

ཕྱོམ་རིག་དང་སྐད་ཡིག་།

སློབ་རིམ་ ༥ པ།



སློབ་གཉེན་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས།
ཤེས་རིག་དང་རིག་རྩལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག་།

ང་བཅས་ཀྱི་འགན་ཁག།

ང་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ ལྷན་ལྷན་ཉིན་ལུག་མེད་པར་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་བཅོན་དང་གོང་འཕེལ། མི་སེར་གྱི་ཞི་བདེ་
 དང་དགའ་སྲིད། གཞུང་སྲོད་གི་ལམ་ལུགས་ འཛིན་སྲོད་སྲེལ་གསུམ་ ཡར་འཕེལ་གི་དོན་ལུ་ ཐུགས་ཀྱི་ཚ་གུང་ ག་བ་ལྷགས་འབད་
 བཞེས་ཏེ་ ཕུག་ལཱ་གནང་མི་ གྲོ་གཏང་སའི་དཀོན་མཆོག་དང་ སྲིད་སྲུག་གི་གོང་མ་ དེ་ཅན་ཡམ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་
 ལས་ ང་བཅས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་མཆོག་ལུ་ རྒྱོ་གསུམ་གུས་པའི་གུས་བརྟུང་ཕུལ་ཏེ་ བཀའ་ག་
 གནང་མ་དང་ གསུང་ཅི་སྐབ་ཀྱི་ཕུག་ཕྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་དགོས་ཡིན།

ང་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ང་བཅས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ ག་བརྒྱན་བུ་བརྒྱན་ཚ་བརྒྱན་འབད་ བསྐལ་པ་མ་སྲོང་གི་བར་བུ་ འཚོ་བ་
 བསྐྱེད་ཏེ་སྲོད་སའི་ ག་གཞིས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ འཕམ་གྱི་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྲིད། ཐུགས་ཀྱི་ རང་
 བཅོན་དང་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ག་ཞེན་གྱི་སེམས་ལུགས་སྲོམ་འབད་ར་བསྐྱེད་དེ་ ཕུག་ཕྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་དགོས་ཡིན།

ང་བཅས་ཀྱི་གཞུང་།

ང་བཅས་ཀྱི་གཞུང་འདི་ དམངས་གཙོའི་རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ རྒྱལ་བརྒྱན་གྱི་གཞུང་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་སྲོད་སྲེལ་གསུམ་གྱི་ ཕུག་
 ལཱ་ག་ར་ གཞུང་གིས་ཐུགས་ཐག་བཅད་དེ་ གནང་དགོས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ དང་པ་བཅོག་འབྲུའི་སྐབས་ལུ་ རང་མོས་
 རྣམ་དག་གི་ ཆོགས་རྒྱུ་བཟོ་གསུམ་ཏེ་ རྒྱོགས་སྐབ་ཅན་གྱི་འདེམས་རོ་བཅོག་འབྲུ་འབྲུབ་ཐབས་འབད་དགོས་དང་། གཉིས་པ་
 བཅོག་འབྲུ་སྐབ་ཞིན་མ་ལས་ ཕུག་ལཱ་གནང་པའི་སྐབས་ལུ་ འབྲུ་མཉམ་དང་ དྲང་བདེན་ དྲང་གསལ་གྱི་སྲོམ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 འཕམ་ཕུགས་གཉིས་ལུ་ཕན་པའི་ ཕུག་ལཱ་ལེགས་ཤོམ་གནང་ཐབས་ཀྱི་ རྒྱལ་སྲོམ་ཕུལ་དགོས་ཡིན།

ང་བཅས་ཀྱི་རིག་གཞུང་།

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ རྒྱན་ཡིག་དང་ རྒྱུ་ཚུལ་ ལམ་སྲོལ་ ཆོས་ལུགས་ བཟོ་རིག་ བསམ་སྲོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ འཚོ་སྲོད་གི་ལམ་
 ལུགས་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཟེར་སྐབ་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་གིས་ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ རྒྱན་གོང་
 ལས་ རང་བཅོན་ཡིན་པའི་ རོ་རྟུགས་ཅིག་སྲོམ་ཚུ་གསུམ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཡང་ རིག་གཞུང་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
 འཕྲོ་ཚུ་གསུམ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་བཟང་པོ་ཚུ་ལུ་ ཕེས་མཐོང་དང་གུས་བརྟུང་བསྐྱེད་ཐོག་ལས་
 ཉམས་སྲུང་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་ཐབས་ལུ་ སེམས་ལུགས་བསྐྱེད་དེ་ ལཱ་འབད་དགོས་འདི་ཁག་ཆེ།

འབྲུག་མི་སྲི་མཐུན་གྱི་བསོད་ནམས་ལས་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་པོ།



དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ འཇིགས་མེད་གེ་སར་རྣམ་རྒྱལ་དབང་ཕུག་མཚོ།

འབྲུག་ཚན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་། །དཔལ་ལུགས་གཉིས་བསྟན་སྲིད་སྐྱོང་བའི་མགོན།

འབྲུག་རྒྱལ་པོ་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ། །སྐྱེ་འགྱུར་མེད་བརྟན་ཅིང་ཆབ་སྲིད་འཕེལ།

ཚོས་སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས། །འབངས་བདེ་སྲིད་ཉི་མ་ཤར་བར་ཤོག།

དཔེ་སྟུང་འབད་མི།

ཅ་གཞུང་དང་ཁྱད་འགྲོལ་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

བརྒྱན་འཕྲིན་ལང་ ༩༧༥-༢-༢༢༢༤༤༠

ཡོངས་འབྲེལ་ www.education.gov.bt

སུམ་དབང་ © ༢༠༢༢ ཅ་གཞུང་དང་ཁྱད་འགྲོལ་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

དཔེ་དེབ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཡོངས་ སློབ་གྲྭ་འཕྲིན་ལུ་ རྩོམ་སྒྲིག་དང་ དཔེ་སྟུང་འབད་ཡོད་པ་ལས་ ཅ་གཞུང་དང་ཁྱད་འགྲོལ་འཕེལ་ལས་ཁུངས་ལས་ གནང་བ་མེད་པར་ དཔེ་སྟུང་དང་ ཚོང་རྒྱུ་ལུ་སོགས་པ་འབད་ནི་ལས་ འཛུམ་གནང་།

དཔེ་སྟུང་། ༢༠༢༢

ISBN 99936-0-278-7

བཀའ་འདྲིན་འགྲུབ་ཚེས།

རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་པའི་ལ་བུ་ལུས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཤེས་རིག་ལམ་ལུགས་དང་ ལྷན་ཚད་ལམ་དང་གསལ་བཟོ་གི་དོན་ལུ་ ལག་ཆེ་བའི་མ་དངུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་མི་
འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་ བཀའ་འདྲིན་དཀའ་ཚེས་ལྷན་གྱི་ལོ་ན། དེ་དང་གཅིག་ཁར་ ཚོས་ཚན་དཔེ་དེ་མེད་ཅེས་སྒྲིག་གི་ལུ་ནང་ལུ་ ལྷན་རིག་གི་གོ་སྐབས་ལྷོད་དང་ ཡན་འདེབས་གྱི་གྲིགས་མཐའ་མཚན་
མི་ གཤམ་གསལ། ཤེས་ལོན་མཁའ་མཚོ་གཤམ་ ལྷན་པར་ཅན་གྱི་སྤོང་དཔོན་ལོངས་ལུ་ དཀའ་བསུ་དང་བཅས་པའི་ལཱ་གསལ་ལོ་ཡོད།

གྲོས་སྡོམ་པ།

- ༡ དཔོན་པོ་གཤམ་ ཡུ་འཕྲིན་ལུས། རྩེ་ཆེན། ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག།
- ༢ ལྷན་གྲུབ་འབྲུག་པ། ཅེ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅེ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ཅན།

སྤྱི་བཏང་གོ་དོན་ལྟབ་དང་རྒྱུ་ལྷོད་པ།

ཀམ་ལེ་ཤེས། ཅེ་གཞུང་འགོ་དཔོན་གཅི་འཛིན། ཅེ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ཅན།

ལུན་དགའ།

- ༡ དཔོན་པོ་ལངས་རྒྱལ་རྩི་རྩེ། རྩེ་ལའི་ཚོས་ཚན་མཁའ་མཚོ། རྩེ་ལའ་གོང་འཕེལ་དབང་འཛིན།
- ༢ ཚོས་སྡོམ་དོན་གྲུབ། རྩེ་ལའི་མཁའ་ཚོགས་འབྲུག་མི། ཀྲུ་གསལ་པར་སྤྱོད་ལུས་འཛིན།
- ༣ དབང་དཀར་རྩི་རྩེ། ལྷ་ལོ་ལའ་གོ་དཔོན། ཤེས་རིག་ལྷ་ལོ་ལའ་དང་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ཅན།
- ༤ ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན། ཚོས་རྒྱགས་འགོ་འཛིན་ལམ་འགྲུལ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱགས་བཀོད་ཚོགས།
- ༥ ཡུ་ལའ་དབང་འཕེལ། ཚོས་ཚན་མཁའ་མཚོ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱགས་བཀོད་ཚོགས།
- ༦ ལྷན་གྲུབ་འབྲུག་པ། ཅེ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅེ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ཅན།
- ༧ བཟུན་འཛིན་རྩི་རྩེ། ཅེ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅེ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ཅན།
- ༨ ཆེ་རིང་། ཅེ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅེ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ཅན།

ལུན་སྐྱེག་འབྲུག་མི།

འཆི་མེད་རིག་འཛིན། ལཱ་གསལ་སྤྱད་པ། ལམ་ལོ་ཤེས་རིག་མཚོ་རིམ་སྤོང་གྲུ།

ལམ་སྤྱོད་ཚོགས་རྒྱུང་གི་འབྲུག་མི།

- ༡ དཀའ་ཤེས་ལངས་རྒྱལ་རྩི་རྩེ། རྩེ་ལའི་ཚོས་ཚན་མཁའ་མཚོ། རྩེ་ལའ་གོང་འཕེལ་དབང་འཛིན།
- ༢ དབང་དཀར་རྩི་རྩེ། ལྷ་ལོ་ལའ་གོ་དཔོན། ཤེས་རིག་ལྷ་ལོ་ལའ་དང་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ཅན།
- ༣ ཡུ་ལའ་དབང་འཕེལ། ཚོས་ཚན་མཁའ་མཚོ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱགས་བཀོད་ཚོགས།
- ༤ ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན། ཚོས་རྒྱགས་འགོ་འཛིན་ལམ་འགྲུལ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱགས་བཀོད་ཚོགས།
- ༥ བསམ་གཏུན་མཐུན་ལྷོད། ལཱ་གསལ་སྤྱད་པ། ཤེས་རིག་མཚོ་རིམ་སྤོང་གྲུ། ལམ་ལོ།
- ༦ བཟུན་འཛིན་རྩི་རྩེ། ཅེ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅེ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ཅན།
- ༧ ཆེ་རིང་། ཅེ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅེ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱུ་ལྷོད་ལྷོད་ཅན།

- ३८ རྗེ་ཤེ་ལལ་འཕྲོ། ལྷགས་སྤྱད་པ། ཤེས་རིག་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲྭ། བསམ་པེ།
- ३५ པར་ལྷོ་བལ་རྒྱལ། སློབ་དཔོན། མཁའ་ལ་གྲུབ་ཅུ་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་བར་མ། ཟིམ་ཕུ།
- ३६ སངས་རྒྱལ་དབང་འདུལ། སློབ་དཔོན། ལྷ་ལྷོ་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་བར་མ། མོང་སྐར།
- ३७ བསམ་གཏུན་མཐུན་ཕྱིན། ལྷགས་སྤྱད་པ། ཤེས་རིག་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲྭ། ལམ་རྟོ།
- ३८ དེ་སྤྱི་གྲུབ། དུམ་འཛིན་ལལ་རྟོགས། ལྷ་ལྷོ་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ།
- ३९ ཚོས་སྒྲིལ་དོན་གྲུབ། རྗེ་ཤེ་ལལ་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་བར་མ། གྲུ་གསལ་ལ་རང་སློབ་ལལ་འཛིན།
- ॣ० རྗེ་ཤེ་ སློབ་དཔོན། དུམ་འབྲིང་ལྷགས་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ། ཟིམ་ཕུ།
- ॣ१ ཚེ་རིང་། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱལ་སློབ་ལྷོ་ལེ་ཚན།
- ॣ२ བཅུན་འཛིན་རྗེ་ཤེ། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱལ་སློབ་ལྷོ་ལེ་ཚན།

མཚུབ་གཞི་ལྷགས་སྤྱད་དང་ལལ་བྱང་།

- १ བཅུན་འཛིན་རྗེ་ཤེ། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱལ་སློབ་ལྷོ་ལེ་ཚན།
- २ ཚེ་རིང་། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་རིག་རྒྱལ་སློབ་ལྷོ་ལེ་ཚན།
- ३ ལུས་ལྷུ་ལམོ། ཚན་རིག་ལལ་རྟོགས་པ། ལང་ལྷ་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་བར་མ། ལམ་རྟོ།

ཕྱི་ཤོག་པར་རིས།

གམ་འཁྲུང་མེད། བཅུན་འཛིན་ལྷགས་སྤྱད་འགོ་དཔོན། སློབ་གྲྭ་ལི་ཤེས་ལོན་ལལ་ལྷངས། ཟིམ་ཕུ།



MINISTER

ROYAL GOVERNMENT OF BHUTAN
MINISTRY OF EDUCATION
THIMPHU : BHUTAN

ཚེངས་མཛུགས།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་འདི་ཡོད་པ་ལོན། ཡོད་པ་འདི་འབྲུག་མི་གསེས་ཤེས་དགོཔ་དང་ ལག་ལེན་ འཇམ་དགོཔ་ལོན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ཚོས་ཚན་ནང་ལུ་ཡང་ ཡོད་པ་འདི་ ཡུ་བའི་ཚོས་ཚན་ ལག་ཆེ་ཤོས་ ཅིག་ལུ་ རོམ་འཛིན་འབད་དེ་སློབ་ཉེན་འབད་མ་ལོན།

ཡོད་པ་འདི་ཚོས་ཚན་གྱི་ གཞི་རིམ་གོང་མ་དང་ འབྲིང་རིམ་འོག་མའི་ཡུ་གུང་ལུ་ དེ་ལེས་ ཟེངས་གསུམ་པའི་ ལེགས་པའི་ འབྲུག་པ་དེ་ སློབ་འབད་པ་འབད་དེ་ཡོད། དེ་ཡང་ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༦ ལས་ འབྲིང་རིམ་བས་མ་དང་ གོང་མའི་ཚོས་ཚན་ལེགས་ ལྷུ་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ཡིན་མ་ལས། འདི་གིས་ སློབ་རིམ་གོང་མའི་ ཤེས་ཡོན་གྱི་གཞི་འབྲུག་པ་བཅུགས་པ་ལོན། ཡོད་པ་འདི་ཚོས་ཚན་ལེགས་སྐྱུ་འབད་དགོཔ་པའི་ གཞི་ལུངས་རོམ་འདི་ས་ སློབ་ཡུག་ཚུ་ལུ་ ཏེ་མ་ལས་ཉུག་ཏེ་ མི་ཚོ་ལུ་མཁོ་ བའི་ རིག་ཡུལ་འབྲོག་ཐབས་ལུ་ གཞི་བོ་འབྲོན་ནི་འདི་ལོན། དེ་མཚན་ བརྟེན་ཚུ་ རྣམ་མཐུན་བཟོ་ཐབས་དང་ སློབ་ ཉེན་གྱི་གནས་ཚད་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཤེས་ཚད་དང་ དོ་མཉམ་བཟོ་ཐབས་ལུ་ཡང་ལོན།

དེ་འབད་པ་ལུ་བརྟེན་ གཞི་རིམ་གོང་མ་དང་ འབྲིང་རིམ་འོག་མའི་ རྩོམ་རིག་དང་ སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ་འདི་དང་ སློབ་རིམ་སོ་ སོའི་གནས་ཚད་དང་བརྟེན་པའི་ ཉུག་རིག་རྩོམ་རིག་དང་ སྐད་ཡིག་དང་ ཡི་གུའི་སློབ་པ་ ཡིག་སྐྱར་རྣམ་གཞག་གི་དོན་ཚན་ ཚུ་ ཚུད་དེ་ཡོད། དེ་ཚུ་ཡང་ མི་ཚོ་ལུ་མཁོ་བའི་འབྲེལ་ཡོད་ བརྟེན་དོན་མཁོ་ཅན་ཚུ་ལུ་ གཞི་བཞག་གི་ཐོག་ལས་སྤྱི་ཏེ་ཡོད་ནི་ དེ་གིས་ སྐད་ཡིག་རིག་ཡུལ་གྱི་གཞི་འབྲུག་ ཚུད་ཚུགས་པ་མཚན་ སློབ་ཡུག་ཚུ་གི་ མནོ་རིག་གོང་འཕེལ་འབྲེན་ལུ་ཡང་ ཡན་ ཐོགས་སློབ་འབྲུང་ཚུགས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད།

དེ་དང་འདྲེས་ཅིག་འབད་ སློབ་ཉེན་འབད་ཐངས་ཚུ་ཡང་ སློབ་ཡུག་ཚུ་ལུ་ བརྟེན་དོན་དང་གཅིག་ལས་ རིག་ཡུལ་གྱི་ཤེས་ཡོན་ འབྲོག་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་འདི་ གཞི་བོ་སློབ་ཡུག་པ་དང་སོ་སོ་གི་ཉམས་སྲུང་ཐོག་ལས་ འབྲོག་དགོཔ་འབད་བཟོ་ཏེ་ཡོད། དེ་གི་

དོན་ལུ་ སློབ་ཉོན་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ཡང་ ལྷུ་མ་གྱི་རིག་ཉོན་པས་དང་ མི་ཚོ་ལུ་མཁོ་ཆེ་བའི་ རིག་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ སློབ་དཔོན་
ལམ་ཉོན་དཔེ་དེ་བཟུ་ཡང་ སློབ་རིམ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བཟོ་བྱེ་ཡོད། དེ་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ སློབ་སྦྱང་ལས་དོན་
ག་ར་འགྲུབ་ཚུགས་པའི་ སློབ་ཉོན་འབད་དགོཔ་གཞུ་ཞེ་ དེ་མཚན་ སློབ་ཕུག་དབང་པོ་རབ་ཚུ་ལུ་ རིག་པ་ཚན་མེད་ཀྱི་ཉེ་
འབད་ནི་ལམ་ཉོན་ཚུ་ཡང་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ག་དེ་དག་དག་ཉེ་དགོཔ་ཡིན།

ཤེས་རིག་ཉུན་ཁག་གི་རྩོང་ས་ལས་ཡང་ ཤེས་ཡོན་ཅ་གཞུང་གསར་པའི་ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་བའི་ མཐུན་ཉེ་དང་རྒྱབ་
སྐྱོར་ཚུ་ ཅི་དག་གང་དག་ཉེ་ནི་ལུ་ གཙུ་མེད་བཟོན་མི་ལམ་དུ་བཟོན་བཟོན་ཉེ་ཡིན། མཉམ་ཅུབ་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་ དུ་ལས་ཡར་ ཤེས་རིག་གི་གནས་ཚན་དང་ རྒྱས་ཚན་ ཏེ་མ་ལས་ཉུག་པའི་ ཡར་དུགས་ལེགས་ཤོམ་འབད་བུང་ཏེ་ རྒྱལ་
གཞུང་གི་དམིགས་དོན་འགྲུབ་ཚུགས་པའི་ ཡིད་ཆེས་ཡོད།

མྱོང་ཁའི་ཚོས་ཚན་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ལཱ་ལུ་ དེ་ཅིག་འཚོན་མི་འདི་ལུ་ ཤེས་རིག་སློབ་གྲུའི་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ ཤེས་ཡོན་
ཅ་གཞུང་དང་ཁྱད་རིག་རྒྱབ་སྐྱོར་ལེ་ཚན་གྱི་ འགོ་དཔོན་གྱིས་གཙུ་མ་པའི་ ཤེས་རིག་ཉུན་ཁག་གི་འགོ་དཔོན་ཚུ་དང་ སློབ་གྲུ་
ལག་སོ་སོའི་སློབ་དཔོན་ཚུ་ འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཞུང་གི་སློབ་ལེའི་ ཤེས་རིག་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲུའི་ལེགས་སྦྱར་བཟུ་དང་ མྱོང་
ཁ་གོང་འཕེལ་ཉུན་ཚུགས་ཀྱི་འགོ་དཔོན་ གཞུ་མཚོ་ཉོན་དང་ མཉམ་ཅུབ་འབད་མི་ འབྲེལ་ཡོད་འགོ་དཔོན་ག་ར་ལུ་ ཤེས་
རིག་ཉུན་ཁག་གི་ཁ་བྱུག་ལས་ བཀའ་དྲིན་དག་འཚུ་ཡོད། དེ་དང་འདྲམ་འབད་ དཔེ་དེ་འདི་ནང་ མཁོ་ཆེ་བའི་དོན་ཚན་ཚུ་
འཚོམ་པའི་དཔེ་དེ་ རང་དབང་ཅན་གྱི་ཚོམ་པ་པོ་དང་ དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ཚུ་ལུ་ཡང་ ངོས་ལེན་དང་བཅས་པའི་ བཀའ་དྲིན་དག་འཚུ་
ཚུ་ཡོད།

བཀྲིས་བཅེ་ལེགས།

འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཚོ།
ཤེས་རིག་སློབ་པོ།
ཤེས་རིག་ཉུན་ཁག།

སློབ་བརྗོད།

༡༧། ལོ་སྤྱི། རབ་འབྱམས་ངོ་མཚར་ཤེས་བྱ་རྒྱ་མཚོའི་གྲོང་། རྣམ་དཔྱད་རིག་པའི་གྲུ་ཆེན་གོམ་གཅིག་གིས། ལ་མཐར་མོན་པའི་སློབ་མོས་ལོ་རྒྱུ་བུའི་གཏེར། སློབ་མཛད་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་འདུད། རྟེན་དཀའི་དལ་འབྱོར་ལུས་རྟེན་ཐོབ་དུས་འདིར། མེད་ཐབས་མེད་པའི་རང་སྐལ་ཤེས་བྱའི་ལོར། ལེན་ཐབས་སློབ་མེད་སྐད་ཡིག་འབྲི་རྩོམ་གྱི། སློབ་དེབ་བརྗོད་བས་བྱིན་གྱིས་དགའ་བས་ལོངས། །

ཞེས་མཚན་པར་བརྗོད་པ་དང་། དངོས་པོ་དེས་པར་བྱོན་པའི་ཚིག་གིས་མཐུན་བསུས་ཏེ། ལཱ་ཤི་འདི་ཡང་། འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སློབ་གྲྭའི་མྱོང་ལའི་ཤེས་ཡོན་ཅེ་གཞུང་ལུགས་སྐྱུར་གྱི་སློབ་དེབ་གསར་ཅོམ་གྱི་གསལ་ལས་སློབ་རིམ་༧ པའི་སྐད་ཡིག་དང་ཅོམ་རིག་སློབ་དེབ་འདི་ལྟེ་ལོ་༢༠༠༦ གི་འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཤེས་ཡོན་ཅེ་གཞུང་ལུགས་དང་འཁྲུལ་ཏེ། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་སློབ་གྲྭ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་དེད་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོའི་འབྲུག་པ་དང་མཐུན་པའི་ཅོམ་རིག་དང་སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ་འབད་བཟོ་བཟོམ་ཡིན། ཅོམ་རིག་དང་སྐད་ཡིག་གི་སློབ་དེབ་འདི་ནང་ཚོས་ཚན་ལག་གྲིལ་ལུ་དེ་བྱེད་ཡོད། དཔེ་ཚན་དང་པའི་ནང་། ལྷག་རིག་ཅོམ་རིག་དང་། དཔེ་ཚན་གྲིལ་པའི་ནང་། སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གེའི་སློབ་པའི་སྐོར་ལས་བཅུགས་ཏེ་ཡོད། སློབ་རིམ་དེ་ཚུ་ནང་ཡོད་པའི་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ་པའི་དོན་ཚན་ཚུ་གས་བརྗོད་དོན་ལུ་གཞི་བཞག་ཏེ་བཟོ་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་། ཅོམ་རིག་ཚོས་ཚན་ལཱ་འདི་འཁྲི་ཅོམ་སྐྱོན་ཅོམ་སྐྱུང་དང་གྲུམ་རྒྱུད་གསལ་གྱི་ཐོག་ལས་དེད་རབས་ཀྱི་ཅོམ་རིག་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རིག་ཕུལ་འབྲོམ་ཚུགས་པའི་དམིགས་གྲུད་གཅི་ཐོར་བཟུང་ཏེ། རང་ལུགས་ལས་སློབ་ཅོམ་རིག་ལམ་ལུགས་ཚུ་ཡང་། ཤེས་ཚུགས་པའི་དམིགས་གྲུད་བརྟེན་དེ་ཡོད། ལྷག་པར་ཅོམ་རིག་དང་ཡི་གེའི་སློབ་པའི་སློབ་དེབ་འདི་ནང་། སྐད་དགོ་པ་ཡོད་པའི་རིག་ཕུལ་ཚུ་གི་བརྗོད་དོན་འདི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་གི་གཞི་འབྲུག་དང་འབྲེལ་བ་དང་། རང་མགོ་འདྲོང་ཚུགས་པའི་མི་ཚེའི་ལཱ་གཞི་གཞི་དང་། རང་གི་ལུས་པག་ཡིན་གསལ་གྱི་བསམ་བློ་དཔེ་དུགས་གྲུད་ཐབས་ལུ་ལག་ཆེ་བའི་གཞི་དོན་ཚུ་ཚུད་དེ་ཡོད། དེ་གིས་སློབ་རིམ་བཞི་པའི་སློབ་ཕྱག་ཚུ་ལུ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུས་ཀྱི་འབྲུག་པ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་མཁོ་བའི་ཤེས་ཡོན་དང་ཅོགས་གྲུབ་ཚུ་འབྲོམ་ཚུགས་པའི་དེ་བུ་ཡིན།

དེ་བཟུམ་འབད་། བརྗོད་དོན་དང་རིག་ཕུལ་དེ་ཚུ་སྐད་ཡིག་གི་རིག་ཕུལ་གོང་འཕེལ་གྲུད་ཤི་ལུ་གཅི་ཐོར་བརྟེན་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་སློབ་དཔོན་གྱིས་བྱོན་མི་རྒྱུང་མ་གཅིག་གིས་ཚན་གྲུང་བའི་སློབ་སྦྱོང་མཉེ་པར་བྱ་དང་བུམོ་རང་རང་སོ་སོ་གིས་ཞིབ་འཚོལ་དང་དཔེ་དཔྱད་

བའི་དཔེ་མི་སྟོན། རྟོན་འཁྲུལ་འདྲི་རྒྱ་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་མཁུ་ཉེ་དྲན་ག་གིས་ས་འབད་ཅུང་ ཟད་ཀྱང་དུ་ལེགས་བཅོས་དགོངས་འཆར་ ག་ཅི་ས་
གནད་ཅུང་ ལེགས་སོ་དང་བཅས་པའི་ དགའ་བསུའི་གདོང་ལེན་སློམ་ཡོད།།

སློབ་འདེབས།

གངས་མེད་རྒྱ་ཆེན་འཇམ་གྲིང་ཤེས་བྱའི་མཐའ། །ཐབས་མཁམས་བརྩོན་ཤུགས་གཤོག་རྒྱབས་བྱུང་འབྲེལ་གྱིས། །
ལེགས་པར་ཚོད་པས་བདག་གཞན་དོན་གཉིས་གྱི། །དཔལ་ཡོན་ལྷན་སྲུང་ཚོགས་པའི་རྒྱ་རུ་སློབ། །

དཔོན་འབངས་རྒྱས་དོ་དུ།
ལྷི་འཇིན།
ཕྱིང་ལའི་རྩོམ་ཚན་ཚིགས་རྒྱུང།

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

དུ་མཚན་དཔལ།	3
ལྷ་གཤེན་དཔལ་ཚུལ་ཤིག་གི་ཁྲམས་འོན།	༤
ལྷ་གཤེན་དཔལ་ཚུལ་ཤིག་གི་གནས་ཚུན།	༥
སློབ་སྐྱོད་ལམ་འོན།	༥
ཕྱི་འོན་གྱི་ཁྲམས་འོན།	6
སློབ་ཚན་ ༡ པ། ཕྱི་འོན། དཔལ་འདེམ་ཚུལ་གསལ།	7
1. སེམས་མཐུན་པའི་ཚུལ་གསལ།	7
2. སུད་པའི་ཚུལ་གསལ་གྱི་འོས་ལྟར།	8
3. སྐྱུང་མའི་ལམ་ལུགས་དཔལ་འདེམ་གྱི་རྒྱུ་ལོ།	11
སློབ་ཚན་ 2 པ། ཕྱི་འོན། དེའི་སློབ་གྲྭ།	13
1. སློབ་གྲྭ།	13
2. རྒྱུ་ལུགས།	14
3. དཔལ་འདེམ་གྱི་ལམ་ལུགས་སློབ་གྲྭ།	16
4. ཚོ་རྩོད་དཔལ་ལུགས་ལུགས་སློབ་གྲྭ།	17
སློབ་ཚན་ 3 པ། ཕྱི་འོན། སེམས་འཇགས།	20
1. བའ་ལྟེ་ལུགས་ (རྟེན་ལོ།)	20
2. བྱེད་ཀྱི་ལུགས་ལུགས་སློབ་གྲྭ།	23
3. ལུགས།	24
4. སློབ་ཚན་སློབ་ལུགས་ལུགས་སློབ་གྲྭ།	26
སློབ་ཚན་ 4 པ། ཕྱི་འོན། སུད་པའི་ལམ་ལུགས།	27
1. བྱེད་ཀྱི་ལུགས།	27
2. སློབ་ལུགས་ལུགས་སློབ་གྲྭ།	28
3. བྱེད་ཀྱི་ལུགས་སློབ་གྲྭ།	31
4. བྱེད་ཀྱི་ལུགས་སློབ་གྲྭ།	33
སློབ་ཚན་ 5 པ། ཕྱི་འོན། སློབ་གསལ།	34
1. བྱེད་ཀྱི་ལུགས་སློབ་གསལ་སློབ་གྲྭ།	34
2. བྱེད་ཀྱི་ལུགས་སློབ་གྲྭ།	37
3. བྱེད་ཀྱི་ལུགས་སློབ་གྲྭ།	38
ཉན་སྐབས་ཀྱི་ཁྲམས་འོན།	41
ཉན་ཤིག་དཔལ་ཚུལ་ཤིག་གི་གནས་ཚུན།	42
འགྲིག་ཤིག་གི་ཁྲམས་འོན།	44
འགྲིག་ཤིག་གི་ཁྲམས་ཚུན།	46
སློབ་སྐྱོད་ལམ་འོན།	47
དུ་མཚན་གཉེན་པལ།	49
རྣམ་པའི་གཤེན་དཔལ་ཚུལ་ཤིག་གི་ཁྲམས་འོན།	50
རྣམ་པའི་གཤེན་དཔལ་ཚུལ་ཤིག་གི་གནས་ཚུན།	50

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

སློབ་སྐྱོད་ལས་འདོན།	༥༡
༡. གསལ་ལྗང་དེ། དེ་ལྟར་གྱི་ མགོ་ཤེ། འདོགས་ཤེ།	༥༢
༢. རྩོམ་འཇུག་ རྩོམ་འཇུག་ ཡང་འཇུག་ མིང་གཞི།	༥༤
༣. རྩོམ་འཇུག་འདི་གི་དཔྱད་ རྩོམ་འཇུག་འདི་གི་གྲུབ་འབྲས།	༥༧
༤. མིང་། མིང་ཚབ།	༥༩
༥. རྩོམ་འཇུག་འཇུག་ཚོ།	༦༠
༦. བརྗོད་པ་ བརྗོད་པས།	༦༡
༧. ཚིག་གཞི།	༦༢
༨. རྩོམ་འཇུག་འདི་གི་འགྲུབ་འབྲས་ལྟ་བུ་གྲུབ་འབྲས།	༦༤
༩. རྩོམ་འཇུག་འདི་གི་ རྩོམ་འཇུག་	༦༦
༡༠. རྩོམ་འཇུག་	༦༩
༡༡. རྩོམ་འཇུག་	༧༠
ཉམས་ལེན་འབྲས་ལྟར་ རྩོམ་འཇུག་འདི་ རྩོམ་འཇུག་འདི་ རྩོམ་འཇུག་	༧༣

