

# མངོན་བརྗོད།

རིག་གཞུང་སློབ་དེབ། སློབ་རིམ་དགུ་པ།

།།།།།  
ཤེས་རིག

ཚ་གཞུང་དང་བྱུང་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

དཔེ་སྐྱོན་ལོ། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༢། སློབ་གྲྭའི་ཚ་གཞུང་དང་ཁྱད་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

པར་དབང་© ༢༠༢༢ སློབ་དེབ་འདི་ སློབ་ཡུག་ཚུ་གི་ ཡོན་ཏན་རྒྱ་རྒྱེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ དཔེ་སྐྱོན་འབད་  
ཡོད་པ་ལས་

ཚ་གཞུང་དང་ཁྱད་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས་ལས་ ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་མེད་པར་ ཚོང་སྐྱར་འབད་ནི་  
ལས་འཛེམས་གནང་།

ལེགས་བཅོས་ལཱ་དག།

བསྟན་འཛིན་དོ་ཚེ། ཚ་གཞུང་མཁས་མཚོ་ག།

དོ་ཚེ། ཚ་གཞུང་ཚོམ་སློག་པ།

བདེ་ཆེན་དབང་འདུས། རིག་གཞུང་ཚ་གཞུང་ཚོམ་སློག་པ།

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་ ༠༢-༣༣༢༢༢༠/༠༢-༣༣༢༢༢༥

ཡོངས་འབྲེལ་ཁ་བྱང་། [www.education.gov.bt](http://www.education.gov.bt)

བསྐྱར་སྐྱོན། ༢༠༢༢

ISBN 978-99936-0-498-3

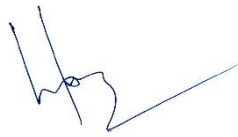
## རྫོན་ལྷན་བརྒྱུ་

མངོན་བརྗོད་ཟེར་མི་འདི་ བཅུ་ཕྱག་རིག་པའི་གནས་ཚུ་གི་གསུམ་ལས་གཅིག་ཡིན་པ་དང་ མངོན་བརྗོད་  
འདི་ཤེས་པ་ཅིན་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཚུ་ ཐོགས་ཆགས་མེད་པར་ཤེས་པ་ལས་བརྗོད་ཏེ་ ལྷན་རག་གི་  
ཚུམ་རྒྱབ་ནི་དང་ དུལ་དུས་གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུན་པའི་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལག་ལེན་འབྲེལ་དགོས་  
ཚུ་ནང་ དཀའ་ངལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ འབད་ཚུགས་པའི་ཁེ་སན་ཚུ་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་འབད་ཕམ་ལས་ རིག་གཞུང་སློབ་རིམ་<sup>༩</sup> པའི་ནང་ལུ་ མངོན་བརྗོད་ཅིག་སློབ་སློབ་འབད་བ་ཅིན་ ལ་  
གཞུན་སློབ་སླུག་ཚུ་གིས་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལུ་ཐོགས་ཆགས་མེད་པར་འགྲོ་བུ་ སློབ་རིམ་<sup>༡༠</sup> པའི་  
ནང་ལུ་ ལྷན་རག་གི་ཚུམ་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ལེགས་ཤོམ་སླེ་རྒྱབ་ཚུགས་པའི་ ཁེ་སན་ཚུ་འདུག།

དཔེ་དེབ་འདི་ རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེའི་ཁ་བྱུག་ལས་ རིག་གཞུང་ཤེས་ཡོན་ལུ་ མཁས་སླུང་  
དང་ཉམས་སྦྱོང་ཅན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་སླེ་ སློབ་མ་ལས་ཡོད་པའི་ མངོན་བརྗོད་ཀྱི་བསྐྱུན་བཙུག་རྒྱ་  
མཚོའི་ཚུ་ཐིག་ལུ་ གཞི་བཙུག་ཐོག་ལུ་ འགྲེལ་བཤད་དང་སློབ་ལཱ་ཚུ་ ཚུམ་སློབ་འབད་དེ་ ལྷག་གོ་  
བདེ་ཏོག་ཏོ་སླེ་བཟོ་ཡོད་པ་ཡིན།

དཔེ་དེབ་འདི་གིས་ སྤྱིར་བཏང་འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ སློབ་གྲྲི་སློབ་སླུག་ཡོངས་དང་ ལྷག་པར་རིག་  
གཞུང་ཤེས་ཡོན་སླུང་མི་སློབ་སླུག་ཡོངས་ལུ་ ཁེ་སན་སློབ་རྒྱུང་ཚུགས་པའི་རེ་སློབ་ལུ་ཡིན།



ཀུན་དགའ་ཚལ་པ།  
ཡོངས་བྱུང་མདོ་ཆེན།

## དགོས་དོན།

རིག་གཞུང་འབྲིང་རིམ་བར་མའི་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ རྣང་པའི་རིག་གཞུང་དང་ ལམ་སྲོལ་གྱི་ཤེས་  
ཡོན་ རྒྱ་བསྐྱེད་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ དག་ཡིག་དག་སློན་སྤྲོད་ཉུགས་དང་ ལྷན་དག་མངོན་བརྗོད་ཚུ་  
ལྷབ་དགོས་འདི་ག་ནི་བ་ལག་ཆེ་བས།

འདིའི་དོན་ལུ་ རིག་གཞུང་གི་དཔེ་དེབ་ཚུ་ གདམ་འཇུག་འབད་བའི་སྐབས་ མངོན་བརྗོད་གྱི་ཤེས་ཡོན་  
སྤྱང་ནིའི་དོན་ལུ་ དུལ་ཚུ་རྣམ་ལྷན་མཚོག་གིས་ བརྩམས་གནང་ཡོད་པའི་ མངོན་བརྗོད་གྱི་བསྟན་  
བཅོས་རྒྱ་མཚོའི་ཚུ་ཐིག་ཟེར་བའི་དཔེ་དེབ་འདི་ནང་ ས་འོག་དང་ ས་སྟེང་ ས་སྒྲུབ་ གང་ཟག་དང་  
དངོས་པོ་ སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཚུ་ འབྲེལ་  
བཤད་དང་བཅས་ གོ་བ་ལེན་གོ་བདེ་རྟོག་རྟོ་སྟེ་ བཤད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བསྟན་བཅོས་འདི་ རྒྱ་བོད་  
དང་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ རྣང་པའི་ཚོས་སྟེ་ཚུ་ནང་ ལྷབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་བསྟན་  
བཅོས་ཅིག་ཨིན་མས།

དེ་འབད་ཕྱ་ལས་ ར་གཞོན་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ རྒྱབ་  
ཁུངས་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཉ་གོ་སྟེ་ ལྷན་དག་གི་ཚོམ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་རྒྱབ་ཚུགས་པ་འགྲོ་  
ནིའི་དོན་ལུ་ དཔེ་དེབ་འདི་ སློབ་རིམ་དགུ་པའི་དོན་ལུ་ མངོན་བརྗོད་གྱི་སློབ་དེབ་འབད་ གདམ་འཇུག་  
འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

## མངོན་བརྗོད་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་གནས་ཚད།

མངོན་བརྗོད་ཀྱི་ སློབ་སྦྱོན་འདི་མཇུག་བསྟུན་ད་ སློབ་ཚུགས་ཚུ་གིས་

- ༡- མིང་བཏགས་དགོ་པའི་དགོས་པ་དང་ མིང་བཏགས་ཐངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་དགོ།
- ༢- དངོས་པོ་ཚུ་གི་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དང་ དེས་ཚིག་ཚུ་ འབྲི་སླབ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
- ༣- ཚུམ་ཚུ་ནང་ མངོན་བརྗོད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཚུམ་རྒྱབ་ཚུགས་དགོ།
- ༤- མངོན་བརྗོད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཚུ་གི་ རྒྱབ་ཁུངས་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ འབྲི་སླབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
- ༥- མངོན་བརྗོད་སློབ་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་ཉེ་ ཚོས་སྐད་དང་ རྗོང་ཁའི་མིང་གི་ཐ་སྟེན་མ་འདུལ་ཚུ་གི་ ཡོན་ཏན་གྱི་གཞི་འགྲུམ་ འཐོབ་ཚུགས་དགོ།
- ༦- ཚུམ་ཚུ་ནང་ མངོན་བརྗོད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ བཅུགས་དགོ་པའི་དགོས་དོན་ ཉ་གོ་སྟེ་ མངོན་བརྗོད་འཕྲོ་མཐུད་ལྟ་བུ་ལུ་ སློབ་བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།

# དཀར་ཆག

སློབ་ཚན་དང་པ། མངོན་བརྗོད་ཀྱི་མིང་གི་དགོས་པ་དང་དབྱེ་བ།.....	༡
སློབ་ཚན་གཉིས་པ། སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ལེམས་སྤྱི་མཚན།.....	༥
སློབ་ཚན་གསུམ་པ། ལྷ་ཡུལ་དང་ལྷ་སོགས་ཀྱི་མཚན།.....	༡༧
སློབ་ཚན་བཞི་པ། བམ་མཁའ་དང་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་གྱི་མིང་།.....	༣༠
སློབ་ཚན་ལྔ་པ། འབྲུང་བ་དང་ཤིང་སོགས་ཀྱི་མིང་།.....	༣༥
སློབ་ཚན་དྲུག་པ། འདབ་ཆགས་དང་གཙན་གཟན་.....	༤༡
དེ་དྲུགས་སོགས་ཀྱི་མིང་།.....	༤༡
སློབ་ཚན་བདུན་པ། རྒྱལ་ཁབ་དང་རྗོད་གཞིས་དཔོན་ཁག་སོགས་ཀྱི་མིང་།.....	༤༧
སློབ་ཚན་བརྒྱད་པ། མི་དང་མིའི་གཞུགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཀྱི་མིང་།.....	༥༧
སློབ་ཚན་དགུ་པ། དེན་པོ་ཆེ་དང་གོ་མཚོན་གྱི་མིང་།.....	༦༣
སློབ་ཚན་བརྒྱུ་པ། ལྷ་ས་དང་གངས་ཀྱི་མིང་།.....	༦༥
རྒྱལ་རྒྱུན་དཔེ་དེབ།.....	༧༥

# །སློབ་དུས་དང་པ།།

## སློབ་ཚན་དང་པ། མངོན་བརྗོད་ཀྱི་མིང་གི་དགོས་པ་དང་དབྱེ་བ།

ལས་དོན། སློབ་ཚན་འདི་ མཇུག་བསྟུན་ད་ སློབ་སྦྱོང་ཚུ་གིས་

- ༡ - དངོས་པོ་ཚུ་ལུ་ མིང་བཏགས་དགོ་པའི་དགོས་པ་ཚུ་ འབྲི་སློབ་འབད་ཚུ་གས།
- ༢ - མིང་བཏགས་ཐངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མ་འདྲཱ་ཚུ་ དབྱེ་དང་བཅས་འབྲི་སློབ་འབད་ཚུ་གས།
- ༣ - འབྲུག་པའི་ས་དང་ མི་གི་མིང་ཚུ་ མིང་བཏགས་ཐངས་ཀྱི་ དབྱེ་བ་ག་ཅིའི་ནང་ཚུད་པ་ཨིན་ན་ དབྱེ་དབྱེ་ འབད་ཚུ་གས།

### མིང་གི་དགོས་པ།

སྤྱིར་མིང་དུ་བཏགས་པའི་དགོས་པ་ནི། མདོ་སྡེ་ལྟར་གཤེགས་པ་ལས། མིང་དུ་གདགས་པར་མ་མཛད་ན། །འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཚོངས་པར་འགྱུར། །དེ་བས་མགོན་པོ་ཐབས་མཁས་པས། །ཚོས་རྣམས་མིང་དུ་གདགས་པར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་ མིང་མེད་ན་ འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཚོངས་ནས་ དངོས་པོ་རྣམས་ རོས་འཇིག་པར་དཀའ་བར་མཁྱེན་ནས་ འཇིག་རྟེན་མགོན་པོས་ ཚོས་རྣམས་ལ་ མིང་ཞིག་ངེས་པར་བཏགས་དགོས་པའི་ རྣམ་གཞག་མཛད་ཡོད་པ་དང་།

མིང་ཞིག་ཡོད་ན་ དབང་པོ་རབ་རྣམས་ཀྱིས་ མིང་དོན་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ གཞུང་དབུ་ཞབས་ཀྱི་དོན་ བདེ་སྲུག་ཏུ་ རྟོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་སློབ་པ་མཁས་པས་ རྟན་པའི་ལག་རྩ་ལ་རེག་པ་ཙམ་གྱིས་ ལུས་མགོ་མཇུག་གི་ནད་ཐམས་ཅད་ བདེ་སྲུག་ཏུ་རྟོགས་པ་བཞིན་ནོ།།

དབང་པོ་འབྲིང་རྣམས་ཀྱིས་ མིང་དོན་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ ལྷ་སྟོན་ཕྱོགས་དབྱེ་ཤེས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་  
དམག་མི་ལ་ བད་བྱང་བཏགས་པ་བཞིན་ལོ།།

དབང་པོ་ཐ་མས་ཀྱང་ མིང་དོན་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ གྲེགས་བམ་བཙལ་སློབ་འདི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་སྐབས་སྟོན་  
ལ་ཁ་བྱང་བཏགས་པ་བཞིན་ལོ།། དེ་བས་ན་ ཆོས་རྣམས་ལ་ མིང་གདགས་དགོས་པའི་ཐ་སྟོན་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན་ལོ།།

### མིང་བཏགས་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ།

སྤྱིར་མིང་བཏགས་ཚུལ་ལ་ སྐྱེ་འདོད་རྒྱལ་གྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་པ་དང་། སྐྱེ་རྗེས་སྐྱབ་ཀྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་པ།  
ཞེས་ལག་གཉིས་བཤད་སྟོབ་ཡོད་པ་དང་། སྐྱེ་འདོད་རྒྱལ་གྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་པ་ཞེས་པ་ནི་ མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་དགོ་  
པའི་རྒྱ་མཚན་སོགས་གང་ཡང་མེད་པར་ བཏགས་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ གོ་རྒྱུ་ཡིན། དཔེར་ན་ ཀ་བ། ལུ་མ་པ། གསེར།  
དུལ། ཤིང་། ས། རྟོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་མིང་སོགས་ལ་ མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་དགོ་པའི་ རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་བཤད་རྒྱུ་  
མེད་པ་ཡིན། དེ་བས་ན། མིང་དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་ལ་ སྐྱེ་འདོད་རྒྱལ་གྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་པའི་མིང་ཞེས་ གོ་དགོས་པ་  
ཡིན།

གཉིས་པ་ སྐྱེ་རྗེས་སྐྱབ་ཀྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་པ། ཟེར་བ་འདི་ མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་དགོས་པའི་ རྒྱ་མཚན་ ཆོག་རེ་  
བཞིན་ཏུ་ དེས་ཆོག་དང་རྒྱ་མཚན་འགྲེལ་ཏེ་ བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་གོ་རྒྱུ་ཡིན། དཔེར་ན་ སྐྱེ་མ། སྐྱབས་ཇེ། སྟོན་  
འཇུག། ཇེས་འཇུག། སྟོབ་གྲ། ཆ་ཟེར་ཅན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་མིང་སོགས་ལ་ ཆོག་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ དེས་  
ཆོག་འགྲེལ་ཏེ་ བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པས་ དེ་ལྟ་བུའི་མིང་ལ་ སྐྱེ་རྗེས་སྐྱབ་ཀྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་པའི་མིང་ཞེས་ གོ་དགོས་པ་  
ཡིན།

སྐྱེ་རྗེས་སྐྱབ་ཀྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་ཚུལ་ལ་ཡང་ རྣམ་པ་བརྒྱུད་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་ བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་པ་  
དང་། དོན་གྱི་རྣམ་གངས་ཀྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་པ། རྗོད་བྱེད་ཆོག་གི་སྟོན་མིང་བཏགས་པ། ཆོག་གི་རྣམ་གངས་ཀྱི་སྟོན་མིང་བཏགས་པ་



བཏགས་པ། ལུ་བ་པོ་འཁོར་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ། ཚུམ་སའི་ཡུལ་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ། ཚུམ་པའི་དུས་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ། དཔེའི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་སྟེ་བརྒྱད་ཡོད།

དང་པོ་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་ནི། ཉམས་གྱི་འཇུག་པ་དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྡོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལྟ་  
བུ། གཉིས་པ། དོན་གྱི་རྣམ་གངས་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པའམ་ གཞུང་ཚད་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་ནི། མདོ་སྡེ་ས་བརྩ་  
པ་དང་། སྡོང་ཉིད་བདུན་རྩ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། གསུམ་། རྗོད་བྱེད་ཚིག་གི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་ནི། རྒྱུད་བཏགས་པ་གཉིས་པ་  
དང་། རྒྱ་སྡོད་བམ་པོ་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། བཞི་པ། ཚིག་གི་རྣམ་གངས་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་ནི། དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་  
པ་དང་། ཀུ་རི་ཀུ་ལྟ་བུ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ལྔ་པ། ལུ་བ་པོ་འཁོར་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་ནི། དཔལ་བྱིན་གྱིས་ལུས་པ་དང་། དཔལ་བཟང་གིས་ལུས་པའི་མདོ་ལྟ་བུ་  
ཡིན། དུག་པ། ཚུམ་སའི་ཡུལ་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་ནི། མདོ་སྡེ་ལྟར་གཤེགས་པ་དང་། འགྲེལ་པ་བཙོམ་བརྒྱག་མ་  
ལྟ་བུའོ།། བདུན་པ། ཚུམ་པའི་དུས་གྱི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་ནི། ལྷང་འདས་གྱི་མདོ་དང་། ཡབ་སྐུ་མཇལ་བའི་མདོ་ལྟ་  
བུ། བརྒྱད་པ། དཔེའི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་ནི། འགྲེལ་ཚེན་སྲུ་ཉིག་འཕྲེང་མཛེས་དང་། མདོན་བརྗོད་རྒྱ་མཚོ་ཚུ་བྱིགས་  
ལྟ་བུའོ།།

དེ་ལྟ་བུའི་མིང་འདོགས་ལུགས་ལ་ དབྱེ་བ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་ སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ བསྟན་བཙོམ་འདི་ནང་  
བཤད་ཡོད་པའི་ མིང་གི་མདོན་བརྗོད་དེ་དག་ མིང་གང་གི་སློབ་མཁན་བཏགས་པ་ཡིན་ཚུལ་སོགས་ རིག་པས་དབྱེད་ནས་  
ཤེས་དགོས་པ་ཡིན་འོ།།

**སྦྱོང་ལྗན།**

- ༡- དངོས་པོ་ཚུ་ལུ་ མིང་གི་ཐ་སྟེད་མེད་པ་ཅིན་ སྦྱོན་ག་ཅི་རའོང་ནི་བཟུམ་འདུག་གོ?
- ༢- མིང་བཏགས་ཐངས་གྱི་དབྱེ་བ་ བོང་ལུ་བཞོད་ཡོད་མི་ཚུ་ལས་ལྷག་སྟེ་ གཞན་ཡང་ ག་ཅི་རའོང་ལུག་གོ?
- ༣- ད་རེས་ནངས་པའི་ ཨ་ལོ་ཚུ་ལུ་ མིང་བཏགས་ཐངས་ ག་དེ་སྟེ་རའོང་ལུག་གོ?

- ༤- རྒྱུན་རའི་མིང་འདི་ ག་དེ་སླེ་བཏགས་ཡོད་པ་འབད་ཚོར་ཡི?
- ༥- ཇལ་ལོ་གསར་སྐྱེ་ཚུ་གི་མིང་ཚུ་ ག་གིས་ར་བཏགས་དགོ་པ་ཨིན་ན?
- ༦- འོག་གི་མིང་ཚུ་ སྐྱེ་འདོད་རྒྱལ་དང་ རྗེས་སྐྱབ་ག་ཅིའི་ནང་ཚུད་ག་ ཕྱི་སེལ་རྒྱལ།

# སློབ་ཚན་གཉིས་པ། སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་སེམས་སྤྱིའི་མཚན།

ལས་དོན། སློབ་ཚན་འདི་ མཚུགས་བསྟུན་ད་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་

- ༡ - སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་སེམས་དཔའ་ཚུ་གི་ མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཚུ་འབྲི་སླབ་འབད་ཚུ་གས།
- ༢ - མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཚུ་གི་ དེས་ཚིག་ཚུ་ བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུ་གས།
- ༣ - མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་དང་འབྲེལ་བའི་ རྒྱབ་ཁྲུངས་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུ་གས།
- ༤ - སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་སེམས་དཔའ་ཚུ་གི་ མཚན་དོན་གྱི་དགོས་པ་ཚུ་ཉ་གོ་སྟེ་ དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་ བསྐྱེད་ཚུ་གས།

## ༡ རྩོམ་འཆང་གི་མཚན།

ལ་སྦྱོར་བདུན་ལྔ། རྒྱལ་བ་རྩོམ་འཆང་ཉིད་ ཡུམ་དང་ཞལ་སྦྱོར་བས་ལ་སྦྱོར་དང་ཡོན་ཏན་བདུན་ དང་  
 ལྷན་པས་ན་བདུན་ལྔ་ལོ། ཡོན་ཏན་བདུན་ནི། སྦྱེ་ལ་མཚན་བཟང་དང་  
 དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་གསལ་ཚོགས་ཀྱིས་སྦྱས་པ། རང་རིག་མ་དང་མཉམ་པར་ སྦྱོར་བ།  
 ལྷན་སྦྱོས་ཀྱིས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྷན་པ། སྦྱོང་ཉིད་  
 རྩོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པ། སྦྱོང་སྦྱོང་ལ་བརྟེན་བཞེན་པའི་སྦྱོང་རྩོམ་  
 ཡོངས་སུ་ཚོགས་པ། འཁོར་བ་མ་སྦྱོངས་ཀྱི་བར་དུ་ སེམས་ཅན་གྱི་འགོ་དོན་  
 མཛད་པ་དང་། ཞེ་མཐའ་སྤང་བ་བཅས་བདུན་ལོ།

## རིགས་བརྒྱའི་བདག་།

ཤར་རྣམ་པར་སྤང་མཛད། སྦྱོང་རིམ་ཆེན་འབྱུང་གནས། ལུ་སྤང་བ་མཐའ་ ཡས།  
 བྱང་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ། དབྱུས་མི་བསྦྱོད་རྩོམ་སྟེ། རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷན་  
 རང་གསེས་ཉི་ཤུ་བྱས་པས་ རྒྱལ་བ་རིགས་བརྒྱ་སྟེ་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲེལ་ བདག་ཡིན་  
 པས་ རིགས་བརྒྱའི་བདག་གོ།

དུག་པ།

རྒྱལ་བ་རིགས་དུག་ལས་རྣམ་པར་སྤང་མཛད།

རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས།

སྤང་བ་མཐའ་ཡས། རོན་ ཡོད་གྲུབ་པ། མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ། དོ་རྗེ་འཆང་སྟེ་དུག་ལས་ རོ་  
རྗེ་འཆང་ནི་ དུག་པ་ཡིན་པས་སོ།།

༡ སངས་རྒྱལ་སྤྱིའི་མཚན།

བདེ་གཤེགས།

བདེ་ཞིང་གཤེགས་པ་སྟེ་ ལམ་བདེ་བ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྐྱེག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
འབྲས་བུ་བདེ་བ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་སར་གཤེགས་པས་ན་ བདེ་གཤེགས་སོ།།

ཚོས་རྒྱལ།

ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ དབང་བྱེད་པས་ན་ ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོའོ།།

ཐམས་ཅད་མཁུན་པ།

ཤེས་བྱ་རི་ལྟ་བུ་དང་རི་སྟེང་པ་ཐམས་ཅད་ མཁུན་པས་ན་ ཐམས་ཅད་མཁུན་པའོ།།

སངས་རྒྱལ།

མ་རིག་པའི་གཉིད་ཐུག་པོ་ལས་སངས་ཤིང་ ཤེས་བྱའི་ཚོས་ལ་སྟོ་གོས་པསྟེ་འདབ་མ་  
ལྟར་ རྒྱལ་པས་ན་ སངས་རྒྱལ་སོ།།

ཚོས་རྗེ།

ཚོས་ཐམས་ཅད་གྱི་རྗེ་བོ་ཡིན་པས་ན་ ཚོས་རྗེའོ།།

ཀུན་ཏུ་བཟང་།

ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་པས་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོ་དང་། ཡང་ན་ ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་དགོ་  
བའམ་ ལེགས་པའི་རིགས་ རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་ན་ ཀུན་ཏུ་བཟང་  
ངོ་།།

རྒྱལ་བ།

ཉོན་མོངས་པའི་བདུད། ཡུང་པོའི་བདུད། ལྗེའི་བདུད། འཆི་བདག་གི་བདུད་དེ་  
བདུད་བཞི་ལས་རྒྱལ་བས་ན་ རྒྱལ་བའོ།།

བདུད་འདུལ།

བདུད་བཞི་མ་ལུས་པ་བདུལ་བས་ན་ བདུད་འདུལ་ལོ།།

བཙུག་ལྷན་འདས།

བདུད་བཞི་བཙུག་ཞིང་། གཟུགས་བཟང་བ་དང་། དཔལ་དང་། གྲགས་པ་དང་། ཡེ་  
ཤེས་དང་། བཙུག་འགྲུལ་ཏེ་ སྐལ་བ་དུག་དང་ལྷན་ཞིང་ ལྷ་དཔལ་ལས་འདས་པས་  
བཙུག་ལྷན་འདས་སོ།།

མངོན་ཤེས་དྲུག་ལྟན། ལྷོ་ལྷོ་ན་དང་ རྣ་བ་དང་ གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དང་ ལྷོ་གནས་དྲན་པ་དང་ ཟག་  
པ་ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་ རྩུ་འཕྲུལ་ཤེས་པ་སྟེ་ དྲུག་དང་ལྟན་པས་ མངོན་ཤེས་དྲུག་ལྟན་  
ལོ།།

སྟོབས་བརྩུ་པ། སྟོབས་བརྩུ་ནི། གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས། ལས་དང་རྣམ་པར་  
སློན་པ། མོས་པ་སྣ་ཚོགས། ལམས་དུ་མ། དབང་པོ་མཚོག་དང་མཚོག་མིན། ལམ་  
ཐམས་ཅད། རྣམ་པར་བྱང་བ། འཆི་འཕོ་བ། སྐྱེ་བ་དང། ཟག་པ་ཟད་པ་མཁྱེན་པའི་  
སྟོབས་དང་ལྟན་པའོ།།

རྣམ་འདུལ། གཏུལ་བྱ་ཐམས་ཅད་ ཐབས་དུ་མས་འདུལ་བས་ན་ རྣམ་འདུལ་ལོ།།  
གཉིས་མེད་གསུངས་པ། སྤྱི་མི་འགྲུར་ཞིང་ ལ་གཉིས་མེད་པས་ གཉིས་མེད་གསུངས་པའོ།།  
དང་སྲོང་ཚེན་པོ། ལྷ་དང་མིའི་དང་སྲོང་ཀུན་ལས་ཆེ་བ་ཡིན་པས་ན་ དང་སྲོང་ཚེན་པོའོ།།  
རྟེན་གཉིས་གཙོ། རྟེན་མང་ལས་རྟེན་གཉིས་མཚོག་ཡིན་ཞིང་ དེ་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ན་ རྟེན་  
གཉིས་གཙོ་བོའོ།།

