

ཕྱོམ་རིག་དང་སྐད་ཡིག་།

སློབ་རིམ་༤ པ།

ཁྱེད་ཀྱི་སྐད་ཀྱི་ལྗོན་ལམ་།
ཤེས་རིག་།

སློབ་གྲུབ་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་ ལུས་ལྷན་ཉིན་ལུབ་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་ཨ་
 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་ཏྲོག་ལུ་དགོས་ཡིན།

ང་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ང་བཅས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ ས་བརྒྱན་བུ་བརྒྱན་ཚ་བརྒྱན་འབད་ བསྐལ་པ་མ་སྲོང་གི་བར་བུ་ འཚོ་བ་
 བསྐྱེད་ཏེ་སྲོད་སའི་ ས་གཞིས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་ཨ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ འཕེལ་གྱི་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྲིད། ཐུགས་ཀྱི་ རང་
 བཅོན་དང་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ འགཞིན་གྱི་སེམས་ལུགས་སྲོམ་འབད་ར་བསྐྱེད་དེ་ ཕུག་ཕྱི་ཞབས་ཏྲོག་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་ཐུག་བཅད་དེ་ གནང་དགོས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་ཨ་ལས་ དང་པ་བཅོག་འབྲུའི་སྐབས་ལུ་ རང་མོས་
 རྣམ་དག་གི་ ཆོགས་རྒྱུ་བཟོ་གསུམ་ཏེ་ ལྷོགས་གྲུབ་ཅན་གྱི་འདེམས་རོ་བཅོག་འབྲུ་འབྲུབ་ཐབས་འབད་དགོས་དང་། གཉིས་པ་
 བཅོག་འབྲུ་གྲུབ་ཞིན་མ་ལས་ ཕུག་ལཱ་གནང་པའི་སྐབས་ལུ་ འབྲུ་མཉམ་དང་ དྲང་བདེན་ དྲང་གསལ་གྱི་སྲོམ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 འཕེལ་ཐུགས་གཉིས་ལུ་ཕན་པའི་ ཕུག་ལཱ་ལེགས་ཤོམ་གནང་ཐབས་ཀྱི་ རྒྱབ་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་ སྲོན་གོང་
 ལས་ རང་བཅོན་ཡིན་པའི་ རོ་རྟུགས་ཅིག་སྲོན་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཡང་ རིག་གཞུང་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
 འཕྲོ་བཟོ་གསུམ་ཡིན། དེ་འབད་ཨ་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་སྲིད་མཐུན་གྱི་བསོད་ནམས་ལས་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ།



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

འབྲུག་ཙན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་། །དཔལ་ལྷགས་གཉིས་བསྟན་སྲིད་སྦྱོང་བའི་མགོན།།

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

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

དཔེ་སྟུན་འབད་མི།

ཅེ་གཞུང་དང་ཁྱད་མིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

བརྒྱན་འཕྲིན་ལང་ ༩༧༥-༢-༢༢༢༤༤༠

ཡོངས་འབྲེལ་ www.education.gov.bt

སུམ་དབང་ © ༢༠༢༢ ཅེ་གཞུང་དང་ཁྱད་མིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

དཔེ་དེབ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཤྱི་རྒྱལ་ཡོངས་ སློབ་གྲྭ་འཛིན་ཏུ་ལུ་ རྩོམ་སྒྲིག་དང་ དཔེ་སྟུན་འབད་ཡོད་པ་ལས་ ཅེ་གཞུང་དང་ཁྱད་མིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས་ལས་ གནད་བཤེད་པས་ དཔེ་སྟུན་དང་ ཚོང་རྒྱུ་ལུ་སོགས་པ་འབད་ནི་ལས་ འཛེམ་གནད་།

དཔེ་སྟུན། ༢༠༢༢

ISBN 99936-0-280-6

བཀའ་རྒྱུ་དག་འཛེས།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཤེས་རིག་ལམ་ལུགས་དང་ སྤུས་ཚད་ཡང་དགས་པ་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ལག་ཆེ་བའི་མ་དདུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྗོངས་གཞན་མི་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་
བཀའ་རྒྱུ་དག་འཛེས་ལུ་ནི་ལོ་ནི། རྟེན་དང་གཅིག་ཁམས་ ཚོས་ཚན་དཔེ་དཔེ་ཚོ་མ་སྒྲིག་གི་ལུ་ནང་ལུ་ རྩམ་སྒྲིག་གི་གྲོས་ལོན་དང་ ཡན་འདེབས་གྱི་གྲོས་འཇམ་མཛེས་མི་
གཤམ་གསལ་ ཤེས་ལོན་མཁའ་མཚོ་གཞན་དང་ རྩམ་པ་ཅན་གྱི་སློབ་དཔོན་ལོངས་ལུ་ དགའ་ཚེས་དང་བཅས་པའི་ལུགས་སོ་ལོན།

མོས་སྒྲིག་པ།

- ༡ དཀོས་རྒྱུ་ཀྱང་ ཡུལ་འཕྲིན་ལས། རྩེ་ཆེན། ཤེས་རིག་ཉམ་ལག།
- ༢ རྩམ་སྒྲིག་འབྲུག་པ། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་པེ་ལེ་ཚན།

སྤྱི་བཀའ་བཀོད་ལྟ་བུ་དང་རྒྱུ་ལྗོངས།

ཀམ་ལེ་ཤེས། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན་གཙོ་བོ་ལེན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་པེ་ལེ་ཚན།

ལུན་དགས།

- ༡ དཀོས་སངས་རྒྱལ་རྩི་ཆེ། ཡོང་ལའི་ཚོས་ཚན་མཁའ་མཚོ། ཡོང་ལའི་གོང་འཕེལ་དབང་ལེན།
- ༢ ཚོས་སྒྲིག་ལྷན་གྲུབ། ཡོང་ལའི་མཁའ་མཚོ་ལུགས་ལེན། ཀྱུན་གསལ་རང་སྤྱོད་ལས་ལེན།
- ༣ དབང་དཀར་རྩི་ཆེ། ལྷ་ཞིབ་འགོ་དཔོན། ཤེས་རིག་ལྷ་ཞིབ་དང་རྒྱུ་ལྗོངས་ལེན།
- ༤ ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན། ཚོས་རྒྱལ་ལུགས་ལེན། ལྷན་ཚོས་རྒྱལ་ལུགས་ལེན།
- ༥ ཡུལ་དབང་འདུས། ཚོས་ཚན་མཁའ་མཚོ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱལ་ལུགས་ལེན།
- ༦ རྩམ་སྒྲིག་འབྲུག་པ། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་པེ་ལེ་ཚན།
- ༧ བཟུམ་ལེན་རྩི་ཆེ། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་པེ་ལེ་ཚན།
- ༨ ཆེ་མིང་། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་པེ་ལེ་ཚན།

ལུན་སྒྲིག་འབྲུག་མི།

ཡུལ་དབང་འདུས། ཚོས་ཚན་མཁའ་མཚོ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱལ་ལུགས་ལེན།

ལས་ལྟེན་ཚོགས་རྒྱུ་ལྗོངས་ལེན།

- ༡ དཀོས་སངས་རྒྱལ་རྩི་ཆེ། ཡོང་ལའི་ཚོས་ཚན་མཁའ་མཚོ། ཡོང་ལའི་གོང་འཕེལ་དབང་ལེན།
- ༢ དབང་དཀར་རྩི་ཆེ། ལྷ་ཞིབ་འགོ་དཔོན། ཤེས་རིག་ལྷ་ཞིབ་དང་རྒྱུ་ལྗོངས་ལེན།
- ༣ ཡུལ་དབང་འདུས། ཚོས་ཚན་མཁའ་མཚོ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱལ་ལུགས་ལེན།
- ༤ ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན། ཚོས་རྒྱལ་ལུགས་ལེན། ལྷན་ཚོས་རྒྱལ་ལུགས་ལེན།

- 24 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42

མཛུབ་གཞིན་ལྷན་སྐྱེས་སྤྱོད་དང་ལས་བྱུང་།

- 1 2 3

ཕྱི་ཤོག་པར་རིས།

གམ་འབྲུང་མེད། བཟོ་དོན་འཕུལ་རིག་འགོ་དཔོན། སློབ་གྲྲི་ཤེས་པོན་ལས་ཁུངས། ཟུ་མ་ཡུ།



MINISTER

ཚད་བཟོད།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་འདི་ཡོད་པའི་ཉམས་ལེན་ ཡོད་པའི་འདི་འབྲུག་མི་གསལ་གྱི་སྐད་ཡིག་ལྟར་ ལག་ལེན་ འཕམ་དགོས་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ཚོས་ཚན་ནང་ལུ་ཡང་ ཡོད་པའི་ རྩ་བའི་ཚོས་ཚན་ ལག་ཆེ་ཤོས་ ཅིག་ལུ་ རོལ་འཛིན་འབད་དེ་སློབ་ཉམས་འབད་མ་ཡིན།

ཡོད་པའི་ཚོས་ཚན་གྱི་ གཞི་རིམ་གོང་མ་དང་ འབྲིང་རིམ་འོག་མའི་རྩ་གཞུང་ལུ་ ད་ལྟོ་ ཟེངས་གསུམ་པའི་ ལེགས་པའི་ འབྲུག་པ་དེ་ སློབ་འབད་པ་འབད་དེ་ཡོད། དེ་ཡང་ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༦ ལས་ འབྲིང་རིམ་བར་མ་དང་ གོང་མའི་ཚོས་ཚན་ལེགས་ ལྷུ་འབད་ཡོད་མེད་པའི་ཉམས་ལེན་ལུ་ འདི་གིས་ སློབ་རིམ་གོང་མའི་ རྩ་བའི་ཡོན་ལྷན་གྱི་གཞི་འབྲུག་པ་བཟོ་གསལ་ཡིན། ཡོད་པའི་ཚོས་ཚན་ལེགས་ལྷུ་འབད་དགོ་པའི་ གཞི་ལུངས་ལོ་མ་འདི་སློབ་ལྷན་ལུ་ ཉམས་ལེན་ལུ་ མི་ཚོ་ལུ་མཁོ་ བའི་ རིག་ལཱ་འབྲེལ་ཐབས་ལུ་ གཞི་བཟོ་བཟོ་དེ་ཉམས་ལེན་ལུ་ཡིན། དེ་མཚན་ བཟོ་དེ་ལུ་ རྩལ་མཐུན་བཟོ་ཐབས་དང་ སློབ་ ཉམས་ལེན་གྱི་གྲས་ཚན་ རྒྱལ་ལྷོ་ལོ་ལུ་འབད་དེ་ དོ་མཉམ་བཟོ་ཐབས་ལུ་ཡང་ཡིན།

དེ་འབད་པ་ལུ་བརྟེན་ གཞི་རིམ་གོང་མ་དང་ འབྲིང་རིམ་འོག་མའི་ རྩ་གཞུང་དང་ སྐད་ཡིག་སློབ་དེ་འདི་དང་ སློབ་རིམ་སོ་ སོའི་གནས་ཚན་དང་བཟོ་པའི་ རྩ་གཞུང་ལུ་ སྐད་ཡིག་དང་ ཡི་གའི་སློབ་པ་ ཡིག་སྐྱར་རྩམ་གཞག་གི་དོན་ཚན་ ལུ་ ལྷན་དེ་ཡོད། དེ་ལུ་ཡང་ མི་ཚོ་ལུ་མཁོ་བའི་འབྲེལ་ཡོད་ བཟོ་དེ་ལུ་མཁོ་བའི་ལུ་ གཞི་བཟོ་གསལ་གི་ཐོག་ལས་ལྷུ་འབད་ དེ་དེ་གིས་ སྐད་ཡིག་རིག་ལཱ་གྱི་གཞི་འབྲུག་ ལྷན་ལུ་མཚན་ སློབ་ལྷན་གི་ མཚན་ལུ་འབྲེལ་ཡོད་ལུ་ཡང་ ཡན་ཐོག་སློབ་འབྲུང་ལུ་ཡིན་པའི་ཡིན་པའོ།

དེ་དང་འབྲེལ་ཅིག་འབད་ སློབ་ཉམས་འབད་ཐབས་ལུ་ སློབ་ལྷན་ལུ་ བཟོ་དེ་དང་གཞི་གཞུང་ རིག་ལཱ་གྱི་ལེགས་པའི་ འབྲེལ་ཐབས་ལུ་བཟོ་དེ་ལུ་ གཞི་བཟོ་སློབ་ལྷན་དང་སོ་སོ་གི་ཉམས་ལེན་ལུ་ འབྲེལ་དགོས་པའི་ལུ་ ཡོད། དེ་གི་ དོན་ལུ་ སློབ་ཉམས་འབད་པའི་ལུ་ ལྷུ་ལུ་ཡིན་པའི་ རིག་ལཱ་ལུ་ཡིན་པའི་ རིག་ལཱ་ལུ་ སློབ་དཔོན་

လမာ့မြို့ကဲ့သို့သောကွဲပြားမှုပေါင်းစုံဖြင့် ဝေဖန်ရန်အတွက် အစွမ်းထက်စွာ အားထုတ်ရမည်။ သို့သော် မြို့များသည် အပူချိန်၊ အလင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ စသည့် အချက်အလက်များဖြင့် သဘာဝတရား၏ သဘာဝတရားကို ပြောင်မြောက်စွာ ထင်ရှားစေရန်အတွက် အားထုတ်ရမည်။

မူလအခြေအနေအထားများသည် မူလအခြေအနေအထားများနှင့် အညီအမျှ ရှိနေစေရန်အတွက် အားထုတ်ရမည်။ သို့သော် မူလအခြေအနေအထားများသည် အပူချိန်၊ အလင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ စသည့် အချက်အလက်များဖြင့် သဘာဝတရား၏ သဘာဝတရားကို ပြောင်မြောက်စွာ ထင်ရှားစေရန်အတွက် အားထုတ်ရမည်။

ထိုအခန်းအခြေအနေအထားများသည် မူလအခြေအနေအထားများနှင့် အညီအမျှ ရှိနေစေရန်အတွက် အားထုတ်ရမည်။ သို့သော် မူလအခြေအနေအထားများသည် အပူချိန်၊ အလင်း၊ အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ စသည့် အချက်အလက်များဖြင့် သဘာဝတရား၏ သဘာဝတရားကို ပြောင်မြောက်စွာ ထင်ရှားစေရန်အတွက် အားထုတ်ရမည်။

သဘာဝတရား၏ သဘာဝတရားကို

အနုစိတ်အားဖြင့်
မူလအခြေအနေအထား
မူလအခြေအနေအထား

སྲོན་བརྗོད།

༡༧། ལོ་སྤྱི། རབ་འབྱམས་ངོ་མཚར་ཤེས་བྱ་རྒྱ་མཚོའི་གྲོང་། རྣམ་དཔྱད་རིག་པའི་གྲུ་ཚོན་གོམ་གཅིག་གིས། ཡམ་མཐར་སོན་པའི་སློ་གོས་ལོར་བུའི་གཏེར། སློལ་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་སྲོན་མེད་སྐད་ཡིག་འབྲི་རྩོམ་གྱི། སློབ་དེབ་བཟུང་བས་བྱིན་གྱིས་དགའ་བས་ལོངས། །

ཞེས་མཚན་པར་བརྗོད་པ་དང་། དངོས་པོ་དེས་པར་ལོན་པའི་རྒྱ་གོམ་མཐུན་བསུས་ཏེ། ལུ་ནི་འདི་ཡང་། འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སློབ་གྲྭའི་རྗོངས་ལའི་ཤེས་ཡོན་ཅེ་གཞུང་ལུགས་སྤྱད་གྱི། སློབ་དེབ་གསར་ཅོམ་གྱི་གསལ་ལས། སློབ་རིམ་༤ པའི་སྐད་ཡིག་དང་། ཅོམ་རིག་སློབ་དེབ་འདི་ ལྷོ་ལོ་༢༠༠༦ གི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ ཤེས་ཡོན་ཅེ་གཞུང་མགོན་པོ་དང་འཁྲུལ་ཏེ། འབྲུག་རྒྱལ་ལབ་འདུང་གི་སློབ་གྲྭ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ དེང་དུས་ཀྱི་དཀོས་མཚའི་འབྲུ་ར་བ་དང་མཐུན་པའི་ ཅོམ་རིག་དང་སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ་འབད་ བཟོ་བཟོ་མེད་ཀྱི། ཅོམ་རིག་དང་སྐད་ཡིག་གི་སློབ་དེབ་འདི་ནང་། ཚོས་ཚན་ལག་གཉིས་ལུ་དེ་ཉེ་ཡོད། དཔེ་ཚན་དང་པའི་ནང་། ལུག་རིག་ཅོམ་རིག་དང་། དཔེ་ཚན་གཉིས་པའི་ནང་། སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གེའི་སྒྲིལ་བའི་སྐོར་ལས་བཅུགས་ཏེ་ཡོད། སློབ་རིམ་དེ་ཚུ་ནང་ཡོད་པའི་ སློབ་སྦྱོང་འབད་དཀོ་པའི་དོན་ཚན་ཚུ་ ག་ར་བརྗོད་དོན་ལུ་གཞི་བཞག་ཏེ་བཟོ་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་། ཅོམ་རིག་ཚོས་ཚན་འདི་ འབྲི་ཅོམ་ ལྷན་ཅོམ་ ལྷང་དང་གཏམ་རྒྱུད་ གཞུམ་གྱི་ཐོག་ལས། དེང་རབས་ཀྱི་ཅོམ་རིག་ལམ་ལུགས་ ཀྱི་རིག་ལུ་འབྲོམ་ཚུགས་པའི་ དམིགས་གཏུན་གཏོ་བོར་བཟུང་ཏེ། རང་ལུགས་ལས་སྤོལ་ཅོམ་རིག་ལམ་ལུགས་ཚུ་ཡང་། ཤེས་ཚུགས་པའི་དམིགས་གཏུན་བརྟེན་དེ་ཡོད། ལུག་པར་ ཅོམ་རིག་དང་ཡི་གེའི་སྒྲིལ་བའི་ སློབ་དེབ་འདི་ནང་། ལྷང་དཀོ་པ་ཡོད་པའི་ རིག་ལུ་ཚུ་གི་བརྗོད་དོན་འདི་ ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་གི་གཞི་འབྲུ་དང་འབྲེལ་བ་དང་། རང་མགོ་འདྲོང་ཚུགས་པའི་མི་ཚའི་ལུ་གཞུག་དང་། རང་གི་ལུས་ དག་ཡིན་གསུམ་གྱི་ བསམ་བློ་དཔལ་དུགས་གཏུང་ཐབས་ལུ་ ལག་ཆེ་བའི་གཞི་དོན་ཚུ་ཚུན་དེ་ཡོད། དེ་གིས་སློབ་རིམ་དུག་པའི་སློབ་ཕུག་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་ལབ་འདུང་དུས་ཀྱི་འབྲུ་ར་བ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་མཚོ་བའི་ ཤེས་ཡོན་དང་འཇམ་གྲུབ་ཚུ་འབྲོམ་ཚུགས་པའི་དེ་བ་ཡིན།

දේපලයන්ගේ දේපලයක් වශයෙන් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ. එසේ වුවද දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ. එසේ වුවද දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ.

ආදායම් බර අඩු කිරීමේදී දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ. එසේ වුවද දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ. එසේ වුවද දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ.

දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ. එසේ වුවද දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ. එසේ වුවද දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ.

ආදායම් බර අඩු කිරීමේදී දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ. එසේ වුවද දේපලයක් ලෙසින් සේවා කළද එයට දේපලයක් ඇති බව පෙනේ.

ཚོགས་གུས་ཅན་གྱི་ མི་ལྷོད་དཀོན་པ་དང་ རྣམ་ཚེད་ལང་མ་མ་འཛོམ་པའི་ དཀའ་ངལ་སྒྲིལ་སའ་བརྟེན་ ཉམ་ཚད་དང་ རྟོན་འཁྲུལ་མ་འབྱུང་
བའི་དམེ་མི་སྲིད། རྟོན་འཁྲུལ་འདི་སྒྲིལ་ འབྲེལ་ཡོད་མཁུན་དཀྱིལ་གྱིས་ས་འབད་ཅུང་ ཟད་ཀྱང་དུ་ལེགས་པའོས་དགོངས་འཆར་ ག་ཅི་ས་
གནད་ཅུང་ ལེགས་སོ་དང་བཅས་པའི་ དཀའ་བསུའི་གདོང་ལེན་སློམ་ཡོད།།

སློབ་འདེབས།

གངས་མེད་རྒྱ་ཆེན་འཇོམ་གྱིང་ཤེས་བྱའི་མཐའ། །ཐབས་མཁམས་བརྩོན་ཤུགས་གཤོག་རྒྱབས་བྱང་འབྲེལ་གྱིས། །
ལེགས་པར་ཚོད་པས་བདག་གཞན་དོན་གཉེས་གྱི། །དཔལ་ཡོན་ལྷན་སྲུང་ཚོགས་པའི་རྒྱ་ལྷོད། །

དཀོས་འངས་རྒྱས་དོ་རྗེ།
ལྷི་འཇིན།
ཕྱིང་ལའི་ཚོས་ཚན་ཚོགས་ཅུང་།

དཔེ་ཚན་དང་པ། ༣

ལྷན་འགན་དཔེ་ཚན་མི་གཞི། ༣

ལྷན་འགན་དཔེ་ཚན་མི་གཞི་གི་ཁྲུང་སྐོར། ༥

སློབ་ཚན་ ༡ པ། རྩོད་ཤོད། རིམ་མི་རྒྱུ། ༩

 ༡. སློབ་གྲྭ་ལི་སློབ་ཤོད་ཤོད། ༩

 ༢. ལྷན་འགན། ༡༡

 ༣. གཞུང་གཞི་གཞི་གཞི་གཞི། ༡༣

ལྷན་འགན། ༡༥

 ༡. ལོ་རྒྱུ། ༡༥

 ༡. ལྷན་འགན། ༡༦

 ༢. ལྷན་འགན། ༡༧

ལྷན་འགན། ༢༠

 ༡. ལྷན་འགན། ༢༠

སློབ་ཚན་ ༢ པ། རྩོད་ཤོད། དཔེ་ཚན་ ༢༡

 ༡. ལྷན་འགན་དཔེ་ཚན་ ༢༥

སློབ་ཚན་ ༣ པ། རྩོད་ཤོད། ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༢༦

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༢༦

 ༢. ལྷན་འགན། ༢༧

 ༣. ལྷན་འགན། ༢༨

སློབ་ཚན་ ༤ པ། རྩོད་ཤོད། ལྷན་འགན། ༣༠

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༣༠

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༣༡

 ༢. ལྷན་འགན། ༣༢

ལྷན་འགན། ༣༣

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༣༣

སློབ་ཚན་ ༥ པ། རྩོད་ཤོད། ལྷན་འགན། ༣༤

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༣༤

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༣༥

 ༢. ལྷན་འགན། ༣༦

ལྷན་འགན། ༣༧

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༣༧

སློབ་ཚན་ ༦ པ། རྩོད་ཤོད། ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༣༨

 ༡. ལྷན་འགན། ༣༨

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༣༩

 ༢. ལྷན་འགན། ༤༠

ལྷན་འགན། ༤༡

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༤༡

ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༤༢

ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༤༣

སློབ་ཚན་ ༧ པ། རྩོད་ཤོད། ལྷན་འགན། ༤༤

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༤༤

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༤༥

 ༢. ལྷན་འགན། ༤༦

ལྷན་འགན། ༤༧

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༤༧

ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༤༨

ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༤༩

སློབ་ཚན་ ༨ པ། རྩོད་ཤོད། ལྷན་འགན། ༥༠

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༥༠

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༥༡

 ༢. ལྷན་འགན། ༥༢

ལྷན་འགན། ༥༣

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༥༣

ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༥༤

ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༥༥

སློབ་ཚན་ ༩ པ། རྩོད་ཤོད། ལྷན་འགན། ༥༦

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༥༦

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༥༧

 ༢. ལྷན་འགན། ༥༨

ལྷན་འགན། ༥༩

 ༡. ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༥༩

ལྷན་འགན་ལྷན་འགན། ༦༠

༡.	ཚིག་མཚན་མཉམ་སྦྲེལ་ རྒྱ་མཚན་མཉམ་སྦྲེལ་ རྒྱ་མཚན་མཉམ་སྦྲེལ་གཞན་མཉམ་སྦྲེལ་.....	༤༡
༢.	མིའི་དཔྱད་མཉམ་སྦྲེལ་གྱི་ཚིག་གྲུབ་.....	༤༢
༣.	གཞི་གཞི་གྲུབ་ མཉམ་སྦྲེལ་ མཉམ་སྦྲེལ་གྲུབ་.....	༤༥
༤.	ཚིག་སྤྲོད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་.....	༤༦
༥.	འབྲེལ་སྤྲོད་དཔྱད་མཉམ་སྦྲེལ་གྱི་རྒྱ་མཚན་.....	༤༧
༦.	འབྲེལ་སྤྲོད་ཀྱི་ཚིག་གྲུབ་.....	༥༠
༧.	བརྒྱ་མཚན་དཔྱད་མཉམ་སྦྲེལ་གྱི་རྒྱ་མཚན་.....	༥༣
༨.	ལྷན་སྤྲོད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་.....	༥༤
༩.	གྲུབ་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་.....	༥༧
༡༠.	ལྷན་སྤྲོད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་.....	༥༧
༡༡.	ལྷན་སྤྲོད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་.....	༥༧
༡༢.	ལྷན་སྤྲོད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་.....	༥༧

དཔེ་ཚན་དང་པ།
སློབ་འགྲེལ་དང་སློབ་འགྲེལ།

ལྷག་རིག་དང་རྩོམ་རིག་གི་ཁྲུང་ས་དོན།

རྩོམ་རིག།

རྩོམ་རིག་ཟེར་མི་འདི་ སློབ་དེབ་དང་ལྷག་དེབ་ གཏང་ཡིག་དང་གསར་ཤོག་ ལ་སོགས་པའི་ཡིག་ཚུ་ལུ་སླབ་ཡིན། རྩོམ་རིག་ ལུ་ ནང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ ལེ་ཤ་ཡོད་ཅུང་ ཤེས་ཚད་གནས་རིམ་ གཉིས་པའི་དོན་ལུ་ འབྲི་རྩོམ་དང་ ལྷན་རྩོམ་ སྲུང་གི་རིགས་ དང་ཁག་གསུམ་འབད་ཡོད།

འབྲི་རྩོམ།

འབྲི་རྩོམ་ནང་ལས་ འགེལ་བཤད་འབྲི་རྩོམ་དང་ ལོ་རྒྱུས་འབྲི་རྩོམ་གཉིས་ སློབ་ཚན་ཅེ་ཅེ་ནང་འབད་བྱིས་ཏེ་ཡོད། དེ་ཚུ་ རྫོང་ དོན་གཅིག་གི་ཐོག་ལུ་ བྱིས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ རྩོམ་རིག་མ་འདྲམ་སུ་ཚོགས་ བྱི་ནི་གི་ལྷོགས་སྲུབ་ འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ཡིན། འགེལ་བཤད་འབྲི་རྩོམ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེར་ན། པར་དང་ཅེ་ལ་ཅིག་གི་སྐོར་ལས་ བཤད་པ་རྒྱབ་སྟེ་འབྲི་མི་འདི་ཡིན། པར་དང་ཅེ་ ལ་ཚུ་གི་ རིང་སྤང་ སྤ་སྤོམ་ ཆེ་རྒྱུང་ ཚོས་གཞི་ བཟོ་རྒྱུ་ མང་ཉུང་ གནས་སྤོགས་ཚུ་གི་བཤད་པ་ ཁ་གསལ་རྒྱབ་སྟེ་ བྱི་དགོང་ ཡིན།

ལོ་རྒྱུས་འབྲི་རྩོམ་ཟེར་མི་འདི། དཔེར་ན། སློབ་གྲྭའི་ ཉེན་མ་གཅིག་གི་ལས་རིམ་དང་། ཡང་ན། སློབ་ལྷན་གཅིག་ རྒྱུ་ནང་ལས་ སློབ་གྲྭ་ནང་འོངས་ཏེ་ ལོག་ཁྲིམ་ནང་ ག་དེ་སྟེ་ འགྲོ་ནི་ཡོད་ག་? ལོ་རྒྱུས་བྱི་ནི་བཟུམ་ཡིན། འདི་གི་སྐབས་ལུ། དང་པ། ག་ཅི་ འབད་ནི་ཡོད། གཉིས་པ། དེ་ལས་ ག་ཅི་འབད་ནི་ཡོད་ག་? རིམ་པ་བཞེན་དུ་ བྱི་དགོང་མ་ཚད་ དུས་ཚོད་ཉེ་མ་འབད་མི་ཚུ་ཉེ་མ་ དང་ བུལ་མ་འབད་མི་ཚུ་བུལ་མ་འབད་ རིམ་པ་བཞེན་དུ་བྱི་དགོང་ཡིན།

ལྷན་རྩོམ།

ལྷན་རྩོམ་ལས་ སློ་སྒྲུའི་ཞབས་ཁྲ་དང་ རྩང་མོ་གསལ་བཤད་གསུམ་ སློབ་ཚན་ཅེ་ཅེ་བཞེན་དུ་ བཅུགས་ཏེ་ཡོད། དེ་ཚུ་གིས་ ལྷག་ནི་དང་སླབ་ནིའི་རིག་རྩལ་ བོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ བན་མ་མ་ཚད་ རྫོང་དོན་ཚུ་ རྩོམ་རིག་གི་ཐོག་ལས་ བྱི་ནིའི་འགོ་ཡང་ བཅུགས་ཚུགས་ཡིན། དེ་ལས་ སློ་སྒྲུ་དང་ ཞབས་ཁྲ་ རྩང་མོ་ཚུ་གིས་ མིང་ཚིག་གསལ་རང་ཚུ་ སློབ་འདོན་གསལ་ ལྷན་ཚུགས་ བྱི་ཡིན་མ་མ་ཚད་ ཞབས་ཁྲ་རྒྱབ་ནི་དང་ རྩང་མོའི་དག་རྩལ་འཐོབ་ནིའི་ གཞི་འགྲུམ་ཡང་རྫོང་ཚུགས་བྱི་ཡིན། གསལ་བཤད་གྱི་ ཚོགས་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་བཟོ་སྟེ་ སླབ་ནི་གི་སྤྱང་བ་ འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ཡིན།

སྲུང་སྲུང་གྲུ།

ལྷན་ཤོས་ཚུ་གིས་ གཏང་ནི་ཡོད་མི་གི་ མི་དང་སེམས་ཅན་ཚུ་གི་སྲུང་ཚུ་ལུ་སླབ་ཡིན། ང་བཅས་ར་ལུ་དངོས་སུ་བྱུང་བའི་ ལོ་ རྒྱུས་ཅིག་སྲུང་འབད་བཟོ་ནི་ཚུ་ཡང་ཡོད། སློབ་ཆེ་ཏོག་ཏོག་གི་ སྲུང་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལྷན་ཡིག་གོང་འཕེལ་དང་ ཚོགས་དོན་ཚུ་ བཟོ་སྟེ་གསལ་བཟོ་ནི་ལུ་ བན་ཤོགས་ཡོད་པ་ཡིན།

ལྷག་རིག་དང་རྩོམ་རིག་གི་གནས་ཚུལ།

སློབ་རིམ་ ༡༢ པ་མཚན་གྱི་བསྟན་སྐབས་སློབ་ལྷན་གྱི་གིས།

༡. རྫོང་ཁའི་དཔེ་དེབ་དང་ཡིག་རིགས་ གཉིས་པོ་ཡིན་ཅུང་ རྫོང་སྐྱོད་ གཅད་མཚམས་ ཚོགས་མཚམས་ཚུ་ ཚུལ་དང་
མཐུན་ཏོག་ཏོག་འབད་ ལྷག་ཚུགས་དགོ།
༢. ཚོས་སྐད་ནང་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཚད་དང་ དཔེ་ཚུ་ལྷག་ཚུགས་དགོ།
༣. རྫོང་ཁའི་ནང་ཡོད་པའི་དངོས་རྩོམ་དང་ འཆར་རྩོམ་གྱི་དཔེ་དེབ་ཚུ་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་ ལྷག་སྟེ་ བོ་བའི་ཚུགས་
དགོ།
༤. བོ་དོན་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ལྷག་ཐངས་ཀྱི་ཐངས་ཤེས་མ་འདྲམ་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་དགོ།
༥. རྫོང་ཁའི་དཔེ་དེབ་ཚུ་ལྷག་སྟེ་ བསྐྱར་ཞིབ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༦. རྩོམ་རིག་མ་འདྲམ་ཚུ་ལྷག་སྟེ་ འགྲི་ཐངས་ཀྱི་ཁུད་པར་ཚུ་ དོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་དགོ།
༧. ལྷག་ནི་ལུ་ བོམས་འདྲིས་ཚུད་དེ་ མི་ཚོའི་ནང་ ལྷག་ནི་ལུ་བརྩོན་ལུགས་དང་ སློབ་བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།
༨. རྩོམ་རིག་ཚུ་ལྷག་སྟེ་ ཚོས་དང་ལམ་སྲོལ་ལུ་ ཕྱིས་མཐོང་གི་བསམ་སྟོན་ཤེས་ཡོན་དང་ ཚོས་སྲིད་གྱི་བྱ་གཞག་ཚུ་
ལུ་ རྣམ་དཔྱོད་གྱི་ཤེས་རབ་ འབྲོག་ཚུགས་དགོ།

སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན།

༡. སློབ་རིམ་ལྟ་བུའི་ནང་ལྷན་ལྷན་གྱི་ ལྷན་འཛུགས་ལྟེང་གི་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༢. ཚོགས་བཅད་དང་ ཚོགས་ལྷན་གྱི་ ལྷན་འཛུགས་མ་འདྲམ་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལྷན་ཚུགས་དགོ།
༣. འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ འཇམ་ཏོང་ཏོ་ཡོད་པའི་ སྤང་བྱུང་ཀྱང་ལྷན་སྟེ་ རང་གི་སློབ་ལུ་འབབ་པའི་ སྤང་བྱུང་པ་དང་ འབྲེལ་རིམ་ཚུ་གི་སློབ་ལས་ ལོ་རྒྱུས་བཤད་ཚུགས་དགོ།
༤. ཚོམ་རིག་ འཇམ་ཏོང་ཏོ་ཚུ་ལྷན་སྟེ་ དེ་ནང་གི་ རྫོང་དོན་དང་ སྤང་བྱུང་པ་གི་ཁྱད་ཚོས་ཚུ་ དབྱེ་དབྱེད་འབད་དེ་ བཟང་ དན་གྱི་དབྱེ་བ་བྱེ་ཚུགས་དགོ།
༥. ཚོགས་མཛོད་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ མིང་ཚོགས་གི་གོ་དོན་ འཚོལ་ཚུགས་དགོ།
༦. གོ་དོན་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ ལྷན་འཛུགས་ཤེས་མ་འདྲམ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ལྷན་ཚུགས་དགོ།
༧. སམ་ཁྲ་དང་ པར་རིས་ ཐིག་ཁམ་ ཤད་ཁམ་ པར་ཁམ་འཇམ་ཏོང་ཏོ་ཚུ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ བར་སྐྱར་འབད་ཚུགས་དགོ།
༨. དུས་མཐུན་གྱི་མིང་ཚོགས་གསར་པ་ཚུ་ལྷན་འཛུགས་ལུ་སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་དེ་མིང་ཚོགས་ཀྱི་སྦྱོང་འབད་ཚུགས་དགོ།
༩. ལྷན་འཛུགས་ལུ་ མིང་ཚོགས་ལུ་ གསར་འཐབ་ཉུང་ཤོས་ ༢༠༠ བཀའ་ཏེ་བསྐྱེམ་མ་ ༤༠༠ ལྷན་སྟེ་ཉ་གོ་ཚུགས་དགོ།
༡༠. ལྷན་འཛུགས་ དཔེ་དེབ་ཉུང་ཤོས་ ༡༥ ལྷན་ཚར་དགོ།
༡༡. ཚོམ་རིག་གི་དཔེ་དེབ་ མང་སུ་ལྷན་འཛུགས་ལུ་ བོམས་སྤང་ཚུ་དོན་དང་ དག་སྤང་བསྐྱེད་ ཚུགས་དགོ།

རྫོང་དོན་གྱི་ཁྲུངས་དོན།

རྫོང་དོན་ཟེར་མི་འདི་ གཙོ་བོ་ཨ་ལོ་རྩེ་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་ཀྱི་ གནས་སྐབས་གཉིས་ ལྷབས་གཅིག་ཁར་ ཤེས་ ཚུགས་ནིའི་ཤེས་ཡོན་བྱིན་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན། དེ་ཡང་ ཨ་ལོ་རྩེ་ ལོ་ན་རྒྱུད་ཀྱི་བསྐྱེད་ལས་ར་ བཟང་པོའི་ལམ་ལུ་གོ་མས་འདྲིས་ རྫོང་ནི་ གཤམ་ཆེས་ལས་བརྟེན། ཤེས་ཚད་ཀྱི་གནས་རིམ་གཉིས་པ་དང་ གསུམ་པའི་སློབ་དོན་རྫོང་གི་ ལྷག་རིག་དང་ རྩོམ་རིག་ འདི་ སློབ་ཚན་རེ་རེ་ལུ་ རྫོང་དོན་རེ་བཀོད་དེ་ཡོད།

དེ་མ་ཚད་ རྩོམ་རིག་གི་དབྱེ་བ་མ་འདྲཱ་ འབྲི་རྩོམ་ ལྷན་རྩོམ་ སྤྱད་ལུ་རྫོང་གཅི་ར་ཨིན་ཅུང་ རྫོང་དོན་གཅིག་ལུ་ དམིགས་ གཏང་བསྐྱེད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་གི་དགོས་པ་འདི་ཡང་ སློབ་སྤྲུག་རྫོང་གིས་ མོ་སེའི་མི་ཚོ་ནང་འབྱུང་བའི་ཉམས་ལུང་རྩེ་རྩེ་ རྩོམ་རིག་ མ་འདྲཱ་ གཅི་གི་ཐོག་ལས་འབད་ཅུང་ འབྲི་རྩོམ་འབད་བཅུགས་ཏེ་ བརྫོང་དོན་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ གོ་མས་སྤྱད་རྫོང་རྫོང་གི་ གི་དོན་ལུ་ཨིན། རྫོང་དོན་དེ་རྫོང་ཡང་ རྩོམ་མཐོང་དང་ བསམ་སྦྱོར་ཤེས་ཡོན་གྱི་ ལྷ་ཚོས་དང་ མི་ཚོས་ཀྱི་རྩམ་གཞག་ སྤྱད་སློབ་ ལམ་ལུགས་ མི་ཚོའི་རིག་ཐུལ་རྫོང་ལས་ བཅུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་གིས་ ཨ་ལོ་རྩེ་གི་ བསམ་པ་དང་སྦྱོང་པ་ རིག་ཐུལ་ གསུམ་ཆ་ར་གི་ ཤེས་ཡོན་འཐོབ་རྫོང་གི་ཨིན།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སློབ་དཔོན་དང་སློབ་སྤྲུག་རྫོང་གིས་ རྫོང་དོན་གྱི་དམིགས་དོན་འགྲུབ་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ སྐད་ཡིག་གི་རིག་ ཐུལ་བཞི་དང་། རྩོམ་རིག་གི་ཁྲུང་ཡོན་རྫོང་གི་ ཤེས་ཚད་སྤྲུགས་སྤྲུག་རྫོང་ མི་ཚོའི་རིག་ཐུལ་བཅུ་ཐམ་གྱི་ཐོག་ལས་ འཐོབ་རྫོང་གསལ་ འབད་དགོ་པ་ཨིན། སློབ་རིམ་བཞི་པར་ རྫོང་དོན་མ་འདྲཱ་ལུ་གི་ སློབ་ཚན་ལུ་དང་ སློབ་རིམ་ལུ་པ་དང་རྒྱག་པར་ རྫོང་དོན་མ་ འདྲཱ་རྒྱག་རེ་གི་ སློབ་ཚན་རྒྱག་རེ་དང་ སློབ་རིམ་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པར་ རྫོང་དོན་མ་འདྲཱ་བདུན་རེ་གི་ སློབ་ཚན་བདུན་རེ་ ཡོད། རྫོང་དོན་དགོས་ཁྲུངས་དང་ དམིགས་དོན་དེ་རྫོང་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་གི་འོག་ལུ་ བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ལས། སློབ་ཚན་མོ་སེའི་རྫོང་ དོན་རྫོང་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ཉ་ཤོ་རྫོང་གི་དོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཁྲུངས་དོན་ལུ་ ཅན་ཞིབ་རེས་འདྲོང་ གནད་སྟེ་ སློབ་སྤྲུག་རྫོང་ལུ་ སྤེལ་དགོ་པ་གཤམ་ཆེ།

སློབ་ཚན་ ༡ པ། རྫོང་དོན། དེའི་མི་ཚོ།

ཨ་ལོ་ཚུ་གི་ལོ་དང་ན་ཚོད་ འཕྲུལ་ཅིག་ལར་ལྟོད་པ་ད། རང་གི་མི་ཚོ་རང་མགོ་འདྲོངས་ཏེ་ སྲོད་ཚུགས་པའི་ཐབས་དང་གནས་
སྐབས་ཚུ་ལུ་ མཚན་བསམ་གཏང་ནི་ འགོ་བཙུགས་དགོས་དང་ ག་སྤྲིག་རྒྱབ་ནི་གི་ ལུ་འགོ་བཙུགས་དགོས་ཨིན། དེ་གིས་འབད་
ཨ་ལོ་ཚུ་ལུ་ རྫོང་དོན་ག་ཅིར་ རྫོན་དགོས་སྟེ་ ཟེར་བཅིན། དང་པ། པར་གྲི་ནི་ ཚོན་གཏང་ནི་ལ་སོགས་པ་ བཟོ་རིགས་བཟུ་
གསུམ་གྱི་ ལག་ཤེས་ཚུ་གི་ དགོས་པ་དང་ཕན་ཐོགས། དེ་ལས་ སོ་ནམ་ལུ་བརྟེན་པའི་འོང་འབབ་དང་ སློ་རྩོམ་གསོ་སྦྱང་ ཚོང་
ལུ་ལུ་བརྟེན་པའི་ ལེ་ཕན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་སྟོན་ཏེ་ དེ་ཚུ་གི་ལུ་ནང་ བརྟེན་ཤུགས་བརྟེན་ཚུགས་མི་ཅིག་ལུ་ བཟོ་དགོ་པའི་ཁར།

གཞན་ཡང་། མི་ཚོའི་འཚོ་ཐབས་འདི་ གཞུང་གི་ཡིག་ཚང་ནང་ སྲོད་མི་གཅིག་མིན་པར་ མི་སྡེ་ལུ་ཕན་པའི་ ལུ་དང་འོང་འབབ་
བཟོ་ཚུགས་པའི་ལུ་གཞན། དཔེར་ན། ཚེས་ལུ་ རྒྱ་དུང་དང་སློག་ཐག་བཅོམ་མི་ འཕྲུལ་ཆས་བཅོམ་ནི་ རྒྱ་བཏོག་ནི་དང་ བཟོ་བཟོ་
སའི་མཛེས་ཁང་བཙུགས་ནི་ སྤྲུལ་འཁོར་གཏང་ནི་ བཞེས་སློ་བཟོ་ནི་ དྲང་བཞག་རྒྱབ་ནི་ གོ་ལ་འཁྱུ་ནི་ ཚོང་བཅོང་ནི་ ལས་སྟོན་
པ་འབབ་ནི་ལ་སོགས་པའི་ རྒྱུད་རིག་དང་རིག་ཕུལ་ ལག་ཕུལ་གྱི་ལུ་ཚུ་ གནམ་མེད་ས་མེད་ ལག་ཆེས་ཨིནམ་ ཤེས་ཚུགས་
དགོས་དང་། ཐན་ལྷམ་འབྲུག་མི་དང་ ཆབ་གསལ་མེལ་མི་ རྒྱགས་མ་འབྲུག་མི་ རྒྱགས་སྤྲིགས་སྐྱོམ་མི་ཚུ་ཡང་ སློ་སྐྱོམ་ག་ནི་
ཡང་མེན། འོང་མེད་པ་ཅིན་ ར་བཅས་སྲོད་མི་ཚུགས་ནི་ཨིནམ་ལས། མི་སྡེ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བའི་ ལུ་ཅོག་ར་འབད་པ་ཨིན་པའི་
ཁར་ འོང་ར་དང་བརྟེན་པའི་ འཚོ་བའི་འོང་འབབ་ཡང་བཟོ་སྟེ་ བཟའ་ཚང་ ནང་མི་ གསོ་ཚུགས་པ་འབད་ཡོད་པ་ཨིནམ། མཚན་
བསམ་གཏང་ཤེས་པ་ བཟོ་དགོས་ཚུ་ཨིན།

༡. སློབ་གྲིའི་སློབ་དཔོན།

འབྲི་ཚུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ རྫོང་དོན་ག་ཅི་ཨིན་ན་ དབྱེ་དབྱེད་འབད་ཚུགས་ནི་དང་། དོན་ཚན་གཞན་ དོས་མཐོང་གི་ཉམས་སྤོང་ཚུ་གི་
ཐོག་ལུ་ འབྲི་ཚུམ་འབྲི་ཐངས་གྱི་ ཐབས་ལམ་དང་ལྷན་རྒྱུ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་བྱི་ཚུགས་ནི། འདི་ནང་ལས་འབྲོལ་མི་ མིང་ཚོག་
གསལ་པའི་ སློབ་སློབ་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

རྗེ ར་བཅས་རའི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ འབངས་མི་སེར་རེ་རེ་བཞེན་ལུ་ འགན་ལག་མ་འདྲམ་རེ་ ཐོག་སྟེ་ཡོད་
པའི་སྤྱི་ལས། སློབ་དཔོན་གྱི་འགན་ཁུར་འདི་ གལ་ཅན་ཅིག་འབད་ དོས་འཛིན་དང་ ཆ་འཛོག་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་
འབྲུག་གི་མ་འོངས་པའི་མི་སེར་ སློབ་སྤྲུག་ན་གཞོན་ཚུ་ལུ་ བྱམས་དང་བརྟེན་བའི་སློབ་ལས་ ཡོན་ཏན་བྱིན་ཏེ་ལྷོགས་སྲུབ་དང་
ལྷན་མ་ བཟོ་ནིའི་འགན་ཁུར་ཐོགས་ཨིན། དེ་གི་གསལ་སྤྱོད་ འབྲི་སློབ་ཡོན་ཏན་གྱི་གཞི་ལས་འགོ་བཟུང་སྟེ་ མི་ཚོའི་རིང་ལུ་ལག་ཆེ་
བའི་ རྒྱུད་དོར་གྱི་གནས་དང་ རང་མགོ་འདྲོང་ཚུགས་པའི་ ལུ་གཡོག་དང་ཐབས་ལམ་ཚུ་ ཚུད་པ་ཨིན།

དེ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་རང་གི་ སྤར་སྟོལ་བཟང་པོའི་དོན་ལུ་ བདག་འཛིན་འབབ་ནི་ལུ་ གལ་ཆེ་བའི་ རྒྱུད་ཚོས་ སྤྲིག་ལམ་
ཞབས་ཁྲ་ ཅུང་མོ་ སློབ་འཆམ་ ལ་སོགས་པའི་རིག་ཕུལ་ཚུ་ སློབ་སྤྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ སློབ་ཤིའི་འགན་ཁུར་ཡང་ སློབ་དཔོན་
ལུ་ཐོག་སྟེ་ཡོད།

བརྒྱན་བསྐྱུ་བ་ཅིན། ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ སྤྱི་ཚོར་དམ་པ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་ ལྷགས་ཀྱི་དགོངས་
བཞེད་གཙོ་བོ་ མ་འོངས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ འཛིན་སྲོང་འཐབ་མི་ སློབ་སླུག་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ ཕྱི་ནང་ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་ལུ་ མཁས་པ་
ལུ་དུ་ཕྱིན་པ་བཟོ་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱན་ཆ་བཏུབ་ཅིག་བཟོ་ནིའི་ འགན་ཁག་དེ་ཡང་ སློབ་དཔོན་ལུ་ཕོག་སྟེ་ཡོད་པ་ལས། སློབ་
དཔོན་གྱི་འགན་ཁག་འདི་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

སློབ་ལྗང་།

༡. ཇི་བའི་ལན་གྱི་ནི།

- ཀ་ སློབ་དཔོན་ལུ་ ཕོག་པའི་ འགན་ཁུར་ ག་ཅི་ར་ཡིན་མ་མས་? ཐོ་བཀོད།
- ཁ་ འགན་ཁུར་རྒྱུ་ཉེ་ནང་ལས་ ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ རོས་འཛིན་འབད་? ག་ཅི་འབད་?
- ག་ སྲུང་སློལ་བཟང་པོའི་ རོ་རྟུགས་རྩེ་ བདག་འཛིན་མ་འབད་བ་ཅིན། སློན་ག་ཅི་ར་ འོང་ནི་ཡིན་པས་?
- ང་ མི་དབང་ མངའ་བདག་གི་ ལྷགས་བཞེད་འདི་ ག་དེ་སྟེ་གནང་མ་ ཡིན་མ་མས་གོ།

༢. མིང་དང་ བྱ་ཚོག་སོ་སོར་ བྲེས།

འབངས།	ཕོག།	འགན་ཁུར།	འབད།
ཡོན་ཏན།	བྱམས་པ།	ལྷག།	བཟོ་བ། འགྲི་སྟོག།
གྲི་ རོ་རྟུགས།	འཐབ།	སློབ་ཤེས།	དགོངས་
བཞེད།	བཟོ།	གལ་ཅན།	

༣. རོན་དག་གི་ནི།

- ༡. ལྷོགས་ལྷུབ།
- ༢. རང་མགོ་རང་འདྲོང་།
- ༣. བཟང་པོ།
- ༤. ལུ་དུ་ཕྱིན་པ།
- ༥. སྤྱི་ཚོར།
- ༦. གལ་ཅན།

༤. རྩོད་ཀྱིས་ བསྐྱུ་བ་ཅིན་ སློབ་དཔོན་གྱི་ འགན་ཁུར་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་མཐོང་མ་མས་གོ་? ལུངས་གཉིས་བྲིས།

༢. ལྷ་མོ།

འདི་རྩམ་འདི་ནང་ལས་འཕྲོན་མི་ རིག་རྩལ་རྩེ་ ཉ་ཤོ་རྩེ་གསུམ་ནི་དང་། འདི་ནང་གི་རྩེ་གཞི་རྩེ་གི་སྤྲེལ་དང་སྦྱོར་བ་རྩེ་ ཉ་ཤོ་སྤྲེ་ ལྷ་མོ་བཟོ་
ཐངས་ཀྱི་ཤོ་རིམ་འདི་དོ་བཟུང་། གཞན་དོན་གཞན་མི་གི་ཐོག་ལུ་བྱི་རྩེ་གསུམ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཞིན།

༣ ར་ལུ་ ལྷ་མོ་དང་། མངར་མ། ཞོ་མ། ལ་མ། ར་མང་། ཟེར་ ལྷམ་པ་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད། དེའི་ནང་ལས་ ལྷ་མོ་འདི་
དང་ལུ་ལས་ར་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དར་ལྷབ་འབྲུང་མི་ སྤར་སྲོལ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ ར་ཅིག་ཞིན།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དག་འཕྲོན་དང་ དུས་སྟོན་རྩིས་སྤྲེལ་ཞུ་ནི། རྒྱལ་ནང་ལུ་ ལོ་ཚོག་དང་ རིམ་གོ་རྩེ་འབད་
བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ ལྷ་མོ་འདི་ཞིན་ཅི་མིན་ཅིར་ བཟོ་སྲོལ་ཡོད། འབྲུག་པའི་ལམ་སྲོལ་ནང་ ལྷ་མོ་འདི་ མི་མང་ཤོས་ཀྱིས་ར་ རྩོ་
མཛར་གྱི་སྐབས་ འབྲུང་མ་མ་ཚད་ མཉེན་མ་གི་གཞོན་བསུ་དང་ རྩོ་སྟོན་གྱི་སྐབས་རྩེ་ནང་ཡང་ གསོལ་མཛེས་ཤོས་ཅིག་ ལྷ་མོ་
འདི་བསྐྱིག་པ་ཞིན།

ལྷ་མོ་བཟོ་མཛེས་ ག་ཅིར་དགོས་སྟོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ ར་ལུ་དང་། བ་མར། ལུ་འོ། རྩེ་རྩེ་དགོས་ཞིན། ར་ལུ་ཞུ་གི་ དབྱེ་བ་ཡང་
འབྲུག་ནང་བཟོ་མི་གི་ ཤིང་མའི་རིགས་ལེ་ཤ་ར་ ཡོད་པ་ཞིན།

ལྷ་མོ་བཟོ་མཛེས་ ཉེ་མར་ རྩེ་ནང་མཛེས་སྤྲེལ་ལུ་ ར་མང་ ལེགས་ཤོས་འབད་ འཕྲོན་བཅུག་དགོ། དེ་ལས་
མངར་འདི་ ར་ལུ་ལྷ་མོ་སྤྲེལ་ལུ་ མར་དང་ རྩོ་ ལུ་འོ་རྩེ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་ ལེགས་ཤོས་འབད་བསྐྱེ། ར་འདི་ ཞག་འབད་བསྐྱེ་སྤྲེ་
བཀྲག་དག་ཤོ་འཚམས་ཅིག་དང་ རྐ་པག་པ་ ཐལ་བའི་སྐབས་ལུ་ རྩེ་ནང་ལོག་སྤྲེ་སྤྲེལ་དགོ། དེ་ལས་ ཐབ་ཁར་བཀལ་ལུ་
ལྷགས་གཟར་གྱིས་ ཡར་ལུ་ཡི་ར་ རྩོ་ཚད་ལར་སྤྲེལ་བཅུག་དགོ། དེ་ལས་ ར་ཅོག་ནང་བཅོགས་ལུ་ ར་ལུ་སྤྲེལ་ནང་སྤྲེལ་
ཞིན་ལས་ འབྲུང་ཚོག་ཚོག་འགྲོམ་ཞིན།

སྦྱོར་ལྷ།

༡. དེ་བའི་ལན་གི་ནི།

- ཀ་ ར་ལྷམ་པ་ མ་འདྲམ་ ག་དེ་མ་ཅིག་ འདུག་ག་? ག་ར་གིས།
- ཁ་ མངར་མ་ བཟོ་ཐངས་ཀྱི་ རྩོར་ལས་ ལ་གསལ་འབད་ གིས་?
- ག་ ལྷ་མོ་འདི་ ག་ཅིའི་དོན་ལུ་ར་ ལག་ལེན་འབབ་འོང་ག་?
- ང་ ལྷ་མོ་དང་ འདྲམ་འབད་ གཞན་ག་ཅི་ ལག་ལེན་འབབ་མར་ མཐོང་ཡི་གོ་? གིས།
- ཅ་ ལྷ་མོ་བཟོ་མཛེས་ ཅ་ལ་མ་འདྲམ་ ག་ཅིར་ ལག་ལེན་འབབ་མས་? ཐོ་བཀོད་ འབད།

དང་ལུ་གཞུགས་ལ་ལས་མར།	ད་རིམ་ནངས་པ་/ཁྲོམ་ལ་ལས་མར།
༡	༡

ཆ་ རྩོད་གྱིས་ བལྟ་བ་ཅིན་ དེ་རྩེ་ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ འོང་ནི་མས་གོ་?

༣. གཞུང་གཡོག་པ་གསུམ།

ལྷུང་འདི་ ཚོགས་གཅད་མཚམས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལྷག་ཚུགས་ནི་དང་ རྫོང་དོན་ ག་ཅི་སྟོན་མ་ཡིན་ན་ ཚོགས་ཚུགས་ཐངས་ཚུ་ལུ་དཔེ་བཟུ་
སྟེ་ ལྷུང་ལྷུང་ཀྱི་རེ་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་ནི་དང་ བསྐྱེད་འབད་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༤ ཉེ་མ་སློབ་སློབ་ཅིག་ནང་། ཨམ་སྐུ་དང་མ་གཤམ་འབད་ རྫོང་མི་ཅིག་དང་། མ་གཤམ་གི་ཆ་རོགས་ འཇུག་གཉེན་ མ་ཀླབ་
མི་ཅིག་ཡང་ ཁོང་གཉིས་ཀྱི་ བྱམས་ཚུང་འབད་ཡོད་པ་མས། ཁོང་གསུམ་ཆ་ར་ གཞུང་གཡོག་ནང་འཇུག་ཏེ་ ལྷ་རིམ་གྱི་དཔེ་
ཕོགས་ལུ་བརྟེན་ རྫོང་མི་ཅིག་ཡིན་པས།

བཟའ་ཚང་གཉིས་ཀྱི་བྱམས་ཚང་ འཇུག་དེ་གིས་ བཟའ་ནི་འཇུག་ནི་ཚུ་ ཞར་དང་ཞོར་ཁར་ བཟའ་ཚང་གཉིས་ བཞེས་སློབ་བཟའ་རན་མ་
ད་ར་ བཤམ་བཟུབ་ཏུ་བཟུང་སོང་སྟེ་ བཟའ་ཚང་གཉིས་ལས་ར་བཟའ་སྟེ་ ལྷ་རིམ་གི་ཡང་སོ་ཏུག།

ཚར་གཅིག་འབད་མ་དུ། ཁོང་ བཟའ་ཚང་གཉིས་ བྱམས་ཚང་ལུ་བཟུ་སྟེ་ ར་འཐན་དབུགས་བགམས་སྟེ་ ཆ་རོགས་ཀྱི་སློབ་ལས་
ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ ལྷོ་བཟོད་ཏུག། མ་གཤམ་གིས་ དབའི་... དེ་གི་སྟོ་ཚང་འདི་ ག་དེ་སྟེ་ཡིན་ནུ་? རྫོང་ལུ་ཕོག་གསུམ་འདི་ ཨ་ཏུག་ར་ ང་
བཅས་ གཉིས་ལས་བཟའ། ཡང་ན། ཉེ་ཚུང་རེ་རྒྱབ་སྟེ་ འབག་འོང་ནི་ལེ་ མཛོ་བསམ་ཡང་མིན་འདུག། ཡང་ན། ཉི་ཟེ་ ཟེར་མ་ཡང་
སྟོད་ནི་མིན་འདུག། ཉེ་ཚུང་ཚོད་ ང་བཅས་གཉིས་ཀྱིས་ འབད་མི་ཚུགས་པ་འོང་མེན་ནུ་? ང་བཅས་ ཁོ་གི་ ཕ་ལས་ཡང་མི་ཉེ། མ་
ལས་ཡང་མི་ཉེ། ལྷོ་བཟོད་ཀྱི་ གནས་སྐབས་ཅིག་བསྐྱེད་ཏེ་ ལྷོ་འོང་ནི་མེད་པ་ཅིག་ བཟོད་གོ་པས་ ཟེར་སྐྱེན་གྱིས་རྒྱབ་ཏུག།

ག་དེ་སྟེ་ཡིན་ཏུང་། རན་པ་པ་ རྫོང་བཟའ་རན་མ་དེ་ ཁོ་ཡང་ རྫོང་འོང་། དེ་བསྐྱེད་ ང་བཅས་གཉིས་ཀྱིས་ འཐབ་དོ་བཟུམ་ འབད་
གོ། ང་གིས་ ཅོག་པ་ཟ་ རྫོང་ལུ་ མཛོག་གིས་དང་འོང་། རྫོང་གིས་ཡང་ ལྷོ་བཟུབ་ཏུ་སྟེ་ ལྷོ་བཟུབ་ལ་གདུག་འབར་ཏེ་ ལྷོ་སྐྱེ་
ཟེར་སྐྱེ་ད། ཨམ་སྐུ་གིས་ཡང་བཏུག། ཟེར་ གིག་གི་འབད་ ལྷོ་སྐྱེ་ཏུག།

དེ་གི་ནངས་པ་ ཁོང་བཟའ་ཚང་གཉིས་ བཞེས་སློབ་བཟའ་ནི་འབད་ ལྷོ་བཟོད་ཅིག། ཆ་རོགས་འདི་ཡང་ དེ་ཁར་ གིག་གི་
འབད་ལྷོད་ཏུག། དེ་ལས་ བཟའ་ཚང་གཉིས་ གནད་དོན་ཚུང་ཀྱི་ཅིག་ལས་ མ་འགྲིགས་པར་འཐབ་ ཕོ་སྐྱེས་ཀྱིས་ལྷན་ལྷག་དང་
མཛོག་ཚང་མེད་པ་ཅིག་ ཨམ་སྐུ་ལུ་ལྷུགས། ཨམ་སྐུ་གིས་སྐུ་ ཕོ་སྐྱེས་ལུ་ མོ་བཏུབ་འབད་བའི་བར་ན། ཆ་རོགས་འདི་གིས་
བར་ན་འཇུག་ཏེ་ ག་དེ་མ་ཅིག་སྐྱེ་ཏུང་ ཉན་མ་བཏུབ་པས།

དེ་ལས་ ཁོ་ཡང་ ཁོང་གཉིས་ལུ་བཟུ་སྟེ་ སེམས་ར་གི་སྟེ། ད་ ལྷོ་བཟོད་ནི་ རྫོང་གཉིས་ཀྱིས་ ཉན་མི་བཏུབ་པས། རྫོང་གཉིས་
འཐབ་དགོ་པའི་དོན་དག་ཡང་ ང་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་མ་ འོང་ག་ཡང་ མི་ཤེས། ད་ ང་ རྫོང་གཉིས་ འབད་མ་ལུ་ཡང་མི་འོང་། རྫོ་
ཡང་མི་བཟའ། ད་ ང་ཡང་སོ་ཡི་སྐྱེ་རེ་ ཟེར་ ལྷོ་བཟོད་ ཡང་སོ་ཏུག།

ཁོ་ རྒྱབ་ཐལ་ཏེ་ ལཱ་ཅི་གི་ཁ་ལས་ ཁོང་བཟང་ཚོང་གཉིས་ཡང་ ལཱ་རྟག་ཏུ་ལུགས་འབད། རོ་སྐྱེས་ཀྱིས། དཔལ་ལོ་རེ་ ང་
བཅས་གཉིས་ཀྱིས་ དེ་མ་ཅིག་ མ་འབད་བ་ཅིན། མི་འདི་གིས་ ང་བཅས་ལུ་ར་ བརྟེན་སྡོད་ནི་མས་ཏེ། ང་བཅས་གཉིས་ཀྱི་
གནས་སྐབས་འདི་ ལེགས་ཤོམ་ཡར་སོ་ཡི་སྟོ། ཟེར་སྐབ་ད། ལམ་སྤྱོད་གིས། ལོས་ ང་གིས་སྤུ་བརྟེན་བཏབ་ ཁ་གདུག་འབར་ རྩོད་
ལུ་ སེན་མོ་གིས་གཞར་མི་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་མཐོང་ཅི་? ཟེར་ སྐབ་ལུ་ག།

མཁམ་དེ་གིས། དཔལ་ལོ་ འདི་ རོ་མ་བཟུམ་ར་ མཐོང་ཡི། དཔལ་ལོ་འབདན་ ལྷག་མོ་སྤུ་གུ་ཡོད་མི་ཅིག་གིས་ ཚོང་ནང་ལས་ ངར་དོ་
བཟུམ་ར་ ཚོང་ཡི། ཏེ། ང་ རྒྱབ་བཀལ་ རྩོད་ལུ་ལྷན་ལྷན་གྱིས་ མཚོག་ལྷག་མི་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་ ཚོང་ཡི་ཤོ་? ཟེར་སྐབ་ད།
ངོ་ རོ་སྐྱེ་ འདྲོག་མི་འདྲོག་ ཚོང་གཉིས་འདི་ རྩོད་ཐད་རི་བ་རི་ར་ ཅོག་པ་ཟམ་འདྲས་ཟེར་ མཐོང་ཡི། ཟེར་ སྐབ་སྟེ། རོ་མཁམ་ཐལ་
རྩོད་ཡང་ ལོག་བཀལ་ ཐབ་ཁ་ལས་ རྩོད་ཚོང་མ་ཐབ་ བཟུང་ནི་འབད་ཤེ་ཅིག།

སྟོ་རྩོད་ནང་ལས་ ཚོང་གིས་དེ་གིས། ང་གིས་ ག་དེ་མ་ཅིག་ བར་ན་འཛུལ་ཏེ་ སྐབ་རུང་ རྩོད་གཉིས་ཀྱིས་ ཉན་མ་བཏབ་པར་ ང་
སེམས་མམ་སྟེ། འགྲོ་བརྟེན་བཏབ་མི་ལུ་ རྩོད་གཉིས་ཀྱིས་ ག་དེ་སྟེ་ཚོང་ཡི་? ཟེར་སྐབ་ལུ་ག།

རྩོད་ལུ།

ཀ་ ལན་གྱི་ནི།

༡. སྤུང་འདི་ནང་ མི་ག་དང་ག་ར་ འདུག་?
༢. བཟུང་ཚོང་གཉིས་ དབུགས་བགམ་དགོ་པའི་ རྒྱ་རྒྱུན་ག་ཅི་ཡིན་མ་མས་? གིས།
༣. བཟུང་གཉིས་ཀྱིས་ སྐབ་མི་སྟོ་རོས་འཛོན་ འབད་?

ལམ་སྤྱོད་	རོ་སྐྱེས།

༤. རྩོད་ལུ་ ཚོང་གིས་ རྒྱ་བཟུམ་ཅིག་ འཕུད་པ་ཅིན། ཐབས་ཤེས་ ག་དེ་སྟེ་ བརྒྱུགས་བརྒྱུགས་འོང་གོ་? གིས།
༥. རྩོད་ཀྱིས་ བརྟེན་བཏབ་ ཁོང་གསུམ་ལས་ གནས་སྐབས་མཁམ་ཤོས་འདི་ ག་མཐོང་མ་མས་? རྩོད་ས་
དག་པ་ཅིག་ གིས།

ཁ་ མིང་ཚོག་རྩོད་ རྩོད་ཚོག་བཟོ།
གཞར། མཚོག། འདྲོག། ཚོག་ཚོག། ལཱ་རྟག་ཏུ་ལུགས། ཐད་རི་བ་རི་ ཅོག་པ། བཞེས་སྟོ།

ག་ འོག་གི་ རྒྱ་རྒྱུན་རྩོད་ འདས་ཚོག་གིས།
གཞར། ལྷག། འདྲོག། འོང་། རྒྱུར། རྒྱེ། དབུགས་འགམ།

ང་ མིང་ཁལ་གཉིས་ ཡིག་རྒྱགས་ནང་ལས་ འོགས་སུ་བཏོན།

༡. ༢. ༣.

