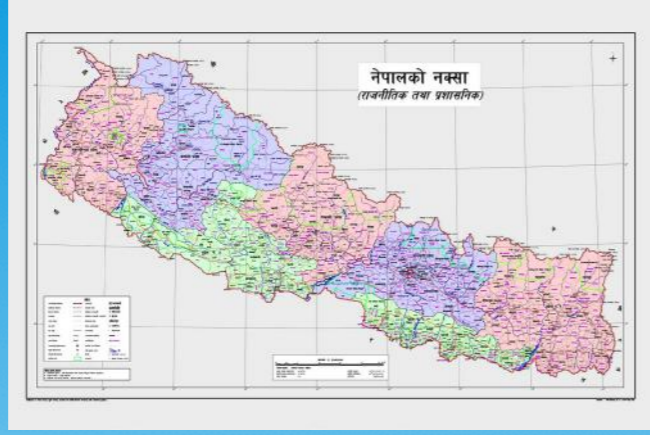


ཕྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོག་ལྷོ་བ་དེ་ལ།

འཛིན་གྲྭ། ༩

भोट भाषा कक्षा-२

གཞི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོག་ལྷོ་བ་དེ་ལ།



རྒྱུ་ལོག་ལྷོ་བ་དེ་ལ།

भोट भाषा कक्षा-२

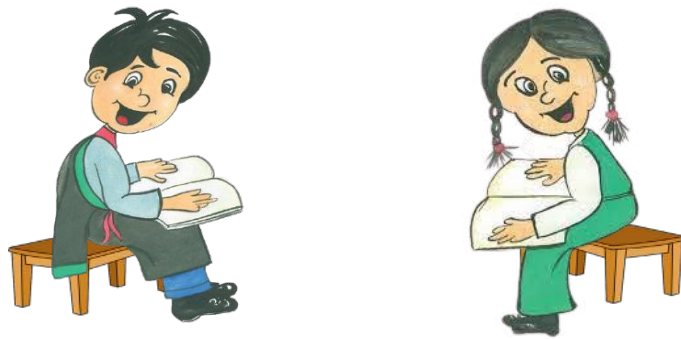


नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་དཔེ

འཇོན་གྲྭ། ༡

भोट भाषा, कक्षा-२



མིང་། :

མིང་གཞུང་ཨང་། :

སློབ་གྲྭ། :

འཇོན་གཞུང་།
འཇོན་ཡོན་ཚོན་རིག་དང་འཇོན་ཡོན་རིག་སྐྱོན་ཁང་།
སློབ་ཚོན་ཡང་རྒྱུ་བསྐྱེ་གནས།
སློབ་ཚོན་སྐྱེ་རྒྱུ་ལྟར།

हाम्रो भनाइ

शिक्षाले विद्यार्थीमा ज्ञानको खोजी गरी सिकाइ र वास्तविक जीवनविच सम्बन्ध स्थापित गर्छ । शिक्षाले विद्यार्थीमा अधिकार, स्वतन्त्रता र समानताको प्रवर्धन गर्ने, स्वस्थ जीवनको अभ्यास गर्ने, तार्किक विश्लेषण गरी निर्णय गर्ने र वैज्ञानिक विश्लेषणका आधारमा व्यक्ति, समाज र राष्ट्रको दिगो विकासमा सरिक सक्षमताको विकास गर्नुपर्छ । यस्तै विद्यार्थीमा नैतिक आचरणको प्रदर्शन, सामाजिक सद्भाव र पर्यावरणीय सन्तुलन प्रति संवेदनशीलता एवम् दिगो शान्तिका लागि प्रतिबद्ध रहने सक्षमताको विकास गर्ने अपेक्षा गरिएको छ । शिक्षाले आधुनिक ज्ञान, सिप, सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको प्रयोग गर्ने, स्वावलम्बी र व्यवसायमुखी सिपको अभ्यास गर्ने, राष्ट्र, राष्ट्रियता र राष्ट्रिय आदर्शको सम्मान गर्ने, समाज स्वीकार्य आचरण र कार्यसंस्कृतिको अवलम्बन गर्ने, सहिष्णु भाव राख्ने नागरिक तयार गर्नुपर्छ । यस्तै शिक्षाबाट सिर्जनशील, कल्पनाशील, उद्यमशील एवम् उच्च सोच र आदर्शमा आधारित व्यवहार गर्ने, समसामयिक चुनौतीको सफल व्यवस्थापन गर्ने लगायत विशेषताले युक्त स्वावलम्बी, देशभक्त, परिवर्तनमुखी, चिन्तनशील एवम् समावेशी समाज निर्माणमा यो गदान गर्न सक्ने नागरिक तयारीको अपेक्षा पनि गरिएको छ । यी पक्षलाई दृष्टिगत गरी राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप, २०७६ अनुसार परिमार्जित कक्षा २ को भोट भाषाको पाठ्यक्रममा आधारित यो पाठ्यपुस्तक विकास गरिएको हो ।

यस पाठ्यपुस्तकको लेखन तथा सम्पादन नेपाल बौद्ध महासंघको अगुवाईमा खेन्यो पासं टसी शेर्पा, आचार्य नुर्बु शेर्पा र लोब्साङ ग्याल्छेन तामाङबाट भएको हो । पाठ्यपुस्तकलाई यस रूपमा ल्याउने कार्यमा केन्द्रका महानिर्देशक श्री वैकुण्ठप्रसाद अर्याल, विषय समितिका पदाधिकारीहरू प्रा.डा. चन्द्रकला घिमिरे, श्री पुष्परत्न शाक्य, श्री उमेश रेग्मी, श्री टुकराज अधिकारी, श्री अरुण राई र श्री इन्दु खनाललगायत महानुभावको विशेष योगदान रहेको छ । यस पाठ्यपुस्तकको विकास कार्यमा संलग्न सबैप्रति पाठ्यक्रम विकास केन्द्र धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

पाठ्यपुस्तकलाई शिक्षण सिकाइको महत्त्वपूर्ण साधनका रूपमा लिइन्छ । यस पाठ्यपुस्तकको प्रयोगबाट पाठ्यक्रमद्वारा लक्षित सक्षमता हासिल गर्न विद्यार्थीलाई सहयोग पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । पाठ्यपुस्तकलाई सकेसम्म क्रियाकलापमुखी र रुचिकर बनाउने प्रयत्न गरिएको छ । यस पाठ्यपुस्तकलाई अभै परिष्कृत पार्नका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, बुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकको समेत महत्त्वपूर्ण भूमिका रहने हुँदा सम्बद्ध सबैको रचनात्मक सुझावका लागि पाठ्यक्रम विकास केन्द्र हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

वि. सं २०८०

नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

དཀར་ཆག

བརྗོད་བྱ། ཤོག་ཡིང་།

ཡི་གེ་འཛིན་སྐྱོང་བཞག 1-19

སློབ་ཚན་དང་པོ། ཡི་གེ་སྐྱེ་གནས། 1

སློབ་ཚན་གཉིས་པ། མགོ་འདོགས་བཅེགས་ཡིག 7

སློབ་ཚན་གསུམ་པ། སློབ་རྗེས་ཡང་གསུམ། 13

ངའི་བྱིས་ཚང་། 20-38

སློབ་ཚན་བཞི་པ། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས། 20

སློབ་ཚན་ལྔ་པ། གངས། 27

ངའི་ཉིན་རྒྱུན་གྱི་ལས་རིམ། 37-54

སློབ་ཚན་དྲུག་པ། དུས་ཚོད་སྲུང་བཅི། 37

སློབ་ཚན་བདུན་པ། དུས་ཚོད། 46

ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས། 55-63

སློབ་ཚན་བརྒྱད་པ། མཉམ་ལས། 55

ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ། 64-84

སློབ་ཚན་དགུ་པ། སློབ་གྲྭའི་ཁོར་ལུག། 64

སློབ་ཚན་བཅུ་པ། ལུས་སྐྱོད།	76
ང་ཚོའི་ཁོར་ལུག	85-103
སློབ་ཚན་བཅུ་གཅིག་པ། རང་བྱུང་ཁོར་ལུག	85
སློབ་ཚན་བཅུ་གཉིས་པ། ཁོར་ལུག་སྐྱུང་སྐྱོབ།	94
ངའི་གསར་གཏོང།	104-118
སློབ་ཚན་བཅུ་གསུམ་པ། མངེས་པའི་རི་མོ།	104
སློབ་ཚན་བཅུ་བཞི་པ། ལྷན་པའི་སྐྱུ་དང་སྐྱིད་པའི་བློ།	113
ང་ཚོའི་རིག་གཞུང།	119-138
སློབ་ཚན་བཅོ་ལྔ་པ། ས་ག་ལྷ་བ།	119
སློབ་ཚན་བཅུ་དྲུག་པ། སྐྱབས་འགོ།	129
འབྲེལ་ལམ་དང་། འབྲེལ་རིག་ཁྲིམ་ར།	139-154
སློབ་ཚན་བཅུ་བདུན་པ། ཉེར་མཁོའི་འབྲེལ་ཆས།	139
སློབ་ཚན་བཅོ་བརྒྱད་པ། རྒྱལ་ས་ཡམ་བུ།	147

བསྟོན་པ།



༄ ཐམས་མཁས་ཐུགས་མེ་ཤུའི་རིགས་སུ་འབྱུངས།།
གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ་བདུད་གྱི་དཔུང་འཛོམས་པ།།
གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་བུར་བརྗིད་པའི་སྐྱ།།
ཤུའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ལ་ཐུག་འཚེལ་ལོ།།
ཏུསྟེ། ཨོ་ཐུ་ཀེ་ཐུ་ཀེ་མ་རྟུ་ཐུ་ན་ཡེ་སྐྱ་རྟུ།
བཅེ་ལྷན་ཁྱེད་གྱི་མཁུན་རབ་འོད་ཟེར་གྱིས།།
བདག་སྟོའི་གཏི་ཐུག་ཐུན་པ་རབ་བསལ་ནས།།
བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཞུང་ཐུགས་ཉལ་པ་ཡི།།
སྟོ་གྲོས་སྟོབས་པའི་སྣང་བ་སྐྱལ་དུ་གསོལ།།

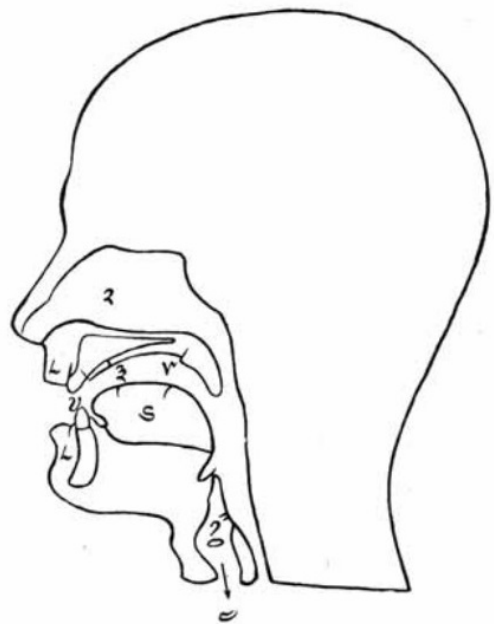
ཡི་གེའི་རྣམ་གཞག

སློབ་ཚན། ༡

༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུལ།

ཡི་གེའི་སླེ་གནས།

- ཀ་ཁ་ག་ང་འ་ཉ་ཞ།།
- མ་གྲིན་པ་ནས་འབྲིན་ཡི་གེ་བདུན།།
- ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཅ་ཆ་ཇ།།
- ཞ་ཡ་ཤ་དང་ཨི་ཨེ་ནི།།
- ཀ་ན་ནས་འབྲིན་པའི་ཡི་གེ་ཡིན།།
- ཉ་ཐ་ད་ན་བ་ལ་ས།།
- སོ་ལས་འབྲིན་པའི་ཡི་གེ་ཡིན།།
- བ་པ་བ་མ་ཐ་ལྷ་ཨོ།།
- མ་ཚུ་ལས་འབྲིན་པའི་ཡི་གེ་ཡིན།།
- ར་ནི་སླི་བོའམ་ལྷེ་ཅེ་ལས།།
- ང་ཉ་ན་མ་བཞི་བོ་ལ།།
- སྣ་སྤྱ་ལྷན་པའི་ཡི་གེའང་བེད།།
- ཀུན་གྱང་ཁོག་པའི་གནས་ལས་འབྲིན།།



ཡི་གེའི་སླེ་གནས་ཀྱི་དཔེ་རིས།
 ༡ མགྲིན་པ། ༢ སྤྲུལ། ༣ སླི་བོ། ༤ ཁོག་པ།
 ༥ ཀླུ་ལྷེ། ༦ སྤྲུལ། ༧ སྤྲུལ། ༨ མཚུ་ལས།

2. གུག་རྟགས་ནང་གི་ཡི་གེའི་སྐྱེ་གནས་ངོས་བཟུང་ནས་བར་སྟོང་ཁ་སྐྱོངས།

དཔེར་ན། མགོན་པ། __ ཀ __ ག __ འ __ ཨ __ (ཀ ཅ། ཉ། ག པ། འ། ཨ།)

1. མགོན་པ། _____ (ལ། ཚ། ང། ལ། ཉ། འ། འ། པ།)
2. མཚུ། _____ (ས། བ། ། བ། ལ། ལ། ལ། ལ། ལ།)
3. སོ། _____ (ཅ། ས། ། བ། ལ། ལ། ལ། ལ།)
4. ཀླ། _____ (ཨ། ལ། བ། ཚ། ང། ལ། ལ། ཀ།)
5. སྐྱེ་བོའམ་ལྷེ་ཅེ། _____ (ལ། ལ། ལ། ཀ།)
6. ལྷ་ལྷན་ཡི་གེ། _____ (བ། ལ། ལ། ང། ལ། ཉ། ཚ། ཨ།)

3. དི་ཚོ་ལ་བལྟས་ནས་བར་སྟོང་ཁ་སྐྱོངས།



ཡི་གེ							
ཀ་ཁ་ག་ང།	ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་	ད།	ཀ་ཁ་ག་	ཉ་ཐ་ད་ན་	ང་ཉ་ན་	བ་མ་བ་	ཞི་ཞུ་ཞེ་
ཅ་ཆ་ཇ་ཉ།	ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་		ང་འ་ད་	བ་མ་ས།	མ།	མ་མ་ཞུ་	ཞོ།
ཉ་ཐ་ད་ན།	ཡ་ཉ་ཞི་		ཞ།			ཞོ།	
བ་མ་བ་མ།	ཞ།						
ཅ་ཆ་ཇ་མ།							
ཉ་ཐ་ད་ཡ།							
ང་འ་ད་ས།							
ཉ་ཞ།							
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

༤. མཉམ་ཉེ་ངག་ཐོག་ནས་འོང།

དབྱངས། གསལ་བྱེད། སྐྱེ་གནས་བརྒྱད། འོག་པ།
 མཁྱིལ་པ། ཀླ། སྐྱེ་བོ། ལྷ། ལྷ། སོ། མཚུ།

༥. མཐུན་སྦྱོར་གྱིས།

གཡོན།

- ཀ
- ཞི་
- བ་
- མ་

གཡམས།

- ཀླ།
- སོ།
- མཚུ།
- མཁྱིལ།

༤. རི་མོར་བལྟས་ནས་སྐྱེ་གནས་བརྒྱད་པོ་ངོས་འཛིན་གྱིས།

མགྲིན་པ།

ཀ་ཀ།

མཉ།

སྐྱེ་བོ།

ས།

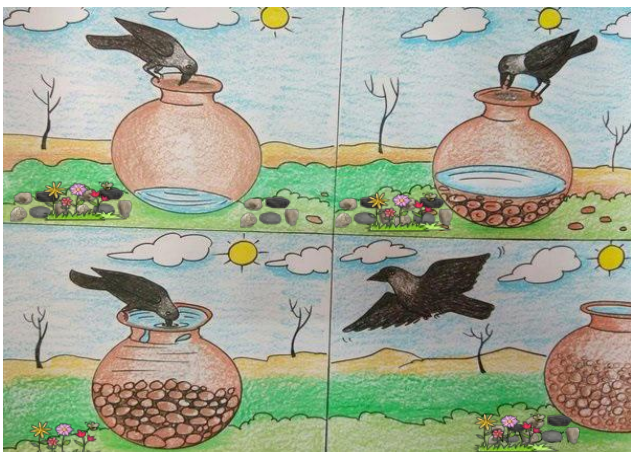
མཚུ།

མ།

ཁོག་པ།



༥. མཉན་ནས་སྐྱོགས།



ཉེན་ཞིག་ཕོ་རོག་གཅིག་ཁ་སྐྱོམ་ནས་ག་
 བ་ག་ས་ལ་ཚུ་འཚོལ་དུ་སྐྱེན་པ་རེད། ཕོ་
 རོག་གིས་རྩ་སྐྱོད་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཚུ་
 ཉུང་ཉུང་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་། རྩ་སྐྱོད་
 བང་དུ་མཚུ་ཉོ་མ་བསྐྱོབས་པས་ཚུ་འཕུང་
 མ་ཐུབ། རི་ལྷར་བྱས་ན་དགའ་བསམས་
 བས་སྐྱོད་དུས། ཕོ་རོག་གིས་རྩ་སྐྱོད་

གཡས་གཡོན་ལ་དོ་རྩུག་མང་པོ་ཡོད་པ་མཐོང་ནས་ཐབས་ཤེས་ཉེད། དོ་རྩུག་དེ་ཚོ་རེ་རེ་བྱས་

ནས་མཚུ་ཉོས་ཁྱིམ་ཁྱིམ་ཉེ་རྒྱ་སྤོང་ནང་དུ་སྐྱེགས་ས་དང་། རྒྱ་སྤོང་ནང་གི་ཚུ་རིམ་བཞིན་རྗེ་མཐོ་རྗེ་
མཐོར་གྱུར་ཉེ། མཐར་ཐོ་རོག་གིས་ཚུ་འབྲུང་བྱུང་བ་དེད།

༡. གཤམ་གྱི་བརྗོད་པ་བཞུགས་ནས་མིང་དང་བྱ་ཚིག་མཐུན་སྦྲུང་གྱིས།



ཤར་སྤོགས་ནས་ཉི་མ་ཤར།



ས་མས་སྐྱ་གྱུ་ལ་བྱམས་བཅེ་གནང།



དགོ་ཚན་གྱིས་ཡི་གེ་བསྟན།



སྐྱ་མས་ཚོས་གསུང།



བྱུང་སྤོགས་སུ་ཉི་མ་བྱུང།

གཡོན།

- ས་མ།
- ཤར་སྤོགས།
- བྱུང་སྤོགས།
- སྐྱ་མ།
- དགོ་ཚན།

གཡམས།

- བསྟན།
- གསུང།
- གནང།
- ཤར།
- བྱུང།

༤. ཚོན་མདོག་དམར་པོ་བཏང་བའི་མིང་ཚིག་བཟུམ་ནས་ངག་བརྗོད་གྱིས།

མིང་ཚིག་གཉིས་ཀྱི་ཚུམ་གཞིར་གྱུར་བའི་སྐད་ཀྱི་གདངས་ཤིག་ལ་ཡི་གེ་བེར་གྱི་རེད། ཡི་གེ་
ལ་དབྱེ་ན། དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་གཉིས་ཡོད། དབྱངས་ལ་དབྱེ་ན་བཞི་དང་། གསལ་བྱེད་
སུམ་ཅུ་ཡོད།

- མིང་ཚིག་
- -----
- -----
- -----
- -----
- -----
- -----
- -----
- -----

སྒྲིབ་ཚན། ༡

༡. མགོ་ཚན།

༡) ར་མགོ་ཚན་ཡི་གེ་སྒྲིབ་ཚུ་ལ།

ར + ཀ = ཀྱ	ར + ཁ = ཁྱ	ར + ར = རྱ	ར + ལ = ལྱ	ར + ཅ = ཅྱ	ར + ཆ = ཆྱ
ར + ཇ = ཇྱ	ར + ཉ = ཉྱ	ར + ཏ = ཏྱ	ར + ཐ = ཐྱ	ར + ད = དྱ	ར + དྷ = དྷྱ

ར་མགོ་ཚན་གྱི་དཔེ་མཚོན། ཀང་ལ། ཀང་སྒྲིང་། ཀལ་ལ། དགོ་གལ། ཀད་པོ། ཚས་ར། ར་མ།
 རྱོན་ལ། རྱེ་དཔོན། བརྒྱད་བྱ། བརྟམ་བཙེས། རྱེད་ལ། རྱོག་མུ། རྱ། མཚོད་རྱེན། རྱོ་རྱེ། རྱོ། རྱ་
 ཚལ། རྱོན་པོ། བརྟམ་ལ། མ་བྱ། མ། མོ་མོ། ཅ་ལ། ཅུབ་མོ། རྱ་ལ། རྱུན།

༢) ལ་མགོ་ཚན་ཡི་གེ་སྒྲིབ་ཚུ་ལ།

ལ + ཀ = ལྱ	ལ + ཁ = ལྱ	ལ + ར = ལྱ	ལ + ཅ = ལྱ	ལ + ཆ = ལྱ
ལ + ཇ = ལྱ	ལ + ཉ = ལྱ	ལ + ཏ = ལྱ	ལ + ཐ = ལྱ	ལ + ད = ལྱ

ལ་མགོ་ཚན་གྱི་དཔེ་མཚོན། ལྷགས་ལ། ལྷོག་ཤལ། ལྷང་ལྷག། ལྷ་སྒྲ། ལྷ་སྒྲེ་བཟང་པོ། རིག་
 གནས་ལྷ། ལྷགས། ལ་ལྷོག། ལྷོན་ཤིང་། ལྷང་བྱ། ལྷ་སྒྲངས། ལྷས་མོ། ལྷམ་ར། ལྷག་ཅི། ལྷེ་མིག
 ལྷག་ལྷགས། ལྷ་ལ། ལྷུ་ལ། ལྷ། ལྷ་ལང་། ལྷ།

ག) ས་མགོ་ཅན་ཡི་གེ་སྐྱོར་ཚུ་ལ།

ས + ཀ = སྐ	ས + ག = སྒ	ས + ཇ = སྗ	ས + ཉ = སྙ	ས + ཏ = སྟ	ས + ཐ = སྔ
ས + ད = སྑ	ས + དྷ = སྒ	ས + ན = སྒྷ	ས + ལ = སྣ	ས + ཤ = སྤ	

ས་མགོ་ཅན་གྱི་དཔེ་མཚོན། སྐ་རགས། སྒ། སྒྱ། སྗོ་ར། སྒོ། སྒམ། སྟོན་པོ། གཟུངས་སྒྲགས།
 སྟིང། སྟུན་ངག། སྟུན་ལྷ། སྟག། སྟ་ལྟེ། སྟོན་པ། སྟོང་པོ། སྟིག་པ། སྟུ་ལྷང། སྟུ་རྒྱུ། སྟུ་བས་
 ལུང། སྟོ་པོ། སྟོས། སྟམ་པ། སྟང་སྟུམ། སྟས་གསང། སྟན་ཁང། སྟོན་ལམ། བཀའ་སྟུལ།

ཉ. འདོགས་ཅན།

ག) ཡ་བཏགས་ཡི་གེ་སྐྱོར་ཚུ་ལ།

ཀ + ཡ = ཀྲ	ཁ + ཡ = ཁྲ	ག + ཡ = གྲ	ང + ཡ = ངྲ	ས + ཡ = སྲ	བ + ཡ = བྲ	མ + ཡ = མྲ
------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------

ཡ་བཏགས་ཡོད་པའི་དཔེ་མཚོན། གྲུ་རུ་ར། གྲོག་ལམ། གྲི། གྲིམ། གྲང། གྲེན་ལྷར། དམྱིང་
 ཀ དམྱི་མགོ། གྲོགས། གྲལ་མ། གྲལ་འཚོལ་བ། གྲ་པོ། གྲིལ། གྲུ་ངན། གྲོས་པ། གྲལ་པོ་གྲུ་ངན་
 མེད།

ཁ) ར་བཏགས་ཡི་གེ་སྐྱོར་ཚུ་ལ།

ཀ + ར = ཀྲ	ཁ + ར = ཁྲ	ག + ར = གྲ	ང + ར = ངྲ	ས + ར = སྲ	བ + ར = བྲ
མ + ར = མྲ	ལ + ར = ལྲ	ཏ + ར = ཏྲ	ཐ + ར = ཐྲ	ཇ + ར = ཇྲ	ཉ + ར = ཉྲ

ར་བཏགས་ཡོད་པའི་དཔེ་མཚོན། རྫོང་རེ། རྫིལ་རྫུང། བཟ་ཤེས། རྩ། རྩང་རྩང། རྩ་རྩ།
 རྫོགས་པོ། རྫོང་ཁྱེར། རྫིལ་རྩ། རྩ་བ། རྫི་བཟང། རྩ་བ། དཔྱལ་བ། རྩག་བ། རྩད་བ། རྩ་རྩ།
 རྩག་རི། རྩ་མོ། རྩའི། རྩ་བ། རྩ་བ། རྩང། རྩལ་པོ། རྩལ་རྩལ།

ག) ར་བཏགས་ཡི་གེ་རྫོང་རྩུབ།

ག + ར = རྫ	ག + ར = རྫ	ག + ར = རྫ	ག + ར = རྫ	ག + ར = རྫ	ག + ར = རྫ
------------	------------	------------	------------	------------	------------

ར་བཏགས་ཡོད་པའི་དཔེ་མཚོན། རྫུ། རྫད་ཀོར། རྫང་ཚེན། རྫོག རྫ་ལ། རྫོན་པོ། རྫ་བ། རྫུལ་
 པོ། རྫང་ལའོར། རྫངས་བ། རྫན་གཤེར། རྫོབ་བྲ། རྫོབ་བྲུག།

ང) ར་བཏགས་ཡི་གེ་རྫོང་རྩུབ།

ག + ང = གྲ	ཁ + ང = ཁྲ	ག + ང = གྲ	ཉ + ང = ཉྲ	ད + ང = དྲ	ཚ + ང = ཚྲ
ཞ + ང = ཞྲ	ཟ + ང = ཟྲ	ར + ང = རྲ	ལ + ང = ལྲ	ཤ + ང = ཤྲ	ཏ + ང = ཏྲ

ར་བཏགས་ཡོད་པའི་དཔེ་མཚོན། གྲ་ཡོ། ཁྲ་ཏ། གྲ་བ། ཉྲ་རིལ། དྲ་བྲུག ཡི་དྲགས། ཚྲ། ཚྲ་ཚྲ།
 ཞྲ་མོ། ཟྲ་ཚོན། རྲ་ཚོ། ལྲ་བ། ཤྲ་བ། ཏྲགས། ཏྲ་ཤང།

6. བཤམ་གསལ་བཅེགས་ཡིག་ལ་སྒོར་ཉགས་རྒྱུ་

ཚུམ། ཚུ་རྒྱལ། ཁང་པའི་རྒྱལ། རྒྱགས་པ། རྒྱབས་གནས། རྒྱུང་།
 དབུ་རྒྱ། རྒྱག་པ། རྒྱ་གཙམ། བསྐྱུ་བ། རྒྱ་ཐང་། རྒྱ་སྒོམ།

7. བསྐྱུགས་ནས་མགོ་འདོགས་བཅེགས་གསུམ་ལ་སྒོར་ཉགས་རྒྱུ་

རྒྱུ་ལ། གཟུངས་སྐྱུགས། རྒྱོག་ཤལ། བྱིམ་མཆོས། རྒྱོབ་དཔོན།
 ཡི་དུགས། བཟ་ཤིས། རྒྱོལ་མ། རྒྱུ་མ། རྒྱ་མ།

8. བཤམ་གསལ་མགོ་འདོགས་བཅེགས་ཡིག་རྣམས་སོ་སོར་འབྲེད་དགོས།



སྐར་དགས།
 ས+ག=སྐ



ལྷ་བ།



ཕྱང་སྐུག།



རྒྱ་ཐང་།



མྱི།



ཕྱང་དེག།



ཕྱང་མོ།

སློབ་ཚན། ༣

༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུལ།

སློབ་འཇུག་ལྟ།

ག་ད་བ་མ་འ་སློབ་འཇུག།

སློབ་འཇུག	དཔེ་མཚོན།
ག	གཅིན། གཙམ་། གཉལ། གདན། གཞན། གཡག
ད	དགལ། དཔལ། དགལ། དབང་། དེོས། དམལ།
བ	བཀལ། བཅུ། བཏབ། བཙམ་། བདུན། བཞག བཞོ། བཟ། བཤལ། བསལ།
མ	མཁན། མཚུ། མཚོ། མཚོན། མགོ། མཇལ། མདལ། མེོ། མངལ། མཉན།
འ	འགོ། འཇལ། འཇུག འཇུ། འཇུགས། འཁལ། འཚེ། འཐེན། འཔེན། འཚོད།

༢. སློབ་འཇུག་ལྟ་པོ་སོ་སོའི་དཔེར་བཞིན་བྲིས།

- ག _____
- ད _____
- བ _____
- མ _____
- འ _____

༤. ཇིས་འཇུག་བཅུ།

ག་ང་ད་ན་བ་མ་ལ།།

ར་ལ་ས་ལྷ་མ་ས་ཇིས་འཇུག་བཅུ།།

༥. ཇིས་འཇུག་ཡི་གེ་སྟོར་ཚུ་ལ།

ཇིས་འཇུག	དཔེ་མཚོན།
ག	གྲག གཡག
ང	ངང་ག། ལྷང་ག།
ད	གད་པོ།
ན	སེན་མོ། ལྷན་མ། ལྷན།
བ	དེབ། ཞབས།
མ	སྟོམ། ལམ།
འ	མདའ། དབའ་པོ།
ར	གསེར། སོར་མོ།
ལ	ཞལ། བལ།
ས	རས། གཉིས།

6. ཡང་འཇུག་གཉིས།

ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཇུག་སྟེ།
 ད་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་།
 ས་ནི་ག་ང་བ་མར་ཐོབ།

༧. ཡང་འཇུག་ཡི་གེ་སྟོར་ཚུལ།

ཡང་འཇུག	རྗེས་འཇུག	དཔེ་མཚོན།
ད	ན་ར་ལ།	ཉིན་ཏུ། བསྐྱབས། བསྐྱུངས། བསྐྱེལ།
ས	ག་ང་བ་མ།	གྲོགས་པོ། སངས་རྒྱལ། སྐབས། ཐམས་ཅད།

ཀུན། བསྐྱབས། ཕྱིན་པ། བཅོམས། སྐྱུངས། བསྐྱེལ། གཟུགས་པོ། གངས། ཆིབས་ཏུ།
 ཞབས། ཚེས།

༨. མི་འཇུག་པ་ཉི་ལྔ།

ཀ་ཁ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་དང་།
 ཏ་ཐ་བ་པ་ཅ་ཆ་ཇ།
 མ་ཞ་ཟ་ཡ་ལ་ཉ་ཨ།
 མི་འཇུག་ཡི་གེ་ཉི་ལྔའོ།

















ཀ་བ། ཁ། ཅ་ལ། ཆ་གཅིག་ཇ། ཉ། ཉིལ། ཐ་མ། པ་ལགས། པ་མ། ཅོག་ཅོག་ཆོན། ཞ་བ། ཟ་
 མ། མ་མོ། ཡ་གཅིག་ལ་མོ། ཉ་ཡང། ཨ་མ།

9. འོག་གི་མིང་ཚིག་ནས་སྡོན་འཇུག་ རྗེས་འཇུག་ ཡང་འཇུག་ངོས་བྱུངས།

- སྡོན་འཇུག་ : ཆཀ་ལགས། བཏུ་ཤིས་བདེ་ལེགས།
 དགོ་ཆཀ། : བཏུ་ཤིས་བདེ་ལེགས། རྒྱུད་ཀྱིས་ནང་སྡོད་བྱས་ཡིན་པས།
 སྡོན་འཇུག་ : བྱས་ཡིན་ལགས། གཟེགས་རོགས་གནང་།
 དགོ་ཆཀ། : འོ་རེད། དཔེ་ཡག་པོ་བྲིས་འཇུག



10. རི་མོར་བལྟས་ནས་སྡོན་འཇུག་ རྗེས་འཇུག་ ཡང་འཇུག་ཁ་སྐོངས།

					
ལྷ་བྱུ་	ལྷ་བྱུ་	ལྷ་བྱུ་	ལྷ་བྱུ་	ལྷ་བྱུ་	ལྷ་བྱུ་
					
གཡ་ལྷ་	འཇུ་ལྷ་	དེ་ལྷ་	གཡ་ལྷ་	ལེ་ལྷ་	
					
ལྷ་ལྷ་	ལྷ་ལྷ་	གཡ་ལྷ་	ལྷ་ལྷ་	ལྷ་ལྷ་	



བསྟན་པ།



བཅོམ་པ།



བསྐྱེལ་པ།



གང་པ།



ཞབ་པ།



ཚེམ་པ།

༡༡. དགོ་གན་དང་མཉམ་དུ་སྒོལ་བ།

ཡི་གེའི་ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ།

སྒྲིབ་ན་དབྱངས་མོ་གསལ་བྱེད་ཕོ།།

དེ་སྒྲིབ་ཀླ་ལི་སྐྱམ་ཅུ་ཕོ།།

ཕོ་ཡི་ཡི་གོ་འབའ་ཞིག་ལ།།

ནང་གསེས་སྡེ་ཚན་ལྔ་དབྱེ་ཏེ།།

ཀ་ཅ་ཉ་བ་ཅ་རྣམས་ཕོ།།

ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་མ་ཉིང་།།

ག་ང་ད་བ་ཇ་བ་ཞ།།

ཟ་འ་ཡ་ལ་ས་རྣམས་མོ།།

ང་ཉ་ན་མ་ཤིན་ཏུ་མོ།།
 ར་ལ་ཉ་ཨ་མོ་གཤམ་སྟེ།།
 ཨ་ནི་མཚན་མེད་ཅེས་གྲང་བྲ།།

ཡི་གེ	རྟགས།
ཀ་ཅ་ཉ་མ་ཙ།	མོ།
ཁ་ཆ་ཐ་མ་ཙ།	མ་ནིང།
ག་ང་ད་བ་ཇ་མ་ཉ་ལ་ཕ་ཤ་ས།	མོ།
ང་ཉ་ན་མ།	ཤིན་ཏུ་མོ།
ར་ལ་ཉ་ཨ།	མོ་གཤམ།
ཨ།	མཚན་མེད་གྲང་བེད།

