

སྐྱོད་བཅོས་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་པའི་ལག་ལེན་ཚད་
གཞི་ཐོ་དེབ།



ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།
གེ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོ་རིག་གཞུག་ལག་སློབ་སྡེ།

༢༠༢༡

སློབ་སྦྱོང་པའི་མིང་.....

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

འབྲུག་ ཐིམ་ཕུག

ཡིག་སློམ་ཨང་ ༢༧༢

བརྗེད་འཕྲིན་ཨང་+༧༧༥ ༩ ༩༩༡༧༢༩/༩༩༧༩༧༩

པར་འཕྲིན་ཨང་༧༧༥ ༩ ༩༩༡༧༡༩

ཡོངས་འབྲེལ་ཁ་བྱང་ www.ftm.edu.bt

པར་ཐོངས་དང་པ། ༢༠༢༡

དཀར་ཆག།

ཡང་	ཚདོན།	ཤོག་གྲངས།
༡	དེ་སློབ་བྲན་གསོ།	
༢	སྐྱེ་བཙུག་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་༡པའི་སློབ་དུས་༡པ།	
༣	སྐྱེ་བཙུག་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་༡པའི་སློབ་དུས་༢པ།	
༤	སྐྱེ་བཙུག་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་༢པའི་སློབ་དུས་༡པ།	
༥	སྐྱེ་བཙུག་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་༢པའི་སློབ་དུས་༢པ།	
༦	སྐྱེ་བཙུག་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་༢པའི་སློབ་དུས་༣པ།	
༧	སྐྱེ་བཙུག་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་༣པའི་སློབ་དུས་༡པ།	

དོ་སློབ་དོན་གསོ།

1. སྤོན་བཅོས་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་པའི་ལག་ལེན་ཚད་གཞི་ཐོ་དེབ་འདི་ སློབ་སྦྱོང་འབད་བའི་དུས་
ལུ་ ལག་ལེན་རིག་ཅུལ་གྱི་ཉམས་སྦྱོང་ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་ ལྷ་རིམ་བཞིན་སྦྱོང་བཟུང་འགོ་འཛིན་པ་ལུ་གཟིགས་སུལ་འབད་
དགོས་འདི་ སློབ་སྦྱོང་པ་རང་སེའི་འགན་ཁུར་ཨིན།
2. ལག་ལེན་ཐོ་དེབ་རིམ་པ་འདི་ ལས་དོན་རིམ་པ་གསུམ་ལུ་བགོ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་ བཟུ་ཞིབ་དང་
མཉམ་ལས ལག་བསྟར་གྱི་ཐོག་ལས་འབད་ནི་བཅས་ཨིནམ་ལས་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་མཚན་རྟགས་
ཞུམ་ད་གོང་གི་ལས་དོན་རིམ་པ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ལུ་དགོ།
3. བདེན་དཔུང་གྱི་དགོས་མཁོ་ཚད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་དོན་རིམ་པ་འབྲེལ་བའི་ཤོག་ཁམ་ནང་ ལག་ལེན་
འབད་སའི་སྡེ་ཚན་འགོ་དཔོན་ལས་མཚན་རྟགས་ལུ་དགོས་དང་ དེ་མིན་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཚན་འགོ་
དཔོན་ལས་མཚན་རྟགས་ལུ་སྟེ་ བསྐྱར་ཞིབ་གྱི་དོན་ལུ་ རང་སེའི་སྦྱོང་བཟུང་འགོ་འཛིན་པ་ལུ་ལྷ་རིམ་
བཞིན་སུལ་དགོ།
4. སྦྱོང་བཟུང་མཚུག་བསྟུམ་ད་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་མཉམ་གྱིས་ རང་སེའི་ལག་ལེན་གྱི་ཐོ་དེབ་ཚུ་ཉམས་སྦྱོང་
རིག་ཅུལ་གྱི་གྲུབ་བྱེད་སྟེ་གསལ་བཏོན་འབད་དགོས་ཨིན། ལག་ལེན་ཚད་གཞི་ཐོ་དེབ་ནང་ཉམས་སྦྱོང་
བཀོད་ཡོད་པའི་གྲངས་ཁ་མ་ཚང་མི་དང་ཐོ་བཀོད་ཚུལ་མཐུན་མེད་པ་ཅིན་ཚོས་རྟགས་ནང་བཅའ་མར་
གཏོགས་མི་ཚོག

སྐྱོད་བཅོས་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་། པའི་སློབ་དུས་། པ།

ཕྱིར་སློང་སྦྱོང་བཅུ་ལྔ་ ཚ་ཚུ་སྐྱོད་ཚུ།

ཟེ རྒྱུད་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་པའི་སྐབས་ལག་དེབ་ནང་བཞག་ཡོད་པའི་དུས་ཚོད། ཉིན་གང་སྔ་དང་འཁྲུལ་གཤམ་གསལ་བཞག་ཡོད་པའི་ས་གནས་ཚུ་ནང་ཕྱིར་སློང་ལབ་དེ་ཚ་ཚུ་དང་སྐྱོད་ཚུ་རྩོམ་འཛིན་ལབ་དེ།

ཨང་	ཚོང་ཁག།	ཚ་ཚུ་དང་སྐྱོད་ཚུའི་དབྱེ་བ།	ཉིན་གང་ས།	སྤྱི་ཚེས།	བྲན་གསོ།
			༧		
༡	མགར་ས་ཚ་ཚུ།	ཚ་ཚུ་རྒྱུ་ལོང་ལོག།			
		སློབས་སློང་སྐྱོད་ཚུ་ལ་ སོགས་པ་སྐྱོད་ཚུ་ཡོད་ཚད།			
༢	སྤྱོད་ཚུ་ཚ་ཚུ།	ཚ་ཚུ་རྒྱུ་ལོང་ལོག་༢།			
	སྤྱོད་ཚུ་ཚ་ཚུ།	བྲན་ཚ་ཚུ།			
༣	སྤྱོད་ཚུ་ཀོ་མ་	ཚ་ཚུ་རྒྱུ་ལོང་ལོག་༢།			
	ཚ་ཚུ།	ཀོ་མ་སྐྱོད་ཚུ།			

སློབ་བཅུ་ལོ་འདྲེན་པའི་ཉེན་མཚན།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

སློབ་བཅུ་ལོ་འདྲེན་པའི་ཉེན་མཚན།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

སྐྱོན་བཅོས་རབ་འབྲམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་༡ པའི་སློབ་དུས་༡ པ།

བཤད་རྒྱུད་ལུས་པ་རྒྱུང་མེལ་སློབ་སྦྱོང་འབད་བའི་སྐབས་ཚུ་གཞུང་གི་དགོས་མཁོ་དང་འཕྲིལ་སྐྱོན་གྱི་རོ། རོ་
བོ། ལུས་པ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་ངོས་འཛིན་དང་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོས་ཨིན།

