བརྗོད་གཞི། ངོ་ཚ་དང་འཇོམ་དོགས།

ཏེད་གཉིས་མཉམ་དུ་ཡོང་གི་མ་རེད་གསུང་གི་འདུག

༡ པར་རིས་ངོ་སྟོད། ཥ་ཁ་ཁ་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྟོད།
ཕྱད་ཚོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདི་འ་ཁ་ཁ་ཡུལ།

གླེང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྗེས་ངོ་ཚ་དང་འཇོམས་དོགས་རིགས་བཤད་ཅན་ཞུབ་དགོས།

བང་སྟོད། (དགོས་བསམས་སོང་+དྲན་སོང་) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྟོད་ཕྱུབ་དགོས།
དགེ་ཏན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྒྲ་གཏངས་དང་ཚོག་སྟོར། བཟང་ཚ་སོགས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བཙོད་བྱེད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྒར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཏན་གྱི་སྒང་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྒར་མ་ཅ་༥ ནི་སློབ་མའི་སྒང་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོས་གསར་བོ་སྦྱོང། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཆོས་གསར། སྒྲ་གདངས།
ཕྱིར་སྐོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཆོས་གསར་རྣམས་སྦྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོས་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ལ་རེར་རྟེས་རྒྱས་བྱེད་དགོས།

འཚེར་སྣང་།	སྟེང་གཏམ་བཤད་དུས་འཚེར་སྣང་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་མ་རེད།
གཉིས་ཆུང་།	བུ་མོ་དེ་གཉིས་ཆུང་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག
སེམས་ཤོར།	ཁོ་མོར་སེམས་ཤོར་ནས་དཀའ་ངལ་ཞེ་པོ་ཞིག་འཕྲད་སོང་།
ཁ་བྱལ།	དགའ་རོགས་དང་ཁ་བྱལ་ཅང་སེམས་པ་སྐྱེ་ཡི་འདུག
སྟེང་སྤུག	སྟེང་སྤུག་གི་སྟེང་གཏམ་དེ་ཚོ་ཡང་བསྐྱར་ཐེངས་གཅིག་ཉན་ཡ་བྱུང་ན་དགའ་བ་ལ།
རེ་སྐྱུག	ཁོས་མོ་ལ་རེ་སྐྱུག་བྱས་ནས་ལོ་ལྟ་ཕྱིན་སོང་།
མིག་བཙུམ།	མོས་ང་ལ་ཉི་མ་རྟག་པར་མིག་བཙུམ་རྒྱུག་གི་འདུག
སྟེང་རྟེ་པོ།	བུ་མོ་དེ་སྟེང་རྟེ་པོ་ཞེ་བྱག་འདུག ངའི་སེམས་པ་ཟད་དེ་འཕྲོགས་སོང་།
ཀྱོག་ཀྱོག	བུ་མོ་ཀྱོག་ཀྱོག་ཚ་པོའི་རིགས་ལ་ང་དགའ་པོ་ཁྱོན་ནས་མེད།

རྒྱུན་སྲོང་སྐད་ཚ། དེ་འདའི་དན་པ་ལ། སྒྲུག་ཡུན་རིང་བ་ལ། དགའ་ནས་སྟོ་ས་རེད། ཐུག་རྒྱ་བྱང་ན་ཅི་མ་རུང།

༡ སྒར་ཡང་པར་རིས་ངོ་སྟོད། ཥ་ཏ་ཡ་ཀ ཤེས་ཟིན་པ་སྟོང་བརྡར།
ཕྱིར་སྟོ། གོང་གི་ཚོག་གསར་རྣམས་བོད་སྟོང་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྒར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཕྲད་ནས་སྒྲིང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༢ ཚོགས་གྲུབ་གོ་རིམ། ཥ་ཏ་ཡ་ཀ གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ།
ཕྱིར་སྟོ། གཤམ་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཐུང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཚ་དང་ཐུད། མིང་ཚོག་གོ་རིམ་འཕྲུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

དབང་ཕྱུག་དང་ཁོང་གི་དགའ་རོགས་གཉིས་ཀྱིས་སྟེང་གཏམ་བྱེད་བའི་རྣམ་པ།

ངའི་དགའ་རོགས་ཨེ་མི་ལི་ཡ་ངེད་གཉིས་ཐོག་མར་གྲོགས་པོ་ཤེག་གི་ངོ་དེབ་ནས་འབྲེལ་བ་བྱུང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སྐད་འཛིན་བརྒྱུད་ནས་ལོ་གཅིག་ཙམ་ལྟག་ལ་མུ་མཐུན་དུ་

འབྲེལ་བ་བྱས། ད་ལོའི་དབྱར་ཁའི་གུང་གསེང་དང་སྟབས་བསྡུན་མོ་རང་རྒྱ་གར་དུ་ཡོང་རྒྱ་ཐག་བཅད། མོ་རང་རྒྱ་གར་དུ་ཡོང་བ་ཐོག་མ་དང་ང་གཉིས་དངོས་སུ་ཐུག་པ་དེའང་ཐོག་མ་ཡིན་ཙང་ང་གནམ་ཐང་རུ་བསུ་ཀ་ཕྱིན་པ་ཡིན། ངས་བོད་པའི་ལུགས་སྲོལ་དང་ཕྱི་ལུགས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཁུལ་བྱས་ནས་ལག་གཡས་པར་ཨར་ཁ་བཏགས་དང་ལག་གཡོན་པར་མེ་ཏོག་ཆུན་པོ་ཞིག་བཟུང་ནས་ངང་སྒྲུག་བྱས། ངེད་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་གཅིག་ལྟག་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་སྐད་འཕྱེན་དང་གློ་འཕྱེན་བརྒྱད་ནས་ཕན་ཚུན་ལ་པར་ཐེངས་མང་བསྐྱར་ཐོང་ཡོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ངོ་ཤེས་སྟེང་པ་ཞིག་ལ་རེ་སྐུག་བྱེད་བཞིན་པའི་ཚོར་སྟང་ཞིག་ལས་སེམས་འཚབ་དང་དངངས་སྒྲག་གི་ཚོར་བ་ཞིག་ཡེ་ནས་མ་བྱུང། མོ་རང་ཐག་རིང་ནས་ཡོང་དུས་ངས་ཕར་ངོ་ཤེས་པ་མ་ཟད་མོ་རང་གི་ཀུང་ཐག་རིང་ནས་ང་ཚུར་ངོ་ཤེས་ནས་ལག་གཡུག་བྱེད་བཞིན་རྒྱུག་ཤར་གློད་ནས་དེ་མ་ཐག་ངའི་ཙར་སླེབས། དེ་ནས་ངས་མོའི་སྐེ་ལ་ཁ་བཏགས་གཡོག་པ་དང་ལག་པར་མེ་ཏོག་དེ་སྟྲད། ང་དུང་ཐོད་པ་གཏུག་དགོས་བསམས་ནས་མོའི་ཕྱོགས་ལ་མགོ་བོ་སྐྱེར་བ་ན་མོས་ངའི་སྐེ་ལ་འཐམས་ནས་འགྲམ་པར་འོ་ཞིག་ཀུང་བསྐྱལ་སོང་།

༥ རང་མོས་སྒྲོང་མོལ། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། དགེ་ཚན་ཀྱི་ཏི་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། ཏི་བ་ཏེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདིར་འཇུག་དགོས།

དགེ་རྒན།
དགེ་ཚན། གཅེ་བྱས་ནས་ཁྱེད་རང་སེམས་པ་སྐྱེད་པོ་མི་འདུག
སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྐུར་སྦྱོང་། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་ཏུ་ཁྱེད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱུན་སྦྱོང་ཀྱི་སྐད་ཚ། དེ་བཞིན་བརྗོད་རྣམས་བསྐུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བརྗེར་ཕྱིད་དགོས།

༧ ཐུགས། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། ཐུགས་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་བྱེད་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སློབ་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཚོག ཀ། ཁོང་ཚོས་གཅེ་བཤད་ཀྱིན་འདུག ཁ། ཚོག་གི་ཚོད་ཤེས་སོང་། ཕ་བྱའི་སློབ་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔེག་པའི་ཏི་བ་ཏིས།

༢ བཏང་སྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྲོད་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་བཏང་སྲོད་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་ངོ་སྤྲོད་བྱས་ནས། སྤོས་ཕྲུག་ལ་ཐེངས་ཕ་བསྐྱར་སྐོས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བཏང་སྲོད། བྱ་ཚོགས+དགོས་བསམས/དྲན་སོང།

ཚོགས་གླུས། ཚང་ས་རྒྱུག་དགོས་བསམས་བྱུང།

སྤོས་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཚོགས་གསར་པ་སྤྱོང་བ་དང་ལྷན་དུ་དེ་དག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྤྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྒོམས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྤྲོ་ལྡང་ཡོང་བ།

། མིང་ཚིག་གོ་རིམ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཏུ་སྦོད་སྦྱོང་བཏུབ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤགས་ཀྱི་ཚིག་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྦྱོར་བྱས་ནས་བསྒྲུར་བློས་བྱོས།

༡ བོད་ལ་འགྲོ་	དགོས་བསམས་སོང་	བྱས་ཅང་དས་རེ་བ་བརྒྱབ་མེད།
སློབ་སྦྱོང་བྱེད་	འདུག་བསམས་སོང་	བྱས་ཅང་དགའར་རོགས་བཅལ་མེད།
ཁྱེད་ལ་དགའར་རོགས་	དགོས་དན་བྱུང་	ཡིན་ནའང་རྒྱ་མི་ཞིག་རེད་འདུག་ག
ཁྱེད་རང་བོད་པ་ཞིག་	རེད་བསམས་སོང་	སྟེ་ཨ་ཅག་ཡོད་དུས་ངོ་ཚ་བྱུང།
ཁ་སང་སྐད་ཚ་བཤད་	དགོས་དན་བྱུང་	ཡིན་ནའང་ཡིག་ཚ་རག་མ་སོང།

༢ རྒྱ་རམ་ས་ལར་འགྲོ་	བསམས་སོང་	ཡིན་ནའང་གློག་མི་འདུག
ནང་སྦྱོང་བྱེད་	བསམས་བྱུང་	ཡིན་ནའང་བརྡ་རྒྱས་མི་འདུག
གཙོང་པ་འཕྲུ་དགོས་	དགོས་དན་སོང་	ཡིན་ནའང་ཉོ་ཡ་རག་མ་སོང།
ཌན་པ་ཞིག་ཉོ་དགོས་	དགོས་དན་སོང་	ཡིན་ནའང་ཆུ་མི་འདུག
ཁ་པར་ཞིག་གཏོང་	དགོས་དན་བྱུང་	ཡིན་ནའང་ཆར་དུས་རེད་ཤག

།། སྦྱོང་བརྡར། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཏུ་སྦོད་བེད་སྦྱོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་སྦྱངས་ཟིན་པའི་བཏུ་སྦོད་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏེ་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྦྱོང་བརྡར་བྱེད་དགོས།

།། བསྐྱར་སྦྱོང་། ཤད་མིག་ཡུལ། སྦྱངས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།

ཕྱིད་སྒོ། གོང་དུ་ཕྱིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱུན་སྦྱོང་ཀྱི་སྐད་ཆ། བར་སྦྱོང་གསུམ་བསྐྱར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བར་ཕྱིད་དགོས།

།།། བར་སྟོང་། ཤད་མིག་ཡུལ། བར་སྦྱོང་སྦྱོང་བར་བ།
ཕྱིད་སྒོ། གཤན་གསལ་ཚོག་གྲྭབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ཁ་སྐོང་དགོས།

ཀློག ཐློག་བརྟན། སྐེའུ་ཁུང་། དགོས་དན་བྱུང་། འཕྲུ། བསམས་བྱུང་། སྐད་ཆ། ཚལ། གསར་པ། དགོས་དན་སོང་།

། ཨ་མར་ _____ཞིག་ཤོད་དགོས་བསམས་སོང་སྟེ་ཁ་བར་འགྲོ་ཡི་མི་འདུག

། ཆུ་ཚ་པོ་བཟོས་ནས་གཟུགས་པོ་_____དགོས་དན་སོང་། ཡིན་ནའང་ཐློག་མི་འདུག

། སྒྲུང་དེབ་ཅིག_____དགོས་བསམས་སོང་། ཡིན་ནའང་རག་གི་མི་འདུག

། _____ཞིག་བལྟ་དགོས་བསམས་སོང་། འོད་སྟེར་ཡག་གཞིག་གཡོར་དང་།

། ཁོང་ལ་རྟན་པ་ཞིག་ཏུ་_____། ཁོང་གི་རེ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་རེད།

། _____གཏུབ་དགོས་བསམས་སོང་། ཚལ་གྱི་རྟྭད་ཀྱི་མི་འདུག

། ཞྭ་མོ་_____ཞིག་ཏུ་དགོས་བསམས་སོང་། གཡར་རག་གི་རེད།

། ནང་ན་ཚ་བ་ཞེ་པོ་ཡོད་ཙང་_____ཕྱི་དགོས་བསམས་སོང་།

། རྒྱ་གར་ལ་བསྡད་_____། ཡིན་ནའང་བོད་ལ་མི་འགྲོ་ཀ་མེད་རེད་ཅག

། ཁྱེད་རང་ཐུགས་ན་_____། ཡིན་ནའང་ཁྱེད་རང་མཐོང་ས་མི་འདུག

ཀ། སྒྲོང་བརྡུ། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བརྡ་སྒྲོད་སྒྲོང་བརྡུ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་གི་ཚོགས་གྲུབ་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། ཏུས་གསུམ། དགག་ཚོགས ཏྲི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བརྡུ་ཕྱིད་ དགོས།

ཁ། གླེང་མོལ། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤན་གསལ་ལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སྒྲོན་གཏེས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

དེད་གཉིས་མཉམ་དུ་ཡོང་གི་མ་རེད་གསུང་གི་འདུག

ཐུགས་ལ་མ། ཐུགས་བཟང་ལགས། དེ་རིང་ཁྱེད་རང་ལ་ཏུས་ཆོད་ཡོད་པས། ཁྱེད་ རང་ལ་གཅིག་ཞུས་ན་མ་གཏོགས་འགྲིག་གི་མི་འདུག

ཐུགས་བཟང། དེ་འདྲའི་ཇ་དྲག་མདོག་ཁ་པོ་ག་རེ་བཟང་ཡ་ཡོད། ཤོད་དང།

ཐུགས་ལ་མ། དྲང་པོ་ཞུས་ན་ང་ཁྱེད་རང་ལ་དགའ་པོ་ཡོད། ཡིན་ནའང་གནས་ ཚུལ་ཁར་ཤས་ཀྱི་ཐག་རང་གིས་ཅ་གོ་དགོས་འདུག

ཐུགས་བཟང། ག་རེ་བྱས་སོང། རང་གིས་ཕ་མས་གལ་ཆེ་གསུང་གི་མི་འདུག་ག

ལྷོ་ལ་མ། དའི་ཕ་མ་གཅིག་བུ་མ་རེད། དའི་ཇོ་ཇོ་དང་ཨ་ཁང་ཁོང་ཚོ་ཚང་མས་དེང་གཉིས་མཉམ་དུ་ཡོང་གི་མ་རེད་གསུང་གི་འདུག ད་དུང་ཁ་ས་ང་དེང་གཉིས་ཁྲོམ་ལ་ཕྱིན་པ་ཡང་ཇོ་ཇོས་མཐོང་ཁ་ཁོང་གིས་དེང་གཉིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཚང་མ་པ་ལགས་དང་ཨ་མ་ལགས། ཨ་ཞང་ཚང་མ་ཡོད་ས་དེར་གསུངས་སོང། ང་ཁ་སྐྱེངས་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་བཟོས་སོང།

ལྷོ་བཟང། དེ་འདྲ་དགེ་སྲིད་དོགས་མེད། ཨ་ནི་ག་རེ་བྱེད་དགོས་རེད། ད།

ལྷོ་ལ་མ། ངས་ཀྱང་བཤད་ཚོད་ཕེག་མ་སོང། ཁྱེད་རང་གིས་བྱས་ན་ག་རེ་བྱེད་ན་ཡག་ས་རེད།

ལྷོ་བཟང། ངས་ཁྱེད་རང་གི་ཕ་མའི་རྩར་ཕྱིན་བྱས་ཞུས་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད་བས།

ལྷོ་ལ་མ། སྐུ་མཁྱེན་ད། དེ་འདྲ་རྩ་བ་ནས་ཡོང་ཡ་ཡོད་མ་རེད། ཁོང་ཚོས་ཏྲག་པར་ཁྱེད་རང་གི་སྐོར་ལ་སྐད་ཆ་ཡག་ག་ཞིག་གལ་གསུང་གི་མ་རེད། ག་དུས་ཡིན་ནའང་སྡུག་རེ་སྡུག་ཚད་ལབ་ཀྱི་རེད།

ལྷོ་བཟང། དེ་ག་རེ་ཡིན་པའི་ཁྱལ་རེད། རང་གི་ཕ་མ་གཉིས་དེ་འདྲའི་སྡུག་

ས་མས་གནག་ག་ལ།

ཐུགས་ལ་མ། ང་ལ་ཡང་ཐབས་ཤེས་མི་འདུག ང་ཁྱེད་རང་མཉམ་དུ་འགྲོ་བ་མི་
གཞན་དག་གིས་མཐོང་ན་ང་ངོ་ཚ་ཡི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན།
རྡོ་རྗེའི་ནང་ནས་སྨོང་ཚང་བཏང་ཚར་ཤག ཀལ་སྲིད་ངས་དེ་
སྣང་མེད་བཏང་བཞག་པ་ཡིན་ན། ངའི་ཕ་མས་ང་ཐར་བར་གཏོང་
གི་མ་རེད།

ཐུགས་བཟང། མ་གཞི་ནས་རང་ང་ལ་མ་སྟེར་བ་རྡོར་རྗེ་ལ་སྨྲད་ཡ་ག་རེ་ཡིན་ན།

ཐུགས་ལ་མ། ཁོང་ཚོས་ཟེར་ཡ་ལ། རྡོ་རྗེ་སེམས་ཚུང་བའི་སྣང་ལ་ཁྱིམ་ཚང་
ཡག་པོ་འདུག་གསུང་གི་འདུག ད་དུང་གྲོང་པའི་བུ་རེད་ཟེར་
གསུང་གི་འདུག

ཐུགས་བཟང། ཨ་ལེ། བྱས་ན་ང་སྨྲད་པོ་རིགས་རྒྱས་དམན་པ་དེ་འདྲ་ལ་བརྩེ་ཡི་
ཡོད་པ་འདུ། རེད་པས།

ཐུགས་ལ་མ། རེད། ཁོང་ཚོས་ད་ག་རང་གསུང་གི་འདུག

ཐུགས་བཟང། ཡོང་ང། བྱས་ན་དས་ཁྱེད་རང་ལ་སྨྲད་པའི་སེམས་རྟེན་དེ་ཚུར་
སྨྲོད་ཤོག ང་ག་པར་ཡིན་ན་ཡང་ཕྱིན་ཆོག ང་ཁྱེད་རང་གི་ཕ་

ཨའི་མི་གཱ་གི་ས་མ་མཐོང་ས་ཞེག་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡིན།

ལྷོ་ལ་མ། ཐོ་བཟང་དེ་འདྲ་མ་གསུངས་དང་། བྱས་ན་ང་ཡང་ཡོང་གི་ཡིན། ག་རེ་བྱས་ནའང་བྱས། ཁྱེད་རང་ག་པར་འགྲོ་ན་ང་ཡང་མཉམ་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡིན།

ཐོ་བཟང། ཡོང་ང་། བྱས་ན་ང་ཚོ་རྒྱ་གར་ལ་འགྲོ།

ཀ། འཕགས་སྟོན། ཤ་རྡོ་ཁ་ཡུལ། ཁ་བདེ་པོ།
ཕྱིང་ཕོ། དགེ་སློབ་ལྷན་དུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ཁྲུལ་གྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

ཀ། གོ་སྒའི་གཏམ་དཔེ། ཤ་རྡོ་ཁ་ཡུལ། ཡུལ་སྲོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།

དང་པོས་གཞུང་བསྡུས་ན། སྒོ་ངས་རྒ་འཕྲོག

བརྗོད་གཞི།
ངོ་ཚ་དང་འཇོམ་དོགས།

ཕ་མའི་མདུན་ལ་སྐད་ཆ་རྗོར་པོ་དེ་འདྲ་བཤད་ཆོག་གི་མ་རེད།

༡ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ཏམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱིད་སྐོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་སྒྲོང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སྒོབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

སྒྲོང་མོལ། སྒོབ་ཚན་འདི་སྦྱང་རྒྱས་བོད་པའི་སྒྲ་ཚོགས་ནང་ངོ་ཚ་དང་འཇོམས་དོགས་སྐོར་བཤད་ཁན་ཐུབ་དགོས།

བང་སྒོག (དགག་ཚོག+བྱ་ཚོག+ཀ་མེད་) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྒྱོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཏན་གྱིས་སྒོབ་མ་ལ་སྒ་གང་དས་དང་ཚོག་སྒྲོར། བཟང་ཆ་སོགས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བཏོད་བྱེད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཏན་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ ༥ ནི་སྒོབ་མའི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོག་གསར་ཅོ་སྦྱོང། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཆོག་གསར། སྒྲ་གདངས།
ཕྱིར་སྐོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཆོག་གསར་རྣམས་སྦྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོག་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ལྟ་རེར་རྟོས་བློས་བྱིད་དགོས།

གཉིས་ཆུང།	གཉིས་ཆུང་བྱས་ན་མིས་ཡག་པོ་བྱེད་ཀྱི་རེད།
སྤྱོད་པ་ངན་པ།	མིའི་མདུན་ལ་སྤྱོད་པ་ངན་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་མ་རེད།
སྤྱོ་རྩས།	སྤྱོ་རྩས་བོད་སྤྱོད་བྱེད་ན་འཚོད་བསྟེན་ལ་གཞོད་ཀྱི་རེད།
ངོ་ཚ་ཁྲེལ་མེད།	ངོ་ཚ་ཁྲེལ་མེད་ཀྱི་ལས་ཀ་ནམ་ཡང་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་མ་རེད།
གྱས་ཞབས།	ཐན་པར་གྱས་ཞབས་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལུགས་སྲོལ་བཟང་པོ་རེད།
ཞབས་འདེན།	ཁྱིམ་རྒྱང་གྱི་ཞབས་འདེན་ཞུས་ན་སྦྱོ་ཅན་བརྩི་ཡི་རེད།
ཁ་ལན་སློག	ཕ་མ་དང་ཐན་པ་ཚོར་ཁ་ལན་སློག་རྒྱང་གི་མ་རེད།
མགྲོ་གས་ཟས།	མགྲོ་གས་ཟས་ཟ་མི་ཉན་པའི་སྐོར་མང་པོ་ཅོད་ཀྱི་འདུག
ཁ་རི་ཁ་ཐུག	སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཁ་རི་ཁ་ཐུག་ཞེ་དྲག་འགྲོ་ས་ཡོད་མ་རེད།
ཁ་ལ་ཉན་པོ།	ཁ་ལ་ཉན་པོ་བྱེད་དང་། རྟན་པ་ཡག་པོ་རག་གི་རེད།

རྒྱུན་སྤྱོད་སྐད་ཆ། སྒྲུག་སྡུབ་དོག་ག་ལ། དེ་འདའི་མཚོ་རྟོག་པོ། ཞབས་འདེན་ཞུས་སོང་། དགེ་བསགས་སོང་།

༢ སྒོར་ཡང་བར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཤ་ཁ**ཁེགས་ཡུལ།** ཤེས་ཞིན་པ་སྤྱོང་བརྡར།

ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་གི་ཚོགས་གསར་རྩམས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྒོར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཕྲོད་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༤ ཚོགས་གྲུབ་གོ་རིམ། ཤ**ཁ**ཁེགས་ཡུལ། གོ་རྟོགས་ནུས་ཚལ།

ཕྱིད་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་གྱི་ཟོར་ཐུང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཚ་དང་ཐུད། མིང་ཚོགས་གོ་རིམ་འཕྲུགས་པ་རྩམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

ལུ་སི་ནི་ངའི་གྲོགས་པོ་ཡག་ཤོས་ཤེ་ག་ཡིན། ངེད་གཉིས་ལོ་སྟོན་མ་ནས་འགྲེལ་བ་བྱང་སོང་། ཁོང་གིས་ང་ལ་ཉིན་ལྔར་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པའི་བོད་མིའི་སྐོར་དང་འཚོ་བའི་གནས་སྟངས་ཐོག་ལ་སྐད་ཆ་མང་པོ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཁོང་གི་ང་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་འགྲོ་ཐུབ་ཆེ་རང་ཉིད་ལ་སྟོབ་སྟྲོང་དང་ཆབས་སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ཐད་ཁེ་ཕན་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་འདྲེལ་བརྗོད་ཀྱང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱས་སྟོང་ཡོད། བྱས་ཙོང་རྒྱ་གར་ནང་གི་འཚོ་བའི་གནས་བཏང་སོགས་ཏ་ཅང་ཞན་པས། ངས་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ལུ་སི་དང་ཁོང་

གི་གོགས་པོ་མཉམ་དུ་འགྲོ་རྒྱུའི་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ལུ་སི་དང་འདོ་གཉིས་ཀྱི་དབར་འཛེམ་དོགས་ཅི་ཡང་མེད་པས་ཐོག་ཆང་ས་བརྒྱབ་སྟེ་ང་ཕྱི་བསྟོད་བྱེད་ཡ་ཡིན།

༥ རང་མོས་གླེང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ

ཕྱིད་ཕྱོ། དགེ་ཚན་ཀྱི་ཏི་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། ཏི་ཝ་དེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདིར་འཇུག་དགོས།

དགེ་ཁ

དགེ་ཚན། ཕྱིད་རང་གཉིས་བཟའ་ཚང་ཆགས་ཚར་རེད། འཆར་གཞི་ག་རे་ཡོད།

སློབ་ཕྲུག -

༦ བསྐྱར་སྒྲོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ

ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་ཁྱིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱན་སྒྲོད་ཀྱི་ཤད་ཆ། དེ་བཞིན་བརྗོད་སྒྲོད་ནམས་བསྐྱར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བརྗོད་ཕྱིད་དགོས།

༧ ས།ཁ། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཉན་ཐོས།
ཕྱིར་སོ། ས།ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་དེ་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སྨོན་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཆོག ཀ།ཁོང་ཚོས་ག་རེ་བཤད་ཀྱིན་འདུག ཁ།ཆོག་ག་ཚོད་ཤེས་སོང་། ཕ་ཁྱའི་སྨོན་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔེག་པའི་དེ་བ་དེས།

༨ བར་སྣོད། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། བར་སྣོད་ངོ་སྣོད།
ཕྱིར་སོ། གཤམ་གསལ་བར་སྣོད་ཀྱི་སྒོམ་གཞི་ངོ་སྣོད་བྱས་ནས། སྨོན་ཕྱག་ལ་ཕེངས་ཕ་བསྐུར་སྨོས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བར་སྣོད། དགག་ཆོག+བྱ་ཆོག+ཀ་མེད།

ཆོག་གྱུས། ཁང་ཐོག་ལ་མི་སྡོད་ཀ་མེད་ཆགས་སོང་།

སྨོན་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཆོག་གསར་པ་སྒྲོང་བ་དང་ལྷན་ཏུ་དེ་དག་གིས་སྒྲོད་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྒྲོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྒོས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྒྲ་སྐད་ཡོང་བ།

། མིང་ཚོགས་གོ་རིམ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཤད་སྦྱོང་སྦྱོང་བཤད།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤགས་ཀྱི་ཚོགས་གྲྭ་རྣམས་མཐུན་སྦྱོར་བྱས་ནས་བསྡུར་བློས་བྱོས།

། བོད་སྐད་	མ་བཤད་ཀ་མེད་	རེད། ཁ་སྐོམ་གྱི་འདྲུག
སྐད་ཆ་ངན་པ་	མ་ཟ་ཀ་མེད་	རེད། ནང་ཆོས་སྒྲུང་དགོས་ཡོད།
ཆུ་བཅོག་པ་ཡིན་རྒྱང་	མི་རྒྱུག་ཀ་མེད་	རེད། དང་པོ་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག
མ་དགའ་རྒྱང་ཆང་ས་	མ་སྒྲུང་ཀ་མེད་	རེད། གཞན་པ་ཟ་ཡ་མི་འདུག
བག་ལེབ་སྐམ་པོ་	མ་འཐུང་ཀ་མེད་	རེད། ཕ་མས་ཐག་བཅད་ཚར་ཟིན

། རྒྱུག་དེ་	མ་བཟོ་ཀ་མེད་	རེད། ལྷ་མིག་བརླག་ཟིན
སྐོ་ལྷུགས་	མ་བཏང་ཀ་མེད་	རེད། ཁང་པ་ཐལ་ལས་ཁེངས་ཟིན
དེ་རིང་གཙང་མ་	མ་བསྲུང་ཀ་མེད་	རེད། གོམ་པ་རྒྱུག་ཐུབ་ས་མ་རེད།
ཡར་ལངས་བྱས་	མ་གླུ་ཀ་མེད་	རེད་ཟིན། གོང་ཁོག་སྟོ་ཡི་འདུག
མོ་ཏ་ཞིག	མ་བཅག་ཀ་མེད་	རེད། རྒྱབ་བཀྲག་རག་གི་མི་འདུག

། ཀ་ སྦྱོང་བཤད། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཤད་སྦྱོང་བེད་སྦྱོང་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་སྦྱངས་ཟིན་པའི་བཤད་སྦྱོང་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏྲི་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྦྱོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

། །། བསྡུར་སྦྱོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། སྒྲས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་ཁྱོད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོགས་དང་། རྒྱན་སྦྱོང་ཀྱི་སྐད་ཆ། བཤད་སྦྱོང་གསུམ་བསྡུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

༡༢ བར་སྟོང་། ཤ་ཅི་མེས་ཡུལ། བཙན་སྟོད་སྟོང་བཙན།
ཕྱིད་སྐོ། གཤགས་གསལ་ཆོག་གྱུར་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

མ་ཟ་ཀ་མེད། མ་བྱེད་ཀ་མེད། མ་རྒྱག་ཀ་མེད། མ་འགྲོ་ཀ་མེད། མ་འཚབ་ཀ་མེད།
མ་ཉོ་ཀ་མེད། མ་སྒྲད་ཀ་མེད། མ་རྒྱས་ཀ་མེད། མ་སྒྲང་ཀ་མེད། མ་གྱོན་ཀ་མེད།

གཅིག ཆང་སོ་_____ཆགས་སོང་། ཕྱུ་གུ་འགོར་ཤག

གཉིས ཕྱུ་གུས་ཐུ་ཚུགས་རྒྱག་གི་འདུག ཏྲས་ཅང་ཏན་པ་_____རེད།

གསུམ གྱོན་ཆས་མཐུག་པོ་_____རེད། གནམ་གཤིས་གང་མོ་རེད་ཤག

བཞི གཞན་པ་ཟ་ཡ་ནི་མི་འདུག ཤ་_____རེད་ཤག

ལྔ ལས་ཀ་_____རེད། འཚོ་བ་སྐྱེལ་དགོས་རེད།

དྲུག ནང་ཆོས་མཁན་ལ་ཕྱིན་པ་ཞིག་སྟོང་བ་ལ་བོད་ཡིག་_____རེད་ཤག

བདུན དབྱལ་མེད་ན་_____རེད། གཞན་སྟེང་མཁན་ནི་མི་འདུག

བཅུ སྨན་ཁང་ལ་_____རེད། ན་ཚ་ཇ་དག་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག

དགུ སེམས་པ་_____རེད། ལས་ཀ་ཤོར་གྱབས་བྱེད་ཀྱི་འདུག

བཅུ སློབ་ཡོན་ཆེན་པོ་_____རེད། སློབ་གྲྭ་དགེ་ཡག་པོ་འདུག

༧། སྒྲོང་བརྡུས། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བརྡ་སྒྲོད་སྒྲོང་བརྡུས།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་གི་ཚོགས་གྲུབ་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོགས། ཏི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བརྡུས་ཕྱིད་ དགོས།