འགོ་བའི་སྤྲ་མ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི་ མི་གནས་པར་འགོ་བ་ཡིན་ཏེ་ དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲ་མ་ཡིན་  
པས་ན་ རྟེན་གཉིས་གཙོ་བོའོ།།

ལུས་མེད་ཐུལ། ལུས་མེད་འདོད་པའི་དབང་ཕྱུག་འཕུལ་བ་ཡིན་པས་ན་ ལུས་མེད་ཐུལ་ལོ།།

༣ སངས་རྒྱལ་ལྷ་ལྷ་བུ་པའི་མཚན།

གོ་ལུ་ཏ་མ། གོ་ལུ་ཏ་མའི་བུ་ཡིན་པས་ གོ་ལུ་ཏ་མའོ།།  
ཉི་མའི་གཉེན། ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་སློན་པས་ ཉི་མའི་གཉེན་ལོ།།  
བྱ་རམ་ཤིང་པ། བྱ་རམ་ཤིང་གི་གསེབ་ནས་རྟེན་པས་ བྱ་རམ་ཤིང་པའོ།།  
ཟས་གཙང་སྤྲ། ཡབ་ཟས་གཙང་གི་སྤྲ་ཡིན་པས་ན་ ཟས་གཙང་སྤྲ་སོ།།  
སྤྱི་འཕྲུལ་སྤྲ་པོ། ཡམ་སྤྱི་མ་ལྟ་མངོས་མ་ཡིན་པས་ སྤྱི་འཕྲུལ་སྤྲ་པའོ།།  
དོན་ཀུན་གྲུབ། སྤྲ་འཕྲུངས་མ་ཐག་ རྒྱལ་པོའི་དོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པས་ན་ དོན་ཀུན་གྲུབ་པའོ།།

ལྷ་ཡི་ལྷ། ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ གོང་དུ་བཀྲུང་བས་ན་ ལྷ་ཡི་ལྷའོ།།

ལྷན་སྐྱེས་པ།

ལྷན་སྐྱེས་པ་དང་ལྷན་སྐྱེས་པའི་དོན་ཏེ་ སེམས་ཚན་གྱི་དོན་མཛད་ལྷན་པའམ་ མོད་པས་ན་  
ལྷན་སྐྱེས་པ་ལོ།།

སློན་སངས་རྒྱལ་ལོད་སྲུང་གི་སློན་བདག་རྒྱལ་པོ་གི་གི་ཡིན་ལ། དེའི་བྱ་ལེགས་སླེས་གི་  
བརྒྱན་པ་ བརྒྱ་ཐམ་པ་ གྲུ་འཛིན་དུ་བྱུང་བའི་ཐ་མ་ རྒྱལ་པོ་ན་བ་ཚན་ལ་ བྱ་གཉིས་ཏེ་  
གློ་ཏུ་མ་དང་ ལྷ་ར་རྒྱ་ཚོལ། གློ་ཏུ་མ་ ཅང་སྲོང་མདོག་གཞག་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་།  
རྒྱལ་པོ་ན་ཚན་འདས་ཏེ་ ལྷ་ར་རྒྱ་ཚོས་རྒྱལ་པོ་བྱེད། དེའི་ཚེ་ སླད་ཚོང་མ་བཟང་མོ་དང་  
གཡོན་ཚན་པ་སྐྱེའི་ཚུ་ལག་གཉིས་སློས་བྱས་ཏེ་ དུས་སྐབས་ཀྱང་ མི་གཞན་ཞིག་གིས་  
ཀར་ཤ་པ་ཏེ་ ལྷ་བརྒྱ་བྱིན་པས་ དེ་དང་མཉམ་དུ་སྲོང་བས་ པ་སྐྱེའི་ཚུ་ལག་ལེལ་ནས་  
བཟང་མོ་བསད་ རལ་གི་གློ་ཏུ་མའི་སློལ་བྱར་བོར་བ། རྒྱལ་པོས་མཐོང་སྟེ་ གློ་ཏུ་མ་  
ཁྲིམས་ལ་སླུ།

བྱ་གཉིས་ཁྲིད་དེ་ ཆེ་བ་རྒྱལ་པོར་བསྐྱོས་ཀྱང་ བྱ་མེད་པར་གྱི། རྒྱུ་བ་རྒྱལ་པོར་བསྐྱོས་  
ཏེ། བྱ་རམ་ཤིང་པའི་རྒྱལ་བརྒྱན་ བརྒྱ་ཐམ་པ་ བྱ་རམ་ཤིང་པ་ འཕགས་སླེས་པོ་བྱུང་  
ངོ།། དེ་ལ་སྐར་མདའ་གདོང་དང་། ལག་སྐྱ་དང་། སྲུང་པོ་ཆེ་འདུལ་བ་དང་། ཀར་  
གཏུབ་ཚན་བཞི་བྱུང་། དུས་གཞན་ཞིག་ན་ བཅུན་མོ་ཤི་ནས་ རྒྱལ་པོ་ལྷ་ར་རྒྱས་པ་  
དང་ སློན་པོ་ན་མས་ཀྱིས་ཉི་འོག་གི་རྒྱལ་ཁམས་ན་ རྒྱལ་པོར་བཅུན་མོར་འོས་པ་ འགའ་  
ཡོད་པས་ ལྷ་ར་མ་མཛད་ཅིག། རྒྱལ་པོས་སློས་པ། དའི་བྱ་འདི་ན་མས་ རྒྱལ་སྲིད་ལ་  
དགའ་ཞིང་རྒྱུབ་པས་ སྐྱེས་ཀྱང་བྱ་མོ་མི་སྟེར་བེད། དེ་ནས་ སློན་པོ་ན་མས་ཀྱིས་ བཙལ་  
བས་ རྒྱལ་པོ་གཞན་ཞིག་ལ་བྱ་མོ་གཟུགས་བཟང་བ་ལྷ་ན་སྐྱེས་པ་ཡོད་པར་ཐོས་ཏེ།  
རྒྱལ་པོ་དེའི་སར་བྱིན་ནས་ བྱ་རམ་ཤིང་པ་འཕགས་སླེས་པོའི་བཅུན་མོ་དམ་པ་ཤི་བས་  
རྒྱལ་པོའི་སྐྱེས་མོ་འདི་ སྟེར་དགོས་བྱས་པས། རྒྱལ་པོ་ན་པེ། འཕགས་སླེས་པོའི་བྱ་  
ན་མས་མི་བསྐྱེན་པས་ རྒྱལ་སྲིད་སྟེར་ན་ བྱ་མོ་སྟེར་བེད། འཕགས་སླེས་པོར་ལྷ་བས།  
རྒྱལ་པོ་པོ་བོ་ལ་སྟེར་དགོས་བེད་ཞིང་མ་ཉན། སློན་པོ་ན་མས་ཀྱིས། ཡང་ན། བྱ་སླེས་པའི་

ངེས་པ་མེད་པས་ སྲངས་བར་གསོལ། བཙུན་མོ་སྲངས་པས་ བྱ་ཞིག་སྐྱེས་པས་ མིང་  
རྒྱལ་སྲིད་དགའ་ ཞེས་གསོལ། རྒྱལ་ཚབ་རྩ་མ་བཙུག་པས་ བཙུན་མོའི་ཡབ་ཞེས། སློན་  
པོས་གཡོ་བྱས་ནས་ རྒྱལ་སྐས་གཞན་རྣམས་ཡུལ་ལྗུང་བར་བྱེད། དེ་ནས་ གཞོན་ཅུ་

རྣམས་སྲིང་མོ་ཁྲིད་དེ་ གངས་དང་ཉེ་བ་ རྒྱ་བོ་སྐལ་ལྡན་ཤིང་རྟའི་འགྲམ་དུ་ དྲང་སྲོང་  
སེར་སྐྱའི་བསྐྱེ་གནས་དང་ཉ་ཅང་མི་རིང་བར་ལོ་མའི་སྦྱིལ་བྱ་བྱས་ཏེ། རི་དྲུགས་བསད་  
ནས་འཚོ་བར་བྱེད་དོ། དེ་རྣམས་ལང་ཚོ་དར་བས་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་གཟིར་ནས་ ཤ་བྱི་  
བས་ སྐྱའོ་སིང་སིང་པོར་གྱུར་བ་ དྲང་སྲོང་གསེར་སྐལ་མཐོང་ནས་སྐྱས་པ། རང་རང་གི་  
སྲིང་མོ་ལ་ལོངས་སྦྱོང་ཅིག་ གཞོན་ཅུ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱས་པ། དེ་ལྟ་བུ་བྱར་རུང་ངམ། དྲང་  
སྲོང་གིས་སྐྱས་པ། རྒྱལ་སྲིད་སྟོར་བ་རྣམས་ཀྱིས་རུང་དོ། དེ་རྣམས་དགའ་སྟེ་ སྲིང་མོ་  
རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་བཅེ་བར་བྱེད་པས་ བྱ་དང་བྱ་མོ་མང་པོ་བྱུང་བ་དང་ དེ་རྣམས་ཀྱིས་  
ཅུང་མོའི་སྐྱས་ དྲང་སྲོང་གི་བསམ་གཏན་ལ་གཞོད་པས་སྐྱས་པ། ཁོ་བོ་གཞན་དུ་འགྲོའོ་  
ཟེར་བས་ གཞོན་ཅུ་རྣམས་ཀྱིས་ རྩེད་འདིར་བཞུགས་ བདག་ཅག་ལ་གནས་སྟོན་ཅིག་  
སྐྱས་པས་ དྲང་སྲོང་གིས་ གསེར་བུམ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་ སྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྣམ་པ་བྲིས་ནས་  
དེ་རྣམས་ཀྱིས་ སྲོང་ཁྱེར་བརྩིགས་པས་ གསེར་སྐྱའི་གཞིར་གྲགས་སོ། དེ་རྣམས་  
འཕེལ་བ་ཆེ་བ་དང་ ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ སྲོང་འདེབས་པའི་ས་བཟུན་པས་སྲོང་བཏབ་པ་  
ལྷས་བཟུན་དུ་གྲགས་སོ། རྣམས་ཞིག་ འཕགས་སྐྱེས་པོས་ སློན་པོ་རྣམས་ལ་ ངའི་  
གཞོན་ཅུ་རྣམས་ གང་དུ་ཡོད་དེས་པས་ སློན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ ལོ་རྒྱུས་ལུས་པས་ རྒྱལ་  
པོས་སྐྱས་པ། གཞོན་ཅུ་རྣམས་ཀྱིས་ དེ་ལྟར་ལུས་སམ། སློན་པོས་སྐྱས་པ། དེ་ལྟར་  
ལགས་སོ། རྒྱལ་པོ་རོ་སྟོད་སྲང་ནས། གྱེ་མ་གཞོན་ཅུ་རྣམས་ནི་ ལུས་པ་ཡིན་ནོ། སྲོང་  
པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སྐྱས་པས། རྒྱ་སྐད་དུ་ཤུ་ཞེས་བྱའོ།

ཀར་ཐུབ་ཅན་གྱི་བུ་ལྷ་བརྒྱ་དང་བཅོ་ལྷ་ན་གཞུ་བཏན་བྱུང་། དེའི་བུ་སེར་ལྷ་འགྲམ་དང་།  
སེར་སྐྱ་གཉིས་སོ། དང་པོའི་བུ་ཟས་གཙང་དང་། ཟས་དཀར། བློ་པོ་ཟས། བདུད་ཚིའི་  
ཟས་དང་བཞི་ཡིན། དེའི་བུ་མོ་ནི་ གཙང་མ། དཀར་མོ། བློ་པོ། བདུད་ཚིམ་དང་བཞི།  
རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་ལ་ བྱ་དོན་གྲུབ་དང་། གཙུང་དགའ་པོ་གཉིས། ཟས་དཀར་ལ་རྒྱལ་

བ་དང་བཟང་ལྡན་གཉིས། བྲོ་བོ་ཟས་ལ་ མིང་ཆེན་དང་མ་འགགས་པ་གཉིས། བདུད་  
ཚིའི་ཟས་ལ་ ཀུན་དགའ་བོ་དང་ལྷ་ས་སྤྱིན་གཉིས་སོ། །གཙང་མའི་བྱ་ལེགས་པར་རབ་  
སད། དཀར་མའི་བྱ་ལྷེང་བ་ཅན། བྲོ་མའི་བྱ་བཟང་ལྡན། བདུད་ཚིའི་བྱ་དགའ་འཕེལ།

དོན་གྲུབ་ཀྱི་ལྷ་ས་སྐྱ་གཙན་འཛིན་ཡིན་ལོ། །དེ་ནས་གསེར་སྐྱའི་གཞིར་སེའླེ་འགྲམ་རྒྱལ་  
པོ་བྱས། ལྷ་ས་བསྟན་ཏུ་ལེགས་པར་རབ་སད་རྒྱལ་པོ་བྱེད་དེ། གཉིས་ཀར་ཡང་ ལོ་  
ལེགས་ཤིང་སྐྱེ་བོས་གང་བ། འཐབ་ཚོད་དང་ཚོམ་རྒྱན་མེད་པར་ འཁོར་ལ་བྱ་གཅིག་  
ལྷར་བརྟེན་བས་སྐྱོང་བར་བྱེད་དོ། །ལེགས་པར་ རབ་སད་ཀྱི་བཙུན་མོ་ ལུམ་བི་ནི་ཞེས་  
བྱ་བ་ཡོད་པ་དེས་ ལྷ་ས་བརྟན་ན་ བྱིམ་བདག་ལྷུག་པོ་ཞིག་གིས་ ཚལ་མེ་ཉོག་དང་  
འབྲས་བུ་དང་ རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ བྱ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་སྐྱད་འབྱེན་པའི་ཀུན་དགའ་ར་  
བ་ལ་ཆགས་ཏེ། ལེགས་པར་རབ་སད་ལ་ཚལ་འདི་བདག་ལ་སྤྱིན་ཅིག་ཅེས་ཟེར་རོ། །དེ་  
ནས་ ལེགས་པར་རབ་སད་ཀྱིས་ ཚལ་དེ་ བྱིམ་བདག་ལ་ཉོས་ཀྱང་འཚོང་དུ་མ་འདོད་  
པ་དང་། ལེགས་པར་རབ་སད་ཀྱིས་ བྱིམ་བདག་གི་ཚལ་ དེ་བས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་  
པའི་ཚལ་བཅོས་ཏེ། ཚལ་དེའི་མིང་ ལུམ་བི་ནིའི་ཚལ་ཞེས་གྲགས་སོ། །རེ་ཞིག་ན་ ལུམ་  
བི་ནི་ལ་ བྱ་མོ་གཟུགས་བཟང་བ་ལྷ་ན་སྤྱུག་པ་གཅིག་བཅོས་སོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
མཐོང་བས་ངོ་མཚར་སྐྱེས་ཏེ། དེའི་མིང་སྐྱ་འཕྲུལ་མར་བཏགས་སོ། །ཡང་ བྱ་མོ་ཞིག་  
སྐྱེས་པ་ནི་ དེ་ལས་ཀྱང་ གཟུགས་མངོས་ཤིང་གོང་ཁྲེང་ཡང་འོད་ཀྱིས་གང་བས་སྐྱ་  
འཕྲུལ་ཆེན་མོར་བཏགས་སོ། །བྱ་མོ་དེ་ཉིད་མཚན་མཁན་ལ་བསྟན་པས་ སྐྱ་འཕྲུལ་མ་ལ་  
ནི་ བྱ་སྟོབས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་ཞིག་སྐྱེས་ལ། སྐྱ་འཕྲུལ་ཆེན་མོ་ལ་ནི་ བྱ་མཚན་སོ་  
གཉིས་དང་ལྡན་པ་ སྟོང་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ སྐྱེ་བའི་ལུང་བསྟན་ལོ། །  
སེའླེ་འགྲམ་ཀྱིས་ཀྱང་ བྱ་མོ་གཉིས་མནའ་མར་སྤངས་སོ། །

༤ རྒྱལ་བ་བུམས་པའི་མཚན་ནི།

རྒྱལ་ཚབ། བདག་བཅག་གི་སྟོན་པ་ སངས་རྒྱས་ཤུག་ཕུག་ཕུག་པ་སངས་རྒྱས་ཤིང་ དགའ་ལྡན་ཡི་  
དགའ་རྒྱ་འཛིན་ནས་ སེམས་ཅན་རྣམས་ མོངས་འདུལ་གྱི་གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་ འཇིག་



རྟེན་འདི་ན་སེབས་དུས་ དགའ་ལྷན་ཡི་དགའ་ཚུ་འཛིན་གྱི་ རྒྱལ་ཚབ་བྱམས་པ་མགོན་  
པོ་ལ་གནང་བས་ རྒྱལ་ཚབ་ཞེས་སོ།།

མི་ཕམ་མགོན་པོ།

བདུད་བཞི་ལས་ཕམ་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་ འགོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་མགོན་ཡིན་པས་ན་མི་  
ཕམ་མགོན་པོ་ཞེས་སོ། བདུད་བཞི་ནི་ ལྷ་བྱུང་བདུད། ཉེན་མོངས་པའི་བདུད། སུང་  
པོའི་བདུད། འཆི་བདག་གི་བདུད་དོ། འགོ་བ་རིགས་དྲུག་ནི་ ལྷ། ལྷ་མིན། མི། ཅུང་  
འགོ། ཡི་དྲགས། དཔྱལ་བའོ།།

ས་བརྩའི་དབང་ཕུག།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་ ས་བརྩ་དབང་དུ་ཕུག་པས་ ས་བརྩའི་དབང་ཕུག་གོ།  
ས་བརྩ་ནི། རབ་ཏུ་དགའ་བ། ཇི་མ་མེད་པ། འོད་བྱེད་པ། འོད་འཕྲོ་བ། སྤང་དགའ་བ།  
མངོན་དུ་གྱུར་པ། རིང་དུ་སོང་བ། མི་གཡོ་བ། ལེགས་པའི་སློ་གོས། ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་ལོ།།

༥ རྗེ་བརྩན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་མཚན་ནི།

བརྟན་པའི་འཁོར་ལོ།

འགོ་ཀུན་སེམས་ཅན་འཁོར་བའི་གནས་ལས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ལམ་དུ་འབྲེན་རྒྱུའི་སྤྲུགས་  
ཤིན་ཏུ་བརྟན་པོས་ སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་དང་ དེ་རྣམས་ལ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་  
བར་མཚམས་མེད་པར་བསྐྱེར་ཏེ་ ཇི་སྲིད་དུ་གནས་པས་ན་ བརྟན་པའི་འཁོར་ལོ་ཞེས་  
སོ།།

སྤྲ་བའི་རྒྱལ།

སྤྲ་བའི་དབང་ཕུག་གླེ་ གསུང་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་ རིག་པའི་ལྷ་རྗེ་བརྩན་འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་ཀྱིས་ མ་ངེས་པ་དང་། མ་ཤེས་པ། མ་རྟོགས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་མཁྱེན་པས་  
ན་སྤྲ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་སོ།།

བྱུར་སྤྱད་ལྡ་པ།

འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་དབྱ་སྤྱོད་ལ་ ལྷས་མ་ལྡ་དང་། དེའི་རྩེ་མོ་ནང་དུ་ བཀའ་གནས་  
བཅིངས་པའི་བྱུར་སྤྱད་ཀྱིས་མཛེས་པར་བརྒྱན་པས་དེ་ལྟར་གྲགས་སོ།།

སློ་ཡི་གཏེར།

འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་སློ་གོས་ནི་ རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལྷ་བུ་ གཏིང་མཐའ་དཔོག་པར་  
བཀའ་བས་ན་ སློ་ཡི་གཏེར་ཞེས་སོ།།

ཡེ་ཤེས་མེ་ལོང་།

ཡེ་ཤེས་སྤྱན་གྱིས་ ལེགས་ཉེས་གང་ཡིན་ཡང་ ཐམས་ཅད་མེ་ལོང་དུ་གཟིགས་པ་ལྟར་  
གསལ་ལེར་མཁྱེན་ཅུས་པས་ན་ ཡེ་ཤེས་མེ་ལོང་འོ།།

༤ ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཚན་ནི།

ཐུབ་དབང་གསུང་སྐྱེས།      ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་ གསུང་ཚོས་དངོས་སུ་ ཉན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ ཉན་ཐོས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
 སྐྱེས་པས་ན་ ཐུབ་དབང་གསུང་སྐྱེས་སོ།།

ཐོས་སྐྱོག་པ།      བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུང་པའི་ ཚོས་རྣམས་ཇི་བཞིན་ཐོས་པ་དེ་ འགོ་བ་ཀུན་ལ་  
 གསུངས་བར་མཛད་པས་ ཐོས་སྐྱོག་པའོ།།

བརྟུལ་ལྷགས་དབང་པོ།      མ་རིག་པ་རྣམས་ སོ་སོའི་བསམ་པ་སྐྱོས་བརྟུལ་བ་དང་ ལེགས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ལེན་  
 པའམ་ དེར་ལྷགས་པས་ན་ བརྟུལ་ལྷགས་དབང་པོ་ཞེས་སོ།།

༥ སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མཚན་ནི།

འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག།      འཇིག་རྟེན་གསུམ་མམ་ ས་གསུམ་) ས་སྒྲ། ས་སྟེང་། ས་འོག། དབང་དུ་འདུབ་འམ་  
 དབང་དུ་ཕྱུག་པར་མཛད་པས་ འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་ཡིན་ལོ།།

གྲུ་འཛིན་བདག་པོ།      རྒྱ་གར་གློ་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་རི་བོ་གྲུ་འཛིན་ནི་ འཕྲེ་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཞིང་  
 ཁམས་ཡིན་པ་དང་ དེ་ཡི་དག་པོ་ཡིན་པས་ གྲུ་འཛིན་བདག་པོའོ།།

ཕྱག་ན་པད་མ།      སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཕྱག་ལ་ མེ་རྟོག་པད་མ་དཀར་པོའི་ རྒྱུ་པོ་བསྐྱམས་ཏེ་ཡོད་པས་  
 ཅན་ ཕྱག་ན་པད་མའོ།།

སྤྱན་རས་གཟིགས།      སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ གསུང་གི་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པ་ བརྟེ་བའི་བདག་ཉིད་  
 ཅན་ འགོ་བ་ཡོངས་ལ་ སྤྱན་རས་ཡངས་པས་ རྟག་ཏུ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར་ན་ སྤྱན་  
 རས་གཟིགས་སོ།།

༦ ཕྱག་རྟོན་ཀྱི་མཚན་ནི།

ལག་ན་རྟོ་རྗེ།      ཕྱག་ཏུ་ རྟོ་རྗེ་ཅེ་བརྒྱ་པ་ བསྐྱམས་ནས་ཡོད་པས་ ལག་ན་རྟོ་རྗེའོ།།

གསང་བའི་བདག་པོ།      གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཡིན་པས་ན་ གསང་བའི་བདག་པོའོ།།

མཐུ་སྟོབས་བདག་པོ།

མཐུའི་སྟོབས་དང་རུས་པ་སྟེ་ དག་ཕྱོགས་རྣམ་པར་འོན་པའི་མཐུ་སྟོབས་ཆེ་བས་ན་  
མཐུ་སྟོབས་བདག་པོའོ།།

༩ སྟོལ་མའི་མཚན་ནི།

རྒྱལ་ཡུམ།

རྒྱལ་བ་ཐམས་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་པའི་ཡུམ་ཡིན་པས་ན་ རྒྱལ་བའི་ཡུམ་མོ།།

ལྷ་རྒྱལ།

ཉོན་མོངས་པ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་འཇིགས་པ་དང་ གཞན་ཡང་ འཇིགས་པ་  
བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་ལས་ འཕྲལ་དང་ལྷ་རྒྱལ་རྒྱལ་པར་མཛད་པས་ལྷ་རྒྱལ་མའོ།།

ཞི་མ།

རྗེ་བཙུན་མ་མཚོ་ག་ནི་ ཞི་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དང་ ཞི་བ་མུ་ངན་ལས་འདས་པའི་གོ་  
འཕང་མཚོ་ག་ཐོབ་པས་ ཞི་མའོ།།

ཚོས་ཀྱི་དཔལ་མོ།

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ རྗེ་བཙུན་སྟོལ་མའི་དོ་བོར་གྱུར་  
པའམ་ རྗེ་བཙུན་མ་ཉིད་ཀྱིས་ མ་མཁུན་པ་གཅིག་ཡང་མེད་པ་དང་ ཚོས་ཀྱི་དཔལ་  
འཇིན་པའི་ལྷ་མོ་ཡིན་པས་ ཚོས་ཀྱི་དཔལ་མའོ།།

༡༠ དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོའི་མཚན་ནི།

སྐྱ་དབྱངས་ལྷ་མོ།

དེ་ཡང་ རྩོན་མར་འཇིག་རྟེན་ཆགས་པའི་ཤུལ་ བསྐལ་པ་དང་པོ་ཆགས་པའི་སྐྱབས་སུ་  
ཕྱོགས་བརྩུར་ ལྷ་གི་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་ལྷ་ཆགས། དེའི་སྟེང་དུ་ནམ་མཁའ་སྤྱིན་སྦྱོག་  
པོ་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་དང་འབྲ་བ་ཆགས་པའི་སྟེང་ ཆར་པ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་བབས་  
པས་རྒྱ་མཚོ་འབྱེད། དེའི་ནང་ནས་སྤར་མེད་པའི་སྐྱ་སྦྱོན་འབྱུང་བ་ ལྷ་ཚངས་པ་གིས་  
གསན་པ་དང་ སྐྱ་དེ་ལ་ཐུགས་ཆགས་ཏེ་ རྒྱ་མཚོར་གཟིགས་པས། རྒྱ་མཚོ་ཡུམ་དང་  
ལྷ་ཚངས་པ་ཡབ་ ཐུགས་ཆགས་པ་དེ་ ས་བོན་ལྷ་བྱུར་གྱུར་ཏེ་ རྒྱ་མཚོ་མངལ་ཆགས་  
ནས་ སྐྱ་དང་དབྱངས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་ རྒྱུན་དེ་ལ་རྟེན་ནས་འཁྲུངས་  
པས་ན་ སྐྱ་དབྱངས་ལྷ་མོའོ།།

ཚངས་སྤྲས་མ།

ལྷ་ཚངས་པ་ རྒྱ་མཚོའི་སྐྱ་ལ་ཐུགས་ཆགས་ཏེ་ ཐུན་རྒྱུ་མཚོར་གཟིགས་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་འཁྲུངས་པ་ཡིན་པས་ན་ ཚངས་པའི་སྤྲས་མའོ།།



# སློབ་ཚན་གསུམ་པ། ལྷ་ཡུལ་དང་ལྷ་སྲིགས་ཀྱི་མཚན།

ལས་དོན། སློབ་ཚན་འདི་མཚུག་བསྟུན་ད་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་

