**བསམ་གྲུབ་ལྗོངས་མཁར་རབ་སྡེ་གཞུང་གྲྭ་ཚང་ནང་ ལོ་འཁོར་གཅིག་ལ་སྐུ་མཆོད་འབུམ་སྡེ་གནང་དགོས་པའི་རིགས་གཤམ་གསལ།**

༼རང་ཟླ་དང་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།༽

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན** |
| 1 | ཟླ་དང་པའི་ཚེས་ ༣ ནས་ ༩ ཚུན་ | རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྱུར་ཆེན་མོ་དག་ཚར་གླིང་བསྐོར་དང་བཅས། | ༧ |
| 2 | ཟླ་དང་པའི་ཚེས་༡༠ ལ་ | བཀའ་འགྱུར་རྒྱབ་མཆོད་མགོན་པོ་ལྕམ་དྲལ་གསུམ་དང་སྒེར་གསོལ། | ༡ |
| 3 | ཟླ་དང་པའི་ཚེས་༡༥ལ་ | ཆོ་འཕྲུལ་དུས་ཆེན་དང་འབྲེལ་ སྔ་དྲོ་གནས་བཅུ་དང་ཕྱི་དྲོ་ཚེ་ཁྲོའི་ཚོགས་འཁོར་ | ༡ |
| 4 | ཟླ་དང་པའི་ཚེས་ ༡༧ ལ་ | གྲྭ་ཚང་དབུ་འཛུགས་ཀྱི་ཉིན་མོ་དང ཞབས་དྲུང་དག་སྣང་མའི་ཚོགས་འཁོར། | ༡ |

རང་ཟླ་གཉིས་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན་** |
| ༡ | ཟླ་གཉིས་པའི་ཚེས་ ༣ ལ་ | གནས་པོ་དོན་ཡོད་བཟང་པོ་བརྒྱ་ཚར། | ༡ |
| ༢ | ཟླ་གཉིས་པའི་ཚེས་༡༥ལ། | འཇམ་དཀར་ | ༡ |

རང་ཟླ་གསུམ་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན** |
| ༡ | ཟླ་གསུམ་པའི་ཚེས་ ༨ ནས་ ༡༠ ཚུན་ | བཀའ་དྲིན་གྱི་བདག་ཉིད་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་དང་ རྗེ་དགེ་རིན་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་མཆོད་ བླ་མ་མཆོད་པའི་སྒྲུབ་མཆོད་དང་གསོལ་འདེབས་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག | ༣ |

རང་ཟླ་བཞི་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན** |
| ༡ | ཟླ་བཞི་པའི་ཚེས་ ༡༥ ལ་ | དུས་ཆེན་ལྔ་འཛོམས་ལ་སྔ་དྲོ་གནས་བཅུ་དང་ ཕྱི་དྲོ་ལྷ་མོའི་ཚོགས་འཁོར་ | ༡ |
| ༢ | ཟླ་བཞི་ཚེས་༢༥ལ་ | རྒྱལ་སྲས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་མཆོད་དང་འབྲེལ་ ཚེ་དཔག་མེད་སྒྲུབ་མཆོད་ | ༡ |

རང་ཟླ་ལྔ་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན** |
| ༡ | ཟླ་ལྔ་པའི་ཚེས་ ༡༠ ལ་ | ཨྱོན་བླ་མའི་སྤྲེལ་ཟླ་ཚེས་བཅུ་དང་འབྲེལ་ དགོངས་འདུས་སྒྲུབ་ཆེན། | ༡ |
| ༢ | དབྱར་ཉི་ལྡོག་དང་བསྟུན་ | མགོན་པོའི་རྟེན་མདོས། | ༣ |

རང་ཟླ་དྲུག་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན** |
| ༡ | ཟླ་དྲུག་པའི་ཚེས་ ༤ ལ་ | ཆོས་འཁོར་བསྐོར་བའི་དུས་ཆེན་ལ་སྔ་དྲོ་གནས་བཅུ་དང་ ཕྱི་དྲོ་ལྷ་མོའི་ཚོགས་འཁོར་ | ༡ |
| ༢ | ཟླ་དྲུག་པའི་ཚེས་༡༥ལ་ | རྗེ་སྒམ་པོ་པའི་སྐུ་མཆོད་དང་འབྲེལ་ བླ་མ་མཆོད་པ་ | ༡ |

རང་ཟླ་བདུན་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན** |
| ༡ | ཟླ་བདུན་པའི་ཚེས་ ༡༥ ལ་ | ཀུན་མཁྱེན་པདྨ་དཀར་པོའི་སྐུ་མཆོད་དང་འབྲེལ་ དྲག་དམར་སྒྲུབ་མཆོད། | ༡ |
| ༢ | ཟླ་བདུན་པའི་ཚེས་༣༠ལ་ | སྤྱན་རས་གཟིགས་གསེར་ཕྲེང་། | ༡ |

རང་ཟླ་བརྒྱད་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན** |
| ༡ | ཟླ་བརྒྱད་པའི་ཚེས་ ༡༣ ནས་ ༡༥ ཚུན་ | གསང་སྒྲུབ་ཚེ་ཁྲོའི་སྒྲུབ་ཆེན་ | ༡ |

རང་ཟླ་དགུ་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན** |
| ༡ | ཟླ་དགུ་པའི་ཚེས་ ༨ནས་ ༡༠ ཚུན་ | དཔལ་ཆེན་རྡོ་རྗེ་གཞོན་ནུའི་སྒྲུབ་ཆེན་ | ༣ |
| ༢ | ཟླ་དགུ་པའི་ཚེས་༢༢ ལ་ | རྒྱལ་བ་ལྷ་ལས་བབས་པའི་དུས་ཆེན་ལ་ སྔ་དྲོ་གནས་བཅུ་དང་ ཕྱི་དྲོ་ལྷ་མགོན་གང་རུང་གི་ཚོགས་འཁོར། | ༡ |