དཔེ་ཚན་དང་པ།
ལྷག་རིག་དང་ཕྱོམ་རིག།

ལྷག་རིག་དང་ཚུམ་རིག་གི་ལྷུངས་དོན།

ཚུམ་རིག།

ཚུམ་རིག་ཟེར་མི་འདི་ སློབ་དེབ་དང་ལྷག་དེབ་ གཏང་ཡིག་དང་གསར་ཤོག་ ལ་སོགས་པའི་ཡིག་ཆ་རྒྱ་ལུ་སླེབ་ཡིན། ཚུམ་རིག་ ལུ་ནང་གསེས་ཀྱི་ དབྱེ་བ་ལེ་གཡོད་རུང་ ཤེས་ཚད་གནས་རིམ་གཉིས་པའི་དོན་ལུ་ འབྲི་ཚུམ་དང་ ལྷན་ཚུམ་ སླུང་གི་རིགས་ དང་ ལག་གསུམ་འབད་ཡོད།

འབྲི་ཚུམ།

འབྲི་ཚུམ་ནང་ལས་ འབྲེལ་བཤད་འབྲི་ཚུམ་དང་ ལོ་རྒྱུས་འབྲི་ཚུམ་གཉིས། སློབ་ཚན་རེ་རེ་ནང་འབད་བྲིས་ཏེ་ཡོད། དེ་རྩོད་དོན་ གཅིག་གི་ཐོག་ལུ་བྲིས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ ཚུམ་རིག་མ་འདྲུ་ལྷན་ཚུམ་གསུམ་ བྲི་ནི་གི་ལྷོགས་ལྷུབ་ འཐོབ་ནི་དོན་ལུ་ཡིན།

འབྲེལ་བཤད་འབྲི་ཚུམ་ཟེར་མི་འདི། དཔེར་ན། པར་དང་ཅ་ལ་ཅིག་གི་སྐོར་ལས་ བཤད་པ་རྒྱབ་སྟེ་འབྲི་མི་འདི་ཡིན། པར་དང་ཅ་ ལ་རྩོད་ཀྱི་རིང་ཐུང་ སྤ་སྤོམ་ ཆེ་ཆུང་ ཚོས་གཞི་ བཟོ་རྒྱུ་ མང་ཉུང་ གནས་ཚུགས་ཚུ་གི་བཤད་པ་ ལ་གསལ་རྒྱབ་སྟེ་བྲི་དགོཔ་ ཡིན།

ལོ་རྒྱུས་འབྲི་ཚུམ་ཟེར་མི་འདི། དཔེར་ན། སློབ་གྲུའི་ ཉིན་མ་གཅིག་གི་ ལས་རིམ་དང་། ཡང་ན། སློབ་སླུག་ཅིག་ རྒྱུ་ནང་ལས་ སློབ་གྲུ་ནང་འོངས་ཏེ་ ལོ་ག་ལྷིམ་ན་ག་དེ་སྟེ་ འགྲོ་ནི་ཡོད་ག་? ལོ་རྒྱུས་བྲི་ནི་བརྒྱུ་ཡིན། འདི་གི་སྐབས་ལུ། དང་པ། ག་ཅི་ འབད་ཡི་ག་? གཉིས་པ། ག་ཅི་འབད་ནི་ཡོད་ག་? རིམ་པ་བཞིན་དུ་ བྲི་དགོཔ་མ་ཚད། དུས་ཚོད་ ཉེ་མ་འབད་མི་ ཉེ་མ་དང་། ཤུལ་མ་ འབད་མི་རྩུ་ ཤུལ་མ་འབད་ རིམ་པ་བཞིན་དུ་བྲི་དགོ།

སླན་ཚུམ།

སླན་ཚུམ་ལས་ སློ་སླུའི་ཞབས་ཁྲ་དང་ རྩེ་མོ་གསལ་བཤད་བརྒྱུ་ སློབ་ཚན་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བཙུགས་ཏེ་ཡོད། དེ་རྩོད་ཀྱིས་ ལྷག་ ཉི་དང་སླུབ་ནི་དེ་ རིག་རྩལ་མོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ བཅུ་མ་ཚད། རྩོད་དོན་རྩོད་ཚུམ་རིག་གི་ཐོག་ལས་ བྲི་ནི་འགོ་ཡང་བཙུགས་ ཚུགས་པ་ཡིན། སློ་སླུ་དང་ཞབས་ཁྲ་རྩེ་མོ་རྩོད་ཀྱིས་ མིང་ཚོག་གསར་པ་རྩུ་ སློ་བའི་ཐོག་ལས་ ལྷག་ཚུགས་པ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ ཞབས་ཁྲ་རྒྱབ་ནི་དང་། རྩེ་མོ་འཕེལ་རྩལ་འཐོབ་ནི་དེ་ གཞི་འགྲུམ་ཡང་རྩོད་ཚུགས་ནི་དང་། དེ་ལས་ གསལ་བཤད་ཀྱི་ཚོག་རྩུ་ ལེགས་ཤོམ་བཟོ་སྟེ་ སླུབ་ནི་གི་སླུང་བ་ འཐོབ་ནི་དོན་ལུ་ཡིན།

སྲུང་སྲུང་ཀྱ།

ཆས་ཤོས་ཚུ་གིས་ གཏང་ནི་ཡོད་མི་གི་ མི་དང་སེམས་ཅན་ཚུ་གི་ སྲུང་ཚུ་ལུ་སྲུབ་ཞིན། ད་བཅས་ར་ལུ་དངོས་སུ་འབྱུང་མི་ ལོ་
རྒྱུས་ཅིག་སྲུང་འབད་ བཟོ་ནི་ཚུ་ཡང་ཡོད། སློབ་ཆེ་ཏོག་ཏོག་གི་ སྲུང་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྐྱད་ཡིག་གོང་འཕེལ་དང་ཚིག་དོན་ཚུ་
ཤེས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་ལུ་ བན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིན།

ལྷག་རིག་དང་ཚུ་མ་རིག་གི་གནས་ཚུངས།

སློབ་རིམ་༡༢ པ་མཚུག་བསྐྱུལ་དང་ སློབ་སྲུག་ཚུ་གིས།

༡. རྫོང་ཁའི་དཔེ་དེབ་དང་ཡིག་རིགས་ ག་ཅི་ར་ཞིན་རུང་ རྫོང་སྐྱེ་ གཅད་མཚམས་ ཚིག་མཚམས་ཚུ་ ཚུལ་དང་མཐུན་
ཏོག་ཏོ་འབད་ ལྷག་ཚུགས་དགོ།
༢. ཚོས་སྐད་ནང་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཆ་དང་ དཔེ་ཆ་ཚུ་ལྷག་ཚུགས་དགོ།
༣. རྫོང་ཁའི་ནང་ཡོད་པའི་དངོས་ཚུ་མ་དང་ འཆར་ཚུ་མ་གྱི་དཔེ་དེབ་ཚུ་རང་སྟོབས་གྱིས་ ལྷག་སྟེ་ བོ་བ་ལེན་ཚུགས་དགོ།
༤. བོ་དོན་ལེན་ནི་དོན་ལུ་ ལྷག་ཐངས་གྱི་ཐབས་ཤེས་ མ་འདྲུལ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༥. རྫོང་ཁའི་དཔེ་དེབ་ཚུ་ལྷག་སྟེ་ བསྐྱར་ཞིབ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༦. ཚུ་མ་རིག་མ་འདྲུལ་ཚུ་ལྷག་སྟེ་ འགྲི་ཐངས་གྱི་ཁྱད་པར་ཚུ་ དོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་དགོ།
༧. ལྷག་ནི་ལུ་ བོ་མས་འདྲིས་ཚུ་དེ་ མི་ཚེ་ནང་ ལྷག་ནི་ལུ་བརྟེན་ལྷགས་དང་ སློབ་བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།
༨. ཚུ་མ་རིག་ཚུ་ལྷག་སྟེ་ ཚོས་དང་ལམ་སྲོལ་ལུ་ ཕྱིས་མཐོང་གི་བསམ་སྦྱོར་ཤེས་ཡོན་དང་ ཚོས་སྲིད་གྱི་བྱ་གཞག་ཚུ་
ལུ་ རྣམ་དཔྱོད་གྱི་ཤེས་རབ་ འཐོབ་ཚུགས་དགོ།

སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན།

༡. སློབ་རིམ་གསུམ་པ་ནང་ལྷག་མི་ ལྷག་ནི་དེ་རིག་ཅུལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༢. རྫོང་ཁའི་ ཡིག་རིགས་ག་ར་ དོས་འཛིན་འབད་དེ་ ལྷག་ཚུགས་དགོ།
༣. མིང་ག་ཞི་ ང་ ཉ་ ན་ བ་ མ་ ཡ་ཚུ་ལུ་ སྲོན་འདྲུག་ཞུགས་མ་ཞུགས་གྱི་ རྫོང་སྐྱེ་ཁྱད་པར་ཕྱེས་ཏེ་ལྷག་ཚུགས་
དགོ།
༤. ཡ་བཏགས་བདུན་ ཡོད་མི་གི་ཡི་གུ་ལུ་ དབྱངས་དང་ རྫོང་ཁའི་ཞུགས་སྐབས་གྱི་རྫོང་སྐྱེ་ཁྱད་པར་ཚུ་ ཕྱེས་ཏེ་
ལྷག་ཚུགས་དགོ།
༥. ཚོག་མཚམས་བཅད་དེ་ ལྷག་ཚུགས་དགོ།
༦. ཚོག་མཚུངས་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ མིང་ཚོག་གི་བོ་དོན་ཚུ་ འཚོལ་ཚུགས་དགོ།
༧. གནས་རིམ་དང་བསྐྱུན་པའི་ སྲུང་ལྷག་སྟེ་ བོ་དོན་ལེན་ཚུགས་དགོ།

- ༤. དེ་བུ་དང་བསྐྱེད་པའི་ གནད་དོན་ཚུ་ བཅོམ་འཐུ་འབད་དེ་ ལྷག་ཚུགས་དགོ།
- ༥. གསུམ་པ་ནང་ ལྷབ་མི་ མིང་ཚིག་གུ་ གསར་འཐབ་ཉུང་ཤོས་༡༠༠ བཀའ་ཉེ་ བསྐྱེད་མཉམ་༢༠༠ ལྷག་སྟེ་ ༡༥༠ ཚུགས་དགོ།
- ༡༠. ལྷག་ནི་གི་ དཔེ་དེབ་ཉུང་ཤོས་༡༠ ལྷག་ཚར་དགོ།
- ༡༡. དཔེ་དེབ་གང་མང་ ལྷག་ནི་ལུ་ སློབ་དང་བཙུན་ལྷགས་ བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།

ཚུན་དོན་གྱི་ཁྲུངས་དོན།

ཚུན་དོན་ཟེར་མི་འདི་ གཙོ་བོ་ཨ་ལོ་ཚུ་གི་མི་ཚོ་ལུ་ མཁོ་བའི་ཤེས་ཡོན་ལག་ཆ་བརྒྱུ་ཅིག་ འཐོབ་པའི་སྐབས་ལུ། ལག་ཆ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཤེས་ནི་གི་ བསམ་རིག་དང་ བྱ་བ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་གྱི་ གནས་སྐབས་གཉིས་ ལྷབས་གཅིག་ཁར་ ཤེས་ ཚུགས་ནི་འེམས་ཡོན་བྱིན་ནི་དོན་ལུ་ཨིན། དེ་ཡང་། ཨ་ལོ་ཚུ་ ལོ་ན་ཚུང་ཀྱི་འབྲུང་ལས་རུ། བཟང་པོའི་ ལམ་ལུ་གོམས་ འདྲིས་ཚུན་ནི་ གཤམ་ཆེས་ལས་བརྟེན། ཤེས་ཚད་གྱི་གནས་རིམ་གཉིས་པ་དང་ གསུམ་པའི་སློབ་དེབ་ཚུ་གི་ ལྷག་རིག་དང་ ཚུམ་ རིག་འདི་ སློབ་ཚན་རེ་རེ་ལུ་ ཚུན་དོན་རེ་བཀོད་དེ་ཡོད། དེ་མ་ཚད་ ཚུམ་རིག་གི་དབྱིབས་ལམ་འདྲུམ་ འབྲི་ཚུམ་ ལྷན་ཚུམ་ སྤུང་སྤུང་ ཚུ་གཅིར་ཨིན་ཅུང་། ཚུན་དོན་གཅིག་ལུ་ དམིགས་གཏད་འབད་དེ་ ཡོད་པ་ཨིན། དེ་གི་དགོས་པ་འདི་ཡང་ སློབ་ཕྱག་ཚུ་གིས་ སོ་སོའི་མི་ཚོ་ནང་ འབྲུང་མི་ཉམས་མུང་ཚུ་ ཚུམ་རིག་མ་འདྲུམ་ ག་ཅི་གི་ཐོག་ལས་འབད་ཅུང་ འབྲི་ཚུམ་འབད་བཙུགས་ཉེ་ བར་ དོན་སློང་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ གོམས་སྤུང་ཚུན་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན། ཚུན་དོན་དེ་ཚུ་ཡང་ ཚུམ་མཐོང་དང་བསམ་སློང་ཤེས་ཡོན་ གུ་ ལྷ་ཚོས་དང་ མི་ཚོས་རྣམ་གཞག་ སྤར་སྲོལ་ལམ་ལུགས་ མི་ཚོའི་རིག་ཐུལ་ཚུ་ནང་ལས་ བཙུགས་ཉེ་ཡོད་པ་ལས། དེ་གིས་ ཨ་ལོ་ཚུ་གི་བསམ་པ་དང་རིག་ཐུལ་ སློང་པ་གསུམ་ཆ་ར་གི་ཤེས་ཡོན་འཐོབ་ཚུགས་ནི་ཨིན།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སློབ་དཔོན་དང་སློབ་ཕྱག་ཚུ་གིས་ ཚུན་དོན་གྱི་དམིགས་དོན་འབྲུབ་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ སྐད་ཡིག་གི་རིག་ ཐུལ་བཞི་དང་ ཚུམ་རིག་གི་ཁྲུང་ཡོན་ཚུ་གི་ ཤེས་ཚད་སློབ་ཕྱགས་ལུ་ཚུ་འཐོབ་ཚུགས་པ་ མི་ཚོའི་རིག་ཐུལ་བརྒྱ་ཐམ་གྱི་ ཐོག་ལས་ འབད་དགོ་པ་ཨིན། སློབ་རིམ་བཞི་པར་ཚུན་དོན་མ་འདྲུམ་ལུ་གི་ སློབ་ཚན་ལུ་དང་ སློབ་རིམ་ལུ་པ་དང་རྒྱག་པར་ ཚུན་དོན་མ་ འདྲུམ་རྒྱག་རེ་གི་ སློབ་ཚན་རྒྱག་རེ་དང་ སློབ་རིམ་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པར་ ཚུན་དོན་མ་འདྲུམ་བདུན་རེ་གི་ སློབ་ཚན་བདུན་རེ་ ཡོད། ཚུན་དོན་དགོས་ཁྲུངས་དང་དམིགས་དོན་དེ་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་གི་འོག་ལུ་ བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ལས། སློབ་ཚན་སོ་སོའི་ཚུན་དོན་ ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ༡༥ ཚུགས་ནི་དོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་གྱིས་གཤམ་གསལ་གྱི་ཁྲུངས་དོན་ལུ་ གན་ཞིབ་པེས་འདྲོང་གནང་ སྟེ་ སློབ་ཕྱག་ཚུ་ལུ་སླེལ་དགོ་པ་གཤམ་ཆེ།

སློབ་ཚན་ ༡ པ། རྫོང་དོན། ང་དང་དེའི་ཆ་རྟོགས།

རྫོང་དོན་འདི་ དང་པ་ར་ རང་ ག་བརྒྱུ་ཅིག་ཡིན་ནེ། རོ་ཤེས་དགོས་གཤམ་ཆེས་ལས་བརྟེན་ རང་གི་དོ་སློབ་འབད་ཐངས་ རང་གི་ ལྷོགས་ལྷུབ་ རང་གི་ལཱ་འགན་ རང་གི་སྤྱིད་སྤྱུག་གནས་སྤངས་ཚུ་ ཤེས་ཐོག་ལས། དེ་དང་བསྟུན་པའི་ བྱ་སྤྱོད་བརྩམ་ཤེས་པ་ བཟོ་ནི་དང་། གཉེས་པ་ལུ། སློབ་པ་རམས་དང་འཕུད་ན་སྤྱོད་དང་། བཟོ་དང་འཕུད་ན་དམར། ཟེར་དོ་བརྒྱུ་འབད་ ཆ་རྟོགས་ ལེགས་ཉིད་ དབྱེ་བ་བྱེ་ཤེས་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་གི་ཆ་རྟོགས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ ཤེས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི། དེའི་སྐོར་ལས་ རང་གིས་ཁ་ གསལ་ཏུ་བརྟེ་ གཞན་ལུ་བཤད་ཚུགས་དགོས་དང་། རང་གི་ཆ་རྟོགས་དང་གཅིག་ཁར་ འབྲེལ་བ་འཐབ་ཐངས་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་ འབད་ཤེས་ཐབས་ལུ་ཡིན།

༡. ཤེས་པ་མཐུན་པའི་ཆ་རྟོགས།

འབྲི་རྩེ་འདི་ ག་ཅི་གི་སྐོར་ལས་ཡིན་ནེ། དབྱེ་བ་དབྱུད་དེ་སྤྱོད་ཚུགས་ནི་དང་། ག་དེ་སྤྱོད་ཤེས་ལུ་ག་ག་ འབྲི་ཐངས་ཀྱི་རིག་ཅུལ་ཚུ་ རོ་ས་འཛིན་འབད་ནི། འདི་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ ཨ་ལོ་རང་དང་ ཆ་རྟོགས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ འབྲེལ་བཤད་འབད་ བློ་ཚུགས་ དགོ།

དེ་གི་མིང་ རྫོང་དོན་འདི་ཡིན། ང་ ལོ་ ༡༠ ཡིན། སློབ་རིམ་བཞི་པ་ནང་ ལྷུབ་ཡིན། ང་ལུ་ ཆ་རྟོགས་ ལེ་ཤ་ཡོད། ཆ་རྟོགས་ཚུ་ གི་ནང་ལས་ འཆམ་ཤོས་ར་ བརྒྱ་ཚེས་སྟོན་ཡིན། ང་བཅས་གཉེས་ བམ་གཅིག་གི་སྤྱུན་ཆ་བརྒྱུ་ སྤྱོད་པ་ཡིན། ང་བཅས་གཉེས་ དཔེ་ཆ་ལྷུབ་ས་ཡང་ གཅིག་ཁར་ཡིན།

བརྒྱ་ཚེས་སྟོན་ བྱ་མི་སི་འབད་ གཞུགས་རིང་མོ་ཡོད། མོ་ ཤ་དག་རོ་ ཁ་བདེ་དྲགས་ཅིག་ཡིན། མགུ་ཉོ་གི་སྐུ་ ལུ་ལྷུ་འབད་ར་ བཞག་པ་ཡིན། མོ་གི་ཨ་པ་དང་ ཨ་འི་གིས་ མོ་ལུ་གནམ་མེད་ས་མེད་དགའ། མོ་གིས་ ཚོས་གཞི་དམར་པོ་ལུ་དགའ།

མོ་ རྫོང་ཨ་རྟག་ར་ རྫོང་དོན་ ༥ ལུ་ འོངས་སྤྱོད། ཁ་ལག་ འཇུ་ཞིན་མ་ལས་ ལྷུ་མ་མ་ ༡༥ འཇམ་དབྱངས་གསོལ་འདེབས་ གཏངས་ཡིན། རྫོང་དོན་ ༡ དང་བྱེད་ དཔེ་ཆ་བལྟ་ཡིན། དེ་ལས་ རྫོང་དོན་ ༢ ལུ་ རྫོང་མཚར་བཟའ་སྟེ་ ཆ་རྟོགས་ཚུ་དང་མཉམ་ གཅིག་ སློབ་ལྷུ་ནང་ འགྲོ་ཡིན།

མོ་ ཚོང་དཔོན་ཅིག་གི་ བུ་མོ་ཡིན། མོ་གིས་ ཉིན་མ་རེ་འཆར་མེད་པར་ ཁ་ཟས་ལག་ཟས་ ལེ་ཤ་འབག་འོང་ནི་ཡོད། མོ་དང་ ཉིན་མའི་ལྷོ་ཡང་ གཅིག་ཁར་བཟའ་སྟེ་ ཨ་རྟག་ར་ མཉམ་གཅིག་སྤྱོད་པ་ཡིན།

ང་བཅས་གཉེས་ཀྱིས་ སློབ་ལྷུ་ནང་ལུ་ རྫོང་དོན་ ཞབས་ཁ་ཚུ་ནང་ཡང་ འདྲན་འདྲ་བཅའ་མར་གཏོགས་པ་ཡིན། ང་བཅས་ གཉེས་ཀྱིས་ རང་གི་པམ་དང་ སློབ་དཔོན་ རང་ལས་སློབ་མི་ཚུ་ལུ་ ལུས་ཞབས་འབད་ཡིན། དེ་འབད་ནི་དེ་གིས་ པམ་དང་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ཡིན།

སྦྱོར་ལྷན།

༡. དང་པ། འབྲི་རྩོམ་འདི་ སྐར་མ་ ༥ དེ་ཅིག་གི་རིང་ སྐད་མ་བཏོན་པར་ ལྷག་ཞིན་མ་ལས། ཚོགས་ ཉ་མ་གོ་མི་རྒྱ་ རེ་ལེ་བཞིན་ རྒྱུད་རའི་འབྲི་དེབ་ནང་ ཐོ་བཀོད་འབད།
གཉེས་པ། མིང་ཚོགས་ ཉ་མ་གོ་མི་རྒྱ་གི་དོན་དག་ ཚོགས་མཛོད་ནང་ལས་ འཛོལ།
༢. འབྲི་རྩོམ་འདི་ནང་ དོན་མཚམས་རེ་ལེ་འབད་ ལྷག་སྟེ། གནད་དོན་ག་ཅི་གི་སྐོར་ལས་ བཤད་པ་རྒྱབ་ཞིན་པས་ ག་? བརྒྱད་དོན་གྲིས།

ཨང་།	དོན་མཚམས།	བརྒྱད་དོན།
༡	དང་པ།	རང་དང་ཆ་རོགས་ཀྱི་རྩོད་འབད་ལྷག་ཞིན་པས།
༢		
༣		
༤		
༥		
༡.		
༢.		
༣.		
༤.		
༥.	མོགས། (རྩེབ་ མ་ཤེས་པ་ཅིན། ཚོགས་མཛོད་ལག་ལེན་འབད་)	

༣. ད་ལྟོ་ རྒྱུད་རའི་ སློབ་ཁང་ནང་ཡོད་མི། མདུན་ཆ་ དང་ རྒྱུད་ སློབ་ཁང་ནང་སྦྱོད་པའི་སྐབས་ ག་ཅི་ར་འབད་ནི་ཡོད་ ག་? ལོ་རྒྱུས་ཅིག་གི་ཞི་གི་དོན་ལུ་ གོ་ཤིམ་ཅིག་བཟོ།
༤. ལྷག་གི་གོ་ཤིམ་དང་ འབྲི་ལ་ཏེ། མདུན་ཆ་དང་། ཡང་ན། དཔུང་ཆ་དང་ སྦྱོན་གྲོས་འབད་དེ། ལོ་རྒྱུས་ཅིག་ གྲིས།
༥. འོག་གི་དྲི་བ་རྒྱ་གི་ལན་གྲི་དགོས་ཞིན།
 ཀ་ མིང་ཚོགས་གི་རྣམ་གྲངས་ ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ལས་ འཛོལ།
 རྩོད་ཚུ་ ལ་དོག། ག་ཅིག་ལར། ཅོག་འབད་པ།
 ཁ་ མིང་ཚོགས་རྒྱ་གི་ རྩོད་ཚོགས་ རྒྱུད་རའི་སེམས་ལས་ གྲིས།
 བུ་སི་སི། བདེ་བྲགས། མཉམ་གཅིག། ཨ་ཉག་ར།

ག་ མིང་ཚོག་གི་ རོན་དག་ ཚོག་མཛོད་ལས་ འཚོལ།

བཅའ་མར་གཏོགས། གུས་ཞབས། ལ་ཟས་ལག་ཟས། གསོལ་འདེབས།

༤. ཟ་ས་དང་སློབ་ས་ གཅིག་ཁར་ཡིན་མ་ཅོམ་ཅིག་གིས་ ཆ་རོགས་མཐུན་ཤོས་ཀྱི་གངས་སུ་རྒྱུད་ག་? དེ་ལས་ ལྷག་
པའི་ཁྱད་ཚོས་ ག་ཅི་ར་འོང་དགོས་སློ? བཤད་པ་རྒྱབ།

༥. མིང་ཚོག་གི་ སྤྲེབ་སེམས་ཁར་བཞག་ནི།
སློབ་རིམ། ཆ་རོགས། སྤྱན་ཆ། བྱ་སི་སི། རིང་མོ། རྒྱ། ཚོས་གཞི། ཞུ་རྟག། རྩོམ་རྩལ། སློབ་གྲྭ། ཚོང་དཔོན། ལེ་ག།
མཉམ་གཅིག། རྩེད་མོ། ཞབས་ཁ། འདུན་འདྲ། སློལ། གུས་ཞབས། ལེགས་ཤོམ།

༢. རང་དང་ཆ་རོགས་ཀྱི་རྩོད།

རང་དང་ཆ་རོགས་ཀྱི་རྩོད་འབད་རྒྱུགས་ནི། རྩོད་ནང་ག་ཅི་ར་རྒྱུད་ནི་ཡིན་ན? རྩོད་ཀྱི་དགོས་པ་དང་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་མ་ཡིན་མ་
ཤེས་ཏེ་འདི་ལས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ གནད་དོན་གཞན་ཕམ་དང་སློབ་དཔོན་རྒྱུ་གི་སྐོར་ལས་ རི་བ་འདི་ལན་འབད་དེ་ སྤྲེབ་དང་སྐྱགས་ཏེ་ མི་
རྒྱུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

ག་ རང་གི་རྩོད།	ལ་ ཆ་རོགས་ཀྱི་རྩོད།
<p>ང་ ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཡིན།</p> <p>ང་ ལོ་༩ ལངས་སོ་ཡི།</p> <p>ང་ སློབ་རིམ་༩ པ་ནང་ ལྷ་བ་ཡིན།</p> <p>ང་ གཡུས་ ཀྱར་རྩོད་ལས་ཡིན།</p> <p>ང་ལུ་ སྤྱན་ཆ་ གསུམ་ཡོད།</p> <p>རྒྱུད་ཤོས་འདི་ བུ་མོ་ཡིན།</p> <p>ང་བཅས་ སྤྱན་ཆ་གསུམ་ འཆམ་ཏོག་ཏོ་འབད་ སློབ་པ་ཡིན།</p> <p>དེའི་ ཞུ་པ་དང་ཞུ་འི་ ཞིང་ལུ་འབད་མི་ཡིན།</p> <p>ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ ང་ལུ་དགའ།</p>	<p>འདི་ དེའི་ཆ་རོགས་ཡིན།</p> <p>ཁོ་གི་མིང་ ཚོས་འཕེལ་ཡིན།</p> <p>ཁོ་ ལོ་༡༠ ཡིན།</p> <p>དཔེ་ཆ་སློབ་རིམ་༩ པའི་ནང་ ལྷ་བ་ཡིན།</p> <p>ཁོ་ བུ་མ་ཐང་ལས་ཡིན།</p> <p>ཁོ་ རྩེད་མོ་རྩེད་ལུ་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད།</p> <p>ཁོ་ དཔེ་ཆ་རྩ་འགྲེངས་ཏེ་ ལྷ་བ་མི་ཅིག་ཡིན།</p> <p>ཁོ་གིས་ སློབ་དཔོན་རྒྱུ་ གུས་ཞབས་འབད་མ་ཡིན།</p> <p>ཆ་རོགས་རྒྱུ་དང་གཅིག་ཁར་འཆམ་ར་འཆམ།</p> <p>སློབ་དཔོན་དང་སློབ་སྐྱོག་གིས་ ཁོ་ལུ་དགའ།</p>

སྦྱོར་ལྷན།

༡. རྒྱུ་རེ་འབྲི་དེབ་ནང་.....
རྒྱུ་རེ་མིང་། སྤྱི་ལོ། གཡུ་ས། རྟེན་ལོག། རྫོང་ཁག། དེ་ལས། རང་ ག་ཅི་ལུ་སློབ་ཡོད་ག? བྱ་སྦྱོན་ལེགས་
བཅོས་འབད་དགོཔ་ ག་ཅི་ཡོད་ག? ཚུ་བྲིས།

དེ་ལས། རྒྱུ་རེ་ དཔུང་ཆ་ལུ་རྒྱས་ཏེ།
ལོ་མོ་མིང་.....། གཡུ་ས་.....། རྟེན་ལོག་.....། རྫོང་ཁག་.....། སྤྱི་ལོ་.....།
ག་ཅི་འབད་ནི་ལུ་སློབ་ཡོད་ག?། བྱ་སྦྱོན་ལེགས་བཅོས་ འབད་དགོཔ་ག་ཅི་ཡོད།

༢. སློབ་ཁང་ནང་ རྒྱུ་རེ་གསལ་བཤད་གཏང་ནིའི་ བོ་རིམ་ཅིག་ བཟོ།
༡
༢
༣

དེ་ལས། བོ་རིམ་དང་འབྲིལ་ཏེ་ སློབ་ཁང་ནང་ གཏང་ནིའི་གསལ་བཤད་ གྲིས།
.....
.....
.....
.....