ཅ་ འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་སྟེ་ ལོ་རྒྱུས་ཅིག་ གྲིས།
 ང་བཅས། གནས་སྐབས། གྲིག་གྲི། ལྷན་གྲོས། སྐད། ལམ་སྟུ། སོ་སྐྱེས། མཉམ་མཉམ། དེམ་ཅིག། ལེགས་ཤོམ། ད་
 རིས་ནངས་པ། ཆ་རོགས། རྒྱུད། ལོ། ལོང་། བཟའ་ཚང་། བཞེས་སྒྲོ། ལྷ། ཚེས་གཅིག། ཞར་དང་ཞོར་ལར།
 རྒྱུ་ཚང་། ཐབ་ཚང་། ཉེ་ཚོང་།
 མཉོ་བསམ།

ཆ་ འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་ ལེན་ལེགས་ཅིག་ གྲིས།

སེམས།	ནངས་པ།	གོ།	བར་ན།	སྒོ་ཅུང་།
སོ་སྐྱེས།	ལམ་སྟུ།	འཇུག།	ཚེས་ཡི།	དེ་སྐྱེ།
འབྲེལ།	ལྷོ།	སྐབས།	ག་དེམ་ཅིག།	བཟའ་ཚང་།
བཏུབ།	རོམ།	ཚོད་མ།	བཤམ།	ལེ་ག།

ལྷན་ཐབས།

༡. མེ་ཏོག

ད་བཅས་འབྲུག་གི་ན་གཞོན་སློབ་ལྷན་ཚོ། ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་མེ་ཏོག་ལྷ་ལུ་བཙོན།
 བསམ་སྣོད་བཟང་པོའི་སྐྱེ་བོ་པོ་མོ་ཚོ། ཁྱིམ་གྱི་མཐའ་འཁོར་མེ་ཏོག་བཙུགས་གནང་ད།
 མེ་ཏོག་ཁྱིམ་གྱི་མཛེས་པའི་རྒྱན་ཆ་ཡིན། མེ་ཏོག་འདི་ལུ་མི་རྣམས་ཀྱན་གྱིས་དགའ།
 ཚོ་འདིར་མེ་ཏོག་ལྷ་འདི་འབད་བ་ཅིན། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་ལྷ་གི་ལུས་རྟེན་འཐོབ།
 མི་ཡི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་སྟེ་འབད་རུང་ར། མེ་ཏོག་བཟུམ་འབད་ཀྱན་གྱིས་སེམས་ཁར་འབབ།
 རང་ལུ་དགོ་པའི་ནོར་ཡང་དེ་ལས་འབྱུང་། དགའ་མཐུན་ཚུ་ལུ་སེམས་གསོ་འདི་གིས་བརྟུབ།
 མེ་ཏོག་སངས་རྒྱས་སྐུན་གྱི་མཚོན་པ་ཡིན། ལྷན་བསམ་དག་པས་མཚོན་པ་སྤུལ་བ་ཅིན།
 རྒྱན་ལུ་བསོད་ནམས་སྣོན་འབད་བསམ་ཉེ་གིས། བསམ་པའི་ནོར་ཡང་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་འབྱུབ།

སློབ་ཚན་ ༢ པ། རྫོང་དོན། དལ་སློ།

དལ་སློ་ཟེར་མི་འདི་ རང་ལུ་ ལཱ་ལག་ཆེ་ཉོག་ཉོ་གཞན་ འབད་ནི་མེད་པ་ད་དང་། ཡངན་ ལཱ་གི་བར་མཚམས་ རལ་གསོ་འཐོབ་
པའི་སྐབས་ཚུ་ནང་ རང་ལུ་སློ་བ་ཡོད་པའི་ ལཱ་གཞན་འབད་ནི་ཅིག་ལུ་ སླབ་ཨིན། དེ་འབད་ཨང་ད་ དལ་སློ་འདི་ཡང་ ར་བཅས་
རའི་མི་ཚེ་ནང་ གཞུགས་སྡོད་སྡོད་ བཟོ་ནི་དང་ མེམས་ཉིང་སངས་ས་ བསྐྱར་གསོ་འཐོབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་
ཨིནམ་ ཤེས་ཚུགས་པ་ བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན། དལ་སློ་འུ་ནང་ལུ་ སྤྱུ་སྡོལ་དང་ མདའ་རྒྱབ་ནི་ལ་སོགས་པའི་ རྩོད་རིགས་
རྩེ་ནི་ ལམས་སངས་འགྲོ་ནི་དང་ སློ་བཤུལ་ བརྒྱུག་ནི་དང་ དལ་འགྲོ་འགྲོ་ནི་ ལུས་རྩལ་སྤྱོད་ནི་དང་ རྩུག་འབྲུག་བཏོན་ནི་
གནས་སྐོར་དང་ ལ་བཤུལ་ མེ་ཉོག་དང་ཤིང་བཟུགས་ནི་ ཚོད་སྲེ་བཏབ་ནི་ དཔེ་དེབ་ལྷག་ནི་ ལག་ཤེས་བཟོ་ལཱ་རྒྱབ་ནི་ འཛི་
རྩོམ་གྱི་ནི་ སྤྱད་གཏང་ནི་ ཞབས་ཁྲ་ཉན་ནི་རྩོ་གི་ དཔོན་པ་དང་ཕན་པ་ འབད་ཐངས་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

༡. སྤྱུ་སྡོལ།

འཛི་རྩོམ་ལྷག་ཞེན་མ་ལས་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཐོ་བཀོད་འབད་ནི་དང་ གཞན་གྱིས་ཐིས་ཡོད་མི་ འཛི་རྩོམ་ཚུ་ལྷག་སྟེ་ རྒྱད་རྣམ་རོས་
འཛིན་འབད་དེ་ རང་གིས་རོམ་མཐོང་མི་དང་ བསམ་འཆར་ཚུ་བཟུགས་ཏེ་ འཛི་རྩོམ་ཚུ་སྤེབ་དང་སྐྱབས་ཏེ་ཐི་ཚུགས་དགོ།

༣ ར་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ རྩོད་རིགས་མ་འདྲུམ་ ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ནང་ལས། སློ་བ་ཆེ་ཤོས་ར་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་
ཡོངས་མདའ་རྩོད་དང་ ཀང་རིལ་སྤྱུ་སྡོལ་འདི་ཨིན། དབྱིན་ལོ་༢༠༠༧ དབྱིན་རྒྱ་བདུན་པའི་ཚེས་༡༥ ལས་འགོ་བཟུགས་མི་
རྫོང་ལག་ནང་འཁོད་ཀྱི་ ཀང་རིལ་སྤྱུ་སྡོལ་གྱི་འགྲན་སྡུར་ནང་ ར་བཅས་ འབྲུག་རྒྱལ་སློབ་གྲུབ་ སྡེ་ཚན་གྱིས་ཡང་ བཅའ་མར་
གཏོགས་ཅི། དེ་གི་སྐབས་ལུ་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ ར་བཅས་སློབ་གྲུབ་སྡེ་ཚན་ ༤ དང་ གཞན་མི་ སྡེ་ཚན་གཉིས་འབད་ཨང་ད་
སྡེ་ཚན་སྡོམ་པ་ གྱིས་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཏེ་ བདུན་སྤྱུག་གཅིག་གི་རིང་ལུ་ འགྲན་སྡུར་འབད་ཡི། མཐའ་དབྱུད་འགྲན་སྡུར་ནང་
ར་བཅས་འབྲུག་རྒྱལ་ འགྲིང་རིམ་གོང་མ་དང་ རྒྱ་བ་ཁ་འགྲིང་རིམ་འོག་མ་གཉིས་སྟོན་ཅི།

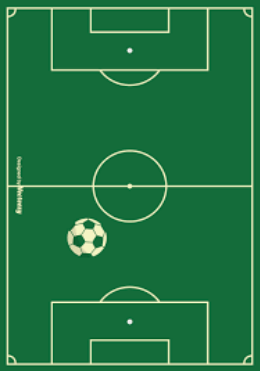
ར་བཅས་གྱི་སྡེ་ཚན་འདི་ མཐའ་དབྱུད་འགྲན་སྡུར་ནང་ལས་ ཨང་དང་པ་འཐོབ་ནིའི་རེ་བ་གིས་ ཉིན་མ་དེ་གི་དོ་བ་ ཏ་སག་
ལོངས། ལ་ལག་འཇུ་ མཚོད་པ་སུལ་ སྤང་མ་ལུ་གསེར་སྐྱེམས་དང་ སྐྱན་དར་ཚུ་ སུལ་ཞེན་མ་ལས། དོ་མཚར་བཟུལ་སྟེ་ རྩོད་
ཐངས་ནང་ འཐོན་པའི་བསྐྱར་ལས་ རྒྱ་བ་ཁ་གི་ཨོ་ལོ་ཚུ་ གཞུགས་རིང་ཐུང་ཡང་ འདྲན་འདྲ་འབད་ བོ་ལ་ཡང་ དོར་མ་ཁེན་ར་
དམར་པོ་གྲོན་ ཀང་རིལ་རྩེ་རྩེ་ར་འདྲུམ་འབད་ ཐང་ནང་ཡར་མར་ བརྒྱུག་སར་མཐོང་སྟེ་ ར་དང་རའི་ཆ་ལོགས་ཚུ་ཡང་ ཐང་ནང་
འཐོན་མ་ད། ལྷ་དམོ་ལཱ་མི་རྩོ་གིས་སྐད་རྒྱབ་མ་ཚོད་ ལུ་རྩོ་གིས་ཡང་ རའི་སྐྱོན་མིང་སྟོན་ཏེ། འཛིགས་བྲལ་ འཛིགས་བྲལ་ ཟེར་
ལག་པ་ཐལ་ཚོ་བདུང་མ་མས།

དེ་ལས་ ང་ཡང་ལམ་འགྲོ་མ་ཤེས་པ་ཐལ་རུང་ ཐང་གི་སྐྱུག་ན་ཐོན་ཏེ་ ཀང་རིལ་ཚེ་བའི་སྐབས། ང་གིས་སྡོལ་འདི་ ཀེ་པར་ འབད་
སར་འོང་མ་བརྟུག་པར་ ལེགས་ཤོམ་འབད་བཀག་པ་ད། ལྷ་དམོ་ལྷ་མི་བྱང་འཕྲད་ཚུ་གིས་ འཛིགས་བྲལ་ཨ་འོག་ ཟེར་སྐད་རྒྱབ་
ད། ང་ཉེད་སྐལ་ར་སློབས་བཏགས་ཏེ་ ཐང་ནང་ཡར་མར་ ག་དེ་ཅིག་བརྒྱགས་རུང་ ང་བཅས་རྒྱལ་ཁ་ འཐོབ་དགོ་མཛོ་བའི་རེ་བ་
གིས་ ལུ་སྐྱུག་པ་ཡང་མ་ཚོར་བར་ དུས་ཚོད་བྱེད་ཀ་ཚོགས་མོ་ལུག།

སྐར་མ་༡༥ གི་རིང་ ངལ་འཚོ་བའི་སྐབས་ དེ་གི་སྤེ་ཚན་ལུ་ ཁོང་བུམོ་ཚུ་གིས་ རྐད་ག་དེམ་ཅིག་ར་རྒྱབ་རུང་ རོ་ཚོ་མ་སློད་པར་
ཙམ་འགོངས་ལེགས་ཤོམ་འབད་ རྒྱབ་དགོ་པ་འབད་ རྒྱབ་ཅི། འོག་ཚེད་ཐང་ནང་ འཐོན་པའི་བརྐང་ལས་ དེའི་ཚོ་རོགས་ཚུ་ཡང་
སློ་སློབས་བཏགས་ཏེ་ ཚེད་མོ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ཚུམ་ལས་ དེ་གི་ཚོ་རོགས་པར་གིས་ གོ་ལ་ གཅིག་བཏུགས་ཏེ། རྒྱལ་ཁ་ ང་
བཅས་ཀྱི་སྤེ་ཚན་གྱིས་ཐོབ་ཚུ། དེ་ལས་ ང་བཅས་ཀྱི་དབུ་འཛིན་དང་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གི་ར་ ལུགས་དབྱེས་ཏེ་ ང་བཅས་ལུ་ཕྱི་རུ་
དགའ་ཚོར་གྱི་མཛེར་ལུ་ཅིག་ཡང་གནང་ཡི།

སློབ་ལྟུ་

- ཀ་ ལུག་སྡོལ་ ཐང་གི་ཚད་ བྲི་ནི།
 - ༡. ཡར་དང་ མར།
 - ༢. སར་དང་རྒྱུར།
 - ༣. སྡོལ་གྱི་ལྡིད་ཚད།
 - ༤. སྤེ་སྤུག་ཀམ་གི་ ཡར་མར་དང་ སར་རྒྱུར།
 - ༥. ལུགས་རེ་རེའི་ནང་ ཚེད་མི་སྤོམ།



- ཁ་ ལམ་བྲི་ནི།
 - ༡. ལུག་སྡོལ་གྱི་ ཚེད་མོ་སློབ་ ཚེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་དགོ་པའི་ དོན་དག་ག་ཅི་འོང་ནི་ ཡིན་པས་ག་?
 - ༢. འགན་སྐྱུར་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ སྤེ་ཚན་ག་དེམ་ཅིག་འོངས་ལུག།
 - ༣. མཐའ་དཔུད་ འགན་སྐྱུར་ལས་ ཨང་དང་པ་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ག་ཅི་ར་འབད་ ལུག་གོ་?
 - ༤. འབྲུག་རྒྱལ་གྱིས་ རྒྱལ་ཁ་ ག་དེ་སྤེ་ཐོབ་ལུག་?
 - ༥. སློབ་གྲྭ་གིས་ ཁོང་རྒྱལ་མི་གི་ དགའ་ཚོར་ལུ་ ག་ཅི་ར་འབད་ལུག་?
 - ༦. ལུག་སྡོལ་གྱི་ཚེད་མོ་འདི་གིས་ གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་སྟེན་ལུ་ ག་ཅི་འབད་པམ་མ་ཡིན་ན་? བཤད་རྒྱབ།

ག་ སློ་རྒྱལ་བཏོན་ནི།
ཚྱོད་རའི་ སློབ་གྲྭ་ནང་ འདི་བརྒྱུམ་ ལས་རིམ་ག་ཅི་ར་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཅི་ག་? དེའི་ སློར་བྲིས།

ང་ འོག་གི་མིང་ཚོག་ཚུ་ཡིང་ལེག་ནང་བྲིས།

བཅའ་མར་གཏོགས། བདུན་ཕྱག། འཁྲིང་རིམ་གོང་མ། སྤྲེ་ཚོན། ཐལ་ཚོ། བརྒྱགས། ཉ་ སག། རོ་ཚ། གཞུགས།
འགྲན་སྐྱར། སྐྱག་ན། ཐང་། དབུ་འཛིན། སློབ་དཔོན། རྩོམ་མོ།

༢. ལྷ་ཅུ།

ལྷ་ཅུ་ རྩོད་ཐངས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ཉ་གོ་སྟེ་ རྩོད་མོ་གཞན་གྱི་སྐོར་ལས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ རྩོད་ཐངས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ འཁྲིའུ་ཚོམ་
འཁྲི་ཐངས་ཀྱི་རིག་ཚུལ་ཚུ་འཕོབ་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

༣ རྩོད་མོ་གི་ནང་ལས་ ལྷ་ཅུ་འདི་ ཉེ་མ་ལས་ར་ རྩོད་སྲོལ་ཡོད་མི་ སློབ་ཆེ་ཏོག་ཏོག་གི་ རྩོད་མོ་ཅིག་ཨིན། ལྷ་ཅུ་བཟོ་
ཐངས་དང་ རྩོད་ཐངས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ འོག་ལས་མར་ མདོར་སྐད་ཅིག་ བཀོད་ནི་ཨིན།

ལྷ་ཅུ་བཟོ་ཐངས།

ལྷ་ཅུ་འདི་ འཇམ་ཏོང་ཏོང་འབད་བཟོ་སྟེ་ རྩོད་མོ་ཚོག་གི་ རྩོད་མོ་ཅིག་ཨིན། ལྷ་ཅུ་འདི་ ཤིང་སྲ་ཀྲག་ཀྲ་ སྐྱིས་ཤིང་དང་ སི་སི་ཚུ་
ག་ཅི་ར་ཨིན་ཅུང་ གྲིད་གང་གི་རྩིས་བཏོགས་སྟེ་ མགུ་ཏོ་དང་མཇུག་གཉིས་ ལེགས་ཤོམ་འབད་བཞོགས་ཏེ་ རྩོད་མོ་མཇུག་ལྟན་
ཏོག་ཏོ་འབད་ བཟོ་ ལྷགས་གཟེར་རིང་ཐུང་ རན་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ བཟོ་བཤོལ་ཨིན། དེ་ལས་ ལྷགས་གཟེར་ སྐྱི་ཏོག་ སྐྱུས་ཚ་
འབད་བཟོ་ཏེ་ རྩོད་མོ་ཚོག་ཚོ་བཟོ་དགོ།

ལྷ་ཅུ་གི་མགུ་ཏོ་ཁར་ དོང་རན་ཏོག་ཏོ་ཅིག་སྟེ་དེ་ བྱའི་སྐོ་གཉིས་ བཟོ་བཤོལ་ཨིན་ཅུང་། ད་རེས་ནངས་པར་ ལྷ་ཅུ་གི་རྒྱ་ཡང་
ཉ་ཡང་གི་རིགས་དང་ ལྷགས་དུང་ཚུ་གིས་ཡང་ བཟོ་ཚུ་མ་ཚོད། སྐོ་ཡང་ མང་ཤོས་ར་ གྲིབ་ཤོག་གིས་བཟོ་སྟེ་ རྒྱབ་ནི་ཡོད།

འབའ་སྐོར་གྱི་ཚོད་གཞི།

འབའ་སྐོར་གྱི་རིང་ཚོད་འདི་ རིང་ཐུང་ནེམ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་ཚུ་ གཏན་འཁེལ་ཅིག་ ག་ནི་ཡང་མེད་ཅུང་། ཉ་ལམ་ཐག་རིང་ཐུང་གི་
ཚོད་གཞི་འདི་ མི་ཀར་༣༣ དེ་ཅིག་གི་ རིང་ཚོད་ཁར་ཡོད་པ་ཅིན་ བཏུབ་པའི་གས་སུ་ བརྩིས་ཨིན། འབའ་དེ་ཡང་ ཨིན་ཏེ་རིང་
ཐུང་ ལྷགས་གཟེར་དང་ རྒྱ་སྐོར་ཚུང་ གྲིད་གང་གི་རྩིས་ བཟོ་དགོཔ་ཨིན།

རྩོད་མོ་གི་གྲངས་ཁ།

ལྷ་ཅུ་རྩོད་མོ་གི་ གྲངས་ཁ་དེ་ཡང་ མི་ནེམ་ཅིག་དགོ་ཟེར་ཚུ་ གཏན་འཁེལ་ཅིག་མེད། སྤྲེ་ཚོན་འགྲན་སྐྱར་འབད་ཚེ་བ་ཅིན་ མདའ་
རྩོད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དང་ འཁྲིའུ་ཅུང་བཏུབ།

སྐྱགས་རྩིས་ཐངས།

སྐྱགས་ རྩིས་ཐངས་དེ་ཡང་ མདའ་དང་ཚོག་འཐད་པ་འབད་ མདའ་ཡ་ཕོག་པ་ཅིན་ སྐྱགས་གཟེར་དང་ བཀག་རེག་ཕོག་པ་ཅིན་
སྐྱགས་གཉིས་འཕོབ་ཨིན། དེ་ལས་སྐོར་ཐིག་ལུ་ ཕོག་པ་ཅིན་ སྐྱགས་གཟུམ་བཟོ་ནི།

སྐྱུག་ལ་འཇུག་ཐབས།

སྐྱུག་ལ་འཇུག་ཐབས་འདི་ ལྷ་ཅུ་གིས་ བདེ་ལུ་ལྷ་ཅུ་ཉིད་དང་ འཇུག་ཅི་མེད་པར་ ལ་ལུ་གིས་ རང་རང་སོ་སོའི་ མཐོ་གིས་འཇུག་ ཅི་གི་ ལམ་ལུགས་ཅིག་ཡོད། ཡིན་ཅུང་ མང་ཤོས་ཀྱིས་ ཚད་ཤིང་ཅིག་བཟོ་སྟེ་ འཇུག་ལ་ཡིན།

རྒྱུ་ལ་བཞག་ཐབས།

རྒྱུ་ལ་འདི་ རོ་མ་མཛར་ཅུམ་དང་ ཉི་ཅུ་ལུ་བཞག་པ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་ གཞན་ཡང་ག་ཅི་བཞག་ལུ་བཞག་ཅུང་ མ་བཏུབ་མེད། རོ་ ཅུང་ བཏུ་ཤིས་རྒྱུ་ཟེར་ བམ་མི་གིས་དབྱ་གཉིས་དང་ རྒྱུ་མི་གིས་ དབྱ་གཉིས་བཏོན་ཏེ་ རྒྱུ་སྐྱུག་ན་བཏོན་ཏེ་ མཛར་ ཅུམ་བཟུལ་ཅི་གི་ ལུགས་སློལ་ཅིག་ཡང་ ཡོད་པ་ཡིན།

སློབ་ལྟ།

༡. ལན་གྱི་ནི།

- ཀ་ ལྷ་ཅུ་ བཟོ་ཐབས་འདི་ ག་དེ་སྟེ་ ཡིན་པས་ག?
- ཁ་ རྒྱུ་ལུ་ ལྷ་ཅུ་བཞག་འབད་ ཅེད་མོ་གཞན་ཡང་ བཟོ་ཤེས་ག? བཟོ་ཐབས་ཅིག་གིས།
- ག་ ཡིག་རྒྱུགས་འདི་ནང་ ལྷ་ཅུ་བཟོ་ཐབས་ལས་ གོ་ཅིམ་འབད་ བཏོན་ཡོད་མིའི་ནང་ལས། རྒྱུ་ལུ་ བཏུ་བ་ཅིན། ག་ཅི་འདི་ ལག་ཚེ་ནི་བཞག་ མཐོང་མ་མས? ལུངས་བཀའ།
- ང་ ལྷ་ཅུའི་ཅེད་མོ་འདི་གིས་ མི་སྡེའི་མཐུན་འབྲེལ་ལུ་ བན་ཐོགས་ག་དེ་སྟེ་འོང་ནི་སྟོ?

༢. འོག་གི་ མིང་ཚེག་ཚུ་ ལྟུབ།

ལྷིད་གང་། མཐོ་ རྣམ། ལྷིས་ཤིང་། རུང་། ལྷ། མདའ་ཡ། མི་ཀྲ། འབའ་སྐྱོར། གཏན་འཁེལ། བཀག་ཤེག།
སྐྱུགས། ཚད་ཤིང་། མཛར་ཅུམ། དབྱ།

༣. རོ་མ་སྐྱོར་གྱི་སྐྱོར་ ཅེད་ཐབས་ འབའ་སྐྱོར་གྱི་ཚད་ཚུ་ གིས།

ལྷན་ཐབས།

༡. རྒྱུན་འདྲུག་

༣ ཉེ་མ་སྤྱོད་ལས་ཡིན་མི་ བཅོམ་སློབ་ཤིང་ བེམ་ཕུ་ལས་ ཉེ་མ་གྱི་ཟེར་མི་ ཆ་རོགས་ འཆམ་ཏོག་ཏོག་གཉིས་ སྤོང་ རུག། ཁོང་གཉིས་ དཔེ་ཆ་སློབ་བྱ་གཅིག་ནང་ ལྷན་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སློབ་ཤིང་ཡང་ འདྲན་འདྲ་ཡིན་དོ་ཡོད་པ་མ་ཟེར།

ཁོང་གཉིས་ དཔེ་ཆ་ནང་ལྷ་ ངར་ཡིང་ཡིང་ ཡོད་པའི་གྲུ་ རྩོད་རིགས་རྩོད་པའི་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ སློབ་དཔོན་གེ་ར་ གིས་ ཆ་བཞག་ས་དང་ སློབ་སྤྱི་ལུ་ལོ་རྒྱུ་གི་ དཔེ་བཟུ་ས་ཅིག་ཡིན་པས། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ འགོ་འདྲན་འཐབ་སྟེ་ ཕུན་ཚོགས་ མྱིང་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་རྒྱུ་རྩོད་ (ཕུན་སྲོལ་) འགྲན་སྲུང་ནང་ བཅོམ་མར་གཏོགས་པའི་སྐབས་ ལུང་དང་པའི་གསོལ་རས་དང་ རྩོད་འགྲན་པ་དག་ཤོས་ཀྱི་ གསོལ་རས་ཡང་ ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ ཐོབ་རུག།

དེ་བཟུམ་འབད། སློབ་བྱ་ནང་དང་ རྫོང་ལག་གི་ རྩོད་འགྲན་རྩོད་པའི་ ཁོང་གཉིས་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པའི་ མིང་གཏམ་ཡོད་པ་ ཡིན་པས། ཚར་གཅིག་འབདམ་དེ་ མི་དང་རྒྱུན་གཅིག་ཁར་ཟེར་ སྤྱོད་པའི་བཟུམ། ཁོང་གཉིས་ ཚོན་རིག་སློབ་ཁང་ནང་ རྩོད་ལུ་ འབད་སྤོང་པའི་བར་ན་ར། ཤེལ་དམ་ལག་པ་ལས་ཤོར་ཏེ་ ས་ཁར་བུདམ་དེ་ དེ་ནང་ཡོད་མི་ རྫོང་སྤྱོད་ཀྱིས་ མིག་ཏོ་ཁར་ རེག་ ཆེལ་ལས། ཁོང་གཉིས་ཆར་ མིག་ཏོ་ཞརམ་ལུ་ ལྷུང་སོ་རུག།

དེ་ལས་ ཁོང་གཉིས་ ཤེལ་ཡོན་འཕོ་མ་བུད་ཀྱི་དོན་ལུ་ དབུ་འཛིན་དང་ སློབ་དཔོན་རྩོད་ཀྱིས་ ལ་སྤྱིང་ཕུན་སེལ་སློབ་བྱ་ནང་ བཅོམ་སྤྱོད་པའི་རུག།

ཉེ་མ་གཅིག་ཁོང་གཉིས་ ཉེ་མ་གི་ལོ་རྒྱུས་རྩོད་ལོག་དུག་ཏེ། སེམས་པམ་སྤྱོད་པའི་ངང་ལུ་ ཡུད་པ་ཐེངས་ཅིག་ དཔེ་ཆ་ལྷན་འཕྲོ་ བཞག་སྟེ་ ལྷི་ཁར་རྒྱུང་བསེལ་བདུག་པར་ འགྲོམ་ད། ཁོང་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་ཚུ་ཁར་ ལོ་ལ་ ལོ་ལ་ ལུང་ལྷི་ ལུང་ལྷི་ ཟེར་སྤྱོད་ལེ་ག་ རྒྱུ་ས་ཤོ་སྟེ་ ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སེམས་ཡང་ ཚར་གཅིག་རྩོད་ཐང་ནང་ལྷོད་དེ་ བཅོམ་སློབ་ཤིང་ཆོར་ཆོར་བའི་བར་ན་ རྒྱུ་ས་ གཡུག་ཐེངས་ཅིག་ གཡུག་པའི་བསྐྱེད་ལས་ ཁོ་གི་རྒྱུ་ས་དེ་ རྩོད་ལོག་གུ་ཤོག་སྟེ་ ལུང་ལ་ ཟེར་སྤྱོད་ད། ཉེ་མ་གྱི་ཀྱིས་ དབའི་ག་ ཅི་སྟོ་ རྩོད་ནམ་འདྲས་མེན་ན་? ཟེར་ དེས་རུག།

བཅོམ་སློབ་ཤིང་གིས་ མེན་མེན་... ཆ་རོགས་ ང་ཉེ་མའི་སྤྱོད་པའི་གེ་ར་ཏེ་ ལོ་ལ་གུ་གི་རྒྱུ་ས་ཡིན། ཟེར་ མིག་གིས་མ་མཐོང་པར་ རྒྱུ་ས་རྩོད་ལུ་བརྒྱུད་པའི་ ཟེར་སྤྱོད་དེ་ ཉེ་མ་གྱི་ཡང་ ཉེ་མའི་སྤྱོད་པའི་གེ་ར་ཏེ་ རྩོད་གསལ་སྤྱིང་སློབ་བྱ་ནང་ སྤོང་པའི་བསྐྱེད་གི་ རྩོད་མོ་རྩོད་མི་རྩོད་ སེམས་ཁར་དུག་ཏེ་ ཁོང་སྤོ་ཚར་གཉིས་ ཉེ་མའི་ལོ་རྒྱུས་རྩོད་ ཆོར་རེ་དུག་དེ་ ཁོང་གཉིས་ མཚོ་བསམ་འདྲ་མི་ འདྲ་ ལེ་ག་ར་གཏང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཟེར།

ཡིན་ཅུང་། ཁོང་གཉིས་གཞན་བཟུམ་འབད་ རྩོད་མོ་ཕྱི་རྒྱུགས་པའི་ གོ་སྐབས་མེད་ཅུང་ གཞན་རྩོད་མོ་ ག་ཉི་ཚེ་སར་དང་ རྐྱད་ག་
ཉི་རྒྱུབ་སར་ ཁོང་གཉིས་ཡང་ རྫོད་དོ་ཡོད་པ་མས། ཁོང་གཉིས་ མིག་གིས་མ་མཐོང་ཅུང་ རྩོད་མོ་ཕྱི་རྒྱུད་མི་འདི་ ཁོང་
གཉིས་རྩོད་མོ་ལུ་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ སློབ་དང་དག་སྤང་སློབ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ ཁོང་ར་གཉིས་ཡང་ རྩོད་བཟུམ་མའི་ སྤང་བ་
བསྐྱེད་ནི་དེ་གིས་ ཡིན་པས་གོ།

སློབ་ཚན་ ༢ པ། རྫོད་དོན། དགའ་ཚོར།

དགའ་ཚོར་ཟེར་མི་འདི། རང་གི་སེམས་ལུ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པའི། ཚོར་བ་བྱི་ཁར་སྟོན་མི་ཅིག་ཡིན། དེ་ལུ་བརྟེན་ཉི་ རང་གི་
སེམས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ ལེགས་ཤོམ་འབད་བཟོ་སྟེ་བཞག་ནི་དང་། གཞན་པར་ལོགས་མའི་ སེམས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཡང་
ལེགས་ཤོམ་བཟོ་རྒྱུགས་པ་ཡིན།

སེམས་ཀྱི་ གནས་སྤངས་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པ་ཅིན་ ལུ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་ར་འབད་ཅུང་ སློབ་འཛིན་གཞན་ལས་ འབད་རྒྱུགས་ནི་དང་
བརྩོན་ཤུགས་བསྐྱེད་དེ་ འབད་རྒྱུགས་ནི། བརྩམས་པའི་ལུ་ མཐར་ཕྱིན་ནི་ལུ་ཡང་ བཞག་ཤོགས་འབྱུང་མ་ཡིན། དགའ་ཚོར་བསྐྱེད་
མ་ཤེས་པ་ཅིན་ རང་གི་སེམས་ལུ་ བདེ་བ་འཐོབ་ནི་ཡང་མེད། གཞན་གྱིས་ཆ་འཛོག་ཡང་དཀོན་མེད་ལས་ སློབས་དང་དཔལ་
ཉམས་ གཟི་བུ་ཚུ་ཡང་རྒྱུ་ལུ་འབད་ལུས་པ་ཡིན་མ་ཐད་རི་བ་རི་ཡིན།

དགའ་ཚོར་བསྐྱེད་ནི་གི་དོན་ལུ། དང་པ། རང་གི་སྐྱབས་འབྲས་ཚུ་ལུ། དལ་རངས་དང་དགའ་ཚོར། དེ་ལས། ཆ་ལོགས་དང་ རྒྱུ་དུ་
འབགས་པའི་ ལུ་འབད་མི་རྫོམ་ལུ་ ཡིད་ཆེས་དལ་རངས་ཀྱི་ཆེ་བསྟོན་དང་། དེ་བཟུམ་འབད། རང་གི་བཟུང་ཚོར་ ཉང་མི་ སློབ་སྟོན་
དང་གཞུགས་སྐྱོན་ ལེགས་ཤོམ་གྱི་སྐྱབས་འབྲས་འབྱུང་བའི་ དགའ་ཚོར་དང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལུ་སྟེ། དེ་ལུགས་ཀྱི་ རྒྱུ་སྟོན་དང་
དགའ་སྟོན་ ཕྱིས་སྤང་ལུ་དགོས་དང་། བཀའ་རྒྱུ་དགའ་ཚོར་གྱི་ ལེགས་སོ་དང་ ཆེ་བསྟོན་ཚུ་ལུ་ཤེས་པ་ འབད་རྒྱུགས་ནི། དེའི་
དགོས་པ་ཤེས་ནི་ དགའ་ཚོར་ལུ་ཐངས་ཚུ་ འབད་ཤེས་པ་བཟོ་རྒྱུགས་ནི་གི་ དོན་ལུ་ཡིན།

༡. ཉན་གཞི་གཏུག་དྲགས་ཅན།

འབྲི་རྩོམ་འདི་ ཞིབ་ཞིབ་འབད་ལྷག་སྟེ། གལ་ཆེ་བའི་གནས་ཚུལ་གྱི་སྐོར་ལས་ གོ་སྐབས་འབད་རྒྱུགས་ནི་དང་ ཉན་གཞི་བཀག་ཐབས་
གྱི་ལམ་སྟོན་ཚུ་ དབྱི་བ་བྱི་རྒྱུགས་པ་འབད་ ལམ་སྟོན་ཚུ་མི་མང་ལུ་ གོ་བཟུང་སྟེ་འདི་ ཐབས་ལམ་ཉ་གོ་སྟེ། འབྲི་རྩོམ་འདི་ བྱི་རྒྱུགས་ནི་
གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༢ འཛོམས་སྤྱིང་ནང་ འཛོགས་སྐྱབས་ཅན་གྱི་ ཉན་གཞི་གཏུག་དྲགས་ཅན་ཅིག་ཡོད། འདི་ ང་བཅས་ག་ར་གིས་ཤེས་
འཛོམས་སྤྱིང་གི་གནས་ཚུལ་ གསར་ཤོག་ཚུ་ནང་ལུ་ ཡང་ལས་ཡང་དུ་ཐོན། རྒྱུང་མཐོང་ཚུ་ནང་ཡང་ མཐོང་མ་མཐོང་སར་ཡོད།
གསོ་བའི་ལྷན་ལག་གི་ ལ་སྐྱབས་ལས་ཡང་ སྐབས་སྐབས་སར་ཡོད།

