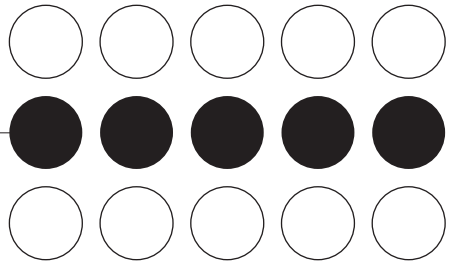


བས་རིམ་ཕྱིང་ཁའི་བརྒྱ་གཞུང་།

ཕྱིང་ཁའི་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

Dzongkha Development Commission (DDC)



བས་སེམ་ཕྱོད་ཁའི་བརྒྱ་གཞུང་།

ཕྱོད་ཁ་གོང་འཕེལ་རྒྱུ་ཚོགས་།

Dzongkha Development Commission (DDC)

ཕར་དབང་ © 2020 ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

ཕར་དབང་རྩིལ་པོར་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཡོད་པ་ལུས་ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་མཉེ་

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

ཞུན་དག དྲགོས་སངས་རྒྱས་དྲི་ཇེ། ཡོང་ཁའི་མཁས་མཚོག།

ཅོམ་རྒྱུག ལྷན་འགྲུལ་ཚོགས་ཚུང་།

ལེགས་བཅོས། དྲགོས་སངས་རྒྱས་དྲི་ཇེ།

བསྟན་འཛིན་དྲི་ཇེ།

ཀྱན་བཟང་འཕྲིན་ལུས།

བསྟན་འཛིན་དབང་ལྷན།

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

བཀོད་རིས། བཀྲིས་གྲོགས།

འགོ་འདྲེ། བཀྲིས་ཚེ་དབང་།

དཔེ་སྐྱུམ། ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས། འགྲམས་སྐྱོམ་ཡང་། 122

བརྒྱན་འཕྲིན་ཡང་། 322663 ཕར་འཕྲིན་ཡང་། 322662

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

ཕར་བཟུབས། རྫོང་ཐུང་བཟུན་ཕར་ཡང་།

ISBN 978-99936-15-01-9

༡ ཚེ་བརྗེད།

དེ་ལྟར་ རྫོང་ཁའི་འཕེལ་རྒྱུ་ཚུགས་ཤོམ་སྒྲིག་པའི་ཚུན་གྱི་ཁོངས་ལས་ གཞི་རིམ་
 དང་བར་རིམ་ རྫོང་རིམ་གསུམ་གྱི་རྫོང་ཁའི་བདེ་གཞུང་དཔེ་དེབ་ སོ་སོར་སློབ་རྒྱུ་
 ཚུགས་མི་འདི་ལྟ་ དག་འཚེས་དང་བཅས་པའི་ལུགས་སོ་ཡོད། འདི་གིས་ འབྲུག་གི་
 རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ རྫོང་ཁའི་འཇམ་རྫོང་རྫོང་སློབ་ཤོ་པའི་གཞུང་ཞབས་གྱི་བཀའ་
 དོན་ཆ་ཤས་ཅིག་ གྲུབ་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ ད་ཚུན་ ཤེས་རིག་སློབ་གྲྭ་ཚུ་ནང་ རྫོང་ཁའི་
 བདེ་གཞུང་སློབ་རྒྱུ་འབད་ནི་འདི་ དཔེ་དེབ་ཅིག་ལྟ་བུ་དེ་གོ་པའི་དཀའ་ངལ་འདི་
 ཡང་བསལ་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་ཡི་གཱའི་སློབ་པ་འདི་ འཇམ་རྫོང་རྫོང་སློབ་ཤེས་ཚུགས་ནི་ལྟ་ཡན་
 ཐབས་འབྲུང་ཚུགས་པའི་ལཱ་ཡོད།

བདེ་གཞུང་དཔེ་དེབ་འདི་ ད་བཅས་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁའི་ གནས་ཚད་
 རྫོང་ཁའི་ལྟ་བུ་ཅིག་ཡིན་མ་མ་ཚད་ ལག་ལུ་ལྟ་ཚུ་ལཱ་མཐུན་འབྲུག་ཚུགས་པའི་ལམ་
 རྒྱུ་ཅིག་དང་ སློབ་དཔེ་དང་སློབ་ཡུག་ཚུ་ལྟ་ སློབ་རྒྱུ་གི་མཐུན་ཀྱེ་ཅིག་ཡང་
 ཡིན། དེ་ལྟར་ ད་བཅས་པའི་སྐད་ཡིག་གི་བདེ་གཞུང་དཔེ་དེབ་ དེ་སློབ་ཚུགས་མི་
 འདི་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཞབས་རྫོག་སློབ་ཤེས་ལས་ རྫོང་ཁའི་ལྷན་དུ་འགྲུབ་
 འཇམས་གྱི་འབྲུག་མི་ལྷན་ཚུས་དང་ དཔེ་དེབ་འདི་ལྟ་བུ་དེ་ག་ལུགས་བཅོས་གྱི་

འགན་ཁག་བཞུགས་མི་ཚུ་གིས་གཙུག་ལྷན་པའི་ རྒྱལ་འདེབས་གནང་མི་ཚུ་དང་ གཞན་ རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་གོ་གནས་འཇུག་གནང་མི་གུ་ལུ་ ང་ལས་ལ་འདེབས་ཀྱི་ བཀྱིན་དུག་འཚེས་ ཡོད།

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་གོང་འཕེལ་དང་དཔེ་སྟངས་ལྟ་བུ་འདི་ མི་མང་ཡོངས་ཀྱིས་ མཉམ་ཐུབ་ཐོག་ལས་ གཏུང་དགོམ་ལས་བརྟེན་ དུ་ལས་པའ་ འབྲུག་མི་གུ་འགོ་ ཡོང་ཁའི་ཡི་གུ་ལྱི་སྤྱོད་བའདི་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ཉན་ཚུགས་ལས་ གསའ་བརྟེན་ འབད་མི་དཔེ་དེབ་འདི་ཚུ་ལས་ མ་འགལ་བའ་ལག་ལཱ་འཐབ་དགོམ་དང་། ཉུག་ པའ་དུ་ ཤེས་འགྲོ་སྤྱོད་གྱི་ཉན་གཞུང་ལྟ་བུ་ལུ་ ང་བཅས་འདི་རྒྱལ་ཡོངས་ ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལུ་ བཙོན་འགྲུབ་སྤོམ་བརྟེན་དེ་ ཤེས་ཚད་ཀྱི་ཚུགས་གྲུབ་ལཱ་གས་ཤོམ་ སྤོམ་འཐོབ་ཚུགས་པ་ འབད་དགོམ་པའི་བསྐྱེད་མ་དང་གཞིག་ཁབ་ དཔེ་དེབ་འདི་ཉུག་མི་ ཡོངས་ལུ་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ཉན་ཚུགས་ཀྱི་ཡོངས་ལས་ལཱ་གས་མོན་ཀྱི་བཀྱིན་བའདི་ ལཱ་གས་ཡོད།

ཤེས་འབར་རྒྱལ་མཚན།
རྩལ་ཚེ།

༡ རྩམ་པའི་ལཱ་ལྔ་པ་།

བར་རིམ་ཚོང་ཁའི་བདེ་གཞུང་དཔེ་དཔེ་འདི་ རྩམ་པའི་ལཱ་ལྔ་པ་ལོངས་སྐྱད་ཡིག་
 གི་ཚོང་ཁའི་བདེ་གཞུང་ གཞིག་ལས་བརྒྱུ་ཏེ་མེད་པ་ལས་ སློབ་གྲྭ་ལྔ་པ་ ཚོང་ཁའི་
 སློབ་སྦྱོང་ལབ་དེ་ལྟར་ དཀའ་ངལ་སློབ་སྦྱོང་དང་ལུང་བཞིན་དུ་ཡོད་མི་གི་དཀའ་ངལ་
 ལེ་ལེ་ཐབས་ལུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་མེ་ཆེ་ དཔལ་
 ལའི་གསལ་མེད་གོས་སུ་རྒྱལ་དབང་ལྷག་མཚོག་གི་ཞབས་ལས་ ལུང་བཞིན་བཟུམ་མའི་
 ལཱ་ལྔ་པ་ལྔ་པ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྷག་པར་དུ་གཞི་ཆེ་བའི་ལཱ་ལྔ་པ་དང་དབང་གི་ངོ་
 རྩམ་པའི་ལཱ་ལྔ་པ་ ལཱ་ལྔ་པ་ལོངས་སྐྱད་ཡིག་ ཚོང་ཁའི་ལཱ་ལྔ་པ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྷག་པར་དུ་
 བཟོ་དགོ་པའི་ བཀའ་དགོངས་ལུ་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ བཟོ་བཟོ་ལུ་ལོ་།

བར་རིམ་ཚོང་ཁའི་བདེ་གཞུང་འདི་དང་ ལྷག་པར་དུ་ལཱ་ལྔ་པ་ལོངས་སྐྱད་ཡིག་
 ཚོང་ཁའི་ སློབ་སྦྱོང་གི་གཞི་ལྷག་པར་དུ་ལཱ་ལྔ་པ་ མཚོ་ཆེ་བའི་ལོ་གྲུ་ལྔ་པ་ལོངས་
 རིགས་དང་ ལུང་བཞིན་ལཱ་ལྔ་པ་ལོངས་སྐྱད་ཡིག་ལྔ་པ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ པ་ལྔ་པ་ལྟེ་ ལེ་
 རིག་ཚོང་ཁའི་ལཱ་ལྔ་པ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྷག་པར་དུ་ལཱ་ལྔ་པ་ལྟེ་ལྟེ་
 དགོ་པའི་ལོ་གྲུ་ལྔ་པ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལུ་ ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་

ཚུལ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ཅིན་ ཡོང་ཁའི་ཡི་གཱའི་སྤྱི་ཚོམ་བའི་གཞི་འགུམ་ཤེས་ཡོན་གྱི་
འོགས་གུབ་འབྲེལ་ཚུགས་པ་ལུ་བཅེས་མེད།

དཔེ་དེབ་འདི་ ཤེས་རིག་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྲི་སློབ་ཡུག་གི་སློབ་དེབ་སྡེ་ ལག་
ལཱ་འབྲེལ་བརྟ་བ་མཚན་ སློབ་ཡུག་དང་སློབ་དཔོན་གཉིས་ཆ་ར་གི་རྒྱབ་རྩེ་དཔེ་དེབ་
སྡེ་ཡང་ ལག་ལཱ་འབྲེལ་བརྟ་བ་ཡིན། དེམ་ཚན་ སྤྱི་ཚོམ་ཡོང་ཁའི་སློབ་སྤྱི་
འབད་མི་ཚུ་དང་ གཞི་རྩེ་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྤྱི་ཚོམ་པ་ཚུ་ལུ་ཡང་ ཡོང་ཁའི་ཡི་གཱའི་སྤྱི་
བའི་གཞི་རྩེ་སློབ་སྤྱི་ཚོམ་དཔེ་དེབ་སྡེ་ ལག་ལཱ་འབྲེལ་བརྟ་བ།

བར་རིམ་ཚོང་ཁའི་བརྟ་གཞུང་དཔེ་དེབ་འདི་ གཏོ་བོ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོའི་
ཡོང་ཁའི་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གསར་བརྩམ་འབད་མི་ ཡོང་ཁའི་བརྟ་གཞུང་
གསར་པ་ལུ་གཞི་བཞག་ཏུ་ བཅོ་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་ཞུལ་འཇུག་ལུ་འབྲུང་མི་གི་ལེགས་བཅོས་
གོས་ལྟོན་ཚུ་དང་ དེ་གྲུ་འབྲེལ་ཡོད་ ཤེས་རིག་ཚོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་གི་ ཡོང་ཁའི་ཅུ་
གཞུང་བཞོན་སྐོར་དང་ ཡོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་དང་ ཡི་གཱའི་སྤྱི་ཚོམ་བའི་སློབ་དེབ་ཚུ་དང་
འཁྲུལ་ཏུ་བཅོ་ཡི། དེམ་ཚན་འོས་འབབ་གང་ཡོད་ཀྱི་དག་ཡིག་གཞན་དང་ གཞན་

ལས་ལང་ལེགས་ཆ་བསྐྱེ་ལེན་ཐོག་ལས་དང་ ཅོམ་སྒྲིག་པ་དང་ལྷན་དག་པའི་རྒྱུད་ལྷ་
ཡོད་པའི་ཉམས་སྦྱོང་གང་ཡོད་དང་ འཐད་ལྷན་རིགས་པ་ཅི་རིགས་ཀྱིས་བརྒྱུན་ཏེ
གཏུག་འབེབས་གྲུབ་གྲུབ་ཅིག་ཡིན།

འདི་གིས་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཡོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་གི་བརྒྱུད་པ་ཡར་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་འབྲུང་རྒྱགས་པའི་རེ་མོན་སློབ་ཡོད།

ཅོམ་སྒྲིག་པ་དང་ལྷན་དག་པ་རྩེ་ལྷ་ གྱེས་སྦྱངས་རིག་སྟོབས་དམན་པའི་དབང་
ལས་འབྲུང་མི་འགལ་འཇོལ་ནོར་འཁྲུལ་གྱི་ཆ་གང་ཡོད་ གཟུར་གནས་མཁྱེན་ལྷ་རྩེ་
ལྷ་ བཟོད་གསེལ་ལྷ་ལྷན་དང་གཅིག་ཁར་ མ་བརྟུབ་མི་རྩེ་ལྷ་ ལྷོན་སེལ་ལེགས་བཅོས་
ཀྱི་གྲོས་འཆར་གང་གཏུང་ དང་ལེན་ལྷ་ཚོག་པར་ཡོད་པ་བཅས་ལྷ་བ་ལགས་སོ།།

ཅོམ་སྒྲིག་པ་དེ་ཚོ།

ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

སྤྱི་ལོ་ 2020 ལྷ 4 ཚེས་ 24 ལྷ།

༡༩༩༩་ཚལ།

ལེའུ་དང་པ་ མིང་གཞིའི་རྣམ་གཞག། ༡༠

༡. དབྱེད་དང་གསལ་ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་ལྟ་བུ་ལྟེ་པའི་མིང་གཞི། ༡༠
༢. རྟོག་རྟོག་ལང་ལུག་ མིང་མཐའ་དང་ མགོ་འདྲེགས་ལྟ་བུ་ལྟེ་པའི་མིང་གཞི། ༡༡
༣. ཡུན་དང་རྣམ་དབྱེད་ དབྱེད་ལྟ་བུ་ལྟེ་པའི་ མིང་གཞི། ༡༣
༤. རྩམ་སྐད་ལྟེ་པའི་མིང་གཞི། ༡༣

ལེའུ་གཉེས་པ་ རྟོག་ལུག་གི་འཕྲོ་བའི་ལམ་དང་ལུག་ཚུལ། ༡༤

༡. རྟོག་ལུག་གི་འཕྲོ་བའི་ལམ་དང་ལུག་ཚུལ། ༡༤
༢. རྟོག་ལུག་དེའི་འཕྲོ་བའི་ལམ་དང་ལུག་ཚུལ། ༡༥
༣. རྟོག་ལུག་པའི་འཕྲོ་བའི་ལམ་དང་ལུག་ཚུལ། ༡༦
༤. རྟོག་ལུག་མའི་འཕྲོ་བའི་ལམ་དང་ལུག་ཚུལ། ༡༨
༥. རྟོག་ལུག་འའི་འཕྲོ་བའི་ལམ་དང་ལུག་ཚུལ། ༡༩

ལེའུ་གསལ་པ་ རྟོག་ལའི་དམིགས་བསལ་རྟོག་སྐྱོ། ༢༡

༡. རྟོག་ལའི་རྟོག་སྐྱོ། ༢༡
༢. འདྲེགས་ཅན་གྱི་རྟོག་སྐྱོ། ༢༣
༣. རྟོག་ལུག་ཅན་གྱི་རྟོག་སྐྱོ། ༢༤