- ༡ - ལྷ་ཡུལ་དང་ལྷ་སྲིགས་མ་འདྲཱ་ཚུ་གི་རྣམ་ཐངས་ཚུ་འབྲི་སླབ་འབད་ཚུ་གས།
- ༢ - ལྷ་ཡུལ་དང་ལྷ་སྲིགས་མ་འདྲཱ་ཚུ་གི་མཚན་དོན་གྱི་དེས་ཚོག་ཚུ་ བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུ་གས།
- ༣ - ལྷ་ཡུལ་དང་ ལྷ་སྲིགས་ཀྱི་མཚན་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ ཚུམ་རྒྱབ་ཚུ་གས།
- ༤ - ལྷ་ཡུལ་དང་ལྷ་སྲིགས་མ་འདྲཱ་ཚུ་གི་མཚན་དོན་གྱི་རྒྱབ་འཕངས་ཚུ་ འབྲི་སླབ་འབད་ཚུ་གས།

## ༡ ལྷ་ཡུལ་གྱི་མིང།

མཐོ་རིས། དུམལ་བ། ཡི་དུགས། ཅུང་འགྲོ་གསུམ་གྱི་གནས་ལས་ལྷ་ཡུལ་མཐོ་བས་ན་ མཐོ་རིས་སོ།།

ས་སྐྱ། ལྷ་འི་འཇིག་རྟེན་ནི་ ས་སྐྱ། ས་སྟེང་། ས་འོག་གསུམ་ལས་ ས་སྐྱར་གནས་པས་སོ།།  
སྐབས་གསུམ་གནས། ས་གནས་གྱི་ཁམས་ཏེ་ས་འོག་ནས་བརྩིས་པའི་གསུམ་པ་ས་སྐྱར་གནས་པས་སོ།། ལྷ་རྣམས་ལ་སྐྱེ་བ་དང་། གནས་པ། འཇིག་པ་བཅས་གསུམ་ན་བ་དང་རྒྱ་བ་བཅས་ཀྱི་དུས་མེད་པས་ན་ སྐབས་གསུམ་པ་ཞེས་བཟོད་དོ།།

སུམ་ཚེན། སུམ་ཚེན་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ་ ཚངས་པ་དང་། བརྒྱ་བྱིན། དབང་རྒྱུག་སུམ་ཚེན་པའི་གནས་ཡིན་པས་སོ།།

དལ་འཛིན། ལྷ་རྣམས་ལོངས་སྟོན་གྱི་བདེ་བར་ དལ་གྱིས་གནས་པའམ་འཛིན་པས་ དལ་འཛིན་ལོ།།

## ༢ ལྷ་སྲིགས་ཀྱི་མིང།

ལེགས་བྲིས། ལྷ་རྣམས་ལ་ དབང་པོ་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་ བཟུ་ཤིས་པའི་མཚན་བཟང་གིས་གང་བས་ ལེགས་བྲིས་ཞེས་སོ།།

འཆི་མེད། འཆི་བ་མེད་པ། ལྷ་ཚོ་རིང་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞེས་པ་སྟེ་སྟོན་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱེད་པ་ལས་ ལྷ་  
མོ་ཟེར་བ་བྱུང་། གཉིས་པ། ལྷ་བ་ཕྱེད་པ་གཅིག་བྱུང་བ་དེ་དབང་ཕྱུག་གི་གཙུག་རྒྱན་དུ་  
ཁྱེད། གསུམ་པ། དུག་བུམ་པ་གང་བྱུང་བ་དེ་ཡང་ དབང་ཕྱུག་གིས་མིད་པས་མགྱིན་པ་  
སྟོན་པོར་གྱུར། བཞི་པ། ཆང་བུམ་པ་གང་བྱུང་བ་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེད་ནས་ ལོངས་སུ་  
སྤྱད་པས་ འཆི་བ་མེད་པའི་བདུན་ཚིར་གྱུར་ཏེ་ ཚོ་རིང་དུ་གནས་པས་ འཆི་མེད་དོ།།

སྐབས་གསུམ་པ། ལྷ་རྣམས་ལ་སྐྱེ་བ་དང་། གནས་པ། འཆི་བ་མ་གཏོགས་ བ་བ་དང་ཟ་བ་བཅས་ཀྱི་དུས་  
མེད་པས་ན་ སྐབས་གསུམ་པ་ཞེས་བཞེད།།

མཁར་ཉལ། ལྷ་རྣམས་ བམ་མཁར་ཉལ་བ་སྟེ་ འཇིགས་བྲལ་ཁམས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ ཉལ་བའམ་གནས་  
པས་སོ།།

ཚིགས་བཟང་། ལྷ་རྣམས་སོར་མོ་ལ་སོགས་པའི་ ཕྱག་གི་ཚིགས་རྣམས་མཛེས་པའམ་བཟང་བས་ན་  
ཚིགས་བཟང་དོ།།

ཚིག་མདའ་ཅན། ལྷ་རྣམས་ཁྲོས་པ་ན་ ངན་ཚིག་མདའ་རྒྱབ་པ་ལྷར་གནད་ལ་འཁེལ་བར་བཤད་པའི་ཕྱིར་  
དོ།།

རྣམ་སང། ལྷ་རྣམས་ དུས་དང་རྣམ་པར་ཀུན་ཏུ་གཉིད་མེད་པ་ སང་དེ་སྟོན་པས་ན་ རྣམ་སང་  
ཅས་པ་ཡིན་ནོ།།

༣ བརྒྱ་བྱིན་གྱི་མཚན་ནི།

གཤགས་པའི་སྤུ་ལྷུད། ལྷ་དབང་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ཕྱག་ལ་བསྐྱེད་པའི་ འཁོར་ལོ་དེའི་མིང་ལ་གཤགས་པའི་སྤུ་ལྷུད་  
ཟེར་བ་ཡིན་པས་འཁོར་ལོ་དེ་འཛིན་མཁན་གྱི་བརྒྱ་བྱིན་ལ་ཡང་ རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་རྟེན་  
ནས་གཤགས་པའི་སྤུ་ལྷུད་དོ།།

སྤྱིན་ལ་ཞོན། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་སྤྱང་པོ་ཆེ་ སྤྱིན་དཀར་པོའི་མདོག་དང་འབྲ་བ་ཅིག་ལ་ཞོན་  
པས་ སྤྱིན་ལ་ཞོན་ནོ།།

མཚོད་སྤྱིན་བརྒྱ་བ། ཕྱི་རོལ་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བཤད་སྟོལ་ལ་ ཕྱགས་ཀྱི་མཚོད་སྤྱིན་བརྒྱ་བུས་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ མཚོད་སྤྱིན་བརྒྱ་བའམ་བརྒྱ་བྱིན་ནོ།།

མིག་སྒྲོང་ཅན།

དེ་ཡང་ མངོན་བརྗོད་མཁམ་པའི་རོལ་མཚོ་ལས། སྒྲོན་བྱང་སྒྲོང་ གོ་ཏུ་ཉ་མའི་རྒྱུང་མ་  
གཤོལ་མེད་མ་ཞེས་བྱ་བ། གཟུགས་དང་ལང་ཚོ་ལྡན་པ་ལ་ བརྒྱ་བྱིན་ཆགས་ཏེ་ གོ་ཏུ་ཉ་  
མ་གཞན་ཏུ་སོང་བ་ལ་ དེ་དང་ལྷན་ཅིག་སྤྱད་དོ། དེའི་ཚེ་ གོ་ཏུ་ཉ་མ་སྐྱེབས་པ་དང་  
གཤོལ་མེད་མས་ བརྒྱ་བྱིན་ཁོང་པར་སྐྱས་སོ།། དེ་དག་བྱང་སྒྲོང་གཞན་ཞིག་མཐོན་ཏུ་  
བོས་པ་ན་ གོ་ཏུ་ཉ་མ་དང་ བརྒྱ་བྱིན་གཤོལ་མེད་མ་གསུམ་གྱི་སྤྲན་བཤམས་པ་ན། གོ་ཏུ་  
ཉ་མས་ཀྱང་མངོན་པར་ཤེས་པས་རིག་ཏེ་ གཤོལ་མེད་མར་བརྒྱ་བྱིན་བསྐྱུགས་ཤིག་སྐྱས་  
པས། དེས་བསྐྱུགས་པ་དང་ བྱང་སྒྲོང་གིས་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ལུས་ལ་ མོ་མཚན་སྒྲོང་འབྱུང་  
བར་དམོན་པ་པོར་ཏེ་ བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ལུས་ལ་མོ་མཚན་སྒྲོང་བྱུང་བ་དང་། དེ་ནས་བརྒྱ་བྱིན་  
གྱིས་བཟོད་པར་གསོལ་ཀྱང་ མེད་པར་བྱ་ས་མེད། མིག་སྒྲོང་ཏུ་གྱུར་ཅེས་པས་བརྒྱ་བྱིན་  
གྱི་ལུས་ལ་མིག་སྒྲོང་བྱུང་དོ།།

ལྷ་དབང་གྲོང་འཛུམས།

ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་དབང་པོའི་ གྲོང་འཛུམས་པས་ ལྷ་དབང་  
གྲོང་འཛུམས་སོ།།

༤ ཚངས་པའི་མཚན་ནི།

རང་བྱུང་།

པ་དང་མ་ལ་མ་ལྟོས་པར་རྗེས་སྐྱེས་སུ་བྱུང་བས་སོ།།

གསེར་མངལ།

ལྷ་ཚངས་པ་གསེར་གྱི་སྒྲོང་ལས་ མངལ་འཛིན་ཏེ་ སྐྱེས་པས་  
གསེར་མངལ་ལོ།།

སྐྱེ་དགའི་བདག་པོ།

འཛིག་རྟེན་བྱེད་པོ་ལྷ་ཚངས་ཡིན་པས་ སྐྱེ་དགའི་བདག་པོའོ།།

གདོང་བཞི།

མངོན་བརྗོད་མཁམ་པའི་རོལ་མཚོ་ལས། སྒྲོན་ས་ད་དང་། ལྷ་པ་སུན་ད་ ཅེས་པའི་ལྷ་  
མ་ཡིན་སུན་གཉིས་བྱུང་། དེ་གཉིས་གྱིས་ཚངས་པ་གྲུབ་སྟེ། ཚངས་པས་མཚོག་བྱིན་ནས།  
ས་གསུམ་ཏུ་གཞན་སུས་ཀྱང་མི་གསོད་པར་གྱུར་ཏོ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཐམས་ཅད་ལ་གཞོད་  
པ་དང་ ལྷ་རྣམས་གྱིས་ཚངས་པར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་གཞན་གྱིས་དེ་གཉིས་གསད་མི་  
རུས། ཁོ་རང་གཉིས་གཅིག་གིས་གཅིག་གསད་པའི་ཐབས་གྱིས་ཟེར་བ་དང་། ལྷ་རྣམས་  
གྱིས་ཁོང་གཉིས་དབྱེ་བའི་ཕྱིར་ རང་རང་གི་ལུས་ལས་ཐིག་ལེ་ཏིལ་འབྱུ་ཚམ་རེ་བསྐྱས་

ནས་ཐིག་ལེ་མཚོག་མ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་མོ་བསྐྱེད་དོ། ། དེས་ཚངས་པ་ལ་བསྐྱོར་བ་བྱས་པས་  
 མགོ་བསྐྱུར་བ་དོ་ཚེ་ནས་ཚོགས་བཞིར་གདོང་བཞི་སྐྱུལ་ནས་སྟེང་དུ་འགོ་བ་ན་ གདོང་  
 བཞིའི་སྟེང་དུ་གཅིག་སྐྱུལ། སྟེང་གི་དེ་དབང་ལྷག་གིས་སེན་མོས་བཅད་ཅེས་གྲགས་སོ། །

༥ ལྷ་དབང་ལྷག་གི་མཚན་ནི།

དཔལ་གྱི་མགྲིན།

དུག་བྱུམ་པ་གང་འཐུང་པས་ལ་བརྟེན་ནས་ མགྲིན་པ་ལོར་བྱ་བེ་ཏུ་འདི་ལ་དོག་ལྟར་གཟི་  
 བརྗེད་ཆེ་བར་གྱུར་བས་ དཔལ་མགྲིན་ཟེར་བ་དང་། མཁས་པའི་རོལ་མཚོ་ལས། འོ་མ་  
 ཅན་བསྐྱབས་པའི་ཆེ་ དུག་འཐུང་བ་ལྲབ་འཐུག་གིས་མིད་པས་བརྒྱལ་ཞིང་མདོག་ནག་  
 བོར་སོང་། དེ་དབང་ལྷག་གིས་བྱངས་ཏེ་ མགྲིན་པར་བཟུང་བས་མགྲིན་པ་མ་བྱའི་མདོག་  
 ལྟར་མཛེས་པས་མགྲིན་སྟོན་ཅན་ལོ། ། དེས་ན་ མགྲུལ་ནག་ དཔལ་མགྲིན་ ཅེས་གྲང་  
 བྱའོ། །

ལྷག་བདག།

ལྷའི་མཛོད་ཀྱི་བདག་པོ་ དབང་ལྷག་ཡིན་པས་ ལྷག་བདག་གོ།

བྲག་པོ།

དབང་ལྷག་འདི་ ཞི་བ་དང་བྲག་པོ་གཉིས་ལས་ བྲག་པོ་ཡིན་པས་བྲག་པོའོ། །

མགྲུལ་ནག།

དུག་འཐུངས་ཏེ་ མགྲིན་པ་སྟོན་པོར་གྱུར་བས་ མགྲུལ་ནག་གོ།

སྣ་ཚོགས་མིག་ཅན།

མིག་གཡས་པ་ཉིམ་དང་ གཡོན་པ་ལྷ་བ་ དབྱས་མ་མེ་ཡིན་པས་ སྣ་ཚོགས་མིག་ཅན་  
 ལོ། །

༦ དབང་ལྷག་གི་བཅུན་མེའི་མིང་ནི།

ལྷ་མ།

ལྷ་ཚེན་དབང་ལྷག་གིས་ ལྷ་མོ་ལྷ་མ་ གངས་རི་ཉི་མའི་ དཀའ་ཐུབ་སྟོན་པར་འགོ་  
 དགོས་པར་སྐྱས་པས་ལྷ་མ་སྐྱབས་ཏེ་ ཞལ་ནས་ལྷ་སྐྱད་པོར་བས་ ལྷ་མའོ། །

གློ་རི།

ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྐྱད་ལས་ གློ་རི་ཟེར་བ་དཀར་པོ་ལ་གོ་བས་ ལྷ་མ་དེ་སྐྱུ་མདོག་དཀར་  
 པོ་ཡོད་པས་གློ་རིའོ། །



དཀར་ལྗོངས་མ།

ལྷ་དབང་ལྷུག་དཀར་ལྷུག་ལ་བཞུགས་པའི་ཚེ་ ལྷ་མོ་ལྷ་མས་དབང་ལྷུག་དཀར་ལྷུག་ལས་  
ལྗོངས་ཏུ་བཅུག་པའམ་ ཉམས་ཏུ་བཅུག་པས་ དཀར་ལྗོངས་མའོ།།

རི་སྐྱེས།

ལྷ་མོ་ལྷ་མ་དེ་ གངས་རི་ལ་སྐྱེས་པས་ རི་སྐྱེས་མོ།།

ཀ་ཏའི་བུ་མོ།

བྱང་མོང་ཀ་ཏའི་བུ་མོ་ཡིན་པས་ ཀ་ཏའི་བུ་མོའོ།

གངས་ལྗན་བུ་མོ།

གངས་དཀར་ཉི་མེར་གནས་པས་ གངས་ལྗན་བུ་མོ།

དབང་མོ།

ལྷ་དབང་ལྷུག་གི་བཙུན་མོ་ཡིན་པས་ དབང་མོ་དང་བྲག་མོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་བ་ཡིན་འོ།།

ུ ཚོགས་བདག་མཚན་ནི།

མཆེ་བ་གཅིག་པ།

མཁས་པའི་རོལ་མཚོ་ལྟར་ན། ལྷ་མའི་བྱ་ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོ་ སྦྱིན་ཏུ་ག་དང་ཅེ་བ་ན་  
མཆེ་བ་ཡ་གཅིག་ཆག་པས་ མཆེ་བ་གཅིག་པའོ།།

སྐྱང་པོའི་གདོང་།

ཚོགས་བདག་གི་མགོ་བོ་ སྐྱང་ཚེན་གྱི་མགོ་བོ་ཡིན་པས་ སྐྱང་པོའི་གདོང་འོ།། མཁས་  
པའི་རོལ་མཚོ་ལས། སྦྱོན་གཏུ་མ་ལ་བྱ་སྐྱེས་པའི་ཚེ། ལྷ་མས་བྱ་སྦྱོན་ཞེས་སྐྱས་པས་  
གཏུ་མས་ བྱ་སྦྱོན་མ་འདོད་པར་ དའི་བྱ་ལ་མགོ་མེད་བྱས་པས་ ལྷ་མ་ཁོས་ཉེ་མགོ་  
མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་ སྐྱས་མ་ཐག་ཏུ་མགོ་མེད་པར་གྱུར། དེ་ནས་ ལྷ་མ་ལ་བཟོད་  
པར་གསོལ་བས་ མགོ་བྱང་ཏུ་བསྟན་པའི་རོ་གང་ཆེད་གྱི་མགོ་སྦྱོར་ཅིག་ཅེས་བསྐྱབས་པ་  
ལྟར། སྐྱང་པོ་ཆེའི་མགོ་ཆེད་པ་སྦྱར་བས་སྐྱང་མགོ་འབྱུང་བར་བཤད། ཡང་ བསྟོད་  
འགྲེལ་ལས་ དབང་ལྷུག་གི་ལྷ་བ་སྐྱངས་པ་གངས་རི་འདྲ་བ་ལྷ་མས་མཐོང་སྟེ། དེའི་སྟེང་  
ཏུ་སྐྱང་མགོ་བཞག་པས་ཚོགས་བདག་འབྱུང་བར་བཤད།

མ་གཉིས་པ།

གསོ་བའི་མ་ལྷ་མ་དང་ སྐྱེས་པའི་མ་གཏུ་གཉིས་ཡིན་པས་མ་གཉིས་པའོ།། དེ་ཡང་  
ལུས་གཏུ་བསྐྱེད་ཅིང་ ལྷ་མས་སྐྱར་གསོས་པས་མ་གཉིས་པའོ།།

དོ་རྗེའི་མཚུ་ཅན།

ཚོགས་བདག་ལ་ དོ་རྗེ་ས་ལམ་དང་འདྲ་བའི་ སྐྱང་པོའི་སྐྱ་འམ་མཚུ་ཡོད་པས་ དོ་རྗེའི་  
མཚུ་ཅན་འོ།།

ལོག་འདྲེན།

ལོག་པའི་ལམ་ཏུ་འདྲེན་མཁུ་ བགོགས་རྣམས་ལས་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ ལོག་འདྲེན་འོ།།

༤ སློན་ཏུག་གི་མིང་ནི།

མ་ཏུག།

གཞོན་ཏུ་གདོང་ཏུག་ལ། མ་ཏུག་ཡོད་པས་མ་ཏུག་གོ། དེ་ཡང་ མཁས་པའི་རོལ་མཚོ་  
ལས། མེ་ལྷ་ན་རེ་ དབང་ལྷུག་གི་ ས་བོན་ལྷ་མའི་མངལ་དུ་སོང་ན་ བུ་ཤིན་ཏུ་བྱ་བས་  
མི་གཏང་རོ་བེར་ནས། མེ་ལྷ་ས་དམོན་པས་ས་ལ་འཕོས་བ་དང་། ལྷ་མས་ཁྲོས་ཏེ་ རྒྱང་  
ཀྱི་མངལ་དུ་འགོ་བར་གྱུར་ཅིག་བྱས་པས་ མེ་ལྷའི་ལྷོ་བར་སོང་སྟེ་འཚོགས་པ་དང་། ལྷ་  
མོ་གར་ལ། ག་ལ་བར་སོང་སྟེ་ བརྒྱུགས་ནས་གར་འི་མངལ་དུ་བཅོལ་ལོ། དེས་འདས་  
བུའི་ཚལ་དུ་བྱིན་ཏེ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ནས་རྣམ་མ་སློན་ཏུག་གིས་ཏུ་མ་བརྒྱན་ཏེ་གསོས་  
པས། ལྷ་མ། མེ་ལྷ། གར། འདམ་བུའི་ཚལ། སློན་ཏུག་ ས་ག་ ལྷེ་མ་ཏུག་ཡོད་པས་  
ན་ མ་ཏུག་གོ།

གཞོན་ཏུ།

དེ་ཡང་ མཁས་པའི་རོལ་མཚོ་ལས། སློན་ཚོགས་བདག་གི་མཆེ་བ་བཅག་པ་ན་ སོ་སོ་  
ཁྲོས་ཏེ་གསོད་པར་འདོད་པའི་ཚེ་ ལྷ་མས་ཚོགས་བདག་ལ་སྐྱས་པ་ འདི་ནི་གཞོན་ཏུ་  
ཡིན་པས་ ད་ལྟ་རྒྱུད་ཀྱིས་གཞོད་པ་མ་བྱོས། ནར་ལོངས་པ་དང་ཅི་དགའ་བར་གྱིས་ཤིག་  
ཅེས་པས་ ཚོགས་བདག་གིས་ཀྱང་ དེ་ལྟར་ཁས་བླངས་སོ། དེ་ནས་ ཚངས་པ་ལ་  
གཞོན་ཏུར་བསྟེན་པའི་དངོས་གྲུབ་བླངས་པས་ ཚོགས་བདག་གི་ཕུས་མོ་ལས་ཡར་མི་  
བསྐྱེད་ཞེས་གྲགས་སོ།

ལྷའི་དམག་དཔོན།

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གཡུལ་འབྲེད་པའི་ཚེ་ ལྷའི་དམག་དཔུང་གི་ དམག་སྐྱ་ཁྲིད་མཁའ་  
གཞོན་ཏུ་གདོང་ཏུག་ཡིན་པས་ ལྷའི་དམག་དཔོན་ནོ།

བརྩ་གཉིས་མིག་ལྡན།

གཞོན་ཏུ་གདོང་ཏུག་ལ། གདོང་རེ་ལ་མིག་གཉིས་རེ་བརྩེས་པས་ མིག་བརྩ་གཉིས་དང་  
ལྡན་པས་ བརྩ་གཉིས་མིག་ལྡན་ནོ།

༥ འདོད་ལྷའི་མིང་།

ཡིད་སྐྱབས་བདག་སོ།

འདོད་ལྷས་འདོད་པའི་མདའ་ལྷ་འཕངས་སྟེ་ སྟེ་འགྲོའི་ཡིད་སྐྱབས་པ་དང་ ཆགས་པར་  
བྱེད་པས་ ཡིད་སྐྱབས་བདག་སོ།

ཉ་ཡི་ཏྲོག།

དགའ་རབ་དབང་ལྷུག་གི་ལྷུག་ལ། ལུ་སློན་གྱི་རྒྱལ་མཚན་ཡོད་པས་ན་ ཉ་ཡི་ཏྲོག་གོ།

མེདྲིག་མདའ་ཅན།

མདའ་དེ་ལ་ རྣོ་མེད་པ་དང་། བལྟ་ན་ལེགས་པ། ཇི་ཞིམ་པ། རེག་བྱ་འཇམ་པ། ལུས་  
ལ་མ་མ་བྱིན་པ་སྟེ། མེདྲིག་ལྟ་བུའི་མདའ་ འདོད་ལྟ་རྣམས་ལ་ཡོད་པས་ མེདྲིག་མདའ་  
ཅན་ལོ།

མདའ་ལྲ་པ།

དགའ་རབ་དབང་ཕྱག་ལ་ མདའ་ལྲ་ཡོད་པས་ མདའ་ལྲ་པའོ། མདའ་ལྲ་ནི། མྱོས་  
བྱེད། སྟེན་བྱེད། ལྷེམ་བྱེད། རྟོན་བྱེད། འཆིང་བྱེད་དོ།

ལུས་མེད།

མཁས་པའི་རོལ་མཚོ་ལས། སྟོན་ལྟ་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་དང་ལྟ་མོ་ལྟ་མ་གཉིས་གངས་རི་  
ཏི་སི་ལ་དཀའ་ཐུབ་སྟུན་ཅིང་ཡོད་པའི་ཚེ། ལྟ་རྣམས་ཐེ་ཚོམ་དུ་གྱུར་ཏེ། ལྟ་མ་དང་ལྟ་  
ཅིག་ཏུ་དཀའ་ཐུབ་བྱེད་པ་མི་བདེན་པར་སེམས་ཏེ་འདོད་ལྟ་བལྟ་བར་བཏང་ངོ་། འདོད་  
ལྟས་མདའ་ལྲ་འཕངས་པས། མདའ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལ་རྟོག་པ་ཅམ་བྱུང་། གསུམ་  
པ་དང་བཞི་པ་ལ་འདོད་ཆགས་སྦྱེས། ལྲ་པ་ཕོག་པ་དང་ ལྟ་མོ་ལྟ་མ་འདོད་ཆགས་སྦྱེས་  
པས་ དཀའ་ཐུབ་ཞིག་གོ། ཅིས་ལེན་སྟུམ་ན་ འདོད་ལྟས་མདའ་འཕངས་པར་ཤེས་ཏེ།  
མིག་བྲག་པོར་བལྟས་པས་མེ་བྱུང་སྟེ། འདོད་ལྟ་སྟེགས་ནས་ལུས་མེད་པས་ལུས་མེད་  
ཅེས་གྲགས་སོ།

༡༠ ལྟ་མིན་གྱི་མིང་ནི།

སྦྱིན་སྦྱེས།

སྦྱིན་བྲང་སྦྱིང་ཞིག་ལ་ མི་སྦྱིན་དང་ སྦྱིན་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་མོ་གཉིས་ཡོད་པས་ མི་སྦྱིན་མ་  
ལས་ལྟ་སྦྱེས་པ་དང་། སྦྱིན་མ་ལས་ལྟ་མིན་སྦྱེས་པས་ན་ སྦྱིན་སྦྱེས་ཞེས་སོ། མ་སྦྱིན་དང་  
པ་འགོ་སྦྱིང་གསེར་ཅན་ལས་སྦྱེས་པས་ སྦྱིན་སྦྱེས་སམ་སྦྱིན་མའི་བྱ་ཟེར་ངོ།

གཞུ་རྒྱུལ།

ལྟ་དང་ལྟ་མིན་གཡུལ་འབྱེད་པ་ན་ ལྟ་མིན་མདའ་གཞུ་ཡི་རྒྱུལ་པོ་སྟེ། མདའ་གཞུ་སྦྱོད་  
པར་བྱེད་དེ་ དབང་པོའི་དགའ་ལས་རྒྱུལ་བར་འདོད་པས་ གཞུ་རྒྱུལ་ལོ།

ལྟ་བའི་སྦྱོབ་མ།

ལྟ་བའི་ནི་ པ་སངས་གྱི་མིང་དང་། ལྟ་མིན་རྣམས་དེ་ཡི་ སྦྱོབ་མ་ཡིན་པས་ ལྟ་བའི་སྦྱོབ་  
མའོ།

བརྟུན་མི་ལྡན།

སྟོན་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱབས་པས་ དུག་བུམ་པ་གང་བྱུང་བ་དེ་ ལྟ་རྣམས་ཀྱིས་འཕྲོག་པས་ ལྟ་  
མིན་རྣམས་ བདུད་རྩི་མ་འཕྲོབ་པས་ ཨ་སྐུ་རའམ་བརྟུན་མི་ལྡན་ཞེས་སོ།