ལོ་བསྟར་ དབྱིན་རྒྱ་ ༡༢ པའི་དབྱིན་ཚོས་ ༡ ལུ་ འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཡོངས་ རན་གཞི་ཨེ་ཏེ་ལི་གི་ཉིན་མ་ཟེར་ ཕྱིས་སྤྱང་འབད་ནི་ཡོད།
 རན་གཞི་འདི་འཐོབ་པ་ཅིན་ སྤྱན་བཙུག་རིམ་གྲོ་ག་ཅི་གིས་ཡང་ བཞུགས་མེད་པ་ཨིན། རན་གཞི་འདི་ ང་བཙུག་པའི་ སེམས་
 ཁར་དམ་ཉེ་འབད་ཅུང་ གཞུགས་ཀྱི་བ་སྤྱུ་ཚུ་ཡང་ གཡོ་བའི་འཛིགས་སྤྱང་ འབྱུང་མ་ཨིན་པས།

དེ་ལུ་ ཐབས་ཤེས་བཏོན་ཉེ་ གཤོང་ལེན་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་དབང་ཨ་ཞེ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་སྤྱོད་དབང་ལྷན་མཚོག་གིས་ རང་
 དོན་རྩ་བ་ལས་བཞག། གཞན་དོན་རྒྱུ་གཅིག་ལུ་གཞིགས་ཉེ། ཚུ་བཞུགས། བྱེད་འཛིགས། ལ་ལུང་སྤྱབས། ཚེས་མ་ནང་
 སྤྱང་མ་དང་། བདེ་ཚུ་ ཚོང་མེད་པ་ཡོད་ཅུང་། འཚོར་བ་མེད་པར་ དཀའ་མཚུས་སྤྱད་དེ་ རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབྱུག་མེད་པའི་མི་
 སེར་ཚུ་ལུ་ རང་གི་སྲས་སྲས་མོ་ལས་ཡང་ གཅེས་པ་འབད་མཛོད་དེ། རན་གཞི་འདི་བཟུམ་ ང་བཙུག་པ་ གི་ལྷན་ནང་གི་མི་ ག་
 བྱི་ཡང་མ་ཤེས་མི་ཚུ་ ཉེན་སྤྱང་གི་དོན་ལུ་ ཞལ་བཀོད་དང་ལམ་སྟོན་གནང་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན།

རན་གཞི་ཨེ་ཏེ་ལི་འདི་ བཀག་ཐབས་འབད་ནི་གི་ཐབས་ཤེས་དེ་ཡང་ དོན་ཚོན་བཞི་དེ་ཅིག་ལུ་ རོས་འཛིན་མཛོད་གནང་སྟེ་ཡོད་
 དེ་ཚུ་ཡང་།

- ཀ་ ག་སྟོན་ལུས་འབྲེལ་འབད་ནི་འི་བྱ་སྤྱོད་སྤྱང་ནི།
- ཁ་ སྤྱོད་ལུས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
- ག་ གཉེན་གྲོགས་པོ་དང་མའི་བར་ན་ཐ་དང་དམ་ཚོག་བསྤྱང་ནི།
- ང་ རང་གི་སེམས་རང་གིས་བདག་འཛིན་འབད་ནི། ལཱ་ ག་མེན་མ་ འབད་ནི་ཚུ་ལས་བཀག་ཚུགས་པ་ཅིན།

རན་གཞི་ཨེ་ཏེ་ལི་ ཅུང་སྤྱུ་ལས་མི་འཐོབ། ཟེར་ ལམ་སྟོན་ གནང་དང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད།

དེ་གིས་ མི་སེར་མང་ཤོས་ཀྱིས་ར་ རན་གཞི་བཀག་ཐབས་ཚུ་ཉ་མོ། ལག་ལེན་འཐབ་ཤེས་པ་འཕྲོམ་ལས་ མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་གི་
 བའི་ལམ་ལུ་ ཐབས་མ་བཅུག་པར་ ཉེན་སྤྱང་སྤྱིང་སྤྱིང་ བཟོ་གནང་མི་ལུ་ ང་བཙུག་པ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ མི་སེར་ག་ར་གིས་
 དུས་ནམ་ཡང་སེམས་ལས་ བཟོད་མ་ཚུགས་པའི་ བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚོར་ སྤྱོད་ཡོད་པ་ཨིན།

མི་དབང་རྒྱལ་བཙུན་རིན་པོ་ཆེ་ ཨ་ཞེ་མཚོག་གིས་ མི་མང་སྟོན་སྤྱབས་ཀྱི་ མཐའ་དོན་ལུ་ ཐུགས་འགན་ཉིལ་བུམ་བཞེས་ཉེ་
 ཞལ་བཀོད་ལམ་སྟོན་ མཛོད་གནང་མི་ཚུ་ ང་བཙུག་པ་མི་དབྱུག་ཞན་ཆེ་ཚུང་ ག་ར་གིས་ དང་པ་སེམས་ཁར་བཞག། གཉེས་པ་
 ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ འབད་བ་ཅིན། རང་གི་མི་ཚོའི་ནང་ དགའ་ཉོག་ཉོད་དང་ སྤྱིད་ཉོད་ཉོད་འབད་ སྤོད་ནི་གི་ རང་དབང་འབྱུང་ནི་
 ཨིན་མོ།

སྦྱོང་ལཱ།

༡. རན་གཞི་ གཤུག་དྲགས་ཅན་ཅིག་འབད་ བཟུང་ཤོ་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བཟུན་ཨིན་ན་?
༢. རན་གཞི་འདི་ གཤོང་ལེན་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་དབང་ཨ་ཞེ་མཚོག་གིས་ ག་དེ་སྟེར་ མཛོད་དོ?

- ༣. ནད་ བཀག་ཐབས་འབད་ནི་གི་ ཐབས་ཤེས་ལོ་འཛིན་ འབད་ཡོད་མི་ ག་ཅི་ར་ཨིན་ནེ་?
- ༤. ནད་གཞི་མེད་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ མན་པ་དང་། ནད་གཞི་ཡོད་པ་ཅིན་ རྒྱུང་ག་ཅི་ར་ འོང་ནི་མས་ག་? གྲོ་སྤར་ འབད་དེ་བྱིས།
- ༥. བོ་མ་ལུ་ཁག་ཡོད་མི་ མིང་ཚིག་ཚུ་ཐོ་བཀོད་འབད།
- ༦. འཕྲི་གདོང་དཀར།

སྤུང་འདི་ རྒྱུ་དང་སྤྲུགས་ལྷན་ཚུགས་ནི་དང་ རྒྱུ་དོན་གྱི་བཟུང་ལེན་ཏེ་ མིང་ཚིག་གསར་པ་ཚུ་ སྤུང་དང་སྤྲུགས་མིང་ཚིག་རྒྱ་རྒྱུད་ འབད་ཚུགས་ནི། སྤུང་གི་ཁྱད་རྣམ་ཚུ་ཉ་ལོ་ལྟེ་ འདི་ལས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ སྤུང་གསར་པ་མི་ཚུགས་ནི། ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཐོག་ལས་སྤུང་ བསྐྱུ་སྤྲུག་ འབད་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

༧ ཏེ་མ་ མཐའ་རྒྱུར་གྱི་སློབ་གྲྭ་ཅིག་ནང་ ཁོང་ལྟོ་ཚང་གཉིས་ཡོད་པ་མས། ག་ཅིག་གི་མིང་ཀུན་མཐུན་དང་། ག་ཅིག་གི་ མིང་འདྲོག་ཟེ། ཟེར་ སྤྲུབ་ཨིན་མ་མས། འདྲོག་ཟེ་འདི་ སློབ་གྲྭ་གི་དུས་ཚོད་ལུ་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ཤོབ་རྒྱབ་ལྟེ་ ཕྱི་ཁར་བཤམ་ བར་འགྲོ་ནི་དང་ ཚལ་མ་ནང་ལས་མར་ གཡི་བས་ཏེ་ ཉལ་སྤོང་དོ་ཡོད་པ་མས།



ཚར་གཅིག་འབད་ཨང་། ཀུན་མཐུན་གྱིས་ དབའི་་་་ ཚ་ལོགས་འདྲོག་ཟེ་ རྒྱུད་གྱིས་ དགོ་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷན་ས་གིན་ སེམས་ཅན་ བཟུམ་འབད་ ཚལ་མ་ནང་འཇུག་ཏེ་ཉལ་ རོ་བྱི་བཟུམ་འབད་བཤམ་ཡི་ར་ དུས་ཚོད་རྒྱུགས་བཟུག། དེ་མ་ཚད་ སློབ་གྲྭ་འདི་ནི་ ས་འཚུབ་དགས་ཅིག་ཨིན། ལྷ་མ་འཕྲི་གདོང་དཀར་དང་འཕྲུད་པ་ཅིན་ ང་གིས་མི་ཤེས་གོ་ཟེར་ སྤྲུབ་ལུག།

འདྲི་གཞི་གིས། དབའི་... འདྲི་གཞི་དཀར་ཡུ་ རྒྱུ་གྱིས་ཤོབ་རྒྱུ་མེད་ན། འདྲི་གཞི་དཀར་ གཏེ་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཟེར་
སྐབ་ད་ གུན་མཐུན་གྱིས་ ཉེ་མ་ཡང་འདྲི་དེ་གིས་ ལཱ་ལོ་གཉིས་དེ་ཅིག་ལུ་ གནོད་པ་བཀལ་ལུག། འདྲི་འདི་གཏེ་ལུ་ རྒྱུ་དཔ་ཡིན་
ན། ང་གིས་ཡང་མི་ཤེས་ བཤམ་པ་གནང་ས་ཚེས་ལས་ རྒྱུ་ར་གིས་ ཤེས་རྒྱགས་ནི་འོང། ཟེར་སྐབ་ལུག།

ཚར་གཅིག་འབད་མཇུག་ འདྲི་གཞི་གིས་ ད་རུང་ཚར་གཅིག་ ཚལ་མ་ནང་སོང་སྟེ་ ཉལ་སྒྲོད་ད། གུན་མཐུན་གྱིས་ བོ་ཞལ་ལེ་
ཞོལ་ལེ་འབད་མྱོན་ མཁུ་རྟོ་ཁར་གཡག་གི་མཐུག་མ་བསྐྱམས། གནོད་གུ་ཚོན་དཀར་པོ་དབུར་ ཁ་དང་མིག་རྟོ་དམར་པོ་བཟོ་སྟེ་
འདྲི་གཞི་ཉལ་སྒྲོད་སར་སོང་སྟེ་ རྒྱུ་ལོགས་ཁར་ དིག་དིག་... ཚོབ་ཚོབ་... ཟེར་འཆམ་རྒྱུ་ད་ འདྲི་གཞི་དེ་ མིག་རྟོ་འཕྱག་ཅི་ར།
དབའི་... རྒྱུ་གསྟོ་? ཟེར་སྐབ་སྟེ་ རྒྱུ་ཡར་སོ་ལུག།

དེ་ལས། གུན་མཐུན་གྱིས་ ཉེ་མ་ག་ཡིན་མ་བཟོ་སྟེ་ རྒྱུ་གྲ་ནང་ལས་འོང་དོ་བཟུམ་འབད་ དཔེ་ཚ་ཅིག་ཡང་འབག་སྟེ་སོང་མ་ད།
འདྲི་གཞི་གིས་ དབའི་ཚ་རོགས་གུན་མཐུན་ རྒྱུ་གྱིས་སྐབ་མི་ འདྲི་གཞི་དཀར་དང་ཕྱད་དེ། འདྲི་གསལ་པའི་ལྷགས་གྱིས་ ཚར་
གཅིག་དྲན་པ་ར་མེད་པ་ཡར་སོ་ལུག། ལོག་དྲན་པ་ལྟོད་པའི་བསྐྱེད་ལས་ རྒྱུ་ནང་ལྟོད་སྟེ་ རྒྱུ་ཡང་དོར་མ་ནང་ ཤོར་སོ་ལུག། ཟེར་
སྐབ་ད་ གུན་མཐུན་གྱིས་ འའའ་... རྒྱུ་གྱི་ཤོབ་འོང། ཟེར་ སྐབ་ལུག།

དུས་དེ་ལས་བཟུང་ འདྲི་གཞི་དེ་ གུན་མཐུན་གྱིས་ བཤམ་བར་འགྲོ་གེ་ ཟེར་སྐབ་རུང་ ལཱ་ཚའི་... འདྲི་གཞི་དཀར་ཟེར་སྐབ་སྟེ།
ཅུ་དང་སྐྱུ་ལས་འགྲོ་མ་བཏུབ་པར་ རྒྱུ་ནང་ལས་ཐོན་ རྒྱུ་གྲ་ནང་ རྒྱུ་གྲ་ནང་ལས་ཐོན་ རྒྱུ་ནང་ དཔེ་ཚར་ལྷག་སྟེ་ ཡོན་
ཏན་ཅན་ཅིག་ལུ་ ལྷུར་སོ་ལུག།

སྐབ་ལྷུ་འདི་ནང་ལས་ མཐར་འཁྲོལ་ཏེ་ ཁ་འགྲེ་རན་མ་ད་ གུན་མཐུན་གྱིས་ འདྲི་གཞི་དཀར་ ལོ་ཡིན་པའི་སྐོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་
ཚུ་ཞིབ་ཞིབ་འབད་སྐབ་ད་ ཚར་གཅིག་འདྲི་གཞི་ཅིག་པ་ཟུག། ཡིན་རུང་ ལོག་མཚོ་བསམ་བཏང་སྟེ་སྐབ་ལུག། ང་འཛེམ་ཅིག་
དཔེ་ཚར་ཤེས་ཏེ་ ལཱ་གཡོག་འཐོབ་རན་མི་འདི་ འདྲི་གཞི་དཀར་གྱི་ བཀའ་དྲིན་ཡིན་པས། ཚ་རོགས་ལྟོད་གྱིས་ ཐབས་ཤེས་འདི་
བཟུམ་བཏོན་ཏེ་ ང་ལྷི་བཟུམ་འགྲུར་རྒྱགས་མི་ལུ་ བཀའ་དྲིན་དག་འཚོར་ རྒྱུ་ཡོད། ཟེར་སྐབ་ལུག་གོ།

རྒྱུ་ལྷུ།

༡. འདྲི་གཞི་ ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ ཡོད་པ་ཡིན་ན། བཤམ་པ་རྒྱུ།
༢. འདྲི་གཞི་སྟེ་ བཟོ་ལུག་? བཟོ་ཐངས་གྱི་རིམ་པ་ གིས།
༣. གུན་མཐུན་གྱིས་ འདྲི་འདི་གིས་ ག་དེ་སྟེ་ར་འབད་ནི་ཡོད་ཟེར་ སྐབ་ལུག། ཚ་མཉམ་གིས།
༤. འདྲི་གཞི་འདི་ འདྲི་དང་ཕྱད་དེ་ ག་ཅི་ར་འབད་ལུག་? ལོ་རྒྱུས་གིས།
༥. རྒྱུ་འདི་བཟུང་དོན་ ག་ཅི་འོ་སྐོར་ལས་ བཏོན་དེས་གོ་? གིས།
༦. ཚ་རོགས་ལོགས་ཤོམ་དང་ ཟོག་པ་གཉིས་གྱི་རྒྱུད་པར་ ག་དེ་སྟེ་མཐོང་ཡི་? རྒྱུ་རའི་ བསམ་འཆར་
ཅིག་ གིས།

༣. བཀའ་རྒྱུ་དགའ་ཚོར།

ཞབས་ཁྲ་གི་དབྱེ་བ་ གྱི་རྒྱུགས་ནི་དང་ ཚོགས་བཅད་ཐོག་ལུ་རྩོམ་རྒྱུ་ཐངས་དང་ ཞབས་ཁྲ་འི་གདངས་དང་ལེན་དང་སྐྱུགས་ཏེ་ ཤེས་
རྒྱུགས་ནི་དང་ སློབ་གྲུ་འི་ས་གནས་ཚགས་ཐངས་རྒྱ་དང་ རང་གི་ཚོར་སྣང་རྒྱ་གི་སྐོར་ལས་ ཞབས་ཁྲ་མེ་བཅུ་རྒྱུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་
ཨིན།

འབྲུག་ཡུལ་འདི་ནང་དགའ་བ། འབྲུག་ཡུལ་འདི་ནང་སྦྱིད་པ།
 དགའ་སྦྱིད་གཉིས་དང་ལྷན་པ། མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་རྒྱུ།
 གྱི་ལ་དབང་པོ་ཚང་སོང་། རང་ལ་སེམས་ཁམས་གཙང་བ།
 དབང་པོ་སེམས་ཁམས་བཟང་བ། དྲིན་ཚེན་པ་མའི་བཀའ་རྒྱུ།
 རང་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ། གྱི་ལ་བྱ་སྦྱོད་བཟང་སོང་།
 ཡོན་ཏན་བྱ་སྦྱོད་འཛོམས་པ། སློབ་དཔོན་བཀའ་རྒྱུ་ཚེ་སོང་།
 བོངས་དང་པ་མ་སློབ་དཔོན། བཀའ་རྒྱུ་ཚེ་བའི་དགའ་ཚོར།
 ང་བཅས་ན་གཞོན་རྒྱུ་གིས། དུས་རྒྱུན་སེམས་ཁར་བཞག་དགོ།
 ཚོས་རྒྱལ་མངའ་བདག་སྐུ་འཁོར། དྲིན་ཚེན་པ་མ་དང་སློབ་དཔོན།
 སྐུ་ཚོ་བརྟན་པའི་སློབ་ལམ། ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཏབ་གོ།

སློབ་ལྟ།

༡. ཞབས་ཁྲ་འདི་ལས་ ག་དང་ག་གི་ སྐོར་ལས་འཕྲོན་མས་གོ?
༢. ཚོགས་བཅད་མེ་མེ་གིས་ ག་ཅིའི་ དོན་སྟོན་མ་ཨིན་ན? གིས།
༣. རྒྱུད་རའི་ ཆ་རོགས་བུ་དང་བུ་མོ་རྒྱུ་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པའི་སྐོར་ ཚོགས་བཅད་གཅིག་གིས།
༤. འོག་གི་མིང་ཚིག་རྒྱ་གི་ དོན་དག་ལྟོབ།
 ལྷན་པ། དབང་པོ། སེམས་ཁམས། བྱ་སྦྱོད། སྐུ་འཁོར། དུས་རྒྱུན། དགའ་ཚོར།
 བརྟན་པ། སྐུ་འཁོར། ཡང་ནས་ཡང་།
༥. ཞབས་ཁྲ་གིས་ མི་སྡེའི་དགའ་སྦྱིད་ལུ་ བན་ཐོགས་ག་ཅི་འབྱུང་དོག? བསམ་འཆར་གིས།

སློབ་ཚན་ ༨ པ། རྫོང་དོན། བར་དོན་བརྒྱུད་འབྲེལ།

རྫོང་དོན་འདི་ དེང་སང་གི་དུས་ལུ་ ག་ནི་བ་གལ་ཆེས་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ དེ་གི་སྐོར་ལས་ ཤེས་རྒྱུགས་པ་ འབད་དགོཔ་འདི་
ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། དེ་ཡང་། བར་དོན་བརྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་ ལམ་ལུགས་འདི་ རང་གི་ཤེས་ཡོན་གྱི་དོན་ལུ་དང་། ལག་ལེན་
ཉེན་སྲུང་ ལེ་ཕན་རྩེ་གི་དོན་ལུ་ ཕན་བྱུགས་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། བར་དོན་སྲོད་ལེན་གྱི་གངས་སུ་ རང་གི་བཟུ་རྒྱ་ མཐོང་རྒྱ་ ཤེས་
རྒྱ་ མོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱུ་བསྐྱུགས་ལེ་ཁྲེེ་ རྒྱུ་མཐོང་ རློག་འབྲེལ་ རློག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་ ཡིག་འབྲེལ་ བརྒྱུད་འབྲེལ་
འབྲེལ་འབྲེལ་ ལྷགས་འབྲེལ་ པར་འབྲེལ་གྱི་རིགས་རྩེ་ ག་ར་རྫོང་པ་ཡིན།

དེ་རྩེ་གི་ཐོག་ལས་ བར་དོན་རྫོང་ལེན་ནི་དང་ ཕར་གཏང་ནི་གི་ ལམ་ལུགས་ཤེས་དགོ། ཕར་དང་རྫོང་ལས་འཐོབ་མི་གི་ བར་
དོན་རྩེ་ལུ་ དབྱེ་དབྱུང་འབད་ཞིན་མ་ལས། རང་ལུ་ཕན་ཐོགས་མི་རྩེ་ གནམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ དང་ལེན་འབད་ཤེས་དགོཔ་དང་ ཉེ་མ་
འདི་བཟུམ་མའི་ ལེ་ཕན་འཐོབ་ནིའི་མོ་སྐབས་མེད་རུང་། ད་རེས་རྒྱལ་ཁབ་མོང་འཕེལ་དང་ འཕྲུལ་རིགས་ མོང་འཕེལ་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་ ག་ནི་ལས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། དེ་འཕྲོ་ལས་འཐོབ་རྩེ་གས་པའི་ མོ་སྐབས་འདི་ ག་དེ་མང་མང་སྲོད་རྩེ་གས་པ་འབད་ ཤེས་པ་བཟོ་ནིའི་
དོན་ལུ་དང་། ལེགས་ཉེས་དབྱེ་དབྱུང་འབད་དེ་ སྲུང་སྲུང་འབད་རྩེ་གས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༡. རྒྱུང་མཐོང་།

རྒྱུང་བཏང་འབྲུག་ལུ་ཡོད་པའི་ བར་དོན་བརྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལས་ གཏང་མི་ལས་རིམ་རྩེ་ ཡིན་མ་མེད་མ་ག་ར་ ཡིན་པའི་ཆ་ལུ་མ་
བཞག་པར་ རྒྱུང་མཐོང་གི་ཕན་གནོད་དང་ རྫོན་ཡོན་རྩེ་གི་སྟེ་ སྲུང་སྲུང་འབད་ནི་དང་ ལེ་ཕན་ཡོད་མི་གཞན་ཡང་འཚོལ་བབས་འབད་དེ་
མི་སྡེ་ལུ་ཕན་རྒྱ་ཆེ་མི་རྩེ་གྱུ་ལུ་འབད་རྩེ་གས་ནི་གི་ དོན་ལུ་ཡིན།

རྩེ་ ང་བཅས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ད་རེས་ནངས་པ་ རྫོན་མོང་ལུ་མེད་པའི་ ཕན་ཐོགས་ཅན་གྱི་ བར་དོན་བརྒྱུད་འབྲེལ་
གྱི་ འཕྲུལ་ཆས་མ་འདྲམ་ སྤྱོད་ཐོགས་ཐོན་ཏེ་ཡོད། དེ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་བཟུམ་འབད་ ང་བཅས་རའི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡང་
བར་དོན་བརྒྱུད་འབྲེལ་འདི་གིས་ ཕན་ཐོགས་སྲོམ་ར་ འབྲུང་མ་ཡིན་མ་མས། ཡིན་རུང་། བར་དོན་བརྒྱུད་འབྲེལ་ལས་བརྟེན་ཏེ་
ཕན་པ་དང་གཅིག་ཁར་ གཞོན་པ་ཡང་ འབྲུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དབྱེ་འབད་བ་ཅིན། བར་དོན་བརྒྱུད་འབྲེལ་རྩེ་གས་ མི་གེ་ར་
གི་སེམས་ལུ་ རང་བཞིན་གྱིས་ ཕན་གཞོན་འབྲུང་རྩེ་གས་པའི་ དེས་མཐོང་གི་འཕྲུལ་ཆས་གཅིག་ རྒྱུང་མཐོང་འདི་ཡིན།

དེ་ཡང་ འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་རྫོན་ ཡོངས་གྲགས་འབད་ ཡོད་པ་མ་ཚད་ ང་བཅས་རའི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཡར་རྒྱས་གྱི་
འབྲུང་བ་དང་བསྐྱེད་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ མཐའ་དབུས་མེད་པར་ རྒྱུང་མཐོང་འདི་ རྒྱབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་གིས་ ཕན་པ་དང་གཞོན་པ་
འདྲན་འདྲ་ རྒྱུང་ཡོད་པའི་ རོས་འཛིན་ འབྲུང་མ་ཡིན་པས།

དེ་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་གནས་སྐབས་དང་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ དེ་འཕྲོ་ལས་ཉ་གོ་ནི་དང་། ཤེས་རིག་གི་སློབ་ཤིན་གསར་པ་དང་ གཞུགས་ཀྱི་ འཕྲོད་སྟེན་གྱི་སློབ་ལས་ ཉ་གོ་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་དང་ འཛམ་གླིང་ཆགས་ཐངས་དང་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་སློབ་ལས་ གསལ་རིལ་རིལ་འབད་ སྟོན་ནི་ ཡོད་མི་འདི་གིས་ ལཱ་ལོ་ཚུ་གི་རིག་ཚུལ་ བོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་ འབྲུང་དོ་ཡོད་པ་ ཡིན་པས།

དེ་འབད་མ་དུ། རྒྱུ་མཐོང་དེ་གིས་ སློབ་སྦྱོང་ལཱ་ལོ་ཚུ་ལུ་ གཞན་དེ་སློབ་འབད་ར་ འབྲུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་མས། དེ་ཡང་ ཁོང་ རྒྱུ་མཐོང་སྟོན་པ་ཅིག་ རྒྱུ་མཐོང་བཟོ་ནི་ འགོ་བཙུགས་པ་ཡིན། ཁོང་གི་སློབ་སྦྱང་ཆེ་མིའི་ ལས་རིམ་ཉིན་དུ་འོ་སློབ་བརྟན་ ཞབས་ ཁའི་འབྲེལ་སྦྲུང་ བཟའ་ཚང་དང་ འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་ སློབ་བརྟན་ཐུང་ཀུ་ཚུ་ གཅིག་ཤུལ་གཉིས་ཤུལ་ འཕྲོད་པའི་བསྐྱེད་ལས་ སློབ་ བ་བསྐྱེད་དེ་ བཟོ་སྟེ་སྦྲོད་པ་ཡིན་མ་མས།

ཕམ་ཚུ་གིས་སླབ་རུང་ ཉན་མ་བཏུབ་པར། རྒྱུ་མཐོང་སློབ་བརྟན་འདི་ལུ་ སེམས་ཡེངས་ཏེ་ དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྟན་གཏང་མ་ལས། སློབ་སྦྱོང་ཚུ་ལུ་ དཔེ་ཆ་ལྷབ་ནི་ རྒྱུ་ལཱ་ཤི་ནི་ཚུ་ འབད་མ་ཚུགས་པར་ ལུས་ཏེ་ཡོད་པ་མས། དེ་གིས་མ་དོ་བར་ གཞུགས་ ཁམས་ འཕྲོད་སྟེན་ལུ་གཞན་པའི་ རྒྱུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ སྟེ་ཚོན་ནང་འབད་ འཐབ་འཛིང་འབད་ནི་ ལ་སོགས་པའི་ བྱ་སྦྱོང་ རན་པ་གི་དབྱེ་ཚུ་ཡང་གར་ རྒྱུ་མཐོང་ ལྷ་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འབྲུང་མ་ཡིན་པའི་ དོགས་སྐྱེད་ ཆགས་པ་ཡིན་པས།

དེ་འབད་ནི་དེ་གིས་ རྒྱུ་མཐོང་འདི་ ལཱ་ལོ་ཚུ་ལུ་དུས་རྒྱུན་དུ་ བཟོ་བཟུགས་ནི་མེན་པར། བདུན་ཐོག་ རལ་གསེའི་སྐབས་ལུ་ ཕན་ ཐོགས་ཡོད་པའི་ ལས་རིམ་ཚུ་ བཟོ་བཟུགས་དགོས་དང་། ཕན་ཐོགས་ཅན་གྱི་ བརྟེན་བརྟུན་འབྲེལ་འདི་ལས་ ཕན་གཞན་གཏང་ ཁ་རྒྱུ་སྟེ་ གཞན་པ་འབྲུང་ནི་གི་རིགས་ཚུ་ སྐངས་ཞིན་མ་ལས་ ཕན་པའི་ཕྱོགས་ལུ་ བོ་སྐབས་ལེན་ཏེ་ འབྲོ་ཤེས་དགོས་ཡིན་ བོ།

སྦྱོང་ལཱ།

༡. རྒྱུ་མཐོང་ ཟེར་མི་ དོན་དག་གཅི་སྟོ་?
༢. རྒྱུ་མཐོང་གི་ ཕན་པ་དང་གཞན་པ་ ག་ཅི་ར་འབྲུང་དོ་ཡོད་ག་? ཐོ་བཞོན་འབད།

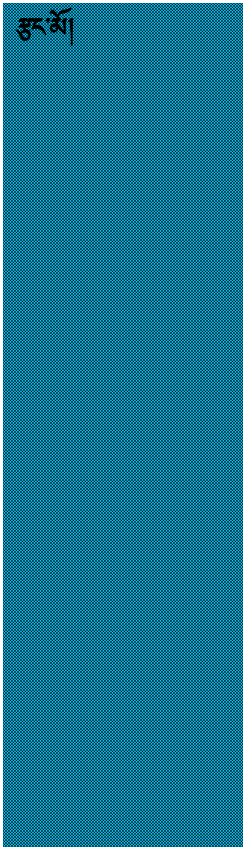
ཕན་པ།	གཞན་པ།
༡.	༡.
༢.	༢.

༣. རྒྱུ་མཐོང་ལས་ བརྟེན་ཏེ་ བྱ་སྦྱོང་རན་པའི་ སྦྱོང་པ་ག་ཅི་བརྟུམ་ར་ ལྷབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་?
༤. རྒྱུ་མཐོང་ནང་ལས་ ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་ ལས་རིམ་ག་ཅི་ར་ སྟོས་འཆར་བྱིས།
༥. རྒྱུ་མཐོང་འབད་ དཔེ་ཆ་ལྷབ་ནིའི་ དུས་ཚོད་རེ་ལྷན་ཅིག་ བཟོ་?

༦. ད་རིས་ནངས་པར་ རྒྱང་མཐོང་ནང་ལུ་ དབང་བཅོང་ལུས་འབྲེལ་ལ་སོགས་པའི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་
འཐོན་མ་ད་ རྩོད་ཀྱི་སེམས་ལུ་ ག་ཅི་རྩོམ་མ་ས་གོ་? འདི་ལུ་ རྩོད་རའི་ ཁ་སྲུག་ལས་ འབད་
ཚུགས་པ་ག་ཅི་ར་འདུག་གོ་?

༢. བན་ཐོགས།

ཅུང་མོ་འདི་གིས་གནད་དོན་ག་ཅི་བྱིན་མ་ཡིན་ནེ་? གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་ནི་དང་ ཅུང་མོ་གི་ཚིགས་བཅད་
ཚུ་ལས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ ཅུང་མོ་འདི་ཚིག་གི་ཐོག་ལས་ རྩོན་ཡོན་དང་ བན་གོད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ རྒྱང་མཐོང་གི་ཐོག་ལས་ གོ་བདེ་སྤོང་
ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན་ནོ།



ཅུང་མོ།

གོས་ཆེན་དར་གྱི་མདུད་མོད། རི་མོ་འབྲུག་རིས་ཁ་འབབ།
གོས་ཆེན་རལ་ཏེ་འབད་རུང་། འབྲུག་རིས་ཡལ་ས་མིན་འདུག།
རང་སྤོན་རི་བཟུམ་ཡོད་དེ། གཞན་ལ་སྤོན་ཡོད་མ་གསུངས།
རང་ཞལ་རང་གིས་མི་མཐོང་། བཤད་ན་སྲུགས་ལ་ཕོག་འོང་།
དོ་རིས་རང་ལུ་མེད་པ། གཞན་ལུ་སྤྲོད་གཏམ་མ་བཤད།
ཁ་ཡི་སྤྲིག་པ་བསགས་ཏེ། སྤྲིག་པ་བཤག་པར་དཀའ་འོང་།
ཚུ་མོ་འགྲོ་ལུགས་ལེགས་རུང་། འགྲོ་ས་ཟམ་པའི་འོག་ལས།
བྱམས་པའི་ཞལ་རས་ལེགས་རུང་། མཚུགས་ལུ་གཉེར་མའི་ཐང་ལུག།
ཚུད་ནི་གངས་རི་དཀར་པོ། མ་འབྲུར་བརྟན་པར་སྤོད་གནང་།
ང་ནི་ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ། སྤྱིང་བཞི་བསྐོར་ནས་འོག་ཡོང་།

ལྟོ་ལྟ།

༡. ཕྱང་མོ་ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་སྟོན་?
༢. གོས་ཆེན་དར་གྱི་མདུད་ཡོད།། དེ་མོ་འབྲུག་རིས་ཁ་འབབ།། གོས་ཆེན་རལ་ཏེ་འབད་རུང་།། འབྲུག་རིས་
ཡལ་ས་མིན་འདུག། ཟེར་བའི་བུུད་དོན་གྱིས།
༣. ཕྱང་མོ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ སན་ཐོགས་ ག་ཅི་བརླམ་ཅིག་འོང་ནི་སྟོན་?
༤. ཚོགས་བཅད་གཉེས་པ་འདི་ གནས་སྤངས་ ག་ཅི་བརླམ་ནང་བཤད་ནི་ཨིན་པས་གོ་?
༥. རྒྱལ་འགྲོ་ལུ་གསུང་ལེགས་རུང་།། འགྲོ་ས་ཟམ་པའི་འོག་ལས།། བྱམས་པའི་ཞལ་རས་ལེགས་རུང་།།
སུག་ལུ་གཉེར་མའི་ཐང་ལུག། ཟེར། རྒྱུད་ལུ་སླབ་ཐོན་འོང་པ་ཅིན། ལན། ག་དེ་སྟེ་གི་ནི་? གིས།
.....
༦. རྒྱུད་ནི་གངས་རི་དཀར་པོ།། མ་འགྱུར་བརྟན་པར་སྟོན་གནང་།། ང་ནི་ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ།། མྱིང་བཞི་
བརྟོན་ནས་ལོག་ཡོང་།། ག་ལུ་སླབ་པ་ཅིན་ བུུབ་ནི་ བརླམ་འདུག་གོ་? ལུངས་དང་སྒྲུགས་གིས།

སྲི་ཏུ་ ཨ་ཏུ་ རྒྱུ་ལྟ་ རྟོད་པ་ད་.....

