

༄ | | ལྷོ་ཙན་དན་བཀོད་པའི་ཞིང་གི་བྲིམས་གཞུང་  
ཆེན་པོ། |

( འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ )

འབྲུག་ཙན་དན་བཀོད་པའི་ཞིང་གི་ཁྲིམས་གཞུང་ཚེ་མོ་དགོ།

༡༡། ། ཀུན་མཁུན་ཡེ་ཤེས་ཉི་མའི་གཉེན་མཚོ་གདང་། ཀུན་གསལ་འཇིག་རྟེན་འབྲུག་མ་བྱས། ཀུན་  
ནས་འཕགས་ཚོགས་རྒྱ་རྒྱུ་རྣམ་བཟུ་བ། ཀུན་ཏུ་མཚོག་གསུམ་དམ་པའི་ལྷ་ལ་འདུད། བསྟན་སྲུང་དམ་ཙན་རྒྱ་མཚོ་ཚོགས་པའི་  
སྤེལ། བསྟན་དག་ཚར་གཅོད་བགྱིས་གཡང་ཆར་འབེབས། བསྟན་འཛིན་སྤྲེལ་བུའི་སྤྲེལ་བ་དང་། བསྟན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་  
མངའ་ཐང་རྒྱས་པར་གསོལ། གསང་བདག་སྤྱུ་འཕུལ་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེས། གཞན་ཡན་བྱང་ཚུབ་བྱུགས་ཀྱིས་ལུགས་གཉིས་  
འབྲེན། གཡོ་དང་ཕྱོགས་རིས་རབ་བྱལ་བྱངས་པའི་ཁྲིམས། འདི་མཛད་མཐུ་ཡིས་ཀུན་གྲོ་གསལ་གྱུར་ཅིག། །།

དེ་ཡང་ ཉི་འོག་ཙན་དན་བཀོད་པའི་ཞིང་ཁམས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདིར་ སྲོན་ཕྱོན་གོང་མའི་ཕྱག་རྒྱུ་བཅའ་  
ཡིག་ཏུ་མཛད་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་ཚེ་མོ་མཚེས་ནའང་ དེ་ལ་སྒྲགས་འདོར་ཕྱ་ཞིབ་དམིགས་བསལ་དུ་གསུངས་པ་མེད་པར་བཏེན་  
སྤྲིགས་མཐའི་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་རང་གཞན་དུ་སྤྲོད་པའི་ཁྲིམས་ཀྱིས་མ་འཁྲོངས་པར་ བཟང་པོའི་སེམས་རྒྱུད་དང་ལྷན་པ་ལྷན་ཏུ་  
དཀའ་བ་ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆགས་སྤང་ཕྱོགས་རིས་ཀྱི་དབང་དུ་སྤྱུང་ཞིང་ ཅི་ཞིག་གང་ལའང་ དྲངས་པའི་ཚང་ཐིག་ལ་ དབབ་  
པར་མ་གྱུར་གཤིས། སྤྱི་འགྲོའི་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་ཉི་མ་ལུབ་ལ་ཉེ་ཞིང་ ཀུན་ཀྱང་ཡིད་ལྷུགས་སྤྲུག་བསྡུ་ཆེ་བའི་རང་བཞིན་དུ་བྱུག་པ་ལ།  
མངའ་བདག་མའི་དབང་པོ་ཕྱག་ན་རྟོ་རྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་སྤྱིད་དང་རྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱི་བསྟན་པ་གཅིག་ཏུ་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་བའི་ མངའ་  
བདག་རིགས་བརྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གསུམ་པ་ ཚོས་རྒྱལ་ཚེ་མོ་དཔལ་༡ འཛིགས་མེད་རྟོ་རྟོ་དབང་ཕྱག་རིན་པོ་ཆེའི་ལལ་སྤྲེལ་སྤྱི་  
རྒྱུ་མེ་བཟོད་པའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྲོ་ནས་ སྤྱི་རྒྱུད་མཐའ་དག་སྤངས་འདོར་གྱི་གནས་ལ་མི་ཚོངས་ཤིང་ བྱ་བྱེད་  
ཀྱི་ལམ་ལ་འཇུག་སྤོ་བདེ་བམ་ཚད་ ཐམས་ཅད་ཀུན་ཀྱང་དྲངས་པའི་ཚངས་ཐིག་ལ་བསྟན་པས་གཡོ་སྤྱུར་དང་ ཉེ་རིང་ཕྱོགས་སྤྱུང་  
ལ་སོཌ་པའི་ ལྷུག་བསྡུ་སྤྱུ་ཙན་མི་སྤྱོད་བར་ བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་བསྟན་པ་ དགུང་དུ་བསྟེགས་པར་འགྱུར་པའི་དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེར་  
བཞེད་དེ་ བྱུགས་ཀྱི་ལལ་བ་དང་ མཛད་དཀའི་གཞི་ལ་མ་གཟིགས་པར་བསྟན་པ་དང་ སེམས་ཙན་གྱི་དོན་ལ་དཅེས་སྤྱུ་གནང་སྟེ་  
ངན་འདོར་བཟང་དབྱུངས་ཀྱི་སྤོ་ནས་ བསྟན་སྤྱིད་ཀྱི་བྱུས་ལ་མི་ཚོངས་པའི་ཕན་དོན་ལྟོ་ལྟོ་སྤྲེལ་བྱུགས་ལ་ཅི་འཆར་ཐོལ་བྱུང་དུ་བཀོད་  
པའི་ ཁྲིམས་ཡིག་ཟིན་ཉིག་ཞིག་མཛད་ཅིང་ རྗོང་ལག་སོ་སོའི་དཔོན་ལག་ཡོངས་ལ་འདྲ་རེ་སྤེལ་ཏེ་ ལུས་དག་མཚན་སྤེལ་ས་  
སོགས་རང་སའི་བསམ་འཆར་གང་བཟང་བཀོད་དུ་བཅུག་ཅིང་།

དེ་ལ་སྐྱར་ཡང་དགོངས་པ་བཏང་སྟེ་བཟོ་བཅོས་མཛད་པ་མ་ཚད་ འབངས་གཞུང་ལྷ་མི་སྲིད་སྲིད་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་ལ་འང་ སོ་  
སོའི་ཚོས་ལྷགས་དང་ལམ་ལྷགས་ལ་འཇུག་དང་མི་འཇུག་ རང་སའི་སློབ་བས་ཀྱི་བསམ་འཆར་འཐད་དང་མི་འཐད་པ་སོགས་  
ཞིབ་འཇུག་གོ་འདུར་ཐངས་གསུམ་གྱི་རིང་དུ་ནན་ཏན་དཔུང་པ་ནས་ ཀུན་གྱིས་མི་མཐོའོ་ཞིང་ མི་དགོས་པར་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་  
ཡིག་སླེབས་ལས་བཏོན་ཏེ་འདོར་ཞིང་ དེ་དང་དེ་བཞིན་དགོས་གཤམ་ཆེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ གསར་དུ་ཡིག་སླེབས་ལ་བཀོད་  
པར་མཛད་དེ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ མངའ་ཞབས་སུ་གཏོགས་པའི་ མཐའ་དབུས་མི་རིགས་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་ དཔོན་འབངས་མི་སེར་  
ལྷ་སྟེ་མི་སྟེ་ཡོངས་ཀྱིས་ ཆ་གནས་བྱས་བྱུབ་པའི་ བྲིམས་གཞུང་ཆེན་མོ་ འདོད་དོན་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་སླེབས་ཆོན་དང་  
ལེའུ་རྣམ་པ་རང་སར་དབྱེས་པ་བཞིན་ གཤམས་སུ་རིམ་པར་གསལ་ལ། །།

(ཁྲིམས་གཞུང་)

ཨོཾ འབྲུག་གི་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་མ་གཏོགས་ གཞན་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་ ཡང་ན་ ག་གནས་ཀྱི་མཐོ་དམའ་ རྒྱུ་ཆེ་རྒྱུ་ རོལ་ཆེ་རྒྱུ་ རིགས་ཀྱི་དྲག་ཞན་ འགན་ཁུར་དང་ ལས་གཞི་ལྟེ་རྒྱུ་འདྲ་དང་ མི་འདྲ་ བྱས་ལུལ་ཡོད་མེད་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡང་ཐམས་ཅད་གང་ཡང་ཁྱད་པར་མེད་ཅིང་ གཅིག་མཚུངས་ཁྲིམས་ཡིག་ འདི་ལོ་གཏུ་འཁོད་པ་ཡིན།

ཨུཾ འབྲུག་གི་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་མ་གཏོགས་ གཞན་སུ་དང་སུས་ཀྱང་ ཉེས་ཁྲིམས་ཡར་སེང་མར་ཕབ་བཅོམ་ ཁྲིམས་ ཡིག་བཅོས་པ་ གསར་བཀོད་བྱས་པ་ སྤོང་པ་བཏོན་པ་ ཡར་སློམ་སློབ་བྱས་པ་སོགས་བྱ་མི་ཚོགས།

ཨཱཾ མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལས་ བཀག་དོམ་གནང་བའམ་ ཚོད་རླུམ་གནང་བ་ ཚོགས་དང་མི་ཚོགས་གི་བཀའ་རྒྱ་ བབས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་གནང་བའི་རིགས་སོགས་གང་ཡང་མི་དམངས་པོ་ རྗོང་ལག་ལ་ ཡིལ་གྲོང་དམངས་ལ་སླེར་པ་གཅིག་ ལ་གནང་བ་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡང་ དེ་རིགས་ཐམས་ཅད་གཞུགས་གསལ་ཁྲིམས་གཞུང་ལ་འཁོད་པ་དང་ ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་ མེད་མོད་ཀྱིས་བཀའ་དོན་དེ་རིགས་རྣམས་སྤུར་ཡང་དགོངས་པ་མ་གྲོལ་གྱི་བར་དུ་ ཁྲིམས་གཞུང་ལ་འཁོད་པའི་ཁྲིམས་ དོན་རྣམས་དང་ དབྱེ་བ་མེད་པའི་རྩིས་ཁུར་བྱ་དགོས་པ་བཞིན་ དེ་ལས་འགལ་མི་ཚོགས།

ཐིམས་གཞུང་  
སྡེ་ཚོན་སོ་སོའི་དཀར་ཆགས།

- ཀ ༡ རང་མིང་ལྷ་འཁོད་ཀྱི་ས་ཞིང་དང་ཚ་འབྲོག་རྒྱ་ཤིང་ རི་བཅས་དབང་ཞིང་ རྫོང་ལུགས་ལོ་ཐོག་དང་ རྒྱུ་ལུ་ཤི་སྟོང་ རང་དབང་གི་ས་ལས་རྒྱ་དངོས་ཐོན་རིགས་ཀྱི་སྟོང་།
- ཀ ༢ ཞིང་ས་དང་ རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་བཅས་ས་ཆའི་རིགས་ བཤོམ་བྱུང་དང་ཐོག་རྒྱབ་ རྩ་རིན་རྒྱ་རིན་སོགས་ལེན་རྒྱུའི་ཚེད་ ཅུ་ གཞན་ལ་སྟོན་ལེན་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྟོང་།
- ཀ ༣ སེམས་ཅན་བདག་སྐྱོང་དང་ཐོག་རིན་སྟོང་།
- ཀ ༤ ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་བཅས་རྣམས་ཉོ་འཛོང་འཐབ་ལེན་ཀྱི་སྟོང་།
- ཀ ༥ ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་བཅས་རྣམས་ བུ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་བཅུ་ག་བཏོན་ཀྱི་སྟོང་།
- ཀ ༦ ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་བཅས་རྣམས་སྐལ་བ་བཤོ་ཤག་ ལྷོ་ཞིང་བཅས་ཀྱི་སྟོང་།
- ཀ ༧ ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་ཁང་ཁྱིམ་བཅས་རྣམས་ཐེབས་རྩ་ལོ་བྱས་སྐྱུར་ལུགས།
- ཀ ༨ ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་ ཁང་ཁྱིམ་ལ་སོགས་པ་ཁྱོ་ཤུག་ཡ་བྲལ་སྐབས་སུ་ཐོབ་ལམ།
- ཀ ༩ གཤམ་པོའི་ཤུ་དུ་ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་ ཁང་ཁྱིམ་བཅས་ཐོབ་ལམ་སྟོང་།
- ཀ ༡༠ རྩ་སྟོང་ས་ཆའི་སྟོང་དང་ རྩ་སྟོང་ལྷལ་ཚབ་ལ་འཇུ་ལ་ལུགས།

- ཀ ༡༡ ས་འོག་ལས་གསེར་ དངུལ། ཟངས་ལྷགས། རག། ལྷ་མི། རྩོམ་མེད་ལ་སོགས་པས་དཙུག་གཏེར་ལ་ཐོན་རིགས་ཀྱི་  
སྐྱོར།
- ཀ ༡༢ ས་ཆ་གཞུང་བཞེས་དང་ ཕྱི་མིར་ས་ཆ་མི་སྲོད་ཅིང་ མི་ཁྲུངས་ལྡོག་ལུགས་ཀྱི་སྐྱོར།
- ཁ ༡ གཉེན་སྲོར་བཟའ་ཚང་བསྐྱོམས་ལུགས་དང་ དེ་ལ་ངེས་ཐམས་དགོས་ལུ།
- ཁ ༢ བཟའ་ཚང་ཉེས་འཁྲུལ་ལ་བརྟེན་པའི་དགའ་བའི་ཐོབ་ལམ་སྐྱོར།
- ཁ ༣ རྩོ་ལུག་ཡ་བྲལ་སྐབས་ཡིག་ཐེ་སྲོད་ལུགས།
- ཁ ༤ རྩོ་ལུག་ཡ་བྲལ་གྱི་ཡིག་ཐེ་ལ་ཡིག་རྟེན་སྲོད་ལུགས་ཀྱི་སྐྱོར།
- ཁ ༥ རྩོ་ལུག་ཡ་བྲལ་སྐབས་བགོ་གསལ་ཐོབ་ལམ།
- ཁ ༦ བྱད་མེད་དབང་ཤེད་ཀྱིས་སྲོད་པ་དང་ མ་སྐྱོན་པ་སྲོད་པ།
- ཁ ༧ རྣམ་མི་བྱིམ་ལས་ཟུར་དུ་འགྲེད་སྐབས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་སྐྱོར།
- ག ༡ ཚེ་ལས་འདས་པའི་ལུག་གི་ཐོབ་ལམ་སྐྱོར།
- ག ༢ རྩོ་ལུག་སོམས་ཅན་བཙུག་མར་གཏམས་ལུགས་དང་ བདག་འཛིན་ཉར་ལུགས།
- ང ༡ རྩོ་ལུག་སོམས་ཅན་གཡར་པོར་སྲོད་ལེན་སྐྱོར།

ཙ ༡ བུ་ལོན་དཀོང་ལུགས་སྐོར།

ཙ ༢ བུ་ལོན་ལ་གཏའ་མ་བཅུགས་ལེན་སྐོར།

ཙ ༣ བུ་ལོན་ལ་སྐྱེས་ཚུལ་འབབ་ལུགས་སྐོར།

ཙ ༤ བུ་ལོན་བཏབ་རྒྱུའི་སྐོར།

ཆ ༡ ཚོང་ལ་མགོ་སྐོར་ དབང་ཉོབ་དང་ བྲི་སྲང་ཇུས་མའི་སྐོར།

ཆ ༢ ཚོང་རིན་པར་འགྲུངས་སམ ཞག་དུས་འགྲུངས་ཚུལ།

ཇ ༡ གཞུང་མདའ་འཆང་སྒྲིང་སྐོར།

ཇ ༢ གཞུང་མདའ་མེན་པའི་གོ་ཆ་འཆང་སྒྲིང་སྐོར།

ཉ ༡ ཁྱིའི་ལ་འཇུག་བྱེད་སྐོར།

ཉ ༢ ཆབ་ལ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་སྐོར།

མ ༡ ལྷ་ཁང་དགོན་ཁང་གི་ཚུལ་སྒྲིང་ ཞབས་ཏོག་ གསར་བཞེངས་ཀྱི་སྐོར།

མ ༢ ཐེབས་རྩལ་བྱེད་ཀྱི་སྐོར།

མ ༣ འབྲེལ་ལུ་ཞལ་འདེབས་ཀྱི་སྐོར།

ཐ ལ མི་ལོ་དག་རྩལ་ལ་གཤམ་སྟོན་གྱི་སྟོན།

ད ༡ ཚུན་གཞི་དབྱེ་ཞིབ་ཚོགས་དང་མི་ཚོགས་ལས་ ཉེས་ཆད་བཀའ་ཚོགས་དང་མི་ཚོགས་སྟོན།

ད ༢ ཁྲིམས་ཁང་གི་བྱ་བའི་གནད་སྟོན།

ད ༣ འཁོན་པ་ནང་བསྐྱུལ་དང་ གན་རྒྱ་ སྤང་དགོགས་མགོ་སྟོན་བཅས་གྱི་སྟོན།

ན ༡ ཉམ་བཤད་མགོ་སྟོན་དང་ ཡིག་བྲི་རྒྱུ་མའི་སྟོན། འཐབ་འཛིང་སྟོན།

པ ༡ ཨར་རྒྱུ་གྱི་སྟོན་དང་ བདག་མེད་སེམས་ཅན་གྱི་སྟོན།

ཕ ༡ འཕྲོག་བཅོམ་གྱི་སྟོན།

བ ༡ མི་བསད་གྱི་སྟོན།

མ ༡ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་བྱ་བེད་དང་ དེའི་ཁོངས་གཏོགས་སྟོན།

ཙ ༡ རང་ལྗོངས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ངོ་ལོག་གཞོན་སེམས་དང་དགྲ་རུབ་གྱི་སྟོན།

**བཅུ་བརྒྱལ་ལུ་བ་:-**

ཁྲིམས་གཞུང་ཀཱ་རྟགས་ (ཀ) ལས་ (ཆ) ཚུན་ལོགས་སུ་གསར་བརྩམས་གནང་ཡོད་པ་ལས་ ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་མོར་  
གཞིགས་མི་དགོས་རུང་ འདི་ནང་ཀཱ་རྟགས་ (ཅ) མན་ཆད་ཚུན་ཡོད་པ་གཤམ་གསལ།



ལྷིམས་གཞུང་།  
 ལེའུ་ལྷ་པའི་དང་པོ་  
 བྱུ་ལོན་གཏོང་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོན་།

- ཅ ༡-༡      བསྐྱེ་ཚབ་བམ་ རིན་དདུལ་རྗེས་སུ་སྒྲོན་འོང་ཟེར་ཞིང་ གཞན་ལས་དདུལ་དང་ རོང་ འབྲུ་ ཤ་ མར་  
 བཅའ་ཆས་ རྟོན་མེམས་ཅན་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ལོན་གང་རང་ལེན་པ་ཡོད་ཅུང་ དེ་ནི་ཐམས་ཅད་བྱུ་ལོན་གྱི་  
 གངས་སུ་ཡིན།
- ཅ ༡-༢      བྱུ་ལོན་བསྐྱེ་འདོད་མེད་པ་རྣམས་ལ་ དབང་བཙོང་གིས་བྱུ་ལོན་སྒྲོན་མི་ཚོ་གྲགས། བསྐྱེ་འགྲུལ་གཏོང་འདོད་མེད་  
 པའི་མི་ལས་དབང་བཙོང་གིས་བསྐྱེ་མི་ཚོ་གྲགས།
- ཅ ༡-༣      ཕོ་ལོ་བཙོང་བརྒྱུད་དང་མོ་ལོ་བརྒྱུད་ལྟུང་ལེན་པའི་རིགས་ལ་ བྱུ་ལོན་སྒྲོན་ལེན་བྱ་མི་ཚོ་གྲགས།
- ཅ ༡-༤      བྱུ་ལོན་གཏོང་ལེན་བགྱིས་པའི་རིགས་ལ་ གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིམ་བཟོ་དགོས།
- ཅ ༡-༥      གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིམ་བཟོ་བསུབ་བཟོ་བའམ་ ཐེའུ་ལ་སྒྲོན་བྱས་པ་སོལ་གན་རྒྱ་སྒྲོན་ཅན་དང་ གྱི་ཀེ་ཏ་མེད་པའི་གན་  
 རྒྱ་བཅས་པ་ནི་ལྷིམས་ཁང་ནས་རྩིས་འཛོག་མི་བྱ། དེ་སྒྲོན་ཁ་གསལ་ལྷིམས་དོན་(ད་༣ པའི་ནང་དུ་བཟུ)
- ཅ ༡-༦      བྱུ་ལོན་ཞག་དུས་བཟོས་པའི་དུས་ཚོད་ལ་མ་ཚུད་ནའང་ རོ་སྐྱེས་དེ་རང་མ་གཏོར་ ཞག་དུས་སུ་མ་ཚུད་པ་ལ་  
 ལོག་བཟུབ་སོགས་ལེན་རྒྱུ་འོས་ བཙོན་ཚིག་བརྒྱུག་པའི་གན་རྒྱ་ལ་ ལྷིམས་ཁང་ནས་བརྩིས་འཛོག་མི་བྱ།
- ཅ ༡-༧      གན་རྒྱ་བརྒྱུག་སྒྲོན་ཤོར་བ་སོགས་བྱུང་ན་ སྤར་བསྐྱེན་འགྲུལ་བཏང་སྐབས་ཀྱི་ འཛོམས་དཔང་ལུངས་དག་མི་  
 གཉིས་སམ་ དེ་ལས་མང་བར་བཏོན་རྒྱུ་ཡོད་ཚེ་དང་། བྱུ་ལོན་བསྐྱེ་བའོ་ནས་དེ་ལྟར་བྱུ་ལོན་སྒྲོན་རྒྱུ་ཡོད་པ་  
 བདེན་ཟེར་བཟོད་ན་ བྱུ་ལོན་རོ་བོ་དེ་ཉིད་ཚང་གིགས་ཐོབ། དེ་ལ་སྐྱེས་མི་ཐོབ།

ཅ ༡-༤      གན་རྒྱ་བཟླག་སྟོང་ཤོར་སོང་བ་ཡིན་ཟེར་བཅོམ་ནའང་ གོང་གི་ཁྲིམས་དོན་ནང་གསལ་ལྟར་ ར་ཁྲུངས་དག་  
པོར་སྐྱེལ་རྒྱ་མེད་ན་བུ་ལོན་སྟོན་ལེན་མེད་པའི་གངས་སུ་ཕྱིས་རྒྱ།

ཅ ༡-༥      ཤོད་དང་ཏུ་སི་ལ་སོགས་པའི་ཕྱེད་མོ་ཕྱེད་མི་རྣམས་ གཅིག་ནས་གཅིག་ལ་ཕྱེད་མོ་ཕྱེད་སར་འཕྲི་བའི་བུ་ལོན་ཐོབ་  
ཤོར་གྱི་རིགས་ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཕྱིས་ཁྲུངས་མི་བྱ།

ལྷིམས་གཞུང་།  
 ལེའུ་ལྷ་པའི་གཉེས་པ།  
 བུ་ལེན་ལ་གཏའ་མར་བཙུགས་ལེན་སྐོར།

- ཅ ༢-༡ འབྲུག་གི་མི་ཙུ་མིན་པའི་རིགས་ལས་བུ་ལེན་བསྐྱེན་ བུ་ལེན་གྱི་གཏའ་མར་ཁང་ཁྱིམ་དང་ ཞིང་ས་ལ་སོགས་  
 པ་བཙུན་མི་ཚོ་གྲ་ དེ་སྐོར་ལྷིམས་དོན་(༧) ༡༢ པའི་ནང་གསལ།
- ཅ ༢-༢ བུ་ལེན་གྱི་གཏའ་མར་བཙུགས་རིགས་ རྗེས་སུ་གཏའ་མར་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་ཚིག་མེད་པའི་གན་རྒྱ་བཅོམ་མི་ཚོ་གྲ།
- ཅ ༢-༣ བུ་ལེན་གཏའ་མར་ལ་ རང་ཉིད་སྣོད་གནས་གྱི་ཁང་ཁྱིམ་ངོ་མ་དང་ ཁྱིམ་དེའི་ས་གཞི་ངོ་མ་ ཟུར་ཁྱིམ་ བ་  
 ཁྱིམ་ ཚོང་ཁྱིམ་ གྲང་ཁྱིམ་བཅས་རྣམས་སྣོད་ལེན་བྱ་ཚོ་གྲ།
- ཅ ༢-༤ ཟུར་ཁྱིམ་ ཚོང་ཁང་ ཞིང་ས་ལ་སོགས་པ་ གཏའ་མར་བཙུགས་རིགས་ དེའི་བབས་ཁུངས་ཇི་ཡོད། ཡང་  
 བབས་ཁུངས་དེ་སོགས་ བུ་ལེན་ལས་ཕབ་ཆག་བྱ་དོགས་པའི་ ལོ་ངོ་ཞག་ལྷན་དེ་ཙམ་བུ་ལེན་ཐོག་ལས་བཅད་  
 དེ་ བུ་ལེན་གྱི་བདག་པོས་སྣོད་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་ གན་རྒྱ་ནང་ཁ་གསལ་མེད་ན་ རྗེས་སུ་བབས་ཁུངས་  
 ཅན་ཡིན་ལུགས་གྱི་ཕྱིས་རྒྱ་བཅོམ་མི་ཚོ་གྲ།
- ཅ ༢-༥ བབས་ཁུངས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ གཏའ་མར་ལེན་པའི་གན་རྒྱའི་ནང་གསལ་ཡོད་མེད་ཇི་ལྟར་ཡང་ སྐྱེས་ཕྱིས་  
 རྒྱ་བཅོམ་མི་ཚོ་གྲ།
- ཅ ༢-༦ རྒྱ་ལོར་དང་ཁང་ཁྱིམ་ སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པ་གང་རང་ཡིན་རུང་ གཏའ་མར་ཚུད་པ་ནས་ གཏའ་མར་  
 ཉར་པོ་དེས་གཏའ་མར་དེ་ཉིད་ བབས་ཁུངས་སྤར་ལས་ཆེ་བར་བཅོས་བའམ་སྤར་ལས་ལེགས་སུ་བཅོས་པ་ཇི་  
 ལྟར་ཡང་། བུ་ལེན་དེ་ཉིད་ཚང་གི་གསལ་འཕྲོར་པའི་སྐབས་ གཏའ་མར་དེ་སོགས་སྤར་ལེགས་སྣོད་རྒྱ་མ་གཏོགས་  
 ལེགས་སུ་བཅོས་པ་དང་ བབས་ཁུངས་མཐོ་བར་བཅོས་པ་བཅས་གྱི་ཟད་གྲོན་སོགས་ གང་ཡང་ཉོན་པའུ་དང་  
 དང་སྣོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོ་གྲ།

