



སྐད་ཡིག་དང་ཚུམ་རིག་སློབ་དེབ།
སློབ་རིམ་དགུ་པ།

སློབ་གྲི་ཚ་གཞུང་ཚུམ་སློབ་ལྟེ་བ།
སློབ་གྲི་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས།
ཤེས་རིག་དང་རིག་ཚུལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག།



དཔེ་སྐྱུན་འབད་མི།

སློབ་ལྟེ་ཚུ་གཞུང་ཚུམ་སློབ་ལྟེ་བ། སློབ་ལྟེ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས། ཤེས་རིག་དང་རིག་ཚུལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག།

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་ ༧༧༥-༠༢-༣༢༢༢༤༤

སློབ་ལྟེ་ཤེས་ཡོན་ཨང་ www.education.gov.bt

ཕན་དབང་©༢༠༢༣ སློབ་ལྟེ་ཚུ་གཞུང་ཚུམ་སློབ་ལྟེ་བ། ཤེས་རིག་དང་རིག་ཚུལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག།

དཔེ་དེབ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྲི་རྒྱལ་ཡོངས་ སློབ་ལྟེ་དོན་ལུ་ ཚུམ་སློབ་དང་ དཔེ་སྐྱུན་འབད་ཡོད་པ་ལས་ སློབ་ལྟེ་ཚུ་གཞུང་ཚུམ་སློབ་ལྟེ་བ་ལས་ གནང་བ་མེད་པར་ དཔེ་སྐྱུན་དང་ ཚོང་རྒྱུར་སོགས་འབད་ནི་ལས་ འཛེམ་གནང་།

དཔེ་སྐྱུན་ཐེངས་དང་པ། ༢༠༢༣

ISBN 978-99936-0-669-7

འབྲུག་མི་སྲི་མཐུན་གྱི་བསོད་ནམས་ལས་ཀྱི་བ་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་བསྟན་སྲིད་སྲོང་བའི་མགོན།།
འབྲུག་རྒྱལ་པོ་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ། །སློ་འགྲུར་མེད་བརྟན་ཅིང་ཆབ་སྲིད་འཕེལ།།
ཚོས་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས། །འབངས་བདེ་སྲིད་ཉི་མ་ཤར་བར་ཤོག།

ང་བཅས་ཀྱི་འགན་ཁག།

ང་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ རྒྱལ་ཡུན་ཉིན་ལུང་མེད་པར་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་བཙན་དང་གོང་འཕེལ།
མི་སེར་གྱི་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྐྱིད། གཞུང་སྲིད་གོ་ལམ་ལུགས་ འཛིན་སྲིད་སྲེལ་གསུམ་ ཡར་འཕེལ་གོ་དོན་ལུ་
ཐུགས་ཀྱི་ཆ་གུང་ ག་བ་ལྷག་པ་སྤེལ་བཞེས་ཏེ་ ཕུག་ལུ་གནང་མི་ སློབ་གཏང་སའི་དཀོན་མཆོག་དང་ རྒྱུན་སྐྱུག་
གོ་གོང་མ་ རྗེ་ཚན་མམ་བརྒྱུ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ ང་བཅས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ མི་དབང་མངའ་
བདག་རྒྱལ་པོ་མཆོག་ལུ་ སློབ་གསུམ་གུས་པའི་གུས་བརྟུང་ཕུལ་ཏེ་ བཀའ་ག་གནང་མ་དང་ གསུང་ཅི་སྐབས་ཀྱི་
ཕུག་ཕྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་དགོཔ་ཡིན།

ང་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ང་བཅས་འབྲུག་མི་ཡོངས་ ས་བརྒྱུད་བུ་བརྒྱུད་ཆ་བརྒྱུད་སྤེལ་ བརྒྱལ་པ་མ་སྤོང་གི་བར་
ཏུ་ འཛོལ་བ་སྐྱབས་ཏེ་སྤོང་སའི་ ས་གཞིས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ འཕམ་གྱི་ཞི་བདེ་
དང་དགའ་སྐྱིད། ཐུགས་ཀྱི་ རང་བཙན་དང་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ འག་ཞེན་གྱི་སེམས་ལུགས་སློབ་སྤེལ་བ་བརྒྱུད་
དེ་ ཕུག་ཕྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་དགོཔ་ཡིན།

ང་བཅས་ཀྱི་གཞུང་།

ང་བཅས་ཀྱི་གཞུང་འདི་ དམངས་གཙོའི་རྩ་ཁྲིམས་ཙན་གྱི་ རྒྱལ་བརྒྱུད་ཀྱི་གཞུང་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་སྲིད་
སྲེལ་གསུམ་གྱི་ ཕུག་ལུ་ག་ར་ གཞུང་གིས་ཐུགས་ཐུག་བཅད་དེ་ གནང་དགོཔ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་
དང་པ་བཙན་འབྲུའི་སྐབས་ལུ་ རང་མེས་རྣམ་དག་གི་ ཆོགས་རྒྱུན་བཅུགས་ཏེ་ ལྷོགས་གྲུབ་ཙན་གྱི་འདེམས་ངོ་
བཙན་འབྲུ་འབྲུབ་ཐབས་འབད་དགོཔ་དང་། གཉིས་པ་བཙན་འབྲུ་གྲུབ་ཞེན་མ་ལས་ ཕུག་ལུ་གནང་པའི་སྐབས་
ལུ་ འབྲུ་མཉམ་དང་ དྲང་བདེན་ དྲང་གསལ་གྱི་སློབ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འཕམ་ཕུགས་གཉིས་ལུ་ཕན་པའི་ ཕུག་
ལུ་ལེགས་ཤོམ་གནང་ཐབས་ཀྱི་ རྒྱབ་སྐྱོར་ཕུལ་དགོཔ་ཡིན།

ང་བཅས་ཀྱི་རིག་གཞུང་།

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ རྒྱལ་ཡིག་དང་ རྩོན་ཆས་ ལམ་སྲོལ་ ཆོས་ལུགས་ བཟོ་རིག་ བསམ་སྦྱོང་གྱི་རྣམ་གཞག་ འཛོ་
སྦྱོང་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཟེར་སྐབས་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་གིས་ ང་
བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ སློབ་གོང་ལས་ རང་བཙན་ཡིན་པའི་ རོ་རྟུགས་ཅིག་སྤོན་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཡང་ རིག་གཞུང་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འཐོབ་ཚུགས་པ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་
གཞུང་བཟང་པོ་ཚུ་ལུ་ ཕྱིས་མཐོང་དང་གུས་བཀུར་བརྒྱུད་ཐོག་ལས་ ཉམས་སྲུང་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་ཐབས་
ལུ་ སེམས་ལུགས་བརྒྱུད་དེ་ ལུ་འབད་དགོཔ་འདི་ཁག་ཆེ།

བཀའ་འདྲིན་དག་འཛོམས།

སློབ་གྲིལ་ཚེས་འཁུར་ལས་ཚན་གྱི་ལ་བླ་མ་ལས་། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་། ཤེས་རིག་ལམ་ལུགས་དང་། རྒྱལ་ཚོད་ཡུལ་དྲན་གསལ་བཟོ་
ཀྱི་འདྲིལ་ལུ་ ལག་ཆེ་བའི་མ་དུལ་ལ་གྱི་རྒྱལ་སློབ་ཀྱི་འདྲིལ་ལུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ བཀའ་འདྲིན་དག་འཛོམས་ལུ་ཀྱི་ལོན། དེ་དང་
གཞིག་ལས་ ཚེས་ཚན་དུ་དེ་བཞིན་སློབ་གྲིལ་གྱི་ལུ་ནང་། འབྲུག་གི་གྲོས་སྟོན་དང་། ཡན་འདེབས་ཀྱི་གྲོས་སུ་མཚན་ལུ་མི་ གཞུམ་
གསལ་ ཤེས་ཡོན་མཁའ་མཚན་དང་། འབྲུག་པམ་ཚན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཡོངས་ལུ་ ཤེས་རིག་དང་རིག་ཚུལ་གྱི་འདྲིལ་ལུ་ལྟན་ལག་
སློབ་གྲིལ་ཚེས་འཁུར་ལས་ཚན་གྱི་ལ་བླ་མ་ལས་། བཀའ་འདྲིན་དག་འཛོམས་ལུ་ལོན།

ཞིབ་འཛོམས་དང་མཐའ་དཔྱད་ཚུལ་སློབ་གྲིལ།

རྟོ་ཤེ། ཚེས་འཁུར་ཚུལ་སློབ་གྲིལ། སློབ་གྲིལ་ཚེས་འཁུར་ལས་ཚན།

ཚུལ་སློབ་གྲིལ།

༡. བསམ་གཏུན། ལེགས་བཤད་དུ། རྟན་ཚུལ་ཤེས་ཀྱི་ཚུལ་མཐོ་འཛོམས་སློབ་གྲིལ།
༢. བརྟན་འཛིན་རྟོ་ཤེ། ལེགས་བཤད་དུ། རྟན་ཚུལ་ཤེས་ཀྱི་ཚུལ་མཐོ་འཛོམས་སློབ་གྲིལ།
༣. བཀའ་ཤེས་ལུ་ཚན་ཚུགས། ལེགས་བཤད་དུ། རྟན་ཚུལ་ཤེས་ཀྱི་ཚུལ་མཐོ་འཛོམས་སློབ་གྲིལ།
༤. ཚོ་རིམ་དུ་ལུ་འབྲུང། ལས་འཛིན་འགོ་དཔོན་ཞིབ་ཤེས། སློབ་གྲིལ་ཤེས་ཡོན་ལས་ལུ་འབྲུང།
༥. བཀའ་ཤེས་སྟོབས་རྒྱས། ལེགས་བཤད་དུ། སུ་ཤེས་ཤེས་མཐོ་འཛོམས་སློབ་གྲིལ།
༦. མ་ཀྱི་རྟོ་ཤེ། ལུ་ཞིབ་འཛོམས་དུ་ལོན། འབྲུག་གི་སློབ་གྲིལ་ཚུལ་སློབ་གྲིལ་དང་བརྟན་ཞིབ་ཚུལ་སློབ་གྲིལ།
༧. བསོད་ནམས་བརྟན་འཛིན། སློབ་དཔོན། དཔྱད་སུ་ཚུལ་ལུ་འབྲུང་འཛོམས་སློབ་གྲིལ་གྱི་ཚུལ།
༨. མཁའ་འགོ་བཟུང་མོ། སློབ་དཔོན། གཟི་ལུ་ལུ་འབྲུང་འཛོམས་སློབ་གྲིལ་གྱི་ཚུལ།
༩. མཁའ་འགོ་དཔལ་ལུ་སློབ་དཔོན། རྩམ་བཤམ་སློབ་གྲིལ་ལུ་བ།
༡༠. ཀྱུ་ལེགས་བཟུང་མོ། སློབ་དཔོན། བྱམ་ཐལ་ལུ་སློབ་གྲིལ་ལུ་བ།
༡༡. བསོད་ནམས་བཟུང་མོ། སློབ་དཔོན། བསོད་ནམས་སྐུ་ལུ་འབྲུང་འཛོམས་སློབ་གྲིལ་གྱི་ཚུལ།
༡༢. ལུ་པ་རྟོ་ཤེ། སློབ་དཔོན། ཤེས་ལུ་འབྲུང་འཛོམས་སློབ་གྲིལ་གྱི་ཚུལ།
༡༣. ཚེས་ཚན་ལུ་མཚན། སློབ་དཔོན། ཟིལ་གཞོན་ལུ་སློབ་གྲིལ་གྱི་ཚུལ།
༡༤. རྟོ་ཤེ། ཚེས་འཁུར་ཚུལ་སློབ་གྲིལ། སློབ་གྲིལ་ཚེས་འཁུར་ལས་ཚན།

བཟོ་བཀོད་དང་མཐའ་དཔྱད་ཚུལ་སློབ་གྲིལ།

རྟོ་ཤེ། ཚེས་འཁུར་ཚུལ་སློབ་གྲིལ། སློབ་གྲིལ་ཚེས་འཁུར་ལས་ཚན།

ནུབ་ཤོད་པམ་འཛིན།



དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་། ཤེས་རིག་དང་རིག་ཚུལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག།

Royal Government of Bhutan
Ministry of Education & Skills Development
Department of School Education



དེམ་ཚད་ གཉེས་པ་ལུ་ཚེ་མ་རིག་ཀྱང་གི་བཟོད་དོན་ཚུ་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱང་མཐོ་མཐོ་བའི་ལཱ་གཡོག་དང་འབྲེལ་བ་ ཡང་དྲ་ དེམ་ས་
མཐོ་བའི་ ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་གི་གཞི་འགུལ་དང་འབྲེལ་བ་ ཡང་དྲ་ མི་ཚོ་འི་ཀྱང་རང་མགོ་འདྲིའུ་ཚུ་གསུམ་པའི་མི་ཚོ་འི་ལཱ་གཡོག་དང་
འབྲེལ་བའི་སྐྱོད་པའི་ རང་གི་ལུས་པར་གཡོད་གསུམ་གྱི་ བསམ་སྦྱོར་ཡང་དྲ་གཞུང་གཞུང་གཞུང་ཚུ་དེ་ཡོད་དུ། གསུམ་པ་ལུ་ དེ་ཚུ་ག་
ས་ རྒྱ་ལོག་གི་རིག་ཚུ་མཐོ་མཐོ་འཕེལ་གྱི་ལུ་ གཞི་བོར་བཟོད་དེ་ཡོད་པའི་ཁམས་ བཞི་པ་ལུ་དེ་ཚུ་ག་ས་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ཉོན་
མི་རྒྱུ་མཐོ་གཞི་གིས་ཚད་བཟུང་སྟེ་མི་ཉེ་པར་ འུ་དང་འུ་མོ་རང་སོ་གིས་ རིག་པ་ཚད་མཐོ་བཟོད་ཀྱི་ལུ་འབད་ས་ཡོད་པ་མཐོ་བཟོད་སྟེ་མི་
ཚུ་ དེ་ཤེས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་གསུམ་པའི་ལུ་ཚུ་ཚུ་ཡིན།

སློབ་དཔོན་འདི་ཀྱང་ རྒྱ་ལོག་གི་དོན་ལུ་ རྗེ་ལའི་ཡིག་སྟེང་དང་སྦྱོར་བ་ཚུ་གི་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ གྱིས་པ་དག་ཡིག་ཚུ་ ལྟ་བུ་
ཡོད་པ་དང་། ཚེ་མ་རིག་གི་དོན་ལུ་ འབྲི་ཚེ་མ་ལས་ ལཱ་རྒྱུ་ལཱ་འབྲི་ཚེ་མ་ རྒྱ་སྐུ་ལཱ་འབྲི་ཚེ་མ་ འཚར་སྤེལ་འབྲི་ཚེ་མ་ཚུ་དང་། ལྷན་
ཚེ་མ་གྱི་དོན་ལུ་ དཔེ་རྒྱུ་ལས་ རྒྱ་སྐུ་གཞི་ལྟེང་བའི་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ཁམས་ བསྐྱབ་བྱ་ལེགས་བཤད་ཚུ་ལས་ ལེགས་བཤད་
བྲལ་དོར་ཤུག་འབྲེལ་ཚུ་ཡང་བཟོད་ཡོད་དུ། སྤུང་དང་གྲུལ་རྒྱུ་ལུ་དོན་ལུ་ དེ་ཤེས་སྤུང་ འཚར་སྤེལ་ཚུ་བཟོ་གསུམ་ཡོད་པའི་ཁམས་ ཡེ
ཤེས་ཀྱི་མཐོ་མཐོ་འགོ་མ་ འགོ་བའི་བཟོད་མཐོ་མཐོ་དང་ རྒྱལ་སྤེལ་ལེགས་ལེན་ཚུ་ཡང་ ཚུད་དེ་ཡོད་དུ། དེ་གིས་མཐོ་བཟོད་ ལཱ་
གཡོག་ཤེས་ཡོན་གྱི་དོན་ལུ་ ཡིག་འགྲུལ་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་ཚུ་ཚུ་ཡང་ཚུད་ཡོད་པ་ཡིན། སློབ་དཔོན་འདི་ཀྱང་ ཚེ་མ་རིག་མཐོ་མཐོ་
ལྷ་འུ་ལོ་དེ་ལྟེ་ཚེ་མ་ལེགས་ ལྟ་བུ་ལཱ་དཔོན་ལུ་བཟོད་ཡོད་མི་འདི་ལས་ རིགས་བསྐྱེས་ཀྱི་ སློབ་ལྟེ་མཐོ་མཐོ་
རང་སོ་མཐོ་གིས་ རྒྱལ་ཉོན་དཔེ་ཤེས་དང་ དཔེ་མཐོ་ཚུ་ཀྱང་ལས་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་ཤེས་གཞན་ཚུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ སློབ་
སྦྱོང་འབད་དེ་གོ་པ་ཡིན།

སློབ་དཔོན་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཡོད་མི་འདི་གིས་ འབྲུག་གི་ ལྷ་གཞན་ཚུ་ལུ་ དེ་ཤེས་དང་བསྐྱར་དེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱང་ མཐོ་མཐོ་བའི་
ཤེས་ཚད་ཀྱི་ལེགས་ལྷན་ དེས་གྲུག་ འབྲོལ་ཚུ་གསུམ་པའོད་དུ། དེམ་ས་བཟོད་ ཨ་ལཱ་ཚུ་གིས་སློབ་གྲེས་ལུ་ དང་འདྲོད་དང་ བཟོད་
ལྷན་ སློབ་དཔོན་གྱི་ཉོན་མཐོ་དང་ལེགས་ལྷན་ གཞུང་གི་མཐོ་མཐོ་ལུ་སྦྱོར་བའི་ལུ་སྤེལ་ཚུ་གསུམ་པའི་ལེན་ ཤེས་ཡོན་སྤེལ་ཚད་ཀྱི་
གཞན་ཚད་འདི་ ཨ་ལཱ་འུ་ལོ་འུ་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགན་འཁུན་འབད་ཚུ་གསུམ་པའི་ དཔེ་ལུ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ལུ་ཚུ་ ཚད་ལྷན་
གྱི་ ལྷ་གཞན་ལེགས་ལུ་འགྲུལ་ཚུ་གསུམ་པའི་ལུ་མཐོ་མཐོ་ལེན།

དེ་འབད་ལས་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཡོད་པའི་ རྗེ་ལའི་ལྟ་བུ་ལེན་མཐོ་མཐོ་དེ་ཚུ་གིས་ སློབ་ལྟེ་མཐོ་མཐོ་གི་ཚུ་དུ་ རྗེ་
ལའི་ཤེས་ཡོན་ཡང་རྒྱལ་གྲུལ་ཀྱི་དང་འབྲེལ་དེ་ སློབ་ལྟེ་མཐོ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚུ་བའི་གསུམ་ལུ་ རྒྱལ་གཞི་ལེན་གྱི་ཐོག་



དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་། ཤེས་རིག་དང་རིག་ཚུལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག།
Royal Government of Bhutan
Ministry of Education & Skills Development
Department of School Education



ལས་ ཡུག་གླིང་འཁམས་རྟོག་འབྲུས་ཚུགས་པའི་ འབྲུག་པའི་མི་ཁྲམས་ལོ་མ་ཅིག་ལུ་འགྲུས་ཚུགས་པའི་ མོན་འདེབས་
 རྒྱལ་ལོན།

མོན་འདེབས།

ཚོང་བྱེད་ཚོག་གི་རྒྱང་མཐོང་རིག་ལམ་ནས། མི་ཟད་ཟབ་རྒྱས་དོན་གྱི་ཤེས་བྱའི་མཐའ།

ཡོངས་རྫོགས་མཐོང་བའི་དགོ་མཚན་མཚོག་བརྟེན་ནས། སློབ་ཀྱི་བདེ་སྲིད་དཔལ་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཁག་གི་ཚུགས་པའི་

དགོ་ལེགས་འཕེལ།

(ཀྲུ་འཕྲུ་ལུགས།)

ཡོངས་འཕྲུ་མདོ་ཚོན།

སྟོན་བཅའ་།

༡། །ཞོ་སྤྱི། ཇི་སྟེད་སྲིད་ཞིའི་བཅའ་པ་མ་ལུས་པ། །སྐྱ་སྐད་རྣམ་པར་སྟོས་པའི་ཐབས་ལམ་གྱིས།།
 །འགོ་ཁམས་རྒྱ་མཚོར་ཇི་བཞེན་སྟོན་མཁས་པ། །དག་དབང་ཚངས་པའི་སྤྲུལ་མོས་རྗེས་བརྟེན་མཛོད།།
 །རྗེས་གཞིས་ལྷན་ཁག་ཡིག་ཚང་སོ་སོ་རྩ། །ཁ་སྐད་སྐད་ཡིག་ལག་ལེན་གོང་འཕེལ་དུ།།
 །ཤེས་བྱ་སྐད་ཡིག་རྩོམ་རིག་ལ་སོགས་པའི། །ཡོན་ཏན་སྣ་ཚོགས་མ་ལུས་འདི་ན་སྟོ།།
 །ལྷོ་སྟོན་བཟང་པོའི་ལམ་ལུགས་ལ་བརྟེན་ཏེ། །སྤྱང་དཀའི་གནས་རྣམས་མ་ལུས་རབ་ཏྲོགས་ནས།།
 །གོང་མའི་ས་རུ་བྱིན་པའི་བྱུང་ཚོས་རྣམས། །འཕེལ་བྱས་རྗེས་འདི་ཚོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་དོ།།

དབུས་རའི་མ་འོངས་ན་གཞོན་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ སྤྲུལ་ཚད་ལྷན་པའི་ཤེས་ཡོན་བྱིན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཤེས་རིག་དང་
 རིག་ཅུལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག་གི་ཁ་སྐད་ལས་ སྲིད་བྱས་དང་ལམ་ལུགས་ ལེགས་སྦྱར་ལེ་ཤ་འབད་མི་རྒྱ་གི་
 གསུམ་ལས་ གཅིག་རྗེས་འདི་ཚོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་མི་འདི་ཡིན།

ཅུ་གཞུང་བསྐྱར་ཞིབ་དེ་ཡང་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སྟོབ་གྲུའི་ཅུ་གཞུང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ ཞིབ་བཅུད་དང་འཁྲུལ་མ་ད་
 སྟོབ་གྲུའི་ཅུ་གཞུང་འདི་ བད་དོན་རྒྱུ་མ་ཅིག་གིས་མ་ཚད་པར་ དོན་ཚན་དང་འཁྲུལ་པའི་ བད་དོན་ཤེས་ཡོན་
 དང་ ལག་ལེན་གྱི་རིག་ཅུལ་ བསམ་སྟོན་བརྟེན་མཐོང་ཚུ་ སྤུན་སྤུན་ཚོགས་པ་སྟེ་ དགོ་པའི་གོས་འཆར་བཀོད་
 མི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ཡིན་མ་ཚད།

རྒྱལ་ཡོངས་ཤེས་རིག་གཞི་སྦྱར་གྱི་གོས་འཆར་དང་འཁྲུལ་མ་ད་ རྗེས་འདི་ཅུ་གཞུང་གི་བད་དོན་ཚུ་ ཚུམ་རིག་
 ཤེས་ཡོན་ལེགས་ཤོམ་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ སྟོན་བྱིན་གྱི་མཁས་དབང་ཚུ་གིས་བརྟེན་མཐོང་གཞན་པའི་ རྣམ་ཐར་
 ལེགས་བཤད་ཚུ་བཅུགས་དགོཔ་དང། དེ་དང་གཅིག་ཁར་ མིང་ཚིག་ཡིག་སྟེབ་དང་ཚོས་སྐད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་
 ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ འཐོབ་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ དག་ཡིག་སྤྲུལ་ཏྲུགས་སྟོན་དག་ཚུ་ སྟོབ་སྟོབ་འབད་དགོ་པའི་
 དམིགས་ལུལ་ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ སྟོབ་དེབ་འདི་བཟོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་འབད་མ་ལས་ སྟོབ་རིམ་དགུ་པའི་སྟོབ་དེབ་འདི་ནང་ལུ་ དག་ཡིག་དང་ རྗེས་འདི་ཡིག་སྟོབ་བསྐྱར་ཞིབ། དེ་
 ལས་ འབྲི་ཚོམ་དང་ ལྷན་དག། རྣམ་ཐར་དང་ ལེགས་བཤད་ ཡིག་འགྲུལ་ རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་བཅས་ བད་

དོན་ཚུགས་དེ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་སྡེ་ ཚོས་སྐད་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ བར་དོན་དང་
རིག་ཅུལ་ བརྩི་མཐོང་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཐོབ་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཕ་བ་གསུམ་ལུ་ ཕྱག་ཕྱི་ལུ་ཚུ་གས་པའི་ལྷོགས་
གྲུབ་ཅན་གྱི་ མི་ཁྲུངས་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཚུ་གས་པའི་ དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ཅ་གཞུང་འདི་ལྟ་བུ་སྟོན་འབད་བའི་སྐབས་ དམིགས་གཏང་གཙོ་བོ་ར་ ཅ་གཞུང་གི་ལྷོགས་གྲུབ་དང་ ལས་དོན་
ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལྟ་བུ་སྟོན་འབད་དགོ་དང་། དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་
ཅ་གཞུང་གི་ལྷོགས་གྲུབ་དང་ ལས་དོན་ ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་འབད་དགོ་པ་ཨིན།
ཅ་གཞུང་གི་ ལྷོགས་གྲུབ་དང་ལས་དོན་ཚུ་སྐྱབ་ཐབས་ལུ་ ལྷ་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ དོན་ཚན་ཚུ་ གཞི་རྒྱུ་ཙམ་
ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ སློབ་དེབ་འདི་ན་ བཀོད་ཡོད་མི་ལས་ལྷག་པའི་ ཡན་ཐོགས་ཆེ་བའི་ དོན་ཚན་དང་རྒྱབ་རྒྱུ་
མཁོ་ཆས་ཚུ་ དཔེ་མཛོད་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་ མཁས་དབང་ཚུ་ལས་ ག་འོས་འབབ་ཆེ་ཤོས་ཚུ་འཚོལ་ཏེ་ ལྟ་
བུ་སྟོན་འབད་དགོ་པ་ཨིན།

ལྷོགས་གྲུབ་དང་ལས་དོན་དང་འཁྲིལ་བའི་ དོན་ཚན་ཚུ་ ལྟ་བུ་སྟོན་འབད་བའི་ཞོར་ཁར་ དུས་རབས་༢༡པའི་
རིག་ཅུལ་དང་ མི་ཚེའི་རིག་ཅུལ་ཚུ་ཡང་ རྒྱུང་བ་ཚུ་ད་ཐབས་འབད་ཐོག་ལས་ ཅ་གཞུང་འདི་གིས་ སློབ་ཕྱག་
ཚུ་ རྫོང་ཁའི་ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བའི་ ཤེས་ཡོན་ རིག་ཅུལ་ བརྩི་མཐོང་ཚུ་ལུ་མཁས་ཉམས་ཚུ་དེ་ ཅ་བ་
གསུམ་ལུ་ རྒྱད་རིག་དང་ ཤ་ཞེན་ བཟོད་བསྐྱེད་ཆེ་བའི་སློབ་ལས་ འཛོན་ཐངས་ཅན་སྟེ་ ཕྱག་ལུ་ཚུ་གས་པའི་
མི་ཁྲུངས་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཚུ་གས་པའི་ ཡིད་ཆེས་དང་སྟོན་འདེབས་ལུ་ཕྱི་ཨིན།

རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁའི་ཤེས་ཡོན་གྱིས། །རང་ལུགས་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ལམ་སྲོལ་ཀྱང་། །འཛོན་སྐྱོང་
སྟེལ་བས་རྒྱལ་ཁབ་རང་བཙན་གྱི། །དཔལ་ཡོན་སྲིད་མཐར་བསྐྱེད་བའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག།

(དོ་རྗེ།)
ཅ་གཞུང་ཚུམ་སློབ་པ།
སློབ་གྲའི་ཅ་གཞུང་ལས་ཚན།

དཀར་ཆག་།

རྫོང་ཁ་དང་པ།

ཤོག་གྲངས།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གེ་འཛིན་སྐྱོད་པ།	XIII
སྐད་ཡིག་དང་ཡིག་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་གསལ་གྲུབ།	XIV
སྐད་ཡིག་དང་ཡིག་སྐྱོད་ཀྱི་ལས་ཤོན།	XV
སྐྱིད་པ་དང་སྐད་ཡིག་གི་ཤོ་སྤྲོད་དང་འབྲུལ་ལུང་།	XVI
དགོས་པ་དང་ཡན་མཉམས།	༡
ལ་སྐད་དང་སྐྱ་སྐད།	༢
འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཉལ་གི་ལ་སྐད།	༥
རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་གི་དགོས་པ།	༡༠
དག་ཡིག་ཡིག་སྟེང་ལམ་སྟོན།	༡༥
རྫོང་ཁ་འཛིན་སྐྱོད་དུ་བྱེད་པ།	༣༢
གདམ་པ་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ།	༢༡
ཚིག་གོ་གསལ་ཅིག་གི་ཞིག་།	༢༣
ཡིག་འགྲུལ།	༢༥
ཡིག་འགྲུལ་གྱི་ཤོ་སྤྲོད།	༢༦
ལྷ་ཡིག་སྤེལ་སྐྱེལ་ལམ་ལུགས་ཉལ་འབྲི་བའམ།	༥༠
སྐྱོས་གཞི་དང་སྐྱོས་ཚེད།	༥༥
ཟིན་སྲིད་འབྲི་བའམ།	༦༣
སྐྱོག་སྐྱོག་ཡིག་རིགས་འབྲི་བའམ།	༦༧

ཚོང་ཁ་གཉིས་པ།

ཉལ་རིག་དཔལ་ཚོམ་རིག་།	༧
ཉལ་རིག་དཔལ་ཚོམ་རིག་གི་ལོགས་གྲུབ།	༧
ཉལ་རིག་དཔལ་ཚོམ་རིག་གི་ལས་དོན།	༧
ཉལ་རིག་དཔལ་ཚོམ་རིག་གི་ལུངས་དོན།	༧
འབྲི་ཚོམ་ལྟ་བུ་སྤྲུལ།	༧
འཚམ་སྤྲུལ་དཔལ་ཚོམ་འབྲི་ཚོམ།	༧
སྤྲུལ་ཚོམ་ལྟ་བུ་སྤྲུལ།	༧
ཚིག་འབྲུ་མ་ཡ་སྐྱིག་ཐངས།	༧
དཔལ་ཚོམ་དཔལ།	༧
ལེགས་འགྲུབ་སྤྲུལ་དོན་གཞན་འབྲུལ།	༧
སྤྲུལ་དཔལ་ཚོམ་ཐངས།	༧
སྤྲུལ་གི་དོ་སྤྲུལ་དཔལ་ཚོམ།	༧
སྤྲུལ།	༧
འགྲོ་བ་བཟུང་མེད་འབྲུལ་ཐངས།	༧
ཀླུ་ལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན།	༧
ཉལ་སྤྲུལ་རིག་ཚུལ་ལོགས་གྲུབ།	༧
ཉལ་སྤྲུལ་རིག་ཚུལ་ལས་དོན།	༧
བྲི་ནི་དེ་རིག་ཚུལ་གྱི་ལོགས་གྲུབ།	༧
བྲི་ནི་དེ་རིག་ཚུལ་གྱི་ལས་དོན།	༧
བཀའ་དཔལ་དཔལ་ཚོམ་ཐངས།	༧



ཆ་ཤེས་དང་པ།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གཱའི་སྒྲིབ་བ།



ཆེའམ་དང་པ། སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གེ་སློབ་བ།

སློབ་རིམ་ ། པ། སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གེ་སློབ་གྱི་ལྷོགས་གྲུབ།

སློབ་རིམ་དེ་ ཚུན་ཉལ་མི་ སྐད་ཡིག་གི་རིག་ཚུལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་པའི་ལས།


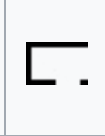

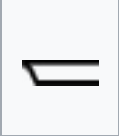
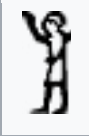


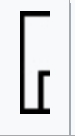



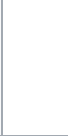


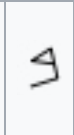




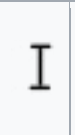
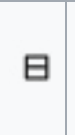
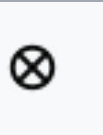
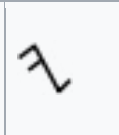

༡. སྐད་ཡིག་གི་ དོ་སློབ་ལུ་སྐད་ལ་འབད་དེ་ སྐད་ཡིག་གི་འབྲུལ་ལུ་འཕྲུལ་དཔེ་ལོ་ལ་ དག་
ཐོག་དཔེ་ཡིག་ཐོག་གི་འབྲུལ་པར་ཚུ་དེ་བཟུལ་དཔེ་དེ་ རེ་གི་སྐད་ཡིག་ལུ་ བཅོམ་ཐོབ་དཔེ་ག་
ལེ་བཟུལ་ཐོག་ལས་ རེ་གི་ལ་སྐད་ མོ་ལ་འཕེལ་གྲུལ་ལྟེ་ལུ་བཅོམ་ཚུགས།
༢. མོལ་ལའི་ལུ་རྣམ་དེ་བཟུལ་ཚུལ་ཚུ་ བཟུལ་ལེ་ལ་འབད་དེ་ མོལ་རིག་ཚུ་ ཡིག་སློབ་དེ་བཟུལ་
དཔེ་ལུ་འབད་དེ་བྱི་ཚུགས།
༣. དག་ཡིག་གི་རྣམ་གཞག་ཚུ་ སྐད་ལ་འབད་དེ་ མི་ལྷུ་དཔེ་ རུས་གསུམ་གྱི་ཡིག་སྟེ་བཟུལ་
འཐོབ་ཐེངས་དཔེ་འཕྲིལ་ བྲིས་ཏེ་ བརྟེན་སློབ་ཚུགས།
༤. ལུ་ཡིག་དཔེ་ མོས་གཞི་ མོས་ཚེད་ ལ་སོགས་པའི་ ཡིག་འགྲུལ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་
ཉལ་སྐད་ལུ་འབད་དེ་ གནས་སྐད་ལུ་འཕྲིལ་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
༥. ཚོགས་མཛེད་ ལག་ལེན་འཐབ་ལྟེ་ ཉམས་སྲུབ་ཚུ་དེ་ མོ་ལྟེ་དཔེ་ ཡིག་སྟེ་བཟུལ་ མི་
ཚོགས་གི་གསལ་ལུ་ མོག་ཐོག་དཔེ་ དཔེ་དེ་བཟུལ་གི་ཚོགས་མཛེད་ཚུ་ལུ་ལས་འཚོལ་ཏེ་

ལག་ལེན་འབྲེལ་ཚུགས།

སྤྱིར་བཏང་སྐད་ཡིག་གི་དོ་སྤྱོད་དང་འབྲུང་ཁྲུངས།

སྐད་ཡིག་གི་དོ་སྤྱོད་དང་རྒྱབ་ཁྲུངས།

སྐད་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ མི་དཔལ་མི་གི་བས་ལྟ་ སེམས་ཁམས་མཉེ་མི་ཚུ་ ལ་ལས་ཚོགས་སྐབས་སུ་ བདུ་

དོན་སྤྱོད་མི་དཔལ་ ལ་ལས་སྐབས་མི་ཚོ་གི་ཚུ་ ཡིག་བྲིས་གྲིས་སུ་ བདུ་དོན་སྤྱོད་མི་ གཉིས་མཚུངས་ལུ་
སྐབས་ཡིན།

འཛམ་གྲིང་ལྟེ་ ལ་སྐད་འགོ་དཔལ་འདི་ གྲི་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིན་རྒྱུ་འདི་ཆགས་སུ་ ཡུལ་འདི་གི་ལུ་
ལས་ དཔལ་སྤྱོད་ཆགས་ཀྱི་འགོ་བཤམས། སྤྱོད་ཆགས་དེ་ཚུ་ལས་མི་འདི་འགོ་བཤམས། མི་འདི་འགོ་
བཤམས་ཚུ་འདི་ལས་ མི་ལུ་ ལ་སྐད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་འབྲེལ་ཚུ་འདི་གིས་ གཞིག་གིས་གཞིག་
ལུ་ བདུ་དོན་སྤྱོད་ལེན་འབྲེལ་གི་གི་ མི་ཚོ་གི་བདུ་དཔལ་ལ་སྐད་ཚུ་ རིམ་ལ་བཞིན་དུ་བདུ་ཡོད་པ་ཡིན་
མས།

དེ་ཡང་ འདི་འཛོལ་དཔལ་འཛིན་བཤམས་ དཔལ་ལ་སྐད་འདི་བདུ་ལུ་། དེ་ལས་ རིམ་ལ་བཞིན་དུ་
འདི་གི་དཔལ་སྤྱོད་འབྲེལ་གི་དཔལ་ གཞིག་གིས་གཞིག་ལུ་ བདུ་རྒྱུ་སྤྱོད་མི་གི་དོན་ལུ་ རིམ་

མ་འདྲེས་ཚུ་གྲིས་ཏེ། ལག་ལེན་འབྲེལ་སྟེ། སིམ་ལྟེ་གྲི་ཡི་གུ་དཔ། དེ་ལས་སིམ་པ་བཞི་ཉུ་ ལྟེ་བ་
སློབ་ལྟེ་གྲི་ཡི་གུ་ཚུ་བྱུང་ལྟེ།

དེ་ཡང་ སིམ་ལྟེ་གྲི་ཡི་གུ་འདི། འཛམ་གྲིང་ལྟེ་གྲི་གས་ མི་ཕྱི་ལས་བརྒྱ་དེ། རྒྱ་ལྟེ་གྲི་ལས་
ཡང་དཔ་ཏེ། ལག་ལེན་འབྲེལ་ལེན་མས། ལྟེ་བ་སློབ་ལྟེ་གྲི་ཡི་གུ་འདི། ཡ་ལོ་སི་བླ་ལྟེ་གྲི་ལས་ལས་
འཛམ་གྲིང་གས་ལྟེ་གྲི་དེ། ལྟེ་གྲི་གས་ཡུ་འཛམ་དཔ། རྒྱ་གས་ལྟེ་གྲི་ཡི་གུ་ཚུ། ལྟེ་བ་སློབ་ལྟེ་གྲི་ཡི་
གུ། ཟེ་སླ་བ་ལེན་མས། པ་བསེ་རའི། ཡི་གུ་འདི་ཡང་ རྒྱ་ལས་འོ་དུ་དཔ། འོ་དུ་ལས་བརྒྱ་དེ།
འོ་དཔ་འོ་དཔ་མ་འབད་ཞི་དེ་གིས། ལྟེ་བ་སློབ་ལྟེ་གྲི་ཡི་གུ་འདི། གུ་དཔ་སླུ་ཚུ་དཔ་ལེན།

སློབ་ལྟེ་གྲི།

- ༡ རྒྱ་ལྟེ་གྲི་འདི། མི་འོ་འགྲོ་བ་ལུ། འག་ཆེ་ཚུ་ལ། ག་དེ་མོ་ལེན་ལྟེ་གྲི་
- ༢ རྒྱ་ལྟེ་གྲི་གི་འབྱུང་ལུངས། མདོ་བསྐྱེས་ལེན་གྲིས།
- ༣ སིམ་ལྟེ་གྲི་ཡི་གུ་དཔ། ལྟེ་བ་སློབ་ལྟེ་གྲི་ཡི་གུ་གཏིས་ལུ་ལྟེ་གྲི་པ་མ་ག་ཅི་མ་འདུག་?

དགོས་པ་དང་ཕན་པ།

རྒྱ་ལྟེ་གྲི་འདི་གིས། ག་ཅི་ལུ་ཡན་ཐོགས་པ་སྟེ། ཟེ་བ་ཅིན། པ་བསེ་ར་མི་དཔ་མི་གི་བཅའ་ལྟེ། བདེ་
དོན་སློབ་ལེན་འབད་དེ། སོ་སོ་འོ་སེམས་ཀྱི་ཚོས་སྐྱེ་ཚུ། ག་ལྟེ་གྲི་སྟེ་གོ་ལྟེ། མོ་བཞུ་དུ་ཚུ་གས་པ་
ལེན། ལྟེ་བ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ལྟེ་གྲི་ལས། ག་ལུ་ཏེ་སྐྱེས་འོ་འགྲོ་སྐྱེས་པ་ལེན། །འཛམ་གྲིང་གས་ལས་བཅའ་

བྱས་ན། །འཛིན་རྟེན་གསུམ་པོ་མཐའ་དག་འདི། །སྐྱེ་བུ་ལྟོས་པ་ཉིད་ལྟུང་། །ཟེ་སྐད་ཡིག་
འདི་ །འཛིན་གྲིང་ལྟར་ །གཅི་ཡང་ །གསལ་ཏེ་གཏེ་མཐོང་ཚུགས་པའི་ །ཉམ་བུ་ལྟོས་པའི་ལོ་ལོ་ཟེ་
གསུངས་ལྟར། །སྐད་ཡིག་གི་ཉམ་འདི་ལྷ་བརྟེན་ཏེ་ །འཛིན་གྲིང་ལྟར་ །གཅི་པ་ །མཐོང་ཚུགས་ནི་སློ་
ཟེ་བ་ཅིན།

དཔལ། །སྐད་ཡིག་འདི་གིས་ །རུ་ལྷ་མཐོ་བའི་དཔོ་འདོད་ །སེམས་འཇར་འཆར་མི་དཔ་ །མནོ་མི་གི་རེ་
བ་ཚུ་ །དུངས་འཕྲོས་འཕྲོས་སེ་ །དག་ཐོག་ལས་ཤི་འཇར་སྐབ་ཚུགས་པའི་ལོ་ །དེ་མཚན་ཡིག་ཐོག་
ལས་ །ཐག་རིངས་ལྷ་ཡང་ །བད་སྟོད་འབད་ཚུགས་པའི་འཇར་དུས་ལྷན་དེ་མོ་གི་བར་ན་གི་ །མའོ་དས་
པའི་མི་རབས་ཚུ་ལྷ་ཡང་ །བད་སྟོད་འབད་ཚུགས་པའི་ལོ་ །དེ་ལས་ །སྐད་ཡིག་འདི་གིས་ །གཞན་
དཔ་གཅིག་འཇར་མཐུན་ལམ་གྱི་ །འབྲེལ་བ་བཟོ་ནི་ལྷ་ཡན་ཐོག་ཚུགས། །དེ་ཡང་ །ལེགས་བཤད་ལྟར་
ལས། །མ་བད་བས་གཞན་དུ་བྱུག་པའི་མཚོན། །ཁམ་འབྲུལ་འོ་དུ་མོ་པའི་སྐྱེ། །ཁམ་མྱོད་ཡིད་འཕྲོག་
སྲུང་མི་དོ། །ཚིག་གི་བྱུང་པར་རྣམས་ལམ་དོ། །ཟེ་དོ་བུ་ལྟོས་ །དུག་ཞན་ཆེ་ཆུང་མེད་པའི་སེམས་
ཅིག་བཀྲག་དགོ་ལུ་ །སྐད་ཡིག་ལྷ་བརྟེན་ཏེ་བཀྲག་དགོ། །ཐོགས་རམ་ཅིག་འཚོ་ལ་དགོ་ལུ་ །སྐད་ཡིག་
འདི་ལྷ་བརྟེན་དགོ་པའས་ །སྐད་ཡིག་འདི་ །མི་སྲིད་གཅིག་མཐུན་དཔ་ །མཉམ་འབྲེལ་བཟོ་ནི་དི་ །ལག་
མའོ་མ་ཅིག་ལོ། །སྐད་ཡིག་འདི་གིས་ །རུ་དཔ་མའོ་གས་ཀྱི་བར་ན་དཔ་ །རུ་གི་རྒྱལ་འབབ་ལྟར་འོ་དུ་
མཚན་ །རྒྱ་ཆེ་མ་འཛིན་གྲིང་གཅིག་འབྲུང་དཔ་ །ནི་བདེ་ །གཅིག་མཐུན་ཚུ་ །བཟོ་ནི་དི་འགན་འག་ཡང་
འབག་པའི་ལོ།

གཉིས་པ། །སྐད་ཡིག་འདི་ལྷ་བརྟེན་ཏེ་ །ཉམ་དཔ་དཔོ་ །འཛིན་གྲིང་ལྟར་ལྟོས་པའི་ །མའམས་པ་ཚུ་གི་

རྩོམ་སྐད་དང་ཉམས་སྒྲུབ་ཚུ་ ག་ར་གིས་ སྟོན་ནི་གི་གོ་སྐབས་འཕྲོ་བ་ཚུ་གསལ་ཡིན། དེ་མེས་ཀྱི་འཛམ་
 སྐད་ལུ་ མི་ཚུ་གི་རིག་པ་ཉེ་མ་བ་དུག་མི་དཔ་ ཉེ་མ་བ་ཡུན་སྤུ་མ་ཚོ་གསལ་ཏེ་ ལོ་གཞིག་ལས་ལོ་
 གཞིག་ འཛམ་སྐད་ཡཔ་དུག་འཕྲོ་མི་འདི་ཡཔ་ འདས་པའི་དུས་ལུ་བྱེད་པའི་ མི་ལྷན་པ་ཤེས་ཚུ་གི་
 རིག་གཏེས་ དེ་མེས་པ་བསམ་པ་གིས་སྟོན་ནི་འི་ གོ་སྐབས་འཕྲོ་བ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ དེ་
 མེས་ཀྱི་དུས་འབས་འདི་ནུང་ རྩོམ་སྐད་གསལ་པ་འཕྲོ་བ་མི་ཚུ་ཡཔ་ མ་འོངས་པ་བསམ་པའི་བྱ་རྒྱུ་ ཚ་རྒྱུ་
 ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྐད་ཡིག་ཐོག་ལས་ ལུ་བཞག་སྐོ་བཞག་ཚུ་གསལ་པ་ལས་ མ་འོངས་པའི་འཛམ་
 སྐད་འདི་ དེ་མེས་བ་ཡཔ་དུག་པ་སྐོ་འཕྲོ་བ་ཚུ་གསལ་པ་ལུ་བཟོ་ཚེ་མ་མེད།

གསུམ་པ། སྐད་ཡིག་འདི་ པ་བསམ་པའི་མི་ཚོ་གཞིག་ནུང་ འཕྲུལ་གྱི་ཉེན་བསྟར་འག་ཆེ་བའི་ བཟུང་
 འལ་འབྲུང་འཇིག་ལས་འགོ་བཅུ་གསལ་ཏེ་ སེམ་གི་ལོ་གསལ་གྲུབ་ཡཔ་སེམ་པའི་འབད་ནི་ལུ་ མི་ཚོ་གཞིག་ནུང་གི་
 མ་འོངས་ལུ་ཚུ་གི་སྤྲོ་ལས་ འག་ཆེ་ཤོས་དཔ་ ཡན་ཐོགས་ཆེ་ཤོས་ཞིག་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ རྒྱ་ཆེ་མ་རྒྱལ་
 ཡོངས་ཀྱི་མཐའ་དོན་འགྲུབ་ནི་དཔ་ གཏེ་འབུལ་པ་ མཐའ་བུག་སེམ་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕམ་ འཕྲོ་བ་ནི་
 ཚུ་ཚོ་དུ་ལུ་ཡཔ་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཤེས་རིག་ཚུ་གཞུང་ནུང་ སྐད་
 ཡིག་ཚེས་ཚན་འདི་ ཚུ་བའི་ཚེས་ཚན་གཅོ་བོ་ཞིག་སྐོ་ བཞག་དགོ་པ་ཡཔ་ འདི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན།

དེ་བཞུག

1. འཇིག་ལས་སྤུ་བའི་ ཚིག་ལུ་ལྷན་པར་ ག་དེ་སྐོ་པ་ཡོད་པ་སྟེ་?
2. སྐད་ཡིག་འདི་ མཐའ་བུག་སེམ་རྒྱས་ཀྱི་ གོ་འཕམ་འཕྲོ་བ་ནི་ལུ་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་

གི་ཁ་རེ་ཡོད།

ཁ་རེ་ གཡུས་ཚན་རེ་ཉེད་མ་འདྲེས་རེད་ ཡང་ན་ ལུང་ཕྱོགས་རེ་ཉེད་ མ་འདྲེས་རེ་ཡོད། དེ་
ལུང་གཡུས་ཁ་རེད་ ཡང་ན་ གཡུས་སྐད་ ཟེ་སྲབ་མ་ཚད་ ཡེ་ལོ་གི་ཁ་སྐད་ ཟེ་ཡལ་སྲབ་ཡིན།

དྲི་བ།

- ༡ སྐྱེ་ལུ་དབྱེ་བ་གཏིས་ཡོད་མི་ཚུ་ དུ་ཤེས་ཤིང་ལུ་བཀོད་དེ་ བཤད་པ་རྒྱལ།
- ༢ ཤེས་རྒྱ་དཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་ སྐྱེ་ལུ་བཀོད་དེ་ འགྲོ་བ་མི་དཔེ་མཉམ་སེམས་ཅེས་ལུ་ བརྟེན་
ཚུ་ སྲོད་ཚུགས་ག་མི་ཚུགས་ བསམ་འཚམ་བཀོད།
- ༣ རྩོད་པའི་ཁྱིམ་ཉེད་ལུ་ ཁ་སྐད་ག་ཅི་ལག་ལེན་འབྲེལ་ཡིན་ཉེད་། ཡེ་པའི་གཡུས་སྐད་ག་ཅི་
'ཡིན་ཉེ? ཡེ་ལོ་གི་གཡུས་སྐད་ག་ཅི་ཡིན་ཉེ་ཚུ་ ཁ་གསལ་བྲིས།
- ༤ གཡུས་སྐད་མ་འདྲེས་ཚུ་ཤེས་པ་ཅི་ ཡན་ཐོགས་ག་ཅི་འཛིན་ཉི་བཟུམ་འདུག་གོ?

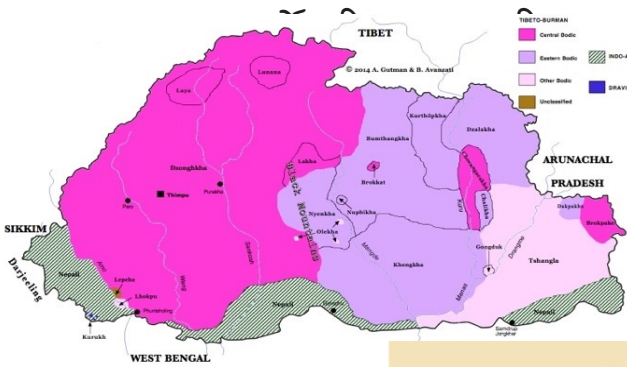
འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་ཁ་སྐད།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ རྒྱུ་ཀྱི་ཅིག་ཡིན་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་ཉེད་ གཡུས་སྐད་ཉམ་པ་མ་འདྲེས་མང་པོ་བསམ་
ཅིག་ཡོད་པའི་ ཁ་སྐད་ཀྱིས་ལྷག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན། དེ་ཡང་ མེད་ཁའི་བརྟེན་གཞུང་གསལ་པ།
(༢༠༡༣) ཉེད་ལས་འབད་བ་ཅི་

སམམ། སམཔ་བཟང་། པ་རྟོ་པ། སི་ཀཱ་འི། འུ་ཀུ་པ་ལ། རྩོད་ཀོང་། ཚམ་ལ་སེམ་པ་དཔ་ ལྷོ་
རིམ་ལ་ཚུ་ནུ་པ་ ཡོད་པ་ཡིན།

༡༩) རྩོམ་ཚམས་པ་འི་ལ། ལ་སྐད་འདི་ ཤེས་པ། ཏུ་མེད་པ། ལཔེ་ཅ། ལམ་བུ། རྩེ་གི་ལ་
ཚུ་གི་ སྲི་མེད་ཡིན། ལ་སྐད་འདི་སྤྲུལ་མི་ བསམ་མེད་ཀྱི་ ཚུ་ལ། གསུང་སམཔ་ ཏུ་པ་དཀའ་
ལྷོ་ སྤོ་པ་ བསམ་གྲུབ་པ་ལྷོ་པ་མཁའ་མཁའ་ལྷོ་པ་ལ་ཚུ་ནུ་པ་ཡོད།

༢༠) སོ་པ་ལ། ལ་སྐད་འདི་ འབྲུག་ལུ་གཞི་ས་ཚགས་ཏེ་ རྩོད་མི་ སོ་པ་ཚུ་གི་སྤྲུལ་ཡིན།
ལོ་པ་ རྩོམ་ལྷོ་པ་ རྩོམ་གཞན་ལ་ལས་ལམ་ གཞི་ས་བཅགས་ཏེ་ མེད་ལོས་པ་ ཚོ་པ་ལུ་
འབྲུག་ཏེ་རྩོད་མི་ཡིན་མས། ལ་སྐད་འདི་ཚུ་ཡེད་ ཚུ་བསྐྱེ་བའི་ ལ་སྐད་བཞི་ནུ་པ་
བཞོད་ཏེ་ ཡོད་ཏེ་བཟུམ་ཡིན།



དྲི་བ།

1. འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ རྒྱ་ཀྲུང་གི་ཨིན་ཏུ་ ལ་སྐད་མ་འདྲ་ལུ་འགྲོ་ཡོད་མི་དེ་ བྱེད་སྒོ་གི་ ཅི་འདྲ་ཞི་མས་ཤོ་?
2. རྒྱལ་ཁབ་ལྷན་པུ་ ལ་སྐད་ལུ་འགྲོ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ ལོ་ལྟ་ ཡལ་ལྟ་ གཞོན་པ་གཉེན་པོ་ ཅི་འདྲ་ཞི་མས་ཤོ་?
3. རྩོད་ཀྱིས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ཡོད་སྲོལ་གསལ་ཆེ་བའི་ལ་སྐད་བཞི་ལས་ གཉིས་ཤེས་? དེ་གཉིས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ཤེས་ཤེས་པ་ཨིན་ནུ་?

རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་གི་དགོས་པ།

སྤྱི་ཚུན་ལྟར་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་འདི་མེད་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་གཞི་ནད་གི་མི་དགས་མ་འདྲ་ལྟར་ ལ་སྐད་མ་འདྲ་ལྟར་ རྒྱ་ཀྲུང་གི་མི་དགས་མ་འདྲ་ལྟར་ ལས་ལུགས་མ་འདྲ་ལྟར་ ཡོད་མི་ཚུ་གི་བར་ན་ མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ནི་དེ་ལས་ཡལ་མེད་པ་མ་ཚད་ གཞི་མཐུན་བཟོ་ནི་དེ་ལས་ཡལ་མེད་པ་ཨིན། རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་འདི་ གཞན་དཔལ་འདྲ་བའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོ་རྒྱལ་སྤྱོད་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་ལྷན་པུ་ལ་སྐད་མ་འདྲ་ལྟར་སྤོངས་པའི་གི་མི་དགས་ལ་དཔལ་གཞི་ལས་ ལ་སྐད་གཞི་གི་ཐོག་ལས་ བརྟེན་སྤྱོད་ལུ་ འབད་ནི་དོན་ལུ་ཡལ་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ མི་མཚུངས་གཞི་མཐུན་ཡལ་དུ་ག་ བཟོ་ནི་དེ་ལས་ཡལ་མེད་པ་ཨིན་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་འདི་ འཛུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ ལག་ཆེན་ཤོས་ཅིག་ལུ་བཟོ་དུ་གོ་པ་ དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

ད་བཅས་པའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཚེས་ལའདྲི་གིས་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འོ་
 རྟལ་ས་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་བདེ་དྲོད་སྤྲོད་ལེན་གྱི་ལམ་སྟོན་ལྟར་བསྐྱབ་ལྷོ་ སྐད་ཡིག་གཞིག་
 འབྲུག་གི་ཐོག་ལས་ མི་མང་གི་གཞིག་མཐུན་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བཟོ་གི་ཚུ་ནང་ ཡན་ཐོག་ས་བུལ་དང་འབྲུག་བཞིན་
 དུ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་མཚན་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚོས་དང་ ས་སྤོལ་ལམ་ལུགས་བཟུང་པའི་སྤོལ་རྒྱུ་ ཉེ་
 མ་ལས་ ཚེས་ལའདྲི་བཞེད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ རྒྱུ་རྒྱུ་འབད་གི་གི་ བསྟན་པའི་སྤོལ་གི་འཕྲིན་ལའང་
 ཡིན། དེ་འབད་གི་འདྲི་གིས་ ད་བཅས་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཚེས་ལའདྲི་ ཚོས་སྤོལ་ལུགས་གཉིས་
 ཀྱི་བསྟན་པའི་ བྱ་གཞན་ག་ས་ལུ་ མེད་བབས་མེད་པས་ གལ་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྤྱོད་
 དཔལ་འཛོམས་འབྲུག་གི་ མཐུན་རྒྱུ་ལོ་མ་ཞིག་ཡིན་ཞོ།

རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་གི་ དམིགས་ལུངས་དང་ ཡན་ཐོག་ས་ མོད་གསལ་ཏུ་སྤོལ་པའི་བརྟེན་ཉེ་
 འབྲུག་བརྒྱུད་འདྲི་གི་རྒྱལ་འབས་ལྷན་ པ་ མངའ་བདག་འཛིན་མེད་རྟེ་ཇི་དབང་ཡུག་མཚོག་གིས་
 རྒྱལ་ཁབ་འདྲི་ནང་ ཉེ་མ་ལས་ གཞུང་སྐད་སྤོལ་མི་གི་ཚེས་ལའདྲི་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་
 ཡིག་ལུ་སྤོལ་བཞེད་གནད་ལུ་ག།

དེ་མཚན་ རྒྱལ་འབས་བཞིན་པ་ མི་དབང་མངའ་བདག་འཛིན་མེད་སྟེ་དབང་ཡུག་མཚོག་གིས་ རྒྱལ་
 ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཚེས་ལའདྲི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འོ་རྟལ་ས་ལུ་ གལ་ཆེ་གོས་ཞིག་ལུ་ ཆ་
 བཞན་ག་ཉེ་ མོད་འཕེལ་དང་ དུ་སྤྱོད་གཞུང་དམིགས་པའི་ དམིགས་འབས་ལུ་གཞུང་ སྤོལ་བུས་
 ཚུ་ བཟོ་མས་གནད་ཉེ་ཡོད།

དྲི་བ།

༡. རྒྱལ་ཁབ་རང་སོ་སོ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་འཕྲིན་དུ་ཤོ་པའི་ཁྲུངས་གཤིའོང་ནི་མས་?
༢. དེ་སངས་གི་དུས་ལུ་ ཁ་སྐད་སྲ་བསྐྱེས་ཏེ་ སྲ་བ་སྲོ་ལ་ཡོད་མི་འདྲི་ དྲན་ཁྲུབ་འཁྱོདོ་ཡོད་པ་ ལས་ འདྲི་ལུ་ཕྱོད་རའི་ཁ་བྱུག་ལས་ལེགས་ཏེ་ས་ཀྱི་བསམ་འཚར་བཀོད།
༣. རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་འདྲི་ ལག་ལེན་ཐོག་ལས་ མི་ཉམས་ཤོད་འཕེལ་དཔ་ ཉམས་པ་སོར་ རྒྱུ་མ་འབད་བ་ཅིན་ དཀའ་པལ་གཤིའོང་ནི་བཟུམ་འདུག་གོ་?
- ༤ ཕྱོད་ཀྱིས་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ ཉམས་སྲུང་དཔ་ཤོད་འཕེལ་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཤིའོང་འབད་ ཚུགས་ནི་འཕྲིན་མས་གོ་?