ཨ་ལ་ལ་ལ།
ཨ་ལ་ལ་ལ་ དབའེ་ང་.....
ད་ རི་ས་ ཤི་ར་ ཤི་ཞི་མས།



གཡའ་... ཚོ་དབང་ལྷ་མོ། རྒྱུད་ག་ཅི་ནམ་སྟོ་?
དེ་སྟེ་ ལམ་ལས་ན་ཚིམ་སྟོ་? རྟེ་སྟོན་ བཙུམ་
རིམ་གྱོ་ འབད་ཡི་ག་?

ད་ ཅི་ང་ བཙུམ་རའེ་ རྒྱུམ་ཚང་ ཨམ་ཚོ་ རིང་ བཟང་མོ་ འོང་སྟེ་ མོ་བཏབ་པར་
གཏང་མ་ད་ རེ་གི་ནད་ལུ་ ལྷན་གཞན་གྱིས་མི་སུ་མས་ ཟེར་ཡིན་པས།
དེ་ འབདམ་ད་ ཏུང་མ་གི་ཚིགས་ཉི་མའེ་གདོང་ ཅན་འདི་བསད་དེ་ དོན་ཉིང་
བཏོན་བཟང་བ་ཅིན་དུག་ཟེར་ཡིན་པས། ད་ རྒྱུད་གྱིས་ཏུང་མ་གིས་མ་ཤེས་པ་
འབད་ ཏེ་འདི་བསད་དེ་ དོན་ཉིང་ བཏོན་ཞིན་ན་ ཏུང་མ་ལུ་ ཏེ་ཏུང་ད་ཡི་ཟེར་
ཤོབ་ཀྱི་བ་དགོ་ནི་ ཡིན་པས།



དབའེ་... ར་གིས་ཚིགས་དེ་འདི་ བསད་མི་ལྷན་སྐྱེ་རེ། དེ་མ་ཚད་ ར་གིས་
 ད་ལྷོ་ཚུན་ཚོད་ཡང་ ཞོག་རྒྱབ་མ་ལྷོད། བ་ལས་པར་འབད་རུང་ ཞོག་འདི་
 ཅ་དང་རྒྱ་ལས་ར་མི་རྒྱབ། དེ་འི་ནང་ལས་ཡང་ཚིགས་འདི་ རྒྱུ་མ་གི་ཚིགས་
 ཡོད་ན་མེད་ན་ཅིག་ཨིན། དེ་ཁ་ལུ་ ཉི་མའི་གདོང་ཅན་དང་ར་ རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེ་
 ལས་ ད་ལྷོ་ཚུན་ཚོད་མཉམ་ཅིག་འབྲེལ་ཏེ་ རློད་ལྷོད་མ་ཨིན། ར་གིས་འདི་
 ལུ་འདི་འབད་མི་ཚུགས།



དབའེ་... རློད་རྒྱུས་ ར་ལུ་ཤ་མ་ཚུ་བའི་སྤོའོ་ཨིན་པས།
 དེ་འབདན་ ར་ཤི་རུང་ཤི་གོ། ད་ རློད་ར་ཡང་ རེ་གི་
 ཅན་གཡོག་རྒྱབ་མི་དགོ། རློད་ར་ག་དགའ་སར་ཡང་
 ཤོ་ཤིག།

ལྟོ་ལྟ།

༡. སྤྱང་འདི་ནང་ སྤྱང་ཚེད་པ་ ག་ར་འདུག་གོ་? ཐོ་བཀོད་འབད།
༢. ལཱ་བྱུང་གི་ ལཱ་སྤུ་ ན་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཡིན་ན་? ལུངས་ཁ་གསལ་བྲིས།
༣. མོ་བ་ རྒྱབ་མ་ཤེས་པའི་ མི་ཡོད། ཟེང་མི་འདི་ བདེན་ནི་བརླམ་ཅིག་ མཐོང་མས་ག་? མཐོང་པ་ཅིན།
ག་དེ་སླེ་? མ་མཐོང་པ་ཅིན། ག་དེ་སླེ་?
༤. ལུངས་གིས་ མཚུག་ལུ་ ག་དེ་སླེ་གཞུངས་ཅུག་?

སློབ་ཚན་ ༥ པ། རྫོང་དོན། འགན་ཁལ།

མི་དྲུག་ཞན་ཆེ་ཆུང་མེད་པར་ གར་ལུ་ དེ་དང་བསྐྱུན་པའི་འགན་ཁལ་རེ་ཡོད། འགན་ཁལ་འདི་ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་ གཞུང་གིས་ བཀའ་གཏང་མི་འདི་ མེན་པར་རང་བཞིན་གྱིས་ཤོག་སྟེ་ཡོད་མི་ འགན་ཁལ་རྩི་ རང་གིས་ཚོར་ཏེ་ འགན་ཁལ་འབག་ཤེས་པ་ བཟོ་དགོས་ཡིན།

དེ་ཡང་། དཔེར་ན། རྒྱ་གི་ཨུལ་ ཟེར་ཞིན་ན་ ཨ་ལོ་རྒྱུ་མང་དུ་ཉི་ བཟའ་ཚང་གི་འགོ་འདྲིན་འཐབ་ནི་ བཟའ་ཚང་ལུ་ཤོག་པའི་ འགན་ཁལ་ བཏགས་སར་བཀའ་ལ་ནི། བན་པ་དང་ འདོད་པ་བསྐྱུབ་ནི་གི་ ལུ་འགན་ཚུ་ཤོག་པ་ཡིན་མ་མཁས། དེ་བསྐྱུམ་འབད་ འབྲུག་མི་ཟེར་མང་། འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཤེས་དགོས་ འབྲུག་གི་གྲོན་ཆས་གྲོན་དགོས་ འབྲུག་གི་ཁྲིམས་ལུ་ གནས་དགོས་ཚུ་ཡིན། འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་འདི་ནང་ལུ་ འབྲུག་མི་ལུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཤོག་པའི་ གཞི་རྟེན་འགན་ཁལ་ཁལ་ བཟུ་བཞི་དེ་ཅིག་ཡོད་མི་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་པ་འབད་དགོ།

སློབ་སྤྱི་གཅིག་ལུ་ཆ་བཞག་པ་ཅིན་ དཔེ་ཆ་རྩ་འགོངས་ཏེ་བཟུ་ནི་དང་། སློབ་གྲྭ་འཛིན་ཁྲིམས་ལུ་གནས་ནི། སློབ་གྲྭ་ལུ་ཕན་པའི་ ཞབས་ཏེ་ག་འགྲུབ་ནི་ གཞི་དཔེ་འདི་རིགས་སྤྱད་ནི་ བན་མཐའ་འཁོར་གཅོང་སྤྱོད་བཞག་ནི་གི་ འགན་ཁལ་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ། ཨ་ལོ་རེ་རེ་བཞིན་ལུ་ ཤོག་སྟེ་ཡོད་མི་ཚུ་ གཞི་གྱིས་ རྒྱུད་སྐྱུལ་འབད་མ་དགོས་པར་ ཨ་ལོ་རང་གི་ སེམས་གྱིས་ཚོར་ཏེ་ འགན་ ཁལ་འབག་སྟེ་ འབད་ཤེས་པ་བཟོ་ནི་འདི་ཡིན།

༡. བཟའ་ཚང་མཐུན་ལམ་ཅན།

ཨ་ལོ་ཚུ་གིས་ལོ་རྒྱུས་འདི་ འགོ་ལས་མཐུག་ཚུན་ དག་ཏེ་ག་ཏེ་འབད་ལྷག་ཚུ་གསལ་ནི་དང་ དེ་བཟུ་གི་ལན་མ་འཛོལ་བར་ གི་ཚུ་གསལ་ བྱི་ཚུ་གསལ་ བྱི་དང་ལོ་རྒྱུས་འདི་གི་ རྫོང་དོན་ག་ཅི་སྟོན་མ་ཡིན་ནེ་ ཉ་ལོ་སྟེ་ མིང་ཚིག་རྒྱ་སྐད་འབད་ཚུ་གསལ་ནི་གི་ དོན་ལུ་ཡིན།

༢ གཞུགས་ ཚོས་གྲིང་ཟེར་སར་ ཨུལ་པ་ལྷོ། ཟེར་ གཞུགས་སྟོབས་ཆེ་སུ་ཅིག། མོ་གདོང་འབད། ལུ་ རབ་རུབ་འབད་ནི་ ལུ་ རྒྱུད་ཐག་ཡང་དྲགས་ཅིག་ཡོད་མི་དང་། ཨུལ་བཟང་མོ་ཟེར་མི་གཉིས་ བཟའ་ཚང་འབད་བསྟོན་མས་ཏེ། ལོ་བཟུ་ཐམ་དེམ་ཅིག་ ཡར་སོ་རུག། ལོང་གཉིས་ལུ་བུ་གཞིས་ བུ་མོ་གསལ་སྟོན་དང་ བུ་བདེ་ལྷན་ཟེར་མི་གཉིས་ རྐྱེས་རུག། ལོང་པ་སྤྲད་མ་སྤྲད་ཚུ་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ བུ་མས་སེམས་ཆེ་མ་ཚང་། རང་སོའི་ ལུ་འགན་ཚུ་ འབྲུས་ཤོར་མེད་པར་ རྩ་འགོངས་ཏེ་ འབད་མི་ཅིག་ ཡིན་པས།

ཨུལ་བཟང་མོ་གིས། རྒྱུམ་ནང་ ཟེར་འབྲུང་གི་ བཅའ་སྤྱི་རྒྱུ་ལེ་དང་། ཨ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་ བཀའ་ཤོ་ལ་ཚུ་འབྲུ་ནི་ སློ་ཁར་ཡོད་མི་ སེམས་ཅན་ཚུ་ གསོ་སྦྱོང་འབད་ནི། རྒྱུམ་བདག་འཛིན་འཐབ་ནི། ཨ་ལོ་གཉིས་དུས་ཚོད་ཁར་ སློབ་གྲྭ་ནང་གཏང་ནི་ཚུ་ མོ་རའི་ འགན་ཁལ་ ཡིན་མཚོ་སྟེ། རྒྱུག་དང་གཞན་གྱིས་ ལ་བཀོད་ག་ནི་ཡང་ རྒྱུག་མ་དགོས་པར་ རིམ་པ་བཞིན་དུ་ གིག་གི་འབད་ འབད་དོ་ ཡོད་པ་ཡིན་མ་མཁས།



དེ་བརྒྱུམ། ཡལ་པརྒྱ་
གིས་ཡང་ ལོ་རེ་
འགན་ཁག་ ཞིང་ནང་
སྲུང་རྩོམ་ནི། ལུ་འགོ་
འདྲིན་འཐབ་ནི། རྒྱུ་
ནང་དགོ་མི་ མཁོ་རྒྱུབ་
འབད་ནི་ཚུ་ ལོ་རྒྱུ་
འགན་བུར་ཡིན་མཁོ།
ལུ་ཚུ་འཐུས་ཤོར་མེད་
པར་ འབད་དོ་ ཡོད་པ།

མཚུ།

ལོང་ཡལ་ལོ་གཉིས་གྲིས་ཡང་། ལོང་ར་གི་འགན་ཁག་ ཚེས་ཡོན་
ཏན་ལྟ་བུ་ནི་འདི་ར་ ཡིན་མཁོ། ཡལ་ལོ་གཞན་མི་བརྒྱུམ་ ཕ་མའི་ལ་
བཀོད་བསྐབ་བྱ་ཚུ་ ག་ནི་ཡང་འབད་མ་དགོ་པར་ སློབ་གྲྭ་ནང་
དུས་ཚོད་ལར་གྲིག་གྲི་འབད་མོང་། ཚེས་ཡོན་ཏན་ སློབ་དཔོན་
གྲིས་སྟོན་གནང་མི་ཚུ་ ལེ་མཚུ་ལར་བཀའ་ཉེ་ལྟུབ། བཀའ་
ཤིས་པ་མི་འབད་ སློབ་གྲྭ་འོ་སྒྲིག་ལམ་ཚུ་ སྒྲིག་ལར་བཀའ་ཉེ་
རྒྱུ་ནང་སྟོན་པ་ད། ཕམ་གཉིས་ལུ་ ཚ་རོགས་ ག་དེ་དག་དུག་
འབད་མ་ལས་ གཞན་གྲིས་ དབྱེ་ལྟ་ས་ཅིག་འབད་སྟོན་ཏུ་ག།



དེ་བརྒྱུམ་མའི་ བཟའ་ཚང་རྒྱུང་གུ་ཅིག་ནང་ འདི་ ལོ་གི་ ལུ་ཡིན།
འདི་ ལོ་གི་ ལུ་ཡིན། ལུ་སོ་སོར་ དབྱེ་བ་ཕྱེ་ནི་ ལ་སོགས་པ་ ལུ་
འབད་ནི་ལུ་ གཞེར་རྒྱབ་ནི་ཚུ་མེད་པར། རང་སོའི་འགན་ཁག་ རྩི་ལ་བུམ་འབག་ལས་ བཟའ་ཚང་འདི་ལུ་ རྒྱ་ནོར་ལོངས་སྟོན་
ལུ་གསུམ་ཚོགས་པ་འབད་བུང་སྟེ་ ལི་ཚོ་དག་འཕྲིད་གྲི་རང་ལུ་ སྟོན་ནི་ ཐོབ་ཏུ་ག་གོ།

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

ཀ། ལན་གྱི་ནི།

- ༡. ལམ་པ་རྒྱ་དང་ལྷོ་དེ་ ལོ་ག་དེ་མ་ཅིག་ ལངས་སོ་རྒྱལ་?
- ༢. ཐིག་ཁམ་ནང་ རང་སོ་འི་ ལཱ་འགན་ག་ཅི་ར་ ཡིན་མ་མས་ག་? ཡིག་རྒྱལ་ལས་ བཏོན་ཏེ་ བཅུ་གསལ།

ལམ་ པ་རྒྱ།	ལམ་ བཟང་མོ།	བུ་མོ་ གསལ་སློན།	བུ་ བདེ་ལྷན།
....

- ༣. རང་གི་འགན་ཁག་འདི་ ལེགས་ཤོམ་འབད་འབག་པ་ཅིན་ མན་པ་ག་ཅི་ར་ ཡོད་པ་?
- ༤. རྩོད་སློབ་སྦྱོར་རྒྱུ་ཚུ་གིས་ མི་ཕྱེ་སྦྱིར་བཏང་ལཱ་མན་པ་འི་ ལཱ་ག་ཅི་ར་འབད་རྒྱུ་གསལ་འདུག་ག་? སློབ་སྦྱར་ འབད་དེ་ བཤད་པ་རྒྱལ།

ཁ། འོག་གི་ མིང་ཚིག་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ རྫོང་ཚིག་བཟོ།
 འཇུས་ཤོར། མཁོ་སྦྱབ། ཁ་བཀོད། འགན་ཁག། གསོ་སྦྱོང། འགོ་འདྲེན། བྱམས་སེམས། རང་ལཱ། སྤེལ་བུམ།
 བདག་འཛིན།

ག། རྩོད་ཀྱི་ རྩིས་ནང་གི་གནས་སྟངས་དང་ ཡིག་རྒྱལ་ལས་འདི་ནང་ གནས་སྟངས་གཉིས་ལཱ་ རྩོད་པར་ མ་འདྲམ་ཡོད་
 མི་༢ སྤེལ།

༢. དགོངས་མ་མ་ཞེས།

འབྲི་ཚུལ་འདི་ལྟར་གྱི་འདི་གཅིག་གི་གྲས་སུ་རྒྱུ་དཔ་ཡིན་ནུ་ རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་ནི་ འབྲི་ཚུལ་འདི་ནང་གི་ འབྲུང་རིམ་ཚུ་ རོས་
འཛིན་འབད་དེ་ འབྲི་ཚུལ་འདི་གི་ རྫོང་དོན་ ག་ཅི་ཡིན་ནུ་? རྫོང་སྐྱེར་དང་བཅས་པ་ཉམས་ཚུགས་དགོ།

༥ རྫོང་ལྷོ་ ར་བཅས་ར་མི་གི་ མི་ཚོ་འདི་ལུ་ གཞོད་པ་བཀལ་མི་ ལེ་ཤ་འདུག་སྐྱེ་དེ། ར་འདི་ མཚོ་ར་མ་ཚུགས་ལ། དེ་ཚོ་
གཟུང་པ་སངས་ཀྱི་ཚོ། ར་ ཡིག་ཚང་ནང་ལས་ ཉིན་མ་ལྟོ་བཟུང་བར་ རྒྱུ་ནང་བཏུ་འགྲོ་མ་ད། གཡུམ་ལ་གི་ཨ་ལོ་ བསོད་
ནམས་དཔལ་འབྱོར་འདི་ ལོར་ རྒྱུང་མ་གཅིག་ རྒྱུ་འཁོར་ལམ་བདེའ་ ཚ་རོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ནང་འགྲོ་མ་ཡིན། ཟེར་ འགྲོ་དེས།

དེ་ལས། ར་འདི་ དཔུང་རིག་རྣམ་རྟོག་ཡང་མེད་ ལམ་ལ་འབྲལ་ལས་ ར་ར་གི་རྒྱུ་མའི་ ལ་ལྷུག་གི་ལམ་རྟོངས་ལུ་ བསྐྱོར་མ་
ཅིག་ ཉེ་ལོ་! ཉེ་ལོ་! ཉེ་ལོ་! ཟེར་བའི་རྒྱུ་ཅིག་གོ་མ་ཅིག་ ཨ་ཚེ་ལོ་! འི་འི་འི་ ཟེར་ ཨ་ལོ་འི་རྒྱུ་ཅིག་ཡང་གོ་ཡི། དེ་འགྲོ་
ལས། རྒྱུ་འཁོར་བཀག་སྟེ་ རྒྱུ་བཟུང་རྒྱུ་ བཏུ་བའི་བསྐྱེད་ལས། རོ་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱིས་ བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་ རྒྱུག་ལུ་
བཏུགས། རོ་རྒྱུ་གཉིས་ཅིག་གིས་ རྒྱུ་མ་ལུ་སོ་བཏུབ་ རོ་རྒྱུ་དམར་པོ་གཅིག་གིས་ གོ་མ་གྲུ་ལས་ བཤེད་དེ་གསལ་དེས།

དེ་བསྐྱེད་ལས་ ཨ་ལོ་འདི་ རྒྱུ་ཡང་ རྒྱུ་ལོག་ལོ་འབད་ རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཟེར་ རྒྱུ་རྒྱུ་ ལག་པ་གཅིག་གིས་ རོ་རྒྱུ་དམར་པོ་
འདི་གི་ རྣམ་ཚུ་ལར་ བཤེད་དེ་གསལ་དེས། ར་གིས་ རྒྱུ་འཁོར་གྱི་ རྫོང་ལྷོ་ཅིག་ རྫོང་ལོགས་ལ་ར་ འཁར་མ་ཅིག་འདུག། འདི་
འབྲུ་འབག་སྟེ་འགྲོ་ཞིན་ན་ རོ་རྒྱུ་གཉིས་པོ་དེ་གུ་ འཁར་ལོག་ཅིག་ རྒྱུ་ག་ བཏུང་དང་ལྷིན་མ་ཅིག་ ཉི་ཉི་ཉི་ཟེར་ རྒྱུ་ཡང་སོ་ཡི།
ལོག་ཚུར་བཏུ་བའི་བསྐྱེད་ལས་ རོ་རྒྱུ་དམར་པོ་དེ་ཡང་ མིན་འདུག།

ཚེ་རེ་བཏོན་ ཨ་ལོ་འདི་ལུ་ བཏུ་བའི་བསྐྱེད་ལས་ ལྷིན་མ་ཐག་ལྷོ་ག་ར་ ཡར་བསྐྱོགས་ཏེ་ དམར་ཐབ་ཐ་འབད་ རྩ་བ་ལུ་
ལྷུག་གི་ རྫོང་ལུ་འབྲུ་ལེ་རུག། བཏུ་བཏུ་བར་ ཨ་ལོ་འདི་གཞོད་ཡང་ མེར་ཐབ་ཐབ་ལ། ལ་ཡང་ རོ་ལྷུག་ལོ་ལོ་ མིག་
ཏོ་ཡང་ དཀར་པོ་གིས་ཨེ་ཚེ་ཡི། ར་ རྣམ་རྟོག་ལངས། རྒྱུ་ལོག་པོ་མཚུ་ཅིག་ མི་གསུམ་འབད་མི་ཅིག་ རྒྱུ་དེས། དབའ་
དབའེ་ ག་ཅི་འབད་དཔ་སྟོ་? ག་ཅི་འབད་དཔ་སྟོ་? རྒྱུ་ལང་ནང་འབག་ རྒྱུ་ལང་ནང་འབག། ཟེར་སྐབ་དེས།

དེ་འགྲོ་ལས། ལ་ལུ་གིས་ མ་གྲུ་ལས་བཤེད་ ལ་ལུ་གིས་ རྒྱུ་ལས་བཤེད་སྟེ་ འབྲུ་འབག་ རྒྱུ་འཁོར་ནང་བཏུགས་སྟེ་
ཤུགས་བཏུང་འགྲོ་བའི་བསྐྱེད་ར། ཨེ་ཅིག་གིས་ འ་ ཏེ་ རྫོང་དཔོན་གྱིས་ རྒྱུ་འཁོར་གཏང་མ་ད་ ཏེ་ རྫོང་ལོགས་ལར་ ཨ་
ལོ་ཡོད་ཉིང་རེ་ཡང་ བཏུ་མི་དགོ་སྟོ། ད་རིས་ དེའི་ཨ་ལོ་འདི་ མ་གྱི་བཏོན་ རྒྱུ་མིན་འདུག། མི་སོ་པ་ཅིན། རྫོང་ཡང་ ག་ཏེ་
འགྲོ་ནི་ཡིན་ནུ་? བཏུ་བའི་སྐྱེ་དེ། ཟེར་སྐབ་དེས།

ནང་སྐྱོར་ལས་འདི་ ར་འབྲུ་ར་གང་ཚེ་ཡི། ཡིན་ལུང་། རྒྱུ་མཚུངས་འདི་འབྲོན་མར་ ལོང་གིས་མ་མཐོང་པར་ རྫོང་ཡིན་མ་མས།
ཟེར་ མཚོ་སྐྱེ་ ལན་ག་ནི་ཡང་མ་རྒྱུ་བར་ རྫོང་ལང་ནང་བཀལ་ཡི། དེ་བསྐྱེད་ལས། རྒྱུ་ལུ་ལུ་རྫོང་ལ ལངས་སོ་པ་ལས་ ལུང་

འཚོ་མིན་འདུག། སྤྲོད་གཡོག་མོ་གསུམ་གྱིས་ ལབ་ཅིག་རྒྱལ། བྱིན་མ་ཐག་འདི་ཡང་ ཚམ་ཐངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཅི། ང་བཅས་བཞིའོ་ཆ་
 ར་ སློ་ཚིག་ཐངས་གཅིག་ཡང་ སྤྲོད་ནི་མེད་པ་འབད་ གཅིག་གཅིག་གི་གདོད་ བཟུ་ཡི་ར་ དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་ བྱེད་དང་གཉིས་དེ་
 ཅིག་གི་རྒྱལ་ལས་ བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་འདི་ དམ་ཚཱ་ཉེ་ ང་ལུ་བཟུ་སྤྱོད་ བཀའ་རིན་ཆེ་ཡི་མེ་ ལཱ་ཞང་། ཟེར་སྤྲོད་དེས།
 དེ་ལས་ ང་ཡང་ བུང་ས་ཁར་བཞག་སྤྱོད་ ལཱ་ལོ་འདི་གི་ གདོད་ལས་མར་ ཚཱ་གཅིག་གཞོང་སྤྱོད་ ལོང་ ག་དང་ཡང་ ལ་ར་མ་
 སྤྲོད་པར། ལོག་ ང་རའི་སྤྲོད་འཁོར་ནང་ འཇུ་ལ་བའི་བསྐྱེད་ལས་ གཞུགས་ཡང་ སིག་སི་འབད་ འདར་སྤོད་ལུག།

སློབ་ལྟུགས་

༡. རོ་གྲི་གཉིས་གྱིས་ ལཱ་ལོ་བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་ལུ་ ག་དེ་སྤྱོད་འབད་ལུག་?
༢. རྒྱུན་རམ་འདི་ བཟུ་བྱུང་ལུག།
༣. སྤྲོད་ཁང་ནང་ འབག་ ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་འབད་ཨ་ལས་བརྟེན་ ཡིན་པས་གོ་?
༤. ལཱ་ལོ་ཅིག་གིས་ སྤྲོད་འཁོར་གཏང་མ་ད་ སྤོ་ལོགས་ཁར་ ལཱ་ལོ་ཡོད་ཉིང་རེ་ཡང་ བཟུ་ དགོ། ཟེར་
 སྤྲོད་མི་འདི་ག་ཅི་འབད་ཡིན་ན་?
༥. སྤྲོད་ཁང་ནང་ སྤོད་པ་ད་ ག་ཅི་ར་འབད་དགོས་ ཐོན་ལུག་? ལ་གསལ་ལྗིས།
༦. ཡིག་རྒྱགས་འདི་གི་མིང་ དགོངས་མ་མ་ཁྲེལ་ཟེར་ བཏགས་དགོ་མི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ འོང་ནི་ཡིན་
 པས་གོ་?

༣. དྲན་སྐད།

རྩེ་མོའི་གོ་དོན་དང་ ཕན་ཐོགས་ཉེ་གོ་རྒྱུ་གསལ་ནི་ ཚིགས་བཅད་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ལྷག་རྒྱུ་གསལ་ནི་ རྩེ་མོའི་གདངས་དབྱངས་
མ་འདྲཝ་ཚུ་ འཕྲེན་རྒྱུ་གསལ་ནི་དང་ ཚིག་འཇམ་སངས་མེ་ བརྩམ་རྒྱུ་གསལ་དགོ།

རྒྱལ་ཁབ་ཡར་རྒྱས་དོན་ལཱ། སློབ་ལྷན་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསལ།
ལུང་རྒྱུ་གསལ་ཀུན་ལུ་བརྩུགས་མི། ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་ཡིན་ནོ།

ན་གཞོན་སློབ་ལྷན་ཀུན་ལཱ། བུམ་ས་དང་བརྩེ་བའི་སློབ་ལས།
ཕྱི་ནང་ཡོན་ཏན་སླེལ་མི། སློབ་དཔོན་མཁས་པ་ཚུ་ཡིན་ནོ།

ན་གཞོན་བྱ་དང་བྱམོ་ལཱ། ཁ་བཀོད་བསྐྱབ་བྱ་བཟང་པོ།
དུས་རྒྱུན་བྱིན་ནིའི་ལཱ་འགན། རང་སོའི་ཕམ་ལུ་ཕོག་པ་ཡིན།

གསེར་སྲང་བརྒྱལ་ལས་ལྷག་པའི། ཡོན་ཏན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ།
བརྩོན་འགྲུས་བསྐྱེད་དེ་ལྷབ་དགོཔ། སློབ་ལྷན་རང་སོའི་འགན་ཁུར།

ཕྱི་ནང་ཡོན་ཏན་སླེལ་སྟེ། རྩེ་བ་གསུམ་གྱི་དོན་ལཱ།
ཕྱག་ཕྱིད་ཞབས་ཏོག་ལུ་དགོཔ། ན་གཞོན་ཀུན་ལུ་ཕོག་པ་ཡིན།

རྩེ་མོ་ལྷན་ལཱ།

རྩེ་མོ་ འདི་ནང་ལས་འཕྲོན་མི་ རང་རང་སོ་སོའི་འགན་ཁུར་ཚུ་ གིས།

- ༡. ན་གཞོན་ཀུན། ༢. རང་སོའི་ཕམ། ༣. སློབ་དཔོན་མཁས་པ།
- ༤. ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག། ༥. སློབ་ལྷན་རང་སོ།

ལྷན་ཐབས།

༡. ཐ་དམ་ཚིག།

བཀའ་ཤིས་ལྷོངས་ཟེར་མི་ རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ ཡོད་པ་ཡིན་མ་མས། བཀའ་ཤིས་ལྷོངས་རྒྱལ་ཁབ་འདི། ག་ནི་བ་དག་འཁྱིད་དང་ལྷན་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ རྒྱལ་ཁབ་སྤོང་མི་རྒྱལ་པོ་དང་ འབངས་མི་སེར་ཚུ་ རྒྱ་དང་ཨོ་མ་བཟུམ་མའི་ ཐ་དམ་ཚིག་དང་ མཐུན་ལམ་ཆེ་ཉོག་ཉོ་ ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་མ་མས།

དེའི་སློབ་ལོགས་ཁ་ལུ་ བསམ་འཕེལ་ལྷོངས་ཟེར་མི་ རྒྱལ་ཁབ་སློབ་ཅིག་ཡོད་པ་མས། བསམ་འཕེལ་ལྷོངས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ བཀའ་ཤིས་ལྷོངས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དག་འཁྱིད་དང་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་ སེམས་ཤོར་ཉེ་ རྒྱལ་ཁབ་དེ་ནང་འཛུལ་ཉེ་ སྤོད་ནི་གི་མཚོ་བསམ་བཏང་ད་ལུ་ག། ལོ་དག་པ་ཅིག་གི་ནང་འཁོད་ ཐབས་ཤེས་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་པ་ བསམ་འཕེལ་ལྷོངས་ཀྱི་མི་སེར་ མང་རབས་ཅིག་ བཀའ་ཤིས་ལྷོངས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ འཛུལ་མོ་ལུ་ག།

བཀའ་ཤིས་ལྷོངས་རྒྱལ་ཁབ་འདི། མི་སློབ་ས་དང་དམག་སློབ་ས་ཚུ་ རྒྱུང་བའི་སྤྲོ་བས་ཀྱིས་ གཞན་དང་གཅིག་ཁར་ རོ་འགྲན་ཚུགས་པའི་ སྤྲོ་བས་ཤུགས་ མེད་པ་ཡིན་པ་མས། ཡིན་ཅུང་། རྒྱལ་སློབ་ འབངས་འཁོར་ ག་ར་གིས་ མཚོ་བསམ་གཅིག་འབད་བཏང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་གཅིག་མཐུན་ཀྱི་ སྤྱི་དམག་སློབ་འབད་ ཡོད་པ་ཡིན་པ་མས། དེ་མ་ཚད། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབུ་འཇུག་པ་འདི་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ མཚུན་རྒྱ་ཅན་ཅིག་ཡོད་པ་མས།

དེ་གིས་ བསམ་འཕེལ་ལྷོངས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ བྱམས་དང་བརྟེན་བའི་སློབ་པ་ ཞི་བའི་སྤྱི་ཆ་བཟོ་ནི་ལུ་ གཙོ་བོར་བཏོན་ཅུང་། འདོད་པ་ལུ་དབང་ཆེ་མི་ཚུ་གིས་ མ་ཉན་པར་མཐར་ཐུག་ལུ་ བྱ་ཐབས་མེད་པར་ དམག་རྒྱབ་ནི་བྱ་ཐུག་ཆེ་ལུ་ག།

དམག་རྒྱབ་པའི་བསྐྱར་ བཀའ་ཤིས་ལྷོངས་ཀྱི་དབུ་འཇུག་པ་འདི་གིས་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ ཐབས་ཤེས་བརྟུམས་ཉེ་ གནང་མ་ལས། ཁོང་ལུ་དུག་པོའི་ སྤྲོ་བས་ཤུགས་མེད་ཅུང་ ཐབས་ཤེས་ཀྱི་སྤྲོ་བས་ཤུགས་ལུ་ གཞན་གྱིས་རོ་འགྲན་འབད་མ་ཚུགས་པར་ རྒྱལ་ཁབ་ཐོབ་ཆེ་ལུ་ག། ལེགས་བཤད་ནང་ལས། སློབ་སློབ་སྤོང་ལྷན་འགྲུར་ན། སྤྲོ་བས་ཆེན་དབྱ་ཡིས་ཅི་བྱར་ཡོད། ལྷན་ཚུ་ རྒྱུ་དུ་གཅིག་གིས་ཀྱང་། སྤྲོ་བས་ལྷན་སྐྱེད་པོ་བྱན་དུ་བཀོལ། ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ། སྤྲོ་བས་ཤུགས་ལས་ རིག་སྤྲོ་བས་གལ་ཆེ་དམོག་པའི་ གནད་དོན་ཡང་ དཔེ་དེ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མ་མས།

