་ཤུགས་རྒྱབ་སྒྲོ་ ཁ་དང་སྒྲོད་མར་མ་ འཐོན་མི་ལུ་པན་མ་ཡིན།	
343	སྒྲོ་དི། (སྒྲིང་བཞི།) འདབ་མ་ཕྱེ་མ་རུ་ཅུ་ མེ་རྟོག་དཀར་པོ་སྒྲོ་ཤར་ཤ་ཡིན། མེ་རྟོག་བྱད་ཞིན་མ་ལས་ རྟོག་མ་བྱར་གསུམ་སྒྲོ་བཏགས་ནི་ཡོད། འདབ་མ་ཆོད་མ་བཙུ་སྒྲོ་བ་བཏུབ་ཡིན།	
344	སྒྲོ་ཤ་ཤ་ལྷ། དོ་མ་ཤ་ལྷ། (མགར་ས།) དོ་མ་ཤིང་གུར་སྒྲོ་མིའི་ཤ་ལྷ་ ཟ་བཏུབ་ཡིན།	
345	ཅམ་པ་ཀ་མེ་རྟོག། (སྒྲོ་ན་ལ།) ཤིང་སྒྲོང་སྒྲོམ་སྒྲོ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྟོག་མ་དཔའ་ཏྲགས་བཟུམ་སྒྲོ་བཏགས་ནི་ཡོད། མཆོད་པའི་མེ་རྟོག་ཅིག་ཡང་ཡིན།	
346	ཅམ་ཅི། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་ཞོར་གྱི་ཆག་སྒྲོ་བྱིན་མ་ཡིན།	

ཕྱེད	ཅིག་ཨ་ཞང། གངས་ལེ་མེ་རྟག། (གླིང་བཞི།) འདབ་མ་སྒྲོར་སྒྲོ་འཛམས་ཅིག་གུར་ སྤྲ་དཀར་པོ་སོབ་སོ་སྟེ་ཡོད། མེ་རྟག་ དམར་པོ་སྟེ་འདབ་མའི་འོག་ལས་གཡིབས་ཏེ་ཤར་ཤར་མ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད། རང་པའི་ སྐྱ་གཞུང་ལས་ གཉན་འདུལ་བ་ཟེར་སྟབ་ཡིན།	
ཕྱེད	ཅི་རྟག། (གླིང་བཞི།) ཡུ་པ་ཕྱ་སི་སི་གི་སྤྲ་རྟག་ཁ་ལས་ མེ་རྟག་གོང་རྟོ་རི་རི་ཚོ་བ་ཚོ་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད། རོར་སེམས་ཅན་གྱིས་བ་བདུབ་མི་ཅིག་ཡིན།	
ཕྱེད	ཅིབ། ཅིབ་ཅིབ། (གླིང་བཞི།) ཡུ་པ་དམར་པོ་ཁོག་སྟོང་དང་ འདབ་མ་འོད་སི་བཟུམ་སྟེ་ཡོད། མེ་རྟག་རྟོ་མོ་ ཚོ་བ་ཚོ་སྟེ་ཤར་མི་འདི་བསྐྱམས་ཞིན་མ་ལས་ ཕྱེ་བསྐྱལ་ཏེ་ཏམ་ཁུ་བཟུམ་སྟེ་འཁྱུང་ པ་ཅིན་ ཡམས་ཀྱི་སྐྱ་སྟེ་བདུབ་ཡིན། རང་པའི་སྐྱ་གཞུང་ནང་ལས་ ཅད་ཟེར་ སྟབ་ཡིན།	
ཕྱེད	བཙོད་ཨ་ཞང། (དར་དཀར་ན།) བཙོ་རྒྱམ་བཙོད་བཟུམ་སྟེ་ཡོད། འདབ་ལེབ་འདི་ མདའ་གུར་སོག་སོག་སྟེ་རྒྱབ་ བདུབ།	
ཕྱེད	བཙོད། (སྤྲ་ན་ཁ། དར་དཀར་ན།) ཨོན་ཏ་དམར་པོ་བཙོ་ནི་དང་ སྤྲ་པ་ཚོས་དམར་པོ་རྒྱབ་བདུབ་པའི་རྟོན་ལྷུ་མ་ཚ་ རྟོག་མྱོ་སྟེ་ཡོད་མི་ཅིག།	
ཕྱེད	ཅ་ཞོམ། (སྤྲ་ན་ཁ།) རྟོན་ལྷུ་མ་འདབ་ལེབ་སྟོམ་སྤྲ་ཅིག་སྟེ་ རྒྱ་ནག་པད་ཚོད་དང་འབྲ་སྤྲ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་མི་ ཅིག།	

369	ཕ་ཤོམ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) ཕ་ཞོམ། (མགར་ས།) འདབ་མ་པ་ནི་གི་ཚབ་སྟེ་ རྟོག་མ་དང་གཅིག་ཁར་བརྟུབ་མིའི་རྟོན་ལྷུ་ཅིག་ ཡིན། འདབ་ལེབ་བརྟོག་པ་ད་ རྟངས་ལས་ཐག་པ་བཟུམ་ ལྷ་སི་སི་སྟེ་འཐོན་མ་ ཡིན། རྟངས་ལྷན་གྱི་གཞུང་ལས་ ཐ་རམ་ཟེར་སྟབ་ཡིན།	
370	ཕང་ཀོ་མ། (དར་དཀར་ན།) འདབ་ལེབ་སྟོམ་སྟེ་ རོར་གྱིས་བ་ནི་ཡོད་པའི་ཕང་ཤིང་ཅིག་ཡིན། ཕང་འདི་བཟོ་ ནམ་ ཉ་གི་ཀོ་མ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད།	
370	ཕང་དཀར་ཕུམ། (དར་དཀར་ན།) རོབ་འབྲེལ་བཟུམ་སྟེ་བསྐར་ཏེ་སྟེ་མིའི་ཕང་ འདབ་མ་སྟོམ་སྟེ་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན།	
371	ཕང་ཚལ་ལྷ། (མགར་ས།) ཚལ་མ་ཚལ་ལྷ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) སེ་ལེན་མིའི་ཤིང་། ཕང་ཚལ་ལྷ། (དར་དཀར་ན།) སྟོང་པོ་དང་འདབ་མ་གཉིས་ཆ་ར་ ཕང་གིས་སྐར་ཏེ་ཡོད་པའི་ཕང་ཤིང་ཅིག་ཡིན། རྟོག་མ་ཚལ་ད་སེར་པོ་འགྱུ་བའི་ཁར་ ཟམ་ད་མངར་མོ་སྟེ་འོང་མ་ཡིན།	
372	ཕང་ཤིང་། (དར་དཀར་ན།) ས་ཁ་དམའ་སར་སྟེ་བའི་ཤིང་ཅིག། ཤིང་སྐྱ་ཀྱག་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ གཟན་སྟེ་དང་ རྟོག་ཅིའི་གཡུ་པ་ཚུ་བཟོ་བརྟུབ།	

ལྟེན་པ་	ཆེ་དཀར་པོ། (དར་དཀར་ན།) ས་ཁ་དམའ་སར་སྐྱེ་བའི་ཤིང་ཅིག། ཤིང་འདི་དཀར་པོ་ཡིན་རུང་ བྱང་ན་ལས་སྤྱིན་ གནག་པོ་སྤེལ་ཐོན་མ་ཡིན།	
ལྟེན་པ་	ལྷ་ཀྲ་ཤ། (དར་དཀར་ན།) འོར་གྱི་ལྷ་སྤེལ་བྱིན་མིའི་ལྷ་ཅིག་ཡིན། སྤྱོད་པ་ཤོད་ཀ་སྤེལ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ཕྱག་སམ་ བཟོ་བཏུབ་ཡིན།	
ལྟེན་པ་	ལྷ་ཀྲ་ཤ། (སྤྱོད་པ་ཤོད་ཀ་སྤེལ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ཕྱག་སམ་བཟོ་བཏུབ་ཡིན།) ས་ཆ་ས་ལུ་སྤེལ་བྱིན་མིའི་ལྷ་ཅིག་ཡིན། བྱང་ཆ་ཤོད་ཀ་སྤེལ་ཡོད་མི་དེ་ བྱམ་པའི་ཁ་རྒྱན་དང་ ཕྱག་སམ་སྤེལ་ཡང་བཏུབ་ཡིན།	
ལྟེན་པ་	ལྷ་ལྷ་ཤ། (དར་དཀར་ན།) ས་དམའ་ས་ལུ་སྤེལ་བྱིན་མིའི་ལྷ་ཅིག་ཡིན། ས་སྤེལ་བཟུམ་སྤེལ་ཡོད། འདབ་ལེབ་འོར་གྱིས་ བཟོ་ཡིན།	
ལྟེན་པ་	ལྷ་ལྷ་ཤ། (དབང་འདུས་པོ་བྱང་།) སྤྱིན་ལྷ། (ལ་ཡག།) ཆུའི་མཐའ་དང་ཨ་རིང་གི་སོ་ཁ་ལས་པར་སྤེལ་བྱིན་མིའི་ལྷ་ཅིག་ཡིན། སྤེལ་བཟུམ་སྤེལ་ཆོག་ས་ ཆོག་སྤེལ་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན། སྤྱིན་གཞུང་ལས་ མཆོ་ལྷ་མ་ཟེར་སྤེལ་ཡིན།	