གིས་ཏེ་ཚར་ཞིན་མ་ལས། ལོག་སྟེ་ལྷག་སྟེ་ ཡི་གཱའི་ ལྷག་ཚད་བཟུ་སྟེ། ལེགས་བཅོས་ འབད་སྟེ། སློབ་དཔོན་ལུ་
ཐུལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ གྲིག་གྲི་བཟོ།

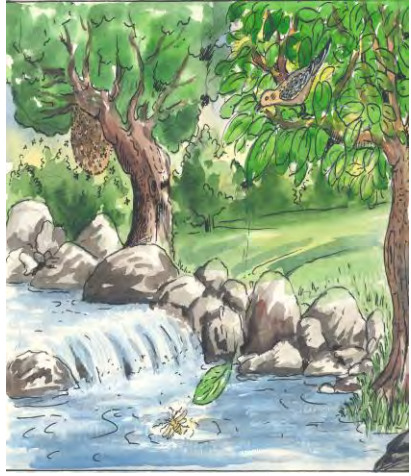
༣. འོག་གི་མིང་ཚོག་ཚུ་གི་ སྤེབ་སློབ་ལུ་རྒྱུང་ས།
སློབ་དཔོན། སྤྱན་ཆ། སྤྱི་མཚོ། ཞིང་ལྷ། འཆམ་ཏོག་ཏོ། རྩ་འགོངས། ལེགས་ཤོམ། ཚེད་མོ། ག་ཅིག་ཁར།

3. སྐྱུང་མའི་ཨ་ཞེ་དང་ཐི་ལི་རྒྱལ་མོ།

སྐྱུང་འདི་ ག་ཅི་གི་སྐོར་ལས་ཡིན་ནུ་ འདི་ནང་སྐྱུང་ཅེད་པ་ག་ཡིན་ནུ་ རོས་འཛོན་འབད་དེ་ སྐྱུང་གི་གོ་རིམ་ཚུ་ཉ་གོ་ཞིན་མ་ལས་ ལེགས་ཉེས་དབྱེ་བ་ཕྱེས་ཏེ་ བསྐྱུ་སྤྱི་ག་འབད་དེ་ཡིག་སྤྲེལ་ཚུ་ ཡར་དགས་བཟོ་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

རོང་ཚུ་ཅིག་གི་མཐའ་མར་ ཤིང་སྐོར་ཅིག་ཡོད་པ་མི་གུ་ སྐྱུང་མ་གི་ ཚང་ཅིག་བཅའ་ཡོད་མི་ དེ་ནང་། སྐྱུང་མ་ཚུ་གི་ཨ་ཞེ་ སེམས་ གནམ་མེད་ས་མེད་ སྐྱུང་དྲགས་ཅིག་ཡོད་པ་མས།

སྐྱུང་མའི་ཨ་ཞེ་འདི་ ཉིན་མ་རེ་ལུ་ཚར་རེ་ ཕྱི་ཁར་བོན་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་ མས། ཚར་ག་ཅིག་ མོ་ ཕྱི་ཁར་འགྲོ་ནི་འབད་ འཛོན་མེད། མོ་གི་ ག་ཤོག་པ་འདི་ ཤིང་གུ་ཐོག་གསུམ་ཏེ་ ཚུའི་ནང་བུད་སོ་རུག།



མོ་ ཚུ་གིས་འབག་འགྲོ་མེད། ཐི་ལི་རྒྱལ་མོ་ཅིག་གིས་ མཐོང་རུག། ཐི་ ལི་རྒྱལ་མོ་འདི་ མོ་ལུ་སྤྱི་ཚེ་སྤྱོད་ དེ་འཕམ་ལས་ ཤིང་གི་འདབ་མ་ཅིག་ བཏོག་ས་སྤེ་ ཚུའི་ནང་བཀོ་རུག། འདི་ སྐྱུང་མའི་ཨ་ཞེ་དང་ གྲིག་གི་ ཁ་བྱུག་ཐོག་པ་ལས། ཤིང་གི་ འདབ་མ་གུ་ འཛོན་གསུམ་ཏེ་སྤོད་པ་ད། ཚུའི་ རྒྱབ་ས་ཀྱིས་ ཤིང་གི་འདབ་མ་འདི་འབག་སྤེ་ ཚུའི་མཐའ་མར་བཏོན་ དཔ་ཡིན་མ་མས། དེ་ལས་ སྐྱུང་མའི་ཨ་ཞེ་གིས་ ཐི་ལི་རྒྱལ་མོ་ལུ་ གནམ་མེད་ས་མེད་ དག་འཚོར་བསྐྱེད་དེ་ བཀའ་རྒྱ་ཆེ་ཡི་ ཟེར་མཚོ་སྤེ་ འཕམ་ཡར་སོ་རུག།



ཉིན་མ་དག་པ་ཅིག་གི་ཤུལ་ལས། ཐི་ལི་རྒྱལ་མོ་འདི་ ཤིང་གི་ཞལ་ལག་ཅིག་གུ་ ཚང་བཟོ་སྤེ་སྤོད་པ་ད། བུ་ཚོ་ཅིག་གིས་མཐོང་སྤེ་ མདའ་རྒྱབ་ནི་འབད་བའི་ བསྐྱུང་ སྐྱུང་མའི་ཨ་ཞེ་འདི་གིས་མཐོང་རུག།

མོ་གིས། ག་ཡའ་..... ཨ་ཐི་ཐི་ལི་རྒྱལ་མོ་འདི་ མདའ་ཞག་ ང་ ཚུ་གིས་ འབག་པ་ད། ཁྲོག་ས་རམ་ འབད་མི་འདི་ ཡིན་པས། ད་རིས་ མོ་ལུ་ རིན་ལན་ ཅིག་ འཇལ་དགོ། ཟེར་མཚོ་སྤེ་ དེ་འཕམ་ལས། འཕམ་སོང་སྤེ་ བུ་ཚོ་གི་

ག་དོང་གུ་ མདའ་རྒྱབ་བྱིན་མེད། བུ་ཚོ་འདི་ མདའ་ག་ཞུ་ ལག་པ་ལས་ཤོར་སོང་ལས། ཐི་ལི་རྒྱལ་མོ་ ཁྲོག་སྐབས་འབད་ཚུགས་ ཅུག།

སྦྱང་ལྷན།

༡. འོག་གི་ རི་བ་རྒྱ་གི་ ལན་བྲིས།

ཀ་ སྤྱང་མའི་ཨ་ཞེ་ རྒྱའི་ནང་བྱུང་དགོ་པའི་ དོན་དག་ག་ཅི་ ཡིན་པས་གོ་?

ཁ་ བུ་ཚོ་དེ་ལུ་ མདུང་རྒྱབ་དགོ་མི་ ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་ཡིན་པས་?

ག་ སྤྱང་མའི་ཨ་ཞེ་ ག་དེ་སྤྱི་ རྒྱའི་མཐའ་མར་ ཐོན་སོང་ཡིན་ནེ་?

ང་ སྤྱང་འདི་ནང་ ཐི་ལི་རྒྱལ་མོ་དང་ སྤྱང་མའི་ཨ་ཞེ་གི་ ལོ་རྒྱུས་རྒྱུད་ཡོད་མི་ ཆ་ཚང་ལོགས་སུ་ བཏོན།

ཐི་ལི་རྒྱལ་མོ།	སྤྱང་མའི་ཨ་ཞེ།

༢. འོག་གི་མིང་ཚིག་གི་ ཆ་འདྲ་མི་རྩེ་ ག་ཅི་ག་ཁར་སྒྲིག་སྤྲོད།

གསལ་བྲག་སྤྱང་། འགྲུམ་མར། འདབ་མ། སྤྱང་བྲག་སྤྱང་། མཐའ་མར། ཐེངས་པོ་
 ག་ཅི་ག། སྤྱི་ཚེ། ཚར་ག་ཅི་ག། ཕངས། ག་ཅད། རྒྱོགས་རམ། འཛགས། བཏོགས།
 བྱུང། ཆ་ཚོགས། ཤོམ་འདབ།

༣. ཆ་ཚོགས་ ལོགས་ཤོམ་དང་ རོགས་གི་ འབད་ག་ཞག་ག་ཅི་བཟུམ་ར་ འོང་གོ་? ལོགས་སུ་བཏོན།

ལོགས་ཤོམ།	རོགས།

༤. བཏུ་མ་ཤིས་པ་ ཐེར་མི་འདི་ ག་བཟུམ་འོང་? གྲུལ་ཐིག་ལ དེ་ཅི་ག་བྲིས།

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

སློབ་ཚན་ ༢ པ། རྫོང་དོན། དེའི་སློབ་གྲྭ།

དེའི་ སློབ་གྲྭ་ཟེར་མིའི་ རྫོང་དོན་འདི་ ལ་ལོ་རྒྱུ་རང་གི་ཁྱིམ་ནང་ལས་འགྲུལ་ཅིག་ སློབ་གྲྭ་ནང་ཡིན་མ་ལས། རང་དཔེ་ཆ་ལྷན་
སའི་ སློབ་གྲྭ་ཆེ་རྒྱུད་ ཁྱིམ་གྱི་མང་ཉུང་ སློབ་དཔོན་གྱི་དོས་འཛིན་ སློབ་གྲྭའི་སྤྱི་གཤོག་ སློབ་གྲྭ་ནང་ན་ཡོད་པའི་ཅ་ཆས། རང་སློབ་
གྲྭ་ནང་ འགྲུལ་དང་གཅིག་ཁར་ འབག་དགོ་པའི་མཁོ་ཆས། དེ་ལས་ སློབ་གྲྭའི་ནང་དཔེ་ཆ་ལྷན་དགོས་དང་། ལོ་འཁོར་གྱི་ལས་
རིམ་ ག་ཅི་ར་ཡོད་ག? སློབ་གྲྭའི་མཐའ་འཁོར་ག་དེ་སྤྲེལ་ ཡོད་ག? རྒྱ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ཤེས་རྒྱ་གསལ་བ་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་
ཡིན།

༡. སློབ་གྲྭ།

འགྲིཙ་འདི་ ལྷག་ཞིན་ན་ གནད་དོན་རྒྱ་ ཉ་ཤོ་རྒྱ་གསལ་ནི་དང་ འགྲིཙ་འདི་གི་རྒྱལ་མ་འདམ་ ག་ཅི་ར་འདུག་ག? དོས་འཛིན་
འབད་དེ་ འགྲུལ་བཤད་འགྲིཙ་ འཇམ་སངས་ལེ་ རྒྱུ་དང་སྤྱུགས་ཏེ་བྲི་རྒྱ་གསལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

སློབ་གྲྭ་ཟེར་མི་འདི། ད་བཅས་རའི་ལ་ལོ་རྒྱུ་ དཔེ་ཆ་ལྷན་སའི་ཁྱིམ་དང་ ས་གོ་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ རྫོང་ཁག་ག་
རའི་ནང་ ལ་ལོ་རྒྱུ་ དཔེ་ཆ་ལྷན་སའི་ སློབ་གྲྭ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསལ་ ལེ་ག་ར་བཙུགས་ཏེ་ཡོད།

དེའི་ སློབ་གྲྭའི་མིང་ལུ་ ཤེས་རབ་གྲིང་ གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ། ཟེར་ སྤྲོད་ཡིན། སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་ སློབ་རིམ་ སློབ་གསར་ལས་༦ པ་
རྒྱ་རྒྱུ་ ཡོད། ད་ སློབ་རིམ་བཞི་པ་ རྒྱ་རྒྱུ་ག་ནང་ ལྷན་ཡིན། རྒྱ་རྒྱུ་འདི་ནང་ བུ་མོ་༡༥ དང་ བུ་ཚོ་༢༠ ཡོད། སློབ་གྲྭ་འདི་
ནང་ སློབ་དཔོན་༡༩ དང་ སློབ་སྤྱུག་བུ་ཚོ་དང་ བུ་མོ་༣༥༠ ཡོད།

ད་བཅས་ཀྱི་ སློབ་གྲྭའི་སློབ་ལོགས་ཁར་ ཤིང་དང་ མེ་ཏོག་ལེ་ཤ་ཡོད། སློབ་གྲྭ་འདི་ གད་པ་འཚམས་ཅིག་གུ་ ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་
ཡིན། ད་བཅས་ཀྱི་སློབ་གྲྭའི་ མཐའ་འཁོར་ལུ་ རྫོང་སྤེལ་དང་ མེ་ཏོག་གི་ལྷུ་ར་རྒྱུ་ བཟོ་སྤྲོད་ཡོད། དེའི་སློབ་གྲྭ་འདི་ དག་འཏོག་ཏོ་
ཅིག་ཡིན།

རྫོང་ལུ།

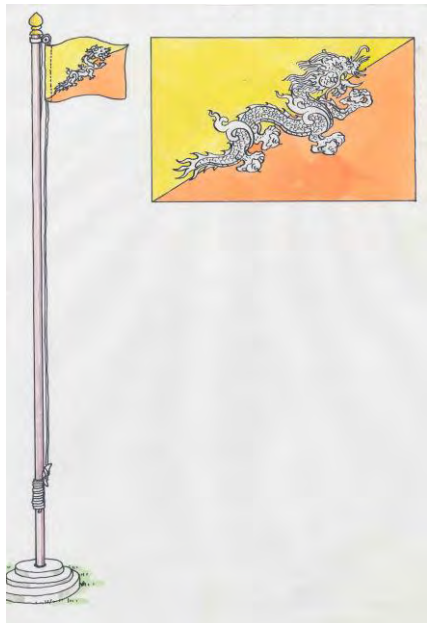
- ༡. འོག་ལུ་ཡོད་མི་ ཅི་བ་རྒྱུའི་ ལན་གྲིས།
- ཀ འགྲིཙ་འདི་ ག་ཅི་གི་ རྫོང་ལས་ཡིན་པས་?
- ཁ འདི་ནང་ གནས་རྒྱུལ་ ག་ཅི་ར་འདུག་?
- ག དོན་མཚམས་ ག་དེ་མ་ཅིག་འདུག་?

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

༢. ཡིག་རྒྱགས་ནང་ལས་ མིང་ཚོགས་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཚུ་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྡེ་ རྩོད་རེ་འབྲི་དེབ་ནང་གིས།
 དེ་ལས་ ཚོགས་མཛོད་ལག་ལེན་འཐབ་སྡེ་ མིང་ཚོགས་ཚུ་གི་ དོན་དག་གིས་སྡེ་ སློབ་དཔོན་ལུ་ བཙོ་ཁ་རྒྱབ་བཅུག་ནི་
 དང་། ཡང་ན། ཚོགས་མཛོད་དང་ ག་སྐར་འབད་བཟུ།
༣. རྩོད་རེ་ སློབ་གྲུ་མེད་ འབྲི་ཚོམ་འདི་ལས་ དིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ ཙོག་ར་གཅིག་པོ་ཅིག་ གིས།
༤. སློབ་གྲུ་དང་ རྒྱུ་ནང་ལུ་ དག་འཕྱིད་འབྱུང་དཔོན་པ་ཅིག་ འབད་དཔོན་པ་ ག་ཅི་ར་འདུག་མོ་?
༥. གད་པ། སློབ་ལོགས་ཁར། སྡེ་ཚོན། ས་མོ། གཞི་རིམ། ལྷུ་ར། འཚོམས། ལྷུངས། དོན་དག་འཚོམ་སྡེ་ རྩོད་ཚོགས་རེ་
 བཟོ།

༢. རྒྱུ་དང་།
 འབྲི་ཚོམ་ ལྷུག་ཞིན་ན་ མིང་ཚོགས་རྒྱ་སྐྱེད་འབད་ཚུགས་ནི་དང་ འབྲི་ཐངས་ཀྱི་རིག་ཅུལ་མ་འདྲུམ་ རེས་འཛིན་འབད་དེ་ འབྲི་ལ་
 བཤད་འབྲི་ཚོམ་ སྡེ་བ་དང་སྐྱེགས་ཏེ་ གི་རྒྱགས་དཔོ།

རྒྱུ་དང་འདི་ རྒྱུ་ཁབ་ཀྱི་དོ་རྟགས་ཨིན། རྒྱུ་ཁབ་ག་ར་ལུ་ རང་རང་སོ་སོ་འདི་ རྒྱུ་ཁབ་ཀྱི་དོ་རྟགས་ རྒྱུ་དང་རེ་འོངས་
 ཨིན། འདི་བཟུམ་ འབྲུག་རྒྱུ་ཁབ་ལུ་ཡང་ རྒྱུ་དང་ཅིག་ཡོད། སློབ་གྲུ་ག་ར་ནང་ རྒྱུ་དང་ལྷུངས་ཏེ་ རྒྱུ་པོ་འཛིན་བཟུན་



བཞུགས་ཕུལ་ནི་ཡོད། རང་བཅས་འབྲུག་རྒྱུ་ཁབ་ཀྱི་ རྒྱུ་དང་འདི་
 སྤྱི་ཏོག་ལུ་ ཏོག་སེར་པོ་ཅིག་ རྒྱུ་མཚན་གྱི་ ཚབ་འབད་ཡོད། དེ་གི་
 འོག་ལུ་ རྒྱུ་དང་ཡོད། རྒྱུ་དང་གྱི་ ཚོམ་གཞི་ཡང་ ལྷུག་ལས་
 ཕྱེད་སེར་པོ་ རྒྱ་སྐྱེམ་ཤོས་ དར་ཤིང་གི་ ཁ་ཐུག་ལུ་ཡོད། འོག་ལས་
 ཕྱེད་ལི་གི་ རྒྱ་སྐྱེམ་ཤོས་རྒྱུང་ཁར་གཡེབས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

སེར་པོ་དང་ ལི་གི་གཉེས་ཀྱི་ བསྐྱེད་མཚམས་ལུ་ འབྲུག་དཀར་པོ་
 གཅིག་ ཁ་བརྒྱུངས་ཏེ་ ཡང་འབྲུར་བའི་རྒྱུ་འབད་ཡོད། འབྲུག་གི་
 རྒྱུ་དང་དང་ལག་པ་ལུ་ རོར་བུ་ཚུ་བཟུང་སྟེ་ཡོད།

རྒྱུ་དང་འདི་ སློབ་གྲུ་དང་ ཡིག་ཚང་ རྩོད་གཞིས་དང་ རྩོད་ཁག་ དེ་
 ལས་ རྒྱུ་ཡོངས་ཀྱི་ དག་འཕྱིད་ཚུ་གི་སྐྱབས་འབྲུར་ནི་ཡོད། དུས་
 ཚོད་འདི་ཡང་ ཡིག་ཚང་དང་སློབ་གྲུ་འདི་ དུས་ཚོད་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྩོ་

པ་རྒྱུ་ཚོད་ད་ ༣༠ ལས་ ཕྱི་རུ་རྒྱུ་ཚོད་ ༥.༠༠ ཚུན་ཚོད་ ལྷུངས་ཏེ་བཞུགས་ཨིན།

སྦྱང་ལྷན།

༡. རྒྱལ་དར་ལུ་ ཚོས་གཞི་ མ་འདྲམ་ ག་དེམ་ཅིག་འདུག་?

༢. འོག་གི་ གནད་དོན་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ གིས།

ཀ་ འཕྱར་སའི་ས་གོ་།

ཁ་ སེམས་ཅན་གྱི་མིང་།

ག་ འཕྱར་བའི་དུས་ཚོད་།

ང་ སེམས་ཅན་གྱི་ལག་པར་ཡོད་མི་།

ཅ་ རྒྱལ་དར་གྱི་མགུ་ཉོ་ཁར་བཀལ་མི་།

ཆ་ རྒྱ་སློམ་ཤོས་ ཤིང་ཁ་ཐུག་ལུ་ཡོད་མིའི་ ཚོད་གཞི་།

ཇ་ རྒྱ་སློམ་ཤོས་ རླུང་ཁར་གཡབ་མིའི་ ཚོད་གཞི་།

༣. རྒྱལ་པོ་ བརྟན་བཞུགས་ འདྲ་བཤུས་རྒྱུ།

3. ང་བཅས་དགའ་བའི་སློབ་གྲྭ།

ཞབས་ཁྲ་ནང་ཡོད་པའི་ ཚོགས་འདུ་ཚུ་ ༡ ལོ་ལྟེ་ ཞབས་ཁྲ་ལྷན་ཀྱི་ སྤྱི་ཚུགས་ནི་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་ཚོགས་གི་ སློབ་ཚུ་ཤེས་ནི་ གི་དོན་ལུ་ཨིན།

ང་བཅས་དགའ་བའི་སློབ་གྲྭ། ང་བཅས་སྦྱིད་པའི་སློབ་གྲྭ།
དགའ་བའི་སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་། འབྲུན་པ་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ།

ཤེས་ཡོན་མཁས་པའི་སློབ་དཔོན། ཁྲོ་རིག་བཟང་བའི་སློབ་ལྷན།
ཕུན་སུམ་གཅིག་ཁར་ཚོགས་ཏེ། འབྲུན་པ་ལེགས་སོ་ལུ་གོ།

ང་བཅས་དགའ་བའི་སློབ་གྲྭ། ང་བཅས་སྦྱིད་པའི་སློབ་གྲྭ།
དགའ་བའི་སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་། འབྲུན་པ་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ།

ང་བཅས་སློབ་ལྷན་ཚུ་གིས། ཡོན་ཏན་ལེགས་ཤོམ་ལྷབ་སྟེ།
རྒྱལ་ཁབ་རྩ་བ་གསུམ་ལུ། ཕྱག་ཕྱིད་ཞབས་ཏོག་ལུ་གོ།

ང་བཅས་དགའ་བའི་སློབ་གྲྭ། ང་བཅས་སྦྱིད་པའི་སློབ་གྲྭ།
དགའ་བའི་སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་། འབྲུན་པ་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ།

ང་བཅས་སློབ་ལྷན་ཚུ་གིས། ཡོན་ཏན་ལྷབ་པའི་ཤུལ་ལུ།
གཞུང་ལུ་ཞབས་ཏོག་ལུ་གོ། གཞུང་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ལུ་གོ།

ང་བཅས་དགའ་བའི་སློབ་གྲྭ། ང་བཅས་སྦྱིད་པའི་སློབ་གྲྭ།
དགའ་བའི་སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་། འབྲུན་པ་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ།

སློབ་ལུ།

1. འོག་གི་དྲི་བ་ཚུའི་ལན་བྲིས།

- ཀ) ཞབས་ཁྲ་འདི་ནང་ གཞུང་ལུ་ཞབས་ཏོག་ལུ་ཞིའི་སྐོར་ ཚོགས་བཅད་ག་ཅིའི་ནང་ལས་ འཛོམས་མས་?
- ཁ) ཕུན་སུམ་གཅིག་ཁར་ ཚོགས་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཨིན་ན?
- ག) འོ་ལོ་ཀ་/ཚོགས་བཅད་༤ པ་གིས་ ག་ཅི་འབད་དགོ། ཟེར་སླབ་ཨིན་ན?

2. ཞབས་ཁྲ་འདི་ ཚར་གཅིག་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག།

དགུང་སྟོན་ཕྱོགས་ལ་དགའ་ལ་སྦྱིད་སོང། ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ་གྱི་བཞི་བསྐྱོར་ནས་ལེགས། ད་
ལྷ་མཇལ་བ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཡི། རྒྱལ་ལས་མཇལ་བའི་སྟོན་ལམ་ཚར་གསུམ་བཏབ། གཡུས་
བཟང་ཕྱོགས་ལ་དགའ་ལ་སྦྱིད་སོང། དིན་ཅན་པ་མ་སྐྱ་གཟུགས་བཟང་པོ་འབད་འདུག། ད་ལྷ་
མཇལ་བ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཡི། རྒྱལ་ལས་མཇལ་བའི་སྟོན་ལམ་ཚར་གསུམ་བཏབ།

འདི་དང་ ཅོག་འཐད་པ་འབད་ འོག་གི་དོན་ཚན་གྱི་ཐོག་ལུ་ ཞབས་ཁྲ་བྲིས།

སློབ་ལྷ་ཕྱོགས་ལ་དགའ་ལ་སྦྱིད་སོང། དིན་ཅན་སློབ་དཔོན་སྐྱ་གཟུགས་བཟང་པོར་བཞུགས།
ད་ལྷ་མཇལ་བ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཡི། རྒྱལ་ལས་མཇལ་བའི་སྟོན་ལམ་ཚར་གསུམ་བཏབ།

པ་ལུལ་.....། གཉེན་དང་ཉེ་འབྲེ་སྐྱ་གཟུགས་.....།
རྩོད་ཆེན་.....། འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་.....།
རང་བྱིས་.....། བམ་དང་སྐྱུན་ཆ་.....།
སློབ་ཁང་ནང་ལ་.....། བུ་ཚོ་དང་བུ་ཚོ་.....།

3. ཞབས་ཁྲ་འདི་ནང་ལས་ མིང་དང་བྱ་ཚིག་ ༥ རེ་ འཚོལ་ཏེ་ འོག་གི་ཐོག་ཁམ་ནང་ བྲིས།

མིང།	བྱ་ཚིག།
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

4. ཚོག་མཚོན་ལག་ལེན་འཐབ་ཞིན་མ་ལས། ཚོགས། བྱོན། སྤྱི། ལྷ། དགའ། ལྷ། ཟེར་མི་རྩུ་གི་ མ་འོངས་པ་དང་ ད་ལྷ་
བའི་ ཚོག་ལུ་སྐྱུར་བཅོས་འབད་དེ། ཚོག་གོགས་དང་འཁྲིལ་བའི་ དཔེར་བཅོན་རེ་ བྲིས།

མ་འོངས་པ།	དཔེར་བཅོན།	ད་ལྷ་བ།	དཔེར་བཅོན།
འབྱོན།	དཔོན་ འབྱོན་ནི་ ཞིན་པས།	འབྱོན།	སློབ་དཔོན་ འབྱོན་དོ།

༤. ཚོ་རྟོ་དང་ཀྲུ་ལ་གངས་རི།

སྤྱང་འདྲི་གི་ལོ་བ་ལེན་ཞིན་མ་ལས། རིག་བསྐྱེས་ཏེ་ དཔོན་བྲ་སི་སི་སོགས་ ཞིབ་འཇོལ་འབད་ཚུགས་ནི་དང་། འདྲི་ནང་གི་འབྱུང་རིམ་ ཚུ་ཉ་ལོ་སྟེ་ ཚོག་མཚམས་བཞག་ཐངས་དང་། རོན་མཚམས་ གཅད་ཐངས་ཚུ་ ཤེས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

༩ ཉེ་མ་སློབ་ལྷ་ཅིག་ནང་ ཨ་ལོ་ལ་བདེ་དྲགས་ཅིག་ཡོད་པ་མས། ལོ་ དཔེ་ཆ་ལྟ་བུ་ནི་ལུ་ ཀྲིག་གི་ཅིག་ཨིན་ཅུང་། ལ་ མཁས་ནི་དེ་གིས་ མིང་ ཚོ་རྟོ། ཟེར་བཏགས་ལུག། ལོ་ལུ་ ཆ་རོགས་ སྤར་ནི་ར་མེད་པ་ཅིག་ ཡོད་པ་མས། དེ་གི་མིང་ ཀྲུ་ལ་ གངས་རི། ཟེར་སྤྱང་དོ་ཡོད་པ་མས། ཚར་གཅིག་འབད་མ་དུ། སློབ་དཔོན་གྱིས་ སློབ་སྤྱད་ག་ར་ ཀ་ལ་རྒྱགས་ལེན་ཏེ་ ཚོ་རྟོ་གྲུ་ སློད་པ་ད། ལོ་གིས་ ཀ་ལས་ར་རྒྱན་ཚོད་ སྤྱང་ཚུགས་ལུག། དེ་འབད་མ་དུ། ཉ་ཟེར་ ཅུ་ལས་སྤྱང་མ་རྒྱགས་པས།

དེ་ལས། སློབ་དཔོན་གྱིས་ གནས་སྐབས་བཏོན་ཏེ་ སྤྱང་བཏུག་ནི་འབད། མའི། ཚོ་རྟོ། རྒྱའི་ནང་ལུ་ སེམས་ཅན་གཅི་ར་ཡོད་ གོ་? སྤྱང་ཤིག། ཟེར་མ་དུ། ལོ་གིས་ མཚོ་བསམ་བཏང་ཡི་ར་ སྤྱང་ཐག་འོང་ལགས། ཟེར་ལུ་ལུག། འ་ འ་ མེན་ས། དོ་རུང་། གཅིག་ སྤྱང་ཤིག། ཟེར་མ་དུ། སྤྱང་ཅུང་འོང་ལགས། ཟེར་ལུ་ལུག། དེ་ཡང་མེན། དོ་རུང་ གཅིག་སྤྱང་ཤིག། ཟེར་མ་དུ། སྤྱང་ལས་ འོང་ལགས། ཟེར་སྤྱང་ལས། སློབ་དཔོན་དཔོན་མཁའ་ལེལ་ཏེ། དཔུགས་ ཡར་འཛོལ་ལུ་ཅིག་འབད། དཔའི། ཉ་ཟེར་ སྤྱང་མི་ཤེས་ སློ་? ཟེར་གསུངས་ལུག།

ནམ་ཅིག་གི་ཚེ་ ཤེས་རིག་ཞིབ་དཔྱད་ཚུ་བྱོན་ཏེ་ ལོ་གི་ཆ་རོགས་ ཀྲུ་ལ་གངས་རི་འདྲི་ དྲི་བ་རེ་དྲི་བ་ཅིན། མི་ཤེས་ མཚོ་ འདྲི་གས་ཏེ་ ཆབ་གསལ་ནང་འཇུལ་སྤྱོད་ལུག། ཚོ་རྟོ་དེ་ཡང་འདྲི་གས་ཏེ་ འབྲི་ཁྲི་འོག་ལུ་ གཡིབས་ཏེ་ སྤྱང་སྤྱང་པའི་བར་ན་ འགོ་དཔོན་ཚུ་བྱོན་ལུག།

ཞིབ་དཔྱད་པ་ཅིག་གིས། ཡ་ རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱང་ལས་ བུ་ཚོ་དྲག་ཤོས་ ཚོད་མ་གྱི་ཚོ་རྟོ་བཟུམ་ཅིག་ ག་ཡོད་གོ་? ཟེར་ དྲི་བའི་སྐབས་ལུ། ལོ་རའི་མིང་ འཕྲོན་དེས་ མཚོ་སྟེ། འབྲི་ཁྲི་འོག་ལས་འབད་ ཡར་འོངས་ཏེ། ཚོ་རྟོ་ ང་ཨིན་ལགས། ཟེར་ལུ་ལུག། ཞིབ་དཔྱད་པ་ གིས། ལགས་འབྲུག་གི་སའ་ལྷ་གྲུ་ བཀལ་སྟེ། ཡ་ དེ་འབད་ན་ ཚོ་རྟོ་ཚུ་དྲུག་ ཀྲུ་ལ་གངས་རི་ ག་ཏེ་ ཉོངས་ལུ་འདུག་ག་? སྤྱོན་ཞིག། ཟེར་དྲིས་ལུག། ལོ་ནི་ ལོ་རའི་ཆ་རོགས་ལུ་ སྤྱང་འདྲས་མཚོ་སྟེ། མིག་ཏེ་ བར་དང་རྒྱུར་ ཀྲང་གི་དེ་ཅིག་ འབད་དེ། དཔོན་མཁའ་མ་ལེལ་ལགས། ད་ལྟོ་ ཆབ་གསལ་ནང་ ཡོད་ལགས། ཟེར་སྤྱང་ལས་ ག་ར་ ཉམ་ཐལ་ཐལ་འབད་ ལུས་སོ་ལུག།

སྤྱོད་ལུ།

༡. སྤྱང་འདྲི་ནང་ མི་ག་དང་ག་ར་ འདུག་ག་? ཐོ་བཏོན།
༢. ཀྲུ་ལ་གངས་རི་ ཟེར་མིང་འཕྲོབ་དགོ་མི་འདྲི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཨིན་པས་གོ་?
༣. ཀྲུ་ལ་གངས་རི་ ཆབ་གསལ་ནང་ འཇུལ་དགོ་མི་འདྲི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཨིན་ན་?
༤. སློབ་དཔོན་གྱིས་ ཚོ་རྟོ་ལུ་ ཉ་ཟེར་སྤྱང་བཏུག་ནི་གི་ ཐབས་ཤེས་ག་དེ་སྟེར་ བཏོན་ལུག་?