དུས་དེ་ལས་ཚུར་ བཀའ་ཤིས་ལྷོངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ནང་ ཕྱི་ཁ་ལས་དབང་བཙོང་འབད་དེ། འཛུལ་མི་ཚུ་གར་ ལོག་སྤྲོ་བཏོན་གཏང་ཚུགས་པ་ལས། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་ལུ་ ཉེན་ཁ་མེད་པར་ འབངས་མི་སེར་གར་ དག་འཁྱོ་གི་རང་ལུ་ སྤོད་ཚུགས་པ་བྱུང་ལུ་ག། ལྷག་པར་དུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབུ་འཇུག་ཀྱི་མཚུན་རྒྱ་ལུ་ མི་མང་གར་རལ་རངས་དང་ ཡིད་ཆེས་ཐོབ་སྤྲོ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་མེད་པའི་ མི་གར་གིས་ ཆེ་བསྤོད་ལུ་ཉེ་ ལྷན་གསུགས་གཉེ་ལུ་ཡང་ ལྷབ་མོ་ལུ་ག།

སློབ་ཚན་ ༤ པ། རྫོང་དོན། རང་གི་ལམ་སྟོན།

སློབ་རིམ་རྒྱག་པའི་ རང་གི་ལམ་སྟོན་འདི། དང་པ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་དང་གྲོན་ཆས་ཚུ་ ག་ཅི་འབད་ལག་ཆེམ་ཨིན་ན་? ཤེས་ཏེ་ལག་ལེན་འབབ་ནི་ རང་གི་ལམ་སྟོན་ཚུ་ ག་ཅི་འབད་ ལག་ཆེམ་ཨིན་ན་? ཉ་གོ་སྟེ་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི། དེ་བཟུམ་ འབད་ སློབ་ལམ་རྣམ་གཞག་འདི་ ག་ཅི་འབད་གལ་ཆེམ་ཨིན་ན་? ལུང་ཕྱོགས་ སོ་སོ་ལུ་ཡོད་པའི་ལ་སྐད་ གྲོན་ཆས་ ལམ་ སྟོན་ དབང་རབ་གནས་ ཚེས་བཅུ་ ཏུ་སྟོན་ཡོད་མི་ཚུ་ རང་གི་མི་སྡེའི་རོ་རྟགས་དང་། མི་སྡེའི་རིགས་ རྒྱན་གནས་ཀྱི་ གཞི་ རྟེན་ཨིན་མཁའ་ལས། ཉམས་སྲུང་དང་ཡར་དྲགས་ གཏང་དགོཔ་གལ་ཆེ་བའི་ ལུངས་དོན་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་པ་ བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཨིན།

རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་ མ་འདྲ་བར་ཡོད་པའི་ཁྱད་ཚོས་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་ལུ་ཡོད་པ་ཅིན་ བདེ་སྲིད་ཀྱི་ གཞི་མ་འདི་ཚུ་ ཨིན་པའི་ལུངས་དོན་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན་ནོ།།

༡. གྲོན་ཆས།

རྫོང་དོན་མ་འདྲམ་ཚུ་བརྟེན་ཏེ་ འབྲི་ཚུམ་གཞན་ཡང་ བྲི་ཚུགས་ནི་དང་། འབྲི་ཚུམ་གཞན་ལྷག་སྟེ་ ལེགས་ཉེས་ཀྱི་གནད་དོན་ཚུ་དེ་ བཟུ་ཚུགས་ནི་ གཅད་མཚམས་ རྫོང་མཚམས་ དོན་མཚམས་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་འབྲི་ལྷག་འབད་ཚུགས་ནི་དང་ ཡིག་སྟེབ་ཚུ་ བེམས་ཁར་དེས་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

༢ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ས་ཆ་ རྒྱ་རྒྱུ་ཀུ་ མི་སྲོབས་དང་རྒྱ་ལོ་འདྲི་ འཕྲོན་ཤུགས་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་ འདྲན་ འདྲ་མེད་རུང་ མི་སྟེ་ནང་ལུ་ ལམ་སྟོན་པ་བཟང་པོ་ཚུ་ བལ་ལས་བྱ་བ་རྒྱུད་དེ་ ག་ཅི་འདེ་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ ད་རེས་ནངས་ པ་ འཛུམ་གྲིང་ནང་ ལམ་སྟོན་གྱིས་རྒྱག་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཨིན།

ལམ་སྟོན་ཚུ་ལས་ ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ གྲོན་ཆས་འདི་ཨིན། འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ གྲོན་ཆས་འདི་ གོ་དང་དཀྱི་ར་ཨིན། སྤྱིར་ བཏང་པོ་སྤྱེས་ཚུ་གིས་ གོ་དང་གཅིག་ཁར་ ལག་རྒྱན་དང་ གོ་དང་དཀྱི་ར་པོ་ བཀའ་དགོཔ་ཨིན། ཇམ་མུ་ཚུ་ལུ་ དཀྱི་ར་དང་ གཅིག་ཁར་ འོན་རུ་དང་སྟོད་གོ་ལུ་ ཚོས་གཞི་ དཀར་མེར་ དམར་ལྗང་ག་ལ་དང་སྟོ་དཀར་ལ་སོགས་པ་ དེ་དང་དེ་ཨིན་ ཟེར་ མེད་པའི་ཁར་ ཀོ་མ་ཚུ་དགོཔ་ཨིན། དེ་གི་རྒྱ་ཆ་དང་ ལྷ་རྣམ་ཚུ་ཡང་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོ་གི་ རྒྱའི་འཕྲོན་ལུངས་དང་ ལག་ཕྱུལ་ དང་འབྲེལ་ཏེ་འབྲུག་ཞིན་མཁའ་ལས་ གྲོན་སྟོན་ཡང་མ་འདྲམ་ སོ་སོ་འབད་ཡོད།

རྫོང་གཞིས་ ལྷ་ཁང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་དར་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ སོ་སོ་གར་ རྒྱལ་ཡོངས་གྲོན་ཆས་གུ་ པོ་སྤྱེས་ཚུ་གིས་ བཀའ་བཞེ་དང་ ཇམ་མུ་ཚུ་གིས་རགས་རུང་ རང་སེའི་འཕྲོབ་གོས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བཀའ་དགོཔ་ཨིན། དེ་ཚུ་ ང་བཅས་རའི་ཁྱད་ ཚོས་ནང་ མེད་པ་ཅིན་ མ་བཏུབ་ཨིན་མཁའ་ལས་ ཉམས་སྲུང་བཅུག་པར་ མ་འདྲམ་པའི་བྱ་རྒྱུད་ཚུ་ལུ་ ཅིས་སྟོན་ཚུགས་པའི་ མཐོ་ བསམ་གཏང་དགོ།

ད་རིས་ནངས་པ་ དུས་ཀྱི་འགྲུར་བ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་དང་བསྐྱེད་ཏེ་ ཕྱི་ལོ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གྲོན་ཆས་ ལམ་ལུགས་སྐྱབས་
བདེ་ཏོག་ཏེ་རྒྱ་ཡང་ དར་བྱུང་འགྲོ་མ་ཡིན་ཅུང་ དེ་ལུ་ ར་གཞོན་རྒྱ་གིས་ སྐྱབས་བདེ་ཉིང་དང་ ལཱ་འཇམ་ཐབས་ལུ་བརྟ་སྟེ་ ཕྱི་ལོ་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གྲོན་ཆས་ ལམ་ལུགས་རྒྱ་གི་ དབང་ལུ་མ་ཤོར་བར་ རང་གི་གྲོན་ཆས་དང་ ལམ་སྲོལ་རྒྱ་ རྒྱལ་མཐུན་གྱི་ བདག་
འཛིན་འཐབ་དགོས་ གཤམ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

སློབ་ལྟན།

༡. འབྲུག་གི་ མོ་སྐྱེས་དང་ ལམ་སྲོལ་གི་གྲོན་ཆས་ ག་ཅི་ར་སྟོན་?
༢. ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ གྲོན་ཆས་གྲོན་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ ཡིན། ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།
༣. རྒྱུན་གྱིས་ བརྟ་བ་ཅིན་ གྲོན་ཆས་བདག་འཛིན་ འབད་དགོ་པའི་ཁྲམས་ ག་ཅི་འོང་ནི་ ཡིན་པས་གོ་?

༢. དུས་སྟོན་རྟེན་འབྲེལ།

གནད་དོན་དང་འཇམ་ལ་ཏེ་ དམངས་ཁར་གསལ་བཤད་གཏང་རྒྱུ་གསལ་ནི་དང་ རོགས་ཀྱིས་གཏང་མི་གསལ་བཤད་རྒྱ་བཅུད་བཏོན་ཏེ་གི་
རྒྱུ་གསལ་ནི་ གསལ་བཤད་གཞན་ཡང་གི་རྒྱུ་གསལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༣ ད་རིས་ སློབ་ཁང་འདི་ནང་ལུ་འཛོམ་མི་ སློབ་སླེའི་སློབ་དཔོན་དང་ སློབ་རིམ་༦ པའི་ཆ་རོགས་རྒྱ་ལུ། ལུ་མོ་ རོ་རྩེ་
དབང་མོ་ ར་གིས་ རྒྱ་གཞུགས་བཟང་པོ། ཟེར་ ཞུ་ནི་ཡིན། ད་རིས་ ར་གིས་ ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ དུས་སྟོན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་
སྐོར་ལས་ དུས་གཅིག་ཞུ་བ་ཅིན།

ར་བཅས་རའི་ མི་ཚོ་གཅིག་གི་ནང་ལུ་ འབད་དགོ་པའི་ ལཱ་ག་ཅི་ར་ཡིན་ཅུང་ འགོ་བཅུགས་པ་ད་ ལེགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བཅི་
དགོས་དང་ རན་པའི་རྒྱུན་ རྒྱུ་གཞུགས་ འབད་དགོས་ཡོད་པ་ཡིན། དུས་སྟོན་ཟེར་མི་འདི་ ལེགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ལོ་
བསྐྱར་བཞིན་དུ་ འབད་ནི་ཡོད་མི་ དུས་སྟོན་མཛེད་སྐོར་རྒྱ་ལུ་ སྐབ་ཡིན། དེ་ལྟེ་འབད་བ་ཅིན། རྒྱལ་ཡོངས་དུས་ཚེན་ རྒྱལ་པོའི་
འཇུངས་སྐྱར་དུས་ཚེན་ ཁྱི་མང་འགསོལ་དུས་ཚེན་ ལོ་བསྐྱར་གྱི་ཚེས་བཅུ་དང་ སྐབ་མཚེད་རྒྱ་ལུ་སྐབ་ཡིན།

དུས་སྟོན་འདི་རྒྱ་ ཉེ་མ་ལས་ར་ དགོས་པ་དང་དམིགས་ཡུལ་ སློབ་ཡོད་མི་དང་འཇམ་ལ་ཏེ་ བམ་བཟང་པོ་རྒྱ་གི་མཛེད་ཤུལ་བཟང་
པོ་ ར་བཅས་རའི་ རྒྱུ་ཚོས་རོམ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་ཁ་ལས་བརྟེན་ དུས་སྟོན་དེ་རྒྱ་ལུ་ ར་བཅས་ར་གིས་ ཕྱིས་མཛེད་དང་ ཡིད་
ཚེས་བསྐྱེད་དགོས་ཡིན།

དེ་མ་ཚད་ དང་ཕུ་ལས་ཡོད་པའི་ འབད་ཐངས་བཅའ་ཐངས་ཀྱི་ རིམ་པ་མ་འདྲམ་སོ་སོ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཉམས་མ་བཅུག་པར་ ལག་
ལེན་འཐབ་བཅུག་དགོས་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ ང་བཅས་འབྲུག་པའི་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་ དུས་སྟོན་དེ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཤེས་
དགོས་འདི་ ག་ནི་ལས་གལ་ཚེ། ཟེར་ ལཱ་ནི་ཡིན། ད་རིས་ང་ལས་ལཱ་ནི་ཟེར་ཅུང་ དེ་མ་ཅིག་ར་ཡིན།།

བཀའ་བློན་ཚེ།

སློབ་ལྟུགས་

1. དུས་སྟོན་ ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་ལུ་ར་སྐབ་ཡིན་མ་མས་ག་?
2. དུས་སྟོན་གྱི་ སྐོར་ལས་ བཤད་མི་ག་ཡིན་པས་?
3. དུས་སྟོན་འདི་ཚུ་ ག་ཅིའི་དོན་ལུ་ ཤེས་དགོས་ཡིན་ན་?

3. བུ་ཚུ་སྤྱི་དོན་

སྤུང་འདི་སྤྲུག་པ་ད་ གཅན་མཚམས་དང་འཇུག་ཏུ་ རྫོང་སྐྱུ་དག་ཏོག་ཏོ་འབད་ལྷག་ཚུགས་ནི་དང་། སྤུང་ནང་གི་མིང་ཚོགས་ལཱ་ལག་ཚུ་
ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་ དོན་དག་འཚོལ་ཚུགས་ནི། སྤུང་འདི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ངལ་རངས་མི་སི་གི་སྤུང་ གསར་པ་བྱི་ཚུགས་ནི་དང་ བཟུ་
སྤྱིག་འབད་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༥ ཉེ་མ་གཅིག་ཚུར་ཀུ་ཅིག་ནང་ བུ་ཚུ་སྐུ་ལྟུགས་ཟེར་ གནམ་མེད་ས་མེད་སྤྱིད་སྤྱུག། ཕྱི་ཅུ་ག་ར་གི་ཉེ་མ་ཉལ་ རྫོང་
པ་ག་ར་གི་འུལ་ལས་འབད་ཡོད་དགོས། ཉེ་མ་ཡང་ ཉེ་མ་ག་ཏེ་རྫོང་སར་སོང་སྟེ་ རྒྱབ་ཉེ་མར་བསྐོར་ ཨེ་སྤྱུག་ཉེ་མར་བཅུགས་ཏེ་
སྤྲོད་མི་ཅིག། ཁོ་རའི་ ཨེ་པ་གསང་སྤྱུགས་ཀྱིས་ ག་དེ་མ་ཅིག་སྤྱུང་ཅུང་ ཉན་ལུག་ར་ མ་བཏབ་མི་ཅིག་ཡོད་པ་མས།

ཚར་གཅིག་འབད་མེད་ རྒྱུ་ནང་ལོ་ཚོག་གཏང་སར་ རྐུ་ཚུལ་ཁྲིམས་མཐར་ཕྱིན་ ཟེར་ མདོན་ཤེས་མཁྱེན་མི་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་
གིས། ཨེ་པ་གསང་སྤྱུགས་ལུ་ བུ་འདི་ འཐུལ་མཁྱེན་ལུ་འབད་ར་ སྤོབ་བྱ་ནང་ བཅུགས་དགོས་འབད་ གསུངས་ལུག། བུ་དེ་ ལོ་
ན་ཚུ་སྤྱི་ཅིག་ཡང་སོ་ཅུང་། རྐུ་མ་གི་བཀའ་བཞེན་དུ་ ཡུན་མ་རིང་པར་ སྤོབ་བྱ་ནང་བཅུགས་ད་ལུག།

ཉེ་མ་སྤྱིད་སྤྱུག་ ག་ནི་ཡང་མ་ཤེས་མི་ཅིག་ཡིན་ཅུང་ ཤུ་སྐུ་ལུ་འགྲོ་བཏུབ་དོ་ཡོད་པ་ལས། སྤོབ་བྱ་ནང་སྤོད་པ་ད་ སྤོབ་དཔོན་ཚུ་
གིས་ ཨེ་ཉུག་ར་ བསྐྱོད་པ་རྒྱབ་སྟེ་འབད་བའི་བསྐྱེད་ལས་ སྤོབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ག་གསུང་མི་ཉན། ག་སྤོན་མི་ལྷབ་སྟེ་ རང་གི་
ཤེས་ཡོན་དང་ ཕྱིའི་སྤྱོད་ལས་ལས་འབད་ཅུང་ ག་ནི་བ་གཟབ་ཏོག་ཏོ་ལུ་ ལྷུང་སོལ་ལས། སྤོབ་དཔོན་དང་ སྤོབ་སྤྱུག་ག་ར་གི་
མིག་ཁར་ཚུད་པ་ཅིག་ལོག་སོ་ལུག།

ཁོ་གི་ རང་གི་མཚོ་བསམ་གཏང་ཐངས་ཡང་ ཡང་གོང་མ་ལུ་ ལུས་ཞབས་ རང་དང་འདྲ་མཉམ་ལུ་ བྱམས་པ་དང་བརྟེན་ ཚེ་
དྲགས་ཡོད་པ་ལས། སྤོབ་བྱའི་ཡོངས་དཔོན་འབད་ བཀའ་ལུག། ཁོ་གིས་ སྤོབ་བྱ་ལུ་ ལུག་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལུག་ལས་ ག་ར་
གིས་ཁོ་ལུ་ ངལ་རངས་དང་ཕྱིས་མཐོང་བསྐྱེད་དེ་ སྤོབ་བྱ་གཞན་ལུ་ཡང་ དཔོན་སྤྱུང་བཏུབ་ཅིག་ལུ་ལྷུང་སོ་ལུག།

ལོ་སློབ་ལྷན་གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ རིག་པ་དང་སློབ་ལུགས་སྐབ་ཅན་ཅིག་ལུ་ འགྱུར་ནི་འདི་གིས་ ཨ་པ་གསལ་སྐྱབས་ཡང་ ཨ་ ལོ་དེ་ལུ་བརྟ་སྟེ་ དལ་རངས་སློབ་བྱུང་ལུགས།

དེ་མ་ཚད་ ལྷན་ཚུལ་ཁྲིམས་མཐར་ཕྱིན་ལུ་ཡང་ མངོན་ཤེས་མཁྱེན་མི་ཅིག་ ཨིན་མ་མས། མཚོ་སྟེ་ ཡིད་ཆེས་སློབ་བསྐྱེད་ལུགས།
དེ་མ་ཅིག་གི་བར་ན་ ལྷན་ཚུལ་ལྷན་ཡང་ སློབ་རིམ་༡༢ པ་ཚད་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ སློབ་སྐྱོད་དག་ཤོས་གཅིག་འབད་ ཕྱིའི་རྒྱལ་ ཁབ་ལུ་ མཐོ་རིམ་སློབ་སྦྱོང་འབད་བར་ འགྱུ་ནི་གི་ གོ་སྐབས་ཡང་ ཐོབ་ལུགསོ།

སྦྱོང་ལྷན།

༡. ལྷན་ཚུལ་ལྷན་ཐེང་མི་འདི་ ག་ཅི་བརྒྱམ་ཅིག་ འདུག་ག་? དེའི་སློབ་གྲིས།
༢. སློབ་སྐྱོད་ བརྒྱུགས་པའི་ཤུལ་ལས་ ག་ཅི་བརྒྱམ་ཐལ་ལོ་ལུགས་?
༣. སློབ་སྐྱོད་ཡོངས་དཔོན་ འཐོབ་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ ཨིན་པས་?
༤. སློབ་རིམ་༡༢ པ་ལས་ ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ མཐོ་རིམ་སློབ་སྦྱོང་འབད་བར་ འགྱུ་ནི་གི་ གོ་སྐབས་འཐོབ་མི་ལུ་ སློབ་ ལྷན་དག་ཤོས་ ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། རྒྱུད་ཀྱིས་འབད་བ་ཅིན། ག་དེ་སྟེ་ མཚོ་སྟེ་མས་? བསམ་འཆར་བཀོད།

ལྷན་ཐབས།

༡. ཕྱི་བ་གསུམ།

༣ ང་བཅས་པའི་ ཁྲིམས་གཞུང་ཚུ་གི་ནང་ལས་ འབྲུག་གི་ཕྱི་བ་གསུམ་ ཟེར་ འཕྲོན་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། འབྲུག་གི་ཕྱི་བ་གསུམ་ ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལག་ཆེ་ཤོས་ སློབ་ཤིང་བརླམ་ཅིག་ ཡིན་པ་ལས། ང་བཅས་ག་ར་གིས་ ཤེས་དགོས་འདི་ གནམ་མེད་ས་མེད་གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན། ཕྱི་བ་གསུམ་ ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་པོ་ རྒྱལ་ཁབ་ མི་སེར་གསུམ་ལུ་ བརྩིས་ ཡིན།

ཕྱི་བ་གསུམ་གྱི་དང་པ། འབྲུག་རྒྱལ་པོ་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་དང་ གཞུང་གི་དབུ་འཁྲིད་མཛད་དེ་གནང་ མི་སེར་བདེ་བར་བཀོད་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་ཕྱག་ལུ་ཚུ་ འགོ་འདྲན་འཐབ་གནང་མ་ལས་ ང་བཅས་ར་ལུ་ རྒྱ་ཆེ་བའི་ ཕ་བརླམ་ གལ་ཆེས་འབད་བརྩིས་ཡིན།

གཉིས་པ། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ང་བཅས་པའི་ ཉེ་མ་གི་ཕམ་རིམ་འཕྲོན་དང་ ད་རེས་ཀྱི་མི་རབས་ རྒྱལ་ལས་ཀྱི་ སྲུ་རྒྱུད་ཚུ་གི་ བཟའ་ས་དང་འབྲུང་ས་ སྡོད་སའི་གཞི་རྒྱ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ བྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་བྲུང་རིན་པོ་ཆེ་ ལ་སོགས་པའི་སྤྲེས་ཆེན་དམ་པ་ མང་རབས་ཀྱིས་ བྱིན་གྱིས་བརྒྲབས་ཏེ་ རང་བཞིན་གྱིས་གནོད་རྐྱེན་ཉུང་བའི་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་ མ་འདྲམ་ཅིག་ཡིན། འདི་འབད་མ་ལས་ ང་བཅས་ར་ལུ་ རྒྱ་ཆེ་བའི་ཕ་བརླམ་ཅིག་འབད་ བརྩིས་ཡིན།

གསུམ་པ། མི་སེར་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཞི་རྒྱ་ལྷིང་རང་བཞིན་ རོ་མ་ཡིན་མ་མ་ཚད་ རྒྱལ་པོ་དང་ གཞུང་གིས་ཡང་ གཅེས་སྦྱོང་ མཛད་ས་དང་ ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྩིས་སྲུ་འཇུག་སྟེ་ བྱམས་སྦྱིང་རྩེ་དང་ བ་དམ་ཚོག་ཅན་ཡིན་པ་ལས། འབདས་མི་སེར་ཚུ་ ཕམ་གཉིས་ཀྱི་སྲུ་གཞིས་བརླམ་ ལག་ཆེས་ཡིན།

ཕྱི་བ་གསུམ་ལུ་ ཕྱག་ཕྱིད་ལྷ་དགོ་ཟེར་མ་ད་ ག་ལུ་ལྷ་དགོས་ཡིན་ནུ་? ང་བཅས་པ་མི་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་ག་ར་གིས་ ཤེས་དགོ་པའི་འཇུག་པར་ ད་རེས་ཀྱི་ན་གཞོན་ མ་འོངས་པའི་མི་སེར་གྱིས་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ རོ་ཤེས་དགོས་གལ་ཆེ། ཕྱི་བ་གསུམ་ རོ་ཤེས་ཞིན་པ་ལས་ བ་དམ་ཚོག་བསྟེན་ཏེ་ ཕྱག་ཕྱིད་ཞབས་ཏོག་ལྷ་དགོས་འདི་ འབྲུག་མི་ག་ར་ལུ་སོག་པའི་ འགན་ཁུར་གཙོ་བོ་ ཅིག་ཡིན་ནོ།

ཉན་ནི་སླབ་ནི།

ཉན་སྐབ་ཀྱི་ལུངས་དོན།

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

གཉེས་པ། སྐབ་ནིའི་རིག་ཚུལ་འདི་ཡང་ འཆད་པ་དང་ཚོད་པའི་ རིག་པའི་སློང་ལོ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས། དང་པ་རང་གི་ སེམས་ཀྱི་
མནོ་དོན་ འཆར་སྐད་དང་ཉམས་སྐད་ དངོས་མཐོང་གི་ཉམས་སྦྱོང་ཚུ་དང་། གཉེས་པ། རང་གིས་ཉན་ཏེ་ བརྟེན་ལེན་ཡོད་པའི་
ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་དང་ རིག་ཚུལ་ཚུ་གར་ གཞན་པར་ལོགས་མ་ལུ་ བོ་བརྟེན་འཕྲོད་པ་འབད་ སྐལ་ནི་དང་བཤད་ནི་ལུ་ མེད་
ཐབས་མེད་པའི་ ཐབས་ལམ་གཙོ་བོ་ཅིག་ དག་གི་སློ་ སྐབ་ནིའི་རིག་ཚུལ་འདི་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་པའི་དབྱེ་གཏམ་ལས་ཡང་། རྣོ་སྐབ་ལུགས་མི་གཙོ་ཉན་ལུགས་གཙོ། །མད་འུལ་ལུགས་མི་གཙོ་གཏད་ལུགས་
གཙོ། །ཟེར་སྐབ་སློལ་ཡོད་དོ་བརྩམ་འབད། ཉན་ལུགས་དང་ བོ་བ་ ལེན་ལུགས་ཀྱི་རིག་ཚུལ་ཚུ་དང་། དེ་བརྩམ་འབད་ སྐབ་
ནིའི་རིག་ཚུལ་འདི་ལུ་ཡང་། གཏམ་ཚིག་གསུམ་གྱི་བརྟེན་ལན་མ་བཟུན། །པ་དང་བུ་ཡང་རོ་མི་ཤེས། །ཟེར་སྐབ་སློལ་ཡོད་དོ་
བརྩམ། རང་གི་འཛོན་སྐབས་དང་ལྷོགས་སྐབ་ཚུ་ ག་དེ་ཅིག་ར་ཡོད་རུང་། ལ་ལས་སྐབ་སྟེ་ བཤད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། དོན་དག་
མེད་པ་ལས་ སྐད་ཡིག་གི་རིག་ཚུལ་ཚུ་ལས་ འགོ་ཐོག་ར་ ཉན་ནིའི་རིག་ཚུལ་དང་ སྐབ་ནིའི་རིག་ཚུལ་གཉེས་ལུ་ སྐད་བརྟེན་
འབད་དགོ་པ་འདི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ རྫོང་ཁའི་ཤེས་ཡོན་གནས་ཚུང་འདི་ནང་ལུ་ ཉན་སྐབ་ཀྱི་ རིག་ཚུལ་
འདི་ སྐད་ཡིག་གི་རིག་ཚུལ་གཞན་ག་ར་གི་ཏེ་མར་ ཚུད་པ་འབད་ བཙུགས་ཏེ་ཡོད།

ཉན་ནི་དང་སླབ་ནིའི་གནས་ཚུལ།

སློབ་མི་ ༡༢ པ་མཚུག་བསྐྱུ་མཇུག་སློབ་སྦྱོང་གི་གཞི།

༡. འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ མི་ཚེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་དང་གཅིག་ཁར་ གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུན་པའི་ ཞེ་ས་དང་ཕལ་ཚོག་ཚུ་འཐོབ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཉན་སླབ་འབད་ཚུ་གས་དགོ།
༢. ཏུས་མཐུན་གྱི་ མིང་ཚོག་གསར་པ་ཚུ་དང་ གངས་གནས་ གནས་ཚུལ་དང་ རྒྱབ་བསྐྱུགས་ གསལ་བསྐྱུགས་ ཚོར་བསྐྱུགས་ཚུ་ཉན་ཏེ་ ཉ་གོ་ཚུ་གས་དགོ་པའི་ཁར་ གཞན་ལུ་ཡང་སླབ་ཚུ་གས་དགོ།
༣. སློ་སླབ་པའི་སྐབས་ལུ་ གནད་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྐད་ཀྱི་སེང་ཕབ་དང་ གཞུགས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་ སླབ་ཐངས་ཀྱི་ཉམས་འགྲུར་ཚུ་གི་ རྒྱུ་ཕར་དང་ལྡན་པའི་སློ་ལས་ ཉན་སླབ་འབད་ཚུ་གས་དགོ།
༤. རང་གི་ལུ་འགན་དང་འཁྲིལ་བའི་ ཡིག་འགྲུལ་དང་ ཡིག་ཆ་ལུ་བརྟེན་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ནང་ ཐོས་སྐྱུན་དང་གསལ་བཤད་ གོ་སྐྱུར་ ཚོད་སྐྱུར་ཚུ་ འབད་ཚུ་གས་དགོ།
༥. གསལ་བཤད་དང་ གསལ་ལུ་ཞུ་ཚུ་འབད་མཇུག་ རྫོང་སྐྱུ་དང་ ཚོག་གི་གཅད་མཚམས་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན་འབད་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ སླབ་ཚུ་གས་དགོ།
༦. འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ཚུ་ནང་ ལུང་འབྲེན་དང་ དབྱེ་གཏམ་ སློ་གཏམ་བཅུ་གས་ཏེ་ སླབ་མི་ཚུ་ ཉན་ཏེ་ ཉ་གོ་ཚུ་གས་དགོ་པའི་ཁར་ དེ་དང་བསྐྱུན་པའི་ལན་ཚུ་ འོས་འབབ་དང་བསྐྱུན་ཏེ་ རྒྱས་བཤད་དང་ བཅུད་བསྐྱུས་གང་འོས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ སླབ་ཚུ་གས་དགོ།
༧. ཚོས་སྐད་དང་ དབྱིན་སྐད་ལས་གོ་བའི་ ལྷིང་བཏང་གནད་དོན་ཚུ་ རྫོང་ཁའི་ནང་སྐད་སྐྱུར་འབད་དེ་ སླབ་ཚུ་གས་དགོ།

སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན།

༡. སློབ་རིམ་ལྟ་བུ་ནང་ལྷན་མི་ ཉན་ནི་དང་སློབ་ཞིའི་རིག་ཐུལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༢. ཉན་བསྟར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ ལཱ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ ཉན་སློབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༣. འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ གནད་དོན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ གྲོས་སྤྱད་འབད་དེ་ གྲོས་འཆར་ བཀོད་ཚུགས་དགོ།
༤. རང་གི་མཚོ་དོན་དང་ མཁོ་འདོད་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ གཞན་ལུ་གོ་བར་ སློབ་ཚུགས་དགོ།
༥. བཀོད་བྱ་ཉན་ནི་དང་ སྤྱི་བལྟ་ལན་སློབ་ཞི་ཚུ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༦. རང་སེའི་སློབ་དོན་ལྟར་གྱི་ གནད་དོན་ཚུ་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ གསལ་བཤད་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༧. མིང་ཚིག་གསལ་པ་ གང་མང་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཉན་སློབ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༨. ཉམས་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ གནད་དོན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ བོ་སྤྱད་དང་ཚོད་སྤྱད་ཚུ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༩. འབྲེལ་ཡོད་ གནད་དོན་ཚུ་ལུ་ དོགས་པ་དབྱུད་ནིའི་ སྤྱི་བལྟ་བཀོད་ཚུགས་དགོ།
༡༠. ཞེ་སའི་ཚིག་ འཇམ་སངས་ཚུ་ ལག་ལེན་ འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༡༡. རྫོང་ཁ་ཉན་ནི་དང་སློབ་ཞི་ལུ་ སློབ་དང་བརྩོན་ཤུགས་ བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།

ཐོག་མའི་

བྱི་ཞི་རི་རིག་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་ཚན།

སློབ་རིམ་ ༡༢ པ་མཚུགས་བསྟུན་སློབ་ཤུགས་ཚུགས་པའི་ལོ།

༡. ཡིག་བཅོམ་ཚུ་སློམ་འགྲིག་གི་ཐོག་ལས་བཀའ་ཐངས་དང་མགོ་རྒྱན་མ་འདྲེ་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་བྱི་ཚུགས་དགོ།
༢. ཚུམ་རིགས་འབྲི་བཀོད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དང་འབྲི་ཚུལ་མ་འདྲེ་བའི་འབྲི་ཐངས་དང་འབྲི་ལུ་ཉེ་བྱི་ཚུགས་དགོ།
༣. གཞན་གྱིས་ཚུམ་སྒྲིག་འབད་ཡོད་པའི་ཚུམ་རིག་ལུངས་ལུན་ཚུགས་ཀྱི་ལུང་ཚུ་ལོང་པའི་ཚུམ་འབྲི་ནང་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༤. འབྲི་ཚུམ་གྱི་སྐབས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི། འཆར་གཞི་བཅོམ་ནི་ཟེན་འབྲི་བཏབ་ནི་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ནི་ཞུན་དག་རྒྱབ་ཐངས་ཀྱི་འབྲི་ཚུམ་ལམ་ལུགས་ཚུ་རང་སློབས་གྱིས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༥. བལ་ཚུམ་དང་སྤུན་ཚུམ་བརྟེན་ཡིག་འབྲེལ་ཚུ་ཚོགས་བཅད་ཚོགས་ལྷན་གྱིས་མ་གཞུག་གྱི་ཐོག་ལས་འོས་འབབ་ལུན་ཉོག་ཉོ་འབད་བྱི་ཚུགས་དགོ།
༦. རང་གི་བྲན་སྐྱེད་དང་མཐོང་སྐྱེད་ཐོས་སྐྱེད་སྤོང་ཚོར་གྱི་ལུང་རྣམ་དང་གནད་དོན་ཚུ་གཞི་ནམ་འབད་བཀོད་ནི་གི་དངོས་ཚུམ་དང་། ཡང་ན། སློབ་བཏབ་ཀྱི་འཆར་ཚུམ་ཚུ་འབྲི་ཚུལ་ཉམས་འཁྱུར་གྱི་འོས་འབབ་དང་ལུན་པའི་ཚོགས་གི་ཐོག་ལས་ཡིག་ལམ་དུ་བཀོད་ཚུགས་དགོ།
༧. འབྲི་དང་བསྟུན་པའི་ལན་བྱི་ཚུགས་དགོ།
༨. རང་གི་འབྲི་ཚུམ་གྱི་རིགས་དཔེ་སྟོན་ནང་བསྟུ་གསལ་འབད་དེ་རང་གི་སློབས་གྱི་ཡམ་རྒྱས་ལུ་ཉོག་ཉོག་འབད་ཚུགས་དགོ།
༩. རང་གིས་ཤེས་མི་སྟོན་ཡིག་ཚུ་ལས་རྫོང་ལའི་ནང་སྟོན་སྐྱེད་འབད་ནིའི་གཞི་འགྲུམ་འཐོབ་ཚུགས་དགོ།
༡༠. བྱི་ཞི་ལུ་ལོ་རྒྱུས་འབྲིས་ཚུ་དེ་མི་ཚེའི་ནང་བྱི་ཞི་ལུ་བཅོམ་ཤུགས་དང་སློབ་བསྟེན་ཚུགས་དགོ།

སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན།

༡. སློབ་རིམ་ལྟ་བུ་ནང་ ལྷ་བ་མི་བྱི་ནིའི་རིག་ཚུལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༢. མགྲོགས་ཡིག་ཚུ་ ཉིང་སངས་ས་འབད་ བྱི་ཚུགས་དགོ།
༣. མིང་ཚོག་ཚུ་ སླབ་ཐངས་དང་འཁྲིལ་བའི་ གཅད་མཚམས་བཟོ་སྟེ་ བྱི་ཚུགས་དགོ།
༤. ངལ་གསའི་ཡི་གུ་དང་ གཏང་ཡིག་ཚུ་ བྱི་ཚུགས་དགོ།
༥. འབྲེལ་ཡོད་ དོན་ཚོན་ཚུ་གི་སློབ་ལས་ བཤད་པ་དང་འབྲི་ཚོམ་ འཇམ་སངས་ེ་ བྱི་ཚུགས་དགོ།
༦. དྲི་བ་དང་བསྟན་པའི་ ལན་ཚུ་ཕོག་པ་འབད་ བྱི་ནིའི་རིག་ཚུལ་ཚུ་ འཐོབ་ཚུགས་དགོ།
༧. བྱངས་ཁ་༡༠༠ ཚུན་ ཡིག་གཞུགས་ནང་ བྱི་ཚུགས་དགོ།
༨. སློབ་རིམ་ལྟ་བུ་ནང་ ལྷ་བ་མི་ མིང་ཚོག་གུ་ གསར་འཐབ་ཉུང་ཤོས་༢༠༠ བཀའ་ཉེ་སྤོམ་༦༠༠ ཡིག་སྒྲིབ་ཚེངས་ འབད་ བྱི་ཚུགས་དགོ།
༩. ལོ་གཅིག་གི་ནང་ལུ་ རང་གི་སྦྱོང་ལུ་དྲག་ཤོས་༥ ལས་ མ་ཉུང་ཅིག་ དཔེ་སྟོན་ནང་ བསྟུ་གསོག་འབད་དེ་ ལྷ་ རྟོག་འབད་ཐོག་ལས་ རང་གི་སྦྱོགས་གྲུབ་ཡར་རྒྱས་གཏང་ཚུགས་དགོ།
༡༠. བྱི་ནི་ལུ་ སློབ་དང་བཙོན་ཤུགས་ བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་སློབ་བ།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་སྐྱོར་བའི་ཁྲུང་ས་དོན།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་འདྲི་སྐྱོར་བ།

སྐད་ཡིག་ཟེར་མི་འདི། མི་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ སྐབ་མི་གི་ཁ་དང་ སྐབ་མི་གི་ཚིག་ཚུ་ཡི་གུ་འབད་ བྲི་ཞི་ཡོད་མི་འདི་ལུ་སྐབ་ ཡིན། ཁ་ལས་སྐབ་ནི་དང་ ཡི་གུ་བྲི་ཤེས་ནི་གི་དོན་ལུ་ མིང་ཚིག་ལེ་ཤ་ལྟ་བུ་དགོས་ཡོད། དེ་མ་ཚད། མིང་ཚིག་ཚུ་གི་བར་ན་ བཅུགས་ནི་གི་ ཚིག་ཐུན་ཚུ་དང་། དེ་ལས་ ཡི་གུ་གི་སྐབ་སྐྱོར་ཚུ་གར་ སྐད་ཡིག་དང་ ཡི་གུ་སྐྱོར་བའི་སྐྱོབ་ཚན་ཚུ་ནང་ལས་ ལྟ་བུ་དགོས་ཡིན།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་སྐྱོར་བ་འདི་ སྐྱོབ་དེབ་བཞེ་བ་ལས་ འགོ་བཅུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན། ཤེས་ཚད་གནས་རིམ་གཉིས་པ་ འདི་ནང་ མིང་དང་མིང་ཚབ་ མང་ཚིག་གཅིག་ཚིག་ རྐྱེད་པ་བཟོ་ནི་ཚུ་ སྐྱོབ་རིམ་འདི་ནང་ལས་ འགོ་བཅུགས་ཏེ་ཡོད། དེ་ལས། དབྱེད་ས་གསལ་ རྐྱོན་འཇུག་ རྐྱེས་འཇུག་ ཡང་འཇུག་ མགོ་ཅན་ འདོགས་ཅན་ཚུ་གི་ དབྱེ་བ་དང་ ཚིག་དང་ཤད་ཀྱབ་ནི་ཚུ་ ཤེས་དགོས་དང་ དེ་ལས་ མཁོ་ཆེ་བའི་བྱ་ཚིག་དང་ ལོག་ཡིག་ མཐུག་ཡིག་ ལ་དོན་གྱི་སྤྲད་དང་། དེ་ཁར་ འབྲེལ་ཡོད་མིང་ ཚིག་ཚུ་གི་ ཡིག་སྐབ་ལྟ་བུ་ནི་ཚུ་ཡང་ ཡིག་རྒྱགས་འདི་ནང་ རྐྱེད་པ་འབད་བཅུགས་ཏེ་ཡོད།

ཡིག་སྐྱར་རྣམ་གཞག

ཡིག་སྐྱར་རྣམ་གཞག་ ཟེར་མི་འདི། བར་དང་ཚུར་ བསྐྱལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡི་གུ་འབྲི་བར་ས་ཀྱི་ ལམ་ལུགས་འདི་ལུ་སྐབ་ཡིན། ཤེས་ཚད་གནས་རིམ་གཉིས་པ་འདི་ནང་ ཞུ་ཡིག་དང་ གཏང་ཡིག་འབྲི་བར་ས་གཉིས་ལུ་ སྐྱོབ་སྐྱོར་འབད་དགོས་ འབད་ཚུད་དེ་ ཡོད།

ཞུ་ཡིག་ཟེར་མི་འདི། རྐྱེད་ར་གི་སྐྱོབ་སྐྱོར་དཔོན་ལུ་ དལ་གསོ་ཞུ་ནི་གི་ཡི་གུ་ བཟུམ་ཅིག་ལུ་སྐབ་ནི་དང་། གཏང་ཡིག་ཟེར་མི་ འདི་ རྐྱེད་རའི་ས་མ་དང་ ཚ་རོགས་ལུ་བསྐྱལ་ནི་འདི་ ཡི་གུ་བཟུམ་ཅིག་ལུ་སྐབ་ཡིན། ཡི་གུ་འདི་ཚུ་བྲི་ཚུ་ད། ཡི་གུ་འདི་མགུ་ཡིག་དང་ ཐུལ་ས་གི་ཁ་བུང་ དེ་ལས་ ཐུལ་མི་གི་མིང་དང་ ཁ་བུང་ ཉམ་ཐུལ་ཡི་ག་? ཚེས་གུང་ས་ཚུ་ ཚང་མ་འབད་བཀོད་དགོས་ཡིན།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་སྦྱོར་བའི་གནས་ཚུལ།

སློབ་རིམ་ ༡༢ པ་མཚུགས་སྐད་སློབ་ཐུག་ཚུགས།

༡. རྫོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་གི་དགོས་པ་དང་ཕན་ཐོགས་ཁྱད་རྣམ་དང་སྐད་ཚུལ་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་དགོ།
༢. རྫོང་ཁའི་མིང་ཚོགས་བརྗོད་པའི་རྣམ་གཞག་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༣. སྐད་བྱ་ཡི་གའི་རྣམ་གཞག་དང་ཕྱད་རྣམ་དབྱེ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༤. བདག་གཞན་དུས་གསུམ་དང་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དབྱེ་བ་ཕྱེས་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༥. ཚོས་སྐད་དང་རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐད་དང་ཡིག་སྲེབ་ཕྱད་དང་རྣམ་དབྱེ་ཏེ་ཁྱད་པར་ཚུ་བྱེ་ཚུགས་དགོ།
༦. དག་ཐོག་དང་ཡིག་ཐོག་ལུ་དུས་རྒྱུན་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་མིང་ཚོགས་གི་རིགས་དང་སྐད་གཏམ་དང་སྐོར་གཏམ་དབྱེ་གཏམ་ཞེས་དང་ཕལ་སྐད་ཚུ་དབྱེ་བ་ཕྱེས་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༧. རྫོང་ཁ་རོ་སྐད་དང་ཉེར་མཁའི་ཨིང་ལེཤ་རྫོང་ཁ་ནང་འབྲི་ཐངས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༨. གདམ་ང་ཅན་དང་རྫོང་སྐད་ཕྱོགས་མཚུངས་ཀྱི་ཡིག་སྲེབ་འཁྲུལ་སྐོར་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་དགོ།

སློབ་སྦྱོར་ལས་དོན།

༡. སློབ་རིམ་ལྷན་པ་ནང་ལྷན་པའི་ སྐད་ཡིག་གི་རིག་ཚུལ་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ ལག་ལེན་ འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༢. ཚོག་མཚམས་ རྫོང་མཚམས་ དོན་མཚམས་ཚུ་ ལག་ལེན་ འཐབ་ཚུགས་དགོ། (ཞོར་ཉེན་ཆེ་བའི་རིགས་ཚུ་ བཅུགས་དགོཔ་)
༣. མིང་དང་ མིང་གི་ཁྱད་ཚིག་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་དགོ།
༤. མང་ཚོག་དང་གཅིག་ཚོག་ མོ་མེའི་ཚོག་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༥. འབྲེལ་སྐྱེད་དང་ བྱེད་སྐྱེད་ ཁྱད་པར་བྱེས་ཞིན་མ་ལས་ བྱེད་སྐྱེད་ འཐོབ་ལམ་དང་ བྱེད་པ་མོ་རོས་འཛིན་ འབད་ ཚུགས་དགོ།
༦. སློབ་རིམ་དང་འཁྲིལ་བའི་ སློབ་སྟོན་མཁོ་ཆས་ནང་གི་ མིང་ཚོག་ཚུ་གི་ཡིག་སྐད་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་དགོ།
༧. ཚོགས་བཅད་ཀྱི་ རྫོང་པ་རོས་འཛིན་དང་ ལག་ལེན་ འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༨. མིང་མཐའ་དང་ བདག་སྐྱེད་ཁྱད་པར་བྱེས་ཏེ་ སློབ་ཚུལ་ལག་ལེན་ འཐབ་ཚུགས་དགོ།
༩. ཚོག་མཛོད་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ མིང་ཚོག་གི་ མོ་དོན་འཛོལ་ཏེ་ ལྷན་ཚུགས་དགོ།

༡. ཚོག་མཚམས། རྫོང་མཚམས། དོན་མཚམས་གཅད་ཐངས།

ཚོག་མཚམས་གཅད་ཐངས།

ཚོག་མཚམས་ཟེར་མི་འདི། སློབ་སློབ་རུང་ ཡི་གུ་བྱི་རུང་ ལྷག་རུང་ ཚོག་གཅིག་ཁར་སྐྱགས་ཏེ་ སློབ་དགོ་པའི་ཚོག་
ཚུ། གཅད་མཚམས་ མ་འཇོལ་བར་བཅད་དེ་ ལྷག་དགོ་པ་དང་། སློབ་དགོ་པ་འདི་ལུ་ སློབ་ཞིན། དེ་བཟུམ་འབད་
བྱི་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ ཚོག་མཚམས་བཞག་ཅི་ར་ འབྲི་མི་ལུ་སློབ་ཞིན།

ཚོག་མཚམས་ བཞག་ཐངས་འདི་ སློབ་རོ་བདེ་མི་དང་ ལྷག་གོ་བདེ་མི་དེ་ལུ་བཟླ་སྟེ་ མཚམས་བཞག་པ་ཞིན་རུང་།
མང་ཤོས་ཅིག་ སྤང་དང་ནམ་དབྱེ་གུ་ལྟོད་པ་ད་དང་། ཡི་གུ་བྱི་བའི་སྐབས་ རྫོང་དོན་གཅོ་བོ་འབད་ འབྱུར་མི་ཚུ་ལས་
ཚོག་མཚམས་བཞག་པ་ཞིན། ལྷག་ནིའི་རིགས་ ག་ཅི་ར་ལྷག་རུང་ ལ་ལས་ སློབ་སློབ་དོ་བཟུམ་འབད་ ལྷག་དགོ་པ་
ཞིན་ནོ།།

ཀ་ ཚོག་མཚམས་མ་བཞག་པའི་དཔེ།

ར་གིས་དབྱེ་ཆ་ཙུ་འགོངས་ཏེ་ལྷག་པ་ལུ་བརྟེན་དུས་ཅི་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༧ གྱི་རྒྱལ་ཡོངས་སློབ་རིམ་དུག་པའི་
ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་ཨང་དང་པ་ཐོབ་ཅི། མོ་སྤྲོད་བཅོས་རྒྱབ་ས། མོ་སྤྲོད་ཅིག་ཉོ་འབག་འོང་གནང་།

ཁ་ ཚོག་མཚམས་བཞག་སྟེ་འབྲི་ཐངས།

ར་གིས་ དབྱེ་ཆ་ཙུ་འགོངས་ཏེ་ ལྷག་པ་ལུ་བརྟེན་ དུས་ཅི་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༧ གྱི་ རྒྱལ་ཡོངས་ སློབ་རིམ་
དུག་པའི་ ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་ ཨང་དང་པ་ཐོབ་ཅི། བཟུམ་དང་།
མོ་ སྤྲོད་བཅོས་ རྒྱབ་ས། མོ་སྤྲོད་ཅིག་ ཉོ་ འབག་འོང་ གནང་།
བྱི་ མི་དགོ། འབྲི་མི་ དགོ།
བཟླ་ མི་བཏུབ་པས། ལྷ་མི་ བཏུབ་པས།
བསྐྱུལ་ མི་དགོ། སྐྱེལ་མི་ དགོ། བཟུམ

ག་ ཚོག་མཚམས་བཞག་ཐངས་གི་ དབྱེ་གཞན།

འཇོམ་སློབ་རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་ རྫོང་ཡིག་ལུ་ སློབ་སློབ་འབད་དགོ་པ་མ་ཚད། ལྷག་པར་ རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་
གྱི་ རྫོང་ཡིག་ལུ་ སློབ་སློབ་འབད་དགོ་པ་འདི། གནམ་མེད་ས་མེད་ གལ་ཆེ་དུགས་ཅིག་ཞིན།།

སློབ་ལྟུང་།

༡. ཡི་གུ་འབྲི་མི་བཏུབ་པས། ཡི་གུ་བྲི་མི་བཏུབ་པས། ཟེར་མི་རྫོང་ཚོགས་པར། ཚོགས་གི་ གོ་བ་དང་འཁྲིལ་ཏེ། ཚོགས་མཚམས་ གཅད།
༢.

༧- ལྷ་ འབད་མི་ དགོ།
 ༧- ལྷ་ འབད་ མི་དགོ།

ཚོགས་གི་གཅད་མཚམས་ལས་བརྟེན། ༧་དང་འཁྲིལ་ རྫོང་ཚོགས་པར་ག་དེ་སྟེ་ ཉ་གོ་མ་མས་? གྲིས།
༣. བྲང་དང་ རྣམ་དབྱེ་གུ་ ལྟོད་པ་ད། ཚོགས་མཚམས་གཅད་ཐངས་དང། རྫོང་ཚོགས་གི་ རྫོང་དོན་གཅོ་བོ་འབད་ འཇུར་མི་ ལུ་ ཚོ་མཚམས་བཞག་ཐངས་ཀྱི་ དཔེར་བརྫོང་ ༢- ༢ གྲིས།
༤. ཚོགས་མཚམས་ མ་བཞག་པ་ཅིན། རྫོན་ག་ཅི་བཟུམ་ འོང་ནི་ཡིན་པས་གོ་? དཔེ་ཅིག་ བཀོད།

རྫོང་མཚམས་གཅད་ཐངས།

རྫོང་མཚམས་ གཅད་ཐངས་ ཟེར་མི་འདི། སེམས་ཁར་མཛོ་བའི་ དོན་དག་ཅིག་ ཁ་ལས་སྐབ་ཐངས་ཅིག་ལུ་ སྐབ་པའི་ཚོགས་ལུ་ རྫོང་པ་ ཟེར་སྐབ་ཡིན། རྫོང་པ་འེ་གི་བར་ན་ འད་མ་རྒྱབ་པ་ཅིན། རྫོང་པ་ལེ་ཤ་ སྐབས་གཅིག་ཁར་ བཤད་པ་ད། ལྷག་ནི་ལུ་ སྐབས་མ་བདེམ་ འབྱུང་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། རྫོང་པ་འེ་རྫོགས་པ་ད། མཚམས་བཞག་ནི་དོན་ལུ་ འད་འེ་རྒྱབ་སྟེ་འབྲི་མི་ལུ་ རྫོང་མཚམས། ཟེར་སྐབ་ཡིན།

༧་ རྫོང་མཚམས་བཞག་ཐངས་ཀྱི་དབྱེ།

འོ་གི་མིང་ དོ་རྩེ་ ཟེར་མ་ཡིན། འོ་༧༥ ཡིན། དེ་ལྟོ་ ལུང་བསྟན་ཕུག་ སློབ་གྲྭ་རྒྱུང་བའི་ནང་ དབྱེ་ཆ་ ལྷག་པའི་བསྐྱང་ཡིན། འོ་ཨ་རྟག་ར་ ཨའ་དང་པའི་ གསོལ་རས་ ལྷ་ནི་ཡོད། ཨའ་དང་ ཨའི་གིས་ འོ་ལུ་ དགའ། ཟེར་དོ་བཟུམ་ རྫོང་པ་འེ་མཚུག་བསྟུམ་ད། མཚམས་ བཞག་ནི་དོན་ལུ་ འད་འེ་ འཐེན་ དགོ།

སློབ་ལྟུང་།

༡. རྫོང་ཚོགས་གི་ མཚུག་ལུ་ འད་འཐེན་ཐངས་ཀྱི་ དཔེ་ ༢ གྲིས།
༢. - (ར་གིས་འོ་ལུ་མི་འཁྱོ་ཟེར་སྐབ་ད་མོ་གིས་འཁྱོ་གེ་ཟེར་ཉན་ར་མ་བཏུབ་)
- (ད་རིས་ནངས་པའི་དུས་ཚོད་ལུ་ལུ་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་བཞགས་ཤིང་དབྱེ་དེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ལུ་ཁག་ ཡོད་མེ་) ཟེར་མི་ ཚོགས་མཚམས་བཅད་དེ་ འད་འཐེན།

དོན་མཚན་ལས་གཅད་ཐངས།

དོན་མཚན་ལས་གཅད་ཐངས་ཟེར་མི་འདི། དོན་ཚན་གཅིག་ལུ་ རང་གསེས་ཀྱི་གནད་དོན་དབྱེ་བ་ལེ་ཤ་ཕྱེས་ཏེ་ གྲི་བའི་སྐབས།
གནད་དོན་ལེ་ལེ་ བཤད་ཚར་མ་ད། གནད་དོན་གཞན་ཅིག་གི་ནི་དོན་ལུ་ གྲུལ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་མ་གྲི་བར། གྲུལ་ མར་ཕབ་སྟེ་
འབྲི་མི་ལུ་ སྐབས་ཡིན། དོན་མཚན་ལས་ལེ་ལེ་ རང་གསེས་ཀྱི་དོན་ཚན་ལེ་ མཚུགས་བསྐྱུ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་། དོན་མཚན་ལས་གཅིག་
ལུ་ ཉུང་ཤོས་ར་ རྫོང་པ་གཉིས་ལས་ ལྷག་སྟེ་ དགོས་ཡིན།

ཀ་ དོན་མཚན་ལས་ཀྱི་དབྱེ།

གཡུས་ཚན་འདི་ སྐྱུམ་འཁོར་ལས་ལས་ རྒྱ་ཚོད་གཅིག་གི་ས་ཁར་ སློ་ཏོག་ཅིག་གུ་ ཉམས་དགའ་ཏོག་ཏོ་འབད་ ཆགས་ཅུག།
གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་ ཁྱིམ་ཚུ་ ལ་ལུ་ཕྱི་གུ་ཁྱིམ་དང་ ལ་ལུ་གུང་ཁྱིམ་ ཡིན་པས། ཁྱིམ་སློམ་ཚུ་གི་ སློ་ལོགས་ལ་ལུ་ སླ་སློར་
ཚུང་ཀུ་ཡང་ འདུག། ཁྱིམ་སློམ་འདི་ཚུ་ ག་ར་ཚོན་བཏང་། ལྷགས་ཤོག་བཀའ་སྟེ་ ལ་ཅེས་ཅེས་འབད་མཐོང་མ་མས། གཡུས་
འདི་ནང་གི་ མི་ཚུ་ག་ར་སྐྱུན་ཆ་དང་ ཉེ་ཚོན་ཕོག་མི་ཅང་ཅ་ཡིན་པས།
དེ་འབད་མ་ལས་ གཡུས་ལ་གི་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ ག་ར་གཅིག་ལར་འཛོམས་སྟེ་ སློ་སྟོན་ཏེ་སྟོད་པ་མས། འདི་གི་
སྐབས་ལུ་ གཡུས་ལའི་བུཚ་ བུམོ་ཚུ་དང་ སློབ་སྟོན་ལུ་འགྲོ་མི་ སློབ་སྟོན་ཚུ་གི་བར་ན་ ཞབས་ཁྲ་དང་ཅུང་མོའི་ འགྲན་སྐྱར་
ཡང་ འབད་ནི་འདུག།

༢. མིང་དང་མིང་གི་ཁྱད་ཚིག།

ཀ་ མིང་།

མིང་ཟེར་མི་འདི་ རོན་གྱི་དོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པའི་མིང་ཟེར་ རྗེན་དོན་འདི་གིས་ མིང་རྒྱུང་པ་ཅིག་མ་གཏོགས་ བྱ་ལས་དང་
ཁྱད་ཚེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་རྩེ་ ག་ནི་ཡང་མ་སྟོན་མི་འདི་ཨིན། དཔེར་ན།
སློབ་གྲྭ། མེ་ཏོག། སློ་མོར། བྱིས། རིག་འཛིན། ཟེར་མི་བཟུམ།

ཁ་ མིང་གི་ཁྱད་ཚིག།

མིང་གི་ཁྱད་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ ལྷག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ མིང་དེ་རྩེ་ལུ་ སློམ་རྒྱུང་དང་རིང་ཐུང་ ལེགས་ཉེས་ལ་
སོགས་པའི་ ཚིག་གི་ཁྱད་པར་བཏོན་མི་འདི་ཨིན། དཔེར་ན།
- གནགསོ།
- བསིལ་ཏྲང་ཏྲ། ཟེར་མི་རྩེ་ མིང་དང་གཅིག་ཁར་ སླགས་ད།

གོ་ གནགསོ།
རྩེ་ བསིལ་ཏྲང་ཏྲ། ཟེར་མི་བཟུམ།

གནགསོ་ཟེར་མི་ཚིག་གིས་ གོ་ལ་རྩེ་གི་སླ་ལས་ གནགསོ་འདི་ མོ་སོ་འབད་བསལ་རྩེ་གས་མི་དང་།
བསིལ་ཏྲང་ཏྲ། ཟེར་མི་ཚིག་གིས་ ཚོ་ཏོམ་ལ་སོགས་པ་ རྩེ་གི་སླ་ལས་ བསིལ་ཏྲང་ཏྲ།འདི་ ལོགས་སུ་དབྱེ་རྩེ་གས་
མི་འདི་ཨིན།

༣. གཅིག་ཚོགས་མང་ཚོགས་པོ་མེད་ཚོགས།

ཀ་ གཅིག་ཚོགས།

གཅིག་ཚོགས་ཟེར་མི་འདི། གང་ཟག་དང་དངོས་པོའི་མིང་ཚོགས་ ག་ཅི་ར་ཨིན་ཅུང་ སུད་དོག་གཅིག་ལས་ ལེ་ག་ལུ་ མ་གོ་མི་ལུ་ སྲུབ་ཨིན། དེ་ལྟར་འབད་བ་ཅིན།

གང་ཟག།	དངོས་པོ།
ང་། ཚུད། ལོ། མོ། འདི། འཕྲི། ཨ་ཕྲི།	དཔེ་དེབ། ཀྱང་མི། བྱང་མིང་། ཅོག་ཅོ། ལྷན། ཤོ། དཀྱིར།

གང་ཟག་དང་དངོས་པོའི་ གཅིག་ཚོགས་ དོས་འཛིན་འབད།

- * ང་ མི་ལུ་ལུ་ འོང་དོ།
- * དཔེ་དེབ་ཅིག་ འབྲུལ་ར་ བསྐྱུལ་གཏང་།
- * མོ་ ཚོམ་ཁར་ དཀྱིར་ ཉེ་བར་འགྱུར་དོ།

ཁ་ མང་ཚོགས།

མང་ཚོགས་ཟེར་མི་འདི། གང་ཟག་དང་དངོས་པོ་ ག་ཅི་ར་ཨིན་ཅུང་ སུད་དོག་གཅིག་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་ ལེ་ག་ལུ་མི་ལུ་ སྲུབ་ཨིན། དེ་ཡང་། དངོས་པོའི་རིགས་ཨིན་པ་ཅིན། གཅིག་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་ ཚུ་ སྐྱར་དགོཔ་དང་། གང་ཟག་ གི་རིགས་ཨིན་པ་ཅིན། གཅིག་ཚོགས་དང་ གཅིག་ཁར་ ཚུ་ ཆ་ཁུབ་ ཟེར་བའི་ཚོགས་ཚུ་སྐྱར་ཏེ་ བཟོམ་ཨིན། ཨིན་ ཅུང་། གང་ཟག་གི་མིང་ཚོབ་ལུ་ (ང་བཅས་ ཚུད་ འོང་) ལ་སོགས་པའི་ མང་ཚོགས་ཡང་ མོ་མོ་འབད་ཡོད། དཔེར་ན།

གང་ཟག།	དངོས་པོ།
སློབ་དཔོན་ཆ་ཁུབ། སློབ་དཔོན་ཚུ། ང་བཅས་ཆ་ཁུབ། ང་བཅས་ཚུ། ཚུད་ཆ་ཁུབ། འོང་ཆ་ཁུབ། འོང་། འདི་ཚུ། མི་ཚུ། མི་ལྷོ་ ཚུ། ཨ་མི་ཚུ། ཨ་མི་ཆ་ཁུབ། ཚུད་ཚུ།	དཔེ་དེབ་ཚུ། ཀྱང་མི་ཚུ། འཕྲི་ཚུ། ཨ་མི་ཚུ། འདི་ཚུ། ལྷོ་ཚུ། ཨ་ལྷོ་ཚུ།

འོག་གི་རྒྱུད་པ་འདི་ལས་ གང་ཟག་དང་དངོས་པོའི་མང་ཚོགས་ དོས་འཛིན་འབད་དགོ། དེ་ལྟར་འབད་བ་ཅིན།

༡. མེ་ཏོག་ལེ་ག་གི་སྐྱུག་ལུ་ སུ་དང་སུམོ་ཚུ་ ཅེད་མོ་ཅེས་ཏེ་སྣོད་ལུ་ག།
༢. མེ་ཏོག་ ཤར་ཡོད་མི་ཚུ་ མི་ཚུ་གིས་བཅགས་ད་ མངས་མས།

ག་ བོ་མོའི་ཚིག།

གང་ཟག་དང་དངོས་པོའི་རིགས་ ག་ཅི་ར་འབད་ཅུང་ བོ་མོའི་ དབྱེ་བ་བྱེ་ཚུགས་མི་ ཚིག་སོ་སོ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།
 དེ་ལུ་ བདག་སྐྱེ་ལས་བོ་མོའི་ཚིག་ འབྱུང་མི་ཅིག་དང་། བོ་མོའི་ཚིག་ སོ་སོ་འབད་ཡོད་མི་ལག་གཉིས་ཡོད། དཔེ་
 ཅ།

མིང་མཐའ་/བདག་སྐྱེ་ལས་འབྱུང་མི།		ཚིག་སོ་སོ་འཛིན་མི།	
གཡོག་པོ་ -	གཡོག་མོ།	ཕོ་ -	མོ།
ཨམ་ -	ཨམ།	ཁུ་གཙུང་ -	སྲིང་མོ།
ཚ་པོ་ -	ཚམ།	ཨ་ཞང་ -	ཨ་ནི།
རྒྱལ་པོ་ -	རྒྱལ་མོ།	ཨ་ལུ་ -	ཨམ་ཅུང་མ།
མཚོའ་པོ་ -	མཚོའ་མོ།	ལྷང་ -	བ།
གསལ་པོ་ -	གསལ་མོ།	མ་གཤ་ -	གནས་མོ།
གཙོ་པོ་ -	གཙོ་མོ།	གམེ་བཤ་ -	ཚོད་མོ།

༣. མིང་ཚིག་རྫོང་པའི་རོ་སྤྲོད།

ཀ་ མིང་།

ཡི་གུ་འབྲུ་ལེ་ག་ གཅིག་ཁར་བསྐྱུ་སྟེ་ འགྲུབ་མི་དོན་གྱི་ རོ་བོ་ཅམ་སྟོན་མི་ལུ་སྐྱབ་ཞིན། དཔེར་ན།
ཟངས། ལྷག། ཀ་ལ། སྲང་། ལྷུ་མ་འཁོར། ཟེར་མི་བརླུ།

ཁ་ ཚིག།

མིང་ལེ་ག་ གཅིག་ཁར་བསྐྱུ་སྟེ་ དོན་གྱི་ཁྱད་པར་སྟོན་མི་ལུ་ ཚིག་ཟེར་སྐྱབ་ཞིན། དཔེར་ན།
- བཟང་མོ་གི་ ཀླངས།
- ལྷག་གི་ མཆེས།
- སྲང་གི་ རྩ།
- ལྷུ་མ་འཁོར་གྱི་ འཁོར་ལོ། ཟེར་མི་བརླུ།

ག་ རྫོང་པ།

མིང་དང་ཚིག་ སྲང་དང་རྩམ་དབྱེ་ ལེ་ག་གཅིག་ཁར་བསྐྱུ་སྟེ་ དོན་དག་ཆ་ཚང་སྟོན་ཚུགས་མི་འདི་ ཞིན།
དཔེར་ན།
- བཟང་མོའི་ ཀླངས་གིས་ ཞེབ་བཞག་ལུག།
- ལྷག་གི་ སྐྱབ་ལྷག་ ལེགས་པས།
- ཀ་ལ་གི་ཁབ་ཏོ་ སྤྲོད་སྤྲོད་མིན་འདུག།
- སྲང་གི་རྩ་ རིང་མོ་འདུག།

སྤྲོད་ལུ།

༡. མིང་དང་ ཚིག་ བརྗོད་པ་ལྟེ་ གྱི་ ཁྱད་པར་ལྟེ། དཔེ་རེ་བཏོད།
༢. རྫོལ་དང་ ཞེབ་མེད། ཟེར་བ་ཅིན་ མིང་ཚིག་བརྗོད་པ་ལས་ གཅི་གི་གསལ་ལུ་ རྫོད་འོང་ག་? གཅི་
འབད།
༣. སྐྱབ་སྐྱབ་ རྫོད་པའི་སྐྱབས་ ང་བཅས་ ག་ར་འབད་རུང་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ རྫོད་དགོཔ་ཅིག་ཞིན།
ཟེར་མིའི་ནང་ མིང་དང་ཚིག་ གཅི་ར་རྫོད་ལུག་གོ་? ལེགས་སུ་བཏོན།
༤. ག་སྲང་། གི། རི། བསྐྱུ་ལ། ཐོན། སྐྱེས། བཅོང་། ཟེར་མི་ གྱ་ཚིག་རྫོགས་ འཕྲོལ་ལམ་དང་བསྐྱུན་ མིང་
བཟོ།

༥. འབྲེལ་སྒྲིག་དང་བྱེད་སྒྲུབ་འདྲི་བ།

༡. འབྲེལ་སྒྲིག་ཟེར་མི་འདི། གང་ཟག་དང་དངོས་པོ་རྒྱ་གི་བར་ན་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ རོན་སྟོན་མི་ལུ་ སྐབ་
ཨིན། དཔེར་ན།

དེའི་ ལག་པ། སྐང་གི་ མེ་ཏོག། ལོ་གི་ སྤྱད་ཆ། ཨའི་གི་ ཨོམ། སྒོ་གི་ རོན་དག། འབྲེལ་གི་ མི་མེད།
བརྒྱུམ།

དེ་/ང་ཟེར་མི་མིང་ཚབ་དང་། ལག་པ་ཟེར་མི་ ཡན་ལག་ གཉིས་ སོ་སོ་འབད་ཡོད་མི་འདི། བར་ནའི་
/འབྲེལ་སྒྲིག་འདི་ བཅུག་པའི་བསྐྱེད་།