༨། གླེང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སློབ་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

ངོ་ཚ་དང་འཇོམ་དོགས།

དབང་ཕྱུག ཨེ་མི་ལི་ཡ། རང་བོད་པའི་ཁྱིམ་ཚང་ནང་ལ་བསྟད་པ་རེད་བ། སྐྱེད་ལོང་འདུག

ཨེ་མི་ལི་ཡ། སྐྱེད་པོ་འདུག ཡིན་ན་ཡང་བོད་པའི་ཁྱིམ་ཚང་ནང་ལ་བསྟད་དུས། ང་ཚོ་ལ་ཉམས་མྱོང་ཡོད་མ་རེད། ཨ་ནི། ངོ་ཚ་དང་འཇོམ་དོགས་ སྐོར་ལ་ཅིག་བསམ་བློ་གཏང་དུས་འཚེར་པོ་དགེ་འདུག

དབང་ཕྱུག ཨ་ལེ། འཚེར་སྣང་བྱེད་དགོས་མ་རེད། སྤྱིར་བཏང་ཕ་མའི་མདུན་ ལ་སྐད་ཆ་འཛིར་པོ་དེ་འདྲ་བཤད་རྒྱང་གི་མ་རེད། ཁ་ལག་ཟ་བའི་ སྐབས་ལ་ཕ་མ་དང་ཆུན་རབས་ཚོར་ལ་ཁ་ལག་སྟོན་ལ་ཆུག་ས། དེ་ནས་ཕྱུ་གུ་ཚོར་ཆུག་གི་རེད། དེ་འདྲ་བྱེད་པའི་ལུགས་སྟོལ་

ཡོད་རེད། ཡར་མར་འགྲོ་བའི་སྣོན་ལ་ཕ་མ་དང་ཨ་ཁུ་དང་སྤྲོ་སྤྲོ་ཆན་གྱས་ཡོང་གི་ཡོད་ན་ཏོག་ཙམ་གྱས་ཞལས་བྱས། ས་ས་ཟུར་ལ་ལངས་ནས་བསྡད་དགོས་རེད། དེ་ནས་ཕ་མ་དང་སྤྲོ་སྤྲོ། ཆོ་ཆོ་དེ་ཚོ་ཡར་འགྲོ་ཚར་དུས་རྟེས་ལ་ས་ས་ག་ལེར་འགྲོ་ན་འགྲིག་གི་རེད། དེ་འདྲ་མ་བྱས་ན་ཡག་པོ་བཙུ་ཡི་མ་རེད། རྒྱམ་ཏོག་ལ་བཙུ་ཡི་རེད། ཨ་ནི། ཁྱེད་རང་ལ་གཞན་པ་དཀའ་ངལ་གཅིག་ཡོད།

ཨེ་མི་ལེ་ཡ། གཞན་པ་ཉལ་དུས་སྣོན་ལ་ཁོང་ཚོ་དགེ་སྦྱོ་པོ་ཉལ་གྱི་འདུག ང་ཏོག་ཙམ་ཕྱི་པོ་ཉལ་ཡ་དགའ་པོ་ཡོད་རེད་བ། གློག་སྒྲོན་ལ་གསད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་ཏོག་ཙམ་ཁག་པོ་འདྲ་པོ་འདུག

དབང་ཕྱུག ཨ་ལེ། དེ་ད་ག་རང་རེད། དེ་བོད་པའི་གོམས་གཤིས་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། མི་ཆན་པ་དེ་ཚོ་ཉལ་ཚར་ན། གཞོན་པ་དེ་ཚོས་ཁོང་ཚོ་གཉིད་ཁུག་གི་མ་རེད་བསམས་ནས་གློག་གསད་ཀ་འགྲོ་ཡི་རེད། དེ་གཞོན་པས་ཆན་པ་ཚོར་གྱས་ཞལས་བྱས་པ་ཞིག་རེད།

ཨེ་མི་ལེ་ཡ། གཞན་པ་དཀའ་ངལ་ལབ་ན་དམིགས་བསལ་མི་འདུག ཡིན་ནའང་ཟླད་ཚ་བཤད་དུས་ཁོང་ཚོ་ལ་གོ་བརྡ་ཡག་པོ་འཛིན་ཀྱི་མི་འདུག དེ་དཀའ་ངལ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་རེད་ཅག

དབང་ཕྱུག ཨ་ལེ་རེད་རེད། དཔེད་རང་གིས་ནམ་རྒྱུན་ང་ཚོས་ཟླད་ཚ་བཤད་དུས་དོ་སྣང་ཡུགས་ཆེན་པོ་སྣང་དགོས་རེད། མཚམས་མཚམས་ལ་དཀའ་ངལ་ཡུགས་ཆེན་པོ་འཕད་ཀྱི་ཡོད་ན་ཁྱེད་རང་གིས་ང་ལ་ཟླད་ཚ་ཏེས་ན་འགྲིག་གི་རེད།

ཨེ་མི་ལེ་ཡ། ཡ་ཡ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

[1] འཕྲོ་ལ་ཐུགས་ཀྱི། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཁ་བདེ་གོ།
ཕྱིར་ཐོ། དགེ་སློབ་ལྷན་དུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ལུལ་གྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

[2] གོ་སྣའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཡུལ་སྲོལ་ལ་ངེས་པ་རྟོད་རྒྱ།

དང་པོ་བཤད་ན་མི་མི་དགའ།། རྒྱུག་པ་འཕྲོང་ན་ཁྱི་མི་དགའ།།

བརྗོད་གཞི།
སྨོན་གྲྭ་དང་སྨོན་སྒྲོང་།

ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ་ནང་བཞིན་སྐྱེད་པོ་དེ་འདྲ་མི་འདུག

༡ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱོད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

གླེང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྒྲུབས་རྗེས་གོགས་པོ་ས་གཞས་ལ་སློབ་གྲྭ་དང་སློབ་སྒྲོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་སྐོར་བཤད་ཁན་ཐུབ་དགོས།

བརྡ་སྦྱོར། (གང་+རྒྱན་ཆོག+རྒྱན་ཆོག) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྒྱོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཚན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྒྲ་གཏངས་དང་ཆོག་སྒྲོར། བཟང་ཆ་ས་གས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བརྗོད་བྱེད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཚན་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ཅ་༥ ནི་སློབ་མའི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོས་གསར་བོ་སྦྱོང། ཥ་མིགས་ཡུལ། ཆོས་གསར། སྒྲ་གདངས།
ཕྱིར་སྐོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཆོས་གསར་རྣམས་སྦྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོས་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ལྟ་རེར་རྟོས་བློས་བྱེད་དགོས།

ས་ཁུལ།	ང་ཚོའི་སྲོག་གྲ་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་ལ་ཡོད་རེད།
རྒྱ་ཁྱོན།	ས་ཆ་རྒྱ་ཁྱོན་ཆེ་ཅམ་བྱུང་ན་ཡག་པོ་འདུག་ག
དཔེ་མཛོད།	དཔེ་མཛོད་ཁང་ལ་དབྱིན་ཇིའི་དེབ་ཤུང་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག
བགྲོ་གླེང།	བགྲོ་གླེང་ཚགས་ཚུད་པོ་ཞེ་པོ་བྱུང་སོང་ང།
རྩེད་ཐང།	སྲོག་གྲང་མཚོན་ན། རྩེད་ཐང་ནི་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་རེད།
སྲོག་ཁྲིད།	སྲོག་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་ན་འགྲིག་ས་རེད།
སྲོག་སྲུ།	སྲོག་སྲུ་ཁྱི་འདྲ་པོ་དེ་མ་སྟེབས་ན་ཡག་ས་རེད།
སྲོག་ཡོན།	སྲོག་ཡོན་ཆེ་ནའང་སྲོག་ཁྲིད་ལ་ལྷ་བཟོ་ཁྱོན་ནས་མི་འདུག
རང་འཛིགས།	ཡིག་ཚད་མ་ལོན་ན་འཛིན་གྲ་རང་འཛིགས་འཛོག་གི་རེད།

རྒྱུན་སྲོང་སྐད་ཆ། མགོ་ན་བཅུག་སོང། ཡ་མཚན་པ་ལ། ཡ་མེད་བཏང་ཞོག ཆོ་ག་རེ་ཡོད་རེད།

༢ སྐར་ཡང་བར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ཁ་ཁ་ཡ། ཤེས་ཞིན་པ་སྤྱོང་བརྡར།

ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་གི་ཚོགས་གས་རུ་མས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྐར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུན་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཕྲད་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

ཅ ཚོགས་གྲུབ་གོ་རིམ། ཥ་ཁ་ཁ་ཡ། གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ།

ཕྱིད་ཕྱོ། གཤན་གས་ལ་གྱི་ཐོམ་ཐུང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཆ་དང་ཐུད། མིང་ཚོགས་གོ་རིམ་འཕྲུགས་པ་རྒྱས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

སྤོབ་གྲྭ་གཅར་ནས་ཡིན་མིན་སྐོར་སྐད་ཆ་ཤོད་བཞིན་པའི་རྒྱུ་བ།

ཀ་པ། འདུག་ས་བལྟ་དུས་ཁྱེད་རང་གཞིས་ཀྱི་འབྲེང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནས་ཐོན་པ་འདྲ།

ཁ་པ། ད་ཀ་རེད། ཁྱེད་རང་གིས་ནོར་མ་སོང་། ང་གཞིས་ཀྱི་འབྲེང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ལས་ཐོན་པ་ཡིན།

ཀ་པ། གོ་ཐོས་ལྟར་བྱས་པ་ཡིན་ན་གཞིས་རྩེ་འབྲེང་རིམ་སྟོན་བྱ་སྐད་གྲགས་ཚོའི་ཅམ་ཡོད་པ་འདྲ།

ཁ་པ། རེད་རེད། སྐད་གྲགས་ཚོའི་ཅམ་ཡོད་རེད། གཙོ་བོ་དེ་སྟོན་མ་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་སྟོན་སྟྲོང་གིས་རྒྱང་གཞི་ཡག་པོ་ཡོད་པ་བྱས། དེའི་སྐང་ལ་དགེ་ཆན་དེ་ཚོ་སྟོན་ཕྱག་ལ་ཤ་ཚ་མེད་མཁན་ཤ་སྟག་སོང་ཅང་སྟོན་མའི་སྟོན་སྟྲོང་གི་གྱུན་འབྲས་ཀྱང་དགེ་ཡག་པོ་ཐོན་གྱི་ཡོད་རེད། ཨ་ནི། ཁྱེད་རང་འབྲེང་རིམ་སྟོན་བྱ་ག་ནས་ཐོན་ཡིན་ན།

ཀ་པ། ང་ལྟ་ས་འབྲེང་རིམ་སྟོན་བྱ་ནས་ཐོན་ཡིན། ང་ཚོའི་སྟོན་བྱར་མཚོན་པ་ཡིན་ན། བོད་ཡོངས་ལ་སྐད་གྲགས་ཡོད་རེད་ཏ།

ཁ་པ། ཨ་ལེ། ད་ང་ཚོ་སྟོན་བྱ་ཆེན་མོ་འདིའི་ནང་སྒེབས་ཚར་བ་རེད། སྟོན་སྟྲོང་ཏུར་ཐག་འབད་ཐག་བྱེད་ཡ་ཡིན་ཏ། དེ་མིན་གཙོ་བོ་སོ་སོའི་འབད་བརྩོན་མ་བྱས་ན། དགེ་ཆན་ངོས་ནས་ཡུགས་ཀ་ཚོད་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཁག་པོ་རེད།

དགེ་རྒན།
དགེ་ཆན། ཁྱེད་རང་མཐོ་སློབ་ཀ་དུས་ཐོན་པ་ཡིན།
སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྒྲུར་སྒྱོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། གོང་དུ་ཁྱེད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱུན་སྒྱོད་ཀྱི་རྣད་ཚ། དེ་བཞིན་བདེ་སྒྲོད་རྣམས་བསྒྲུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྱོང་བརྡར་ཕྱིད་དགོས།

༧ ཐྱ། ཥ་ཏ་ཡ་ཡ། ཉན་རྒྱལ།
ཕྱིར་ཞོ། ཐྱ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་བྱེ་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། ཐོག་མས་དོན་དག་རོབ་ཅམ་ཤེས་ན་ཆོག ཀ། ཁོང་ཚོས་གཅིག་ཀྱིན་འདུག ཁ། ཆོག་གི་ཚོད་ཤེས་སོང། ཕ་བཅའི་ཐོག་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔེགས་པའི་རྟེ་བ་རྟེས།

༤ བརྒྱད། ཥ་ཏ་ཡ་ཡ། བརྒྱད་ཕྱེད་ཅོ་ཕྱེད།
ཕྱིར་ཞོ། གཤམ་གསལ་བརྒྱད་ཀྱི་ཐོག་གཞི་ཅོ་ཕྱེད་བྱས་ནས། ཐོག་ཕྱུག་ལ་ཐེངས་ཕ་བསྐྱར་ཐོས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བརྒྱད། གང་+རྒྱན་ཆོག+རྒྱན་ཆོག
ཆོག་ཕྱུས། ཁོང་གིས་དཀར་ཕྱོགས་གང་ཡག་ཡག་གྱོན་གྱི་འདུག

ཐོག་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཆོག་གསར་པ་སྒྲོང་བ་དང་ལྷན་དུ་དེ་དག་གི་ཐོ་ཡིག་ཀློང་བ།
2. ཐེང་མོལ་སྒྲོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་རྐང་ཆ་བཤད་པའི་ཐོག་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་རྐང་ལ་ཐོ་ལྷང་ཡོང་བ།

། མིང་ཚིག་གོ་རིམ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཏ་སྦོད་སྒོང་བཏབ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤགས་ཀྱི་ཚིག་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྒོར་བྱས་ནས་བསྒྲར་བློས་བྱོས།

༡ ལས་ཀ་	གང་སྟུག་སྟུག་	འཐུང་གི་རེད།
ངས་གཞས་	གང་ཁྱང་ཁྱང་	གཏང་གི་ཡིན།
ཁོས་ཨ་རཀ་	གང་མང་མང་	བྱས་སོང་།
མི་ལ་སྐད་ཆ་	གང་སྙན་སྙན་	བཤད་ན་ཡག་པོ་ཡོད་རེད།
རྒྱ་མིས་བོད་ལ་	གང་ཞིམ་ཞིམ་	བྱེད་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག

༢ ཐུ་གུ་	གང་མཉྫ་ཏ་མཉྫ་ཏ་	བསྒྲུན་ན་སློབ་ཐུག་ཡོང་དང་ཡོང་།
གང་དུས་དུག་སློག་	གང་ཇེག་ཇེག་	ཁྱོན་དགོས་རེད།
སློག་འོང་	གང་མཐུག་མཐུག	ཡོད་ན་མིག་ལ་གཞོད་ཀྱི་མ་རེད།
སློབ་གྲྭ་མཐུན་རྒྱུན་	གང་གསལ་ལ་གསལ་	སློབ་གྲྭ་གཏང་དགོས་རེད།
མི་ལ་	གང་བཟང་བཟང་	མ་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་རེད།

༧༠ སྒྲོང་བཏབ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཏ་སྦོད་བེད་སྒྲོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཏ་སྦོད་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏེ་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བཏབ་ཕྱིད་དགོས།

༧༡ བསྒྲར་སྒྲོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། ཐུངངས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་ཁྱོད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱན་སྒྲོད་ཀྱི་སྐད་ཆ། བཏ་སྦོད་གསུམ་བསྒྲར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བཏབ་ཕྱིད་དགོས།

།།ཤར་སྟོང། ཤ་ངམིགས་ཡུལ། བཤད་སྦྱོང་སྦྱོང་བཤད།
ཕྱིད་ཕྱི། གཤན་གསལ་ཚོགས་ཆོག་གྱུར་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

གང་སྣྲན་སྣྲན། གང་ཏར་ཏར། གང་མང་མང་། གང་རྟེག་རྟེག གང་ཁྱུང་ཁྱུང་། གང་ཡང་ཡང་། གང་ཡག་ཡག གང་ཞེམ་ཞེམ། གང་སྤུ་སྤུ། གང་མཇྱོགས་ མཇྱོགས།

། ཁོས་ང་ལ་_____བྱས་ན་ངས་ཀྱང་ཁོ་ལ་ཡག་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

། ཟ་ཁང་ནང་ལ་ཁ་ལག_____ཡོད་རེད།

། དབྱར་ཁར་དུག་སྨོག_____གྱོན་ན་བསེལ་བ་ཡོད་རེད།

། དེབ་གང_____གློག་ཕྱེ་ན་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད།

། ཞོག་པར_____ལང་ན་ན་ཚ་ཁྱུང།

། ངས་ཁྱོ་ག_____ཅིག་འཚོལ་གྱི་ཡིན།

། ཡིག་རྒྱུགས་སྐབས_____བྱེས་ན་མ་གཞི་དུས་ཆོད་འདང་གི་མ་རེད།

། སྐད་ཚ_____བཤད་ན་སོ་སོའི་དོན་དག་འགྲུབ་ཀྱི་རེད།

๔ ཁ་_____དང་། ལག་ལེན་གང་མང་མང་བསྟར་དགོས།

๕ ཅ་ལག་_____མ་གཏོགས་ལྷོད་པོ་འཕྲེང་ན་འཕྲོག་གི་མ་རེད།

๗๓ སྒྲོང་བརྡུ། ཥ་ཏི་ཡས་ཡུལ། བརྡ་སྒྲོད་སྒྲོང་བརྡུ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་གི་ཚོག་གྲངས་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། ཏུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏྲི་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བརྡུ་ཕྱིད་དགོས།

๗๔ གླེང་མོལ། ཥ་ཏི་ཡས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སློབ་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ་ནང་བཞིན་སྐྱེད་པོ་དེ་འཕྲ་མི་འདུག

དབང་ཕྱུག བད་མ་ལག་ས་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། དེ་རིང་ངེད་གཉིས་ཀྱིས་ སློབ་གྲྭའི་བརྒྱུད་རིམ་སྐོར་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་ན་གང་འདྲ་འདུག

པད་མ། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། དབང་ཕྱུག་ལག་ས། ཁྱེད་རང་གི་བསམ་ ཚུལ་དེ་དག་ཡག་པོ་འདུག ཕྱོན་ལ་ཁྱེད་རང་གིས་སློབ་གྲྭའི་ བརྒྱུད་རིམ་ཡག་པོ་ཞིག་གསུང་རོགས་གནང་།

དབང་ཕྱུག ཡ་ཡ། ད་ང་ཆུང་དུས་ནས་སློབ་ཆུང་ལ་ཕྱིན་པ་ཡིན། ང་ཚོའི་སློབ་ གྲྭ་དེ་གོང་གསེབ་ཁུག་ཏོག་ཅིག་ལ་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དག་

ཏྲན་དགེ་ཡག་པོ་ཡོད་ཅང་ང་ཚོ་ཚུང་དུས་ནས་བོད་ཡིག་ཐོག་ལ་
དཀའ་ངལ་མེད་པ་ཞིག་བཟོས་སོང། དེ་ངའི་མི་ཚེའི་ནང་ཁྲོན་
ནས་བརྟེད་ཀྱི་མེད། སྟོབ་ཚུང་ཐོན་རྟེས་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ལ་
ཕྱིན་པ་ཡིན། དེ་དུས་རྒྱ་ཡིག་ཡག་པོ་ཤེས་ཀྱི་མེད་ཅང་དཀའ་ངལ་
མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་སོང། གཞི་གཞི་བཅར་དཀའ་ངལ་མེད་པ་ཆགས་
སོང། ང་རང་གི་སློབ་གྲྭའི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད།

པད་མ། ཁྱེད་རང་ལ་དངོས་གནས་ཉམས་ཚྱོང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རགཔ
འདུག་ག ང་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཚང་མ་རྗོར་གྱིང་གཏན་སློབ་ནས
ཐོན་པ་ཡིན། ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭར་ཆ་བཞག་ན་འཛིན་རིམ་དང་པོ
ནས་བཅུ་གཉིས་བར་དུ་ཡོད་རེད་དེ། རྒྱ་གར་གཞུང་གི་སྦྱངས
འཛིན་འོག་ལ་ཡོད་ཅང་གཞན་དབང་སྦྱབས་བསྡུན་རང་རེད།
དགེར་ན་ཉི་མ་གཅིག་ལ་བོད་ཡིག་སློབ་ཚན་ཐེངས་མ་གཅིག་མ
གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དེ་མིན་སློབ་ཚན་ཚང་མ་དབྱིན་ཡིག་ནང
སྒྲོང་དགོས་རེད། བྱས་ཅང་ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭའི་སློབ་མ་མང་ཆེ་ན
བོད་ཡིག་གི་གནས་ཚད་སྐད་ཡིག་གཞན་ལས་ཏོག་ཅམ་ཞན་པ
ཡོད་རེད།

དབང་ཕྱུག ཨ་ལེ། བྱས་ན་ཁྱེད་རང་དབྱིན་སྐད་ལ་ཐོག་པ་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད། རེད་པ།

པད་མ། གা་བ་ག་བ། ཟ་སྐད་འཕྱང་སྐད་ཀེས་ཅམ་རེད།

དབང་ཕྱུག རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་གྲྭ་མང་ཆེ་བ་གནས་སྟངས་གཅིག་པ་རེད་པས།

པད་མ། ཕལ་ཆེར་འདྲ་པོ་འདྲ་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་བོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲྭ་ཁག་བོད་གཞུང་གི་སློབ་གྲྭ་ཡིན་ཅང་ཏོག་ཅམ་འདྲ་ཡི་མ་རེད། འཛོན་གྲྭ་ལྟ་པ་བར་དུ་སློབ་ཚན་ཚང་མ་བོད་ཡིག་ནང་བསྟན་ཀྱི་རེད།

དབང་ཕྱུག ཡ་ཡ། ང་དགེ་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་། ཨ་ནི་བཞུགས་ཨ།

པད་མ། ལག་ས་སོ།། རྗེས་ལ་མཇལ་ཡོང་།

༧༥ འཕྲིན་སྟོན། ཥ་ཁ་ཡིག་ཡུལ། ཁ་བའི་པོ།

ཕྱིང་ཕོ། དགེ་སློབ་ལྷན་དུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ཞུལ་གྱིས་གྲོང་མོལ་ཕྱིད་དགོས།

༧༨ གོ་སྒེའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་ཁ་ཡིག་ཡུལ། ཡུལ་སྲོལ་ལ་ཅིས་པ་རྟེད་རྒྱ།

སྟོད་ས་དབྱལ་བར་བྱས།། མེག་ལ་ཐལ་བ་བཏབ།།

བརྗོད་གཞི། འཚམས་འདྲི་དང་ངོ་སྤྲོད།

ང་ལ་མཚོན་ན་ཆུང་དུས་ནས་སྨན་པ་བྱེད་རྩིས་ཡོད།

༡ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ༢དགེགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
བྱེད་སོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདིའི་དགོས་ཡུལ།

གླེང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྩེས་ཤོག་ཡོ་སོགས་ལ་སློབ་གྲྭ་དང་སློབ་སྦྱོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་སྐོར་བཤད་ཁན་ཐུབ་དགོས།

བདེ་སྨོན། (དྲི་ཚོག+བྱ་ཚོག+བྱ་ཚོག) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྤྱོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཏན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྒྲ་གཏངས་དང་ཚོག་སྦྱོར། བཟང་ཚ་སོགས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བརྗོད་བྱེད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཏན་གྱི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ཅ་༥ ནི་སློབ་མའི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོས་གསར་ངོ་སྤྲོད། ཥ་རིས་གས་ཡུལ། ཆོས་གསར། སྒྲ་གདངས།
བྱང་སྦོ། གཤན་གས་ལ་གྱི་ཆོས་གསར་རྣམས་སྤྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོས་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ལྟ་རེར་རྟོས་བློས་བྱེད་དགོས།

ཤུགས་བསམ།	ད་ལྟ་ནས་ཤུགས་བསམ་བརྟན་པོ་ཞིག་མེད་ན། རྟེས་ལ་ཅི་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པར་ལྟག་གི་རེད་དེ།
སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུ།	སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་ཡ་བྱུང་ན་ཡག་ཅོས་རེད།
མངོན་འདོད།	བོད་པའི་མངོན་འདོད་དངོས་གནས་དེ་བོད་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་ཡ་དེ་རེད།
བྱེད་ཟིས།	ཁྱེད་རང་སློབ་གྲྭ་ཐོན་སོང་ན་གา་རེ་བྱེད་ཟིས་ཡོད།
སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་སྟངས།	དེང་དུས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་སྟངས་དེ་ཡག་པོ་འདུག་གི
སློབ་སྦྱོང་བརྒྱུད་རིམ།	མཁས་དབང་ཚང་མའི་སློབ་སྦྱོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་འདྲ་ཡི་མ་རེད།
སློབ་སྦྱོང་གི་ཁོར་ཡུག	སློབ་སྦྱོང་གི་ཁོར་ཡུག་ཡག་པོ་ཡོད་ན་སློབ་ཕྲུག་ཡག་པོ་ཆགས་ཀྱི་རེད།
ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར།	ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ལ་བལྟས་ན་ངས་ཏ་གོ་ཡི་འདུག

རྒྱུན་སྤྱོད་སྐད་ཆ། ཆུང་ཏ་རྒྱུགས་སོང། མ་བྱས་དགུ་བྱས་ཚ་བ་ལ། བན་རྒྱ་ཁོད་པོ།

ཨཱལཱ་ཥ།ཁ།ཀ།ཁ།། གནས་ཚད་གཞིས་པ། ༢།༠།

༣ སྒར་ཡང་བར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ནི་ཡིག་ཡུལ། ཤེས་ཞིན་པ་སྤྱོང་བརྡར།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་གི་ཚོག་གསར་རྣམས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྒར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཕྲོད་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༤ ཚོག་གྲྭབ་གོ་རིམ། ཥ་ནི་ཡིག་ཡུལ། གོ་རྒྱུགས་ནུས་རྩལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཕྱང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཆ་དང་ཕྱད། མིང་ཚོག་གོ་རིམ་འཕྲུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཙོས་དགོས།

དམིགས་ཡུལ་གང་ཡོད་པ་དེ་བརྟན་པོ་འཛིན་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ལམ་སྟོན་བྱེད་བཞིན་པའི་རྣམ་པ།

ང་ཨ་རི་འི་མཐོ་སྟོན་ཞིག་ནང་ལ་འཛུལ་ཞུགས་བྱས་ནས་ལོ་ངོ་གསུམ་ཙམ་ཕྱིན་སོང་། དེའི་རིང་ལ་ཨ་རི་འི་མཐོ་སྟོན་ཀྱི་སྟོན་དགོན་སུ་འདུ་ཞིག་ཡིན་རྒྱང་སྟོན་

མི་འི་དམིགས་ཡུལ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེས་ནས་དམིགས་ཡུལ་བརྒྱན་པོ་
ཉར་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་དང་ཟབ་སྦྱོང་ཡང་ཐེངས་མང་པོ་ཞིག་སྤྱད་སོང། དེའི་
རྒྱུ་མཚན་ནི་དེང་སང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཚན་རིག་དང་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་
ཤུགས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་པའི་དབང་གིས་སློབ་མ་མང་པོ་ཤེས་གི་ཕུགས་ཀྱི་དམིགས་
ཡུལ་ལ་ཤུགས་རྒྱན་ཆེན་པོ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང། སློབ་མ་
མང་པོས་སློབ་གྲྭ་གཡུགས་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལས་མེད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རྗེ་
མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་གནས་སྟངས་ཞིག་ཆགས་ཡོད། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་
དམིགས་ཡུལ་མེད་པ་དང་ལས་མེད་མང་བའི་དབང་གིས་རྒྱལ་ཁབ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་
ཁ་ཕྱོགས་ལ་འགོག་རྒྱན་མང་པོ་ཤེས་རིག་རང་བཞིན་གྱིས་བཟོ་ཡི་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་
མཐོ་རིམ་སློབ་མ་དང་དེ་བཞིན་སློབ་ཆུང་སློབ་མའི་དམིགས་ཡུལ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་
དགོས་པ་ནི་གལ་འགངས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ངེས་པར་དུ་བརྟེ་དགོས་ཀྱི་འདུག

དགེར་ན།

དགེ་ཁན། དེ་རིང་ང་ཚོས་ཀ་རེ་སྐོར་ལ་བཤད་ཀ

སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྐུར་སྟོང། ཇ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། གོང་དུ་ཁྱིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང། རྒྱུན་སྟོད་ཀྱི་སྐད་ཆ། དེ་བཞིན་བརྗོད་རྣམས་བསྐུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྟོང་བརྗེར་ཕྱིད་དགོས།

༢ ཐུན། ཤ་དམིགས་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།

བྱང་སེམ། ཐུན་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་བྱེ་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སྨོན་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཆོག

༡། ཁོང་ཚོས་གང་རེ་བཤད་ཀྱིན་འདུག ༢། ཆོག་ག་ཚོད་ཤེས་སོང། ཕ་བྱའི་སྨོན་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔོག་པའི་བྱ་བ་བྱེས།

༤ བར་སྣོད། ཤ་དམིགས་ཡུལ། བར་སྣོད་ངོ་སྣོད།

བྱང་སེམ། གཤམ་གསལ་བར་སྣོད་ཀྱི་སྒོམ་གཞི་ངོ་སྣོད་བྱས་ནས། སྨོན་ཕྱག་ལ་ཐེངས་ཕ་བསྐྱར་སྨོས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བར་སྣོད། བྱེ་ཚོག+བྱ་ཚོག+བྱ་ཚོག

ཚོག་གྲྭས། ཁ་ལག་ག་ཚོད་ཟ་ཟ་འདུག

སྨོན་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཚོག་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྡན་དུ་དེ་དག་བོད་སྦྱོང་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྒོབས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྒྲ་སྣང་ཡོང་བ།

༨ མིང་ཚོགས་གོ་རིམ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྙོམ་སྒོང་བཏབ།
ཕྱིར་སྦྱོ། གཤགས་ཀྱི་ཚོགས་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྒོར་བྱས་ནས་བསྡུར་ཟློས་བྱོས།

༡ དེབ་ཀློག་འདོད་ཡོད་ན་དེབ་	གཅིག་	ཁ་ཁ་རེད།
ལག་འཁྱེར་ཡོད་ན་ལས་ཀ་	གཉིས་	འགྲོ་འགྲོ་རེད།
དུས་ཚོད་ཡོད་ན་ལྟད་མོ་	གསུམ་	འཚལ་འཚལ་རེད།
དཏུལ་ཡོད་ན་ཅ་ལག་	བཞི་	ལྟ་ལྟ་རེད།
སོ་སོར་སྒྲག་སྒྲག་ཡོད་ན་	གསུམ་	ཀློག་ཀློག་རེད།
༢ བོད་ལ་འགྲོ་ན་རྒྱལ་པ་	སྒུ་	འགྲོ་འགྲོ་རེད།
དབང་དང་རྒྱུ་ཡོད་ན་	བཞི་	རྒྱ་རྒྱ་རེད།
གྱང་གསེང་ཡོད་ན་རྒྱད་མོ་	གསུམ་	འདེམས་འདེམས་རེད།
སོ་སོར་ཆུངས་འཕོར་ཡོད་ན་	གསུམ་	ཟ་ཟ་རེད།
འདོད་པ་ཡོད་ན་མནའ་མ་	གཅིག་	བྱེད་བྱེད་རེད།

༩ སྙོང་བཏབ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྙོད་བེད་སྙོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིར་སྦྱོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཏང་སྙོད་དགེ་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགེ་ཚོགས་ཏི་ལམ་ནས་སྙོང་བཏང་བྱེད་དགོས།

༩༩ བསྡུར་སྒྲོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། སྒྲངས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིར་སྦྱོ། གོང་དུ་ཁྱོད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོགས་དང་། རྒྱུན་སྒྲོད་ཀྱི་ཤད་ཆ། བཏང་སྙོད་གསུམ་བསྡུར་ཟློས་ཡང་ཟློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བཏང་བྱེད་དགོས།