སྐད་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དབུ་གྱི་ཐོ།

- ༡ རྗེ་ལའའི་བརྟ་གཞུང་གསལ་པ། ༢༠༡༣། རྗེ་ལའ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།
- ༢ རྒྱལ་ཡོད་ས་ཚོགས་འདུ་རིམ་པའི་གོ་ས་ཚོད།
- ༣ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོར་ རྗེ་ལའ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་དཔེ་སྐད་འབད་མི་ རྗེ་ལའའི་བརྟ་གཞུང་གསལ་པ།
- ༤ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ ལུ་ ལའི་དྲེ་ལུ་དགོ་བཤེས་འཇམ་དཔུང་སའེད་ཟེས་ཀྱིས་དཔེ་སྐད་འབད་མི་རྗེ་ལའ།
- ༥ དམོས་སའའ་རྒྱ་སྡེ་རྗེ་གིས་འབྲི་མི་སྐད་རིགས་ཀྱི་འབྲུང་པས།
- ༦ སྤྱི་ལོ་༡༩༩༡ ལོར་དགོ་བཤེས་འཇམ་དཔུང་སའེད་ཟེས་ཀྱིས་འབྲུག་གི་སྐད་རིགས་འོ་བ་འཇུག་བཤེས་དཔེ་པའི་སྐད་ཀྱི་ལུ།
- ༧ རྗེ་ལའའི་རྗེ་སྐད་ཀྱི་རྒྱུ་དག་པའི་ལུས་ལུ། རྗེ་ལའ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།
- ༨ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གི་ཚ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ།
- ༩ རྗེ་ལའ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་དབུ་ཡིག་ཆ།
- ༡༠ རྗེ་ལའའི་གོ་ས་ཚོགས་དཔེ་མའའ་ཚོགས་ཀྱི་ གོ་ས་ཚོད་ཡིག་ཆ་ལུ།



དག་ཡིག་ཡིག་སྟེང་ལམ་སྟོན།



དག་ཡིག་ཡིག་སྟེན་ལམ་སྟོན།

དོ་སྟོན།

དག་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱ་ཡིག་ལམ་ལུ་འབྲེལ་པའི་རྒྱ་བས་ལུ་ མིང་ཚིག་ཡིག་སྟེན་ལུ་ འོས་འབབ་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་ཉེ་ཉེ་ལུ་ ལམ་ལུ་འབྲེལ་སྟེ་ ཡི་གུ་ག་ཅི་མ་གྲིས་ཀྱང་ འཛོལ་བ་མེད་པས་ དག་རྒྱ་ཉེ་ཉེ་ལུ་ སྤྱི་ཚུགས་པ་འགྲོ་ཞི་དོན་ལུ་ ལམ་སྟོན་གྱི་ཚུགས་པའི་ དཔལ་ཚུགས་ལུ་གོ་ལུ་འཛིན། པ་བཅས་པའི་རྒྱ་ལུ་འབྲེལ་ལུ་ རྒྱ་པའི་ཤེས་ཡོན་འགོ་བོ་དཔལ་ལྷན་ལུ་ རྒྱ་བ་སྐྱེད་ལམ་ ལུགས་ཚུ་ལུ་ བཏུ་བ་ཅིན་ སློབ་སྦྱོར་འབད་བཅས་དེ་ཡང་ དཔལ་པ་ སྦྱོར་གྲོ་ཚིག་སྐྱེད་ལམ་ འགོ་བཅུགས་ཏེ་ རྒྱ་གཞི་དེ་མི་ཚུ་ལུ་སྦྱོར་དོ་ཡོད་པ་དཔལ་ ལུ་ལུ་ ཡིག་བཟོ་འཛིན་སྦྱོར་བུ་ལམ་ལུ་ སྤྱི་ཚུགས་པ་ལུ་ སྦྱོར་བ་འབད་ནི་ དེ་ལས་ འབྲི་ལུ་གཞི་དེ་མི་ཚུ་ལུ་གྱི་ གཞི་རྒྱ་ལུ་འཛིན་ ཚེས་པའི་བསྐྱེད་ལམ་ དག་ཡིག་སྐྱེད་ལུ་ཟེར་ ཡི་གུ་ཡི་སྟེན་དཔལ་ མིང་ཚིག་མ་འབྲེལ་ལུ་ རྒྱ་གོ་ ཞི་དོན་ལུ་ དག་ཡིག་ལུ་སྟོན་ལུ་ སློབ་སྦྱོར་འབད་དོ་ཡོད་པ་འཛིན།

དག་ཡིག་འདི་ རྒྱ་བ་ཚེས་པའི་བསྐྱེད་ལམ་ མིང་ཚིག་མ་འབྲེལ་ལུ་ ག་རྒྱ་མ་ཚུ་ལུ་འབད་དུ་ དེ་ ཚུ་གི་གོ་དོན་ལུ་ལུ་གོ་ཚུགས་པ་འགྲོ་ལུ་མ་ཚུ་ རེ་གིས་འབྲི་དགོ་པའི་རྒྱ་བས་ལུ་ཡང་ ཡིག་སྟེན་ལུ་ འཛོལ་བ་མེད་པས་སྤྱི་ཚུགས་པ་འགྲོ་ལུ་འཛིན་མས། དེ་གི་ལུ་ལམ་ སྐྱེད་ལུ་ཟེར་མི་ཡིག་ལུ་ པའི་བསྐྱེད་ལམ་ མིང་ཚིག་གི་སྦྱོར་བུ་ ལུགས་ཤོ་མ་ལུ་ ཤེས་ཚུགས་པ་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་དཔལ་ དེ་ ལམ་ལུ་འཛིན་ལུ་ ཤེས་ཚུགས་པ་འགྲོ་ལུ་ཟེར་ ལུ་ལུ་ མཐའ་པ་འགྲོ་ལུ་འཛིན་མས།

དེ་ལྟར་བརྟེན་ཏེ་གིས་ དུ་མེས་ཀྱི་དཔལ་པ་འཕེལ་དུ་ པ་བསེ་ཚུ་གིས་ དག་ཡིག་སྤྲུམ་རྟགས་ཅིག་
 ལེགས་ཤོམ་སེ ལྟ་བུ་ལྷན་འབད་ཚུ་གསལ་པ་ཅིག་ ཚེས་སྐད་དུ་ཚེས་ལའི་ མིང་ཚིག་ཡིག་སྟེ་བ་དུ་
 སྐད་ཡིག་གི་སྐྱུར་བ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སེ་ཤེས་ཏེ་ དག་ཐོག་དུ་ཡིག་ཐོག་གི་ བདུ་དོན་སྐྱུར་ལེན་
 ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སེ་འབད་ཚུ་གསལ་པའི་ ཁེ་ལན་ཚུ་ཡོད་པ་ཨིན་མཁའ་ལས་ སློབ་རིམ་ ༧པ་དུ་༡༠པའི་ཀྱང་
 ལུ་ དག་ཡིག་སློབ་སྐྱུར་གི་ གོ་སྐབས་བཟོ་དགོ་མི་འདི་ འདི་ལྟར་བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

དག་ཡིག་གི་སྐོར།

དག་ཡིག་གི་དཔལ་ལུ་ དག་ཡིག་མ་ཉོ་ས་ལམ་བཟུང་དུ་། དག་ཡིག་ཕྱོགས་སྒྲིག་། དག་ཡིག་པད་
 དཀར་ཚུ་ལོ། དག་ཡིག་གྲིས་པའི་ལམ་མཁན་ །ཟེ་ལྷ་ལམ་སོགས་པའི་ དཔེ་དེ་བམ་འབྲེལ་ལེ་ག་
 ཅིག་པ་ཡོད། དག་ཡིག་གི་ དཔེ་དེ་བ་དེ་ཚུ་གི་ཀྱང་ལས་ དག་ཡིག་གྲིས་པའི་ལམ་མཁན་དུ་ དག་
 ཡིག་པད་དཀར་ཚུ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་ཀྱང་ལས་ ཚེས་སྐད་དུ་ཚེས་ལ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཡོད་ས་སུ་གསལ་
 པའི་ མིང་ཚིག་ཡིག་སྟེ་བམ་པོ་ཤེས་ཅིག་ གཞུ་ལུ་འབྲུ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ལས་ དེ་གི་ལྟ་བུ་བསམ་ལུ་
 ཚེས་ལའི་མིང་ཚིག་ཡིག་སྟེ་བམ་པོ་ག་ཤེ་ཡང་ ཁ་སྐོར་ཀྱང་ཐོག་ལས་ དག་ཡིག་ཡིག་སྟེ་བམ་
 ལོ་ལའདི་ སློབ་རིམ་ ༧ པ་དུ་༡༠ པའི་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཕྱོགས་སྒྲིག་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

ཚེས་སྐད་ལག་ཆེ་བའི་སྐོར།

ཚེས་ལའ་དུ་ ཚེས་སྐད་གཉིས་པོ་འདི་ རྒྱ་རྒྱའི་ཡི་གེ་འདི་ལྟམ་གཞུག་དུ་ སྐྱུར་ཚུ་ལམ་ཚིག་ལྟ་བུ་འབྲུག་
 པ་ཚུ་ ཆ་འབྲེལ་ལས་ མིང་ཚིག་གི་ཐ་སྐད་ཚུ་ཡང་ ཏཱ་ལམ་ ཅོག་འབྲུལ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་
 བཟུང་བསྐྱུ་བ་ཅིག་ བརྒྱ་ཆ་༥༠དེ་ཅིག་ ཅོག་འབྲུལ་ཡོད་པ་སེ་ ཆ་བཞག་པ་ཨིན། དེ་འབད་ལྷན་ལས་

བརྟེན་ཏེ་ ཚོས་སྐད་ཤེས་མི་ཚུ་གིས་ རྗེས་ལ་ལྟ་བུ་གི་འདི་ འཇམ་པའི་འབར་ རྗེས་ལ་ལེགས་ཤོམ་མེ་
ཤེས་མི་ཚུ་གིས་ཡཔ་ ཚོས་སྐད་ལྟ་བུ་གི་འདི་ འཇམ་སྤྲུའི་འོང་མ་ཞིན།

རྗེས་ལ་དཔེ་ཚོས་སྐད་གཏེས་ རྟོག་འཐད་པ་ཡོད་ཏུ་ དེ་གཏེས་ལོགས་སྤྲུ་མེ་ མ་ལྟ་བུ་འབྲེལ་ཅིག་
འབད་བའི་ལྟ་ རྗེས་ལ་ཤེས་མི་གིས་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་མིང་ཚིག་ཚོམ་མི་ཚུ་དཔ་ ཚོས་སྐད་ཤེས་མི་གིས་
རྗེས་ལ་འདི་མིང་ཚིག་ཚོམ་མི་ཚུ་ ལྟ་གཏེ་འབད་ལྟ་ མིང་ཚིག་གི་གོ་དོན་ དུམ་འེ་ལྟ་གོ་ལྟ་མ་གཏོགས་
ཚོམ་མི་གི་གོ་དོན་ཡོད་སྤྲུའི་ཚོགས་པ་མེ་ ཤེས་ཚུགས་པ་ལྷ་ལག་ཡོད་པ་ཞིན།

པ་བཅས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལྟ་བུ་དཔ་བའི་ ལྟ་པའི་ཚོས་དཔ་ ཚོས་དཔ་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྤོམ་ཚུ་ ཚོས་
སྐད་ཐོག་ལུ་དཔ་ཡོད་པ་མ་ཚད། འདས་པའི་དུས་ལུ་བྱུང་པའི་ ལྟ་ཐམས་ ལོ་རྒྱུས་ ལེགས་བཤད་
གཏམ་བརྒྱུད་ ལམ་གསལ་པའི་ ཚོམ་མི་གི་ལཱ་ཆས་མཔ་ཤོས་ཅིག་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ལུ་ཡོད་པ་ལས་
བརྟེན་ཏེ་ ཚོམ་མི་དེ་ཚུ་ ལྟ་གཏེ་ གོ་བའི་ལྟ་དུག་པ་ཅིན། ཚོས་སྐད་འདི་ཤེས་དགོ་པ་གཏེ་ལས་
ལག་ཆེ། དེ་མ་ཚད་ རྒྱལ་བ་ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དཔ་ རྗེས་འབྲུག་མཁས་པའི་བསྟན་
བཅོས་ཚུ་གཏེ་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ལུ་ཞིན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ དེ་ཚུ་གི་གོ་དོན་ཚུ་ ལྟ་གོ་ཐབས་ལུ་
ཚོས་སྐད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཤེས་དགོ་པ་གཏེ་ལས་ཡཔ་ལག་ཆེ།

རྒྱ་མཚན་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་གིས་ ཤེས་མི་གསོ་བ་གྲུ་ལི་ སྤོབ་ལུ་ཚུ་གིས་ཡཔ་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་གཞི་རྟེན་
ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཐོབ་ཏེ་ ལྟ་ཚོས་དཔ་འབྲེལ་བའི་ ཚོམ་མི་ཚུ་ལྟ་པ་ལས་ ཤེས་ཡོན་བརྟེན་ཏེ་ ལེན།

ཚུགས་ནི་དེ་དོན་ལུ་དཔ། གནས་ཚད་དཔ་ལྟ་པ་ལི་ རྗེ་པ་ལི་སྐད་ཡིག་ལེགས་ཤོམ་ལེ་ ལག་ལེན་
འབྲེལ་ཚུགས་པ་བཟོ་དེ་དོན་ལུ་ སློབ་རིམ་༩པ་ལས་འགོ་བཅའ་གསུང་ཏེ་ དཔ་ཡིག་དཔ་སྟེན་པ་སློབ་
སྦྱང་འབད་དེ་དཔ། སློབ་རིམ་༡༡པ་དཔ་༡༢པ་ལི་ནཔ་ སུམ་རྟགས་དཔ་སྟེན་པ་ལུ་ རྟེན་སྦྱང་འབད་
དེ་དོན་སྐབས་བཟོ་ཡོད་པ་ཨིན།

ལྷན་སྦྱང་སྦྱོང་ལཱ།

དཔ་ཡིག་འདི་སློབ་སྦྱང་འབད་བའི་སྐབས་ རྩོམ་གྱི་ཚུ་ རྩོ་ལུ་འཕྲོས་བའི་དོན་ ཡིག་སྟེང་ཡེད་ སེམས་འབར་ དཔ་ཚུགས་ནི་
ཨིན་པ་ལས་ རྗེ་པ་ལི་བུམ་ཚུ་གི་སྐབས་ལུ་ སུམ་ག་རེ་ལ་བུམ་དཔ་འབྲེལ་ལེ་ག་ཏེ་དཔ་དཔ། རྩོམ་སྦྱང་དཔ་འབྲེལ་ལེ་ལྟ་ག་
ནི་ ལེགས་ལེགས་ལུ་དཔ་ལུ་བཅའ་གསུང་ཏེ་འབྲེལ་ནི་ སློབ་ལམ་གི་ག་དཔ་ལུ་བཅའ་གསུང་ཏེ་ལྟ་ག་ནི་ སློབ་ཚན་ལེ་ སྟེ་
ཚན་ལེ་ལེ་ སྐོར་རྒྱུ་ལེ་ལྟ་ག་ནི་ ལ་སོགས་པ་ལི་བཟུམ་ལམ་ཚུ་གི་བློ་གཤམ་ལས་ སེམས་འབར་ལེ་བཟུམ་ལེ་འབད་ཚུགས་པ་ལི་དོན་
ལེགས་ཤོམ་ཨིན།

སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ སློབ་སྟེན་ག་དཔ་ལི་སྐབས་ མིང་ཚིག་ཡིག་སྟེང་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་ལེ་ཤེས་བཟུམ་ལུ་ རྩོམ་ལེ་ཚིག་
ལུ་ ཚིག་གོ་གསུམ་ག་ལེ་སྦྱང་ལེ་དཔ་ མོ་དོན་སོ་སོ་ལུ་ག་དཔ་ལེ་མོ་དེ་ལོ་དཔ་ལུ་ ལྷན་སྦྱང་འབད་དེ་ལོ་དཔ་དཔ། རྩོམ་ག་
དཔ་འབྲེལ་ལེ་ལེ་ མོ་དོན་འགོ་ལུ་བཞུགས་ནི་ རྩོམ་ལེ་ག་དཔ་ལུ་ ལྷན་ཡོད་པ་ལི་ མིང་ཚིག་ཚུ་ རྩོམ་འབྲེལ་འབད་དེ་དཔ་ མོ་
དོན་ལེ་ག་ནི་ རྩོམ་ག་ཚུ་ དག་བློ་གཤམ་ལས་ མོ་དོན་འགོ་ལུ་བཞུགས་ནི་ རྩོམ་ག་འདི་ དཔ་གི་ག་དཔ་སྦྱང་ལུ་བཅའ་གསུང་
ཏེ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ནི་ རྩོམ་ག་དཔ་ལུ་ཚུ་དཔ་ལི་ ལ་རྟགས་དཔ་འབྲེལ་ལེ་ལེ་ མིང་ཚིག་ག་ལེ་ལུ་ཚུ་ལུ་ཏེ་ལྷན་སྦྱང་འབད་
དེ་ལེ་ལེ་སོགས་པ་ལི་ རྩོམ་ལུ་ཚུ་འབད་བློ་གཤམ་ལས་ རྩོམ་སྐད་དཔ་ལེ་ལེ་ མིང་ཚིག་ཡིག་སྟེང་ལེ་བཟུམ་ལེ་འབད་དེ་ལོ་དཔ་ཨིན།

ཚ་ཚོགས།	ཚོགས་གྲོགས།
བཀའ།	དྲིན། འོག། རྒྱ། བསྐོ། གནཔ། ཚད། བཀོད།
སྒྲི།	རྩེ། མཚོད། གཞུགས། འབག། རྒྱུ། ཚོ།
དཀའ།	པལ། རྩུ། རྩུ། ཚོགས། ལས་ཁ། འོག།
དཀའ།	ཚག། དམའ། རྩུ། མདོག། རྒྱུ།
སྒྲིགས།	ཐོ། ཚད། འོག། ལམ།
སྐད།	མ། མ། ཚོགས། རྩུགས།

ལ་། འོག་གི་བྱ་ཚོགས་ཚུ་ལུ་ ཚོས་སྐད་དཔ་ རྩེ་པའི་རྩེ་ དུས་གསུམ་གྱི་ཡིག་སྟེ་བམ་མའ་འདྲེ་ལ་
ག་དེ་སྟེ་འདྲེ་ག་གོ་?

༡-རྒྱ། ༢-བསྐོད། ༣-བཀའ། ༤-བསྐོད། ༥-བཀའ།

སློབ་ཚན་ལ་པ།

ལུས་ཀྱི་ལ་ནི་ལ་རྒྱུ་ལ། རྩུ་མའ་པའི་མའ་ལ་ནི་མའ་ལ་ལ། །ལ་དོག་ལ་མཚུལ་རྒྱུ་སྟེ། །འདྲེ་
ཚགས་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ། །ལའ་པའི་མའ་ལ་ནི་མའ་ལ་ལ། །རྩེ་པའི་ལའ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ། །ལག་
པའི་མའ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ། །ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ། །རྩུ་ལྱི་མའ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ། །
ལས་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ། །བཀའ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ། །ལས་ལ་ལ་ལ་ལ་ལ།

མེད་ཅིང་། །མཁའ་པའི་དབང་པོ་མ་མཁའ་སོ། །གཏོང་གི་མཁའ་འཇུག་མ་མཁའ་དཔ། །འགན་
 ལུས་ལུས་ཆ་འདུལ་མེད། །འགན་འཁྲི་འཁའ་ལ་འདུལ་ཡོད། །འཁྲུ་འཁྲུ་འཁྲུ་འཁྲུ་
 དཔ། །འཁྲུ་སོགས་ཉི་འཁྲུ་ཡིན། །བྱ་མཁན་མཁན་པོ་མ་མཁན་ལ། །སྡོ་ཡི་མཁན་པ་འ་ཡཔ་
 ལུ། །ལྷ་ལྷོ་ལ་མཁའ་མ་མཁའ་ལ། །སྐྱུ་པ་འཁའ་པ་འཁའ་ལ་དཔ། །རྟ་ཡི་འཁའ་ཉི་
 འཁའ་ལུ་དཔ། །འགན་འཁྲི་འཁའ་པ་འཁའ་ཡིན།།

སློབ་ལྟ།

༡༽ འོག་གི་དོན་མཚམས་ནང་ལུ་ ཡིག་སྐབ་འཛོལ་བ་ ག་ཅི་ར་ཡོད་ག་ རྩོམ་
 འཛིན་འབད་དེ་ འབྲི་དེ་བ་ནང་ ལེགས་བཅོས་འབད་དེ་བྲིས།
 ལྷ་མཁའ་ལས་ འདུལ་ཆགས་མཁའ་ཏུ་འོངས་ཏེ་ འཁྲི་པའི་ལྷ་ལྷོ་སྐྱུ་ འི་འི་བའི་ ལྷ་ལྷོ་ལ་
 འེདྲོ་ལུ་ བཏོན་ཏེ་འབག་པའི་སྐབས་ འཁྲུ་པ་ཚཱ་ལུ་ འེདྲོ་པོ་འེདྲོ་པ་གཞི་གིས་ ལག་
 པས་འབྲུ་འབག་ཏེ་ ས་གིས་ འྲུ་བཞག་ས་མི་བཞག་ཟེས་ མཁའ་ལེན་འབད་དེ་ བདུ་
 འོངས་ལུག།

༢༽ ལུ་ འཁྲི་ ལུས་ མཁན། མཁས། ལུ་ལུ་ གོ་པ་གི་ཚཱ་ཚཱ་ལུ་མེད་པའི་ ཚཱ་གོ་གས་
 གཞན་འཛོལ་ཏེ་བྲིས།

སྐྱེད་ལུ་དཔལ།

འོག་གི་ ཐོག་འབྲམ་དཔལ་པའི་ཉལ་གི་ རྩ་ཚིག་གི་རྟེན་པ་དཔལ་ ཐོག་འབྲམ་གཉེས་པའི་ཉལ་ཡོད་པའི་
 ཚིག་གོག་ས་ཚུ་ འོས་འབབ་བཏུ་སྟེ་ བུའུ་ས་ཐོག་ལས་ གོ་དོན་སྟོན་ཚུགས་པའི་ མེད་ཚིག་འེ་
 འོས་འཛིན་འབད་དེ་ འབྲི་དེ་བཏུ་པ་བྲིས།

ཅུ་ཚིག་	ཚིག་གོག་ས།
དཔལ། བཏུ། དཔལ། རྩ། བཏུ། འོ།	བཏུ། འོ། བཏུ། རྩ།

སྐྱེད་ལུ་གཉེས་པ།

འོག་གི་ ཐོག་འབྲམ་གཉེས་པའི་ཉལ་གི་ རྩ་ཚིག་གི་གཞི་པ་ལུ་ ཐོག་འབྲམ་དཔལ་པའི་ཉལ་ཡོད་པའི་
 ཚིག་གོག་ས་ཚུ་ འོས་འབབ་བཏུ་སྟེ་ བུའུ་ས་ཐོག་ལས་ གོ་དོན་སྟོན་ཚུགས་པའི་ མེད་ཚིག་འེ་
 འོས་འཛིན་འབད་དེ་ འབྲི་དེ་བཏུ་པ་བྲིས།

ཡིན། །ཉེས་པ་འཚབ་ལ་འས་འཕྲུལ་ཡོད། །ཆབ་འོག་ཆབ་ཤོག་སོགས་ལ་མེད། །རབ་ཀྱི་མཚོག་ལ་
མས་འཕྲུལ་ཡོད། །འདོད་རླུང་ཚོག་ཤེས་སོགས་ལ་མེད། །དྲོད་མཚོག་མཚོད་ལ་མས་འཕྲུལ་ཡོད། །
ཐག་ཚོད་ཚོད་ཅིག་སོགས་ལ་མེད། །

སློབ་ལྗ

འོག་གི་ཚིག་ཚུ་ལུ་ ཚིག་གོགས་བཅུགས་ཏེ་ མོ་དོ་སྟོ་མོ་མོ་ཡོད་པ་འདི་ མིའི་ཚིག་ ག་དེ་མ་ཅིག་
འཕྲོ་བ་ཚུགས་ཚུགས་འཚོ་ལ་ཏེ་བྲིས།

- ༡- འཚད།
- ༢- འཚམ།
- ༣- མཚོག།
- ༤- མཚོད།

སློབ་ཚན་ཇ་པ།

ནོར་འཕལ་བ་ནི་འཕལ་ལ། །སྟོང་མ་མཕལ་བ་མ་མཕལ་ལོ། །ཇི་དེ་ལྟ་ཇི་ལྟ་མེད་ལ། །དྲོས་ལོ་བ་ཇི་
ནི་བ་འདི་བ་ཇི། །ལམ་ཕུ་འཕུག་པ་འཕུག་ལ། །བྲུ་མཕུག་མཕུག་མ་མཕུག་གོ། །ལས་ཀ་འཕྲོ་
པ་འཕྲོ་ལ། །ཤིང་གི་ལྗོན་པ་ལ་མཚོ་ལྗོན། །ཐུགས་ལ་འཕགས་པ་འཕགས་དཔ། །ཉེ་ཡི་
འཕགས་ནི་ལ་འཕགས་ཡིན། །མི་མཇེད་ཀྱི་དེ་ནི་མ་མཇེད་ལ། །མི་དྲན་བཇེད་པ་བ་འདི་བ་ཇེད། །འཕྲུ་
འཕུག་པ་མཚོ་ཚམ་མོ། །

སྒྲིག་ས་མ་ལ་པ་བའོ་བ་བའོ་ཡིན། །མིག་འོ་པ་མའོ་པ་མ་གཤམ་པ་ལ་ལ་ལ་ལ། །དཔ་པོ་འི་གའོ་པ་མ་གཤམ་གའོ་པ་ལ། །
 གཤམ་སུ་སོ་པ་མ་སོ་པ་ལ། །སློ་ཡི་འོ་པ་མ་འོ་པ་ཡིན། །གའོ་པ་མི་ཟེ་བ་གཤམ་གའོ་པ་ལ། །འདྲེ་
 གའོ་པ་གའོ་པ་ལ་མ་གཤམ་གའོ་པ་ཡིན། །གཤམ་ལ་གའོ་པ་ལ་ལ་འོ་པ་ལ། །དཔ་ཡི་འདྲུག་པ་མའོ་པ་མའོ་པ། །

སྒྲུབ་ལ། ༡༧ ། འོག་གི་ཚིག་ཚུ་གི་གོ་དོན་ ཚིག་མཛོད་ལ་ས་འཚོ་ལ་ཏེ་བྲིས།

- ༡- འོ་པ་པོ། ༢- རྟེན། ༣- འདྲེགས།
- ༤- གཤམ་པ། ༥- ལྟ་པ། ༦- གའོ་པ་མི་ཟེ།
- ༧- བའོ་པ་མ་བའོ་པ། ༨- གའོ་པ་མ། ༩- འདྲེགས་པ།
- ༡༠- མའོ་པ། ༡༡- འོ་པ་མ་པ། ༡༢- གའོ་པ་མ།
- ༡༣- གཤམ་ལ་གའོ་པ།

༡༨ ། འོག་གི་བྲི་ཚིག་ཚུ་ལུ་ ཚོས་སྐད་དཔ་ རྟེན་འའི་ལྟ་ རྟེན་གསུམ་གྱི་ཡིག་སྟེ་བ་མ་འདྲུག་ ག་
 དེ་སེ་པ་འདྲུག་གོ་?

- ༡- རྟེན། ༢- འདྲེགས། ༣- བའོ་པ། ༤- སྐད། ༥- བསྟེན། ༦- འདྲེན།
- ༧- བའོ་པ། ༨- འོ་པ།

འུས་གསུམ་ཡིག་སྟེབ་ལྟ་བུ་སྤྱད་སྤྱོད་ལྟ།

༡. གོ་པ་ལུ་དྲག་ཡིག་གི་སློབ་ཚན་ སྟེ་པ་དཔ་པ་ ཀ་སྟེ་ལས་ སྟེ་པ་གསུམ་པ་ ལྟ་སྟེ་ཚུན་གྱི་
ལྟ་འཁོད་ལུ་ བྱ་ཚིག་གི་ཅི་ས་འཁོད་ཡོད་ལ། དེ་ཚུ་བློ་བཞོན་འབད།
༢. བློ་བཞོན་འབད་ཡོད་པའི་ བྱ་ཚིག་ཚུ་ ཚོས་སྐད་ལུ་ འུས་གསུམ་གྱི་ཡིག་སྟེབ་མ་འདྲུལ་
ག་དེ་སྟེ་སྟེ་པ་འདུག་ག། ཚིག་མཛོད་ལྟ་བུ་སྟེ་ བློ་བཞོན་འབད།
༣. བློ་བཞོན་འབད་ཡོད་པའི་ བྱ་ཚིག་ཚུ་ རྩི་ལའི་ལུ་ འུས་གསུམ་གྱི་ཡིག་སྟེབ་མ་འདྲུལ་
ག་དེ་སྟེ་སྟེ་པ་འདུག་ག། ཚིག་མཛོད་ལྟ་བུ་སྟེ་ བློ་བཞོན་འབད།

དཔྱད་གསུང་།
 རྩི་ལུ་འདི་ སྟེ་པ་སྟེ་པ་མཛུགས་སུ་བའི་སྐབས་ ཚོས་སྟེ་པ་དཔ་དེ་ རྩི་ལའ་དཔ་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་ བྱ་ཚིག་འུས་གསུམ་གྱི་ཡིག་
 སྟེབ་ཀྱི་བྱ་པ་ ལྟ་བུ་སྤྱད་འབད་དགོ་པ་ཨིན།



ཚོང་ཁའི་ ཡིག་སྐྱོར་དབྱེ་དཔྱད།



རྫོང་ཁའི་ ཡིག་སྐྱོར་དབྱེ་དཔྱད།

རྫོང་ཁའི་ཡིག་སྐྱོར་གྱི་སྐྱོར་ལས་ སློབ་རིམ་བརྒྱུད་པ་ཚུན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལུ་ ལྷན་དབྱེ་དཔྱད་ ཚིག་གི་ སྤྲོད་ རང་དབང་ལྟར་པའི་སྤྲད་དཔྱད་ ལྷོ་ཚན་ལྟར་གྱི་སྤྲད་ མིང་ཚིག་བརྗོད་པའི་ལྷན་གཞན་གྱི་སྐྱོར་ ལས་ གཤམ་སློབ་སྐྱོར་འབད་ཚུ་ཏེ་ཡོད་པ་ཨོན། དེ་འབད་ལས་བརྗོད་ཏེ་ སློབ་རིམ་དགུ་པ་དཔེ་བཅུ་ པའི་ཉམས་ལེན་ ཏེ་མ་ལས་ལྷན་ཡོད་པའི་ རྫོང་ཁའི་ཡིག་སྐྱོར་གྱི་སྐྱོར་ སེམས་ཁམ་ལེས་བཟུམས་ལུ་ ཚོམ་རིག་ཚུ་ལུ་ ཡིག་སྐྱོར་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ནི་མིག་ བཅུག་ས་ཡོད་པ་ཨོན།

ཡིག་སྐྱོར་དབྱེ་དཔྱད་ལུ་བརྗོད་ཏེ་ གཞན་གྱི་སྤྲོད་ཡོད་པའི་ཚོམ་རིག་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ ཡིག་སྐྱོར་གྱི་སྐྱོར་ཡོན་ སྤྲོད་བཟུམས་འབད་ནི་འབྲེལ་ནི་དཔེ། གཞན་གྱི་སྐྱོར་ཡོན་ལུ་བརྗོད་ཏེ་ རང་ གིས་རང་ལུ་དཔེ་པ་བཅུག་ས་ཏེ་ ཡིག་སྐྱོར་ཚུ་ རྣམ་འགྲུལ་མེད་པའི་སྤྲོད་པའི་དམིགས་གཏུར་ བརྗོད་དེ་ ཡིག་སྐྱོར་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ནི་འདྲི་ བཅུག་ས་ཡོད་པ་ཨོན།

དེ་འབད་ལས་ ཡིག་སྐྱོར་གྱི་ལྷན་གཞན་གྱི་ ལེགས་ཤོམ་སའི་ དབྱེ་བ་ལྟེ་ཏེ་ ལྷན་ཚུགས་ རྣམ་འགྲུལ་ སློབ་དེ་བའི་ཉམས་ལེན་ ལྷན་ཡོད་པའི་ ཚོམ་རིག་ཚུ་ལུ་བརྗོད་ཏེ་ མགོ་བཟུམས་འབད་ ལོན་མ་ལས་ དེ་ཚུ་འུ་ལུ་ སྤྲོད་ལྷན་དབྱེ་དཔྱད་ མིང་ཚིག་གི་དམིགས་ཚུ་ རྣམ་འགྲུལ་འབད་ནི་དཔེ་ འུ་ལུ་པ་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ལྷན་བཟུམས་ རྫོང་ཁའི་ཡིག་སྐྱོར་ལུ་ མཁས་སྐྱེད་ཚུ་དཔོན་ པའི་ ཨོན།

དེ་སློབ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་བརྗོད་པའི་སྤྲོད་ རང་གིས་ལྷན་མཚུགས་པ་དཔེ་ མ་ལེས་པ་འུ་ལུ་པ་འུ་ ཨོན།

སྒྲིམ་ལས་ལྷན་ཡོད་མི་ཚུ་ རྒྱ་གསལ་ལ་འབད་དེ་ རང་གིས་རང་ རྒྱ་མ་བྲུག་དང་གིས་ཡོན་ཏན་བཟོ་
བཟས་འབད་དེ་མོ་ཡིན། འོག་གི་སློབ་ལཱ་ཚུ་ ཡིག་སློབ་དེ་བྱེད་ལྷན་གྱི་དཔེ་བཅུ་མ་ཅིག་སེ་ བཀོད་
ཡོད་པ་ཨིན།

སློབ་ལཱ་དང་བཅུ་

༧༽ འོག་གི་ ཚོམ་རིག་འདི་ ལྷན་འཛིན་མ་ལས་ དེ་ཉེ་ལུ་ ཡུན་དུ་རྒྱ་མ་བྲུག་དེ་ ག་ཅི་ས་ལག་
ལེན་འབབ་ཅུག་ག་? ཡུན་དེ་ཚུ་ དམོས་པ་ ག་ཅི་འདི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འབབ་ཡོད་ག་? དེ་ཚུ་ དཔེ་
བཟོ་དེ་བྱེད་ ག་ཅི་འདི་ཉེ་ལུ་ཡིན་མི་ཚུ་ སྤོ་ཚུ་ཉེ་དུ་ གྲོས་བསྟུན་འབད་དེ་ ལྷན་ལུ་འབད།



ཚོམ་རིག་།

ཚོ་འདི་དུ་ཡིག་གཉིས་ཀྱི་མཉམ་པའི་ གིས་བྱུ་
ཡོན་ཏན་དེ་ཚུ་ ལྷན་འཛིན་གྱིས་ ཁོ་ལུ་ཚུ་
མ་ཚུ་གསུམ་དུ་ ཉེ་དུ་འབྲེན་ཏེ་ རྒྱ་མ་བྲུག་པར་

ཚོ་ག་བཟེས་གཅིག་ས་ཨིན་ཏུ་ སེམས་ཁམ་བཞག་ཚུ་གསུམ་པ་ཅིན། དཔེ་ཉེ་ རྒྱ་གསལ་གིས་ ཁོ་ལུ་འདི་
ལྷན་འཛིན་པ་དོ་བཅུ་མ་དུ་། ལྷན་འཛིན་གིས་ ལྷན་འཛིན་གསུམ་གྱི་ལྷན་འཛིན་པར་ མི་མཁས་པ་
ལུ་འགྲུ་ས་འོང།

སློབ་ལུ་གཉིས་པ།

སློབ་ལུ་བཀོད་རྒྱ།

སློབ་ལུ་གཉིས་པ་འདི་གི་དོན་ཚན་གྱི་དབྱེ་འགོ་དཔེ་འཛིན་ལ་རྟེ་ སྟེ་ཚན་ ༥ བཅོ། དེ་ལས་ ཡུག་སམ་ འཕྲུག་པའི་ལོ་རྒྱུས། ཟེ་བའི་ ཚོམ་རིག་འདི་ལྟ་གཤམ་ཞེ་ཞེ་ལས་ སྟེ་ཚན་ལྟེ་ལེ་ རེ་སེ་ལི་ སྟེ་ ཚན་གྱི་དོན་ཚན་འདི་ ཚོམ་རིག་ལྟེ་ལེ་ འཛོ་ལ་རྟེ་གྲིས་ཡོད་མེད་ དབྱེ་དཔྱད་འབད།

དེ་ལས་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་མི་འདི་ མཐའ་མཚུག་ལུ་ དམའ་སའ་འབར་སྐྱེ་ལུ་དཔེ་ དོགས་སེ་ལུ་ཚུ་ འབད་དེ་ ཚོམ་རིག་འདི་ ལེགས་བཅོས་འབད་དགོ།

དོན་ཚན་གྱི་དབྱེ་བ།

- ༡- འབྲེལ་སྒྲི།
- ༢- རྟེ་སྒྲི།
- ༣- ལྟ་གཤམ་བཅས།
- ༤- ལུ་དོན།
- ༥- དུས་དཔེ་འཛིན་བའི་བྱ་ཚོགས་ལེན།

ཡུག་སམ་འཕྲུག་པའི་ལོ་རྒྱུས།

༣ སའ་ས་རྒྱས་ མཉམ་ཡོད་ལུ་ བཞུགས་ པའི་དུས་ཚོད་ལུ་ མགོ་མེད་ཟེ་ཟེ་སྐྱིེ་ཟེ་ མི་འདི་ ལེ་ལྟ་གཤམ་ལྟེ་ལེ་སྐྱེ་ལེ་ རྩ་པ་ དུས་གཤམ་ལེ་སྟེ་ རྒྱལ་བུ་རྒྱལ་བུ་གྱེ་གྱེ་ཚེ་ལེ་



ལྟེ་ལུ་ ཡུག་སམ་འཕྲུག་པ་ལེ་ལེ་པས། ལེ་ལེ་གྱིས་ལེ་ལེ་པས་ ཡུག་སམ་ འཕྲུག་པས་འཕྲོ་མཚུགས་པས། དེ་བརྒྱུད་ སའ་ས་རྒྱས་གྱིས་ སེམས་ལྟེ་བསྟོད་ལེ་སམ་གསལ་དགོ་ མགོ་མི་ཚུ་ལུ་ བསྟོད་ལེ་སམ་གསལ་པའི་བཟའ་སྟོན་གྱི་སྟེ་ སའ་ས་རྒྱས་ ལེ་ལེ་གྱིས་ ཡུག་སམ་

གདམ་པ་ཅན་གྱི་ཡི་གུ།

གདམ་པ་ཅན་གྱི་ཡི་གུ་ཟེས་མི་འདི་ མིང་ཚིག་གཞིག་ལུ་ ཡིག་སྟེང་མ་འདྲམ་གཉིས་གཉིས་ཏེ་ཡོད་
མི་ལས་ ག་འབད་ཅུང་གཞིག་གདམ་པ་ལྟ་བུ་ཏེ་ འབྲི་སྲི་ལུ་ཡོད་མི་ལུ་སྤྲུལ་ཨིན། དེ་ལྟོ་འབད་བ་
ཅིན། འབྲི་ལས་དཔ་ ཡི་ལས་ གཉིས་ཀྱིས་ དོན་གཞིག་པ་ཨིན་ཅུང་ ཡིག་སྟེང་དེ་གཉིས་
ལས་ རེ་ག་དག་འམི་མི་ འབྲི་ཚིག་དོ་བཟུམ་ཨིན།

གདམ་པ་ཅན་གྱི་ཡི་གུ་ དུམ་ག་ཅིག་པ་ཨིན་མ་ལས་ རྟུམ་མ་ཚུགས་པ་མེད། ཨིན་ཅུང་ མ་ལྟ་བུ་
པ་ཅིན། གཞན་གྱིས་དེ་སློབ་མི་འོང་མ་དུ་ རེ་ག་མི་འོང་ལུ་བ་སློབ་ མི་ཚོ་ས་ནི་དོན་ལུ་དཔ་ འབྲུལ་
འབྲུལ་ ས་སྟོང་དཔ་འབྲི་ལུ་ཏེ་ ཡི་གུ་ཡི་སྟེང་ག་ཅུང་མ་དཔ་ ག་མེད་མི་འདི་ གདམ་པ་ལྟ་བུ་དོན་
ཚུ་གི་སྤྲུལ་ལུ་ གདམ་པ་ཅན་དཔ་ བསྐྱུ་ཡིག་ཚུ་གིས་ ཡན་ཐོག་ས་སོ་མ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་
འབད་ལས་ འོག་ལས་མཚ་ གདམ་པ་ཅན་གྱི་ཡིག་སྟེང་ དུམ་ག་ཅིག་བཏོད་ཡོད་མི་ཚུ་ རྟུམ་
ཏེ་ གདམ་པ་ཅན་གྱི་ཡིག་སྟེང་གཞན་ཚུ་ཡང་འོང་ལུ་ཏེ་ ལག་ལེན་འབྲུལ་ཚུགས་པ་འབད་དེ་དོན་
ཨིན།

འབྲི་ལས། ཡི་ལས།	མཐུན་མོང་། ཐུན་མོང་།	ཉི་ཟླ། ཉིག་ཟླ།
དཔར་སྐྱུ་། ལྷན་སྐྱུ་།	མ་སྐྱུ། མ་མད།	ཀ་སྐྱུ། ཀ་མད།
འབྲི་ཡིག། ཡི་ཡིག།	འབྲུང་། བྲུང་།	སྐྱེད་པ། རྐྱེད་པ།
སྐྱུ་ཕུར། སྐྱུ་སྐྱུར།	ཁེ། ཁེངས།	རྒྱུད་མངས། རྒྱུད་མང།
མདོ་མང། མདོ་མངས།		

སྦྱོང་ལཱ།

འོག་གི་ཚ་ཚིག་འདི་ ལྷག་སྟེ་ གོ་བ་ལེན་ཞིན་མ་ལས་ ད་རུང་གདམ་ངག་ཅན་གྱི་ཡི་གུ་
འཚོལ་ཏེ་ ཐོ་བཀོད་འབད།

- ༡) སམ་པ་ཉལ་བྱས་ གཤམ་དུ་མེད་ གད་ཡེད་རུང་པོ།
- ༢) ལྷན་དཔག་སོགས་ལཱ་ གཤམ་དུ་མེད་གད་ཡེད་རུང་སྟེ་ ལྷན་པག་ཀྱང་ འབད་པའི་གྱིང་རོ།
- ༣) ཐུན་མེད་དཔ་ ལྷན་ཚན་སོགས་ལཱ་ མ་སོན་ཏེ་འཇུག་མི་འཇུག་ གད་ཡེད་རུང་པོ།
- ༤) ལྷ་ཅིག་ཉལ་བྱས་ གཤམ་ཐའ་ཡོད་མེད་ གད་ཡེད་རུང་པོ།
- ༥) བདེ་མཁའ་ཞུགས་དཔ་ བདེ་མཁའ་ཞུགས་ཞེས་ ལྷན་དཔེ་མེད་ཀྱང་རུང་ལཱ་ གེ་བཞིན་ཏེ་བདེ་
བཀོད་སོགས་ལཱ་ གཤམ་དུ་མེད་གད་ཡེད་རུང་པོ།
- ༦) དྲི་བ་བཟང་ས་ རྒྱ་ལམ་ལས་ གོ་འཕྲིམ་དཔ་ ལག་བཟང་ས། འཕྲིམ་ལོས་སྐྱུ་པ་སོགས་ ས་
མཐའ་ཡོད་མེད་གད་ཡེད་རུང་སྟེ་ གདམ་པ་ཅེ་ཡིན་པའི་གྱིང་རོ།

ཚིག་གྲོགས་ ཅིག་ཞིག་ཤིག་

ཇིག། ཞིག། ཤིག་བཟེས་མི་ཚུ་ ལྷུ་ཚིག་གི་ཚིག་གྲོགས་ཅིག་ཡིན། རྩོ་སྐབ་པའི་སྐབས་ རྩོ་སྐྱོ་
ཅིག་འབད་པ་མི་འབྲེན་ནི་གི་དོན་ལཱ་ ཡི་གུ་བྲི་བའི་སྐབས་ འབྲེས་བཟང་ས་ཀྱི་དེ་མི་པ་འདི་ཤིས་དུ་གོ་པ་
གལ་ཅེ་ཡིན། ཚིག་གྲོགས་ཅིག། ཤིག། ཞིག། ཚུ་གི་འབྲེས་བཟང་ས་ཀྱི་ ལྷན་གཞུག་འདི་ཡེད་
ཇིས་འཇུག་བཅུ་ཐམ་གྱི་ཇིས་སུ་འཇུག་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། གེ་ཡེད་

རྗེས་འཇུག་	ཚིག་གྲོགས་	འཕྲོ་བ་ཐངས་ཀྱི་དཔེ་	
ག	ཤིག	བཀག་ཤིག།	
དྲ		སྡོད་ཤིག།	
བ		བཀའ་ཤིག།	
ས		སྐྱབས་ཤིག།	
ང	ཞིག	སོང་ཞིག།	
ན		གསན་ཞིག།	
མ		འགམ་ཞིག།	
འ		བདའ་ཞིག།	
ར		སྐྱིར་ཞིག།	
ལ		སྐྱལ་ཞིག།	
མཐའ་མེད་		གཏང་དྲ་ཞིག།	
རྗེས་འཇུག་ ༡༠ག་ཚིག་འབད་རྒྱུ་ སློབ་ཚིག་དང་ དམོན་ཚིག་གི་ མཐའ་མར་འཕྲོ་བ་ཡིན།		ཅིག	འཕྲོ་བ་བཅུག་ཅིག། རྒྱེ་བར་གྱུར་ ཅིག།

སློབ་ལྗོངས་

འོག་གི་རྩི་བའི་ལན་བློས།

1. ཚིག་གྲོགས་ཤིག་གིས་ རྗེས་འཇུག་ རྟེན་གཉེས་ཀྱི་མཐའ་མར་འཇུག་པའི་ རྟེན་བཅོམ་གསུམ་རྒྱུ་
2. ཚིག་གྲོགས་ཞིག་གིས་ རྗེས་འཇུག་གཉེས་གཤམ་པའི་ མཐའ་མར་འཇུག་པའི་རྟེན་བཅོམ་གསུམ་རྒྱུ་
3. སློབ་ཚིག་གི་མཐའ་མར་ ཅིག་མཐའ་མར་འཕྲོ་བ་པའི་རྟེན་བཅོམ་གཉེས་ལྟེན་གཉེས།



ཡིག་རྒྱུ་ལ།



ལས་བསྐྱུལ་མ་དགོ་པར་ཉལ་ནུ་ ལག་ལུའུ་འཐབ་ནི་གི་ཡིག་རིགས་ལུ་ སྐྱུན་ལུ་ སྐྱུན་གསོལ་ ལས་འཛིན་
གོས་གཞི་ གོས་ཚེད་ རྒྱུ་རྒྱ་ ཟློལ་ཟློལ་ ལས་འགྲུལ་ འཆས་གཞི་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ཚུད་པ་
ཨིན།

གཏུལ་ཡིག་དཔ་ ལུ་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་གཏུལ་ཆེས་ གཏུལ་དོན་དཔ་འབྲིལ་ཏེ་ གཏུལ་དོན་ལུ་བྲི་དགོ་པའི་
ཡིག་རིགས་ལུ་ གཏུལ་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་དཔ་ ཚོད་དོན་ལུ་བྲི་དགོ་པའི་རིགས་ལུ་ ཚོད་འབྲེལ་ཡིག་
འགྲུལ་ སྐྱུན་དོན་ལུ་བྲི་དགོ་པའི་རིགས་ལུ་ སྐྱུན་དོན་ཡིག་འགྲུལ་ཟེལ་ ཡི་གུ་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་ ལམ་
ལུགས་ ལག་གསུམ་སེལ་ཡོད།

ཡིག་རིགས་གསུམ་ཆེས་འདི་ལུ་ལག་ཆེ་ཤོས་པར་ དཔ་གི་གཏུལ་དོན་བཅུགས་དགོ་པ་དེ་ཚུ་ དོན་ཐོག་ལུ་ཡོག་པ་
དྲིལ་པས་སེལ་སྐྱེ་ རྟོན་འགྲུལ་མེད་པར་བཀོད་དེ་དགོ་པ་གཞུག་ཆེ།

༡༽ གཏུལ་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ།

གཏུལ་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་ ཟེལ་མི་འདི་ རྒྱལ་ལབ་ལུ་ལོ་ལྷན་ལུ་འཛིན་སྐྱོད་དཔ་ བདག་སྐྱོད་འཐབ་ནི་དཔ་
མི་སེལ་སྐྱེད་སྐྱེད་གི་མཐའ་སྐྱོད་ ཡིད་རྒྱལ་ལབ་དཔ་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ནི་དཔ་ རྒྱུ་སྐྱོད་འཐབ་ནི་ རྒྱལ་
ལབ་གོད་འཕེལ་གྱི་ཡུག་ལུ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ལག་ལུའུ་འཐབ་དགོ་པའི་ ཡིག་རིགས་ཚུ་ཨིན། གཏུལ་འབྲེལ་
ཡི་གུ་འདི་རིགས་ཚུ་ནུ་ གྲུས་ལུ་བས་དཔ་ལྟན་པའི་ ཚོག་དོན་ཚུ་བཅུགས་ཏེ་ འཐོབ་ལམ་དཔ་འབྲིལ་ཏེ་བྲི་
དགོ་པ་ཨིན། ཡི་གུ་འདི་ སྤོལ་དོན་དཔ་ ཡིག་ཚེད་གི་འགོ་དོན་ མདོ་ཆེན་ རུལ་ཆེན་ སྤོལ་པོ་ ལྟན་
རྒྱས་དེལས་ མི་དཔལ་མཐའ་བདག་འདི་ཆེ་ཚུན་གྱི་བས་ནུ་ འབྲེལ་བ་འཐབ་ཨིན།

༡༽ སྐད་དོན་ཡིག་འགྲུལ།

སྐད་དོན་ཡིག་འགྲུལ་འདི་གཏོ་བོ་ རང་སོའི་ལམ་སྟེན་ཆ་དང་ གཏེན་ཏེན་ཆུ་ལུ་དང་ རང་གི་དྲན་འཕམ་མཐུན་མ་
 ཆུ་ལུ་ རྟེ་ལས་ སྐད་དོན་ལུ་ འབྲེལ་བའ་འབྲེལ་དགོ་པའི་མི་གཞན་ཆུ་ལུ་ འབྲི་མི་འདི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། རྟེ་
 ཡང་ གནས་ཆུ་ལུ་བཞད་ནི་ གོ་གསའ་རམ་ལེན་ནི་ བསྐྱེད་བྱེད་ནི་ སེམས་གསོ་འབད་ནི་ བཀའ་ཤིས་
 བདེ་ལེན་སའ་ལུ་ནི་ བཀའ་ཤིན་པོ་གསོ་ལུ་ནི་ རྟེ་གཏུ་མ་བཞད་ནི་ སྐད་གྲི་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་ ཡི་གུ་
 གཞན་ སྤི་དགོ་པ་འབྲོན་མི་ཆུ་ཡིན།

ཡིག་འགྲུལ་འདི་ནང་ ཡི་གུ་འོ་མི་དོན་ཆུ་ ང་བཅས་པའི་མཚན་གསལ་ཆུ་དང་གཅིག་ལས་ རྒྱ་རྒྱ་བའོ་བཟུམ་སེ
 སྤི་དགོ། མ་གཞི་སྟེན་པ་གི་ཚིག་རྒྱ་འདི་ མཁམས་པ་བྱུགས་དུ་གྲེས་པའི་མེ་རྟོག་ཡིན་པུ། སྟེན་པ་གི་
 ཤེས་མི་ མི་མང་སྤྱི་པ་བྱུང་ལུ་ གོ་བཟུ་སྤྱི་དེ་ཡི་གུ་ཆུ་ནང་ ཡུལ་དང་མ་འབྲིལ་བས་ སྟེན་པ་གི་
 རྒྱ་ཚིག་བཟུགས་ཏེ་བྲི་བ་ཅིན་ གོ་བ་ལེན་མི་ཚུ་གསལ་པའི་ཏེན་ལའོ་དཔལ་ལས་ ཡུལ་དང་འབྲིལ་ཏེ་ སྤི་དགོ།

༢༽ འབྲི་ཤོག་གི་སློབ་བཀོད།

ལུ་ཡིག་གི་རིགས་ལུ་ འབྲི་ཤོག་གི་གཞི་ལེན་ལའ་བྱུག་གི་སའ་གོ་དང་ མཁུ་ཤོག་འདི་ གཞན་སའ་ལུ་ཆ་བཞག་
 སྟེ་ གུས་ཞབས་དང་ཆེ་བཟོ་དུ་གྲི་དོན་ལུ་ ཞིཔ་ཁམས་སོམ་སུ་ཅིག་བཞག་དགོ་པ་དང་། འབྲི་ཤོག་གི་གཡས་
 ལའ་བྱུག་དང་ མཚུག་ཤོག་འདི་ རང་སའ་ལུ་ཆ་བཞག་སྟེ་ དམན་སའ་གཟུང་བའི་དོན་ལུ་ རྒྱ་ཆུང་ལུ་སེ་བཞག་
 དགོ་པ་ཡིན། བཀའ་ཤོག་དང་ གཞན་སྤྱི་པ་བྱུང་གི་དོན་ལུ་ ཆེ་བཟོ་དུ་དང་ དམན་སའི་དུ་བྲེ་བ་ལྟོ་མ་དགོ་
 པས་ གཡས་གཞི་ལེན་ཏེ་ཞིཔ་ཁམས་གཏོས་ཏེ་རྒྱ་ཚུང་འབྲེལ་དང་ མཚུག་ཤོག་ལས་ མཁུ་ཤོག་རྒྱ་སོམ་
 སེ་བཞག་དགོ་པ་ཡིན།

སློབ་རིམ་༩ པའི་གནས་ཚུལ་ནང་ ཡིག་འགྲུལ་གྱི་ཉེ་སྟེན་ ལཱ་ཡིག་ལུགས་སྤྲོད་ལམ་ལུགས་ལྟ་བུ་འབྲི་བའི་སྐབས་ གོ་སྐབས་ཀྱི་དཔེ་གྲྀས་ཚོར་ ཟུག་བྲིས་དང་ གྲོག་ཐོག་ཡིག་རིགས་ Email རྒྱུ་ སྐད་པ་འབད་དེ་དོ་སྐོལ་སྐོལ་ རྒྱུ་དེ་ཡོད།

དེ་རྒྱུ་གཞུང་འབྲེལ་ རྒྱུ་དོན་ཡིག་འགྲུལ་དང་ ལུ་འབས་ དེ་འབས་ཀྱི་ ལམ་ལུགས་ཉེ་སྟེན་རྒྱུ་ དཔེ་ རིས་སོ་སོའི་ཐོག་ལུ་ བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ལུ་དབྱེ་དུ་ལྷན་འབད་དེ་ ལག་ལུ་འབྲེལ་དེ་ཡོད་ཡོད། ཡིག་འགྲུལ་ རྒྱུ་ དེ་འབས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིག་བཀོད་ཐོག་ལུ་བྲི་བའི་སྐབས་ མགོ་རྒྱུ་བྲི་བའི་དཔེ་སྐོལ་བཀོད་ཡོད་ ཡོད།

ལཱ་ཡིག་།

ལཱ་ཡིག་ཟེང་མི་འདི་ འཕུལ་མཐོ་བའི་ཡུལ་ དཔེ་འདི་ སློབ་དཔོན་ ཡིག་ཚུལ་འགོ་དཔོན་དང་ དཔོན་ གཉིས་སྐུ་ལམ་ལམ་ཡམ་ མི་དཔེ་མའའ་བཤུག་འདི་ལོ་ཆེ་རྒྱུ་ལུ་ འཕུལ་གྲོགས་འམ་དང་ གསོ་ལུ་འདེབས་ རྒྱུ་སྐུ་རྒྱུ་ལུ་འདི་དོན་ལུ་ ཡུལ་མི་ཡི་གྲུ་འདི་ལུ་སྐབས་ཡོད།

གཞུང་འབྲེལ་ལཱ་ཡིག་འབྲི་བའི་ཐངས་ལམ་ལུགས།

ལཱ་ཡིག་འབྲི་བའི་ རྒྱུ་དོན་རྒྱུ་གཉིས་ལྷན་ གོ་བཤུགས་ལུ་རྒྱུ་དེ་ རྒྱུ་ལུ་སྐོལ་བྲི་དོན། ལཱ་ ཡིག་གི་ལུ་ལམ་ མི་དཔེ་མའའ་བཤུག་འདི་ལོ་ཆེ་དང་ རྒྱུ་རྒྱུ་གོ་འམ་ རྒྱུ་རྒྱུ་འོག་ལུ་ལུ་ ཡུལ་ འདི་ཡི་གྲུ་ཡོད་པའི་ འོག་ལུ་བཀོད་མི་གི་གོ་འམ་དང་འབྲི་བའི་ དཔེ་སྐོལ་ལུགས་སྤྲོད་ལུ་སྐོལ་བྲི་དོན། ཡོད་ལུ་ཆོས་ཚིག་ ལུ་འགྲུ་ལུ་མ་བཤུགས་པམ་ རྒྱུ་འཕམ་རྒྱུ་དེ་རྒྱུ་བཤུགས་རྒྱུ་བྲི་དོན་ཡོད།

ལུ་ཡིག་འབྲིམ་དག་གོ་རིམ།

- ༡) མགོ་རྒྱུ།
- ༢) མགྲུལ་རྒྱུ།
- ༣) སང་གི་འོ་སྟོན།
- ༤) གཞན་དོན་དོམ།
- ༥) མཇུག་བསྟུ།
- ༦) ཟླ་ཚེས།
- ༧) ས་ཡིག།

སྤར་སྟོལ་ལམ་ལུགས་བོག་ལས་ ལུ་ཡིག་འབྲི་བཅངས་ཀྱི་དཔེ་ དང་པ།

༄ མཉེན་ཡཔས་དམ་པ་ལྟ་བུ་དཔེ་སྟོལ་འཛིན་ལྟ་ལག་གི་མི་ཚེས་མདོ་ཚེན་མཚེན་གི་ལྟ་བས་རྩལ་ལ།

གྲུས་པས་ ཡུག་།

བསམ་ལུ་གསོལ་དེ་ནི། གྲུས་པ་འད་གི་མིཔ་ མི་ཚེས་ལྟ་ལུ་ པ་སཔས་དཔ་ ཤེས་ཚད་ལག་ཉེ་ཚུ་ལྟ་ པ་
སཔས་དྲོ་ཇེ་བེེ་ མ་འདྲམ་སེ་ཚུ་དེ་འདུག། དེ་འབད་མཉེན་ལས་བརྟེན་ དཔེས་པལ་ལུ་གྲུ་སྟབས་མ་བདེ་བས་
ཡོད་པ་ལས་ དུ་ལས་ཡམ་ འད་གི་མིཔ་ པ་སཔས་དྲོ་ཇེ་བེེ་གྲུ་འཁོལ་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ སྟོལ་དཔེ་ཚོཔ་
ལག་གི་ དོ་སྟོན་ཡིག་ཚུ་བྱས་སྟབས་ཡུལ་ཡོད་པ་དཔ།

དཔེ་ཤོས་མཚེན་གིས་ མི་ཚེས་མ་ཡིག་ལྟ་ལུ་ཡཔ་ པ་སཔས་དྲོ་ཇེ་བེེ་ བཅུགས་བཅས་ཀྱི་ སྐྱིད་སྟུག་
གཟིགས་ཏེ་ བཀའ་འདྲིན་བསྟུན་པ་གཞན་པ་བེེ་ལུ་ནི་ལོན། ལེས་གཞན་མ་ལོ་སེ་གྱི་ལོ་ ཟླ་པ་ པའི་ཚེས་༡༥
ལུ་ ལྟུན་མི་ཚོཔ་ལག་ མིན་རྒྱས་རྟེན་འོག་ གཡུས་རྫོང་གསལ་ལས་ དོ་མིཔ་ པ་སཔས་དྲོ་ཇེ་གིས་ སྐོ་
གསུམ་གྲུས་པས་

ཡུལ།

ལྷ་ཡིག་འདི་ཉུག་ཞིན་མ་ལམ་ འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་བྲིས།

- ༡- ལྷ་ཡིག་འདི་གི་ གནད་དོན་དེ་མ་གཤི་ཞིན་མས་གོ?
- ༢- མཁུལ་རྒྱན་ནང་ལུ་ བསྟོན་པའི་ཚིག་ག་དེ་མེ་ཚུན་ལུ་གོ?
- ༣- ལྷ་ཡིག་ཡུལ་མི་དང་ ཡུལ་སའི་ཡུལ་ག་ལུ་ཞིན་མས་གོ?
- ༤- གྲུ་ས་ཡབ་དང་ཡུལ་ཡབ་ཟེ་བའི་གོ་དོན་བྲིས།
- ༥- ལྷ་ཡིག་གི་མཉམ་དུ་ ཚུན་དུ་པ་གཤི་མ་འདུག་གོ?
- ༦- ལྷ་ཡིག་འདི་ནང་ལུ་ ཚིག་དོན་འཕྲི་སྟོན་འབད་དུ་པ་གཤི་མ་འདུག་གོ?

