

MAIN
*Multilingual Assessment Instrument
for Narratives*

N. Gagarina, D. Klop, S. Kunnari,
K. Tantele, T. Välimaa,
U. Bohnacker & J. Walters

Tibetan version

Translated and adapted by
Sha Wang & Wenchun Yang

(based on the revised version in English)

© ZAS Papers in Linguistics 64a (2023)

How to cite this version:

Wang, S. & Yang, W. (2023). Adapting the Multilingual Assessment Instrument for Narrative (MAIN) to Tibetan. *ZAS Papers in Linguistics*, 65, 85–90 (see this chapter for more information on the Tibetan version).

Gagarina, N., Klop, D., Kunnari, S., Tantele, K., Välimaa, T., Bohnacker, U. & Walters, J. (2019). MAIN: Multilingual Assessment Instrument for Narratives – Revised. Materials for use. *ZAS Papers in Linguistics*, 63. Tibetan version. Translated and adapted by Wang, S. & Yang, W.

MAIN: Tibetan Version

Sha Wang & Wenchun Yang

སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་གྱི་དོན་བརྗོད་ཚུལ་དཔག་རིུ་མིག་

དབང་ལ་དང་ཡང་མེན་སྐྱོན།

སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་གྱི་དོན་བརྗོད་ཚུལ་དཔག་རིུ་མིག་ ། MAIN ། བོ་བུ་ལོ་༢༠༡༢ ལོ་བྱིས་པའི་ནང་དོན་བརྗོད་ལུས་པར་ཚོད་ལྷ་བྱེད་
ཡ་ཚེད་བཀོད། བྱིས་པ་སྐྱེས་ནས་སྐད་ཡིག་གཅིག་ཡང་ན་སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་ལ་གོམས་ཚེད་ཡིན། ཐོག་མ་སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་གྱི་དོན་བརྗོད་
ཚོད་དཔག་རིུ་མིག་འདྲི་ནི་བྱིས་པ་ལོ་ན་༣ རས་༡༠ ལམས་གཡོན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་གི་ཡོད། ཉེ་དུས་གྱི་ཉམས་ཞིབ་རིུ་མིག་
འདྲི་ལོ་ན་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་ལས་ཚང་མས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ་པ་མིག་སྟོན་གསལ་བཤད། རིུ་མིག་དེ་ནས་ཕུ་གུས་སྐྱུང་གོ་བ་ལེན་སྤངས་དང་
གསར་བཅོ་བྱེད་ཐུབ་མིན་གྱི་ཚོད་ལྷ་བྱེད་ཐུབ། སྐད་ཡིག་གངས་འབོར་གྱི་རིུ་མིག་ནང་བྱིས་པ་གཅིག་གིས་སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་བེད་སྤྱོད་བྱེད་
ཐུབ་མིན་གྱི་ཚོད་ལྷ་བྱེད་ཐུབ་ལ་བཀོད་སྤྱོད་གཏོང་སྤངས་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱང་ཡོད་པ་སྟེ། སྐྱུང་གཏམ་གྱི་དཔེ་མཚོན་དང། བསྐྱར་བཤད། དེ་བཞིན་
ལུས་པ་སྟོན་ཚུལ་བཅས་ཡོད། བོ་བུ་ལོ་༢༠༡༢ ལོ་རིུ་མིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཐེངས་མང་བྱས་པ་དང། བྱིས་པ་ལོ་ན་གསུམ་ནས་བཅུ་ལོན་པ་ལྟ་བུ་
སྐྱུ་གིས་སྐད་ཡིག་གཅིག་གསུམ་གཉིས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ཚོད་ལྷ་ནང་མཉམ་བཞུགས་བྱས་ཡོད། དེ་བཞིན་ཚོད་ལྷ་འཁྲུང་ཚུལ་སྐད་ཡིག་མི་
འདྲ་བ་བཅོ་ལྔ་ཅམ་ལ་བསྐྱབ་པར་བརྟེན་ནས་བོ་བུ་ལོ་༢༠༡༢ ལོ་རིུ་མིག་ཡར་རྒྱས་བྱེད་ཡོད།

བོ་བུ་ལོ་༢༠༡༩ ལོའི་ཨིན་ཇིའི་རིུ་མིག་ནང་བོ་བུ་ལོ་༢༠༡༣ རས་༢༠༡༩ ལོར་ཕུ་གུས་སྐད་ཡིག་གཅིག་གམ་གཉིས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ཕུ་གུ་
བདུན་བརྒྱ་ལྔ་ལ་ཚོད་ལྷ་བྱས་པས་གངས་འབོར་བསྐྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་མ་མི་ ། Germany ། ཟུ་རུ་ ། Russia ། སི་
མི་སྐྱོན་ ། Sweden ། བཅས་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དག་ནང་བསྐྱར་བཅོས་ཞིབ་ཚགས་བྱས་པ་རེད། དཔེ་ན། སྐྱུང་གཏམ་༢༥༠༠ ལྷག་དང། ཉེ་
འཁོར་དུ་ཕུ་གུ་༢༤༠༠༠ ལ་དྲི་བ་དྲི་ལན་གྱི་ཐོག་ནས་དང་པོ་སྐྱུ་འཇུག་བྱས་པ་དང་དེ་ནས་མར་ཡིག་ཐོག་མ་པལ་བ་རེད། བོད་སྐད་ཐོག་
བསྐྱར་བའི་རིུ་མིག་འདྲི་ནི་ཨིན་ཇིའི་རིུ་མིག་ཐོན་གསར་ཤོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིག་སྐྱར་བྱས་པ་རེད།

རིུ་མིག་ནང་སྐྱུང་གཏམ་ཁག་མི་འདྲ་བ་བཞི་ཡོད་པ་དང། ཚང་མར་ཞིབ་ཚགས་གྱི་ཐོག་ནས་འཆར་འགོད་བྱས་པའི་པར་རིས་དུག་བཀོད་
སྐྱེག་བྱས་ཡོད། སྐྱུང་གཏམ་འདི་དག་གི་གཤམ་གྱི་འགྲུར་ཚུལ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད། སྐད་བརྗོད་པའི་རྟོག་འཛིངས། གཞི་སྤྱོད་དང་མ་
མཚོང་གྲུབ་ཚུལ། རིག་གནས་སྤོང་གི་འོས་འཚམས་དང་སྤྱོད་བརྟེན་གྱི་རང་བཞིན།

རིུ་མིག་འདི་ཚོད་ལྷ་ན་ཅན་དུ་གྱུར་མེད་ནའང། དེའི་དམིགས་འཇུགས་གོ་རིམ་དེ་འཆར་འགོད་ཚོད་ལྷ་དང་དབྱེད་བསྐྱར་གཏམ་འབེབས་
དེ་བཞིན་ཚོན་རིག་གི་ཞིབ་འཇུག་བཅས་ཀྱི་ཐང་ལ་ཚོད་ལོན་ཡོད། རིུ་མིག་བེད་སྤྱོད་ག་འདྲ་བཏང་མིན་སྐོར་ཞིབ་ཚོན་ཤོས་འདོད་ན་སྐད་
བརྗོད་པ་༤༣ པའི་ནང་ཨིན་ཇིའི་ལེ་ཆར་ MAIN ཐོན་གསར་པའི་རྒྱབ་ཚུངས། དེ་བཞིན་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྤངས་དང་སྐད་ཡིག་གཞན་ལ་
པལ་སྐྱུར་བྱེད་སྤངས་སོགས་<https://zaspil.leibniz-zas.de/issue/view/53> རང་ནས་ལྷ་ཉན་བྱེད་ཐུབ། ། ༢༠༡༩ ཐོག་གངས་
༤ རས་༡༢ བར། །

ཡིག་སྐོད་དེའི་ནང་དུ།

- ཚོད་ལྷ་བྱེད་ཕྱོགས་གྱི་ལམ་སྟོན།
- ཞེ་མི། བྱི། བྱིའ། རིུ་བཅས་གྱི་སྐྱུང་གཏམ་བཞིའི་གོ་རིམ་དང་བཀོད་སྐྱེག་བྱས་པ།
- རྒྱབ་ཚུངས་གྱི་དོགས་འདུན།
- དཔེར་མཚོན་གྱི་སྐྱུང་བཞི།

ཚོང་ལྷ་བྱེད་ཚུགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན།

ཐོག་མ་རིུ་མིག་དེ་ནི་བྱིས་པ་ལོ་ན་ ༡༠ གཡམས་གཡོན་གྱི་གནས་ཚུང་ཚོང་ལྷ་བྱེད་ཡ་ཚེད་བཀོད། འོན་ཀྱང་རྗེས་སུ་རིུ་མིག་འདི་སྤྱི་གྲུ་ལོ་ན་ཚེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་ཚང་མས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ། རིུ་མིག་འདི་ནི་བྱིས་པའི་སྤྱིང་གོ་བ་ལེན་སྤངས་དང་གསར་བཅོ་བྱེད་ཐུབ་མིན་གྱི་ཚོང་དཔག་བྱེད་པ། སྤྱི་གྲུ་སེམས་འགུལ་ཐེབས་པའི་ཚོང་དུ་ཚོང་དཔག་བྱེད་སྤངས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཚོག་གི་རེད། སྤྱིང་གཏམ་གྱི་དཔེ་མཚོན་དང་། བསྐྱར་བཤམ། དེ་བཞིན་གསལ་བཤམ་དཔེ་དེད། དབྱུང་དཔོག་གི་དམིགས་ཡུལ་དང་དགོས་མཁོ་ལ་རྟེན་ནས་སེམས་འགུལ་ཐེབས་པའི་བྱ་བ་ཞིག་གཏམ་དགོས་རེད། དཔེ་ན། སྤྱིང་གཏམ་གྱི་དཔེ་མཚོན་དེ་བསྐྱར་བཤམ་བྱས་རྗེས་སྤྱིང་ཡང་བཤམ་པའམ་ཡང་ན་སྤྱིང་ལོ་ན་བཤམ་པ། ཚོང་ལེན་ཚོང་ལྷ་བྱེད་མཁན་གྱི་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྤངས་རང་གིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཚོག་

གངས་འབོར་རིུ་མིག་ནང་བྱིས་པ་གཅིག་གི་སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ་མིན་ཚོང་ལྷ་བྱེད་ཐུབ། སྐད་ཡིག་དེ་རེའི་སྤྱིང་འོག་གི་གོ་རིམ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་མ་རེད། སྐད་གཉིས་སྤྱིང་བའི་བྱིས་པའི་དོས་ནས་བརྗོད་ན་སྐད་ཡིག་ཚོང་ལྷ་བྱེད་ཡུན་ཉིན་གངས་བཞི་ནས་བདུན་བར་ཡིན་པ་རེད། སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་དབར་པན་ཚུན་ཤུགས་སྐྱེན་མ་ཐེབས་པ་གང་ཐུབ་བྱེད་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་སྤོན་གྱི་ཚོང་རྒྱགས་ལས་རྗེས་མའི་ཚོང་རྒྱགས་ལ་ཤུགས་སྐྱེན་ཉུང་བ་གཏོང་ཆེད། ལུལ་བྱུང་གི་ཚོང་ལྷ་བྱེད་ཐོག་སྤྱི་གྲུ་སེམས་སྤྱིང་གཉིས་སྤྱིང་གི་སྤྱིང་ཡིག་གཅིག་ལོ་ནའི་ལོར་ལུག་ཞིག་བསྐྱེན་ནས་གཏམ་ལ་འབབས་པའི་ཚོག་འགྲུར་བའི་གནས་སྤངས་རྗེ་ཉུང་དུ་གཏོང་དགོས།

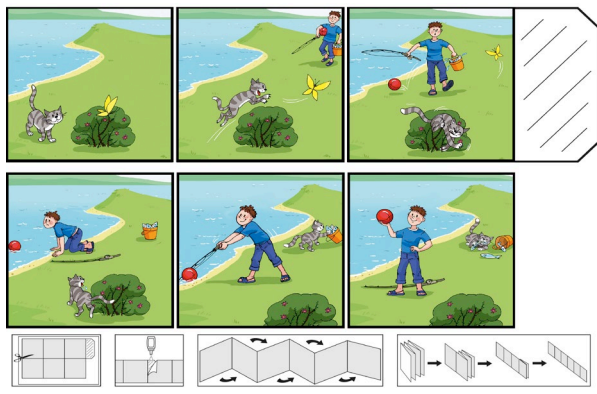
རྒྱ་ཚ།

- བར་རིས་བཞིའི་ནང་དུ། ཕྱི་ལྷོ། རེ་ལྷོ། ཞི་མི་དང་ཁྱི་ཡོད་རེད། སྤྱིང་གཏམ་དེ་རེར་ཚོན་ཁ་ཅན་གྱི་པར་གསུམ་དེ་བཀོད་སྤྱིང་བྱས་ཡོད་པ་དང་། བར་རིས་དེ་རེར་ཡིག་སྐོགས་གཅིག་དེ་ཡོད། ཡིག་སྐོགས་ཁྱོད་བསྐྱོམས་བཅུ་གཉིས་ཡོད།
- སྤྱིང་བཞི་ནི། ཕྱི་ལྷོ། རེ་ལྷོ། ཞི་མི་དང་ཁྱི་འོག་སྤྱིང་ལ་རེད།
- སྤྱིང་པར་བཤམ་བཤམ་པའི་ཡོ་བྱད།
- ཐོབ་གངས་སྤྱིང་སྤོན། སྤྱི་ལོག་གི་སྤྱིང་ཚུལ་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་པ་དང་། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་དང་གོ་བ་ལེན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་གནད་དོན།
- རྒྱ་བསྐྱོངས་ཀྱི་དོགས་འདྲི། འདྲི་མཁན་པ་མཉེ།

བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཚུལ།

དགོས་མཁོ་ཇི་ལྟར་གྱི་སྤྱིང་བྱེད་དགོས།

- 1 བར་རིས་www.leibniz-zas.de/en/service-transfer/main ལྷས་པར་ལེན་བྱེད་དགོས།
- 2 བར་པ་ཚོང་ལྷ་བྱེད་ཀྱིས་བར་རིས་དང་སྤྱིང་གཏམ་ཆ་ཚོང་PDFཡིག་སྤོད་A4ཤོག་བྱ་དཀར་པོ་སྤོང་བར་ཚོན་ཁ་ཅན་པར་སྤོག་གསུམ་རྒྱག་དགོས། བར་རིས་དེ་རེའི་རིང་ཚོད་དང་མཐོ་ཚོད་སན་ཏེ་མི་ཁར་དགུ་རྒྱག་དགོས།
- 3 བར་རིས་ཀྱི་རྒྱབ་ལ་མང་གངས་གཅིག་ནས་དུག་བཀོད་དགོས།
- 4 བར་རིས་དེ་ཚོ་དུམ་བུ་གཉིས་ལ་དབྱེ་དགོས།
- 5 བར་རིས་དུག་ཆ་མཉམ་དུ་སྤྱིང་སྤྱིང་བྱས་ནས་བར་རིས་དང་པོའི་སྤོང་གཉིས་པ། གསུམ་པའི་སྤོང་བཞི་པ། རྒྱ་བའི་སྤོང་དུག་པ་སྤོབ་ཅིག་རྒྱག་དགོས།
དོ་སྤོང་བྱེད་དགོས་པ། མ་བཟུབ་པ་བྱས་བར་རིས་རྒྱུང་རྒྱུང་རྣམས་གཤམ་འོག་གི་སྤྱིང་སྤྱིང་བྱེད་སྤངས་ཐོག་ལམ་སྟོན་བཞིན་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མི་ཅུང་།



6 བར་རིས་དེ་ཡིག་སྐོགས་དེ་ནང་ལྷུག་ནས་སྤྱིང་ཏེ་གོ་བའི་ཚོད་ཉུགས་འདྲ་མིན་བེད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། མཚོན་མདོག་གམ་ཉུགས་ལ་སོགས་པ།

ཚད་ལྡན་གྱི་ཚོང་བཟང་རི་རྩེ་བྱེད་དགོས་པ།

- རྒྱུང་གཏམ་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་སྒྲིག་སྒྲིབ་བཅས་ལ་ངེས་པར་དུ་ཆ་རྒྱས་ཡག་པོ་དགོས།
- རྒྱ་འཇུག་ཚེད་སྐྱ་ལབ་ཡ་དང་བརྟན་ལབ་ཡ་གི་ཡོ་ཆས་གྲ་སྒྲིག་ཡག་པོ་དགོས། རྩོན་གཞིའི་སྲོད་བརྒྱུ་འགོ་མ་འཇུགས་སློན་ནས་རྒྱ་འཇུག་བྱེད་ཡོ་འགོ་འཇུགས་དགོས། ཚོང་བཟང་བྱེད་བའི་རྒྱུད་རིམ་ཆ་ཚང་སྐྱབ་བཅུག་དགོས། དཔེ་ན། སྤྱི་གུའི་དྲི་བ་དྲི་ལན་ཡང་སྐྱ་ལབ་ནང་ངེས་པར་དུ་ཚུད་དགོས།
- འགོ་མ་འཇུགས་སློན་གྱི་སྲོད་བརྒྱུ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་འདས་པའི་ཉམས་སྲོད་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་ལྷགས་ལ་གཞི་བཞག་དགོས། བྱེད་རང་གི་བྱིས་པའི་རྩེན་དུ་སྐོང་མོལ་བྱེད་སྐབས་སྤོང་ཉེ་བའི་འབྲེལ་ལམ་ཐོག་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད་གནད་དོན་ཁ་ཤས་ལ་སྤྱི་གུས་ཏུ་གོ་ཡོང་ཚེད་ཚིག་ལས་སྐྱ་བའི་དོགས་འདྲི་ལ་བསམ་ཤེས་བྱེད་ཐབས་དགོས། དཔེ་སྟོན་དེ་བཞིན། བྱེད་ཀྱི་གོ་གསལ་པོ་ཡག་ཤོས་སྤྱི་བྱེད་རང་བརྟན་འཕྲིན་གྱི་རེ་བཟང་ལ་དགའ་པོ་ཡོད། ད་དུང་བྱེད་རང་རྒྱུད་བཤད་ཡ་དང་ཉན་ཡ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་པས་ལ་སོགས་པ་འདྲི་དགོས།
- ཚོང་བཟང་མ་བྱས་སྟེ་ཡིག་སྒྲིག་གསུམ་ནང་རྒྱུད་གཅིག་མཚུངས་སྤྱི་གུས་ནས་ཚོགས་ཚུལ་བཞག་པ་དང་དེའི་དམིགས་ལྟུང་ནི་ཚོང་བཟང་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྱི་གུའི་ཡིག་སྒྲིག་ནང་རྒྱུད་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མེད་ཤེས་མ་བཅུག་པའི་ཚེད་ཡིན།
- རྒྱུད་གཏམ་རེ་ལ་གསལ་བཤད་ག་རེ་བྱས་པ་ཚོང་ལྟ་བུ་བྱེད་དགོས། སྤྱི་གུ་ཚོ་ལ་གསལ་འདེབས་བྱེད་ཀྱི་གོ་སྐབས་སྤྱད་དགོས། གཤམ་གྱི་བཟང་བཟུལ་དེར་དབྱེད་ཞིབས་བྱས་ཀྱང་ཚོགས།
- པར་རིས་འབྲེལ་སྟོན་ཐོག་གནས་ཚུལ་ཐོལ་བ། ཚོང་ལྟ་བུ་སྐབས་རབ་བྱུང་ན་བྱེད་རང་སྤྱི་གུའི་མཛུན་དུ་བཞུད་ན་ལེགས། ལྷ་མཚན་ནི་འདྲ་པར་དེ་བྱེད་རང་དང་ཐོག་ནས་སྤྱི་གུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་སྤྱི་གུ་གཏན་ལུགས་བྱས་པ་ལ་པར་རིས་སྟོན་སྐབས་དེ་ཉེ་བས་ཚེད་མ་བཅུག་བ་བྱས་ང་ལ་མཚོང་མ་བཅུག་བ་བྱེད་རང་གཅིག་པོས་དང་པོ་ནས་མཐའ་མ་བར་སྟོན་ཟེར་ལབ་དགོས། གཤམ་ཏེ་སྤྱི་གུས་པར་རིས་དེ་འཛིན་མ་བྱས་ན་ཁོང་གི་ཚབ་ལ་བྱེད་རང་གི་པར་རིས་དེ་བྱིས་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཁ་གཏང་ནས་འཛིན་རོགས་བྱེད་དགོས།
- བྱིས་པས་རྒྱུད་བཤད་ཡོ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་ཁོང་ཚོ་ལ་པར་རིས་ཆ་ཤས་གསུམ་ལ་ཉེ་བས་རོགས་བྱེད་དགོས། སྤྱི་གུས་པར་རིས་དེ་ཚོ་བཞུད་བཞུད་དུས་བྱེད་རང་གི་པར་རིས་ནམས་མ་བཟང་བ་བྱས་ཁ་སྤྱི་གུ་ཉེ་བས་དགོས། བྱིས་པ་ཚོས་པར་རིས་དང་པོ་གཞིས་ལ་བཟང་གིན་བཟང་གིས་རྒྱུད་བཤད་དུ་བཅུག་དགོས། དེ་ཚོར་བའི་རྗེས་ཁ་སྤྱི་གུ་པར་རིས་གཞིས་པ་གཞིས་ཉེ་བ་ཚེད་བཤག་ནས་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་ཆ་ཚང་ལ་ཉན་དགོས། པར་རིས་ལྟ་བུ་དང་དུག་པ་ཡང་མ་ཉེ་བས་ན་རྒྱུད་གཏམ་དེའི་པར་རིས་ཚོང་མ་བྱིས་པས་མཛུན་དུ་མཚོང་ཐུབ།
- བྱིས་པས་རྒྱུད་བཤད་བའམ་བཟུར་བཤད་བྱས་ཚར་རྗེས་ཁོང་གིས་རྒྱུད་གི་ནང་དོན་ཇི་ཅམ་ཏུ་གོ་མིན་ཚེད་འདྲི་བ་ཁ་ཤས་འདྲི་གི་ཡིན་ཞེས་ལབ་དགོས། དཔེར་ན། ད་རྩེད་ངས་བྱེད་ལ་དྲི་བ་འགའ་ཤས་འདྲི་གི་ཡིན་ཟེར་སྤྱི་གུར་རྒྱུད་གི་ནང་དོན་སྤོང་བའི་སྐོར་ལ་དྲི་བ་འདྲི་སྐབས་པར་རིས་ཚོང་མ་ཚོགས་ཚུལ་ལ་མ་ཉེ་བས་བཞག་ན་སྤྱི་གུ་དང་ཚོང་ལྟ་བུ་མཁན་གཞིས་ཀས་ཆ་ཚང་གསལ་པོ་མཚོང་ཐུབ།
- ཚོང་ལེན་ཚོང་ལྟ་ཚར་བའི་རྗེས་སྤྱི་གུའི་གོ་བ་ལེན་སྤངས་དང་འབྲེལ་བཞེད་བྱེད་སྤངས་སོགས་ལ་ཞིབ་ཉན་བྱས་ནས་རིུ་མིག་ནང་ཐོབ་གངས་སྤྱད་དགོས།
- **བཟང་བཟུལ།** བཟུ་ཆ་བཟོམ་སྐབས་རིུ་མིག་ནང་གངས་ཐོ་བྱུང་སྤྲིད་པ་ཚོང་མ་ཚུད་མེད། སྤྱིར་ཡོངས་ནས་གྲུབ་ཚུལ་གྱི་གྲུབ་ཆ་ཞིག་དམིགས་ལྟུང་། བྱ་སྤྱོད། མཇུག་འབྲས་དང་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུབ་བཅས་གཤམ་གྱི་སྐད་ཚིང་ཐོག་ནས་མཚན་པ་བྱེད་སྐབས་དེ་དང་མཐུན་པའི་སྐར་གངས་སྤྱོད་དགོས། གནས་ཚུལ་གསལ་བོ་ཤེས་འདོད་ན་དཔེ་ལ་བཟང་དགོས།

སྤྱི་གུ་བྱེད་པ།

- 1 སྤྱི་གུ་ལ་དང་པོ་པར་རྒྱུད་མ་བཤད་པ་བྱས་ཁོང་གིས་རྒྱུད་བཤད་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་སྤར་དགོས་པ་དང་པར་རིས་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག་ནས་ང་ལ་རྒྱུད་ཤོད་དང་ཅེས་བཞེད་དགོས།
- 2 སྐར་ཆ་བཅུ་ཅམ་སྤྱི་གུ་རྣམས་ཀྱི་གང་ཡང་བཤད་ས་མ་རེད་བསམ་ན་ལམ་སང་ཁོང་ཚོ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསལ་བཤད་བྱེད་ཡག་གི་གོ་སྐབས་ལན་དགོས། བྱེད་རང་གིས་ཡག་པོ་ལབ་སོང་། ལྷ་མཚན་ནས་བཤད་རོགས་ཟེར་ལབ་དགོས། དེ་བྱེད་ཞིབས་བྱེད་མཁན་བར་དབྱེ་བ་མེད་པར་གསལ་འདེབས་ལ་དོ་སྣང་ཡག་པོ་བྱེད་རོགས། དཔེར་ན། ཚོང་ལྟ་བུ་མཁན་གྱི་སྤྱི་གུས་སྤྱི་གུས་སྐར་ཆ་བཅུ་ཅམ་རེད་སྤྱི་གུ་རྣམས་ད་དུང་སྤྱི་གུས་ཁ་སྤྱི་གུ་པོའི་དང་གང་ཡང་མ་བཞེད་ན་ཡག་པོ་བྱས་ནས་ག་རེ་གཏང་སོང་ང་ལ་ཤོད་དང་ཟེར་ལབ་དགོས། གཤམ་སྤྱི་གུས་རྒྱུད་གཏམ་བཤད་བཞིན་པའི་སྐབས་ཁ་སྤྱི་གུ་པོ་ཆགས་ན། ཁོང་ལ་སེམས་ཤུགས་སྤར་ནས་ད་དུང་ག་རེ་བཤད་ཡོད། ལྷ་མཚན་ནས་མང་བ་ཤོད་དང་། རྒྱུད་གཏམ་ནང་གཞན་ག་རེ་འདུག་པའི་སྤྱི་གུས་མ་བྱེད་དགོས།