དབང་པོའི་དགའ། ལྷའི་དབང་པོ་རྣམས་དང་ དག་ལྷེ་ཡིན་པས་སོ། ལྷའི་དབང་པོའི་ དག་ཡིན་པས་ དབང་པོའི་དགའོ།།

སྲོན་གྱི་ལྷ། ལྷའི་སྲོན་དུ་ལྷ་ཡུལ་གྱི་བདག་པོ་ལྷ་མ་ཡིན་ ཡིན་སྐད། དེ་ཡང་ སྲོན་ ལྷ་མ་ཡིན་ རྣམས་ རི་རབ་གྱི་ཚེ་ལ་ཡོད་པས་ སྲོན་གྱི་ལྷ་ཞེས་བཤད་དོ།། ལྷིས་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ཐུ་ བར་བྱུང་ནས་རི་རབ་གྱི་རྩ་བར་བསྐྱད་པ་ཡིན་ནོ།

༡༡ མེ་ལྷའི་མིང་ནི།

ཚངས་དབང་སྲས་པོ། མེ་ལྷ་དེ་ ལྷི་རོལ་པའི་རིགས་བྱེད་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལྟར་ན་ལྷའི་དབང་པོ་ ཚངས་པའི་སྲས་ ཡིན་པར་བཤད་པས་ ཚངས་དབང་སྲས་པོ་ཟེར་རོ།།

ར་ལ་ཞོན། མེ་ལྷའི་ཆིབས་པ་ར་ཡིན་པ་དང་ ར་ལ་བཞེན་ནས་ཡོད་པས་ ར་ལ་ཞོན་ཟེར་རོ།།

གསེར་གྱི་ཐིག་ལེ། མེ་ལྷ་ནི་ གསེར་གྱི་ཁ་དོག་དང་འབྲ་བའི་ཐིག་ལེ་ མངལ་དུ་ཞུགས་པའི་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ རས་ མེ་ལྷ་སྐྱེས་པས་ན་ གསེར་གྱི་ཐིག་ལེའོ།།

སྦྱིན་སྲེག་བ། སྦྱིན་སྲེག་གི་རྣམས་མེ་ལ་བསྲེགས་པ་ མེ་ལྷས་ཞལ་དུ་བཞེས་པས་ སྦྱིན་སྲེག་བ་ ཟེར་རོ།།

རྟ་དམར་ཅན། མེ་ལྷ་ནི་ ཚ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་མེའི་ལྷ་ཡིན་པ་དང་ མེའི་ཁ་དོག་དམར་པོ་སྟེ་ མེ་རླུང་ དང་འགྲོགས་ནས་འབར་དགོས་པས་ རླུང་མེའི་རྟ་ལྟ་སུ་ཡིན་པས་ན་ རྟ་དམར་ཅན་ཟེར་ རོ།།

༡༢ རྣམ་སྲས་གྱི་མིང་ནི།

མིག་སྐྱ། རིག་བྱེད་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལྟར་ན་ རྣམ་སྲས་ལྷ་མོ་གོ་རི་ལུ་ སེམས་ཆགས་ནས་ཡུན་རིང་ དུ་བལྟས་པས་ མིག་སྐྱ་བོར་གྱུར་བས་ན་ མིག་སྐྱ་བའོ།།

གསང་བདག། རྣམ་སྲས་ནི་ གསང་བར་སྲས་པའི་འོར་གཏེར་རྣམས་ཀྱི་ བདག་པོ་ཡིན་པས་ གསང་ བདག་ཟེར་རོ།།

གཞོན་སྦྱིན་རྒྱལ། རྣམ་སྲས་གྱི་འཁོར་ གཞོན་སྦྱིན་ཡིན་པ་དང་ གཞོན་སྦྱིན་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ རྣམ་སྲས་ ཡིན་པས་ གཞོན་སྦྱིན་གྱི་རྒྱལ་བོ་ཟེར་རོ།།

ངལ་བསོས།

ནུམ་སྤུ་དེ་ རྒྱུན་དུ་ངལ་བསོ་བ་ལྟ་བུའི་ བདེ་བ་ཐོབ་པས་ ངལ་བསོས་སོ།

ལུས་ངན།

ནུམ་སྤུས་ལ་ ཀང་པ་གསུམ་ མཆེ་བ་བརྒྱད་དང་ལྔའ་པ་ ཤིན་ཏུ་འཇིགས་ཤིང་ ལུས་  
མི་སྤྱུག་པས་ན་ ལུས་ངན་དང་། རྣམ་ཐོས་སྤུས་ཏེ་ (ཤེ་བྲ་བ་ཅ)རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་  
ཡ་གྲུལ་ འདོད་ལྷ་དང་པོའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པའི་ལྷ་འཇམ་གཞོན་སྤྱིན་ཏེ་ རི་རབ་ཀྱི་  
མཚམས་སུ་ རྩ་བ་ནས་ཡར་བརྩེས་པའི་བང་རིམ་དང་པོར་ གཞོན་སྤྱིན་ལག་ན་གཞོང་  
ཐོགས་དང་། གཉིས་པར་གཞོན་སྤྱིན་ལག་ན་འཕྲེང་ཐོགས། གསུམ་པར་གཞོན་སྤྱིན་རྟག་  
ཚུལ། བཞི་པར་སྟེ་དཔོན་ཆེན་པོའམ་ རྒྱ་ཆེ་གཙོ་བོ་ཡུལ་འཁོར་སྤུང་དང་། འཕགས་  
སྤྱིས་པོ། སྤྱན་མིག་བཟང་། རྣམ་ཐོས་སྤུས་བཅས་སོ་སོར་གནས་སོ། རྣམ་ཐོས་སྤུས་ནི་  
རི་རབ་བྱང་ལོས་ཀྱི་ རྒྱལ་ཆེན་ནུམ་ཚུགས་སྤྱིང་ངོ།

གཞན་ཡང་ དྲང་སྲོང་འོད་ཡངས་དང་ ཁོའི་རྒྱུང་མ་ ཞེ་ལའི་བུ་བརྒྱད་ཡིན་པས་ འོད་  
ཡངས་བུ་དང་ ཞེ་ལའི་བརྒྱད་དོ།

གཏྲར་གྱི་བདག།

གཏྲར་དམས་ཅད་ཀྱི་བདག་པོ་ཡིན་པས་ གཏྲར་གྱི་བདག་གོ།

མིག་གསུམ་གྲོགས།

ལྷ་དབང་ལྷུག་དྲག་པོ་མིག་གསུམ་པའི་གྲོགས་པོ་ཡིན་པས་ མིག་གསུམ་གྲོགས་པོའོ།

༡༩ བསྟན་མའི་མིང་ནི།

བདེན་དབང་།

བདེན་པའི་བདག་པོའམ་ གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ བདེན་དབང་ངོ།

ཕག་གི་ཤིང་རྩ་ཅན།

བསྟན་མའི་ཤིང་རྩ་འདུད་མཁན་ ཕག་པ་ལྟ་བུའི་དབྱིབས་ཅན་ཡིན་པས་ ཕག་གི་ཤིང་རྩ་  
ཅན་ལོ།

བདུད་ལ་སྦྱངས་སྟེར།

བདུད་དགའ་རབ་དབང་ལྷུག་སྦྱངས་སུ་བརྩུག་པ་ལས་ བདུད་ལ་སྦྱངས་སྟེར་ཟེར་ངོ།  
བདུད་དགའ་རབ་དབང་ལྷུག་གིས་ བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ རྩེད་ཀྱི་བསོད་ནམས་དེ་

འདྲ་ཞིག་གིས་ཐར་པ་ག་ལ་ཐོབ་ ཅེས་སྤྲིས་པར་ བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ རྩེད་ཀྱིས་  
སྟན་པ་མེད་པའི་མཚོན་སྤྱིན་གཅིག་བྱས་པ་ དེས་ཀྱང་བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འཐོབ་ན་ ངས་  
ཅི་ཕྱིར་མི་འཐོབ་ཞེས་གསུངས། བདུད་ཀྱིས་ ངས་དེ་ལྟར་ཐོབ་པའི་དཔང་པོ་ནི་ལྷེད་ཀྱིས་  
རུང་ལ། ལྷེད་ལ་དཔང་པོ་སྤྲོ་ཡོད་ཅེས་ལྷུ་བ་ལ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ ལྷུག་གཡམས་

པ་ས་ལ་བདག་ཏུ། ས་འདི་འགོ་བ་ཀུན་གྱི་དཔང་ཡིན་ཏེ། །རྒྱ་དང་མི་རྒྱ་སྟོམས་ཤིང་ཉེ་  
 འཁོན་མེད། །འདི་ནི་བདག་གི་དཔང་སྟེ་བདག་རྒྱན་མེད། །ས་ཚུད་འདི་ལ་བདག་གི་  
 དཔང་བྱོས་ཤིག། ཅེས་གསུང་པས་ ས་རྣམ་པ་དུག་ཏུ་གཡོས་པའི་གསེབ་ནས་ ལྷ་མོ་  
 བསྟན་མས་ལུས་ཕྱེད་པ་བྱུང་ནས་ ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་ སྐྱེ་བོ་ཆེན་པོ། དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་  
 སྦྱས་ནས་མི་གནང་བར་གྱུར་ཏོ། །དགའ་རབ་དབང་རྣམ་གཤིས་ ཆོས་སྦྱིན་གཅིག་བྱས་  
 བས་ འདོད་འཇམས་དབང་བའི་སྟོབས་པས་ བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔར་འགྲན་བཞིན་པའི་  
 རྣམས་དེར་ ས་ཡི་ལྷ་མོ་བསྟན་མས་དཔང་པོ་བྱས་ཏེ་ བདུད་ལ་སྦྱིངས་པ་སྟེར་བས་དེ་  
 ལྷར་བརྗོད་དོ། །

༡༥ གཤམ་རྗེའི་མིང་ནི།

- ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཟེར་བ་དེ་ཡང་ འཇིག་རྟེན་ནས་པ་རོལ་ཏུ་སོང་བ་རྣམས་ཀྱི་ དཀར་ནག་  
 དགེ་སྲིག་གི་དབྱེ་བ་ཕྱེས་ཏེ་ སྲིག་སྟོན་རྣམས་ལ་ ཆོས་དང་མཐུན་པའི་ཁྲིམས་བཅས་  
 པའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པས་ན་ ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའོ།
- མཚུན་གྱི་ལྷ། མཚུན་ཞེས་པ་བདེ་རྟེན་ལྷར་ན། གཤམ་པོ་ལ་གོ་བ་དང་ དེའི་ལྷ་ཡིན་པས་ མཚུན་གྱི་ལྷ་  
 ཟེར་རོ།
- ཡ་མུ་ནའི་སྦྱན། དུག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས། རྒྱ་ཆེན་ཡ་མུ་དང་གཤམ་རྗེ་གཉིས་སྦྱན་ཡིན་པས་ཡ་མུ་  
 བའི་སྦྱན་ཟེར་རོ།
- ལྷ་པའི་བདག། གཤམ་རྗེ་འདི་ མི་རྣམས་ལ་ སྐྱེ་བ་དང་། བ་བ། ཟ་བ། རྒྱུད་པ། འཆི་བ་བཅས་ལྷ་ཡོད་  
 པའི་ནང་ནས་ ལྷ་པ་འཆི་བའི་བདག་པོ་ཡིན་པས་ ལྷ་པའི་བདག་པོའོ།
- ཉི་ལྷ། དུག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས། གཤམ་རྗེའི་ས་ ཉི་མ་ཡིན་པར་བཤད་པས་ ཉི་མའི་བྱའོ།
- མཚུངས་འཇུག། འཆི་བདག་གཤམ་རྗེས་ དག་གཉེན་ལྷ་མེད་གཅིག་མཚུངས་སུ་འཆི་བའི་ལམ་དུ་ཁྲིད་  
 པས་ན་ མཚུངས་འཇུག་གོ།

༡༥ སྲིན་པོའི་མིང་ནི།

འབོད་སྐྱོག། སྲིན་པོ་རྣམས་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འབོད་སྐྱོག་པ་ན་ སྲིན་པོ་གཞན་རྣམས་  
 འཛོམས་ནས་ སྲིན་པོའི་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་བས་ འབོད་སྐྱོག་གོ།

མཚན་རྒྱ། སྲིན་པོ་རྣམས་ མཚན་མོར་པན་རྒྱན་རྒྱ་ཞིང་ སེམས་ཅན་གྱི་ཤ་ཁྲག་ལ་སྤྱོད་པས་  
 མཚན་རྒྱའོ།

ཤ་རྩེན་ཟ། སྲིན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ ཤ་རྩེན་པར་བཟའ་བས་ན་ ཤ་རྩེན་ཟའོ།

རོ་ཟན། སྲིན་པོས་ རོ་ཡང་ཟན་གྱི་ཕྱིར་དུ་ཟ་བས་ རོ་ཟན་ནོ། གཞན་ཡང་ ཀུན་གསོད། མི་ལ་  
 འཚོ། མགྲིན་དམར་ཅན། མཚན་སྤྱོད་ཟེར་རོ།

སྤྱོད་ལྟ།

- ༡ - ཚངས་པ་ བརྒྱ་བྱིན་ དབང་ཕྱུག་ ཟེར་མི་རྩེ་ ཉི་རྒྱ་གི་སྐད་ནང་ ག་དེ་སྤེ་ཡོད་ག?
- ༢ - ལྷ་ཚངས་པའི་ མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་རྩེ་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ དཔེར་བརྗོད་ཚུལ་ས།
- ༣ - བརྒྱ་བྱིན་ལུ་ མིག་སྤོང་ཅན་ཟེར་ ལྷ་དགོ་པའི་ ལོ་རྒྱུས་ ཁ་གསལ་བྲིས།
- ༤ - ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གཉིས་ དམག་འབབ་དགོ་པའི་ ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་ཅིག་བྲིས།

# སློབ་ཚན་བཞི་པ། བླ་མ་མཁའ་དང་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་གྱི་མིང་།

ལས་དོན། སློབ་ཚན་འདི་མཛིག་བསྐྱུང་དྲུག་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་

- ༡- བླ་མ་མཁའ་དང་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་ཚུ་གི་ མིང་གི་རྣམ་གཟངས་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་དགོ།
- ༢ - ཚོུམ་ཚུ་ནང་ བླ་མ་མཁའ་དང་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་ཚུ་གི་ མིང་གི་རྣམ་གཟངས་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ ཚོུམ་རྒྱུ་བ་ ཚུགས་དགོ།
- ༣ - བླ་མ་མཁའ་དང་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་ མིང་ཚུ་གི་ དེས་ཚོག་ཚུ་ བཤད་པ་རྒྱུ་བ་ཚུགས་དགོ།

## ༡ བླ་མ་མཁའ་མིང་ནི།

ལྷ་ལམ། ལྷ་རྣམས་བརྟེས་ཤིང་རོལ་བའི་གནས་ བླ་མ་མཁའ་ཡིན་པས་ན་ ལྷའི་ལམ་ཟེར་རོ།  
 སྤྲིན་ལམ། སྤྲིན་རྣམས་ བླ་མ་མཁའ་ལས་རྒྱུ་བས་ བླ་མ་མཁའ་ལ་ སྤྲིན་ལམ་མོ།  
 རྒྱ་སྐར་ལམ། རྒྱ་སྐར་རྣམས་ བླ་མ་མཁའ་ར་གནས་པས་ རྒྱ་སྐར་ལམ་ཟེར་རོ།  
 ཀུན་གསལ། དངོས་པོ་རྣམས་སྐྱེ་བའི་སློའ་འབྲེད་པས་ ཀུན་གསལ་ཟེར་རོ།  
 ལྷའི་རྫིང་རིང་། ལྷ་ཡུལ་བླ་མ་ལ་ལོད་པ་དང་ ལྷ་རྣམས་བདེ་སྐྱབས་བལྟ་རྒྱུའི་ རྫིང་རིང་ཞིག་ཡོད་པས་ ལྷའི་རྫིང་རིང་ཟེར་རོ།  
 ཀུན་ལྷབ། བླ་མ་མཁའ་ འཛིག་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་ཡོངས་ལ་ལྷབ་པས་ ཀུན་ལྷབ་ཟེར་རོ།

## ༢ ཉི་མའི་མིང་ནི།

བརྩུག་ཉིམ་བདག་པོ། ཉི་མའི་བརྩུག་ཉིམ་གྱི་བདག་པོ་ ཉི་མ་ཡིན་པས་ བརྩུག་ཉིམ་བདག་པོ་ཞེས་སོ། ཉི་  
 མའི་བརྩུག་ཉིམ་ནི། ལུག་གི་མིམ། སྤང་གི་མིམ། འཕྲིག་པའི་མིམ། ཀུན་འཕྲིམ། སེངྒེ་  
 མིམ། ལྷ་མོའི་མིམ། སྤང་གི་མིམ། སྤྲིག་པའི་མིམ། གཞུའི་མིམ། རྒྱ་སྤྲིན་གྱི་མིམ།  
 ལྷུ་ལུག་གི་མིམ། ཉི་གི་མིམ་མོ།  
 འོད་སྟོང་ལྷན། ཉི་མ་ལ་འོད་ཟེར་སྟོང་དང་ལྷན་པས་ འོད་སྟོང་ལྷན་ཟེར་རོ།  
 བད་མའི་གཉེན། ཉི་མ་ཤར་བ་ན་ས་ཡི་མེ་ཉོག་པར་ཁ་བྱེ་བས་ བད་མའི་གཉེན་ཟེར་རོ།



ཏྲ་བདུན་དབང་པོ།

ཤིང་ཏྲ་འཁོར་ལོ་འབྲུད་མཁའ་ན་ ཏྲ་བདུན་གྱི་བདག་པོ་ ཉི་མ་ཡིན་པས་ ཏྲ་བདུན་དབང་  
པོ་ལོ། ཏྲ་བདུན་ནི། ༡ངེས་བརྗོད། ༢ཐིག་ལེ་ཅན། ༣མདོག་ལྷ་པ། ༤ཡིད་འགྲོགས།  
༥རི་པོ་འཛོམས། ༦རླུང་། ༧ཤིན་ཏུ་རྒྱལ་མཚན་ཏྲ་བདུན་ནོ།

ཏྲ་ལྡང་ཅན།

ཉི་མའི་ཤིང་ཏྲ་འཁོར་ལོ་འབྲེན་མཁའ་ན་ གཡས་གཡོན་དུ་ཏྲ་དམར་གསུམ་གསུམ་དང་  
དབུས་གྱི་ཏྲ་ལྡང་ཁྲ་ཡིན་པས་ཏྲ་ལྡང་ཅན་ནོ།

སྣང་བྱེད།

ཉི་མ་ཤར་བ་ན་ གཞུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ གསལ་པོར་སྣང་བར་བྱེད་པས་ན་  
སྣང་བྱེད་དོ།

མེ་རླུམ།

ཉི་མ་ཚ་བའི་རང་བཞིན་མེ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པ་དང་ དགྲིལ་འཁོར་གྱི་དབྱིབས་ནི་སྐོར་སྐོར་ཡིན་  
པས་ན་ མེ་རླུམ་ཟེར་དོ།

༣ སླིན་གྱི་མིང་ནི།

རྒྱ་འཛིན།

རྒྱ་མཚོ་ནས་ཐོན་པའི་རྒྱ་རྒྱལ་རྣམས་སླིན་གྱིས་འཛིན་པས་ན་རྒྱ་འཛིན་ནོ།

སློབ་ལྷན།

སླིན་རྣམས་འབྲུག་ཅིང་ཁ་འབབ་པ་ན་སློབ་སྐྱོད་ཆེན་པོ་འབྱུང་བས་སློབ་ལྷན་ནོ།

ཚ་ཟེར་འཛོམས།

ཉི་མས་ཚ་བའི་ཟེར་ སླིན་གྱིས་སློབ་པའམ་འཛོམས་པས་ ཚ་ཟེར་འཛོམས་ཟེར་དོ།

རྒྱ་ཁྲུང།

རྒྱ་མཚོ་ནས་ཐོན་པའི་རྒྱ་རྒྱལ་རྣམས་སླིན་གྱིས་ཁྲུང་བས་ན་རྒྱ་ཁྲུང་ཟེར་དོ།

མཁའ་འགྲུང།

ནམ་མཁའི་སླིན་གྱི་དབྱིབས་ གྲང་པོ་ཆེ་གི་གཞུགས་ལྷ་བྱུར་མཐོང་བས་ ནམ་མཁའི་གྲང་  
པོའམ་ མཁའ་འགྲུང་དོ།

༤ ཆར་པའི་མིང་ནི།

ལྷ་ཆར།

འབྲུ་སྐྱ་ཕོགས་ ལོ་ཏྲོག་གི་རིགས་སྐྱེ་བར་བྱེད་པས་ ལྷ་ཆར་དོ།

སྤྲང་ཆར།

ཆར་པ་ཟིམ་ཟིམ་དུ་འབབ་པས་ ལོ་ཐོག་ལ་སྤྲང་ཕྱིའི་བརྒྱུད་ལྷར་ཕན་པས་ན་ སྤྲང་ཆར་  
དོ།

སླིན་བརྒྱུད།

ཆར་པ་ནི་སླིན་གྱི་བརྒྱུད་དམ་ ལྷིང་པོ་ཡིན་པས་ སླིན་གྱི་བརྒྱུད་དོ།

སྤྱིན་གྱི་མེ་ཏོག།

སྤྱིན་ལས་བྱུང་བའི་ཆར་པ་ དྲག་པོ་མ་ཡིན་པ་ ཟིམ་ཟིམ་མེ་ཏོག་ལྟར་ས་ཞིག་ལ་འབབ་  
པས་ན་ སྤྱིན་གྱི་མེ་ཏོག་གོ།

༥ འཇའ་ཚོན་གྱི་མིང་ནི།

རླུང་གི་རྒྱལ་མཚན།

འཇའ་ནི་ནམ་མཁམ་ འཕྲོག་པོར་བྱུག་ནས་ཡོད་པ་དེ་ རླུང་གིས་སྐབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་  
ལྟ་བུ་ཡོད་པས་ན་ རླུང་གི་རྒྱལ་མཚན་ལོ།།

ཆན་པོའི་ཐིག།

འཇའ་ཚོན་གྱི་དབྱིབས་ནི་ཆན་པོས་བྲིས་པའི་ཐིག་ལྟར་ འདྲོང་པོ་མ་ཡིན་པར་ ཉུག་གོ་  
ཉུག་གོ་ཡོད་པས་ ཆན་པོའི་ཐིག་ཟེར་རོ།།

དང་འཕྲོག།

འཇའ་ཚོན་གྱི་དབྱིབས་ནི་ དང་པོ་མ་ཡིན་པར་ འཕྲོག་པོ་ཡིན་པས་ན་ དང་འཕྲོག་གོ།

གཞུ་རིས།

འཇའ་ཚོན་དེ་ གཞུའི་རི་མོ་ལྟར་འཕྲོག་པོ་ཡིན་པས་ ཞུ་རིས་སོ།།

བརྒྱ་བྱིན་གཞུ།

ལྟའི་དབང་པོའི་གཞུ་ལྟར་ ལ་དོག་སྣ་ལྡན་པས་ བརྒྱ་བྱིན་གཞུ་ཟེར་རོ།།

སོས་ཀ་བཞད།

འཇའ་ཚོན་འགོ་དང་པོ་ གནམ་སོས་ཀའི་དུས་སྐབས་ལྟར་པས་ སོས་ཀས་བཞད་དོ།།

༦ སེར་བའི་མིང་ནི།

སྤྱིན་ཐང་།

སྤོ་བྱར་དུ་འཇིགས་པའི་རྒྱ་དང་། སེར་བ་འབབ་པའམ་ཐན་པ་དང་། ལྷ་གའི་དུས་སམ་  
སྤོན་ཐོག་མེད་པའི་དུས་ངན་ནམས་ལ་གོ་ན་ཡང་ རྣམས་སྐྱེ་འབབ་པ་ སྤྱིན་ཐང་ཟེར་བ་  
ནི་སེར་བ་ལ་གོ་དགོས་སོ།།

སྤྱིན་རུས།

སེར་བ་ནི་ སྤྱིན་གྱི་རུས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་ ཤིན་ཏུ་སྣ་ཞིང་མཁྲེགས་པས་ན་ སྤྱིན་གྱི་རུས་སོ།།

ལོ་ཐོག་གི་གཤེད།

ལོ་ཐོག་གི་དག་སྟེ་ སེར་བ་འབབ་དུས་སྐབས་ ལོ་ཐོག་གཞེས་པར་བྱེད་པའི་ གཤེད་མ་  
ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ན་ ལོ་ཐོག་གི་གཤེད་དོ།།

དོ་ཆར།

སེར་བ་དེ་ གནམ་ཁ་ནས་མར་ དོ་ཆར་པ་ལྟར་འབབ་པས་དོ་ཆར་རོ།།

རྒྱ་མཁྲེགས།

སེར་བ་དེ་རྒྱ་ཆར་རྒྱ་ཡིན་ཀྱང་ སྣ་ཞིང་མཁྲེགས་པར་འགྱུར་བས་ རྒྱ་མཁྲེགས་སོ།།

6 ལྷ་བའི་མིང་།

བསེལ་ཟེར་ཅན།

ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་རམ་འོད་མདངས་ནི་ བསེལ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ན་ བསེལ་ཟེར་  
ཅན་ལོ།།

དབང་ཕྱུག་གཙུག་རྒྱན།

ལྷ་དབང་ཕྱུག་གི་ གཙུག་རྒྱན་ལྷ་བ་ཡིན་པས་ དབང་ཕྱུག་གཙུག་རྒྱན་ལོ།།

རི་བོང་གཟུགས།

ལྷ་བའི་ནང་དུ་ རི་བོང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྷ་བུ་ཤར་རྒྱུ་ཡོད་པས་ རི་བོང་གཟུགས་ཟེར་  
ལོ།།

མཚན་མའི་མགོན།

མཚན་མའི་ལུན་པ་བསལ་བས་ མཚན་མའི་མགོན་ལོ།།

རྒྱ་སྐར་རྒྱལ་པོ།

ལྷ་བ་ནི་ནམ་མཁར་གནས་པའི་ རྒྱ་སྐར་ནམས་ཀྱི་ རྒྱལ་པོ་ལྷ་བུ་ཡིན་པས་རྒྱ་སྐར་རྒྱལ་  
པོ་ལོ།།

སྤོང་ལྷ།

- 1- ཉིམ་དང་ལྷ་བའི་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་མ་འདྲམ་ ག་དེ་སྤོང་ར་འདུག་གོ་ ? རྫོང་ཁའི་ནང་ཉིམ་དང་ལྷ་བའི་རྣམ་  
གྲངས་ ག་དེ་སྤོང་ཡོད་ག?
- 2 - ཆར་པའི་རྣམ་གྲངས་གཉིས་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཚུམ་ཚིགས་བཅད་གཅིག་རྒྱབ།
- 3 - ལྷ་མ་ལུ་ རི་བོང་གཟུགས་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་ཁྲུངས་དོན་ འཚོལ་ཏེ་བྲིས།