༧། བར་སྟོང་། **ཤ་ཅི་ཞགས་ཡུལ།** བཏ་སྟོད་སྟོང་བཏབ།
ཕྱིད་ཕྱི། གཤན་གསལ་ཚོགས་གྲུབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

གཅོད་འཇོན་འཇོན། གར་ཟློག་ཟློག གར་ཕྱེད་ཕྱེད། གལ་འགྲོ་འགྲོ། གཅོད་ལེན་ལེན། གཅོད་གཅོད་གཅོད། གཅོད་དགོས་དགོས། སྙུ་འདེམས་འདེམས། སྙུ་བསྡད་བསྡད། སྙུ་འཛུལ་འཛུལ།

༧ མཚོན་ཁང་ལ་___ _____ རེད།
སྨྱུ་ཐབ་ནང་ན་ཁ་ལག___ ____འདུག
ཁོར་ཡུག་ལ་བསམ་བློ་མ་བཏང་ན་ཤེད་སྟོང__ _____རེད།
ལྷུམ་རྩའི་ནང་ལ་མེ་ཏོག _____ཡོད་རེད།
གསང་བའི་ལས་ཁུངས་ལ་མི__ _____མ་རེད།

། ལམ་ཡིག་ཡོད་ན་རྒྱལ་ཁབ__ _____རེད།
དགེ་མཛོད་ནང་ལ་དེབ__ _____ཡོད་རེད་པས།
བོད་མི་བཅན་ཕྱོལ་བ་ཚོས _____ མ་རེད་དེ།
ཁྱེད་རང་གིས་དཔྱལ་སྒྲད་ནའང་དགེ་ཆན _____ཨ་རེད།
རྒྱ་མཚོ་ནས་ཉ__ _____ རེད་པས།

ཨཱལ་ཥ།ཁ།ཀ།ཨ།། གནས་ཚད་གཞིས་པ། ༢།༠།

༧།ས།ཐོང་བཤད། ཥ་ཏ་ཡ་ཡ། བཤད་ས།ད་ས།ཐོང་བཤད།
ཕྱིད་ས། གོང་གི་ཚིག་གྲགས་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། ཏུས་གསུམ། དགག་ཚིག ཏེ་ཚིག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་ས།ཐོང་བཤད་ཕྱིད་ དགོས།

༧།། གླེང་མོལ། ཥ་ཏ་ཡ་ཡ། བཤད་རྩལ།
ཕྱིད་ས། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་ས།ཐོབ་གཞིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

དགེ་རྒན་གྱིས་ས།ཐོབ་མར་ལམ་ལ།ཏ་བྱས་པའི་སྐོར།

ཕྱན་ཚོགས། ཡ་ད་ཕྱེད་རང་གིས་མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་ཆེད་དུ་དམིགས་ཡུལ་ གཅད་ཞིག་བཟུང་ཡོད།

བད་མ། དམིགས་ཡུལ་ཆེ་ཤོས་དེ་མ་འོངས་པར་ང་སྨན་པ་ཚད་ལྡན་ཞིག་བྱེད་ ཡ་དེ་ཡིན། བྱས་ཅང་ད་ལྟ་ནས་ས།ཐོབ་ས།ཐོང་ལ་ཤུར་བཙོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དཏུལ་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག

ཕྱན་ཚོགས། རེད། ཨ་ནི། ས།ཐོར་བཏང་ཕྱེད་རང་གིས་ལབ་པ་དེ་བདེན་པ་རེད། དངོས་གནས་ས།ཐོབ་ས།ཐོང་བྱེད་སྐབས་མ་འོངས་པའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་ ས།ལྷབ་ཡ་ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞེ་དུག་འཕྲད་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་ས།ཐོབ་ ས།ཐོང་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་ཚོའི་རིགས་ལ་གདོང་ ལེན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཨ་ནི། མ་འོངས་པའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་ཏན་

ཏན་འགྲུབ་ཀྱི་རེད། དགེར་ན། ང་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཚུང་ཚུང་སྐབས་ནས་མ་འོངས་པའི་མི་ཚེ་ལ་དམིགས་ཡུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟུང་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སྨོན་སྨྲོང་ལ་རྒྱུར་ཐག་བྱས་པ་མ་ཟད། དཀའ་ངལ་ཀྱང་རབ་དང་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ་གདོང་ལེན་བྱས་ནས་ཡོང་ཡིན། དུས་ཚོད་དེའི་སྐབས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དེ་ཚོ་དེང་སང་དང་བསྡུར་ཐབས་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་སོ་སོའི་ངོས་ནས་སེམས་ཤུགས་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཆགས་སྡུང་མེད། བྱས་ཙང་དེང་སང་དགེ་རྒན་ཐེབས་ཆགས་ཅིག་ཆགས་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་རེད།

པད་མ། རྒན་ལཱགས་ཀྱིས་ཉམས་སྡུང་དེ་ཚོ་གསུང་ཡོང་དུས། ང་རང་གི་ངོས་ནས་ཀྱང་སྤང་ལས་ལྟག་ཅིག་སྨོན་སྨྲོང་ལ་ཤུགས་རྒྱག་དགོས་བསམས་ནས་སེམས་ཤུགས་འཕར་གྱི་འདུག རྒན་ལཱགས་ཀྱིས་དམིགས་ཡུལ་དེས་ཅན་ཞིག་བཟུང་ནས་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་པའི་སྐོར་གསུངས་པ་དེས་ང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་།

ཕུན་ཚོགས། རེད་རེད། ཁྱེད་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་དམིགས་ཡུལ་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེ་བཟུང་ནས་ང་ཚོ་ལས་ལྟག་པའི་སྨོན་སྨྲོང་ལ་རྒྱུར་བཙོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད། མ་འོངས་པའི་དུས་ཚོད་ལ་ང་ཚོ་ནང་བཞིན་དགེ་རྒན་ཐེབས་ཆགས་ཅིག་བྱས་ནས་བསྡད་བསྡད་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད། དུས་རབས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། མཐུན་རྐྱེན་གྱི་ཆ་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། ད་ལྟའི་ང་

ཚོའི་གནས་བབ་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཁྱོད་ཚོ་ལ་ང་ཚོ་ལས་ལྷག་པའི་ལས་འགན་ལྷོད་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དུས་ཚོད་ཡག་པོ་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ནང་དུ་སོ་སོས་དམིགས་ཡུལ་རེས་ཅན་ཞིག་མ་བཟུང་བར་སྟོབ་སྦྱོང་གི་ཁ་ཕྱོགས་ཧོར་ན་ཏ་ལས་པའི་གྲོང་གྱད་ཆེན་པོ་རེད་དེ། དེའི་སྐོར་ཁྱོད་ཚོས་རེས་བར་དུས་ཤེས་དགོས་ཀྱི་རེད། རབ་བྱུང་ན་ཆེད་ལས་པ་ཞིག་ཆགས་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས་རེད།

བད་མ། ལགས་སོ།། ཏྲན་ལགས་ཀྱིས་ལམ་སྟོན་གནང་བ་གཞིར་བཟུང་གིས་ངས་ཏུར་ཐག་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

༡༥ འཕྲིན་སྟོན། ཥ་རྡོ་ཁ་ཡུལ། ཁ་བདེ་པོ།
ཕྱིར་སྐོ། དགེ་སློབ་ལྷན་ཌུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ཞུལ་གྱིས་གློང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༡༧ གོ་སྣའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་རྡོ་ཁ་ཡུལ། ཡུལ་སྒོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།

འདོད་པ་ཅན་ལ་ནོར་མ་སྟོན།། ངན་སེམས་ཅན་ལ་ཆོ་མ་གཏོད།།

བརྗོད་གཞི།

བསྟོད་པ་དང་སྨོན་བརྗོད།

ཁ་ནས་ཆུལ་གསར་པ་ད་ག་ཚོད་དགོས་དགོས་འདུག

༧ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ད་མེགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
རྒྱང་ཕྱི། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདི་ད་མེགས་ཡུལ།

གླེང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྟེས་བསྟོད་པ་དང་སྨོན་བརྗོད་རིགས་བཤད་ཁན་ཐུབ་དགོས།

བད་སྤྲོད། (བྱ་ཚོགས་ + ཁ་བྱེད(ལྷལ་)) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྤྱོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཤན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྦ་གཏངས་དང་ཚོགས་སྤྱོར། བཟང་ཚ་སོགས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བརྗོད་བྱེད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཤན་གྱི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ཅ་༥ ནི་སློབ་མའི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོས་གསར་ཅོ་ཐོག། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཆོས་གསར། ཐུ་གང་བས།
ཕྱིར་ཕྱོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཆོས་གསར་རྣམས་སྟོར་ཀློག་བྱས་ནས། ཆོས་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ལ་རེར་རྟོས་རྒྱས་བྱེད་དགོས།

ང་རྒྱལ།	ང་རྒྱལ་ཆེ་དགས་ན་ཕན་ལས་གཙོད་ཆེ་བ་ཡོད་རེད།
ངོ་ཚ་ཁྲེལ་མེད།	ངོ་ཚ་ཁྲེལ་མེད་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས་བྱང་ན་ཁྲེད་རང་ཨང་དང་པོ་རེད།
ཕྲོག་ཟ།	ཕྲོག་ཟ་རྩལ་སྒང་བྱས་ན་ལམ་འགྲོ་རྒྱུ་གི་མ་རེད།
མཐོང་ཚུང་།	ཁོ་དགོན་པོ་ཡིན་ནའང་མི་དགྱུས་མར་མཐོང་ཚུང་བྱེད་ཆོག་གི་མ་རེད།
བརྣས་བཅོས།	མི་ཉམ་ཚུང་ལ་བརྣས་བཅོས་བྱས་ན་སོ་སོ་ངོ་ཚ་ཇོགས་རེད།
ཉེ་དགའ་ཕྱོགས་ཞེན།	སྲིད་འཛིན་ཟེར་དུས་ཉེ་དགའ་ཕྱོགས་ཞེན་མེད་པ་ཞིག་དགོས་རེད།
མགོ་གཉིས་མ།	དེང་སང་གི་ཚབ་སྲིད་པ་དེ་ཚོ་མགོ་གཉིས་མ་ཚགས་ཁག
རང་འདོད་ཚ་པོ།	སྲིད་ཐྲོན་རང་འདོད་ཚ་པོ་ཚོས་མིའི་མཏུན་ནས་ཡག་པོ་ཡིན་ཤུལ་བྱེད་ཀྱི་རེད།

ཐུན་ན་མེད་པ།	ལྷ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ནི་བོད་མིའི་ཐུན་ན་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་རེད།
ཆློས་ཆེན།	ལས་ཀ་ཚུང་ཚགས་ནས་མགོ་འཛུགས་པ་ནི་ཆློས་ཆེན་གྱི་བྱ་བཞག་ཅིག་རེད།
ཏྲམ་པ་ཚ་པོ།	ཏྲམ་པ་ཚ་པོ་ཡོད་ན་གྲོགས་པོ་རག་གི་མ་རེད།

རྒྱུན་སྡོད་སྐད་ཆ། མ་འཛིན་འཛིན་མདོག མ་བྱེད་དགུ་བྱེད། བརྒྱ་ཁ་གཅིག་གཅོད། ངོ་དགའ་སྟེལ་ལད།

༢ ལྷར་ཡང་པར་རིས་ངོ་སྟོད། ཥ་ཏམིགས་ཡུལ། ཤེས་ཟིན་པ་སྟོང་བརྡར།
བྱང་སོ། གོང་གི་ཚོག་གསར་རྣམས་བོད་སྟོང་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་ལྷར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཁྲབ་ནས་གྲོང་ཚོལ་བྱེད་དགོས།

རྒྱ་ཆེན་གོ་རིམ། ཤ་དམིགས་ཡུལ། གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ།
བྱེད་སྒོ། གཤན་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཐུང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཆ་དང་ཕྱད། མིང་ཚིག་གོ་རིམ་འཁྲུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

སྒེད་འཛིན་འོས་མི་གཉིས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་བྱེད་བཞིན་པའི་རྣམ་པ།

སྟོན་མའི་སྒེད་འཛིན་འདེམས་ཐོན་ཐོག་ཚོ་ཐུ་མ་དང་མི་ཏེ་ཅོམ་ནི་གཉིས་བར་བགྲོ་གླེང་བྱེད་སྐབས་གཅིག་གནས་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་མི་མཐུན་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་ནི། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཚེལ་རྒྱས་གཏོང་སྟངས་སྐོར་ལ་ལྟ་སྟངས་དང་བསམ་ཚུལ་མ་མཐུན་པ་དེ་རེད། ཚོ་ཐུ་མས། དེང་སང་དུས་རབས་གཅིག་ཉིད་

པའི་ནང་དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་གནས་སྟངས་ལ་འགྱུར་བ་གཏང་དགོས་པའི་གྲོས་གཞི་བཏོན་ན་ཡང་དེ་ལ་ཇོན་ཀེའི་ནས་མོས་མཐུན་མ་བྱས་པ་དེ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་མི་ཏི་རོམ་ནི་ཡིས་འབྱོར་དཔལ་ཡག་པོ་ཡོང་དང་མི་ཡོང་དེ་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ནང་གནས་སྟོང་བྱེད་བཞིན་པའི་མི་དམངས་རྣམས་ཀྱི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་དཀའ་ངལ་མེད་ཡོད་ལ་བརྟགས་ནས་བརྗེད་དགོས། མི་རེ་ཟུང་གི་འདོད་པ་ལྟར་བྱས་ནས་དཔལ་འབྱོར་ལ་ཚད་འཛིན་བྱས་ན་དེ་ནི་མ་འགྲིག་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཡོད་པ་རེད།

༥ རང་མོས་སྒྲོང་མོལ། ཥ་ཏི་གས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། དགེ་ཁན་ཀྱི་དྲི་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། དྲི་བ་དེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདྲིར་འཇུག་དགོས།

དགེ་རྒན།
དགེ་ཁན། ཁྱེད་རང་མི་ཁོང་ཁྲོ་ཚ་པོ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་པས།
སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྐུར་སྒྲོང་། ཥ་ཏི་གས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་ཁྲིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱུན་སྒྲོད་ཀྱི་སྐད་ཆ། དེ་བཞིན་བརྗེ་སྒྲོད་རྣམས་བསྐུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བརྗེ་བར་ཕྱིད་དགོས།

༧ ལྷུ། ཥ་ཏི་གས་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། ལྷ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་དྲི་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སློབ་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཚོག ༢། ཁོང་ཚོས་གཅིག་ཅེ་བཤད་ཀྱིན་འདུག ༣། ཚོག་གི་ཚོད་ཤེས་སོང་། ཕ་བྱའི་སློབ་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔོག་པའི་དྲི་བ་དྲིས།

༢ བཏང་སྒོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྒོད་ངོ་སྒྲོད།

བྱང་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་བཏང་སྒོད་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་ངོ་སྒྲོད་བྱས་ནས། སློབ་ཕྲུག་ལ་ཐེངས་ཆ་བསྐྱར་བློས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བཏང་སྒོད། བྱ་ཚོགས་+ ཁ་(ཤུལ་) བྱེད/བྱས།
ཚོགས་གླུས། ཞེ་པོ་ཞིག་བཤད་ཁ་བྱེད་ཀྱི་འདུག

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཚོགས་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྷན་ཐུ་དེ་དག་བོད་སྒྲོད་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྒྲོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱང་ཆ་བཤད་པའི་སྒོམས་པ་བསྒྲེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་རྒྱད་ལ་སྒྲོ་སྐང་ཡོང་བ།

༨ མིང་ཚིག་གོ་རིམ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྙོམ་སྦྱོང་བཏབ།
ཕྱིད་སྒོ། གཤགས་ཀྱི་ཚིག་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྦྱོར་བྱས་ནས་བསྒྲུར་བློས་བྱོས།

༧ ཏ་	ཕྱིད་ཁ་	ཕྱིད་དུས་ཆུ་དག་མེད་པའི་ཏགས་རེད།
རྟུན་མ་	འཕྲིན་ཁ་	བྱས་ཀྱང་རྣམ་འགྱུར་ནས་ཤེས་སོང་།
གཡོ་སྒྲ་	གཏོང་ཁ་	ཕྱིད་དུས་ཚོ་ཅམ་ཡོད་མདོག་མདོག་རེད།
མཐོང་ཚུང་	བར་ཤད་ཁ་	བྱས་ཀྱང་ཞོན་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག
སྣང་མེད་	ཞོན་ཁ་	ཕྱིད་ཀྱི་འདུག་ཏེ་འཕྲིན་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག

༩ དེབ་	ལྷོག་ཁ་	བྱས་ནས་མགོ་སྐོར་གཏོང་གི་འདུག
རོགས་པ་	ཕྱིད་ཁ་	བྱས་ཡིན་ཏེ་སེམས་གནས་ཀྱི་མི་འདུག
གཤེ་གཤེ་	གཏོང་ཁ་	བྱས་ནས་དཏུལ་ཁུག་སྟོང་པ་བཟོས་སོང་།
དགའ་བོ་	ཕྱིད་ཁ་	བྱས་ནའང་ལྷ་མཁན་ནི་མི་འདུག
རྟེག་རྟེག་	ཕྱིད་ཁ་	བྱས་ནའང་ཉན་མཁན་མི་འདུག

༡༠ སྒྱོང་བཏབ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྙོམ་བེད་སྒྱོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་དུ་སྒྲུབས་ཟིན་པའི་བཏང་སྙོམ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏྲི་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྱོང་
བཏང་ཕྱིད་དགོས།

༧༧ བསྒྲུར་སྦྱོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། སྒྲུབ་ཆེན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེན་རྒྱ།
ཕྱིར་སོ། གོང་དུ་ཁྱིད་ཆེན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱུན་སྦྱོང་ཀྱི་རྣད་ཚ། བཙན་སྦྱོང་གསུམ་བསྒྲུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བཙར་ཕྱིར་ཁོང་དགོས།

༧༨ བར་སྟོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཙན་སྦྱོང་སྦྱོང་བཙར།
ཕྱིར་སོ། གཤམ་གསལ་ཚོག་གྲྭབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

འཁོར་ལ། ཕྱིད་ལ། ཁོ་ལ། ཟ་ལ། སྟྲོང་ལ། རྒྱུ་ལ། ལྷོ་ལ། ཉན་ལ། གཏོང་ལ། ཤོད་ལ།

༡ ཉེ་དགའ་ཕྱོགས་ཞེན་ _____བྱས་ན་སྟྲི་ལ་གཏོང་ཀྱི་རེད།

༢ སྟྲི་རྒྱ་ _____བྱས་ན་ཀུབ་ཏོལ་ཡ་ཡིན་ཡིན་པ་རེད།

༣ མིག་བཙུམ་ _____བྱས་ན་འགྲམ་ལྷུགས་རག་གི་རེད་དེ།

༤ ཐ་མར་ཁ་ལན་ _____བྱས་ན་དགེ་སྦྱོག་ཅག་བཙུ་ཡི་རེད།

༥ མགོ་སྐོར་ཐེངས་གཅིག་ ___ཁྱེད་ད་ཟླས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་ཀྱི་མ་རེད།

༦ བོད་ལ་ཆབ་སྲིད་སྐད་ཆ་ ____བྱས་ན་བཅོན་ཁང་ལ་འཛུག་རྒྱང་རེད།

༧ དོན་དངོས་མ་ཤེས་པར་ཆབ་སྲིད་ ____བྱས་ན་མགོ་ལོག་ཙེ་ཡི་རེད།

༩ ཡོད་ཚད་_____ བྱས་ན་མཐར་ཕྱིན་པ་གཅིག་ཀྱང་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད།

༡༠ ཟླ་ལ་འགྲོ་ཚད་_____བྱས་ན་གླ་ཆས་འདང་གི་མ་རེད།

᧢᧠ ལབ་ཚད་_____བྱས་ན་ལོག་ལམ་ལ་འཁྲིད་ཡོང་།

᧢᧣ སྒྲོང་བརྡར། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བདུ་སྒྲོང་སྒྲོང་བརྡར།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་གི་ཚོགས་གྲུབ་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། ཏུས་གསུམ། དགག་ཚོགས། ཏྲི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བརྡར་བྱེད་དགོས།

᧢᧤ གླེང་མོལ། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སློབ་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

གནས་ཆུལ་གསར་པ་ད་ག་ཚོད་དགོས་དགོས་འདུག

སྒེན་པ། ཡ་ད། བཞུགས་དང་། དེང་སང་གནས་ཆུལ་གསར་པ་ག་རེ་འདུག

མཚོ་མོ། འོ་ཡ་ད། གནས་ཆུལ་གསར་པ་ད་ག་ཚོད་དགོས་དགོས་འདུག
ཡག་སྡུག་གང་གི་ཕྱོགས་ནས་བལྟས་ནའང་། དེང་སང་སྒྲ་ཚོགས་
ནང་གནས་ཆུལ་གསར་པར་རྟོགས་ཡ་མི་འདུག ཁྱོགས་པོ།

རབ་བརྟན། ཚེ་ཅི་ལ། ཁོ་རང་ལ་ཞེ་པོ་ཞིག་བཤད་ཡ་ཡོད་མདོག་མདོག་བྱེད་ཀ་

བྱས། གཅེ་བཤད་ཡ་ཡོད་ཤོད་དང་།

སྒྲེན་པ། ཁྱེད་རང་ཕྱག་དོག་མ་བྱེད་དང་། ཁོ་རང་ལ་བཤད་ཡ་ཡོད་ན་བཤད་ཀྱི་རེད།

རབ་བརྟན། ཡོང་ང་ཡོང་ང། དཀོན་བཤད་ཤོག

མཆོ་མེ། དཀའ་བདུག་སེ་རེད། ཁ་སང་ངས་གསར་ཤོག་ཅིག་ཟློག་སྐབས་དེའི་ནང་ལ་འཇོམ་གྲོང་གི་ལྷོག་ཟ་རྒལ་སྲུངས་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་སྣ་ཁར་ཤེས་ཤེག་ཐེར་འདོན་བྱས་ཤག་བ་དེ་ཆོའི་མིང་ཤོད་མི་དགོས་པ་བྱས་རེད་པ། དེའི་ནང་ནས་གཅིག་ཙ་རི་ནས་བྱས། ལྷ་རྒྱ་གར་ནས་བྱས། གསུམ་ཡུ་རོབ་ནས་བྱས། དེ་ནས་མང་ཤོས་རྒྱ་ནག་ནས་རེད་ཤག་བ་ཁོང་ཆོའི་ལྷོག་ཟ་བྱེད་ས་དེ་ཁྱིམས་ཁང་དང་། དེ་བཞིན་སློབ་གྲྭ། ཡ་གཱིའི་གྲོས་ཆོགས། ཐ་ན་ལམ་ཁ་ཚུན་ཆད་ཚང་མ་ནས་ལྷོག་ཟ་བྱས་ཤག

སྒྲེན་པ། འོ་རེད། བ་དེང་སང་དེ་ལྟ་བུའི་ངོ་ཚ་ཁྱེལ་མེད་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ཁེངས་བསྡད་ཡོད་རེད། ལྷག་པར་ང་ཆོའི་སྨྲི་ཆོགས་ཆུང་

ཆུང་འདིའི་ནང་འོག་ལ་ཡང་དེ་འདྲ་བྱེད་མཁན་ཡོད་ས་རེད། ཁྱེད་ཚོས་གོ་བྱང་ངས། ཁ་སང་དེ་རིང་ངོ་དེབ་ཐོག་ལ་དེའི་སྐོར་གླེང་སྟོང་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་འདུག ཁོང་དང་། ཚོགས་པ་ཆེ་ཆུང་ཁག ཐ་ན་དགོན་སྡེ་ཁག་ནང་འོག་ལའང་ཡོད་ས་རེད།

རབ་བརྟན། རེད། དངོས་གནས་བདེན་པ་རེད། ང་དེང་སང་སྤྱི་ཚོགས་ཀ་བར་ཡིན་ནའང་དེ་འདྲ་རེད། ཡར་དགོན་པོ་ལ་ངོ་དགའ་སྟེལ་ལད་འཁྲབ་མཁན། མར་ཉམ་ཆུང་ལ་བརྟན་བཅོས་དང་ཐུབ་ཚོད་གཏོང་མཁན། འོ་དེ་འདྲ་བའི་མགོ་གཉིས་མས་ཁེངས་བསྡད་ཡོད་རེད་དེ། ང་དེ་ཚོ་ཡིན་ན། ཙ་མེད་མ་བཟོས་ན་ཡོང་ཡ་ཁོ་ར་ཡོད་མ་རེད།

མཚོ་མོ། རེད། ང་བཟང་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན། དེང་སང་ནུབ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཡིན་ནའང་རེད། ཤར་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཡིན་ནའང་རེད། དབུལ་ཕོངས་ལ་རོགས་པ་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་རེད། ང་དུང་ཁོར་ཡུག་གི་ཆེད་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཅ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་བྱའི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་མི་སྣ་དེ་ཚོས་མིའི་

རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་དང་ཆོས་ལུགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་སྐོར་ལ་བློ་
ན་མེད་པའི་བྱས་རྟེས་བཞག་དང་འཛིག་བཞིན་པ་རེད།

རབ་བརྟན། དེ་ཚོ་བདེན་པ་རེད། དངོས་གནས་མི་དང་སེམས་ཅན། ཁོར་ཡུག་
གང་ཅིའི་ཐད་ལ་ཐུགས་ཁྲུར་གནང་མཁན་གྱི་མི་སྣ་ཡང་མང་པོ་ཡོད་
རེད། དེ་ཚོ་ལ་ང་ཚོས་དངོས་གནས་རྟེས་སུ་ཡི་རང་ཞུ་དགོས་རེད།

སྒྲེན་པ། དངོས་གནས་རེད། དེ་ཚོ་སེམས་འགྱུར་ཐེབས་ཡའི་ཐུག་ལས་རང་
རེད་འདུག་ག

མཚོ་མོ། དཔ་འཐུང་། གྲང་མོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཕྱེ།

*ལ ལྷན་བསྡོན། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཁ་བདེ་པོ།
ཕྱིད་སྒོ། ངག་སྒོས་ལྷན་ཏུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ལུལ་གྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

*ལ ཚ་སྣའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཡུལ་སྒོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱུ།

བཟང་པོའི་ཞོར་ལ་ཐ་ཚང།། ངན་པའི་ཞོར་ལ་རྒྱུ་རྟུང།།

བརྗོད་གཞི། བསྟོད་པ་དང་སྐྱོན་བརྗོད།

ས་མས་འཕྲལ་བྱེད་དགོས་ཡ་མི་འདུག

༡ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
བྱེད་སོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་སྒྲོང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

སྒྲོང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྗེས་བསྟོད་པ་དང་སྐྱོན་བརྗོད་རིགས་བཤད་ཉན་ཐུབ་དགོས།

བང་སྤྱོད། (བྱ་ཚོགས/རྒྱན་ཚོགས+མདོག/ཁ་པོ) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྤྱོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཏན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྒྲ་གཏངས་དང་ཚོགས་སྤྱོར། བཟང་ཚ་སོགས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བརྗོད་བྱེད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཏན་གྱི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ ༥ ནི་སློབ་མའི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོས་གསར་བོ་སྦྱོང། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཆོས་གསར། སྒྲ་གདངས།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཆོས་གསར་རྣམས་སྦྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོས་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ལྟ་རེར་རྟོས་བློས་བྱེད་དགོས།

བརྟོན་འགྲུས།	བརྟོན་འགྲུས་ཆེན་པོ་མེད་ན་སྟོབ་གྲ་ཆེན་མོར་འགྲོ་ཐུབ་ཡ་ཁག་པོ་རེད།
ཚུལ་ལྡན།	ཡིན་ལུགས་ཚུལ་ལྡན་གྱི་སྟོབ་མ་ཟེར་དུས་ཁོང་ལྟ་བུ་རེད།
སྒྲུབ་བཟང།	སྟོབ་སྒྲུབ་དེ་ཅམ་མེད་ཀྱང་གཙོ་ཆེ་ཤོས་དེ་སྒྲུབ་བཟང་རེད།
བཟོ་བཀྲ།	རང་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན་ཚང་མས་བཟོ་བཀྲ་བྱེད་ཀྱི་རེད།
ཏང་པོ་ཏང་གཞག	ཏང་པོ་ཏང་གཞག་བྱེད་དང་རྟོག་ཏ་ཡོང་གི་མ་རེད།
ལམ་སྟོན།	སྟོབ་ཐུག་ལ་ཆུང་དུས་ནས་ལམ་སྟོན་ཡག་པོ་དགོས་རེད།
དགའ་ཞེན།	སོ་སོའི་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་ལ་དགའ་ཞེན་བྱེད་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་དེ།
ཡར་རྒྱས།	ཡར་རྒྱས་ཟེར་དུས་གা་ལེར་གা་ལེར་མ་གཏོགས་ལམ་སང་ཁག་པོ་རེད།
འཚམ་འཐུན།	མི་རིགས་ནང་ཁུལ་འཚམ་མཐུན་བྱས་ན་ཞི་བདེ་ཡོང་གི་རེད།
དུས་ཐོག	ཁོང་གི་དུས་ཡིན་ནའང་འཛིན་གྲྭར་དུས་ཐོག་ལ་སྟེབས་ཀྱི་རེད།

རྒྱུན་སྨྲོད་སྐད་ཆ། རྩེ་གླས་ཤེག་འདུག གར་བཏང་གོ་ཆོད། སྤྱང་གྲང་འཛོམས་པོ། མི་བཟང་ལས་བཟང་།

༢ སྐར་ཡང་པར་རིས་ངོ་སྨོད། ཥ་ཁ་ཁ་ཡུལ། ཤེས་ཟིན་པ་སྨྲོང་བརྟར།
ཕྱིད་སོ། གོང་གི་ཚོགས་གསར་རྣམས་ཝེད་སྨྲོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྐར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཁྲབ་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༤ ཚོགས་གྲུབ་གོ་རིམ། ཥ་ཁ་ཁ་ཡུལ། གོ་ཏྲོགས་ནུས་ཙལ།
ཕྱིད་སོ། གཤམ་གསལ་གྱི་ཐོན་ཐུང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཆ་དང་ཕྱད། མིང་ཚོགས་གོ་རིམ་འཁྲུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

དགེ་ཏན་གྱིས་རང་གི་སློབ་ཕྲུག་ཚོར་སློབ་སྦྱོང་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་བཞིན་པའི་རྣམ་པ།

བཀྲ་ཤིས། དེང་སང་ཁྱེད་གིས་སྨོན་སྨྲོང་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་དེ་ཅམ་བྱེད་ཀྱི་མེད་པའི་རྒྱུ་མཚན་གཅེ་རེད། གལ་སྲིད་སེམས་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་འདུ་ཡོད་ཚེ་ང་ཚོ་དགེ་ཆན་རྣམས་ལ་ཁ་ཐུག་བཤད་ན་འགྲིག་གི་རེད། གཅིག་བྱས་ན་ང་ཚོ་དགེ་ཆན་རྣམ་པས་ཁྱེད་རང་ལ་རོགས་པ་བྱེད་ཐུབ་སྲིད་ཀྱི་རེད། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཡང་ང་ཚོས་ཁྱེད་རང་གི་པ་མ་དང་མཉམ་དུ་སེལ་ཐུབ་པ་དཀའ་ངལ་བྱེད་ཀྱི་རེད། ཁྱེད་རང་གིས་ང་ཚོ་ལ་སྐད་ཆ་མ་བཤད་པར་བསྡད་ན་འདུག་ས་ཁྱེད་རང་ལ་གྲོང་ཆེན་པོ་རག་གི་རེད། ལྟག་པར་དུ་དུས་རབས་ཉིར་གཅིག་པའི་ནང་ལ་སྨོན་སྨྲོང་མེད་ན་མི་གཞན་གྱིས་རང་ལ་མཐོང་ཆུང་དང་ཐུབ་ཚོད་གཏོང་རྒྱང་བྱེད་ཀྱི་རེད་དེ། མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྨོན་སྨྲོང་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ཅ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་འཇམ་གླིང་ནང་ལ་སྨོན་སྨྲོང་གི་གོ་སྐབས་དང་མཐུན་རྒྱན་ཚང་མ་འཇོམས་མཁན་ཉུང་ཉུང་ཅ་ཅང་རེད། དེ་འདྲ་བའི་གོ་སྐབས་དེ་ཁྱེད་རང་ལ་རག་ཡོད་པ་སོང་ཅང་སྨོན་སྨྲོང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་དོ་སྣང་ཡང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་རེད། སྨོན་སྨྲོང་ཡག་པོ་བྱས་ན་མ་འོངས་པར་རང་ཉིད་ཅམ་མ་ཟད་རང་གི་པ་མ་དང་སྤུན་མཆེད་མི་རིགས་བཅས་ལ་ཞབས་འདེགས་སྤྲོད་ཐུབ་ཀྱི་རེད།