343	ཆོགས་ཏྲོ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཁྱུ་རྩལ་འདམ་རྩལ་ཡོད་ས་ལས་ཡར་སྐྱེ་བའི་རྩྱ་ལྷུ་མ་ བཟོ་ནམ་པ་ནི་ར་ཏྲ་བཟུམ་སྤྱོད། འདི་བཟི་མི་བདུབ།	
344	ཆོ་ལྷུ་མ། ཆོ་པ་ར། (སྤྱིང་བཞི།) ཁྱུ་རྩལ་འདམ་རྩལ་ནང་ལས་ཡར་སྐྱེ་བའི་རྩྱ་ སྤྱིང་ཁོ་སྤྱེ་དུང་ཅུང་བཟུམ་སྤྱོད་པའི་ཁར་ མཚམས་མཚམས་སྤྱེ་ཆོགས་ཏྲོ་ཡོད་མི་ཅིག།	
345	ཆོ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་རྩྱ་རུ་རུ་དང་རུ་མ་ཆེ་ཆེ་སྤྱོད། ཤིང་འདི་ཞིང་གི་མཐའ་མ་བསྐྱོར་ཏེ་ རམ་བསྐྱོར་ནི་གི་ཅོག་ཕུར་སྤྱེ་བཏོག་པ་ཡིན།	
346	མཚོ་དག། (མགར་ས།) ཁྱུ་འདབ། ཁྱུ་དག། (དབང་འདུས་ལོ་བྱང་།) ཁྱུ་རྩལ་འདམ་རྩལ་ནང་ལས་ཡར་ འདབ་ལེབ་རིང་མོ་ རྩྱ་ས་སྤྱེ་བཟུམ་སྤྱོད། རྩྱ་འདི་ ཆོ་རིམས་དང་རྒྱང་ཆོགས་ལག་ཆོགས་ན་མི་ཁྱུ་ལུ་པན་མ་ཡིན། གཟུགས་རྩོད་འབར་རྒྱབ་མི་ཁྱུ་ འདབ་མ་བར་ཞིན་མ་ལས་ གདན་སྤྱེ་ཐིང་པ་ཅིན་ རྩོད་མར་པབ་རྒྱབ་ཡིན།	
347	མཚོ་སྤྱན་རྒྱལ་མོ། (མགར་ས།) རྩྱ་ལྷུ་མ་འདི་ ཁྱུ་རྩལ་འདམ་རྩལ་ནང་ལས་ཡར་སྐྱེ་ཡིན། བྱོམ་ཁ་ཆ་ཐང་ཐ་སྤྱེ་ ཡོད་པའི་ཁར་ མེ་ཏོག་དམར་རུ་སྤྱེ་ཤར་ནི་ཡོད། རྩྱ་སེམས་ཅན་གྱིས་བཟ་ ཡིན།	

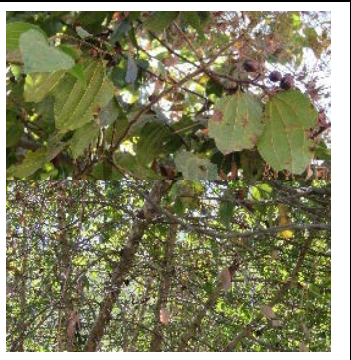
399	འཚོར་མ་དམར་མུ། (ལ་ཡག།) སྒྲེར་པ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་འདི་རྩང་ཁོག་ཁོ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་མ་ཡང་ཐད་སྒོར་མ་འཚོམས་ཅིག་སྒྲེ་ མཐའ་མ་བདའ་སྒྲེ་རྩང་ཡོད། རིམ་གྱོ་འབདམ་ད་ ལྷན་ནང་འཕང་སྒྲེ་བཙུགས་པ་ ཡིན།	
399	ཞིམ་ཕྱི་དཀར་པོ། (མགར་ས།) རྟོག་མ་དཀར་པོ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་སྒྲེ་བཏགས་ནི་ཡོད་མི་འདི་ བརྟུངས་ཞིན་མ་ལས་ཨེ་ རྩམ་ནང་སྒྲུགས་ཏེ་བཅ་ཡིན།	
390	ཞིམ་ཕྱི་གནག་པོ། (མགར་ས།) རྟོག་མ་གནག་པོ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་སྒྲེ་བཏགས་ནི་ཡོད་མི་འདི་ མང་ཤོས་ར་ འཛར་མ་ མར་སྒྲེ་ནང་སྒྲུག་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།	
397	ཁྱུང་ཁེ་ཨ་ཞང། (སྤུ་ན་ལ།) བཟོ་ནམ་ཁྱུང་ཁེ་བཟུམ་སྒྲེ་ཡོད་རུང་ འདབ་མ་གི་བཟུག་དཀར་པོ་འཚོམས་སྤུ་ཅིག་ སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཤིང་ཅིག་ཡིན།	
399	ཁྱུང་ཁེ། (སྤུ་ན་ལ།) ས་བམིལ་རྩྭ་ལྷན་སར་སྒྲེ་བའི་ཤིང་ སྒྲོང་པོ་ཆེ་རྩྭ་རྩྭ་ཏྲོག་ཏྲོག་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་མ་ཏྲོ་ཆོབ་ཆོསྒྲེ་ གོ་ལའི་ཆོས་རྒྱབ་བཏུབ་མི་ཅིག་ཡིན།	
399	ཞོ་དུག། (ལ་ཡག།) བོང་བ་ནག་པོ། སྒྲན་ཆེན། (སྤིང་བཞི།) ཤིང་དང་འདབ་མ་ ས་ཁ་དམའ་སའི་འཁན་པའི་བཟོ་ནམ་བཟུམ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ མེ་ཏྲོག་ཏྲོན་མོ་སྒྲེ་ཤར་ནི་ཡོད། རྩྭ་འདི་དུག་སྒྲེ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་རུང་ སྒྲན་གྱི་ རྩམ་སྒྲེ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། འདི་ལུ་བཅོན་དུག་ཟེར་ཡང་སྒྲུབ་ཡིན།	

ཕ/འཕ	ཞོ་དེ། (སྒྲིང་བཞི།) འདབ་མའི་བཟོ་རྒྱུ་ རོ་ཁྱིའི་ཕྱེ་བཟུམ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ མཐའམ་བདའ་སྒྲེ་རྩང་ བཟུམ་སྒྲེ་ཟར་ཟེར་བཏང་སྒྲེ་ནི་ཡོད། མེ་རྟོག་སེར་རུ་རུ་སྒྲེ་ཤར་ནི་ཡོད་པའི་མེ་རྟོག་ གི་རིགས་ཅིག།	
ཕ/འཕ	ཞོ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) ཤིང་འདི་བརྟོགས་རྟེ་ས་ཁར་བཙུགས་པ་ད་ མཁྱེགས་པར་སྒྲུལ་ལས་ རམ་ བསྐྱོར་མ་ཡིན། ཤིང་འདི་འཇམ་རྟོང་རྟོ་སྒྲེ་ཡོད་མི་དེ་གིས་ འབག་པ་བཟོ་བཏུབ། ཁྱིམ་གྱི་མཐའ་འཁོར་དང་ཞིང་གི་མཐའམ་བདའ་སྒྲེ་ རྒྱང་མ་བཀག་ནི་སྒྲེ་ བཙུགས་པ་ཡིན།	
ཕ/འཕ	ཟ་ཞི་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་བཟོ་རྒྱུ་ཞི་དང་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་ཚུ་ག་ནི་ཡང་འབད་མི་བཏུབ།	
ཕ/འཕ	ཟན་རྩ་ཤིང། (མགར་ས།) ཟན་རྩ་ཤིང།(སྒྲུ་ན་ལ། དར་དཀར་ན།) ས་བསིལ་རྩོད་ལྷན་སར་སྒྲེ་བའི་ཤིང་ སྒྲོང་པོ་སྒྲོམ་རྒྱང་རན་རྟོག་རྟོ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ ཁར་ འདབ་མ་སྐྱམ་ད་ ཏམ་ཁུ་བསྐྱེལ་རྟེ་འཐུང་སྒྲོལ་ཡོད་མི་ཅིག།	
ཕ/འཕ	ཟམ་ཐུ་མའི་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) ཤིང་འདི་ཨེན་ཀ་སྒྲེ་ཡོད་པ་ཡིན། རྟོག་མ་གནག་པོ་སྒྲེ་བཏགས་ནི་ཡོད། རྟོག་མ་ འདི་ མི་དང་སེམས་ཅན་གཉིས་ཆ་ར་གིས་བ་བཏུབ་ཡིན།	