ཅ ༢-༢ གང་མར་ལེན་པའི་རྒྱལ་ལོ་སྤྱོད་དང་སེམས་ཅན་སོགས་ཤི་ཆད་དང་ རྒྱལ་སྤོར་སོགས་ར་མེད་ཐལ་ན་  
གང་མར་ལེན་པ་ལོས་ གང་མར་བརྩམས་མི་དེ་ལ་ ར་མེད་ཐལ་སོང་བའི་དངོས་པོ་དེའི་རིན་བབས་ཚང་  
གི་གས་སྤོད་དགོས། འུ་ལོན་གྱང་གི་མས་ལུགས་ཇི་བཞིན་ཚང་གི་གས་ཐོབ།

ཅ ༢-༤ གང་མར་ལེན་པའི་རྒྱལ་ལོ་སྤྱོད་དང་སེམས་ཅན་དེ་དག་མེ་རྒྱེན་དང་ རྒྱ་རྒྱེན་གྱིས་འཇིག་པ་འབྱུང་ན་  
གང་མའི་བདག་པོ་དེའང་ རིན་བབས་མི་ཐོབ་སྟེ་ གང་མར་དེ་ཉིད་འུ་ལོན་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་པ་ ཡིན་ཚུང་  
འུ་ལོན་དེའང་བསྐྱེད་ཚབ་མི་ཐོབ། གང་མའི་བདག་པོ་དེ་དང་ འུ་ལོན་གྱི་བདག་པོ་བཅས་གཉིས་ཀ་ སྤོད་  
ལེན་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོགས།

ལྷིམས་གཞུང་།  
 ལེའུ་ལྷ་པའི་ གསུམ་པ།  
 བུ་ལོན་སྐྱེས་ཚེས་འཐབ་ལུགས་སྐོར།

- ཅ ༣-༡      བསྐྱེའམ་ལ་སོགས་བུ་ལོན་གྱི་རིགས་ལ་    སྐྱེས་དེ་རང་མ་གཏོར་སྐྱེས་ལ་སྐྱེས་ཅུང་བཏགས་མི་ཚོགས།
- ཅ ༣-༢      བསྐྱེས་འགྲུལ་སོགས་བུ་ལོན་གྱི་རིགས་ལ་    བུ་ལོན་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་ལས་གཏོག་བཀོལ་བ་དང་    རྒྱུ་དངོས་སོགས་ཅི་དང་གང་ཡང་ལེན་མི་ཚོགས།
- ཅ ༣-༣      ལྷིམས་དོན་ (ཅ) ༢-༥ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་    བབས་ཁུངས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་    གཏའ་མར་ལེན་པའི་རིགས་ལ་    གན་རྒྱ་ནང་ཁ་གསལ་ཡོད་མེད་ཅི་ལྟར་ཡང་    སྐྱེས་ཚེས་རྒྱུ་མི་ཚོགས།
- ཅ ༣-༤      བུ་ལོན་བསྐྱེས་ཏེ་མ་སློད་པར་ཡུན་རིང་འགྲུངས་ན་    ལོ་བདུན་གྱི་བར་དུ་གསུམ་སྐྱེས་དང་    དེ་ལས་ལོ་ངོ་ལག་གཅིག་གི་བར་དུ་གཉིས་སྐྱེས་    ལོ་ངོ་ལལ་གཅིག་ལས་གལ་ན་    རྒྱུང་སྐྱེས་ལོན་མ་གཏོགས་ཚེས་མི་ཚོགས།
- ཅ ༣-༥      བསྐྱེའམ་ལ་བཏང་བཔོན་ས་    བེ་ལོན་ངོ་བོ་ལས་སམ།    ཡང་ན་སྐྱེས་ལས་བཅད་དེ་    ལས་གཏོག་བཀོལ་ན་    ལས་གཏོག་ཉིན་ཅི་ཙམ་བྱས་པ་དེ་    ཉིན་རེ་ལ་སྐྱེས་པ་དེ་    ལུང་སོལ་ལ་ཅི་ལྟར་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་    ཚེས་རྒྱུ་ལྷེ་ཕབ་དགོས།

ཁྲིམས་གཞུང་།  
ལེན་ལྟ་པའི་བཞི་པ།  
བྱ་ལོན་བཏབ་རྒྱུའི་སྐོར་།

- ཅ ༧-༡ བྱ་ལོན་ཚང་གི་གསལ་བཏབ་པའམ་ བྱ་ལོན་ཐོག་ལས་ཕྱན་བྱ་ཞིག་བཏབ་པ་སོགས་ཇི་ཙམ་བཏབ་ཅུང་ བཏབ་པའི་རིགས་རྣམས་འབྱོར་རྟགས་ལེན་དགོས།
- ཅ ༧-༢ བྱ་ལོན་བཏབ་རྒྱུ་དེ་ བསྐྱེ་བཤོ་སུ་ཡིན་དེ་ཁོ་ནས་བཏབ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ བསྐྱེ་བཤོ་ལ་གཞན་ལས་ཐོབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རྣམས་དང་ཁ་འཐབ་བགྲིས་པ་སོགས་མི་ཚོ་གྲ།
- ཅ ༧-༣ བྱ་ལོན་བསྐྱེ་བཤོ་དེ་ཉིད་ བསྐྱེ་ཚབ་མ་བཏབ་པར་ བོས་ཟུར་ཐལ་བའམ་ ཟසའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་སོང་བསོགས་ བྱང་ཚོ་ བྱ་ལོན་རོ་གང་ཡིན་དེ་ སྐྱིན་འགྲུལ་གན་རྒྱུའི་ནང་ཏུ་ ལག་དཔང་གི་མིང་གསལ་སུ་འམ་སུ་འཁོད་པ་དེས་ ཚང་གི་གསལ་བཏབ་དགོས་ཏེ་དེ་ལ་སྐྱེས་ཕྱིས་མི་ཚོ་གྲ།
- ཅ ༧-༤ བྱ་ལོན་བསྐྱེ་བཤོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་འམ་ དེ་དང་མཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ཁྲིམ་པའི་ཁྲིམ་ངོ་མ་དེ་ མེ་རྒྱུན་ཚུ་རྒྱུན་གྱིས་ འཛིག་སོང་ཚེ། ཁྲིམ་དེ་རྒྱུན་ཏུ་མ་ཤོར་བའི་གོང་ནས་ལེན་པའི་བྱ་ལོན་རིགས། རོ་བོ་དེ་རང་བཏབ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ སྐྱེས་ཕྱིས་མི་ཚོ་གྲ།
- ཅ ༧-༥ བྱ་ལོན་བསྐྱེ་འགྲུལ་གཏོང་བཤོ་ ཁོ་རང་འདས་པའི་རྗེས་སུ་འདས་པའི་ཡིས་རིགས་ལས་ སྐྱིན་འགྲུལ་བཏང་བའི་གན་རྒྱ་སྐྱོན་མེད་ཐོན་ན་ བསྐྱེ་བཤོ་ནས་བྱ་ལོན་བཏབ་ཟེན་པ་ཡིན་ཞེས་འཇོ་མས་དཔང་བཅས་ འབྱོར་རྟགས་སྐྱོན་མེད་བཏོན་རྒྱུ་མེད་ན་ འཇོ་མས་དཔང་ཁོ་ན་ལ་ཕྱིས་ཁུངས་མི་བྲ།
- ཅ ༧-༦ བསྐྱེ་བཤོ་ནས་ བྱ་ལོན་བཏབ་ཟེན་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན་འང་འབྱོར་རྟགས་སྐྱོན་མེད་ཡོད་པའམ་ འཇོ་མས་དཔང་བཅས་ར་ཁུངས་དག་ཤོར་སྐྱོལ་རྒྱུ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་ལྟར་མེད་ན་ བྱ་ལོན་དེ་ཉིད་ཚང་གི་གསལ་སྐྱོད་ལེན་བྱ་དགོས།

- ཅ ༧-༧) བུ་ལོན་བསྐྱེ་བཤོར་ བུ་ལོན་མ་བཏབ་པའི་སྐོར་ལ་བསྟན་དེ་ བུ་ལོན་གྱི་བདག་པོས་བསྐྱེ་བཤོར་ལྷན་དོས་ལ་  
སོགས་པ་ དབང་བཅོང་གིས་འཕྲོག་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གལ་ན་བུ་ལོན་དེའི་ཕྱེད་ཀ་ཉེས་བྱ་ཤོག།
- ཅ ༧-༨) བསྐྱེ་བཤོས་ཡ་མེད་བཅོང་སྟེ་ བུ་ལོན་བཏབ་མ་ཉམ་ཚེ་ བུ་ལོན་གྱི་བདག་པོས་གན་རྒྱ་སྐྱོན་མེད་དང་ ཀཏའ་  
མ་སོགས་ཚང་གོཌ་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྐྱེ་ལ་ཉ། བུ་ལོན་དེ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བདའ་སྟེ་གནང་བ་ནས་ བུ་ལོན་སྐྱེས་  
ལས་མ་ཡིན་པར་ བུ་ལོན་ངོ་བོ་དེ་ལས་བཅུ་དཔུའ་གཅིག་གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱ།
- ཅ ༧-༩) བསྐྱེ་བཤོས་བུ་ལོན་ཚང་གི་གས་བཏབ་འདོད་ཡོད་ཀྱང་ བུ་ལོན་གྱི་བདག་པོས་ལེན་དུ་མ་ཉམ་ཚེ་ བསྐྱེ་བཤོས་  
བུ་ལོན་ངོ་སྐྱེས་ཚང་གི་གས་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཕུལ་བ་ནས་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་འཕྱོར་རྟེན་ལྷན་དང་ བུ་ལོན་དེ་ཉིད་  
བདག་པོ་དེ་ལ་གནང་ཞིང་ སྐྱེས་ལས་མ་ཡིན་པར་ བུ་ལོན་ངོ་བོ་བཅུ་དཔུའ་གཅིག་གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱ།
- ཅ ༧-༡༠) བུ་ལོན་ཐོབ་ལམ་ཡོད་དེ་ བུ་ལོན་ཕོག་པའི་མི་དེ་ལས་ཐོབ་ལུངས་མེད་ཚེ། ཁྲིམས་ཁང་ནས་བབས་ལྷོས་གྱིས་  
བུ་ལོན་གྱི་སྐྱེས་ལས་སམ། ཡང་ན་ ངོ་བོའི་ཐོག་ལས་ཀྱང་ཡངས་ཆག་བྱ་ཚོགས།
- ཅ ༧-༡༡) རྩོན་དུས་བསྐྱེ་བའི་སྐབས་སུ་ བོད་ཀྱམ་བསྐྱེ་ཞིང་ རྗེས་སུ་བསྐྱེ་ཚབ་སྟོན་སྐབས་ ཉི་རུབ་སྟོན་པ་སོགས་བྱུང་  
ན་ དེའི་འཛབ་ཀྱི་ཐད་ རྩོན་དུས་བུ་ལོན་བསྐྱེ་ཚབ་ཀྱི་འཛབ་མིན་པར། ད་ལྟ་བསྐྱེ་ཚབ་སྟོན་སྐབས་སུ་ ལུང་  
པའི་ཡུལ་སྟོལ་ཉི་རུབ་རེ་ལ་ བོད་ཀྱམ་ཇི་ཙམ་རེ་རྩིས་པ་དེའི་དབང་དུ་སྟོན་ལེན་བྱ་དགོས། གཞན་ཡང་ཉི་རུབ་  
དང་བོད་ཀྱམ་ལྟ་བུའི་འཛབ་ཀྱི་རྩིས་ཅན་ཡོད་རིཌ་ཐམས་ཅད་གོང་ལས་རིགས་འགྲ།
- ཅ ༧-༡༢) ཕན་ཚུན་གཉེས་ཀ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ བུ་ལོན་སྟོན་ལེན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཚེ། བཅད་ཁ་མདོ་ཁག་འགབ་  
བཅོས་ཤིང་ དེ་ལྟ་གས་འཕར་སྟོན་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་འམ། བཅད་ཁ་མདོ་ཁ་མ་བཅོ་བར་ རང་སའི་བུ་ལོན་ཁ་ཚང་  
རང་སར་སྟོན་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་བཅས། གང་ཡང་བཏབ་གཅིག་གི་ཐོག་ཏུ་ བུ་ལོན་གཉེས་ཀ་དུངས་སངས་དག་པར་  
བྱ་དགོས་ཤིང་། རྩོན་རྒྱུའི་བུ་ལོན་དེ་ཉིད་མི་སྟོན་པར་བཞག་སྟེ་ ཐོབ་རྒྱུའི་བུ་ལོན་བདའ་འདེད་བགྱིས་པ་  
སོགས་བྱ་མི་ཚོགས།

- 3 ༧-༡༩ བུ་ལོན་བསྐྱེད་འགྲུལ་བདའ་བར་འོང་སྐབས་སུ་ བུ་ལོན་སྤྲོ་ལག་གཅིག་ལ་ བུ་ལོན་བདའ་མི་གཉིས་ལས་གཤམ་ཏེ་  
 མི་མང་འབྱོར་ན་ དེ་རྣམས་ལ་བཟའ་བཏུང་སོགས་ བུ་ལོན་གྱི་ཕ་བོ་དེ་ལས་མི་ཐོབ།
- 3 ༧-༡༢ ཕ་སྟོང་གི་ཁྲལ་ཚབ་ཏུ་འཇུག་ཆེ་ ཁྲལ་ཚབ་འཇོག་མི་དེ་ཉིད་ཕ་སྟོང་དེའི་རྗེས་འཇུག་བསྐྱེད་མི་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་  
 དེ་མིན་ཕ་སྟོང་དེ་ཡིས་བཟོས་པའི་བུ་ལོན་སྟོན་ཡིན་གྱི་རིགས་དང་ རྒྱ་ཆས་སོགས་ཁྲལ་ཚབ་དེ་ལས་གང་ཡང་  
 སྟོན་མི་ཚོགས།
- 3 ༧-༡༥ བུ་ལོན་ཐོབ་ཤོར་ཡོད་མིའི་རིགས་འཆི་བའམ་ བཟའ་ཚང་ཡ་བུལ་གྱིས་ཁྱིམ་ནས་ཟེར་དུ་ཐོན་པ་ལ་སོགས་བྱེད་  
 སྐབས་ བུ་ལོན་ཐོབ་ཤོར་གྱི་རིགས་བཅས་སོ་སོར་ཐོབ་ལམ་ ཁྲིམས་དོན་ (༡-པ་དང་ ༧-པ་ ག-པ་  
 བཅས་གྱི་ནང་གསལ་ལྟར་ཡིན།



འཇིགས་གཞུང་  
ལེའུ་རྒྱལ་པའི་ དང་པོ་

ཚོང་དོན་ལ་མགོ་བསྐྱོར་དང་ དབང་ཉོབ་ བྲེལ་གསུང་ལོག་གཞུང་གི་བཀག་ཆ་བཅས་ཀྱི་སྐོར།

- ཆ ༡-༡      གཞུང་ནས་བཀག་འཛིན་གནང་བའི་ས་གནས་སྤྱད་དང་ བཀག་འཛིན་ཡོད་པའི་རིགས་ཉོ་འཚོང་བྱ་མི་ཚོ་གྲགས། དེ་  
ལས་གལ་ཆེ་ཞིང་སའམ་ དངོས་པོ་དང་རིན་བབས་བཅས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉོ་འཚོང་བྱེད་པོ་གཉིས་དང་  
འཛོམ་དབང་བཅས་པ་ལྷན་བཀུན་མ་ནས་ལོ་གསུམ་རིན་བཅོམ་དུ།
- ཆ ༡-༢      ཚོང་གི་རིགས་ལ་དགའ་མ་དགའ་ཚོང་དེ་རང་མ་གཏོགས་ རོ་ཚོང་ལྟར་དང་ སྤྲོད་སྤྲོད་སྤྲོད་ལ་སོགས་པ།  
ཡང་ན་ དབང་བཅོང་གིས་ཉོ་བཅུག་པའམ་ བཅོང་བཅུག་པ་སོགས་མི་ཚོ་གྲགས། དེ་ལས་གལ་ན་དོ་བོ་རྒྱ་ལོར་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ རིན་ཐང་ཡུལ་སྲོལ་ཇི་བཞིན་ཅིས་ཏེ་ དེ་སྤྲོད་པའི་སྤྱིང་དུ་ཁ་སྐོང་རྒྱུ་སྤྱིང་ཚང་གི་གསུང་  
ལེན་བྱ་དགོས་ཁར། རིན་བབས་དེའི་བྱེད་ཀ་གཞུང་ལ་ཉེས་བྱ་ཕུལ་རྒྱ། དེ་ཡང་འཇིགས་གཞུང་གི་བྱ་བ་དེ་ལྟར་བྱུང་  
སྟེ་ ཞག་བདུན་ལས་མ་འགྲུངས་པར་རང་གི་ཁྱིམ་ལས་ཐོན་ཏེ་ འཇིགས་ཞབས་ལ་སྤྲོད་སྤྲོད་ལུ་བར་འགོ་དགོས།  
དེ་ལས་འགྲུངས་ན་འཇིགས་ཁང་ལས་ཅིས་འཛོགས་མི་བྱ།
- ཆ ༡-༣      རག་ལ་གསེར་ཡིན་ཟེར་ཏེ་བཅོང་བའམ་ གཟི་གསར་དང་བྱ་གསར་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟི་རྙིང་དང་ བྱ་རྙིང་  
ཡིན་ཟེར་ཏེ་བཅོང་བ་སོགས་ ཚོང་མེད་ཀྱི་མགོ་བསྐྱོར་རྒྱུ་མི་ཚོ་གྲགས། གང་ལྟར་ཡང་རྒྱ་མའི་རིགས་ལ་ རོ་མ་  
ཡིན་ཞེས་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་མི་ཚོ་གྲགས། དེ་ལས་གལ་ན་དངོས་པོའི་རིན་བབས་ཇི་གནས་སྤྱད་ལོག་ཅུ་བའི་ལ་སྤྲོད་  
པ་ནས་ ཉེས་བྱ་ལྷན་བཀུན་གནས་ལོ་གསུམ་བར་བཅོམ་དུ།
- ཆ ༡-༤      བྲེད་སྤང་ ཤེར་ལ་སོགས་པ་ལུང་པའི་ལམ་སྲོལ་ལྟར་གྱི་རོ་མ་དེ་རང་མ་གཏོགས། དེ་ལས་ཆེ་རྒྱུང་བཅོམ་སྟེ་  
བརྒྱན་མ་སྤྲོད་མི་ཚོ་གྲགས། དེ་ལས་གལ་ན་ལྷན་བཀུན་གནས་ལྷན་བཀུན་མ་ནས་བར་བཅོམ་དུ།

ཆ ༡-༥

མ་ཚ་སྤྱི་ལར་བཏོན་ཏེ་སྤྱི་ཚོང་བྱ་རིགས་ལ་མཁེ་རྒྱུད་ཀྱང་སོ་སོའི་མ་ཚ་དང་བསྐྱུན་ཏེ་བཤོད་གོས། ཐོག་མར་  
མཉམ་རུབ་གྱིས་མ་ཚ་བཟོ་དུས་འཛོམ་དཔང་བཅས་མཁེ་རྒྱུད་སྟོམས་ལྷགས་གང་ཡང་ལ་གསལ་གན་རྒྱ་ཉི  
ཀུན་ཅན་བཟོ་དགོས། གན་རྒྱ་དང་དཔང་པོ་སོགས་དེ་ལྟར་མེད་ན་ཅིས་ལྷངས་མེད།

ཡིམས་གཞུང་

ལེའུ་དུག་པའི་གཉེས་པ་

ཚོང་རིན་པར་འགྲུངས་སམ་ ཞག་དུས་འགྲུངས་ལུགས་སྐོར།

- ཆ ༢-༡ དངོས་པོའི་རིགས་དང་ སེམས་ཅན་སོགས་ ཅི་དང་གང་ཡང་རིན་བབས་ལག་སྲོད་མིན་པའི་ ཞག་དུས་ལྗེད་ དེ་བཙོང་རིགས་ལ་ གཏའ་མ་ལེན་ཚོགས་པ་མ་གཏོར་སྐྱེས་ཕྱིས་མི་ཚོགས།
- ཆ ༢-༢ ཚོང་ཐོག་ཉེས་པའི་རིན་དངུལ་ཞག་དུས་བཟོས་པ་ནམས་ལྗོན་དུ་ཚོང་ཐོག་ཉོ་འཚོང་གོ་སྐབས་སུ་ རིན་ཐང་ཇི་ ལྟར་སྐྱིགས་པ་དེ་རང་མ་གཏོགས་ དེ་ལས་གལ་ཏེ་རིན་ཐང་ཡར་འཕར་མར་འབབས་གྱི་སྐོར་ཉེས་ལའདད་བྱ་ མི་ཚོགས།
- ཆ ༢-༣ ཚོང་ཐོག་ཉེས་པའི་རིན་ཞག་དུས་ཐེང་གཉེས་བཟོས་པ་ནས་ དེ་ལ་མ་ཚུད་ན་ ཞག་དུས་ཐེང་གཉེས་པ་དེ་རྗེས་ མཚམས་ལས། ཉིན་དང་ཞག་གི་ཕྱིས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་སྐྱེས་ཕྱིས་རྒྱབ་ཚོགས།
- ཆ ༢-༤ གཞན་ཞག་དུས་བཟོས་ཏེ་ རིན་བབས་ལེན་རྒྱུའི་རིགས་ གོང་གི་ཡིམས་དོན་ཅ་༡-༤ ལས་རིགས་འགྲོའོ།

བྲིམས་གཞུང་  
 ལེའུ་བདུན་པའི་དང་པོ་  
 གཞུང་མདའ་ - ལོ་ཚེ་འཆང་སྒྲིབ་སྐོར།

- ༥ ༡-༡ ལོ་ཚེ་མེ་ཇུས་ཅན་ལ་རྒྱུང་དང་ ལ་གཉིས་མ་ དེ་ལས་ཀྱང་ལ་མང་རིགས་དང་། ལ་རིང་ ལ་ཐུང་ མེ་མདའ་ ཚེ་མདའ་དཔའ་དུམ་ལ་སོགས་པ་ མདོར་ན་མེ་ཇུས་ཀྱི་ཤུགས་ལས་བསྐྱུལ་དུ་རུང་བའི་ལོ་ཚེ་ལོད་རིགས་གང་ ཡང་ དཀྲོགས་མདའི་གངས་སུ་ཡིན།
- ༥ ༡-༢ དཀྲོགས་མདའི་ཇུས་མདེའུ་ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་ཡང་། ཟངས་མདེའུ་དང་ ཤོག་མདེའུ་ ཇུས་དང་པོར་རུང་བཅས་ པའི་ལར་། མདེའུ་བཟོ་རྒྱུའི་ལག་ཆས་ཀྱི་རིཿ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ ཇུས་མདེའུ་ཀྱི་གངས་སུ་ཡིན།
- ༥ ༡-༣ ལྷོ་བས་ཆེ་ཆུང་གི་རིགས་ མོ་ཀར་དང་ བེ་རེན་གྲན་ལ་སོགས་པ་དང་ བམ་གྱི་རིགས། དཀྲོགས་མདའ་ལ་ སྒྲེལ་ཅན་ ཀྱི་མི་གྲན་སི་གྲིན་གྲན་ ལེན་གྲུ་བག་བག་ ཕག་མགོ་ཅན་ (༩-ཨེམ་ཨེམ) སོགས་གཞུང་ མདའ་ཨང་དང་པོའི་གངས་སུ་ཡིན།
- ༥ ༡-༤ དཀྲོགས་མདའ་ནམ་བར་སུམ་བརྒྱ་གསུམ་མ། (ཤལ་པའི་ལག་མདའ་ལྷག་ལར་མཐུ) ལམ་བར་བཞི་བཅུ་ཞེ་ ལྷ་མ། (འཁོར་ལོ་ཅན་ཆེ་བ་ཕག་མགོ་ཅན་ཆེ་བ་) ལམ་བར་སུམ་ཅུ་སོ་བརྒྱད་མ། (འཁོར་ལོ་ཅན་བར་མ་ ཕག་མགོ་ཅན་བར་མ་) སོགས་གཞུང་མདའ་དང་ གཞུང་མདེའུ་ཨང་གཉིས་པའི་གངས་སུ་ཡིན།
- ༥ ༡-༥ གཞུང་མདའ་ཨང་དང་པོའི་རིགས་ འགྲེལ་པའི་དཔོན་ལག་དང་དམག་མི་སོགས་གཞུང་དོན་དུ་འཆང་སྒྲིབ་བྱ་ཚོགས་ མ་གཏོགས། ཞི་བའི་དཔོན་ལག་དང་གཞན་ཡང་སུ་དང་སུས་ཀྱང་འཆང་སྒྲིབ་བྱེད་པ། མཉམ་དུ་ཁྱེར་བ་གཡམས་ གཡོན་དུ་སྒྲེལ་ཏེ་བཏང་བ། གཡམས་པོ་སྒྲིབ་པ་སོགས་མི་ཚོ་གྲག།