༡༣. ལུག་རྟགས་ནང་ཡོད་པའི་ཡི་གེའི་རྟགས་ངོས་བཟུང་ནས་བར་སྟོང་སྟོང་ས།

དཔེར་ན། མཚན་མེད། __ ཨ __ (ལ་ ཉ་ ཨ་)

- མོ _____ (ཀ་ ད་ ཅ་ ག་ ཉ་)
- མོ _____ (ཇི་ ལ་ ཤ་ བ་ ལ་ ཉ་)
- མ་ནིང། _____ (ཇི་ ཁ་ ར་ ཐ་ མ་ མ་)
- མོ་གཤམ། _____ (ར་ ལ་ ཉ་ ཨ་ ལ་ ཉ་)
- ཤིན་ཏུ་མོ _____ (ན་ ལ་ ང་ ཨ་ ཉ་ ཉ་)

༡༣. མཐུན་སྦྱོར་གྱི་སྐད།

གཤོགས།

- མོ།
- ཤེན་ཏུ་མོ།
- མ་ཞིང།
- མོ།
- མོ་གསལ་མ།

གཤམ་སྐད།

- ཀ་ཅ་ཏུ་པ་ཅ།
- ང་ཉ་ན་མ།
- ག་ཇ་ད་བ་ཇ་མ་ཞ་ཅ་འ་ཡ་ལ་ལ་སྐད།
- ང་ལ་ཏུ་ཞ།
- ལ་ཆ་ཐ་པ་ཆ།

༡༤. རི་མོ་ར་བལྟས་ནས་འགྲེལ་བཤའ་བྱེད་སྐད།



ངའི་བྱིམ་ཚང་།

སློབ་ཚན། ཅ

༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུམ།

ལུས་གྱི་ཆ་ཤིང་།

ཞོགས་པ་སྤྱོད་ལངས་ནས།
སོ་གདོང་གཙང་མར་བཟུས་ཏེ།
ཡི་དམ་དགོན་མཚོག་ལྟ་ལ།
ཕྱག་དང་མཚོན་པ་འབྲུལ་ལོ།



ཀར་བ་སྦྱིལ་གུང་བཅས་ལ།
ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས།
མིག་གིས་དཔེ་ཆར་བལྟས་ཤིང་།
ཁ་ཡིས་འདོན་པ་འདོན་ནོ།



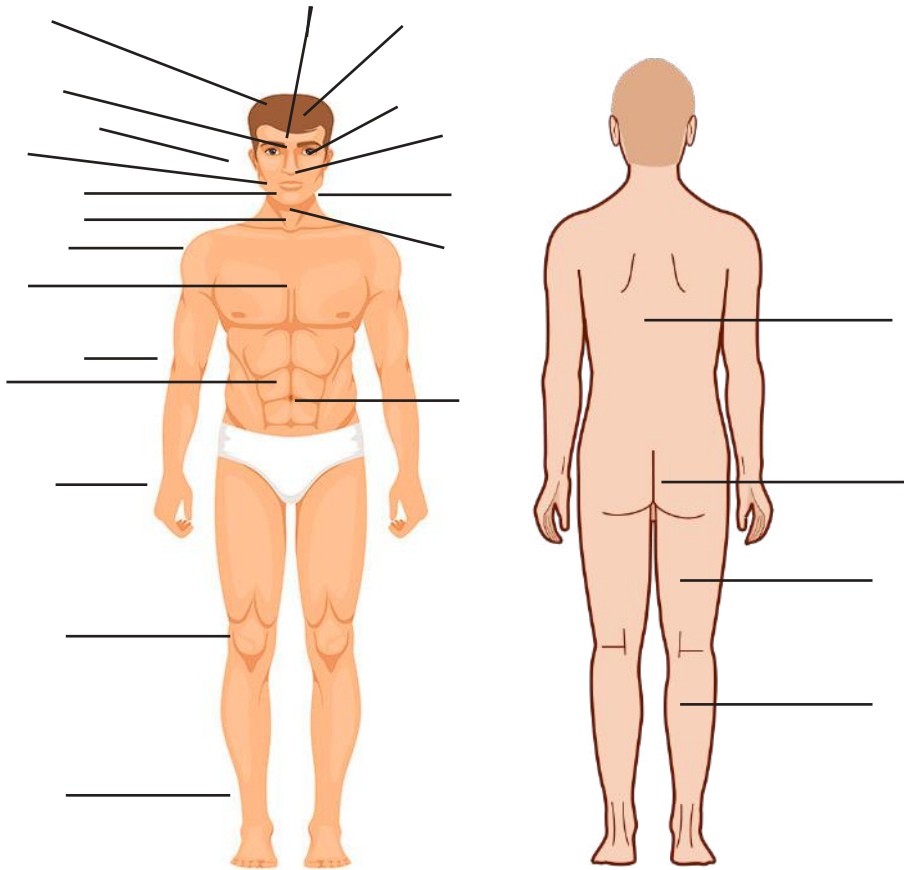
ནང་སྦྱོང་ལེགས་པར་བྱས་ལ།
སྟོ་བར་གཞོན་པ་མེད་པ།
སྡེ་ལ་རོ་སྲོ་ཞིམ་པའི།
ཁ་ཐས་སོ་ཡིས་ལྡན་དོ།

སློབ་གྲུང་ཚུན་གྱིས་གསུངས་པ།
ན་བས་ལེགས་པར་མཉམ་ནས།
ལུས་དང་ཀར་ལག་མགོའི་སྐྱ།
རྒྱན་དུ་གཙང་མར་འབྲུང་དོ།



རྒྱུན་གོས་གཙང་མ་གྲོལ་ལ།།
 ཁོར་ཡུག་གཙང་མར་བསྐྱད་ན།།
 ལུས་ལ་ན་ཚ་མེད་ཅིང་།།
 སེམས་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་མེད་དོ།།

༡. རི་མོ་ལ་བལྟས་ནས་གཟུགས་པོའི་ཆ་ཤས་ཀྱི་མིང་ངོས་བྱུངས།



༡. མགོ། ༢. སྐྱ། ༣. དབྱལ་བ། ༤. སྤྱིན་མཚམས། ༥. མིག། ༦. ཨ་མཚོ་བ། ༧. སྐྱ།
 ༨. གདོང་། ༩. ལ། ༡༠. མཚུ། ༡༡. མ་ཞེ། ༡༢. སྐྱ། ༡༣. མཐིང་བ། ༡༤. དབྱུང་
 བ། ༡༥. སྐྱ་མོ། ༡༦. ལག་བ། ༡༧. སྐྱང་། ༡༨. སྐྱོད་ཁོག་། ༡༩. ལྗེ་བ། ༢༠. རྒྱབ།
 ༢༡. འཕོངས། ༢༢. བརྒྱ་ཤ། ༢༣. ལྗེ་རིལ། ༢༤. ལུས་མོ། ༢༥. ལྗང་བ།

3. རི་ཚོ་ལ་བལྟས་ནས་འགྲེལ་བཤད་གྱིས།



༤. རི་ཚོ་ལ་བལྟས་ནས་བར་སྟོང་སྟོང་ས།

- (༡) ང་ལ་ལྟ་བུ་བའི་.....གཉིས་ཡོད།
- (༢) ང་ལ་.....སྐུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་ཡོད།
- (༣) ཁའི་ནང་ལ་.....གཅིག་ཡོད།
- (༤) གོམ་བ་སྟོ་བའི་.....གཉིས་ཡོད།
- (༥) མགོ་ལ་.....མང་པོ་ཡོད།
- (༦) ཀྱང་ལག་བཞི་ལ་.....ཉི་ཤུ་ཡོད།



༥. རི་མོ་ལ་བལྟས་ནས་མིང་གི་སྐྱ་གདངས་བརྗོད་དགོས།



མགོ



སྐྱ།



ཨ་ལྗོག



གདོང་།



སྐྱ།



དཔྲལ་བ།



ཀླང་བ།



ལག་བ།



སོར་མོ།



ལྗེ།

༦. དཔེ་ལ་བལྟས་ནས་མིང་གི་བཅོས།

མ + རི + ག = མིག

ར + རི + ག = -----

ལ + རྩ + རི + ག = ལྗེ།

ར + རྩ + རི + ག = -----

ར + ཀླ + རི + ག = ཀླང་།

ལ + ལྗ + རི + ག = -----

ད + ལྗ + རི + ག + ལྗ + རི + ག = དཔྲལ་བ།

ད + ལྗ + རི + ག + ལྗ + རི + ག = -----

ལ + ཀླ + རི + ག = ལྐྱ།

ལ + ལྗ + རི + ག = -----

པ. རི་མོ་དང་མིང་མཐུན་སྒྲིབ་གྲིས།



མགོ



མིག



ཀྲང་བ།



སྐ།



ཨ་སྒྲིབ།



ལ།

༤. བཀའ་མ་གྱི་བརྗོད་དུས་སྒྲིབ་གས།

ཚོས་འཁོར་དུས་ཆེན།

དེ་རིང་ཚོས་འཁོར་དུས་ཆེན་
 རེད། ང་ཚོའི་སྟོན་པ་བཙུམས་
 ལྷན་འདས་ཚོ་རྗེ་གདན་དུ་



མངོན་པར་སངས་རྒྱས་པའི་རྗེས་སུ་གནས་སྐྱོ་རྒྱ་ཁ་སྤྱི་ལ་ཐོག་མར་ཚོས་གསུངས་པའི་ཉིན་

ཡིན། འདི་ལ་དུག་པ་ཆེས་བཞི་ཡང་ཟེར། ཉིན་མོ་འདིར་ནང་པ་རྣམས་དམིགས་བསལ་གྱིས་
 ལྷོན་པ་ལ་མཚོད་པ་འབྲུལ་བ་དང་། ལྷ་བསང་གཏོང་བ། ཚོགས་འཁོར་སྐྱོར་བ་སོགས་ཚོགས་
 བསགས་སྐྱབ་སྐྱོང་གི་དགོ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན་གྱི་ཡོད།

༤. བསྐྱབས་ནས་དྲི་བའི་ལན་འདེབས་དགོས།

མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་། རྣ་བས་སྐྱོབ་སྤྲོད། ལྷ་ཡིས་དྲི་སྐྱོམ། ཁ་ཡིས་སྐྱད་ཆ་འོད། ལྷེ་
 ཡིས་བྲོ་བ་སྐྱོང་། སོ་ཡིས་ཟས་ལྡད། ལག་པས་ཡི་གེ་འབྲི། ལྔ་བས་འགྲོ་བའི་ལས་ཀ་བྱེད།
 གཟུགས་པོས་ཚ་གྲང་སྐྱོང་།

(ཀ) ག་རེས་གཟུགས་མཐོང་གི་ཡོད།

རྣ་བ།	སྐྱ།	མིག།
-------	------	------

(ཁ) ག་རེས་སྐྱོབ་སྤྲོད་གི་ཡོད།

རྣ་བ།	སྐྱ།	ལྷེ།
-------	------	------

(ག) ག་རེས་སྐྱད་ཆ་འོད་གི་ཡོད།

ལྷེ།	སོ།	ཁ།
------	-----	----

(ང) ག་རེས་ཟས་ལྡད་གི་ཡོད།

སོ།	ཁ།	ལྷེ།
-----	----	------

(ཅ) ག་རེས་ཚ་གྲང་སྐྱོང་གི་ཡོད།

གཟུགས་པོ།	སྐྱ།	སེན་མོ།
-----------	------	---------

10. རི་མོ་ལ་བལྟས་ནས་སྐྱ་གདངས་བརྗོད་ལ་བྲིས།



ཚེད་མོ་ཚེ་བཞིན་པ།



སོ་འཁྱུད་པ།



སེན་མོ་གཏུབ་པ།



གདོང་འཁྱུད་པ།



ཀླང་ལག་འཁྱུད་པ།

(ག) -----

(ཁ) -----

(གམ) -----

(ང) -----

(ཅ) -----

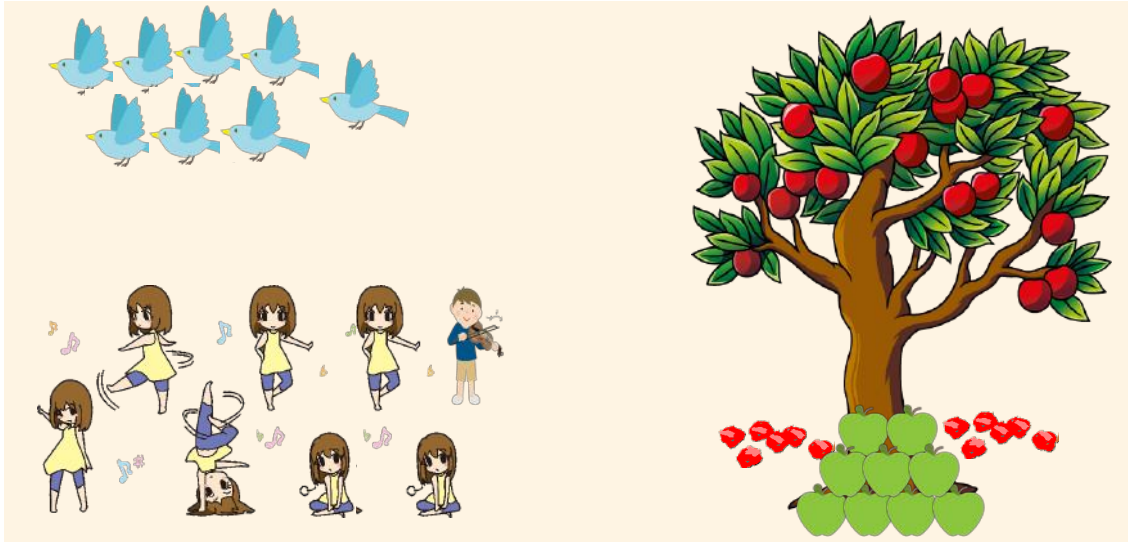
༡. དགེ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུལ།

གྲངས།

འཇམ་གླིང་གོ་ལའི་ཡང་ཚེ།
 རོ་མོ་སྤང་མའི་པང་དུ།
 བ་མ་བུ་སྐྱུག་ལྷ་པོ།
 བཞུགས་སའི་ཁང་བ་ཞིག་ཡོད།
 ཁོར་ཡུག་མཁའ་རླུང་གཅོང་བ།
 སློ་སྤང་མཛེས་པའི་ཐང་སྟེང་།
 ལྷ་ཚོགས་མེ་ཉོག་ཤར་སར།
 ལྷ་ཁང་ཞིག་གྲུང་བཞེངས་ཡོད།
 དད་ལྡན་པོ་མོ་མང་པོ།
 ལྷ་ཁང་ནང་ཉེན་སྐྱེ་གསུམ།
 བདེ་གཤེགས་མཚོན་ཉེན་བརྒྱད་པོ།
 ཉུག་ཏུ་མཇམ་སྐློང་ཡོང་ངོ།
 བཅེ་བའི་བུ་སྐྱུག་གསུམ་ལས།
 གཅེན་པོ་གྲུ་པར་བྱིན་སོང་།
 ང་དང་གཅུང་མོ་གཉིས་ནི།
 བ་མས་སློབ་གྲུང་བཏང་སོང་།



ག།



- (ཀ) རྗོང་ཕོ་ལ་ཀྱ་ཤྱ་.....ཡོད།
- (ཁ) འོག་ལ་སྐྱ་ཀྱ་.....ཡོད།
- (ག) ས་ལ་ཀྱ་ཤྱ་.....ཟག་འདུག
- (ང) གནས་ལ་བྱིའུ་.....འཕུར་བཞིན་འདུག
- (ཅ) ཀྱ་ཤྱ་.....བཅིགས་བཞག་འདུག

བརྒྱད། བཅུ། དགུ། བཅུ་གཉིས། བཅུ་བདུན།

ང།



༡ ༢ ༣ ༤ ༥ ༦ ༧ ༨
 ༩ ༡༠ ༡༡ ༡༢ ༡༣ ༡༤
 ༡༥ ༡༦ ༡༧ ༡༨ ༡༩ ༢༠



- (ཀ) རྗོཾ་སྐྱག་.....ཡོད།
- (ཁ) ཨང་གྲངས་གཅིག་ནས་.....བར་གྱིས་ཡོད།

(ག) སྐྱ་གུ་.....ཡོད།
 (ང) འབྲི་དེབ་.....ཡོད།

བཅོམ་ལྷན་ བཅུ་དྲུག་ བཅོམ་བརྒྱད། ཉི་ལྟུ།

༣. རི་མོ་གྲངས་ཀ་བརྩིས་ནས་གཞུང་གི་མིང་ཚིག་ངག་ནས་རྫོང་།



༡) སྐྱ་གུ་བརྒྱད།

༢) དེབ་བཞི།

༣) རི་མོ་ལྔ།

༤) གུ་ལྟུ་བཅུ།



༥) ཨ་ལང་པད་ཀོ་གསུམ།

༦) བྱིའུ་བདུན།

༤. འོག་གི་ཡི་གེ་སྔོན་ཚུལ་དཔེ་བསྟན་པ་བཞིན་མིང་ཚིག་བཅོས།



ར + ར + ། = ར།

ལ + ར + ། = -----

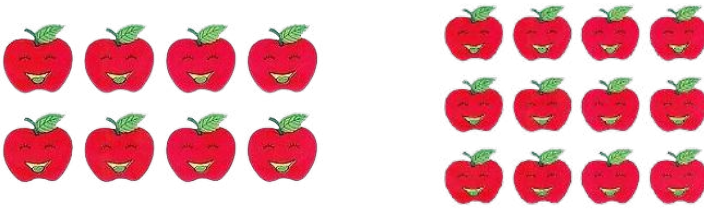
(ཁ)



བ + ཅ + འ + ། + ད + བ + འ = བཅུ་དགུ

ས + མ + ཡ + འ + ། + བ + འ = -----

(ག)



ཀ + འ + ། + ། + འ + འ = ཀུ་ཤུ

ཉ + ། + ། + ། + འ + འ = -----

(ང)



ལ + ཅ + ། + ། = ལྷོ།

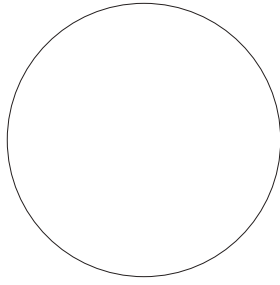
བ + ར + བ + ཡ + ད + ། = -----

༥. དེའུ་མིག་ནང་གི་མིང་བདམ་ནས་རི་མོའི་མིང་བྲིས།

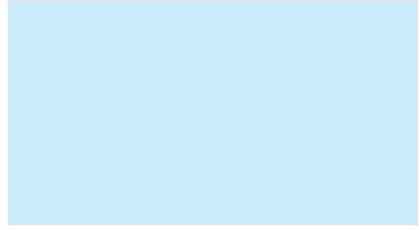
དབྱིབས་ལྷུ་མ་དཀར་པོ། སེར་པོ་གྲུ་བཞི། གྲུ་གསུམ་དམར་པོ། འོ་གཟུགས། གྲུ་བཞི་
ནར་མོ་སྟོན་པོ། ཀ་ལྷུ་མ། ནར་མོ། སྤུང་ལྷུ་མ། ལྷ་གམ།



.....



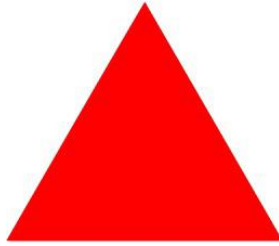
.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....

6. བཤམ་གྱི་བརྗོད་དུམ་སྒྲིག་སྤྲོད་པ།

ངའི་མིང་ལ་པ་སངས་ཟེར་གྱི་ཡོད། ང་ཤར་ཁུམ་བུ་ནས་ཡིན། དེ་རིང་ང་
 རྒྱུན་པོ་ཞི་བླ་བུ་དང་། དེ་རིང་ས་ག་ལྷ་བའི་ཆེས་བཙོ་ལཱ་འི་ཉེན་མོ་ཡིན། དེ་
 ལ་བལ་སྐད་ནས་མེ་ལྷལ་སྤྱི་ཆེན་ཟེར་གྱི་ཡོད། དེ་རིང་གི་ཉེན་མོ་འདི་སངས་
 རྒྱས་བཙོ་མ་ལྡན་འདས་སྐྱེ་བལྟམས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་པ། ལྷ་ལྡན་ལས་



འདས་པའི་དུས་ཆེན་གསུམ་འཇོམས་པའི་ཉིན་མོར་རྩི་གི་ཡོད། དེ་རིང་གི་ཉིན་མོར་དགོན་
པ་ཁག་དང་གནས་ཆེན་ཁག་ཏུ་སངས་རྒྱལ་ལ་མཚོན་པ་འབྲུལ་བ་དང་། ཚོགས་འཁོར་སྐྱོར་
བ་སོགས་གནང་གི་ཡོད། དེ་རིང་གི་ཉིན་སྡིག་སྤོང་དགོ་སྐྱབ་ཀྱི་དགོ་བའི་ལས་ལ་བཙོན་ན་
བསོད་ནམས་འབྲུམ་བསྐྱར་དུ་འཕེལ་བའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

༡. དགོ་རྒྱལ་ལས་མཉན་ནས་སྐྱ་གདངས་ངག་བརྗོད་གྱིས།

བཅུ་གཅིག་བཅོ་ལྔ། ཉི་ཤུ། ཉིང་ལྔ། སུམ་ཅུ་སོ་གསུམ། བཞི་བཅུ་ཞེ་བཞི། ལྔ་བཅུ་ད་ལྔ། ལྷག་
ཅུ་རེ་ལྷག་ བདུན་ཅུ་དོན་བདུན། བརྒྱད་ཅུ་གྲ་བརྒྱད། དགུ་བཅུ་གོ་དགུ། བརྒྱ་ཐམ་པ།

༢. བརྗོད་དུམ་བསྐྱབས་ནས་དངོས་ལན་འདེམ་དགོས།

གངས་རིས་བསྐྱོར་བའི་མདུན་དུ་ཤིང་ནགས་ཡོད། དེ་ལ་ཤིང་སྤོང་བཅོ་ལྔ་ཡོད། མེ་
ཉོག་སྐྱ་ཁ་བཅུ་ཅམ་ཡོད། ཤིང་ནགས་གསེབ་ཏུ་ཤུ་བ་ལྔ་ཡོད། བ་མང་བརྒྱད་གནམ་ལ་
འཕུར་ཡོད། གྱིའུའི་རིགས་བདུན་ཡོད། སྐྱལ་ལྷག་ཡོད། མ་བྲ་གསུམ་ཡོད། ཅི་ཅི་བཞི་
ཡོད། ལྷག་དང་སང་གོ་རེ་རེ་འདུག ཅི་ཅི་ནི་སྐྱལ་ལ་ཞེད། སྐྱལ་ནི་མ་བྲ་ལ་ཞེད། ལྷག་
དང་སང་གོ་ལ་ཚང་མ་ཞེད་ཀྱི་ཡོད།



- (ཀ) ཤེང་ནགས་ལ་སེང་གེ་ག་ཚོང་ཡོད། (གཅིག ལྷན་ གསུམ།)
- (ཁ) མ་བྱ་ག་ཚོང་ཡོད། (གཉིས། བཞི། གསུམ།)
- (ག) ཤེང་སྡོང་ག་ཚོང་ཡོད། (བཅུ་དྲུག་ བཅོ་ལྷན་ བཅོ་བརྒྱད།)
- (ང) སྤྱི་འཛིན་རིགས་ག་ཚོང་ཡོད། (བདུན། དགུ། བརྒྱད།)
- (ཅ) ལྷ་བ་ག་ཚོང་ཡོད། (བཞི། གཉིས། ལྷན།)

༤. དེའི་མིག་ནང་ནས་མཚམས་པའི་ལན་བདམ་སྟེ་བར་སྟོང་སྟོང་ས།

གཉིས། བཞི། ལྷན། བརྒྱད། བཅུ། བཅོ་ལྷན། བཅུ་བཞི། གསུམ། དྲུག་ བདུན།
 དགུ། བཅུ་གཅིག་ བཅུ་གསུམ། བཅུ་གཉིས།

- (ཀ) རང་ལ་ས་མ་.....ཡོད།
- (ཁ) ངའི་ནང་ལ་ས་མ་སྟུན་མཚེད་.....ཡོད།

- (ག) ངའི་སློབ་གྲྭ་ལ་དགོ་ཆེན་.....ཡོད།
- (ང) ང་ལོ་.....ཡིན།
- (ཅ) ངའི་ལག་པ་ལ་སོར་ཚོ་.....ཡོད།
- (ཆ) བལ་ཡུལ་ལ་མངའ་སྡེ་.....ཡོད།

༡༠. སོ་སོའི་ནང་མི་རྒྱུ་ལས་ཀ་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་འཛིན་གྲོགས་ལ་འོད།

༡༡. བཀའ་བྱི་བཀའ་བཤམ་བཤམ་གསལ་ཡ་དང་ཆོས་ལུངས།

བ་སངས་དང་བཟུ་ཤེས་བཀའ་བཤམ་བཤམ་བྱས་པ། བ་སངས་ཀྱིས་བཟུ་ཤེས་ལ་བྲིས་པ།

བ་སངས། : བཟུ་ཤེས་བཤམ་བཤམ་པའི་ལོ་ལྟོས་པས།

བཟུ་ཤེས། : བཤམ་བཤམ་པའི་ལོ་ལྟོས་པས།

བ་སངས། : བཤམ་བཤམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལག་པ་གཡས་པའི་སོར་ཚོ་ག་ཚེད་ཡོད།

བཟུ་ཤེས། : ལྷ་ཡོད། ལོ་ལྟོས་ཀྱི་སྐབས་ལ་སོར་ཚོ་ལྷ་ལྟུག་ལྟུག་ག

བ་སངས། : རེད། མཐེ་བོང་ལ་སོར་ཚོ་གཞན་ཞིག་སྐྱར་ནས་ཡོད།

བཟུ་ཤེས། : ས་སྐྱུག་གསུམ་བྱིར་ལྟུག་འབྲི་དེབ་ག་ཚེད་ཡོད།

བ་སངས། : འབྲི་དེབ་བཞི་དང་། ལྷ་སྐྱུག་གཞན་གཉིས་ཡོད། རྒྱུ་ལ་ལྷ་མ་གོག་ག་ཚེད་ཡོད།

བཟུ་ཤེས། : ལྷ་མ་གོག་ཆ་གསུམ་ཡོད།

བ་སངས། : ང་ལ་ཡང་པ་ལགས་ཀྱིས་ལྷ་མ་གོག་གསུམ་པ་ཆ་གཅིག་གནང་སོང་།

བཟུ་ཤེས། : ལྷ་ལོ། ཡ་ཡུ། རྒྱུ་མ་མཇལ་ཡོང་།

བ་སངས། : ལགས་སོ་རྒྱུ་མ་མཇལ་ཡོང་།



གཅིག་གསུམ། ལྷ། ལྟུག་ དགུ། ལྷ་གཅིག་ཡ་དང་། གཉིས། བཞི། ལྷ་གཉིད། ལྷ་ཆ་ཡིན།

༡༢. གཤམ་གྱི་གངས་ཡིག་ཡ་དང་ཆ་སོ་སོའི་རེའུ་མིག་ནང་བྲིས།

༡༡-ཉེར་གཅིག	༣༡-སོ་གཅིག	༤༡-ཞེ་གཅིག
༡༢-ཉེར་གཉིས།	༣༢-སོ་གཉིས།	༤༢-ཞེ་གཉིས།
༡༣-ཉེར་གསུམ།	༣༣-སོ་གསུམ།	༤༣-ཞེ་གསུམ།
༡༤-ཉེར་བཞི།	༣༤-སོ་བཞི།	༤༤-ཞེ་བཞི།
༡༥-ཉེར་ལྔ།	༣༥-སོ་ལྔ།	༤༥-ཞེ་ལྔ།
༡༦-ཉེར་དྲུག	༣༦-སོ་དྲུག	༤༦-ཞེ་དྲུག
༡༧-ཉེར་བདུན།	༣༧-སོ་བདུན།	༤༧-ཞེ་བདུན།
༡༨-ཉེར་བརྒྱད།	༣༨-སོ་བརྒྱད།	༤༨-ཞེ་བརྒྱད།
༡༩-ཉེར་དགུ།	༣༩-སོ་དགུ།	༤༩-ཞེ་དགུ།
༢༠-སུམ་ཅུ།	༤༠-བཞི་བཅུ།	༥༠-ལྔ་བཅུ།

ཡ།	ཆ།
ཉེར་གཅིག -----	ཉེར་གཉིས། -----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----

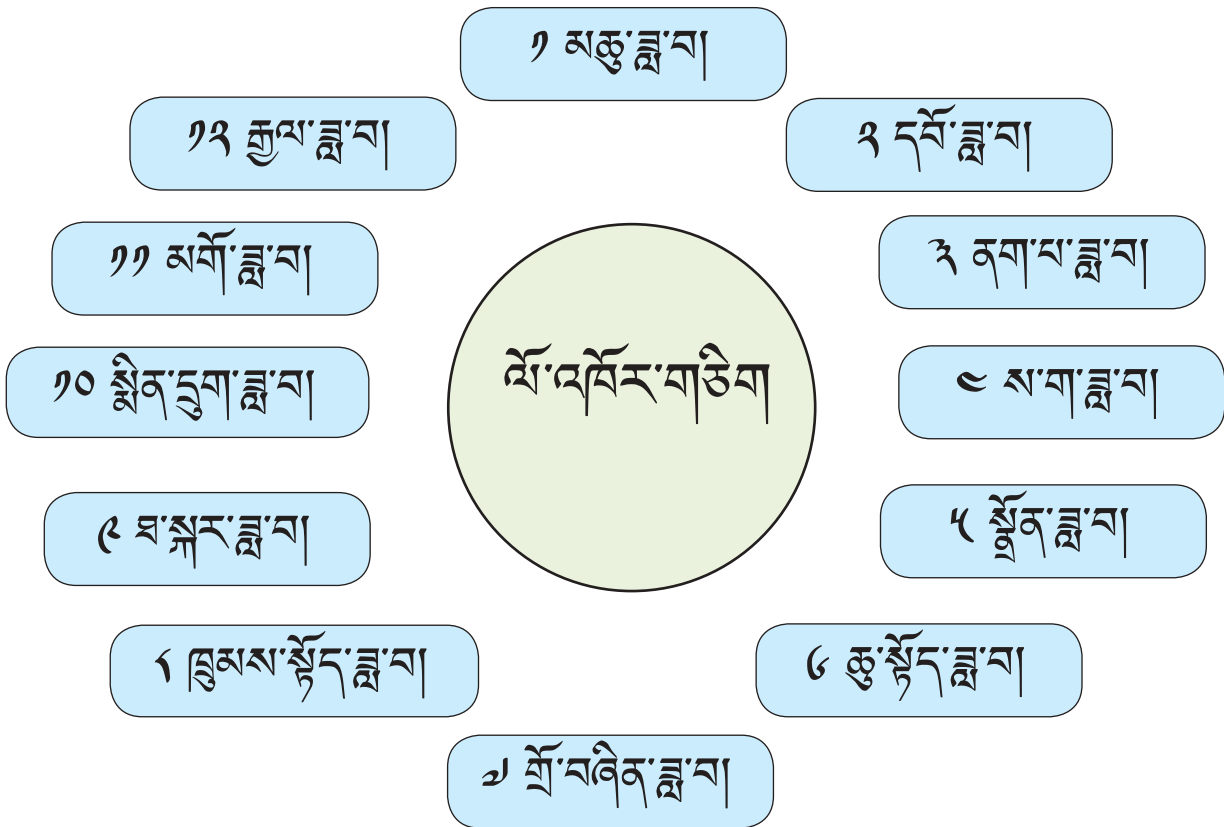
སློབ་ཚན། ༦

༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུམ།

དུས་ཚོད་སྤྱད་བཅི།

རྒྱ་བ་དང་པོ་མཚུ་རྒྱ་ལ།
 ཚོ་འབྲུལ་དུས་ཚོད་ཅི་སློབ་ཡོད།
 རྒྱ་བ་གཉིས་པ་དཔོ་རྒྱ་ལ།
 བྱ་དུ་མེད་བསྐྱེད་གསུམ་མཚོར་བསྐྱེད་དུས།
 གསུམ་པ་ནག་པ་རྒྱ་བ་ལ།
 ཉིན་པས་དུས་འཁོར་གསུམ་པའི་དུས།
 བཞི་པ་ས་ག་རྒྱ་བ་ལ།
 ཉིན་པ་འབྲུམ་འདས་སངས་རྒྱས་དུས།
 ལྷ་པ་སློབ་གྱི་རྒྱ་བ་ལ།
 འཇོ་མ་གྱིང་སྤྱི་བསང་བྱ་དུ་འབྲུམ།
 དུག་པ་ཚུ་སློབ་རྒྱ་བ་ལ།
 ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་དུས་ཚོད་ཡིན།
 བདུན་པ་གོ་བཞིན་རྒྱ་བ་ལ།
 དུག་སྐྱེད་བྱ་དུས་བདུད་ཅིར་བསྐྱེད།
 བརྒྱད་པ་ལྷམས་སློབ་རྒྱ་བ་ལ།

