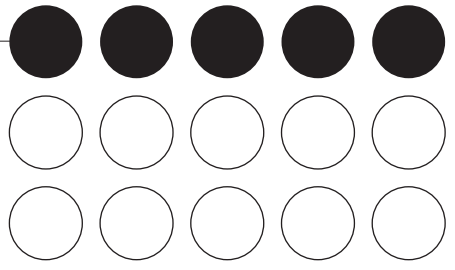


གོང་སེམ་ཕྱིང་ཁའའི་བརྒྱ་གཞུང་།

ཕྱིང་ཁའ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

Dzongkha Development Commission (DDC)



གོང་སྐམ་ཕྱིང་ལའི་བརྒྱ་གཞུང་།

ཕྱིང་ལ་གོང་འཕེལ་རྒྱུ་ཚོགས་ཀྱི།

Dzongkha Development Commission (DDC)

ཕར་དབང་ © 2020 རྫོང་ཁའི་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚན་གསུམ་།

ཕར་དབང་རྩིས་པོར་ རྫོང་ཁའི་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚན་གསུམ་ལྷན་ཡོད་པ་ལུས་ཡིག་ཐོག་གི་གཞུང་བ་མཉེ་

ཕར་ དཔེ་དེབ་འདི་བསྐྱར་བསྐྱུ་དང་ ཆ་ཤས་ཀྱི་དཔེ་བུས་སོགས་ག་གིས་ཡང་འབད་མི་ཚོགས།

ཞུན་དག དྲགོས་སངས་རྒྱས་དྲི་ཇེ། རྫོང་ཁའི་མཁས་མཚོ་གསུམ་།

ཅོམ་རྒྱུ་ག ལྷན་དེག་ཚན་གསུམ་ཚུང་།

ལེགས་བཅོས་ དྲགོས་སངས་རྒྱས་དྲི་ཇེ།

བསྟན་འཛིན་དྲི་ཇེ།

ཀྱན་བཟང་འཕྲིན་ལུས།

བསྟན་འཛིན་དབང་ལྷན་གསུམ་།

གྲོག་མཚུབ། བསྟན་འཛིན་དབང་ལྷན་གསུམ་། བསྟན་འཛིན་དྲི་ཇེ། བཀྲིས་ཚེ་དབང་།

བཀོད་དེབ། བཀྲིས་གྲོག་གསུམ་།

འགོ་འདྲེ། བཀྲིས་ཚེ་དབང་།

དཔེ་སྐྱུ་ག། རྫོང་ཁའི་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚན་གསུམ་། འགྲེམས་སྐྱོམ་ཡང་། 2020

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཡང་། 322663 ཕར་འཕྲིན་ཡང་། 322662

ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སློབ། www.dzongkha.gov.bt

ཕར་བཟུབས། རྫོང་ཁའི་བརྗོད་གཞུང་ཕར་ཡང་།

ISBN 978-99936-15-02-6

ཆེ་བའི་དོན།

དེ་ལྟར་ རྫོང་ཁའི་བདེ་གཞུང་ལྟ་བུ་ཆོས་ལུགས་ལྟོས་སྒྲིག་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཁོངས་ལས་ གཞི་རིམ་
 དང་བཅས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྫོང་ཁའི་བདེ་གཞུང་དཔེ་དེའི་ སོ་སོར་སྤོངས་
 རྒྱུ་ལྡན་ལྟར་ དཔེ་ཆ་ལྟར་དང་བཅས་པའི་ལུགས་སོ་ཡོད། འདི་གིས་ འབྲུག་གི་
 རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ རྫོང་ཁའི་འཇམ་རྟེན་རྟེན་མཚོ་དགོ་པའི་གཞུང་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་
 དོན་ཆ་ཤས་ཅིག་ རྒྱལ་ཡོངས་པ་མཚན་ དུ་ཚུན་ ཤེས་རིག་སློབ་གྲྭ་ཚུ་ནང་ རྫོང་ཁའི་
 བདེ་གཞུང་སློབ་རྟེན་འབད་ནི་འདི་ དཔེ་དེའི་གཞི་ལྟར་བརྟེན་དགོ་པའི་དཀའ་ངལ་འདི་
 ཡང་བསལ་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་ཡི་གཱའི་སྤྱི་བའ་འདི་ འཇམ་རྟེན་རྟེན་མཚོ་ཤེས་རིག་ལྟ་ཡན་
 རབས་འབྲུང་ཆོས་ལུགས་པའི་སེ་བ་ཡོད།

བདེ་གཞུང་དཔེ་དེའི་འདི་ ང་བཅས་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁའི་ གཞི་རིམ་
 རྫོང་ཁའི་བདེ་གཞུང་ལྟ་བུ་ཆོས་ལུགས་ལྟོས་སྒྲིག་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཁོངས་ལས་
 རྒྱུ་ལྡན་ལྟར་ སློབ་དཔེ་དང་སློབ་ཡུལ་ཚུ་ལྟར་ སློབ་རྟེན་གྱི་མཐུན་ཀྱེན་ཅིག་ཡང་
 ཡོད། དེ་ལྟར་ ང་བཅས་པའི་སྐད་ཡིག་གི་བདེ་གཞུང་དཔེ་དེའི་ དེ་སྤོངས་ཆོས་ལུགས་ལྟོས་
 འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཞབས་རྟེན་སྤོངས་ཅིག་ཡིན་པའི་ རྫོང་ཁའི་ལྷན་དུ་སྤོངས་ལྟར་
 འཇམ་རྟེན་རྟེན་མཚོ་ལྟར་ དཔེ་དེའི་ལྟར་དཔེ་ཆ་ལྟར་དང་ དཔེ་དེའི་ལྟར་དཔེ་ཆ་ལྟར་དང་

འགན་ཁག་བཞུགས་མི་ཚུ་གིས་གཅིས་པའི་ ཉལ་འདེབས་གནད་མི་ཚུ་དང་ གཞན་
རྒྱུ་སྐྱེས་གྱི་གོ་གསུམ་རམ་གནད་མི་གསུམ་ལུ་ ང་ལས་ལུ་རངས་གྱི་ བཀྲིའི་དགའ་ཚེས་
ཡོད།

རྒྱལ་ཁབ་གྱི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་གོང་འཕེལ་དང་དཔེ་ལུ་འདི་ མི་མང་ཡོངས་གྱིས་
མཉམ་ཐུབ་ཐོབ་ལས་ གཏུང་དགོམ་ལས་བརྟེན་ དུ་ལས་པའི་ འབྲུག་མི་གསུམ་གིས་
རྫོང་ཁའི་ཡི་གུའི་སྐྱེས་བའ་འདི་ རྫོང་ཁའི་གོང་འཕེལ་ཉལ་ཚུགས་ལས་ གསུམ་བརྟེན་
འབད་མི་དཔེ་དེབ་འདི་ཚུ་ལས་ མ་འགའ་བའི་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་དགོམ་དང་། ཉལ་
པའི་དུ་ ཞེས་འགྲོ་བའི་གྲུ་འི་ཉལ་ཚུ་ལཱ་དང་ལཱ་ཚུ་གིས་ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཡོངས་
གྱི་སྐད་ཡིག་ལུ་ བཟོན་འབྲུགས་སྐོམ་བརྟེན་དེ་ ཞེས་ཚུ་གྱི་ཚུགས་གུ་ལཱ་གསུམ་ཞོམ་
སྐོམ་ཐོབ་ཚུགས་པ་ འབད་དགོམ་པའི་བསྐྱལ་མ་དང་གཅིག་ཁབ་ དཔེ་དེབ་འདི་ཉལ་མི་
ཡོངས་ལུ་ རྫོང་ཁའི་གོང་འཕེལ་ཉལ་ཚུགས་གྱི་ཡོངས་ལས་ལཱ་གསུམ་ཚོའི་གྱི་བཀྲིའི་བདེ་
ལཱ་གསུམ་ཡོད།

ཞེས་པའི་རྒྱལ་མཚན།

རྫོང་ཁའི་

ལོན་བརྗོད།

གོང་རིམ་ཚོང་ཁའི་བདུན་གཞུང་དཔེ་དབུ་འདི་ རྩམ་མཁུ་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་
 གི་ཚོང་ཁའི་བདུན་གཞུང་ གཅིག་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་མེད་པ་ལས་ སློབ་གྲྭ་པ་ཚུ་ ཚོང་ཁའི་
 སློབ་སྦྱོང་འབད་ནི་ལུ་ དཀའ་ངལ་སློམ་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་དུ་ཡོད་མི་གི་དཀའ་ངལ་
 ལུ་ཐབས་ལཱ་དང་། ཉུག་པར་དུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ དཔལ་
 འཛིགས་མེད་གོས་ས་རྣམ་རྒྱལ་དབང་ཕུག་མཚོག་གི་ཞབས་ལས་ འབྲུག་བཟུམ་མའི་
 རྒྱལ་ཁབ་རྒྱུང་གུ་ཅིག་མོ་འདི་ནང་ ཉུག་པར་དུ་གཞུག་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་རང་དབང་གི་ངོ་
 རྟོགས་ཚུ་གིས་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ ཚོང་ཁའི་འཇམ་རྟོད་རྟོསྟེ་ ཉུག་ཚུགས་པ་
 བཟོ་དགོ་པའི་ བཀའ་དགོངས་འགྲུབ་ཐབས་ལཱ་དམིགས་ཏེ་ བཟོ་བཟོ་མ་ཡིན།

གོང་རིམ་ཚོང་ཁའི་བདུན་གཞུང་འདི་ནང་ ལྷོ་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་
 ཡིག་ཚོང་ཁའི་ སློབ་སྦྱོང་གི་གཞི་འགྲུམ་བཅའ་གསུང་ལུ་ མཁོ་ཆེ་བའི་ཡི་གཱའི་སྦྱོར་བའི་
 རིགས་དང་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་རིམ་ ༡༠ པ་ཚུན་གྱི་
 ཞུས་རིག་ཚོང་ཁའི་ཕ་གཞུང་བཀོད་རིམ་ནང་གསལ་ལཱ་གི་ གནས་ཚུན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་
 ཞུས་དགོ་པའི་ཡི་གཱའི་སྦྱོར་བ་ཚུ་ག་ས་ ལེའུ་ ༧ གི་ནང་ལུ་ ཚུན་པ་སྟེ་བཟོ་ཏེ་ཡོད།

དེ་ཚུ་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ཅིན་ ཡོང་ཁའི་ཡི་གཱའི་སྐྱོད་པའི་གཞི་འགུམ་ཤེས་ཡོན་གྱི་
འོག་ས་གུ་ལ་འབྲེལ་ཚུགས་པ་ལུ་བཅའ་ཚུ་མ་མེད།

དཔེ་དེ་བའ་འདི་ ཤེས་རིག་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྲའི་སློབ་ཡུག་གི་སློབ་དེ་བ་སླེ་ ལག་
ལཱེ་འབྲེལ་བརྟུང་མ་ཚད་ སློབ་ཡུག་དང་སློབ་དཔོན་གཉེན་ཆེ་མེད་ཀྱི་ཚུ་བ་རྩེ་དཔེ་དེ་བ་
སླེ་ཡང་ ལག་ལཱེ་འབྲེལ་བརྟུང་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ སྤྱི་འབྲུང་ཡོང་ཁ་སློབ་སྐྱོད་
འབད་མི་ཚུ་དང་ གཞི་རྩེ་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྐྱོད་པ་ཚུ་ལུ་ཡང་ ཡོང་ཁའི་ཡི་གཱའི་སྐྱོད་
པའི་གཞི་རྩེ་སློབ་སྐྱོད་དཔེ་དེ་བ་སླེ་ ལག་ལཱེ་འབྲེལ་བརྟུང་།

གོང་རིམ་ཚོང་ཁའི་བརྟུང་དཔེ་དེ་བའ་འདི་ གཙོ་བོ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོའི་
ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གསར་བརྩོན་འབད་མི་ ཡོང་ཁའི་བརྟུང་
གསར་པ་ལུ་གཞི་བཞག་ཏུ་ བཅོམ་བཅོམ་དང་། དེ་ལུ་ལེགས་བཅོས་འབད་དགོ་མི་ཚུ་
སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ཟຳ་ ༡ པའི་ཚེས་ ༡༧ ལས་ ༢༩ ཚུན་ ས་གནས་ཡུན་ཚོགས་
གི་ལུ་ཚོགས་མི་ ཡོང་ཁའི་ལྷན་རིག་ལུ་འཛུམས་ནུང་འབྲུང་མི་གི་ལེགས་བཅོས་
གོས་ལྷོན་ཚུ་དང་ དེ་གྲུ་འབྲེལ་ཡོད་ ཤེས་རིག་ཚོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་གི་ ཡོང་ཁའི་ཅུ་
གཞུང་བཞོད་རིམ་དང་ ཡོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་དང་ ཡི་གཱའི་སྐྱོད་པའི་སློབ་དེ་བ་ཚུ་དང་
འཕྲིལ་ཏུ་བཅོམ་ཡི། དེ་མ་ཚད་འོས་འབབ་གང་ཡོད་ཀྱི་དག་ཡིག་གཞན་དང་ གཞན་

ལས་ལང་ལེགས་ཆ་བསྐྱེད་ལེན་ཐོག་ལས་དང་ རྩོམ་སྒྲིག་པ་དང་ལྷན་དག་པའི་རྒྱུད་ལྷ་
ཡོད་པའི་ཉམས་སྦྱོང་གང་ཡོད་དང་ འཕམ་ལྷན་རིགས་པ་ཅི་རིགས་ཀྱིས་བརྒྱུན་ཏེ
གཏན་འབེབས་གྲུབ་གྲུབ་ཅིག་ཡིན།

འདི་གིས་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཡོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་གི་བསྐྱེད་པ་ལས་རྒྱས་
གོང་འཕེལ་ལྷ་ཡན་པའི་རེ་བ་དང་ ལྷག་པར་དུ་ ཡོང་ཁ་སློབ་སྦྱོང་ལྷ་དོན་གཉེན་ཅན་
སྤྱི་དང་ སློབ་ཡུག་ཡོངས་ལྷ་ ཡོང་ཁའི་ཡིག་སྦྱོར་གཞི་འགྲུམ་ཚེགས་གྲུབ་འབྲེལ་གྱི
ལྷ་ ཡན་ཐོགས་སློབ་འཁྲུང་རྒྱགས་པའི་རེ་མོན་སློབ་ཡོད།

རྩོམ་སྒྲིག་པ་དང་ལྷན་དག་པ་རྩུ་ལྷ་ རྩོམ་སྐྱེད་ལས་རིག་ལོ་བས་དམན་པའི་དབང་
ལས་འཁྲུང་མི་འགལ་འཛེལ་ལྷན་འཁྲུལ་གྱི་ཆ་གང་ཡོད་ གཟུར་གནས་མཁུལ་དཔྱད་ཚུ་
ལྷ་ བཟོད་གསེལ་ལྷ་ལྷན་དང་གཅིག་ཁར་ མ་བརྟུབ་མི་རྩུ་ལྷ་ ལྷོན་སེལ་ལེགས་བཅོས་
ཀྱི་གྲོས་འཆར་གང་གཏན་ དང་ལེན་ལྷ་ཚོགས་པས་ཡོད་པ་བཅས་ལྷ་བ་ལགས་སོ།།

རྩོམ་སྒྲིག་པ་དེ་ཚོ།

ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

སྤྱི་ལོ་ 2020 ལྷ་ 4 ཚེས་ 24 ལྷ།

ལེའུ་དང་པ་ ཡི་གཱའི་སྒྲིམ་པའི་ངོ་སྤྲོད། ༡༠

༡. ལྷོ་མཚམས་སྐད་ཡིག། ༡༡
༢. འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡོད་པའི་སྐད་ཡིག། ༡༢
༣. རྫོང་སྒྲིམ་ལྷན་གཞན། ༡༥
༤. མིང་ཚིག་བརྗོད་པའི་དབྱེ་དཔྱད། ༢༤

ལེའུ་གཉེས་པ་ བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་དུས་གསུམ། ༢༧

༡. དངོས་པོ་བཅད་ག་གཞན་གྱི་ངོ་སྤྲོད། ༢༧
༢. དངོས་པོ་བཅད་ག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ། ༣༠
༣. བྱེད་འབྲེལ་དང་བྱེད་མཉེན་གྱི་ལས་ཚིག། ༣༢
༤. དུས་གསུམ་དབྱེ་བ། ༣༥

ལེའུ་གསུམ་པ་ ལྷན་དབྱེ་བརྒྱན། ༣༧

༡. རོ་བོ་ཅམ་ལྷོ་ལ། ༣༧
༢. ལས་ལུ་བྱ་བ། ༣༩
༣. བྱེད་པ་པོའི་ལྷན་དབྱེ། ༤༡
༤. དགོས་ཆེད། ༤༢
༥. འབྲུང་ལྷུང་། ༤༣

6.	འབྲེལ་སྒྲིག་།	༤༥
༧.	གནས་གཞི་།	༤༩
༨.	བརྒྱུད་པ་འཕོད་སྒྲིག་།	༤༩
ལེའུ་བཞི་པ་ ཇེས་འཇུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཡན་།		༥༢
1.	སྤྲེལ་བའི་འཇུག་ཚུལ་།	༥༢
2.	ཉུག་བཅས་།	༥༤
3.	མིང་མཐའ་དཔྱད་ཡུལ་།	༥༦
ལེའུ་ལ་པ་ ཡན་རང་དབང་ཅན་རྒྱུང་པའི་ཡན་།		༦༡
1.	ན་དང་ཅིན་།	༦༡
2.	ཅི་དང་ཡི་།	༦༢
ལེའུ་དུག་པ་ ཡན་རང་དབང་ཅན་སྟེ་ཚན་ཅན་གྱི་ཡན་།		༦༥
1.	སྤྱི་སྒྲིག་།	༦༥
2.	བདག་སྒྲིག་།	༦༩
3.	དགག་སྒྲིག་།	༦༩
༤.	བཅོམ་གྱི་སྒྲིག་།	༧༠
5.	འདྲི་ཚིག་།	༧༠

- 6. མཚུངས་གསལ་གྱི་རྒྱ།..... ༧
- ལེའུ་བརྟེན་པ་ ཡི་གཱའི་སྤྱོད་བའི་ཡན་ལག།..... ༧
- 1. འབྲེལ་ཚིག་ལག་ལེན།..... ༧
- 2. བརྟེན་གྲོལ་རིགས།..... ༧