- ཇ
༡-༤
ཇ
༡-༤

གཞུང་མདའ་ཡང་གཉིས་པའི་རིགས་ གཞུང་དོན་ལོན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འཆང་སྡོད་བྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་བྱེད་པ།  
 གཡམས་གཡོན་དུ་སྐྱེལ་ཏེ་བཏང་བ། གཡམ་པོ་སྡོད་པ་སོགས་བྱ་དགོས་བྱུང་ན། རྗེས་བདག་ནས་དེ་ལུགས་བྱ་  
 ཚོགས་གཏོགས་ རྗེས་བདག་ནས་སྤང་བ་མེད་པར་ གཞན་སུས་ཀྱང་དེ་ལུགས་བྱ་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གཡམ་ན་ཟླ་  
 རོ་གཅིག་ལས་ ཟླ་རོ་དུག་ཚུན་བཙོན་དུ།
  
- ཇ
༡-༥

གཞུང་མདའ་དང་གཞུང་མདའ་རིགས་ནམས་ལྟེ། འཆང་སྡོད་བྱ་ཚོགས་པའི་ ལྷའི་སེམས་ ཡན་ན་ (ཚོགས་  
 ཐམས་) ཞེས་པའི་བཀའ་ཤོག་ ས་གནས་ཀྱི་ཡིམས་ཁང་སོ་སོ་ལས་སྡོད་མི་ཚོགས།
  
- ཇ
༡-༦

གཞུང་གི་གོ་གནས་ཅན་གཅིག་གམ་ གཞུང་གི་འགན་ཁུར་ཅན་ལ་ རང་དབང་གི་འཕེལ་གཞུང་ལས་གནང་བའི་  
 གོ་ཆ་མེད་དེ། གཞུང་དོན་ལ་གཡམས་གཡོན་འགྲོ་སྐབས་ གོ་ཆ་མཁོ་འདོད་བྱུང་ན། རྗེས་བདག་ནས་བབས་  
 ལྷོས་ཀྱིས་གཞུང་མདའ་ཡང་དང་པོ་མིན་པར་ ཡང་གཉིས་པའི་གངས་ལས་ གཅིག་གམ་གཉིས་ཅམ་གཡམ་པོ་  
 སྡོད་ཚོགས་སྟེ། སྤར་ལོག་འགྲོར་མོད་ཅིས་འབུལ་བྱ་དགོས།

བྲིམས་གཞུང་  
 ལེའུ་བདུན་པའི་གཉེན་པ་  
 གཞུང་མདའ་མིན་པའི་ - གོ་ཚ་འཆང་སྦྱོང་སྟོར།

- ༤ ༢-༡ དཀྲོགས་མདའ་དང་ཇུས་མདའུ་བཅས་ལ་ (ལྷའི་སེན་སི) ཞེས་པའམ། བདག་པོ་སོ་སོ་ལ་འཆང་སྦྱོང་བྱ་  
 ཚོགས་པའི་ (ཚོགས་ཐམས་) དགོས་རྒྱ་སྟེ། ཚོགས་ཐམས་དེ་ཉིད་ ས་གནས་སོ་སོའི་བྲིམས་ཁང་ལས་ཐོབ་རྒྱུ་ཡོད་  
 པས། དེ་ཡང་དཀྲོགས་མདའ་དང་བྲིམས་ཁང་དུ་མ་སྟོན་པར་ཚོགས་ཐམས་མི་ཐོབ། ཚོགས་ཐམས་ལེན་དུས་  
 དཀྲོགས་མདའ་དང་བྲིམས་ཁང་དུ་བསྟན་ཏེ་ལོ་ལྟར་ཚོགས་ཐམས་གསར་པ་བཟུང་ལེན་བྱ་དགོས། ཚོགས་  
 ཐམས་མ་ལུ་བར་སྤྲོ་གསང་བཞག་ཚེ་ དཀྲོགས་མདའ་མདའུ་དང་བཅས་པ་གཞུང་བཞེས་ཁར་ བཅོམ་དུ་སྐྱབ་  
 གསུམ་ལས་སྐྱབ་དུ་གཙུག་ཅུག། དེ་ལར་ས་སྟོན་ཆད་ཚོགས་ཐམས་ལུས་ཀྱང་ བཞེས་ཚོགས་ཐམས་གསར་པ་ལུས་  
 པའི་དུས་སུ་མ་འབྱོར་བར་ ཡུན་འགྲངས་ཚེ། ཇི་ཅམ་འགྲངས་པའི་ཉིན་རེ་ལ་ཨ་ན་བརྒྱད་རེ་ཕྱིས་ཏེ་བྲིམས་  
 ཁང་དུ་ཉེས་བྱ་འབུལ་རྒྱ།
- ༤ ༢-༢ ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་རྣམས་ལ་ཡོད་པའི་ དཀྲོགས་མདའི་རིགས་ཐོ་ཡིག་ཁགས་ལ་བཀོད་ཅིང་། དེ་ལ་གཞུང་གི་  
 རྒྱལ་ཐམས་ལུས་ཏེ་བཞག་རྒྱུ་མ་གཏོགས། ལོ་གས་སུ་ཚོགས་ཐམས་ལེན་མི་དགོས་ཀྱང་ ཐོ་ཡིག་དེ་ཉིད་ལོ་ལྟར་  
 བཞེན་གསར་པ་བཅོས་ཏེ་བྲིམས་བདག་གི་ཐེའུ་ལེན་དགོས།
- ༤ ༢-༣ བུ་ཚ་ལོ་བཅུ་དུ་གམ་ལེན་པའི་རིགས་དང་ ལྷ་མ་ དགོས་ཤོད་སྟོན་ཆེན་ ཨ་ནི་ བཅས་ལ་དཀྲོགས་མདའི་ཚོགས་  
 ཐམས་མི་ཐོབ།
- ༤ ༢-༤ མི་བསད་གྱི་སྟོར་ལས་སམ་ ཀུང་ག་འབྲོག་གསུམ་ མ་བཏོན་ལྷག་བཏོན་བཅས་པའི་སྟོར་དང་། ཡང་ན་  
 གནད་དོན་གཞན་ལས་བཅས་དཀྲོགས་མདའམ་ ཇུས་མདའུ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་ལས་ ཅི་ཞིག་སྤྲོད་གཞུང་  
 བཞེས་བཏང་སྟེ། ཕྱིར་ལོ་གམ་གནང་བའི་མི་རིགས་ལ། ཕྱིན་ཆད་དཀྲོགས་མདའ་དང་ ཇུས་མདའུ་གྱི་ཚོགས་  
 ཐམས་མི་ཐོབ།

ཇ ༢-༥ དགོགས་མདའ་དང་ཇུས་མདའ་ལྟེན་མཛུགས་ཀྱི་ནང་གསལ་དུ་མི་གཉིས་ཀྱི་ མིང་གསལ་འཁོད་དགོས་ཏེ།  
དེའང་དགོགས་མདའི་བདག་པོ་གཙོ་བོ་དེ་དང་ དེའི་ལུང་གཅིག་པའི་མི་གཅིག་བཅས་ མི་གཉིས་པོ་དེ་ཉིད་ལོ་  
ནའི་ལག་ཏུ་ཉར་རྒྱུ་མ་གཏོགས། གཞན་གྱིས་འཆང་བ་དང་ ཉར་བཅོལ་བྱ་སྤྱིར་སྤྱོད་བསོགས་ གཡའ་པོ་  
གཏོང་མི་ཚོགས། བོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་དེ་ལས་གཡའ་ན་ ཉེས་བྱ་དགོགས་མདའ་གཞུང་བཞེས།

ཇ ༢-༦ རྫོང་གཞིའི་ཉེ་འདབས་ མེ་ལི་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་དུ་ དགོགས་མདའ་རྒྱབ་མི་ཚོགས། མི་སེར་གྱི་གོང་ཡུལ་  
རྣམས་ལ་འང་ གོང་ཁྲིམ་ནས་མེ་ལི་སྤྱེད་ཀྱི་ནང་དུ་ དགོགས་མདའ་རྒྱབ་མི་ཚོགས། གཡའ་ཉེ་ཞིང་ཐོག་དང་  
ལྷུ་རར་གཅན་གཞན་གྱིས་གཞོད་པའམ་སྤར་ལུགས་གོང་ཡུལ་དུ་ དགོགས་མདའ་རྒྱབ་དགོས་པའི་ལམ་  
ལུགས་ཡོད་པ་སོགས་ལ་རྒྱབ་ཚོགས་སྟེ། དེ་ལུགས་ལས་འགལ་ན་ཉེས་བྱ་དགོགས་མདའ་གཞུང་བཞེས།

ཇ ༢-༧ ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་དང་ དགོན་སྡེ་ ལྷ་གཙུག་ལ་སོགས་པ་ནས་མེ་ལི་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་དུ་དགོགས་མདའ་  
རྒྱབ་མི་ཚོགས། གཡའ་ཉེ་ཞིང་ཐོག་དང་ ལྷུ་རར་ གཅན་གཞན་དང་རི་རྒྱུ་གྱིས་གཞོད་པའམ། སྤར་ལུགས་  
གོང་ཡུལ་དུ་དགོགས་མདའ་རྒྱབ་དགོས་པའི་ལམ་ལུགས་ཡོད་པ་སོགས་ལ་རྒྱབ་ཚོགས་སྟེ། དེ་ལུགས་ལས་  
འགལ་ན་ དགོགས་མདའ་གཞུང་བཞེས།

ཇ ༢-༨ གཞུང་ལམ་ལས་ གཇི་བཞི་བརྒྱའི་ནང་འཁོད་དུ་དགོགས་མདའ་རྒྱབ་མི་ཚོགས་པ་བཞིན་ དེའང་ ༥-༢-༦  
པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ཏེ། དེ་ལས་འགལ་ན་ དགོགས་མདའ་གཞུང་བཞེས།

ཇ ༢-༩ རྫོང་གཞིར་འགྲོ་འོང་གི་སྐབས་སུ་འམ་ དབང་དང་ལྷན་མོ་ལ་འགྲོ་འོང་གི་སྐབས། མི་དམངས་ཁྲོམ་ཚོགས་སུ་  
འགྲོ་འོང་བྱེད་སྐབས་བཅས་ལ་ གཞུང་ལས་གོ་གནས་ཡོད་པའི་མི་རིའ་རྣམས་ཀྱིས་མ་གཏོགས། གཞན་གྱིས་  
དགོར་མདའ་དང་མདའ་ལྟེན་ཏེ་འགྲོ་འགྲུལ་བྱ་མི་ཚོགས། དེ་ལུགས་ལས་འགལ་ན་དགོར་མདའ་དང་མདའ་  
གཞུང་བཞེས།

- ཇ
༢-༡༠

 གཞུང་གི་ལས་དོན་བྱེད་པོ་རྣམས་ལ་ གཞུང་ལས་དགོའ་མདའ་ཇུས་མདེའུ་གནང་བཤོད་ན། ལས་དོན་མ་  
 ཟིན་གྱི་བར་དུ་འཇ་དགོངས་པ་མ་ལུ་བར་དུ་ དགོའ་མདའ་དང་ཇུས་མདེའུ་བཅས་པ་ མ་ཡིག་བཀོད་ཅིང་ དེ་  
 ལ་ཕྱག་ཐམས་ལུས་ཏེ་བཞག་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ལོ་ལྟར་ཚོག་ཐམས་སྐངས་མི་དགོས། དེའང་གཞུང་གི་ལས་དོན་  
 གྲུབ་ཟིན་པའཇ་ དགོངས་པ་ལུ་མ་ཐག་ཏུ་ མདེའུ་དང་དགོགས་མདའ་བཅས་པ་ སྤར་ལོག་གཞུང་ལ་འཕུལ་  
 དགོས།
  
- ཇ
༢-༡༡

 དགོགས་མདའ་དང་ ཇུས་མདེའུ་ཉོ་འཚོང་བྱེད་ན། མ་ཉོ་གོང་ལས་ཉོ་བ་པོས་ ཁྲིམས་ཁང་ལས་ཚོག་ཐམས་  
 ལེན་དགོས་ཤིང་། ཁྲིམས་ཁང་དུ་དེ་ལུའ་གྱི་མ་ཡིག་ལའང་ ཉོ་འཚོང་བྱེད་པོ་པན་ཚུན་གཉིས་ཀའི་ཐིའུ་བཞག་  
 དགོས། དེ་ལུགས་ལས་འགལ་ན་ཉོ་འཚོང་བགྱིས་པའི་དགོགས་མདའ་གཞུང་བཞེས།
  
- ཇ
༢-༡༢

 དགོགས་མདའ་དང་མདེའུ་སྟོང་པར་བྱིན་ན་ སྟོང་པར་ལེན་པ་པོས་ མ་ལེན་པའི་གོང་ལས་ ཚོག་ཐམས་ལེན་  
 ལུའ་ གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ༽ ༢-༡༡ དང་མཚུངས།
  
- ཇ
༢-༡༣

 སུའཇ་གང་ཞིག་ལ་དགོགས་མདའ་སྐྱོན་ཅན་སོགས། ཡང་ན་དགོགས་མདའ་གས་པའཇ་ སྲིད་པ་ཆད་པ་  
 ཇུས་ལོག་པའི་རིགས། དགོགས་མདའ་རྒྱབ་མི་དེ་ལ་ ཉེན་ཁག་ཡོད་པའི་གོ་ཆ་མཚིས་ན་ དེ་ཐམས་ཅད་  
 གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱ།
  
- ཇ
༢-༡༤

 སུའཇ་གང་ཞིག་ལ་གོ་ཆ་ཡོད་དེ་ དེས་མི་གཅིག་ལ་གཞོད་ཉེན་ཆེ་བའཇ་ དམང་ལ་གཞོད་ཉེན་ཆེ་བ་སོའ་གྱི་  
 རྟོག་ས་ཟོན་དེ་ཉིད་མ་གོལ་གྱི་བར་དུ་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་མི་དེའི་གོ་ཆ་ལེན་པའཇ་ གཞུང་བཞེས་བགྱིས་ཏེ་  
 བཞག་ཚོག།
  
- ཇ
༢-༡༥

 སུའཇ་གང་ཞིག་ལ་གོ་ཆ་ཡོད་དེ་ དེས་མི་གཅིག་ལ་གཞོད་ཉེན་ཆེ་བའཇ་ དམང་ལ་གཞོད་ཉེན་ཆེ་བ་སོའ་གྱི་  
 རྟོག་ས་ཟོན་འཆར་ཚོ་ དེའི་གོ་ཆ་ནི་ ས་གནས་གྱི་འགན་ལུར་ཡོད་པའི་བྱེད་པོ་ དེ་དག་གིས་ལེན་ཀྱང་ཚོག་སྟེ།  
 དེ་ལྟར་ལེན་པ་ནས་ ཞག་གཅིག་ལས་མི་འགྲངས་པར་ གོ་ཆ་དེ་ཉིད་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྐྱེལ་དགོས།



㉔ 2-16 ལྷ་ཞིག་ལ་ བྲིམས་ལྷུ་ལས་གཤེད་ འཆང་བའི་དགོན་མདའ་ཇུ་མའེ་ལྷུ་ཡོད་པའི་སེམས་དྲོའ་བྱུང་སྟེ་  
 བྲིམས་ཁང་ནས་ དེའི་བྲིམ་དང་བཅའ་ཆས་སོའ་ གཡེངས་ཏེ་བལྟ་ཞིབ་བྱེད་ན་དང་། དེ་མཚུངས་ ས་གནས་  
 གྱི་འགན་ཁུར་ཡོད་པའི་ བྱེད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ བལྟ་ཞིབ་བྱེད་ཚོགས་པའི་སྐྱེད་བ་ བྲིམས་ཁང་ནས་ལུས་ཏེ་  
 སེམས་དྲོགས་ཅན་གྱི་བྲིམ་དང་ བཅའ་ཆས་གཡེངས་ཤིང་ བལྟ་ཞིབ་བྱེད་པ་ལ་སྤུས་ཀྱང་ཉོགས་བཤད་བྱ་མི་  
 ཚོགས།

㉕ 2-17 འཐབ་འཛིང་བྱས་ཏེ་ མ་བོད་ན་ལྷག་བོད་ན་བཅོས་པའམ་ བག་མེད་རྒྱུན་གྱིས་ དེ་བཞིན་བཅོས་ཏེ་ བྲིམས་  
 ཁང་དུ་བྱུག་པ་སོགས་བཅོན་དུ་ཚུད་ན། མ་བོད་ན་ལྷག་བོད་ན་བཅོས་པ་པོ་དེའམ་དེ་ཚོའི་མིང་ལ་ཡོད་པའི་  
 དགོན་མདའ་དང་ ཇུ་མའེ་ལྷུ་རིགས་མ་ཚད། འབྲེལ་གནད་དེ་ལ་ཚུད་པའི་དགོགས་མདའ་དང་ ཇུ་མའེ་  
 མའེ་ལྷུ་བཅས་པའི་རིའ་ ཐམས་ཅད་བྲིམས་ཁང་དུ་ སྐྱེལ་དགོས་ཤིང་ གོ་ཆ་དེ་སོའ་ སྤྱར་ལོག་སྤྱོད་དང་མི་  
 སྤྱོད་གྱི་བབས་ལྷོས་བྲིམས་དཔོན་ནས་བྱ་ཚོགས།

㉖ 2-18 མི་བསད་གྱི་སྐོར་རམ་ འཕྲོག་བཅོམ་གྱི་སྐོར་ བྲིམས་ཁང་དུ་བྱུག་པ་སོའ་བཅོན་དུ་ཚུད་ན། བྱེད་གཙོ་ནག་  
 ཅན་ལག་དམར་པ་དེའམ་ དེ་ཚོའི་མིང་ལ་ཡོད་པའི་ དགོན་མདའ་དང་ཇུ་མའེ་ མའེ་ལྷུ་མ་ཚད། འབྲེལ་གནད་  
 དེ་ལ་ཚུད་པའི་དགོགས་མདའ་དང་ ཇུ་མའེ་ལྷུ་ཐམས་ཅད་གཞུང་བཞེས་གཏོང་རྒྱ།

㉗ 2-19 བག་མེད་གྱི་སྐོར་ནས་ མི་བསད་བྱུང་བ་ཡིན་ཚེ་ ལག་དམར་པ་དེའམ་དེ་ཚོའི་མིང་ལ་ཡོད་པའི་ དགོན་མདའ་  
 དང་མའེ་ལྷུ་མ་ཚད་གནད་དོན་དེའི་གཤམ་དུ་ཚུད་པའི་ དགོན་མདའ་དང་ མའེ་ལྷུ་སོའ་གང་ཡང་ སྤྱར་ལོག་  
 སྤྱོད་དང་ མི་སྤྱོད་པའི་འོས་བབས་བྲིམས་དཔོན་ནས་ཞིབ་ལྷོས་བྱ།

㉘ 2-20 ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ གོ་ཆ་ཁྱེད་ཏེ་འོང་སྐབས་ གོ་ཆ་ཅན་གྱི་མི་དེ་ཉིད་ ལསྐོན་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ལས་ ཕྱིའི་རྒྱལ་  
 ཁབ་ཏུ་འགོ་སྐབས་ ཚོགས་ཐམས་དང་སྤྱུར་ཏེ་ ཁྱེད་བའི་གོ་ཆ་ཡིན་ན་མ་གཏོར་ཚོགས་ཐམས་མེད་པའི་གོ་ཆ་  
 ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལས་ གསར་པ་ཁྱེད་ཏེ་འོང་རིགས་ནི་ ཤར་རྒྱལ་སྐྱེལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་དུ་ ཁྱེད་འོང་མི་ཚོགས་སྟེ།  
 རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཚམས་སུ་ དམག་མིའི་རྩར་བཞག་པ་ནས་གོ་ཆའི་བདག་པོ་དེ་ཉིད་ བྲིམས་ཁང་དུ་སོང་སྟེ་ཚོགས་  
 ཐམས་སྐྱེད་ཤིང་། གོ་ཆ་གསར་པ་དེ་ཉིད་ཚོགས་ཐམས་དང་བཅས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུ་ཁྱེད་འོང་ཚོགས་པ་ཡིན། དེ་

ལྷན་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་དུ་འབྱོར་པ་ནས་ཀྱང་ གོ་ཚགས་ར་པ་དེ་སོཌ་ ལྷིམས་ཁབ་དུ་ཁྱེར་ཏེ་ རོ་བོ་དེ་རང་  
ལྷིམས་དཔོན་ལ་བཏོན་དགོས། དེ་ལྟཌ་ལས་འགལ་ན་ དགོགས་མདའ་དང་ མདེའུ་གཞུང་བཞེས་ཁར་ཉེས་  
བྱ་དགོགས་མདའི་རིན་བབས་ལྟེད་ཀ་ལོགས།

ཇ 2-21 དགོཌ་མདའ་དང་ རྗས་ མདེའུ་རྣམས་ ལྷིའི་རྒྱལ་ཁབ་དུ་ཁྱེར་ཏེ་བཙོངས་པ་འམ་ རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་མི་  
རིགས་ མིན་པ་རྣམས་ལ་བཙོངས་པ་དང་ རིན་མེད་སྟོང་པར་བྱེན་པ། གཡར་པོ་གཏོང་བ་ ཉར་བཙོལ་དུ་  
བཞག་པ་ལ་སོགས་པ་བྱ་མི་ཚོགས། དེ་ལྟཌ་ལས་འགལ་ན་ ཉེས་བྱ་བཙོན་དུ་ལོ་གསུམ་ལས་ལྡེའི་བར།

ཇ 2-22 རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་དགོགས་མདའ་དང་ མདེའུ་བཙས་པ་རྣམས། ལྷིའི་རྒྱལ་ཁབ་དུ་འམ་ ལྷིའི་མི་རིགས་ལ་  
བཙོངས་དགོས་པ་འམ་བཙོལ་དགོས་པ་ གཡར་དུ་བཅུག་དགོས་པ་རེ་བྱུང་ན་ མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་དགོངས་  
པ་མ་གྲོལ་བར་མི་ཚོགས།

ཇ 2-23 འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ལ་ལྷིལས་དགའ་ལོང་བར་གྱུར་ན། རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་མི་རིཌ་གིས་ དགོཌ་མདའ་དང་  
རྗས་མདེའུ་སོཌ་དགའ་ལ་བཙོངས་པ་འམ་བཙོལ་བ་ གཡར་དུ་བྱིན་པ་སོགས་བགྱིས་ཚེ་ཉེས་བྱ་གཞུང་ལྷིམས་  
གཏོང་རྒྱ།

ཇ 2-24 འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་དུ་ དགོགས་མདའ་མཁོ་ཚས་བྱུང་ཚེ། དགོགས་མདའ་ཡོད་རིགས་སམ། གཞུང་གི་  
ལུགས་བཞེད་ཀྱི་བབས་དང་བསྟུན་པའི་དགོཌ་མདའ་དང་ མདེའུ་རིགས་གཞུང་བཞེས་གཏོང་རྒྱ།

གྲིམས་གཞུང་  
 ལེའུ་བརྒྱུད་པའི་ ནང་པོ་  
 གྱི་ར་ལ་འཇུག་བྱེད་སྐོར།

- ཉ ༡-༡      མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཤོག་གམ་ གྲིམས་ཁང་ལས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་བྱ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མཐུན་མེད་ན། བྱ་  
 ནང་རི་དྲུགས་གཙན་གཟན་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་བསད་པ། བཟུང་བ་ ལག་ཉེས་བཀའ་བ་སོགས་བྱ་མི་ཚོགས།  
 དེ་ལྷགས་ལས་འགལ་ན་བྱེད་པོ་ནག་ཅན་གྱི་དྲེད་གྲོགས་མདའ་དང་ མདེའུ་གཞུང་བཞེས་ཁར་ཉེས་བྱ་རུ་བ་ལྟ་བུ།
- ཉ ༡-༢      །འདི་ཚོགས་མཐུན་ ས་གནས་སོ་སོའི་གྲིམས་ཁང་ལས་ཐོབ་སྤྲོད་ཚོགས་མཐུན་དེ་ཉིད་ གྲིམས་ཁང་གང་ལས་ལེན་  
 རུང་ གྲིམས་ཁང་དེའི་མངའ་འོག་གི་ས་གནས་དེ་རང་ལ་མ་གཏོགས། གྲིམས་ཁང་གཞན་གྱི་ས་ཁོངས་རི་  
 ཁོངས་སུ་ །འསོགས་སེམས་ཅན་གང་ཡང་བསད་མི་ཚོགས། སེམས་ཅན་ལ་ལ་ཞིག་ཡེ་ནས་བསད་མི་ཚོགས་པའི་  
 བཅགས་དམ་ གཞུང་ལས་རྫོང་བདག་སོ་སོར་བཀའ་གནང་བ་ཡོད་པས། དེ་མི་ཚོགས་མཐུན་རང་ཡོད་རུང་  
 བསད་མི་ཚོགས། བཅགས་དམ་དུ་བཀའ་གནང་བའི་སེམས་ཅན་ཡང་ ས་ཕྱོགས་མཐུན་ཅད་ལ་གཅིག་མཚུངས་  
 མིན་པ་སྤྱི། རྫོང་ཁག་རེ་ལ་རྣམ་པ་འདྲ་མིན་སོ་སོར་ཡོད་པས་བསད་མི་ཚོགས་པའི་སེམས་ཅན་གང་དང་གང་ཡིན་  
 རྫོང་བདག་རྣམས་ལ་ངེས་ཞིབ་བྱ་དགོས། གཞུང་ལས་བསད་མི་ཚོགས་པའི་བཅའ་དམ་གནང་བའི་བཀའ་ལས་  
 གལ་ཞིང་ སེམས་ཅན་བསད་ན་ དྲེད་གྲོགས་མདའ་གཞུང་བཞེས་དང་ ཉེས་བྱ་རུ་བ་ལྟ་བུའི་ཁར་བཅོལ་དུ་སྒྲི་  
 རོ་དུག། གྲིམས་ཁང་གི་ཚོགས་མཐུན་ལེན་པ་ནས་གྲིམས་ཁང་དེའི་ས་ཁོངས་ལས་གལ་ཏེ་ གྲིམས་ཁང་གཞན་གྱི་  
 ཁོངས་སུ་འབད་འཆོ་ །འབད་འཆུའི་ཚོགས་མཐུན་གཞུང་བཞེས་ཁར། ཚོགས་མཐུན་ལ་རིན་བབས་ཇི་གནས་གྱི་  
 ལོག་བལྟ་བུ་ཉེས་བྱ་ལོག།
- ཉ ༡-༣      །འདི་ཚོགས་མཐུན་ལ་སུའི་མིང་གསལ་འཁོད་པ་ དེ་ཉིད་ཁོ་ནས་བསད་པ་དང་ བཟུང་བ་ ལག་ཉེས་བཀའ་བ་  
 བཅས་བྱ་ཚོགས་པ་མ་གཏོགས། ཚོགས་མཐུན་མེད་པའི་མི་ནས་བསད་པ་དང་ ལག་ཉེས་བཀའ་བ་ བཟུང་བ་  
 བཅས་པ་མ་ཚད། ལག་ཆ་དང་བཅས་ཚོགས་མཐུན་ཡོད་པའི་མི་དང་མཉམ་པོར་སྤྲུགས་ཏེ་ གྱི་ར་ལ་འགྲོ་བ་  
 སོགས་མི་ཚོགས།

