

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༩



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡

༡༡། །སྐྱབས་ ༡༧ བའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེ་  
ཆེན་མོའི་གྲུབ་འབྲས།

ཡུ་རོབ་དང་ལྷོ་ཨ་ཕི་རི་ཀ

ཨང་།	མིང་།	འབྲེལ་བའི་ལུང་།	ལས་ཁུངས་།	ད་ལྟོ་སྡོད་གནས་།	འོས་ཐོབ་གྲངས་།	ལྷན་བཞུགས་།
༡	ལྷན་བསྐྱེད་དབང་ཆེན།		ལྷན་ཁྲོད་།	མི་ཡེན།	༩༩༩༩	འདེམས་ཐོན།
༢	ལྷན་བསྐྱེད་རྒྱ་མཚོ།		རྒྱལ་ཁྲོད་།	ལ་ལ་ལ་ལ།	༩༩༩༩	འདེམས་ཐོན།
༣	བཟོ་ལེན་བའི་ལེགས་ལ།		མི་ཉལ།	སྤེལ་ཇམ།	༩༩༩༩	
༤	གང་གཞིན་ཆོད་སྤོ་བཟང་།		སྤོད་ལ་ལྷན།	སྤོད་སེ།	༩༩༩༩	

དབུས་འོས་བསྐྱེ་ལས་ཁང་ནས་ ༢༠༡༡ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༩ ལ།



བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༤



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡

༡། །སྐབས་ ༡༧ །བའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འབྲུས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེ་  
ཆེན་མོའི་གྲུབ་འབྲས།

རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་སྤུང་བའི་ཨེ་ཤི་ཡ་དང་། ཨོ་སེ་གོ་ལེ་ཤི་ཡ།

ཨང་།	མིང་།	འབྲེ་བལ་།	བ་ཡུལ།	ད་སྐྱའི་སྡོད་གནས།	འོས་ཐོབ་གྲངས།	སྤྱི་བཞེད།
༡	རྫོ་རིང་བསྟན་འཛིན་སུན་ཚོགས།		ལྷ་ས།	ཁོ་སི་ལེ་ཏེ།	༧༩༤	འདེམས་ཐོབ།
༢	སྤུང་བསྟན་དོན་གྲུབ།		སྐ་བ།	མེལ་སྡོན།	༥༤༤	
༣	དགོ་ཚང་ཞེ་ཚལ།		མདོ་སྐད།	སི་ཏེ་ནི།	༣༧༤	

དབྱུས་འོས་བསྐྱེ་ལས་ཁང་ནས་ ༢༠༡༡ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༤ ལ།



བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༩



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡

༡༡། །སྐབས་ ༡༧། བའི་བོད་མི་མང་སྲི་འབྲུག་གི་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེ་  
ཆེན་མོའི་གྲུབ་འབྲས།

ལྷན་བྲང་ཨ་རི།

ཨང་།	མིང་།	འབྲ་བར།	ཕ་ཡུལ།	ད་ལྟོའི་སྡོད་གནས།	འོས་ཐོབ་གྲངས།	རྒྱུ་བརྗོད།
༡	བརྟན་འཛིན་འཛིགས་མེད།		གཉའ་ནང་།	མི་ནི་སོ་ལ།	༤༡༥༩	འདེམས་ཐོན།
༢	དོན་གྲུབ་ཆེ་རང་།		མངའ་རིས།	མེ་སེ་ཚུ་སེ།	༥༤༡༤	འདེམས་ཐོན།
༣	སློབ་ཤུག་སྐྱེལ་བཟང་ལུན་ཚོགས།		དིང་རི།	མོ་ལ་ལེན་ཏ།	༥༡༤༩	
༤	ཆེ་བརྟན་ལུན་ཚོགས།		དབྱུག་གཙང་།	ཀེ་མི་མོ་ནི་ཡ།	༤༩༤༤	
༥	བག་དབང་མཐར་ཕྱིན།		བྲག་གཡལ།	ནི་ལུ་ཡོག།	༡༠༩༤	