ལག་པ་འདི་ མིང་ཚབ་ དེ་/ང་གི་ ཉོངས་ལུ་ཨིན་མ་ འབྲེལ་བ་སྟོན་མི་ བཟོ་མ་ཨིན།
སྐང་ཟེར་མི་མིང་དང་། མེ་ཏོག་ཟེར་མི་ སོ་སོ་འབད་ཡོད་མི་འདི། བར་ན་ གི་/འབྲེལ་སྒྲིག་འདི་བཅུག་པ་
པའི་བསྐྱེད་། མེ་ཏོག་འདི། མིང་སྐང་གི་ ཉོངས་ལུ་ཨིན་མ་ འབྲེལ་བ་ སྟོན་མི་ བཟོ་མ་ཨིན།

༢. བྱེད་སྒྲིག་ཟེར་མི་འདི། ལུ་ ག་གིས་ འབད་མ་ཨིན་ན། འབད་མི་ བྱེད་པ་པོ་ དངོས་པོ་དང་ གང་ཟག་གི་
རོན་སྟོན་མི་ལུ་སྐབ་ཨིན། དཔེར་ན།

ཁབ་ཀྱིས་ བཅོམས་ཆི། སྟོབས་རྒྱས་ཀྱིས་ ལེན་ལུ། རོ་ཁྱི་གིས་ ཟ་དེས། ཀླངས་གིས་ བསྐྱེད་ ལུ།
བརྒྱུམ།

བཅོམས་ ཟེར་མི་ལུ། འབད་མི་འདི་ ཁབ།
ལེན་ནི་ ཟེར་མི་ལུ། འབད་མི་འདི་ སྟོབས་རྒྱས།
ལུ་བརྒྱུམ། ལུ་འབད་མི་གིས་ སྟོ་ལོགས་ཁར་ རེས་འཇུག་གི་ འཕྲོག་ལམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྐྱར་དགོ།

སྟོམ་ཚིག། གི་ཀྱི་ཀྱི་འི་ཡི་རྣམས་ནི། རྣམ་དབྱེ་རྒྱལ་པ་འབྲེལ་སྒྲིག་ཨིན། སྐྱོར་རྒྱུ་ལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི། ད་
བ་ས་ཀྱི་གང་དང་། ཀྱང་པའི་མཐའ་མར་གི་ཀྱང་འཕྲོག། འ་དང་མཐའ་མེད་འི་དང་ཡི།
རྫོང་ཁའི་སྐབས་ལུ་གི་འཇུག་པ་ཨིན།

སྟོན་ལུ།

- ༡. འབྲེལ་སྒྲིག་ ཟེར་བའི་རོན་དག་ ག་ཅི་ཨིན་པས། དཔེ་དང་སྐབས་ གིས།
- ༢. བྱེད་སྒྲིག་ ཟེར་མིའི་རོན་དག་དང་། སྐད་རེ་རེ་གི་ དཔེར་རྫོང་རེ་རེ་ཀྱིས།
- ༣. དེ་----- སྟོབས་སྐྱ----- ཁྱིམ་ཐོག་འབྲེལ་སྒྲིག་ལུ་རྒྱུ། ཟེར་བ་ཅིན།
འབྲེལ་སྒྲིག་དང་ བྱེད་སྒྲིག་ ག་ཅི་འཕྲོག་ནི་མས་ལོ་? ག་ཅི་འབད།

- ༥. འབྲི་དེབ་ནང་ འབྲུ་བཤུས་ རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས། འོག་གི་ས་སྟོང་ནང་ འབྲེལ་སྒྲིག་དང་ བྱེད་སྒྲུབ་འཕྲོ་བུ་ བརྒྱུགས།
- ཀ། ཇལ་པ་དང་ཇལ་འི་ ----- རྒྱ་ལོ་དུ། ལོ་ ----- ལག་པ་ལས་ཁག་ཐོན་ལུག།
- ཁ། སངས་རྒྱལ་ ----- ཞིང་ ----- མཐའ་མར་འདུག།
- ག། མོ་ ----- འབད་གཞག་ལུ་ བལྟ་སྟེ། ལོ་ ----- ལྷོ་ཁར་ མ་ རྒྱབ་པས།
- ང། རང་ ----- ལུ་ལུ་ རང་ ----- ལི་དགའ་བས།
- ཅ། མོ་ ----- ཅ་ལ་ ག་ ----- འབག་ཡི།

༦. བྱ་ཚོགས་གི་ཚོགས་གྲོགས།

བྱ་ཚོགས་གི་ཚོགས་གྲོགས་ཚུ་ བྱ་ཚོགས་ཚུ་གི་མཐའ་མར་ ཆ་ལོགས་འབད་འཇུག་ནི་དེ་གིས་ བྱ་ཚོགས་གི་ ཚོགས་གྲོགས་ ཟེར་ ལྷབ་ཨིན།

ཚོགས་གྲོགས་ལ།

ཅི་	ཡི་	ལུག་	དོ་	དེས་	ནི་	འོང་	གོ་	པས་	མས་	བས་
-----	-----	------	-----	------	-----	------	-----	-----	-----	-----

- ཀ། དུས་གསུམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བྱ་ཚོགས་གི་ཚོགས་གྲོགས་ འཇུག་ཚུ་ལྷི་དབྱེ་བ་ནི།
- དུས་འདས་པའི་ཚོགས་གྲོགས་ (ཅི་ ཡི། ལུག།) གསུམ་འཇུག་ནི་ཨིན།
- དུས་ད་ལྟ་བུའི་ཚོགས་གྲོགས་ (དོ། དེས།) གཉིས་འཇུག་ནི་ཨིན།
- དུས་མ་འོངས་པའི་ཚོགས་གྲོགས་ (ནི། འོང་། གོ།) གསུམ་འཇུག་ནི་ཨིན།
- དེ་ལས། རྫོགས་ཚོགས། པས། མས། བས་ ༢ མ་འོངས་པའི་ བྱ་ཚོགས་གི་ རྒྱལ་ལས་ འཇུག་ནི་ཨིན་པའི་ ལས། མས། བྱ་ཚོགས་མཐའ་ཅན་གྱི་ རྒྱལ་ལས་འཇུག།
- ཚི་ ད་ མོ་ གསུམ། འདས་པའི་ཚོགས་གྲོགས་ ཡི་དང་ལུག་ དང་། མ་འོངས་པའི་ཚོགས་གྲོགས་ ནི་ འོང་ གོ་དང་ གཉིས་ཁར་འཇུག་ནི་དང་། ལྷོ་ལོགས་འབད་འཇུག་པ་ཨིན།

དེ་ཚུ་གི་ འཇུག་ལུ་ ཤད་དེས་པར་འཕྲོ་བ།

ཁ་ རྩལ་གསུམ་ལུ་ འཕྲུག་ཐངས་དབྱེ་འབད་བ་ཅིན།

རྩལ་འདས་པ་ལུ་ འཕྲུག་ཚུལ།

བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གྲོགས།	ཅི།	ཡི།	རྩལ།	སྡེབ།
འདས་པ།	ཐོབ་ཅི།	འོངས་ཡི།	གོ་རྩལ།	འདས་པའི་སྡེབ། །ཤད།
	བསགས་ཅི།	བལྟ་ཡི།	ཤེས་རྩལ།	འདས་པའི་སྡེབ། །ཤད།

རྩལ་ད་ལྟ་བུ་ལུ་འཕྲུག་ཚུལ།

བྱ་ཚིག་ཚིག་གྲོགས།	དོ།	དེས།	སྡེབ།
ད་ལྟ་བ།	འོང་དོ།	ལྟ་དེས།	ད་ལྟ་བའི་སྡེབ། །ཤད།
	འགྲི་དོ།	འཐོན་དེས།	ད་ལྟ་བའི་སྡེབ། །ཤད།

རྩལ་མ་འོངས་པ་ལུ་འཕྲུག་ཚུལ།

བྱ་ཚིག་ཚིག་གྲོགས།	ནི།	འོང།	ག།	སྡེབ།
མ་འོངས་པ།	འོང་ནི།	འཕྱུར་འོང།	བསལ་ག།	མ་འོངས་པའི་སྡེབ། །ཤད།
	གི་ནི།	བལྟ་འོང།	འཛོམ་ག།	མ་འོངས་པའི་སྡེབ། །ཤད།

རྩྭ་གས་ཚིག། བས། བས། མས། མ་འོངས་པའི་ ཚིག་དང་འཕྲུག་ཚུལ།

རྩྭ་གས་ཚིག།	མ་འོངས་པའི་ཚིག་དང་འཕྲུག་ཚུལ།	སྡེབ།
བས།	ལས་འདག་བས། མ་འདག་བས། དཀོག་བས།	མ་འོངས་པའི་སྡེབ། །ཤད།
བས།	བབ་འ་བས། མ་བབ་འ་བས། མ་བྱི་བས།	མ་འོངས་པའི་སྡེབ། །ཤད།
མས།	ཡིན་མ་མས། འཐོན་མ་མས། འགྲིག་པ་མས།	མ་འོངས་བྱ་ཚིག་མཐའ་ཅན། །ཤད།

ཆི་ ད་ མོ་ཟེ འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ ལྷུལ་ཚིག་གི་ ཚིག་གྲོགས་འབད་འཕྲུག་ཚུལ།

	ཆི་	ད་	མོ་	སྡེབ།
འདས་པ།	དཔགས་ཆི་རྩལ།	མིས་ད་རྩལ།	བསྐྱུལ་མོ་རྩལ།	འདས་པའི་སྡེབ། །ཤད།
མ་འོངས་པ།	ལྷུ་ཆི་ནི།	ལྷུ་ད་ག།	ལོག་མོ་ག།	འདས་པའི་སྡེབ། །ཤད།
ལྷུལ་ཚིག།	ལྷུལ་ཆི།	ལྷུལ་ད།	ལྷུལ་མོ།	ལྷུལ་ཚིག་གི་སྡེབ། །ཤད།

ལྷོད་ལྷ།

༡. འོག་གི་ ཚིག་ལྷོགས་དང་འཇེལ་ཉེ་ སྤེལ་སྐྱུར་བཅོས་རྒྱུ་དགོས་ཚུ་ སྐྱུར་བཅོས་རྒྱུ།

ཀམ་གིས་ བྱིས་དེས། ཟེར་ བྱིར་མི་ འབྲི་ནི་ཡིན་པས། ལྷ་ནི་འདི་ ལྷ་ལུག།
 ལྷུལ་ནི་ དེ་གིས། འཕྲོག་ ཚི་ལུག། ཅོག་སྐྱོམ་ཅིག་ བསྐྱིག་ལོ་རུང་ མེན་པས།
 འབད་དོ་ ཟེར་ཕ་ད། ཉེང་སྐལ་ར་ འབད་ཕ་མས། ལ་ཆང་ སྤངས་གེ་ ཟེར་ན།
 སྤང་དཔ་ དག་འོང།

༢. འོག་གི་ བྱ་ཚིག་ཚུ་ ད་ལྷ་བ་དང་ འདས་པའི་བྱ་ཚིག་ནང་ བྲིས།

བསྐྱུར། གཏང་། འཕྲོན། འཕུག། བསལ། འཚོམ། དང་། བསིག། བཟེ། འཇུང་། བསྐྱོང་། བསྐྱེ།
 ལྷུག། འགྲིམ། བསྐྱོམ།

ད་ལྷ་ཚིག།

འདས་པའི་ཚིག།

རྗེས་འཇུག།	པ་	པོ་	པོ་	མ་	མོ་	མ
ག	༠	༠		༠	༠	
ང	༠	༠		༠	༠	
ད	༠	༠		༠	༠	༠
ན	༠	༠		༠	༠	
བ	༠			༠	༠	
མ	༠	༠				
འ				༠	༠	༠
ར	༠	༠		༠	༠	༠
ལ	༠	༠		༠	༠	༠
ས	༠	༠		༠	༠	༠
མཐའ་མེད།			༠		༠	༠

དོ་རུང་གཞན། པ་ པ་/མ་ མ་ གསུམ་འདི་ མིང་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུ་ མེན་པར། བྱ་ཚོགས་དང་ གཅིག་ཁར་ ཡང་ འཇུག་པ་ཞིན། དཔེར་ན།

མོ་ལུ་ བསྐྱུག་པ་ ཞིན། ཆང་ སྤང་མ་ལས། གསོལ་རས་ཐོབ་ལུག། སྤྱི་ བསྐྱེད་ད་ མི་བཏུབ། ཉིམ་ རྩོ་ བ་ལུ་ བརྟེན་ཏེ་མེན། བཟུམ།

མིང་མཐའ་འདི་རྩོད་དང་ གཅིག་ཁར་ བྱ་ཚོགས་སྤྱུར་ད། མ་འོངས་པའི་ ཚོགས་ མ་གཏོགས་ འདས་པ། ད་ལྟ་བུ། སྤྱུལ་ཚོགས་རྩི་ སྤྱི་བཅིན། རོར་ནིའི་ཉེན་ལ་ཡོད།

སློབ་ལྟན།

༡. འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ བདག་སྐྱོད་དང་ མིང་མཐའ་གཉིས་ མོ་མོར་བྱེས།

དཀར་པོ། བཏུགས་པ། ཏགས། དལ་མ། ཐལ་མ། རོགས། འཇུགས། བད་མ། མཐའ་མ། ཐ་པ། བོད་མ། འཕོ་འཁྲིད་པ། གསར་པ། མེན་མོ། ལྷ་དམོ། ཐོམ། དོགས། རྩམ། ཟམ་པ། འོད་མོ། རྫོན་མོ། གཡོག་མོ། ཕྱིད་མོ། བསྟོད་པ། ཞིབ་དཔྱད་པ། སྐར་པ། བོད་པ། ཞབས་ཁྲུལ། མགས། ལུགས། ཀམ། རྫོད་མོ། གཙམ་མོ། འཁན་པ། བཟོ་བོ། གཙོ་བོ། བའོགས་མ།

- ༢. མིང་མཐའ་ པ་མ་མ་ གསུམ་བྱ་ཚོག་དང་གཅིག་ཁར་ འཇུག་པའི་དཔེར་བཅོལ་ ༡༠ རེ་ གིས།
- ༣. མི་ བདག་སྐྱོ་འབད་ འཇུག་པའི་ དཔེར་བཅོལ་ ༡༢ གིས།
- ༤. འོག་ལུ་ མིང་མཐའ་དང་གཅིག་ཁར་ སྐར་ཡོད་མི་བྱ་ཚོག་ བཏུབ་མ་བཏུབ་བཏུ་སྟེ། སྐར་བཅོས་འབད།

འབྲིམ་ལས། བཏོགས་པ་ཨིན། ལྷ་མ་སྟོ། ཕྱར་མ་ད། བཅོང་མ་ཅིག། འཕྲག་པ་མས།
 བཏགས་པ་འདྲས། རྒྱུ་མེན་པས། བཏང་མ་མས། བསྐྱལ་སྐྱེལ་མ། ཕྱད་པ་བཞིན་དུ།

༡. ལྷ་ཡིག་འབྲི་ཐངས།

༡. ངལ་གསོའི་ལྷ་ཡིག་འབྲི་ཐངས།

སྐྱི་ཚེས་ ༡༢.༠༧.༢༠༠༧

༄ སློབ་སྡེའི་སློབ་དཔོན་མཚོག་ལུ།

ལྷ་དོན་དེ་ནི། ལ་ཙ་ལ་ཉིན་མ་ཅིག་ལས་ མགུ་ཉོན་ བྱང་ལུ་མ་
 རྒྱུ་ སློའ་འབའ་སྟེ། སྤྲོན་ལང་ནང་འགྲོམ་ད། རྩུང་འཚོ་གིས་ ཚེ་རིམས་ གདུག་དགས་ཅིག་ བཏུབ་ཡོད་
 པའི་རིས་འཛིན་འབྱུང་མ་ལས། ཉིན་མ་གསུམ་འདེ་ཅིག་ ངལ་གསོ་སྤྲོད་དགོཔ་འབད་ ཨིན་མ་ལས།
 སློབ་མཚོག་གིས་ ང་ལུ་ ད་རེས་ལས་ ངལ་གསོ་ཉིན་མ་གསུམ་དེ་ཅིག་གནང་སྟེ། བཀྲིན་བསྐྱུང་ཟེར་ ལྷ་
 རི་ཨིན་ལགས།

བདེ་ཚེན་དབང་ལོ།
 སློབ་རིམ་རྒྱག་པ། ཀ།

༤ སློབ་སྡེའི་སློབ་དཔོན་མཚོགས་ལུ།

གུས་པས་ ལྷོ་དོན་དེ་ནི། དབྱིན་ཆེན་པ་ པའི་ཚོས་༡༥ ལུ་ དེའི་ ཇུ་
ཞེས་པ་དྲུ་དབྱངས་སློན་གྱི་ གཉེན་གྱི་དགའ་སྟོན་ཨིན་མ་ལས། ང་ཡང་ ལཱ་གཡོག་རེ་རུབ་པར་ འགྲོ་
དགོས་ཐོན་ཡི། ཟེར་ལྷོ་ནི་ཨིན།

དེ་ལས་བརྟེན། དབྱིན་ཆེན་པ་ པའི་ དབྱིན་ཚོས་༡༥ ལུ་ ངལ་གསོ་ཉིན་མ་གཅིག་ བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་
ཟེར་ལྷོ་ནི་ཨིན། ཞེས་དབྱིན་ཆེན་པ་ པའི་ཚོས་༡༢ ལུ་ ལོང་མིང་གིས་

ཐུལ།

བདེ་ཚེན་དབང་མོ།

སློབ་འཇུག་རྒྱག་པ་ཀ་སྟེ།

༢. འཛོམས་འདུལ་ནང་ ལྷོད་མ་རྒྱུགས་པའི་ལུ་བ།

༢༢.༢.༢༥

༘ རྒྱུ་འོག་གཤོ་མཚོག་ལུ།

དབུས་ས་ཁ་ སློབ་ལས་ རོ་མིང་དབང་འདུས་ཀྱིས་ ལུ་དོན་དེ་ནི། སློབ་
དཔོན་སངས་རྒྱལ་གྱིས་ སློབ་མི་དང་འབྲེལ་ཆེད། ས་ཁུལ་དང་ གུང་ཁུལ་རྒྱ་འབབ་སྟེ། ད་མིས་ རྩོ་པ་
རྒྱ་ཚོད་ལ་ ལུ་ གཤོ་གི་ཡིག་ཚང་ནང་ ལྷོད་དགོས་འབད་ཨིན་པས།

ཨིན་ཅུང་། ད་མིས་དེ་གི་རྒྱུ་ནང་ རིམ་གྲོ་གི་ལས་རིམ་དང་ ལ་ཐུག་རྒྱབ་སྟེ། འཛོམས་འདུལ་ལྷོད་མ་
རྒྱུགས་པ་ལས། དེ་ལུ་ ཐུགས་ དགོངས་ཁེལ་མེད་ཅིག་ མཚན་གནང་ཟེར་ ལུ་ནི་ཨིན། ཞེས་ གོང་
མིང་གིས་

ཐུལ།

༣. མཚོད་ཆས་བརྟེན་འཛིན་གྱི་ཡིག།

༤. མཚོད་ཆས་ལྟོང་ལྟོང་དུ་གྱུར་བའི་མཚོད་ཆས།

གཤམ་ སློབ་ཤིམ་ ༤ པའི་ སློབ་ཁང་དོན་དམ་གྱིས་ལྷོ་རྒྱ་དེ་ནི། རང་རྒྱ་ ༥
པའི་ཚེས་ ༡༠ འདི་ ལྷོ་རྒྱ་ཡོ་ཚེད་ འཁྲུང་སྐར་དུས་ཚེན་གྱི་ ཉིན་མ་ལུ་ ར་བཅས་ སློབ་གྲྭ་ནང་ སློབ་ཤིམ་ ༤ པ་ཚུ་
གིས་ རྩ་བོ་འབད་དེ་ ཚོགས་འཁོར་བསྐོར་ནི་ཨིན།

ར་བཅས་སློབ་གྲྭ་ནང་ལུ་ མཚོད་ཆ་གི་རིགས་ ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལུ་བརྟེན། ར་བཅས་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་མཚོད་
ཆ་ཚུ་ བརྟེན་གནང་ཟེར་བུ་ནི་ཨིན་ལགས།

༡. རྒྱ་སྒྲིབ་ཆ་གཅིག།
༢. དུང་ཆ་གཅིག།
༣. ར་ཆ་གཅིག།
༤. བལ་རོལ་དང་ སིལ་སྐྱེན་ཆ་རེ།
༥. མཚོད་ཉིང་བདུན་ཚར་གཉིས།
༦. དཀར་མེ་ཀོང་བུ་ཆེ་བ་ ༢༠ དང་ བརྒྱ་མཚོད་ཀོང་བུ་ཆ་ཚར་གསུམ།
༧. ཕང་སྒྲེར་བདུན་ཚར་གསུམ།

གོང་གི་ཅེ་ལ་ཚུ་ ཚོགས་འཁོར་འགྲོལ་མ་ཅིག་ར་ མ་ཚང་ཚང་མ་འབད་ ཚུམ་སློབ་སྤུལ་འོང་། ཟེར་ ལུ་བ་མཚུན།
ཞེས་རྒྱ་ ༥ པའི་ཚེས་ ༣ ལུ་
སྤུལ།

སྐལ་བཟང་།
ལམ་གོང་འགྲིང་ཤིམ་བར་མ།

༢. གཏང་ཡིག་འབྲི་བ་

༡. ཆ་རྩོག་ལུ་ ལེགས་སེའི་གཏང་ཡིག་འབྲི་བ་

༤ བཅུ་གཏང་ཆེ་བའི་ཆ་རྩོག་ལུ་བསོད་ནམས་མཚོག་ལུ།

བདེ་བ་ཐང་ སློབ་གྲྭ་ འབྲིང་རིམ་བར་མ་ལས་ རྩོད་རེ་
ཆ་རྩོག་ལུ་ པད་མ་གིས་ ལྷ་དོན། ཆ་རྩོག་ལུ་ཡང་ དཀོན་མཚོག་ལྷ་ གྱི་བྱགས་རྩེ་ལས་ ཉེ་མ་བཟུམ་
འབད་ར་ ཡོན་ཏན་ལུ་ བཅོན་འགྲུལ་བསྐྱེད་དེ་ ཡོད་པ་འོང་། ར་ཡང་ ལྷ་ལུ་ སློབ་དཔོན་དང་ ཆ་རྩོག་ལུ་
གཅིག་ཁར་ ཡོན་ཏན་ལུ་ སློབ་བསྐྱེད་དེ་ར་ཡོད།

རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་དབང་འཛིན་གྱིས་ འགོ་འདྲན་འཐབ་མི་ འབྲི་ཚུམ་འགྲན་སྤྱར་ནང་ལས་ ཨང་༡ པའི་
དབུལ་རྒྱུང་གི་གསོལ་རས་ དབུལ་ཀྱམ་༥༠༠༠/- (ལྷ་སློང་ཐམ་པ་)དེ་ ཆ་རྩོག་ལུ་ལྷོད་ལྷོད་ཐོབ་ཅི་
ཟེར་གོ་ཡི། དེ་ལུ་ དེའི་ཁ་བྱུག་ལས་ བཀྲིས་བདེ་ལེགས་ཡོད། ཟེར་ ལྷ་ནི་ཨིན།

ད་ལས་ཐར་ཡང་ ཆ་རྩོག་ལུ་ལྷོད་ལྷོད་ མ་འོངས་པའི་ལས་རིམ་ལུ་བར་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཏེ་ མཚོ་དོན་
ལུ་ལེགས་ཤོམ་ འགྲུབ་ཚུགས་པའི་རེ་སློན་ དེའི་ཁ་བྱུག་ལས་ཡོད་ཟེར་ ལྷ་ནི་ཨིན། ཞེས་དབྱིན་ཚེས་
༡༧.༥.༠༢ ལུ།

པ་ལྷ།
བཅུ་བའི་ཆ་རྩོག་ལུ།

༢. ཆ་རོགས་ལུ་སློབ་སྦྱང་ཅན་གྱི་གནས་ཚུལ།

༣ ཉིང་གི་ཆ་རོགས་སློབས་ལྟན་ལུ།

དོན་འབྲས་དེ་ནི། རྩོད་ཡང་ དཀོན་མཚོག་ ༢ གྱི་ ཐུགས་རྗེ་ལས་ ལུས་ལུ་ན་ཚོ་དང་ སེམས་ལུ་
སྤྲུག་ བསལ་མེད་པར་ ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྟབ་སྟེ་ ཡོད་པ་འོང་མཚོ་བའི་རེ་བ་ཡོད། ང་ཡང་ རྩོད་
ཅན་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ ཡོན་ཏན་ཚུ་ ཅུ་འགྲུབ་སྟབ་སྟེ་ར་ཡོད།

ང་གིས་རྩོད་ལུ་ དག་འཕྲོའི་ལོ་རྒྱུས་ཅིག་སྤྲུབ་པ་ཅིན། ལ་ཅོ་ལ་ཉིན་མ་ཅིག་ལར་ ཤེས་རིག་ན་གཞོན་གོང་འཕེལ་ ལྟེ་བ་གིས་ ང་
བཅས་སློབ་སྦྱོང་ཚུ་ལུ་ བར་བྱི་ནི་འབྲན་སྤུར་ཅིག་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་མི་འདི་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཏེ། ཨང་༧ པའི་ གསོལ་
རས་ ཕྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས་ལུ་ ལྟ་བཤུལ་འགྲོ་ནི་འདི་ ལས་རིམ་ཅིག་ཨིན་མི་འདི་ ང་གིས་ཐོབ་སྟེ་ སློབ་བྱུང་ཡི།

ཆ་རོགས་རྩོད་ཡང་ སློབ་བྱ་ནང་ རང་ལུ་དགོ་པའི་ དཔྱེ་ཆ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྟབ། སློབ་བྱ་གིས་འབྲན་སྤུར་ག་ཅི་བརྩམ་
འགོ་འདྲེན་འཐབ་བྱུང་། དེ་རྩོད་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་འདི་ གནམ་མེད་ས་མེད་ལག་ཆེ་དྲགས་ཅིག་ཨིན་པས། ཟེར་ སྤྲུབ་ནི་
དང་གཅིག་ལར་ ལུལ་ལས་ང་ ལྟ་བཤུལ་ལས་ ལོག་སློབ་ཞིན་མ་ལས། རྩོད་དང་འཕྲད་པར་འོང་ནི་འདི་རེ་བ་བཅས་ རྩོད་རིམ་ཆ་
རོགས་གྱིས་ དེ་བྱིན་ཚེས་ ༡༡. ༡༢. ༢༤ ལུ་

ཐུལ།

སྐལ་ལྷན།
རྩོད་རིམ་ཆ་རོགས།
འཛིགས་མེད་ནམ་རྒྱལ་སློབ་བྱ།

༤ བརྗེ་བའི་རྒྱ་ཅན་པམ་དང་སྤྱན་འཁོར་ཚུ་ལྷ།

ལྷ་དོན་དེ་ནི། ད་རིས་པམ་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་

པའི་སྤྱན་ཆ་ཚུ་ཡང་། དཀོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་ལས་གཞུགས་ལམས་བཟང་ཏོག་ཏོ་
འབད་ཡོད་པའི་རེ་བ་སློམ་ཡོད། ར་ཡང་ལྷུང་པམ་གཉིས་ཀྱི་སློན་ལམ་ལས་བརྟེན་ད་རིས་
སྐབས་ཅིག་ཀྱི་དན་གཞི་ཡང་མེད་པར་ལེགས་ཤོམ་འབད་ར་ཡོད།

ད་རིས་ལྷུང་པམ་དང་སྤྱན་ཆ་ཚུ་ལུ་ར་གིས་དངུལ་ཀྱི་མ་ལོང་༥༠༠༠/- (ལྷ་སློང་ཐམ་པ་)
སྤྲེལ་དོ། འདི་གིས་ལྷུང་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་འོང་མོལ་བའི་རེ་བ་ཡོད། གནམ་དགུན་གྱི་
རལ་གསོའི་སྐབས་ལུ་གཡུས་ལ་ལུ་འོངམ་ད། གཞུགས་བཟང་པོ་འབད་མཇུག་ཚུ་གསུམ་པའི་
རེ་བ་དང་སློན་ལམ་ཡོད། ཟེར་ལྷ་ནི་ལོན་ལགས།

ཞེས་རང་རྒྱ་ཡ་པའི་ཚེས་ ༢༥ ལུ་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་

བྲུལ།

༣ བཅའ་དང་སྤྱན་ཚུ་ལྟ།

ད་རིམ་ རྒྱུ་མཐུན་དང་ སྤྱན་ཚུ་གི་ར་ ར་ཚོ་མེད་པར་བདེ་ཉེ་གཏོ་ཉེ་འབད་
ར་ ཡོད་པ་འོང་མཚོ་བའི་རེ་བ་ཡོད། ལུ་འ་ ལ་ཅ་ལ་ཉིན་མ་ཅིག་ལར་ གཞུགས་མ་བདེ་མ་ཅིག་ ལུ་
སྤྱི་ར་འབད་ཅུང་། ད་རིམ་ ཨ་ཉུག་ཉ་ལུགས་འབད་ དག་སྟེ། སློབ་སྤྱོད་ནང་ དིན་ཅན་གྱི་སློབ་དཔོན་
དང་ སློབ་སྤྱོད་ཚ་རོགས་ཚུ་དང་གཅིག་ལར་ དག་འཁོར་ཉེ་ཉེ་འབད་ར་ཡོད། དེ་གི་ཐད་ལུ་ རྒྱུ་མཐུན་
སྤྱན་ཚུ་ ཚ་གྲུང་ལང་མི་དགོ། ཟེར་ལྷོ་ནི།

མདའ་ཞག་ རྒྱུ་མཐུན་གཉིས་ཀྱིས་ དུལ་ཀྱམ་སྤོང་ཐུག་པ་ བསྐྱུལ་གནང་མི་དེ་གིས་ མཁོ་ཆེ་བའི་
ཅ་ལ་ སོ་སྤྱན་དང་ སོ་བཟུ། གནམ་ལེབས་ ཨོམ་སོ་ཚུ་ཉེ་ཡོད་པ་མ་ཚད། དེ་གི་ལྷག་ལུས་ཀྱིས་
དཔེ་མཚན་ལ་གསོའི་སྐབས་ལུ་ ཟུར་འཐེབ་འབད་ཆོས་བཟུ་ནི་གི་ ཟད་འགོ་ཡང་ ལང་ནི་མས།

ནངས་པ་གནངས་ཚེ་ དཔེ་མཚན་ལ་གསོའི་སྐབས་ལུ། ང་དང་ དེའི་ཚ་རོགས་གསུམ་ ཟུར་
འཐེབ་འབད་ དཔེ་ཚ་བཟུ་སྤོང་ནི་གི་ ཚིས་ཨིན་མ་ལས། གཡུམ་ལར་ འོང་ མི་ཚུ་གསུམ་ནི་བཟུམ་
འདུག།

གནམ་དགུན་ དལ་གསོའི་སྐབས་ལུ་ རྒྱུ་ བཅའ་དང་སྤྱན་ཚུ་ ལྷོ་གཞུགས་བཟང་པོ་འབད་ མཇལ་
ཚུགས་པའི་ རེ་སྤོན་དང་བཅས་ ལུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ དེ་ཉིན་ཚེས་ ༢༢. ༦. ༠༢ ལུ་ དུངས་བས་

ཕུལ།

ལྷག་སྟོན་འབདཱ་ད་ སློབ་ཁང་ནང་ དེམ་པར་དགོ་པའི་ མཐུན་ཀློན།

ལྷག་དེབ།

ལྷག་སྟོན་སྐབས་དང་། རྣམ་ལོམ་ རྣམ་བདེ་ ལྷག་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཚང་སྤྱི་ག་སློབ་ཁང་ནང་ལུ་ འཕྲོབ་ཚོག་ཚོག་འབད་ འོང་དགོ།

- | | |
|-------------------------------|----------------------------------|
| ༡. བཟང་པོའི་ལྷ། | ༢. བྱི་ལི་ཁ་སླབ་མི། |
| ༣. མི་ཚའི་དཀའ་འཕལ། | ༤. རབ་རུབ་གཏང་གོ། |
| ༥. རོ་ཁྱི་དང་བྱི་ལི་གི་གཉེན། | ༦. བཞུ་སེམས། |
| ༧. འཕམ་མཱ་དང་ར་གི་ལྷ་གྲ། | ༨. སློབ་དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་མཐར་ཕྱིན། |
| ༩. འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་ལྷ་བ། | ༡༠. རྒྱ་བྱ་དང་ཉ། |
| ༡༡. ལང་ཤོར་ཐལ་བའི་གཅེས་སྤྲུག། | ༡༢. བུ་བཀྲ་ཤིས། |
| ༡༣. རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་རྒྱུད། | ༡༤. ལྷའི་ཚུལ་ཁྲིམས། |

ལྷན་ཐབས།

- | | |
|----------------------------|----------------------|
| ༡. བུ་མཚུབ་དཀྱི་ལུ་ཆགས་མི། | ༢. ལས་དང་རྣམ་བསྐྱོས། |
| ༣. ཉ་གི་སྲོག། | ༤. ཐ་དམ་ཚོག། |
| ༥. ཞལ་རྡོ་རྗེ། | ༦. ཡིད་འཕྲོག་བཟང་མོ། |

སྟོན་ཆས།

Dzongkha Grammar charts (ལྷག་བཅས། འབྲེལ་/ཁྱེད་སྤྱི་སྤྱོད་ཚུལ་ ཚན་ ༣ ཡོད།)

སློབ་ཁང་ནང་ དུས་རྒྱུན་ བཀའ་སྟོན་འབད་ བཞག་དགོ།

གཞི་རྟེན།

Dzongkha Illustrated Dictionary for students ཚོག་མཛོད། ཡིག་སློབ་ཡར་དྲགས་ཀྱི་

དོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་དང་སློབ་སྤྲུག་ལུ་ རེ་རེ་འོང་དགོ།