- ༡ ༡-༤      འཕེཚོག་ཐམས་དེ་བཞིན་དུ་གཡར་པོ་གཏོང་བ་དང་། ཚོག་ཐམས་ཚན་གྱི་མི་ནས་ ཚོག་ཐམས་མེད་པའི་མི་གྱི་  
 ར་ལ་བཏང་བའམ་ འབས་ད་དུ་བཅུག་པ་སོཌ་མི་ཚོགས།
- ༡ ༡-༥      འཕེཚོག་ཐམས་དེའི་ནང་འཁོད་གྱི་ ལྷ་གངས་དང་ཚེས་གངས་ཚང་བ་ནས་འབས་ད་པ་དང་ ལག་ཉེས་བཀལ་  
 བ་ བཟུང་བ་སོགས་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོགས། དེ་ལྟར་ལྷི་མས་དོན་ ༡༡-༣ པ་དང་༡༡-༤ པ་ ༡༡-༥ པ་  
 བཅས་ལས་གལ་ན་ འཕེཚོག་ཐམས་དེ་གཞུང་བཞེས་ཁར། ཟུང་པོ་ནག་ཚན་མི་རེ་ལ་ཉེས་བྱ་ ཚོག་ཐམས་ལ་  
 རིན་ཇི་གནས་གྱི་ལོག་བལྟ་བ་འཕྲི་རྒྱ།
- ༡ ༡-༦      རྫོང་གཞི་དང་ ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ དགོན་སྡེ་ གྲུ་ཚང་ ལྷག་ཚང་བཅས་པ་ལས་ མེ་ལི་གཅིག་དང་།  
 གཞུང་ལམ་ལས་གཞི་ཉེས་བརྒྱ་བཅས་གྱི་ནང་འཁོད་དུ་འབས་ད་པ་དང་ བཟུང་བ་ ལག་ཉེས་བཀལ་བ་  
 སོགས་མི་ཚོགས། དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་འཕེཚོག་ཐམས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉེས་བྱ་རུ་བལྟ་བུ།
- ༡ ༡-༧      ལོ་ལྟར་བཞིན་ལྷ་བཏང་པོ་དང་། ལྷ་བ་གསུམ་པ། བཞི་པ། ལྷ་པ། བཅས་ ལྷ་འོ་བཞིའི་རིང་མི་ལ་པོར་དང་།  
 ལྷ་བ་གཞན་རྣམས་ལ་ཚེས་བཅོཌ་ལྷ་དང་། ཚེས་སུམ་རྩ་བཅས་ལ་འབས་ད་པ་དང་། བཟུང་བ་ ལག་ཉེས་  
 བཀལ་བ་སོགས་མི་ཚོགས། དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་ཚོག་ཐམས་གཞུང་བཞེས་དང་ ཚོག་ཐམས་ལ་རིན་ཇི་གནས་  
 གྱི་ལོག་བལྟ་བུ་ཉེས་བྱ་མ་ཚད། ད་ནས་ཕྱིན་ཆད་མི་དེ་ལ་ འཕེཚོག་ཐམས་ལེ་ནས་མི་ཐོབ།
- ༡ ༡-༨      དཀྲོགས་མདའི་ལ་ལྷགས་ཐོ་གསུམ་བའམ་ ཨིན་ཅི་བཅོཌ་བརྒྱད་པ། དེ་ལས་རིང་བ་རྣམས་མ་གཏོགས་ དེ་  
 ལས་སྤང་བའི་རིགས་འཕེཚོག་མི་ཚོགས། དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་ དཀྲོགས་མདའ་དང་མདའུ་བཅས་པ་གཞུང་  
 བཞེས།
- ༡ ༡-༩      བྱ་དང་ཡར་བ་ ཀ་འཕེ ཨ་ཚོ་ཉེ་ཉེ་ ལྷ་མོ་བཅས་ལ་མ་གཏོགས་རི་དུགས་ གཅན་གཟན་གང་ལའང་ མདེལ་  
 རྒྱང་འཕྲུག་ལས་མདེལ་རུ་རྒྱ་མི་ཚོགས། དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་འཕེཚོག་ཐམས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉེས་བྱ་  
 རུབ་ཉེར་ལྷ། དེ་ལས་ལོ་གཅིག་མ་ལོན་རིང་འཕེཚོག་ཐམས་གསར་པ་མི་ཐོབ།

- ཉ ༡-༡༠      གཞུང་མདའ་དང་གཞུང་མདའ་རྣམས་ཀྱང་ཤལ་རྒྱུ་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལྟགས་ལས་ གལ་ན་ཉེས་བྱ་བ་ལྟོག་བརྒྱ་  
ལྟ་བུ་ཐམས་པ།
  
- ཉ ༡-༡༡      ཤལ་བྱེད་པ་གསལ་ཉེ་གྱིར་བྱེད་འདོད་ཡོད་ན་ དེ་ལྟགས་ལགས་ལ་ཤལ་བའི་ཚོགས་ཐམས་ལྟར་བརྟུགས་དགོས།
  
- ཉ ༡-༡༢      ཤལ་གསོད་ཕྱིར་རམ་ བརྩུང་ཕྱིར་དུ་གནས་སོང་དང་ གཏམས་དེན་ཅག་ རྟི་ལ་ སོགས་པ་བཀའ་མི་ཚོ་གྲོ་  
ཅིང་ དེ་རིགས་ཀྱི་ལག་ཆས་ཀྱང་ཉར་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་ཉེས་བྱ་བ་ཉེས་བརྒྱ་སྟེ། བྱ་བ་བརྩུང་ཕྱིར་  
རྟི་བཀའ་བཤམ་ཉེས་བྱ་ རུབ་ལལ་གཅིག་།
  
- ཉ ༡-༡༣      ཤལ་གསོད་ཕྱིར་གཏུག་མདའི་ཚོགས་ཐམས་དང་ བཙེན་དུག་གི་ཚོགས་ཐམས་བཙེན་པ་ གླིམས་ལང་ལས་ལོགས་  
སུ་ལུ་དགོས། བཙེན་དུག་འཆང་རྒྱུ་འཚོགས་ཐམས་ནི་ བཙེན་དུག་ཤེར་བཞི་བརྩུ་རེ་ལས་གཤེར་འཆང་མི་ཚོ་གྲོ་  
དེ་ལས་གལ་ན་བཙེན་དུག་ཤེར་རེ་ལ་ཉེས་བྱ་བ་བརྩུ་ཐམས་རེ་བཞེས་རྒྱུ་དང་། ཤལ་གསོད་ཕྱིར་དུག་མདའི་ཚོགས་  
ཐམས་མེད་པར་འཆང་ན་ ཉེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ལོགས།
  
- ཉ ༡-༡༤      སྤོང་ལུལ་དང་འགྲུལ་ལམ་ ལྷ་འབྲོག་བཙེན་གྱི་ཉེ་འདབས་སུ་མིན་པར་། མིའམ་ རྟོན་འབྲུགས་དགོས་  
མེད་པའི་ས་ལ་སྟེ། ཞིང་ངམ་ལོ་སྤོག་གི་མཐའ་བུ་རྣམས་སོས་པ་ནས་ རྣམས་ལང་གི་བར་དུ་གསང་མདའ་  
བཀའ་ཚོགས། དེ་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ལོགས།
  
- ཉ ༡-༡༥      མི་དང་ རྟོན་འབྲུགས་སོགས་སེམས་ཅན་ལ་ ཉེན་ལག་མེད་པའི་སར་ རང་གི་རྒྱུ་ལོར་སྤོབ་ཕྱིར་དུག་དང་  
ཤེལ་བརྩུ་བཞེས། དེ་ལས་གལ་ན་ཉེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ལོགས།
  
- ཉ ༡-༡༦      འབྲུག་རྒྱུལ་ལབ་ལ་གཏོར་པའི་ ས་ཁོངས་ཅི་ཁོངས་གང་དུ་འང་བསེ་བུ་དང་ སྤང་ཆེན་ འབྲོང་གྱི་མ་ཚེ་ སྤང་བ་  
གཉེན་ རི་སྤང་ སྤང་རྩུང་ དཔལ་གཏོངས་བཙེན་རྣམས་ཞི་ཚོགས་ཐམས་ཡོད་ཀྱང་མངའ་བདག་རྒྱུལ་པའི་  
བཀའ་ཤོག་ཞིབ་གསལ་མེད་ན། གསོད་པ་དང་བརྩུང་བ་ ལག་ཉེས་བཀའ་བསོགས་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལྟགས་ལས་  
གལ་ན་ ཤལ་བའི་ཚོགས་ཐམས་དེ་དང་ དཀོན་མཆོད་ རྩེ་ མེད་ལུ་བཙེན་པ་གཞུང་བཞེས་ལམ་ ཉེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་  
བརྒྱུ་དང་བཙེན་དུ་རྒྱུ་དུག།

- ཉ ༡-༡༢      གཞུང་ལས་ བཅགས་དམ་མཛད་དེ་བཞག་པའི་ས་ཁོངས་སུ་སེམས་ཅན་འདེད་པའམ་ བཟུང་བ་ གསོད་པ་  
 ལག་ཉེས་བཀའ་བ་སོགས་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལྷགས་ལས་གལ་ན་འདི་ཚོག་ཐམས་དང་དགོགས་མཉམ་ རྩས་  
 མདེའུ་བཅས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉེས་བྱ་བཅོཅ་དུ་ལྷོ་དུ་གྲོ་
- ཉ ༡-༡༤      གཞུང་གིས་བཅགས་དམ་མཛད་པའི་ས་ཁོངས་སུ་འགོ་སྐབས་དེའི་ས་མཚམས་ལས་ལག་ཆ་ཁྱེར་ཏེ་ འགོ་ཚོག་  
 པའི་བཀའ་ཤོག་གཞུང་གི་ཕྱག་ཐམ་ཅན་མ་གཏོར་ དེ་མིན་དགོར་མཉམ་ཁ་ལྷགས་ཐོད་ལས་རིང་བའི་རིམ་དང་  
 དུག་མཉམ་འ་སོགས་ཁྱེར་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལྷགས་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་བཅོཅ་དུ་ལྷོ་དུ་གྲོ་
- ཉ ༡-༡༩      གཞུང་གིས་ བཅགས་དམ་མཛད་པའི་ས་ཁོངས་ལས་ གཞན་དུ་འགོ་སྐབས་ རི་དྲགས་གཅན་གཟན་གྱི་ཤ་  
 དང་ ལྷན་པ་ རོ་བལ་སོགས་པ་གང་ཡང་ཁྱེར་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་བཅོཅ་དུ་ལྷོ་དུ་གྲོ་
- ཉ ༡-༢༠      འདི་ཚོག་ཐམས་མེད་པའི་མི་ནས་ སེམས་ཅན་གྱི་བའི་རོ་དང་གཅན་གཟན་གྱིས་བསད་པའི་རོ་ལ་སོགས་པ་  
 མཐོང་ན། མཐོང་མི་ནས་དེ་ལྷན་འདུག་ཅེས་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྟན་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་མ་གཏོགས། རོ་དེ་འབྲུ་མི་ཚོ་གྲོ་  
 ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྟན་སྟོན་བྱུང་ཞིང་རོ་དེ་ལས་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་དངོས་པོ་རེ་བྱུང་ན་ རིན་བབས་ཇི་གནས་དེའི་བཅུ་  
 འག་ཅིག་སྟན་སྟོན་ཞུ་མི་ལ་གསོལ་རས་ཐོབ། སྟན་སྟོན་མ་ཞུ་བར་ གཞན་དུ་བཅོང་ན་ རིན་བབས་གཞུང་  
 བཞེས་ཁར་ ཉེན་གཅིག་ལས་ལྷོ་གསུམ་གྱི་བར་བཅོཅ་དུ་བཞག་རྒྱ།
- ཉ ༡-༢༡      འདི་ཚོག་ཐམས་ཡོད་པའི་མི་ནས་ རི་དྲགས་གཅན་གཟན་གྱི་ཤ་དང་ ལྷགས་པ་ རུ་བ་སོར་རང་ཉིད་ལ་  
 བཞག་པའམ་ གཞན་ལ་རིན་མེད་སྟོང་པར་བྱིན་པ་སོགས་བྱ་ཚོག་སྟེ། བཅོང་བ་དང་ ལུ་ལོན་གྱི་ཐོག་དུ་  
 བཅུགས་པ་ རྒྱ་དངོས་ཅི་རིགས་དང་བརྗེ་སོར་གྱི་རིགས་བཅས་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལྷན་བྱ་དགོས་ཆེ་ ཁྲིམས་ཁང་  
 བས་དེ་ལྷན་ཚོག་པའི་ཚོག་ཐམས་ཞུ་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་བཅོཅ་དུ་ལྷོ་དུ་གྲོ་

ཉ ༡-༢༢ ་ཤའི་ཚོགས་ཐམས་དང་ བཀའ་ཤོག་སོགས་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པའམ་མིན་ཀྱང་རུང་སྟེ་ སུ་ཞིག་ནས་ཁྲིམས་  
དོན་ལས་གལ་བའི་སེམས་ཚན་ཞིག་བསད་པ་ཡིན་འདུག། སྐྱམ་པའི་སེམས་དྲོགས་འཆར་ཏེ་ ཁྲིམས་ཁང་  
ངམ་གཞུང་ལས་འགན་ཁུར་ཡོད་པའི་བྱེད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ དྲོགས་པ་ཚན་དེའི་ཁྲིམ་དང་ བཅའ་ཆས་གཡེངས་  
ཏེ་བཟོ་དགོས་ཟེར་བ་སོའ་བཟོ་དེ་ན། དེ་ལྟར་བཟོ་ཞིབ་བྱ་བ་རྒྱུག་དགོས་པ་མ་གཏོགས་ དེ་ལ་ཉོགས་བཤད་བྱ་མི་  
ཚོ་གཤམ།

ཉ ༡-༢༣ ་ཤའི་ཚོགས་ཐམས་དང་ བཀའ་ཤོག་སོའ་མེད་རུང་ ཡམ་བ་དང་ཨ་ཙོ་ཉེ་ཉེ་ འ་ཏ་ རྒྱའི་འཕོ་ བྱ་གཟིག་  
བཅས་པ་ཇི་ཙམ་གསོད་རུང་གསོད་ཚོགས།

ཉ ༡-༢༤ ་རང་སློག་གམ་ རྒྱ་ལོར་ལ་གཞོན་ཉེན་ཆེ་བའི་སེམས་དྲོའ་བྱང་ན་རྒྱ་ལོར་སྤང་ཕྱིར་དུ་འམ་ རྒྱུ་བ་ཕྱིར་དུ་གཙན་  
གཟན་ལ་ ལག་ཉེས་བཀའ་བ་དང་ བསད་པ་སོའ་བྱ་ཚོགས་ཀྱི་འདུང་། སྐབས་སྟོབས་སུ་རྒྱ་སློག་སྟོབས་ཕྱིར་བསད་  
དགོས་བྱུང་ན་ དེ་མོད་ལས་དེ་ལྷགས་ཁྲིམས་ཁང་དུ་བཟོ་དེ་དགོས་མ་ཚད། ཞིང་དང་ ལོ་ཐོག་ སེམས་ཚན་  
ལ་གཞོན་པ་བྱུང་སྟེ་ བསད་དགོས་ཐལ་ན་ དེ་ལྷགས་གཞུང་གི་འགོ་དཔོན་རྣམས་ལ་བཟོ་དེ་ འགོ་དཔོན་དེ་  
ལས་ དེ་ལྷགས་ཀྱི་ཡིག་རྒྱུང་རེ་ལེན་དགོས་རྒྱ། དེ་ལྟར་བསད་པའི་རིགས་ཀྱི་ལྷགས་པ་དང་ མགོ་བཅས་པ་  
ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྐྱེལ་དགོས།

ཁྲིམས་གཞུང་  
 ལེན་དགུ་པའི་ དང་པོ་  
 ཆབ་ལ་འཇུག་བྱེད་གྱི་སྐོར།

- ༡-༡ མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཤོག་གཤམ། ཁྲིམས་ཁང་ལས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ བྱ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་ཐམས་མེད་ན་ ཉ་  
 བཟུང་རྒྱུའམ་ཉ་བཟུང་རྒྱུའི་ལག་ཆས་རིཌ་ འཆང་སྡོད་བྱེད་པ་སོགས་མི་ཚོ་གྲགས། དེ་ལྷགས་ལས་གལ་ན་ ལག་  
 ཆས་གྱི་རིགས་ གཞུང་བཞེས་ཁར་ཉེས་བྱ་རུ་བ་ལྟ་བུ།
- ༡-༢ ཉའི་ཚོགས་ཐམས་མེད་ ས་གནས་སོ་སོའི་ཁྲིམས་ཁང་ལས་ཐོབ་སྟེ། ཚོགས་ཐམས་མེད་ཉིད་ཁྲིམས་ཁང་གང་ལས་ལེན་  
 རུང་། ཁྲིམས་ཁང་དེའི་མངའ་ཁོངས་དེ་རང་མ་གཏོགས། ཁྲིམས་ཁང་གཞན་གྱི་མངའ་ཁོངས་ལས་ ཉ་བཟུང་  
 མི་ཚོ་གྲགས། དེ་ལྷགས་ལས་གལ་ན་ཉེས་བྱ་རུ་བ་ལྟ་བུ།
- ༡-༣ ཉའི་ཚོགས་ཐམས་ལའང་ ཀམ་དང་ ཁ་པ་ཞེས་འབྲམ་མིན་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་སྟེ། ཚོགས་ཐམས་ཀམ་དེ་སྡོད་  
 བ་ བཏོག་དང་ལྟའི། རྟེ། མདའ་ལྷགས་བཅས་གྱིས་ ཉ་བཟུང་ཚོགས་ཅིང་ལག་ཆས་དེ་རྣམས་ཉར་ཚོགས་  
 གཏོགས། དེ་མིན་པའི་ལག་ཆས་གཞན་གྱིས་ཉ་བཟུང་མི་ཚོ་གྲགས་ཅིང་ ལག་ཆས་གཞན་རྣམས་ཉར་ཡང་མི་ཚོ་གྲགས།  
 ཚོགས་ཐམས་ ཁ་པ་དེ་སྡོད་བ་བཏོག་དང་ལྟའི། རྟེ། མདའ་ལྷགས། དེའོ། ཞོག་དོལ་བཅས་གྱིས་ ཉ་བཟུང་  
 མི་ཚོ་གྲགས་ཅིང་ ལག་ཆས་དེ་རྣམས་ཉར་ཡང་མི་ཚོ་གྲགས། དེ་ལྷགས་ལས་གལ་ན་ ཉའི་ཚོགས་ཐམས་གཞུང་བཞེས་  
 ཁར་ ཉེས་བྱ་རུ་བ་ལྟ་བུ་ནས་རུ་བ་ཚིག་བརྒྱའི་བར།
- ༡-༤ ཉའི་ཚོགས་ཐམས་དེ་ལ་ སུའི་མིང་གསལ་འཁོད་པ་དེ་ཉིད་ཁོ་ནས་ཉ་བཟུང་བ་དང་ལག་ཆས་ཉར་ཚོགས་པ་མ་  
 གཏོགས། ཚོགས་ཐམས་མེད་པའི་མི་ཚོ་གྲགས་ཐམས་ཅན་དང་ མཉམ་པོར་སོང་སྟེ་ཉ་བཟུང་བ་སོགས་མི་ཚོ་གྲགས།



5 2-4 ཉའི་ཚོགས་ཐམས་ཀལ་ཞུ་ལ་གཡུང་པོ་བྱེད་པ་དང་ ཚོགས་ཐམས་དེའི་ནང་གསལ་གྱི་ ལྷ་ཚེས་ཚངས་རུང་ཉ་བཟུང་  
བ། ཚོགས་ཐམས་མེད་པའི་མི་ལ་ ཚོགས་ཐམས་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ་ ཉ་བཟུང་བར་བཏང་བ་བཅས་རྣམས་མི་  
ཚོགས། དེ་ལྟར་གྲིམས་དོན་17-3པ་དང་ 17-4པ་17-5 པ་ལས་གཤམ་ན་ ཚོགས་ཐམས་གཞུང་བཞེས་ཁར་  
བྱེད་པོ་ནག་ཅན་རེ་རེ་ལ་ཉེས་བྱ་རུབ་ལྟ་བུ་རེ།

5 2-6 ཉའི་ཚོགས་ཐམས་ཅན་ཞིག་གམ་ ཚོགས་ཐམས་མེད་པ་ཞིག་བཅས་གང་ཡང་རུང་སྟེ། སུ་ཞིག་གིས་གྲིམས་ལུང་  
ལས་གཤམ་བའི་ ཉ་བཟུང་བ་ཡིན་ཚེ་ད་འདུག་སྐྱེས་པའི་ སེམས་དྲོགས་མཆིས་ན། གྲིམས་ཁང་ངམ་ གཞུང་  
ལས་གན་ལུང་ཡོད་པའི་བྱེད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དྲོགས་པ་ཅན་དེའི་གྲིམ་དང་ བཅའ་ཆས་གཡེངས་ཏེ་བཟོ་དགོས་  
ཟེར་བ་སོགས་བྱུང་ཆོ། དེ་ལྟར་བཟོ་ཚོགས་པའི་བཀའ་ཤོག་གྲིམས་ཁང་ལས་ཞུ་དགོས་ཤིང་། གྲིམས་ཁང་གི་  
བཀའ་ཤོག་ཡོད་ན་བཅའ་ཆས་དང་ གྲིམ་གཡེངས་ཏེ་བཟོ་ཞིབ་བྱེད་བཟུགས་དགོས་ཤིང་ དེ་ལ་ཉེས་བྱ་བཤད་བྱ་  
མི་ཚོགས།

5 2-2 རྗེས་དང་ ལྷ་ཁང་ དགོན་སྡེ་ ལྷ་ཚང་ ལྷ་གཚང་བཅས་པ་ནས་མེ་ལི་བྱེད་རེ། གཞུང་ལམ་ནས་ གཤི་ལལ་  
གཅིག་བཅས་པའི་ནང་འཁོད་དུ་ཉ་བཟུང་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གཤམ་ན་ཚོགས་ཐམས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ཉེས་བྱ་རུབ་  
ཉེར་ལ།

5 2-1 ལོ་ལྟར་ལྷ་བདང་པོ་དང་ལྷ་བ་བཞི་པ། ལྷ་བ་དྲུག་པ། ལྷ་བ་དགུ་པ། ལྷ་བ་བཅུ་པ་བཅས་ལྷ་རོ་ལྟ་པོ་ལྟེ་ལོ་པོར་  
དང་ ལྷ་བ་གཞན་སོགས་ཀྱི་ཚེས་བཅོ་ལྔ་དང་ ཚེས་སུམ་ཅུ་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཉ་བཟུང་མི་ཚོགས། དེ་ལས་  
གཤམ་ན་ ཚོགས་ཐམས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཚོགས་ཐམས་ལ་ དིན་ཇི་གནས་ཀྱི་ལོག་བཟོ་བ་ ཉེས་བྱ་བཞེས་རྒྱུ་མ་  
ཚད། ད་ནས་བྱིན་ཆད་མི་དེ་ལ་ ཉའི་ཚོགས་ཐམས་ཡེ་ནས་མི་ཐོབ།

5 2-9 གྲིམས་ཁང་ལས་ཚོགས་ཐམས་ཡོད་རུང་ རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཤོག་ལ་གསལ་མེད་ན་ མི་ཚོགས་པའི་རིགས་  
གཤམས་སུ་གསལ་བ་ལྟར་ངེས་རྒྱུ། ཉ་བཟུང་བའི་སྐབས་སུ་ རྒྱ་བཅད་པ། རྗེས་འཕང་པ། དཀྲོགས་མདའ་  
རྒྱུ་བ་པ། ཉ་ཚང་སྟོར་བ། ཉ་ཚང་སྟོང་བ། དུག་བཏབ་པ། ཉ་རས་བཏགས་པ། མོག་གི་རིགས་དཔགས་པ།  
བཟེད་དོལ་གྱི་རིགས་བཟེད་པ། འཕང་རྒྱུ་བ་པ། སྐྱུ་ལེབ་བམ་ བེན་མེན་མ་བཏགས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་

ཡེནས་མི་ཚོ་གཅིང་། བྱ་བ་བྱེད་ ལུགས་ཅི་ཡང་ཐམས་ཅད་ཚོག་ཐམས་སོ་སོའི་ནང་དུ་ ཁ་གསལ་ཡོད་པ་དེ་  
ལས་ གལ་བའམ་ དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱ་བ་བསྐྱར་ཏེ་ ཉ་བབྱང་མི་ཚོ་གཞི། དེ་ལས་གལ་ན་ཉེས་བྱ་  
རུབ་ལྡ་བཅུ་ལས་རུབ་ཉེས་བརྒྱ་ལྡ་བཅུའི་བར།

