

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

(འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ)

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

༡༡། ། ཀུན་མཁུན་ཡེ་ཤེས་ཉི་མའི་གཉེན་མཚོག་དང་། ཀུན་གསལ་ཇི་མེད་རབ་འབྲུམས་འདུས་མ་བྱས། ཀུན་ནས་འཕགས་ཚོགས་རྒྱ་སྐར་རྣམ་བཟ་བ། ཀུན་ཏུ་མཚོག་གསུམ་དམ་པའི་ལྷ་ལ་འདུད། བསྟན་སྲུང་དམ་ཙན་རྒྱ་མཚོ་ཚོགས་པའི་སྡེས། བསྟན་དག་ཚར་གཅོད་བགྲིས་གཡང་ཆར་འབེབས། བསྟན་འཛིན་སྡེས་བྱའི་སྐྱེ་སྡེས་པ་དང་། བསྟན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་མངའ་བའ་རྒྱལ་པར་གསོལ། གསང་བདག་སྐྱེ་འཕུལ་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེས། གཞན་པར་བྱང་ཚུབ་བྱུགས་ཀྱིས་ལུགས་གཉིས་འབྲེན། གཡོ་དང་ཕྱོགས་རིས་རབ་བྲལ་བྱངས་པའི་ཁྲིམས། འདི་མཇོད་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་མཇོད་པའི་ཁྲིམས་ཡིག་ཆེན་མོ་མཆིས་ནའང་ དེ་ལ་སྒྲགས་འདོར་ཕྱ་ཞིབ་དམིགས་བསལ་དུ་གསུངས་པ་མེད་པར་བཏེན་སྟེགས་མཐའི་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་རང་གཞན་དུ་སྤང་བའོད་ནམས་ཀྱིས་མ་འཁྲོངས་པར་ བཟང་པོའི་སེམས་རྒྱུད་དང་ལྡན་པ་ལོན་ཏུ་དཀའ་བ་ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆགས་སྤང་ཕྱོགས་རིས་ཀྱི་དབང་དུ་སྦྱང་ཞིང་ ཅི་ཞིག་གང་ལའང་ དྲངས་པའི་ཚང་ཐིག་ལ་ དབབ་པར་མ་གྱུར་གཤིས། སྐྱེ་འགྲོའི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་ཉི་མ་ལུབ་ལ་ཉེ་ཞིང་ ཀུན་ཀྱང་ཡིད་ལྷུགས་སྐྱུག་བསྡུ་ཆེ་བའི་རང་བཞིན་དུ་བྱུག་པ་ལ། མངའ་བདག་མའི་དབང་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་ཚོམ་རོལ་ཚོས་སྲིད་དང་རྒྱལ་སྲིད་ཀྱི་བསྟན་པ་གཅིག་ཏུ་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་བའི་ མངའ་བདག་རིགས་བརྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གསུམ་པ་ ཚོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་དཔལ་༡། འཛིགས་མེད་དོ་རྗེ་དབང་ཕྱག་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་སྐྱེས་སྲིད་རྗེས་མི་བཟོད་པའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སློན་ནས་ སྐྱེ་རྒྱུད་མཐའ་དག་སྤངས་འདོར་གྱི་གནས་ལ་མི་ཚོངས་ཤིང་ བྱ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ལ་འཇུག་སློབ་དེ་བམ་ཚད་ ཐམས་ཅད་ཀུན་ཀྱང་དྲངས་པའི་ཚངས་ཐིག་ལ་བསྟེན་པས་གཡོ་སྐྱུར་དང་ ཉེ་རིང་ཕྱོགས་སྤུང་ལ་སོང་པའི་ ལྷུག་བསྡུལ་སྐྱེ་ཙན་མི་སྲོང་བར་ བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་བསྟན་པ་ དགུང་དུ་བསྟེགས་པར་འགྱུར་པའི་དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེར་བཞེད་དེ་ བྱུགས་ཀྱི་ངལ་བ་དང་ མཇོད་དཀའི་གཞི་ལ་མ་གཟིགས་པར་བསྟེན་པ་དང་ སེམས་ཙན་གྱི་དོན་ལ་དཅེས་སུ་གནང་སྟེ་ངན་འདོར་བཟང་དབྱུངས་ཀྱི་སློན་ནས་ བསྟན་སྲིད་ཀྱི་བྱུས་ལ་མི་ཚོངས་པའི་ཕན་དོན་ཚོམས་བྱུགས་ལ་ཅི་འཆར་ཐོལ་བྱུང་དུ་བཀོད་པའི་ ཁྲིམས་ཡིག་ཟིན་ཏེ་གཞིག་མཇོད་ཅིང་ རྗོང་ཁག་སོ་སོའི་དཔོན་ཁག་ཡོངས་ལ་འདྲ་རེ་སྟེལ་ཏེ་ ལུས་དག་མཆན་སྟེབས་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་ལའང་ སོ་སོ་ལོ་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་སྣ་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།། །།

(ཁྲིམས་གཞུང་)

ཨོཾ། འབྲུག་གི་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་མ་གོད་གསུམ་ 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་ལྡོག་ཆེ་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་གོད་གསུམ་ གཞན་སྤྲོད་སྤྲོས་ཀྱང་ ཉེས་ཁྲིམས་ཡར་སེང་མར་ཕབ་བཅོམ་ ཁྲིམས་ ཡིག་བཅོས་པ་ གསར་བཀོད་བྱས་པ་ སྤིང་པ་བཏོན་པ་ ཡར་སྤོམ་སྤོམ་བྱས་པ་སོགས་བྱ་མི་ཚོགས།

ཨུུཾ། མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལས་ བཀག་དོམ་གནང་བའམ་ ཚོད་རྒྱུ་གནང་བ་ ཚོགས་དང་མི་ཚོགས་གི་བཀའ་རྒྱ་ བབས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་གནང་བའི་རིགས་སོགས་གང་ཡང་མི་དམངས་ལ་ རྗོང་ལག་ལ་ ཡིལ་གྲོང་དམངས་ལ་སྐྱེར་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་སྤྲོད་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་རྩ་འབྲོག་རྒྱ་ཤིང་ རི་བཙས་དབང་ཞིང་ རྫོང་ལུགས་ལོ་ཐོག་དང་ རྒྱུ་ཡུར་གྱི་སྐོར་ རང་དབང་གི་ས་ལས་རྒྱ་དངོས་ཐོན་རིགས་གྱི་སྐོར།
- ཀ ༢ ཞིང་ས་དང་ རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་བཙས་ས་ཆའི་རིགས་ བཤོམ་བྱུང་དང་ཐོག་རྒྱབ་ རྩ་རིན་རྒྱ་རིན་སོགས་ལེན་རྒྱུའི་ཚེད་ ཅུ་ གཞན་ལ་སློད་ལེན་བྱ་བྱེད་གྱི་སྐོར།
- ཀ ༣ སེམས་ཅན་བདག་སྐྱོང་དང་ཐོག་རིན་སྐོར།
- ཀ ༤ ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་བཙས་རྣམས་ཉོ་འཛོལ་འཐབ་ལེན་གྱི་སྐོར།
- ཀ ༥ ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་བཙས་རྣམས་ བུ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་བཅུག་བཏོན་གྱི་སྐོར།
- ཀ ༦ ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་བཙས་རྣམས་སྐལ་བ་བཤོ་ཤག་ ལྷོ་ཞིང་བཙས་གྱི་སྐོར།
- ཀ ༧ ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་ཁང་ཁྱིམ་བཙས་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་ཤུལ་དུ་ཞིང་ས་དང་རྩ་འབྲོག་ རྒྱ་ཤིང་ ཁང་ཁྱིམ་བཙས་ཐོབ་ལམ་སྐོར།
- ཀ ༡༠ རྩ་སྟོང་ས་ཆའི་སྐོར་དང་ རྩ་སྟོང་ལྷལ་ཚབ་ལ་འཇུལ་ལུགས།

- ཀ ༡༡ ས་འོག་ལས་གསེར་ དངུལ། ཟངས་ལྷགས། རག། ལྷ་མི། རྫོ་མེ་ལོང་ལ་སོགས་པས་དཙུག་གཏེར་ཁ་ཐོན་རིགས་ཀྱི་
སྐོར།
- ཀ ༡༢ ས་ཆ་གཞུང་བཞེས་དང་ ཕྱི་མིར་ས་ཆ་མི་སྲོད་ཅིང་ མི་ཁྲུངས་ལྡོག་ལུགས་ཀྱི་སྐོར།
- ཁ ༡ གཉེན་སྲོར་བཟའ་ཚང་བསྐོམས་ལུགས་དང་ དེ་ལ་ངེས་ཐམས་དགོས་ལྟ།
- ཁ ༢ བཟའ་ཚང་ཉེས་འཁྲུལ་ལ་བརྟེན་པའི་དགའ་བའི་ཐོབ་ལམ་སྐོར།
- 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་སྐོར།
- ཁ ༥ རྩོ་ལུག་ཡ་བྲལ་སྐབས་བགོ་གསལ་ཐོབ་ལམ།
- ཁ ༦ བྱད་མེད་དབང་ཤེད་གྱིས་སྲོད་པ་དང་ མ་སྐྱེན་པ་སྲོད་པ།
- ཁ ༧ རྣང་མི་ཁྲིམ་ལས་རྩུར་དུ་འགྲེད་སྐབས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་སྐོར།
- ག ༡ ཚེ་ལས་འདས་པའི་ལུག་གྱི་ཐོབ་ལམ་སྐོར།
- ག ༢ རྩོ་ལོར་སེམས་ཅན་བཙུག་མར་གཏམས་ལུགས་དང་ བདག་འཛིན་ཉར་ལུགས།
- ང ༡ རྩོ་ལོར་སེམས་ཅན་གཡར་པོར་སྲོད་ལེན་སྐོར།

ཅ ༡ བུ་ལོན་དཀོང་ལུགས་སྐོར།

ཅ ༢ བུ་ལོན་ལ་གཏའ་མ་བཅུ་གས་ལེན་སྐོར།

ཅ ༣ བུ་ལོན་ལ་སྐྱེས་ཚུལ་འཐབ་ལུགས་སྐོར།

ཅ 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་སྒྲོད་སྐོར།

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

ཉ ༡ ཁྱིའི་ལ་འཇུག་བྱེད་སྐོར།

ཉ ༢ ཆབ་ལ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་སྐོར།

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

མ ༢ ཐེབས་རྩ་ལོ་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་ཚེག་དང་མི་ཚོགས་ལས་ ཉེས་ཆད་བཀའ་ཚེག་དང་མི་ཚོགས་སྟོན།

ད ༢ བྱིམ་ས་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 བྱིམ་ས་འགལ་གྱི་བྱ་བེད་དང་ དེའི་ཁོངས་གཏོགས་སྟོན།

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

བཞུགས་ལུ་བ་:-

བྱིམ་ས་གཞུང་ཀུན་གསལ་ (ཀ) ལས་ (ཆ) ཚུན་ལོགས་སུ་གསར་བཅུམས་གནང་ཡོད་པ་ལས་ བྱིམ་ས་གཞུང་ཆེན་མོར་
གཞིགས་མི་དགོས་རུང་ འདི་ནང་ཀུན་གསལ་ (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་བརྒྱད་དང་མོ་ལོ་བཙུ་དུག་མ་ལོན་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་ ཐིམ་ལ་སྒྲོན་བྱས་པ་སོའ་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་བཙུག་པའི་གན་རྒྱ་ལ་ ལྷིམས་ཁང་ནས་བརྩིས་འཛོག་མི་བྱ།
- ཅ ༡-༧ གན་རྒྱ་བཟུག་སྒྲོན་ཤོར་བ་སོགས་བྱུང་ན་ སྤར་བསྐྱེན་འགྲུལ་བཏང་སྐབས་ཀྱི་ འཛོམས་དཔང་ཁུངས་དགམི་
 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་གི་གསལ་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་ལོན་ལ་གཏའ་མར་བཅུ་གསལ་ལེན་སྐོར།