- ३ བྱིས་པས་སྐྱུང་བཤད་པའི་གོ་རིམ་ཁྲོད་སྐྱུང་ནང་གི་མི་སྣ་ཚོར་ཇི་ལྟར་འབོད་དགོས་མེད་གཤམ་ཆེན་པོ་མིན་པས་ནོར་བཙོས་བྱེད་མི་དགོས། སྐྱུང་བཤད་སྐབས་སྤྱི་ལོ་ཚོགས་ཏུ་ཏུག་མ་བྱེད་པ་དང་ཡང་ན་སྐྱུང་གི་མི་སྣ་ཏུ་མ་གོ་བ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་ནས་སྐྱུང་འགགས་པ་འདྲ་བུ་དུས་རིམ་གསུམ་གྱི་དང་མཉམས་དུ་ད་དུང་སྤྱི་ལོ་སེམས་ཤུགས་སྤར་བྱས་ཀྱི་ཉེན་གྱི་གང་ལ་བ་འདོད་པ་ལ་བ་ན་འགྲིག་གི་རེད། འདི་ལ་ག་རེ་བཙོད་ན་འདོད་བཙོས་འདྲི་དགོས།
- ༤ སྤྱི་ལོ་འདི་མི་ཚོགས་པའི་དྲི་བ།
 - ༧ ཁོང་འདྲིར་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་འདུག སྤྱི་ལོ་འདི་ལོ་འདྲི་བཞིན་འདུག
 - ༨ འདི་ག་རེ་རེད། པར་ནང་ག་རེ་ཡང་ན་སྤྱི་ལོ་འདྲི་བཞིན་འདུག
 - ༩ དམིགས་ལུས་ནི་བྱིས་པས་སྐྱུང་གཏམ་བཤད་སྐབས་གཞི་དམིགས་སྤྱི་ལོ་འདྲི་བཞིན་འདུག་ཆ་ཚང་བ་བཙོད་མི་ཐུབ་པ་ལ་སེམས་ཤུགས་མ་ཆགས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
- ༥ གཤམ་སྤོང་སྤྱི་ལོ་འདྲི་བཞིན་ཀྱི་ཉམས་སྤོང་གཞི་ལ་བཞག་ནས་སྐྱུང་བཤད་ཡ་འགོ་འཇུགས་དུས། དཔེར་ན། དམ་ཞོགས་པ་བྱེད་འདྲི་མཚོར་སོང་། ད་སྤོང་གྲུ་ཚར་རྩེ་མ་ལགས་མཉམ་དུ་ཁྲོམ་ལ་འགོ་ཡིན་སོགས་སྤོང་ལ་སྤྱི་ལོ་འདྲི་བཞིན་ཀྱི་ཉམས་སྤོང་བཙོད་སྤོང་དུས་ཚོད་གང་འཚམས་སྤོང། དེ་ནས་པར་རིས་ནང་གི་སྐྱུང་ཤོད་དང་ཟེར་འཇམ་པོའི་སྤོང་ནས་བཤད་དགོས། ཁོ་ཚོས་པར་རིས་ནང་དང་འབྲེལ་མེད་སྐྱུང་གཏམ་སྤར་ཡང་བཤད་ན། དེ་བྱེད་ཞིབ་མཚུག་འབྲས་སྐབས་འབྲེལ་མེད་ཁག་མེད་པ་བཙོད་དགོས།
- ༦ ཁྲོད་རང་གི་འདྲི་བཞིན་ཀྱི་ཉམས་སྤོང་དང་རིག་གཞི་གཞི་གྱི་ཁོར་ལུག་ལ་གཞི་བཞག་ནས། དཔེར་ན། པར་རིས་དང་པོ་གཞི་སྤོང་བཙོད་སྤོང་བཞིག་པའི་རྩེ་སེམ་ཡང་ན་པར་རིས་རྩེ་སེམ་མར་གཞི་སྤོང་བཙོད་སྤོང་མ་ཡག་པོ་འདུག དེ་ནས་གཞི་སྤོང་ཡག་པོ་ཞེས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་སེམས་ཤུགས་སྤར་དགོས། དེའི་བསྐྱར་པ་པོས་ཚོན་པ་རེ་རེར་ཞིབ་བཙོད་དང་པར་རིས་ལ་དོ་སྤོང་བྱས་ན་སྤོང་བཤད་པའི་ཕྱི་བཤད་ལ་མཚན་ལོད། གཤམ་ཏེ་བྱིས་པའི་རིགས་ལམ་དང་རྒྱས་བཤད་ལ་གཞི་སྤོང་བྱས་ཀྱི་འདུག་བསམ་ན་འདི་ལྟར་མ་བྱས་ན་འདྲི་བཙོད་ཆེད་དུ་ཡིན།

སྐྱུང་གཏམ་བཞིན་གྱི་འབྲས་བུ་བསྐྱར་བ།

- སྐྱུང་ཡིག་གཞི་སྤོང་བཤད་མཐུན་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་འདྲི་བཞིན་ཀྱི་སྐྱུང་སྐབས་ཞི་མི་དང་ཁྲོད་སྐྱུང་སྐབས་ཡིག་གཞི་སྤོང་བཤད་ཀྱི་སྐྱུང་བཤད་དགོས་པ་དང་བྱེད་དང་རེའུ་ཡི་སྐྱུང་སྐབས་ཡིག་གཞི་སྤོང་བཤད་ཀྱི་སྐྱུང་བཤད་ཀྱི་སྐྱུང་བཤད་དགོས།
- དེར་མ་ཟད་ཞི་མི་དང་ཁྲོད་སྐྱུང་གཏམ་ཚོད་ལྟ་བུ་ལུས་དང་པོ་དེ་ཚོད་ལྟ་བུ་ལུས་གཞི་སྤོང་བཤད་ཀྱི་སྐྱུང་མཉམ་དུ་བསྐྱར་ཡང་སྤོང་དགོས།
- སྐྱུང་གཏམ་ཁག་མི་འདྲ་བའི་བར་ཁར་སྤོང་བཤད་མི་ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ག་ལ་ཟེར་ན། ཉེ་དུས་ཀྱི་སྐྱུང་གཏམ་བཞིན་གྱི་འབྲས་བུ་ནང་དམིགས་བསམ་གྱི་སྐྱུང་གོ་བ་ལེན་ནས་དྲི་བ་འདྲི་སྤོང་སེམ་ལ་ཁྲུང་པར་ཆེ་བ་ཡོད་རེད། ཞི་མི་དང་ཁྲོད་སྐྱུང་གཏམ་འདྲ་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་དང་པོ་གཞི་སྤོང་བཤད་ཀྱི་བར་ལ་མི་མཐུན་པ་ཡང་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། དམ་གཏམ་ཀྱི་རྒྱུད་རིམ། འབྲས་བུ་མཐུན་ཀྱི་གྲངས། སྐྱུང་གོ་བ་ལེན་སྤོང་བཤད་ཀྱི་སྤོང་བཤད་དྲི་བ་འདྲི་སྤོང་སེམ་ལེན་མི་མཐུན་པ་འགའ་ཡོད། བྱས་ཚང་གུ་ཤུ་དང་ལེ་མ་བསྐྱར་བ་གཏམ་པོ་བྱེད་དགོས།
- སྤྱི་ལོ་འདྲི་བཞིན་ཀྱི་ཉམས་སྤོང་ལྟ་བུ་ལྟར་སྤོང་བཤད་ཀྱི་ཉམས་སྤོང་ལྟ་བུ་ལྟར་སྤོང་བཤད་ཀྱི་ཉམས་སྤོང་བཤད་དགོས། དམིགས་ལུས་ནི་སྐྱུང་གཏམ་ཁག་དང་བཞིན་སྤོང་གཏོང་སྤོང་གསུམ། བསྐྱར་བཤད། སྐྱུང་གཏམ་ཀྱི་དཔེ་མཚན་དང་། སྐྱུང་བཤད་སྤོང་བཤད་པར་ཤུགས་སྤོང་ཆེ་ཆུང་དུ་གཏོང་བ།

ཞིབ་འཇུག་གི་དམིགས་ལུས་ནི་པར་ཚུན་གོ་རིམ་འདྲ་མཉམ་བཙོད་བ།

སྐྱུང་བཤད་དང་སྐྱུང་གཏམ་གཞི་སྤོང་བཤད་མཐུན་པར་འབྲེལ་སྤོང་གྱི་གོ་རིམ་ལུས་ཤུགས་འདྲ་མཉམ་བཙོད་དགོས་པ། དཔེར་ན། ཞི་མི་དང་ཁྲོད་སྤོང་ཚོད་སྤོང་གཏམ་ཞི་གཙོ་བོར་བསྐྱར་བཤད་ཡང་ན་མིག་སྤོང་སྐྱུང་གཏམ་བྱེད་པ་མཚོན། བྱེད་དང་རེའུ་ཡི་གཙོ་ཆེར་སྐྱུང་བཤད་པ་མཚོན། གཤམ་ཏེ་སྤྱི་ལོ་འདྲི་བཞིན་ཀྱི་ཉམས་སྤོང་ཚོད་སྤོང་གཏོང་སྤོང་གསུམ་ཆེ་རེའུ་མིག་དམ་མེད་ཀྱི་སྤོང་བཤད་མཚན་གྲངས་ ༡ ༢ ༥ ༦ ཡང་ན་ ༣ ༤ ༧ ༨ བཤད་སྤོང་བྱེད་དགོས།

ལྷན་ཁྲིམས་ ལྷན་ཁྲིམས་ གྲངས།	སྐད་ཡིག་	བསྐྱར་བཤད་ དམ་མིག་སྟོན་ རྒྱུ་གཏམ།	བཤད་ བཞིན་པ།	སྐད་ཡིག་	བསྐྱར་བཤད་ དམ་མིག་སྟོན་ རྒྱུ་གཏམ།	བཤད་བཞིན་ པ།
༡	པ་སྐད།	ཞི་མི།	རེད།	སྐད་ཡིག་གཉིས་པ།	ཞི།	རེད།
༢	པ་སྐད།	ཞི་མི།	རེད།	སྐད་ཡིག་གཉིས་པ།	ཞི།	ཐྱིལ།
༣	སྐད་ཡིག་གཉིས་པ།	ཞི་མི།	རེད།	པ་སྐད།	ཞི།	ཐྱིལ།
༤	སྐད་ཡིག་གཉིས་པ།	ཞི་མི།	ཐྱིལ།	པ་སྐད།	ཞི།	རེད།
༥	པ་སྐད།	ཞི།	ཐྱིལ།	སྐད་ཡིག་གཉིས་པ།	ཞི་མི།	རེད།
༦	པ་སྐད།	ཞི།	རེད།	སྐད་ཡིག་གཉིས་པ།	ཞི་མི།	ཐྱིལ།
༧	སྐད་ཡིག་གཉིས་པ།	ཞི།	རེད།	པ་སྐད།	ཞི་མི།	ཐྱིལ།
༨	སྐད་ཡིག་གཉིས་པ།	ཞི།	ཐྱིལ།	པ་སྐད།	ཞི་མི།	རེད།

དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་ནི། རྒྱུ་གཏམ་མི་འདྲ་བ་དང་བཞིན་སྟོན་གཏོང་སྟངས་གསུམ་གྱི་ཐུབ་འབྲས་ཁར་ལྷན་བསྐྱར་མི་ཚོགས་གོང་གི་དཔེ་བཞིན་བཞིན་ཞུས་ཤིང་ལྷན་བསྐྱར་བྱེད་པའོ།

ཞི་མའི་རིའུ་མིག་བཟོ་སྐྱབས།

སྤྱང་བཤད་པ། བསྐྱར་བཤད། མིག་སྟོན་སྤྱང་གཏམ།

- སྤྱ་གུའི་མཚན། _____
- སྐྱེས་ལོ་སྐྱེས་ཚེས། _____
- ཚོད་ལྷའི་དུས་ཚོད། _____
- ཚོད་ལྷའི་སྐབས་ཀྱི་ལོ་ཚད། _____
- པོ་མ། _____
- ཚོད་ལྷ་བྱེད་མཁུ་གྱི་མཚན། _____
- སྐད་ཡིག་གཉིས་པའི་ཁོར་ཡུག་ཁྲོད་གནས་པའི་ཟླ་དུས། _____
- བྱ་བཅོལ་ཁང་དུ་འབྱུགས་པའི་དུས་ཚོད། _____
- བྱ་བཅོལ་ཁང་གི་མིང། _____

ཚོད་ལེན་ཚོད་ལྷ་མ་བྱེད་གོང་ལ་ཡིག་སྟོགས་ཚང་མ་ཚོག་ཅེས་སྤྱང་ལ་བཞག་དགོས། སྤྱང་འཇུག་ཆེད་སྤྱང་པའི་དང་བརྟན་པའི་དགོས་ཆས་རིགས་གྲ་སྐྱིག་ཡག་པོ་དགོས། སྟོན་གཞིའི་སྤྱང་བཤད་འགོ་མ་འཇུགས་སྟོན་ནས་སྤྱང་འཇུག་བྱེད་ཡེ་འགོ་འཇུགས་དགོས།

སྟོན་འགོ་ཡི་སྤྱང་བཤད།

དཔེ་སྟོན་གྱི་དྲི་བ། བྱེད་ཀྱི་སྟོགས་པོ་ཡག་ཤོས་སུ་རེད། བྱེད་རང་བརྟན་འཕྲིན་ག་རེ་བཟུ་ཡེ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད། ད་དུང་བྱེད་རང་སྤྱང་བཤད་ཡེ་དང་ཉན་ཡེ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་པས་ལ་སྟོགས་པ་འདྲི་དགོས།

བཤད་སྤྱང་བྱེད་ཚུལ།

སྤྱང་བཤད་སྐྱབས་ཀྱི་གསལ་བཤད།

སྤྱ་གུའི་མདུན་ལ་བསྐྱབས་ནས་སྤྱ་གུ་ལ་འདྲིར་རྩ་རོགས། ཡིག་སྟོགས་གསུམ་ཡོད་རེད། ཡིག་སྟོགས་རེ་རེའི་ནང་སྤྱང་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་རེད། བྱེད་རང་གིས་གཅིག་འདེམ་ནས་ད་ལ་སྤྱང་བཤད་དགོས་ཟེར་བཅོད་དགོས། དེ་ནས་པར་རིས་ལྟེན་ཆེག་བཤེག་ནས་པར་རིས་དུམ་མཚམས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྤྱང་ཆ་ཚང་ཞིག་ལ་བཟུ། དེ་ནས་བྱེད་རང་གྲ་སྐྱིག་ཡིན་ནམ་ཟེར་བཅོད་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་ཁ་བྱེ་བྱས། སྤྱ་གུ་ལ་ད་རྩ་བྱེད་རང་གིས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་དགོས། པར་རིས་ལ་བཟུ་ནས་སྤྱང་གཏམ་ཡག་ཤོས་ཤིག་བཤད་ཡེ་ཐབས་ཤེས་བྱེད་རོགས་ཟེར་ལབ་དགོས། པར་རིས་ལ་མཇུལ་མོ་བཅུགས་ནས་གལ་ཏེ་སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཡེ་འགོ་འཇུགས་དུས་ཁ་ཁུ་སེམ་པོ་བྱས་སྤྱང་མུ་མཐུན་ནས་བཤད་ཐུབ་ཡེ་ཆེད་ད་ལ་སྤྱང་གཏམ་བཤད་རོགས་ཟེར་ལབ་དགོས། སྤྱ་གུས་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་སྟོར་ལ་བཤད་ཚར་རྗེས་པར་རིས་རྗེས་མ་ཁ་བྱེ་བྱས་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་བ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། སྤྱང་གཏམ་བཤད་མ་ཚར་བར་དུ་སྤྱང་གཏམ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་བསྐྱར་བཤད་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་བཞིན་པའི་སྐབས་བཤད་མ་ཐུབ་པ་ཁ་ཁུ་སེམ་པོ་ཆགས་ན། ད་དུང་ག་རེ་བཤད་ཡེ་ཡོད། མུ་མཐུན་ནས་མང་བ་ཤོད་དང་། སྤྱང་གཏམ་ནང་གཞན་ག་རེ་འདུག་བཟུ་གོ་བཅས་སྤྱལ་མ་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཚར་མེན་གསལ་བོ་མེད་པར་བཤད་མཚམས་བཞག་ན་བྱེད་རང་གི་གུ་སྤྱ་བཤད་ཚར་མེན་ད་ལ་ལབ་མ་བཅས་བཅོད་དགོས།

སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཚར་རྗེས་མངགས་བཅོད་དང་ལྷན་དུ་སྤྱང་གི་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

བསྐྱར་བཤད་ཀྱི་གསལ་བཤད།

སྤྱ་གུའི་མདུན་ལ་བསྐྱབས་ནས་སྤྱ་གུ་ལ་འདྲིར་རྩ་རོགས། ཡིག་སྟོགས་གསུམ་ཡོད་རེད། ཡིག་སྟོགས་རེ་རེའི་ནང་སྤྱང་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་རེད། སྤྱང་གཏམ་ནང་གསུམ་བྱེད་རང་གིས་གཅིག་འདེམ་ནས་ད་ལ་སྤྱང་བཤད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་བཅོད་དགོས། དེ་ནས་པར་རིས་ལྟེན་ཆེག་བཤེག་

ནས་པར་རིས་དུམ་མཚོམས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྤྱང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན། དེ་ནས་འཁྲུག་རང་གྲ་
སྒྲིག་ཡིན་ནམ། ངས་སྤྱང་བཤད་གི་ཡིན། དེ་རྗེས་ལ་འཁྲུག་རང་གིས་བཤད་དགོས་པེད་དེ་ལབ་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལྟེན་ཆེག་བཤེག་ནས་སྤྱང་འགོ་འཇུགས། པར་རིས་དང་པོ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ཉེན་ཞིག་ལ་ཞི་མི་འཇུག་པོ་
ཞིག་གིས་ཕྱེ་མ་ལེབ་སེར་པོ་གཅིག་ཤིང་ཕྱན་སྤང་ལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་མཐོང་། ཞི་མི་དེས་ཕྱེ་མ་ལེབ་འཛིན་ཆེད་མདུན་ལ་མཚོང་། ལྷག་དེ་དུས་
སྤོ་སྤང་ཅན་གྱི་སྤྱ་ཞིག་གིས་ལག་པ་གཡམས་གཡོན་གཉིས་ལ་འོ་ཟོམ་དང་སྤོ་ལོ་འཁྲུག་ནས་ཚུར་ལོག་ཡོང་སྐབས་ཞི་མི་ཡིས་ཕྱེ་མ་ལེབ་འཛིན་
བཞིན་པ་མཐོང་།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཡང་ལྟེན་ཆེག་བཤེག་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། དེ་ནས་ཕྱེ་མ་ལེབ་
མཁྲོགས་པོ་འཕུར་བས་ཞི་མི་ཤིང་ཕྱན་ནང་དུ་སྤྱང་། ཁོས་ཁོ་རང་ལ་སྤྱག་བཟུལ་བཟོས་ཚང་ཉ་ཅང་གི་ཁོང་ཁྲོ་ཡངས་བ་དང་མཉམ་དུ་ཁོས་
རང་ཉིད་ལ་ཉང་སང་སྐབས་ཁོང་གི་སྤོ་ལོ་ཚུའི་ནང་ལ་ཟག་པ་རེད། ཁོང་གི་སྤོ་ལོ་ཚུས་འཁྲུག་འགོ་བ་མཐོང་དུས་ཁོང་ཉ་ཅེག་ཉ་ཅེག་སྤོ་ལོ་
ཚུའི་འཁྲུག་སོང་ཟེར་ལས། ཁོང་ཉ་ཅང་གི་སེམས་སྤོ་སྤྱར་ཡང་སྤོ་ལོ་ཚུར་རག་འདོད་བྱས། ལྷག་དེར་ཞི་མིས་སྤོ་ལོ་འོ་མ་ལ་དོ་སྤང་བྱས་ནས་
འཕྱང་ཡ་ཡི་བསམ་སྤོ་བཏང་།

པར་རིས་ལྔ་པ་དང་དྲུག་པ་ལྟེན་ཆེག་བཤེག་ཚང་སྤྱང་གཏམ་དེའི་པར་རིས་ཚང་མ་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ་པ་རེད། ལྷག་དེ་དུས་སྤོ་ལོ་ཤིང་གི་
ཡལ་ག་བེད་སྤོད་བྱེད་ནས་སྤོ་ལོ་ཚུའི་ནང་ནས་ལེན་ཐབས་བྱེད་པ་ལས་ཞི་མི་ཡིས་འོ་མ་འཕྱང་པར་དོ་སྤང་མ་བྱས། མཐར་མ་ཞི་མི་ལ་འོ་
མ་ཞིམ་པོ་ཞིག་འཕྱང་ཡ་རག་ནས་སྤྱིད་པོ་བྱུང་པ་མ་ཟད་ཉ་ཅེག་ཉ་ཅེག་སྤོ་ལོ་ཚུར་ཐུབ་ནས་སྤྱིད་པོ་བྱུང་པ་རེད།

འདི་ནས་སྤྱང་གཏམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད།

པར་རིས་ལྟེབས་མེད་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་བྱིས་པ་གཅིག་པོའི་མཐོང་ཐུབ། སྤྱ་གུ་ལ་ད་ཉ་འཁྲུག་རང་གིས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་དགོས། པར་
རིས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱང་གཏམ་ཡག་ཤོས་ཤིག་བཤད་ཡ་ཐབས་ཤེས་བྱེད་རོགས་ཟེར་ལབ་དགོས། གལ་ཏེ་སྤྱ་གུའི་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཡ་འགོ་
འཇུགས་དུས་ཁ་ཁྲ་སེམ་པོ་ཆགས་ན་པར་རིས་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུགས་ནས་སྤྱང་བཤད་ཐུབ་ཡ་ཆེད་དེ་ལ་སྤྱང་གཏམ་བཤད་རོགས་ཟེར་ལབ་
དགོས། སྤྱ་གུས་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་པ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་བཤད་ཚར་རྗེས་པར་རིས་རྗེས་མ་ཡང་ལྟེབས་མེད་པས་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་
པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། སྤྱང་གཏམ་བཤད་མ་ཚར་བར་དུ་སྤྱང་གཏམ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་བསྐྱར་བཤད་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་
གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་བཞིན་པའི་སྐབས་ཁ་ཁྲ་སེམ་པོ་ཆགས་ན། ད་དུང་ག་རེ་བཤད་ཡ་ཡོད། ལྷ་མཚུན་ནས་མང་བ་ཤོད་དང་། སྤྱང་གཏམ་
ནང་གཞན་ག་རེ་འདུག་བརྟེན་གོ་བཅས་སྤྱུལ་མ་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཚར་མེན་གསལ་བོ་མེད་པ་བཤད་མཚོམས་
བཞག་ན་འཁྲུག་རང་གི་ག་དུས་བཤད་ཚར་མེན་དེ་ལ་ལབ་ཅེས་བཤད་དགོས།

སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཚར་རྗེས་མངགས་བཤོད་དང་སྤོ་ལོ་ཚུར་དུ་སྤྱང་གི་ནང་དོན་ལ་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

མིག་སྤོན་སྤྱང་གཏམ་གྱི་གསལ་བཤད།

སྤྱ་གུའི་མདུན་ལ་བསྐྱད་ནས་སྤྱ་གུ་ལ་འདྲི་རྟེན་རོགས། ཡིག་སྤོན་གསུམ་ཡོད་རེད། ཡིག་སྤོན་པ་རེ་རེའི་ནང་སྤྱང་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་
རེད། འཁྲུག་རང་གིས་གཅིག་འདེམ་ནས་ངས་སྤྱང་བཤད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་བཤོད་དགོས། དེ་ནས་པར་རིས་ལྟེན་ཆེག་བཤེག་ནས་པར་རིས་དུམ་
མཚོམས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྤྱང་ཆ་ཚང་ཞིག་ལ་བརྟེན། དེ་ནས་འཁྲུག་རང་གྲ་སྒྲིག་ཡིན་ནམ། ངས་འཁྲུག་
ལ་སྤྱང་གཏམ་བཤད་གི་ཡིན། ཨ་ནེ་འཁྲུག་ལ་དྲི་བ་འགའ་ཤས་འདྲི་གི་ཡིན་ཟེར་ལབ་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལྟེན་ཆེག་བཤེག་ནས་སྤྱང་འགོ་འཇུགས། པར་རིས་དང་པོ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ཉེན་ཞིག་ལ་ཞི་མི་འཇུག་པོ་
ཞིག་གིས་ཕྱེ་མ་ལེབ་སེར་པོ་གཅིག་ཤིང་ཕྱན་སྤང་ལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་མཐོང་། ཞི་མི་དེས་ཕྱེ་མ་ལེབ་འཛིན་ཆེད་མདུན་ལ་མཚོང་། ལྷག་དེ་དུས་
སྤོ་སྤང་ཅན་གྱི་སྤྱ་ཞིག་གིས་ལག་པ་གཡམས་གཡོན་གཉིས་ལ་འོ་ཟོམ་དང་སྤོ་ལོ་འཁྲུག་ནས་ཚུར་ལོག་ཡོང་སྐབས་ཞི་མི་ཡིས་ཕྱེ་མ་ལེབ་འཛིན་
བཞིན་པ་མཐོང་།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཡང་ལྟེན་ཆེག་བཤེག་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། དེ་ནས་ཕྱེ་མ་ལེབ་
མཁྲོགས་པོ་འཕུར་བས་ཞི་མི་ཤིང་ཕྱན་ནང་དུ་སྤྱང་། ཁོས་ཁོ་རང་ལ་སྤྱག་བཟུལ་བཟོས་ཚང་ཉ་ཅང་གི་ཁོང་ཁྲོ་ཡངས་བ་དང་མཉམ་དུ་ཁོས་
རང་ཉིད་ལ་ཉང་སང་སྐབས་ཁོང་གི་སྤོ་ལོ་ཚུའི་ནང་ལ་ཟག་པ་རེད། ཁོང་གི་སྤོ་ལོ་ཚུས་འཁྲུག་འགོ་བ་མཐོང་དུས་ཁོང་ཉ་ཅེག་ཉ་ཅེག་སྤོ་ལོ་
ཚུའི་འཁྲུག་སོང་ཟེར་ལས། ཁོང་ཉ་ཅང་གི་སེམས་སྤོ་སྤྱར་ཡང་སྤོ་ལོ་ཚུར་རག་འདོད་བྱས། ལྷག་དེར་ཞི་མིས་སྤོ་ལོ་འོ་མ་ལ་དོ་སྤང་བྱས་ནས་
འཕྱང་ཡ་ཡི་བསམ་སྤོ་བཏང་།

པར་རིས་ལྔ་པ་དང་དྲུག་པ་ལྟེན་ཆེག་བཤེག་ཚང་སྤྱང་གཏམ་དེའི་པར་རིས་ཚང་མ་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། ལྷག་དེ་དུས་སྤོ་ལོ་ཤིང་གི་
ཡལ་ག་བེད་སྤོད་བྱེད་ནས་སྤོ་ལོ་ཚུའི་ནང་ནས་ལེན་ཐབས་བྱེད་པ་ལས་ཞི་མི་ཡིས་འོ་མ་འཕྱང་པར་དོ་སྤང་མ་བྱས། མཐར་མ་ཞི་མི་ལ་འོ་
མ་ཞིམ་པོ་ཞིག་འཕྱང་ཡ་རག་ནས་སྤྱིད་པོ་བྱུང་པ་མ་ཟད་ཉ་ཅེག་ཉ་ཅེག་སྤོ་ལོ་ཚུར་ཐུབ་ནས་སྤྱིད་པོ་བྱུང་པ་རེད།