# སློབ་ཚན་ལྔ་པ། འབྲུང་བ་དང་གིང་སོགས་ཀྱི་མིང་།

## ལས་དོན།

- ༡ འབྲུང་བ་བཞི་དང་ སློ་གིང་ཚུ་གི་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་དགོ།
- ༢ འབྲུང་བ་བཞི་དང་ སློ་གིང་ཚུ་གི་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཚུ་གི་ དེས་ཚོག་འགྲེལ་ཚུགས་དགོ།
- ༣ འབྲུང་བ་བཞི་དང་ སློ་གིང་ཚུ་གི་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ ཕྱོམ་རྒྱུ་བ་ཚུགས་དགོ།

## ལྷན་སྐྱེའི་མིང་ནི།

དྲི་བ་ཞོན། དྲི་མ་བཟང་དན་གང་ཡིན་ན་ཡང་ ལྷན་ལ་བརྟེན་པ་དང་ ལྷན་ནི་དྲིའི་བཞོན་པ་དང་འབྲེ་བ་ཡིན་པས་ དྲི་ཞོན་ནོ།

རྟག་འགྲོ། ལྷན་དེ་ རྟག་ཅིག་ཚམ་ཡང་ བར་མ་ཆད་པར་ རྟག་པར་ འགྲོ་ཞིང་འོང་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ན་ རྟག་འགྲོ་ཟེར་རོ།

རྟུལ་གྱི་ཁ་ལོ། ས་ལི་རྟུལ་རྣམས་ ལྷན་གིས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བས་ན་ རྟུལ་གྱི་ཁ་ལོ།

## ༤ མེའི་མིང་ནི།

འཕྲོགས་འབར། མེ་ནི་ འདྲོང་པོ་འབར་བ་མིན་པ་ གཡོ་བའམ་འཕྲོགས་པོར་འབར་བས་ན་ འཕྲོགས་འབར་རོ།

བི་ཤ་ན་རའི་བྱ། དིག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལྟར་ན། མེ་དྲང་སྲོང་བི་ཤ་ན་རའི་བྱ་ཡིན་པར་འདོད་པས་ བི་ཤ་ན་རའི་བྱ་ཟེར་རོ།

ལྷན་གི་གྲོགས་པོ། མེ་འབར་བའི་གྲོགས་སུ་ལྷན་དགོས་པ་དང་ ལྷན་མེད་ན་མེ་འབར་དཀའ་བས་ མེ་ལྷན་གཉིས་གྲོགས་པོ་ཡིན་པས་ན་ ལྷན་གི་གྲོགས་པོ།

ལམ་ནག་ལྷགས། མེས་ འཚོག་པའི་ཤུལ་ནག་པོར་འགྲོ་བས་ ལམ་ནག་ལྷགས་ཟེར་རོ།

འོར་ལས་རྒྱལ།

མེས་ རྒྱ་འོར་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་ཀྱང་ འཚོགས་ཏེ་ཐལ་བར་བཏང་སྟེ་  
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་བས་ན་ འོར་རྒྱལ་ཟེར་རོ།

༡ རྒྱ་མཚོའི་མིང་།

རྒྱ་གཏེར།

རྒྱ་ཚེན་དང་རྒྱ་ཕྱོད་རྣམས་ རྒྱ་མཚོར་བབས་པས་ རྒྱ་གཏེར་རོ།

རྒྱ་སྤྱོད་ལྗོངས་ལྗོངས།

རྒྱ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་སྤོད་གནས་དང་ ལྗོངས་ལྗོངས་ཡིན་པས་ རྒྱ་སྤྱོད་ལྗོངས་ཡིན་འོ།

རྒྱ་སྤྱོད།

རྒྱ་གཏེར་དང་འབྲེལ།

རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས།

རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ འོར་བྱའི་རིགས་རྣམས་ རྒྱ་མཚོ་ནས་བྱུང་བས་ རིན་ཆེན་འབྲུང་  
གནས་སོ།

རྒྱ་བའི་མ་མ།

རིག་ཕྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལྟར་ན། སྤོད་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱབས་པ་ལས་ རྒྱ་བ་བྱུང་བས་ རྒྱ་བའི་  
མ་མའོ།

༢ རྒྱའི་མིང་།

དག་ཕྱེད།

རྒྱས་འབྲུ་ན་ འག་འོག་པའི་རྒྱལ་པ་རྣམས་ འདག་པར་ཕྱེད་པས་ དག་ཕྱེད་དོ།

ཉའི་ཁྱིམ།

ཉ་རྣམས་སྤོད་རྒྱའི་ཁང་ཁྱིམ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ ཉའི་ཁྱིམ་སོ།

ཉལ་འགྲོ།

རྒྱ་རྣམས་ཉལ་བ་ལྟར་ འགྲོ་བས་ན་ ཉལ་འགྲོ་ཟེར་སྐབ་ཡིན།

འབྲུ་ཕན།

འབྲུ་སྤྱ་སོགས་ རྒྱ་དངོས་ཀྱི་སྤོད་པས་བཅུད་རྒྱས་པར་ཕན་པས་ན་ འབྲུ་ཕན་ཟེར་རོ།

༣ ས་གཞིའི་མིང་།

འོར་འཛིན།

གསེར་སོགས་ འོར་བྱའི་རིགས་དང་ རིན་པོ་ཆེ་སྤྱ་ཚོགས་ ས་ཡིས་འཛིན་པས་ འོར་  
འཛིན་འོ།

བཅུད་ལྗན།

ས་གཞི་ལུ་ རྒྱེ་ཤིང་དང་ ལོ་ཐོག་རྣམས་རྒྱེ་བར་ཕྱེད་པའི་བཅུད་དང་ལྗན་པས་ བཅུད་  
ལྗན་འོ།

འོར་ལྗན་མ།

ས་གཞི་ནི་ གསེར་དངུལ་སོགས་ འོར་བྱའི་རིགས་དང་ལྗན་པས་ན་ འོར་ལྗན་འོ།

འབྱུང་པོའི་རྟེན།

མི་དང་མི་མ་ཡིན་ནམས་ཀྱི་ རྟེན་ས་ཡིན་པས་ན་ འབྱུང་པོའི་རྟེན་ལོ།

༡༠ ཤིང་གི་མིང་།

ཀང་འབྱུང་།

སྟོན་ཤིང་གིས་ རྒྱ་ཀང་པས་འབྱུང་བས་ན་ ཀང་འབྱུང་ཟེར་རོ།

ས་སྐྱེས།

ཤིང་ས་ལས་སྐྱེས་པས་ ས་སྐྱེས་ཟེར་རོ།

རྒྱ་མི་ལྷུང་།

ཤིང་རིགས་མཐའ་དག་ རྒྱ་མ་ཟགས་པའམ་ མི་བྱིང་བས་ རྒྱ་མི་ལྷུང་རོ།

ཡལ་ག་ཅན།

སྟོང་པོ་གཅིག་ལ་ ཡལ་ག་མང་པོ་རྒྱས་པས་ ཡལ་ག་ཅན་ལོ།

འདབ་ལྗན།

ཤིང་གཅིག་ལ་ འདབ་མ་སྟོང་དང་ལྗན་པས་ འདབ་ལྗན་ལོ།

༡༡ དཔག་བསམ་སྟོན་ཤིང་གི་མིང་།

ཡོངས་འདུ།

ཤིང་དེས་ འདོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱང་བའི་རྒྱས་པ་དང་ལྗན་པས་ ལྟ་ནམས་ཡོངས་སུ་  
འདུ་བས་ན་ ཡོངས་འདུ་ལོ།

གསེར་ཤིང་།

ཤིང་དེའི་ལོ་མ་ གསེར་ལྟར་སྒྲུང་བས་ན་ གསེར་ཤིང་རོ།

རྩ་ཡབ་ཅན།

ཤིང་དེའི་ལོ་མ་ ཤིན་ཏུ་ནས་ཆེ་བས་ རྩ་ཡབ་དང་འདྲ་བས་ན་ རྩ་ཡབ་ལོ།

ས་བརྟོལ།

ཤིང་དེས་ རི་རབ་ལྷན་པོའི་ས་བརྟོལ་ནས་ ལྟ་ཡུལ་དུ་བསྐྱེད་བས་པས་ན་ ས་བརྟོལ་ལོ།  
དཔག་བསམ་ཤིང་དེ་ལས་ དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་གྲགས་པས་ མིང་ལ་  
སྟན་ཚོགས་དང་། ཟུང་ལྗན་གསེར་གྱི་གདོང་ཅན་ཟེར་བ་དེ་ ཡོངས་གྲགས་ལྟར་ན་ ཤིང་  
དེའི་རྩ་བ་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་ཡུལ་དུ་ཡིན་པ་དང་། སྟོང་པོ་མི་ཡུལ་དུ་གནས་པ། ཕྱི་མོ་ལྟ་ཡུལ་  
དུ་ཡོད་པས་ འབྲས་སུ་ལྟས་སྟོད་ཅེས་སོ།

༡༢ བྱས་ཚལ་གྱི་མིང་།

ཚང་ཚིང་།

ཤིང་རྣམས་ བར་མཚམས་མེད་པ་ བན་རྒྱན་འཛིངས་ཏེ་ཡོད་པས་ ཚང་ཚིང་རོ།

བྱས་སྐྱུང་།

བྱས་ཚལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་ བྱས་སྐྱུང་རོ།

བྱས་སྐྱུག་པོ།

སྐྱེ་ཤིང་མང་བས་ བྱས་སྐྱུག་པོར་འགྲོ་བས་ན་ བྱས་སྐྱུག་པོ་ལོ།

དགོན་པ་ཚལ།                      འབྲོག་དགོན་པ་འམ་    དབེན་གནས་ལུང་སྤོང་ལ་སྐྱེས་པའི་    སྐྱེད་ཚལ་ཡིན་པས་ན་  
 དགོན་པ་ཚལ་ལོ།།

༡༣    སྐྱེད་ཚལ་གྱི་མིང་།

ཁྱིམ་གྱི་ཚལ།                      ཁང་ཁྱིམ་གྱི་    མཐའ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་ཚལ་ལམ་    གླིང་ག་ལ་    ཁྱིམ་ཚལ་ལོ།།  
 སྐྱེད་མོས་ཚལ།                      མིས་    འབད་བརྩོལ་བསྐྱེད་ནས་བཅོས་པའི་ཚལ་ཡིན་པས་ན་    སྐྱེད་མོས་ཚལ་ལོ།།  
 བཅོས་མའི་ནགས།                      མི་ཡིས་བཅོས་པའི་    ནགས་ཚལ་ཡིན་པས་ན་    བཅོས་མའི་ནགས་སོ།།  
 སྤོན་ཤིང་ལྷུ་རྒྱ།                      མི་ཡིས་བཅོས་པའི་    སྤོན་ཤིང་ངམ་ཚལ་གྱི་གླིང་ག་ཡིན་པས་    སྤོན་ཤིང་ལྷུ་རྒྱ་རུའོ།།  
 ཕེ་བའི་ཚལ།                      སན་ཚུན་    ཕེ་བའི་ཚལ་ལམ་གླིང་ཡིན་པས་    ཕེ་བའི་ཚལ་ལོ།།  
 གུན་དགའ་ར་བ།                      སྤོན་ཤིང་དང་    མེ་རྟོག་སྐྱ་ཚོགས་འཇུགས་སྟེ་    གུན་གྱི་དགའ་སྤོ་འཕེལ་བའི་ར་བ་ཡིན་  
 པས་ན་    གུན་དགའ་ར་བའོ།།

༡༤    པད་མའི་མིང་།

ཉི་མའི་གཉེན།                      ཉི་མ་ཤར་བ་ན་    པདྨ་ཁ་ཕྱེ་བས་    ཉི་མའི་གཉེན་ཟེར་རོ།།  
 ལྷ་སྐྱེས།                      པདྨ་ནམས་    ལུ་ལས་སྐྱེས་པས་ན་    ལྷ་སྐྱེས་སོ།།  
 ལྷ་བའི་དགའ།                      ལྷ་བ་ཤར་བ་ན་    པདྨ་ཁ་ལུས་པར་བྱེད་པས་    ལྷ་བའི་དགའ་ཟེར་རོ།།  
 འདབ་བརྒྱ་པ།                      པདྨ་མ་ལ་    འདབ་མ་བརྒྱ་ཕྱག་དང་ལྷན་པས་    འདབ་བརྒྱ་པའོ།།  
 གུ་རུའི་ཡུམ།                      གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་    མེ་རྟོག་པད་མ་ལས་རྒྱས་ཏེ་    སྐྱ་འཁྲུངས་པས་ན་    གུ་རུའི་ཡུམ་མོ།།

སྤོང་ལྷ།

- ༡ - ལྷ་མཚོ་དང་པདྨའི་    མིང་གི་ནམ་གངས་ཚུ་བཙུགས་ཏེ་    ཕྱི་མ་ཤོ་ལོ་ཀ་<sup>༢</sup>    ལྷ།
- ༢ - རྫོང་ཁའི་ནང་    གོང་གི་དོན་ཚན་ཚུ་གི་    རྣམ་གངས་གཞན་ཡང་    ག་ཅི་ར་སྐབ་སྤོལ་ཡོད་ག་    ཞིབ་འཚོལ་  
 འབད།
- ༣ - སྐྱེད་མོའི་ཚལ་ཟེར་བའི་གོ་དོན་དང་    སྐྱེད་མོའི་ཚལ་འདི་    ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་    ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན་ན་?

# སློབ་ཚན་དྲུག་པ། འདབ་ཆགས་དང་ གཅན་གཟན་ རི་དྲུགས་སོགས་ཀྱི་མིང་།

ལས་དོན། སློབ་ཚན་འདི་མཚུག་བསྐྱུ་ལྟ་བུ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་

- ༡ འདབ་ཆགས་དང་ གཅན་གཟན་ རི་དྲུགས་སོགས་ཀྱི་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་འབྲི་སླབ་འབད་ཚུགས།
- ༢ འདབ་ཆགས་དང་ གཅན་གཟན་ རི་དྲུགས་སོགས་ཚུ་གི་ རྣམ་གྲངས་ཚུ་བཙུགས་ཏེ་ ཚུམ་རྒྱབ་ཚུགས།
- ༣ འདབ་ཆགས་དང་ གཅན་གཟན་ རི་དྲུགས་སོགས་ཚུ་གི་ རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དེས་ཚོག་ཚུ་ འགྲེལ་ཚུགས།

## ༡ བྱའི་མིང་།

གཉིས་སྐྱེས།	དང་པ་བྱ་ལས་སྐོང་དང་ སྐོང་ནས་བྱའུ་བྱུང་སྟེ་ ལན་གཉིས་སུ་སྐྱེས་པས་གཉིས་སྐྱེས་སོ།།
མཁའ་ལ་རྒྱ།	བྱ་རྣམས་ རྣམ་མཁའ་ནས་འཕྱར་བའི་ ལུས་པ་དང་ལྡན་པས་ མཁའ་ལ་རྒྱའོ།།
སྐོང་སྐྱེས།	སྐོང་ལས་ སྐྱེས་པས་ སྐོང་སྐྱེའོ།།
འཕྱར་འགོ།	འདབ་བྱ་རྣམས་འཕྱར་ཏེ་འགོ་བས་ན་ འཕྱར་འགོའོ།།
གཤོག་ལྡན།	བྱ་རྣམས་ གཤོག་པ་དང་ལྡན་པས་ གཤོག་ལྡན་འོ།།

## ༢ ལྷ་བྱུག་གི་མིང་།

དམིད་ཀྱི་ཕོ་ཉ།	ལྷ་བྱུག་གིས་དབྱངས་སྟོན་སློགས་པ་ན་ དམིད་ལུས་ཟིན་ལོ་ཞེས་ལན་འདེབས་པའི་ བང་ཚེན་ལྷ་བྱུ་ཡིན་པས་ན་ དམིད་ཀྱི་ཕོ་ཉའོ།།
གཞན་གསོས།	ལྷ་བྱུག་རྣམས་རྒྱང་ལུས་སུ་ བྱ་རོག་གིས་གསོས་པར་བསྐྱུགས་པས་ གཞན་གསོས་སོ།།
ངག་སྟན།	ལྷ་བྱུག་གི་ ངག་གམ་སྐད་སྟན་པས་ ངག་སྟན་ཟེར་རོ།།
ནགས་ན་དགའ།	ནགས་ན་གནས་པར་དགའ་བས་ ནགས་ན་དགའོ།།
ཀྱ་རྩའི་མགོན་ལྡན།	ཀྱ་རྩ་ ཀྱ་རྩ་ ཞེས་པའི་མགོན་དབྱངས་དང་ལྡན་པས་སོ།།



3 མ་བྱའི་མིང་།

མགྲིན་སྒྲོན།

མགྲིན་པའི་ ལ་དོག་སྒྲོན་པོ་ཡོད་པས་ མགྲིན་སྒྲོན་ལོ།

སྤྲིན་སྤྲེག་ལོ།

ནམ་མཁའ་སྤྲིན་འཁོར་བ་དང་ མ་བྱ་དགའ་ནས་ མངོས་པའི་ཉམས་སྤྲེག་སྒྲོན་པས་ན་  
སྤྲིན་སྤྲེག་ལོ།

གཙུག་ཕུད་ཅན།

སྤྲི་གཙུག་ཏུ་ གདོང་སྒྲོ་ཡོད་པས་ གཙུག་ཕུད་ཅན་ལོ།

གར་མཁན་མ།

ནམ་མཁའ་ནས་ འབྲུག་སྐྱ་སྐྱོགས་དུས་སུ་ མ་བྱ་དགའ་བའི་གར་སྐྱུར་བས་ན་ གར་  
མཁན་མའོ།

མདོངས་ལྗན།

མ་བྱའི་མཚུག་སྒྲོའི་ཕེ་ལ་ མིག་འབྲས་ཀྱི་དབྱིབས་འདྲ་བའི་རི་མོ་ཡོད་པའི་ མདོངས་སྒྲོ་  
དང་ལྗན་པས་ མདོངས་ལྗན་ལོ།

འདབ་བརྒྱ་པ།

མ་བྱ་ལ་ མཚུག་སྒྲོ་མང་པོ་ཡོད་པས་ འདབ་བརྒྱ་པའོ།

སྤྲིན་ལ་དགའ།

ནམ་མཁའ་ལ་ སྤྲིན་འཁོར་བ་ན་ མ་བྱ་སེམས་དགའ་བས་ སྤྲིན་ལ་དགའོ།

4 དང་པའི་མིང་།

མཚོར་གནས།

དང་པ་རྣམས་ མཚོ་རུ་གནས་པས་ མཚོར་གནས་སོ།

ལུས་དཀར།

དང་པ་རྣམས་ ལུས་དཀར་པོ་ཡོད་པས་ ལུས་དཀར་ཟེར་རོ།

བྱ་བའི་རྒྱ་ལྗན།

རྒྱ་བའི་མཚུབ་རྣམས་ བན་ཚུན་འབྲེས་ནས་བྱ་བ་ཡོད་པས་ བྱ་བའི་རྒྱ་ལྗན་ལོ།

གྲོས་མངོས།

བྱ་དང་པ་རྣམས་ ལམ་འགྲོ་སྤྲངས་ཀྱི་ གྲོས་མངོས་པས་ གྲོས་མངོས་སོ།

འཁོར་ལོའི་ལག།

བྱ་དང་པ་རྣམས་ རྒྱུར་འགྲོ་སྐབས་རྒྱུར་པ་ འཁོར་ལོ་ལྟར་མགྲོགས་པོར་འགྲོ་བས་  
འཁོར་ལོའི་ལག་ལོ།

གཤོག་དཀར།

དང་པ་རྣམས་ཀྱི་ གཤོག་པ་དཀར་པོ་ཡོད་པས་ དེ་ལྟར་ཟེར་རོ།

5 ལྷང་ལྷང་གི་མིང་།

མིག་སྤྲོན་མཚུག་མ།

མིག་སྤྲོན་ནི་ ལ་དོག་ནག་པོའི་མིང་སྟེ་ ལྷང་ལྷང་གི་མཚུག་སྒྲོ་ནག་པོ་ཡོད་པས་ན་ མིག་  
སྤྲོན་མཚུག་མའོ།

མགྲིན་རིང་། ལྷང་ལྷང་གི་ མགྲིན་པ་ ཉ་ཅང་རིང་པོ་ཡོད་པས་ན་ མགྲིན་རིང་ངོ་།  
 མཇུག་ནག། མཇུག་སྒོ་ ཉག་པོ་ཡོད་པས་ན་ མཇུག་ནག་གོ།  
 སླེན་ག། ལྷང་ལྷང་གི་ སླེན་ག་པོ་ཡོད་པས་ སླེན་ག་གོ།

༤ སྤྱག་རོན་གྱི་མིང་།

དིག་སྟན། སྐད་གསལ་བ་མིན་ཡང་ སྟན་པར་སྒྲོག་པས་ དིག་སྟན་ལོ།  
 ཅ་ཅོ་སྒྲོག། སྐད་ཆའི་ སྐ་གསལ་པོ་མིན་པར་ སྒྲོག་པས་སོ།  
 འཕྲུལ་པའི་མིག་ཅན། མིག་ ཟུམ་ཟུམ་བྱས་ནས་འཕྲུལ་པས་ འཕྲུལ་པའི་མིག་ཅན་ལོ།  
 རྫོ་ཡི་ཟས་ཅན། སྤྱག་རོན་གྱིས་ ཟས་སུ་ རྫོ་རྒྱང་རྒྱང་ བཟས་པས་སོ།  
 ཀ་བྱ་ཉར། རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ལས་ སྤྱག་རོན་གྱི་མིང་ལ་ ཀ་བྱ་ཉར་ ཟེར་རོ།

༥ བྱ་རོག་ལྷ་ཉ་གི་མིང་།

གཞན་གསོ། བྱ་རོག་ནི་ བྱ་ལྷ་བྱུག་གསོ་མཁན་ཡིན་པས་ གཞན་གསོའོ།  
 མདོག་གཅིག་པ། བྱ་རོག་ལ་ སྤུ་མདོག་ནག་པོ་གཅིག་ལས་གཞན་མེད་པས་ན་ མདོག་གཅིག་པའོ།  
 བདེན་པའི་ངག། ལྷོང་ཉིད་ བདེན་པའི་སྤིང་པོ་ ཨ་ཡིག་ ངག་ཏུ་སྒྲོག་པས་ བདེན་པའི་ངག་གོ།  
 ལན་ཅིག་སྐྱེས། བྱ་རོག་གིས་ སྤུ་གྲུ་ལན་ཅིག་མ་གཏོགས་མི་སྐྱེ་བར་བཤད་པས་སོ།  
 གྲོང་འཁྱེར་སྤོད། བྱ་རོགས་ནམས་ གྲོང་ཁྱེར་པན་རྒྱན་ཏུ་རྒྱ་ཞིང་ གྲོང་གི་ཟས་ལ་སྤོད་པས་ གྲོང་འཁྱེར་  
 སྤོད་འོ།  
 འཇིགས་སྒྲོགས། བྱ་རོག་གིས་ ལྷས་ངན་གྱི་བདེ་སྤོང་བས་ན་ འཇིགས་སྒྲོག་སོ། གཞན་ཡང་ འཆི་མེད།  
 གཏོར་ཟ། བདག་སྒྲོག། ཆོར་མའི་ཚང་ཅན། ལ་ཆོད་ཅན།

༦ རི་དྲགས་སྤྱིའི་མིང་།

ལྷི་གཉན། སྤྱིར་རི་དྲགས་མང་ཆེ་བ་ ས་མཐོན་པོ་དང་ བཙན་པོའི་སར་སྤོད་པས་སོ།  
 ལྷང་གི་སྒྲོག། རི་དྲགས་ལྷང་བཞིན་མགྲོགས་པས་ དཔེ་ ལྷང་སྒྲོག་དང་ལྷན་པ་ལྷར་བཤད་པས་སོ།

ས་ལུས།

རི་དྲགས་མང་ཆེ་བའི་སྤྲི་ནི་ ས་ཡི་མདོག་དང་གཅིག་པ་ཡིན་ཏེ་ གླ་བ་དང་ཚོ་བ་ན་བ་  
བཅས་ཀྱི་སྤྲི་མདོག་ སའི་མདོག་འཛིན་པས་སོ།།

མིག་མཛེས།

རི་དྲགས་ཀྱི་མིག་ནི་ དཀྱུས་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་དང་ མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བས་སོ།།

ནགས་སུ་སྤྱོད།

ནགས་ཚལ་གྱི་ ཅུ་ཅུ་སྤོ་ཤིང་སོགས་ལ་ འོངས་སྤྱོད་པས་ནགས་སུ་སྤྱོད་དོ།། བགས་  
པའི་སྤྲི་གནས། ལྷང་བཞིན་འགོ།

༩ སེངྒའི་མིང་།

རི་དྲགས་རྒྱལ་པོ།

རི་དྲགས་ ཀྱུན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་སོ།།

རི་དྲགས་དབང་།

རི་དྲགས་ ཀྱུན་གྱི་དབང་པོ་ཡིན་པས་སོ།།

གདོང་ལྗ།

སེངྒའལ་ མིག་གཉིས་དང་ སྤྲི་དོང་གཉིས་ ཁ་དང་བཅས་ གདོང་དང་འབྲ་བ་ལྗ་ཡོད་  
པ་དང་། ཡང་ན། ཀྱང་ལག་བཞིས་ཀྱང་ ཁ་དང་ལྷང་པར་མེད་པ་ སེམས་ཅན་  
རྣམས་ཀྱི་སྤོག་འཕྲོག་ལུས་པས་ན་ གདོང་ལྗ་པ་ཟེར་རོ།།

རལ་པ་ཅན།

སེངྒའི་ལུས་ལ་ སྤྲི་རྣམས་སྤྲི་རལ་པ་ལྟར་ རིང་པོ་ཡོད་པས་ རལ་པ་ཅན་ལོ།།

སྤེར་ཆགས་རྒྱལ་པོ།

སྤེར་ཆགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ རྒྱལ་པོ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་ན་ སྤེར་ཆགས་རྒྱལ་པོ་ལོ།།

༡༠ ལྷག་གི་མིང་།

ལུས་བགྲ།

ལུས་ཀྱི་སྤྲི་རིས་རྣམས་ བགྲག་ཤིན་ཏུ་ནས་ལེགས་པས་ ལུས་བགྲའོ།།

ཅི་སྤྲོམ།

ཉེ་རིང་རི་ལྟར་ཡིན་ཡང་ སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཅི་ཚོར་བས་ ཅི་སྤྲོམ་མོ།།

ངར་སྐད་ཅན།

གཅན་གཟན་གཞན་ལས་ ངར་སྐད་ལྷགས་ཏུ་ག་པོ་དང་ལྷན་པས་ ངར་སྐད་ཅན་ལོ།།

གཅན་གཟན་ལ་པོ།

ལྷག་གཅན་གཟན་ཡིན་པ་དང་ ལྷག་རིས་ལྷ་བོ་ཡོད་པས་ གཅན་གཟན་ལ་པོ་ལོ།།

༡༡ བྱང་བའི་མིང་།

ཀར་དྲུག་། འབྲུ་སྐྱོང་མ་རྣམས་ནི་ ཀར་པ་དྲུག་དང་ལྡན་པས་ ཀར་དྲུག་གོ།

ར་ཡིག་གཉིས་པ། མགོ་བོའི་སྟེང་དུ་ རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གེ་ར་འདྲ་བའི་ ར་ཚོག་གཉིས་ཡོད་པས་ ར་ཡིག་གཉིས་པའོ།

སྐྱང་ཚི་འཕྲུང་། མེ་རྟོག་གི་ཚི་བརྩུད་ སྐྱང་མས་འཕྲུང་བས་ སྐྱང་ཚི་འཕྲུང་རོ།

ལྷ་མ་ར། ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐད་ལས་ བྱང་བའི་མིང་ལ་ལྷ་མ་རའོ།

སྐྱང་ཚིའི་བརྩུལ་ཞུགས། སྐྱང་མས་སྐྱང་ཚི་བསགས་པ་དང་ ལོངས་སྟོན་རྒྱལ་བ་ཚོན་པས་ སྐྱང་ཚིའི་བརྩུལ་ཞུགས་ཅན་འོ།

མེ་རྟོག་ལ་ཚེ་ནི། མེ་རྟོག་ལ་ཚེད་མེ་ཚེ་བ་ལྟར་ སྐྱང་ཚིར་སྟོན་པས་ མེ་རྟོག་ལ་ཚེའོ།

མེ་རྟོག་འཕྲུང་། མེ་རྟོག་གི་བརྩུད་ སྐྱང་མས་འཕྲུང་བ་འམ་ལྷང་བས་ མེ་རྟོག་འཕྲུང་།

སྟོང་ལྷ།

- ༡ - ལྷ་བྱུག་དང་ མ་བྱ་ རང་པ་ ལྷང་ལྷང་ཚུ་གི་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཚུམ་ཚིགས་བཅད་གཉིས་གྲིས།
- ༢ - ལྷག་སེང་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཚུམ་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གྲིས།
- ༣ - སྟོ་ལའི་སེམས་ཅན་ བ་ སྐྱང་ ར་ལྷག་ བགཔ་ རོ་ཁྱི་ བྱི་ལི་རྩུ་ལུ་ཡང་ རྣམ་གྲངས་སོ་སོ་ཡོད་མེད་དེ་བཞུགས་འབད་དེ་གྲིས།
- ༤ - མངོན་བརྗོད་ཤེས་པ་དང་མ་ཤེས་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ ལྷང་པར་ག་ཅི་ར་འོང་ནི་བརྩམ་འདུག་གོ་?

