

➤ **སྦྲོམ་སྦྲོམ་གྱི་དུས་ཡུན་དང་། ཆ་ཤྱེན། སྦྲོམ་བསྐྱེད་གནས་སྤངས། ས་མིག་ཚད་གཞི། སྦྲོམ་ཡོན་གནས་སྤངས་སོགས་ཀྱི་རེ་ཕྱི་མིག**

ཆོག་གས་པའི་མིང་།		སྦོལ་རྒྱུན་བཟོ་རིག	དུས་ཡུན།	འོས་ཚེས།	སྦྲོམ་བསྐྱེད་	ས་མིག	སྦྲོམ་ཡོན་སྟོན་དོད།
རྩ་རྒྱུང་མཐོ་སྦྲོམ།	༡	རྩ་བྱིས།	ལོ་ ༩	༡ ཐོན་པ།	ལོ་གསུམ་རེའི་མཚམས་སུ།	ཆད་གཞི་མེད།	རིན་མེད།
	༢	རྩ་རྩེས།	ལོ་ ༩	༡ ཐོན་པ།	མཚུངས།	མཚུངས།	རིན་མེད།
	༣	ཐང་ག་ཆེ་མ་དུབ།	ལོ་ ༩	༡ ཐོན་པ།	མཚུངས།	མཚུངས།	རིན་མེད།
	༤	ཤིང་རྩོས།	ལོ་ ༩	༡ ཐོན་པ།	མཚུངས།	མཚུངས།	རིན་མེད།
བཀྲ་ལྷན་གྱི་བོད་ཁྱིམ།	༡	རྩ་བྱིས།	ལོ་ ༤	རང་ལོ་ ༡༢ ཡན།	ལོ་ལྟར་ཟླ་ ༩ ནང་།	ཆད་གཞི་མེད།	ཟླ་རེར་ ༡༥༠༠
	༢	ཆེ་མ་བཟོ།	ལོ་ ༤	རང་ལོ་ ༡༤ ཡན།	ལོ་ལྟར་ཟླ་ ༤ ནང་།	ཆད་གཞི་མེད།	ཟླ་རེར་ ༡༥༠༠
མ་སུ་རི་བོད་ཁྱིམ་ལག་ཤེས་ཁང་།	༡	ཆེ་མ་བཟོ།	ལོ་ ༤	ཆང་མར།	ལོ་ལྟར་ཟླ་ ༩ ནས་ ༦ བར།	ཆད་གཞི་མེད།	རིན་མེད།
	༢	རྩ་བྱིས།	ལོ་ ༥	ཆང་མར།	ལོ་ལྟར་ཟླ་ ༩ ནས་ ༦ བར།	ཆད་གཞི་མེད།	རིན་མེད།
	༣	རྩ་མ་ཆོན་རི་མོ།	ལོ་ ༤	ཆང་མར།	ལོ་ལྟར་ཟླ་ ༩ ནས་ ༦ བར།	ཆད་གཞི་མེད།	རིན་མེད།
སྦོག་ར་ལག་ཤེས་ཁང་།	༡	ཤིང་བཟོ།	ལོ་ ༡	༡ ཐོན་པ་དང་། རང་ལོ་ ༡༦ ཡན།	རྩྱུང་རྩྱུགས།	༡	ཟླ་རེར་སྟོན་དོད། ༩༠༠༠
མཐུ་མཐོ་སྦྲོམ།	༡	རི་མོ།	ལོ་ ༢	༡༠ ཐོན་པ།	རྩྱུང་རྩྱུགས།	༥	རིན་མེད།
	༢	ཤིང་བཟོ།	ལོ་ ༢	༡༠ ཐོན་པ།	རྩྱུང་རྩྱུགས།	༥	རིན་མེད།