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

- ༥. ལྷོད་དང་ ལྷོད་པའི་ཚེ་གསལ་གྱི་སློབ་ལས་ ལོ་རྒྱུས་གྲུལ་ལ འབད་མི་ཅིག་ གྲིས།
- ༦. འོག་གི་ ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ལས་ མིང་གི་རིགས་ སོ་སོར་བཏོན།

དེ་ལས་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ གནས་སྐབས་བཏོན་ཏེ་ སླབ་བརྗོད་ཀྱི་འབད་ དབའེ་ཚོ་ཏོ་ རྒྱུ་ནང་ལུ་ སེམས་ཅན་ ག་ཅི་ར་ཡོད་པོ་? སླབ་ཤིག། ཟེམ་ད། ལོ་གིས་ མཚོ་བསམ་བཏང་ཡི་ར་ སླལ་ཐག་འོང་ ལགས། ཟེམ་ལྷུ་རྒྱུག། འ་ འ་ མེན་ས། རོ་རུང་ གཅིག་ སླབ་ཤིག། ཟེམ་ད། སླལ་རུང་འོང་ལགས། ཟེམ་ལྷུ་རྒྱུག། དེ་ཡང་མེན། རོ་ རུང་ གཅིག་སླབ་ཤིག། ཟེམ་ད། སླལ་འོང་ལགས། ཟེམ་སླབ་ལས། སློབ་དཔོན་དགོངས་མ་ཞེལ་ཏེ་ དབའེ་ ཉ་ཟེར་ སླབ་མི་ཤེས་སློ་? ཟེར་གསུངས་རྒྱུག།

- ༧. བཏང་། འདྲོགས། ལྷོན། གྲིས། འོངས། གཡིབས། ཟེར་མི་ཚུ་ ཚོག་མཚོན་ལག་ལེན་འཐབ་ཞིན་མ་ལས་ མ་འོངས་ པའི་ ཚོག་ནང་གྲིས།
- ༨. ཡིག་རྒྱུགས་སྐྱབ་སྟེ་ སློན་འཇུག་ཡོད་མི་ མིང་ཚོག་༡༥ གྲིས།
- ༩. སླལ་ས། ཉམ་ཐལ་ཐལ། རོངས་ལུ། གནས་སྐབས། བདེ་དྲགས། ཟེར་མི་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ རྫོང་ཚོག་རེ་བཟོ།

སློབ་ཚན་ ༢ པ། རྫོང་དོན། སེམས་ཅན།

རྫོང་དོན་འདི་ ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ རང་དང་གཅིག་ཁར་འཆང་སྟེ་ཡོད་མི་ སློན་ལོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ཡིན་མ་ལས། དེ་ཚུ་གི་ དོ་སློང་ དང་སེམས་ཅན་འདི་ཚུ་ ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་གསོ་སྦྱོང་ འབད་མ་ཡིན་ནུང་ གསོ་སྦྱོང་ག་དེ་སླེ་ར་འབད་དགོཔ་ཡིན་ནུང་ དེ་ཚུ་གི་ཕན་ ཐོགས་ག་ཅི་ཡོད་ག་? སེམས་ཅན་ སྤྱང་སྦྱོབ་འབད་ཐངས་ གཞན་ཡང་མཐའ་འཁོར་ལུ་ཡོད་མི་ སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་དང་དབྱེ་ བ་ དེ་ཚུ་གི་སློང་ས་དང་ཆགས་ས་ག་ཉེ་ཡིན་ནུང་ ཚུ་ ཉ་གོ་ནི་དང་། དེ་ལས་ བརྟེན་ཉེ་འབྱུང་བའི་ཕན་པ་ཚུ་ བསྐྱབ་ཤེས་པ་དང་ གཞན་པ་དང་ ཉེན་ལ་ཚུ་བཀག་ཤེས་པ་ བཟོ་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༡. བ་སྤེལ་ (རྫོང་མི་)

འབྲི་ཚུམ་འདི་གི་ལྷན་ཚོས་ཚུ་ དོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་ནི་དང་། རྫོང་དོན་དང་འབྲེལ་ཉེ་ སེམས་ཅན་གསོ་སྦྱོང་གི་སློང་ལས་ཉ་གོ་ དེ་ལས་ རིགས་བསྐྱེས་ཉེ་ འབྲེལ་བཤད་འབྲི་ཚུམ་ཚུ་ སྤེལ་དང་བཅས་པ་འབད་ བྱི་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༢ བ་སྤེལ་ (རྫོང་མི་) འདི་ ཨོམ་འཐོན་ཤུགས་ཅན་གྱི་ སློན་ལོ་ཅིག་ཡིན། འདི་གིས་འབད་ མི་ག་ར་གིས་ བ་སྤེལ་ གསོ་སྦྱོང་བསྐྱེད་པ་ཡིན།



བ་སྤེལ་ཚུ་ གཞུགས་ཡང་ སློམ་སུ་ འབད་ཡོད་པ་ལས། ལྷ་དང་ཆག་ཚུ་ ཡང་ གཡུས་ལོ་ལས་ ལྷག་པ་ འབད་ བཟའ་མ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་། བྲེལ་ལུ་ ལྷ་དང་ཚུ་ ཆག་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ བྱིན་ཚུགས་པ་ ཅིན། ཉིན་མ་རེ་ལུ་ ཨོམ་ལི་ཀར་༡༠ དེ་རེ་འཐོན་མ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ ལས། གཡུས་ལོ་ལས་ གསུམ་དང་ བཞི་ལས་ བྲེལ་གཅིག་གསོ་བ་

ཅིན་ འཐོན་ཁུངས་ཆེ།

བྲེལ་ཚུ་ བཞག་ས་ལུ་ འདམ་དང་ ལྷ་དང་ཨ་བ་ཚུ་ འབྲེལ་འབྲེལ་འབད་འཕུགས་ཉེ། ཉིང་སངས་ས་འབད་ བཞག་དགོ། དེ་ མིན་པ་ཅིན། ཁོང་ལུ་ ནད་གཞི་འཐོབ་མ་ཚོད། ཨོམ་གྱི་འཐོན་ཁུངས་ཡང་ ལྷང་སུ་འགྲོ་མ་ཡིན། དེ་གིས་འབད། བྲེལ་ གསོ་སྦྱོང་ འབབ་ཐངས་ ཤེས་དགོཔ་འདི་ ག་ནི་ལས་གལ་ཆེ།

སློབ་ལྟན།

༡. བྲེ་ལ་གསོ་བ་ཅིན། བན་ཐོགས་ག་ཅི་ར་ཡོད་ག་? བན་ཐོགས་མ་ གྲིས།
.....
༢. བྲེ་ལ་གསོ་བ་ཐངས་ ག་དེ་སླེ་ ཨིན་པས་? དེའི་སློབ་ གྲིས།
.....
༣. བྲེ་ལ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཏི་རུའི་འོང་འབབ་ བཟོ་ཞིའི་སློབ་ལས་ བསམ་འཆར་དག་པ་ཅིག་ གྲིས།
.....
༤. རྒྱ་ ར། གུ་ གསོ་སློབ་འབད་བ་ཅིན། དེ་རྩུ་གི་ བན་ཐོགས། འོང་འབབ། གསོ་བཅས་རྩུ་ ག་དེ་སླེ་ཨིན་ བན་ཐོགས་ གྲིས་ཏེ་ གྲིས།
.....
༥. རྒྱ་གྲི་ མཉོ་བསམ་ལས་ འབད་བ་ཅིན། མོ་ནམ་ཞིང་ལུ་འབད་མི་དང་། བ་གསོ་མི་གཉིས་ལས་ འོང་ འབབ་ག་འདི་ ཆེ་ཞི་བཟུམ་ མཐོང་མ་མས་? གྲིས།
.....

2. བྱི་རྒྱལ་པོའི་ལོ་རྒྱུས།

སྤྱི་འདུན་ ལྷག་སྟེ་ མིང་ཚིག་གི་གོ་དོན་དང་ རྫོང་དོན་གཅི་ཡི་ཡིན་ནམ་? འབྲི་ཐངས་དང་ འབྲུང་རིམ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གི་ རྫོང་དོན་རྒྱ་གཅི་ ཡིན་ནམ་? དེ་བྱི་བ་དཔུང་རྒྱུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༥ ཉེ་མ་ བྱ་ཡོད་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་ རྒྱལ་པོ་ཅིག་བསྐྱེ་ནི་འབད། ཉིན་མ་གཅིག་ བྱ་ཡོད་རིགས་ཡོད་ཚེད་ གཅིག་ཁར་ འཛོམས་ཅུག། ཁོང་ ལྷན་གྲོས་རྒྱབ་ད། ཉིན་ཤར་སར་ འགོ་དང་པ་ ག་གིས་མཐོང་མི་དེ་ རྒྱལ་པོ་བསྐྱེ་ནི་འབད་ ཁ་འཆམས་ ཅུག།

དེ་གི་ནངས་པ་རྒྱུ་པ་ ཉིན་ཤར་སར་ དང་པར་ མོམ་མ་སྐྱེ་(པ་མང་)དང་ སུ་ལྷ་གཉིས་ཀྱིས་ འབྲན་འབྲན་མཐོང་རུང་ མོམ་མ་སྐྱེ་ གིས་ སུ་ལྷ་མཐོ་སྐྱོར་རྒྱབ་སྟེ། སུ་ལྷ་གི་མགུ་ཉེ་ བྱི་སྐྱོམ་ནང་ བཅུགས་བཞག་དཔ་ལས། རྒྱལ་ཁ་ ཁོ་གིས་ཐོབ་ཆི་ཅུག། དེ་ གིས་འབད་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ སུ་ལྷ་གི་མགུ་ཉེ་ རྒྱ་ཐལ་ཐལ་འཚམས་ཅིག་ ཡོད་མི་འདི་ དེ་གིས་འབད་ཡིན་མ་མས།

ཡིན་རུང་། མོམ་མ་སྐྱེ་འདི་ བྱི་རྒྱལ་པོ་བསྐྱེ་ནི་ལུ་ སེམས་ཁར་མ་འབབ་པར་ བྱ་རྒྱུ་གིས་ ཉིན་ཤར་སར་ ཉེ་མ་མཐོང་པ་གིས་ མི་ བཏུབ། གནམ་ཁར་ ག་གིས་ མཐོམ་འབད་ ལྗོང་རྒྱགས་པ་ཅིག་དགོ། ཟེར་སྐབ་ཅུག། དེ་ལས་ བྱ་ཡོད་རིགས་ཡོད་ཚེད་ཀྱིས་ གནམ་ཁར་འཐུར་མ་ད། མོམ་མ་སྐྱེ་གིས་ བྱ་རྫོད་ཀྱི་སྐལ་ཉེ་འི་ ག་ཤོག་པའི་ནང་ལུ་ ག་ཡིབས་ཉེ་སྡོད་སྡོད་པ་མས།

བྱ་རྫོད་ཀྱིས་གནམ་ཁར་ ག་བ་ཡང་མཐོམ་འབད་འཐུར་ཉེ་ བྱ་རྒྱུ་ལུ་ རྣ་བལྟ་ཞིག། ག་བ་ཡང་ ང་ མཐོ་སོ་ཡི། ཟེར་ སྐད་རྒྱབ་ ད། མོམ་མ་སྐྱེ་གིས། བྱ་རྫོད་ཀྱི་ ག་ཤོག་པའི་ནང་ལས་ཐོན་ཉེ། ཁོ་བ་ཡང་ ང་མཐོ་ཟེར་སྐབ་སྟེ་ རྒྱལ་ཁ་ ཁོ་གིས་ར་ ཐོབ་ཅུག།

ཡིན་རུང་། མོམ་མ་སྐྱེ་འདི་ བཟོ་ལྷ་ཉེས་སི་སི་ བཀྲག་མེད་མདངས་མེད་ཅིག་དང་ གཟུགས་ལུ་ སྤྱུ་མེད་པའི་ཁར་ ཁའི་ནང་སོ་ དང་ མགུ་ལུ་རྣམ་ཡོད་པ་ལས། བྱི་གསལ་ཁར་མི་རྒྱུད། བྱི་རྒྱལ་པོ་མི་བཏུབ། ཟེར་སྐབ་སྟེ་ རྒྱལ་པོ་བསྐྱེ་ནི་མར་ར་བཞག། བྱ་ ຢིགས་དམངས་ཀྱིས་ བྱི་གསལ་ལས་ཡང་ བཏོན་བཏང་ད་ཅུག།

དེ་གིས་འབད། ད་རེས་མོམ་མ་སྐྱེ་འདི་ གནམ་ཉིན་མར་ བྱི་ཁར་འཐོན་མ་ཅུམ་པར། གི་ལྷག་གནག་དུང་ ག་ཉེ་ཡོད་སར་ རྫོད་ དགོ་མི་འདི་ དེ་གིས་ཡིན་མ་འབད་ བཤད་སྲོལ་ཡོད་པ་ཡིན།

སློབ་ལྟུང་།

༡. འོག་གི་ རོན་ཚན་དང་འཁྲིལ་ ལན་གྱིས།
 - ཀ་ སུ་ལྷ་ལས་ རྒྱལ་ཁ་ འཕྲོབ་ཚུལ།
.....
 - ཁ་ བྱ་ཚོད་ལས་ རྒྱལ་ཁ་ འཕྲོབ་ཚུལ།
.....
 - ག་ བོ་མ་མ་སྐྱེ་འདི་ བྱའི་གསལ་ལས་ བཏོན་གཏང་དགོ་པའི་ཁྱེད་ལ།
.....
 - ང་ བོ་མ་མ་སྐྱེ་ཉིན་མར་ མཐོང་སར་མེད་མི།
.....
 - ཅ་ བས་དང་ ཆ་རོགས་ཚུ་ལུ་དྲིས་སྟེ་ བྱ་གི་མིང་༧༠ དང་ སེམས་ཅན་གཞན་མིའི་མིང་༧༠ ། སློག་ཆགས་
འབྲུབ་གི་མིང་༧༠ གྱིས།
.....

༢. འོག་གི་མིང་ཚོགས་ཚུ་ལྟུང་།

བསྐྱེ། ཡོད་རིགས། ལྷན་གྲོས། ལ་འཆམས་རྒྱལ། བས་པ། བོ་མ་མ་སྐྱེ། སུ་ལྷ། འབྲན་འད། མགོ་
སྐྱོར། རྒྱལ་ཁ། རྒྱ་བལ་བལ། མགོ། འབྲུར། བྱ་ཚོད། སྐལ་ཏོ། གཤོག་པ། བཟོ་བཟླ། མདངས་
མེད། རྩ། གསལ་ལ། རིགས་ དམངས། ཉིན་མ། འཕྲོད། རུས། གི་ལྷག། གནག་དུང་།

༣. འོག་གི་བྱ་ཚོགས་ཚུ་ ད་ལྟ་བའི་ཚོགས་ནང་གིས།

འཛོམས། བསྐྱེ། བསྐྱེ། འཆམས། རྒྱེས། མཐོང་། བསྐྱོར། རྒྱལ། བཏོན་པ། བཞག། ཐོབ། བབས། བཏུབ། འབྲུར། གཤོག་པ།
ཐོན། བཟླ། བཤད། དུག་པ།

༣. ཀ་ཤ།

སེམས་ཅན་གྱི་སྤང་བ་ཞུས་པ་ལས་ལྷན་སྟེ་ སོ་དོན་ལེན་ཏེ་ སྤང་ནད་གི་རྩིས་སྤང་ འུགས་ཆེ་ཤོས་ག་ཏེ་འདུག་གམ་? སྤང་ནི་དང་ སེམས་ ཅན་གྱི་སྤོང་ལས་ སྤང་བྱི་རྒྱུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

༤ ཏེ་མ་སྤང་ཐང་སྤོང་ཅིག་ནང་ ཀ་ཤ་མོ་མོ་གཉིས་ དགའ་ཏོག་ཏོ་འབད་སྤོད་དེ་ ཡུན་རིང་མོ་ཡར་སོ་རུག། ཉིན་མ་ཅིག་ འབད་མ་ད། ཀ་ཤ་མོ་དེ་གིས། མོ་དེ་ལུ་ ཉེ་སྤྲེ་སྤྲེ་རུག། དབའེ་ ཨམ་ཁོ་རེ། ང་བཅས་གཉིས་ལུ་ ལྷ་གུ་གཅིག་ཡང་ འཐོན་ནི་ མིན་རུག་པ་ཡ། ཟེར་སྤྲེ་ད། ཀ་ཤ་མོ་དེ་གིས། དབའེ་... ཨམ་ཁོ་རེ། ག་ཅི་གི་ སྤོང་བ་སྤོང་? ང་བཅས་ར་ གར་འབད་ཅུང་ རང་ གིས་མཐོ་དོ་བཟུམ་ རྩ་ལས་ར་ འགྲོ་མི་བཏུབ་སྤྲེ་ད། ཟེར་ སྤྲེ་རུག། ཨིན་ཅུང་། ལྷ་མ་དག་པ་ཅིག་གི་འུགས་ལས་ ཀ་ཤ་མོ་དེ་ ལྷ་ གུ་འཚའ་ནི་འབད་ཆི་རུག།

ཁོང་གཉིས་ཉིན་མ་ཅིག་ སྤང་གི་མཐའ་མ་བདའ་སྟེ་ རྩ་བཟུམ་སྤྲེ་སྤོད་པ་ཅིག་ན་ འཕར་མ་སྤྲེ་ཚན་ཅིག་ཐོན་ཏེ་ ཁོང་གཉིས་བདའ་མ་ ལས་ ཀ་ཤ་མོ་མོ་གཉིས་རང་སའི་སྤོག་ལུ་ཕངས་ཏེ་ རྩོག་འགྲོམ་ད་ སོ་སོར་ཁ་བྱལ་ཏེ་ ཡར་སོ་རུག། ཀ་ཤ་མོ་དེ་ རྩོག་མ་ཐལ་ བར་ འཕར་མ་ཚུ་གིས་ བསད་དཔ་ལས་ ཀ་ཤ་མོ་དེ་ སེམས་སྤོང་ ལྷ་མ་དག་ཆི་རུག།

ལྷ་མ་གསུམ་གྱི་འུགས་ལས་ ཀ་ཤ་མོ་དེ་གིས་ ལྷ་གུ་ཅིག་འཚའ་མ་ད། ཨའི་གི་མཐོ་བསམ་ལུ་ ཨམ་ཁོ་དེ་ ལྷ་གུ་ཅིག་རེན་ཏེ་ར་ཡོད་པ་ ལས། ད་རེས་ ཁོ་ཡོད་པ་ཅིན་ སེམས་དགའ་དགའ་འོང་། ཟེར་ ཨམ་ཁོ་དེ་ དཔུང་རིག་བཏང་སྟེ་ སེམས་ཉེང་སྤྲེ་ར་སྤོང་ཆི་རུག།

དེ་ལས་ ཁོང་ར་མ་སྤྲེ་གཉིས་ སྤང་ཐང་ལས་མར་ བཤལ་ཏེ་འགྲོམ་ད། ཆ་རོགས་ཀ་ཤ་ལྷ་གུ་གཞན་ཚུ་ ཨམ་ཁོ་དང་ཨའི་གི་ ལྷ་གུ་ལུ་བཏུགས་ཏེ་ འགྲོ་སར་མཐོང་མ་ད། ཁོང་ མ་སྤྲེ་གཉིས་ ཨམ་ཁོ་དེ་ལས་ མིག་ཏོ་ནང་ལས་མིག་ཚུ་ཐོན་ཡི་ར་ མོ་རའི་ལྷ་ གུ་ལུ་བཏུ་སྟེ་ སེམས་སྤོང་བའི་རང་ལས།

ཨའི་སྤོང་ ཆོ་སྤོང་ལས་ཀྱིས་འཁོར་བའི་ལྷ་གུ་ལྷོད། ལས་འཕྲོ་ཡོད་དེ་ཨའི་དང་ལྷོད་ཅུང་ར། ལྷ་ལ་བ་མེད་པ་ལས་ཨམ་ཁོ་དང་ འཕྲད་མ་རྒྱུགས། གཞན་གྱི་ཨམ་ཁོ་ཐོང་ཆོ་སྤོང་མི་སྤོང་། ཟེར་སྤྲེ་སྟེ་ ཁོང་མ་སྤྲེ་གཉིས་ ཆོ་གཅིག་ར་ སྤོང་བའི་རང་ལུ་ སྤོད་ དམོ་པ་ ལུང་རུག།

སློབ་ལྟུང་།

༡. ཀ་ཤ་ བཟའ་ཚང་གཉིས་ ལ་འབྲུལ་དགོས་འཕྲོད་མི་འདི་ ག་ཅི་འབད་ ཡིན་ནེ་?
༢. ཀ་ཤ་བཟའ་ཚང་གཉིས་ ག་དེ་སྡེ་ སློ་རྒྱལ་ལུ་ག་? སློ་བྲིས།
༣. མ་སྤྲད་གཉིས་ སེམས་སློ་སྡེ་ སློ་སྤྲུབ་མི་ ཚོག་བྲིས།
༤. འོག་གི་དྲི་བ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལན་བྲིས།
 - ཀ་ སྤྱང་འདི་ ག་ཅི་གི་སློར་ལས་ ཡིན་པས་གོ་?
 - ཁ་ སྤྱང་འདི་ནང་ སེམས་ཅན་ ག་ཅི་ར་འདུག་?
 - ག་ སྤྱང་འདི་ནང་ ག་ཅི་ར་ འབད་ནི་འདུག་?
 - ང་ སྤྱང་འདི་ནང་ དང་པ་ར་ ག་ཅི་ར་འབད་ནི་འདུག་?
 - ཅ་ བར་ན་སློར་ལས་ ག་ཅི་ར་འབད་ནི་འདུག་?
 - ཆ་ མཚུག་ལུ་ ག་ཅི་ར་འབད་ནི་འདུག་?
༥. སེམས་ཅན་ཚུ་གི་ རོན་ལུ་ ང་བཅས་ཀྱིས་ འབད་དགོས་ག་ཅི་ར་འདུག་? གནད་དོན་༡༠ ལས་མ་ཉུང་མ་ཅིག་ བོ་བཤོད་འབད།

༤. སློབ་མཉམས་ཅན་རྟེན་གྱི་སྒྲིག་འཛུགས་

ཞབས་ཁྲ་འདི་གདངས་དང་སྐྱབས་འབྲེན་ཚུགས་ནི་དང་། འདི་ག་ཅི་གི་སློབ་ལས་ཡིན་ནེ་? བཞུགས་གཅི་ཡོད་པ་ཡིན་ནེ་? སློབ་མཉམས་ཅན་གྱི་སློབ་ལས་ཡོད་ ཞབས་ཁྲ་གཞན་འཚོལ་ཏེ་ གི་ཚུགས་ནི་འདི་དོན་ལུ།

སློབ་མཉམས་ཅན་རྟེན་གྱི་སྒྲིག་འཛུགས་ །མཉམ་དང་འདྲ་བའི་རིན་ཅན་ཡིན། །
ཚོས་དང་མར་དང་དར་དར་ཚོས་ཚུ། །བརྒྱུད་ཅན་བཞེས་སློབ་འབྲུང་ལྷན་ཡིན།།
ས་ཞིང་ཡོད་ཚད་གྲངས་གིས་མོ། །ལྷན་ཆ་ཡོད་ཚད་རྟེན་གྱིས་འབག །
དོ་རྩུང་རྟེན་གྱི་ལྷན། །ཞིང་ནང་ལོ་ཐོག་དོན་ལུ་དགོ།
བྱ་ལས་སློབ་དོན་ལུག་ལས་བལ། །ཞིང་དང་གྱི་ལི་ཞིས་སྤྲུང་པ་འབད། །
ལ་སྐབ་མ་ཤེས་སེམས་ཅན་ཡང་། །མཚོ་ཅན་མི་ལས་མན་ཐོགས་ཆེ།།
མན་ཐོགས་ཆེ་བའི་སེམས་ཅན་ཚུ། །མཚོ་མེད་རྩུབ་སྤྱོད་མཚན་མ་གནང་། །
བྱམས་དང་བརྟེན་འདི་སེམས་ཀྱིས་འབད། །གསོ་སྦྱོང་ལེགས་ཤོམ་འཐབ་དགོཔ་ཡིན།།

སྦྱོང་ལུ།

༡. སློབ་མཉམས་ཅན་ཚུ་གི་ ག་དེ་སླེ་ བཞུགས་པ་ཡིན་ནེ་? དེ་དེ་བཞིན་བྲིས།
༢. སློབ་མཉམས་ཅན་ གསོ་སྦྱོང་ག་དེ་སླེ་ འཐབ་དགོ། ཟེར་ འཐོན་མ་མས་གོ་?
༣. ལུད། བལ། རྩུབ་སྤྱོད། གསོ་སྦྱོང་། མོ། བཞུགས། ཟེར་མི་ཚུ་གིས་ རྫོང་ཚོག་བཟོ།
༤. ཞབས་ཁྲ་འདི་ལས་ རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ ཚོགས་བཅད་གཉིས་དེ་ཅིག་བྲིས།

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

སློབ་ཚན་ ༨ པ། རྫོང་དོན། རང་གི་ལམ་སྟོན།

རྫོང་དོན་འདི་ རང་གི་མི་ཚོ་གཅིག་ལུ་མཁོ་བའི་ མཚན་བསམ་གཏང་བའི་ཀྱི་ ཀུན་སྲོད་དང་ ལུས་དག་གི་ཀུན་སྲོད་ བྱ་བ་སྲོད་ ལམ་ ཚོ་ཕྱི་མའི་ལམ་བསྐྱབ་ནི་ཚུ་ ཤེས་ཐབས་ལུ་ཨིན། དང་པོ་ སློབ་གྲུ་འི་སློབ་ལམ་རྣམས་གཞག། གཉིས་པ། སློབ་གྲུ་ནང་དང་ རང་གི་ཁྱིམ་ནང་སློབ་པ་དེ་གི་ རམ་རྒྱུན་ལུས་ཀྱི་ འབད་གཞག་བཅའ་གཞག་དང་ དག་གིས་ཁ་སྐྱབ་ཐབས། བཟའ་བཅའ་འགྲོ་ གསུམ། ཁ་སྐྱབ་ཟེར་གསུམ་གྱི་སློབ་ལམ། དེ་ལས་ རང་དང་ སློབ་གྲུ་གི་ ཁྱིམ་ནང་གི་བཅའ་ཚམ་ཚུ་བདག་འཛིན་དང་ གཅེས་ སློབ་འབད་ཤེས་པ། འགྲུག་པའི་བྱུང་ཚེས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚེས་ལུ་ཡིད་ཚེས་ ཐོག་ལས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ ལྷ་འཇམ་དཔལ་དབྱེད་ལུ་ གསོལ་འདབས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་གསུམ་ རྒྱལ་དར་དང་རྒྱལ་སྤྱོད་ཤེས་ཏེ་ ཕྱིས་མཐོང་བསྐྱེད་ནི་དང་ རྒྱལ་པོའི་བརྟན་ བཞུགས་ལུ་ དགོ་པའི་དོན་དག་ཚུ་ཉ་གོ་ནི་དོན་ལུ་ཨིན།

༡. བྱ་བ་ཤེས།

འཕྲི་རྩམ་འབྲི་ཐབས་དང་ རྫོང་དོན་ དོན་མཚན་མཚན་མཚན་མཚན་ བཅུད་དོན་བཏོན་ཚུགས་ནི་དང་ སྐྱ་དག་ཏོག་ཏོ་འབད་ལྷག་སྟེ་ མིང་ཚིག་ གི་གོ་དོན་དང་ ཕྱེ་བ་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་དགོ།

༥ བྱ་བ་ཤེས་འདི་ བྱ་བ་ཉམས་ཚུང་ཅིག་ཨིན། ཁོ་ དགའ་ས་རྫོང་ཁག་ དགོན་དུངས་སྤྱིས་ལས་ཨིན། ཁོ་ ད་ལྟོ་ དགའ་ ས་སློབ་གྲུ་འབྲིང་མའི་ནང་ སློབ་ཤིམ་བཞེ་བ་ སྟེ་ཚན་(༡) ནང་ལྷབ་ཨིན།

བྱ་བ་ཤེས་འདི་ ལོ་རྒྱུགས་བྱི་བ་ཨིན། ཁོ་ ལོ་རྒྱུག་ར་ གཞུགས་དང་བཀའ་གོ་ལ་ཚུ་ འབྲུ་སྟེ་ ཉིང་སངས་ས་འབད་ སྲོད་མི་ཅིག་ ཨིན། དེ་མ་ཚད། སློབ་གྲུ་འི་སློབ་གོ་ ཚུལ་མཐུན་འབད་ཞུམ། དཔེ་དེབ་ཚུ་ཡང་ བྱི་ལུ་བས་སྤྱར་རས་རྒྱབ་སྟེ་ བདག་འཛིན་ལེགས་ ཤོས་འབད་ འཐབ་སྲོད་མི་ཅིག་ཨིན།

ཁོ་གཞུགས་འིང་མོ་དང་ ཤ་དགའ་པོ་འབད་ རོ་རིས་ཡང་ འཇའ་རིས་མོ་ཡོད། ཁོ་ འབད་གཞག་ བཅའ་གཞག་ཡང་ བྱ་ཚི་ འབད་མི་ཅིག་ཨིན། བྱ་བ་ཤེས་ཀྱིས་ ཞབས་ཁྲ་མ་འདྲམ་ ལེ་ཤ་ཤེས་པའི་ཁར་ ལྷན་ཆ་ཡང་བསྐྱོག་ཤེས།

དགའ་ས་རྫོང་ཁག་གི་ སློབ་གྲུ་ཚུ་གི་བར་ན་ ལོ་བསྟར་ཞབས་ཁྲའི་ འགྲན་སྦྱར་ཅིག་ནང་ བྱ་བ་ཤེས་ཀྱིས་ ཨེང་དང་པ་ཐོན་ཏེ་ གསོལ་རས་དཔལ་ལྷན་ སྲོད་ཐུག་ལྷ་ཐོབ་ལུག། དེ་མ་ཚད། བྱི་ལུ་ཁབ་ལུ་ ཤེས་ཡོན་ལྷ་སློབ་ལུ་ འབྲོ་ནི་གི་གོ་སྐབས་ཡང་ ཐོབ་ལུག།

ཁོ་གིས་ ཐམ་དང་སློབ་དཔོན་གྱིས་ གསུངས་པའི་ལུ་ཉན་ཏེ་ ཉམས་ལུ་འབྱུང་ནི་དང་ ཨེང་མ་བཟུ་ནི་ཚུ་ ཅུ་ལས་མི་འབད། ཁོ་ གིས་ མཉམ་ཤོས་ཚུ་ལུ་ གུས་ཞབས་དང་ ཚུང་ཤོས་ཚུ་ ལེགས་ཤོས་འབད་ བདག་འཛིན་འཐབ་ཨིན།

སློབ་ལྟན།

- ༡. ཡིག་རྒྱགས་ཀྱི་ རོན་མཚམས་དང་པ་དང་། གསུམ་པ་གཉིས་ ག་ཅིའི་སྐོར་ལས་ སྐབ་ཡིན་ན་? ག་སྐར་འབད་དེ་ རྩད་པར་ གིས།

རོན་མཚམས་དང་པ།	རོན་མཚམས་གཉིས་པ།

- ༢. བམ་དང་སློབ་དཔོན་གྱིས་ གསུང་མི་ལུ་ཉན་མི་འབད་བ་ཅིན་ ཉགས་མཚན་ག་ཅིར་འོང་?
- ༣. འོག་གི་ མིང་ཚིག་རྒྱ་གི་ རོན་དག་ཚིག་མཛོད་ལས་ འཚོལ།
སྤར་རས། གསོལ་རས། ལོ་བསྐར། བསྐྱོག། སྤྱིག་གོ། བདག་འཛིན། ལྷ་སྐོར།
- ༤. རྩོད་རའི་ ཆ་རོགས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ ཡིག་རྒྱགས་ཀྱི་ གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ འབྲི་ཚུམ་ཅིག་ གིས།
- ༥. མི་ ག་ར་གིས་ ཆ་བཞག་ཤོས་ཅིག་ལུ་ འགྱུར་དགོ་པ་ཅིན། ལུས་རག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ སློད་ལམ་ ག་ ཅི་བཟུམ་ར་ འབད་དགོ་པ་ཡིན་ན་? བཤད་པ་གིས།
- ༦. སློབ་བྲ། ཆགས་རྩལ་གྱི་ སྐོར་ལས་ བཤད་པ་ཅིག་གིས།

2. སྔོན་དང་བང་ཕྱུང་ཐ་ལི་ཐུར་མ།

ཞབས་ཁ་གདངས་དང་སྐྱགས་ འཐེན་ཚུགས་ནི་དང་ ཅ་ལའི་མིང་ཚུ་ སྐབ་དང་བཅས་རྗེད་ཚོག་ཚུ་བཟོ་ཚུགས་པའི་ཁར་ ཅ་ལ་
གཞན་གྱི་མིང་ཚུ་ཡང་ སྤི་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

སྔོན་དང་བང་ཕྱུང་ཐ་ལི་ཐུར་མ།



སྔོན་དང་བང་ཕྱུང་ཐ་ལི་ཐུར་མ།
ནམ་རང་འབད་ཕྱུང་ཁག་ཆེ་བས།
གཟར་ཕྱ་གཟན་སྐྱ་ཀ་ལ་ཇམ།
བཞེས་སྐོ་འབད་མ་ད་ཁག་ཆེ་བས།

ཇ་ཕྱག་ཇ་ཕྱམ་ཇ་སྤྱིས་དང་། ཇ་བཙག་སྤྱི་ཐ་ཟ་ཆས་ཚུ།

ཇ་འཐུང་རནམ་ད་ཁག་ཆེ་བས། ཟ་ཆས་དེ་ཚུ་བསྐྱིག་བཞག་དགོ།



ལྷ་རེ་དོམ་གྱི་ཐགས་དང་གྱི། ཐབ་ཤིང་འཐུམ་ད་ཁག་ཆེ་བས།



དོབ་དང་ཟངས་གཞིང་ལྷགས་གཟར་ཀྱ།

ཚུ་དབོག་རནམ་ད་ཁག་ཆེ་བས།

སློབ་ལྟན།

༡. འོག་གི་ ཐོག་ཁྲིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཅ་ལ་གི་མིང་བྲིས།

བཞེས་སློབ་འབདམ་ད་དགོ་མི།	ཇ་འབྲུང་མ་ད་དགོ་མི།	རྒྱ་དཔོག་པ་ད་དགོ་མི།	ཤིང་འབྲུམ་ད་དགོ་མི།

༢. ཁྱིམ་ནང་གི་མི་དང་ ཆ་རོགས་རྒྱ་ལུ་བྲིས་ཏེ་ འདི་ནང་ མ་ཚང་མི་ ཅ་ལ་གཞན་ ཐོ་བཀོད་འབད།

༣. ཞབས་ཁྲ་འདི་ནང་ མ་རྒྱུད་པའི་ ཅ་ལ་འབྲེལ་པ་ གྱི་མིང་བྲིས།

༤. ད་རིས་ནངས་པ་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལས་ ནང་འབྲེན་འབད་མི་ ཐབ་ཆས་རྒྱ་གི་ཚབ་ལུ་ ཉེ་མ་ང་བཅས་ ར་གིས་ ག་ཅི་ར་ལག་ལེན་འབྲེལ་ཏུག་གོ་?