སློབ་སྦྱོང་།										
སྐྱོན་ངོས་འཛིན་དུས་ཡུན།					ལྷན་ཚོས་		ལས་		ཚུན།		
ལྷན་ཚོས་འབད་མི་											
ཨང་	དོན་ཚན།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			བཟོ་གསོ།	མཚན་ རྟགས།		
		བཟོ་ ཞིབ།	མཉམ་ རུབ།	ལག་ བསྟར།	བཟོ་ རྟོག།	མཉམ་ རུབ།	ལག་ བསྟར།				
	སྐྱོན་ངོས་འཛིན།	༡༠༠	༡༠༠	༡༠༠							
༡	སྐྱེ་སར་སྐྱེས་པ།										
༢	དུས་སྡུ་བདུས་པ།										
༣	སྐམ་གསེད་ལེགས་པ།										
༤	སོ་མ་རྙིངས་པ།										
༥	དུག་འདོན་པ།										
༦	འཇམ་བཅོལ་པ།										
༧	འཕྲོད་པར་སྦྱར་པ།										

སློབ་བཅར་འགོ་འདྲེན་པའི་རྟགས།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

སློབ་བཅར་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

ལྷོག་སྐྱོད་ངོས་འཛིན།

སྐྱོད་བ་སྐྱོད་ཀྱི་གནས་ཀྱི་སྐྱོད་སྐྱོད་དང་འབྲེལ་ལྷོག་སྐྱོད་ཀྱི་རོ། རོ་བོ། ལུས་པ་ལ་སོགས་པ་རྩུ་གཤམ་གསལ་
 ལྷོག་ངོས་འཛིན་དང་སྐྱོད་སྐྱོད་འབད་དགོཔ་ཡིན།

སྐྱོད་སྐྱོད།								
ལག་ལེན་དུས་ཡུན།					ལྷོ་ཚེས་ ལས་			ཚུན།	
ལྷོ་རྟོག་འབད་མི་									
ཨང་།	དོན་ཚན།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			དན་གསོ།	མཚན་ རྟགས།
		བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བལྟ་ རྟོག།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།		
	སྐྱོད་ངོས་འཛིན།	༥༠	༥༠	༥༠					
༡	སྐྱེ་སར་སྐྱེས་པ།								
༢	དུས་སྐབས་ལྷོག་པ།								
༣	སྐྱམ་གསེད་ལེགས་པ།								
༤	སོམ་རྟིངས་པ།								
༥	དུག་འདོན་པ།								
༦	འཇམ་བཅལ་བ།								
༧	འཕྲོད་པར་སྐྱར་བ།								

སྐྱོད་བརྟེན་འགོ་འདྲེན་པའི་རྟགས།
 རང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོད་བརྟེན་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
 རང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

གསོ་རིག་ཞི་གནས་དང་ལུས་སྐྱོང་།

སློབ་སྟོན་པ་རྒྱ་གཞི་སྐབས་ ལུས་སྐྱོང་འབད་བའི་སྐབས། ཉེ་མ་བཟུ་ཞིབ་དང་། མཉམ་འབྲེལ། དེ་ལས་རང་གིས་
དངོས་སུ་འབད་ནི།

ཕྱི་ཚེན།	ཞི་གནས་ཁང་།								
ཞི་གནས་དང་ལུས་སྐྱོང་དུས་ལུག།			རྒྱ་ཚེས་		ལས་	ཚུན།		
ལྷ་རྩེ་འབད་མི་									
ཨང་།	ལས་ལུགས།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			བླ་མ་གསོ།	མཚན་རྟགས།
		བཟུ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ ལེན།	བཟུ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ ལེན།		
༡	སློབ་འགྲུའི་ལུས་སྐྱོང་།	༡	༡	༡					
༢	མི་ན་བར་གནས་པའི་ ལུས་སྐྱོང་།	༡	༡	༡					
༣	ནད་གཞི་མེལ་ཐབས་ ཀྱི་ལུས་སྐྱོང་།	༡	༡	༡					
༤	སེམས་ཁམས་ཀྱི་ ལུས་སྐྱོང་།	༡	༡	༡					

ལུས་སྐྱོང་སློབ་སྟོན་པའི་རྟགས།
ནད་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

སློབ་བརྒྱུ་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
ནད་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

སྐྱེན་བཅོས་རབ་འབྱམས་པའི་ལོ་རིམ་ ༣ པའི་སློབ་དུས་ ༡ པ།

བརྟག་ཐབས།

བརྟག་དཔྱད་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་བྱང་འཛོལ་ཚུ་གིས་ བལྟ་རེག་ཇི་བ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་ནད་པ་བརྟག་ཞིབ་
འབད་བའི་སྐབས། བལྟ་ཞིབ་དང་། མཉམ་འབྲེལ་འབད་ནི།

སྤྲེ་ཚན :		བརྟག་དཔྱད་ཁང་།							
ལག་ལེན་དུས་ཡུལ།		ཟླ་ཚེས་			ལས་		ཚུན།	
ལྟ་རྟོག་འབད་མི་									
	བརྟག་པའི་ཐབས།	དམིགས་གཏད།			གྲུབ་འབྲས།			བྲན་གསོ།	མཚན་ རྟགས།
		བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།		
		༡༥	༡༠	༥					
༡	ཐོས་པ་སྒྲུབ་རྟོགས།								
༢	དཔྱད་པ་དོན་རྟོགས།								
༣	མཐོང་བ་ཡུལ་རྟོགས།								
༤	བསམ་སྦྱོང་བསྐྱབ་བྱ།								
༥	ཁ་དམར་གདགས་ཐངས།								

སྐྱེན་བཅོས་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།
རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྐྱེན་ཁང་ལྟེ་བ།

སློབ་བརྟན་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
ནང་པའི་གསོ་བ་རྟོག་པའི་སློབ་ཚོགས།

ཚུ་རྟགས་བརྟག་ཐབས། ཚུ་རྟགས་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་བྱང་འཚོ་བཟུ་རྟོག་གི་འོག་ལུ་ཚུ་རྟགས་བརྟག་
ཞིབ་ལག་བསྟར་འབད་ནི།

སྤེ་ཚཱ་:		ཚུ་རྟགས་བརྟག་དཔྱད་ཁང་།						
ལག་ལེན་རུས་ཡུན།		ཟླ་ཚེས་			ལས་་་	ཚུན།	
ཟླ་རྟོག་འབད་མི་								
	བརྟག་པའི་ ཐབས།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།		ངན་གསོ།	མཚན་ རྟགས།
		བཟུ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བཟུ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	
			༥	༡༠				
༡	ཚན་དེའི་རུས་སྟུ། མདོག རྒྱངས་པ། ཕྱི་མ། ལྷོ་བ།							
༢	དང་ཡལ་རུས་སྟུ། ཀྱ་ཡ། རྒྱུས་མ།							
༣	གང་མེའི་རུས་སྟུ། ཕྱོག་རུས། ཕྱོག་ཚུལ། ཡོག་རྗེས།							
༤	གདོན་ཚུ།							

ཚུ་རྟགས་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།
རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྤྲོན་ཁང་ལྟེ་བ།

སྤྱོད་བརྟར་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
ནང་པའི་གསོ་བ་དེག་པའི་སྤྱོད་ཚོགས།

ཞི་བྱེད་མདོ། ལག་ལེན་སྐྱོང་བདེ།

ལག་ལེན་འབད་སའི་ས་གནས། སྐྱེ་སྐྱོང་ས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

དུས་ལུན་ བདུན་ཕྱག་༡།

སློབ་དུས་དང་འཁྲིལ་ཞི་བྱེད་སྐྱེ་བྱི་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་གྱི་སྐྱོང་བདེ་འབད་བའི་སྐབས་སྐྱེ་སྐྱོང་ས་