༩༩	ཟར། (ཐིམ་ཕུག།) འདབ་མ་ཕུ་རུ་སྟེ་དཔུངས་ཏེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྟོག་མ་བཟོ་ནམ་འབྲུལ་བཟུམ་སྟེ་ བཏགས་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། ཤིང་འདི་ཆོ་སྲ་ནི་དེ་གིས་ བྱིམ་མའི་ཤིང་ཆ་སྤྱི་དང་ ལྷག་པར་དུ་སྟོན་ཐེ་བཟོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།	
༡༠༠	ཟེ་ཁ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་རྩུང་སྤྱི་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ འདབ་མ་རུམ་ཆེ་ཆེ་སྟེ་ཡོད། ཤིང་འདི་བྱི་གྱི་ སྟོ་ཁར་ ཕྱགས་སྟེགས་རག་རོ་ཚུ་འཕྲག་ནི་དོན་ལུ་ ཕྱགས་མ་སྟེ་བཏྲག་པ་ཡིན།	
༡༠༡	ཟོ་ཆག་གནག་མོ། (དར་དཀར་ན།) ཟོ་ཆག་འདི་ལུ་ རྩེ་ལེ་ཤ་མེད་ནི་དེ་གིས་ ཁོར་དང་ཕག་པ་ལུ་བར་སྟེ་བྱིན་མ་ཡིན།	
༡༠༢	ཟོ་ཆག་དཀར་པོ། (དར་དཀར་ན།) ལྷམ་ ༥ དང་ ༧ པའི་ནང་ རྟོག་མ་བཏགས་ནི་ཡོད། མེ་རྟོག་བཏྲགས་ནི་ན་ མེ་རམ་རྒྱབ་ནི་ནམ་ལས་ ཆོད་མ་བཟོ་བ་བཏུབ། འདི་གིས་ཁྲག་ཤུགས་ལུ་ཕན་མ་ ཡིན།	
༡༠༣	ལྷག་པ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྟོང་སྟོམ་སྟེ་འགྱུ་མའི་ཤིང་གི་རིགས་ཅིག་ཡིན། ཐབ་ཤིང་རྩུང་མ་གཅིག་མ་གཏྲགས་ འབྲུལ་རྒྱབ་ནི་དེ་གིས་ བྱི་གྱི་ཤིང་ཆ་མི་ བཏུབ།	

༤༠༤	འོད་སི་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) འོད་སི། (དབང་འདུས།) ཤིང་གཡའ་ཁྱ་གཡོ་ཁྱ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྫོག་མ་ཚེད་ད གནག་རུ་རུ་སྒྲེ་བ་བཏུབ་ མི་ཅིག་ཡིན། ཤིང་འདི་གི་འདབ་མ་ ཁོར་གྱི་ཆག་སྒྲེ་བྱིན་མ་ཡིན།	
༤༠༥	ཡི་ཀ་ཤིང། (སྤུ་ན་ཁ།) ས་རྩོད་སར་སྒྲེ་བའི་ཤིང་ སྤོང་པོ་སྒྲོམ་གྱི་རིགས། འདབ་མ་སྒྲོམ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྫོག་མ་མར་ཁུ་བཙུར་ཏེ་བ་བཏུབ། དེ་ལུ་ ཡི་ཀ་ཤིང་བཅར་ཡང་སྤྲོབ་སྒྲོམ་ཡོད་པ་ ཡིན།	
༤༠༦	ཡོ་མོ་སི་སི། ཡའི་ཡོ་མོ་སི་སི། (གླིང་བཞི།) རྫོག་མ་ཡམ་རུ་ཀྱ་ལི་བཟུམ་སྒྲེ་ ཚེད་ད་བོམ་སྤྲུམ་སྒྲེ་བ་བཏུབ། འདི་ལུ་ སྤྲན་ གཞུང་ལས་ འོལ་མོ་སེ་བཅར་སྤྲོབ་ཡིན།	
༤༠༧	ཡོས་རྟོས། རོམ་མའི་རྟོ། (ལ་ཡག།) ས་ཁ་མཐོ་སར་སྒྲེ་བའི་རྟོན་ལུམ་ འདབ་མ་སྒྲོམ་སྤུ་སྒྲེ་ཡོད་མི་ཅིག། རྫོག་མ་ དམར་རུག་རུ་སྒྲེ་བཏགས་མི་འདི་ ལ་ལུ་གིས་བཙོ་ཡོད་པ་ཡིན།	
༤༠༨	གཡག་ག་མི་དོ། (ལ་ཡག།) རྟོན་ལུམ་འདི་ ཚོས་གཞི་རྟོན་མོ་འཚམས་ཅིག་ ས་ཁ་མཐོ་སར་སྒྲེ་མ་ཡིན། འདི་ ཁོར་གྱིས་དུམ་ག་རེ་བཙུག་ཡིན།	

༤༠༩	གཡང་ཤིང། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང།) ཕགས་ཀོ་སྐྱག་ཕག་པ་འཆམས་ཅིག་སྟེ་ ཤིང་སྤོང་སྟོམ་འགྲོ་མི་ཅིག་ཡིན། ཤིང་ འདི་འབྲུལ་རྒྱལ་ནི་དེ་གིས་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་མི་བདུབ། འདབ་མ་ཞོར་གྱིས་བཟ་ ཡིན།	
༤༡༠	གཡུས་རྩོ་རོབ་འབྲེལ། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང།) དང་སྟེ་ ཞོར་བཏགས་ནི་འེ་ཐག་པ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། རྩོག་མ་ངང་ལག་ བཟུམ་སྟེ་བཏགས་པ་ཡིན། རྩང་རྩལ་དཀར་པོ་ཤན་ཐག་ཁོག་ཁོ་སྟེ་ སོན་གནག་པོ་ གོང་ཏོ་རིལ་རི་སྟེ་འོང་མ་ཡིན། ཟམ་ད་བློས་མངར་མོ་སྟེ་ཡོད།	
༤༡༡	གཡུས་བློ། (མགར་ས།) གཞུང་རྩོ་ཆག། (དར་དཀར་ན།) ཕགས་ཀོ་བཤུ་ཞིན་མ་ལས་ གཞུ་ཐག་དང་ཐག་པ་འཁལ་བདུབ། རྩོ་ཆག་གི་ སྒྱུད་པ་དེ་ལུ་ གཡུས་ར་བེར་ཡང་སྒྲུབ་ཡིན། བད་རྩལ་སོགས་པ་རྩོ་འཐག་བདུབ།	
༤༡༢	གཡུས་ཤིང། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང།) ཤིང་འདི་གི་འདབ་མ་ཆོས་གཞི་དཀར་པོ་སྟེ་ཡོད། འདབ་མ་ཞོར་གྱིས་བཟ་ཡིན། ཕགས་ཀོ་བཤུ་སྟེ་ཐག་པ་འཁལ་བདུབ།	
༤༡༣	ར་ཏ། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང།) རྩེ་མཐའ་མ་བདའ་སྟེ་ འདབ་མ་པ་ནི་བཟུམ་སྟེ་སྟེ་མི་ཅིག། ཟ་བ་ཅིན་ ཁ་ གནམ་མེད་ས་མེད་གཡའ་སྟེ་ སྟེ་སྟོན་ཡོད་པ་ལས་ ཟ་མི་བདུབ།	