3. བུའི་རིག་པ་ཅན།

སྤྱད་གི་གནད་དོན་ ཉ་གོ་སྟེ་ ཚབ་ཅེད་འབད་ཚུགས་ནི་དང་ འབྲུང་རིམ་ཚུ་ལས་སྤྱོད་བཟེ་ཤོས་ར་ ག་འདི་ཡིན་ནེ་? ག་ཅི་འབད་ཡིན་ནེ་?
དབྱེད་བྱུང་འབད་དེ་ བུའི་དོན་བཏོན་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༥ ཉེ་མ་ རྒྱལ་པོ་ཅིག་ ལམས་སངས་ལུ་འབྲོམ་ད། སྤྱད་ཀའི་བུའི་ཅིག་གི་ རྒྱུ་ནང་མེབས་ལུགས། རྒྱལ་པོ་གིས། བུའི་ ལུ་གཟིགས་ཏེ་ རྒྱུད་ག་ཅི་འབད་མ་སྟོ་? ཟེར་གསུངས་ལུགས། བུའི་དེ་གིས། ར་ རྒྱུ་སྤྱད་པ་ཡིན། ཟེར་ལུ་ལུགས། རྒྱལ་པོ་གིས། རྒྱུད་ཀྱི་ཨུལ་དང་ཨུའི་ ག་ཏེ་སོང་ཡི། ཟེར་གསུངས་ད། བུའི་གིས། དེའི་ཨུལ་ མིག་ཏེ་འཚོལ་བར་ ཡར་སོ་ཡི། ཨུའི་ མོམ་ འཚོལ་བར་ ཡར་སོ་ཡི་ལགས། ཟེར་ལུ་ལུགས།

རྒྱལ་པོ་གིས། བུའི་གི་ལན་འདི་ དབྱེ་བ་དབྱེད་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱུ་འདི་ནང་ར་ བསྐྱུགས་བཞུགས་ལུགས། དེ་ལས་ རྒྱ་ལུ་ལམས་ཅིག་ ལར་ ཨུལ་གིས་ མེ་བཏེག་ནིའི་ མེ་ཕྱི་ལུར་ཆ་གཅིག་དང་། ཨུའི་གིས་ རྒྱ་འཚོལ་ཏེ་ འབག་འོངས་འོངས་ཡིན་མ་མས།

རྒྱལ་པོ་འདི་ སྤྱད་ཀའི་བུའི་གི་ རིག་པ་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ ལུགས་དལ་རངས་ལུགས། རྒྱལ་པོ་ ལོག་ མོ་བྱང་ནང་བྱོན་ཞིན་མ་ལས། རངས་པ་སོ་པ་ སྤྱད་ཀའི་བུའི་འདི་ མོ་བྱང་ནང་འབོ་ལུགས། ལོ་ལུ་ གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་གཉིས་གནད་སྟེ། རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་ དེའི་མོ་ བྱང་གི་བར་ན་ཡོད་མི་ ཟམ་པ་དེ་ལ་ལས་ གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་གཉིས་ཆར་ དེ་སྟེར་འབག་འགྲོ་བ་ཅིན། ཟམ་པ་ཆག་ནིའི་ཉེན་ལ་ ཡོད། གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་གཉིས་དང་ རྒྱུད་ ལ་འབྲུལ་སུང་ ཟམ་པ་ཆག་འགྲོ་བའི་ཉེན་ལ་ཡོད། གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་ རེ་རེ་འབད་ འབག་འགྲོ་སུང་ ཟམ་པ་ཆག་ནིའི་ཉེན་ལ་ཡོད།

དེ་འབད་མ་ད། གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་གཉིས་ ལུགས་གཅིག་ལར་འབད་ཡང་མེན། གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་དང་ རྒྱུད་ར་ མོ་སོ་འབད་ ཡང་མེན། གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་གཉིས་ རེ་རེ་འབད་ འབག་འགྲོ་ནི་ཡང་ མེན་མ་འབད་ ཟམ་པ་མགུ་ལས་ཐོན་འགྲོ་དགོ། ཟེར་ བཀའ་གནད་ལུགས།

སྤྱད་ཀའི་བུའི་འདི་གིས་ ལགས་སོ། རྒྱལ་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ ཟེར་ལུ་སྟེ་ གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་གཉིས་ རྒྱལ་པོ་འདི་ཕྱག་ལས་ ལུ་ལུགས། དེ་ ལས་ ཟམ་པ་དེ་ལར་ལྟོད་པ་ཅིག་ ལགས་གཡས་གཡོན་རེ་རེ་ལུ་ གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་རེ་འབག། ལགས་གཡས་གཡོན་སོར་ཏེ་ སྒོང་དོག་གནས་ལར་བཀོ་ཡི་ར་ སྒོང་དོག་གཅིག་ ལགས་པར་ལྟོད་པ་ད་ སྒོང་དོག་གཅིག་གནས་ལ་འབད། ཐོགས་ཆགས་ག་ནི་ ཡང་མེད་པར་ ཟམ་པ་བརྒྱལ་ཏེ་ གསེར་གྱི་སྒོང་དོག་གཉིས་པོ་དེ་ རྒྱུ་ནང་བཀའ་ད་ལུགས།

དེ་ལས་ རྒྱལ་པོ་འདི་ཡང་ སྤྱད་ཀའི་བུའི་གི་ རིག་པ་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ ལུགས་དལ་རངས་ལས་ རིག་པ་ཅན་གྱི་བུའི་སྒོན་ པོའི་སོ་གནས་ གནད་ལུགས་སོ།

སློབ་ལྟ།

༡. སྤྱད་ཀའི་བུ་ཚ་གིས་ རྒྱལ་པོ་ལུ་ལྷ་མི་ ལན་ཚུ་ཐོ་བཞོད་འབད།
༢. ཟམ་པ་འདི་ ག་ཉེ་རྟོངས་ ཡོད་པ་ཨིན་ན་?
༣. གསེར་གྱི་སློང་རྩོག་ འབག་ཐངས་ ག་དེ་སྤྲེ་ཨིན་མ་མས་གོ་? དེ་ལེ་བཞིན་གྱིས།
༤. བུ་ཚ་ སློན་པོ་འི་གོ་གནས་ འཐོབ་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཨིན་མ་མས་?

འོག་གི་མིང་ཚོག་ཚུ་གི་དོན་དག་འཚོལ།

ལམས་སངས། སྤྱད་ཀ། རྒྱལ་སྤྱད། འཚོལ། མོལ། བསྐྱུགས། མེ་ཕྱི། ཕྱི་ལྷ། རྩོད་ལ། སློང་རྩོག། ལ་འབྱུལ།
དེ་ལེ་འབད། ལྷ་བས་གཅིག་ཁར། གཡས། གཡོན། བཞོ། བརྒྱལ།

འོག་ལུ་ཞེ་སའི་ མིང་ཚོག་ཚུ་གི་ བལ་སྐྱད་ གྱིས།

ལྷ། མེབས། གཟིགས། ལགས། གསུངས། བཞུགས། ལྷགས། གནང་། ལྷག། མོ་བྲང་། ལྷོན།

༤. བརྗེས་པ་བཏུབ་པའི་ལམ་འགྲུལ།

སྤྱད་ནང་གི་ཉམས་དང་ ཉང་གི་འབྱུང་རིམ་མ་འདྲམ་ཚུ་ དབྱེ་དབྱུད་འབད་དེ་ སྤྱད་འདི་གི་གནས་སྤྱད་ས་དང་ དུས་ཚོད་ག་དེམ་ཅིག་ཁར་ཡིན་པས། མོ་རྗེས་འབད་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལཱ་ཡིན།

༥ ཤར་སྤོགས་བཀའ་ཤིས་སྐྱད་ལས་ ཞལ་བཀའ་ཤིས་ཟེར་མི་འདི་ སྐལ་པར་ལུར་ཆ་ ཐེག་ཚད་འབག། ཉོག་མ་ འབར་མ་ བཅུགས་ཏེ་ ཐིམ་ལུ་ལུ་ ཚོང་རྒྱུ་པར་འོངས་འོངས་མས། ལྷོང་ཚོ་ལུ་ལྷོད་པ་ད། ལུ་སྐྱུག་པའི་ཁར་ གནས་གནས་དུང་དུ་འབད་ བསྟོ། ཆར་པ་ཡང་ཤུགས་འབད་རྒྱུ་ལས། དེ་ཚོ་ཕྱི་རུ་ ས་གནས་དེ་ཁར་ སྤྱོད་དགོཔ་བྱུང་ལུག། ཁོ་ དེ་ཁ་ལུ་ ཉེ་མར་ ལྷོད་ར་མ་ ལྷོད་པ་ལས། གནས་པོ་འཚོལ་སའི་ ལམ་མ་འཐོབ་པར་ ལམ་གྱི་རྒྱར་ཁར་ ཁྱིམ་གནས་པོ་སྤོམ་ཅིག་ ཡོད་མི་དེ་ནང་སོང་ལུག།

ཁྱིམ་འདི་ ཕྱི་ཁ་ལས་བཏུམ་ད་ གནས་ཏང་ཏང་དང་ རལ་ལོག་འཚོམས་ཅིག་འབད་ ཡོད་པའི་ཁར་ ཉང་ན་ལུ་ དུ་པ་ལོག་ཁོ་ སྤོང་ཉང་ཉ་ བབ་ཤན་ཚང་གིས་གང་སྟེ་ ཡོད་པ་མས། ཡིན་རུང་ ཆར་པ་ཤུགས་འབད་རྒྱུ་ འདི་ཁ་ལུ་ ཁྱིམ་གཞན་འཚོལ་ བྱི་ ལྷུས་ཆ་ཡང་མེད་པ་ལས། ཐབས་ར་མེད་པར་ ཁྱིམ་དེ་ནང་ར་ སྤྱོད་དགོཔ་བྱུང་ལུག།

དེ་ལས་ ཁོ་ལྟོ་འབད་བཟའ་སྟེ་ ཕྱི་རུ་ཚོལ་དགུ་དེམ་ཅིག་ཁ་ལས་ སྤོམ་བཏུང་ཤིང་ སྤོང་སྤོང་རྒྱུ་སྟེ་ ཉལ་ད་ལུག། ལུ་ཕྱིད་ དེ་ཅིག་ཁ་ལས་ ཁོ་གི་རྣམ་ཚུ་ཁར་ ཁྱིམ་གྱི་སྤོམ་ཁའི་ སྤྱད་ན་ལས་ཡར་ འབྲུག་ འབྲུག་མེར་ ག་ཅི་ཅིག་ ས་ཁར་བུད་དོ་ བཟུམ་གྱི་ སྐད་ཅིག་གོ་ལུག། ད་རུང་ ཞེ་ལུག་མགུ་ལས་ཡར་ གྲག་ གྲག་མེར་ འཛོགས་འོངས་ཞིན་ལས་ སྤོམ་གྱི་ དུང་ དུང་མེར་བཟུངས་ལུག།

ཁོ་གི་སེམས་ཁར་ གཡའ་ག་ ག་ཅི་ཡིན་ན་? ཁྱིམ་འདི་ནང་ལུ་ མི་སྤོད་མི་ཡོད་ ཟེར་བ་ཅིན། ལུ་ལུ་ མི་སྤོད་སྤོད་པའི་ ཤུལ་ཡང་ མིན་འདུག། ར་བཟུམ་འབད་ གནས་པོ་མེད་པར་ ཞག་སྤོད་མི་ ལམ་འགྲུལ་ཡིན། ཟེར་བ་ཅིན་ སྐད་ཅིག་ཡིན་རུང་རྒྱུ་འོང། ག་ལས་བསྐྱོར་རུང་ ཚར་གཅིག་ལུ་སེམས་འབད་ སྤོད་གོ། ཟེར་མནོ་སྟེ་ སྤོད་པའི་བར་ན་ ལོག་སྟེར་ ཉེ་མར་འོང་དོ་བཟུམ་ར་ གྲོག་ གྲོག་མེར་བབས། འབྲུག་ འབྲུག་མེར་ཡར་སོ་ལུག།

དོ་རུང་ ཞེ་ཅི་ཅིག་ཁ་ལས་ ཉེ་མ་བ་ཡང་ ཤུགས་ཆེ་སྤུ་ཅིག་འབད་ སྤོམ་ཁའི་སྤྱད་ན་ལས་ཡར་ འབྲུག་ འབྲུག་མེར་ ཞེ་ལུག་ མགུ་ ལས་ཡར་ གྲག་ གྲག་མེར་ འོངས་ཞིན་ལས་ སྤོམ་གྱི་ དུང་ དུང་མེར་བཟུངས་ལུག། དེ་ལས་ ཁོ་ཡང་ འཛོགས་པའི་ ཤུགས་ཀྱིས་ མགུ་ཉི་ལྟེ་སྤུ་གནས་ཁར་ཟེར་ སྤོད་ཐག་འདར་ གཞུགས་ཡང་བསེགས་ཏེ་ སྤོད་པའི་བར་ན་ ཉེ་མ་ བཟུམ་འབད་ར་ ལོག་ཡར་སོ་ལུག།

དོ་རུང་ འཚོམས་ཚོད་ཅིག་ཁ་ལས་ ཉེ་མ་བ་ཡང་ ལོག་སྟེར་ གཞུགས་སྤོམ་གྱིས་ ཤུགས་ཆེ་འབད་ སྤོམ་ཁའི་སྤྱད་ན་ལས་ཡར་ འབྲུག་ འབྲུག་མེར་ ཞེ་ལུག་ཁ་ལས་ཡར་ གྲག་ གྲག་མེར་ འཛོགས་འོངས་ཏེ་ སྤོམ་གྱི་ དུང་ དུང་མེར་ བཟུངས་ལས་ ཁོ་

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

ག་དེ་སྡེ་ འབད་ནི་ཡིན་ན་ མ་ཤེས་པར་ རྩ་འགོངས་ཡར་འོངས་སྡེ་ སློབ་མི་གུ་ནང་ལས་ གཡི་བས་བསྟ་བསྟུ་མས་ དེ་བསྐྱོང་ ལས་ནི་ མི་གནག་པོ་ སྤྱོད་ག་མོ་ མི་གཏོ་གསུམ་ཐོད་པར་སྤྱོངས། གཞུགས་ཁྲིམ་ཐོག་དང་ འདྲན་འདྲ་འབད་མི་ཅིག་ སློབ་ཅུ་ བར་ འོངས་སྤྱོད་པ་མཐོང་ལུག།

འོ་གིས་ རྩ་འགོངས་ཏེ་ མེ་ཕྱི་ཅིག་གུ་ མེ་ཀྲོག་རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས་ མེ་ཅིག་འཕུ། རང་ན་ལས། སློ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། སངས་ རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། ཚོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། དགོ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། ཟེར་ རྒྱབས་འགྲོ་སྐྱོར་སྤྱོད་ལུག། དེ་ཅིག་གི་ བར་ན་ར་ སློ་ལ་གི་འདྲེ་དེ་གིས་ སློབ་མི་གུ་ནང་ལས་ ལ་དཔགས་ཏེ་ ད་རིས་ ཁྱོད་ རྒྱལ་མཁའ་འབད་བཞག་གིག། ཟེར་སྐབ་སྡེ་ ཀྲག་ཀྲག་བཏང་ འོག་ཡར་སོ་ལུག་གོ།

སྐྱོང་ལྷ།

ཀ་ དྲི་བའི་ ལན་གྲི་ནི།

༡. ཞལ་བཀྲ་ཤིས་ ཐིམ་ཕུ་ལུ་ ག་ཅི་འབད་བར་ འོངས་འོངས་ ཡིན་ན་?
༢. ལྟོང་ཚོ་ལུ་ སྤྱོད་དགོ་པ་འཐོན་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ ཡིན་མ་མས་གོ་?
༣. འོ་ སྤྱོད་དགོ་པ་འཐོན་མི་ ཁྲིམ་འདི་ ག་ཅི་བཞུམ་འདུག་གོ་?
༤. འདྲེ་གི་ བཟོ་རྩམ་ ག་ཅི་བཞུམ་ མཐོང་ལུག་?
༥. འོ་གིས་ རང་ན་ལས་བཀྲང་མི་ རྒྱབས་འགྲོ་འི་ ཚོག་གིས།
༦. ཁྲིམ་འདི་ནང་ སྤྱོད་དགོ་པ་འབྱུང་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་སྡོ་?

ཁ་ འོག་གི་ མིང་དང་ བྱ་ཚོག་ཚུ་ མོ་སོར་དབྱེ།

- | | | | |
|---------------|-------------|------------|---------------|
| ༡. སེ་གུ། | ༢. འདྲི། | ༣. འཕུ། | ༤. མེ་ཕྱི། |
| ༥. འཛོམས། | ༦. རྩ་བར། | ༧. སྤང་། | ༨. འཚོམས་ཚོད། |
| ༩. རྒྱིད་ཐག། | ༡༠. འདའ། | ༡༡. བསིགས། | ༡༢. ཞེ་ལུག། |
| ༡༣. ལམ་འགྲུལ། | ༡༤. རྒྱས་ཆ། | ༡༥. འཚོལ། | ༡༦. ལཱ་ཆ། |
| ༡༧. བབ་ཤན། | ༡༨. གང་། | ༡༩. འཁར་མ། | ༢༠. དུ་པ། |
| ༢༡. འཐོབ། | ༢༢. ལུང་། | ༢༣. བོ། | ༢༤. སྤྱོདས། |

ཀ་ མིང།	ཁ་ བྱ་ཚོག།

སློབ་དབུགས་ ༤ པ།

སློབ་ཚན་ ༥ པ། རྫོང་དོན། གྲོགས་རམ།

རྫོང་དོན་འདི་ རྒྱ་གཞི་གནས་སྐབས་ རམ་ར་འབད་ཅུང་ རང་མགོ་འདྲེན་ནི་དང་ ཡུལ་དུས་གཉེན་འབད་ཅུང་ གཅིག་གིས་ གཅིག་ལུ་ གྲོགས་རམ་དང་ བན་ཐབས་འབད་དགོཔ་འདི་ གཤམ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིནམ་ལས། ཆེ་ཆུང་བར་མའི་གནས་རིམ་ གཅི་ རང་ཨིན་ཅུང་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ གྲོགས་རམ་འབད་ནི་ལུ་ གོམས་འདྲིས་ཚུན་དགོཔ་གཤམ་ཅན་ཅིག་ཨིན།

དེ་འབད་ནི་དེ་གིས། ཆ་རོགས་ལྟོགས་གྲུབ་ཡོད་མི་གིས་ མ་ལྟོགས་མི་ལུ་གྲོགས་རམ་དང་། རྒྱུ་ལྷན་པ་མ་དང་། རྒྱུ་ལྷན་ཆ་གི་ ལཱ་ལུ་མཉམ་ཅུབ་ སློབ་གྲྭ་ནང་སློབ་དེོན་དང་། རྩེ་ཚན་གཞན་ དམངས་སྤྱིའི་ ལཱ་ནང་མཉམ་ཅུབ་ ཉེན་སྲུང་གི་ལཱ་ནང་མཉམ་ ཅུབ་ ཚོས་གྲོགས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ དཔེ་ཆ་སྟོན་ནི་དང་ ལྷན་ཞི་ལུ་ཆ་རོགས་འབད་ནི། གཞན་ཡང་། སློབ་ལྷན་རང་གིས་ ལྟོགས་གྲུབ་ཡོད་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་ མི་གཞན་གཤམ་ལུ་ལག་ཆེན་འཕྲོད་ཅུང་། མཉམ་ཅུབ་རྒྱབ་སྐྱོར་ གྲོགས་རམ་འབད་དགོཔ་ཡོད་ མི་ཚུ་ འབད་ཤེས་ནི་དང་ འབད་ནིའི་སློབ་འདོད་བསྐྱེད་ནི་ལུ་ གོམས་འདྲིས་ཚུན་བཅུག་ཐབས་ལུ་ཨིན།

༡. བརྗེས་མ་ཚུགས་པའི་མཛེར་ཅུམ།

སློབ་དབུགས་དང་གི་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ལྷན་སྟེ་ཤོ་དོན་ལེན་ནི། འདི་ལུ་བརྗེས་ཏེ་ གྲོགས་རམ་འབད་དགོཔ་ཚུ་ ཉ་གོ་ནི་དང་། ལས་རིམ་གཅིའི་ རང་འབད་ཅུང་ཉེན་སྲུང་གི་ཐབས་ལམ་ རྫོན་རྒྱིག་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཤེས་ནི་གི་དོན་ལུ།

༣ ང་ འགོ་ཐོག་སློབ་གྲྭ་ནང་ རྫོང་པའི་སྐབས་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་རྒྱུས་ཆ་ མེད་ནི་དེ་གིས་ ང་ར་ རྒྱུང་མ་གཅིག་འབད་ རྫོང་ཅི། རྒྱལ་ལས་ ང་ལུ་ཆ་རོགས་ ཀུན་བཟང་ལྷན་དེ། ང་གིས་ མ་ཤེས་མི་ སློབ་གྲྭའི་ས་ཁོངས་ཀྱི་མིང་ཚུ་ ཁོ་གིས་ལུ་སྟོན་ ཏེ་ སློབ་སློབ་སྟོན་སྟོན་པའི་བར་ན། ཆ་རོགས་རབ་བརྟན་ འོང་ས་མཐོང་མ་ལས་ ཀུན་བཟང་གིས་ ངའི་སློབ་ལས་ རོ་སྟོན་འབད་ ལྷན་ཡི།

ང་བཅས་གསུམ་ ཆ་རོགས་འཆམ་ཏེ་གཉེན་འབད་ དཔེ་ཆ་ཡང་ གཅིག་གིས་མ་ཤེས་པ་ གཅིག་གིས་སྟོན། དུས་ཚོད་ཨ་ཙི་ཅིག་ ཡང་ བར་སྟོང་མེད་པར་ རྫོང་སྟོན་པར་ ཆ་རོགས་ཀུན་བཟང་ན་སྟེ་ སློབ་ཁང་ནང་ མ་ལྟོད་པ་ལས་ ང་བཅས་གསུམ་ ཀུན་བཟང་ འབད་སར་ བལྟ་བར་སོང་ཡི།

ཉིན་མ་དག་པ་ཅིག་ལས་ ཀུན་བཟང་ཡང་ ཨ་རྟག་ཉེ་ལུགས་དག་སོ་ལུག། དེ་ལས་ ངལ་གསོའི་ཉིན་མ་ཅིག་ལུ་ ང་བཅས་གསུམ་ རྒྱུ་ཅིག་གི་མཐའམ་བདའ་ མཛེར་ཅུམ་བཟའ་བར་འགྲོ་ནིའི་ ལྷན་གོས་རྒྱབ་སྟེ་སོང་ཡི།

དེ་ཚེ་ཉིན་མར་ ཉིན་གནས་མེད་ས་མེད་ རྒྱགས་འབད་ཤར་མ་ལས་ ང་བཅས་གསུམ་ རྒྱུའི་རྫིང་ཅིག་ནང་ རྒྱལ་རྒྱུབ་ནི་འགོ་ བཅུགས་ཅི། ཆ་རོགས་རབ་བརྟན་གྱིས་ རྒྱལ་རྒྱུབ་མི་ཤེས་པས། ཨིན་ཅུང་། ང་བཅས་གསུམ་གྱིས་ བང་བཅོངས་ཏེ་ར་ རྒྱ་ནང་ འཇུག་བཅུག་པ་ད་ ཆབ་.....ཆབ་.....ཆབ་.....ཆབ་..... ཟེར་བའི་བར་ནང་ར་ ཁོ་ རྒྱ་ནང་མི་སོ་ཡི།

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

ང་བཅས་གཉིས་ཀྱིས་ དེ་འཕྲོ་ལས་ ལགཔ་མཐུད་རྒྱ་ནང་འཕྲུལ་ཏེ་ ཆ་རོགས་རྒྱ་ནང་ལས་ཡར་བཏོན་ རོའི་གྲ་ག་ཕུབ་རྒྱབ་ བཞག་སྟེ་ ལྷག་ལས་མར་ཨེབ་ད་ ལ་ལས་རྒྱ་ཚོར་ཚོར་..... ཟེར་ལེ་ཤ་འཕྲོན་དེས། ཡུདཔ་ཅིག་ལ་ལས་ ཆ་རོགས་འདི་ རྟན་པ་ ཚོར་ཏེ་སྤྲུལ་ལས་ ང་བཅས་གཉིས་ཡང་ འདྲན་འདྲ་ར་སྤྲུ་སྟེ་ རློད་དགོཔ་ཐལ་སོ་ཡི།

སློབ་ལྟ།

ཀ་ གྲི་བ།

༡. སྤུང་འདི་ནང་ ཀྱམ་བཟང་གིས་ ལཱ་ག་ཅི་ར་འབད་ཅུག་? དེ་དེ་བཞིན་ཐོ་བཀོད། སྤུང་ཅེདཔ་རྒྱ་གི་ མིང་ གིས།
༢. ཁོང་གསུམ་ མཚོར་རྒྱུ་བཟང་བར་ མོང་བའི་སློར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ལ་གསལ་གིས།
༣. རབ་བརྟན་ རྒྱའི་ནང་ ཐིམ་དགོ་པའི་ གནད་དོན་༢ བཀོད།
༤. ར་གཞོན་རྒྱུ་ གཅོང་རྒྱ་དང་རོང་རྒྱ་གི་མཐའ་མར་ འགྲོ་བའི་སྐབས་ཀྱི་ ཉེན་ལ་རྒྱ་བཀག་ཐབས་ལུ་ ག་ ཅི་ར་འབད་དགོཔ་འདུག་གོ་?
༥. གྲོགས་རམ་འདི་ ཆ་རོགས་རྒྱུང་མ་ཅིག་ལུ་མེན་པར་ ག་ལུ་ར་འབད་དགོཔ་སྟེ་?

ཁ་ རློད་ཚིག་བཟོ་ནི།

- | | | |
|-------------------|---------------|---------------|
| ༡. སྐབས་ལུ། | ༢. རྒྱུ་ཆ། | ༣. རོ་སློད། |
| ༤. ཨ་རྟག་ཏེ་ལུགས། | ༥. མཐའ་མ་བདའ། | ༦. རྒྱགས་འབད། |
| ༧. བང་བཙོང་། | ༨. རྒྱན་གྲོས། | ༩. ཡུདཔ་ཅིག། |
| ༡༠. མཐུད། | | |

༢. བྱམས་སྦྱོང་།

གསལ་བཤད་འདི་ལྷག་སྟེ་ གསལ་བཤད་ནང་རྒྱུད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ ལག་ཆེ་ཤོས་ག་ཅི་ར་ཡིན་ནུ་? རོས་འཛིན་དང་ གསལ་བཤད་
འདི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གསལ་བཤད་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་ཏེ་གཏང་ཚུགས་ནི་དང་། དེ་ནང་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་གི་གོ་དོན་དང་ ལྷན་སྦྱོར་ཤོས་
ཚུ་གསལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༥ ད་རིས་ རྒྱ་ལུ་འཛོམ་མི་ སློབ་དཔོན་དང་ སློབ་ཕྲུག་ག་ར་ལུ་ སློབ་རིམ་བཞི་པའི་ སློབ་སྦྱོང་གི་ གྲུབ་དགའ་ར་གིས་ སློ་
གཟུགས་བཟང་པོ་ཟེར་ ལྷན་ཡིན།

ད་རིས་སྐབས་ཅིག་ ང་བཅས་ཀྱི་སློབ་ལྷན་ནང་ སློ་གསལ་སློབ་རིམ་ནང་ གསལ་རལ་འབད་འཛུལ་མི་ ལུ་གཟུང་དང་སྤྱི་ལོ་ ལེ་ཤར་
ཡོད། ཞོང་ ཆ་ཁབ་ དུས་ཅི་སློབ་ལྷན་ནང་ འགོ་དང་པ་འབད་མ་ལས་ སློབ་དཔོན་ག་ཡིན་ནུ་? སློབ་ཁང་ག་ཏེ་ཡིན་ནུ་? ཆབ་
གསལ་ག་ཏེ་ཡོད་ག་? དེ་ཚུ་གི་སློབ་ལས་ ག་ནི་ཡང་མ་ཤེས་པར་ ནང་དོག་འོང་།

དེ་མ་ཚད། ཆ་རོགས་ཚུ་ཡང་ རོ་མ་ཤེས་པར་ཡོད་པ་ལས། ཞོང་ཆ་ཁབ་ལུ་ ང་བཅས་ སློམ་ཤོས་ཚུ་གིས་ ལ་ཉན་ཉོང་ཉོ་སླབ།
ཆབ་གསལ་དང་ བར་ཚུར་འབྲོ་ས་ཚུ་སྟོན་བྱིན་ཏེ་ ཆ་རོགས་ག་དེ་དྲག་དྲག་ འབད་དགོ་པ་དེ་ ག་ནི་བ་ གལ་ཆེ། ཟེར་ལྷན་ཡིན།

དེ་བཟུམ་ ང་བཅས་རའི་ སློབ་ལྷན་ནང་ ཕྱི་ལ་ལས་ཀྱི་མི་གསལ་རལ་ཚུ་ སློབ་དཔོན་དང་ ཞལ་ལོ་ཚུ་ འཕྱད་པར་འོང་མི་ཡང་ལེ་ཤར་
འདུག། རོ་མ་ཤེས་ཅུང་ ཞོང་ཆ་ཁབ་ལུ་ སློ་གཟུགས་བཟང་པོ། ག་ལས་འབྲོམ་སློ་? རྒྱ་གི་དོན་ལུ་ར་གིས་ ག་ཅི་འབད་ནུ་? ལ་
སོགས་པ་ འདི་མེད་རྒྱུ་སྟེ་ རང་གིས་ག་ཤེས་ དགའ་བསུ་དང་བཅས་པ་འབད་ ལམ་སྟོན་ནི་དང་ མི་དོ་སྟོན་ནི་ཚུ་གི་ རྒོ་གསལ་
རམ་འབད་བྱིན་དགོ། ཟེར་ལྷན་ཡིན།

དེ་འབད་མ་ལས་ ད་ལས་པར་ ཆ་རོགས་ཚུ་གིས་ རང་ལས་ཚུང་མི་ཚུ་ལུ་ བྱམས་སྦྱོང་དང་ བདག་འཛིན། སློབ་ལྷན་ནང་འབྲོམ་མི་
མི་སློམ་དང་ཚུང་གུ་ ག་ལུ་འབད་ཅུང་ ང་གིས་ ད་ལྟོ་དམངས་ལུ་ལྷན་མི་བཟུམ་ར་ འབད་འོང་མཐོ་བའི་ རེ་བ་སློམ་འབད་ཡོད།

བཀའ་རྒྱུ་ཆེ།

སློབ་ལྟ།

ཀ་ རི་བ་དང་ལན།

༡. གསལ་བཤད་གཏང་མི་ག་ཡིན་པས་?
༢. གསལ་བཤད་འདི་ ག་ཅིའི་སྐོར་ལས་ ཡིན་པས་?
༣. རྩོད་ཀྱི་ སེམས་ཁ་ལས་ འབད་བ་ཅིན། ཁོ་གིས་ སློབ་མི་བཟུམ་ འབད་འོང་ག་? ག་དེ་སླེ?
༤. རྩོད་རའི་ སློབ་གྲྭ་ནང་ འབད་མ་ཚོགས་ག་ཅི་ར་ཡོད་? ཐོ་བཀོད།
༥. རྩོད་ཀྱིས་བཟུམ་ད་ གསལ་བཤད་འདི་ནང་ལས་ ལེགས་ཤོམ་ར་ ག་ཅི་འདི་ཡིན་མ་མས་གོ?
༦. སློབ་གྲྭ་ནང་འོང་མི་ མགྲོན་མ་རྩུ་ལུ་ ག་ཅི་ར་ འབད་དགོ་ཟེར་ འཐོན་མ་མས་གོ? ཐོ་བཀོད།