ལེའུ་དང་པ་ ཡི་གུའི་སྐྱོར་བའི་ངོ་སྤྲོད།

ཡི་གུའི་སྐྱོར་བ་ཟེར་མི་འདི་ གང་ཟེག་སོ་སོའི་ སེམས་ཁར་ཤར་མི་གི་མཉེ་དོན་ ངག་
ཐོག་ལས་འཕྲོད་མི་ཚིག་ཚུ་ ཡིག་ལམ་ལས་ གཞན་ལུ་གོ་བར་མ་འཁྲུལ་བར་སྤོད་
མི་འི་ རྣམ་གཞན་འདི་ལུ་སྤྲོད་ཡི་ཞེ། རྣམ་གཞན་འདི་གིས་ རང་གི་མཉེ་དོན་གཞན་
ལུ་ འཁྲུལ་བ་མེད་པར་ བརྩ་སྤོད་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ གཞན་གྱིས་ཡིག་ཐོག་ལུ་
བཀོད་བཞག་མི་ཚུ་ཡང་ རང་གིས་གོ་དོན་ལེན་ཚུགས། དེ་མ་ཚད་ ཡི་གུའི་སྐྱོར་བ་
འདི་ལུ་བརྩེ་ཏེ་ མཁས་པ་ཚུ་གི་རིག་པ་དང་ཉམས་སྲུང་ཚུ་ རང་གིས་འཕྲོད་ཚུགས་པ་
ལས་བརྩེ་ཏེ་ བརྩ་སྤོད་ཡི་གུའི་སྐྱོར་བ་འདི་ ག་ཅི་ལས་ཁག་ཆེ་ཏོག་ཏེ་ཅིག་ཡི་ཞེ།

དེ་ལས་ ཡི་གུའི་སྐྱོར་བ་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ མཁས་པ་གཞན་གྱི་རིག་པ་ཐོབ་མི་པར་
བཞག་ཏེ་ རང་གི་མཉེ་དོན་ཡང་གཞན་ལུ་ གོ་བར་སྤོད་མི་ཚུགས། འདི་གིས་སྐྱོ་
དང་པ་ར་ རང་གི་ཀླུ་ཁབ་གི་ ཀླུ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཡོང་ཁའི་ཡི་གུའི་སྐྱོར་བའི་
རྣམ་གཞན་ཤེས་དགོ་པ་ཡི་ཞེ། ཡོང་ཁའི་ཡི་གུའི་སྐྱོར་བའི་རྣམ་གཞན་ལུ་ སྐད་ཡིག་
ངོ་སྤོད་དང་ རྫོང་གྲྲ་རྣམ་གཞན་ལས་འགོ་བཟུང་ཏེ་ སྤྱད་བྱ་ཡི་གུའི་རྣམ་གཞན་

མིང་ཚིག་བརྗོད་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་། སྤྱོད་ཚུལ་ཚིག་ཕྱད་ཀྱི་འཇུག་པ་དང་། མཇུག་ཡི་གུའི་
སྤྱོད་བའི་ཡན་ལག་གི་རིམ་པ་ཚུ་དང་བཅས་པ་སློལ་ཡོད།

དེ་ཚུ་ལས་། རྫོང་ཁའི་བརྗེ་གཞུང་གཞི་རིམ་དང་བར་རིམ་ནང་མ་ཚུད་མི་ཚུ་ འདི་ནང་།
བཤད་དེ་ཡོད་པའི་ཁར་། ཉེ་མ་ལས་ཚུད་མི་ཚུ་ལས་ཡང་། ཁག་ཆེ་མི་ལ་ལྟ་ཅིག་ དུ་བྱེ་
དུ་ཕྱད་ཀྱི་དུ་ལྟ་གསལ་དེ་དུ་ལྟ་བུ་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ འདི་ནང་རིམ་པ་བཞི་ལྟ་བུ་བཤད་དེ་
ཡོད། ལེ་ལྟ་འདི་ནང་ དང་པ་ སྤྱི་བརྟུང་སྐད་ཡིག་ གཉིས་པ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་ གསུམ་པ་ རྫོང་སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་གཞན་གྱི་ མིང་ཚིག་རྫོད་པའི་དུ་བྱེ་དུ་ཕྱད་
བཅས་བཤད་ནི་ཡོད།

༡. སྤྱི་བརྟུང་སྐད་ཡིག་།

སྐད་ཡིག་ལྟ་ སྐད་དང་ཡི་གུ་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ལས། དང་པ་ སྐད་ཟེར་མི་འདི་
མི་དང་ལེ་མས་ཅན་ འབྲུང་བ་བཞི་ལྟ་སྐད་ ག་ར་ལྟ་སྤྱབ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་ ད་ཉོ་
སྐབས་སུ་འབབ་པ་ ལྷ་ཤེས་ཤིང་དེ་ལྟ་གོ་བ་ མིའི་མཚན་ཉིད་ ཟེར་དོ་བཟུམ་ གཅིག་
གིས་སྤྱབ་ད་ གཅིག་གིས་གོ་ནི་ཡོད་པའི་ འགྲོ་བ་མིའི་ཁ་སྐད་འདི་ལྟ་ ཅོས་འཛིན་
འབད་མ་ཡིན། ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ ལ་ལས་འབྲེན་མི་གི་སྐད་འདི་ རྫོང་སྤྱི་ཚུལ་མཇུག་

ཕྱོད་ཚུགས་པའི་ ཡི་གུའི་རྩོད་པའི་ཐོག་ལས་ དེ་མོའི་གཟུགས་རྣམས་ལྷོ་ བཞོན་ནི་
ཡོད་མི་འདི་ལུ་སྤང་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ལ་སྐད་ཟེར་བ་ཅིན་ ཡིག་ཐོག་ལུ་
འབྲི་ནི་ ཡོད་མི་དང་མཉེ་མི་གི་ ལ་སྐད་ག་ར་ལུ་ གོ་མ་ཡིན་ཅུང་ ལྷན་ཡིག་ཟེར་མ་ད་
ཡིག་ཐོག་འབྲི་ནི་ཡོད་པའི་ལ་སྐད་ཅིག་ལུ་ ངོས་འཛིན་འབད་དགོ།

2. འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡོད་པའི་སྐད་ཡིག།

༡) འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ལ་སྐད་མ་འདྲ་མ་འདྲ་མང་རབས་ཡོད་ཅུང་། རྒྱལ་ཡོངས་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་འདི་ ཡོད་ལ་ཡིན། འབྲུག་གི་ལ་སྐད་ཚུ་ལས་ རྩོད་པའི་ལ། མོན་པའི་
ལ། དགུང་འདུས་པའི་ལ། ཆ་གྲིང་པའི་ལ་སྐད་ཚུ་ ད་རེས་ནངས་པ་སྤང་མི་ཉུང་སུ་ཤེ་
ལས་བརྒྱུ་ཉེ་མཉེ་པ་ལས་ ཡལ་ནི་གུ་ལྷོད་དེ་ཡོད། རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལག་ལུ་ཉེ་འབྲེལ་
ནི་ཡོད་པའི་ ལ་སྐད་ཚུ་ལས་ ཡིག་ཐོག་འབྲི་ནི་ཡོད་མི་འདི་ ཡོད་ལ་དང་ ཡིང་ལི་ཤ་
ཚོས་སྐད་དང་ རྩོ་མཚམས་ལ་བཞི་ཡིན། དེ་ཚུ་ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ངོ་རྒྱུགས་སྐྱེ་
རྒྱལ་ཡོངས་ལུ་བདེ་དོན་སྤོད་ལུ་ཉེ་འབད་མི་འདི་ ཡོད་ལའི་སྐད་ཡིག་ཡིན།

ཁ) འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ རྫོང་ཁའི་ཡི་གུ་ལུ་ ཀ་མཉམ་སྤུམ་ཅུ་ཡོད།
དེ་གུ་ འདོགས་ཅན་ལུ་ ལ་བརྟགས་ཅན་༧ ས་བརྟགས་ཅན་༡༤ ལུ་བརྟགས་ཅན་༤
ཡུ་ཟུང་ཅན་༡༩ དང་ འདོགས་ཅན་༤༠ ཡོད།

མགོ་ཅན་ལུ་ ས་མགོ་ཅན་༡༩ ལུ་མགོ་ཅན་༡༠ ས་མགོ་ཅན་༡༡ དང་ མགོ་ཅན་
༩༩ ཡོད།

དེ་ལས་ འོག་ཡིག་༥ དང་ མཐུག་ཡིག་༤ འབད་ཡུལ་ ཡིག་གཞུགས་མ་འདྲ་ཡ
བསྐོས་ས་༡༡༤ ཡོད།

དེ་གུ་ དབྱུངས་བཞི་དང་ རོ་མ་འཇུག་ལ་ རྗེས་འཇུག་བཅུ་ ཡང་འཇུག་གཅིག་ མིང་
མཐའ་བདུན་དང་བཅས་པ་ཡོད་མི་རྒྱ་ རྫོང་ཁའི་སྤྱི་བུ་ཡི་གུ་འི་ རྒྱུ་གཞུག་ཡིན།

ག) འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ ཡི་གུ་འདི་ མཉམ་སྤུམ་ཡིག་ཡིན། མཉམ་སྤུམ་ཡིག་འདི་
ཉེ་མ་དུས་སེམས་༥ པའི་ནང་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ ཟུམ་ཐང་ལུ་འབྱོར་མཉམ་དུ་ ཡུག་ལུ་མི་
འོ་རྒྱ་བ་འདྲམ་མ་ཅེ་མང་གིས་ ཟུམ་ཐང་སྤྱི་རྗེས་ལུ་ སྤྱི་སྤྱོད་ལཱ་གསལ་བཟོ་དེ་ མཇུག་
གནང་ཞུག། དེ་བསྐྱེད་ ཡིག་གཞུགས་དེ་གི་མིང་ལུ་ རྫོང་ཡིག་ ཟེ་བརྟགས་ཡོད་པ་
ཡིན་ཅུང་། རྒྱལ་ལས་ འབྲུག་ཡིག་དང་ རྒྱུག་ཡིག་ འབྲུག་ཡིག་ མཉམ་སྤུམ་ཡིག་

པ་རང་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཡི་གྲ་ ངོ་མ་ མཚོ་གསལ་ཡི་གྲ་འདི་ཡི་ཞུ་མ་ལས་ རྒྱ་གསལ་ཡི་གྲ་
ཚོས་སྐད་གྲི་དཔེ་ཚའི་དོན་ལྟ་དང་ འདྲི་བསྟར་ལག་ལུན་གྱི་རིགས་མཚོ་གསལ་ཡི་གྲ་
ལྟ་གཙོ་བོར་བརྟེན་མ་ཡིན།

3. རྫོང་རྒྱའི་ཞུ་མ་གཞུང་།

རྫོང་རྒྱའི་ཞུ་མ་གཞུང་། ཟེའུ་མི་འདི་ གསལ་ལྟ་བུ་དེ་སྤུ་ལུ་ལུ་ ང་འོ་འི་རྫོང་རྒྱ་དང་ མགོ་
ཅན། འདོ་གསལ་ཅན། འོ་ཞུ་འཇུག། རྫོང་འཇུག། རྒྱ་གསལ་པའི་རྫོང་རྒྱ་ཚུ་ ཡུའི་ཚོས་
སྐད་ལག་ལུན་འབྲེལ་མི་གི་ འདྲི་མ་ལ་ཡའི་རྒྱལ་ལབ་ཚུ་དང་ འཇུགས་མཚུངས་སྤེ་
ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་ དམིགས་བསལ་ རྫོང་ཁའི་འགྲེལ་གཞིས་དང་འཇུག་པའི་
རྫོང་རྒྱ་མ་འདྲེལ་ཡོད་མི་ཚུ་ལྟ་ རྫོང་ཁའི་དམིགས་བསལ་རྫོང་རྒྱ་ཟེའུ་སྤེལ་ཡིན། དེ་ཚུ་
ཡང་ གསལ་ལྟ་བུ་དེ་རྒྱུ་པ། འདོ་གསལ་ཅན། དུ་བྱངས་ལྟན། རྫོང་འཇུག་ཅན། མིང་
མཐའ་ཡར་འདྲེལ་ཅན། ཡི་གྲ་འོག་མའི་འོ་ཞུ་འཇུག་ཡར་འདྲེལ་གྱི་རྫོང་རྒྱ་ཅན་ཚུ་
ཡིན།

ཀ) གསལ་བྱེ་རྒྱུ་པའི་རྫོང་རྒྱ་མ་འདུལ།

ཡིག་གཟུགས།	རྫོང་རྒྱ།	དུས་གསོ།
ང་ལྟ་རྫོང་རྒྱ་ང་དང་ ལ།	ང་ལྟ་གཞན། ལ་འབད་བ་ཅིན།	སྤྱིར་གཏང་གི་རྫོང་རྒྱ་ང། བྱེ་པ་པོའི་རྒྱ་ཞུགས་མི་ཚུ་ ལྟ་ལ།
བ་ ལྟ་ བ་དང་ (ལ)	བ་གིས་ལྷ་བཟའ་འོང། དགའ་བ་ཡོད།	ཚོག་གི་ཏེ་མ་ཡོད་མི་ལྟ་བ། ཚོག་གི་ལྷ་མ་འབྱུག་མི་ཚུ་ ལ།
མ་ལྟ་མ་དང་ (མ)	མི་དབང་མངའ་བདག་ རིན་པོ་ཆེ། མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ།	ཚོས་སྐད་སློབ་སྦྱོར་དགོ་མི་ལྟ་ མི། ཡོང་ཁའི་དུང་འགོ་བ་མི་ལྟ་ མི།

ཁ) འདོགས་ཅན་གྱི་རྫོང་རྒྱ་མཚན་ལྟར།

ཡིག་གཟུགས།	རྫོང་རྒྱ།	དྲན་གསོ།
ཀྱ་ལྷ་(ཅ)དང་(ཀལ)	ལྷ་བརྟོག་ནི། ཡི་གུ་བརྒྱལ་ལུ་ལྷ།	དབྱེད་མེད་ཀྱི་རྗེས་ འཇུག་གཞན་ཚུ་ལྷ་ཅ། རྗེས་འཇུག་དྲ་ལྷ་ས་ ཡོད་སར་ཀལ།
ཀྱ་ལྷ་(ཆ)དང་(ཀལ)	མི་གསུམ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། མི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	དབྱེད་མེད་ཀྱི་རྗེས་ འཇུག་གཞན་ཚུ་ལྷ་ཆ། རྗེས་འཇུག་དྲ་ལྷ་ས་ ཡོད་སར་ཀལ།
ཀྱ་ལྷ་(ཇ)དང་(ཀལ)	ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	དབྱེད་མེད་ཀྱི་རྗེས་ འཇུག་གཞན་ཚུ་ལྷ་ཇ། རྗེས་འཇུག་དྲ་ལྷ་ས་ ཡོད་སར་ཀལ།

<p>ཕྱ' ལུ' (ཅ) ནང་(པཅ')</p>	<p>དཀའ་ལམ་སྐྱུ་དེས། ལ་མ་སྐྱུ།</p>	<p>ཚོས་ཀློན་ཚིན་ལྟ་དང་ གཅིག ཕྱོད་ཁའི་དམིགས་ བསལ་ལྟོན་སྐྱ་པཅ།</p>
<p>ཕྱ' ལུ' (ཆ) ནང་(པཆ')</p>	<p>ཡུག་ལུ་བལྟ་མས། ཕྱེ་བསྐྱུ་ལ་དགོ།</p>	<p>ཚོས་ཀློན་ཚིན་ལྟ་དང་ གཅིག ཕྱོད་ཁའི་དམིགས་ བསལ་ལྟོན་སྐྱ་པཆ།</p>
<p>ཕྱ' ལུ' (ཇ) ནང་(པཇ')</p>	<p>བྱང་ཚུ་བ་སེམས་དཔའ། བྱེ་ལ་འཇལ་ཏེ་བཅིང་།</p>	<p>ཚོས་ཀློན་ཚིན་ལྟ་དང་ གཅིག ཕྱོད་ཁའི་དམིགས་ བསལ་ལྟོན་སྐྱ་པཇ།</p>

ག) དབྱེད་པའི་ལྷན་ཁྲིའི་རྒྱ་མཐུང་ལྟེན་ལྷན་

<p>ཀྱ་ ལྷ་ དབྱེད་པའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ལྷན་ཁྲིའི་ ལོན་པ་ཅིན་ (ཅུ་དང་ཅོ་)</p> <p>དཔེ་ན། ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་</p>
<p>ཀྱ་ ལྷ་ དབྱེད་པའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ལྷན་ཁྲིའི་ ལོན་པ་ཅིན་ (ཀི་དང་ཀོ་)</p> <p>དཔེ་ན། ལྷན་ཁྲིའི་ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་</p>
<p>ཀྱ་ ལྷ་ དབྱེད་པའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ལྷན་ཁྲིའི་ ལོན་པ་ཅིན་ (ཅུ་དང་ཅོ་)</p> <p>དཔེ་ན། ལྷན་ཁྲིའི་ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་</p>
<p>ཀྱ་ ལྷ་ དབྱེད་པའི་ལྷན་ཁྲིའི་ལྷན་ཁྲིའི་ ལོན་པ་ཅིན་ (ལི་དང་ལོ་)</p> <p>དཔེ་ན། ལྷན་ཁྲིའི་ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་</p>
<p>ཀྱ་ ལྷ་ དབྱེད་པའི་ལྷན་ཁྲིའི་ལྷན་ཁྲིའི་ ལོན་པ་ཅིན་ (ཅུ་དང་ཅོ་)</p> <p>དཔེ་ན། ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་</p>
<p>ཀྱ་ ལྷ་ དབྱེད་པའི་ལྷན་ཁྲིའི་ལྷན་ཁྲིའི་ ལོན་པ་ཅིན་ (ཀི་དང་ཀོ་)</p> <p>དཔེ་ན། ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་ ལྷན་ཁྲིའི་</p>

ང') རྩེས་འཇུག་དུ་ན་ལ་ས་ཅན་གྱི་རྫོང་རྒྱ་མ་འདྲ་ལ།

<p>དབྱེད་ས་མཉེ་རྩེས་འཇུག་ ན་ ཡོད་མི་གི་རྫོང་རྒྱ། ༡༩༡ ལུ (༡༽ དཔེར་ན་ སྐད་ལག་ས་ཤོམ་འདུག།</p>
<p>དབྱེད་ས་མཉེ་རྩེས་འཇུག་ ན་ ཡོད་མི་གི་རྫོང་རྒྱ། ༡༩༡ ལུ (༡༩) དཔེར་ན་ ཀུན་གྱི་ཕྱི་སྐྱེད་ལུག</p>
<p>དབྱེད་ས་མཉེ་རྩེས་འཇུག་ ལ་ ཡོད་མི་གི་རྫོང་རྒྱ། ༡༩༡ ལུ (༡༽ དཔེར་ན་ རང་གི་སྐྱུ་ལ་བ་འཛོམས།</p>
<p>དབྱེད་ས་མཉེ་རྩེས་འཇུག་ ས་ ཡོད་མི་གི་རྫོང་རྒྱ། ༡༩༡ ལུ (༡༽ དཔེར་ན་ བཟེ་སྐྱུ་ (ཚོས་སྐད་)</p>

