

ཕྱི་མ་རིག་དང་སྐད་ཡིག།

སློབ་རིམ་༤ པ།

ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་
ཤེས་རིག་

སློབ་གྲུའི་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས།

ཤེས་རིག་དང་རིག་ཕུལ་གོང་འཕེལ་རྒྱན་ཁག།

ང་བཅས་ཀྱི་འགན་ཁག།

ང་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ ལྷན་ལྷན་ཉིན་ལྷན་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་ ཕྱག་ལུ་གནང་མི་ གློ་གཏད་སའི་དགོན་མཆོག་དང་ སྲིད་སྲུག་གི་གོང་མ་ ཅིན་ཅན་ཡམ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་
 ལས་ ང་བཅས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་མཆོག་ལུ་ གློ་གསུམ་གུས་པའི་གུས་བརྟུན་ཕུལ་ཏེ་ བཀའ་ག་
 གནང་མ་དང་ གསུང་ཅི་སྐབ་ཀྱི་ཕྱག་ཕྱི་ཞབས་ཏོག་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་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ འཕམ་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་ ཕྱག་ཕྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་དགོས་ཡིན།

ང་བཅས་ཀྱི་གཞུང་།

ང་བཅས་ཀྱི་གཞུང་འདི་ དམངས་གཙོའི་ཅ་ཡིམས་ཅན་གྱི་ རྒྱལ་བརྒྱན་གྱི་གཞུང་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་སྲོད་སྲེལ་གསུམ་གྱི་ ཕྱག་
 ལུ་ག་ར་ གཞུང་གིས་ཐུགས་ཐག་བཅད་དེ་ གནང་དགོས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ དང་པ་བཅོག་འབྲུའི་སྐབས་ལུ་ རང་མོས་
 རྣམ་དག་གི་ ཆོགས་རྒྱུ་བཟོ་གས་ཏེ་ ལྷོགས་སྲུབ་ཅན་གྱི་འདེམས་རོ་བཅོག་འབྲུའི་སྐབས་འབད་དགོས་དང་། གཉིས་པ་
 བཅོག་འབྲུ་སྲུབ་ཞིན་མ་ལས་ ཕྱག་ལུ་གནང་པའི་སྐབས་ལུ་ འབྲུ་མཉམ་དང་ འབྲུ་བདེན་ དྲང་གསལ་གྱི་སློམ་ས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 འཕམ་ཕྱགས་གཉིས་ལུ་ཕན་པའི་ ཕྱག་ལུ་ལེགས་ཤོམ་གནང་ཐབས་ཀྱི་ རྒྱལ་སྲོམ་ཕུལ་དགོས་ཡིན།

ང་བཅས་ཀྱི་རིག་གཞུང་།

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ རྒྱན་ཡིག་དང་ རྒྱན་ཆས་ 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་རྟལ་ཅིག་སྲོན་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཡང་ རིག་གཞུང་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
 འཕྲོ་ཚུགས་པ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་བཟང་པོ་ཚུ་ལུ་ ཕེས་མཐོང་དང་གུས་བརྟུན་བསྐྱེད་ཐོག་ལས་
 ཉམས་སྲུང་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་ཐབས་ལུ་ སེམས་ལུགས་བསྐྱེད་དེ་ ལུ་འབད་དགོས་འདི་ཁག་ཆེ།

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



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

འབྲུག་ཙན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང། །དཔལ་ལུགས་གཉིས་བསྐྱེད་སྤྱོད་བའི་མགོན།།

འབྲུག་རྒྱལ་པོ་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ། །སྐུ་འཇུར་མེད་བརྟན་ཅིང་ཆབ་སྲིད་འཕེལ།།

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

དཔེ་སྟུང་འབད་མི།

སློབ་གྲྭ་འུ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས།

བརྒྱན་འཕྲིན་ལང་ ༩༧༥-༣-༣༣༣༤༤༠

ཡོངས་འབྲེལ་ www.education.gov.bt

ལམ་དབང་ © ༢༠༢༣ སློབ་གྲྭ་འུ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས།

དཔེ་དེབ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྲི་རྒྱལ་ཡོངས་ སློབ་གྲྭ་འུ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་ རྩོམ་སྒྲིག་དང་ དཔེ་སྟུང་འབད་མོད་པ་ལས་ སློབ་གྲྭ་འུ་ཤེས་ཡོན་ལས་
ཁུངས་ལས་ གནང་བ་མེད་པར་ དཔེ་སྟུང་དང་ ཚོང་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་འབད་ནི་ལས་ འཛུམ་གནང་།

དཔེ་སྟུང་། ༢༠༢༣

ISBN 99936-0-280-6

བཀའ་བློན་དགའ་ཚོར།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཤེས་རིག་ལམ་ལུགས་དང་ སྲུང་ཚད་ལས་དྲགས་པ་མཐོ་ནི་དོན་ལུ་ ལག་ཆེ་བའི་མ་དདུལ་གྱི་རྒྱལ་སྐྱོད་གཞན་མི་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་
བཀའ་བློན་དགའ་ཚོར་ལུ་ནི་ལོ་ནི། དེ་དང་གཅིག་ཁར་ ཚོས་ཚན་དཔེ་དབུ་ཚུ་སྒྲིག་གི་ལུ་ནང་ལུ་ རྩམ་སྒྲིག་གི་གྲོས་ལོན་དང་ ཡན་འདེབས་གྱི་གྲོས་འཚམ་མཛུན་མི་
གཤམ་གསལ་ ཤེས་ལོན་མཁས་མཚོ་གཞན་དང་ རྩམ་པ་ཅན་གྱི་སྐོབ་དཔེ་ལོངས་ལུ་ དགའ་ཚོར་དང་བཅས་པའི་ལུགས་སོ་ལོན།

གོས་སྐྱོན་པ།

- ༡ དགོས་དོན་ཀྱང་ ཡོད་པའི་ལུགས་ རྩམ་ཚུ། ཤེས་རིག་ཉམ་ལག།
- ༢ རྩམ་སྐབས་འབྲུག་པ། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་སྐྱོད་ལེ་ཚན།

སྤྱི་བཏང་བོད་ལྗང་རྒྱལ་སྐྱོད་པ།

ཀྲམ་ལེ་ཤེས། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན་གཏོ་འཛིན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་སྐྱོད་ལེ་ཚན།

ལུན་དགས།

- ༡ དགོས་ལངས་རྒྱལ་ཤིང་། ཡོང་ལའི་ཚོས་ཚན་མཁས་མཚོ། ཡོང་ལའི་གོང་འཕེལ་དབང་འཛིན།
- ༢ ཚོས་སྐྱོད་དོན་གྱི་ལུགས། ཡོང་ལའི་མཁས་ཚོགས་འབྲུག་མི། ཀྲམ་གསལ་རང་སྐྱོད་ལས་འཛིན།
- ༣ དབང་དྲག་ཤིང་། ལྷ་ཞིབ་འགོ་དཔོན། ཤེས་རིག་ལྷ་ཞིབ་དང་རྒྱལ་སྐྱོད་ལེ་ཚན།
- ༤ ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན། ཚོས་རྒྱགས་འགོ་འཛིན་ལས་རིགས། འབྲུག་ཚོས་རྒྱགས་པ་གོད་ཚོགས།
- ༥ ཡོད་དབང་འདུས། ཚོས་ཚན་མཁས་མཚོ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱགས་པ་གོད་ཚོགས།
- ༦ རྩམ་སྐབས་འབྲུག་པ། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་སྐྱོད་ལེ་ཚན།
- ༧ བཟུམ་འཛིན་ཤིང་། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་སྐྱོད་ལེ་ཚན།
- ༨ ཚེ་སིང་། ཅ་གཞུང་འགོ་དཔོན། ཅ་གཞུང་དང་ལྷན་སྐྱེས་སྐྱོད་ལེ་ཚན།

ལུན་སྐྱེག་འབད་མི།

ཡོད་དབང་འདུས། ཚོས་ཚན་མཁས་མཚོ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱགས་པ་གོད་ཚོགས།

ལས་སྐྱོད་ཚོགས་རྒྱུ་བུ་འབྲུག་མི།

- ༡ དག་ཤོས་ལངས་རྒྱལ་ཤིང་། ཡོང་ལའི་ཚོས་ཚན་མཁས་མཚོ། ཡོང་ལའི་གོང་འཕེལ་དབང་འཛིན།
- ༢ དབང་དྲག་ཤིང་། ལྷ་ཞིབ་འགོ་དཔོན། ཤེས་རིག་ལྷ་ཞིབ་དང་རྒྱལ་སྐྱོད་ལེ་ཚན།
- ༣ ཡོད་དབང་འདུས། ཚོས་ཚན་མཁས་མཚོ། འབྲུག་ཚོས་རྒྱགས་པ་གོད་ཚོགས།
- ༤ ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན། ཚོས་རྒྱགས་འགོ་འཛིན་ལས་རིགས། འབྲུག་ཚོས་རྒྱགས་པ་གོད་ཚོགས།



ཚད་བཟོད།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་འདི་ཚོང་ལ་ཡིན། ཚོང་ལ་འདི་འབྲུག་མི་གསུམ་གྱི་ཤེས་དགོཔ་དང་ ལག་ལེན་ འཕམ་དགོཔ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ཚོས་ཚན་ནང་ལུ་ཡང་ ཚོང་ལ་འདི་ ལ་བའི་ཚོས་ཚན་ ལག་ཆེ་ཤོས་ ཅིག་ལུ་ ངོས་འཛིན་འབད་དེ་སློབ་ཉེན་འབད་མ་ཡིན།

ཚོང་ལ་འདི་ཚོས་ཚན་གྱི་ གཞི་རིམ་གོང་མ་དང་ འབྲིང་རིམ་འོག་མའི་ལ་གཞུང་ལུ་ ད་ཅེས་ ཟེངས་གསུམ་པའི་ ལེགས་པའི་ འབྲུག་པ་དེ་ སློབ་འབད་པ་འབད་དེ་ཡོད། དེ་ཡང་ ལྷོ་ལོ་ 2006 ལས་ འབྲིང་རིམ་བས་མ་དང་ གོང་མའི་ཚོས་ཚན་ལེགས་ ལྷུ་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ཡིན་མ་ལས། འདི་གིས་ སློབ་རིམ་གོང་མའི་ ཤེས་ཡོན་གྱི་གཞི་འབྲུག་པ་བཅུགས་པ་ཡིན། ཚོང་ལ་འདི་ཚོས་ཚན་ལེགས་སྐྱུ་འབད་དགོཔ་པའི་ གཞི་ལུངས་ངོ་མ་འདི་ས་ སློབ་ཡུག་ཚུ་ལུ་ ཏེ་མ་ལས་ཉུག་ཏེ་ མི་ཚོ་ལུ་མཁོ་ བའི་ རིག་ལུ་འབྲེལ་ཐབས་ལུ་ གཏོ་བོ་འབྲོན་ནི་དོན་ལུ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ བརྟེན་ཚུ་ དུས་མཐུན་བཟོ་ཐབས་དང་ སློབ་ ཉེན་གྱི་གནས་ཚད་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཤེས་ཚད་དང་ དོ་མཉམ་བཟོ་ཐབས་ལུ་ཡང་ཡིན།

དེ་འབད་པ་ལུ་བརྟེན་ གཞི་རིམ་གོང་མ་དང་ འབྲིང་རིམ་འོག་མའི་ རོམ་རིག་དང་ སྐད་ཡིག་སློབ་དེ་འདི་དྲུང་ སློབ་རིམ་སོ་ སོའི་གནས་ཚད་དང་བརྟེན་པའི་ ཉུག་རིག་རོམ་རིག་དང་ སྐད་ཡིག་དང་ ཡི་གའི་སྦྱོར་བ་ ཡིག་སྐྱར་རྣམ་གཞག་གི་དོན་ཚན་ ཚུ་ ཚུད་དེ་ཡོད། དེ་ཚུ་ཡང་ མི་ཚོ་ལུ་མཁོ་བའི་འབྲེལ་ཡོད་ བཟོ་དོན་མཁོ་ཅན་ཚུ་ལུ་ གཞི་བཞག་གི་ཐོག་ལས་བྲིས་ཏེ་ཡོད་ ནི་དེ་གིས་ སྐད་ཡིག་རིག་ལུ་གྱི་གཞི་འབྲུག་ ཚུད་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ སློབ་ཡུག་ཚུ་གི་ མདོ་རིག་གོང་འཕེལ་འབྲེལ་ལུ་ཡང་ ཡན་ཐོགས་སློབ་འབྲུང་ཚུགས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད།

དེ་དང་འདྲེས་ཅིག་འབད་ སློབ་ཉེན་འབད་ཐངས་ཚུ་ཡང་ སློབ་ཡུག་ཚུ་ལུ་ བཟོ་དོན་དང་གཅིག་ལས་ རིག་ལུ་གྱི་ཤེས་ཡོན་ འབྲེལ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་འདི་ གཏོ་བོ་སློབ་ཡུག་པ་དང་སོ་སོ་གི་ཉམས་སྦྱོང་ཐོག་ལས་ འབྲེལ་དགོཔ་འབད་བཟོ་ཏེ་ཡོད། དེ་གི་ དོན་ལུ་ སློབ་ཉེན་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ཡང་ རྒྱལ་ཡི་རིག་ཉེན་པས་དང་ མི་ཚོ་ལུ་མཁོ་ཆེ་བའི་ རིག་ལུ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ སློབ་དཔོན་

སྲོན་བརྗོད།

༡༧། ལོ་སྤྱི། རབ་འབྱམས་ངོ་མཚར་ཤེས་བྱ་རྒྱ་མཚོའི་གྲོང་། རྣམ་དཔྱད་རིག་པའི་གྲུ་ཆེན་གོམ་གཅིག་གིས། ལ་མཐར་སོན་པའི་སློབ་མོས་ལོར་བུའི་གཏེར། སྲོལ་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་ཚོམ་གྱི། སྲོབ་དེབ་བཙུང་བས་བྱིན་གྱིས་དགའ་བས་ལོངས། །

ཞེས་མཚན་པར་བརྗོད་པ་དང་། དངོས་པོ་དེས་པར་ལོ་རྒྱུ་པའི་ཚིག་གིས་མཐུན་བསུས་ཏེ། ལཱ་ཤི་འདི་ཡང་། འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སྲོབ་གྲའི་མོང་ལའི་ཤེས་ཡོན་ཅེ་གཞུང་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྲོབ་དེབ་གསར་ཚོམ་གྱི་གསལ་ལས་སྲོབ་རིམ་༤ པའི་སྐད་ཡིག་དང་། ཚོམ་རིག་སྲོབ་དེབ་འདི་ ལྗོལ་༢༠༠༦ གི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ ཤེས་ཡོན་ཅེ་གཞུང་འགོ་དཔོན་ལའི་དང་འཁྲུལ་ཏེ། འབྲུག་རྒྱལ་ལབ་ནང་གི་སྲོབ་གྲུ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ དེ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོའི་འབྲུ་པར་དང་མཐུན་པའི་ ཚོམ་རིག་དང་སྐད་ཡིག་སྲོབ་དེབ་འབད་ བཟོ་བཟོ་ལོ་ན། ཚོམ་རིག་དང་སྐད་ཡིག་གི་སྲོབ་དེབ་འདི་ནང་། ཚོམ་ཚན་ལག་གྲིས་ལུ་དེ་ཉེ་ལོ་ད། དཔེ་ཚན་དང་པའི་ནང་། རྟེན་རིག་ཚོམ་རིག་དང་། དཔེ་ཚན་གྲིས་པའི་ནང་། སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གེའི་སྐྱོར་བའི་སྐོར་ལས་བཅུགས་ཏེ་ལོ་ད། སྲོབ་རིམ་དེ་ཚུ་ནང་ལོ་དཔའི་ སྲོབ་སྐྱོང་འབད་དགོ་པའི་དོན་ཚན་ཚུ་ ག་ར་བརྗོད་དོན་ལུ་གཞི་བཞག་ཏེ་བཟོ་ལོ་དཔ་ལོ་ན།

དེ་ཡང་། ཚོམ་རིག་ཚོས་ཚན་འདི་ འབྲི་ཚོམ་ ལྷན་ཚོམ་ ལྷང་དང་གྲུ་མ་རྒྱུད་ གཞུམ་གྱི་ཐོག་ལས་ དེང་རབས་ཀྱི་ཚོམ་རིག་ལམ་ལུགས་ ཀྱི་རིག་ཕུལ་འབྲོབ་ཚུགས་པའི་ དམིགས་གྲུད་གཅི་བོར་བཟུང་ཏེ། རང་ལུགས་ལར་སྲོལ་ཚོམ་རིག་ལམ་ལུགས་ཚུ་ཡང་། ཤེས་ཚུགས་པའི་དམིགས་གྲུད་བརྟེན་དེ་ལོ་ད། རྟེན་པར་ ཚོམ་རིག་དང་ཡི་གེའི་སྐྱོར་བའི་ སྲོབ་དེབ་འདི་ནང་། ལྷང་དགོ་པོ་ལོ་དཔའི་ རིག་ཕུལ་ཚུ་གི་བརྗོད་དོན་འདི་ ཤེས་ཡོན་སྲོབ་སྐྱོང་གི་གཞི་འབྲུ་པར་དང་འབྲེལ་བ་དང་། རང་མགོ་འདྲོང་ཚུགས་པའི་མི་ཚེའི་ལཱ་གཞི་གཞི་དང་། རང་གི་ལུས་པག་ཡིན་གཞུམ་གྱི་ བསམ་བློ་དཔལ་དུགས་གྲུད་ཐབས་ལུ་ ལག་ཆེ་བའི་གཞི་དོན་ཚུ་ཚུ་དེ་ལོ་ད། དེ་གིས་སྲོབ་རིམ་དུག་པའི་སྲོབ་ཕུག་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་ལབ་ནང་དུས་ཀྱི་འབྲུ་པར་དང་འཁྲུལ་ཏེ་མཁོ་བའི་ ཤེས་ཡོན་དང་འཇམ་གྲུ་ཚུ་འབྲོབ་ཚུགས་པའི་དེ་བུ་ལོ་ད།

ཚོགས་གྲུབ་ཅན་གྱི་ མི་ལྷོད་དུ་འོན་པ་དང་ རྣམ་ཚེན་ལང་མ་མ་འཛོམ་པའི་ དུག་ལ་ངལ་ཚུ་ལས་མཚུན་ ཉུག་ཚད་དང་ རྟོན་འཁྲུལ་མ་འཁྲུང་
བའི་དཔེ་མི་སྲིད། རྟོན་འཁྲུལ་འདི་ཚུ་ལྟ་ འབྲེལ་ཡོད་མཁུན་དུ་ཞུ་ག་གིས་ར་འབད་ཅུང་ ཟད་ཀྱང་དུ་ལེགས་པའི་དགོངས་འཆར་ ག་ཅི་ར་
གནད་ཅུང་ ལེགས་སོ་དང་བཅས་པའི་ དུག་ལ་བསུའི་གདོང་ལེན་སློམ་ཡོད།།

སློབ་འདེབས།

གངས་མེད་རྒྱ་ཆེན་འཇོམ་གྱིང་ཤེས་བྱའི་མཐའ། །ཐབས་མཁུལ་བརྩོན་ཤུགས་གཤོག་ལྷབས་བྱང་འབྲེལ་གྱིས། །
ལེགས་པར་ཚོད་པས་བདག་གཞན་དོན་གཉེས་གྱི། །དཔལ་ཡོན་སུན་སུམ་ཚོགས་པའི་རྒྱ་རྩ་སློབ། །

དུག་ལ་ངལ་ཚུ་ལས་མཚུན་དེ།
ལྷོ་ལོ།
ཕྱིང་ལའི་ཚོས་ཚན་ཚོགས་ཅུང་།

དཀར་ཚེགས།	ཤོག་གྲངས།
དཔེ་ཚན་དང་པ།	3
ཉམ་མེད་དང་ལྷོ་མ་མིག།	3
ཉམ་མེད་དང་ལྷོ་མ་མིག་གི་ཁྲུང་ལོ་དོན།	4
ཉམ་མེད་དང་ལྷོ་མ་མིག་གི་གྲུབ་ཚུལ།	10
སློབ་སྦྱང་ལུགས་དོན།	1
སློབ་ཚན་ 1 པ། བརྗོད་དོན། དེ་ལོ་མི་ཚོ། 13	
1. སློབ་གྲྭ་ལོ་སློབ་དཔེ་དོན།	14
2. ལྷོ་མ།	
3. གཞུང་གཞི་གཤམ་གསལ།	21
ཉམ་མེད་ལ།	26
1. མོ་རྟོག་	26
སློབ་ཚན་ 2 པ། བརྗོད་དོན། དུས་ལོ། 20	
1. ལྷོ་མོ།	29
2. ལྷོ་མ་ཚོ།	
ཉམ་མེད་ལ།	36
1. རྒྱུ་ལོ།	36
སློབ་ཚན་ 3 པ། བརྗོད་དོན། དཀར་ཚེགས། 39	
1. རྒྱ་གཞི་གི་ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	41
2. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	44
3. བཀའ་ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	49
སློབ་ཚན་ 4 པ། བརྗོད་དོན། བརྗོད་དོན་ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	47
1. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	43
2. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	47
3. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	49
སློབ་ཚན་ 5 པ། བརྗོད་དོན། ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ། 54	
1. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	60
2. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	67
3. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	74
ཉམ་མེད་ལ།	76
1. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	76
སློབ་ཚན་ 6 པ། བརྗོད་དོན། ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ། 79	
1. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	81
2. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	83
3. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	84
ཉམ་མེད་ལ།	88
1. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	88
2. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	88
3. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	88
ཉམ་མེད་ལ།	91
1. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	91
2. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	91
3. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	91
ཉམ་མེད་ལ།	92
1. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	92
2. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	92
3. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	92
ཉམ་མེད་ལ།	93
1. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	93
2. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	93
3. ལྷོ་མ་ལོ་སློབ་ལོ།	93

སློབ་སྦྱང་ལམ་ལོན།	༩༤
ཐོན་ལས་ལྟུང་ལམ་ལོན།	༩༧
ཐོན་ལས་ལྟུང་ལམ་ལོན་ཚུལ།	107
སློབ་སྦྱང་ལམ་ལོན།	102
སྐད་ཡིག་དང་ཡིག་སྐྱོང་ལ།	103
སྐད་ཡིག་དང་ཡིག་སྐྱོང་ལའི་ལུང་ལོན།	104
སྐད་ཡིག་དང་ཡིག་སྐྱོང་ལའི་གནས་ཚུལ།	107
སློབ་སྦྱང་ལམ་ལོན།	104
༡. རྒྱ་མཚམས། བརྒྱ་མཚམས། དོན་མཚམས་གཞན་ཅང་ལ།	109
༢. མིང་དང་མིང་གི་ལུང་ཚིག།	110
༣. གཞིག་ཚིག་ མང་ཚིག་ མོ་མོ་ལོ་ཚིག།	116
༤. རྒྱ་མཚམས་ལྟུང་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།	122
༥. རྒྱ་མཚམས་དང་ལྟུང་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།	123
༦. རྒྱ་མཚམས་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།	124
༧. རྒྱ་མཚམས་དང་མིང་མཚམས་ལོ་ལོ་ལོ།	124
༨. རྒྱ་མཚམས་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།	124
༩. རྒྱ་མཚམས་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།	124
འཇུག་ལྟུང་ལམ་ལོན་ སློབ་ལུང་ནང་ རེ་ལམ་དགོ་ལའི་ མཐུན་ལྟུང་།	122

དཔེ་ཚན་དང་པ།
ལྷག་རིག་དང་ཕྱོམ་རིག།

ལྷག་རིག་དང་རྩོམ་རིག་གི་ཁྲུང་ས་དོན།

རྩོམ་རིག།

རྩོམ་རིག་ཟེར་མི་འདི་ སློབ་དེབ་དང་ཉམ་དེབ་ གཏུང་ཡིག་དང་གསར་ཤོག་ ལ་སོགས་པའི་ཡིག་ཆ་
ཚུ་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། རྩོམ་རིག་ལུ་ རྣམ་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ ལེ་ཤ་ཡོད་ཅུང་ ཤེས་ཚད་གནས་འཛིན་ གཏུ་སྤྲོད་
པའི་དོན་ལུ་ འབྲི་རྩོམ་དང་ རྩོམ་རིག་ ལྷག་རིག་སྤྲོད་ལུ་འབྲེལ་བ་ལོད།

འབྲི་རྩོམ།

འབྲི་རྩོམ་ནང་ལས་ འགྲེལ་བཤད་འབྲི་རྩོམ་དང་ ལོ་རྒྱུས་འབྲི་རྩོམ་གཏུ་སྤྲོད་ སློབ་ཚན་རེ་རེ་ནང་འབྲེལ་
བྲིས་ཏེ་ཡོད། དེ་ཚུ་ བརྗོད་དོན་གཅིག་གི་བློ་ལུ་ བྲིས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ རྩོམ་རིག་མ་འདྲེ་ལྷག་རིག་སྤྲོད་
བྲི་དོན་གཅིག་གི་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ་ཡོད།

འགྲེལ་བཤད་འབྲི་རྩོམ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེར་ན། པར་དང་ཅུང་ལ་ཅིག་གི་སྐོར་ལས་ བཤད་པ་རྒྱུ་ཏེ་འབྲི་
མི་འདི་ཡིན། པར་དང་ཅུང་ལ་ཅིག་གི་ རིང་བུང་ ཡུ་སྐོར་ ཆེ་ཆུང་ ཚེས་གཞི་ བཟོ་རྒྱུ་ མང་ཏུང་
གནས་ལྗོན་ཚུ་གི་བཤད་པ་ ལ་གསལ་ལུ་རྒྱུ་ཏེ་ བྲི་དོན་པ་ཡིན།

ལོ་རྒྱུས་འབྲི་རྩོམ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེར་ན། སློབ་གྲྭ་འི་ རྩོམ་གཅིག་གི་ལས་འཛིན་དང་ ཡང་ན། སློབ་
ཡུལ་ཅིག་ ལྷི་མ་ནང་ལས་ སློབ་གྲྭ་ནང་འོངས་ཏེ་ ལོ་རྒྱུས་འབྲི་ ག་དེ་སྤོ་ འགྲོ་དེ་ཡོད་ག? ལོ་རྒྱུས་
བྲི་དོན་བཟུམ་ཡིན། འདི་གི་སྐབས་ལུ་ དང་པུ་ ག་ཅི་འབྲེལ་དེ་ཡོད། གཏུ་སྤྲོད་ཏེ་ རེ་ལས་ ག་ཅི་འབྲེལ་

ནི་ཡོད་ག? རིམ་པ་བཞི་ཉེ་དུ་ བྲི་དགོ་པ་མ་ཚད་ རྒྱས་ཚད་ཉེ་མ་འབད་མི་ཚུ་ཉེ་མ་དང་ རྒྱལ་མ་འབད་
མི་ཚུ་རྒྱལ་མ་འབད་ རིམ་པ་བཞི་ཉེ་དུ་བྲི་དགོ་པ་ཡིན།

སློབ་ཚུ་མ།

ཉུན་ཚེ་མ་ལས་ རྒྱ་གྲུ་འི་ཞབས་ལྷ་དང་ ཡུང་མོ་གསལ་ལ་བཤད་གསུམ་ སློབ་ཚན་མེ་མེ་བཞི་ཉེ་དུ་
བཅུ་གས་ཉེ་ཡོད། དེ་ཚུ་གིས་ ཉུག་ནི་དང་སྤྲོ་བ་དེ་འི་རིག་ཡུལ་ གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ ཡན་མ་མ་ཚད་
བརྗོད་དོན་ཚུ་ ཚོམ་རིག་གི་ཐོག་ལས་ བྲི་དགོ་པ་ལོ་ཡང་ བཅུ་གས་ཚུ་གསལ་པ་ཡིན། དེ་ལས་ རྒྱ་གྲུ་དང་
ཞབས་ལྷ་ ཡུང་མོ་ཚུ་གིས་ མིང་ཚིག་གསར་པ་ཚུ་ རྒྱ་བའི་ཐོག་ལས་ ཉུག་ཚུ་གས་དེ་ཡིན་མ་མ་ཚད་
ཞབས་ལྷ་རྒྱུ་བ་དེ་དང་ ཡུང་མོ་འི་དག་ཡུལ་འབྲོ་བ་དེ་འི་ གཞི་འབྲུམ་ཡང་ཚུད་ཚུ་གས་དེ་ཡིན། གསལ་
བཤད་ཀྱི་ཚིག་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་བཟོ་བྱེ་ སྤྲོ་བ་དེ་གི་སྤྱད་བ་ འབྲོ་བ་དེ་འི་དོན་ལུ་ཡིན།

སྤྱད་བྱུང་གྲུ།

རྒྱས་ཤོས་ཚུ་གིས་ གཏང་ནི་ཡོད་མི་གི་ མི་དང་ལམ་ལས་ཅན་ཚུ་གི་སྤྱད་ཚུ་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། ད་བཅའ་ར་ལུ་
དངོས་སུ་བྱུང་བའི་ ལོ་རྒྱུས་ཅིག་སྤྱད་འབད་བཟོ་དེ་ཚུ་ཡང་ཡོད། རྒྱ་བ་ཆེ་བྱོ་གྲོ་གི་ སྤྱད་དེ་ཚུ་ལུ་
བརྗོད་ཉེ་ རྒྱ་དེ་ཡིག་གོང་འཕེལ་དང་ ཚིག་དོན་ཚུ་ཤོས་ཚུ་གསལ་པ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཡན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཡིན།

ལྷན་སྐྱེས་པ་དང་ཕྱོགས་སྐྱོད་ལྷན་སྐྱེས་པ་གནས་ཚུལ།

སློབ་འཇུག་ཀྱི་ལས་འགུལ་དང་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས།

༡. ཡོད་པའི་དཔེ་དེབ་དང་ཡིག་རིགས་ གཅི་རང་ཡིན་ཅུང་ རྫོགས་པའི་ གཞུང་མཚམས་ ཚིག་མཚམས་ཚུ་ ཚུལ་དང་མཐུན་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ རྒྱ་ཚུགས་དགོ།
༢. ཚོས་སྐད་དང་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཆ་དང་ དཔེ་ཆ་ཚུ་ལྷན་སྐྱེས་དགོ།
༣. ཡོད་པའི་དཔེ་དེབ་ཡོད་པའི་དངོས་ཚོམ་དང་ འཆར་ཚོམ་གྱི་དཔེ་དེབ་ཚུ་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་ རྒྱ་ལྟེ་ བོ་བུ་ལཱ་ཚུགས་དགོ།
༤. བོ་དེ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་མ་འདྲ་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་སྐྱེས་ཚུགས་དགོ།
༥. ཡོད་པའི་དཔེ་དེབ་ཚུ་ལྷན་སྐྱེས་ བསྐྱར་ལོ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༦. ཚོམ་རིག་མ་འདྲ་ལྷན་སྐྱེས་ འབྲི་ཐབས་ཀྱི་ལྷན་པར་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་དགོ།
༧. རྒྱ་ལཱ་ བོ་མས་འདྲིས་ཚུ་དེ་ མི་ཚོའི་དང་ རྒྱ་ལཱ་བཟོན་ལྷན་སྐྱེས་དང་ ལྷན་སྐྱེས་ཚུགས་དགོ།
༨. ཚོམ་རིག་ཚུ་ལྷན་སྐྱེས་ ཚོས་དང་ལམ་སྟོལ་ལྷན་སྐྱེས་མཐོང་གི་བསམ་སྟེན་ཤེས་ཡོན་དང་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་བྱ་གཞག་ཚུ་ལྷན་སྐྱེས་ རྒྱ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ འབྲོག་ཚུགས་དགོ།

སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན།

༡. སློབ་རིམ་ལ་པའི་ནང་ཉལ་མི་ ཉལ་ནིའི་རིག་ལུ་ཚུ་ བསྐྱར་ནི་བའ་ལ་བད་དེ་
ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་ཚུགས་དགོ།
༢. ཚིགས་བཅུ་དང་ ཚིག་ཉལ་གི་ ཉལ་བཅུ་མ་འདྲ་མ་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཉལ་
ཚུགས་དགོ།
༣. འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ འཇམ་རྩྱུང་རྩོམ་པའི་ ལྷན་ལྷན་ཀྱི་ཉལ་ཏེ་ སང་
གི་སློབ་ལུ་འབྲེལ་པའི་ ལྷན་ལྷན་དང་ འབྲེལ་པའི་ཚུ་གི་སློབ་ལས་ ལོ་རྒྱུས་
བཤད་ཚུགས་དགོ།
༤. རྩོམ་རིག་ འཇམ་རྩྱུང་རྩོམ་ཉལ་ཏེ་ དེ་ནང་གི་ བཟོ་དོན་དང་ ལྷན་ལྷན་གི་
ལྷན་ཚོས་ཚུ་ དཔྱད་པུ་ལ་བད་དེ་ བཟང་ལཱ་གི་དཔྱད་པུ་ལྷན་ཚུགས་དགོ།
༥. ཚིག་མཛེད་ ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་ཏེ་ མིང་ཚིག་གི་གོ་དོན་ འཚོལ་ཚུགས་དགོ།
༦. གོ་དོན་ལྟེ་འབྲེལ་པའི་དོན་ལུ་ ཉལ་ནིའི་བཅས་ཤེས་མ་འདྲ་མ་ཚུ་ ལག་ལཱ་ལྟེ་
འབྲེལ་ཏེ་ ཉལ་ཚུགས་དགོ།
༧. མཐུ་ལྷན་དང་ པར་རིས་ རིག་ལྷན་ ཤད་ལྷན་ པར་ལྷན་འཇམ་རྩྱུང་རྩོམ་ལུ་
བཏུ་ཏེ་ བཟོ་སྐྱར་ལ་བད་ཚུགས་དགོ།

- ༤. དུས་མཐུན་གྱི་མིང་ཚིག་གསར་པ་ཚུ་ཉམ་ཞེ་ལུ་སེམས་བྱུགས་བསྐྱེད་དེ་མིང་ཚིག་
ཚུ་སྐྱེད་འབད་ཚུགས་དགོ།
- ༥. ལ་པ་ནང་ཉམ་མི་ མིང་ཚིག་གུ་ གསར་འབྲེལ་ཉམ་ཞེ་སྤྱི་ལོ་ 200 བཀའ་རྒྱེ་
བསྐྱེད་ཞུ་ཚུགས་དགོ།
- ༡༠. ཉམ་ཞེ་གི་ དམེ་དེབ་ཉམ་ཞེ་སྤྱི་ལོ་ 74 ཉམ་ཚུ་དགོ།
- ༡༡. རྩོམ་རིག་གི་དམེ་དེབ་ མང་ལུ་ཉམ་ཞེ་ལུ་ གོམས་སྐྱུང་ཚུ་དེ་དེ་དང་ དག་ལྷང་
བསྐྱེད་ ཚུགས་དགོ།

བརྗོད་དོན་གྱི་ཁྲུངས་དོན།

བརྗོད་དོན་ཟེར་མི་འདི་ གཏོ་བོ་ལ་ལོ་ཚུ་གི་ མི་ཚོ་ལུ་མཐོ་བའི་ཤེས་ལོན་ ལག་ཆ་
 བཟུམ་ཅིག་ འཕྲོ་བ་པའི་སྐབས་ལུ་ ལག་ཆ་ལག་ལཱ་ འཕམ་ཤེས་ནི་གི་བསམ་འདུག་
 དང་། བྱ་བ་ལག་ལཱ་འཕམ་བཅས་ཀྱི་ གནས་སྐབས་གཉིས་ རྩམས་གཅིག་ལས་
 ཤེས་ཚུགས་ནི་ཤེས་ལོན་བྱེད་ནི་དོན་ལུ་ཡིན། དེ་ཡང་ ལ་ལོ་ཚུ་ ལོ་ན་ཚུང་ཀྱི་
 བསྐྱེད་ལས་ས་ བཟང་པོའི་ལམ་ལུ་གོ་མས་འདྲིས་ཚུད་ནི་ གལ་ཆེ་མ་ལས་བརྟེན། ཤེས་
 ཚད་ཀྱི་གནས་འཛིན་གཉིས་པ་དང་ གསུམ་པའི་སློབ་དེབ་ཚུ་གི་ རྩམ་འདུག་དང་ རྩོམ་
 འདུག་འདི་ སློབ་ཚན་སེ་སེ་ལུ་ བརྗོད་དོན་སེ་བཀོད་དེ་ཡོད།

དེ་མ་ཚད་ རྩོམ་འདུག་གི་དབྱེ་བ་མ་འདྲུམ་ འབྲི་རྩོམ་ རྩུ་རྩོམ་ རྩུང་བུང་ཚུ་ག་ཅི་ས་
 ཡིན་ཅུང་ བརྗོད་དོན་གཅིག་ལུ་ དམིགས་གཏོག་བསྐྱེད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་གི་དགོས་པ་
 འདི་ཡང་ སློབ་ལུ་ག་ཚུ་གིས་ སོ་སོའི་མི་ཚོ་ནང་འབྱུང་བའི་ཉམས་སྲུང་ཚུ་ རྩོམ་འདུག་མ་
 འདྲུམ་ ག་ཅི་གི་ཐོག་ལས་འབད་ཅུང་ འབྲི་རྩོམ་འབད་བཅུགས་ཏེ་ བརྗོད་སློབ་ལཱ་
 འབད་ནི་ལུ་ གོ་མས་སྐྱུང་ཚུད་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན། བརྗོད་དོན་དེ་ཚུ་ཡང་ རྩོམ་
 མཐོང་དང་ བསམ་སློབ་ཤེས་ལོན་གྱི་ རྩོམ་དང་ མི་ཚོས་ཀྱི་ལྷན་གཞན་ ལས་སྐྱོལ་
 ལམ་ལུགས་ མི་ཚོའི་འདུ་ཚུ་ལུ་ལས་ བཅུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་གིས་ ལ་ལོ་ཚུ་

གི་ བསམ་པ་དང་སློབ་པ་ རིག་ཕུལ་ གཞུམ་ཆ་ར་གི་ ཤེས་ཡོན་འཕྲོ་ཚུགས་ནི་
ཡིན།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སློབ་དཔོན་དང་སློབ་ཕུག་ཚུ་གིས་ བརྗོད་དོན་གྱི་དམིགས་དོན་
འགྲུབ་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ རྟེན་ཡིག་གི་རིག་ཕུལ་བཞི་དང་། རྩོམ་རིག་གི་ལྷན་ཡོན་ཚུ་
གི་ ཤེས་ཚད་ལོགས་གྲུབ་ཚུ་ མི་ཚོ་འདི་རིག་ཕུལ་བཅུ་བཅའ་གྱི་ཐོག་ལས་ འཕྲོ་ཚུགས་པ་
འབད་དགོ་པ་ཡིན། སློབ་རིམ་བཞི་པར་ བརྗོད་དོན་མ་འདྲ་ལ་གི་ སློབ་ཚན་ལ་དང་
སློབ་རིམ་ལ་པ་དང་དུག་པར་ བརྗོད་དོན་མ་འདྲ་ལ་དུག་པའི་ སློབ་ཚན་དུག་པའི་དང་
སློབ་རིམ་བདུན་པ་དང་བརྗོད་པར་ བརྗོད་དོན་མ་འདྲ་ལ་བདུན་པའི་ སློབ་ཚན་བདུན་པའི་
ཡོད། བརྗོད་དོན་དགོས་ལུངས་དང་ དམིགས་དོན་དེ་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་གི་འོག་ལུ་
བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ལས། སློབ་ཚན་སོ་སོ་འདི་བརྗོད་དོན་ཚུ་ ལགས་ཤོམ་འབད་ ཏུ་གོ་ཚུགས་
ནི་འདི་དོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ གཞུམ་གསལ་ལ་གྱི་ལུངས་དོན་ལུ་ བཞུགས་པའི་འདྲོང་
གནང་ཏེ་ སློབ་ཕུག་ཚུ་ལུ་ སུམ་དགོ་པ་གཞུག་ཆེ།

སློབ་ཚན་ ༡ པ། བརྗོད་དོན། དེའི་མི་ཚོ།

ཡལ་ལོ་ཚུ་གི་ལོ་དང་ན་ཚེད་ འ་ནེམ་ཅིག་ཁར་ལྟོད་པ་ད། སང་གི་མི་ཚོ་སང་མགོ་འདྲོངས་ཏེ
 ལོ་དོ་ཚུ་གས་པའི་ཐབས་དང་གནས་སྐབས་ཚུ་ལུ་ མནོ་བསམ་གཏང་ནི་ འགོ་བཅའ་གས་
 དགོ་པ་དང་ ག་སྐྱིག་རྒྱ་བ་ནི་གི་ ལུ་འགོ་བཅའ་གས་དགོ་པ་ཡིན། དེ་གིས་འབད་ ཡལ་ལོ་ཚུ་
 ལུ་ བརྗོད་དོན་ག་ཅི་ས་ ལོ་ན་དགོ་པ་མོ་ ཟེའ་བ་ཅིན། དང་པ། པར་བྲི་ནི་ ཚེན་གཏང་ནི་
 ལ་སོགས་པ་ བཟོ་རིགས་བཅུ་གསུམ་གྱི་ ལག་ཤེས་ཚུ་གི་ དགོས་པ་དང་ཡན་ཐོགས།
 དེ་ལས་ སོ་ནམ་ལུ་བརྟེན་པའི་འོང་འབབ་དང་ སློ་ནོར་གསོ་སྦྱོང་ ཚེད་ལུ་ལུ་བརྟེན་པའི་
 ཁེ་ཡན་ཚུ་གི་སློར་ལས་ལོ་ན་ཏེ་ དེ་ཚུ་གི་ལུ་ནང་ བཟོ་ལྷན་གས་བརྟེན་ཚུ་གས་མི་ཅིག་ལུ་
 བཟོ་དགོ་པའི་ཁར། ག་ཞན་ཡང་། མི་ཚོའི་འཚོ་ཐབས་འདི་ ག་ཞུང་གི་ཡིག་ཚང་ནང་
 ལོ་དོ་མི་ག་ཅིག་མིན་པར་ མི་དེ་ལུ་ཡན་པའི་ ལུ་དང་འོང་འབབ་ བཟོ་ཚུ་གས་པའི་ལུ་
 ག་ཞན། དཔེ་ན། ཚེམ་ལུ་ ཚུ་དུང་དང་གྲོག་ཐག་བཅོམ་ འཕུལ་ཆས་བཅོམ་ནི་ རྒྱ་
 བརྟེན་ནི་དང་ བཟོ་བཟོ་སའི་མཛེས་ཁང་བཅའ་གས་ནི་ རྒྱུ་འཁོར་གཏང་ནི་ བཞེས་སློ་
 བཟོ་ནི་ དང་བཞེས་རྒྱ་བ་ནི་ གོ་ལུ་འབྱུང་ནི་ ཚེད་བཅོམ་ནི་ ལམ་ལོ་ན་པ་འབད་ནི་ལུ་
 སོགས་པའི་ རྒྱ་དེག་དང་དེག་ཕུལ་ ལག་ཕུལ་གྱི་ལུ་ཚུ་ གནམ་མེད་ས་མེད་ ཁག་
 ཆེས་ཡིན་མ་ ཤེས་ཚུ་གས་དགོ་པ་དང་། ཐན་ཏུ་མ་འཕུག་མི་དང་ ཆབ་གསང་སེལ་མི་
 ཕུགས་མ་འཕུག་མི་ ཕུགས་སྒྲིགས་སྦྱོམ་མི་ཚུ་ཡང་ སྦྱོ་སྦྱོ་ཐག་ནི་ཡང་མེན། འོང་མེད་

པ་ཅིན་ ང་བཅས་སྟོན་མི་ཚུགས་ནི་ཡིན་མ་ལུག། མི་སྡེ་ལྷ་པན་ཐོགས་ཆེ་བའི་ ལཱ་ཅིག་
 ས་འཐད་པ་ཡིན་པའི་ཁས་ ཁོང་ས་དང་བསྟན་པའི་ འཚོ་བའི་འོང་འབབ་ཡང་བཟོ་སྟེ་
 བཟའ་ཚང་ ནང་མི་ གསོ་ཚུགས་པ་འབད་ཡོད་པ་ཡིན་མ། མནོ་བསམ་གཏུང་གྲེས་པ་
 བཟོ་དགོ་པ་ཚུ་ཡིན།

༡. སློབ་གྲུའི་སློབ་དཔོན།

འབྲི་ཚུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། བརྗོད་དོན་ག་ཅི་ཡིན་ན་ དབྱེ་དབྱུང་འབད་ཚུགས་ནི་དང་། དོན་ཚན་གཞན་ དངོས་མཐོང་གི་ཉམས་སྲུང་ཚུ་གི་སློབ་ལུ་ འབྲི་ཚུམ་འབྲི་བའམ་གྱི་ བཟའ་ལམ་དང་ རྩེ་ནམ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་སླེ་བྲི་ཚུགས་ནི། འདི་ནང་ལས་འབྲོམ་མི་ མིང་ཚིག་གསལ་པ་གི་ སློབ་སློུང་ཚུ་ལུ་ཕན་སློབ་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

ལུ་ ད་བཅས་པའི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ འབད་མ་མི་སེའེ་འེ་འེ་བཞི་ལུ་ འགན་ཁག་མ་འདྲ་ལཱ་འེ་ ཡོག་ཕྱེ་ཡོད་པའི་སྤྱུ་ལས། སློབ་དཔོན་གྱི་འགན་ཁུར་འདི་ གཞུ་ཅན་ཅིག་འབད་ དོས་འཛིན་དང་ ཚ་འཛོག་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ འབྲུག་ གི་མ་འོངས་པའི་མི་སེའེ་ སློབ་ཕུག་ན་གཞོན་ཚུ་ལུ་ བྱམས་དང་བཅའ་བའི་སློབ་ལས་ ཡོན་ ཏན་བྱིན་ཏེ་ལོགས་གུ་བ་དང་འདམ་ བཟོ་ནི་འགན་ཁུར་ཡོག་པ་ཡིན། དེ་གི་གདམས་ལུ་ འབྲི་གྲོག་ཡོན་ཏན་གྱི་གཞི་ལས་འགོ་བཟུང་ཕྱེ་ མི་ཚོའི་རིང་ལུ་ཁག་ཆེ་བའི་ སྤང་དོར་ གྱི་གནས་དང་ རང་མགོ་འདྲོང་ཚུགས་པའི་ ལཱ་གཞི་ག་དང་བཟའ་ལམ་ཚུ་ ཚུད་པ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་རང་གི་ ལངས་སྤོལ་བཟུང་པའི་དོ་རྒྱགས་ བདག་འཛིན་འབབ་ནི་ལུ་ གཞུ་ཅན་ཆེ་བའི་ རྒྱ་ཚོས་ སློབ་ལམ་ ཉམས་ལུ་ ཕང་མོ་ སློ་བེ་ འཚམ་ ལས་ལས་ པའི་རིག་ཕུལ་ཚུ་ སློབ་ཕུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ སུལ་ལུ་འགན་ཁུར་ཡང་ སློབ་དཔོན་ལུ་ ཡོག་ཕྱེ་ཡོད།

བཅུད་བརྒྱ་བའི་ ང་བཅས་སའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ཡུ་ཤི་འདུལ་པ་ མི་དབང་མངའ་བའི་བདག་
 སྡེ་པོ་ཆེ་མཚན་གྱི་ ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་བཞུགས་ཀྱི་ མ་འོངས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ འཛིན་
 རྒྱུ་འབྲེལ་མི་ སློབ་ཡུག་སེ་སེ་བཞུགས་ཀྱི་ ཡུ་ཤི་དང་ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་ལུ་ མཁས་པ་ཡུལ་
 དུ་ཡུ་ཤི་པ་བཟོ་བྱེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱུ་ཆ་བརྒྱུ་བའི་བཟོ་སྐྱེའི་ འགན་ཁག་དེ་ཡང་ སློབ་
 དུ་ཡོན་ལུ་ཡོག་བྱེ་ཡོད་པ་ལས། སློབ་དུ་ཡོན་གྱི་འགན་ཁག་འདི་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་
 གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན་ཏེ།

སློབ་ལྟ།

༡. ཇི་བའི་ཡན་བྱི་ནི།
 - ཀ་ སློབ་དཔོན་ལུ་ ཐོག་བའི་ འགན་ཁུར་ ག་ཅི་ར་ཡིན་མས་? ཐོ་བཀོད།
 - ཁ་ འགན་ཁུར་ཚུའི་ནང་ལས་ ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ ངོས་འཛིན་འབད་? ག་ཅི་འབད་?
 - ག་ སྤར་སློལ་བཟང་པོའི་ རོ་རྟགས་ཚུ་ བདག་འཛིན་མ་འབད་བ་ཅིན། སློན་ག་ཅི་ར་
འོང་ནི་ཡིན་མ་པས་?
 - ང་ མི་དབང་ མངའ་བའི་གཞི་ ཐུགས་བཞུགས་འདི་ ག་དེ་སློེ་གནང་མ་ ཡིན་མ་མས་
གོ་?

༢. མིང་དང་ བྱ་ཚིག་སོ་སོར་ བྱེས།

འབངས།	ཐོག།	འགན་
ཁུར།	འབད།	ཡོན་
ཏུ།	བྱམས་པ།	ལྟ།
བཞེ་བ།	འཛི་སློག།	བྱི།
རོ་རྟགས།	འབྲེལ།	སློ་བེ།
ཐེལ།	དགོངས་བཞུགས།	
བཟོ།	གལ་ཅན།	

༣. དོན་དག་གི་མི་ཞིག་།

༡. ལྷོགས་གྲུབ།
༢. རང་མགོ་རང་འདྲོང་།
༣. བཟང་པོ།
༤. སུལ་དུ་ཕྱིན་པ།
༥. སྤྱི་ལོར།
༦. གལ་ཅན།

༤. རྩོད་ཀྱིས་ བསྐྱ་བ་ཅིན་ སློབ་དཔོན་གྱི་ འགན་ཁུར་འདི་ ག་ཅི་བརྒྱུམ་མཐོང་མས་གོ?
ཁུངས་གཉིས་བྲིས།

2. ལྷན་

འབྲི་ཚུལ་འདི་ནང་ལས་འཕོན་མི་ རིག་ཚུལ་ཚུ་ ཉ་གོ་ཚུགས་ནི་དང་། འདི་ནང་གི་ཚིག་དོན་ཚུ་གི་སྐྱེ་བ་
དང་སྦྱོར་བ་ཚུ་ ཉ་གོ་སྟེ་ ལྷན་བཅོས་བྲལ་གྱི་གོ་རིམ་འབྲི་དོ་བཟུམ་ གནད་དོན་གཞན་མི་གོ་སྟོན་ལུ་གི་
ཚུགས་ནི་གོ་དོན་ལུ་ཨོན།

3 ང་ལུ་ ལྷན་དང་། མངས་ཤིང་། ཨོང་། ལ་ཤིང་། ང་ཐང་། ཟེ་ ཉམ་པ་མ་
འདྲ་ལུ་ལོ་ལོ་དུ། དེ་འདྲི་ནང་ལས་ ལྷན་འདྲི་ དང་ལུ་ལས་པ་ འབྲུག་ཚུལ་ལས་པ་ནང་
དེ་ལྷན་འབྲུག་མི་ ལས་སྐྱོལ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ ང་ཅིག་ཨོན།

དེ་འབྲུག་མི་འདྲི་གིས་ ཚུལ་ལས་པ་ནང་ དག་འབྲོན་དང་ དུས་བྱོལ་ཅིས་སྐྱེ་བུ་ལུ་ ལྷན་
ནང་ལུ་ ལོ་ཚུག་དང་ རིམ་གྲོ་ཚུ་འབྲུག་པའི་སྐྱབས་ལུ་ཡང་ ལྷན་འདྲི་ཨོན་ཅི་མི་ཉེ་ཅི་ས་
བཅོས་སྐྱོལ་ཡོད། འབྲུག་པའི་ལས་སྐྱོལ་ནང་ ལྷན་འདྲི་ མི་མང་ཤོས་ཀྱིས་པ་ དེ་མཇུག་
ཀྱི་སྐྱབས་ འབྲུག་མ་མཚན་ མཚུན་མ་གི་གདོང་བསུ་དང་ ལྷན་འདྲི་ཀྱི་སྐྱབས་ཚུ་ནང་
ཡང་ གསོལ་ལ་ཤིག་ཤོས་ཅིག་ ལྷན་འདྲི་བསྐྱོག་པ་ཨོན།

ལྷན་བཅོས་དུ་ ག་ཅི་ས་དགོ་པ་ལོ་ ཟེ་པ་ཅི་ ང་འུ་དང་། བ་མས། ཐུལ་ཉོ། ལྷན་ཚུ་
དགོ་པ་ཨོན། ང་འུ་ལས་པ་གི་ དབྱེ་བ་ཡང་ འབྲུག་ནང་བཅོས་མི་གི་ ཤིང་འུ་འུ་གིས་ལོ་ལོ་
ས་ ཡོད་པ་ཨོན།

3. གཞུང་གཡོག་པ་གསུམ།

སྤང་འདི་ ཚིག་གཅན་མཚམས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལྷག་ཚུགས་ནི་དང་ བརྗོད་དོན་ གཅི་སྟོན་མ་ཡིན་ན་ ཚིག་བཅུགས་ཐངས་ཚུ་ལུ་དཔེ་བཟུ་སྟེ་ སྤང་སྤང་ཀྱང་ེ་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་ནི་དང་ བསྐྱེད་གཏུགས་ལུ་ལའང་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

3 ཏེ་མ་ལྷོ་མ་སྟོན་ཅིག་ནང་། ཨམ་སྤང་མཁུ་པ་འབད་ རྟོན་མི་ཅིག་ནང་། མཁུ་པ་གི་ཚ་རྟེན་ བུ་ཚ་གཉེན་ མ་རྒྱུ་མི་ཅིག་ཡང་ ཁོང་གཉེས་ཀྱི་ ལྷི་ཚང་འབད་ ཡོད་པ་མས། ཁོང་གསུམ་ཚ་ས་ གཞུང་གཡོག་ནང་འཇུག་ཏེ་ ལྷ་སྤོ་མ་གྱི་དུལ་ཡོགས་ ལུ་བརྟེན་ རྟོན་མི་ཅིག་ཡིན་པས།

བཟུང་ཚང་གཉེས་ཀྱི་ལྷི་ཚང་ བུ་ཚ་དེ་གིས་ བཟུང་ནི་འབྱུང་ནི་ཚུ་ ཞུ་དང་ཞོད་འབད་ བཟུང་ཚང་གཉེས་ བཞུ་སྟོ་བཟུང་སྐྱེ་མ་ད་ས་ བཞུ་ལུ་བརྟེན་བརྟེན་སོང་སྟེ་ བཟུང་ ཚང་གཉེས་ལུས་ས་བཟུང་ཏེ་ ལྷ་དོ་ལེ་ཤུ་ཡས་སོ་ལུ་ག།

ཚ་ས་གཅིག་འབད་མ་དུ། ཁོང་ བཟུང་ཚང་གཉེས་ ལྷི་ཚང་ལུ་བརྟེན་ ལྷ་འབྱུང་ དུགས་བགམས་སྟེ་ ཚ་རྟེན་གྱི་སྟོན་ལུས་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ ལྷ་བ་ལོ་དུ་ག། མཁུ་པ་གིས་ དཔེ་" དེ་གི་ཏྲོ་ཚང་འདི་ ག་དེ་སྟེ་ཡིན་ནེ་ ཏྲོ་དུས་ཡོག་གསུམ་འདི་ ཨ་རྒྱུག་ས་ ང་ བཅས་ གཉེས་ལུས་བཟུང་། ཡང་ན། ཏྲོ་ཚང་སེ་རྒྱུ་ཏེ་ འབག་ཁོང་ནི་དེ་ མེ་ལོ་བསམ་ ཡང་མི་ལུ་ག། ཡང་ན། ཏྲི་ཏུ་ ཟེ་མེ་ཡང་ ལྷོ་དེ་ནི་མི་ལུ་ག། ལྷོ་ཚུ་ལྷོ་དེ་ ང་

ཡིན་མ་ འོང་ག་ཡང་ མི་ཤེས། དྲ་ ང་ རྩོད་གཉེས་ འབད་ས་ལུ་ཡང་མི་འོང། ཉེ་
ཡང་མི་བཟུམ། དྲ་ ང་ཡར་སོ་ཡི་མ་རེ་ ཟེ་ སྲུབ་ཉེ་ ཡར་སོ་ལྷན།

ཁོ་ རྒྱལ་ཐུལ་ཉེ་ ཡ་ཅི་ཅིག་ལ་ལས་ ཁོང་བཟུམ་ཚང་གཉེས་ཡང་ ཡ་རྩ་ག་རྩ་ལུགས་
འབད། ཡོ་སྤྱེས་ཀྱིས། དཔལ་ཁོ་རེ་ ང་བཅའ་གཉེས་ཀྱིས་ དམེ་ཅིག་ མ་འབད་བ་ཅིན།
མི་འདྲི་གིས་ ང་བཅའ་ལུ་ས་ བརྩེ་སྡོད་ཞི་མས་ཉེ། ང་བཅའ་གཉེས་ཀྱི་ གནས་སྐབས་
འདྲི་ ལེགས་ཤོམ་ཡར་སོ་ཡི་མོ། ཟེ་སྲུབ་ད། ཡམ་སྲུ་གིས། ལོས་ ང་གིས་ལུ་བཟུ་
བརྩབ་ ལ་གདུག་འབས་ རྩོད་ལུ་ སེམ་མོ་གིས་གཞན་མི་འདྲི་ ག་ཅི་བཟུམ་མཐོང་ཅི་?
ཟེ་ སྲུབ་ལྷན།

མགལ་དེ་གིས། དཔལ་རྩི་ འདྲི་ ངོ་མ་བཟུམ་ས་ མཐོང་ཡི། དཔལ་འབད་ན་ ཉུག་མོ་ལུ་
གུ་ཡོད་མི་ཅིག་གིས་ ཚང་ནང་ལས་ ངས་དོ་བཟུམ་ས་ ཚོར་ཡི། ཉེ། ང་ དུག་བཀལ་
ལྷོད་ལུ་དུན་ཅེག་སྤྱུགས་ མཛོག་སྤྱུག་མི་འདྲི་ ག་ཅི་བཟུམ་ ཚོར་ཡི་གོ་? ཟེ་སྲུབ་ད།
འའི་ ཉེ་སྤེ་ འདྲི་ག་མི་འདྲི་ག་ ཚོར་གཅིག་འདྲི་ ལྷོད་ཐད་དེ་བ་དེ་ས་ ཅིག་པ་ཟུམ་འདྲས་
ཟེ་ མཚོ་ཡི། ཟེ་ སྲུབ་སྤེ། ཡོར་པ་ཟུམ་ལུ་ཚུ་ཡང་ ལོག་བཀལ་ ཐབ་ལ་ལས་ ཉེ་
དང་ཚོད་མ་ལབ་ བཟུམ་དྲི་འབད་མ་ཅིག།

སློབ་ཕྲུང་ལྟེ་ལུས་ ཚ་རོགས་དེ་གིས། ང་གིས་ ག་དམ་ཅིག་ བས་ན་འཕྲུལ་ཏེ་ སྤང་ཅུང་
ལྟེ་གཉིས་ཀྱིས་ ཉན་མ་བརྟུབ་པས་ ང་ལ་མཉམ་པམ་ཏེ། འགྲོ་བརྟུབ་བརྟུབ་མི་ལུ་ ལྟེ་
གཉིས་ཀྱིས་ ག་དེ་སློབ་ཚེས་ཡི་? ཟེ་སྤང་ལུག།

སློབ་ལྟེ་

ཀ་ ལན་བྱི་ནི།

༡. སྤང་འདི་ནང་ མི་ག་དང་ག་ར་ འདུག་?
༢. བཟའ་ཚང་གཉིས་ དབུགས་བགམ་དགོ་པའི་ རྒྱ་རྒྱུན་ག་ཅི་ཡིན་མས་? བྲིས།
༣. བཟའ་གཉིས་ཀྱིས་ སྤང་མི་སློབ་ཚེས་འཛིན་ འབད་?

ཨམ་སྤྱ།	པོ་སྤྱེས།

༤. ལྟེ་ལུ་ ཚ་རོགས་ ལྷོ་བརྟུམ་ཅིག་ འཕྱད་པ་ཅིན། ཐབས་ཤེས་ ག་དེ་སློབ་
བསྐྱེགས་བསྐྱེགས་འོང་གོ་? བྲིས།
༥. ལྟེ་ཀྱིས་ བཟའ་བ་ཅིན་ ཁོང་ག་སྤྱུམ་ལས་ གནས་སྐབས་མཁམ་ཤོས་འདི་ ག་
མཐོང་མས་? ལྟེ་ལུ་དག་པ་ཅིག་ བྲིས།

ཁ་ མིང་ཚིག་ཚུའི་ རྩོད་ཚིག་བཟོ།

གཞན། མཛོག། འདྲོག། ཚོག་ཚོག། ཨ་ཏག་ཏ་ལུགས། ཐད་རི་བ་རི། ཅིག་པ།
བཞེས་སློ།

ག་ འོག་གི་ བྱ་ཚིག་ཚུའི་ འདས་ཚིག་བྲིས།

གཞན། ལྷུག། འདྲོག། འོང། སྤྱིར། སྤྱེ། དབུགས་འགམ།

ང་ མིང་ཁལ་གཅིག་ ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ལས་ འོགས་སྤྱ་བཏོན།

༡. ༢. ༣.