དྲི་བ།

- ༡- ལྷ་ཡིག་དཔེ་དཔེ་པ་དཔེ་གཉིས་པའི་ གྲུས་ལམ་དཔེ་ ཡུལ་ལམ་གྱི་ཕྱད་པས་ག་ཅི་འདུག་གོ? འདི་ག་ཅི་ལས་འདྲེན་རྟེ་ཡིན་ན?
- ༢- ལྷ་ཡིག་འདི་ནཔ་ གནད་དོན་ག་ཅི་འི་ལྷ་ལ་བཀོད་ཀྱི་ཡིན་གོ?

སློབ་ལྟ་།

འདུག་ཀྱང་བསྐྱེད་ལས་འཛིན་གྱི་ ཡོངས་ཁྱབ་མདོ་ཆེན་ལུ་ དུག་གྱི་པལ་གསོའི་སྐབས་ གནས་སྐབས་ གྱི་ལུ་གཡོག་དགོ་པས་ཟེ་ ཕྱད་ཆོས་དཔེ་དཔེ་པའི་ ལྷ་ཡིག་ཅིག་གིས།

ལྷ་ཡིག་ནཔ་ རྒྱ་གོ་གནད་དོན་ཚུ་ཚུ་དགོ།

- ༡ ཕྱོད་པའི་གཤམ་ཚད་དཔེ་བ།
- ༢ གནས་སྐབས་ལུ་གཡོག་དགོ་པའི་གནད་དོན།
- ༣ ལུ་གཡོག་གི་དུས་ཡུན།

གྲོས་གཞི།

གྲོས་གཞི་ཟེར་མི་འདི་ ལྷལ་འཛེམས་དཔ་ གྲོས་བསྐྱུ་ དམའ་འཛེམས་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་ གཞན་དྲུག་ཅིག་གི་ཐོག་ལུ་དཔ་ གཞན་དྲུག་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱོད་ལས་ གསུང་གྲོས་གཞི་འདི་དྲུག་ལུ་ དྲོད་ཚན་ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་ ཁ་སྐབ་འདི་གཞི་རྟེན་ཅིག་བཟོ་བཞག་མི་ལུ་ གྲོས་གཞི་ཟེར་སྐབ་ཨིན།

གྲོས་གཞི་འདི་དགོས་དོན།

- ལྷལ་འཛེམས་ཀྱི་སྐྱོད་ལས་ དམིགས་ཡུལ་ཁ་གསལ་གྱི་ཉེ་གི།
- ལམ་གྲོགས་མ་འཚོལ་བའ་གསུང་གྲོས་གཞི་འདི་གི།
- གཞན་དྲུག་དཔ་འཐོག་པའི་ རྒྱུ་ཚོད་བཟོ་བཞག་གྱི་ཉེ་གི།
- གཞན་དྲུག་དཔ་འཐོག་པའི་འགན་འཁུན་གྱི་ཚུ་གི་དྲུག་ལུ་ གྲོས་གཞི་བཟོ་དགོ་པ་ཨིན།

གྲོས་གཞི་བྱི་བའི་སྐབས་ཚང་དགོ་པ།

གྲོས་གཞི་ལྷགས་ཤོམ་སྐབ་འདི་དགོ་པ་ཅིན། ༡- ལྷལ་འཛེམས་ག་ཅི་སྐབ་འཚོག་དགོ་པ་ཨིན་ནུ་ ༢- ག་ཅི་འདི་སྐྱོད་ལས་གསུང་གྲོས་གཞི་འདི་ཨིན་ནུ་ ༣- མཐོ་ཚུམ་དཔ་བདུ་དྲུག་ག་ཅི་འདི་བཅའ་སྒྲིག་ཀྱི་བཟོ་དགོ་པ་ཨིན་ནུ་དཔ་སྐོལ་དགོ་པ་ཡོད་ནུ་ ༤- ག་གིས་འདི་ གྲོགས་འམ་འབད་ཚུགས་ག་ ༥- རྒྱུ་ཚོད་ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་ནུ་དཔ་ཡཔ་ལུ་ འགོ་འདྲི་ཨིན་ནུ་ ཚུ་ཚུ་དྲུག་ལུ་ཨིན་མས། ཨིན་དུ་ སྤྱི་འབྲེན་ལྷལ་འཛེམས་ཚུ་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན།

- ལྷལ་འཛེམས་གཞན་པ་འདི་གཞན་ས།

- ལྷལ་འཇོམས་གནད་ནི་དུས་ཚོད་སྤྱི་ཚེས།
- ལྷལ་འཇོམས་གནད་ནི་དེ་དོན་ཚན་གྱི་ཐོ་དང་ རྟེན་ཚུལ་འགྲུལ་བཞུགས།
- དོན་ཚན་དང་འགྲུལ་ཏེ རྩམ་ཡུན་གཤེས་འགོ་དཔེ་དེ་ལྟར་ཞིན་ཅིས་ཞེས་ཅི་ཞེས། རྩམ་ཡུན་དཔེ་ལྟར་ཞེས།

གྲོས་གཞི་དཔེ་དང་པ།

འཆར་དུལ་བཅོ་བཀའ་ལྷལ་འཇོམས།
 ས་གནས་ ཆེད་འོག་ལྷལ་འཇོམས་ཁང་།
 སྤྱི་ཚེས་ ༡/༠༢/༢༠༢༥ པུ།

གྲོས་གཞི།

- ༡- ཆེད་འོག་གི་འཆར་དུལ་གསལ་བཞུགས།
- ༢- རྩམ་ས་སྤྱི་འོག་གི་འཆར་དུལ་བཅོ་བཀའ།
- ༣- སུང་དཀར་སྤྱི་འོག་གི་འཆར་དུལ་བཅོ་བཀའ།
- ༤- སེེ་སེེས་སྤྱི་འོག་གི་འཆར་དུལ་བཅོ་བཀའ།

གྲོས་གཞི་དཔེ་གཉིས་པ།

ཆེད་འོག་ལས་སྐྱེའི་གྲུབ་འབྲས་བསྐྱེས་ཞིབ་ཀྱི་ལཱ་འདེམས།
 ས་གནས་ ཆེད་འོག་ཀྱི་ལཱ་འདེམས་ཁང་། སྤྱི་ཚེས་ ༡/༠༢/༢༠༢༥ པུ།

གྲོས་གཞི།

- ༡- ཆེད་འོག་གོང་འཕེལ་ལས་སྐྱེ་སྤྱི་བརྟུང་གསལ་བཤད། ཆེད་འོག་གླིང་ཚོ།
- ༢- སྤྱི་བརྟུང་སྤྱི་འོག་གི་ སོ་ལྷ་མ་ཞིང་ལམ་གྲུབ་འབྲས་གསལ་བཤད། འཆར་གཞི་འགོ་དཔོན།
 རྒྱབ་རྩེ། སྤྱི་བརྟུང་སོ་ལྷ་མ་ཞིང་ལམ་'farmroad.jaNJSA
- ༣- མའུ་དཀར་སྤྱི་འོག་གི་ལྷ་ཁང་འཕེལ་གསལ་བཤད། འཆར་གཞི་འགོ་དཔོན།
 རྒྱབ་རྩེ། མའུ་དཀར་ལྷ་ཁང་འཕེལ་གསལ་གསལ་འདོད་ལྷོ་ལྷོ་ hps. ?PANG.lhng.
- ༤- སེང་མེས་སྤྱི་འོག་གི་མི་སྡེ་སློབ་གྲྭ་འཕེལ་གསལ་བཤད། ཤེས་འགོ་དཔོན།
 རྒྱབ་རྩེ། རྩེ་དཀར་མི་སྡེ་སློབ་གྲྭ་'renovation.tingkar:CPS
- ༥- གནད་དོན་གཞན་ཡང་.....

གྲོས་གཞི་དཔེ་གསུམ་པ།

སློབ་གྲུའི་ལོ་འཁོར་འཆར་གཞི་གི་དོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་འཇོམས།

སྤྱི་ཚེས་ ༠༣/༠༢/༢༠༢༠།

གྲོས་གཞི།

- ༡ སློབ་དཔོན་མེ་མེ་བཞིན་དུ་འདི་ ཡུལ་འགན་བཅོ་བཀའ།
 - ཚོས་ཚན་འགོ་དཔོན།
 - ཡུལ་སྐོ་མེ་མེ་འགོ་འཁྲིད་པ།
 - སློབ་ཁུངས་སློབ་དཔོན།
- ༢ སློབ་གྲུ་དུས་ཚོད།
- ༣ དུས་བྱུང་པུ་གསོའི་རིམ་ལུགས།
- ༤ འདུས་པའི་ལོ་འདི་ ཡུལ་འགན་གསུམ་ལ་སྟོན།

གྲོས་གཞི་དཔེ་བཞི་པ།

<p>སློབ་སྟོན་ཁ་གསོའི་ སློབ་སྦྱང་གི་ ལལ་འཛེམས་གྲོས་གཞི། སྤྱི་ཚེས་ ༡༥/༠༩/༢༠༢༠།</p>	
ཚུ་ཚོད།	ལས་རིམ།
༠༩:༣༠	འཇུག་མི་ཚུ་ ལལ་འཛེམས་ལཔ་ལྟ་འཛེམ་ནི།
༠༩:༠༠	འཁྲི་འཛིན་འགྲུག་ནི།
<p>༠༩:༠༠- ༡༡:༠༠</p>	<p>༡. ལལ་འཛེམས་ཀྱི་ཤོ་སྤྲོད་གསལ་བཤད། ༢. སློབ་སྦྱང་འགོ་འགྲུལ་རྩིས་འབྲེལ་སྐྱོད་ལས་ གསུལ་གྲོས་གནལ་ནི། ༣. སློབ་དཔོན་དང་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གི་སྤྲོད་སྤེལ་དང་ བཟའ་འབྲུལ་གི་སྐྱོད་ལས་གསུལ་གྲོས་གནལ་ནི། ༤. རྗེས་ལུ་སྟོན་ཐངས་དང་ རྗེས་ལུ་ལྟ་གཤམས་ཀྱི་སྐྱོད་ལས་ གསུལ་གྲོས་གནལ་ནི།</p>
༡༡:༠༠-༡༡:༣༠	བཟའ་གོལ་ཏེ་ གསོལ་པ་ལྟལ་ནི།
<p>༡༡:༣༠- ༡༣:༣༠</p>	<p>༡. ཚེས་རྒྱལ་ལེན་ཐངས་སྐྱོད་ལས་ གསུལ་གྲོས་གནལ་ནི། ༢. ཚེས་རྒྱལ་སྤེལ་ལེན་ཏེ་ པ་༡ པ་དཔ་༢ པ་འཛེམ་མི་ཚུ་ལུ་ གསོལ་པ་སྤེལ་ནི་ལུ་སྐྱོད་ལས་ གསུལ་གྲོས་གནལ་ནི། ༣. སློབ་སྦྱང་ལལ་ལྟེན་བཟོ་ཐངས་ཀྱི་སྐྱོད་ལས་ གསུལ་གྲོས་གནལ་ནི། ༤. མཇུག་བསྐྱེད་ལུ་ལྟ་གཤམས་སྟོན་སྐབས་ ལྷུ་མཚོན་གཏོ་བོ་དང་ ལྷུ་མཚོན་ལྷུ་ནི་ལུ་སྐྱོད་ལས་ གསུལ་གྲོས་གནལ་ནི།</p>
༡༣:༣༠	གསོལ་པ་ལྟལ་བཞུགས་ཏེ་ ལལ་འཛེམས་མཇུག་བསྐྱེད་ནི།

གྲོས་ཚད།

གྲོས་ཚད་ཟེར་མི་འདི་ ལྟལ་འཛོམས་ཀྱི་འཛོམ་མི་ ག་ས་གསེས་གྲོས་གཞི་དཔལ་འབྱོར་ལ་
 གསུང་གྲོས་གཞི་དཔལ་། གསུང་གྲོས་གཞི་དཔལ་པའི་སྐབས་ འབྲུས་མི་ཚུ་གསེས་ གྲོས་
 ཐག་བཟུང་དེ་ གྲོས་འཆམ་འབྲུང་མི་ གསུང་གྲོས་ཀྱི་གྲོས་བཟུང་ཚུ་ མ་འོངས་ལས་
 འཆམ་ལམ་སྟོན་མེད་ ཟེར་གྲོས་བཟུང་མི་འདི་ལུ་ སྲབ་ཨོན།
 གྲོས་ཚད་འབྲི་བའི་སྐབས་ཚུ་དཔོན་པོ།

གྲོས་ཚད་འབྲི་བའི་སྐབས་ ལྟལ་འཛོམས་ཀྱི་མི་དཔལ་། སྤྱི་ཚེས། བཅའ་མཚན་
 གཏོགས་མི་འཛམ་མེད་མེད། སྤྱི་འཛོམ་གྱི་མཚན། གྲོས་གཞི་དཔལ་འབྱོར་ལ་ཉེ་གསུང་གྲོས་
 ཚུ་གཞི་དཔལ་དུ་ གྲོས་ཐག་གཞི་མེད་ཡོད་པ་ དེ་ཚུ་ལ་གསལ་བཀོད་དཔོན་པོ་དཔལ་དུ།
 ལྟལ་འཛོམས་གཞི་དཔལ་ འབྲུས་མི་དཔལ་སྤྱི་འཛོམ་ག་ས་གསེས་ མཚན་ཉེ་གསུང་ཚུ་བཀོད་
 དཔོན་པོ་ཨོན།

5བ་གསོ།

ཞུ་བ་འདོམས་གཤིས་ཚོགས་པ་དཔྱད་པའི་སྐོར་དུ་ དཔལ་གྱིས་གཞི་འདི་བྲི་དགོ། དེ་ལས་ གྲོས་གཞི་དཔལ་འཛིན་ལ་ཏེ་ གྲོས་འཆམ་བྱུང་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་བཅུ་གསུམ་ཏེ་ གྲོས་ཚད་བྲི་དགོ་པ་ཡིན།

གྲོས་ཚད་ཀྱི་དཔལ་གཉིས་པ།

<p>བཙུ་ཚེན་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ།</p> <p>མཉམ་འབྲེལ་ཞུ་བ་འདོམས་ཀྱི་ཚེས་ 03/02/2020 ལྷ།</p> <p>ས་གནས་ སློབ་གྲྭའི་ཞུ་བ་འདོམས་ཁང་།</p>		
གྲོས་གཞི།	འགན་འཁུར་པ།	གྲོས་ཚད།
<p>ལཱ་འགན་བཟོ་བཀའ་</p> <ul style="list-style-type: none"> • ཚོས་ཚན་འགོ་ • རྟོག་སྐྱོད་འགོ་ <p>འཛིན་པ།</p>	<p>སློབ་དཔོན་གསུམ་པ།</p>	<p>ཚོས་ཚན་དཔལ་འཛིན་པ་བའི་ འགོ་དཔོན་གསུམ་པ་བཏོན་ནི་གི་ཐད་ལས་ རང་སོའི་ ཚོས་ཚན་དཔལ་འཛིན་གྱི་ ཐུག་གཤམ་གྱི་སྐོར་ གྲོས་འཆམ་བྱུང་ཡི། འདུས་པའི་ལོའི་ རྟོག་སྐྱོད་འགོ་དཔོན་ གནས་སོའི་འགྲོ་མི་ ག་ ཡང་ མཉམ་པ་ལས་ ཏེ་མའི་ འགོ་འཛིན་པ་ཚུ་གིས་ས་ འགན་ལུས་ འབག་ནི་དེ་གྲོས་ཚད་གྲུབ།</p>
<p>སློབ་གྲྭའི་དུས་ཚོད།</p>	<p>སློབ་བསོད་ནམས།</p>	<p>དུས་ཚོད་ཀྱི་སྐོར་ གསུམ་གྱིས་ཡུན་འདི་གནད་ཏེ་ གྲོས་ཐག་བཅད་ཡོད་ མི་འདི་ ཟུང་སྐྱེས་སེ་བཏོན་ཡོད།</p>
<p>དུས་ཐུང་པ་ལ་གསོ་འགྲོ་ཐུང་ས།</p>	<p>དུས་འཛིན།</p>	<p>དུས་ཐུང་པ་ལ་གསོ་བཀའ་འདི་བཀའ་པ་ཏེ་ དུས་འཛིན་འོག་མ་གསོ་ མ་འདོག་འབད་བའི་ལུ་ཀྱེ་མ་འོག་འགྲོ་ཚུ་གསོ་ ཐུག་ཚད་ཡོད། གཤམ་སྐོར་ ཐུག་ཚུ་གསུམ་པ་དང་ ཡང་ན་ དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་ལ་ ལས་ བརྒྱུ་པ་བའི་ ཏེ་མ་གཤིག་གི་པ་ལ་གསོ་སེ་ས་ ལུ་ཏེ་དགོ་པའི་མ་ འདོག་གྲུབ་ཡོད།</p>
<p>འདུས་པའི་ལོའི་ གྲུབ་འབྲས་ གསལ་སྟོན།</p>	<p>ཤེས་ཡོན་འགོ་དཔོན།</p>	<p>འདུས་པའི་ལོའི་ཚུ་དཔལ་ལྷན་དུ་ གྲུབ་འབྲས་ ཡས་ཀྱིས་འགྲོ་ཡོད་པ་ ལས་ པལ་རངས་དཔལ་ལུས་ སློབ་དཔོན་ཏེ་ཏེ་བཞིན་དུ་གསོ་ ཚུ་ འགོ་དཔོན་གྱིས་ མཚན་ནི་འོག་ལས་ཐུང་ས་ལུ་ཏེ་ ཞུ་བ་འདོམས་ མཚུག་བསྐྱེ་ཡི།</p>

ཟིན་ཟིན་གྱི་དཔེ་དང་པ། ཕ་དོན་ཟིན་ཟིན།

ཕམ་དང་སློབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་འཛོམས་ནང་ གསལ་བཤད་འབད་ནིའི་ ཕ་དོན་ཟིན་ཟིན།

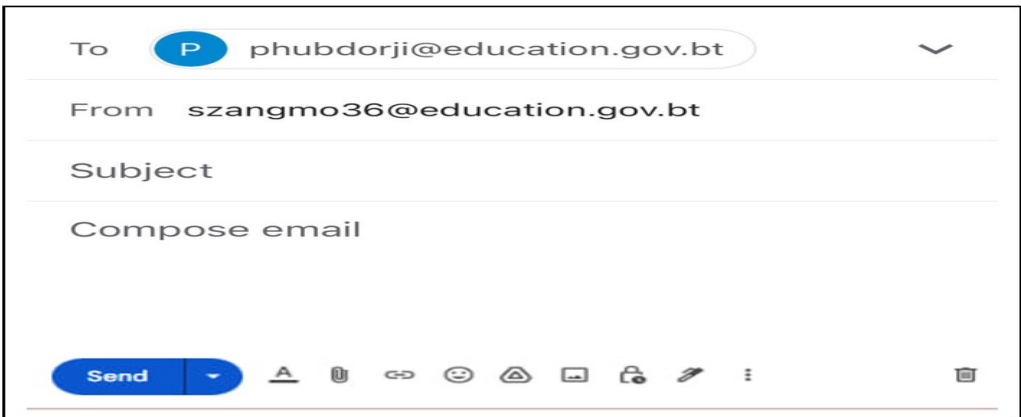
༡. འབྲོན་པ་ལེགས་སོ་དང་ དགའ་ཚོར།
༢. སློབ་གྲུའི་གྲུབ་འབྲས་སྟོན་ལྟ།
༣. སྤྲིག་ཁྲིམས་དང་ ལམ་འགྲུལ་ཉེན་སྲུང།
༤. སློབ་སྡེའི་ལཱ་དང་ བྱིམ་ལཱ་གི་སློབ།
༥. ཚོས་རྒྱལ་ས་དང་ རྒྱལ་ས་བྱིན་ཐངས་གྱི་སློབ།
༦. ཨ་ལུའི་ངལ་གསོ་ལྟ་ནི་དང་ བ་ཚ་ཕོག་པའི་སྐབས་གྱི་ བརྟེན་ལན་འབད་ཐངས།
༧. སློབ་གྲུ་ལུ་ ཕམ་མའི་རྒྱལ་སློབ་དང་ ཕྱོགས་རམ།
༨. སློབ་གྲུའི་ཕན་བདེ་མ་དངུལ།
༩. མཚུག་བསྟུ།

གྲོག་ཐོག་ཡིག་རིག་ས།

གྲོག་ཐོག་ཡིག་རིག་ས་ ཟེང་མི་འདི་ དེ་སངས་དུས་ཀྱི་འཕོ་འགྲུས་དཔལ་སྲུག་ དུས་ཚོད་དཔལ་མཐུན་ཀྱི་ གྲི་ལོ་ཡན་ལུ་བཏུ་སྟེ་ ཡིག་རིག་ས་ཚུ་གོ་གྲུའི་ཐོག་ལས་མཉམ་པས་ གྲོག་རིག་དཔལ་འདམས་འབྲེལ་ Email ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ལས་ གླུ་ལ་མི་ཡི་གྲུའི་རིག་ས་ཚུ་ལུ་སྤྲུབ་ཅིན། གྲོག་ཐོག་ཡིག་རིག་ས་འདི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ དུས་ཚོད་ལག་ལེན་དཔལ་ བརྟེན་ འཕྲོད་ཚུགས་པའི་ལོ་ཡན་ཡོད།

ཡོད་སངས་འབྲེལ་ཡིག་རིག་ས་བསྐྱུ་བའི་སྐབས་ཀྱི་གོ་རིམ།

- དཔལ་ To ཟེང་མི་འདི་གུ་ཨེ་བུ་སྟེ་ ཡུལ་སའི་ལ་བྲུའི་གྲོག་།
- གཏུ་ས་པ་ From ཟེང་མི་འདི་ལུ་ལུ་ ཡུལ་མི་རང་གི་ལ་བྲུའི་འོད་མ་ཅིན།
- གསུམ་པ་ Subject ཟེང་མི་འདི་ལས་ ཨེ་བུ་སྟེ་ ཚོད་ལྷོ་གྲོག་།
- བཞི་པ་ Compose ཟེང་མི་འདི་ལས་ ཨེ་བུ་སྟེ་ མགོ་རྒྱུ་ལས་འགོ་བཟུང་སྟེ་ ཡིག་འགྲུལ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཏུ་རུ་ གནད་དོན་ཚུ་གསུ་ ཚེད་མ་སྤོ་གྲོག་།



སྐྱུང་ལཱ།

* རང་སོའི་སློབ་ཁང་ནུབ་ལུ་ སློབ་ཡུག་ཚུ་ མ་སེལ་ལྟོ་ཞེ་ན་ རང་གི་མཛེན་ས་འདི་གི་གྲོག་འདི་གི་
ཁ་བྱུང་ཐོག་ལུ་ གནད་དོན་ཅིག་གི་སྐོར་ལས་ གྲོག་ཐོག་ཡིག་འདི་ས་བསྐྱུལ་ཉི་ཉི་ སྐྱུང་བ་

འབད།

ཡུལ་ན།

* སློབ་དེའི་གྲོག་ཡིག་འདུལ་གཅིག་ གྲོག་འདི་ཐོག་ལུ་བསྐྱུལ་ཞེ་ན་འདི་གི་ལུ་ཚུ་ གྲོག་ཐོག་
བྲིས་ཏེ་སྐྱུལ།



ཆ་ཤས་གཉིས་པ།
ལྷག་རིག་དང་ཚུམ་རིག།



ལྷན་རིག་དང་ཚཱོམ་རིག་གི་ལས་དོན།

༡. ཚིག་ཤུག་དང་ ཚིགས་བཅད་ སྐོལ་མ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལུ་ཡོད་མི་ཚློལ་འདི་ཚོམ་རིག་ཚཱོམ་གྱི་མཚམས་དང་འཕྲིལ་ཤུག་སྟེ་ མོ་དོན་ལེན་ཚཱོམ་དགོ།
༢. རྣམ་ཐང་ལེགས་བཤད་ རྣམ་ཚཱོམ་ལ་སོགས་པའི་ ཚོམ་རིག་ཚཱོམ་ཤུག་སྟེ་ མི་ཚོའི་རྣམ་འགྲུབ་ཆེ་བའི་ ཤེས་ཡོན་དང་ བརྟེན་ དིག་ཚཱོམ་ཚཱོམ་ རྟོག་ཞིན་མ་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚཱོམ་དགོ།
༣. ལོ་རྒྱུས། འཆར་སྤེལ། རྒྱུ་སྐྱུལ་འབྲི་ཚོམ་ཚཱོམ་ཤུག་སྟེ་ དེ་བཞིན་འབད་ཐོག་ལས་ རྒྱུ་མོན་ཤེས་འཛིན་འབད་ཚཱོམ་དགོ།
༤. ཞིབ་ཞིབ་དང་ གདམ་འཁྲབ་སྟེ་ཤུག་ནི་ ལ་སོགས་པའི་ ཤུག་ཐངས་ཀྱི་ ཐབས་ལམ་མ་འདྲམ་ཚཱོམ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཚོམ་རིག་ཚཱོམ་གི་ མོ་དོན་ལེན་ནི་དང་ བཅུ་དོན་ཚཱོམ་ བཏོན་ཚཱོམ་དགོ།
༥. སྐྱུ་རྒྱུ་ལས་ ཚོས་དཔེ་དང་ དེས་དཔེ་ བཞེན་དཔེ་ བསྐྱུ་པའི་དཔེ་ མཉམ་གྲུབ་གི་ དཔེ་ རྒྱུ་མིན་གྱི་དཔེ་ ལ་སོགས་པའི་ སྐྱུ་ཚོམ་བཅུགས་ཐངས་ཀྱི་དིག་ཚཱོམ་ཤུག་སྟེ་ དཔེ་གི་མཉམ་ཤོད་ཚཱོམ་ ཚིགས་བཅད་དང་ ཤུག་པ་ སྐོལ་མ་གསུམ་འདྲུ་ལུ་ ཚིག་གི་རྣམ་འགྲུབ་བཅུགས་ཀྱི་ ཚོམ་སྐྱིག་འབད་ཚཱོམ་དགོ།
༦. མའམ་པའི་བསྐྱུ་བུ་ལེགས་བཤད་ཚཱོམ་ ཤུག་ཞིན་མ་ལས་ སེལ་བུ་འབད་ནི་དང་ དེ་ཚཱོམ་

ལྷག་རིག་དང་ཚོམ་རིག་གི་ཁྲུང་ས་དོན།

མི་ཚོ་འདི་རྣམས་ ལཱ་དཔུང་བུ་གཉིས་ཀྱི་ལྷན་པུ་ཡང་ འདོན་སྐྱབས་ཆེ་རྒྱ་རྒྱ་ཅིག་ལུ་འགྲུའ་ཉི་གི་ རྩོམ་ཀྱི་
 དཔལ་ ཉམས་སྤྱོད་ འཕྲོ་འཕྲོ་དོན་ལུ་འགྲུ་ཆེ་བའི་ གནས་ཚུལ་དཔུང་དོན་ཚུ་ ཚོམ་རིག་ཚུ་ལྷག་
 རྩོག་ལས་ལཱ་དོན་ལུ་ཨོན། ཚོམ་རིག་ཟེས་མི་འདི་ རྒྱལ་བའི་བཀའ་དཔུང་ རྩོམ་འདུག་མཁས་པའི་
 བསྐྱེད་བཅོས་དཔུང་ རྩོམ་འཕྲོ་སྐྱེས་ལུ་དཔུང་མཁས་ཚུ་གི་མཛད་ལུ་དཔུང་། གནས་ཡུལ་ འགྲུའ་པམས་
 རྣམ་ཐང་དཔུང་རྩོག་ས་བཅོས་ ལུ་དཔུང་གྲུམ་རྒྱུད་ ཡིག་འགྲུལ་དཔུང་ཡིག་ཆ་ གསལ་ཤོག་དཔུང་དཔུང་དེ་
 ལུ་སོགས་པའི་ དེམས་འགྲུའ་གི་ཚོམ་རིག་དཔུང་ རྩོམ་རིག་པ་གིས་བཅོས་བའི་ ལུ་དཔུང་དོན་ལུ་
 འཆར་ཚོམ་དཔུང་ ལྷག་ཚོམ་ལུ་སོགས་པའི་ འཆར་སྐྱེད་གི་ཚོམ་རིག་ཚུ་ གུ་ལུ་སྤྲོ་བའི་ཨོན།



དེ་ཡང་ ལྷག་ས་གྲི་བསྐྱེད་བཅོས་ལས། འགྲི་ལྷོག་
 ཡོན་ཏུན་ ལྷག་གྲི་གཞི་ །ཟེས་སྤྲོ་དོ་བཟུམ་ དེམས་
 ཚོམ་དཔུང་འཆར་ཚོམ་གྲི་ རིགས་གུ་ལུ་ ལྷག་སྐྱེད་
 འབད་དེ་ དེ་ཚུ་ལུ་ཡོད་པའི་ལུ་དོན་ཚུ་ རྩོམ་རྒྱུད་
 ལུ་འཕྲོ་བུ་ཚུ་གསལ་འབད་ཉི་ཉི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་དུག་

ཤོས་ འདི་ལུ་ ལྷག་ཉི་ཉི་རིག་ཚུ་ལུ་འདི་ཨོན།
 ཚོམ་རིག་ལུ་ ལྷག་སྐྱེད་འབད་བའི་ རྒྱལ་འབྲས་འདི་གིས་ རྩོམ་མི་ཚོ་འདི་ལུ་ མཁས་པའི་
 རྒྱལ་ འཆར་ཚོམ་ཚོམ་གསུམ་གྲི་ས་མཛད་པམ་ ཚོམ་དཔུང་ལམ་སྤོལ་ལུ་ བཅོས་མཐོང་གི་བསམ་སྤྱོད་
 ཤེས་ཡོན་དཔུང་། སྤྱི་ལྷོ་བུ་གཞན་གུ་ གུ་ཅི་ལུ་འབད་དོན་ལུ་ རྩོམ་ཀྱི་ཆེ་བའི་ ཉམས་སྤྱོད་ལུ་བརྟེན་དེ་

གནམ་ལ་མ་མོ་སྟེང་ལ་འཕྲུག་གིས་པའི་ རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་ཤེས་རབ་འབྲེལ་ཚུགས་པ་ལོ།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ རྟག་ནི་འདི་མི་ཚུ་ལཱ་འདི་

- མི་ཚོ་འདི་ལཱ་གཞི་གའི་ ཤེས་ཡོན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལཱ་རྟག་ནི་དང་།
- ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལཱ་རྟག་ནི།
- མོ་དོན་ལཱ་གྱི་དོན་ལཱ་རྟག་ནི།
- རང་གི་སློབ་འཕེལ་བའི་དོན་ལཱ་རྟག་ནི་གི་མི་ཚུ་ལཱ་ཚུ་དང་།

དེ་བརྒྱུམ་སེལ་ འདི་འདི་ལཱ་རྟག་ནི་དང་། གནམ་ལ་ཀློང་སྟེ་རྟག་ནི་ སྤྱི་སྤྱོད་དང་ཚིག་སྤྱད་
 ཀློང་སྟེ་རྟག་ནི་ རྟག་སྟེ་སྤྱི་སྤྱོད་འབད་ནི་འདི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ རྟག་ནི་དང་ཚོམ་རིག་གི་ ཤེས་
 ཡོན་གནམ་ཚད་འདི་ལཱ་ཚུ་དང་སེལ་ བཅུག་སྟེ་ཡོད།



འབྲི་ཚུམ།



འབྲི་ཚུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན།

༡. འབྲི་ཚུམ་གྱི་ནུལ་ལུ་ རྒྱན་རྣམ་དཔ་ འབྲི་བཅས་འཛིན་པ་ཚུ་ ག་ཅི་ས་ལེན་ན་ དེས་ འཛིན་འབད་ཚུགས་དགོ།
༢. འབྲི་ཚུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ ག་ཅི་ནུལ་ཚུ་ལ་ལེན་ན་དབྱེ་བ་ལྟེ་ཚུགས་དགོ།
༣. འབྲི་ཚུམ་འདི་ལས་ དེགས་བསྐྱེས་ཏེ་ གསར་ཚུམ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༤. འབྲི་ཚུམ་ནུལ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ མིང་ཚིག་གསར་པའི་ མོ་དོན་ལེན་ཚུགས་དགོ།
༥. ལེའ་ལོག་ནུལ་ཡོད་པའི་ འབྲི་ཚུམ་ཚུ་ ལྟན་ལྟུང་འབད་ཚུགས་དགོ།
༦. ཚིག་མཚམས་གཞུག་བཅས་དཔ་བསྐྱེས་པའི་ རྟག་བཅས་འཛིན་པ་ འབྲི་བཅས་ཚུགས་དགོ།
༧. ཚུམ་འབྲི་པ་དེས་འཛིན་འབད་དེ་ ཚུམ་པ་པོའི་མཉེན་ལུགས་དཔ་ འབྲི་བཅས་ཚུ་ དེས་འཛིན་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༨. འབྲི་ཚུམ་ཚུ་གི་གནད་དོན་ཚུ་ དེས་བདེན་དཔ་ རྒྱུ་འབྲས་དོན་བཞེད་ཚུགས་ནི་དོན་ལུ་ བདེན་ ཚུ་ འཚོ་ལའི་བའ་ འབད་ཚུགས་དགོ།
༩. འབྲི་ཚུམ་ནུལ་ལག་ལེན་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ མིང་ཚིག་གི་སྟེན་ཚུ་ལྟེ་བའ་ཏེ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ ཚུགས་དགོ།
༡༠. འབྲི་ཚུམ་དཔ་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་གི་ཐོག་ལུ་ དེས་ལེན་དཔ་ཚོད་སྐྱེས་ལུ་ལོག་པའི་ ཉུག་སྐབས་ཚུ་འབད་ཚུགས་དགོ།

འབྲི་ཚུམ་ལྷ་བ་དགོ་པའི་དགོས་དོན།

སྤྱི་འབྲུག་འབྲི་ཚུམ་ལྷ་བ་དགོ་པའི་ དགོས་པ་འདི་ཡང་ བྱི་ཉི་འཛིན་ཚུལ་འདི་ གཞི་བ་ ལག་ཆེས་ལས་ བརྟེན་ཏེ་ འབྲི་ཚུལ་ཤེས་ཡོན་གཏམ་མཉམ་འབྲེལ་བས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ཡིན་པའི་ལས་ འབྲི་ཚུམ་བྱི་ཉི་ལྷ་བ་ མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཚོམ་སྐྱིག་པ་གཞན་གྱི་བསམ་དོན་དང་ འབྲི་ཚུམ་འབྲི་བཟང་གི་དམིགས་ཚུ་ རང་གིས་ ལུ་ཚུགས་པའི་ལས་ ཚོམ་སྐྱིག་གི་ལུ་ཚུ་ཉམ་ འགོ་བཅུགས་དང་ བས་གྱི་གཞན་དོན་ མཚུགས་ལྟུ་ གི་ ཚིག་གཞི་བཞེད་ཟེངས་ཀྱི་ དམིགས་ཚུ་འབྲེལ་ཉི་དཔ། ཚིག་མཚམས་ བརྟེན་མཚམས་ དོན་མཚམས་ ཚུ་ སོ་སོར་གྱུ་ཉི་ སྐྱིག་བཞེད་ཀྱི་དམིགས་ཚུ་འབྲེལ་ཚུགས་པ་ཡིན།

དེ་མཚན་ འབྲི་ཚུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ སོ་སོར་གྱུས་ཏེ་ ལྷ་བ་མི་འདི་གིས་ སློབ་ཐུག་ཚུ་གི་མི་ཚོ་ཉམ་ལུ་ གཞན་དོན་མ་འདུལ་ ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ལུ་ བཤད་པ་ཀྱི་དགོས་དང་ ལུངས་བཀལ་དགོས་ དབྱེ་བ་ དམུག་དགོས། ལོ་རྒྱུས་བཤད་དགོས། ཚོད་འགྲུག་འབད་དགོས། འཚམ་སྤྲུལ་བཞེད་དགོས་ལུ་སོགས་པའི་ དུས་སྐབས་ཚུ་འབྲུམ་དུ་ དེ་ཚུ་གི་དབྱེ་བ་དང་བསྐྱུག་པའི་ འབྲི་བཟང་གི་དམིགས་ཚུ་ཡང་ སོ་སོ་འབད་པ་ འབྲེལ་ཚུགས་པའི་དགོས་པ་ ཚུ་ཡོད་པ་ཡིན།

འབྲི་ཚུམ་གྱི་བཏང་གི་དོ་སྣོད།

འབྲི་ཚུམ་ཟེངས་མི་འདི་ སྤྱི་འབྲུག་གཞན་དོན་ཅིག་ལུ་ གཞི་བཞེད་ལུ་ཉམ་ལས་ ཚོམ་པ་པོ་རང་སོའི་ བསམ་འཚམ་ཚུ་ མི་གཞན་ལུ་བཤད་ཉི་ཉི་ལུ་ ཉམ་གསེས་དོན་ཚན་གྱི་ དབྱེ་བ་དང་བསྐྱུག་པའི་ དོན་ མཚམས་སོ་སོར་བཤད་ཏེ་ དོ་སྣོད་དང་ བས་གྱི་གཞན་དོན་ དེ་ལས་མཚུགས་ལྟུ་ཡོད་པའི་ འབྲི་བཞེད་ ཅིག་གི་ཐོག་ལས་ ལྷ་གཞི་ཚུ་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ཚུགས་པའི་ ཚིག་དོན་གྱི་ ཉམ་འགྲུལ་བརྟེན་ཏེ་ ཚོམ་ སྐྱིག་འབད་ཡོད་པའི་ ཡིག་དམིགས་ཅིག་ལུ་ སླབ་ཡིན། འབྲི་ཚུམ་འདི་ ཚོམ་དམིགས་ལུ་ཉམ་གསེས་ཅིག་

ཡིན་མཁུངས་ རྗེས་འཁལ་ཚེས་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་ལེགས་ཤོམ་འབྲེལ་གྱི་འདུག་ལུ་ འབྲི་ཚེས་འདི་ སློབ་སྦྱོང་དོན་ ཚན་མཐོ་བཅུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

པ་བསམ་འདི་ སུ་འབས་ལམ་ལུགས་ནུ་ འབྲི་ཚེས་འབྲི་བཟངས་འདི་ གནད་དོན་གཉིས་ཡིན་ཏེ་ དེ་གི་ ཚེས་འབྲེལ་པ་ ཚོད་ཡིག་ དཔག་ལུ་ ལ་སོགས་པའི་ འབྲི་བཟངས་སོ་སོ་པ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཚུ་ཡང་ ལྷན་པས་འབྲེལ་དུ་བསྟན་ཏེ་ ཚེས་པ་པོ་དེ་གི་ རིག་སྟོབས་དུ་ འབྲི་ལུ་ཏེ་འབྲི་ཕྱ་ཡིན་མས།

དུ་མེས་ལུ་འབས་པས་ འཛམ་གླིང་གཞི་འགྲུ་སྐྱེ་བུ་ལུ་ རྟོད་པ་ལས་ པ་བསམ་འདི་དེ་མ་གི་ ལམ་ལུགས་ གྲུ་དེ་འབས་ཏེ་ འབྲི་ཚེས་ལམ་ལུགས་ཚུ་ ཤེས་དོན་པ་འདི་ཡང་ གཤམ་ཆེ་བའི་ དུས་ལྷན་པས་ཞིག་ནུ་ རྟོད་དེ་ཡོད། དེ་འབས་ཏེ་འབྲི་ཚེས་ ལམ་ལུགས་ཚུ་ ཡིང་ལོག་ ལ་སོགས་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་གཞི་གྲུ་ ལྷན་པས་ཚུ་ནུ་ ཡོད་པ་གཞི་ཡོད་དེ་གིས་ ལྷན་པས་ལམ་ལུ་ རིག་ལམ་གཞི་འགྲུ་འབྲེལ་དུ་ དེ་ཚུ་ཤེས་པ་ཞིག་ འདི་གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཏེ་གྲུ་པ་ལུ་ ཡན་ཏེ་ཡིན་མས།

དེ་བཟུམ་མོ་ ཡོད་པ་འབས་བཏོན། མེད་པ་འོགས་ལས་འཚོ་ལ། ཟེས་སློབ་སློབ་ཡོད་པའི་ དུ་ བཟུམ་པ་བསམ་འདི་ རྒྱལ་ཡོད་སྐྱེ་ཡིག་འདི་ཡང་ སུ་སློབ་ལམ་ལུགས་ཀྱིས་ གཞི་བཟུང་། དེ་ འབས་ ལམ་ལུགས་ཀྱིས་ ཟུང་བཟུན་ཏེ་ རྗེས་འཁལ་ཚེས་རིག་ སུ་ལས་ལྷན་པས་ མོད་འཕེལ་གྲུ་པ་གི་ གི་ དུས་ཚོད་ལས་ལྷན་ཏེ་ཡོད། དེ་གིས་འབྲེལ་ དུ་ལས་ལས་ པ་བསམ་འདི་ རྒྱལ་ཡོད་སྐྱེ་ཡིག་ རྗེས་ འཁལ་འབྲི་ཚེས་འབྲི་བཟངས་འདི་ཡང་ དེ་འབས་ཏེ་འབྲི་ཚེས་ ལམ་ལུགས་ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱོང་འབྲེལ་དེ་གི་ ལམ་སློབ་ འགོ་བཅུགས་པ་ཡིན།

དོ་སྟོན་འབྲི་ཐངས།

འབྲི་ཚོམ་གྱི་དོ་སྟོན་འདི་ རྟག་མི་ཚུ་ འབྲི་ཚོམ་ལྟར་འཇུག་བཟུགས་ནི་དེ་ སློབ་བྱུང་ལྟོ་ཡིན་མཁུ་དཔེ།
 མཇུག་དོན་འདི་ འབྲི་ཚོམ་ལས་ཤིག་ལས་འབྲེན་ནི་དེ་ སློབ་བྱུང་ལྟོ་ཡིན་མཁུ་ལས་ དོ་སྟོན་གྱི་སློབ་འདི་
 གྲུ་དགོ་མཉེ་སི་སི་ བཟོ་དགོ་པ་འདི་གཤམ་ཆེ། འབྲི་ཚོམ་གྱི་ དོ་སྟོན་འདི་ ཚོམ་སྐྱེ་གཤམ་པ་ལས་ལོ་ལོ་ དིག་
 པའི་ཚུགས་གྲུ་པ་དཔེ་འབྲི་པ་ཏེ། འབྲི་ཐངས་མ་འདུལ་ ལེ་གཤམ་པ་ལོ་ལོ་ཡིན། ཡིན་ཏེ་
 རྩམ་ཆེ་ཤོས་གྱིས་འབད་བའི་ དོ་སྟོན་ལྟར་ལུ་ འོག་གི་གནད་དོན་ཚུ་ བཀོད་དེ་བྲི་ཤིག་ཡིན།

- གནད་དོན་ གཤམ་སློབ་ལས་ཡིན་ལྟར་ གཤམ་འབད་བྲི་དགོ་པ་ཡིན་ལྟ། གཤམ་གྱི་
 བྲི་སྐྱེ་ཡོད་ལྟར་ གཤམ་ཚུ་ཡོད་ལྟར་ བཀོད་དེ་བྲི་ནི།
- དོ་སྟོན་རྟག་པའི་བསྐྱེ་པ་ལས་ བས་གྱི་གནད་དོན་འདི་ བཀོ་མ་བཀག་པས་ རྟག་དགོ་མཉེ་སི་སི་
 འོ་ཚུགས་པའི་ ཚིག་དོན་ཚུ་བཟུགས་ཏེ་ བྲི་ནི་ཡོད།
- ལྟར་པའི་ཚོས་གྱི་ ལམ་ལུགས་ལྟར་ལུ་ མཚན་བཟོ་དུ་ རྩམ་བཅའ་ ལེས་པ་སྐྱེ་བའི་ཚིག་དོན་
 ཚུ་ བཀོད་དེ་བྲི་ནི་ཚུ་ཡོད།
- བས་གྱི་གནད་དོན་གྱི་ བཟུ་དོན་ལྟོ་ དོ་སྟོན་ལྟར་བཟུགས་བྲི་ནི་ཡོད།

དོ་སྟོན་བྲི་བའི་སྐབས་ལུ་ དོ་སྟོན་འདི་ དོན་མཚན་མས་གཤམ་ལྟར་ བྲི་ནི་ཡོད་ཡོད། དོན་མཚན་མས་གཤམ་ལྟར་
 བྲི་ནི་ཡོད་ཡོད། འབྲི་ཚོམ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པས་ ཡིན་པ་ལྟོ་ དོན་མཚན་མས་གཤམ་ལས་རྟག་ཏེ་ མཔ་ཏུ་
 གཤམ་གྱི་ཡོད་ འབྲི་སྐྱེ་ཡོད།

བར་གྱི་གནད་དོན་འབྲི་བཅས།

བར་གྱི་གནད་དོན་ནང་། འཚར་གཞི་འདུལ་ལུ་ བཀོད་ཡོད་པའི་ དོན་ཚན་གྱི་ ཟླ་བྲིས་ཚུ་
 རྫོང་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་། འབྲི་ཚོམ་གྱི་ རང་བཞིན་དཔེ་འབྲི་ལ་ཏེ་ བཞད་པ་རྒྱ་བཞིན་དཔེ། ལུངས་དོན་སྐྱེ་གཞི་
 ཚོད་ཀྱི་སྤྱད་འབད་ཀྱི་ཚུ་ བཀོད་དགོ་པའི་ཨིན། རྫོང་གྱིས་ བཀོད་ཡོད་པའི་ གཙོ་ཚོགས་འཕེལ་སྤེལ་ ལུང་ལོས་
 དོན་མཚམས་འཕེལ་སྤེལ་གྱི་ བྱི་དགོ་པའི་ཨིན། བར་གྱི་གནད་དོན་ བྱི་བའི་སྐབས་ ཚོགས་མཚམས་དཔེ་དོན་
 མཚམས་བཅས་ཏེ་ བྱི་ཀྱི་དཔེ། དོན་ཚན་གོ་པའི་ཚོགས་ཀྱི་བཟུམ་ འབྲེལ་བའོ་ཡོད་པ་ འབད་བཅུགས་ཀྱི་ རྟེན་ལས་
 དོན་ཚན་གྱི་རྒྱ་བཞིན་མེ་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་དཔེ་དཔེ་ དཔེ་གཞུགས་ ལུང་འབྲེལ་ཚུ་ཡང་ ལག་ལེན་
 འབབ་ཏེ་ བྱི་ཚུགས་པའི་ ལེགས་ཤོམ་ཨིན།

མཚུགས་དོན།

འབྲི་ཚོམ་གྱི་མཚུགས་དོན་འདི་ རྟེན་མི་ཚུ་ འབྲི་ཚོམ་ལས་ གྱི་འབྲེལ་འབྲེལ་འབྲེལ་འབྲེལ་ སྐྱོ་བཟུམ་ཅིག་
 ཨིན་མཁེས་ སྐྱོ་དེ་ལུང་ལས་ འབྲེལ་པའི་སྐབས་ གནད་དོན་དེ་མའི་སྐྱོ་ལས་ བཅུད་དོན་ དོན་དོན་འདི་ལུ་འབྲེལ་
 འབྲེལ་ཀྱི་ཅིག་ དགོ་པའི་ཨིན། རྟེན་འབད་ལས་ མཚུགས་དོན་ནང་ལུ་

- དོན་ཚན་དེ་མའི་ལུང་དོན་ཚུ་གི་ བཅུད་དོན་བཞད་ཏེ་ མཚུགས་བསྐྱེ་གི
- འབྲི་ཚོམ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ལུ་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དགོ་པའི་ ཚོགས་དོན་བཅུགས་ཀྱི
- གནད་དོན་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་དཔེ་གོས་བསྐྱེད་ བསམ་དཔེ་ལུ་ འཕྲོ་མཚུགས་འབད་དགོ་པའི་ ཚོགས་
 དོན་ བཀོད་དེ་མཚུགས་བསྐྱེ་གི
- ལུང་ལས་ལུགས་དཔེ་འབྲི་ལ་ཏེ་མཚུགས་ཚོམ་དཔེ། བཅོད་གསོལ། བསྐྱོད་ཀྱི་ མཛུགས་ལུ།
- རྟེན་ལས་བཟུ་གིས་འབད་བཅོད་པའི་ ཚོགས་དོན་གྱི་ཚོམ་ཚུ་བཅུགས་ཏེ་མཚུགས་བསྐྱེ་སྤོལ་ཚུ་
 ཡོད།

འབྲི་ཚུམ་གྱི་འབྲི་བཀོད།

ཁྱིམ་དཔལ་ལྟ་བུ་ལེན་པའི་གཞི་སྒྲིལ་གྱི་ གྱི་འབྲི་བཀོད་པ་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པ་ཅིན་ ག་ནི་བ་ བྱ་མི་མི་སོ་མཐོང་ཉི་ ཡོད་དོ་བཟུམ་ འབྲི་ཚུམ་གྱི་ཉལ་ལུ་ཡེ་ འབྲི་བཀོད་ལེགས་ཤོམ་དཀོལ་འདི་ལག་ཆེ། འབྲི་བཀོད་ལེགས་ ཤོམ་ཡོད་པ་ཅིན་ འབྲི་ཚུམ་འདི་ ལྷག་གོ་མཉེ་སི་སི་དཔ་ ལྷག་གོ་བདེ་རྟོག་རྟོ་འགྲོ་ལམ་ཚད་ འབྲི་ཚུམ་ གྱི་ གོ་བ་འཇམ་རྟེན་ཉི་སོ་ ལེན་ཉི་ལུ་ཡེ་ རྒྱལ་སྐྱོད་འབད་ལེན།

འབྲི་ཚུམ་གྱི་འབྲི་བཀོད་ཉལ་ལུ་ དོན་མཚམས་བཅད་དེ་བྲི་ནི་དཔ་ ཚིག་གི་གཞི་མཚམས་བཅུག་སྟེ་བྲི་ནི་ རྒྱལ་ལུ་ལྷག་སྐྱོད་སྟེ་ག་རྟོ་སོ་བྲི་ནི་ དེ་ལས་ གཤེན་ལྷན་དཔལ་ལྷན་སོ་ བྲི་ནི་ཚུ་ཚུ་དཔ་ ལེན། དོན་མཚམས་བཅད་དེ་བྲི་ནི་ཟེ་བའི་སྐབས་ སྐྱིད་བཟུང་འབྲི་ཚུམ་ལུ་ དོ་སྟོན་ བས་གྱི་གཞན་དོན་ མཇུག་བསྐྱེ་ཟེ་ དོན་མཚམས་ལག་གསུམ་བཅད་དེ་ བྲི་དགོ་པ་ལེན། ལེན་ལུ་ བས་གྱི་གཞན་དོན་འདི་ མཇུག་ཅིག་སོ་བྲི་ནི་ལེན་པ་ཅིན་ དེ་ཉལ་ལུ་ཡེ་ གཞན་དོན་མཚམས་འཇུག་ལུ་ དོན་མཚམས་འཇུག་དེ་ བྲི་ ཉི་ཡོད་པ་ལེན།

གཞན་དོན་གཅིག་འདེ་ལེན་ལུ་ དེ་ཉལ་ བཞད་པ་རྒྱལ་དགོ་པ་ ལེ་གཤེན་འཇུག་པ་ཅིན་ མཛེས་ཆ་དཔ་ ལྷག་ གོ་བདེ་བའི་བཟུམ་ལུ་ རྒྱལ་འཇུག་པ་དཔ་འཇུག་པ་ རྒྱལ་ཚིག་སོ་འཇུག་པ་ འདེ་འཇུག་ལེན་པ་ལས་ དོན་མཚམས་ལེགས་ལྟེ་ འབྲི་སྐྱེལ་ཡེ་ཡོད།

དོན་མཚམས་བཅད་དེ་བྲི་བའི་སྐབས་ དོན་མཚམས་ཉལ་འཇུག་འབད་དེ་ འབྲི་བཅུངས་གཅིག་དཔ་ དོན་མཚམས་ ཉལ་འཇུག་མ་འབད་བཟུམ་ འབྲི་བཅུངས་ཅིག་ཡོད་པ་ལེན། དོན་མཚམས་ཉལ་འཇུག་འབད་དེ་འབྲི་བཅུངས་དེ་ འོག་ གི་ འབྲི་ཚུམ་ དཔེ་ པ་གི་འབྲི་བཀོད་བཟུམ་ བྲི་ནི་འདི་ལེན་པ་དཔ་ དོན་མཚམས་ཉལ་འཇུག་ མ་

འབྲི་ཚོམ་གྱི་དབྱེ་བ།

སྤྱི་འབྲེལ་འབྲི་ཚོམ་ལུ་ དབྱེ་བ་ལེ་གཞི་ཡོད་པ་ཡིན་པུ་ དེ་ཚུ་འི་ནུ་པ་ལས་ ཤེས་འགྲོ་སྤོ་བ་གྱི་གནས་ཚུན་ལུ་
འོས་འབབ་ཡོད་པ་འདི་ འབྲི་ཚོམ་གྱི་དབྱེ་བ་ དག་པ་ཅིག་ སོ་སོར་བརྟེན་ཏེ་ སྤོ་བ་སྤོ་བ་དོན་ཚན་ལེ་ བཀོད་
ཡོད། འབྲི་ཚོམ་གྱི་དབྱེ་བ་དེ་ཚུ་ ཡིད་སྐྱེད་ཀྱི་འབྲི་ཚོམ་འབྲི་བཟངས་ལས་ རྟ་བུ་ལས་ལྷན་ལས་ཡིན་པ་ལས་ དེ་
ཚུ་སེམས་ཁམས་བཀལ་ཏེ་ ལྷ་བ་སྤྱད་འབད་བ་ཅིག་ རྩེ་ལ་ལྷན་ལས་ཡིད་སྐྱེད་གཉིས་མ་འདི་བཟོ་བཀལ་ལས་ འབྲི་ཚོམ་
བྲི་ནི་འདི་གཞི་ཚུ་ལུ་འདི་ རྒྱ་སྤྱོད་གྲུ་ཚུ་གསུམ་པའི་ དམོས་པ་སྤོ་བ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྤོ་བ་གྱི་གནས་ཚུན་ལུ་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ འབྲི་ཚོམ་གྱི་དབྱེ་བ་དེ་ཡང་ འཚར་སྐྱེད་འབྲི་ཚོམ།
འགོལ་བཤད་འབྲི་ཚོམ། ལཱ་ལྷན་འབྲི་ཚོམ། རྒྱ་སྤྱོད་འབྲི་ཚོམ། རྒྱ་སྤྱོད་འབྲི་ཚོམ། ཚོད་གྲེང་འབྲི་
ཚོམ། ཚུ་ཡིན་པ་ལེ་འོས་འབྲེན་གནད་སྟོན་ཡོད།

དེ་ཚུ་གི་ནུ་པ་ལས་ གནས་འཛིན་བཞི་པ་ སྤོ་བ་འཛིན་དུ་ལུ་འདི་ནུ་པུ་ འཚར་སྐྱེད་འབྲི་ཚོམ་དང་ ལཱ་ལྷན་འབྲི་
ཚོམ་གཉིས་ཀྱི་ མོ་དོན་དང་ འབྲི་བཟངས་ཀྱི་ལྷན་རྒྱུ་ སོ་སོར་ཡོད་མི་ཚུ་ འོག་ལས་མཚར་ འཛིན་པ་བཞི་ན་
ལུ་ ལཱ་གསལ་སྤོ་བཤད་ཀྱི་ཡིན།

༡. འཚར་སྐྱེད་འབྲི་ཚོམ།

འཚར་སྐྱེད་འབྲི་ཚོམ་ཟེར་མི་འདི་ སེམས་ཁམས་ལུ་འཚར་བའི་སྐྱེད་བ་ དེ་འོས་སུ་མ་བྱུང་མི་ཅིག་དུང་ ཡེ་ལུ་ མ་
འོས་པའི་ འཚར་བཀོད་ཚུ་ རེ་གི་སེམས་ཀྱིས་བཟོ་སྟེ་ བསམ་པའི་ཡུལ་ལས་ འདས་པ་དང་ མ་
འདས་པ་ གཤམ་ལུ་ སྤོ་བ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ བཤད་མི་དེ་ལུ་སྤོ་བ་ཡིན། བསམ་པའི་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་
འཚར་སྐྱེད་འབྲི་ཚོམ་གྱི་དཔེ་ པ་ རྒྱ་ལུ་སྤྱོད་ཏེ་ འཛིན་གྱི་འབྲོ་སྤོ་བའི་ རྒྱ་ལས། བསམ་པའི་ཡུལ་

ལས་ མ་འདུས་པའི་འཆར་སྣང་འབྲི་རྩོམ་གྱི་དཔེ་ ད་སློབ་འཇུག་བཅོལ་པ་ཚཱ་འིག་ལས་ ག་ཅི་འབད་ནི་
ལཱ་ལྟེ་སློབ་ལས།

འཆར་སྣང་འབྲི་རྩོམ་གྱི་བྱུང་རྒྱུ།

སྤྱི་བརྟུང་འཆར་སྣང་འབྲི་རྩོམ་ འབྲི་བའི་སྐབས་ལུ་ ཚཱ་འིག་པའི་ བྱུང་རྒྱུ་ཚཱ་ཡེ་

- དེས་སུ་སེམ་བྱུང་མི་ གནད་དོན་ཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་དགོ།
- མ་འོངས་པའི་ འཆར་སྣང་ལུ་ གཞི་བཞག་བཞག་པ་ཅིག་དགོ།
- སེམས་ཀྱིས་བཟོ་སྟེ་བྲིས་བའི་སྐབས་ སློབ་འཇུག་དང་ སློབ་བརྟུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་
བྲིས་ཅུང་བརྟུབ།