ཅ) རྫོང་ཁའི་ངག་ག་ཤིས་ལུ་ རྩེས་འཇུག་གི་རྒྱ་བཟད་ཀྱང་བརྟོན་མ་དགོཔ།

<p>རྩེས་འཇུག་ ག་ ཡོད་མི་གི་རྫོང་རྒྱ། ཚོག་ཡུའ། ལུ (ཚོའ་ཡུ་)</p>	<p>ག་ ཕྱིར་རྒྱ།</p>
<p>རྩེས་འཇུག་ ང་ ཡོད་མི་གི་རྫོང་རྒྱ། ཁོ་དང་ང་། ལུ (ཁོ་དང་ང་)</p>	<p>ང་རྒྱ་མཉེ།</p>

རྗེས་འཇུག་ ལ་ ཡོད་མི་གི་རྫོང་རྒྱ། ལབའ ལུ་ (ལུ་)	ལ་རྒྱ་མདེ།
རྗེས་འཇུག་ ས་ ཡོད་མི་གི་རྫོང་རྒྱ། གཏོང་མ། ལུ་ (ཏོང་མ་)	ས་རྒྱ་མདེ།

ཆ) རྗེས་འཇུག་ དུ་ན་ལ་ས་དང་གཅིག་ཁར་ དབྱུངས་ལྷབས་ཀྱི་ན་རོ་གི་
རྫོང་རྒྱ་མ་འདུལ།

གྲི་བཅངས།	རྫོང་རྒྱ་མ་འདུལ།
རྒྱ་ གྱི་རྫོང་རྒྱ་ ལུ་	(རྒྱ་འདེ་) དཔེ་ན་ རྒྱ་ལ་འཇུག།
རྒྱ་ གྱི་རྫོང་རྒྱ་ ལུ་	(རྒྱ་འདེ་) དཔེ་ན་ རྒྱ་གསལ་ལྟ་ག།
རྒྱ་ གྱི་རྫོང་རྒྱ་ ལུ་	(རྒྱ་འལ་) དཔེ་ན་ བརྒྱལ་བརྒྱ་གས་ཉེ།
རྒྱ་ གྱི་རྫོང་རྒྱ་ ལུ་	(རྒྱ་འལ་) དཔེ་ན་ བརྒྱལ་ནོར་བརྒྱ་འཇུག་ (ཚོས་ ཀོད།)
བཀོད་ གྱི་རྫོང་རྒྱ་ ལུ་	(ཀོད་འདེ་) དཔེ་ན་ བཀོད་བྱ་བྱེ།
དཀོན་ གྱི་རྫོང་རྒྱ་ ལུ་	(ཀོད་འདེ་) དཔེ་ན་ དཀོན་མཚོག་བཟེ།

བཀོལ་ གྱི་རྫོང་རྒྱ་ ལུ་	(གོའི་ལུ་) དཔེ་ཏུ་ ལཱ་མ་བཀོལ།
བསྐོས་ གྱི་རྫོང་རྒྱ་ ལུ་	(གོའི་སུ་) དཔེ་ཏུ་ བོ་སུ་བསྐོས། (ཚོས་སྐོར།)

ང) མིང་མཐའ་ཅན་གྱི་རྫོང་རྒྱ།

མིང་མཐའ་སོ་སོར་སྤྲུལ་དགོས།	མིང་མཐའ་གཅིག་ཁར་སྤྲུལ་དགོས།
འདྲོད་པའི་དབང་ལུ་མ་གཏང།	འདྲོད་པ་མ་བཅོང།
རྒྱལ་པོའི་ཕྱག་ལཱ།	རྒྱལ་པོ་རིམ་གྱི་ཏུ་ཚུ།
བྱེ་མའི་བཟང།	བྱེ་མ་བཅོང་མི་ཡོད་ག།
བྱ་མོའི་རྒྱ་ཆ།	བྱ་དང་བྱ་མོ།
ཀ་བའི་རྒྱ་ཆ།	ཀ་ཕ་གུ་མ་ཉེ།
བཟོ་བའི་ལག་ཆ།	བཟོ་བའི་ཤོག་ཟེ་སྤྲུལ།

3) རྟོག་འཇུག་ཡས་འདྲེ་ཅན་གྱི་རྫོང་གྲི།

ལྟོག་འཇུག་ཡས་འདྲེ་ཅན་གྱི་རྫོང་གྲི།	རྫོང་གྲི།
རྒྱ་མཚོ་ལུ་	རྒྱ་མཚོ།
གྲུ་བཞི་ལུ་	གྲུ་བཞི།
རྒྱ་མཚེད་ལུ་	རྒྱ་མཚེད།
གྲུ་གལ་ལུ་	གྲུ་གལ།
དྲུག་ལུ་འཁོར་ལུ་	དྲུག་ལུ་འཁོར།
ཚོགས་འགོ་ལུ་	ཚོང་འགོ།
དཔལ་འབྱོར་ལུ་	དཔལ་འབྱོར།
མཁའ་འགྲོ་ལུ་	མཁའ་འགྲོ།
ཡུ་འཕུལ་ལུ་	ཡུ་འཕུལ།
མི་འགྲུས་ལུ་	མི་འགྲུས།
རྒྱ་འབྲས་ལུ་	རྒྱ་འབྲས།
ལས་འབྲས་ལུ་	ལེན་འབྲས།
སྤུ་ལུ་ལྷ་ལུ་	སྤུ་ལུ་ལྷ།
རྒྱ་ལུ་	རྒྱ་ལུ།
ཉི་ལུ་	ཉི་ལུ།
ཉི་ལོག་ལུ་	ཉི་ལོག།

༤. མིང་ཚིག་བརྗོད་པའི་དབྱེ་དུམ་དུ།

༡) རྫོང་ཁའི་བརྗོད་པའི་ནང་ལུ་ སྤྱིར་བརྟུང་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པ་ མིང་ཟེར་
སྤྱི་བཞུགས་མིང་ལུ་ དབྱེ་བ་ མིང་ཅམ་དང་མིང་ཚབ་གཉིས་ཡོད་དུ། མིང་ཅམ་ལུ་ ནང་
གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ སྤྱིར་བརྟུང་སྟེ་ཚན་ལུ་ལྷན་ཚུགས་པའི་སྤྱི་མིང་། དམིགས་བསལ་
གཅིག་ལུ་མ་གཞོགས་གཞན་ལུ་མ་ལྷན་པའི་སྐྱེར་མིང་། སྟེ་ཚན་དང་ཚིགས་པའི་མིང་
ལུ་འཇུག་པའི་ཚིགས་མིང་། གྲུངས་ཁ་དམ་པ་ཡོད་མེད་པའི་གྲུངས་མིང་། མོ་
མའི་མིང་སོ་སོར་ཡོད་པའི་རྩ་གསལ་མིང་། ལུ་ལུ་གོང་མ་ལུ་གྲུས་ཞབས་གྱི་ཞེས་འའི་མིང་
དང་དུག་ཡོད་དུ།

མིང་ཚབ་ལུ་གང་ཟག་གི་ཚབ་ལུ་གོ་བའི་གང་ཟག་གི་མིང་ཚབ། གཞི་གཅིག་ལུས་དབྱེ་
བ་ཡོགས་སུ་བརྟོན་པའི་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་མིང་ཚབ། གང་ཟག་དང་དངོས་པོ་སྤྱིར་བརྟུང་
ལུ་འཇུག་པའི་སྤྱི་འཇུག་གི་མིང་ཚབ། མིང་དང་མིང་ཚབ་དེ་རང་ལུས་ གཞན་ལུ་མ་
གོ་བའི་དམ་བཟུང་གི་མིང་ཚབ། ས་གནས་གྱི་མིང་བརྟོན་མ་དགོ་པར་ ཏཱ་གོ་ཚུགས་
པའི་བྱ་ལུ་གྱི་མིང་ཚབ་དང་ལ་ཡོད་དུ།

ལ) དོན་གྱི་ཁྱད་པར་དང་བཅས་པ་སྟོན་པའི་ཚིག་ཟེར་སྤྲུལ་ཡིན། ཚིག་ཟེར་མི་འདི་
ལུ་ཡང་ བྱ་ཚིག་ ཁྱད་ཚིག་ དེ་བུ་ཚིག་དང་གསུམ་ཡོད། བྱ་ཚིག་ལུ་ བྱ་བའི་ཡུལ་
དང་ ཡུལ་ལུ་བརྟེན་པའི་ལས་ཀྱི་དོན་སྟོན་པའི་བྱ་ཚིག་ བྱེ་པ་ཡོད་དེ་ལུ་བརྟེན་པའི་
ལས་ཀྱི་དོན་སྟོན་པའི་བྱེ་ཚིག་ ལཱ་འབད་ཚར་བའི་ལས་ཀྱི་དོན་སྟོན་པའི་འདུལ་ཚིག་
གཞན་ལུ་བཞེད་ཀྱི་བྱེ་ཚིག་དང་བཞེད་ཡོད།

དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཁྱད་ཚིག་ལུ་ཡང་ སང་བཞེད་ལྟུང་ལུ་ཁྱད་ཚིག་ རྒྱུ་ལའི་ཁྱད་
པར་སྟོན་པའི་གཞུང་གི་ཁྱད་ཚིག་ དུས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྟོན་པའི་དུས་ཀྱི་ཁྱད་ཚིག་ གཞི་
དང་ལྟུང་པ་ལུ་སོགས་པའི་ཁྱད་པར་སྟོན་པའི་ ཡོན་ཏུན་ལྟུང་ལྟུང་པའི་ཁྱད་ཚིག་ ཁྱད་
པར་གྱི་རིམ་པ་སྟོན་པའི་ཁྱད་ཚིག་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཁྱད་ཚིག་དང་ལུ་ཡོད།

དེ་ལས་དེ་བུ་ཚིག་ལུ་ཡང་ བྱ་བའི་མཐུགས་ལོད་ཀྱི་དེ་བུ་སྟོན་པའི་ ལཱ་འབད་ཐངས་
ཀྱི་དེ་བུ་ཚིག་ ལཱ་འབད་ཐངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་རིམ་པ་སྟོན་པའི་ ཁྱད་པར་སྟོན་པའི་དེ་བུ་
ཚིག་དང་གཉེས་ཡོད་པ་ཡིན།

ག) བརྗོད་པའི་གསལ་བསྐྱོད་པའི་བརྗོད་པ་ཟེར་སྐབས་ཡིན། དེ་ལྟར་དུང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ བརྗོད་པའི་རིགས། བརྗོད་པའི་ངོ་བོ། བརྗོད་པའི་དབྱེ་བ། ཚིགས་བཅད་ གྱི་བརྗོད་པ་དང་བཞི་ཡོད།

དང་པ་ བརྗོད་པའི་རིགས་ལྟེ་ གསལ་བཤད་ཀྱི་བརྗོད་པ། འདྲི་བའི་བརྗོད་པ། བཞོན་ རྒྱའི་བརྗོད་པ། སེམས་ཚུངས་ཀྱི་བརྗོད་པ་དང་བཞི་ཡོད། གཉེས་པ་ བརྗོད་པའི་ངོ་བོ་ལྟེ་ བརྗོད་པའི་གཏོ་བོ་ཅིག་དང་ དེའི་སྐོར་ལས་ཡོད་པའི་བརྗོད་པ་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་ལམ་ ལས་ཅིག་དང་ དེའི་སྐོར་ལས་ཡོད་པའི་བརྗོད་པ་དང་གཉེས་ཡོད། གསུམ་པ་བརྗོད་ པའི་དབྱེ་བ་ལྟེ་ རྗོད་པ་རྒྱུ་ལ། ཚེས་ལ། ལྷ་བསྐྱེས་དང་གསུམ་ཡོད། བཞི་པ་ ཚིགས་བཅད་ཀྱི་བརྗོད་པ་ལྟེ་ ཚིག་རྒྱུ་རེ་དུང་ཚིག་འབྲུ་གསུམ་མ་ལས་ དཔུ་མ་རྒྱུ་ འབད་མི་གི་ ཚིགས་བཅད་ཀྱི་བརྗོད་པ་རྒྱུ་དང་བཅས་ཡོད། དེ་རྒྱུ་གི་ ལ་གསལ་གཞི་ རིམ་དང་ བས་རིམ་གྱི་རྗོངས་ཁའི་བདེ་གཞུང་དུང་ གསལ་བཞོན་འབད་དེ་ཡོད་མི་རྒྱུ་ རྒྱ་བས་འདྲི་དུང་ བསྐྱེས་ཞིབ་འབད་དེ་ སེམས་ཁར་ངེས་རྒྱུགས་པ་འབད་དགོ་པ་ཡིན་ བོ།

ཡེ་ལུ་གཉེས་པ་ བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་དུས་གསུམ།

བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་དུས་གསུམ་གྱི་ཡེ་ལུ་འདི་ནང་ལུ་ དང་པ་ དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་ངོ་སྤོད། གཉེས་པ་ དངོས་པོ་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ། གསུམ་པ་ བྱེད་འབྲེལ་དང་བྱེད་མེད་གྱི་ལས་ཚོལ་བའི་པ་ དུས་གསུམ་གྱི་དཔྱེ་བ་དང་ལག་བཞི་ཡོད།

༡. དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་ངོ་སྤོད།

༡) དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་ངོ་སྤོད།

དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་མི་འདི་ ལུ་འབད་མའི་གང་ཟེན་གྱི་ དཔེ་ན། དཔེ་ཆ་ཉོན་མི་གི་སྤོང་དཔེ་ན་ཉེ་དང་། དེ་ལས་ ལུ་འབད་བའི་ནམ་འགྲུང་ དཔེ་ན། དཔེ་ཆ་ཉོན་དེ་སེ་བཟུམ་ དཔེ་ཆ་ཉོན་མི་གི་ ལུ་དང་བཅས་པ་ལུ་ དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་སྤོང་ལོ་ན། དཔེ་ན།

ཁ) དངོས་པོ་གཞན་ནི།

དངོས་པོ་གཞན་ནི་ཟེང་མི་འདྲི་ དཔེ་ནི། ལཱ་འབད་སའི་ཡུལ་ གཞན་ནི་གི་ཤིང་འདྲི་ ལཱ་འབད་སའི་བྱ་བའི་ཡུལ་ལམ་ལས་དང་། ཤིང་གཞན་ནི། གཞན་དགོ། བརྩམ་ བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་གི་རྣམ་འགྲུས་དང་བཅས་པ་ལཱ་ དངོས་པོ་གཞན་ ཟེང་སྤང་ཡི་ནི། དཔེ་ནི།

དངོས་པོ་གཞན་ནི།	
བྱ་བའི་ཡུལ་ལམ་ལས།	བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས།
བསྐྱབ་ནི་ལྟ།	ལྟ་བསྐྱབ་དགོ།
ཐག་གཞན་ནི་ལྟོས་གཞི།	ལྟོས་གཞི་ཚུ་ཐག་གཞན་འོང་།
འདྲི་ནི་གཞན་སྤྱི་ལ།	གཞན་སྤྱི་ལ་འདྲི་དགོ།
བསྐྱུལ་ནི་ལོ་གྲ།	ལོ་གྲ་ལོ་གྲ་བསྐྱུལ་དགོ།
བསྐྱུང་ནི་ལོ་གྲ་ཚང་།	ལོ་གྲ་ཚང་བསྐྱུང་གོ།
བརྩུང་ནི་ལོ་གྲ་མེ།	ལོ་གྲ་མེ་བརྩུང་འོང་།

བསྟོམ་ཤིའི་ཚེས།	ལོ་འཁོར་གྱི་ཟླ་ཚེས་གཅིག་ཁར་བསྟོམ་དགོ།
བྲི་ཤིའི་ཡི་གེ།	ཡི་གེ་བྲི་བར་འགྲོ་གོ།
ཉུང་མོ་བཏང་ས།	ཉུང་མོ་བཏང་སར་ /བཏང་བར་འགྲོ་གོ།

2. དངོས་པོ་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བུ་ལུས་གསུམ།

དངོས་པོ་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བུ་ལུས་གསུམ་ལུ་ བྱེ་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེ་ཚིག་དང་ བྱ་བའི་ལུས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཚིག་ དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉེས་བསྟོམས་ཏེ་ ལུ་འབད་ཚར་བའི་འདས་ཚིག་ གཞན་ལུ་བཀོད་བྱ་བུ་པའི་སྐུ་ལུ་ཚིག་དང་འག་བཞི་ཡོད།

དངོས་པོ་བདག་ བྱེ་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེ་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ དངོས་པོ་བདག་བྱེ་པ་པོ་སྐྱབ་མི་ གཅེད་མི་ཚུ་དང་། བྱེ་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལུ་གི་ཚིག་ རྒྱབ་དེས་གཅེད་དོ་ ཟེར་མི་གི་ཚིག་ཚུ་ལུ་སྐབ་ཡིན། དེ་ཚུ་ག་ར་ དུས་ད་ཉུ་བའི་ཁོངས་ལུ་ བསྐྱེ་ཞི་ཡིན་མ་ལུས། དེ་བཟུམ་མའི་ ཚིག་གི་ཡིག་པ་དེ་ཚུ་ ད་ཉུ་བའི་ཚིག་དང་ ལག་ལུ་འབྲེལ་བ་དགོ།

དངོས་པོ་གཞན་ལྟ་བུ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ དངོས་པོ་གཞན་ལྟ་
 འབད་ས་གི་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་ བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་གི་ཚིག་ བསྐྱབ་ནི་འི་
 ལྟ། གཞན་ནི་འི་ཤིང་ ཟེར་མི་ཚུ་དང་། བསྐྱབ་དགོ་ གཞན་ནི་ཟེར་མི་གི་ཚིག་ཚུ་ལུ་
 ལྷན་ཡིན། དེ་ལས་རིགས་འགྲེལ་ཏེ་ བཏུ་མཚུགས། གཞན་པའི་ འགྲུབ་དུལ། འདྲི་
 ཚུགས། བྲི་བས། འཕྲོ་བ་ས་འཕྲོ་བ། འཕྲོ་བ་སག་ས། འཕྲོ་བ་རྒྱ། འདྲི་རྒྱ། འདྲི་ན།
 འཕྲོ་བ་ན། བསྐྱུལ་བ་ཅིན། ཟེར་མི་གི་བྱ་ཚིག་ཚུ་ཡང་ག་ས་ དུས་མ་འོངས་པའི་ཁོངས་
 ལུ་བསྐྱུ་ནི་ཡིན་མ་ལས། དེ་བརྒྱུ་མ་མའི་ ཚིག་གི་ཡིག་པུ་དེ་བུ་ཚུ་ མ་འོངས་པའི་ཚིག་
 ལག་ལཱ་འཕྲུལ་དགོ།

དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉེན་པོ་བཟོ་མཁེ་ཏེ་ ལཱ་འབད་ཚུ་བའི་སྐབས་ཀྱི་འདས་ཚིག་
 ལྟ་བསྐྱབས་ཚུ་ཡི། ཤིང་བཞུ་ལུ་གཞན་མི་ཚུ་ལུ་སྐྱབ་ཡིན། དེ་ལས་རིགས་འགྲེལ་
 ཏེ་ བཞུ་ཞིན་མ་ལས། བཏུ་ད་ཡི། བཞུ་ད་ཡི། བཞུ་ད་པ་ལས། བཞུ་ཅི།
 བཞུ་ཡོད། བཞུ་ཚུ་མཉམ་དུ། བཞུ་བཞུ་པ། ཟེར་མི་ཚུ་ དུས་འདས་པའི་ཁོངས་ལུ་
 བསྐྱུ་ནི་ཡིན་མ་ལས། དེ་བརྒྱུ་མ་མའི་ཚིག་གི་ཡིག་པུ་དེ་བུ་ཚུ་ འདས་པའི་ཚིག་ལག་ལཱ་
 འཕྲུལ་དགོ་ཡིན། གཞན་ཡང་། ལྟ་བསྐྱབས་ཚུ་ལུ་གྲོས་གཞི་ཐག་བཞུ་ད་
 ལུ་ག། གཞན་ཚུ་ལུ་དྲིས་ད་ལུ་ག། ཡི་གུ་བསྐྱུལ་ཚུ་ཡི། ཡིག་ཚུ་བསྐྱུལ་ད་ལུ་ག།

ཐལ་ཅེ་བརྒྱུད་པའི་དུས་ལོ་ ཅིས་སྐྱ་གཟུང་གཅིག་ཁར་བཞུགས་ཚུལ་ལྟར། ཐོན་གནང་
ལྟར། ཐོན་གནང་ཡི་ལ་སོགས་པ།

གཞན་ལྟར་བཞུགས་ཀྱི་ཐོན་པའི་སྐྱུ་ལ་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ ལྷ་སྐྱུ་བས་ཤིག་ དཔེ་ཆ་བཏུ་ཤིག་
ཟེར་མི་ཚུ་ལྟ་སྲབ་ཡིན། དེ་ལྟ་སྐྱུ་བས་ཤིག་བརྒྱུ་ཡིག་ལྟེ་བ་སོ་སོར་ཡོད་མི་དང་ བཏུ་
ཤིག་བརྒྱུ་ཡིག་ལྟེ་བ་སོ་སོར་མེད་མི་གཉིས་ཡོད། ཡིག་ལྟེ་བ་སོ་སོར་ཡོད་མི་ཚུ་ དེ་
རང་ལག་ལུ་ལཱ་ལ་ཐབ་ནི་ཡིན་ཅུང་ ཡིག་ལྟེ་བ་སོ་སོར་མེད་མི་ཚུ་ སྐྱུ་ལ་ཚིག་འདི་དུས་
མ་འོངས་པའི་དོན་ལྟོན་མ་ལས་ དུས་མ་འོངས་པའི་བྱ་ཚིག་ཚུ་ལག་ལུ་ལཱ་ལ་ཐབ་ལྟེ་
སྐྱུ་ལ་ཚིག་བཟོ་དགོ་པ་ཡིན།

3. ཐུད་འབྲེལ་དང་ཐུད་མེད་ཀྱི་ལས་ཚིག་།

ཐུད་འབྲེལ་ལས་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ ཐུད་པ་པོ་གང་ཟེག་དོན་སྲུ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་བའི་
ལས་ཚིག་ དཔེར་ན་ ལྷ་སྐྱུ་བའི་བརྒྱུ་ཐུད་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཚིག་དང་། ལྷ་
བསྐྱུ་བ་དགོ་བརྒྱུ་བྱ་བའི་ལྷ་སྐྱུ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཚིག་ཚུ་ལྟ་སྲབ་ཡིན། ཐུད་མེད་
ལས་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ དོན་པོ་བཅུ་གཞན་གཉིས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ལས་ཚིག་
དཔེར་ན། ཤིང་གྲུལ། ཆར་པ་ཆད། ཟེར་བ་ཅིན། གྲུལ་སོ་མི་འདི་དང་ ཆད་མི་ཚུ་ལྟ་

བྱེད་པ་ལོ་ ཤིང་རྩལ་མི་དང་ ཚར་པ་གཅེད་མི་ གཞན་མེད་ནི་དེ་གིས་ དེ་བརྒྱུ་མ་མའི་
 ཚིག་ཚུ་ལུ་ བྱེད་མེད་ལས་ཚིག་ ཟེར་སྤྲོད་ཡིན། དཔེར་ན།

༡) བྱེད་པ་ལོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཚིག་

འདས།	མ་འོངས།	དེ་ཉིད།
བསྐྱབས།	བསྐྱབ།	ལྷན་བཟུང་།
བསྐྱོད།	བསྐྱོད།	སྐྱོད།
བསྐྱེད།	བསྐྱེད།	ལྷན་བཟུང་།
བསྐྱུངས།	བསྐྱུང།	ལྷན་བཟུང་།
བསྐྱོངས།	བསྐྱོང།	སྐྱོང།

ཁ) བྱེད་མེད་ལས་ཚིག་

འདས་པ།	མ་འོངས་པ།	དེ་ཉིད་པ།
ལྷོ།	ལྷོ།	ལྷོ།

གྲུབ་ལྗན།	འགྲུབ་འོང།	འགྲུབ་དོ།
འཇུག་ས།	འཇུག་	འཇུག་
ཐོན།	འཐོན།	འཐོན།
ཐོབ།	འཐོབ།	འཐོབ།
འགྲིག་ས།	འགྲིག་	འགྲིག་
རྒྱས།	འརྒྱས།	འརྒྱས།
ཐོན།	འཐོན།	འཐོན།
བབས།	འབབ།	འབབ།
བྱུལ།	འབྱུལ།	འབྱུལ།

བྱེད་འབྲེལ་ལུས་ཚིག་ཚུ་ལུ་ རྟོང་ས་པོ་བདེ་གཞུང་གཞན་གཉེས་ཀྱི་ རྩེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཚད་
 རུས་གསུམ་གྱི་རྩེ་བ་ཡང་ཡོད། བྱེད་མེད་ལུས་ཚིག་ལུ་ རུས་གསུམ་གྱི་རྩེ་བ་ཡོད་པ་
 མ་གཞིན་ལས་ རྟོང་ས་པོ་བདེ་གཞུང་གཞན་གཉེས་ཀྱི་རྩེ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ།།

༧. རྒྱལ་གསུམ་དུ་བྱེད་པ།

རྒྱལ་གསུམ་གྱི་དུ་བྱེད་པ་ལྟ་ དེ་དོས་པོ་བཟུང་ན་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱལ་གསུམ་དང་
 དེ་དོས་པོ་བཟུང་ན་གཞན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་དུ་བྱེད་པ་གཉིས་ཡོད། དེ་དོས་པོ་བཟུང་ན་གཞན་
 དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱལ་གསུམ་ཟེར་མི་འདི་ གོང་ལྟ་བུ་བྲིས་ལྟམ་ནང་བཞག་དེ་ཡོད་མི་བྱེད་
 འབྲེལ་ལས་ཚོགས་ཚུ་ཡིན། དེ་དོས་པོ་བཟུང་ན་གཞན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་རྒྱལ་གསུམ་གྱི་
 དུ་བྱེད་པ་འདི་ གོང་ལྟ་བུ་བྱེད་མེད་ལས་ཚོགས་གི་བྲིས་ལྟམ་ནང་བཞག་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡིན།

བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཚོགས་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཚོགས་ གཉིས་ཆ་ར་ལྟ་ རྒྱལ་གསུམ་གྱི་དུ་བྱེད་
 དང་འབྲེལ་བའི་ ཡིག་ལུང་སོ་སོར་ཡོད་མི་དང་ མེད་མི་ལག་གཉིས་སྟེ་ཡོད། ཡིག་
 ལུང་སོ་སོར་མེད་མི་ཚུ་ རྒྱལ་གསུམ་གསུང་ལྟ་ ཡིག་ལུང་གཅིག་འབད་ར་ ལག་ལུ་
 འབྲེལ་ནི་དང་། དེ་ཚུ་གི་ རྒྱལ་གསུམ་གྱི་དུ་བྱེད་པ་འདི་ བྲིས་ལྟམ་གི་ཚོགས་ཚུ་གིས་
 རྟོག་ཚུགས་པ་ཡིན། དཔེར་ན།

ཀ) རྒྱལ་གསུམ་ཡི་གཞུང་སྐོར་སྐོར་ཡོད་མི།

འདས་པ།	མ་འོངས་པ།	དེ་ཉིད།
བསྐྱེད་པ།	བསྐྱེད་པ།	སྐྱེད་པ།
བསྐྱེད་པ།	བསྐྱེད་པ།	སྐྱེད་པ།
སྐྱེད་པ།	འསྐྱེད་པ།	འསྐྱེད་པ།
མཐོ་མི།	འཐོ་མི།	འཐོ་མི།

ཁ) རྒྱལ་གསུམ་ཡི་གཞུང་སྐོར་སྐོར་མེད་མི།

འདས་པ།	མ་འོངས་པ།	དེ་ཉིད།
ཤར་ཡི།	ཤར་འོང་།	ཤར་དེས།
ཕྱི་ཚེས་ཡི།	ཕྱི་མི།	ཕྱི་དོ།
ལྷ་ཡི།	ལྷ་མི།	ལྷ་དེས།
ཆད་རྒྱལ།	ཆད་འོང་།	ཆད་དེས།
ཤེས་ཅི།	ཤེས་འོང་།	ཤེས་དོ།

ལེའུ་གསུམ་པ་ རྣམ་དཔྱེ་བརྒྱན།

རྣམ་དཔྱེ་བཟེ་མི་འདི་ བརྗེ་དོན་གཅིར་ཡིན་ཅུང་ རྗེ་ཚིག་གི་རྣམ་པ་མ་འདྲ་ལ་རྣམ་
དཔྱེ་བ་སོ་སོ་སྒྲེལ་ཏེ་ རྗེ་རྣམ་གསུམ་པ་འི་ རྣམ་གཞན་གཅིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། དེ་ལུ་ནང་
གསལ་གྱི་དཔྱེ་བ། ངོ་བོ་ཅེས་འབྲོལ་པ། ལས་སུ་བྱ་བ། བྱེད་པ་ལོ། དགོས་ཆེད།
འཕྱུང་ལུངས། འབྲེལ་སྒྲི། གནས་གཞི། འབོད་སྒྲི་དང་བརྒྱན་ཡོད།

༡. ངོ་བོ་ཅེས་འབྲོལ་པ།

རྣམ་དཔྱེ་དང་པ་ལོ་བོ་ཅེས་འབྲོལ་པ་བཟེ་མི་འདི་ བརྗེ་དོན་གཅིར་ཡིན་ཅུང་ དེ་གིས་
མིང་རྒྱུང་པ་ཅིག་མ་གཏོགས་ བྱ་ལས་དང་ ལུང་ཚོས་རྣམ་གཞི་ཡང་ མ་འབྲོལ་མི་འདི་ལུ་
སྤྲོད་ཡིན། དེ་རྗེ་ མིང་ཚིག་བརྗེ་དཔྱེ་པ་འི་རྣམ་གཞན་ནང་ལུ་བཤད་མི་གི་ ལྟུང་མིང་།
སྐྱེ་མིང་། ཚིགས་མིང་། གྲངས་མིང་། རྩམས་མིང་། ཞེས་འདི་མིང་རྣམ་དཔྱེ་དང་། མིང་
ཚིག་གྱི་དཔྱེ་བ་ གང་ཟེག། དཔྱེ་འབྲེད། ལྟུང་ལུག ངེས་བཟུང་། བྱ་ལུ་གྱི་མིང་
ཚིག་རྣམ་དཔྱེ་དང་པ་ ངོ་བོ་ཅེས་འབྲོལ་པ་འི་གྲངས་སུ་རྣམ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་།

- ཀ) ལྷི་མིང་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་ལྷ། སྲོབ་ཕུག་ སྲོབ་དཔོན། ཡམ། དྲག་ཤོས། མི་ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན།
- ཁ) རྣེ་མིང་ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག། ཐིམ་ཕུ། དག་ལེགས། དེ་སྦྱིད། ཇོ་མོ་ལྷ་རྩི་ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན།
- ག) ཚེགས་མིང་ཟེར་མི་འདི་ དྲག་ལག། ཚེགས་པ། ཚེགས་རུང་། ཕུང་པོ། རྟགས་ཚལ་ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན།
- ང) གུངས་མིང་ཟེར་མི་འདི་ འབྲུས་མི་གཅིག། འབྲུས་མི་དག་པ་ཅིག། འབྲུས་མི་ལེ་ཤ། འབྲུས་མི་ལཱ་ལཱ་ཅིག། ཕུད་དོན་གཅིག། འབྲུས་མི་ཚུ། འབྲུས་མི་ཆ་ལྷུ་ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན།
- ཅ) རྟགས་མིང་ཟེར་མི་འདི་ མོ་སྦྱེས། ལམ་སྤུ། བ། གུང་། མོ་ལེགས། མོ་ལེགས། དཔའ་པོ། དཔའ་མོ། སྦྱེས་པ། ཟམ་ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན།
- ཆ) ལེ་སའི་མིང་ཟེར་མི་འདི་ སྤྱ་བཅིང་། རྟགས། ཚེམས། སྤྱ་ཕྱོད། ཐུགས་དམ། གསུང་བཤད་ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན།

དཔེ་གཉིས་ཡོད། ལས་ལུ་བྱ་བ་ལུ་འཇུག་པའི་ ལ་དོན་གྱི་ཀྲོམ་ ན་པ་ལུ་གྱ་ བཞི་
ཡོད། ཀྲོམ་དེ་ཚུ་ ཇེས་འཇུག་གི་དཔེ་བམེད་པར་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན།

༡) ལས་ལུ་བྱ་བ།

ནང་ན་པོ་དོ། སམང་ན་འཇོན། གཞུས་ཁར་སོང་། ཡར་བཅས། གདོང་སྐོར་ལུ་ ཤོག།
དམེ་ལུ་བཟ། འབྲི་ལྷི་གྱ་བཀའ། གདོང་གྱ་དཔུར།

ཁ) ཡུལ་ལས་དཔེར་མེད་ཀྱི་རྣམ་དཔེ།

ཡུལ་ལས་དཔེར་མེད་ཀྱི་རྣམ་དཔེ་བེམ་མི་འདི་ མི་ལུ་སྐྱེ། ཟེར་དོ་བཟུམ་ བྱ་བའི་ཡུལ་
ལམ་ལས་མི་དང་ བྱ་བ་སྐྱེ་བ་གཉིས་ ངོ་བོ་གཞིག་ལས་ སོ་སོར་ཕྱེ་མ་རྒྱགས་མི་ཅིག་
ལུ་ སྤམ་ཡིན།

འདི་གི་དོན་ལུ་ཀྲོམ་ ན་དང་ལུ་ གཉིས་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། བྱ་བ་མར་གྱུར། རོ་
ལྷི་ལུ་སྐྱེ་བ་ལེན། ཨོམ་རུ་ལུ་གྱུར། མི་བྱ་གཞུང་ལུ་སྤམ་ བྱེ་གསེར་ལུ་གྱུར།

3. བྱེད་པ་པོའི་རྣམ་དུ་བྱ།

བྱེད་པ་པོའི་རྣམ་དུ་བྱེད་པའི་འདུ་གནས་མཚོང་ས་ ཟེར་དོ་བཟུམ་ མཚོང་ས་ནི་གི་
ལཱ་འབད་མི་ག་ཡིན་ནུ་ རྒྱུ་ གིས་ འདུ་གནས་ལྷོ་རྣམ་ལས་ འདུ་ལཱ་བྱེད་པ་པོའི་རྣམ་
དུ་བྱེད་སྲིབ་ཡིན། འདུ་གི་དོན་ལཱ་ བྱེད་སྐྱའི་ཕྱད་ གིས་ གྱིས་ གྱིས་ འོས་ ཡིས་
ག་ར་འཇུག་པ་ཡིན། དོན་གྱི་འཇུག་ཚུ་ལཱ་དུ་བྱེད། བྱེད་པ་པོ་གཙོ་ཕལ་གྱིས་དང་།
རང་བཞིན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ རྒྱ་མཚན་ལྷོ་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད། དེ་ཡང་།

༡) བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་

བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་ཟེར་མི་འདུ་ བྱ་བའི་ལཱ་འབད་མི་ བྱེད་པ་པོ་གད་ཟག་དོས་སུ་ཡོད་
མི་ཅིག་ལཱ་སྲིབ་ཡིན། དཔེར་ན། མོ་གིས་ཟག་ས་འཇུག། རྒྱུད་གྱིས་སྲིབ། རྟོན་གྱིས་
ལཱ་བཟོ། ཚེས་དཔོན་གྱིས་གོ་བཅོམ། བྲམ་ས་མཚན།

ཁ) བྱེད་པ་པོ་ཕལ་པ།

བྱེད་པ་པོ་ཕལ་པ་ཟེར་མི་འདུ་ ལཱ་འབད་མི་བྱེད་པ་པོ་ གད་ཟག་དོ་མ་མེད་ཅུང་ ལག་
ཆ་ལ་སོགས་པ་ དོས་པོ་ཚུ་གིས་ འབད་མི་འདུ་ལཱ་སྲིབ་ཡིན། དཔེར་ན། ལབ་གྱིས་
བཅོམ། པོ་སོ་གིས་བྲིས། གྱི་ཅུ་གིས་བརྟོག།

ག) རང་བཞིན་གྱི་བྱེད་པ་པོ།

རང་བཞིན་གྱིས་བྱེད་པ་པོ་ཟེར་མི་འདི་ བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་སེམས་འདུན་དང་། ཡལ་པ་
ལག་ཆ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་མེད་ཅུང་ འཇུང་བཞི་ལ་སོགས་པ་ རང་བཞིན་གྱིས་ལུ་
འབད་བའི་ དོན་ལྟོན་མི་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་ཡིན། དཔེར་ན། རང་བཞིན་གྱིས་མ་འགྲུབ།
ལྷན་གྱིས་འཇོན། རླུང་གིས་གཏོར། མེ་ཡིས་འཚོག། ལེར་བས་བཅོམ། ལ་ཡིས་
མཉམ། རྩ་གིས་འབག།

ང) རྩུ་མཚན་ལུ་འཇུག་པ།

རྩུ་མཚན་ལུ་འཇུག་པ་ཟེར་མི་འདི་ འབྲས་བུ་ཅིག་ རྩུ་མཚན་ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་
འཇུང་མ་ཡིན་ན་གི་ རླུང་སྟོན་པའི་ ཚིག་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་ཡིན། དཔེར་ན། དེ་གིས་སྐྱེ་
ཚོང་ཅི། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་འགྲུག་ཅི། བཏུ་ནི་འདི་གིས་མཚོང་ཡི། སྤྲུམ་ནི་འདི་གིས་
ཏུ་གོ་ཡི།