ཅ་ འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ལོ་རྒྱུས་ཅིག་ བྲིས།

ང་བཅས། གནས་སྐབས། གྲིག་གྲི། ལྷན་གྲོས། སྐད། ཨམ་སྤྱ། ཕོ་སྤྱེས། མགྲོན་མ།
དམ་ཅིག། ལེགས་ཤོམ། ད་རིས་ནངས་པ། ཆ་རོགས། རྒྱུད། ལོ། ལོང། བཟའ་ཚང།
བཞེས་སློ། ལྷ། ཚར་གཅིག། ཞར་དང་ཞོར་ལར། བྱིམ་ཚང། ཐབ་ཚང། ཉོ་ཚོང།
མཚོ་བསམ།

ཆ་ འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་ ཨིང་ལིལ་ནང་ བྲིས།

སེམས།	ནངས་པ།	གོ།	བར་ན།	སློ་རྒྱུད།
ཕོ་སྤྱེས།	ཨམ་སྤྱ།	འཇུལ།	ཚོར་ཡི།	དེ་སྤྱེ།
འཐབ།	སྤྱོ།	སྤྱལ།	ག་དམ་ཅིག།	བཟའ་ཚང།
བཏུབ།	ངོ་མ།	ཚོད་མ།	བཤལ།	ལེ་ཤ།

ལྷན་ཐབས།

༡. མེ་ཏོག

ང་བཅས་འབྲུག་གི་འགོ་མོ་སློབ་ཕྲུག་ཚུ། ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་མེ་ཏོག་ལྷ་ལུ་བཙུག་པོ།
 བསམ་སྤྱོད་བཟང་པོའི་སྐྱེ་བོ་པོ་མོ་ཚུ། བྱིས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་མེ་ཏོག་བཙུགས་གནང་ད།

མེ་ཏོག་བྱིས་ཀྱི་མཛེས་པའི་རྒྱན་ཆ་ཡིན། མེ་ཏོག་འདི་ལུ་མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱིས་དགའ།
 ཆེ་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་ཀྱིས་སེམས་ཁར་
 འབབ།

རང་ལུ་དགོ་པའི་ཚོར་ཡང་དེ་ལས་འབྱུང་། དགའ་མཐུན་ཚུ་ལུ་སེམས་གསོ་འདི་གིས་
 བཏུབ།

མེ་ཏོག་སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་མཚོན་པ་ཡིན། ལྷག་བསམ་དག་པས་མཚོན་པ་ལུ་བ་ཅིན།
 རྒྱུད་ལུ་བསོད་ནམས་སློམ་འབད་བསམ་གཏེ་གིས། བསམ་པའི་དོན་ཡང་རང་བཞིན་
 ལྷགས་ཀྱིས་འགྲུབ།

སློབ་ཚན་ 2 པ། བརྗོད་དོན། དལ་སློ།

དལ་སློ་ཟེང་མི་འདི་ རང་ལུ་ ལཱ་ལག་ཆེ་རྟོག་རྟོག་ཞུ་ འབད་ནི་མེད་པ་ད་དང་།
 ཡང་ན་ ལཱ་གི་བར་མཚམས་ དལ་གསོ་འབྲོག་པའི་སྐབས་ཚུ་ནང་ རང་ལུ་སློ་བ་ཡོད་
 པའི་ ལཱ་ག་ཞུ་འབད་ནི་ཅིག་ལུ་ ལྷན་ལཱ་ནི། དེ་འབད་ལྷན་ད་ དལ་སློ་འདི་ཡང་ ང་
 བཅས་རའི་མི་ཚོ་ནང་ གཟུགས་སྒྲིང་སྒྲིང་ བཟོ་ནི་དང་ མེམས་ཉིང་སངས་ས་ བརྒྱུ་
 གསོ་འབྲོག་ནི་གི་དོན་ལུ་ ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་མ་ ཤེས་ཚུགས་པ་ བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་
 ཡིན། དལ་སློ་འི་ལཱ་ནང་ལུ་ ཡུལ་སྤོལ་དང་ མདའ་རྒྱབ་ནི་ལ་སོགས་པའི་ ཅེ་དེ་རིགས་
 ཅེ་ནི་ ལམས་སངས་འགྲོ་ནི་དང་ སློ་བ་ཤལ་ བརྒྱག་ནི་དང་ དལ་འགྲོ་འགྲོ་ནི་ ལུས་
 ཅལ་སྐྱུང་ནི་དང་ ཡུག་འབྲུམ་བརྟོན་ནི་ གནས་སྟོང་དང་ ལ་བ་ཤལ་ མེ་རྟོག་དང་ཤིང་
 བཅུགས་ནི་ ཚེད་སྐྱེ་བརྟུང་ནི་ དམེ་དེ་བཟུགས་ནི་ ལག་ཤེས་བཟོ་ལཱ་རྒྱབ་ནི་ འབྲི་ཚོམ་
 སྤྱི་ནི་ ལྷན་གྲུང་ནི་ ཞབས་ལྷན་ཉུན་ཚུ་གི་ དམོས་པ་དང་ཡན་པ་ འབད་ཐངས་ཚུ་
 ཤེས་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།།

༡. དུབ་སྒྲིལ།

འབྲི་ཚུམ་ལྷག་ཞིན་མ་ལས་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ རོ་བོ་དེ་འབད་ནི་དང་ གཞན་གྱིས་བྲིས་ཡོད་མི་ འབྲི་ཚུམ་ལྷག་སྟེ་ ལྷན་ རྒྱལ་འཛུགས་འབད་དེ་ རང་གིས་རོ་མ་མཐོང་མི་དང་ བསམ་འཆར་ཚུ་བཟོ་གསཏེ་ འབྲི་ཚུམ་ཚུ་སྟེ་བདད་སྐྱེ་གསཏེ་བྱི་ ཚུགས་དགོ།

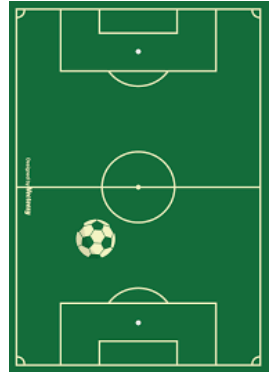
༣ ང་བཅས་འཛུགས་ལཱ་འབྲེན་ ཚུད་འཛུགས་མ་འདྲུ་ལ་ ལེ་གཞུང་པའི་འབྲེན་ལས།
སྟོ་བ་ཆེ་ཤོས་འཛུགས་ལཱ་ལོངས་མཐུན་ཚུད་དང་ ཀླད་འཛུགས་ལཱ་ལོངས་མཐུན་ལཱ་ལོངས་མཐུན་
དེ་ལྟེ་ལོ་ ༢༠༠༧ དེ་ལྟེ་ཟླ་བ་དུན་པའི་ཚེས་ ༡༥ ལས་འགོ་བཙུགས་མི་ ཡོད་ལཱ་འབྲེན་
འཛུགས་ལཱ་ ཀླད་འཛུགས་ལཱ་ལོངས་མཐུན་ལཱ་ལོངས་མཐུན་ ང་བཅས་ འཛུགས་ལཱ་སྟོ་བ་གྲུ་འི་ ལེ་
ཚུན་གྱིས་ཡང་ བཅའ་མཐུན་གྲོགས་ཅི། དེ་གི་སྐབས་ལཱ་ བཅའ་མཐུན་གྲོགས་ཅི་ ང་
བཅས་སྟོ་བ་གྲུ་ལེ་ཚུན་ ༤ དང་ གཞན་མི་ ལེ་ཚུན་གྲུ་ལཱ་འབད་ལཱ་ ལེ་ཚུན་བཟོ་མས་
༤ གྱིས་ བཅའ་མཐུན་གྲོགས་ལཱ་ བཟུན་ལཱ་གཞི་གི་འཛུགས་ལཱ་ འཛུགས་ལཱ་འབད་ལོ།
མཐུན་དུལ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ང་བཅས་འཛུགས་ལཱ་ འཛུགས་ལཱ་ལོངས་མཐུན་ལཱ་ ཟླ་བ་ལ་
འཛུགས་ལཱ་ལོངས་མཐུན་གྲོགས་ཅི།

ང་བཅས་ལཱ་ལེ་ཚུན་ལཱ་ མཐུན་དུལ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་
བཟོ་གསཏེ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་
ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་
ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་

སློབ་ལྟན།

ཀ་ སུག་འོལ་ བར་གི་ཚད་ གི་ནི།

- ༡. ཡར་དང་ མར།།
- ༢. བར་དང་ཚུར།
- ༣. འོལ་གྱི་ལྗིད་ཚད།
- ༤. འོལ་གྱི་ལྗིད་ཚད་ ཡར་མར་དང་ བར་ཚུར།
- ༥. རྩུགས་རེ་རེའི་ནང་ རྩེད་མི་སྡེ་ལ།



ཁ་ ལན་གི་ནི།

- ༡. སུག་འོལ་གྱི་ རྩེད་མི་སྡེ་བ་ ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་དགོ་པའི་ རོན་དག་ག་ཅི་འོང་ནི་ ཡིན་པས་ག?
- ༢. འགྲན་སྲུང་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ སྡེ་ཚན་ག་དེམ་ཅིག་འོངས་ལུག།
- ༣. མཐའ་དབྱུང་ འགྲན་སྲུང་ལས་ ཡང་དང་པ་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ག་ཅི་ར་འབད་ ལུག་གོ?
- ༤. འབྲུག་རྒྱལ་གྱིས་ རྒྱལ་ཁབ་ ག་དེ་སྡེ་ཐོབ་ལུག?
- ༥. སློབ་གྲྭ་གིས་ འོང་རྒྱལ་མི་གི་ དགའ་ཚོར་ལུ་ ག་ཅི་ར་འབད་ལུག?
- ༦. སུག་འོལ་གྱི་རྩེད་མི་འདི་གིས་ ག་ལྟུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ལུ་ ག་ཅི་འབད་ བཞམ་ཡིན་ན? བཤད་པ་རྒྱུ།

ག་ སློ་རྩལ་བཏོན་ནི།

ལྗིད་རའི་ སློབ་གྲྭ་ནང་ འདི་བཟུམ་ ལས་རིམ་ག་ཅི་ར་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཅི་ག? དེའི་ སྐོར་གིས།

ང་ འོག་གི་མིང་ཚིག་རྩེད་ཡིང་ལེག་ནང་གིས།

བཐའ་མར་གཏོགས། བདུན་ཕྱག། འབྲིང་རིམ་གོང་མ། སྡེ་ཚན། ཐལ་ཚོ། བརྒྱགས། ཉ་ སག། རོ་ཚ། ག་ལྟུགས། འགྲན་སྲུང་། སྲུག་ན། ཐང་། དབྱ་འཛིན། སློབ་དཔོན། རྩེད་མི།

2. ལུ་ཅུ།

ལུ་ཅུ་ ཅེ་ཐངས་ཀྱི་སློང་ལས་ཉ་གོ་སྟེ་ ཅེད་མོ་གཞན་གྱི་སློང་ལས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ ཅེ་ཐངས་ལམ་
ལུགས་ཀྱི་སློང་ལས་ འབྲི་ཚུམ་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་རིག་རྩལ་ཚུ་འཕྲོབ་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

3 ཅེད་མོ་གི་ནང་ལས་ ལུ་ཅུ་འདི་ ཉེ་མ་ལས་འདི་ ཅེ་སྲོལ་ཡོད་མི་ སྲོལ་ཆེ་རྩོག་
རྩོག་གི་ ཅེད་མོ་ཅིག་ཡིན། ལུ་ཅུ་བཟོ་ཐངས་དང་ ཅེ་ཐངས་ཀྱི་སློང་ལས་ འོག་ལས་མའ་
མདོ་འབྲུག་ཅིག་ བཀོད་ནི་ཡིན།

ལུ་ཅུ་བཟོ་ཐངས།

ལུ་ཅུ་འདི་ འཇམ་རྩྱུང་རྩྱུང་འབད་བཟོ་བྱེ་ ཅེ་ཚོག་ཚོག་གི་ ཅེད་མོ་ཅིག་ཡིན། ལུ་ཅུ་འདི་
ཤིང་ལྷ་ཀྲག་ཀྲ་ སྤྱིས་ཤིང་དང་ ལི་ལི་ཚུ་ག་ཅི་ས་ཡིན་ཅུང་ གྱིད་གང་གི་ཅིས་བརྩོགས་
སྟེ་ མགུ་རྩྱུང་དང་མཇུག་གཉིས་ ལགས་ཤོམ་འབད་བཞོགས་ཏེ་ ཅེ་མོ་མཇུག་འདྲ་རྩོག་
རྩྱུང་འབད་ བཟོ། ལགས་གཟེར་རིང་ལུང་ འདྲ་རྩོག་རྩོལ་གི་ བདུ་བུ་ལོ་ཡིན། དེ་ལས་
ལགས་གཟེར་ སྤྱི་རྩོག་ སྤུས་ཅའ་འབད་བདུ་ཏེ་ རྣོས་ཅིག་ཅའ་བཟོ་དགོ།

ལུ་ཅུ་གི་མགུ་རྩྱུང་ལས་ དོང་འདྲ་རྩོག་རྩོལ་གི་ལེད་དེ་ བྱའི་སློབ་གཉིས་ བདུ་བུ་ལོ་ཡིན་
ཅུང་། དེ་འཕེ་ནངས་པས་ ལུ་ཅུ་གི་རྒྱ་ཡང་ རྒྱ་ཡང་གི་རིགས་དང་ ལགས་དུང་ཚུ་གིས་
ཡང་ བཟོ་ཐངས་མཚན། སློབ་ཡང་ མང་ཤོས་འདི་ གྱི་བཟོ་གིས་བཟོ་སྟེ་ རྒྱ་བཟོ་ཡོད།

འབའ་སྐྱོར་གྱི་ཚད་གཞི།

འབའ་སྐྱོར་གྱི་སྤོང་ཚད་འདི་ སྤོང་བྱུང་ཞེས་ཅིག་ཡིན་ཟེངས་ གཏུན་འཁལ་ཅིག་ གཞི་
ཡང་མེད་ཅུང་ ཉུལ་མ་ཐག་སྤོང་གི་ ཚད་གཞི་འདི་ མི་ཀྲུང་ཟླ་ རྟེན་གཞི་གི་ སྤོང་
ཚད་ཁུངས་ལོན་པ་ཅི་ཞེ་ བརྟུབ་པའི་གསུ་ བཅི་ལེན། འབའ་དེ་ཡང་ ཡིན་ཏུ་སྤོང་
བྱུང་ ལྷ་གད་གི་ཅིས་དང་ རྒྱ་སྐོམ་ཚུང་ གྱི་དུ་གད་གི་ཅིས་ བཟོ་དགོ་པ་ཡིན།

ཕྱེད་མི་གི་གྲངས་ལ།

ལྷ་ཏུ་ཕྱེད་མི་གི་ གྲངས་ལ་དེ་ཡང་ མི་ཞེས་ཅིག་དགོ་ཟེངས་ གཏུན་འཁལ་ཅིག་མེད།
དེ་ཚུན་འགྲན་སྤུང་འབད་ཕོ་བ་ཅི་ཞེ་ མདའ་ཕྱེད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དང་ འཁྲིལ་ཏུང་བརྟུབ།

སྐྱགས་ཅིས་ཐངས།

སྐྱགས་ ཅིས་ཐངས་དེ་ཡང་ མདའ་དང་ཅིག་འཐད་པ་འབད་ མདའ་ཡ་ཕོག་པ་ཅི་ཞེ་
སྐྱགས་གཅིག་དང་ བཀག་རག་ཕོག་པ་ཅི་ཞེ་ སྐྱགས་གཉིས་འཐོབ་ཡིན། དེ་ལས་སྐོར་
ཐིག་ལུ་ ཕོག་པ་ཅི་ཞེ་ སྐྱགས་གསུམ་བཅི་ནི།

སྐྱགས་འཇལ་ཐངས།

སྐྱགས་ འཇལ་ཐངས་འདི་ ལྷ་ཏུ་གིས་ བདའ་བུ་ཉིང་དང་ འཁྲིལ་ནི་མེད་པར་ ལ་
ལུ་གིས་ རང་རང་སོ་སོའི་ མཐོ་གིས་འཇལ་ནི་གི་ ལམ་ལུགས་ཅིག་ཡོད། ཡིན་ཏུང་
མང་ཤོས་ཀྱིས་ ཚད་ཤིང་ཅིག་བཟོ་བྱེ་ འཇལ་ལྷ་ཡིན།

ལྷན་ཐབས།

༡. རྒྱུ་ལྡན།

༣ ཏེམ་སལ་རོ་ལུས་ཡིན་མི་ བཅོམ་སྒྲིགས་དང་ ཟིམ་ཕུ་ལུས་ ཏུ་མགྲིན་ཟེར་མི་
 ཆ་རོགས་ འཆམ་རྟོག་རྟོག་ཀྱིས་ རྟོན་ལྷན། ཁོང་གཉིས་ དཔྱེ་ཆ་སློབ་གྲྭ་གཞིག་ནང་
 ལྷ་བ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སློབ་རིམ་ཡང་ འདྲ་ལྷན་ཡིན་དོ་ཡོད་པ་མས།

ཁོང་གཉིས་ དཔྱེ་ཆ་ནང་ལུ་ དར་ཡེང་ཡེང་ ཡོད་པ་འདི་གྱ་ ཅེད་རིགས་ཚུ་ནང་ཡང་
 ལེགས་ཤོམ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ སློབ་དཔེ་ཞུ་གོ་ས་གིས་ ཆ་བཞག་ས་དང་ སློབ་ཕུག་ཨ་ལོ་
 ཚུ་གི་ དཔྱེ་བཏུ་ས་ཅིག་ཡིན་པས། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ འགོ་འདྲེ་འཐབ་སྟེ་ ཕུན་ཚོགས་
 གྲིང་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་རྒྱུ་ཅེད་ (ཕུ་སློལ་) འགྲན་ལུ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་
 པ་འདི་སྐབས་ ཡང་དང་པ་འདི་གསོལ་རས་དང་ ཅེད་འགྲན་པ་དྲག་ཤོས་ཀྱི་ གསོལ་རས་
 ཡང་ ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ ཟོབ་ལྷན།

དེ་བཟུམ་འབད་ སློབ་གྲྭ་ནང་དང་ རྫོང་ཁག་གི་ ཅེད་འགྲན་ཚུ་ནང་ཡང་ ཁོང་གཉིས་
 ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པ་འདི་ མིང་གཏུམ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཚས་གཞིག་འབད་མ་ད་ མི་དང་
 རྒྱུ་གཞིག་ཁར་ཟེར་ ལྷ་བ་དོ་བཟུམ། ཁོང་གཉིས་ ཚུ་རིག་སློབ་ཁང་ནང་ རྫོང་ལུ་
 འབད་ལོ་དེ་པ་འདི་བར་ན་ན། ཤེལ་དམ་ལག་པ་ལུས་ཤོས་ཏེ་ ས་ཁར་བུད་མ་ད་ དེ་ནང་

ཡོད་མི་ ཡུས་སྐྱོད་ཀྱིས་ མི་གཉེན་ལས་ རེ་གཞི་པ་ལས། ཁོང་གཉེས་ཆེས་ མི་གཉེན་
ཞན་ཕ་ལུ་ ལྷུ་སོ་ལྷུ།

དེ་ལས་ ཁོང་གཉེས་ ཤེས་ཡོན་ལེན་མཐུན་གྱི་དོན་ལུ་ དུ་ལཱ་ལྷོ་དང་ སློབ་དཔོན་ཚུ་
གིས་ ལ་གྲིང་མུན་སེལ་སློབ་གྲྭ་ནང་ བཅུག་ས་ལྷུ།

ཉེ་མ་གཅིག་ཁོང་གཉེས་ ཉེ་མ་གཉེན་ལྷུ་ཚུ་ལོག་དུ་ཉེ། སེམས་པམ་སྐྱོ་བའི་ངང་ལུ་
ཡུལ་ཐངས་ཅིག་ དཔེ་ཆ་ཉེ་མ་ལེན་བཞག་ཏུ་ ལྷོ་ལས་རྒྱུ་བསེལ་བཞག་པས་ ལུ་གྲོ་ཕ་
ད། ཁོང་གཉེས་གྱི་རྣམ་ཅོ་ལས་ ལོ་ལུ་ ལོ་ལུ་ ལའོ་ལུ་ ལའོ་ལུ་ ཟེ་སྐད་ལེ་ཤ་རྒྱུ་བས་
གོ་ཏུ་ ཁོང་གཉེས་གྱི་སེམས་ལང་ ཚེས་གཅིག་ཙམ་ཟང་དང་ཉོད་དེ་ བཅུན་སྐྱོགས་གྱིས་
ཚེས་ཚེས་བའི་བའ་ན་ ཀུང་མ་གཞུག་ཐངས་ཅིག་ གཞུག་པའི་བསྐྱེད་ལས་ ཁོ་གི་ཀུང་མ་
དེ་ རྟོ་ཅིག་གུ་ཕོག་ཏུ་ ལའུ་ ཟེ་སྐད་ད། རྩ་མགྲོན་གྱིས་ དཔའི་གཅི་མོ་? ལྷོ་
ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་? ཟེ་ དེས་ལྷུ།

བཅུན་སྐྱོགས་གྱིས་ མེ་མེ་" ཚེས་གས་ ང་ཉེ་མའི་སྐད་བཞག་ཏུ་ ལོ་ལུ་གུ་གིག་
རྒྱུ་ལོ་ལུ་ ཟེ་ མི་གཉེན་མ་མཐོང་པས་ ཀུང་མ་རྟོ་གུ་བརྒྱུ་དུ་ལོ་ ཟེ་སྐད་ད་ རྩ་
མགྲོན་ལང་ ཉེ་མའི་སྐད་བཞག་ཏུ་ ཁོད་གསལ་ལ་གྲིང་སློབ་གྲྭ་ནང་ ལོད་པའི་བསྐྱེད་གི་
ཙམ་མོ་ཙམ་མི་ཚུ་ སེམས་ལས་དུ་ཉེ་ ཁོང་ཉོ་ཚང་གཉེས་ ཉེ་མའི་ལྷུ་ཚུ་ ཚེས་མེ་

དུམ་མ་དུ་ ཁོང་གཉེས་ མཉེ་བས་མ་འདྲ་མི་འདྲ་ ལེ་གྲ་ས་གཏུང་དེ་ཡོད་པ་མས།
 ཡིན་ཅུང་ ཁོང་གཉེས་གཞན་བརྩམ་འབད་ ཅེ་མོ་ཅེ་ཚུགས་པའི་ གོ་སྐབས་མེད་ཅུང་
 གཞན་ཅེ་མོ་ ག་ཏེ་ཅེ་སར་དང་ རྐྱད་ག་ཏེ་ཏུ་བས་ས་ ཁོང་གཉེས་ཡང་ ཉེད་དེ་ཡོད་པ་
 མས། ཁོང་གཉེས་ མིག་གིས་མ་མཐོང་ཅུང་ ཅེ་མོ་ཅེ་སར་ཉེད་མི་འདི་ ཁོང་གཉེས་
 ཅེ་མོ་ལུ་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ ལྷོ་བ་དང་དག་ལྷང་སློབ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ ཁོང་ས་
 གཉེས་ཡང་ ཅེ་དོ་བརྩམ་མའི་ ལྷང་བ་བརྒྱེད་ནི་དེ་གིས་ ཡིན་པས་གོ།

སློབ་ཚན་ ༣ པ། བརྗོད་དོན། དགའ་ཚོར།

དགའ་ཚོར་ཟེར་མི་འདི་ རང་གི་སེམས་ལུ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པའི། ཚོར་བ་ཤི་ལས་ལྷོད་མི་
ཅིག་ཡིན། དེ་ལུ་བརྗོད་དེ་ རང་གི་སེམས་ཀྱི་གནས་ལྷངས་ ལེགས་ཤོམ་འབད་བཟོ་བྱེ་
བཞག་ནི་དང་། གཞན་ལས་ལོགས་མའི་ སེམས་ཀྱི་གནས་ལྷངས་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་
བཟོ་ཚུགས་པ་ཡིན།

སེམས་ཀྱི་ གནས་ལྷངས་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པ་ཅིན་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་ས་འབད་ཅུང་ ལོ་
བའི་ཐོག་ལས་ འབད་ཚུགས་ནི་དང་ བཟོན་བྱགས་བསྐྱེད་དེ་ འབད་ཚུགས་ནི།
བརྩམས་པའི་ལཱ་ མཐར་ཕྱིན་ནི་ལུ་ཡང་ ཡན་ཐོགས་འབྱུང་མ་ཡིན། དགའ་ཚོར་བསྐྱེད་
མ་ཤོམ་པ་ཅིན་ རང་གི་སེམས་ལུ་ བདེ་བ་འབྱོར་ནི་ཡང་མེད། གཞན་གྱིས་ཆ་འཛོག་
ཡང་དཀོན་མ་ལས་ ལོ་བས་དང་དཔལ་ཉམས་ གཟི་བརྗིད་ཚུ་ཡང་ཚུངས་ལུ་འབད་ལུས་པ་
ཡིན་མ་ཐད་འི་བའི་ཡིན།

དགའ་ཚོར་བསྐྱེད་ནི་གི་དོན་ལུ། དང་པ། རང་གི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ལུ། དལ་རངས་དང་
དགའ་ཚོར་ དེ་ལས་ཆ་འོགས་དང་ ལྷན་དུ་འཕགས་པའི་ ལཱ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ ཡིད་ཆེས་
དལ་རངས་ཀྱི་ཆེ་བ་ལྷོད་དང་། དེ་བརྩམ་འབད་ རང་གི་བཟུང་ཚོང་ལྷོད་མི་ སློབ་གྲྭ་དང་
གཞུང་སློབ་དང་ ལེགས་ཤོམ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་འབྱུང་བའི་ དགའ་ཚོར་དང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་

ལྷ་ཉེ་ དེ་ལྷ་གས་ཀྱི་དུས་ལྟོན་དང་ དགའ་ལྟོན་ མིས་སྤང་ལྷ་དགོས་དང་། བཀའ་འདྲི་
 དགའ་ཚེས་ཀྱི་ ལམ་གས་སོ་དང་ ཆེ་བ་ལྟོན་ཚུ་ལྷ་ཤེས་པ་ འབད་ཚུགས་ནི་ དེ་འདྲི་དགོས་པ་
 ཤེས་ནི་ དགའ་ཚེས་ལྷ་ཐངས་ཚུ་ འབད་ཤེས་པ་བཟོ་ཚུགས་ནི་གི་ དོན་ལྷ་ཡིན།།

༡. རྟ་གཞི་གདུག་དྲགས་ཅན།

འབྲི་ཚུམ་འདི་ ཞིབ་ཞིབ་འབད་ལྟག་སྟེ་ གལ་ཆེ་བའི་གནས་ཚུལ་གྱི་སློབ་ལས་ གོ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་ ཞི་དང་ རྟ་གཞི་བཀག་ཐབས་གྱི་ལམ་སྟོན་ཚུ་ ད་ཕྱི་བཟུམ་གསལ་འབད་ ལམ་སྟོན་ཚུ་མི་མང་ལུ་ གོ་བཟུང་སྟེ་ཞི་དེ་ ཐབས་ལམ་ཉ་གོ་སྟེ་ འབྲི་ཚུམ་འདི་ བྲི་ཚུགས་ནི་གོ་དོན་ལུ་ཨིན།

༣ འཛམ་གླིང་ནང་ འཛིགས་སྐྱུག་ཅན་གྱི་ རྟ་གཞི་གདུག་དྲགས་ཅན་ཅིག་ཡོད། འདི་ ང་བཅས་ག་ར་གིས་ཤེས་ འཛམ་གླིང་གི་གནས་ཚུལ་ གསར་ཤོག་ཚུ་ནང་ལུ་ ཡང་ལས་ཡང་དུ་ཐོན། རྒྱུ་མཐོང་ཚུ་ནང་ཡང་ མཐོང་མ་མཐོང་ས་ར་ཡོད། གསོ་བའི་ ཉན་ཁག་གི་ ཁ་བྲུག་ལས་ཡང་ ལྷབ་ལྷབ་ས་ཡོད།

ལོ་བཟུང་ དེ་ཕྱི་ཟླ་༡༢ པའི་དེ་ཚེས་༡ ལུ་ འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཡོངས་ རྟ་གཞི་ ཨེ་ཤི་ལི་འུ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ཡོད། རྟ་གཞི་འདི་འཕྲོ་ལུ་ཅི་ མཉམ་ བཅོས་རིམ་གོ་ཅི་གིས་ཡང་ ཡན་ཐོགས་མེད་པ་ཨིན། རྟ་གཞི་འདི་ ང་བཅས་རའི་ སེམས་ཁར་དྲན་ཏེ་འབད་ཅུང་ གཟུགས་ཀྱི་བ་སྤྲུལ་ཚུ་ཡང་ གཞོ་བའི་འཛིགས་སྤྱང་ འཕྲུང་མ་ཨིན་པས།

དེ་ལུ་ ཐབས་ཤེས་བརྟེན་ཏེ་ གདོང་ལཱ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་དབང་ཨ་ཞེ་སངས་རྒྱས་ ཚོས་སྒྲོན་དབང་ཕུག་མཚོ་གིས་ རང་དོན་ལཱ་ལས་བཞག། གཞན་དོན་རྒྱུ་མ་གཅིག་ ལུ་གཟིགས་ཏེ། རྒྱ་བརྒྱལ་ རྒྱེ་འཛིགས་ ལུ་ལུང་སྤྱབས་ རྟགས་ཚུལ་ནང་ ལྷབ་མ་

དང་ ཡན་པ་ཚུ་ཚད་མེད་པ་ཡོད་ཅུང་ འཚེས་བའམ་དེ་པས་ དཀའ་མ་སློམ་སྲུང་དེ་ རྒྱུ་
 ལབ་མཐའ་དཔུས་མེད་པའི་མི་སེའེ་ཚུ་ལུ་ རང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་མོ་ལས་ཡང་ གཅེས་པ་
 འབད་མཚན་དེ་ རྟན་གཞི་འདི་བཟུམ་ ང་བཅས་ས་ གི་ལྷག་ནང་གི་མི་ ག་ནི་ཡང་མ་
 ཤེས་མི་ཚུ་ ཉེ་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ ཞལ་བཀོད་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བྱེ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྟན་གཞི་ཡེད་སྡི་འདི་ བཀག་ཐབས་འབད་ནི་གི་ཐབས་ཤེས་དེ་ཡང་ དོན་ཚན་བཞི་དེ་
 ཅིག་ལུ་ རོས་འཛིན་མཚན་གནང་བྱེ་ཡོད་ དེ་ཚུ་ཡང་།