གསོ་རིག་འཕུལ་ཁང་གི་རང་སོའི་སྡེ་ཚན་གྱི་ལས་རིམ་ལྟར་དུ་ སློབ་སྐྱོང་བ་ཚུ་གིས་ ལམ་སྟོན་ལག་དེབ་དང་

འཁྲིལ་འབད་དགོ་མི་ལས་རིམ་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་མི་ལས་གང་རུང་ཉུང་མཐའ་གསུམ་ཚར་རེ་ངེས་

པར་དུ་ འཕུལ་ཁང་གི་གནས་སྤངས་ནང་ མཉམ་ལས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཐོག་ལས་སློབ་སྐྱོང་འབད་དགོ།

- ༡. ཕྱི་མ་བཟོ་ཐངས། ༢. བྱུགས་སྐྱེན་བཟོ་ཐངས། ༣. སྐྱེན་བྱུམ་བཟོ་ཐངས། (ཀེབ་སྤུལ) ༤. སློབ་ལེབ་
- བཟོ་ཐངས། ༥. རིལ་བྱ་བཟོ་ཐངས། ༦. ཚོང་ཞི་འདམ་བཏགས། ༧. ཚོང་ཞི་འཕུལ་ཐལ་བཟོ་ཐངས། ༨.
- ཏྲར་བསྐྱེག་འབད་ཐངས། ༩. རུས་བསྐྱེག་འབད་ཐངས། ༡༠. ལན་བཟོ་ཐངས།

སྐྱོན་བཟོ་བསྐྱུན་ བྱེ་མའི་སྤྲེ་ཚམས། སྐྱོན་མིང་.....།

གཤམ་གསལ་སྤྲེ་ཚམས་ གང་རུང་སྦྱོང་བརྟེན་འབད་མི་འདི་ནང་ སྦྱོབ་སྦྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟླ་རྟོག་
 པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྦྱི་ཚེས།	ལས་རིམ།	བཟླ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེས་གྲངས།		
		བཟླ་ཞིབ།	མཉམ་འབྲེལ།	ངན་གསོ།
	སྐྱོན་སྦྱོང་སྤྲེ་བྱ་རིམ།			
	སྐྱོན་འཐག་ནི་རིམ་པ་དང་པ།			
	སྐྱོན་འཐག་ནི་རིམ་པ་གཉིས་པ།			
	སྐྱོན་བཟུང་བྱ་བ་ནི།			
	ཉོད་དང་ཤོག་སྦྱོམ་ནང་བསྐྱུ་ བྱི་ ལ་བྱང་བརྟགས་ནི།			

བཟླ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།
 སྐྱོན་སྦྱོང་སྤྲེ་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ལང་།

སྦྱོང་བརྟེན་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
 རང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྦྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོན་བཟོ་བསྐྱུན་ བྱུག་སྐྱོན་སྡེ་ཚན། སྐྱོན་མིང་.....།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚན་ གང་རྒྱུང་སྐྱོང་བདར་འབད་མི་འདི་ནང་ སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟླ་རྟོག་
 པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྐྱི་ཚེས།	ལས་རིམ།	བཟླ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གྲངས།		
		བཟླ་ཞིབ།	མཉམ་འབྲེལ།	དྲན་གསོ།
	སྐྱོན་བཟོ་བྱི།			
	སྐྱོན་རྟོ་དང་སྐྱོན་སྣ་སྒྲུགས་ཏེ་བཀོལ་བྱི།			
	ཤེལ་དམ་དང་ཁབ་རྟོ་ཚུ་སྐྱོན་མ་འདེགས་ པའི་ཏེ་མ་བཟོ་བྱི།			
	སྐྱོན་ཤེལ་དམ་ནང་འདེགས་ཞིན་མ་ལས་ བཟོ་བྱི།			
	ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱུན་ཞི་དང་ཁ་བྱང་ བཏགས་བྱི།			

བཟླ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།
 སྐྱོན་ལྗོངས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོང་བདར་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
 རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོད་བཟོ་བསྐྱུན་ སྐྱོད་ཐུམ་སྡེ་ཚན། སྐྱོད་མིང་.....།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚན་ གང་རྒྱུ་སྐྱོད་བདུན་འབད་མི་འདི་ནང་ སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟུ་རྟོག་
པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྐྱོད་ཚུལ།	ལས་ཤིང།	བཟུ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གུངས།		
		བཟུ་ཞིབ།	མཉམ་འབྲེལ།	དན་གསོ།
	སྐྱོད་རྟ་དང་སྐྱོད་ཕྱེ་གཞན།			
	སྐྱོད་གཅིག་ཁར་སྐྱོབ་བསྐྱེད་ རྒྱུ་ལྟེ།			
	སྐྱོད་སྐྱམ་ལྟེ།			
	སྐྱོད་གཞུགས་ གེ་རེ་རྒྱལ་ བཟོ་ལྟེ།			
	སྐྱོད་ཚུ་སྐྱེ་གསལ་ལྟེ། ལུ་བ་རི་ཀེ་གྲི།			
	སྐྱོད་ཐུམ་འདེགས་ལྟེ།			
	རྟོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱེད་ལྟེ། ཁ་བུང་བཏགས་ལྟེ།			

བཟུ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོད་སྐྱོངས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོང་བདུན་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོད་བཟོ་བསྐྱུན་ སྐྱོར་ལེབ་སྡེ་ཚན། སྐྱོན་མིང་.....།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚན་ གང་རུང་སྐྱོང་བདར་འབད་མི་འདི་ནང་ སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟླ་རྟོག་
པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྐྱི་ཚེས།	ལས་ཤིམ།	བཟླ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གངས།		
		བཟླ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	ངན་གསོ།
	སྐྱོན་ཉ་དང་སྐྱོན་ཕྱེ་གཞན།			
	སྐྱོན་གཅིག་ཁར་སྐྱོབ་བསྐྱུན་རྒྱབ་ནི།			
	སྐྱོན་སྐྱམ་ནི།			
	སྐྱོན་གཟུགས་ གེ་རེ་རྣམས་ བཟོ་ནི།			
	སྐྱོན་ཅི་སྐྱུགས་ནི། ལུབ་རི་ཀེན་གྱི།			
	སྐྱོར་ལེབ་མ་བཟོ་བའི་ཉེ་མ།			
	སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་ནི།			
	ཉོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱུན་ནི་ ཁ་བྱང་བཏགས་ནི།			

བཟླ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོན་སྐྱོང་ས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོང་བདར་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོན་བཟོ་བསྐྱུན་ རིལ་བུ་སྡེ་ཚན། སྐྱོན་མིང་.....།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚན་ གང་རུང་སྦྱོང་བརྗེས་འབད་མི་འདི་ནང་ སྦོལ་སྦྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟླ་རྟོག་
པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྦྱི་ཚེས།	ལས་རིམ།	བཟླ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་ གྲངས།		
		བཟླ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	དྲན་གསོ།
	སྐྱོན་གཅིག་ཁར་སྐྱོན་བསྐྱེས་རྒྱབ་ནི།			
	གཞི་རྟེན་རིལ་བུ་བཟོ་ནི།			
	སྐྱོན་རྟ་དང་སྐྱོན་ཕྱེ་གཞུག།			
	རིལ་བུ་བཟོ་ནི།			
	རིལ་བུ་སྐྱམ་ནི།			
	རིལ་བུ་ཆགས་རྒྱབ་ནི།			
	རིལ་བུ་བཙགས་ནི།			
	རྟོད་དང་ཤོག་སྦྱོམ་ནང་བསྐྱེས་ནི་ ལ་བྱང་ བཏགས་ནི།			