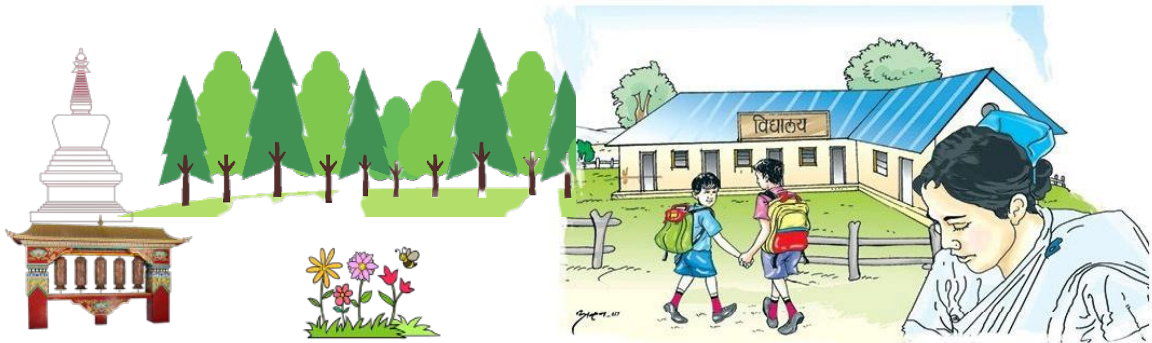
གུ་རུས་ཡང་མེ་ཤོད་བདུད་བརྟུལ།
 དགུ་པ་ཐ་སྐར་ལྷ་བ་ལ།
 ལྷ་ལས་བབས་པའི་རུས་ཆེན་ཡིན།
 བརྟུ་བ་སྒྲིན་རྟུག་ལྷ་བ་ལ།
 ལྷ་རྣམས་ཉལ་བའི་རུས་ཡིན་ཟེར།
 བརྟུ་གཅིག་མགོ་ཡི་ལྷ་བ་ལ།
 འབྲུག་འགོ་ཚུགས་ལ་གངས་འབབ་རུས།
 བརྟུ་གཉིས་རྒྱལ་ལྷར་དགུ་གཉོར་རུས།
 རུས་ལྷ་བརྟུ་གཉིས་ལོ་འཁོར་གཅིག།



2. དགོ་ཚུན་ལས་མཉན་ཏེ་སྐྱོ་གདངས་ངག་བརྗོད་གྱིས།

མཚུ་ཟླ་བ། དཔོ་ཟླ་བ། འག་པ་ཟླ་བ། ས་ག་ཟླ་བ། སྐྱོན་ཟླ་བ། ཚུ་སྐྱོད་ཟླ་བ། རྩོ་བཞིན་ཟླ་བ།
 ལྷུ་མས་སྐྱོད་ཟླ་བ། བསྐྱར་ཟླ་བ། སྐྱིན་དུག་ཟླ་བ། མགོ་ཟླ་བ། རྩལ་ཟླ་བ།

3. རི་མོ་ལ་བལྟས་ནས་བར་སྐྱོང་ཁ་སྐྱོངས།



མཚོད་རྟེན། ལྷུ་མ་ད། འིང་སྐྱོང་། ལྷ་སྐྱོང་། འགོ་གི་ཡོད། ལག་འཁོར་མ་ཅི། དགོ་བ།

ང་ཚོའི་སྐྱོབ་གྲུབ་ཉེ་འགམ་དུ་.....ཞིག་ཡོད། སྐྱོབ་གྲུབ་བར་གསེང་སྐབས་གོགས་པོ་དང་
 མཉན་དུ་.....ལ་འགོ་གི་ཡོད། མཚོད་རྟེན་མཐའ་སྐྱོར་ལ་མེ་ཏོག་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱི་.....ཡང་
 ཡོད། ལྷུ་མ་རའི་གཡས་གཡོན་དུ་.....བཅུགས་ཡོད། སྐྱོར་ལམ་ལ་.....ཡང་ཡོད། ང་
 ཚོ་སྐྱོབ་གྲུ་གོ་ལ་ནས་མཚོད་རྟེན་དང་ལག་འཁོར་མ་ཅི་སྐྱོར་བར་.....། མཚོད་རྟེན་སྐྱོར་
 བ་.....དང་འགོད་བསྟེན་ཡང་རེད།

༣. དེ་མོར་བལྟས་ཏེ་ངག་ཐོག་ནས་འོང།



སྤོ་བདེ་
ལེགས།



ཉིན་གུང་
བདེ་ལེགས།



སྤོ་བདེ་
ལེགས།



གཟིམ་
འཇགས་གནང།

༤. མཐུན་སྦྱོར་གྱིས།

གཡོན།

མཚུ་ལྷ་བ།

ཐ་སྐར་ལྷ་བ།

ས་ག་ལྷ་བ།

སྤོན་ལྷ་བ།

ཚུ་སྤོན་ལྷ་བ།

གཡས།

སྤྱ་བལྟས་པ།

ཚོ་འཕུལ་དུས་ཚེ།

ལྷ་བབས་དུས་ཚེ།

ཚོས་འཁོར་བསྐོར་བའི་དུས་ཚེ།

གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་འཕུངས།

༤. འོག་གི་བརྗོད་དུས་བསྐྱབས་ནས་ལན་བཅའ་ཉེ་བར་སྟོང་སྟོང་ས།



དེ་རིང་ཚེས་བཅུ་ལྔ་ལྟེན། དེ་རིང་རེས་གཟའ་སྟེན་པ་
 ཡང་རེད། ངའི་སྟོ་ཚྭ་ལགས་མཚོད་ཉེན་སྟོར་བ་ལ་ཕེབས་
 གྱི་རེད། ང་ཡང་སྟོ་ཚྭ་ལགས་དང་ལྷན་དུ་མཚོད་ཉེན་སྟོར་
 བ་ལ་འགྲོ་གི་ཡོད། མཚོད་ཉེན་མདུན་དུ་མཚོད་མེ་འབྲུལ་

གྱི་ཡོད། ཕྱག་དང་སྟོར་བ་ལན་གསུམ་བྱས་ནས་སྟོན་ལམ་འདེབས་གྱི་ཡོད། ལམ་གཡས་
 གཡོན་དུ་ཚོང་ཁང་མང་པོ་ཡོད། འོག་ཡོང་དུས་ཚོང་ཁང་ནས་ཅིད་ཆས་ཉོ་གི་ཡོད། ང་ཅིད་
 ཆས་ལ་དགའ་པོ་ཡོད། སྟོ་ཚྭ་ལགས་སྤེང་བ་ཉོ་གནང་གི་རེད། དགོང་མོ་ང་ཚོ་ནང་དུ་འོག་
 ཡོང་གི་ཡོད།

(ཀ) ཚེས་བཅུ་ལྔ་ལྟེན་གཟའ་སྟེན་པ་ལ་ང་.....།

༡. སྟོ་ཚྭ་ལ་འགྲོ་གི་ཡོད།	༢. མཚོད་ཉེན་སྟོར་བ་ལ་འགྲོ་གི་མེད།	༣. སྟོ་ཚྭ་ལ་འགྲོ་གི་མེད།
--------------------------	-----------------------------------	--------------------------

(ཁ) ཚེས་བཅུ་ལྔ་ལྟེན་ལ་སྟོ་ཚྭ་ལགས་.....སྟོར་བ་ལ་ཕེབས་གྱི་རེད།

༡. རྒྱལ་ས།	༢. མཚོད་ཉེན།	༣. ཁྲིམ་པ།
------------	--------------	------------

(ག) ལམ་གཡོན་ཚོང་ཁང་ནས་.....ཉོ་གི་ཡོད་རེད།

༡. ཅིད་ཆས།	༢. ཟ་མ།	༣. འཕྲིད་ཉོག
------------	---------	--------------

(ང) སྟོ་ཚྭ་ལགས་གྱིས་.....ཉོས་གནང་སོང་།

༡. ཚོད་མ།	༢. སྤེང་བ།	༣. འཕྲིད་ཉོག
-----------	------------	--------------

༡. དེ་མོ་ལ་བལྟས་ནས་གོ་རིམ་སྒྲིག་སྟེ།



༡



༢



༣



༤



༥



༦



༧

སྒོ་བ་སྒྲོང་བྱེད་པ།
 ཅེད་མོ་ཅེ་བ།
 སྒོ་བ་གྲུང་འགྲོ་བ།
 དུས་ཐོག་ཏུ་ལང་བ།
 དུས་ཐོག་ཏུ་ཉལ་བ།
 སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་པ།
 ལུང་དྲ་རྒྱ་བ།

༡. ----- ༢. ----- ༣. -----
 ༤. ----- ༥. ----- ༦. -----
 ༧. -----

༢. བརྗོད་དུས་བསྟུགས་ནས་དེ་མོ་དང་མིང་ཆ་སྒྲིག་གྱིས།

དུས་ཐོག་ཁ་བསྟུགས།



ང་ཚོས་སྤོ་བྱོ་ཚུ་ཚོ་ད་བདུན་པར་ཞོགས་ལྟོ་བུ་གི་ཡོད། ཞོགས་ལྟོ་ལ་སྐབས་དེ་ཅུ་ལ་དང་། སྐབས་དེ་བག་ལེབ་བུ་གི་ཡོད། བག་ལེབ་ལ་མར་བྱུགས་ནས་བུ་གི་ཡོད། ཅུ་ལ་པར་མར་དང་ཕྱུང་བ་བྱུགས་ནས་སྐབས་བཟོས་ཏེ་སྤོ་ཚུ་ལ་དང་ཇ་མཉམ་དུ་

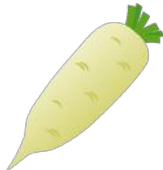
ཟ་གི་ཡོད། ངང་ལག་དང་ཀུ་ལུ་སོགས་ཤིང་ཉོག་གི་རིགས་ཀྱང་ཟ་གི་ཡོད། ང་ཚོས་ཟ་འཕུང་གི་རིགས་ཟ་བའི་སྡོན་དུ་སངས་རྒྱས་ལ་མཚོན་པ་ལུལ་ནས་ཟ་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་ཞིག་ཏུ་ཅི་གི་རེད།

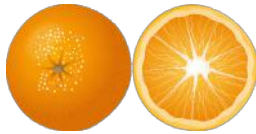
ཉིན་གུང་དང་དགོང་མེའི་ཁ་ལག་ལ། འབྲས་དུལ་དང་། རླབས་རེ་ཟན་གོང་ཟ་གི་ཡོད། ཞོག་ཁོག་ཤ་མོང་། སྲན་ལྗང་། ཁ་ཉིག་སོགས་ལ་ལྷུ་སྐྱོང་། ཚིང་། སྐོག་པ། སོ་ལོ། ལྷོ་སི་བན་སོགས་བྲོ་ལྡན་སྐྲན་སྐྲ་ལྷུགས་ནས་བཙོས་པའི་སྲོ་ཚོན་ཡང་ཟ་གི་ཡོད། ཞོ་དང་ད་ར་སོགས་



ཀྱང་འཕུང་གི་ཡོད། རླབས་རེ་དགོང་ཟས་ལ་འཐེན་ཐུག་མོག་མོག་ཤིང་མོ་ཡང་ཟ་གི་ཡོད། ང་ཚོས་དུས་ཐོག་ཏུ་ཁ་ཟས་མང་ཉུང་རན་པ་ཞིག་ཟ་གི་ཡོད། ཁ་ཟས་གཙང་མ་དང་སོས་པོ་ཟ་གི་ཡོད། ཁ་ཟས་གང་མོ་དང་རྩིང་པ་བཟས་ན་སོ་བ་ན་བ་སོགས་ནད་གཞི་འདྲ་མིན་འབྱུང་གི་རེད།

སྲོ་ཚོན་ལ། ཞོག་ཁོག་ལ་ལུག་ཤ་མོང་། སྲན་ལྗང་། ལྷུ་སྐྱོང་། ཁ་ཉིག་སི་བན། ཞོ་ད་ར། ཨ་མཱ། བི་ར། ལྷུང་འབྲས། བེ་ཏ། ལི། ལྷུན་འབྲུམ། ལྷུང་ཀ། ཚོ་ལུ་མ། ཁམ་བྲ། ཀུ་ལུ་དང་ལག་རྒྱ་གཞོན། སེ་འབྲ། ཐང་འབྲས། ལྷུ་འབྲས།



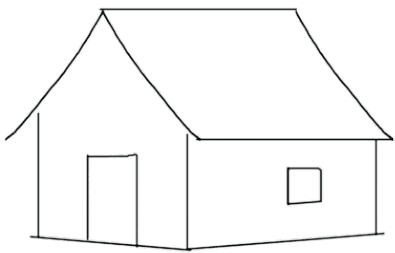


༡༠. ལྷོག་ཚིག་བྲིས།

ཉེན་མོ། -----
གྲང་མོ། -----
ཁ་བས་ཉིང་པ། -----
མང་པོ། -----
བདེ་བ། -----
མཁས་པ། -----

སྐྱུག་བསྐྱུལ། ཁ་བས་སོས་པོ། ཉུང་ཅུ། ལྷུན་པོ། ཚ་པོ། མཚན་མོ།

༡༡. རི་མོར་ཚོན་བཏང་ནས་མིང་བྲིས།



འདི་.....ཟེད།

༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུལ།



དུས་ཚོད།

ཀུན་ལ་དུས་ཚོད་གལ་ཆེ།
 རོན་ཀྱང་མི་ཚོས་མ་རྟོགས།
 གསེར་ལས་དགོན་པའི་དུས་ཚོད།
 ཉལ་ཏུ་ཚུད་ཐོས་གཏོང་མཐོང་།
 ཟ་འཐུང་ཉལ་ལང་ལས་དོན།
 གང་ཡང་དུས་ཐོག་བྱེད་དགོས།
 གཞོན་དུས་སློབ་སྦྱང་གལ་ཆེ།
 བསྐྱབ་མཁས་མི་ཆེ་དོན་ལྟོ།
 འཇོམ་སྤིང་གོ་ལའི་ནང་ལ།
 དུས་ལྷན་མཁས་སློབ་དཔོན་གཡོག།
 མི་རིགས་སྣ་ཚོ་གསུམ་གནས་ཡོད།
 དགོན་པའི་དུས་ཀྱི་དམ་འཇིགས།
 མ་བྱས་ཚུད་ཐོས་གྱུར་ནས།
 ལས་དོན་ཅི་ཡང་མི་བསྐྱབ།
 དེ་སྤིང་རང་གི་དུས་ཚོད།
 རང་གིས་དམ་འཇིགས་བྱེད་དགོས།
 ཀུན་གྱིས་འབད་བཅོམ་བྱས་ན།
 དམིགས་ལུལ་དུས་ཐོག་བསྐྱབ་བྱུང།

3. ཚུ་ཚོང་འཁོར་ལོའི་རི་མོ་ལ་བལྟས་ནས་དུས་ཚོང་ངོས་བྱུངས།



ཚུ་ཚོང་འཁོར་ལོའི་མདའ་ཁབ་རིང་པོ་བརྩུ་གཉིས་ལ་སླེབས་འདུག།
 མདའ་ཁབ་འགྲིང་པོ་ཡང་བརྩུ་གཉིས་ལ་སླེབས་འདུག། ད་ལྟ་ཚུ་
 ཚོང་བརྩུ་གཉིས་པ་ཟེན་འདུག།

ཚུ་ཚོང་འཁོར་ལོའི་མདའ་ཁབ་རིང་པོ་བརྩུ་གཉིས་ལ་སླེབས་འདུག།
 མདའ་ཁབ་འགྲིང་པོ་གསུམ་པ་ལ་སླེབས་འདུག། ད་ལྟ་ཚུ་ཚོང་
 གསུམ་པ་ཟེན་འདུག།



ཚུ་ཚོང་འཁོར་ལོའི་མདའ་ཁབ་རིང་པོ་བརྩུ་གཉིས་ལ་སླེབས་འདུག།
 མདའ་ཁབ་འགྲིང་པོ་དུག་པ་ལ་སླེབས་འདུག། ད་ལྟ་ཚུ་ཚོང་དུག་པ་
 ཟེན་འདུག།

ཚུ་ཚོང་འཁོར་ལོའི་མདའ་ཁབ་རིང་པོ་བརྩུ་གཉིས་ལ་སླེབས་འདུག།
 མདའ་ཁབ་འགྲིང་པོ་དགུ་པ་ལ་སླེབས་འདུག། ད་ལྟ་ཚུ་ཚོང་དགུ་པ་
 ཟེན་འདུག།



༥. ཡི་གེ་སྐྱུར་ནས་ཚིག་བཟོ་དགོས།

དཔེར་ན། ས + མ + ྱ + ན + ལ + མ། = **སྐྱེན་ལམ།**

ད + ཀོ + ན + མ + ཚོ + བ། = -----

མ + ཚོ + ད + ར + ཏ + ི། = -----

བ + ས + བ། + ྱ + མ + ས། = -----

བ། + སོ + ལ་ + འ + དེ + བ + ས། = -----

༦. སྐྱུར་བར་སྒོ་གས།

དཔལ་མོ་དང་བསོད་ནམས་གཉིས་བལ་ཡུལ་རྒྱལ་ས་ལ་གནས་སྡོད་བྱས་ཀྱི་ཡོད། ཁོ་གཉིས་
 ཀྱི་སློབ་གྲྭ་མཚན་ཉེན་བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་ཉེ་འགམ་དུ་ཡོད། དཔལ་མོ་དང་བསོད་ནམས་གཉིས་
 ཞོགས་པ་ལུས་སྦྱོང་ཚར་ནས་སློབ་བ་ལ་འགོ་དུས་

སྐད་ཆ་བཤད་པ།

དཔལ་མོ། : བྱིད་རང་བདེ་པོ་ཡིན་པས།

བསོད་ནམས། : ང་བདེ་པོ་ཡིན། བྱིད་རང་.....།

དཔལ་མོ། : ང་ཡང་བདེ་པོ་ཡིན།

བསོད་ནམས། : བྱིད་ནང་ལ་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དཔལ་མོ། : རང་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱབས་རེ་པ་ལ་

ལས་རོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

བསོད་ནམས། : ག་རེ་རོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དཔལ་མོ། : པ་ལགས་ལྷ་བྱིས་པ་རེད། རི་མོ་འབྲི་དུས་ཚོན་གཏོང་ཡ་རོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།



བསོད་ནམས། : ཨ་ལེགས། ངའི་ཨ་མ་ལགས་སྐྱེན་པ་རེད། ངས་ཀྱང་མ་ལ་སྐྱེན་སྲོད་ཡ་རོགས་
པ་བྱེད་གྱི་ཡོད།

དཔལ་མོ། : དཔེ་ཡག་པོ་རེད། ད་འཛིན་གྲུ་ལ་འགོ་རན་སོང་། རྗེས་མ་མངལ་ཡོང་།

བསོད་ནམས། : ཡ་ཡ། ག་ལེར་ཐེབས་ཨ།

ཡ. སློབ་སྦྱོང་རྒྱུ་རྒྱུ་སོ་སོའི་ནང་ལ་ལས་རོགས་གང་དང་གང་བྱེད་གྱི་ཡོད་པའི་སློབ་ འོད་ཚུགས།

1. བསྐྱབས་ནས་ལན་བྲིས།



ཚག་ཚག་ཚུ་ཚོད་འཁོར་ལོ།

“ཅོག་ཅེ་སྐར་དུ་བསྐྱབས་ན་དགའ་འཇམ། ཉལ་ཁྲི་
སྟེང་དུ་བསྐྱབས་ན་དགའ། གང་ན་ལ་བསྐྱབས་ན་དགའ་
འཇམ། མལ་ཆས་བཀའ་ནས་ཉལ་སར་ཉལ་ན་
དགའ།” དེ་ལྟར་སེམས་བཞིན་པའི་སྐབས་ཅོག་
ཅེ་སྐར་དུ་ཡོད་པའི་ཚུ་ཚོད་འཁོར་ལོ་སློབ་དུ་

ས་ལ་སྦྱང་། ས་ལ་བརྒྱབས་ནས་མདའ་ཁབ་རྒྱུ་ལ་འགགས།

“ག་རེ་བྱས་ནས་འགོ་གི་མེད།” ཚུ་ཚོད་མདའ་ཁབ་ཀྱིས་སྐར་མའི་མདའ་ཁབ་ལ་བྲིས་པ་
རེད། སྐར་མའི་མདའ་ཁབ་ཀྱིས་སྐར་ཆ་མདའ་ཁབ་ལ་བསྟན། སྐར་ཆ་མདའ་ཁབ་ནི་སྦྱིད་པོ་
བྱས་ནས་གཉིད་ཉལ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། “སྐ་ཡེ་སྐར་ཆ་མདའ་ཁབ། ཡར་ལོངས། འགོ། ང་
ཚོ་འགགས་བསྐྱབས་དུས་ཚོད་ཚང་མ་འགག་གི་རེད།” ཅེས་ཚུ་ཚོད་མདའ་ཁབ་སྐད་ཅོར་

ཚོད་བཅུ་གཅིག་ལ་ཨ་མས་སྒོད་འཁྲུང་གནང་གི་རེད། ཉིན་གུང་ཚུ་ཚོད་བཅུ་གཉིས་པ་ལ་པ་
ལགས་ངལ་གསོ་གནང་གི་རེད།

ཉིན་རྒྱུ་ཚུ་ཚོད་དང་པོ་ང་ཅེད་མོ་ཅེ་བའི་དུས་ཚོད་རེད། ང་གོ་གས་པོ་དང་མཉམ་དུ་ཅེད་
མོ་ཅེ་གི་ཡོད། སྤྱི་ཚོ་ཚུ་ཚོད་གཉིས་པ་ལ་སྐད་ཡིག་འཛིན་གྲུ་ཡོད་རེད། དགོ་ཆུན་གྱིས་ཡི་གོ་
སྒོ་བ་ཁྲིད་གནང་གི་རེད། ང་ཚོས་ཀྱང་ཡི་གོ་འབྲི་སྒོ་གསྲུང་གི་ཡོད། སྤྱི་ཚོ་ཚུ་ཚོད་གསུམ་པར་
སྒོ་བ་གྲུ་གྲོལ་གྱི་རེད། ང་ནང་ལ་ལོ་ག་ཡོང་གི་ཡོད། སྤྱི་ཚོ་ཚུ་ཚོད་བཞི་པ་ལ་ང་གཅུང་མོ་དང་
ལྷན་དུ་ཅེད་མོ་ཅེ་གི་ཡོད། སྤྱི་ཚོ་ཚུ་ཚོད་ལྔ་པ་ལ་མགོ་དང་རྒྱང་ལག་འཁྲུང་གི་ཡོད། དེའི་རྗེས་
ལ་ཡི་གོ་འབྲི་སྒོ་གསྲུང་གི་ཡོད།

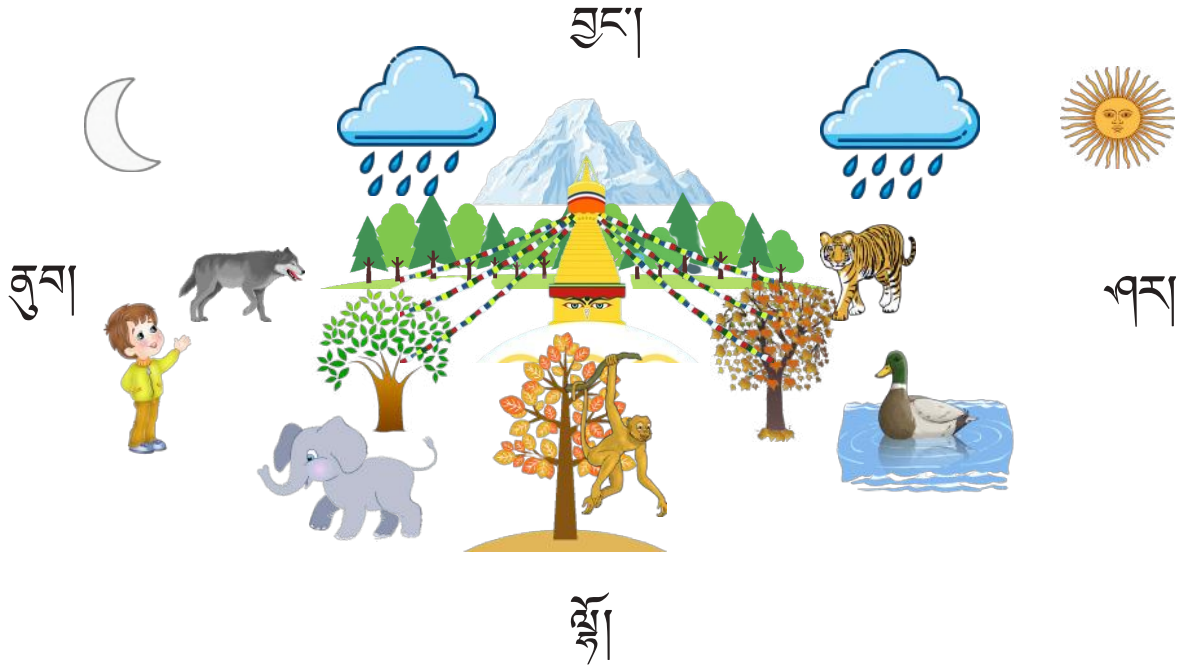
- (ཀ) དང་སང་སྤྱི་ཚོ་ཚོད་.....ལ་ཉི་མ་འདར་གྱི་རེད།
- (ཁ) ང་སྤྱི་ཚོ་ཚོད་.....ལ་ནང་ལ་ལོ་ག་ཡོང་གི་ཡོད།
- (ག) སྤྱི་ཚོ་ཚོད་.....ལ་གོ་གས་པོ་དང་ལྷན་དུ་ཅེད་མོ་ཅེ་གི་ཡོད།
- (ང) སྤྱི་ཚོ་ཚོད་.....ལ་པ་ལགས་ལས་ཁུངས་ལ་ཐེབས་གྱི་རེད།
- (ཅ) སྤྱི་ཚོ་ཚོད་.....ལ་སྒོ་བ་གྲུ་ལ་འགོ་གི་ཡོད།

༡༠. དེའི་མིག་ནང་བལྟས་ནས་དུས་ཚོད་འོད་ཚུགས།

སྤྱི་ཚོ་ཚོད་བདུན་པ་ཟེན་ནས་སྐར་མ་བཙོ་ལྔ་ཡོལ་འདུག	7:15am
སྤྱི་ཚོ་ཚོད་བཅུ་པ་ཟེན་ནས་སྐར་མ་ལྔ་ཡོལ་འདུག	7:45am
སྤྱི་ཚོ་ཚོད་བརྒྱད་པ་ཟེན་ལ་ལ་སྐར་མ་བཙོ་ལྔ་འདུག	7:30am
སྤྱི་ཚོ་ཚོད་བདུན་དང་ཕྱེད་ཀ་ཟེན་འདུག	1:11pm
མཚན་མོ་ཚུ་ཚོད་བཅུ་པ་ཟེན་ནས་སྐར་མ་བཅུ་ཡོལ་འདུག	10:05am
ཉིན་གུང་ཚུ་ཚོད་བཅུ་གཉིས་པ་ཉག་ཉག་ཟེན་འདུག	10:10pm
སྤྱི་ཚོ་ཚོད་དང་པོ་ཟེན་ནས་སྐར་མ་བཅུ་གཅིག་ཡོལ་འདུག	12:00

༡༡. བརྗོད་དུམ་བསྐྱབས་ནས་ཚོན་དམར་པོ་བཏང་བའི་མིང་བལྟས།

ཕྱོགས་བཟུ།



རྒྱལ་མཚན་ནི་མཚོད་རྟེན་གྱི་ཉི་འགྲམ་དུ་གནས་སྡོད་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཉིན་ཞིག་ཁོང་འཁོར་ནགས་
 དགྱིལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་སྐོར་བ་ལ་སྐྱབས་པ་རེད། རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མཚོད་རྟེན་གྱི་འཕེལ་སྤེལ་
 རྒྱལ་ཉི་མ་འཕེལ་བ་དང་། རྒྱལ་ཕྱོགས་ནས་ལྷན་འཕེལ་བ་མཐོང་། ལྷོ་ཕྱོགས་གྱི་འཁོར་ནགས་སུ་
 སྤྲེལ་ཅེ་མཚོང་བྱས་པ་ཡང་མཐོང་བ་རེད། བྱེད་ཕྱོགས་སུ་འཇམ་བུ་སྤྱིང་གི་གདམས་རི་མཐོ་ཤོས་
 རོ་མོ་སྤངས་པ་ཡང་མཐོང་བ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་འཕེལ་སྤེལ་མཚན་སུ་མཚོང་བྱེད་ཞིག་དང་། ལྷོ་
 རྒྱལ་ཏུ་སྤངས་པོ་ཆེ། རྒྱལ་བྱེད་དུ་སྤྱིང་གི་བྱེད་འཕེལ་དུ་སྤྱིང་གི་ཡོད་པ་ཡང་མཐོང་བ་རེད། དེ་དུས་
 ལྷོ་ཕྱོགས་ནས་མཁའ་སྤྱོད་འབྲིགས་པ་ལས་ཚར་བ་བབས་ནས་། མཚོ་ཚུང་ཚུས་གང་། འོག་
 ཕྱོགས་ས་ཞིང་དང་། སེམས་ཅན། གཅན་གཟན་ཐམས་ཅད་བངས་པ་རེད།

༡༢. ལྷ་དག་པར་བསྐྱགས་ནས་བཤུས།

མཚོད་པ།

(ཇ་འཇུང་བ་དང་། ཁ་ལག་ཟ་དུས་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་མཚོད་པ་འབྲུལ་བའི་ཚིག་)

སྟོན་པ་སླ་མེད་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ།།

སྟོབ་པ་སླ་མེད་དམ་ཚོས་རིན་པོ་ཆེ།།

འབྲེན་པ་སླ་མེད་དགོ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ།།

སྐབས་གནས་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་མཚོད་པ་འབྲུལ།།

ཞལ་ཟས་རོ་བརྒྱ་ལྡན་བའི་ཡིད་འཕྲོག་པ།།

ལེགས་སྐྱར་འདི་ནི་རྒྱལ་བ་སྣས་བཅས་ལ།།

དད་པས་སྤུལ་བའི་འགྲོ་བ་འདི་དག་ཀུན།།

འགྲོར་ལྡན་ཉིང་འཛིན་ཟས་ལ་སྟོད་པར་ཤོག།།

སློབ་ཚན། ༤

༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུམ།

མཉམ་ལས།

འོ་ར་བུ་བཟ་ཤེས་དོན་གྲུབ་གསུམ།།
ཉིན་ལྟར་སློབ་གྲུབ་མཉམ་དུ་འགོ།།
དགོ་ཚུན་གསུང་ལ་ཚང་མས་ཉན།།
འཛིན་གྲུབ་གོ་བསྐྱུར་བྱས་ཏེ་སློབ།།



གཅིག་གིས་མ་ཤེས་གཅིག་གིས་སློབ།།
ཕན་ཚུན་གཅིག་གོགས་གཅིག་ཕན་བྱེད།།
མཉམ་དུ་མཐུན་པོར་འབྲི་སློབ་དང་།།
དགུང་སེང་ནང་གི་ལས་རོགས་བྱེད།།



སློབ་གྲུའི་ཁོར་ཡུག་ཅིད་ཐང་སོགས།།
ལ་ལས་གད་སྤྱགས་ལ་ལས་སྤྱད།།
ལ་ལས་གད་སྤྱགས་འདོར་བ་སོགས།།
ལས་དོན་གང་ཡང་མཉམ་རུབ་བྱེད།།

3. རི་ཚོ་ལ་བལྟས་ནས་འགྲེལ་བཤད་གྱིས།



3. ཚིག་རྣམས་བསྐྱིགས་ནས་ཚིག་གསར་བཅོས།

སྐྱོག་པ་ + འདོན་པ།

སྐྱོག་འདོན།

བརྗོད་པ་ + ཏུམ་བྲ།

ལས་ + དོན།

འགྲེལ་བ་ + བཤད་པ།

མཉམ་ + ལས།

ཤར་ + ལྷོགས།

བར་ + ལྷོང།

༤. དེ་མོར་བལྟས་ནས་བར་སྟོང་སྐོང་སྤྲོད་པ།



སྟོབ་དེ་བ། སྟོབ་སྤྲོད་གད་རྒྱུ་ལ། སྟོབ་གྲུ། ཕྱི་བདེ། ཤེལ། སྤྲད། བཟོས་ལ། བཅུ་འུ་བུ་བྱས།

དེ་ལ་.....མང་པོ་འདུག དེས་གཟུང་བ་སངས་ཉིན་.....དང་སྐྱ་གྲུ་རྣམས་དཔེ་
 ལྷག་ནང་བཞག་ནས། ཁོ་ཚོ་ཚང་མས་.....གཙང་སྤྲོད་ཀྱི་འདུག སྟོབ་སྤྲོད་འགའ་
 འགས་ཀྱིས་སྤྲོད་མས་.....དང་། ལ་ལས་སྐྱེ་བྱ་བུ་གི་.....གཙང་མ་བཟོ་གི་འདུག
 ལ་འགས་ཀྱིས་ཚོག་ཚོ་.....བྱེད། ལ་ལས་གད་སྤྲོད་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྟོབ་སྤྲོད་ཚང་
 མ་མཐུན་སྤྲོད་བྱས་ནས་སྟོབ་གྲུ་གཙང་མ་.....རེད། ཁོ་ཚོ་ནང་བཞིན་ང་ཚོས་ཀྱང་མཐུན་
 སྤྲོད་དང་.....ནས་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