ཁ་ རྣམས་གྲངས་བྲིས།

- ཀ་ འདྲི་མེད།
- ཁ་ གོ་གསལ་རམ།
- ག་ སློབ་ཁང།
- ང་ བུམས་སློང།
- ཅ་ ཁ་ཉན་ཉོང་ཉོ།

ག་ བོ་རིམ་བྲི་ནི།

༡. རྩོད་ཀྱིས་འབད་ སློབ་གྲྭ་བྱགས་བདར་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་གི་ བོ་རིམ་ ༣ བྲིས།
 ༡ ༢ ༣
༢. ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ལས་ ལྷོ་བ་དགོ་པའི་ མིང་ཚིག་ ཁག་ཚེ་ཉོག་ཉོ་རྩུ་ ཐོ་བཀོད་འབད།
༣. འོག་ལུ་བཀོད་མི་ རྣམས་གྲངས་ལྟུབ།

༡. སློབ་ཁང། སློབ་སླེ། འཛོན་གྲ།	༢. སྐོར་རྒྱུ། སྐོར།
༣. གསལ་བཤད། ལེགས་སྦྱར།	༤. ལོ་རྒྱུ། སྤང་། གཏམ་རྒྱུ།
༥. བུམས་སློང། བརྟེ་བ།	༦. བརྗོད་པ། རྗོད་ཚིག།
༧. སྐབས་ལུ། བསྐྱང་ལུ།	༨. བཅོ་ལ། ལེགས་བཅོས།
༩. འདྲི་དེབ། ཀེ་ལུ།	༡༠. བོང་གི། ལྷག་གི། ཉེ་མ་གི།
༡༡. རྒྱུ་སློང། གོ་གསལ་རམ། ཚེ་གསལ་འབད། བན་འདེབས།	

3. རོ་ཁྲི་དམ་ཚིག་ཅན།

མིང་ཚིག་ལཱ་ལག་ཡོད་མི་ཚུ་ ཚིག་མཛོད་ལག་ལེན་འབྲེལ་སྟེ་ བོ་དོན་འཚོལ་ནི་དང་། སེམས་ཅན་ཡིན་ཟེར་ མཐོ་བསམ་ག་ཅི་ཡང་ མ་གཏང་བར་ ལཱ་ཚོགས་འབད་མ་བཏུབ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཤེས་ནི་གི་དོན་ལཱ་ཡིན།

༥ ཧེ་མ་གཡུམ་ཅིག་ནང་ མི་བྱུག་པོ་ཅིག་ལཱ་ རོ་ཁྲི་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཡོད་པ་མས། ཉིན་མ་ཅིག་འབད་མ་ད་ མི་འདི་ རྟ་བུ་བཞོན་ཏེ། ས་ཕྱོགས་གཞན་ཅིག་ཁར་འགྲོཝ་ད། རོ་ཁྲི་འདི་ཡང་ཁྲིད་དེ་སོང་ལུག། ཐག་རིང་ས་ཅིག་ཁར་སྐྱོད་པ་ད། ཤིང་ཅིག་གི་རྩ་བར་ དལ་འཚོ་སྟེ་ སྡོད་ལུག།

ཨ་ཅི་ཅིག་ལས་ འོག་སྟེ་ར་ རྟ་བུ་བཞོན་ཏེ་འགྲོཝ་ད། རོ་ཁྲི་འདི་གིས་ རོ་བདག་ལཱ་བཟོ་སྟེ་ ཉའོ་ཉའོ་... ཟེར་ ག་དམ་ཅིག་ཉལ་ལུ་ འདི་ལཱ་ སྤང་དག་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ ཡར་སོ་ལུག།

ཡིན་ལུང་། རོ་ཁྲི་འདི་གིས་ ཧེ་མར་ཐོན་ཏེ་ རོ་བདག་འདི་ལཱ་ རྐང་ཤུགས་འབད་ཉལ་སྟེ། འོག་བསྐོར་བཅུག་ནི་གི་ བད་སྟོན་འབད་ལུང་། རོ་བདག་གིས་ ཉལ་གོ་བར་ ལྷས་དན་འདི་ ག་ཅི་འབད་ ཉལ་ཡིན་ནེ་ མཐོ་སྟེ་ རྟ་བུ་ཐག་གིས་ དངས་ད་ལུག།

དེ་འབད་ལུང་ རོ་ཁྲི་གིས་ ཧེ་མ་བ་ཡང་ ཤུགས་འབད་ཉལ་སྟེ་ རྟའི་གུ་མཚོང་སག་ས་འབད་མ་ད། རོ་བདག་ཅིག་པ་ཟ་སྟེ་ རོ་ཁྲི་འདི་ འཚོལ་སོ་ལུག། ཟེར་ རྟོབ་མད་འཁྲབ་ད། རོ་ཁྲི་ ཉལ་མ་ཚུགས་པ་ རད་པ་བཟོ་ ལམ་ཁར་བཀོ་བཞག་སྟེ་ ཡར་སོ་ལུག།

དེ་ཁ་ལས་སོང་སྟེ་ ཉལ་མ་ཅིག་གི་ས་ཁར་སྐྱོད་དེ་ ཚོང་ཁང་ནང་ལས་ ཨ་ལོ་ཚུ་ལཱ་ཁྲིམ་མ་ཅིག་ཉེ་སྟེ་ ཉི་ལུ་སྐྱོད་ནི་འབད་ ཧེ་མ་ཅུང་ནང་ ལག་པ་རྒྱབ་བཟོཝ་ད། དེ་ལཱ་ཁྲིམ་མེད་པ་མཐོང་མ་ལས། འོག་སྟེ་ ཧེ་མ་དལ་འཚོ་སྟེ་སྡོད་སར་ ཤིང་གི་རྩ་བར་སོང་མ་ད། རོ་ཁྲི་འདི་ གཞུགས་ ཞུག་འོག་འོ་འབད་ རོ་བདག་གི་དེ་ལཱ་ཁྲིམ་ ཉལ་བཅུགས་ མིག་ཏོ་ལས་ མིག་ཚུ་རྒྱ་མཚོ་འབྲིལ་ནི་བཟུམ་ལུང་དེ་ ཉལ་སྡོད་སར་མཐོང་ལུག།

སློབ་ལཱ།

1. འོག་གི་དྲི་བའི་ལན་བྲིས།
 - ཀ་ རོ་བདག་འདི་ འོག་བཅུག་ནི་གི་དོན་ལཱ་ རོ་ཁྲི་གིས་ ག་ཅི་ར་འབད་ལུག?
 - ཁ་ རོ་བདག་ ཅིག་པ་ཟ་མི་ ཟག་ཅི་ལས་བཟོན་ཡིན་མ་མས་ག?
 - ག་ དེ་ལཱ་ཁྲིམ་ མེད་པ་ཡིན་མ་ག་དེ་སྟེ་ ཤེས་ལུག?

2. མིང་ཚིག་ཚུ་གི་ དོན་དག་ ཚིག་མཛོད་ནང་ལས་འཚོལ།
 - དལ་འཚོ། འབྲིལ། ཁྲིམ་མ། ཉལ། མཚོང་། བསྐོར། སྤང་དག།

3. རོ་བདག་བཟོ།
 - བཞོན། འོག། ས་ཕྱོགས། འོགས་སུ། ཉའོ། དངས། རྟ་བུ་ཐག།

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

ཉན་ནི་དང་སྒྲུབ་ནི།

ཉན་སྐབ་ཀྱི་ཁྲུངས་དོན།

སྐད་ཡིག་སློབ་སྦྱང་ནང་ལུ་ ཉན་ནི་དང་སྐབ་ནི་གི་རིག་ཚུལ་འདི་ རང་སོའི་ཕ་མའི་ཁ་སྐད་ ལྷབ་ནི་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ མི་ཚོའི་
རིང་ལུ་ ཚོས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ ག་ཅི་ར་འབད་དགོ་རུང་ དང་པ་རྣ་བའི་དབང་པོ་གིས་ཉན་ཏེ་ བད་དོན་ཚུར་ལེན་ཚུགས་པ་
འབད་ནི་འདི་ ག་ནི་ལས་གཤམ་ཆེ། དེ་ཡང་ ཚོས་ཀྱི་ནང་ལས། ཐོས་པ་མ་རིག་ལུན་སེལ་སློན་མེ་སྟེ། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་དོ་བཟུམ་
རང་གིས་མ་ཤེས་ མ་གོ་བའི་བད་དོན་ཚུ་ ག་ར་རྣ་བའི་དབང་པོ་གིས་ཉན་ཏེ་ གོ་དོན་ཉ་གོ་དགོ་པ་ལས་ ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་གོང་
འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཉན་ནི་འདི་རིག་ཚུལ་འདི་ མཁས་པའི་རང་ཚུལ་དགའི་ནང་ལས་དང་པ་ ཡིན།

གཉིས་པ། སྐབ་ནི་འདི་རིག་ཚུལ་འདི་ཡང་ འཆད་པ་དང་ཚོད་པའི་ རིག་པའི་སློབ་མེ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ དང་པ་རང་གི་ སེམས་ཀྱི་
མནོ་དོན་ འཆར་སྐྱང་དང་ཉམས་སྐྱང་ དངོས་མཐོང་གི་ཉམས་སྦྱང་ཚུ་དང་ གཉིས་པ། རང་གིས་ཉན་ཏེ་བད་དོན་ལེན་ཡོད་པའི་
ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་དང་ རིག་ཚུལ་ཚུ་གར་ གཞན་པར་ལོགས་མ་ལུ་ གོ་བདེ་འཕྲོད་པ་འབད་ སྤེལ་ནི་དང་བཤད་ནི་ལུ་ མེད་
ཐབས་མེད་པའི་ ཐབས་ལམ་གཙོ་བོ་ཅིག་ དག་གི་སློབ་ སྐབ་ནི་འདི་རིག་ཚུལ་འདི་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་པའི་དབྱེ་གཏམ་ལས་ཡང་། སློབ་སྐབ་ལུགས་མི་གཙོ་ཉན་ལུགས་གཙོ། །མདའ་རྒྱབ་ལུགས་མི་གཙོ་གཏད་ལུགས་
གཙོ། །ཟེར་སྐབ་སློབ་ཡོད་དོ་བཟུམ་འབད། ཉན་ལུགས་དང་གོ་བ་ ལེན་ལུགས་ཀྱི་རིག་ཚུལ་ཚུ་དང་། དེ་བཟུམ་འབད་ སྐབ་ནི་འདི་
རིག་ཚུལ་འདི་ལུ་ཡང་། གཏམ་ཚོག་གསུམ་གྱི་བད་ལན་མ་བཟེན། །པ་དང་བུ་ཡང་ངོ་མི་ཤེས། །ཟེར་སྐབ་སློབ་ཡོད་དོ་བཟུམ་
རང་གི་འཛོན་སྐབས་དང་ལྷོགས་སྐབ་ཚུ་ ག་དེམ་ཅིག་ར་ཡོད་རུང་ ཁ་ལས་སྐབ་སྟེ་ བཤད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ དོན་དག་མེད་པ་
ལས་ སྐད་ཡིག་གི་རིག་ཚུལ་ཚུ་ལས་ འགོ་ཐོག་ར་ ཉན་ནི་འདི་རིག་ཚུལ་དང་ སྐབ་ནི་འདི་རིག་ཚུལ་གཉིས་ལུ་ སྦྱང་བཙོན་འབད་
དགོ་པ་འདི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ རྫོང་ཁའི་ཤེས་ཡོན་གནས་ཚད་འདི་ནང་ལུ་ ཉན་སྐབ་ཀྱི་ རིག་ཚུལ་འདི་
སྐད་ཡིག་གི་རིག་ཚུལ་གཞན་གར་གི་ཉེ་མར་ ཚུད་པ་འབད་བཙུགས་ཏེ་ཡོད།

ཉན་ནི་དང་སླབ་ནིའི་གནས་ཚུལ།

སློབ་རིམ་ ༡༢ པ་མཐུག་བསྟུལ་དང་སློབ་སྦྱོང་ཚུགས།

༡. འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ མི་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་དང་གཅིག་ཁར་ གནས་སྟངས་དང་བརྩམས་པའི་ ཞེ་ས་དང་ཕལ་ཚོགས་ཚུ་འཐོབ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཉན་སླབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༢. དུས་མཐུན་གྱི་ མིང་ཚོགས་གསར་པ་ཚུ་དང་ གངས་གནས་ གནས་ཚུལ་དང་ རྩལ་བརྒྱུགས་ གསལ་བསྟུགས་ ཚོང་བསྟུགས་ཚུ་ཉན་ཏེ་ ཉ་གོ་ཚུགས་དགོ་པའི་ཁར་ གཞན་ལུ་ཡང་སླབ་ཚུགས་དགོ།
༣. རློ་སླབ་པའི་སྐབས་ལུ་ གནད་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྐྱད་གྱི་མེང་ཕབ་དང་ གཞུགས་གྱི་རྣམ་འགྲུར་ སླབ་ཐངས་གྱི་ཉམས་འགྲུར་ཚུ་གི་ རྩལ་པར་དང་ལྡན་པའི་སྐོ་ལས་ ཉན་སླབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༤. རང་གི་ལུ་འགན་དང་འཁྲིལ་བའི་ ཡིག་འགྲུལ་དང་ ཡིག་ཆ་ལུ་བརྟེན་པའི་ གནད་དོན་ཚུ་ནང་ གོ་སྐབས་དང་གསལ་བཤད་ གོ་སྐབས་ ཚོད་སྐབས་ཚུ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༥. གསལ་བཤད་དང་གསལ་ལུ་ཚུ་འབད་མ་དང་ རྫོང་སློབ་དང་ ཚོགས་གཙུག་པོ་མཚམས་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན་འབད་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ སླབ་ཚུགས་དགོ།
༦. འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ཚུ་ནང་ ལུང་འབྲེན་དང་ དབྱེ་གཏམ་ སློབ་གཏམ་བཅུགས་ཏེ་ སླབ་མི་ཚུ་ ཉན་ཏེ་ ཉ་གོ་ཚུགས་དགོ་པའི་ཁར་ དེ་དང་བརྩམས་པའི་ལན་ཚུ་ འོས་འབབ་དང་བརྩམས་ཏེ་ རྒྱལ་བཤད་དང་ བཅུད་བསྟུགས་གང་འོས་གྱི་ཐོག་ལས་ སླབ་ཚུགས་དགོ།
༧. ཚོས་སྐད་དང་ དབྱིན་སྐད་ལས་གོ་བའི་སྤྱིར་བཏང་གནད་དོན་ཚུ་ རྫོང་ཁའི་ནང་སྐད་སྦྱར་འབད་དེ་ སླབ་ཚུགས་དགོ།

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

སློབ་སྦྱོར་ལས་དོན།

༡. སློབ་རིམ་གསུམ་པ་ནང་ལྟ་བུའི་ ཉན་ནི་དང་སླབ་ནི་འདི་རིག་ཅུལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༢. སྡེ་ཚན་གྱི་ལཱ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཏེ་ ཆ་རོགས་ཚུ་དང་མཉམ་ ལྷན་གྲོས་འབད་ཚུགས་དགོ།
༣. རང་གིས་དགའ་བའི་དོན་ཚན་ཚུ་དང་ སྡེ་ཚན་ནང་གི་ལཱ་ཚུ་འོ་སྐོར་གཞན་ལུ་ གསལ་ལ་བཤད་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༤. འབྲེལ་ཡོད་ཁྲབ་བསྟུགས་དང་ བཀོད་རྒྱ་ཚུ་ཉན་ཏེ་ གཞན་ལུ་སླབ་ཚུགས་དགོ།
༥. དོགས་པ་དབྱུད་ནི་འི་ རི་བ་ཐུང་ཀུ་རེ་བཀོད་ཚུགས་དགོ།
༦. རི་བ་དང་བསྟུན་པའི་ ལན་ཚུ་སླབ་ཚུགས་དགོ།
༧. གཞུགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་དང་ སྡོན་ཆས་ཀྱི་ཞེ་ས་ སླབ་ཚུགས་དགོ།
༨. མིང་ཚོག་གསར་པ་ རྒྱ་སྐྱེད་འབད་དེ་ ཉན་སླབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༩. བྱངས་ཁ་༡༠༠༠ ཚུན་སླབ་ཚུགས་དགོ།
༡༠. རྒྱལ་པོའི་ བརྟན་བཞུགས་དང་ རྒྱལ་སྤུ་ ཁ་ལས་སྦྱོར་ཚུགས་དགོ།
༡༡. རྫོང་ཁ་ཉན་ནི་དང་སླབ་ནི་ལུ་ སློབ་དང་བརྩོན་ཤུགས་ བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།

སློབ་དཔལ་ ༤ པ།

འཕྲིན།

བྱིན་མི་རིག་ཚུལ་ཁྲུངས་དོན།

བྱིན་མི་རིག་ཚུལ་འདི་ ཚུམ་རིག་གི་འབྲུང་ཁྲུངས་དོན་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ དེང་རབས་དང་ སློན་འབྲོན་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཚུ་གི་མཛད་རྣམ་དང་ རྟོགས་རྗེད་ རྣམ་ཐར་ཚུ་དང་ དག་བཤད་ལུ་མཁས་པའི་སྐྱེས་བུ་ཚུ་གིས་བརྩམས་པའི་ ལོ་རྒྱུས་དང་ གཏམ་རྒྱུད་ཚུ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་དང་ སྲིད་ལུགས་ཀྱི་འབྲུང་རབས་ཚུ་ དུས་ནམ་ཡང་ཡལ་མ་བཅུག་པར་ བཞག་ནིའི་ཐབས་ལམ་དྲག་ཤོས་ཅིག་ཡིན། དེ་ཡང་ ལྷན་དག་མེ་ལོང་མའི་གཞུང་ལས། སློན་གྱི་རྒྱལ་པོ་གྲགས་པའི་གཞུགས། །དག་གི་རང་བཞིན་མེ་ལོང་ཐོབ། །དེ་དག་ཉེ་བར་མི་གནས་ཀྱང་། །རང་ཉིད་ཉམས་པ་མེད་ལ་ལྟོས། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན། དཔེར་ན། སློན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་ལས་ལུ་དང་ གཞུགས་ཅན་སྤོང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ མཛད་རྣམ་ཚུ་ འབྲི་ཚུམ་ནང་ བཀོད་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ ལོང་ར་དངོས་སུ་ཞལ་བཞུགས་ཏེ་མེད་རུང་ ལོང་གི་ མཛད་ལུ་ཚུ་ ད་ལྟོ་དངོས་སུ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ གསལ་ཚུགས་མི་དེ་ཡང་ བྱིན་མི་རིག་ཚུལ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན།

བྱིན་མི་རིག་ཚུལ་འདི་ མི་རང་སོའི་བསམ་དོན་བཤད་ནི་དང་ དག་འ་སྤྲང་དང་ སྐྱོ་སྤྲང་ འཛིགས་སྤྲང་ ལ་སོགས་པའི་ སེམས་ཀྱི་ ཚོར་སྤྲང་ མ་འདྲམ་ཚུ་ སྤྱིར་བཤད་པའི་ཐབས་ལམ་ དྲག་ཤོས་ཅིག་ཡིན། མི་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ རང་གི་སེམས་ཀྱི་དལ་བ་སངས་ བྱིན་མི་རིག་ལུ་ གཞན་པར་ལོགས་མ་གི་ སེམས་བཀྱག་ནིའི་ཆེད་དུ་ཡང་ བྱིན་མི་རིག་ཚུལ་འདི་ ལག་ལེན་འབབ་ཡིན།

དེ་མ་ཚད་ དེང་སང་ཡར་རྒྱས་ཤོང་འབེལ་གྱི་འགྱུར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ ཡིག་འབྲིན་དང་ སློབ་འབྲིན་ གསལ་བསྐྱབས་དང་ ཚོར་བསྐྱབས་ཀྱི་ བརྟེན་སྤྲོད་ལེན་ཚུ་ཡང་ མང་ཤོས་ར་ སློབ་མི་གི་ཐོག་ལས་ བརྟེན་སྤྲོད་འབད་བའི་དུས་ལུ་ལྟོད་དེ་ཡོད་མི་དེ་ཚུ་ཡང་ བྱིན་མི་རིག་ཚུལ་ལུ་ བརྟེན་དགོ།

སློབ་དཔེ་ཚུ་ལོ་མིས། གང་ཕྱིར་མཁས་པའི་ལས་གསུམ་ལས། །འཆད་ཚོད་དག་ལ་མ་དེས་པ། །སྲིད་ཕྱིར་མི་བསྐྱེད་པ་ མཚོག་ །ཟེར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་མི་གི་ མཁས་པའི་བྱ་བ་གསུམ་གྱི་གཙོ་བོ་ བྱིན་མི་རིག་ཚུལ་གྱི་ཤེས་ཡོན་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ མིང་ཚིག་སྐྱབ་ཚུལ་དང་ ཚིག་གཞི་བཅུགས་ཐངས་ ཚིག་མཚམས་དང་ རྗེད་མཚམས་གཅད་ཐངས་ དོན་མཚམས་འབྲི་ཐངས་ འགོ་བཅུགས་ཐངས་དང་ བར་གྱི་གནད་དོན་དང་ ཚིག་དོན་བཅུགས་ཐངས་ མཇུག་བསྐྱེད་ཐངས་ཚུ་གི་འབྲི་བཀོད་དང་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་ འཆར་གཞི་བཅུམ་ནི་ ཟེན་འབྲི་བཏབ་ནི་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ ལུ་དག་རྒྱུ་ལེན་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དང་།

འབྲི་ཚུལ་མ་འདྲ་བའི་རིག་ཚུལ་ རང་གི་བསམ་དོན་དང་ འཆར་སྤྲང་ཚུ་བཤད་པའི་བཤད་ཚོམ་དང་ རྟོགས་བརྗོད་ གཏམ་རྒྱུད་ཚུ་ དང་། ལྷན་དག་གི་ཉམས་འགྱུར་ལྟུན་པའི་ བཅད་ལྷུག་སྤེལ་མའི་སྐྱོན་ཚུམ། གཏང་ཡིག་ ལུ་ཡིག་ ལྷན་ལུ་སོགས་པའི་ ཡིག་སྐྱར་རྣམ་གཞག་དང་ ཚོར་བསྐྱབས་ གསལ་བསྐྱབས་ལ་སོགས་པའི་ བརྟེན་སྤྲོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཡིག་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལུ་ བྱིན་མི་རིག་ཚུལ་གི་ བྱིན་མི་རིག་ཚུལ་གི་ བྱིན་མི་ཤེས་ཡོན་གྱི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་ ཚུད་པ་འབད་ བཅུགས་ཏེ་ཡོད།

བྱིན་ཅི་ཡིག་སྐུལ་གནས་ཚད།

སློབ་མི་ ༡༢ པ་མཚུགས་སྐུལ་དང་སློབ་སྦྱོང་ཚུགས་ལུགས།

༡. ཡིག་བཅོམ་ཚུ་སློམ་འགྲིག་གི་ཐོག་ལས་བཀའ་ཐངས་དང་མགོ་རྒྱན་མ་འདྲུལ་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་འབད་ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་བྱི་ཚུགས་དགོ།
༢. ཚུམ་རིགས་འབྲི་བཀོད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དང་འབྲི་ཚུམ་མ་འདྲ་བའི་འབྲི་ཐངས་ཚུ་དང་འབྲི་ལ་ཉེ་བྱི་ཚུགས་དགོ།
༣. གཞན་གྱིས་ཚུམ་སྒྲིག་འབད་ཡོད་པའི་ཚུམ་རིག་ཁུངས་ལྡན་ཚུ་གི་ཁྱད་ཚོས་ཚུ་ཁོང་པའི་ཚུམ་འབྲི་ནང་ལུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་དགོ།
༤. འབྲི་ཚུམ་གྱི་སྐབས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི། འཆར་གཞི་བཅོམ་ནི་ཟེན་བྱིས་བཏབ་ནི་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ནི་ཞུན་དག་རྒྱབ་ཐངས་ཀྱི་འབྲི་ཚུམ་ལམ་ལུགས་ཚུ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་དགོ།
༥. བལ་ཚུམ་དང་སྐྱན་ཚུམ་བརྒྱུད་ཅོད་ཡིག་འབྲེལ་ཚུ་ཚོགས་བཅད་ཚོགས་སྦྱོར་སྟེ་མ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་འོས་འབབ་ལྡན་ཉོག་ཉོ་འབད་བྱི་ཚུགས་དགོ།
༦. རང་གི་བྲན་སྤང་དང་མཐོང་སྤང་ཐོས་སྤང་སྤོང་ཚོར་གྱི་ཁྱད་རྣམ་དང་གནད་དོན་ཚུ་ག་ཞིན་མ་འབད་བཀོད་ནི་གི་དངོས་ཚུམ་དང་ཡངན་སློབ་བཏབ་ཀྱི་འཆར་ཚུམ་ཚུ་འབྲི་ཚུལ་ཉམས་འགྱུར་གྱི་འོས་འབབ་དང་ལྡན་པའི་ཚོགས་གི་ཐོག་ལས་ཡིག་ལམ་དུ་བཀོད་ཚུགས་དགོ།
༧. ཇི་བ་དང་བསྐྱུན་པའི་ལན་བྱི་ཚུགས་དགོ།
༨. རང་གི་འབྲི་ཚུམ་གྱི་རིགས་དཔེ་སྟོན་ནང་བསྐྱུ་གསོག་འབད་དེ་རང་གི་སྟོགས་སྐབ་ཡར་རྒྱས་ལྟ་ཉོག་འབད་ཚུགས་དགོ།
༩. རང་གིས་ཤེས་མི་སྐད་ཡིག་ཚུ་ལས་རྫོང་ཁའི་ནང་སྐད་སྐྱུར་འབད་ནིའི་གཞི་འགྲམ་འཐོབ་ཚུགས་དགོ།
༡༠. བྱི་ནི་ལུ་ལོ་མས་འདྲིས་ཚུ་དེ་མི་ཚའི་ནང་བྱི་ནི་ལུ་བཙོན་ཤུགས་དང་སློབ་བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།

སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན།

༡. སློབ་རིམ་གསུམ་པ་ནང་ལྷ་བ་མི་ གི་ནི་འི་རིག་ཅུལ་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ ལག་ལེན་ འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༢. མིང་ཚིག་དང་ རྫོང་ཚིག་ཚུ་ བྱལ་ཐིག་ཕྱང་སྟེ་ གི་ཚུགས་དགོ།
༣. གི་བ་དང་བསྐྱུན་པའི་ ལན་ཚུ་ གི་ཚུགས་དགོ།
༤. ཡི་གུ་ བཀའ་ཐངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཡིག་བཟོ་བཏོན་ཏེ་ གི་ཚུགས་དགོ།
༥. ཚིག་དང་བདེ་ཤད་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ གི་ཚུགས་དགོ།
༦. ཚིག་མཚམས་བཅད་དེ་ གི་ཚུགས་དགོ།
༧. པར་དང་ ཅ་ལ་ལུ་བཏུ་སྟེ་ རྫོང་ཚིག་ འཇམ་ཏོང་ཏོང་ེ་ གི་ཚུགས་དགོ།
༨. འགྲེལ་བཤད་དང་ ལོ་རྒྱུས་འབྲི་རྩོམ་ཚུ་གི་ནི་འི་ རིག་ཅུལ་འཐོབ་ཚུགས་དགོ།
༩. ལྷ་ཡིག་དང་ གཏང་ཡིག་ འཇམ་སངས་ེ་ གི་ཚུགས་དགོ།
༡༠. ཨང་གངས་༥༠ ཚུན་ཡིག་གཞུགས་ནང་ གི་ཚུགས་དགོ།
༡༡. སློབ་རིམ་ གསུམ་པ་ནང་ལྷ་བ་མི་ མིང་ཚིག་གུ་ གསར་འཐོབ་ཉུང་ཤོས་༡༠༠ བཀའ་ཏེ་སྟོམ་༢༠༠ ཡིག་སྟེ་བ་ ཚངམ་འབད་ གི་ཚུགས་དགོ།
༡༢. ལོ་གཅིག་གི་ནང་ལུ་ རང་གི་སྦྱོང་ལཱ་དག་ཤོས་༥ ལས་ མ་ཉུངམ་ཅིག་ དཔེ་སྟོན་ནང་ བསྐྱ་གསོག་འབད་དེ་ ལྷ་ ཏོག་འབད་ཐོག་ལས་ རང་གི་སྦྱོགས་སྟེ་བ་ ཡར་རྒྱས་ གཏང་ཚུགས་དགོ།

དཔེ་ཚན་གཉིས་པ།
ཡི་གུ་སྟེར་བ།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་སྦྱོར་བའི་ཁྲུངས་དོན།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་འདྲི་སྦྱོར་བ།

སྐད་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ མི་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ སྐབ་མི་གི་ཁ་དང་ སྐབ་མི་གི་ཚིག་ཚུ་ཡི་གུ་འབད་ གི་ནི་ཡོད་མི་འདི་ལུ་སྐབ་
ཨིན། ཁ་ལས་སྐབ་ནི་དང་ ཡི་གུ་གི་ཤེས་ནི་གི་དོན་ལུ་ མིང་ཚིག་ལེ་ཤ་ལྟ་བུ་དགོས་ཡོད། དེ་མ་ཚད། མིང་ཚིག་ཚུ་གི་བར་ན་
བཙུགས་ནི་གི་ ཚོགས་སྐད་ཚུ་དང་ དེ་ལས་ ཡི་གུ་གི་སྐབ་སྦྱོར་ཚུ་གར་ སྐད་ཡིག་དང་ ཡི་གུ་སྦྱོར་བའི་སྐབ་ཚན་ཚུ་ནང་ལས་
ལྟ་བུ་དགོས་ཨིན།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་སྦྱོར་བ་འདི་ སློབ་དེབ་བཞི་པ་ལས་ འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས། ཤེས་ཚད་གནས་རིམ་གཉིས་པ་འདི་ནང་
མིང་དང་མིང་ཚབ་ མང་ཚོགས་གཅིག་ཚོགས་ བརྗོད་པ་བཟོ་ནི་ཚུ་ སློབ་རིམ་འདི་ནང་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཡོད། དེ་ལས་ དབྱུངས་
གསལ་ སྲོན་འཇུག་ རྗེས་འཇུག་ ཡང་འཇུག་ མཐོ་ཅན་ འདོགས་ཅན་ཚུ་གི་ དབྱེ་བ་དང་ ཚོགས་དང་ཤད་རྒྱབ་ནི་ཚུ་ ཤེས་དགོས་
དང་ དེ་ལས་ མཐོ་ཚེ་བའི་བྱ་ཚོགས་དང་ ལོག་ཡིག་ མཐུག་ཡིག་ ལ་དོན་གྱི་སྐད་དང་ དེ་ཁར་འབྲེལ་ཡོད་མིང་ཚོགས་ཚུ་གི་ ཡིག་
སྐབ་སྐབ་ནི་ཚུ་ཡང་ ཡིག་རྒྱགས་འདི་ནང་ ཚུད་པ་འབད་བཙུགས་ཏེ་ཡོད།

ཡིག་སྐར་རྣམ་གཞག།

ཡིག་སྐར་རྣམ་གཞག་ཟེར་མི་འདི་ བར་དང་ཚུར་ བསྐལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡི་གུ་འབྲི་བའི་ཐངས་ཀྱི་ ལམ་ལུགས་འདི་ལུ་སྐབ་ཨིན། ཤེས་
ཚད་གནས་རིམ་གཉིས་པ་འདི་ནང་ ལྷ་ཡིག་དང་གཏང་ཡིག་འབྲི་བའི་ཐངས་གཉིས་ལུ་ སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོས་འབད་ཚུད་དེ་ཡོད།