འཆར་སྣང་འབྲི་རྩོམ་ འབྲི་བའི་སྐབས་ལུ་ ཁ་གསལ་གྱི་དོན་ལུ་ སྲིལ་ལམ་ཚཱ་ལག་ལཱ་འབད་བཞག།

<https://rb.gy/cudwlq><https://rb.gy/jnrtes>

པ་ལུ་ རྩེ་འཕུལ་མི་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་སྲིད་ཅེ་ཚུ་ལུ་ ལས་དགོ་སྲིད་གི་རྣམ་མི་ཅེ་ཚུ་ ཁོ་དང་འཁོ་གོ་དེ་ལ་
 ས་ མཛེན་སྲུང་ཚད་མ་མེ་ རྟོན་གྲིན་གྲིན་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ལྟ་ལུ་ དན་ལྟ་དཔ་ གཡོ་སྐྱ་ གཞོན་
 འཚེ་ དེ་ཚོ་ལ་ ལྟ་ལས་ལྟ་ ལས་ལྟ་ འཕྲོག་བཅོམ་ལ་སོགས་པའི་ རྟོན་དེ་གྲིན་གྲིན་ཅེ་ཚུ་ སེལ་བཅུག་
 རྟེ་ བདག་གཞན་གྲིན་ལཱ་གྲིན་ ལྟ་ཚེས་དགོ་བ་བཅུ་དཔ་ མི་ཚེས་གཅོད་མ་བཅུ་དཔ་ལྟ་ལུ་ ལོ་མ་
 སྲིད་གྲིན་གྲིན་ལུ་ བཅོམ་བཅུག་གི་ཡིན།

པ་ལུ་གཞན་སེམས་བསྐྱར་ཚུགས་པའི་ ལུས་སྟོབས་དཔ་ལྟ་ལུ་ མ་འོངས་འབྲུག་གི་རྟོན་པུ་ བསོད་ནམས་
 ཡར་སྐྱེ་གྲི་ ལྟ་གཞོན་སློབ་ལུ་ཚུ་ག་ས་ རོགས་སྲུབ་དཔ་ལྟ་ལུ་ འགན་ཁུ་འབྲུག་ཚུགས་གི་དོན་ལུ་
 ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་ལུ་ གཞན་དཔ་མ་འདྲ་བའི་སློབ་དཔ་ བཅོམ་ལུགས་ཡོད་པ་བཅོ་སྟེ་ ཡོན་ཏན་སྐྱ་ཚེ་
 ཤེས་བཅུག་གི་དཔ་གཅིག་ལས་ ཅོ་བ་གསུམ་དཔ་ སེལ་གི་མམ་སྲུག་ལ། རྒྱལ་ཁབ་གྲི་ སྲིད་གཞུང་ལམ་སྲོལ་
 ཚུ་ལུ་ གཅི་འཛིན་དཔ་ ཤེས་ཡོད་པའི་ འབྲུག་པའི་མི་འབྲས་དོ་མའི་སློབ་དཔ་ལྟ་ལུ་སེལ་ འབྲུང་
 གི་ལུ་ སློབ་བསྐྱེད་བཅུག་གི་ཡིན།

ཨ་ཁོ་དེ་མམ་ཚུ་ཡལ་ འབྲུལ་འཕྲིན་དཔ་ མདའ་ཅོད། རྟོ་དཔ་རྣམ་ཅོ་གི་ བཞུལ་འགྲོ་གི་དཔ་ ལེ་དཔ་ཏམ་
 རྩེ་སློབ་གི་ཚུ་ལས་འཛོམས་ཏེ་ སེལ་གི་ཨ་ཁོ་ཚུ་ལུ་ ཟས་རྟོན་ལྟ་ལུ་མི་གསུམ་ཚད་པས་ རྩེ་ཚོད་དཔ་
 ལམ་སྟོན་བསྐྱེད་བཅུག་གི་ལས་ ཨ་ཁོ་དེ་ཡར་སྐྱེ་ལུ་ཡན་པའི་ མི་ག་དཔ་བུ་བུ་བུ་ལུ་ ཡམ་
 མི་འབད་གི་ལུ་ སེམས་ལུགས་བསྐྱེད་བཅུག་གི་ཡིན།

དེ་མཚན་ གཞུང་གི་ལོ་གཡོ་ལུ་ཡལ་ རྩེ་དཔ་སློབ་གི་དཔ་ སེལ་བསྐྱེད་གི་ ལུ་གཡོ་གཡོ་དཔ་ རྩེ་
 ཚོད་ལས་ རྟོན་མཚུགས་པའི་ ལེ་འོད་ལུ་ཚུ་ སེལ་ཏེ་ སེལ་གི་འགན་འཁུ་ཚུ་ ཅི་ཤེས་གཡོ་ལུ་

དཔ ། ཉམ་གཤམ་མ་རྣམ་དུ་གཤིས་སྐྱོ་ལས་ དལ་མེད་བཅོལ་ལྷན་གསལ་བསྐྱེད་ཀྱི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ རང་བཅོལ་དཔ ། ལྷི་
བདེ་ མོད་འཕེལ་གྱི་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་ ཡུག་ལུ་གསལ་ཤོམ་མེ་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་གསལ་པའི་ མེམས་ལྷན་གསལ་དཔ་ལྷན་མ་བཟོ་ནི་
ལོན།

དེ་རྒྱུ་གཤམ་ རང་གི་མེམས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་བཟུམ་ འཕྲོ་བརྒྱུ་པའི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་དཔ ། རྒྱལ་ཁབ་འདི་
རྣམ་གྱི་ རྒྱལ་སྤོལ་འབདས་གསལ་གཤམ་ དུ་འཕྲིད་ཀྱི་གོ་འཕམ་ལུ་བཀོད་ཀྱི་རྒྱུ་གསལ་ནི་ལོན་མ་ལས་ དེ་རྒྱུ་
གཤམ་ དེས་ལུ་འབད་དཔ ། རང་གིས་འབད་མ་རྒྱུ་གསལ་ལུ་ འཚར་སྐྱེད་ཅེས་ཅིག་རང་གི་རྒྱུ་ལུ་བཞག་སྟེ་ དེ་
བཟུམ་འབད་ནིའི་ མེམས་ལྷན་གསལ་བསྐྱེད་པའི་དཔལ་ ཁག་ཆེད་གསལ་ཅིག་ལོན་མས།

ཐོ་བ།

༡. ཉམ་གཤི་ འཚར་སྐྱེད་འབྲི་ཚོམ་འདི་རྣམ་ འཚར་སྐྱེད་གི་ གནད་དོན་གཤིས་བཀོད་ཀྱི་རྒྱུ་གསལ་
དེ་ཐོ་བ་དཔུ།
༢. རྒྱུ་རང་གིས་དུ་གཤམ་པའི་མཚོན་སྐྱེད་ ཡམ་ལྟ་ དེས་ལོ་ཅིག་ལུ་ གཤི་བཞག་སྟེ་ འཚར་
སྐྱེད་འབྲི་ཚོམ་ཅིག་གིས།
༣. འཚར་སྐྱེད་འབྲི་ཚོམ་འབྲི་ནི་ལུ་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ དོན་ཚན་དུ་གཤིས་ གོས་
བསྐྱེད་འབད།
༤. གཤི་ལྷན་གྱིས་གིས་ཡོད་པའི་ འཚར་སྐྱེད་འབྲི་ཚོམ་རྒྱུ་ ཉམ་གཤི་ དཔེ་སྟོན་རྣམ་བཅོལ་གསལ་
བཞག།

ལོ་རྒྱུས་འབྲི་ཚོམ་ཚཱ་བ།

ལོ་རྒྱུས་འབྲི་ཚོམ་ཚཱ་བ་མི་འདི་ རྩོམ་མཁས་འབད་འབད་ལྷན་དཔ་ ཡཔ་ཅིན་བྱུང་འབྱུང་མ་ཅིག་གི་སྐོར་
ལས་ མོ་རིམ་མ་འཇོལ་བའ་ རིམ་པ་བཞིན་དུ་བཀོད་དེ་ ཡོད་མི་ཅིག་ལུ་གོ་ནི་ཨིན། འདི་
གི་གཤམ་སུ་ རྒྱལ་འབྲེལ་ཚོམ་འབྱུང་དཔ་ དེ་བཟེས་ཚཱ་ཡཔ་ཚཱ་དཔ་ཨིན།

ལོ་རྒྱུས་འབྲི་ཚོམ་གྱི་བྱུང་རྒྱུ།

སྤྱི་འབྲུག་འབྲི་ཚོམ་གྱི་ བྱུང་རྒྱུ་གཤམ་ ཚཱ་པ་འདི་འབྲུག་ བཞུགས་པའི་ གནའ་དོན་འདི་
བཞུགས་པའི་བྱུང་པའ་ ཚིག་གཞོ་བོ་པའ་

- རྩོམ་མཁས་འབད་འབད་ལྷན་དཔ་ བྱུང་འབྱུང་མ་བཟུམ་ཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་ཡོད་པ།
- ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འབྱུང་རིམ་ཚཱ་ མོ་རིམ་དཔ་འབྲི་ལ་ཏེ་ བྲིས་བྲིས།
- ཏེ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ཚཱ་ རྩོགས་སྐྱིག་འབད་དེ་བྲིས་ཡོད་པ།
- གནམ་ལོ་ ཟླ་ཚེས་ ཚུ་ཚོ་དཔ་ ལ་སོགས་པའི་དུས་ཚོ་དཔ་ཚཱ་ མོ་རིམ་བཞིན་བྲིས་ཡོད་པ།
- གཤམ་ཚཱ་དཔ་པའི་ རྩོགས་ལས་བྲི་དགོ།
- འབྲི་ཚོམ་གྱི་མཚུགས་དོན་བྲིས་པ་ གནམ་ལྷན་པའི་ལས་ རྩོགས་ཡོད་པའི་ ཏེ་མའི་ཚཱ་
དཔ་ཡོན་ཏེ་ཚཱ་གི་སྐོར་ལས་ཡཔ་བྲི་དགོ།

འཕྲིན་ལྟུང་ མོ་གི་སེམས་ལ་ཁམ་ ག་ཅི་ཅིག་མ་ཚད་མ་བཟུམ་སེ སེམས་ལུ་ཤར་དོ་ཡོད་པ་མས།

ཟླ་ཕྲག་དག་པ་ཅིག་ལས་ རྫོང་པ་ཨ་ཉུག་པ་ མོ་གིས་དྲོག་མ་སྐྱུ་ལྟུང་སེ རྒྱུ་ཤོག་གཤམ་གཤམ་བཟོ་
སྟེ་ ཁོ་ལུ་སློད་སེ ཁོ་དམ་གཉིས་ཆམ་སྒྲོ་བྱ་བ་ཅི་པ་ སློབ་གྲྭ་གི་སློ་རས་ལས་ཚུན་ཚེད་ ཁོ་
བསྐྱུ་ལ་བས་འོད་དོ་ ཡོད་པ་མས།



ཉིན་མ་དེ་ལས་འགོ་བཟུང་སྟེ་ བཀྲ་ཤིས་ཁོ་པ་ མ་པ་གིས་ ཨམ་དཔ་ཨའི་གི་ སློ་དཔ་ཉིད་
གཏུན་སའི་ གཞེས་པའི་ རྩ་ཅིག་འབད་ཕྱ་ལས་ དེད་སེ་ཆེན་གྱི་ ལུས་འདྲི་ ཡམ་གཉིས་
གྱི་ སློ་ལོ་གས་ལ་ལས་ གཤམ་ཡམ་ འཕྲོ་ཉིདི་ རམ་དཔ་མེད་ལྟུང་ དེད་སེ་མེད་གྱི་ སེམས་

འདི་ ཉེ་མོ་མེད་སེམས་པའི་ འཕུལ་འཁོར་བསྐྱིད་སེམས་ བཟུང་མེད་འི་ ཁ་བྱུག་ལུ་གཡོ་མི་ལྟ་གྲ། འདི་
འབད་ལྷ་ལས་ ཡམ་མེད་སྐྱོད་གཏུ་མེད་དེ་ སློབ་དཔོན་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ བསྐྱེད་བྱེད་པའི་ཚུ་ལས་
འཁོར་བའི་འབྲེལ་བའི་བཟུང་མེད་འི་ ཉེ་མོ་གཏུ་མེད་འི་ ཁོ་གི་ལྷ་ལུ་ཉེ་ སེམས་ལུ་བབས་
པའི་ལུ་ ཉེ་དུ་ལྟོག།

འདི་བཟུམ་སྟེ་ ལས་ཀྱི་རྒྱུ་ལོ་ལོ་བའི་ བུ་མོ་བཟུང་མེད་ཡེད་ སྐྱེ་བའི་ཡམ་ཕྱི་མ་གྱི་སྐྱོ་
བརྒྱུ་ལོ་ལོ་ལས་ཡེད་ བཀྲིས་ཕྱི་མ་ལུ་འཕྱོ་བའི་ ཟམ་བརྒྱུ་ལོ་ལོ་ལུ་དཔེ། ཕྱི་མ་ལུ་གི་ལུ་
གཡོ་གཡོ་འབད་གི་ལས་ རྟོག་མེད་ལུ་བཟུང་གི་ལུ་ སློབ་བསྐྱེད་ལྟོག།

རྟོག་མེད་ཚུ་ཤོག་གཡེད་གིས་ ཁོ་ལྟོག་ལུ་ གཤེག་གིས་གཤེག་ལུ་ དཔེ་སློབ་བྱེད་སྟེ་ གཉེན་
གོ་གས་ཀྱི་སློབ་ལུ་ལུ་གི་ལུ་གས་ཀྱིས་ སེམས་མཐུན་པའི་སྐྱེད་གོ་གས་ རོ་མེད་ལུ་གྲུ་ཏེ་ ལུ་
དེ་མེད་མོ་བཟུམ་སྟེ་ ཁ་བྱུག་ལུ་མཚན་གསལ་ཡེད་སོ་ལས་ ཡམ་གཉེས་ལས་གཉེས་ལུ་མེད་
ལུ་ ཁོ་ལྟོག་གཏུ་ལུ་འཕགས་འཕགས་བཟུང་མེད་པའི་ སློབ་ཉེན་ལུ་སྐྱེད་ལྟོག།

ལུ་ཚོ་དེ་བསྐྱེད་ བཟུང་མེད་ལུ་ ལུ་གི་ལུ་མེད་ལུ་འདི་ ལུ་ཁག་གཡེད་ལུ་ཡོད་ལུ་ དཔེ་
བཟུང་སློབ་ལུ་སེམས་ཀྱིས་ སྐྱེད་པའི་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་བཟུམ་ ལུ་སྐྱེད་པའི་ལུ་ལུ་ལུ་
ཚོ་ལུ་དེ་ བཀྲིས་ལུ་ སློབ་གྲྭ་ལུ་ཡོན་ཏན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ བཟུང་མེད་ལུ་
བཟུམ་མེད་ ལུ་ལུ་ལུ་ སློབ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ དེ་ལུ་གི་ལུ་ལུ་ ལུ་
འཁོར་ཚོས་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་
འདི་ དེ་བསྐྱེད་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་

སྙན་ཚུལ།

ཚོང་ཁའི་སྙན་ཚུལ།

ཚོགས་བཅད་ཆ་ཡ་སྒྲིག་ཐངས།
དཔེ་རྒྱན་ལས་

ཚོས་དཔེ། དངོས་དཔེ། བསྐྱོག་པའི་དཔེ།
བསྐྱུས་པའི་དཔེ། མད་བྱུང་གི་དཔེ།
བྱུང་མིན་གྱི་དཔེ།

ལེགས་བཤད་སྒྲུང་དོར་ཤུན་འབྱེད།



ཚིག་ས་བཅད་སྐབས་ཀྱི་གལ་ཆེ་བའི་མིང་ཚིག་ཁག།

༡- ཚིག་འབྲུ། ༢- ཚུལ་ལ། ༣- ཚིག་ཀླད་དཔེ་ཚིག་ས་བཅད།

༡༽ ཚིག་འབྲུ་ཟེར་མིའདྲི་ ཚིག་གཏིས་ཀྱི་བར་ལྷོད་པའི་ རྟོག་རྟེན་མིང་གཞི་གསུམ་བཅོམས་པའི་ ཚིག་གི་ཚིག་ས་པ་གཞི་ལྷོ་གོ་ནི་ཨིན་པ་དང་། འདྲི་གི་མིང་གཞན་འདྲི་ ཚིག་བར་ཟེར་ཡལ་སྐབ་ ཨིན།

༢༽ ཚུལ་ལ་ཟེར་མིའདྲི་ མ་གོ་ལ་ཞེས་གཞི་མེད། ཨིན་པུ་ ཚིག་ས་བཅད་བྱི་བའི་སྐབས་ལྷོ་ ཚུལ་ལ་ཟེར་མིའདྲི་ཁག་ཆེད་གསུམ་ཞེས་ཨིན།

ཚིག་འབྲུ་ཆ་ཡ།

ཚུལ་ལ་ཟེར་མིའདྲི་ ཚིག་འབྲུ་གཏིས་མེ་ཡོད་མི་ཞེས་ལྷོ་གོ་ནི་ཨིན། འདྲི་ཡལ་དཔེ་ལྟ་ ཚེས་ས། རྟོ་ལྷོ། ལྷོ་ མ། སེས་ཀྱས་ ལ་སོགས་པ་ རྟེ་མ་ལས་ཚིག་འབྲུ་གཏིས་འེ་མེ་ གཞི་ལས་ཡོད་མི་ཚུ་དང་། གས་ ལས། ལྷོ་ལྷོ། འཇུ་ལ་ནི། ལ་སོགས་པའི་མིང་ཚིག་གྲུ་ཚིག་ཚུ་གི་མཐའ་མས་ཡུད་དཔ་རྟེ་ལྷོ་ལྷོ་དྲུ་ལྷོ་ལྷོ་ ཆ་ མེ་བཅོ་མི་ཚུ་ལྷོ་གོ་ནི་དཔ།

ཡ་ཟེར་མིའདྲི་ ཚིག་འབྲུ་གཞི་ལ་འབད་མི་ཚུ་ལྷོ་གོ་ནི་ཨིན། འདྲི་ཡལ་ ས། ལྷོ། མ། ལྷོ་ལ་སོགས་ པའི་མིང་ཀྱང་། ད། ལོ། མོ། ལ་སོགས་པའི་མིང་ཚུ་ འཇུ། རྟོ་ལ་སོགས་པའི་བྲུ་ཚིག། ལྷོ་ལྷོ་ ལྷོ་ལ་སོགས་པ་ ལྷོ་ལྷོ་པའི་ཡུད་དཔ་རྟེ་ལྷོ་ལྷོ་ཨིན།

ཚིག་ཀླད་དང་ཚིག་ས་བཅད།

༩། ཚིག་ཀླད་དཔ་ ཚིག་ས་བཅད་གཉིས་ལས་ ཚིག་ཀླད་ཟེ་མི་འདི་ ཉུག་དཔ་འོག་གི་ འདུག་གཉིས་ གྲི་བར་ལྟ་ཡོད་པའི་ ཚིག་གི་བརྗོད་པ་འདི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཉི་དཔ། ཚིག་ས་བཅད་ཟེ་མི་འདི་ ཚིག་ཀླད་བཞི་གི་ ཚིག་ས་པ་གཞི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། དེ་ལོ་འབད་བ་ཅིན། རྒྱུ་ལས་བྱོན་པའི་སྤྲོ་བ་འདུ། ཟེ་མི་འདི་ ཚིག་ ཀླད་གཞི་ཡིན་པ་དཔ། དེ་ལུ་འདི་ལུ་ལ་སྤྲོ་བ་བཀལ་ཏེ་ རྒྱུ་ལས་འབྱོན་ཚེ་ལེགས་ཅུང་། །གཡུས་ བཟང་འདི་ན་སྤོང་ཚོ། །སོ་ཏྲོ་ལོག་ལོ་ཡིན་མས། ། ཟེ་བའི་ཚིག་ཀླད་གསུམ་བཅུ་གས་པ་ཅིན། ཚིག་ས་ བཅད་གཞི་ཟེ་སྤྲོ་བ་ཡིན།

ཚིག་ས་བཅད་གཞི་ལྟེ་ ཚིག་ཀླད་བཞི་དཔ་ཡིན་ཅུང་། ཚིག་ཀླད་ཟེ་མི་འདི་ ཚིག་འབྲུ་ལ་ཉེ་མ་ཅིག་དཔོ། ཟེ་བའི་ དེས་གྲུག་ཅིག་མེད། ཡིན་ཅུང་ ཚིག་འབྲུ་ལ་ལས་འཇོ་བཟུང་སྟེ་༩། རྒྱུ་ལོ་དཔ་དཔ། ལུ་ལུ་ཅིག་ ཚིག་འབྲུ་བཟུ་ལས་ཉུག་མི་ཡེ་ཡོད། ཡིན་ཅུང་ཡོད་པས་གསུམ་འདི་ ཚིག་འབྲུ་༦ ལས་༡༥ རྒྱུ་ལོ་དཔ་དཔ། རྗོད་པ་ལྟེ་འབད་བ་ཅིན། ཚིག་འབྲུ་༦ ལས་༩ རྒྱུ་ལོ་དཔ་ལྟེ་འབད་བ་མི་འདི་ཡོད་པས་གསུམ་ཡིན།

ཚིག་འབྲུ་ཆ་ཡི་སྤྲོ་བ་བཟང་ས།

ཚིག་ས་བཅད་གྲི་སྤྲོ་བས་ལུ་ ཚིག་འབྲུ་ཡ་གི་ས་གོ་དཔ། མ་གི་ས་གོ་སོ་སོ་ཡོད། དེ་འབད་ལས་ལས་ ཡ་ཡོད་ སར་ཡ་དཔ། མ་ཡོད་སར་མ་སྟེ་བཅུ་གས་དཔོ། དེ་གཉིས་འདྲོ་ལུ་བཅིན། ཡ་གི་བཅུ་མཚམས་ མི་འབྲོན་ པའི་ཁར་ མ་འདི་ཚུ་ ཁ་འབྲེལ་འབྲེལ་སྟེ་ ཉུག་འོ་མི་བདེ་བའི་དཔ་ལུ་འབྲུ་ལུ་ཡིན། མ་དཔ་ཡ་ཚུ་དཔོ་ འབད་བ་ཅིན།

སེམས་ལས་ར་མ་ཉོ་ནི་མེད་ལ། །ཁ་ལས་འདི་ག་དེ་འབྲོན་པ། །
 དེ་སྟེ་ར་སྤོད་ནི་མེད་པར། །ལུ་ཅིག་འདི་ཚུ་འབྲེལ་འབད་དཔ། །

ཟེ་བའི་ཚིག་ས་བཅད་འདི་ ཚིག་འབྲུ་བཟུ་ལུ་ དཔ་པ་མ་ཅིག། དེ་ལས་ཡ་གཞི་ག། དེ་གི་ལུ་ལས་ལས་མ་

ཉལ་ཡུལ་ལས་བྱོན་པའི་ཉལ་ལུ། རྩོམ་གྲུབ་ཅིག་ལྷན་དུ་བློ་མཉམ་ཉེ།
 གསོལ་བ་ཅིག་ཉིད་ལས་བརྟའ་དོ། བྱིན་པས་ཅིག་གནད་ནི་འདྲ་ག།
 ཟེ་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན།

དྲི་བ།

- ༡- སྐྱེ་སྐྱེ་མ་ཟེར་བའི་གོ་དོན་གྲིས།
- ༢- ཚིག་ས་བཅུ་དཔ་ ཚིག་ལྷན་ ཚིག་སྐོལ་མ་གསུམ་གྱི་ ག་དོན་ག་དེ་སྐོལ་ཡིན་ནུ་?
- ༣- ཚཱ་བའི་བའི་སྐབས་ ཚིག་ བཅུ་ལྷན་སྐོལ་མ་ གསུམ་ལས་ ཚིག་ས་བཅུ་ལུ་ས་ གོ་དོན་ མི་འདི་ ག་ཅི་འབད་ཡིན་ནུ་?
- ༤- སྐྱེ་སྐྱེ་མ་ལུ་ དུ་བྱེ་བ་མ་འདྲཱ་ ག་དེ་སྐོལ་ ཡོ་སྐོལ་འདྲཱ་གོ་?
- ༥- ཚིག་འབྲུ་ མ་དཔ་ཡ་ཟེར་བའི་ གོ་དོན་གྲིས།

སྐྱོན་ངག།

༄༅། །རབ་དཀར་པ་ལྷ་ལི་སྟེ་ལུ་རབ་མཛེས་ཤིང་། །རབ་མཛེས་ལུང་འཛོམས་མཛེས་པའི་བླ་བཞུགས་ལ།
 བདག་གི་དྲི་མེད་སེམས་ལ་རབ་ལྷན་སྐྱོན་། །སྐྱོན་ཚིག་གཞུང་ལ་ཐོག་སེམས་མེད་དེས་གྲུབ་སྟོབ།།
 ཟེར་བའི་གཤམ་བཅོད་ཀྱི་ ཚིག་གི་མེ་རྩྭ་གཏོར་འཁྱིལ་ལས་ དོན་གཏེར་ཅན་གྱི་བློ་གསལ་རྩ་གི་དོན་ལ།
 སྐྱོན་པག་གཞུང་གི་ རྟེན་དོན་མེད་པ་སྐྱུ་སེམས་ཅིག་ ལུ་ནི་ཨིན།

འདི་ཡང་ སྐྱོན་པག་འདི་ལུ་ ལུས་རྒྱན་སྐྱོན་སེམས་ཟེར་བའི་དོན་ཚན་གསུམ་ལས། ལུས་ཟེར་མི་འདི་ ཚིག་
 རྒྱན་བཅུགས་སའི་གཞི་འགྲམ་ ཚིག་སེམས་བདུ། ཚིག་ལྟུག། སེམས་མེད་གསུམ་ལུ་གོ་ནི་དང་། རྒྱན་ཟེར་མི་
 འདི་ རྒྱ་རྒྱ། དོན་རྒྱ། གསེམས་ཚིག་གི་རྒྱན་ཟེར་མི་གསུམ། དེ་ལས་སྐྱོན་སེམས་ཟེར་མི་འདི་ སྐྱོན་སྐྱོན་
 འབྲི་བའི་སྐྱུ་སེམས་ལུ་ ཚིག་དོན་གྱི་སྐྱོན་སེམས་ལ་ཐེད་སེམས་ཀྱི་སྐྱོན་ལས་ དོན་ཚན་ བཅུ་ཐམ་ཡོད་མི་འདི་ཚུ་ ལུ་
 གོ་ཕྱ་ཨིན།

དེ་ཉེ་སྐྱུ་སེམས་ལུ་ དོན་རྒྱ་གྱི་སྐྱོན་ལས་ལུ་འདི་དང་། འདི་ལུ་ཡང་ སྐྱིེ་བཏུང་དོན་རྒྱ་སོ་ལ། དེ་མེད་ལུ་ཡང་
 རྟེན་གསེམས་དེ་བུ་བུ་ལས་ཏེ་འབད་ཕྱེད་ དོན་རྒྱ་བཟུ་ལྟག་པེ་ཅིག་ཡོད་པའི་ལས་ སྐྱོན་སེམས་ལུ་དེ་བུ་
 འདི་ལུ་ དོན་རྒྱ་དང་པ་ དེ་བུ་རྒྱ་ལས་དག་པེ་ཅིག་ལྟ་བུ་ལས་འབད་ནི་ཨིན།

དཔེ་རྒྱན་གྱི་གོ་དོན།

ཅི་ཉེ་སའི་ཞིག་ཉེ་སའི་མཛེས་པར། །གསལ་བར་གཤམ་ལུ་རྩྭ་གསུམ་གྱེད་པ།།
 དེ་ནི་དཔེ་ཞེས་གྲུ་སྟེ་དེ་ནི། །སྐྱོན་པའི་འདི་ལུ་ལྟེ་བུ་ལ།།

མཚན་འགྲེལ།

ཇི་ཉམས་=	ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་ན།	ཇི་ནི་ག་ཉམས་=	དཔེ་ག་ཅི་ག་ཅི་ག་དང་འདྲ་ཕྱི་ལོ།
མཚུངས་པ་=	དཔེ་དོན་གཉིས་འདྲ་ཕྱི་ལོ།	གསལ་བས་=	གསལ་ཉོན་ཉོ།
རྟོགས་བྱེད་པ་=	ཉམས་ཉི་ ཉོན་ཉི་	སྟོན་པ་=	དཔེ་བ་ཀྲིས་པའདྲ།

ཚིག་འགྲེལ།

དཔེ་ཀྲིས་བཅའ་མི་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་ན་ཟེར་བ་ཅིག་ དཔེ་ག་ཅི་ག་ཅི་ག་དང་འདྲ་བའི་ཐོག་ལས་ དཔེ་དོན་གཉིས་འདྲ་ཕྱི་ལོ། གསལ་ཉོན་ཉོ་སྟོན་ཀྲིས་མི་འདི་ལུ་སྟོན་པ་ཡིན། མོ་དོན་ལ་གསལ་ལ། དོན་དག་ག་ཅི་ག་སྟོན་པ་ལས་སྟོན་པ་པའི་སྟོན་པ་ དོན་འདི་གི་ལྷན་ཚུ་མཚུངས་མཚུངས་ ལ་ལས་སྟོན་པ་མཚུངས་ལུ་ དོན་འདི་གསལ་ཉོན་ཉོ་སྟོན་ཉི་གི་དོན་ལུ་ དཔེ་ཅིག་བཀོད་པའི་ཐོག་ལས་ དཔེ་དོན་གཉིས་འདྲ་ཕྱི་ལོ། ཉོན་མི་འདི་ལུ་ དཔེ་ཀྲིས་བཅའ་སྟོན་པ་ཡིན།

དཔེ་ཅི་ག། ༡-ཐོད་ཀྱི་ལལ་པས་༢-དཀའ་གསལ་ལྷན་པ་༣-འདྲ། ཟེར་སྟོན་པ་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། དཔེ་འདི་ནང་ལུ་ ༡-ཐོད་ཀྱི་ལལ་པས་ཟེར་མི་འདི་དོན། ༢-དཀའ་གསལ་ལྷན་པ་འདི་དཔེ། ༣-འདྲ་ཟེར་མི་འདི་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་པ་ཡིན། དཔེ་ཀྲིས་ཀྱི་སྟོན་པ་ལུ་ དཔེ་དོན་གཉིས་འདི་ཡིན་ཅི་མེད་ཅི་ཚུ་དམོ། དཔེ་ཀྲིས་མང་ཤོས་ཅིག་ན། མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་པ་ཡིན། དེ་འབད་ཕྱི་ལས་མཚུངས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་པ་ཅིག་ལྟ་བུ་སྟེངས་འབད་ན།

(༡) མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་པ།

མ་གཞི་མཚུངས་གསལ་བྱེད་སྟོན་པ་ རུག་ཅུ་ཅུ་ལ་པའདྲ་དེ་འདྲ་ག། ཡིན་ལུ་དེ་ཚུ་མཚུངས་ དམོས་མཐོ་སྟོན་པ་ཅིག་པའི་མང་མེད་པ་ལས་ པ་བསེ་ལུ་དམོས་མཐོ་མེད་པའི་སྟོན་པ་ཅིག་ལུ་ག། དེ་ཡང་།

བཞིན། ཉུ་ འདྲ། མཐུན། མཚུངས། མཉམ། འགྲན། བཟུམ། ཉུ་ཕྱ། ཇི་ཉུ་ ཇི་བཞིན།
བུམ་ཕྱོ། མཚན་ཉིད་མཐུན། མཚན་ཉིད་མཚུངས། བཅོལ་མཐུན། རྟེ་ལས་རྒྱལ། རྟེ་དཔལ་མཐུན། རྟེ་ལས་
ལྷན་པས་འཕགས། ཟེ་མི་ཚུ་ཨིན།

མཚུངས་པ་གསལ་ལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་མཚན་ རྟོན་དུ་གཤིག་ཨིན་མ་ལས་ རྟེ་ཚུ་ལུ་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ ཀུ་པ་
ལ་སྐྱོད་དཔོན་པ་དཔ་ མ་དཔོན་པའི་སྐབས་འཐོབ་དཔ་བསྟན་ཏེ་ ག་བདེ་ཕྱི་ཕྱི་ཚེ་གཤིག་ དཔེ་ཉུ་ ཚེ་ག་
བས་བཟུམ་མ་ཨིན་པའི་ཉུ་ ཚེ་ག་བས་བཟུམ་ལུ་སོང་ཏེ་ ལ་སྐྱོད་གཤིག་དཔོན་པའི་ཉུ་ མཉམ། འགྲན། ཉུ་
ལ་སོགས་པའི་ ཚེ་ག་འབྲུ་གཤིག་འབད་མི་དེ་ཚུ་ བཅོལ་ས་ནི་དཔ་ གཉིས་དཔོན་པའི་ཉུ་ ཇི་བཞིན། ཉུ་ཕྱ་
ཟེ་མི་དེ་ཚུ་བཅོལ་ས་ནི་ གསུམ་དཔོན་པའི་ཉུ་ མཚན་ཉིད་མཐུན། རྟེ་ལས་རྒྱལ་ཟེ་མི་དེ་ཚུ་བཅོལ་ས་ནི་ཨིན།
དེ་ཚུ་གི་གཤིག་ལས་ བཞིན། ཇི་བཞིན། ཉུ་ཕྱ། ཉུ་ ཟེ་མི་ཚུ་ ལྷན་བཅས་བཟུམ་ཕྱོ། ཚེ་ག་ལྷན་མ་
འདྲེ་དཔོན་ནི་དཔེ་ཉུ་ མཚུངས་གསལ་ལ་བྱེད་འདི་ རྟེ་མ་བཅོལ་ས་ཨིན་མ་ལས་ འདྲེ་བའི་ལྷན་ཚེས་དེ་ ལྷལ་
ལས་བཅོལ་ས་པའི་ཉུ་ ལེགས་ཤོམ་འཕྱོ་ཕྱི་ཨིན། དཔེ་འབད་བའི་ཉུ་

ཟེ་བ་བཞིན་ཉུ་དཔལ་བའི་མཉམ་དཔ་དུ་ལྷན། རྟེ་མ་ཇི་བཞིན་གཟི་བཤིན་ཆེན་ཡེ་ལ།
ཇི་མ་ཉུ་ཕྱ་བསམ་པ་གཞག་པའི་མི། འཕྱོ་བའི་ཚུ་ཉུ་ལོ་ག་ནི་མཉམ་ཉུ་ལ།

ཟེ་དེ་བཟུམ་ཤིག་ཨིན།
རྟེ་ལས་གཞན་ མཐུན་ དཔ་ འདྲ་ ལ་སོགས་པ་དེ་ཚུ་ མཚུངས་གསལ་ལ་བྱེད་ ཁོ་རང་གིས་མཐུག་བསྟེ་
སྟེ་བཞིན་ལྷན་ལྷན་ རྟེ་ཡེ་དཔལ་འབད་བའི་ཉུ་

ལྷན་གྱི་ལུ་ལས་པ་དྲེ་ཉིད་དཔ་མཐུན། ཁམ་ཇི་མ་པའི་སྐབས་གཉིས་བུལ་བ་འཕོས་དཔ་འདྲ།
འཕུམ་པའི་མཚུངས་བུ་ལྷན་ཉུ་མཉམ་དཔ་མཚུངས། གཞན་པའི་ལུ་ཚེ་བཅུ་ལྷན་ལོ་དཔ་མཉམ།

སློབ་པའི་མ་ཉེན་ཆ་གསལ་མིག་ཉམས་འགྲུབ། །གསུང་སྐད་ཚུལ་པའི་དབྱེད་སྲིལ་ལས་ཀྱི་པས་འཕགས། །སྐྱེས་
འབྱུང་གསལ་མཁུ་མོ་དཔལ་ཚུལ་ཉེན་མཐུན། །འདི་འདྲ་ལྟ་མོ་ཡིན་གྱི་གཞན་མ་ཡིན། །
ཟེ་རང་གི་འདོད་པ་ལྟ་སུ་སྐྱུ་སོགས་ཨིན།

སློབ་ལྷན་ དང་པ།

སློབ་ལྷན་སློབ་ཚན་ལྟ་ལུ་སློབ་ མཚུངས་གསལ་ལ་གྱི་དཔེ་བཞུད་ཀྱི་ལོ་ལས་ སློབ་ཚན་འཕྲིན་ལས་མི་འོ་མ་འཕྲི
གསལ་ བྱེད་ཤིང་གྲུ་གྲིས་ཉེ་དཔེ་ལུ་སྐྱུ་ལུ་འབད།

སློབ་ལྷན་ གཉིས་པ།

སློབ་ལྷན་འདེད་སོ་སོ་གསལ་ མཚུངས་གསལ་ལ་གྱི་སྐྱོ་བཞི་ལས་མ་ཉེད་མ་འོ་གི་ དཔེ་བཞུད་གྲིས་ལོ་ལས་
ཆོས་གསལ་ལུ་སློབ་ཉེ་ ལྷན་ལྷན་འབད་ཉེ་དཔེ་ དེ་གི་ལུ་ལས་སློབ་སློབ་པ་དཔེ། ཡེད་མ་སློབ་དཔེ་གཞན་ལུ་
ལུ་ཉེ་ མཚུངས་གསལ་ལ་ལག་ལེན་འབྲེལ་བཟངས་ ཚུ་ལུ་མཐུན་འཕྲིན་དཔེ་འཕྲིན་ལྟ་དཔོ།

རྩོམ་གསལ།
སྐྱེས་ལྷན་ཀྱི་ལུ་ལས་ དཔེ་ཀྱི་ཟེ་མི་འདི་ ལྷན་ཐོས་སྐྱེས་ཀྱི་བཟང་མཚོ་དཔེ་བཟུམ་ཅིག་ཨིན། འདི་རང་གིས་ཤེས་པ་ཅིན་
སྐྱེས་ཚེ་མ་གྲི་ལུ་ལྷན་ཐོས་སྐྱེས་མེད་ཡོད། འདི་བཟུམ་གྱི་དཔེ་ཀྱི་ལུ་ཤེས་པ་ཅིན་ མཚུངས་གསལ་ལ་གྱི་སྐྱོ་ཚུ་ ལག་
ལེན་འབྲེལ་བཟངས་ཤེས་དཔོ། དེ་འབད་ལས་ གཤམ་འཁོད་དཔེ་ཀྱི་ཚུ་ མཐུན་འཕྲིན་ལུ་ཅིག་སློབ་ ཤེས་ཚུ་གསལ་ཉེ་དཔེ་
ལུ་ མཚུངས་གསལ་ལ་གྱི་སྐྱོ་ཚུ་ལག་ལེན་འབྲེལ་སློབ་ དཔེ་བཞུད་གཞན་ལུ་ཉེ་གི་སྐྱུ་ལུ་འབད།

(༢) ཚོས་དབེ།

གོ་དོན།

ཚོས་དཔེ་བཅའ་མི་འདི་ དཔེ་དོན་གཉིས་ཀྱི་འབྲེ་བའི་ཁྱད་ཚོས་ དེས་སུ་བཤད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ལྟ་གོ་ནི་ཨིན།

འདི་ན་ཚང་དགོ་པའི་ཁྱད་ཚོས།

༡-དཔེ། ༢-དོན། ༣-མཚུངས་གསལ་གྱི་སྐྱེ། ༤-འབྲེ་བའི་རྒྱ་མཚན་བཅས་བཞི་ཚེད་དགོ།

ཙ་ཚོགས།

མཛེས་མ་ཕྱོད་ཀྱི་ལག་མཐོལ་ནི། རྒྱ་སྐྱེས་བཞི་ཉེ་དུ་ཉེ་དུ་དམར།
ཞེས་པ་ཚོས་དཔེ་དོས་སུ་ནི། རྒྱ་ཚུངས་པའི་ཚོས་དག་བསྟན་གྱི་རོ།

གནས་སྤངས།

རྒྱ་དཔེ་པ་ཅིག་གི་སྐྱབས་ལུ་ དཔེ་བཅའ་འདི་ གནས་སྤངས་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ལུ་ བྲིས་ཡོད་པ་ཨིན་ལུ་
གི་ གནས་སྤངས་ཤེས་དགོ་པ་ཡང་འག་ཆེ། དེ་ཉེ་གི་དཔེ་བཅའ་འདི་གི་གནས་སྤངས་འབད་བའི་ལུ་ རྒྱ་
ག་ཅིག་གིས་ རྒྱ་མོ་འི་ལག་པར་བཤད་དེ་ཞེན་མ་ལས་ རྒྱ་མོ་འི་ལག་མཐོལ་ལུ་བཤད་བའི་གནས་སྐྱབས་ཅིག་ལུ་
ཨིན་མས།

ཚོགས་འགྲེལ།

རྒྱ་འདི་གིས་ དཔེ་མཛེས་མ། ཟེས་ མོ་ལུ་འབོ་ཞེན་མ་
ལས་ ཕྱོད་ཀྱི་ལག་མཐོལ་འདི་འབད་ནི། མེ་ཉོག་པ་རྒྱ་བཟུམ་
མེ་ དམར་པོ་འི་མདའ་དཔེ་དུ་ཉེ་མས། ཟེས་སྐྱབས་སྐྱབ་ཨིན་མས།



ཚིག་འདི་ཚོས་དཔེ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་འདི་ བྱམ་འདི་གི་ལག་པ་དང་ མེ་རྟོག་པ་ལྷན་གྱིས་ཀྱི་ མཚུངས་
ཚོས་འདྲ་བའི་རྒྱ་མཚན་ དམས་པེ་འཛིན་དམས་དཔེ་ལྟན་མ་སའོ ཡོད་མི་འདི་ དེས་ལྷན་སྟོན་གྱི་དེ་གིས་ཡིན་མས།

དཔེ་བཅུ་དེ་འབྲི་བཅས།

དཔེ་བཅུ་དེ་རྒྱ་བ་པའི་སྐབས་ དཔེ་ཚིག་ལྷན་གྱི་གྲིས་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱ་གྲུ་ལྷན་དོན་ ཚེ་དཔེ་མཚེ་བ་ཏུ།
ལྷན་དོན་ཚེ་པ་ཅིན་ དོན་ཚན་མཚེ་ལུ་དཔེ་བཅུ་ལྷན་གྱི་ཞིན་མ་ལས་ ཚིག་ས་བཤེད་པེ་བཅུ་དཔེ་ དོན་ཚན་ཚེ་ལུ་
ཚིག་ལྷན་ ལམ་གཤེད་པ་ཅིན་ རྒྱ་ཚོས་གཞན་ལྷན་བཅུ་གས་ཏེ་ ཚིག་གི་ལ་སྐོར་རྒྱ་བ་དོན་པ་ཡིན། དཔེ་ལྷན་
བྱམ་ལྷན་གྱི་ལལ་མས་འདི་ མེ་རྟོག་པ་ལྷན་བཅུ་མ་སའོ དཀའ་ལ་དམས་པེ་འཛིན་དམས་དཔེ་ལྟན་པས། ཟེ་
བཞག་པ་ཅིན། ཉ་པེ་མེ་རྟོག་པ་ལྷན། ར་དོན་བྱམ་པེ་འཛིན་ལལ་མས། ར་མཚུངས་གས་ལ་གྱི་སྐྱེ་བཅུ་མ་སའོ ལའདྲ་
བའི་རྒྱ་མཚན་དཀའ་ལ་དམས་པེ་འཛིན་དམས་དཔེ་ལྟན་པ། བསའ་དོན་ཚན་བཞི་ཚེ་ཡོད་པ་ལས་ ཚོས་དཔེ་འཛིན་
རྒྱ་གྲུ་ལྷན་དོན་ཚེ་མས། དེ་འབད་ལལ་མས་ ཚིག་ས་བཤེད་ལྷན་བཅུ་གྱི་ཡིན།

དེ་གི་ཡིད་འོང་ལྷན་གྱི་ །ལལ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་འདི་གི།

མེ་རྟོག་པ་ལྷན་བཅུ་མ་སའོ །དཀའ་ལ་དམས་པེ་འཛིན་དམས་དཔེ་ལྟན་པས།

ཟེ་བཅུ་གྱི་ཡིན།

སྐྱེ་ལག་དཔེ་བཅུ་དེ་རྒྱ་བ་པའི་སྐབས་ལུ་ རྒྱ་གྲུ་ལྷན་དཔེ་མཚེ་ག་བཞི་གི་ཅིག་ཡོད། དེ་གི་དཀྱིལ་འཁོར་བས་ལ་
གྱི་གི་བཅས་ལལ་འདི་ དཔེ་བཅུ་དེ་ཚིག་ལྷན་གྱི་གྲིས་ཞིན་མ་ལས་ སློབ་དཔེ་ལྷན་དཔེ་ ཡེ་ལྷན་ མཚན་ས་ཚུ་
ལུ་སྟོན་ཏེ་རྒྱ་གྲུ་ལྷན་དཔེ་མཚེ་ག་བཅུ། དེ་ལས་ཚིག་ས་བཤེད་ལྷན་གྱི་བཞི་ དཀྱིལ་འཁོར་འདི་མི་ཐོན།

སྦྱོང་ལཱ།

འོག་གི་དོན་ཚན་བརྒྱུད་ལས་། གཤམ་འཕྲུལ་གྲྀམ་ལ་ཁ་ཀྱལ་ཞིན་མ་ལས་། མིགས་བཅུ་ལྔ་བཅོམ། དེ་གི་སྐབས་།
 ༡-དོན་ཚན་གཞིག་གིས་། མིགས་བཅུ་གཞིག་བཅོམ་འཕྲུལ་བརྒྱུལ། དེ་ལོ་བཅོམ་བའི་ཞིག་གི་ལ་སྐྱོད་ལེ་ག།
 ཀྱལ་དགོ་པ་འཕྱོར་འོང།

༢-ཡཔ་ན། དོན་ཚན་འེ་གིས་། མིག་ཀྱལ་གྲིས་འེ་བཅོམ་ཞིན་མ་ལས་། དོན་ཚན་གྲིས་ཀྱིས་། མིགས་བཅུ་
 གཞིག་བཅོམ་འཕྲུལ་བརྒྱུལ།

༣-ཡཔ་ན། མིག་ཀྱལ་འེ་འེ་ནཔ་ དོན་ཚན་འེ་བཅུ་གས་ཉེ་བཅོམ་འཕྲུལ་ཡཔ་མ་བརྒྱལ་ཅིག་མེད། དེ་འབད་ལྷ་དཔ་
 དོན་ཚན་གས་མོ་མོ་ཨིན་པ་ཅིན་། འབྲེལ་མེད་འཕྱོ་ནི་གི་ཉེན་ལ་ཡཔ་ཡོད། དེ་འབད་ལྷ་ལས་ཐབས་ལས་།
 དུག་ཤོས་གྲིས་པ་འདི་ཨིན། དེ་གི་སྐབས་ལུ་མཚུངས་གས་ལ་གྱི་སྐྱེ་འདི་ མཚུངས་གས་ལ་ཉུག་བསམ་ཚུ་
 བཅུ་གས་པ་ཅིན་། ལེགས་ཤོམ་ཡོད།

- ༡-སྤྱི་གཟུགས་སྤྱི་གཟུགས་བཞིན་འཕྲུག་འཕྲུག་ཉེམ། ། ༢-ཞབས་ཀྱི་རྩུལ་གི་འཕྲོ་ལོ་ཉུང་འཕྲོ་གས།
- ༣-ལྷ་གི་འེ་གུ་སྤྱི་གཟུགས་ལུ་ཉུང་འཕྲུལ། ། ༤- ཞལ་མས་པ་རྒྱ་བཟུམ་ལོ་ཡིད་ལས་འོང།
- ༥-སྤྱི་གྲིས་འཕྲུལ་བཞིན་འཕྲོ་ལོ་འཕྲོ་ལོ་ལོ། ། ༦-ལྷ་གསུལ་འཕྲུག་འཕྲུག་ཉུང་འཕྲོ་ལོ་ལོ།
- ༧-བཟུགས་མོམས་མོམས་ལྷ་འེ་བཞིན་འཕྲུལ། ། ༨-ལྷ་གྲིས་པ་ལུ་བཅོམ་འཕྲུལ་བརྒྱུལ།

༢) གཉིས་པ་དངོས་དཔེ།

གོ་དོན།

དེས་དཔེ་བཅུ་མི་འདི་ དཔེ་དཔེ་དོན་གྲིས་འཕྲུལ་བའི་མེ་ཅིག་མ་གཏོགས་། གཤམ་ལོ་འཕྲུལ་ཨིན་ཞུ་ དེས་སུ་
 ལོ་ མ་བཅུ་མི་འདི་ལུ་གོ་ནི་ཨིན། ཚེ་དགོ་པའི་དོན་ཚན། དཔེ་དོན་མཚུངས་གས་ལ་གསུམ། འདི་གི་
 སྐབས་ལུ་འཕྲུལ་བའི་ཀྱུ་མཚན་བཏོད་མི་དགོ།

ཚ་ཚོགས།

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་པ་ལྷ་བཞིན།།
མིག་དྲག་ལྷུ་རྒྱལ་སྟོན་པོ་བཞིན།།
ཞེས་པ་ཚེས་གཞིག་རྩྱགས་བྱེད་པ།།
དེ་ནི་དེས་པོ་འདི་དཔེ་ཉིད་དོ།།



མཚན་འགྲེལ།

ཚེས་གཞིག་= མཚུངས་ཚེས་མ་བཤད་པར་ བྱུང་གཞི་དེས་པོ་གཞིག་རྒྱུ་མ་ཞིག་སྟོན་ནི།

རྩྱགས་བྱེད་པ་= ལྷ་ལོ་ནི་ སྟོན་ནི།

འདི་ནི་གནས་སྤངས་འདི་ བྱ་གཞིག་དང་བུམ་གཞིག་གདོང་སྟོང་རྒྱུ་ལྷོ་སྟོན་པའི་སྐབས་ལུ་ཞེན་མས།

ཚོགས་འགྲེལ།

དེ་ནི་སྐབས་ལུ་ བྱ་དེ་གིས་བུམ་དེ་ལུ་ བུམ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་འདི་ མེ་རྩྱག་པ་ལྷ་བཟུམ་སྟེ་ཞེན་མ་དང་། མིག་
རྩྱ་གཉིས་པ་འདི་ མེ་རྩྱག་ལྷུ་རྒྱལ་བཟུམ་སྟེ་ཞེན་མས། ཟེ་སྐབས་སྐབས་ཞེན་མས། ཚོགས་འདི་དེས་པོ་ཞེན་
དཔོ་པའི་རྒྱ་མཚན་འདི་ བྱུང་གཞི་བྱུང་ཚེས་གཉིས་ལས་ བྱུང་ཚེས་མ་བཤད་པར་ བྱུང་གཞི་གཞིག་རྒྱུ་མ་
གཞིག་སྟོན་ནི་འདི་གིས་ཞེན་མས། འདི་ཡང་ལ་གསལ་རྒྱུ་པ་ཞིན། གདོང་འདི་མེ་རྩྱག་པ་ལྷ་དང་ ག་ཅི་སྟེ་
འདྲ་ཞེན་མ་དང་། མིག་རྩྱ་འདི་ཡང་ མེ་རྩྱག་ལྷུ་རྒྱལ་དང་ག་ཅི་སྟེ་འདྲ་ཞེན་མ་གི་ རྒྱ་མཚན་མ་བཤད་
པར་བཞག་གི་དེ་གིས་ དེས་པོ་ཟེ་སྐབས་ཞེན་

བཏུ་རྩུ་ཚེས་ནི་མེད་པའི་ །ཡིད་འོང་ལྷོ་མོ་འདི་ལུ་རས།།

རྒྱ་ལྷུ་པ་ལྷ་འེབ་གི་ །མེ་རྩྱག་པ་ལྷ་འདྲ་བས།།

ཡཔ་ན།

སྐྱ་གཞུགས་ལྷོ་མི་སྐྱ་གསལ་འདུ་བའི་གྲུ། །ཞུལ་པས་དུ་ཕྱི་ལ་འཁོར་ཉེ་གསལ་བས་སོ།།
ཡུག་ཞུགས་མཚུ་བའི་བུ་དཔ་འདུ་བས་ས། །གསུང་སྐད་ལྷུ་བྱུག་སྐྱ་དུ་བྱུངས་ལས་ཀྱང་ལྟ།

ཟེ་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། དཔེ་བཅོད་གོ་པ་མ་འདི་ཉེ་ཉེ་ཚན་གཅིག་དཔ། འོག་མ་འདི་ཉེ་ཉེ་ཚན་བའི་འདུ།
དོན་ཚན་ག་དེ་མ་ཅིག་བཅུགས་ནི་ཡིན་ལ། རྒྱུ་རུ་གྱི་ག་དཔ་མ་ཡིན་པུ་ དོན་ཚན་གསུམ་དཔ་བའི་བཅུགས་པ་
ཅིག་ ཚིག་དོན་གོ་པ་འོག་གི་འབྲུལ་བ་བཟོ་དུ་ དེ་མེད་པ་ཅིག། བསམ་གསུམ་སྐད་ལུ་དཔ་ཅིག་འཕྱུ། །དཔ་
ཚུ་བམ་པས་ཉེ་ཅིག་བཟུམ་གྱི། ཟེ་དོ་ལྷ་བཟུམ་གྱི། འབྲུལ་མེད་འཕྱི་མི་གི་ཉེ་མ་ཡོད།

དེ་གཉིས་ཀྱི་ལྷུང་པས། ལྷུང་གཞི་དེས་ལོ་ཅམ་ཅིག་བཞད་མི་འདི་ལུ་ དེས་དཔ་དཔ། འདུ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱི།
ལྷུང་ཚོས་བཞད་མི་འདི་ལུ་ ཚོས་དཔ་ཟེ་སྐབ་ཡིན།

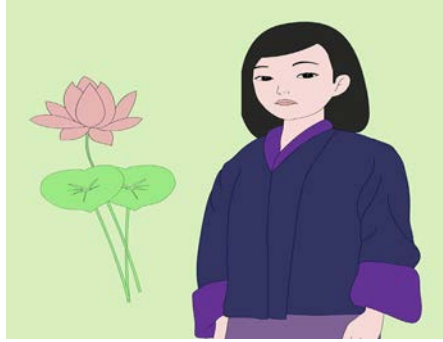
སློབ་ལཱ།

འོག་གི་དོན་ཚན་གང་རུང་གང་མ་ཁ་རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས་ དངོས་དཔེ་དཔེར་བཅོད་གཅིག་བྲིས།

- ༡ དུ་དུག་དུ་དུ་ལྷོ་མི་གསོད།
- ༢ སྐྱ་གཞུགས་དུ་ཅོད་དུ་སྐྱོད་པོ།
- ༣ གསུང་སྐད་དུ་ལྷུ་བྱུག་དུ་བྱུངས།
- ༤ ལྷུགས་སེམས་དུ་གདམས་དི།
- ༥ ལྷ་བཟུམ་དུ་འདུམ་ཚོན།
- ༦ འཕྱི་དོན་འཕྱི་ལས་དུ་ཉི་མའི་འདྲ་ཟེ།
- ༧ སྐྱ་གཞུགས་དུ་རྒྱ་ཤི།
- ༨ གསོད་དུ་ལྷོ་མི།
- ༩ ལྷུ་དུ་མེ་གི།
- ༡༠ གཞུགས་ཅོལ་དུ་སྐྱ།
- ༡༡ ལག་པ་དུ་ཁབ་ལེན་ལགས།
- ༡༢ ཁ་དུ་ལེ་བ།

ཚོག་འགྲེལ།

འདི་གི་སྐབས་ལུ་ བུ་ཚེ་འདི་གིས་ བུ་ཚེ་འདི་ལུ་ རྩོད་
གྲི་ལྟུ་པ་མ་འཇུག་མི་མི་འདུག་ ཟེ་ཡུལ་སྟེ་སྐབས་མ་
ཚུགས་པས་ བསྐྱོད་སྲུ་ཅིག་ལུ་ རྩོད་གྲི་ལྟུ་པ་མ་
བཟུམ་ལུ་ མེ་རྩོག་པ་སྐྱེ་དེ་ཡུལ་ ལུ་ཚོ་རྒྱས་ལུག་ཟེ་



སྐབས་སྐབས་ཨིན་མས། དུ་མེ་བཅོད་འདི་གི་དུ་མེ་བཞོད་བཟུམ་འདི་ འཇིག་རྟེན་གྲགས་པའི་ དུ་མེ་བཞོད་བཟུམ་
ལས་བསྐྱོག་གི་འདི་གིས་ བསྐྱོག་པའི་དུ་མེ་བཟུམ་ཨིན་མས།

གོ་པ་གི་དུ་མེ་བཅོད་འདི་ལུ་ ཚོས་དུ་མེ་བཟུམ་ལུ་ འདུ་བའི་ལྷན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་དེ་སྲུ་བཞུད་ལུག། དེ་
བཟུམ་ལུ་བསྐྱོག་དུ་མེ་ལུ་ ཚོས་དུ་མེ་ལྷན་ཚོས་བཅུགས་ཏེ་བྲི་བ་ཅིག།

སེམས་མཐུན་སྐྱེ་ལུ་ རྩོད་གྲི་ལྟུ་པ་མ་བཟུམ་ལུ།
ཡམ་ཚོས་བཅོ་ལའི་ལྷ་བ། མཇེས་པའི་དུ་མེ་ལུ་ལྟན་པས།

ཡུལ་ན།

ཡིད་འོད་རྩོད་གྲི་གཞོན་པའི་ལུ་ཚོ་བཟུམ། དུ་མེ་ལྷན་ཚོས་མེ་རྩོག་མཇེས་ཤིང་ཡིད་འོད་ལ།
རྩོད་གྲི་གཞོན་པ་ལྟ་ལྟ་བུས་མེ་འཇིག་ལུ། གཤམ་འི་མེ་ལྟ་ལྟ་པའི་མེ་ལུ་ལྟན་ལུ།

སྦྱུང་ལུ།

འོག་གི་འགྲེལ་བཞུད་དུ་ དུ་མེ་བཅོད་ལུ་བཏུ་གི་ལུ་ལས་ འདི་དུ་མེ་ལུ་འདུ་བའི་ བསྐྱོག་པའི་དུ་མེ་གཅིག་གིས།
བསྐྱོག་པའི་དུ་མེ་འདི་ལུ་ འདུ་བའི་རྒྱ་མཚན་མ་བཞོད་པས་ དེ་སྲུ་དུ་མེ་བཟུམ་ལུ་བྲི་བ་ཅིག་ འོས་འབབ་ཆེ་
རྩོག་རྩོད་འོད་ཨིན། འདི་ཡུལ་དུ་མེ་ན།

ལུ་མ་པ་འདི་ན་ཤུ་པ་བའི། །མདུང་པ་ལྟ་བུ་སེམ་མོ་རྟོག།
 ཡིད་འོད་ལྷན་ཆུ་ཐོད་ཀྱི། །ཉལ་པས་འདི་དཔེ་འདྲ་བས།།
 རྣམ་མཁའ་འདི་དྲིའི་ལུ་ཤུ་པ་བའི། །སྐྱེས་ཚེ་གསལ་སྟོད་ལོ་འདྲ་བའི།།
 འཇུ་མ་ལྟ་བུ་མོ་ཐོད་ཀྱི། །སྦྲུག་ཀྱི་འདྲ་དཔེ་མཉམ་པས།།

(༧) བསྐྱེས་པའི་དཔེ།

གོ་དོན།

དཔེ་དོན་གཉིས་འདྲ་དགོ་མི་འདི་ རྒྱ་མཚན་གཞི་ཅེས་མེད་པས་ རྒྱ་མཚན་གཞི་ཅེས་ལོ་དུ་ཉི་འདི་གིས་ཡང་
 ལོ་ཉི་ལྟེ་ འདྲ་ཚེས་གཉིས་ཀྱི་སྐྱོ་ལས་འདྲ་ལྟ་སོ་སོ་ལྟ་མི་འདི་ལུ་ བསྐྱེས་པའི་དཔེ་བའི་སྦྲུག་ལོ་ཉི་