འདི་ནས་རྒྱང་གཏམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད།

རྒྱང་གཏམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད་ལ་བ་རྗེས་དེའི་ནང་དོན་སྐོར་ལ་བྱེད་རང་གིས་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

ཞི་མིའི་ཚོལ་གྲངས་རིུ་མིག

མེ་ཚོན་དང་པོ། བཤད་ཚད།

ཀ རྒྱུང་གཏམ་གྱི་རྒྱབ་ཚུལ། ཁ རྒྱབ་ཚུལ་གྱི་རྣམ་འཛིངས། ག ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ།

ཀ རྒྱུང་གཏམ་གྱི་རྒྱབ་ཚུལ།

		ཚོར་འཁྲུལ་མེད་པ་དོས་ལེན་གྱི་དཔེ། ¹	ཚོལ་གྲངས།
ཀ༡	རྒྱབ་ཚོལས།	དུས་ཚོད་དང་ཡང་ན་ཆགས་ལུལ། དབེར་ན། མེན་མ་མེན་མ། ཉེན་ཞིག་གཞུང་ལྷོ། མཚོ་འགམ་ལ། མཚོ་ནང་ལ། རྒྱག་ཚུའི་འགམ་ལ། ཚུའི་ཉེ་འགམ་ལ། མཚོ་ཁ་ལ། མང་ཚོལས་སྐང་ལ།	༠ ༡ ༢ ²
ལེུ་དང་པོ། ཞི་མི། འཁྲུལ་མཁན་ཞི་མི་དང་ཕྱེ་མ་ལེབ་རེད།			
ཀ༢	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་ དོན་རྒྱུན་བྱུང་ཡ་འགོ་ འཇུགས་བའི་རྟགས་རེད།	ཞི་མི་འཁྲུལ་བོ་ཡང་ན་ཡ་མཚན་ཅན་ཞིག་རེད། ཞི་མིས་ཕྱེ་མ་ལེབ་གཅིག་མཚོང་བ་རེད།	༠ ༡
ཀ༣	དམིགས་ལུལ།	ཞི་མིས་ཕྱེ་མ་ལེབ་འཛིན་འདོད། རག་འདོད། རྗེད་དང་གཏོང་འདོད་ཡོད། ཕྱེ་མ་ལེབ་མཉམ་དུ་རྗེད་མོ་རྗེད་འདོད་སོགས་ཡོད་རེད། བྱ་ཚོགས་ ཀ འཛིན་བའི། རག་ཡ། རྗེད་མོ་རྗེ་ཡ། ཀ + རྗེད་དུ་.....	༠ ༡
ཀ༤	བྱ་རྒྱུད།	ཞི་མིས་མདུན་ལ་ལམ་ཡར་མཚོང་བ་རེད། ཞི་མིས་རྗེས་དང་བཏང་འགོ་བཟུགས་ནས་རྗེས་དང་བཏང་བ་རེད། ཞི་མིས་ + བྱ་ཚོགས་ ཀ འཛིན་ཡ། བཟུང་ཡ། རྗེས་དུ་འཛིན་ཡ། འཁྲུལ་ ཡ། + ཐབས་ཤེས་བྱས་བ་རེད།	༠ ༡
ཀ༥	མཇུག་འབྲས།	ཞི་མི་ཤིང་ཐུན་ནང་དུ་སྐྱུང་། ཕྱེ་མ་ལེབ་རག་ཡོད་མ་རེད། མཉེན་སྲོལ་བོ་ཡོད་ མ་རེད། ཕྱེ་མ་ལེབ་འཕུར་བ་རེད། ཉ་ཅང་མཉེན་སྲོལ་བོ་ཡོད་རེད།	༠ ༡
ཀ༦	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་ ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་རེད།	ཞི་མི་སློ་པམ། ཁོང་ཁོ་ལངས། སེམས་ལ་ཕོབ་བ་རེད། ཕྱེ་མ་ལེབ་སེམས་སྐྱེད་བོ་ཡང་ན་དགའ་བོ་བྱུང་བ་རེད།	༠ ༡
ལེུ་གཉིས་པ། བྱ། འཁྲུལ་མཁན་བྱ་རེད།			
ཀ༧	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་ དོན་རྒྱུན་བྱུང་ཡ་འགོ་ འཇུགས་བའི་རྟགས་རེད།	བྱ་དེའི་སློ་ལོ་ཚུའི་ནང་སྐྱུང་བ་མཚོང་ནས་ཁོང་སེམས་སྐྱག་བྱུང་བ་རེད། སེམས་མ་སྐྱེད་བ་ཆགས་བ་དང་། སེམས་ཁུལ་ཡང་བྱས་བ་རེད།	༠ ༡
ཀ༨	དམིགས་ལུལ།	བྱས་ཁོང་གི་སློ་ལོ་ཚུར་ལེན་ཡ་སེམས་ཐག་བཅད་བ་རེད། རག་འདོད་ཡོད་ རེད། བྱ་ཚོགས་ ཀ ལེན་ཡ། ཀ + རྗེད་དུ་.....	༠ ༡
ཀ༩	བྱ་རྒྱུད།	བྱས་སློ་ལོ་ཚུའི་ནང་ནས་ལེན་བ་རེད། ལེན་ཐབས་བྱས་བ་རེད།	༠ ༡
ཀ༡༠	མཇུག་འབྲས།	བྱས་སློ་ལོ་ཡང་བསྐྱར་ལེན། རག་བ་རེད། སློ་ལོ་ཚུར་ལེན་བ་རེད།	༠ ༡
ཀ༡༡	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་ ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་རེད།	བྱས་སློ་ལོ་ལེན་བྱུབ་ནས་ཉ་ཅང་དགའ་བོ་སྐྱེད་པོ། རྗེད་པོ། རྗེད་ཤིག་ཤིག་ ཡི་ཚོམ་པོ་ བྱུང་བ་རེད།	༠ ༡
ལེུ་གསུམ་པ། ཞི་མི། འཁྲུལ་མཁན་ཞི་མི་རེད།			

1 གལ་ཏེ་དོགས་འདྲིའམ་ཚོད་སྐྱེད་སྐབས་བྱིས་པས་བཏོན་བའི་རྗེས་ལན་དེ་རིུ་མིག་འདིའི་སྤྱིང་དུ་བཞག་ནས་མཚུབ་སྟོན་ལག་དེབ་ལ་སྟོས།
2 གལ་ཏེ་ཚོར་འཁྲུལ་དང་ལན་མེད་པ་ལ་སྐར་མ་རྒྱུད་ཀོར་དང་། འགྲིག་པའི་ལན་ལ་སྐར་མ་གཅིག་ ས་ཆ་དང་དུས་ཚོད་ཡང་དག་ལ་སྐར་མ་གཉིས།

ཀ་༡༢	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ དོན་རྒྱུན་བྱུང་ཡུལ་འགོ་ འཇུགས་བའི་རྟགས་རེད།	ཞི་མི་གོང་ལོག་ལྟོགས། ཡ་མཚན་ཅན་ཞིག་རེད། འོ་མ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་རེད། ཞི་མིས་འོ་མོམ་མཐོང་། འོ་མ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད།	༠ ༡
ཀ་༡༣	དམིགས་ལུལ།	ཞི་མིས་འོ་མ་འཇུང་ཡ། འོ་མ་ལེན་ཡ། འོ་མ་རྒྱ་མ་རྒྱག་ཡ་ཐག་བཅད་བ་ རེད། བྱ་ཚོགས་ རྒྱ ལེན་ཡ། འཇུང་ཡ། ་ + ཚེད་དུ་.....	༠ ༡
ཀ་༡༤	བྱ་སྤྱོད།	ཞི་མིས་འོ་མ་འཇུང་། ལེན། རྒྱ་མ་བརྒྱབ། ཞི་མིས་འོ་མོམ་ནས་འོ་མ་འཇུང་། ལེན། རག་བ་རེད། ཞི་མིས་ + བྱ་ཚོགས་ རྒྱ རག་ཡ། འཇུང་ཡ། རྒྱ་ཡ། ་ + ཐབས་ཤེས་བྱས་བ་ རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༥	མཇུག་འབྲས།	ཞི་མིས་འོ་མ་འཇུང་བ་རེད། རག་བ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༦	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་རེད།	ཞི་མི་ཡི་ཚོམ་པོ། དགའ་བོ་སྤྱོད་བོ་བྱུང་བ་རེད། ད་གོང་ལོག་ལྟོགས་གྱི་ཡོད་ མ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༧	ཐོབ་གངས་ཁྱེན་ཀྱི་ནས།		

ཁ་གྲུབ་ཚུལ་གྱི་རྟོག་འཛིངས།

བྱ་སྤྱོད་དང་མཇུག་འབྲས་ རིམ་བའི་ལན་གངས།	དམིགས་ལུལ་གཅིག་ཚེད་ ཐེངས་མང་བྱ་སྤྱོད་དང་མཇུག་ འབྲས་མེད་པ།	དམིགས་ལུལ་དང་བྱ་སྤྱོད་དམིགས་ ལུལ་དང་མཇུག་འབྲས་རིམ་བའི་ ལན་གངས།	དམིགས་ལུལ་བྱས་བྱ་སྤྱོད་ བྱས་མཇུག་འབྲས་བཅས་གྱི་ ལན་གངས།
ཁ་༡	ཁ་༢	ཁ་༣	ཁ་༤

ག་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར།

ག་༡	<p>ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ལ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བའི་ཐོམ་ཚོགས་རྣམས། གཤམ་གྱི་ཚོགས་ཁུངས་སུ་འབྲི།</p> <p>ཚོར་སྣང་གི་ཚོགས། དཔེ་ན། མཐོང་བ། གོ་བ། ཚོར་བ། དྲི་མ་ཁ་བ།</p> <p>ལུས་ཚོར་གྱི་ཚོགས། དཔེ་ན། ཁ་སློམ་པ། གོང་ལོག་ལྟོགས་པ། ཐང་ཚད་པ། མ་ཁ་ཚ་བ། བ་རྩལ།</p> <p>རིག་ཚོར་གྱི་ཚོགས། དཔེ་ན། གསོན་པ། གཉིད་སང་པ། གཉིད་ཤོར་པ།</p> <p>ཚོར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས། དཔེ་ན། སེམས་སྤུག་སྤྱོད་པོ། སེམས་ཁུལ་བྱས་པ། རྫོང་པམ་པ། དངངས་འཚབ་སྐྱེས་པ། ཞིང་སྣང་ སྐྱེས་པ། རྫོང་ས་བ་ཚེན་པོ། རྫོང་ལོག་ཚེན་པོ། ཉེན་ཁ་མེད་པ། དགའ་བོ། ཉེད་སངས་པ།</p> <p>སེམས་ཁུལ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཚོགས། དཔེ་ན། དགོས་པ། བསམ་པ། ཤེས་པ། དུན་པ་བརྗོད་པ། ཐག་གཅོད་པ། ཡིད་ཚེས་པ། འཚར་གཞི་བཟོ་བ།</p> <p>དགའ་གི་བྱ་ཚོགས། དཔེ་ན། ལབ་པ། རྐྱང་བཏང་བ། རྐྱང་བརྒྱབ་པ། ཉེས་བརྗོད་བཏང་བ། དྲི་བ་འདྲི་བ།</p>
-----	---

ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ། རྒྱ་དོན་གོ་བ།

		རྣོ་ར་འབྲུལ་མེད་པའི་དོས་ལེན་གྱི་དཔེ།	ལན་རྣོ་ར་པའི་དཔེ།	ཚོལ་གྲངས།
༠	ཁྱེད་སྤྱང་གཏམ་དེ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་པས།	ཚོད་སྤྱི་དྲི་བར། ཚོལ་གྲངས་མེད།		
༤༡	ག་རེ་བྱས་ནས་ཞི་མིས་མཐུན་ལ་མཚོང་བ་ རེད། ། བར་རིས་དང་བོ་དང་གཉིས་པ་ལ་ མཐུལ་མོ་བཅུག། ། ལེན་དང་བོ། དམིགས་ལུལ།།	བྱ་མ་ལེབ་འཛིན་འདོད་ཡོད། རྗེད་ དད་གཏོང་འདོད། བྱ་མ་ལེབ་མཉམ་ དུ་རྗེད་མོ་རྗེད་སྤྱིང་བོ་བ། ཞི་མི་ལ་བྱ་མ་ལེབ་དགོས་པ་རེད། བྱ་མ་ལེབ་ཚེད་དུ་ + བྱ་ཚོག། སྤྱི་ འཛིན་བ། རག་བ། །	རྒྱལ་གོ་ཡོད་རེད། མཚོང་འདོད་ཡོད་ རེད། ཞི་མི་རྒྱན་དུ་བྱོས་ གྱི་ཡོད་རེད།	༠ ༡
༤༢	ཞི་མི་ཡིས་ག་འདྲ་ཚོར་གྱི་ཡོད་རེད། ། བར་རིས་གསུམ་པ་ལ་མཐུལ་མོ་ བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟུགས་རེད།།	ཁོང་ཁོ་ལངས། སྤྱུག་ཅག་ རྩོ་ཕམ་བ། སེམས་ལ་ཕོག་བ། རྩ་བྱུག་བཏང་བ། ཡག་བོ་མེད་བ། བདེ་བོ་མེད་བ་ཚོར་ གྱི་ཡོད་རེད།	ཡག་བོ་འདུག སྤྱིད་བོ་ཡོད་རེད།	༠ ༡
༤༣	། གལ་སྲིད་ལྷ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག། མེད་ནས་ང་པའི་ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་ འགྲུལ་བཤད་མ་བྱས་བ་མ་རྣོ་ར་བའི་དོས་ ལེན་བྱས་ན་ང་པའི་ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་དྲི་ བ་འདྲི་དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་ལྷོ་ཚན་ གཉིས་པའི་ནང་ལ་འགྲུལ་བཤད་ཏག་ཏག་ ཡོད་ན་ང་པའི་ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་སྐར་ཆ་ སྤྱད་ནས་ང་པའི་ལྷོ་ཚན་བཞི་པའི་ནང་ བཞུགས།། ཁྱེད་རང་གིས་བྱས་ན་ཞི་མི་ག་རེ་བྱས་ནས་ ཁོང་ཁོ་ལངས། རྩོ་ཕམ། སེམས་ལ་ཕོག་བ་ ལ་སོགས་པ་བྱུང་བ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ³	ཁོས་བྱ་མ་ལེབ་དེ་འཛིན་བྱུང་ཡོད་མ་ རེད། ཁོ་ཤིང་ཕན་ནང་དུ་སྤྱང་བ་རེད། ཞི་མི་ཤིང་ཕན་ཚོར་མ་ཅན་ནང་སྤྱང་ ཅང་ཞི་མི་ལ་རྩ་སྤྱོད་ཕོག་བ་རེད། བྱ་མ་ལེབ་ཤོར་བ་རེད། འཕུར་བ་རེད།	མི་འོས་པའི་ལན། འབྲེལ་མེད་གྱི་ལན།	༠ ༡
༤༤	ག་རེ་བྱས་ནས་བྱ་དེ་ཡིས་ཤིང་གི་ཡལ་ག་ རྒྱུ་ནང་ལ་འཕེན་གྱི་འདུག། ། བར་རིས་ལྷ་པ་ལ་མཐུལ་མོ་བཅུག། ། ལེན་གཉིས་པ། དམིགས་ལུལ།།	བྱས་སྤོ་ལོ་ཡང་བསྐྱར་ལེན་འདོད། བྱ་ ལ་སྤོ་ལོ་ཡང་བསྐྱར་རག་འདོད། ཁོའི་སྤོ་ལོ་། སྤོ་ཡང་བསྐྱར། + བྱ་ ཚོག། སྤོ་རག་འདོད། ལེན་འདོད། + ཚེད་དུ་.....	རྒྱུ་ནང་ལ་རྗེད་ མོ་རྗེ་འདོད།	༠ ༡
༤༥	བྱའི་ཚོར་བ་གང་འདྲ་ཡོད་ན། ། བར་རིས་དུག་པ་ལ་མཐུལ་མོ་བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟུགས་རེད།།	སྤྱིད་བོ། དགའ་བོ། ཡི་ཚོལ་བོ་བྱུང་ ཡོད་ས་རེད།	དགའ་བོ་མེད་བ། རྩོ་ཕམ་དང་། ཁོང་ ཁོ་ལངས་ཡོད་ས་ རེད།	༠ ༡
༤༦	། གལ་སྲིད་ལྷ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག། མེད་ནས་ང་པའི་ལྷོ་ཚན་ལྷ་པ་ལ་འགྲུལ་ བཤད་མ་བྱས་བ་མ་རྣོ་ར་བའི་དོས་ལེན་ བྱས་ན་ང་པའི་ལྷོ་ཚན་དུག་པ་ལ་དྲི་བ་འདྲི་ དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་ལྷོ་ཚན་ལྷ་པའི་ ནང་ལ་འགྲུལ་བཤད་ཏག་ཏག་ཡོད་ན་ང་ པའི་ལྷོ་ཚན་དུག་པ་ལ་སྐར་ཆ་སྤྱད་ནས་ང་ པའི་ལྷོ་ཚན་བཞུན་པའི་ནང་བཞུགས།།	སྤོ་ལོ་ཡང་བསྐྱར་ལེན། རག་བ་རེད། བྱ་ཚོག། སྤོ་རག་བ། ལེན་བ། + བྱུང་བ་རེད།	ཁོ་འཛུམ་སྤུལ་སྤུལ་ ཡོད་རེད། ཁོ་འདི་ འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད། ལན་མི་འོས་པ་ གཞན།	༠ ༡

³ ལྷོ་ཚན་གཉིས་པའི་ནང་ལྷ་གུས་ལན་རྒྱུག་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྤོན་དགོས།

	ཁྱེད་རང་གིས་བྱས་ན་བྱ་དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་ ཉ་ཅང་དགའ་བོ། སློང་བོ། ཡིད་ཚིམ་པ་ལ་ སོགས་པ་བྱུང་བ་རེད། ⁴			
ང་༧	ཞི་མིས་ག་རེ་བྱས་ནས་འོ་ཚོམ་དེ་ལ་ལག་པ་ འཛང་བ་རེད། ། བར་རིས་ལྡ་པ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ལེན་གསུམ་པ། དམིགས་ལུལ།།	ཞི་མིས་འོ་མ་འཐུང་ཡ། རག་ཡ། འོ་ མ་རྒྱུ་མ་རྒྱུ་ཡ། རག་གཅོད་པ་རེད། བྱ་ཡི་དོ་སྤང་མ་བྱས་སྐབས་ཞི་མིས་གོ་ སྐབས་ལེན་པ་རེད། ཞི་མི་ལ་བྱེ་མ་ལེབ་རག་ཡོད་མ་རེད། ལེན་བྱུང་ཡོད་མ་རེད། བྱེ་མ་ལེབ་དེ་ལེན་པ་མ་རེད། ཞི་མི་འོ་མར་དགའ་བོ་ཡོད་རེད། ། སློང་བཏང་གི་ཐོག་ནས། འོ་མ་ཞིམ་པོ་ཡང་ན་སློབ་ཡག་པོ་ཡོད་ རེད།	འོ་མ་མཉམ་དུ་ ཚེད་མོ་ཚེས་སློང་བོ་ བ།	༠ ༡
ང་༨	ཁྱེད་རང་གི་ཚོར་སྤང་ལ་གལ་སྲིད་བྱས་ཞི་ མི་མཐོང་ན་ཁོང་ག་འདྲ་ཚོར་གྱི་རེད། ། བར་རིས་དུག་པ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ལ་ལན་གྱི་ རྟགས་རེད།།	སྤྲུལ་ཅག་ ཁོང་ཁོ་ལངས་པ། སེམས་ སྤྲུལ་ སློན་པ། ཡག་པོ་མེད་པ་ཚོར་གྱི་ རེད།	སློང་བོ། དགའ་བོ། ཡི་ཚིམ་པོ་བྱུང་ ཡོད་ས་རེད།	༠ ༡
ང་༩	། གལ་སྲིད་ལྷ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ མེད་ནས་ང་པའི་སྤེ་ཚན་དགུ་པ་ལ་འགྲེལ་ བཤད་མ་བྱས་པ་མ་ཞོར་བའི་ངོས་ལེན་ བྱས་ན་ང་པའི་སྤེ་ཚན་བརྒྱད་པ་ལ་དྲི་བ་ འདྲི་དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་སྤེ་ཚན་ བརྒྱད་པའི་ནང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཉག་ཉག་ ཡོད་ན་ང་པའི་སྤེ་ཚན་དགུ་པ་ལ་སྐར་ཆ་ སྤྲད་ནས་ང་པའི་སྤེ་ཚན་བཅུ་པའི་ནང་ བཞག་ས།། ཁྱེད་རང་གིས་བྱས་ན་བྱ་དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་ སྤྲུལ་ཅག་ ཁོང་ཁོ་ལངས་ཡ། སེམས་སྤྲུལ་ ཡ། སློན་པ་ལ་སོགས་པ་ཆགས་པ་རེད། ⁵	ཞི་མིས་འོ་མ་འཐུང་། ལེན་གྱི་འདུག ཞི་མིས་འོ་མ་འཐུང་། ལེན་པ་རེད། བྱ་ཁོ་རང་འོ་མ་འཐུང་འདྲོད་བྱུང་བ་ རེད། འདྲི་བའི་འོ་མ་རེད།	སའི་སྤང་ལ་ཤིང་ སྤོང་གི་ཡལ་ག་ ཡོད་རེད། ལན་མི་ འོས་པ་གཞན།	༠ ༡
ང་༡༠	བྱ་དེ་ཞི་མི་མཉམ་དུ་གོགས་པོ་ཆགས་གྱི་ རེད་པས། ག་རེ་བྱས་ནས།	མ་རེད། ཨ་ནི་ཉུང་མཐར་རྒྱ་མཚན་ གཅིག་ཤོད་དང་། དཔེ་ན། ཞི་མིས་འོ་ མ་འཐུང་། རྒྱ་མ་རྒྱུ་པ་རེད། ལན་གཞན་ཉག་ཉག་ཡང་ལབ་དང་།	རེད། ངས་ཉ་གོ་མ་ སོང་། འབྲེལ་མེད་ ལན་གཞན།	༠ ༡
ང་༡༡		ཐོབ་གངས་ཁྱོན་༡༠ རྣམ།		

4 སྤེ་ཚན་ལྡ་པའི་ནང་ལྷ་གུས་ལན་རྒྱུ་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སློན་དགོས།
5 སྤེ་ཚན་བརྒྱད་པའི་ནང་ལྷ་གུས་ལན་རྒྱུ་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སློན་དགོས།

ཁྱིའི་རིའུ་མིག་བཟོ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་

སྒྲུབ་བཤད་པ། བསྐྱར་བཤད། མིག་སྟོན་སྒྲུབ་གཏམ།

- སྤྱ་གུའི་མཚན། _____
- སྐྱེས་ལོ་སྐྱེས་ཚེས། _____
- ཚོད་ལྷའི་དུས་ཚོད། _____
- ཚོད་ལྷའི་སྐབས་ཀྱི་ལོ་ཚད། _____
- ཕོ་མོ། _____
- ཚོད་ལྷ་བྱེད་མཁུ་གྱི་མཚན། _____
- སྐད་ཡིག་གཉིས་པའི་ཁོར་ལུག་ཚོད་གནས་པའི་ཟླ་དུས། _____
- བྱ་བཅོལ་ཁང་དུ་འབྱུགས་པའི་དུས་ཚོད། _____
- བྱ་བཅོལ་ཁང་གི་མིང་། _____

ཚོད་ལེན་ཚོད་ལྷ་མ་བྱེད་གོང་ལ་ཡིག་སྟོན་ཚོད་མ་ཚོག་ཅེའི་སྤོང་ལ་བཞག་དགོས། སྐྱ་འཇུག་ཚེད་སྐྱ་ཕབ་དང་བརྟན་ཕབ་དགོས་ཆས་རིགས་གྲ་སྐྱིག་ཡག་པོ་དགོས། སྟོན་གཞིའི་སྤོང་བདར་འགོ་མ་འཇུགས་སྟོན་ནས་སྐྱ་འཇུག་བྱེད་ཡ་འགོ་འཇུགས་དགོས།

སྟོན་འགོ་ཡི་སྤོང་བདར།

དཔེ་སྟོན་གྱི་དྲི་བ། ཁྱེད་ཀྱི་སྟོན་པོ་ཡག་ཤོས་སྟེ། ཁྱེད་རང་བརྟན་འཕྲིན་ག་རེ་བཟུ་ཡ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད། ད་དུང་ཁྱེད་རང་སྤོང་བཤད་ཡ་དང་ཉན་ཡ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་པས་ལ་སྟོན་པ་བཤད་པའི་དགོས།

བཤད་སྤོང་བྱེད་ཚུལ།

སྤོང་བཤད་སྒྲུབ་ཀྱི་གསལ་བཤད།

སྤྱ་གུའི་མདུན་ལ་བསྐྱད་ནས་སྤྱ་གུ་ལ་འདྲིར་ཉ་རོགས། ཡིག་སྟོན་གསུམ་ཡོད་རེད། ཡིག་སྟོན་པའི་རེའི་ནང་སྤོང་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་རེད། ཁྱེད་རང་གིས་གཅིག་འདེམ་ནས་ད་ལ་སྤོང་བཤད་དགོས་ཟེར་བཅོད་དགོས། དེ་ནས་པར་རིས་ལྟེ་བཞག་བཤེག་ནས་པར་རིས་དུམ་མཚམས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྤོང་ཆ་ཚང་ཞིག་ལ་བཟུ། དེ་ནས་ཁྱེད་རང་གྲ་སྐྱིག་ཡིན་ནམ་ཟེར་བཅོད་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་ཁ་བྱེ་བྱས། སྤྱ་གུ་ལ་ད་ཉ་ཁྱེད་རང་གིས་སྤོང་གཏམ་བཤད་དགོས། པར་རིས་ལ་བཟུ་ནས་སྤོང་གཏམ་ཡག་ཤོས་ཤིག་བཤད་ཡ་ཐབས་ཤེས་བྱེད་རོགས་ཟེར་ལབ་དགོས། པར་རིས་ལ་མཇུལ་མོ་བཅུགས་ནས་གལ་ཏེ་སྤྱ་གུས་སྤོང་གཏམ་བཤད་ཡ་འགོ་འཇུགས་དུས་ཁ་ཁུ་སེམ་པོ་བྱས་སྤོང་མ་ཐུན་ནས་བཤད་ཐུབ་ཡ་ཆེད་ད་ལ་སྤོང་གཏམ་བཤད་རོགས་ཟེར་ལབ་དགོས། སྤྱ་གུས་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ལ་བཤད་ཚར་རྗེས་པར་རིས་རྗེས་མ་ཁ་བྱེ་བྱས་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་བ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། སྤོང་གཏམ་བཤད་མ་ཚར་བར་དུ་སྤོང་གཏམ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་བསྐྱར་བཤད་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་སྤོང་གཏམ་བཤད་བཞིན་པའི་སྐབས་བཤད་མ་ཐུབ་པ་ཁ་ཁུ་སེམ་པོ་ཆགས་ན། ད་དུང་ག་རེ་བཤད་ཡ་ཡོད། མ་ཐུན་ནས་མང་བ་ཤོད་དང་། སྤོང་གཏམ་ནང་གཞན་ག་རེ་འདུག་བཟུ་གོ་བཅས་སྤོང་མ་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་སྤོང་གཏམ་བཤད་ཚར་མེན་གསལ་བོ་མེད་པར་བཤད་མཚམས་བཞག་ན་ཁྱེད་རང་གི་གུ་དུས་བཤད་ཚར་མེན་ད་ལ་ལབ་མ་བཅས་བཅོད་དགོས།