5 9-20 ཚོག་ཐམས་ཅད་རྣམས་ཀྱིས་ཉ་བབྱང་སྟེ་ རང་ཉིད་ལ་བཞག་པ་དང་ གཞན་ལ་རིན་མེད་སྟོང་པར་བྱིན་པ་  
སོགས་ བྱ་ཚོག་སྟེ། བཅོང་བ་དང་ བུ་ལོན་གྱི་ཐོག་ཏུ་བཅུགས་པ་ རྒྱ་དངོས་ཅི་རིཌ་ལ་བརྗེ་སོར་བགྱིས་པ་  
སོགས་ བྱ་མི་ཚོ་གཅིང་། དེ་ལྟར་བྱ་འདོད་བྱུང་ན་ དེ་ལུགས་ཀྱི་ཚོག་ཐམས་སུ་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ལེན་དགོས།  
དེ་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་རུབ་ཉེར་ལྡ་ཕོགས།

5 9-22 ཉ་བབྱང་ཞིང་རང་དོན་དང་ གཞན་ལ་སྟོང་པར་བྱིན་ཚོག་པའི་ཚོག་ཐམས་ཅི་ རྣམ་པ་གཉིས་སུ་ཡོད། ཚོག་  
ཐམས་ཀུ་པ་དེ་ལ་ཁྲལ་འབྲུལ་རུབ་ཁལ་གཅིག། ཁ་པ་དེ་ལ་ཁྲལ་འབྲུལ་རུབ་སུམ་ཅུ། ཉ་བབྱང་ཞིང་བཅོངས་  
པ་དང་ གཞན་ལ་བུ་ལོན་སོཌ་ལས་བཅད་དེ་ བཅུགས་པ་སོགས་གང་ཡང་ བྱ་ཚོག་པའི་ཚོག་ཐམས་སུ་ཁྲལ་  
འབྲུལ་རུབ་ཉེས་བརྒྱ་རེ།

ཁྲིམས་གཞུང་

ལེའུ་བཙུ་པའི་དང་པོ་

ལྷ་ཁང་ མགོན་ལང་གི་ཕྱི་སློབ་དང་ ཞབས་ཏྲིག་ གསུང་བཞེངས་བཅས་ཀྱི་སློབ།

མ ༡-༡ རང་དབང་གིས་ཆ་ལ་ ལྷ་ཁང་དང་ མགོན་ལང་ མཚོད་རྟེན་མ་ཉི་བཅས་པ་ གང་འདོད་ལྟར་གསུང་  
བཞེངས་བྱ་ཚེ་གསྟེ། རང་དབང་མ་ཡིན་པའི་ས་ཆ་ལ་ ལྷ་ཁང་ མགོན་ལང་ གསུང་བཞེངས་ བྱ་འདོད་ཡོད་  
རིགས་ རྒྱལ་པོར་སྟོན་སྟོན་ལུ་དགོས། མཚོད་རྟེན་དང་ མ་ཉི་སོགས་གསུང་བཞེངས་བྱ་འདོད་ཡོད་ན་ས་  
གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་ནས་ དེ་ལྷགས་ཀྱི་ཚེ་གསུང་བཞེངས་ལུ་དགོས།

མ ༡-༢ སྐྱེར་པའམ་ དམངས་གིས་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ལང་ མཚོད་རྟེན་བཅས་ལ་ ཞིག་གསོ་ལུ་འདོད་མཚེས་  
ན་ རང་རེའི་སློབ་འདོད་ལྟར་ལུ་ཚེ་གས།

མ ༡-༣ གཞུང་གིས་དབང་བའི་ ལྷ་ཁང་ མགོན་ལང་སོགས་ནི་མཚོད་པའི་རྟེན་དང་ གཞན་ཡང་ ཁང་ཁྲིམ་གྱི་  
རིགས་ ཅི་དང་གང་ཡང་ སྐྱེར་པའམ་ དམངས་གིས་ ཞབས་ཏྲིག་ལུ་འདོད་མཚེས་ན་མ་ལུ་གོང་ལས་ གཞུང་  
ལས་གནང་བཞུས་ཏེ་ ཞབས་ཏྲིག་ལུ་ལུ་ཉ་ཀྱང་ རང་སའི་སློབ་འདོད་བཞེན་མིན་པར་ གཞུང་གི་དགོངས་  
བཞེད་ལྟར་བཟོ་དགོས།

མ ༡-༤ རྫོང་གཞི་ མེ་རྒྱུན་ རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་འཇིགས་པའམ་ གནོད་སྦྱོན་ཤོར་བ་སོགས་སྤུང་ཚེ། དེ་ནང་སྐྱུ་གསུངས་  
ཐུགས་རྟེན་རིགས་ཅི་དགོས་ཐམས་ཅད་ འབྲུག་ནང་འཁོད་ཏུ་ སྤྱད་སྤྱས་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་མགོན་ལང་  
ནས་བཞེས་རུང་བཞེས་ཚེ་གས། དེའི་ཚབ་བམ་རིན་དབུལ་ཀྱང་ གཞུང་གི་ཐུགས་དགོངས་དང་བསྟུན་ཏུ།

མ ༡-༥ སྐྱེར་པའམ་ དམངས་སོགས་ སྤྱད་སྤྱས་དབང་བའི་ ལྷ་ཁང་མགོན་ལང་ མཚོད་རྟེན་ མ་ཉི་སོགས་ ཞིག་  
རལ་ཤོར་ཏེ། ཞབས་ཏྲིག་མ་ལུ་བར་བཞག་རིགས་ཀྱི་ སྐྱུ་གསུང་ ཐུགས་རྟེན་མཚོད་ཆས་སོགས་དང་ ཞིག་  
རལ་དེ་ལ་ དབང་བའི་དངོས་པོ་དང་ ཞིང་ས་ ཁང་ཁྲིམ་སོགས་ གཞུང་བཞེས་བཏང་རྒྱུ་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་  
སྤྱས་ཀྱང་སློབ་པའམ་བཙོང་བ་དང་ ཕྱིན་པ་ར་མེད་བཟོ་བ་སོགས་བྱ་མི་ཚེ་གས།

ཐ ༡-༦      གཞུང་གིས་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་སོགས་ཀྱི་སྐྱེ་གཉེར་རྣམས་སོར་མཚམས་ཀྱི་ཕྱིས་སྲོད་སྐབས་སུ་  
ཕྱིས་སྲོད་ཀྱི་འཛོམ་དཔང་དུ་ དགོས་དམང་ནས་ སློབ་དཔོན་གཅིག་དང་ གཞུང་ལས་ མི་གཅིག་བཅས་  
མེད་པར་ ཕྱིས་སྲོད་ཀྱི་སྲོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོགས།

ཐ ༡-༧      གཞུང་གིས་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་སོགས་ཀྱིས་ཕྱིས་སྲོད་ཀྱི་རིགས། ཕྱིས་སྲོད་རྒྱབ་ཚར་ཏེ་ ཆད་ཐོ་  
ཇི་ཐོན་རྣམས་ལྷ་དུག་གི་ནང་འཁོད་དུ་ ཁྲིམས་ཁང་བརྒྱད་དེ་ཚང་གི་གསལ་ལུལ་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་ཕྱིས་  
སྲོད་ཆད་ལུས་རྣམས་ ཚང་གི་གསལ་སྲོད་དགོས་པའི་ཁར། ཇི་ཚམ་ལྷ་དེ་དུག་ལས་འགྲུངས་པ་དེ་ཉེས་བྱ་ རུབ་  
གསུམ་ལེ་ཁྲིམས་ཁང་དུ་འབུལ་གྱུ།

ཐ ༡-༨      གཞུང་གིས་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ལ་གཞུང་ངམ་སུས་ཀྱང་ ཅི་དང་གང་རང་ལུལ་བྱུང་རུང་ ཁྲིམས་  
ཁང་ནས་དེ་སོཌ་ལྷ་མོ་སོ་སོར་བཀོད་དེ་ ཐེ་འུ་རྒྱབ་སྟེ་བཞག་རྒྱུ་མ་གཏོགས། རྒྱལ་པོར་སྟན་སྲོན་མ་ལུ་བར་  
ལྷ་མོ་གསར་བཟོ་མི་ཚོགས། རྫོང་གཞིའི་སྟོར་ལ་ནི་ ཁྲིམས་ཡིག་ལ་གསལ་ རྫོང་ནང་གི་ཁྲིམས་བདག་སོ་སོའི་  
ཚུར་གནང་བ་དེ་དང་འབྲི་གྱུ།

བྲིམས་གཞུང་  
 ལེའུ་བརྒྱུ་པའི་གཉེས་པ་  
 ཐེབས་རྩལ་བྱུང་གི་སྐོར།

- བ ༢-༡ རྫོང་གཞིའི་ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་དང་ དག་སྐོང་དམང་ ཡང་ན་གོང་ཡུལ་དང་ དགོན་སྡེའི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ངམ་ ཆོས་མི་དམང་བཅས་པ་གང་ཞིག་ལ་ མཚོན་པའི་ལོ་བྱུང་གི་ཐེབས་རྩལ་རྒྱུ་འདོད་མཆིས་ཆེ། ས་གཞི་དང་ཁང་གྲིམ་སྲུལ་འདོད་ཅན་རྣམས་ བྲིམས་ཡིག་ཀ་པའི་ནང་གི་བྲིམས་དོན་དང་བསྟུན། རྒྱ་ལོར་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གང་ཡང་ ཆེསྐྱོར་ཆུང་སྐྱོར་ཇི་ལྟར་ཡང་ རང་སོའི་སྐྱོར་པ་ཆེ་ཆུང་དང་ དད་སྐྱོས་དཔགས་ཏེ་སྲུལ་ཚོགས།
- བ ༢-༢ ཐེབས་རྩལ་བྱུང་རིགས་ འཕོར་ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་དང་ སྲུལ་སའི་ཡུལ་སྲུ་དང་སྲུ་ལ་ཡིན་རུང་ ལྷ་མོའི་ནང་དུ་བཀོད་དེ་ བྲིམས་ཁང་ནས་ཐེའུ་ལེན་དགོས།
- བ ༢-༣ རྗེར་པས་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་དམ་ དེ་དང་མཁེ་རྒྱུད་ཅིག་པའི་མི་ཚོས་ རྒྱ་ལོར་སེམས་ཅན་རིཌ་ལོ་བྱུང་དུ་སྲུལ་མི་ཚོགས།
- བ ༢-༤ ཐེབས་རྩལ་བྱུང་རིཌ་ དེ་ཚོས་ཇི་འགབ་གི་མཚོན་འབུལ་གསུང་ཚོགས་སྐྱབ་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་ ལོ་བྱུང་སྐྱོད་ཅིང་ཉར་མི་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་སྒོམ་པ་ཅན་ཡིན་ཆེ་ གྲ་ཚང་གི་སྡེ་ལས་བཏོན་ཅིང་། ཉམ་ཆགས་ཤོར་བའི་མཚོན་འབུལ་གང་ཡིན་དེའང་འགབ་པར་སྐྱབ་དགོས་མ་ཚད། དེ་དང་འདྲ་འདྲའི་ཆད་པ་བྲིམས་ཁང་དུ་འབུལ་རྒྱ། བསྐྱབ་སྒོམ་ཅན་མིན་ཆེ་ཉེས་བྱ་དང་ཉམ་ཆགས་ཇི་ཤོར་སྐྱབ་རྒྱུ་གོང་བཞིན་སྡེ་ ཁོ་རང་དགོན་སྡེ་ལྷ་ཁང་ལས་བཏོན་ཏེ་ གོང་ཡུལ་མི་སེར་གི་གངས་སྲུ་འཇུག་རྒྱ།

མ ༢-༥ རྫོང་གཞིའི་ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་ངམ་ དགོས་ཤིང་དམང་། རྫོང་ཡུལ་གྱི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ངམ་ ཚེས་མི་  
དམང་བཅས་པ་གང་ཞིག་ལ་གསུང་ཚོགས་དང་ སྤྱི་གནས་སོགས་མཚོན་པའི་ཡོ་བྱད་སྐྱུར་བའོད་རིགས་རྣམས་  
ལྷ་མོའི་ནང་གསལ་དུ་ ལོ་ལྟར་ལྷ་བཀའ་གི་ཚེས་གངས་ཅིའི་ཉེན་ལ་ སྐྱབ་དགོས་ཞེས་བཀོད་པ་ དེ་ཉིད་ ལྷ་  
མོ་དང་མཐུན་པར་བྱ་རྒྱུ་མ་གཏོགས། ཡོ་བྱད་དེ་སོཌ་ལྷ་མོའི་ནང་གསལ་གྱི་ལྷ་ཚེས་སོ་སོའི་དུས་སུ་ སྐྱབ་རྒྱུ་ལ་  
ཞེན་པ་ལོགས་ཏེ་ ཡོ་བྱད་གིས་སྐྱབ་བྱ་བམས་ཅད་ ཉེན་གཅིག་གི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱབ་པའམ། དུས་གཅིག་གི་ཐོག་  
ཏུ་ བསྐྱབ་པ་སོགས་བྱ་མི་ཚོགས། ཡོ་བྱད་སོ་སོར་སྐྱབ་བྱ་རེ་རེ་བཞིན་མི་སྐྱབ་པར་ ཡོ་བྱད་ཇི་ཡོད་བམས་ཅད་  
བསྐྱབ་ཏེ་ དུས་གཅིག་གི་ཐོག་ཏུ་སྐྱབ་ན། ཉེས་བྱ་དང་སྐྱབ་བྱ་གང་ཡང་མཚུངས། བ་དང་མཚུངས།

མ ༢-༦ ཐེབས་རྩལ་ཡོ་བྱད་སྐྱུར་བའོད་པའི་རིཌ་ ཡོ་བྱད་དེས་མ་ལྡངས་ཏེ་ ཡོ་བྱད་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ བསྐྱབ་  
དགོས་བྱུང་ན། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་སྐབས་ ཁྲིམས་དཔོན་དང་ས་གནས་ཀྱི་དགོ་འདུན་པའམ་དགོས་ཤིང་དམང་ལས་  
སྤྱི་ཚབ་གཅིག་བཅས་འཛོམ་ཐོག་ཏུ་བསྐྱབ་རྒྱུ་མ་གཏོགས། གཞན་སྤུས་ཀྱང་བྱ་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གལ་ན་ཉེས་བྱ་  
དང་སྐྱབ་བྱ་གང་ཡང་ མཚུངས། བ་དང་མཚུངས།

མ ༢-༧ ཐེབས་རྩལ་ཡོ་བྱད་གི་མ་རྩལ་ རོ་བོ་ སྐྱེས་ སོགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ཕུལ་སའི་ཡུལ་གང་ཡིན་དེ་ཉིད་ཀྱི་ སྐྱེ་རྒྱུ་  
དང་མཚོན་ཆས་མཚོན་རྫས་ བཞུགས་ཁང་ ལྷ་ཁང་ བཅས་པ་སོགས་བཅོས་ཕྱིར་རམ། ཡང་ན་ ལེགས་སུ་  
བཅོས་ཕྱིར་ཟད་དགོས་བྱུང་ཚེ། ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་དཔོན་དང་ དགོས་ཤིང་དམང་བཅས་ནས་བཏུ་ཞིབ་གྱིས་བཅོ་  
ཚོགས།

མ ༢-༨ ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཚོགས་གཞུང་ མ་ཉི་ སྤྱི་གནས་ ལྷག་མཚོན་སོགས་ལོ་རིམས་སམ། ལྷ་རིམས་བཞིན་སྐྱབ་  
རྒྱུའི་ཐེབས་རྩལ་ ཡོ་བྱད་གི་མ་རྩལ་བའམ། ཡང་ན་ ཡོ་བྱད་གཏུན་སྐྱུར་མ་ཡིན་ཀྱང་རུང་སྟེ་ མཚོན་འབུལ་  
གསུང་ཚོགས་ཐེངས་གཅིག་ སྐྱབ་རྒྱུ་དང་ མཚོན་མེ་ཅམ་འབུལ་རྒྱུའི་དངོས་པོ་མ་རྩལ་རེ་བསྐྱུར་ཀྱང་། དངོས་པོ་  
དེ་དང་ འདྲ་འདྲའི་གཞུང་ལལ་འབུལ་དགོས་ཁར་ དེ་ལས་གལ་ན་ ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་དངོས་པོ་ཇི་ཅམ་སྤོད་  
པ་ དེའི་ལོག་བཏུབ་ཉེས་བྱ་ཐོགས།

བྲིམས་གཞུང་  
 ལེའུ་བརྒྱུ་པའི་གསུམ་པ་  
 འབྲེལ་ལྷན་པ་ ཞལ་འདེབས་ཀྱི་སྐོར།

- བ ༣-༡ ལྷ་ཁང་མཚོན་རྟེན་ལ་སོགས་གསལ་བཞེངས་དང་ ཞབས་ཏྲོག་ལ་སོགས་པ་ མི་དམངས་ལ་ཕན་ཐབས་ཀྱི་བྱ་བ་  
 དགོ་བའི་ལས་ཀ་བྱ་ཕྱིར་འབྲེལ་ལྷན་ སློབ་འདོད་ཡོད་ན་ བྲིམས་ཁང་ནས་ཚོགས་ཐམས་མེད་པར་སློབ་མི་ཚོ་གྲ།
- བ ༣-༢ འབྲེལ་ལྷན་སློབ་མིའི་རིགས་ ཚོགས་ཐམས་གནང་སའི་བྲིམས་ཁང་དེ་ཉིད་ཀྱི་ མངའ་འོག་ལས་གལ་ཏེ་སློབ་མི་  
 ཚོ་གྲ།
- བ ༣-༣ འབྲེལ་ལྷན་སློབ་སྐབས་ སློབ་མི་སོའི་དད་སྲོལ་ལྷན་ལུ་བ་དེ་རང་མ་གཏོགས་ མགོ་བསྐོར་དང་ དབང་བཅོང་གི་  
 ཐོག་ནས་ བསྐྱེད་ལེན་བྱ་མི་ཚོ་གྲ། དེ་ལས་གལ་ན་རྩི་ཙམ་ལེན་པ་དེ་ཉིད་ རང་འཇགས་སུ་རྩོམ་པ་དེ་ལ་སློབ་པ་  
 ཅས་ ལྷོ་གསུམ་ལས་ ལྷོ་དུག་གི་རིང་བཅོན་དུ།
- བ ༣-༤ དགོ་བའི་ཐོག་ས་རམ་དང་ འབྲེལ་ལྷན་སློབ་མིའི་རིགས་ སློབ་ཟིན་ཏེ་ ལོ་རྒྱུ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་དུ་ ཅི་དང་  
 ཅིའི་དོན་དུ་སློབ་བཞེན་གྱི་དེའི་ལས་འགོ་བརྩམས་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་འབྲེལ་ལྷན་མ་ཚུ་ གཞུང་བཞེས་  
 མཛད་པ་ནས་ ཡོ་བྱེད་སོགས་དགོས་ལས་གང་ཞིག་ལ་འཇམ་ ལྷན་ཁང་སོགས་དམངས་དོན་ལ་ ཕན་གནད་ཅན་  
 ཞིག་ཏུ་གནང་རྒྱ།
- བ ༣-༥ དེ་ལྟར་དགོ་བའི་ཐོག་ས་རམ་དང་ འབྲེལ་ལྷན་སློབ་སྟེ་ཞབས་ཏྲོག་བསྐྱེད་ལེན་པའི་རྗེས་སུ་ ལྷོ་གཅིག་ལས་མ་  
 འགྲུངས་པར་འབྲེལ་ལྷན་ལྷན་ལུ་ས་དང་རྩིས་ལྷན་བཅས་ བྲིམས་དཔོན་རྩེ་སློབ་པར་འོང་དགོས། དེ་ལས་  
 གལ་ན་ འབྲུང་བཞེན་གྱིས་རྒྱུད་དེ་འགྲུངས་པ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས། ཚད་པ་རུབ་གསུམ་ཅུ་ནས་ཉིས་བརྒྱའི་  
 བར་དུ་ཐོགས།

ཐ ༣-༦

ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ ཞབས་ཏོག་ལུ་ཕྱིར་རམ་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གཉིས་སོགས་ སུའི་དོན་དུ་ཡིན་ནའང་ ཕྱིའི་  
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་རིགས་འབྲེལ་ལུ་སློབ་བར་བྱུང་ན། སློབ་ཡིག་དང་ལྷན་དུ་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཤོག་ཡོད་ན་མ་  
གཏོགས། མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཤོག་མེད་ཆེ་ དེ་ལ་འབྲེལ་ལུ་དང་ མོགས་རམ་གསོལ་རས་ལ་  
སོགས་པ་སྤུས་ཀྱང་ གང་ཡང་བྱིན་མི་ཚོགས། དེ་རིགས་ལ་ནི་ ཁྲིམས་ཁང་ངམ་སྤུས་ཀྱང་ཚོགས་ཐམས་སྤྱོད་མི་  
ཚོགས།

ཐ ༣-༧

འབྲུག་གི་མི་སེར་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་རོལ་དུ་ ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་གཙོས་ ཅི་དང་གང་ཡང་མིང་ངམ་དགོ་བའི་  
དོན་དུ་ ཉམས་གསོའམ་ གསར་བཞེང་གི་ཆེད་དུ་ འབྲེལ་ལུ་དང་ཞལ་འདེབས་རེ་ཕུལ་ན། དེ་ནི་འབྲེལ་  
ལུ་འམ་ ཞལ་འདེབས་དེ་དང་འདྲ་འདྲ་གཞུང་ལ་ཁྲུལ་འབྲུལ་ཕུལ་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་ ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་  
ཇི་ཅམ་སྤྱོད་པ་ དེའི་ལོག་བལྟ་བུ་ཉེས་བྱ་ཡིགས།



ཁྲིམས་གཞུང་  
 ལེན་བཅུ་པའི་བཞི་པ་  
 མི་ཤི་དགོ་ཚུའམ་གཤམ་སྟོན་གྱི་སྟོན།

- བ ༤-༡      གཤམ་པོ་འདས་པའི་སྐབས་སུ་ སྲིད་ལེན་སྤྱད་ལེན་ཞེས་ བརྟམ་ལབ་སྟེ་ མཚོན་པོ་འདུ་འཛོམ་བྱ་མི་ཚོ་གྲ།
- བ ༤-༢      གཤམ་པོའི་དོན་དུ་ སྲོག་གཙོད་དང་ ཆང་ཨ་རའི་བྱ་བ་སྦྱོད་མི་ཚོ་གྲ།
- བ ༤-༣      གཤམ་པོའི་ཆེད་དུ་བ ༤-༡ དང་བ ༤-༢ པ་ལས་གཤམ་བའི་ བྱ་སྦྱོད་བྱེད་ཆེ་ ཉེས་བྱ་རུབ་བཅུ་ནས་རུབ་  
 བརྒྱའི་བར་དུ་ཕོགས།
- བ ༤-༤      གཤམ་པོའི་མེས་སྤྱངས་སྐབས་སུ་ གསུང་ཚོགས་པའི་དབུ་བཞུག་པ་ཇེ་མཁན་པོ་ཡིན་ཆེ་ ཕ་བོའི་སྤུལ་ཆས་རུབ་  
 བརྒྱ་མན་ཆད་དང་ གནན་ཡང་སློབ་བཞིའི་གངས་ལས་ཡིན་ཆེ་ རུབ་ལྔ་བཅུ་མན་ཆད། ཚོ་ཆེན་སློབ་ཡིན་ཆེ་  
 རུབ་བཅོ་ལྔ་མན་ཆད། གནས་བརྟན་ཡིན་ཆེ་རུབ་ལལ་གཅིག་དང་ལྔ་མན་ཆད། གསུང་ཚོགས་པ་དམང་གི་ཕྱག་  
 འཕྲེད་ རུབ་གཉིས་མན་ཆད་བཅས་པ་མ་གཏོགས་ དེ་ལས་གཤམ་མི་ཚོ་གྲ། ཅི་སྟེ་གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ལས་  
 གཤམ་བའི་ཕྱག་འཕྲེད་དངས་ན། གསུང་ཚོགས་པ་ནམས་ནས་ཕྱག་འཕྲེད་ཁ་ཚང་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྦྱོད་དགོས།  
 ཁྲིམས་དཔོན་ནས་ཀྱང་ གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་གྱི་ཁ་གངས་ ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ གསུང་ཚོགས་པར་སྤར་ལོག་  
 སྦྱོད་ཅིང་ དེ་ལྟ་གཅི་ཅམ་ཐེབས་སུ་ མཆིས་པ་དེ་ཉིད་གཞུང་བཞེས་ཏེ། ཕ་བོ་དེ་ལའང་ཐེབས་དེ་དང་འདྲ་  
 འདྲའི་ཆད་པ་ཕོགས། གཤམ་སྲིད་ གསུང་ཚོགས་པས་འཕྲེད་ཐེབས་དངས་རུང་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་མི་བཀའ་བར་  
 གསང་བྱར་བཞག་ཆེ། ཇི་ཅམ་ཁྲིམས་གཤམ་ཐེབས་སུ་སོང་བའི་ཁ་གངས་ཚང་གི་གསལ་གཞུང་བཞེས་ཁར། དེ་  
 དང་འདྲ་འདྲའི་ཆད་པ་ གསུང་ཚོགས་པར་ཕོགས་ ཕ་བོ་དེ་ལའང་ དེ་བཞིན་ཕོགས།