ལྷ་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ རྩོད་ར་གི་སློབ་སྡེ་སློབ་དཔོན་ལུ་ དལ་གསོ་ལྷ་ནི་གི་ཡི་གུ་ བཟུམ་ཅིག་ལུ་སྐབ་ནི་དང་ གཏང་ཡིག་ཟེར་མི་
འདི་ རྩོད་རའི་པ་མ་དང་ ཆ་རོགས་ལུ་བསྐལ་ནི་འདི་ ཡི་གུ་བཟུམ་ཅིག་ལུ་སྐབ་ཨིན། ཡི་གུ་འདི་ཚུ་གི་སྐར་ད་ ཡི་གུ་འདི་མགུ་ཡིག་དང་
ཕུལ་ས་གི་ཁ་བྱང་ དེ་ལས་ ཕུལ་མི་གི་མིང་དང་ ཁ་བྱང་ རྣམ་ཕུལ་ཡི་ག་གི་ཚོས་གྲངས་ཚུ་ ཚང་མ་འབད་ བཞོད་དགོས་ཨིན།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་བྱ་སྦྱོར་བའི་གནས་ཚུལ།

སློབ་རིམ་ ༡༢ པ་མཚུགས་སྐད་སློབ་སྦྱོང་གི་ལུགས་ལུགས།

༡. རྫོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་གི་ དཔོན་པ་དང་ཕན་ཐོགས་ བྱེད་རྒྱུ་དང་སྦྱོར་བའི་ཕྱི་ཕྱོད་ལྟུང་གི་ལུགས་ལུགས་དགོ།
༢. རྫོང་ཁའི་ མིང་ཚིག་རྫོང་པའི་རྣམ་གཞག་ ལག་ལེན་འཐབ་ལྟུང་གི་ལུགས་ལུགས་དགོ།
༣. སྦྱོར་བྱ་ཡི་གེའི་ རྣམ་གཞག་དང་ སྐད་རྣམ་དབྱེ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ལྟུང་གི་ལུགས་ལུགས་དགོ།
༤. བདག་གཞན་དུས་གསུམ་དང་ བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དབྱེ་བ་བྱེད་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ལྟུང་གི་ལུགས་ལུགས་དགོ།
༥. ཚོས་སྐད་དང་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐད་ ཡིག་སྐྱོང་ སྐད་དང་རྣམ་དབྱེའི་ བྱེད་པར་ཚུ་བྱེད་ལྟུང་གི་ལུགས་ལུགས་དགོ།
༦. དག་ཐོག་དང་ཡིག་ཐོག་ལུ་ དུས་རྒྱུན་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ མིང་ཚིག་གི་རིགས་དང་ སྐད་གཏམ་དང་ སྐོར་གཏམ་ དབྱེ་གཏམ་ ཞེས་དང་ཕལ་སྐད་ཚུ་ དབྱེ་བ་བྱེད་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ལྟུང་གི་ལུགས་ལུགས་དགོ།
༧. རྫོང་ཁ་རོ་ལྷན་དང་ ཉེར་མཁོའི་ཨིང་ལེལ་ རྫོང་ཁ་ནང་འབྲི་ཐངས་ ལག་ལེན་འཐབ་ལྟུང་གི་ལུགས་ལུགས་དགོ།
༨. གདམ་ང་ཅན་དང་ རྫོང་སྐད་ལྟུང་གི་མཚུངས་ཀྱི་ ཡིག་སྐྱོང་འབྲུལ་སྐོར་ཚུ་ ཕྱི་ཕྱོད་ལྟུང་གི་ལུགས་ལུགས་དགོ།

སློབ་སྦྱང་ལས་དོན།

༡. དབྱངས་གསལ་ ཚེག་འདོགས་ སྲོན་འཇུག་ རྗེས་འཇུག་ ཡང་འཇུག་ མིང་གཞི་ཚུ་དོས་འཛིན་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༢. སྲོན་འཇུག་གི་ འཇུག་ཡུལ་ མིང་གཞི་ དོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་དགོ།
༣. རྫོང་ཚོག་ འཇམ་སངས་ཚུ་ སློག་བཀོད་ འབད་ཚུགས་དགོས་དང་། ཚོག་ཤད་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་དགོ།
༤. མིང་དང་ མིང་ཚབ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ མང་ཚོག་ ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་དགོ།
༥. བྱ་ཚོག་དང་ བྱ་ཚོག་གི་དབྱེ་བ་ བྱ་ཚུགས་དགོ།
༦. སྤྱིར་བཏང་ དུས་གསུམ་གྱི་ཚོག་གོགས་ (ཅི་ཡི་རུག་ དོ་དེས་ ཅི་འོང་གེ) ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་དགོ།
༧. ཚོག་མཛོད་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ མིང་ཚོག་གི་གོ་དོན་ཚུ་ འཚོལ་ཚུགས་དགོ།
༨. སློབ་རིམ་དང་འཁྲིལ་བའི་ སློབ་སྲོན་མཁོ་ཆས་ནང་གི་ མིང་ཚོག་ཚུ་གི་ ཡིག་སྟེབ་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་དགོ།
༩. འབྲེལ་སྒྲིག་དང་བྱེད་སྒྲིག་ ལྷག་བཅས་གྱི་སྒྲིག་སྦྱོར་ཚུ་ལ་ དོ་སློབ་དང་། སྲོམ་ཚོག་སློབ་འཛིན་ འབད་ཚུགས་དགོ།

༡. གསལ་བྱེད། དབྱེད་སྒྲིག་ མགོ་ཅན། འདོགས་ཅན།

གསལ་བྱེད།

གསལ་བྱེད་གྱི་ ཡི་གུ་ཟེར་མི་འདི་ ཀ་ལས་ཨ་ཚུན་ཚོད་གྱི་ ཡི་གུ་ལུ་སྐབ་ཨིན། ཀ་ལས་ ཨ་ཚུན་ཚོད་ལུ་ ཡི་གུ་སྐབ་ལུ་ཐམ་པ་ ཡོད་ནི་འདི་གིས་ གསལ་བྱེད་སྐབ་ལུ་ཟེར་སྐབ་ཨིན། ལ་ལས་སྐབ་དགོ་པའི་ཚོག་ཚུ་ ག་ར་ཡི་གུ་སྐབ་ལུ་ཐོ་འདི་གིས་ གསལ་ ཏོག་ཏོ་བཟོ་སྟེ་ གཏང་མ་ལས་ གསལ་བྱེད་ཟེར་ སྐབ་དགོ་པའི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

དབྱེད་སྒྲིག་

དབྱེད་སྒྲིག་གི་ཡི་གུ་ཟེར་མི་འདི་ གི་གྲུ། ཞབས་ཀྱི། འགྲེང་བྱ། ན་རོ། བཞི་ལུ་སྐབ་ཨིན། དབྱེད་སྒྲིག་ གྲུངས་ལ་བཞི་ཡོད་པ་ལས་ དབྱེད་སྒྲིག་བཞི་ ཟེར་སྐབ་ཨིན་མ་མས། ཀ་ལས་ཨ་ཚུན་ཚོད་གྱི་ ཡི་གུ་ཚུ་ལུ་ དབྱེད་སྒྲིག་གཏང་བའི་བཀའ་ལུ་ གསལ་བྱེད་གྱི་ སྐབ་ལས་ལྷག་པའི་རྗེས་སྐབ་ གཞན་མང་རབས་ཅིག་བཟོ་ཚུགས་པ་ལས་ དབྱེད་སྒྲིག་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་ལས་ བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

མགོ་ཅན།

མགོ་ཅན་ཟེར་མི་འདི་ མིང་གཞིའི་མགུ་ཏོ་ལར་ ཡི་གུ་ ར་ ལ་ ས་ ཚུ་བཀའ་ཏེ་ ཡོད་མི་གི་ཡི་གུ་ཚུ་ལུ་ སྐབ་ཨིན། མགོ་ཅན་གྱི་ཡི་གུ་ལུ་ རིགས་མ་འདྲམ་ ར་ལ་ས་གསུམ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ དེ་ཚུ་ལུ་ མགོ་ ཅན་གྱི་ཡིག་རིགས། ཡང་ན། བརྟེན་པའི་ཡིག་རིགས་གསུམ་ ཟེར་སྐབ་ཨིན།

མགོ་ཅན་ཡིག་རིགས་གསུམ་ལུ་ ནང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ ར་མགོ་བརྟེན་གཉིས། ལ་མགོ་བརྟེན་གསལ། ས་མགོ་བརྟེན་གཅིག་ཡོད།

- ༡ ར་མགོ་འཕྲོག་པའི་ཡི་གུ་ (རྟ་) ཀ་ག་ར་ཇ་ཉ་ཏ་ན་པ་མ་ཅ་ཚ་ བརྟེན་གཉིས་ཡོད།
- ༢ ལ་མགོ་འཕྲོག་པའི་ཡི་གུ་ (ལྟ་) ཀ་ག་ར་ཅ་ཇ་ཏ་ད་པ་བ་ཉ་ བརྟེན་གསལ་ཡོད།
- ༣ ས་མགོ་འཕྲོག་པའི་ཡི་གུ་ (སྟ་) ཀ་ག་ར་ཉ་ཏ་ཏ་ན་པ་མ་ཅ་ཚ་ བརྟེན་གཅིག་ཡོད།

འདོགས་ཅན།

འདོགས་ཅན་ཟེར་མི་འདི་ མིང་གཞིའི་ཡི་གུ་འདོགས་ལས་ ཡ་(་ ོ) ར་(་ ོ) ལ་(་ ོ) ཚུ་བཏགས་ཏེ་ ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ སྐབ་ཨིན། དེ་ཚུ་ཡང་མིང་གཞིའི་ཡི་གུ་ཚུ་གི་ འོག་ལས་བཏགས་ཏེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ འདོགས་ཅན་གྱི་ཡི་གུ་ ཟེར་སྐབ་ཨིན་མ་ མས། དེ་ལུ་ནང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ ཡ་བཏགས་བདུན། ར་བཏགས་བརྟེན་གཉི། ལ་བཏགས་ལྷག་ཡོད།

- ༡ ཡ་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གུ། (ཀྱ) ཀ་ལ་ག་པ་མ་པ་མ་བདུན།
- ༢ ར་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གུ། (ཀྲ) ཀ་ལ་ག་ཏ་ཐ་ན་པ་མ་པ་མ་ཤ་ས་ཉ་བརྟེན་གཉི།
- ༣ ལ་བཏགས་ཅན་གྱི་ཡི་གུ། (ཀླ) ཀ་ག་བ་ཟ་ར་ས་ ལྷག་ཨིན།

2. སློན་འཇུག་ རྗེས་འཇུག་ ཡང་འཇུག་ མིང་གཞི།

སློན་འཇུག་དོན་འཛིན།

སློན་འཇུག་གི་ཡི་གུ་འདི། ག་ད་བ་མ་འ་ ལཱ་ལུ་སྐབ་ཡིན།

སློན་འཇུག་ ཟེར་སྐབ་དགོ་མི་འདི། མིང་གཞི་ཡི་གུ་རྩི་གི་སློན་མར་ཉེ་མར་ འཇུག་ནི་དེ་གིས་ སློན་འཇུག་ཟེར་
སྐབ་ཡིན་མ་མས། སློན་འཇུག་གི་ཡི་གུ་རྩི་ མིང་གཞི་ཡི་གུ་ ག་ར་ལུ་འཇུག་ནི་མེད། སློན་འཇུག་གི་ ཡི་གུ་རེ་རེ་
བཞེན་ལུ་ འཕྲོ་བ་ལམ་ཡོད་པའི་མིང་གཞི་ཡི་གུ་སོ་སོར་ཡོད།

1. སློན་འཇུག་ ག་ ལུ་ འཕྲོ་བ་ལམ་ཡོད་པའི་ མིང་གཞི་ཡི་གུ།
ཅ་ཉ་ཉ་ད་ན་ཅ་ཞ་ཟ་ལ་ཤ་ས་ བརྒྱ་གཅིག་ཡོད། དཔེར་ན།
གཞུ། གཉིས། གཉྱགས། གདན། གནང། གཙོ། གཞུ། གཟི། གཡོ། གཤོག། གསག།

2. སློན་འཇུག་ ད་ ལུ་ འཕྲོ་བ་ལམ་ཡོད་པའི་ མིང་གཞི་ཡི་གུ།
ག་ཀྱ་ཀ་ ག་གྱ་གྱ་ ད་ བ་ཕྱ་ཕྱ་ བ་ཕྱ་ཕྱ་ མ་ཕྱ་ བཅོལ་ཡོད། དཔེར་ན། དཀར། དཀྱི། དཤོག། དགའ།
དཀྱེས། དམ། དཅུལ། དཤོན། དཀྱི། དམལ། དབང། དབྱངས། དམལ། དམངས། དལལ།

3. སློན་འཇུག་ བ་ ལུ་ འཕྲོ་བ་ལམ་ཡོད་པའི་ མིང་གཞི་ཡི་གུ།
ག་ཀྱ་ཀ་ཀྱི་ ཀྱི་ཀྱི་ཀྱི་ ག་གྱ་ཀ་ཀྱི་ ཀྱི་ཀྱི་ཀྱི་ ད་ཕྱ་ ཅ་ ར་ ཅ་ ཅ་ ཉ་ཉ་ཉ་ཉ་ དེད་ཕྱ་ཕྱ་ ཅ་ཕྱ་
ཅ་ཅ་ཕྱ་ ར་ ཞ་ ཟ་ཟ་ ཟ་ ཤ་ ཤ་ཤ་ ཞེ་བཞེ་ཡོད། དཔེར་ན།
བཀང། བཀྱག། བཀ། བཤོ། བཀྱང། བཤོར། བཤུལ། བཤྱད། བགའ། བཀྱངས། བཤྱད། བཤྱལ།
བཤྱལ། བཤྱང། བཤྱུར། བཤྱགས། བཤྱ། བཤྱོ། བཅོ། བཤེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ།
བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ།
བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ། བཤྱེ།

4. སློན་འཇུག་ མ་ ལུ་ འཕྲོ་བ་ལམ་ཡོད་པའི་ མིང་གཞི་ཡི་གུ།
མ་ཀྱ་ཀྱ་ ག་གྱ་གྱ་ ད་ཅ་ཅ་ཉ་ཉ་ཉ་ཉ་ཉ་ བཅོལ་ཡོད། དཔེར་ན།
མ་ལོ། མ་ལྷོ། མ་ལྷིས། མ་གར། མ་ལྷོགས། མ་ལྷི། མ་ངག། མ་ཚོང། མ་ལུག། མ་ཉན། མ་ལུག། མ་དོག།
མ་ནལ། མ་ཚོར། མ་ལུག།

༥. སྲོན་འཇུག་ འ་ ལུ་ འཕྲོབ་ལམ་ཡོད་པའི་ མིང་གཞིའི་ཡི་གུ།
 འ་ཁྱུ་མ་ ག་གུ་མ་ ཚ་ཚ་ བ་ད་ད་ བ་ཕུ་ཕ་ བ་གུ་ཕ་ ཚ་ཚ་ བཅུ་དགུ་ཡོད། དཔེར་ན།
 འཁར། འཇུག། འཇི། འགལ། འགུམ། འགུམ། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག།
 འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག། འཇུག།

རྗེས་འཇུག་རྩམ་འཛོལ།

རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གུ་ཟེར་མི་འདི་ ག་ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་ བཅུ་ཐམ་ལུ་ སླབ་ཞིན། དེ་ཚུ་ མིང་གཞིའི་ཡི་གུ་ཚུ་
 གི་ རྗེས་ལས་/རྗེས་ལས་འཇུག་ནི་དེ་གིས་ རྗེས་འཇུག་ ཟེར་ སླབ་ཞིན། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གུ་བཅུ་ཐམ་ག་ར་ མིང་
 གཞིའི་ཡི་གུ་ དེ་ལུ་འཇུག་དང་ དེ་ལུ་མི་འཇུག་ ཟེར་བའི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ ག་ར་ལུ་འཇུག་པ་ཞིན། དཔེར་ན།
 ཀག། ཀང། ཀད། ཀན། ཀབ། ཀམ། ཀགའ། ཀར། ཀལ། ཀས།

ཡང་འཇུག་རྩམ་འཛོལ།

ཡང་འཇུག་ཟེར་མི་འདི་ ཡི་གུ་ ས་ ལུ་ སླབ་ཞིན། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གུ་ཚུ་
 གི་རྗེས་སུ་ ཡང་/དོ་རུང་ འཇུག་ནི་དེ་གིས་ ཡང་འཇུག་ ཟེར་སླབ་ཞིན་མ་མས། ཡང་འཇུག་ ས་འདི་ རྗེས་འཇུག་གི་
 ཡི་གུ་ ག་ད་བ་མ་ བཞི་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཞིན། དཔེར་ན།
 དྲགས། དྲངས། འདབས། གདམས།

མིང་གཞི་རྩམ་འཛོལ།

མིང་གཞིའི་ཡི་གུ་ཟེར་མི་འདི་ སྲོན་འཇུག་ རྗེས་འཇུག་ མགོ་ཅན་ འདོགས་ཅན་ དབྱངས་ཚུ་ སྐར་སའི་མིང་ཚོག་
 བཟོ་ནིའི་ གཞི་རྗེས་ཀྱི་ཡི་གུ་ལུ་ སླབ་ཞིན། དཔེར་ན།
 གཏམ། སྒ། སྐབས། སྐངས། ཟེར་མི་ཚུ་གི་ གཏམ་གྱི་ཏ། སྒ་གི་ག། སྐབས་ཀྱི་ཀ། སྐངས་ཀྱི་པ་ཚུ་ ག་ར་མིང་གཞི་
 ཞིན།
 དེ་མ་ཚད་ གོང་ལུ་བཤད་མི་གི་གསལ་ལཱ་བྱེད་སྲུལ་ཅུ་དང་ མགོ་ཅན་འདོགས་ཅན་འཕྲོབ་མི་ ཡིག་རིགས། དེ་ལས་
 སྲོན་འཇུག་དང་ རྗེས་འཇུག་འཕྲོབ་མི་ཡིག་རིགས་དང་ དབྱངས་ཡིག་འཕྲོབ་མི་ ཡིག་རིགས་ཚུ་ ག་ར་མིང་གཞི་
 ཞིན།

སློབ་ལྟ།

༡. སློན་འཇུག་ལྷ་གི་ འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་ རེ་རེ་བཞིན་བྲིས།
༢. འོག་གི་མིང་ཚིག་རྒྱའི་ ཚུལ་སྤྱོད་འཛིན་འབད་དེ་ ཐོག་ཁམ་ནང་བཅུགས།

མིང་གཞི།	དབྱེདས།	མགོ་ཅན།	འདོགས་ཅན།	སློན་འཇུག།	ཇེས་འཇུག།	ཡང་འཇུག།

གསལ། དབྱེདས། མགོ། འདོགས། རྒྱེད། རྒྱང། སློན།

༣. ཡང་འཇུག་གིས་ ཇེས་འཇུག་ ག་ང་བ་མ་ཇ་ ལུ་འཇུག་པའི་ དཔེར་བཅོམ་རྒྱུ།
༤. འོག་ལུ་ སློན་འཇུག་གི་ འཐོབ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ དཔེར་བཅོམ་རྒྱུ།

སློན་འཇུག་ ག། ཏ་ ད་ ན་ ཟ་ ཡ་ ས། ལུ་འཇུག་མི།

སློན་འཇུག་ ད། རྩ་ ས་ བ། ལུ་འཇུག་མི།

སློན་འཇུག་ བ། རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ ལུ་འཇུག་མི།

སློན་འཇུག་ མ། ག། ག། རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ རྩ་ ལུ་འཇུག་མི།

སློན་འཇུག་ ལ། རྩ་ ག། ག། ག། རྩ་ རྩ་ ལུ་འཇུག་མི།

༣. འོག་པའི་ཡི་གུ་དང་ མཐུག་པའི་ཡི་གུ

འོག་པའི་ཡི་གུ།

འོག་པའི་ཡི་གུ་ཟེར་མི་འདི་ **ཏ་ཐ་ཏ་ཏ་ཏ** ལྟ་བུ་ སྐབ་ཨིན། འདི་ཚུ་ ཏ་ཐ་དན་གཟུ་ འོག་གཟུགས་འབད་ སི་ནི་
འདི་གིས་ འོག་པའི་ཡི་གུ་ཟེར་སྐབ་ཨིན།

མཐུག་པའི་ཡི་གུ།

མཐུག་པའི་ཡི་གུ་ཟེར་མི་འདི་ **ལྷ་ཚྭ་ལྷ་ལྷ་ལྷ** ལྟ་བུ་ སྐབ་ཨིན། དེ་ཚུ་ཡི་གུ་གཉིས་ཕྱེག་འབད་ཡོད་པ་མ་ཚད་
ཡི་གུ་གཉིས་རེ་གི་ **ཚྭ་ལྷ་ལྷ་ལྷ** ལྟ་བུ་གཅིག་ཁར་ འཕྲོན་དགོ་ནི་དེ་གིས་ མཐུག་པའི་ཡི་གུ་ ཟེར་སྐབ་ཨིན།

འོག་པའི་ཡི་གུ་དང་ མཐུག་པའི་ཡི་གུ་ཚུ་ཡང་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐབས་དང་ ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཁ་སྐད་ཚུ་ ཚྭ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
ད་ ལག་ལེན་འབབ་ཨིན།

སློབ་ལྟ།

༡. འོག་པའི་ཡི་གུ། **ཏ་ ཐ་ ཏ་ ཏ་ ཏ** ལྟ་ དང་། མཐུག་པའི་ཡི་གུ། **ལྷ་ ཚྭ་ ལྷ་ ལྷ་ ལྷ** ཚྭ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
༢. འོག་པའི་ཡི་གུ་དང་ མཐུག་པའི་ཡི་གུ་གིས་འཕྲུག་པའི་ མིང་ཚེག་དག་པ་ཅིག་གིས།
དཔེར་ན། ལྷོར་ལ།

༤. མིང་། མིང་ཚབ།

མིང་།

མིང་ཟེར་མི་འདི་ རོ་རྗེ། ཟེར་དོ་བཟུམ་མི་དང། རྟ། ཟེར་དོ་བཟུམ་ སེམས་ཅན། ཤིང་། ཟེར་དོ་བཟུམ་དངོས་པོ་རྩོད་དང་།
གཞན་ཡང་། རྩེད་མོ། སློབ་སློབ་ལ་སོགས་པ་ ལུ་གི་མིང་རྩོད་གི་ ལོ་དོན་རྒྱུ་མ་གཅིག་སྟོན་མི་ལུ་སྲུབ་ཞིན།
དཔེར་ན།

མི་དང་སེམས་ཅན་གྱི་མིང་།	ཅ་ལ་འི་མིང་།	ལུ་གི་མིང་།
ལྷ་མོ།	ཀླད་མི།	རྒྱུབ་ཚེན།
ལྷན་པོ་ཚེ།	པར་ཚས།	དག་འཕྲོན།
ལྷ་བ།	སློབ་དེབ།	རྩེད་སྟོན།
གཡག་	ལྷིས།	ཞལ་འཛོམ།
བྱི་ལི།	བྱི་ལ་ལི།	སློབ་སྟོན།
གཡང་སྟོན།	ཀི་ལྷ་བ།	ཚོས་རྒྱགས།
རྟ་བ།	དོར་མ།	ལྷང་ལྷ།

མིང་གཞན། བྱ་ཚོག་ལས་འགྲུབ་མི། དཔེར་ན།
སྲང་སྲང་། ལྷེ་སྟོན། འབྲི་དེབ། ལྷ་བགཡ། འཛོམ་འདུ། ལྷོས་སྲུང། ཚོད་སྟེ། བཏག་དབྱེད། ཟེར་མི་རྩོད་ཡང་། མིང་གི་
གས་སུ་རྩོད་པ་ཞིན། མིང་གི་སྐབས་ བྱ་ཚོག་རྩོད་དུ་ལྷ་བའི་ཚོག་ལས་ འབྲུ་སྟེ་བྱི་དགོང་ཞིན།

མིང་ཚབ།

མིང་ཚབ་ཟེར་མི་འདི། མི་དང་ སེམས་ཅན་ ཅ་ལ་དང་ ས་གནས་རྩོད་གི་མིང་གི་ཚབ་འབད་ དོན་དག་སྟོན་རྩོགས་མི་
ཚོག་ ལོ་ མོ་ འདི་ ཟེར་མི་རྩོད་ལུ་ སྲུབ་ཞིན། དཔེར་ན།

དེ།	ཨ་མི།	ཨ་པ།	འཕྲི།
མ།	ཚ།	ཡ།	མ།
ང།	ཚོད།	ལྷེད།	ལོ།
མོ།	ལོད།	ལྷོ།	འདི།
ཨ་ཞང།	ཨ་ལྷོ།	མོ་ཀན་མ།	སྲིང་མོ།

༢. མིང་ཚབ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་གྱི་དཔེ།
 - ཏྟ ང་ མིས་སྲུ་ལུ་ འགྲོ་ནི།
 - ཏྟ ཚོད་ ལྷ་ར་སྟོད་ད།

- ཕ མོ་ནངས་པ་ འགྲོ་མི་ཡིན།
- ཕ རྒྱུད་ ད་རིས་ ངལ་གསོ་ཡིན།
- ཕ མོ་རྒྱན་མ་ ལཱ་ཅ་ རྫོད་ཅི།
- ཕ འདི་ལར་ ག་ནི་ཡང་ མིན་ཅུག།
- ཕ ལ་མི་ནང་ མི་གཅིག་ འདུག།

མིང་དང་མིང་ཚབ་དེ་ཚུ་ བྱངས་ལ་གཅིག་ཡིན་པ་ཅིན། གཅིག་ཚོགས་དེ་གིས་ར་ བཏུབ་ཡིན། གཉིས་ལས་ལྷག་སྟེ་ ཡོད་པ་ཅིན། མང་ཚོགས་སྐྱར་དགོས་ཡིན། དཔེར་ན།

མིང་དང་མིང་ཚབ་ཅན།		ཅ་ལ།		ལྷ།	
གཅིག་ཚོགས།	མང་ཚོགས།	གཅིག་ཚོགས།	མང་ཚོགས།	གཅིག་ཚོགས།	མང་ཚོགས།
ལྷས་	ལྷས་ཆ་ལྷབ་	དཔེ་ཆ་	དཔེ་ཆ་ཚུ་	ལས་རིམ་	ལས་རིམ་ཚུ་
ཏྲ་	ཏྲ་ཚུ་	མི་མི་	མི་མི་ཚུ་	ཅུད་མོ་	ཅུད་མོ་ཚུ་

མི་གི་རིགས་ལུ་ མང་ཚོགས་ ཚུ་ཟེར་མི་དང་། (ཆ་ལྷབ་) ཟེར་མི་གཉིས་ཆ་ར་ འགྲོ་བཏུབ། སེམས་ཅན་དང་ ཅ་ལའི་ རིགས་ཡིན་པ་ཅིན་ (ཚུ་) གཅིག་འདུག་ནི་ཡིན་མ་ སེམས་ལར་བཞག་དགོ།

སློབ་ལྷན།

༡. འོག་ལུ་བཀོད་མི་ནང་ལས་ མིང་དང་ མིང་ཚབ་ འོགས་སུ་བཏོན།

ཉེ་མ་ རྒྱལ་པོ་ཅིག་ ལམས་མངས་ལུ་འབྲོན་མ་ད། སྐྱུང་ཀའི་བུ་ཚུ་ཅིག་གི་ རྒྱུ་ནང་མེད་ཅུག། རྒྱལ་པོ་གིས། བུ་ཚུ་ལུ་ གཟིགས་ཏེ་ རྒྱུད་གཅི་འབད་མ་སྟེ་? ཟེར་གསུངས་ཅུག། བུ་ཚུ་དེ་གིས། ར་ རྒྱུ་སྐྱུང་པ་ཡིན། ཟེར་ཞུ་ཅུག། རྒྱལ་པོ་ གིས། རྒྱུད་ཀྱི་ཨེལ་དང་ཨའི་ ག་ཏེ་སོང་ཡི། ཟེར་གསུངས་ད། བུ་ཚུ་གིས། དེའི་ཨེལ་ མིག་ཏེ་འཚོལ་བར་ ཡར་སོ་ཡི། ཨའི་ མོལ་འཚོལ་བར་ ཡར་སོ་ཡི་ལགས། ཟེར་ཞུ་ཅུག།

- ༢. ཀྱང་མི། ལྷ་གྲུ། མཚོ་རྒྱུ། ཤིང་། གྱི་ལི། སློབ་དཔོན། ཡི་གུ། སློབ་མཉམ་གསལ། ཀྱང་མ། སློབ་སྦྱོང་གི། བཟོ་བོ། སློབ་པ། ཟེར་མི་ཚུ་ མང་ཚོགས་ལུ་ སྐྱུར་བཅོས་འབད།
- ༣. ཅ་ལ་དང་། སེམས་ཅན། ལུ་གི་མིང་ལ དེ་གིས།
- ༤. འོག་གི་མིག་སློབ་ནང་ལས་ མིང་དང་ མིང་ཚབ་ བྱ་ཚོགས་ཚུ་ མོ་སོར་བྱེད།

སྐྱུ་ མང་། མཚན་ ལྷ་ལེ ད། ཡ། ཏྲ་ག་ཚོ། མང་ ཅོག་ཚོ། རྒྱུ། རྒྱུད། དཔོག། ལྷས། ཅུ་བ། ལོང་། བཏོན། ལས། ཤིང་། ཅུང་མོ། ལྷ། འདི། ལེན་མ། རྫོད་གོ། འོངས། མོག་ལ། མོ། སེམས། ལྷིད། བསྐྱིལ། གཤོད། ལ། ལ། ཤིང་། མོངས། ད། དང་། ལྷས། བཅོང་། ཨོ་ལ། ལྷ། བཤམ། གཅད། རྫོང་། བགས། ལྷག། ལྷང་། ཅུང་། ཅ།

༥. བྱ་ཚོགས་དང་ཁྱད་ཚོགས།

བྱ་ཚོགས།

བྱ་ཚོགས་ཟེར་མི་འདི་ བྱ་བའི་ལུ་ གཙོ་བོར་བཏོན་མི་ལུ་ སྐབ་ཡིན། དཔེར་ན། སྤྱི་ བཟུ། འབད། འཛོམ། སྐམ། རྫོང། ཉལ། འགྲོ། བཞོ། བཞོ། བཟུམ། ཚོགས་འབད་ སྤྱི་བ་ཅིན། ཡི་བུ་ སྤྱི་མམ། ལྟ་མོ་ བཟུ་ནི། ས་ བཞོ་མམ། ཅ་ལ་ བཞོ་དེས།

ཁྱད་ཚོགས།

ཁྱད་ཚོགས་ཟེར་མི་འདི་ འབད་ཐངས་དང་ སློམ་རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི་ ཁྱད་པར་བཏོན་མི་ ཚོགས་ལུ་སྐབ་ཡིན། དཔེར་ན། སློམ། རྒྱུང་ལུ། འགྲོས་ཀྱིས། འབྲུགས། སྤྱི་ལུ་ལྟ། དཀར་ལོ། སེར་ལོ། སོགས། དཔེར་ན། གཟུགས་ སློམ་འདུག། འགྲོས་ཀྱིས་འབད་ འབྲི་དེས། འབྲུགས་འབད་ དངས་རྒྱུག། ཤིང་འདི་ སྤྱི་ལུ་ལྟ། འདུག། བཟུམ་ཡིན།

སློབ་ལྟ།

༡. བྱ་ཚོགས་དང་ཁྱད་ཚོགས་ལུ་ ཁྱད་པར་ག་ཅི་འདུག། དཔེ་རེ་བྲིས།
༢. ཡངས། འགྲོ། བོ་ལེ། འགྲོས་ཀྱིས། བཏུབ། ལྷིང། ལྷིང། བྱ་ཚོགས་དང་ ཁྱད་ཚོགས་ སོ་སོར་བྲིས།