ལེའུ་བཞི་པ་ མིང་གི་ཚན་གས། ༢༦

1. མིང་ཅེས།	26
2. མིང་ཚེས།	27
ལེའུ་ལ་ཡ་ རྩོམ་གྱི་རྩིས།	30
1. རྩོམ་རྩིས།	30
2. དུས་རྩིས།	32
3. བྱ་རྩིས།	33
ལེའུ་རྩལ་ཡ་ བརྗོད་པའི་རྩིས།	46
1. བརྗོད་པའི་རིགས།	46
2. བརྗོད་པའི་ངོ་བོ།	47
3. བརྗོད་པའི་དུས་ཚིག།	48
4. རྩིས་ལ་བཅུག་གྱི་བརྗོད་པ།	49
ལེའུ་བརྩམ་པ་ རྩིས་ལ་བཅུག་དང་ལྷན་པའི་ཡི་ཡི།	53
1. ལྷན་པའི་ཡི་ཡི།	53
2. བྱོ་ཡི་ཡི།	56
3. རྩལ་བཅས།	59
ལེའུ་བརྩམ་པ་ རྩིས་ལ་བཅུག་དང་ལྷན་པའི་ཡི་ཡི།	62
1. ལྷན་པའི་ཡི་ཡི།	62
2. བྱོ་ཡི་ཡི།	64

༡. རྟོག་པོ།.....	༤༧
༢. རྟོག་པོ།.....	༤༩
ལུ་ལྷན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལོ་ལྟོ་ལོ་ལྟོ།.....	༧༡
༡. ལོ་རྒྱུས་ལོ་ལྟོ་ལོ་ལྟོ།.....	༧༡
༢. ལོ་རྒྱུས་ལོ་ལྟོ་ལོ་ལྟོ།.....	༧༢
༣. ལོ་རྒྱུས་ལོ་ལྟོ་ལོ་ལྟོ།.....	༧༤
༤. ལོ་རྒྱུས་ལོ་ལྟོ་ལོ་ལྟོ།.....	༧༩

ལེའུ་དང་པ་ མིང་གཞི་རི་རྣམ་གཞག་།

མིང་གཞི་ཟེར་མི་འདི་ མིང་དང་ཚིག་ག་ར་གི་ གཞི་རྩེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མིང་གཞི་
ཟེར་སྐབ་ཡིན། མིང་གཞི་ལུ་ དུ་བཟུ་བཟུ་ཅིན་ དུ་བཟུ་དང་གསལ་བཟུ་ཀྱི་དུ་བཟུ་བཟུ་
བཟུ་པའི་མིང་གཞི། རོན་འཇུག་དང་ཇེས་འཇུག་ ཡང་འཇུག་དང་མིང་མཐའ་
མགོ་ཅན་དང་འདོགས་ཅན་གྱི་དུ་བཟུ་བཟུ་བཟུ་པའི་མིང་གཞི། ཡུ་དང་རྣམ་དུ་བཟུ་
འཇུག་ལུ་ལུ་བཟུ་པའི་མིང་གཞི། ལྷུ་འབྲུང་བཟུ་བཟུ་པའི་མིང་གཞི་དང་དུ་བཟུ་
བཟུ་ཡོད།

༡. དུ་བཟུ་དང་གསལ་བཟུ་ཀྱི་དུ་བཟུ་བཟུ་བཟུ་པའི་མིང་གཞི།

དུ་བཟུ་དང་གསལ་བཟུ་ཀྱི་དུ་བཟུ་བཟུ་བཟུ་པའི་མིང་གཞི་ཟེར་མི་འདི་ གསལ་བཟུ་ཀྱི་
ཡི་གུ་སྐབ་ཅུ་བཟུ་པའི་ལུ་སྐབ་ཡིན། གསལ་བཟུ་ཀྱི་ཡི་གུ་དེ་ཚུ་ དུ་བཟུ་ཡིག་བཟུ་གི་
འཇུག་སའི་ ལུ་འབད་ནི་དེ་གིས་ མིང་གཞི་ཡིན།

2. འོན་ཏེ་ཡང་འཇུག་ མིང་མཐའ་དང་ མགོ་འདོགས་ལྟ་བུ་རྟེན་
པའི་མིང་གཞི།

འོན་ཏེ་འཇུག་དང་ཇེས་འཇུག་ ཡང་འཇུག་དང་མིང་མཐའ་ མགོ་ཅན་དང་འདོགས་ཅན་
ཀྱི་ དབྱེ་བ་ལྟ་བུ་རྟེན་པའི་མིང་གཞི་ཟེར་མི་འདི་ དཔེར་ན་ བརྗེ་མས་བཟུམ་ཅིག་ལྟ་ཆ་
བཞག་པ་ཅིན། འོན་ཏེ་འཇུག་ བ་དང་ ཇེས་འཇུག་མ་ ཡང་འཇུག་ས་དང་ མགོ་ཅན་
ས་ འདོགས་ཅན་ཡ་བརྟགས་དང་ དབྱུངས་ན་རོ་དང་བཅས་པ་ག་ས་ གསལ་བྱེད་ཀྱི་
ཡི་གུ་ག་འདི་ལྟ་ འཇུག་གེ་ཡོད་པ་ལས་ ཡི་གུ་ག་འདི་ འོན་ཏེ་འཇུག་དང་ཇེས་འཇུག་
ཡང་འཇུག་དང་ མགོ་ཅན་ འདོགས་ཅན་ཚུ་ལྟ་ བརྟེན་པའི་མིང་གཞི་ཟེར་སྐབ་ཡིན།

དེ་ཡང་ མོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ དབྱུངས་ན་རོ་གི་འཇུག་ཡུལ་ཡི་གུ་ མ་འདི་ མིང་གཞི་རི་
ཡི་གུ་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ འདུ་ ཟེར་བ་ཅིན་ འོན་ཏེ་འཇུག་འ་དང་ དབྱུངས་ཞབས་ཀྱི་
གི་འཇུག་ཡུལ་ཡི་གུ་ ད་འདི་ མིང་གཞི་ཡིན། ཐབ་ ཟེར་བ་ཅིན་ ཇེས་འཇུག་བ་གི་
འཇུག་ཡུལ་ཡི་གུ་ ཐ་འདི་ མིང་གཞི་ཡིན། ཆགས་ ཟེར་བ་ཅིན་ ཇེས་འཇུག་ག་དང་
ཡང་འཇུག་ས་གི་འཇུག་ཡུལ་ཡི་གུ་ ཆ་འདི་ མིང་གཞི་རི་ཡི་གུ་ཡིན། རྟ་ ཟེར་བ་
ཅིན་ འ་མགོ་གི་འཇུག་ཡུལ་ཡི་གུ་ ཏ་འདི་ མིང་གཞི་རི་ཡི་གུ་ཡིན། ལྷ་ཟེར་བ་

ཅིན་འདོགས་ཅན་ ལ་བརྟགས་དང་ཇེས་འཇུག་པ་གི་འཇུག་ཡུལ་ ཡི་གུ་ས་འདི་ མིང་
གཞི་ཡིན། ཡོད་པ་ཟེར་བ་ཅིན་ ཇེས་འཇུག་ད་དང་མིང་མཐའ་པ་ དབྱུངས་ན་རོ་ཚུ་གི་
འཇུག་ཡུལ་ཡི་གུ་ལ་འདི་ མིང་གཞི་ཡིན།

མིང་ཚིག་ལ་ལྟ་ཅིག་ འོན་འཇུག་དང་མིང་གཞི་གཉིས་ཆར་ འོན་འཇུག་གི་ཡི་གུ་
གང་རུང་ལས་ འཇུག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཁར་ དེ་ལྟ་དབྱུངས་མེད་པའི་ཡི་གུ་དཔེ་ན།
འགས། མངས། བགས། གདམ་ཚུ་ འོན་འཇུག་དང་ མིང་གཞི་ ག་འདི་ཡིན་ན་
ཚིག་གོགས་ལྟ་བུ་མཉམ་ཏེ་ ཞེས་དགོ།

ཡུལ་བམ་འགས་ཟེར་བ་ཅིན། ག་མིང་གཞི་དང་ ས་ཇེས་འཇུག་ཡིན། རྒྱ་མངས་
ཟེར་བ་ཅིན། མ་མིང་གཞི་དང་ ང་ཇེས་འཇུག། ས་ཡང་འཇུག་ཡིན། བགས་ཀྱིས་
འཇོན། ཟེར་བ་ཅིན་ བ་མིང་གཞི་དང་ ག་ཇེས་འཇུག། ས་ཡང་འཇུག་ཡིན། གདམ་
གཟར་དྲགས། ཟེར་བ་ཅིན། ག་མིང་གཞི་དང་ ད་ཇེས་འཇུག། པ་མིང་མཐའ་ཡིན་མ་
ཞེས་དགོ་པ་ཡོད།

3. ཡན་དང་རྣམ་དཔྱེའི་དཔྱེ་བ་ལུ་བརྗེ་པའི་མིང་གཞི།

ཡན་དང་རྣམ་དཔྱེའི་དཔྱེ་བ་ལུ་བརྗེ་པའི་མིང་གཞི་བཟེ་མི་འདི་དཔེ་ན། སྤྱི་
མ་ལུ་ཡུལ། ལྷ་དང་ལྷ་མོ་ལུ་བརྗེ། ཟེ་བ་ཅི་ན། རྒྱེ་ལུ་དང་ ཡན་དང་གི་འཇུག་
ལུལ་ སྤྱི་མ་ ལྷ་ ལྷ་མོ་ རྒྱ་མིང་གཞི་ཡི་ན།

དེ་བཟུམ་སྤོ་བ་དཔོན་གྱིས་གསུངས། ཡུལ་བར་སོང་། གནམ་ཁ་ལས་ཤར། སྤོ་བ་གྲུ་འི་
ཁང་མིག་ ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་རྒྱ་འདུག་ ལ་སོགས་པའི་རྣམ་དཔྱེ་རྒྱ་གི་འཇུག་ལུལ་ མིང་
གཞི་ག་འདི་ཡི་ན། འོས་འཛིན་འབད་དགོ།

4. ར་རྒྱ་ད་བརྗེའི་མིང་གཞི།

སྤྱི་བརྗེ་དང་ ར་རྒྱ་ད་བརྗེའི་མིང་གཞི་ ཟེ་མི་འདི་ དཔེ་ན། ཡོང་ ལྷ་ཁང་ རྒྱ་བ་
ཆེ་ ཟེ་དོ་བཟུམ་ དེ་རྒྱ་ལུ་ ཡན་དང་རྣམ་དཔྱེ་ཡོད་ཅུང་ མེད་ཅུང་ མིང་ཚིག་
སྤྱི་བརྗེ་གི་ ར་རྒྱ་ད་བརྗེའི་མིང་གཞི་ཡི་ན།

རོགས་ལུ་མ་ཉོན། དཔེ་ཆ་ཤེས་ནི་ལུ་ལས་འཕྲོ་དགོ། ཉི་ཅུ་སྟོན་ཞིན་ན་འབྲོང་རྩགས་
ལེན། འབྲུག་ལུ་དག་འཁྱིད་དང་ཞི་བདེ་ཡོད། ལ་སོགས་པ་ཉུ་བུའོ།།

ལཱུ་གསུམ་པ་ ཡོད་ཁའི་དམིགས་བསལ་ལྟོན་གྱི།

ཡོད་ཁའི་སྐབས་ མགོ་ཅན་དང་ལོན་འཇུག་ཅན་གྱི་ལྟོན་གྱི། ལྷིང་བརྒྱུད་གིས་མ་དོ་
བར་ དམིགས་བསལ་ལྟོན་གྱི་སོ་སོར་བརྟོན་དགོས་པ་ཡང་ཡོད། དེ་ཡང་ ཡི་གུ་རྒྱུང་
པའི་རིགས་ཅིག་དང་ འདོགས་ཅན་གྱི་རིགས། རྗེས་འཇུག་ཅན་གྱི་ཡིག་རིགས་དང་
གསུམ་ཡོད།

༡. རྒྱུང་པའི་ལྟོན་གྱི།

རྒྱུང་པའི་དམིགས་བསལ་ལྟོན་གྱི་འདི་ དཔེར་ན། བ་ལས་ཨོམ། བདེ་བ་དང་སྤྱི་དུ་པ།
ཟེར་དོ་བཟུམ་ ཡི་གུ་བ་གཅིག་ལུ་ ལྟོན་གྱི་གཉིས་ཡོད་མི་ཚུ་ཡིན། དེ་ཡང་། ཡི་གུ་
བ་ འདི་ མིང་མཐའ་སྟེ་ འཇུག་པའི་སྐབས་ལུ་ ལྟོན་གྱི་ ཨ་ ཟེར་སྐབས་དགོས་དང་།
མིང་ཚིག་ཚུ་ བའི་ཡི་གུ་གིས་འགོ་བཅུགས་མི་ལུ་ ལྟོན་གྱི་སྟེ་ ཟེར་བརྟོན་དགོས་ཡིན།
དེ་བཟུམ་སྟེ་ མ་ལུ་ཡང་ དཔུངས་གི་གུ་ཞུགས་པ་ད་ ཡོད་ཁའི་ནང་ལྟོན་གྱི་ མི་དང་
མི་ གཉིས་འེ་བརྟོན་དགོས་ཡོད། དཔེར་ན།

ཡིག་ རིགས།	རྫོང་རྒྱ་དང་པ།	རྫོང་རྒྱ་གཉེན་པ།
བ	བ་གིས་ལྷ་ཟེ་དེས། བོ་ལུ་ཅུང་གིས་ཞོ་མ་འཐུང་དེས། བ་མོ་ཆགས་པ་ད་ཉུང་མ་མས།	ཀ་བའི་མགུ་ལུ་ཅམ་བཀལ། བཟེ་བོ་གིས་ཀྱང་ལྷི་རྒྱིག་དེས། རི་མགུ་མཐོ་བས།
མ	ཁོ་གིས་ལུ་མི་འབད། མི་དབང་མངའ་བདག། དུ་ལུ་ལྷག་ནང་ཉི་ཅུ་མི་ཉེ་ལུག། ལྷ་མིག་འཐོན་དེས།	ཐང་ན་མི་(མི)ཅིག་འདུག། མི་(མི)་ལུས་ཐོབ་ཕྱེདོན་ ཡོད་པ་ཅིག་འབད་དགོ། མི་(མི)་དང་སེམས་ཅན་ལྟེ། མིག་(མིག)ཉི་བཅུ།

2. འདོགས་ཅན་གྱི་ཚིན་སྐྱོ།

འདོགས་ཅན་གྱི་ དམིགས་བསལ་ཚིན་སྐྱོ་ཟེའམ་འདི་ དེ་ལོན་འཇུག་ཅན་ བ་ མ་
གཉིས་ལུ་ འདོགས་ཅན་ལ་བརྟགས་དང་ ས་བརྟགས་གཉིས་འཇུག་པ་དག་ཚིན་སྐྱོ་
དང་། ཟ་ ལ་བརྟགས་ཅན་གྱི་ཚིན་སྐྱོ་སོས་ས་བརྟན་ཏེ་ ལྷ་བ་དགོཔ་ཚུ་ཡིན། དཔེར་ན།

ཡིག་གཟུགས།	ཚིན་སྐྱོ།
དབྱངས།	དབྱངས་གྱི་ཡི་གུ་ ཡི་ལུ་ཡེ་ཡོ་ཚུ་ཡིན། དབྱངས་ཅན་མ། ཤེས་སའ་གྱི་ཉ་ཡིན། དབྱུག་ཏོ། ཉ་ལོ་བའི་ཤུག་མཚན་ ཡིན། དབྱེ་བ། ནང་གསེས་གྱི་ནམ་གངས་གྱི་མིང་། དགོངས་པའི་དབྱིངས། དགོངས་པའི་ཁྲོང་དང་དོན་གཅིག
དབའ།	དབའལ = འཕྱུལ་བའི་དོན། དབྱོག = འཕྱོག་པའི་དོན། དབྱི = འཕྱི་བའི་དོན། དབྱེ = བཅོག་པའི་དོན། དེ་ཚུ་ཚོས་ རྒྱ་དང་མ་གཏོགས་ ཡོང་ཁའི་ནང་ལག་ལཱ་འབྲེལ་སྤོང་ མེད། ཡིག་དོ་ཤེས་ཐབས་གྱི་དོན་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ཡིན།

དམུ།	དམུལ་པ་ལུ་སྐྱེ་ཞི་ཡི་ལས་མ་བསགས།
ཟླ།	ཟླ་བ་དང་པ། གཟའ་ཟླ་བ། དམུའམ་ལུ་མེད། ཐད་སྐོར་སྐོ།

༣. ཇེས་འཇུག་ཅན་གྱི་རྫོང་སྐྱེ།

ཇེས་འཇུག་ཅན་གྱི་དམིགས་བསལ་ལུ་རྫོང་སྐྱེ་བའི་འདི་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བྲི་བའི་སྐབས་ལུ་
 ཐོབ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཇེས་འཇུག་ ང་དང་ར་ཚུ་ བྲི་དགོཔ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་ ཉུག་
 པའི་སྐབས་ལུ་ རྫོང་ཁའི་ངག་གཤིས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྫོང་སྐྱེ་མ་བརྟོན་པར་ཉུག་
 དགོཔ་དང་ ཇེས་འཇུག་ལུ་ཅིག་ སྐྱ་ཕྱེད་ཀ་བརྟོན་ཏེ་ཉུག་དགོཔ་མི་ཚུ་ལུ་སྐབས་ཡིན།