༤ རང་མོས་སྒྲོང་མོལ། ཥ་ད་མེགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། དགེ་ཏན་ཀྱི་དེ་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཆེས། དེ་བ་དེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདེར་འཇུག་དགོས།

དགེ་ན།

དགེ་ཏན། སློབ་ཕྲུག་གིས་སློབ་ཚན་ཡག་པོ་མ་ཉན་ན་ཏན་ལག་ཀྱིས་ག་རེ་ གསུང་གི་རེད།

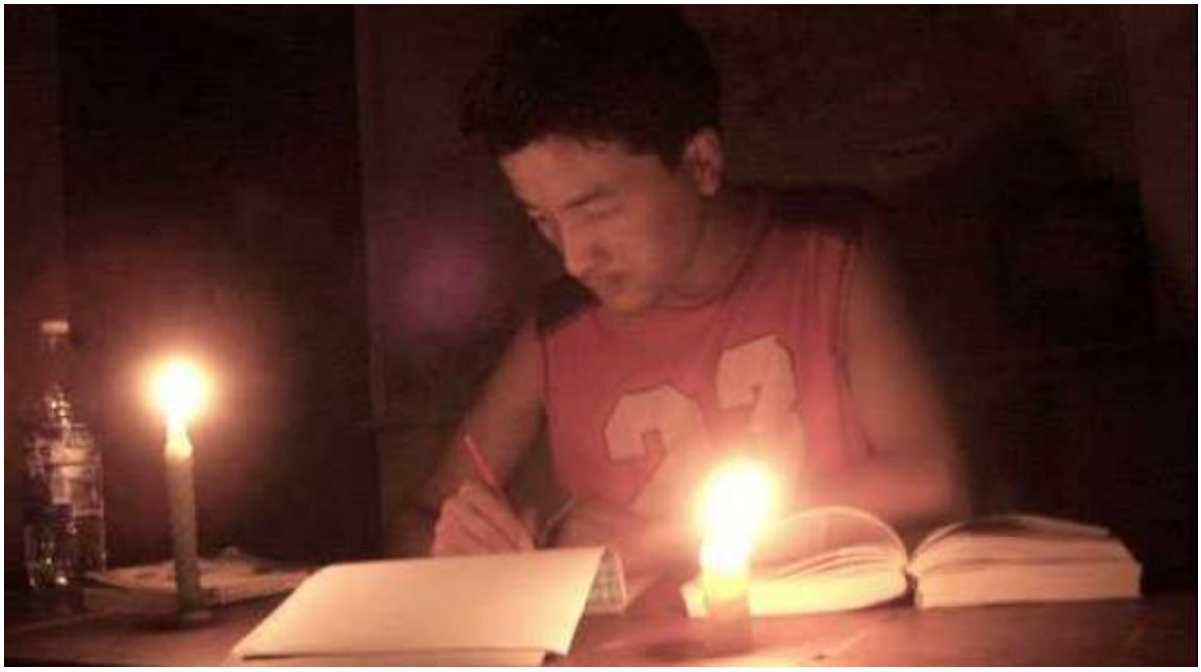
སློབ་ཕྲུག ----------

༥ བསྐུར་སྦྱོང་། ཥ་ད་མེགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། གོང་དུ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཤའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱུན་སྦྱོང་གི་ཤོད་ཚ། དེ་བཞིན་བརྗེ་སྦྱོང་རྣམས་བསྐུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་ བརྗེ་ཕྱིད་དགོས།

༧ ཐུ། ཥ་ཏི་ཁ་ཡུལ། ཉན་ཐོས།
ཕྱིར་གོ། ཐུ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་དེ་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སྨོན་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཆོག ཀ། ཁོང་ཚོས་ག་རे་བཤད་ཀྱིན་འདུག ཁ། ཆོག་ག་ཚོད་ཤེས་སོང། ཕ་བྱའི་སྨོན་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔེག་པའི་དེ་བ་དེས།

༨ བརྒྱད། ཥ་ཏི་ཁ་ཡུལ། བརྒྱད་ཕྱོད་ཅོ་ཕྱོད།
ཕྱིར་གོ། གཤམ་གསལ་བརྒྱད་ཀྱི་ཐོམ་གཞི་ཅོ་ཕྱོད་བྱས་ནས། སྨོན་ཕྱག་ལ་ཐེངས་ཕ་བསྐར་སྨོས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བརྒྱད། བྱ་ཆོག/རྒྱུན་ཆོག+མདོ་ཁ་པོ།
ཆོག་གླུས། སྨོན་ཕྱག་འདི་སྨོན་ཕྱོང་ལ་བརྩོན་འགྲུས་ཆེ་མདོ་ཁ་པོ་ཞིག་འདུག



ཕྱོས་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཆོག་གསར་པ་ཕྱོང་བ་དང་ལྷན་དུ་དེ་དག་བོད་ཕྱོད་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་ཕྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་ཕྱོགས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་ཕྱོ་ལྡན་ཡོང་བ།

༨ མིང་ཚོགས་གོ་རིམ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཅུ་སྒོང་སྒྲོང་བཅུ།
ཕྱིར་སྐོ། གཤགས་ཀྱི་ཆོག་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྒྲོར་བྱས་ནས་བསྡུར་བློས་བྱོས།

༡ མི་དེ་བཙུ་བཀུར་བྱེད་		ཞིག་འདུག གང་བྱུང་མང་བྱུང་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག
བུ་མོ་དེ་ཚུལ་དང་ལྡན་		ཞིག་འདུག ཁོང་མཐོང་བ་དང་མཚོ་སྣུར་སྣུར་བྱས་སོང་།
གནམ་གཤིས་འགྱུར་	མདོག་ཁ་སོ་	རེད། དེང་སང་དབྱར་ཁ་རེད་པ།
བོད་པ་འདིས་ཞབས་འཇེན་ཞུ་		ཞིག་འདུག རྒྱ་པར་དེབ་ཁོ་ན་ཟློག་གི་འདུག
སློབ་ཕྲུག་དེ་བཙོན་འགྲུས་ཆེ་		འདུག བོད་སྐད་ཁྱོན་ནས་རྒྱུག་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག

༢ ང་ཚོ་ཕམ་		རེད། ཁོང་ང་ཚོའི་འགོ་ཁྲིད་རེད་པ།
ལམ་སྟོན་ཁོང་གིས་གནང་		མ་རེད་པས། ཁོང་གང་ལྟར་དགེ་རྒན་ཞིག་རེད་པ།
ཁོང་ཚོས་ཅ་གོ་	མདོག་ཁ་སོ་	རེད། འགྲེལ་བཤད་ཐེངས་མང་པོ་བརྒྱབ་སོང་ང་།
རྒན་ལགས་ཀྱིས་དྲང་པོ་བྱེད་		ཞིག་འདུག ཀ་དུས་ཡིན་ནའང་མཉམ་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག
ཁོང་གཉིས་མཐུན་		ཞིག་འདུག སྟོ་ལོ་གཉིས་ལས་བླུགས་ཐུབ་མ་སོང་།

༧༠ སྒྲོང་བཅུ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཅུ་སྒོང་ལེད་སྒྲོང་གཉིང་ཐུབ་པ།
ཕྱིར་སྐོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཅུ་སྒོང་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཆོག ཏི་ཆོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བཅུར་ཕྱིར་དགོས།

།། **བསྐྱར་སྦྱོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། ས্ব**ངས་ཆེན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིར་སྦྱོ། གོང་དུ་ཁྱོད་ཆེན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱན་སྦྱོད་ཀྱི་རྣད་ཚ། བཙན་སྦྱོད་གསུམ་བསྐྱར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བརན་ཕྱིར་ཐུགས།

།། **བར་སྟོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ།** བཙན་སྦྱོད་སྦྱོང་བརན།
ཕྱིར་སྦྱོ། གཤམ་གསལ་ཚོག་གྲལ་ནང་གི་བར་སྟོང་ཁ་སྐོང་དགོས།

ཟ་མདོག་ཁ་དོ། འཕྲང་མདོག་ཁ་དོ། རྒྱག་མདོག་ཁ་དོ། ཕྱེད་མདོག་ཁ་དོ། འགྲོ་མདོག་ཁ་དོ། གཏོང་མདོག་ཁ་དོ། འགྱུར་མདོག་ཁ་དོ། གང་མདོག་ཁ་དོ། ཉར་མདོག་ཁ་དོ། བཤད་མདོག་ཁ་དོ།

། བཀའ་ཤེས་ཀྱིས་སྐད་ཆ་གསང་བ་_____རེད། ཁོ་མི་བརྟན་པོ་འདུག

།། གནམ་གཤེས་_____འདུག་དེ། ད་མཐོ་གས་པོར་འགྲོ་མ་གཏོགས།

།།། ཁོས་འས་ཀ་སྦུག་ཅག་དེ་འཇ_____མ་རེད། ཁོ་མི་ཡག་པོ་ཡོད་པ།

།།།། ཁོ་གཉིས་རྒྱག་རེས་_____ མ་རེད། ཁོ་གཉིས་ལ་ཆོ་ཁོག་ཡོད་མ་རེད།

།།།།། མི་དེས་མགོ་སྐོར_____འདུག་དེ། གཟབ་གཟབ་བྱས་ན་མ་གཏོགས།

། ཁོས་ཆུ་གང་མོ_____འདུག ཁ་ཞེ་པོ་སྐོམ་གྱི་ཡོད་ས་རེད།

།། ཁོས་ཉར་ཤོད_____ འདུག ས্ব་བ་མ་འགྲོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག

༣ ཁོ་ཁ་ལག་ཞེ་པོ་_____ཞིག་འདུག ཁོང་ཁོག་ལ་ལྷོས་དང་།

๔ ཁོ་ལམ་སང_____མ་རེད། ལྷོད་ལྷོད་བྱས་ནས་བསྡད་འདུག

๕ དེ་རིང་ང་ཚོ_____མ་རེད། གནམ་གཤིས་ཡག་པོ་འདུག་ག

๗๓ སྒྲོང་བརྡར། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། བཙ་སྒྲོང་སྒྲོང་བརྡར།
བྱེད་སྒོ། གོང་གི་ཚོག་གྲངས་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏི་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བརྡར་བྱེད་དགོས།

๗๔ གླེང་མོལ། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
བྱེད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སློབ་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

ས་མས་འཁྲལ་བྱེད་དགོས་ཡ་མི་འདུག

ཕ་མ། རྒན་ལགས། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།

རྒན་ལགས། འོ། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།

ཕ་མ། རྒན་ལགས། ང་ལ་སྐད་ཆ་ཞིག་འདྲེ་ཡ་ཡོད། འགྲིག་གི་རེད་པས།

རྒན་ལགས། ཡ་ཡ། འགྲིག་དང་འགྲིག ཁས་ལེན་དང་།

ཕ་མ། དེང་སང་ངའི་བུ་ཁ་འདྲ་འདུག

རྒན་ལགས། ཁྱེད་རང་གི་བུ་ངའི་འཛིན་གྲྭའི་ནང་ནས་རིག་པ་སྦྱང་ཤོས་དེ་རེད་དེ།

ཕ་མ། ལགས། རྒན་ལགས། སྤྱིར་བཏང་གི་སློབ་སྦྱོང་དང་ཡིག་ཚད་སྐབས་ལ་གཏན་འཇུག

རྒན་ལགས། སྤྱིར་བཏང་ཕར་བལྟས་ནས་ཤེས་ཀྱི་མེད་མདོག་མདོག་འཇོ་ཞིག་བྱས་ནས་བསྡད་ཀྱི་རེད་དེ། ཁོ་དངོས་གནས་རིག་པ་སྣང་པོ་དང། སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཡ་དེ་ཚོ་དགེ་མི་སྲིད་པའི་ཡག་པོ་བྱེད་ཀྱི་རེད། བྱས་ཙང་ཁྱེད་རང་སེམས་འཕྲལ་གནང་དགོས་མ་རེད།

ཕ་མ། ལགས་སོ།། རྒན་ལགས། ཨ་ནི་ངའི་བུའི་སྤྱོད་པ་དང་སློབ་གྲོགས་བར་གྱི་མཐུན་ལམ་དེ་ཚོ་གཏན་འཇུག

རྒན་ལགས། ཁྱེད་རང་གི་བུའི་སྤྱོད་པ་དང་མཐུན་ལམ་དེ་ཚོ་འགྲིགས་འདུག ཡིན་ནའང་མཚམས་མཚམས་ཁོས་རྩེད་མོ་རྩེ་ཁ་བྱས་ནས་གཞན་ལ་བརྟེས་བརྫི་ཡི་འདུག དེ་མིན་སྤྱིར་བཏང་ཕྱུ་གུའི་སྤྱོད་པ་ལ་བཤད་དགོས་ཡ་མི་འདུག

ཕ་མ། ལགས་སོ།། རྒན་ལགས་ཐུགས་ཆེ་གནང། ཨ་ནི། མཚམས་མཚམས་བྱས་ནོར་འཁྲལ་ཆུང་ཙཱཀ་རིགས་ཤོར་ན་ཁྱེད་རང་གིས་སྣང་མེད་མ་བཞག་པར་ཁོང་ལ་བསྟན་བྱ་གང་མང་བསྐྱོན་ནས་ཡིན་གཅིག་གཅུན་རོགས་གནང།

རྒན་ལགས། ཡ་ཡ། ཨ་ནི། གུང་གསེང་ཡོང་དུས་ཁོས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་འདུག་གས།

ཕ་མ། ཀུང་གསེང་སྐབས་ལ་དེབ་ཀློག་ཡ་དང་། དེ་མིན་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་དེ་ཚོ་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་བྱེད་ཐ་བྱེད་ཀྱི་འདུག

ཏཱན་ལགས། ཨ་ནི། སེམས་འཁྲལ་བྱེད་དགོས་ཡ་མི་འདུག ཡིན་ནའང་ཕ་མའི་ངོས་ནས་འཛོད་བསྟེན་ཐད་ལ་ལྟ་རྟོག་མང་ཙམ་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་རེད། ཁོ་རང་ནམ་རྒྱུན་སློབ་སྦྱོང་མ་གཏོགས་གཙང་སྦྲའི་ཐད་ལ་དོ་སྣང་ཁྱོད་ནས་མི་འདུག ཏྲས་ཙང་སློབ་གྲྭགས་ཚོས་ཁོ་ལ་ཏེག་ཙར་ཞེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད།

ཕ་མ། ལགས་སོ།། ཏཱན་ལགས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། སྣང་དག་མི་དགོས།

༧༥ འཕྲོད་སྟོན། ཤད་མེགས་ཡུལ། ཁ་བདེ་བོ།

ཕྱིད་སྒོ། དགེ་སློབ་ལྷན་དུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ཁུལ་གྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༧༦ གོ་སྒེའི་གཏམ་དཔེ། ཤད་མེགས་ཡུལ། ཡུལ་སྲོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱུ།

བརྒྱ་ཐམ་པའི་ཁ་ཁེབས་ཀྱང།། སྟོང་ཐམ་པའི་མིག་མི་ཁེབས།།

བརྗོད་གཞི། ཟ་ཁང་དང་ཁ་ལག

སྐོ་ང་བརྗོས་མ་དེ་དངོས་ནས་ཞིམ་པོ་འདུག

༢ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱད་སྐོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་ཕྱད་དགོས།

སྨོན་ཚན་འདི་དམིགས་ཡུལ།

གླེང་མོལ། སྨོན་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྗེས་གནས་དུས་མི་འདྲ་བར་སྤྱོད་པའི་ཟ་ཁང་དང་ཁ་ལག་སོར་བཤད་ཀན་ཐུབ་དགོས།

བང་སྤྱོད། (བྱ་ཚོག+མ+བྱ་ཚོག) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྤྱོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཏན་གྱིས་སྨོན་མ་ལ་སྒྲ་གཏངས་དང་ཚོག་སྤྱོར། བཟང་ཆ་སོགས་ལ་ངེས་པར་ཏུ་བསྟན་བརྗོད་ཕྱད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཏན་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ཅ་༥ ནི་སྨོན་མའི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོས་གསར་ངོ་སྤྲོད། **ཥ་དམིགས་ཡུལ།** ཆོས་གསར། སྒྲ་གདངས།
ཕྱིར་སྤེལ། གཤམ་གསལ་གྱི་ཆོས་གསར་རྣམས་སྤྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོས་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ཐུ་རེར་རྟོས་བློས་བྱིད་དགོས།

རྗོག་བཅོས།	ཀ་རྗོག་བཅོས་མང་པོ་མ་ཟ་མ་གཏོགས་ན་ཡོང་།
ཁ་ནང་ཚུ་འཁོར།	ཞེམ་མདོག་ཁ་པོ་མཐོང་བ་དང་ཁ་ནང་ཚུ་འཁོར་སོང་།
དང་གཅ	ཟླ་ཚོད་ཟས་ན་ཟས་ཀྱི་དང་གཅ་ཕྱེ་ཡི་རེད།
ཞེ་མེར་ལང་།	ཆོལ་ལུ་མང་དྲགས་ནས་ཞེ་མེར་ལངས་སོང་།
རྒྱས་སྤྲོས།	དུས་ཆེན་ཁཏ་ལ་རྒྱས་སྤྲོས་མང་པོ་བྱེད་པ་ལས་བན་སྤྲོང་ལ་ སྤྱི་པ་གཏང་ན་གཅད་ཡཏ་པོ་འདུག
ཟས་རིགས།	ཐུམ་སྒྲིལ་བྱས་པའི་ཟས་རིགས་ཟ་རྒྱང་མ་བྱེད་ཙ།
འབྲས་བསིལ།	འབྲས་བསིལ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཟས་སྣ་ཞིག་རེད།
ཟས་བཅུད།	རྩམ་པ་ནི་ཟས་བཅུད་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་གླས་ཤིག་རེད།
དཀར་ཟས།	དཀར་ཟས་རྒྱུན་བསྟེན་བྱས་ན་གཟུགས་པོ་ཡང་བ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལུས་ལ་ན་ཚ་ཡང་ཉུང་བ་ཡོད་རེད།
རྟེན་ཟས།	གནས་གཤིས་དྲོ་སར་རྟེན་ཟས་མང་ཙམ་ཟ་ཡི་རེད།

རྒྱུན་སྤྲོད་རྐང་ཚ།	འགོར་བ་ལ། རྣམ་འགྱུར་ཡག་གི་ལ། གོང་ཆེ་བ་ལ། གུ་དོག་པ་ལ།

༢ སྒོར་ཡང་པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཤ་ཁ་ཁ་ཡུལ། ཤེས་རིན་པ་སྤྱོང་བརྡར།
ཕྱིར་སྤོ། གོང་གི་ཚོགས་གས་རུ་མས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྒོར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུན་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཕྲད་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༤ ཚོགས་གྲུབ་གོ་རིམ། ཤ་ཁ་ཁ་ཡུལ། གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ།
ཕྱིར་སྤོ། གཤམ་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཕྱང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དགེ་ཆ་དང་ལྡན། མིང་ཚོགས་གོ་རིམ་འཕྲུགས་པ་རྒྱུས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཙོས་དགོས།

ཟ་ཁང་སྒྲིང་མདོག་ཁ་པོ་ཞིག་འདུག

དོན་གྱུས། ཉེ་འཚར་ང་ཚོའི་ཉེ་འགྲམ་ནས་ཟ་ཁང་གསར་པ་ཞིག་སྦོ་འབྱེད་བྱས་སོང་། ཟ་མ་ཡག་པོ་ཡོད་པས་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ཨ་གསར་གྱིས་རྒྱུན་པས་ཡིན་ནམ། གང་ལྟར་རུ་མཐོན་དེ་ཚོ་ཟ་མ་རིན་མེད་ཡིན་

པ་ལྟ་བུའི་འཚང་ཁ་ཤེ་གཅིག་ཅིག་བྱས་ནས་འགྲོ་ཡི་འདུག ཟ་ཁང་གི་ཕྱི་ནས་བལྟས་ན་ཇི་གོ་ཚེ་ཚེ་ཞིག་དང། དེའི་སྒང་ལ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀར་སྟོང་ས་ཡོད་པ། ཕྱི་ལོག་ནས་ལྟ་དུས་ནང་གི་སྒྲིག་བཀོད་ཚང་མ་བོད་ལུགས་ཡིན་པ་འདྲ་བོ་འདུག བྱས་ཅང་དེ་རིང་དེད་གཉིས་ཟ་ཁང་དེར་གཅིག་ལྟ་བར་འགྲོ་གས།

བཀྲ་ཤིས། ཧོ་རེད་རེད། ཟ་ཁང་དེ་ཞི་བདེའི་ཁ་ཟང་རེད། ང་དེ་ལ་ཐེངས་ཁ་ཤས་ཤིག་ཕྱིན་པ་ཡིན། ནང་གི་ཅ་ལག་དེ་ཚོ་བོད་ནས་ཐད་ཀར་དགོས་འདྲེན་བྱས་པ་རེད་འདུག སྒྲིག་བཀོད་དེ་ཚོར་དང་དོད་ཞེ་གོ་བྱས་ཤག ཟས་རིགས་ཀྱང་དམིགས་གསལ་ཞེ་གོ་ཞིག་འདུག གོང་ཚད་རན་གོ་དང་ཞབས་ཞུ་བའི་རྣམ་འགྱུར་དེ་ཚོ་འདྲ་ས་ཞིག་མི་འདུག

དོན་གྱི། ཡ་ཡ། ད་འགྲེལ་བཤད་མང་གོ་བརྒྱབ་མ་བརྒྱབ་མི་འདུག དེ་ལས་དངོས་སུ་བྱོ་བ་ཞིག་ལྟ་བར་ཁྱེད་དང། སེམས་ཕལ་མ་བྱེད། སྒྲིན་བདག་ང་ཡིན་དེ།

༥ རང་མོས་གླིང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། དགེ་ཁན་ཀྱི་ཏི་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། ཏི་བ་ཏེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདིར་འཇུག་དགོས།

དགེ་རྒན།

དགེ་ཁན། ཟ་ཁང་འདི་ལུང་པ་ཁ་གི་འི་ཟ་ཁང་འདྲ་པོ་འདུག

སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྐྱར་སྦྱོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། གོང་དུ་ཁྲིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱན་སྦྱོང་ཀྱི་སྐད་ཆ། དེ་བཞིན་བཏོ་སྦྱོང་རྣམས་བསྐྱར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བརྟན་ཕྱིད་དགོས།

༢ ཐུན། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།

ཕྱིར་ཕྱོགས། ཐུན་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་དེ་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སྨོན་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཆོག ཀ། ཁོང་ཚོས་ག་རེ་བཤད་ཀྱིན་འདུག ཁ། ཆོག་ག་ཚོད་ཤེས་སོང་། ཕ་བཅའི་སྨོན་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔོག་པའི་དེ་བ་དེས།

༤ བརྗོད་སྟངས། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བརྗོད་ངོ་སྟངས།

ཕྱིར་ཕྱོགས། གཤམ་གསལ་བརྗོད་ཀྱི་སྟངས་གཞི་ངོ་སྟངས་བྱས་ནས། སྨོན་ཕྱག་ལ་ཐེངས་ཕ་བསྐར་རྒྱས་ཕྱིད་འཇུག་དགོས།

བརྗོད་སྟངས། བྱ་ཆེག+མ་+བྱ་ཆེག
ཆེག་གླུས། བུ་མོ་འདིར་བཤད་མ་བཤད་མི་འདུག

སྨོན་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཆེག་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྷན་དུ་དེ་དག་གིས་སྦྱོང་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྒོས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. སོ་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྒྲ་སྐད་ཡོང་བ།

༨ མིང་ཚིག་གོ་རིམ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་སྒྲོང་བཤད།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤགས་ཀྱི་ཚིག་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྒྲོར་བྱས་ནས་བསྒྲར་བློས་ཕྱོས།

༧ འདི་ལ	འགྲོ་མ་འགྲོ་	མི་འདུག མར་ཁྱོད་ནས་མི་འདུག
བོད་ཧ་འདི་	སྒྲད་མ་སྒྲད་	ཡོད་ས་མ་རེད། བརྗེད་གཞི་ཡག་པོ་མི་འདུག
སྨན་ཁང་དེར་	བསྡད་མ་བསྡད་	ཞེ་ཡོད་ན། ཁོ་ལ་རྒྱུ་དག་ཁྱོད་ནས་མི་འདུག
དེབ་འདི་	འཐུང་མ་འཐུང་	ཡོད་མ་རེད། སྨན་པ་ཚང་མ་གསར་པ་རེད།
དོན་གྲུབ་	གློག་མ་གློག་	མི་འདུག ཕྱི་པོ་ཡོད་ས་མ་རེད།

༩ ནང་ལ་	གཏང་མ་གཏང་	ཡིག་ཚད་ལ་བལྟས་ན་ཅ་གོ་ཡི་རེད།
སྟོན་སྒྲོང་	ཉོ་མ་ཉོ་	མི་འདུག རྒྱབ་བཀྲག་སྟོང་པ་མི་འདུག
ཁ་པར་	བཏྲོན་མ་བཏྲོན་	ཡོད་མ་རེད། ཟ་ཡི་ནི་མ་རེད།
ཁ་ལག་	བྱས་མ་བྱས་	ཡོད་མ་རེད། མོས་ལེན་གྱི་མ་རེད།
བསླབ་བྱ་	འཛིན་མ་འཛིན་	མི་འདུག ཕན་ཐོགས་ཁྱོད་ནས་མི་འདུག

༡༠ སྒྲོང་བཤད། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་བེད་སྒྲོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཤད་སྒྲོད་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏི་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

༡༡ བསྒྲར་སྒྲོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། སྒྲངས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་ཁྱོད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱན་སྒྲོད་ཀྱི་སྐད་ཆ། བཤད་སྒྲོད་གསུམ་བསྒྲར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

༧༢ བར་སྟོང་། ཤ་ཅི་ཞགས་ཡུལ། བཏ་སྟོད་སྟོང་བཏབ།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་ཚོགས་གྲུབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

སྟོབ་ཚན། བེད་སྤྱོད། ཁ་ལག ཟས་མ་ཟས། ནང་ལ། འཐུང་མ་འཐུང་།
མི་འདུག ཐོ་བརྒྱ། གོང་ཆེན་པོ། སྤྱིན་བདག

༧ ཟ་ཁང་ནང་ _____ཟས་མ་ཟས་མི་འདུག གོང་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་རེད་ཀག

༢ ཚོང་ཁང་ལ་ཕྱིན་མ་ཕྱིན་ཡོད་མ་རེད། ཚང་མ་_____ཚར་རེད།

༣ མོག་མོག_____མི་འདུག དེ་ལས་ཐུག་པ་ཞིག་སྟོང་དང་།

๔ ཟ་ཁང་དེའི་ནང་འགྲོ་མ་འགྲོ་ཡོད་མ་རེད། ཁ་ལག་ས་_____ཞེ་པོ་རེད།

๕ བོད་ཇ་ལ་ཚྭ་མེད་ན་_____ཡོད་མ་རེད།

༧ ཐ་མག་དེ་ཞིམ་པོ་མི་འདུག འཐེན་མ་འཐེན་_____

༢ ཞབས་ཞུ་དེ་ལ་ལབ་མ་ལབ་ཡོད་མ་རེད། _____ལ་ལབ་ཀོག

༣ ང་ཚོ་ཕྱིན་མ་ཕྱིན་ཡོད་མ་རེད། ཁོང་_____བསྡད་ཡོད་མ་རེད།

๔ མི་འདི་ལ་_____ཁྱིད་མ་ཁྱིད་མི་འདུག ཁྱོན་ནས་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག

๕ དགྱེན་རྒྱ་སྒྲང་མ་སྒྲང་ཡོད་མ་རེད། _____གཏོང་ས་ཡོད་མ་རེད།

༢༣ སྒྲོང་བརྡར། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བརྡ་སྒྲོད་སྒྲོང་བརྡར།
ཕྱིད་ཕྱོ། ཁོང་གི་ཚོགས་གྲྭབ་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོགས། དེ་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བརྡར་བྱེད་དགོས།

༢༤ གླེང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤན་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སྟོན་གཞི་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

བོད་བ་དང་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་འཕྲ་ས་ཞིག་མི་འདུག

ཀུན་གསལ། སྐུ་ངོ་ལགས། དེ་རིང་གསོལ་ཚོགས་གང་འཕྲ་བྱུང་སོང་།

འོད་ཟེར། ཡག་པོ་ཞེ་དག་འདུག བོད་བ་དང་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་འཕྲ་ས་ཞིག་མི་འདུག བསྟད་ས་ཁུ་སིམ་པོ་དང་ཁོད་ཡངས་པོ་འདི་འཕྲ་ཡོད་ཀྱི་རེད་བསམས་མ་སོང་། རྟེས་མ་ནས་སྟོ་སྟིད་སྐབས་ལ་ང་ཚོ་འདི་ལ་ཡོང་རྒྱང་ཡིན་དེ། མི་འཚང་ཁ་ཡོད་ས་དང་ཟ་ཁང་གྱི་དག་པོ་དེ་འཕྲར་ཕྱིན་བྱས་འགྲོ་སོང་བཏང་མ་བཏང་མི་འདུག

ཀུན་གསལ། ཁྱེད་རང་གི་གསུང་སྟངས་ལ་བལྟས་ན་དེ་རིང་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་འདོད་པ་ཁེངས་ཡོད་པ་འཕྲ། བྱས་ན་མ་འོངས་པའི་དུས་ཆེན་ཁག་ལ་ང་ཚོ་འདིར་འཛོམས་ཡ་ཡིན་དེ། སྐུ་ངོ་ལགས་ཀྱིས་ཞེ་བདེ་ཟ་ཁང་གི་ཟ་མ་དང་མཐུན་རྒྱན་ཚང་མ་ཡག་པོ་འདུག་གསུངས་སོང་ཟེར་

ནས་ངས་གྲོགས་པོ་ཚང་མ་ལ་བཤད་ཡ་ཡིན།

ཕོད་ཟེར། རེད་རེད། དེ་མ་འགྲིག་པ་མི་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔོའི་འཕྲུངས་སྒང་དུས་ཆེན་སྒབས་ལ་ང་ཚོ་ཚང་མ་འདིར་འཛོམས་ཡ་བྱས། འགྲོ་སོང་ཚང་མ་ངས་གཏང་གི་ཡིན་ཟེར་བྱས་མཉམ་དུ་ལབ་ཥོག་ཨ།

ཀུན་གསལ། ལགས་སོ།། སྐུ་ངོ་ལགས། གཞན་པ་རྩེད་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་སྒོ་ག་རེ་བརྩམ་དགོས་ནའང་། སྐུ་ངོ་ལགས་ཀྱིས་ང་ལ་གསུང་རྒྱང་གནང་རོགས།

ཕོད་ཟེར། ཡ་ཡ། ཀུན་གསལ་ལ་ལགས། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ཨ་ནི་ང་ཚོ་འཕྲུངས་སྒང་དུས་ཆེན་ལ་འཛོམས་ཡོང་།