ཚང་དགོ་པའི་དོན་ཚན།

དཔེ་དོན་མཚུངས་གསལ་གསུམ་གྱི་འདྲ། དཔེ་འདི་སྟོན་ཉི་གི་དོན་ལུ་ རྒྱ་ཚེས་དཔེ་པ་ལྟར། ལོ་ཉི་ ཉི་།
 ཅེས། རྒྱ་མཚན་གཞི་ཅེས་བའི་ཚེས་གཤམ་ལུ་འདྲ་ལོ་ལྟར། རྒྱ་ཚེས་ལྷུ་ལ་མཁའ་འདི་ལྟར། ཀྱང་ཡང་འད་
 གསུམ་ གཤམ་ལུ་གི་བསྐྱེས་པའི་ ཚེས་གཞི་ཚུ་དཔེ་ཉི་ལོ་ལོ་ལས།

ཚ་ཚོགས།

ཐོད་གཉོད་མཚེས་པ་ལོ་ལྟ་ཡིས། །ཟླ་བའི་ཇེས་སུ་འགོ་མི་ཉི་རྟེ། །
 དཔེ་ལྟེ་ལས་ཀྱིས་ཀྱང་ལེས་པ། །འདི་འདྲ་བསྐྱེས་པའི་དཔེ་ཡང་ཡོད།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

ལོ་ཉི་= རྒྱ་མཚན་གཞི། ཇེས་སུ་འགོ་= མཚུངས་གསལ་གྱི་སྐྱོ།

ཚིག་འགྲེལ།

ཁྱོད་ཀྱི་འཕྲིན་ལུ་མཚོ་མེད་ཀྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟོ་ལྟོ་
གིས་ ལྷན་དུ་འདུ་བས་ཟེར་སྐབས་སྐབས་མེད། ཁྱོད་
མཐོང་མེད་ སེམས་ལུ་དྲག་ལ་བ་བསྐྱེད་ཚུགས་པའི་
ལུས་པ་ཡོད་ཀྱི་གིས་ཡང་ཨོན་ཟེར་ཨོན་ཟེར་དུང་།
འདི་བཟུམ་གྱི་བསྐྱེད་ལུ་ཟེར་མི་གཞིག་ཡང་
ཡོད་ཟེར་ཨོན་ཟེར་།



མཚུགས་ལས་ལས་འདུད་ཅེས་ཀྱིས། །ཁྱིེད་འདུ་ཟེར་སྐབས་སྐབས་མེད།།

ཞུགས་ལུ་སྐད་ཀྱི་འདི་གིས་ཡང་། །འདུ་བས་མཐོན་ཉེ་སྐབས་སྐབས་མེད།།

ཡང་ན།

ཁྱོད་ཀྱི་ཞུགས་ལས་ལས་པ་ཅེས་ཀྱིས། །ཚུལ་ཁྲིམས་མེད་ཀྱི་དུ་འདུ་བས་མེད་པར།།
གཟུགས་ལས་སྤི་ཞིམ་འཐོན་ཀྱི་འདི་གིས་ཡང་། །ཁྱོད་དུ་མེད་ཀྱི་འདི་གཉིས་འདུ་བས་སུ།།

སྦྱོར་ལུ།

- (1) ཁྱོད་ལུ་པ་ལྷན་ལས་དུ་འདུ་བས་ཟེར་སྐབས་མེད་ཀྱི་ དུ་མེད་མེད་ཀྱི་ལྟོ་ལྟོ་གིས་མེད་པར་ མ་
མཐུག་པའི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟོ་ལྟོ་གིས་ཡང་ཨོན་ཟེར་ ཟེར་བའི་དོན་ཚན་ཀྱི་ ཚིགས་བཤེད་ལྟར་བཟོ།
- (2) འདི་བཟུམ་གྱི་དོན་ཚན་གཞན་གཞན་ཀྱི་འཕྲིན་ བསྐྱེད་ལུ་ཟེར་གཞིག་ ཚིག་ལུ་དུ་ལྷན་ལས་ཀྱི་ཞིམ་
ལས་ ལུ་ལས་ཚིགས་བཤེད་ལྟར་བཟོ།

(4) མད་བྱུང་གི་དཔེ།

གོ་དོན།

དུམ་ལུ་ འབྲུལ་བས་དཀའ་བའི་བྱ་རྩལ་ཚེས་ རྒྱལ་ས་སི་སི་ཅིག་ བཀོད་འཁོར་མ་ལས་ འདི་ཕྱི་ལྷོ་ལྷོ་དུམ་ལུ་
བརྟུལ་ཉི་མས། ཟེ་སྟོན་མི་འདི་ལུ་ མད་བྱུང་གི་དུམ་ལུ་ཟེ་སྟོན་མི་ལོ།

ཚང་དགོ་པའི་དོན་ཚན།

དུམ་ལུ་མཚུངས་གསལ་གསུམ་གྱི་གུར། དུམ་ལུ་ འདི་བརྟུལ་ཅིག་ཡོད་པ་ཅི་ ཟེ་བའི་བརྟུལ་པ་མཐའ་
བརྟུལ་གྱི་ཚོན།

རྩ་ཚིག།

མི་ལེགས་གལ་ཏེ་པ་རྒྱ་འགའ། རྣམ་པར་འཕྲུལ་པའི་མིག་ཡུན་ན།།
ཕྱི་ལྷོ་བཀོད་ལྷོ་དུམ་ལུ་འཛིན་ཏེ། འཛིན་པ་འདི་ཉི་མད་བྱུང་དུམ་ལུ།།

མཚན་འགྲེལ།

མི་ལེགས་= མིག་ཚིག་བྱ་མི་ཚིག་ཡོད་མི། བྱ་མི་ཚིག་ཡོད་མི། རྣམ་པར་འཕྲུལ་པ་= མིག་ཏེ་གི་རྣམ་འགྲུས་
སྟོན་ཉི་ བཀོད་ལྷོ་དུམ་ལུ་= བཀོད་ལྷོ་བྱ་རྩལ་ཚེས་ལུ་འཛིན་པ་ལུ་ འཛིན་པ་= ལྟོན་པ་འདི་ཉི་མཚུངས་
གསལ་གྱི་སྐྱ།

ཚིག་འགྲེལ།

དུམ་ལུ་ལོ། གལ་སྲིད་མེ་ཏོག་པ་རྒྱ་ཚུ་ལུ་ རྣམ་འགྲུས་སྟོན་ཉི་ཡོད་པའི་ མིག་ཏེ་ཅིག་ཡོད་པ་ཅི་འབད་ཉི་
ཕྱི་ལྷོ་བཀོད་ལྷོ་བྱ་རྩལ་ཚེས་ལུ་ དེ་འབད་ལྷོ་བྱ་རྩལ་ཚེས་ལུ་ ཟེ་སྟོན་མི་འདི་ལུ་མད་བྱུང་གི་དུམ་ལུ་
ཟེ་སྟོན་མི་ལོ།

ཚུན་ཀ་མེ་རྟོག་འདི་ལ། །གསུང་ཅིག་འབྲོན་ནི་ཡིད་ཀྱང་།།
ཡིད་འོད་སྦྲུལ་ཚུལ་ལྷོད་ཀྱི། །དུམ་མེ་བརྟུབ་པ་བརྟུབ་པས།།

ཡཔ་ན།

འཛམ་གླིང་རྒྱུ་ལྷོགས་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཚུ་ན། །རྒྱལ་ཡོད་ས་དྲག་འཁྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཡོད་པ་ཅི་ན། །དུམ་པའི་
ཚོས་ཀྱི་བརྟུན་པ་དཔལ་མི་གི། །སྦྲུལ་འོད་ས་འབྲུག་གི་དུམ་མེ་བརྟུབ་པ་ནི་མས།།

སློབ་ལྟུང་།

- (1) བྱ་ཁུ་བྱ་གཤམ་འདི་གིས་ དྲག་འཁྱིད་འཁྱུ་མ་ཅིག་སྦྲུལ་པ་ནི་ཡིད་པ་ཅི་ན་འབད་ནི་ ལྷོད་ཀྱི་གསུང་སྐད་དཔལ་
འདུ་ནི་མས་ས། དེ་འབད་ལྷོད་པ་མི་ཉེ་འདུག་སྟེ། ཟེ་བའི་དོན་ཚན་གྱི་ཐོག་ལུ་ མཉམ་བུ་གི་དུམ་མེ་
ཚོགས་བཅུ་ལུ་ སྤོ་ནི་འུ་ལྷོད་པ་འབད།
- (2) འདི་བཟུམ་གྱི་དོན་ཚན་གཞན་ཅིག་འཚོལ་ཞིན་མ་ལས་ ཚོགས་ལྷོག་ལྷོད་པ་སྤོ་སྤོ་

(6) བྱུང་མིན་གྱི་དཔེ།

གོ་དོན།

དེ་མ་ལས་བྱུང་ལྷོད་པ་མེད་པའི་དུམ་མེ་གཅིག་ མེམས་ཀྱིས་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ དེ་དཔེ་འདུ་བས་ཟེ་སྟོན་མི་འདི་ལུ་
བྱུང་མིན་གྱི་དུམ་མེ་སྤོ་སྤོ་ཡིན།

ཚང་དགོ་པའི་དོན་ཚན།

དུམ་མེ་མཚན་ལུ་མཚུངས་གསལ་ལ་མཐའ་ཅིག་གི་བྱ་ཚོགས། དེ་གི་ལུ་ལས་དོན་དཔེ་འདུ་བའི་རྒྱ་མཚན་བསུ་ཚེད་
དུ་གོ། དེ་གི་སྐབས་མཚུངས་གསལ་གྱི་སྐྱེ་འདི་ མི་ཚོགས་ལུ་རྒྱུ་བའི་མེད་པར་ བྱ་ཚོགས་གོ་མཐའ་མར་རྒྱུ་
དུ་གོ་པ་ཡིན། དུམ་མེ་ན། བསྐྱེས་པ་བཞིན། འབབ་པ་འདུ། བསྐྱེས་པ་མཚུངས། བཟོ་བཟོ་ལྷོད་པ་
བཟོ་བཟོ་ལྷོད་པ་བཟུམ།

ཚ་ཚོགས།

པར་འཛིན་པའི་སྤྱི་བོ་ཀུན། །འགའ་ཞིག་དག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་བཞིན།།
ཁྱོད་ཞལ་རྣམ་པར་མཛེས་ཞེས་པ། །དེ་ནི་བྱུང་མིན་དཔེ་ཞེས་རིག།

ཚོགས་འགྲེལ།

མེ་རྟོག་པར་འཛིན་པའི་ཆ་ཤས་དྲག་པ་ཅིག་ གཞིག་
ལས་བསྐྱུས་ཞིན་མ་ལས་ བཞུག་བཞུག་པ་བཟུམ་སེ་
བུམ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་རྣམ་པར་འཛིན་ གཞིག་པ་མཛེས་པས།
ཟེ་མི་འདི་ལུ་ དཔེ་འདི་བྱུང་མིན་པའི་གཞི་ ཡིན་ནི་
འདི་གིས་ བྱུང་མིན་གྱི་དཔེ་ཡིན་ ཟེ་ལྷ་གོ་དུག་ཟེ་
ཡིན་མས།



བྱུང་མེས་སྤྱི་བོ་གི་བྱུགས་སེམས། །ཞིག་ལས་བསྐྱུས་
བསྐྱུས་བཟུམ་སེ། །དེ་གི་མཉམ་འགྲུབ་ཁྱོད་འདི།།
བྱུགས་བཟོ་ཆེ་ཆེ་བས།། ཡལ་ན།

ཀྱུ་མཚོ་ལྟ་གི་མེ་རྟོག་པར་འཛིན་གི། །མཛེས་ཆ་གཞིག་ལས་བསྐྱུས་ཏེ་བཟོ་བཟོ་ལྷ་བཟུམ།།
བཟུགས་ལལ་ཚོ་དྲན་པའི་བུམ་ཁྱོད་ཀྱི། །ཞལ་རྣམ་པར་འཛིན་འཛེལ་འཛེལ་བས་ས།།

སློབ་ལྟ།

- (1) ལྷུག་པོའི་ལོ་ལོ་སྤྱི་བོ་གི་གཞིག་གའ་ གཞིག་ལས་སྐྱུངས་ཏེ་བཞུག་བཞུག་པ་བཟུམ་སེ་ བསྐྱུས་ལྷུགས་
འབྲུག་པ་ལུ་ལོ་ལོ་སྤྱི་བོ་ཟེ་དཔེ་ཡིན་འདུག། ཟེ་མཛེས་ལྷུག་འདི་ཚོགས་བཅད་ལྟ་བུས།

- (2) གོ་པ་གི་ཚིས་དཔེ་དེས་དཔེ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཞུ་མ་ལས་ སུམ་ཚུ་གིས་ ཨ་ཞེ་
 ཇེ་བཟུལ་དཔ། སུམ་ཚུ་གིས་ མི་དབང་མའལ་བདག་ཀྱུ་ལ་པོ་ལུ་ བསྟོད་པ་ཡུལ་བའི་བསྟོད་སྟོམ་
 འོག་ལེབ་གཅིག་གིས།

མཇུག་བསྟུ།

དབྱེད་ས་ཅན་ཉམ་གསེལ་མཚུངས་གསལ་འཁོར་ལ་འདྲི། རྒྱ་ནུ་ཕྱོད་ཏེ་ལ་ནུ་ཕྱགས་ཕྱགས་པ་བཟུམ།
 དཔེ་དོན་ལྷན་བའི་སྐྱེ་ལ་ཕྱོག་ཚེས་རིག་ལུ། །ཐོགས་པ་མེད་པའི་སོ་བས་པ་འབྱུང་བས་འོག།



ལེགས་བཤད་སྒྲུང་དོར་ཤམ་འབྱེད།



ལེགས་བཤད།

༡. དང་པོའི་ལུགས་སློལ་བདག་འཛིན་ལེགས་ཤོམ་འབད་དགོཔ།

གནའ་བོའི་ལུགས་དང་དམ་པའི་སློལ། །ཚེས་བཞག་ཤིན་ཏུ་ཚུང་བ་ཡི། །

མ་རབས་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ནི། །ཡ་རབས་སློད་པ་གསལ་མི་འགྱུར། །

མི་པོ་ལོ་རྒྱུས།

གནའ་བོ་: དཔལ་ལྷན། ཉེ་མ། དམ་པ་: ལེགས་ཤོམ། མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ། མེས་བཞག་: མ་བཞག། དཔལ་ལྷན་པ།

གནའ་བོའི་ དཔལ་ལྷན་ལས་ རྒྱུ་ལྷན་པ་ རྒྱལ་བའོ་དམ་ཚུ་གིས་མཛད་མི་ ལུགས་སློལ་ལེགས་ཤོམ་ ཚུ། བདག་འཛིན་མ་འབད་བའ་ ལྷན་མེད་མེ་ མེས་མཚོ་དམ་བསྐྱེད་པ་འབཞག་པའི་ མི་གཤིས་ཚུ་ དཔལ་ མ་རབས་དེ་ཚུ་གི་ནུ་ལུ་ ཡ་རབས་བཟུང་པོའི་སློད་པ་ ག་དེ་མེ་ཅིག་སྟོན་ཏེ་འབད་ཏུ་ རྒྱུ་དཔལ་ ཡག་པའི་གོ་དཔལ་ མེ་ཏོ་ལུ་སྐྱེ་སྐྱེ་བཞག་ཏོ་བཟུམ་མེ་ ཡ་རབས་ཀྱི་སློད་པ་ ལེགས་ཤོམ་འདི་ ཚུ་ལས་པ་ གསལ་མི་ཚུ་གསལ་བཟུང་ ཡ་རབས་དམ་པའི་སློད་པ་ལོ་རྒྱུས་ ཏུ་གོ་མཚུགས་པའ་ལུ་འདོད།

༢. རང་ཡ་རབས་ཀྱི་ལཱ་འབད་དགོཔ།

ས་འདི་མ་རབས་ཀྱིས་གཤམ་ཡང་། །རང་ཉིད་ཡ་རབས་སློད་པ་གྱ། །

དེ་ཏུ་གཞི་ཚེས་ཉིད་ཀྱིས། །རང་ལཱ་ལུ་སྐྱེ་སྐྱེ་གསལ་པའ་འགྱུར། །

མི་པོ་ལོ་རྒྱུས།

སློད་པ་གྱ།: འབད་གཞག་བཅའ་གཞག་སྟོན་ཏེ། ཚེས་ཉིད་: གནས་ལུགས། རང་བཞིན། ས་མཚུངས་ མ་རབས་ཀྱི་ལཱ་འབད་མི་ མི་དཔལ་ཚུ་གིས་ གཤམ་ཏུ་རང་། རང་འདི་ ཡ་རབས་ཀྱི་སློད་པ་

བཟུང་པོ་དཔལ་ལུ་ལྷ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་དྲོ། དེ་སྲིའབད་བའི་ཉ་ རེ་བའི་ཉ་ཀྱིས་པ། ཡ་
རབས་འབད་མི་འདི་ལུ་ འཁོམ་གཡོག་དཔ་ རྒྱ་ཉོན་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ རེ་ལུ་ཡུལ་ལུ་ཚོགས་པ་དཔ་ལྟ་
ཏེ་ ལེགས་ཤོམ་འེད་ནི་ཨིན།

༣. སློབ་ཡོན་བརྟག་དཔྱད་འབད་དགོ་པ།

- རེ་ལུ་ས་གཞི་པ་ས་ལྷུ་པ་པ་ནི། །འཛིན་རྟེན་འདི་ཉམ་མེད་བའི་ཉ་པ། །
- རེ་པ་སློབ་ཡོན་མི་བསམ་པ། །དུ་འགོ་རྣམས་དཔ་ལྷུ་པ་པ་ཅི། །

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

གཞི་པ་: ལྷུ་ལུ་སེམས། བརྟེན་དུ། གཡུ་ཚེ། འཛིན་རྟེན་: འཛིན་གྱི་པ།
 དུ་འགོ་: མཁྱེན་གྱི་སྲིའབད་འགོ་མི་སེམས་ཅེ།
 གཡུ་པ་ལུ་ལྷུ་པ་སེམས་ རེ་གིས་རེ་ལུ་གཞི་པ་ཉི་མ་གཏོགས་ རེ་བའི་ལུ་ལུ་གཞི་པ་མི་འདི། འཛིན་
 རྟེན་འཛིན་གྱི་པ་འདི་ཉ་ གཡུ་པ་མེད་པ་ཨིན་མ་ཤེས་བའི་ཉ་པ། རེ་གིས་ རེ་ལུ་སློབ་དཔ་ཡོན་ཉ་
 གཡེ་སྲིའབད་གཡུ་ལུ་ཟེམ་ མཉོན་བསམ་མ་གཏུང་པ་ རྟོན་མི་འདི། དུ་འགོ་སེམས་ཅེ་ཅིག་དཔ་ ལྷུ་པ་པ་
 གཡེ་ཉི་ལུ་མེད་པ་ཨིན་མ་ཤེས་དགོ།

༤. མི་བལ་པའི་སློབ།

- ཐ་ལུ་རྣམས་ནི་མཁྱེན་ཤིང་། །མཁྱེན་བའི་མོད་ལུ་བྲེལ་ཡེད་སྤ། །
- ཡུ་ཐག་ཐུང་བའི་ཚུ་ཡན་དེ། །བྲེལ་དཔ་བྲི་བའི་ཡུ་ལུ་ཚེ་ཡིན། །

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

ཐ་ལུ་: མི་བྲུང་ཉེས། ལུ་ལུ་མེད་པ། མཁྱེན་: ལྷུ་ལུ་འཛིན། བྲེལ་: ཅིག་པ་ཟེ་ནི། ཡུ་ཐག་: རིང་

ལ: འོག་གི་ལེགས་བཤད་དང་ དཔྱེ་གཏམ་ཚུ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་ ལེགས་བཤད་དོས་འཛིན་
འབད།

༡. གཞེས་མི་གཞེས་བྲམ་གཞེས། བྲམ་ལས་ཡཔ་པེ་གཞེས།
༢. དུགས་སྟོལ་རྩི་པ་སྟོག་བཞིན་དུ། གཞེས་ཤིང་གོང་འཕེལ་མ་གཏང་ན།། ཚུ་བ་རྒྱལ་བའི་སྟོད་པོ་
ཉུང་།། མི་འདོད་བཞིན་དུ་འགྲུལ་བཤུར་།།
༣. རྒྱུ་ལོ་པུ་པ་སྟེང་མ་དཔེ་བཞིན།། ལུ་ཟུང་མེ་གྲིས་མཐོ་དམའ་བྱེད།།

ག: བྱིས་ལྡུ།

༡. མོད་ལུ་ལེགས་བཤད་བཞི་ཡོད་ས་ལས་ གཏུམ་ལས་མ་ཉུང་མ་ཅིག་ལག་ལེན་འབྲེལ་སྟེ་ གསལ་
བཤད་སེའི་བྱིས།
༢. མོད་གི་ལེགས་བཤད་ཚུ་དཔེ་དོན་དུག་ཆ་འདྲ་བའི་ ལེགས་བཤད་འབད་དུ་ དཔྱེ་གཏམ་འབད་དུ་
གསུམ་སེའེ་འཛོལ་ཏེ་བྱིས།
༣. པེ་གི་དཔེ་ཆ་དཔེ་ཡཔ་ན་ མཐུན་ཆ་དཔེ་གཅིག་ཁར་ མོད་གི་ལེགས་བཤད་ཚུ་ རྩོ་གི་བཤུ་
བཞུགས་ཏེ་ ལྷ་བཞི་ལྷུ་པ་འབད།

༤. མ་རབས་ཀྱི་སློབ་དཔེ།

མ་རབས་གཅེས་པར་བསྐྱེད་ས་ན་ཡང། །དྲིན་དུ་མི་ཚོར་འབྲུག་པར་བྱེད། །
བསེལ་བའི་ཚུ་ཡིས་བྲན་ན་ཡང། །དོ་ལྷན་ལྷན་པར་ཁོལ་ཞིང་ཚ། །

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

འབྲུག་: ཚོགས་དྲུག་། ཇིག་པ་ཟེ་ནི་ ཚོལ་ནི་ བྲག་: ལྷ་བྲུགས་ནི་ གཏོར་ནི་ རྟོ་ལྷན་: ལྷ་
ཉེ་མི་རྟོ།

མི་ མ་འབྲས་དེ་ལྷ་ལུ་ འད་གིས་ གཤེས་གཤེས་མའམ་མའམ་སྐྱེ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ཕུམ་ཡེ། དེ་སྐྱེ་
འབད་མི་ལུ་ དྲིན་མི་བསམ་པས་ དྲིན་ལུན་ ལོག་འཕལ་འབད་དེ་ འད་ལུ་ཇིག་པ་ཟེ་སྟེ་ ཚོལ་ལྷ་ལོན་
དུ་མེད་ལྟེ། ལྷ་ཉེ་མི་རྟོ་ མེ་བརྟུང་བརྟུང་མ་གྲུས་ ལྷ་བསམ་ལྟོ་ལྟོ་ ལྷ་གསུམ་ལྷ་ལྷ་ ལྷ་ཉེ་མི་རྟོ་དེ་སྐྱེ་ལུ་ས་འོལ་
དེ་ ཚོ་རྟོག་ཏེ་ འགྲོ་དོ་བཟུམ་ཇིག་ལོན།

༤. དོ་ཚེ་མེད་པའི་མི།

ཐོལ་མེད་རྣམས་ལུ་མན་བརྟགས་ཀྱང་། བྲུ་བ་ཟིན་ལུ་བཅེད་པས་འགྲུས། །
ལྷ་ཡི་མེད་ལུ་བརྟུལ་བུ་ ལྷ་གཤེད་སུ་ལྟོ་སུ་པ་མེད་པས་དོས། །

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

ཐོལ་མེད་: དོ་ཚེ་མེད་པ། བྲུ་བ་: ལུ། དོན་དྲག་། ཟིན་ལུ་: ཚེས་ལྷ་དུ། མེད་ལུ་: མེ་ལ། མས་
ལོགས་མ། ལྷ་གཤེད་སུ་: ལྷ་ལུ་ལས་ མི་དུ་ཅེ་ལུ་འབྲུག་མི་ ལྷ་སྐོམ་ དོས་: བཞོ་བཞོག་གི།

འད་ལུ་བརྟེན་དེ་ དོ་ཚེ་ནི་དུ། གཤེས་གོ་མེད་ལྷ་གིས་ དམོ་འམ་མ་ ཐོལ་མེད་མེད་པའི་ མི་དེ་ལྷ་
ལུ། གཤེད་ཇིག་ས་ མན་བརྟགས་དེ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ཕུམ་། ཁོ་ས་གི་ དོན་ལྷ་བཅེས་ལྷ་ ལེགས་
ཤོམ་འབད་མི་ དྲིན་ལུ་དེ་ཡེ་ བཅེད་འགྲོ་འོས་ དུ་ཕྱི་འབད་ལྟེ། ལྷ་བརྟུལ་དེ་ མེ་གི་ལོགས་ལུ་ ཐོན་

༩. ལྷ་ངན་མ་གཟུགས་ཁ་མར་འགྲོ་ནི།

རང་རྒྱུ་སྐྱོན་གྱིས་ཆ་འཕེལ་ན། །དེ་གཟུགས་དྲག་གི་འབབ་ཆུ་བཞིན། །
འོ་གཟུགས་འོ་གཟུགས་འཕྲོ་བའལ། །ལག་ཟུགས་རྩམས་ཀྱང་འོ་གཟུགས་མི་བྱུང། །

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

དེ་གཟུགས་: དེ་གཟུགས་དྲག་ས། བྱུ་ག། ལག་ཟུགས་: ལག་པར། རྩམས་ཀྱང་: བཞིན་དེ་འབྲེལ་ལྟར།
འོ་གཟུགས་: སྐྱོན་མི་ཚུགས།

རང་གི་རྒྱུ་ལྟ་ ཆེ་འབྲེལ། འབྲེལ་མོ་རྒྱུ་ག། ལས་ལྷ་བཀྲ། འོ་གཟུགས་ ལས་གཟུགས་པའི་ སྐྱོན་གྱི་ ཆ་
འཕེལ་བའི་སྐྱོན་པས་ལྟ། དེ་ལྟར་གྱི་ དེ་གཟུགས་དྲག་ས་ལས་ཁ་མར་བཏུ་བྱེ་ འབབ་མི་ འབབ་ཆུ་ཚུ་བྱུང།
ལ་གྱེ་ལྟ་ལ་མི་འོ་གཟུགས་ འོ་གཟུགས་ལྟ་ལྟར་ འགྲོ་མི་འདི་ལྟ། ལཔ་འོ་གཟུགས་ལས་ལས་ ལག་པར་ལས་
བཞིན་དེ་ ལས་འབྲེལ་ལྟར་ ལས་ འགྲོ་མི་བཏུ་བའི་ལེན་ཞོ།

༡༠. མི་ལེགས་ཤོམ་ལུ་ག་ར་གཟུགས་བསྐྱེ་ན།

སློ་ལྟ་རང་བཞིན་བཟུང་པོ་དེ། །མཚོག་དམན་བས་མ་ཀྱུན་གྱིས་བསྐྱེ་ན། །
འཇུག་འོགས་བདེ་བའི་མིང་ལྟ། །སྐྱོ་བོ་བམས་ཅེ་དྲག་འབྲེལ་འཇུག།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

སློ་ལྟ་: སློ་ལེགས་ཅེ། དེ་གཟུགས་ལོ་དུ་མི། རང་བཞིན་བཟུང་པོ་: མི་གཟུགས་ལྟགས་ལེགས་ཤོམ་ལོ་དུ་མི།
འཇུག་འོགས་: འགྲོ་སའི་ལམ། མིང་ལྟ་: རྒྱུ་ལེགས་

སློ་གྲོས་དཔ། ལེགས་རབ་ ལྟུ་སྐྱུ་མཚོགས་པའི་ལྟ། མི་གཟུགས་ལ་ བཟུང་པོ་ ལེགས་ཤོམ་ལོ་དུ་མི།

དེལུ་ མི་ དྲག་ཞུན་བསམ་ ག་ས་གིས་ བསྟེན་འོང་། དེལུ་འབད་བའི་ ཟུ་ གཙེ་ཉེ་ག་ཉེ་དཔ་
བསམ་ཉེ་དཔ་ ཡོད་མི་ མི་ལུ་དེལུ་ མི་ག་ས་གིས་ སེམས་དྲག་ལོ་དཔ་ བསམ་པ་སློབ་ འགྲོ་ལྷ་
ལིན།

༡༡. དམ་བཅའ་བརྟན་དགོ་པའི་སྐོར།

གཤམ་ཞིག་ཇི་ཉུ་ས་ཁས་འཛེ་བ། །འགྲུ་ས་བའི་དེ་དམ་བཅའ་བརྟན། །

དམ་བཅའ་བརྟན་ཉུ་ས་དེ་ཉུ་འགྲུ་བ། །གཞན་གྱིས་འདི་ཡི་ཚིག་གཟུལ་འོས། །

མི་ཚིག་གོ་དོན།

གཤམ་ཞིག་: མི་ག་འབད་དུ། ཇི་ཉུ་ས་: ག་དེ་སློབ་ ཁས་འཛེ་བ་: ཁས་འཛེ་བའི་ དམ་བཅའ་: ཁ་
ཚིག། ཚིག་གཟུལ་འོས་: རྩེ་ལུ་མ་བཞག་ཡོད་པ།

མི་ ག་ས་ འབད་དུ། ལཱ་ ཆེ་ཆུལ་ ག་ཅི་ ལིན་དུ། ད་གིས་འཛེ་བའི་འབད་དེ་ ཡཔ་ན་
འབད་ཚུགས་ཟེས་ ཁས་འཛེ་བའི་ ཁག་བཟེད་ཞིན་མ་ལས། མཇུག་མ་བསྐྱུ་ཚུན་ཚོད་ དམ་བཅའ་མ་ཁ་ཚིག་
དེལུ་ མ་འགལ་བས་བརྟན་ཉེ་ག་ཉེ་སློབ་དོན། དཔ་གིས་ ཁས་འཛེ་བའི་ ཁ་ཚིག་དེ་ བརྟན་དུགས་
སློབ་འབད་བའི་ དཔ་གི་དོན་ཡཔ་ འགྲུ་བཟུགས། མི་ གཞན་གྱིས་ཡཔ་ དེལུ་ མ་བཞག་སྟེ་བཅི་
མཐོང་ཡོད་པ་སློབ་འོང་།

༡༢. ཡོན་ཏན་ལུ་བཙུན་དགོ་པ།

དིག་པ་ཉུ་ས་པས་འཛི་ཡཔ་བསྐྱུ་བ། །ཚོ་འདི་སེམས་པས་མ་གྲུ་ས་ཉུ་ད། །

སློབ་ཀྱི་མས་བོལ་བ་ཡི། །ཉེ་ས་ལུ་དཔ་ཉེ་ལེན་པ་འདུ། །

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

རིག་པ་: ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཏན། འཆི: ཤི་ནི། བཅོལ་བའི་ཚེས་: གྲུམས་ཏེ་བཞག་པའི་རྒྱ་དེས།
རིག་པ་ཟེས་ ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་ཚུ་ རང་ རྣམས་པ་ཤི་ནི་མིན་ཟེས་ཏུ་ དུ་ཤེས་ཡལ་ཏུ་བ་དགོ་ ག་ཅི་མེ
ཟེས་བ་ཅིན་ ཚེ་དུ་ཤེས་ཀྱི་མི་ཚོ་འི་རྣམ་ མཁས་པའི་མིང་གྲུམས་མ་ཐོན་ཏེ་འབད་ཏུ་ ཚེ་ལྷུ་མ་གཤི་མི་ཚོ་
རྣམ་ དུ་ཤེས་ན་ རང་གིས་རོགས་ལུ་གྲུམས་ཏེ་བཞག་ཡོད་པའི་ རྒྱ་དོན་ཅིག་ ལོག་སྟེ་ལེན་དོ་བཟུམ་མེ
ཚོས་ཡོན་ཏན་ཚུ་ ཏེ་མ་ཏུ་བ་པའི་འགྲོ་ས་དུ་ ཏུ་བ་མུང་འཇམ་ཏེ་ཏེ་མེ་འབད་ཚུ་གས།

དྲི་བ།

༡. སློབ་པ་འད་དྲིས་ལུ།

1. མི་དྲན་ཞུན་བསམ་ ག་ས་གསུམ་དག་འཚུ་གསུམ་པའི་མི་དེ་ ག་དེ་མེ་འོང་ཟེས་ཕྱ་མོ་?
2. རང་གིས་སླབ་པའི་རྒྱ་ལུ་ རོགས་གཞན་གྱིས་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་ ཆ་བཞག་ཚུ་གསུམ་དགོ་པ་ཅིན་ ག་ཅི་འབད་དགོ་པས་?
3. ཡོན་ཏན་ཏུ་ཏུ་བ་མུང་འཇམ་ཏེ་ རྒྱ་བ་ལྷུ་མས་ གྲུམས་ཏེ་བཞག་པའི་རྒྱ་དེས་བཟུམ་མེ ལོག་སྟེ་ཐོབ་ཚུ་གསུམ་ཟེས་མི་འདི་ བདེ་ལ་ཡོད་ག་? ག་དེ་མེ?

ལམ་: འོག་གི་ཚོས་སྐད་ཚུ་ལུ་ མེད་འདི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་འེ་བྲིས།

1. འགྲོ་བ་ལ། 2. འོག་མི་བུ། 3. མེད་བུ་ལ། 4. ཐམས་ཅད་དྲག་ལ།
5. འགྲུ་ས་བ་མེད་དེ། 6. ཚིག་གཟུང་འོས། 7. བཅོལ་བ་ཡི།

ག་: ལྷི་མ་ལཱ།

1. ལེགས་པ་བཞུད་ལམ་ལ ལས་ཏེ་ ཚུན་དུ་མ་འདྲ་བའི་ལེགས་པ་བཞུད་ཏེ་འཚོལ་ཏེ་བྲིས་འབག་གོ་ག།

- 2. ལྷགས་པལ་དུ་ཤེས་པའི་ཡན་ཚུགས་གའི་འདུ་ཤིང་གི་མས་? དོན་ཚན་ 3 ལྷིས་ཏེ་འབག་འོད་དུ་གོ།
- 3. སློབ་དེབ་ལྟར་མེད་པའི་ལྷགས་པལ་དུ་སེའ་ཚེ་ལ་ཞིན་ལྟ་ འགྲུལ་པལ་དུ་དཔལ་སྐྱེས་ཏེ་འབག་འོད་དུ་གོ།

13. རང་ལུ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན་ ཀུན་གྱིས་དགའ།

ཡོན་ཏན་དུ་ལྷན་སྐྱེ་བོ་ཀྱང། །མ་བསྐྱས་པར་ཡང་དང་གིས་འདུ། །

དྲི་ལྟ་མོ་རྟོག་ཀྱང་དེའི་ཡང། །བྱུང་བ་སྤྲིན་གྱི་ཚོགས་པ་ཞིན་འཁོད། །

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

སྐྱེ་བོ་: མི། མ་བསྐྱས་པར་ཡང་: མ་འབོ་འུ་ཡང། དང་གིས་འདུ་: དཔལ་བཞིན་གྱིས་འབྲོག་འོད། ཀྱང་
དེ་: ཐག་དེ། བྱུང་བ་: ལྷུང་མ།

རང་ལུ་ཡོན་ཏན་པ་ཡོད་པ་ཅི་ཞེ་ མི་དེ་ཚུ་ དཔལ་བཞིན་སེའ་ཚེ་གའི་མ་འབོ་འུ་ འོད་པ་གིས་པ་ དཔལ་བཞིན་
གྱིས་འབྲོག་འོད། དཔལ་བཞིན་ དྲི་ལྟ་མོ་རྟོག་ཏེ་སེའ་ཚེ་ཡོད་པའི་མོ་རྟོག་ཚུ་ ཐག་དེའི་སེའ་ཚེ་ཡོད་པུ་ ལྷུང་མ་
དེ་ཚུ་གནས་པ་ལས་སྐྱེ་གའི་འགྲུལ་དོ་བཟུམ་སེའི་ མོ་རྟོག་དེ་གྲུ་འཁོད་པམ་ཞིན།

14. སློབ་རིག་ཅན་གྱིས་ ལུ་མི་འཇོལ།

ཤེས་རབ་དུ་ལུ་མ་གོ་བསྐྱོད་པའི་ །བྱུང་བའི་ཆ་ལ་ཚོད་སེའི་འགྲུ་ །

སློབ་ཆགས་གྲོག་མ་མིག་མེད་ཀྱང། །མིག་དུ་ལྷན་གཞན་ལས་ལྟ་པར་མཚོན་གས། །

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

ཤེས་རབ་: སློབ་རིག། བྱུང་བའི་ཆ་: ལུ་གི་དེམ་པ། སློབ་ཆགས་: འབྲུལ། གྲོག་མ་: འབྲུལ་གྲོག་མོ།
མི་སློབ་རིག་ཡོད་མི་ཚུ་ གཞན་གྱིས་མཁྱེས་ལྟར་ཚུ་དེ་སེའི་ཏེ་འབྲུལ་ དཔལ་བཞིན་དེ་ལས་ཚུ་དུ་ཡོད་ལུ་གི་དེམ་
པ་གྲུ་ལོ་དུ་དུ་ མཁྱེས་ལྟར་སྐྱེ་མི་ལུས། དེ་ཏེ་འབྲུལ་ འབྲུལ་གྲོག་མོ་ཚུ་ལུ་མིག་རྟོ་མེད་དེ་འབྲུལ་

ན་ ལ་ལས་སློ་འདྲི་ཚུ་མདུལ་བཟུམ་སེ་ཡུལ་ཏུ་ཏུ་སེ་བཏུལ། སང་གི་ལག་པས་འབད་ཏུལ་ ཡལ་ན་ སང་གི་གོ་དོ་ལ་འབད་ཏུལ་ རྒྱ་དོ་ས་དཔ་ཐོབ་དཔལ་ཚུ་ག་ཅི་ས་ཡོད་ས་མིག་ཏུལ་ དེ་ཚུ་ལུ་ སང་དོ་ན་ཏུ་ག་གཞིག་གི་འདོད་པ་མ་ཆེ་བས་ མི་མལ་གི་ལོ་ཡན་བཏུ་ཚུ་གསུམ་པ་ཅིན་ སང་ལུ་སློབ་བཏུ་གསུམ་མི་ འཕྲུ་ལ་དཔ་སྐད་པ་རྒྱབ་མི་ ཏུ་བཏུ་གསུམ་འཚོ་ལ་མི་ཚུ་ཏུ་མ་ལོན།

ཇི་བ།

ཀ།: ལྷོ་ཚུ་སློབ་ལྷན།

1. ལེགས་ལེགས་དོན་ཚན་ 12 པ་དཔ་ 10 པ་བཅུ་གསུམ་ཏེ་ ལྷོ་ཚུ་གོ་བསྐྱེད་མཉམ་གསུམ་ གསལ་ལེགས་སེ་བྲིས།
2. སང་ལུ་ཡོན་ཏུ་འདྲི་ས་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་དེ་ཚུ་སང་འབད་སུ་ཤོག་ཟེ་མ་འཕོ་ཏུ་འོང་མ་ལོན་ཟེ་མི་འདྲི་ བདེན་ག་མི་བདེན། དེ་བུ་བུ་དཔ་འདྲི་ན་ དེ་བུ་དཔ་སྐད་གསུམ་ཏེ་ལུངས་བཀལ།
3. དཔོ་ཆ་ཏུ་བུ་པའི་སྐབས་ལུ་ རྫོ་པ་ཏུ་སག་ཡོད། གྱི་ཏུ་ཏུ་ལུ་ནི་མ་ཐོབ་པས་ལུ་ལག་ཡོད་པའི་སློབ་ཚུ་ལེགས་ལེགས་ གསུམ་སྐད་སུ་དེ་བཟུམ་ནུལ་ ལེགས་ལེགས་ག་དེ་ཐད་ཀྱི་སུ་འབྲེལ་བུ་འདུག་ག་? སྐབས་བཅུ་གྱི་ དེ་གིས་ཡལ་མ་དོ་བའི་ ལེགས་ལེགས་ག་ཞུ་ཡལ་འཚོ་ལ་བཅུ་ག་ནི།

ལ།: རྫོ་ཚུ་ག་བཟོ་ནི།

1. སང་ཏེ་དེ། 2. རྒྱུ་པའི། 3. ལུ་བ། 4. བུ་བ། 5. མོ་ལས། 6. སང་འདོད།
2. འཕྲུ་མོ་དེ།

༡༠. དུས་རྒྱུན་སེམས་བསྐྱེད་དགོས།

མིམ་རབས་ཚེས་པའི་བྲོད་ཀྱང་ཡོད། རྒྱལ་སྲིག་འདོམས་སྐྱེ་བྱ་བྱི་རིམ་ཡེ་སྐྱོ།
བསམ་པ་ལྟ་བུ་གོ་གས་ཀྱི་སེམས་ཀྱང་འོད། །དུས་རྒྱལ་རྒྱ་རེ་སེམས་སྐྱིམ་པ་དགོས།

མིའི་སྲིག་གོ་དོན།

ཚེས་པའི་བྲོད་: བྲམ་ཚེས་པའི་སྐྱེ་བྱ་བྱ། སྲིག་འདོམས་: སྲིག་གཞུང་མི།

བསམ་སྐྱོད་པའི་མིམ་རབས་ཟེར་མི་འདི་ བྲམ་ཚེས་པའི་རྒྱལ་ལུ་ཡེ་འོད་སྲིད། རེ་སྲིག་གཞུང་པའི་
རྒྱལ་འདི་ སྐྱེ་བྱ་སྲིག་ས་སུ་སྐྱེ་བྱ་ཡོད་པའི་རིམ་ལུ་ཡེ་འོད་པ་ཡིན། འདི་བཟུམ་སུ་ བསམ་པ་
སེམས་བསྐྱེད་པའི་འདི་ རེ་གི་ཚེས་ཀྱི་རྒྱལ་ལུ་ཡེ་འོད་སྲིད་ཀྱི་ཡིན་མ་ལུ་ དུས་ལ་རྒྱལ་ར་ རེ་
གི་སེམས་འདི་རིག་པ་བསྐྱིམས་ཀྱི་སྲིད་དགོས་ཡིན།

དྲི་བ།

༡. སློབ་ཁང་དྲི་བ་ལན།

1. རྒྱ་སྐབ་པའི་སྐྱབས་ལུ་ ག་དེ་སུ་འབད་དགོ་ཟེར་གསུངས་ལུག་?
2. རེ་གི་གཞུང་གས་བྱ་མི་སུ་མཐོང་ནི་དེ་རྒྱལ་ཚ་གིས་ རེ་ལུ་ག་དེ་སུ་གོ་དོན་ཀྱི་སྲིད་ རྒྱ་ དུ་དེ་
གིས་ དོན་དག་འོ་མ་ག་ཅི་སྲིད་མ་སྲིད་?
3. སྐྱེ་བྱ་བྱི་རིམ་ རྒྱལ་ཡེ་སྐྱེ་བྱ་ཡིན་ཟེར་མི་དུ་དེ་གིས་ དོན་དག་ག་ཅི་དུ་ག་ཅི་ལུ་བཞག་གཞུང་
ལུག་?

ཁ་: འོག་གི་ཚེས་སྐད་ཀྱི་མིང་ཚིག་ཚུ་འོག་ལུ་མིང་རེ་ རྒྱང་ལ་ནང་བྲིས།

1. སྐྱེ་བྱ་པའི་ཚིག།
2. ལུ་ཟེར།
3. ལུས་མཛེས་པ།
4. ལ་སྲིད།

༥. ཟ་མི་འོས། ༦. བྱིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་། ༧. སློབ་འཛོམས།

ག་: འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་བཅུགས་ཏེ་ རྫོང་ཚིག་རེ་བཟོ།

༡. སྤྲུའུ་འོད། ༢. ལུག་གུས་མ། ༣. རྟ་པ། ༤. མ་ཡིས་བྱིན། ༥. མ་རབས།

༦. སྤྲུའུ་འོད། ༧. རྟ་པ་ལྟ་བུ།

རྣམ་ཐར་དང་སྐྱེད་རིགས།



སྤང་དང་རྣམ་ཐར་གྱི་ལས་དོན།

- སྤང་དང་རྣམ་ཐར་ཉལ་ལུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ མིང་ཚིག་ཚུ་གི་གོ་དོན་དང་ཡིག་སྟེང་ཚུ་ ཉ་གོ་སྟེ་ འབྲི་སྲིབ་འབད་ཚུ་གསུམ་དགོ།
- སྤང་དང་རྣམ་ཐར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ བཟུ་སྤྲད་དང་རྒྱུ་ལག་ལེན་ཚུ་གསུམ་དགོ།
- སྤང་དང་རྣམ་ཐར་གྱི་ ཉམས་དང་འབྲི་ལ་ཏེ་ ལྷན་གྱི་སེལ་ལའ་དང་ ཚིག་གི་གཞུང་མཚམས་ རྫོང་སྐྱེ་ཚུ་ དག་ཏེ་ག་ཏེ་སྐོ་ལྷག་ཚུ་གསུམ་དགོ།
- སྤང་དང་རྣམ་ཐར་གྱི་ གནས་སྤངས་ཚུ་ལུ་ དཔྱད་བཞེད་འབད་ནི་དང་ གནས་སྤངས་སོའ་ཏེ་བཞེད་ནི་ བསྐྱེད་འབད་ནི་ཚུ་འབད་ཚུ་གསུམ་དགོ།
- སྤང་ཚེད་པ་དེ་ཚུ་གི་ལུ་འགན་ ག་ཅི་འཁེལ་ལའ་དང་ལ་རྒྱུ་སྟེ་ བྲི་ཚུ་གསུམ་དགོ།
- སྤང་དང་རྣམ་ཐར་དེ་ཚུ་ འཚར་སྤྲད་འཁེལ་ན་ དེས་སྤྲད་འཁེལ་ན་ དེས་འཁེལ་འབད་ཚུ་གསུམ་དགོ།
- སྤང་དང་རྣམ་ཐར་འདི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལྷན་པའི་དོན་ཅིག་གི་ཉལ་གི་ གནད་དོན་ཚུ་བཞེད་དེ་ སྤང་བྱེད་བྲི་ཚུ་གསུམ་དགོ།
- འབྲུལ་མིམ་སོ་སོའི་ཉལ་ལུ་ རྫོག་གཞི་དང་ཞི་ཐབས་ཚུ་ ག་དེ་སྐོ་འའའའའའ་ དེས་འཁེལ་འབད་དེ་ དེ་དབྱེད་ལའ་འབད་ཚུ་གསུམ་དགོ།
- རང་གིས་ཡང་ སྤང་དང་རྣམ་ཐར་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ བྲི་ནིའི་ ཉམས་ཚུལ་འབྲེལ་ཚུ་གསུམ་དགོ།
- སྤང་དང་རྣམ་ཐར་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྫོང་ལ་ཉལ་སྲིབ་འབད་ནིའི་ སྤང་བ་འབྲེལ་ཚུ་གསུམ་དགོ།

དོན་རྒྱུད།

སྤྲུལ་དང་གྲུལ་རྒྱུད་ཟེར་མི་འདི་ཡང་ ཚེས་རིག་གི་ནུབ་གསལ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ སྤྲུལ་ཟེར་མི་འདི་ རྟག་མི་ རྒྱ་གི་སེམས་ལུ་ དཔལ་སྤྱོད་འབྲུལ་སྤྲུལ་ལ་སོགས་པའི་ ཚོས་ཉམས་ཚུ་ འབྲུལ་བཟུལ་གི་དུང་ ཡང་ ཅི་ བཅོམ་དོན་ལེགས་ཤོམ་ལོ་ རྟོན་གི་དོན་ལུ་ མི་དཔལ་སེམས་ལེ་ རྟ་འདྲེ་ ཅ་དོས་ རྒྱ་གི་ རྣོས་ལས་ དོས་སུ་བྲུལ་འབྲུལ་དུང་ ཡང་ག་ སེམས་ཀྱིས་བཟོ་བཟོ་བའི་ ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འབྲུལ་རིམ་ ལོ་ གོ་རིམ་བརྒྱན་པ་ཏེ་ བཤད་གི་ཡོད་མི་ལོ་ལུ་གོ་ལྷ་ལོ་ལོ།

སྤྲུལ་གི་ཆ་ཤས།

སྤྲུལ་གི་ཆ་ཤས་ཟེར་མི་འདི་ སྤྲུལ་འབྲིལ་དུ་ སྤྲུལ་ནུང་ ག་ཅི་ས་ རྒྱུད་དོན་ཡོད་པ་ག་ དེ་རྒྱ་ལུ་གོ་ལྷ་ ལོ་ སྤྲུལ་འདི་ སྤྲུལ་ཆེ་ཏེ་ག་ཏེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ སྤྲུལ་ནུང་ རྒྱུད་དོན་ཡོད་པའི་ ཆ་ཤས་ཚུ་ ག་ ས་ཚེས་མ་སེ་ འོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ འཛམ་གྲིང་ནུང་གི་ ཡོད་ས་གསལ་ལེ་གི་ སྤྲུལ་འབྲིལ་ག་ས་ ཡོད་ས་ གསལ་དེ་སེ་ཐོན་ཡོད་མི་འདི་ འོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ སྤྲུལ་གི་ཆ་ཤས་ཚུ་ ག་ས་ལེགས་ཤོམ་སེ་ རྒྱུད་པ་སེ་ཐོན་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།

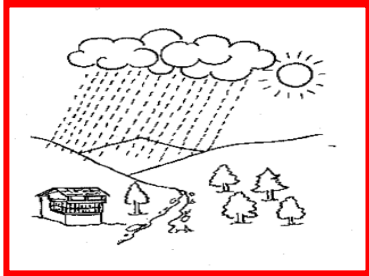
སྤྲུལ་གི་ཆ་ཤས་ཚུ་གི་རྣོས་ལས་ མཁས་པ་མ་འདྲུལ་ཚུ་གི་ དུ་བུ་བུ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ལུ་ལུ་ ལོ་ ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ཆ་ཤས་སེ་སེ་དུང་ ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ཆ་ཤས་མ་འདྲུལ་སེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ཡང་འདུག། ལོ་ལོ་ལོ་ དེ་རྒྱ་བཟུལ་བསྐྱུ་བ་ཅི་ སྤྲུལ་ནུང་ལུ་ གོ་ལོ་ས་ གསལ་དུས། སྤྲུལ་ཅོད་པ། རྟོན་ག་གི་ ཚོས་ལུགས། ལོ་ལོ་ལོ་ བཅོམ་དོན་དུང་བསལ་པའི་ ཆ་ཤས་ཚུ་ ཚོས་དོན་ལོ་ལོ་ལོ།

གནས་དུས།

སྤྲུལ་འདི་འབྲུལ་པའི་ ཡུལ་ དུས་ གནས་སྤྲུལ་ རྒྱ་ལུ་གོ་གི་ དུ་ལོ་ལོ་ ཡུལ་ རྒྱལ་ལབ་ ག་ཡུས་/ཁྱིམ་/ས་འོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ དུས་ཚོད་ དུས་འབས་/ལོ་/ལྷ་/ལོ་ལོ་/ལོ་ལོ་ ལུ་ལོ།

སོགས་པ། རྟེ་ལས་ གནས་སྐྱེས་ མི་སྟེ་དཔ་ གནས་གཤིས་ སྤུ་མེད་པའི་ གནས་སྐྱེས་ཚུ་
ག་ཅི་བརྒྱུ་ཅིག་ཡོད་པ་ཨོན་ཀྱི་སྟོན་མི་ལྟ་གོ་ནི།

སྤུ་གི་བརྟེན་དུ་འབྲི་ལ་ཏེ་ ཡུལ་དུས་གནས་སྐྱེས་ཚུ་ ལགས་ཤོམ་སྟེ་སྤྱི་སྒྲུལ་མ་བཅུགས་
པ་ཅིག་ སྤུ་འདི་ སྤྱི་བ་ཆེན་པོ་གྱི་མི་འོད། དྲག་ལ་བ་དཔ་སྟེ་བ་ འཛིགས་སྐྱེས་ ལ་སོགས་པའི་
ཚོར་བའི་གནས་སྐྱེས་ག་ཅི་ས་ བཅུགས་དགོ་པུ་ རྟེ་དཔ་འབྲི་ལ་བའི་ ཡུལ་དུས་གནས་སྐྱེས་ཚུ་
འོས་འབབ་དཔ་འབྲི་ལ་ཏེ་ བཅུགས་ཤིས་པ་ཅིག་ སྤུ་འདི་ སྤྱི་བ་ཆེན་པོ་འོད་མ་ཨོན།



སྤུ་ཚེད་པ།

སྤུ་མེད་པ་ཟེར་མི་འདི་ སྤུ་ལྟ་ལུ་ འགན་ཁག་ཅིག་འབག་ཏེ་ འཕྲོད་དགོ་པའི་ མི་དཔ་ སེམས་
ལྟུང་དཔ། སྤྱི་གཞུག་གི་ཚ་བ་སྟེ་མི་ འཛིན་དཔ་ རྟོ་ ལ་སོགས་པ་ ཡཔ་ ཚུད་པ་ཨོན།



རྩོག་གཞི།

སྤུལ་གྱི་རྩོག་གཞི་བཟུང་མི་འདྲི་ སྤུལ་ནད་ལུ་ རྒྱ་བསམ་མཁའ་བདེ་བའི་ དུག་འདལ་ལུ་སྤུལ་ཨིན། དུམེ་ན་ དུག་འད་ མཐུན་གྱི་སྤུལ་ཕྱི་ཨིན་པ་ཅིན་ དེ་ལུ་བསམ་ཆད་ཀྱང་བཟུང་མི་ཕྱི་འཕྲོ་ལྟོ་བཟུང་ཨིན། རྩོག་གཞི་འདྲི་ ལྷན་མེ་ རྩོག་ མི་དཔ་མི་གི་བསམ་ན། མི་དཔ་སེམས་ཤེས་གྱི་བསམ་ན། སེམས་ཤེས་དཔ་སེམས་ཤེས་གྱི་བསམ་ན། རང་དཔ་ རང་གི་བསམ་ན། མི་དཔ་རང་བཞིན་གཞན་སྤུལ་སྤུལ་གྱི་བསམ་ན། མི་དཔ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་བསམ་ན། འབྲུལ་ཨིན། སྤུལ་ནད་ རྩོག་གཞི་མེད་པ་ཅིན་ སློབ་མི་འོང་། རྩོག་གཞི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱ་གཞི་ལུ་ དུག་འད་སྤྱི་ལོ་ཚེས་ ལྷན་མེ་ འབྲུལ་བཟུང་ཨིན།



ཚོར་བྱུགས།

ཚོར་བྱུགས་བཟུང་མི་འདྲི་ སྤུལ་གྱི་ གནས་སྤུལ་སྤུལ་འབྲི་ཏེ་ རྒྱ་གཞི་གི་སེམས་ལུ་ ཚོར་སྤུལ་སྤུལ་ སེ་ འབྲུལ་བཟུང་མི་ལུ་གོ་ཕྱི་ཨིན། སྤུལ་ནད་ལུ་ བག་འདྲི་ རྩོག་གི་ འབྲུལ་འདྲི་ འདྲི་གཞི་ རྩོག་གི་ སེམས་སྤུལ་གྱི་ ལམ་སྤུལ་པའི་ ཚོར་བྱུགས་ཚུ་ སེམས་ཏེ་འོང་ཚུགས་པ་སེམས་ བཟུང་མི་ཕྱི་ སྤུལ་འདྲི་ ལེགས་ཤོམ་ཕྱི་འབྲུལ་འཕྲོ་ཨིན།



ཞི་བབ་སུ།

ཞི་བབ་སུ་ཟེས་མི་འདི་ སྤྱད་ཉུང་ཡོད་པའི་དུག་འཕལ་ཚུ་གི་ བསལ་ཉི་གི་ བབ་སུ་ཤེས་ཤིག་ལུ་གོ་ལྷ་
ཨིན། སྤྱད་ཉུང་གི་ དུག་འཕལ་ཚུ་གི་ ཞི་བབ་སུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ སྤྱད་ཉུང་གི་ཚུ་ དལ་འཕལ་འབྲུང་
དོ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ཞི་བབ་སུ་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སེ་བཅུགས་དུགོ་པ་འག་ཆེ།

བཟོད་དོན།

སྤྱད་ལས་བྲུང་པའི་ ལེགས་ཉེས་སེ་མའུ་འབྲུང་འབྲུག་ཤོ་པའི་བསྐབ་བྲུ་ལུ་གོ་ནི་ དུགོ་དེ་ལོ་སྤྱད་ ལ་ལུ་
ཤིག་ སྤྱད་ཉུང་གི་ཚུ་ བག་འཕུག་ཉི་འདི་ བཟོད་དོན་བཟུམ་ཤིག་སེ་ལྷོ་ཉུམ་མ་གཏོགས་ བཟོད་
དོན་ལོགས་སུ་མེད་མི་ཡང་འོང་། སྤྱད་ལ་ལུ་ཤིག་ཉུང་ བཟོད་དོན་ལོགས་སུ་མེད་པར་ ལུགས་ཀྱིས་སེ་
ཏུ་གོ་དུགོ་པ་སེ་ལྷོ་ཉུམ་མི་ཡང་ཡོད། སྤྱད་གི་བཟོད་དོན་འདི་ རྒྱལ་འབ་ཀྱི་ ལམ་སྲོལ་དཔེ་སྤྱད་བྲུས་
ཚུ་དཔེ་འགྲུལ་བ་མེད་པའི་ཐོག་ལས་ དཔེ་གཞན་ཉུང་གི་འཕལ་ གནས་སྤྱད་པ་དཔེ་འགྲུལ་བའི་ མའུ་འབྲུང་
གི་ལམ་སྲོལ་གྱི་ཚུགས་པ་ཤིག་ བཅུགས་ཚུགས་པ་ཤིག་ལེགས་ཤོམ་ཨིན།

དྲི་བ།

- ༡- སྤྱད་ཟེས་མི་འདི་ ག་ཤི་བཟུམ་ཤིག་ལུ་གོ་ལྷ་ཨིན་ཏེ་?
- ༢- སྤྱད་ལེགས་ཤོམ་ཤིག་གི་དུགོ་པ་ཤིག་ གདེ་སེ་པ་གི་དུགོ་པ་ཨིན་མས་གོ་?
- ༣- རྒྱུ་ཀྱིས་ སྤྱད་ག་ཤི་བཟུམ་ལུ་དུག་འཕལ་ག་? དུག་འཕལ་པའི་འཕལ་སྤྱིས།

སྤང་ལྟ་བུ་དགོ་པའི་དགོས་དོན།

སྤང་དེ་ཚུ་གི་ རྟེན་དོན་གྱིས་ ང་བཅས་པའི་མི་ཚོ་ལུ་ ཁག་ཆེ་བའི་ མཉམ་སྦྲེན་གི་བསྐྱབས་བྱེད་ གཤམ་ལུ་ ཅིག་ རྟོན་མ་མཚན། སྤང་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འདས་པའི་འབྲུང་བསམ་དཔལ་ མི་དཔལ་མཉམ་སྦྲེན་ དེ་གིས་ མ་འདྲུལ་ཚུ་གི་ མི་ཚོ་འགྲུབ་སྟེན་ལུ་ཡང་ རྟོན་ཚུ་གསུམ་པའི་ཁར་ སྤང་དེ་བཟུགས་མི་འདི་གིས་ མི་དམིགས་ཡིག་སྟེ་ མ་འདྲུལ་གསལ་པ་ ལེ་ཤེད་ཅིག་པ་ ཤེས་ཚུ་གསུམ་པའི་ དགོས་པ་ལུ་ཡོད།