དེ་ཡང་ ཇེས་འཇུག་ ན་ བ་ མ་ གསུམ་མ་གཏོགས་པའི་ཇེས་འཇུག་གཞན་ འ་ད་ལུ་
 གསུམ་སྐྱ་ཕྱེད་ཀ་དང་ ང་འ་ར་ས་བཞི་ སྐྱ་མ་བརྟོན་པར་ཉུག་དགོཔ་ཡིན། དཔེ་ན།

ཇེས་འཇུག	འབྲི་བཅུངས།	ཉུག་བཅུངས།	དམུ་གསོ།
ང་	ཁོ་དང་ང།	ཁོ་དང་།	ང་སྐྱ་མེད།
འ	དགའ་བ།	དགའ་བ།	འ་སྐྱ་མེད།

བར་རིམ་རྫོང་ཁའི་བར་གཞུང་།

༨	ཡིན།ཟེང་སྐབ།	ཡིན།(ཟེ)སྐབ།	ས་རྒྱ་མཐེ།
༩	ཨ་ལཱ་རྒྱེས་རྒྱ།	ཨ་ལཱ་རྒྱེས་(ཀེ)རྒྱ།	ས་རྒྱ་མཐེ།
ག	སེམས་ཅན་ལྟ། གཟུགས་ལ་གི་ལྟ།	སེམས་ཅན་ལྟ། (ལྟ)། གཟུགས་ལ་གི་ལྟ། (ལྟ)	ག་ལྟེ་རྒྱ། ག་ལྟེ་རྒྱ།
ད	གཞོན་པ་མ་བཀལ།	གཞོན་པ་(གཞོས་པ)མ་ བཀལ།	ད་ལྟེ་རྒྱ།
ལ	ལྟལ།	ལྟལ་(ལེ)	ལ་ལྟེ་རྒྱ།

ལེན་བཞི་པ་ མིང་གི་ཚན་གསལ།

ལེན་བཞི་པ་ མིང་གི་ཚན་གསལ་ལུ་ དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་བྱོན་པའི་ མིང་ཅམ་གྱི་སྐོར་ལས་
དང་ མིང་འདི་ཚུ་གི་ཁྱད་ཚོད་ཚུ་གསལ་པའི་ མིང་ཚབ་གྱི་སྐོར་ལས་དང་ དབྱེ་བ་གཉིས་
ཡོད།

༡. མིང་ཅམ།

མིང་ཅམ་ཟེར་མི་འདི་ དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་མ་གཏོགས་ བྱ་བ་དང་ བྱེད་ལས་ཁྱད་ཚོས་ཚུ་
ག་ནི་ཡང་ མ་བྱོན་མི་འདི་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། དེ་ལུ་ མིང་དང་མིང་ཚབ་ཟེར་དབྱེ་བ་གཉིས་
ཡོད། མིང་འདི་ལུ་ཡང་དྲུག་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ སྤྱི་མིང་། རྣམ་མིང་། ཚན་གསལ་མིང་།
གྲངས་མིང་། རྩ་གསལ་མིང་། ཞེས་འདི་མིང་དང་དུག་ཡོད།

༡) སྤྱི་མིང་ཟེར་མི་འདི་ མིང་གཅིག་གིས་ ལེ་ཚན་སྤྱིར་བཏུང་ལུ་ ཁྱད་ཚུ་གསལ་
མི་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། དཔེར་ན། ཤིང་། མེ་རྩོག་། མི། རྩ། གཡུས། བྱིམ་ ལས་ལོ་གསལ་པ།

2. མིང་ཚབ།

མིང་ཚབ་ཟེའམ་མི་འདི་ མི་དང་སེམས་ཅན་ཅ་ལ་ཚུ་གི་མིང་ངོ་མ་ བརྟེན་པར་མིང་གི་
ལྷན་ཚོད་པ་སྟེ་ སྤྱི་མི་འདི་ལུ་སྤྱི་མི་ཡིན། མིང་ཚབ་ལུ་དྲི་ལེན་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ གང་
ཟེག་གི་མིང་ཚབ། དབྱེ་བ་དབྱེ་གི་མིང་ཚབ། སྤྱི་འཇུག་གི་མིང་ཚབ། དེས་བཟུང་གི་
མིང་ཚབ། བྱ་ལུ་ལུ་གི་མིང་ཚབ་དང་ ལ་ཡོད།

1) གང་ཟེག་གི་མིང་ཚབ་ཟེའམ་མི་འདི་ གང་ཟེག་གི་མིང་ངོ་མ་ བརྟེན་པར་དགོ་པར་
མིང་གི་ཚབ་སྟེ་ལྷན་ཚོད་མི་གི་ཚོགས་ལུ་སྤྱི་མི་ཡིན། དཔེར་ན། གང་ཟེག་དང་པ་ལུ་ང།
ང་བཅས། གང་ཟེག་གཉིས་པ་ལུ་ལྷོད། རྒྱ། ལྷོད་ཅེ་ལྷོད། གང་ཟེག་གསུམ་པ་ལུ་
ལོ། མོ། ལོང། ལོང་ཅེ་ལྷོད། གཞན་ ལ་པ་དང་ལའི་ལ་སོགས་པ་ ཕྱེ་ཚུ་གི་མིང་
དང་། རུང་ཚུ་དང་ མདོ་ཚུ་ ཚོགས་དཔོན་ ལ་སོགས་པ་གོ་གཞན་གི་མིང་ཚུ་ཡང་
མིང་ཚབ་གི་ གང་ས་ལུ་ཚུད་པ་ཡིན།

2) དབྱེ་བ་དབྱེ་གི་མིང་ཚབ་ཟེའམ་མི་འདི་ གཞི་གཅིག་ལས་ དབྱེ་བ་སོ་སོར་བརྟེན་
པའི་མིང་ཅིག་ལུ་སྤྱི་མི་ཡིན། དཔེར་ན། ག་ར་འབད་ཅུང་། རང་རང་སོ་སོ། རེ་རེ་
བཞིན་དུ། གཅིག་མིན་གཅིག།

༣) ལྷོ་འཕུག་གི་མིང་ཚབ་བཟེ་མི་འདི་ གང་བཟག་དང་དེད་ས་མོ་ ས་གནས་ལ་
སོགས་ལ་ ག་ར་གི་ མིང་ཚབ་སྐྱེ་ འཕུག་ལ་འའི་མིང་ཅིག་ལུ་ སྤྲུལ་ཡིན། དཔེ་ན།
དེ། ཨ་ཡི། འ་རྒྱ། འདི། རྒྱ། འ་རྒྱ། འ་རྒྱ། ལ་སོགས་ལ།

༤) དེས་བཟུང་གི་མིང་ཚབ་བཟེ་མི་འདི་ མིང་དང་མིང་ཚབ་ག་ཅིར་ཨོན་ཅུང་ དེ་ར་
མ་གཏོགས་གཞན་ལུ་ མ་གོ་བའི་དེས་ལ་བཟུང་བའི་ མིང་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། དཔེ་ན།
ཁོ་ར། ཁོ་ར་རང། མོ་ར། མོ་ར་རང། འདི་ར། འདི་ར་རང་ལ་སོགས་ལ།

༥) ལྷོ་ལུ་ལྷོ་མིང་ཚབ་བཟེ་མི་འདི་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་དོ་མ་ མ་གཏོག་པར་ ཅ་
གོ་རྒྱགས་ལ་འའི་མིང་ཅིག་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། དཔེ་ན།

ཡ། རྒྱ། ཨ་ཡ། ཉུག། འོག། རྩོག། མག། ཨ་ཡ། ཡ་གི། མ་གི། ལ་སོགས་ལ།

2. དཔྱེ་ཚིག་།

དཔྱེ་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་ མཉེན་ལཱ་ཉོན་དང་ འབད་བའི་མོ་གོ་
 རིམ་ཚུ་གི་ རྒྱ་པར་ཉོན་པའི་ཚིག་ཅིག་ལྷན་པ་ཡིན། དཔེ་ན། རིག་པ་
 བསྐྱེམས་ཏེ་འབད། དཔེ་པར་ཉོན་ཏེ་ལྷན་པ། མ་འགོའི་ཏེ་བཟུ། ལྷ་རི་རི་སྐྱེ་ལོན།
 ལྷན་དག་ཏེ་ག་ཏེ་སྐྱེ་འབད། ཟབ་ཟེབ་བཟང་ལྟེ་མ་འབད། ལྷ་སིམ་སིམ་སྐྱེ་ལོན།
 གས་ལཱ་རི་རི་སྐྱེ་མཐོང་ཡི། ཉོན་ཉོན་སྐྱེ་བཞུགས་ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན། དེ་ལྷན་པ་གསེལ་
 གྱི་དཔྱེ་བ་ ལཱ་གི་འབད་བའི་དང་ ལཱ་གི་ལྷན་པ་ཉོན་པ་དང་གཉིས་ཡོད། དཔེ་ན།

དཔྱེ་ཚིག་གི་དཔྱེ་བ།	དཔེ་བཞེད།
1. ལཱ་གི་འབད་བའི་དང་།	མཉེན་ལཱ་པ་མཉེན་ལཱ་པ། ཉོན་ཉོན། ལཱ་གསེལ་ཤོམ་སྐྱེ། གོ་ལཱ་སྐྱེ།
2. རྒྱ་པར་ཉོན་པ།	མཉེན་ལཱ་པ། མཉེན་ལཱ་དགས། མཉེན་ལཱ་ཤོས། ཉོན་ཉོན། ཉོན་དགས། ཉོན་ཤོས། འགོ་སྐྱེ། འགོ་སྐྱེ་དགས། འགོ་སྐྱེ་ཤོས།

༣. བྱ་ཚིག།

བྱ་ཚིག་ལྟ་སྟེ་བྱ་ཚིག་ བྱ་བྱེ་ལས་གསུམ་གྱི་བྱ་ཚིག་༣༣ བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་
གོགས་༣༣ ཞེས་ཀྱི་བྱ་ཚིག་དང་བཞེ་ཡོད།

༡) སྟེ་བྱ་ཚིག་

སྟེ་བྱ་ཚིག་ཟེ་མི་འདི་ མིང་དང་མིང་ཚབ་ རྒྱ་ཚིག་དང་དབྱེ་ཚིག་ཚུ་མིན་
པའི་ བྱ་བའི་དོན་ལོན་པའི་ ཚིག་གསུམ་ བྱ་ཚིག་ཡིན། དཔེར་ན་ གྲང་། གཅད།
འབྲི། བསྐྱེ། བསྐྱུ། བསྐྱུར། འགྲེལ། འཛོན། འབྱུང་། གཟུང་། བསྐྱུང་ཚུ་ཡིན།

༢) བྱ་བྱེ་ལས་གསུམ་གྱི་བྱ་ཚིག་

བྱ་བྱེ་ལས་གསུམ་གྱི་བྱ་ཚིག་ལྟ་ བྱ་བྱེ་ལས་གསུམ་ངོ་སྟོན། བྱ་ཚིག་ བྱེ་ཚིག་
འདས་ཚིག་ རྒྱུ་ལྟ་ཚིག་དང་འཁོད།

༡. བྱ་བྱེ་ལས་གསུམ་ངོ་སྟོན།

བྱ་བྱེ་ལས་གསུམ་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་གཅིར་ཡིན་ཅུང་ འབད་སའི་ཡུལ་ དཔེ་ན།
གཅན་ནི་གི་ཤིང་དེ་ བྱ་བའི་ཡུལ་དང་ལས་ཡིན། ལཱ་འབད་མི་ དཔེ་ན། ཤིང་གཅན་
མི་དེ་ ལཱ་འབད་མི་བྱེ་པ་ལོ་ཡིན། འབད་བའི་ལཱ་ དཔེ་ན། ཤིང་གཅན་དོ་ ཤིང་
བཅད་ཚར་དེས་ ཟེར་མི་དེ་ཚུ་ བྱ་ལས་ཡིན།

བྱ་བྱེ་ལས་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་ རྣམ་གསུམ་བཅི་བཅུངས་དེ་ཡང་ བྱ་བའི་ཡུལ་དང་
ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཚུ་ མ་འོངས་པ། བྱེ་པ་ལོ་དང་ བྱེ་པ་ལོ་དང་འབྲེལ་བའི་
ལས་ཚུ་ ད་ཉེ་བ་དང་། དེ་ལས་ ལཱ་འབད་ཚར་མི་དེ་ རྣམ་འདས་པ་སྟེ་ འགྲོ་ལ་ཡིན།

དཔེ་ན། ཤིང་བདམ་ནི་ཡིན། བདམ་དགོ་ཟེར་བཅིའི་ བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་
ལས་འབད་ནི་འདི་གིས་ མ་འོངས་པ་དང་། ང་གིས་ཤིང་དམ་དོ་ མོ་གིས་དམ་དེས་
ཟེར་མི་ཚུ་ བྱེ་པ་ལོ་དང་འབྲེལ་བའི་ ལས་འབད་ནི་འདི་གིས་ ད་ཉེ་བ་ཡིན། དེ་ལས་
ཤིང་བདམས་ཚར་ཉུག་ བདམས་ད་ཡི་ཟེར་མི་ཚུ་ རྣམ་འདས་པ་དང་། ཤིང་བདམས་ད་
ཤིང་བདམས་ཤིག་ཟེར་མི་ཚུ་ གཞན་ལཱ་བཀོད་ཚུ་བྱེ་ནི་འདི་གིས་ ལྷུ་ཚིག་ཡིན།
དཔེ་ན།

གནད་དོན།	མ་འོངས་པ།	ད་ཉེ་བ།	འདས་པ།	སྐུལ་ཚིག།
	བྱ་ཚིག།	བྱེ་ཚིག།	འདས་ཚིག།	སྐུལ་ཚིག།
མིས་ཚུ་	བསྟོམ་	སྟོམ་	བསྟོམས་	སྟོམས།
གཅིག་ཁར་	བསྐྱབ་	སྐྱབ་	བསྐྱབས་	སྐྱབས།
ཅིག་ཕུས་	བརྟམ་	རྟམ་	བརྟམས་	རྟམས།
ཚུ་དང་ཞེས་	བསྟེ་	སྟེ་	བསྟེས་	སྟེས།
ང་	བརྟུང་	རྟུང་	བརྟུངས་	རྟུངས།
ཀྱི་ཅུ་	བརྟེས་	རྟེས་	བརྟེས་	རྟེས།
ཤིང་མེ་ལུ་	བསྟེག།	སྟེག།	བསྟེགས་	སྟེགས།
ཚོས་	བསྟུབ་	སྟུབ་	བསྟུབས་	སྟུབས།
ས་	བསྟུང་	སྟུང་	བསྟུངས་	སྟུངས།
འབྲག་མ་	བརྟལ་	རྟལ་	བརྟལ་	རྟལ།

༢. བྱ་ཚིག།

བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་བྱ་ཚིག་འདི་ བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ རྣམ་མའོངས་
པ་ལྟོན་མི་ ཚིག་ཅིག་ལུ་སྤྲང་ཡིན། དཔེར་ན། མེ་གཏུང་ནི། རྩ་གཅེད་ནི། ཅེ་ལ་
བསྐྱོག་གོ། ལེའུ་བསྐྱུར་ནི། ས་ཁར་འབྲེལ་འོང་། མགོ་འབྲེན་དགོ། བར་ཆད་འབྱུང་
འོང་། ཁོང་ལུ་གཟུང་ཚུགས། དམ་ཚིག་ བསྐྱུང་གེ་ཚུ་ཡིན།

༣. བྱེད་ཚིག།

བྱེད་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ བྱེད་པ་ལོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ རྣམ་དུ་བྱ་བ་ལྟོན་མི་ཚིག་ཅིག་
ལུ་སྤྲང་ཡིན། དཔེར་ན། ར་རྩུང་དེས། ར་རྩུང་མི། གོ་ལུ་ཉུབ་དོ། གོ་ལུ་ཉུབ་མི།
ཤིང་རྩབ་དོ། ཤིང་རྩབ་མི། ལ་ལོ་མ་དེས། ལ་ལོ་མ་མི། ཅེ་ལུ་སྐྱུབ་དོ། ཅེ་ལུ་སྐྱུབ་མི།
མཚོད་པ་སྐྱོག་དེས། མཚོད་པ་སྐྱོག་མི། ཤོག་གུ་སྐྱིལ་དོ། ལེའུ་སྐྱུར་དོ། ལེའུ་སྐྱུར་
མི། འཇོན་མེད་དེས། འཇོན་མེད་མི། ཐགས་འབྲེག་དེས། ཐགས་འབྲེག་མི། ལྷིམ་
སྐྱུང་དོ། ལྷིམ་སྐྱུང་མི་ལ་སོགས་པ།