དབྱུག་འོས་བསྐྱེ་ལས་ཁང་ནས་ ༢༠༡༡ ལོ་ ༥ ཚེས་ ༡༤ ལ།།



བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༤



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡

༡། །སྐབས་ ༡༧ །པའི་བོད་མི་མང་སྲི་འབྲུས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེ་  
ཆེན་མོའི་གྲུབ་འབྲས།

གཡུང་རྒྱུང་ཐོན།

ཨང་།	མིང་།	འབྲ་བར།	བ་ཡུལ།	ད་སྐྱའི་སྡོད་གནས།	འོས་ཐོབ་གྲངས།	རྒྱུང་བརྗོད།
༡	དགེ་བཤེས་ཨ་ཤོང་རིན་ཆེན་རྒྱལ་མཚན།		རྩ་ཆེན།	བོན་གཞིས།	༡༡༩	འདེམས་ཐོན།
༢	དགེ་བཤེས་སློབ་ལམ་མཐར་ཕྱིན།		རྒྱུང་པོ།	བོན་གཞིས།	༡༡༤	འདེམས་ཐོན།
༣	བ་ར་ཆེ་དབང་བཟ་ཤིས།		རྩ་ཆེན།	བོན་གཞིས།	༡༡༩	
༤	དགེ་བཤེས་རྣམ་དག་གཞུག་ལྷན།		རྩ་ཆེན།	ཕ་ར་ཏ་སི།	༥༥	

དབྱུས་འོས་བསྐྱེ་ལས་ཁང་ནས་ ༢༠༡༡ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༩ ལ།།





བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༤



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡

༡༡། རྒྱལ་སྤྱོད་ ༡༨ བའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེ་  
ཆེན་མོའི་གྲུབ་འབྲས་།

ས་སྤྱོད་

ཨང་།	མིང་།	འབྲེལ་ལུགས་ལཱ་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་	མ་ལུགས་ལཱ་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་	ད་ལྟོ་ལྷན་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་	འོས་ཐོབ་གྲངས་།	རྒྱུ་རྐྱེན་ལཱ་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་
༡	ལྷོ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་		ལྷན་ཁག་འཛིན་སྐྱོང་པ་	སྤྱི་ཚུ་ལཱ་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་	༡༨༤	འཛིན་སྐྱོང་པ་
༢	མཁའ་ལོ་གཞུང་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེ་ཆེན་མོའི་འཛིན་སྐྱོང་པ་		འཛིན་སྐྱོང་པ་	ལྷན་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་	༡༡༤	འཛིན་སྐྱོང་པ་
༣	མཁའ་ལོ་འཛིན་སྐྱོང་པ་འཛིན་སྐྱོང་པ་		འཛིན་སྐྱོང་པ་	ལྷན་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་	༡༤༤	
༤	ཨ་ཕུ་ལྷོ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་		ལྷན་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་	ལྷན་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་པ་	༡༡༤	

དབུས་འོས་བསྐྱེ་ལས་ཁང་ནས་ ༢༠༡༡ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༤ ལགས།



བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༢༡༧༤



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡

༡༡། །སྐབས་ ༡༧། བའི་བོད་མི་མང་སྲི་འཐུས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེ་  
ཆེན་མོའི་གྲུབ་འབྲས་ས།

བཀའ་བརྒྱུད།

ཨང་།	མིང་།	འབྲེལ་བའི་ལུང་།	ལོ་ལྡན་ལོ་འཁོར་།	ད་ལྟོ་ལྗོངས་ལོ་འཁོར་།	འོས་ཐོབ་གྲངས་།	ལྷན་འབྲེལ་།
༡	ཀུན་དགའ་བསོད་སྟོབས།		ཕྱི་ལོ་	རྫོང་གཤམ་།	༣༤༧	འདེམས་ཐོབ་།
༢	བསྟན་བུ་ཡེ་འཕེལ།		ཆབ་མདོ།	རྫོང་།	༣༡༤	འདེམས་ཐོབ་།
༣	ལྷ་མ་འཕྲིན་ལས།		མངའ་རིས།	རྫོང་།	༢༣༠	
༤	འགྲུར་མེད་བཙོན་འགྲུས།		རྒྱལ་མཁམ་།	རྫོང་།	༥༧	