ཁྲིམས་གཞུང་

ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པའི་དང་པོ་

ཚུན་གཞི་དབྱེ་ཞིབ་ཚོགས་དང་མི་ཚོགས་ཁར་ ཉེས་ཚད་བཀའ་ཚོགས་དང་མི་ཚོགས་སྐོར།

- ད ༡-༡      གཞུང་ནས་ཁྲིམས་དཔོན་མཛད་དེ་བསྐོས་ཤིང་ བཀའ་བསྐོས་བའི་མི་དེ་དག་གིས་མ་གཏོགས་ གཞན་དང་ཆེ་ཕྱ་  
སྲུང་གུང་ཚུན་གཞི་བདེན་བརྒྱན་དབྱེ་བཤེར་བཞུགས་ཤིང་ ཉེས་ཚད་བཀའ་བསྐོས་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གལ་ཏེ་དབྱེ་  
དཔྱད་བྱ་ཆེ་ ཕྱོགས་མིན་པར་ཕྱིས་གཞི་བྱེ་མི་དེ་རང་ལྷོང་གཅིག་ནས་ལོང་གཅིག་ཚུན་བཅོམ་དུ།
- ད ༡-༢      ཁྲིམས་དཔོན་རིམ་ཤིང་རང་གིས་མ་གཏོགས་ དེའི་ཚབ་ཏུ་མི་གཞན་བཏང་སྟེ་ ཚུན་གཞི་བདེན་བརྒྱན་དབྱེ་བཤེར་  
བཞུགས་པའམ་ཉེས་ཚད་བཀའ་བསྐོས་མི་ཚོགས།
- ད ༡-༣      ཁྲིམས་དཔོན་གྱི་མིའམ་ ཉེ་ཚུན་ཚུན་གཞིའི་གལ་དུ་ཚུད་པ་དང་ཁྲིམས་དཔོན་ལ་ མཁེ་རྒྱུད་ཡོད་པའི་ཚུན་གཞི་  
ཡིན་ཆེ་ ཁྲིམས་དཔོན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཚུན་གཞི་དེ་ལ་ དབྱེ་བཤེར་བྱ་མི་ཚོགས།
- ད ༡-༤      ཚུན་གཞི་དབྱེ་བཤེར་བཞུགས་སྐབས་སུ་ གཞུང་གི་ཕྱག་ཐམས་ཡོད་པའི་ ཁྲིམས་ཡིག་དང་བསྐྱུན་རྒྱུ་མ་གཏོགས་  
ཕྱག་ཐམས་མེད་པའི་ ཁྲིམས་ཡིག་འདྲ་བལྟས་ལ་ཕྱིས་ལུངས་མི་བྱ།
- ད ༡-༥      ཚུན་གཞི་དབྱེ་བཤེར་བྱ་རྒྱུའམ་ ཉེས་ཚད་བཀའ་བསྐོས་སྐོར་ ཅི་དང་གང་ཡང་ ཁྲིམས་དང་མཐུན་པར་བྱ་རྒྱུ་མ་  
གཏོགས་ ཁྲིམས་དཔོན་གྱི་སྐོ་སེམས་དང་བསྐྱུན་པའི་བྱ་བ་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོགས།
- ད ༡-༦      ས་གནས་གང་ལའང་ ཚུན་གཞི་གང་ཐོན་ཐམས་ཅད་ ས་གནས་དེ་རང་སོ་སོའི་ཁྲིམས་ཁང་ནས་དབྱེ་བཤེར་བྱ་  
ཆོག་སྟེ། ཁྲིམས་ཁང་རང་རོགས་མིན་པའི་ ཁྲིམས་ཁང་གཞན་རོགས་གིས་གནས་ལ་ཐོན་པའི་ཚུན་གཞི་ནི་  
ཁྲིམས་ཁང་རང་རང་སོ་སོས་དབྱེ་བཤེར་བྱ་རྒྱུ་མ་གཏོགས། ཁྲིམས་ཁང་གཞན་གྱི་རང་གིས་གནས་མིན་པའི་  
ཚུན་གཞིའི་རིགས་ལ་ཡེ་ནས་དབྱེ་བཤེར་བྱ་མི་ཚོགས།

- ད ༡-༢ མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་དང་ ཡིག་ཐིག་གན་རྒྱ་ འཛོམ་དཔང་སོགས་གང་ཡང་མེད་པའམ་ར་ཁུངས་དག་པོར་སྐྱོལ་  
རྒྱ་མེད་ན་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཚོད་གཞི་དེའི་དོན་ ཅུ་བོ་གཅིག་ཤོས་དེའི་སྟེང་དུ་སེམས་དྲོགས་འཆར་ནའམ་  
གཞན་ཡང་སུ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་སེམས་དྲོགས་འཆར་ནའང་ དེ་ལྟ་བུ་ལ་ཉེས་བྱ་མི་བཀའ།
- ད ༡-༤ ཚོད་གཞི་འགོ་བཙུགས་དང་མ་བཙུག་ བདེན་བརྒྱན་དབྱེ་བཤེར་གྲུབ་དང་མ་འགྲུབ་ ཉེས་ཆད་བཀའ་ཟེན་དང་  
མ་ཟེན་སོགས་ ཇི་ལྟར་ཡང་། ཅུ་བོ་རྣམས་སམ་ ཡང་ན་ཅུ་བོའི་གྲལ་ལས་ རྒྱལ་པོའི་ཞབས་སར་འགོ་  
འདོད་ཅན་གྱུང་ན་ དེ་སོགས་ཁྲིམས་དཔོན་གཙོས་སུས་ཀྱང་བཀའ་ཆ་བྱ་མི་ཚོགས།
- ད ༡-༩ རྒྱལ་པོའི་ཞབས་སུ་ཚོད་གཞིའི་ཞུ་ཚིག་ལུལ་ཚར་རྗེས་ ཞབས་ནས་ཚོད་གཞི་དེ་ མཚུགས་སུ་ཟེན་དང་མ་  
ཟེན་ཇི་ལྟར་ཡང་། ཚོད་གཞི་དེ་སྟོར་ ཁྲིམས་ཁང་དང་སྐྱེ་ཚབ་ལ་སོགས་པའི་ཆེ་ཕྲ་སུས་ཀྱང་ ཞུ་ཚིག་ལེན་པ་  
དང་ དབྱེ་བ་དཔྱད་པ་སོགས་མི་ཚོགས།

ཡི་མཚན་གསུང་

ལེན་བཅུ་གཅིག་པའི་ གཉིས་པ་

ཡི་མཚན་ཁང་གི་བྱ་བའི་གནད་སྲོད།

- ད ༢-༡ རྩོད་གཞི་ཡི་ཡི་མཚན་ཁང་དུ་སྤྱུག་སྐབས་ རོན་ཚིག་ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་ཡང་ ལྷ་མོ་སོ་སོས་རང་སའི་ལྷ་ཚིག་ཡི་གེ་ལ་  
གསལ་བྲིས་བསྐྱབ་མེད་པ་ཏེ་གཏེ་སྤྱུར་ཏེ་ སོ་སོའི་ཐེན་འཁོད་པར་བྱས་ཏེ་ ཡི་མཚན་དཔོན་ལ་ཕུལ་དགོས།
- ད ༢-༢ ལྷ་ཚིག་ཕུལ་སྐབས་ལྷ་མོ་བོ་བོ་དེའམ་ དེ་དང་མཁེ་རྒྱུད་ཅིག་པའི་མི་ཡིས་ཕུལ་ན་མ་གཏོགས་ ལྷ་མོ་བོ་བོ་དེའི་  
ཚབ་ཏུ་གཞན་གྱིས་ཕུལ་བའམ་མི་གཞན་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་ཕུལ་བ་སོའམ་མི་ཚོས།
- ད ༢-༣ ལྷ་ཚིག་ཡི་གེ་དང་སྤྱུགས་ཏེ་ ལྷ་རྟེན་སོགས་རྒྱུ་དངོས་ཀྱི་རིགས་ཅི་དང་གང་ཡང་ཕུལ་མི་ཚོས།
- ད ༢-༤ གཞུང་ཞབས་ཀྱི་ལས་གཤེགས་ལ་གཏོགས་པའི་མི་ ཆེ་འབྲེལ་རྒྱུད་གསུམ་སུས་ཀྱང་ རང་སའི་ཉེ་ཚོན་དང་  
དགའ་མཐུན་ཅན་ ལ་འོག་གི་མི་སོགས་རྩོད་གཞི་ལ་སྤྱུག་སྐབས་ ཡི་མཚན་དཔོན་ནས་རྩོད་དཔྱད་གཏོང་བའི་  
ལེན་དེ་རང་བསྐྱར་རྒྱུ་མ་གཏོག་ གཞན་ཡི་མཚན་དཔོན་ལ་ རྩོད་གཞི་དེའི་སྐོར་གཡོ་འགལ་ཡོད་མེད་ ཇི་ལྟར་  
ཡང་ ལ་ཡིས་ལ་བ་པའམ་ ཡི་གེ་སྐྱེལ་བ་སོགས་མི་ཚོས།
- ད ༢-༥ ལྷ་ཚིག་ཡི་གེའི་རིགས་ རོན་གནད་ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་ཡང་ མངའ་བདག་རྒྱུལ་པའི་ ཞབས་ལའམ། རང་སའི་  
ས་གནས་ཀྱི་ཡི་མཚན་དཔོན། འབྲེལ་བའོད་སའི་ས་གནས་ཀྱི་ཡི་མཚན་དཔོན་བཅས་ཀྱི་རྩུར་བཀའ་རྒྱུ་མ་གཏོགས།  
གཞན་གཞུང་ཞབས་ནས་བདེན་བརྒྱུན་དབྱེ་བཤེར་ཚོགས་པའི་ བཀའ་རྒྱུ་མ་ཐོབ་པའི་མི་མི་ཆེ་འབྲེལ་རྒྱུད་གསུམ་  
སུའི་རྩུར་ཡང་ལྷ་ཚིག་བཀའ་མི་ཚོས།
- ད ༢-༦ རྩོད་གཞི་དབྱེ་བཤེར་བཞིན་སྐབས་སུ་ ལྷ་མོ་རྣམས་དང་འཇོམས་དཔང་། གཞན་ཡང་དབྱེ་བཤེར་ལ་མཁོ་བའི་མི་  
རྣམས་ཐམས་ཅད་ ཡི་མཚན་ཁང་ནས་དུས་ཆེས་དེ་ཙམ་ལ་ཤོག་ཅེས་པའི་བཅད་འཕྲིན་འབྲོར་ཆོ། དུས་ཆེས་དེ་  
ལས་མ་འགྲུངས་པར་ཡི་མཚན་ཁང་དུ་ཚང་བར་འཇོམ་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་དུས་ཆེས་ལ་མ་འོང་མི་དེ་ཉིད་

ཕྱོད་ཕན་ཚུན་གྱི་གྲུབ་ལས་ཡིན་ཚེ། དམག་མི་ནས་བཟུང་བཅིངས་ཀྱིས་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་བཏོན་སྟེ་བཙོན་དུ་  
 ཟློང་གསུམ། འཛོམས་དཔང་དང་བར་མི་སོགས་ གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཁྲིམས་ཁང་ལས་བཀའ་ཤོག་གམ་  
 བཟུང་ཐན་འབྱོར་བཞིན་དུ་ ཡུལ་ཁར་མ་སྟོན་པར་གཞན་དུ་སོང་ཞིང་ ཁྲིམས་ཁང་གི་ཞག་དུས་ལ་མ་འབྱོར་  
 ཚེ་ ཉེས་བྱ་གོང་བཞིན་བཙོན་དུ་ཟློང་གསུམ། འཛོམས་དཔང་དང་ བར་མི་སོགས་ གཞན་རྣམས་ཁྲིམས་ཁང་  
 གི་ཞག་དུས་ལས་ མ་འགྲུངས་པར་བཅར་རྩིས་ལས་ཉིན་རེ་གཉིས་ཙམ་འགྲུངས་པ་ལ་ ཉིན་རེར་ཉེས་བྱ་རུབ  
 ལྡར་ཤི། ཁྲིམས་ཁང་གི་བཀའ་ཤོག་གམ་ བཟུང་ཐན་མ་འབྱོར་བའི་སྟོན་ལས་ ཐག་རིང་གིས་གནས་སུ་ཐལ་  
 ཟིན་པའམ་ འཇུག་བཞིན་ཀྱིས་རྒྱུད་དེ་ མ་ལྷོགས་པ་སོགས་མཆིས་ན་ བཀའ་ཤོག་བཟུང་ཐན་འབྱོར་པའི་  
 མོད་ལས་ དེའི་གནས་ལུགས་རྒྱ་རྒྱུན་གསལ་སྟེ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་ལུ་བར་བཀང་དགོས།

ད ༢-༡

ཚུན་གཞི་ལ་བརྟེན་ཏེ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྤྱུག་རིགས་རྣམས། འགྲོ་འོང་གཉིས་དང་ ཚུན་གཞི་མཐར་མ་འབྱོལ་  
 གྱི་རིང་དུ་འམ་ཁྲིམས་སར་སྟོན་རིང་གི་ཟད་འགྲོ་སོགས་ནི་ གཏམ་གྱི་བདེན་བཅུན་ཇི་ལྟར་ཡང་ གཞུང་ལས་  
 སམ་ཕྱོད་གཅིག་གིས་གཅིག་ནས་གང་ཡང་མི་ཐོབ། ཕྱོད་རང་ས་སོ་སོས་འཚོལ་བའི་བར་མི་རྣམས་ཁྲིམ་ལས་  
 ཐོན་སྟེ་ ལྷན་ལོག་ཁྲིམ་དུ་མ་འབྱོར་རིང་ལ་ཕྱོད་རང་རང་སོ་སོ་ནས་ ཟ་བཏུང་གི་འཇུག་ཉིན་རེར་རུབ་གཉིས་  
 རེ་སྟོན་རྒྱུ་ཉི་ཕྱེས་ལྷན་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཕབས་ཏེ་དེ་ཙམ་སྟོན་ཅེས་པའི་བཀའ་རྒྱ་ཁ་གསལ་ཁྲིམས་དཔོན་ལས་  
 ཐོབ། དེ་མཚུངས་དྲང་གཏམ་བཟོན་པོ་དང་ འཛོམས་དཔང་གི་རིགས་ཀྱང་ཟ་བཏུང་གི་འཇུག་གོང་བཞིན་ཕྱོད་  
 སྤྱི་ཐོག་ལས་ཐོབ།

ད ༢-༢

ཚུན་གཞི་འགོ་འཇུག་ཟིན་པ་ནས་ ཚུན་གཞི་ལ་རྒྱུད་པའི་མི་རྣམས་ ཁྲིམས་དཔོན་ནས་གནང་བ་མ་ཐོབ་པར་  
 རྒྱུད་རིང་གིས་ལ་གང་དུ་འང་འགྲོ་མི་ཚོགས།

ད ༢-༣

ཚུན་གཞི་ལ་རྒྱུད་ཅིང་གཏོགས་པའི་ རྒྱུད་རོས་སེམས་ཙན་རིགས་གང་ཡང་ ཚུན་གཞི་མཐར་མ་འབྱོལ་རིང་  
 ལ་བཙོང་བའམ་བྱིན་པ། གཡར་པོ་གཏོང་བ། སྟོན་པ། མེད་པ་གཏོང་བ་སོགས་གང་ཡང་མི་ཚོགས། དེ་ལས་  
 གལ་ཏེ་བཙོངས་པ་ བྱིན་པ་མེད་པར་བཀང་བ་བཅས་བྱུང་ན་ རོ་བོར་རྟོང་བྱ་དགོས་དང་རོ་བོའི་རིན་བབས་ཇི་  
 གནས་དང་འདྲ་འདྲའི་ཆད་པ་ལོགས། གཡར་པོར་གཏོང་བ་དང་ སྟོན་པ་བཅས་རྣམས་ཉིན་གྲངས་གང་སོང་གི་  
 ལྷན་ཇི་གནས་རྩིས་པའི་སྤྱི་ཆའི་སྟེང་དུ་ དེ་དང་འདྲ་འདྲའི་ཆད་པ་ལོགས།

- ད ༢-༡༠      ཚུན་གཞི་བྲིམས་ཁང་དུ་ཐུག་སྟེ་ ཉེས་ཚད་མ་བཀའ་བའི་གོང་དུ་རྩ་བོ་ཕན་ཚུན་ གཉིས་པོ་བསྐྱམས་གྲིགས་ བྱུང་ན། ཚུན་གཞི་དེ་ནང་གཞུང་གི་བཀའ་དམ་ལས་གཤམ་བ་དང་ རྒྱུ་ལུ་འཕྲོག་གསུམ་གྱི་སྐོར་ མི་བསད་ སྐོར་བཅས་པ་མེད་ཚེ་ རྩ་བོ་གཉིས་ཀ་བྲིམས་དཔོན་རྩེ་འོང་ཞིང་ ཕན་ཚུན་བསྐྱམས་གྲིགས་པའི་ལུ་ཚིག་ ལུངས་གསལ་བཀའ་ན་ བྲིམས་ཁང་ནས་བྲིམས་སྐོལ་གཏོང་ཚོགས།
- ད ༢-༡༡      ཚུན་གཞི་བྲིམས་ཁང་དུ་ཐུག་ཚར་རྗེས་ ས་གནས་ཀྱི་བྲིམས་ཁང་ད་ལྟ་ཐུག་ས་ལས་སློབ་ཏེ་ ད་ལྟ་ཐུག་སའི་ གོང་མ་དེའི་རྩེ་བཀའ་འདོད་བྱུང་ན་བཀའ་ཚོགས།
- ད ༢-༡༢      རྩ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཉེ་ཚན་དང་ ཚུན་གཞི་དེ་ཉིད་ལས་མཁེལ་ཡོད་པའི་མིའི་རིགས་འཛོམ་དཔང་གི་གྲངས་སུ་མི་ཕྱིས།
- ད ༢-༡༣      ཚུན་གཞི་དབྱེ་བའི་ཕྱེད་ས་ལ་རྩ་བོ་དང་དཔང་པོ་ ལྟན་མོ་བལྟ་མི་སོགས་ཀྱིས་ བྲིམས་དཔོན་དང་ བྲིམས་ ལུངས་ལ་གུས་ཞབས་མེད་པའི་བྱ་བ་གང་ཡང་མི་བྱ།
- ད ༢-༡༤      ཉེས་པོ་ནག་ལ་ཉེས་ཚད་ཕོགས་རིགས་རྣམས་ དདུལ་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་ གཞན་གང་ཡང་མི་ལེན། དེ་ཡང་ དདུལ་ཁོ་ན་འཕྲོག་ལུངས་ཡོད་མེད་ བྲིམས་དཔོན་ནས་བབས་ལྟོས་ཀྱིས་ངེས་པར་འཕྲོག་ལུངས་མེད་པ་ཡིན་ཚེ་ དངོས་པོ་སོགས་ཚོང་དང་ སེམས་ཅན་ཡང་རིན་ཐང་ བྲིམས་དཔོན་གྱིས་བཅད་དེ་ལེན་ཚོགས་སྟེ། མངའ་ བདག་རྒྱུལ་པའི་བཀའ་རྒྱུལ་གསུ་ མ་ལེབས་ཚེ་ བྲིམས་ཁང་གིས་ དངོས་པོ་སེམས་ཅན་རིགས་བཅོང་མི་ ཚོགས། ཆག་པའི་རྩ་བོ་དེ་ལས་གང་བྱུང་ རོ་བོ་འཁྲུལ་མེད་གཞུང་ཞབས་སུ་འབྱུལ་དགོས།
- ད ༢-༡༥      ཚུན་གཞི་མཐར་སྐྱོལ་ཏེ་ ཉེས་ཚད་བཀའ་ཟིན་པའི་རིཊ་ མངའ་བདག་རྒྱུལ་པོས་དགོངས་ཡངས་གནང་ན་མ་ གཏོགས་ གཞན་བྲིམས་དཔོན་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་སོགས་གང་ཡང་མི་ཚོགས།

ཡིམས་གཞུང་  
ལེའུ་བརྩུ་གཅིག་པའི་གསུམ་པ་

འཁོན་པ་ནང་བསྐྱམས་དང་ འཁོན་བསྐྱམས་  
གན་རྒྱ་ཕུང་དགོའ་མགོ་བསྐྱོར་བཅས་ཀྱི་སྐོར།

- ད ༣-༡ གཞུང་གི་བཀག་དམ་གནང་བ་ལས་གལ་བ་དང་ རྒྱུ་ལོ་ལོ་གསུམ་ མི་བསད་སྐོར་བཅས་པའི་ཚུད་གཞི་ནི་  
ཡིམས་ཁང་བརྒྱུད་དེ་མ་གཏོགས། བྱང་ལ་བྱང་དུ་ལབ་པའམ་ བར་མི་ནས་བསྐྱམས་གྲིགས་བཅོ་བམོགས་མི་  
ཚོགས།
- ད ༣-༢ གོང་གསལ་ཡིམས་དོན་ ད ༣-༡ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་མིན་པའི་རིགས་ གནད་དོན་ཇི་ལྟར་ཡང་ བྱང་ལ་  
བྱང་གྲིགས་བྱུང་བའམ་བར་མི་སོའ་ཀྱིས་ བསྐྱམས་བཅོ་བམོགས་བྱུ་ཚོགས།
- ད ༣-༣ བར་མི་བརྩུགས་ཏེ་བསྐྱམས་བཅོ་སྐབས་ བསྐྱམས་བྱུ་བྱུང་ན་མ་གཏོགས། བསྐྱམས་མ་བྱུ་བལ་བར་གཟན་  
མེད་ བསྐྱམས་བྱུ་བཚེ་ བར་གཟན་རུ་བལ་ལལ་གཅིག་ཚུན་ཐོབ།
- ད ༣-༤ བར་མི་བརྩུགས་ཏེ་ལལ་བསྐབས་ བར་མི་ནས་རྩ་བོ་རྣམས་སམ་ དེ་ཚོའི་གལ་གྱི་མིལ་ མགོ་བསྐྱོར་བཏང་  
བ་དང་ དབང་བཅོང་བ་ རྩ་བོས་མ་ལབ་པའི་རྒྱ་ཚིག་ལབ་སྟེ་ ཕུང་དགོའ་བཅོ་བ་ རྩ་བའི་རྒྱུ་དངོས་ཟ་བ་  
སོགས་སྒྲིད་པར་ གྱི་བྱ་བཅི་དང་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོགས་ དེ་ལས་གལ་ན་བཅོན་དུ་ཟླ་ངོ་གསུམ།
- ད ༣-༥ བྱང་ལ་བྱང་དུ་ལབ་པའམ་ བར་མི་བརྩུགས་ཏེ་བསྐྱམས་པའི་རིམ་གཏོག་གཞོན་དབང་བཅོང་གིས་བསྐྱམས་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ་ ཇི་སྲིད་སྐོར་ཡིམས་ཁང་དུ་ ཚུད་གཞི་བྱུ་ཚོ། དེ་ལ་ཡིམས་གལ་གྱི་བྱ་བ་མེད་ན་དེ་ཉིད་རང་ལ་ཆ་  
འཇོག་གནང་རྒྱུ་ཡིན།

- ད 3-6 བང་ཁ་ནང་དུ་ལབ་པའམ་ བར་མི་བཅུ་གསུམ་ཏེ་ཁ་ལབ་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ བུ་ལོན་ཕོ་བཤོད་གྱི་སྐོར་རམ་  
གཞན་ཡང་དོན་གཞན་རྗེས་ཡང་ གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་ཐིག་པ་དེ་ལ་ཆ་འཛོགས་བྱ་དགོས།
- ད 3-7 གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་ལས་སྤར་གྱི་རྙིང་པ་ཐིག་བསུབ་བཅོས་པའམ་ཐིའུ་སྐོན་ཅན་བཅས་དང་ མི་བྱ་ལོའམ་ སྤྱི་ལོའི་  
འདས་ལོ་གཅིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་དང་བདུན་ནས་བརྒྱད་སྟེ་ བཅོས་པའི་རིཊ་ལ་གྱི་ཀེ་ཀེ་མེད་པ་དང་ ཐིག་  
བསུབ་ཅན་ ཐིའུ་སྐོན་ཅན་སོགས་བྱུང་ན་ཡིག་ཐིག་ལ་ཆ་འཛོགས་མི་བྱ།
- ད 3-8 གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་བཅོས་པས་སུ་ ཕྱ་བོ་དེའི་སེམས་ལ་ སྐོན་ཡོད་པའམ་ སྐོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཚེ་ ཡིག་ཐིག་གན་རྒྱ་  
དེ་ལ་ ཆ་འཛོགས་མེད།
- ད 3-9 དབང་བཅོངས་གྱིས་བཅོས་པའི་ ཡིག་ཐིག་གན་རྒྱ་ལ་ཆ་འཛོགས་མེད།
- ད 3-10 གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་བཅོས་ཚར་ཏེ་ ཉིན་བཅུ་ཐམས་པའི་ནང་འཁོད་དུ་ཕྱ་བོ་གཉིས་ལས་ སྤུས་ཀྱང་ཁྲིམས་ཁང་དུ་  
དབང་བཅོང་གི་གན་རྒྱ་བཅོས་པའི་སྐོར་སྐྱོན་ལུ་ གང་ཡང་ལུས་པ་མེད་པའམ་གན་རྒྱ་བཅོས་པས་ ཕྱ་བོ་གཉིས་  
ཀས་རྒྱབ་མི་བཅོགས་ཏེ་བཅོས་པའི་རིགས་དབང་བཅོང་གི་གན་རྒྱའི་གངས་སུ་མི་ཕྱིས།
- ད 3-11 གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་བཅོས་པའི་རིགས་ལ་ ཕྱ་བོ་བོ་དེ་ཉིད་ཁོ་ནས་བཅོས་པ་གཏོགས་ གཞན་སྤུས་ཀྱང་བཅོས་མི་ཚོགས།  
གཞན་གྱིས་བཅོས་པའི་གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་ ཆ་འཛོགས་མི་བྱ།
- ད 3-12 དོན་གཞན་གཅིག་གི་སྐོར་ ཡིག་ཐིག་གན་རྒྱ་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་བཅོས་པ་ཡོད་ན་ རྗེས་མ་སུ་ཡིན་དེ་ཉིད་ལ་ཆ་  
འཛོགས་བྱ་རྒྱ།



ད ༣-༡༩      གན་རྒྱའི་འབྲ་བལུས་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཕུལ་ཏེ་བཞག་པ་ཡོད་ན་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཡོད་པའི་གན་རྒྱ་དེ་ལ་མ་གཏོགས་  
རྩ་བ་སོ་སོའི་ལག་བཞག་གན་རྒྱ་དེའམ་ དེ་རྣམས་ལ་ སྤྱིང་ཡང་ཆ་འཇོག་མི་བྱ།