རང་ཟླ་བཅུ་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན་** |
| ༡ | ཟླ་བཅུ་པའི་ཚེས་ ༡༣ ནས་ ༡༥ ཚུན་ | རྣམ་སྲས་དང་ཚེ་རིང་མའི་གཡང་ཁུག | ༣ |
| ༢ | ཟླ་བཅུ་པའི་ཚེས་༢༧ ནས་༢༩ ཚུན་ | མགོན་པོའི་གཏོར་རྒྱབ། | ༣ |

རང་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན** |
| ༡ | ཟླ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཚེས་ ༡༣ ནས་ ༡༥ ཚུན་ | ལོ་བསྟར་ཚེས་བཅུ་ཆེན་མོ་སྒར་འཆམ་དང་བཅས་པ་ | ༣ |

རང་ཟླ་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ཨང་ | ཚེས་གྲངས་ | འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་ | ཉིན |
| ༡ | ཟླ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཚེས་ ༨ ནས་ ༡༠ ཚུན་ | དགུན་ཟླ་བདེ་མཆོག་སྒྲུབ་ཆེན་ | ༣ |
| ༢ | ཟླ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཚེས་ ༢༩ ལ་ | དམངས་གི་སྐུ་རིམ་ལྷ་མོ་འབག་ཆོག | ༡ |

༆ འབྲུག་བསམ་གྲུབ་ལྗོངས་མཁར་རབ་སྡེ་གཞུང་གྲྭ་ཚང་ནང་ ཟླ་རིམ་དུས་མཆོད་གནང་དགོས་པའི་ རིགས་གཤམ་གསལ་འདི་ལྟར།

༼ཟླ་རིམ་དུས་མཆོད་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།༽

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ཚེས་གྲངས་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** | **ཉིན་གྲངས་** |
| ༡ | ཟླ་རིམ་ཚེས་ ༨ ལ་ | ལྷ་མོ་དང་སྒེར་གསོལ་བཅས་ | ༡ |
| ༢ | ཟླ་རིམ་ཚེས་ ༡༠ ལ་ | ཡར་ངོའི་དུས་བཟང་ལ་ དྲག་དམར་གྱི་གསུང་ཆོག་ | ༡ |
| ༣ | ཟླ་རིམ་ཚེས་ ༡༤ ལ་ | མགོན་པོ་ལྕམ་དྲལ་གསུམ་དང་སྒེར་གསོལ་བཅས་ | ༡ |
| ༤ | ཟླ་རིམ་ཚེས་ ༡༥འམ་༡༨ གང་རུང་ལ་ | རྫོང་ཁག་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་གསོལ་མཆོད་ | ཉིན་ཕྱེད་ |
| ༥ | ཟླ་རིམ་ཚེས་ ༢༥ ལ་ | མར་ངོ་མཁའ་འགྲོའི་དུས་བཟང་ལ་ ལྷ་མོའི་གཏོར་ཆུང་བརྒྱ་ཚར་ | ༡ |
| ༦ | ཟླ་རིམ་ཚེས་༢༩ལ་ | མགོན་པོ་ལྕམ་དྲལ་གསུམ་དང་སྒེར་གསོལ་བཅས་ | ༡ |
| ༧ | ཟླ་རིམ་ཚེས་༣༠ལ་ | རྫོང་ཁག་ལྷ་མོའི་གནས་ཁང་ནང་ དཔལ་ལྡན་ལྷ་མོའི་གསོལ་མཆོད་ | ༡ |
| ༨ | དུས་རྒྱུན་རེས་གཟའ་ཟླ་བ་ | འདུ་ཁང་ནང་སྔ་དྲོ་ལྷ་བསངས་ |  |

༆ འབྲུག་བསམ་གྲུབ་ལྗོངས་མཁར་རབ་སྡེ་གཞུང་གྲྭ་ཚང་ནང་ ཉིན་ལྟར་རྒྱུན་གསོལ་གནང་དགོས་པའི་ རིགས་གཤམ་གསལ་འདི་ལྟར།

༼ཉིན་ལྟར་རྒྱུན་གསོལ་གནང་དགོས་པའི་འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ།༽

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ཨང་** | **ལྷ་ཁང་** | **འབུམ་སྡེའི་ཁ་གསལ་** |
| ༡ | ཀུན་རྭ་ནང་༼གཟིགས་ས༽ | སྒྲིགས་ཞུགས་པ་དམང་ནས་ སྔ་དྲོ་སྒྲོལ་ཆོག་དང་ ཕྱི་དྲོ་དྲག་དམར་དང་ཚེ་སྒྲུབ་སོགས་ |
| ༢ | འདུ་ཁང་ནང་ | ཉིན་ལྟར་ དཀོན་གཉེར་ནས་སྟོན་པའི་རྒྱུན་གསོལ་ |
| ༣ | བདེ་མཆོག་ལྷ་ཁང་ནང་ | ཉིན་ལྟར་ དཀོན་གཉེར་ནས་ བདེ་མཆོག་རྒྱུན་གསོལ་ |
| ༤ | མགོན་ཁང་ནང་ | ཉིན་ལྟར་ བསྐང་བརྒྱུན་པ་ནས་ དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་ལུགས་ཀྱི་གསོལ་ཁ་ཕུལ་ནི་ |
| ༥ | ལྷ་མོའི་གནས་ཁང་༼རྫོང་ནང༽ | ཉིན་ལྟར་ བསྐང་བརྒྱུན་པ་ནས་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་ལུགས་ཀྱི་གསོལ་ཁ་ཕུལ་ནི་ |