དེ་མཚན་ སྤང་ལྟ་བུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གནས་སྤངས་གཞི་ལྗོངས་ལས་ཡང་ གནས་ཚུ་ལུ་དཔལ་བཟོ་དོན་ ལེ་ཤེད་ཅིག་ཚུ་གསུམ་པའི་ཡན་ལཱ་གསུམ་ཚུ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་ལས་ སློབ་ཡུག་ཚུ་གིས་ སློབ་དེ་ རྟེན་གི་སྤང་དཔལ་ལས་ སྤང་ལྟ་བུ་གི་ཐོག་ཁར་ ཅོག་ཚུ་ལུ་དཔལ་ལྷན་ལུ་བའི་ ལྟ་བུ་དེ་དཔལ་ དཔལ་ལྗོངས་ལས་ སྤང་དེ་ཚུ་ ག་དེ་མཉམ་པའི་ལྟ་བུ་སྟེ་འབད་བའི་ རང་གི་ཐོས་ཀྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ འབྲེད་པའི་མཚན་ རྩོམ་འདི་སྤྲོད་ཡིག་གི་དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལུ་ཡང་ ཡན་ལཱ་གསུམ་ལུ་ཡང་ ཡན་ལཱ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་ལུ་ ཨིན་མ་ལས་ སྤང་དེ་ག་དེ་མཉམ་པའི་ལྟ་བུ་དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལུ་ཡང་ ཡན་ལཱ་གསུམ་ལོ་ལོ་ལོ་ལུ་

སློབ་དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལུ་ རྩོམ་ལས་དཔལ་ སྤང་གི་དེ་གསུམ་ལུ་ཡང་ བཞོན་ཡོད་མི་ཚུ་ གོ་བཤམ་གི་ལུ་ ཚོས་དཔལ་ བཞོན་ལས་གཞི་གི་གཤམ་སྦྲེན་ལུ་ཨིན་ཏེ་ རྩོད་ཀྱིས་ དེ་བྱེད་ལུ་འབད་དེ་བཟུགས་པའི་ ཤེས་མཚུགས་པ་མེད། འདི་ལུ་ལས་ལྟོད་ལུ་ ཡན་ལཱ་གསུམ་དགོ་པའི་ དཔལ་ སྤང་གི་རྟེན་དེ་ལོ་ གིས་ རྩོད་པའི་མི་ཚོ་འདི་ བྱ་སྤྲོད་ལུ་མཉམ་སྦྲེན་གཤམ་སྦྲེན་ལུ་འབད་ཤེས་པ་ འབྲེད་ལུ་ཡན་ལཱ་གསུམ་ དཔལ་ གཉེས་པ། འདི་བཟུམ་མའི་ རྩོམ་འདི་མ་འདྲུལ་པའི་ དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལྟ་བུ་གི་དཔལ་ སྤྲོད་ལུ་ཡན་ལཱ་གསུམ་པའི་ གོ་བཤམ་གི་ གནས་ཚུ་གོ་བཤམ་གཤམ་སྦྲེན་ལུ་ ཡན་ལཱ་གསུམ་དགོ་པའི་ཨིན།

སློབ་རིམ་དགུ་པ་ཚུ་གིས་ ལྷག་དགོཔ།

ལྷག་ནི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཡོན་ཏེན་དཔ་ དེ་ལྟ་ལུ་ལེ་གུ་ལ་ འཕྲོ་བའི་ཨིན་མ་ལུ་ས་བརྟེན་ཏེ་ ལྷག་ནི་ཡི་
 མོ་སྐྱབས་ ལེན་དགོཔ་འདི་ལག་ཆེ་ རྗེས་ལའི་དོན་ལུ་ ལྷག་ནི་ཡི་དཔ་དེ་བའི་ལེན་ས་ཤོམ་ཚུ་ འཕྲོ་བའི་
 ཚུགས་པས་ལུ་ལག་ཡོད་པའི་ལས། རྗེས་ལའི་ལྷག་ནི་ལུ་ སློབ་རྟེན་ཚུགས་པས་ཡང་ ལུ་ལག་
 འདུག། དེ་འབད་ལུ་ས་ ལྷག་ནི་ཡི་མོ་སྐྱབས་ལེན་བས་ལུ་ སློབ་རྟེན་ལུ་ཡོད་པའི་སྤུལ་ཚུ་
 སློབ་རྟེན་གྱིས་སྟོན་ནི་མེན་པས་ རང་གིས་སློབ་ལྷག་ཏེ་ མོ་ལུ་ལེན་དགོཔ་ཨིན་མ་དཔ། དེ་ལུ་
 དོགས་པ་འེམ་པའི་ལེན་ སློབ་རྟེན་ཚུ་ལུ་དྲིས་ཏེ་ མོ་ལུ་ལེན་དགོཔ་ཨིན།

སློབ་ལའ་ལུ་ རྣམ་ཐར་ཚུ་རྒྱུ་ལེན་ སློབ་སྟོན་འབད་དགོཔ་ཨིན་མ་ལུ་ རྣམ་ཐར་ཚུ་ལུ་
 དྲི་བཚུ་བཀོད་པའི་སྐྱབས་ སྤུལ་དཔ་རྣམ་ཐར་ གཉིས་མ་འདི་ལུ་ས་ དྲི་བཚུ་བཀོད་ནི་ཨིན། དེ་
 དཔ་གཉིས་ལས་ གཤམ་འཁོད་སྤུལ་དེ་བཚུ་ཡང་ ལྷག་དེ་བའི་བཀའ་སློབ་ལུ་འབད་དོ་ཡོད་པའི་ས་ དེ་
 ཚུ་ རྣམ་ཐར་མོད་འཕུལ་གྱི་དོན་ལུ་ལྷག་དགོཔ་ཨིན།

- ༡- ལྷ་དཔ་ལྷ་མེན་དམག་འབྲུག།
- ༢- བུམོ་སིན་ལེ་མེ་བོག།

མཉམ་མཉམ་གྲུང་པ་རྒྱུ་ལྟར་གཞན་ལུ་སྟོན་པ་མ་ལུ་མ། རྒྱུ་རྒྱ་རྟོག་པོ་དཔལ་སྟོན་མེད་པའི་སྐུ་པ་ལ།
ཅིག་ཞིན་པུ་ དེགས་བཟུང་གི་བརྒྱུ་པ་ཅིག་ཞིན་མ་ལུ་ས། རྒྱུ་གྱི་གནས་ཚུལ་སྟོན་གི་ ཟེེ་
གསུངས་ལུ་ག།

བུཛ་འདྲི་གིས་ ཡུས་མོ་གྲིས་ས་ཁམ་བུཛ་གས་ཏེ་ རྒྱུ་པོ་དེ་ལོ་ལོ་ཆེ་གིས་ ད་ལུ་ རོ་གྱི་ཅིག་
གནད་པུ་ ལུ་དམོ་པའི་དུམ་ཁ་ཅིག་ཞིན་མ་ལུ་ས། རྒྱུ་པོ་ལོ་སྐྱེ་དེགས་ལུ་གྲོ་གས་པའི་ སྐས་མོ་
ཅིག་གནད་མ་དུ་འདྲི་ ད་བཟུམ་མའི་བསོད་ནམས་དམན་པའི་མི་ལུ་ གནད་ཆ་སོམ་ཅིག་ས་ཞིན་མ་ལུ་ས།
བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཟེེ་ལུ་ལུ་ག།



རྒྱུ་པོ་གིས་ཡང་ ཁོ་པའི་སྐས་མོ་དེ་ བུཛ་སྐུ་
ལ་དེ་ལུ་ གནད་ཞིན་མ་ལུ་ས། སྟོན་ས་འདྲི་ཡང་
སྐྱོ་དེམ་པ་བཟུག་ཅེ་བརྒྱུ་ལུ་དུ་མེན་མ་ ལྟེ་ལྟོན་
མ་ཚུགས་པའི་ རྒྱུ་པོ་ཅིག་རྒྱུ་གནད་ལུ་ག། དེ་
ལས་ མ་གཤམ་ལུ་ལུ་བཀོད་གསུངས་མི་ནད་ རྒྱུ་
ག་ཏེ་འགྲོ་པུ་ མོ་ལྱི་མ་གྱི་ལྟེ་ལྟོན་བུཛ་གས་ཞིན་མ་
ལུ་ས། སྐྱོ་བསྐྱམས་ཏེ་ ལུ་མིག་རྒྱུ་ལ་འབག་དམོ།
དེའི་བུཛོ་བཟོ་ཏེས་འདྲི་ ག་གིས་ཡང་མ་མཐོང་མ་

སྟེ་ ས་བཞག་དམོ། ཟེེ་ བཀའ་གནད་མ་མཚན་ རྒྱ་རྟོག་པོ་དཔལ་སྟོན་ ག་ཅི་དམོ་པ་གནད་པའི་
ཁམ་ ཁོ་ལུ་སྟོན་པོ་འོ་གནས་ཡང་གནད་ལུ་ག། སྐུ་པ་ལོ་བུཛ་དེ་ རྒྱ་རྟོག་པོ་དུ་ལོ་ཅིག་ལུ་གྱུ་
ཡོད་པ་མ་ཚན་ རྒྱ་རྟོག་པོ་འོ་ས་ཡང་ཡོད་པ་ལས་ ཚན་གཅིག་ དེགས་མཐོང་བའི་མི་གནན་དུ་ མོ་

གནས་ཅན་ཚུ་དང་མཉམ་ དཔལ་སྟོན་ཅིག་ འགོ་འདྲེན་འབྲེལ་མི་ལྟ་ མཚོན་མོ་འབད་འབོ་ལུག། དེ
 ལྟ་ལུ་ འདྲོམ་མི་ག་པ་གིས་ རང་རང་སོ་སོ་འི་ བཟུང་ཚུ་ལྟི་དེ་འོངས་ལུ་ ཁོ་གིས་ལྟི་ལུ་འོངས་
 ལས་ རྩོན་ལོ་ཅིག་གི་མནོ་བསམ་ལུ་ ཁོ་གི་གནས་ཚུ་དེ་ གཞན་དྲུང་མ་འདྲུ་བའི་ འཕེལ་རིམ་མོ་
 ཅིག་ཨིན་ཟེ་ ཡལ་ཅིན་ གནམ་མེད་ས་མེད་བཟོ་བཟུ་ དེ་ལྟ་པ་ གཞན་གྱི་ གཏོ་ལའང་སྟོན་པ་མ་
 བརུ་བའིག་ཡོད་པ་ཨིན་ཟེ་ མནོ་བའི་བཟོ་ཚེ་མ་ཆགས་ལུག།

འདི་གི་སྐྱོད་ལས་ ཚེས་ཚུ་ལུ་ གསལ་བའི་བོ་ག་ལས་སྐབས་ཉེ་ ཁོ་འི་གནས་ཚུ་ལྟ་ལྟ་ལྟི་གི་དོན་
 ལུ་ ཁོ་ལུ་ཆད་ལེ་ག་གྱི་ཉེ་ ཁོ་ ས་བཟུ་སྟོན་པ་ད་ དེ་མིག་ཨེར་ཐུ་ཁྱིམ་ལས་ མི་ལཱ་དེ་
 ཅིག་ ཁོ་གི་གནས་ཚུ་དེ་བཟུ་བཟུ་བརུ་ལུག།

དེ་བརྒྱུད་ བུ་མོ་དེ་གི་ ད་གིས་ ཚོ་དེ་མ་ ག་ཅི་གི་སྟོན་པ་ཅིག་བསམ་གསལ་བསམ་པ་ཨིན་ཟེ། མགས་
 གིས་ འདི་བཟུ་མ་མའི་ ལུག་འད་ལྟ་བུ་ལུགས་ཉེ་ མི་གཞན་ཚུ་བཟུ་ལྟི་ལའང་བཞག། ཉེ་མ་དུང་
 ལྷན་ཅེས་ཡལ་ མི་མཐོང་མས་མནོ་སེམས་སྐྱོ་སྟེ་ སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ འཛིན་རྟོན་ལྟ་
 བཞགས་ཉེ་ སེམས་ཅན་སྐྱུ་ག་བསམ་གྱིས་ གཏུ་ལུ་མི་ཚུ་གི་ མགོ་དྲུང་སྐབས་མཇུག་པ་ཨིན་པ་ཅིན་
 པ་ཡལ་ ཐག་རིལ་ས་ལས་ ཡུག་འཚུ་ལུ་སྐབས་ལུ་ལྟི་ཨིན། ལུགས་བཅོ་བ་གིས་གཟིགས་ཉེ་ དེ་
 གི་གཏོ་ལའང་མེད་ལུ་སྐབས་སེ་བྱོན་ཉེ་ པ་ལུ་ ལུག་ལུ་མ་ག་ཅིག་སྟོན་ལུ་ བརུ་བའས་སྐོ་བེས་ མནོ་
 བསམ་བརུ་ལུག།

བུ་མོ་འདི་གིས་སྐབས་ལྷན་ཅིན་མ་ སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མེད་པ་མ་ལྟོན་ཉེ་ སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་
 འདས་ མོ་སྟོན་པ་མེད་ས་ལྟི་ལས་ སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ ཁོ་འི་དྲུག་གི་བ་ཡལ་ལེགས་པ་དེ་
 བུ་མོ་གིས་མཐོང་མ་སེ་སྟོན་གནུང་ལུ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་དྲུག་མཇུག་ཅིག་ སེམས་དཔག་ པལ་རངས་

རིས་ལུ་བཏུ་ རྟུལ་ས་ཡིད་ཆེས་ཏེ འདེ་ ཁོ་གིས་གནས་ཚུལ་འདི་ གནམ་མཉེ་ས་མཉེ་འཇམ་རིས་མོ་
གཞན་ རྩམ་ འདྲམ་ཇིག་ཡོད་པ་ལས་ མ་འབྲིད་པ་ཨིན་པས་ཟེ་ རྩོ་སྐབ་ཇི་ས་ རྩོ་ཡེ་བསྐྱམས་
མེ་ ལོ་གའི་འུ་མ་ལས་ འུ་མིག་གཟུགས་འཇམ་ བཏུགས་བཞུག་ལུག།

ཁོ་ཆེད་གིས་འགྲམ་སེལ་ས་ཏེ བྱིམ་ནུལ་ལོ་གའི་ཏོད་པ་དུ་ གཞན་དུལ་འདྲམ་བའི་ ཨམ་སྐུ་འཇམ་
རིས་མོ་ མིག་གཟུགས་འཇམ་མཉེ་མཉེ་མཉེ་མཉེ་མཉེ་མཉེ་མཉེ་ བྱིད་གའི་ཨིན་མ་ཟེ་འདྲིམ་དུ་ མོ་
གིས་ པ་བྱོད་ཏེ་ གནས་ཚུལ་ཨིན་ཟེ་སྐབ་སྐབ་མས། མཉེ་པ་གིས་ བྱོད་ཏེ་མཉེ་ གནམ་མཉེ་ས་
མཉེ་ བཟོ་ཏེ་ཇིག་ཨིན། གའི་མེ་ འདི་བཟུམ་ལུ་གྲུ་ཡི་? ཟེ་འདྲིམ་དུ་ པ་གིས་ སེལ་
ཀྱས་མཇམ་ལས་ དེ་བཟུམ་ལུ་གྲུ་ཡི། ཟེ་ལོ་ཀྱས་ ཁ་གསལ་སེ་སྐབ་དུ་ མཉེ་པ་འདི་ཡེ་
སེལ་ཏེ་གའི་ལས་དུག་འཇམ་མཉེ་མཉེ་མཉེ་ སེལ་ཀྱས་ལུ་ ཡིད་ཆེས་ཏེ་དུལ་དུལ་གའི་མཉེ་པ་
ཀྱིས་ལུག།

དེ་ལས་ གནས་ཚུལ་གིས་ དུལ་ཡེ་ ཡབ་ཀྱལ་པོ་མཇམ་དུག་མཉེ་ཡི། དེ་གི་སྐྱོད་ལས་ ཡབ་ལུ་
ལུ་ཟེ་སྐབ་ལས་ མཉེ་པ་གིས་ཡབ་ལུ་ལུག་དུ་ ཡབ་ཀྱིས་འདི་བཟུམ་མཉེ་ ལོ་ཀྱས་མ་སྐབ་པས་
བྱིམ་ནུལ་བསྐྱམས་བཞུག་ཟེ་གསུལ་ལུག། དུལ་ མཉེ་པ་གིས་ སྐས་མོ་དེ་ སེལ་ཀྱས་བཟོམ་
འུ་འདྲམ་ཏེ་ ཐུགས་ཇི་དུལ་བྱིན་ལས་ལས་ ཏེ་འུ་མོ་དུལ་དུལ་མཉེ་པ་ཇིག་ལུ་ ཀྱུ་ཡོད་
པའི་ལོ་ཀྱས་ལུ་ ཁ་གསལ་སེ་ལུག་དུ་ ཀྱལ་པོ་གིས་ བྱོད་ཏེ་སྐབ་མི་དེ་བཟོད་པ་ཇིག་ མཉེ་པས་
པས་འབྲིད་ཤོག་ཟེ་བཞུག་འཇམ་ལུག།

དེའུས་ སྤྲུལ་མོ་གི་ཉེ་ལྷོ་གཤམ་ལས་གདུག་དཔལ་ཏེ་ མོ་བྲལ་ལྟ་ཡེ་བས་པའི་སྐབས་ ཡབ་ཀྱའུ་ཡེ་པ་
གཞུང་མེད་སེམ་མེད་ རྟུལ་ས་དཔ་ཡི་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་ ཀྱའུ་ཡེ་དཔ་བཅུ་མོ་ སྤྲུལ་མོ་ ལྷག་པ་ཚུ་ སངས་
ཀྱས་བཅོམ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ བཀུགས་སངས་མོ་པ་ལུ་།

ཀྱའུ་ཡེ་གིས་ རྒྱས་མོ་སེམ་ལས་བཅུ་གསུམ་ཉི་ཉུམ་ལས་
སངས་ཀྱས་བཅོམ་ལྟ་ལྟ་ལུ་ ལུ་བ་ཡུལ་མི་ལྟ་
དེ་གི་བུ་མོ་གིས་ཚོ་རྟེ་མ་ བསོད་ནུམས་གཤིབ་བྱུམ་
བསགས་པ་ལས་ དིགས་མཐོ་བའི་ལས་ རྟོ་ལོ་པས་
སྤྲུལ་ལྟ་པའི་དིགས་ལུ་སྐྱེས། སྤྲུལ་པའི་ལུ་གཤི་
ལབ་དཔལ་ལས་ བཅོ་བཏུ་པ་ ལཱ་ཡི་པགས་ཀོ་ཚུ་
དཔ་ རྐྱུ་ཚུ་ཡེ་ དུ་ལཱོ་དཔ་ལྷན་པས་མེད་པ་སྐྱེས་
མི་ལྟ་ གཤི་ལས་བརྟེ་ཏེ་ལོ་ལྟ་ལྟ་ལུ་ལུ་།



དེ་ལུ་ སངས་ཀྱས་བཅོམ་ལྟ་ལྟ་ལུ་ ལེགས་པ་དཔ་ མོ་གཤམ་གཉིས་ཆེ་ས་ ཚོ་བས་ལུ་མ་
བསོད་ནུམས་དཔ་ སྤྲུལ་པའི་ལུ་ ལབ་དཔ་ལབ་དཔ་གི་ ལབས་བུ་ལོ་ རྟེ་མ་གཡུས་ལྷན་ལྟ་ལུ་
མི་ཡུག་པོ་ རྟོ་བུ་ལྟ་པོ་ཆེ་ ཡོད་མི་ལོ་ཡོད་པ་མས། དེ་གིས་ རྐྱུ་ལོ་པས་སྤྲུལ་ཚུ་ སངས་ལས་
ཀྱས་ བཅོ་བཏུ་ ཏེ་སེ་སི་སི་སེ་མི་ལུ་ མཚོད་པ་ཡུལ་པོ་ཡོད་པ་མས། སྤྲུལ་བཏུ་དེ་ལུ་ བུ་མོ་
ཚུ་ལུ་ལོ་ཡོད་མི་ལྟ་ལུ་ སངས་ལས་ཀྱས་ ལྷོ་ལྟ་ཡེ་བས་པའི་སྐབས་ མོ་གི་སེམས་ལུ་ སང་
སངས་ཀྱས་དེ་ བཅོ་བཏུ་ལུ་ མ་ལེགས་མི་ལོ་དཔ་ གཞུགས་ཀྱི་པགས་ཀོ་ཡེ་ ལུ་བཏུགས་
ལོ་ལྟ་མས་ལེ་བསྐྱེ་པ་བཏུགས་།

དྲི་བ།

༡- ཚེ་དྲུང་རིམ་ལ་ ལྷ་པོ་ལྟ་བུ་ལ་འབད་བའི་རྣམ་མཁན་ ཚེ་དྲུང་རིམ་ལ་ རྒྱུ་ལོ་མཐོ་པོ་ཡིག་? བཞུགས་པ་

ཀྲི་བ།

༢- བྱ་དྲུང་རིམ་ལ་ཡོགས་ཤོམ་དཔ་ ལྟ་བུ་བསམ་པ་ལ་སེམས་སྐྱེད་བཟུང་པོ་གཏིས་ ག་གཞོ་ཆེ་ག་?

༣- འོག་གི་ མི་ཚོ་གཙུག་གི་ འགལ་མི་བྱིས།

ལྷན་པ། ལྷན་པ། དིགས་ལུས་སྟོམ། ལྟོགས་པ་འབད། མི་ལྷན་པ།

༤- འོག་གི་ མི་ཚོ་གཙུག་གི་ ལྷན་གཤམ་བྱིས།

རྒྱ་འཕྲུལ། དིགས་ ལུས་སྟོམ། ཡོན་བདག་ ལྷ་པོ་ལས་འབད། གནས་མོ།

༥- རྒྱུ་ལྷན་པ་ལ་འབད་བའི་ལོ་ལྟོ་ལ་ཅི་ རྒྱལ་པོ་ལོ་སྤྱོད་དཔ་གཏེན་ཀྲི་བ་འོག་གི་ ག་ཅི་འབད།

ཁྱིམ་ལྟུང་།

- ༡- སྤུལ་འདྲི་གི་བཅོད་དོན་གཤམ་གྱི་སྒྲིལ་མཁུ་གོ་?
- ༢- རྒྱུ་ཡེལ་བཟོ་ཆེན་དཔ་ མོ་ལྟ་ལམ་བཟུམ་མེ་ དུལ་ལམ་ལུ་དཔ་ དུལ་བཅུགས་ཉི་ལུ་སློ་བ་ འོ་ལ་ཉི་མས་ག་? ག་ཅི་འབད་?
- ༣- བསོད་ནམས་བསམ་ག་ཉི་འདྲི་ ཡུག་པོ་འཕྱོ་ཉི་དཔ་གཅིག་ལམ་ འབྲེལ་བ་ག་དེ་འབད་ཡོད་པ་ མོ་?
- ༤- གཞུང་གི་ཡོག་དཔ་ ཚོེ་ལུ་གཉེས་ལམས་ག་དཔ་ཉི་མས་? རྒྱུ་འདི་བསམ་འཚམ་བྲིས།
- ༥- དུལ་ལམ་ལུ་ག་ཡོད་པའི་གཞུང་ལམས་སྤྱི་གཤམ་འདྲི་དཔ་པམ་ དུལ་དུལ་འབད།

ཁྱེད་སློབ་ལྟུང་།

མི་སྣེ་ནང་གི་ཚོང་པ་ཡང་ན་ མི་ལྷན་པོ་ག་ཅིག་དང་ འོག་གི་དྲི་བ་དང་འཁྲིལ་བའི་ དྲི་བ་དྲིས་ལེན་འབད་དེ་ གནད་སླུང་བསྐྱེ་ལེན་འབད་ཞིན་མ་ལས་ དེ་དང་འཁྲིལ་བའི་ སླུང་ཅིག་བྲིས།

- ༡- ཚོེ་ལུ་འདྲི་ཉི་མས་ལམས་འགོ་བཅུགས་ཅི།
- ༢- གཞི་བཅུགས་འབད་ལྷན་པམ་དུལ་ག་དེམ་ཅིག་གིས་བཅུགས་ཅི།
- ༣- ཚོེ་ལུ་འདྲི་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ལུ་ག་ཅི་འབད་ཡི།
- ༤- དུ་དེས་ཉེ་མ་ལུ་འབད་མི་ག་དེམ་ཅིག་ཡོད།
- ༥- ལོ་གཅིག་ལུ་འབབ་ལུ་ལུ་ག་དེ་མེ་བཅོ་ཚུགས་པམ།
- ༦- ལུ་གཞན་ག་ཅི་མ་འབད་ཉི་ཡོད།
- ༧- གཞུང་གི་ཡོག་དཔ་ཚོེ་ལུ་གཉེས་ལམས་ག་དཔ་པམ།
- ༨- ལེས་པ་ འདྲི་གིས་ དུག་པའི་ལུ་མེ་འབད་ཉི་ཡོད་ག་? ཡོད་པ་ཅིན་ ག་ཅི་མ་འབད་ཉི་ཡོད་?མེད་པ་ཅིན་ ག་ཅི་འབད་མ་འབད་ལམས་མོ་?

༡༽ མི་ཉམ་ཚུང་གཅིག་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་སྟེ་ གནད་སྲུང་བསྐྱེད་ལེན་འབད་ནིམ་ལས་
དེ་སྟེ་ར་སྟོད་པ་ཅིན་ ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཞིའི་འོས་འབབ་ཡོད་མེད་ དབྱེ་དབྱུང་ཐོག་ལས་སྲུན་
ལུ་འབད།

- ༡- རྩོད་ལཱ་གཤིས་འབད་ནི་ཡོད་ཟེ?
- ཁ- རྩོད་ཟུམ་འབྲུལ་གི་ཟད་འགྲོ་ཚུ་གཤིས་ཀྱི་སྲུང་མ་སྟོ?
- ག- རྩོད་ཀྱི་དགོ་བའི་ལཱ་གཤིས་འབད་ནི་ཡོད་ཟེ?
- ང- ལཱ་ཁོ་ཚུ་སློབ་སྐྱེད་ཀྱི་ཟད་འགྲོ་གཤིས་ཀྱི་སྲུང་མ་སྟོ? ཡལ་ནུ་ ལཱ་ཁོ་
སློབ་སྐྱེད་ཀྱི་ལཱ་གཤིས་འབད་མ་བཟུགས་པ་སྟོ?
- ཅ- ལཱ་ཁོ་ལས་ཡར་རྩོད་ཀྱི་ལཱ་གཤིས་འབད་ནི་གི་འཚམ་གཤིས་ཡོད་ཟེ?

བླ་མ་པརྟ་སེའུ་འུ་བཞད་བགད།

བླ་མ་པརྟ་སེའུ་འུ་ཟེ་ཟེ་ལུ་མི་འདི་ ལུ་ཕྱོགས་ཅིག་ཉལ་གི་ བླ་མ་ཚ་མེ་རྟོ་ལྟོ་ཅིག་ ཨིན་དོ་ཡོད་པ་མས། དེ་
ཡལ་ བླ་མ་འདི་ བཞད་གདུག་ཤོས་ལྟོ་ཅིག་ གཞུ་མ་ལ་ལས་ཆེད་ལ་སོགས་པའི་ མཚན་རྟགས་ལེགས་
ཤོམ་ འབྲུ་ཤོ་ཡོད་པ་མས། དེ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ གཡུ་ས་ལའི་མི་ཚུ་ ཞི་ལཱ་འབད་ལྟོ་ ཆེད་ཤོ་པ་
ཤེ་འབྲུ་ཤོ་ཡོད་ བླ་མ་པརྟ་སེའུ་ བཞད་གདུག་ཤོས་བཞུག་ཏུ་ ཆེད་ཤོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།



ལོ་གཅིག་འབད་ལྟོ་ བླ་མ་འདི་ ལྷ་མཚམས་
ལུ་བཞུགས་ཏུ་ ལྷོ་མ་གཞུ་ལའི་གཞུ་ལའི་
བཞུགས་པ་ལས་ གཡུ་ས་ལ་ལུ་ ཆེད་ལ་ལའི་
བཞུགས་པ་ ས་གཞི་ཚུ་གི་སྐུ་ཤོ་ཡོད་པ་མས།
དེ་ལས་མི་ཚུ་གིས་ བླ་མ་བཞད་གདུག་ཤོས་བཞུག་

ཞི་ཤོ་ལུ་ གཡུ་ས་ཚན་འདི་ཉལ་གི་ དམོ་དམོ་སྐུ་ལུ་མཁས་པ་ལྟོ་ ལྷ་མེ་དམོ་དམོ་སྐུ་སི་སི་ལྟོ་ལྟོ་
ལུ་ མཁས་པ་ལྟོ་ཡོད་མི་གིས་ བླ་མ་དེ་བཞུགས་སའི་འཇིག་ལྟོ་ བླ་མའི་སྐུ་ལྟོ་ དམོ་དམོ་
ལྷ་མེ་ག་དེ་སྐུ་ལྟོ་ བླ་མ་བཞད་གདུག་ ཚ་ལས་ཤོས་མ་བཞུགས་པས། བླ་མ་ལྷོ་མ་གཞུ་ལའི་བཞུགས་
ཏུ་ བཞད་གདུག་མ་ཤོས་ལས་བཞུག་ ཆེད་ལ་ལུ་ལས་ལྟོ་ལའི་བཞུགས་པས་ ས་གཞི་གིས་ ལཱ་འབད་མ་བཞུག་
སེ་ ལྷོ་མ་སོ་ལས་ གཡུ་ས་དེ་ཉལ་གི་ལྟོ་ལའི་གིས་ཡལ་ ཞོ་ལུ་དམོ་ལའི་ལྟོ་ བླ་མ་དེ་གཡུ་ས་
དེ་ཉལ་ལས་ མཐུ་བཞུག་བཞུག་པ་ཨིན་མས།

སློབ་ལྟ་

- ༡༽ སྐད་འདི་དེས་སྐད་དུ་ འཇམ་སྐད་གཏིས་ལས་ ག་ཅི་ག་ཞིན་པས། ག་དེ་ཅི་?
- ༢༽ སྐད་འདི་ལྷ་གཞི་བཞུག་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱུ་ཀྱི་ཡང་དཔོན་བླ་སི་སི་གི་སྐད་ ཚིག་འབྲུ་༡༥༠་ འབད་མི་ཅི་ག་གིས།
- ༣༽ སྐད་འདི་ནུ་གི་རྩྭ་གཞི་ག་ཅི་ཞིན་ཏེ་ རིས་འཛིན་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ཞི་བཟས་ག་ཅི་བཏོན་ རྒྱ་ག་གིས།



ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་མ།

འགོ་བ་བབྱང་མོའི་རྣམ་ཐར།



དེ་ནི་བདག་ལ་ཉམས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བུ་འདུག། བདག་ལ་རྒྱ་ལྷིམ་ས་གཞི་དཔེ་དཔེ་ལྷིམ་ས་གཞི།
 རྩོད་ལྷིམ་ས་གཞི་དཔེ་གསུམ་གྱི་ཡོད་པ་འདྲ། བྲག་དེ་མཐོན་པོའི་ཚེ་རྟེན་མཚེས་དུག་ས་མམ།
 སྤྲུལ་བམ་ལ་འཇུག་མཚེས་བསྐྱེད་ཀྱི་གནད་བཤུ།

ཟེས་ལྟ་ལྟ། ཡབ་ཀྱིས་ལུ་དེ་སོགས་ལྟ།

ཡུམ་ཞིག་གསོན་དཔེ་བུ་ཟེ་མཚེས་མ་ལགས། ཞེ་མ་ཁྱི་པ་ལྟེ་རྩི་རྩི་མི་ཟེ་མི་འདུ།
 བོད་ལ་བའི་ཞི་བྱུ་ལྟེ་གསུམ་ལ། ཡི་དམ་ལྟེ་གསུམ་ཞེ་ཞེ་པོ་བའི་ལྟེ་གསུ།
 ལྟེ་མཐོན་དུག་ལ་དེ་དུག་ལ་ལགས་པ་བསྐྱེད་མམ། ལྟེ་ལ་ལྟེ་ཡི་གེ་དུག་མཚེས་སྐྱ་སྐྱེ།
 ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་གསུམ་ཞེ་ཞེ་པོའི་སྤྲུལ་པ་ཡི་ལྟེ། ལྟེ་མཐོན་ལེ་ལེ་ལེ་ལེ་ལེ་ལེ་ལེ་ལེ་ལེ་ལེ།
 དེ་ནི་དཔེ་ཟེས་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ། ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ།
 ལྟེ་ལྟེ་གསུམ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ།

ཟེས་གསུངས་མ་ལགས། དེ་དཔེ་ཡབ་ཀྱི་བུ་ལེ་ལེ་ལྟེ་ ལྟེ་མཚེས་ལྟེ་བའི་ལྟེ་གསུ། ཞེ་མ་ཁྱི་པ་ལྟེ་རྩི་
 མི་ དེ་ལས་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་
 ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་
 ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་

དེ་ལྟེ་ལས་ ཞེ་མ་ཁྱི་པ་ལྟེ་རྩི་རྩི་མི་ ཟེ་མི་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་
 ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་
 ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་

ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་
 ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་

ཚོད་ཅིག་ཡིན། བར་དུ་མཉམ་པུ་ སྤུ་མིང་སྤིང་གཏིས་འབྲུལ་ནི་ཡོད། ལྷི་དུ་མཉམ་པུ་ བུད་ལྷི་བར་
 རྒྱ་སྤོམ་འོད་ནི་ཡོད་པུ་ལས། དྲིན་ཅན་གྱི་མམ་དུ་ གཏོད་བཏུས་པའི་བཟའ་ཚང་ རེ་གི་ལུས་ལས་མཚེད་
 པའི་ འུ་ཚུ་དེ་ཚུ་ ག་ལུ་ཡེལ་མ་ཚགས་པར། བར་སྤུལ་ལམས་ལུ་འཕུས་ནི་ག། ག་ཏེ་འཕུས་ནི་ཡིན་ཏེ་མཚོ་
 བ་ཅིན་ རྒྱ་སྤོམ་མམ་ལའ་འགོ་འགྲོ་ལུ་ ཡེ་ཤེས་གྱི་མམ་ལའ་འགོ་སྤེལ་བསྐྱོམས་ཞེན་མ་ལས་ འཕུས་
 ཤོག་ཤིག། ཟེལ་གསུངས་ཏེ་ འཇའ་བཟུམ་སྐོལ་ལུ་སྤོམ་ལུ་ སྤུ་མཚོ་དེ་སྤུ་འབྲུལ་མ་ཅིག་ ཡེལ་ལུ་
 གཏིས་ལུ་ གཏུ་མ་གཞན་གཏི་ཡེལ་སྤུ་མམ་པར། དུ་པ་པེ་ཡེལ་ལུ་མ་གཏིས་ལུ་ ཚོས་འདི་བཟུམ་སྐོལ་
 གསུངས་ལུ་ག།

ཡེལ་ཅིག་གསོན་དུ་བུམ་ཟེ་བྲོ་ཤོ་ལགས། ། ཚོ་འདི་མི་རྩ་གཏུ་མམ་མམ་འདི་སྤོམ་དུ་འད། །
 ལུ་ཤིང་མི་སྤོམ་ལུ་འཇི་བུ་སྤུ་ལུ་ཡོད། ། སྤོམ་ལུ་ཡི་དམ་བུ་གསུངས་ཤེ་ཚེ་ཤོ་སྤོམས། །
 ཚོས་གྱི་སྤོམ་ལུ་ཡི་གཏུ་མམ་འོད་ས། ། རྩ་གཏུ་རེ་གི་སེམས་ལུ་ཡེལ་ཡེལ་ཏུ་ས། །
 རྩ་གཏུ་བུམས་དུ་སྤོམ་ཤེ་མ་བུ་ལའ་བར། ། སེམས་ཏེ་དེ་སྤོམ་ཤེ་འདེལ་ལུ་ཚེ་གཏོད་ཏེ་ག། །

ཟེལ་གསུངས་ཏེ་ ལུ་ལུ་ཡེལ་ དེ་སྤོམ་གསུངས་ལུ་ག།

ལུ་མ་གཅིག་གསོན་དུ་བུམ་ཟེ་མཚོས་མ་ལགས། ། ཚོ་འདི་མི་རྩ་གཏུ་ལུ་པའི་མེ་ཏོག་འད། །
 ལུ་ཤིང་མི་སྤོམ་ལུ་འཇི་བུ་སྤུ་ལུ་ཡོད། ། ཏིན་གྱི་དུས་ལུ་སྤུ་ལུ་སྤོམ་ལུ་འདྲེ་མེད་སྤོམས། །
 མཚན་གྱི་དུས་ལུ་གསུངས་ལུ་སྤོམ་ལུ་འཇི་བུ་མེད་སྤོམས། ། འགོ་བུ་ཀུ་ལུ་བུམས་དུ་སྤོམ་ཤེ་སྤོམས། །
 རྩ་གཏུ་སྤོམ་ལུ་ཡི་གཏུ་སྤོམ་ལུ་ཡོད། ། རྩ་གཏུ་ཡི་དམ་བུ་གསུངས་ཤེ་ཚེ་ཤོ་སྤོམས། །
 ཚོས་གྱི་སྤོམ་ལུ་ཡི་གཏུ་མམ་འོད་ས། །

ཟེལ་གསུངས་ལས་ ཡེལ་ལུ་མ་གཏིས་ཡེལ་ རྩ་གསུངས་ལུ་ག། དེ་ལས (བསྐྱེད་སྤིང་ནི་ཤོམ་
 བཟུག་ནི་འོམ་དེ་ཚུ་བྱིན། ཀུ་ཤི་ཀུ་འི་རས་ དེ་གསུངས་པའི་མེད་པའི་ཏེ་བཟུལ་ཏེ་ གཟིམ་ལུ་ལུ་ ལུ་
 མཚོས་དུ་ལུ་སྤོམ་སྤོམ་སྤོམ་ལུ་ག།

སློབ་ལྟ།

༡༽ འོག་གི་ཚེས་སྐད་ཀྱི་མིང་ཚིག་ཚུའི་ གོ་དོན་ཚུངས་ལ་ནང་བྲིས།

- ༡༽ ཉན་ཉན་གྱིས། ༢༽ བཅོད་སྐྱེས་མེད། ༣༽ ཐུགས་འབྱེལ།
- ༤༽ ལྷིས་པ། ༥༽ ཡི་དམ་ཐགས་ཇི་ཆེན་པོ།

ཁ༽ འོག་གི་བྲི་བ་ཚུའི་ལན་ བྲིས།

༡༽ མཁའ་འགྲོ་མ་འགྲོ་བ་བཟུང་མོ་ ལྷ་འཁྲུལ་ཐངས་དཔ་ ཉམས་བཟུང་པོ་མའུ་མེད་ཅིག་ བྱུ་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ རྩོད་ཀྱིས་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ཚུགས་པས་ག? ག་ཅི་ལ?

༢༽ འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ ཚུངས་མིང་ཚིག་ཚུའི་ དོན་དག་གཅིག་པའི་ ཚེས་སྐད་ཀྱི་མིང་ཚིག་ཚུ་ གོང་གི་ ཚིགས་བཅད་ནང་ལས་ འཚོལ་ཏེ་བྲིས།

- ༡༽ བཟུང་ལྷོ་མ་ལས། ༢༽ གོ་ལ། ༣༽ ལྷི་མ། ༤༽ མ་ཅི། ༥༽ ལགས་ཀོ།

༣༽ མཁའ་འགྲོ་མ་འགྲོ་བ་བཟུང་མོ་ ལྷ་འཁྲུལ་པའི་ལྷལ་ལུ་ མོ་འདི་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ལུ་ མ་ཅི་ བཟུངས་ཏེ་བཞུགས། ཟེའ་ གསུམས་མི་འདི་ དུ་འཕེལ་ལྷུངས་པ་ རྒྱལ་ཁབ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བའི་ གནས་སྤེལ་ལུ་འབད་བའི་ཅི་ དེ་ཅི་ ལྷུངས་མ་བདེ་མ་ག་ཅི་བཟུམ་པ་འབྲེན་ཉི་མས་གོ? ཟེ་ བཀོད་འབད།

༤༽ རྩོད་ཀྱིས་ཟོ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ ལྷུངས་མ་བདེ་མ་ཚུ་ བསལ་ཉི་ཉི་ཉེ་ལུ་ ཐབས་ཤེས་ག་དེ་ ལེ་ བསྐྱེད་ཉི་མོ?

༥༽ ལྷོ་ཚོན་སློབ་ལྟ།

༡- ལྷོ་ཚོན་ལུ་ དོན་ཚོན་དཔ་པའི་བཞུད་དོན་ གྲོས་བསྐྱེད་འབད་ལྷོན་ ལྷོན་ལུ་གསལ་བཞུད་ཚུ་ལྷོན་བསྐྱེད་ལས་མ་ འཚམ་བཟུང་མོ་འབད།

མི་སྐད་ཀྱི་སྐད་ཅི་འདྲ་ཞེས་འདུག་ཉེས། བྱི་མོ་འདི་ཇི་སྲིད་ཞེས་འདུག་འཚོལ་ཉེས་ཤིག་།

ཟེས་གསུངས་མ་ལུས། རྩོམ་པོ་འདི་ལྟོས་ཀྱིས་ རྒྱལ་པོ་འདི་བཀའ་བཞུགས་ཀྱི་ ཡམས་ཚུས་སོང་སྟེ་ ས་
ཚུགས་གཏེ་བཏུང་ཕྱི་མི་སྐད་དུ་འགྲོ་བའི་ལས་ རོ་བྱི་གི་ཀླད་ཇི་སྲིད་འདྲ་ལྟ་ཡང་མ་མཐོང་
མས། དེ་ཕྱི་མི་སྐད་ཅི་འདྲ་ཞེས་ དེ་མཐོང་སྐྱོ་བའི་གསུང་འདོད་སྟེ་ ས་ཚུགས་ཆ་མཉམ་ལུ་ལེགས་ཤོམ་
སྐྱོ་བཏུང་དུ་ འདྲ་ཚུགས་ཀྱི་ཉེས་ཚེད་སྐྱོ་བའི་གསུང་ མི་གི་དུ་པའི་གཡེང་ཆགས་ཆགས་པ་ཅིག་ཡོད་པ་
མཐོང་མ་ལུས། རྩོམ་པོ་གི་མཚོ་བསམ་ལུ་ རོ་བྱི་འདི་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་འདྲ་ས་མཚོ་སྟེ་ རྒྱལ་པོ་འདི་སྐྱོ་བའི་གསུང་
བཅས་ཏེ་ དེ་སྐྱོ་བཏུང་།

- ཀྱི་མཚོ་བསམ་ལུ་འདྲ་པོ་འདི་པོ་ཞེ་ མི་སྐད་ཀྱི་སྐད་གཡེང་མི་གཏུང་ལ།
- བྱི་མོ་འདི་ཀླད་ཇི་སྲིད་ཞེས་མི་གཏུང་ལ། བྱི་མོ་དེ་ཡང་མཚོ་པ་འདྲ་བསམ་ནས།
- དེ་མཚོ་བསམ་པོ་འདི་མི་སྐད་ཡང་བཏུང་པས། འདྲ་ཚུགས་ཉེས་ཀྱི་སྐྱོ་བའི་མཚུགས་པོ་ཞེ།
- ས་གཞི་འཛིན་པུ་སྐྱོ་བས་པ་ལ། འདྲ་བྱི་མོ་བཀོད་པ་ལེགས་པ་འདུག།
- དེ་ལུ་འདྲ་བའི་གསུང་ལེ་འདུག། དེ་ལྟ་བུ་འདྲ་པོ་འདི་པོ་ཞེས་འདྲ།

ཟེས་ལུ་ཕྱི་མི་སྐད་ རྒྱལ་པོ་འདི་གསུངས་གཞི་མཚོ་པོ་འདི་དུ་ཟེས་ཏེ་ རྒྱལ་པོ་གིས་འདི་ལྟོས་ལུ་ བཀའ་དེ་སྐྱོ་བཏུང་
ལུ། དེ་ལྟོས་པོ་འདི་ལུ་འདྲ་བའི་མཚོ་བསམ་པོ་ཞེས། དེ་གི་པའི་གསུངས་པ་ལུ་འདྲ་བའི་ལུ་མཚོ་བསམ་པོ་ཞེས། བྱི་མོ་དེ་ལྟོས་པོ་
མི་གི་ ཟེས་ གསུངས་ལུ། དེ་ལུས་ རྒྱལ་པོ་འདི་ལྟོས་ལུ་འཛིན་པུ་འདྲ་བའི་གསུང་ རྒྱ་གསུང་ལྟོས་ཏེ་ཕྱི་མི་སྐད་
བའི་ ཉེས་ཚེད་ལུ་ལུ་ལུ་བསྐྱོ་བའི་ཏེ་སྐྱོ་བའི་ལུས་ བསམ་བཤེན་གྱི་སྐྱོ་བའི་ལྟོས་ལུ། དེ་ལྟོས་ལུ་ རོ་བྱི་གི་ཀླད་
ཇི་སྲིད་འདྲ་པོ་འདི་ལུས་ རྩོམ་པོ་འདི་ལྟོས་ཀྱིས་ བྱི་མོ་འདི་སྐྱོ་བའི་གསུང་ལུ།

ཡུལ་མཐོང་སྐྱོ་བའི་ལུས་ བྱི་མོ་འདི་ལུ་འདྲ་བའི་ལུས་བསམ་བཤེན་གྱི་སྐྱོ་བའི་གསུང་ མཚུགས་ཏེ་ཕྱི་མི་སྐད་དུ་ལྟོས་ལུ། མི་གི་
རྒྱ་གསུང་ལུ་སྐྱོ་བའི་གསུང་ འཛིན་པུ་ སོ་སྐྱོ་བའི་གསུང་ལུ་འདྲ་བའི་གསུང་ གསུངས་ལུ་འཛིན་པུ་བཀོད་ཏེ་
ཡང་འདྲ་བའི་གསུང་ལུ་ དེ་ལྟོས་ལུ་གསུང་པོ་འདི་ལུ་སྐྱོ་བའི་གསུང་ ཟེས་ལུ་ རྒྱལ་པོ་གིས་ མཚུགས་ཀྱི་ (མཚོ་བསམ་
པའི་) གསུང་ལུ་ བཀའ་ལྟོས་ལུ་འདྲ་བའི་གསུང་ལུ་འདྲ་བའི་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཡོད་པའི་དེ་ རྒྱལ་པོ་འདི་འདི་

ཟེམ་ ལུ་སྟེ་གཞིམ་ཅུང་གི་སྒོ་ལྷོ་སྟེ་ལུ་ལུ་གྲོ་ དེ་ལས་ རྒྱལ་པོ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ གཡུ་ལྷི་ལི་ཐོག་ལུ་
 མི་གི་བྲུམ་དཔལ་ལཱ་ལྷ། ལྷ་ལི་བྲུམ་ཅོག་འབྲུལ་ཅིག་ ཀུ་ལྷི་ཀུ་ལི་སམ་དེ་གསལ་པ་མེད་པའི་ ལྟ་བུའང་
 བཞེས་ཏེ་ ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི་ མཚན་རྟགས་དཔ་ལྟ་ལྟ་ གཤམ་ལྟ་ དྲི་ལོམ་རྟེད་རྟེ། ལུངས་
 བཅོམ་རྟེད་རྟེ། བཏུ་བ་ཅིག་གཟུགས་འཕེལ་སེམ་མོ། ཉམ་པ་ཅིག་གསུལ་སྐད་ལྟ་ལྟ་ ལུམ་པ་ཅིག་དྲི་ལོམ་
 རྟེད་རྟེ། མཐོང་མ་ཅིག་སེམས་ཤོས་བའི་ ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཅིག་ཡོད་པ་ལས། རྒྱལ་པོ་གི་བྲུགས་
 དུ་ཤོངས་ལུ། དེ་ལོ་སྤྱི་ལཱ་གསལ་བྱ་འབྲེལ་དེ་ འབྲུལ་ལུ་གསལ་སོང་མེད་པ་ཡལ་གྱི་དཔ། བྲམ་ཟེམ་སྒོ་ལས་
 རོ་སྤྱི་ལི་ཀུ་པ་ཅིག་འབྲུལ་ ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་བཏུ་བ་ཅིག་ པ་ལུ་མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལས་ ལུང་བསྟན་གཞུང་ལ་
 འབྲས་མཚོ་སྟེ་ སྤུལ་འཁོར་གཏུ་གི་ལྟ་ གཡུ་ལོ་དཔ་ལྟ་ལྟ་ཅིག་ཡོད་མི་དེ་ འགྲོ་བ་བཟུང་མོའི་ཨོལ་ལྟོག་
 གུས་ བཏུགས་གཞུང་ལོམ་ལས་ བྲམ་ཟེམ་ལྟ་ལྟ་གཏུ་སུ་ རྒྱལ་པོ་གིས་ དེ་སྟེ་གསུལ་ལུ་གྲོ།



དཔེ་	དོན།

༢༽ ཡུལ་པ་ཐེངས་གཅིག་ལས་ བྱིམ་གྱི་ཚོན་ལའཔ་ལྟར་ལས་བྲམ་བཟེ་ཀློག་ཀློག་ས་ **མགྲོན་པུ་བཟུམ་དུག་སམ།** **མིག་རྩོ་**
གཡུ་བཟུམ་རྩོ་མོ། ལའི་ལྟ་ལུ་ **སོ་ཡུལ་རྩོ་གཅིག་ཡེ་མེད་པ་** **གཟུགས་ལའཔ་སམ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཡེ་ལོ་པ་དཔོན་པོ་**
ཇིག་།

གོ་པ་གཅིག་ལྟར་ལྟ་པའི་ ཚིག་ཚུ་ལས་ཚོན་ཀློག་ས་མ་འདྲམ་བཀལ་པའི་པའི་ཚིག་གཞི་ཚུ་བཟུགས་ཏེ་
 ཚོམ་ཚིག་ས་བཅད་གཅིག་གིས།

༣༽ རྒྱལ་པོ་ལུ་དབང་པོའི་ བཞུགས་ལུ་བཏུ་བའི་ རྒྱལ་པོའི་བསམ་སྤྲོད་ཚུ་ གཤེ་སློབ་པའི་མི་མས་གོ་? དེ་
 དཔུང་གྱི་ཐོག་ལས་ བུལ་བཀལ།

༤༽ འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུའི་ བཞུགས་ཚུང་ལ་ནང་བྲིས།

༡༽ མེ་ལས་འོད་ཚ། ༢༽ རྒྱལ་ས་ཐུགས། ༣༽ རྩ་ལས་ཏུག་ལ།

༤༽ པད་ཀས་ལས་བྱུ་མི། ༥༽ བཀུ་ལས་མི་ལོ།

༥༽ འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་ལུ་ལུ་ལུ་འབྲམ་སྟེ་ ཚོས་སྐད་གྱི་ཐོག་ལས་ བཞུགས་ཚུ་པའི་ རྩོད་ཚིག་པེ་བཟོ།

༡) བདུག་ལ། ༢) འཕྲོག། ༣) སུ་ལོ། ༤) རྩོ།

༥) སྐད་པ།

དོན་ཚན་གསུམ་པ།
འགྲོ་བ་བཟང་མོ་ ཀ་ལ་དབང་པོའི་བཅུ་ལྔ་མོ་སྟེ་འབྲོག་ཚུལ།

དེའི་དུས་སུ་ འགྲོ་བ་བཟང་མོ་གི་བྱ་གསལ་བཞུགས་པའི་དུས་སུ་ ས་སྟོན་ཅན་གྱི་ལཱ་ལོ་འདི་བཅུ་ལྔ་མོ་འབད་བའི་དུས་སུ་ ག་
ནི་ཡལ་དུག། དེ་བའི་དུས་སུ་ རྒྱ་ནག་ལ་ཟེང་མཚོ་སྟོད་དུ་ཡའི་བཟའ་བུ་ དུ་དུ་ ས་ལུ་མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལཱ་གསལ་
འཕུལ་ཤོག་གི་ལོ། ཟེང་ ལུ་འབྲུག་ལྷན་དུ་བསམ་པ་སྟེ་ བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། ས་ལུ་བདུན་གྱི་
བཟང་ཚུ་འདི། ཟེང་གསུངས་མི་དེ་ འདི་ཡིན་མཁའ་འདུས་ ཟེང་མཚོ་སྟེ་ གཞི་མ་ཚུ་དུ་ལུས་ཐོན་ཞིན་མཁའ་ལས་
རས་གོས་ཀྱི་གཤོག་པ་བཀུངས། གནམ་ཁབ་འཕུལ་འགྲོ་དུ་ལས། མཚོ་སྟོད་དུ་ཡའི་བཟའ་བུ་ ཡབ་ཡུམ་གཉིས་
གྱིས་མ་ཕྱེས་ཏེ་ ཡབ་བྲམ་ཟེ་སྟོ་བོ་གསལ་ སུམ་འབད་སའ་བྱིན་ཞིན་མཁའ་ལས་ རས་གོས་མཐའ་མ་གཡས་པས་
བཟུལ་སྟེ་ དེ་སྟེ་གསུངས་ཚུ་ག།

ཡ་རྒྱན་བདག་ལཱ་བུ་མོ་ཚུ་སྟོན་དུ། །འགྲོ་བ་བཟང་མོ་དུ་མིག་པལ་གསོན།
ཡུལ་མཁའ་ལཱ་སྐད་གི་གྱི་ལཱ་ལོ་འདི། །ཁྱིམ་ལཱ་གནས་ཤི་སྐྱེ་དཔེ་ཆེ།
དུ་ནི་འགྲོ་བ་བཟང་མོ་མཁའ་བཞུགས་ལ། །རྒྱན་ཚོན་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་དུ་བཟུལ་ཡེས་གསུང།
བསམ་སྟོ་བྲོ་དུ་འགྲོ་བ་བཟང་མོ་ལགས། །དུ་ལུ་ཡ་མའི་དེ་ལུ་འདལ་བའི་ལྷོད།
སུམ་འབད་ལཱ་ལཱ་མཁའ་ལཱ་ལྷོད་བཞུགས།

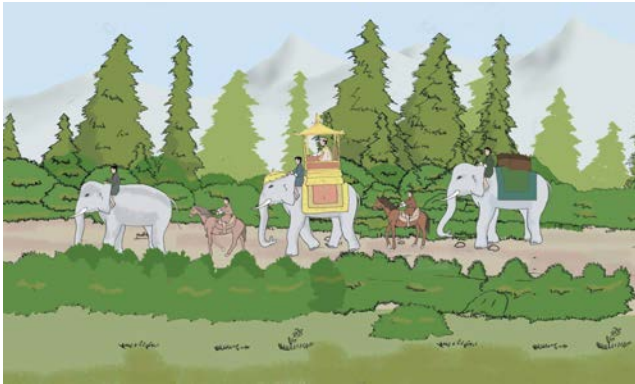
ཟེང་གསུངས་ཞིན་མཁའ་ལས། སྐྱུ་ལྷ་ལཱ་ལཱ་ལོ་ལོ་སྟེ་ ལོ་ག་ཅི་སྟེ་ལུ་ དེ་ལས་ དུ་དུ་ ཡུམ་གྱིས་ཡལ་
སུམ་གི་རས་གོས་གཡོན་པའི་མཐའ་མས་བཟུལ་སྟེ་ དེ་སྟེ་གསུངས་ཚུ་ག།

ཡུམ་འདི་སུམ་ལཱ་ལཱ་ལོ་ལོ་སྟེ། །སུམ་འཕུལ་བའི་མཚན་ཆེ་ལགས་ཏེ།
སུམ་འབྲོ་དུ་ནི་སྐྱེས་པའི་དུས་སུ་ནི། །མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལཱ་ལཱ་བསྐྱེད་བའ་ལ།
བསྐྱེད་པ་སྟེ་དུས་བཟུང་དུས་ཀྱི་དུས་གསུམ། །བསྐྱེད་པ་སྟེ་དུས་འཕུལ་ཤོག་མི་གསུངས་འདུག།
ལྷོ་དུས་དུས་སུ་འཕུལ་ཤོག་གསུངས་གི་ལུ་འདུག། །དུ་ལུ་སུམ་འདི་བསྐྱེད་པ་སྟེ་ཡིན།

သုတေသနအဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။

သုတေသနအဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။

ဒေသနာများနှင့် မြန်မာ့အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။
ယခင်ကကုသခဲ့သော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။
သုတေသနအဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။



ရဲဝမ်းစား နေထိုင်မှုများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။
ရဲဝမ်းစား နေထိုင်မှုများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။
ရဲဝမ်းစား နေထိုင်မှုများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။

ကျေးဇူးတင်စွာ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။

ဒေသနာများနှင့် မြန်မာ့အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။
ရဲဝမ်းစား နေထိုင်မှုများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။
ရဲဝမ်းစား နေထိုင်မှုများ ပြုစုပေးသော အဖွဲ့အစည်းများ ပြုစုပေးသည်။



བྱམས་དྲུལ་སྤྲིད་ཇི་ཉུག་རྩུ་མ་བྲལ་བར། རྩོམ་གྱི་སྤྲིད་ལོ་ཡི་གེ་དུག་མ་རྩེདས།
 ཉུག་སེམས་སྤྲིག་པའི་ལས་ལ་སྦྱུད་འབྲུང་ན། རྩུམ་སྤོག་སྤྲིད་ལ་ཚད་པ་གཞོན་པར་བྱེད།
 རྒྱ་ལྷོ་གོ་བར་གྱིས་ཤིག་སྤོན་འབེདས་རྣམས།

ཟེར་གསུངས་ཚུག། རྒྱལ་ས་ གཡུས་མནུའལ་སྤེལ་གི་ རྒྱལ་སྤོན་འཁོར་འབེདས་ཚུ་གའ་ དུག་པ་བུལ་ལུ་འོངས་
 སྤྲིད་མི་འདེའུ་ལྟ་སྤོས་པ་ལས་ དེའི་དུས་ལུ་འདྲོད་ཡོད་འོངས་སྤྲིད་ཚུ་ཡེད་ སུར་ལས་དྲུལ་ཞིད་རྒྱལ་པ་སོ་བྱེད་
 ཚུག། རྒྱལ་ས་འགྲོ་བ་བཟུང་མོ་གིས་ འཇིགས་པ་བརྒྱན་ལས་སྤོབ་པའི་ གཟིམ་འུལ་སྤོབ་ལ་ལྟ་ལེད་ལུ་སྤོབ་མཚམས་
 དུམ་དུམ་བཅུ་དེ་ བཞུགས་པའི་བར་ན་ སྤོབ་མོ་གཞིག་འུལ་འབྲུངས་ཚུག། མཚན་ལུ་ལྟ་གཞིག་ཀྱུན་རྩུ་བཟུང་མོ་ཟེར་
 བརྒྱགས་གནད་ཚུག། སྤོབ་མོ་དེ་དྲུག་འོ་གསུམ་བཞེས་པ་དྲ་ དྲུད་ཡུམ་ལས་སྤོབ་གཞིག་འུལ་འབྲུངས་ཚུག། མཚན་
 འདི་ཡེད་ ལྟ་སྤོབ་ཀྱུན་རྩུ་ལེགས་པ་ ཟེར་བརྒྱགས་གནད་ཚུག། སྤོབ་འུལ་འབྲུངས་ཀྱི་ ཡེད་ཡུམ་སྤོབ་སྤོབ་ཚུ་དྲུ་
 བཅས་པ་ དུག་པ་བཟུང་དུལ་ལུ་ འདྲོད་དྲུག་འོ་འོངས་སྤྲིད་དེ་བཞུགས་པའི་སྤོབ་ལུ་ ཡེད་རྒྱལ་ལོ་གིས་ འགྲོ་
 བ་བཟུང་མོ་ལུ་ལྟ་སྤོབ་ཀྱི་མཁུས་དེ་སོ་གསུངས་ཚུག།