སྤྱ་གུས་སྤོང་གཏམ་བཤད་ཚར་རྗེས་མངགས་བཅོད་དང་ཉན་དུ་སྤོང་གི་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

བསྐྱར་བཤད་ཀྱི་གསལ་བཤད།

སྤྱ་གུའི་མདུན་ལ་བསྐྱད་ནས་སྤྱ་གུ་ལ་འདྲིར་ཉ་རོགས། ཡིག་སྟོན་གསུམ་ཡོད་རེད། ཡིག་སྟོན་པའི་རེའི་ནང་སྤོང་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་རེད། སྤོང་གཏམ་ནང་གསུམ་ཁྱེད་རང་གིས་གཅིག་འདེམ་ནས་ད་ལ་སྤོང་བཤད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་བཅོད་དགོས། དེ་ནས་པར་རིས་ལྟེ་བཞག་བཤེག་

ནས་པར་རིས་དུམ་མཚོམས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྤྱང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ དེ་ནས་འཁྲུང་རང་གི་
སྤྱི་ཡིན་ནམ། དཔལ་སྤྱང་བཤད་གི་ཡིན། དེ་རྗེས་ལ་འཁྲུང་རང་གིས་བཤད་དགོས་རེད་དེ་ལའང་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ནས་སྤྱང་འགོ་འཇུགས། པར་རིས་དང་པོ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག་ ཉེན་ཞིག་ཀྱི་འཇུག་པོ་ཞིག་
གིས་ཅི་ཅི་སྤྱོད་པོ་ཞིག་གི་ཤིང་སྤོང་གི་ཉེན་འགམ་ལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་མཐོང་། གྱི་དེས་ཅི་ཅི་འཛིན་ཡ་ཆེད་མཁུན་ལ་མཚོང་པ་རེད། དེའི་དུས་སུ་སྤྱོད་
སྤྱང་ཅན་གྱི་བྱ་བའི་ཞེས་པའི་ལྷན་ལྷན་ལོག་ཡོད་དུས་ལག་བ་གཡམས་གཡོན་གཉིས་ལ་སྤོ་པར་དང་སྤྱང་ལུག་འཁྲུང་བའི་ཞེས་པའི་སྤྱོད་པོ་སྤྱང་སྤྱང་
ཀྱི་ཡིས་ཅི་ཅི་འཛིན་བའི་ཞེས་པ་མཐོང་།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཡང་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། ཅི་ཅི་མཁྲོགས་པོ་
རྒྱལ་བས་ཀྱི་ཤིང་སྤོང་ལ་རྒྱུང་ལ་བརྒྱབ་པ་རེད། ཞོས་ཞོ་རང་ལ་སྤྱུག་བཟུམ་བཟོས་ཚང་ཉ་ཅང་གི་ཞོང་ཞོ་ལངས་བ་རེད། ལུ་དེ་ཉང་སང་བྱས་
ཞོང་གི་སྤྱང་ལུག་ལག་བ་ནས་ཤོར་བ་རེད། ཞོང་གི་སྤྱང་ལུག་རྒྱུང་གི་ཤིང་སྤོང་སྤྱང་ལ་འཁྲུང་བ་མཐོང་དུས་ཞོང་ལ་གིན་ལ་གིན་དའི་སྤྱང་
ལུག་རྒྱུང་གི་ཤིང་སྤོང་སྤྱང་ལ་འཁྲུང་སོང་ཟེར་ལའ། ཞོང་ཉ་ཅང་གི་སེམས་སྤྱོད་ནས་སྤྱང་ལ་སྤྱང་ལུག་རག་འདོད་བྱས་པ་རེད། ལྷན་པས་དེར་
ཀྱིས་བྱ་ཡི་སྤོ་པར་ལ་དོ་སྤྱང་བྱས་ནས་ཤ་སྤྱང་པོ་ཟ་ཡ་ཡི་བསམ་སྤོ་བཏང་པ་རེད།

པར་རིས་ལྔ་པ་དང་དུག་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་སྤྱང་གཏམ་དའི་པར་རིས་ཚང་མ་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ་པ་རེད། ལྷན་པས་དེ་དུས་བྱས་ཤིང་
སྤོང་སྤྱང་ལ་འཛིན་ནས་སྤྱང་ལུག་ལེན་ཐབས་བྱེད་པ་ལས་ཀྱི་ཡི་ཤ་སྤྱང་པོ་ཟ་གི་རེད་བསམ་ཡོད་མ་རེད། མཐར་མ་གྱི་ལ་ཤ་སྤྱང་པོ་ཞིམ་པོ་
ཞིག་ཟ་ཡ་རག་ནས་སྤྱིད་པོ་བྱུང་པ་མ་ཟད་བྱ་ཡང་སྤྱང་ལུག་ལེན་ཐུབ་ནས་སྤྱིད་པོ་བྱུང་པ་རེད།

འདི་ནས་སྤྱང་གཏམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད།

པར་རིས་ལྟེབས་མེད་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་བྱིས་པ་གཅིག་པོའི་མཐོང་ཐུབ། ལུ་གུ་ལ་ད་ཉ་འཁྲུང་རང་གིས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་དགོས། པར་
རིས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱང་གཏམ་ཡལ་ཤོས་ཤིག་བཤད་ཡ་ཐབས་ཤེས་བྱེད་རོགས་ཟེར་ལའང་དགོས། གལ་ཏེ་སྤྱ་གུའི་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཡ་འགོ་
འཇུགས་དུས་ལ་ལྷ་སེམ་པོ་ཆགས་ན་པར་རིས་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུགས་ནས་སྤྱང་བཤད་ཐུབ་ཡ་ཆེད་དེ་ལ་སྤྱང་གཏམ་བཤད་རོགས་ཟེར་ལའང་
དགོས། ལུ་གུས་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་པ་གཉིས་ཀྱི་སྤོང་ལ་བཤད་ཚར་རྗེས་པར་རིས་རྗེས་མ་ཡང་ལྟེབས་མེད་པས་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་
པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། སྤྱང་གཏམ་བཤད་མ་ཚར་བར་དུ་སྤྱང་གཏམ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་བརྒྱུར་བཤད་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་
གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་བཞིན་པའི་སྤྱང་ལ་ལྷ་སེམ་པོ་ཆགས་ན། ད་དུང་ག་རེ་བཤད་ཡ་ཡོད། ལུ་མཐུན་ནས་མང་བ་ཤོད་དང་། སྤྱང་གཏམ་
ནང་གཞན་ག་རེ་འདུག་བརྟེན་གོ་བཅས་སྤྱུལ་མ་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཚར་མེན་གསལ་བོ་མང་པ་བཤད་མཚོམས་
བཞག་ན་འཁྲུང་རང་གི་ག་དུས་བཤད་ཚར་མེན་དེ་ལ་ལའང་ཨ་ཟེར་བཞེད་དགོས།

སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཚར་རྗེས་མངགས་བཞེད་དང་སྤྱ་དུ་སྤྱང་གི་ནང་དོན་ལ་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

མིག་སྤོན་སྤྱང་གཏམ་གྱི་གསལ་བཤད།

སྤྱ་གུའི་མཁུན་ལ་བསྐྱད་ནས་སྤྱ་གུ་ལ་འདྲི་རྟེན་རོགས། ཡིག་སྤོན་གསལ་ཡོད་རེད། ཡིག་སྤོན་པ་རེ་འདྲི་ནང་སྤྱང་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་
རེད། འཁྲུང་རང་གིས་གཅིག་འདྲམ་ནས་དཔལ་སྤྱང་བཤད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་བཞེད་དགོས། དེ་ནས་པར་རིས་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ནས་པར་རིས་དུམ་
མཚོམས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྤྱང་ཆ་ཚང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ དེ་ནས་འཁྲུང་རང་གི་སྤྱི་ཡིན་ནམ། དཔལ་སྤྱང་
ལ་སྤྱང་གཏམ་བཤད་གི་ཡིན། ཨ་ནེ་འཁྲུང་ལ་དྲི་བ་འགའ་ཤས་འདྲི་གི་ཡིན་ལའང་ཟེར་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ནས་སྤྱང་འགོ་འཇུགས། པར་རིས་དང་པོ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག་ ཉེན་ཞིག་ཀྱི་འཇུག་པོ་ཞིག་
གིས་ཅི་ཅི་སྤྱོད་པོ་ཞིག་གི་ཤིང་སྤོང་གི་ཉེན་འགམ་ལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་མཐོང་། གྱི་དེས་ཅི་ཅི་འཛིན་ཡ་ཆེད་མཁུན་ལ་མཚོང་པ་རེད། དེའི་དུས་སུ་སྤྱོད་
སྤྱང་ཅན་གྱི་བྱ་བའི་ཞེས་པའི་ལྷན་ལྷན་ལོག་ཡོད་དུས་ལག་བ་གཡམས་གཡོན་གཉིས་ལ་སྤོ་པར་དང་སྤྱང་ལུག་འཁྲུང་བའི་ཞེས་པའི་སྤྱོད་པོ་སྤྱང་སྤྱང་
ཀྱི་ཡིས་ཅི་ཅི་འཛིན་བའི་ཞེས་པ་མཐོང་།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཡང་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། ཅི་ཅི་མཁྲོགས་པོ་
རྒྱལ་བས་ཀྱི་ཤིང་སྤོང་ལ་རྒྱུང་ལ་བརྒྱབ་པ་རེད། ཞོས་ཞོ་རང་ལ་སྤྱུག་བཟུམ་བཟོས་ཚང་ཉ་ཅང་གི་ཞོང་ཞོ་ལངས་བ་རེད། ལུ་དེ་ཉང་སང་བྱས་
ཞོང་གི་སྤྱང་ལུག་ལག་བ་ནས་ཤོར་བ་རེད། ཞོང་གི་སྤྱང་ལུག་རྒྱུང་གི་ཤིང་སྤོང་སྤྱང་ལ་འཁྲུང་བ་མཐོང་དུས་ཞོང་ལ་གིན་ལ་གིན་དའི་སྤྱང་
ལུག་རྒྱུང་གི་ཤིང་སྤོང་སྤྱང་ལ་འཁྲུང་སོང་ཟེར་ལའ། ཞོང་ཉ་ཅང་གི་སེམས་སྤྱོད་ནས་སྤྱང་ལ་སྤྱང་ལུག་རག་འདོད་བྱས་པ་རེད། ལྷན་པས་དེར་
ཀྱིས་བྱ་ཡི་སྤོ་པར་ལ་དོ་སྤྱང་བྱས་ནས་ཤ་སྤྱང་པོ་ཟ་ཡ་ཡི་བསམ་སྤོ་བཏང་པ་རེད།

པར་རིས་ལྔ་པ་དང་དུག་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་སྤྱང་གཏམ་དའི་པར་རིས་ཚང་མ་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ་པ་རེད། ལྷན་པས་དེ་དུས་བྱས་ཤིང་
སྤོང་སྤྱང་ལ་འཛིན་ནས་སྤྱང་ལུག་ལེན་ཐབས་བྱེད་པ་ལས་ཀྱི་ཡི་ཤ་སྤྱང་པོ་ཟ་གི་རེད་བསམ་ཡོད་མ་རེད། མཐར་མ་གྱི་ལ་ཤ་སྤྱང་པོ་ཞིམ་པོ་
ཞིག་ཟ་ཡ་རག་ནས་སྤྱིད་པོ་བྱུང་པ་མ་ཟད་བྱ་ཡང་སྤྱང་ལུག་ལེན་ཐུབ་ནས་སྤྱིད་པོ་བྱུང་པ་རེད།

འདི་ནས་སྐྱེས་པ་ལྟམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད།

སྐྱེས་པ་ལྟམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད་ལའང་རྗེས་དཔེ་ནང་དོན་སྐོར་ལ་བྱེད་རང་གིས་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

ཁྱིའི་ཐོབ་གུང་ས་རིུ་མིག་

སྡེ་ཚན་དང་པོ་བཤད་ཚད།

ཀ རྒྱུང་གཏམ་གྱི་རྒྱབ་ཚུལ། ཁ རྒྱབ་ཚུལ་གྱི་རྩོག་འཛིངས། ག ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ།

ཀ རྒྱུང་གཏམ་གྱི་རྒྱབ་ཚུལ།

		ཚོར་འཁྲུལ་མེད་པ་དོས་ལེན་གྱི་དབུ་ ⁶	ཐོབ་གུང་ས།
ཀ༡	རྒྱབ་ཚུངས།	དུས་ཚོད་དང་ཡང་ན་ཚགས་ལུལ། དཔེར་ན། རྩོམ་མ་རྩོམ་མ། ཉེན་ཞིག་གནའ་ལྷ་མོ། ཤིང་ནགས་ནང་། སྒྲིང་གར། སྤང་ཚུངས་སྤང་ལ། ཞིང་ཁ་ལ། ཤིང་ཚུང་གྱི་ཉེ་འགམ་ལ། ལམ་ཁར།	༠ ༡ ༢ ⁷
<i>ལུ་དང་པོ་ཁྱིའི་འཕྲུལ་མཁན་གྱི་དང་ཚི་ཚི་རེད།</i>			
ཀ༢	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་དོན་རྒྱུན་བྱུང་ཡ་འགོ་འཇུགས་བའི་རྟགས་རེད།	ཁྱིའི་འཁྲུལ་པོ་ཡང་ན་ཡ་མཚན་ཅན་ཞིག་རེད། ཁྱིས་ཚི་ཚི་གཅིག་མཐོང་བ་རེད།	༠ ༡
ཀ༣	དམིགས་ལུལ།	ཁྱིས་ཚི་ཚི་འཛིན་འདོད། རྩིས་འདོད་གཏོང་འདོད། ཚི་ཚི་མཉམ་དུ་སྤྲོད་མོ་སྤྲོད་འདོད་སོགས་ཡོད་རེད། བྱ་ཚིག་ { འཛིན་ཡ། རག་ཡ། སྤྲོད་མོ་སྤྲོད་ཡ། } + ཚེད་དུ་.....	༠ ༡
ཀ༤	བྱ་སྤྱོད།	ཁྱིས་ཡར་ནས་ཡར་མདུན་ལ་མཚོང་བ་རེད། ཁྱིས་རྩིས་འདོད་བཏང་བའམ་རྩིས་དང་བཏང་འགོ་བཅུགས་པ་རེད། ཁྱིས་ + བྱ་ཚིག་ { འཛིན་ཡ། རག་ཡ། སྤྲོད་མོ་སྤྲོད་ཡ། འཁྲུལ་ཡོ། } + ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ༥	མཇུག་འབྲས།	ཁྱི་ཤིང་ཚུང་ལ་རྩུང་ཁ་ཐབས། ཚི་ཚི་མ་རག་གི་མཚོན་པོ་མེད། ཚི་ཚི་བོས་ཤིང་ཚུང་གི་རྒྱབ་ཏུ་གཤམ། ཚི་ཚི་ཉ་ཅང་མཚོན་པོ་ཡོད་རེད།	༠ ༡
ཀ༦	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་རེད།	ཁྱི་སྤོ་ཐམ་པ་རེད། ཁོང་ཁོ་ལངས་པ་རེད། སེམས་ལ་ཕོབ་པ་རེད། ཚི་ཚི་དགའ་པོ་དང་སྤྲོད་པོ། སྤོང་ཤིག་ཤིག་ཚགས་པ་རེད།	༠ ༡
<i>ལུ་གཉིས་པ། རྒྱུ་འཕྲུལ་མཁན་བྱ་རེད།</i>			
ཀ༧	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་དོན་རྒྱུན་བྱུང་ཡ་འགོ་འཇུགས་བའི་རྟགས་རེད།	བྱས་སྤང་ཕུག་ཤིང་ཚུང་སྤང་ལ་མཐོང་ནས་ཁོ་རང་སེམས་སྤོ་བ་དང་མ་སྤྲོད་པ་བྱུང་། དེ་བཞིན་ཁོ་རང་གི་སྤང་ཕུག་ལ་སེམས་ཁྲུལ་བྱུང་བ་རེད།	༠ ༡
ཀ༨	དམིགས་ལུལ།	བྱས་ཁོང་གི་སྤང་ཕུག་ཡང་བསྐྱར་དགོས་འདོད་ཡོད་ཅང་ཚུར་ལེན་ཡ་ཐག་བཅད་པ་རེད། བྱ་ཚིག་ { བྱིར་རག་འདོད། } + ཚེད་དུ་.....	༠ ༡
ཀ༩	བྱ་སྤྱོད།	བྱས་སྤང་ཕུག་ཤིང་ཚུང་སྤང་ནས་མར་འཐེན་གྱི་ཡོད་རེད། མར་འཐེན་པ་རེད། མར་འཐེན་ཐབས་བྱས་པ་རེད། བྱས་ཡར་མཚོང་ཅང་སྤང་ཕུག་སར་སྤོབ་པ་རེད། བྱས་ཤིང་ཚུང་སྤང་ལ་ཡར་འཛོག་གི་ཡོད་རེད། འཛོག་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ༡༠	མཇུག་འབྲས།	བྱ་ལ་སྤང་ཕུག་ཡང་བསྐྱར་རག་པ་རེད། སྤང་ཕུག་ཉར་ཚགས་བྱས་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ༡༡	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་རེད།	བྱས་སྤང་ཕུག་ལེན་ཐུབ་ཅང་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་སྤྲོད་པོ། སྤོང་ཤིག་ཤིག་ ཡི་ཚོམ་པོ་བྱུང་བ་རེད།	༠ ༡
<i>ལུ་གསུམ་པ། ཁྱིའི་འཕྲུལ་མཁན་གྱི་རེད།</i>			

⁶ གཤམ་ཏེ་དོགས་འདྲིའམ་ཚོད་སྤོང་སྤོང་བྱིས་པས་བཏོན་པའི་རྩིས་ལན་དེ་རེུ་མིག་འདྲིའི་སྤོང་དུ་བཞག་ནས་མཚུབ་སྤོང་ལག་དེབ་ལ་སྤོས།
⁷ གཤམ་ཏེ་ཚོར་འཁྲུལ་དང་ལན་མེད་པ་ལ་སྤང་པ་སྤང་གོར་དང་། འགྲིག་པའི་ལན་ལ་སྤང་མ་གཅིག་ས་ཆ་དང་དུས་ཚོད་ཡང་དག་ལ་སྤང་མ་གཉིས།

ཀ་༡༢	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ དོན་རྒྱུ་བྱུང་ཡང་འགོ་ འཇུགས་བའི་རྟགས་རེད།	ཁྱིམ་བྱ་ཡི་སྟོ་ཡང་ནང་ནང་གི་ཤ་སྐམ་བོ་དེ་ལ་དོ་སྣང་བྱས་པ་རེད། ཁྱི་གོང་ཁོག་སྟོགས། ཡ་མཚན་ཅན་ཞིག་རེད། ཤ་སྐམ་བོ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་ རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༣	དམིགས་ཡུལ།	ཁྱིམ་ཤ་སྐམ་བོ་ཟུམ་ལ། ལེན་ཡ། རྒྱ་མ་རྒྱུག་ཡ། ཐག་གཅོད་པ་རེད། བྱ་ཚོགས། ། རག་ཡ། འཇུང་ཡ། ། + ཚེད་དུ་.....	༠ ༡
ཀ་༡༤	བྱ་སྟོང།	ཁྱིམ་ཤ་སྐམ་བོ་ཟུམ་ལ། ལེན་ཡ། རྒྱ་མ་རྒྱུག་གི་ཡོད་རེད། ཁྱིམ་སྟོ་ཡང་ནང་ནང་གི་ཤ་སྐམ་བོ་བཟུམ་ལ། ལེན་ཡ། ཤ་སྐམ་བོ་རག་པ་རེད། ཁྱིམ་ + བྱ་ཚོགས། ། རག་ཡ། ཟུམ་ལ། རྒྱ་ཡ། ། + ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༥	མཇུག་འབྲས།	ཁྱིམ་ཤ་སྐམ་བོ་བཟུམ་ལ། རག་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༦	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་རེད།	ཁྱི་འདྲོད་སློ་ཁེངས། དགའ་བོ་སྦྱིད་བོ་བྱུང་བ་རེད། ད་གོང་ཁོག་སྟོགས་ཀྱི་ ཡོད་མ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༧	ཐོབ་གངས་ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་པ་		

ཁ་གྲུབ་ཚུལ་གྱི་རྟོག་འཛིངས།

བྱ་སྟོང་དང་མཇུག་འབྲས་ རིམ་བའི་ལན་གྲངས།	དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཚེད་ ཐེངས་མང་བྱ་སྟོང་དང་མཇུག་ འབྲས་མེད་པ།	དམིགས་ཡུལ་དང་བྱ་སྟོང་དམིགས་ ཡུལ་དང་མཇུག་འབྲས་རིམ་བའི་ ལན་གྲངས།	དམིགས་ཡུལ་བྱས་བྱ་སྟོང་ བྱས་མཇུག་འབྲས་བཅས་ཀྱི་ ལན་གྲངས།
ཁ་༡	ཁ་༢	ཁ་༣	ཁ་༤

ག་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར།

ག་༡	<p>ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ལ་བེད་སྟོང་བྱེད་བའི་སྟོན་ཚིག་རྣམས། གཤམ་གྱི་ཚིག་ཁུངས་སུ་འཕྲི།</p> <p>ཚོར་རྣམ་གྱི་ཚིག་ དཔེ་ན། མཚོང་བ། གོ་བ། ཚོར་བ། གི་མ་ལ་བ།</p> <p>ལྷན་ཚོར་གྱི་ཚིག་ དཔེ་ན། ཁ་སྟོན་པ། གོང་ཁོག་སྟོགས་པ། ཐང་ཚད་པ། མ་ཁ་ཚ་བ། བ་རྒྱུག</p> <p>རིག་ཚོར་གྱི་ཚིག་ དཔེ་ན། གསོན་པ། གཉིད་སང་པ། གཉིད་ཤོར་པ།</p> <p>ཚོར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚིག་ དཔེ་ན། སེམས་སྤྱུག་སྦྱིད་པོ། སེམས་ཁུལ་བྱས་པ། སྟོ་པམ་པ། དངངས་འཚབ་སྦྱིས་པ། ཞེད་སྣང་ སྦྱིས་པ། སྟོབས་པ་ཚེན་པོ། སྟོ་ཁོག་ཚེན་པོ། ཉེན་ཁ་མེད་པ། དགའ་བོ། ཉུང་སངས་པ།</p> <p>སེམས་ཁུལ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཚིག་ དཔེ་ན། དགོས་པ། བསམ་པ། ཤེས་པ། དུན་པ་བརྗོད་པ། ཐག་གཅོད་པ། ཡིད་ཚེས་པ། འཆར་གཞི་བཟོ་བ།</p> <p>དག་གི་བྱ་ཚིག་ དཔེ་ན། ལབ་པ། རྒྱུད་བཏང་བ། རྒྱུད་བརྒྱབ་པ། ཉེས་བཅད་བཏང་བ། གི་བ་འདྲི་བ།</p>
-----	--

ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ། རྒྱ་དོན་གོ་བ།

		རྩོམ་འཕྲུལ་མེད་པ་དོས་ལེན་གྱི་དཔེ།	ལན་རྩོམ་བའི་དཔེ།	ཚོམ་གྲངས།
༠	བྱིད་སྐྱེད་གཏམ་དེ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་པས།	ཚོད་སྒྲིབ་ཀྱི་བར། ཚོམ་གྲངས་མེད།		
༤༡	གའ་རེ་བྱས་ནས་བྱི་མདུན་ལ་མཚོང་བ་རེད། ། བར་རིས་དང་བོ་དང་གཉིས་པ་ལ་ མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ལེའུ་དང་བོ། དམིགས་ཡུལ།།	ཅི་ཅི་འཛིན་སྟོང་བོ་བ། རྒྱུད་དད་ གཏོང་སྟོང་བོ་བ། ཅི་ཅི་མཉམ་དུ་ ཚེད་མོ་ཚེད་སྟོང་བོ་བ། ཅི་ཅི་ཚེད་དུ་ + བྱ་ཚོག། ། འཛིན་བ། རག་བ། །	འགོ་གི་ཡོད་རེད། རྒྱུག་གི་ཡོད་རེད། མཚོང་འདོད་ཡོད་ རེད། བྱི་རྒྱུན་དུ་ མཚོང་གི་ཡོད་རེད།	༠ ༡
༤༢	བྱིས་གའ་འདྲ་ཚོར་གྱི་ཡོད་རེད། ། བར་རིས་གསུམ་པ་ལ་མཚུལ་མོ་ བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟུགས་རེད།།	ཁོང་ཁྱོད་སྐྱུག་ཅག་ རྫོ་པམ། སེམས་ ལ་སོག་ ར་རྒྱག་ ཡག་པོ་མེད་བ། བདེ་བོ་མེད་པ་ཚོར་གྱི་ཡོད་རེད།	ཡག་བོ། རྫོད་པོ་ ཚོར་གྱི་ཡོད་རེད།	༠ ༡
༤༣	། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག། མེད་ནས་ང་པའི་སྡེ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་ འགྲེལ་བཤད་མ་བྱས་པ་མ་ཞོར་བའི་དོས་ ལེན་བྱས་ན་ང་པའི་སྡེ་ཚན་གསུམ་པ་ལ་དྲི་ བ་འདྲི་དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་སྡེ་ཚན་ གཉིས་པའི་ནང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཉག་ཉག་ ཡོད་ན་ང་པའི་སྡེ་ཚན་གསུམ་པ་ལ་སྐར་ཆ་ སྤྲད་ནས་ང་པའི་སྡེ་ཚན་བཞི་པའི་ནང་ བཞུགས།། བྱིད་རང་གི་བྱས་ན་བྱི་གའ་རེ་བྱས་ནས་ཁོང་ ཁྱོད་ལངས། རྫོ་པམ། སེམས་ལ་སོག་པ་ལ་ སོགས་པ་བྱུང་བ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ⁸	ཅི་ཅི་དེ་འཛིན་སྐབས་ཡོད་མ་རེད། བྱིའི་ མགོ་ཤིང་སྤོང་ལ་རྩུང་ཁ་ཐེབས་པ་རེད། བྱི་ཤིང་སྤོང་ལ་རྩུང་ཁ་ཐེབས་པ་རེད། ཤིང་སྤོང་ལ་རྩུང་ཁ་ཐེབས་ཚང་ན་རྒྱག་ བཏང་བ་རེད། ཅི་ཅི་བྲོས་བ་རེད། ཤོར་བ་རེད།	མི་འོས་པའི་ལན། འབྲེལ་མེད་གྱི་ལན།	༠ ༡
༤༤	བྱ་དེ་གའ་རེ་བྱས་ནས་མདུན་ལ་མཚོང་བ་ རེད། ། བར་རིས་ལྡ་བ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ལེའུ་གཉིས་པ། དམིགས་ཡུལ།།	ཁོ་རང་གི་སྐྱང་སྐྱུག་ཚུར་ལེན་འདོད། རག་འདོད་ཆེད། སྐྱང་སྐྱུག་དགོས་འདོད། ཁོའི་སྐྱང་སྐྱུག་ཡང་བསྐྱར་ + བྱ་ཚོག། ། རག་ཡ། ལེན་ཡ།། + ཚེད་དུ་.....	ཤིང་སྤོང་སྐྱང་ལ་ འཛིན་གི་ཡོད་རེད། འཛིན་བ་རེད།	༠ ༡
༤༥	བྱིའི་ཚོར་བ་གང་འདྲ་ཡོད་ན། ། བར་རིས་རྒྱག་པ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟུགས་རེད།།	རྫོད་པོ། དགའ་བོ། ཡི་ཚོམ་པོ་སོགས་ བྱུང་ཡོད་ས་རེད།	དགའ་བོ་མ་བྱུང་བ། རྫོ་པམ་དང་། ཁོང་ ཁྱོད་ལངས་ཡོད་ས་ རེད།	༠ ༡
༤༦	། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག། མེད་ནས་ང་པའི་སྡེ་ཚན་ལྡ་བ་ལ་འགྲེལ་ བཤད་མ་བྱས་པ་མ་ཞོར་བའི་དོས་ལེན་ བྱས་ན་ང་པའི་སྡེ་ཚན་རྒྱག་པ་ལ་དྲི་བ་འདྲི་ དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་སྡེ་ཚན་ལྡ་བའི་ ནང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཉག་ཉག་ཡོད་ན་ང་ པའི་སྡེ་ཚན་རྒྱག་པ་ལ་སྐར་ཆ་སྤྲད་ནས་ང་ པའི་སྡེ་ཚན་བདུན་པའི་ནང་བཞུགས།།	སྐྱང་སྐྱུག་ཡང་བསྐྱར་ + ། རག་ ལན།། + སྐབ་བ་རེད།	ཁོ་འཚུམ་སྐུལ་སྐུལ་ ཡོད་རེད། ཁོ་འདྲི་འདྲ་ཞིག་ ཡོད་རེད། ཁོ་ལང་བསྐྱད་གྱི་ ཡོད་རེད། ལན་མི་འོས་པ་ གཞན།	༠ ༡

⁸ ལྷོ་ཚན་གཉིས་པའི་ནང་སྤྱ་གུས་ལན་རྒྱག་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྟོན་དགོས།

	བྱིད་རང་གིས་བྱས་ན་བྱ་དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་ ཉ་ཅང་དགའ་བོ། སྐྱིད་བོ། ཡིད་ཚིམ་པ་ལ་ སོགས་པ་བྱུང་བ་རེད། ⁹			
ང་༧	བྱིས་ག་རེ་བྱས་ནས་ཤ་སྐྱམ་པོ་དེ་ལ་སོ་ བརྒྱབ་པ་རེད། ། བར་རིས་ལྷ་པ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ལེན་གསུམ་པ། དམིགས་ལུལ།།	བྱིས་ཤ་སྐྱམ་པོ་ཟ་ཡ། རག་ཡ། ཤ་སྐྱམ་ པོ་རྒྱ་མ་རྒྱག་ཡ། ཐག་གཅོད་པ་རེད། བྱ་ཡིས་དོ་སྣང་མ་བྱས་སྐབས་བྱིས་གོ་ སྐབས་ལེན་པ་རེད། བྱིས་ཚེ་ཚེ་དེ་འཛིན་ཡ་ཡང་ན་ལེན་ཡ་ བྱུང་ཡོད་མ་རེད། ཚེ་ཚེ་དེ་འཛིན་ བྱུང་ཡོད་མ་རེད། བྱི་ཤ་སྐྱམ་པོར་དགའ་བོ་ཡོད་རེད། ། སྐྱིར་བཏང་གི་ཐོག་ནས། ཤ་སྐྱམ་པོ་ཞིམ་པོ་ཡང་ན་སྐྱོ་བ་ཡག་པོ་ ཡོད་རེད།	བྱི་སྣོ་ཕད་མཉམ་དུ་ ཚེད་མོ་རྩེས་སྐྱིད་བོ་ བ།	༠ ། ༡
ང་༨	བྱིད་རང་གི་ཚོར་སྣང་ལ་གལ་སྲིད་བྱས་ཀྱི་ མཚོང་ན་ཁོང་ག་འདྲ་ཚོར་ས་རེད། ། བར་རིས་དུག་པ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟོགས་རེད།།	སྐྱུག་ཅག་ཁོང་ཁྱོད། སེམས་སྐྱུག་སྐྱོན་ བ། ཡག་པོ་མེད་པ་ཚོར་ས་རེད།	བྱིད་བོ། དགའ་བོ། ཡི་ཚོམ་པོ་ཚོར་ས་ རེད།	༠ ། ༡
ང་༩	། གལ་སྲིད་ལྷ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ མེད་ནས་ང་པའི་སྡེ་ཚན་དགུ་པ་ལ་འགོལ་ བཤད་མ་བྱས་པ་མ་ཞོར་བའི་ངོས་ལེན་ བྱས་ན་ང་པའི་སྡེ་ཚན་བརྒྱད་པ་ལ་དྲི་བ་ འདྲི་དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་སྡེ་ཚན་ བརྒྱད་པའི་ནང་ལ་འགོལ་བཤད་ཉག་ཉག་ ཡོད་ན་ང་པའི་སྡེ་ཚན་དགུ་པ་ལ་སྐར་ཆ་ སྤྲད་ནས་ང་པའི་སྡེ་ཚན་བརྒྱ་པའི་ནང་ བཞགས།། བྱིད་རང་གིས་བྱས་ན་བྱ་དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་ སྐྱུག་ཅག་ཁོང་ཁྱོད་ལངས། སེམས་སྐྱུག་པ། སྐྱོན་པ་ལ་སོགས་པ་ཆགས་པ་རེད། ¹⁰	བྱིས་ཤ་སྐྱམ་པོ་བཟས་པ་རེད། བྱིས་ཤ་ སྐྱམ་པོ་ལེན་གི་འདུག བྱ་ཁོ་རང་ཤ་སྐྱམ་པོ་བཟའ་འདོད་ཡོད་ རེད། ཤ་སྐྱམ་པོ་དེ་བུའི་རེད།	ལན་མེ་འོས་པ།	༠ ། ༡
ང་༡༠	བྱ་དེ་བྱི་མཉམ་དུ་གོགས་པོ་ཆགས་ཀྱི་རེད་ པས། ག་རེ་བྱས་ནས།	མ་རེད། ཨ་ནི་ཉུང་མཐར་རྒྱ་མཚན་ གཅིག་ཤོད་དང་། དཔེ་ན། བྱིས་ཤ་ སྐྱམ་པོ་ཟ་ཡ། རྒྱ་མ་རྒྱག་ཡ། ལན་ གཞན་ཉག་ཉག་ཡང་ལབ་དང་།	རེད། ངས་ཉ་གོ་མ་ སོང་། འབྲེལ་མེད་ ལན་གཞན།	༠ ། ༡
ང་༡༡		ཐོབ་གུངས་ཁྱོན་༡༠ རས།		

⁹ སྡེ་ཚན་ལྷ་པའི་ནང་ལྷ་གུས་ལན་རྒྱག་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྐྱོན་དགོས།
¹⁰ སྡེ་ཚན་བརྒྱད་པའི་ནང་ལྷ་གུས་ལན་རྒྱག་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྐྱོན་དགོས།

ནས་པར་རིས་དུམ་མཚམས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྤྱང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན། དེ་ནས་འཁྲུང་རང་གྲ་
སྤྱི་ཡིན་ནམ། ངས་སྤྱང་བཤད་གི་ཡིན། དེ་རྗེས་ལ་འཁྲུང་རང་གིས་བཤད་དགོས་རེད་དེ་ལ་བཤད་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ནས་སྤྱང་འགོ་འཇུགས། པར་རིས་དང་པོ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག་ ཉེན་ཞིག་ལྷན་ཞིག་གིས་རང་
ཉིད་ཀྱི་སྤྱ་གྲ་གོང་ལོག་ལྷོགས་པ་མཐོང་བ་རེད། ཨ་ནེ་ཕྱི་ཚེ་ལ་ཁ་ལག་འཚོལ་ཆད་ཕྱ་འཕུར་བ་རེད། ཞི་མི་ལྷོགས་པས་ཕྱ་འཕུར་བ་མཐོང་
དུས་ཞི་རྒྱུད་དང་རྣམ་ཕྱིན་ཚང་ནང་གང་ཡོད་མེད་བརྟེན་ན་འགྲིག་གམ་བཤད།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཡང་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། ཕྱི་ཚེ་འཕྲ་
ཆེན་པོ་ཞིག་འཁྲུང་ནས་ཕྱ་འཕུར་བ་ལ་ལོག་སྐབས་ཕྱ་ཡིས་ཞི་མི་མཐོང་ཡོད་མ་རེད། རང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱི་ཚེ་ཆད་འཕྲ་ལྷ་བ་ཅན་འཁྲུང་ཡ་རག་
ཚང་ཕྱ་དེ་དཔེ་སྤྱིད་པོ་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནས་ཞི་མི་སྤྱི་ཚུག་ཅག་དེས་ཕྱི་འཛིན་ཡ་ཆད་ཤིང་རྣོང་ལ་འཛིན་ཡ་འགོ་འཇུགས་པ་རེད། ཞི་མིས་
ཕྱི་ཚུན་ཞིག་སྤྱོད་ཕྱ་འཛིན། དཔེ་འདྲ་ལ་ལྟེན་ཆེན་པོ་ཞིག་འགོ་སྐབས་ཕྱ་དེ་ཚོ་ཉེན་ཁ་མཐོང་ནས་ལོས་ཕྱི་ཚུན་སྤྱོད་ཆད་ཞི་མི་བཀག་ཡ་ཐག་
བཅད་པ་རེད།

པར་རིས་ལྔ་པ་དང་དྲུག་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་སྤྱང་གཏམ་དེའི་པར་རིས་ཚང་མ་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ་པ་རེད། བྱིས་ཞི་མི་ལ་ཕྱི་ཚེ་སྤྱོད་
དགོལ་བཏང་དགོས་ལ་བ་བྱས་ལོས་ཞི་མིའི་མཚུག་མ་བཟུང་ནས་མར་བདེ་བ་རེད། དེ་ནས་ཞི་མིས་ཕྱི་ཚེ་སྤྱོད་པ་དང་བྱིས་ཞི་མི་རྒྱང་
རིང་ལ་རྗེས་འདྲེད་བཏང་བ་རེད། མཐའ་མར་ཕྱི་ཚུན་སྤྱོད་ཐུབ་ཚང་ཕྱི་དཔེ་སྤྱིད་པོ་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནས་ཞི་མི་ད་དུང་གོང་ལོག་ལྷོགས་པ་
རྣམས་ཡོད་རེད།

འདི་ནས་སྤྱང་གཏམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད།

པར་རིས་ལྟེབས་མེད་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་བྱིས་པ་གཅིག་པོའི་མཐོང་ཐུབ། སྤྱ་གྲ་ལ་ད་ལྟ་འཁྲུང་རང་གིས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་དགོས། པར་
རིས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱང་གཏམ་ཡལ་ལོག་ཤིག་བཤད་ཡ་ཐབས་ཤེས་ཀྱིང་རོགས་ཟེར་ལའབ་དགོས། གལ་ཏེ་སྤྱ་གྲའི་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཡ་འགོ་
འཇུགས་དུས་ཁ་ལྷ་སེམ་པོ་ཆགས་ན་པར་རིས་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུགས་ནས་སྤྱང་བཤད་ཐུབ་ཡ་ཆད་དང་ལ་སྤྱང་གཏམ་བཤད་རོགས་ཟེར་ལའབ་
དགོས། སྤྱ་གུས་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་པ་གཉིས་ཀྱི་སྐོར་ལ་བཤད་ཚར་རྗེས་པར་རིས་རྗེས་མ་ཡང་ལྟེབས་མེད་པས་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་
པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། སྤྱང་གཏམ་བཤད་མ་ཚར་བར་དུ་སྤྱང་གཏམ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་བསྐྱར་བཤད་ཀྱིང་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་
གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་བཞིན་པའི་སྐབས་ཁ་ལྷ་སེམ་པོ་ཆགས་ན། ད་དུང་ག་རེ་བཤད་ཡ་ཡོད། ལྷ་མཐུན་ནས་མང་བ་ཤོད་དང་། སྤྱང་གཏམ་
ནང་གཞན་ག་རེ་འདུག་བརྟེན་གོ་བཅས་སྤྱུལ་མ་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཚར་མེན་གསལ་བོ་མེད་པ་བཤད་མཚམས་
བཞག་ན་འཁྲུང་རང་གི་ག་དུས་བཤད་ཚར་མེན་དང་ལ་ལའབ་ཨ་ཟེར་བཅོད་དགོས།

སྤྱ་གུས་སྤྱང་གཏམ་བཤད་ཚར་རྗེས་མངགས་བཅོད་དང་སྤྱ་དུ་སྤྱང་གི་ནང་དོན་ལ་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

མིག་སྤྱོད་སྤྱང་གཏམ་གྱི་གསལ་བཤད།

སྤྱ་གྲའི་མདུན་ལ་བཤད་ནས་སྤྱ་གྲའི་འདྲི་རྣམས་ལྷོགས་ཡོད་རེད། ཡིག་སྤྱོད་ལ་འདྲི་ནང་སྤྱང་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་
རེད། འཁྲུང་རང་གིས་གཅིག་འདྲེན་ནས་ངས་སྤྱང་བཤད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་བཅོད་དགོས། དེ་ནས་པར་རིས་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ནས་པར་རིས་དུམ་
མཚམས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྤྱང་ཆ་ཚང་ཞིག་ལ་བརྟེན། དེ་ནས་འཁྲུང་རང་གྲ་སྤྱི་ཡིན་ནམ། ངས་འཁྲུང་
ལ་སྤྱང་གཏམ་བཤད་གི་ཡིན། ཨ་ནེ་འཁྲུང་ལ་དྲི་བ་འགའ་ཤས་འདྲི་གི་ཡིན་ཟེར་ལའབ་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ནས་སྤྱང་འགོ་འཇུགས། པར་རིས་དང་པོ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག་ ཉེན་ཞིག་ལྷན་ཞིག་གིས་རང་
ཉིད་ཀྱི་སྤྱ་གྲ་གོང་ལོག་ལྷོགས་པ་མཐོང་བ་རེད། ཨ་ནེ་ཕྱི་ཚེ་ལ་ཁ་ལག་འཚོལ་ཆད་ཕྱ་འཕུར་བ་རེད། ཞི་མི་ལྷོགས་པས་ཕྱ་འཕུར་བ་མཐོང་
དུས་ཞི་རྒྱུད་དང་རྣམ་ཕྱིན་ཕྱི་ཚུན་ཚང་ནང་གང་ཡོད་མེད་བརྟེན་ན་འགྲིག་གམ་བཤད།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཡང་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། ཕྱི་ཚེ་འཕྲ་
ཆེན་པོ་ཞིག་འཁྲུང་ནས་ཕྱ་འཕུར་བ་ལ་ལོག་སྐབས་ཕྱ་ཡིས་ཞི་མི་མཐོང་ཡོད་མ་རེད། རང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱི་ཚེ་ཆད་འཕྲ་ལྷ་བ་ཅན་འཁྲུང་ཡ་རག་
ཚང་ཕྱ་དེ་དཔེ་སྤྱིད་པོ་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནས་ཞི་མི་སྤྱི་ཚུག་ཅག་དེས་ཕྱི་འཛིན་ཡ་ཆད་ཤིང་རྣོང་ལ་འཛིན་ཡ་འགོ་འཇུགས་པ་རེད། ཞི་མིས་
ཕྱི་ཚུན་ཞིག་སྤྱོད་ཕྱ་འཛིན། དཔེ་འདྲ་ལ་ལྟེན་ཆེན་པོ་ཞིག་འགོ་སྐབས་ཕྱ་དེ་ཚོ་ཉེན་ཁ་མཐོང་ནས་ལོས་ཕྱི་ཚུན་སྤྱོད་ཆད་ཞི་མི་བཀག་ཡ་ཐག་
བཅད་པ་རེད།

པར་རིས་ལྔ་པ་དང་དྲུག་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་སྤྱང་གཏམ་དེའི་པར་རིས་ཚང་མ་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ་པ་རེད། བྱིས་ཞི་མི་ལ་ཕྱི་ཚེ་སྤྱོད་
དགོལ་བཏང་དགོས་ལ་བ་བྱས་ལོས་ཞི་མིའི་མཚུག་མ་བཟུང་ནས་མར་བདེ་བ་རེད། དེ་ནས་ཞི་མིས་ཕྱི་ཚེ་སྤྱོད་པ་དང་བྱིས་ཞི་མི་རྒྱང་
རིང་ལ་རྗེས་འདྲེད་བཏང་བ་རེད། མཐའ་མར་ཕྱི་ཚུན་སྤྱོད་ཐུབ་ཚང་ཕྱི་དཔེ་སྤྱིད་པོ་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནས་ཞི་མི་ད་དུང་གོང་ལོག་ལྷོགས་པ་
རྣམས་ཡོད་རེད།

འདི་ནས་སྐྱེས་པ་ལྟམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད།

སྐྱེས་པ་ལྟམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད་ལའང་རྗེས་དཔེ་ནང་དོན་སྐོར་ལ་བྱེད་རང་གིས་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

བྱིན་མི་ཚོའི་གྲངས་རིམ་ལྟར་

སྐོར་ཚུལ་དང་པོ་བཤད་ཚུལ།

ཀ རྒྱུང་གཏམ་གྱི་རྒྱུ་ཚུལ། ཁ རྒྱུ་ཚུལ་གྱི་རྒྱུ་ཚུལ་འཛིན་པ། ག ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ།

ཀ རྒྱུང་གཏམ་གྱི་རྒྱུ་ཚུལ།

		ཚོར་འཁྲུལ་མེད་པ་འཛིན་པའི་གྱི་དཔེ་ ¹¹	ཚོར་གྲངས།
ཀ༡	རྒྱུ་ཚོང་པ།	དུས་ཚོད་དང་ཡང་ན་མཁུལ་ལུལ། དཔེར་ན། རྩོམ་མ་རྩོམ་མ། ཉེན་ཞིག་གཞན་ལ་མེད། ཤིང་ནགས་ནང་། སྤང་སྤོངས་སྤོང་ལ། སྤོང་གཞན། བྱ་བྱིན་མི་ཚོར་ནང་ལ། ཤིང་སྤོང་གི་སྤོང་ལ།	༠ ༡ ༢ ¹²
<i>ལེན་དང་པོ་བྱ། འཁྲུལ་མཁུལ་བྱ་དང་བྱིན་དེ།</i>			
ཀ༢	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་དོན་རྒྱུ་ལྷན་ལ་འགོ་འཇུགས་བའི་རྟགས་ཤིག་ཡིན།	བྱིན་ཚོ ་གྲོང་ཁོག་སྟོགས། ཁ་ལག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དེ། དུས་པ་དེ། ཁ་ལག་སྤོང་བ་དེ། བྱ་མོ ་ཡང་ན་ བྱ་པོས ་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱི་སྤྱུག་གྲོང་ཁོག་སྟོགས་ནས་ཁ་ལག་དགོས་པ་མཐོང་བ་དེ།	༠ ༡
ཀ༣	དམིགས་ལུལ།	བྱས ་བྱིན་ལ་ཁ་ལག་སྤྱད་འདོད་ཡོད་དེ། ས་འཁྲུ་འཛིན་ལ། འཁྲུར་ཡོང་ལ། ཁ་ལག་འཚོལ་ལ་སོགས། ཁ་ལག + བྱ་ཚོགས་ སྤོང་གཞན་ལ། + ཚེད་དུ་.....	༠ ༡
ཀ༤	བྱ་སྤོང།	ཁ་ལག་ཚེད་དུ་བྱ་འཁྲུར་བ་དེ། རྩོམ་པ་དེ། ཁ་ལག་འཚོལ་བ་དེ། རག་པ་དེ། བྱས ་ + ཁ་ལག་ + བྱ་ཚོགས་ སྤོང་གཞན་ལ། + ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་དེ།	༠ ༡
ཀ༥	མཇུག་འབྲས།	བྱས ་ཁ་ལག་ཡང་ན་ས་འཁྲུ་འཛིན་ནས། རག་ནས། འཁྲུར་ནས། རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུ་གུ་ལ་སྤྱད་པ་དེ། བྱིན་ཚོ ་ཁ་ལག་ཡང་ན་ས་འཁྲུ་རག་ནས་བཟས་པ་དེ།	༠ ༡
ཀ༦	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་ཤིག་ཡིན།	བྱ་དགའ་པོ་དང་སྤོང་པོ། འདོད་སྤོང་ཁོངས་པ་དེ། བྱིན་ཚོ ་ཡང་དགའ་པོ། སྤོང་པོ། འདོད་སྤོང་ཁོངས་པ་དེ། ད་གོང་ཁོག་སྟོགས་ཀྱི་ཡོད་མ་དེ།	༠ ༡
<i>ལེན་གཉེས་པ། ཞི་མི། འཁྲུལ་མཁུལ་ཞི་མི་དང་བྱིན་ཚོ་དེ།</i>			
ཀ༧	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་དོན་རྒྱུ་ལྷན་ལ་འགོ་འཇུགས་བའི་རྟགས་ཤིག་ཡིན།	ཞི་མིས ་བྱ་འཁྲུར་བ་མཐོང་བ་དེ། བྱིན་ཚོ་གཅིག་སྤྱད་པ་ཤེས་པ་དེ། དེར་ཁ་ལག་ཡོད་པ་མཐོང་བ་དེ། ཞི་མི ་གྲོང་ཁོག་སྟོགས་པ་དེ། བྱིན་ཚོ་ཞི་མི་པོ་ཡོད་དེ་བསམ་པ་དེ།	༠ ༡
ཀ༨	དམིགས་ལུལ།	ཞི་མིས ་བྱིན་ཞིག་ཟེལ། འཛིན་ལ། གསོད་ལ་འདོད་པ་བྱུང་བ་དེ། བྱ་ཚོགས་ སྤོང་གཞན་ལ། འཛིན་ལ། གསོད་ལ། རག་ལ། སྤོང་དུ་.....	༠ ༡
ཀ༩	བྱ་སྤོང།	ཞི་མི ་ཤིང་སྤོང་སྤོང་ལ་འཛིན་བཞིན་པ་དེ། འཛིན་གི་འདུག ཞི་མིས ་བྱིན་འགམ་ལ་འགོ་ནས་འཛིན་ལ་ཡང་ན་རག་ལ་ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་དེ། ཞི་མིས ་ཤིང་སྤོང་གི་སྤོང་ལ་འཛིན་པ་དེ། ཡར་མཚོང་བ་དེ།	༠ ༡
ཀ༡༠	མཇུག་འབྲས།	ཞི་མིས ་བྱིན་ཞིག་འཛིན་པ་དེ། རག་པ་དེ། ཞི་མིས ་བྱིན་ཞིག་འཛིན་གྱོ་བྱས་པ་དེ། རག་གྱོ་བྱས་པ་དེ།	༠ ༡
ཀ༡༡	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུལ་ནི་ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་ཤིག་ཡིན།	ཞི་མི ་སྤོང་པོ་བྱུང་བ་དེ། བྱིན ་ཞིང་སྤོང་སྤོང་པ་དེ། དུས་པ་དེ། བྱ་ལྷན་དང་སྤོང་དུ་སྤྱུགས་བརྒྱབ་པ་དེ།	༠ ༡

¹¹ གལ་ཏེ་དོགས་འདྲིའམ་ཚོད་སྟེ་སྐབས་བྱིས་པས་བཏོན་པའི་དྲིས་ལན་དེ་རྟེན་མིག་འདྲིའི་སྤོང་དུ་བཞག་ནས་མཇུག་སྟོན་ལག་དེབ་ལ་སྟོས།
¹² གལ་ཏེ་ཚོར་འཁྲུལ་དང་ལན་མེད་པ་ལ་སྐར་མ་གྲང་གོར་དང་། འབྲིག་པའི་ལན་ལ་སྐར་མ་གཅིག་ས་ཆ་དང་དུས་ཚོད་ཡང་དག་ལ་སྐར་མ་གཉིས།