༡ ག་ རྟོན་ལུས་འབྲེལ་འབད་ནི་ལྷན་སྲུང་སྤང་ནི།

ལ་ ལྷོ་ཤུབས་ལག་ལཱ་འབད་ནི།

ག་ གཉེན་གོག་མེད་པའི་བས་ལྟ་བུ་དང་དམ་ཚིག་བསྐྱུང་ནི།

ང་ རང་གི་སེམས་རང་གིས་བདག་འཛིན་འབད་ནི། ལཱ་ག་མེད་པའམ་འབད་ནི་ཚུ་ལས་
 བཀག་ཚུགས་པ་ཅིན། རྟན་གཞི་ཡེད་སྡི་ ཅུ་དང་སྲུ་ལས་མི་འབྲེལ་ ཟེར་ ལམ་སྟོན་
 གནང་དང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད། དེ་གིས་ མི་སེའེ་མང་ཤོས་ཀྱིས་ས་ རྟན་གཞི་བཀག་
 ཐབས་ཚུ་བྱ་གོ། ལག་ལཱ་འབད་ཤེས་པ་འགྲོ་ལུས་ མི་ལུས་འདྲི་པོ་ཆེ་ཤི་བའི་ལམ་
 ལུ་ ཐལ་མ་བཅུག་པས་ ཉེ་སྲུང་སྤྱི་དང་སྤྱི་ བཟོ་གནང་མི་ལུ་ ང་བཅས་ས་ འབྲུག་
 རྒྱུ་ལབ་ཀྱི་ མི་སེའེ་ག་ར་གིས་ དུས་ལྷན་ཡང་སེམས་ལས་ བརྟེན་མ་ཚུགས་པའི་
 བཀའ་དྲིན་དག་འཚེས་ སློམ་ཡོད་པ་ཡིན།

མི་དཔང་རྒྱལ་བཅུ་ཉེ་མོ་ཆེ་ ལ་ཞེ་མཚོ་ག་གིས་ མི་མང་སྲོག་སྤྱད་སྲིད་ཀྱི་ མཐའ་དོན་
 ལུ་ ཟུགས་འགན་རྒྱུ་ལུ་ཐུམ་བཞེས་ཏེ་ ཞལ་བཀོད་ལུ་མ་བྱོན་ མཛད་གནང་མི་ཚུ་ ང་
 བཅས་ས་མི་དྲག་ཞུ་ཆེ་ཚུང་ ག་ས་གིས་ དང་པ་ལེ་མས་ལས་བཞུག་ གཉིས་པ་ལག་
 ལུ་འབྲེལ་བ་ཏེ་ འབད་བ་ཅིན་ འད་གི་མི་ཚོ་ནང་ དག་འཁྱོག་ཏེ་དང་ རྒྱིད་ཏེ་དང་ཏེ་འབད་
 ལོ་དེ་ནི་གི་ འད་དཔང་འབྲུང་ནི་ཡིན་ནོ།།

སློབ་ལྟན།

1. བད་གཞི་ གདུག་རྒྱགས་ཅན་ཅིག་འབད་ བརྩེ་དགོ་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཡིན་ནེ་?
2. བད་གཞི་འདི་ གདོང་ལེན་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་དབང་ལ་ཞེ་མཚོ་ག་གིས་ ག་དེ་སྲེ་ར་
 མཛད་དོ་?
3. བད་ བཀག་ཐབས་འབད་ནི་གི་ ཐབས་ཤེས་ངོ་འཛིན་ འབད་ཡོད་མི་ ག་ཅི་ར་ཡིན་ནེ་?
4. བད་གཞི་མེད་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ སན་པ་དང་། བད་གཞི་ཡོད་པ་ཅིན་ རྒྱུང་ག་ཅི་ར་
 འོང་ནི་མས་ག་? རྒྱ་སྤྱད་འབད་དེ་བྲིས།
5. གོ་མ་ལུ་ཁག་ཡོད་མི་ མིང་ཚོགས་ཚུ་ཐོ་བཀོད་འབད།

2. འདྲེ་གཏོང་དགའ།

སྲུང་འདི་ རྫོང་སྲུང་དང་སྲུགས་ལྷག་ཚུགས་ཞི་དང་ བརྗོད་དོན་གྱི་བཅུད་ལེན་ཏེ་ མིང་ཚིག་གསལ་པ་ཚུ་
 རྩེ་བ་དང་སྲུགས་མིང་ཚིག་གྱུ་སྲུང་ འབད་ཚུགས་ནི། སྲུང་གི་ལྷན་ནམ་ཚུ་ཉ་གོ་སྟེ་ འདི་ལས་རིགས་
 བསྐྱེས་ཏེ་ སྲུང་གསལ་པ་བྱི་ཚུགས་ཞི་དང་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཐོག་ལས་སྲུང་བསྐྱེས་ལ། འབད་ཚུགས་ནི་གི་
 དོན་ལུ་ཨིན།

3 ཧེ་མ་ མཐའ་ཟུར་གྱི་སློབ་གྲྭ་ཅིག་ནང་ ཁོང་ཉོ་ཚང་གཉིས་ཡོད་པ་མས། གཅིག་
 གི་མིང་ཀྱུ་མཐུན་དང་ གཅིག་གི་མིང་འདྲོག་ཟེ་ཟེ་ སྲུང་ཡོད་པ་མས། འདྲོག་ཟེ་དེ་
 སློབ་གྲྭ་གི་དུས་ཚད་ལུ་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ཤོབ་རྒྱབ་ཏེ་ ལྷོ་ཁར་བཞུགས་པར་འགྱུ་ཞི་དང་
 ཚུལ་མ་ནང་ལས་པར་ གཡོ་བས་ཏེ་ ཉུལ་སྡོད་དོ་ཡོད་པ་མས།



ཚར་གཅིག་འབད་མ་དུ། ཀྱུ་མཐུན་གྱིས་ དཔའི་" ཚེ་རིགས་འདྲོག་ཟེ་ རྩེ་གྱིས་
 དགོ་པའི་ཡོན་ཏུན་ལྷབ་ས་གཞི་ སེམས་ཅན་བཟུམ་འབད་ ཚུལ་མ་ནང་འཕྱུལ་ཏེ་ཉུལ་

རོ་ཁྱི་བ་བྱམ་འབད་བ་ཤལ་ཡི་ར་ རུས་ཚཱ་འཛོ་གས་བཅུག། དེ་མ་ཚད་ སློབ་གྲྭ་འདྲི་ ལ་
འཚུབ་དྲགས་ཅིག་ཡིན། ཉུ་མ་འདྲེ་གདོང་དཀར་དང་འཕུད་པ་ཅིན་ ང་གིས་མི་ཤེས་གོ་
ཟེར་ སླབ་ཏུག།

འདྲེ་ག་ཟེ་གིས། དཔའི་" འདྲེ་གདོང་དཀར་ཡ? རྩོད་ཀྱིས་ཤོབ་ཀྱབ་མེན་ན? འདྲེ་
གདོང་དཀར་ ག་ཉེ་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན? ཟེར་སླབ་ད་ ཉུ་མ་མཐུན་གྱིས་ ཉེ་མ་ཡང་འདྲེ་
དེ་གིས་ ཡལ་ལོ་ག་ཉེ་མ་དེ་ཅིག་ལུ་ གནོད་པ་བཀལ་ཏུག། འདྲེ་འདྲི་ག་ཉེ་ལུ་ འོད་པ་ཡིན་
ན? ང་གིས་ཡང་མི་ཤེས་ རྟེན་པ་ག་ཞེས་ཆོས་ལས་ རྩོད་ར་གིས་ ཤེས་ཚུགས་ནི་
འོང། ཟེར་སླབ་ཏུག།

ཚར་ག་ཅིག་འབད་མ་ད་ འདྲེ་ག་ཟེ་གིས་ ད་ཅུང་ཚར་ག་ཅིག་ ཚལ་མ་ནང་སོང་སྟེ་ ཉུ་ལ་
འོད་པ་ད། ཉུ་མ་མཐུན་གྱིས་ མོ་ཞལ་ལོ་ཞོ་ལོ་འབད་གྲོན་ མགྲོ་ཉེ་ཁར་ག་ཡག་གི་
མཅུག་མ་བཅུམས། གདོང་ག་ཚཱ་དཀར་པོ་དཔུར་ ཁ་དང་མིག་ཉེ་དཔུར་པོ་བཟོ་སྟེ་
འདྲེ་ག་ཉུ་ལ་འོད་པ་སར་སོང་ཉེ་ སློ་ལོ་གས་ཁར་ དིག་དིག་" ཚེབ་ཚེབ་" ཟེར་འཆམ་
ཀྱབ་ད་ འདྲེ་ག་ཟེ་དེ་ མིག་ཉེ་འཕུག་ཅིར། དཔའི་" རྩོད་ག་མོ? ཟེར་སླབ་ཉེ་ རྩོག་
ཡར་སོ་ཏུག།

དེ་ལས་ གྲུ་མཐུན་གྱིས་ ཏེ་མ་ག་ཡིན་མ་བཟོ་བུ་ སློབ་གྲྭ་ནང་ལས་འོང་དོ་བཟུམ་
 འབད་ དཔེ་ཆ་ཅིག་ཡང་འབག་སློབ་མེད་མ་དུ། འདྲེ་ག་ཟེ་གིས་ དཔེ་ཆ་ཚོ་གས་གྲུ་
 མཐུན་ རྩོད་གྱིས་སླབ་མི་ འདྲེ་ག་དོང་དཀའ་དང་ཡུད་དེ། འདྲེ་གས་པའི་ཤུགས་གྱིས་
 ཚས་གཅིག་དྲན་པ་ར་མེད་པ་ཡང་སོ་ལྷན། ལོག་དྲན་པ་ཉོད་པའི་བསྐྱང་ལས་ རྩོམ་ནང་
 ཉོད་སློབ་ རྩུ་ཡང་དོར་མ་ནང་ ཤོར་སོ་ལྷན། ཟེར་སླབ་ད་ གྲུ་མཐུན་གྱིས་ འཇམ་མུ་
 རྩོད་གྱི་ཤོབ་འོང་། ཟེར་ སླབ་ལྷན།

དུས་དེ་ལས་བཟུང་ འདྲེ་ག་ཟེ་དེ་ གྲུ་མཐུན་གྱིས་ བཤུལ་བར་འགྲོ་གེ་ ཟེར་སླབ་ཅུང་
 ཡེ་ཚའི་ འདྲེ་ག་དོང་དཀའ་ཟེར་སླབ་བུ་ ཅ་དང་སྤུ་ལས་འགྲོ་མ་བརྟུབ་པར་ རྩོམ་ནང་
 ལས་ཟོན་ སློབ་གྲྭ་ནང་། སློབ་གྲྭ་ནང་ལས་ཟོན་ རྩོམ་ནང་ དཔེ་ཆ་ར་ཉལ་བུ་ ཡོན་
 དྲན་ཅན་ཅིག་ལུ་ རྩུ་སོ་ལྷན།

སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་ལས་ མཐར་འཁྲུལ་བུ་ ལ་འགྲེ་རྣམ་ད་ གྲུ་མཐུན་གྱིས་ འདྲེ་ག་དོང་
 དཀའ་ ལོ་ཡིན་པའི་སློར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་ཞིབ་ཞིབ་འབད་སླབ་ད་ ཚས་གཅིག་འདྲེ་ག་ཟེ་
 ཅིག་པ་ཟེ་ལྷན། ཡིན་ཅུང་ ལོག་མཉོ་བསམ་བཟུང་སློབ་ལྷན། ད་འ་ནེ་མ་ཅིག་ དཔེ་
 ཆ་ཤེས་བུ་ ལཱ་ག་ཡོག་འབྲེ་བ་རྣམ་མི་འདི་ འདྲེ་ག་དོང་དཀའ་གྱི་ བཀའ་དྲིན་ཡིན་པས།
 ཆ་ཚོ་གས་ལྷོད་གྱིས་ ཐབས་ཤེས་འདི་བཟུམ་བརྟོན་བུ་ ད་རྗེ་བཟུམ་འགྲུ་ས་རྒྱུས་མི་ལུ་
 བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚེས་ སློབ་ཡོད། ཟེར་སླབ་ལྷན་གོ།

སློབ་ལྟན།

༡. འདྲོག་ཟེ་ ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་བརྒྱུམ་ཅིག་ ཡོད་པ་ཨིན་ན་? བཤད་པ་རྒྱབ།
༢. འདྲེ་ག་དེ་སླེ་ བཟོ་ལུག་? བཟོ་བའང་ས་ཀྱི་རིམ་པ་ བྲིས།
༣. ཀུན་མཐུན་གྱིས་ འདྲེ་འདི་གིས་ ག་དེ་སླེ་ར་འབད་ནི་ཡོད་ཟེར་ སྲབ་ལུག། ཆ་མཉམ་ བྲིས།
༤. འདྲོག་ཟེ་འདི་ འདྲེ་དང་ཕྱད་དེ་ ག་ཅི་ར་འབད་ལུག་? ལོ་རྒྱུས་བྲིས།
༥. སྲུང་འདི་བཅུད་དོན་ ག་ཅིའི་སྐོར་ལས་ བཏོན་དེས་གོ་? བྲིས།
༦. ཆ་རོགས་ལེགས་ཤོམ་དང་ རོགས་གཉིས་ཀྱི་ལྱད་པར་ ག་དེ་སླེ་མཐོང་ཡི་? ལྷོད་རའི་ བསམ་འཆར་ཅིག་ བྲིས།

༣. བཀའ་འདྲི་འདུག་ཚེ།

ཞབས་ལྷ་གི་དབྱེ་བ་ བྱེ་ཚུགས་ནི་དང་ ཚེགས་བཅད་ཐོག་ལྷ་ཚོམ་རྒྱུ་བཅས་དང་ ཞབས་ལྷ་འི་
གདངས་དང་ལེན་དང་སྐྱུགས་ཏེ་ ཤེས་ཚུགས་ནི་དང་ སློབ་གྲུའི་ས་གནས་ཆགས་ཐངས་ཚུ་དང་ རང་
གི་ཚོར་སྣང་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཞབས་ལྷ་འི་བཅུ་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

འབྲུག་ལུ་འདི་ནང་དགའ་བ།	འབྲུག་ལུ་འདི་ནང་སྐྱིད་པ།
དགའ་སྐྱིད་གཉིས་དང་ལྡན་པ།	མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་འདྲི།
ཕྱི་ལ་དབང་པོ་ཚང་སོང་།	ནང་ལ་སེམས་ཁམས་གཙང་བ།
དབང་པོ་སེམས་ཁམས་བཟང་བ།	དྲིན་ཆེན་པ་མའི་བཀའ་འདྲི།
ནང་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ།	ཕྱི་ལ་བྱ་སྤྱོད་བཟང་སོང་།
ཡོན་ཏན་བྱ་སྤྱོད་འཇོམས་པ།	སློབ་དཔོན་བཀའ་འདྲི་ཆེ་སོང་།
གོང་མ་དང་པ་མ་སློབ་དཔོན།	བཀའ་འདྲི་ཆེ་བའི་དགའ་ཚོར།
ང་བཅས་ན་གཞོན་ཚུ་གིས།	དུས་རྒྱུན་སེམས་ཁར་བཞག་དགོ།
ཚོས་རྒྱལ་མངའ་བདག་སྐྱེ་འཁོར།	དྲིན་ཆེན་པམ་དང་སློབ་དཔོན།
སྐྱེ་ཆེ་བཅུན་པའི་སློན་ལམ།	ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཏབ་གོ།

སློབ་ལྟན།

༡. ཞབས་ཁྲ་འདི་ལས་ ག་དང་ག་གི་ རྐྱེན་ལས་འབྲོན་མས་གོ?
༢. ཚིགས་བཅད་རེ་རེ་གིས་ ག་ཅིའི་ དོན་སྟོན་མ་ཡིན་ནེ? བྲིས།
༣. རྩོད་རའི་ ཆ་རོགས་བྱ་དང་བྱམ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པའི་རྐྱེན་ ཚིགས་བཅད་གཅིག་བྲིས།
༤. འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་གི་ དོན་དག་ལྟ་བུ།

ལྷན་པ།	དབང་པོ།	སེམས་ཁམས།	བྱ་སྤྱོད།
སྐྱེ་འཁོར།	དུས་རྒྱུན།	དགའ་ཚེས།	བརྟན་པ།
སྐྱེ་འཁོར།	ཡང་ནས་ཡང།		
༥. ཞབས་ཁྲ་གིས་ མི་སྡེའི་དགའ་སྐྱིད་ལུ་ ཕན་ཐོགས་ག་ཅི་འབྱུང་དོ་ག? བསམ་འཆར་བྲིས།

སློབ་ཚན་ ༤ པ། བརྗོད་དོན། བརྗོད་བརྒྱུད་འབྲེལ།

བརྗོད་དོན་འདི་ དེ་སངས་ལོ་རྒྱུ་ལུ་ ག་ནི་བ་གལ་ཆེ་མ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ དེ་གི་སྐོར་
 ལས་ ཤེས་ཚུགས་པ་ འབད་དགོ་པ་འདི་ ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། དེ་ཡང་། བརྗོད་
 བརྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་ ལམ་ལུགས་འདི་ འད་གི་ཤེས་ཡོན་གྱི་དོན་ལུ་དང་། ལག་ལཱ་ ཉེ་
 ལུང་ ལེ་ཡན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཡན་ལུགས་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། བརྗོད་སྲོད་ལཱ་གྱི་གངས་
 ལུ་ འད་གི་བཏུ་ཚུ་ མཐོང་ཚུ་ ཤེས་ཚུ་ གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱུ་བརྒྱགས་འདི་
 རྒྱུ་མཐོང་ རྒྱུ་ལཱ་གྲུ་ རྒྱུ་འགྲུ་ཡོངས་འབྲེལ་ ཡིག་ལཱ་གྲུ་ བརྒྱུད་འཕྲིན་
 འགྲུ་ལཱ་འཕྲིན་ འགྲུ་ལཱ་འཕྲིན་ ཡང་འཕྲིན་གྱི་འགྲུ་ཚུ་ ག་ས་ཚུ་དཔ་ཡིན།

དེ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ བརྗོད་དོན་ཚུ་འཕྲེ་ཞི་དང་ ཡང་གཏུང་ཞི་གི་ ལམ་ལུགས་ཤེས་དགོ།
 ཡང་དང་ཚུ་འཕྲེ་ཞི་གི་ བརྗོད་དོན་ལུ་ དུ་ཉེ་དུ་ཉེ་འབད་ཞིན་མ་ལས། འད་ལུ་
 ཡན་ཐོགས་མི་ཚུ་ ག་དམ་ལ་རྒྱུ་ལུ་ དང་ལཱ་འབད་ཤེས་དགོ་པ་དང་ ཉེ་མ་འདི་བཟུམ་
 མའི་ ལེ་ཡན་འཕྲེ་ཞི་འི་གོ་སྐབས་མེད་ཅུང་། ད་སེས་རྒྱུ་ལུ་ལཱ་གོང་འཕེལ་དང་
 འཕྲེལ་འགྲུ་ གོང་འཕེལ་ལུ་བརྗོད་ཉེ་ ག་ནི་ལས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། དེ་འཕྲེལ་ལས་འཕྲེལ་
 ཚུགས་པའི་ གོ་སྐབས་འདི་ ག་དེ་མང་མང་སྲོད་ཚུགས་པ་འབད་ ཤེས་པ་བཟོ་ཞིན་ཞིན་
 ལུ་དང་། ལཱ་གས་ཉེས་དུ་ཉེ་འབད་དེ་ ལཱ་གས་འབད་ཚུགས་ཞི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

༡. རྒྱུ་མཐོང་།

སྤྱིར་བཏང་འབྲུག་ལུ་ཡོད་པའི་ བར་དོན་བརྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལས་ གཏང་མི་ལས་རིམ་ཚུ་ ཨོན་མེན་མེན་གར་ ཨོན་པའི་ཆ་ལུ་མ་བཞག་པར་ རྒྱུ་མཐོང་གི་ཕན་གོད་དང་ སྤྱོད་ཡོན་ཚུ་ཉ་གོ་སྟེ་ སྤང་བླང་འབད་ནི་དང་ ཁེ་ཕན་ཡོད་མི་གཞན་ཡང་འཚོལ་བབས་འབད་དེ་ མི་སྡེ་ལུ་ཕན་ཚུ་ཆེ་མི་ཚུ་རྒྱུ་ སྐུལ་འབད་ཚུ་གསལ་ནི་གི་ དོན་ལུ་ཨོན།

ལུ་ ང་བཅའ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དུ་སེལ་ནུངས་པ་ འོན་གོང་ལུ་མདེ་པའི་ ཡན་ རྩོགས་ཅན་གྱི་ བརྟམ་ལྷན་འབྲེལ་གྱི་ འཕུལ་ཆས་མ་འདྲ་ལ་ ལཱ་ཚོགས་ཐོན་ཏེ་ཡོད། དེ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་བརྒྱུ་འབད་ ང་བཅའ་སའི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡང་ བརྟམ་ བརྒྱུད་འབྲེལ་འདི་གིས་ ཡན་ཐོན་སྐྱོམ་པ་ འབྲུང་མ་ཡིན་མས། ཡིན་ཅུང་། བརྟམ་ བརྒྱུད་འབྲེལ་ལས་བརྟམ་ཏེ་ ཡན་པ་དང་གཞིག་ཁར་ གཞོན་པ་ཡང་ འབྲུང་དོ་ཡོད་པ་ ཡིན་པས། དུ་འབད་བའི་ནི། བརྟམ་ལྷན་འབྲེལ་ཚུ་ལས་ མི་གཉེན་གསལ་ལུ་ རང་བཞེད་གྱིས་ ཡན་གཞོན་འབྲུང་ཚུ་གསལ་པའི་ དངོས་མཐོང་གི་འཕུལ་ཆས་གཞིག་ རྒྱུ་མཐོང་འདི་ཡིན།

དེ་ཡང་ འཛམ་གྱིང་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ནང་ ཡོངས་གྲགས་འབད་ ཡོད་པ་མཚན་ ང་བཅའ་ སའི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཡར་རྒྱས་གྱི་ འབྲུང་བ་དང་བརྟམ་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ མཐའ་ དུ་སྤུས་མདེ་པར་ རྒྱུ་མཐོང་འདི་ ལྷབ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་གིས་ ཡན་པ་དང་གཞོན་པ་ འདྲན་འདྲ་ རྒྱུ་མཐོང་པའི་ དོས་འཛིན་ འབྲུང་མ་ཡིན་པས།

དེ་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་གནས་ལུངས་དང་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ དེ་འཕྲོ་ལས་ཏུ་གོ་ནི་
 དང་། ཤེས་རིག་གི་སློབ་རིག་གསར་པ་དང་ གཞུགས་ཀྱི་ འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྐོར་ལས་ ཏུ་
 གོ་ཚུགས་པའི་ཡན་པ་དང་ འཛམ་གླིང་ཆགས་ཐངས་དང་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་སྐོར་ལས་
 གསལ་སྤྱི་སྤྱི་འབད་ ཕྱོད་ནི་ ཡོད་མི་འདི་གིས་ ཨ་ལོ་ཚུ་གི་རིག་ཆུལ་ གོང་འཕེལ་
 གཏང་ནི་ལུ་ ཡན་ཐོགས་ འཐུང་དོ་ཡོད་པ་ཨོན་པས།

དེ་འབད་མཉམ་ རྒྱུ་མཐོང་དེ་གིས་ སློབ་ཡུག་ཨ་ལོ་ཚུ་ལུ་ གནོད་པ་སློབ་འབད་ས་
 འཐུང་དོ་ཡོད་པ་ཨོན་པས། དེ་ཡང་ ཁོང་ཁྱིམ་ནང་ཁོད་པ་ཅིག་ རྒྱུ་མཐོང་བཏུ་ནི་
 འགོ་བཅུགས་པ་ཨོན། ཁོང་གི་སློབ་ཤུལ་ཆེ་མིའི་ ལས་རིམ་ཏུ་དུའི་གྲོག་བརྟན་ ཞབས་
 ཁའི་འགན་ལུས་ བཟུང་ཚང་དང་ འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་ གྲོག་བརྟན་ཐུང་ཀྱང་ གཅིག་
 རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་ལུ་ འཐོན་པའི་བསྐྱུང་ལས་ སློབ་བརྟེན་དེ་ བཏུ་བཏུ་ཕོད་པ་ཨོན་པས།

ཡམ་ཚུ་གིས་སླབ་ཏུང་ ཉམ་མ་བརྟུབ་པས། རྒྱུ་མཐོང་གྲོག་བརྟན་འདི་ལུ་ སེམས་
 ཡེངས་ཏེ་ དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྟན་གཏང་མ་ལས། སློབ་ཡུག་ཚུ་ལུ་ དཔེ་ཆ་ཏུ་བཞུགས་ བྱིས་
 ལཱ་བྱི་ནི་ཚུ་ འབད་མ་ཚུགས་པས་ ལུས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨོན། དེ་གིས་མ་དོ་བས་ གཞུགས་
 ཁམས་ འཕྲོད་བསྟེན་ལུ་གནོད་པའི་ ཡུས་ལག་ལཱ་འབྲེལ་བ་ཏེ་ སྡེ་ཚན་ནང་འབད་
 འབྲེལ་འཛིང་འབད་ནི་ ལ་སོགས་པའི་ བྱ་སྐྱོད་དུ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ རྒྱུ་མཐོང་
 ཏུ་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འཐུང་མ་ཨོན་པས།

དེ་ལྟར་དུ་མི་དོན་གིས་ རྒྱུ་མཐོང་ལ་དེ་ ལཱ་ལོ་རྒྱུ་ལུ་རྒྱུ་དུ་ བཏུ་བཅུག་མི་མཉེ་པར།
 བདུན་ཕྲག་ ངལ་གསལ་ལྟ་སྐབས་ལུ་ ཡན་ཐོགས་ཡོད་པའི་ ལས་རིམ་རྒྱ་ བཏུ་བཅུག་
 དགོ་པ་དང་། ཡན་ཐོགས་ཅན་གྱི་ བདུན་ཕྲག་ལྟུང་ལུ་ལས་ལས་ ཡན་གཞོན་གཏམ་ལ་
 རྒྱུ་ལྟེ་ གཞོན་པ་ལྟུང་མི་གི་རིགས་རྒྱ་ སུངས་ཞེ་མཉེ་ལས་ ཡན་པའི་ཕྱོགས་ལུ་ མོ་
 རྒྱུ་སུ་ལྟེ་ ལྟེ་ཞེས་དགོ་པ་ཡོད་ཅིང་།

སློབ་ལྟུ་

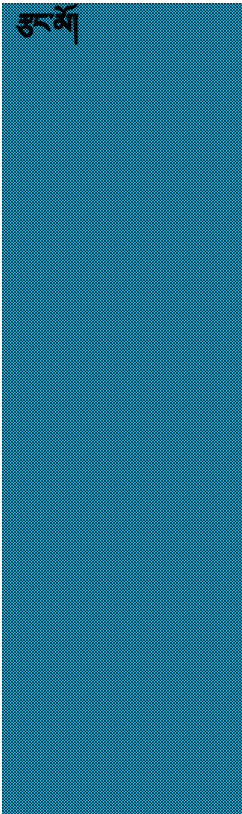
༡. རྒྱུ་མཐོང་ ཟེར་མི་ དོན་དག་ག་ཅི་སློབ་?
༢. རྒྱུ་མཐོང་གི་ ཡན་པ་དང་གཞོན་པ་ ག་ཅི་ར་ལྟུང་དོ་ཡོད་ག་? ཐོ་བཞོན་ལབ་ད།

ཡན་པ།	གཞོན་པ།
༡.	༡.
༢.	༢.

༣. རྒྱུ་མཐོང་ལས་ བཞེན་ཏེ་ རྒྱ་སློབ་དཔེ་པའི་ རྒྱུ་པ་ག་ཅི་བཟུམ་ར་ ལྟུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་
ན?
༤. རྒྱུ་མཐོང་ནང་ལས་ ཡན་ཐོགས་ཡོད་པའི་ ལས་རིམ་ག་ཅི་ར་ རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་གིས།
༥. རྒྱུ་མཐོང་ལབ་ད་ དཔེ་ཆ་ལྟུང་ཞི་དེ་ རྒྱུ་མཐོང་དེ་ལྟུང་ཞི་ག་ཅི་ག་ བཞོན་?
༦. ད་རིམ་ནངས་པར་ རྒྱུ་མཐོང་ནང་ལུ་ དབང་བཅོང་ལུས་ལྟུང་ལ་སོགས་པའི་ གནས་
རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་གི་ རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་གི་ ག་ཅི་ར་ལྟུང་ལྟུང་གི་ ལུ་ རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་ ལ་
ལྟུང་ལྟུང་ ལབ་ད་རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་ག་ཅི་ར་ལྟུང་གི་གོ་?