༤༡	ར་པོད་རྒྱལ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤ་མུ་འདི་གི་བཟོ་རྣམ་ ར་གི་རྒྱལ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཤ་མུ་འདི་ ཤིང་ས་ ཀྱག་ཚུ་གྱར་སྦྱེལ་ཡིན། མི་གིས་བཟོ་འོང།	
༤༢	རབ་རྩ་རྩང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་སྒ་ཀྱག་ཀྱསྟེ་ རྩང་རྣོས་ཁྱིལ་ཁྱི་ རྟོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་སྟེ་བཏགས་པ་ཡིན།	
༤༣	རམ་པ། (དར་དཀར་ན།) རྩ་རམ་པ་ཕྱད་པ་ད་ འདབ་མ་སྟོམ་སུ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྟོར་གྱིས་བཟ་ཡིན།	
༤༤	རིགས་ལྷ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ནགས་ཚལ་ནང་སྦྱེ་བའི་ཤིང་ རྟོང་པོ་སྟོམ་གྱི་རིགས་ཅིག། འདབ་མ་ཁྱིམ་ཐོག་སྟེ་ བཀལ་བཏུབ་པའི་ཁར་ ཤིང་འདི་ཁྱིམ་གི་ཤིང་ཆ་སྟེ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ།	
༤༥	རུ་ཅ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་རྟོང་སྟོམ་རྩང་རན་རྟོག་རྟོ་ཡོད་པའི་ཁར་ གཡའ་ཀྱ་གཡོ་ཀྱ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཤིང་ གི་རིགས་ཅིག། འདབ་མ་རྩང་ཀྱ་སྟེ་སོག་སོ་སྟེ་ ཡམ་ལ་ཤིང་གི་འདབ་མ་བཟུམ་ སྟེ་ཡོད། ཤིང་འདི་སྒ་ནི་འདི་གིས་ ཐབ་ཤིང་སྟེ་འཐུལ་ཡིན།	

༤༩	རུཉོ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ས་ཁ་དམའ་སར་སྐྱེ་བའི་ཤིང། འདབ་མ་བྱད་འགྲོ་ཞིན་མ་ལས་ ཞལ་ལག་ཚུ་ གིས་ཕྱག་སམ་བཟོ་བདུབ།	
༤༩༠	རོབ་འབྲེལ་དཀར་པོ། (སྤྱ་ན་ཁ།) འདབ་མ་ཐལ་ཕྱ་ཁོག་ཁོ་སྤེ་ཡོད་པའི་རོབ་འབྲེལ་ཅིག་ཡིན། རྫོག་མ་རི་དྲགས་ སེམས་ཅན་གྱིས་ཟ་བའི་ཁར་ འདབ་མ་གྱར་ཡོད་པའི་ཐལ་ཕྱ་དེ་ གཞུགས་ཁར་ རེག་པ་དྲག་ཡའམ་ཡིན།	
༤༩༡	རོབ་འབྲེལ་ལྷགས་ཐག་ཅན་མ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) རོབ་འབྲེལ་དང་འདབ་མ་སྤྱ་སོག་སོ་སྤེ་ ཡ་རིང་གི་བར་ཆོགས་གྱུ་ལས་པར་ཡང་ སྐྱེ་ཕྱ་ཡིན།	
༤༩༢	རོབ་འབྲེལ་ལྷེ་སྒོར་མ། (མགར་ས།) འདབ་མ་སྤྱན་ཅུ་མ་གྱི་འདབ་མ་བཟུམ་སྤེ་ཡོད་པའི་རོབ་འབྲེལ་ རོར་གྱིས་ཟ་མི་ ཅིག་ཡིན།	
༤༩༣	རོབ་འབྲེལ་གནག་པོ། (དར་དཀར་ན།) རྫོག་མ་གནག་པོ་སྤེ་བཏགས་ནི་ཡོད་མའི་རོབ་འབྲེལ་གྱི་རིགས་ཅིག། རྫོག་མ་ཚུ་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་དང་བྱ་ཚུ་གིས་ཟ་ཕྱ་ཡིན།	
༤༩༤	རོབ་འབྲེལ་ལྷ། (ལ་ཡག།) སྤྱར་རོ། ལུང་རོབ་འབྲེལ། (ཐིམ་ཕུག།) བཟོ་ནམ་བཙོད་བཟུམ་སྤེ་ ཆོགས་ཆོགས་སྤེ་ཡོད། གསོན་འདྲེ་གིས་གཞོད་པ་ད་ ཉོན་ལྷུ་འདྲི་འཕུར་ཞིན་མ་ལས་གཞུགས་ཁར་དབུར་ཕྱ་ཡིན། སྤྱན་གཞུང་ལས་ ཟངས་ཅི་དཀར་པོ་ཟེར་སྤྱབ་ཡིན།	

༤༩༥	རྒྱང་མ་མས་ཁུར་རོབ་འབྱེལ། (སྤྱ་ན་ཁ།) འདབ་མ་རྒྱང་མ་མས་ཁུར་བཟུམ་སྤེ་ཡོད་པའི་རོབ་འབྱེལ་ཅིག་ཡིན།	
༤༩༦	རྒྱང་མ་མས་ཁུར། (སྤྱ་ན་ཁ།) ས་བསིལ་རྩོད་ལྗན་སར་སྤྱེ་བའི་རོབ་འབྱེལ་ ཤིང་སྤོམ་གཞན་ཅིག་གུར་ཚོབ་ཚོ་སྤེ་ སྤྱེ་མི་ཅིག། འདབ་མ་ནོར་གྱི་ཆག་སྤེ་བྱིན་བཏུབ་ཡིན།	
༤༩༧	རྒྱང་མ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ས་དམའ་སར་སྤྱེ་བའི་ཤིང་གི་རིགས་ཅིག། ཤིང་འདྲི་གི་འདབ་ལེབ་ རོར་གྱིས་བྱ་ འོང།	
༤༩༨	ཡི་ག་དོ། (སྤྱིང་བཞི།) འདབ་ལེབ་གོན་གྱི་འདབ་མ་བཟུམ་སྤེ་ མཐའམ་བདའ་སྤེ་རྩང་བཟུམ་ ཟར་ཟིར་ སྤེ་ཡོད་པའི་རྩོན་ལྷུ་ཅིག། སྤྱི་རྟག་ཁར་ མེ་རྟག་ཨེ་མའི་མེ་རྟག་བཟུམ་དཀར་པོ་ སྤེ་ཤར་ནི་ཡོད། ར་རྩོ་སྤུན་སྤེ་བཏུབ་ཡིན།	
༤༩༩	ལྷ་མམ་ཤིང། (མགར་ས།) ཤིང་སྤོང་སྤོང་འགྲོམ་ལས་ བྱི་མ་གྱི་ཤིང་ཆ་སྤེ་ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ། དོག་མ་ གནག་པོ་སྤེ་བཏགས་པ་ཡིན།	
༤༩༠	ལྷག་མིག། (སྤྱིང་བཞི།) ཞུ་པ་ཕྱ་རུ་སྤེ་ཡོད་པའི་སྤྱི་རྟག་ཁ་ལས་ མེ་རྟག་སྤོར་སྤོར་སྤེ་ཤར་མ་ཡིན། དེའི་ ནང་ན་ སེར་ནག་འཚམས་ཅིག་སྤེ་ཡོད་པའི་མེ་རྟག་གི་རིགས་ཅིག་ཡིན། རོར་ སེམས་ཅན་གྱི་བཙ་ཡིན།	