༥. བརྗོད་དུམ་བསྐྲུགས་ནས་ཟུར་དུ་བཏོན་པའི་མིང་ཚིག་གི་ཚིག་སྐྱབ་བཟོས།

ཚོས་བཟང་དུས་བཟང་།

ལོ་གཅིག་ལ་ལྷ་བ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་རེད། ལྷ་བ་གཅིག་ལ་ཚོས་སུམ་ཅུ་ཡོད། ལྷ་རེའི་ཚོས་པ་
 བརྗོད་དང་། བཅུ། བཟོ་སྤྲོད། ཉེར་སྤྲོད། གནམ་གང་རྣམས་ཚོས་བཟང་རེད། ཚོས་པ་བརྗོད་ནི་

སྐྱོན་སྐྱོན་དུས་ཆེན་དང་། ཆོས་བཅུ་ནི་གྲུ་རུ་བརྒྱ་ལྟུང་གནས་ཀྱི་དུས་ཆེན་དང་། ཉེར་ལྷན་ནི་
 མཁའ་འགྲོ་མའི་དུས་ཆེན་ཡིན། བཙེ་ལྷ་ཡར་ངོའི་ཐ་མ་རྒྱ་བ་ཉ་གང་བ་དང་། གནམ་གང་མར་
 ངོའི་ཐ་མ་རེད། ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་རྣམས་སྲུ་དགོན་པ་གྲུ་ཚང་དང་། དུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་
 ཆོགས་འཁོར་སྐྱོར་བ་སོགས་དགོ་བའི་ལས་ལ་འབད་བཙེན་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཆོས་
 བཟང་དེ་ཆོའི་ཉིན་སྤྲིག་སྤོང་དགོ་སྐྱབ་བྱས་ན་བསོད་ནམས་དང་། བཙེ་ལོན་དབལ་ཏུ་མེད་པ་
 ཡོད་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།

- (ཀ) ཆོས་བཟང་། : ས་ག་རྒྱ་བའི་ཆོས་བཙེ་ལྷ་ནི་ཆོས་བཟང་རེད།
- (ཁ) དུལ་མི། : -----
- (ག) དགོ་བ། : -----
- (ང) སངས་རྒྱས། : -----
- (ཅ) གསུངས། : -----
- (ཆ) སྐྱོར་བ། : -----

༦. ལྷོག་ཆིག་གིས།

ཆ།	ཡ།	མཐུག བཙེ་བ་པ། གཡོན། མི་དགོ་བ། ལྷོ་རྒྱུད། ཡ། ལྷག
ལོ་གསར།	-----	
དགོ་བ།	-----	
གཡས།	-----	
མགོ།	-----	
དགའ།	-----	
གཙུང་མ།	-----	

2. བརྗོད་དུམ་བཟུགས་ནས་ལན་བྲིས།



ངའི་མིང་ལ་བསོད་ནམས་ཟེར་གྱི་ཡོད། ང་སློབ་ཐུག་ཅིག་ཡིན། ང་ཚོའི་ནང་ཚང་རྒྱ་
 ཚེན་པོ་ཡོད་རེད། སློབ་པོ་ལགས་དམག་མི་རེད། རྩོམ་ལགས་སྐད་ཡིག་དག་གཞན་
 རེད། བ་ལགས་སྐྱེན་ཁང་ཚེན་མོའི་སྐྱེན་བ་ཞིག་རེད། ཨ་མ་ལགས་གནམ་གྲུ་ཁ་ལོ་
 བ་རེད། ཅོ་ཅོ་ལགས་ཚོང་བ་རེད། ཨ་ཁུ་དང་ཨ་སྲུ་གཉིས་ཀ་སྲི་རྒྱལ་ལ་ཡོད། ཨ་ཞང་ལགས་
 གཉེན་རྟོག་བ་རེད། ཨ་ནེ་གཉིས་ནི་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་རེད། ཅོ་ལགས་ཆེ་བ་ནི་མཁན་རིན་པོ་
 ཚེ་རེད།

(ཀ) བ་ལགས་སྐྱུག་ལས་ག་རེ་གནང་གི་རེད།

ལན། -----

(ཁ) སློབ་པོ་ལགས་ག་རེ་རེད།

ལན། -----

(ག) ཨ་ཁུ་དང་ཨ་སྲུ་ག་བར་ཡོད་རེད།

ལན། -----

(ང) ཨ་ནེ་གཉིས་གང་གི་ལས་བྱེད་རེད།

ལན། -----

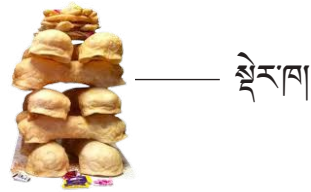
1. རི་མོ་ལ་ཚོན་བཏང་ནས་མིང་བྲིས།



འདི་.....རེད།

༤. བསྐྱུགས་ནས་ལན་ཤོད།

ལོ་གསལ།



ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མི་རིགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ལོ་གསལ་སྲུང་བཅི་བྱེད་སྲོལ་ཡོད།
 དགོན་སྡེ་ཁག་ལ་ལོ་ཉིང་མཇུག་གི་ལྷ་བ་ཚེས་ཉི་ཤུ་ལྷ་ནས་ཉི་ཤུ་དགའི་བར་དགུ་གཏོར་
 འཚོག་སྲོལ་ཡོད། ཉི་ཤུ་དགའི་དགོང་མོ་ནང་མི་ཚང་མ་འཛོམས་ནས་དགུ་ཐུག་འཐུང་གི་
 རེད། དགུ་ཐུག་ནང་སྡོམ་ཚལ་རིགས་དང་། ལ་སྤུག་ཞོག་ཞོག་དེ་བཞིན་སྐྱགས་རིལ་ནང་སོ་ལ་
 དང་། སྲུང་བེན། མར་ལ་སོགས་པའི་བག་རྗེས་དགུ་ལས་མང་བ་བརྟམས་ནས་འཚོད་གྱི་ཡོད་
 པ་རེད། ཉིན་རྗེས་མ་གནས་གང་ལ་ཁང་གི་ཁོང་ལུག་སོགས་གཙང་སྦྱ་བྱེད་གྱི་ཡོད། མཚོད་
 བཤམ་དུ་ཁ་ཟས་ལ་སོགས་པའི་སྤྲེར་ཁ་དང་གོ་སོ་བྱེ་མར་སྤྲིག་སྲོལ་ཡོད། ལོ་གསལ་ལ་
 མགོན་པོ་མེབས་དུས་གོ་སོ་བྱེ་མར་སྤུལ་ནས་དགའ་བསུ་སྡེ་ལེན་ལྷ་གི་ཡོད་པ་རེད།

ལོ་གསལ་ཚེས་བ་དང་པོ་ལྷ་མའི་ལོ་གསལ་ཟེར། དེའི་ཉིན་ལུས་མི་རྣམས་དགོན་སྡེ་
 ཁག་དུ་སྐྱེས་མཇུག་བར་འགོ་སྲོལ་ཡོད། ཉིན་གཉིས་པར་པ་མའི་ལོ་གསལ་ཟེར། དེའི་ཉིན་པ་
 མ་སྤུན་མཚོད་རྣམས་དགའ་དགའ་སྦྱོར་སྦྱོའི་ངང་ཐུགས་སྦྱོར་གནང་སྲོལ་ཡོད། ཉིན་གསུམ་པར་
 ཚེས་སྦྱོང་སྲུང་མའི་ལོ་གསལ་རེད་ཟེར་སྲོལ་ཡོད། དེའི་ཉིན་ལྷ་བསང་གཏོང་བ་དང་བཀའ་
 སྲུང་རྣམས་ལ་འཕྲིན་བཅོལ་གཏོང་སྲོལ་ཡོད། ལོ་གསལ་ལ་རྒྱུང་རྟ་དང་དར་ལྷོག་གྲུང་གསལ་
 འཇུགས་བྱེད་སྲོལ་ཡོད།

- (༡) དགུ་ཐུག་ག་དུས་འཐུང་གི་ཡོད་རེད།
- (༢) དགུ་གཏོར་ག་དུས་འཚོག་གི་རེད།

- (ག) ལོ་གསར་ལ་མཚོན་བཤམ་དུ་ག་རེ་སྐྱེག་སྲོལ་ཡོད་རེད།
- (ང) ལོ་གསར་ལ་མགོན་པོ་ཐེབས་དུས་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་རེད།
- (ཅ) ལྷུང་ཏྲ་དང་དར་ལྗོངས་གསར་འཛུགས་ག་དུས་བྱེད་ཀྱི་རེད།

༡༠. ཁྲིད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྲུང་བཅི་བྱེད་པའི་དུས་ཚོན་རྣམས་ཀྱི་མིང་བྲིས།

༡༡. མཐུན་སྦྲེལ་གྱིས།

གཞོན་ནུ།

གཡམས།

ཞིང་ལས།



ལྷན་བསའ་གཏོང་བ།



དགའ་སྟོན།



རྒྱ་ཚེད་པོ་ལོ་ཅེ་བ།



བརྒྱན་ཅེད་ཅེ་བཞིན་བ།



12. གཤམ་གྱི་རེའུ་མིག་ནས་བྱ་ཚིག་དུས་གསུམ་གྱི་ཚིག་རྒྱབ་བཅོས།

ཁ་སང་ངས་ དེ་རིང་ང་ སང་ཉིན་ང་	ཇ་དམ་ནང་ཇ་	བཀང་ འགང་ དགང་	ཟེན། ཤིན་ཡོད། རྒྱ་ཡིན།
	ཡི་གེ	ཤིས་ འཤི་ ཤི་	ཟེན། བཞིན་པ་ཡིན། རྒྱ་ཡིན།
	སྒོ་བ་དེ་བ་	བསྐྱགས་ སྒོ་ག་ བསྐྱག་	ཟེན། གིན་ཡོད། རྒྱ་ཡིན།
	ཡིག་གཟུགས་	རྒྱངས་ སྒྲོང་ རྒྱང་	ཟེན། བཞིན་ཡོད། རྒྱ་ཡིན།
དགེ་ཅན་གྱིས་ང་ ཚོ་ལ་	ཡི་གེ་འཤི་སྒོ་ག་	བསྐྱབས་ སྒོ་བ་ བསྐྱབ་	སོང། ཤིན་ཡོད། རྒྱ་རེད།

དཔེར་ན། ཁ་སང་ངས་ཇ་དམ་ནང་ཇ་བཀང་ཟེན།

བྱ་བ།	མ་འོངས་པ།	ད་ལྟ་བ།	འདས་པ།
སྣོད་སོགས་ཚུ་ཡིས་	དགང་	འགོང་	བགང་
ཡི་གེ་	བྲི་	འབྲི་	བྲིས་
དཔེ་དེབ་	བསྐྲག་	སྣོག་	བསྐྲགས་
རི་མོ་སོགས་	སྐྱང་	སྣོང་	སྐྱངས་
ཡོན་ཏན་སོགས་	བསྐྱབ་	སྣོབ་	བསྐྱབས་
ལས་ཀ་	བྱ་	བྱང་	བྱས་

༡༣. གཏམ་དཔེ་དག་པར་བསྐྲགས་ནས་བཤུས།

དགའ་བའི་ལས་ཀ་མ་བྱས་ན། །ཞིམ་པོའི་ཟས་མི་ཐོབ།།
 ཡ་རབས་མ་རབས་སྣོད་བས་ཤེས།།
 བ་ཡུལ་གང་ཡིན་སྐྱད་གྱིས་ཤེས།།
 ཀུན་ལ་ཕན་བའི་སེམས་དགོས།།
 ལྷོགས་དང་མཐུན་པའི་ཚིག་དགོས།།
 བསམ་སྣོ་སྣོན་ལ་བཏང་ན་མཁས་བ་ཡིན།།
 འགྲོད་བ་རྗེས་ལ་སྐྱེས་ན་སྐྱེན་བ་ཡིན།།

ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ།

སློབ་ཚན། ༤

༡. དགོ་ཀན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུལ།

སློབ་གྲྭའི་ཁོར་ལུག།

ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭའི་ཁོར་ལུག།
 གཤམ་མ་འདྲོག་དགོས་ཁོར་ལུག།
 དགོས་མཁོའི་འབྲིང་ཆས་འདྲོམས་དགོས།།
 འདྲོམས་པོའི་སློབ་གྲྭ་འགྲོ་དགོས།།
 སློབ་འབྲིང་འབྲིང་མཁམ་དགོ་ཀན།།
 སློབ་འབྲིང་འབྲིང་མཁས་ཐབས་མཁས།།
 སློབ་སླུག་སློབ་བཟང་སློང་བཟང།།
 སློབ་སློང་སློང་མཁས་འབྲི་མཁས།།
 མཁས་མཁས་ཅེད་མོ་ཅེ་མཁས།།
 ཤེས་ཤེས་སླུ་གཞས་གཏོང་ཤེས།།
 འབྲུབ་འབྲུབ་སློས་གར་གྲོ་འབྲུབ།།
 སློང་སློང་སྐད་ཡིག་སློབ་སློང།།
 ཨང་ཅེས་ཚན་རིག་དབྱིན་སྐད།།
 དོ་སླང་ཡོད་ན་ཤེས་སྐད།།



3. རི་ཚོར་བལྟས་ནས་བར་སྟོང་སྟོང་ས།

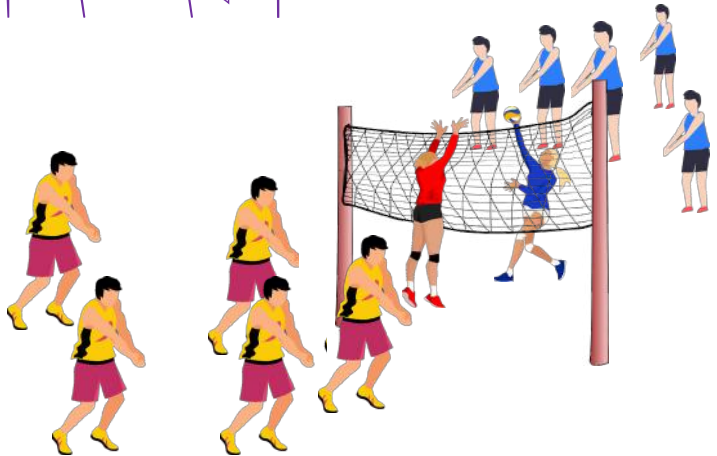


འཛིན་ཁང་། མྱོ། ཅོག་ཅེ། དགོ་ཀན། སྟོབ་སྟུག་དཀར་པང་། ས་ཁ། སྟུ་གུ།

འདི་ང་ཚོ་འི་.....རེད། འཛིན་ཁང་གི་.....གཅིག་དང་སྐྱེ་ལུ་ལུང་གཅིག་ཡོད། འཛིན་ཁང་
 བར་སྟེགས་རིང་དང་.....མང་པོ་ཡོད། ང་ཚོ་འི་འཛིན་ཁང་ནང་ཁྱོད་བསྟོན་མས་.....
 བཅུ་གསུམ་ཡོད། ང་ཚོ་ལ་.....གྱིས་སྟོབ་དེབ་ཁྲིད་གནང་གི་རེད། འཛིན་ཁང་དུ་.....
 ཞིག་ཡོད། བྱང་ལ་བལ་ཡུལ་གྱི་.....ཡང་སྐྱར་ཡོད། རྒྱ་ཅོག་སྟེང་དུ་.....དང་། བསྟུབ་
 ཆས། དེབ་བཅས་ཡོད།

3. བྱི་སྟོབ་གྲུ་འི་སྟོབ་ཚན་དང་། འཁྲིད་མཁན་དགོ་ཀན་གྱི་མཚན་ཤོད།

༤. བརྗོད་དུམ་བལྟས་ནས་ལན་གྲིས།



ང་ཚོའི་སློབ་གྲུའི་ཉེ་འགམ་དུ་ཚེད་ཐང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། ཉེན་ཞིག་ཉེན་གྲུང་གི་བར་གསེང་
 རྒྱབས་སློབ་མ་དང་། ཚེ་རིང་། དོན་གྲུབ། བཀའ་ཤེས་སོགས་ལག་ཚེད་པོ་ལོ་བཅེས་པ་རེད།
 ལག་ཚེད་པོ་ལོ་ནི་ལག་པས་ཚེ་བའི་ཚེད་མོ་ཞིག་རེད། རྩོགས་གཉིས་ལ་ཚེ་མཁན་དུག་རེ་དུག་
 རེས་ཚེ་བའི་ཚེད་མོ་ཞིག་རེད། སློབ་གྲུ་མང་པོ་ལ་ཚེད་མོ་དེ་ཚེ་གི་ཡོད་པ་རེད། ཚེད་མོ་དེ་ལག་
 པོ་བཅེས་ན་བྱ་དགའ་དང་རྟགས་མ་ཡང་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཚེད་མོ་དེ་ཚོའི་བརྒྱུད་ནས་སློབ་
 གྲུ་གཞན་གྱི་སློབ་དུག་རྣམས་དང་གྲོགས་འདྲིས་ཆགས་པ་དང་། ལུས་སེམས་གཉིས་ཀའི་
 འཕྲོད་བསྟེན་ཡང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

(ཀ) ལག་ཚེད་པོ་ལོ་མི་ག་ཚོད་ཀྱིས་ཚེ་དགོས་ཀྱི་རེད།

ལན། -----

(ཁ) ཚེད་མོ་བཅེས་ན་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་རེད།

ལན། -----

(ག) ཚེད་མོ་ལག་པོ་བཅེས་ན་ག་རེ་ཐོབ་ཀྱི་རེད།

ལན། -----

(ང) ཁོ་ཚོས་ཚེད་མོ་ག་དུས་བཅེས་པ་རེད།

ལན། -----

༥. འཛིན་ཁང་ནང་ཚེད་མོ་འདྲ་མིན་གྱི་མིང་གང་ཤེས་ཤོད་ཚུགས།

6. མཐུན་སྦྲེང་གྱི་སྐད།

དགོ་ཅན།



སྦྲོ་བ་ལྷན་པ།



སྦྲོ་བ་དེ་བ།



སྦྲོ་བ་ལྷན་པ།



ལྷན་པ།



དཀར་པང་།



བསྐྱབ་ཆས།



༧. ཚིག་གཉིས་སྦྲེང་ནས་ཚིག་གསར་བཅོས།

མཚོད་ + ཉེན།

མཚོད་ཉེན།

སྦྲོ་ + བཟང་།

སྦྲོ་བ་ + ལྷན་པ།

འགྲི་ + དེག། _____
 ཚེད་ + ཐང་། _____
 དགའ་ + བང་། _____
 སྒྲུ་ + ལྷང་། _____
 འཛིན་ + ཁང་། _____
 ཁྲིད་ + ཆས། _____
 དགོ་ + བཀ། _____
 སློབ་ + ལྷུག། _____
 སློབ་ + ལྷོགས། _____

༡. མཉམ་ནས་ལན་འདེབས་དགོས།

བསོད་ནམས་ཀྱི་མཚོད་རྟེན།



བསོད་ནམས་ཀྱིས་མཚོད་རྟེན་གསར་པ་ཞིག་བཞེངས་པ་རེད། མཚོད་རྟེན་དེ་ཚོ་སོ་དང་
 མཛེས་སོ་ཡིད་འཕྲོག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། རྒྱལ་མཚན་དང་དོན་གྲུབ་གཉིས་མཚོད་རྟེན་མཇུག་
 བར་ཕྱིན། མཚོད་རྟེན་མཇུག་ནས་ཁོ་གཉིས་ཡ་མཚན་བྱུང་པ་རེད། རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསོད་
 ནམས་ལ་ཡུལ་མི་ཚང་མས་དེ་ལ་བྲུག་མཚོད་འབྲུལ་དགོས་པའི་སློབ་གསོ་གནང་། བསོད་

ནམས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་དུ་མཉན་ཏེ་མཚོན་རྟེན་རབ་གནས་དང་སྟབས་བསྟུན་ནས་སྤྱད་མཚོན་
 སྤུལ་བཅུག ཡུལ་མི་རྣམས་དང་གྲུས་སློབ་གསུམ་དང་དགའ་ཚོར་ཆེན་པོས་མཚོན་རྟེན་ལ་སྤྱད་
 མཚོན་སྤུལ། བསོད་ནམས་ལ་ཡང་བསྟོད་བསྐྱབས་གནང་བ་རེད། དེ་ལྟར་བསོད་ནམས་ཀྱིས་
 དགོ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསམགས་བ་རེད།

- (ཀ) བསོད་ནམས་ཀྱིས་ག་རེ་བཞེངས་བ་རེད།
- (ཁ) མཚོན་རྟེན་གང་འདྲ་ཡོད་བ་རེད།
- (ག) མཚོན་རྟེན་མཇུག་བར་སྲུ་སྲུ་སྤྱིན་བ་རེད།
- (ང) རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསོད་ནམས་ལ་སློབ་གསོ་ག་རེ་གནང་བ་རེད།
- (ཅ) ཡུལ་མི་རྣམས་མཚོན་རྟེན་ལ་ག་རེ་བྱས་བ་རེད།
- (ཆ) བསོད་ནམས་ཀྱིས་ག་རེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསམགས་བ་རེད།

༤. རི་མོ་ལ་ཚོན་བཏང་ནས་མིང་བྲིས།



འདི་.....རེད།

༡༠. སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བྲིས་བ་ནང་བཞིན་བྲིད་ཀྱིས་ཀྱང་སོ་སོའི་སློབ་ལ་བྲིས།

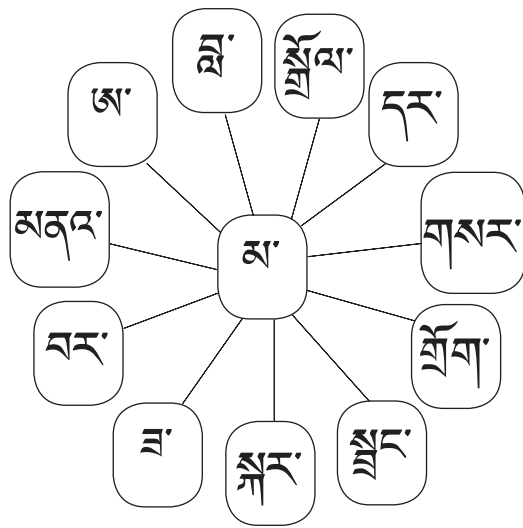


ངའི་མིང་ལ་སངས་རྒྱས་ཟེར། ལོ་སྲུ་མ་ང་འཛིན་གྲུ་དང་པོའི་སློབ་སྤྱད་རེད། ངས་
 སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ་སྤྲངས་ཡིན། སློབ་དེབ་དེ་ནས་ངས་སྐད་དང་ཡི་གེ་ཡག་པོ་

ཤེས་སོང་། ཨང་ཚེས་ཀྱང་སྐྱེས་པ་ཡིན། ངས་ཨང་ཚེས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དབྱིན་སྐད་སློབ་དེབ་
 སྐྱེས་ནས། དབྱིན་ཡིག་འབྲི་སློབ་ཀྱང་ཤེས་སོང་། ལོ་རྗེས་མ་ང་འཛིན་གྲག་གསུམ་པར་འགོ་
 རྒྱ་ཡིན།

༡༡. བྱིད་རང་སློབ་གྲྭ་ལ་ཡོང་དུས་ལམ་ཀར་གང་མཐོང་བའི་སྐོར་འཛིན་ཁང་ནང་འོད་
 རོགས།

༡༢. མིང་མཐའ་སྐྱེས་ནས་ཚིག་བཟོས།



མ་མ། -----

༡༣. དེའུ་མིག་ནང་ནས་མཐུན་པའི་བརྗོད་པ་བཞོས།

སློབ་ཕྲུག་	ཐང་ལ་	ཅེད་མོ་	བཅེས།
ཁྱི་ཕྲུག་དེ་ཙོ་			ཅི་གིན་ཡོད། བཅེ་རྒྱ་རེད།
སློབ་ཐང་གིས་	བརྟན་འཕྲིན་ནང་	ལྟད་མོ་	བལྟས། ལྟ་ཡིན་ཡོད། བལྟ་རྒྱ་ཡིན།
འབྲོག་པས་	བ་ཕྲུགས་ལས་	འོ་མ་	བཞོས། འཛོ་ཡིན་འདུག། བཞོ་རྒྱ་རེད།

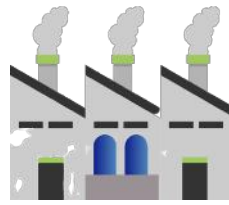
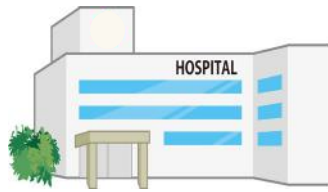
༡. -----
༢. -----
༣. -----
༤. -----
༥. -----
༦. -----
༧. -----
༨. -----
༩. -----

༡༧. གཤམ་གྱི་རེ་འུ་མིག་ནས་མིང་ཚིག་བཅུ་བཅའ་ཉེ་སྒོར་ཉུགས་བརྒྱབས་ནས་
བཟུམ།

ཞི་	མོ་	དང་	སངས་	དོན་	ལྷ་	རྩོ་
ཚོ་	པ་	སྒོ་	རྒྱ་	དགོན་	ལོ་	རྩོ་
བསོད་	ནམས་	ལྷ་	པ་	མཚོ་	ལྷ་	ལྷ་
བཙོ་	རེ་	མིག་	ལགས་	གསུམ་	མོ་	མ་
སྒྲན་	ལྷ་	བརྒྱ་	ལྷིན་	ལེན་	ལྷི་	སྒོ་
པ་	ལྷིས་	ཚེད་	ཚས་	སྒོ་	དེ་	དགོ་
བཟ་	ཚོ་	མོ་	སྒོ་	སྒོགས་	ལྷ་	གན་

ཞི་ག། -----

༡༥. དེ་ཚོར་བལྟས་ནས་མིང་བྲིས།



སྒོ་བ་གྲུ། སྒྲན་ཁང་། གཞུ་ལག་ཁང་། དཔེ་མཛོད་ཁང་། ཚོང་ཁང་། དངུལ་ཁང་། བཟོ་གྲུ།
 སྒྲུག་ཁང་། ལས་ཁུངས། ཟ་ཁང་། མགོན་ཁང་། སྒྲན་པ། མ་བྱུན། གར་མཁན། དངུར་གཉེར།
 ཅེད་འགྲན་པ། ལྷུས་རྩལ་ཁང་།

16. དཔེ་བསྟན་པ་ལྟར་བྲིས།

ཨ་མ། ཁང་པ། ཀ་གཞུ། ཁ་བྱང་། ཨ་མཚོ་ག། ཀ་བ། ཨ་མ་རྗེ། ཨ་ཞང་། ཀ་ར། ཉལ་ཁྲི། ཉན་
 པ། ཀ་དག། ཁ། ཅ་ཅོ། ཁ་བར། ང་རྒྱལ། ཁ་གདན། གངས་རི། ག་བྱུར། ང་རོ། གཟུ། ངང་པ།
 གཞུ། ངང་ལག། ཆ་ལུགས། ང་ཚོ། ར་མདོང་། ངག་ཚིག། ཅ་ལག། ཅ་ག། ཆམ་པ། ཅ་བྲིང་པོ།
 ཆག་པ། ཅ་ཞེ། ཆར་པ། ཆ་ཤས། ར་ཁང་། ཉ་སྤྱི། ར་མ། ར་ལུག་ཉ་པ། ར་ཕོར། ཉ། ར་དམ།

ཨ་ནས་འགོ་བརྒམས་པའི་ཚིག་ **ཨ་མ།** -----
 ཀ་ནས་འགོ་བརྒམས་པའི་ཚིག་ **ཀ་བ།** -----
 ཁ་ནས་འགོ་བརྒམས་པའི་ཚིག་ **ཁ་བྱུར།** -----
 ག་ནས་འགོ་བརྒམས་པའི་ཚིག་ **ག་བྱུར།** -----
 ང་ནས་འགོ་བརྒམས་པའི་ཚིག་ **ང་།** -----
 ཅ་ནས་འགོ་བརྒམས་པའི་ཚིག་ **ཅ་ལག།** -----
 ཆ་ནས་འགོ་བརྒམས་པའི་ཚིག་ **ཆག་པ།** -----
 ར་ནས་འགོ་བརྒམས་པའི་ཚིག་ **ར་དམ།** -----
 ཉ་ནས་འགོ་བརྒམས་པའི་ཚིག་ **ཉ་ཕོ།** -----

17. ཚིག་གོ་རིམ་བསྐྱོགས་ནས་བརྗོད་ལ་ཚིག་སྐྱབ་བཅོས།

- (ཀ) སློབ་གྲུང་འགོ་གི་ཡོད་ང། **ང་སློབ་གྲུང་འགོ་གི་ཡོད།**
- (ཁ) གྲོགས་པོ་ལ་ཡི་གེ་བསྐྱར་ཡོད་ངས། -----

(ག) ཚེ་རིང་ལ་སྐད་ཡིག་བསྐྱབ་རྒྱ་རེད་དགེ་ཆེན་གྱིས། -----

(ང) ཚེད་མོ་ཅེ་ཡིན་འདུག་སློབ་སྤྲུག་-----

(ཅ) ཚགས་འོག་སློབ་གིན་འདུག་ཁོང། -----

༡༩. བསྐྱབས་ནས་བལྟས།

སྤྱང་སྤྱང་ཅན་གྱི་ཕོ་རོག



སྤྱང་པ་ཞིག་ལ་ཕོ་རོག་སྤྱང་སྤྱང་ཞིག་སྤོད་གྱི་ཡོད། དེ་ལ་ཞི་མི་ཡ་མཚན་ཅན་ཞིག་ཀྱང་སྤོད་
གྱི་ཡོད། ཞི་མི་དེས་རྟག་པར་མཚོད་པ་ཕྱུལ་ནས་ཅི་ཅི་བ་གི་རེད། ཁོས་སྤྱང་པ་དེའི་ཅི་ཅི་
ཚང་མ་བཟས་པ་རེད། དུལ་མི་རྣམས་ཞི་མི་ལ་དགའ། ཉེན་ཞིག་ཞི་མི་དེས་སློབ་གསུང་པ་
ཞིག་སྤོད་བར་འདོད། ཞི་མིས་ཕོ་རོག་ཞིག་བཟུང། ཕོ་རོག་གྱིས་ཡུད་ཅམ་བསམ་སློབ་བཏང་
ནས་ཞི་མི་ལ་བཤའ་དགའ། “ཅི་ཞི་མི་ལགས། བྱེད་རྟག་པར་མཚོད་པ་ཕྱུལ་ནས་ཁ་ལག་བཟ་གི་
མ་རེད་པས། མཚོད་པ་ཕྱུལ་ཡིན་པས། སློབ་ལ་མཚོད་པ་ཕྱུལ་ནས་ང་བཟས་ན་འགྲིག” ཞི་
མི་དེས་བྲན་པ་གསོས་ནས་མཚོད་པ་འབྲུལ་བའི་ཚེད་ནང་ལ་སྤྱིན། གོ་སྐྱབས་དེ་བཟུང་ནས་
ཕོ་རོག་འཕུར་སོང་བ་རེད། དེ་ལྟར་ཕོ་རོག་གྱིས་རྣམ་དཔྱོད་བེད་སྤོད་བཏང་ནས་རང་གི་སློབ་
བསྐྱབས་པ་རེད། ཞི་མི་ཏང་སངས་ནས་བསྐྱད་པ་རེད།

༡. དགོ་ཚན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུལ།

ལུས་སྐྱོད།

ཞོགས་པ་མཁའ་རྒྱུད་གཙང་དུས།
 ལྷ་ལངས་ལུས་སྐྱོད་གནང་དགོས།
 རྒྱན་དུ་ལུས་རྩལ་འབད་ན།
 ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་འགྱུར་ངེས།



ཞོགས་པ་རིག་པ་གསལ་བས།
 ལྷ་ལངས་སློབ་སྐྱོད་གནང་དགོས།
 ཐེགས་བསགས་རྒྱ་མཚོ་བཞིན་དུ།
 ཉེན་ལྷུང་ཡར་རྒྱས་ཡོང་ངེས།



རྒྱན་དུ་ལུས་སྐྱོད་སློབ་སྐྱོད།
 སྐྱོད་བཅར་ཚད་མེད་གནང་ན།
 བ་གཞིན་སློབ་གསུལ་ཤེས་རབ།
 རབ་དུ་མཚོ་ལྷུང་འཕེལ་ངེས།



༤. འོག་གི་བརྗོད་པ་བསྐྲུན་པའི་སྐྱ་མཉམ་ནས་བྲིས།

- (ཀ) ངས་ཞ་སྐྱ་ག་གིས་ཡིག་གཟུགས་འབྲི་གི་ཡོད།
- (ཁ) སྐྱ་གཱའི་ནང་སྐྱ་ག་ཚ་སྐྱ་ག་གི་ཡོད།
- (ག) ངས་ཐིག་བྲང་པོ་འཐེན་པའི་ཚེད་ཐིག་ཤིང་བེད་སྐྱོད་གཏོང་གི་ཡོད།
- (ང) ངས་སློབ་དེབ་བསྐྲུན་ནས་འབྲི་དེབ་ཏུ་ནང་སྐྱོང་འབྲི་གི་ཡོད།
- (ཅ) ས་སྐྱ་ག་གིས་བྲིས་པ་ནོར་ན་འགྲིག་སྲུབ་ཀྱིས་བསྲུབ་དགོས།
- (ཆ) ངས་རི་མོར་ཚོན་གཏོང་བར་ཚོན་ཁའི་སྐྱ་གཱ་བེད་སྐྱོད་གཏོང་གི་ཡོད།