ཅ. དགོས་ཆ་དེ།

དགོས་ཆ་དེ་ཟེར་མི་འདི་ ལུ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་ས་འབད་ཅུང་ བྱ་བ་དེ་ ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་
འབད་ཕྱ་ཡིན་ན་གི་དོན་ གཙོ་བོ་སྟོན་མི་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་ཡིན། དེ་གི་དོན་ལུ་ཡུང་ ས་

དང་ལུ་ གཉེས་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། རྒྱ་ལཱ་པ་པོ་དང་། དཔེར་ན། ལུ་ལཱ་པ་པོ་ལྟ་བུ་
ཅེས་ལཱ་པ་པོ་དང་ལྟ་བུ་ མཉམ་ཁྲིམ་པ་པོ་དང་། གཞན་ལྟ་བུ་མཉམ་ཁྲིམ་པ་པོ་ལྟ་བུ་

༥. འཇུང་ཁུངས།

འཇུང་ཁུངས་ཟེར་མི་འདི་ ས་ལས་ལོ་ཐོག་ ཟེར་དོ་བཟུམ་ ལོ་ཐོག་ འཇུང་སའི་
ཁུངས་ ས་འདི་ཡིན་པའི་དོན་ལྟོན་པའི་ ཚིག་ཅིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། དེ་གི་ཕྱད་ ལས་
ཡིན། འདི་ལུ་ རྣམ་གསལ་གྱི་དཔྱད་བཤེན། འཇུང་ཁུངས་དངོས་དང་། མ་འདྲ་བ། འགྲན་
ལུ་གྱི་ཁྱད་རིམ་ལྟོན་པ། རྒྱ་མཚན་ལྟོན་པ། ལྷན་པའི་སྤྱོད་བཟུངས་ ལ་ཡོད།

༧) འཇུང་ཁུངས་དངོས།

འཇུང་ཁུངས་དངོས་ཟེར་མི་འདི་ མི་དང་སེམས་ཅན་དངོས་པོ་ ག་ཅི་འཁྲིམ་ཅུང་ འགོ་
དང་པ་ག་ཉེ་ལས་འཇུང་མ་ཡིན་ན་ དེ་གི་ལུ་ལྟོན་པའི་ཚིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། དཔེར་ན།
ལོག་པ་ལས་སྒོ། ཤིང་ལས་འབྲས་ལུ། གཞུགས་ལས་ལུ། ལེངས་ལས་པང་ཅུང་།
སྤྲོད་ལས་ལུ་སྤྲོད་ལས། གཞུང་པས་ལས་ལུ་སྤྲོད་ལས་ལོ།

ཁ) འཕྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ་བ།

འཕྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ་བ་ཟེར་མི་འདི་ འཕྱུང་སའི་གནས་ དོ་མ་མཉེ་རུང་གནས་སྐབས་
ཅིག་ ཡུལ་དེ་ནང་ལས་འཕྲོད་དོ་བཟུམ་མའི་ རྒྱལ་སྲོད་པའི་ཚིག་ལྟ་སྲབ་ཡིན།
དཔེར་ན། ཚེ་དམ་ནང་ལས་། ཡུམ་ནང་ལས་ཉོ། དུལ་ཁུག་ལས་ཉི་ཅུ། མོ་ལས་
གྱི་ ཉམ་ཅུ་ལས་ཡོད་པ།

ག) འགྲན་སྲུང་གི་ཁྱད་རིམ།

འགྲན་སྲུང་གི་ཁྱད་རིམ་ཟེར་མི་འདི་ སེམས་འདྲ་དང་དངོས་པོ་ག་ཅིར་ཡིན་རུང་ ཁྱད་
ཚོས་དང་ ཡོན་ཏུན་ལ་སོགས་པ་ གཅིག་ལས་གཅིག་དྲག་པ་དང་ ཞན་མ་ལ་སོགས་པ་
མ་འདྲ་བའི་ཁྱད་ཚོས་ཀྱི་ ཁྱད་པར་སྲོད་པའི་ཚིག་ཅིག་ལྟ་སྲབ་ཡིན། དཔེར་ན།
དུལ་ལས་གསེར་གོང་མཐོ། རྒྱས་ལས་བལ་ཡང་། མཚོ་ལས་རྒྱ་མཚོ་སློམ།
དལ་མ་སྲོད་པ་ལས་ལཱ་འབད་མ་དག་ལ། སུ་རོ་ལས་ཐེམ་ཡུག་མི་རྒྱུ་བས་མང་།

ང) རྒྱ་མཚན་ལཱ་འཕུག་པ།

རྒྱ་མཚན་ལཱ་འཕུག་པ་ཟེར་མི་འདི་ གནད་དོན་ཅིག་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ འཕྱུང་མ་
ཡིན་ན་གི་ སྐབས་སྲེད་སྲོད་མི་ ཚིག་ཅིག་ལྟ་སྲབ་ཡིན། དཔེར་ན། རང་དོག་པ་ལས་

བཅོད་རྒྱལ། ཉེས་བཀྲས་པ་ལས་བཟའ་ཡི། ཡུ་འགོངས་མ་ལས་འབད་ཚུགས་ཅི།
དབང་མོ་དལ་མ་ལས་ཉལ་ལོ་དེ་ཅི། ཉེས་ཤུར་མ་ལས་རྫོ་ཡི།

6) རྒྱུ་པ་འུ་སྒྲི།

རྒྱུ་པ་ཟེར་མི་འདི་ གང་ཟེག། ཡུལ། རུས། དངོས་པོ་རྩེ་རེ་བཞི་ཉེ་བཤད་མ་དགོ་
པར་ཚིག་གཅིག་གིས་ བསྐྱེད་ཀྱང་མི་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་ཡིན། དཔེར་ན། ཐུམ་ཡུག་ལས་
བུམ་བུ་ཚུན། དམུལ་བ་ལས་ལྷ་ཡུལ་ཚུན། རྫོ་པ་ལས་ལྷོ་ལྷོ་ཚུན། ལྷོ་ཞེ་མ་ལས་
མ་ཤི་ཚུན། འབྲུག་རྒྱལ་དང་པ་ལས་འུ་པ་ཚུན།

6. འབྲེལ་སྒྲི།

འབྲེལ་སྒྲི་ཟེར་མི་འདི་ གཞུ་གི་ལག་པ་ ཟེར་དོ་བཟུམ་ འབྲེལ་གཞི་གཞུ་དང་ འབྲེལ་
ཚོས་ལག་པ་གཉེས་ཀྱི་བར་ན། ཡུ་ གི་ ལྷུར་བའི་བསྐྱེད་ལས་ འབྲེལ་ཚོས་དང་
འབྲེལ་གཞི་གཉེས་ འབྲེལ་བ་བཟོ་མི་གི་ ཚིག་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་ཡིན། འདི་ལུ་ནང་གསལ་
དོ་བོ་བདག་གཅིག། དེ་ལས་དེ་འབྲུང་། རྩེ་དང་བརྩེ་པ། ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་
ཅན། ལྷན་གཞི་དང་ལྷན་ཚོས། རྩེ་དང་བདག་པོ་དང་ རྒྱལ་ཡོད།

ཀ) དེ་མོ་བདག་གཅིག་།

དེ་མོ་བདག་གཅིག་ཟེར་མི་འདི་ འབྲེལ་གཞི་དང་འབྲེལ་ཚོས་དབྱེ་བ་མེད་པར་ དེ་མོ་
གཅིག་སྟེ་ རྩོམ་མི་ལྷ་སྐབ་ཡིན། དཔེར་ན། ཤེལ་གྱི་དམ་སྦྱིས། སེ་བྱ་གི་གོ།
གསེར་གྱི་མཚོན་རྩྭ། དུལ་གྱི་བྱུར་མ། དཀར་པོ་གི་ལ་དོག་།

ཁ) དེ་ལས་དེ་འབྱུང་།

དེ་ལས་དེ་འབྱུང་ཟེར་མི་འདི་ འབྲེལ་ཚོས་དངོས་པོ་ཅིག་ འབྲེལ་གཞི་འབྱུང་ས་ག་ཏེ་
ལས་ཡིན་ན་ འབྲེལ་བ་རྩོམ་མི་ཅིག་ལྷ་སྐབ་ཡིན། དཔེར་ན། བྱམ་ཆ་གི་ལྷ་བ།
བསང་གི་དུ་པ། གངས་གྱི་ཚུ། རྒྱ་མཚོ་འི་རྒྱུང་སམ། རྩའི་དངོས་གྲུབ།

ག) རྩྭ་དང་བརྩྭ་པ།

རྩྭ་དང་བརྩྭ་པ་ཟེར་མི་འདི་ རྩྭ་སའི་གཞི་དང་བརྩྭ་པ་ གང་ཟེག་དང་ དངོས་པོ་རྒྱ་
གི་བར་ན་ འབྲེལ་བའི་ དོན་རྩོམ་མི་ཅིག་ལྷ་སྐབ་ཡིན། དཔེར་ན། གངས་གྱི་སེང་གོ།
སཔང་གི་ཤ་བ། མོ་བྲང་ནང་གི་དཔོན། མཚོ་འི་ཏུ། ས་ལ་མ་ཐོས་འི་ལྷ་ཁང་། ལྷ་ཁང་
གི་སྤྱ།

ང) ཡན་ལལ་གྲང་ཡན་ལལ་ཅན།

ཡན་ལལ་གྲང་ཡན་ལལ་ཅན་ཟེར་མི་འདི་ གཞི་དོ་མ་དེ་དང་ དེ་གི་ཆ་ཤས་རྒྱ་གི་བར་ན་
འབྲེལ་བ་བཟོ་བྱེད་པའི་ཚིག་ཅིག་ལྟ་སྲབ་ཡིན། དཔེར་ན། ལལ་པའི་སྐྱེ་མོ།
རྩའི་མིག་པ། ཀ་ཤ་གི་མཚུག་མ། མེ་རྩོག་གི་འདབ་མ། སྤུ་མའི་ཕྱག། ཕྱག་གི་དེུ་
བཞད། གཟིག་གི་མིག་རྩོ། རྩམ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ། བྱའི་མཚོ་རྩོ།

ཅ) རྩད་གཞི་རྩད་ཚོས།

རྩད་གཞི་རྩད་ཚོས་ཟེར་མི་འདི་ འབྲེལ་གཞི་རྩད་པར་ཅན་གྱི་གཞི་དང་ འབྲེལ་ཚོས་
རྩད་ཚོས་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཚིག་ཅིག་ལྟ་སྲབ་ཡིན། དཔེར་ན། བྱ་
ཚའི་སྤོ་ལོ་བས། མཁའ་པའི་རིག་པ། ཡམ་སྤུའི་རྣམ་འབྱུང། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་
ཀྱི་ཤེས་རབ། ཕྱག་ན་རྩྭ་ལྷེའི་མཐུ་བྱེད་ས། ལྷི་མ་གྱི་བཟོ་བཀོད།

ཆ) རྩྭ་དང་བདག་པོ།

རྩྭ་དང་བདག་པོ་ཟེར་མི་འདི་ མི་དང་སེམས་ཅན་ རྩྭ་དངོས་རྒྱ་གི་ བདག་པོ་ ག་ཡིན་
ན་གི་ འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ ཚིག་ཅིག་ལྟ་སྲབ་ཡིན། དཔེར་ན། སའི་ཇོ་བདག།

དཔེ་ཉེ་གྱི་འབངས་འཁོར་། ཡ་མའི་རྒྱ་ཞོར་། རང་གི་བདོག་གཏོར་། ཉེ་སྤྱང་ལས་
འཇིག་གྱི་མ་དདུལ།

༡. གནས་གཞི།

གནས་གཞི་ཟེར་མི་འདི་ གང་ཟེག་དང་དངོས་པོ་ གང་ཅུང་ཅིག་ གཞི་ཅིག་ལུ་གནས་
པའམ་ ཡོད་པའི་དོན་ཅམ་ལྟོན་པའི་ མིག་ཅིག་ལུ་སྤང་ཡིན། འདི་ལུ་ རྣམ་གསལ་
ཀྱི་དབྱེ་བ་ ཡུལ་གྱི་གཞི་ལུ་གནས་པར་ལྟོན་པའི་གནས་གཞི་དང་ རྣམ་གྱི་གཞི་ལུ་
གནས་པར་ལྟོན་པའི་རྣམ་གྱི་གནས་གཞི་དང་ གཉེས་ཡོད།

༡) ཡུལ་གྱི་གཞི་ལུ་གནས་པར་ལྟོན་པའི་གནས་གཞི།

ཡུལ་གྱི་གཞི་ལུ་གནས་པར་ལྟོན་པའི་གནས་གཞི་ཟེར་མི་འདི་ གཞི་ཡུལ་ཅིག་ལུ་
གང་ཟེག་དང་དངོས་པོ་གང་ཅུང་ཅིག་གནས་ཏེ་ ཡོད་པའི་དོན་ལྟོན་མི་ཅིག་ལུ་སྤང་
ཡིན། འདི་གི་དོན་ལུ་ ལ་དོན་གྱི་ཕན་ རྣམ་ལུ་གྲ་ བཞི་པ་ཆ་རང་འཇུག་པ་ཡིན།
དཔེ་རྟོ།

ཤིང་གུ་བྱ། ཐབ་གུ་ཡུམ། མགུ་རྟོ་ཁར་ལྷོ་མོ། ཡུག་ལུ་དོ་རྗེ་དྲི་ལ་བྱ། རྒྱལ་ཁབ་ལུ་མི་
སེད། མཐའ་ལའོར་ལུ་སྤྱང་སྤྱོད་དམག་མི། གོང་ལུ་དཔོན། བར་དུ་མི་སེད། འོག་
ལུ་གཞོག།

ཁ) དུས་ཀྱི་གཞི་ལུ་གནས་པར་སྟོན་པའི་གནས་གཞི།

དུས་ཀྱི་གཞི་ལུ་གནས་པར་སྟོན་པའི་གནས་གཞི་ཟེར་མི་འདི་ ལོ་བྱ་ལྷག་དུས་ཀྱི་དུས་
ཚོད་གང་ཅུང་ཅིག་ལུ་ བྱ་བ་ཅིག་འབད་ཡོད་པའི་དོན་སྟོན་པའི་ ཚིག་ཅིག་ལུ་སྤྱབ་
ཡིན། འདི་གི་དོན་ལུ་ ལ་དོན་གྱི་ཡུལ་ ལྷ་ལུ་གསུམ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན།

ཚུ་ཚོད་ལུ་ ལུ་ཤོག། ལྷ་ལུ་མཐའ་འགྱུ་ལྷོ་ལོང་། མིག་དམར་ལུ་
ལོག་ནི། གནམ་བསྐྱེ་ཁམས་གཅིག་ཁར་ལྷོ་དོ་ཅི། ཚེས་བཅུ་ལུ་གཟུང་བལྟོས་དིག་དགོ།
ཉེན་ལོག་ལུ་དཀར་མེ་ཡུལ།

༤. བཟུང་པ་འབྲོད་སྐྱོ།

འབྲོད་སྐྱོ་ཟེར་མི་འདི་ གང་ཟེག་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ འབྲོ་བའི་སྐྱོ་ཅིག་ལུ་སྤྱབ་
ཡིན། འདི་ལུ་ལྷ་ལུ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ གང་ཟེག་ལུ་འབྲོབ་པའི་ དིགས་ཅིག་དང་། བྱ་
ཚིག་ལུ་འབྲོབ་པའི་ ལམས་ཚེས་སྟོན་པའི་སྐྱོ་ལའི་དིགས་དང་ གཉེས་ཡོད།

༡) གང་ཟག་གི་འཕྲོད་རྒྱ།

གང་ཟག་གི་འཕྲོད་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ མི་ལུ་འཕྲོད་བའི་རྒྱ་ཅིག་ཡིན། གང་ཟག་གི་འཕྲོད་
 རྒྱ་ གྲུ་ དཔའི་ ཆིད། ཡོད། གྲུ་ཡེ་ ཁོ་རེ་ གྲུ་ལས། རྒྱ་ཡིན། དཔའ་ན།
 དཔའི་ཀམ་རྒྱ་རྒྱ་ཤོག། རྒྱ་ཤོག་དཔའི་ གྲུ་ཡེ་གསན་ད། གྲུ་ལས་རྒྱ་གཏང་། ཁོ་རེ་
 ཏུ་མོ། ཡམ་ཁོ་རེ་ ཡོད། རྒྱ་ཆང་། གྲུ་ རྒྱ་རྒྱ་ཆུ་ལ་འདི་རྒྱ་གཏང་ཞིག། ཡོད། ཡུན་
 རྒྱ་གས། གྲུ་ཡེ་ལོ། ཆིད་ཆིད་ཡེ་ལུ་རྒྱ།

ཁ) སེམས་རྩེ་རྒྱ་ལུ་ཟེར་མི་འདི་ སེམས་ལ་ལུ་ རྩེ་ལྷགས་མ་འདུལ་
 འཇུང་བའི་ རྒྱ་རྒྱ་ལུ་ཟེར་མི་འདི་ སེམས་རྩེ་རྒྱ་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། སེམས་རྩེ་རྒྱ་ལུ་ སྤྲོད་
 རྒྱ་ ཡོད། ཡུན་ ཡེ་འདི་དང་ལ་ཡོད། དཔའ་ན།

འཕྲོད་རྒྱ།	དཔའ་བརྗོད།
སྤྲོད།	སྤྲོད། ལྷགས་པས་མ་རེ་ ཏུ་ལས་པའི་སེམས་རྩེ།
འདི།	འདི། སེམས་ཅན་འདི་འདྲི་གསེས་འདུག། དཔའ་ལུ་ཟེར་མི་སེམས་རྩེ།

ལུགས་ཀྱི་	ལུགས་ཀྱི་ རྒྱུན་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་ དེའི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་
ལུགས་ཀྱི་	ལུགས་ཀྱི་ རྒྱུན་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་ ལུགས་ཀྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་
ལུགས་ཀྱི་	ལུགས་ཀྱི་ རྒྱུན་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་ ལུགས་ཀྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་གྱི་འགྲུལ་འཁུར་

ལེའུ་བཞི་པ་ ཇེས་འཇུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ།

ཇེས་འཇུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཟེར་མི་འདི་ ཡུལ་གཅི་རང་ཡིན་ཅུང་ ཚིག་ཏུ་མམ་གི་
ཇེས་འཇུག་དང་འབྲེལ་བའི་ སྤྱི་ཚོམ་འདི་རིགས་ལུ་སྤྱི་ཚོམ་ཡིན། དེ་ལུ་དྲུང་གསལ་
སྤྱི་ཚོམ་ལུ་ ཉམས་ལེན་ མིང་མཐའ་དང་གསུམ་ཡོད།