༤༩༡	ལུག་རུ་དམར་པོ། (སྒྲིང་བཞི།) འདབ་མ་སྤངས་ཀྱི་བཟོ་ནམ་བཟུམ་དང་ མེ་རྟོག་རྒྱ་སྤྱོད་མ་རུ་རུ་སྤྱོད་ཤར་མི་ ཅིག་ཡིན། མེ་རྟོག་འདི་ ནང་སྤྲོན་གྱི་རྩིས་སྤྱོད་བཟུབ་མི་ཅིག་ཡིན།	
༤༩༢	ལུམ་བམ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་སྤྱོད་སྤྱོད་རྒྱུ་རྒྱུ་རྟོག་རྟོ་ཅིག་འགྱུར་བའི་ཁར་ ས་ཁ་དམའ་སར་ སྤང་དང་ ནགས་ཚལ་ནང་ལས་ཡར་སྤྱོད་ཡིན།	
༤༩༣	ལེ་གོ་བཟ་མ། (སྤྱ་ན་ཁ།) ས་བསིལ་རྩྭ་ལྷན་སར་སྤྱོད་བའི་ཤིང་རྒྱུ་རྟོག་རྟོ་ཅིག་སྤྱོད་རྩྭ་རྩྭ་ བཟགས་པ་ཡིན། རྩྭ་མ་དམར་པོ་ ཚོམ་དབྱ་ལེ་གོ་གིས་བཟ་ཡིན།	
༤༩༤	ལེ་ཤི་གོ་གོ། (ཐིམ་ཕུག།) འདབ་མ་སྤྱོད་འཚམས་ཅིག་སྤྱོད་ཡོད། སྤྱོད་ན་ལས་ མེ་རྟོག་སེར་པོ་ཚོམ་ཚོ་སྤྱོད་ ཤར་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ ར་རྟོ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟུབ་ཡིན། སྤྱོད་གཞུང་ལས་ རི་ཤོ་བེར་ སྤྱོད་ཡིན།	
༤༩༥	ཤ་གྲུ་ལ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་མོར་གྱི་རྩྭ་སྤྱོད་ཕྱིན་ཡིན། ཐབ་ཤིང་སྤྱོད་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཤིང་ཅིག་ཡིན།	
༤༩༦	ཤ་པ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གི་རྩྭ་མ་ ཁམ་དང་འདྲ་སྤྱོད་ཡོད་མི་འདི་ ཕྱི་ནང་གཉིས་ཆར་བཟ་ ཡིན། ཤིང་སྤྱོད་སྤྱོད་འགྱུར་བའི་ཁར་ ཐབ་ཤིང་སྤྱོད་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	

༤༩༧	ཤ་ཤ་རྒྱུ་རིང་། (ལ་ཡག།) ཤ་མུ་འདི་གཡུ་པ་རྩུང་ཀྱ་ གཅིའུ་གི་བཟོ་ནམ་སྟེ་ཡོད། ཤ་མུ་འདི་བཅི་བརྟུབ།	
༤༩༨	ཤ་ཤ་མུ། (སྒྲིང་བཞི།) གཡུ་པ་རྩུང་ཀྱ་སྟེ་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་ཁའི་པགས་ཀོ་ ཤ་བཟུམ་ཅིག་དང་ རྒྱུ་ཀོ་ དཀར་པོ་ ཟ་བརྟུབ་མའི་ཤ་མུ་ཅིག་ཡིན།	
༤༩༩	ཤ་ཤ་མུ། (ལ་ཡག།) ཕྱི་ཁའི་པགས་ཀོ་དམར་པོ་ ཤ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་རུང་ ཟ་མ་བརྟུབ་པའི་ཤ་མུ་འི་ རིགས་ཅིག་ཡིན།	
༥༠༠	ཤག་པ། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྟོང་སྟོམ་འགྲོམ་ཡིན། རྟོག་མ་ཁམ་བཟུམ་སྟེ་ པགས་ཀོ་ཟ་བརྟུབ་པའི་ཁར་ ནང་རྩལ་སྟར་གོ་བཟུམ་སྟེ་ཟ་བརྟུབ་མི་ཅིག་ཡིན།	
༥༠༡	ཤམ་ར་བཟུ། (སྒྲིང་བཞི།) ཤམ་གི་རུམ་བཟུམ་སྟེ་ ཀ་ཀ་གོ་ཀ་དཀར་པོ་སྟེ་ཡོད། འདི་མང་ཤོས་ར་ རྟོ་གྱུར་ སྟེ་ཞི་ཡོད། བསང་རྩལ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། རྒྱུ་སྟེ་ལས་ གངས་དགའ་ ཤ་རུ་ཟེར་སྟེ་ཡིན།	

༤༤༩	ཤིང་གི་རོབ་འབྱེལ། (མགར་ས།) ལྷ་པ་རྒྱུ་ཀྱུ་འཇམ་ཅུག་ཅུ་ རོབ་འབྱེལ་བཟུམ་སྟེ་ ཤིང་གུར་དཀྱིས་ཏེ་སྦྱེམ་ཡིན།	
༤༤༩	ཤོ་རོ། (སྒྲིང་བཞི།) འདབ་མ་ཕྱ་སི་སི་རིང་མོ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཆག་པ་ཚོབ་ཚོ་སྟེ་སྦྱེམ་ཡིན། རོར་ སེམས་ཅན་གྱིས་ཟུང་ཡིན།	
༤༤༤	ཤོ་རོམ། (དར་དཀར་ན།) ས་ཁ་ལས་བསྐྱར་ཏེ་སྦྱེ་བའི་རོབ་འབྱེལ་ཅིག་ཡིན། ཚོས་ཉོན་མོ་གཏང་བཏུབ་ཡིན།	
༤༤༥	ས་ཀྱུ་ཟུ། སེ་ཀྱུ་ཟུ། (ལ་ཡག།) མེ་ཏོག་དམར་པོ་ སྒྲག་འཆར་མེ་ཏོག་བཟུམ་སྟེ་ཤར་ཤ་ཡིན། སྒྲག་ཀྱུ་དང་རྫོག་མ་ ཟ་བཏུབ།	
༤༤༦	སྒྲ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཉ། (དབང་འདུས་ལོ་བྱང་།) རོབ་འབྱེལ་བཟུམ་སྟེ་ སར་རྒྱུར་བསྐྱར་ཏེ་སྦྱེམ་ཡིན། ར་ཏོ་འདི་ སྟོས་བཟོ་ས་དང་ མས་ཁུར་ནང་ལུ་ཤན་སྟེ་སྒྲག་བཏུབ་ཡིན།	

༤༤༧	སག་ཤིང། སག་གི་ཤིང། (ལ་ཡག།) སྤ་ཤིང། (ཐེམ་ཕུག།) ཐབ་ཤིང་དང་ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་སྤྱོད་གཙང་པ་ཡིན། འདབ་མ་གཡག་གིས་བཟ་ཡིན།	
༤༤༨	སངས་རྒྱལ་ཤ་མུ། (ལ་ཡག།) ཤ་མུ་འདི་ རྩམ་ ༤ པ་དང་ ༧ པའི་ནང་སྤྱེས་ཡིན། ཤ་མུ་འདི་ དེག་ཤོས་ ཅིག་སྤྱོད་བཅི་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ སྤྱོད་སྤྱོད་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༤༤༩	སི་སི་ཤ་མུ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤ་མུ་འདི་ རྩམ་ ༧ པ་དང་ ༩ པའི་ནང་སྤྱེས་ཡིན། སྤྱོད་ཐངས་ཡང་ ས་གོ་ གཅིག་ནང་ཆོབ་ཆོ་སྤྱོད་འོང་མ་ཡིན། ཆོད་མ་བཅོ་སྤྱོད་བཟ་ཡིན།	
༤༥༠	སི་སི་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) གནམ་དགུན་ལུ་འདབ་མ་བསྐྱམས་ཏེ་ ས་ཁར་བུད་མི་ཚུ་ ཁོར་གྱི་སབ་གདན་སྤྱོད་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༤༥༡	སི་ཁུ་ཤིང། སུམ་ཤིང། (ལ་ཡག།) དོག་མ་རྒྱུ་སྤྱོད་བ་བརྟུབ་པའི་ཁར་ ཤིང་གི་པགས་གོ་ཡང་ དོག་མ་གི་ཚབ་སྤྱོད་ བཟ་ཡིན།	