༥. མཐུན་སྦྲེང་གྲིས།

སྐྱ་ག་ཚ།

ཐིག་ཤིང་།

སློབ་གྲུའི་ཤྲོན་ཆས།

སྐྱོ་སྐྱོག

ཚོག་མཛོད།

ཚོན་ཁའི་སྐྱ་གཱ།



6. བསྐྱུགས་ནས་ལན་འོད།



ང་ཚོའི་སློབ་གྲུའི་ཉེ་འགམ་ཚུ་ཚོད་བྱེད་ཀའི་རྒྱུ་ཐག་ལ་འེང་ནགས་སྐྱུག་པོ་ཞིག་ཡོད། འེང་
 ནགས་ནང་སྐྱུག་མའི་འེང་སྤྱོད་མང་པོ་ཡོད། དབྱིད་ཀའི་དུས་སུ་སྐྱུག་མའི་མེ་ཉོག་ཁ་ཆེ་མ་
 ཆེ་འཕར་གྱི་ཡོད། སྤྱི་ནས་བལྟས་ན་མཛེས་པོ་དང་ཡིད་འཕྲོག་པ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་ལ་
 མི་དམངས་ཚོ་སྐྱུགས་སློབ་གཏོང་བར་ཡོང་གི་ཡོད། ལྷ་བ་ཉི་མ་དང་། གཡུ་སྐྱོན་ལྷ་མོ། དབལ་
 མོ། སློལ་མ་ཆེ་རིང་སོགས་ང་ཚོ་ཞོགས་པ་རྟག་པར་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཆེད་རྒྱུག་འཕར་སྤངས་
 ནས་འེང་ནགས་དེའི་ནང་འགྲོ་གི་ཡོད། ང་ཚོས་འེང་ནགས་སུ་ཐོར་ཡོད་པའི་གད་སྐྱེགས་
 བསྐྱུས་ནས་གད་སྐྱེགས་སྐྱུག་སའི་སྤོད་ནང་སྐྱུག་གི་ཡོད། ང་ཚོའི་ཁོར་ལུག་གཙང་མ་འཛོག་
 དགོས་པ་དེ་ང་ཚོའི་ལས་འགན་རེད།

- (ཀ) འེང་ནགས་ག་བར་ཡོད་རེད།
- (ཁ) དབྱིད་ཀའི་དུས་སུ་ག་རེ་འཕར་གྱི་ཡོད་རེད།
- (ག) འེང་ནགས་དེར་སུ་སུ་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད།
- (ང) ཞོགས་པ་རྟག་པར་འེང་ནགས་སུ་ག་རེ་བྱེད་ཡ་འགྲོ་གི་ཡོད།
- (ཅ) ཁོ་ཚོས་འེང་ནགས་སུ་ཐོར་ཡོད་པའི་གད་སྐྱེགས་ག་རེ་བྱེད་གྱི་ཡོད།

པ. རེ་འུ་མིག་ནང་དཔེ་བསྟན་པ་སྟུང་བ་སྟོང་པ་བཟོ་སྟེ།

རྒྱ་སྟོང་ ཚིག་	ཚིག་སྟུང་མ་བསྟུང་ པའི་རྗེས་ཀྱི་ཚིག་	བེད་སྟོང་གཏོང་ཚུལ།
སྟུ་གུ	སྟུ་གུ	སྟུ་གུས་ཡི་གེ་འབྲི། སྟུ་གུས་ཅེད་མོ་ཅེ།
ར་མ།	ཡ་མ།	----- -----
རྗེ་མ།	བ་མ།	----- -----
བང་མ།	ནང་མ།	----- -----
སང་ཉི་མ།	གནང་ཉི་མ།	----- -----

༤. བར་གྱི་ཡི་གེ་འཕམ་ཚིག་གཡུགས་ནས་ཚིག་སྟུང་མ་བཟོ་སྟེ་ལ་བཟུང་སྟེ།

སྟོབ་དཔོན་མ། དབང་། དཀར། འཛིག་ཉེན་པ། ཉན་ཐོས་པ། ཁ་ལོ་བ། སྟུན་ཞབས་མ། ཚོན་
 རིག་པ། མཚོན་པའི་ཉིང་། མཚོན་པའི་ཁང་། བྱ་ཡི་ཚང་། སྟུན་བཙོས་ཁང་། ཅེད་མོའི་ཐང་།
 ཞིང་ལས་པ། དཔེ་མཚོན་ཁང་།

སྒྲིབ་མཁུངས།

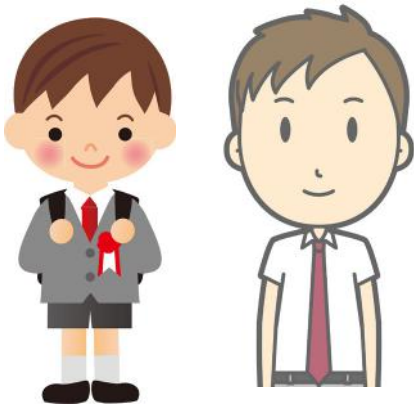
༩. མིང་ཚིག་སྐྱེ་མ་སྦྱར་ནས་བྲིས།

འཛིན་	}	ཁང་།	_____
ཟ་			_____
ལྗན་			_____
ལྗག་			_____
ལྗམ་			_____
ལ་			_____

༡༠. བྱིད་རང་གི་སྒྲོབ་གྲུའི་སྒྲོར་ལ་ཚིག་སྦྱབ་གྲུའི་ནང་བྲིས།

༡༡. ཞི་མིའི་ཚབ་ལ་སང་གི་བཞག་ནས་གོང་གི་སྦྱང་གྲུང་ཅན་གྱི་ཕོ་རོག་གྱི་སྦྱང་འབྲི་དེབ་ཏུ་བཤུགས།

༡༢. དེ་མོས་བྱས་ནས་སློབ་གསུམ་



བསམ་གྱི་ཉམ་པར་སློབ་ཆས་དང་གཙང་སྐྱ་ལ་དོ་སྣང་
 བྱེད་ཀྱི་མེད་པ་རེད། སློབ་ཆས་བཙོག་པ་ཀྱི་ནས་སློབ་
 གྲུ་འགོ་གི་རེད། སློབ་སྐྱུག་ཚང་མས་ཉམ་པར་བསམ་
 གྱུ་ལ་འཕྱུ་ལས་རྒྱག་གི་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་སྐྱུག་གྱུ་ལ་
 བསྟོད་བསྐྱུགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་ཞིག་བསམ་

གྱུ་སེམས་པམ་ནས་སྐྱུག་གྱུ་ལ་བྲིས་པ།

བསམ་གྱུ་བ། : མ་ཡེ་སྐྱུག་གྱུ་བ། བདེ་པོ་ཡིན་པས། ག་པར་འགོ་གི་ཡོད།

སྐྱུག་གྱུ་བ། : བདེ་པོ་ཡིན། ང་སློབ་གྲུ་འགོ་གི་ཡོད། བྱེད་རང་ག་པར་འགོ་གི་ཡོད།

བསམ་གྱུ་བ། : ང་ཡང་སློབ་གྲུ་འགོ་གི་ཡོད། མི་ཚང་མས་ང་ལ་བརྟམ་བཙོས་གཏོང་གི་འདུག རྒྱ་
 མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

སྐྱུག་གྱུ་བ། : བྱོད་སློབ་གྲུ་འགོ་དུས་གཙང་སྐྱ་དང་ཀྱི་ཆས་ལེགས་པར་ཀྱི་ནས་འགོ་གི་མི་
 འདུག རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་ཆུན་དང་སློབ་སྐྱུག་ཚང་མས་བྱོད་ལ་འཕྱུ་ལས་རྒྱག་གི་
 ཡོད་པ་རེད། ང་ཉི་སློབ་གྲུ་འགོ་དུས་སློབ་ཆས་ལེགས་པར་ཀྱི་ནས་འགོ་གི་ཡོད། གཞན་གྱི་
 མིག་ལ་ཡང་མཛེས་པོ་མཐོང་གི་རེད། ང་ལ་མི་ཚང་མས་བསྟོད་བསྐྱུགས་བྱེད་ཀྱི་འདུག

བསམ་གྱུ་བ། : བྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་དྲན་གསོ་གནང་བར་བྱུགས་རྗེ་ཆེ། སང་ཉིན་ནས་ང་ཡང་གཙང་སྐྱ་
 དང་སློབ་ཆས་ཡག་པོ་ཀྱི་ནས་འགོ་གི་ཡིན།

སྐྱུག་གྱུ་བ། : ཡ་ཡ། རྗེས་མ་མཇུག་ཡོད།

༡༣. དེའུ་མིག་ནས་བདམ་སྟེ་རི་མོའི་མིང་བྲིས།



སྐྱ་བ། ཆེ་རིང་སྦྱིན་ཁེབས་ལྗ་མོ། ལྷ་མ་ཐོམ་བ། འོག་འཇུག་སྟོང་ཐུང་། སྟོང་གོས། བང་གདན། འོར་མ།
 འོར་ཐུང་། རུལ་ལན། །ཤམ་ཐབས། རུལ་གཟན། ཆོས་གོས། ལྷ་སྦྱར། ལྷང་ལུབས། ལྷེ་རགས།

༡༤. བརྗོད་དུམ་བསྐྱབས་ནས་ཤད་བེད་སྦྱོང་བཏང་སྟེ་བརྗོད་པ་བཟོས།



དའི་མིང་ལ་ངག་དབང་བཙོན་འབྲུས་ཟེར། ང་འཛིན་གྲ་གཉིས་པའི་སྟོབ་སྤྲུག་
 ཡིན། ང་ཞོགས་པ་ཚུ་ཚྱོད་དུག་པར་ལང་གི་ཡོད། སོ་དང་གདོང་པ་བསྐྱས་ནས་
 དགོན་མཚོག་ལ་མཚོད་པ་འབྲུལ་གྱི་ཡོད། སྟོན་ལམ་བཏབ་ནས་དཔེ་དེབ་སྟོག་
 གི་ཡོད། ཆེ་རིང་བཀྲ་ཤེས་དང་། འོན་གྲུབ། རྒྱལ་མཚན་གསུམ་དའི་གྲོགས་པོ་མཐུན་པོ་རེད།
 ཞོགས་སྟོབ་བཟས་ནས་ང་ཆོ་སྟོབ་གྲར་འགྲོ་གི་ཡོད།

| | ||

ཆེ་རིང་བཀྲ་ཤེས་དང་། འོན་གྲུབ་། རྒྱལ་མཚན་གསུམ་གྲོགས་པོ་མཐུན་པོ་རེད་།
 ང་འཛིན་གྲ་གཉིས་པའི་སྟོབ་སྤྲུག་ཡིན་ནོ་།

ཁྱོད་ཞོགས་པ་ཚུ་ཚོད་ག་ཚོད་ལ་ལང་གི་ཡོད་དམ་
ཁྱོད་རང་སློབ་གྲར་ཚུ་ཚོད་ག་ཚོད་ལ་འགོ་གི་ཡོད་དམ་

༡༥. བསྐྱབ་བྱ།

མཁས་པ་ཡོན་ཏན་ཀུན་ལྡན་དེ།
རྣམ་སེམས་མེད་པར་ཞི་ཞིང་དུལ།
སྙེ་མའི་ཁུར་གྱི་སྡིད་པ་ཡི།
སྡོན་ཤིང་ཅེ་མོ་དུད་དེ་གནས།
ཡོན་ཏན་མེད་པའི་སྐྱེ་བོ་དེ།
ང་རྒྱལ་གོ་འཕང་ཅི་ལས་མཐོ།
འབྲས་བུའི་བཅུད་ཀྱིས་མ་བཟུང་བའི།
སྡོན་པ་རེངས་པ་ཚོས་ཉིད་ཡིན།

༡༦. ལྷ་གནས།

སྐྱིད་པའི་སློབ་གྲ་ནང་ལ།
བྱམས་སྐྱོང་གནང་མཁན་འདུག་ཀྱང་།
བྱིམ་ཚང་ནང་ལ་སླེབ་དུས།
ཁ་ཡ་གནང་མཁན་མི་འདུག།

ང་ཚོའི་ཁོར་ཕྱག

སློབ་ཚན། ༡༡

༡. དགེ་གན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུམ།

ང་རྒྱུ་ཁོར་ཕྱག



མི་དང་། སེམས་ཅན། ཁང་བྱིམ། ས་རྒོ། རི་བྲག། ཤིང་སྤྲོད་སོགས་ཐམས་ཅད་སའི་གོ་ལར་བརྟེན་ནས་གནས་ཡོད། དེ་ལ་ས་གཞི་ཟེར་གྱི་རེད། སའི་གོ་ལའི་སྐྱང་ལ་ས་ཚུ་མེ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། སའི་གོ་ལའི་སྤྱི་ལོགས་ཀྱི་སྤྲོད་ཆ་སྤོན་པོ་ལྟ་བུར་མཐོང་བ་ནི་ནམ་མཁའ་རེད། ས་ནི་ང་ཚོས་ཁང་པ་བཟོ་བ་དང་། ཞིང་ཁ་འདེབས་རྒྱུ་བཟོ་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད་རེད། ཚུ་ནི་ཞིང་ཁར་འདྲེན་པ་དང་། འཕུང་བ་སོགས་ལ་བཟོ་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད། ང་ཚོའི་བལ་ཡུལ་ནི་ས་མཐོ་བ་རི་བྲག་དང་གངས་རི་མང་པོས་བསྐོར་ཡོད་པ་རེད། གངས་རི་ནས་གངས་ཚུ་འབབ་གྱི་རེད། ཚུ་མང་པོ་བསྐོས་ན་གཙང་ཚུ་འཕ་རྒྱུ་ཚུ་དང་། གཙང་ཚུ་མང་པོ་འཛོམས་ན་ཚུ་སྐྱང་། ཚུ་སྐྱང་མང་པོ་འཛོམས་ན་རྒྱ་མཚོ་ཆགས་གྱི་རེད། ཚུ་འབྲིལ་ན་རྗེང་དང་མཚེན་ཆགས་གྱི་རེད། གངས་རི་དང་། ཚུ་རྗེང་། མཚོ་མཚེན་རྣམས་ནི་ང་ཚོའི་ཁོར་ཕྱག་གི་མཛེས་རྒྱན་རེད། མི་ཚང་མ་དེ་ཚོ་ལྟ་བུར་དགའ་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད་རེད།

ཉི་མའི་ཕྱོད་གྱིས་མཚོ་དང་མཚེན་ཚུ་རྒྱངས་པར་གྱུར་ནས་ནམ་མཁའ་བར་སྐྱང་ལ་རྒྱུད་གིས་འབྲེལ་འགྲོ་གི་རེད། བར་སྐྱང་ལ་སྤྱིན་འབྲིགས་ན་རྒྱངས་པ་དེ་ཆར་ཚུར་གྱུར་ནས་འབབ་པ་ལ་ཆར་པ་དང་། འབྲུག་པ་ཆགས་ན་གངས་དང་སེ་ར་ཟེར་གྱི་རེད། ཆར་ཚུ་ཆར་མ་གཙང་ཚུ་དང་། ཚུ་སྐྱང་བརྒྱུད་ནས་མཐར་རྒྱ་མཚོར་འབབ་གྱི་རེད།

2. རི་མོར་བལྟས་ནས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ་ལ།



3. རི་མོར་བལྟས་ནས་རེ་ཕྱི་མིག་གི་ཚིག་བཅུག་སྟེ་བརྗོད་པ་བཅོས།



གངས་ཚུ། གངས་རི། ཞིང་ཁར། ཡུལ་སྡེ་ངས། ཚུ་གླུང། འུ་གྲི་འུ། ཆར་པ། མཚོ་དང་རྗེ་དང་གྲུ།

ཡུལ་སྡེ་ངས་དེ་.....ཡིས་བསྐྱོར་ཡོད། གངས་རི་ནས་.....འབབ་ཀྱི་ཡོད། གངས་རི་
 དེའི་སྐད་ལ་.....ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ཡུལ་མི་ནམས་ཞིང་ལས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡུལ་མི་ནམས་
 ཀྱིས་གངས་ཚུ་.....འདྲེན་ཀྱི་ཡོད། གངས་ཚུ་དེ་ཆེ་རུ་གྱུར་ན་.....ཆགས་ཀྱི་རེད།
 གངས་ཚུ་རྒྱ་རྒྱུ་བར་གྱུར་ནས་སྤྱིན་འབྲིགས་ན་.....དང་ཁ་བ་འབབ་ཀྱི་རེད། གངས་ཚུ་རྒྱུག་
 བཞིན་པའི་གཡམས་གཡོན་དུ་ཤིང་ནགས་ཡོད། ཤིང་ནགས་སུ་.....རི་དྲགས་གཙན་ཟན་མང་
 སོ་གནས་སྡོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཤིང་ནགས་དཀྱིལ་དུ་.....ཡང་འབྲིལ་ཡོད་པ་རེད།

༣. དེ་མོར་བལྟས་ནས་མིང་འོད།



ས། མཚོ། ཉམ་མཁའ། བབ་ཚུ། ཉི་མ་འཕར་བ། མེ། རྒྱང་། བར་སྐང་། རྒྱིབ།

༤. མཐུན་སྦྱོར་གྱི་ས།



རྒྱིབ།



ས་གཞི།



ཚུ་སྐང་།



བབ་ཚུ།



མཚོ།



རྒྱང་འཕྲོ་བ།

6. བརྗོད་དུས་བསྐྱབས་ནས་ལན་ཤོད།

ཆེ་ཐར་གཏོང་བ།



ཉིན་ཞིག་གཞིན་ཅུ་དོན་གྱུབ་བྱང་ཚུབ་
ཤིང་སྤོང་འོག་བཞུགས་ཡོད་པ་རེད།
དེ་དུས་གནམ་ནས་བྱ་ངང་པ་ཞིག་སློ་

བྱར་དུ་ས་ལ་སྤྱང། གཞིན་ཅུ་དོན་གྱུབ་མགྲོགས་པོ་མགྲོགས་པོ་ལངས་ནས་བསྐྱས། ངང་པའི་
གཞོག་པར་མདའ་གཟུགས་ནས་མས་སློན་ཆགས་ཡོད་པ་མཐོང། ངང་པ་སྐྱབས་བསྐྱེད་གྱིས་
མནར་བའི་སློང་བའ་འདོན་བཞེན་ཡོད་པ་རེད། གཞིན་ཅུ་ས་དེ་ལ་སློང་རྗེ་ནས་བྱར་དུ་བྱིས་ཏེ་
སྤོང་བཅོས་བྱས། ལྷས་བྱིན་ཡོང་ནས། “ངང་པ་དེ་ངའི་རེད། ངས་མདའ་གཟུགས་ནས་སྤྱང་བ་
རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ལ་ཐོབ་དགོས།” ཞེས་བཤད་པ་རེད། “གལ་སྲིད་ངང་པ་ཤི་
ན་ཚུད་ལ་ཐོབ། ངས་ཁོའི་སློག་བསྐྱབས་པ་རེད། གསོ་མཁན་ང་ཡིན་པས་ང་ལ་ཐོབ་དགོས།”
གཞིན་ཅུ་དོན་གྱུབ་གྱིས་བཤད། དེ་ལྟར་ཁོང་གཉིས་ཡུན་རིང་བཅད་པའི་རྗེས་གཞིན་ཅུ་ཐོབ།
ངང་པ་ཡང་མས་སློན་ཆགས་ཏེ་ཆེ་ཐར་བཏང་བས་འཕུར་སོང་བ་རེད།

- (ཀ) ས་ལ་ག་རེ་སྤྱང་བ་རེད།
- (ཁ) ངང་པ་ལ་མདའ་གཟུགས་གཟུགས་པ་རེད།
- (ག) ངང་པའི་སློག་སྐྱབས་བསྐྱབས་པ་རེད།
- (ང) ངང་པ་སྐྱེལ་ཐོབ་པ་རེད།
- (ཅ) ངང་པ་མས་སློན་ཆགས་ནས་ག་རེ་བྱས་པ་རེད།

2. རི་མོར་བལྟས་ནས་མིང་བྲིས།



ཀེ་ཙོ། བྱ་རོག་ བྱ་ཤོ། བྱ་མོ། མ་བྱ། འུག་པ། བྱ་ཚོད། མཆིལ་པ། ལྷུང་ལྷུང། སུག་
རོན། ངང་པ། བ་ཕྱང། ལ།

1. རི་མོས་བྱས་ནས་སློབ་དགོས།

ཉེ་འཁོར་དུ་ག་རེ་ག་རེ་ཡོད།

ཚོས་འཛོམས་དང་གཡང་འཛོམས་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་བཤམ།

ཚོས་འཛོམས། : ཁྱེད་རང་གི་ཁང་པའི་འབྲིས་ལ་ག་རེ་ག་རེ་ཡོད་རེད།

གཡང་འཛོམས། : ངའི་ཁང་པའི་འབྲིས་ལ་གཅང་ཚུ་ཡོད། གཅང་ཚུ་

ཡ་སློབ་དང་སྤོང་འོག་ཏུ་ཤིང་ནགས་ཡོད། ཤིང་ནགས་སུ་སྤྲེལ་དང་།

དོམ་ལྷ། ལྷུང་གི་དོམ་ནག་དང་སྟག་གཟིག་སོགས་གཅན་ཟན་དང་རི་དྲགས་མང་པོ་གནས་སྡོད་

བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཁྱེད་ཀྱི་ཁང་པའི་ཉེ་འཁོར་དུ་ག་རེ་ག་རེ་ཡོད་རེད།

ཚོས་འཛོམས། : ངའི་ཁང་པའི་ཉེ་འཁོར་དུ་གངས་ཚུ་དང་ཤིང་སྡོང་མང་པོ་ཡོད། ཤིང་སྡོང་སྤོང་

སློབ་སུ་ག་རེ་ཡོད། ལྷུང་གིས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པས།

གཡང་འཛོམས། : ཤེས་ཀྱི་མིད། ག་རེ་ཡོད།



༡༡. ཚིག་སྐྱབ་བཅོས།

སྒྲིབ། : -----

ནམ་མཁམ། : -----

མེ་ཉོག། : -----

གངས་ཚུ། : -----

རུས་སྐྱམ། : -----

༡༢. སྐྱོད་ག་པར་སྒྲིག་ས།

མངོན་བརྗོད་མིང་གི་ནམ་གངས།

ཚུ་སྐྱེས། འདམ་སྐྱེས། མེ་ཉོག།



བཏུང་བྲ། ཉལ་འགྲོ། ཚུ།



ཚུར་ཉལ། རྒྱབ་རིང། ཉ།



བྲལ་འགྲོ། དན་ལྷུབས་ཅན། རུས་སྐྱམ།



ལྷ་ལམ། སྐྱོན་ལམ། རྒྱ་སྐྱར་ལམ། ནམ་མཁམ།



ཚུ་འཛིན། མཁམ་སྐྱང། སྒྲིབ།



འོར་འཛིན། འཛིན་མ། ས་གཞི།



༡༣. བསྐྱུགས་ནས་ལན་གྱིས།



རླུང་ཏྲ།

ང་ཚོ་ནང་བའི་ལུགས་ལ་ལོ་གསར་དང་ཚེས་
བཟང་དུས་བཟང་ལ་རླུང་ཏྲ་དང་དར་ཚེན་
འབྲུགས་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད། བར་ཆད་སློབ་

པ་དང་བྱ་བ་ལམ་སློང་ཡོང་བའི་ཆེད་རླུང་ཏྲ་དཔྱོད་གི་ཡོད། རླུང་ཏྲའི་ནང་བཅོས་ཐབས་དང་
མཐུན་བའི་གཞུངས་སྐྱུགས་མང་པོ་བཅུག་གི་ཡོད་རེད། རླུང་ཏྲའི་ཚོན་མདོག་ལྷ་པོས་ནི་འབྲུང་
བའི་ཁམས་ལྷ་མཚོན་གྱི་ཡོད་རེད། འབྲུང་བ་ས་མཚོན་ཆེད་སེར་པོ་དང་། ལུ་མཚོན་ཆེད་ལྷང་
གྲུ། མེ་མཚོན་ཆེད་དམར་པོ། རླུང་མཚོན་ཆེད་དཀར་པོ། ལྷ་མཚོན་ཆེད་སྲོན་པོ་ཡོད་
པ་རེད། ཚོན་མདོག་དེ་ཚོ་སློབ་བདག་གི་ཁམས་དང་བསྐྱུག་ནས་སློབ་གི་ཡོད་རེད།

(༡) རླུང་ཏྲ་ག་དུས་དཔྱོད་གི་ཡོད་རེད།

ལན།

(༢) རླུང་ཏྲ་ག་རེ་ཆེད་དུ་དཔྱོད་གི་ཡོད་རེད།

ལན།

(༣) རླུང་ཏྲ་ལ་ཚོན་མདོག་ག་ཚོད་ཡོད་རེད།

ལན།

(༤) ཚོན་མདོག་སེར་པོས་ག་རེ་མཚོན་གི་ཡོད་རེད།

ལན།

(༥) ཚོན་མདོག་དེ་ཚོ་ག་རེ་དང་བསྐྱུག་ནས་སློབ་གི་ཡོད་རེད།

ལན།

༡༤. བར་སྟོང་ཁ་སྐོངས།

དཀར་པོ། དམར་པོ། སེར་པོ། ཉག་པོ། ལྗང་གུ། སྟོན་པོ།

རྒྱ་མཚོ་དང་། ཉམ་མཁའ། གཡུ་བཅས་ཀྱི་ཚོན་མདོག་ནི་.....རེད།
 དུང་དང་། གངས་རི། འོ་མ་བཅས་ཀྱི་ཚོན་མདོག་ནི་.....རེད།
 ལྷ་རུ་དང་། མེ། ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཚོན་མདོག་ནི་.....རེད།
 ཚེ་ལུ་མ་དང་། གསེར། ཚོས་གོས་བཅས་ཀྱི་ཚོན་མདོག་ནི་.....རེད།
 ལོ་མ་དང་། རྒྱ། བད་ཚལ་བཅས་ཀྱི་ཚོན་མདོག་ནི་.....རེད།
 སོལ་བ་དང་། ཐོ་རོག་ལུན་པ་བཅས་ཀྱི་ཚོན་མདོག་ནི་.....རེད།

༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུལ།



ཁོར་ལུག་སྤྱང་སློབ།
 ས་ཡི་གོ་ལའི་སྤྱང་གོ།།
 མི་དང་སློབ་ཚན་གསུལ་གྱུར་གྱི།།
 འཚོ་སྤྱང་འབྱུང་གནས་ནགས་ཚལ།།
 སྤྱང་སློབ་འཇུགས་སྤྱན་གནང་འཚལ།།



ལུས་ལ་ཚུ་ཡི་ཆ་མང་།།
 གོ་ལའི་སྤྱང་དུ་ཚུ་མང་།།
 གངས་ཚུ་གཙང་ཚུ་འབྱུང་འགོ།།
 གཙང་མ་འཇོག་དགོས་ཚུ་འགོ།།



ཞོ་མར་འོ་མའི་དཀར་ཟས།།
 ཟས་སྒྲ་འབྱུ་རིགས་ཚལ་ཆེད།།
 ལུགས་གསོ་འབྲོག་པའི་འབྲོག་ལས།།
 ལས་ལས་སོ་ནམ་ཞིང་ལས།།



2. རེ་མོར་བལྟས་ནས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ་ལ།



3. གཤམ་གྱི་ཚིག་གི་གོ་དོན་གྲིས།

ཁོར་ཡུག་ཤིང་ནགས། སྤྱིན། གངས་རི། མཚོ།

4. རེ་མོས་བྱས་ནས་སློབ་གསུམ།

གཙང་ཚུ་འགྲམ་གད་སྟེགས་མ་གཡུག

བཟ་ཤིས་སློབ་མ། : ལྷོས་དང། གཙང་

ཚུ་འགྲེལ་ནས་ཆེ་ཅུ་ཕྱིན་འདུག།

སྟེན་བ་ཆེ་རིང། : འོ་རེད། གཙང་ཚུ་

གཅིག་ཕུ་རེད་མི་འདུག། དེའི་ནང་གད་



སྟེགས་དང། འདམ་བག་ཤིང་སྤོང། སེམས་ཅན་བཅས་འབྱེར་འདུག།

བཟ་ཤིས་སློབ་མ། : བ་ཡེ་ལྷོས་དང། འགྲིག་ཤོག་ཤོག་གུ་སློབ་གི་ཉར་སྐྱད། སྟེན་ཁང་དང་ཁང་

བྱིམ་སོགས་སྟེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གད་སྟེགས་ཀྱང་མཐོང་གི་འདུག།

སྒྲིབ་པ་ཚེ་རིང་། : ང་ཚོར་དགོ་ཆུན་གྱིས་སློབ་གྲུབ་ག་བ་ག་སར་གད་སྟེགས་འདོར་མི་ཚོག་ཅེས་
སློབ་གསོ་གནང་གི་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་དེ་རིང་གཙང་ཆུ་དེ་བཙོག་པ་དང་རྟོགས་ཆུ་ཆགས་པ་
མཐོང་སོང་།

བཀྲ་ཤིས་སྒྲོལ་མ། : མི་ཚོས་ཉ་གོ་བཞིན་དུ་གཙང་ཆུ་འགྲམ་དང་། ས་ཆ་གང་སར་གང་འདྲ་
བྱས་ནས་གད་སྟེགས་དོར་བྱུབ་པ་ཡིན་ནམ།

སྒྲིབ་པ་ཚེ་རིང་། : འོ་རེད། གད་སྟེགས་གཡུག་ས་གཅིག་ཕུ་ལ་གད་སྟེགས་འདོར་དགོས་རེད། ས་
ཆ་གང་སར་གད་སྟེགས་གཡུགས་ན་གཙང་ཆུ་སོགས་བཙོག་པ་ཆགས་འགོ་གི་རེད། ཆུའི་ནང་དུ་
གནས་སྡོད་བྱེད་པའི་ཉ་དང་སྐལ་པ་སོགས་སློག་ཆགས་མང་པོ་ལ་ཡང་གཞོན་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་
ལྟར་གད་སྟེགས་དོར་ཚོག་གི་མ་རེད་བཤ།

བཀྲ་ཤིས་སྒྲོལ་མ། : རེད། མི་ཚོའི་སློབ་པ་དེ་འདྲ་ཡག་པོ་མ་རེད། གཙང་ཆུ་འགྲམ་གང་སར་
གད་སྟེགས་འདོར་མཁན་ཚོ་ལ་སློབ་གསོ་བྱེད་དགོས་རེད། མི་ཉན་མཁན་ཚོ་ལ་ཉེས་ཆད་ཕོག་
པའི་བྲིམས་བཟོ་དགོས།

སྒྲིབ་པ་ཚེ་རིང་། : ཡ་ཡ། ང་ཚོ་ཚང་མ་མཐུན་སྦྲིལ་བྱས་ནས་གོང་སྡེ་དང་ནང་མི་བྲིམ་མཚེས་སུ་
ཡིན་ན་ཡང་། གཙང་ཆུ་འགྲམ་དང་ཁོར་ཡུག་གང་སར་གད་སྟེགས་མ་གཡུག་ལབ་དགོས།

བཀྲ་ཤིས་སྒྲོལ་མ། : འགྲིག་གི་རེད། ང་ཚོས་གོགས་པོ་གཞན་ལ་ཡང་ལས་འགུལ་དེའི་ནང་
བརྟུག་དགོས།

སྒྲིབ་པ་ཚེ་རིང་། : ང་ཚོ་ཚང་མ་མཉམ་རུབ་བྱས་ནས་རུལ་འགོ་བ་དང་མི་རུལ་བའི་གད་སྟེགས་
རིགས་སོ་སོར་བྱེ་ནས་འཛོག་དགོས། མི་རུལ་བའི་གད་སྟེགས་རིགས་ལོགས་སུ་འཛོག་ཡ་དང་།
རུལ་འགོ་བའི་རིགས་ས་དོང་རུས་ནས་འཛོག་པའི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་དགོས། ང་ཚོའི་གཙང་པོ་དང་།
ཆུ་རྗེད་། མཚོ་ལྷུ་ ཁྲོན་པ། ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་འཛོག་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཆུ་ནང་གནས་སྡོད་
བྱེད་པའི་ཉ་དང་། སྐལ་པ་སོགས་སློག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཆུ་གཙང་མར་གནས་སྡོད་བྱེད་པའི་གོ་
སྐབས་རག་གི་རེད། སློག་ཆགས་དེ་ཚོ་ཡང་དགའ་བ་དང་སྦྱིད་སྣང་ཚོར་གྱི་རེད།

༥. ལུ་ལྷོ་རྒྱ་ཞེས་པའི་ཚིག་སྐྱུར་ནས་ཚིག་སྐྱུབ་ལྟ་བུ་བཟོས།

- ༡) -----
- ༢) -----
- ༣) -----
- ༤) -----
- ༥) -----

༦. དེ་མོར་བལྟས་ནས་རེ་ཕུ་མིག་ནང་གི་ཚིག་བདམ་སྟེ་བར་སྟོང་སྐོངས།



གཙང་མ། འིང་སྟོང་། དཀའ་ངལ། སྐྱགས་བཙོག་གཙོང་གཏུབ། སེམས་ཅན། སྤྱིན། འཇུགས་སྐྱུན། སྤང་སྟོབ།