དབུས་འོས་བསྐྱེ་ལས་ཁང་ནས་ ༢༠༢༡ ལོ་ ༥ ཚེས་ ༡༧ ལ།







བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༢༡༧༩



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧

༡༣༧ །སྐབས་ ༡༧། ངའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འབྲུག་གི་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེད་ཚན་མིའི་གྲུབ་འབྲས་སྐོར་

མངོན་སྲིད།

ཨང་།	མིང་།	འདྲ་བར་།	མ་ལུག་།	ད་ལྟོ་སྡོད་གནས་སྡེ།	འོས་ཐོབ་གྲངས་།	ལྷན་འགྲུབ་ཚུན་།	ཨང་།	མིང་།	འདྲ་བར་།	མ་ལུག་།	ད་ལྟོ་སྡོད་གནས་སྡེ།	འོས་ཐོབ་གྲངས་།	ལྷན་འགྲུབ་ཚུན་།
༡	ཤར་མཚོ།		ར་བ།	རྩ་སྐད་།	༡༧༡༧	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༡༡	མ་མངས་རྩོམ་སྐད་།		རྩ་སྐད་།	ལྷོ་མཚོ།	༡༧༧	
༢	དོན་རྒྱུ་བ་ལྷ་མོ།		ལྷ་མོ།	རྩ་སྐད་།	༡༧༧༡	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༡༢	ལྷོ་བཟང་ལྷ་མོ།		ཨ་མཚོ་གཤམ་།	དོན་རྒྱུ་བ་ལྷ་མོ།	༡༧༧	
༣	མེ་རིང་ལྷ་མོ།		ར་བ།	རྩ་སྐད་།	༡༧༣༤	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༡༣	ལྷོ་བཟང་ཚོས་འབྲོད་།		རེབ་ཐོང་།	རྩ་སྐད་།	༡༧༡	
༤	བཟོ་ལོ་ས་རོན་ལྷ་མོ།		གསེར་རྒྱ།	བལ་ལུག་རྒྱལ་སྡེ།	༡༧༤༦	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༡༤	བསོད་ནམས་དབང་མོ།		ལྷ་མོ།	དོན་རྒྱུ་བ་ལྷ་མོ།	༡༧༠	
༥	དབུ་ཚ་བསོད་ནམས་རོན་ལྷ་མོ།		ཤར་ཐོག་།	བལ་ལུག་།	༡༧༡༧	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༡༥	ལོ་རྒྱུན་རྒྱུ་བ་ལྷ་མོ།		དཔལ་འཛིན་།	ལྷ་མོ།	༡༧༧	
༦	ཀམ་དགེ་ལེགས་།		ལྷ་མོ།	ལྷ་མོ་དཔལ་།	༡༧༡༡	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༡༦	ལྷོ་བཟང་ཚོས་འཕེལ་།		ར་བ།	རྩ་སྐད་།	༡༧༤	
༧	ལོ་ལོ་ས་རྒྱལ་ལྷ་མོ།		རྩོད་གཙུག་།	རྩ་སྐད་།	༡༧༤༧	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༡༧	སངས་རྒྱལ་བཟོ་ལོ་ས་རྒྱལ་ལྷ་མོ།		གཙུག་།	རྩ་སྐད་།	༡༧༧	
༨	ལྷོ་བཟང་ལྷ་མོ།		རེབ་ཐོང་།	རྩ་སྐད་།	༡༠༤༡	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༡༨	བསྐྱེད་འཛིན་ཚོས་ལྷ་མོ།		གཙུག་།	ལྷ་མོ།	༡༧༧	
༩	དགེ་བཤེས་གངས་རྩེ།		ར་བ།	རྩ་སྐད་།	༡༠༤༡	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༡༩	ལྷ་མོ་ལྷ་མོ།		རེབ་ཐོང་།	རྩ་སྐད་།	༡༧༧	
༡༠	ཚོས་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ།		གཙུག་།	རྩ་སྐད་།	༡༠༡༧	འདེམས་ཐོབ་ཐོབ།	༢༠	ལྷ་མོ་ལྷ་མོ།		མཚོ་ལྷོ།	རྩོད་གཙུག་།	༡༧༧	

དབུ་ཚ་བསོད་ནམས་རོན་ལྷ་མོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༧ ལོ།