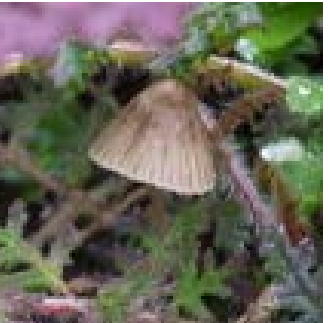
༤༥༩	སེ་ཅུམ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་ མར་དཔོག་ནིའི་གཟར་རུ་བཅོམ་མ་ཚད་ གྱི་ཅུག་ཡུ་པ་ཡང་བཅོམ་ཡིན།	
༤༦༠	སེ་མམ། (དར་དཀར་ན།) མང་ཤོས་ར་ རྒྱུ་རྒྱུ་འདམ་རྒྱུ་ནང་ལས་ཡར་ མེ་རྟོག་གི་ཁ་རྒྱུང་ཀྱི་སྤེལ་པ་ ཡིན།	
༤༦༡	སེར་ཤི་མེ་རྟོག། རྒྱ་ལོམ། (ལ་ཡག།) མེ་རྟོག་འདི་གིས་ དཀར་རྒྱུ་རྒྱུ་བུ་བུ་པའི་ཁར་ རྟོ་སྤྲོ་སྤེལ་པ་ལེན་འཐབ་ ཡིན།	
༤༦༢	སེར་ཤོག་མེ་རྟོག། (ལ་ཡག།) སྤང་ནང་ལས་ཡར་ འདམ་མ་སྤོམ་སྤེལ་པ་ཡིན་མི་ཚུ་ མར་སྤྲོ་སྤེལ་པ་ལེན་ འཐབ་ཡིན།	
༤༦༣	སོག་སོག་མའི་ཤིང། (དབང་འདུས་མོ་བྲང།) ཅམ་ཅེ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་འདི་གྱར་སེ་ལེ་ག་ལྟ་སྤྲོ་ཞི་ཡོད། ཤིང་སྤོང་སྤོང་འགྱུར་ འབྲུལ་རྒྱུ་ཞི་དེ་ གིས་ ཁྱིམ་གྱི་ཤིང་ཆ་མི་བུ་བུ། དང་མུ་ སོར་པ་དང་ལྷན་པ་ཚུ་བསེ་གཏང་མ་ད་ རྒྱུ་ཆེ་ཆེ་བཅོ་ཞིའི་དོན་ལུ་ སོག་སོག་མ་སྤེལ་པ་ལེན་འཐབ་ཡིན།	

༤༥༨	སྐྱུ་ཕུ་མ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཚལ་མ་ནང་ སྐྱུ་ཕུ་དང་ཆ་འདྲམ་སྟེ་སྟེམ་ཡིན། རྟོག་མ་ཟམ་པ་བཏུབ།	
༤༥༩	སྐྱུ་ཕུ་ཨོ་གྲོ་མ། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་།) དཔའ་རྟགས་སྐྱུ་ཕུ་དང་ཕྱད་པ་ད་ རྩུ་ཀྱ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ བཟོ་ནམ་ཨོ་གྲོ་ འཚམས་ཅིག་སྟེ་ཡོད།	
༤༦༠	སྐྱུ་ཕུ་མ། (ལ་ཡག།) ཤིང་རྩུ་ཀྱ་སྟེ་སྟེ་བའི་ཁར་ འདབ་མ་ནོར་གྱི་རྩ་དག་འཁོས་ཅིག་ཡིན།	
༤༦༡	བསང་ཇུས་དཀར་རྩུང། (སྒྲིང་བཞི།) ཞུ་པ་ཐུང་ཀྱ་ ཕུ་སི་སི་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ སྒྲི་རྟོག་ཁ་ལས་ མེ་རྟོག་དཀར་པོ་རྩུང་ ཀྱ་སྟེ་ཤར་ནི་ཡོད། སྟོ་ཤིང་འདི་ བསང་ཇུས་ལེགས་ཤོས་ཅིག་ཡིན། སྐྱུ་གཞུང་ ནང་ལས་ འཁར་དཀར་ཟེར་སྟོབ་ཡིན།	
༤༦༢	ཉང་གོས། (ལ་ཡག།) ཤིང་སྐྱ་ཀྱག་འབདམ་ལས་ བྱི་མ་གྱི་ཤིང་ཆ་དང་ཐབ་ཤིང་སྟེ་འཐུམ་ཡིན།	

༤༦༣	ཉང་པེམ། (དར་དཀར་ན།) ཉམ་བལ། (མགར་ས།) རོ་དང་ཤིང་གུར་ སྤུ་སོག་སོ་སྤེ་སྤེམ་ཡིན། ཆར་པ་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ རྒྱ་ཁོག་ཁོ་སྤེ་ སྤོད་པ་ཡིན།	
༤༦༣	ཉིག་རྩུང་རྩ། (དབང་འདུས་ལོ་བྲང།) སྤང་ནང་ལས་ཕར་ རྩ་རྩུང་ཉིག་མ་བཟུམ་སྤེ་སྤེམ་ཡིན། སྤ་ཀྱག་འབདམ་ལས་ རོར་སེམས་ཅན་གྱིས་དུམ་གྲ་རེ་བཟ་ཡིན།	
༤༦༤	ཉམ་ཅ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་རྩུང་ཀྱུ་ རྒྱབ་བཞི་དང་མིག་ཁ་གཏང་མ་ད་ དོས་ནང་ལུ་བཙུགས་པ་ཡིན།	
༤༦༥	ཉམ་རྩུ་དཀར་མ། ཉམ་པམ། (དར་དཀར་ན།) རི་ཁ་ལས་ཕར་ ཞིམ་རྩི་གནག་མོ་དང་ཆ་འདམ་སྤེ་ཡོད་པའི་རྩོན་ལུམ་ རོར་ སེམས་ཅན་གྱིས་བཟ་ཡིན།	
༤༦༦	ཉམ་པ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) རི་ཁ་ལས་ཕར་ ཉམ་པ་ཤིང་དང་ཆ་འདམ་སྤེ་སྤེམ་མི་ཅིག་ཡིན།	

༤༩༩	ཉི་ཀམ་ཨ་ཞང། (དར་དཀར་ན།) བཟོ་ནམ་ཟོ་ཆག་དང་ཆ་འདམ་སྒྲེ་ཡོད། འདབ་མ་ལོ་ར་ཟམ་ཡིན།	
༤༩༩	ཉི་དཀར་ཅུང། (མགར་ས།) ཤིང་གཡའ་ཀ་གཡོ་ཀ་ ཅུང་ཁྱ་སྒྲེ་སྒྲེ་ཡིན། ཐབ་ཤིང་སྒྲེ་འཕུམ་ཡིན།	
༤༩༩	ཉི་ཀམ་ཨ་ཞང། (དར་དཀར་ན།) རོབ་འབྲེལ་བཟུམ་སྒྲེ་སྒྲེ་བའི་ཁར་ ལོ་ར་གྱིས་གནམ་མེད་ས་མེད་ཟམ་ཡིན།	
༤༩༩	ཉི་ལྷུམ། (ལ་ཡག།) འདབ་མ་ཆ་ཉོག་ཉོ་སྒྲེ་ཡོད། ར་ཉོ་ཆ་ཀྲེམ་གྱི་སྒྲེ་སྒྲེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༤༩༩	ཉི་ངག། (མགར་ས།) བཟོ་ནམ་ཕྱག་སམ་བཟུམ་སྒྲེ་ཡོད། ལོ་ར་གྱིས་དུམ་གྲ་ར་ཟམ་ཡིན།	

༤༡༣	རྟོད་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་ཐོང་མ་ཤིང་གི་འདབ་མ་དང་ཆ་འབྲས་སྡེ་ཡོད། འདབ་མ་ཞོར་གྱི་ཚུ་སྡེ་བྱིན་མ་ཡིན།	
༤༡༤	རྟོད་ཤིང། (དབང་འདུས་ལོ་བྱང་།) ཞལ་ལག་བཏོགས་ཏེ་ས་ཁར་བཅུགས་པ་ད་སྡེ་བཏུབ་ཡིན། ཞིང་དང་ཁྱིམ་གྱི་ མཐའ་འཁོར་ལུ་ རྒྱང་མ་བཀག་ནིའི་དོན་ལུ་བཅུགས་པ་ཡིན།	
༤༡༥	རྟོན་ལྷུ་མ་གནག་མོ། (དར་དཀར་ན།) དོམ་ནག། (དབང་འདུས་ལོ་བྱང་།) རྟོན་ལྷུ་མ་འདི་ ཆོས་གཞི་རྒྱ་སྤྱད་འཆམས་ཅིག་སྡེ་ཡོད། རོར་གྱི་གདན་སྡེ་ཐིང་མ་ ཡིན། མ་གུར་འཕུར་སྡེ་དབུར་མ་ད་ ལྷག་བཅད་གཏང་མ་ཡིན།	
༤༡༦	ཚོ་ཚོམ། (དར་དཀར་ན།) རོབ་འབྲེལ་འདི་ ཆོད་ཞིང་གི་རམ་བསྐྱམ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཐག་པ་སྡེ་ལག་ལེན་འཐབ་ ཡིན།	
༤༡༧	ཚོག་ཚོམ། (དར་དཀར་ན།) རོབ་འབྲེལ་བཟུམ་སྡེ་བསྐྱར་ཏེ་སྡེ་མ་ཡིན། ལྷག་ཀྱང་ཆོད་མ་བཙོ་བ་བཏུབ་པའི་ཁར་ དོག་མ་གོང་ཏོ་རིལ་རི་རྒྱུད་ཀྱང་སྡེ་བ་བཏུབ་ཡིན།	