༢. ཕན་ཐོག་གས།

ཕྱང་མོ་འདི་གིས་གཞན་དོན་ག་ཅི་ཕྱིན་མ་ཡིན་ན་ གནས་སྤངས་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ལག་ལེན་འབྲེལ་ཚུགས་ནི་དང་ ཕྱང་མོ་གི་ཚིག་སྐད་ཚུ་ལས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ ཕྱང་མོའི་ཚིག་གི་ཐོག་ལས་ སློན་ཡོན་དང་ ཕན་གོད་ཀྱི་ལྷན་པར་ རྒྱང་མཐོང་གི་ཐོག་ལས་ གོ་བཟུང་སློན་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན་ཅོ།



ཕྱང་མོ།

གོས་ཚེན་དར་གྱི་མདུད་མོད། རི་མོ་འབྲུག་རིས་ཁ་འབྲེལ།
 གོས་ཚེན་རལ་ཏེ་འབད་རུང་། འབྲུག་རིས་ཡལ་ས་མིན་འདུག།

རང་སློན་རི་བཟུམ་ཡོད་དེ། གཞན་ལ་སློན་ཡོད་མ་གསུངས།
 རང་ཞལ་རང་གིས་མི་མཐོང་། བཤད་ན་ཐུགས་ལ་ཕོག་འོང་།

ངོ་རིས་རང་ལུ་མེད་པ། གཞན་ལུ་སྤྲད་གཏམ་མ་བཤད།
 ལ་ཡི་སྤྲིག་པ་བསགས་ཏེ། སྤྲིག་པ་བཤག་པར་དཀའ་འོང་།

ཕྱང་མོ་འགྲོ་ལུགས་ལེགས་རུང་། འགྲོ་ས་ཟམ་པའི་འོག་ལས།
 བྱམས་པའི་ཞལ་རས་ལེགས་རུང་། མཇུག་ལུ་གཉེར་མའི་ཐང་ལུག།

ཚོད་ནི་གངས་རི་དཀར་པོ། མ་འཇུར་བརྟན་པར་སློད་གནང་།
 ང་ཞི་ལྷི་གདུགས་ཉི་མ། སྤྱིང་བཞི་བསྐྱོར་ནས་འོག་ཡོང་།

སློབ་ལྟ།

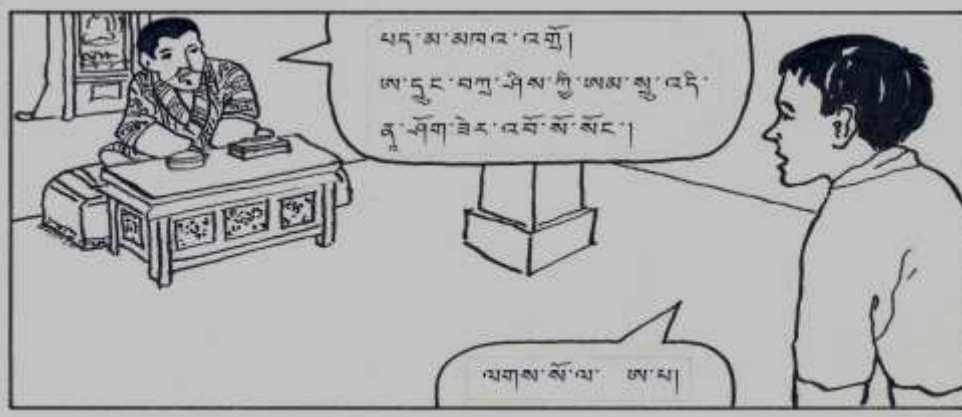
༡. ཕྱང་མོ་ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་སློབ་?
༢. གོས་ཚེན་དར་གྱི་མདུད་མོད། རི་མོ་འབྲུག་རིས་ཁ་འབྲེལ།
 གོས་ཚེན་རལ་ཏེ་འབད་རུང་། འབྲུག་རིས་ཡལ་ས་མིན་འདུག། ཟེར་བའི་བརྟུན་དོན་གྲིས།

- ༣. ཚུ་མོ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཕན་ཐོགས་ ག་ཅི་བརྩམ་ཅིག་འོང་ནི་སློ་
- ༤. ཚོགས་བཅད་གཉིས་པ་འདི་ གནས་སྤངས་ ག་ཅི་བརྩམ་ནང་བཤད་ནི་ཨིན་པས་གོ་
- ༥. ཚུ་མོ་འགྲོ་ལུགས་ལེགས་རུང་། འགྲོ་ས་ཟམ་པའི་འོག་ལས།
བྱམས་པའི་ཞལ་རས་ལེགས་རུང་། མཇུག་ལུ་གཉེར་མའི་ཐང་ཁྱལ། དེ་སླེ་ རྩོད་ལུ་སྐྱབ་
ཐོན་འོང་པ་ཅིན། ལན་ ག་དེ་སླེ་བྲི་ནི་? གྲིས།
- ༦. རྩོད་ནི་གངས་རི་དཀར་པོ། མ་འགྱུར་བརྟན་པར་སློད་གནང་།
ང་ནི་ཁྱི་གདུགས་ཉི་མ། སྲིང་བཞི་བསྐོར་ནས་ལོག་ཡོང་། ག་ལུ་སྐྱབ་པ་ཅིན་ བཏུབ་ནི་
བརྩམ་འདུག་གོ་? ཁྱེད་ས་དང་སྐྱུགས་གྲིས།

༣. ལ་ཏུང་།

སྤྱི་གོ་བོ་འཛོད་དོན་གཅི་ཡིན་ན་ ཉ་གོ་ཚུགས་ཞི། སྤྱི་གོ་གོ་བོ་དོན་ འཕྱི་མངས་ཤེས་ཚུགས་ཞི། དྲང་པོ་འབད་བ་
ཅིན་ བན་པ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ ཉ་གོ་ཚུགས་ཞི། སྤྱི་འདྲི་ ཚེ་ཚུད་འབད་ཚུགས་ཞི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

ཅི་མ་འི་ན་ཅི་ན་གྱི་ར་ཟེར་མ་འི་གཞུས་ཚུ་གཞུས་ཅིག་ནང་ ཏུང་མ་བཟོད་ནམས་
དཔལ་འབད་ཟེར་མི་ཅིག་ཕྱོད་ལྷོག། ཏུང་མ་དེ་ལུ་ ཅི་བཟུ་ཅི་མ་གདོང་ཅན་
ཟེར་མི་ཅིག་དང་ ལྷོག་ཞུ་མི་ལ་ཏུང་ཅིག་ཡོད་པ་མས། ལ་ཏུང་དེ་གི་ས་
ལ་ཉག་ར་ཤོ་བ་མ་རྒྱལ་པར་ ཡང་ཅི་ལྷོ་བ་ཅི་འདྲི་གི་ས་ གཞུས་ཚུ་བཟོད་དེ་ནང་གི་
མི་ག་ར་གི་ས་ བོ་ལུ་ཚ་བཞག་ཚུ་ དགའ་དོ་ཡོད་པ་མས། རྒྱུ་ཅིག་གི་ཚ་.....







དབའེ་... ར་གིས་ཚིག་པ་དེ་འདྲི་ བསད་མི་ལྷན་སྐྱེ་མེ། དེ་མ་ཚད་ ར་གིས་
 ད་ལྷོ་ཚོན་ཚོད་ཡང་ འོག་རྒྱལ་མ་ལྷོད། ར་ལས་པར་འབད་པུང་ འོག་འདྲི་
 ཚ་དང་ལྷོ་ལས་ར་མེ་རྒྱལ། དེ་ལི་ནང་ལས་ཡང་ཚིག་པ་འདྲི་ ལྷོ་མ་གི་ཚིག་པ་
 ཡོད་ན་མེད་ན་ཅིག་ཨིན། དེ་ལ་ལུ་ ཉི་མའི་གོད་ཅན་དང་ར་ ཚུར་གྱི་བཟུང་
 ལས་ ད་ལྷོ་ཚོན་ཚོད་མཉམ་ཅིག་འཕེལ་ཉི་ རྟོད་རྟོད་པ་ཨིན། ར་གིས་འདྲི་
 ལུ་འདྲི་འབད་མི་ཚུ་གས།



དབའེ་... ཚུད་རྒྱལ་ ར་ལུ་ག་མ་ཚུ་བའི་སློབ་ཨིན་པས།
 དེ་འབད་ན་ ར་གི་རུང་ཨི་ག། ད་ ཚུད་ར་ཡང་ ར་གི་
 ཚད་གཤོག་རྒྱལ་མི་དགོ། ཚུད་ར་ག་དགའ་སར་ཡང་
 མོ་ཨིག།

སློབ་ལྟན།

༡. སྤྱང་འདི་ནང་ སྤྱང་ཕྱེད་པ་ ག་ར་འདུག་གོ་? ཐོ་བཀོད་འབད།
༢. ཨ་འདྲུང་གི་ ཨམ་སྐུ་ ན་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཨིན་ན་? ལྷངས་ཁ་གསལ་ལྟེན།
༣. འོ་བ་ རྒྱབ་མ་ཤེས་པའི་ མི་ཡོད། ཟེར་མི་འདི་ བདེན་ནི་བརྩམ་ཅིག་ མཐོང་མས་ག་? མཐོང་པ་ཅིན། ག་དེ་སྟེ་ མ་མཐོང་པ་ཅིན། ག་དེ་སྟེ་?
༤. འདྲུང་གིས་ མཚུགས་ལུ་ ག་དེ་སྟེ་གསུངས་ཅུག་?

སློབ་ཚན་ ༥ པ། བརྗོད་དོན། འགན་ཁལ།

མི་དྲན་ཞན་ཆེ་ཆུང་མེད་པར་ ག་ས་ལུ་ དེ་དང་བསྐྱུན་པའི་འགན་ཁལ་སེ་ཡོད། འགན་ཁལ་
འདི་ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་ གཞུང་གིས་བཀའ་གཏང་མི་འདི་ མེད་པར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོག་ཏུ་ཡོད་
མི་ འགན་ཁལ་ལྟར་ རང་གིས་ཚོར་ཏེ་ འགན་ཁལ་འབག་ཤེས་པ་ བཟོ་དགོས་ཡིན།

དེ་ཡང་། དཔེར་ན། རྒྱ་གཞི་ལམ་ ཟེར་ཞིན་ན་ ཨ་ལོ་རྒྱུ་ཟང་དྲུང་གི་ བཟའ་ཚང་གི་འགོ་
འདྲེ་འབྲེལ་གྱི་ བཟའ་ཚང་ལུ་ཡོག་པའི་འགན་ཁལ་ བརྟགས་སར་བཀའ་ལྷོད་ ཡན་པ་
བསྐྱུ་བའི་དང་ འདོད་པ་བསྐྱུ་བའི་གི་ ལུ་འགན་ཁལ་ཡོག་པ་ཡིན་མས། དེ་བཟུམ་འབད་
འབྲུག་མི་ཟེར་མ་དུ། འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཤེས་དགོས་ འབྲུག་གི་ཁྱེད་ཆས་ཁྱེད་
དགོས་ འབྲུག་གི་ལྷོ་ལུ་ གནས་དགོས་ཚུ་ཡིན། འབྲུག་གི་ཅ་ལྷོ་ལུ་མེད་པའི་དང་ལུ་
འབྲུག་མི་ལུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོག་པའི་ གཞི་རྩེ་འགན་ཁལ་ བཅུ་བཞི་དེ་ཅིག་ཡོད་མི་
ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་པ་འབད་དགོ།

སློབ་ཕུག་ཅིག་ལུ་ཆ་བཞག་པ་ཅིན་ དཔེ་ཆ་ཅ་འགོངས་ཏེ་བཏུ་གི་དང་ སློབ་གྲུ་ལྷོ་གི་ལྷོ་ལུ་
ལུ་གནས་ནི་ སློབ་གྲུ་ལུ་ཡན་པའི་ ཞབས་རྒྱུ་འབྲུ་བའི་ གཞི་དཔེ་འདི་རིགས་སུ་ཡང་གི་ ཟན་
མཐའ་འཁོར་གཅིང་སྐྱ་བཞག་གི་གི་ འགན་ཁལ་ལས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་ ཨ་ལོ་སེ་སེ་བཞིན་ལུ་
ཡོག་ཏུ་ཡོད་མི་ཚུ་ གཞན་གྱིས་ རྒྱུ་སྐྱུ་ལུ་འབད་མ་དགོས་པར་ ཨ་ལོ་རང་གི་ སེམས་གྱིས་
ཚོར་ཏེ་ འགན་ཁལ་འབག་ཏེ་ འབད་ཤེས་པ་བཟོ་གི་ཡིན།

༡. བཟའ་ཚང་མ་སྐྱོན་ལམ་ཅན།

ཨ་ལོ་ཚུ་གིས་ལོ་རྒྱུས་འདི་ འགོ་ལས་མཚུགས་ཚུ་ དགའ་ཉེ་གཉེ་འབད་ལྷག་ཚུ་གསལ་ནི་དང་ སྤོ་བ་ཚུ་གི་ལན་མ་ འཛོལ་བར་ བྱི་ཚུ་གསལ་ནི་དང་ལོ་རྒྱུས་འདི་གི་ བཟོ་དོན་ག་ཅི་སྟོན་མ་ཡིན་ནུ་? ཉམ་གྱི་ མིང་ཚིག་ཀྱི་སློབ་ འབད་ཚུ་གསལ་ནི་གི་ དོན་ལུ་ཡིན།

༣ གཞུམ་ ཚོས་གྲིང་ཟེར་སར་ ཨལ་པ་ཕྲུ་དང་ ཨམ་བཟའ་མོ་གཉིས་ བཟའ་ཚང་ འབད་བསྟོམས་ཏེ་ ལོ་བཅུ་ཐམ་དམ་ཅིག་ ཡར་སོ་ལུ་གྲིང་ ཁོང་གཉིས་ལུ་བྱ་གཞིས་ བྱམས་ལུ་སྒྲོན་དང་ བྱ་བདེ་དུ་ཟེར་མི་གཉིས་ ལྷོས་ལུ་གྲིང་ ཁོང་ལ་ལམ་དུ་མ་ལམ་ཚུ་ གཞིག་གིས་གཞིག་ལུ་ བྱམས་སེམས་ཆེ་མ་ཚུ་ རང་སོའི་ལུ་འགན་ཚུ་ འབྲུས་ཤོར་ མེད་པར་ ར་འགོངས་ཏེ་ འབད་མི་ཅིག་ཡིན་པས།



སློབ་གྲྭ་འོ་སློབ་ལམ་ཚུ་ སློབ་ཁུངས་པལ་ལ་ཏེ་ ལྷོ་མ་ནང་ལྟོད་པ་ད། ཡམ་གཉིས་ལུ་ ཆ་
 རོགས་ ག་དེ་དྲག་དྲག་འབད་མ་ལས་ ག་ཞན་གྱིས་ དུ་ཐུ་བཏུ་ས་ཅིག་འབད་ལོད་ཏུ་ག།
 དེ་བཟུམ་མའི་ བཟུམ་ཚང་ཚུ་ལུ་ཅིག་ནང་ འདི་ལོ་གི་ལུ་ཨིན། འདི་མོ་གི་ལུ་ཨིན། ལུ་
 སོགས་པ་ ལུ་འབད་དེ་ལུ་ ག་ཟེ་རྒྱུ་མེ་ཚུ་ལངས་ཏེ་ རང་སེའི་འགན་ཁག་ རྩིལ་
 བུམ་འབག་པ་ལས་ བཟུམ་ཚང་འདི་ལུ་ རྒྱ་མོ་ར་ལོངས་སྤྱོད་ ཡུན་ལུ་མ་ཚོགས་པ་འབད་
 རུང་ཏེ་ མི་ཚོ་དག་འཁྱིད་ཀྱི་ངང་ལུ་ ལོད་དེ་ཐོབ་ཏུ་ག།

སློབ་ལྟུ་

ཀ་ ལན་བྱི་ནི།

- ༡ ཡམ་པ་སྐྱོད་པ་ལུ་ ལོ་ག་དེམ་ཅིག་ ལངས་སོ་ཏུ་ག་?
- ༢ ཡམ་པ་སྐྱོད་པ་ ལུ་འགན་ག་ཅི་ར་ ཨིན་མས་?
- ༣ ཡམ་ལོ་ཚུ་གི་ ལུ་འགན་ ག་ཅི་ར་ཨིན་མས་?
- ༤ རང་གི་འགན་ཁག་འདི་ ལེགས་ཤོམ་འབད་འབག་པ་ཅིན་ ཡན་པ་ག་ཅི་ར་
ཡོད་པ་?
- ༥ ལྷོད་སློབ་ལྟུ་ཚུ་གིས་ མི་སྡེ་སྤྱིར་བཏང་ལུ་ཡན་པ་འི་ ལུ་ག་ཅི་ར་འབད་ཚུགས་པ་
འདུག་ག་? རྩོམ་སྐུར་འབད་དེ་ བཤད་པ་རྒྱུ་ག།

ཁ་ འོག་གི་ མིང་ཚིག་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ རྩོད་ཚིག་བཟོ།
 འཇུག་ཤོད། མཁོ་སྐྱུ་ག། ལ་བཀོད། འགན་ཁག། གསོ་སྦྱོང་། འགོ་འདྲེན། བུམས་སེམས།
 རང་ལུ། རྩིལ་བུམ། བདག་འཛིན།

ག་ རྩོད་ཀྱི་ རྩིས་ནང་གི་གནས་སྤངས་དང་ ཡིག་རྒྱུགས་འདི་ནང་ གནས་སྤངས་གཉིས་ལུ་
ལྷན་པར་ མ་འདྲམ་ཡོད་མི་ལྔ་ བྲིས།

༢. དགོངས་མ་མ་བྲེལ།

འབྲི་ཚོམ་འདི་ལྷན་སྟེ་འདི་གཅིག་གི་གྲངས་སྤྱི་ཚུད་པ་ཡིན་ན་ རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་ནི་ འབྲི་ཚོམ་འདི་ནང་གི་
འབྲུང་རིམ་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ འབྲི་ཚོམ་འདི་གི་ བཛོད་དོན་ གཅི་ཡིན་ནུ་ ལྷོ་བསྐྱོར་དང་བཅས་པ་ཉ་
གོ་ཚུགས་དགོ།

ལུ་ འོ་འོ་།། ང་བཅས་ར་མི་གི་ མི་ཚོ་འདི་ལུ་ གཞོན་པ་བཀལ་མི་ ལེ་ཤ་འདུག་མ་
སེ། ང་འདི་ མཚོ་ར་མ་ཚུགས། དེ་ཚོ་ གཟུང་པ་སངས་ཀྱི་ཚོ་ ང་ ཡིག་ཚང་ནུང་ལས་
ཉེ་མ་ཉེ་བཟུང་བཟ་ ལྷི་མ་ནུང་བཏུ་འཁྱེད་པ་ གཡུས་ཁ་གི་ལཱ་ལོ་ བསོད་ནམས་
དཔལ་འབྲེལ་འདི་ ཁོ་ར་རྒྱུང་གཞི་ ལུ་འཁོར་ལམ་བདུང་ ཆ་རོགས་ཀྱི་ལྷི་མ་ནུང་
འཁྱེད་ཡིན། ཟེ་ འཁྱེད་སེ།

དེ་ལས་ ང་འདི་ དཔུན་རིག་རྣམ་རྟོག་ཡང་མེད་ ལམ་ཁ་འབྲུལ་ལས་ ང་ར་གི་ལྷི་མ་མའི་
ཁ་བྱུག་གི་ལམ་རྟོངས་ལུ་ བསྐྱོར་ལ་ཅིག་ ཉེ་ལོ་ཉེ་ལོ་ཉེ་ལོ་།། ཟེ་བའི་སྐད་ཅིག་གོ་ལ་
ཅིག་ ལཱ་ཅོལ་ འི་འི་འི་།། ཟེ་ ལཱ་ལོ་འི་སྐད་ཅིག་ཡང་གོ་ཡི། དེ་འཕྲོ་ལས་ ལུ་
འཁོར་བཀག་ཉེ་ རྒྱུ་བཟུང་རྒྱུ་ བཏུ་བའི་བསྐྱང་ལས་ རོ་ལྷི་གཉེས་ཀྱིས་ བསོད་
ནམས་དཔལ་འབྲེལ་ ལྷན་ལུ་བཅུགས། རོ་ལྷི་གཞན་པོ་ཅིག་གིས་ རྒྱུང་ལུ་སོ་བཏུབ་
རོ་ལྷི་དམར་པོ་གཞི་གིས་ གོ་གུ་བཤེད་དེ་གསེག་དེས།

ཉིང་རེ་ཡང་ བཏུ་མི་དགོས། དེ་འདྲི་ཡུ་ལོ་འདི་ མ་གྲི་བའི་ཉེ་ ལྷན་མིའི་འདུག།
གྲི་སོ་པ་འི་ཉེ་ ལྷན་ཡང་ ག་རྩེ་འཁྱེད་ཉི་ཡི་ཉེ་ན་? བཏུ་གེ་མ་རེ། ཟེར་སྲབ་དེས།

ནང་སྲུ་སྟོར་ལས་འདི་ ན་འཐན་ར་གང་ཆི་ཡི། ཡི་ཉེ་ཅུང་ བྱེ་ལམ་འདི་འཐོན་ལས་ ཁོང་
གིས་མ་མཐོང་པར་ སྲབ་ཡི་ཉེ་མས། ཟེར་ མཉེ་སྟེ་ ལན་ག་ཉི་ཡང་མ་རྒྱབ་པར་ མན་
ཁང་ནང་བཀལ་ཡི། དེ་བསྐྱང་ལས་ ལྷི་ཅུ་གི་ཆུ་ཆོད་པུ་ ལངས་སོ་པ་ལས་ ཅུང་འཆོ་མིའི་
འདུག། མན་གཡོག་མོ་གསུམ་གྱིས་ ཁབ་ཅིག་རྒྱབ། ལྷི་མ་ཐག་འདི་ཡང་ ཆོམ་
ཐོངས་¹ རྒྱབ་ཅི། ད་བཅས་བཞི་པོ་ཆར་ སྟོ་ཆོག་ཐོངས་གཅིག་ཡང་ སྲབ་ཉི་མེད་པ་
འབད་ གཅིག་གཅིག་གི་གདོང་ བཏུ་ཡི་ར་ ཅུས་ལྷན་ཆུ་ཆོད་ ལྷེ་དང་གཉིས་དེ་ཅིག་གི་
རྒྱབ་ལས་ བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་འདི་ དུམ་ཆོར་རྩེ་ ད་ལུ་བཏུ་སྟེ་ བཀལ་དྲི་ཆེ་
ཡི་མེ་ ཡུ་ཁང་། ཟེར་སྲབ་དེས།

དེ་ལས་ ད་ཡང་ བུང་ས་ཁར་བཞག་སྟེ་ ཡུ་ལོ་འདི་གི་ གདོང་ལས་མར་ ཆོར་གཅིག་
གཞོང་སྟེ་ ཁོང་ ག་དང་ཡང་ ཁར་མ་སྲབ་པར་ ལོག་ ད་རའི་རྒྱུ་མ་འཁོར་ནང་
འཕྲུལ་བའི་བསྐྱང་ལས་ གཟུགས་ཡང་ སིག་སི་འབད་ འདར་ལོ་དྲོ་ལུག།

སློབ་ལྗན།

1. རོ་ཕྱི་གཉིས་གྱིས་ ཡུ་ལོ་བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་ལུ་ ག་དེ་སྟེ་འབད་ལུག།
2. རྒྱུ་བཞི་འདི་ བམ་བྱུང་ལུག།

༣. སྤྲོད་ཁང་ནང་ འབག་ ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་འབད་ཕྱ་ལས་བརྟེན་ ཡིན་པས་གོ་?
༤. ཡམ་ཅིག་གིས་ སྤྲོད་ཁང་གི་འཕྲུལ་མ་ད་ སློབ་ལོགས་ཁར་ ཡམ་ལོ་ཡོད་ཉིང་རེ་ཡང་ བཟུ་ དགོ། ཟེར་ སྤྲོད་ཁང་གི་ ག་ཅི་འབད་ཡིན་ནེ་?
༥. སྤྲོད་ཁང་ནང་ སློབ་པ་ད་ ག་ཅི་ར་འབད་དགོ་པ་ ཐོན་ལུག་? ལ་གསལ་བྲིས།
༦. ཡིག་རྒྱུགས་འདི་གི་མིང་ དགོངས་མ་མ་ལྷོལ་ཟེར་ ག་ཅི་འབད་བཏགས་བཏགས་པ་ འོང་ བྱི་ཡིན་པས་གོ་?

༣. དན་སྐུལ།

རྩ་མོའི་གོ་དོན་དང་ ཡན་ཐོགས་ཉ་མོ་ཚུགས་ནི་ ཚིགས་བཅད་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ལྷག་ཚུགས་ནི་
རྩ་མོའི་གདངས་དབྱངས་མ་འདྲམ་ཚུ་ འཐེན་ཚུགས་ནི་དང་ ཚིག་འཇམ་སངས་ཅེ་ བརྩམ་ཚུགས་དགོ།

རྒྱལ་ཁབ་ཡར་རྒྱས་དོན་ལྟ། སློབ་གྲྭ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གཞུང་།

ལྷུང་ཕྱོགས་ཀྱན་ལུ་བཅུགས་མི། ཤེས་རིག་ཉན་ལག་ཡིན་ནོ།

ན་གཞོན་སློབ་ཕྱག་ཀྱན་ལྟ། བྱམས་དང་བཅེ་བའི་སློལ་ས།

ཕྱི་ནང་ཡོན་ཏན་ཡོལ་མི། སློབ་དཔོན་མཁས་པ་རྩ་ཡིན་ནོ།

ན་གཞོན་བྱ་དང་བུམོ་ལྟ། ལ་བཀོད་བསྐྱབ་བྱ་བཟུང་པོ།

དུས་རྒྱུན་བྱིན་ནི་འུ་འགན། རང་སོའི་ཕམ་ལུ་ཕོག་པ་ཡིན།

གསེར་སྣང་བརྒྱལ་ས་ཉན་པའི། ཡོན་ཏན་ཡིན་བཞིན་ནོར་བུ།

བཅོམ་འགྲུས་བསྐྱེད་དེ་ཉན་པ་དགོཔ། སློབ་ཕྱག་རང་སོའི་འགན་ལྟར།

ཕྱི་ནང་ཡོན་ཏན་ཉན་པ་ཉེ། ཅ་བ་གསུམ་གྱི་དོན་ལྟ།

ཕྱག་ཕྱིན་ཞབས་རྟོག་ལུ་དགོཔ། །ན་གཞོན་ཀྱན་ལུ་ཕོག་པ་ཡིན།

སློབ་ལྷན།

རྩ་མོ་ འདི་ནང་ལས་འཐོན་མི་ རང་རང་སོ་སོའི་འགན་ལྟར་ཚུ་ བྲིས།

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

ལྷན་ཐབས།

༡. བ་དམ་ཚིག།

བཀྲ་ཤིས་ལྗོངས་ཟེར་མི་ རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ ཡོད་པ་ཡིན་མས། བཀྲ་ཤིས་ལྗོངས་རྒྱལ་
 ཁབ་དེ་ ག་ནི་བ་དག་ལ་སྒྱིད་དང་ལྷན་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ རྒྱལ་ཁབ་
 སྒྲོང་མི་རྒྱལ་པོ་དང་ འབངས་མི་སེར་ཚུ་ ཚུ་དང་ཡོམ་བཟུམ་མའི་ བ་དམ་ཚིག་དང་
 མཐུན་ལམ་ཆེ་རྟོག་རྟེ་ ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་མས།

དེའི་སློབ་ཁྲིམས་ལ་ལུ་ བསམ་འཕེལ་ལྗོངས་ཟེར་མི་ རྒྱལ་ཁབ་སློབ་ཅིག་ཡོད་པ་མས།
 བསམ་འཕེལ་ལྗོངས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ བཀྲ་ཤིས་ལྗོངས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དག་ལ་སྒྱིད་དང་
 དཔལ་འབྱོར་ལུ་ སེམས་ཤོར་རྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་དེ་དྲུང་འཛུལ་རྟེ་ འོ་དེ་གི་མཉོ་བསམ་
 བརྟུང་ད་ལུ་ ལོ་དག་པ་ཅིག་གི་དྲུང་འཁོད་ བསམ་ཤེས་ལྷ་ཚིགས་ཀྱི་སློབ་ལས་ བསམ་
 འཕེལ་ལྗོངས་ཀྱི་མི་སེར་ མང་པོ་ཅིག་ བཀྲ་ཤིས་ལྗོངས་རྒྱལ་ཁབ་དྲུང་ འཛུལ་སོ་
 ལུ།

བཀྲ་ཤིས་ལྗོངས་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ མི་སློབ་དང་དམག་སྟོབས་ཚུ་ ཚུང་བའི་ལྷ་བས་ཀྱིས་
 གཞན་དང་གཅིག་ཁར་ དོ་འགྲན་ཚུགས་པའི་ ལྷ་བས་ལྷགས་ མེད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་

ཅུང་ རྒྱལ་སྤྱོད་འབངས་འཁོར་གསུམ་གསུམ་ མཉེ་བསམ་གཅིག་འབད་བཟུང་ རྒྱལ་ཁབ་
 གྲིམ་ཟའ་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་གཅིག་མཐུན་གྱི་ ཉེ་ལོ་ལྷོ་བས་སྤོམ་འབད་ ཡོད་པ་ཨིན་
 པས། དེ་མཚན་ རྒྱལ་ཁབ་གྲི་དབུ་འཁྲིད་པ་དེ་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ མཁུལ་རྒྱ་ཅན་
 ཅིག་ཡོད་པ་མས།

དེ་གིས་ བསམ་འཕེལ་འོངས་གྲི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ བྱམས་དང་བཅའ་བའི་སྐོ་ལས་ ཞི་བདེའི་
 སྐྱིག་ཆ་བཟོ་ནི་ལུ་ གཅི་བོར་བརྟོན་ཅུང་། འདོད་པ་ལུ་དབང་ཆེ་མི་ཚུ་གིས་ མ་ཉུན་པར་
 མཐའ་བྱག་ལུ་ བྱ་བཅས་མེད་པར་ དམག་རྒྱབ་ཉེ་གྲ་བྱག་ཆི་ཉུག།

དམག་རྒྱབ་པའི་བསྐྱང་ བཟུ་ཤེས་འོངས་གྲི་དབུ་འཁྲིད་པ་དེ་གིས་ གཞན་དང་མ་འདྲ་
 བའི་ ཐབས་ཤེས་བཅུ་མས་ཏེ་ གནད་མ་ལས། ཁོང་ལུ་དྲག་པོའི་ ལྷོ་བས་ཤུགས་མེད་
 ཅུང་ ཐབས་ཤེས་གྲི་ལྷོ་བས་ཤུགས་ལུ་ གཞན་གྱིས་དོ་འགྲན་འབད་མ་ཚུགས་པར་
 རྒྱལ་ཁབ་ཐོབ་ཆི་ཉུག། ལེགས་བཤད་ནང་ལས། སྤོ་བྱེད་ལྷོ་བས་དང་ལྷན་འགྲུབ་ན།
 ལྷོ་བས་ཆེད་དམ་ཡིས་ཅི་བྱས་ཡོད། ལྷང་ཇི་ཚུང་ཕུ་གཅིག་གིས་ཉུང་། ལྷོ་བས་ལྷན་
 ལྷང་པོ་བྱན་དུ་བཀོ་ལ། ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ་ ལྷོ་བས་ཤུགས་ལས་ རིག་ལྷོ་བས་གལ་ཆེ་
 དགོ་པའི་ གནད་དོན་ཡང་ དཔེ་དེ་བཟུམ་ཅིག་ཨིན་མས།

དུས་དེའུས་ཚུས་ བཀྲ་ཤིས་ལོངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ནང་ ལྷོ་ལ་ལས་དབང་བཅོང་འབད་དེ
 འཚུལ་མི་ཚུ་ག་ས་ ལོ་ག་སྟེ་བརྟེན་གཏང་ཚུ་གསལ་ལས། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སང་དབང་ལུ་
 ཉེ་ལ་མེད་པས་ འབངས་མི་ལཱ་ག་ས་ དགའ་སྲོ་གི་ངང་ལུ་ ལོ་དེ་ཚུ་གསལ་བུང་ལུ་ག།
 ཉུག་པར་དུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་ཀྱི་མཁུ་ལུ་ མི་མང་ག་ས་ངལ་སངས་དང་
 ཡིད་ཆེས་ཐོབ་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ལྷོ་ནང་མེད་པའི་ མི་ག་ས་གིས་ ཆེ་བརྟེན་ལུ་ཉེ་ ལྷོ་
 གསལ་ག་ཉེ་ལུ་ཡང་ ལྷོ་སོ་ལུ་གོ།

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

སློབ་འཇུག་པའི་ རང་གི་ལམ་སྟོན་འདི། དང་པ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་དང་གྲུབ་
 ཚལ་ཚུ་ ག་ཅི་འབད་ལག་ཆེ་མ་ཡིན་ནུ་? ཤེས་ཏེ་ལག་ལཱ་འབད་ནི་ རང་གི་ལམ་སྟོན་
 ཚུ་ ག་ཅི་འབད་ ལག་ཆེ་མ་ཡིན་ནུ་? ཏུ་གོ་བྱེ་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་ དེ་བརྒྱུ་འབད་
 རྒྱ་གཞི་ལམ་སྟོན་གཞན་གཞན་འདི་ ག་ཅི་འབད་གཞན་ཆེ་མ་ཡིན་ནུ་? ལུང་ལྟོགས་ སེ་སེ་ལུ་
 ཡོད་པའི་ལ་སྐད་ གྲུབ་ཚལ་ ལམ་སྟོན་ དབང་འབད་གནས་ ཚེས་བཅུ་ རུས་སྟོན་ཡོད་
 མི་ཚུ་ རང་གི་མི་སྡེ་འོ་རྩ་གས་དང་ མི་སྡེ་འོ་རིགས་ རྒྱན་གནས་ཀྱི་ གཞི་རྩུ་ཡིན་མ་
 ལས་ ཉམས་སྲུང་དང་ཡམ་དྲགས་ གཏུང་དགོམ་གཞན་ཆེ་བའི་ ལུངས་དོན་ཚུ་ ཤེས་
 ཚུགས་པ་ བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