༡. སྤྱི་ཚོམ་འདི་འཇུག་ཚུ་ལ།

སྤྱི་ཚོམ་ཟེར་མི་འདི་ ཐོབ་ཀྱི་གོ་ ཟེར་དོ་བཟུམ་ རྣམས་ཐོག་ཅིག་ སྤྱི་ཚོམ་འདི་
དོན་དག་ ཚུ་གཅིག་མཇུག་བསྐྱེད་ཅི་ རྣམ་མི་འདི་ལུ་སྤྱི་ཚོམ་ཡིན། འདི་ལུ་
ཕྱི་གས་ཚིག་ཟེར་ཡང་སྤྱི་ཚོམ་ཡིན། སྤྱི་ཚོམ་འདི་ཡུལ་ ཕྱིང་ཁའི་རྣམས་ལུ་ གོ་ དང་ གོ་
གཉིས་སྤྱི་ཚོམ་ཡིན་ཅུང་། ཚོས་རྣམ་ལས་རྩ་དྲུང་སྤྱི་ཚོམ་ དོ་ གོ་ ལོ་ ལོ་ ཚུ་ཡང་
སྤྱི་ཚོམ་ཡོད།

སྤྱི་ཚོམ་འདི་ཡུལ་ གོ་ འདི་ ཇེས་འཇུག་གི་དབྱེ་བ་མེད་པར་སྤྱི་ཚོམ་ཡིན་ཅུང་། གོ་
འདི་ ཇེས་འཇུག་ རྣམ་མཐའ་མམ་འབྲེལ་གྱི་དང་ དེ་ལས་ ཚོས་རྣམ་ལས་རྩ་དྲུང་ཏུ་
སྤྱི་ཚོམ་ཡོད་པའི་ དོ་ ལོ་ ལོ་ ཚུ་ཡང་ ཇེས་འཇུག་ དུ་མཐའ་ དོ་དང་ ལུ་མཐའ་

ལོ། ས་མཐུན་སོ་འཛོལ་ཡིན། དཔེ་ན། འདུག་གོ། ཡིན་པས་གོ། བརྟེན་ཡི་གོ།
 སྐབས་ཅི་གོ། ཡིན་ནོ། མེད་ནོ། ཡོད་ནོ། རྒྱལ་ལོ། ལེགས་སོ། ཟེར་འཛོལ་ཡིན།
 དཔེ་བརྟེན་མང་སྤྱི་བཞེད་པ་ཅི་ནོ།

སྤྱི་བཞེད་ལོ་ལྟར་།	དཔེ་བརྟེན་།
གོ	ལོ་གསེས་ ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་འཛོལ་ལུག་གོ། ལོ་ལུ་ ལྷོ་མཐུན་གཉེན་མ་ཅིག་འདུག་གོ། བཀྲིས་ སྤྱི་བཞེད་ལོ་ལྟར་འདུག་ཡིན་པས་གོ། ལོ་ མོ་སྤྱི་བཞེད་ཡིན་པས་གོ། དཔེ་བརྟེན་ མེད་པེ་བརྟེན་ཡི་གོ།
ནོ	གཞུང་ལུ་འདུན་མི་མང་ཤོས་འདྲ་ སོ་ལྷོ་མཐུན་ལུ་འདུན་མི་ཡིན་ གོ། ལོང་ཚུ་ གཞུང་གི་ཡིག་ཚང་ནང་ལུ་འདུན་མི་མེད་ནོ།
དོ	དགོན་པ་ལུ་ དགོན་ལོང་གི་སྤེལ་ལུགས་ཡོད་དོ། དགོན་སྤེལ་ནང་ བཀྲིས་ཤོས་པ་འདུན་མི་ མེད་པེ་མེད་དོ།

ལོ	དྲན་འཛིན་གྲུབ་ལས་ཀྱི་མ་ཕར་རྒྱལ་ལོ།
སྟེ	འབྲུག་ལུ་ལཱ་འདི་ནི་ཕྱི་ལོ་ལྷན་པ་ལེགས་སོ།

2. ཉུག་བཅའ།

ཉུག་བཅའ་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱ་གཞི་ཅི་འདུག་པའི་ ཉུག་མ་སྐབ་མ་ཚེས་བཟང་ལོ་འདི་དེ་
 ལས་འདུག་ཚུགས་མའི་ ཡུ་ཅིག་ལུ་སྐབ་ཡིན། ཉུག་བཅའ་ཀྱི་ཡུ་ཅིག་འདི་ ཉེ་ཉེ་དེ་
 གཞུ་མ་དང་ སྐྱེ་ ལས་དང་ ལ་ཡོད། ཡུ་ཅིག་འདི་ཚུ་གི་ཉེད་ལས་ སྐྱེ་དང་ལས་ གཉེས་
 ཡོ་ རྒྱུ་འབྲུག་ག་འདི་ལུ་འབྲུག་ཉི་དང་། ཉེ་ཉེ་དེ་ གཞུ་མ་སོ་སོའི་འབྲེལ་ལུ་
 དང་འབྲེལ་ཉེ་འབྲུག་པ་ཡིན། དེ་ཀྱི་འབྲུག་ཚུ་ལུ་དབྱེ་བ། མཚམས་སྦྱོར་བ།
 གཞན་ཉེད་པ་ གཉེས་ཡོད། ཉུག་བཅའ་ཀྱི་ཡུ་ཅིག་སྐབ་ལའི་རྒྱ་གཞི་ལ་འདི་ འདས་
 རྒྱུ་ལོ་ནི་ལས་བསྐྱེད་དགོ་པ་ཡིན།

༡) མཚམས་སྦྱོར་གྱི་ཉུག་བཅའ།

༡. བྱེད་པ་ལུ་བྱ་བ་ཀྱི་བ།

རྒྱ་གཞི་ལུ་ བྱེད་པ་ལུ་ཅིག་འབད་མི་འདི་ལུ་བརྟེན་ཉེ་ དེའི་གུ་བ་འབྲས་ལུ་ བྱ་བ་
 གཞན་ཅིག་འབྲུང་བའི་རྒྱ་གཞི་ལུ་ཉུག་མ་འདུག་མི་འདི་ལུ་སྐབ་ཡིན། དཔེར་ན། ཤིང་

བཀག་སྟེ་གཞུང་། གོ་བཀག་བྱེད་དོ། མེ་བཟང་སྟེ་འཚོ་གཞུང་། བཀག་སྟེ་ལྷན་པ། ཟེ་དོ་
བཟུམ་ བྱ་ཚོ་གསལ་མ་དེ་ བྱེད་འབྲེལ་གྱི་བྱ་ཚོ་གསལ་དང་། རྒྱལ་མམ་གི་བྱ་ཚོ་གསལ་དེ་ བྱེད་
མེད་ལས་ཚོ་གསལ་གྱི་ འོང་དགོ་པ་ཡིན།

2. ཚོ་གསལ་སྐྱོད་ཀྱི་འགྲེལ་རྒྱུ་ལུ་འཇུག་པ།

ཚོ་གསལ་མ་དང་ བྱི་མ་གྲེལ་གྱི་གཞན་དོན་ སོ་སོ་འབད་མི་གྲེལ་གྱི་བཟ་ན་
མཚམས་སྐྱོད་བའི་དོན་ལུ་འཇུག་མི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། དཔེ་ན། གཞི་དང་འཇུག་སྟེ་ཉོ་བ་བཟུམ་
ལུ་འབད་དེ་དལ་འཚོ། ཉམ་མོ་བཟུག་སྟེ་དོན།

3. ཚོ་གསལ་སྐྱོད་ཀྱི་འགྲེལ་རྒྱུ་ལུ་འཇུག་པ།

བྱ་བ་སྐྱོད་ཀྱི་འགྲེལ་ཆ་ར་ རྒྱལ་མཉམ་རྒྱུ་ལུ་བའི་ཚོ་གསལ་གྱི་བཟ་ན་མཚམས་སྐྱོད་
བའི་དོན་ལུ་ འཇུག་མི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། དཔེ་ན། ལ་བཟུང་སྟེ་བཀག་ད། གོ་མ་སྐྱོད་
ལམ་འགྲོ། མགྲོ་ཉོ་གཞུག་སྟེ་བཟུག་། ལུ་ལུ་བསྐྱུར་སྟེ་འཚམ་ཚུ་བ། ཟེ་དོ་བཟུམ་
བྱ་བ་གྲེལ་ཆ་ར་ རྒྱལ་མཉམ་གྱི་ འོང་དགོ་པ་ཡིན།

ལ) གཞན་འདྲེ་པ།

ཉམ་མོ་འདྲེ་པའི་མཚམས་སྐྱོད་ཚུ་མི་དེ་པའི་ དོན་གཞན་འདྲེ་པའི་དོན་ལུ་འཇུག་
མི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། དེ་བཟུམ་མའི་ཉམ་མོ་བཟུག་འདི་ ཚོ་གསལ་བཟུང་གྱི་ཚོ་མ་ཚུ་བ་པའི་

སྐབས་ལྷ། ཚིག་རྒྱུ་ལ་སྐོང་གི་དོན་ལྷ་རྒྱུ་མ་གཅིག་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེ་ན། ལྷ་
ལྷ་གཅིག་ན་འོ་ཆེ་རྟོ། ལ་སྟེང་མི་ཡི་རྒྱལ་པོ་མཚོག། ལྷ་ཡིས་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་
པའ་སྟེ། ལྷ་པོས་སྟོན་ལྷ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་སྟེ། ཟེ་དོ་བཟུམ་ རྗེང་ལོ་རྒྱུ་སྐབས་
ལྷ་ ལྷ་ལྷ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ ཆེ་པོ་ཆེ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ དཔེ་བཟོ་དེ་གིས་
ལྷ་སྐབས་སྟེ་བཟུམ་ལོ་རྒྱུ་

3. མིང་མཐའ་དབྱེ་དཔྱད།

མིང་མཐའ་ཟེ་མི་ལོ་ མིང་གཞི་དང་རྗེས་འཇུག་ ལང་འཇུག་ཚུ་གི་མཐའ་མར་
ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ མིང་མཐའ་ལོ་རྒྱུ་ ལྷ་དོ་མ་མེ་རྟོ་ལོ་རྒྱུ་ མིང་མཐའ་ཚུ་
རྗེས་འཇུག་དང་ལོ་རྒྱུ་ ལྷ་དོ་མ་མེ་ལོ་རྒྱུ་ ལྷ་སྐབས་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་
བཟུམ་ལོ་རྒྱུ་

མིང་མཐའ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ དཔེ་ན། མཐའ་ག་ མཐའ་ལྷ། ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་
ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་
ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་
ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་ ལོ་རྒྱུ་

གཞུང་ནང་བཞག་དེ་ཡོད། དེ་ཉེ་གི་སྐྱབས་ལུ་ མིང་མཐའ་བར་ན་ ཚེག་རྒྱབ་དགོལ་
དང་། མ་དགོལ་ཚུ་གི་སྐྱོར་ལས་ དཔྱེ་བ་ལྟེ་ཉེ་བཞག་དེ་ཡོད།

ཀ) བར་ན་ཚེག་རྒྱབ་ལྟེ་ མིང་མཐའ་ཡར་འདྲེ་རྒྱབ་ལྟེ་ ལྷབ་དགོལ་འདྲི་ གཙོ་
བོ་རང་ དཔེ་ན། གསེར་གྱི་ཀམ། དཔུན་གྱི་ཁམ། ལམས་ཅན་འཕར་མ། ལ་
སོགས་ལ་ མིང་རྒྱུ་ལྟེ་ འབྲི་དགོལ་ཡོད་མི་ཚུ་དང་། བྱ་ཚིག་གི་སྐྱབས་ལུ་ དཔེ་ན།
བཏུམ་ད། དག་འཕ་ད། བརྒྱག་པ་ད་ ཟེ་མི་ཚུ་དང་། དེ་ལས་ བཀོ་བཀོམ། ཤེས་
ཤེས་ལ། བཟའ་བཟའ་ཕ་ཟེར་ འདས་ཚིག་གཉིས་སྒྲེལ་མ་ སྤི་དགོལ་ཚུ་གི་སྐྱབས་ལུ་
བར་ཚེག་བལྟེ་ ལག་ལུ་འདྲེ་འབྲེ་བ་དགོལ་ཡོད།

ཁ) བར་ན་ཚེག་རྒྱབ་ལྟེ་ སྤི་དགོལ་འདྲི་ དཔེ་ན། ཀ་བའི་གྲ་དཔུང་བཞག། ལ་
བའི་ནང་གྲུང་མས། འཕར་བ་གིས་ར་གཅིག་བསད་ལུ། ལ་སོགས་ལ་མིང་ཚིག་དེ་
དང་ འབྲེལ་བའི་སྐྱོར་ལས་ ཚིག་བཟོམ་ད་ བར་ན་ཚེག་རྒྱབ་ལྟེ་མིང་དང་ མིང་
མཐའ་སོ་སོ་སྒྲེ་ སྤི་སྐབ་འབད་དགོལ་ཡོད། དེ་ཚུ་གི་འབྲེག་ཚུ་ལ་ དཔེ་ཅམ་ཅིག་
འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ལུ་ དཔྱེ་དཔུད་འབད་དེ་ ལག་ལུ་འདྲེ་འབྲེ།

ག) མིང་རྒྱུ་གི་སྐྱབས་མིང་མཐའི་བར་ན་ཚེག་ཡོད་པ་དང་མེད་པ།

མིང་རྒྱུང་ཚན་མེད་པ།	མིང་རྒྱུང་ཚན་ཡོད་པ།
མཇག་པ།	མཇག་པའི་ལའེ།
གཡོག་པོ།	གཡོག་པོ་གི་འབད་གཞག།
སི་སྤུང་པ།	སི་སྤུང་པའི་འགན་ཁག།
སྟོང་པོ།	སྟོང་པོའི་ཅ་བས།
འཇམ་ཅེད་པ།	འཇམ་ཅེད་པའི་རྣམ་འབྱུང་།
ལམ་སྟོན་པ།	ལམ་སྟོན་པའི་བཀོད་རྒྱ།
ལྷོ་མོ།	ལྷོ་མོའི་རལ་པ།
ལུས་ལྷ་པ།	ལུས་ལྷ་པའི་ལྷ་ལྟལ།
བདུན་མོ།	བདུན་མོའི་མཆེས།
གསལ་ལམ།	གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

ང་) བྱ་ཚིག་གི་སྐབས་ མིང་མཐའི་བར་ན་ཚིག་ཡོད་པ་དང་མེད་པ།

བྱ་ཚིག་ཚིག་མེད་པ།	བྱ་ཚིག་ཚིག་ཡོད་པ།
འབད་ལ།	ལཱ་འབད་བའི་དུས་ཚོད།
དགའ་ལ།	དགའ་བའི་ལྷང་བ།
ཚེས་ལ།	ཚེས་བའི་དུས་པ།
སྐྱོ་ལ།	སྐྱོ་བའི་མི་ཚོ།
སྐྱེ་ལ།	སྐྱེ་བའི་སྲིད་མ།
བཏུ་ལ།	བཏུ་བའི་མིག་གཞི།
བདེ་ལ།	རྩིང་བདེ་བར་སོང་ཡི།

6) བྱ་ཚིག་གི་སྐབས་ལཱ་མིང་མཐའ་དགོལ་དང་མ་དགོལ།

བཀྲག་པ་ཨོན།	བཀྲག་ཅི།
འབད་མ་ལས།	འབད་ཡི།
ཉོ་མ་ད།	ཉོ་ཡི།
བརྟོན་བརྟོན་མ།	བརྟོན་ཡི།
གདམ་མས།	གདམ་ཡི།
འབག་པ་འདྲས།	འབག་ནི།
སྲུག་པ་དྲག	སྲུག་འོང།
ལ་བརྒྱལ་མ་ཅིག།	ལ་བརྒྱལ་ཏེ།
བཀོད་པ་སྒྲེ།	བཀོད་ཅུང།
ཚྱུད་པ་ལས།	ཚྱུད་ནི་དེ་གིས།

ལེའུ་ལ་པ་ ཡུལ་རང་དབང་ཅན་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་ཡུལ་།

ཡུལ་རང་དབང་ཅན་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་ཡུལ་ཟེར་མི་འདི་ ཡུལ་གྱི་ཡི་གུ་ཚུ་ ཇེས་འཇུག་དང་
འཇུག་མ་དགོ་པར་ ཇེས་འཇུག་གང་ཅུང་གི་ཤུལ་ལས་ སྤྱད་ཚོག་ཚོག་ཡོད་མི་འདི་ལུ་
སྤང་ཡིན། དེ་ལུ་ཡང་ རང་དབང་ཅན་གྱི་ཡུལ་ལུ་ ཡུལ་རེ་རེ་འབད་མི་རྒྱུ་པའི་ཡུལ་
དང་། ཡུལ་ལེ་ཤ་ཡོད་མི་འདེ་ཚན་ཅན་གྱི་ཡུལ་ཟེར་ཉམ་གཉེས་ཡོད། རྒྱུ་པའི་ཡུལ་ལུ་
ནི་ཟླ། ན་དང་ཅིན་གྱི་ཟླ། དེ་དང་ནེ་ཟླ། དང་ཟླ། དྲ་ཟླ། ཅི་དང་ཡི་ཟླ་བཅས་ཅུག་
ཡོད་མི་ནང་ལས་ལེའུ་ལ་པའི་ནང་ལུ་ ན་དང་ཅིན་གྱི་ཟླ། ཅི་དང་ཡི་གི་ཟླ་གཉེས་བཤའ་ནི་
ཡིན།

༡. ན་དང་ཅིན།

ན་དང་ཅིན་ཟེར་མི་འདི་ ཚོག་ཚུ་གི་བར་ན་ ན་སྤྱད་དགོས་པ་དང་ ཅིན་སྤྱད་དགོས་པ་
ཐོན་ནི་འདི་གིས་སྤང་ཡིན། ན་སྤྱད་འཇུག་ཡུལ་ དམིགས་བསལ་ལྟོན་པ། མོན་ཚོག་
འདྲེ་པ། རྒྱ་འབྲས་འདྲེ་པ། རྒྱ་མཚན་འདྲེ་པ། འདྲི་ཚོག་འདྲེ་པ། ཟེ་ཚམ་
འདྲེ་པ། བྱ་དགའི་ཚོག་དོན་ལྱི་ཚོག་དེས་ཅན་ལུ་འདྲེ་པ་དང་བདུན་ཡོད། དེ་ལས་

ཅིན་གྱི་སྐྱོ་འདི་གིས་ འདྲི་ཚིག་འདྲེ་ལ་མ་བཅི་བའི་ འཇུག་ལ་གཞན་ཚུ་ལུ་ ན་སྐྱ་
དང་ཅིག་འཐད་པ་སྐྱེ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་།