འིང་སྟོང་མང་པོ་ཡོད་ན་མཁའ་རྒྱུང་.....ཆགས་ཀྱི་རེད། ང་ཚོའི་ཁོར་ལུག་གི་མཁའ་
 རྒྱུང་གཙང་མ་འཇོག་དགོས། མཁའ་རྒྱུང་སྐྱགས་བཙོག་མི་འོར་བའི་ཆེད་.....མང་
 པོ་གསར་འཇུགས་བྱེད་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་རེད། དེ་རིང་ཁ་སང་མཁའ་རྒྱུང་
 སྐྱགས་བཙོག་འོར་ནས་དེ་སེམས་ཐབས་ལ་.....ཆེན་པོ་འཕྲད་ཡོད་རེད། མིའི་བྱ་སྤྱོད་ངན་
 པའི་ཁྲོད་ནས་མཁའ་རྒྱུང་.....ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བསམ་སྟོན་མ་བཏང་བར་འིང་སྟོང་.....
 ་་བྱེད་པ་ནི་དཀའ་ངལ་མགོན་འབོད་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་རེད། འིང་སྟོང་ནི་འགོ་བ་.....འཚོ་བའི་

ཉེན་གཞི་ཡང་རེད། འཛིན་སྲོང་དང་ཚི་འཛིན་གིས་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་འཚོ་
 རྒྱུ་ཟེར་བའི་དྲངས་གཙང་གི་མཁའ་དབུགས་.....གྱི་ཡོད་རེད། རྒྱ་མཚན་དེའི་སྤྱིར་ང་
 ཚོས་འཛིན་སྲོང་མང་པོ་.....བྱེད་དགོས། དེ་ཚོ་.....བྱེད་དགོས་པ་ཡང་གལ་ཆེན་པོ་
 ཆགས་ཡོད་རེད།

པ. རི་ཚོར་བལྟས་ནས་མིང་འོད།



འགྲོག་པས་གཡག་དང་འབྲི་རྟ་བཅས་འཚོ་བཞིན་པ། སོ་ནམ་པས་ཞིང་ལས་བྱེད་པ།
 གཙང་རྒྱ་འགྲམ་གད་སྟོགས་གཡུག་མི་ཚོགས། འཛིན་སྲོང་འཇུགས་སྐྱུན་བྱེད་པ།

ཤ. རི་ཚོར་བལྟས་ནས་འགྲེལ་བརྗོད་གྱིས།

༡) རྒྱ་སེ་མེ་ཉོག



༢) ལྷག་མའི་མེ་ཉོག



༣) བྱུང་ཀུམ་མེ་ཉོག



༤) ཉེ་མ་མེ་ཉོག



༥) མ་ལི་ཀ་མེ་ཉོག



༦) འངམ་པའི་མེ་ཉོག



༧) མེ་ཉོག་པརླུ



༨) མེ་ཉོག་ཀུ་ལུད།



༤. མོགས་པོ་ལ་ཉན་བཅུག་ནས་མོགས།



སྤང་མ་དང་སྤྱེ་མ་ལེབ་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་གྱི་ཡོད་རེད།
སྤྱེ་མ་ལེབ་ནི་དགར་པོ་དང་། དམར་པོ། སེར་པོ། ལྷ་བོ་
སོགས་ཚོན་མདོག་འདྲ་མི་འདྲ་ཡོད་རེད། སྤང་མ་ནི་པལ་

ཆེར་ཚོན་མདོག་ གཅིག་པ་ཡོང་གི་རེད། སྤྱེ་མ་ལེབ་གྱིས་སྤང་མས་ནང་བཞེན་མེ་ཉོག་
གི་བཅུད་འཛིབ་གྱི་ཡོད་རེད། སྤང་མ་ནི་འབད་བཙོན་ཅན་གྱི་འཕྱུ་ཞིག་རེད། སྤང་མས་མེ་ཉོག་
ལས་བཅུད་སྤངས་ནས་སྤང་ཅི་བཟོ་གི་ཡོད་རེད། ང་ལ་སྤྱེ་མ་ལེབ་དགའ་པོ་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་
སྤྱེ་མ་ལེབ་གྱིས་སྤང་ཅི་བཟོ་གི་མ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བཏེན་ནས་བྲིམ་དུ་སྤང་མ་གསོ་ཡོད་
རེད། སྤྱེ་མ་ལེབ་ནི་ཞིང་ཁ་སོགས་སུ་གནས་སྡོད་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

10. བསྐྱུགས་ནས་ལན་བྲིས།

འཇམ་གླིང་སྐྱེ་བསང་།



དེ་རིང་འཇམ་གླིང་སྐྱེ་བསང་གཏོང་བའི་ཉིན་མོ་
 རེད། གནའ་ལྷ་མོ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྲོང་ལྷེ་ལུ་
 བཅོན་ཀྱི་སྐྱ་དུས་སྟུ། གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་།
 མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་ཡང་བོད་དུ་བཞུགས་ཡོད་

བ་རེད། ཁོང་རྣམས་བ་གསུམ་ལ་མཁན་སློབ་ཚོས་གསུམ་ཟེར་ཀྱི་རེད། ཟླ་བ་ལྷ་བ་སྐྱོན་ཟླ་བའི་
 ཚོས་བཅོ་ལཱའི་ཉིན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཡུལ་མི་ཚོ་བོད་ཉམས་པོ་རི་ཅེར་ལྷན་འཇོམས་གནང་
 བས། ཚོས་སྐྱུང་ལྷ་སྐྱ་གཞི་བདག་བཅས་ལ་ལྷ་བསང་བཏང་གནང་བ་རེད། སྐྱིས་སྐྱ་དབུས་
 གཙང་སྐྱོགས་སྐྱ་ལྷ་བསང་གཏོང་སྲོལ་དེ་དར་ནས་འཇམ་གླིང་སྐྱེ་བསང་ཞེས་མིང་ཐོགས་བ་
 རེད། དེ་དང་མཐུན་བར་དེང་སང་ཡང་། ང་ཚོ་ནང་བ་ཚོ་སོ་སོའི་ཡུལ་ས་གནས་ཀྱི་ལྷ་སྐྱ་གཞི་
 བདག་སོགས་ཀྱི་གཞོན་པ་མི་ཡོང་བའི་ཆེད། རྒྱལ་བརྟན་ལྷ་བསང་གི་མཚོན་པ་འབྲུལ་ཀྱི་ཡོད་
 རེད། དེ་ལྟར་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་སོགས་ལ་ལྷ་བསང་བཏང་ན། སྐྱགས་བཅོག་ཤོར་བ་སོགས་
 ཀྱི་གྲིབ་སངས་ཀྱི་རེད། བྱ་བ་ལམ་སློང་ཡོང་གི་རེད། ལྷ་སྐྱ་གཞི་བདག་སོགས་ཀྱི་གཞོན་པ་
 དང་བར་ཆད་ཡོང་གི་མ་རེད།

(ཀ) འཇམ་གླིང་སྐྱེ་བསང་ག་དུས་གཏོང་གི་རེད།

ལན། -----

(ཁ) འཇམ་གླིང་སྐྱེ་བསང་དང་ཐོག་སྐྱུས་གཏོང་སྲོལ་བཙུགས་བ་རེད།

ལན། -----

(ག) འཇམ་གླིང་སྐྱེ་བསང་ཉིན་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་རེད།

ལན། -----

(ང) འཇམ་གླིང་སྤྱི་བསང་བཏང་ན་པཎ་ཡོན་ག་རེ་ཡོད་རེད།

ལན། -----

༡༡. བརྗོད་དུས་བསྐྱབས་ཏེ་དངོས་ལན་བདམ་ནས་བྲིས།

ངའི་པ་ལགས་སོ་ནམ་པ་རེད། ཁོང་གིས་གོ་དང་། ཉན། ཞུགས་ཤིང་། བྲ་བོ་བཅས་འབྲུ་རིགས་
 ཞིང་ཁར་འདེབས་གནང་གི་ཡོད་རེད། ཞོག་ཞོག་ བད་ཚལ་རིགས་ཀྱང་འདེབས་གནང་གི་
 ཡོད་རེད། ཁོང་གིས་ཀྱང་ཕྱུ་སོགས་ཤིང་ཏོག་གི་རིགས་ཀྱང་འདེབས་གནང་གི་ཡོད་རེད། ཁོང་
 གིས་དུས་ནམ་ཡང་ལོ་ཏོག་ལ་དུག་རྩིས་འབྲུ་སྐྱོན་སོགས་བེད་སྲོུད་གཏོང་གནང་གི་མ་རེད།
 ཞུ་མ་ལགས་འགྲོག་ལས་གནང་གི་ཡོད་རེད། ར་ལུག་དང་འབྲི་དང་མཛོ་མོ་མང་པོ་གསོ་ཡོད་
 རེད། ལུང་གི་ཆེད་ར་ལུག་དང་འབྲི་མཛོ་སོགས་ཀྱི་ལྷོ་བ་ལྷུག་གནང་གི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནང་
 དེང་སང་མི་པལ་ཆེ་བས་ལོ་ཏོག་ལ་དུག་རྩིས་འབྲུ་སྐྱོན་སོགས་བེད་སྲོུད་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེ་
 ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུ་རིགས་ཀྱི་ཟས་དུག་རྩིས་སུ་གྱུར་གྱི་རེད། དེ་ཚོ་བཟས་ན་ནད་གཞི་མང་པོ་
 འབྲུང་གི་ཡོད་རེད། ལོ་ཏོག་ལ་དུག་རྩིས་འབྲུ་སྐྱོན་མང་པོ་བེད་སྲོུད་བྱས་པའི་རྒྱུ་གིས་བཙོས་
 སུ་མེད་པའི་ནད་ན་ཚ་འཕེལ་གྱི་ཡོད་རེད། དུག་རྩིས་ཀྱིས་ས་ཞིང་དང་མཁའ་རྒྱུང་སོགས་ཀྱང་
 འགྲོ་བརྒྱུག་དང་སྐྱབས་བཙོག་བཙོག་གི་ཡོད་རེད། དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་དུག་རྩིས་མེད་པའི་ཞིང་
 ལས་བྱེད་དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

(ཀ) པ་ལགས་ག་རེ་རེད།

- ༡) སོ་ནམ་པ། ༢) ལྷོ་བྲིས་པ། ༣) འགྲོག་པ།

(ཁ) ཨ་མ་ལགས་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་རེད།

- 1) ཞིང་ལས། 2) ལྷན་ཞབས་མ། 3) འབྲོག་ལས།

(ག) དུག་ཡོད་པའི་ཟས་རིགས་བཟས་ན་ག་རེ་འབྲུང་གི་རེད།

- 1) བད་གཞི། 2) ལྷིང་པོ། 3) འཕྲོད་བསྟེན།

(ང) ཞིང་ཁའི་ལོ་ཉི་ཤེས་ག་རེ་སྤྱོད་དགོས་རེད།

- 1) ལྷི་བ། 2) འབྲུ་སྤྲོད། 3) དུག་རྫས།

12. བརྗོད་དུམ་བཟུགས་ནས་ཚོན་སྤོན་བཏང་བའི་མིང་ཚིག་བཤུགས།

ནགས་ཚལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་དགོས།

སྤོ་སྤྱང་མརྗོད་པའི་ནགས་ཚལ་ནི་རི་
 དུགས་གཅན་ཟན་དང་བྱ་བྱིའུ་ཚོའི་འཚོ་
 གནས་སྤོད་གནས་རེད། ལྷག་དང་། གཟིག
 རོམ། ལུ་བ། བསེ་བྱ། སྤྱང་ཚེ། སྤྱང་
 གི་སྤོའུ་བཅས་ནགས་ཚལ་དུ་བཟུང་
 དང་། ཚེད་མཚོང་བྱས་ནས་གནས་སྤོད་
 བྱེད་གི་རེད། ལུག་ལ། བྱ་རོག་ལྷ་བྱུག་མ་
 ལ། ལུ་ལུད། ལྷ་སྤྱོད་ལྷང་ལྷང་། རེ་ཚོ་སོགས་བྱ་བྱིའུའི་རིགས་མང་པོ་ཡང་ནགས་ཚལ་དུ་བཟུང་



འཕྲུང་དང་། ཅིང་འཕྲུང་སོགས་བྱས་ནས་གནས་པས། རྒྱལ་ཚལ་ཡང་མངོས་པོ་སྤང་གི་
 རེད། རྒྱལ་ཚལ་གྱིས་ང་ཚོའི་ཁོར་ཡུག་གི་མཁའ་རྒྱུང་ཡང་གཙང་མ་དང་མངོས་པོ་བཟོ་གི་
 ཡོད། རྒྱལ་ཚལ་ནི་ང་ཚོ་ལ་དགོས་མཁོ་ཆེན་པོ་རེད། ལྷག་པོ་རིགས་ཀྱི་ཆེད་རྩུ་དང་། ཟས་
 བཙོ་བའི་ཆེད་ཤིང་སྐྱམ་ཡང་རྒྱལ་ཚལ་ནས་རག་གི་ཡོད་རེད། ཁང་བ་དང་། ཅོག་ཅོ། རྒྱབ་
 རྒྱལ་བཟོ་བའི་ཤིང་ཡང་རྒྱལ་ཚལ་ནས་རག་གི་ཡོད་རེད། རྒྱལ་ཚལ་ནི་ང་ཚོ་ཚང་མའི་
 སྤྱི་ཚོར་རེད། དེས་ན་རྒྱལ་ཚལ་གསལ་གྱི་ཤིང་སྤོང་དེ་ཚོ་གང་བྱུང་བྱུང་དུ་གཏུབ་ཚོགས་གི་མ་རེད།
 ཤིང་སྤོང་གཏུབ་པའི་སྤོན་དུ་ཤིང་སྤོང་གཉིས་གསར་འཛུགས་བྱེད་དགོས། རྒྱལ་ཚལ་དུ་
 ཡོད་པའི་བྱ་བྱིའུ་དང་། སེམས་ཅན་དེ་དྲགས་སོགས་གསོད་མི་ཚོགས། ཤིང་རྒྱལ་ཚལ་ནང་མེ་ཤོར་
 བ་ལས་སྐྱོབ་དགོས། རྒྱལ་ཚལ་འཕེལ་བའི་ཆེད་ས་ཐང་སྤོང་པར་ཤིང་སྤོང་དང་ཅི་ཤིང་སྤོང་
 ཚོགས་གསར་འཛུགས་བྱེད་དགོས། ཤིང་རྒྱལ་ཚལ་གང་བྱུང་དུ་གཙོད་གཏུབ་བྱེད་མཁའ་ཚོ་ལ་
 ཉེས་ཆད་རྒྱལ་དགོས། རྒྱལ་ཚལ་ནི་ང་ཚོའི་ཁོར་ཡུག་གི་མཁའ་རྒྱུང་གཙང་མ་འཛོག་རྒྱུར་
 སུ་ཐོགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་རྒྱལ་ཚལ་སྤང་སྐྱོབ་བྱེད་དགོས། ང་ཚོའི་ཁོར་
 ཡུག་གཙང་མ་དང་སྤོང་སྤོང་འཛོག་དགོས།

སློབ་ཚན། ༡༣

༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུམ།

མཛེས་པའི་རི་མོ།

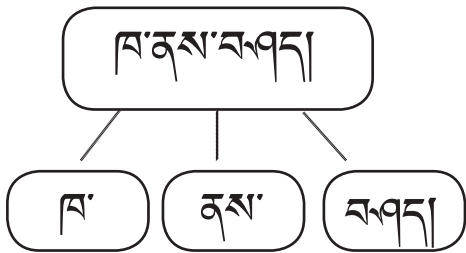
ཐེག་ཤིང་ལག་ཏུ་བཟུང་ནས།
 སྐྱ་གུས་དང་ཐེག་འཐེན་པས།
 རྣམ་དཔྱོད་རིག་པའི་རྩལ་ལས།
 མཛེས་པའི་རི་མོ་ཐོན་འོང།
 བྱ་གསུམ་བྱ་བཞི་དབྱིབས་དང་།
 བཀོད་ལེགས་མེ་ཏོག་ལྷུ་མ་དུ།
 མཐོ་བའི་གངས་དཀར་རི་བོ།
 མཚོ་དང་རྗེང་བུ་མཛེས་སྣོངས།
 མི་ཚོར་ཁང་ཁྱིམ་བྱ་བྱིན།
 སེམས་ཅན་སྣ་ཚོགས་འབྲི་རོགས།
 གང་མཛེས་ཚོན་མདོག་བཏང་ནས།
 ཡིད་དབང་འཕྲོག་པ་བཟོ་རོགས།



༣. དེའུ་མིག་ནས་མིང་ཚིག་བཅུ་བཅའ་ཉེ་སྒོར་ཉག་ས་ཚྲིབ།

མེ་	མོང་	ཚོས་	དུང་	དགར་
བེལ་	བ་	བ་	ཡུངས་	ཀར་
ཚྱ་	ཡུལ་	རྩོ་	རྩོ་	ལགས་
བལ་	མཚོ་	མོ་	བ་	མོ་
རྩ་	རྩོན་	ལྷང་	མཚོ་	ཉི་
དེ་	ཡི་	མ་	ལོག་	ལྷ་
མོ་	དུགས་	མོ་	བ་	བ་

༤. བསྐྲུན་ནས་ཚིག་སོ་སོར་བྱེ་སྡེ་བྲིས།



6. མཐུན་སྦྲུང་གྱིས།

མཚོ་སྡོན་པོ།



གངས་དཀར།



བསེ་བྲ།



མང་ལྗང།



ཕུག



7. དབྱིབས་ཀྱི་རི་མོ་བྲིས།

ལྗམ་པོ་དཀར་པོ།

གྲུ་བཞི་མེར་པོ།

ལྷ་གམ་དམར་པོ།

གྲུ་གསུམ་མཐིང་ག།

༡. རི་མོར་ཚོན་བཏང་ནས་མིང་བྲིས།



འདི་.....རེད།

༥. བསྐྲུབ་པ་ནས་ལན་འདེབས་དགོས།



མཚོན་ཉེན་གྱ་རུང་ཁ་ཤོར།

མཚོན་ཉེན་གྱ་རུང་ཁ་ཤོར་ནི་ཅ་ཆེ་
 ཤོས་ཤིག་དང་རྗེས་ཤིག་རེད།
 མཚོན་ཉེན་གྱ་རུང་ཁ་ཤོར་ནི་བལ་
 ཡུལ་རྒྱལ་ས་ནང་ཡོད་རེད། བལ་
 རྟེན་དུ་དེ་ལ་བོད་ལྗོངས་ཀྱི་རེད། བོད་

མཚོན་ཉེན་ནི་མཐོ་ལ་དཀར་མཛེས་གཞན་ཡིད་འཕྲོག་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། མི་སྲུང་མཇུག་
 ཡང་སེམས་ལ་ཞི་བདེ་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། སྤྱི་རྒྱལ་བ་མང་པོ་ཞིག་ས་ཐག་རིང་པོ་ནས་
 ཚོད་དུ་མཚོན་ཉེན་དེ་མཇུག་སྐྱོར་ལ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། སྤྱི་དགོང་མཚོན་ཉེན་སྐྱོར་བར་བྱིན་

ནས་སློན་ལམ་དང་ཕྱག་མཚོད་འབྲུལ་གྱི་ཡོད་རེད། བོད་མཚོད་རྟོན་མཇུག་ནས་སློན་ལམ་
 བཏུབ་ན་བསམ་དོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་གྱི་རེད། ཚེས་བཟང་དུས་བཟང་ལ་ནི་མཚོད་རྟོན་སྐོར་
 བར་འཚང་ག་ཞིག་ཞིག་ཆགས་གྱི་རེད། མཚོད་རྟོན་སྐོར་བ་བྱས་ན་དགོ་བ་ཡོད་པ་ཡིད་ཆེས་
 བྱེད་གྱི་ཡོད། མཚོད་རྟོན་གྱི་མཐའ་སྐོར་དུ་ཚོང་ཁང་དང་ཟ་ཁང་མང་པོ་ཡོད་རེད། མཇུག་སྐོར་
 ཞོར་དུ་ཚོང་ཁང་དེ་ནས་ཅ་ལག་ཉོ་གི་རེད།

(ཀ) ཚོང་ཁང་དེ་ནས་ག་རེ་ཉོ་གི་རེད།

ལན། -----

(ཁ) མཚོད་རྟོན་དེའི་མིང་ག་རེ་རེད།

ལན། -----

(ག) མཚོད་རྟོན་དེ་ག་བ་ལ་ཡོད་རེད།

ལན། -----

(ང) མཚོད་རྟོན་དེ་གང་འབྲུལ་ཡོད་རེད།

ལན། -----

(ཅ) མི་ཚོ་མཚོད་རྟོན་ལ་ག་རེ་བྱེད་ཀ་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད།

ལན། -----

(ཆ) མྱི་རྒྱལ་བ་ཚོ་ས་ཐག་རིང་པོ་ནས་ག་རེ་བྱེད་ཀ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད།

10. དགོ་གན་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་སྦྱངས་སྦྱོངས།

ལྷ་མཚོ། མགོ་མཚུག ཡ་མཚན། ཁ་མཚུ། ལྷ་ མཚན།	མ་སློབ་འཇུག་ཡར་སྐྱར་བའི་སྐྱ་སློབ་པ། དཔེར་ན། ལྷ་ མཚོ་ལ་ལྷུ་མ་མཚོ་སྟེ།
ལྷ་འབྲས། བ་བཟང། ལྷ་བས་འགོ། ལྷ་བས་འཇུག ཞིབ་འཇུག ཞབས་འདྲེན། ལྷ་བ་འབྲས། ཉེན་ འབྲེས།	ཚོན་དམར་བཏང་བའི་ཡི་གེ་རྣམས་མའི་སྐྱ་གདངས་ སློབ་པ། དཔེར་ན། ལྷ་འབྲས་ལ་ལྷུ་མ་འབྲས་སྟེ།
དོ་རྗེ། མ་ཅཱ།	དོར་རྗེ། མར་ཅཱ་ཞེས་མགོ་ཅན་ཡར་སྐྱར་བའི་སྐྱ་སློབ་པ།
སློ་བཟང། བཅུ་བཞི།	བ་སློབ་འཇུག་ཡར་སྐྱར་བའི་སྐྱ་སློབ་པ། དཔེར་ན། སློ་ བཟང་ལ་སློབ་བཟང་སྟེ།
ཚས། མཚོད།	རྗེས་འཇུག་ད་ས་ཨེའི་སྐྱ་སློབ་པ། ཚས་ལ་ཚོམ་དང་། མཚོད་ལ་མཚོམ་སྟེ།
འདུས། དུས།	ས་ཨེའི་སྐྱ་སློབ་པ། འདུས་ལ་འདུམ། དུས་ལ་དུམ་སྟེ།
དད། ཉན། མཁས།	རྗེས་འཇུག་དན་ས་ཨེའི་སྐྱ་སློབ་པ། དད་ལ་དེད་སྟེ།
ཀ་བ། ལྷ་བ། ར་བ། དགའ་བ། དམའ་སོ།	མིང་མཐར་ཡོད་པའི་བ་དེ་སྐྱ་སློབ་པ། ཀ་བ་ལ་ཀ་སྐྱ་སྟེ།
དབང། དབྲས། དབྱངས། དཔེན་པ། དབྱེ་བ།	བ་ལ་ད་སློབ་ཡོད་ན་སྐྱ་སློབ་པ། དེ་ལ་ར་བཏགས་ར་ སྐྱ་དང་། ཡ་བཏགས་ཡ་སྐྱ་སློབ་པ། དབང་ལ་དབྱང་། དབྲས་རལ། དབྱེ་ཡེ། དབྱངས་གཡང་སྟེ།
ལྷ་བ།	ལྷ་བ་ལ་ད་སྐྱ་ཞེས་པའི་སྐྱ་སྐྱར་སློབ་པ།

༡༡. བསྐྲུབ་པ་ནས་རི་མོ་བྲིས་ཏེ་དངོས་ལན་ལ་འགྲིག་ཏུགས་རྒྱུ་བ།

བྱས་ཨ་མ་ལགས་ལ་རི་མོ་འབྲི་ཚུལ་སྐོར་བྲིས་པ།

བྲུ། ཨ་མ་ལགས། ང་རི་མོ་འབྲི་འདོད་ཡོད། བྲིད་ང་ལ་རི་མོ་འབྲི་སྐྱེད་ས་བསྐྲུབ་རོགས་གནང་།

ཨ་མ། ཡ་ཡ། རྩོན་ལ་ཐིག་གསུམ་འཐེན་ནས་གྲུ་གསུམ་བྲིས།

བྲུ། (ཡུན་ཅམ་འགོར་རྗེས།) བྲིས་ཚར་སོང་།

ཨ་མ། དེའི་འོག་ལ་གྲུ་བཞི་བྲིས།

བྲུ། (རྩུང་འགོར་རྗེས།) ཚར་སོང་།

ཨ་མ། དེའི་ནང་ཕར་ཕྱོགས་ཚུར་ཕྱོགས་ཚང་ཏག་ཏག་ལ་གྲུ་བཞི་ཚུང་བ་གཉིས་བྲིས། གཉིས་ཀའི་དགྲིལ་ནས་སྒྲོམ་ཏུགས་འདྲ་པོ་འབྲུད་ཐིག་ཐུར་ཐིག་གཉིས་འཐེན་ནས་གྲུ་བཞི་ཚུང་བ་བཞི་རེ་བཞོས།

བྲུ། ཡ་ཡ། (ཏོག་ཅམ་རྗེས་ལ།) འཐེན་ཚར་ཡིན།

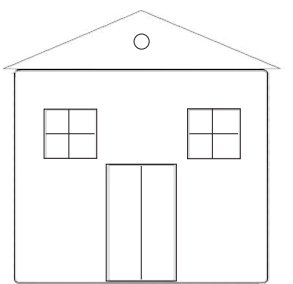
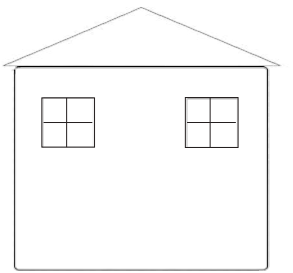
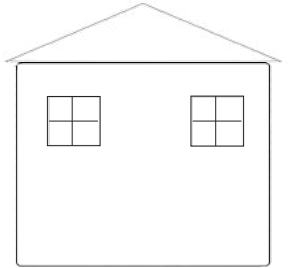
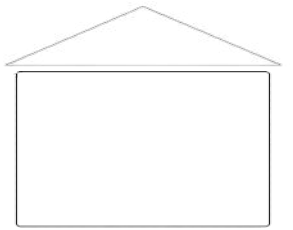
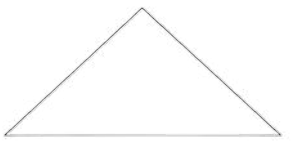
ཨ་མ། གྲུ་བཞི་ཆེ་བའི་ཚང་ཏག་ཏག་དགྲིལ་སྤྲད་ལ་གྲུ་བཞི་ནར་མོ་དང་། དེའི་དགྲིལ་ནས་ཐུར་ཐིག་གཅིག་འཐེན།

བྲུ། འཐེན་ཚར་ཡིན།

ཨ་མ། ད་གོང་གི་གྲུ་གསུམ་ནང་སྐོར་ཐིག་བྲིས་ནས་ང་ལ་སྟོན་དང་།

བྲུ། བྲིས་ཚར། ད་ངས་ཤེས་སོང་།

ཨ་མ། འོ། དཔེ་མཛོས་པོ་མཐོང་གི་འདུག ཡག་པོ་འབྲི་ཤེས་ཀྱི་



འདུག

བྱ། : རི་ཚོ་འདི་དངོས་གནས་དཔེ་མཛེས་པོ་ཚགས་འདུག

(ཨ་མ་ལགས་ཀྱིས་རི་ཚོ་མཛེས་པོ་ཡོད་པ་དང་ཡག་པོ་འབྲི་ཤེས་པའི་བསྟོན་བསྐྱབས་གནང་བས་བྱ་སེམས་དགའ་ནས་པ་ལགས་ལ་རི་ཚོ་དེ་སྟོན་པར་བྱིན།)

(ཀ) སྐྱ་རི་ཚོ་འབྲི་འདོད་ཡོད་པ་རེད།

ཨ་ཕག གཞུང་པོ། བ་མ།

(ཁ) རི་ཚོ་འབྲི་བ་སྐྱས་བསྐྱབས་པ་རེད།

བ་མ། གཞུང་པོ། ཨ་ཕག

(ག) གཞུང་པོས་རི་ཚོ་ག་རེ་སྐྱངས་པ་རེད།

ཁང་བ། ཤིང་སྟོང་། མི།

(ང) རི་ཚོ་དའི་ནང་དབྱིབས་བྱ་བཞི་ཆེ་བ་ག་ཚོད་ཡོད།

གཅིག གསུམ། བཞི།

(ཅ) གཞུང་པོས་རི་ཚོ་ཇི་ལྟར་བྲིས་ཤེས་པ་རེད།

ཆེན་པོ། ཡག་པོ། རིང་པོ།

༡. དགེ་ལྷན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུམ།

སྙན་པའི་སྐྱེ་དང་སྐྱིད་པའི་བློ།

ཕ། -ཆེས་བཟང་དུས་བཟང་རྣམས་ལ།།
 ཡིད་འོང་མཚོན་པ་བཤམས་ཏེ།།
 ར་སྐྱིད་རོལ་མོ་བསྐྱོགས་ནས།།
 དབྱངས་སྙན་ཚོ་ག་འདོན་འདོད།།



བྲ། -སློབ་གྲུའི་གྲུང་སེང་སྐབས་ལ།།
 རི་མགོ་ནགས་དགྲིལ་ཐང་དུ།།
 རྒྱ་སྙན་རོལ་མོ་བསྐྱོགས་ནས།།
 སྙན་པའི་སྐྱེ་ཞིག་གཏོང་འདོད།།



ཕ། -ས་ག་ལྷ་བའི་ཆེས་བཟུང།།
 གོས་ཆེན་དར་གཟབ་བརྒྱན་ཏེ།།
 རོར་བྲིལ་སིལ་སྙན་དགོལ་ནས།།
 གར་གྱི་འཆམ་བློ་འཁྲུག་འདོད།།



བྲ། -ལོ་གསར་འཁྲུངས་སྐར་རྣམས་ལ།།
 སྙན་ལྷ་གོགས་ལོ་ལྷན་འཛོམས།།
 གཞས་སྙན་རྒྱང་བསྐྱགས་སློབ་གསུམ།།
 སྐྱིད་པའི་བློ་ཞིག་འཁྲུག་འདོད།།



2. རི་མོར་བལྟས་ནས་རེ་འུ་མིག་ནང་གི་ཚིག་བདམ་སྟེ་བར་སྟོང་སྐོངས།



འབྲབ་སྟོན་ཁང་། གཞས་མ། རོལ་དབྱངས། སྟུན་པོ། རྒྱང་བསྐྱབས། རྩོ་གར། ལྷན་མོ་བ།

འདི་.....རེད། འདིར་གཞས་བ་.....ཚོས་སྐྱ་གཞས་གཏོང་གི་རེད། སྐྱ་སྟུན་སོགས་
འབྲ་མིན་མང་པོ་དགོལ་གྱི་ཡོད་རེད། རོལ་དབྱངས་དགོལ་ན་སྐྱ་གཞས་.....
 ཆགས་གྱི་རེད། སྟོག་དང་.....སོགས་ཀྱང་ཡོད་རེད། འབྲབ་མཁན་ཚོས་.....འབྲབ་
 སྟོན་བྱེད་གྱི་རེད། མདུན་སྟོགས་སུ་.....མང་པོ་བཞུགས་ཡོད་རེད།

3. རེ་འུ་མིག་ནང་གི་ཚིག་བེད་སྟོང་བཏང་ནས་སྐྱིད་རང་གི་ཁྱིམ་སྐོར་ལ་བྱིས།

ཚོན་མདོག་ ཐོག་བཅེགས། ཐོག་ཁེབས། མཚོད་ཁང་། སྐོ། སྐེའུ་ཁུང་། ལྷུམ་ར། མེ་ཏོག་
 ཁོར་ཡུག་ གཙང་མ།

༤. མཐུན་པའི་ཚིག་བདམ་ནས་སྟོང་ཆ་ཁ་སྟོངས།

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། ལན་རོགས། ཡོད། ག་ཚོད་དགོས། སྒོར་བརྒྱ།
 ལགས་སོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ཡ་ཡ། རྗེས་མ་མཇུག་ཡོད།

- སྟོན་པོ། : བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། ཚོ་ཚོང་པ་ལགས།
- ཚོར་བ། : -----
- སྟོན་པོ། : འབྲུག་པ་བྱི་རིལ་ཡོད་པས།
- ཚོར་བ། : -----
- སྟོན་པོ། : དེ་རེ་ལ་སྒོར་ག་ཚོད་རེད།
- ཚོར་བ། : -----
- སྟོན་པོ། : ང་ཚོ་མི་གསུམ་ཡོད། གསུམ་གནང་རོགས།
- ཚོར་བ། : -----
- སྟོན་པོ། : སྒོར་ ༥༠༠ ཡོད་ ༡༠༠ སྒོག་རོགས་གནང་།
- ཚོར་བ། : སྒོར་ ༡༠༠ ལན་རོགས།
- སྟོན་པོ། : -----
- ཚོར་བ། : སྐར་ཡང་ཤོག་ཞ།
- སྟོན་པོ། : -----



(ག) ལྟག་པ་བཟ་ཤིས་འགྲེལ་བ་སྤྱད་མཐོང་བ་རེད།

(ང) ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་ལྟག་པ་བཟ་ཤིས་ལ་རོགས་བ་ག་རེ་བྱས་བ་རེད།

(ཅ) ལྟག་པ་བཟ་ཤིས་ཀྱིས་རོགས་བ་བྱེད་མཁན་ཚང་མ་ལ་ག་རེ་བྱས་བ་རེད།

༡. ལོ་དོན་བྲིས།

རི་མོ། ཚོན། བྱ་གསུམ། ལྷུ་མ་ལོ། ཁང་པ།

༡. བྱེད་རང་གིས་སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ་ནང་ལེགས་ཆ་ག་རེ་མཐོང་སོང་། འཛིན་གྲོགས་
དང་པན་ཚུན་གྲོས་བྱས་ནས་ཤོད།