རྒྱལ་ལས་གཞན་དང་ མ་འདྲ་བའ་ཡོད་པའི་ལུངས་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རང་གི་རྒྱལ་ལས་
 ཀྱི་རང་དབང་ལུ་ཡོད་པ་ཅིན་ བདེ་སྲིད་ཀྱི་གཞི་མ་འདི་ཚུ་ ཡིན་པའི་ལུངས་དོན་ཚུ་
 ཤེས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན་ནོ།

༡. གྲོན་ཆས།

བརྗོད་དོན་མ་འདྲམ་ཚུ་བཙུགས་ཏེ་ འབྲི་ཚོམ་གཞན་ཡང་ བྱི་ཚུགས་ཞི་དང་ འབྲི་ཚོམ་གཞན་ལྟག་སྟེ་ ལེགས་ ཉེས་ཀྱི་གནད་དོན་ཚུ་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ཚུགས་ཞི་ གཙང་མཚམས་ བརྗོད་མཚམས་ དོན་མཚམས་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲབ་ སྟེ་འབྲི་ལྷག་འབད་ཚུགས་ཞི་དང་ ཡིག་སྟེབ་ཚུ་ སེམས་ཁར་དེས་ཚུགས་ཞི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

༣ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ས་ཆ་ རྒྱ་ཚུང་ཀྱང་ མི་རྒྱུ་བས་དང་རྒྱ་ཞོར་གྱི་ འབྲེན་ རྒྱགས་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་ འདྲན་འདྲ་མཉེ་ཅུང་ མི་སྡེ་དྲང་ལུ་ ལམ་སྲོལ་ བཟང་པོ་ཚུ་ ཡ་ལས་ཐུ་བརྒྱད་དེ་ ག་ཅི་འདེ་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ དེ་སེམ་དྲངས་ པ་ འཛམ་གླིང་དྲང་ ལམ་སྲོལ་གྱིས་ལྷག་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཨིན།

ལམ་སྲོལ་ཚུ་ལས་ ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ གྲོན་ཆས་འདི་ཨིན། འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ གྲོན་ཆས་འདི་ གོ་དང་དཀྱིའ་ཨིན། སྤྱིར་བརྟུང་ཡོ་སྤྱོད་ཚུ་གིས་ གོ་དང་གཅིག་ཁར་ ལག་རྒྱུ་དང་ གོ་དང་དཀྱིའ་ བཀལ་དགོཔ་ཨིན། ལམ་སྲོལ་ལུ་ དཀྱིའ་དང་གཅིག་ ཁར་ འོན་ཅུ་དང་ལྟོད་གོ་ལུ་ ཚེས་གཞི་ དཀྱིའ་སེམ་ དམར་ལུང་ཤུ་ཁ་དང་ལོ་དཀྱིའ་ལུ་ སོགས་པ་ དེ་དང་དེ་ཨིན། ཟེར་མཉེ་པའི་ཁར་ ཀོ་མ་ཚུ་དགོཔ་ཨིན། དེ་གི་རྒྱ་ཆ་དང་ ལྷ་སྐྱུ་ཚུ་ཡང་ ལུང་ལྟོགས་སོ་སོ་གི་ རྒྱའི་འབྲེན་ལུངས་དང་ ལག་ལུ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ འབྲུག་ཞིན་མ་ལས་ གྲོན་སྲོལ་ཡང་མ་འདྲམ་ སོ་སོ་འབད་ཡོད།

རྩེད་གཞིས་ ལྷ་ཁང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་དཔལ་ལོན་པའི་ ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ མོ་མོ་གཟུང་
 རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཚུ་ཆས་གྲུ་ མོ་སྐྱེས་ཚུ་གིས་བཀའ་ཤེད་དང་ ཨམ་སྐུ་ཚུ་གིས་སགས་ཅུང་
 རང་སེའི་འཕྲོ་བུ་གོས་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ བཀའ་དགོཔ་ཨིན། དེ་ཚུ་ ང་བཅས་རའི་ལྷན་ཚོས་
 རྣམ་ མེད་པ་ཅིན་ མ་བརྟུབ་ཨིན་མ་ལས་ ཉམས་མ་བཅུག་པར་ མ་འོངས་པའི་ཐུ་རྒྱུད་
 ཚུ་ལུ་ ཅིས་སྲོད་ཚུ་གས་པའི་ མཉེ་བསམ་གཏུང་དགོ།

དེ་རེས་ནངས་པ་ དུས་ཀྱི་འགྲུས་བ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་དང་བསྟན་ཏེ་ ཡིད་རྒྱལ་
 ཁབ་ཀྱི་ཀྱོན་ཆས་ ལམ་ལུགས་ལྷན་སྐྱེས་བཅུ་ཉེ་གཉེན་ཚུ་ཡང་ དེ་ལྟར་འགྲུ་ཨིན་ཅུང་
 དེ་ལུ་ རྣམ་གཞི་ཚུ་གིས་ ལྷན་སྐྱེས་བཅུ་ཉེ་དང་ ལུ་འཇམ་ཐབས་ལུ་བཏུ་ཏེ་ ཡིད་རྒྱལ་
 ཁབ་ཀྱི་ཀྱོན་ཆས་ ལམ་ལུགས་ཚུ་གི་ དཔལ་ལུ་མ་ཤོར་བར་ རང་གི་ཀྱོན་ཆས་དང་
 ལམ་སྲོལ་ཚུ་ ཚུ་ལུ་མཐུན་གྱི་ བདག་འཛིན་འཐབ་དགོཔ་ གལ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན་ནོ།།

སློབ་ལྟན།

1. འབྲུག་གི་ མོ་སྐྱེས་དང་ ཨམ་སྐུ་གི་ཀྱོན་ཆས་ ག་ཅི་ར་སློབ་?
2. ཡི་རྒྱལ་གྱི་ ཀྱོན་ཆས་ཀྱོན་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བཟོན་ ཨིན། ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།
3. རྩེད་ཀྱིས་ བཟུང་བ་ཅིན་ ཀྱོན་ཆས་བདག་འཛིན་ འབད་དགོཔའི་ལུངས་ ག་ཅི་འོང་ནི་
ཨིན་པས་གོ་?

2. དུས་སྟོན་རྟོག་འབྲེལ།

གཞན་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དམངས་ཁར་གསལ་བཤད་གཏང་ཚུགས་ནི་དང་ རོགས་གྱིས་གཏང་མི་གསལ་བཤད་
ཚུ་བཟུང་བཏོན་ཏེ་བྱི་ཚུགས་ནི། གསལ་བཤད་གཞན་ཡང་བྱི་ཚུགས་ནི་གཏོན་ལུ་ཡིན།

3 ད་པོ་སློབ་ཁང་འདི་ནང་ལུ་འཛུམ་མི་ སློབ་འདེའི་སློབ་དཔོན་དང་ སློབ་པོ་མི་
6 པའི་ཚེ་རིགས་ཚུ་ལུ། བུ་མོ་ རྫོང་ལྷོ་དཔང་མོ་ ང་གིས་ རྒྱ་གཞུགས་བཟུང་པོ། ཟེ་
ལུ་ནི་ཡིན། ད་པོ་ ང་གིས་ ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་ དུས་སྟོན་རྟོག་འབྲེལ་གྱི་སྟོན་
ལས་ དུམ་གྲ་ཅིག་ལུ་བའི་ནི།

ང་བཅས་པའི་ མི་ཚོ་གཅིག་གི་ནང་ལུ་ འབད་དགོ་པའི་ ལཱ་ག་ཅི་འཕྲིན་ཅུང་ འགོ་
བཅུགས་པ་ད་ ལཱ་གས་པའི་རྟོག་འབྲེལ་བའི་དགོ་པ་དང་ ངཱ་པའི་རྟོག་ རྫོག་ཐབས་
འབད་དགོ་པ་ཡོད་པ་ཡིན། དུས་སྟོན་ཟེ་མི་འདི་ ལཱ་གས་པའི་རྟོག་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ལོ་
བཟུང་བའི་དུ་ འབད་ནི་ཡོད་མི་ དུས་སྟོན་མཛུགས་ཚུ་ལུ་ སླབ་ཡིན། དུ་ལྟོ་འབད་བ་
ཅི་ནི། རྒྱལ་ཡོངས་དུས་ཚེ་ རྒྱལ་པོ་འཕུངས་སྐར་དུས་ཚེ་ ལྷི་མངའ་གསོལ་དུས་
ཚེ་ ལོ་བཟུང་གི་ཚེས་བཅུ་དང་ སླབ་མཚན་ཚུ་ལུ་སླབ་ཡིན།

དུས་སྟོན་འདི་ཚུ་ ཏེ་མ་ལས་པ་ དགོས་པ་དང་དམིགས་ལུ་ སློབ་ཡོད་མི་དང་འཕྲིལ་
ཏེ་ ཡམ་བཟུང་པོ་ཚུ་གི་མཛུགས་ལུ་བཟུང་པོ་ ང་བཅས་པའི་ ལཱ་ག་ཅི་འཕྲིན་ཡིན།

དེ་འབད་ཕ་ལས་བརྟེན་ རྒྱལ་ཕྱོད་དེ་ཚུ་ལུ་ ང་བཅའ་ར་གིས་ ཅིས་མ་བྲོང་དང་ ཡིད་ཆེས་
བརྟེན་དགོ་པ་ཨིན།

དེ་མ་ཚད་ དང་ཕུ་ལས་ཡོད་པ་འི་ འབད་བཅའ་བཅའ་བཅའ་གི་ སིམ་པ་མ་འདྲ་ཕ་སེས་
ཡོད་མི་ཚུ་ རྩམས་མ་བཅུག་པར་ ལག་ལཱ་འབྲེལ་བཅུག་དགོ་པ་ཨིན། དེ་འབད་ཕ་ལས་
ང་བཅའ་འབྲུག་པ་འི་ འགོ་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་ཕྱོད་དེ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཤེས་དགོ་པ་འདི་
ག་ནི་ལས་ག་ལ་ཆེ། ཟེར་ ལཱ་ནི་ཨིན། ད་སིམ་ང་ལས་ལཱ་ནི་ཟེར་ཅུང་ དམེ་ཅིག་ར་
ཨིན།

བཀའ་དྲིན་ཆེ།

སློབ་ལྟུགས་

1. རྒྱལ་སྐོན་ ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་ལུ་ར་སྐྱབ་ཨིན་མས་ག་?
2. རྒྱལ་སྐོན་གྱི་ སྐོར་ལས་ བཤད་མི་ག་ཨིན་པས་?
3. རྒྱལ་སྐོན་འདི་ཚུ་ ག་ཅི་འི་དོན་ལུ་ ཤེས་དགོ་པ་ཨིན་ན་?

3. བུཚ་སྒྲིག་ངག།

སྤྱང་འདི་ལྷག་པ་ད་ གཅད་མཚམས་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ རྫོང་སྤྱང་དགོན་གཏོ་འབད་ལྷག་ཚུགས་ནི་དང་། སྤྱང་ནང་གི་
མིང་ཚིག་ལྷ་ལག་ཚུ་ རོ་བོ་ཤོད་འབད་དེ་ དོན་དག་འཚོལ་ཚུགས་ནི། སྤྱང་འདི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ངལ་རངས་
སི་མི་གི་སྤྱང་ གསར་པ་མི་ཚུགས་ནི་དང་ བསྐྱེད་འབད་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

ལུ་ དེ་མ་གཞུས་ཚན་ཚུང་ཀྱ་ཅིག་ནང་ བུཚ་སྐྱུ་ལ་དྲན་ཟེ་ གནམ་མཉེ་ས་མཉེ་
སྒྲིག་ལུག། རྩེ་ཅུ་ག་ར་གི་དེ་མ་ཉུལ་ རྩེ་པ་ག་ར་གི་ལུ་ལུ་ལས་འབད་ཡོད་དགོ་པ། ཉེ་
མ་ཡང་ ཉེ་མ་ག་ཉེ་དྲོ་སར་སོང་ཏེ་ རྒྱབ་ཉེ་མར་བསྐོས་ ལ་ལུག་ཉེ་མར་བཅུགས་ཉེ་དོད་
མི་ཅིག། ཁོ་རའི་ ལ་པ་གསང་ལགས་ཀྱིས་ ག་དེ་མ་ཅིག་སྤྱང་ཅུང་ ཉེ་ལུག་ར་ མ་
བརྟམ་མི་ཅིག་ཡོད་པ་མས།

ཚར་གཅིག་འབད་མ་ད་ ལྷི་མ་ནང་ཡོ་ཚོག་ག་ཉུང་སར་ སྤྱང་ཚུ་ལུ་ལྷི་མས་མཐར་ལྷི་
ཟེ་ མངོན་ཤེས་མཚུངས་མི་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་གིས། ལ་པ་གསང་ལགས་ལུ་ ལུ་འདི་
འཕྲུལ་མཚུགས་འབད་ར་ སྤྱི་བ་ལྷ་ནང་ བཅུགས་དགོ་པ་འབད་ གསུངས་ལུག། ལུ་དེ་
ཡོ་ན་ཚུ་སྤྱང་ལུ་ཅིག་ཡར་སོ་ཅུང་། སྤྱང་གི་བཀའ་བཞུགས་ལུ་ ལུ་མ་རིང་པར་ སྤྱི་བ་
ནང་བཅུགས་ད་ལུག།

དེ་མ་སྒྲིག་ལུག་ ག་ནི་ཡང་མ་ཤེས་མི་ཅིག་ཡིན་ཅུང་ ཤ་ལུ་སྐྱུ་ལ་འགྲོ་བརྟམ་དོ་ཡོད་པ་
ལས། སྤྱི་བ་ལྷ་ནང་ལྷོད་པ་ད་ སྤྱི་བ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ལ་ལུག་ར་ བསྐྱོད་པ་རྒྱབ་ཉེ་འབད་

བའི་བསྐྱེད་ལས་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ག་གསུང་མི་ཉམ་ ག་སྟོན་མི་ཉམ་སྟེ་ ཉམ་གི་
ཤེས་ཡོན་དང་ ཡིད་སྤྱོད་ལམ་ལས་འབད་ཅུང་ ག་ནི་བ་ག་ཟུམ་རྟོག་ཏུ་ རྒྱུ་སློབ་
ལས། སློབ་དཔོན་དང་ སློབ་ཡུག་ག་ཤི་གི་ མི་ག་ལས་ཚུ་དཔ་ཅིག་ཡོག་སོ་ལུ་

ཁོ་གི་ ཉམ་གི་མཉོ་བསམ་ག་ཉམ་ཅུང་མཚམས་ཡང་ ཡས་གོང་མ་ལུ་ གུས་ཞབས་ རང་དང་
འདྲ་མཉམ་ལུ་ རྒྱུ་སློབ་པ་དང་བཅའ་ ཆེད་གསུང་ཡོད་པ་ལས། སློབ་གྲྭ་འོངས་དཔོན་
འབད་ བཀའ་ལུ་ ཁོ་གིས་ སློབ་གྲྭ་ལུ་ ཡུག་ལཱ་གསུང་ཤོམ་འབད་ལུ་ལས་ ག་ཤི་
གིས་ཁོ་ལུ་ དལ་རངས་དང་ལྷོས་མཐོང་བསྐྱེད་ཀྱི་ སློབ་གྲྭ་ག་ཞུ་ལུ་ཡང་ དཔོན་
བརྟུང་ཅིག་ལུ་རྒྱུ་སློབ་ལུ་

ཁོ་སློབ་ཡུག་ ག་ཞུ་དང་མ་འདྲ་བའི་ དེ་ག་པ་དང་ལོགས་གུ་བ་ཅན་ཅིག་ལུ་ འབྱུང་ནི་
འདི་གིས་ ལ་པ་གསུང་ལཱ་ལས་ཡང་ ལ་ཡོ་དེ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དལ་རངས་སློབ་ལུ་

དེ་མ་ཚད་ སློབ་ཚུ་ལ་ཁོ་མས་མཐུན་ཡི་ལུ་ཡང་ མཛུན་ཤེས་མཐུན་མི་ཅིག་ ཡིན་མས།
མཉོ་སྟེ་ ཡིད་ཆེས་སློབ་བསྐྱེད་ལུ་ དེ་མ་ཅིག་གི་བཟུ་ སློབ་ལུ་ལུ་ཡང་ སློབ་
འུ་ ཡུ་ པ་ཚད་སྟེ་ རྒྱུ་ལས་ཀྱི་ སློབ་ཡུག་དུག་ཤོས་ག་ཅིག་འབད་ ཡིད་ཆུང་ལས་
ལུ་ མཐོང་མི་སློབ་སློབ་འབད་བཟུ་ འབྱོ་ནི་གི་ གོ་སྐབས་ཡང་ ཐོབ་ལུག་གོ།

སློབ་ལྟན།

༡. བུ་ཚ་ ལྷལ་ལྷན་ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་བརྒྱུ་ཅིག་ འདུག་གམ་? དེའི་སྐོར་བྲིས།
༢. སློབ་གྲྭ་ནང་ བརྒྱུགས་པའི་ཤུལ་ལས་ ག་ཅི་བརྒྱུ་ཐལ་སོ་རུག་?
༣. སློབ་གྲྭའི་ཡོངས་དཔོན་ འཕྲོ་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ ཡིན་པས་?
༤. སློབ་རིམ་༡,༢ པ་ལས་ ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ མཐོ་རིམ་སློབ་སློབ་འབད་བར་ འཕྲོ་ནི་གི་ ལོ་
སྐབས་འཕྲོ་མི་ལུ་ སློབ་ཕྲུག་དྲག་ཤོས་ ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། རྒྱུ་ཤུལ་འབད་བ་ཅིན།
ག་དེ་སྟེ་ མཐོ་མ་མས་? བསམ་འཆར་བཀོད།

ལྷན་ཐབས།

༡. རྩ་བ་གསུམ།

༣ ང་བཅས་པའི་ ལྷན་ཐབས་ཀྱི་འགྲུལ་འཁོར་ལམ་ འཕུག་གི་ཕ་བ་གསུམ་ ཟེ་
 འཕྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན། འཕུག་གི་ཕ་བ་གསུམ་ ཟེ་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལག་ཆེ་ཤོས་
 སློབ་ཤིང་བཟུམ་ཅིག་ ཡིན་མ་ལུག། ང་བཅས་ག་ར་གིས་ ཤེས་དགོ་པ་འདི་ གནམ་
 མེད་ས་མེད་གཤམ་ཅིག་ཡིན། ཕ་བ་གསུམ་ ཟེ་མི་འདི་ འཕུག་གི་རྒྱལ་པོ་ རྒྱལ་
 ཁབ་ མི་སེང་གསུམ་ལུ་ བཅི་ལ་ཡིན།

ཕ་བ་གསུམ་གྱི་དང་པ། འཕུག་རྒྱལ་པོ་མངའ་བ་དག་འདྲི་པོ་ཆེ་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་དང་
 གཞུང་གི་དབུ་འཁྲིད་མཛད་དེ་གནང་ མི་སེང་བདེ་བར་བཀོད་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་
 གཏུང་གི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་སྤུང་སྟོབ་ཀྱི་ལྗོན་ལུ་ཆུ་ འགོ་འདྲེ་འཐབ་གནང་མ་ལུག། ང་
 བཅས་པའི་ དྲི་ཆེ་བའི་ ཕ་བཟུམ་ གཤམ་ཆེ་ལ་འབད་བཅི་ལ་ཡིན།

གཉེས་པ། འཕུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ང་བཅས་པའི་ ཉེ་མ་གི་ཡམ་འུམ་འཕྲོད་དང་ ད་རེས་
 གྱི་མི་རབས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ཐུ་རྒྱུ་ཆུ་གི་ བཟའ་ས་དང་འབྲུང་ས་ ལོ་རྒྱུ་ལོ་གཞི་རྩེ་
 ཡིན། དེ་མ་ཚད་ འཕུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ གུ་ཅུ་འདྲི་པོ་ཆེ་དང་ ལྷན་ཐབས་དུང་འདྲི་པོ་ཆེ་ ལ་
 སོགས་པའི་སྐྱེས་ཆེད་དམ་པ་ མང་རབས་ཀྱིས་ ཐུན་གྱིས་བརྒྱུ་བས་ཏེ་ རང་བཞིན་གྱིས་

གཞོན་ཀྱེན་ཕྱེད་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་ མ་འདྲ་ཕྱེད་ཡིན། འདི་འབད་ཕྱེད་ལས་ ང་
བཅས་ར་ལུ་ དྲིན་ཆེ་བའི་མ་བཟུམ་ཅིག་འབད་ བཅི་ཕྱེད་ཡིན།

གསུམ་པ། མི་སེར་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཞི་ཅུ་འི་རང་བཞིན་ ངོ་མ་ཡིན་མ་མཚན་ རྒྱལ་
པོ་དང་ གཞུང་གིས་ཡང་ གཅེས་སྐྱོང་མཛད་ས་དང་ རྟེན་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་ཏུ་
བྱམས་སྟེང་རྗེ་དང་ ཟུམ་ཚེག་ཅན་ཡིན་མ་ལས། འབངས་མི་སེར་ཚུ་ ཡམ་གཉིས་ཀྱི་
བྱ་གཞིས་བཟུམ་ ལག་ཆེ་ཕྱེད་ཡིན།

ཅ་བ་གསུམ་ལུ་ ཡུག་ཡྱིན་ལུ་དགོ་ཟེར་ཕྱེད་ ག་ལུ་ལུ་དགོ་པ་ཡིན་ནུ་? ང་བཅས་ར་མི་
ཆེ་འབྲིང་ཚུང་གསུམ་ག་ར་གིས་ རྟེན་དགོ་པའི་ལས། རྟེན་པའི་ ད་སེས་ཀྱི་ན་གཞོན་
མ་འོངས་པའི་མི་སེར་གྱིས་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ངོ་རྟེན་དགོ་པ་གཞུང་ ཅ་བ་གསུམ་
ངོ་རྟེན་ཞེ་མ་ལས་ ཟུམ་ཚེག་བཟུམ་ཏུ་ ཡུག་ཡྱིན་ལུ་ལས་ཏུ་ལུ་དགོ་པ་འདི་ འབྲུག་
མི་ག་ར་ལུ་ཕོག་པའི་ འགན་ལུ་གཞོ་བོ་ཅིག་ཡིན་ཏེ།

ཉན་ཞི་སྒྲུབ་ཞི།

ཉན་སྒྲུབ་གྱི་ཁྲུངས་དོན།

ཀླད་ཡིག་སློབ་སྦྱོང་ནང་ལུ་ ཉན་ནི་དང་སྒྲུབ་ནི་གི་རིག་ཕུལ་འདི་ འད་སོའི་ལ་མའི་ལ་
 ཀླད་ ཉུབ་ནི་ལས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་ མི་ཚོའི་རིང་ལུ་ ཚོས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ ག་
 ཅི་ས་འབད་དགོ་ཅུང་། དང་པ་ས་ན་བའི་དབང་པོ་གིས་ཉན་ཏེ་ བདེ་དོན་ཚུ་འཁྲུགས་པ་
 འབད་ནི་འདི་ ག་ནི་ལས་གལ་ཆེ། དེ་ཡང་ **ཚོས་གྱི་དྲུང་ལས།** ཐོས་པ་མ་རིག་ལུ་སྐྱོན་
 སྐྱོན་མེ་སྟེ། །ཟེང་གསུངས་ཡོད་དོ་བཟུམ་ འད་གིས་མ་ཤེས་ མ་གོ་བའི་བདེ་དོན་ཚུ་ ག་
 འཁྲུགས་པ་འདི་དབང་པོ་གིས་ཉན་ཏེ་ གོ་དོན་ཉུ་གོ་དགོ་པ་ལས་ ཐོས་པ་འདི་ཤེས་འབད་གོང་
 འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཉན་ནི་འདི་རིག་ཕུལ་འདི་ མཁས་པ་འདི་དང་ཚུ་ལ་དགུའི་དྲུང་གི་དང་པ་
 ཡིན།

གཉེས་པ། ལྷན་པ་འདི་རིག་ཕུལ་འདི་ཡང་ འཚད་པ་དང་ཚོད་པ་འདི་ རིག་པ་འདི་སྐོང་མ་
 ཅིག་ཡིན་མ་ལས། དང་པ་འདི་གི་ ལེམས་གྱི་མཚན་དོན་ འཚད་ལྷན་དང་ཉུམས་ལྷན་
 དངོས་མཐོང་གི་ཉུམས་ཚུའི་ཚུ་དང་། གཉེས་པ། འད་གིས་ཉན་ཏེ་ བདེ་དོན་འཁྲུགས་པ་
 པ་འདི་ ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཏུན་དང་ རིག་ཕུལ་ཚུ་ག་ས་ གཞན་ལས་ལོགས་མ་ལུ་ གོ་བདེ་
 འཕྲོད་པ་འབད་ ལེམས་ལྷན་དང་བཤུན་ནི་ལུ་ མེད་ཐབས་མེད་པ་འདི་ ཐབས་ལམ་གཅིག་
 ཅིག་ དག་གི་སྐོ་ ལྷན་པ་འདི་རིག་ཕུལ་འདི་ཡིན།

འཛིན་རྟེན་པའི་དཔྱེ་གྲུ་མ་ལུས་ཡང་། སློབ་ལུགས་མི་གཙོ་ཉན་ལུགས་གཙོ། ལང་ལ་
 རྒྱུ་ལུགས་མི་གཙོ་གཏང་ལུགས་གཙོ། །ཟེ་སྲུང་སྲོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་འབད། ཟེ་ལུགས་
 དང་། མོ་བ་ ལེ་ལུགས་ཀྱི་སྐྱེ་ལུ་ཚུ་དང་། དེ་བཟུམ་འབད་ སྲུང་ཞི་འི་སྐྱེ་ལུ་
 འདི་ལུ་ཡང་། གཏམ་ཚིག་གསུམ་གྱི་བར་ལན་མ་བཟེན། ལང་ལ་བུ་ཡང་ངོ་མི་ཤེས། །ཟེ་
 སྲུང་སྲོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ། རང་གི་འཛོལ་བུ་བས་དང་ལོགས་གུ་ཚུ་ ག་དེ་མ་ཅིག་པ་ཡོད་
 རུང་། ལ་ལུས་སྲུང་བུ་ བཤད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། དོན་དག་མེད་པ་ལུས་ རྟེན་ཡིག་གི་
 སྐྱེ་ལུ་ཚུ་ལུས་ འགོ་བཟུང་ས་ ཟེ་ཞི་འི་སྐྱེ་ལུ་དང་ སྲུང་ཞི་འི་སྐྱེ་ལུ་གཉིས་ལུ་
 སྲུང་བཟོན་ འབད་དགོ་པ་འདི་ལུས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན། དེ་འབད་དེ་འདི་གིས་ རྟེན་ལའི་
 ཤེས་ཡོན་གནས་ཚད་འདི་ནང་ལུ་ ཟེ་སྲུང་གི་ སྐྱེ་ལུ་འདི་ རྟེན་ཡིག་གི་སྐྱེ་ལུ་
 གཞན་ག་པ་གི་ཏེ་མར་ ཚུད་པ་འབད་ བཅུགས་ཏེ་ཡོད།།

ཉན་ནི་དང་སླབ་ནིའི་གནས་ཚུན།

སློབ་མིམ་ ༡༢ པ་མཚན་གསུང་དུ་སློབ་ཕུགས་ཚོ་གིས།

༡. འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ཚུ་གི་སློབ་ལུས་ མི་ཆེ་འབྲིང་ཚུང་གསུམ་དང་གཅིག་ཁར་ གནས་ལྷན་དང་ བརྟན་པའི་ ཞེས་དང་ཡལ་ཚིག་ཚུ་འབྲེལ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཉན་སླབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༢. དུས་མཐུན་གྱི་ མིང་ཚིག་གསར་པ་ཚུ་དང་ གུངས་གནས་ གནས་ཚུལ་དང་ རྩལ་བསྐྱུགས་ གསལ་ བསྐྱུགས་ ཚིང་བསྐྱུགས་ཚུ་ཉན་ཏེ་ ཏཱ་གོ་ཚུགས་དགོ་པའི་ཁར་ གནད་ལུ་ཡང་སླབ་ཚུགས་དགོ།
༣. སློབ་པའི་སྐབས་ལུ་ གནད་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྐྱད་ཀྱི་སེལ་པའ་དང་ གཟུགས་ཀྱི་མཁའ་འགྲུ་ སླབ་ཐངས་ཀྱི་ཉམས་འགྲུ་ཚུ་གི་ རྩལ་པའ་དང་ཉན་པའི་སློབ་ལུས་ ཉན་སླབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༤. རང་གི་ལུ་འགན་དང་འཁྲིལ་བའི་ ཡིག་འགྲུལ་དང་ ཡིག་ཚུལ་བརྟེན་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ནང་ གོ་སློབ་ ལྷན་དང་གསལ་བཤད་ གོ་སློབ་ རོད་སློབ་ཚུ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༥. གསལ་བཤད་དང་ གསལ་ལུ་ཚུ་འབད་མཁའ་ རྫོང་སྐྱུ་དང་ ཚིག་གི་གཅད་མཚམས་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན་ འབད་ ལག་ལུ་འབྲེལ་ཏེ་ སླབ་ཚུགས་དགོ།
༦. འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་ཚུ་ནང་ ལུང་འདྲེ་དང་ དམུ་གཏམ་ རྒྱ་གཏམ་བཅའགས་ཏེ་ སླབ་མི་ཚུ་ ཉན་ ཏེ་ ཏཱ་གོ་ཚུགས་དགོ་པའི་ཁར་ དེ་དང་བརྟན་པའི་ལུ་ཚུ་ འོས་འབབ་དང་བརྟན་ཏེ་ རྒྱས་བཤད་དང་ བཅུན་བརྟན་གང་འོས་ཀྱི་བློ་ལུས་ སླབ་ཚུགས་དགོ།
༧. ཚོས་རྐྱད་དང་ དམུ་རྐྱད་ལུས་གོ་བའི་ སྤྱིའི་བཟང་གནད་དོན་ཚུ་ རྫོང་ཁའི་ནང་རྐྱད་སྐྱུ་འབད་དེ་ སླབ་ཚུགས་དགོ།