- ཅ ༢-༡ འབྲུག་གི་མི་ཙུ་མིན་པའི་རིགས་ལས་བུ་ལོན་བསྐྱེན་ བུ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་ཁང་ཁྱིམ་དང་ ཞིང་སལ་ལ་སོགས་
 པ་བཅུ་ལ་མི་ཚོ་གྲུ་ དེ་སྐོར་ལྷིམས་དོན་(༧) ༡༢ པའི་ནང་གསལ།
- ཅ ༢-༢ བུ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་བཅུ་གསལ་རིགས་ རྗེས་སུ་གཏའ་མར་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་ཚེ་གམེད་པའི་གན་རྒྱ་བཅོ་མི་ཚོ་གྲུ།
- ཅ ༢-༣ བུ་ལོན་གཏའ་མར་ལ་ རང་ཉིད་སྤོད་གནས་གྱི་ཁང་ཁྱིམ་ངོ་མ་དང་ ཁྱིམ་དེའི་ས་གཞི་ངོ་མ་ ཟུར་ཁྱིམ་ བ་
 ཁྱིམ་ ཚོང་ཁྱིམ་ གྲང་ཁྱིམ་བཅས་རྣམས་སྤོད་ལེན་བྱ་ཚོ་གྲུ།
- ཅ ༢-༤ ཟུར་ཁྱིམ་ ཚོང་ཁང་ ཞིང་སལ་ལ་སོགས་པ་ གཏའ་མར་བཅུ་གསལ་རིགས་ དེའི་བབས་ཁུངས་ཇི་ཡོད། ཡང་
 བབས་ཁུངས་དེ་སོགས་ བུ་ལོན་ལས་ཕབ་ཆག་བྱ་དོགས་པའི་ ལོ་ངོ་ཞག་ལྷན་དེ་ཙམ་བུ་ལོན་ཐོག་ལས་བཅད་
 དེ་ བུ་ལོན་གྱི་བདག་པོས་སྤོད་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་ གན་རྒྱ་ནང་ཁ་གསལ་མེད་ན་ རྗེས་སུ་བབས་ཁུངས་
 ཅན་ཡིན་ལུགས་གྱི་ཕྱིས་རྒྱ་བཅོ་མི་ཚོ་གྲུ།
- 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་བཅོ་མི་ཚོ་གྲུ།
- ཅ ༢-༦ རྒྱུ་ལོན་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་ལོན་དེ་ཉིད་ཚང་གི་གསལ་འཕྱོར་པའི་སྐབས་ གཏའ་མར་དེ་སོགས་སྤར་ལེགས་སྤོད་རྒྱུ་མ་གཏོགས་
 ལེགས་སུ་བཅོས་པ་དང་ བབས་ཁུངས་མཐོ་བར་བཅོས་པ་བཅས་གྱི་ཟད་གྲོན་སོགས་ གང་ཡང་ཉོན་པོ་བཤད་
 དང་སྤོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོ་གྲུ།

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

- ཅ ༣-༡ བསྐྱེའམ་ལྷིམས་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་ལོན་ཞེས་ལས་གཏོག་བཀོལ་བ་དང་ རྒྱ་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་ཇི་ལྟར་ཡང་ སྐྱེས་ཚུམ་རྒྱུ་ལེན་མི་ཚོགས།
- ཅ ༣-༤ བུ་ལོན་བསྐྱེས་ཏེ་མ་སྤོད་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་ རྒྱང་སྐྱེས་ལོན་མ་གཏོགས་ཚུམ་མི་ཚོགས།
- ཅ ༣-༥ བསྐྱེའམ་ལྷིམས་བཏང་བའོན་ཀྱང་ བུ་ལོན་དོན་ལས་སམ། ཡང་ན་སྐྱེས་ལས་བཅད་དེ་ ལས་གཏོག་བཀོལ་ན་ལས་གཏོག་ཉིན་ཇི་ཅམ་བྱས་པ་དེ་ ཉིན་རེ་ལ་སྐྱེས་པ་དེ་ ལུང་སོལ་ལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ ཚུམ་རྒྱུ་ལེན་པ་ལས་ལྷོ་ཕབ་དགོས།

གྲིམས་གཞུང་།
 ལེན་ལྡེ་པའི་བཞི་པ།
 བུ་ལོན་བཏབ་རྒྱུ་ལོ་སྟོང་།

- ཅ ༤-༡ བུ་ལོན་ཚང་གྲིགས་བཏབ་པའམ་ བུ་ལོན་ཐོག་ལས་ཕྱན་བུ་ཞིག་བཏབ་པ་སོགས་ཇི་ཙམ་བཏབ་རུང་ བཏབ་པའི་རིགས་རྣམས་འབྱོར་རྟགས་ལེན་དགོས།
- ཅ ༤-༢ བུ་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 ༤-༣ བུ་ལོན་བསྐྱེ་བཤོ་དེ་ཉིད་ བསྐྱེ་ཚབ་མ་བཏབ་པར་ བོས་ཟུར་ཐལ་བའམ་ ཟྱའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་སོང་བསོགས་ བྱང་ཚོ་ བུ་ལོན་རོ་གང་ཡིན་དེ་ སྐྱིན་འགྲུལ་གན་རྒྱུ་འོན་ཏེ་ ལག་དཔང་གི་མིང་གསལ་སུ་འམ་སུ་འཁོད་པ་དེས་ ཚང་གྲིགས་བཏབ་དགོས་ཏེ་དེ་ལ་སྐྱེས་ཕྱིས་མི་ཚོ་གྲ།
- ཅ ༤-༤ བུ་ལོན་བསྐྱེ་བཤོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་འམ་ དེ་དང་མཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ཁྱིམ་པའི་ཁྱིམ་ངོ་མ་དེ་ མེ་རྒྱུན་ཚུ་རྒྱུན་གྱིས་འཇིགས་མོང་ཚོ། ཁྱིམ་དེ་རྒྱུན་དུ་མ་ཤོར་བའི་གོང་ནས་ལེན་པའི་བུ་ལོན་རིགས། རོ་བོ་དེ་རང་བཏབ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ སྐྱེས་ཕྱིས་མི་ཚོ་གྲ།
- ཅ ༤-༥ བུ་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་བུ་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 ༤-༦ བསྐྱེ་བཤོ་ནས་ བུ་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་ བུ་ལོན་དེ་ཉིད་ཚང་གྲིགས་སྐྱོད་ལེན་བྱ་དགོས།

- ཅ ༧-༧) བྱལོན་བསྐྱེ་བཤོར་ བྱལོན་མ་བཏབ་པའི་སྐོར་ལ་བསྟན་དེ་ བྱལོན་གྱི་བདག་པོས་བསྐྱེ་བཤོར་ལྷན་དོས་ལ་
སོགས་པ་ དབང་བཅོང་གིས་འཕྲོག་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གལ་ན་བྱལོན་དེའི་ཕྱེད་ཀ་ཉེས་བྱ་ཤོག།
- ཅ ༧-༨) བསྐྱེ་བཤོས་ཡ་མེད་བཅོང་སྟེ་ བྱལོན་བཏབ་མ་ཉམ་ཚེ་ བྱལོན་གྱི་བདག་པོས་གན་རྒྱ་སྐྱོན་མེད་དང་ ཀཏའ་
མ་སོགས་ཚང་གོཌ་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྐྱེ་ལ་ཉ། བྱལོན་དེ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བདའ་སྟེ་གནང་བ་ནས་ བྱལོན་སྐྱེས་
ལས་མ་ཡིན་པར་ བྱལོན་ངོ་བོ་དེ་ལས་བཅུ་དཔུའ་གཅིག་གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱ།
- ཅ ༧-༩) བསྐྱེ་བཤོས་བྱལོན་ཚང་གི་གས་བཏབ་འདོད་ཡོད་ཀྱང་ བྱལོན་གྱི་བདག་པོས་ལེན་དུ་མ་ཉམ་ཚེ་ བསྐྱེ་བཤོས་
བྱལོན་ངོ་སྐྱེས་ཚང་གི་གས་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཕུལ་བ་ནས་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་འཕྱོར་རྟེན་ལྷན་དང་ བྱལོན་དེ་ཉིད་
བདག་པོ་དེ་ལ་གནང་ཞིང་ སྐྱེས་ལས་མ་ཡིན་པར་ བྱལོན་ངོ་བོ་བཅུ་དཔུའ་གཅིག་གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱ།
- ཅ ༧-༡༠) བྱལོན་ཐོབ་ལམ་ཡོད་དེ་ བྱལོན་ཕོག་པའི་མི་དེ་ལས་ཐོབ་ལུངས་མེད་ཚེ། ཁྲིམས་ཁང་ནས་བབས་ལྷོས་གྱིས་
བྱལོན་གྱི་སྐྱེས་ལས་སམ། ཡང་ན་ ངོ་བོའི་ཐོག་ལས་ཀྱང་ཡངས་ཆག་བྱ་ཚོགས།
- ཅ ༧-༡༡) རྣོན་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་ རྣོན་དུས་བྱལོན་བསྐྱེ་ཚབ་ཀྱི་འཛབ་མིན་པར། ད་ལྟ་བསྐྱེ་ཚབ་སྟོན་སྐབས་སུ་ ལུང་
པའི་ཡུལ་སྲོལ་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་རྒྱུན་གཉེས་ཀ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ བྱལོན་སྟོན་ལེན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཚེ། བཅད་ཁ་མདོ་ཁག་འགབ་
བཅོས་ཤིང་ དེ་ལྟ་གས་འར་སྟོན་ལེན་བྱེད་རྒྱུའམ། བཅད་ཁ་མདོ་ཁ་མ་བཅོ་བར་ རང་སའི་བྱལོན་ཁ་ཚང་
རང་སར་སྟོན་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་བཅས། གང་ཡང་བཏབ་གཅིག་གི་ཐོག་ཏུ་ བྱལོན་གཉེས་ཀ་དུངས་སངས་དག་པར་
བྱ་དགོས་ཤིང་། རྟོན་རྒྱུའི་བྱལོན་དེ་ཉིད་མི་སྟོན་པར་བཞག་སྟེ་ ཐོབ་རྒྱུའི་བྱལོན་བདའ་འདེད་བགྱིས་པ་
སོགས་བྱ་མི་ཚོགས།

- ཅ 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།
- ཅ ༧-༡༧ ཕ་སྟོང་གི་ཁྲལ་ཚབ་ཏུ་འཇུག་ཆེ་ ཁྲལ་ཚབ་འཇོག་མི་དེ་ཉིད་ཕ་སྟོང་དེའི་རྒྱུ་འབྲས་བུ་སྤྱི་ཡོན་ན་མ་གཏོགས་
དེ་མིན་ཕ་སྟོང་དེ་ཡིས་བཟོས་པའི་བུ་ལོན་སྟོན་ལེན་གྱི་རིགས་དང་ རྒྱ་ཆས་སོགས་ཁྲལ་ཚབ་དེ་ལས་གང་ཡང་
སྟོན་མི་ཚོགས།
- ཅ ༧-༡༥ བུ་ལོན་ཐོབ་ཤོར་ཡོད་མེད་རིམ་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་ཉེས་ བྲེལ་གསུང་ལོག་གཞུང་གི་བཀག་ཆ་བཅས་ཀྱི་སྐོར།

- ཆ ༡-༡ གཞུང་ནས་བཀག་འཛིན་གནང་བའི་ས་གནས་སུ་དང་ བཀག་འཛིན་ཡོད་པའི་རིགས་ཉེ་འཚོང་བྱ་མི་ཚོ་གྲགས། དེ་ལས་གལ་ཆེ་ཞིང་སའམ་ དངོས་པོ་དང་རིན་བབས་བཅས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉེ་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་ཉེ་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་སྤྲོད་ཁ་སྐོང་རྒྱ་བ་སྤྲོད་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་ སྤྲོད་ 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་བྱུ་གསར་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟི་རྙིང་དང་ བྱུ་རྙིང་ ཡིན་ཟེར་ཏེ་བཅོང་བ་སོགས་ ཚོང་མེད་ཀྱི་མགོ་བསྐྱོར་རྒྱ་བ་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་སྤྲོད་ལོག་ཅུ་བའི་ལ་སྤྲོད་ པ་ནས་ ཉེས་བྱ་ལྷན་བཀུན་གནས་ལོ་གསུམ་བར་བཅོམ་དུ།
- ཆ ༡-༤ བྲེད་སྲང་ ཤེར་ལ་སོགས་པ་ལུང་པའི་ལམ་སྲོལ་ལྟར་གྱི་རོ་མ་དེ་རང་མ་གཏོགས། དེ་ལས་ཆེ་ཆུང་བཟོ་སྤྲོད་ བརྒྱན་མ་སྤྲོད་མི་ཚོ་གྲགས། དེ་ལས་གལ་ན་ལྷན་བཀུན་གནས་ལྷན་བཀུན་མ་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།