བྱེད་ཚིག་གི་སྐབས་ རྣམ་དུ་བྱ་བའི་ཚིག་ སྐྱུང་མི། རྩོམ་མི། འབྲི་མི། སྐྱུང་མཁན།
འབྲི་མཁན། རྩོམ་ཁན་ ལ་སོགས་པ། རྣམ་འདས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ ལོ་རྒྱུས་ འབྲི་

དགོས་འཕྲོད་པའི་སྐབས་ལྟ་ཡང་ འདས་ཚིག་མིའི་པར་ བྱེ་ཚིག་ ལྷུང་མི། རྩི་མི།
འབྲི་མི་ཚུ་དེ་སླེ་རང་འབྲི་དགོས་ཡིན།

༤. འདས་ཚིག་

འདས་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་ག་ཅི་ས་འབད་ཅུང་ འབད་ཚེ་ར་བའི་དུས་འདས་པ་ཕྱོད་
པའི་ཚིག་ཅིག་ལྟ་སྲབ་ཡིན། དཔེར་ན། ལམ་བཀག་ཚུ། ཡི་གུ་བཀྲམ་ཡི། དཀར་
ཡོལ་བཅག་ཚུ། ཚུ་ཆད་སོ་ཚུ། མི་བཏུང་ཡི། པར་བཏུང་ཚུ། མགུ་ཕྱོད་ཡི།
ཡི་གུ་བྲིས་ཡི། ཤིང་བཅུགས་ཅི། བྱི་མ་ཤར་ཚུ། ལགས་གཟེར་བརྗེ་སྲབ་ཚུ། ཆ་
རོགས་ལྟ་བུ་སྐྱེགས་ཅི་ ཚུ་ཡིན།

༥. ལྷུང་ཚིག་

ལྷུང་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་འབད་བཅུག་ནི་གི་ བཞོན་ཀྱའི་ཚིག་ཅིག་ལྟ་སྲབ་ཡིན།
དཔེར་ན། ལ་ལས་སྐྱེགས་ཤིག། བང་རྒྱགས་ཤིག། དཀྱི་ས་ཉལས་ཤིག། ལག་པ་
རྒྱངས་ཞིག། ལམ་རྒྱངས་ཤིག། ལ་སོགས་པ་ ལྷུང་ཚིག་གི་ཡིག་པ་དེ་བཞི་སོ་སོ་ཡོད་པ་
ཅིན་ དེ་ས་ལག་ལཱ་འབྲེ་འབྲེ་འདི་དང་།

སོ་སོ་མཉེ་པ་ཅིན་ མ་འོངས་པའི་ཚིག་ལུ་ རྒྱལ་ཚིག་གི་ཚིག་གོ་གས་ ད། འོག་
ཤིག་ ཚུ་བཅུ་གས་ཏེ་ ལག་ལུ་ཉེ་འཐབ་དགོ་པ་ཡིན། དཔེར་ན་ ཅེ་ལ་ཉེ་ད། ཚུ་འཕུ་
ད། ལམ་འགྲོ་ཞིག་ མིག་ཉེ་བཏུ་ཞིག་ རྒྱུ་བདེ་འོག་ ངལ་གསོ་ལུ་ཤིག་ སེ་ཁར་
ཉལ་ཤིག་ ལ་སོགས་པ་བརྒྱམ།

ག) བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གོ་གས།

བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གོ་གས་ཟེར་མི་འདི་ དུས་གསུམ་དང་ གང་ཟེག་དང་པ་གཉེས་པ་
གསུམ་པའི་ འཕྲོ་བའལ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ བྱ་ཚིག་དང་གཅིག་ཁར་འཕྲོ་བའི་གི་ ཚིག་
གོ་གས་ཚུ་ལུ་སྤྲོ་པ་ཡིན། དེ་ལུ་ རྒྱུ་ཚིག་གོ་གས་ངོས་འཛིན། དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་
འཁྲུལ་བའི་འཕྲོ་བའལ། ཚི་དེ་སོ་གསུམ་དང་གཅིག་ཁར་འཕུག་ཚུ་ལ། གང་ཟེག་གི་
དབྱེ་བ་དང་འཁྲུལ་བའི་འཕྲོ་བའལ། ལྷའི་འཕུག་ཚུ་ལ་དང་དྲང་གསེས་དབྱེ་བ་ལ་ཡོད།

༡. ཚིག་གོ་གས་ངོས་འཛིན།

དུས་གསུམ་དང་འཁྲུལ་བའི་བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གོ་གས་ ཅི་ ཡི། ལུག། དོ། དེས། ལྷི།
འོང། གེ། ཡས། མས། བས་དང་བཅུ་གཅིག་ཡོད་མི་ཚུ་ བྱ་ཚིག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་
ཚིག་གོ་གས་སླེ་འཕུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན་ ཟླ་བ་ཅི། སོང་ཡི། འབད་ལུག། འབྲི་དོ།

སྤང་དེས། འཕྲོད་ཀྱི རྩོད་འོང་། བཏུ་གོ། རྩོད་པས། འཕྲོད་མ་མས། དུག་འཁུངས་
 ཟེའུ་འོ་བཟུམ་ཡིན།

2. རྒྱལ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲུལ་བའི་ཐོབ་ལམ།

བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གྲོགས་འདི་ཚུ་ རྒྱལ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲུལ་བའི་ཐོབ་ལམ་སོ་སོར་
 ཡོད། དེ་ཡང་འདས་པའི་བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གྲོགས་ལུ་ ཅི་ ཡི། ལུག་ གསུམ་དང་།
 དུ་བའི་བྱ་ཚིག་གི་ ཚིག་གྲོགས་ལུ་ དེ་ དེས་པས་ མས་ བས་ལ། མ་འོངས་
 པའི་བྱ་ཚིག་གི་ ཚིག་གྲོགས་ལུ་ ནི་ འོང་ གོ་ གསུམ་འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན།

འདས་པ།	ཐོབ་ཅི།	སོང་ཡི།	ཐོན་ལུག
དུ་བ།	འཕྲོད་དེ།	འཕྲོད་དེས།	འཕྲོད་དེས།
	འཕྲོད་པས།	འཕྲོད་མ་མས།	དུ་བས།
མ་འོངས་པ།	འཕྲོད་ནི།	འཕྲོད་འོང་།	འཕྲོད་གོ།

3. ཚིན་སོ་གསུམ་དང་གཅིག་ཁར་འཇུག་ཚུལ།

བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གོ་གས་དེ་ཚུ་ རྣམ་འདས་པ་དང་ མ་འོངས་པ་གཉིས་ལུ་ ཚིག་གི་ཉུང་
པར་དང་འཇུག་ཏུ་ བར་བར་ཞག་ ཚིན་སོ་གསུམ་དང་གཅིག་ཁར་ གཉིས་སྐྱེལ་སྐྱེ་
ཚུན་དགོ་པ་ཡང་ཡོད། དེ་ཡང་ འདས་པ་འཇུག་གི་ ཚིག་གོ་གས་ ཡི་ ཉུག།
གཉིས་དང་ མ་འོངས་པ་འཇུག་གི་ ཚིག་གོ་གས་ གི་ འོང་། གོ། གསུམ་དང་
གཅིག་ཁར་འཇུག་པ་ཡི་དུ། དཔེ་ན།

འདས་པ།	ཕམ་ཚི་ཡི། གོ་ཚི་ཉུག།	བཅུགས་ད་ཡི། བཟུང་ད་ཉུག།	གུབ་སོ་ཡི། ཞི་སོ་ཉུག།
མ་འོངས་པ།	འབད་ཚི་ནི། འབད་ཚི་འོང་། འབད་ཚི་གོ།	འཕུལ་ད་ནི། འཕུལ་ད་འོང་། འཕུལ་ཚི་གོ།	ཡར་སོ་ནི། ཡར་སོ་འོང་། ཡ་སོ་གོ།

༤. གང་ཟེག་གི་དབྱེ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོབ་ལམ།

བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གོ་གསལ་དེ་ཚུ་ གང་ཟེག་དང་པ་དང་ གཉེན་པ་ གསུམ་པ་དང་འབྲེལ་
བའི་ རྣམ་གསུམ་གྱི་ འཕྲོ་བའ་ལམ་སོ་སོར་ཡོད། དཔེར་ན།

	གང་ཟེག་དང་པ།	གཉེན་པ།	གསུམ་པ།
འདས་པ།	ང་གིས་འབད་ཡི། འབད་ད་ཡི།	ཁྱོད་ཀྱིས་འབད་ཅུག། འབད་ད་ཅུག།	ཁོ་གིས་འབད་ཅུག། འབད་ད་ཅུག།
ད་ཉེ་བ།	ང་གིས་འབད་དོ། ང་གིས་འབད་བའི་ བསྐྱང་ཡིན།	ཁྱོད་ཀྱིས་འབད་དེས། ཁྱོད་ཀྱིས་འབད་བའི་ བསྐྱང་ཡིན་མས།	ཁོ་གིས་འབད་དེས། ཁོ་གིས་འབད་བའི་ བསྐྱང་ཡིན་མས།
མ་འོངས་པ།	ང་གིས་འབད་འོང། འབད་ད་འོང། འབད་ག།	ཁྱོད་ཀྱིས་འབད་ད་འོང། འབད་ད་ནི་ཡིན།	ཁོ་གིས་འབད་འོང། འབད་ད་ནི་ཡིན། ཁོ་གིས་འབད་ད་འོང།
འདས་པ།	ང་གིས་བྲིས་ཡི།	ཁྱོད་ཀྱིས་བྲིས་ཅུག།	ཁོ་གིས་བྲིས་ཅུག།

	བྲིས་དྲ་ཡི།	བྲིས་དྲ་ལྷན།	ཁོ་གིས་དྲ་ལྷན།
དྲ་ལྷན།	ང་གིས་ལྷན་དོ། ང་གིས་ལྷན་པའི་ བསྐྱེད་ཡིན།	ཁྱོད་ཀྱིས་ལྷན་དེས་མེད་ ན། ཁྱོད་ཀྱིས་ལྷན་པའི་ བསྐྱེད་འདུག་མེད་ན།	ཁོ་གིས་ལྷན་དེས། ཁོ་གིས་ལྷན་པའི་ བསྐྱེད་འདུག།
མ་འོངས་པ།	ང་གིས་འབྲུང་ནི། ང་གིས་འབྲུང་འོང། ང་གིས་འབྲུང་ག།	ཁྱོད་ཀྱིས་འབྲུང་འོང། ཁྱོད་ཀྱིས་འབྲུང་ནི་ཡིན།	ཁོ་གིས་འབྲུང་འོང། ཁོ་གིས་འབྲུང་ནི་ཡིན།
	ང་གིས་འབྲུང་དྲ་ འོང།	ཁྱོད་ཀྱིས་འབྲུང་དྲ་འོང།	ཁོ་གིས་འབྲུང་དྲ་འོང།

གོང་གསལ་ལ་ མ་འོངས་པའི་རྒྱ་གྲོགས་ གེ་ ཟེ་མི་འདྲི་ གཙོ་བོ་དངོས་པོ་བདེ་གཞུང་
འབྲེལ་ཡིན་ཅུང་ བར་བར་ཞག་ གང་ཟེག་གསུམ་པའི་དོན་ལུ་ཡང་འདུག་པ་ཡིན།
དཔེ་ན། ལཱ་འདྲི་ ཁོ་གིས་འབད་གེ་ ཁོ་དཔེ་ཆ་བཏུ་གེ་ཟེ་འདུག་ནི་ཡོད། དེ་

སྐབས་ལུ་ གེ་ཟེ་མི་འོ་ཡི་གཏོ་དོ་ཞེ་ ཁོ་འབད་བཅུག་པ་ཉ་བཅུག་ ཟེ་བའི་དོ་ཞེ་ལུ་
འབྱུག་པ་ཨོ་ཞེ་མ་ཤེས་དགོ།

འདི་བཟུམ་སྟེ་ གོང་གསལ་ལུ་ འདས་པའི་ཚིག་གོ་གསལ་ ཡི་ འདི་ཡང་ འཕྲུལ་འཕྲུལ་
སྟེ་ གང་ཟེ་གཏེ་ཉེས་པ་དང་ གསུམ་པ་ལུ་ དྲི་བ་བཏོད་པའི་སྐབས་ལུ་ འབྱུག་ནི་
ཡོད། དཔེ་ན། ཡི་གུ་འདི་ རྩོད་ཀྱིས་ བྲིས་ཡི་མེད་ནུ་? ལཱ་འདི་ ཁོ་གིས་ཡང་
འབད་ཡི་མེད་ནུ་? ལཱ་སོགས་པ།

༥. ཚིག་གོ་གསལ་ཚུ་གི་སྐོའི་འབྱུག་ཚུ་ལ།

བྱ་ཚིག་གི་ཚིག་གོ་གསལ་ རུག་ དོ་ དེས་ ནི་ འོང་ གེ་ ཚི་ ད་ སོ་ ཚུ་ ཇེས་འབྱུག་
གི་ དཔྱེ་བ་མེད་པར་ འབྱུག་པ་ཨོ་ཞེ། ཅི་འདི་ གང་ད་བསའི་མཐའ་མར་དང་། ད་ན་
མའའ་པ་ལས་དང་ མཐའ་མེད་ལུ་ ཡི་ འཕྲོ་བ་ཨོ་ཞེ། པས་འདི་ གན་བསའི་
མཐའ་མར་དང་། བས་འདི་ འའ་ལ་མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐའ་མར་དང་ བས་འདི་ ད་ན་
བམ་ མིང་མཐའ་ལྟའི་མཐའ་མར་བཅས་ཕྱོ་བ་ཨོ་ཞེ། དཔེ་ན།

བར་རིམ་རྫོང་ཁའི་བདེ་གཞུང་།

རྗེས་འདུག།	ཚིག་གྲོགས།				
	ཅི	ཡི	པས'	མས'	པས
ག།	0		0		
ང	0	0		0	
ད།	0				
ན།		0	0	0	
བ	0		0	0	
མ		0	0	0	
འ		0			0
ར		0			0
ལ		0			0
ས	0	0	0		
མཐའ་མེད།		0			0
མིང་མཐའ་ལྡན།				0	

ང.) ཞེས་འདི་བྱ་ཚིག།

ཞེས་འདི་བྱ་ཚིག་ཟེར་མི་འདི་ མིང་གི་ཞེས་ཀྱང་མ་གཅིག་གིས་མ་དོ་བར་ འབད་ ཟེར་
 མི་ལུ་ མཇོན་ ཟེར་དོ་བཟུམ་ བྱ་ཚིག་ལུ་ཐོབ་པ་འདི་ ཞེས་འདི་ཚིག་ཚུ་ལུ་སྤྲུམ་ཡིན།
 དཔེར་ན།

ཡལ་སྐད།	ཞེས།		ཡལ་སྐད།	ཞེས།
ཟུ།	གསན།		ཕྱི།	འཁྱུངས།
ལོ།	བཞུགས།		བཏུ།	གཟུགས།
འཁྱུ།	བསེལ།		ལྷོ།	ཡུལ།
འབག།	བཏུམས།		བཞོན།	ཚིབས།
འབད།	མཇོན།		སྤྲུ།	གསུངས།
ཕྱི།	གནང།		ན།	བཏུང།
བསད།	བཏྲོང།		ལོ།	ཡེབས།
བཟུའ།	བཞེས།		ཟུལ།	གཟུམས།
ལོང།	བཞེངས།		ཕྱོན།	བཞེས།

ལེའུ་རུག་པ་ བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་

བརྗོད་པ་ཟེར་མི་འདི་ རྩིས་སྒྲིག་གི་ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་
ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་
བརྗོད་པ་ དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་
ལེའུ་རུག་པ་ རྩིས་སྒྲིག་གི་བརྗོད་པ་དང་བཞི་ཡོད།

༡. བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་

བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་ལྟར་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་
བརྗོད་པ་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་

༡) ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་
ལེའུ་རུག་པ་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་ ལེའུ་རུག་པ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྩིས་སྒྲིག་གི་
བརྗོད་པ་ལྟར།