བཟླ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོན་སྦྱོངས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྦྱོང་བརྗེས་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྦོལ་ཚོགས།

སྐྱོན་བཟོ་བསྐྱུན་ ཅོང་ཞི་འདམ་བཏགས།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚན་ གང་རུང་སྦྱོང་བརྟེན་འབད་མི་འདི་ནང་ སྦྱོབ་སྦྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟླ་རྟོག་
པ་གི་མཚན་ཏགས་ལེན་དགོ།

སྦྱི་ཚེས།	ལས་རིམ།	བཟླ་རྟོག་པ་གི་མཚན་ཏགས་དང་ཚེ་ གྲངས།		
		བཟླ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	ངན་གསོ།
	སྐྱོན་འཐག་ཞི།			
	ཅོང་ཞི་དང་ཨོམ་སྐྱ་བསྐྱེས་རྒྱུ་ཞི།			
	ཅོང་ཞི་བཏུལ་ཞི།			
	ཅོང་ཞི་སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་ཞི།			
	ཅོང་ཞི་སྐྱོར་ལེབ་སྐྱམ་ཞི།			
	ཅོང་ཞི་མཚོ་བོ་ཀེ་རི་འཇལ་ཞི།			
	འཕྲོ་བཏུག་བརྒྱུ་ཆ་བཏོན་ཞི།			
	རྟོན་ནང་སྐྱུགས་ཏེ་ ལ་བྱང་བཏགས་ཞི།			

བཟླ་རྟོག་པའི་མཚན་ཏགས།

སྐྱོན་སྦྱོང་ས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ལང་།

སྦྱོང་བརྟེན་འགོ་འཛིན་པའི་ཏགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྦྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོད་བཟོ་བསྐྱུན་ ཅོང་ཞི་འཕུལ་ཐལ།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚན་ གང་རུང་སྐྱོད་བརྒྱུ་འབད་མི་འདི་ནང་ སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟོ་རྟོག་
པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྐྱི་ཚེས།	ལས་རིམ།	བཟོ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚོ་གངས།		
		བཟོ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	ངན་གསོ།
	སྐྱོད་འཐག་ནི།			
	སྐྱོད་སྐྱོབ་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལེན་ནི།			
	སྐྱོད་ལུག་ཀོང་ནང་རྒྱགས་ཏེ་ཁ་བསྐྱེད་ནི།			
	ལུག་ཀོང་འདམ་གྱིས་སྐྱུར་ནི་དང་སྐྱོར་ནི།			
	འདམ་གྱིས་སྐྱུར་ཡོད་མི་ལུག་ཀོང་སྐྱོན་འདི་རྩོམ་ལ་ནང་མེ་བཏང་ནི།			
	ཕྱོད་བྱང་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུར་ཚད་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི།			
	བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱོན་ཀེ་ཇི་འཇལ་ནི།			
	སྐྱོད་འཕྲོ་བརྒྱུག་བརྒྱ་ཆ་ནང་ཕབ་ནི།			
	ཕྱོད་ནང་རྒྱགས་ཏེ་ ཁ་བྱང་བཏགས་ནི།			

བཟོ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོད་སྐྱོབ་སྐྱེད་རྒྱུ་ལེན་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོང་བརྒྱུ་འབད་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོན་བཟོ་བསྐྱུན་ ཉར་སྒྲེགས།

གཤམ་གསལ་སྒྲེ་ཚན་ གང་རུང་སྐྱོང་བདར་འབད་མི་འདི་ནང་ སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟླ་རྟོག་
 པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྐྱི་ཚེས།	ལས་ཤིངས།	བཟླ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གྲངས།		
		བཟླ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	འབྲེལ་གསོ།
	སྐྱོན་བཟོགས་ནི།			
	ལྷགས་ཀྱི་བྱ་མིག་གུར་མེ་བཏང་ནི།			
	མེ་དྲོད་ཀྱང་ཞིན་མ་ལས་སྐྱོན་བཟོན་ནི།			
	སྐྱོན་སྐྱུས་ཚད་མ་བཏུབ་མི་ཚུ་ལོག་མེ་ བཏང་ནི།			
	སྐྱུས་ཚད་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི།			
	སྐྱོན་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་རོ་རྟགས་ བཀལ་ནི།			
	སྐྱོན་འཕྲོ་བསྐྱུག་བརྒྱ་ཆ་ནང་ཕབ་ནི།			

བཟླ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོན་སྐྱོངས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོང་བདར་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོད་བཟོ་བསྐྱུན་ ལུས་བསྐྱེགས།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚན་ གང་རུང་སྦྱོང་བརྗེས་འབད་མི་འདི་ནང་ སྦྱོབ་སྦྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟུ་རྟོག་
པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྦྱི་ཚེས།	ལས་རིམ།	བཟུ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གུངས།		
		བཟུ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	ངན་གསོ།
	འདམ་པ་བཟོ་ནི།			
	སྐྱོན་ས་རྣམ་ཅད་འདེགས་ཞིན་མ་ལས་ཁ་ བསྐྱེན་ནི།			
	ས་རྣམ་འདམ་གྱིས་སྦྱར་ནི་དང་སྐྱམ་ནི།			
	འདམ་གྱིས་སྦྱར་ཡོད་མི་ས་རྣམ་མེ་ བཏང་ནི།			
	རྫོང་གུང་ཞིན་མ་ལས་ས་རྣམ་ཕྱི་ཁར་ བཏོན་ནི།			
	ས་རྣམ་ནང་ལས་སྐྱོན་བཏོན་ནི།			
	སྐྱོན་སྦྱས་ཚད་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི།			
	སྐྱོན་འཕྲོ་བརྟག་བརྒྱ་ཆ་ནང་ཕབ་ནི།			
	སྐྱོན་རྫོང་ནང་སྐྱེགས་ཏེ་འཇལ་ནི་དང་ ཁ་བྱང་བཏགས་ནི།			

བཟུ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོན་སྦྱོངས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྦྱོང་བརྗེས་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྦྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོད་བཟོ་བསྐྱུན་ ལན་སྡེ་ཚན། སྐྱོད་མིང་.....།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚན་ གང་རུང་སྐྱོད་བརྗེ་འབད་མི་འདི་ནང་ སྐྱོད་སྐྱོད་འབད་བའི་ཉིན་ལུ་བལྟ་ཞོག་
 པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྐྱོད་ཚུལ།	ལས་རིམ།	བལྟ་ཞོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གྲངས།		
		བལྟ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	བྲན་གསོ།
	སྐྱོད་ཉོད་ནང་སྐྱུགས་ཞིན་མ་ལས་ཚུ་ སྐྱུགས་ནི།			
	སྐྱོད་འཕལ་འཕལ་ད་ཀྱུགས་ཏེ་བཅོལ་ནི།			
	སྐྱོད་བཅག་ནི།			
	སྐྱོད་ཚུ་བཅག་ཡོད་མི་སྐྱུར་ལོག་བཀོལ་ ནི།			
	སྐྱོད་ལན་སྐྱོད་ཆ་བརྒྱུ་ཆ་ཕབ་ནི།			
	སྐྱོད་ལན་བཟོ་ཚར་མི་བརྒྱུ་ཆ་བཏོན་ནི།			
	ལན་ཉི་སྐྱུས་ཚད་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི།			
	ལན་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་རོ་རྟགས་ བཀལ་ནི།			