ཁྲིམས་གཞུང་

ལེའུ་དུག་པའི་གཉེས་པ་

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

- ཆ 2-1 དངོས་པོའི་རིགས་དང་ སེམས་ཅན་སོགས་ ཅི་དང་གང་ཡང་རིན་བབས་ལག་སྲློད་མིན་པའི་ ཞག་དུས་ལྗེད་ དེ་བཙོང་རིགས་ལ་ གཏའ་མ་ལེན་ཚོགས་པ་མ་གཏོར་སྐྱེས་ཕྱིས་མི་ཚོགས།
- ཆ 2-2 ཚོང་ཐོག་ཉོས་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་གི་སྐོར་ཉོགས་ལའད་ལྟ་ མི་ཚོགས།
- ཆ 2-3 ཚོང་ཐོག་ཉོས་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 2-4 གཞན་ཞག་དུས་བཟོས་ཏེ་ རིན་བབས་ལེན་རྒྱུའི་རིགས་ གོང་གི་ཁྲིམས་དོན་ཅ་།-6 ལས་རིགས་འགྲོའོ།

བྲིམས་གཞུང་
 ལེའུ་བདུན་པའི་དང་པོ་
 གཞུང་མདའ་ - གོ་ཚ་འཆང་སྒྲིང་སྟོང་།

- ༥ ༡-༡ གོ་ཚ་མེ་ཇུས་ཅན་ཁ་རྒྱུང་དང་ ཁ་གཉིས་མ་ དེ་ལས་ཀྱང་ཁ་མང་རིགས་དང་། ཁ་རིང་ ཁ་ཐུང་ མེ་མདའ་ ཚ་མདའ་དཔའ་དུམ་ལ་སོགས་པ་ མདོར་ན་མེ་ཇུས་ཀྱི་ཤུགས་ལས་བསྐྱེད་དུ་རུང་བའི་གོ་ཚ་ཡོད་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་ཕོར་རུང་བཅས་ པའི་ཁར་། མདེའུ་བཟོ་རྒྱུའི་ལག་ཆས་ཀྱི་རིུ་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་ སྤྲེལ་ཅན་ ཀྱོ་མི་གྲན་སི་གྲན་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་ཁར་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་ འག་པོའི་དཔོན་ཁག་དང་དམག་མི་སོགས་གཞུང་དོན་དུ་འཆང་སྒྲིང་བྱ་ཚོགས་ མ་གཏོགས། ཞི་བའི་དཔོན་ཁག་དང་གཞན་ཡང་སུ་དང་སུས་ཀྱང་འཆང་སྒྲིང་བྱེད་པ། མཉམ་དུ་ཁྱེར་བ་གཡམས་ གཡོན་དུ་སྤྲེལ་ཏེ་བཏང་བ། གཡམས་པོ་སྒྲིང་པ་སོགས་མི་ཚོ་ག།

- ཇ
༡-༤
༥
༡-༤

གཞུང་མདའ་ཡང་གཉིས་པའི་རིགས་ གཞུང་དོན་ལོན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འཆང་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་བྱེད་པ།
 གཡམས་གཡོན་དུ་སྐྱེལ་ཏེ་བཏང་བ། གཡམ་པོ་སྤྱོད་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་ནི། འཆང་སྤྱོད་བྱ་ཚོགས་པའི་ ལཱ་འུ་མེན་ལཱ་ (ཚོགས་
 ཐམས་) ཞེས་པའི་བཀའ་ཤོག་ ས་གནས་ཀྱི་ཡིམས་ཁང་སོ་སོ་ལས་སྤྱོད་མི་ཚོགས།

- ཇ
༡-༤

གཞུང་གི་གོ་གནས་ཅན་གཅིག་གམ་ གཞུང་གི་འགན་ཁུར་ཅན་ལ་ རང་དབང་གི་འཕམ་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་
 སྤྱོད་ཚོགས། སྤར་ལོག་འགྲོར་མོད་ཅིས་འབུལ་བྱ་དགོས།

བྲིམས་གཞུང་
 ལེའུ་བདུན་པའི་གཉེན་པ་
 གཞུང་མདའ་མིན་པའི་ - ལོ་ཆ་འཆང་སྤྱོད་སྐོར།

- ༤ ༢-༡ དཀྲོགས་མདའ་དང་ཇུས་མདའུ་བཅས་ལ་ (ལྷའི་སེན་སི) ཞེས་པའམ། བདག་པོ་སོ་སོ་ལ་འཆང་སྤྱོད་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་སྤྲོད་པའི་བཞག་ཆེ་ དཀྲོགས་མདའ་མདའུ་དང་བཅས་པ་གཞུང་བཞེས་ཁར་ བཅོམ་དུ་སློབ་
 གསུམ་ལས་སློབ་དུ་གཞུགས། དེ་ལས་ས་སྟོན་ཆད་ཚོགས་ཐམས་ལུས་ཀྱང་ བཞག་ཆེ་ཚོགས་ཐམས་གསར་པ་ལུས་
 པའི་དུས་སུ་མ་འབྱོར་བར་ ཡུན་འགྲངས་ཆེ། ཇི་ཅམ་འགྲངས་པའི་ཉིན་རེ་ལ་ཨ་ན་བརྒྱད་རེ་ཕྱི་སྟེ་བྲིམས་
 ཁང་དུ་ཉེས་བྱ་འབྱུང་གྱུ།
- ༤ ༢-༢ ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་རྣམས་ལ་ཡོད་པའི་ དཀྲོགས་མདའི་རིགས་ཐོ་ཡིག་ཁགས་ལ་བཀོད་ཅིང་། དེ་ལ་གཞུང་གི་
 རྒྱུག་ཐམས་ལུས་ཏེ་བཞག་རྒྱུ་མ་གཏོགས། ལོ་གས་སུ་ཚོགས་ཐམས་ལེན་མི་དགོས་ཀྱང་ ཐོ་ཡིག་དེ་ཉིད་ལོ་ལྟར་
 བཞག་གསར་པ་བཅོས་ཏེ་བྲིམས་བདག་གི་ཐེའུ་ལེན་དགོས།
- ༤ ༢-༣ བུ་ཚ་ལོ་བཅུ་དྲུག་མ་ལེན་པའི་རིགས་དང་ ལྷ་མ་ དག་སྟོང་སྟོམ་ཆེན་ ཨ་ནི་ བཅས་ལ་དཀྲོགས་མདའི་ཚོགས་
 ཐམས་མི་ཐོབ།
- ༤ ༢-༤ མི་བསད་གྱི་སྐོར་ལས་སམ་ ཀུང་ག་འབྲོག་གསུམ་ མ་བཏོན་ལྷག་བཏོན་བཅས་པའི་སྐོར་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་གས་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་མེད་ཀྱི་ཚོགས་མཉམས་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་སྒྲིབ་སྒྲིལ་བ་སོགས་ 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་སྤེད་ཀྱི་ནང་དུ་ དགོགས་མདའ་རྒྱབ་མི་ཚོགས། གཡའ་ཉེ་ཞིང་ཐོག་དང་
ལྷུ་རར་གཅན་གཅན་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་འགཡའ་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་གཅན་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་
འགཡའ་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་ ༥-༦
པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ཏེ། དེ་ལས་འགཡའ་ན་ དགོགས་མདའ་གཞུང་བཞེས།

ཇ ༢-༩ རྫོང་གཞིར་འགྲོ་འོང་གི་སྐབས་སུ་འམ་ དབང་དང་ལྷུ་སོ་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་འགཡའ་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་ཕུག་ཐམས་ལུས་ཏེ་བཞག་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ལོ་ལྟར་ཚོག་ཐམས་སྤངས་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་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀའི་ཐིའུ་བཞག་
 དགོས། དེ་ལུགས་ལས་འགལ་ན་ཉོ་འཚོང་བཟྱིས་པའི་དགོགས་མདའ་གཞུང་བཞེས།
- ཇ
༢-༡༢

 དགོགས་མདའ་དང་མདེའུ་སྤོང་པར་བྱིན་ན་ སྤོང་པར་ལེན་པ་པོས་ མ་ལེན་པའི་གོང་ལས་ ཚོག་ཐམས་ལེན་
 ལུའ་ གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ༥ པའི་ ༢-༡༡ དང་མཚུངས།
- ཇ
༢-༡༣

 སུའཇ་གང་ཞིག་ལ་དགོགས་མདའ་སྤྱོན་ཅན་སོགས། ཡང་ན་དགོགས་མདའ་གས་པའཇ་ སྤོང་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་
 རྣེ་ཐོན་ཐོན་འཆར་ཚོ་ དེའི་གོ་ཆ་ནི་ ས་གནས་གྱི་འགན་ལུར་ཡོད་པའི་བྱེད་པོ་ དེ་དག་གིས་ལེན་ཀྱང་ཚོག་སྤྱོ།
 དེ་ལྟར་ལེན་པ་ནས་ ཞག་གཅིག་ལས་མི་འགྲངས་པར་ གོ་ཆ་དེ་ཉིད་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྤྱེལ་དགོས།

㉔ 2-16 ལྷ་ཞིག་ལ་ ལྷིམས་ལྷུ་ལས་གཤེད་ འཆང་བའི་དགྲོཌ་མདའ་ཇུས་མདེའུ་ཡོད་པའི་སེམས་དྲོཌ་བྱང་སྟེ་
 ལྷིམས་ཁང་ནས་ དེའི་ལྷིམ་དང་བཅའ་ཆས་སོཌ་ གཤེངས་ཏེ་བལྟ་ཞིབ་བྱེད་ན་དང་། དེམ་ཚུངས་ ས་གནས་
 གྱི་འགན་ཁུར་ཡོད་པའི་ བྱེད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ བལྟ་ཞིབ་བྱེད་ཚོགས་པའི་སྐྱེད་བ་ ལྷིམས་ཁང་ནས་ལུས་ཏེ་
 སེམས་དྲོགས་ཅན་གྱི་ལྷིམ་དང་ བཅའ་ཆས་གཤེངས་ཤིང་ བལྟ་ཞིབ་བྱེད་པ་ལ་སྤུས་ཀྱང་ཉོགས་བཤད་བྱ་མི་
 ཚོགས།

㉕ 2-17 འཐབ་འཛིང་བྱས་ཏེ་ མ་བཏོན་ཁྲག་བཏོན་བཅོས་པའམ་ བག་མེད་རྐྱེན་གྱིས་ དེ་བཞིན་བཅོས་ཏེ་ ལྷིམས་
 ཁང་དུ་བྱུག་པ་སོགས་བཅོན་དུ་ཚུད་ན། མ་བཏོན་ཁྲག་བཏོན་བཅོས་པ་པོ་དེའམ་དེ་ཚོའི་མིང་ལ་ཡོད་པའི་
 དགྲོཌ་མདའ་དང་ ཇུས་མདེའུ་རིགས་མ་ཚད། འབྲེལ་གནད་དེ་ལ་ཚུད་པའི་དགྲོགས་མདའ་དང་ ཇུས་
 མདེའུ་བཅས་པའི་རིཌ་ ཐམས་ཅད་ལྷིམས་ཁང་དུ་ སྐྱེལ་དགོས་ཤིང་ གོ་ཆ་དེ་སོཌ་ སྤྱར་ལོག་སྤྱོད་དང་མི་
 སྤྱོད་གྱི་བབས་ལྷོས་ལྷིམས་དཔོན་ནས་བྱ་ཚོགས།

㉖ 2-18 མི་བསད་གྱི་སྐོར་རམ་ འཕྲོག་བཅོམ་གྱི་སྐོར་ ལྷིམས་ཁང་དུ་བྱུག་པ་སོཌ་བཅོན་དུ་ཚུད་ན། བྱེད་གཙོ་ནག་
 ཅན་ལག་དམར་པ་དེའམ་ དེ་ཚོའི་མིང་ལ་ཡོད་པའི་ དགྲོཌ་མདའ་དང་ཇུས་ མདེའུ་མ་ཚད། འབྲེལ་གནད་
 དེ་ལ་ཚུད་པའི་དགྲོགས་མདའ་དང་ ཇུས་མདེའུ་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་ དགྲོཌ་མདའ་
 དང་མདེའུ་མ་ཚད་གནད་དོན་དེའི་གཤེད་དུ་ཚུད་པའི་ དགྲོཌ་མདའ་དང་ མདེའུ་སོཌ་གང་ཡང་ སྤྱར་ལོག་
 སྤྱོད་དང་ མི་སྤྱོད་པའི་འོས་བབས་ལྷིམས་དཔོན་ནས་ཞིབ་ལྷོས་བྱ།