# ། སློབ་དུས་གཉིས་པ། །

## སློབ་ཚན་བདུན་པ། རྒྱལ་ཁབ་དང་ རྫོང་གཞིས་ དཔོན་ཁག་སོགས་ཀྱི་མིང་།

ལས་དོན། སློབ་ཚན་འདི་མཚུག་བསྐྱེད་ སློབ་ཚུག་ཚུ་གིས་

- ༡ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མིང་མ་འདྲམ་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་སློབ་ཚུགས་དགོ།
- ༢ རྫོང་གཞིས་སོ་སོའི་མིང་དོན་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་ཁྲུངས་བཀའ་ཚུགས་དགོ།
- ༣ དཔོན་དང་དཔོན་ཁག་གི་མཚན་དང་ མཚན་དོན་གྱི་བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུགས་དགོ།
- ༤ རྫོང་གཞིས་ཚུ་གི་མིང་ ག་དེ་སླེ་བཏགས་ཅི་ག་ བྲི་ཚུགས་དགོ།
- ༥ མིང་ཚུ་ སློ་འདོད་རྒྱལ་ལྟར་བཏགས་ཅི་ག་ ཡང་ན། རྫོང་སློབ་དུ་བཏགས་པ་ཡིན་ན་ འབྲི་སློབ་འབད་ ཚུགས་དགོ།

### ༡ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མིང་།

- |                  |  |
|------------------|--|
| ལྷོ་ལྗོངས།       | བོད་ཀྱི་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པས་ ལྷོ་ལྗོངས་སོ།།  |
| ནུ་རྒྱལ་ཞིང་།    | ཞབས་དྲུང་དག་དབང་ནུ་རྒྱལ་གྱིས་ ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་སྲོལ་བཟུགས་གནང་ བའི་རྒྱལ་ཁབ་དགའ་ལྷན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལྷ་བུ་ཡིན་པས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞིང་དོ། |
| ཚོས་ལྷན་རྒྱལ་ཁབ། | ཚོས་དང་ལྷན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་པས་ ཚོས་ལྷན་རྒྱལ་ཁབ་བོ།།  |
| ལྷོ་མོན།         | བོད་ཀྱི་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་གནས་པས་ལྷོ་དང་ སྲར་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པའི་སྲང་བ་མེད་པར་ མོན་ཡུལ་ཡིན་པས་ ལྷོ་མོན་ནོ།།                                 |
| སླན་ལྗོངས།       | སླན་རིགས་མང་པོ་ སླེ་བའི་ ཡུལ་ལྗོངས་ཡིན་པས་སོ།།   |



འཚབ་འཚུབ་སྐལ་ལ།

སའི་དབྱིབས་ སྐང་གསུམ་འཛོམས་པའི་སྐྱལ་ ས་གནས་འཚུབ་ཅེ་བྲགས་ཞིག་ཡིན་  
པའི་ གདོང་ཕྱོགས་སུ་ སྐྱངས་ཐང་ལ་དང་ བུམ་ཚོགས་གླིང་ ཐིམ་ཕུ་ལ་འགོ་བའི་

ལམ་རྒྱ་གམ་གྱི་ས་ཆའི་དབྱིབས། སྐལ་པའི་ལ་དང་འབྲ་བ་འདི་ནས། ཕན་ཚུན་རྒྱ་བའི་  
སྐབས་སུ། འཚབ་འཚུབ་མང་བས་ དེ་ལྟར་ཟེར་རོ།།

སྲིན་མོ་རྩོ་ལ།

ཡོངས་གཤགས་ལྟར་ན་ ཐིམ་ཕུ་ལུང་པར་ མི་རྣམས་ལ་གཞོད་པའི་སྲིན་མོ་གདུག་པའི་  
ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ དམ་ལ་བཏགས་པའི་ཆེ་ རྩོ་ལ་ཐིམ་པས་ སྲིན་མོ་རྩོ་ལོ།།

སྲིན་མོ་ལྟོ་ལ།

ད་ལྟ་རྗེས་བཞེངས་ཡོད་པའི་སར་ སའི་དབྱིབས་སྲིན་མོ་གན་རྒྱལ་དུ་ཉལ་བ་ལྟ་བུའི་ ལྟོ་  
བར་རྗེས་བཞེངས་པས་ སྲིན་མོ་ལྟོ་ལོ།།

གསང་ཟབ་ཚོས་རྗེས་ལ།

སྐབས་མགོན་པོ་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་གིས་ ཡབ་ཀྱི་ལུང་བསྟན་དང་ ཐུགས་དམ་  
གྱི་བཏགས་པ་གཟིགས་ཏེ་ འབྲུག་གི་རྗེས་གཞིས་ལས་ དང་པ་རང་ སེམས་རྟོགས་ལའི་  
རྗེས་དེ་བཞེངས་པའི་སྐབས་ ཕྱི་ནང་གི་དག་རྣམས་ལས་ གསང་ཟབས་མཛད་དེ་ ལོ་  
༡༥ནང་འཁོད་ ཐུགས་དགོངས་ལྟར་དུ་བསྐྱབས་པ་དང་ གསང་སྐྱེས་ཟབ་མོའི་ཚོས་  
ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡང་ རྗེས་དེ་ནང་བསྐྱོར་ཡོད་པས་ན གསང་ཟབ་ཚོས་རྗེས་ཟེར་རོ།།

ཐིམ་ཕུ་རྗེས་ལ།

ཚོས་རྗེ་འཇམ་དབྱངས་ཀུན་དགའ་སོངླེ་མཚོག་ བདེ་ཆེན་སུ་ཏུ་གདན་པོངས་ཏེ་ གཙུག་  
ལག་ཁང་བཞེངས་པ་ན་ བཀའ་སྲུང་དགོ་བསྟེན་རྩོ་རྗེ་དག་འདུལ་གྱིས་ དག་པའི་སྐང་  
རོར་ སྐྱ་གཟུགས་དངོས་སུ་བཏོན་ནས་ ཐུ་ཚོག་སྐྱི་བོར་བྱངས་ཤིང་། རྩོ་པ་བོང་དེ་ལ་  
ཐིམ་སོང་བས་ཐིམ་དང་། ལུང་པའི་སུ་ཡིན་པས་སུ་ཞེས་པས་ཐིམ་སུ་དང་ དེར་རྗེས་  
བཞེངས་པས་ ཐིམ་སུ་རྗེས་ཟེར་རོ།།

རྩོ་སྲིན་རྗེས་ལ།

སྐམ་ལག་ལྷ་པས་ གནས་བཅགས་པའི་གས་ལས་ ད་ལྟོ་བདེ་ཆེན་པོ་བྱང་ཞེས་པར་  
གདན་ས་བཏབ་པ་ན་ རྩོ་སྲིན་ཆེན་པོ་གཅིག་ལ་ རྗེས་བཞེངས་པས་ རྩོ་སྲིན་རྗེས་ཟེར་  
རོ།།

སྤྲུལ་ཐང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་། རྫོང་གཞིས་བརྒྱབས་པའི་རབ་གནས་ཀྱི་ དགའ་སྟོན་ལ། ལྷོ་མོན་ལ་བཞིའི་  
སྤྱིན་བདག་དང་ མི་སེར་རྣམས་ཀྱིས། བདེ་བའི་ཐང་དུ་འབྱུང་བ་རི་བོ་ལྟར་སྤྲུལ་ཏེ་  
ཕུལ་བས། སྤྲུལ་ཐང་དང་། དཔལ་འཁོར་ལོ་སྟོན་པ་ཡི་དམ་བདེ་མཚོག་གི་གནས་རོ་  
མ་ལུ་རྒྱབ་ནི་འདྲི་གིས་ བདེ་ཆེན་དང་། རྒྱབས་མགོན་ཡབ་སྲས་ཀྱི་བཞུགས་གནས་

གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ ཕོ་བྲང་ཟེར་བ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་བསྟོན་པས་ སྤྲུལ་ཐང་བདེ་བ་  
ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་རོ།།

**བཀྲ་གིས་ཚོས་རྫོང་།**

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ རྟོ་སྟོན་རྫོང་ ལྷ་མ་ལྷ་པའི་བརྒྱད་འཛིན་  
ལས་ ཕྱིས་བཞེས་ཏེ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདན་ས་གཉིས་པར་བརྒྱུར་ནས།  
སྤྲུལ་ཐང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་དང་དབྱེ་བ་མེད་པ། གདན་ས་པན་རྒྱུན་གཉིས་ལས་  
དབྱུར་གྱི་བཞུགས་གནས་མཛད་ རྫོང་གི་མཚན་ཡང་ མིང་དོན་མཐུན་པ་ བཀྲ་གིས་ཚོས་  
རྫོང་ཟེར་མཚན་གསོལ་བའོ།།

**ལྷ་སྤྲུག་ནང་།**

རྫོང་གཞིས་ ས་གནས་འདྲི་ཕོ་རྒྱལ་གཡས་སུ་བསྐྱོར་བ་དང་། མོ་རྒྱལ་གཡོན་དུ་བསྐྱོར་  
ནས་ འགོ་བའི་སྤྲུག་གམ་ དཀྱིལ་དུ་རྫོང་བཞེངས་ཡོད་པས་ན་ ལྷ་སྤྲུག་ནང་ཟེར་རོ།།

**དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་།**

རྒྱབས་མགོན་རབ་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་ རྫོང་བཞེངས་རྒྱུའི་གཟིགས་སྐྱོར་ལ་ཕེབས་  
སྐབས། ས་གནས་དེར་ ཕྱིས་པ་རྩེད་མོ་རྩེ་མཁན་ཞིག་གཟིགས་པས་ དེ་ལ་ རྩེད་ཅི་  
ཕྱེད་གསུངས་པས་ ང་ཕོ་བྲང་བཞེངས་པ་ཡིན། མིང་ལ་ཅི་ཟེར་གསུང་པས་ དབང་  
འདུས་ཡིན་ཞུས་པས་ བུ་དེའི་མིང་དང་བྱ་ལས་དང་འབྲེལ་ནས་ རྫོང་གི་མིང་ཡང་དེ་  
ལྟར་གྲགས་སོ།། ཡང་ན། ལྷ་བྱུག་ལ་དགོན་པར་བཞུགས་པ་ཞིག་ན་ དཔལ་ལོ་ཤེས་  
མགོན་པོ་ ཞལ་དངོས་སུ་མཇལ་ཏེ། རི་སྐང་མོ་ཆེ་ཉལ་བ་འདྲ་བའི་རྣ་ལ་ རྫོང་བཞེངས་  
ན་ རྒྱལ་ཁབ་དབང་ལ་འདུས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ ལྷང་བསྟན་བྱུང་བ་དང་ ཕྱག་  
གཡོག་པ་ལྷ་རུ་བཏང་བ་དེར་བསྐྱབས་པས་ བྱ་རོག་བཞི་ཆགས་ཡོད་པ་ ལྷིང་སྐྱོར་



བརྒྱབས་ནས་ རྩོགས་བཞི་ལ་འཕུར་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་གཟིགས་ནས་  
ཚོང་བཞེངས་པས་ མིང་ཡང་དེ་ལྟར་གྲགས་སོ།།

སྤྱོད།

སྤྱ་ཟེར་བ་མཛེས་པ་དང་ རྩོ་ལྷོ་ཟེར་བ་བྱིན་ཆགས་པའམ་ བག་ཆགས་པ་ཞིག་ལ་གོ་  
བས་ སྤྱ་ལྷོ། སྤྱ་ལྷོ་སོགས་བཏགས་སོ།།

རིན་སྲུངས་ཚོང་།

ཀྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ སྤྱ་ལྷོ་ལྷུང་པར་འབྱོན་པ་ན་ ཚོང་གི་ས་གནས་ལ་ཕེབས་པས་ རི་པོ་  
ལོར་བྱ་སྲུངས་པ་ལྟར་གཟིགས་པས་ རིན་སྲུངས་དང་ སྲུབས་མགོན་དག་གི་མཚན་ཅན་  
གྱིས་ ཚོང་བཞེངས་པས་ རིན་སྲུངས་ཚོང་ཟེར་པོ།།

རྩྱུ་རལ་ཚོང་།

པ་ རྩུང་རྩུང་རྒྱལ་མཚོག་ ས་གནས་དེ་ལར་འབྱོན་པ་ན་ རིན་སྲུངས་བྲག་གི་སྲུ་བུ་དྲ་  
གྱིས་ ཚོད་བགམ་པས་ པ་རྩུང་རྩུང་ཁོས་ཏེ་ རྩྱུ་ ཞེས་གསུངས་པ་དང་བྲག་རལ་བས་  
སྲུ་བུ་དྲ་གཟུགས་དངོས་སུ་བཏོན་ཏེ་ བཀའ་བསྐོ་དམ་བཞག་མཛད་ཅིང་ གནས་སྲུང་  
ཏུ་བཀོད་དོ།། རྩྱུ་རལ་སྲུ་རྩྱུ་རལ་གིས་ བྱང་ཁྱིམ་ཐོག་ལྷ་མ་ཞིག་བཞེངས་པས་  
རྩྱུ་རལ་ཚོང་ཞེས་བཏགས་སོ།།

བྱ་དཀར་ཚོང་།

ཡོངས་འཛིན་དག་གི་དབང་ལྷུག་ ཚོས་འཁོར་གྱི་རི་མཇུག་སྐར་སྤང་ཏུ་ སྲུབ་ལང་རྒྱང་  
བ་ཞིག་བཏབ་རྒྱུའི་ དགོངས་པ་ལ་ ས་སེལ་རྩོ་སེལ་བྱེད་ནས་བཞུགས་པ་ན་ སྤོན་  
མཚོང་བ་མེད་པའི་ ལྷ་བྱ་དཀར་པོ་ཅིག་འོང་ནས་ ད་ལྟ་ཚོང་ཡོད་པའི་རྩོགས་སུ་ཕུར་  
ནས་ དེར་ཆགས་པས་ ལྷ་དང་བྲམ་མའི་ལྷུང་བལྟན་པར་གོ་བས་ བྱ་དཀར་པོ་ཆགས་  
སར་ ཚོང་བཞེངས་པས་ མིང་དེ་ལྟར་གྲགས་སོ།།

གཡུལ་ལས་རྣམ་རྒྱལ།

བོད་དམག་དང་སོག་པོ་གཅིག་སྤྱིལ་གྱི་ དམག་དཔུང་བུམ་ཐང་ཏུ་འབྱོར་བས་ དམག་  
སྐར་བྱ་དཀར་ཚོང་གི་མདུན་རྩོགས་ ཐོབ་རྒྱལ་ཚོང་ཏུ་བཏབ། འབྲུག་པས་ ཚོང་གི་དབུ་  
ཅེའི་རྒྱལ་དཀར་ནས་ མེ་མདའ་ཚོད་གཏད་བཞག་ཅིང་ མགོན་པོའི་སྤྱན་འབྲེན་ལ་  
བསྐྱེབས་པ་དང་ དར་དཔོན་གྱིས་གཡུལ་དར་གཡུག་པས་ མེ་མདའ་རང་གས་སུ་སོང་  
ནས་ བོད་པའི་དམག་དཔོན་གྱི་དཔལ་བར་ཕོག་ཅིང་བསྐྱེལ་ཏེ་ བོད་དམག་ལས་རྒྱལ་  
བས་ན་ གཡུལ་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ལོ།།

གྲོང་གསར་རྫོང་།

ཡོངས་འཛིན་དག་གི་དབང་ཕྱུག་མཚོག་གིས་ སྐྱབ་སྡེ་བཅུགས་གནང་བ་ནས་ དེར་  
ཚོས་གྲལ་ལ་གཏོགས་པའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་ མཚམས་ཁང་རེ་བཅོས་ནས་གནས་པ་  
ལས་ སློན་དུ་མེད་པའི་ཡུལ་གསར་དུ་ཆགས་པས་ མང་སྡེ་པའི་ཁ་སྐད་ལ་ ཡུལ་ལ་  
གྲོང་ཟེར་བས་ གྲོང་གསར་ཞེས་དར་རོ།

ཚོས་འཁོར་རབ་བརྟན་ཅེ།

ཞབས་དྲུང་གི་བཀའ་དགོངས་ལྟར་ དཔོན་སློབ་དང་པ་ ཚོས་རྒྱལ་མི་འགྱུར་བརྟན་པས་  
སྲ་བརྟན་བྲག་གི་སྡེ་དུ་ རྫོང་གཞིས་རྒྱལ་སྲིད་པོ་བྲང་གི་རྣམ་པ་རྟེན་བརྟེན་པ་དང་  
བཅས་ གསར་བཞེངས་མཛད་པས་ རྫོང་གཞིས་ཀྱི་བཟོ་བཀོད་པའི་མཚན་ལས་རིགས་  
བསྐྱེས། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་བ་ལུ་དགོངས་ཏེ་རྫོང་གི་མཚན་ལ་ འབྲུག་མི་འགྱུར་ཚོས་  
འཁོར་རབ་བརྟན་ཅེ་གི་རྫོང་ཞེས་སོ།

དར་དཀར།

རྫོང་བཞེངས་ཡོད་པའི་རི་དེ་ནི་ དར་དཀར་ལའི་གཤོག་པ་གཡས་པ་ལ་འཁེལ་བ་དང་  
འབྲུག་གི་རི་པོ་གཞན་ལྟ་བུ་ བྲག་དང་རྩུ་མ་བཅད་པར་ ཡུག་ཅིག་ཡིན་པ་དང་ དེ་  
ནས་ལྷས་པས་ འབྲུག་གི་ ས་ཕྱོགས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ མངོན་པར་གསལ་བ་ལ་  
སོགས་པའི་མཐོང་གསལ་ཆེ་བ་དང་ ལ་འམ་རི་དེའི་ཐོད་ལ་ དཀྱུན་དུས་སུ་ཁ་བ་དཀར་  
པོས་སྐབས་པ་ན་ ཁ་དར་དཀར་པོས་ཁེབས་པ་ལྟར་ཡོད་པས་ དར་དཀར་ལ་ཟེར་རོ།

དར་དཀར་བགྱིས་གཡང་ཅེ་རྫོང་།

རྫོང་བཞེངས་པའི་སྐབས་སུ། དངོས་མེད་མི་མ་ཡིན་གྱི་གཙོ་བོ་ རྫོ་མོ་དར་དཀར་  
མོ་གི་སྐྱབ་པ་གནང་བ་ནས་ མིང་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་བ་ལ་གཟིགས་ཏེ་ ལྷོ་དར་  
དཀར་བགྱིས་གཡང་ཅེ་རྫོང་ ཟེར་མཚན་གསོལ་བ་ཡིན་ལོ།

མོང་གར་རྫོང་།

སློན་གྱི་དུས་སུ་ རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ ལྷོན་རྒྱ་ར་ཟེར་བ་དེ་ ཤ་བདས་པ་བྱོན་པས་ ས་  
གནས་དེར་སླེབས་པ་ན་ ཤ་གཅིག་ཀྱང་མ་རྟེན་པར་ ཉམ་ཐལ་ཐལ་བྱས་ནས་ དཀྱུང་  
ཞག་དེར་ལུས་ནས་སྐར་བཅགས་སོ། རྫོང་སྐད་དུ་ ཉམ་ཐལ་ཐལ་ཟེར་བ་དེ་ལ་ ཤར་  
ཕྱོགས་པའི་སྐད་དུ་ མོང་ ཞེས་པར་གོ་བ་དང་ རྒྱལ་པོའི་བཞུགས་སྐར་ཡིན་པས་  
མིང་གཉིས་སུ་འབྲེལ་བས་མོང་སྐར་ཞེས་བཏགས་སོ།

གཞོན་སྐར།

སྟོན་གྱི་རྒྱལ་ཕྱན་ དཀར་པོ་གཏུང་ཟེར་བས་ རྫོང་བཞེངས་པར་དགོངས་ནས་ ས་གྲིང་  
ཡུལ་འཇུག་གི་ ཞོམ་དར་སྤང་ནས་བལྟས་པས་ རྫོང་རྫིང་པ་བཞེངས་པའི་ས་དབྱིབས་  
ནི་ གཞོན་པ་དང་འབྲ་བའི་ནང་དུ་འོ་མ་དཀར་པོ་འཁྲིལ་བ་ལྟ་བུ་མཐོང་པས་ དེར་  
མཁར་རམ་སྐར་རྒྱབ་པས་ གཞོན་དཀར་/  
/ གཞོན་གར་ / གཞོན་སྐར་ ཞེས་བཏགས་སོ།།

བཀྲ་ཤིས་སྐར་རྫོང་།

ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེའི་ཡུང་བསྟན་དང་ སྤྱི་སྲ་མི་འགྱུར་བསྟན་པའི་བཀའ་ལྟར་ ཐང་  
མཁར་ཟེར་བའི་ས་གནས་སུ་ སྤྱི་དྲུང་པད་དཀར་ཚོས་འཕེལ་གྱིས་བཟོ་བཀོད་དང་  
འཁྲིལ་ སའི་དབྱིབས་ རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་དང་འབྲ་བར་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་ཕྱོགས་  
ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་པོ་བྲང་ རྫང་ཆེན་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གནས་མཚམས་འདིར་  
རྫོང་ཆེན་བཞེངས་བས་ ཤར་ཕྱོགས་འཁོར་ལོ་རྩིབས་བརྒྱད་ འབྲུག་པའི་མངའ་འོག་ལུ་  
བསྐྱས་པའི་ བཀྲ་ཤིས་པའི་རྟགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ཚང་བས་ བཀྲིས་སྐར་རྫོང་ཞེས་  
མཚན་གསོལ་ལོ།།

ཉ་རྫོང་།

ཚོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པོས་རྩུ་འཕྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་ ལྷ་ཁང་བརྒྱ་དང་ཅུ་བརྒྱད་  
བཞེངས་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་ རྩུ་འཕྲུལ་གྱིས་ བྱ་ལྷུག་རོན་དཀར་གནག་གཉིས་སུ་  
སྤྱུལ་ཏེ། ལྷ་ཁང་དཀར་གནག་གཉིས་བཞེངས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། ཡང་ན་ ལྷུང་  
བདུད་ཀྱི་གནས་ཁང་ རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་རི་ རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་དང་  
འབྲ་བའི་ སྐས་གནས་མི་རི་སྐྱེན་གསུམ་དེ་ལས་ མི་དག་པ་ཅིག་ཉ་དྲུག་གིས་ཐོན་ནས་  
ལྷ་ཁང་དཀར་གནག་གཉིས་ བཞེངས་རོགས་བྱས་པས་ན་ ལུང་ཕྱོགས་འདི་གི་མིང་ལ་  
ཉ་དྲུག་ / ཉ་ལེས་བཏགས་སོ།།

འབྲུག་རྒྱལ་རྫོང་།

སྤེ་སྤིད་གཉིས་པ་བསྟན་འཛིན་འབྲུག་སྤྱི་སྐབས་སུ་ བོད་སོག་འབྲེས་མའི་དམག་དམུང་  
ལས་ འབྲུག་པའི་དམག་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ དྲན་རྟེན་ལ་རྫོང་བཞེངས་པས་ན་ འབྲུག་  
རྒྱལ་རྫོང་ཞེས་བཏགས་སོ།།

3 རྒྱལ་པོའི་མཚན།

ས་སྐྱོང་།	རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་གཞི་སྐྱོང་བས་ས་སྐྱོང་ངོ་།།
མི་དབང་།	མི་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོའམ་དབང་པོ་ཡིན་པས་མི་དབང་ངོ་།།
སྐྱེ་སྐྱེའི་གཙུག་རྒྱུ།	སྐྱེ་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་གི་རྒྱན་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་སྐྱེ་སྐྱེའི་གཙུག་རྒྱུ་ལོ།།
དབང་ལྷན།	སྟོབས་འབྲོར་མངའ་ཐང་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་ལྷན་པས་ན་དབང་ལྷན་གོ།།
མི་ཡི་ལྷ།	མི་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་ལྷ་བུ་གོང་དུ་བཀྱར་བས་ན་མིའི་ལྷ་ལོ།།
ས་དབང་།	རྒྱལ་ཁབ་ས་ཀྱི་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་དབང་བའི་བདག་པོ་ཡིན་པས་ས་དབང་ངོ་།།
མི་རྗེ།	མི་ཡི་ནང་ནས་གཙོ་བོའམ་རྗེ་བོ་ཡིན་པས་ན་མི་རྗེ་ལོ།། གཞན་ཡང་། ས་སྐྱོད། ས་བདག། ས་ཡི་ཚངས་པ། སའི་བརྒྱ་བྱིན། གནམ་བསྐྱོས། མི་ཡི་དབང་ལྷན། སྤྱི་བོར་དབང་སྐྱེད། མི་བདག་གོ།།

4 བཅུན་མོའི་མིང།

འཕགས་མ།	བཅུན་མོ་རྣམས་སྤྱི་ལོ་གཞན་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པས་ན་འཕགས་མ་ལོ།།
ས་སྐྱོད་མ།	རང་གི་མངའ་འོག་གི་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་དབང་བསྐྱུར་ཞིང་སྐྱོད་པས་ན་ས་སྐྱོད་མ་ལོ།།
རྗེ་མོ།	མི་མོ་ཀུན་གྱི་གཙོ་མོའམ་རྗེ་མོ་ཡིན་པས་སོ།།
རྗོ་མོ།	ཚོས་སྐྱད་ལས་གཙོ་མོ་བཟུང་བའི་དོན་ཡིན་པས་རྗོ་མོ་ལོ།།
མིའི་དབང་མོ།	མི་དབང་གི་བཅུན་མོ་ཡིན་པས་མིའི་དབང་མོ།། གཞན་ཡང་། ཨ་ཞེ། རྒྱལ་མོ། བདག་མོ། མིའི་བདག་མོ། རྒྱལ་བཅུན།

༥ ལྷོན་པའི་མིང་།

བཀའ་དབང་། རྒྱལ་པོའི་ བཀའ་ལ་བརྟེན་ནས་ མི་རྣམས་དབང་བས་ན་ བཀའ་དབང་རོ།།  
 མདུན་ན་འདོན། རྒྱལ་པོའི་སྐྱེ་མདུན་ལ་བསྐྱད་ནས་ ཁོས་འདོན་དགོས་པས་ན་ མདུན་ན་འདོན།  
 འཕྱིང་སང་། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ ཕྱིར་ རྩལ་བསྐྱུགས་བཏང་བས་ན་ འཕྱིང་སང་།  
 ལྷ་ཆེན། ལས་སྤྲུལ་འབྲེན་མཁུན་ཡིན་པས་ ལྷ་ཆེན་ལོ།། གཞན་ཡང་། ཁོས་ལྷོན། དབང་ལྷོན།  
 ཁྲིམས་ཀྱི་ཁ་ལོ་སོགས་སོ།།

༦ མཁས་པའི་མིང་།

སློབ་ལྷན། སྐྱེ་བོ་གཞན་དང་ཕྱད་པ་ན་ སློབ་རིག་དང་ལྷན་པས་ སློབ་ལྷན་ལོ།།  
 རིག་པའི་དཔལ་པོ། དཔལ་མཛེས་སྤུལ་དུ་བྱིན་པ་དང་ རིག་པའི་གནས་རྣམས་ལ་མཁས་པས་ རིག་པའི་  
 དཔལ་པོ་ལོ།།  
 རྣམ་གསལ། རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་རིག་པ་གསལ་བས་ རྣམ་གསལ་ལོ།།  
 དཔྱོད་ལྷན། དཔྱོད་པའི་རིག་པ་དང་ལྷན་པས་ དཔྱོད་ལྷན་ལོ།།  
 ཀུན་རིག ཤེས་བྱའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རིག་པས་ན་ ཀུན་རིག་ཟེར་སྐྱབ་ཨིན།

སྦྱོང་ལྷན།

- ༡ འབྲུག་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མིང་ལུ་ རྣམ་རྒྱལ་ཞིང་ཟེར་ བཏགས་ནི་ལུ་འོས་འབབ་འདུག་ག་ ག་ཅི་འབད།
- ༢ གསང་ཟབ་ཚོས་རྫོང་གི་ མིང་གི་དབྱེ་བ་དང་ མིང་དོན་རེ་རེ་བཞིན་བྲིས།
- ༣ རྫོང་གཞིས་ཁག་གི་མིང་ ལྷ་ལུ་མ་རྩུད་པའི་རྫོང་གཞིས་རྩུ་གི་ མིང་ཐོ་བཀོད་དེ་ མིང་དོན་ཞིབ་འཚོལ་  
 འབད་དེ་བྲིས།
- ༤ ས་གཞི་སྦྱོང་། ས་བདག། མི་ཡི་ལྷ། ས་ཡི་ཚངས་པ། ཟེར་བའི་ མིང་གི་གོ་དོན་བྲིས།
- ༥ ང་བཅས་རའི་ཁ་སྐད་ནང་ ལྷོན་པའི་མིང་ ག་ཅི་རྒྱབ་སློབ་ཡོད་གོ་ ?