༤. བསྐྲུབ་ནས་ལན་ཤོད།

ང་ག་རེ་ལ་འགྱུར་དགོས་སམ།



ང་རང་གཅིག་ཕུ་བསམ་སློབ་པ་ཡིན། ང་ག་རེ་ལ་འགྱུར་
དགོས་སམ། གཞན་བས་དབང་འཕྲུག་ཆེན་པོ་གང་འདྲས་
འགྱུར་རམ། ལྟག་དང་གཟིག་ཏུ་གྱུར་ནས་ག་རེ་བྱེད། ཤིང་
ནགས་ལ་ཕྱིན་ནས་གནས་དགོས། ཆར་ཚུར་བང་དགོས། ཉི་

མས་ཀྱང་འཚོག་གི་རེད། སོ་སོའི་ཁང་ཁྱིམ་ནི་མེད། དེ་བས་སྤྱད་འོན་ཏེ་འགྱུར་དགོས་སམ།
 སྤྱད་འོན་གྱིས་ཀྱང་སྐོང་གཏོང་དགོས། སྐོང་སྐྱེན་ནས་བྱིའུ་སྤྱད་གསོ་དགོས། ཆེན་པོ་
 ཆགས་ནས་མི་ཚོས་སྤྱད་པ་ཁའི་ནང་བཅུག་ནས་བཅོང་གི་རེད། སྤྱད་འོན་ཏེ་ཡང་འགྱུར་གྱི་
 མེད། དེ་བས་མི་ཚོས་སྐོང་སྤྱད་པ་ལ་སྤྱད་ཀྱང་དང་། ར་སྤྱད་ལ་ར་བ་བཅོས་ནས་འཛོག་གི་རེད།
 སྐོང་སྤྱད་པ་སྤྱད་འགྱུར་དགོས་སམ། ཡམ་ལ་། སྐོང་སྤྱད་པ་སྤྱད་ཡང་མི་འགྱུར། མི་ཚོས་ང་ལ་ཐག་
 བས་འདོགས་གྱི་རེད། རྩ་སྤོད་གྱི་རེད། རས་རྩ་བ་བྱུང་གྱི་མ་རེད། རྩ་མི་བ་བ་མཐོང་ན་མི་ཚོས་
 ང་ལ་སྤོད་སེམས་ཅན་དུ་དྲེལ་གྱི་ཟེར་ནས་ཁ་གཏོང་གི་རེད། དཀོན་མཆོག་མཁྱེན། ང་མི་ལུས་
 རང་བཟང་། མིས་ནི་སྤོབས་ཅན་དུ་དྲེལ་ཡང་དབང་དུ་སྤྱད་བྱུང། མི་ནི་ཀུན་གྱི་ནང་ནས་རྣམ་
 དཔྱོད་ཅན་ཞིག་རེད། སེམས་ཅན་སོ་སོའི་གཤེན་སྤོད་དང་གནས་ས་ཡོད་རེད། ད་པན་ཆད་
 ང་སྤྱད་ཡང་ཡང་སྤྱད་ཆགས་བསམ་གྱི་མེད།

- (ཀ) མི་ལ་ག་རེ་བྱས་ནས་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་ལ་བ་བ་རེད།
- (ཁ) ག་རེས་འཚོག་གི་རེད།
- (ག) རྩ་བ་བཟས་ན་མིས་ག་རེ་ཟེར་ནས་ཁ་གཏོང་གི་རེད།
- (ང) མིས་ནི་ཚོ་ལ་ག་བར་བཅུག་ནས་འཛོག་གི་རེད།

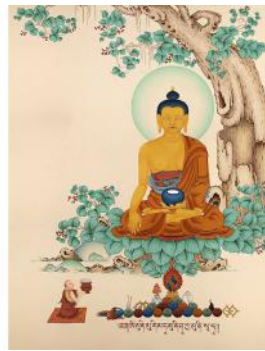
ང་ཚོའི་དིག་གཞུང་།

སློབ་ཚན། ༡༥

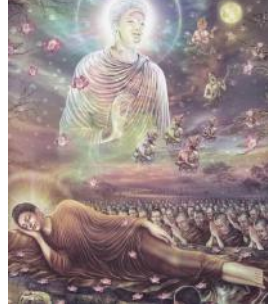
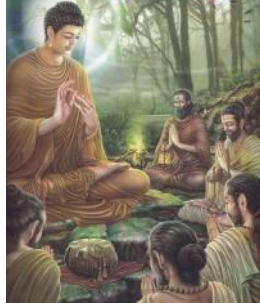
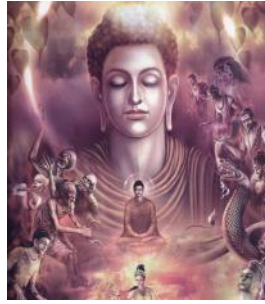
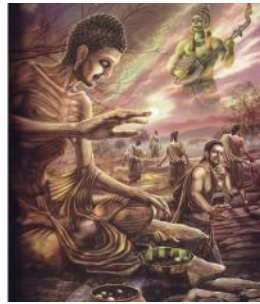
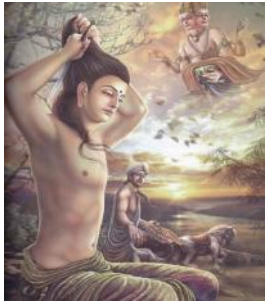
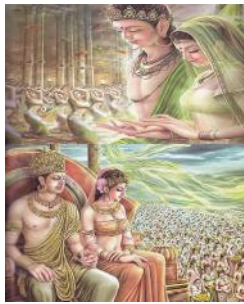
༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུམ།

ས་ག་ལྷ་བ།

ང་ཚོའི་སློབ་པ་ལྷན་ཟུབ།
 འཛིག་ཉེན་ལུན་སེལ་ཉི་མ།
 ས་ག་ལྷ་བའི་ཉ་ལ།
 སྐྱེ་འགྲོའི་ཡིད་ལ་འདར་སོང་།
 ལྷ་མི་ཀུན་གྱི་སློབ་པ།
 ལོ་དུག་དཀའ་བ་སྦྱང་ནས།
 ས་ག་ལྷ་བའི་ཉ་ལ།
 མ་དིག་གཉིད་ལས་སངས་སོང་།
 འཛིག་ཉེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ།
 མཛེད་ཆེན་བཅུ་གཉིས་བསྟན་ནས།
 ས་ག་ལྷ་བའི་ཉ་ལ།
 དགོངས་པ་ལྷ་ངན་འདས་སོང་།



3. རི་མོར་བལྟས་ནས་འགྲེལ་བཤད་གྱིས།



དགའ་ལྡན་གནས་ནས་འཕོ་བའི་མཛད་པ། ལྷམས་སུ་བཞུགས་པའི་མཛད་པ། སྐྱབས་ལྷམས་པའི་
 མཛད་པ། བཟོ་བའི་གནས་ལ་མཁས་པའི་མཛད་པ། བཅུན་མོའི་འཁོར་དགྲེས་རོལ་པའི་མཛད་པ།
 དེས་པར་བྱུང་བའི་མཛད་པ། དགའ་བ་སྦྱད་པའི་མཛད་པ། བྱང་ཚུབ་སྦྱང་པོར་གཤེགས་པའི་མཛད་
 པ། བདུད་བཟུལ་བའི་མཛད་པ། མངོན་པར་སངས་རྒྱས་པའི་མཛད་པ། ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་
 མཛད་པ། སྐྱ་ལྷ་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ།







༥. བརྗོད་དུས་སྒོ་གསུམ།

སྣ་བབས་དུས་ཚེན།

དེ་རིང་ནི་སྣ་བ་དགུ་པའི་ཚེས་ཉི་ཤུ་གཉིས་སྣ་
 བབས་དུས་ཚེན་རེད། མ་ཡུམ་འདས་ནས་སྣ་ཡུལ་
 དུ་སྐྱེས་པ་སྟོན་པས་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་གཟིགས་
 པ་རེད། མའི་རྒྱུ་ལན་བསམ་པའི་ཚེད་སྟོན་པ་སྣ་
 ཡུལ་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་དུ་ཐེབས་པ་རེད། མ་ཡུམ་
 གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སྣ་ནམས་ལ་སྣ་བ་གསུམ་ཚོས་
 གསུངས་ནས་སྐྱེས་མི་ཡུལ་དུ་བབས་པ་རེད། དེ་
 སྣར་སྟོན་པ་སྣ་ཡུལ་ནས་མི་ཡུལ་དུ་བབས་པ་ལ་
 སྣ་ལས་བབས་པ་ཞེས་གྲགས་པ་རེད། མ་ཡུམ་ནི་
 ང་ཚོའི་སློབ་སྦྱོར་པ་དང་། ལུས་སྐྱེས་པ། ང་ཚོའི་




དོན་དུ་དཀའ་བ་སྤྱད་པ། ང་ཚོར་འདི་ག་ཉེན་སྲོན་པ་བཅས་བཀའ་བློན་ཚེ་པོ་བཞི་དང་ལྡན་པ་
ཞིག་རེད།

མ་ཡུམ་གྱིས་ང་ཚོར་བས་གོས་གནང་གི་རེད། ང་ཚོའི་ལུས་གོས་འབྲུད་གནང་གི་
རེད། ང་ཚོར་བྱམས་བཅེའི་སློན་པ་གསོ་སྦྱང་གནང་གི་རེད། མ་ཡུམ་ནི་ང་ཚོར་སྐད་ཡིག་དང་
སློབ་གསོ་བཟང་པོ་གནང་མཁན་གྱི་དགོ་ཚུན་ཞིག་ཀྱང་རེད། ཉམ་ཏུ་ང་ཚོའི་བདེ་དོན་ཁོ་ནར་
དམིགས་ནས་དཀའ་སྤྱད་གནང་མཁན་གྱི་བྱང་ཚུབ་སེམས་མ་ཞིག་ཀྱང་རེད། ཉེན་བས་མ་
ཡུམ་གྱི་བློ་ལན་འཇམ་བ་ལྟར་ང་ཚོས་ཀྱང་མ་ཡུམ་གྱི་བློ་ལན་བསམ་དགོས། མ་ཡུམ་ལ་
བཅི་བཀའ་དང་ལས་རོགས་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁོང་ཚུམ་པས་ཀྱང་ང་ཚོར་སློན་ལམ་
གནང་གི་རེད། བ་མའི་སློན་ལམ་ནི་སློབས་ཅན་དང་ཚུད་མི་བ་བ་ཞིག་རེད།


༤. དེ་ཚོར་བལྟས་ནས་གྲུག་ཉམས་ནང་གི་མཐུན་པའི་མིང་བདམ་སྟེ་ས་སྟོང་སྐོང་ས།

- ༡)




----- (བད་སྤྱངས་མཚོད་ཉེན། ལྷུང་གྲུག་ འོ་ཞ།)

༢)



----- (འོ་ཞ། རོ་རྩེ་གདན་མཚོད་ཉེན། ལྷུང་གྲུག་)

༣)



----- (ལུ་ལྷོ་ལྷོ། ཡང་ལེ་ཤོད། ལྷུག་མོ་ལུས་སྤྱིན།)

༤)



----- (སྒྲུབ་ཏུ་གྲོ་བུ་ལ་མཁུ་གྲོ་བུ་ལྟོག་ཏུ་)

༡. ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་ཚོན་ནམས་ཀྱི་མིང་འཛིན་ཁང་དུ་ཤོད་ ཚུགས།

༡. གཏམ་བཤད་བསྐྲུབ་ནས་ལན་བྲིས།



དགོ་ཚུན་ལམ་དུ་ཆས་བཞིན་པའི་སྐབས་དགོ་སྲུག་གིས་མཐོང་ནས་བྲིས་པ།

དགོ་སྲུག : ཚན་ལགས། ག་བར་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད།

དགོ་ཚུན : ང་ལྟོག་ཏུ་ལ་འགྲོ་གི་ཡོད།

དགོ་སྲུག : ལྟོག་ཏུ་ག་བར་ཡོད་རེད།

དགོ་ཚུན : ལྟོག་ཏུ་ནི་བལ་ཡུལ་གི་རྩལ་ལྟོག་ཏུ་ཚོང་ས་ཁོངས་སུ་ཡོད། ལྟོག་ཏུ་ནི་

སངས་རྒྱལ་སྐྱེ་འབྱུངས་པའི་གནས་རེད། སངས་རྒྱལ་ནི་ལྷ་དང་མི་ཀུན་གི་སྟོན་པ་རེད།

དགོ་སྲུག : ཚན་ལགས། བྱིང་རང་ག་རེའི་ཆེད་དུ་ལྟོག་ཏུ་ལ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད།

དགོ་ཚུན : སང་ཉིན་ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་བཅོམ་ལྟོག་ཏུ་སངས་རྒྱལ་ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་བཅོམ་ལྟོག་

ཉིན་སྐྱེ་འབྱུངས་པ་དང་། མངོན་པར་སངས་རྒྱལ་པ། ལྷ་དང་ལས་འདས་པ་རེད། ལྷ་མཚན་དེས་ན་

ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་བཅོམ་ལྟོག་ཏུ་སངས་རྒྱལ་བལྟམས་པའི་དུས་ཚོན་ནམས་ས་ག་ལྷ་བའི་དུས་ཚོན་

ཟེར་གྱི་རེད། ང་ཡང་གནས་མངའ་གི་ཆེད་ལྟོག་ཏུ་ལ་འགྲོ་གི་ཡོད།

དགོ་སྲུག : ས་ག་ལྷ་བའི་དུས་ཚོན་སྐབས་སུ་ལྟོག་ཏུ་ལ་སུ་སུ་ཡོང་གི་རེད།

དགོ་ཚུན : ས་ག་ལྷ་བའི་དུས་ཚོན་སྐབས་སུ་ལྟོག་ཏུ་ལ་དགོ་སྟོང་དང་དགོ་ཚུལ་གྱི་བཅུན་མང་

ཕོ་ཕེབས་ཀྱི་རེད། གཞན་ཡང་དད་ལྡན་ཕོ་ཕོ་མང་ཕོ་ཡོང་གི་རེད། བལ་ཡུལ་གཅིག་ཕུ་ནས་མ་

ཡིན་པར་ཕྱི་རྒྱལ་ལུང་པ་མང་པོ་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་རེད།

དགོ་ཕྱུག་: ཁོང་ཚོས་ལུ་ཕྱི་རྒྱུ་ལ་ག་རེ་གནང་གི་རེད།

དགོ་ཚུལ་: ཁོང་ཚོས་ལུ་ཕྱི་རྒྱུ་ལ་སངས་རྒྱལ་སྐྱེ་ལས་ལུང་ས་པའི་གནས་མངལ་བྱས་ནས། རྟོན་པའི་
ཡོན་ཏན་རྗེས་དྲན་བྱེད་གྱི་རེད། རྟོན་རྒྱལ་གི་རེད། སངས་རྒྱལ་གི་སྐོར་ལ་ཚོས་བཤད་གནང་གི་
རེད། ས་ག་ལྷ་བའི་དུས་ཚེན་སྐབས་སུ་ལུ་ཕྱི་རྒྱུ་ལ་དཔེ་རྒྱིད་པོ་ཡོད་རེད།

དགོ་ཕྱུག་: ཚན་ལགས། ང་ཡང་ལུ་ཕྱི་རྒྱུ་ལ་འགོ་ཚོག་གི་རེད་པས།

དགོ་ཚུལ་: ལོས་འགོ་ཚོག་གོས་གཙང་མ་གྱོན་ནས་ཤོག་ངས་བྱིད་རང་གི་ས་མ་ལ་གནང་བ་ལྟ་
གི་ཡིན།

༡) ས་ག་ལྷ་བའི་ཚོས་བཙོ་ལྷ་ལ་ག་རེ་ཟེར་གྱི་རེད།

(༡) སངས་རྒྱལ་སྐྱེ་བལྟམས་པའི་དུས་ཚེན། (༢) ལྷ་རུའི་འཁྲུངས་སྐྱེད། (༣) ཚོས་
འཁོར་དུས་ཚེན།

༢) སངས་རྒྱལ་ག་པར་འཁྲུངས་པ་རེད།

(༡) བལ་ལུལ། (༢) རྒྱ་གར། (༣) འོད།

༣) ས་ག་ལྷ་བའི་དུས་ཚེན་ལ་སུའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་དྲན་གྱི་ཡོད་རེད།

(༡) སངས་རྒྱལ། (༢) ལྷ་དབང་ཕྱུག་ (༣) ལྲབ་འཇུག་

༤) ལྷ་དང་མི་ཀུན་གྱི་རྟོན་པ་སུ་རེད།

(༡) སངས་རྒྱལ། (༢) ཚངས་པ། (༣) དབང་ཕྱུག་

༥) འུ་ལྷ་ཐུབ་པ་ག་དུས་སངས་རྒྱལ་པ་རེད།

(༡) ས་ག་ལྷ་བའི་ཚོས་བཙོ་ལྷ། (༢) རྟོན་རྒྱལ་ལྷ་བའི་ཚོས་བཙོ་ལྷ། (༣) མཚུ་ལྷ་བའི་
ཚོས་བཙོ་ལྷ།

༤. བརྗོད་དུམ་བསྐྱབས་ནས་སྦྱོང་བརྗོད་གྱིས།

ཆེ་རིང་དཔལ་མོ་ནི་འཛིན་གྲུ་གཉིས་པའི་སློབ་
 གྲྭ་ཅིག་རེད། ཁོང་ནི་ལོ་བརྒྱད་ལོན་པ་རེད།
 ཁོང་སློབ་སྦྱོང་ལ་ཅེ་ཅུད་དང་འཛིན་གྲུ་འི་ནང་
 ཡང་གི་དང་སོ་ལེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ནི་
 གུན་སྦྱོང་དང་གཞིས་ཀ་ཡང་བཟང་སོ་ཡོད་
 རེད། བ་མ་དང་དགེ་ཚུན་གྱི་བསྐྱབས་བྱ་ལ་བཅི་
 སྦྱང་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཏྲ་ཏྲ་ནང་སྦྱོང་ཡག་སོ་བྱེད་གྱི་ཡོད་རེད། དགེ་ཚུན་རྣམས་པ་ཡང་
 ཁོང་ལ་དགའ་སོ་དང་ཐུགས་སློན་གནང་གི་ཡོད་རེད། ཆེ་རིང་དཔལ་མོས་ནང་ལ་བ་མ་ལའང་
 ལས་རོགས་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། བ་མས་ཀྱང་ཁོང་ལ་དགའ་སོ་དང་ཐུགས་སློན་གནང་གི་ཡོད་
 པ་རེད།



ཉིན་ཞིག་དགེ་ཚུན་གྱིས་སྐྱེ་བའི་རྣམས་ལ་ཞབས་ཞུ་བྱེད་
 དགོས་པའི་སློབ་ལ་སློབ་སྦྱོང་གནང་བ་རེད། དགེ་ཚུན་གྱིས་
 དགེ་སྲུག་ལ་གསུངས་པ། “སློབ་སྲུག་ཚོ། སྐྱེ་བའི་རྣམས་
 ལ་བཅི་བཀུར་དང་ཞབས་ཞུ་ཞུ་དགོས་ཀྱི་རེད། བཅི་བཀུར་

དང་ཞབས་ཞུ་ཞུས་ན་ཁོང་རྣམས་དགའ་ནས་ང་ཚོར་ཐུགས་སློན་གནང་གི་རེད། དེས་ང་ཚོའི་
 ཆེ་འཕེལ་བ་དང་། འཕེལ་ཡོད་འཕེལ་བ་དང་། སྐྱོན་གྲགས་དང་རུས་སློབས་ཀྱང་འཕེལ་གྱི་ཡོད་
 རེད།”

སློབ་གྲྭ་གྲོལ་ནས་ཆེ་རིང་དཔལ་མོ་ནང་ལ་ལོག་སྲིན་པ་རེད། ཁོང་གི་ནང་ལ་སློབ་ལགས་
 བཞུགས་ཡོད་པ་རེད། སློབ་ལགས་དགྲུང་ལོ་མཐོན་སོ་ཞིག་རེད། ཁོང་ཡག་སོ་བྱས་ནས་འགོ་



ལུབ་གྱི་མེད་པ་རེད། ཁོང་ནང་ལ་རང་བཞུགས་གྱི་རེད། ཚེ་རིང་
 དཔལ་ལོ་ནང་དུ་སྤྱིན་ནས་སློབ་ལགས་གྱི་སེན་ལོ་གཏུབ་པ་དང་། གོས་
 བརྗེ་པོ་བརྒྱབ་པ་དང་། བཞེས་ལག་སྤུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སློབ་ལགས་
 སེམས་དགའ་ནས་ཁོང་ལ་སྤྱགས་སློབ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཚེ་རིང་དཔལ་ལོ་ཡང་དེས་ཡིད་
 ཚིམས་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཀ) ལུག་ཏུགས་ནང་གི་མཐུན་པའི་ཚིག་བདམ་ནས་བར་སྟོང་སྟོང་ས།

(ཨང་གི་དང་པོ། འཛིན་གྲུ་གཉིས་པར། ལུགས་སྟོན། བར་སྟོང་། ཚེ་སྟོན་དང་ཤེས་ཡོན།)

- ཚེ་རིང་དཔལ་ལོ་.....སྟོན་སྟོང་བྱེད་གྱི་ཡོད་རེད།
- ཚེ་རིང་དཔལ་ལོས་འཛིན་གྲུའི་ནང་.....ལེན་གྱི་ཡོད་རེད།
- ཚེ་རིང་དཔལ་ལོས་ཏུག་ཏུ་.....བྱེད་གྱི་ཡོད་རེད།
- སྤྱི་བགྲེས་རྣམ་པས་ང་ཚོར་.....གནང་གི་རེད།
- སྤྱི་བགྲེས་རྣམ་པའི་སྤྱགས་སྟོན་གྱིས་ང་ཚོའི་.....འཕེལ་གྱི་རེད།

ཁ) ལུག་ཏུགས་ནང་གི་མཐུན་པའི་ལན་བདམ་ནས་བྲིས།

- ༡) ཚེ་རིང་དཔལ་ལོ་ལོ་ག་ཚོད་.....ལོན་པ་རེད།
 (བརྒྱད། བཅུ། བཅོ་ལྔ།)
- ༢) ཚེ་རིང་དཔལ་ལོའི་སྟོན་སྟོང་གང་འདྲ་ཡོད་པ་རེད།
 (ཚེ་སྟོན། སྟོན་པོ། ལེ་ལོ།)

3) ཚེ་རིང་དབལ་མོས་སྤུའི་སེན་མོ་བཏུབ་བ་རེད།
(སྲོ་ལགས། བ་ལགས། ཨ་མ་ལགས།)

4) ཚེ་རིང་དབལ་མོའི་སྲོ་ལགས་གང་འདྲ་ཡོད་རེད།
(ན་གཞོན། ཆུ་འཕོགས། བྱིས་བ།)

5) སྐྱ་བགྲེས་རྣམ་པའི་ཐུགས་སློན་གྲིས་ག་རེ་འཕེལ་གྱི་ཡོད་རེད།
(ཚེ་དང་ཤེས་ཡོན། ལུས། རྒྱ་ལོར།)

10. རི་མོར་བལྟས་ནས་འགྲེལ་བཤུགས་བྱེད་སྒོམ།



༡. དགེ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུམ།

སྐྱབས་འགོ།

བྱང་ལྷུ་སྤྱིང་པོར་མཆིས་གྱི་བར།།
 སངས་རྒྱལ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།།
 ཚོས་དང་བྱང་ལྷུ་སེམས་དཔའ་ཡི།།
 ཚོགས་ལའང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆི།།
 ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ལས་བྱང་།།
 དེ་རྒྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས།།
 རྒྱ་ལ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ།།
 དགེ་སྤྱོད་ཆེན་པོས་འདི་སྐད་གསུངས།།
 སྤྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་།།
 དགེ་བ་སུན་སུམ་ཚོགས་པར་སྤྱད།།
 རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ།།
 འདི་ནི་སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་ཡིན།།



3. མཉམ་ནས་ལན་བྲིས།

སྤྱང་གནས།



ཡང་ཚེས་བརྒྱད་
 བའི་ཞོགས་པ་
 ལྷ་པོར་ཡུལ་མི་
 ཚང་མ་སྣ་ཁང་
 དུ་ཕྱིན། ལྷ་མ་
 དགོ་སློང་རྣམས་
 གྱང་སྣ་ཁང་དུ་

ཕྱི་བས། སློ་ལགས་གྱང་དཔེ་ཆ་དང་འོ་མ་སོགས་ཁྱེད་ནས་སྣ་ཁང་དུ་འགོ་བའི་སྐབས། “མི་ཚོ་
 ཚང་མ་སྣ་ཁང་དུ་འགོ་བ་ག་རེའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནམ།” ལྷ་མོ་ཚེས་སློན་གྱིས་དྲིས། “སྤྱང་གནས་
 འཚོགས་པའི་ཆེད་དུ་རེད། ཚེས་བཟང་དུས་བཟང་ལ་སྤྱང་གནས་འཚོགས་ན་རྩིག་སྲིབ་འདག་གི་
 རེད། དགོ་བ་མང་པོ་གསོག་གི་རེད། བསོད་ནམས་སྣུན་པའི་མིའི་བསམ་བ་རྣམས་གྱང་འགྲུབ་
 ཅེས་བ་ལྟར་ཅི་བསམ་བ་འགྲུབ་གི་རེད།” སློ་ལགས་གྱིས་བཤད།

ཡང་བྱ་མོས། “སྤྱང་གནས་སྐབས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་གི་རེད།” ཅེས་དྲིས། “ཞོགས་
 པ་སྣ་པོ་ལྷ་མའི་སྐྱེ་མའུ་ན་ནས་བསྐྱེད་གནས་གི་སྣོ་མ་བ་ཁུས་ནས་བསྐྱེད་གནས་ཡན་ལག་
 བརྒྱད་སྤྱང་དགོས། སྐད་ཆ་ཤོད་མི་ཚོགས་ འཕགས་བ་སྐྱེད་རས་གཟིགས་ལ་བྱུག་འཚེལ་བ་
 དང་། རྩིག་བ་བཤུགས་པ། གསོལ་བ་འདེབས་པ། མ་ཉི་བཟང་བ་སོགས་བྱེད་དགོས། གནའ་
 ལྷ་མོ་དགོ་སློང་མ་དཔལ་མོ་ཡང་དེ་ལྟར་བྱས་ནས་གྲུབ་བ་ཐོབ་བ་རེད།” ཅེས་གསུངས་ནས་
 སློ་ལགས་གྱིས་ལྷ་མོ་ཚེས་སློན་ཡང་སྤྱང་གནས་ལ་བྲིད་བ་རེད།

(ཀ) ཚེས་པ་བརྒྱད་ཞོགས་པ་སྤེལ་མེ་ཚོ་ག་བར་ཕྱིན་པ་རེད།

(ཁ) མི་ཚོ་ལྷ་ཁང་དུ་ག་རེ་ཆེད་དུ་ཕྱིན་པ་རེད།

(ག) བསྟེན་གནས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཞུས་ནས་ག་རེ་སྲུང་དགོས་ཀྱི་རེད།

༣. དེ་མོར་བསྟེན་ནས་མིང་བཟུམ།

གནས་ཚེན་བརྒྱད།



སངས་རྒྱལ་སྐུ་འཁུངས་པའི་གནས་ལུ་ཕྱི་ལྷོ། ལོ་དུག་དཀའ་བ་སྲུང་པའི་གནས་ཚུ་བོ་ཞིང་ལྷོ།



མདོན་པར་སངས་རྒྱལ་པའི་གནས་རྫོང་ལྷོ། ཐོག་མར་ཚེས་གསུངས་པའི་གནས་སྤྱོད་ལྷོ།



ཤེར་ཕྱིན་གསུངས་པའི་གནས་བྱམོན་སྤང་པའི་རི།



བཀའ་ཐ་མ་གསུངས་པའི་གནས་ཡངས་པ་ཅན།



སྟོན་པ་མི་ལོ་ཉིད་ལྷ་བཞུགས་གནས་མཉན་ཡོད།



སྐྱ་སྤང་བ་འདས་གནས་རྩ་མཚོག་གོང།

༤. བསྐྱབས་ནས་ལན་གྱིས།

ད་ནས་བཟུང་དེ་འདྲ་མི་བྱ།

རྒྱལ་ས་ནང་སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་ཆེ་མེ་སྤྱད་
 ཡོད་པ་རེད། སང་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་
 སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་
 མང་པོ་འཛོམས། ཁོང་ཚོ་ཁང་པའི་
 མདུན་ཐང་ལ་དེ་ལྟུང་སྤྱོད་ལོ་ཅེ་འགོ་



ཚུགས། ཁང་པའི་ཐོག་དུ་མེམ་མེམ་ཞེས་ཞི་མི་ཞིག་སྐད་རྒྱུ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། “ང་
ལ་ཤོག་སྐྱབ་འབར་རྗེས་ཡོད་པ་དེ་སྐར་ནས་ཞི་མི་དེ་འདྲེད་ཀྱི་ཡིན།” ལྷག་པས་བཤད། བཟ་
ཤིས་ཀྱིས་ཀྱང་འགྲིག་གི་རེད་ལག། “ཤོག་སྐྱབ་སྐར་བ་ལ་མེ་དགོས་ཀྱི་རེད། མེ་ག་བར་
ཡོད།” སྲིན་པས་བཤད། “ང་ནང་ན་སྲིན་ནས་ཅག་སྐྱ་ཁྱེད་ཡོད་གི་ཡིན།”བཤད་ནས་ལྷ་བ་ནང་
དུ་སྲིན། ཉོག་ཅམ་རྗེས་ལ་ཅག་སྐྱ་བསྟན་ནས་“ཅག་སྐྱ་དེ་ཡོད།”ཟེད།

ལྷག་པ་དང་། སྲིན་པ། ལྷ་བ་གསུམ་ཤོག་སྐྱབ་གི་གཡས་གཡོན་དུ་འཁོར་ནས་བསྐྱད།
གཡང་འཛོམས་ཀྱིས་ཁོང་ཚོར་ཤོག་སྐྱབ་མ་སྐར་ཞེས་བཤད། ཚང་མ་འཛོམས་ནས་གོས་
བྱས། “ཤོག་སྐྱབ་འབར་ནས་མིག་ལ་སྐྱོན་ཤོར་སྲིད། ཡན་ལག་གཞན་ལ་ཡང་མས་སྐྱོན་ཤོར་
སྲིད། ཤོག་སྐྱབ་གིས་སྐྱས་སྐྱོན་ཤོར་ན་ང་ཚོ་ལ་ན་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡོད་རེད།” གཡང་འཛོམས་
ཀྱིས་བཤད། གཡང་འཛོམས་ཀྱི་བཤད་པ་དེ་ཚང་མས་མོས་མཐུན་བྱས། དེ་ནས་བཟུང་ཁོང་
ཚོས་ཤོག་སྐྱབ་མ་སྐར་བ་རེད།

(ཀ) ལྷ་གུ་ཚོ་ག་བ་ལ་འཛོམས་པ་རེད།

(ཁ) ལྷ་གུ་ཚོས་ག་རེ་བྱས་ནས་ཤོག་སྐྱབ་མ་སྐར་བ་རེད།

(ག) ཤོག་སྐྱབ་གི་གཡས་གཡོན་དུ་སྐྱ་སྐྱ་འཁོར་བ་རེད།

༥. མཉམ་ནས་ལན་ཤོད།

ཁྲིམ་ཚོགས།

སྤར་བ་རང་གི་མ་ཡུམ་དང་སྟན་ཏུ་ཁྲིམ་
 ཚོགས་སྲུ་ཕྱིན་བ་རེད། ཁྲིམ་ཚོགས་ལ་
 མི་མང་པོ་འདྲུ་འཛོམས་བྱས་ཡོད་བ་རེད།
 དེར་བས་རིགས་སྟོ་ཚོགས་བཙོང་ཡ་བཞག་
 ཡོད་བ་རེད། སྤར་བས་འབྲས་བུ་སྦྱར་བོ་
 བདམ་བ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་འབྲས་བུ་དེ་ཉ་
 ཅང་སྦྱར་མོ་ཡོད་བས་མཉམ་པོ་མ་བྱུང་།
 མ་ཡུམ་གྱིས་ཁོང་ལ་ཀྱ་ལྷ་ཉོས་ནས་སྦྱད།



ཁོང་གིས་ཀྱ་ལྷ་བཟས་བ་རེད། ཁོང་གིས་མ་ཡུམ་མཉམ་ཏུ་ཅེད་མོ་ཡང་བཅེས། ཁོང་གིས་དེར་
 ཅེད་ཆས་ཀྱང་མང་པོ་མཐོང་། ཁོང་ལ་ཁྲིམ་ཚོགས་སྦྱིད་པོ་བྱུང་བ་རེད། ལོག་ཡོང་དུས་སྦྱང་
 དེབ་ཅིག་ཀྱང་ཉོས་བ་རེད།

- (ཀ) སྤར་བ་མ་ཡུམ་དང་སྟན་ཏུ་ག་བར་ཕྱིན་བ་རེད།
- (ཁ) སྤར་བ་ལ་མ་ཡུམ་གྱིས་ག་རེ་ཉོས་ནས་སྦྱད་བ་རེད།
- (ག) སྤར་བ་ལ་ཁྲིམ་ཚོགས་ག་རེ་བྲས་ནས་སྦྱིད་པོ་བྱུང་བ་རེད།