㉘ 2-20 ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ གོ་ཆ་ཁྲེ་ཏེ་འོང་སྐབས་ གོ་ཆ་ཅན་གྱི་མི་དེའི་ ལས་ལྷོན་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ལས་ ཕྱིའི་རྒྱལ་
 ཁབ་དུ་འགོ་སྐབས་ ཚོགས་ཐམས་དང་སྤྱུཌ་ཏེ་ ཁྲེར་བའི་གོ་ཆ་ཡིན་ན་མ་གཏོར་ཚོགས་ཐམས་མེད་པའི་གོ་ཆ་
 ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལས་ གསར་པ་ཁྲེ་ཏེ་འོང་རིགས་ནི་ ཤར་རྒྱལ་སྐུལ་ཁབ་གྱི་ནང་དུ་ ཁྲེར་འོང་མི་ཚོགས་སྟེ།
 རྒྱལ་ཁབ་གྱི་མཚམས་སུ་ དམག་མིའི་རྩར་བཞག་པ་ནས་གོ་ཆའི་བདག་པོ་དེའི་ ལྷིམས་ཁང་དུ་སོང་སྟེ་ཚོགས་
 ཐམས་བྱངས་ཤིང་། གོ་ཆ་གསར་པ་དེའི་ཚོགས་ཐམས་དང་བཅས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུ་ཁྲེར་འོང་ཚོགས་པ་ཡིན། དེ་

ལྷན་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་དུ་འབྱོར་པ་ནས་ཀྱང་ གོ་ཚེགས་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་ལོག།

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་ཚོག། 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་ཚོག།

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་
བྱུགས་བཞེད་ཀྱི་བབས་དང་བསྟུན་པའི་དགོཌ་མདའ་དང་ མདེའུ་རིགས་གཞུང་བཞེས་གཏོང་རྒྱ།

གྲིམས་གཞུང་
 ལེའུ་བརྒྱུད་པའི་ ཉང་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་མཐའ་མེད་ན། བྱ་
 དང་རི་དྲགས་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་དྲོགས་མདའ་དང་ མདེའུ་གཞུང་བཞེས་ཁར་ཉེས་བྱ་རུ་བ་ལྟ་བུ།
- ཉ ༡-༢ །འདི་ཚོགས་མཐའ་ ས་གནས་སོ་སོའི་གྲིམས་ཁང་ལས་ཐོབ་སྤྲོད་ཚོགས་མཐའ་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་མཐའ་རང་ཡོད་རུང་
 བསད་མི་ཚོགས། བཅགས་དམ་དུ་བཀའ་གནང་བའི་སེམས་ཅན་ཡང་ ས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལ་གཅིག་མཚུངས་
 མིན་པ་སྟེ། 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་ དྲོགས་མདའ་གཞུང་བཞེས་དང་ ཉེས་བྱ་རུ་བ་ལྟ་བུའི་ཁར་བཅོལ་དུ་བྱ་
 རོ་དུག། གྲིམས་ཁང་གི་ཚོགས་མཐའ་ལེན་པ་ནས་གྲིམས་ཁང་དེའི་ས་ཁོངས་ལས་གལ་ཏེ་ གྲིམས་ཁང་གཞན་གྱི་
 ཁོངས་སུ་འབདའ་ཚེ་ །འབདའ་རྒྱའི་ཚོགས་མཐའ་གཞུང་བཞེས་ཁར། ཚོགས་མཐའ་ལ་རིན་བབས་ཇི་གནས་གྱི་
 ལོག་བལྟ་བུ་ཉེས་བྱ་ཤོག།
- ཉ ༡-༣ །འདི་ཚོགས་མཐའ་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་མཐའ་མེད་པའི་མི་ནས་བསད་པ་དང་ ལག་ཉེས་བཀའ་བ་ བཟུང་བ་
 བཅས་པ་མ་ཚད། ལག་ཆ་དང་བཅས་ཚོགས་མཐའ་ཡོད་པའི་མི་དང་མཉམ་པོར་སྤྲུགས་ཏེ་ གྱི་ར་ལ་འགྲོ་བ་
 སོགས་མི་ཚོགས།

- ཉ ༡-༤ འཁོམས་ཐམས་པེ་བཞིན་དུ་གཡར་པོ་གཏོང་བ་དང་། ཚོགས་ཐམས་ཅན་གྱི་མི་ནས་ ཚོགས་ཐམས་མེད་པའི་མི་གྱི་
ར་ལ་བཏང་བའམ་ འབས་ད་དུ་བཅུག་པ་སོར་མི་ཚོགས།
- ཉ ༡-༥ འཁོམས་ཐམས་པེ་ནང་འཁོད་གྱི་ ལྷ་གངས་དང་ཚེས་གངས་ཚང་བ་ནས་འབས་ད་པ་དང་ ལག་ཉེས་བཀའ་
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་ འཁོམས་ཐམས་པེ་གཞུང་བཞེས་ཁར། ཟུང་པོ་ནག་ཅན་མི་ལ་ཉེས་བྱ་ ཚོགས་ཐམས་ལ་
རིན་ཅི་གནས་གྱི་ལོག་བཟུབ་འཕྲི་རྒྱ།
- ཉ ༡-༦ རྩོད་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་བཀའ་བ་
སོགས་མི་ཚོགས། དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་འཁོམས་ཐམས་པེ་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉེས་བྱ་རུབ་ལྡ་བཟུ།
- ཉ ༡-༧ ལོ་ལྟར་བཞིན་ལྷ་བཏང་པོ་དང་། ལྷ་བ་གསུམ་པ། བཞི་པ། ལྷ་པ། བཅས་ ལྷ་འཁོམས་པེ་རིང་མི་ལ་པོར་དང་།
ལྷ་བ་གཞན་རྣམས་ལ་ཚེས་བཅོལ་དང་། ཚེས་སུམ་རུ་བཅས་ལ་འབས་ད་པ་དང་། བཟུང་བ་ ལག་ཉེས་
བཀའ་བ་སོགས་མི་ཚོགས། དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་ཚོགས་ཐམས་པེ་གཞུང་བཞེས་དང་ ཚོགས་ཐམས་ལ་རིན་ཅི་གནས་
གྱི་ལོག་བཟུབ་ཉེས་བྱ་བཞེས་རྒྱ་མ་ཚད། ད་ནས་ཕྱིན་ཆད་མི་དེ་ལ་ འཁོམས་ཐམས་པེ་ནས་མི་ཐོབ།
- ཉ ༡-༨ དཀྲོགས་མདའི་ལ་ལྷགས་ཐོ་གསུམ་བའམ་ ཨིན་ཅི་བཅོལ་རྒྱུད་པ། དེ་ལས་རིང་བ་རྣམས་མ་གཏོགས་ དེ་
ལས་སྤང་བའི་རིགས་འལ་རྒྱབ་མི་ཚོགས། དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་ དཀྲོགས་མདའ་དང་མདའ་ལྷུ་བཅས་པ་གཞུང་
བཞེས།
- ཉ ༡-༩ བྱ་དང་ཡར་བ་ ཀ་འལ་ ཨ་ཚོ་ཉེ་ཉེ་ ལྷ་མོ་བཅས་ལ་མ་གཏོགས་རི་དུགས་ གཅན་གཟན་གང་ལའང་ མདའ་
རྒྱུང་འབྲུག་ལས་མདའ་རུ་རྒྱ་མི་ཚོགས། དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་འཁོམས་ཐམས་པེ་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉེས་བྱ་
རུབ་ཉེར་ལྷ། དེ་ལས་ལོ་གཅིག་མ་ལོན་རིང་འཁོམས་ཐམས་པེ་ནས་པ་མི་ཐོབ།

- ཉ ༡-༡༠ གཞུང་མདའ་དང་གཞུང་མདའ་རྣམས་ཀྱང་ཤལ་རྒྱབ་མི་ཚོ་གློ་ དེ་ལྟགས་ལས་ གལ་ན་ཉེས་བྱ་བ་ལྟོག་བརྟེན་ ལྡོ་བ་བྱས་པ།
- ཉ ༡-༡༡ ཤལ་ལྟོག་པ་གསལ་ཏེ་ཁྱིམ་གྱི་འདོད་ཡོད་ན་ དེ་ལྟགས་ལ་གསལ་ཤིང་འཛིན་པ་བྱས་ནས་བཟུང་བཞག་པ་དགོས།
- ཉ ༡-༡༢ ཤལ་གསོད་ཕྱིར་རམ་ བཟུང་ཕྱིར་དུ་གནམ་སོང་དང་ གཏམས་དེན་ཅག་ རྟེན་ལ་ སོགས་པ་བཀའ་མི་ཚོ་གློ་ ཅིང་ དེ་རིགས་ཀྱི་ལག་ཆས་ཀྱང་ཉར་མི་ཚོ་གློ་ དེ་ལྟགས་ལས་གལ་ན་ཉེས་བྱ་བ་ཉེས་བརྟེན་ ལྟོག་སྟེ། བྱ་བཟུང་ཕྱིར་ རྟེན་བཀའ་བལ་ཉེས་བྱ་ རུབ་ལལ་གཅིག་།
- ཉ ༡-༡༣ ཤལ་གསོད་ཕྱིར་གཏུག་མདའི་ཚོག་ཐམས་དང་ བཙན་དུག་གི་ཚོག་ཐམས་བཅས་པ་ གླིམས་ཁང་ལས་ལོགས་ སུ་ལུ་དགོས། བཙན་དུག་འཆང་རྒྱུ་འཛིན་པ་མེད་ནི་ བཙན་དུག་ཤེར་བཞི་བཟུང་ལས་གལ་ཏེ་འཆང་མི་ཚོ་གློ་ དེ་ལས་གལ་ན་བཙན་དུག་ཤེར་ལེ་ཉེས་བྱ་བ་བཟུང་ཐམས་ལེ་བཞེས་རྒྱུ་དང་། ཤལ་གསོད་ཕྱིར་དུག་མདའ་ཚོག་ ཐམས་མེད་པར་འཆང་ན་ ཉེས་བྱ་བ་ལྡོག་པོ་ལྟོག་སྟེ།
- ཉ ༡-༡༤ རྒྱུ་ལྟུང་དང་འགྲུལ་ལམ་ ལྷ་འབྲོག་བཅས་ཀྱི་ཉེ་འདབས་སུ་མིན་པར་། མིའམ་ རྟོན་ལུ་འབྲུགས་དགོས་ མེད་པའི་ས་ལ་སྟེ། ཞིང་ངམ་ལོ་ཐོག་གི་མཐའ་ལུ་ནམས་སོས་པ་ནས་ རྣམས་ལང་གི་བར་དུ་གསང་མདའ་ བཀའ་ཚོག་། དེ་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་བ་ལྡོག་པོ་ལྟོག་སྟེ།
- ཉ ༡-༡༥ མི་དང་ རྟོན་ལུ་ཐོག་སོགས་སེམས་ཅན་ལ་ ཉེན་ལག་མེད་པའི་སར་ རང་གི་རྒྱུ་ལོ་སྟོན་ཕྱིར་དུག་དང་ ཤེལ་བཏབ་ཚོག་། དེ་ལས་གལ་ན་ཉེས་བྱ་བ་ལྡོག་པོ་ལྟོག་སྟེ།
- ཉ ༡-༡༦ འབྲུག་རྒྱུ་ལམ་ལ་གཏོར་པའི་ ས་ཁོངས་ལེ་ཁོངས་གང་དུ་འདུ་བསེ་བུ་དང་ རྒྱང་ཆེན་ འབྲོང་གྱི་མ་ཚེ་ རྒྱ་བ་ གཉེན་ རི་རྒྱང་ རྒྱང་རྒྱང་ དཔལ་གདོངས་བཅས་རྣམས་ཞི་ཚོག་ཐམས་ལོད་ཀྱང་མངའ་བདག་རྒྱུ་ལེ་ལོ་ བཀའ་ཤོག་ཞིབ་གསལ་མེད་ན། གསོད་པ་དང་བཟུང་བ་ ལག་ཉེས་བཀའ་བ་སོགས་མི་ཚོ་གློ་ དེ་ལྟགས་ལས་ གལ་ན་ ཤལ་གསོད་ཕྱིར་དུག་མདའ་ རྩམ་ མེད་ལུ་བཅས་པ་གཞུང་བཞེས་ལམ་ ཉེས་བྱ་བ་ལྡོག་ བརྟེན་དང་བཙན་དུག་ལྟོག་སྟེ།