ལེའུ་གསུམ་པ། གྱི་འཕྲབ་མཐུན་གྱི་དང་ཞེ་མི་བྱེད་ཚེ་རེད།			
ཀ་༡༢	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ དོན་རྒྱུ་བྱུང་ཡེ་འགོ་ འཇུགས་བའི་རྟགས་རེད།	ཁྱི་ཞིག་གིས་བྱེད་དེ་ཚོར་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་མཐོང་པ་རེད། ཁྱི་ཞིག་གིས་ཞེ་མི་ བྱེད་དེ་ཚོར་ཚོར་པ་མཐོང་པ་རེད། བྱེད་ཚོར་ཉེན་ཁ་ཚོ་ཡོད་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༣	དམིགས་ཡུལ།	ཁྱིས་ཞེ་མི་འཛིན་རྒྱ་མཚམས་བཞག་ཡེ་ཐག་བཅད་པ་རེད། ཁྱིས་བྱེད་ཚོར་གསུམ་པ་བྱེད་ཡེ། སྲུང་རྒྱུ་བྱེད་ཡེ། རྒྱུ་བས་ཡེ། ཉེན་ཁ་ལས་ རྒྱུ་བས་ཡེ། ཐག་བཅད་པ་རེད། བྱེད་ཚོར་ རྟོ་ བཀག་ཡེ། ཉེན་ཁ་ལས་རྒྱུ་བས་ཡེ། རོགས་པ་བྱེད་ཡེ། +ཚེད་ དུ་.....	༠ ༡
ཀ་༡༤	བྱ་རྒྱུད།	ཁྱིས་ཞེ་མི་ལ་རྒྱུག་ནས། འཐབ་ནས། ཞེ་མིའི་མཇུག་མ་བཟུང་ནས་མར་བཅད་ པ་རེད། མར་གཡུག་པ་རེད། ཁྱིས་ + བྱེད་ཚོར་ རྟོ་ མར་བཅད་ཡེ། མར་གཡུག་ཡེ། + ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་ རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༥	མཇུག་འབྲས།	ཁྱིས་ཞེ་མིའི་འཇུག་ལ་མཐུན་པ་རེད། ཞེ་མི་ལ་ཞེད་སྐྱོང་བསྐྱེད་པ་རེད། ཞེ་མིས་བྱེད་ཚོར་སྐྱོད་པ་རེད། རོགས་བྱེད་པ་རེད། བྱེད་ཚོར་རྒྱུ་བྱེད་པ་རེད། སྲུང་རྒྱུ་བྱེད་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༦	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ ཡེ་ལན་གྱི་རྟགས་རེད།	བྱེད་ཚོར་སྲུང་རྒྱུ་བྱས་ནས་ཁྱི་རྒྱུད་ཤིག་ཤིག་དང་། དགའ་པོ་རྒྱུ་བས་པ་ཚེད་ པོ་རྒྱུ་བྱེད་པ་རེད། ཞེ་མི་ཁོང་ཁོ་ལངས། རྒྱ་པམ། སེམས་སྤྲུག་ རྒྱུ་བྱེད་པ་ཚེད་པ་ཞེད་ཞེད་ བྱུག་བཏང་བ་རེད། ཞེ་མིའི་མཇུག་མ་ལ་ན་ཚ་བཏང་བ་རེད། བྱེད་ཚོར་རྒྱུད་ཤིག་ཤིག་བྱུང་། དགའ་པོ་ ཉེན་ཁ་ལས་ཐར་བ་རེད། བྱ་རྒྱུད་ཤིག་ཤིག་ དགའ་པོ་ཚེད་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༧		ཐོབ་གངས་ཁྱོན་ཀྱི་ནས།	

ལ་གྲུབ་རྒྱུ་རྒྱུ་འཛོམས།

བྱ་རྒྱུད་དང་མཇུག་འབྲས་ རིམ་པའི་ལན་གངས།	དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཚེད་ ཐོབ་མང་བྱ་རྒྱུད་དང་མཇུག་ འབྲས་མེད་པ།	དམིགས་ཡུལ་དང་བྱ་རྒྱུད་དམིགས་ ཡུལ་དང་མཇུག་འབྲས་རིམ་པའི་ ལན་གངས།	དམིགས་ཡུལ་བྱས་བྱ་རྒྱུད་ བྱས་མཇུག་འབྲས་བཅས་ཀྱི་ ལན་གངས།
ལ་༡	ལ་༢	ལ་༣	ལ་༤

ག་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར།

ག་༡	<p>ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ལ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་སྐོམ་ཚོགས་རྣམས། གཤམ་གྱི་ཚོགས་ཁུངས་སུ་འབྲེ།</p> <p>ཚོར་སྐྱོད་གི་ཚོགས། དཔེ་ན། མཐོང་བ། གོ་བ། ཚོར་བ། གི་མ་ལ་བ།</p> <p>ལས་ཚོར་གྱི་ཚོགས། དཔེ་ན། ལ་སྐོམ་པ། རྟོད་ལོག་སྐོགས་པ། ཐང་ཚད་པ། མ་ལ་ཚ་བ། བྱ་བྱུག</p> <p>རིག་ཚོར་གྱི་ཚོགས། དཔེ་ན། གསོན་པ། གཉེད་སང་པ། གཉེད་ཤོར་བ།</p> <p>ཚོར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས། དཔེ་ན། སེམས་སྤྲུག་ རྒྱུད་པོ། སེམས་ཁུངས་བྱས་པ། རྒྱ་པམ་པ། དངངས་འཚབ་སྐྱེས་པ། ཞེད་སྐྱོང་ སྐྱེས་པ། རྒྱུ་བས་པ་ཚེད་པོ། རྒྱ་ལོག་ཚེད་པོ། ཉེན་ཁ་མེད་པ། དགའ་པོ། ཏང་སངས་པ།</p> <p>སེམས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་རྒྱུད། དཔེ་ན། དགོས་པ། བསམ་པ། ཤེས་པ། དུན་པ་བཅེད་པ། ཐག་གཅོད་པ། ཡིད་ཚེས་པ། འཆར་གཞི་བཅོམ་པ།</p> <p>དགའ་བྱི་བྱ་རྒྱུད། དཔེ་ན། ལབ་པ། རྐྱང་བཏང་བ། རྐྱང་བརྒྱབ་པ། ཉེས་བཅད་བཏང་བ། གི་བ་འཛིན་པ།</p>
-----	--

ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ། རྒྱ་དོན་གོ་བ།

		རྣམ་འགྲུལ་མེད་པ་དོན་ལེན་གྱི་དཔེ།	ལན་རྣམ་བའི་དཔེ།	ཚོལ་གྲངས།
༠	ཁྱེད་སྐྱོད་གཏམ་དེ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་པས།	ཚོད་སྐྱེད་ཀྱི་བར། ཚོལ་གྲངས་མེད།		
༤༡	ག་རེ་བྱས་ནས་བྱ་འཕུར་བ་རེད། ་ བར་རིས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལ་ མཚུལ་མོ་བཅུག། ་ ལེའུ་དང་པོ། དམིགས་ལུལ། ཚོར་བའི་ རྣམ་འགྲུར་ནི་དོན་རྒྱུན་བྱུང་ཡ་འགོ་ འཚུགས་བའི་རྟགས་རེད། །	བྱས་ཡིས་བྱེད་ལ་ཁ་ལག་ཡང་ན་ས་ འབྲུ་འཛིན་ནས། འབྲེར་ཡོང་ཡ། ཁ་ ལག་སྐྱད་ཡ་སོགས་འདོད་པ་ཡོད་རེད། བྱེད་ཚོ་ལ་+ ཁ་ལག + བྱ་ཚོག། ་ སྐྱད་བའི། ་ + ཚེད་དུ་..... བྱེད་ཚོ་གོད་ཁོག་སྟོགས་གྱི་ཡོད་རེད།	ལས་ཀར་འགོ་གི་ ཡོད་རེད། བྱ་པོས་འཚོལ་གྱི་ ཡོད་རེད། བྱ་ཞེད་སྐྱོད་སྐྱེས་པ་ རེད། དངངས་ འཚོལ་སྐྱེས་པ་རེད།	༠ ༡
༤༢	བྱེད་ཚོས་ག་འདྲ་ཚོར་གྱི་ཡོད་རེད། ་ བར་རིས་དང་པོ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ་ ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་དོན་རྒྱུན་བྱུང་ ཡ་འགོ་འཚུགས་བའི་རྟགས་རེད། །	སེམས་སྦྲག་ཡོད་རེད། གོད་ཁོག་སྟོགས་ གྱི་ཡོད་རེད། ཁ་ལག་དགོས་གྱི་ཡོད་རེད།	ལག་པོ། སྐྱོད་པོ། དགའ་པོ། ཉ་སང་ བ། ཁར་རྒྱུང་གི་ ཚོར་བ། ཞེད་སྐྱོད། དངངས་འཚོལ་ སྐྱེས་པ་རེད།	༠ ༡
༤༣	་ གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ མེད་ནས་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་ འགྲེལ་བཤད་མ་བྱས་བ་མ་ཞོར་བའི་དོན་ ལེན་བྱས་ན་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་དྲི་ བ་འདྲི་དགོས། གལ་སྲིད་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་ གཉིས་པའི་ནང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཉག་ཉག་ ཡོད་ན་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་སྐར་ཆ་ སྤྲད་ནས་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་བའི་བའི་ནང་ བཞག་ས། ། ཁྱེད་རང་གིས་བྱས་ན་བྱེད་ཚོ་ག་རེ་བྱས་ རས་སེམས་སྦྲག་ཡ། གོད་ཁོག་སྟོགས་པ་ལ་ སོགས་པ་བྱུང་བ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག། ¹³	བྱེད་ཚོའི་ཁ་གདངས་གྱི་ཡོད་རེད། ཁ་ ལག་དགོས་གྱི་ཡོད་རེད། བྱ་ཡིས་ཁ་ ལག་ཡང་ན་ས་འབྲུ་འཛིན་ནས་རྒྱར་ འབྲེར་ཡོང་བ་དང་། ཁ་ལག་སྐྱད་པ་ རེད། བྱེད་ཚོ་རྒྱུན་དུ་གོད་ཁོག་སྟོགས་གྱི་ ཡོད་རེད། ་ སྐྱེར་བཏང་གི་ཐོག་ནས། ། ང་ཚོ་ལ་ཁ་ལག་དགོས་གྱི་ཡོད། གོད་ ཁོག་སྟོགས་གྱི་འདུག་ཟེར་སྐད་ལོག་ བརྒྱབ་པ་རེད།	བྱེད་ཚོ་སྐྱོད་པོ་ཡོད་ རེད། གཞུས་གཏོང་ གི་ཡོད་རེད། བྱ་དང་མཉམ་དུ་ འཕུར་ཡ་འདོད་པ་ ཡོད་རེད། ཞི་མི་མཐོང་ནས་ ཞེད་སྐྱོད་སྐྱེས་པ་ རེད། བྱ་འཕུར་པ་མཐོང་ རས་སེམས་སྦྲག་པ་ རེད། ཞེད་སྐྱོད་སྐྱེས་ པ་རེད།	༠ ༡
༤༤	ག་རེ་བྱས་ནས་ཞི་མི་དེ་ཡིས་ཤིང་སྤོང་སྤོང་ ལ་འཛོག་པ་རེད། ་ བར་རིས་གསུམ་པ་ལ་མཚུལ་མོ་ བཅུག། ་ ལེའུ་གཉིས་པ། དམིགས་ལུལ། །	ཞི་མིས་བྱེད་ཞིག་འཛིན་ཡ། གསོད་ཡ། ཟ་ཡ་འདོད་པ་བྱུང་བ་རེད། ཞི་མི་ལ་བྱེད་དགོས་པ་རེད། བྱེད་ཚོ་ + བྱ་ཚོག། ་ འཛིན་ཡ། གསོད་བའི་ཟ་བའི། ་ + ཚེད་ དུ་..... བྱེད་ཚོ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་སྐབ་ཡོད་ མ་རེད། བྱ་འཕུར་སྐབས་ཞི་མིས་གོ་སྐབས་ལེན་ པ་རེད། ཞི་མིས་བྱེད་ཚོ་ཟ་ཡ་ཡང་ན་འཛིན་ཡ་ ལ་དགའ་པོ་ཡོད་རེད། ་ སྐྱེར་བཏང་གི་ཐོག་ནས། །	བྱེད་ཚོ་མཉམ་དུ་ ཚེད་མོ་རྩེས་སྤིང་བོ་ བ།	༠ ༡

¹³ ལྷོ་ཚན་གཉིས་པའི་ནང་སྤྱ་གུས་ལན་རྒྱུས་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྟོན་དགོས།

<p>༥༥</p>	<p>ཞི་མི་ཡིས་གང་འདྲ་ཚོར་གྱི་ཡོད་ན། ། བར་རིས་ལྡེ་བ་དང་དྲུག་པ་ལ་མཚུལ་ མོ་བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟགས་རེད། །</p>	<p>ཞི་མིའི་སྐྱུག་ཅག་གོང་ཁོག་ལྟོགས། ཁོང་ཁོ་ལངས། རྩོ་པམ། སེམས་སྐྱུག། རྩོན་པ། ཞེད་སྣང་། ར་ཟུག་སྐྱེན་པ་ སོགས་ཚོར་བ་རེད།</p>	<p>ཡག་པོ། རྒྱུད་པོ། དགའ་པོ། འཚུབ་པོ། རྒྱུགས་པ།</p>	<p>༠ ༡</p>
<p>༥༦</p>	<p>། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ མེད་ནས་ང་པའི་སྡེ་ཚན་ལྡེ་བ་ལ་འགྲེལ་ བཤད་མ་བྱས་བ་མ་ཞོར་བའི་ངོས་ལེན་ བྱས་ན་ང་པའི་སྡེ་ཚན་དྲུག་པ་ལ་དྲི་བ་འདྲི་ དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་སྡེ་ཚན་ལྡེ་བའི་ བྱང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཉག་ཉག་ཡོད་ན་ང་ པའི་སྡེ་ཚན་དྲུག་པ་ལ་སྐར་ཆ་སྤྲད་ནས་ང་ པའི་སྡེ་ཚན་བདུན་པའི་བྱང་བཞུགས། རྒྱུད་རང་གིས་བྱས་ན་ཞི་མི་དེ་ག་རེ་བྱས་ བས་སེམས་སྐྱུག་པ་དང་། གོང་ཁོག་ལྟོགས་ པ། ཞེད་སྣང་སྐྱེས་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག། 14</p>	<p>ཞི་མི་ལ་བྱིའུ་དེ་ཚོ་རག་ཡོད་མ་རེད། ལམ་སྤོང་མ་བྱུང་བ་རེད། ཞི་མིས་བྱི་ལ་ཞེད་སྣང་ངམ། དངངས་ འཚབ་སྐྱལ་བ་རེད། བྱིས་ཞི་མི་ལ་འཐབ་པ། རྒྱག་པ། རྩེས་ འདེད་བཏང་བ་སོགས་བྱས་པ་རེད། ཞི་མིའི་མཚུག་མ་བཟུང་བའམ་རྒྱག་ བས་མར་བཤབ་པ་རེད། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་ང་པའི་སྡེ་ཚན་ལྡེ་བ་ ལ་ཡ་ལན་སྐྱུག་ཅག་ཡང་ན་ཁོང་ཁོ་ ལངས་ན་ང་པའི་སྡེ་ཚན་དྲུག་པའི་ ལན་སྐབས་སྤྱ་ཡང་ད་དུང་གོང་ཁོག་ ལྟོགས་པ་མཚོན།</p>	<p>དགའ་པོ། འཚུབ་པོ། འཕུར་འགོ་ བཅུགས་པ་རེད། འདྲི་འདྲ་འདྲ་པོ་ རེད། བྱིས་ཞི་མི་ཟ་འདོད་ ཡོད་རེད། ངས་ཉ་གོ་མ་སོང་།</p>	<p>༠ ༡</p>
<p>༥༧</p>	<p>བྱིས་ག་རེ་བྱས་ནས་ཞི་མིའི་མཚུག་མ་ བཟུང་བ་རེད། ། བར་རིས་ལྡེ་བ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ལེའུ་གསུམ་པ། དམིགས་ལུལ། །</p>	<p>བྱིས་བྱིའུ་ཚོ་སྤྱད་སྐྱོབ་བྱེད་ཡ། རྒྱུབས་ ཡ། རོགས་པ་བྱེད་ཡ། ཉེན་ཁ་ལས་ རྒྱུབས་ཡ་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་རེད། བྱིས་ཞི་མི་འཛིན་རྒྱ་མཚམས་བཞག་ཡ། ཞི་མི་ལ་བྱིའུ་ཚོར་སྤོང་བཅུག་ཡ་ཐག་ གཅོད་བྱས་པ་རེད། བྱ་ཚོག་། རྒྱང་སྐྱོབ་བྱེད་ཡ། རྒྱུབས་ ཡ། རོགས་པ་བྱེད་ཡ། ཉེན་ཁ་ལས་ རྒྱུབས་ཡ། ། + ཚེད་དུ་ རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་མིས་ བྱིའུ་དེ་ཚོ་མ་བཟས་པ་དང་མ་གསོད་ པ།</p>	<p>བྱི་ཁོ་རང་གི་བྱིའུ་ ཟ་འདོད་ཡོད་རེད། ཞི་མི་མཉམ་དུ་ ཚེད་མོ་ཚེས་སྤོང་བོ་ པ། བྱི་ཞི་མི་ལ་འཁོན་ འཛིན་ཡོད་རེད། བྱི་ཞི་མི་ལ་དགའ་ པོ་ཡོད་མ་རེད།</p>	<p>༠ ༡</p>
<p>༥༨</p>	<p>བྱིང་རང་གི་ཚོར་སྤང་ལ་གལ་སྲིད་བྱིས་ བྱིའུ་ཚོ་མཐོང་ན་བྱིའུ་ག་འདྲ་ཚོར་ས་རེད། ། བར་རིས་དྲུག་པ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟགས་རེད། །</p>	<p>ཡག་པོ། རྒྱུད་པོ། དགའ་པོ། རྩོད་ཤིག་ ཤིག་ ཡི་ཚོམ་པོ། རྒྱུབས་པ་ཚེན་པོ། བན་ཐོགས་ཚེན་པོ་སོགས་ཚོར་ས་རེད། རྒྱང་སྐྱོབ་བྱེད་མཁན་ནམ་དཔའ་པོ་ འདྲ་པོ་རེད། བྱིའུ་ཚོ་ལ་རྒྱང་སྐྱོབ་བྱེད་ཡ་དགའ་པོ་ ཡོད་རེད།</p>	<p>སྐྱུག་ཅག་ ཁོང་ཁོ་ ལངས་པ། སེམས་ རྒྱག་ རྩོན་པ། ཡི་ བམ་པ། རྩོན་པ། གོང་ཁོག་ལྟོགས་པ། ཞི་མི་དེ་ངོས་བར་ དུ་རག་དགོས་ཡོད་ ཟེར་ལབ་པ་རེད།</p>	<p>༠ ༡</p>
<p>༥༩</p>	<p>། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ མེད་ནས་ང་པའི་སྡེ་ཚན་དྲུག་པ་ལ་འགྲེལ་ བཤད་མ་བྱས་བ་མ་ཞོར་བའི་ངོས་ལེན་ བྱས་ན་ང་པའི་སྡེ་ཚན་བཅུད་པ་ལ་དྲི་བ་ འདྲི་དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་སྡེ་ཚན་ བཅུད་པའི་བྱང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཉག་ཉག་ ཡོད་ན་ང་པའི་སྡེ་ཚན་དྲུག་པ་ལ་སྐར་ཆ་</p>	<p>བྱིས་ཞི་མི་འཛིན་རྒྱ་མཚམས་བཞག་པ། ཞི་མི་དེ་འདྲི་ནས་རྩེས་འདེད་བཏང་ པ་རེད། བྱིའུ་ཚོ་སྐྱོབ་བྱེད་པ། རྒྱང་སྐྱོབ་བྱེད་ ཐུབ་པ། རོགས་པ་བྱེད་ཐུབ་པ་རེད། བྱིའུ་ཚོ་ཉེན་ཁ་ལས་ཐར་བ། དགའ་པོ་ དང་གཞོན་པ་བྱུང་མེད་པ་མཐོང་པ་ རེད།</p>	<p>བྱི་འཚུམ་སྐལ་སྐལ་ ཡོད་རེད། བྱི་འདྲི་ འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཞི་མི་རག་ཡོད་མ་ རེད། བྱི་ཁོ་རང་གི་བྱིའུ་ ཟ་འདོད་ཡོད་རེད།</p>	<p>༠ ༡</p>

14 སྡེ་ཚན་ལྡེ་བའི་བྱང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཉག་ཉག་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྐྱོན་དགོས།

	སྤྲོད་ནས་ང་པའི་སྤྲོད་ཚན་བརྒྱུ་པའི་ནང་ བཞག་པའི་ ཁྱེད་རང་གི་བྱས་ན་ག་རེ་བྱས་ནས་ཁྱི་ཡག་ པོ། ཁྱེད་པོ། དགའ་པོ། དེ་ཚོ་པོ་ལ་སོགས་ པ་ཚོར་བ་རེད། ¹⁵	ད་ལྟ་ཞི་མི་ཚུར་ལོག་ཡོང་གི་མ་རེད།	ཞི་མི་ལ་ཁོང་ཁྱོ་ ལངས་པ་རེད།	
ང་།	བྱ་ག་རེ་ལ་དགའ་བ་ཡོད་རེད། ཞི་མི་ཡང་ ན་ཁྱི། ག་རེ་བྱས་ནས།	ཁྱི་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་རེད། ཉུང་མཐར་ རྒྱ་མཚན་གཅིག་ཤོད་དང་། དཔེ་ན། བྱིའུ་ཚོ་སྤོང་བ་པ། རོགས་པ་བྱེད་པ། ཞི་ མིའི་འཇུག་ལ་ཞབ་པ་རེད། བྱིའུ་ཚོ་ལ་ སེམས་བཟང་བོ་བྱས་པ་རེད།	ཞི་མི་ལ་དགའ་བོ་ ཡོད་རེད། དས་ཏེ་ གོ་མ་སོང་། འབྲེལ་ མེད་ལན་གཞན།	༠ །
ང་།			ཐོབ་གངས་ཁྱོད་ཀྱི་ནས་	

¹⁵ སྤྲོད་ཚན་བརྒྱུ་པའི་ནང་ཕྱ་གུས་ལན་རྒྱག་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྟོན་དགོས།

རེབ་ཡི་རེབ་མིག་བཟོ་སྐྱབས།

སྐྱབས་བཤད་པ། བསྐྱར་བཤད། མིག་སྐྱབས་སྐྱབས་གཏམ།

སྤྱ་གུའི་མཚན།	_____
སྐྱེས་ལོ་སྐྱེས་ཚེས།	_____
ཚོང་ལྷའི་དུས་ཚོད།	_____
ཚོང་ལྷའི་སྐབས་ཀྱི་ལོ་ཚད།	_____
ཕོ་མོ།	_____
ཚོང་ལྷ་བྱེད་མཁུག་གི་མཚན།	_____
སྐད་ཡིག་གཉིས་པའི་ཁོར་ལུག་ཁྲོད་གནས་པའི་ཟླ་དུས།	_____
བྱ་བཅོལ་ཁང་དུ་འབྱུགས་པའི་དུས་ཚོད།	_____
བྱ་བཅོལ་ཁང་གི་མིང་།	_____

ཚོང་ལེན་ཚོང་ལྷ་མ་བྱེད་གོང་ལ་ཡིག་སྐྱོགས་ཚང་མ་ཚོག་ཅེས་སྐྱེད་ལ་བཞག་དགོས། སྐྱ་འཇུག་ཆེད་སྐྱ་ཕབ་དང་བརྟན་ཕབ་དགོས་ཆས་རིགས་གྲ་སྐྱིག་ཡག་པོ་དགོས། སྐྱ་གཞིའི་སྐྱབས་བཤད་འགོ་མ་འཇུགས་སྐྱ་ལྷུག་བྱེད་ཡ་འགོ་འཇུགས་དགོས།

སྐྱ་འགོ་ཡི་སྐྱབས་བཤད།

དཔེ་སྐྱོན་གྱི་དྲི་བ། བྱེད་ཀྱི་སྐྱོགས་པོ་ཡག་ཤོས་སྤྱ་རེད། བྱེད་རང་བརྟན་འཕྲིན་ག་རེ་བཟུ་ཡ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད། ད་དུང་བྱེད་རང་སྐྱབས་བཤད་ཡ་དང་ཉན་ཡ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་པས་ལ་སྐྱོགས་བ་འདྲི་དགོས།

བེད་སྐྱབས་བྱེད་ཚུལ།

སྐྱབས་བཤད་སྐྱབས་ཀྱི་གསལ་བཤད།

སྤྱ་གུའི་མཇུན་ལ་བསྐྱབས་ནས་སྤྱ་གུ་ལ་འདྲི་རྩ་རོགས། ཡིག་སྐྱོགས་གསུམ་ཡོད་རེད། ཡིག་སྐྱོགས་རེ་རེའི་ནང་སྐྱབས་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་རེད། བྱེད་རང་གིས་གཅིག་འདེམ་ནས་ད་ལ་སྐྱབས་བཤད་དགོས་ཟེར་བཅོད་དགོས། དེ་ནས་ཕར་རིས་སྤྱོད་ཆེག་བཤེག་ནས་ཕར་རིས་དུམ་མཚམས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱ་གུས་ཕར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྐྱབས་ཆ་ཚང་ཞིག་ལ་བཟུ། དེ་ནས་བྱེད་རང་གྲ་སྐྱིག་ཡིན་ནམ་ཟེར་བཅོད་དགོས།

ཕར་རིས་དང་པོ་གཉིས་ཁ་བྱེ་བྱས། སྤྱ་གུ་ལ་ད་ལྟ་བུའདྲ་རྩ་གིས་སྐྱབས་གཏམ་བཤད་དགོས། ཕར་རིས་ལ་བཟུ་ནས་སྐྱབས་གཏམ་ཡག་ཤོས་ཤིག་བཤད་ཡ་ཐབས་ཤེས་བྱེད་རོགས་ཟེར་ལབ་དགོས། ཕར་རིས་ལ་མཇུལ་མོ་བཅུགས་ནས་གལ་ཏེ་སྤྱ་གུས་སྐྱབས་གཏམ་བཤད་ཡ་འགོ་འཇུགས་དུས་ཁ་ཁུ་སེམ་པོ་བྱས་སྐྱབས་མཐུན་ནས་བཤད་ཐུབ་ཡ་ཆེད་ད་ལ་སྐྱབས་གཏམ་བཤད་རོགས་ཟེར་ལབ་དགོས། སྤྱ་གུས་ཕར་རིས་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་བཤད་ཚར་རྗེས་ཕར་རིས་རྗེས་མ་ཁ་བྱེ་བྱས་ཕར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། སྐྱབས་གཏམ་བཤད་མ་ཚར་བར་དུ་སྐྱབས་གཏམ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་བསྐྱར་བཤད་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་སྐྱབས་གཏམ་བཤད་བཞིན་པའི་སྐབས་བཤད་མ་ཐུབ་པ་ཁ་ཁུ་སེམ་པོ་ཆགས་ན། ད་དུང་ག་རེ་བཤད་ཡ་ཡོད། མ་ཐུན་ནས་མང་བ་ཤོད་དང་། སྐྱབས་གཏམ་ནང་གཞན་གྱི་རེ་འདུག་བཟུ་གོ་བཅས་སྐྱལ་མ་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་སྐྱབས་གཏམ་བཤད་ཚར་མེན་གསལ་བོ་མེད་ཕར་བཤད་མཚམས་བཞག་ན་བྱེད་རང་གི་གུ་དུས་བཤད་ཚར་མེན་ད་ལ་ལབ་མ་བཅས་བཅོད་དགོས།

སྤྱ་གུས་སྐྱབས་གཏམ་བཤད་ཚར་རྗེས་མངགས་བཅོད་དང་ཉན་དུ་སྐྱབས་གི་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