བལྟ་ཞོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོད་སྐྱོངས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོད་བརྗེ་འབལ་འཇིན་པའི་རྟགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོན་བཅོས་རབ་འབྲམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ༣ པའི་སློབ་དུས་ ༣ པ།

བརྟག་ཐབས། བརྟག་དབྱེད་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་དྲུང་འཚོ་ཚུ་གིས་ བལྟ་རེག་ཅི་བ་གསུམ་གྱི་ཐོག་
 ལས་ནད་པ་བརྟག་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ མཉམ་འབྲེལ་དང་རང་གིས་དོས་སུ་ལག་བསྟར་འབད་ནི།

སྡེ་ ཚཱ་:	བརྟག་དབྱེད་ཁང་།								
ལག་ལེན་དུས་ཡུན།	ཟླ་ཚེས་	ལས་	ཚུན།					
ལྟ་རྟོག་འབད་མི་									
	བརྟག་པའི་ ཐབས།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			དྲན་གསོ།	མཚན་ ཉེན།
		བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།		
			༡༥	༡༥					
༡	ཐོས་པ་སྒྲིབ་ཤིག								
༢	དཔྱད་པ་དོན་ཤིག								
༣	མཐོང་བ་ཡུལ་ཤིག								
༤	ཟས་སྦྱོང་བསྐབ་བྱ།								
༥	ཁ་དམར་གདགས་ ཐབས།								

སྐྱོན་བཅོས་འགོ་དཔོན་གྱི་ཉེན། སྦྱོང་བཅུན་འགོ་འཛིན་པའི་ཉེན།
 རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྐྱོན་ཁང་གླེ་བ། ནང་པའི་གསོ་བ་ཤིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

ཚུ་རྟགས་བརྟག་ཐབས། ཚུ་རྟགས་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་བྱང་འཚོ་བལྟ་རྟོག་གི་འོག་ལུ་ཚུ་རྟགས་བརྟག་
 ཞིབ་ལག་བསྟར་འབད་ནི།

སྤེ་ཚན་:		ཚུ་རྟགས་བརྟག་དཔྱད་ཁང་།						
ལག་ལེན་རུས་ཡུན།		ཟླ་ཚེས་			ལས་་་	ཚུན།	
ལྷ་རྟོག་འབད་མི་								
	བརྟག་པའི་ ཐབས།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།		ངན་གསོ།	མཚན་ རྟགས།
		བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	
			༥	༡༠				
༡	ཚན་དེའི་རུས་སྤྱི་ མདོག་ རྒྱུ་ལ། ཕྱི་མ། ལྷ་བ།							
༢	དང་ཡལ་རུས་སྤྱི་ ལྷ་ཡ། ལྷོ་མ།							
༣	གང་མེད་རུས་སྤྱི་ ལྷོག་རུས། ལྷོག་ཚུལ། ལོག་རྗེས།							
༤	གདོན་ཚུ།							

ཚུ་རྟགས་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།
 རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྤྲོན་ཁང་ལྟེ་བ།

སྤྱོད་བརྟར་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
 ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱོད་ཚོགས།

གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ། རྒྱལ་དབྱེད་སྡེ་ཚོན་ནང་ཡོད་པའི་རྒྱུ་འཚོ་རྒྱ་གིས་གསེར་ཁབ་དང་
 དངུལ་ཁབ་རྒྱལ་པའི་སྐབས་མཉམ་འབྲེལ་དེ་ལས་རང་གིས་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་འབད་ནི།

སྡེ་ཚོན་:		དབྱེད་བཙུགས་ཁང་།						
ལག་ལེན་དུས་ཡུན།				ལྷ་ཚོས་		ལས་		ཚུན།
ལྷ་རྟོག་འབད་མི་								
ཨང་།	ལམ་ལུགས།	དམིགས་གཏད།			རྒྱལ་འབྲེལ།			མཚན་ རྟགས།
		བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	
༡	མགོ་སྐྱེའི་གསལ་དམིགས། <ul style="list-style-type: none"> • སྤྱི་གཙུག • མཚོག་གསལ། • ལྷ་རྟོག་ 		༡༠	༡༥				
༢	མདུན་གསལ། <ul style="list-style-type: none"> • སྐྱེ་སྐྱོང་ཚ་ར་ལུང་། • བུང་གཞུང་དཀར་ནག་ མཚན་མས། • ལྷོན་གསལ། • སྐྱོན་གསལ། • མེ་མཉམ་གསལ། • ལོང་ཐེར་གྱི་གསལ། • ལོང་ལུག་གསལ། • རྒྱ་རྟོད་ཀྱི་གསལ། • རྒྱ་སྐྱོད་ཀྱི་གསལ། • ལྷང་པའི་གསལ། 		༡༠	༤				

<p>३</p> <p>རྒྱུ་པ་གསང་།</p> <ul style="list-style-type: none"> • ཨན་སྟོང་དང་པོ་རྒྱུ་པ་གསང་། • གཉིས་པ་མཁྲིས་གསང་། • གསུམ་པ་བད་ཀན་གསང་། • བཞི་པ་སློ་མའི་གསང་། • རྩ་པ་སློ་བུའི་གསང་། • རྩལ་པ་སློ་ཚུའི་གསང་། • བརྟན་པ་སྟོང་གསང་། • བརྒྱན་པ་མཆིན་འི་གསང་། • དགུ་པ་མཆིན་གསང་། • བརྟ་པ་སྟོང་མཁྲིས་ཀྱི་གསང་། • བརྟ་གཅིག་པ་མཆིར་གསང་། • བརྟ་གཉིས་པ་སྟོ་བའི་གསང་། • བརྟ་གསུམ་པ་བསམ་སེའུ་གསང་། • བརྟ་བཞི་པ་མཁལ་གསང་། • བཅོ་རྩ་པ་དོན་སྟོང་རྩི་གསང་། • བརྟ་རྩལ་པ་ལོང་གསང་། • བརྟ་བརྟན་པ་རྒྱ་མའི་གསང་། • བཅོ་བརྒྱན་པ་སྐྱང་པའི་གསང་། • བརྟ་དགུ་པ་ལུ་བའི་གསང་། • ཉི་བྱ་པ་ལུ་སེལ་རྒྱུ་སྟོའི་གསང་། 		<p>༡༠</p>	<p>༤</p>						
--	--	-----------	----------	--	--	--	--	--	--

༤	ཡན་ལག་གི་གསང་། • བརྒྱའི་ཕྱི་སྲུང་། • སུས་མོའི་སྐོ་བཞི། • རང་ལོང་ཕྱི་ལོང་།		༥	༥					
༥	ནད་ཀྱིས་རྩུར་བསྟན་གསང་།		༡༠	༥					