བློ་ལྟོ་

པའི་ཕྱིར་དང་ གཞན་ཡང་ཡོགས་མ་གཤིས་ སེམས་བཀའ་ཞི་བའི་ཆེད་དུ་ཡང་ བྱིན་པའི་རིག་
 རྒྱུ་ལཱ་ལྟེ་ལཱ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ རྟོག་ཆེད་ རྟོག་ཆེད་ཡང་རྒྱུ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་
 བ་དང་ལཱ་ལྟེ་ལྟེ་ ཡིག་ལྟེ་ལྟེ་ གྲོག་ལྟེ་ གསལ་བསྐྱེད་དང་ ཆེད་བསྐྱེད་
 གྱི་ བརྟེན་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ མང་ཤོས་ར་ གྲོག་རིག་གི་ཐོག་ལས་ བརྟེན་ལྟེ་ལྟེ་
 བའི་དུས་ལྟེ་ལྟེ་ ཡོད་མི་དེ་ལྟེ་ལྟེ་ བྱིན་པའི་རིག་རྒྱུ་ལྟེ་ བརྟེན་དགོ།

སློབ་དེབ་འདི་ལྟེ་ལྟེ་ གང་ཕྱིར་མཁས་པའི་ལས་གསུམ་ལས། །འཆད་ཚོད་ངག་ལ་མ་
 དེས་པ། །སྲིད་ཕྱིར་མི་བསྐྱེད་ཚུལ་པ་མཚོག། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་མི་གི་ མཁས་པའི་བྱ་བ་
 གསུམ་གྱི་གཏོ་བོ་ བྱིན་པའི་རིག་རྒྱུ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ མིང་ཚིག་སྐྱབ་
 རྒྱུ་དང་ ཚིག་གཞི་བཅུགས་ཐངས་ ཚིག་མཚམས་དང་ བརྟེན་མཚམས་གཅད་ཐངས་
 དོན་མཚམས་འབྲི་ཐངས་ འགོ་བཅུགས་ཐངས་དང་ བར་གྱི་གཞན་དོན་དང་ ཚིག་དོན་
 བཅུགས་ཐངས་ མཇུག་བསྐྱེད་ཐངས་ལྟེ་གི་འབྲི་བཞེད་དང་། །ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་
 འཆར་གཞི་བཅུམ་ནི་ ཟེར་བྲིས་བཟུང་ནི་ བསྐྱེད་ཞིབ་འབད་ནི་ ལྷན་དག་རྒྱབ་ནི་
 འབྲི་ཐངས་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་། འབྲི་རྒྱུ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ རང་གི་བསམ་དོན་
 དང་། འཆར་སྐྱེད་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ རྟོགས་བརྟེན་ གྲུམ་རྒྱུ་ལྟེ་དང་།
 རྟེན་ངག་གི་ཏུམས་འབྲུ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ བཅུད་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ གྲུང་ཡིག་
 ལྟེ་ལྟེ་ རྟེན་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ཡིག་སྐྱེད་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་དང་། ཆེད་བསྐྱེད་ གསལ་

སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན།

1. སློབ་རིམ་ལ་པ་ནང་ ལྷ་བ་མི་བྲི་མི་རིག་ཕལ་ཚུ་ ལག་ལཱ་ཉེ་འཐབ་ཚུགས་དགོ།
2. མཚུགས་ཡིག་ཚུ་ ཉིང་སངས་ས་འབད་ བྲི་ཚུགས་དགོ།
3. མིང་ཚིག་ཚུ་ ལྷ་བ་ཐངས་དང་འཁྲུལ་བའི་ གཤམ་མཚམས་བཟོ་བུ་ བྲི་ཚུགས་དགོ།
4. དལ་གསལ་ཡི་གུ་དང་ གཏུང་ཡིག་ཚུ་ བྲི་ཚུགས་དགོ།
5. འབྲེལ་ཡོད་ དོན་ཚན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ བཤད་པ་དང་འབྲི་ཚོམ་ འཇམ་སངས་འེ་ བྲི་ཚུགས་
དགོ།
6. དྲི་བ་དང་བལྟུ་ལའི་ ལན་ཚུ་ཡོག་པ་འབད་ བྲི་མི་རིག་ཕལ་ཚུ་ འཛོམ་ཚུགས་དགོ།
7. གྲུངས་ལ་ 700 ཚུན་ ཡིག་གཟུགས་ནང་ བྲི་ཚུགས་དགོ།
8. སློབ་རིམ་ལ་པ་ནང་ ལྷ་བ་མི་ མིང་ཚིག་གུ་ གསར་འབྲེལ་ཉུང་ཤོས་ 200 བཀལ་ཏེ་ཕོ་མ་
600 ཡིག་ཕེབ་ཚང་མ་འབད་ བྲི་ཚུགས་དགོ།
9. ལོ་གཅིག་གི་ནང་ལུ་ རང་གི་སྦྱོང་ལཱ་དྲག་ཤོས་ 4 ལས་ མ་ཉུང་མ་ཅིག་ དམེ་བོ་དོ་ནང་ བསྐྱེ་
གསོག་འབད་དེ་ ལྷ་རྩོག་འབད་ཐོག་ལས་ རང་གི་ཚོགས་གུ་བ་ཡར་རྒྱས་གཏུང་ཚུགས་དགོ།
10. བྲི་མི་ལུ་ ལྷོ་བ་དང་བཟོན་ལྷགས་ བཞུ་དེ་ཚུགས་དགོ།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་སྐྱོར་བ།

ཡིག་སྐྱར་རྣམ་གཞག

ཡིག་སྐྱར་རྣམ་གཞག་ ཟེའམི་འདི་ ཡར་དང་ཚུར་ བསྐྱུལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡི་གུ་འབྲི་
 ཟངས་ཀྱི་ ལམ་ལུགས་འདི་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། ཤེས་ཚད་གནས་འཛིན་གྱིས་པ་འདི་ནང་ ལུ་
 ཡིག་དང་ གཏུང་ཡིག་འབྲི་ཟངས་གྱིས་ལུ་ སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོཔ་འབད་ཚུན་དེ་ཡོད།
 ལུ་ཡིག་ཟེའམི་འདི་ རྒྱ་ར་གི་སློབ་ལཱ་སློབ་དཔོན་ལུ་ དལ་གསོ་ལུ་ནི་གི་ཡི་གུ་ བཟུམ་
 ཅིག་ལུ་སྤྲོད་དང་། གཏུང་ཡིག་ཟེའམི་འདི་ རྒྱ་ར་འཛིན་པ་མ་དང་ ཆ་ཚོགས་ལུ་བསྐྱུལ་
 ནི་འདི་ ཡི་གུ་བཟུམ་ཅིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། ཡི་གུ་འདི་ཚུ་བྲི་མ་ད་ ཡི་གུ་འཛིན་མ་གུ་ཡིག་དང་
 ཡུལ་ས་གི་ཁ་བུང་ དེ་ལས་ ཡུལ་མི་གི་མིང་དང་ ཁ་བུང་ རྣམ་ཡུལ་ཡི་གུ་ ཚེས་
 གུངས་ཚུ་ ཚེའམི་འབད་བཞོན་དགོཔ་ཡིན།།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་སྦྱོར་བའི་གནས་ཚུལ།

སློབ་རིམ་ ༡༢ པ་མཚན་མཚུགས་ལྟར་སློབ་ཡུག་ཚུགས།

༡. ཡོད་ལའི་སྐད་ཡིག་གི་དགོས་པ་དང་ཡན་ཐོགས་ལྟར་རྣམ་དུ་སྦྱོར་ཚུལ་ལྟར་ཤེས་ཚུགས་དགོ།
༢. ཡོད་ལའི་ མིང་ཚིག་བརྗོད་པའི་རྣམ་གཞག་ ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་ཚུགས་དགོ།
༣. སྤྱད་བྱ་ཡི་གེའི་ རྣམ་གཞག་དང་ ཡན་ཐོགས་དབྱེ་ཚུལ་ ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་ཚུགས་དགོ།
༤. བཅའ་གཞན་དུས་གསུམ་དང་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དབྱེ་བ་ལྟེ་ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་ཚུགས་དགོ།
༥. ཚོས་སྐད་དང་ཡོད་ལའི་རྗོད་སྐད་དང་ཡིག་སྟེང་ཡན་དུ་རྣམ་དབྱེའི་ ལྟར་པར་ཚུ་ལྟེ་ཚུགས་དགོ།
༦. དག་ཐོག་དང་ཡིག་ཐོག་ལུ་ དུས་རྒྱུན་ ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་དགོ་པའི་ མིང་ཚིག་གི་རིགས་དང་
སྐད་གྲུམ་དང་ རྟོག་གྲུམ་ དུ་ལྟེ་གྲུམ་ ཞེས་དང་ཡལ་སྐད་ཚུ་ དབྱེ་བ་ལྟེ་ལག་ལཱ་
ལྟེ་འབྲེལ་ཚུགས་དགོ།
༧. ཡོད་ལའི་རྗོད་སྐད་ རྟེན་མཁོའི་ཨིང་ལིཤ་ ཡོད་ལའི་དང་འབྲེལ་ཚུགས་ ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་ཚུགས་
དགོ།
༨. གནམ་པ་ཅན་དང་ རྗོད་སྐད་ལྟེ་ཚུགས་མཚུངས་ཀྱི་ ཡིག་སྟེང་འཁྲུལ་ལོང་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་དགོ།

སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན།

1. སློབ་འཁུམ་ལ་པ་ནུང་ལྟ་བུའི་ རྟོན་ཡིག་གི་རིག་ཕུལ་ཚུ་ བསྐྱེད་ཞེས་འབད་དེ་ ལག་ལཱེ་
འབྲེལ་ཚུགས་དགོ།
2. ཚིག་མཚམས་ བརྗོད་མཚམས་ དོན་མཚམས་ཚུ་ ལག་ལཱེ་ འབྲེལ་ཚུགས་དགོ། (ནོར་
ཉེ་ཆེ་བའི་རིགས་ཚུ་བཅུགས་དགོཔ་)
3. མིང་དང་ མིང་གི་ཁྱད་ཚིག་ཚུ་ ཞུས་ཚུགས་དགོ།
༤. མང་ཚིག་དང་གཞིག་ཚིག་ ཡོ་མའི་ཚིག་ཚུ་ འོས་འཛིན་འབད་དེ་ ལག་ལཱེ་འབྲེལ་ཚུགས་
དགོ།
5. འབྲེལ་ལྗང་དང་ བྱེད་ལྗང་ རྩད་པར་ལྷུས་ཞེ་ནུ་མ་ལུག་ བྱེད་ལྗང་ འབྲེལ་ལུ་མ་དང་ བྱེད་
པ་ཡོ་འོས་འཛིན་འབད་ ཚུགས་དགོ།
6. སློབ་འཁུམ་དང་འཁྲུལ་བའི་ སློབ་འཛོམ་མཁུ་ནུང་གི་ མིང་ཚིག་ཚུ་གི་ཡིག་པེད་ཚུ་ཞུས་
ཚུགས་དགོ།
7. ཚིགས་བཅད་ཀྱི་ བརྗོད་པ་འོས་འཛིན་དང་ ལག་ལཱེ་ འབྲེལ་ཚུགས་དགོ།
8. མིང་མཐུན་དང་ བདག་སྐྱེད་ཀྱི་ལྱད་པར་ལྷུས་ཉེ་ སྦྱོར་ཚུ་ལུ་ལག་ལཱེ་ འབྲེལ་ཚུགས་དགོ།
9. ཚིག་མཚམས་ ལག་ལཱེ་འབྲེལ་བཟེ་ མིང་ཚིག་གི་ བོ་དོན་འཚུལ་ཉེ་ ལྟ་བུ་ཚུགས་དགོ།

༡. ཚིག་མཚམས། བརྗོད་མཚམས། དོན་མཚམས་གཙང་བྲངས།

ཚིག་མཚམས་གཙང་བྲངས།

ཚིག་མཚམས་ཟེར་མི་འདི་ སློབ་པ་ཅུང་ ཡི་གུ་བྲི་ཅུང་ ཉུག་ཅུང་ ཚིག་གཅིག་
ལས་སྐྱུགས་ཏེ་ སྐབ་དགོ་པ་འདི་ཚིག་ཚུ། གཅད་མཚམས་ མ་འཇོལ་བས་བཅད་
དེ་ ཉུག་དགོ་པ་དང་། སྐབ་དགོ་པ་འདི་ལྟ་ སྐབ་ཡིན། དེ་བརྒྱུ་འབད་ སྤི་
བའི་སྐབས་ལྟ་ཡང་ ཚིག་མཚམས་བཞག་ཅི་ས་ འབྲི་མི་ལྟ་སྐབ་ཡིན།

ཚིག་མཚམས་ བཞག་བྲངས་འདི་ ལ་ལས་སྐབ་ངོ་བདེ་མི་དང་ ཉུག་གོ་བདེ་མི་
དེ་ལྟ་བུ་ཏེ་ མཚམས་བཞག་པ་ཡིན་ཅུང་། མང་ཤོས་ཅིག་ ཡུན་དང་རྣམ་དུ་
གུ་ཉོད་པ་ད་དང་། ཡི་གུ་བྲི་བའི་སྐབས་ བརྗོད་དོན་གཅི་བོ་འབད་ འབྲུ་མི་ཚུ་
ལྟ་ ཚིག་མཚམས་བཞག་པ་ཡིན། ཉུག་ནི་འདི་རིགས་ ག་ཅི་ས་ཉུག་ཅུང་ ལ་
ལས་ སློབ་པ་དོ་བརྒྱུ་འབད་ ཉུག་དགོ་པ་ཡིན་ནོ།

༡། ཚིག་མཚམས་མ་བཞག་པ་འདི་དཔེ།

ང་གིས་དཔྱེ་ཆ་ཅ་འགའ་ཏེ་ཉུག་པ་ལྟ་བུ་དེ་དུས་ཅི་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧
ཀྱི་ཀྱུ་ལོ་ལོངས་སློབ་འཛིན་དུག་པ་འདི་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་ཨང་དང་པ་
བྲོ་བའི་ སོ་ལམ་ན་བཅོས་རྒྱབ་ས། སོ་ལམ་ན་ཅིག་ཏེ་འབག་འོང་ག་ནང་།

ཁ་ རྩོམ་མཁའ་ལུ་འབྲེལ་བའི་འགྲུབ་ལུ་

ང་གིས་ དཔྱེ་ཆ་མུ་འགྲེངས་ཏེ་ ཉམ་པ་ལུ་བརྟེན་ དུས་ཅི་སྤྱི་ལོ་
༢༠༠༧ གྱི་ རྒྱལ་ཡོངས་ སློབ་སྦྱོང་འགྲུབ་པའི་ ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་
ཡང་དང་པ་ཐོབ་ཅི་ བརྩམ་དང་།

སོ་ མཉམ་པོས་ རྒྱབ་སྐྱོར་ སོ་མཉམ་ཅིག་ ཏེ་ འབག་འོང་གནང་།

བྱི་ མི་དགོ། འབྲི་མི་ དགོ།

བཏུ་ མི་བརྟུབ་པས། ཏུ་མི་ བརྟུབ་པས།

བརྒྱལ་ མི་དགོ། རྒྱལ་མི་ དགོ། བརྩམ

ག་ རྩོམ་མཁའ་ལུ་འགྲུབ་པའི་ དཔྱེ་གནད།

འཇམ་གྲིང་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ རྟོན་ཡིག་ལུ་ སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ་པ་མ་
ཚད། ཉམ་པ་འདྲ་ རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ རྟོན་ཡིག་ལུ་ སློབ་སྦྱོང་འབད་
དགོ་པ་འདྲི། གནམ་མཉེ་ས་མཉེ་ གལ་ཆེ་དུགས་ཅིག་ཡིན།།

སློབ་ལྟུ་

༡. ཡི་གུ་འབྲི་མི་བརྟུབ་པས། ཡི་གུ་བྲི་མི་བརྟུབ་པས། ཟེར་མི་ཚོང་ཚོག་ནང་། ཚོག་གི་ གོ་བ་
དང་འཕྲིལ་ཏེ། ཚོག་མཚམས་ གཟད།

༢.	<p>ཀ- ལཱ་ འབད་མི་ དགོ། ཁ- ལཱ་ འབད་ མི་དགོ།</p>	<p>ཚོག་གི་གཟད་མཚམས་ལས་བརྟེན། ཀ་དང་ ཁའི་ ཚོང་ཚོག་ཨ་ ག་དེ་སྟེ་ ཉ་གོམ་མས་? བྲིས།</p>
----	--	---

༣. ཕན་དང་ རྣམ་དབྱེ་གུ་ ལྷོད་པ་ད། ཚོག་མཚམས་གཅད་ཐངས་དང་། རྫོད་ཚོག་གི་ བརྗོད་
དོན་གཙོ་བོ་འབད་ འགྱུར་མི་ལུ་ ཚོ་མཚམས་བཞག་ཐངས་ཀྱི་ དཔེ་བརྗོད་^{༣-༣} གྲིས།
༤. ཚོག་མཚམས་ མ་བཞག་པ་ཅིན། རྫོན་ག་ཅི་བཟུམ་ འོང་ནི་ཡིན་པས་གོ་? དཔེ་ཅིག་
བཏོད།

བརྗོད་མཚམས་གཅད་བའམ།

བརྗོད་མཚམས་ གཅད་བའམ་ ཟེ་མི་འདི། སེམས་ཁམ་མཉོ་བའི་ དོན་དག་
 ཅིག་ ལ་ལས་སྤྱོད་བའམ་ཅིག་ལུ་ སྤྱོད་པའི་ཚིག་ལུ་ བརྗོད་པ་ ཟེ་སྤྱོད་པའི་
 བརྗོད་པ་འེག་པའི་ འདྲ་མ་རྒྱུ་པའི་ཚིག་ལུ་ བརྗོད་པའི་ རྩམས་གཅིག་ལས་
 བཤད་པ་ད། རྩམས་མ་བཤེས་ འཕྲུལ་ཉི་ལོ་པའི་ཚིག་ལུ་ བརྗོད་པ་འེ
 རྩམས་པ་ད། མཚམས་བཞག་ཉི་ལོ་པའི་ཚིག་ལུ་ འདྲ་མ་རྒྱུ་པའི་ཚིག་ལུ་ བརྗོད་
 མཚམས། ཟེ་སྤྱོད་པའི་

༧ བརྗོད་མཚམས་བཞག་བའམ་གྱི་དཔྱད།

ཁོ་གི་མིང་ རྗོ་ ཟེ་སྤྱོད་པའི་ ཁོ་ ལོ་ ༡༥ ལོ་ དེ་ ཁོ་ ལུང་
 བཤད་པའི་ སྤྱོད་པའི་ཚིག་ལུ་ རྩམས་ རྩམས་པའི་ཚིག་ལུ་
 ལོ་ལ་རྩམས་ ཁོ་གིས་ ལང་དང་པའི་ གསེལ་པའི་ ལུ་ཉི་ལོ་ད། ལ་
 པ་དང་ ལའི་གིས་ ཁོ་ལུ་ དག་ལ། ཟེ་དོ་བཟུམ་ བརྗོད་པ་འེམ་ལུ་
 བཤད་པ་ད། མཚམས་ བཞག་ཉི་ལོ་པའི་ཚིག་ལུ་ འདྲ་མ་རྩམས་དགོ།

སློབ་ལྟ།

༡. རྗོད་ཚིག་གི་ མཚམས་ལུ་ འདྲ་མ་བཟུམ་བའམ་གྱི་ དཔེ་ ༣ བློ་
༢. - (ང་གིས་ཁོ་ལུ་མི་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་པའི་ཚིག་ལུ་འགྲོ་བའི་ཚིག་ལུ་འགྲོ་བའི་ཚིག་ལུ་འགྲོ་བའི་ཚིག་ལུ་)
- (ང་གིས་ཁོ་ལུ་མི་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་པའི་ཚིག་ལུ་འགྲོ་བའི་ཚིག་ལུ་འགྲོ་བའི་ཚིག་ལུ་འགྲོ་བའི་ཚིག་ལུ་)

༢. མིང་དང་མིང་གི་ཁྱད་ཚིག་།

ཀ་ མིང་།

མིང་ཟེར་མི་འདི་ དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅི་མ་སྟོན་པའི་མིང་ཟེར་ བརྗོད་དོན་འདི་གིས་
 མིང་རྒྱུ་པ་ཅིག་མ་གཏོགས་ བྱ་ལས་དང་ཁྱད་ཚེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཚུ་ ག་ནི་ཡང་མ་
 སྟོན་མི་འདི་ཡིན། དཔེར་ན།
 སློབ་གྲྭ། མེ་རྟོག། རྫོང་། ལྷོ་མ། དེག་འཛིན། ཟེར་
 མི་བཟུམ།

ཁ་ མིང་གི་ཁྱད་ཚིག་།

མིང་གི་ཁྱད་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ ཉམ་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ མིང་དེ་ཚུ་ལུ་ སློབ་
 རྒྱུ་དང་འཛིན་བྱུང་ ལེགས་ཀྱིས་ལུ་སོགས་པའི་ ཚིག་གི་ཁྱད་པར་བརྗོད་མི་འདི་
 ཡིན། དཔེར་ན།
 - གནམ་པོ།
 - བསའ་ལྷ་རྟོང་རྟོ། ཟེར་མི་ཚུ་ མིང་དང་གཅིག་ཁར་ སྤྲུལ་པ་ད།
 གོ་ གནམ་པོ།
 རྒྱ་ བསའ་ལྷ་རྟོང་རྟོ། ཟེར་མི་བཟུམ།

གནག་པོ་ཟེང་མི་ཚོ་གཤིས་ གོ་ལ་ཚུ་གི་སྤྲུལ་ལས་ གནག་པོ་འདི་ སོ་སོ་འབད་
བསལ་ལ་ཚུ་གསལ་མི་དང་།

བསལ་ལ་རྟོང་རྟོ་ ཟེང་མི་ཚོ་གཤིས་ ཚུ་རྟོ་མ་ལ་སོགས་པ་ ཚུ་གི་སྤྲུལ་ལས་ བསལ་
རྟོང་རྟོ་འདི་ ལོགས་སུ་དབྱེ་ཚུ་གསལ་མི་འདི་ཡིན།

༣. གཅིག་ཚིག་ མང་ཚིག་ སོ་མོའི་ཚིག་།

ཀ་ གཅིག་ཚིག་།

གཅིག་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ གང་ཟག་དང་དངོས་པོའི་མིང་ཚིག་ ག་ཅི་ས་ཡིན་ཅུང་
ཡུན་དོན་གཅིག་ལས་ ལེ་གཤམ་ མ་གོ་མི་ལུ་ སྤྲུལ་ཡིན། དཔྱེ་འབད་བ་ཅིན།

གང་ཟག།	དངོས་པོ།
ང། རྩོད། ལོ། མོ།	དཔེ་དཔ། ཀྱང་ལྷི། ཐུང་ཤིང།
འདི། འ་ལྷི། ཡ་ལྷི།	ཅོག་ཅོ། ཉུམ། གོ། དཀྱི་ས།

གང་ཟག་དང་དངོས་པོའི་ གཅིག་ཚིག་ དོས་འཇོན་འབད།

- * ང་ ཟིམ་ཡུ་ལུ་ འོང་དོ།
- * དཔེ་དཔ་ཅིག་ འཕྲུལ་ས་ བསྐྱུལ་གཏུང།
- * མོ་ ལྷོམ་ཁས་ དཀྱི་ས་ ཉུ་བས་འཇོན་དོ།

ཁ་ མང་ཚིག་།

མང་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ གང་ཟག་དང་དངོས་པོ་ ག་ཅི་ས་ཡིན་ཅུང་ ཡུན་དོན་
གཅིག་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་ ལེ་གཤམ་ལྷོན་མི་ལུ་ སྤྲུལ་ཡིན། དེ་ཡང་། དངོས་པོའི་
རིགས་ཡིན་པ་ཅིན། གཅིག་ཚིག་དང་གཅིག་ཁས་ ལྷོ་ སྤྲུལ་དགོཔ་དང་། གང་

ཟག་གི་རིགས་ཡིན་པ་ཅིན། གཅིག་ཚིག་དང་ གཅིག་ལས་ རྒྱ་ ཆ་ཆ་ལྟ་བུ་ ཟེ་
 བའི་ཚིག་ཚུ་སྐྱར་རྟེ་ བཟོ་མ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་ གང་ཟག་གི་མིང་ཚབ་ལུ་ (ང་
 བཅས་ ལྟེ་ ཁོང་) ལ་སོགས་པའི་ མང་ཚིག་ཡང་ སོ་སོ་འབད་ཡོད།

དཔེ་ན།

གང་ཟག།	དངོས་པོ།
སློབ་དཔོན་ཆ་ལྟ་བུ། སློབ་དཔོན་ཚུ།	དཔོན་ཚུ། ཀྲུ་ལྷི་ཚུ།
ང་བཅས་ཆ་ལྟ་བུ། ང་བཅས་ཚུ།	འ་རྒྱི་ཚུ། ཡ་ཡི་ཚུ། འདི་ཚུ།
ལྟེ་ཆ་ལྟ་བུ། ཁོང་ཆ་ལྟ་བུ། ཁོང་།	རྒྱི་ཚུ། ཡ་རྒྱི་ཚུ།
འདི་ཚུ། མི་ཚུ། མི་རྒྱི་ཚུ། ཡ་ཡི་ཚུ།	
ཡ་ཡི་ཆ་ལྟ་བུ། ལྟེ་ཚུ།	

འོག་གི་བརྗོད་པ་འདི་ལས་ གང་ཟག་དང་དངོས་པོའི་མང་ཚིག་ འོག་འཛིན་འབད་དགོ།
 དཔྱེ་འབད་བའི་ན།

1. མེ་རྟོག་ལེ་ཤ་གི་སྐྱུག་ལུ་ ཐུ་དང་ཐུམོ་ཚུ་ ཅེ་མོ་ཅེས་རྟེ་དོད་ལུག།
2. མེ་རྟོག་ ཤར་ཡོད་མི་ཚུ་ མི་ཚུ་གིས་བཅག་པ་ད་ ཡངས་མས།

ག་ ཡོ་མོ་འཛིན་ལྟོགས།

གང་ཟེག་དང་དངོས་པོ་འཛིན་ལྟོགས་ ག་ཅི་ས་འབད་ཅུང་ ཡོ་མོ་འཛིན་ དཔྱེ་བ་ཕྱེ་ཚུགས་
 མི་ ཚིག་སོ་སོ་འབད་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལཱ་ བདག་སྐྱོལ་ལས་ཡོ་མོ་འཛིན་ འབྱུང་
 མི་ཅིག་དང་། ཡོ་མོ་འཛིན་ སོ་སོ་འབད་ཡོད་མི་ཁག་གཉིས་ཡོད། དཔེ་ན།

བདག་སྐྱོལ་ལས་འབྱུང་མི།		ཚིག་སོ་སོ་འབད་མི།	
གཡོག་པོ་	- གཡོག་མོ།	མོ་	- མོ།
ཡམ་	- ཡམ།	ལཱ་གུང་	- ལཱ་མོ།
ཚ་པོ་	- ཚ་མོ།	ཡུ་ལཱ་	- ཡུ་ལཱ།
ལྷུ་པོ་	- ལྷུ་མོ།	ཡུ་ལཱ་	- ཡུ་ལཱ་ལཱ་ལཱ།
མཇེལ་པོ་	- མཇེལ་མོ།	གུང་	- ལཱ།
རྣམ་པོ།	- རྣམ་མོ།	མེག་པ་	- གུང་ལཱ་མོ།
གཅོ་པོ།	- གཅོ་མོ།	གུང་ལཱ་པ།	- རྣོད་མོ།

༣. མིང་ཚིག་བརྗོད་པའི་དོ་སྤྱོད།

ཀ་ མིང་།

ཡི་གུ་འགྲུ་ལེ་ཤ། གཞིག་ཁར་བསྐྱེ་ཏེ་ འགྲུ་བ་མི་དོན་གྱི་ དོ་བོ་ཅམ་སྟོན་མི་ལུ་
 ལྷ་ལོ་ལྟོ། དཔེ་དུ།
 ཟངས། ཉུག། ཀ་ལ། སྲང། ལྷུ་མ་འཁོར། ཟེ་མི་
 བརྩམ།

ཁ་ ཚིག།

མིང་ལེ་ཤ། གཞིག་ཁར་བསྐྱེ་ཏེ་ དོན་གྱི་ལྷན་པར་སྟོན་མི་ལུ་ ཚིག་ཟེ་ལྷ་ལོ་
 ལྟོ། དཔེ་དུ།
 - བཟང་མོ་གི་ ཀླུ་མ།
 - ཉུག་གི་ མཆེ་ལ།
 - སྲང་གི་ རྩམ།
 - ལྷུ་མ་འཁོར་གྱི་ འཁོར་ལོ། ཟེ་མི་བརྩམ།

ག་ **བརྗོད་པ།**

མིང་དང་ཚིག་ ཡི་གེ་དང་རྣམ་དུ་ལེ་ཤ་གཅིག་ལས་བསྐྱེད་ཅི་ དོན་དག་ཚེས་

ལོ་རྒྱུ་ཚུགས་མི་འདི་ ཡི་གེ། དཔེ་ན།

- བཟང་མེའི་ ཀུང་མ་གེས་ ཡེ་མ་བཞག་ཏུ་ག།
- རྩ་ག་གི་ རྩ་བ་ཀྱག་ ལེགས་པས།
- ཀ་ལ་གི་ལབ་ཏེ་ སྒྲིང་སྒྲིང་མི་ཉེ་འདུག།
- སྒང་གི་རྩ་ལ་ རིང་མོ་འདུག།

སློབ་ལྟ།

༡. མིང་དང་ ཚིག་ བརྗོད་པ་ གི་ རྒྱ་བར་ཕྱེས་ཏེ། དཔེ་རེ་བཞག་ད།
༢. ཚུ་ཡོད། ཡེ་མ་མེད། ཟེར་བ་ཅིན་ མིང་ཚིག་བརྗོད་པ་ལས་ ག་ཅི་གི་གསལ་ལུ་ ཚུད་འོང་ག་? ག་ཅི་འབད།
༣. སློབ་གྲ་ནང་ སློད་པའི་སྐབས་ ང་བཅས་ ག་ར་འབད་རུང་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ སློད་དགོ་པ་ཅིག་ཡིན། ཟེར་མིའི་ནང་ མིང་དང་ཚིག་ ག་ཅི་ར་ཚུད་ཏུ་ག་གོ? ལོགས་སུ་བཏོན།
༤. གསུང། བྲི། བྲི། བསྐྱེད། ཐོན། སྐྱེས། བཅོང། ཟེར་མི་ བྱ་ཚིག་ཚུ་གིས་ འཕྲོ་བ་ལམ་དང་བསྐྱེད་ མིང་བཟོ།

༤. ཚིགས་བཅད་ཀྱི་བརྗོད་པ།

ཚིགས་བཅད་ཀྱི་ བརྗོད་པ་ཟེར་མི་འདི་ ཚིག་ཀླང་རེ་རེ་བཞུགས་ཏེ་ ཚིག་འབྲུ་
འདྲན་འདྲ་འབད་བཅུགས་ཏེ་ ཚིག་འབྲུ་དུག་མ་ལས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་ ལེ་གྲ་
ཡོད་པའི་ཀླང་ལས་ ད་ཉོ་ ཚིག་འབྲུ་དུག་མ་མན་ཆད་ ལག་ལུ་འབྲེ་འབྲེ་ལྟེ་
སྤྲེལ་ཡི་ནི།