ལ) ལྷོད་གཏེ་དོད་པ་མོ་? མོ་གཞི་ལྷོད་ན་? ཁོའི་མིང་གཅི་ལྷོད་ན་? ཟེ་
དོ་བཟུམ་གཞན་ལུ་འདྲི་བ་བཞེད་མི་དང་ཡང་ལྷོད་རང་གི་སེམས་ཀྱི་དྲན་ཚེས་བསྐྱེད་གོ་
པའི་ཚིག་གི་བཞེད་པ་ཅིག་ལུ་འདྲི་བའི་བརྗེད་པ་ཟེ་སྐབ་ཡིན།

ག) ལྷོ་སེམས་སྤོ་དོད། དཔེ་ཆ་ལེགས་ཤོ་བ་སྤོ་བཟུ། ཡུགས་བདེས་ཀྱི་བཟུ།
ཟེ་དོ་བཟུམ་བསྐྱེད་ལྷོད་དང་བཞེད་ཀྱི་བཟུ་ལྷོད་པའི་ཚིག་ཅིག་ལུ་སྐྱེ་ལྷོད་གི་བརྗེད་
པ་ཟེ་སྐབ་ཡིན།

ང) དེ་མའི་དོ་ཚེ་མི་ཚེ། ལམ་ལོ་མེ་རྟོག་འདྲི་ལེགས་མི་ལེགས། ལམ་ལམ་སྐྱེ་ལུ་
སར་བསྐྱེ་ལུ་མི་བསྐྱེ་ལུ། ཟེ་དོ་བཟུམ་ཚེས་ལུགས་ལྷོ་ལམ་བརྟེན་པའི་ཚིག་ཅིག་ལུ་
སེམས་ཚེས་ཀྱི་བརྗེད་པ་ཟེ་སྐབ་ཡིན།

2. བརྗེད་པའི་དོ་བོ།

བརྗེད་པའི་དོ་བོ་ལུ་བརྗེད་དོན་གཏོ་བོ་ཅིག་དང་སྐྱགས་ཏེ་ཡོད་པའི་བརྗེད་པ་དང་།
བརྗེད་དོན་གཏོ་བོ་མེད་པར་བྱ་བའི་ལུ་ལུ་དང་ལུས་གཅིག་མིན་གཅིག་དང་སྐྱགས་ཏེ་
ཡོད་པའི་བརྗེད་པ་དང་གཏེ་སྐྱོ་ཡོད། དེ་ཡང་།

ཀ) ཟླ་མ་ ཤར་རུག། ཁོ་ ཉུལ་དེས། ཏྲ་གིས་ ལྷ་ཟ་དེས། རྩོམ་གིས་ རུང་དེས།
ཟེར་དོ་བཟུམ་ བརྗོད་དོན་གཏོ་བོ་སེམས་འདུན་དང་ དངོས་པོ་གང་ཅུང་དང་ སྐྱགས་ཏེ་
དེའི་སྐོར་ལས་བརྗོད་མི་གི་རིགས་ལུ་ བརྗོད་དོན་གཏོ་བོ་ཅིག་དང་ སྐྱགས་ཏེ་ཡོད་པའི་
བརྗོད་པ་ ཟེར་སྐབ་ཡིན།

ཁ) ཡི་གུ་བྲིས། བཀྲིས་སྐད་ལུ་སོང་། ཆར་པ་རྒྱབ་དེས། ཟེར་དོ་བཟུམ་ བྱ་
བའི་ཡུལ་ལམ་ ལས་གང་ཅུང་དང་སྐྱགས་ཏེ་ དེའི་སྐོར་ལས་བརྗོད་མི་ འདི་ལུ་ བྱ་
བའི་ཡུལ་དང་ལས་ གཅིག་མིན་གཅིག་དང་སྐྱགས་ཏེ་ ཡོད་པའི་ བརྗོད་པ་ཡིན།

༣. བརྗོད་པའི་དབྱེ་བ།

བརྗོད་པའི་དབྱེ་བ་ལུ་ བརྗོད་པ་རྒྱུང་པ། བརྗོད་པ་ཆ་ཚང་བ། བརྗོད་པ་ལྷ་བསུས་དང་
གསུམ་ཡོད། དེ་ཡང་།

ཀ) ལྷོ་ལུ་དགའ། མོ་གིས་བྲིས། དཔེ་ཆ་ལྷབ། ཟེར་དོ་བཟུམ་ བརྗོད་དོན་གཏོ་
བོ་དང་ བྱ་ཚིག་ཅིག་ཡོད་མི་གི་བརྗོད་པ་ལུ་ བརྗོད་པ་རྒྱུང་པ་ཟེར་སྐབ་ཡིན།

ལ) ཁོ་ཁྲོམ་ཁང་ ཉེ་ཚང་རྒྱལ་པོ་སོང་ལྷན་ལའི་གིས་ བུ་མོ་ལུ་ བསྐྱབ་བྱ་
ལེགས་ཤོམ་ཐྱིན་ལྷན་ གན་མ་གྱུ་ ཟའི་ལྷོ་རྟ་ལུ་ འགྲུལ་པ་བསྐྱུལ་བའ་ སོང་ལྷན་
ཟེའ་དོ་བཟུམ་ བརྗེ་དོན་གཏོ་བོ་དང་ བྱ་བའི་ཡུལ་ བྱ་ཚིག་གསུམ་ཚའ་ ཚང་བའི་
བརྗེ་པ་ལུ་ བརྗེ་པ་ཚ་ཚང་བ་ཟེའ་སྐབ་ཡིན།

ག) དེའི་ དཔེ་དེབ་འདི་ ག་གིས་ ལམ་ཕྱི་བརྒྱུ་ཡི་ག་ ད་གིས་མ་ཤེས། རང་ལུ་
བཅོམ་ལྷན་ལོ་དཔ་ཅིན་ དཔེ་ཚ་ མཐའ་འཁྲུལ་ཚུགས། དད་པ་ཅན་གྱི་མི་ཚུ་ ག་ཉེ་
ལོ་དེ་ཅུང་ དཀོན་མཚོག་འབྲུལ་བ་མེད་པ་བཞུགས་འོང། ཁོ་ ཉོ་བཟའ་སྐྱེ་ ཉལ་
ལོ་དེ་ལྷན་ མོ་ ཁྲོམ་ཁང་ལས་ ལོག་འོང་ཞིན་མ་ལས་ ཉོ་བཟའ་ཚའ་ཕྱི་མ་ཚད་ ཉལ་མ་
ནང་ མེ་རྩོག་ཡང་ བཞུགས་དེ་ལྷན་ ཟེའ་དོ་བཟུམ་ བརྗེ་པ་གཅིག་ནང་ བརྗེ་ཚན་
མ་འདྲུམ་ གཉེས་ལས་ཉལ་ཉེ་ ཡོད་པའི་བརྗེ་པའི་རིགས་ལུ་ བརྗེ་པ་ལྷ་བསྐྱུས་
ཟེའ་སྐབ་ཡིན།

༤. ཚིགས་བཅད་ཀྱི་བརྗེ་པ།

ཚིགས་བཅད་ཀྱི་བརྗེ་པ་ཟེའ་མི་འདི་ ཚིག་རྒྱུང་བཞི་ཤེས་པ་མི་གི་བརྗེ་པ་ཚན་ཅིག་ལུ་
སྐབ་ཡིན། དེ་ལུ་ ཤོ་ལོ་ག་ ཟེའ་ཡང་སྐབ་འོང། ཚིག་རྒྱུང་ཤེས་ནང་ ཚིག་འབྲུལ་ལེ

ཤ། འབད་མི་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ཅུང་། ལྷིང་བརྟུང་ཡོང་ཁའི་སྐབས་ རྒྱུ་ལྷུ་གུ་ལས་
དཔུ་རྒྱ་ཚེད་འབད་མི་རྒྱ་བཟོ་ཡིན། རྒྱུ་ལྷུ་གུ་ལས་ལྷིང་གུ་ལྷུ་གུ་ལས་
རྒྱུ་ལྷུ་གུ་ལས་དགོ། དེ་ཡང་།

༡) རྒྱུ་ལྷུ་གུ་ལས་མ།

བཟུ་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་།

༢) རྒྱུ་ལྷུ་གུ་ལས་མ།

རྒྱུ་ལྷུ་གུ་ལས་། དཔུ་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་།

༣) རྒྱུ་ལྷུ་གུ་ལས་མ།

ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་།

དཔུ་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་། ལྷིང་ལྷུ་གུ་ལས་།

ང) ཚིག་འཕྲུལ་ལྟ་བུ་མེད།

བསོད་ནམས་མཚོ་ལས་འཁྲུངས་པའི།། མི་དབང་གཞུགས་སྐྱེའི་ཉི་མ།། འཕྲུག་གི་
བརྒྱན་འཛིན་རྒྱལ་པོ།། གསེར་ལྷིའི་ཉེད་ལ་མཛེས་སོང་།།

སྐྱ་གཞུགས་ལྷ་རི་སྐྱ་གཟུགས།། ལྷ་ལ་འཕྱུར་པ་རྣམས་ལྟ་བུ།།

ཡིད་འོང་མཛེས་པའི་བྱ་བོ།། སེམས་ལས་ཡལ་ས་མེད་འཕྲུག།

ཅ) ཚིག་འཕྲུལ་བདུན་མེད།

དཔལ་དུན་འཕྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི།། མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་བརྟན་ཐབས་ལུ།།
རྒྱལ་སྤོན་འབངས་གསུམ་སྤྱི་མཐུན་གྱིས།། དད་དམ་འཇུག་མེད་གཙོ་བོར་བརྟོན།།

ཆ) ཚིག་འཕྲུལ་བརྒྱན་མེད།

དཔལ་རང་དབང་འཕྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི།། དཔལ་ཚོས་སྲིད་ལྷགས་གཉེས་སྦྱོང་བའི་
མགོན།། དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ།། དཔལ་གསེར་ལྷི་བྱ་གྲིས་
མངའ་གསོལ་ལྟ།།

༤) ཚིག་འབྲུ་དག་མ།

ཚོས་ཇེ་དཔལ་ལ་ལྟན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི།། བསྟན་སྲིད་རྫོང་བའི་མི་དབང་ཚོས་གྱི་
རྒྱལ།། གསེར་ལྷི་བཀྲ་ཤིས་མངའ་གསོལ་གྱི་མ་ཚོས།། འཕྲིན་ལས་རྣམ་བཞི་དེ་འོད་
བཟང་རྒྱས་པར་ཤོག། ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན་ནོ།།

ལེའུ་བདུན་པ་ ཇེས་འཇུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུན།

འོག་ལུ་ཡོད་མི་ཡུན་ཚུ་ ཇེས་འཇུག་དང་འབྲེལ་བའི་ལུ་ཏེ་འཇུག་ནི་འདི་གིས་ ཇེས་འཇུག་དང་
འབྲེལ་བའི་ཡུན་ཟེར་སྐབ་ཡིན། འདི་ལུ་ནང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ གཞན་ལ་ཡང་ཡོད་ཅུང་
སྐབས་འདི་ནང་ འབྲེལ་སྒྲིག་དང་བྱེད་སྒྲིག་ རྒྱ་གཞུང་གསལ་གྱི་སྐོར་ལས་བཟུང་ནི་
ཡིན།

༡. འབྲེལ་སྒྲིག་།

འབྲེལ་སྒྲིག་ཟེར་མི་འདི་ གང་ཟེག་ དེས་པོ་ དེས་མེད་ ཚུ་གི་བར་ན་ ཡན་ཚུན་
འབྲེལ་བ་ བཟོ་མི་ལུ་སྐབ་ཡིན། འབྲེལ་སྒྲིག་གི་ཆུ་ གི་གྱི་གྱི་འི་ཡི་ ལ་ཡོད་མི་དེ་ཚུ་
ཇེས་འཇུག་ གང་དང་ མཐའ་མེད་གྱི་ཇེས་སུ་ གི་དང་། དུ་བ་ལའི་ཇེས་སུ་ གྱི་ ན་
མ་ར་ལའི་ཇེས་སུ་ གྱི་ འ་དང་མཐའ་མེད་གྱི་ཇེས་སུ་ རྟེན་པ་ལ་སྐོར་དགོ་པའི་
སྐབས་ལུ་ཡི་ དང་། ལ་སྐོར་མ་དགོ་པའི་སྐབས་ལུ་ འི་ འཚོ་བ་ཡིན།

འབྲེལ་སྒྲིག་གི་འཇུག་ཚུལ།

ངོ་མོ་བདག་གཅིག་། དེ་ལས་དེ་འབྱུང་། ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན། ལྷན་གཞི་དང་
ལྷན་ཚོས། རྩེ་དང་བརྩེ་ལ། རྩེ་དང་བདག་པོའི་འབྲེལ་བ་དང་རྩྭ་ཡོད།

༧) ངོ་མོ་བདག་གཅིག་ཟེར་མི་འདི་ རེགས་ཀྱི་རལ་གྱི་ ཟེར་དོ་བཟུམ་ རེགས་
དང་རལ་གྱི་གཉིས་ རྒྱའི་དབྱེ་བ་སོ་སོ་ལྷེ་མ་ཚུགས་མི་ གཉིས་ཀྱི་བར་ན་འབྲེལ་བ་བཟོ་
མི་ལུ་ ངོ་མོ་བདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་པ་ ཟེར་སྐབ་ཡིན། དཔེར་ན། ཤིང་གི་རལ་གྱི་
གསེར་གྱི་བུམ་པ། ཤ་ལྷག་གི་གཟུགས། རེགས་ཀྱི་ཁབ། ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་། ལོ་
མའི་ཚོད་མ། གཡུ་ཡི་རྒྱ་ཆ་བཟུམ།

ཉ) དེ་ལས་དེ་འབྱུང་བཟེ་མི་འདི་ བྱམ་གི་སྐོང་དོན། ཟེར་དོ་བཟུམ་ འབྱུང་སའི་
ལུ་ བྱམ་དེ་དང་ འབྱུང་ཚོས་སྐོང་དོན་གཉིས་འབྲེལ་བའི་དོན་ཕྱོད་མི་ལུ་ དེ་ལས་དེ་
འབྱུང་གི་འབྲེལ་པ་ ཟེར་སྐབ་ཡིན། དཔེར་ན། མིག་ཉེ་གི་མིག་རྒྱ། ལོ་མ་གྱི་མར།
ཉུག་གི་ལྗུག་ལ། བའི་མོ་ལུ་ཅུང་། ས་མོན་གྱི་ལྗུག་། ལ་མའི་བུ། གན་མའ་ཁ་ཡི་
ཆར་པ། རྒྱ་མཚོའི་རྩོད་བུ། ས་འོག་གི་གསེར། ལྷན་གྱི་ཆར་པ་བཟུམ།

ག) ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་ཟེའམ་མི་འདི་ མི་གི་ལག་པ། ཟེའམ་དོ་བཟུམ་ ཡན་
ལག་ཅན་མི་དང་ ཡན་ལག་ལག་པ་གཉིས་ གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བའི་དོན་ལྟོན་མི་ཅིག་
ལུ་ ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་ ཟེའམ་སྤང་ཡིན། དཔེར་ན། རྒྱ་མཚོ་གི་ཀླུ་མཉམ་
བདེ་སྲིད་ཀྱི་རྒྱུ་ལོ། མདའ་ཡི་སྒྲི། ལག་པའི་མཚུབ་མོ། ཤིང་གི་ཞལ་ལག་ མེ་ཏོག་
གི་འདབ་མ། མཁུ་ཏོག་གི་སྒྲི། ཀླུ་པའི་མཚུབ་ཅུང་། ལག་པའི་སྐྱེ་མོ། རྩོམ་གྱི་
རྩམ་བཟུམ།

ང) རྩད་གཞི་དང་ལྷན་ཚོས་ ཟེའམ་མི་འདི་ མཁའ་པའི་ཡོན་ཏུན་ ཟེའམ་དོ་བཟུམ་
ལྷན་གཞི་ མཁའ་པའི་གང་ཟག་དེ་དང་ ལྷན་ཚོས་ཡོན་ཏུན་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ འབྲེལ་
བའི་དོན་ ལྟོན་མི་ཅིག་ལུ་ ལྷན་གཞི་དང་ལྷན་ཚོས་ ཟེའམ་སྤང་ཡིན། དཔེར་ན།
དུལ་གྱི་བཀྲ་ག། དཔའ་རྩགས་ཀྱི་རྩོས། གསེར་གྱི་མདངས། གཡུ་ཡི་མདོག། ལབ་
ཀྱི་ཕོ། དུང་དཀར་གྱི་དབྱིབས། ཞལ་གྱི་འཕྲུམ་མདངས། དཔོན་གྱི་གཟི་བརྩི། སྤ་
མའི་སྤུ་ཡོན་བཟུམ།