ཕྱུག་རྒྱལ་ལོ་ ༡༧་ བའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྐྱེན་མོའི་གྲུབ་འབྲས།

དབུས་གཙུག་ལག་ཁར་

ཨང་།	མིང་།	འདྲ་བར་བཞག་པའི་ལུགས་ལུགས་ལྟ་སྟངས་ལྟར་	བཞུགས་པའི་གནས་ཁོངས་ལྟར་	དུས་ཚིག་གི་ལུགས་ལྟར་	འོས་བསྐྱེན་གྱི་ལུགས་ལྟར་	ཕྱི་ལོ་ལྟར་
༡	ལྷོ་ལམ་ཚེ་རིང་།		ཕྱག་རྒྱུ།	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༢	ལྷ་འབྲུག་ལྷོ་རྒྱུ།		གཙུག་ལག་ཁར་	རྩ་སྐད་	༡༩༩༡	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༣	མི་འབྲུག་རྒྱུ་རྒྱུ།		མཚོ་རྒྱུ།	ཉོན་ལྷན་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༤	དེད་ལྷ་ལྷོ་རྒྱུ།		མོ་གཞི་རྒྱུ།	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༥	ལྷོ་ལམ་ཚེ་རིང་།		ལྷོ་རྒྱུ།	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༦	མོ་ལོ་ལྷ་ལྷོ་རྒྱུ།		ལྷོ་རྒྱུ།	ལྷོ་རྒྱུ།	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༧	དོན་ལྷ་ལྷོ་རྒྱུ།		མངའ་འཛིན་	ལ་དུག་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༨	དེད་ལྷ་ལྷོ་རྒྱུ།		མངའ་འཛིན་	ལྷོ་རྒྱུ།	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༩	ལྷོ་ལམ་ཚེ་རིང་།		ལྷོ་རྒྱུ།	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༡༠	ལྷ་འབྲུག་ལྷོ་རྒྱུ།		དེད་ལྷ་	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༡༡	བསྐྱེད་འཛིན་ཚོས་འཛིན་		མངའ་འཛིན་	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༡༢	བསྐྱེད་འཛིན་ཚོས་འཛིན་		མངའ་འཛིན་	ལྷོ་རྒྱུ།	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།

ཨང་།	མིང་།	འདྲ་བར་བཞག་པའི་ལུགས་ལྴགས་ལྟར་	བཞུགས་པའི་གནས་ཁོངས་ལྟར་	དུས་ཚིག་གི་ལུགས་ལྟར་	འོས་བསྐྱེན་གྱི་ལུགས་ལྟར་	ཕྱི་ལོ་ལྟར་
༡༣	བོད་ལྷ་ཚེ་རིང་།		ལྷོ་རྒྱུ།	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༡༤	བསྐྱེད་འཛིན་ལྷོ་རྒྱུ།		མངའ་འཛིན་	ལྷོ་རྒྱུ།	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༡༥	ལྷོ་ལམ་ཚེ་རིང་།		ལྷོ་རྒྱུ།	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༡༦	བསྐྱེད་འཛིན་ལྷོ་རྒྱུ།		ལྷོ་རྒྱུ།	ལྷོ་རྒྱུ།	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༡༧	བསྐྱེད་འཛིན་ལྷོ་རྒྱུ།		མངའ་འཛིན་	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༡༨	ལྷོ་ལམ་ཚེ་རིང་།		གཙུག་ལག་ཁར་	ལྷོ་རྒྱུ།	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༡༩	བསྐྱེད་འཛིན་ལྷོ་རྒྱུ།		མངའ་འཛིན་	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༢༠	ལྷོ་ལམ་ཚེ་རིང་།		ལྷོ་རྒྱུ།	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༢༡	བསྐྱེད་འཛིན་ལྷོ་རྒྱུ།		ལྷོ་རྒྱུ།	ལྷོ་རྒྱུ།	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༢༢	ལྷོ་ལམ་ཚེ་རིང་།		མངའ་འཛིན་	རྩ་སྐད་	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།
༢༣	ལྷོ་ལམ་ཚེ་རིང་།		མངའ་འཛིན་	ལྷོ་རྒྱུ།	༡༩༧༧	འདྲེས་མས་མོན་པོ།