ཀུན་གསལ། ལགས་སོ།། བྱས་ན་གལ་ལེར་ཝེབས།

༧༥ འཕྲོད་སྟོན། *ཇོ་མོགས་ཡུལ།* ཁ་བདེ་སོ།
བྱེད་སོ། དགེ་སློབ་ལྷན་དུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ཁྲལ་ཀྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༧༤ གོ་སྒའི་གཏམ་དཔེ། *ཇོ་མོགས་ཡུལ།* ཡུལ་སྲོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།

ཆོས་གྲོད་པར་བཀལ།། གྲོད་པས་ཆུ་གླིང།།

བརྗོད་གཞི།
ཟ་ཁང་དང་ཁ་ལག

ཟ་ཁང་དེ་རྒྱུང་པ་མ་རེད་པས།

༢ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

གླེང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྗེས་ཟ་ཁང་དང་ཁ་ལག་ཡག་ཐུག་སྐོར་བཤད་ཉན་ཐུབ་དགོས།

བང་སྤྱོད། བང་སྤྱོད(ཆ་ཚོག + ཀྱོག) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྤྱོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཏན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྒྲ་གཏངས་དང་ཚོག་སྤྱོར། བཟང་ཚ་སོགས་ལ་ངེས་པར་ཏུ་བསྟན་བརྗོད་བྱེད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཏན་གྱི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ཅ་༥ ནི་སློབ་མའི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོས་གསར་བོ་སྦྱོང། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཆོས་གསར། སྒྲ་གདངས།
ཕྱིར་སྦྱོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཆོས་གསར་རྣམས་སྦྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོས་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ལྟ་རེར་རྟོས་བློས་ཕྱིད་དགོས།

ཁམས་དྲངས་པོ།	ཟ་ཁང་གི་ཁྱིམས་རང་བསྟད་ན་ཁམས་དྲངས་པོ་ཡོད་ས་རེད།
རྒྱ་ཆེན་པོ།	ཟ་ཁང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་ནའང་སྒྲུ་མཐོན་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག
སྣ་འཛོམས་པོ།	ཟས་སྣ་འཛོམས་པོ་ཡོད་པའི་ཟ་ཁང་གི་ཞབས་ཞུ་བ་དེ་ཡག་པོ་འདུག
བག་ཚ་མར་ཁུ།	བག་ཚ་མར་ཁུ་ནི་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཟས་རིགས་ཤིག་རེད།
བཏུང་བྱ།	བཏུང་བྱ་དེའི་དུས་ཚོད་ཡོལ་ཡོད་མེད་ལ་ཡག་པོ་བལྟ་དགོས་རེད།
རྣམ་འགྱུར།	སྒྲུ་མཐོན་མང་ཆे་བས་ཟ་མ་ལས་ཞབས་ཞུ་མའི་རྣམ་འགྱུར་ལ་དོ་སྣང་མང་བ་བྱེད་ཀྱི་འདུག
ཟས་དུག	མ་བརྟག་ཟ་རྒྱང་བྱས་ན་ཟས་དུག་པོག་གི་རེད་དེ།
ཟས་ལྟག	ཟས་ལྟག་དང་འཐུང་ལྟག་རྒྱང་རྒྱང་སྟོད་ཀྱི་འདུག
འཇུ།	དགོང་ཟས་མང་དགས་ན་འཇུ་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད།
སྐད་ཅོར།	སྐད་ཅོར་ཚ་དགས་ནས་ཕན་ཚུན་གྱི་སྐད་ཆ་གོ་ཡི་མི་འདུག

རྒྱུན་སྨོན་རྣམ་ཆ། རྣམ་ཅོར་ཚ་བ་ལ། རྒྱ་ཟས་ལེའུ་བཅོ་བརྒྱད། ལག་པ་དམ་པ་ལ།

༡ སྣར་ཡང་པར་རིས་ངོ་སྨྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཤེས་ཟིན་པ་སྨྲོང་བརྡར།
ཕྱིར་སྦྱོ། གོང་གི་ཚོགས་གསར་རྣམས་བེད་སྨྲོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྣར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུན་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཕྲོད་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༢ ཚོགས་གྲུབ་གོ་རིམ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། གོ་རྒྱུགས་ནུས་རྩལ།
ཕྱིར་སྦྱོ། གཤམ་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཕྱང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཆ་དང་ཕན། མིང་ཚོགས་གོ་རིམ་འཕྲུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

ཡོན་ཏན་ཟ་ཁང་དུ་ཕྱུགས་སྨོ་གཏོང་རྣབས་འདོད་བློ་མ་ཁེངས་པ།

མདང་དགོང་ཡོན་ཏན་ཟ་ཁང་དུ་སྐྱེས་རྣར་གཏོང་རྣབས་སྨྲིན་པ་དང་སྟེ་ལེན་པའི་བར་ཁ་རྩོད་ཏོག་ཅམ་ཤོར་སོང་། དེའི་སྐོར་ཁྱེད་རང་གིས་ཏ་གོ་སོང་ངས། མ་གཞི་ནས་ཡོན་ཏན་ཟ་ཁང་ལ་ཕྱུགས་སྨོད་གཏོང་ཡ་དང་ཁ་ལག་ཟ་ཡ་ཡོད་ས་མ་རེད། དེའི་ནང་གི་མ་

བྱན་དང་ཞབས་ཞུ་བ་ཚོ་གཙང་སྦྲའི་ཐོག་ལ་དེ་ཅམ་དོ་སྣང་དང་འགན་ཁུར་མེད་པའི་སྣང་ལ་ཁོང་ཚོའི་རྣམ་འགྱུར་ཀྱང་ཡག་པོ་མི་འདུག ཆུ་མཚན་དེའི་རྒྱུན་པས་འདང་དགོང་ཐུགས་སྟོའི་སྐབས་སུ་སྟྲིན་པ་དང་སྟེ་ལེན་པའི་བར་གནས་ཚུལ་དེ་ལྟུགས་པ་རེད། སྟྲིར་བཏང་ཟ་ཁང་ཚད་ལྟན་ཞིག་གི་འགྲོ་བཏང་ལྟར་བྱས་ན་ཡོན་ཏན་ཟ་ཁང་གི་གནས་སྟངས་ཏ་ཅང་ཞན་པོ་འདུག ང་ལ་དེའི་སྐོར་གང་ལ་གང་འཚམས་རྒྱས་མངའ་ཡོད། སྟྲིར་སྟངས་ཡོན་ཏན་ཟ་ཁང་གི་སྟྲིན་བདག་དེ་མི་ཏ་ལས་པའི་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཁོ་རང་ས་ཆ་འདིར་བསྡད་མེད་དུས་སྟངས་འཛིན་བྱེད་ཡ་དེ་ཚོ་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་ཡི་འདུག མདང་དགོང་ང་ཚོས་དེའི་སྐོར་གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཏ་ཀོ་སོང་ང། ད་ཡིན་ན་ཡང་རྒྱུན་མི་འདུག ང་ཚོ་ཚང་མས་བཟོད་པ་བསྐོམས་པ་དེ་ཡག་པོ་བྱེད་ཤོག ད་དེ་ཚར་བ་རེད། ཡོན་ཏན་ཁོ་རང་ངའི་གྲོགས་པོ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྟྲན་མཆེད་ཆན་པ་རེད། བྱས་ཙང་ངས་བཀྲ་ཤིས་བརྒྱད་ནས་ཟ་ཁང་གི་གནས་སྟངས་ཡག་པོ་ཆགས་ཀྱི་མེད་པའི་སྐོར་ཁོང་ལ་མ་བཤད་ན་འགྲིག་ས་མ་རེད།

༥ རང་མོས་གླེང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། དགེ་ཁན་གྱི་དེ་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། དེ་བ་དེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདེར་འཇུག་དགོས།

དགེར་ན།

དགེ་ཁན། ཁ་ལག་ཞིམ་པོ་བྱུང་ཡོད་ས་མ་རེད།

སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྐུར་སྟོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། གོང་དུ་ཁྱེད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱན་སྟོང་ཀྱི་ཤད་ཆ། དེ་བཞིན་བརྗེ་སྟོད་རྣམས་བསྐུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྟོང་བརྗར་ཕྱིད་དགོས།

༢ ཐུ། ཏཱ་མིགས་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕོ། ཐུ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་དེ་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སྨོན་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཆོག ༧། ཁོང་ཚོས་གཅེ་བར་ཀྱིན་འདུག ༨། ཆོག་གཅོད་ཤེས་སོང། ལྷ་བུའི་སྨོན་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔེག་པའི་དེ་བ་དེས།

༤ བརྡ་སྦྱོང། ཏཱ་མིགས་ཡུལ། བརྡ་སྦྱོང་ངོ་སྦྱོང།
ཕྱིད་ཕོ། གཤམ་གསལ་བརྡ་སྦྱོང་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་ངོ་སྦྱོང་བྱས་ནས། སྨོན་ཕྱུག་ལ་ཐེངས་ཕ་བསྐྱར་སྨོས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བརྡ་སྦྱོང། བྱ་ཆོག+ཀྱོག
ཆོག་གླུབ། ཀུ་ཤུ་སོ་བརྒྱབ་ཀྱོག་དེ་ང་ལ་མི་དགོས།

སྨོན་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཆོག་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྷན་ཏུ་དེ་དག་བོད་སྦྱོང་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་རྐང་ཆ་བཤད་པའི་སྦོབས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. སོ་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་རྐང་ལ་སྦྱོ་ལྡང་ཡོང་བ།

༨ མིང་ཚིག་གོ་རིམ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་སྒྲོང་བཤད།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤགས་ཀྱི་ཚིག་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྒྲོར་བྱས་ནས་བསྒྲར་བློས་བྱོས།

༧ ཀུ་ཤུ	ཉོས་ཀྱིག	ནང་ལ་ཌ་ཐྲུག་ན་ཡག་པོ་ཡོད་མ་རེད།
ཨ་རག	འཐུང་ཀྱིག	གཅིག་གིས་ཚང་མ་འཛོ་བཟློག་བཏང་སོང།
ཕོར་པ	བཙོལ་ཀྱིག	ཚང་མ་ཆེ་དགས་ཤག
སྟོད་ཆས	རྩལ་ཀྱིག	ཚང་མ་སྐྱུགས་སོང།
དཀར་སྟོག	ཆག་ཀྱིག	ནང་ལ་ཆུ་ཚགས་ཀྱི་མ་རེད།

༩ ཚང་གིས	སྐྱངས་ཀྱིག	དེ་ཚོ་སྐྱག་དགོས་རེད།
དབྱིན་ཇི	བཟེ་ཀྱིག	ཟོས་ན་ལུས་ལ་ཕན་གྱི་རེད།
ཤིང་ཏོག	གཡུགས་ཀྱིག	བདག་པོར་སྟོད་དགོས་རེད།
གང་སྟེགས	ཆེད་ཀྱིག	ལ་ཁ་ཡ་མ་བྱེད།
དཏལ་ཁུག	སྟེན་ཀྱིག	ཚང་མ་ཟད་དེ་བཟེད་ཤག

༧༠ སྒྲོང་བཤད། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་བེད་སྒྲོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཤད་སྒྲོད་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏི་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

༢༢ བསྒྲུར་སྦྱོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། སྒྲུབ་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིད་ཕོ། གོང་དུ་ཁྱིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱུན་སྦྱོང་ཀྱི་རྣད་ཚ། བཙན་སྦྱོང་གསུམ་བསྒྲུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བཙར་ཕྱིད་དགོས།

༢༣ བར་སྟོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཙན་སྦྱོང་སྦྱོང་བཙར།
ཕྱིད་ཕོ། གཤམ་གསལ་ཚོག་གྲྭབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

འཚོག་ཀྱི་ རྩལ་ཀྱི་ ཚན་ཀྱི་ བསྟལ་ཀྱི་ འཕྲུས་ཀྱི་ མངགས་ཀྱི་ སློག་ཀྱི་ བརྗོས་ཀྱི་ ཐུགས་ཀྱི་ མེད་ཀྱི་

༡ ཟ་ཁང་གཙང་མ་ _____དེ་འདྲ་ལ་མ་འགྲོ་མ་གཏོགས་ན་ཡོང་།
༢ སྟེར་མ་འདི་བརྟེ་པོ་རྒྱུག་རོགས། འདི་_____ རེད་ཀག
༣ ཁ་ལག་འདི་ང་ཚོས་མངགས་མེད། ཁོང་ཚོས་_____ཡིན་ས་རེད།
། སྐུ་མཁྱེན། ང་ལ་ལིམ་ཌ་སྒྲང་ཆེ་ཉུང་ཉུང་_____ཅིག་སྦྱོང་དང་།
། ང་ལ་མོག་མོག་སྟེར་མ་གཅིག་དང་གང་ཚལ་_____ ཅིག་སྦྱོང་དང་།

༡ ཞོར་པ་འདི་གཙང་མ་མི་འདུག ང་ལ་ཞོར་པ་_____ཅིག་སྦྱོང་དང་།
༢ ཁྱེད་རང་གིས་དཏུལ་_____འདི་རལ་ཀག བརྟེ་པོ་རྒྱུག་རོགས་གནང་།
༣ དགོངས་དག ཚལ་འདི་ང་ཚོས་ཟ་ཐུབ་ས་མ་རེད། _____ རེད་ཀག

๔ ང་ལར་ཁ་_____ སྟེར་མ་གཅིག་དང་བག་ལེན་གཉིས་སྤྲོད་དང་།
๕ མོག་མོག་འདིའི་ཁ་_____ཡིན་ས་རེད་དེ། ཏེ་མ་དགེ་ཁ་ཡི་འདུག

༧ སྤྲོང་བརྡར། ཥདམིགས་ཡུལ། བརྡ་སྤྲོད་སྤྲོང་བརྡར།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་གི་ཚོག་གྲལ་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། ཏུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏེ་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྤྲོང་བརྡར་ཕྱིད་ དགོས།

༧༠ གླེང་མོལ། ཥདམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སློབ་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

སྐུ་མཛོད་གྱི་ནོར་འཕྲུལ་ཡིན་པའི་བཟོ་འདྲ་གོ་འདུག

པ་སངས། ཐུབ་བསྟན་ལགས། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། དེང་སང་གནས་ཚུལ་གསར་པ་འདྲ་འདུག་གས།

ཐུབ་བསྟན། གནས་ཚུལ་གསར་པ་ཟེར་ན། ཁ་སང་དགོང་མོར་དང་རྒྱས་གླིང་ཟ་ཁང་དུ་གནས་ཚུལ་ཆེན་གོ་ཞིག་ལྟགས་འདུག

པ་སངས། ཨ་ལེ། ཁྱེད་རང་ཟ་ཁང་དེར་ཁ་ལག་ཟ་གར་ཕྱིན་ཡིན་པས།

ཐུབ་བསྟན། ཁ་ལག་ཟ་གར་ཕྱིན་མེད། ང་ལས་ཀ་ནས་ལོག་ཡོང་དུས་སྐད་ཅོར་ཆེན་གོ་ཞིག་གོ་བྱུང་། མ་ཟད་དང་དུང་ཉེན་རྟོག་པ་སླེབས་

ནས་ལམ་སང་ཟ་ཁང་སྟོ་བརྒྱབ་བཅུག་སོང་།

པ་སངས། ཨ་ལེ། ཡག་ཉེས་གา་རེ་བྱུང་ཡིན་ན།

ཐུབ་བསྟན། ང་ལ་གསལ་བོ་གསལ་རྒྱང་ཞིག་ཤོད་རྒྱ་མེད། ཡིན་ནའང་མི་ཚོས་བཤད་སྟངས་བྱས་ན། སྐུ་མཛོན་དང་ཞབས་ཞུ་བ་གཉིས་ཀྱིས་བར་ལ་ལག་འཛིངས་ཤོར་བ་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག མ་ཟད་སྐུ་མཛོན་གཅིག་གིས་ཞབས་ཞུ་བ་གཅིག་གི་མགོ་ལས་ཤེལ་དམ་གཞུས་ནས་ཁྲག་ཞེ་བོ་ཐོན་བྱས། ང་ལྟ་སྨྱང་སྒྲོབ་སློན་ཁང་ལ་སྨྱང་སྒྲོབ་བྱེད་བཞིན་པའི་སྒང་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག

པ་སངས། ཆག་སྟོ་རང་རེད། འཁྲུག་རྩོད་ཤོར་དོན་གང་ཡིན་ན། ཁྱེད་རང་གིས་ཅ་གོ་སོང་ངས།

ཐུབ་བསྟན། གོ་ཐོས་བྱས་པ་ཡིན་ན། སྐུ་མཛོན་གྱི་ནོར་འཁྲུལ་ཡིན་པའི་བཟོ་འདྲ་བོ་འདུག རྒྱག་པར་ཡོང་ནས་ཁོས་ཞབས་ཞུ་མ་ལ་བརྟེས་བརྡོ་ཡི་ཡོད་པ་འདྲ། མ་ཟད་ཞབས་ཞུ་མའི་དགའ་རོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཟ་ཁང་དེར་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཙང་། ཁོས་མཐོང་ནས་རྟོག་ཏ་ལངས་ཡིན་ས་རེད། ང་ཉིན་རྟོག་པས་བརྒྱ་དགུད་བྱེད་བཞིན་པའི་སྒང་རེད་ཤག

བ་སངས། ཨ་ལེ་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་འདྲ། དགོངས་དག ཐུང་ས্ལན་པོ་དེ་འདྲ་ཉན་ཡོང་བྱུང་མ་སོང་། ཡང་འགྲོ་རན་སོང་། རྟེས་ལ་མཇལ་ཡོང་།

༧༥ འཕྲིན་ལྷོན། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཁ་བདེ་པོ།
ཕྱིར་སྐྱེ། དགེ་སློབ་ལྷན་དུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ཁུལ་གྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༧༨ གོ་ས্ལའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཡུལ་སྲོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།

མི་ངོར་ཤེག་འགྲོ་བར་ཤེས།། རང་ངོར་གཡག་འགྲོ་བ་མི་ཤེས།།

བརྗོད་གཞི། སྒྲུས་གཏོགས་དང་བཟང་ངན།

ཕྱིད་ཚོའི་དུས་རབས་འདི་གཅེ་ཡིན་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད།

༡ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ཏམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱིད་སྐོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་སྒེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

སྒེང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྩེས་མི་རབས་གསར་ཏེར་གི་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བའི་སྐོར་ལ་སྒེང་མོལ་བྱེད་ཐུབ་དགོས།

བདེ་སྤྲོད། བྱ་ཚོག+ཁུལ་) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྤྱོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཆན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྒྲ་གཏངས་དང་ཚོག་སྤྱོར། བཟང་ཚ་སོགས་ལ་ངེས་པར་ཏུ་བསྟན་བཙོད་བྱེད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཆན་གྱི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ཅ་༥ ནི་སློབ་མའི་སྐད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

འ ཚིག་གསར་ངོ་སྒྲོད། **ཥ་དམིགས་ཡུལ།** ཚིག་གསར། སྒྲ་གདངས།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཚིག་གསར་རྣམས་སྒྲོར་གློག་བྱས་ནས། ཚིག་གྲྭ་རེ་རེ་ཕེངས་ཐུ་རེར་རྟེས་བློས་བྱེད་དགོས།

གྱས་ཞབས།	དེང་སང་གི་མིས་གཞན་ལ་གྱས་ཞབས་དེ་ཅམ་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག
མ་རབས་ཐར་ཤལ།	མ་རབས་ཐར་ཤལ་གྱི་ལས་ཀ་བྱེད་ན་སྟེ་ཚོགས་ནང་ཚུད་ཀྱི་མ་རེད།
ཏྲས་གཏོགས།	ཏྲས་གཏོགས་ཁོ་ན་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དེའི་རིགས་ཀྱིས་སོ་སོ་འགྲིག་གི་ཡོད་མེད་སྐོར་ལ་བསམ་བློ་གཏང་གི་མ་རེད།
ཡར་ཐོན།	ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་གི་མི་ལ་ནང་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དེ་གཞན་པ་ལས་མང་བ་འདུག་ཟེར་གྱི་འདུག
ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན།	མི་ལ་དགོས་མཁོ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་རེད།
སྟངས་འཛིན།	སོ་སོའི་མཚོ་ཐོག་ཏུ་སྤུག་བསྡལ་འདྲ་མིན་སྣེ་བས་དུས་རང་སེམས་ལ་སྟངས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་དགོས་རེད།
ཞབས་འཇུག	ནང་ཚོས་ཏོག་ཅམ་ཤེས་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་མཚོ་སྐོར་བཏང་ན་ཞབས་འཇུག་རེད་དེ།

རང་སྟང་གང་དག།	ཚོགས་པའི་ནང་སྟོད་དུས་རང་སྟང་གང་དག་རྒྱ་ཆ་བ་ནས་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་མ་རེད།
ལ་རྒྱ།	ལ་རྒྱ་མེད་པའི་མི་དེ་དུད་འགྲོ་དང་གཅིག་པ་རེད།
བཙུན་དུང་།	བཙུན་དུང་ལ་ལྷད་མེད་ན་དེའི་རིན་ཐང་ཡང་གཞལ་དུ་མེད།
འཇོན་ཐང་།	ཨ་མའི་བུ་ལ་འཇོན་ཐང་ཡོད་ན་དགའ་ལྷན་ཁྲི་ལ་བདག་པོ་མེད།

རྒྱུན་སྟོང་སྐད་ཆ། ཨ་གས་ར་ཚ་པོ། འགྲོ་ཆོག་ཆོག་དང་སྟོད་ཆོག་ཆོག་ལྟོ་ཐུང་ཐུང་།	

༡ སྨར་ཡང་པར་རིས་ངོ་སྟོད། ཥདམིགས་ཡུལ། རིས་ཟིན་པ་སྟོང་བརྡར།
ཕྱིད་ས། གོང་གི་ཚོག་གསར་རྣམས་བེད་སྟོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྨར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཕྲོད་ནས་གྲོང་ཚོལ་བྱེད་དགོས།

ཇ་ཚོག་གྲུབ་གོ་རིམ། ཥ་ངམིགས་ཡུལ། གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ།

ཕྱིད་ཕྱོ། གཤན་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཐུང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཆ་དང་ཕྱད། མིང་ཚོག་གོ་རིམ་འཁྱུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

སྤྱི་ར་ཕ་མ་ནི་སྲུ་འདྲ་ཞིག་ལ་འཚོན་ནའང་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། ཐོག་མར་དྲིན་ཆེན་ཨ་མར་མངལ་འཁོར་བ་ནས་བཟུང་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་འཁུར་བྱེད་ས་ནི་སོ་སོའི་ཕྱུ་གུ་ཡག་པོ་སྐྱེ་ཕྱུབ་པ་དང། དེའི་ཆེད་དུ་བཀའ་དལ་གང་ཞིག་འཕྲད་ནའང་དེ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་གདོང་ལེན་བྱེད་པ་ཡིན། བར་དུ་བཅས་པ་ནས་བཟུང་ཕྱུ་གུས་སྐེ་འཕྱོགས་མིན་དང།

ལང་ཐུབ་མིན། གོ་གཅ་ཐུབ་མིན། གོ་མས་པ་སྟོ་ཐུབ་མིན། ཐ་ན་བཀྲེས་སྐོམ་ཚུན་ཆད་ལའང་སེམས་འཁྱར་བྱེད་ཅིང་། འགྲོ་ཐུབ་པ་ནས་གོན་པ་དང་རྩེད་ཆས་རིགས་ཐུ་གུ་ལ་གང་འཚམས་པ་དང་། གང་དགའ་བའི་རིགས་ཡོད་དོ་ཅོག་ཕངས་མེད་དུ་ཉོ་བར་བྱེད། མཐའ་མར་བུ་ཐུགས་གི་མི་ཚེའི་འདུན་ལམ་ལ་སེམས་འཁྱར་ཚད་མེད་གནང་བཞིན་སྟོན་འགྲོའི་སྨོན་གྲ་ནས་སྨོན་གྲ་ཆེན་མོའི་བར་གྱི་སྨོན་གྲའི་བརྒྱུད་རིམ་ཡོད་དོ་ཅོག་ལ་འགན་འཁྱར་དང་དུ་ཟླར་ནས་སེམས་ཚེགས་ཚད་མེད་བྱེད། འོན་ཀྱང་བུ་ཐུགས་ལ་ལས་ཕ་མའི་བཀའ་དྲིན་ལ་བསམ་ཤེས་མེད་པར་དྲིན་ལན་ལོག་འཛལ་མཁན་བྱེད་མཁན་ཀྱང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་དེང་སང་གི་དུས་འདིར་རིགས་གཞུང་འཛིན་གྱི་ཤན་ཞུགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཕ་མ་དང་བུ་ཐུགས་བར་གྱི་བརྩེ་དུང་གི་རིན་ཐང་བརླགས་པ་སོགས་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་གནས་ཚུལ་འཛིན་འབྱུང་གི་ཡོད།

༥ རང་མོས་སྒྲོང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། དགེ་ཁན་ཀྱི་དེ་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། དེ་བ་དེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདིར་འཇུག་དགོས།

དགེ་ཁན།
དགེ་ཁན། པ་མ་དང་ཕྱུ་གའི་མི་ཐོག་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་གཅེ་འདུག
སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྐྱར་སྦྱོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། གོང་དུ་ཁྱིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱུན་སྦྱོང་ཀྱི་སྐད་ཆ། དེ་བཞིན་བརྗེ་སྦྱོང་རྣམས་བསྐྱར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བརྗེ་བར་ཕྱིད་དགོས།

༧ ལྷག ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། ལྷ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་བྱས་པ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སློབ་མས་དོན་དག་རོབ་ཅམ་ཤེས་ན་ཚོག ༧། ཁོང་ཚོས་གཅེ་འབཤད་ཀྱིན་འདུག ༢། ཚོག་གི་ཚོད་ཤེས་སོང་། ལྷ་བྱའི་སློབ་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔོག་པའི་དེ་བ་དེས།

༤ བཏང་སྙོམ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྙོམ་བོ་སྙོམ།

ཕྱིར་སྤེལ། གཤམ་གསལ་བཏང་སྙོམ་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་བོ་སྙོམ་བྱས་ནས། སློབ་ཕྲུག་ལ་ཐེངས་ཆ་བསྐྱར་བློས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བཏང་སྙོམ། བྱ་ཚོག+ཁྱུལ།

ཚོག་གྲྭ། མི་སྨྱོན་པ་འདིས་གནམ་གྲུ་ནང་བཞིན་འཕྱར་ཁྱུལ་བྱེད་ཀྱི་འདུག

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མེང་ཚོག་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྡན་དུ་དེ་དག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ།
2. བླེང་མོལ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྒོམས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྒྲ་སྒྱང་ཡོང་བ།

༤ མིང་ཚིག་གོ་རིམ། ཤད་མིག་ཡུལ། བཏུ་སྦྱོང་སྒྲོང་བཏུབ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤགས་ཀྱི་ཚིག་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྒྲོར་བྱས་ནས་བསྒྲུར་བློས་བྱོས།

༡ ཅིས་རྒྱུག་ཤུལ་བྱས་ནས་	གཡོལ་ཏེ་ཕྱིན་སོང་།
ཁ་བར་གཏོང་ཤུལ་བྱས་ནས་	དགོངས་པ་ཞུས་སོང་།
ནང་ཚོ་དགས་ཤུལ་བྱས་ནས་	སྐད་ཆ་བཤད་སོང་།
དགེ་ཆན་ཡིན་ཤུལ་བྱས་ནས་	མགོ་སྐོར་བཏང་སོང་།
ནང་པ་ཡིན་ཤུལ་བྱས་ནས་	སྨན་ཟ་ཡི་མི་འདུག

༢ དངུལ་མེད་ཤུལ་བྱས་ནས་	ཧགས་པས་བསད་པ་རེད།
ཅ་ལག་ཁྱེ་ཤུལ་བྱས་ནས་	གཉིད་ཤུག་འདུག
སྐད་ཆ་བཤད་ཤུལ་བྱས་ནས་	ཀུ་མ་བརྒྱབ་སོང་།
དེབ་ཀློག་ཤུལ་བྱས་ནས་	སློང་མོ་རྒྱུག་གི་འདུག
ཕྱུག་པོ་ཡིན་ཤུལ་བྱས་ཅང་	ལམ་ཁ་བཀག་སོང་།

༧ སྒྲོང་བཏུ། ཤད་མིག་ཡུལ། བཏུ་སྦྱོང་བེད་སྒྲོང་གཏོང་ཕྱབ་པ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་སྦྱངས་ཟིན་པའི་བཏུ་སྦྱོང་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏེ་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བཏང་བྱེད་དགོས།

༡༡ བསྒྲུར་སྦྱོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། སྦྱངས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིར་སྦྱོ། གོང་དུ་ཁྱོད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱུན་སྦྱོང་ཀྱི་རྣམ་ཅ། བཙན་སྦྱོང་གསུམ་བསྒྲུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བཙར་ཕྱིར་ དགོས།

༡༢ བར་སྟོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཙན་སྦྱོང་སྦྱོང་བཙར།
ཕྱིར་སྦྱོ། གཤམ་གསལ་ཚོག་གྲྭས་ནང་གི་བར་སྟོང་ཁ་སྐོང་དགོས།

འགྲོ་ལུལ། འཕྲུང་ལུལ། ཡོད་ལུལ། ཡིན་ལུལ། ཤེས་ལུལ། ལྟ་ལུལ། མ་གོ་ ལུལ། ཉན་ལུལ། བརྒྱབ་ལུལ། རྩེ་ལུལ།

༡ རྟོག་པོ་མེད་ཀྱང་_____བྱས་ན་གཞན་གྱིས་འཕྲ་སྨོད་བྱེད་ཀྱི་རེད།

༢ དེང་སང་ཆང་ས་_____བྱས་ནས་ཨ་རི་ལ་འཐེན་གྱི་འདུག

༣ མོ་ཏ་ཡག་པོ་གཏོང་མ་ཤེས་ཀྱང་_____བྱས་ན་ཉེན་ཁ་ཡོད་རེད་དེ།

๔ བ་ཡུལ་ལ་_____བྱས་ནས་དགའ་རོགས་ཐུག་གར་ཕྱིན་སོང་།

๕ སྐད་བརྒྱབ་ནས་_____བྱས་ནས་ཕྱིན་སོང་།

༡ སྨོན་ཚན་_____བྱས་ནས་ཁ་བར་ནང་རྟེད་མོ་རྩེ་ཡི་འདུག

༢ ཚུ་_____བྱས་ནས་ཨ་རգ་འཕྲུང་གི་འདུག

３ ཉམ་ཐག་_____བྱས་ནས་སྟོན་བདག་འཚོལ་གྱི་འདུག

４ རྩེད་མོ་_____བྱས་ནས་གཞུ་ཡི་འདུག

５ ལྷད་མོ་_____བྱས་ནས་མཇོས་མར་ལྷ་ཡི་འདུག

１３ སྤྱོང་བརྩེ། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། བརྩ་སྤོང་སྤྱོང་བརྩེ།
བྱེད་སྒོ། ཁོང་གི་ཚོགས་གྲུབ་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོགས། དེ་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྤྱོང་བརྩེ་བྱེད་དགོས།

１４ གླེང་མོལ། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
བྱེད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སློབ་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

ཁྱེད་ཚོའི་དུས་རབས་འདི་གา་རེ་ཡིན་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད།

རྩོ་ལག། བྱ། ད་དངོས་གནས་ཁྱེད་ཚོའི་བྱེད་སྤྱངས་དེ་ཚོ་གা་རེ་ཡིན་པའི་ཁུལ་རེད། ངོ་ཚ་ཁྲེལ་མེད་ཀྱི་ལས་ཀ་རྒྱང་རྒྱང་རེད་འདུག་ག

ཚ་བོ། འོ་ཅི། རྩོ་ལག། ཁྱེད་རང་ཁ་མང་པོ་དེ་འཕྲ་གা་རེ་རེད། དེ་འཕྲའི་སྒྲན་པ་ལ། ད་དེང་སང་དུས་རབས་ག་པར་སློབས་འདུག ང་ཚོ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ཁྱེད་ཚོ་ནང་བཞིན་གནའ་སྦ་མོའི་དུས་རབས་དེ་ལ་འོག་འགྲོ་དགོས་རེད་པས། གནའ་སྦ་མོ་ཀླ་ཀློའི་དུས་རབས་དེ་