རྩུབ་དབྱེད་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།
 རྩུལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྐོ་ཁང་ལྟེ་བ།

སྤྱོད་བརྟེན་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
 རང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤོབ་ཚོགས།

སྤྱི་ཚོལ་གསལ་ཁབ། རྒྱལ་དབྱེད་སྤྱི་ཚོལ་ནང་ཡོད་པའི་དྲུང་འཚོ་ཚུ་གིས་ སྤྱི་ཚོལ་གསལ་ཁབ་
 དབྱེད་བཅོས་གྱི་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་འབད་བའི་སྐབས་ མཉམ་འབྲེལ་དང་ དེ་ལས་རང་གིས་དངོས་
 སུ་ལག་བསྟར་འབད་ནི།

སྤྱི་ཚོལ་		དབྱེད་བཅོས་ཁབ་།							
ལག་ལེན་དུས་ཡུན།		རྒྱ་ཚོས་		ལས་	ཚུན།			
སྤྱི་ཚོལ་འབད་མི་									
ཨང་།	ལམ་ལུགས།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			བཟོ་གསོ།	མཚན་རྟགས།
		བཟོ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བཟོ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།		
༡	སྤྱི་གཙུགས།		༥	༩					

རྒྱལ་དབྱེད་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།
 རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཁབ་ལྟེ་བ།

སྤྱི་བདེ་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
 རང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱོད་ཚོགས།

སྐྱུམ་རྒྱུགས། སྐྱུམ་རྒྱུགས་འབད་བའི་སྐབས་ མཉམ་འབྲེལ་དང་དེ་ལས་རང་གིས་དངོས་སུ་ལག་
བསྟར་འབད་ནི།

སྤེ་ཚན་:		དཔུང་བཅོས་ཁང་།							
ལག་ལེན་དུས་ཡུན།		ཟླ་ཚེས་		ལས་	ཚུན།			
ལྷ་རྟོག་འབད་མི་									
ཨང་།	ལམ་ལུགས།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			ངན་གསོ།	མཚན་ རྟགས།
		བཟླ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བཟླ་ རྟོག།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།		
༡	མགོ་བའི་གསང་དམིགས། • སྤྱི་གཙུག • མཚོག་གསང་། • རྣ་བའི་ལྷོན་ཤིང་། • སྤྱད་སློ།		༥	༥					
༢	རྒྱབ་གསང་། • ཨན་སྟོང་དང་པོ། • རྩིང་དང་སྟོག་ཕྱི་ གསང་།		༥	༣					
༣	མདུན་གསང་། • བང་གཞུང་དཀར་ ནག་མཚམས།		༣	༣					

རྒྱབ་དཔུང་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།
རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྐབས་ཁང་སྟེ་བ།

སྤྱིང་བརྟམ་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

ངན་གསོ། སློབ་སློབ་གི་སྒྲིབ་ཐབས་སླེ་བྱུག་པའི་ལག་ལེན་སློབ་སློབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

བྱུག་པ། བྱུག་པའི་ཁང་མིག་ནང་ལུ་ ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གིས་བྱུག་པ་འབད་བའི་སྐབས་ ཉེ་མ་བཟུ་
ཞིབ་དང་། མཉམ་འབྲེལ་དེ་ལས་རང་གིས་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་འབད་ནི།

ཕྱི་ཚེན།		དབྱེད་བཅོས་ཁང།								
ལག་ལེན་དུས་ཡུན།			ལྷོ་ཚེས་		ལས་	ཚུན།			
སྒྲིབ་ཚུག་འབད་མི།										
ཨང།	ལས་ལུགས།	དམིགས་གཏད།			གྲུབ་འབྲས།			ངན་གསོ།	མཚན་རྟགས།	
		བཟུ་ ཞིབ།	མཉམ་ ལས།	ལག་ བསྟར།	བཟུ་ ཞིབ།	མཉམ་ ལས།	ལག་ བསྟར།			
༡	མགོ་བོའི་བྱུག་པ།	༡	༡	༡						
༢	གདོང་གི་བྱུག་པ།	༡	༡	༡						
༣	སྐལ་པའི་བྱུག་པ།	༡	༡	༡						
༤	ཀང་པའི་བྱུག་པ།	༡	༡	༡						
༥	ལག་པའི་བྱུག་པ།	༡	༡	༡						

འཇམ་དབྱེད་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།
རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྒྲིབ་ཁང་ལྟེ་བ།

སློབ་བརྗེ་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

སྐྱོན་བཅོས་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་པའི་ལག་
ལེན་ལམ་སྟོན།



ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།
གེ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོ་རིག་གཙུག་ལག་སློབ་ཤེ།

༢༠༢༡

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚན་གསལ།

འབྲུག་ ཐིམ་ཕུག་ ཡིག་སྐྱོམ་ཨང་ ༢༧༡

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་+༧༧༥ ༩ ༩༩༡༧༧༩/༩༩༧༩༧༡

པར་འཕྲིན་ཨང་༧༧༥ ༩ ༩༩༡༧༧༩

ཡོངས་འབྲེལ་ཁ་བྱང་ www.ftm.edu.bt

པར་ཐེངས་དང་པ། ༢༠༢༡

ཅན་གསོ་ སློབ་སྦྱོང་པའི་དགོས་མཁོ་དང་སློབ་སྟོན་གོང་འཕེལ་གྱི་ལྷན་བཅའ་འཁུལ་ པར་དབང་ཉིལ་བུ་ནང་
སློབ་གསོ་རིག་སློབ་ཚན་གསལ་ལུ་ཡོད་པའི་སློབ་བཅོས་རབ་འབྲམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་པའི་ལག་ལེན་ལམ་སྟོན་འདི་
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚན་གསལ་གྱིས་གསར་སྐྱིགས་འབད་ཡོད།

དཀར་ཆག

ཨང་	ཚདོན།	ཤོག་གྲངས།
༡	ནད་གཞི་བརྟག་ཐབས་བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	
༢	ནད་གཞི་བརྟག་ཐབས་ལག་ལེན་བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	
༣	སྐྱོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་དང་སྐྱོན་སྲོད་ཐབས་བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	
༤	གསོ་རིག་བྱུག་པ་ལག་ལེན་བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	
༥	གསོ་རིག་ཞི་གནས་དང་ལུས་སྲོད་ལག་ལེན་བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	
༦	ཕྱིར་བསྐྱོད་སྲོད་བདར་བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	
༧	ལྷན་སྐྱེགས།	