ཅ) རྩེ་དང་བརྩེ་པ་ཟེའམ་མི་འདི་ ལྷ་ཚང་གི་དག་སྲོང་། ཟེའམ་དོ་བཟུམ་ རྩེ་གྲ་
ཚང་དང་ བརྩེ་པ་དག་སྲོང་གཉིས་ གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བའི་ དོན་ལྟོན་མི་ཅིག་ལུ་
རྩེ་དང་བརྩེ་པ་ ཟེའམ་སྤང་ཡིན། དཔེར་ན། དོ་མེག་དེ་གྱི་མཚོད་རྩེ། ལྷ་ལང་ནང་

གི་སྐྱུ། ལྷིམ་ནང་གི་མི། འབྲུག་གི་མི་སེད། གནམ་མཁའ་འདྲི་སྐྱེས་མཁའ། ཟབ་གྲི་མེ།
ལྷིམ་ཐོག་གི་དཔེ་ཤིང་། སློབ་སྦྱོང་སློབ་དཔོན། ཡིག་ཚང་གི་དུང་ཡིག་བཟུམ།

ཆ) རྟོན་དང་བདག་པོ་ཟེར་མི་འདྲི་ བསམ་གྲུབ་གྲི་དཔེ་ཆ། ཟེར་དོ་བཟུམ་ དཔེ་ཆ་
གི་བདག་པོ་བསམ་གྲུབ་དང་ རྟོན་དཔེ་ཆ་གཉིས་གྲི་བར་ན་ འབྲེལ་བའི་དོན་ལྟོན་མི་
ཅིག་ལུ་ རྟོན་དང་བདག་པོ་ ཟེར་སྐབ་ཡིན། དཔེ་ཆ་ན། སློབ་དཔོན་གྲི་ཕྱག་དཔེ།
དཔལ་འབྱོར་གྲི་ལྷུ་འཁོར། དབང་ཕྱག་གི་ལྷིམ། ཏུ་སྦྱིར་གྲི་དཔེ་དེའ། དཔལ་སྦྱོར་
གྲི་དྲི་དྲ། ཡམ་གིས་གཞི། སྐམ་གི་ན་བཟུམ། ཡལ་ལཱ་འོ་གོ་ཅུང་། རྒྱལ་པོའི་བང་
མཛོད། ལྷུ་མོའི་རྒྱ་ཆ་བཟུམ།

2. བྱེ་སྐྱེ།

རྒྱམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པ་པོ་ཟེར་མི་འདྲི་ བྱ་བའི་ལུ་ག་ཅིར་ཡིན་ཅུང་། དེ་འབད་མི་
གི་ གང་ཟེག་དང་དངོས་པོ་ ག་ཡིན་ན་ ཡུད་དེ་གིས་ལྟོན་མཁའ་ལས་ བྱེད་སྐྱེ་ཟེར་སྐབ་
ཡིན། བྱེད་སྐྱེའི་ཡུད་ གིས་གྲིས་གྲིས་འདིས་ཡིས་དང་ འ་ཡོད་མི་རྒྱ་གི་ སྐྱེའི་སྦྱོར་
རྒྱལ་འདྲི་ འབྲེལ་སྐྱེའི་སྦྱོར་རྒྱལ་དང་ ཅིག་འབཟུམ།

བྱེད་སྐྱོད་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་ལུ་ ནང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ། བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ། བྱེད་པ་པོ་
ཡལ་པ། རང་བཞིན་གྱི་བྱེད་པ་པོ། ལྷ་མཚན་གྱི་དོན་ལུ་འཇུག་པའི་སྐྱེ་དང་བཞི་པོ་ད།

༧) བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེར་ན་ རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ཡི་གུ་བྲིས་ལུ་ག། ཟེར་
བའི་སྐབས་ རྣམ་རྒྱལ་འདི་ཡི་གུ་འབྲི་མི་ བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་དང་ ཡི་གུ་བྲིས་འཇུག་
ལས་ལས་ བྲིས་ཟེར་མི་འདི་བྱ་ཚོག་ཡིན།

སྐབས་འདི་ནང་ ལཱ་འབད་མི་ གཙོ་བོ་རྣམ་རྒྱལ་འབད་ནི་དེ་གིས་ བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་
ཟེར་སྐབས་ཡིན། དཔེར་ན། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། རྩ་གཞི་ལུ་མཚན་བཟུང་། དོན་
གྲུབ་གྱིས་ཡི་གུ་བྲིས། དཔོན་གྱིས་གཟུགས་དོ། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། དོན་གྱིས་
གཞོན་པ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་
བྱིས་ཚོས་བྱོན་དེ། ཡི་གུ་གིས་བཞུགས་སྐོ་འབད་དེ། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་།

༨) བྱེད་པ་པོ་ཡལ་པ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེར་ན་ ལྷ་མཚན་གྱིས་ ཡི་གུ་འབྲི་དོ། ཟེར་
བའི་སྐབས་ བྱེད་པ་པོ་ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་
ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་།
གིས་ཤིང་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་། ལྷ་མཚན་ལུ་བཟུང་།

ཐོས་མ་གསེས་ལྟ་བུར། ཐུག་པ་གསེས་བཟུང་། ཀྱིང་ཀ་གསེས་གསོབ། མདུང་ཡིས་ཡོན་
གྲུ་འཁོར་གྱིས་མི་བསྐྱུལ་ཟེར་དོ་བཟུང།

ག) སང་བཞིན་གྱི་བྱེད་པ་ལོ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེ་ན་ རིམ་གྱིས་འབྱུང་། ཟེར་དོ་
བཟུང་། བྱེད་པ་ལོ་དངོས་སུ་མེད་ཅུང་། སང་བཞིན་གྱི་བྱ་བ་ཅིག་ འབྱུང་བའི་ ཚོན་གྱི་
སྤོང་བ་ཅིག་ལུ་ སང་བཞིན་གྱི་བྱེད་པ་ལོ་ ཟེར་སྐབ་ཡིན། དཔེ་ན། རྩུན་གྱིས་གྲུབ།
ནད་རིམས་གྱིས་ཤི། འོད་གྱིས་གསལ། སང་བཞིན་གྱིས་འབྱུང་། ལྷགས་གྱིས་གྲུབ།
ལས་གྱིས་འཁོར། རིམ་གྱིས་གང་། དལ་གྱིས་འབབ། ངང་གིས་འབྱུང་ལ་སོགས་པ།

ང) ལྷ་མཚན་གྱི་དོན་ལུ་འཇུག་པའི་བྱེད་སྐྱེ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེ་ན་ ཤེས་ནི་དེ་གསེས་
མཐར་འབྱེད་ལ་ཚུགས་ཅི། ཟེར་བའི་སྐབས་ མཐར་འབྱེད་ལ་ཚུགས་མི་གི་ལྷ་མཚན་
ཤེས་པ་ལས་བརྩེ་ཏེ་ ཡིན་པའི་དོན་ལྟོན་མི་ཅིག་ལུ་ ལྷ་མཚན་གྱི་དོན་ལུ་འཇུག་པའི་
བྱེད་སྐྱེ་ཟེར་སྐབ་ཡིན། དཔེ་ན། འདི་གསེས་སྐྱེ་ཤེས་ཅི། ཐོབ་ཚད་ནི་དེ་གསེས་ཡན་ཡི།
ཤོར་ནི་དེ་གསེས་གཞོན་ཅི། བཀའ་གནང་ནི་དེ་གསེས་དྲག་ཅི། གསང་བར་བསྐྱུལ་ནི་དེ་
གསེས་ཏུ་གོ་ཡི། ཏུ་གོ་ནི་དེ་གསེས་ཡན་ཡི། ཡན་ནི་དེ་གསེས་དྲག་ཅི། ལ་སོགས་པ།

3. ཉམ་བཤམ་།

ཉམ་བཤམ་ཟེར་མི་འདི་ ཚིག་གཅིར་འབད་ཅུང་ ཉམ་མ་སྤྲོད་མ་ཚར་བར་ཡོད་མི་དེ་
 ཡར་འདྲེན་ཚུགས་པའི་དུས་ལོ་ཡོད་མི་གི་ ཡུན་ཅིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། ཉམ་བཤམ་གྱི་
 ཡུན་ལུ་ ཉེ་ཉེ་དེ་སྤོལ་ལས་ ལ་ཡོད། དེ་ཚུ་ཡང་ རྩེ་འཕུག་ གཏེ་བཤམ་འདྲེན་མཐའ་
 མེད་གྱི་རྩེ་ལུ་ ཉེ་དང་། རྩེ་ལས་ བཞི་གི་མཐའ་མར་ ཉེ་འཕྲོད། རྩེ་འཕུག་ད་
 གི་མཐའ་མར་ དེ་ འཕྲོད་ཡིན། སྤོལ་ལས་ གཉེན་པོ་འདི་ རྩེ་འཕུག་དང་ འཕྲིལ་མ་
 དེ་ལོ་པར་འཕུག་པ་ཡིན། ཉམ་བཤམ་གྱི་ཡུན་དེ་ཚུ་ དུས་དུམ་ར་འབད་ཅུང་ འདས་
 ཚིག་གི་རྩིང་གུ་ལ་བདེ་ཉེ་ འཕྲོད་ཡིན།

ཉམ་བཤམ་དོན་གྱི་སྤོལ་ཚུ་ལ།

མཚམས་སྤོལ་གྱི་ཉམ་བཤམ་ལུ་ བྱ་བ་ལ་ལྟེ་དུས་དེམ་གྱིས་འཕུག་པ། བྱ་བ་ལ་ལྟེ་
 དུས་གཅིག་ལུ་འཕུག་པ། བྱེད་པ་ལ་ལ་བྱ་བ་ལྟེ་བ། གཞན་འདྲེན་པའི་ཉམ་བཤམ་དང་
 བཞི་ཡོད། དེ་ཡང་།

༡) བྱ་བ་ལ་ལྟེ་དུས་དེམ་གྱིས་འཕུག་པ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེར་ན། ཡུག་ཡུལ་ཉེ་ཡུག་
 དཔང་ལ། ཟེར་དོ་བཟུམ་ བྱ་བ་ལ་ལ་ ཡུག་ཡུལ་བའི་བྱ་བ་དང་ བྱ་བ་ལྟེ་མ་ ཡུག་

དབང་ལུ་བའི་ རྒྱ་གཉེས་ཀྱི་བར་ན་ཡུད་ ནེ་ འདི་གིས་ མཚམས་སྐྱོད་འབད་དེ་
ཉུག་མ་འདྲེ་མི་དེ་ལུ་སྤྲུལ་ཨིན། དཔེ་ན། ས་བརྟོ་ཉེ་ མེ་རྟོག་བཅུག་ས། འཚར་
གཞི་བཅམས་ཏེ་ལཱ་འབད། ཡི་གུ་བྲིས་ཏེ་བརྒྱུལ། བསང་བཟུང་ཉེ་ཆབ་སྐྱོན། སྤོ་
གྲ་ནང་སོང་ཉེ་དཔེ་ཆ་བཟུ། མཚོན་པ་ཡུལ་ཏེ་ཡུག་འཚེལ། སར་ལོད་དེ་སྤྲུང་གཟུང་།
ཉོ་བཟུང་སྤུལ། ལཱ་འབད་ཞིན་མ་ལས་གྲུ་ལཱ་ལོ་གས་པ།

ཁ) བྱ་བ་ལ་ཡི་དུས་གཞིག་ཏུ་འཇུག་པ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེ་ན། རྒྱ་གཉེས་ཏེ་འཇུག་ཟེར་དོ་
བཟུམ་ རྒྱ་གཉེས་མ་རྒྱ་གཉེས་བྱ་བ་དང་ རྒྱ་གཉེས་ འཇུག་ཏེ་གྲུ་གཉེས་ཆ་ར་ཡུད་
ཉེ་ འདི་གིས་མཚམས་སྐྱོད་འབད་དེ་ བྱ་བ་གཉེས་ཆ་ར་དུས་གཞིག་ལུ་འབད་བའི་
དོན་ལྟོན་མི་འདི་ལུ་སྤྲུལ་ཨིན། དཔེ་ན། ལེུ་བརྒྱུ་ཏེ་འཚམ་རྒྱུ། བཤད་དེ་སྤྲུལ།
བརྟོ་ཉེ་འཇུག། མོ་དོན་སྤྲུགས་ཏེ་བཤད། རྟོན་སོང་སྤོ་ཉུག། འཡུར་ཏེ་འཇུག།

ག) བྱེ་པ་ལ་ལཱ་བྱ་བ་ཡི་བ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེ་ན། ལས་བསགས་ཏེ་ནམ་མཚན་
མྱོང་། ཟེར་དོ་བཟུམ་ རྒྱ་གཉེས་མ་རྒྱ་ ལས་བསགས་པའི་བྱེ་པ་འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
རྒྱ་གཉེས་ འབྲས་བུ་ནམ་མཚན་མྱོང་བའི་ བྱ་བ་གཉེས་ཀྱི་བར་ན་ཡུད་ཏེ་ གིས་
མཚམས་སྐྱོད་འབད་དེ་ ཉུག་མ་འདྲེ་མི་འདི་ལུ་སྤྲུལ་ཨིན། དཔེ་ན། དཔེ་ཆ་ཉུག་

ཉེ་ཤིས། ལོན་བརྟམ་ཉེ་སྤྱོད། རྒྱ་བཅད་དེ་ཆད། མི་བསད་དེ་ལྷིམས་ཡོག། ཁོང་ལྷ་
བཟུང་སྐོར་ཆོད། སྤྱི་ལ་བརྟམ་ཞིན་མ་ལས་ཚོགས་བསགས་བསགས་པ་ཡིན།

ང་།) གཞན་འདྲེ་པ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེར་ན། མེ་རྟོག་སྤྱན་གྱི་མཚོད་པ་སྟེ། སོས་
ནི་ཤངས་གྱི་མཚོད་པ་ཡིན།། ཟེར་དོ་བཟུམ་ མཚམས་སྦྱོར་གྱི་ཉུག་མ་འདྲེ་པའི་
དབྱེ་བ་གསུམ་ནང་མ་རྒྱན་པའི་ ཉུག་མ་འདྲེ་རྒྱལ་གཞན་ཅིག་ལྷ་སྤྲུམ་ཡིན། དཔེར་
ན། ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ན་དབང་པོ་སྟེ། རྩོ་ཡི་ཕྱོགས་ན་གཤིན་ཇེ་འོ། ཞི་བ་སྤྱན་རས་
གཟིགས་དབང་སྟེ། དུག་པོར་ལྷོས་པ་རྩ་མགྲིན་འོ།། ཟེར་དོ་བཟུམ་ གཞན་འདྲེ་
པའི་ ཉུག་བཅའ་འདི་ གཙོ་བོ་ཚོགས་བཅད་གྱི་ཚོམ་རྒྱུ་ འཕྲི་བའི་སྐབས་མ་གཞི་གས་
ཕྲོད་ཁ་སྤྱིར་བརྟམ་ལྷ་འཕུག་སྤོལ་མེད།

ལེའུ་བརྒྱུད་པ་ ཇེས་འཇུག་དང་འཁྲིལ་མ་དགོ་པའི་ཕྱད།

འདི་ནང་གི་ཕྱད་ཚུ་ ཇེས་འཇུག་གི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་མ་དགོ་པ་པར་ ཉམས་གང་
བདེ་ལུག་ལེན་འབྲེལ་ཚུག་ནི་འདི་གིས་ ཇེས་འཇུག་དང་འཁྲིལ་མ་དགོ་པའི་ཕྱད་ཟེ་
སྤང་ཡིན། དེ་བཟུམ་མའི་ཕྱད་ཚུ་གི་གྲུལ་ལ་ལས་ ཉམས་འདི་ནང་འབྱུང་ཁུངས།
ཚུན་ཕྱད། དེ་ཚུ། ལྷོ་དང་བཞི་བཤད་ནི་ཡིན།