ད ༣-༡༥      ཁྲིམས་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཕྱིར་རམ་ བྱས་ཚར་བ་ནས་ དེ་ཚུལ་སྤྲོ་གསང་བྱ་ཕྱིར་ ཡིག་ཐིག་གན་རྒྱ་བཟོ་རིགས་  
རྩ་བོ་དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ཁྲིམས་དོན་པ་, པ་འཕྲོག་བཅོམ་སྐབས་ཀྱི་ཉེས་བྱ་དེའི་ཕྱིད་ཀ་ཕྱིས་རྒྱ་དང་ བར་མི་དང་  
རྒྱ་བམི་ ཡི་གེ་བྲིས་མཁན་རྣམས་ལ་རྩ་བོ་དེའི་ཕྱིད་ཀ་ཕྲོགས། དེ་ཡང་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྟོན་སློབ་ལུ་མི་ཡང་ཁོང་  
རང་དག་པ་རྣམས་ཀྱི་གངས་ལས་ཡིན་ཚེ་ དེ་ལ་ཕྲོགས་པའི་ཉེས་བྱ་ཡངས་ཆགས་ཁང་ སྟོན་སློབ་ལུ་མི་དེ་ཉིད་  
ཕྱིའི་མི་ལས་ཡིན་ཚེ་ དེ་ལྟར་ར་ཁྲུངས་ཚོད་ཅིང་དོན་ཡོད་དུ་གྱུར་བྱིན་ན་ གསོལ་རས་ཞིག་ཁྲིམས་ཁང་ནས་  
བབས་ལྷོས་གྱིས་གནང་རྒྱ།

ཡིམས་གཞུང་

ལེའུ་བཙུག་ཉེས་པའི་དང་པོ་

ཉམ་བཤད་མགོ་བསྐྱོར་དང་ ཡིག་ཐིུས་མ་འཐབ་འཛིང་བཅས་པའི་སྐོར།

ན ༡-༡ མི་དཀར་ལ་ལྷ་ནག་སྤྱབས་པའམ་ ཉམ་བཙུན་དབང་བཙུན་གྱི་གཏམ་ལབ་ན། དེ་ནི་མི་བསད་གྱི་སྐོར་ལས་  
དང་རྒྱུ་རྐྱེན་འཕྲོག་གསུམ་གྱི་སྐོར་ལས། ཡང་ན་ སྤྱན་ཚན་ལ་ངོ་ཚ་བཤེགས་པ། གཉེན་དགོགས་པ། བཀག་  
དམ་ལས་གལ་བ། རྒྱལ་ཁབ་ལ་ངོ་ལོགས་བཅས་གྱི་སྐོར་ལས་ མི་དཀར་ལ་ལྷ་ནག་སྤྱབ་ན་བཙུན་དུ་ཟློང་  
གཅིག་ལས་ལོ་གསུམ་ཚུན། གཞན་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ལའང་ མི་དཀར་པོར་ལྷ་ནག་སྤྱབ་ན་ ཉེས་བྱ་རུབ་བཙུན་ས་  
བརྒྱའི་བར་དང་། ཕྱི་ལོ་ལ་སློག་འཇལ་ཀྱང་ཉེས་བྱ་དེའི་ཕྱིད་ཀ།

ན ༡-༢ རང་ཉིད་དང་ གཞན་ཡང་སྤྱད་སྤུལ་ ཕན་གོད་ཇི་ལྟར་ཡང་། ཡི་གེ་དང་ཐིུ་ལ་སོགས་པ་བཙུན་མ་དང་  
མི་གཞན་གྱི་མིང་ནས་བཏོན་ཅིང་བཙོད་པ་སོཌ་བྱེད་དེ་ མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གལ་ན་བཙུན་དུ་ཟློང་  
ངོ་གསུམ་ལས་ལོ་དུག་ཚུན།

ན ༡-༣ འཐབ་འཛིང་གི་སྐབས་སུ་མཚོན་ཆ་ཕྱིར་བཏོན་ཅམ་ལ་ ཉེས་བྱ་རུབ་ལྡ་བཙུན་དང་། གཞན་གྱི་སྤྱིང་དུ་མ་ལྷག་  
བཏོན་པ་བྱུང་ན་ཉེས་བྱ་རུབ་བརྒྱ་ནས་ བཞི་བརྒྱའི་བར་དུ་སྤྱེ། མ་དང་སློབ་གྱི་གནད་ལ་བརྟེན་པའི་གསོ་སྤྱོད་  
རིན་དང་ མཐུན་རྒྱུན་གང་ཡང་ལུང་པའི་མི་ནས་ མཐུན་སྤྱིགས་བཅོས་པ་བྱུང་ན་མ་གཏོགས། ཡིམས་སར་  
ཐུག་ཚེ་ མཚོན་ཆ་ཕོགས་མི་དེ་ཉིད་ཀྱི་ མའི་གནད་དང་བསྐྱུན་པའི་ འོས་བབས་ཡིམས་ཁང་ལས་དབྱེད་དེ་  
སྤྱོད་ལེན་བྱ་རྒྱུ་མ་ཚད་ བརྒྱུད་འཛིན་བཞིན་པ་བྱུང་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས།

གྲིམས་གཞུང་།  
 ལེའུ་བཙུ་གསུམ་པའི་དང་པོ་  
 ཨར་རྒྱུ་གྱི་སྐོར།

- ཕ ༡ རྒྱ་དང་དངོས་པོ་ ལོ་ཐོག་ རྟོ་མོར་ སེམས་ཚན་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་ རང་དབང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མོར་གྱི་  
 རིགས། བདག་པོ་དེ་ལས་སྤང་བ་མེད་པར་ རང་སའི་ ཐག་གིས་བཅད་དེ་འབྲུ་བའམ་སྤྱོད་པ། རང་འདོད་  
 ཁོང་ཚང་ལ་བརྟེན་ཅིང་ བདག་འཇོན་དུ་ཉར་བ་བཅས་ནི་ གང་ཡང་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་པའི་གངས་སུ་ཡིན།
- ཕ ༢ བདག་པོ་སུ་ཡིན་མ་གྱུང་བའི་སེམས་ཚན་རེ་འབྱོར་པའམ། ཡང་ན་ དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཚན་གྱིས་ ལོ་ཐོག་དང་  
 ལྷ་འབྲོག་ལ་སོགས་པར་གཞོན་པ་བཀའ་ཚེ་ སེམས་ཚན་དེ་འབྱོར་ཉེ་ ཉེན་བདུན་ལས་མ་འགྲུངས་པར་ ས་  
 གནས་གྱི་ཁྲིམས་ཁང་ངམ། ཡང་ན་ འགན་ཚན་གྱི་ལག་དུ་སྤྱོད་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་རྒྱུ་པའི་གངས་སུ་  
 ཡིན།
- ཕ ༣ ལམ་བར་དུ་འམ་ ས་གནས་གང་དུ་འང་ བདག་པོ་མེད་པའི་རྒྱ་མོར་ཅི་དང་གང་རང་ཐོབ་རུང་། དེ་ཐོབ་སྟེ་ཉིན་  
 བདུན་ལས་མ་འགྲུངས་པར་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ དེ་ལྟར་ཐོབ་ལུགས་ལུ་དགོས། དེ་ལྟར་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ལུས་པ་ནས་  
 བདག་པོ་མ་ཐོན་བར་དུ་མཐོང་བ་པོས་ཟ་སྤྱོད་བྱེད་ཅོག། བདག་པོ་ཐོན་པ་ནས་ དངོས་པོ་བདག་པོར་ཐོབ།  
 དངོས་པོ་དེའི་ བཙུན་ལྷུང་གཅིག་མཐོང་བ་པོས་ཐོབ།
- ཕ ༤ ལམ་བར་དུ་འམ་ ས་གནས་གང་དུ་འང་ བདག་པོ་མེད་པའི་དགོགས་མཉམ་དང་ མདེའུ་ལ་སོགས་པ་ གོ་  
 ཚའི་རིགས་ཅི་དང་གང་རང་ཐོབ་རུང་། ཐོབ་མེད་དུ་ཁྲིམས་ཁང་ལ་སྐྱེལ་དགོས་མ་གཏོགས་ དེ་ནི་སྤྱོད་པ་  
 སོགས་མི་ཚོགས། ཐོབ་མི་ལ་གསོལ་རས་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བབས་ལྷོས་གྱིས་གནང་རྒྱ།

པ ༥ ཀླུ་མི་དེའམ་ ཡང་ན་ ཀླུ་པའི་རྒྱུ་མོར་ཟེན་ཕྱིར་དུ་ རྟོགས་ཐོན་ཆགས་པའི་མི་དེའམ། དེའི་ཁང་ཁྱིམ། ཡང་ན་ ཀླུ་པོ་དེས་གཞན་དུ་གཏམས་པའི་རྟོགས་ཐོན་གྱིས། མི་གཞན་གྱི་ཁང་ཁྱིམ་སོགས་ཀྱང་ རྟོགས་ཐོན་ལ་བརྟེན་ཅིང་ འཇིགས་བདག་ནས་གཡེང་སྟེ་བལྟ་ཆོག་མ་ཟད། ཡང་ན་ འཇིགས་ཁང་གི་ཆོག་ཐམས་པོ་པོ་ ཁྱིམ་ཏེ་བྱུང་ན། འགན་ཅན་གྱི་མི་དང་ ས་གནས་ཀྱི་རྗེ་སྤྱི་ དམངས་བཅས་པ་ གང་རུང་གིས་གཡེང་སྟེ་ བལྟ་བར་བྱུང་རུང་ དེ་ལ་ཉོགས་བཤད་མེད་པར་བལྟ་བཅུག་དགོས། གཡེང་སར་འཛོམས་དཔང་མི་གཉིས་སམ་ དེ་ལས་མང་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ཚུལ་བཞིན་བལྟ་བལ་ལེ། ཀླུ་པའི་རྒྱུ་མོར་ཐོན་རུང་ མ་ཐོན་རུང་ མི་ དཀར་ལ་ལྷ་ནག་སྤྱུབ་པའི་ཉེས་པ་མེད།

པ ༦ ཀླུ་དངོས་སེམས་ཅན་གང་ཡིན་ཟེང་། དེ་ནི་སྟོན་ཆད་སྟོར་རྒྱལ་ཤོར་བ་དེ་རང་ཡིན་འདུག་སྐྱེས་པའི་ སེམས་ རྟོགས་ཆགས་པ་བཞིན། དེ་ལྟར་སེམས་རྟོགས་ཆགས་པའི་ ཀླུ་མོར་དངོས་པོ་སེམས་ཅན་གང་ཞིག་ཟུར་ཅོམ་ དང་། ཡང་ན་དེ་དང་འབྲེལ་བཞིག་སྤྱུ་ལས་ཐོན་རུང་། སེམས་རྟོགས་ལ་བརྟེན་ཅིང་ འཇིགས་ཁང་ངམ་འགན་ ཅན། ཡང་ན་ སྟོན་ཆད་སྟོར་རྒྱལ་ཤོར་བ་པོ་དེ་ཉིད་བཅས་ཀྱིས། སེམས་རྟོགས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་མོར་ སྤྱི་ཚུང་ རྒྱུང་སྐབས་ ཀླུ་དེའི་འབྱུང་ཁུངས་རྣམས་ ཉོགས་བཤད་མེད་པར་ར་གསལ་ཁུངས་དག་བཤད་དགོས།

པ ༧ ཀླུ་དངོས་སེམས་ཅན་སོགས་གང་ཡིན་ཀྱང་། ཉོས་ཟིན་པ་ནས་སམ་སྟོང་པར་ཐོབ་ཟིན་པ་ནས། ཡང་ན་ བཙོམ་མ་ལེན་ཟིན་པ་ནས་ དེ་ནི་ གཞན་ལས་ཀླུ་པའི་རྒྱུ་མོར་ཞིག་མིན་ནམ་སྐྱེས་པའི་སེམས་དོན་འཆར་ བ། དེ་མོད་ལས་རྒྱུ་མོར་དེ་ཉིད་ འཇིགས་ཁང་དུ་སྟོན་ཏེ་ དེའི་བྱུང་ཁུངས་དང་བཅས་ མ་ཡིག་བཀོད་དགོས་ ཤིང་། དེ་ལྟར་འཇིགས་ཁང་དུ་སྟོན་ཅིང་ མ་ཡིག་བཀོད་ཟིན་པའི་རྒྱུ་མོར་སེམས་ཅན་སོགས་ནི་ ཕྱིས་སྤྱི་བཙོང་ བདང་ཟིན་པ་སོགས་ གང་རང་བྱེད་རུང་འཇིགས་ཁང་དུ་སྐྱང་བ་ཞུས་ཏེ་མ་གཏོགས་མི་ཆོག།

པ ༨ ཀླུ་པའི་རྒྱུ་ཆས་དང་སེམས་ཅན་པེ། སྤྱུང་མ་གང་ཞིག་ལས་ཉོས་པ་དང་ ཐོབ་པ་སོགས་ཡིན་རུང་ དེ་ནི་ ཀླུ་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་མོད་ལས་ རྒྱུ་ཆས་སེམས་ཅན་གང་ཡིན་དེ་སོཌ་ འཇིགས་ཁང་དུ་བཀའ་ཞིང་ དེ་ དག་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཐམས་ཅད་ ལ་གསལ་ལ་ལྷ་ཆོག་སྤུལ་དགོས།



- པ ༡༦ ཉེན་ཅན་གྱི་གོ་ཆ་ དཀྱོགས་མདའ་དང་མདེའུ་སོགས་མིན་པའི་རྒྱ་ཆས་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ དངོས་པོ་  
གཞན་གྱི་རིགས་རྒྱུ་ན། རྒྱུ་པའི་རྒྱ་དེ་ཉེད་རིན་ཐང་ལ་ཕབས་ཤིང་ རུབ་གཅིག་ལས་ལྡ་བརྒྱའི་བར་གྱི་  
ཉེས་བྱ་ལྷོང་གཅིག་ལས་ལོ་གཅིག་ཚུན་བཅོན་དུ། དེ་མཚུངས་རུབ་ལྡ་བརྒྱ་ནས་ཆིག་སྟོང་བར་གྱི་ཉེས་བྱ་བཅོན་  
དུ་ ལོ་གཅིག་ནས་ལོ་གཉིས་ཚུན། རུབ་ཆིག་སྟོང་ལས་ལྷག་སོང་བའི་རིགས་ལ་ ཉེས་བྱ་བཅོན་དུ་ལོ་གཉིས་  
ནས་ལོ་ལྔའི་བར་དང་ བུ་ཚ་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་མ་ལང་བའི་རིགས་ཀྱི་ཉེས་བྱ་ཉི་དེའི་ཕྱིད་ཀ་ལོ།
- པ ༡༧ ཉེན་ཅན་གྱི་གོ་ཆ་ དཀྱོགས་མདའ་དང་རྫས་མདེའུ་རྒྱུ་ན་ དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ལྷོང་གཉིས་ལས་ལོ་བདུན་གྱི་རིང་  
བཅོན་དུ།
- པ ༡༨ གཞུང་མདའ་དང་གཞུང་མདེའུ་རྒྱུ་ན་ དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ལྷོང་བཞི་ལས་ལོ་བཅུ་ཐམས་ཀྱི་རིང་བཅོན་དུ།
- པ ༡༩ གཞུང་གི་ཡི་གེ་གལ་ཅན་རྒྱུ་པའམ་ ཡི་གེ་ལ་ཕྱེས་ཏེ་བལྟ་ན། དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ ལོ་ལྔ་ལས་ལོ་བཅོ་ལྔ་ཚུན་བཅོན་  
དུ་དང་། དེ་མཚུངས་མི་སེར་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ གཞན་རྣམས་ལ་སྟོན་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ་ལྷོང་གསུམ་ནས་ལོ་ལྔ་  
ཚུན་བཅོན་དུ།

བྲིམས་གཞུང་  
 ལེན་བཅུ་བཞི་པའི་ དང་པོ་  
 འཕྲོག་བཅོམ་སྐོར།

- བ ༡ རོན་གནད་ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་ཡང་ དབང་བཅོང་གི་བསྐྱེད་པའི་སློབ་མཁུ་ གཞན་གྱི་རྒྱ་དངོས་སེམས་ཅན་སོགས་  
 གང་ཡང་འཕྲོག་མི་ཆོག། དེ་ལས་གལ་ན་ རོ་བོ་གང་ཡིན་ཁར་ དེ་དང་འབྲེལ་འབྲེལ་འཛིན་པ་དང་ བཅོམ་དུ་སྒྲུབ་  
 གཅིག་ལས་ལོ་ལྡུག་།
- བ ༢ གཞན་གྱི་རྒྱ་ལོར་འཕྲོག་འདོད་བསྐྱེད་དེ་ ལམ་དུ་བསྐྱུགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་སྡོད་གནས་སུ་སོང་བ། ཇེས་  
 འདེད་བགྲིས་པ་སོགས་བགྲིས་ཆེ། དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ ལོ་སྤྱིད་དང་གསུམ་བཅོམ་དུ།
- བ ༣ འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་པའི་སྐབས་ བྱེད་པོ་དེ་དག་ལ་ལག་ཆས་མཚོན་ཆའི་རིགས་ཡོད་ན། བྱེད་པོ་མི་རེ་ལ་ཉེས་བྱ་  
 ལོ་ལྡུག་ལས་ལོ་བཅུ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་དུ།
- བ ༤ ལག་ཆ་དང་བཅས་ཏེ་ འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་པའི་སྐབས་ བྱེད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ རྒྱའི་བདག་པོ་འམ་དེའི་མཉམ་  
 རོགས་རྣམས་ལ་བརྟུང་འཛོལ་དང་ མ་བཏོན་ཁྲག་བཏོན་བཅོས་ན། ལག་ཆས་དང་བཅས་ འཕྲོག་པའི་ཉེས་བྱ་  
 ལོ་ལྡུག་ས་བཅུ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་དུ་དང་འཕྲོག་པའི་རྒྱ་སྒྲུབ་ལོག། བརྟུང་འཛོལ་དང་ མ་ཁྲག་བཏོན་པ་ལ་  
 བཏོན་ཅིང་ བཅོམ་དུ་གོང་གི་ལ་སྐོར་ལོ་གསུམ་ནས་བདུན་བར་སྟེ། འཕྲོག་པའི་རྒྱ་དངོས་རོ་བོ་སྒྲུབ་ལོག་མ་  
 བྱུང་ན་ དེའི་ཉེས་པ་ཁྲིམས་དཔོན་ནས་བབས་ལྟོས་ཀྱིས་བྱ་རྒྱ།
- བ ༥ དེ་ལྟར་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་པའི་རིགས་ བྱེད་པོ་རྣམས་ལ་འཕྲོག་བཅོམ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱའི་སྤྱིང་དུ་ འཕྲོག་  
 བཅོམ་བྱས་པའི་རྒྱ་ལོར་གྱི་རིན་བབས་ནི་རྒྱ་གང་ཡིན་ དེའི་ཆེ་ཆུང་དང་བསྐྱེད་རྒྱ།

ཕ ༩ ལག་ཆས་དང་བཅས་ འཕྲོག་བཅོམ་དུ་འོང་མེད་སྟེང་དུ་ རྒྱུ་ལྡན་བདག་པོ་སོགས་ཀྱིས་ བརྒྱུང་འཛོལ་དང་མ་  
 རྒྱུ་བཏོན་པ་ མ་ཚད། འཛིང་པའི་སྐབས་སུ་ལག་ཐལ་གྱིས་ དབང་པོ་ལ་ཐོ་ཐོའ་པ་དང་ བསད་པ་སོགས་  
 བྱུང་ཡུང་ དེ་ལ་ཉེས་བྱ་མེད། ལག་ཆས་མེད་པར་འཕྲོག་བཅོམ་དུ་འོང་བ་རྣམས་ལ་ རྒྱུ་ལྡན་བདག་པོ་སོའ་གྱིས་  
 རྒྱུ་མ་ལག་དུ་མ་ཐེབས་པར་འཛིང་པའི་སྐབས་སུ་བརྒྱུང་འཛོལ་དང་ མ་བཏོན་ལྷག་བཏོན་བཅོམ་པ་བྱུང་ན་  
 དེ་ལ་ཉེས་བྱ་མེད།

ཕ ༡༠ རྒྱུ་ལྡན་པའམ་ འཕྲོག་བཅོམ་བཞིན་པའི་སྐོར་ལས་ བཅོམ་དུ་ཐེངས་གཅིག་ཚུད་པའི་ མི་རྣམས་ནི་གཞུང་གི་  
 གཞུང་ལྟར་བཞག་པའམ། གྲ་ཚང་སོ་སོའི་དགོས་ཤིང་གི་ གྲུ་ལྟར་བཅུ་པ་དང་བཞག་པ་སོགས་མི་ཚོ་གྲ། དེ་ལྟར་  
 བྱུང་མི་རིགས་ལ་གོ་ཚེ་ཚོགས་ཐམས་ཀྱི་སྐོར་ཡང་ གོ་ཚེ་འཆང་སྟོན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིད་ནང་ཁ་གསལ་ཡོད་པ་དེ་  
 བཞེན་བྱ།



ཁྲིམས་གཞུང་  
 ལེན་བཅོལ་པའི་དང་པོ་  
 མི་བསད་སྐོར།

- བ ༡-༡ འབྲུང་ཁམས་ནད་ཀྱི་ཐེབས་ཏེ་ ཤེ་བ་མིན་པའི་རིགས། འཆི་རྒྱུ་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཡང་ མཉམ་དུ་ཡོད་པའི་  
 རོགས་ལྷན་མས་ནས་ཆེ་འདས་དེ་ཉིད་ ཤེ་བའི་མོད་ལས། དེ་འཕྲལ་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སོང་ཞིང་ཁྲིམས་ཁང་གི་ཐོ་  
 ཡིག་ལ། འདས་པོ་དེ་ཉིད་འཆི་རྒྱུ་བྱུང་ལུགས་ཁགས་ལ་བཀོད་དེ་ཕུལ་དགོས།
- བ ༡-༢ འབྲུང་ཁམས་ནད་ཀྱི་ཐེབས་ཏེ་ འཆི་བ་མིན་པའི་རིགས། འཆི་རྒྱུ་ཇི་ལྟར་བྱུང་རུང་ ཁྲིམས་ཁང་ངམ་  
 རྫོང་བདག་ལས་སྐྱེད་བ་མེད་པར་ ཕུང་པོ་མེས་སྐྱེད་སྤྱི་མི་ཆོག།
- བ ༡-༣ སུའམ་གང་ཞིག་གིས་ གཞན་ཞིག་གི་བའི་མི་རོ་མཐོང་ཆོ། རོ་དེའི་རྩར་ཡོད་པའི་བཅའ་ཆས་སོགས་ མ་  
 དཀོགས་པར་བཞག་སྟེ་འཇམ། ཡང་ན་ བཅའ་ཆས་ཁྲེང་ཞིང་ འཕྲང་འཕྲང་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྟོན་པ་ནས་ དེ་  
 ཚུལ་སྟན་འབུལ་བྱ་དགོས།
- བ ༡-༤ བག་མེད་རྒྱུན་གྱིས་མི་བསད་བྱུང་བའི་རིགས། ལག་དམར་པ་དེ་ཉིད་ ཡུལ་མི་འགན་ཅན་ནམས་གྱིས་ཡིད་དེ་  
 ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྐྱེལ་དགོས།
- བ ༡-༥ མདའ་དང་དོས་སྐོར། སྤྱི་གཞི་ལ། སོག་སོག་མ་ལ་སོགས་པའི་རྩེད་མོ་བརྩེད་སྐབས་ འཐབ་འཇིང་ཤོར་ཏེ་  
 རྒྱུ་བ་མ་ཡིན་པར་ལག་པ་འཁྲུལ་ཏེ་ལོགས་རྒྱུན་གྱིས་ སུ་དང་སུ་རང་བསད་ཀྱང་། དེ་ནི་ བག་མེད་རྒྱུན་  
 གྱིས་བསད་པའི་གངས་སུ་ཡིན།