༡) དམིགས་བསལ་ལྟོན་པ།

དམིགས་བསལ་ལྟོན་པ་ཟེང་མི་འདི་ གཞན་ཚུ་གི་གྲས་ལས་ དམིགས་བསལ་ལོགས་
ལུ་སྐྱེ་ ལྟོན་མི་ཅིག་ལུ་སྐྱབ་ཡིན། དཔེར་ན། རབ་བྱུང་ན། མདོར་བཟུ་ན། སློ་ཅིག་
སྐྱབ་ན། ཅོམ་ཅིག་བྲི་ན། དཔེ་ཅིག་ཉལ་ན།

ཁ) མོན་ཚིག་འདྲེ་པ།

མོན་ཚིག་འདྲེ་ལ་ཟེང་མི་འདི་ འཚོམ་ནི་དང་འཐུང་ནི་གི་ སེ་འདོད་གཅི་བོར་བཀོད་མི་
ཅིག་ལུ་སྐྱབ་ཡིན། དཔེར་ན། ལྷི་རྒྱལ་ལུ་ལོ་དྲན་དགའ་ནི་མས། ང་ལུ་རྒྱ་ལྷོ་དེ་ཀླུ་མ་
ཅིག་ཡོད་ན་བརྟུ་བ་པས། ཡམ་དང་འཕུད་ནི་ཡོད་ན་དགའ་ནི་མས།

ག) རྒྱ་འབྲས་འདྲེ་པ།

རྒྱ་འབྲས་འདྲེ་ལ་ཟེང་མི་འདི་ རྒྱ་ཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དེ་དང་བཟུན་པའི་འབྲས་བུ་
འཐུང་ཚུ་ལུ་ལྟོན་པའི་ ཚིག་ཅིག་ལུ་སྐྱབ་ཡིན། དཔེར་ན། དཀར་མེ་ལུ་ལུ་ཚིགས་
བསག་འོང་། མཚོད་པ་ལུ་ལུ་ལྷོ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལོན་བརྟུ་བ་ལུ་གུ་གྱེ། ཚོས་
འབད་ན་སངས་རྒྱས་འོང་།

ང) རྒྱ་མཚན་འདྲེ་ཡ།

རྒྱ་མཚན་འདྲེ་ཡ་ཟེའམི་འདི་ གནད་དོན་གང་ཅུང་འབྱུང་བའི་འབྲས་བུ་དེ་ རྒྱ་ངམ་ཡ་
ཅན་ཅིག་གི་ མཚན་མ་ཡིན་པའི་ དོན་ལྟོན་མི་ཅིག་ལྟ་སྲབ་ཡིན། དཔེར་ན། བཟའ་
ནི་མེད་ལྷ་མ་འབད་བའི་སྒོ་ཡིན། ཚོས་རྒྱགས་མཐར་མ་འཁྲུལ་ན་མ་འགོད་ས་མ་
ལུ་པའི་རྩགས་ཡིན། འབད་མ་རྒྱགས་ན་ལེ་གོ་མེད་པའི་དོན་ཡིན།

ཅ) འདྲི་ཚིག་འདྲེ་ཡ།

འདྲི་ཚིག་འདྲེ་ཡ་ཟེའམི་འདི་ དྲི་བ་བཞོན་པའི་ཚིག་ཅིག་ལྟ་ སྲབ་ཡིན། དཔེར་ན།
ལྷ་འབད་ནི་ཡིན་ན། དེས་འཁྲུ་ནི་ཡིན་ན། རྩོད་ཀྱིས་སྲབ་ནི་ཡིན་ན། ཡི་གུ་བྲི་ནི་
ཡིན་ན།

ཆ) ཟེ་ཚམ་འདྲེ་ཡ།

ཟེ་ཚམ་འདྲེ་ཡ་ཟེའམི་འདི་ མནོ་བསམ་གཉིས་སྟེ་ཤར་ཏེ་ དོགས་པ་ ཆགས་མི་ལྟ་
སྲབ་ཡིན། དཔེར་ན། ཚེང་ཅིག་རྒྱབ་ན་ ལེས་ང་འབྲེ་བ་གམི་འབྲེ་བ། ཚོས་ཅིག་
འབད་ན་ མཐར་ལྗོན་གམི་ལྗོན། རྩོད་འགྲན་ནང་བཅའ་མར་གཉོགས་ན་ རྒྱལ་ལ་
འབྲེ་བ་གམི་འབྲེ་བ།

ང) བྱ་དཀའ་ཚིག་དོན་གྱི་ཚིག་ངེས་ཅན་དུ་འདྲེན་པ།

བྱ་དཀའ་ཚིག་དོན་གྱི་ཚིག་ངེས་ཅན་དུ་འདྲེན་པ་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་ལག་ཡོད་མི་ཅིག་
ཚིག་ཤུལ་མམ་འདི་གིས་ འཇམ་རྟེན་རྟོ་སྐྱེ་ འབད་ཚུགས་པའི་ དོན་ལོན་མི་ཅིག་ལཱ་
སྤབ་ཡིན། དཔེར་ན། ལྷག་གིས་ཡང་ཁུར་ཆ་སྐོམ་འབག་ཚུགས་ན་ རྩ་གིས་འདི་
ལོས། བཤུན་པ་ལཱ་ཡང་ རྩི་ཆེ་སྤྱིང་ཇེ་ཡོད་ན་ སྐུ་མ་ལཱ་འདི་ལོས། མི་གིས་འཡུར་
ཚུགས་ན་ བྱ་གིས་འདི་སྤབ་ར་མི་དགོ།

༢. ཅི་དང་ཡི།

ཅི་དང་ཡི་གཉིས་ ཚིག་དོན་བསྐྱར་བཞེད་ཀྱི་ཡན་སྐྱེ་འཇུག་པ་ཡིན། ཚིག་དོན་བསྐྱར་
བཞེད་ཟེར་མི་འདི་ བཤུལ་ཡི་བཤུལ་ཡི་ར་འོང་ཡི་ ཟེར་དོ་བཟུམ་ ཚིག་དོན་ལོག་ཅི་
ལོག་ཅིར་ བསྐྱར་བཤད་ འབད་མི་ཅིག་ལཱ་སྤབ་ཡིན། དཔེར་ན། ཤེས་ཅི་ཤེས་ཅི་
རང་གྱི་འཇུར་མ་འབད། སྤབ་ཅི་སྤབ་ཅི་རང་ཞེ་བྱུག་འབད་ལམས། དྲིས་ཡི་དྲིས་ཡི་
རང་འོང་ཡི། བཏུ་ཡི་བཏུ་ཡི་རང་ལུགས་པས། ཉན་ཡི་ཉན་ཡི་རང་ཉན་མས། ཟེར་
དོ་བཟུམ་ཡིན་ནོ།

ལེའུ་རྩུག་པ་ ཡུན་རང་དབང་ཅན་སྡེ་ཚོན་ཅན་གྱི་ཡུན།

ཡུན་རང་དབང་ཅན་སྡེ་ཚོན་ཅན་གྱི་ཡུན་ཟེར་མི་འདི་ ཡུན་གྱི་ཡིག་རིགས་ལས་ རྗེས་
འཇུག་དང་འཁྲིལ་མ་དགོ་པའི་ཁར་རྣམ་གྲངས་གཅིག་ལུ་ ཡུན་གཉིས་ལས་ཉུག་ཉེ་
ཡོད་མི་ལུ་ སྡེ་ཚོན་ཅན་གྱི་ཡུན་ཟེར་སྤང་ཡིན། འདི་ལུ་ནང་གསལ་ རྒྱན་ལྟུང་། ལྷོ་
ཟླ། བདག་ཟླ། དགག་ཟླ། ཟེཛམ། འདྲི་ཚིག། མཚུངས་གསལ་དང་བདུན་ཡོད།
དེ་ཡི་ནང་ལས་ རྒྱན་ལྟུང་མ་བཅའི་པའི་ཡུན་གཞན་ཚུ་འདི་ནང་བཤད་ནི་ཡིན།

༡. ལྷོ་ཟླ།

ལྷོ་ཟླ་ཟེར་མི་འདི་ མིང་ཚིག་གཅིར་ཡིན་ཅུང་ ལོགས་ལུ་སྡེ་ མ་བརྟེན་པར་ལྷོ་ར་
བརྟང་ལུ་ ལྷོ་ཟླ་ཅིག་ལུ་སྤང་ཡིན། ལྷོ་ཟླ་འདི་ལུ་ གང་ཟེག་གི་ལྷོ་ཟླ་ ག།
དངོས་པོའི་ལྷོ་ཟླ་ གཅི་ ལུ་ལྷོ་ཟླ་ལྷོ་ཟླ་ ག་ཉེ་ རུས་ལྷོ་ཟླ་ཟླ་ ནམ། ལྷོ་ཟླ་ལྷོ་
ལྷོ་ཟླ་ ག་དེ་སྡེ་ གངས་ལྷོ་ཟླ་ ག་དེ་མ་དང་རྩུག་ཡོད། དེ་ཚུ་ཡང་མང་ཤོས་རང་
འདྲི་ཚིག་གི་དོན་ལྟོན་པའི་ཚུ་ལྷོ་ཟླ་ལྷོ་ཟླ་ལྷོ་ཟླ་ལྷོ་ཟླ་ལྷོ་ཟླ་ དེ་ཡང་།

༡) གང་ཟག་གི་སྤྱི་སྒྲིག་།

གང་ཟག་གི་སྤྱི་སྒྲིག་ཟེར་མི་འདི་ གང་ཟག་སྤྱིར་བཏང་ལུ་ རྩལ་པའི་སྒྲིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན།
དཔེར་ན། ག་མོ། ག་ཡིན་མི་འདི་འཁྱེད། ག་གིས་འབད་ཅུང་བརྟུབ། ག་ལུ་སྤྲོད་
ཅུང་བརྟུབ། ག་ལས་ལཱ་ནེ་ཅུང་ཁྱད་མེད། ག་ཡིན་ན། ག་བརྩམ་བཟོ་ཅུང་བཟོ།

ཁ) དངོས་པོའི་སྤྱི་སྒྲིག་།

དངོས་པོའི་སྤྱི་སྒྲིག་ཟེར་མི་འདི་ དངོས་པོ་སྤྱིར་བཏང་ལུ་ རྩལ་པའི་སྒྲིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན།
དཔེར་ན། ག་ཅི་འབག་འོང་ཡི། ག་ཅི་ལས་བྱུང་ཡི། ག་ཅི་ནང་བཅུགས་ཅི། ག་ཅི་གྲ་
བཞག་ཅི། ག་ཅི་ཡིན་མས། ག་ཅི་གིས་ཡོག་ཅི། ག་ཅི་ཡིན་ཅུང་བརྟུབ།

ག) ཡུལ་གྱི་སྤྱི་སྒྲིག་།

ཡུལ་གྱི་སྤྱི་སྒྲིག་ཟེར་མི་འདི་ ཡུལ་སྤྱིར་བཏང་ལུ་ རྩལ་པའི་སྒྲིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། དཔེར་
ན། ག་ཏེ་ལུ་འོང་ཡི། ག་ཏེ་འདུག། ག་ཏེ་གི་མི་ཡིན་མ། ག་ཏེ་ཡང་མི་ལུག། ག་ཏེ་
གྲ་ཏེ་ཅིག་ཁར་ཡོད་པ་འོང་།

ང) རྣམ་གྱི་སྤྱི་སྡེ།

རྣམ་གྱི་སྤྱི་སྡེ་ཟེར་མི་འདི་ རྣམ་སྤྱིར་བརྟེན་ལུ་ ལྷ་ལཱ་ལཱ་ལུ་སྤྱི་སྡེ་ དཔེར་ན།
ནམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལོ་ནེ་ན། རྣམ་ལས་འོང་ཡི། རྣམ་ཡང་འཕྲོ་ནི་མེད། རྣམ་འབད་ཅུང་
བརྟེན། རྣམ་དགོ་ནི་མོ།

ཅ) བྱ་ཚུ་གྱི་སྤྱི་སྡེ།

བྱ་ཚུ་གྱི་སྤྱི་སྡེ་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་འབད་ཟངས་གྱི་ཚུ་ལུ་ སྤྱིར་བརྟེན་ལུ་ ལྷ་ལཱ་ལཱ་
ལུ་སྤྱི་སྡེ་ དཔེར་ན། ག་དེ་སྤོ་འབད་ཅུང་བརྟེན། ག་དེ་སྤོ་སྤོ་ཅུང་མ་ཉེ། ག་དེ་
སྤོ་ལོ་ཅུང་ལྷན་མེད། ག་དེ་སྤོ་འདུག།

ཆ) བྱངས་གྱི་སྤྱི་སྡེ།

བྱངས་གྱི་སྤྱི་སྡེ་ཟེར་མི་འདི་ བྱངས་ལ་སྤྱིར་བརྟེན་ལུ་ ལྷ་ལཱ་ལཱ་ལུ་སྤྱི་སྡེ་
དཔེར་ན། ག་དེ་མ་ཅིག་ཐོབ་ལཱ་གོ། ག་དེ་མ་ཅིག་ཡོད་པ་ཅིག། ག་དེ་མ་ཅིག་དགོ་ཅུང་།
ག་དེ་མ་ཅིག་སྤོ་ཅུང་ཉེ་མི་བརྟེན་པས།

2. བདག་སྐྱོ།

བདག་སྐྱོ་ཟེར་མི་འདི་ གང་ཟེག་དང་ དངོས་པོ་ཚུ་གི་ བདག་པོའི་དོན་དང་།
གཞོགས་ལུ་ཚུ་ འབད་མི་བྱེད་པ་པོའི་ དོན་ཕྱོད་མི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། འདི་ལུ་ཡམས་ ཡ།
ཡོ། མ། མོ། མི། ཅན། ཉན། མཁན། བདག་དང་དབྱེ་ཡོད།

དམེ་ན། ལ་ཡག་པ་ལ་འོང་ལུ་ག། ས་ཆའི་བདག་པོ་ཁོ་ཡིན། བོན་པོ་གིས་བསང་
གཏུང་དེས། ཟགས་མཁན་མ་ལག་ཅུ་ལ་འདུག། བོན་པོ་གིས་ལྷ་གསོལ་མ་ཡིན། ཆང་
འབྲུང་མི་ལུ་ཡོན་ཏུ་མེད། ཡོན་ཏུ་ཅན་ལུ་ཆ་བཞག་དགོ། འབྲུང་ཉན་གྱིས་སྐྱོན་པ་
གཏུང་འོང། འཛམ་བཟོལ་ལུ་ལྷ་བཟོལ་མཁན་ཟེར་སྤྲོ་བ་ཡིན། དགོན་པའི་སྐྱོན་བདག་
ཁོ་ཡིན། ལྷི་མ་གྱི་འོ་བདག་པ་ཡིན། ཟེར་དོ་བཟུམ། བདག་སྐྱོའི་ཚིག་བྱ་ཚིག་
འབད་མི་ཚུ་ ད་ཉ་བའི་ཚིག་གིས་བསྐྱུ་བ་དགོ།

3. དགག་སྐྱོ།

དགག་སྐྱོ་ཟེར་མི་འདི་ བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ ཚིག་ག་ཅི་འབད་ཅུང་ ཚིག་གི་བོམ་
མཐའ་གང་ཅུང་ལུ་སྐྱུར་ཏེ་ དགག་ཚིག་བཟོལ་མི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྐྱུ་བ་ཚིག་
ཡོད་ ཡིན། འདུག་ ཟེར་མི་ཚུ་ལུ་ དགག་སྐྱོ་ཚུ་སྐྱུར་མེད་ དགག་ཚིག་ལུ་འགྲོ་མ་ཡིན།

དཔལ་གྱི་ལྷ་ལྷོ་མ་ མི་ མི་ མི་ མི་ མི་ལ་ཡོད། དེ་ཚུ་ རྒྱལ་གསུམ་དང་
འཕྲིལ་ འཕྲུག་སྲོལ་ཡོད་པ་ལས། འདས་ཚེ་དང་ རྒྱལ་ཚེ་ལྷོ་མ་ དང་། མ་
འོངས་པ་དང་ ད་ཉ་པ་ལྷོ་མི། དོན་པོ་དང་ གང་ཟེག་གི་དོན་ལྷོ་ མི་ མི་ མི་
ཚུ་འཕྲོ་བ་ཡིན། དཔེ་རྟོག་

༡) མ་ འདས་པ་དང་རྒྱལ་ཚེ་ལྷོ་མ་འཕྲུག་ཚུ་ལ།

སྲིག་པ་མ་འབད། དམ་ཚོས་མ་བསྐྱབས། དཔེ་ཆ་མ་ཤེས། ག་མཉོ་མ་མ་བྲིས།
བཤུལ་ཉེ་མ་སོང་། དུག་མ་བཟུམ། འང་འཇམ་སོད་ཤིག། འཕྲུག་མ་ཉེ་མ་འཕྲུག་ཤིག།

ཁ) མི་ མ་འོངས་པ་དང་ད་ཉ་པ་ལྷོ་མ་འཕྲུག་ཚུ་ལ།

ང་གིས་ ཆང་མི་འབྲུང་། ཁོ་ གཤུལ་ཁར་མི་འཕྲུག་བས། མོ་གིས་ བཀྲ་མ་ཤིས་པ་མི་
འབད། ཉོ་ མི་བཟུམ། ཁ་མི་སྲིབ། ལཱ་མི་འབད།

ག) མི་ མི་ མི་ མི་ མི་ གསུམ། གང་ཟེག་དང་དོན་པོ་ལྷོ་ འཕྲུག་ཚུ་ལ།

ཁོ་ལྷོ་མ་གསུམ་པ་མི་ཉེ་ལྷོ་མ། མོ་ལྷོ་མ་ཚེ་མ་མི་ཉེ་ལྷོ་མ། ལྷོ་མ་ཚེ་མ་མི་ཁོ་མི་ འདི་ཚུ་ཁོ་
གི་ཅལ་མི་ ལྷོ་མ་ཉེ་མི་ག་ཡང་མི་ དེ་ལས་ཚུ་མི་

༤. ཟེ་ཚེ་མ་གྱི་རྒྱ།

ཟེ་ཚེ་མ་གྱི་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ ཚིག་དོན་ག་ཅིར་འབད་ཅུང་། ཟད་འི་བ་འི་མེ་པར་ ཡིན་ན་
མེ་མེ་མེ་ དོགས་པ་ཚགས་པའི་ཚིག་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་ཡིན། ཟེ་ཚེ་མ་གྱི་རྒྱ་ སོང་ ག་ ན་
ས་རྒྱ་ཡིན། དཔེར་ན། ནངས་པ་འདི་ འོག་འོང་པས་སོང་། ཁོ་ལུ་ ཕྱི་ཕྱི་འདི་ཡོད་
པས་སོང་། ལྷི་མ་ནང་ མི་འདུག་ག་མི་འདུག། ཁོ་སྤྲུམ་དཔོན་ཡིན་ན་མེ་མེ་ན། ལྷི་མ་
ན་ཚར་ཅིག་འབྱེད་ས། བཞེས་སྐོ་ཅིག་འབད་གེས།