ཀུམ་ལ་ཡི་མོ་རྩིག་ཡིད་འོང་མ། ལའོ་གཞིག་ལེགས་པའི་རྒྱལ་ལོ་བརྒྱལ་ལ་གསོན།
 ག་ནས་བཏུས་ཀྱུལ་སྤྲིད་ལོ་མི་འུལ་པས། དཔེ་དུམ་པའི་ལྟ་སྤོབ་ཤིན་རྩུ་མོས།

འོད་ཟེན་པ་བསྟེན་པའི་ཉལ་ལུ་ ཁའཕགས་སྐོམ་ཆེན་ཉལ་འཛམས་ཤིག་གྲེ།
 ངའཕ་འདྲོད་དྲུའའཛམས་པའི་གཟིམ་ཅུའལ་ ཉལ་ཆུང་ཉལ་མེད་བཅོམ་པའི་མེད་སྲིད་གཉིས།
 ཉལ་དཀའ་མོ་འགྲོ་བ་བཟུང་མོ་ཁྲོད། རྩ་དྲུམ་མེད་པའི་མ་ཕུ་འཕྲད་ལུ་ཡོད།
 དུ་ཉི་ཉལ་ཚེས་མཛམས་སུ་བཞུགས་པར་མཛོད། ཉལ་ཆུང་མཛོམ་མའི་བུགས་ལ་དེ་ཉལ་འོག།

ཟེའགསུའཕམ་དུ་ འགྲོ་བ་བཟུང་མོ་གིས་ཡའད་དེ་སློའལུའལ།

དཔའ་མོ་ཉལ་འའི་རྒྱལ་པོ་བདག་ལ་གསོག། ཡམ་མའི་དུའལུ་མོ་སྟོད་དབའ་མེད།
 བམོ་བའི་ཉལ་ལུ་གྲོ་གྲུའལུའལ་བཟུང་ཉལ། ཁམོ་ལུ་གྲུའལུ་ཉལ་གཤིག་ལུའལ་བཟོ་ཉལ།
 འོ་སི་འདུ་བའི་ཚ་གྲུའལུ་འཛིགས་པ་བཟུང། ཁམོ་བཟུང་མོ་སུ་ཉལ་འདྲི་ལུ་སྲིབས།
 མཛོམ་མོ་གསུའལུ་བཞུགས་ཉལ་རྒྱལ་པོ་སུ་མཛོམ་མཛོད་ཉལ། ཉལ་སྐྱེས་རྒྱལ་པོའི་བཟུང་ལམ་དེ་ཡིས་བཟོ་ཉལ།
 ལུ་ལུམ་སྲི་བོའལུ་མའལ་ཉལ་སྲིད་པོ་མེད། རྩ་བཟུང་ལེའལ་སྲིད་འདྲོད་ཡོའལུ་ཆེན་ཡའ།
 འལུའལ་ལུ་ཉལ་ཚེས་མ་གྲུས་ཉལ། ཡམ་མེད་འལུ་ཉི་གཤིག་དེའི་གྲིམས་རའལུ་སྲིབས།
 འལ་དཀའ་མོས་ལུ་གཤིག་མའལུ་ཉལ་སྐོམ་དུ། ལུ་ལུའལ་བཟུང་ལུ་འལུ་ཉལ་ཉལ་ལུ་བཟུང་ལུ་སྲིབས།
 མམོ་འལུ་ཉལ་ཉལ་ཉལ་ཉལ་ཉལ་ཉལ། ཉལ་སྲིད་འདྲི་ལུ་ལུ་སྐྱེས་ལུ་བཟུང་ཉལ།
 ཉལ་ལུ་བཟུང་མོས་མ་ཕུ་བཟུང་མོ་ཆོ། ཉལ་མ་མི་སྟོད་མའལུ་འགྲོའི་གྲིམས་ལུ་འགྲོ།

ཟེའགསུའཕམ་འོལ་ལས་ གཟིམ་ཅུའལུ་ཉལ་འོལ་ལུ་ཉལ་ཉལ་ཉལ་ཉལ་ཉལ། ལུ་མ་སྲིབས་གསུམ་ཆའ་ ལུ་མཛམས་
 དུམ་དུམ་སློའལུའལ།

དེའལས་ ཉལ་འོག་འལུ་ཉལ་དུ་ རྒྱལ་པོ་ལུ་ཉལ་ལུ་ཉལ་ལུ་ ཉལ་ལས་བཟུང་མོ་ཉལ་ལུ་ ཟེའལི་འོག་ཡོད་མི་
 འདྲི་ལུ་ གཤིག་མོ་ཟེའལ་འལུ་ཟེའལི་འོག་སྟོད་དུའལ། མོ་མོ་བཟུང་གི་སྲིད་ཐོག་ལུ་སོའལ་དུ། མོ་གིས་
 འགྲོ་བ་བཟུང་མོ་ ལུ་མ་སྲིབས་གསུམ་མཛོམ་སྲིད་ལུ་ ཡམ་མའལུ་ཉལ་ དེའི་ཉལ་ལུ་བཟུང་མོའི་ཉལ་ལས་འདྲོད་ལུ་ རྒྱལ་པོ་
 ལུ་ཉལ་ལུ་ཉལ་ལུ་བཟུང་མོ་བཞུགས་ཉལ་ རྒྱལ་བཟུང་ལུ་འལུ་མི་སྲིབས་འལུ་ གཉེན་ཉལ་སྲིབས་ལུ་མི་སྲིབས་མོ་ཡའ་
 འལུ་མཛོམ་སྲིད་ བཟུང་མོ་བཞུགས་ལུ་སོའལུ་འོལ་ལས་ དེ་སློའལུའལ།

ཀྱི་ བཅོམ་མོ་དམ་པ་བདག་ལ་སྐྱེས་གསོན་དང་། རྒྱལ་པོ་ལྷ་ལ་དབང་པོ་གིས་ བཅོམ་མོ་ཚུལ་ཀྱི་བཞུགས་མི
 ཚུགས། རྒྱལ་བརྒྱུད་འཛིན་མི་སྲས་ནི་འདུག། གཏེ་ཏེ་ཉེ་མ་ལོ་མི་ སྲས་མོ་ཡལ་འདུག། བཅོམ་མོ་དམ་པ་
 རྒྱུད་ས་ལུ་ སྲས་སྲོམ་མེད་པའི་ ཐུགས་ལྷོ་ལ་མཛད་མི་དགོ་པས། ཟེ་འཁྲུལ་དུ། བདུ་མོ་གི་མཉེ་བས་མ་ལུ་
 ཐག་རིམ་གི་གྲུམ་དེ་ ཡུད་བདེ་། ཡུད་མི་བདེ་། དེ་མེས་ ཐག་ཏེ་བའི་གྲུམ་ཡིན་པས། ཟེ་མ་ས་མགོ་
 གིས་ སྲབ་མི་དེ་ ཐད་སི་བ་སི་བདེ་། ཟེ་མ་མཉེ་སྟེ་ མོ་བུ་གི་སྟེ་ཐོག་ལུ་སོང་འཁྱོམ་ལས་ གཟིམ་ཚུལ་
 སྒྲིལ་མ་ལྟ་ལའ་གི་ཐོག་ལུ་བཏུལ་དུ་ འགོ་བ་བཟུང་མོ་ཡུམ་སྲས་གསུམ་མཚོང་མ་ལས་ བདུ་མོ་ཅིག་པ་ཟ་
 སྟེ་ དེ་སེམས་བུ་ཚུགས། ཟེ་མ་ས་མགོ་གིས་སྲབ་མི་འདི་ བདེ་པས།
 པ་ལྟ་པེ་ཟེ་བའི་མི་པེ་ལུ། རྒྱུད་འགོ་བ་བཟུང་མོ་དུ་བུ་ལྟུ་། །

དེ་མི་ཏེ་མའི་འཁོར་ལོ་ལུ། རྒྱུད་མ་བུ་གསུམ་པོ་བཟུང་མ་ཚུགས་ན། །
 པ་གཡུས་འདི་འོ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གིས་བཞུགས་ཤིག།

ཟེ་སྲབ་སྟེ་ བདུ་མོ་གིས་མཚེས་གཏེ་གཏེ་ཚ་ས་གསུམ་འབད་འཁྱོམ་ལས་ མོ་སའི་གཟིམ་ཚུལ་དུ་ལོག་
 སོང་ཚུགས།

སྦྱང་ལཱ།

- ༡༽ གོ་པུ་ཡོད་པའི་ ཀའོ་མ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ དཔ་སྟོབས་ཀྱིས་ ཀའོ་མ་ཅིག་ཀྱབ།
- ༢༽ རྒྱུད་དེ་བསྐྱེད་ གཡོག་མོ་ཟེ་མ་ས་མགོ་དུ་ བདུ་མོ་ཏུ་པེ་མ་ཡིན་པ་ཅིས་ མཉེ་བས་མ་གཅི་བཏུ་པ་སྟེ་ ག་ཅི་ས་
 འབད་འབད་ལེ་ལོ་གོ་?
- ༣༽ འོག་གི་ཚོགས་བཅུ་འདི་ རྗེ་ལའི་ལུ་ རྟོན་སྒྲིལ་ཀྱབ།
 འཛིན་རྟོན་ཏུ་མས་སུ་དག་ལ་ཡལ་མི་ལུ་མ་ཅོམ། རྟོན་ཡོག་ལོངས་སྦྱུད་མེ་ཡལ་སྟིག་པའི་ཚུ། རྟུན་བྱས་བྱ་བ་
 ཐམས་ཅད་མི་རྟོག་པས། རྟོན་གྱི་མའི་དོན་ཆེན་སྒྲིལ་བའེ་རྟོ།
- ༤༽ བདུ་མོ་ཏུ་པེ་མ་གི་ རྗེ་ཚོགས་དུ་འགྲིལ་བ་ཅིས་ མོ་གི་སྦྱུད་རྟོན་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་འོང་ནི་བཟུམ་འདུག་གོ་?
 བཞུད་པ་ཅིག་ཚོད་དུ་པག་འབད་དེ་བྲིས།

དོན་ཚན་བཞི་པ།
འགྲོ་བ་བཟང་མོ་འཕུར་འགྲོན་མ་དུ་ ཡབ་སྲས་ཚུ་ལུ་སྤྲུག་བསྐྲུབ་འབྲུང་ཚུ་ལ།

དེལས་ འགྲོ་བ་བཟང་མོའི་ ཐུགས་བརྟེན་ལུ་ ད་ལུ་མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལ་གིས་ ནས་གོས་གྲི་གཤོག་པ་ལཱ་
འཕུར་གྲོག་ཅིག་ཟེ་ ལུང་བསྟན་དཔ་བསམ་པ་ལཱ་ གྲིན་གྲིས་བསྐྲུབ་པའི་སྐབས་ལུ་ བདུན་གྲི་བསམ་ཚད་
འགྲོན་འོང་ཟེ་གསུངས་མི་དེ་ བདུན་མོ་འདི་རང་འོང་ནི་ཨིན་མས་མནོ་སྟེ་ དེལས་ ལྷ་སྲས་སྤྱི་དཔ་འབྲུག་
དེ་ ཡབ་བཞུགས་སར་བཏང་། ལྷ་ཅིག་མོ་རྟོག་ལ་རྒྱས་པ་བཟུམ་དེ་ སྤྱི་ལུ་འབྲུག་པའི་ལཱ་ སྤྲུག་ཚབ་
ཤོས་ཏེ་དེ་ལོ་གསུངས་ཚུ་ག།

ཨ་མའི་བུ་མོ་ཚུ་རྟོན་ཞིག་། ཨ་མ་ད་སྤྱི་པའི་དུས་ མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལ་འུ་ལུ་བསྟན་པུ་ བདུན་གྲི་བསམ་ཚད་
འོང་ཟེ་གསུངས་མི་དེ་ བདུན་མོ་འདི་རང་ཨིན་ནི་བཟུམ་ཅིག་འདུག། ད་ ལྷ་ལུ་སྟོན་པ་ཅིག་ མ་བུ་གསུམ་མ་
ས་ བདུན་མོ་གིས་བཟང་ལྷ་ཐོ་ཚེ་མ་མིན་འདུག། ཨ་མའི་རྒྱུ་ཚུ་དཔ་གོ་ལུ་ཚུ་ བུ་མོ་ཚུ་དཔ་འབད། རྩེ་སྤྲུག་
མ་གྲིས་གྲི་སྤྱི་སྤྲུག་དེ་ ཡབ་རྒྱལ་ལོ་ལོ་རང་ལུ་ལུ་སྤྲུག་དེ་ ཨ་མ་ད་ལྷ་ལུ་མི་སྟོན་ མཁའ་འགྲོ་འོང་གི་ལུ་
འགྲོ་ནི་ཨིན། ཟེ་གསུངས་ཏེ་ སྤྲུག་ཚབ་ཤོས་བའི་དཔ་ལས་ ཡུམ་གྲི་སྤྱི་རྒྱུ་དཔ་ དཔ་གོས་གྲི་བཟང་
ཚུ་ལུ་དེ་ སྤྱི་གསུངས་སྤྱི་མོ་ལཱ་ བསྐྲུབ་པའམས་ལུ་འཕུར་ཏེ་ ལུ་བཞུགས་མཁའ་འགྲོ་འོང་གི་ལུ་རྩེ་མོ་
ཚུ་ག།

དེལས་ ལྷ་ཅིག་ལྷན་ཏུ་བཟང་མོ་ཡེ་ ཡུམ་གྲི་ལྷན་ལུ་ལཱ་ འགྲོ་དུ་མནོ་སྟེ་ འཕུར་སོ་པ་གིས་ དོ་མ་
གཤེད་མ་ཅིག་ལས་ འཕུར་མ་ཚུ་གས་པས། མོ་ས་ སྤྲུག་ཚབ་ཤོས་ཡི་ས་ ཡུམ་གྲི་གཟིམ་ཅུང་དེ་ལས་
ལོ་གཟུགས་དུ་ བུ་ཚུ་དཔ་ལས་ བུ་འཕུར་ཡས་སོ་པ་བཟུམ་ སྟོན་ཏུ་ལྷ་ལུ་སྤྲུག་ལཱ་ རྒྱུ་ཚུ་དཔ་ག་
བཟང་ཚུ་ཡེ་ སྤྱི་མེ་མེ་ལཱ་ལོ་དཔ་མཚོ་ལཱ་དུ་ ལྷ་ཅིག་ལྷན་ཏུ་བཟང་མོ་ཡེ་བཞུགས་ཏེ་ གཤེད་གས་
སགས་ལཱ་ལོ་དཔ་དུ་ལུ་ ལྷ་སྲས་རྒྱལ་བུ་ལྷན་ཏུ་ལཱ་གས་པ་དེ་ ཡུམ་གྲི་གཟིམ་ཅུང་དུ་ལུ་འགྲོ་མ་དུ་ ཡུམ་



མ་བུལ་ས་པའི་འབར་ ཨ་ཁྱོམ་ཡཔ་གཤམ་སལ་ས་སེལ་པ་གཟིགས་ཏེ་ རྩ་སྤྲུལ་ལྷན་ཨ་ཁྱོམ་ལྷ་
དེ་སེལ་སྤྲུལ་ལྷན།

ཨ་ཁྱོམ་གསོན་དཔ་རྩ་ལྷན་ལྷན་བཟུང་ལམ་སལ། ཡུམ་མཚོག་འགྲོ་བ་བཟུང་མོ་གཏུ་ཕྱོགས། །

ཨ་ཁྱོམ་སྤྲུལ་སེལ་མཚན་པ་ཅི་ལ་མཚན། །

ཟེར་ལྷན་དུ་ རྩ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་བཟུང་མོ་གསོན་ རྩ་སྤྲུལ་ལྷན་དེ་སེལ་ལྷན།

རྩ་སྤྲུལ་རྒྱལ་བུ་བཟུང་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གསོན་དུ། །འོ་གཏུ་ཡུམ་སྤྲུལ་གསུམ་པོ་ནི།

གཟིམ་ལྷན་སྤྲུལ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ །དཔལ་བའི་དཔལ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན།

རྩ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ །བཟུང་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན།

འོ་གཏུ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ །གསོན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན།

བཟུང་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ །བཟུང་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན།

ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ །དཔལ་བའི་ལྷན་ལྷན་ལྷན།

ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ །དེ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན།

ཁྱོད་མ་ཐུག་སྐྱེས་པའི་བཟའ་མ་བུ་ལ་། རང་ལུ་འདྲི་ཚིས་སྐྱོད་སྐྱེས་མ་ཚུ་གིས་བཞུགས་ཤིག་།
 ཟེ་ ཡུམ་དང་ཉ་མོ་ཀྱུ་ལུ་བཟའ་མོ་ལོ་བཟུ་བུ་ལོ་ ལོ་རྒྱུ་ཚུ་བཞུ་དེ་ ཉ་སྐྱེས་ལུ་དེ་མོ་གསུམ་སྐྱེས་
 ལུག་།

ཡུམ་གྱི་མཚན་གྱིས་འགོ་བཟའ་མོ་དེ་ ཁྱོད་ལུ་དགུ་པ་མོ་མོ་མོ་ལུ་ཡལ་ལུ་སོང་།།
 མི་སྲིད་གཉིས་པོ་ལོ་ཉ་མོ་བུ་དེ་ལུ་ལུ་།།

ཟེ་ལུ་སྟེ་སྐྱེས་མེས་ལུ་གོ་ཤོ་ལུ་དེ་ ཉ་སྐྱེས་རྒྱལ་བུ་གིས་ཨ་ཞོ་ལུ་ དེ་མོ་གསུམ་སྐྱེས་ལུག་།
 ཨ་ཞོ་དེ་ཉ་མོ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་བཟུ་དེ་ བཟུ་མོ་ལོ་ལོ་ལུ་མི་སྲིད་གཉིས་ཀྱིས་བཟུ་།།
 འདྲི་ལུ་མི་སྟོད་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་།།

ཟེ་གསུམ་སྐྱེས་ལུག་། དེ་ལུ་སྐྱེས་སྐྱེས་སྐྱེས་མེས་ལོ་ ཡལ་བཟུགས་སའ་བྱོན་ཞིན་མེས་ལུ་ ཉ་སྐྱེས་
 རྒྱལ་བུ་ཀྱུ་ལུ་ལུ་གིས་ལུ་གིས་ ཡལ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་མོ་སའ་ལུ་བཟུགས་ལུ་ སྐྱེས་མེས་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་
 ལུ་ དེ་མོ་བུ་མི་ལོ་རྒྱུ་ཚུ་གིས་ ཡལ་རྒྱལ་ལུ་ལུ་ལུ་ དེ་ལུ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལུ་ དེ་མོ་ལུ་ལུ་།།

ཡུམ་གྱི་མཚན་གྱིས་འགོ་བཟའ་མོ་དེ་ ཁྱོད་ལུ་དགུ་པ་མོ་མོ་མོ་ལུ་འཕུམ་ལུ་ལུ་།།
 བཟུ་གཞུ་མི་སྲིད་གཉིས་ལུ་སྐྱེས་སྐྱེས་ལུ་། ཡལ་མེས་རྒྱལ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་།།

ཟེ་ལུ་སྟེ་ སྐྱེས་མེས་ལུ་ལུ་ ལུ་གཞུ་གཞུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་སྐྱེས་མེས་ལོ་ལོ་ལུ་ དེ་ལུ་ ཡལ་རྒྱལ་ལུ་ལུ་
 འགོ་བཟའ་མོ་ལུ་བཟུགས་ལུ་ལུ་ལུ་རྒྱུ་ཚུ་ གསུ་ལུ་དེ་ ཡལ་རྒྱལ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་།།



དེལས་ འཁོར་འབངས་ཚུ་གིས་ ཚན་དྲན་གྱི་ཐང་ཚུ་དང་ས། ཉལ་ལུ་ཡེ་གཏོ་སྐྱེ་ལས་ རྒྱལ་པོ་བྱུགས་
 དྲན་མ་ལོན་གསོས་ཏེ་ སྐྱུ་ཚབ་ཤོས་ལཱ་ དེ་ལོ་གསུངས་ལུ་ག། ཐག་འེང་གི་གྲུམ་དེ་ལྟེ་བཤེད་ལྟེ་མི་
 བཤེད། དེ་ལཱ་ ཐག་ཏེ་འེང་གྲུམ་ཨིན་པས། བཤེད་ལཱ་ལྟེ་ག། ཟེ་ གསུངས་ཏེ་ མཚོན་གསུངས་པས་
 འཕྱོགས་དུ་ གཟིམ་ལུ་དེ་གི་ བྱ་ཚེད་ཉལ་ལས་སྐྱོད་དྲོན་བཏོན་ འབག་ཡེ་སོལ་བཟུམ་ རྟེ་ལུ་ལཱ་སོ་
 ལུ་ག། རྒྱུ་མ་དུ་ལོ་ལུ་ཚུ་ཡེ་ སྐྱེ་མེ་མེ་ཡོད་པ་ལས་ ཡེ་རྒྱལ་པོ་འེད་དྲོན་ཉེ་ཐོན་ཡེ་སོལ་བཟུམ་གྱི་
 དང་ལས་ སྐྱུ་ཚབ་ཤོས་ཏེ་གཟིམ་ལུ་སྐྱོད་ལཱ་ལུ་ལཱ་ལེ་གི་ཐོན་ལུ་ ཉེ་བཟུམ་གསུངས་དུ་སྐྱུ་ཏེ་ རྒྱུགས་སྐྱོ་
 བའི་དང་ལུ་བཞུགས་ལུ་ག།

དེལས་ ལྷ་སྐྱེས་ཀྱིས་ཡེ་གྱི་སྐྱེ་ཡེ་ལུ་བྱོན་ལཱ་ ཉལ་ལུ་ཉལ་སྐྱུ་ རྒྱུགས་ལུ་རྒྱུགས་སྐྱུ་ཏེ་ ཡེ་
 གྱི་རྒྱུགས་གསོལ་དྲོན་ལུ་ དེ་ལོ་ལུ་ལུ་ག།

ཡེ་མི་གསོལ་དྲོན་ལུ་དེ་ལུ་ལཱ་སྐྱེ་ བཤེད་གི་ཨ་མ་དུ་གྲུམ་ལུ་ཡེ་བཤེད།

སྐྱེ་ཚེ་དུས་ལུ་བཟུམ་པ་མིན་ལས་ཆེ། འཕྱོ་བའི་དྲོན་དུ་འཕྲུལ་བ་ཡིན་པས་སྐྱེ།

དེས་ལུ་རྒྱུགས་ཐོབ་མེད་དྲོན་གསོལ་མི་འདུག་པས། རྒྱུགས་ཐོབ་ལོན་གསོལ་ལུ་འདེབས་སྐྱོད་ལཱ་མེད་དུ།

ཡེ་མེ་མེ་ཨ་མ་སྐྱུ་དུ་བྱོན་ལས་ཆེ།

ཟེ་ལུ་ལཱ་དུ་ ཡེ་གྱི་རྒྱུགས་དམོལ་ལུ་ དེ་ལུ་འདེ་ རྒྱུགས་མེ་ཆེ་ལོལ་སྐྱུ་ལུ་ཡེ་ཨིན་པས། རྒྱུ་ལོ་
 གསུམ་ལུ་ལཱ་དུ་ དུ་ལུ་སེམས་གསོལ་དེ་བཟུམ་འབད་ཤེས་པས། ཟེ་དམོལ་ཏེ་ ཡེ་གྱིས་ལྷ་སྐྱེས་
 རྒྱུགས་ལུ་འཕྱིད། ལྷ་མི་གྱུ་ལུ་བཟུམ་མོ་ རྒྱུགས་ལོན་ལུ་ཕྱིད་ལོན་ལས་ གཟིམ་ལུ་སྐྱོད་ལཱ་
 ལྷ་ལེ་གི་ཐོན་ལུ་སྐྱུ་ལུ་ལཱ་སྐྱུ་གཟིགས་ཏེ་ གསོལ་འདེབས་ཀྱི་མཁུ་དེ་བཟུམ་གསུངས་
 ལུ་ག།

བསྐྱེ་མེད་དྲོན་མེ་ཚོན་གསུམ་ལུ་གསོལ་བའ་འདེབས། བཤེད་གི་སྐྱོན་ལཱ་འཕྲུལ་པས་བྱིན་གྱིས་འོལས།

འཕྱོ་བའི་བཟུམ་མོ་ཡེ་ལུ་ཚུ་དྲོན་དུ། རྒྱུ་ལུ་དུ་གྲུམ་སྐྱོན་མེད་ལཱ་མ་ཡེ་བཤེད།

དུ་དུ་གཟིམ་ལུ་འདེད་ལུ་འཕྱོགས་པས་ལུ། རྒྱུ་སྐྱེ་ལོལ་ཐོ་བཤེད་མོལ་ལུ་ལུ།

བདེན་པ་འཛིན་པ་འགྲོ་བ་བཟུང་མོ་ལྟོད། །སློབ་པ་དཔྱད་མེད་མཐོང་ལ་མ་ཡལ་བར།།
 གཟིམ་ལྷུ་འདི་ཕྱད་ཕྱད་འགྲོན་པ་ལ། །ཡ་སྤྲུལ་རྒྱལ་བྱ་བ་སྤྲུལ་བའི་སྤྲིང་མོད་མ།།
 ཡུ་ཅིག་ཀྱུན་བཟུང་བསྐྱུས་བའི་མོད་ཚོད་མ། །ཀྱུ་ལ་དབཔ་པོ་བསྐྱུས་བའི་སྤྲིང་མོད་མ།།
 རྒྱན་གོས་ལོངས་སྤྱད་བསྐྱུས་བའི་དམན་ལོག་མ། །སྤྲིང་སེམས་ཅན་ཀྱུན་ལ་བྱུགས་ཏེ་གཟིགས།།
 སློབ་ཀྱུ་ལ་དབཔ་པོའི་ལྷ་དོན་སྤྲིན་པ་མཛོད།།

ཟེར་གསུངས་ཕྱད་ །ཡུམ་གྱི་སྐྱ་གཟུགས་མཐོང་ནི་ཡམས་བཞག་ གསུང་ལུན་ཅིག་པམ་མཐུང་པས། དེ་ལས་
 ཡབ་སྤྲུལ་གསུམ་པོ་ མོ་བྲལ་གི་བྱུང་ཅིག་ལུ་ ལ་བཟུང་གིས་དཔྱད་ཕྱད་སེ་བཞུམས་ཏེ་ བྱུགས་སུག་
 བསལ་སྐོམ་མཛོད་དེ་ བཞུགས་ལུག།

དྲི་བ།

- ༡ ། རྒྱལ་པོ་གིས་ ཡུ་སྤྲུལ་འདི་ བྱུགས་ཏེ་ཆེན་པོའི་སྤྲུལ་པ་ཡིན་མ་ ག་དེ་སེ་ མ་འབྲུན་ཡིག་?
- ༢ ། ཡམས་གིས་ བྱུག་ནི་ཚུ་ བཞོག་བཞག་པ་ད་ བྱུག་ནི་ཚུ་གིས་ ག་ཅི་འབད་དེ་གོ་པ་འདུག་གོ་?
- ༣ ། སེམས་ལུ་ འཚབས་ཆེན་གྱི་སུག་བསལ་སྐོམ་མོག་པའི་སྐྱབས་ དུན་མེད་བརྒྱལ་མི་འདི་ ཚུན་ཅིག་
 གི་ལ་བྱུག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ཆ་གནས་ཡོད་མེད་དཔ། དུན་མེད་བརྒྱལ་དགོ་པའི་ རྒྱ་རྒྱུན་ཚུ་ ག་
 ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་ན་ འབྲས་ག་དེ་སེ་འབཀལ་ནི་འདུག་གོ་?

སློབ་ལྟུང་།

སློབ་ལྟུག་ཚུ་ སེ་ཚུན་བཞིན་པ་བཞོ་བཞུལ་ལྷོ་བ། སེ་ཚུན་ཅེ་གིས་ དོན་ཚུན་ཅེ་ཅེ་གསུམ་ལ་ལྷོ་བ། དེ་ལས་
 འབྲས་སྤྲུལ་གིས་ཏེ་ ཚེས་ཚེད་ཀྱི་འགྲན་བསྐྱུས་འབད།

ནང་ཚོས་བརྩི་མཐོང་།

རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན།



၃၅၅

ဤအခန်းကဏ္ဍကလေးသည် နယ်စပ်ဒေသများတွင် နေထိုင်သူများ၏ နေထိုင်မှုအခြေအနေအထားကို ဖော်ပြရန် ရေးသားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤအခန်းကဏ္ဍကလေးသည် နယ်စပ်ဒေသများတွင် နေထိုင်သူများ၏ နေထိုင်မှုအခြေအနေအထားကို ဖော်ပြရန် ရေးသားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ထိုအခန်းကဏ္ဍကလေးသည် နယ်စပ်ဒေသများတွင် နေထိုင်သူများ၏ နေထိုင်မှုအခြေအနေအထားကို ဖော်ပြရန် ရေးသားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤအခန်းကဏ္ဍကလေးသည် နယ်စပ်ဒေသများတွင် နေထိုင်သူများ၏ နေထိုင်မှုအခြေအနေအထားကို ဖော်ပြရန် ရေးသားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ဒေသများတွင် နေထိုင်သူများ၏ နေထိုင်မှုအခြေအနေအထားကို ဖော်ပြရန် ရေးသားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤအခန်းကဏ္ဍကလေးသည် နယ်စပ်ဒေသများတွင် နေထိုင်သူများ၏ နေထိုင်မှုအခြေအနေအထားကို ဖော်ပြရန် ရေးသားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

རྒྱལ་སྐད་ལག་ལེན་སོ་བདུན་མ་བཞུགས་སོ།།

མཚན་དོན།

རྒྱལ་བའི་སྐད་ཀྱི་ལག་ལེན་ སྤུལ་ཕྱོ་སོ་བདུན་མ་བཞུགས་པའི་ འགྲེལ་བཤད་བསྐྱེད་སྤེལ་པ།
བདུན་བཞི་འདི་ དུམ་གཤམ་རྒྱལ་བའི་ རྒྱལ་བ་ལྟོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ ཐུགས་ཀྱི་སྐད་ བྱེད་ལུགས་མེས་སུ་
དཔལ་ཚུ་གི་ རྒྱལ་ལཱ་མཛད་ཐངས་ (ལག་ལེན་)གྱི་ བསམ་སྟོན་མ་འདུལ་ རྒྱ་མཚོ་བཟུམ་སའི་ ལེ་
ཤེས་དཔལ་འདི་ཉལ་ལས་ འག་ཆེན་ཚུ་ བཟུང་བསྐྱེད་ རྩོམ་ལུ་སྤུལ་ཕྱོ་སོ་བདུན་གྱི་ཉལ་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།
བཞུགས་པའི་དོན་ཡིན།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

བདུན་བཞི་= རྩོན་མོངས་པའི་བདུན། ཡུལ་པོའི་བདུན། འཆི་བདག་གི་བདུན། རྩེ་འདྲའི་བདུན།
ལག་ལེན་= ལཱ་འབད་ཐངས། རྒྱལ་ལཱ་མཛད་ཐངས།

ཕྱག་མཚན།

ན་མོ་ལོ་གེ་ཤུ་ར་ཡ། འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ་ ཟེང་བའི་དོན་ཡིན།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ན་མོ་ : རྒྱལ་འཚལ་ལོ།
- ལོ་གེ་ : འཇིག་རྟེན།
- ཤུ་ར་ : དབང་ཕྱག།
- ཡ། : ཡུ།

མཚན་བཟོད།

གང་གིས་ཚོས་ཀུན་འགོ་འོང་མེད་གཟིགས་ཀྱང་། །འགོ་བའི་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་བཙོན་མཛད་པའི། །

སློབ་མཚོག་དང་སྐྱུན་རས་གཟིགས་མགོན་ལ། །རྟེན་ཏུ་སློབ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །(༡)

འཕགས་མཚོག་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ ཐུགས་མཁྱེན་པའི་ཡོ་ཤེས་ཀྱིས་ སྤྲོ་པ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་དཔ་
ཞི་བ་ལྟ་དུ་ལས་འདུས་པའི་ཚོས་གུ་ས་ དེ་དཔ་ལས་འོངས་ཡི། དེ་དཔ་ལུ་སོང་ཡི། ཟེམ་ལ་སོགས་པ་
གུ་པ་ཡང་མེད་པས་ སང་བ་ཞིན་གྱིས་མ་གུ་བ་པའི་ རྟེན་ཏུ་ཀྱི་དོན་འདི་མཁྱེན་ཏེ། ཁོ་ས་སེས་རྒྱས་ཚས་
རུ་ སྤྲོ་པ་རྗེས་དཔལ་གྱིས་ གཞན་འགོ་བ་སེམས་འཇུག་གི་དོན་ལུ་ སྐྱུ་ལ་པ་མ་འདུལ་སྐྱོ་ཚོགས་སྡོ་སྐྱུ་ལ་ཏེ།
འགོ་བ་སེམས་འཇུག་གི་དོན་ཀྱང་མ་གཞི་ལུ་ རྟེན་ཏུ་བ་སོན་ཏེ་བཞུགས་མི། དེ་ལྟ་ཚུ་བའི་བྲམ་མ་མཚོག་དཔ་
འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ འགོ་བ་སེམས་འཇུག་གི་ རྒྱབས་དཔ་མགོན་མཛད་མི་ལུ་ རུས་ལུ་རྟེན་ཏུ་
ལུས་པལ་ཡིད་གསུམ་ རྒྱས་པའི་སྐྱོ་ལས་ ཡུག་འཚལ་གི་མི་ཉེནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- འགོ་འོང་= ཡས་འགྲོ་གི་དཔ་ ཚུས་འོང་གི།
- མེད་གཟིགས་ཀྱང་= མེད་པས་གཟིགས་རུ་།
- གཞིག་ཏུ་= རྒྱུ་ལ་གཞིག།
- རྟེན་ཏུ་= ལུ་རྟེན་ཏུ།
- སྐྱོ་གསུམ་= ལུས་པལ་ཡིད་གསུམ།

དྲི་བ།

- ༡- དེ་ལྟ་ཚུ་བའི་བྲམ་དཔ་ འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་ ཚོས་ཀུན་འགོ་འོང་མེད་པས་
གཟིགས་ཚུག་ ཟེམ་མི་དེ་ རྟེན་ཏུ་གུ་གུ་སྡོ་ དུ་གོ་ཡི?
- ༢- སེམས་འཇུག་ཚུ་ གུ་ཅི་སྡོ་ སེམས་ རྒྱས་མ་ཚུ་གསུམ་པ་མི་ཉེནོ?
- ༣- ཚུ་བའི་བྲམ་དཔ་ འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ལུ་ ཡུག་གུ་ཅི་སྡོ་ འཚལ་དུ་གོ་པ་སྡོ?

བརྗེས་དཔྱད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན།

ཕན་བདེའི་འབྲུང་གནས་ཚུགས་པའི་སངས་རྒྱལ་རྣམས། །དམ་ཚོས་བསྐྱབས་ལས་བྱུང་སྟེ་དེ་ཡང་ནི།།

དེ་ཡི་ལག་ལེན་ཤེས་ལ་རག་ལས་པས། །རྒྱལ་སྐབས་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལེན་བཤད་པར་བྱ། །(༢)

གནས་སྐབས་ཀྱི་ཕན་པ་དཔེ་ མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་ ག་ས་འབྲུང་བའི་གནས་མཚོན་ཏུ་གྱུར་པ་ ཚེས་པའི་
སངས་རྒྱལ་དེ་ཚུ་ དུམ་པའི་ཚོས་ཚུལ་བཞིན་ཏུ་ བསྐྱབས་པ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འབྲུང་མེད་པས། དེ་ཡང་ ག་དེ་
སྟེ་འབྲུང་མེད་ཀྱི་མཚན་ལྟར་ དུམ་པའི་ཚོས་དེ་སྐབས་པའི་སྐབས་ལུ་ སྐབས་ཐངས་ཀྱི་ལག་ལེན་ ལེགས་
ཤོམ་སྟེ་ ཤེས་པ་དཔེ་མ་ཤེས་པའི་བྱུང་པར་ལུ་ རག་ལས་པ་ལེན་མས། དེ་འབད་ལས་ དེ་ཚུ་ཤེས་ནི་
དོན་ལུ་ རྒྱལ་བ་ཚེས་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ ཐུགས་སྐབས་བྱུང་ཚུ་མཚན་དཔེ་ཚུ་གི་ ལག་ལེན་ཟེར་ཏུ་མས་
ལེན་ལེ་ཤེས་པའི་ལས་ལས་ ལག་ལེན་ཤེས་ཚུ་ག་དུམ་པ་རྒྱལ་བ་ཏེ་ ལས་ལས་ བཤད་གོ་ཟེར་བའི་དོན་
དུག་ལེན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ཕན་བདེ་ : བདེ་བ་དཔེ་ལྟར་པ།
- འབྲུང་གནས་ : འབྲེན་ས།
- ལག་ལེན་ : ཏུམས་སུ་ལེན་ཐངས། འབད་ཐངས།
- བཤད་པར་བྱ། : བཤད་ནི་ལེན།

དེ་བ།

- ༡- ཚེས་པའི་སངས་རྒྱལ་ཟེར་བའི་གོ་དོན་གྲིས།
- ༢- ཚེས་པའི་སངས་རྒྱལ་ཚུ་ རྒྱ་གཞི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ སངས་རྒྱལ་རྒྱལ་པ་སྟོན་?
- ༣- དུམ་པའི་ཚོས་བསྐྱབས་ཚུ་གས་མི་ཚུ་གས་འདི་ ག་ཅི་ལུ་རག་ལས་པ་སྟོན་?

དལ་འབྱོར་རྙིང་དཀའ་བསམ་དགོས།

དལ་འབྱོར་གྱི་ཚེས་རྙིང་དཀའ་བོ་བ་དུས་འདིར། །བདག་གཞན་འཁོར་བའི་མཚོ་ལས་བསྐྱལ་བྱའི་ཕྱིར།།

ཉིན་དང་མཚན་དུ་གཡེལ་བ་མེད་པར་ནི། །ཉན་བསམ་སྒྲོམ་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཨོན། །(༣)

དུལ་བ་བརྒྱུད་དུ་ འབྱོར་པ་བཅུ་ཚེས་པའི་ མི་གི་ལུས་རྟེན་འདི་ གྱུ་ཚེན་ཟེར་ གྱུ་སྐྱེས་མི་དུལ་འབྱུང་ འདི་ རྒྱ་དུལ་གྱི་ལས་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ལས་ འབྲོབ་པར་ལཱ་ལག་ཡོད། ཨོན་པུ་ ལཱ་ལག་རྒྱལ་སྐྱེ་ ཚོ་དུ་ དེས་མི་ལུས་ཐོབ། དུལ་པའི་ཚོས་དུལ་མཇུག། སྐྱེས་དགོ་བའི་བཞེས་གཉེན་ཚུ་གིས་མཚོགས་འབད་དེ་ སངས་ རྒྱས་ནི་མི་ གོ་སྐྱབས་ཡོད་པའི་དུས་ཚོ་དུལ་འདི་ལྟ། བདག་གཞན་ཟེར་ རང་དུལ་གཞན་ སེམས་ཅེས་མ་ མཉམ་ འཁོར་བ་སྐྱུ་ག་བསམ་པ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཚེན་པོ་དུལ་འབྱུང་ འདི་ལ་ལས་ ཐར་དེ་ སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་ འཕམ་ འབྲོབ་ནི་འདོད་ལྟ། ཉིན་མ་དུ་ རུབ་མོ་ཟེར་མེད་པར་ དུས་ལ་རྒྱག་པ་ ལོ་ལོ་འི་དུལ་རྒྱལ་གཡེེ་ གི་ ཐོག་ལུ་མ་སྐྱོད་པར། སྐྱེས་སྐྱོབ་དེ་ལྟ་ཚུ་ལས་ཚོས་ཉུག། ཚོས་གྱི་དོན་ཚུ་ མཉེན་བསམ་ལེགས་ཤོམ་སེ་ བདུལ་སྐྱེ་དུལ་འབྱུང་ དུལ་འབྱུང་དེ་ དེས་ཞེས་འདྲོངས་པའི་མཐའ་མར་ སྐྱེས་རྒྱལ་གྱི་ལ་སོགས་ པའི་ཐོག་ལས་ ཉུམས་ལེན་འབད་ཞིན་མ་ལས་ མི་ཚོ་དོན་ཡོད་པ་བཟོ་དགོ་པ་འདི་ རྒྱལ་སྐྱེས་བྱུང་ཚུ་བསམས་ དུལ་འབྱུང་གི་ ལག་ལེན་མི་ཨོན་པོ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- དུལ་ : ཁོམ་པ། ག་དཀའ་འབྱུང་འབད་ནི་གི་རང་དུལ་ཡོད་མི།
- རྙིང་ : འབྲོབ་ནི།
- དཀའ་ : ལཱ་ལག།
- བསྐྱལ་ : ཐར་ནི།
- ཉིན་མཚན་ : ཉིན་མ་ རུབ་མོ།
- གཡེེལ་བ་མེད་པར་ : མ་ཡེེལ་བར།

དྲི་བ།

- ༡- དུལ་འབྲོས་ཚེད་བའི་ལུས་རྩེ་འདྲི་ དུལ་ལྷན་ཞེ་མེད་ལུ་ བཞག་དགོ་པའི་ཁུངས་གཅི་ཡིན་ནུ་?
- ༢- སེད་དཔ་གཞན་སེམས་ཅན་ཚུ་ འཁོར་བའི་སྤྲུལ་བསལ་ལུས་ཟུར་ཏེ་ འབྲེ་ནི་འདྲི་དྲུལ་ གཅི་ར་ འབད་དགོ་པ་མོ་?
- ༣- འཛམ་གླིང་ནུ་ མི་སྡེ་བས་ལེ་གཡོ་དུ་འུ་ ཚེས་ནུ་ལས་ མི་ལུས་འབྲོ་བའི་འདྲི་ ལཱ་ཁག་ཡོད་ ཟེ་ཡིན་མས། དེ་ལུ་ལྷོ་དྲུལ་ བསམ་འཚར་ག་དེ་མེ་ས་ཡོད་པ་མོ་?

རྒྱ་དཔེ་གངས་གསུམ་གྱི་སློབ་ལས་ལྟེན་པར་དཀའ་ཚུལ།

རྒྱ་ལོ་སློབ་ལས་ལྟེན་པར་དཀའ་བ།

རྒྱ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་མེད་ མ་བསུངས་པ་མེད་ དུལ་འབྲོས་གྱི་ཚེས་བཅོ་བརྒྱུ་ཚེད་པའི་ མི་ལུས་ འདྲི་ལོ་མེ་འདྲི་ འབྲོ་བ་ཚུ་གས་པར་ལཱ་ཁག་ཡིན་མས། ཇི་བཅུ་མི་ལུ་རས་པ་གིས། དུལ་འབྲོས་མི་ལུས་མི་ དགོ་ན་རྒྱ། ཚུལ་ཁྲིམས་སྤེལ་བའི་མི་རེ་ཉུང་། ཟེ་གསུངས་ལུ་ག།

དཔེ་འདྲི་སློབ་ལས་ལྟེན་པར་དཀའ་བ།

དཔེ་རུ་ གཏུ་འུ་འདྲི་མེད་ རྒྱ་མཚོ་འུ་ལུ་འདྲི་ས་ཏེ་ ལོ་དྲུ་ཉི་མེད་པར་ ཚུའི་ཐ་དབས་དཔ་ལུ་གིས་ ལྷོ་གས་བཞུ་མཚམས་བཞུ་ལུ་ བསྐྱུ་མི་འདྲི་ཏུ་ག་ལུ་ རྒྱ་མཚོ་འདྲི་མེད་ལུ་ ལུ་མཁུ་ལུ་ལུ་ རྒྱ་ མཚོ་འུ་ལུ་ ལོ་བརྒྱ་འདྲི་ལུ་ཚེས་ལེ་ག་ཏེ་གས་ ག་ཐོ་བ་མེ་འབྲོ་ལུ་མེད་མི་འདྲི་གི་ ཨོ་ལུ་ལྷོ་ག་ཚུ་དུ་ འདྲི་ལུ་ཁག་ཡིན། འདྲི་བ་ཡུ་ལུ་ག་ཏེ་ དུ་མེ་ལུ་གསུམ་ལས་ཟུར་ཏེ་ མི་ལུས་འབྲོ་བའི་དེ་ གཞུ་ མེད་ས་མེད་ ལཱ་ཁག་ཡིན་པས།

གངས་གྱི་སློབ་ལས་ལྟེན་པར་དཀའ་བ།

འགྲུ་ལུ་ལུ་གི་ལུ་ལུ་སྐྱེ་མི་གས་ ག་སྤུ་འབད་དེ་བཏུ་བ་མེད།

- ༡. དུལ་ལུ་སྐྱེ་མི་འདྲི་ འཛམ་གླིང་གི་ སའི་ལྷོ་བཟུམ་ རྒྱུངས་ཁ་མཚོ་དུ་མེད་པ་

ཚན་མིའི་དབང་གིས་ ལཱ་པའི་ལ་ཚེམས་དཔེ་འགྲིལ་ཏེ་ མི་གྲིན་པས་ཟེང་ ཅིག་པ་ཟེང་བའི་ལུགས་ཀྱིས་
 རྣམ་ཤེས་མཐོ་རིམ་ལུ་དཔེ་ཚུགས་པའི་ རྣམ་པ་མེད་པ་ཅིག་ སྟོན་པ་འོད་ནི་ལོན་མ་མ་ཤེས་པས་ མཐུ་
 གཏུ་དཔེ་གསུམ་ལྟ་བུ་ཏེ་ ལོ་ཐོག་བཅོམ་མ་ཚད་ གྲིམ་ཡཔ་བདེ་བཅུག། མི་ཏེ་ལུ་ཅེ་གཤམ་ཅིག་བསད་
 པའི་རྣམ་མིན་གྱིས། རྟེན་ལས་ལྟོ་གོ་བོ་ལུ་ལུ་ ཡམས་པའི་སྐྱེ་མཉུན་བཤེད་ཏེ་ སྟོན་སྒྲིབ་ཆེ་བས་ཟེང་
 ཚོས་མ་གཏུང་པས་ རྣེ་ལུ་ལུ་མ་ཐོན། རྟེན་ལོ་ལུ་ཡཔ་ཡཔ་ཡཔ་ མཐོང་མཐོང་མ་གྲིས་དཔེ་རྟོ་བཀལ། ཁོ་ས་
 མི་རྟོག་གཤིག་གིས་ སྤམ་མཁམ་གཏུ་བཅུ་ཐོག་བཞེད་ཏེ་ དཀའ་ལྷ་སྐྱེ་ལྟ་དུ་ལྟུགས།

དེ་གིས་འབད་ རྟེན་ལས་གཞུས་ལས་ཚེད་ཅིག་འབྲེན་མེད་ བཟུང་བའི་ས་གནས་ ལྟོ་དུ་སའི་གྲིམ་ མཐུན་
 པའི་གཏུན་ ལ་སོགས་པ་གཤམ་ ཚོ་འདི་གྲི་གཏུ་ས་ཀུ་ གཏོན་པའི་གཞི་ལོན་པས་ཟེང་ བཀོ་བཞུག་སྟེ་
 རྣམ་ལུ་གྲི་གཤམ་གྱི་ས་བུ་ལ་སོགས་པའི་ ས་ཡུག་དཔེ་གཞུག་ གཤམ་དཔེ་ཐོན་སེ་ ཚུ་ཅིག་ས་བཏུ་བའི་
 མེད་པའི་ ཟུ་ཚན་གྱི་བཞེད་ཐུག་ཏུ་མཁམ་གཤིག་བཞེད་ཏེ་ རྣམ་པ་གཏུང་མ་ལས། སེམས་རྣམས་ཀྱི་གོ་འཕམ་
 ཚོ་གཤིག་ལུས་གཤིག་ལུ་ས་ ཐོབ་ལུག་གོ།

མིང་ཚོག་གོ་དོན།

- གྲུ་ཤོད་ : དགེ་བ་ཚུར་གྲུ་ཤོད་ སྟོན་པ་ཡམས་པའི་
- གཏུ་ལུག་ : འབད་བཏུ་བམ་བཏུ་བ་ གཞི་ཡཔ་མ་ཤེས་པ། མ་རིག་པ།
- ལུན་ལུག་ཅེ་ : གཞུག་ཏུ་ལུ་
- ལྟོ་གས་ལུ་ : རྟེན་ལུ་ ལྟོ་གས་ལུ།
- ཚུ་ཏུ་ : ཚུ་བཟུམ།

དྲི་བ།

1- གཞུས་ཅིག་བཟུང་སྟེ་སྟོན་པ་ཅིག་ རྣམས་མ་བདེ་ལུ་གཏུ་སེ་ འབྲེན་ནི་ལོན་པས་གོ་?

གཤམ་ཟེས་ རྒྱལ་པོ་སྐད་པ་རྒྱལ་ཆུང་མེད་པ་འཁོར་ལྷ་དུས་ རང་བཞིན་མེད་པ་ གསོལ་བ་བཏུབ་པའི་
 གྲིན་རྒྱལ་འཕུལ་ཏེ་ ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ལེགས་འཕྲོད་འོད། དེ་གིས་འབད་ རང་ཡུལ་སྐད་སྐད་ མི་
 ཡུལ་འབྲམས་ཏེ་ མ་སྟོད་པར་རབ་ཏུ་འབྲུལ་པ་ཅིན་ རུས་ཐོད་དེ་ཐོད་ གཤམ་ཐོད་ལ་སོགས་པའི་གཏུན་
 ས། མ་འབྲུལ་ན་ མཐུན་ཏེ་ཡུན་སྐར་ཚོགས་པའི་ དམོན་སྟེ་གྲུ་ཚེད་བཟུལ་ཡང་ འཛིན་ཏེ་པའི་སྟོད་པ་དཔ་
 མ་འབྲུལ་པ་ཅིན་ འབྲུལ་བའི་དབུ་པའི་གཏུན་ཚུ་ ཚུལ་བཞིན་པུ་བསྟེན་དམོན་དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྐད་ཐུལ་ཚུ་
 སེམས་དཔའ་ཚུ་གི་ ལག་ལེན་ཨིན་ཏེ།

དབུ་པའི་དེ་ཐོད་ཟེས་མི་འདི་ འཛིན་ཏེ་པའི་གྲོད་གཡུས་ལས་ དཔག་ཚད་བརྒྱུ་ཤིས་ བཟུང་པའི་སྐད་འོད་
 དམོན་ཨིན།

དཔག་ཚད་ཟེས་མི་འདི་

- གཤམ་འདོམ་ ༥༠༠ ལུ་ རྒྱལ་གཞུགས་།
- རྒྱལ་གཞུགས་ ༥ (གཤམ་འདོམ་ ༥༠༠༠) ལུ་ དཔག་ཚད་།
- དཔག་ཚད་ ༥ ལུ་ གཤམ་འདོམ་ ༣༣༠༠༠ ཡོད་པ་མེ་ བཟོ་ཤིན།

མིང་ཚོགས་གོ་དོན།

- ཏྲོན་མོངས་པ་ : འདོད་ཆགས་ཞེ་སྟེ་གཏུ་ལུ་གཤམ་པའི་སེམས་པུ་པ།
- དེག་པ་དུས་ : དེག་པ་གསལ།
- རྣམ་གཤམ་ : སེམས་གཤམ་ཏེ།
- རང་གིས་ : ལུགས་ཤིས། རང་བཞིན་ཤིས།
- ཤེས་ཤེས། : འདི་ བདེན་པ་བདེན་པས་ མཚོ་སྟེ་ ཡིད་ཆེས་བའི་སེམས། དེ་པ།
- དབུ་པ། : བས་ཆུང་རྒྱལ་མི་ གཤམ་མེད་པའི་སྟོ། དམོན་པ། དེ་ཐོད་བརྒྱལ་ས་ཅོགས།

མཚན་གསུམ་པ་ ག་དཔལ་འབད་པུ་ གཞིག་དཔལ་འབད་ཅིག་ ཡུན་རིང་སྲོད་པ་ཅིག་ སེམས་དྲག་འབད་ཡུལ་
 ལུ་ ཚན་གསུམ་པ་འདི་འདྲོད་ཚན་གསུམ་དཔལ་ སེམས་མ་དྲག་འབད་ཡུལ་ལུ་ ཅིག་པ་བཟུང་འབད་ནི་སྟེ་ ཡིན་མ་དཔལ་
 མེན་མ་ དུག་པ་ལྟོ་མ་ཤེས་པ་མ་མོ་མེད་སའ་པའི་གྲོ་ལྷན་ ལ་སོགས་པའི་ ཉེན་མེད་སའ་པ་དུག་གསུམ་
 མོད་པུ་འཕུལ་ཏེ་འཕྱོག་ནི་དཔལ་ དེ་ལས་ མཁས་ཀྱང་གཉིས་དཔལ་དུག་པའི་ བྲམ་ཚུ་གི་ལུ་ལས་ ལུ་
 སུ་སྲོད་གསུམ་དཔལ་ ཉེན་གསུམ་པ་བསྐྱེད་པ་གསུམ་ལུ་སོགས་པའི་ ཚེས་ཉེན་གྲོ་དཔལ་ ཚེས་ཉེན་གྲོ་ལུ་
 ལུ་སྲོད་གསུམ་ལུ་ ཚུལ་བཞིན་དུ་བསམ་མ་ནི་དཔལ་ བསམ་མ་ཞིན་ལུ་ བཟུང་སྲོད་སའ་སེམ་བཞུག་
 པ་ བསྐྱེད་མ་གྲོ་གི་ལས་དཔལ་ལྟོ་ མཚན་ཉེན་མེད་འཕྱོག་འདྲེ་ དེ་མཚན་ ཉེན་མེད་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་
 པའི་སེམས་ཅན་ མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་
 པའི་སེམས་ཅན་ མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་
 ལུ་ སྐད་པལ་ལུ་ཟེང་མི་དེ་ ཚུལ་ལས་མེད་པ་ཅིག་ མེད་པའི་ སྲིད་ཀྱི་སེམས་ མེད་པ་སེམ་ བསྐྱེད་གྲུ་པའི་
 སྲིག་པའི་སྲིག་སའ་པའི་མཚན་པུ་ དུག་བཟུམ་སེམ་ སའ་དམོ།

དེ་སེམ་ སའ་དམོ་པའི་དྲོད་དུག་གི་ ལུ་སྲོད་ལྷན་ཅི་ལོག་པའི་ལས་ལུ་འཕྱོད་འཕྱོག་མི་ མི་དྲག་འབད་བཞེས་
 གཉེན་དེ་དཔལ་ མཁས་མཁས་སྲོད་པ་ཅིག་ ཚེ་འདྲི་ལྷན་གྲོ་མ་ སའ་ལུ་ཡུལ་གཞི་སེམ་བཟོ་སྟེ་ དུག་སའ་
 དྲག་འབད་ལུ་འབད་ནི་འདི་ ལས་གསུམ་ འཕྲོད་བཟུག་པའི་ སྲིག་པའི་སྲིག་སའ་པའི་དཔལ་དེ་དཔལ་ མཁས་མཁས་
 སྲོད་པ་ཅིག་ ཉེན་མེད་སའ་པ་དུག་གསུམ་འཕུལ་ཏེ་ སྲིག་གཞི་པའི་སྲིག་པའི་སྲིག་པའི་ལུ་ཚུ་ སྐད་དུག་
 གའ་ཡེད་མེད་པའི་འབད་བཟུག་པའི་ལུ།

དེ་གིས་འབད་ རྩོམ་བསམ་སྲོད་གསུམ་ལུ་ བསམ་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་མཁས་
 དུག་དེ་བཟུང་ཞིན་ལུ་ གཞིག་ལས་གཞིག་ལུ་འབྲེལ་འབད་མི་ ཉེན་གྲོ་ལུ་ལུ་ཉེན་དཔལ་འབད་ རྒྱུ་འདི་
 སའ་སའ་དམོ་པའི་ལུ་ རྒྱུ་སྐྱེས་ལྷན་སེམས་དཔལ་ཚུ་གི་ ལག་ལུ་ཅིག་ཡིན་ནོ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- གཤམ་དཔ་ :གཤམ་ ཟེས་མི་འདྲི་ སྲི་སྐྱ་ ག་ཟེས་མི་ལུ་གོ་ཕྱི་ཨིན་པུ་ ན་ ཉུ་འི་སྐྱ་བས་ལུ་ མའོ་གས་པུ་གོ་ཕྱི་ཨིན།
- བྱ་བ་ :ལུ།
- དུག་གསུམ་ :འདོད་ཆགས་ ཞེ་སྟེ་ ག་ཉི་མུག་གསུམ།
- བྱམས་པ་ :ག་མ་བདེ་བ་འཕྲོ་བ་བུ་མའོ་བའི་སེམས།
- སྒྱུ་མེ་ :སེམས་འཕྲོ་ལུ་ སྐྱ་ག་བས་ལུ་མེ་མ་བུ་མའོ་བའི་ ཡངས་པའི་སེམས།

དྲི་བ།

- ༡- དུག་གསུམ་གྱིས་པུ་མི་ཚོ་འདྲི་ ག་དེ་སློལ་མེད་པ་གཏུ་པུ་ཨིན་པས་?
- ༢- མའོ་གས་པུ་བསྟེན་པ་ཅིན་ སྐྱ་བས་མ་བདེ་ཕྱི་ ག་དེ་སློལ་པུ་འགྲུ་མི་ཨིན་པས་གོ་?
- ༣- སེམས་འཕྲོ་ལུ་བྱམས་པ་དཔ་ སྒྱུ་མེ་གཉིས་ ག་དེ་སློལ་བསྐྱེད་དོན་ལ་སློལ་? རྒྱུ་པུ་འཕྲུ་མའོ་བའི་སེམས་འཕྲུ་ སྐྱིས།
- ༤- མའོ་གས་པུ་བསྟེན་ཏེ་ གཞོད་པ་གཞན་ཡང་ ག་དེ་སློལ་ འཕྲུ་མི་མས་གོ་?