## སློབ་ཚན་བརྒྱུད་པ། མི་དང་མིའི་གཟུགས་ཀྱི་ཚ་ཤས་ཀྱི་མིང་།

ལས་དོན། སློབ་ཚན་འདི་མཚུག་བསྟུལ་ད་ སློབ་ཚུག་ཚུ་གིས་

- ༡ གཟུགས་ཀྱི་ཚ་ཤས་ཀྱི་མིང་ཚུ་ བི་སླབ་འབད་ཚུགས་ནི།
- ༢ ཐོག་མའི་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་ འཚོལ་ཞིབ་ཐོག་ལས་ བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུགས་ནི།
- ༣ གཟུགས་ཀྱི་ཚ་ཤས་ཀྱི་མིང་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་སྟེ་ ཚུམ་རྒྱབ་ཚུགས།

### ༡ བ་དང་མའི་མིང་།

- |                    |   |
|--------------------|---|
| སྐྱེ་བའི་ལམ་སྟེར།  | འགྲོ་བ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་ སྲིད་པ་འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་ལམ་དེ་ བ་མ་གཉིས་ཀྱིས་སྟེར་<br>བའམ་བྱིན་དགོས་པས་ན་ སྐྱེ་བའི་ལམ་སྟེར་རོ། |
| སྐྱེད་མ།           | ལུས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་གཞི་ བ་དང་མ་ཡིན་པས་ན་ སྐྱེད་མའོ།   |
| སྐྱེད་བྱེད།        | ལུས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་མཁན་ བ་དང་མ་ཡིན་པས་ན་ སྐྱེད་བྱེད་དོ།   |
| སྐྱོང་བྱེད།        | བ་མ་ནི་ གཅེས་པར་སྐྱོང་མཁན་ཡིན་པས་ སྐྱོང་བྱེད་དོ།  |
| སྐྱེ་སྲིད་ས་བོན་པ། | སྐྱེས་ཤིང་སྲིད་པའི་ ས་བོན་འདབ་མཁན་ཡིན་པས་ སྐྱེ་སྲིད་ས་བོན་པའོ།  |

### ༢ བུད་མེད་ཀྱི་མིང་།

- |                |  |
|----------------|--|
| ཡིད་འོང་མ་ནི།  | སྐྱེ་བའི་ཡིད་དུ་འོང་བས་ ཡིད་འོང་མའོ།   |
| ལུས་ཕྱ་མ་ནི།   | བུད་མེད་ཀྱི་ལུས་ ཕྱ་ལ་ཉྱགས་པས་ ལུས་ཕྱ་མའོ།   |
| སྐད་སྟོན་མ་ནི། | བུད་མེད་རྣམས་ཀྱི་སྐད་ རྣ་བའི་ཡུལ་དུ་སྟོན་པས་ སྐད་སྟོན་མའོ།                                   |
| ཟུར་མིག་མ་ནི།  | ཟུར་མིག་ལྟས་པ་ཅོམ་གྱིས་ གཞན་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ སེམས་འཕྲོག་པའི་ལུས་པ་<br>ཡོད་པས་ ཟུར་མིག་མའོ། |

3 མི་སྤྱིའི་མིང་།

གང་ཟག། སྐྱོན་ཡོན་གཉིས་ཀྱིས་གང་བས་ན་གང་དང་ བཅ་ཞིག་འཇིག་པའམ་ཟག་པས་ན་ གང་ཟག་གོ།  
 ཀླང་གཉིས། མི་ལ་ཀླང་པ་གཉིས་དང་ལྡན་པས་ ཀླང་གཉིས་མའོ།།  
 ཤེས་ལྡན། སྲང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ འཇུག་ལྗོངས་གི་རྣམ་པར་དཔྱོད་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པས་ ཤེས་ལྡན་གོ།།  
 མ་རུའི་བྱ། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ལས་ ཐོག་མའི་ མི་རིགས་ལ་ མ་རུ་ཟེར་བས་ མི་རྣམས་དེའི་བྱ་ཡིན་པས་  
 མ་རུའི་བྱའོ།།  
 ཤེད་བྱ། བོད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་ ཐོག་མའི་མི་རིགས་ལ་ ཤེད་བྱ་ཟེར་བས་ ཤེད་བྱ་ཟེར་རོ།། གཞན་  
 ཡང་ ཤེད་ལས་སྐྱེས། བ་ར་སྤྱིན་མགྲིན། ཡིད་སྐྱེ།

4 ལུས་ཀྱི་མིང་།

སྤང་པོ། ཤ་རུས་ཀླང་དང་བཅས་པའི་ ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་རྣམས་གཅིག་ཏུ་སྦྱངས་པའི་རང་  
 བཞིན་ཡིན་པས་ན་ སྤང་པོ།  
 ཟག་བཅས་སྤང་པོ་ནི། ཟག་པའམ་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པའི་སྤང་པོ་ཡིན་པས་ན་ ཟག་བཅས་ཀྱི་སྤང་པོའོ།།  
 ཉེར་ལེན་སྤང་པོ་ནི། ཟག་པ་ཉོན་མོངས་པས་ཉེ་བར་ལེན་ཏེ་གྲུབ་པའི་ སྤང་པོ་ཡིན་པས་ན་ ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་  
 པོའོ།།  
 གཟུགས། གཟུགས་སུ་རུང་བས་ན་གཟུགས་དང། ཡང་ན། ཐོགས་པ་དང་རེག་པ་ཡོད་པའི་དངོས་  
 པོ་ལ་ གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་གོ།།  
 ཚོགས་པ། ཡན་ལག་རྣམས་གཅིག་ཏུ་ཚོགས་པ་འམ་ མང་པོ་གཅིག་ཏུ་ཚོགས་པས་ ཚོགས་  
 པའོ།། འོག་པ། འདུ་སྤང་། ལུས།

5 སྐྱའི་མིང་།

ཐོར་ཚུགས། སྤྱི་གཙུག་ཏུ་ དབྱ་སྐྱ་ཐོར་བུ་བཅིངས་པས་ ཐོར་ཚུགས་སོ།།

རལ་པ། སྐྱེ་འཛིངས་པ་ ལན་བྱ་ལྟར་མང་པོ་ཡོད་པས་ན་ རལ་པའོ།  
 སྐྱར་སྐྱེས། སྐྱེ་ཅིམ་བྲེག་ཀྱང་ སྐྱར་ལོག་སྐྱེས་སས་ན་ སྐྱར་སྐྱེའོ།  
 གཙུག་ཕྱུང། སྐྱེའི་ཐོར་ཅོག་གི་ཕྱི་དང་ རལ་པ་མཉུན་པའི་རྩུར་ཕྱུད་ སྐྱི་གཙུག་ཏུ་བཅིངས་པས་ན་  
 གཙུག་ཕྱུད་དོ།  
 མགོ་སྐྱེས། སྐྱེ་ནི་མགོ་ལ་སྐྱེས་པས་ མགོ་སྐྱེའི་སོ། སྐྱེ་ཚོགས། མགོར་ཉལ། དབུ་སྐྱེས།

༤ གདོང་གི་མིང་།

ཞལ། གདོང་གི་ཞེ་སའོ།  
 བཞིན་རས། མིའི་ངོ་གདོང་གི་མིང་ངོ།  
 གདོང་པ། རྒྱབ་ཀྱི་ཅིག་ཤོས་ གདོང་པ་སྟེ་ ངོ་གདོང་གི་སྐུད་ཚོག་གོ།

༥ ལའི་མིང་།

གསུང་བྱེད། ལ་འམ་ཞལ་ནི་ གཏམ་ གསུང་བར་བྱེད་མཁན་ཡིན་པས་ན་ གསུང་བྱེད་དོ།  
 གཏམ་གྱི་འབྱུང་གནས། གཏམ་སོགས་ འབྱུང་བའི་འབྱུང་ཁུངས་སམ་གནས་ཡིན་པས་ གཏམ་གྱི་འབྱུང་གནས་  
 སོ།  
 ཟ་བྱེད། ལ་ནི་ ཟས་བཟའ་བར་བྱེད་མཁན་ཡིན་པས་ ཟ་བྱེད་དོ།  
 སྐྱ་བའི་སྐྱོ། གཏམ་སོགས་སྐྱ་བའི་སྐྱོ་ཡིན་པས་ སྐྱ་བའི་སྐྱོའོ།  
 སྐྱ་བྱེད། གཏམ་སོགས་སྐྱ་བར་བྱས་པས་ན་ སྐྱ་བྱེད་ཟེར་ངོ།

༦ མིག་ཏོ་གི་མིང་།

ལྷ་བྱེད། མིག་གིས་ ཡུལ་བལྟ་བར་བྱེད་པས་ན་ ལྷ་བྱས་དོ།  
 སྐྱང་བའི་དབང་པོ། ཡུལ་མཐོང་བའམ་ སྐྱང་བའི་དབང་པོ་ཡིན་པས་ སྐྱང་བའི་དབང་པོའོ།  
 འབྲེན་བྱེད། རང་ཉིད་གང་དུ་འདོད་པའི་ཡུལ་དུ་ འབྲེན་ཞིང་འཕྲིད་པར་བྱེད་པས་ན་ འབྲེན་བྱེད་དོ།  
 སྐྱང་བྱེད། དངོས་པོ་རྣམས་ སྐྱང་ཞིང་གསལ་བས་ སྐྱང་བྱེད་ཟེར་ངོ།



ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལ།

མིག་ནི་ ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་མའམ་མར་མེ་ལྷ་བྱ་ འཛིག་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་གསལ་བར་བྱས་  
པའི་རྣམས་པ་དང་ལྷན་པས་ ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་མའོ། གཞན་ཡང་། གཟིགས་བྱེད། མཐོང་བྱེད།  
སྤྱོད།

༧ རྣམ་ཚའི་མིང་།

སྐྱ་འཛིན།

སྐྱ་རྣམས་ རྣ་བས་འཛིན་པས་ན་ སྐྱ་འཛིན་ལོ།

ཐོས་འཛིན།

སྐྱ་ནི་ རྣ་བས་ཐོས་པས་ ཐོས་འཛིན་ལོ།

ཐོས་པའི་བྱ་གཤམ།

སྐྱ་གོ་ཐོས་པའི་ཁྱེད་ལྟར་བྱ་གཤམ་ཡིན་པས་ ཐོས་པའི་བྱ་གཤམ།

ཐོས་བྱེད།

སྐྱ་ཐོས་པའམ་ གོ་བར་བྱས་པས་ན་ ཐོས་བྱེད་དོ།

ཉན་བྱེད།

རྣ་བས་སྐྱ་ཉན་པར་བྱས་པས་ན་ ཉན་བྱེད་དོ། གཞན་ཡང་ ཀུམ་ ལྷོ་ ཐོས་པ། རྣ་  
བ། སྐྱ་ཡི་གནས་སོ།

༡༠ ལག་པའི་མིང་།

དཔུང་པའི་འདབ།

ལག་པ་ནི་དཔུང་པའི་ཡལ་འདབ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་ དཔུང་པའི་འདབ་པོ།

ཡལ་ག་ལྷ་པ།

ལག་པ་མེ་ལ་ ཡལ་ག་དང་འབྲེལ་བའི་མཚུབ་མོ་ལྷ་མེ་ཡོད་པས་ ཡལ་ག་ལྷ་པའོ།

འཛིན་བྱེད།

དངོས་པོ་རྣམས་ ལག་པས་འཛིན་པར་བྱས་པས་ འཛིན་བྱེད་དོ།

སྐྱང་པོའི་སྐྱ་འབྲེལ།

ལག་པ་ནི་ སྐྱང་ཆེན་གྱི་སྐྱ་དང་འབྲེལ་བར་ དངོས་པོ་རྣམས་ལེན་བྱས་པས་ སྐྱང་པོའི་སྐྱ་  
འབྲེལ་ལོ།

སྐྱ་གཤམ།

རྣང་སྐྱ་གཤམ་སྐྱ་གཤམ་ཟེར་བ་ལྷ་བྱ་ ལག་པའི་མིང་ལ་ཡང་ སྐྱ་གཤམ་ཟེར་དོ།

༡༡ རྣང་པའི་མིང་།

བཟོན་བྱེད།

ལམ་འགོ་བར་བྱེད་པའམ་ བཟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་ རྣང་པ་ཡིན་པས་ བཟོན་བྱེད་དོ།

རྐྱ་བྱེད།

ཕན་ཚུན་རྐྱ་བྱེད་གྱི་གོ་ཡིན་པས་ རྐྱ་བྱེད་དོ།

འགོ་བྱེད།

རྣང་པས་ ལམ་འགོ་བར་བྱས་པས་ན་ འགོ་བྱེད།

ཞབས།  
རྒྱལ་ཕྱེད།

རྐང་པའི་ཞེ་ས་སྟེ་ གཟུགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཀྱི་ ཅུ་བ་ཡིན་པས་ན་ཞབས་སོ།།  
བརྒྱལ་པར་བྱེད་པ་ཡང་ རྐང་པ་ཡིན་པས་སོ།།

སྦྱོང་ལྗང་།

- ༡ བྱད་མེད་ལུ་ རྐང་སྟེན་མ་ཟེར་བའི་རྐབས། བུམོ་ཚུ་རང་ རྐང་ཉན་ཉོང་ཉོ་འོངམ་ཨིན་ན་ ག་ཅི་འབད།
- ༢ རྐང་དོར་གྱི་གནས་ལུ་ འཇུག་ལྗོག་ཤེས་པའི་ རྐང་དཔྱོད་གྱི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པའི་མི་ལུ་ མིང་ག་ཅི་རང་  
སྐབ་འོང་།
- ༣ མི་དང་མིའི་གཟུགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་མིང་ཚུ་ དེང་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བ་ག་དེ་སྟེ་འདུག
- ༤ རྐང་རའི་རིག་པ་གིས་དཔྱད་དེ་ མིའི་ཡན་ལག་གཞན་གྱི་ མིང་གསར་པ་ལྷུངས་དང་བཅས་པ་ དག་པ་  
ཅིག་བྲིས།
- ༥ སྟེན། ཐོས་པ། རྐ་བ། རྐ་ཡི་གནས། བཞི་གི་ མིང་གི་གོ་དོན་/ ལྷུངས་བྲིས།

# སློབ་ཚན་དགུ་པ། རིན་པོ་ཆེ་དང་ གོ་མཚོན་གྱི་མིང་།

ལས་དོན། སློབ་ཚན་འདི་མཚུག་བསྐྱུང་དུ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་

- ༡ དཔའ་རྟགས་ཀྱི་འབྲས་མཐོང་མ་ཅིག་ དབྱེ་བ་དང་ མིང་ཚུ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ སློབ་ཚུགས་དགོ།
- ༢ རིན་ཆེན་སྣ་ལྔ་ལྷའི་མིང་གི་དབྱེ་བ་དང་ མིང་དོན་ཚུ་བློ་སླབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
- ༣ དཔའ་རྟགས་ཀྱི་དོན་མ་དང་ འབྲས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ཉེ་བྲི་ཚུགས་དགོ།
- ༤ སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ མིང་གཞན་ཡང་འཚོལ་ཞིབ་འབད་དེ་ བློ་སླབ་འབད་ཚུགས་དགོ།

## ༡ གསེར་གྱི་མིང་།

མདོག་བཟང་། གསེར་ནི་ ལ་དོག་བཟང་བ་དང་ མདོག་ལ་འགྱུར་བ་མེད་པས་ མདོག་བཟང་དོ།།

ས་ཡི་རྒྱ་བ། གསེར་ ས་འོག་ལ་ཡོད་ན་ འོད་ནམ་ཁར་བྱབ་ཞེས་པ་ལྟར་ སའི་རྒྱ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ ས་ཡི་རྒྱ་བ་འོ།།

ས་ལེ་སྐྱུམ། བསྐྱེགས་བཅད་བརྟམ་གསུམ་ གང་བྱེད་ཀྱང་ ལ་དོག་ཉམས་པ་མེད་པས་ ས་ལེ་སྐྱུམ་ ཟེར་དོ།།

གརྒྱ་སྐྱེས། གསེར་ནི་ ཚུ་པོ་གརྒྱ་ནང་ལས་བྱུང་བར་གྲགས་པས་ གརྒྱ་སྐྱེར་དོ།།

རིན་ཆེན་དང་པོ། རིན་ཆེན་སྣ་ལྔ་ལས་ གསེར་ནི་མཚོག་གམ་དང་པ་ཡིན་པས་ རིན་ཆེན་དང་པོ་འོ།།

བངས་མཚོག། བུམ་པ་བརྒྱ་སྐྱེས། ལྷོ་སྐྱེ་ན་ད། རི་ལས་སྐྱེ། གཟི་བརྗིད་སྐྱེ། ལྷོ་སྐྱེ་ཚུ་ གསེར། ལུགས་མཚོག།

## ༢ དདུལ་གྱི་མིང་།

མདོག་ངན། དདུལ་གྱི་ལ་དོག་དེ་ གསེར་དང་ཕྱད་པ་ན་ ལ་དོག་དམན་པས་ མདོག་ངན་ཟེར་དོ།།

རིན་ཆེན་གཉིས་པ། རིན་པོ་ཆེ་འི་རིགས་ལས་ དང་པོ་གསེར་དང་ གཉིས་པ་དདུལ་ཡིན་པས་སོ།།

མདོག་དཀར། དདུལ་གྱི་ལ་དོག་དཀར་པོ་ཡོད་པས་སོ།།

3 ཟངས་ཀྱི་མིང་།

གླ་གློ་ལ།	ཟངས་དམར་ལ་ གཡའ་ཆགས་ནས་ རོ་ལ་བ་བྱིན་པས་ན་ གླ་གློ་ལོ།
ལྷོན་དམར།	ཟངས་ནི་ ལྷོན་གིང་དམར་པོའི་ ལ་དོག་ལྟར་ཡོད་པས་སོ།
ལྷགས་དམར།	ལྷགས་ དམར་པོའི་རང་བཞིན་ ཟངས་ཡིན་པས་སོ།

4 ལྷགས་ཀྱི་མིང་།

གར་བྲ།	ཕྱེ་མ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་ དོག་གཟུགས་ཡིན་པས་ གར་བྲོ།
རི་ཡི་སྤྱིང་པོ།	རི་ཡི་སྤྱིང་པོ་དོན་དང་ དོའི་སྤྱིང་པོ་ལྷགས་ཡིན་པས་ རི་ཡི་སྤྱིང་པོ་ཟེར་རོ།
གསེར་གྱི་དགྲ།	ལྷགས་ནི་ གསེར་དང་མི་མཐུན་པས་ གསེར་གྱི་དགྲོ།
མཚོན་ཆ་བྱེད།	ལྷགས་ཀྱི་ མཚོན་ཆ་སྣ་ཚོགས་བཟོ་བའི་རྒྱ་བྱས་པས་ མཚོན་ཆ་བྱེད་དོ།
དོ་ཡི་སྤྱིང་པོ།	དོ་ཡི་ སྤྱིང་པོ་ནི་ ལྷགས་ཡིན་པས་སོ།

5 རོར་བུའི་མིང་།

རིན་ཆེན།	རིན་ཐང་ཆེ་བ་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱད་ཚོག་ཡིན་པས་ རིན་ཆེན་ལོ།
གཏེར།	ལོངས་སྤྱོད་དང་ དངོས་གྲུབ་མི་ཟད་པར་སྦྱིན་པ་དང་ ཟད་པ་མེད་པའི་རོར་བུ་ཡིན་པས་ན་ གཏེར་ཡིན་ལོ།
མ་ཉི།	ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ཏུ་ རོར་བུ་ཞེས་པའི་ དོན་ལོ།
རྒྱ།	ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ཏུ་ ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ རིན་ཆེན་གྱི་མིང་རོ།

6 གཞུ་དང་མདའི་མིང་།

ལག་པ་རྟེན་ཆ།	ལག་པས་ རྟེན་བྱེད་གྱི་མཚོན་ཆའི་རིགས་ཡིན་པས་སོ།
མདའ་བ་བཟའ།	གཞུ་ག་ཚོད་འཐེན་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་ མདའ་རྒྱང་རིང་ཏུ་ བཟའ་བ་ལྟར་འགྲོ་བས་སོ།
མདའ་རྟེན།	མདའ་རྟེན་ས་ གཞུ་ཡིན་པས་སོ།
ཕྱེ་མོ་ཙན།	མདའི་ཕྱེ་མོ་ གིན་ཏུ་ རོར་བས་སོ།





# སློབ་ཚན་བརྩམ་པ། དུས་དང་གྲངས་ཀྱི་མིང།

## སློབ་ཚན་འདི་མཇུག་བསྟུན་དྲ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་

- ༡ དུས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཉ་གོ་ཉེ་བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུགས་ནི།
- ༢ གྲངས་ཀྱི་མངོན་བརྗོད་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཚུམ་བྱི་ཚུགས།
- ༣ ཕྱིས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཚོས་ཚན་ཚུ་ཡང་ གྲངས་ཀྱི་མངོན་བརྗོད་ལས་བརྟེན་ཏེ་ གོ་དོན་སྟབས་ཚུགས།

## ༡ དུས་ཀྱི་མིང།

བགྲངས་བྱ། ལ་སངས་དང་ དེ་རིང་ལ་སོགས་པའི་གྲངས་སྟུ་བགྲངས་བྱ་ཡིན་པས་སོ།།  
 ཡང་དག་འགྲོ། ལྷན་ཅིག་ཅམ་ཡང་ གནས་པ་མེད་པར་འགྲོ་བ་དང་ འགྲུར་མེད་དུ་འགྲོ་བས་ ཡང་  
 དག་འགྲོའོ།།  
 བསྟེན་བྱ། བྱ་བ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་ དུས་དེ་ལ་བསྟེན་དགོས་པས་ན་ བསྟེན་བྱའོ།།  
 འདོར་བྱ། བྱེད་པ་པོ་གང་ཡང་མེད་པར་ རིམ་གྱིས་དོར་ནས་འགྲོ་བས་ན་ འདོར་བྱའོ།།

## ༢ ཉིན་མའི་མིང།

མུན་སེལ། མུན་པ་སེལ་བར་བྱེད་པས་ན་ མུན་སེལ་ཞེས་བྱ་བའོ།།  
 ཉི་བཅས། མཁའ་ལ་ཉི་མ་དང་བཅས་པ་ཡོད་པས་ཉི་བཅས་སོ།།  
 ལྷང་ལྷན། ལྷང་བ་དང་ལྷན་པའི་ དུས་ཡིན་པས་ ལྷང་ལྷན།  
 ཚེན་དུས། སེམས་ཅན་རྣམས་ དགའ་བའི་ཚེད་མོ་ལ་ འཇུག་པའི་དུས་ཡིན་པས་སོ།།

## ༣ མཚན་མའི་མིང།

དགྲུང་མོ། ཉིན་དགྲུང་གི་འགལ་ལྷོ་ཡིན་པས་དགྲུང་མོའོ།།  
 ལུབ་མོ། ཉི་མ་ལུབ་ནས་མེད་པས་ལུབ་མོའོ།།

བསམ་གཏན་དུས།

མི་དང་སེམས་ཚན་རྣམས་ བསམ་གཏན་བསྐྱོམས་པ་ལྟ་བུ་ གཉིད་ལ་བསྐྱེམས་པའི་  
དུས་ཡིན་པས་སོ།།