ལམ་སློན་དང་པ།
བརྟུག་དུད་འབད་ཐངས།

དམིགས་ལུལ།

- བཟང་གི་རྒྱ་དང་རྒྱུ་འཕེལ་ཟད་འཇུགས་གསུམ་གྱིས་ནད་བྱུང་ཚུལ་ཚུ་བཟང་ལྟ་བུ་དེ་གི་བཟང་གསུམ་གྱི་སྐོ་ལས་ལུས་གྱི་སྟོང་སྤྲད་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་གྱི་ནད་ཀྱུན་འཇུག་མེད་པའི་འཛིན་འབད་ཞི།
- བཟང་བཟླ་གཞི་བཟང་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྤྲན་བཙུག་བཞུག་འཛིན་ནང་ལུ་འབྲི་བའི་སྐབས་ལས་ལུགས་ཚུ་གཅིག་མཚུངས་སྟེ་ལག་ལེན་འབབ་ཞི།
- སྟོབ་ཁང་ནང་ལུ་སྟོབ་དཔོན་ཚུ་གིས་སྟོབ་སྟོན་འབད་བའི་སྐབས་སུ་མན་དག་མཚུབ་མིའི་སྟོབ་པའི་བྱང་ཚོས་གྲུབ་འབྲས་ཉམས་སྟོང་ཚུ་སེམས་ཁ་ལས་མ་བཟུང་པར་ལག་ལེན་འབབ་ཞིའི་དོན་ལུ་ཨིན།
- རང་ལུགས་སུར་སྟོབ་བཟང་པའི་གཞིར་བཟུང་ཐོག་མི་སྟེ་ཡོངས་ལུ་སྤྲོས་ཚད་དང་ལྡན་མ་སྟེ་ནད་པའི་སྤྲན་བཙུག་གི་ཞབས་ཏོག་ལུ་ཚུགས་ཞི།

སྟོང་ལུ་འདི་མཇུག་བསྐྱེད་ལུ་སྟོབ་སྟོང་པ་ཚུ་གིས་གཤམ་གསལ་བཞུག་ཡོད་པའི་ལས་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།

1. བཟང་གི་རྒྱ་དང་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་ནད་གཞིའི་སྟོང་རྒྱུ་དང་ན་ལུགས་ན་ཐངས་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་ཤེས་ཚུགས།
2. བཟང་གི་རྒྱ་ལུ་བཟང་ཐོག་ལས་ནད་གཞི་ཚ་གྲང་གི་དབྱེ་བ་ཚུ་ཤེས་ཚུགས།
3. བཟང་གི་རྒྱ་ལུ་ཐོག་ཐོག་ལས་ཉམས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུང་པ་དང་ལྡན་འདུས་ཚ་གྲང་ལ་སོགས་པའི་ནད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཚུ་ཕྱེ་ཚུགས།
4. ཀྱུན་སྟོང་དང་ཀྱུན་སྟོང་བཟང་པའི་ཐོག་ལས་ནད་པའི་ཞབས་ཏོག་སྤྲོས་ཚད་དང་ལྡན་མ་སྟེ་སྟོང་ཞིའི་ཐབས་ལས་དང་། སྤྲན་བཙུག་བཞུག་འཛིན་ལག་ལེན་འབབ་ཐངས་ཤེས་ཚུགས།

1. བཟང་གཞི་བཟླ་ཐབས།

ཨང་།	བྱ་སྟོང་འཛིན་པ།	སྤྲོས་པ།		
		1	2	0
1.1	ནད་པ་ལུ་གྲུས་ཞབས་ཀྱི་སྟོ་ལས་གཞིར་བསྟུ་འབད་དེ་རྒྱ་ལུ་སྟོང་བཟླ་དགོ།			

1.2	ནདཔ་ལས་སྐྱོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལེན་ཏེ་ བདེ་ལུ་རི་བ་རྩུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཁ་གསལ་སྡེ་ རི་དགོ།			
1.2.1	ད་ལྟོའི་ན་ལུགས་ན་ཐངས་ག་དེ་སྡེ་ནམ་སྟོ།			
1.2.2	དུས་ཚོད་ནམ་ལས་ན་ཡི།			
1.2.3	ཉེ་མ་སྐྱོན་བཅོས་ག་ཅི་ར་འབད་ཡི་ག།			
1.2.4	ཉེ་མའི་དུང་འཚོ་གིས་སྐྱོན་བཅོས་དང་བསྐྱབ་བྱ་ག་ཅི་ར་གནང་ཡི་ག།			
1.2.5	དུས་གདོན་ཟས་སྦྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ན་ནམ་ཡིན་ན།			
1.2.6	གཟུགས་ཀྱི་སྟོད་སྐྱད་དང་ཕྱི་ནང་། མགོ་དང་ཡན་ལག་རྩུ་ག་ཏེ་ལུ་ན་དོ་ག།			
1.2.7	ས་གནས་མཐོ་དམན་ག་ཏེ་ལུ་སྟོད་པ་ད་ནམ་ཡིན་ན།			
1.2.8	ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ་ག་ཅི་བརྩམ་ཅིག་གིས་ཕན་པ་དང་གནོད་པ་འབྱུང་དོ་ག།			
1.3	རི་བའི་བརྟག་ཐབས་མཇུག་བསྟུ་སྟེ་ མིག་གིས་བལྟ་བའི་ཐོག་ལས་བརྟག་དཔུང་འབད་ནི་འགོ་ བཙུག་དགོ།			
1.3.1	ནདཔ་གི་རྒྱང་མཁྲིས་བད་ཀན་ལྟན་འདུས་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་བལྟ་དགོ།			
1.3.2	ནད་པའི་གཟུགས་དང་གདོད་གི་བཀྲག་རྩུ་ལུ་བལྟ་དགོ།			
1.3.3	ནད་པའི་དབང་པོ་སྟོ་ལྷ་དང་ ལྟག་པར་དུ་སྟེ་དང་མིག་ཏེ་རྩུ་ལུ་བལྟ་དགོ།			
1.3.4	ནདཔ་ཨ་ལོ་ཡིན་པ་ཅིན་ རྣམ་ཅོའི་རྩུ་ལུ་བལྟ་ནིའི་དོན་ལུ་འཕུལ་མེ་ལ་ སོགས་པའི་ཅ་ཆས་རྩུ་ག་སྟེ་འབད་དགོ།			
1.3.5	ཨ་ལོའི་རྣམ་ཅོ་བརྩུང་ཞིན་མ་ལས་རྒྱབ་ཁ་ལས་སྡེ་འཕུལ་མེ་དཔག་སྟེ་བལྟ་ དགོ།			
1.3.6	ནདཔ་ཉལ་ཁྲི་གུ་ཉལ་བཙུག་ཞིན་མ་ལས་ ནད་གཞི་དང་འཁྲིལ་སོམ་དང་རྐང་ ལག་རྐང་ལ་སོགས་པ་རྩུ་ལུ་ལག་པ་གིས་མནན་ཏེ་ བ་ཚོ་ལོ་ག་ཏེ་རྟོངས་ ལུ་འདུག་ག་བལྟ་དགོ།			
1.4	རི་རྩུ་བརྟག་ཐབས།			
1.4.1	རི་རྩུ་བརྟག་དཔུང་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་སྟོན་འགོའི་ཟས་སྦྱོད་སྤང་བྱང་རྩུ་ལ་ གསལ་སྡེ་བྱིན་དགོ།			