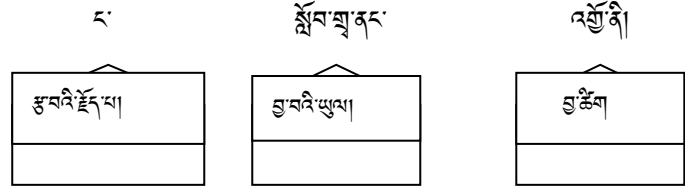
6. རྫོང་པ་བཟོ་བྲངས།

རྫོང་པ་འཇམ་སངས་ཟེར་མི་འདི་ རྫོང་ཚོགས་ཐུང་ཀྱ་ཚུ་དང་ བརྫོང་པ་རྒྱུང་པ་ཚུ་ལུ་ སླབ་ཡིན། བརྫོང་པ་བཟོ་མ་དུ།
དང་པ་ར། བྱ་ཚོགས་ཚུ་ ཤེས་དགོ། འོག་ལུ་ཡོད་མི་ཚུ་ བྱ་ཚོགས་ཡིན།

འགྲོ། དཔོག། གཏང་། འཇམ་ལ། བརྒྱུང་། སློ། འོང་། འཕྲོན། འོང་། ལྷག། ལྷ། བཟླ། ཉལ། ཉན། ལེན། འཕྲུ། བཟུལ། སློ། སློ། བཟུལ།
ལྷ། ལྷག། བཟུལ།

གཉིས་པ། རྩ་བའི་རྫོང་པ་དང་ བྱ་བའི་ཡུལ་ཚུ་ གོང་ལུ་མིང་དང་ མིང་ཚབ་སྐབས་ལུ་ ཤེས་མི་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་
དགོ། དེ་ཡང་། དཔེར་ན།

ང་ སློབ་ལྷན་དང་ འགྲོ་ནི། ཟེར་བ་ཅིན།



རྫོང་ཁའི་ནང་ རྫོང་པ་གཅིར་ བཟོ་རུང་།

1. རྩ་བའི་རྫོང་པ།
2. བྱ་བའི་ཡུལ།
3. བྱ་ཚོགས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ བཀོད་དེ་བཟོ་དགོ།

དེ་གསུམ་ལས་ གཅིག་དང་ གཉིས་མེད་པའི་རྫོང་པ། དཔེར་ན།

- ག ི འགྲོ་ རི།
- ཁ ི སློབ་ལྷན་དང་ འགྲོ་ རི།
- ག ི འགྲོ་ རི།

སློན། ཀ ལི་ནང་ལུ་ བྱ་བའི་ཡུལ་མེད།
ཁ ལི་ནང་ལུ་ རྩ་བའི་ རྫོང་པ་མེད།
ག ལི་ནང་ལུ་ རྩ་བའི་རྫོང་པ་དང་ བྱ་བའི་ཡུལ་གཉིས་ཆ་ར་མེད། དེ་ཚུ་ ཚོགས་མ་ཚང་བའི་ རྫོང་པ་འབད་ནི་
དེ་གིས། གཞན་ལུ་ གོ་བཅའ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ སློབ་མི་ཚུ་གས། དེ་འབད་ནི་ དེ་གིས་ མིང་དང་ མིང་ཚབ་ བྱ་ཚོགས་
ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ལྟེ་ གཞན་གྱིས་ ཉ་གོ་ཚུ་གས་པའི་ ཚོགས་མ་ཚང་བའི་ རྫོང་ཚོགས་ བཟོ་ནི་གི་སྐྱེད་བ་ ག་དེ་མང་མང་
འབད་དགོས་ཡིན།

སློབ་ལྟ།

1. མོ་ ཡི་གུ་ འབྲི་དཔེ། ཟེང་མིའི་ནང་ བྱ་ཚིག། ལྷ་བའི་རྫོང་པ་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་ཚུ་ མོ་སོར་དབྱེ།
2. བརྫོང་པའི་ནང་ ག་ཅི་ར་ཚང་དགོཔ་ ཡོད།
3. ལྷ་བའི་བརྫོང་པ་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་མེད་པའི་ རྫོང་པ་གི་ དཔེ་རེ་བཀོད།

༢. ཚོགས་ཤད།

ཚོགས།

ཚོགས་ཟེར་མི་འདི་ མིང་ཚོགས་གཅིར་གྱི་རུང་ ཚོགས་འབྲུ་མེ་རེ་གི་བར་ན་ () ཚོགས་བཙུགས་ཏེ་ ཚོགས་འབྲུ་ཤུལ་མཇུག་
དང་སྐྱེལ་ཏེ་ མི་འགྲོ་ཞི་འདི་དོན་ལུ་ བཀའ་མི་འདི་ལུ་ གྲུབ་ཡིན། ཚོགས་གཉིས་བར་ན་གི་ ཚོགས་འབྲུ་གཅིག་ནང་ཡིག་
འབྲུ་ ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་རུང་ རྫོང་སྐྱེ་གཅིག་འབད་ བཏོན་དགོཔ་ཡིན།

འདི་གིས་འབད་ སློན་འཇུག་དང་ མིང་གཞི་ རྗེས་འཇུག་ ཡང་འཇུག་ཚུ་གི་བར་ན་ཡང་ ཚོགས་ཀྱི་མི་འོང་། ཚོགས་
ཀྱི་བ་པ་ཅིན་ ཡིག་འབྲུ་སོ་སོར་བྱེས་ཏེ་ འགྲོ་ཞི་འདི་གིས་ ཚོགས་འབྲུ་འབད་མ་སྡོད་པར། དཔེར་ན། ཆང་། ཟེར་མི་
འདི་ ཆང་། ཟེར་སོ་སོ་འབད་ འགྲོ་འོང་།

ཤད།

ཤད་ཟེར་མི་འདི་(I) མིང་དང་ རྫོང་ཚོགས་གཅིག་གི་ མཇུག་ལུ་ ཐོག་ཀྱི་མར་བཟུ་སྟེ་ འཐེན་བཞག་མི་འདི་ཡིན།
འདི་ རྫོང་ཚོགས་གཅིག་མཇུག་བསྐྱུ་ལྟེ་ རྫོང་ཚོགས་འདི་ མཇུག་བསྐྱུ་ཚར་བའི་ བཟུ་ལུ་བཀའ་མཇུག་ཡིན།
ཤད་ལུ་ གཅིག་ཤད་དང་ གཉིས་ཤད་ཟེར་ཡོད། གཅིག་ཤད་འདི་ (I) མིང་ཚོགས་དང་ རྫོང་ཚོགས་ལྷན་ཀྱི་དང་ རིང་མོ་
གཅིར་ཡིན་རུང་ རྫོང་ཚོགས་གཅིག་མཇུག་བསྐྱུ་ལྟེ་ གཅིག་ཤད་ ཀྱི་བ་ཡིན། དཔེར་ན།

༡. འབྲུང་བ་བཞི་ཟེར་མི་འདི། ས་དང་། རྩ་དང་། མི་དང་། རྩུང་བཞི་ལུ་སྐབ་ཡིན། ཟེར་དོ་བཟུམ་ མིང་གི་
མཐའ་མར།
༢. ད་རིས་ ཁྱིམ་ནང་ སོང་། ནངས་པ་ རོགས་སྟེ་ ཤོག། ཟེར་དོ་བཟུམ་ ཚོགས་གི་མཐའ་མར།
༣. ཏམ་ལུ་འདི་ གཞུགས་ལུ་གཞོན་པ་ལས་ རྩ་བ་ལས་ར་ འབྲུང་ཞི་མི་འོང་། ཟེར་དོ་བཟུམ་ རྫོང་ཚོགས་གི་
མཐའ་མར་འཐོབ་ཡིན།

གཉིས་ཤད། (II) འདི་ ཚོགས་བཅད་ཀྱི་སྐབས་དང་། ཡང་ན། དོན་མཚམས་ཡང་ན་ ལེན་ཚོན་གཅིག་ མཇུག་
བསྐྱུ་ལྟེ་ ཀྱི་བ་ཡིན། དཔེར་ན།

༡. ཚོགས་བཅད་ཀྱི་སྐབས་ལུ།
ལུ་ར་ནང་ལུ་ཤར་བའི། མེ་ཏོག་ལུ་དུས་རཱ། མཚོད་བཤམ་ཁ་མོའི་ནང་ལུ། དཀོན་མཚོག་མཚོད་པ་
ཕུལ་གོ། ཟེར་དོ་བཟུམ།

2. དོན་མཚན་ལ་ ཡང་ན། མཚུག་བསྐྱུ་མ་དག་གི་ཤད།
 རྒྱུ་རྐྱེན་སློབ་དེབ་ནང་ དོན་མཚན་དང་ སློབ་ཚན་ཚུ་མཚུག་བསྐྱུ་མ་དག་ གཉིས་ཤད་ ག་དེ་སླེ་འཐོན་
 རུག་ག་? རྒྱུ་རྐྱེན་གིས་ ལྷ་ཞིབ་འབད་དེ་ ཤེས་ཚུགས་པ་ འབད་དགོཔ་ཨིན།

རྒྱུ་ལྷ།

1. གཅིག་ཤད་དང་ གཉིས་ཤད་ ཟེར་མི་འདི་གི་ འཐོབ་ལམ་ ག་དེ་སླེ་སློལ་?
 འདི་གི་ དཔེར་བཅོལ་དེ་མེ་ གིས།
2. ཡིག་རྒྱགས་འདི་བཟུ་སླེ་ འཐོབ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཚག་ཤད་རྒྱབ།

ཉེ་མ་རྒྱ་གར་གྱི་ཚེང་དཔོན་ཅིག་ལུ་མི་གི་ལ་སྐབ་ཤེས་མི་བྱ་བ་ག་ཤོ་ག་ནི་བ་གསལ་དྲགས་ཅིག་
 ཡོད་པ་ཨིན་མ་མས་ནམ་ཅིག་ཚེང་དཔོན་འདི་ལུ་ཅིག་ཐོན་ཏེ་འབྲོ་དགོཔ་འབད་འབད་མ་དེ་ཚོང་
 དཔོན་གྱིས་བག་ཐོ་ལུ་བཟུ་སླེ་དེ་སློལ་དེ་ལུ་ཅིག་ཐོན་ཏེ་གཞན་ཁར་འབྲོ་དགོཔ་པམ་དེ་སློལ་ ལོག་
 འཐོན་འོང་ཚོང་ལ་སློབ་གཅད་པར་བཞག་ཡོད་ཚུ་དྲུག་གིས་བཟུ་སླེ་དེ་ཟེར་སྐབ་བཞག་ལུག་བག་ཐོ་
 གིས་འོང་ལེ་རྒྱ་ཤོག་ཤིག་ཟེར་སྐབ་སླེ་ཚུ་དྲུག་གི་ཅི་སློལ་དེ་གིས་སྐབ་མི་དང་ཕ་ལས་མ་འཁྲིལ་བས་
 ནང་ན་གི་ཅ་ལ་ག་ར་འབྲུ་འབག་ཚར་རུག་ད་ག་དེ་སླེ་འབད་ནི་སློལ་ཟེར་སྐབ་སླེ་ཚོང་དཔོན་གྱིས་
 བག་ཐོ་འདི་གཞུང་མ་ད་བག་ཐོ་གིས་སྐྱ་ཆེ་སྐྱ་ཆེ་ཚུ་དྲུག་གིས་ད་ལུ་དེ་སླེ་མ་འབད་ཚུ་དྲུག་གིས་ད་ལུ་
 ཚོང་ཁང་བཟུ་ཟེར་སྐབ་དེས་ཚོང་ཁང་འདི་ནི་ད་གིས་བཟུ་ཡི་འདི་ནི་ག་ཅི་ཡང་མ་འབད་ཟེར་སྐབ་ད་
 ཚོང་དཔོན་གྱིས་ཚུ་དྲུག་ལ་མ་ལས་པའི་གཏམ་རྒྱ་བཤད་ར་མི་དགོ་དེ་ཚུ་དྲུག་གི་ཁྲིམས་འདི་འདྲི་ཨིན་སྐྱ་
 དེ་ཟེར་སྐབ་སླེ་མ་གཏུ་ཏེ་ཁའི་སྐྱ་ག་ར་འབལ་བཀོ་རུག་དེ་ལས་བག་ཐོ་འདི་གི་ཀྱ་ཀྱ་ཀྱ་ཀྱ་ཀྱ་
 ཟེར་སྐབ་རྒྱ་སེམས་མ་དག་ལ་བར་སློབ་དེ་ཚོང་ཁང་གི་འོག་ལས་ཡང་མི་དབྱལ་ཐེ་གཉིས་
 འོང་སར་མཐོང་རུག་དེ་ལས་བག་ཐོ་གི་སེམས་ཁར་ཁོང་གཉིས་ཡང་ཚོང་ཁང་གི་ཅ་ལ་ཞུར་ཤོར་
 ཤོར་ཤོར་འོང་ནི་མས་ཟེར་མཚན་སླེ་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་ཐོབ་སླེ་ཞེ་ཅི་ཅིག་བག་ཚགས་རུག་གོ།

༤. སྦྱར་བཏང་དུས་གསུམ་གྱི་ཚོག་གོག་པ།

ཚོག་གོག་པ་ཟེར་མི་འདི། དུས་གསུམ་གཅིག་ཁར་ འཇུག་མི་ (འདས་པ། ཅི་ཡི་རུག། ད་ལྟ་བུ། རོ་དེས། མ་འོངས་པ། རྗེ་འོང་གི།) ཚོག་གི་ཚ་རོགས་ཚུ་ཡིན། དཔེར་ན།

- འདས་པ། ཡི་གུ་ བྲིས་ཡི། ཤིང་ བཏོགས་ཅི། སྤང་ནང་ ཐོན་ཅུག།
- ད་ལྟ་བུ། ཡི་གུ་ འབྲི་དོ། ཤིང་བཏོག་དོ།
- མ་འོངས་པ། ཡི་གུ་ བྲི་ནི། ལྷ་མ་ འཐོན་འོང། རངས་པ་ བཏོག་གོ། བཟུམ།

ཤོད་གསོ།

ཚོག་གོག་པ་ འདས་པ་ ཡིན་པ་ཅིན། ཡིག་སྐབ་ཡང་ འདས་པ་དང་། ད་ལྟ་བུ་དང་ མ་འོངས་པ་ ཡིན་པ་ཅིན། ད་ལྟ་བུ་དང་ མ་འོངས་པ་འདི་ ཡིག་སྐབ་ ཚོག་མཚོན་ལས་འཚོལ་ཏེ་ སྦྱིད་གོ་པ་ཡིན།

སྦྱོར་ལྷན།

༡. བཟུ། བཏང་། འཕངས། བཅོངས། དབྱུངས། སྤངས། རོ་མས། དཔགས། ཟེར་མི་ཚུའི་ བོ་དོན་བྲིས་ཞིན་མ་ལས། ད་ལྟ་བུའི་ ཚོག་ལུ་སྦྱར་བཅོས་འབད།
༢. ཅི་ཡི་ དང་། རོ། རྗེ་གི་ ཚུ་གི་ དཔེར་བཅོན་ཅེ་ བྲིས།
༣. རི་གི་ སྤེ་ཚོན་ནང་ལས་ འདས་པའི་ཚོག་ཟླ་ འཚོལ་སྤེ། བོ་དོན་བྲིས།

༩. འབྲེལ་སྐྱོད་དང་ཁྱེད་སྐྱོད།

འབྲེལ་སྐྱོད་ ཀ་གི་ཁྱི་ཁྱི་འི་ཡི་ དང་། ཁྱེད་སྐྱོད་ ཀཱིས་གིས་ཁྱིས་ཁྱིས་འིས་ཡིས་ཚུ་ཞིན།

འབྲེལ་སྐྱོད་ཟེར་མི་འདི། ཀཱི་གི་ བོ་ལ། ཟེར་དོ་བཟུམ། ཀཱི་དང་། བོ་ལ། སོ་སོ་འབད་ ཡོད་མི་འདི་གཉིས་ཁྱི་བར་
ན། འབྲེལ་སྐྱོད་ གི་ རྒྱར་བའི་སྐབས་ བོ་ལ་འདི་ ཀཱི་གི་ ཞིན་མ་འབད་ འབྲེལ་བ་བཟོ་མི་ལུ་ འབྲེལ་སྐྱོད་ ཟེར་
སྐབ་ཞིན། (འཕྲོ་བའ་ལམ་ཚུ་ སློབ་ཁང་ནང་གི་ བོག་ཁམ་ལུ་བཟུ་) དཔེར་ན།

- ཀི་ - རྗེས་འཇུག་ རྒྱར་པ། དཔེར་ན།
 - བ་གི་ ལོགས་ལུ་ མི་ཅིག་འདུག།

- གི་ - རྗེས་འཇུག་ ག་ར་རྒྱར་པ། དཔེར་ན།
 - དུག་གི་ ཤིང་བཙུགས་ནི་མི་འོང་།
 - ལྷ་ཁང་ནང་གི་ རྟོན་མཇལ་དགོ།
 - ལྷུ་མ་ར་གི་ མེ་ཉོག།
 - ཀླུ་མ་གི་ ལྷུ་ཉོག།

- ཁྱི་ - རྗེས་འཇུག་ ད་བ་ས། དཔེར་ན།
 - ལྷ་མད་ཁྱི་ ཐག་པ།
 - ལྷུས་འབབ་ཁྱི་ ཉིན་མ།
 - ལྷན་རྒྱས་ཁྱི་ ན་བཟའ།

- ཁྱི་ - རྗེས་འཇུག་ ན་མ་ར་ལ། དཔེར་ན།
 - སློབ་དཔོན་ཁྱི་ ལྷུ་ལ།
 - ལྷུ་མ་ཁྱི་ ཅི།
 - བསམ་མོར་ཁྱི་ ཐག་པ།
 - བསམ་འཕེལ་ཁྱི་ ལྷུ་ལོར།

- འི་ཡི་ - རྗེས་འཇུག་ འ་རྒྱར་པ། དཔེར་ན།
 - མདའི་ སློ། མདའི་ སློ།
 - དེའི་ མིང་། དེའི་ སེམས་ཁར་ཡོད་མི།

འཇགས་པ། འི་དང་ཡི་ ཚོས་སྐད་དང་ ཚོམ་ཚུ་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ འཇུག་ནི་ཡོད་པ་ལས། རྫོང་ལའི་ནང་ཁྱབ་ཆེན་
འབད་ མི་འཇུག་ནི་དེ་གིས་ དཔེ་ཅམ་ཅིག་སྟོན་པ་གིས་ བཏུབ་པས།

བྱེད་སྐྱེ་ཟེར་མི་འདི། ལཱ་འབད་མི་ བྱེད་པ་པོ་ ག་ཡིན་ནུ་? དེ་གི་དོན་སྟོན་མི་ལཱ་ བྱེད་པ་པོ། ཟེར་སྐབས་ཡིན། དཔེར་
ན། པར་གྱི་ ཨེ་ལོ་གིས་ རྒྱ་དེས། ཟེར་བ་ཅིན། འདི་གི་སྐབས་ལཱ་ བྱ་བའི་ལཱ་ རྒྱ་ནི་འདི་ཡིན། རྒྱ་ནི་གི་ལཱ་
འདི་ པར་དང་ ཨེ་ལོ་གཉིས་ལས་ ག་འདི་ཡིན་ ནུ་? རོས་འཛིན་འའབད་དེ་ ལཱ་འབད་མི་གི་ རྩལ་ལཱ་ རྒྱུར་དགོཔ་
ཡིན། དཔེར་ན།

ཨེ་ལོ་གིས་ ཐགས་འཐག་དེས། ཨེ་ལོ་གིས་ ཤིང་བཀག་ནི་ཡིན་པས། དཔལ་འབྱོར་གྱིས་ ཚོང་བཏོན་པར་ འགྲོ་ནི་
ཡིན། དཔལ་སྟོན་གྱིས་ དཔེ་ཆ་སྟོན་དོ། དཔེ་སྟོན་གིས་ ཚོས་ལྷག་དེས། ལྷན་སྐབས་གྱིས་ དཔེ་ཆ་མ་ལྷག། སྲིང་མོ་
གིས་ ལྷོ་བཅིངས་རྒྱལ། བརྒྱམ་ཡིན།

ཐང་ཚུ་ རྫོང་ལའི་འཇུག་གི་ མཐའ་མར་འཐོབ་ལམ་ འབྲེལ་སྐྱེད་དང་ ཅོག་འཐད།

ཡིག་སྐྱར་རྣམ་གཞག།

༡ ལྷ་ཡིག།

ལྷ་ཡིག་དང་ གཏང་ཡིག་གི་ དོན་ཚན་བཙུགས་དགོ་པའི་ཁྲམས་ཡང་ སློབ་སྐྱབས་ཚུ་གིས་ རང་གི་སློབ་སྡེའི་སློབ་
དཔོན་ལུ་ ལྷ་ཡིག་བྱང་ཀྱའི་དང་ དེ་ལས་རང་གི་མམ་དང་ སྐྱུན་ཆ་ ཆ་རོགས་ཚུ་ལུ་ རྫོང་ཁའི་ཐོག་ལས་ ཡི་གུ་གི་
ཤེས་དགོ་པ་འདི་ ག་ནི་བ་ཡང་ཁག་ཆེ་བ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

སློབ་དེབ་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་ འབྲི་བའམ་ཚུ་ལུ་ གཞི་བཞག་ཞིན་མ་ལས། རང་གིས་དོན་དག་མ་འདྲམ་ཚུ་ བཙུགས་
ཏེ་ ལྷ་ཡིག་དང་ གཏང་ཡིག་གསལ་པ་ མ་འདྲམ་ཚུ་གིས་ཏེ་ བསྐྱུལ་ཚུགས་པ་འབད་དགོ་པ་ཨིན།

དེ་གིས་ ལྷ་ཡིག་གི་རིག་ཚུལ་བཞི་ ཡར་རྒྱས་གཏང་ཚུགས་པའི་ མན་ཐབས་སློབ་ཡོད་པའི་ཁར་ འོ་ཤུལ་མམ་
ཚུ་ནང་ ཤེས་ཡོན་ལྷོགས་གྲུབ་བཟོ་ནིའི་ གཞི་འགྲམ་བཏིང་ནིའི་དོན་ལུ་ སློབ་རིམ་བཞི་པ་ལས་ ལྷ་ཡིག་དང་གཏང་
ཡིག་ འབྲི་བའམ་ལག་ལེན་གྱི་ རིག་ཚུལ་འགོ་བཙུགས་པ་ཨིན།

༢. སློབ་དཔོན་ལུ་ ལྷ་ཡིག་འབྲི་བའམ་

༤ སློབ་སྡེའི་སློབ་དཔོན་མཚོག་ལུ།

ལྷ་དོན། ད་རིས་ དེ་གི་ཁྱིམ་ནང་ རིམ་གྲོ་ཅིག་འབད་དོ་ཡོད་པ་
ལས། སློབ་གྲྭ་ནང་ ལྟོད་མི་ཚུགས་ནི་ཨིན་མ་ལས། སློབ་མཚོག་གིས་ ད་རིས་ཉིན་མ་གཅིག་
དལ་གསོ་གནང་ལྷ། སྤྱི་ཚེས་ ༢༢. ༥. ༠༤ ལུ་ སློབ་རིམ་ ༤ པ་ཁ་སྡེ་ལས་ སློབ་སྐྱབས་ བཏུ་
ཤེས་ནོར་བུ་གིས་

ཐུལ།

༢. གཏང་ཡིག།

ཀྲུལ་ཅུ་མི་ཕྱེ་སློབ་གྲྭ་རྒྱུ་རྒྱུ་བ།
སྤྱི་ཚེས་ ༡༢. ༧. ༠༧

༄ བཀའ་རིན་ཅན་གྱི་པམ་གཉིས་ལུ།

གསོལ་དོན་ནི། ད་རེས་ རྒྱུ་པམ་གཉིས་དང་ སྤྱི་ཚེས་ བདེ་ཉོག་ཉོ་
འབད་ར་ ཡོད་པ་འོང་མཉོ་བའི་རེ་བ་དང་། ལུ་མོ་ར་ཡང་ སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་ སློབ་དཔོན་དང་ ཆ་ལོགས་ཚུ་
དང་གཅིག་ཁར་ སྤྱི་ཉོང་ཉོ་འབད་ར་ཡོད།

དུས་ཅི་ ར་སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ཚེས་ལེགས་ཤོམ་འབད་ སློན་གནང་བའི་ཁར། ར་
རའི་ ཉོངས་ལས་ཡང་ ཅུ་འབོད་ས་ཉོ་ ལཱ་དོ་ ཟེར་བྱུ་ནི། སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་གི་ སློབ་ཁང་དང་ ཆབ་
གསང་ལ་སོགས་པ་ག་ར་ལེགས་ཤོམ་དང་ མཐའ་འཁོར་ཚུ་ཡང་ དགའ་ཉོག་ཉོ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་
བཅས་

ཕུལ།

བཙེ་བའི་བུ་མོ།
(ཀམ་དབང་མོ་)

༣ རོ་ཀའམ་རྒྱལ་མཚན་མཚོག་ལུ།

ལུ་དོན་འདི་ནི། རོ་ཀའམ་ཁྱོད་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ར་
ཡོད་པ་འོང་ མནོ་བའི་རེ་བ་ཡོད། ལུ་གཙུང་རང་ཡང་ ཉ་ཚ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ དཔེ་ཆ་ལྷན་པའི་
བསྐྱེད་ཡོད།

ནངས་པ་གནངས་ཚེ་ སྤྱི་ཚེས་༡༡.༡༡.༠༥ གྱི་ འབྲུངས་སྐར་དུས་ཚེན་གྱི་ཉིན་མ་ལུ་ ང་ཡང་ཞབས་
ཁ་རྒྱབ་མི་གི་ བྱས་ཁར་རྒྱུད་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ ཁྱོད་ཀྱིས་ ང་ལུ་ ལྷན་དང་ ཨོམ་སོ་ཉེ་ནི་གི་དོན་ལུ་
ཉི་རུ་༡༠༠༠/- ཐམས་པ་ ག་དེ་འབད་རུང་ བསྐྱེད་གནང་ཟེར་ལུ་ནི་དང་སྤྱི་ལུ། ལུ་གཙུང་གིས་ སྤྱི་
ཚེས་༣༠.༡༠.༠༧ ལུ་

ཐུལ།

ཀུན་ལེགས།
དབྱངས་ཅན་ཕུག་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ།

༣ དེ་གི་བརྗེ་བའི་ཆ་རོགས་པ་རྒྱ་ལུ།

ཕར་སློང་མི་ ཆ་རོགས་ཁྱོད་ཡང་ ད་རིམ་ བདེ་
ཏོག་ཏོ་འབད་ ཡོད་པའི་རེ་བ་སློམ་ཡོད། ང་ཡང་ ལྷ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ར་ཡོད།

མདང་ཞག་ ཁྱོད་གྱིས་སྐྱེལ་མི་ཡི་གུ་འདི་ལུ་ བཟུ་སྟེ་ ཁྱོད་དང་ དེ་མོས་སུ་ཕྱད་པའི་
སྤྲུང་བ་ཅིག་ ཤར་མ་ལས་ སེམས་དགའ་ཡི།

ཁ་ཚོ་ ང་བཅས་ སློབ་རིམ་བཞི་པའི་ སློབ་སྐྱོད་གར་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ ཁྱིད་དེ། སློབ་གྲྭ་ལས་
གནམ་མེད་ས་མེད་ ཐག་མ་རིང་མ་ཅིག་ཁར་ མཛེར་རྩམ་བཟའ་བར་སོང་མ་ལས། ང་བཅས་གར་
ཞབས་ཁྲ་རྒྱབ་བརྩུག་སྟེ་ གནམ་མེད་ས་མེད་ སློབ་ཏོན་ཡི།

ད་རིམ་ང་ལས་ གནས་ཚུལ་སྐབ་ནི་ འ་ཞེས་ཅིག་ར་ཨིན། ལུ་ལས་མཛུལ་ནི་གི་སློབ་ལས་
བཅས་”

ཐུལ།

ཀུན་བཟང་།
རིན་ཆེན་ཀུན་པན།
བདེ་ཆེན་སྲིད་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་འོག་མ།
སློབ་རིམ་ ༥ པ་ (ཁ)

སྤྱི་ཚེས་ ༡༥. ༦. ༠༢

༥ ཆ་ཚོགས་པ་སངས་ལུ།

ཆ་ཚོགས་ རྒྱུ་ལྷི་ཡི་གུ་འདི་ སྤྱི་ཚེས་ ༡༥. ༦. ༠༢ ལུ་ ཐོབ་སྟེ་
སེམས་དགའ་ཡི། འདི་ནང་ རྒྱུ་ལྷི་ ལྷ་ཁང་མངལ་བར་འགྲོ་ནི་གི་ འཆར་གཞི་འདི་ལེགས་
ཤོམ་ཅིག་ཡིན་མཁེས། དེའི་ཆ་ཚོགས་ གཞན་མི་རྩོམ་ཡང་ ཁ་བསྐྱོམ་ནི་ཡིན་པས། ཁ་
གསལ་ཤུལ་ལས་ལྷ་གོ།

ད་ཅིས་ནངས་པ་ བ་ལུ་ག་དེ་སྟེ་ཡོད་? ང་ལྷ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ར་ཡོད། ལྷ་ཁང་མངལ་བར་
འགྲོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཆ་ཚོགས་ལེ་ཤ་ཡོད་ན། ལེ་ཤ་ར་དགའ་ནི་ཡིན་མཁེས། རྒྱུ་ལྷི་ཆ་ཚོགས་
གཞན་འགྲོ་མི་ཡོད་ཅུང་ འཚོལ་གནང་། ལས་ཅིམ་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ཤུལ་མ་གི་ཡི་གུ་འདི་ནང་
ཉན་ཉན་བཟོ་གོ།

བཀའ་རྒྱུ་ཚེ།

རིན་ཆེན།
སློབ་ཅིམ་ ༥ པ་(ག)
ཚ་འཕེལ་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་འོག་མ།

སློབ་དེབ་ ༤ པ།

ལྷ་ས་སློབ་འབྲུག་ལྷན་ཁང་གི་སློབ་ཁང་ནང་དེམ་པར་དགོ་པའི་མཐུན་ཀློན།

ལྷ་ག་དེབ།

ལྷ་ས་སློབ་སྐབས་དང་། རྣམ་ལོ་མ་ རྣམ་བདེ་ ལྷ་ག་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཚང་སྐྱིག་སློབ་ཁང་ནང་ལུ་ འཕྲོ་ཚོག་ཚོག་འབད་ འོང་དགོ།

- | | |
|-----------------------------|----------------------------------|
| ༡. རྣམ་གི་དོམ་གྲུབ། | ༢. ལྷ་སྐྱ་གཅེས། |
| ༣. ཀ་ཤ་དང་རི་ཕག། | ༤. ཨམ་གྱི་གྲོ་དང་སྐྱི་ཤིང་། |
| ༥. དཀའ་བ་སྐྱད་དགོས། | ༦. ཕག་ཅུང་དང་གྲང་། |
| ༧. གསེར་གྱི་ཐ་ལི། | ༨. གསོལ་བ་བཏབ་པའི་འབྲས་བུ། |
| ༩. གྱི་ལི་ནོར་བུ་དང་ཆ་རོགས། | ༡༠. རྒྱལ་པོ་སློབས་ལྷན་དང་གྲས་མོ། |
| ༡༡. སེམས་ཅན་གྱི་སྤིང་ཇི། | ༡༢. སེར་སྐྱ་ཅན་གྱི་བཟ། |

ལྷན་ཐབས།

- | | |
|-------------------------------|--------------------------------|
| ༡. ཉ་དང་སྐལ་པའི་ལྷ་བཤམ། | ༢. དགེ་སློང་དང་གྲོག་མོ། |
| ༣. ལྷ་ག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་ཆེན་བཞི། | ༤. ཀ་ཤ་ཨམ་པ་མེད་པའི་སློ་འགྲོད། |
| ༥. གངས་ཆེན་དང་རྒྱ་ཆེན། | ༦. ཤ་བཟའ་མ་བཏབ་པའི་སློར། |

སློབ་ཆས།

Dzongkha Grammar charts (ལྷ་ག་བཅས། འབྲེལ་/ཁྱེད་སྐྱའི་སློབ་ཚུལ་ ཚན་ ༣ ཡོད།)

སློབ་ཁང་ནང་ ཏུས་རྒྱན་ བཀའ་སློབ་འབད་ བཞག་དགོ།

གཞི་རྩེན།

Dzongkha Illustrated Dictionary for students ཚོག་མཛོད།

ཡིག་སྐྲུབ་ཡར་བྲགས་གྱི་དོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་དང་སློབ་ལྷན་ལུ་ རེ་རེ་འོང་དགོ།