༥. འདྲི་ཚིག་།

འདྲི་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ གཞན་ལུ་དྲི་བ་བཀོད་པའི་ ཚིག་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་ཡིན། འདྲི་ཚིག་
གི་རྒྱ། ག། བོ། བོ་ཞིག། ན། ནོ་ཞིག། སྐོ། ཡ། ད། ལགས། སོ། གྲ་ལས།
ཟེར་མི་རྒྱ་ཡིན།

དཔེར་ན། ལགས་ཤོམ་སྐོར་བཞུགས་ཡོད་ག། ག་ཅིར་འབད་ནི་ཡོད་གོ། ལྷོད་ཀྱི་
ལྷི་མ་ཡིན་གོ་ཞིག། ལྷི་མ་འདི་ ལྷོད་ཀྱི་ཡིན་ན། ཡིན་ནོ་ཞིག། ལྷོད་ཀྱིས་ཏ་གོ་ཡི་སྐོ།

ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་ཅི་ཡང་། རྣམ་ལུགས་མི་ཡོད་ཀྱི། ལགས། གསུངས་མི་དེ་ ཧུ་མ་གོ་ལགས།
ཁྱོད་ རྩོམ་ཡིན་མོ། ཁྱོད་ལུ་སྲོད་མི་ ཅེ་ལུ་དེ་ཀྱུ་ལས་ ཉོན་ཞིག།

6. མཚུངས་གསལ་ལྗེ་རྒྱ།

མཚུངས་གསལ་ལྗེ་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་ ལྷན་གཞི་དང་ལྷན་ཚོས་ཚུ་འདྲ་
བས་ ཟེར་བའི་དོན་ཉོན་མི་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། མཚུངས་གསལ་ལྗེ་རྒྱ། སྤྱི་ བཟུམ། ལྷ་
ཐུ། བཞིན། འདྲ། གཅིག་ ཅོག་འཐད། འདྲ། མཉམ། ཆ་འདྲ། འདྲན་འདྲ།
འགྲན་ཟུ། དོ་ཡ། དོས་ལ། ཚུ་ཡིན།

དཔེ་དང་། འདི་དེ་སྤོ་མེད། འདི་དེ་སྤོ་ཡིན། དེ་བཟུམ་ཡིན། དཔེ་དེ་ལྷ་ཐུ། དེ་བཞིན་
ལྷ། དེ་དང་འདྲ། ལྷ་གཅིག་ཡིན། ཁོང་གཉིས་ཅོག་འཐད། འཕྲིན་ལྷན་འདེམ་ཚོངས།
ཁོང་གཉིས་གོས་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པས། ལྷན་དང་གཟིག་ཆ་འདྲ། སྤོ་དཔེ་དང་
སྤོ་ལྷན་འདྲན་འདྲ་མེད། འགྲན་ཟུ་ག་ཡང་མེད། ཁོང་གཉིས་དོ་མི་མཉམ། སྤོ་
དཔེ་ལྷན་དོ་ཡ། སྤོ་ལྷན་གོས་མི་ཅོགས། ཡོན་ལྷན་ཅན་ལྷན་དོས་ལ། ཡོན་ལྷན་མེད་མི་
གོས་མི་འབྱོར།

ལེའུ་བདུན་པ་ ཡི་གུའི་སྒྱུར་བའི་ཡན་ལག།

ཡི་གུའི་སྒྱུར་བའི་ཡན་ལག་ནང་ལུ་ དང་པ་ཡོང་ཁའི་བརྗོད་པ་བཟོ་ནི་ལུ་མཁོ་ཆེ་བའི་
འབྲེལ་ཚིག་ལག་ལཱ་ནི། གཉིས་པ་ བརྟ་ཤད་ཀྱི་ལག་ལཱ་ནི་བཤད་པ་དང་ལག་གཉིས་ཡོད།

༡. འབྲེལ་ཚིག་ལག་ལཱ་ནི།

འབྲེལ་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ ཚིག་གོང་འོག་གཉིས་ གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བའི་ཚིག་ཅིག་ལུ་
སྤབ་ཡིན། དེ་རྒྱ་ཡང་། དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ། དེ་འབད་ལས་ལས། དེ་འབད་ལས་ད། དེ་གིས་
འབད། དེ་མ་ཚད། ག་དེ་མ་ཅིག་གློ། ཡིན་ཏེ་འབད་ཅུང་། ཡིན་ས་ཅི་ཅུང་། དེ་གློ་
ར་ཡིན་ཅུང་། དེ་ཁར། མེན་ས་ཅི་ཅུང་། ག་ལས་བསྐོར་ཅུང་། ཉུག་པར་དུ། དེ་མེན་
པ་ཅིན། འདི་གི་ནང་དོན་ཉིད་ལས། དེ་གློ་འབད་བ་ཅིན་ ལ་སོགས་པ་ཡིན།

༡། བརྗོད་པ་བཟོ་བའི་སྐབས་ལག་ལཱ་ནི་འབྲེལ་བའི་བཟང་བཤམ།

འབྲེལ་ཚིག་འདི་མང་ཤོས་རང་ བརྗོད་པ་ཆ་ཚང་བ་དང་ བརྗོད་པ་སྐྱ་བལ་སྤྱི་བཟོ་ལ་
དུ་ལག་ལཱ་འབྲེལ་བའི་ནི། བརྗོད་པ་རྒྱུང་པ། དེ་ལས་ང་མཁུ་ཏེ་ཤུགས་སྒྲིལ་ལས།

ཡིག་ཚང་ནང་འོང་མ་ཚུགས། ཉེན་མ་གཅིག་གི་ངལ་གསོ་གནང་། ཟེ་མི་ཚུ་ཡིན།
དེ་ཚུ་ བཟོད་པ་ཆ་ཚང་བ་བཟོ་ནི་འདོད་ལུ་ འབྲེལ་ཚིག་ འདི་གིས་ དང་ ཉུག་བཅས་
ཀྱི་ཕྱད་ ཉེ་ ཚུ་ལག་ལཱ་འབྲེལ་བ་ཉེ་འབྲེལ་གོ།

དཔེ་ན། དེ་མེད་འབྲེལ་བ་ཀྱི་ཉེ་ཉེ་འདི་གིས་ ཡིག་ཚང་ནང་འོང་མ་ཚུགས། དེ་གིས་
ཀྱིས་ ང་ལུ་ཉེན་མ་གཅིག་གི་ངལ་གསོ་གནང་བུ་ བཀྲིན་བསྐྱེད་། ཟེ་དོ་བཟུམ་ཡིན།
དེ་བཟུམ་མའི་ འབྲེལ་ཚིག་དག་པ་ཅིག་ འོག་ལུ་དཔེ་བཟུམ་སྐྱེ་བཀོད་དེ་ཡོད། དེ་ཚུ་
སྐབས་འབྲེལ་བུ་ འོས་འབབ་དང་བསྐྱེད་ཉེ་ ཚིག་གི་བར་ན་བཅུགས་ཉེ་ ལག་ལཱ་
འབྲེལ་གོ།

དེ་འབྲེལ་ཕྱི་དུ་ ལམས་ལམས་ དེ་དགོ་པ་ཅིག་ དོན་མཚམས་ཅིག་ནང་གི་ བཟོད་པ་ག་
ས་ འབྲེལ་ཚིག་གིས་མཐུན་དེ་ དོན་མཚམས་ཅིག་ནང་ བཟོད་པ་གཅིག་སྐྱེ་བཟོ་ནི་མི་
འོང་། དོ་ཅུང་ རྫོང་ཁའི་འབྲེལ་ཚིག་དང་ གཏུང་ཡིག་ ལྷ་ཡིག་ཚུ་འབྲེལ་དུ་ དོན་
མཚམས་གཅིག་ནང་ བཟོད་པ་རྒྱུང་པ་ཅང་ཅ་ བཅུགས་ཅུང་ ལམས་ཤོ་མ་མི་མཐོང་།
རབ་བྱུང་པ་ཅིན་ དོན་མཚམས་གཅིག་ནང་ལུ་ བཟོད་པ་རྒྱུང་པ་དང་ བཟོད་པ་ཆ་ཚང་
བ་ བཟོད་པ་སྐྱེ་བསྐྱེས་ཚུ་ སྐྱེ་བསྐྱེས་ཀྱི་བུ་བཟོ་དགོ་པ་ཡིན།

ཁ) འབྲེལ་ཚིག་སྐྱོད་ཐངས་དཔེ་བརྗོད།

འབྲེལ་ཚིག་	སྐྱོད་ཐངས་
དེ་འབད་ནཱ་	ནཱ་ལས་པ་བཀྲིས་ཀྱི་ལོ་ཚེ་གཤམ་ལས་ ངལ་གསོ་དགོ་ པས་ཟེར་བྱ་དེས། དེ་འབད་ནཱ་ ནཱ་པ་བཀྲིས་ལཱ་ལཱ་གསོ་ བྱེ་དགོ་ནི་མས།
འདྲི་གིས་འབད་	ང་དང་གཅིག་ཁར་ཆ་འོགས་ཅིག་མདེ་པ་ཕ་ལས་ར་མ་ བརྩམ། དེ་གིས་འབད་ ཁོ་ཡང་ ལྷ་འབོ་དགོ་པ་བྱེ་སོ་ ཡི།
དེ་འབད་ནཱ་འདྲི་གིས་	ང་ ལཱ་རྩ་ག་ར་ཚེང་ལང་ནཱ་གི་ལཱ་འབད་མི་ཚར་བས། དེ་ འབད་ནཱ་འདྲི་གིས་མོ་ལྷ་འབོ་དགོ་པ་བྱེ་སོ་ཡི།
དེ་མ་ཚད་	གཞུང་ལས་ འབྲུག་མི་ཚུ་ལཱ་ ཤེས་ཡོན་ལྷོད་པར་གནད་ དོ། དེ་མ་ཚད་གསོ་བའི་མན་བཅོས་ཡང་ འདྲི་མདེ་ལྷོད་ པར་གནད་མ་ཡིན།

<p>དེ་ལས་</p>	<p>སློན་པོ་ལུ་ལྷོ་ཡོན་སློན་པོ་ཡོད། དེ་ལས་ ཐུགས་རྒྱན་ཡང་ བཟང་ཏྱོག་ཏྱོ་ཡོད།</p>
<p>ཡོན་ཅུང་</p>	<p>ལྷི་མ་ཐོག་ རྒྱུ་མ་གསེས་འབག་མི་འདི་ ཉེ་བཅོལ་གྱི་ གངས་ལུ་མ་རྒྱན་པ་ལས་ ཐོགས་འཕེལ་གྱི་ཡང་མི་འཕྲོམ་ པས། ཡོན་ཅུང་ མི་སེམ་གྱི་སྐྱོད་ལུ་གཞུག་ཅིགས་ཏེ་ གཞུང་ལས་ཅགས་ཤོག་གསོལ་འདེད་ཡི།</p>
<p>དེ་འབད་ལ་ད་</p>	<p>བཟང་ཞི་མེད་པས་ ཡེ་ལ་ལུ་ཡི་ཟེམ་མི་འདི་ དེ་སློན་ ཡོན་མས། དེ་འབད་ལ་ད་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཡེ་ལ་ལུ་མ་ ཚོག་པའི་ ལྷི་མ་ཡོད་ཞི་འདི་གསེས་ ཉེས་བྱ་ཡོག།</p>
<p>ག་དེ་སློན་ཡོན་ཅུང་</p>	<p>དམོན་པ་ལུ་སློན་པོ་ལུ་གསེལ་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་པས། ག་དེ་ སློན་ཡོན་ཅུང་ ང་ས་ ཚེས་གཅིག་འགྱུར་ཏེ་དམོན་པས།</p>
<p>དེ་གུ་</p>	<p>ཡ་གཞིས་མེད་ས་གཞི་ དེ་གུ་ ཚེས་རྒྱུ་མ་དེ་མི་མ་ཅང་ཡང་ མེད་པ་ལས་ སྐྱོད་ལུ་གཞུག་ཅིག་མ་ལུ་བཟང་མེད་ལོགསོ་ ཡི།</p>

མར་འཕྲོལ་ཡིན། ཚིག་ལུག་གི་སྐབས་ ཀ་ག་ཤ་གསུམ་གྱི་མཐའ་མར་ ཤད་གྱི་
འཕྲོལ་ལམ་མེད་ཅུང་ ཚིག་གོང་འོག་གཉིས་གྱི་ གོ་དོན་དོར་འཁུལ་ལུགས་ཤིའི་ཉེའུ་ལ་
ཡོད་སར་ དམིགས་བསལ་ལ་སླེ་ རྒྱབ་སྲོལ་ཡོད།

ང') །། གཉིས་ཤད།

གཉིས་ཤད་འདི་ མགོ་རྒྱན་འབྲིང་པོའི་མཐའ་མར་དང་ རྫོགས་ཚིག་ཡོད་ས་ དེ་ལས་
ཚིགས་བཅུ་ལྔ་གི་ མཐའ་མར་འཕྲོལ་ཡིན། དེ་ལས་མཐོགས་ཡིག་དང་ རྒྱགས་
ཡིག་འབད་ཅུང་ ཚིག་ལུག་གི་རྫོགས་ཚིག་མཐའ་ཅན་ལུ་ འདི་བརྒྱུམ་མའི་ཤད།།
བརྒྱགས་ཉེ་འབྲེན་དགོཔ་ཡིན།

ཆ) །། །། བཞི་ཤད།

བཞི་ཤད་འཕྲོལ་ལམ་འདི་ མགོ་རྒྱན་རྒྱས་པའི་མཐའ་མར་དང་ དེ་ལས་ བམ་ཚན་
དང་ ལེའུ་ཚན་ པོ་སྟེ་ཡོངས་རྫོགས་མཚུག་བལྟ་བའི་སྐབས་ཚུ་ལུ་འཕྲོལ་ཡིན།

མགོ་རྒྱན་རྒྱས་བལྟ་འབྲིང་གསུམ་གྱི་མཐའ་མར་ ཤད་གྱི་འཕྲོལ་ཚུ་ལ་ གོང་གསལ་
བཞི་དུ་ཡིན་ཅུང་ དེ་མིན་པའི་མགོ་རྒྱན་གཞན་ཚུ་བྲིད་གོ་སར་ མགོ་རྒྱན་གྱི་མཐའ་

མའ་ བའ་མཚམས་ས་རྟོང་དུམ་གྱི་ཅིག་བཞག་ཏུ་ ཡི་གུ་དེ་ར་འགོ་བཅུགས་ནི་མ་
གཏོགས་ འདྲ་འབྲེལ་སྲིལ་མེད།

ཀ) | ཚན་འདྲ།

ཚན་འདྲ་འབྲེལ་ལམ་འདི་ གཅི་བོ་དཔེ་ཚ་དང་ལུ་ གུལ་འགོ་ལུ་ཡིག་འབྲུག་སུམ་གྱི་
འོག་ལུ་འདྲ་རྒྱུ་དགོཔ་ཐོན་པ་ཅིན་ འདྲ་ལ་རྩལ་ཏུ་ལུགས་འབྲེལ་ནི་ཡིན་ཅུང་ ཡིག་
འབྲུག་གིས་ལས་མེད་པ་ཅིན་ ཚན་འདྲ་འདི་ | ༡༤། ཡིག་འབྲུག་ཅིག་ལས་མེད་པ་
ཅིན་ ཚན་འདྲ་འདི་ | འབྲི་དགོཔ་ཡིན།

དེ་སློལ་འབྲི་དགོཔ་འདི་དོན་དག་འདི་ གུལ་འགོ་ལུ་ཡིག་འབྲུག་སུམ་མེད་པ་ འདྲ་ལ་རྩལ་
ཏུ་ལུགས་འབྲེལ་པ་ཅིན་ བྱ་ཚི་ཚིམ་མཐོང་བའི་ཁའ་ ཚུལ་དང་མ་མཐུན་སློལ་བེལ་
ལས་བརྩེ་ཏུ་ འདྲ་གུ་ཚན་གཏོགས་ཡོད་མི་དེ་ ཡིག་འབྲུག་གིས་ཁ་བསྐྱེད་ས་ཏུ་འདྲ་
འབྲེལ་པའི་ཁུངས་དང་། འདྲ་གུ་ཚན་གཅིག་ཡོད་མི་དེ་ ཡིག་འབྲུག་ཅིག་ ཁ་སྐྱོང་
རྒྱུ་ཏུ་ འདྲ་འབྲེལ་པའི་ཁུངས་ཡིན།

འབྲི་བཟངས་འདི་ཡང་ གོང་གསལ་ལ་བརྩམ་ཡང་ཏུ་འབྲེལ་མི་ཅིག་དང་ ། འདི་བརྩམ་
སློལ་ གཞུ་ཏུ་འབྲེལ་སྲིལ་ཅིག་ཡོད་ཅུང་ གཏོགས་ཚ་ར་དོན་དག་ གཅིག་ཡིན། དེ

འབད་ཕ་ད' ཚལ་ཤད་འདི་ཚུ་ དཔེ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་མ་གཏོགས་གཏུང་ཡིག་ཚུ་ནང་བྲི་
སྲོལ་མེད།

༤) ཏཱ སློ་བྲིམ་གཏྲིས་འབྲེལ་མ།

སློ་བྲིམ་གཏྲིས་འབྲེལ་མ་འདི་ དཀར་ཚག་གི་ཀུན་གསལ་ཡང་ཡིག་ཚུ་ སློ་བྲིམ་འདི་གི་
ནང་ན་བྲིས་ཞིན་མ་ལས་ ཀ་པ་ལ་པ་ག་པ་ལ་སོགས་པ་ དཔེ་ཚུ་གི་གྲུང་སུ་ལ་འདི་
ཀུན་གསལ་ནང་བཅུགས་ཏེ་ བྲི་ཞི་གི་དོན་ལུ་ལག་ལུ་འབྲེལ་བཟང་ཡིན། དཔེར་ན།

ཏཱ ཏཱ འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད།

ཏཱ ཏཱ འཕགས་པ་བྱུང་པ།

ཏཱ ཏཱ བཤང་སློང་ལྷག་ཏུ།

ཏཱ ཏཱ ཚེ་དཔག་རླུ་མེད་པའི་མདོ།

ཏཱ ཏཱ ནམ་སྤྱིང་གི་མདོ།

ཏཱ ཏཱ སའི་སྤྱིང་པའི་མདོ་ལ་སོགས་པའོ།།

དུངས་སེམ་གོད་པ་དྲ་ གཏུང་མའི་ཚིག་དེད་དང་གཅིག་ཁང་གི་དགོམ་སེམ་འཕྲོད་མ་དྲ་མ་
གཏོགས་ ཡི་གུ་གཞན་ལྟ་གཏུང་ཚིག་ལག་ལུ་འཕྲུལ་མེད་ལ་མེད་པ་ཨིན་ཅོ།།