ལ་ཆེ། ད་སྒྲ་མཁྱེན་རྩེ་ལགས། ཁྱེད་རང་གི་ཁ་དེ་ཏོག་ཅམ་བཙུམ་ནས་ཡོང་ས་རེད་པས།

རྩེ་ལགས། བྱ། ད་ལྟོས་དང་། ཁྱེད་རང་གིས་རྩེ་ལགས་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་སྟངས་དེ་འདྲ་རེད་པས། ཁྱེད་ཚོའི་དུས་རབས་འདི་གา་རེ་ཡིན་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། ཆགས་པར་གུས་ཞབས་མེད་པ་བྱས། ཆུང་བར་བྱམས་སྟོང་བྱེད་རྒྱ་ད་ཕར་ཞོག མ་རབས་ཐཤལ་གྱི་ལས་ཀ་ཚང་མ་ཁྱེད་ཚོའི་རིགས་དེས་བྱེད་ཀྱི་འདུག་གི ཀུ་མ་ཀུ་ཡ། སྒྲུག་ཕྲན་བཤད་ཡ། མི་གསོད་ཁྲག་སྟོར་བྱེད་ཡ་དེ་འདྲ་མ་གཏོགས་ཁྱེད་ཚོས་ལས་ཀ་ཡག་ག་ག་རེཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཨ།

ཚ་བོ། རྩེ་ལགས། དྲང་པོ་བཤད་ན་ཁྱེད་རང་གིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་དེ་དག་རྒད་དེ་ཕྲན་མ་རེད། ཁྱེད་རང་གིས་སྟྲི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཤེལ་ཁུལ་བྱས་པ་མ་གཏོགས། གནས་སྟངས་དངོས་དེ་ཁྱེད་རང་གིས་མཐོང་གི་མི་འདུག ང་ཚོའི་དུས་རབས་འདི་དུས་རབས་ཀྱི་ནང་ནས་ཡར་ཐོན་གྱི་དུས་རབས། མི་ཚང་མཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ཤ་སྟག་རེད། ཁྱེད་རང་ལྟོས་དང་དེང་སང་གི་སྟྲི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་ག་འདྲ་འགྲོ་ཡི་འདུག ཁྱེད་རང་གིས་མཐོང་གི་མི་འདུག

གས།

རྡོ་ལགས། བུ། ཁྱེད་རང་གིས་རྒྱད་ཆ་བཤད་སྟངས་དེར་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ དངོས་གནས་ཁྱེད་ཚོ་དུས་རབས་ཀྱི་ཞབས་འདེན་རང་རེད་ཤག མི་ ལ་གྱས་ཞབས་མེད་པ། རང་སྟང་གང་དན་བྱས་བྱས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ རྟོག་ཏ་ག་ཚོད་ལྟགས་ཀྱི་འདུག ང་ཚོས་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་བཞག་ པའི་འབྲས་བུའི་སྒང་ལ་ཁྱེད་ཚོས་སྤྱིད་པོ་གཏོང་བ་མ་གཏོགས་ཁྱེད་ ཚོས་དཀའ་ལས་ག་རེ་རྒྱག་གི་ཡོད།

ཚ་པོ། རྡོ་ལགས། ད་ཁྱེད་རང་ལ་རྗོགས་རྒྱ་མེད་པ་དེ་འདྲ་ག་རེ་རེད།

རྡོ་ལགས། ངས་ཁྱེད་རང་ཚོའི་བྱེད་སྟངས་དེ་ཚོར་ལྟ་དུས་སེམས་ཁལ་ལང་གི་ འདུག ཕ་མ་བུ་ཕྲུག་བར་ལ་གྱས་བཙུ་མེད། གྲོགས་པོ་གྲོགས་མོའི་ བར་ལ་བཙུ་དུང་མེད། འགྲོ་ཚོག་ཚོག་དང་སྡོད་ཚོག་ཚོག་རྒྱང་རྒྱང་ བྱེད་དུས་སེམས་ཀྱིས་བཟོད་ཀྱི་མི་འདུག

ཚ་པོ། རེད་པས་རྡོ་ལགས། རི་བོང་གནམ་རྟིབ་ཀྱི་སེམས་ཁལ་བྱེད་དགོས་ ཆ་རེད། སོ་སོའི་མི་ཚེ་སོ་སོས་སྐྱེལ་འགྲོ་ཡི་རེད། ཁྱེད་རང་ཁྱེད་ རང་གིས་མི་ཚེ་དེ་སྐྱོལ་དང་། གཞན་དག་ལ་སེམས་ཁལ་བྱས་ནས་ ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད།

རྟོ་ལག་ས། ཡོངས་ང། དཔལ་ན་ངས་བྱས་གཏོགས་མི་བྱེད་ཐག་ཆོད་ཡིན། ང་ཁྱེད་རང་གིས་སྐད་ཆ་བཤད་སྟངས་ད་ག་རང་གིས་ཡིད་ཆོམས་སོང། བྱ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

༧༥ འཕྲིན་སྟོན། ཥ་ཏ་ཧ་ཡ་ལ། ཁ་བདེ་པོ།
དགེ་སློབ་བཞི་མཉམ་དུ་འཚོགས་ཏེ་གོང་གི་བར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ལྷལ་གྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༧༦ གོ་སླའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་ཏ་ཧ་ཡ་ལ། ཡུལ་སྲོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།

དམྱལ་བ་མ་མཐོང་ན།། སངས་རྒྱས་ལ་ཡིད་མི་ཆེས།།

བརྗོད་གཞི།
ཐུན་གཏོགས་དང་བཟང་དན།

བུ་མོ་ནག་རིལ་དེ་ཟིང་ཚ་མདོག་ཁ་པོ་ཞིག་མི་འདུག་གས།

༡ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདི་འདམིགས་ཡུལ།

གླེང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྟེས་གོ་བདེའི་བརྩེ་དུང་གི་རྒྱུང་སོགས་བལྟགས་ནས་གཞན་ལ་བཤད་ཐུབ་དགོས།

བདེ་སྤྲོད། (ཡོད/མེད+མདོག་མདོག) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྤྲོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཏན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྒྲ་གང་དས་ཚོག་སྤྲོར། བཟང་ཚ་སོགས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བརྗོད་བྱེད་དགོས། ཚུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྒར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཏན་གྱི་སྒད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྒར་མ་ཉ༥ ནི་སློབ་མའི་སྒད་ཚ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

། ཆོག་གསར་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ད་མེ་གས་ཡུལ། ཆོག་གསར། སྒྲ་གང་བས།
ཕྱིར་སྐོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཆོག་གསར་རྣམས་སྤྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོག་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེབས་ཐུ་རེར་རྟེས་རྒྱས་བྱེད་དགོས།

ཟིང་ཚ་པོ།	བུ་ཟིང་ཚ་པོ་དེ་སུ་རེད། ཁོ་རང་མ་གཏོགས་མེད་བསམ་གྱི་ཡོད་ས་རེད།
ཡིན་ལུགས་ཚུལ་ལྟན།	སྤྱི་ཚོགས་ག་བར་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཡིན་ལུགས་ཚུལ་ལྟན་གྱི་མི་ལ་ཚང་མས་ཆ་འཛིག་བྱེད་ཀྱི་རེད།
སྣང་བར་འགྲོ།	ཁོས་སྐད་ཆ་སྣང་བར་འགྲོ་མདོག་ཁ་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་བཟཱད་སོང་།
དོན་དངོས་ཐོག	ཁ་ནས་འདྲ་ཆགས་པོ་ཞིག་བཟཱད། དོན་དངོས་ཐོག་ངོ་སྤྲོ་ག་རྒྱབ་མདུན་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་མ་རེད།
སྡུག་རེ་སྡུག་ཚད།	ལས་ཀ་སྡུག་རེ་སྡུག་ཚད་བྱས་ན་ཡོང་རྒྱ་སྡུག་བསྟལ་ཁོ་ན་རེད།
གདེང་ཚོད།	གདེང་ཚོད་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་ཤོག་ཨ།
ཡིད་ཆེས།	བཟའ་ཚང་ཕན་ཚུན་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་ན་འཆམ་མཐུན་ཟིར་བ་དེ་ཡོང་ཁག་པོ་རེད།
ཆེ་མཐོང་།	དང་པོ་དང་བཞག་བྱས་ན་མིས་ཆེ་མཐོང་སྤྲོད་དང་སྤྲོད།

བྱ་སྤྱོད།	ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་སྟངས་འཛིན་བྱེད་མ་ཐུབ་ན་མགོ་ལོག་རྩེ་ཡི་རེད།
ཚུལ་ཁྲིམས།	ཐུ་གཡའི་ཨ་མ་ལ་དགའ་རོགས་བསྟེགས་ན་ཚུལ་ཁྲིམ་ལྷོད་གི་རེད།

རྒྱུན་སྤྱོད་ཤད་ཚ། དེ་འདྲ་དགེ་སྲིད་དོགས་མེད། དེ་འདྲའི་ཐབས་སྐྱོ་བ་ལ། དེ་མ་ལབ་མ་གཏོགས།

ཇ སྨན་ཡང་པར་རིས་ཅོ་སྦྱོང། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཤེས་ཕེན་པ་སྦྱོང་བརྡར།
ཕྱིར་སྐྱ། གོང་གི་ཚོགས་གས་རྣམས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྨན་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཕྲིན་ནས་གྲེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

ཇ་ཚོགས་གྲུབ་གོ་རིམ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ།

ཕྱིད་སྒོ། གཤན་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཐུང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཆ་དང་ཕྱད། མིང་ཚོགས་གོ་རིམ་འཁྲུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

ཉེ་མ་དང་ཚེ་སྒྲོལ་གཉིས་ཀྱིས་མཏུན་གྱི་ཕོ་གསར་དེ་ལ་བྱས་གཏོགས་བྱས་པའི་རྣམ་པ།

ཉེ་མ། དང་ལྟོས་དང། ཕོ་གསར་ལྟ་བཟོ་དོད་པོ་ཞིག་མི་འདུག་གས། ངའི་སེམས་རྒྱས་པར་ཕོ་གསར་ཕ་གི་འདྲ་པོ་དེ་འདྲ་ལ་ཤོར་འགྲོ་ཡི་འདུག ཏུག་སྟོག་རྟེག་པོ། གཟུགས་པོ་ཡག་པོ་ག་འདྲ་མི་འདུག

ཚེ་སྒྲོལ། དང་སྐད་ཆུང་ཅམ་རྒྱོབ་དང། མིས་གོ་ཡི་རེད་དེ། ཞབས་འདེན་ཞུས་ཡོང།

ཉེ་མ། ཞབ་འདྲེན་གཅེ་ཞུ་ཡ་ཡོད་རེད། ཁོང་རང་གིས་གོ་ན་ཡག་ཤོས་རེད། ངས་ཁ་གསང་མ་ཐུབ་པར་ལྟག་བསྟད་ཡོད།

ཚེ་སྦྱོལ། མི་ལྟ་བཟོ་དོད་པོ་དེ་འདྲ་རང་ལ་རག་ཅེ་ཡོང་། རྨི་ལམ་མ་གཏོང་། མ་གཞི་ང་ལབ་གང་འགྲོ་ག ཅིག་བྱས་ན་ཁས་ལེན་བྱེད་མི་ཡོང་ངས།

ཉེ་མ། སྐུ་མཇེན། མ་འགྲོ་བ། རྗེས་ལ་གོ་སྐབས་ཤིག་འཚོལ་ཚོག་གི་རེད། ད་ལྟ་ང་བདེ་པོ་ཁྱོད་ནས་མི་འདུག ཁོང་གིས་མིན་ལབ་ན་ཆགས་སྐོ་བསྐངས་པ་རེད། ཨ་ནི་ངས་མི་ལ་གདོང་གা་འདྲ་སེ་སྟོན་དགོས་རེད།

ཚེ་སྦྱོལ། དེར་ག་རེ་ཏང་སང་ཡ་ཡོད་རེད། མི་ཚང་མ་ད་ག་རེད་པ། མཚམས་རེར་ཁས་ལེན་གྱི་རེད། འཚམས་རེར་ལེན་གྱི་མ་རེད། དེ་ཁྱེད་རང་གི་ཆུང་ཏུ་ལ་བལྟ་ཆུ་རེད།

ཉེ་མ། ཡོང་ང། བྱས་ན་ཆུགས་དང། ཡག་པོ་བྱས་ནས་ཤོད་ཨ།

༥ རང་མོས་གླེང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། དགེ་ཆན་ཀྱི་དེ་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། དེ་བ་དེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདིར་འཇུག་དགོས།

དགེ་ཆན

དགེ་ཆན། ང་ཚོའི་སྨྲེན་བདག་ག་འཇ་འདུག ཁྱད་མཚར་ཞིག་མི་འདུག་གས།

སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྒྲར་སྒྱོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། གོང་དུ་ཁྱེད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱུན་སྒྱོང་ཀྱི་ཁད་ཚ། དེ་བཞིན་བརྗེ་སྒྱོང་རྣམས་བསྒྲར་ཟློས་ཡང་ཟློས་ཀྱིས་སྒྱོང་བརྗེ་བར་ཕྱིད་དགོ

༧ ཐུ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཚོ། ཐུ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་བྱེད་པ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སློབ་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཚོག ཀ་ཁོང་ཚོས་གཅེ་བར་བཤད་ཀྱིན་འདུག ཇི་ཚོག་གི་ཚོད་ཤེས་སོང་། ཕྱ་བཅའི་སློབ་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔོག་པའི་དྲི་བ་དྲིས།

༢ བཏང་སྙོམ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྙོམ་ངོ་སྤྲོད།

བྱང་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་བཏང་སྙོམ་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་ངོ་སྤྲོད་བྱས་ནས། སློབ་ཕྲུག་ལ་ཐེངས་ཆ་བསྐྱར་བློས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བཏང་སྙོམ། ཡོད/མེད+མངོག་མངོག

ཚོག་གྲྭ། ཁོས་གཞས་གཏོང་གི་ཡོད་མངོག་མངོག་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ག

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཚོག་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྡན་དུ་དེ་དག་གིས་སྦྱོང་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྟོབས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྟོ་ལྡང་ཡོང་བ།

། མིང་ཚིག་གོ་རིམ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཏང་སྙོམ་སྒོང་བཏབ།
ཕྱིར་སྦྱོ། གཤགས་ཀྱི་ཚིག་གྲྭ་རྣམས་མཐུན་སྒོར་བྱས་ནས་བསྒྲུར་བློས་ཕྱོས།

༧ དཏུལ་ཡོད་		མ་བྱེད། ཆེད་ལས་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་མེས་ཀྱི་མེད་པ།
ཆེད་ལས་པ་ཡིན་		མ་བྱེད་ཙ། བུ་ལོན་མང་པོ་ཡོད་པ།
སྐྱོ་པོ་ཡིན་	མངོག་མངོག་	མ་བྱེད་ཙ། རང་ལས་མཛེས་པ་མང་པོ་ཡོད་རེད་དེ།
མི་ཡག་པོ་ཡོད་		མ་བྱེད། རང་ལ་དཏུལ་མང་པོ་ཡོད་པ།
མཛེས་མ་ཡིན་		མ་བྱེད། རྒྱབ་མདུན་གྱི་ལས་ཀ་ཁོ་ན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ།

༨ བླ་པ་ཡིན་		མ་བྱེད། སྦྱིན་བདག་གི་གཡོག་པོ་ཡིན་པ།
བཙུན་པ་ཡོད་		མ་བྱེད། སྐད་ཆ་ཚད་མ་གོ་འདུག་ག
སྦྱང་པོ་ཡོད་	མངོག་མངོག་	མ་བྱེད་ཙ། སྐྱེས་སྨན་དང་ཐུ་གུ་ཡོད་པ།
འོན་པ་ཡིན་		མ་བྱེད། ཕྱོག་ན་དགའར་རོགས་ཡོད་པ།
དགོན་པོ་ཡིན་		མ་བྱེད། མགོ་སྐོར་མང་པོ་ཟེབས་མྱོང་ཡོད་པ།

༧༠ སྒྲོང་བརྡར། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཏང་སྙོད་བེད་སྒྲོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིར་སྦྱོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཏང་སྙོད་དགེ་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགེ་ཚོགས། ཏེ་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བརྡར་བྱེད་དགོས།

༧༧ བསྒྲར་སྒྲོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། ཐུངས་ཟིན་པ་དགེ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིར་སྦྱོ། གོང་དུ་ཁྱོད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱན་སྒྲོད་ཀྱི་སྐད་ཆ། བཏང་སྙོད་གསུམ་བསྒྲར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བཏང་བྱེད་དགོས།

༢༢ བར་སྟོང་། ཤ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྙོམ་སྟོང་བཏབ།
ཕྱིར་སྐོ། གཤན་གསལ་ཚོགས་ཆོག་གྲུབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

ཨ་མ། ཡོད་མདོག་མདོག ཐུགས་ཁོག ཡིད་ཆེས། ནད་པ། ཅམ་པ། ཆགས་སྐྱེ། སྡུག་རེ་ སྡུག་ཚད། གཞན་མ། མ་བྱེད།

༡ _____ཡིན་མདོག་མདོག་མ་བྱེད་ཨ། སྐད་ནི་ཡག་པོ་མི་འདུག

༢ པོ་གསར་ཡིན་མདོག་མདོག_____། སྒྲ་དཀར་པོ་ཆགས་ཤག

༣ སྤྱོད་པ་ཡག་པོ་_____མ་བྱེད། ཀུ་མ་ཀུ་ཡི་ཡོད་པ།

๔ མོ་གསར་ཡིན་མདོག་མདོག་མ་བྱེད། ཐུ་གུ་གཉིས་ཀྱི་_____ཡིན་པ།

๕ འཇོན་གྱི་ཡོད་མདོག་མདོག་མ་བྱེད། _____བསླང་ཡོང་།

༡ གཉིམ་ཆུང་ཡིན་མདོག་མདོག་མ་བྱེད། _____ཚ་པོ་འདུག་ག

༢ ཡག་པོ་ཡོད་མདོག་མདོག་མ་བྱེད། ལས་ཀ་_____ཚང་མ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ

༣ _____ཡིན་མདོག་མདོག་བྱས་ནས་ལས་ཀ་ལ་མ་གཡོལ་རོགས།

๔ གྲོགས་པོ་ཡིན་མདོག་མདོག་མ་བྱེད། ཕན་ཚུན་ལ་_____མེད་པ།

๕ _____ ཡོད་མདོག་མདོག་མ་བྱེད། ཆོག་ད་བྱང་དུས་མཐོང་ཡ་མེད་པ།

༧ཅ སྒོང་བཏུབ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏུ་སྒོང་སྒོང་བཏུབ།
ཕྱིར་སྐོ། ཁོང་གི་ཚོགས་གྲུབ་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོགས་ཏེ་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒོང་བཏུབ་ཕྱིར་ དགོས།

༧༠ གླེང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིར་སྐོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སྨོན་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློ་ཁོགས་དགོས།

བུ་མོ་ནག་རིལ་དེ་ཟིང་ཚ་མདོག་ཁ་ཁོ་ཞིག་མི་འདུག་གས།

སྒྲོལ་དཀར། ཤེ་བས་ངོད་ནམས། མགྲོགས་པོར་ལྷོས་དང་། བུ་མོ་ནག་རིལ་དེ་ ཟིང་ཚ་མདོག་ཁ་ཁོ་ཞིག་མི་འདུག་གས།

བས་ངོད་ནམས། ཨ་ལེ། བུ་མོ་དེ་ཨེ། ཡིན་མདོག་མདོག་བྱེད་ཡ་ལ་དགའ་ཁོ་ཞེ་ ཁོ་ཞིག་ཡོད་རེད། ལས་ཀ་བྱེད་དུས་གང་ཡང་འཇོན་གྱི་མ་རེད། ཟིང་སྨོང་དུས་ཨང་དང་ཁོ་རེད་དེ། ཁ་ས་ང་མོ་རང་གིས་ཀུ་ཤུ་ ཏགས་ཅན་གྱི་ཁ་བར་གཅིག་འཕྲེང་བྱས་མིའི་དཀྱིལ་ལ་ཞེ་ཁོ་ ཞིག་ཡོད་མདོག་མདོག་བྱེད་ཀྱི་འདུག ཁ་ནུ་ལའང་མེད་པའི་ ཏོར་བུ་ཞིག་མོ་རང་ལ་རག་སོང་བས་མ་གྱི་ཡོད་ས་རེད།

ལྷོ་ལ་དཀར། ཨ་མ། དེ་འདྲ་དགེ་ཐེད་དོགས་མེད། མོ་རང་གི་ཕྱི་ཚུལ་ལ་ལྷ་

དུས་དེ་འདྲ་བྱེད་མདོག་ཁ་པོ་མི་འདུག་གི བྱས་ན། དོན་དངོས་ཐོག་དེ་འདྲ་ཡིན་ས་མ་རེད་པ།

བསོད་ནམས། རེད་ཏེ། དེ་སྟོན་མོ་རང་ལ་དགའ་རོགས་གཉེམ་ཆུང་ཞིག་ཡོད་རེད། ལྷ་བཟོ་དོད་པའི་སྣང་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཡང་ཡག་ཐག་ཆོད་ཅིག་ཡོད་པ་བྱས། དེའི་སྣང་ལ་གཞན་ལ་ཡང་མཐུན་པོ་ཞེ་དྲག་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་མོས་ཁོ་ཡོད་བཞིན་དུ་བུ་གཞན་དག་གི་རྟེས་ལ་རྒྱུག་རྒྱང་བྱས་ཅང། མཐའ་མ་དེར་བུ་དེ་ཉུ་ཐུག་ནས་མོ་གཡུགས་བཞག་འདུག་གི

སྒྲོལ་དཀར། བྱས་ན་བུ་དེས་མོ་རང་ཏག་ཏག་བཟོས་འདུག་གི གང་བསམ་གང་འདོད་བྱས་ན་མཐའ་མར་ཡོད་ཡ་དེ་དེ་རེད། ཨ་ནི།

བསོད་ནམས། བྱས་ཅང། དེང་སང་མོ་ཤེ་གི་ཐལ་ལའི་ནང་ལ་ལྷུང་བ་ནང་བཞིན་རེད། ད་ང་ཚོའི་མཐོང་ས་ནས་རྟེག་པོ་ཡོད་མདོག་མདོག་ག་ཚོད་བྱས་ནའང། མོ་རང་གི་རྒྱབ་ལྷོངས་དེ་འདྲ་རེད་བ།

སྒྲོལ་དཀར། འོ་བ་བྱས་ན་དེ་འདྲ་རེད་འདུག་ཀ ཡ་ཡ། ང་རེད་གཉིས་འགྲོ་ དགོས་མ་རེད་པས།

བསོད་ནམས། ང་འགྲོ།

།༥ འཕྲིན་སྟོན། ཥ་ཁ་ཡ་ཡུལ། ཁ་བདེ་པོ།
ཕྱིད་ཕྱོ། དགེ་སློབ་ལྷན་ཚུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ལུལ་གྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

།༧ གོ་སྣའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་ཁ་ཡ་ཡུལ། ཡུལ་སྒོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱུ།

གཞན་ལ་ལྟ་བའི་མིག་ཡོད་ཀྱང།། རང་ལ་ལྟ་བའི་མེ་ལོང་དགོས།།

བཟོ་དཔེ། བཙན་དུང་དང་མི་ཚེ།

དགའ་རོགས་སྒྲིག་དུས་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ནས་རྟེས་ལ་འགྱོད་པ་སྐྱེ་ཡོང་།

༢ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ཏི་གས་ཡུལ མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱིར་སྤེལ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

ངོ་མ་ཤེས་པ།
ཕ་ཐུལ་པ།
ཕ་ཐུལ་ཕ།
ཕ་ཐུལ་ཕ
ཕ་ཐུལ་ཕ
ཕ་ཐུལ་ཕ

༢ ཚོགས་གསར་བོ་སྒྲོན། **ཥ་དམིགས་ཡུལ།** ཚོགས་གསར། ཐུ་གང་བས།
ཕྱིན་སྒོ། གཤམ་གསལ་གྱི་ཚོགས་གསར་རྣམས་སྒྲོར་གློག་བྱས་ནས། ཚོགས་ཐུབ་རེ་རེ་ཐེངས་ལྔ་རེར་རྟེས་བློས་བྱེད་དགོས།

བརྩེ་དུང་།	བརྩེ་དུང་ལ་བཙན་དབང་བཏང་ནས་གཅིག་གི་རེད།
སེམས་བཤོར།	སྐད་ཆ་མ་བཤད་སྟོན་ལ་སེམས་བཤོར་སོང་།
ཁ་གསང་།	ཟླ་ཁོག་ཆེ་ཙམ་བྱས་ནས་ཁ་གསང་དགོས་རེད།
མིག་སེར་བརྒྱབ།	ངས་ལས་རོགས་བུ་མོ་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པ་ཙམ་གྱིས་ངའི་ དགའ་རོགས་ཀྱིས་ལམ་སང་མི་སེར་རྒྱག་གི་འདུག
ན་མཉམ།	སོ་སོའི་ན་མཉམ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་སྟོད་རྒྱ་བྱང་ན་སྒྲེད་པ་ ལ།
ཁ་རྩོད་ཤོར།	ཕན་ཚུན་ལ་བསམས་ཤེས་མེད་ན་ཁ་རྩོད་ཤོར་རྒྱང་རེད།
དགྱེགས་ཤིང་ བརྒྱབ།	ང་དང་བདེ་སྒྲེད་ཀྱི་བར་ལ་ཁོས་དགྱེགས་ཤིང་བརྒྱབ་སོང་།

སྟོང་སྦྱོ།	ཁོང་གི་སྟོང་སྦྱོ་མཇོས་མ་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུ།
མི་ཆེ་མཐའ་འཕྲོལ།	ཕན་ཚུན་ལ་ཡིད་ཆེས་གཏིང་ཟབ་ཡོད་ན་མི་ཆེ་མཐའ་འཕྲོལ་ཡོང་གི་རེད།
བརྟན་པོ།	བུ་དེ་ཁྱོན་ནས་བརྟན་པོ་ཡོད་མ་རེད།

རྒྱུན་སྤྱོད་སྐད་ཆ། ཁོ་གཉིས་འཚམས་པ་ལ། ལས་ལ་གང་བསྐོས་རེད། འཚམ་མདོག་ཁ་བ་ལ། ཚ་སོན་སོན།

།། སྐར་ཡང་པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཤེས་ཟིན་པ་སྤྱོང་བརྡར།
ཕྱིད་སྐོ། གོང་གི་ཚོག་གསར་རྣམས་བོད་སྤྱོད་ཐུམ་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྐར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཁྱབ་ནས་གྲོང་མོལ་ཕྱིད་དགོས།

༼ཚོགས་གྲུབ་གོ་རིམ། ཥ་ངམིགས་ཡུལ། གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ།

ཕྱིར་སྐོ། གཤམ་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཕྱང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དགེ་ཚ་དང་ཕྲད། མིང་ཚོག་གོ་རིམ་འཕྲུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཙོས་དགོས།

མི་ལམ།

དགའ་རོགས་ཁྱོད་ནས་བསྒྲིགས་མྱོང་མེད་པའི་ཟླ་བ་ནི་བདེ་སྐྱིད་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་མོ་ལ་སེམས་པ་སྲད་དེ་ཤོར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁོས་བདེ་སྐྱིད་ལ་ང་ཁྲེད་རང་ལ་དགའ་ཡི་འདུག་ཅེས་ཁྱོད་ནས་ཁ་གསང་ནུས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཁོ་ཉམས་ཆུང་དང་ངོ་ཚ་དས་སྟེན་པོ་ཡོད་པར་མ་ཟད། བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་སྐད་གོ་བ་ཙམ་གྱིས་ཁོའི་སེམས་པ་དས་སྐྱིད་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཉིན་ལྟར་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱིན་བྱེད་ཀྱིན་བུ་མོ་དེ་ལ་ལྟ་ཡི་ཡོད་རེད། ཉིན་གུང་ཁ་ལག་སྐབས་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་འཁྲིས་ལ་

བསྡད་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་ཐབས་བྱས་པ་རེད། རྟེས་ལ་ཁོང་གཉིས་གྲོགས་པོ་ཆགས་ནས་ཞོགས་ལྟར་ལས་ཁུངས་ལ་ཡོང་ཁར་མོར་ཁ་བར་གཏོང་བ་དང་། མོ་ལས་ཀ་གྲོལ་ཁར་ལས་ཁུང་གི་ཕྱི་ལོགས་ལ་བསྒུགས་ནས་སྟོད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ད་དུང་མོ་ལ་དགའ་ཡི་འདུག་ཅེས་ཁྱོན་ནས་ལབ་ཀྱས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཐེངས་ཤིག་ཁོས་དགའ་རོགས་ཉིན་མོར་རྒྱ་སེ་མེ་ཏོག་དམར་ཆུང་ཞིག་ཉོས་ནས་མོ་ལ་ཁ་གསང་ཡ་ཐག་བཅད་པ་རེད། ཁོའི་སེམས་ལ་གལ་སྲིད་མོ་ཁོང་ཁྲོ་ཟ་ནས་མི་མང་གི་མདུན་ནས་ང་ལ་བཤེ་བཤེ་གཏོང་བ་དང་། ངའི་མེ་ཏོག་འདི་ཡང་ས་ལ་གཡུག་པ་ཡིན་ན་ལ་སོགས་པའི་བསམ་བློ་འདྲ་མི་འདྲ་འཁོར་ཏེ་མོའི་འགྲམ་ལ་སྟེབས་ཁར་དངངས་སྒྲ་སྒྲེས་ནས་བྱོས་ཕྱིན་པ་རེད།

༥ རང་མོས་སྒྲོང་མོལ། ཥ་ཏི་ཡ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།

ཕྱིད་ཕྱོ། དགེ་ཆན་ཀྱི་ཏི་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། ཏི་བ་ཏེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདིར་འཛུག་དགོས།

དགེ་ར་ན།

དགེ་ཆན། ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་གི་འགོ་འཛིན་སྟངས་གང་འདྲ་རེད།

སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྐྱར་སྦྱོང། ཥ་ཏི་ཡ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།

ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་ཁྱིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱུན་སྦྱོང་གྱི་སྐད་ཆ། དེ་བཞིན་བརྗེ་སྦྱོང་རྣམས་བསྐྱར་བློས་ཡང་བློས་གྱིས་སྦྱོང་བརྗེ་བ་ཕྱིད་དགོས།

༧ ལྷ། ཥ་ཏི་ཡ་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།

ཕྱིད་ཕྱོ། ལྷ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་ཏྲི་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཛུག་དགོས། སློབ་མས་ངོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཚོག ཀ། ཁོང་ཚོས་གཅིག་རེ་བཤད་ཀྱིན་འདུག ཁ། ཚོག་གི་ཚོད་ཤེས་སོང་། ལྷ་བུའི་སློབ་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔོག་པའི་ཏྲི་བ་ཏྲིས

༢ བང་སྒོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བང་སྒོད་ངོ་སྒྲུབ།

ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་བང་སྒོད་ཀྱི་སྒོམ་གཞི་ངོ་སྒྲུབ་བྱས་ནས། སྒོབ་ཕྲུག་ལ་ཐེངས་ཕྲ་བསྐྱར་སྒོས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བང་སྒོད། བྱ་ཚེག་+ཀ/བ་+ཅམ་གྱིས་+བརྗོད་པ།

ཚེག་གྲྭ། བལྟས་པ་ཅམ་གྱིས་ཡག་པོ་ཡོད་མེད་ཤེ་གོ་ཡི་མ་རེད།

སྒོབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཚེག་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྡན་དུ་དེ་དག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྒོམས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྒྲ་སྐད་ཡོང་བ།