སློབ་བསྟེན་དགོས།

གང་ཞིག་བསྟེན་ན་ཉེས་པ་ཟད་འགྱུར་ཞིང། །ཡོན་ཏན་ཡར་ལོ་ལྷ་ལྟར་འཕེལ་འགྱུར་བའི། །
 བཞེས་གཉེན་དམ་པ་རང་གི་ལུས་བས་ཀྱང། །གཅེས་པར་འཛིན་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། །(༤)
 ལྷ་སྐྱོ་བ་དེ་ལྟ་ལེགས་ཤོམ་ ག་འབད་དུ་ལེགས་ ག་དུ་མ་ལ་རྒྱུ་བ་སྟེ་ ལྷ་ས་ལྟ་བུ་སྐྱོ་བ་བསྐྱེད་དེ་
 བསྟེན་པ་ཅིན་ ལུས་པུ་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྐྱོ་བ་ལྷ་ས་ལྟ་བུ་ ཡ་པུ་བཟུང་པུ་ལྷ་ས་ལྟ་བུ་
 ལུ་འཕྲུ་མི་ལུ་སོགས་པའི་ ཡོན་ཏན་ལྷ་ས་ ཡ་པུ་ལྷ་ས་ལྟ་བུ་ ལྷ་ས་ལྟ་བུ་སྐྱོ་བ་བསྐྱེད་དེ་
 ཏེ་ འཕྲུ་མི་ལྷ་ས་ལྟ་བུ་ ལྷ་ས་ལྟ་བུ་ལྷ་ས་ལྟ་བུ་སྐྱོ་བ་བསྐྱེད་དེ་ ལྷ་ས་ལྟ་བུ་ལྷ་ས་ལྟ་བུ་

བབས་ཏེ་འབད་ཏུ་པ་ སྲིག་པའི་ལས་ཟེར་མི་དེ། བ་ན་ སྲིག་བབས་ཅིག་གསུང་པའི་ སྲིག་པ་ཨིན་ཏུ་
ཉམ་ཡལ་མ་འབད་བས་ འཛེམ་དགོ་པ་དེ་ཡལ་ རྒྱལ་སྤྱི་ལཱ་ལུ་སེམས་དཔའ་ཚུ་གི་ ལག་ལུ་ཅིག་ཨིན་
ནོ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- སྲིག་ཏུ་ : གཞུམ་མེད་སེམ་མེད།
- བཟོ་དུ་ལྟེ་ལ་ : བཟོ་དུ་ཚུགས་པས་ལཱ་ལག།
- བྱུང་པས་ : སའས་རྒྱས་ཀྱིས།

དམུལ་བ་ལུ་ཡང་ དམུལ་ཁམས་བཙོ་བརྒྱད་ཟེར་བཙེ་ནི་ཡོད། དེ་ཡང་ ཚ་དམུལ་དང་གང་
དམུལ་དུ་གྲོ་བོག་ལུ་ ཉི་ཚེ་བ་དང་ཉེ་འཁོར་བ་ཚུ་བཙེམ་ད་ ༡༥ ཡོད་མི་ལུ་གོམ་ཨིན།
ཚ་དམུལ་བརྒྱུད་ཟེར་མི་འདི།

- ༡- ཡལ་སོས། ༢- ཐིག་ཉུག། ༣- སྤྱུ་འཛེམས། ༤- ལུ་འབོད།
- ༥- ལུ་འབོད་ཆེན་པོ། ༦- ཚ་བ། ༧- སའ་ལུ་ཚ་བ། ༨- མཉམ་མེད།

གྲུ་དམུལ་བརྒྱུད་ནི།

- ༡- ལུ་འབྲས་ཅེ། ༢- ལུ་འབོས་རྟོ་ལ་བ།
- ༣- ཨ་ལུ། ༤- གྲོ་ལུ།
- ༥- སོ་འབྲམ་འབྲམ་པ། ༦- ལྷན་ལུ་བབས་གསེམ་མི།
- ༧- ཡུ་ལུ་བབས་གསེམ་མི། ༨- ཡུ་ལུ་བབས་མོམ་བབས་གསེམ་པ།

ཚོམ་ལུ་ཚགས་པའི་བྱེད་པ་འདི་ ཡུལ་པ་བཟེས་ཤིག་ཀྱང་འཛེག་སྟེ་ ཡལ་འགྲོ་དོ་བཟུམ། ལོ་དུས་ཅི་གཞིན་ རྩེ་སའ་ཡོད་ཀྱིས། རྒྱ་དེ་སའ་ཡོད་རྩེ་ལྟེ་སའ་པའ་ཚོགས། གཏེ་དེ་དེ་ཅི་འཚམས་རྩེ་ དེ་ཏོ་འབྲེལ་སའ་ རྒྱ་ ཤིག་ཡུལ་ཚམ་ཤིག་གིས་ འཛེག་སྟེ་མེད་པ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཚེད་ཅེ་ཡིན།

ཚོས་གཤིག་ཐོབ་ཚོས་བའི་བསྐྱེད་པས་ བདེ་བ་དཔལ་སྤྱི་པའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ ལྷ་མ་ཡའ་མི་འགྲུ་སྐྱེ་མ་ཚད་ མོད་ པས་མོད་པ་འགྲུ་ཏེ། རྒྱ་ལ་པ་བརྟན་པ་སའ་སྟོད་མི་ བས་པ་ཚོགས་པའི་སའ་སྐྱེ་སྐྱོ་ལམ་ ག་ནི་ བ་ཡའ་མཚོག་ཏུ་རྒྱ་སའ་དེ་ ལུས་རྟེན་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ས་ འཐོབ་ནི་ཡོད་པ་ཤིག་ ཅེས་པས་འབད་དེ་མོ་པ་མཚད། དེ་ཏོ་ སའ་དཔལ་ལུ་ཡོད་དེ་ རྒྱ་ལ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་སྐྱེ་སའ་བཟུམ་ཤིག་ལས་ ཏོ་དེ་པའི་དུས་ཚོ་དུ་གཞན་ལས་ བཞག། སའ་སྐྱེ་གཏེ་ལམ་སའ་བཞུགས་ཏེ་ཡིན་རྩེ། བས་པ་ལུ་འགྲོ་བའི་ལམ་ དུ་མ་པའི་ཚོས་ཡའ་དཔལ་ འདི་ བསྐྱེ་བའི་ལུ་ བཞོན་ལུགས་བསྐྱེད་དེ་མོ་པ་འདི་ རྒྱ་ལ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་སའ་དཔལ་ཚུ་གི་ པག་ལེན་ ཤིག་ཡིན་ཏོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ཡུལ་ཚམ་ : ཡུལ་པ་བཟེས་ཤིག།
- འཛེག་ : རྩེ་མ། ཡལ།
- དོན་ལུ་གཏེ་ : ཚོ་འགའ་ས། གཏོ་བོས་གཟུང།

དྲི་བ།

- ༡- སློབ་པ་གསུམ་ཟེས་མི་འདི་ ག་ཅི་ས་སྟོན་?
- ༢- སློབ་པ་གསུམ་གྱི་བདེ་བ་ལུ་ ག་ཅི་འབད་ སློབ་པ་རྒྱ་ལ་བརྟན་སྟོན་?
- ༣- བདེ་བ་ ཚོས་གཤིག་ཐོབ་ཚོས་ཞེ་ནེ་ལས་ རྩེ་ལྷ་མ་ཡའ་འགྲུ་སྐྱེ་མེད་པའི་བདེ་བ་འདི་ ག་ཏེ་ལུ་ ཡོད་པ་སྟོན་?

བྱང་སེམས་བསྐྱེད་དགོངས།

ཐོག་མེད་དུས་ནས་བདག་ལ་བརྟེན་པ་ཅན། །མ་རྣམས་སྤྲུག་ན་རང་བདེས་ཅི་ཞིག་བྱ། །

དེ་ཕྱིར་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་བྱའི་ཕྱིར། །བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། །(༡༢)

འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ལས་འདུག་པའི་དུས་དེ་དུས་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ །ཡོད་ཀྱི་དེ་གིས་ །འཁོར་བ་ལྟོས་པའི་

སེམས་ཅན་མཉམ་ཉམ་ །དཔག་གི་ལམ་ །མ་འབད་ལྷ་མེད་པའི་ཚུན། །དེ་ལས་ །ལམ་འབད་ལྷ་མེད་པའི་ལམ་ལས་

ཚོད་ཤེས་ཀྱི་ལམ་ཚུ་བཟུམ་ །དཔ་པས་གཟུགས་ལས་འབག། །གཉིས་པས་ཁོད་པ་བཟུམ་ལུ་ །འབྲུལ་མ་

ལུ་ །སྐྱོན་མ་ལུ་འབད་དེ་ །བྱུ་ལུ་བྱིན། །གསུམ་པས་རྟིང་ལས་ །ཉོ་འཐོབ་བཟོ་གི་དོན་ལུ་ །བསམ་ཤེས་

རྣམ་པ་སྣ་ཚོ་གསུ་གྱི་སྐྱོ་ལས་ །དཔ་ལུ་བྱུམས་པ་དཔ་བཟོ་བ་མོམ་འབད་བའི་ །དྲིན་ཅན་འཛོམ་མེད་ཀྱི་ །དེ་བཟུམ་

གྱི་ལམ་དེ་ཚུ་བདེ་རྟོག་རྟོ་སེ །སྤྲོད་ཀྱི་དོན་ལུ་འདོད་ཡོད་པུ་ །བདེ་བའི་རྒྱ་དགོ་བ་འབད་མ་ཤེས། །སྤྲུག་བསྐྱེད་ལུ་

བཟོ་མི་དེ་ །ཚུ་ལས་མི་དགོ་པས་བཟོ་མེད་པུ་ །སྤྲུག་བསྐྱེད་ལུ་དཔ་འབྲུག་བའི་རྒྱ་ །སྤྲོད་པ་ལས་ཤེས་པས་

རྟོན་མེད་པུ་ །འཁོར་བའི་གསུམ་ལུ་འབྲུམས་རྟེ །སྤྲོད་ཡོད་མི་རྒྱ་ །དེ་སྤོབ་པུ་བཟུམ་གསུ་ །ཁོད་ལུ་

མཚོ་བསམ་གསུ་ལས་ལྟར་པས་ །དཔ་རྒྱུ་མ་གཞིག་ །བདེ་བ་ཐོབ་སྟེ་གིས་ །ག་ཅི་འབད་གི་ །རྒྱ་མཚན་དེ་དེ་

ལྱིས་ །རྣམ་མཁའི་མཐའ་དཔ་མཉམ་པའི་ །གུམ་དཔ་ཚུན། །མཐའ་ཡས་པའི་ །སེམས་ཅན་མཉམ་ཉམ་ །འཁོར་

བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལུ་བཟོ་རྟེ །སེམས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕམ་འཐོབ་བཟུག་གི་དོན་ལུ།

དཔ་པས་ །དཔ་བདེ་བ་འཐོབ་ཀྱི་ལས་ །གཞན་བདེ་བ་ལུ་བཞོད་དགོ་པས་མཚོ་མི་ །རྒྱུ་ལུ་ལྟ་བུའི་སེམས་

བསྐྱེད། །དེ་མ་པ་ །གཞན་བདེ་བ་ལུ་བཞོད་ཀྱི་ལས་ །དཔ་བདེ་བ་འཐོབ་དགོ་པས་མཚོ་མི་ །ཚུ་ལུ་ལྟ་བུའི་

སེམས་བསྐྱེད། །དཔ་གཞན་ །དུས་མཉམ་བདེ་བ་ལུ་བཞོད་དགོ་པས་མཚོ་མི་ །མཉམ་པ་ (གྲུ་པ) །ལྟ་བུའི་

སེམས་བསྐྱེད་གསུམ་ །གུམ་ལུ་མཚོ་གི་སྐྱོ་ལས་ །སེམས་ཅན་གཞིག་ལས་མཚོ་མི་ །བདེ་བ་ལུ་བཞོད་

དགོ་པས་མཚོ་མི་ །སྤོན་པ་བྱུང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དཔ།

སྤྲོད་པ། །ཚུ་ལུ་བྱིམས། །བཟོ་དཔ། །བཟོ་ལྟུངས། །བསམ་གཏུག། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ལུ་ལྟ་བུའི་པུ་ཚུ་

དེས་སུ་ལག་ལུན་བརྟེན་པའི་ འཇུག་པ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཏིས་ བསྐྱེད་དཔོན་པ་དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྤེལ་བྱུང་ཆུབ་
སེམས་དཔལ་ཚུ་གི་ ལག་ལུན་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- མཐའ་ཡས་ : ཚད་མེད་པ།
- ཐོན་མེད་དུས་ : འགོ་འཁྲུག་ལས་བཅུག་ས་ཅི་ཟེར་བའི་ མཚམས་མེད་པའི་དུས་ཚོད་ལས།
- བདག་ : རང་།
- ཅི་ཞིག་གུ་ : ག་ཅི་འབད་ནི།
- དེ་ལྟེང་ : དེ་གིས་འབད།

དྲི་བ།

- ༡- རང་ལུ་ཨའི་ཡུལ་དྲོན་གཅིག་ལས་མེད་པར་ གོ་པ་གི་ཚོགས་བཅུད་ནུང་ མ་རྒྱམས་ཟེར་ ཨའི་ལུ་ག་
ཡོད་པ་སློབ་མི་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་ནུ་?
- ༢- མོན་པ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ལུ་ དེ་བུ་ག་དེ་མ་ཅིག་ཡོད་? དེ་དེ་བཞིན་དུ་བྲིས།
- ༣- མོན་པ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དཔལ་ འཇུག་པ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཏིས་ཀྱི་གོ་དོན་བྲིས།

བདེ་སྐྱེག་བཟེ་དགོས།

སྐྱེག་བསྐྱེལ་མ་ལུས་བདག་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་གཞན་པའི་སེམས་ལས་འཁྲུངས།།
 དེ་ཕྱིར་བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྐྱེག་བསྐྱེལ་དག །ཡང་དག་བཟེ་བ་རྒྱལ་སྤེལ་ལག་ལེན་ཡིན། །(༡༩)
 ལྷ་ལུ་ འཆི་འཕོའི་སྐྱེག་བསྐྱེལ། ལྷ་མིན་ལུ་ འཐབ་ཚོད་ཀྱི་སྐྱེག་བསྐྱེལ། མི་ལུ་ རྒྱེ་རྒྱུ་འཆི་གི་
 སྐྱེག་བསྐྱེལ། དུང་འགོ་ལུ་ བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱེག་བསྐྱེལ། ཡི་དུག་ལུ་ བཀྲེས་སྐྱོམ་གྱི་སྐྱེག་བསྐྱེལ།
 དུམ་ལུ་ ཚ་གྲུ་ལུ་སོགས་པའི་སྐྱེག་བསྐྱེལ་ཚུ་ཡོད། དེ་ཚུ་ག་ན་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་སྐོ་ཟེར་

༢- མཐུན་པུས་པ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ བདེ་སྲུག་བརྗོད་པའི་འབད་མ་ཚུགས་པུ་ བུམས་ སྤྱི་བརྗོད་པ་བརྟེན་ ཏེ་ བདེ་སྲུག་བརྗོད་པའི་འབད་མ་ཚུགས་པའི་ དཔེ་ཅིག་གིས།

ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་བསྐྱོད་གོམ།

སྲུ་དག་འདོད་ཚེན་དབང་གིས་བདག་གི་ཚོར། བམས་ཅད་འཕྲོག་གམ་འཕྲོག་ཏུ་འཇུག་ན་ཡང། །

ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དག་བ་རྣམས། །དེ་ལ་བསྐྱོད་བ་རྒྱལ་སྐུས་ལག་ལེན་ཡིན། །(༡༤)

མི་ག་འབད་པུ་ཅིག་གིས་ འདོད་པ་ཆེ་བའི་དབང་གིས། སེལ་ལུ་ཡོད་པའི་ བཀའ་གོ་ལུ་ རྒྱ་ཅུ་ལུ་དཔ་ རྫོ་ རྟོ་སེམས་ཅན་ལུ་སོགས་པའི་ རྟོ་སེམས་སྤྱོད་ཡོད་ཚུ་ཅིག་པོ་ ག་པ་མི་པོ་བོ་རྟེན་ཏེ་ འཕྲོག་འབག་པ་ལུ་ སོགས་པའམ་ ཡཔ་ཅིན་ མི་ག་ཞུ་ལུ་སྐབ་སྟེ་ འཕྲོག་བཟུགས་ ལུ་སོགས་པ་ག་དེ་འབད་པུ་ སེ་ གི་གཅེས་པའི་ལུས་དཔ། ཡཔས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ག་པ་ ཁོང་ལུ་གྱིན་ཏེ་ ཁོང་པ་ག་དག་འཕྲ་ འབད་བཟུགས་ དགོ་པ་མ་ཚད།

ཚོ་རྟེ་མས་བསགས་པའི་དགོ་བ་དཔ། ཚོ་གྱི་མས་གསག་ནི་གི་དགོ་བ་ དུ་ཉོ་ལུས་རྟེན་འདི་གི་ཐོག་ལུ་གསག་ མི་ རུས་གསུམ་གྱི་དགོ་བ་ཚུ་ཡཔ། དཔེ་ཅིན། བདག་ཅག་གི་སྲོན་པ་ཤུག་བུ་པ་ རྒྱ་ཚོ་རྟེ་མས་ རྒྱལ་པོ་ དེ་མེད་ཀྱུ་ལྟ་སྟེ་ འཕྲོག་པའི་སྐབས་སུ། ལོངས་སྤྱོད་ག་ཞུ་འདི་ལོས། རྟོ་སེམས་འདོད་དུ་འཇོག་པའི་ ཡཔ་ སྤྱི་པ་ག་དམ་ལུས་ རྫོན་པོ་ཚུ་གིས་ཡཔ་དཀོགས་ཏེ་ མཐུན་བཟུན་བརྟེ་མུས་ ཡོ་བུ་ལུས་ རྟུགས་ཚུ་ལུ་འཕྲོག་པའི་ལུས་ལུ་ རྒྱ་དཔ་གྲུ་པོ་ཆེ། སྐུས་དཔ་སྐུས་མོ་ བཟོ་མོ་ ཐུ་ལོ་པའི་སྐུ་ ཡཔ་ ག་ཞུ་ལུ་ཡུ་ཐོག་སེམས་པ་ཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ཟེ་ རྒྱགས་བཞེད་ག་དཔ་སྟེ་ སྤྱི་པ་བརྟེ་ཡོད་པ་བཟུམ་དཔ། རྒྱུ་བས་ཇེ་ དུ་ཉོ་པ་ཚོས་ཀྱི་གསགས་པ་ལུ། མི་དེ་གིས་ དགོ་བ་དེམ་ཅིག་བསྐྱབས་ལུ་ལོ་ ཟེ་ལུ་བ་ཅིན། དེ་འབྲུག་ལུས་གསོ་ལུ་པེ་བཞེས་འཕྲོ་སྟེ་ ཡོད་པའི་བར་ལུ་ལོ་དུ་བཞེས་སྟེ་ རྒྱགས་དུམ་དཔ་ལུ་འཕྲོ་ ཡུག་ལུ་བསྐྱམས་སྟེ་ འདི་དཔ་དུས་གསུམ་འབྲུག་པ་ཡི། །དགོ་ཚུ་ཅི་སྟེ་ཡོད་པ་ལུ་ །མས་ཀྱུ་སེམས་

ཚེ་ཐམས་ཤེད་ཀྱིས། །སངས་རྒྱུ་ལ་འཕྲོ་བ་པའི་རྒྱ་ལྷན་པོ། །ཟེང་གསུངས་མ་དཔེ་འདྲམ་ རེ་གི་ དྲག་བའི་
ཚ་བ་དེ་ཚུ་ཡང་ དུ་རེ་འཕུ་བཀའ་མ་གྲིས་པ་འབད་དེ་ གནོད་པ་བཀའ་མི་ དྲག་ཅིག་ཨིན་ཏེ་འབད་ལུ་།
དེ་ཚུ་གིས་ གཞོས་པའི་སེམས་ཅན་མ་ཉམ་ལུ་ བསོད་བསྐྱོན་ལམ་གྱིས་རྒྱུ་བཏབ་དེ་གོ་པ་འདྲི་ རྒྱལ་སྐྱས་
བྱེད་ཚུ་བསེམས་དཔེ་ཚུ་གི་ ལག་ལེན་ཅིག་ཨིན་ཞོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- སུ་དག། : མི་ག་ར་འབད་ལུ་།
- འདོད་ཆེན། : དེ་གོ་འདོད་ཆེན་གས། འདོད་པ་སོམ།
- འཕྲོ་ག། : འཕྲོ་ག།
- འཕུ་ག་ཉ་ཡང། : འབད་བཟུ་ལུ་།
- ཐམས་ཤེ། : ག་ར།

དྲི་བ།

- ༡- མི་བསམ་པའི་དེ་གིས་ རེ་གི་ཉོན་ལོངས་སྐྱོད་ལུ་ གནོད་སྐྱོན་རྒྱབ་པ་ དེ་ལུ་ མཉོ་བསམ་ག་དེ་
སེ་ གཏུ་པ་དེ་གོ་པ་སོམ་?
- ༢- རེ་གིས་ རྒྱུ་སྐྱེ་ལུ་བསམ་གས་པའི་དྲག་བཟུ་ག་ར་ རེ་ལུ་གནོད་པ་བཀའ་མི་དེ་ལུ་ བསོད་
དེ་གོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ག་ཅི་སོམ་?
- ༣- པ་བསེ་ཀྱིས་ དེ་སེ་འབད་མཚན་གས་མི་འདྲི་ ག་ཅི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་ནེ་ དེ་སེ་འབད་ཚུ་གས་པ་
འཕྲོ་དེ་གོ་པ་ཅིན་ ག་ཅི་ར་འབད་དེ་གོ་པ་འདུ་ག་གོ་?

སློབ་རྗེ་བསྐོས་དགོས།

བདག་ལ་ཉེས་པ་ཅུང་ཟད་མེད་བཞིན་དུ། །གང་དག་བདག་གི་མགོ་བོ་གཙོད་བྱེད་ནའང། །
 སློབ་རྗེ་དབང་གིས་དེ་ཡི་སྲིག་པ་རྣམས། །བདག་ལ་ལེན་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། །(༡༥)
 སེམས་ཀྱི་ལྷན་པ་ལྟར་གྱི་ལྷན་པ་ལྟར་ལྟར་ མི་བསད་བསད་པ། རྒྱུ་བརྒྱུ་བ། རྒྱུ་བརྒྱུ་བ་ལ་ལོ་གསུམ་པའི་
 ཉེས་པ་ལུ་ལུ་གྲུ་ (ཚུ་ཟད་)འི་ལུ་ལུ་ འབད་འབད་ལུ་མེད་བཞིན་དུ། མི་ལུ་ལུ་འི་ མ་འདས་པའི་སྐབས་
 ཀྱིས་ རྒྱུ་བརྒྱུ་གསུམ་འཛོམས་ཏེ་ ལ་སྐུ་ལ་ལེ་ ལ་ཉེས་པ་ལུ། ལག་པ་སྐུ་ལ་ལུ་ཉེས་པ་ལུ་ཏེ། སེ་
 གི་མཁུ་ཏེ་བརྒྱུ་གསུམ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ སེ་གི་ལ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་
 སེ་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་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་

དུ་མེས་ ལོ་ལོ་གིས་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་
 ལོ་ལོ་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་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་

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ཉེས་པ་ : ལས།
- ཚུ་ཟད་ : ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་
- གཙོད་བྱེད་ལུ་ : ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་
- སློབ་རྗེ་ : ལུ་ལུ་

ངོ་བོ།

- ༡- ཉེས་པ་ཟེར་བའི་སྐབས་ ལཱ་གཞི་བཟུམ་འབད་མི་ལཱ་ གོ་ནི་སྟོན་?
- ༢- སང་ལཱ་ ཉེས་པ་མེད་པའི་ ཉེས་ཁྲིམས་ཚུ་ ཡོག་འདྲེ་པ་ཅིན་ ག་དེ་སློབ་མནོ་དགོ་པ་ཨིན་མས་གོ་?
- ༣- སང་ལཱ་ཚོགས་པའི་འབད་མི་དེ་ལཱ་ མནོ་བསམ་ག་དེ་སློབ་ཀྱང་དགོ་པ་སྟོན་?

བྱང་སེམས་བསྐྱེད་དགོ་པ།

འགའ་ཞིག་བདག་ལ་མི་སྟོན་སྟོན་ཚོགས་པ། །སྤོང་གསུམ་བྱུང་བར་སྐྱོག་པར་བྱེད་ན་ཡང་། །
 བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྐར་ཡང་དེ་ཉིད་ཀྱི། །ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་རྒྱལ་སྐུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །(༡༤)
 མི་ལཱ་ལཱ་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་ལཱ་ལས་དཔ་ ཡཔ་ཅིན་ སང་གི་གདོད་པ་ལཱ་ སང་ལཱ་མ་དགའ་བའི་སྐབས་ཀྱིས།
 སྤུང་ཀྱ། རྒྱུ་ལྡ། རྒྱུ་ལྡ། གཞི་ཡཔ་མ་ཤེས་པའི་ རྒྱུ་ལྡ་ཟེར་བའ་ལ་སོགས་པ་ རྒྱ་བར་མ་ཉུག་པའི་
 ཚིག་རྣམ་པ་སྟོན་ཚོགས་འབད། ཤུལ་ལཱ་འཕགས་པའི་གྲིང་། རྟོ་འཛུལ་བའི་གྲིང་། རྒྱལ་བ་ལྷ་སྤྱད་ཀྱི་
 གྲིང་། བྱུང་སྐྱེ་མི་སྟོན་གྱི་གྲིང་། དུས་འདི་རྒྱལ་པོ་འདི་པར། ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ། རྟུ་གནས་དཔ་བཅས་པ་
 རྟོན་པ་གཞིག་ལཱ་ རྟོན་པ་དཔ་པོ་སྤྱི་ཡུལ། དེ་བཟུམ་མའི་ རྟོན་པ་དཔ་པོ་སྤྱི་ཡུལ་གྱི་འཛིན་རྟེན་ རྟོན་པ་གཞིག་
 ལཱ་ རྟོན་པ་ཉེས་པ་བར་མའི་འཛིན་རྟེན། དེ་བཟུམ་མའི་རྟོན་པ་ཉེས་པ་བར་མའི་འཛིན་རྟེན་ རྟོན་པ་གཞིག་
 ལཱ་ རྟོན་པ་སྐུམ་གྱི་རྟོན་པ་ཆེན་པོ་ཟེར་བའི་ འཛིན་རྟེན་ག་ཏེ་ཡཔ་བྱུང་སློབ་སྤྱོད་པ།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕེལ་མཐོ་བའི་ སེམས་འཇུག་མཐོ་བའི་ མཚན་ཉིད་ དེ་སློབ་མནོ་མི་འདི་ལཱ་ མནོ་
 བསམ་བཏུང་སྟེ། མ་དགའ་བའ་དཔ་མ་སངས་པའི་ སེམས་མ་བསྐྱེད་པར། སང་གིས་བཟོད་ཚུགས་པ་ཅིག་ འབད་
 དགོ་པ་མཚན་ རྟུག་པ་སུ་ བྱམས་པའི་སེམས་ ཚད་མེད་པའི་སྐྱོ་ལས་སློབ་ ལོག་སྟེ་ས་ སང་གིས་འོ་གི་
 རྒྱུ་ལཱ་ ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ རྒྱལ་གཞིག་ལཱ་མེད་པུ་ ཡོན་ཏན་དེ་ བཏོན་ཏེ་བརྗོད་དགོ་པ་ཨིན། དེ་
 ཡཔ་ཇོ་བོ་གིས། མི་སྟོན་ཚིག་རྣམས་ཐོས་པའི་ཚེ། བྲག་ཅེ་བཞིན་པུ་བཏུ་བས་བྱ། ཟེར་གསུངས་པ་བཞིན་པུ།

མ་ཉུན་པའི་གྲུམ་སྐབ་མི་དེ་ལྟ། རྒྱུ་དུ་མི་འཛོན་པ་མེད་ ཡོན་ཉུན་བཟོ་དུ་དགོ་པ་དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྐས་བྱུང་ཆུབ་
སེམས་དུ་འཛུ་གི་ལག་ལེན་ཅིག་ཨིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- འགའ་ཞིག་ : ལ་ལུ་ཅིག།
- མི་སྟན་ : མ་ཉུན་མ།
- སྐས་ཡང་ : དེ་དུ་ཡང་།
- རྒྱུ་པ་འབྱེད་ : སྐབ་སྟེ་འབད།

བློ་བ།

- ༡- རྟོད་གསུམ་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་བྲིས།
- ༢- པ་བཅས་ལུ་ མ་ཉུན་པའི་གྲུམ་སྐབ་མི་འཛོན་པ་ཅིན་ མནོ་བསམ་ག་དེ་སྟེ་གྲུམ་དུ་དགོ་པ་ཨིན་མས་གོ་?
- ༣- དོན་ས་ཀྱིས་རེ་ལུ་ཚོག་པོ་འབད་ལྟ་དུ་ བྱམས་པ་དུ་ལྟེ་ཇི་བསྟེ་དུ་དགོ་པའི་ལུ་ ག་ཅི་འབད་ཨིན་ནུ་?

མ་ཉུན་པ་སེམས་ཁར་བཞག་ནི་སྲིད་དགོ་པ།

འགོ་མང་འདུས་པའི་དབུས་སུ་འགའ་ཞིག་གིས། །མཚང་ནས་བྱས་ཤིང་ཚིག་ངན་སྐྱོན་ཡང། །
དེ་ལ་དགོ་བའི་བཤེས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས། །བྱས་པར་འདུད་པ་རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན་ཡིན། །(༡༧)
འགོ་མང་ཟེང་ མི་དྲག་ཞུན་ཆེ་ཆུལ་ ལེ་ལེ་ཅིག་འཛོན་པའི་སྐྱུ་ལུ་ མི་ལ་ལུ་ཅིག་གིས། །ཚུད་ མི་
བསད། །ཨ་མཉུ་བཀྲ། །སྟོན་པ་ཉམས། །ཤོ་བ་རྒྱུ། །ཡུལ་བཟུངས། །ཁ་དུ་ལམ་མེད་པ་མོ་བདུ་བཟུང། །མི་
ཀྱུ་དུ་མ་མཐུན་པའི་ བྱ་གཞན་གྱི་བསྐྱེད་སྐྱེད་པ་ །ཨིན་ཟེང་ལུ་སོགས་པའི་ །རྒྱུ་སྐྱེད་སྟེ་ །ཚིག་
མ་ཉུན་པ་སྟེ་འབད་དུ་པ་ །དེ་ཚུ་ །ཉིད་ཁར་མ་བཞག་པར་ །དེ་སྟེ་སྐབ་མི་ཚུ་ལུ། །ཁོ་པ་གིས་ །རྒྱུ་

བཤད་ཀྱི་བཅའ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ལྷུ་ལས་པ་ལོ་གིས་ རྒྱུ་དེ་ཚུ་འོས་ཏེ་སྤེལ་ཚུགས་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རེ་གི་རྒྱུ་བཤད་ཀྱི་བཅའ་དེ་ཚུ་ གྲམ་དགོ་བའི་བཤེས་གཞུང་བཟུམ་ཅིག་གི་ འདུ་ཤེས་བཞག་སྟེ་ དེ་གིས་མ་ཉུག་སྤྲོ་བའི་དེ་ལྷུ་བཞག་ཆེ་བའི་ ལོ་གི་སྟེ་མཚན་གྲས་ལྟེ་འབད་དེ་ལོ་ལོ་ལྷོ་དེ་ཡང་ སྤྲོ་དུ་འཇུག་ལས།

བདག་ལ་སྦྲུལ་པ་གཞན་ཡོད་ན། །བསྟོན་པས་བདག་དྲགས་ཅི་ནི་ག་ཡོད། །བདག་ལ་བསྟོན་པ་གཞན་ཡོད་ན། །སྦྲུལ་པས་མི་དྲགས་ཅི་ནི་ག་ཡོད། །

།ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་བཞི་ཉུ་ དེ་ཚུ་ལྷུ་ག་དམས་པ་ག་སྟོན་པའི་གྲམ་ལོ་གི་ མཚོ་བའི་བསམ་པ་བརྟེན་ཏེ་ ལགས་ལགས་ ལུ་ལུ་ ག་དེ་དག་དྲག་གི་སྒོ་ལས་ གྲས་བུ་དུ་འབད་དེ་ལོ་ དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྤྲོ་བའི་སྤྲོ་བའི་དུ་ལོ་ལོ་ལྷོ་གི་ ལག་ལུ་ཅིག་ལོ་གི་ལོ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- འགོ་མའུ་འདུས་པ་ : མི་ལེ་ཤ་འདྲོ་མ་ས།
- དུས་སུ་ : རྒྱུ་ལྷུ།
- མཚའ་ : རྒྱུ་ལྷུ།
- སྦྲུལ་ : སྤྲོ་བ།
- འདུ་ཤེས་ : མཚོ་བསམ།

དྲི་བ།

- ༡- མི་མའུ་འདྲོ་མས་པའི་རྒྱུ་ལྷུ་ རྒྱུ་སྤྲོ་བ་སྟེ་ མ་ཉུག་པའི་ཚིག་པར་ ག་དེ་སྟེ་སྤྲོ་བ་ལྷོ་སྟེ་
- ༢- ཚིག་པར་སྤྲོ་བའི་དེ་ལྷུ་ གྲམ་འི་འདུ་ཤེས་བརྟེན་ཏེ་ལོ་ལོ་ལྷོ་ལས་ ག་ཅི་ལོ་གི་ལོ་
- ༣- མ་ཉུག་མ་སེམས་ཁམ་མ་བཞག་པས་ ག་ཅི་འབད་སྤེལ་དེ་ལོ་སྟེ་

སྐྱོ་བོ་ : མི།
 བརྟམ་ཐབས། : བརྟམ་བཅོས།

དྲི་བ།

- ༡- སང་དྲུམ་མཉམ་པ་དྲུམ་ དམན་པ་ཟེར་མི་དེ་གཉེས་ ག་དེམ་ཅིག་ལུ་སྲབ་སྟོ་?
- ༢- སང་ལུ་ཉམས་བརྟགས་འཚོལ་དམོ་པའི་ རྒྱ་མཚན་ག་ཅི་ལས་བརྟམ་ཏེ་ཨོན་ཏེ་?
- ༣- སང་ལུ་ བརྟམ་བཅོས་འབད་མི་དེ་ལུ་ སང་གིས་ཡལ་ འབྲུག་འབྲུག་ བརྟམ་བཅོས་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱ་ག་ཅི་འོང་ག་?

སླུག་བསྐྱེལ་དང་བྱ་བུ་སྒྲུབ་དགོ་པ།

འཚོ་བས་འཕོངས་ཤིང་རྟག་ཏུ་མི་ཡིས་བརྟམ། །འཚོ་བས་ཆེན་ནང་དང་གདོན་གྱིས་བཏབ་ཀྱང་སྒྲུབ། །
 འགོ་ཀུན་སྤྲིག་སླུག་བདག་ལ་ལེན་བྱེད་ཅིང། །ལུས་པ་མེད་པ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །(༢༠)
 ཚོ་ དུ་མེས་སྟོན་འཚོ་བའི་ཟམ་དྲུམ་ རྒྱ་པའི་གོ་ལ་སོགས་པ་ གཤམ་ཡལ་མེད་པས་ སྐྱུང་ཀུ་ལུ་ཐལ།
 དུས་རྟག་ཏུ་མི་གིས་ མིག་ལས་བཀལ་ཏེ་བརྟམ་བཅོས་འབད་ནི་དྲུམ། འཚོ་བས་ཆེན་པོའི་རྟེན་གྱིས་མཉམ་ནི་དྲུམ་
 འཕྲལ་འཕྲལ་ འབྲེད་དུ་གདོན་གྱིས་བཏབ་སྟེ་ སང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་མཉམ་ཏེ་ ཉམས་ཐག་པ་ཐག་སུ་སྟོད་
 དུམ། དུམ་ མཉམ་གྱིས་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ སྐྱུང་སྐྱེད་ལྡེ་ལྡེ་དབང་གིས་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་
 རྒྱུ་ལུ་ཡོད་པའི་ རྒྱ་སྤྲིག་པ་དྲུམ་འབྲས་ལུ་ སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྣམ་པ་ཡོད་ཚེ་དེ་ཅི་ལོ་ སང་ལུ་ལྗོངས་བཅུག་
 ཟེར་བའི་ སེམས་གྱིས་སང་ལུ་ལེན་ཅི་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ སེམས་དུམ་ལ་མ་ལུ་མ་པས་ སྐྱེད་སྐྱོབ་སྐྱུག་པས་
 བསྐྱེད་དམོ་མི་འདི་ཡལ་ རྒྱལ་སྲས་བྱུང་ཚུ་བ་སེམས་དུམ་འབྲས་སྐྱེད་ ལག་ལེན་ཅིག་ཨོན་ཏེ་།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

འཚོ་བ་ : ཟེ་འབྲུམ།

འཕྲོད་སའ་	:	མ་ལུང་མ། སྦྲུང་།།
རྩ་གཞུང་	:	ཨ་རྩ་གཞུང་།
མི་ཡིས་བརྟུམ་	:	མི་གིས་མས་མེད་བཅོས།
འཚེན་སའ་ཆེན་	:	འཚེན་བའ་ཆེན།
ལུ་མ་པ་མེད་པ་	:	སེམས་མ་གྲི་བ། རྣམ་མ་ལུ་མ་པ།

དོ་བ།

- ༡- བཟང་འབྲུལ་དཔ་ བཀའ་བཏོ་ལ་གིས་མ་ལུང་མ་ལ་སོགས་པའི་ སྦྲུང་བསྐྱེད་ཀྱི་དུས་མེད་ཀྱི་ ག་
ཅི་ལས་བརྟུན་ཏེ་ཡིན་ནུ་?
- ༢- སུ་ག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་སྟེ་ཡོད་པ་ དུ་དུ་ སེམས་ཆེན་གཏེ་པ་གི་ སྦྲུང་པ་དུ་སྦྲུང་
བསྐྱེད་ཀྱི་ སུ་ལུ་ལེན་དུ་། ཟེ་བའི་སྐྱབས་ རྒྱུད་ཀྱིས་མེད་བསམ་གཏེ་སྟེ་གཏུང་མ་སྟོ་
བསམ་འཚར་གྱིས།
- ༣- གཞན་གྱི་སྦྲུང་བསྐྱེད་པ་དུ་ལུ་ལེན་མེད་ ག་ཅི་ ཉམ་པ་བསྐྱེད་དུ་པ་སྟོ་?

ད་རྒྱལ་སྤང་དགོ་པ།

སྦྲུང་པར་གྲགས་ཤིང་འགོ་མང་སྦྱི་བོས་བཏུང། །རྣམ་ཐོས་སུ་ཡི་ཚོར་འདྲ་བོར་གྱུར་གྱང། །
སྤིང་པའི་དཔལ་འབྱོར་སྤིང་བོ་མེད་གཟིགས་ནས། །ཁེངས་པ་མེད་པ་རྒྱལ་སྤངས་ལག་ལེན་ཡིན། །(༢༡)
དེགས་མཐོ་བས། གཞུགས་གཞི་ལེགས་པས། ཡོན་ཏུ་མཁའ་པས། ལོ་ན་གཞོན་པས། རྒྱ་ཕྱེད་ཀྱི་
འདུག་ ཟེ་བའ་ལ་སོགས་པའི་ གཏུ་མ་སྦྱུ་པའི་གཞུགས་པ་ རྒྱུགས་ཀྱི་ལུ་ལུ་བུ་ འགོ་བ་སེམས་
ཆེ་ཡོད་ཚད་གཅིག་པོ་གིས་ རྒྱག་འཚེན་ མཚོད་པ་ལུ་བའ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོ་ལས་ མཁྱེད་ཀྱི་ལས་བཀའ་ཏེ་
རྒྱལ་ཆེན་རྣམ་ཐོས་བུ་ཡི་ རྟོ་ལོ་འདྲའི་སྦྱུ་དུ་འདྲའི་ རྒྱ་ཚོར་ལོ་འདྲའི་སྦྱུ་བོར་སྟེ་ འགྲུ་ལུ་མེད་པ་ལུ་

གྲུས་པུ་། སྒྲིབ་པ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་ རྣམ་ལུ་འབྲེས་ཐམས་ཅད་ ལྷོ་ལྷོ་མོ་མོ་ཟེལ་པ་དང་ རྒྱུ་ལ་པ་ག་
 བཟུམ་སྒྲིབ་པོ་མེད་པ་མ་གཟིགས་ཞེན་ཞེན་ལས། རྣམས་འབྲེས་དེ་ཅིག་ཡོད་པུ་ དེ་ལྷ་པུ་ པ་རྒྱལ་དཔེ་ལེས་
 སེམས་མེད་པ་ འབད་དཔོན་པ་ཨིན། དེ་ཡང་། མདོ་ལས། བདག་ནི་ཁྱད་པ་འཕགས་ཤིང་བདག་མཚོག་
 ཅེས། །རྣམ་པུ་ནི་སེམས་བརྒྱུད་མི་བྱའོ། ། ཞེས་དཔ། ཡང་འབྲོམ་སྒྲིབ་པས། རེལ་ཡོད་ལྷན་ལྷན་ལྷོ་ལྷོ་
 ཡོད་ལྷ་ཡང་། །གཞན་ལ་ཁྱད་གསོད་བརྒྱས་པ་རྒྱུ་ལེས་མཚོན། །ཟེལ་གསུངས་མ་བཞིན་པུ་ གཞན་དཔེ་འཕྲད་
 པ་ཅིན། པ་རྒྱལ་མཚོན་དཔེ་ རེལ་གསེང་པུ་བཟུ་སྒྲིབ་ ཡིད་ཚིམས་པའི་པ་རྒྱལ་གྱི་ལེས་པ་ཟེལ་མི་ ལྷོ་ལྷོ་
 ཅེས་ཅིག་ཡང་ མེད་པ་སྐྱེས་པ་དཔོན་པ་དེ་ རྒྱལ་སྐྱེས་བྱུང་ལེས་པུ་ལེས་ལྷོ་གི་ ལག་ལེན་ཅིག་ཨིན་ལོ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- སྒྲིབ་པ་ : མིང་གྲུམ།
- རྣམ་ཐོས་པུ་ : བྱུང་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ། རྣམ་གྱི་བདག་པོ།
- རྣམ་ལུ་འབྲེས་ : ལོངས་སྤྱོད།
- ལེས་པ་ : པ་རྒྱལ།

དོ་བ།

- 1- གྲུམ་སྒྲིབ་པ་གསུམ་ཟེལ་མི་འདི་ ག་དེམ་ཅིག་ལྷོ་སྐྱེས་སྐྱོ་?
- 2- སྒྲིབ་པའི་རྣམ་ལུ་འབྲེས་འདི་ ག་ཅི་སྐྱེས་པོ་མེད་པ་ཨིན་ཞེན་?
- 3- པ་རྒྱལ་བརྒྱུད་ཞེན་འདི་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་མེད་པ་ཅིན། ག་དེ་སྐྱེས་པ་ཞེན་སྐྱོ་?

རང་སེམས་རང་གིས་བརྟུལ་དགོས།

རང་གི་ཞེ་སྤང་དག་བོ་མ་བྱུལ་ན། བྱི་རོལ་དག་བོ་བརྟུལ་ཞིང་འཕེལ་བར་འགྱུར། །
 དེ་ཕྱིར་བྱམས་དང་སྤྲིང་རྗེའི་དམག་དཔུང་གིས། །རང་རྒྱུད་འདུལ་བ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། །(༢༢)

དེ་བ།

- ༡- རང་གི་ཞེ་སྙེད་གི་དྲུག་དཔ་ གྱི་ཁའི་དྲུག་གཉིས་ལས་ ཉེ་མ་ ག་བརྟུལ་དགོ་པ་སྟེ་?
- ༢- ཉེ་མ་གི་དྲུག་ཞེ་སྙེད་འདི་ བྱམས་པ་དཔ་སྐྱེད་ཇེ་གཉིས་ཀྱིས་མ་གཏོགས་ གཞན་གྱིས་ག་ཅི་ལེ་ བརྟུལ་མ་ཚུགས་པ་ཨིན་ནེ་?
- ༣- བྱམས་པ་དཔ་སྐྱེད་ཇེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དྲག་ དཔེ་དཔ་བཅས་ཟློས།

སློབ་རིམ་ ༧ པ། ཉམ་སྐབ་ཀྱི་ལྷོགས་གྲུབ།

སློབ་རིམ་ ༧ པ་ པ་ཚུན་ཉམ་སྐབ་མི་ ཉམ་སྐབ་ཀྱི་རིག་ཚུལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཚུགས་པའི་ཁར།

༡. གནད་དོན་གཞི་མི་སྐོར་ལས་འབད་ཅུང་ བསམ་ཞིབ་ཚུ་འབད་དེ་ མེད་བསྐྱུང་དཔ་ འདི་ཞིབ་ དོགས་སེལ་ཚུ་ དག་སྦྱོར་ཡུན་སྐུམ་ཚོགས་པའི་ཐོག་ལས་ ཉམ་སྐབ་ འབད་ཚུགས།
༢. རང་གིས་ཤེས་མི་ ཁ་སྐད་ཚུ་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ ཉམ་ཞིན་མ་ལས་ མེད་ཁའི་ནང་ དོར་ཁ་བསྐྱུར་དེ་ གཞན་ཡིད་ཚོམ་ཚུགས་པའི་ གནས་སྤངས་བཟོ་སྟེ་ བད་དོན་ སྤྱོད་ལེན་འབད་ཚུགས།
༣. འབྲི་ཚོམ་ སྐྱུན་ཚོམ་ སྤུང་ ལྷམ་ཐང་ འབྲེལ་སྤུང་ལས་མོགས་པའི་ ཚོམ་རིག་ དཔ་འབྲེལ་པའི་ གནད་དོན་ཚུ་ ཉམ་ཞིན་མ་ལས་ དེ་བྱེ་བ་དཔུང་དེ་ བརྟུབ་མ་ བརྟུབ་ཀྱི་ བསམ་འཚར་བཤད་ནི་དང་ གནས་སྤངས་དཔ་འབྲིལ་ གནད་དོན་རྒྱས་ སྤྱད་གཏེ་མ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ སྐབ་ཚུགས།
༤. ལྷམ་པའི་ཚོམ་དཔ་མཐུན་པའི་ ལྷན་སྦྱོར་གྱི་རྣམ་གཞན་གུ་ཉམ་སྐབ་འབད་དེ་ བདག་ གཞན་གཉེས་ཡན་གྱི་བྱ་བ་བཟུང་པའི་ཚུལ་ བཞེན་དགོ་པའི་སྐོར་ བཤད་པ་ཚུ་ ཉམ་ སྐབ་འབད་ཚུགས།

སློབ་རིམ་ ༧ པ། ཉམ་སྐབ་ཀྱི་ལས་དོན།

༡. རྒྱལ་མ་ཐུན་མིང་ཚིག་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་འཁུམ་རྒྱལ་མ་ཐུན་གྱི་ མིང་ཚིག་གསལ་པ་ རྒྱ་རྒྱུ་ འབད་དེ་ གནས་སྤངས་དཔལ་འབྱོར་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༢. བདེ་དོན་སྤོད་ལཱ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་སྐབ་པའི་སྐབས་ མིང་ཚིག་ཚུ་ རྗེས་སྐབ་ དཔལ་ མཚོན་གསལ་དེ་ སེལ་ལུ་ལྟ་བུ་ རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་ ལཱ་ལྟ་བུ་འབད་ལུ་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༣. རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་དཔལ་ མཚོན་སྐབ་དཔལ་འབྱོར་ལུ་ སེལ་ལུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་སྐབ་ལུ་ རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་ ལཱ་ལྟ་བུ་ འབད་ལུ་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༤. རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་དཔལ་ མཚོན་སྐབ་དཔལ་འབྱོར་ ལུ་ སེལ་ལུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་སྐབ་ལུ་ རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་ ལཱ་ལྟ་བུ་ འབད་ལུ་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༥. རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་དཔལ་ མཚོན་སྐབ་དཔལ་འབྱོར་ ལུ་ སེལ་ལུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་སྐབ་ལུ་ རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་ ལཱ་ལྟ་བུ་ འབད་ལུ་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༦. རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་དཔལ་ མཚོན་སྐབ་དཔལ་འབྱོར་ ལུ་ སེལ་ལུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་སྐབ་ལུ་ རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་ ལཱ་ལྟ་བུ་ འབད་ལུ་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༧. རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་དཔལ་ མཚོན་སྐབ་དཔལ་འབྱོར་ ལུ་ སེལ་ལུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་སྐབ་ལུ་ རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་ ལཱ་ལྟ་བུ་ འབད་ལུ་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༨. རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་དཔལ་ མཚོན་སྐབ་དཔལ་འབྱོར་ ལུ་ སེལ་ལུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་སྐབ་ལུ་ རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་ ལཱ་ལྟ་བུ་ འབད་ལུ་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༩. རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་དཔལ་ མཚོན་སྐབ་དཔལ་འབྱོར་ ལུ་ སེལ་ལུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་སྐབ་ལུ་ རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་ ལཱ་ལྟ་བུ་ འབད་ལུ་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།
༡༠. རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་དཔལ་ མཚོན་སྐབ་དཔལ་འབྱོར་ ལུ་ སེལ་ལུ་ལྟ་བུ་ རྗེས་སྐབ་ལུ་ རྒྱལ་མ་ཐུན་སེལ་ ལཱ་ལྟ་བུ་ འབད་ལུ་ ཉམ་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།

སློབ་རིམ་ ༧ པ། སློབ་འཁོར་སྤྱོད་གསལ་གྲུབ།

སློབ་རིམ་ ༧ པ་ པ་ཚུན་ལྟ་བུའི་ སློབ་འཁོར་སྤྱོད་ལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཚུགས་པའི་ལས།

༡. ཡིག་སྐྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལྟ་བུའི་ ཡིག་རིགས་གཅིག་ སློབ་འཁོར་དུ་ ཡིག་འཁོར་སྤྱོད་ལ་ ཚེས་ཐོག་ལས་ སང་གི་མཉམ་ཉེན་ཚུ་ ཡིག་སྐྱོད་ལུ་བཀོད་དེ་ བཟུང་ཉེན་སྲུང་ལེན་འབྲེལ་ཚུགས།
༢. འབྲི་ཚོམ་དུ་ སྐྱུ་ཚོམ་ སྤྱད་དུ་རྣམ་ཐང་ལ་སོགས་པའི་ ཚོམ་རིག་གི་སྤྱད་ལུ་བཀོད་དེ་ སང་གི་ཚོམ་ཉམས་ཚུ་ ཚོམ་རིག་གི་རྣམ་པ་གཤེས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཚོམ་རྒྱས་སྤྱད་དུ་ ཚོམ་གི་རྣམ་འགྲུ་ཚུ་བཅུགས་དེ་ མཁས་ཉམས་བཟོན་དེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཉེ་བས་མཁོ་བའི་ ཡིག་འགྲུལ་གྱི་རིགས་ཚུ་ལྟ་བུའི་ སང་གི་གནས་སྤངས་ལུ་ གཞན་ལུ་སེམ་དགོ་པས་ སང་སྟོབས་ཀྱིས་སློབ་དེ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཚུགས།
༣. ལྷན་སྐྱོད་འབྲེལ་བའི་ སྤྱད་ཚུ་ལྟ་བུའི་ ཉེ་བས་མཁོ་བའི་གནས་དོན་ཚུ་ ཚོམ་ལུ་སྐྱུ་ཚོམ་འབྲེལ་དེ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཚུགས།
༤. རྒྱལ་སྤྱོད་ལུ་སྤྱོད་ཚུ་ལས་ བསམ་སྤྱོད་ཚུ་ ལྟ་བུ་ཐོག་ལས་ མི་ཚོའི་སྤེལ་བུ་ཚུ་ ཉེ་གོ་སྟེ་ བཟུང་ལ་སློབ་དེ་ གཞན་དོན་གཞན་ལུ་ཚུ་ མི་ཚོའི་ལུ་ མཁོ་བའི་རིག་ཚུ་ལས་ ལག་ལེན་འབྲེལ་སྟེ་ མོམས་འདྲིས་བཅུགས་ཚུགས།
༥. དུམ་སྟོན་གྱི་ལམ་ལུགས་ལུ་བཀོད་དེ་ ལོ་གཅིག་གི་ལུ་ སང་གི་སྤྱད་ལུ་བཟུང་ཉེན་སྲུང་ ལས་མ་ཉམས་ཅིག་ དུམ་སྟོན་ལུ་ བསྐྱེད་ཚུ་ལུ་ ཉེ་གོ་གི་ཐོག་ སློབ་འཁོར་སྤྱོད་ལུ་ལས་ལྷན་གྱི་གྲུབ་ཚུགས།

སློབ་རིམ་དགུ་པའི་བྱི་ཞི་འཕེལ་སྒོམ་།

༡. ཚོམ་རིག་ཚུ་ནུཔ་ རྗེ་འཁའི་ཡིག་སྐྱོད་ལག་ལེན་ཚུ་ ག་དེ་སློབ་འབྲེལ་ལྷན་གཉེན་ལྟུང་ལྟུང་འབྲེལ་དེ་
བསམ་འཚར་བཀོད་དུ་གྱིན་པ་ ལེགས་བཅོས་ལྷན་དུ་གཉེན་ལུ་ཚུ་འབྲེལ་ཚུ་གསུམ་དགོ།
༢. རྒྱུ་སྐྱེལ་དཔེ་རྒྱུ་འཚར་སྣང་ལ་སོགས་པའི་ འབྲི་ཚོམ་གྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཚུ་སྐྱེལ་བཅོམ་འབྲེལ་དེ་
གཞན་དོན་གཉེན་འཛིན་དེ་ལྟུང་ འབྲེལ་ལྷན་འབྲི་ཚོམ་གྱི་ལྷན་པ་ལྟུང་བཅོམ་དེ་ བྱི་ཚུ་གསུམ་དགོ།
༣. རང་གི་ཚོམ་ཉམས་ཚུ་ ལྷན་ཚོགས་ལྟུང་བཅོམ་དེ་བྱི་ཞི་འཕེལ་བ་འབྲེལ་ཐོག་ལས་ ཚོགས་གི་ལྷན་
འབྲེལ་སྐྱེལ་སྐྱེལ་ཚོགས་ཉོག་ཉོག་སློབ་བྱིས་ཉོག་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཚུ་གསུམ་དགོ།
༤. སྐྱེལ་འབྲི་བཅོམ་གྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཚུ་ ཚེས་སློབ་ལྷན་ལས་ དེམས་སྐྱེལ་དུ་ འཚར་སྐྱེལ་ འཚར་
ཚོམ་དུ་ འབྲེལ་སྐྱེལ་ཚུ་ དེ་བཅོམ་སྐྱེལ་ལས་ གསལ་སློབ་འབྲེལ་དེ་ བྱི་ཚུ་གསུམ་དགོ།
༥. ལྷ་ཡིག་དུ་ བྱིས་གཉེན་ བྱིས་ཚོད་ བྱིས་ཐོག་ཡིག་ཡིགས་ཚུ་ འབྲི་བཀོད་དུ་འབྲི་བ་ བྱིས་
ཞེན་ལས་ ཡན་ཚུ་བཅོམ་དོན་སྐྱོད་ཚུ་གསུམ་དགོ།
༦. ལྷན་སྐྱེལ་གྱི་ཡིག་ཚུ་ལྷན་ལྟུང་ རང་གིས་གཉེན་མི་ ལྷན་ཡིག་ལྟུང་ལྷན་པའི་གཞན་དོན་ཚུ་ རྗེ་
འཕེལ་སྐྱེལ་སྐྱེལ་འབྲེལ་ཚུ་གསུམ་དགོ།
༧. བསྐྱེད་བྱེད་ལེགས་བཅོམ་དུ་ འབྲེལ་ལྷན་ ལྷན་ཚོམ་ཚོམ་རིག་དུ་འབྲེལ་བའི་ རྗེ་བའི་ཚོགས་གི་གོ་
དོན་ཚུ་ལེན་དེ་ དེམི་འགྲོལ་པ་རྗེ་འཕེལ་ལུ་ བཅོམ་དོན་ལས་མ་འགལ་བར་ བྱིས་ཉོག་ རྒྱུ་
བཅོམ་ལྷན་ཚུ་གསུམ་དགོ།
༨. རྒྱུ་སྐྱེལ་གྱི་ཚུ་བཅོམ་དུ་འབྲེལ་ བསམ་སྐྱོད་ཚུ་ལྷན་ཐོག་ལས་ ལས་འབྲེལ་གྱི་ལྷན་གཞན་དུ་
མི་ཚོམ་མཚན་ཚུ་ ཉོག་ལྟུང་ བཅོམ་པ་རྒྱུ་བཅོམ་དེ་ གཞན་དོན་གཉེན་ལུ་ཚུ་ གཞན་འབྲེལ་
འབྲེལ་ཐོག་ལས་ རང་གི་མི་ཚོ་ དོན་ལྷན་བཅོམ་གྱི་ལུ་ལག་ལེན་འབྲེལ་ཚུ་གསུམ་དགོ།

བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚོར།

སློབ་གྲུབ་ཚུ་གཞུང་ལས་ཚན་འདི་ ལོ་རྒྱུ་གྲི་སྟེ་ཚན་མཉེ་མཉེ་པ་ འབྲུག་གཞུང་གི་སྲིད་འཇུག་ལྟར་
 གོ་པ་འཕེལ་ལྷན་ལས་ལོ་རྒྱུ་ ཡོད་པའི་གཞུང་འབྲེལ་གྲི་ལས་ཚན་ཅིག་ཡིན། སྟེ་ཚན་འདི་གི་འགན་
 ལུས་པོ་མཉེ་ སློབ་གྲུབ་ཚུ་གཞུང་ལྟར་འབྲེལ་བའི་ དུམ་པོ་དུམ་པོ་མཉེ་ཚུ་ ལེགས་སྐྱུ་དུ་
 གསལ་ཚུ་དུ་ བསྐྱེད་ལོ་ ལེགས་བཅོས་ རྒྱ་གསལ་གྲི་ལྟར་དུ་ སློབ་དཔོན་དུ་སློབ་ལུགས་ཚུ་གི་
 རྟོག་ལུ་ ལྷ་བ་ལྷ་བ་གི་མཐུན་ཀློན་ གྲུ་སྐྱིག་འབད་མི་ཅིག་ཡིན་མཉེ་དུ། སློབ་དཔོན་ཚུ་གི་རྟོག་ལུ་ ཚུ་
 གཞུང་ལྟར་འབྲེལ་བའི་ རྒྱ་དེག་གོ་པ་འཕེལ་གྲི་སྐྱུ་ཚན་ཚུ་བཟོ་སྟེ་ སྐྱུ་བདུ་སྐྱིན་མི་འགཞུང་འབྲེལ་
 གྲི་ ལས་ཚན་ཅིག་ཡིན།

དེ་འབད་ལས་ སློབ་གྲུབ་ཚུ་ཡོད་ལས་ཚན་གྲི་སྟེ་ སློབ་རིམ་སོ་སོ་གི་ དུམ་པོ་ཚུ་སྐྱིག་འབད་བའི་
 ལྷ་བས་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ཚུ་སྐྱིག་པ་མཉེ་ བཅའ་མཉེ་གཏོགས་གཞུང་མི་ཚུ་ལུ་ བཀའ་དྲིན་དགའ་
 ཚོར་ལུ་ཉེ་དུ། ལྷ་བ་ལྷ་བ་དོན་ཚན་དུ་འབྲེལ་བའི་དུ་པའི་ དོན་ཚན་དུ་ ཡིག་བྲིས་མ་ རྒྱ་བ་ལྷ་བ་དུ་པའི་
 རིས་ སྐྱེལ་ལུ་ ལེ་གུ་འབྲུགས་ཡོད་པ་ལས་ དེ་དུ་འབྲེལ་བའི་དུ་པའི་ གཞུང་སྐྱེད་གྲི་གཞུང་
 སྟེ་དུ་ མི་འགུ་ལུ་ གུ་ཅི་དེ་བཀའ་དྲིན་ཅེ་ཅེ་ལུ་ཉེ་ཡིན།

སློབ་དཔོན་འདི་ པས་བཟེས་དུ་པ་འབད་ལས་ དེ་དུ་ལུ་ ཚིག་དོན་གྲི་ཉེ་འབྲུལ་དུ་ ཚིག་ཚུ་ལྷ་ག།
 བཟོ་བཏོད་དུ་ བཏོད་མཉེ་ སྐྱེལ་ལུ་ མ་བརྟུབ་པའི་ རྒྱ་གྲི་མ་གུ་ཅི་མ་གཟིགས་ལུ་ བད་
 ཀུ་དུ་ སློབ་གྲུབ་ཚུ་གཞུང་ལྟར་གྲི་ ཚུ་གཞུང་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ སྐྱུ་ལུ་མ་ཡོག་པའི་ རྒྱ་
 འཕྲིན་ལུ་ ༡༩༥༠ རྒྱ་གཞུང་འབྲེལ་བའི་འབྲུག་སྟེ་ མ་འོངས་ལེགས་བཅོས་གྲི་ གོ་ས་འཚུ་བཏོད་
 གཞུང་ཅེ་ལུ་ཉེ་ཡིན། བཀའ་དྲིན་ཅེ།