༡. འབྱུང་ཁུངས།

འབྱུང་ཁུངས་ཟེ་མི་འདི་ གང་ཟེག་དང་དངོས་པོ་ཚུ་ ག་ལས་འབྱུང་མ་ཡིན་ན་གི་
འབྱུང་ས་ལྷོན་མི་གི་ཚིག་ལུ་སྤང་ཡིན། འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱད་ ལས་ ཡིན། དེ་ ཇེས་
འཇུག་ག་ས་དང་གཅིག་ཁར་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ལུ་ ནང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ འབྱུང་
ཁུངས་དངོས། ཚེ་འདྲམ། འགྲན་ཕྱད་ཀྱི་ཁྱད་སྤོམ། རྒྱ་མཚན་ལྷོན་པ། ཕྱད་པའི་རྒྱ་
དང་ལ་ཡོད། དེ་ལང་།

༡) འཕྱུང་ཁྱུངས་དེོས།

འཕྱུང་ཁྱུངས་དེོས་ཟེེ་མི་འདི་ གང་ཟེག་དང་ དེོས་པོ་ག་ཅི་འཕད་ཅུང་ འགོ་
དང་པ་འཕྱུང་སའི་གནས་ འོ་མ་ག་ཉེ་ལས་ཡིན་ན་གི་ དོན་ཕྱོད་མི་ཅིག་ལྟ་སྤྲུམ་ཡིན།
དཔེ་ན། ཡའི་ལས་གྲ། ཉུ་ལས་རྒྱུ། བ་མེ་ལས་རྒྱ་ཚོམ། ཤིང་ལས་འབྲས་གྲ།

ཨ) འཕྱུང་ཁྱུངས་ཆ་འདྲ་བ།

འཕྱུང་ཁྱུངས་ཆ་འདྲ་བ་ཟེེ་མི་འདི་ འགོ་དང་པ་ འཕྱུང་སའི་གནས་འོ་མ་མེ་ཅུང་
གནས་སྐབས་ཅིག་ དེ་ལས་འཕྱུང་དོ་བཟུམ་མའི་ དོན་ཕྱོད་པའི་ཚིག་ཅིག་ལྟ་སྤྲུམ་
ཡིན། དཔེ་ན། མཚོ་ལས་གྲ། བྲག་ལས་ལུག་པ། དམ་སྒྲིལ་ནང་ལས་ཡོམ། ལྷིམ་
ནང་ལས་མི། གནམ་ལ་ལས་གནམ་གྲ། རྒྱ་ལས་ཉ།

ག) འགྲན་ལྷུང་གི་ལྷན་དེེམ།

འགྲན་ལྷུང་གི་ལྷན་དེེམ་ཟེེ་མི་འདི་ གང་ཟེག་དང་དེོས་པོ་ག་ཅི་འཕད་ཅུང་ གཅིག་
ལས་གཅིག་གི་ལྷན་ཚོས་མ་འདྲ་བའི་ ལྷན་པར་ཕྱོད་པའི་ཚིག་ཅིག་ལྟ་སྤྲུམ་ཡིན།
དཔེ་ན། རྒྱ་ལས་ཇ་ཞིམ། སམ་རོ་ལས་ཐིམ་ཕུ་མི་རྫོབས་མང་། ལྷ་རི་ལས་ལབ་རྒྱུང་།
རྫོ་ལས་ལགས་ཇི་ཏེ་ཆེ། ཟླ་བའི་འོད་ལས་ཉེ་མའི་འོད་གསལ། བྲམ་ཚོས་པ་ལས་སོ་
ནམ་པ་མང་།

ང) རྒྱ་མཚན་ལུ་འཇུག་པ།

རྒྱ་མཚན་ལུ་འཇུག་པ་ཟེའ་མི་འདི་ རྒྱལ་མར་འཕྲོ་བ་པའི་ འབྲས་བུ་འདི་ ཉེ་མ་རྒྱ་
ག་ཅི་འབད་ལཱ་ལས་བརྟེན་ཉེ་ འཕྲོ་བ་ཡིན་ན་གི་ རྒྱལ་ལྟོན་པའི་ཚོག་ཅིག་ལུ་སྤྲོ་
ཡིན། དཔེ་ན། དཀའ་ལྡན་ལཱ་ལས་འབྲས་བུ་ཕྱོ་བ་ཅི་ ལུ་འབད་ལཱ་ལས་ལུ་སྤྲོ་
ཅི་ གསོ་ལཱ་འཕྲོ་བ་ལས་སེམས་དགའ་ཡི། ལྷོག་པ་འབད་ལཱ་ལས་དཔྱལ་བར་སྤྲོ་བ་ཡི།
བསོད་ནམས་བསགས་པ་ལས་ བདེ་བ་ཕྱོ་བ་ཅི་ བཟོད་པ་བསྐྱོ་མས་པ་ལས་བཟོ་བཟུ་
འཇུག་འུ་མེ་ལུ་སྤྲོ་བ་ལུ་གྱུ་གྱུ་

ཅ) གཤེན་པ་སྤྲད་པའི་སྐྱེ།

སྤྲད་པའི་སྐྱེ་ཟེའ་མི་འདི་ རྒྱལ་དང་དུས་དངོས་ལོ་གང་ཟག་ཚུ་ འུ་འུ་བཞིན་སྤྲོ་བ་མ་
དུ་གོ་པར་ ཕྱོ་བ་མཐའི་ཚོག་གཤེན་གྱི་བར་ན་ ལས་ བཅུགས་ཉེ་བརྟུང་མ་ད་ ཉེ་གོ་
བའི་ཚོག་ཅིག་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། དཔེ་ན། བཀྲ་ཤིས་སྐྱེ་ལས་མོང་སྐྱེ་ཚུ་ན། ལུ་
ཐང་ལས་དབང་འདུས་ལོ་བྲང་ཚུ་ན། གཞེས་ཉིང་ལས་དུས་ཅི་གི་བར། ཡུ་རྣམས་ལས་
ཚོ་ལོ་ཚུ་ཚོད་གྱི་བར། ལུ་ལས་ཡུ་ཚུ་ན། ལུ་སོགས་པ།

2. རྒྱ་རྒྱུ་

རྒྱ་རྒྱུ་ཟེར་མི་འདི་ ཚིག་དོན་ལ་ཕྱི་གཏེས་ འདྲ་བའི་དོན་ལུ་འཇུག་པ་ད་མཐུན་པའི་
རྒྱ་དང་། ཚིག་དོན་ལ་ཕྱི་གཏེས་ མ་འདྲ་བའི་དོན་ལུ་འཇུག་པ་ད་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་
ཡང་གི་སྐྱ་ ཚིག་དོན་བྱ་བ་གཅིག་ལུ་བསྐྱ་བའི་ དོན་ལུ་འཇུག་པ་ད་ རྒྱ་པའི་སྐྱ་
ཡང་བསྐྱ་བྱི་དོན་ལུ་འཇུག་པ་ད་ བརྒྱ་པའི་སྐྱ་དང་བཞི་ཡོད།

རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱི་ཕྱད་ལུ་ ཡང་རང་རུང་ གསུམ་ཡོད། དེ་ཚུ་ཇི་ལུ་འཇུག་ག་ས་ལུ་ལྷན་པས་
མེད་པ་སྐྱེ་འཇུག་པ་ཡིན། མཐུན་པ་དང་རྒྱ་པའི་སྐྱ་ལུ་ ཡང་དང་། མི་མཐུན་པའི་སྐྱ་
ལུ་ རུང་། བརྒྱ་པའི་དོན་ལུ་ ཡང་རང་རུང་ གསུམ་ཆ་ས་འཇུག་པ་ཡིན།

༧) མཐུན་པའི་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ གཞི་གཅིག་གི་ཐོག་ལུ་ ཚིག་དོན་ལ་ཕྱི་གཏེས་
མཐུན་པའི་དོན་ལུ་འཇུག་པ་ད་ མཐུན་པའི་རྒྱ་ཟེར་སྐབ་ཡིན། དཔེར་ན། ལེགས་
ཡང་ལེགས། ཉུག་ཡང་ཉུག། གསལ་ཡང་གསལ། ཡུག་ཡང་ཡུག། དགའ་ཡང་
དགའ། གཟེང་ཡང་གཟེང། བཟུམ་དང་།

༨) མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ གཞི་གཅིག་གི་ཐོག་ལུ་ ཚིག་དོན་ལ་ཕྱི་གཏེས་
མ་འདྲ་ཕ་ བཞོན་མི་འདི་ མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ ཟེར་སྐབ་ཡིན།

དཔེ་ན། ལ་ཉུང་ཅུང་ཉིང་ལྷ་བ། བཟོ་ཉེས་ཅུང་སེམས་ལུགས། ཟ෍་སྤྲུམ་ཆེ་ཅུང་
ལྷ་མི་མེད། རྒྱལ་ལབ་ཆུང་ཅུང་ལྷ་གཡོ་ལོ་ན། གོང་ཆུང་ཅུང་ཉེ་མི་མེད། ལ་ཆ་ཅུང་
གཞུང་ཕང་། ལག་པ་རིང་ཅུང་བདེ་མ་ལའོ་ན། ཅེ་བདེ་ཅུང་སྤྲུམ་མ་ཆུགས། ཉལ་
ཅུང་གཉེན་མེད། ཅིག་པ་བཟའ་ཅུང་སློ་ཉུམ་སྤྲུམ་མས། ཉེན་ཟ෍་ཅུང་མི་ཤེས་པས།
བཟའ་ཅུང་བཅུད་མེད། བཏ་ཅུང་མ་མཐོང་། སྤྲུམ་ཅུང་མ་ཉུ་ལ་སོགས་པ།

ག) རྒྱུ་པའི་སྐྱ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེ་ན། ཡམ་ཡང་ལོན་པ་ལྷ་གོང་མ་ཡང་ལོན།
ཟེར་དོ་བཟུམ་ ཆིག་དོན་ལ་ལྷི་གཉེས་ གཞི་གཅིག་ལས་བཏུ་མི་ལྷ་ རྒྱུ་པའི་སྐྱ་ཟེར་
སྤྲུམ་ལོན། དཔེ་ན། སྐྱོ་མ་ཆེ་མ་ཆད་དག་སྤོང་ཡང་འདུག། ད་གསེ་མི་དོ་ཁོ་ཡང་
ཡོད། རྫོང་ལ་མ་ཆད་ཤར་ལྷོགས་པའི་ལ་ཡང་ཤེས། སྤྲུམ་མ་ཆད་དཔོན་ཡང་ཟ෍་ན་ལོ།
ས་གཞི་མ་ཆད་ལྷི་མ་ཡང་ཡོད།

ང) བརྟན་པའི་སྐྱ་ཟེར་མི་འདི་ དཔེ་ན། ཡང་ལས་ཡང་དུ་ ལུགས་རང་ལུགས་
ཟེར་དོ་བཟུམ་བཏུ་ས་བ་དང་ བརྟན་པའི་དོན་ལྷ་འཇུག་པ་ལོན། དཔེ་ན། སྤྲུམ་ཡང་།
དེ་ཡང་། དུ་ཅུང་ས། ཡང་ན། ཡང་ཅི་ན། ཡོད་རང་ཡོད། དག་ལ་རང་དག་ལ།
བརྟུ་ས་རང་བརྟུ་བ། ཉུམ་རང་ཉུམ། ཡང་ཡང་མཇལ་བའི་སོན་ལམ་ཡོད། མཉེ་
བསམ་བཏུང་ལོ་བཏུང་ལོ་རང་སློ་ལའོ་ལ། ལྷོད་ལྷ་དུ་ཅུང་ཆོས་གཅིག་སྤྲུམ་གཤེས་ ཡང་

ལས་ཡང་དུས་མའི། ལཱ་འབད་ཡི་འབད་ཡི་རང་ལོ་གས་ནི་མེད་འདུག། ལཱ་མ་འབད་
བར་ ད་ཅུང་ཉལ་ལོ་དོ་ལྟོག། བཟུམ་ཡི་ནི།

༢. དེ་རྒྱ།

དེ་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ ཟག་སྐང་ས་དང་ མོང་ལཱ་བཟུག་ཡོད་མི་གི་ གང་ཟག་དང་ དོས་
པོ་ གནད་དོན་གང་ཅུང་ཅིག་གི་ དོན་ལྟོན་པའི་ཡུན་ཅིག་ཡི་ནི། འདི་གི་འཇུག་ཚུལ་
དུས་ལྟོན་པའི་རྒྱ། མཚུངས་དཔེའི་གཞི་ལྟོན་པ། ལྷོ་རྒྱ་དང་། བདེ་ལའི་དོན།
གསང་བའི་དོན་ལྟོན་པ་དང་ལཱ་འཇུག་པ་ཡི་ནི། དེ་ཡང་།

༡) དུས་འདས་པ་ལཱ་འཇུག་པ།

ཉེ་མའི་ལོ་དེ་ནང་ ང་ཐེམ་ལཱ་ལྟོན་ཅི། ལ་ཅེ་དེ་ རྫོད་ཀྱིས་ དུག་མཚུགས། རྫོ་པ་
གི་ཐུན་ཚན་དེ་ནང་ ཐུང་རབས་ཉལ་ཅི། དེ་ཅི་དེ་ ག་ཡང་མ་འོང་། ཉེ་མམ་གི་ཟུམ་དེ་
ནང་ཉལ་སྟོང་ལཱ་སོང་ཡི།

༢) དུས་མ་འོངས་པ་ལཱ་འཇུག་པ།

ལཱ་མའི་ལོ་དེ་ནང་ལཱ་ ང་ལ་མི་སྡི་ལཱ་འགྲོ་ནི་ཡི་ནི། ནངས་པ་གི་ཉེ་མ་དེ་ ངལ་
གསོ་ཡི་ནི། ཉལ་གི་ ཐུན་ཚན་དེ་ནང་ སློབ་དཔོན་འབྲུག་འོང་། ལཱ་མམ་གི་ཟུམ་དེ་

ནང་ གཡུས་སྐོར་འགྲོ་ནི སང་ཡོད་ཀྱི་ལོ་དེ་ནང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནང་འགྲོ་ནི་ལུ་
སོགས་པ།

ག) མཚུངས་དཔེའི་གཞི་རྟོན་པའི་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ ཚིག་ཉེ་མམ་དེ་ནང་མཚུངས་
དཔེ་ དངོས་ལུ་ཡོད་མེད་ ག་དེ་སློལ་ཡིན་ཅུང་ ལུང་ཚུར་བའི་གནད་དོན་ཅིག་ལུ་ དཔེ་
སྤྱད་ནི་གོ་དོན་ལུ་ དེ་སྐྱེ་སྤྱད་མི་ལུ་གོ་ནི་ཡིན། དཔེར་ན། དེ་བརྒྱུ་སློལ་འབད་དགོ་ དེ་
སློལ་ཡིན། དེ་ཉུ་ལུ། དེ་སློལ་འབད་དགོ་ཟེར་མི་ཚུ། དེ་བཞིན་དུ། དེ་དང་འདྲ།
སློབ་དཔོན་དེ་བརྒྱུ་ འབད་དགོ་ སྤྱུ་དེ་བརྒྱུ་དགོ་ཟེར་དོ་བརྒྱུ་ལ།

ང) ལྷོ་སྐྱེ་འདི་རྟོན་པའི་དེ་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ ས་གནས་དང་ མི་དང་སེམས་ཅན་
དངོས་པོ་ཚུ་ ལྷོ་ལུ་སྤྱོད་མི་ དེ་སྐྱེ་ལུ་སྤྱོད་ཡིན། དཔེར་ན། རྒྱལ་ཁབ་དེ་ མི་དེ་
ཚུ། ཅེ་ལུ་དེ་ཚུ། རྒྱུ་འཁོར་དེ། དམག་མི་དེ་ཚུ། སློབ་ཡུག་དེ། རྟོན་དེ་ཚུ།

ཅ) བདེ་པའི་རྟོན་པའི་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ ཚིག་དོན་ག་ཅིའི་སྐོར་ལུ་སྤྱོད་ཅུང་
ངོས་གཏུག་ཡིན་པར་རྟོན་པའི་ དེ་སྐྱེ་ལུ་སྤྱོད་ཡིན། དཔེར་ན། དེ་རང་ཡིན། དེ་བདེ་
རང་བདེ་པས། དེ་ཡིན་རང་ཡིན་མས། དེ་མ་བདེ་མ་མི་འདུག། དེ་ལུ་འཁྲུལ་བ་
མིན་ཅུག། དེ་ཀྱི་ག་ཀྱི་རང་ཡིན་མས།