༦. ཞོགས་བ་ཚུ་ཚོད་ ༦ བ་ནས་༩ བའི་བར་གྱི་བྲིད་རང་གི་ལས་ཀ་བྲིས།

ཞོགས་བ་ཚུ་ཚོད་ ༦ བ་ལ་-----
 སྤོ་ཚུ་ཚོད་ ༧ བ་ལ་-----

སྒྲོ་ཚུ་ཚོ་དྲུག་ ས་ལ་-----

སྒྲོ་ཚུ་ཚོ་དྲུག་ ལ་ལ་-----

ཡ. བསྐྱབས་ནས་ལན་ཤོད།

རྒྱལ་མཚན་ནི་ཤར་ཁུམ་བུ་ལ་སྡོད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁོང་གི་ནང་ལ་སྡོ་ཚོ་ལགས་
 དང་། བ་མ། ཨ་ཁུ་ལགས། གཅེན་མོ་བཅས་ཡོད་རེད། ཁོང་བུ་ཚུ་ལོས་ཡིན་
 བས་ནང་མི་ཚང་མ་ཁོ་ལས་རྒྱ་བ་རེད། ཚོ་ལགས་ཀྱིས་ཁོང་ལ་རྒྱ་དུ་རྒྱ་བ་
 རྣམས་ལ་གུས་ཞབས་བྱེད་དགོས་པའི་སྐོར་སྐོར་གསོ་གནང་གི་ཡོད་རེད། དེའི་
 ཕྱིར་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་རྒྱ་བ་རྣམས་ལ་གུས་ཞབས་དང་བཅི་བཀུར་བྱེད་ཀྱི་
 ཡོད་རེད། ཁོང་གིས་སྒྲ་དགོང་དུ་རྒྱ་བ་རྣམས་ལ་ཕྱག་དང་གུས་བཀུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
 རྒྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་བཀུར་ལ་བཅི་བཀུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། བྱི་མ་མཚེས་རྣམས་ལ་འདྲ་གུས་ཞབས་
 བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁོང་གིས་ཚང་མ་ལ་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱབས་ནས་ཕྱག་འབུལ་གྱི་ཡོད་རེད།
 རྒྱལ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་ཁོང་ལ་ཚང་མས་མཉེས་པོ་དང་། བསྐྱབས་བསྐྱབས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད།



ཉིན་ཞིག་ཨ་ཁུ་ཁོང་གི་ནང་ལ་ཕེབས་པ་རེད། ཨ་ཁུ་ནི་དགེ་རྒྱལ་ཞིག་རེད། ཁོང་
 གིས་ཨ་ཁུ་ལ་གུས་ཕྱག་བྱས་པ་རེད། ཁོང་གིས་ཨ་ཁུ་ལ་གསོལ་ཇ་སྐྱུལ་བ་རེད། ཁོང་
 གིས་ཨ་ཁུ་ལ་ཨ་ཞེ་བདེ་ཐང་སྐོར་དྲིས་པ་རེད། ཨ་ཁུ་གིས་ཁོང་གི་དྲི་བའི་ལན་གནང་། ཨ་
 ཁུ་གིས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གཞི་སྡོད་བཟང་པོ་དེ་མཐོང་། ཁོང་ཕྱགས་མཉེས་ནས་རྒྱལ་མཚན་
 ལ་བྱ་དགའ་གནང་བ་རེད།

ག) གཞུགས་ཀྱི་དྲི་བ་རྣམས་ལ་འཚམས་པའི་ལན་རྒྱུ་བ།

༡) རྒྱལ་མཚན་གཞུགས་སྡོད་ཀྱི་ཡོད་རེད།

(ཀ) འཕར་ཁུམ་བུ་ལ། (ཁ) རྒྱལ་ས་ལ། (ག) ལུ་ལྷོ་རྒྱུ་ལ།

༡) རང་ལ་རྒྱུང་ཤོས་སྲུ་རེད།

(ཀ) ཨ་ཁྲ། (ཁ) རྒྱལ་མཚན། (ག) ཨ་མ་ལགས།

༢) སྲུ་ལ་བཙུན་བཀུར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད།

(ཀ) ཀུན་པ་རྣམས་ལ། (ཁ) རྒྱུང་བ་རྣམས་ལ། (ག) ལྷན་པོ་རྣམས་ལ།

༣) ཚང་མས་སྲུ་ལ་མཉེས་པོ་དང་བསྟོད་བསྐྱབས་གནང་གི་ཡོད་རེད།

(ཀ) རྒྱལ་མཚན་ལ། (ཁ) ཀུན་པ་རྣམས་ལ། (ག) ཨ་ཞང་ལ།

༤) རྒྱལ་མཚན་ལ་བྱ་དགའ་སྲུས་གནང་བ་རེད།

(ཀ) པ་ལགས་ཀྱིས། (ཁ) ཨ་ཞང་གིས། (ག) ཀུན་པ་རྣམས་ཀྱིས།

ཁ) རང་གི་སྐོར་ལ་དྲིས་པའི་དྲི་བའི་ལན་རྒྱུ་བ།

(ཀ) བྱིད་རང་ག་བ་ལ་སྟོད་ཀྱི་ཡོད་དམ།

(༡) དུལ་གྲོང་ལ། (༢) གྲོང་བྱིར་ལ།

(ཁ) བྱིད་རང་སྲ་དགོང་དུ་པ་མར་གུས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ།

(༡) གུས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། (༢) གུས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་མེད།

(ག) བྱིད་རང་གིས་བཀུར་འོས་ཀུན་པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ལ་ཚི་གི་ཡོད་དམ།

(༡) ཚི་གི་ཡོད། (༢) ཚི་གི་མེད།

(ང) བྱིད་རང་གིས་མགོན་པོ་རྣམས་ལ་གུས་ཞབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ།

ཚེས་བཅུ།

10

ཚེས་བ་བཅུ་ནི་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཚེས་
འོ་མཚར་མཛད་ཚེན་བཅུ་གཉིས་
བསྟན་པའི་དུས་ཚེན་ཁྱད་པར་
ཅན་ཞིག་རེད། སྤྱི་ལ་ལྷའི་ཚེས་བཅུར་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཚེ་
འབྱུངས། སྟག་ལྷའི་ཚེས་བཅུར་ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་
པོར་མངའ་བའོ། ཡོས་ལྷའི་ཚེས་བཅུར་རྒྱལ་སྤྱི་དྲ་



སྤངས་ནས་བསེལ་བའི་ཚེས་དུ་ཕེབས། འབྲུག་ལྷའི་ཚེས་བཅུར་རབ་ཏུ་བྱུང་། སྤྱི་ལ་ལྷའི་
ཚེས་བཅུར་ཟ་ཉོར་རྒྱལ་པོས་མེར་བསྐྱེད་གསུང་གུང་མ་ཚིག་པར་མཚོ་དབུས་སུ་པད་གདན་ལ་
བཞུགས། ཏཱ་ལྷའི་ཚེས་བཅུར་ཨོ་རྒྱན་བདུད་སྟོན་གྱིས་མེར་བསྐྱེད་གསུང་གུང་མ་ཚིག་འོ་མཚར་
རྒྱུ་འབྲུལ་བསྟན། སྤྱི་ལ་ལྷའི་ཚེས་བཅུར་རྒྱ་གར་སྟོ་ཕྱོགས་སུ་ཕུ་སྟེགས་བཏུལ། ལྷའི་ཚེས་
བཅུར་གར་མཛད་ནས་གསུམ་ཚུ་གཉེན་དུ་བསྐྱོད། ལྷའི་ཚེས་བཅུར་ཕུ་སྟེགས་པས་དུག་སྤྱད་
གུང་མ་གཞོན་པར་བདུད་ཚིར་བསྐྱུར་ནས་གཟི་མདངས་འབར། ཕག་ལྷའི་ཚེས་བཅུར་དོ་རྗེ་
སྤར་པའི་སྐྱབ་པ་མཛད་ནས་བལ་ཡུལ་ཡང་ལེ་ཤོད་དུ་སྟོ་འཛེ་རྣམས་བཏུལ། ལྷའི་ཚེས་
བཅུར་པོད་ཡུལ་སྟོ་འཛེ་བཏུལ་བ་དང་བསམ་ཡས་སྟོ་ཁང་བཞེངས་ནས་དམ་ཚེས་སྟོན་མེ་
སྤར། ལྷའི་ཚེས་བཅུར་གངས་ཅན་མཐའ་དབུས་སུ་གཉེར་ཁ་བྱེ་བ་སྤྲས། ཚེས་བཅུ་གུན་
ལ་འོ་མཚར་མཛད་པ་རེས་བསྟན་པའོ།

འབྲེལ་ལམ་དང་། འབྲུལ་རིག ཁྲིམ་ར།

སློབ་ཚན། ༡༧

༡. དགོ་ཚུན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུལ།

ཉེར་མཁོའི་འབྲུལ་ཆས།

ཚག་ཚག་ཚུ་ཚོད་འཁོར་ལོ།།
 རྒྱུན་དུ་སློབ་པའི་སློབ་གཏོང་།།
 ལྷགས་ལམ་སྟེང་ནས་མེ་འཁོར་།།
 ཚུག་ཚུག་བེད་ནས་རྒྱུགས་འགྲོ།།
 མ་ཡུམ་བརྟན་འཕྲིན་གཟིགས་བཞུགས།།
 ལག་ཐོགས་ཁ་པར་བརྒྱུད་ནས།།
 ཚོ་ལགས་བཀའ་མོལ་གནང་བཞུགས།།
 ད་ནི་རྒྱུ་འཁོར་བཏང་ནས།།
 རྒྱུན་དུ་སློབ་གྲུང་འགྲོ་ཡོད།།
 ཚོག་སྟེང་ཕྱིས་འབྲུལ་ནང་ལ།།
 བ་ལགས་སྤྱུག་ལས་གནང་ཞིང་།།
 དྲ་རྒྱ་བསྐྱོགས་ནས་འཕྲིན་གཏོང་།།
 ཞུ་ཁུ་རྒྱུངས་འཁོར་བཏང་ནས།།
 ད་ཚོའི་ནང་ལ་ཕེབས་སྤྱུང་།།
 མི་ཚོ་གནས་གྲུ་བཞོན་ནས།།



ཕྱི་རྒྱལ་ལུང་པར་བསྐྱོད་འགོ།
 འབྲེལ་ལམ་འབྲུལ་ཆས་རིགས་ནི།
 ང་ཚོར་དགོས་མཁོ་ཆེར་མཐོང་།།

༡. རི་ཚོར་བལྟས་ནས་འབྲེལ་བཤའ་གྱིས།



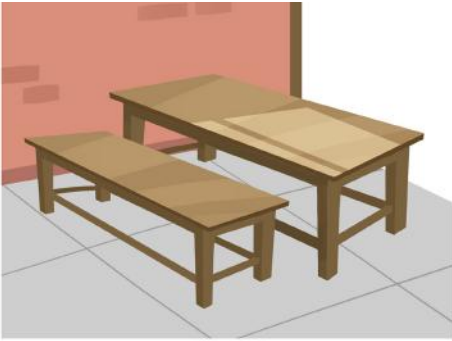
༢. ཚིག་བདམ་ནས་ས་སྟོང་སྐོང་ས།

- (ཀ) དེ་རིང་རྒྱུང་འཕྲིན་བརྒྱུད་ནས་གསར་འགྱུར་.....།
(ཐོས་སོང་། མཐོང་སོང་།)
- (ཁ) གཟུགས་མཐོང་རྒྱུང་འཕྲིན་ནས་སྟང་མོ་.....།
(མཐོང་སོང་། ཐོས་སོང་།)
- (ག) ལག་ཐོགས་ཁ་པར་བརྒྱུད་ནས་.....སོང་ཚིག་གི་རེད།
(སྐད་ཆ། ལུས་བྱེད།)

(ང) ཅེས་འབྲུལ་ནང་དུ་.....།
 (བརྟན་ཅིང་ཅེ་མོ་ཅེ་གི་ཡོད། གོས་འབྲུང་གི་ཡོད།)

༧. མཉམ་མཉམ་ལན་གྱིས།

རྒྱ་ཅོག་དང་སྟེགས་རིང་།



འཛིན་ཁང་ཞིག་གི་ནང་དུ་རྒྱ་ཅོག་མཐོན་པོ་ཞིག་ཡོད། རྒྱ་
 ཅོག་དེ་ལ་ཚང་མས་རྒྱ་ཅོག་པ་ཟེར་གྱི་ཡོད་པེད། སྟེགས་
 རིང་དམའ་པོ་ཞིག་ཡོད་པེད། སྟེགས་རིང་དེ་ལ་ཚང་མས་
 རྒྱང་བ་ཟེར་གྱི་ཡོད། རྒྱ་ཅོག་དང་སྟེགས་རིང་གཉིས་ནི་
 མཐུན་གྲོགས་པེད། ཁོ་གཉིས་ཀས་སྐད་ཆེན་པོ་རྒྱག་གི་

ཡོད་མ་པེད། ལྷུ་བུ་སྐྱོ་བའི་སྐོ་ནས་སྐད་ཆ་ཤོད་གྱི་ཡོད་པ་པེད། ཁོ་གཉིས་ཀྱི་ལྷུ་བུ་སྐྱོ་
 བ་དེ་སྐོ་དང་སྐྱེའུ་ཁུང་གཉིས་ཀྱིས་ཐོས་པ་པེད། “ང་ནི་ངའི་སྐད་ལ་སྐོད་མཁན་མི་ལ་དགའ་གི་
 མེད།” རྒྱ་ཅོག་གིས་བཤད། “ང་ཡང་ངའི་སྐད་ལ་རྒྱང་བ་འཛོག་མཁན་མི་ལ་དགའ་གི་མེད།”
 སྟེགས་རིང་གིས་བཤད། རྒྱ་ཅོག་ལ་རང་གི་སྟེང་དུ་དེབ་དང་འབྲི་དེབ་འཛོག་པ་དགའ་གི་ཡོད་
 པེད། སྟེགས་རིང་ལ་རང་གི་སྐད་ལ་སྐོབ་སྐྱབ་བཞུགས་པ་དགའ་གི་ཡོད་པེད། སྐད་ཆ་དེ་སྐོ་
 དང་སྐྱེའུ་ཁུང་གིས་སྐོབ་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་ལ་བཤད་པ་པེད། “ང་ཚོ་ཡང་རྒྱ་ཅོག་དང་སྟེགས་
 རིང་གཉིས་དགའ་བའི་བྱ་བ་ཁོ་ན་གྱི་ཡིན་”ཞེས་སྐོབ་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པ་པེད།

(ཀ) ཚང་མས་སྟེགས་རིང་ལ་ག་པེ་ཟེར་ནས་འཐོད་གྱི་ཡོད་པེད།

(ཁ) རྒྱ་ཅོག་དང་སྟེགས་རིང་གཉིས་གང་འདྲས་སྐད་ཆ་ཤོད་གྱི་ཡོད་པེད།

ཁོང་གི་བྱ་བུ་སློབ་གྲྭར་འགོ་གི་ཡོད་རེད། ཁོང་གིས་བྱ་བུ་མོ་ལ་ཉེར་མཁོའི་ཅ་ལག་ཉེས་
ནས་སློབ་གྲྭ་ཡོད་རེད། བྱ་བུ་ག་རྣམས་དགའ་བཞིན་དུ་སློབ་གྲྭར་འགོ་གི་ཡོད་པ་རེད།

ཧ. བརྗོད་དུམ་མཉམ་ནས་མཐུན་པའི་ལན་ལ་འགྲིག་ཉུགས་རྒྱུ་བ།



གནས་ཚུལ་གང་ཞིག་ཀུན་ལ་ཤེས་སུ་འཇུག་
པའི་ཆེད་ཁ་ནས་བཤའ་བའམ་ཡིག་ཐོག་ནས་
བསྐྱབས་པ་ལ་གསལ་བསྐྱབས་ཟེར་གྱི་རེད།
གནས་ཚུལ་པན་ཚུན་བརྗོད་ལེན་དང་ཁྲབ་སྟེལ་
བྱེད་པའི་བརྒྱུད་ལམ་ལ་འབྲེལ་ལམ་ཟེར་གྱི་

ཡོད། ཚགས་པར་བརྒྱུད་ནས་གནས་ཚུལ་གསར་བ་ཏུ་གོ་གི་རེད། གཟུགས་མཐོང་རྒྱུད་འཕྲིན་
གྲིས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གི་གནས་ཚུལ་སྟོན་གྱི་ཡོད་རེད། རྒྱུད་འཕྲིན་གྲིས་ཀྱང་གནས་ཚུལ་
ཐམས་ཅད་སྟེལ་གྱི་ཡོད་རེད། ལག་ཐོགས་ཁ་བར་བརྒྱུད་ནས་ས་ཐག་རིང་པོར་ཡོད་པའི་མི་
དང་སྐད་ཆ་ཤོད་གྱི་ཡོད་རེད། རྩ་རྒྱའི་ནང་ལ་བརྗོད་གཞི་མང་པོའི་སྐོར་ལ་བཤའ་བ་བཞག་
ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་ནི་གསལ་བསྐྱབས་དང་འབྲེལ་ལམ་གྱི་ཆ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་རེད།

(ཀ) གནས་ཚུལ་ག་རེའི་བརྒྱུད་ནས་ཏུ་གོ་གི་རེད།

(གསལ་བསྐྱབས། འབྲེལ་ལམ། འཕྲིན་ཡིག)

(ཁ) གནས་ཚུལ་པན་ཚུན་བརྗོད་ལེན་དང་ཁྲབ་སྟེལ་བྱེད་ཆས་ལ་ག་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད།

(འབྲེལ་ལམ། གསལ་བསྐྱབས། འཕྲིན་ཡིག)

(ག) གནས་ཚུལ་གསར་བ་ག་རེའི་བརྒྱུད་ནས་ཏུ་གོ་གི་ཡོད་རེད།

(ཁང་པ། ཚགས་པར། དཔེ་མཛོད་ཁང་།)

(ང) རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ནང་གི་གནས་ཚུལ་ག་རེའི་བརྒྱུད་ནས་སྟོན་གྱི་ཡོད་རེད།

(གཞུགས་མཐོང་རྒྱུ་འཕྲིན། ཚགས་པར། རྒྱུ་འཕྲིན།)

(ཅ) ས་ཐག་རིང་པོ་ལ་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ག་རེའི་བརྒྱུད་ནས་སྐད་ཆ་འོད་གྱི་ཡོད་རེད།

(གཞུགས་མཐོང་རྒྱུ་འཕྲིན། ལག་ཐོགས་ཁ་བར། ཐོ་ཉ།)

༤. བསྐྱབས་ནས་ལན་འོད།



ཉི་མ་ཆེ་རིང་ནི་རང་གི་བ་ལགས་མཉམ་དུ་རྒྱལ་ས་
ཡམ་བུར་འགོ་ཡ་རེད། ཁོང་ཁྱམ་བུ་རྒྱུ་འཕྲིན་པོ་རྗེས་
ནས་རྒྱུ་འཕྲིན་ལུག་ལར་ཡོང་བ་རེད། ལུག་ལ་
ནས་རྒྱལ་ས་ཡམ་བུར་འཕུར་བའི་གནས་གྲུ་ཡོད་
རེད། ཁོང་ཚོས་གནས་ཐང་ལ་གནས་གྲུའི་འཛིན་
བསྟན་བ་རེད། དེ་ནས་གནས་གྲུར་འཇུག་ཞུགས་
བྱས་བ་རེད། གནས་གྲུ་ནས་ཡོང་དུས་གངས་རི་

དང་སྤྱི་དང་ཡུལ་ལུང་གི་བཀོད་བ་མཐོང་བ་རེད། ཡུལ་ལུང་གི་བཀོད་བ་མཛེས་ལྗོངས་དེ་
དག་མཐོང་ནས་ཉི་མ་ཆེ་རིང་ཉ་ལས་བ་རེད།

ཇི་བ།

- ཀ) ཉི་མ་ཆེ་རིང་བ་ལགས་མཉམ་དུ་ག་བར་འགོ་ཡ་རེད།
- ཁ) ལུག་ལ་ལ་ག་བར་འཕུར་བའི་གནས་གྲུ་ཡོད་རེད།
- ག) ཁོང་ཚོས་གནས་གྲུའི་འཛིན་ག་བར་བསྟན་བ་རེད།

༤. རི་ཚོར་བལྟས་ནས་མིང་བྲིས།



སྐྱམ་ལོར། འགྲུལ་ལོར། སྐྱ་ལོར། རོས་སྐྱེལ་རྒྱུ་ལོར། ལྷུང་སྐྱོབ་རྒྱུ་ལོར། མེ་གསོད་རྒྱུ་ལོར། འཕྲུལ་ཏྟ། མེ་ལོར། ཐང་འཕུར་གནམ་གྲུ། རྒྱུང་འཕྲིལ། བརྟན་འཕྲིལ། ལག་ཐོག་ཁ་པར། ལྷུང་འཕྲིལ། ལྷོག་འཕྲིལ། རྩ་རྒྱ། ལྷོག་ཀ་བ། ལྷོག་བཟུ། མེ་འཕྲུག་འཕུར་མདའ། འཕུར་གྲུ། གྲུ་གཟིངས། རྒྱུང་ལེལ། མིས་བཟོས་སྐྱུང་སྐྱེད།

༡༠. བཏམ་གྱི་རི་མོའི་མིང་བྲིས།











༡༡. བཏམ་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ག་རེའི་ཆེད་དུ་བེད་སྲོལ་གཏོང་གི་ཡོད་རི་མོར་བལྟས་ནས་འོད།



༡. དགེ་ལྷན་དང་མཉམ་དུ་སློབ་གསུལ།



རྒྱལ་ས་ཡམ་བུ།

འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་བྱིན་མཚུས།།
 གངས་ཅན་མཚོ་ཆེན་གྱི་སྟེ།།
 གངས་རིས་བསྐྱོར་བའི་ཁྲོམ་བྱང་།།
 ཡམ་བུ་བལ་ཡུལ་རྒྱལ་ས།།
 མི་དམངས་མང་པོ་འཛོམས་ས།།
 གནམ་གྱུ་སྐྱུ་ལའོར་མང་ས།།
 མཐོ་རིང་ཁང་ཆེན་མང་ས།།
 ཡམ་བུ་བལ་ཡུལ་རྒྱལ་ས།།
 ཟས་གོས་ཅ་ལག་ཉེ་ཆོང་།།
 ཆོང་ཁང་མང་པོ་ཡོད་ས།།
 རྒྱལ་ཁང་ལས་ཁུངས་ཡོད་ས།།
 ཡམ་བུ་བལ་ཡུལ་རྒྱལ་ས།།
 བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་དང་ནི།།
 རང་བྱུང་མཚོད་ཉེན་ལ་སོགས།།
 བྱི་ནང་གནས་མང་ཡོད་ས།།
 ཡམ་བུ་བལ་ཡུལ་རྒྱལ་ས།།

2. རི་ཚོར་གཞིགས་ནས་འགྲེལ་བཤུན་གྱིས།



3. བརྗོད་དུམ་མཉམ་ནས་ལན་གྱིས།

ཆེ་རིང་བཟ་ཤིས་ནི་སྐོ་
 སྐུན་ཐང་(ལུསྐུང་)ལ་གནས་
 རྗོད་བྱེད་གྱི་རེད། ཁོང་གི་
 བ་ལགས་འགྲུལ་འཁོར་
 ལས་ཁུངས་ལ་ཕྱག་ལས་
 གནང་གི་རེད། ཁོང་པལ་
 ཆེ་བ་སྐོ་འབྲུམ་ལ་ཐེབས་



གྱི་ཡོད་རེད། ཉེ་ཞིག་ཆེ་རིང་བཟ་ཤིས་གྱིས་ང་ཡང་བྱེད་མཉམ་དུ་སྐོ་འབྲུམ་ལ་འགོ་གི་ཡིན་
 བཤུན་བ་རེད། ཉི་མ་ཁ་ཤིས་རྗེས་ལ་བ་ལགས་གྱིས་སུ་དེ་རིང་ང་ཚོ་པོ་ཁ་རྗེས་འབྲུམ་ལ་འགོ་

གསུངས་པ་རེད། ཁོང་ཚོ་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལོ་འཁོར་བརྒྱུད་ནས་པོ་ཁ་རྒྱ་ལ་སྤྱིན་པ་རེད། བ་བྱ་
 གཉིས་པོ་པོ་ཁ་རྒྱ་ལ་མགོན་ཁང་སྐོར་ནས་བཞུགས་པ་རེད། པོ་ཁ་རྒྱ་ལ་ཁྲིམ་ར་ནས་པར་ཆས་
 དང་། ལག་ཐོགས་ཁ་པར། རྒྱུ་ཆས་གསར་པ་མང་པོ་ཉོས་པ་རེད། པོ་ཁ་རྒྱ་ལ་མེ་སྐྱ་ཏུ་ལ་
 ཞེས་པའི་མཚོ་འགྲམ་སྤྱོད་འབྲུམ་ལ་སྤྱིན། དེར་ཁོང་ཚོས་པར་མང་པོ་བརྒྱབས་ནས་ཏེ་ཐོག་ལ་
 བཅུག་པ་རེད།

(ཀ) ཚེ་རིང་བཟང་ཤིས་ག་བར་གནས་སྤོད་བྱེད་གྱི་ཡོད་རེད།

དོལ་པོ། ལུ་གུམ། སྤོ་སྤོན་ཐང་།

(ཁ) བ་ལགས་སྤྱུག་ལས་ག་བར་གནང་གི་ཡོད་རེད།

འགྲུལ་འཁོར་ལས་ཁུངས་ལ། གསང་བའི་ལས་ཁུངས་ལ། གནམ་ཐང་ལ།

(ག) ཁོང་ཚོ་ག་རེའི་བརྒྱུད་ནས་པོ་ཁ་རྒྱ་ལ་སྤྱིན་པ་རེད།

འཕྲུལ་ཏ། སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལོ་འཁོར། གནམ་གྲུ།

(ང) བར་ག་རེས་བརྒྱབས་པ་རེད།

རྒྱུང་ཤེལ། བར་ཆས། ཚིས་འཕྲུལ།

(ཅ) ཁོང་ཚོས་པར་བརྒྱབས་ནས་ག་བར་བཅུག་པ་རེད།

ཏེ་ཐོག་ལ། ལག་ཐོགས་ཁ་པར་ནང་ལ། ཚིས་འཕྲུལ་ནང་ལ།

༤. བསྐྱབས་ནས་ལན་བྲིས།

དགོན་པར་ཚོས་མཇལ།

ད་ལྟ་དགུན་ཁའི་གུང་སེང་རེད། ང་པ་མ་མཉམ་དུ་དགོན་པ་མཇལ་ཁར་སྤྱིན་ཡིན། བོ་རྒྱ་མཚོ་ད་
 ཉེན་ཉེ་འབྲིས་སུ་དགོན་པ་མང་པོ་འདུག། མི་མང་པོ་དགོན་པར་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྐུ་ཉེན་མཇལ་

ཁའི་ཆེད་ཡོང་གི་འདུག དགོན་པ་ནི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སློབ་སྦྱོང་གྱེད་སའི་བསྟེན་གནས་
 ཞིག་རེད་འདུག དེར་ཚམས་གསོ་ཁང་དང་སྐྱོན་ཁང་ཡང་འདུག ཚམས་གསོ་ཁང་དུ་སློབ་མོ་རྣམས་
 ལ་སྐྱེ་མས་ཚོས་གསུང་གི་འདུག གྲུ་བཅུན་དང་སློབ་མོ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་སྐྱོན་ཁང་བཅུགས་པ་རེད་
 འདུག ལྷ་སློབ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཚམས་གསོ་ཁང་དང་དགོན་པའི་ཆེད་ཞལ་འདེབས་སུ་ལྷ་སློབ་ཀྱི་འདུག
 ང་ཚོས་ཀྱང་ཞལ་འདེབས་སུ་ལོན། ད་ལོའི་གྲང་སེང་ནི་ཉ་ཅང་སྤྱིད་པོ་གྲང་སོང་།

(ཀ) བྱེད་རང་གྲང་སེང་ལ་ག་བར་སྤྱིན་ཡིན།

(ཁ) མི་མང་པོ་དགོན་པར་ག་རེ་བྱེད་ཀ་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད།

(ག) དགོན་པར་གཞན་ག་རེ་ག་རེ་འདུག

(ང) ཁོང་ཚོས་དགོན་པར་ག་རེ་སུལ་བ་རེད།

༥. འཛིན་གྲོགས་ལྷན་དུ་གྲོས་བྱས་ནས་འོད།

དེ་རིང་སློབ་གྲུང་དགེ་ཚུན་གསར་པ་ཞིག་ཕེབས་སོང་། ཁོང་གིས་ང་ཚོ་ཚང་མ་ལ་གཞིགས་
 བས་རང་གི་ངོ་སློད་གནང་སོང་། སློབ་སྐྱེད་ཚང་མ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་སོ་སོའི་ངོ་སློད་བྱེད་
 བཅུག་སོང་། སློབ་སྐྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རིམ་བཞིན་སོ་སོའི་ངོ་སློད་བྱས་སོང་། དགེ་ཚུན་
 གྲིས་སྦྱང་སྐྱོན་པོ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེའི་ཇེས་ལ་དགེ་ཚུན་གྲིས་ག་རེ་གནང་ཡིན་
 བས་ཀྱི།

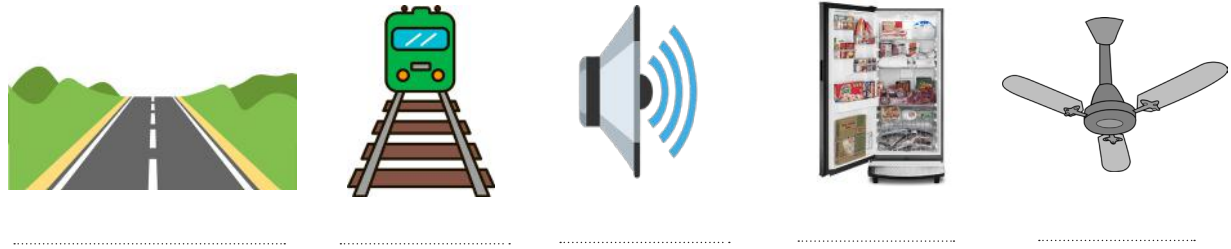
6. བྱ་བ་ཉམས་ནང་གི་ཚིག་བདམ་སྟེ་བར་སྟོང་སྟོང་སྟེ།

- 1) བཟུགས་པོ་བདེ་པོ་མེད་ན་.....ལ་བརྟུག་དབྱུང་བྱེད་ཀ་འགོ་དགོས།
- 2) ཚོས་སྟོང་བའི་ཚེད་.....དུ་འགོ་དགོས།
- 3) གཞི་རིམ་སྟོབ་གྲུང་.....མང་པོ་བཟོ་དགོས།
- 4) དུས་སྟོན་སྐབས་སུ་.....འབྲེལ་སྟོན་བསྟན་དགོས།
- 5) ང་ཚོས་.....ཡོད་པའི་སྟོ་ཚོ་རྣམས་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་དགོས།

སྟན་ཁང་། བཟུག་ལག་ཁང་། བྱིས་པའི་ལས་རིམ། རྫོས་གར། གས་གསོ་ཁང་།

7. རི་མོ་ངོས་བཟུང་ནས་མིང་བྲིས།

གཞུང་ལམ། ལྷགས་ལམ། རྒྱ་འཕྲིན། འབྲུག་སྐམ། རྒྱ་འཕྲིན། རྒྱ་སྟོག་འབྲུང་འཕྲིན།
 ཚོ་སྟོག་གང་སྟོག་འོད་སྟེང་། རྒྱ་སྟུག་རྒྱ་བསྐྱུགས། རྒྱ་སྐམ། དཔར་སྟོག་འབྲུལ་འཕྲིན།
 བཞེར་འབེབས། འབྲུལ་དཔར། བར་ཚས། སྟོག་ཐབ། རྒྱངས་ཐབ། རྒྱ་འཕྲིན། དཔྱད་
 འཕྲིན། རྒྱ་འཕྲིན།





.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....



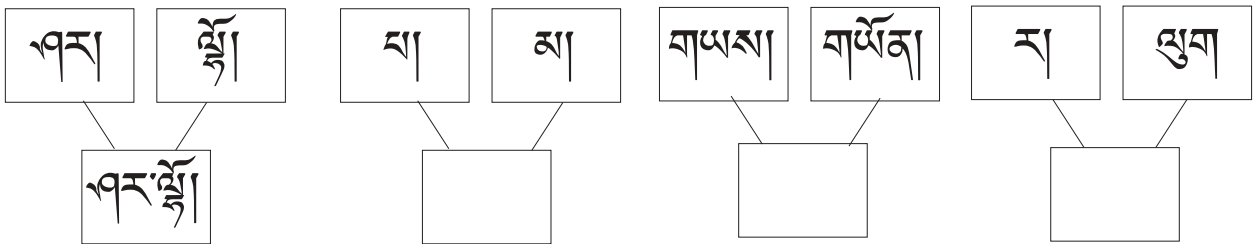
.....

.....

༡. དེ་མོ་དང་མིང་གཉིས་མཐུན་སྐྱུར་གྱིས།

- ༡)  མྱོག་ཐབ།
- ༢)  རྒྱངས་ཐབ།
- ༣)  འབྲུག་སྐྱམ།
- ༤)  ལག་ཐོགས་ཁ་བར།
- ༥)  བརྟན་འཕྲིན།
- ༦)  རྒྱང་འཛིན།

༤. ཚིག་གཉིས་སྐྱུར་ལ་བསྐྱབས་ནས་བྲིས།



༡༠. གཤམ་གྱི་དངོས་པོ་ནམས་ག་རེའི་ཆེད་དུ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད་རི་མོར་
བལྟས་ནས་ཤོད།



༡༡. རི་མོར་བལྟས་ནས་འགྲེལ་བཤམ་བྱིས།