། མིང་ཚིག་གོ་རིམ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་སྒྲོང་བཤད།
ཕྱིད་སྒོ། གཤགས་ཀྱི་ཚིག་གྲུབ་རྣམས་མཐུན་སྒྲོར་བྱས་ནས་བསྡུར་ཟློས་བྱོས།

༡ མོ་མཐོང་བ་		ནད་དགས་སོང་།
ཁ་ཡག་བཟང་བ་		གསལ་པོ་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད།
མདོག་མེད་པ་	ཅམ་གྱིས་	ཕན་ཐོགས་ཡ་ཁག་པོ་རེད།
སྨན་ཟས་པ་		ཡིད་དབང་འཕྲོགས་སོང་།
རྐང་ཆ་བཟང་པ་		མི་ངན་པ་ཡིན་དགོས་མ་རེད།
༢ ཙོམ་བྱིས་པ་		སྤུ་ཡིན་མིན་ཤེས་སོང་།
གཙོང་པ་བཀྲས་པ་		བདེ་སྐྱིད་རག་གི་མ་རེད།
བོད་པ་ཡིན་པ་	ཅམ་གྱིས་	ཙོམ་པ་པོ་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད།
དཔྱལ་ཡོད་པ་		མཇོས་མ་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད།
ཁོའི་རྐང་གོ་བ་		བོད་རྐང་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད།

༧༠ སྒྲོང་བཤད། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་ལེད་སྒྲོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཤད་སྒྲོད་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏི་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

༧༧ བསྡུར་སྒྲོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། སྒྲངས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་དུ་ཁྱིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱུན་སྒྲོད་ཀྱི་རྐང་ཆ། བཤད་སྒྲོད་གསུམ་བསྡུར་ཟློས་ཡང་ཟློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་ཚོགས་གྲུབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།
༡༢ བར་སྟོང་། ཤད་མེགས་ཡུལ། བང་སྤྱོད་སྤྱོང་བརྡར། གཤམ་གསལ་ཚོགས་གྲུབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

བོད་པ། ལས་ཀ ལྷོན་སྤྱོང་། ནང་ཆོས། བཤད་པ། སྲིག་ཅན། ཅམ་གྱིས། ལྷོན་གྲར། གྲོགས་པོ། དོན་དག

ཀ _____ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཡག་པོ་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད།
མ གྲ་པ་ཡིན་པ་_____དགེ་བཤེས་མ་རེད།
ག བོད་ལྗོངས་ཀྱི་ནང་ཅམ་གྱིས་_____ཡིན་པ་མི་ཤེས།
ང སྐད་ཆ་ཡག་པོ་_____ཅམ་གྱིས་ཡིད་ཆེས་ཡ་ཁག་པོ་རེད།
བ ཁ་སྐྱན་པོ་བཤད་པ་ཅམ་གྱིས་_____ཆགས་ཀྱི་མ་རེད།

ཀ _____འགོ་བཅུགས་པ་ཅམ་གྱིས་འགྲུབ་ཀྱི་མ་རེད།
མ བོད་ཡིག་སྦྱངས་པ་ཅམ་གྱིས་_____ཤེས་ཡ་ཁག་པོ་རེད།
ག དཔྱལ་སྦྱང་པ་ཅམ་གྱིས་_____འགྲུབ་ཀྱི་མ་རེད།
ང _____ཕྱིན་པ་ཅམ་གྱིས་དགེ་ཚན་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད།
བ ཤ་ཟ་བ་ཅམ་གྱིས་_____ཡིན་པ་མཚོན་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད།

༡༣ སྒོང་བརྡར། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བརྡ་སྒོང་སྒོང་བརྡར།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་གི་ཚོགས་གྲུབ་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། ཏུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏེ་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒོང་བརྡར་ཕྱིད་ དགོས།

༡༤ གླིང་མོལ། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གླིང་མོལ་འདི་དག་སྒོབ་གཞིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློ་གཏོད་དགོས།

སྒྲུང་གི་མཇུག་སྒྲོང་བ།

ཤན་སྟོབས་རྒྱས། རིན་ཆེན། དེ་རིང་ངས་ཁྱེད་རང་ལ་བཙུན་དུང་གི་སྒྲུང་ཞིག་ བཤད་ཀྱི་ཡིན་ད། ཡིན་ནའང་ངས་ཁྱེད་རང་ལ་སྒྲུང་ཆ་ཚང་ བ་བཤད་ཀྱི་མིན། སྒྲུང་ཕྱེད་ཀ་ངས་བཤད། ཕྱེད་ཀ་ཁྱེད་ རང་གིས་ང་ལ་ཚུར་བཤད་དགོས་རེད།

སློབ་མ་རིན་ཆེན། ལགས་སོ།། ཤན་ལགས།

ཤན་སྟོབས་རྒྱས། སྟོན་མ་གྲོང་གསེབ་ཅིག་ཏུ་འཚོ་བ་ཞན་པའི་ཤས་འགོགས་ སྒྲ་དུང་ལྟར་དཀར་བའི་བཟའ་ཚོ་གཉིས་ལ་བུ་མོ་དབྱར་གྱི་ འཇའ་ལྟར་ཤེན་ཏུ་མཛེས་པ་ཞིག་ཡོད། བུ་མོ་དེ་ཚུང་དུས་ ནས་ལས་ལ་བརྩོན་པ། ཕ་མར་བཙུ་ཞིང་རང་གི་ན་མཉམ་ ལ་མཐུན་པ། ཡུལ་མི་ཀུན་གྱིས་བསྟགས་བརྗོད་བྱེད་ས་ ཞིག་ཡིན། མནའ་མར་སྟོང་མཁན་ཀྱང་མང་པོ་བྱུང། འོན་

ཀུང་ཕ་མ་གཉིས་ལ་བུ་མོ་མོ་རང་ལས་མེད་པ་དང་། ཕར་སྒྲད་ན་ཕ་མར་ཞབས་ཏོག་ཞུ་མཁན་མེད་པས་སློང་མི་སུ་གཅིག་ལའང་སྟེར་མེད། ཕ་མས་ཀུང་བུ་མོ་དེ་ནི་སྟེང་གི་རོར་བུ་དང་མིག་གི་འབྲས་བུ་ནང་བཞིན་བྱམས་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ནམ་ཟླ་དབྱར་ཁ་སྐེས་པ་དང་ལྷང་པ་དེ་ནི་ཕྱོགས་མཐའ་གང་ས་ནས་ཕེ་བས་པའི་ཡུལ་སྐོར་བ་མང་པོས་བསྟོད་བསྔགས་ཀྱི་གླུ་ཆུང་ལེན་ས་ཞིག་ཡིན། ཉིན་ཞིག་རྒས་འཁོགས་དེ་གཉིས་ཀྱི་བུ་མོ་རི་ལ་ཤེང་འཐུ་བར་འགྲོ་བ། རིའི་ཕ་རོལ་དུ་ཡོད་པའི་དཔོན་ཆེན་གྱི་བུས་མཐོང་ནས་དེ་མ་ཐག་ཏང་སང་ཏོན་ཐོར་གྱིས། དེ་རིང་མཁའ་འགྲོ་མ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གང་ནས་ཡོང་ངམ་དན་ཞིང་བུ་མོ་དེའི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱུགས།

སློབ་མ་རིན་ཆེན། དེ་ནས་དཔོན་ཆེན་གྱི་བུ་བུ་མོ་དེའི་འཁྲིས་ལ་སློབས་པ་དང་ལམ་སང་བུ་མོ་དེར། ཁྱེད་རང་གི་མིང་ལ་གา་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད། གা་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། གা་པར་འགྲོ་ཡི་ཡིན། ཕ་མའི་

མིང་ལ་གཅེ་ཟེར་གྱི་ཡོད་སོགས་ཀྱི་དྲི་བ་མང་པོ་ཞིག་
བཏང་བར། བུ་མོ་ཏོག་ཙམ་ཞེད་སྣང་སྒྲོས་ནས་ལན་ཀྱང་
གསལ་ལ་མི་གསལ་ཞིག་བཏབ་ནས་བློས་རྩོས་བྱེད་
སྐབས། ཁྱེལ་མེད་ཀྱི་བུ་དེས་མོའི་ལག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཁོ་
རང་གི་ནང་ལ་འཁྱིད་རྩོས་བྱས། སྐབས་དེར་རྗོན་པ་པོ་
གསར་སྟག་འཛུ་པོ་ཞིག་ནགས་གསེབ་ནས་ཐོན་ཏེ་ཁྱེལ་
མེད་བུ་དེར་མདའ་ཞིག་འཕངས་པས་ཆུང་བར་པོག་ཏེ་ས་
ལ་འགྱེལ་བ་རེད། གོ་སྐབས་དེ་དང་བསྟུན་ནས་རྗོན་པའི་
བུས་བུ་མོ་དེའི་ལག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་མོའི་ནང་ལ་སྒྲོལ་
རྩོས་བྱས། བུ་མོ་དེས་རྗོན་པ་ལ་ད་ཡིན་ན་དགེ་བསགས་
སོང་། ཁོང་ནི་དགོན་ཆེན་གྱི་སྲས་རེད་འདུག ངེད་གཉིས་
ལས་སླ་བོར་བཞག་གི་མ་རེད། ད་ག་རེ་བྱེད་ན་ཡག་གི་
རེད། ཅེད་ལབ་པ་རེད།

ཆུན་སྟོབས་རྒྱས། དགེ་ཡག་པོ་བཤད་སོང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

སློབ་མ་རིན་ཆེན། ལགས་སོ།། ཆུན་ལགས།

༡༥ འཕྲིན་སྟོན། ཥ་ཁ་ཁས་ཡུལ། ཁ་བདེ་བོ།
ཕྱིར་སྐོ། དགེ་སློབ་ལྷན་དུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ཞུལ་ཕྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༡༦ གོ་སྒའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་ཁ་ཁས་ཡུལ། ཡུལ་སྲོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱུ།

ཟས་མིའི་ཡིན་པ་ཤེས་ཀྱང།། གྲོད་པ་རང་གི་ཡིན་པ་མི་ཤེས།།

བརྗོད་གཞི། བཙན་དུང་དང་མི་ཚེ།

དཔེད་གཉིས་ཀྱི་མི་ཚེའི་ནང་གི་དོན་ཚན་གཅིག་དེ་རིང་འགྲུབ་པ་རེད།

༢ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་ཕྱིད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

གླེང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྟེས་བཙན་དུང་དང་མི་ཚེའི་རྩོར་བཤད་ཁན་ཐུབ་དགོས།

བརྡ་སྦྱོར། (མིང་ཚིག+ལ+དཔོག་པའི་) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྦྱོང་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཏན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྒྲ་གཏངས་དང་ཚིག་སྦྱོར། བཟང་ཆ་སོགས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བརྗོད་ཕྱིད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཏན་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ཅ་༥ ནི་སློབ་མའི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོས་གསར་བོ་སྦྱོང། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཆོས་གསར། སྒྲ་གདངས།
ཕྱིར་སྦྱོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཆོས་གསར་རྣམས་སྦྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོས་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ཐུ་རེར་རྟོས་རྒྱོས་བྱེད་དགོས།

རྟེན་འབྲེལ།	ཁྱེད་རང་གིས་ཚང་སའི་རྟེན་འབྲེལ་གཅིག་བྱས་བ་ཡིན།
གཏན་གྱོགས།	གཏན་གྱོགས་མིན་ན་མི་ཚེ་ཟེར་བ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རེད།
ཁ་བྱལ།	ཕྱུ་གུ་ཡོད་བཞིན་དུ་བཟའ་ཚང་ཁ་བྱལ་ན་དེ་ལས་སྡུག་གཅིག་ཡོད་མ་རེད།
བཟའ་གསུམ།	བོད་ནང་ལ་བཟའ་གསུམ་གྱི་ལུགས་སྲོལ་ཡོད་རེད།
བྱམས་སྙིང་།	ཨ་མའི་བྱམས་སྙིང་མེད་ན་ཁྱིམ་ཚང་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཡོང་ཡ་ཁག་པོ་རེད།
སྟོང་ཚང་།	བོད་པ་ཆོས་ཚང་ས་མ་བརྒྱབ་སྟོན་ལ་སྟོང་ཚང་གཏང་གི་རེད།
རྒྱང་བསྟེན།	རྒྱང་བསྟེན་འཚོལ་མཁན་ཆོ་ཡག་པོ་ཁྱོན་ནས་བཙུ་ཡི་མ་རེད།
བསམ་འཚེས།	དཀའ་ངལ་དང་རྟོག་ད་བྱང་སྐབས་བསམ་འཚེས་བྱེད་ཐུབ་མཁན་ཉུང་ཉུང་རེད།

རྒྱས་སྦྱོར།	ཆང་སའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་རྒྱས་སྦྱོར་བྱེད་པ་དེ་ངོམས་སོ་མ་གཏོགས་དོན་ཕན་ལྡན་པ་ཞིག་མ་རེད།
པང་གཏན།	བོད་པའི་ལུགས་སྲོལ་ལ་ཆང་ས་བརྒྱབ་ཚར་བ་ནས་བཟུང་བུ་མོས་པང་གཏན་གྱོན་གྱི་རེད།

རྒྱུན་སྦྱོང་སྐད་ཆ། སྐྱེད་སྦྱོག་མཉམ་སྡོང་། རང་ཁ་རང་གསོ། གཅིག་ཕན་གཅིག་གྲོགས། མཉམ་ཟ་མཉམ་འཐུང་།

འཇམ་ཡང་པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ཏི་གས་ཡུལ། ཤེས་ཟིན་པ་སྤྱོང་བརྡར།
ཕྱིད་སོ། གོང་གི་ཚོགས་གསར་རྩམས་བོད་སྤྱོད་ཐུས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྣར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཁྲབ་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

།ཆོག་གྲུབ་གོ་རིམ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། གོ་རྟོགས་ནུས་རྩལ།
ཕྱིར་ཕྱོ། གཤགས་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཕྱང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཚ་དང་ཕྱད། མིང་ཆོག་གོ་རིམ་འཁྱུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

ཨ་མས་རང་གི་བྱ་དང་མནའ་མ་ལ་དགའ་སྟོའི་ངང་ནས་འཚམས་འདྲི་ཕྱིར་བཞིན་པ།

ལྷན་ཕྲས་ཚོས་ཐེངས་ཤེག་བས་རོགས་གནང། དེ་རིང་གི་ཉིན་མོ་དེ་ངས་ལོ་མང་པོའི་སྟོན་ནས་རེ་སྒྲུག་ཆེ་ཤོས་བྱེད་སའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ཆག་ཡོད། དེའང་ཕ་མ་སུ་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་ཉིད་ཀྱི་གཅེས་པའི་ཕྱུ་གུའི་དགའ་སྟོན་གྱིས་ཉིན་མོ་ལ་གླུ་ལེན་སྟོལ་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང། ངས་དེ་རིང་གི་དུས་ཚོད་འདི་བཟུང་ནས་མནའ་མ་

དང་བུ་གཉིས་ལ་མཚ�་འདྲ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། མ་འོངས་པར་ཁྱེད་གཉིས་ཀྱི་མི་ཚེ་དེ་དོན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་རེ་བ་དང་སྨོན་འདུན་ཡོད། ཉི་མ་དེ་རིང་ནས་བཟུང་ཁྱེད་གཉིས་བར་ལ་ང་དང་ཁོ་ཞེས་མེད་པར་དཀའ་བལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱང་གདོང་ལེན་བྱེད་པོད་པ་དང་ཕན་ཚུན་ལ་བརྩེ་དུང་དང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས་པ་དེ་དངོས་གནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་ལུག་སྲོལ་ལྟར་ངས་དེ་རིང་གྲོ་མ་འབྲས་བསིལ་འདི་མནའ་མར་ཕུལ་ནས་ཁྱེད་གཉིས་ཀྱི་ཕུགས་དོན་མངོན་དུ་འགྲུར་བའི་སྨོན་འདུན་དང་རེ་བ་གྲངས་མེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།

༥ རང་མོས་གླེང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། དགེ་ཚན་ཀྱི་ཏི་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། ཏི་བ་དེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདིར་འཇུག་དགོས།

དགེ་རྒན།

དགེ་ཚན། དེ་རིང་གི་ཚང་ས་ལ་སྐྱེད་པོ་བྱང་སོང་དས། གা་འདྲ་འདུག

སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྐྱར་སྒྲོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་ཁྲིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱུན་སྒྲོད་ཀྱི་ཤད་ཚ། དེ་བཞིན་བརྗོད་རྣམས་བསྐྱར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བརྗེ་བཏང་དགོས།

༧ ཐུགས། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། ཐུ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་བྱེད་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སློབ་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཚོག ཀ་ཁོང་ཚོས་གཅེ་བཤད་ཀྱིན་འདུག ཇ་ཚོག་གི་ཚོད་ཤེས་སོང་། ཕྱ་བཅའི་སློབ་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔེག་པའི་ཏི་བ་ཏིས།

༢ བཏང་སྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཏང་སྲོད་ངོ་སྲོད།

བྱང་སོ། གཤམ་གསལ་བཏང་སྲོད་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་ངོ་སྲོད་བྱས་ནས། སློབ་ཕྲུག་ལ་ཐེངས་ཆ་བསྒྲར་བློས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བཏང་སྲོད། མིང་ཚིག+ལ+དགོས

ཚིག་གྲྭས། ཁོ་རང་ལ་དགོས་པའི་ཡིག་ཤུགས་འདུག

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཚིག་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྡན་དུ་དེ་དག་གིས་སྦྱོང་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྒོམས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྤྲོ་སྙོང་ཡོང་བ།

། མིང་ཚོགས་གོ་རིམ། ཤད་མིག་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་སྒྲོང་བཤད།
ཕྱིད་སྒོ། གཤགས་ཀྱི་ཚོགས་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྒྲོར་བྱས་ནས་བསྒྲུར་བློས་བྱོས།

༧ མི་རིགས་ལ་		བའི་གོང་ཚད་རे་ཡོད་རེད།
ལས་ཀ་ལ་		བའི་ཕྱུ་བ་བཟོ་དགོས་རེད།
སྤྱོས་ཀ་ལ་	དགོས་	བའི་སྟོབ་དེབ་དགོས་རེད།
གནས་ཚད་ལ་		བའི་གླ་ཆ་ཞིག་ཡོད།
གཟུགས་པོ་ལ་		བའི་རིག་གནས་ཡོད་རེད།
༨ ནད་ལ་		ནས་ལས་ཀ་སྟོང་དགོས་རེད།
མི་མང་ཁྱད་ལ་		ནས་སྨན་ཟོས་པ་ཡིན།
དཔྱལ་ལ་	དཔལགས་	ནས་ཚོང་རྒྱུག་དགོས་རེད།
ཤེས་ཡོན་ལ་		ནས་ཁ་ལག་བཟོས་པ་ཡིན།
མ་རྒྱ་ལ་		ནས་ཉོ་ཆ་རྒྱུག་དགོས་རེད།

༧༠ སྒྲོང་བཤད། ཤད་མིག་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་བེད་སྒྲོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཤད་སྒྲོད་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏེ་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

༢༢ བསྒྲུར་སྦྱོང་། ཤད་མིག་ཡུལ། སྒྲུབས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་དུ་ཁྱིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱུན་སྦྱོང་ཀྱི་རྣད་ཚ། བཏང་སྦྱོང་གསུམ་བསྒྲུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྦྱོང་བཏང་ཕྱིད་དགོས།

༢༣ བར་སྟོང་། ཤད་མིག་ཡུལ། བཏང་སྦྱོང་སྦྱོང་བཏང་།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་ཚོག་གྲྭབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

ནམ་དུས། ཐོག་ཏུད། དགལ་འབྱོར། གོང་ཚད། དབྱིངས། གོམས་གཤིས། དགོག་པའི། གཏན་གྱོགས། དབང་ཆ། ས་བབ།

། ང་ལ་གོ་གནས་ལ་དགོག་པའི་_____ཞིག་ཡོད།

།། ཁྱིམ་ཚང་གི་_____ལ་དགོག་པའི་ཆང་སའི་རྟེན་འབྲེལ།

།།། རྒ་ལ་_____སྣ། ཁ་ལ་དགོག་པའི་སོ།

།།།། ཐུ་གུའི་_____ལ་དགོག་པའི་སྟོབ་ཚན་འདེམས།

།།།།། _____ལ་དགོག་པའི་དུག་སྟོག་གྱོན།

། སོ་སོ་ལ་དགོག་པའི་_____ཚོ་ལ།

།། _____ཀྱི་ཤོ་ངས་ཚད་དང་མགྱོགས་ཚད་ལ་དགོག་པའི་གོང་ཚད་རེ་ཡོད་རེད།

།།། མགྱོན་ཁང་གི་མཐུན་རྐྱེན་ལ་དགོག་པའི་_____རེ་ཡོད་རེད།

᠂ _____དགོས་པའི་བྱ་བྱེའུ་དང་རི་དྭགས་རེ་ཡོད་རེད།

᠄ མི་རིགས་རེ་རེ་ལ་དགོས་པའི་_____རེ་ཡོད་རེད།

༢༣ སྒྲོང་བརྡར། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བཀ་སྒྲོད་སྒྲོང་བརྡར།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་གི་ཚོགས་གྲྭབ་དེ་དག་གང་ཟག་གཙུམ་དང་། ཏུས་གཙུམ། དགག་ཚོགས། ཏྲི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བརྡར་བྱེད་དགོས།

༢᠃ གླེང་མོལ། ཥ་ཏ་ཡ་ཡུལ། བཤད་ཚལ།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སློབ་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་གློག་དགོས།

དཔྱོན་དང་མི་འདྲ་བར་ཕྱེད་རང་ལ་ལས་འགན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད་དེ།

ཚ་པོ། ཨ་ཞང་ལགས། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།

ཨ་ཞང་། ངོ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། ད་ཕྱེད་རང་གིས་ཆང་ས་བརྒྱབ་ཚར་བ་རེད། ང་ཕྱེད་རང་གི་ཆང་ས་ལ་ཡོང་དགོས་བསམས་སོང་། ཡིན་ནའང་ཐག་རིང་པོ་སོང་ཙང་ཡོང་ཐུབ་མ་སོང་། དཔྱོན་དང་མི་འདྲ་བར་ཕྱེད་རང་ལ་ལས་འགན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད་དེ།

ཚ་པོ། ལགས་སོ།། ཨ་ཞང་ལགས།

ཨ་ཞང། དེ་ནས་ད་ལོ་གཅིག་གཉིས་རྗེས་ལ་ཕྱུ་གུ་ཞིག་སྐྱེ་ཡོང་གི་རེད། ཨ་ནི་ཚུང་དུས་ནས་བདག་པོ་ཡག་པོ་རྒྱུག་ཡ་དང་། ཡ་རབས་བཟང་སྟོད་དང་སེམས་པ་བཟང་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་བསླབ་བྱ་གང་ཐུབ་ཐུབ་རྒྱུག་དགོས་རེད། དེ་བྱས་ན་ཕ་མ་བཟང་པོའི་ཕྱུགས་རྒྱུན་ལས་ཕྱུ་གུ་ཁོ་རང་ཆེན་པོ་ཆགས་དུས་བོད་མི་རིགས་རང་གི་ཐུན་མོངས་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཁམས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་རིགས་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་མཁན་ཞིག་དཀའ་དཀའ་ཡོང་གི་རེད། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་འི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་སེམས་པ་བཟང་པོ་དང་། བྱམས་སྙིང་རྗེ་དེ་ཚོ་ཙ་ཆེན་པོ་དང་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཇི་འཕྲོད་པ་བྱེད་དགོས་རེད། འདི་ཁྱེད་རང་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ལས་འགན་ཨང་དང་པོ་དེ་རེད་དེ། རྗེས་ལ་སློབ་ལོ་རན་དུས་སློབ་གྲྭ་ལ་མངགས། དེ་ནས་སྟྲིང་བཏང་གི་ཤེས་ཡོན་དེ་ཚོའི་རིགས་རང་བཞིན་གྱིས་ཤེས་ཡོང་གི་རེད།

ཚ་བོ། ལགས་སོ།། ཨ་ཞང་ལགས། ཡིན་དང་ཡིན། ངས་ད་ལྟ་ནས་བསམ་

ཟླ་བཏང་བསྡད་ཡོད། ཨ་ཞང་ལགས་ཀྱིས་ཐུགས་འཁུར་གནང་བ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཨ་ཞང་། ཡ་ཡ། ཨ་ནི་མགོགས་པོ་ཕེབས།

ཚ་པོ། ལགས་སོ།།

༡༥ འཕྲིན་སྟོན། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཁ་བདེ་པོ།

ཕྱིར་སྐོ། དགེ་སློབ་ལྷན་ཌུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ལུལ་ཀྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༡༧ གོ་སྣའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཡུལ་སྒོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།

རང་ཉིད་སྒྲིང་པོ་བྱང་ན།། གཞན་གྱི་སྡུག་བསྔལ་མི་མཐོང་།།

བརྗོད་གཞི། མཏུན་ལམ་དང་ལས་དབང་།

དཀོད་དང་གར་བྱེད་རྩིས་ཡོད།

༢ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
བྱེད་སོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

གླེང་མོལ། སློབ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྗེས་མཏུན་ལམ་དང་ལས་དབང་སྐོར་བཤད་ཁན་ཤུས་ཐུག་ཕྱིས་དགོས།

བརྡ་སྤྲོད། (བྱ་ཚོགས་+ལ་མ+བྱ་ཚོགས+ལ) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྤྱོད་ཕྱིས་དགོས།
དགེ་ཆན་གྱིས་སློབ་མ་ལ་སྒྲ་གཏངས་དང་ཚོགས་སྤྱོར། བཟང་ཆ་སོགས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བརྗོད་བྱེད་དགོས། ཚུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཆན་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ཅ་༥ ནི་སློབ་མའི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཚོགས་གསར་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཚོགས་གསར། སྒྲ་གདངས།
བྱེད་སྒོ། གཤན་གསལ་གྱི་ཚོགས་གསར་རྣམས་སྤྱོར་ཀློག་བྱས་ནས། ཚོགས་གྲུབ་རེ་རེ་ཕེངས་ཕྱ་རེར་ཟྭས་བློས་བྱེད་དགོས།

སྤྱི་ཚོགས།	མ་འོངས་པར་དས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་མི་སྒྲོ་པོ་ལ་རོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།
ཏུར་ཐག	སློབ་སྦྱོང་ཏུར་ཐག་བྱས་ན་གཞན་ལ་རོགས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད།
དམིགས་ཡུལ།	ཆུང་དུས་ནས་དམིགས་ཡུལ་དེས་ཅན་ཞིག་འཛིན་དགོས་ཡ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད།
གནོན་ཤུགས།	གནོན་ཤུགས་མེད་པའི་ལས་ཀ་ཞིག་རགས་ན་སྒྲིང་པ་ལ།
གྲུབ་འབྲས།	དཀའ་ལས་ལ་དཔོག་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་རེད།
ཁྱིམ་གཞིས།	ཐུ་གུའི་ཆེད་དུ་རང་གི་ཁྱིམ་གཞིས་བརྟན་པོ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད།
ལས་འཚར།	ལས་འཚར་སྣུས་དག་པོ་ག་ཚོད་ཡོད་ན་དེ་ལ་དཔོག་པའི་འབྲས་བུ་ཡང་སྣུས་དག་པོ་ཐོན་ཀྱི་རེད།
ལམ་སྟོན།	ཉམས་སྒྲོང་མེད་མཁན་ཞིག་གིས་ལམ་སྟོན་བྱེད་ན་གང་མོ་ཤོར་ཀྱི་རེད།

གཏན་འཇུག།	སོ་སོའི་སྟོབ་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཀ་བྱེད་པར་ལས་བྱེད་གཏན་འཇུག་ཀྱི་ངོ་བོར་གནས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད།
ཕན་སེམས།	ལས་གནས་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་སྤབས་ཕན་སེམས་ཀ་ཚོད་ཡོད་ན་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་སེམས་པ་སྐྱེད་པོ་ཡོང་གི་རེད།

རྒྱུན་སྟོད་སྐད་ཆ། ཏང་སངས་སོང། སྤྲུག་པོ་མྱངས་སོང། ལམ་འགྲོ་རྒྱུགས་སོང།

ཇ་སྐར་ཡང་པར་རིས་ངོ་སྟོད། ཥདམིཀས་ཡུལ། ཤེས་ཟིན་པ་སྟོང་བརྟན།
བྱེད་སོ། གོང་གི་ཚོགས་གསར་རྩམས་བེད་སྟོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྐར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཁྲབ་ནས་སྐྱོང་མོལ་བྱེད་དགོས།

། ཚེགས་གྲུབ་གོ་རིམ། ཥ་ངེས་ཤེས་ཡུལ། གོ་རྒྱས་ནུས་རྩལ།

ཕྱིད་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཕྱང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དགེ་ཚ་དང་ཕན། མིང་ཚེག་གོ་རིམ་འཕྲུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

མངལ་སྦྱོར།
མངལ་གྱི་གནས་སྐབས།
དཔེར་འབྱུར།
ཉིས་པ།
གཞོན་ནུ་མ།
ཁམས་འགོགས།
ཕ་ནས་ཁ
ཁ
ཁ

ནས་སོ་སོའི་ཕ་མ་མཉམ་དུ་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་མོད། དེ་རྗེས་སོ་སོའི་མ་འོངས་པའི་དམིགས་ཡུལ་དང་སྨོན་གསོ། དེ་བཞིན་ཁོང་ཡུག་སོགས་ཀྱི་རྒྱུགས་རྒྱན་མི་འདྲ་བའི་རྒྱན་གྱིས་སྣེར་གྱི་མདུན་ལམ་དང་ལས་དབང་ལ་ཡང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་སོ་སོའི་རེ་བ་དང་དམིགས་ཡུལ་ལ་དཔོག་པའི་དགེ་རྩན་དང། སྨན་པ། ཚོང་པ་སོགས་ཀྱི་ལས་རིགས་སྣ་ཚོགས་པ་ཞིག་འདེམས་བཞིན་ཡོད། ལས་རིགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་བདམས་རུང་མི་ཚེའི་ནང་དོན་སྙིང་ཡོད་པ་དེ་ནི་སོ་སོ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་མ་ཡིན་པར་གཞན་ཕན་གྱི་ལས་རིགས་ཞིག་གཉེར་ཐུབ་པ་ཡིན། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་གཅིག་ཕན་གཅིག་གྲོགས་དང་ཞེ་བདེ་མཉམ་གནས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་དུ་སྐྱེར་ཐུབ་པ་ཡིན།

༥ རང་མོས་སྒྲོང་མོལ། ཥ་ཏི་ཡཱ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།

ཕྱིད་ཚོ། དགེ་ཆན་གྱི་ཏི་བར་སློབ་ཕྲུག་གིས་ལན་ཕྱལ་ཟེས། ཏི་བ་ཏེ་དག་སློབ་ཕྲུག་ལ་ཚུར་འདིར་འཛུག་དགོས།

དགེ་ན།

དགེ་ཆན། ང་ཚོའི་མི་ཚེའི་མཐུན་ལམ་གསལ་པོ་མེད་པ་ནི་གོང་གི་བར་རིས་འདི་ནང་བཞིན་རེད། ཁྱེད་རང་ལ་དམིགས་ཡུལ་གา་རེ་ཡོད།

སློབ་ཕྲུག ----------

༦ བསྐུར་སྟོང་། ཥ་ཏི་ཡཱ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།

ཕྱིད་ཚོ། གོང་དུ་ཁྱེད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང་། རྒྱུན་སྟོང་གྱི་སྐད་ཆ། དེ་བཞིན་བརྗོད་རྒྱུད་རྣམས་བསྐུར་བློས་ཡང་བློས་གྱིས་སྟོང་བརྗེར་ཕྱིད་དགོས།

༧ ཐུ། ཥ་ཏི་ཡཱ་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།

ཕྱིད་ཚོ། ཐུ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་ཏི་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཛུག་དགོས། སློབ་མས་ངོན་དག་ངོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཚོག ཀ། ཁོང་ཚོས་གা་རེ་བཤད་གྱིན་འདུག ཁ། ཚོག་གা་ཚོད་ཤེས་སོང་། ཆ་བྱའི་སློབ་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔོག་པའི་ཏི་བ་ཏིས།