- 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་མདའ་ རྩས་
མདེའུ་བཅས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ ཉེས་བྱ་བཙོན་དུ་ལྷོད་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་འོག་གཞུང་གི་ཕྱག་ཐམ་ཅན་མ་གཏོར་ དེ་མིན་དགོར་མདའ་ལ་ལྷགས་ཐོད་ལས་རིང་བའི་རིའ་དང་
དུག་མདའ་སོགས་ཁྱེར་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལྷགས་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ལོག་གྲོ་
- ཉ ༡-༡༩ གཞུང་གིས་ བཅགས་དམ་མཛད་པའི་ས་ཁོངས་ལས་ གཞན་དུ་འགོ་སྐབས་ རི་དྲགས་གཅན་གཟན་གྱི་ལ་
དང་ ལྟུང་པ་ རོ་བལ་སོགས་པ་གང་ཡང་ཁྱེར་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་བཙོན་དུ་ལྷོད་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་ལྟར་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་བཙོན་ན་ རིན་བབས་གཞུང་
བཞེས་ཁར་ ཉེན་གཅིག་ལས་ལྷོད་གསུམ་གྱི་བར་བཙོན་དུ་བཞག་གྲོ་
- ཉ ༡-༢༡ འདི་ཚོག་ཐམས་ཡོད་པའི་མི་ནས་ རི་དྲགས་གཅན་གཟན་གྱི་ལ་དང་ ལྟུང་པ་ རུ་བ་སོར་རང་ཉིད་ལ་
བཞག་པའམ་ གཞན་ལ་རིན་མེད་སྟོང་པར་བྱིན་པ་སོགས་བྱ་ཚོག་སྟེ། བཙོན་བ་དང་ ལུ་ལོན་གྱི་ཐོག་དུ་
བཙུགས་པ་ ལྷོད་དངོས་ཅི་རིགས་དང་བརྗེ་སོར་གྱི་རིགས་བཅས་མི་ཚོ་གྲོ་ དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་ཆེ་ ཁྲིམས་ཁང་
ནས་དེ་ལྟར་ཚོག་པའི་ཚོག་ཐམས་ལུ་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ལོག་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་གཤ།

ཉ ༡-༢༣ ་ཤའི་ཚོགས་ཐམས་དང་ བཀའ་ཤོག་སོའ་མེད་རུང་ སམ་བཤད་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་གཞོད་ཉེན་ཆེ་བའི་སེམས་དྲོའ་བྱང་ན་རྒྱ་ལོར་སྤང་ཕྱིར་དུ་འམ་ རྒྱུ་བ་ཕྱིར་དུ་གཙན་
གཟན་ལ་ ལག་ཉེས་བཀའ་བཤད་ བསད་པ་སོའ་བྱ་ཚོགས་ཀྱང་། སྐབས་སྐབས་སུ་རྒྱ་སློག་སློབ་ཕྱིར་བསད་
དགོས་བྱུང་ན་ དེ་མོད་ལས་དེ་ལྷགས་ཁྲིམས་ཁང་དུ་བཟོ་དགོས་མ་ཚད། ཞིང་དང་ ལོ་ཐོག་ སེམས་ཚན་
ལ་གཞོད་པ་བྱུང་སྟེ་ བསད་དགོས་ཐལ་ན་ དེ་ལྷགས་གནས་ཀྱི་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།

གྲིམས་གཞུང་
 ལེའུ་དགུ་པའི་ དང་པོ་
 ཆབ་ལ་འཇུག་བྱེད་གྱི་སྐོར།

- ༡-༡ མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཤོག་གཤམ། གྲིམས་ཁང་ལས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ བྱ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་ཐམས་མེད་ན་ ཉ་
 བཟུང་རྒྱུའམ་ཉ་བཟུང་རྒྱུའི་ལག་ཆས་རིཌ་ འཆང་སྤྱོད་བྱེད་པ་སོགས་མི་ཚོགས། དེ་ལྷགས་ལས་གལ་ན་ ལག
 ཆས་གྱི་རིགས་ གཞུང་བཞེས་ཁར་ཉེས་བྱ་རུ་བ་ལྟ་བུ།
- ༡-༢ ཉའི་ཚོགས་ཐམས་ཅི་ ས་གནས་སོ་སོའི་གྲིམས་ཁང་ལས་ཐོབ་སྟེ། ཚོགས་ཐམས་དེ་ཉིད་གྲིམས་ཁང་གང་ལས་ལེན་
 རུང་། གྲིམས་ཁང་དེའི་མངའ་ཁོངས་དེ་རང་མ་གཏོགས། གྲིམས་ཁང་གཞན་གྱི་མངའ་ཁོངས་ལས་ ཉ་བཟུང་
 མི་ཚོགས། 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་སྤྱོད་
 བ་ བཞོམ་དང་ལྷའི། 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་ཚོགས་ཅིང་ ལག་ཆས་གཞན་རྣམས་ཉར་ཡང་མི་ཚོགས།
 ཚོགས་ཐམས་ ཁ་པ་དེ་སྤྱོད་བ་བཞོམ་དང་ལྷའི། རྟེ། མདའ་ལྷགས། དེའོ། ཞོག་འོལ་བཅས་གྱིས་ ཉ་བཟུང་
 མི་ཚོགས་ཅིང་ ལག་ཆས་དེ་རྣམས་ཉར་ཡང་མི་ཚོགས། དེ་ལྷགས་ལས་གལ་ན་ ཉའི་ཚོགས་ཐམས་གཞུང་བཞེས་
 ཁར་ ཉེས་བྱ་རུ་བ་ལྟ་བུ་ནས་རུབ་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་ནི་ཚོགས་ཐམས་ཅན་དང་ མཉམ་པོར་སོང་སྟེ་ཉ་བཟུང་བ་སོགས་མི་ཚོགས།

5 2-4 ཉའི་ཚོགས་ཐམས་ལེན་ལ་གཡང་པོ་བྱིན་པ་དང་ ཚོགས་ཐམས་ཤེའི་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་5-3 པ་དང་ 5-4 ལ་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་སྐྱམས་པའི་ སེམས་དྲོགས་མཆིས་ན། གྲིམས་ཁང་ངམ་ གཞུང་
ལས་གན་ལུང་ཡོད་པའི་བྱེད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དྲོགས་པ་ཅན་དེའི་བྱིམ་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་ བྱིམ་གཡེངས་ཏེ་བཟོ་ཞིབ་བྱེད་བཟུགས་དགོས་ཤིང་ དེ་ལ་ཉེས་བྱ་བཤད་བྱ་
མི་ཚོགས།

5 2-8 རྗོང་དང་ ལྷ་ཁང་ དགོན་སྡེ་ ལྷ་ཚང་ ལྷ་གཚང་བཅས་པ་ནས་མེའི་བྱེད་པོ། གཞུང་ལམ་ནས་ གཞི་ལལ་
གཅིག་བཅས་པའི་ནང་འཁོད་དུ་ཉ་བཟུང་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གཤམ་ན་ཚོགས་ཐམས་གཞུང་བཞེས་ཁར་ཉེས་བྱ་རུབ་
ཉེར་ལྟ།

5 2-9 ལོ་ལྟར་ལྷ་བདང་པོ་དང་ལྷ་བ་བཞི་པ། ལྷ་བ་དྲུག་པ། ལྷ་བ་དགུ་པ། ལྷ་བ་བཅུ་པ་བཅས་ལྷ་དོ་ལྟོ་ལོ་ལོ་པོ་
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་སྟོབ།

5 2-10 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། རྗོང་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་བཅུ་གསལ་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་སོ་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ལེན་དགོས།
དེ་ལས་གལ་ན་ ཉེས་བྱ་རུབ་ཉེར་ལྡ་ཐོགས།

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

ཁྲིམས་གཞུང་

ལེའུ་བཙུ་པའི་དང་པོ་

ལྷ་ཁང་ མགོན་ལང་གི་ཅིས་སྒྲོན་དང་ ཞབས་ཏྲིག་ གསུམ་བཞེངས་བཅས་ཀྱི་སྒྲོར།

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

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

མ ༡-༣ གཞུང་གིས་དབང་བའི་ ལྷ་ཁང་ མགོན་ལང་སོགས་ནི་མཚོན་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་བ་ལུ་ཉེ་ ཞབས་ཏྲིག་ལུ་ལྷུ་འུང་ རང་སའི་སྒོ་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་སྤྱུགས་རྟེན་རིགས་ཅི་དགོས་ཐམས་ཅད་ འབྲུག་ནང་འཁོད་ཏུ་ སྤྱད་སྤྱུས་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་མགོན་ལང་ནས་བཞེས་རུང་བཞེས་ཚེ་གསེ། དེའི་ཚབ་བམ་རིན་དབུལ་ཀྱང་ གཞུང་གི་སྤྱུགས་དགོངས་དང་བསྐྱུ་རྒྱ།

མ ༡-༥ སྐྱེར་པའམ་ དམངས་སོགས་ སྤྱད་སྤྱུས་དབང་བའི་ ལྷ་ཁང་མགོན་ལང་ མཚོན་རྟེན་ མ་ཉི་སོགས་ ཞིག་རལ་ཤོར་ཉེ། ཞབས་ཏྲིག་མ་ལུ་བར་བཞག་རིགས་ཀྱི་ སྐྱུ་གསུང་ སྤྱུགས་རྟེན་མཚོན་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་སྤྱུས་ཀྱང་སྒྲོན་པའམ་བཙོང་བ་དང་ ལྷན་པ་ར་མེད་བཟོ་བ་སོགས་བྱ་མི་ཚེ་གསེ།

- ཐ ༡-༦ གཞུང་གིས་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་སོགས་ཀྱི་སྐྱ་གཉེར་རྣམས་སོར་མཚམས་ཀྱི་ཕྱིས་སྲོད་སྐབས་སུ་
 ཕྱིས་སྲོད་ཀྱི་འཛོམ་དཔང་དུ་ དགོས་དམངས་སྲོབ་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་ བྲིམས་ཁང་བརྒྱུད་དེ་ཚང་གིགས་སུལ་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་ཕྱིས་
 སྲོད་ཆད་ལུས་རྣམས་ ཚང་གིགས་སྲོད་དགོས་པའི་ཁར། ཇི་ཚམ་ལྷ་དོ་དུག་ལས་འགྲུངས་པ་དེ་ཉེས་བྱ་ རུབ་
 གསུམ་ལེ་བྲིམས་ཁང་དུ་འབུལ་གྱུ།
- ཐ ༡-༨ གཞུང་གིས་དབང་བའི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ལ་གཞུང་ངམ་སུས་ཀྱང་ ཅི་དང་གང་རང་སུལ་བྱུང་རུང་ བྲིམས་
 ཁང་ནས་དེ་སོཌ་ལྷ་མོ་སོ་སོར་བཀོད་དེ་ ཐེ་འུ་རྒྱབ་སྟེ་བཞག་རྒྱུ་མ་གཏོགས། རྒྱལ་པོར་སྐྱོན་མ་ལུ་བར་
 ལྷ་མོ་གསར་བཟོ་མི་ཚོགས། རྫོང་གཞིའི་སྐོར་ལ་ནི་ བྲིམས་ཡིག་ལ་གསལ་ རྫོང་ནང་གི་བྲིམས་བདག་སོ་སོའི་
 རུར་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་སློང་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་སྤུལ་འདོད་ཅན་རྣམས་ བྲིམས་ཡིག་ཀ་པའི་ནང་གི་བྲིམས་དོན་དང་བསྟུན། རྒྱ་ལོར་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གང་ཡང་ ཆེསྐྱོར་རྒྱུ་ལེ་ལྷན་ཡང་ རང་སོའི་སྐྱོར་པ་ཆེ་རྒྱུ་དང་ དད་སྲོལ་དཔགས་ཏེ་སྤུལ་ཆོག།
- བ ༢-༢ ཐེབས་རྩལ་བྱུང་རིགས་ འཕོར་ཆེ་རྒྱུ་ལེ་ལྷན་དང་ སྤུལ་སའི་ཡུལ་སྤྱད་སྤུལ་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་རྒྱུ་ཅིག་པའི་མི་ཚོས་ རྒྱ་ལོར་སེམས་ཅན་རིཌ་ལོ་བྱུང་དུ་སྤུལ་མི་ཆོག།
- བ ༢-༤ ཐེབས་རྩལ་བྱུང་རིཌ་ དེ་ཚོས་ཇི་འགབ་གི་མཚོན་འབུལ་གསུང་ཆོག་སྐྱབ་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་ ལོ་བྱུང་སྐྱོད་ཅིང་ཉར་མི་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་སྒོམ་པ་ཅན་ཡིན་ཆེ། གྲུ་ཚང་གི་སྤེལ་ས་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་སྤེལ་ ཁོ་རང་དགོན་སྡེ་ལྷ་ཁང་ལས་བཏོན་ཏེ་ གོང་ཡུལ་མི་སེར་གི་གངས་སུ་འཇུག་རྒྱ།