- བ ༡-༤      ལྷིམས་དོན་ བ༡-༤ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་གྱི་ མི་གསལ་དེ་གསལ། མཚོ་ཞིང་བསམ་ཞིང་བསལ་དཔལ་ཡིན་ལར་ དྲན་པ་གང་ཤར་བཀག་གཡེངས་སུ་བཏང་བའི་རྒྱུ་གྱིས་བསལ་དཔལ་མ་ཡིན་ཚེ། ལག་དམར་པ་དེ་ལས་ རོ་བསྐྱུ་རུབ་བཞི་བརྒྱ་དང་ ལྷོ་རོ་གཅིག་བཙོན་དུ། ཡང་ན་ བཙོན་འབྲུས་སུ་ཉིན་རེ་ལ་ རུབ་གསུམ་རེ་རྩེས་ པའི་ཆད་པ་ཕོགས། གོང་གི་རོ་བསྐྱུ་འདྲུལ་དེ་ འཕྲོན་ཁུངས་མེད་ཚེ། ཉིན་རེ་ལ་རུབ་གཉིས་རེ་རྩེས་ཏེ་ བཙོན་དུ་འཇུགས་རྒྱ།
- བ ༡-༥      ལྷིམས་དོན་ བ༡-༤ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་གྱི་ མི་བསལ་དཔའི་དེ་གསལ། མཚོ་ཞིང་ བསམ་ཞིང་ བསལ་དཔལ་ མ་ཡིན་རུང་། དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་ཀྱི་བྱ་བ་མ་བྱེད་པར་ དྲན་པ་གང་ཤར་བཀག་གཡེངས་སུ་བཏང་བའི་ བྱ་སྤྱོད་ ལས་བརྟེན་ཅིང་ བསལ་དཔལ་ཡིན་ཚེ། དྲན་པ་བཀག་གཡེངས་སུ་བཏང་བའི་རོ་བསྐྱུ་རུབ་དུག་བརྒྱ་དང་ཤི་མིའི་བྱིམ་ པ་ལ་རུབ་བཞི་བརྒྱ་སྟོག་རྒྱ། ལག་དམར་གྱི་ཉེས་བྱ་ལྷོ་རོ་གཅིག་ལས་ལོ་གསུམ་རིང་བཙོན་དུ། ཡང་ན་བཙོན་ གྱི་འབྲུས་སུ་ ཉིན་རེ་རུབ་གསུམ་རེ་རྩེས་པའི་ ཆད་པ་ཕོགས། གོང་གི་སྟོག་སྐལ་དང་ རོ་བསྐྱུ་བཙམ་ པའང་དཔུལ་འཕྲོན་ཁུངས་མེད་ཚེ། ཉིན་རེ་ལ་ རུབ་གཉིས་རེ་རྩེས་ཏེ་ བཙོན་དུ་འཇུགས་རྒྱ།
- བ ༡-༦      ལྷིམས་དོན་ བ༡-༤ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་གྱི་ མི་བསལ་དེ་གསལ། མཚོ་ཞིང་བསམ་ཞིང་ བསལ་དཔལ་མིན་ པའི་ ར་ཁུངས་དག་ཤོར་སྐྱོལ་རྒྱུ་ཡོད་རུང་། ཚོའངས་དེ་དང་ ལག་དམར་པ་གཉིས་ཀ་སྤར་ནས་མ་འགྲིགས་ པའམ། བར་དུ་འཁོན་ཚུད་པ་རེ་ཡོད་ཚེ། ལག་དམར་པ་དེ་ལ་ ཉེས་བྱ་ (ཤི་རྒྱུ་བྱུང་ལྟ་ དེས་པར་ འཁོན་མེད་ བག་མེད་དུ་སོང་འདུག་ཚེ། བ༡-༤ པ་དང་མཚུངས། དེ་མིན་) མཚོ་ཞིང་བསམ་ཞིང་ བསལ་ པའི་གངས་སུ་རྩེས།
- བ ༡-༧      མཚོ་ཞིང་བསམ་ཞིང་ བསལ་དཔལ་མ་ཡིན་རུང་ གཞན་གྱི་སྟོག་ལ་ཉེན་ལར་གྱུར་གཞི་ ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་ བགྱིས་པའི་ བྱ་བ་ལས་བརྟེན། འཚི་རྒྱུ་བྱུང་ན་ ལག་དམར་པ་དེ་ལ་ཉེས་བྱ་༡-༤ པ་དང་མཚུངས།
- བ ༡-༨      གོང་ལས་མི་དེ་ གསོད་རྒྱུ་ཡིན་སྟུང་པའི་ གསལ་སྐྱིགས་གང་ཡང་མེད་པ་ལ། རྟོག་མེད་དུ་གཏོང་བྱུག་ འཐབ་ འཇིང་ཤོར་ཏེ་བསལ་དཔའི་ཉེས་བྱ་ བཙོན་དུ་ལོ་བཅུ་ལས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཚུན།

- བ ༡-༡༡ མི་ཚུ་ལོ་དུ་གཟུ་ཡན་ཆད་པ་འང་ མི་བསད་གྱི་ཉེས་བྱ་ནི། མི་བསད་ལག་དམར་པ་གཞན་དང་མཚུངས། བྱ་  
ཚེ་ལོ་བཙོ་བརྒྱུད་མ་ལང་པའི་རིགས་ ལག་དམར་པ་ གཞན་གྱི་ཕྱི་ཀ་ལོ་གོ།
- བ ༡-༡༢ སོ་སའི་འཁོན་དང་འགྲིའ་མིན་ལས་བརྟེན་ཅིང་། མི་དམངས་ལྟན་ཅིག་ བསྐྱོམས་ཏེ་ མི་གཅིག་བསད་ན། ཆོ་  
འདས་དེ་ཉིད་གྱིས་ཚོལ་དང་མ་ཚོལ། ལག་དམར་པ་ཚོའི་སྤྲེང་དུ་ ལག་ཉེས་བཀའ་དང་མ་བཀའ་སོའི་ཇི་ལྟར་  
ཡང་། ལག་དམར་པ་ཚོ་ལ་ཉེས་བྱ་བཀའ་སྐབས། གྲོས་གྱི་གཙོ་དཔོན་བྱུང་དུ་ཐོན་ཆོ་ དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ཆོ་བཙོན་  
དང་། ལག་དམར་པ་འོ་བོ་རྣམས་ བཙོན་དུ་ལོ་ལྡོ་ལས་ཉེར་ལྡུག་། གཞན་དམངས་རྣམས་བཙོན་དུ་ལོ་བཙུ་  
ལས་བཙུ་གཉིས་ཏེ། བྱུང་དུ་གྲོས་དཔོན་མ་བཏོན་ཆོ་ ཆོ་བཙོན་དུ་འབྲུ་འབྲུ་ལོ་གོ།
- བ ༡-༡༣ རང་གི་བདེ་ཐབས་སྲུ་འམ་ རྒྱུ་ལོར་གྱི་དོན་དུ་ གཞན་ཡང་ སོ་སའི་འགྲིགས་མིན་གྱི་དོན་ལ་བརྟེན་ཏེ། མཚོ་  
ཞིང་བསམ་ཞིང་བསད་ན་ ལག་དམར་པ་དེ་ལ་ ཉེས་བྱ་ཆོ་བཙོན།
- བ ༡-༡༤ བྲིམས་འགའ་གྱི་མི་ངན་ཡིན་ཅུང་ དེ་དག་བཟུང་ཞིང་ལག་དུ་ཐེབས་ཚར་བའི་རྗེས་སྲུ་བསད་ན། བསད་མི་  
རྣམས་ལ་ཉེས་བྱ་ཆོ་བཙོན།
- བ ༡-༡༥ མི་དམངས་ལྟན་གཅིག་བསྐྱོམས་ཏེ་ མི་གཅིག་གསོད་པར་ཡོང་བའམ་ལག་ཆས་དང་བཙམ་ འཕྲོག་བཙོན་བྱེད་  
པར་འོང་བཙོན་གངས་ལས་རྒྱུའི་བདག་པོ་ནས་ རང་སྲོག་སྲོབ་ཕྱིར་བསད་ན་ཉེས་བྱ་མེད།
- བ ༡-༡༦ སྤར་ལས་མི་གཅིག་བསད་པའི་ལག་དམར་གྱིས་ སྤར་ཡང་མི་གཅིག་བསད་ན། བསད་ལུགས་བ་༡-༤ པའི་  
ནང་གསལ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ལག་དམར་པ་དེ་ཉིད་གཞུང་བྲིམས་ལོ་གོ།
- བ ༡-༡༧ བྱ་བ་ཐེངས་གཅིག་གི་ཐོག་དུ་ མི་གཅིག་ལས་ལྟན་སྤེ་བསད་ན། ཉེས་བྱ་གཞུང་བྲིམས་ལོ་གོ།

- བ ༡-༡༤ མི་བསད་སྐབས་ བསད་ལུགས་བ་༡-༤ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་ གཞན་མི་བསད་ཀྱི་  
 རིགས་གང་ལའང་ཚེ་འདས་དེ་ལས་ ལག་དམར་པའི་ཁོངས་སུ་སྐལ་བའམ་བུ་ལོན་གང་རང་སྤོང་རྒྱ་ཡོད་ཅུང་།  
 དེ་སོགས་ཅི་ཡང་སྤོང་མི་དགོས།
- བ ༡-༡༥ ཚེ་འདས་དེའི་ཁོངས་སུ་ ལག་དམར་པ་དེ་ལ་ སྤོང་རྒྱ་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་ ཚེ་འདས་ཀྱི་ལུལ་འཛིན་ཐོབ་  
 ལམ་ཅན་སུ་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཚང་སྤྱི་གས་སྤོང་དགོས།
- བ ༡-༢༠ ལྷོ་བོའ་སློག་ཐབས་ ( ངན ) ཟེར་བ་དེ་ ལག་ལེན་བྱ་མི་ཚོག་ཅིང་ ངན་གྱི་ལག་ཆས་སོགས་ དཔེ་  
 ཆའང་འཆང་མི་ཚོག་། དེ་ལས་གལ་ན་ མི་བསད་ལག་དམར་པའི་གངས་སུ་བཅི་རྒྱ་བཞིན་ཉེས་བྱ་བ་༡-༡༢  
 པ་དང་མཚུངས་པའི་ཁར། ལོ་དང་མིང་ཡིག་གིས་ཉེ་ ལྷའི་ཞབས་འོག་ཏུ་བཅོལ་བ་དང་ ལོ་དང་མིང་ཡིག་  
 གིས་ཉེ་ ཚོགས་འདེའི་འཇུས་ལ་སྤུལ་བ། མནན་པ་རྒྱབ་པ་སོགས་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས།
- བ ༡-༢༡ སྐར་དུག་བྱ་བ་སྟེ་མི་བསད་རྒྱ་དེའང་ སྐར་དུག་འཆང་བ་དང་ལག་ལེན་བྱ་བ་སོགས་ཡེན་མི་ཚོག་། དེ་  
 ལས་གལ་ཉེ་འཆང་བ་དང་ཉོ་བ། བཟའ་བཏུང་ལ་བྱ་བ་སོགས་གང་ཡང་ར་ཁུངས་གསལ་ཤོར་བྱུང་ན་བ་༡-  
 ༡༢ པའི་གངས་སུ་ལོ།

འཇིགས་པ་གཞུང་  
 ལེའུ་བཅུ་དྲུག་པའི་ དང་པོ་  
 འཇིགས་པ་གཞུང་གི་འགན་ཁུར་གྱི་འགན་ཁུར་གྱི་འགན་ཁུར་།

- མ ༡-༡ སུའམ་གང་ཞིག་གིས་ གཞན་དག་འཇིགས་པ་གཞུང་གི་འགན་ཁུར་ ཅི་དང་གང་རང་གྱེད་ས་མཐོང་རུང་། དེ་མོད་དུ་ ས་གནས་ཀྱི་འཇིགས་པ་ཁང་ལ། ཉེ་འདབས་སུ་ གཞུང་གི་འགན་ཁུར་ཅན་སུ་ཡོད་དེ་ལ་བཟོད་དགོས།
- མ ༡-༢ འཇིགས་པ་གཞུང་གི་འགན་ཁུར་པའི་མི་འདྲ་ཡིན་པ་དོ་ཤེས་ན། དེ་ཚོ་རང་གི་འཇིགས་པ་ལོང་བའམ་ཡུལ་གྲོང་དུ་ཐོན་ཆེ། དེ་མོད་ལས་བཟུང་སྟེ་ འཇིགས་པ་ཁང་དུ་ཕྱིན་འབུལ་བྱ་དགོས། དེ་ལྟར་བཟུང་མ་ཐུབ་ཆེ་ ས་གནས་ཀྱི་འཇིགས་པ་ཁང་ལ་ རང་གི་ཉེ་འདབས་སུ་གཞུང་གི་འགན་ཁུར་ཅན་སུ་ཡིན་དེ་ལ་བཟོད་དགོས།
- མ ༡-༣ འཇིགས་པ་གཞུང་གི་མི་འདྲ་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་ དེ་ལས་ནང་སུག་གམ་ལྟོག་བརྟུང་ལེན་ཏེ་ སྤྲོད་པ་བྱེད་ཅིང་ བཞག་པ་སོགས། མདོར་ན་འཇིགས་པ་གཞུང་གི་མི་ལ་ སྒྲོ་རམ་བཞིན་པ་ལ་ཉེས་བྱ་ནི། འཇིགས་པ་གཞུང་གི་འགན་ཁུར་ ཉེད་ལ་ ཇི་ལྟོགས་ཀྱི་ཕྱི་ལ་ཉེས་པ་ལོ་ཚུར།
- མ ༡-༤ འཇིགས་པ་གཞུང་གི་མི་འདྲ་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་ དེ་ལ་གོ་ཆ་སྤོང་པའམ་བཙོང་ན་ སྤོང་པ་པོ་དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ཆེ་བཙོན།
- མ ༡-༥ རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུ་ འཇིགས་པ་གཞུང་གི་འགན་ཁུར་ཏེ་ ཕྱི་ཕྱོགས་སུ་འབྱུང་ཏེ་སྤོང་མི་ལ། ཟ་བུ་དང་ ལྷོ་གོས་ དུལ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེལ་ན། དེའི་གྲས་སུ་གཏོགས་པའི་རྣམས་ལ་ཐམས་ཅད་ལ་ འཇིགས་པ་གཞུང་གི་གཏེ་པོ་ རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཕྱོགས་སུ་འབྱུང་མི་དེ་ལ་ ཉེས་བྱ་ཇི་ལྟོགས་དེ་རང་ཉེད་པོར་ཉེ་རྒྱ།
- མ ༡-༦ འཇིགས་པ་གཞུང་གི་མི་འདྲ་བཟུང་སྐབས་སུ། མི་འདྲ་དེ་ཡིས་དོ་སྐོལ་བྱས་པའམ་ སྐོས་ཐབས་བྱེད་པ་སོའུ་བྱ་ཆེ། མི་འདྲ་དེ་དག་ཐལ་ཤོར་མེད་པར་བཟུང་ཐབས་ལ་བརྟེན་ མི་འདྲ་དེ་དག་གི་སྤེད་དུ་བཟུང་བའི་ས་མཚོན་ཆ་རྒྱུ་ ཚོགས་སྟེ། མི་གཞན་གྱི་སྤོང་དང་རྒྱུ་ལ་གཞོན་པའི་བྱ་བ་གང་ཡང་མི་ཚོགས།

མ ༡-༢) གྲིམས་གཤམ་གྱི་མི་ངན་བབྱང་ཚར་རྗེས། དེ་ཚེས་མ་བབྱང་གོང་དུ་རོ་ཚོལ་བྱས་དང་མ་བྱེད། བྲོས་ཐབས་བྱས་  
དང་མ་བྱེད་ཅེས་ཇི་ལྟར་ཡང་། བབྱང་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ མི་ངན་དེ་དག་གྲིམས་ཁང་དུ་སྐྱེལ་རྒྱུ་མ་གཏོགས།  
བརྟུང་རྗེས་བྱེད་པའམ་ མཚོན་ཆ་རྒྱབ་པ་སོགས་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གཤམ་ན་ཉེས་བྱ་རྩུབ་ལྔ་བརྟུང་ལས་ཆིག་སྟོང་  
བར་ཕོགས།

མ ༡-༤) གྲིམས་གཤམ་གྱི་མི་ངན་དེ་དག་ བབྱང་བྱབ་དང་མ་བྱབ་ ཇི་ལྟར་ཡང་ བབྱང་བཤོས་ དེ་མདོ་དུ་གྲིམས་ཁང་  
དུ་སོང་སྟེ། བརྟུང་རྗེས་དང་ མཚོན་ཆ་རྒྱབ་དང་མ་རྒྱབ་སྟོར་གྱི་ཞུ་བ་ཁགསལ་འབྲུལ་དགོས།

ཁྲིམས་གཞུང་  
 ལེའུ་བཙུ་བདུན་པའི་ དང་པོ་  
 རང་ལྗོངས་རྒྱལ་ཁབ་ངོ་ལོག་གཞོན་སེམས་  
 དང་དག་རུབ་སྐོར།

- ཙ ༡-༡ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ། འབྲུག་རྒྱལ་པོ། འབྲུག་གཞུང་བཙམ་ དེ་གསུམ་ནི་ འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོ་ཡིན།
- ཙ ༡-༢ སོ་སོར་ལེ་རྒྱུད་ཡོད་མེད། རོན་གནད་ཅི་དང་གང་གི་སྐོར་སོགས་ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་ཡང་། ཁྲིམས་དོན་ (ཨོ) རང་གསལ་གྱི་ མི་རིགས་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་ སྤུས་ཀྱང་ བོད་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ཙ་༡ པའི་ནང་ གསལ་གྱི་ འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོ་ལའམ། ཡང་ན་ འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོའི་གྲངས་ལས་ སུ་ཞིག་ལའང་ གཞོན་ཐབས་གྱིས་ གནད་འགག་ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་བརྩམས་པ་དང་། གཞོན་རྒྱུགས་དང་མ་རྒྱུགས་བཙམ་རྣམས་ གང་ལྟར་ཡང་། གཤམ་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ཙ་༡-༣ པ་ནས་ཙ་༡-༡༠ རྩོམ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ལྟར་ བྱས་པའམ་ རྩེད་ཐབས་བྱ་ཆེ། དེ་ནི་ངོ་ལོག་པའི་གྲངས་སུ་ཡིན་བསྟུན་ དེ་ལྟར་བྱེད་པ་པོ་དེའམ་དེ་ རྣམས་ལ་གཤམ་ གསལ་ ཁྲིམས་དོན་ཙ་༡-༡༡ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་གྱི་ངོ་ལོག་པའི་ཉེས་བྱ་པོ་གས།
- ཙ ༡-༣ འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོར་རམ། རྩ་བ་གསུམ་པོའི་གྲངས་ལས་སུ་ཞིག་ལའང་ ཆེ་སྲོག་ལ་གཞོན་པའམ། གཞོན་ཐབས་བྱེད་པ། ལུས་དང་དབང་པོ་སྐྱོ་ལྡེལ་ གཞོན་པའམ། གཞོན་ཐབས་བྱེད་པ།
- ཙ ༡-༤ འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོར་རམ། རྩ་བ་གསུམ་པོའི་གྲངས་ལས་སུ་ཞིག་ལ། བོ་མཚོན་ཡོད་མེད་ཇི་ལྟར་ཡང་ ངོ་རྒོལ་བྱས་པ།
- ཙ ༡-༥ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་འཁོད་དུའམ། ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་དུ་འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོར་རམ། རྩ་བ་གསུམ་པོའི་ གྲངས་ལས་སུ་ཞིག་དམའ་ཕབ་པའམ། དམའ་ ཕབ་ཐབས་བྱས་པ།
- ཙ ༡-༦ འབྲུག་དང་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བར་དུ་ ལུང་དགོགས་བཅོ་བའམ། བཅོ་ཐབས་བྱས་པ།

ཙ ༡-༡) འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོར་རམ། རྩ་བ་གསུམ་པོའི་གངས་ལས་སྤྱི་ཞིག་ལ་གཞོན་ཐབས་སྤྱ། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་  
ནང་གི་མི་དགོན་པའམ་ དགོན་པའམ་ཐབས་བྱས་པ། ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་དགོན་པའམ། དགོན་པའམ་ཐབས་བྱས་  
པ།

ཙ ༡-༢) འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོར་རམ། རྩ་བ་གསུམ་པོའི་གངས་ལས་སྤྱི་ཞིག་ལ་ གཞོན་གལ་ཡོད་པའི་ཡི་གེའམ།  
ཡང་ན་ལོ་རྒྱུས་བཅས་ རོན་གནད་ཅི་དང་གང་གི་སྐོར་ཡང་། རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀ་གང་རུང་ལ་ལབ་  
པའམ་ ཡི་གེ་སྐྱེལ་བ། ཡང་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་ མི་སེར་སོགས་གཏམ་དང་ལོ་རྒྱུས་ལབ་མ་བཟུབ་  
པའི་མི་ལ་ལབ་པའམ་ཡི་གེ་སྐྱེལ་བ།

ཙ ༡-༣) འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོར་རམ། རྩ་བ་གསུམ་པོའི་གངས་ལས་སྤྱི་ཞིག་ལ་ རོ་ལོག་བྱ་མེད་པའམ་དག་ལྷུང་ན།  
དག་པའམ་རོ་ལོག་པ་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ། དེ་རྣམས་ལ་གོ་མཚོན་གྱི་རིགས་ཅི་དང་གང་ཡང་བཙོང་བ་དང་  
སྤོང་པར་བྱིན་པ་སྤོང་པ་ གཡར་པོ་སྤོང་པ་ ལམ་སྤོན་པ། གསང་གཏམ་ལབ་པ་ ལྷོ་རྒྱུགས་སྐྱེལ་བ་ལ་  
སོགས་པ་ཐ་ན་རོ་ལོག་པའམ་ དག་ལ་རྒྱ་སྤྱངས་སོགས་ཕན་ཐབས་ཅི་དང་ གང་གིས་རོ་ལོག་པ་སྤོང་པ་བྱས་  
པ།

ཙ ༡-༤) འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་པོར་རམ། རྩ་བ་གསུམ་པོའི་གངས་ལས་ སྤྱི་ལའང་གཞོན་ཐབས་ཀྱི་གོས་བསྟན་བྱེད་  
སར་གོ་བ། ཡང་ན་མཐོང་བ་ རོ་ལོག་པ་དེ་ཡིན་ཟེར་བ་རོ་ཤེས་པ་བཅས་དེ་མདོ་ལས་གཞུང་ལ་ དེ་རྒྱུ་གྱི་  
སྟན་སྟོན་མ་ལུ་བར་ སྤྱི་གསང་གིས་བཞག་པ།

ཙ ༡-༥) གོང་གསལ་མིམས་དོན་ ཙ༡-༣ པ་ནས་ ཙ༡-༤ པ་རྒྱུན་གྱི་ནང་གསལ་ལྟར་ བྱེད་མཁན་རྣམས་དང་  
བྱ་ཐབས་སྐྱོགས་མི་བཅས་པ་བྱེད་པ་པོ་དེའམ། དམངས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ རོ་ལོག་པ་ཡིན་བསྟན་རོ་ལོག་པའི་  
ཉེས་བྱ།



། དེ་ཡང་ ལ་བཞི་ལྟོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཙན་དན་བཀོད་པའི་ཞིང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ལ་  
 མངའ་བདག་མི་དབང་རྒྱལ་པོ་མ་གཏོགས་གཞན་སྐྱེ་འགྲོ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་སོགས་ མཚོགས་མཉམ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་ནས་ཁྲིམས་དོན་སྤངས་སྤངས་རྒྱལ་བཞིན་བྱ་དགོས་པ་ནི་གཞིར་བཅས། སྤུས་ཀྱང་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་  
 གཞུང་དེ་ཉིད་ བཞིགས་པ་དང་བཅོས་པ་ ཁྲིམས་གཞུང་ལས་གཤམ་བ་ མི་མཐུན་པ་བཅས་པའི་བྱ་བ་ནས་མི་  
 ཚོགས་བཞིན་ ཅི་ཡང་ཁྲིམས་གཞུང་ཆེན་མོར་བསྟན་དགོས་པ་ནི་ ལ་བཞི་ལྟོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྐྱེ་འགྲོ་མཐུན་མོང་  
 བསུམ་སྤངས་གྲུབ་པའོ། ལ་བཞི་ལྟོའི་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་ བསྟན་པའི་སྲོག་ཤིང་ངམ་ སྐྱེ་འགྲོའི་གཙུག་རྒྱུན་གྱི་  
 ཏོག་ལྟར་ བསྟན་ཤིང་མཚོན་པའི་ལོར་བུ་ནི་ མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་གཅིག་ལུ་ཡིན་མོད་ཀྱིས་ དེའི་ཕྱིན་ལས་  
 ཀྱི་མཛད་སྒོ་ཅི་རིགས་ལ་ དགོངས་པའི་འཆར་སྣང་ཇི་བཞིན་ ཇི་ལྟོའི་རྒྱལ་དུ་མཛད་ཀྱང་ མི་རུང་བ་དང་མི་  
 ཚོགས་ མི་འོས་པ་སོགས་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་པས་ ཁྲིམས་གཞུང་དེ་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ མངའ་  
 བདག་ཆེན་པོའི་དགོངས་པའི་འཆར་སྣང་ཉལ་གཅིག་ ཅུ་བར་བསྟེན་པ་ལས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་གཤིས། མངའ་  
 བདག་ཆེན་པོས་ནི་ ཁྲིམས་གཞུང་འདི་ཉིད་བཞིགས་པའམ་བཅོས་པར་ཡང་ཚོགས་སྤྲེ། ཁྲིམས་གཞུང་འདི་དོན་  
 ལས་གཤམ་བ་ལྟ་བུའམ་མི་མཐུན་པ་ལྟ་བུའི་མཛད་སྒོ་ གང་ཐད་ནས་བྱུང་རུང་ དེ་ཡང་དགོངས་པའི་འོས་སུ་  
 བབས་པའི་མཛད་སྟོན་ཡིན་མོད་ཀྱིས་ མི་ཚོགས་འམ་མི་རུང་བ་མེད་པའི་ཁར་ མདོར་ན་མངའ་བདག་ཆེན་  
 པོའི་དགོངས་པར་ ཅི་འཕྲུངས་མཛད་ཚོགས་ཡིན་པ་བཅས་དགོའོ།།

།

ཞེས་སྒྲིབ་དུ་འང་ ཉེན་འབྱུང་དགོ་བའི་ཟེགས་མས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱན་ཕྱིར་སློན་པ་ནི། ཚེས་དབྱིངས་ འོད་གསལ་  
 འདུས་མ་བྱས་པའི་ངང་། །བདེ་ཆེན་འགྱུར་མེད་གསང་བའི་ཚོའི་འཕྲུལ་གྱིས། །མཐའ་ཡས་འགྲོ་སློབ་འཇིག་  
 ཉེན་གསུམ་གྱི་དཔལ། །མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་བསྐྱལ་བརྒྱུར་ཞབས་བརྟན་གསོལ། །མཛད་བྱུང་ལྷིམས་གཞུང་  
 འདོད་དོན་ཀྱན་གསལ་འདིའི། །རིང་ལུགས་ཅི་མེད་ཉེན་འབྱེད་མཁའ་ལ་ཤར། །ཆབ་འབངས་མ་ལུས་སློབ་ཤིག་  
 མེད་ཏོག་རྒྱས། །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། །བདེ་སྦྱིད་ལུན་ཚོགས་བྱུང་གནས་མཚོག་  
 གསུམ་ལྟས། །རྣམ་ཀྱན་གཡེལ་མེད་སྲུང་ཞིང་སྦྱོང་བའི་མཐུས། །ཅན་དན་ལྗོངས་འདིའི་བདེ་ལེགས་དགྲུང་དུ་  
 འཕེལ། །མི་མཐུན་གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག། །།

\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*