ཚིག་འབྲུ།

- ༤ མ། བཅའ་མཁའ་གཡུ་ཡི་ཤོ་བྲང་། དཀར་པོ་སློན་གྱིས་མ་སློབས།
མགོན་པོ་གསེར་གྱི་ཉི་མས། སྤྱིང་བཞི་བསྐོར་ནས་ལྷོད་འོང་།
- ༥ མ། བཀའ་ཤིས་པའི་རྫོང་ཆེན་ལྷོ་བལྟ། གཡུང་ཆགས་པའི་ཆེས་བཅུ་མཇལ་སོང་པར།
བུ་མོ་ལེགས་པའི་པདྨ་བཟང་མོ་གིས། དེའི་གཡོ་བམེད་པའི་སེམས་འདི་དགྲུགས།
- ༦ མ། རྫོང་འདི་དང་པམི་ཆགས་དང་པ་ཆགས། རྫོང་འདི་དང་པ་སེམས་རྟོགས་ལ་ལྟེ་ཆགས།
ཚུགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་ཚུགས་ལས་
རྣམ་པར་རྒྱལ། ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན།

སློབ་ལྟ།

- ༡. གནད་དོན་ ག་ཅིའི་རྣོར་ལས་འབད་རུང་ ཚིག་འབྲུ་༤,༡,༦ མ་ ག་ཅིའི་ནང་འབད་རུང་།
ཚིགས་བཅད་ག་ཅིག་གིས།

༥. འབྲེལ་སྐྱ་དང་བྱེད་སྐྱའི་དབྱེ་བ།

༡. འབྲེལ་སྐྱ་ཟེར་མི་འདི། གང་ཟག་དང་དངོས་པོ་ཚུ་གི་བས་ན། འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ དོན་ཉོན་མི་ལུ་ སྐབ་ཡིན། དཔེ་ན།

དེའི་ ལག་པ། སྐང་གི་ མེ་རྟོག། ཁོ་གི་ རྩུན་ཚ། ཡའི་གི་ ཡོམ། སློ་གི་ དོན་དག། འབྲེལ་གི་ མི་སེ། བཟུམ།

དེ་/ད་ཟེར་མི་མིང་ཚབ་དང་། ལག་པ་ཟེར་མི་ ཡན་ལག་ གཉིས་སོ་སོ་འབད་ཡོད་མི་འདི། བས་ན། འི་/འབྲེལ་སྐྱ་འདི་ བཅུགས་པའི་ བསྐང་། ལག་པ་འདི་ མིང་ཚབ་ དེ་/ད་གི་ རྩུངས་ལུ་ཡིན་མ་ འབྲེལ་བ་ ཉོན་མི་ བཟོ་མ་ཡིན།

སྐང་ཟེར་མི་མིང་དང་། མེ་རྟོག་ཟེར་མི་ སོ་སོ་འབད་ཡོད་མི་འདི། བས་ན། གི་/འབྲེལ་སྐྱ་འདི་ བཅུགས་པའི་ བསྐང་། མེ་རྟོག་འདི། མིང་སྐང་གི་ རྩུངས་ལུ་ཡིན་མ་ འབྲེལ་བ་ ཉོན་མི་ བཟོ་མ་ཡིན།

༢. བྱེད་སྐྱ་ཟེར་མི་འདི། ལཱ་ ག་གིས་ འབད་མ་ཡིན་ན། འབད་མི་ བྱེད་པ་པོ་ དངོས་པོ་དང་ གང་ཟག་གི་ དོན་ཉོན་མི་ལུ་སྐབ་ཡིན། དཔེ་ན།

འབ་ཀྱིས་ བཅོམས་ཚི། རྩུངས་རྒྱས་ཀྱིས་ ལཱ་ལུ་ག། རོ་ལྷོ་གིས་ ཟེ་དེས། རྒྱང་མ་གིས་ བཟུན་ ལུ་ག། བཟུམ།

བཅོམས་ ཟེར་མི་ལྟ། འབད་མི་འདྲི་ ལབ།
 ལཱ་ལྟེ་ ཟེར་མི་ལྟ། འབད་མི་འདྲི་ རྟོབས་རྒྱས།
 ལྷོ་བཟུམ་འབད་ ལཱ་འབད་མི་གིས་ སློའོགས་ལའ་ ལྷོས་འཇུག་གི་
 འབྲེལ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྦྲུང་དགོ།

སློབ་ཚིག། གི་ཀྱི་ཀྱི་འི་ཡི་རྣམས་ནི། རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྦྲུལ་ཨིན། སྦྲུང་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི། ད་བ་
 ས་ཀྱི་གང་དང་། རྒྱུང་པའི་མཐའ་མར་གི་རྒྱུང་འཕྲོག། འ་དང་མཐའ་མེད་འི་དང་ཡི།
 རྫོང་ལའི་སྐབས་ལུ་གི་འཇུག་པ་ཨིན།

སྦྲོང་ལྟ།

༡. འབྲེལ་སྦྲུ་ ཟེར་བའི་དོན་དག་ ག་ཅི་ཨིན་པས། དཔེ་དང་སྦྲུགས་ བྲིས།
༢. རྩེད་སྦྲུ་ ཟེར་མི་དོན་དག་དང་། བྲད་རེ་རེ་གི་ དཔེར་བཅོམ་རེ་རྒྱབ།
༣. རེ་—— སྦྲོབ་ལྟ་—— བྱིམ་ཐོག་འཕྲུགས་ད་ཆེ་རུག། ཟེར་བ་ཅིན།
 འབྲེལ་སྦྲུ་དང་ རྩེད་སྦྲུ་ ག་ཅི་འཕྲོག་ནི་མས་གོ? ག་ཅི་འབད།
༤. འབྲི་དེབ་ནང་ འབྲ་བལུས་ རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས། འོག་གི་ས་སྦྲོང་ནང་ འབྲེལ་སྦྲུ་
 དང་ རྩེད་སྦྲུའི་ཕྱད་བཅུགས།
 ཀ་ ཨ་པ་དང་ཨའི་ —— རྒྱ་ལོ་ ལོ་ —— ལག་པ་ལས་ཁྲག་ཐོན་
 རུག།
 ཁ་ སངས་རྒྱས་ —— ཞིང་ —— མཐའ་མར་འདུག།
 ག་ མོ་ —— འབད་གཞག་ལུ་ བལྟ་སྟེ། ལོ་ —— མིག་ཁར་ མ་
 རྒྱབ་པས།
 ད་ རང་ —— ལཱ་ལུ་ རང་ —— མི་དགའ་བས།
 ཅ་ མོ་ —— ཅ་ལ་ ག་ —— འབག་ཡི།

༤. བྱ་ཚོགས་གི་ཚོགས་ཁྲོགས།

བྱ་ཚོགས་གི་ཚོགས་ཁྲོགས་ཚུ་ བྱ་ཚོགས་ཚུ་གི་མཐའ་མའ་ ཚ་རོགས་འབད་འཇུག་ནི་
དེ་གིས་ བྱ་ཚོགས་གི་ ཚོགས་ཁྲོགས་ཟེེ་ ལུ་བཟོ་ཨིན།

ཚོགས་ཁྲོགས།

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

༧' དུས་གསུམ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ བྱ་ཚོགས་གི་ཚོགས་ཁྲོགས་ འཇུག་ཚུ་ལ་གྱི་དུ་
བཟོ།

དུས་འདས་པའི་ཚོགས་ཁྲོགས་ (ཅི་ ཡི་ ལུག་) གསུམ་འཇུག་ནི་ཨིན།

དུས་ད་ཉེ་བའི་ཚོགས་ཁྲོགས་ (དོ་ དེས་) གཉེས་འཇུག་ནི་ཨིན།

དུས་མ་འོངས་པའི་ཚོགས་ཁྲོགས་ (ནི་ འོང་ གེ) གསུམ་འཇུག་ནི་

ཨིན། དེ་ལས་ པས་ མས་ བས་གསུམ་ དུས་གསུམ་ལུ་དུ་བཟོ་བམེད་

པར་ འཇུག་པ་ཨིན། དེ་ལས་ ཚི་ ད་ སོ་ གསུམ། འདས་པའི་

ཚོགས་ཁྲོགས་ ཡི་དང་ལུག་ དང་། མ་འོངས་པའི་ཚོགས་ཁྲོགས་ ནི་

འོང་ གེ་དང་ གཅིག་ཁར་འཇུག་ནི་དང་། ལྷུ་ཚོགས་འབད་འཇུག་པ་

ཨིན།

ལ' རྣམ་གཞུག་ལུ་ འཇུག་ཐངས་དཔྱེ་འབད་བ་ཅིན།

རྣམ་འདས་པ་ལུ་ འཇུག་ཚུལ།

བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གྲོགས།	ཅི	ཡི	རུག	སྟེབ
འདས་པ།	ཐོབ་ཅི།	འོངས་ཡི།	གོ་རུག།	འདས་པ་འི་ཡིག་སྟེབ།
	བསགས་ཅི།	བལྟ་ཡི།	ཤེས་རུག།	འདས་པ་འི་ཡིག་སྟེབ།

རྣམ་ད་ལྟ་བུ་འཇུག་ཚུལ།

བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གྲོགས།	དོ	དེས	སྟེབ
ད་ལྟ་བ།	འོང་དོ།	ལྟ་དེས།	ད་ལྟ་བ་འི་ཡིག་སྟེབ།
	འབྲི་དོ།	འཐོན་དེས།	ད་ལྟ་བ་འི་ཡིག་སྟེབ།

རྣམ་མའོངས་པ་ལུ་འཇུག་ཚུལ།

བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གྲོགས།	ནི	འོང	གོ	སྟེབ
མ་འོངས་པ།	འོང་ནི།	འཇུག་འོང།	བསལ་གོ།	མ་འོངས་པ་འི་ཡིག་སྟེབ།
	བྲི་ནི།	བལྟ་འོང།	འཇོ་མ་གོ།	མ་འོངས་པ་འི་ཡིག་སྟེབ།

ཆི་ ད་ སོ་₃ འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ སྐལ་ཚིག་གི་ ཚིག་གྲོགས་འབད་འཇུག་ཚུལ།

	ཆི	ད	སོ	སྟེབ
འདས་པ།	དཔགས་ཆི་རུག།	བྲིས་ད་རུག།	བསྐལ་སོ་རུག།	འདས་པ་འི་ཡིག་སྟེབ།
མ་འོངས་པ།	ལུ་ཆི་ནི།	ལུ་ད་གོ།	འོག་སོ་གོ།	འདས་པ་འི་ཡིག་སྟེབ།
སྐལ་ཚིག།	སྐྱིགས་ཆི།	སྐྱོམས་ད།	སྐྱིས་སོ།	སྐལ་ཚིག་གི་ཡིག་སྟེབ།

སློབ་ལྟན།

༡. འོག་གི་ ཚིག་གྲོགས་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ སྐབ་སྐྱུར་བཅོས་རྒྱབ་དགོས་ཚུ་ སྐྱུར་བཅོས་རྒྱབ།

ཀམ་གིས་ བྱིས་དེས། ཟེར་ བྱི་ར་མི་ འབྲི་ནི་ཡིན་པས། ལྟ་ནི་འདི་ ལྟ་ལུག།
སྐྱེལ་ནི་ དེ་གིས། འཚོལ་ མི་ལུག། ཅོག་སྐྱོམ་ཅིག་ བསྐྱིག་ལོ་རུང་ མེན་པས།
འབད་དོ་ ཟེར་མ་ད། ཉེང་སྐལ་ར་ འབད་མ་མས། ལ་ཆང་ སྤངས་གེ་ ཟེར་ན།
སྤང་དཔ་ དག་འོང།

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

བསྐྱུར། གཏང། འཚོན།
འཕྱུག། བསག། འཚོམ། དང།
བསྐྱིག། བཟེ། འཕྱུང།
བསྐྱོང། བཟེ། ལྷུག།
འཕྲིམ། བསྐྱོམ།

2. བདག་སྐྱོད་དང་མིང་མཐའའི་དབྱེ་བ།

1. བདག་སྐྱོད།

སྤྱི་འགྲུལ་བདག་སྐྱོད་ ཟེའུ་མི་འདྲི། དཔེ་དུ། ཀྲོང་གསར། ཟེའུ་དོ་
བརྩམ་ ཏེམ་ལས་ མིང་ཅིག་ཡོད་མིའི་ཀྱུ་ བདག་སྐྱོད་ **པ་ལོ་ བོ་ མ་**
མོ་ ར། ལྷུ་ལ་ད་ བདག་སྐྱོད་པ་ལོ་གང་ཟག་ལ་སོགས་པའི་ མིང་སོ་
སོ་ཅིག་བརྟོན་མི་ལུ་ གོ་ལ་ཡིན།

མིང་།	བདག་སྐྱོད།	མིང་།	བདག་སྐྱོད།
སམ་རོ།	སམ་རོ་པ།	འཕུག།	འཕུག་པ།
ཕོ་མ།	ཕོ་མ་པ་ལོ།	གཡོག།	གཡོག་ལོ།
ཉ་འབྲི།	ཉ་འབྲི་པ།	ལམ་འཕུལ།	ལམ་འཕུལ་པ།
གྲ།	གྲུ་མ།	གཡོག།	གཡོག་མོ།
བདག།	བདག་ལོ།	དོ་དམ།	དོ་དམ་པ།
ལྷོས་ལུ་ད།	ལྷོས་ལུ་པ།	ཟིན་འབྲི།	ཟིན་འབྲི་པ།

འདྲི་བརྩམ་འབད། ཕྱིང་འའི་ནང་ **མི** ཡང་ འཕུག་པ་ཡིན། དཔེ་དུ། ལྷུ་བ་
མི། འབྲི་མི། ཀྲུང་མི། སམ་མི། རོ་མ་མི། དཔག་མི། འཕུང་མི། ལྷོ་མི།

བརྩམ། འདི་གི་ རྟོགས། བྱ་ཚིག་གི་རིགས་ དུ་ཉུ་བའི་ ཚིག་ར་ བྲི་དགོ་པ་
ཡིན།

༢. མིང་མཐའ།

མིང་མཐའ་ཟེར་མི་འདི། དཔེར་ན། རྒྱ་ག་ ཟེར་མི་ ཚིག་གིས། མིང་མཐའ་
པོ། འདི་ མེད་པ་ཅི་ན། རྒྱ་ཅ་ལ། ལེ་ཤ་ཡོད་མི་ལ། གོ་མི་ཚུགས། རྒྱ་དང་
གཅིག་ཁར་ པོ། ཟེར་མི་ མིང་མཐའ་འདི། སྤྱད་དུ་པ་ཅི་ན། རྒྱ་ག་པོ། ཟེར་
རྒྱ་ཅ་ལ། ལེ་ཤ་ཡོད་མི་ལ། གོ་ཚུགས་ནིའི་ མིང་འགྲུབ་ནི་གི་དོན་ལ། ཚིག་གི་
ཆ་རོགས་འབད་ འདུག་མི་ལ།སྤྲོ་ཡིན།

མིང་མཐའ། པ་ པོ་ བོ་ མ་ མོ་ ར་ རྒྱ་ཡོད།

༣ མིང་མཐའི་དཔེར་བཅོམ།

ལག་པ། རྒྱ་ག་པོ། བཟོ་བོ། གཡོན་མ། ཉུ་མོ། གཡོག་མོ།
ཐོ་ལ། ཤ་ལ། ཉུ་པ། བརྩམ། ལག་ རྒྱ་ག་ བཟོ་ གཡོན་ ཉུ་
གཡོག་ ཟེར་མི་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར། པ་ པོ་བོ་མ་མོ་ལ་ཚུ་ མ་སྤྱད་
བ་ཅི་ན། མིང་ འགྲུབ་མི་ཚུགས། དེ་གིས་འབད་ མིང་འགྲུབ་ནི་ལ།
ཚིག་གི་ཆ་རོགས་འབད་ འདུག་པ་ཡིན།

རྩིས་འཇུག་གི་མཐའ་མར་ མིང་མཐའ་འཛོལ་ལམ།

རྩིས་འཇུག་	པ	ཕ	ཁ	མ	ཚ	ལ
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་ཀྱི་ **པ་ པ་ /ཕ་ མ་** གཞུགས་འདུག་ མིང་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་
 མཉེ་པར་ བྱ་ཚིག་དང་ གཅིག་ཁར་ཡང་ འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན།
 མོ་ལུ་ **བསྐྱེད་པ་** ཡིན། ཚང་ ལམ་མ་ལུ་ གསོལ་རས་ཐོབ་ལུ་
 ལུ་ **བསྐྱེད་པ་** མི་བརྟུབ། རྩིས་ དོ་བ་ལུ་ བརྟེན་ཏེ་མཉེ། བརྟུབ་
 ཡིན། **མིང་མཐའ་འདུག་དང་ གཅིག་ཁར་ བྱ་ཚིག་སྐྱར་ཕྱེད་ མ་**
འོངས་པའི་ ཚིག་འདི་རྒྱུ་རྩིས་པ་ཡིན།

སློབ་ལྷན།

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

དཀར་པོ། བརྟེན་པ། ཉག་མ། དལ་མ། ཐལ་མ། རོག་མ། འབྲུག་མ། བད་མ། མཐའ་མ། ཐ་མ།
 གོང་མ། འགོ་འཁྲིད་མ། གསར་མ། སེན་མོ། ལྷན་མོ། ཐོ་མ། དོག་མ། རྩིས་ བམ་མ། འོང་མོ།
 རྩིས་མོ། གཞོན་མོ། རྩིས་མོ། བསྐྱེད་མ། ཞིབ་དཔྱད་མ། རྩིས་མ། བོད་མ། ཞབས་ཁུལ་ རྩིས་མ།
 རྩིས་མ། ཀམ་ རྩིས་མོ། གཙུག་མོ། འཁྲུག་མ། བཟོ་པོ། གཙོ་པོ། ས་ལོགས་མ།

- ༡. མིང་མཐའ་ པ་མ་ཕ་ གསུམ་བྱ་ཚོག་དང་གཅིག་ཁར་ འཇུག་པའི་དཔེར་བཅོལ་ ༡༠ རེ་
བྲིས།
- ༢. མི་ བདག་སྐྱེ་འབད་ འཇུག་པའི་ དཔེར་བཅོལ་ ༡༢ བྲིས།
- ༣. འོག་ལུ་ མིང་མཐའ་དང་གཅིག་ཁར་ སྐར་ཡོད་མི་བྱ་ཚོག་ བརྟམ་མ་བརྟམ་བཟླ་སྐྱར་
བཅོས་འབད།

འབྲིས་ལས། བརྟམ་སའ་ཨིན། ལྷན་སྐྱོ། ཕྱར་ཕ་ད། བཅོང་མ་ཅིག།
 འཕྱག་པ་མས། བརྟམ་སའ་འདྲས། རྟོག་མེན་པས། བརྟམ་མ་མས།
 བསྐྱལ་སྐྱེལ་ཕ། ཕྱད་པ་བཞིན་ཏུ།

༡. ལྷ་ཡིག་འབྲི་བྲངས།

༡. ངལ་གསོའི་ལྷ་ཡིག་འབྲི་བྲངས།

ལྷ་ཚེས་ ༡༢.༠༧.༢༠༠༧

༤ སློབ་པའི་སློབ་དཔོན་མཚོག་ལུ།

ལྷ་འོ་འོ་འོ། སློབ་ཕུག་རང་ ལ་ཅ་ལ་འོ་འོ་འོ།
ལས་ མག་འོ་འོ་ གྲང་ལུ་ལུ་ལུ་ ལོ་ལའ་ལུ་ལུ། ལའ་ལའ་ལའ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་
ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།
ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།

ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།
ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།

ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།
སློབ་པའི་ལུ་ལུ་ལུ། ༡༡

༤ སློབ་ལཱ་ལྟོ་སློབ་དཔོན་མཚན་ལ།

གུས་ སློབ་རིམ་རྒྱུག་པ་ལ་སྟེ་ལས་ སློབ་ཕུག་ བདེ་ཚེ་དཔང་མོ་
 གིས་ ལྷ་དོན་དེ་ནི། དཔྱིན་ཟླ་༧ པའི་ཚེས་༡༥ ལུ་ དེ་ལོ་ལ་ཞུ་མོ་ཡན་དཔུང་ས་སློབ་ཆུང་གི་ གཉེན་གྱི་
 དགའ་ཉོན་ལོན་མ་ལས། ང་ཡང་ ལཱ་གཞི་ལ་སྟེ་ལས་ལ་ འགྲུ་དགོས་ཚེ་ལོ། ཟེར་ལྷ་ནི་ལོན།
 དེ་ལས་བརྟེན་ དཔྱིན་ཟླ་༧ པའི་ དཔྱིན་ཚེས་༡༥ ལུ་ ངལ་གསོ་ཉོན་མ་གཅིག་ བཀའ་རྒྱུ་བསྐྱེད་
 གནང་ཟེར་ལྷ་ནི་ལོན། ཞེས་དཔྱིན་ཟླ་༧ པའི་ཚེས་༡༢ ལུ་ བོད་མིང་གིས་
 ཕུལ།

བདེ་ཚེ་དཔང་མོ།
 སློབ་རིམ་རྒྱུག་པ་ལ་སྟེ།

༢. འཛོམས་འདུ་ནང་ རྟོན་མ་རྒྱགས་པའི་ལུ་བ།

༢༢.༢.༩༡

༤༣ རྟོན་འོག་རྒྱུ་མཚོག་ལ།

དཔུས་ས་ལ་ ལྷོ་འོག་ལས་ ངོ་མིང་དབང་འདུས་ཀྱིས་ ལུ་འོན་
 དེ་ནི། ལྷོ་དཔོན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ ལྷ་མོ་དང་འཁྲུག་ལྷ། ས་ལྷ་དང་ ལྷ་ལྷ་ལྷ་
 འབག་ཏུ་ ད་མིས་ རྩོམ་རྒྱུ་ཚེད་ལུ་ རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 ལོ་ལོ་ལོ་ ད་མིས་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ དེ་མེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ འཛོམས་འདུ་ནང་
 རྟོན་མ་རྒྱགས་པ་ལས། དེ་ལུ་ ལྷ་ལོ་ ལྷ་ལོ་ དཔོན་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ མཚན་གནང་བེད་ ལུ་འོན་
 ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

དབང་འདུས།

དཔུས་ས་ལ་ ལྷོ་འོག།

༤. བློ་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།

༤ བློ་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་། བློ་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།

ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་། ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།

2020.02 ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་། ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།
ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་། ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།
ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་། ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།

ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་། ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།
ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་། ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།
ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་། ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།
ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་། ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།

ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།

ལྟུང་སྦྱོར་གྱི་ལྟུང་།

༢. གཏང་ཡིག་འབྲི་བཅས།

༡. ཚཱེགས་ལུ་ ལམས་སོའི་གཏང་ཡིག་འབྲི་བཅས།

༣ བཅོམ་ཏུ་ཚཱེགས་བསོད་ནམས་མཚོག་ལ།

བདེ་བ་ཟང་ སློབ་གྲྭ་ འབྲིང་རིམ་བར་མ་

ནང་ལས་ རྒྱ་རྒྱུ་ཚཱེགས་ མད་མ་གས་ རྒྱ་དོན། ཚཱེགས་ལྷོད་ཡང་ དཀོན་མཚོག་

༣ གྲི་བྱུགས་ཇེ་ལས་ ཏེ་མ་བཟུམ་འབད་ས་ ཡོན་ཏུ་ལུ་ བཅོན་འགྲུས་བསྐྱེད་ཏེ་
ཡོད་པ་འོང་། ང་ཡང་ ལྷ་ལུ་ སློབ་དཔོན་དང་ ཚཱེགས་ཚུ་གཅིག་ཁར་ ཡོན་ཏུ་ལུ་ ལྷོ་
བ་བསྐྱེད་ཏེ་ས་ཡོད།

ལྷོང་ལ་གོང་འཕེལ་དབང་འཛིན་གྱིས་ འགོ་འདྲེ་འབྲེ་མི་ འབྲི་ཚོམ་འགྲན་ལུ་རྒྱ་
ལས་ ཡང་དང་པའི་ དུལ་རྒྱུང་གི་གསོལ་ས་ དུལ་ཀྲམ་ ༥༠༠༠/- (ལ་ལྷོང་བམ་
པ་)ཏེ་ ཚཱེགས་ལྷོད་ཀྱིས་ཐོབ་ཅི། ཟེ་གོ་ཡི། དེ་ལུ་ དེའི་ལ་བྱུག་ལས་ བཀྲིས་བདེ་
ལམས་ཡོད་ཟེ་ རྒྱ་ནི་ཡིན།

དུ་ལས་པམ་ཡང་ ཚཱེགས་ལྷོད་ཀྱིས་ མ་འོངས་པའི་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ བཅའ་མར་
གཏོགས་ཏེ་ མཉེན་ཏུ་ལམས་ཤོམ་ འགྲུབ་ཚུགས་པའི་སེམས་ དེའི་ལ་བྱུག་ལས་ཡོད་
ཟེ་ རྒྱ་ནི་ཡིན། ཞེས་དབྱིན་ཚེས་ ༡༡.༤.༠༧ ལ།

པ་ལྷ།
བཅོམ་ཏུ་ཚཱེགས།

༣ ཡམ་དང་སྤྱན་ཚུ་ལྟ།

དེ་སྐོར་ རྩོད་ཡམ་དང་ སྤྱན་ཚུ་གེས་ ལྷ་ཚེ་མེད་པར་འདེ
 རྩོད་ཀྱི་འབད་པ་ ཡོད་པ་འོང་མཚོ་བའི་སྤོ་བ་ཡོད། ལུ་ཚེ་ ལ་ཚེ་ལ་ཉེ་མ་ཅིག་ལས་
 གཞུགས་མ་འདེལ་ཅིག་ རྩུང་ཉེ་སྤོ་འབད་ཅུང་། དེ་སྐོར་ ལ་ཉེ་ག་ཉེ་ལྟགས་འབད་ དྲག་ཉེ།
 སློབ་གྲྭ་ནང་ དེ་ལྟེ་ལྟེ་སློབ་དེ་ལྟེ་དང་ སློབ་ཕྱག་ཚེ་གས་ཚུ་དང་གཅིག་ལས་ དྲག་ལ་
 རྩོད་ཀྱི་འབད་པ་ཡོད། དེ་གི་ཟད་ལུ་ རྩོད་ཡམ་སྤྱན་ཚུ་ ཚེ་གུང་ལང་མི་དགོ་ ཟེར་ལྟེ་ནི་
 ཡིན།

མདང་ཞག་ རྩོད་ཡམ་གཉེས་ཀྱིས་ དུལ་ཀྱམ་ཉོང་ཡག་གསུམ་ བསྐྱུལ་གནང་མི་དེ་གིས་
 མཁོ་ཚེ་བའི་ཅེ་ལུ་ སོ་མཚན་དང་ སོ་བཟུ། གནད་ལེབས་ ཡོ་མ་སོ་ཚུ་ཉོ་ཡོད་པ་མཚན།
 འདི་གི་ཉེ་ག་ལྟས་དེ་གིས་ དམེ་མཚམས་ངལ་གསོའི་སྐབས་ལུ་ ཟུར་འབྲེལ་འབད་ཚོས་བཏུ་
 ལྟེ་གི་ ཟེར་འགྲོ་ཡང་ ལང་ནི་ཡིན་མས།

ནངས་པ་གནངས་ཚོས་ དམེ་མཚམས་ངལ་གསོའི་སྐབས་ལུ་ ང་དང་འདི་ཚེ་མཚན་གསུམ་
 ཟུར་འབྲེལ་འབད་ དམེ་ཚེ་བཏུ་ལོ་དེ་གི་ ཅིས་ཡིན། དེ་གིས་འབད་ གཞུགས་ལས་འོང་ མི་
 ཚུགས་ནི་བཟུམ་འདྲུག། གནད་དྲག་ ངལ་གསོའི་སྐབས་ལུ་ རྩོད་ཡམ་སྤྱན་ཚུ་ ལྷ་
 གཞུགས་བཟུང་མོ་འབད་ མངལ་ཚུགས་པའི་ སོ་མཚན་དང་བཅས་ ལུ་ཡོ་ཤེས་ཀྱིས་ དཔྱེན་
 ཚོས་ ༢༠.༦.༠༢ ལུ་དྲུངས་བས་

ཕུལ།

ལྷ་སློན་འབདཱ་ད་ སློབ་ཁང་ནང་ དེས་པར་དགོ་པའི་ མཐུན་རྐྱེན།

ལྷག་དེབ།

ལྷ་སློན་སྐབས་དང་། བཅའ་ཁྲིམས་ བཅའ་བདེ་ ལྷག་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཚང་སྤྱི་གསལ་སློབ་ཁང་ནང་ལུ་ འཕྲོ་ཚོགས་ཚོགས་འབད་ འོང་དགོ།

- | | |
|------------------------------|------------------------------------|
| ༡. བཟང་པོའི་ལྷ། | ༢. བྱི་ལི་ལ་སྐབས་མི། |
| ༣. མི་ཚོའི་དྲུག་འཕེལ། | ༤. རམ་འཕེལ་གྱི་དྲུག་གོ། |
| ༥. རྩ་ལྷོ་དང་བྱི་ལི་གི་གཉེན། | ༦. ཡན་སེམས། |
| ༧. འཕམ་མེད་དང་ར་གི་ལྷ་ལྷ། | ༨. སློབ་དཔོན་རྒྱལ་ཁྲིམས་མཐུན་ལྷོན། |
| ༩. འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་ཉེན། | ༡༠. རྩ་ལྷོ་དང་ཉ། |
| ༡༡. ལང་ཤོར་ཟུམ་པའི་གཞུང་ལྷ། | ༡༢. ལྷ་ལྷ་ཤིས། |
| ༡༣. རྒྱལ་པོའི་ལྷ་སྐྱེད། | ༡༤. ལྷ་ལི་རྒྱལ་ཁྲིམས། |

ལྷན་ཐབས།

- | | |
|-----------------------------|-----------------------|
| ༡. ལྷ་སྐྱེད་དྲུག་ལྷ་ཚགས་མི། | ༢. ལུས་དང་རྒྱལ་ཁྲིམས། |
| ༣. ཉེན་ལྷོག། | ༤. རམ་དམ་ཚོགས། |
| ༥. ལུས་དྲོ་ལྷོ། | ༦. ལོ་དེ་ལྷོག་པཟང་མོ། |

སློན་ཚབ།

Dzongkha Grammar charts (ལྷག་བཅས། འབྲེལ་བྱེད་སྤྱི་ལྷོ་རྒྱལ་ ཚན་ལྷོ་ ཡོད།)

སློབ་ཁང་ནང་ ལྷ་སྐྱེད་ ལྷ་སྐྱེད་འབད་ ལྷ་སྐྱེད་དགོ།

གཞི་རྒྱུན།

Dzongkha Illustrated Dictionary for students ཚོགས་མཛོད།

ལོག་སྐབས་ལུ་ལྷ་སྐྱེད་ལྷོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་དང་སློབ་ལྷན་ལུ་ རེ་རེ་འོང་དགོ།