མ ༢-༥ རྫོང་གཞིའི་ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་ངམ་ དགོས་ཤིང་དམང་། རྫོང་ཡུལ་གྱི་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་ངམ་ ཚོས་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་ཚོས་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་
 བསྐྱས་ཏེ་ དུས་གཅིག་གི་ཐོག་ཏུ་སྐྱབ་ན། ཉེས་བྱ་དང་སྐྱབ་བྱ་གང་ཡང་མཐ ༢-༤ པ་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་
 སྐྱེ་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་ མ ༢-༤ པ་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་
 བཅོ་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་གཏན་སྐྱུར་མ་ཡིན་ཀྱང་རུང་སྟེ་ མཚོན་འབུལ་
 གསུང་ཚོགས་ཐེངས་གཅིག་ སྐྱབ་རྒྱུ་དང་ མཚོན་མེ་ཅམ་འབུལ་རྒྱུའི་དངོས་པོ་མ་རྩལ་ལྟར་བསྐྱར་ཀྱང་། དངོས་པོ་
 དེ་དང་ འདྲ་འདྲའི་གཞུང་ལལ་འབུལ་དགོས་ཁང་ 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་ཚོགས།
- བ ༣-༢ འབྲེལ་ལྷན་སློབ་མིའི་རིགས་ ཚོགས་ཐམས་གནང་སའི་བྲིམས་ཁང་དེ་ཉིད་ཀྱི་ མངའ་འོག་ལས་གལ་ཏེ་སློབ་མི་
 ཚོགས།
- བ ༣-༣ འབྲེལ་ལྷན་སློབ་སྐབས་ སྐྱེ་བོ་སོ་སོའི་དད་སྲོལ་རྒྱུ་ཕུལ་བ་དེ་རང་མ་གཏོགས་ མགོ་བསྐྱོར་དང་ དབང་བཅོང་གི་
 ཐོག་ནས་ བསྐྱེལ་བྱ་མི་ཚོགས། དེ་ལས་གལ་ན་རྩི་ཙམ་ལེན་པ་དེ་ཉིད་ རང་འཇགས་སུ་རྩོམ་པ་ལ་སློབ་པ་
 རས་ ལྷོ་གསུམ་ལས་ ལྷོ་རྩལ་གི་རིང་བཅོན་དུ།
- བ ༣-༤ དགོ་བའི་གྲོགས་རམ་དང་ འབྲེལ་ལྷན་སློབ་པའི་རིགས། སློབ་ཟིན་ཏེ་ ལོ་རྒྱུ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་དུ་ ཅི་དང་
 ཅིའི་དོན་དུ་སློབ་བཞེས་ཀྱང་དེའི་ལས་འགོ་བརྩམས་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་འབྲེལ་ལྷན་མ་ཅུ་ གཞུང་བཞེས་
 མཇུག་པ་ནས་ ཡོ་བྱེད་སོགས་དགོས་ལས་གང་ཞིག་ལ་འཇུག་ ལྷན་ཁང་སོགས་དམངས་དོན་ལ་ ཕན་གནད་ཅན་
 ཞིག་ཏུ་གནང་རྒྱ།
- བ ༣-༥ དེ་ལྟར་དགོ་བའི་གྲོགས་རམ་དང་ འབྲེལ་ལྷན་སློབ་སྐབས་ཏྲོག་བསྐྱེད་ཟིན་པའི་རྗེས་སུ་ ལྷོ་གཅིག་ལས་མ་
 འགྲུངས་པར་འབྲེལ་ལྷན་སྐྱེལ་ལུས་དང་རྩིས་ལྷན་བཅས་ བྲིམས་དཔོན་རྩེ་སྐྱེལ་བར་འོང་དགོས། དེ་ལས་
 གལ་ན་ འབྲུང་བཞེས་ཏེ་གྲོགས་རྒྱུད་དེ་འགྲུངས་པ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས། ཚད་པ་རུབ་གསུམ་ཅུ་ནས་ཉིས་བརྒྱའི་
 བར་དུ་སོགས།

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་རིག་ནས་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་ཚོག་ཐམས་སྤྱོད་མི་
ཚོགས།

ཐ ༣-༧ འབྲུག་གི་མི་སེར་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་རོལ་དུ་ ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་གཙུག་ཅེས་ ཅི་དང་གང་ཡང་མིང་ངམ་དགོ་བའི་
དོན་དུ་ ཉམས་གསོའམ་ གསར་བཞེང་གི་ཆེད་དུ་ འབྲེལ་ལུ་དང་ཞལ་འདེབས་རེ་སྤུལ་ན། དེ་ནི་འབྲེལ་
ལུ་འམ་ ཞལ་འདེབས་དེ་དང་འབྲ་འབྲ་གཞུང་ལ་ཁྲལ་འབྲུལ་སྤུལ་དགོས། དེ་ལས་གལ་ན་ ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་
ཇི་ཅམ་སྤྱོད་པ་ དེའི་ལོག་བཟུབ་ཉེས་བྱ་པོ་གས།

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

- བ ༤-༡ གཤེན་པོ་འདས་པའི་སྐབས་སུ་ སྲིད་ལེན་སྤྲུལ་ལེན་ཞེས་ བརྟམ་ལབ་སྟེ་ མགོན་པོ་འདུ་འཛོམ་བྱ་མི་ཚོ་གྲ།
- བ ༤-༢ གཤེན་པོའི་དོན་དུ་ སྲོག་གཙོད་དང་ ཆང་ཨ་རའི་བྱ་བ་སྦྱོད་མི་ཚོ་གྲ།
- བ ༤-༣ གཤེན་པོའི་ཆེད་དུ་བ ༤-༡) དང་བ ༤-༢ པ་ལས་གཤེན་པོའི་ བྱ་སྦྱོད་བྱེད་ཆེ་ ཉེས་བྱ་རུབ་བཅུ་ནས་རུབ་
 བརྒྱའི་བར་དུ་ཕོག་པ།
- བ ༤-༤ གཤེན་པོའི་མེས་སྐུངས་སྐབས་སུ་ གསུང་ཚོགས་པའི་དབུ་བཞུག་པ་རྗེ་མཁན་པོ་ཡིན་ཆེ་ ཕྱི་བོའི་ཕུལ་ཆས་རུབ་
 བརྒྱ་མན་ཆད་དང་ གཞན་ཡང་སློབ་བཞིའི་གྲངས་ལས་ཡིན་ཆེ་ རུབ་ལྡ་བཅུ་མན་ཆད། ཚོ་ཆེན་སློབ་ཡིན་ཆེ་
 རུབ་བཙོ་ལྡ་མན་ཆད། གནས་བརྟན་ཡིན་ཆེ་རུབ་ལལ་གཅིག་དང་ལྡ་མན་ཆད། གསུང་ཚོགས་པ་དམངས་གི་ཕྱག་
 འཕྲེད་ རུབ་གཉིས་མན་ཆད་བཅས་པ་མ་གཏོགས་ དེ་ལས་གཤེན་པོའི་ཚེ་སྟོན་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ལས་
 གཤེན་པོའི་ཕྱག་འཕྲེད་དང་སྟེ། གསུང་ཚོགས་པ་རྣམས་ནས་ཕྱག་འཕྲེད་ཁ་ཚང་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྦྱོད་དགོ་པ།
 ཁྲིམས་དཔོན་ནས་ཀྱང་ གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་གྱི་ཁ་གྲངས་ ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་ གསུང་ཚོགས་པར་སྤྲོད་ལོག་
 སྦྱོད་ཅིང་ དེ་ལྟར་ཇི་ཅམ་ཐེབས་སུ་ མཆིས་པ་དེ་ཉིད་གཞུང་བཞེས་ཏེ། ཕྱི་བོ་དེ་ལའང་ཐེབས་དེ་དང་འབྲ་
 འབྲའི་ཆད་པ་ཕོག་པ། གཤེན་པོ་ གསུང་ཚོགས་པས་འཕྲེད་ཐེབས་དང་སྤྲོད་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་མི་བཀའ་ལམ་
 གསང་བྱར་བཞག་ཆེ། ཇི་ཅམ་ཁྲིམས་གཤེན་པོའི་ཁ་གྲངས་ཚང་གི་གསལ་གཞུང་བཞེས་པར། དེ་
 དང་འབྲ་འབྲའི་ཆད་པ་ གསུང་ཚོགས་པར་ཕོག་པ་ ཕྱི་བོ་དེ་ལའང་ དེ་བཞིན་ཕོག་པ།

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་བཀྲིས་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་བཙོན་དུ།
- ད ༡-༢ ཁྲིམས་དཔོན་རོ་བོ་དེ་རང་གིས་མ་གཏོགས་ དེའི་ཚབ་ཏུ་མི་གཞན་བཏང་སྟེ་ ཚུན་གཞི་བདེན་བརྒྱན་དབྱེ་བཤེར་
བཀྲིས་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་བཀྲིས་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་སློབ་མཁས་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་འོག་མིན་པའི་ ཁྲིམས་ཁང་གཞན་འོག་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་
རྒྱུ་མེད་ན་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཚུད་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 ཚུད་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་ཚུད་གཞིའི་ལྷ་ཚོགས་ལ་ཚར་རྗེས་ ཞབས་ནས་ཚུད་གཞི་དེ་ མཚུགས་སུ་ཟེན་དང་མ་
ཟེན་ཇི་ལྟར་ཡང་། ཚུད་གཞི་དེ་སྟོར་ ཁྲིམས་ཁང་དང་སྐྱེ་ཚབ་ལ་སོགས་པའི་ཆེ་ཕྲ་སུས་ཀྱང་ ལྷ་ཚོགས་ལེན་པ་
དང་ དབྱེ་བ་དཔྱད་པ་སོགས་མི་ཚོགས།

ཡིམས་གཞུང་

ལེའུ་བརྒྱ་གཅིག་པའི་གཉིས་པ་

ཡིམས་ཁང་གི་བྱ་བའི་གནད་སྲོད།

- ད ༢-༡ རྩོད་གཞི་ཡིམས་ཁང་དུ་སྤྱུག་སྐབས་ རོན་ཚིག་ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་ཡང་ ལྷོ་ཕོ་སོ་སོས་རང་སའི་ལྷོ་ཆོག་ཡི་གེ་ལ་
གསལ་བྲིས་བསུབ་མེད་པ་ཏེ་གཏུ་སྤྱར་ཏེ་ སོ་སོའི་ཐེའུ་འཁོད་པར་བྱས་ཏེ་ ཡིམས་དཔོན་ལ་ཕུལ་དགོས།
- ད ༢-༢ ལྷོ་ཆོག་ཕུལ་སྐབས་ལྷོ་ཕོ་བོ་དེའམ་ དེ་དང་མཁེ་རྒྱུད་ཅིག་པའི་མི་ཡིས་ཕུལ་ན་མ་གཏོགས་ ལྷོ་ཕོ་བོ་དེའི་
ཚབ་ཏུ་གཞན་གྱིས་ཕུལ་བའམ་མི་གཞན་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་ཕུལ་བ་སོའམ་མི་ཚོགས།
- ད ༢-༣ ལྷོ་ཆོག་ཡི་གེ་དང་སྤྱུགས་ཏེ་ ལྷོ་རྟེན་སོགས་རྒྱུ་དངོས་ཀྱི་རིགས་ཅི་དང་གང་ཡང་ཕུལ་མི་ཚོགས།
- 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་ ཡིམས་དཔོན་ནས་རྩོད་དུས་གཏོང་བའི་
ལེན་དེ་རང་བསྐྱར་རྒྱུ་མ་གཏོག་ གཞན་ཡིམས་དཔོན་ལ་ རྩོད་གཞི་དེའི་སྐོར་གཡོ་འགལ་ཡོད་མེད་ ཇི་ལྟར་
ཡང་ ལ་ཡིས་ལ་བ་པའམ་ ཡི་གེ་སྐྱེལ་བ་སོགས་མི་ཚོགས།
- ད ༢-༥ ལྷོ་ཆོག་ཡི་གེའི་རིགས་ རོན་གནད་ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་ཡང་ མངའ་བདག་རྒྱུལ་པོའི་ ཞབས་ལའམ། རང་སའི་
ས་གནས་ཀྱི་ཡིམས་དཔོན། འབྲེལ་བའོང་སའི་ས་གནས་ཀྱི་ཡིམས་དཔོན་བཅས་ཀྱི་རྩུར་བཀལ་རྒྱུ་མ་གཏོགས།
གཞན་གཞུང་ཞབས་ནས་བདེན་བརྒྱུན་དབྱེ་བཤེར་ཚོགས་པའི་ བཀའ་རྒྱུ་མ་ཐོབ་པའི་མི་ནི་ཆེ་འབྲེལ་རྒྱུད་གསུམ་
སུའི་རྩུར་ཡང་ལྷོ་ཆོག་བཀལ་མི་ཚོགས།
- ད ༢-༦ རྩོད་གཞི་དབྱེ་བཤེར་བཞིན་སྐབས་སུ་ ལྷོ་ཕོ་རྣམས་དང་འཇོམས་དཔང་། གཞན་ཡང་དབྱེ་བཤེར་ལ་མཁོ་བའི་མི་
རྣམས་ཐམས་ཅད་ ཡིམས་ཁང་ནས་དུས་ཆེས་དེ་ཙམ་ལ་ཤོག་ཅེས་པའི་བཟང་འཕྲིན་འབྲོར་ཆོ། དུས་ཆེས་དེ་
ལས་མ་འགྲུངས་པར་ཡིམས་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
 ལྗེ་དེ། 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་ལྟོགས་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་ཞི་ གཏམ་གྱི་བདེན་བརྗེན་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་རྒྱུའི་རྩིས་ལྷ་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཕབས་ཏེ་དེ་ཙམ་སྟོན་ཅེས་པའི་བཀའ་རྒྱ་ཁ་གསལ་ཁྲིམས་དཔོན་ལས་
 ཐོབ། དེ་མཚུངས་དྲང་གཏམ་བརྗོད་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་
 སྤྱི་རྒྱ་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་ལེན་འཕྲོག་གསུམ་གྱི་སྐོར་ མི་བསད་ སྐོར་བཅས་པ་མེད་ཆེ་ རྩ་བོ་གཉིས་ཀ་བྲིམས་དཔོན་རྩེ་འོང་ཞིང་ ཕན་ཚུན་བསྐྱམས་གྲིགས་པའི་ལུ་ཆོག་ ལུངས་གསལ་བཀའ་ན་ བྲིམས་ཁང་ནས་བྲིམས་སྐོལ་གཏོང་ཆོག།
- 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་ཆོག།
- ད ༢-༡༢ རྩ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཉེ་ཆོན་དང་ ཚུན་གཞི་དེ་ཉིད་ལས་མཁེལ་ཡོད་པའི་མིའི་རིགས་འཛོམ་དཔང་གི་གྲངས་སུ་མི་ཕྱིས།
- ད ༢-༡༣ ཚུན་གཞི་དབྱེ་བཞེས་བྱེད་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་ཆེ་ དངོས་པོ་སོགས་ཚོང་དང་ སེམས་ཅན་ཡང་རིན་ཐང་ བྲིམས་དཔོན་གྱིས་བཅད་དེ་ལེན་ཆོག་སྟེ། མངའ་ བདག་རྒྱུལ་པའི་བཀའ་རྒྱུལ་གསུ་ མ་ལེབས་ཆེ་ བྲིམས་ཁང་གིས་ དངོས་པོ་སེམས་ཅན་རིགས་བཅོང་མི་ ཆོག། ཆག་པའི་རྩ་བོ་དེ་ལས་གང་བྱུང་ རོ་བོ་འཁྲུལ་མེད་གཞུང་ཞབས་སུ་འབྲུལ་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་ཆོག།