༤༡༨	ལྷུག་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྒོམ་ཚུང་རན་རྟོག་རྟོ་ཅིག་འགྱུ་བའི་ཁར་ སྐམ་ད་སྤྲ་ཀྲག་འགྱུ་མ་ཡིན། ཞིང་གི་རམ་གི་ཅོག་སྤུང་སྤུང་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༤༡༩	ལྷུག་པ་ཤིང་གི་ཨ་ཞང། (མགར་ས།) རོབ་འབྱེལ་བཟུམ་སྤུང་སྤུང་བའི་ཁར་ ཕྱང་རྩོམ་ཁི་ཁི་རིང་མོ་སྤུང་ཡོད་མི་ཅིག།	
༤༢༠	ལྷོ་ལྷུག། (གླིང་བཞི།) འདབ་མ་འོད་སི་དང་ཆ་འདྲ་སྤུ་ཅིག་དང་ མེ་རྟོག་དཀར་པོ་སྤུང་ཤར་བའི་ཁར་ ཆ་རིམ་ས་བཏབ་ད་ ར་རྟོ་བཞོ་སྤུང་ཟ་ནི་དང་ འདབ་མ་ཚུ་ཆན་ནང་སྤངས་རྟེ་འཐུང་མ་ཡིན།	
༤༢༡	ཨ་གུ་ར་ཤིང། (སྤུ་ན་ལ།) ཨ་གུ་ར་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་དང་གདུང་ཚུ་བཅུག་སའ་ཡིན། རྟོག་མ་གོང་རྟོ་རིལ་རི་སྤུང་ཆོད་མ་བཙོ་བ་བཏུབ་ཡིན། རིམ་མངར་སངས་སྤུང་འཐོན་མ་མ་ཆད་ བསངས་སྤུང་ཡང་གཏང་མ་ཡིན།	
༤༢༢	ཨ་ཕ་ཤ་ལྷུ། (ལ་ཡག།) ཤ་ལྷུ་འདི་མང་ཤོས་ར་ རོར་གྱི་ཨ་ཕ་ནང་ལས་སྤུང་ཡིན། ཟ་མ་བཏུབ་པའི་ཤ་ལྷུ་ཅིག་ཡིན།	

༤༩	ཨ་ཕ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་སྒོམ་ཆུང་རན་ཏྲིག་ཏྲི་ཅིག་འགྲུམ་ཡིན། ཐབ་ཤིང་མ་གཏོགས་ གཞན་ག་ནི་ ཡང་འབད་མི་བདུབ།	
༤༩	ཨ་ཞང་བམ་ཅ། (དར་དཀར་ན།) རོབ་འབྲེལ་འཚམས་ཅིག་སྒྲེ་སྒྲེམ་ཡིན། རོར་སེམས་ཅན་གྱིས་ཟམ་ཡིན།	
༤༩	ཨ་ཞང་ཉིའུ་མ། (མགར་ས།) རང་ན་དྲུང་ཅུང་སྒྲེ་ཡོད་མི་འདི་བཏོགས་ཏེ་ ཉིའུ་ཉིའུ་སྒྲེ་འཕུ་སྒྲེ་ཅེད་མ་ཅེས་ཡིན།	
༤༩	ཨ་རུར། (སྒྲུ་ན་ཁ།) ཤིང་སྒོང་སྒོམ་སྒྲེ་འགྲོ་བའི་ཁར་ འདབ་མ་ཆུང་སྒྲེ་ཅིག་ རྟོག་མ་ཚ་རིམ་ལ་སོགས་ པའི་ནད་གཞི་ལུ་ཕན་པའི་སྒྲུ་སྒྲེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	
༤༩	ཨ་ལེ་དོན་ཉིང། (དར་དཀར་ན།) ཨེ་དོ་རོབ་འབྲེལ། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་།) རོབ་འབྲེལ་བསྐྱར་ཏེ་སྒྲེམ་ཡིན། རྟོག་མའི་ནད་ཀོ་ བྱེ་ཏྲ་ཁོག་ཁོ་འབད་བའི་ཁར་ བོམ་མངར་མོ་སྒྲེ་ མི་དང་སེམས་ཅན་གྱིས་ཟ་བདུབ།	
༤༩	ཨ་ལེ་གནག་ལེམ། (དར་དཀར་ན།) འདབ་མ་རོར་གྱིས་ཟམ་ཡིན། རྟོག་མ་གནག་པོ་ཆུང་ཀྱ་སྒྲེ་བཏགས་པ་ཡིན། རྟོག་མ་ཟ་མི་བདུབ།	

༤༩	ཨ་ལེ་བླན་ད་ལ། (དར་དཀར་ན།) རྫོག་མ་ཕྱེ་མ་རུ་རུ་ ཚྲི་ད་གནག་པོ་སྤེ་བ་བརྟུབ་ཡིན།	
༤༩༩	ཨ་ལེ། (ལ་ཡག།) འདབ་མ་སྤྱོམ་སྤེ་ཡོད་པའི་ཁར་ གཙད་པ་ད་ཤན་ཐག་འཐོན་ནི་ཡོད། རྫོ་ཆག་གིས་ཚམ་ད་ སྤྱན་སྤེ་དབྱར་ནི་ཡོད།	
༤༩༠	ཨ་མ་བུམོ་རུང་། (དར་དཀར་ན།) ཞལ་ལག་སྤྱིས་གཏང་མ་ད་ ཀང་ཏ་བཟུམ་སྤེ་འཐོན་ནི་ཡོད།	
༤༩༡	ཨ་མ་ཐང་ཐུ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) འདབ་མ་འཇམ་རུག་རུ་ སྤྱ་ཁོག་ཁོ་སྤེ་ཡོད། འདབ་མ་ཞོར་གྱིས་བཟུ་ཡིན།	
༤༩༢	ཨ་འོ་ལ་གེ་མ་ར་གོ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང་།) ཤིང་རྩེད་ཀྱ་གཡའ་ཀྱ་གཡོ་ཀྱ་འཚམས་ཅིག་གུར་ འདབ་མ་རྩེད་སྤེ་ཡོད། རྫོག་ མ་གོང་ཏོ་རིལ་རི་ ཚྲི་ད་དམར་རུ་རུ་སྤེ་འཐོན་ཡིན།	
༤༩༣	ཨ་ཀྱ་ཤིང་། (སྤྱ་ན་ཁ།) ཤིང་སྤོང་ཕྱ་སི་སི་དང་མཉེན་རུག་ཤིག་ཤི་སྤེ་ཡོད། ཤིང་འདི་ལུ་ ཨ་ཀྱ་དཀར་མོ་ དང་གནག་མོ་བེར་ལྷུ་པ་གཉིས་ཡོད།	