ཆ) གསང་བའི་དོན་ཕྱོད་པའི་སྐྱེ་བའི་མི་འདི་ ཡན་ཚུན་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་འཛིན་ན་དེ་
དོན་ཅིག་གསང་བ་ཉེ་སྐྱེ་བའི་གི་དོན་ལུ་ སྐྱེ་བའི་དེ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་ལྟེན་ དཔེ་ན། རྒྱུ་
ཀྱིས་སྐྱེ་བའི་དེ་ ད་གིས་ཀྱི་གི་ཀྱི་འབད་འོང། དེ་འོ་ཅེ་ལུ་དེ་ རྒྱུ་ཀྱིས་འབད་འོང་ཡི་
ག། དེ་འོ་གསང་བའི་སྐྱེ་བའི་འོང། ལུ་དེ་མཚུག་བསྐྱེད་མོ་པས། ཁོ་གིས་ སྐྱེ་བའི་དེ་
སེམས་ཁར་བཞག་དགོ་པ་འདུག།

དེ་སྐྱེ་བའི་འབྱུག་ལུ་ལུ་ཚུ་ལས་ མཚུངས་དཔེ་འཛིན་གི་ཕྱོད་པ་དང་ བདེ་པའི་དོན་ཕྱོད་
པའི་སྐྱེ་བའི་ རྟེན་གི་སྐྱེ་བའི་འབྱུག་གི་ཡོད། དཔེ་ན། རྟེན་སྐྱེ་བའི་འབད་དགོ་ཉེ་བུ་
མཚུངས་དཔེ་འཛིན་གི་ཕྱོད་པ། རྟེན་སྐྱེ་བའི་ཉེ་བུ་ བདེ་པའི་དོན་ཕྱོད་པའི་སྐྱེ་བའི་
འབྱུག་པ་ཡོད།

༧. རྟེན་གི་སྐྱེ་བའི་

རྟེན་གི་སྐྱེ་བའི་འདི་ གསལ་གསལ་ལུ་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསལ་ཀྱི་དོན་ལུ་འབྱུག་པའི་ཕྱད་ཅིག་ཡོད།
ཕྱད་ཀྱི་འབྱུག་ལུ་ དམིགས་བསལ་ཕྱོད་པ། དེ་སེམས་བརྒྱུད་པ། ཚིག་རྟེན་ལ་
སྐོང་གི་དོན་ལུ་འབྱུག་པ་དང་གསལ་ཡོད། དེ་ཡང་།

ཀ) དམིགས་བསལ་ལ་བྱོན་པ་ཟེར་མི་འདི་ མི་དང་སེམས་ཅན་ དངོས་པོ་ལ་སོགས་
པའི་སྡེ་ཚན་གཅིག་གི་ནང་ལས་ གཞན་གཅིག་ལོགས་ལུ་ བྱོན་མི་ཅིག་ལུ་སྤྲོད་
ཡིན། དཔེར་ན། ཁོ་ནི་རིགས་ག་བ་ཡང་མཐོ་བས། བཅོམ་འགྲུས་བསྐྱེད་ནི་འདྲི་
ལུ་ ཚུ་གི་ནང་ལས་ལུགས་ཤོམ་ཅིག་ཡིན། གསེར་ནི་རྩེ་པོ་ཆེ་འི་རིགས་ལས་ཅ་
ཆེ་ཅིག་ཡིན། དེ་ནི་མི་ག་བ་ཡང་ཉམ་རྒྱུང་ཡིན། དེའི་སྤོང་དཔོན་འདྲི་ སྤོང་དཔོན་
ག་བ་ཡང་མཁས་དཔུགས་ཡིན།

ཁ) དེས་བཟུང་བཟུན་པའི་དོན་ཟེར་མི་འདི་ མིང་ཚིག་གཅིད་སྐོར་ལས་བཤུད་ཅུང་
འདི་ལུ་དེས་པ་བཟུང་སྟེ་བཤུད་མི་གི་ཚིག་ཅིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། དཔེར་ན། འབད་དགོ་པ་
འདྲི་འབད་ཚར་ཡི། ཤེས་དགོ་པ་འདྲི་ཤེས་ཚར་ཡི། རྩལ་དགོ་པ་འདྲི་རྩལ་ཅི།
དུལ་པོ་གསལ་འདྲི་རྒྱུང་མས། ལུ་འགན་འདྲི་ཅི་བས། དཔོ་ཆ་རྩལ་དགོ་པ་འདྲི་
མང་མས་ལ་སོགས་པ།

ག) ཚིག་རྒྱུང་ལ་སྐོར་གི་དོན་ལུ་འཇུག་པ་ཟེར་མི་འདི་ ཚིགས་བཅད་སྐྱེ་ཅོམ་རྒྱབ་
པའི་སྐབས་ལུ་ ཚིག་རྒྱུང་འེ་འེ་ནང་ལུ་ ཚིག་འགྲུ་དགྲུ་དང་དུག་ལ་སོགས་པ་ འདྲན་
འདྲ་བཅོ་ནི་གི་དོན་ལུ་འཇུག་རྒྱུ་མི་ལུ་སྤྲོད་ཡིན། དཔེར་ན། རྒྱལ་ཁབ་དང་ནི་མི་
སེར་ལུ། སྤོང་དཔོན་དང་ནི་སྤོང་ཡུག་གིས། དཔེ་པ་དང་ནི་དམ་ཚིག་གིས། ཡུག་
ཡིད་དང་ནི་ཉམས་ཉེན་ལུ་སོགས་པ།

ཡེ་ལུ་དྲུག་པ་ ཡིག་སྐྱོར་ཡན་ལག།

ཡིག་སྐྱོར་ཡན་ལག་ཟེར་མི་འདི་ ཡིག་འཁྲུག་སྐྱོར་བ་དོ་མ་མཉེ་རུང་ ཡིག་འབྲི་མ་དུ་
མེད་ཐབས་མེད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱུ་ ལག་ཆེ་བའི་རིགས་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། ཡིག་སྐྱོར་
ཡན་ལག་ལུ་ ཡིག་འཁྲུག་བྱུ་ བསུ་ཡིག། ཡང་མེས་རྒྱ་གས། བརྗེ་ཤད་
རིགས་དང་བཞེ་ཡོད།

༡. ཡིག་འཁྲུག་བྱུ་

མཚོ་གས་ཡིག་སྐྱབས་འཕྲོ་བའི་གི་ མགྲོ་བུ་ཚུ་ གཞི་རིམ་བརྗེ་གཞུང་ནང་བཤད་དེ་
ཡོད། དེ་བརྒྱུ་ཚུ་གས་ཡིག་གི་སྐྱབས་ལུ་ འཕྲོ་བའི་མགྲོ་བུ་ལུ་ རྒྱས་བསུས་
འབྲིང་གསུམ་ཡོད། དེ་ཚུ་ཡང་།

༡) ༡༩༩༡ མགོ་བྱུ་རྒྱས་པ། འདི་དཀོན་མཚོ་གསུམ་གྱི་བརྗེ་ཡང་ཡིན།
རྒྱལ་བ་རིགས་གསུམ་མགོ་བྱུ་པའི་ཚུ་ལ་སྤོ་ཡང་བཞེ་མ་ཡིན། འདི་དཀོན་མཚོ་པོ་རྒྱ་སྤོ་ཡོད་
མི་ཚུ་གི་ མགོ་བྱུ་དང་། དེ་ལས་ དཀོན་མཚོ་རྒྱ་རྒྱུ་མཚུ་གི་གཏོང་བྱུ་ཚུ་ནང་
བཞེ་དཔ་ཡིན།

ཁ) ལྷན་མགོ་རྒྱུ་འདྲི་པོ་འདི་ ཐབས་ཤེས་རྩུང་འབྲེལ་གྱི་ བརྟེན་ལུ་ཡིན།
ཤེས་རབ་གྱི་ལྷ་ རྗེ་བཅུ་ལྷ་འཇམ་དཔལ་དབྱུངས་གྱི་ མཉམ་ཞུགས་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྲུང་
གྱི་ཚུལ་སློལ་ མིང་ལུ་ཡང་ འཇམ་དཔལ་དབྱུངས་ཟེར་སྐབས་ཡིན། འདི་དཔེ་ཚུ་གི་
མགོ་ཤོག་ནང་དང་། དེལས་ ཤོག་གངས་གཉེས་པ་ལས་མར་ གདོང་ཤོག་ག་ར་ནང་
འདི་ར་བྲི་འོང་། དཔེ་ཚུ་མ་ཚད་ ཡི་གུ་ག་ཅི་ར་འབད་ཅུང་ ཚུགས་ཡིག་སློལ་བྲི་དཔོན་
ཚུ་ནང་ མགོ་རྒྱུ་འདི་ར་ བཀའ་སྲོལ་ཡོད།

ག) ལྷན་མགོ་རྒྱུ་བསྐྱེད་པ། འདི་ཡི་གུ་གུལ་འཕེལ་གཉེས་དེ་འཕེལ་ བྲི་དཔོན་ཚུ་ནང་
མ་གཏོགས་ དཔེ་ཚུ་འོ་མ་ནང་ཚེ་པོ་ཅིག་བྲི་ནི་མེད།

2. བསྐྱེད་ཡིག།

བསྐྱེད་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ ཡི་གུ་འཕེལ་དང་ བརྟེན་པ་འདྲི་པོ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཚུར་བསྐྱེད་
ཞེན་མཁལས་ རྩུང་ལྷ་སློལ་འབྲི་མི་ལུ་སྐབས་ཡིན། བསྐྱེད་ཡིག་ལུ་ རྣམ་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་
སྟེ་བ་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་ཡིག། ཚིག་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་ཡིག། ཡུན་དང་རྣམ་དབྱེ་བསྐྱེད་པའི་
བསྐྱེད་ཡིག་དང་གསུམ་ཡོད།

ཁ) ཚིག་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ དཔེ་ནི། རྗེ་རྣམས་དཔོན་ལུ་ རྗེས་
སྲོལ་ ཟེར་དོ་བཟུམ་འབྲི་མི་ལུ་སྲུབ་ཡིན།

མ་བསྐྱེད་པ།	བསྐྱེད་པ།
དབྱུངས་པའི་སྲོལ་དཔོན།	དབྱུངས་སྲོལ།
ཕྱག་ན་རྗེ་རྗེ།	ཕྱག་རྗེས།
འངམ་དཔལ་དབྱུངས།	འངམ་དབྱུངས།
དགོ་ལུགས་ཕྱག་	དགོ་ཕྱག་
རྗེ་རྗེ་གྲིང་།	རྗེས་གྲིང་།
རིན་པོ་ཆེ།	རིན་ཆེན།
ཚེ་རིང་རྗེ་རྗེ།	ཚེ་རྗེས།
དབང་འདུས་ཚོས་གྲིང་།	དབང་གྲིང་།
ཚེ་དབང་རྣམ་རྒྱལ།	ཚེ་རྣམ།
ཨོ་རྒྱལ་ཚོས་གྲིང་།	ཨོ་གྲིང་།

ག) ཡུལ་དང་རྣམ་དུ་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་པའི་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་། ལྷན་པོའི་
སྐབས་ལུ་ ལྷན་སྐབས་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་ལྷན་པོའི་ལྷན་སྐབས་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།

མ་བསྐྱེད་པ།	བསྐྱེད་པ།
སྐབས་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	སྐབས་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།
དུལ་གྱི་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	དུལ་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།
མིང་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	མིང་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།
དགེ་བ་དང་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	དགེ་བ་དང་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།
གཞུགས་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	གཞུགས་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།
ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།
ཐབས་དང་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	ཐབས་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།
གཞུགས་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	གཞུགས་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།
རྣམ་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	རྣམ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།
ཆེ་བ་དང་ལྷན་པོ་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།	ཆེ་བ་དང་ལོ་ལོ་བར་གཞུང་།

3. ཡང་ཚིམ་རྒྱུ་ལྟ་སྟེ།

ཡང་ཚིམ་རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་ཟེ་མི་འདི་ ཡང་ཚིམ་གྱི་རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་ ལག་ལཱ་འཕུལ་མི་གི་ རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་
 རིམ་འདི་ལྟ་སྟེ་ཡིན། ཡང་ཚིམ་གྱི་རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་ འཛམ་གླིང་གི་རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་ལྟ་སྟེ་
 རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་མི་རྒྱུ་ རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་ལྟ་སྟེ་ ལག་ལཱ་འཕུལ་མི་ལྟ་སྟེ་ རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་
 རིམ་འདི་ལྟ་སྟེ་ཡིན། ཡང་ཚིམ་གྱི་རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་ ལག་ལཱ་འཕུལ་མི་ལྟ་སྟེ་ རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་

ཡང་ཚིམ་ རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་	རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་ མི་རྒྱུ་	ལག་ལཱ་འཕུལ་
+	རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་	ཚིམ་རྒྱུ་ལག་ལཱ་འཕུལ་མི་ལྟ་སྟེ་ ལག་ལཱ་འཕུལ་མི་ལྟ་སྟེ་
-	ལག་ལཱ་འཕུལ་	ཚིམ་རྒྱུ་ལག་ལཱ་འཕུལ་མི་ལྟ་སྟེ་ ལག་ལཱ་འཕུལ་མི་ལྟ་སྟེ་
X	རྒྱུ་ལྟ་སྟེ་	ཡང་ཚིམ་འཕུལ་མི་ ལག་ལཱ་འཕུལ་མི་ ལག་ལཱ་འཕུལ་མི་

བར་རིམ་རྫོང་ཁའི་བརྒྱུ་གཞུང་།

÷	བཞོན་པ་སྟེང་།	ཡང་གྲངས་ ༢ ཡན་ཆད་བཞོན་པ་གྲས་རྒྱུ་བ་ དེ་ལྟར་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།
(.)	ཚན།	༡ ་། བཅུ་ཆ་དང་བརྒྱ་ཆ་ རྟོང་ཆ་ཚུ་གི་ མཚམས་རྟོན་དེ་ལྟར་ལག་ལེན་འཐབ་ ཡིན། དཔེ་ན། དུལ་ཀྲམ་ས་ཡ་ ༡.༥༠༠ ཟེ་བ་ཅིན་ ས་ཡ་ ༡ དང་ འབྲུམ་ལ་ཡིན། ༢ ་། དུལ་ཀྲམ་ ༡༥༠.༡༠ ཟེ་བ་ཅིན་ དུལ་ཀྲམ་གཅིག་བརྒྱ་ལ་བཅུ་དང་ ཡུད་ཀྲམ་ བཅུ་ཐམ་ཡིན།
%	བརྒྱ་ཆ།	ཆ་གྲས་བརྒྱ་ཐམ་པ་ལྷུ་བཞོན་པའི་ རྟོན་པའི་ ཅིག་ཡིན། དཔེ་ན། རྟི་ཅུ་ ༡༥༠ གི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠% འདི་ རྟི་ཅུ་ ༧༥ ཡིན།
=	མཉམ་	༡༥X༡༠=༡༥༠ བརྒྱུ་བ་རྟོན་པའི་

བར་རིམ་རྫོང་ཁའི་བཟང་གཞུང་།

	རྟུགས།	ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་གྱི་
/	གཡོ་ཤད།	<p>༡. མཚུངས་རྟུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་གྱི་ དཔེ་ན་ གང་ཟག་/མི་ དོན་གཅིག་ ལྟོན་མ་ཡིན།</p> <p>༢. ཡང་ན་ ཟེང་མི་གི་ཚབ་ལུ་ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་གྱི་ ཡོ་མོ། གཅིག་མིན་གཅིག་ཡིན་ པའི་དོན།</p> <p>༣. ཡང་ཅིས་ཀྱི་སྐབས་ དུ་ལུ་ཀྱམ་དང་ ཡུལ་ཀྱམ་གྱི་བར་ན་ ༥༠༠/-</p> <p>སློལ་བྱེད་ཀྱི་ལུ་ལག་ལཱ་ལྟེ་འབྲེལ་ཡིན།</p>

ཁ) གཉིས་ཤད །། མགོ་རྒྱན་འབྲིང་པོའི་མཐའ་མར་འབྲེལ་ནི་དང་ རྗེ་གས་ཚིག།
དེ་ལས་ ཚིགས་བཅད་ཀྱི་ མཐའ་མ་རྒྱ་དང་འབྲེལ་ཡིན། དེ་སེ་དྲངས་པར་ ལེའུ་
མཚམས་ཏེ་ རྗེ་གས་པ་དེ་ཡང་ ལག་ལུ་འབྲེལ་སྲི་ལ་ཡོད།

ག) བཞི་ཤད །། །། མགོ་རྒྱན་རྒྱས་པའི་མཐའ་མར་དང་། དེ་ལས་ བམ་ཚན་
དང་ལེའུ་ཚན་ པོ་སྲི་ཡོངས་རྗེ་གས་མཇུག་བལྟ་བའི་སྐབས་ལུ་ ལག་ལུ་འབྲེལ་ཡིན་
ནོ།