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། ནང་ཁ་ནང་དུ་ལབ་པའམ་ བར་མི་ནས་བསྐྱམས་གིགས་བཅོ་བམོགས་མི་
ཚོགས།
- ད ༣-༢ གོང་གསལ་ཡིམས་དོན་ ད༣-༡ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་མིན་པའི་རིགས་ གནད་དོན་ཇི་ལྟར་ཡང་ ནང་ཁ་
ནང་གིགས་བྱུང་བའམ་བར་མི་སོའ་ཀྱིས་ བསྐྱམས་བཅོ་བམོགས་བྱའོགས།
- ད ༣-༣ བར་མི་བརྩུགས་ཏེ་བསྐྱམས་བཅོ་སྐབས་ བསྐྱམས་བྱུང་བུང་ན་མ་གཏོགས། བསྐྱམས་མ་བྱུང་པ་ལ་བར་གཟན་
མེད་ བསྐྱམས་བྱུང་ཚེ་ བར་གཟན་རུ་བའལ་གཅིག་ཚུན་ཐོབ།
- ད ༣-༤ བར་མི་བརྩུགས་ཏེ་ཁལ་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་རྒྱུད་དོས་ཟ་བ་
སོགས་སྒྲིད་པ་ གྱི་བྱ་བཅི་དང་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོགས་ དེ་ལས་གལ་ན་བཅོན་དུ་ཟླ་ངོ་གསུམ།
- ད ༣-༥ ནང་ཁ་ནང་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་བྱུག་ཚེ། དེ་ལ་ཡིམས་གལ་གྱི་བྱ་བ་མེད་ན་དེ་ཉིད་རང་ལ་ཆ་
འཇོག་གནང་རྒྱུ་ཡིན།

- ད ༣-༦ བུ་ལ་ལ་དུ་ལ་ལ་པ་འམ་ བར་མི་བཅུ་གསུམ་ཏེ་ལ་ལ་བ་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ བུ་ལོ་མོ་བའོ་ཤོར་གྱི་སྐོར་རམ་
གཞན་ཡང་དོན་གཞན་རྗེས་ལང་ གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་ཐིག་པ་དེ་ལ་ཆ་འཛོགས་བྱ་དགོས།
- ད ༣-༧ གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་ལས་སྤར་གྱི་རྟེན་པ་ཐིག་པ་བསུབ་བཅོས་པ་འམ་ཐིའུ་སྐྱོན་ཅན་བཅས་དང་ མི་བྱ་ལོ་འམ་ སྤྱི་ལོ་འི་
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་སྐྱོན་ཅན་སོགས་བྱུང་ན་ཡིག་ཐིག་ལ་ཆ་འཛོགས་མི་བྱ།
- ད ༣-༨ གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་བཅོས་པས་སུ་ ཕྱོད་དེའི་སེམས་ལ་ སྐྱོན་ཡོད་པ་འམ་ སྐྱོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཚེ་ ཡིག་ཐིག་གན་རྒྱ་
དེ་ལ་ ཆ་འཛོགས་མེད།
- ད ༣-༩ དབང་བཅོངས་གྱིས་བཅོས་པའི་ ཡིག་ཐིག་གན་རྒྱ་ལ་ཆ་འཛོགས་མེད།
- ད ༣-༡༠ གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་བཅོས་ཚར་ཏེ་ ཉིན་བཅུ་ཐམས་པའི་ནང་འཁོད་དུ་ཕྱོད་གཉིས་ལས་ སྤུས་ཀྱང་ཐིམས་འང་དུ་
དབང་བཅོང་གི་གན་རྒྱ་བཅོས་པའི་སྐོར་སྐྱོན་ལུ་ གང་ཡང་ལུས་པ་མེད་པ་འམ་གན་རྒྱ་བཅོས་པས་ ཕྱོད་གཉིས་
ཀས་རྒྱབ་མི་བཅོགས་ཏེ་བཅོས་པའི་རིགས་དབང་བཅོང་གི་གན་རྒྱའི་གངས་སུ་མི་ཕྱིས།
- ད ༣-༡༡ གན་རྒྱ་ཡིག་ཐིག་བཅོས་པའི་རིགས་ལ་ ཕྱོད་པོ་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 ༣-༡༢ 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་སྤྲ་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་བཙུ་གཉིས་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་རྒྱུ་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་རྒྱེན་གང་ལའང་ མི་དཀར་པོར་ལྷ་ནག་སྤྱབ་ན་ ཉམ་བཙུན་བཙུན་
བརྒྱའི་བར་དང་། ཕ་བོ་དེ་ལ་སློག་འཇལ་ཀྱང་ཉམ་བཙུན་དེའི་ཕྱིད་ཀ།

ན ༡-༢ རང་ཉིད་དང་ གཞན་ཡང་སྤྱད་སྤྱུ་ལ་ 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་ ཉམ་བཙུན་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་གྱི་སྤྱི་དུ་མ་ལྷག་
བཏོན་པ་བྱུང་ན་ཉམ་བཙུན་བརྒྱ་ནས་ བཞི་བརྒྱའི་བར་དུ་སྤྱེ། མ་དང་སྐྱོན་གྱི་གནད་ལ་བརྟེན་པའི་གསོ་སྤྱོད་
རིན་དང་ མཐུན་རྒྱེན་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་བསྐྱོན་པའི་ འོས་བབས་ཡིམས་ཁང་ལས་དབྱེད་དེ་
སྤྱོད་ལེན་བྱ་རྒྱུ་མ་ཚད་ བརྒྱུད་འཛོལ་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་ཅན་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་འཇིན་དུ་ཉར་བ་བཅས་ནི་ གང་ཡང་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་པའི་གངས་སུ་ཡིན།
- ཕ ༢ བདག་པོ་སུ་ཡིན་མ་བུར་བའི་སེམས་ཅན་རེ་འཕྱོར་པའམ། ཡང་ན་ དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་གྱིས་ ལོ་ཐོག་དང་
 ལྷ་འབྲོག་ལ་སོགས་པར་གཞོན་པ་བཀའ་ཚེ་ སེམས་ཅན་དེ་འཕྱོར་ཉེ་ ཉེན་བདུན་ལས་མ་འགྲུངས་པར་ ས་
 གནས་གྱི་ཁྲིམས་ཁང་ངམ། ཡང་ན་ འགན་ཅན་གྱི་ལག་ཏུ་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་ཆོག། བདག་པོ་ཐོན་པ་ནས་ དངོས་པོ་བདག་པོར་ཐོབ།
 དངོས་པོ་དེའི་ བཙུན་ལྷན་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་མོད་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་བཟོ་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་སྲི་ དམངས་བཅས་པ་ གང་རུང་གིས་གཡེང་སྟེ་ བཟོ་བར་བྱུང་རུང་ དེ་ལ་ཉོགས་བཤད་མེད་པར་བཟོ་བཅུག་དགོས། གཡེང་སར་འཛོམས་དཔང་མི་གཉིས་སམ་ དེ་ལས་མང་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ཚུལ་བཞིན་བཟོ་བལ་ལེ། ཀླུ་པའི་རྒྱུ་མོར་ཐོན་རུང་ མ་ཐོན་རུང་ མི་ དཀར་ལ་ལྷ་ནག་སྐྱབ་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་སྐྱམས་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་སྐྱེ་ལས་ཐོན་རུང་། སེམས་རྟོགས་ལ་བརྟེན་ཅིང་ འཇིགས་ཁང་ལ་འགན་ ཅན། ཡང་ན་ སྟོན་ཆད་སྟོར་རྒྱལ་ཤོར་བ་པོ་དེ་ཉིད་བཅས་ཀྱིས། སེམས་རྟོགས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་མོར་ སྤྲིས་ཚོད་ བྱུང་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་སྐྱམས་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་སྐྱབ་ཚོང་ 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། སྐྱེའམ་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་བཀལ་ཞིང་ དེ་ དག་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཐམས་ཅད་ ལ་གསལ་ལ་ལྷ་ཆོག་སྐྱེལ་དགོས།