༡ བརྗོད་སྟངས། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བརྗོད་ངོ་སྟངས།

བྱང་སྒོ། གཤམ་གསལ་བརྗོད་ཀྱི་སྒོམ་གཞི་ངོ་སྟངས་བྱས་ནས། སློབ་ཕྲུག་ལ་ཐེངས་ཐུ་བསྐྱར་རྒྱོས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བརྗོད། བྱ་ཚིག+ལ་མ+བྱ་ཚིག+ལ།

ཚིག་གྲུབ། ངས་ཁོང་ཚོའི་མིང་རྒན་ལ་མ་རྒན་བྱེད་ཀྱི་འདུག

སློབ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཚིག་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྡན་དུ་དེ་དག་གི་སྦྱོང་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྒོམས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྤྲོ་སྙོང་ཡོང་བ།

༨ མིང་ཚིག་གོ་རིམ། ཤད་མེད་ཕལ་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་སྒྲོང་བཤད།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གྱི་ཚིག་གྲུབ་རྣམས་མཐུན་སྒྲོར་བྱས་ནས་བསྡུར་བློས་བྱོས།

༡ སྒྲ་ཀུ	འཚོད་ལ་མ་འཚོད་ལ	ཅམ་གྱིས་སྐད་སྒྲར་བྱེད་ཡ་ཁག་པོ་རེད།
དཀར་སྨོག	རྒྱུ་ལ་མ་རྒྱུ་ལ	ལྷེབ་ཅིག་བརྒྱབ་ན་ཅུམ་སྒྲ་རྒྱ་གི་རེད།
དཀའ་ངལ	སྐམ་ལ་མ་སྐམ་ལ	ཐོས་ན་གཟུགས་པོར་འཛོད་ཀྱི་མ་རེད་ཟེར།
སྨན་བས་ཤ	བཤད་ལ་མ་བཤད་ལ	བྱས་ཅང་མཁྱོགས་པོར་བྱིས་ཚར་མ་སོང།
པོད་སྐད	ཤེས་ལ་མ་ཤེས་ལ	བྱས་ན་རོགས་པ་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་རེད།

༢ གླ་ཆ	ཡོང་ལ་མ་ཡོང་ལ	བྱེད་དུས་སྨན་ཁང་ལ་སྟོན་དགོས་རེད།
ཅ་ལག	སྤྲད་ལ་མ་སྤྲད་ལ	བྱས་ན་བཤད་མཁན་ཉོན་དང་ཉོན།
ཕྱ་གྱས་ཟ་མ	ཟ་ལ་མ་ཟ་ལ	བྱེད་ནང་རྣམ་འགྱུར་ཡག་པོ་སྟོན་དགོས་རེད།
བཤད་དུས	ཉོ་ལ་མ་ཉོ་ལ	བྱས་ན་ལས་མི་ཚང་མ་འགྲོ་ཡི་རེད།
ཤོག་ལབ་དུས	ཉན་ལ་མ་ཉན་ལ	བྱས་ན་རྟེས་ལ་སྲུས་སྐད་གཏང་གི་རེད།

༩ སྒྲོང་བཤད། ཤད་མེད་ཕལ་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་ལེད་སྒྲོད་གཏོང་ཕྱབ་པ།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཤད་སྒྲོད་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏེ་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

༡༡ བསྡུར་སྒྲོང་། ཤད་མེད་ཕལ་ཡུལ། ཐུངས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིད་སྒོ། གོང་དུ་ཕྱིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚིག་དང་། རྒྱུན་སྒྲོད་ཀྱི་སྐད་ཚ། བཤད་སྒྲོད་གསུམ་བསྡུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བཤད་བྱེད་དགོས།

༢༢ བར་སྟོང་། ཥ་ཁ་ཨ་ཡ་ཡ། བཅུ་སྟོང་སྟོང་བཅུ།
ཕྱིར་སྐོ། གཤན་གསལ་ཚོགས་གྲུབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

དགའ་ལ་མ་དགའ་ལ། སློབ་ཡོན། དེབ། སློབ་གྲྭ། རོགས་པ། གྲོད་ཁོག སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ། ཉོ་ཆ། གནས་ཚུལ། ཆང་ས།

༡ མདང་དགོང་ཐུགས་སྟོའི་སྐབས་ལ་_____རྒྱུ་ལ་མ་རྒྱུ་ལ་བྱས་སོང་།
༢ ཆོ་རིང་གིས་ཐུ་གུའི་_____སྨྲད་ལ་མ་སྨྲད་ལ་བྱེད་ཀྱི་འདུག
༣ དཏྭལ་འདང་ལ་མ་འདང་ལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན་_____མ་རྒྱུ
༤ བསྟན་འཛིན་_____འགྲོ་སྟེང་འདོད་ལ་མ་འདོད་ལ་བྱས་ནས་ཕྱིན་སོང་།
༥ འཚམ་ལ་མ་འཚམ་ལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན་_____རྒྱུ་ཡ་ཡོད་མ་རེད།

༡ ཁོ་གཉིས་བཟའ་ཚང་ཡིན་ནའང་ཕན་ཚུན་ལ་_____བྱེད་ཀྱི་འདུག
༢ ཁོས་ཏ་གོ་ལ་མ་གོ་ལ་བྱས་ནས་_____མང་པོ་ཞིག་བཤད་སོང་།
༣ སྟོ་པོས་མིག་གིས་མཐོང་ལ་མ་མཐོང་ལ་བྱས་ནས་____ཅིག་གློག་གི་འདུག
༤ ཁོས་མཐའ་འཁྱོལ་ལ་མ་འཁྱོལ་ལ་བྱས་ནས་_____མཐར་ཕྱིན་སོང་།
༥ ཐུ་གུ་དེས་ཐུབ་ལ་མ་ཐུབ་ལ་བྱས་ནས་_____བྱེད་ཀྱི་འདུག

༡༣ སྦྱོང་བརྡར། ཥ་ཏི་ཡ་ཡུལ། བརྡ་སྦྱོང་སྦྱོང་བརྡར།
བྱེད་སྒོ། ཁོང་གི་ཆོག་གྱུར་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། དུས་གསུམ། དགག་ཆོག ཏྲི་ཆོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྦྱོང་བརྡར་བྱེད་དགོས།

༡༤ གླེང་མོལ། ཥ་ཏི་ཡ་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
བྱེད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སྒོས་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་གློག་དགོས།

དཀོད་དང་གི་རེ་བྱེད་རྩིས་ཡོད།

བསྟན་འཛིན། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས། ཚེ་དབྱངས་ལགས།

ཚེ་དབྱངས། ལགས། ཐུན་ལགས། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།

བསྟན་འཛིན། ཁྱེད་རང་དེང་སང་ཁྱོན་ནས་མཐོང་ཡ་མི་འདུག ཨ་ནི། མཐོ་སྟོན་གা་པར་འགྲོ་ཡི་ཡོད།

ཚེ་དབྱངས། ང་ད་ལྟ་མཐོ་སྟོན་ལ་འགྲོ་རྒྱ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ད་དུང་མ་འོངས་པར་གা་རེ་བྱེད་དགོས་མིན་ཏ་གོ་ཡི་མི་འདུག བྱས་ཅང་ནང་ལ་ད་གা་སེ་བསྟད་བསྟད་ཡོད།

བསྟན་འཛིན། ཨ་ཅི། དེ་འདྲ་བྱས་ན་འགྲེག་གི་མ་རེད། དུས་ཚོད་རྐད་དེ་འཕྲོ་བརླག་འགྲོ་ཡི་རེད། དུས་ཚོད་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་རེད། ཁྱེད་རང་རིག་པ་ཡག་པའི་སྒང་ལ་

བཙོན་འགྲས་ཀ་ལས་པ་ཡོད་རེད། ད་དུང་ཚན་རིག་གི་རྩང་གཞི་
ཡག་པོ་ཡོད་ཅང་མགྱོགས་པོར་མཐོ་སྟོན་གང་རུང་ཞིག་ལ་འགྲོ་
དགོས་རེད།

ཆེ་དབྱངས། ལགས་རེད། ཆོས་ལུགས། སྤྱི་བཏང་སེམས་ནང་ལ་འཚར་
གཞི་གཉིས་ཡོད། ཡིན་ནའང་གཅེ་འདེམས་དགོས་ཡོད་མེད་
ཀ་གོ་ཡི་མི་འདུག ད་ལྟ་བར་དུ་ལམ་སྟོན་ཞུ་ས་ཡག་པོ་ཞིག་མ་
རག་པར་ལྟག་བསྡད་ཡོད། དེ་རིང་ཆོས་ལུགས་ཁྲིད་རང་ཡག་པོ་
ཞེ་པོ་ཞིག་མཇལ་བྱུང། ཆོས་ལུགས་ཁྲིད་རང་གིས་བྱས་ན། མ་
འོངས་པར་སྨན་པ་བྱས་ན་ཡག་གཡོད་རེད་པས། ཚན་རིག་གི་
དགེ་ཆོན་བྱས་ན་ཡག་གཡོད་རེད།

བསྟན་འཛིན། ཁྲིད་རང་གི་འཚར་གཞི་གཉིས་ཀ་དགེ་ཡག་པོ་འདུག ག་དུས་
ཡིན་ནའང་དམིགས་ཡུལ་མཐོ་ཅམ་དགོས་རེད། ངས་བྱས་ན་
ཚན་རིག་གི་དགེ་ཆོན་བྱེད་ཐུབ་ན་དགེ་ཡག་པོ་ཡོད་རེད། གང་
ཡིན་ཟེར་ན་དེང་སང་སྟོན་གྲ་ཁག་གི་ནང་དུ་ཚན་རིག་གི་དགེ་
ཆོན་ཚད་ལྟན་དགེ་དཀོན་པོ་རེད། ཁྲིད་རང་ལ་ཚན་རིག་གི་རྩང་
གཞི་འཇེགས་བྱ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། རིག་པ་དང་བཙོན་འགྲས་

ཚང་མ་འཇོམས་ཡོད་པ། བྱས་དུས་མཐོ་སྟོབ་ལ་ཕྱིན་ན་ཚན་
རིག་ཁོ་ནའི་ཐོག་ལ་རིགས་གཅིག་ཏུ་འཇོན་པ་ཚགས་ཐུབ་ཀྱི་
རེད། དེ་འདྲ་བྱུང་ན་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་པན་ཐོགས་ཞེ་པོ་ཞིག་
ཡོང་གི་རེད་ལ། ཁྱེད་རང་གི་མདུན་ལམ་ལ་ཡང་དཀའ་ངལ་
འཕྲད་ཀྱི་མ་རེད། དེ་མ་བརྗེད་པ་གྱིས་ཞ།

ཚེ་དབྱངས། ལགས་སོ།། ཏཱན་ལགས། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ཁྱེད་རང་གི་ལམ་སྟོན་
གཞིར་བཟུང་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

༧༥ འཕྲོ་ལ་སྟོན། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཁ་བདེ་པོ།
ཕྱིར་སོ། དགེ་སློབ་ལྷན་ཌུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་སྣ་ཡིན་ལུལ་ཀྱིས་གླེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༧༨ གོ་སྣའི་གཏམ་དཔེ། ཥ་ཏ་ཀ་ཡུལ། ཡུལ་སྲོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱུ།

བསླབ་བྱ་བརྒྱ་ལས།། སྣ་སྲུན་གཅིག་དགའ།།

བརྗོད་གཞི། མཏུན་ལམ་དང་ལས་དབང་།

ཕྱིས་སུ་སོ་སོའི་ལས་ཀྱིས་དགེ་ཆན་བཟང་པོ་དང་མཛལ།

༢ པར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། མ་ཤེས་པ་ངོ་སྤྲོད།
ཕྱིད་སྒོ། གཤམ་གསལ་གྱི་པར་རིས་ལ་བལྟས་ནས་སྒེང་མོལ་བྱེད་དགོས།

སྒོམ་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

སྒེང་མོལ། སྒོམ་ཚན་འདི་སྦྱངས་རྗེས་མཏུན་ལམ་དང་ལས་དབང་སྐོར་བཤད་ཁན་ཐུབ་དགོས།

བརྡ་སྤྲོད། (བྱ་ཚོགས་+བད་ལ་མོར་) གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ལ་སྤྱོད་ཐུབ་དགོས།
དགེ་ཆན་ཀྱིས་སྒོམ་མ་ལ་སྒྲ་གང་དས་ཚོགས་སྤྱོར། བཟང་ཆ་སོགས་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྟན་བཙོད་བྱེད་དགོས། ཆུ་ཚོད་གཅིག་ནས་སྐར་མ་༧༥ ནི་དགེ་ཆན་ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་དང་། སྐར་མ་ཅ་༥ ནི་སྒོམ་མའི་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཡིན།

༢ ཆོས་གསར་ངོ་སྤྲོད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། ཆོས་གསར། སྒྲ་གདངས།
ཕྱིར་སྤེལ། གཤམ་གསལ་གྱི་ཆོས་གསར་རྣམས་སྤྱོར་གློག་བྱས་ནས། ཆོས་གྲྭབ་རེ་རེ་ཕེངས་ལྟ་རེར་རྟེས་བློག་ཕྱིད་དགོས།

ཚུང་དུས་ཀྱི་འཚོ་བ།	ཚུང་དུས་ཀྱི་འཚོ་བ་ནི་མི་ཚེའི་ཆཤས་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད།
ལོག་སྤྱོད་གྱི་བརྒྱད་རིམ།	ལོག་སྤྱོད་གྱི་བརྒྱད་རིམ་ཚད་ལྡན་ཞིག་མེད་ན་ལས་ཀ་སྤྱས་དག་ཅིག་བྱེད་ཡ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རེད།
ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི།	ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་ལས་གང་ཟག་སྒེར་པ་གལ་ཆེ་བར་བཙུས་ན་མགོ་ལོག་རྩེ་ཡི་རེད།
གདོང་ལེན།	དཀའ་ངལ་ལ་གདོང་ལེན་མ་བྱས་ན་རྒྱལ་ཁ་ཟེར་བ་ཞིག་ནམ་ཡང་ཐོབ་ཁག་པོ་རེད།
གནས་དབྱུང།	སྲིད་འཛིན་ཡིན་ནའང་དྲང་པོ་མ་བྱས་ན་མི་མང་གིས་གནས་དབྱུང་གཏོང་ཆོག་གི་རེད།
ལྷོད་གཡེང།	ལོག་སྤྱོད་དང། ལས་ཀ་བྱེད་དུས་ལྷོད་གཡེང་བཏང་ན་དུས་ཚོད་རྩོགས་ཁད་ལ་མོར་འགྱོད་པ་སྐྱེ་ཡི་རེད།

དང་སྟེལ།	ཆོས་ལུགས་དང་སྟེལ་བྱེད་པ་ལས་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་གོམས་གཤིས་དང་སྟེལ་བྱས་ན་དགེ་མཚན་ཆེ།
ཤུགས་རྒྱན།	ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱན་ཐེབས་ཀྱི་མེད་ན་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཆོས་བྱེད་སྟངས་ལ་དོར་བའི་ཆ་ཞིག་ཏན་ཏན་ཡོད་རེད།
སྐྱལ་མ།	དགེ་ཏན་གྱིས་སློབ་ཕྲུག་ལ་སློབ་སྤྱོང་བྱེད་དགོས་རེད་ལབ་ནས་སྐྱལ་མ་གཏོང་དགོས་རེད།
སློབ་གསོ།	སློབ་གསོའི་ནང་ནས་མཆོག་ཏু་གྱུར་པ་ནི་ཕ་མའི་སློབ་གསོ་རེད།

རྒྱུན་སྤྱོད་ཀྱི་སྐད་ཆ། གང་ལ་གང་འཚམས། ཚད་མཐོ་པོ། མ་འོངས་པའི་མི་ཆེའི་ནང་། དེ་འགྲོ་སྟངས་རེད།

༡ སྐར་ཡང་བར་རིས་ངོ་སྤྲོད། ཥ་ཏམིགས་ཡུལ། རིས་ཟིན་པ་སྤྱོང་བརྡར།
བྱེད་སོ། གོང་གི་ཚོག་གསར་རྣམས་བོད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། གོང་གི་པར་རིས་ལ་སྐར་ཡང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་དེ་རྗེས་པར་རིས་ལྟར་འཁྱོལ་ནས་སྒྲིང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༤ ཆོས་གྲྭ་གོ་རིམ། ཥ་ཁེགས་ཡུལ། གོ་རྒྱུགས་ནུས་རྩལ།

ཕྱིར་སྐོ། གཤམ་གསལ་གྱི་རྩོམ་ཕྱང་འདི་བཀླགས་རྗེས་དག་ཆ་དང་ཕྱད། མིང་ཆོག་གོ་རིམ་འཚུགས་པ་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་བཅོས་དགོས།

ལག་རིས་ལ་བལྟས་ནས་མི་ཆེའི་མདུན་ལམ་སྐོར་བཤད་པ།

མིའི་རིགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དང་མི་ཆེའི་ཕུགས་མདུན་ལ་རིགས་སྣ་ཚོག་པ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་དཀའ་ངལ་སེལ་བ་དང་མདུན་ལམ་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ལ་ཡང་ཐབ་ལམ་མང་དག་ཅིག་ཡོད། ཁ་ཤས་ཀྱིས་དཀའ་ངལ་གྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་ལ་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ཏེ་དཀའ་ངལ་ངོས་ཟིན་པའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་

བར་བྱེད་པ་དང་། ཁ་ཤས་ཀྱིས་དད་པ་དང་ཡི་ཆེས་ཀྱི་ལམ་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་བ་དང་མཐུན་ལམ་ཡག་པོ་ཡོང་བ་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ལག་རིས་ལ་བལྟས་ནས་མ་འོངས་པའི་མཐུན་ལམ་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་རྩིས་པ་ལ་སྐད་ཆ་འདྲི་བའི་ལུག་སྲོལ་ནི་ཤར་ཕྱོགས་པ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་དར་ཁྱབ་ཆེ་ཞིང་། དེ་བཞིན་རྩིས་པས་གསུངས་པ་ལྟར་མཐུན་ལམ་ཡག་པོ་ཡོང་བའི་ཕྱིར་དུ་བཀྲིགས་དང་བར་ཚད་སོགས་ལ་འཛེམས་པའི་ལུགས་སྲོལ་ཀྱང་ཡོད།

༥ རང་མོས་སྒྲོང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིར་སྐོ། དགེ་ཏན་ཀྱི་ཏི་བར་སྨོན་ལམ་ཕུལ་གིས་ལན་ཕུལ་ཟེས། ཏི་བ་དེ་དག་སྨོན་ལམ་ལ་ཚུར་འཏིར་འཇུག་དགོས།

དགེ་ཏན།

དགེ་ཏན། ཁོང་ཚོ་མི་སྣ་དང་མི་འདྲ་བ་གཅིག་ཡིན་ན། ཁོང་ཚོ་ཅི་བྱེད་ཡ་དེ་ ཁོང་ཚོའི་ལས་དབང་རེད་བས།

སྨོན་ལམ། ----------

༦ བསྐྱར་སྒྲོང་། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྒྱལ།
ཕྱིར་སྐོ། གོང་དུ་ཁྱོད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོགས་དང་། རྒྱན་སྒྲོང་ཀྱི་སྐད་ཆ། དེ་བཞིན་བཙན་སྒྲོད་རྣམས་བསྐྱར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྲོང་ བཙར་བྱེད་དགོས།

༢ སྒྲ། ཥ་ཏ་ཡིག་ཡུལ། ཉན་རྒྱལ།

ཕྱིད་ཚོ། སྒྲ་ལ་ཚར་གསུམ་ཉན་ནས་གཤམ་གསལ་དེ་བ་ལ་ལན་རྒྱག་འཇུག་དགོས། སྨོན་མས་དོན་དག་རོབ་ཙམ་ཤེས་ན་ཆོག ༡། ཁོང་ཚོས་ག་རེ་བཤད་ཀྱིན་འདུག ༢། ཆོག་ག་ཚོད་ཤེས་སོང། ཕ་བཅའི་སྨོན་མའི་གནས་ཚད་ལ་དཔོག་པའི་དྲི་བ་དྲིས།

༤ བརྡ་སྦྱོང། ཥ་ཏ་ཡིག་ཡུལ། བརྡ་སྦྱོང་ངོ་སྦྱོང།

ཕྱིད་ཚོ། གཤམ་གསལ་བརྡ་སྦྱོང་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་ངོ་སྦྱོང་བྱས་ནས། སྨོན་ཕྱུག་ལ་ཐེངས་ཕ་བསྐྱར་སྨོས་བྱེད་འཇུག་དགོས།

བརྡ་སྦྱོང། བྱ་ཆོག+ཁད་ལ་མོར།

ཆོག་གྲྭ། སྒྲ་སྟན་དགོལ་ཁད་ལ་མོར་སྐྱེད་པ་ཞིག་ཆད་སོང།

སྨོན་ཚན་འདིའི་དམིགས་ཡུལ།

1. མིང་ཆོག་གསར་པ་སྦྱོང་བ་དང་ལྡན་དུ་དེ་དག་བོད་སྦྱོང་གཏོང་བ།
2. གླེང་མོལ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྒོབས་པ་བསྐྱེད་པ།
3. ས་སོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བོད་སྐད་ལ་སྒོ་སྐང་ཡོང་བ།

༨ མིང་ཚོགས་གོ་རིམ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཅུ་སྒྲོད་སྒྲོང་བཅུ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤགས་ཀྱི་ཚོགས་གྲུབ་ནས་མཐུན་སྒྲོར་བྱས་ནས་བསྒྲུར་བློས་ཕྱོས།

༡ མཐོ་སྟོན་ལ་འགྲོ་		གཞུང་གིས་གནས་དབྱུང་བཏང་སོང།
ཚང་ས་རྒྱུག་		གནམ་གྱེའི་འཛོན་བྱང་བརླག་ཅིག
འགོ་ཁྲིད་ཆགས་	ཁད་ལ་མོར་	ཚོང་ཅིག་གི་དངུལ་བརླག་ཅིག
གནམ་ཐང་ལ་སྟེབས་		སྟོན་ཡོན་རག་མ་སོང།
ཚོང་འགྲུབ་		མནའ་མ་བྲོས་ཅིག
༢ འོས་ཅོག་ཐོབ་		སེར་བས་བཅོམས་སོང།
ལྷ་གུ་སྐྱེས་		དམག་མིས་འཛུས་སོང།
གླ་པ་བྱེད་	ཁད་ལ་མོར་	བཟའ་ཚང་ཁ་ཐོར་སོང།
ས་མཚམས་བརྒལ་		མཇོས་མས་སེམས་དགྱེས་འདུག
སྟོན་ཐོག་བསྡུ་		འོས་མི་གྲོངས་སོང།

༧༠ སྒྲོང་བཅུ། ཤད་མེགས་ཡུལ། བཅུ་སྒྲོད་བོད་སྒྲོད་གཏོང་ཐུབ་པ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་སྒྲངས་ཟིན་པའི་བཅུ་སྒྲོད་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང། དུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏེ་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྒྲོང་བཅུར་བྱེད་དགོས།

༧༧ བསྒྲུར་སྒྲོང། ཤད་མེགས་ཡུལ། སངས་ཟིན་པ་དག་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་དུ་ཁྲིད་ཟིན་པའི་མིང་ཚོག་དང། རྒྱུན་སྒྲོད་ཀྱི་རྣད་ཚ། བཅུ་སྒྲོད་གསུམ་བསྒྲུར་བློས་ཡང་བློས་ཀྱིས་སྒྲོང་བཅུར་བྱེད་དགོས།

༢༢ བར་སྟོང་། ཤ་ཅི་མིག་ཡུལ། བཤད་སྒྲོད་སྒྲོང་བཤད།
ཕྱིད་ཕྱི། གཤན་གསལ་ཚོགས་གྲུབ་ནང་གི་བར་སྟོང་ལ་སྐོང་དགོས།

ཐུ་གུ། མཐོང་མཆན། དཀྱལ། མགོ་བཏགས། དཀྱལ་ཁང་། ས་ཡོམ། ཞབས་ཞུ། གསང་བ། རན། སྟོབ་ཡོན།

---

༡༣ སྤྱོང་བཤད། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་སྤྱོད་སྤྱོང་བཤད།
ཕྱིད་ཕྱོ། གོང་གི་ཚོག་གྲྭབ་དེ་དག་གང་ཟག་གསུམ་དང་། ཏུས་གསུམ། དགག་ཚོག ཏྲི་ཚོག་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྤྱོང་བཤད་ཕྱིད་ དགོས།

༡༤ གླེང་མོལ། ཥ་དམིགས་ཡུལ། བཤད་རྩལ།
ཕྱིད་ཕྱོ། གཤམ་གསལ་གླེང་མོལ་འདི་དག་སློབ་གཉིས་ཀྱིས་རེས་མོས་བྱས་ནས་བློག་དགོས།

ཕྱི་ས་སྲུ་སོ་སོའི་ལས་ཀྱིས་དགེ་རྒན་བཟང་པོ་དང་མཇལ།

གསར་འགོད་པ། དེ་རིང་ཁྱེད་རང་ལ་བཀའ་འདི་ཁས་ཤེས་ཤིག་ཞུས་ན་འགྲིག་གི་རེད་བས།

དག་འཕྲིན། ཡིན་དང་ཡིན། ཁྱེད་རང་གིས་འདི་རྒྱང་གནང་རོགས།

གསར་འགོད་པ། ཁྱེད་རང་གི་མཚན་དང་ཕ་ཡུལ་སོགས་གা་ནས་ཡིན་མིན་ང་ཚོས་སྤ་ས་ནས་གོ་ཐོང་ཡོད། བྱས་ཅང་རྩ་བའི་ཁྱེད་རང་ཕྱི་རྒྱལ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁྱེད་རང་ཅོམ་མ་ཟད་ཁྱེད་རང་གི་ཕ་མ་གཉིན་ཉེ་ཚང་མ་ཕྱི་རྒྱལ་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁྱེད་རང་བོད་པའི་རིག་གཞུང་ལ་དུང་བ་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ལ་དུང་ཞེན་ཆེ་ཞིང་། ནང་བསྟན་ལ་དེ་བས་ཐུགས་ཁུར་ཡོད་པའི་ཀུན་སྤྱོང་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་སློབས་སོང་།

ངག་འཕྲིན། དཀ་དེ་འདི་འདྲ་རེད། ཙུ་བའི་ང་རང་སྐྱེས་ས་ནང་པའི་ཆོས་ཆོགས་ཤིག་ནང་ཡིན་པ་དང་། ང་རང་གི་ཕ་མ་ཡིན་ནའང་ནང་པ་ཡིན་པར་མ་ཟད་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་ང་རང་ཡང་ཆུང་དུས་སོ་སོའི་ལུང་པར་འཚར་ལོངས་བྱུང་། དེ་ནས་ལོ་གང་ལ་གང་འཚམས་ནས་སོ་སོས་མ་སྒྲུལ་དང་བླངས་ཀྱིས་ཤར་ཕྱོगས་སུ་ནང་ཆོས་ཏོག་ཅམ་སྦྱང་རྒྱ་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམས་ནས་རྒྱ་གར་དུ་ཡོང་། ཕྱིས་སུ་སོ་སོའི་ལས་ཀྱིས་དགེ་ཏན་བཟང་པོ་དང་མཇལ། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཏེ་མ་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱའི་གོ་སྐབས་བྱུང་། ལྷག་པར་དུ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་ཡ་ཐལ་དཀར་ཅིས་ལ་ལྷག་ཏु་སྦྱང་བཙོན་བྱས་པ་ཡིན།

གསར་འགོད་པ། རེད་རེད། དངོས་གནས་ཡག་པོ་བྱུང་ཤག མིའི་མི་ཚེའི་ནང་མི་སོ་སོའི་ལས་དབང་ཁྱོན་ནས་འདྲ་ཡི་མི་འདུག་ག ཇི་རེད། ཁྱེད་རང་གི་སློབ་སྦྱོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་ག་རེ་ག་རེ་འཐད་པ་དང་དེ་དག་ལ་གཏོང་ལེན་གང་འདྲ་གནང་ཡིན།

ངག་འཕྲིན། དཀའ་ངལ་ད་མང་པོ་ཞིག་འཐད་སོང་། ཡིན་ནའང་གཏོང་ལེན་

ཟེར་བ་དེ་གཙོ་བོ་སོ་སོས་དང་ལེན་བྱས་མ་བྱས་རེད་པ། དང་ལེན་བྱས་པ་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་གཅིག་ཡིན་ནའང་གོ་སྐབས་ཙམ་ལས་དཀའ་ངལ་རང་མ་རེད། ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་དང་ལེན་བྱེད་མ་ཐུབ་ན་དངོས་གནས་ཁག་པོ་རེད།

གསར་འགོད་པ། ཡག་པོ་ཞེ་པོ་ཞེག་གསུངས་སོང་། བྱས་ན་ཁྱེད་རང་ལ་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཡོད།

དགེ་འཕྲིན། དམིགས་ཡུལ་ད་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞེག་ཡོད། ཡིན་ནའང་གཙོ་བོ། ང་རང་ནང་པའི་རྟེས་འཇུག་པ་ཞེག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ནང་བསྟན་ལ་སྲི་ཞུ་ཐུན་བུ་ཙམ་ཞིག་སྒྲུབ་རྒྱུ་བྱུང་ན་བསམས་ནས་བོད་སྐད་སྦྱོང་སའི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་བསྒྲུག། དེ་ཡང་ནང་བསྟན་ལ་སྲི་ཞུ་སྒྲུབ་དགོས་ན་བོད་པའི་སྐད་དང་རིག་གཞུང་སྲུང་སྐྱོབ་དང་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཡ་དེ་ཅིན་ཏུ་གལ་ཆེན་པོར་མཐོང་སོང་། དེ་བཞིན་བོད་སྐད་དང་། བོད་པའི་བསམ་བློ་གཏོང་སྟངས། རིག་གཞུང་སོགས་ལོ་ཙ་བ་རྣམ་པས་མཁྱེན་པ་བཟོ་ཡ་དེ་ངའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ནང་བསྟན་འདི་འཛམ་གླིང་གི་སྲོ་ཚོར་རེད།

འཇམ་གླིང་གི་མི་ཚང་མས་བོད་སྐད་དང་བོད་པའི་རིག་གཞུང་སྲོང་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད་པ། བྱས་ཅང་ལོ་ཅ་བ་ཏ་ཐག་ཐག་ཅིག་བཟོ་ཐུབ་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་བའི་ཕུགས་འདུན་ཡིན་ལ་རྨི་ལམ་ཡང་ཡིན།

གསར་འགོད་པ། བཀའ་དྲིན་ཆེ། ད་དེ་རིང་དུས་ཚོད་ཀྱིས་རྒྱུན་པས་འདི་ལ་མཚམས་བཞག་གི་ཡིན། ང་ཚོར་དུས་ཚོད་གནང་བར་སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡ་ཡིན། རྗེས་མ་ཡང་བསྒྲུར་གོ་སྒྲབས་གནང་བའི་རེ་བ་ཡོད།

ངག་འཕྲིན། ལགས་སོ།། བྱས་ན་རྗེས་ལ་མཇལ་ཡོང་།

༧ལ ལག་ཐོ་ཁ། ཤ་ཁ་ཁ་ཕྲུག་ཀ་ཀ

ཕྱིར་ཚོགས། དགེ་སློབ་ལྷན་དུ་གོང་གི་པར་རིས་ཤིག་བདམས་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་ལྔ་ཡིན་ཁྲལ་གྱིས་གླིང་མོལ་བྱེད་དགོས།

༧༤ གོ་སྒེའི་གཏམ་དཔེ། ཡུལ་སྲོལ་ལ་ངེས་པ་རྟེད་རྒྱ

ཨོཎ་ཅོ་དང་གྲོགས་པོ་བྱས་ན།། ཨ་ཁ་ཁ་ཕྲུན་མི་ཚད།།