བསྐྱར་བཤད་ཀྱི་གསལ་བཤད།

སྤྱ་གུའི་མཇུན་ལ་བསྐྱབས་ནས་སྤྱ་གུ་ལ་འདྲི་རྩ་རོགས། ཡིག་སྐྱོགས་གསུམ་ཡོད་རེད། ཡིག་སྐྱོགས་རེ་རེའི་ནང་སྐྱབས་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་རེད། སྐྱབས་གཏམ་ནང་གསུམ་བྱེད་རང་གིས་གཅིག་འདེམ་ནས་ད་ལ་སྐྱབས་བཤད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་བཅོད་དགོས། དེ་ནས་ཕར་རིས་སྤྱོད་ཆེག་བཤེག་

ནས་པར་རིས་དུམ་མཚམས་ཚང་མའི་ནང་སྐྱུ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྐྱུང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ལ་བསྟུན་དེ་ནས་ཁྱེད་རང་གི་སྒྲིག་ཡིན་ནམ། ངས་སྐྱུང་བཤད་གི་ཡིན། དེ་རིས་ལ་ཁྱེད་རང་གིས་བཤད་དགོས་པེད་དེ་ལའང་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ནས་སྐྱུང་འགོ་འཇུགས། པར་རིས་དང་པོ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག་ར་མོ་ཞིག་གིས་ཉིན་ཞིག་རང་གི་ཉེད་ཀྱི་རེད་ཚུ་ནང་སྐྱུང་བ་མཐོང་མ་ཐག་ཞེད་སྐྱུང་སྐྱེས་པ་རེད། བྱས་ཚང་རང་གི་ཉེད་ཀྱི་རེད་སྐྱོབས་ཆེད་ཚུ་ནང་མཚོང་པ་རེད། རྟོགས་པ་ཅན་གྱི་མ་མོས་ར་ཞིག་ཚུ་ནང་མཐོང་བ་དང་ཉང་སང་ནས་མ་མོ་སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོས་རྩ་ཐང་སྤོང་ལ་ག་རེ་ཡོད་མེད་བཟུ་ན་འགྲིག་གམ་བཤད།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཡང་སྤེབ་ཆེན་བཤེག་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། ར་མོ་ཡིས་རང་གི་ཉེད་ཀྱི་རེད་ཚུ་ནང་ནས་སྟོན་པ་རེད། ཡིན་ནས་མོས་མ་མོ་མཐོང་ཡོད་མ་རེད། རང་གི་ཉེད་ཀྱི་རེད་ཚུ་ནང་དེ་མ་མེད་ཚང་ར་མོ་དཔེ་སྟོན་པོ་བྱུང་པ་རེད། རྟོགས་དེ་དུས་རེད་གཞན་སྐྱོབས་ཆེད་མ་མོ་སྤྲུག་ཅག་དེས་མཐུན་ལ་མཚོང་ནས་སྐྱོ་བྱུང་འཇོན་པ་རེད། དཔལ་ངར་ཐུན་པའི་བྱ་ཞིག་འཕུར་རྟོགས་རེད་ལ་ཉེན་ལ་ཡོད་པ་མཐོང་ནས་ལོས་རེད་སྐྱོབས་ཆེད་མ་མོ་བཀག་ཡག་ཐག་བཅད་པ་རེད།

པར་རིས་ལྔ་པ་དང་དུག་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་སྐྱུང་གཏམ་དེའི་པར་རིས་ཚང་མ་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ་པ་རེད། བྱ་ཡིས་མ་མོ་ལ་རེད་ལེར་རྒྱུང་ཞོག་ལ་བ་བྱས། ལོ་མར་བབ་ནས་མ་མོ་ཡི་མཚུག་མར་རྒྱག་པ་རེད། དེ་ནས་མ་མོས་རེད་སྐྱོད་པ་དང་བྱ་ཡིས་མ་མོའི་མཚུག་ལ་དད་ནའང་བྱ་ཡིས་རེད་སྐྱོབས་ཐུབ་ཚང་བྱ་དཔེ་སྟོན་པོ་བྱུང་པ་རེད། ཡིན་ནས་མ་མོ་དེ་དུང་གོད་ལོག་རྟོགས་པ་རྟོག་ཡོད་རེད།

འདི་ནས་སྐྱུང་གཏམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད།

པར་རིས་སྤེབས་མེད་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་བྱིས་པ་གཅིག་པོའི་མཐོང་ཐུབ། སྐྱུ་གུ་ལ་ད་ལྟ་ཁྱེད་རང་གིས་སྐྱུང་གཏམ་བཤད་དགོས། པར་རིས་ལ་བཟུ་ནས་སྐྱུང་གཏམ་ཡག་ཤོས་ཤིག་བཤད་ལ་ཐབས་ཤིག་བྱེད་རོགས་ཟེར་ལའང་དགོས། གལ་ཏེ་སྐྱུ་གུའི་སྐྱུང་གཏམ་བཤད་ལ་འགོ་འཇུགས་དུས་ལ་ཁྱེད་པོ་ཆགས་ན་པར་རིས་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུགས་ནས་སྐྱུང་བཤད་ཐུབ་ལ་ཆེད་ང་ལ་སྐྱུང་གཏམ་བཤད་རོགས་ཟེར་ལའང་དགོས། སྐྱུ་གུས་པར་རིས་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་སྐོར་ལ་བཤད་ཚར་རྗེས་པར་རིས་རྗེས་མ་ཡང་སྤེབས་མེད་པས་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། སྐྱུང་གཏམ་བཤད་མ་ཚར་བར་དུ་སྐྱུང་གཏམ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་བསྐྱར་བཤད་བྱེད་དགོས། གལ་ཏེ་སྐྱུ་གུས་སྐྱུང་གཏམ་བཤད་བཞིན་པའི་སྐབས་ལ་ཁྱེད་པོ་ཆགས་ན། ད་དུང་ག་རེ་བཤད་ལ་ཡོད། ལྷ་མཚན་ནས་མང་བ་ཤོད་དང་། སྐྱུང་གཏམ་ནང་གཞན་ག་རེ་འདུག་བཟུ་གོ་བཅས་སྐྱུ་མ་བྱེད་དགོས། གལ་ཏེ་སྐྱུ་གུས་སྐྱུང་གཏམ་བཤད་ཚར་མེན་གསལ་བོ་མེད་པ་བཤད་མཚམས་བལྟ་ན་ཁྱེད་རང་གི་ག་དུས་བཤད་ཚར་མེན་ང་ལ་ལའང་ཡ་ཟེར་བཅོད་དགོས།

སྐྱུ་གུས་སྐྱུང་གཏམ་བཤད་ཚར་རྗེས་མངགས་བཅོད་དང་ལྟན་དུ་སྐྱུང་གི་ནང་དོན་ལ་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

མིག་སྟོན་སྐྱུང་གཏམ་གྱི་གསལ་བཤད།

སྐྱུ་གུའི་མཐུན་ལ་བསྐྱུང་ནས་སྐྱུ་གུ་ལ་འདྲི་རྟོགས། ཡིག་སྟོགས་གསུམ་ཡོད་རེད། ཡིག་སྟོགས་རེ་དེའི་ནང་སྐྱུང་གཏམ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་རེད། ཁྱེད་རང་གིས་གཅིག་འདྲེ་ནས་པར་རིས་སྐྱུང་བཤད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་བཅོད་དགོས། དེ་ནས་པར་རིས་སྤེབ་ཆེན་བཤེག་ནས་པར་རིས་དུམ་མཚམས་ཚང་མའི་ནང་སྐྱུ་གུས་པར་རིས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དང་ཐོག་སྐྱུང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ལ་བསྟུན་དེ་ནས་ཁྱེད་རང་གི་སྒྲིག་ཡིན་ནམ། ངས་སྐྱུང་བཤད་གི་ཡིན། ཨ་མོ་ཁྱེད་ལ་དྲི་བ་འགའ་ཤས་འདྲི་གི་ཡིན་ཟེར་ལའང་དགོས།

པར་རིས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ནས་སྐྱུང་འགོ་འཇུགས། པར་རིས་དང་པོ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག་ར་མོ་ཞིག་གིས་ཉིན་ཞིག་རང་གི་ཉེད་ཀྱི་རེད་ཚུ་ནང་སྐྱུང་བ་མཐོང་མ་ཐག་ཞེད་སྐྱུང་སྐྱེས་པ་རེད། བྱས་ཚང་རང་གི་ཉེད་ཀྱི་རེད་སྐྱོབས་ཆེད་ཚུ་ནང་མཚོང་པ་རེད། རྟོགས་པ་ཅན་གྱི་མ་མོས་ར་ཞིག་ཚུ་ནང་མཐོང་བ་དང་ཉང་སང་ནས་མ་མོ་སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོས་རྩ་ཐང་སྤོང་ལ་ག་རེ་ཡོད་མེད་བཟུ་ན་འགྲིག་གམ་བཤད།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཡང་སྤེབ་ཆེན་བཤེག་ཚང་པར་རིས་དང་པོ་ནས་བཞི་པ་བར་ཆ་ཚང་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ། ར་མོ་ཡིས་རང་གི་ཉེད་ཀྱི་རེད་ཚུ་ནང་ནས་སྟོན་པ་རེད། ཡིན་ནས་མོས་མ་མོ་མཐོང་ཡོད་མ་རེད། རང་གི་ཉེད་ཀྱི་རེད་ཚུ་ནང་དེ་མ་མེད་ཚང་ར་མོ་དཔེ་སྟོན་པོ་བྱུང་པ་རེད། རྟོགས་དེ་དུས་རེད་གཞན་སྐྱོབས་ཆེད་མ་མོ་སྤྲུག་ཅག་དེས་མཐུན་ལ་མཚོང་ནས་སྐྱོ་བྱུང་འཇོན་པ་རེད། དཔལ་ངར་ཐུན་པའི་བྱ་ཞིག་འཕུར་རྟོགས་རེད་ལ་ཉེན་ལ་ཡོད་པ་མཐོང་ནས་ལོས་རེད་སྐྱོབས་ཆེད་མ་མོ་བཀག་ཡག་ཐག་བཅད་པ་རེད།

པར་རིས་ལྔ་པ་དང་དུག་པ་ལྟེན་ཆེན་བཤེག་ཚང་སྐྱུང་གཏམ་དེའི་པར་རིས་ཚང་མ་བྱིས་པས་མཐོང་ཐུབ་པ་རེད། བྱ་ཡིས་མ་མོ་ལ་རེད་ལེར་རྒྱུང་ཞོག་ལ་བ་བྱས། ལོ་མར་བབ་ནས་མ་མོ་ཡི་མཚུག་མར་རྒྱག་པ་རེད། དེ་ནས་མ་མོས་རེད་སྐྱོད་པ་དང་བྱ་ཡིས་མ་མོའི་མཚུག་ལ་དད་ནའང་བྱ་ཡིས་རེད་སྐྱོབས་ཐུབ་ཚང་བྱ་དཔེ་སྟོན་པོ་བྱུང་པ་རེད། ཡིན་ནས་མ་མོ་དེ་དུང་གོད་ལོག་རྟོགས་པ་རྟོག་ཡོད་རེད།

འདི་ནས་སྐྱུང་གཏམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད།

སྐྱུང་གཏམ་འཇུག་བསྐྱེལ་བ་རེད་ལའང་རྗེས་དེའི་ནང་དོན་སྐོར་ལ་ཁྱེད་རང་གིས་དྲི་བ་འདྲི་དགོས།

རེའུ་ཡི་ཚོལ་གྲངས་རེའུ་མིག

མེ་ཚོན་དང་པོ། བཤད་ཚད།

ཀ རྒྱུང་གཏམ་གྱི་གྲུབ་ཚུལ། ཁ གྲུབ་ཚུལ་གྱི་རྣམ་འཛིངས། ག ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར།

ཀ རྒྱུང་གཏམ་གྱི་གྲུབ་ཚུལ།

		ཚོར་འཁྲུལ་མེད་པ་དོན་ལེན་གྱི་དཔེ། ¹⁶	ཚོལ་གྲངས།
ཀ༡	རྒྱབ་སྐྱོངས།	དུས་ཚོད་དང་ཡང་ན་ཚགས་ལུལ། དཔེར་ན། མེན་མ་མེན་མ། ཉེན་ཞིག་གནའ་མ་མོ། ཤིང་ནགས་ནང་། སྤང་སྐྱོངས་སྤེང་ལ། མཚོ་འགམ་ལ། མཚོ་ནང་ལ། འཁྲུལ་ཚུ་ནང་ལ།	༠ ༡ ༢ ¹⁷
<i>ལེའུ་དང་པོ། ར་མོ། རེའུ། འཕྲབ་མཁའ་རེའུ་དང་ར་མོ་རེད།</i>			
ཀ༢	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་དོན་རྒྱུང་གྲུབ་ལ་འགོ་འཇུགས་བའི་རྟགས་རེད།	རེའུ་ཞེད་སྤང་སྐྱེས་པ། ཉེན་ཁ་ཡོད་པ། རོགས་པ་དགོས་པ། དུས་པ། སྤང་བརྒྱབ་པ་རེད། ར་ཡིས་རེའུ་ཞིག་ཞེད་སྤང་དང་ཡོད་པ། ཉེན་ཁ་ཡོད་པ། ཚུ་ནང་སྤང་བ། ཚུ་རྒྱལ་མ་ཐུབ་པ་མཐོང་པ་རེད། ར་ཡིས་རེའུ་ཚུ་ནང་སྤང་བ་མཐོང་ནས་སེམས་ཁུལ་བྱས་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ༣	དམིགས་ལུལ།	ར་ཡིས་རེའུ་ལ་རོགས་པ་བྱེད་ལ། སྐྱབས་ལ། སྤང་སྐྱོབ་བྱེད་ལ། ཚུ་ནས་འཐེན་ལ་འདོད་པ་བྱུང་བ་རེད། རེའུ་+ བྱ་ཚིག་ རྒྱུ་ ཉེན་ཁ་ལས་སྐྱོབས་ལ། རོགས་པ་བྱེད་ལ། + ཚེད་དུ་.....	༠ ༡
ཀ༤	བྱ་སྐྱོད།	ར་ཚུ་ནང་དུ་རྒྱལ་བ། བྱིན་པ་རེད། ར་ཡིས་ཡར་འཐེན་པ་འཇུག་རོགས་པ་བྱས་པ་རེད། ར་ཡིས་+ བྱ་ཚིག་ རྒྱུ་ རོགས་པ་བྱེད་ལ། ཡར་འཐེན་ལ། + ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ༥	མཇུག་འབྲས།	ར་ཡིས་རེའུ་ཚུའི་ནང་ནས་ཡང་ན་དཀའ་ངལ་ནས་ཡར་འཐེན་པ། སྐྱོབས་པ། སྤང་སྐྱོབ་བྱེད་པ། རོགས་པ་བྱས་པ་རེད། རེའུ་སྐྱོབས་པ། ཚུའི་ནང་ནས་ཐར་བ་རེད།	༠ ༡
ཀ༦	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་རེད།	ར་དགའ་པོ་དང་སྤོང་ཤིག་ཤིག་བྱུང་བ་རེད། རེའུ་སྤོང་ཤིག་ཤིག་ ཡི་ཚོལ་པོ། དགའ་པོ། སྐྱིད་པོ་བྱུང་བ་རེད། ད་ཞེད་གྱི་ཡོད་མ་རེད།	༠ ༡
<i>ལེའུ་གཉེས་པོ། ས་མོ། འཕྲབ་མཁའ་ས་མོ་དང་རེའུ་རེད།</i>			
ཀ༧	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་དོན་རྒྱུང་གྲུབ་ལ་འགོ་འཇུགས་བའི་རྟགས་རེད།	ས་མོས་ར་མོ་ཐག་རིང་དུ་མཐོང་པ། རེའུ་གཅིག་ལུར་སྐྱུག་པ། དེར་ཁ་ལག་ཡོད་པ་མཐོང་པ་རེད། ས་མོ་གོད་ཁོག་སྐྱོགས་པ་རེད། རེའུ་ཟ་དགོས་བསམ་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ༨	དམིགས་ལུལ།	ས་མོས་རེའུ་ཞིག་ཟ་འདོད། འཛིན་འདོད། གསོད་འདོད་བྱུང་བ་རེད། བྱ་ཚིག་ རྒྱུ་ ཟ་བའི་ འཛིན་ལ། གསོད་བའི་ རག་ལ། + ཚེད་དུ་.....	༠ ༡
ཀ༩	བྱ་སྐྱོད།	ས་མོས་རེའུ་སྐྱོགས་ལ་མཚོང་བ་རེད། ས་མོས་རེའུ་ཞིག་འཛིན་ལ། བརྒྱུད་ལ། སྐྱོ་བུར་དུ་འཛིན་ལ་ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ༡༠	མཇུག་འབྲས།	ས་མོ་ལ་རེའུ་ཞིག་རྙེད་པ། འཛིན་པ། བརྒྱུད་པ་རེད། ས་མོས་རེའུ་ཞིག་+ བྱ་ཚིག་ རྒྱུ་ འཛིན་ རྙེད་པ། + འགོ་བྱས་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ༡༡	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་རྟགས་རེད།	ས་མོ་སྐྱིད་པོ་བྱུང་བ་རེད། རེའུ་ཞེད་སྤང་སྐྱེས་ ཨ་ནི་འབར་སྐྱོགས་ བ་བྱུག་དང་སྐྱེན་འབར་བ་རེད།	༠ ༡

¹⁶ གལ་ཏེ་དོགས་འདྲིའམ་ཚོད་སྤེལ་སྐབས་བྱིས་པས་བཏོན་པའི་དྲིས་ལན་དེ་རེའུ་མིག་འདིའི་སྤེང་དུ་བཞག་ནས་མཚུབ་སྐྱོན་ལག་དེབ་ལ་སྐྱོས།
¹⁷ གལ་ཏེ་ཚོར་འཁྲུལ་དང་ལན་མེད་པ་ལ་སྐར་མ་གྲང་ཀོར་དང་། འབྲིག་པའི་ལན་ལ་སྐར་མ་གཅིག་ས་ཚེད་དུས་ཚོད་ཡང་དགའ་ལ་སྐར་མ་གཉེས།

ལེའུ་གསུམ་པ། བྱ། འཕྲབ་མཁམན་བྱ་དང་མ་མོ་རེའུ་རེད།

ཀ་༡༢	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ དོན་རྒྱུན་བྱུང་ཡེ་འགོ་ འཇུགས་བའི་ཉལ་ལྟུང་རེད།	བྱ་ཞིག་གིས་རེའུ་དེར་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ། བྱ་ཞིག་གིས་མ་མོའི་རེའུ་དེ་འཛིན་པ་ མཐོང་བ་རེད། རེའུ་ལ་ཉེན་ཁ་ཚེ་པོ་ཡོད་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༣	དམིགས་ཡུལ།	བྱས་མ་མོ་འཛིན་རྒྱ་མཚམས་བཞག་ཡེ་ཐག་བཅད། རེའུ་ལ་རོགས་པ་བྱེད་ཡ། སྲུང་རྒྱུ་བྱེད་ཡ། རྒྱུ་བས་ཡ། ཉེན་ཁ་ལས་རྒྱུ་བས་ ཡ། ཐག་བཅད་པ་རེད། བྱ་ཚོགས་ ། བཀག་ཡ། ཉེན་ཁ་ལས་རྒྱུ་བས་བའི། རོགས་པ་བྱེད་ཡ། ་ +ཚེད་ དུ་.....	༠ ༡
ཀ་༡༤	བྱ་རྒྱུད།	བྱས་མ་མོའི་མཇུག་མར་སོ་བརྒྱབ་པ་དང་། བརྒྱབ་པ་རེད། བྱས་མ་མོའི་མཇུག་མར་སོ་བརྒྱབ། འཛིན་པ་རེད། མ་མོ་ལ་འཐབ་པ་རེད། བྱས་ +མ་མོར་+ བྱ་ཚོགས་ ། མ་རག་ཡ། ་ + ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༥	མཇུག་འབྲས།	བྱས་མ་མོའི་འཇུག་ལ་བྱ་རྒྱུད་བརྒྱབ། མ་མོ་ལ་ཞེད་སྣང་བསྐྱལ། མ་མོས་རེའུ་རྒྱུད། རྒྱུ་བྱེད་པ་རེད། རེའུ་རྒྱུ་བ་པ། སྲུང་རྒྱུ་བ་བྱས་པ།	༠ ༡
ཀ་༡༦	ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ ཡེ་ལན་གྱི་ཉལ་ལྟུང་རེད།	རེའུ་སྲུང་རྒྱུ་བ་བྱས་ནས་བྱ་རྒྱུད་ཤིག་ཤིག་དང་། དགའ་པོ། རྒྱུ་བས་པ་ཚེན་པོ་ རྒྱུ་བ་རེད། མ་མོ་ཁོང་ཁོ་ལངས། རྒྱ་པམ། སེམས་སྤྲུག་ རྒྱུ་བ་ཆགས། ཞེད་སྣང་རྒྱུ་བ། ན་ཟུག་བཏང་བ་རེད། མ་མོའི་མཇུག་མ་ལ་ན་ཚེ་བཏང་བ་རེད། རེའུ་རྒྱུད་ཤིག་ཤིག་ དགའ་པོ། ཉེན་ཁ་ལས་ཐར་བ་རེད། ར་རྒྱུད་ཤིག་ཤིག་ དགའ་པོ་ཆགས་པ་རེད།	༠ ༡
ཀ་༡༧		ཐོབ་གངས་ཁྱེན་ཉལ་ རས།	

ཁ སྲུབ་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུ་འཛིངས།

བྱ་རྒྱུད་དང་མཇུག་འབྲས་ རིམ་བའི་ལན་གངས།	དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཚེད་ ཐོབ་མང་བྱ་རྒྱུད་དང་མཇུག་ འབྲས་མེད་པ།	དམིགས་ཡུལ་དང་བྱ་རྒྱུད་དམིགས་ ཡུལ་དང་མཇུག་འབྲས་རིམ་བའི་ ལན་གངས།	དམིགས་ཡུལ་བྱས་བྱ་རྒྱུད་ བྱས་མཇུག་འབྲས་བཅས་གྱི་ ལན་གངས།
ཁ་༡	ཁ་༢	ཁ་༣	ཁ་༤

ག ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར།

ག་།	<p>ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ལ་བཤེས་སྤོང་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་ཚོགས་རྣམས། གཤམ་གྱི་ཚོགས་ཁུངས་སུ་འཕྲི།</p> <p>ཚོར་སྣང་གི་ཚོགས། དཔེ་ན། མཐོང་བ། ལོ་བ། ཚོར་བ། སྲི་མ་ལ་བ།</p> <p>ལུས་ཚོར་གྱི་ཚོགས། དཔེར་ན། ལ་སྐྱོམ་བ། ལོང་ལོག་ལྷོགས་བ། ཐང་ཚད་བ། མ་ལ་ཚ་བ། ཉ་ལྷག།</p> <p>རིག་ཚོར་གྱི་ཚོགས། དཔེ་ན། གསོན་བ། གཉིད་སང་བ། གཉིད་ཤོར་བ།</p> <p>ཚོར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས། དཔེ་ན། སེམས་སྤྱད་སྐྱིད་པོ། སེམས་ཁྲལ་བྱས་བ། རྫོང་པམ་བ། དངངས་འཚབ་སྐྱེས་བ། ཞེད་སྣང་སྐྱེས་བ། ལྷོ་བས་བ་ཚེན་པོ། ལྷོ་ལོག་ཚེན་པོ། ཉེན་ལ་མེད་བ། དགའ་པོ། ཉང་སངས་བ།</p> <p>སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཚོགས། དཔེ་ན། དཔོན་བ། བསམ་བ། ཤེས་བ། དྲན་བ་བརྗོད་བ། ཐག་གཙོད་བ། ཡིད་ཚེས་བ། འཆར་གཞི་བཟོ་བ།</p> <p>ངག་གི་བྱ་ཚོགས། དཔེར་ན། ལབ་བ། རྟོན་བཏང་བ། རྟོན་བརྒྱབ་བ། ཉེས་བཏང་བ། སྲི་བ་འདྲི་བ།</p>
-----	--

ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ། རང་དོན་གོ་བ།

	རྟོག་འཇུག་མེད་པ་དོས་ལེན་གྱི་དཔེ།	ལན་རྟོག་བའི་དཔེ།	ཐོབ་གྲངས།	
༠	བྱིད་སྤྱང་གཏམ་དེ་ལ་དགའ་བོ་ཡོད་པས།	ཚོད་ལྟའི་དྲི་བར། ཐོབ་གྲངས་མེད།		
༤༡	ག་རེ་བྱས་ནས་ར་མོ་ཚུའི་ནང་བྱེན་པ་རེད། ། བར་རིས་དང་བོ་དང་གཉིས་པ་ལ་ མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ལེའུ་དང་པོ། དམིགས་ཡུལ། ཚོར་ བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་དོན་རྒྱུ་བྱང་ཡ་འགོ་ འཇུགས་པའི་རྟེན་པ་རེད།།	རེའུ་སྤྱང་སློབ་བྱེད་ཡ། རོགས་པ་བྱེད་ ཡ། སློབས་ཡ་སོགས་ཀྱི་ཚེད་དུ་རེད། རེའུ་+བྱ་ཚོག། ། སྤྱང་སློབ་བྱེད་བའི། ཉེན་ཁ་ལས་སློབས་བའི། ། + ཚེད་ དུ་..... ར་མོ་ཡིས་རེའུ་ལ་སེམས་བྱས་བྱས་པ་ རེད། རོགས་པ་རག་བའི་ཚེད་དུ་རེའུ་ཡིས་ འབའ་སློབ་སློག་པ་རེད། རེའུ་ཉེན་ཁ་ཚོ་ བོ་རང་ཡོད་པ། ཞེད་སྤང་སླེབ་པ་རེད།	ཚུ་རྒྱལ་ཡ། ཚེད་ མོ་ཚེས་ཡ། ར་ཡིས་ གཟུགས་པོ་འཇུགས་ དགོས་པ། རེའུ་ གཟུགས་པོ་འཇུགས་ ཡ། བསེལ་བོ་ཡོད་ ཡ། ཚུ་འཇུག་ཡ་ སོགས་ཀྱི་ཚེད་དུ་ རེད།	༠ ༡
༤༢	རེའུ་ཡིས་ག་འདྲ་ཚོར་གྱི་ཡོད་རེད། ། བར་རིས་དང་བོའི་ཚུ་ནང་གི་རེའུ་དེ་ ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟེན་པ་རེད།།	སེམས་སྤྲུག་ཅག་ ཞེད་སྤང་ཡོད་པ། ཉེན་ཁ་ཡོད་པ། ཞེད་སྤང་ཚོ་བོ་བཅས་ ཚོར་པ་རེད། སྤྱང་སློབ་བྱེད་མཁན་བྱང་འདོད་ཡོད་ རེད།	ཡག་པོ། སློབ་པོ། དགའ་བོ། འཇུག་པོ། ཉ་ཅང་གྲང་མོ། བསེལ་བོ། གྲོད་ ཞོག་སྟོགས་པ། ལ་ སློམ་པ། བཅོག་པ། གཙང་མ། སློན་པ་ བཅས་ཚོར་བ་རེད།	༠ ༡
༤༣	། གལ་སྲིད་ལྷ་གྲས་ཚུ་མཚན་ཡང་དག་ མེད་ནས་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་ འགྲེལ་བཤད་མ་བྱས་པ་མ་ཞོར་བའི་དོས་ ལེན་བྱས་ན་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་དྲི་ བ་འདྲི་དགོས། གལ་སྲིད་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་ གཉིས་པའི་ནང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཉག་ཉག་ ཡོད་ན་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་སྐར་ཚ་ སྤྱད་ནས་ང་བའི་ལྷོ་ཚན་བཞི་བའི་ནང་ བཞུགས།། བྱིད་རང་གིས་བྱས་ན་རེའུ་ག་རེ་བྱས་ནས་ སེམས་སྤྲུག་པ། ཞེད་སྤང་སླེབ་པ། ཉེན་ཁ་ ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ¹⁸	རེའུ་ཚུའི་ནང་སྤྱང་པ། ཚུའི་ནང་ནས་ ཐར་མ་ཐུབ་པ། ཚུ་ནང་དེམ་པ། ཚུ་ རྒྱལ་མ་ཐུབ་པ་རེད། རེའུ་ཡིས་འབའ་སློབ་སློག་པ་རེད། རོགས་པ་བྱེད་རོགས། ང་ཚུ་ནང་དེམ་ གྱི་འདུག་ཟེར་འབའ་སློབ་སློག་པ་རེད། རེའུ་ཡིས་ཚུ་རྒྱལ་ཐུབ་ཡོད་མ་རེད། ། སྤྱིར་བཏང་གི་ཐོག་ནས།།	རེའུ་གོད་ཞོག་ རྟོགས། ལ་སློམ། ཚུ་ རྒྱལ། ཚུའི་ནང་ཚེད་ མོ་ཚེས། དེར་ལང་ བསྤྱད་ཚོག་གི་མེད་ བ་བཅས་ཀྱི་སེམས་ སྤྲུག་པ་རེད།	༠ ༡
༤༤	ག་རེ་བྱས་ནས་མ་མོ་དེ་ཡིས་མདུན་ལ་ མཚོང་པ་རེད། ། བར་རིས་གཉིས་པ་ལ་མཚུལ་མོ་ བཅུག། ། ལེའུ་གཉིས་པ། དམིགས་ཡུལ།།	མ་མོས་རེའུ་ཞིག་འཛིན་ཡ། གསོད་ཡ། ཟ་ཡ་འདོད་པ་ཡོད་རེད། མ་མོ་ལ་རེའུ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་རེད། རེའུ་+བྱ་ཚོག། ། འཛིན་བའི་གསོད་ ཡ།། +ཚེད་དུ་..... རེའུ་ཡིས་གདོང་ལེན་བྱེད་སྤྱད་ཡོད་མ་ རེད། ར་ཡིས་དོ་སྤང་བྱས་མེད་པ་དང་ཐག་ རིང་དུ་བྱིན་སྐབས་མ་མོས་གོ་སྐབས་ ལེན་པ་རེད། མ་མོ་རེའུ་ཟ་ཡ་དང་འཛིན་ཡ་ལ་ དགའ་བོ་ཡོད་རེད།	རེའུ་མཉམ་དུ་ཚེད་ མོ་ཚེས་སྤྱང་བོ་བ།	༠ ༡

¹⁸ ལྷོ་ཚན་གཉིས་པའི་ནང་ལྷ་གྲས་ལན་རྒྱལ་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྟོན་དགོས།

		། ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་།		
༤༥	མ་མོས་གང་འདྲ་ཚོར་གྱི་ཡོད་ན། ། བར་རིས་ལྷ་པ་དང་དྲུག་པ་ལ་མཚུལ་ མོ་བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟགས་རེད། །	མ་མོ་ལྷུག་ཅག་ ད་དུང་གོང་ལོག་ ལྷོགས་པ། ལོང་ལོ་ལངས་པ། ལྷོ་པམ་ པ།ལམ་མས་ལྷུག་པ། ལྷོན་པ་ཆགས་པ། ཞེད་སྤང་སྦྱོར་པ། ལྷ་ལྷུག་བཏང་པ། སྦྱོན་པ། ལྷོ་པམ་པ་སོགས་ཚོར་བ་རེད།	ཡག་པོ། ལྷོད་པོ། དགའ་པོ། འཚུབ་པོ། རྒྱུག་པ་ཚོར་བ་རེད།	༠ །
༤༦	། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ མེད་ནས་ང་པའི་ལྷ་ཚོན་ལྷ་པ་ལ་འགོལ་ བཤད་མ་བྱས་ནས་ནོར་མེད་པའི་ངོས་ལེན་ བྱས་ན་ང་པའི་ལྷ་ཚོན་དྲུག་པ་ལ་དྲི་བ་འདྲི་ དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་ལྷ་ཚོན་ལྷ་པའི་ ནང་ལ་འགོལ་བཤད་ཏག་ཏག་ཡོད་ན་ང་ པའི་ལྷ་ཚོན་དྲུག་པ་ལ་སྐར་ཆ་སྤྱད་ནས་ང་ པའི་ལྷ་ཚོན་བདུན་པའི་ནང་བཞུགས། ལྷོད་རང་གིས་བྱས་ན་མ་མོ་དེ་ག་རེ་བྱས་ ནས་སེམས་སྦྱུག་པ་དང་། ཞེད་སྤང་སྦྱོར་པ། གོང་ལོག་ལྷོགས་པ་སོགས་ཚོར་བ་རེད། ¹⁹	མ་མོ་ལ་རེའུ་དེ་རག་ཡོད་མ་རེད། ལམ་ སྤོང་མ་བྱུང་བ་རེད། མ་མོས་བྱ་ལ་ཞེད་སྤང་དམ། དངངས་ འཚབ་སྐྱལ་བ་རེད། བྱས་མ་མོ་ལ་རྒྱུག་པ། རྗེས་འདྲེད་ གཏོང་པ། མ་མོའི་མཚུག་མར་སོ་ བརྒྱབ་པ་རེད། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་ང་པའི་ལྷ་ཚོན་ལྷ་པ་ ལ་ཡ་ལན་ལྷུག་ཅག་ཡང་ན་ལོང་ལོ་ ལངས་ན་ང་པའི་ལྷ་ཚོན་དྲུག་པའི་ ལན་སྐབས་སྤྱ་ཡང་ད་དུང་གོང་ལོག་ ལྷོགས་པ་མཚོན།	མ་མོ་རྒྱུག་པ། འདྲི་འདྲ་འདྲ་པོ་ རེད། བྱས་རེའུ་ཉེན་ལ་ཚོ་ པོ་ཡོད་པ་མཚོང་བ་ རེད། བྱས་མ་མོའི་ལ་ ལག་འཁྱེར་བ་རེད། བྱས་མ་མོ་བཟོ་འདྲེད་ བྱུང་བ་རེད། ངས་ཉ་གོ་མ་སོང་།	༠ །
༤༧	བྱས་ག་རེ་བྱས་ནས་མ་མོའི་མཚུག་མ་ བརྒྱབ་པ་རེད། ། བར་རིས་ལྷ་པ་ལ་མཚུལ་མོ་བཅུག། ། ལེའུ་གསུམ་པ། དམིགས་ལུལ། །	བྱས་རེའུ་སྤྱང་སྦྱོབ་བྱེད་ཡ། ལྷོབས་ཡ། རོགས་པ་བྱེད་ཡ། ཉེན་ལ་ལས་སྦྱོབས་ ཡ་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་རེད། བྱས་མ་མོ་འདྲིན་རྒྱ་མཚན་ས་བཞག་ཡ། མ་མོ་ལ་རེའུ་སྤྱང་བཅུག་ཡ་ཐག་ གཅོད་བྱས་པ་རེད། བྱ་ཚོག་། ལྷོད་སྦྱོབ་བྱས་པའི་སྦྱོབས་ པའི་རོགས་པ་བྱས་པའི། + ཚོད་ དུ་..... རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མ་མོས་ རེའུ་དེ་མ་བཟས་པ་དང་མ་གསོད་པ། སེམས་ལ་སོག་ལྷུག་བཏང་ཡོད་མ་རེད།	བྱ་ལོ་རང་གི་རེའུ་ བཟོ་འདྲེད་ཡོད་རེད། བྱས་མ་མོ་བཟོ་འདྲེད་ ཡོད་རེད། མ་མོ་མཉམ་དུ་ ཚོད་མོ་ཚེས་སྦྱིང་བོ་ བ། བྱ་མ་མོ་ལ་འཁོན་ འདྲིན་ཡོད་རེད། བྱ་མ་མོ་ལ་དགའ་ པོ་ཡོད་མ་རེད།	༠ །
༤༨	ལྷོད་རང་གི་ཚོར་སྤང་ལ་གལ་སྲིད་བྱས་ རེའུ་ཚོ་མཚོང་ན་བྱ་ཡིས་ག་འདྲ་ཚོར་ས་ རེད། ། བར་རིས་དྲུག་པ་ལ་མཚུལ་མོ་ བཅུག། ། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་ནི་ཡ་ལན་གྱི་ རྟགས་རེད། །	ཡག་པོ། ལྷོད་པོ། དགའ་པོ། ལྷོད་ཤིག་ ཤིག་ཡི་ཚོམ་པོ། ལྷོབས་པ་ཚོན་པོ། བན་ ཐོགས་ཚོན་པོ། སྤྱང་སྦྱོབ་བྱེད་མཁན་ནམ་དཔའ་པོ་ འདྲ་པོ་ཚོར་ས་རེད། རེའུ་ཚོ་ལ་སྤྱང་སྦྱོབ་བྱེད་ཡ་དགའ་པོ་ ཡོད་རེད།	སྦྱུག་ཅག་ ལོང་ལོ་ ལངས་པ། སེམས་ སྦྱུག་སྦྱོན་པ། ཡི་ པམ་པ། ལྷོན་པ། གོང་ལོག་ལྷོགས་པ་ སོགས་ཀྱི་མ་མོ་དེ་ ངས་པར་དུ་རག་ དགོས་ཡོད་ཟེར་ ལབ་པ་རེད།	༠ །
༤༩	། གལ་སྲིད་སྤྱ་གུས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ མེད་པའི་དབང་གི་ང་པའི་ལྷ་ཚོན་དྲུག་པ་ ལ་འགོལ་བཤད་མ་བྱས་ནས་ནོར་མེད་པའི་ ངོས་ལེན་བྱས་ན་ང་པའི་ལྷ་ཚོན་བརྒྱད་པ་ ལ་དྲི་བ་འདྲི་དགོས། གལ་སྲིད་ང་པའི་ལྷ་	བྱས་མ་མོ་འདྲིན་རྒྱ་མཚན་ས་བཞག་པ། མ་མོ་དེ་འདྲི་ནས་གཞན་ཞིག་ལ་རྗེས་ འདྲེད་བཏང་བ་རེད། རེའུ་སྦྱོབ་པ། ལྷོད་སྦྱོབ་བྱས་པ། རོགས་ པ་བྱས་པ་རེད།	བྱ་འཚུལ་སྤྱལ་སྤྱལ་ ཡོད་རེད། བྱ་འདྲི་འདྲ་ཞིག་ ཡོད་རེད།	༠ །

19 ལྷ་ཚོན་ལྷ་པའི་ནང་སྤྱ་གུས་ལན་རྒྱུག་སྐབས་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྦྱོར་དགོས།

	<p>ཚན་བརྒྱན་པའི་ནང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཏུག་ ཏུག་ཡོད་ན་ང་པའི་ཕྱི་ཚན་དགུ་པ་ལ་སྐར་ ཚ་བཤད་ནས་ང་པའི་ཕྱི་ཚན་བཅུ་པའི་ བུ་བུ་ལུགས་ཀྱི་ བྱེད་རང་གི་བྱས་ན་ག་རེ་བྱས་ནས་བྱ་ཡག་ བོ། རྒྱུད་བོ། དགའ་བོ་ལ་སོགས་པ་ཚོར་བ་ རེད།²⁰</p>	<p>རེད་ཚོ་ཉེན་ཁ་ལས་ཐར་བ་དང་། དགའ་བོ་དང་གནོད་བ་བྱུང་མེད་པ་ མཐོང་བ་རེད། ད་ལྟོ་ཚུར་ལོག་ཡོང་གི་མ་རེད།</p>	<p>ལྷ་མོ་རག་ཡོད་མ་ རེད། བྱ་ཁོ་རང་གི་རེད་ ཟ་འདོད་ཡོད་རེད། ལྷ་མོ་ལ་ཁོང་ཁྱོ་ ལངས་པ་རེད།</p>	
<p>ང་།²⁰</p>	<p>ར་མོ་ག་རེ་ལ་དགའ་བ་ཡོད་རེད། ལྷ་མོ་ ཡང་ན་བྱ། ག་རེ་བྱས་ནས།</p>	<p>བྱ་ལ་དགའ་བ་ཡོད་རེད། ཉུང་མཐར་ རྒྱ་མཚན་གཅིག་ཤོད་དང་། དཔེ་ན། རེད་སྐྱོབ་པ། རོགས་པ་བྱས་པ། ལྷ་མོའི་ འཇུག་ལ་བྱ་སྐད་བརྒྱབ་པ། རེད་ཚོ་ལ་ སེམས་བཟང་བོ་བྱས་པ་རེད།</p>	<p>ལྷ་མོ་ལ་དགའ་བ་ ཡོད་རེད། དམ་ཉ་ གོ་མ་སོང་། འབྲེལ་ མེད་ལ་ན་གཞན།</p>	<p>༠ ༡</p>
<p>ང་།²¹</p>	<p>ཐོབ་གངས་ཁྱེན་ཀྱང་ནས།</p>			

²⁰ ཕྱི་ཚན་བརྒྱན་པའི་ནང་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཏུག་ལུགས་ལ་སྐར་ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུར་གཅིག་པ་སྐྱོན་དགོས།

73 བྱེད་རང་དང་སྤྱ་གུ་བར་སྐད་ཡིག་ག་རེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་།

- | | |
|--|--|
| ཨ་མ། | བ་ལགས། |
| ○ ངའི་བ་སྐད། | ○ ངའི་བ་སྐད། |
| ○ ངའི་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ། | ○ ངའི་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ། |
| ○ བ་སྐད་དང་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ། | ○ བ་སྐད་དང་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ། |
| ○ སྐད་ཡིག་གཞན་པ། གསལ་བཤད་ཞིབ་སྤྲོད་གནང་རོགས། | ○ སྐད་ཡིག་གཞན་པ། གསལ་བཤད་ཞིབ་སྤྲོད་གནང་རོགས། |

74 ད་ལྟ་བུའི་བྱེད་རང་གི་སྤྱ་གུས་སྐད་ཡིག་ག་རེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད།

- | | | |
|---------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| ○ སྤྱ་གུའི་སྐད་ཡིག་དང་པོ། ག་རེ། | ○ སྤྱ་གུའི་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ། ག་རེ། | ○ སྐད་ཡིག་གཞན་པ། ག་རེ། |
|---------------------------------|----------------------------------|------------------------|

75 བྱེད་ཀྱི་སྤྱ་གུས་སྐད་ཡིག་ག་རེ་ལ་མང་ཤོས་ལག་པ་འཁར་བ་རེད།

- | | | |
|---------------------------|----------------------------|------------------------|
| ○ སྤྱ་གུའི་སྐད་ཡིག་དང་པོ། | ○ སྤྱ་གུའི་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ། | ○ སྐད་ཡིག་གཞན་པ། ག་རེ། |
|---------------------------|----------------------------|------------------------|

76 ལོ་ག་ཚེད་སྐབས་ནས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱ་གུ་སྐད་ཡིག་གཉིས་པའི་ཁོར་ལུག་ཁྲོད་གནས་པ་རེད།

- | | |
|--------------------------|-------------------------------|
| ○ སྐྱེས་པ་ནས། | ○ ལོ་ལྔ་མ་ཟིན་ཕྱིན་ནས། |
| ○ ལོ་གཅིག་མ་ཟིན་ཕྱིན་ནས། | ○ ལོ་_____ནས་འགོ་འཇུགས་པ་རེད། |
| ○ ལོ་གསུམ་མ་ཟིན་ཕྱིན་ནས། | |

77 བྱེད་རང་གི་སྤྱ་གུས་ཐབས་ལམ་ཅི་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་ཁོང་ངམ་ཁོ་མོའི་སྐད་ཡིག་གཉིས་པར་ཁོར་ལུག་བསྐྱུར་བ་རེད།

- | | |
|--|-----------------------------------|
| ○ ལུ་བཙལ་ཁང་ངམ་སློབ་གྲྭ། | ○ བརྒྱུ་འཕྲིན། མྲོག་ལྷན། དཔེ་དེབ། |
| ○ རྒྱ་གསལ་པོ་དང་། | ○ གཞན་པ། |
| ○ གཅེན་གཅུང་། བ་མ། བྱི་མ་མེ་གཞན་པ་དང་། | |

78 བྱེད་ཀྱི་སྤྱ་གུས་ཉིན་རེའི་བྱ་བཞག་ནང་ སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་རེ་རེའི་བརྒྱ་ཆ་ག་ཚེད་བེད་ སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད་དམ།	སྤྱ་གུའི་བ་སྐད།	སྤྱ་གུའི་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ།	སྐད་ཡིག་གཞན་པ།
	○ བརྒྱ་ཆ་25	○ བརྒྱ་ཆ་25	○ བརྒྱ་ཆ་25
	○ བརྒྱ་ཆ་50	○ བརྒྱ་ཆ་50	○ བརྒྱ་ཆ་50
	○ བརྒྱ་ཆ་75	○ བརྒྱ་ཆ་75	○ བརྒྱ་ཆ་75
	○ བརྒྱ་ཆ་100	○ བརྒྱ་ཆ་100	○ བརྒྱ་ཆ་100

79 སྐྱེས་ཀྱི་བྱེད་རང་གི་སྤྱ་གུས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་རུས་པ་ལ་ཚེད་དཔག་ བྱས་ནས་འོས་འཚམས་ཀྱི་སྤྱོད་སྐྱེས་ནང་རྒྱུག་རོགས།	ཉ་ཅང་ཡག་པོ།	ཡག་པོ།	རྒྱུག་ཅག	ཉ་ཅང་རྒྱུག་ཅག
བྱེད་རང་གི་སྤྱ་གུའི་བ་སྐད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ག་འདྲ་ཡོད་མེད།				
བྱེད་རང་གི་སྤྱ་གུའི་སྐད་ཡིག་གཉིས་པའི་གོ་རྟོགས་ག་འདྲ་ཡོད་མེད།				
བྱེད་རང་གི་སྤྱ་གུས་བ་སྐད་བཤད་ཡ་ག་འདྲ་ཡོད་མེད།				
བྱེད་རང་གི་སྤྱ་གུས་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ་བཤད་ཡ་ག་འདྲ་ཡོད་མེད།				

- 80 བྱེད་རང་གིས་བསམ་པ་ལ་བྱེད་རང་གི་སྤྱ་གུས་སྐད་ཡིག་ལག་ཤོས་
ག་རེ་ཤིས་ཀྱི་འདུག**
- | |
|--|
| ○ སྤྱ་གུའི་བ་སྐད། |
| ○ སྤྱ་གུའི་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ། |
| ○ སྐད་ཡིག་གཞན་པ། གསལ་བཤད་ཞིབ་སྤྲོད་གནང་རོགས། |

སྐྱབ་བཞེ

གཤམ་གྱི་བྱིའ། རེའ། ཞི་མི་དང་བྱིའི་སྐྱབ་བཞེ་ཞི་མི་སྐྱབ་གཏམ་གསལ་ཚོམ་གྱི་གཞུང་ལུགས་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོངས་གསལ་བཤད་བྱེད་ཆེད་ཡིན།
ཞིབ་བརྗོད་འདི་དག་ལ་འདྲ་མཚུངས་ཀྱི་སྤྱི་ཞོག་དང་སྤ་མཐོང་གྲུབ་ཚུལ་གྱི་ལམ་སྟོན་དང་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་དགོས། སྐྱབ་གཏམ་ཡང་ན་སྐད་
ཡིག་གཞན་ཞིག་ཏུ་སྐྱབ་དགོས་ཚེ། ཞིབ་སྤ་དུ་སྐྱབ་གཏམ་ལོ་རྒྱུ་ལྷགས་སྟོན་ལ་གསལ།

སྐྱབ་གཏམ་གྱི་རྟགས་གྲུབ་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་ཆ་ཤས་དང་མ་ཡིག་ནང་གི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཚོག་གི་གྲུབ་ཚུལ་གཤམ་གསལ་ལྟར།
དམིགས་ལྷུ་ལྷ། བྱ་སྟོང། མཚུགས་འབྲས། ཚོར་བའི་རྣམ་འགྲུབ།

བྱིའ་ཡི་སྐྱབ་ནང་། ཚོག་བརྒྱ་དང་དུག་ཅུ་རེ་བཞེ་ཡོད་རེད།

པར་རིས་དང་སོ་དང་གཉིས་པའི་ནང་། ཉེན་ཞིག་བྱ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤ་གྱི་སྟོན་ལོག་རྟོགས་པ་མཐོང་བ་རེད། ཨ་ནེ་བྱིའ་ཚོ་ལ་ལྷ་
ལག་འཚོལ་ཆེད་བྱ་འཕུར་སྤ་རྟེན། ཞི་མི་རྟོགས་པས་བྱ་འཕུར་བ་མཐོང་དུས་ཞི་སྐད་དང་སྟན་བྱིའ་ཚང་ནང་གང་ཡོད་མེད་བཞུ་ན་
འགྲིག་གམ་བཤད།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞེ་པའི་ནང་། བྱིའ་ཚོར་འབྲུ་ཆེན་སོ་ཞིག་འཁྲུང་ནས་བྱ་ནང་ལ་ལོག་སྐབས་བྱ་ཡིས་ཞི་མི་མཐོང་ཡོད་མ་རེད།
རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིའ་ཚོར་ཆེད་འབྲུ་ཁྱེད་ལ་རག་ཅང་བྱ་དེ་དཔེ་སྟོན་སོ་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནས་ཞི་མི་སྤྱག་ཅག་དེས་བྱིའ་འཛིན་
ལ་ཆེད་ཤིང་སྤོང་ལ་འཛིན་ལ་འགོ་འཇུགས་པ་རེད། ཞི་མིས་བྱིའ་ཞིག་སྟོན་བྱུང་འཛིན། དཔལ་དང་ལྷན་པའི་བྱིའ་ཞིག་འགོ་སྐབས་བྱ་དེ་
ཚོ་ཉེན་ལ་མཐོང་ནས་ཞོས་བྱིའ་སྟོབས་ཆེད་ཞི་མི་བཀག་ལ་ཐག་བཅད་པ་རེད།

པར་རིས་ལྷ་པ་དང་དུག་པའི་ནང་། བྱིའ་ཞི་མི་ལ་བྱིའ་ཚོ་སྟོན་དགོས་བཤད་དགོས་ལ་བྱས་ཞོས་ཞི་མི་མཐོང་ཡོད་མ་རེད།
སྤངས་སྤ་རྟེན། དེ་ནས་ཞི་མིས་བྱིའ་ཚོར་སྟོན་པ་དང་བྱིའ་ཞི་མི་རྒྱུང་རིང་ལ་རྟེན་འདྲེད་བཤད་པ་རེད། མཐའ་མར་བྱིའ་སྟོབས་ལུབ་
ཅང་བྱིའ་དཔེ་སྟོན་སོ་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནས་ཞི་མི་ད་དུང་སྟོན་ལོག་རྟོགས་པ་སྤྱག་ཡོད་རེད།

རེའ་ཡི་སྐྱབ་ནང་། ཚོག་བརྒྱ་དང་དུག་ཅུ་རེ་གཉིས་ཡོད་རེད།

པར་རིས་དང་སོ་དང་གཉིས་པའི་ནང་། ར་མོ་ཞིག་གིས་ཉེན་ཞིག་རང་ཉིད་ཀྱི་རེའ་རྒྱུང་བ་མཐོང་མ་ཐག་ཞེད་སྤང་སྟོས་པ་རེད།
བྱས་ཅང་རང་ཉིད་ཀྱི་རེའ་སྟོབས་ཆེད་རྒྱུ་རྟེན་སྟོང་སྤ་རྟེན། རྟོགས་པ་ཅན་གྱི་སྤ་མོས་ར་ཞིག་རྒྱུང་བ་མཐོང་བ་དང་ཉང་སང་ནས་སྤ་
མོ་སྐད་ལུགས་ཆེན་པོའི་སྤ་སྟོང་ལ་ག་རེ་ཡོད་མེད་བཞུ་ན་འགྲིག་གམ་བཤད།

པར་རིས་གསུམ་པ་དང་བཞེ་པའི་ནང་། ར་མོ་ཡིས་རང་ཉིད་ཀྱི་རེའ་རྒྱུང་ནས་སྟོན་པ་རེད། ཡིན་ནས་མོས་སྤ་མོ་མཐོང་ཡོད་མ་རེད།
རང་ཉིད་ཀྱི་རེའ་རྒྱུང་བ་དེ་མཐོང་ཅང་ར་མོ་དཔེ་སྟོན་སོ་བྱུང་བ་རེད། སྐབས་དེ་དུས་རེའ་གཞན་སྟོབས་ཆེད་སྤ་མོ་སྤྱག་ཅག་དེས་
སྤ་རྟེན་སྤ་རྟེན་ནས་སྟོན་བྱུང་འཛིན་པ་རེད། དཔལ་དང་ལྷན་པའི་བྱིའ་ཞིག་འཕུར་སྐབས་རེའ་ལ་ཉེན་ལ་ཡོད་པ་མཐོང་ནས་ཞོས་རེའ་
སྟོབས་ཆེད་སྤ་མོ་བཀག་ལ་ཐག་བཅད་པ་རེད།

པར་རིས་ལྷ་པ་དང་དུག་པའི་ནང་། བྱ་ཡིས་སྤ་མོ་ལ་རེའ་ཞེས་རྒྱུང་ཞོག་ལ་བྱས། ཞོས་མར་བབ་ནས་སྤ་མོ་ཡི་སྤ་རྟེན་སྤ་རྟེན་སྤ་རྟེན།
དེ་ནས་སྤ་མོས་རེའ་སྟོན་པ་དང་བྱ་ཡིས་སྤ་མོའི་སྤ་རྟེན་ལ་དང་ནའང་བྱ་ཡིས་རེའ་སྟོབས་ལུབ་ཅང་བྱ་དཔེ་སྟོན་སོ་བྱུང་བ་རེད། ཡིན་
ནས་སྤ་མོ་ད་དུང་སྟོན་ལོག་རྟོགས་པ་སྤྱག་ཡོད་རེད།