- པ ༡༧ ཉེན་ཅན་གྱི་གོ་ཚུགས་ དཀྱིགས་མདའ་དང་མདེའུ་སོགས་མིན་པའི་རྒྱ་ཆས་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ དངོས་པོ་
གཞན་གྱི་རིགས་རྒྱུ་ནི། རྒྱུ་པའི་རྒྱ་དེ་ཉེད་རིན་ཐང་ལ་ཕབས་ཤིང་ རུབ་གཅིག་ལས་ལྡ་བརྒྱའི་བར་གྱི་
ཉེས་བྱ་སྒྲོ་ལོ་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་ཉེ་དེའི་ཕྱིད་ཀ་ལོ།
- པ ༡༨ ཉེན་ཅན་གྱི་གོ་ཚུགས་ དཀྱིགས་མདའ་དང་རྫས་མདེའུ་རྒྱུ་ནི། དེ་ལ་ཉེས་བྱ་སྒྲོ་ལོ་གཉིས་ལས་ལོ་བདུན་གྱི་རིང་
བཅོན་དུ།
- པ ༡༩ གཞུང་མདའ་དང་གཞུང་མདེའུ་རྒྱུ་ནི། དེ་ལ་ཉེས་བྱ་སྒྲོ་ལོ་བཞི་ལས་ལོ་བཅུ་ཐམས་ཀྱི་རིང་བཅོན་དུ།
- པ ༢༠ 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་སྒྲིན་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ་སྒྲོ་བ་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་སྒྲོལ་
 གཅིག་ལས་ལོ་ལྔ་ཚུགས།
- བ ༢ གཞན་གྱི་རྒྱ་ལོར་འཕྲོག་འདོད་བསྐྱེད་དེ་ ལམ་དུ་བསྐྱུགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་སྡོད་གནས་སུ་སོང་བ། རྗེས་
 འདེད་བགྲིས་པ་སོགས་བགྲིས་ཆེ། དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ ལོ་སྟེང་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་ལྔ་ལས་ལོ་བཅུ་ཐམས་ཚུན་བཅོམ་དུ།
- བ ༤ ལག་ཆ་དང་བཅས་ཉེ་ 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་ལྔ་ནས་བཅུ་ཐམས་ཚུན་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་ལྷོས་ཀྱིས་བྱ་རྒྱ།
- བ ༥ དེ་ལྟར་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་པའི་རིགས་ བྱེད་པོ་རྣམས་ལ་འཕྲོག་བཅོམ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱའི་སྟེང་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་
ཐོག་བཏོན་པ་ མ་ཚད། འཛིང་པའི་སྐབས་སུ་ལག་ཐལ་གྱིས་ དབང་པོ་ལ་ཐོ་ཐོའ་པ་དང་ བསད་པ་སོགས་
བྱུང་ཡང་ 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་ཐོག་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་ གཞུང་དུ་བཅུ་འཕྲུལ་དང་བཞག་པ་སོགས་མི་ཚོགས། དེ་ལྟར་
བྱུང་མི་རིགས་ལ་གོ་ཚེད་ཚོགས་ཐམས་ཀྱི་སྐོར་ཡང་ གོ་ཚེད་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིད་ནང་ཁ་གསལ་ཡོད་པ་དེ་
བཞིན་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་འཕྲུལ་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སོང་ཞིང་ཁྲིམས་ཁང་གི་ཐོ་
 ཡིག་ལ། འདས་པའི་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་
 རྒྱུ་སྟོན་འབུལ་བྱ་དགོས།
- བ ༡-༤ བག་མེད་རྒྱུན་གྱིས་མི་བསད་བྱུང་བའི་རིགས། ལག་དམར་པ་དེ་ཉིད་ ཡུལ་མི་འགན་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་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་པ་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་ དུན་པ་གང་ཤར་བཀག་གཡེངས་སུ་བཏང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་བསལ་དཔལ་མ་ཡིན་ཚེ། ལག་དམར་པ་དེ་ལས་ རོ་བསྐྱུ་རུབ་བཞི་བརྒྱ་དང་ ལྷ་རོ་གཅིག་བཙོན་དུ། ཡང་ན་ བཙོན་འབྲུས་སུ་ཉེན་རེ་ལ་ རུབ་གསུམ་རེ་རྩེས་ པའི་ཆད་པ་ཕོགས། གོང་གི་རོ་བསྐྱུ་འདྲུལ་དེ་ འཕྲོན་ཁུངས་མེད་ཚེ། ཉེན་རེ་ལ་རུབ་གསུམ་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་། དུན་ཤེས་བཀག་ཡོད་ཀྱི་བྱ་བ་མ་བྱེད་པར་ དུན་པ་གང་ཤར་བཀག་གཡེངས་སུ་བཏང་བའི་ བྱ་སྤྱོད་ ལས་བརྟེན་ཅིང་ བསལ་དཔལ་ཡིན་ཚེ། དུན་པ་བཀག་གཡེངས་སུ་བཏང་བའི་རོ་བསྐྱུ་རུབ་དུག་བརྒྱ་དང་ཤི་མིའི་བྱིམ་ པ་ལ་རུབ་བཞི་བརྒྱ་སྟོན་རྒྱ། ལག་དམར་གྱི་ཉེས་བྱ་ལྷ་རོ་གཅིག་ལས་ལོ་གསུམ་རིང་བཙོན་དུ། ཡང་ན་བཙོན་ གྱི་འབྲུས་སུ་ ཉེན་རེར་རུབ་གསུམ་རེ་རྩེས་པའི་ ཆད་པ་ཕོགས། གོང་གི་སྟོན་སྐུལ་དང་ རོ་བསྐྱུ་བཙུམ་ པའང་དཔུལ་འཕྲོན་ཁུངས་མེད་ཚེ། ཉེན་རེ་ལ་ རུབ་གསུམ་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་། ཚོའདས་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་རྒྱུན་བྱུང་ལྟར་ 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་སྟོན་ལ་ཉེན་ལར་གྱུར་གཞི་ ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་ བགྱིས་པའི་ བྱ་བ་ལས་བརྟེན། འཚི་རྒྱུན་བྱུང་ན་ ལག་དམར་པ་དེ་ལ་ཉེས་བྱ་༡-༤ པ་དང་མཚུངས།

བ ༡-༨ གོང་ལས་མི་དེ་ གསོད་རྒྱུ་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་ གཤམ་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་ལྡེ་ལས་ཉེར་ལྷུ་ལྟོན། གཞན་དམངས་རྣམས་བཙོན་དུ་ལོ་བཙུ་
ལས་བཙུ་གཉིས་ཏེ། བྱུང་དུ་གྲོས་དཔོན་མ་བཏོན་ཆོ་ ཆོ་བཙོན་དུ་འབྲུ་འབྲུར་ལོ་གོ།
- བ ༡-༡༣ རང་གི་བདེ་ཐབས་སྲུ་འམ་ རྒྱ་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་བཚོའི་གངས་ལས་རྒྱའི་བདག་པོ་ནས་ རང་སྲོག་སྦྱོབ་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་ལ་འང་ཚེ་འདས་དེ་ལས་ ལག་དམར་པའི་ཁོངས་སུ་སྐལ་བའམ་བུ་ལོན་གང་རང་སྤོང་རྒྱུ་ཡོད་ཅུང་།
 དེ་སོགས་ཅི་ཡང་སྤོང་མི་དགོས།
- བ ༡-༡༥ ཚེ་འདས་དེའི་ཁོངས་སུ་ ལག་དམར་པ་དེ་ལ་ སྤོང་རྒྱུ་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་ ཚེ་འདས་ཀྱི་ལུལ་འཛིན་ཐོབ་
 ལམ་ཅན་སུ་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཚང་སྤྱི་གསལ་སྤོང་དགོས།
- བ ༡-༢༠ ལྷོ་བོའ་སློབ་ཐབས་ (ངན) ཟེར་བ་དེ་ ལག་ལེན་བྱ་མི་ཚོ་གཅིང་ ངན་གྱི་ལག་ཆས་སོགས་ དཔེ་
 ཚའང་འཆང་མི་ཚོ་གྲ། དེ་ལས་གལ་ན་ མི་བསད་ལག་དམར་པའི་གངས་སུ་བཅི་རྒྱུ་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་འཇུག་ལ་སྤུལ་བ། མནན་པ་རྒྱབ་པ་སོགས་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས།
- བ ༡-༢༡ སྐར་དུག་བཏབ་སྟེ་མི་བསད་རྒྱུ་དེ་འང་ སྐར་དུག་འཆང་བ་དང་ལག་ལེན་བཏབ་པ་སོགས་ཡེན་མི་ཚོ་གྲ། དེ་
 ལས་གལ་ཉེ་འཆང་བ་དང་ཉོ་བ། བཟའ་བཏུང་ལ་བཏབ་པ་སོགས་གང་ཡང་ར་ཁུངས་གསལ་ཤོར་བྱུང་ན་བ་༡-
 ༡༢ པའི་གངས་སུ་ལོ།

ཁྲིམས་གཞུང་
 ལེའུ་བཅུ་དྲུག་པའི་ དང་པོ་
 ཁྲིམས་གཤམ་བྱ་བྱེད་དང་ དེའི་ཁོངས་གཏོགས་སྒོར།

- མ ༡-༡ སུའམ་གང་ཞིག་གིས་ གཞན་དག་ཁྲིམས་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་ ཅི་དང་གང་རང་བྱེད་ས་མཐོང་རུང་། དེ་མོད་དུ་ ས་གནས་གྱི་ཁྲིམས་ཁང་ལ། ཉེ་འདབས་སུ་ གཞུང་གི་འགན་ཁུར་ཅན་སུ་ཡོད་དེ་ལ་བཟོད་དགོས།
- མ ༡-༢ ཁྲིམས་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་མི་འདྲ་ཡིན་པ་དོ་ཤེས་ན། དེ་ཚོ་རང་གི་ཁྲིམ་དུ་འོང་བའམ་ཡུལ་གྲོང་དུ་ཐོན་ཆེ། དེ་མོད་ལས་བཟུང་སྟེ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཕྱིན་འབུལ་བྱ་དགོས། དེ་ལྟར་བཟུང་མ་ཐུབ་ཆེ་ ས་གནས་གྱི་ཁྲིམས་ཁང་ལ་ རང་གི་ཉེ་འདབས་སུ་གཞུང་གི་འགན་ཁུར་ཅན་སུ་ཡིན་དེ་ལ་བཟོད་དགོས།
- མ ༡-༣ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་མི་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་ དེ་ལས་ནང་སུག་གམ་ལྟོག་བརྟུང་ལེན་ཏེ་ སྲ་གསང་བྱེད་ཅིང་བཞག་པ་སོགས། མདོར་ན་ཁྲིམས་གཤམ་གྱི་མི་ལ་ མྱོཏ་རམ་བཞིས་པ་ལ་ཉེས་བྱ་ནི། ཁྲིམས་གཤམ་ནག་ཅན་དེ་ཉིད་ལ་ ཇི་ཕོགས་གྱི་བྱེད་ཀ་ནས་ཉིལ་པོ་ཚུན།
- མ ༡-༤ ཁྲིམས་གཤམ་གྱི་མི་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་ དེ་ལ་གོ་ཆ་སྤོད་པའམ་བཙོང་ན་ སྤོད་པ་པོ་དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ཆེ་བཙོན།
- མ ༡-༥ རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུ་ ཁྲིམས་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་བྱས་ཏེ་ ཕྱི་ཕྱོགས་སུ་འབྱམས་ཏེ་སྤོད་མི་ལ། ཟ་བུང་དང་ ལྷོ་གོས་དངུལ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེལ་ན། དེའི་གྲས་སུ་གཏོགས་རིགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ་ ཁྲིམས་གཤམ་གྱི་གཏེ་པོ་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཕྱོགས་སུ་འབྱམས་མི་དེ་ལ་ ཉེས་བྱ་ཇི་ཕོགས་དེ་རང་ཉིལ་པོར་ཉི་རྒྱ།
- མ ༡-༦ ཁྲིམས་གཤམ་གྱི་མི་འདྲ་བཟུང་སྐབས་སུ། མི་འདྲ་དེ་ཡིས་དོ་སྐོལ་བྱས་པའམ་ མྱོས་ཐབས་བྱེད་པ་སོཏ་བྱ་ཆེ། མི་འདྲ་དེ་དག་ཐལ་ཤོར་མེད་པར་བཟུང་ཐབས་ལ་བརྟེན་ མི་འདྲ་དེ་དག་གི་སྤེང་དུ་བཟུང་བཤོས་མཚོན་ཆ་རྒྱུ་བཙོན་སྟེ། མི་གཞན་གྱི་སྤོག་དང་རྒྱུ་ལ་གཞོད་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་བབས་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་རུབ་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་བཅས་ 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་༡-༡ 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་བཅས་རྣམས་ གང་ལྟར་ཡང་། གཤམ་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ཙ་༡-༣ པ་ནས་ཙ་༡-༡༠ རྩིན་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་རྒྱུ་བྱས་པ།
- ཙ ༡-༥ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་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་གྱི་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། ཕྱིའི་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་བརྟུབ་
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་རྒྱགས་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་རྒྱལ་གྱི་
སྤྱོད་སྤོན་མ་ལུ་བར་ སྤྱོད་སྤོན་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་དོ་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་ཀྱུན་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་མཇུག་སྐོ་ཅི་རིགས་ལ་ དགོངས་པའི་འཆར་སྤང་ཇི་བཞིན་ ཇི་ལྟོའི་རྒྱལ་དུ་མཇུག་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་སྤང་ཉམ་གཅིག་ ཅུ་བར་བསྟེན་པ་ལས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་གཤམས། མངའ་
 བདག་ཆེན་པོས་ནི་ ཁྲིམས་གཞུང་འདི་ཉིད་བཞིགས་པའམ་བཅོས་པར་ཡང་ཚོགས་སྐྱེ། ཁྲིམས་གཞུང་འདི་དོན་
 ལས་གཤམ་བཟུ་བུའམ་མི་མཐུན་པ་ལྟ་བུའི་མཇུག་སྐོ་ གང་ཐད་ནས་བྱུང་བུང་ དེ་ཡང་དགོངས་པའི་འོས་སུ་
 བབས་པའི་མཇུག་སྐོ་ཡིན་མོད་ཀྱིས་ མི་ཚོགས་འམ་མི་རུང་བ་མེད་པའི་ཁར་ མདོར་ན་མངའ་བདག་ཆེན་
 པོའི་དགོངས་པར་ ཅི་འཕྲུངས་མཇུག་ཚོགས་ཡིན་པ་བཅས་དགོའོ།།

།

ཞེས་སྒྲུབ་དུ་འདེད་ 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། །།