ཟླ་འོད་ཚན་མ།  
ཡི་དྲགས་རྒྱ།

ཟླ་བའི་འོད་དཀར་དང་ལྗན་པས་ ཟླ་འོད་ཚན་མའོ།།  
མཚན་མོའི་དུས་སུ་ ཡིད་དྲགས་རྣམས་ རྒྱ་བའི་དུས་ཡིན་པས་སོ།། གཞན་ཡང་ བྱ་  
བལ། དེས་སྒ། ཐུན་ཚོད་ཚན། ལྷན་ཚན། རྩལ་ཚན། ཐུན་གསུམ་མ། སྲོ་བསངས་མ།  
མེལ་ཚེ་མ། དལ་སྒྱེན་མ། གཉིད་ལྗན་མ། ལྷན་ལྷག་མཚན་སྒྲིལ། ལྷན་སྒྲུག་ཚན།  
གནས་དུས། དགུང་། ལྷང་ལློག་ བྱ་སྤངས། ཐུན་སྒྲིལ།

༤ ལོ་འི་མིང་།

ཟླ་བའི་ཕུང་པོ།  
ཟླ་བའི་ཐང་།  
བགྲང་གཞི།  
བགྲང་བྱ།  
དུས་ཀྱི་ཆ་ཤས།

ལོ་ནི་ ཟླ་བ་ ༡༢ འདུས་པའི་ཕུང་པོ་ཡིན་པས་སོ།།  
ཟླ་བ་ ༡༢ ལས་ ༡༢ ཚུན་གྱི་བར་ ཐང་བ་ལྟར་བརྒྱུད་ནས་བྱུང་བས་སོ།།  
ཚེ་ཚད་དང་ མ་འོངས་མདུན་བསྐྱོད་སོགས་ཀྱི་ བགྲང་བྱའི་གཞི་ཡིན་པས་སོ།།  
ཚེ་ཚད་དང་ མ་འོངས་མདུན་བསྐྱོད་སོགས་ཀྱི་ བགྲང་བྱ་ཡིན་པས་སོ།།  
ལོ་དེ་ཡང་དུས་ཀྱི་ ཤ་ཆས་ཤིག་ཡིན་པས་སོ།།

༥ ཡར་ངོའི་མིང་།

ཆ་ཤས་རིམ་རྫོགས།  
འཕེལ་ཕྱོགས།  
གང་ཕྱོགས།  
ཕྱོགས་སྲ་མ།  
དཀར་ཕྱོགས།

ཟླ་བ་ཡར་ཚེས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ ཆ་ཤས་རིམ་གྱིས་ རྫོགས་པར་འགྲུབ་པས་སོ།།  
ཡར་ངོའི་དུས་སུ་ ཟླ་བ་ཡར་ལ་འཕེལ་བའི་དུས་ཡིན་པས་སོ།།  
ཟླ་བ་ ༩ གང་བའི་ དུས་ཡིན་པས་སོ།།  
འཕེལ་ཕྱོགས་དང་འགྲིབ་ཕྱོགས་ ༢ ལས་ སྲ་མ་དེ་ཡིན་པས་སོ།།  
ཚེས་ཡར་འཕེལ་བ་དང་ ཡར་ངོ་དཀར་པོའི་དུས་ཡིན་པས་ དཀར་ཕྱོགས་སོ།། གཞན་  
ཡང་ ཟླ་སྟོད། ཐབས་ཀྱི་ཕྱོགས།



6 མར་ངོའི་མིང་།

ཆ་གས་རིམ་འཛད།

མར་ངོའི་སྐབས་སུ་ ཟླ་བའི་ཆ་གས་ རིམ་གྱིས་ཟད་པས་སོ།།

ནག་ཕྱོགས།

ཟླ་བ་མར་འགྲིབ་པའི་ ཕྱོགས་ཡིན་པས་ ནགས་ཕྱོགས་སོ།།

ཟླ་སྟངས།

ཟླ་བ་གཅིག་གི་ ཏུས་ཀྱི་ཆ་གས་ ལྟོད་སྟངས་ལས་ ལྟོད་ཡིན་པས་ ཟླ་སྟངས་ཅེས་བྱའོ།།

ཟད་ཕྱོགས།

ཟླ་བ་མར་འགྲིབ་པ་འམ་ ཟད་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པས་སོ།། གཞན་ཡང་ དམར་ཕྱོགས། ཕྱོགས་ཕྱི་མ། ཤེས་རབ་ཕྱོགས།

7 ཆོས་ཀྱི་མིང་།

ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་བ།

དཀར་ཕྱོགས་དང་ ནག་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་པས་ ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་བའོ།།

ཡར་ངོ་མར་ངོ།

ཟླ་བ་ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་གཉིས་ ཏུས་ལ་བརྟེན་དགོས་པས་ན་ ཡར་ངོ་མར་ངོའོ།།

གྲལ་ཆོས།

གྲལ་རིམ་བཞིན་ཏུ་བརྩི་བའི་ཆོས་གངས་ཡིན་པས་ གྲལ་ཆོས་སོ།།

8 དམིད་ཀྱི་མིང་།

རི་ཞིམ།

དམིད་ཀྱི་ཏུས་སུ་ མེ་ཏོག་རྣམས་བཞད་ནས་ གེ་སར་གྱི་རི་ཞིམ་རྣམས་ ཕྱོགས་བཞེར་ ཟུབ་པར་བྱས་པས་སོ།།

རྫོད་འབབས།

དམིད་ཀྱི་ཏུས་འགོ་བརྩུགས་ནས་རིམ་བཞིན་ རྫོད་སྐྱབས་པས་སོ།།

འདོད་པའི་ཏུས།

གང་བའི་ཏུས་ལས་གོལ་ནས་ སེམས་ཅན་རྣམས་ རིམ་བཞིན་འདོད་པ་བསྐྱབ་པའི་ ཏུས་ལ་བསྐྱབས་པས་སོ།།

མེ་ཏོག་ལྡན་ཏུས།

དམིད་ཏུས་སུ་ མེ་ཏོག་ཞལ་ལ་འབྲེ་ནས་ མེ་ཏོག་ཤིན་ཏུ་མང་བའི་ཏུས་ཡིན་པས་སོ།།

9 དབྱར་ཀྱི་མིང་།

ཆར་འབབ་ཏུས།

དབྱར་ལ་ཆར་པ་འབབ་པའི་ཏུས་ཡིན་པས་སོ།།

རྩྭ་ལྟུང་།

རྩྭ་རྩྭ་ལྟུང་ རྣམས་མཁར་འཁོར་བས་སོ།།

ཆར་ལྡན།

རྩྭ་ཏུ་ཆར་པ་མང་པོ་འབབ་པས་སོ།།

10 ལྷོན་ཀའི་མིང་།

འབྲས་ལྗན།

ལོ་ཉླ་གི་འབྲས་བུ་ རབ་ཏུ་སླིན་པའི་དུས་ཡིན་པས་སོ།།

དུས་གྱི་ལྗང་།

དུས་གྱི་དབྱེ་བ་རིམ་པ་ལྟར་བྱས་ནས་ བརྩིས་པའི་ དང་པོ་དགུན་དུས་དང་། གཉིས་པ་  
སོས་ཀའི་དུས། གསུམ་པ་དབྱིད་ཀའི་དུས། བཞི་པ་དབྱར་ཁའི་དུས་ ལྗང་ལྷོན་གྱི་  
དུས་བཅས་ཡིན་པས་སོ།།

མདའ་སླིན།

སློན་གྱི་དུས་སུ་སླེ་བོ་རྣམས་ ཕྱེད་འཛའི་དགའ་སློན་ དུ་མ་ཡོད་པ་སྟེ་ ཉ་རྒྱལས་པ་  
མདའ་རྩལ་སོགས་ མང་པོ་ཡོད་པས་ གཙོ་བོའི་མདའ་རྩལ་ འགྲན་སྡུར་གྱི་དུས་ཡིན་  
པས་ མདའ་སླིན་དུས་ཞེས་སོ།།

11 དགུན་གྱི་མིང་།

གྲང་རེག་ཅན།

དགུན་ཁ་སྟེ་ གྲང་རར་ ལུས་ལ་རེག་པའི་ དུས་ཡིན་པས་སོ།།

བསིལ་ལྗན་དུས།

བསིལ་ཞིང་གྲང་བ་སྟེ་ ས་གཞི་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་ འབྱུང་བ་གྲང་བའི་དུས་སོ།།

ཁ་བའི་དུས།

དགུན་ཁའི་དུས་སུ་ གངས་བབས་པ་ཡིན་པས་ ཁ་བའི་དུས་ཞེས་སོ།།

12 གཅིག་གི་མིང་།

རང་བཞིན།

ཚོས་ཐམས་ཅད་གྱི་རང་བཞིན་ བདག་མེད་པར་གཅིག་ཡིན་པས་སོ།།

གཟུགས།

གཟུགས་གྱི་ཕྱང་པོ་གཅིག་ཏུ་རེས་པས་སོ།།

བསེ་བླ།

རི་དྲགས་བསེ་བླ་ལ་ རུ་གཅིག་ལས་མེད་པས་།། ཡང་ན་ རི་དྲགས་བསེ་བླ་བླ་བྱ་  
གཅིག་ཕྱར་གནས་པས་ན་ བསེ་བླའོ།།

ཟླ་བ།

འཇམ་བུའི་གླིང་དུ་ ཟླ་བ་གཅིག་ལས་མེད་པས་སོ།།

འོད་དཀར་ཅན།

ཟླ་བའི་འོད་ དཀར་པོ་ཡིན་པས་ འོད་དཀར་ཅན་ནོ།།

རི་བོང་ཅན།

ཟླ་བའི་ནང་དུ་ རི་བོང་གི་གཟུགས་རྣམས་ལྟ་བུའི་ རབ་རིབ་གྱི་རི་མོ་དང་ལྗན་པས་ རི་  
བོང་ཅན་ནོ།།

༡༥ གཉིས་ཀྱི་མིང་།

ལག་པ་ལ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཡོད་པས་སོ།།  
 མིག་ལ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཡོད་པས་སོ།།  
 ཟུང་། ཟུང་དུ་འབྲེལ་བ་ལ་ཡ་གཉིས་དགོས་པས་སོ།།  
 བགྲོད། ལོ་གཅིག་ལ་ཉི་མ་ལྗོངས་བགྲོད་དང་བྱང་བགྲོད་གཉིས་ཡོད་པས་སོ།།  
 ཐབས་ཤེས། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་སྤུངས་པས་སོ།།  
 གཤེན་རྗེ། གཤེན་རྗེ་ལ་ མོ་མོ་གཉིས་ཡོད་པས་སོ།།  
 མཚོ་མ། ཏུས་གཅིག་ཏུ་སྤྲུག་གུ་གཉིས་ མཉམ་དུ་སྐྱེས་པས་སོ།།

༡༧ གསུམ་གྱི་མིང་།

འཇིག་རྟེན། ས་འོག་ ས་སྟེང་ ས་བྲུ་བཙས་ འཇིག་རྟེན་གསུམ་ཡོད་པས་སོ།།  
 ཚ་བ། མྱ་སྐྱ་དང་། སི་སི་ལིང་། མོ་བ་རིས་གསུམ་ལ་ ཚ་བ་གསུམ་བཟེང་བས་སོ།།  
 ཡོན་ཏན། རུལ་དང་། ལུན་པ། སྙིང་སྟོབས་ཀྱི་ ཡོན་ཏན་གསུམ་ཡོད་པས་སོ།།  
 མེ། བསྐལ་པའི་མེ་དང་། བྱིམ་གྱི་མེ་དང་། ལྗོངས་མེ་བཙས་སོ།།  
 སྙིང་པ། ས་འོག་ ས་སྟེང་། ས་བྲུ་གསུམ་མོ།  
 ཟུ་མོ་ཙན། མཚོན་ཚ་ཏི་ཤུལ་བཟེང་བ་དེ་ལ་ ཟུ་མོ་གསུམ་ཡོད་པས་སོ།།

༡༥ བཞིའི་མིང་།

རྒྱ་མཚོ། ཕྱོགས་བཞིའི་རྒྱ་མཚོ་བཞིའོ།།  
 རྒྱ་གཉེར། རྒྱ་མཚོའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པས་སོ།།  
 རྒྱ་པོ། གཞུ་དང་། པགྱུ། སི་དུ། སི་རྩུ་སྟེ་རྒྱ་པོ་ཚེན་པོ་བཞིའོ།།  
 བདུད། བདུད་ལ་ལྷའི་བུ་དང་། ཉོན་མོངས་པ། འཆི་བདག་ ལུང་པོ་བཙས་བཞི་ཡོད་པས་གྲངས་  
 བཞི་མཚོན་ནོ།།

རིག་བྱེད།

མཚོན་སྦྱིན་དང་། རེས་བརྗོད། སྤྱིན་སྦྱང་། སྦྱོན་ཚིག་བཅས་བཞི་ཡོད་པས་གྲངས་བཞི་  
མཚོན་ནོ།།

སྟེ་པ།

གནས་བརྟན་པ་དང་། བམས་ཅད་ཡོད་པར་སྦྱོ་བ། མང་པོས་བཀྲར་བ། སལ་ཚེན་པ་སྟེ་  
ཅ་བའི་སྟེ་པ་ལ་བཞི་ཡོད་པས་ གྲངས་བཞི་མཚོན།

༡༤ ལྷའི་མིང་།

འདོད་ཡོན།

འདོད་ཡོན་ལ་ གཟུགས་སྐྱ་དྲི་རོ་རེག་བྱ་བཅས་ལྷ་ཡོད་པས་སོ།།

ཉེར་སྦྱོད།

མེ་ཉོག་ བདུག་སྦྱོས། མར་མེ། དྲི་ཆབ། ཞལ་བས་བཅས་ མཚོན་པའི་ཉེར་སྦྱོད་ལྷ་  
ཡོད་པས་སོ།།

སྤང་པོ།

སྤང་པོ་ལ་ གཟུགས། ཚོར་བ། འདུ་ཤེས། འདུ་བྱེད། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་པོ་བཅས་ ལྷ་  
ཡོད་པས་སོ།།

མདའ།

འདོད་པའི་མདའ་ལ་ རྣམ་གྲངས་ལྷ་ཡོད་པས་དེ་ལྷར་བྱའོ།།

འབྲུང་བ།

འབྲུང་བ་ལ་ ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་ནམ་མཁའ་བཅས་ ལྷ་ཡོད་པས་སོ།།

དབང་པོ།

མིག་ན་བ་སྦྱ་སྟེ་ལུས་བཅས་ལྷ་ཡོད་པས་སོ།།

༡༥ རྒྱལ་གི་མིང་།

རོ།

མངར་བ། སྦྱར་བ། ལན་ཚུ་བ། ལ་བ། ཚ་བ། བསྐྱབ་བ་བཅས་རྒྱལ་ཡོད་པས་སོ།།

ཐོ་ག།

རོ་འི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པས་སོ།།

ཏུས།

ཉིན་ལན་གསུམ་དང་ མཚན་ལན་གསུམ་སྟེ་རྒྱལ་གོ། ཉིན་ལན་གསུམ་ནི་ ལྷ་ཚོ། ཉིན་  
མོ། ཉིན་དགུང་དང་། མཚན་ལན་གསུམ་ནི་ ལྷ་ཚོ། མཚན་མོ། མཚན་དགུང་ཡིན་ནོ།།  
ཡང་ན་ དབྱིད་ཀ་ སོ་ཀ་ དབྱར་ལ་ ལྷོན་ཀ་ དགུན་སྟོན། དགུན་སྦྱོད་བཅས་ རྒྱལ་  
ཡོད་པས་སོ།།

བཟང་པོ། ཇོ་ཉི་སྟིང་གི་བཟང་པོ། ཅུ་གང་སྟོའི་བཟང་པོ། གུར་གུམ་མཚིན་པའི་བཟང་པོ། ལི་ཤི་  
སྟོག་ཅུའི་བཟང་པོ། སྲུག་སྟེལ་མཁལ་མའི་བཟང་པོ། ཀ་ཀོ་ལ་མཚེར་པའི་བཟང་པོ་  
བཅས་ འདྲུག་ཡོད་པས་སོ།།

རྒྱན། དབྱ་རྒྱན། མགུལ་རྒྱན། ལྷན་རྒྱན། གཏུ་བྲ། སེ་རལ་ལ། འོག་པགས་བཅས་ རྒྱན་ལ་  
འདྲུག་ཡོད་པས་སོ།།

༡༥ བདུན་གྱི་མིང་།

རིན་ཚེན། འཁོར་ལོ། རོར་བུ། བཅུན་མོ། སྟོན་པོ། སྤང་པོ། ཉ་མཚོག དམག་དཔོན་ཉེ་ རྒྱལ་  
སྲིད་རིན་ཚེན་སྣ་བདུན་ཡོད་པས་སོ།།

ས་འཛིན། གཉམ་ཤིང་འཛིན། གཤོལ་མདའ་འཛིན། སེང་ལྗེང་ཅན། ལྷ་ན་སྲུག ཉ་ན། རྣ་ རྣ་  
འདུད། ལྷ་ལྷུང་འཛིན་བཅས་ གསེར་གྱི་རི་བདུན་ཡོད་པས་སོ།།

ཐུབ་པ། རྣ་པར་གཟིགས། གཙུག་ཉོར་ཅན། ཐམས་ཅད་སྐྱོབ། འཁོར་བ་འཛིག གསེར་ཐུབ།  
འོད་སྲུང། རྒྱ་ཐུབ་པ་སྟེ་ ཐུབ་པ་ལ་གངས་བདུན་ཡོད་པས་སོ།།

གླིང་། རི་རབ་གྱི་འཁོར་ལུག་ཏུ་ ལྷ་བ། འོད་དཀར་ཅན། ཀུ་ཤ། མིའམ་ཅི། ལྷང་ལྷང་།  
དག་པོའི་གླིང་། འཛོམ་གླིང་ཚེན་པོ་བཅས་ གླིང་བདུན་ཡོད་པས་སོ།།

དང་སྟོང་། འོད་ཟེར་ཅན། ཉི་མ། རྒྱན་ཤེས། འོད་ཡངས། ལྷ་མིན་འཛོམས། མཚོད་སྐྱིན་ཅན།  
གནས་མཚོག་སྟེ་ སྐར་མ་སྟེན་བདུན་ལ་ གནས་པའི་ དང་སྟོང་བདུན་ཡོད་པས་སོ།།

རེས་གཟའ། རེས་གཟའ་ལ་ ཉི་མ། ལྷ་བ། མིག་དམར། ལྷག་པ། ལུར་བུ། པ་སངས། སྟེན་པ་སྟེ་  
དབྱེ་བ་བདུན་ཡོད་པས་སོ།།

ཉ། ཉི་མ་འདུད་མཁན་གྱི་ཉ་དུན་ཡོད་པས་སོ།།

༡༦ བརྒྱན་གྱི་མིང་།

ལྷ། དབང་ལྷག་ཚེན་པོ། བརྒྱ་བྲིན། ཚངས་པ། ལུབ་འཇུག འདོད་པའི་དབང་ལྷག་ ཚོགས་  
བདག ལྷ་རྒྱ་རི་རྒྱ། གཞོན་ལུ་གདོད་དུག་བཅས་ ལྷ་ཚེན་བརྒྱད་ཡོད་པས་སོ།།

སྒྲ། མཐའ་ཡས། འཛིག་པོ། ལྷོ་བས་རྒྱ། རིགས་ལྡན། འོ་ར་རྒྱས་བྱ། རྩེ་རྒྱུང་། པར།  
པར་ཆེན་པོ། བཅས་སྐྱ་ཆེན་པོ། བརྒྱད་ཡོད་པས་སོ།།

བཀྲ་ཤིས། དབྱ་ལག་དུགས། ལྷན་ལ་ཉ། ཆོམས་ལ་རྩེ། ལྷགས་ལ་པར། མགུལ་ལ་བུམ་པ།  
བུགས་ལ་དཔལ་བེའུ། ལྷ་ལ་རྒྱལ་མཚན། ལྷག་ཞབས་འཁོར་ལོ་སྟེ། བཀྲ་ཤིས་པའི་  
རྟགས་ལ་ དབྱེ་བ་བརྒྱད་ཡོད་པས་སོ།།

གདེངས་ཅན། ལྷ་ལ་མགོ་བོ་འམ། གདེངས་ཀ་བརྒྱད་ཡོད་པས་ན་ གདེངས་ཅན་ལོ།།

སྐྱལ། ལྷ་ཆེན་བརྒྱད་རྩེ་བའི་སྟོ་འགོ་སྟེ། ལྷ་ལ་ལ་བརྒྱད་ཡོད་པས་སོ།།

སྟོ་འགོ། ཀར་ལག་མེད་པ་ ལྷོ་བས་འགོ་བས་ན་ ལྷོ་འགོའོ།།

འོ་ར་རྒྱ། ལྷ་རྒྱ། བརྟན་པ། ལྷ་བ། འཛིན་བྱེད། ལྷུང་། མ། ལམ་ལངས། འོད་བྱེད་བཅས་  
འོ་ར་རྒྱ་བརྒྱད་ཡོད་པས་སོ།།

འོ་ར་རྒྱའི་མིང་ལ། གངས་བརྒྱད་ཡོད་པས་སོ།།

༣༠ དགུའི་མིང་།

སྟོན་པོ། གཏེར་དགུལ་སྐྱང་བའི་སྐྱང་མ་ སྟོན་པོ་དགུ་ཡོད་པས་སོ།།

བྱ་ག མིའི་ལུས་ལ་ མིག་གཉིས། ལྟ་བ་གཉིས། ལྟ་གཉིས། ལ། གཤང་ལམ། གཅིན་ལམ་  
བཅས་ བྱ་ག་དགུ་ཡོད་པས་སོ།།

གཏེར། པར་ཅན། རྩེ་ཅན། པར་ཆེན་པོ། ལྷ་སྟོན་ཅན། ལུས་སྐལ་ཅན། ར་ཅན། དགའ་བ་  
ཅན། སྟོན་པོ། འཛིན་བྱེད་བཅས་ གཏེར་དགུ་ཡོད་པས་སོ།།

ཅ་དགུ། མིའི་གཟུགས་ལ་ རོ་མ་ རྩེ་མ་ དབྱ་མ་བཅས་ ཅ་གསུམ་དང་། འཁོར་ལོ་དུག་  
ཡོད་པས་སོ།།

༢༡ བརྩ་ཐམ་གྱི་མིང་།

འཇུག་པ། ལྷ་ལྷ་འཇུག་ལ་འཇུག་པ་བརྩ་ཡོད་པས་སོ།  
 ལོ་ཤོ། ཅན་གྱི་སྤྱང་འཁོར་ ཤར། ལྷོ། ལུབ། ལྷང་། ཤར་ལྷོ། ལྷོ་ལུབ། ལུབ་ལྷང་། ལྷང་ཤར།  
 ལྷང་། འོག་སྟེ། ལྷོགས་བརྩར་ ལོ་ཤོ་བརྩ་བཞུགས་ནས་ ལྷུབ་པ་པོ་ལ་བསྐྱེད་པས་ན་  
 ལོ་ཤོ་ལོ།  
 ལྷོགས། ལྷོགས་ལ་ ལྷོགས་བཞི་དང་ མཚམས་བཞི་ ལྷང་འོག་བཅས་བརྩ་ཡོད་པས་སོ།  
 འཕྱོར་པ། རང་འཕྱོར་ལྷ་དང་ གཞན་འཕྱོར་ལྷ་ཡོད་པས་སོ།  
 ལྷོབས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ ལྷོབས་བརྩ་མངའ་བས་སོ།  
 མོར་མོ། མོར་མོ་ལ་ དབྱེ་བ་བརྩ་ཡོད་པས་སོ།

སྤྱོད་ལྷ།

- ༡ དགྲུང་མོ་དང་ ཉིན་དགྲུང་གི་ལྷ་པར་ཕྱེས་ཏེ་བྱིས།
- ༢ ཏུས་ཟེར་ཕ་ད་ ལོད་ཀྱི་ག་དེ་སྟེ་ཉ་གོ་བས་ བསམ་འཆར་བྱིས།
- ༣ རིག་ཕྱེད། མཚོད་སྦྱོན་དང་། རེས་བཅོད། སྤིད་སྤྱང་། ལྷན་ཚིག་བཅས་བཞི་གི་གོ་དོན་བྱིས།
- ༤ གོང་གི་གྲངས་མིང་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ། གཅིག་ལས་ བརྩ་ཐམ་གྱི་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དེ་བྱིས།

མངོན་བཅོད་ ལྷོབ་སྦྱོན་ཐུན་ཚན།

མངོན་བཅོད་སྦོབ་སྦྱོན་གྱི་ དོན་ཚན་དང་ འཁྲིལ་ཕ་ད་ བདུན་ཕྱག་གཅིག་ནང་ ལྷར་མ་༥༠ དེ་འབད་མི་  
 ཐུན་ཚན་༥ དེ་འཐོབ་དགོ་པ་དང་། ཡང་ན་ བདུན་ཕྱག་གཅིག་ནང་ ལྷོབ་སྦྱོན་ཏུས་ཚོད་ ལྷར་མ་༣༥༠ དེ་  
 འཐོབ་པའི་དབང་ཏུ་བཏང་སྟེ། ལོ་འཁོར་གཅིག་ནང་ ཐུན་ཚན་ ༡༥༠ གི་རྩིས་ རེས་པར་འཐོབ་དགོ་པ་  
 ཡིན།

## རྒྱུ་ལྷན་དཔེ་དེབ།

མཁམ་པོ་ཕུན་ཚོགས་བཀའ་ཤིས། (༢༠༠༣) འབྲུག་གི་བཟོ་རིགས་༡༣་གྱི་བཤའ་པ་མཁམ་པོའི་དགའ་སྟོན།

རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ། (༢༠༢༠) རིག་གཞུང་གདམ་འཚོས་ཚན་གྱི་སྟོབ་དེབ། བཅུ་གཅིག་པ་དང་བཅུ་གཉིས་པ། སྤོ་རོ།

ཅང་ཏྲ་མཁྱིལ་ཚེ་རིང་། (༢༠༠༣) རྫོང་གཞིས་ཕྱོགས་སྡེ་བས། མེ་གླ་དཔེ་བསྐྱུན་སྡེ་ཚན། ཐིམ་ཕུ།

བསྐྱུན་འཛིན་རྒྱལ་མཚན། (༡༩༧༤) མིང་གི་མངོན་བརྗོད་མདོར་བསྐྱུས་ལེགས་བཤའ་གསེར་གྱི་ལྗེ་མིག། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས། ཐིམ་ཕུ།

དྲག་ཤོས་གྲམ་ཚོས་སྦྱང་། (༡༩༩༧) ཉོན་རྒྱན་སོ་ལྗེའི་དཔེར་བརྗོད་ལོ་རྒྱུའི་འཕྲེང་བ། Q-Reprographics, ཐིམ་ཕུ།

པར་དོན་གྲུབ། (༢༠༡༤) ལྷན་དག་སློབ་གསུང་མིག་འབྲེད། སློབ་གྲྲེར་དཔེ་སྐྱུན་ལས་སྡེ།

ཤུག་ལོ་དག་སློབ་རྣམ་གྲྲེད། (༢༠༠༥) མངོན་བརྗོད་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་ཐིགས་གྱི་ཕ་འགྲེལ། ཀེ་ཨེམ་གྱི། ཐིམ་ཕུ།