༤༩༤	ཞེ་ཀྲ། (དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་།) སྒྲང་ཚོས་ད་ འཁར་ཕ་སྤེ་བཟོ་བརྟུབ། གནམ་སེར་ལ་ལུ་ རྟོག་མ་དམར་ཚོག་ཚོ་ སྤེ་ཚོཔ་ཡིན།	
༤༩༥	ཞེ་རྟོ་ཤིང་། (སྤུ་ན་ལ།) འདབ་མ་དུག་སྤུ་རིང་མོ་འཚམས་ཅིག་སྤེ་ཡོད་པའི་ཁར་ མེ་རྟོག་དམར་ཕོ་སྤེ་ཤར་ནི་ ཡོད། མེ་རྟོག་འདི་ལུ་ ཞེ་རྟོག་མེ་རྟོག་བཟོ་སྤྲུབ་ཡིན།	
༤༩༦	ཞེ་མ་ཤིང་། (དར་དཀར་ན།) རྟོག་མ་དང་ལྷུག་ཀྱ་གཉིས་ཆར་བ་བརྟུབ། རྟོག་མ་གོང་རྟོ་རིལ་རི་སྤེ་ ཚོཔ་ད་ གནམ་ཕོ་སྤེ་འགྲོལ་ཡིན། ལྷུག་ཀྱ་འདི་ཚོད་མ་བཙོ་སྤེ་ཡང་བཟོ་ཡིན།	
༤༩༧	ཞེང་ཀ་འོ་བ་འབྲེལ། (དར་དཀར་ན།) རྟོག་མ་ཚོཔ་ད་ སེར་ཕོ་སྤེ་འགྲོལ་ཡིན། རྟོག་མ་གི་ནང་རྒྱས་ལས་ མར་བཟོ་ བརྟུབ་པའི་ཁར་ པགས་གོ་འདི་བ་བརྟུབ་ཡིན།	
༤༩༨	ཞོ་ཁམ། (མགར་ས།) རྟོན་ལྷུ་མ་འདི་གཅག་པ་ད་ ཞོ་མ་འཐོན་མ་ཡིན། ཕོད་པ་གིས་བ་བའི་མ་ ཁར་དབྱར་ཕ་ད་ཕན་མ་ཡིན།	

༤༩༩	ཨ་ཅུ་མེ་རྟོག། (ལ་ཡག།) བཟོ་ནམ་ཞིམ་ཅི་དཀར་པོ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པའི་རྟོན་ལྷུམ། མེ་རྟོག་འཛིབ་ད་ མངར་ རྟོང་རྟོ་ཡོད་པ་ཡིན།	
༥༠༠	ཨ་ཅུ། (ལ་ཡག།) ལྷམ་ ༡ པ་དང་ ༢ པའི་ནང་ མེ་རྟོག་ཤ་ཁ་སྟེ་ཤར་བའི་རྟོག་མ་ ཞིམ་ཅི་ གནག་མོ་བཟུམ་སྟེ་ རང་རྒྱུ་དཀར་པོ་སྟེ་བ་བཏུབ་ཡིན།	
༥༠༡	ཨ་ལ་གྲེ་མགོ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་འདི་ཁ་ལས་ ཟ་དམར་པོ་ཅིག་བཏགས་ནི་ཡོད། སྤུང་གཞུང་ནང་ལས་ བྱ་པོ་ ཅི་ཅི་ཟེར་སྟེ་བ་ཡིན།	
༥༠༢	ཨ་ལ་མཚོ་རྟོ། ཨ་ལ་སྤུང་མ་ཅུམ། (ལ་ཡག།) སྟོ་སྤུང་མ། (གྲིང་བཞི།) རྟོག་མ་སྤུང་མ་ཅུམ་བཟུམ་སྟེ་བཏགས་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ རང་རྒྱུ་ཨ་ལ་གིས་ཟམ་ ཡིན། དེ་འབདམ་ད་ མི་གིས་ཟ་མི་བཏུབ།	
༥༠༣	ཨ་ལ་ཚལ་གོ། (མགར་ས།) ཨ་ལ་ཚལ། (སྤུ་ན་ལ།) མེ་རྟོག་དང་རྟོག་མ་ ཚོད་མ་བཙོ་སྟེ་བ་བཏུབ་ཡིན། རྩོམ་ཁག་དྲགས་འཚམས་ ཅིག་ཡོད།	

ལོ།	ཨ་ལ་ཟན་མ་ཤིང། (སྤྱན་ལ།) ས་རྩོད་ས་ལས་ཡར་སྤྱོད་བའི་ཤིང་ རྩོད་པོ་རྩུང་ཀྱའི་རིགས་ཅིག་ཡིན། རྩོག་མ་ཚོཔ་ ད་ གནག་རུ་རྩེ་ཟ་བའུ་བ་མི་ཅིག་ཡིན།	
ལོ།	ཨ་ལ་ཟན་མ། (དར་དྭགས་ན།) ཨ་མ་རྩ། (མགར་ས) རྩོག་མ་དམར་པོ་ཕྱེ་མ་རུ་རྩེ་བའུ་གསལ་པ་ཡིན། བྱ་དང་བྱི་རུང་རྩེ་གིས་མ་གཏོགས་ མི་གིས་ཟ་མི་བའུ་བ།	
ལོ།	ཨ་ལ་ཟན་མ། (དབང་འདུས་པོ་བྱང་།) ཟ་ཕྱ་རུ་འབད་ཞིན་ན་ གནག་པོ་སྤྱོད་བའུ་གསལ་ནི་ཡོད། རྩོག་མ་འདི་མི་གིས་ཟ་ ཡིན། ཟ་ཕྱ་ད་ ལ་གནག་པོ་འགྱུ་ནི་ཡོད།	
ལོ།	ཨ་ལ་ལག། (སྤྱིང་བཞི།) འདབ་ལེབ་སྤོམ་སྤྱ་ཅིག་དང་མེ་རྩོག་སེར་པོ་ གེ་བའི་པད་ཅ་བཟུམ་སྤྱོད་ཤར་ནི་ཡོད། ར་རྩོ་ཨ་ལའི་ལག་པ་བཟུམ་སྤྱོད་ཡོད་མི་འདི་ མ་བཏོན་མ་ད་ སྤོམ་སྤྱ་ལག་ལེན་ འཐབ་ཡིན།	
ལོ།	ཨ་མ་ཞོ་ཤིང། (དར་དྭགས་ན།) ཤིང་འདི་བཅད་ཞིན་མ་ལས་ཚྭ་ཕུར་སྤྱོད་ ས་ཁར་བཅུགས་པ་ཅིན་ སྤྱོད་བའུ་བ་ཡིན།	

ལ༠༩	ཚམ་རོབ་འབྱེལ། (སྤྱ་ན་ལ།) འདབ་ལེབ་རྩུང་སྤྱ་ཅིག་སྤྱོད་པའི་ཁར་ ཤིང་གི་སྒྲིང་པ་ལས་ ཤན་ཐག་བཟུམ་ སྤྱོད་འབྲུང་ཏེ་སྒྲེལ་ཡིན།	
ལ༠༠	ཚམ་རོབ་འབྱེལ། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) རོབ་འབྱེལ་འདི་གཅད་པ་ད་ ཚམ་འཐོན་མི་འདི་ གཟུགས་ཁར་རེག་པ་ཅིན་ མ་ འཐོན་མ་ཡིན། རྟོག་མ་ཁྲག་མི་རྩུ་ལས་ བལ་བཟུམ་ཅིག་འཐོན་མི་འདི་ དཀར་ མེའི་རས་འཁལ་བཏུབ་ཡིན།	
ལ༠༡	ཚམ་ཤ་མུ། (ལ་ཡག།) ཤ་མུ་འདི་གཅག་པ་ད་ཚམ་འཐོན་མ་ཡིན། ཚམ་འཐོན་མིའི་རིགས་རྩུ་བ་བཏུབ་རུང་ ཚམ་མ་ཐོན་མིའི་རིགས་རྩུ་བ་མི་བཏུབ།	
ལ༠༢	ཚམ་ཤིང། (དར་དཀར་ན།) ཤིང་གཅད་པ་ད་ ཚམ་བཟུམ་ཅིག་འཐོན་མ་ཡིན། འདབ་མ་འཇམ་ཅུག་ཅུ་ཡོད་པ་ ལས་ བོ་ལུ་རྩུང་གི་ཆག་སྤྱོད་བྱེད་མ་ཡིན། ཤིང་འདི་མང་ཤོས་ར་ ཚལ་མ་ནང་སྒྲེ་མི་ ཅིག་ཡིན།	
	ཚམ་ཤིང། (སྤྱ་ན་ལ།) ས་རྩོད་སར་སྒྲེ་མིའི་ཤིང་རྩུང་ཀྱའི་རིགས་ཅིག་ཡིན། འདབ་མ་ཁོར་གྱི་ཆག་སྤྱོད་ བྱེད་མ་ཡིན།	
ལ༠༣	ཚམ་ཤིང། (དབང་འདུས་པོ་བྲང།) ཤིང་གཅད་པ་ད་ ཚམ་བཟུམ་སྤྱོད་འཐོན་ནི་ཡོད། བ་ལུ་བྱིན་པ་ཅིན་ ཚམ་ལེ་ཤ་ འཐོན་མ་ཡིན།	