༡.༤.༡	དི་ཚུ་འབག་འོང་ནི་དེ་དོན་ལུ་དི་ཚུ་འོ་ཉོད་འབྱིབ་དུང་སྡོད་དགོ།			
༡.༤.༢	དི་ཚུ་འོ་ཉོད་མེད་པ་ཅིན་ ནད་པ་རང་སོའི་དི་ཚུ་ཚུ་ཤེལ་དུང་གཙང་ཉོག་ཉོ་ཅི་ ནང་འབག་འོང་དགོ་པའི་བསྐབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
༡.༤.༣	ནད་པ་གིས་དི་ཚུ་འབག་འོང་ནི་ནམ་ལས་དི་ཚུ་འོ་བརྟག་དཔུད་འབྲི་ཤོག་ནང་ ནད་པའི་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
༡.༤.༤	དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་མ་འབད་བའི་སྤྲོ་གོང་ལས་ལག་ཤུབས་དང་སྤྲིག་བགོ་ལ་ སོགས་པ་ཉེན་སྲུང་གི་ཅ་ཆས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
༡.༤.༥	དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཅ་ཆས་གཙང་སྤྲོ་དང་ལཱ་ན་པའི་སྡོད་དཀར་ཡོལ་དང་ཤེལ་དུང་ ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
༡.༤.༦	དི་ཚུ་ལུ་ཉེ་མའི་འོད་དང་ཡང་ཅིན་གློག་འོད་ཕོག་ས་ལུ་བཟླ་དགོ།			
༡.༤.༧	དི་ཚུ་དཀར་ཡོལ་ནང་སྤྲོགས་ནི་ནམ་ལས་ ཤིང་བྱ་ཚད་ལཱ་ན་གྱིས་དཀྱུགས་ཉེ་ བཟླ་དགོ།			
	ཚན་དེའི་དུས་སྟེན།			
༡.༤.༨	ཁ་དོག་ལུ་བཟླ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༩	ལྷངས་པ་ལུ་བཟླ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༠	དི་མ་ལུ་བཟླ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༡	ལྷ་བ་ལུ་བཟླ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
	དང་ཡལ་དུས་སྟེན།			
༡.༤.༡༢	ཀྱ་ཡ་ལུ་བཟླ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༣	སྤྲིས་མ་ལུ་བཟླ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
	གང་དེའི་དུས་སྟེན།			
༡.༤.༡༤	ལྷོག་པའི་དུས་ལུ་བཟླ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༥	ལྷོག་ཚུལ་ལུ་བཟླ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༦	ལོག་རྗེས་གར་བ་དང་སྤྲོ་བ་ཀྱ་ཡ་མཐུག་པ་སྤབ་པ་ཚུ་བརྟག་ཐོག་ལས་ཚ་བ་ དང་གང་བའི་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་དགོ།			

༡.༤.༡༤	དི་ཚུ་བརྟག་དཔུང་འབད་ཚར་ཞིན་ལས་ཆབ་གསང་ནང་འབོ་ནི་དང་ ཡང་ ཅིན་གཞོན་ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལྟར་བཀོག་བཅུག་དགོ།			
༡.༥	དེག་པ་ཚུའི་སློལ་ས་བརྟག་ཐབས།			
༡.༥.༡	ནད་པ་ལུ་ཚ་མ་བཟུ་བའི་ཉེ་མ་ནད་པ་སྟོན་མི་གུ་བདེ་ཉོག་ཉོ་སྟེ་སྟོན་བཅུག་ཉེ་ སྐར་མ་ ༡-༣ གྱི་རིང་ལ་གསོ་བཅུག་དགོ།			
༡.༥.༢	ཚ་བཟུ་བའི་སྐབས་ནད་པ་མེ་ལུ་གཡོན་དང་མེ་ལུ་གཡམས་ལུ་བཟུ་དགོ།			
༡.༥.༣	ཚ་བཟུ་བའི་སྐབས་ནད་པ་དང་བྱུང་འཚོ་གཉིས་པན་ཚུན་སྟོ་མ་སྐབ་པར་ དེག་པ་བསྐྱེམས་ཉེ་བཟུ་དགོ།			
༡.༥.༤	ཚ་བཟུ་བའི་སྐབས་ མནན་ཚད་དང་བཟུ་ནི་ཚུ་མ་འཛོལ་བར་ ཚུལ་མཐུན་མ་ སྟེ་བཟུ་དགོ།			
༡.༥.༥	ཚ་བཟུ་བའི་སྐབས་ ཏུས་ལུན་ཉུང་མཐའ་སྐར་མ་ ༡-༣ གྱི་རིང་བཟུ་དགོ།			
༡.༥.༦	ནད་པའི་ལག་པའི་འཕར་ཚུ་གུ་མནན་ཞིན་ལས་ བྱུང་འཚོ་རང་གི་ཕྱི་ནང་ གི་དབུགས་གཏོང་ལེན་ལན་ཐངས་༡༧ ཚུ་འཕར་གངས་༥ (སྐར་མ་༡༡ནང་ ཚུའི་འཕར་ཚད་༤༥-༧༥)མང་ཉུང་གི་སྟོག་ལས་ཚ་བ་དང་གང་བའི་དབྱེ་བ་ངོས་ འཛིན་འབད་དགོ།			
༡.༥.༧	དུག་རྒྱས་འདྲིལ་མགྲོགས་དང་ཞན་བྱིང་རྒྱུད་བུལ་སོགས་འཕར་གངས་ མང་ཉུང་གི་སྟོག་ལས་ཚ་གང་གི་ནད་གཞི་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་དགོ།			
༡.༥.༨	ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད་ཞིན་ལས་ནད་གཞིའི་ཨང་རྟགས་བཀོད་ཐངས་ འདི་སྐྱེན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་བྱ་བའི་གནད་སྟོན་ཤོག་གངས་ ༡༧-༡༩དང་འབྲིལ་བཀོད་དགོ།			
༡.༥.༩	ནད་པའི་གཟུགས་ལུ་ ཤ་པགས་འཇམ་རྩུབ་དང་ལྷེན་སྐྱོན་ཚ་སྐྱོན་ སྐངས་ འབྱུར་ནད་དམིགས་ཚུ་ལུ་ཉེན་སྲུང་གི་སྟོག་ལས་ལག་པ་གིས་བརྟག་ཞིབ་ འབད་དགོ།			

१ སྐྱུན་བཅོས་བཀོད་འཛིན།

	བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		१	१	०
१.१	ནད་པ་སྐྱུན་ཁང་ནང་སྟོང་པ་ཅིག་གུས་ཞབས་ཀྱི་སྐོ་ལས་གདོང་བསྐྱེད་འབད་དེ་སྟོང་མི་གྱུ་སྟོང་བཅུག་དགོ།			
१.२	ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད་ཞིན་ལས་སྐྱུན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གཡོན་ལ་ཐུག་གི་ས་སྐོ་ནང་ཀ་རྟགས་ཡོད་ས་ལུ་ནད་གཞིའི་ཨང་རྟགས་ངེས་པར་དུ་འབྲི་དགོ།			
१.३	སྐྱུན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གྱི་ཐིག་ཁྲམ་དང་པའི་ནང་ནད་གཞིའི་མངོན་རྟགས་ཟེར་སར་ན་ལུགས་ན་ཐངས་ཚུ་ལ་གསལ་སྟེ་ངེས་པར་དུ་འབྲི་དགོ།			
१.ॣ	སྐྱུན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གྱི་ཐིག་ཁྲམ་གཉིས་པའི་ནང་སྐྱུན་བཅོས་འབད་ཡོད་པའི་ལ་གསལ་ཟེར་སར་སྐྱུན་གྱི་མིང་། སྐྱུན་གྱི་ཐུན་ཚད། དུས་ཚོད་གྱི་རྟགས་ཚུ་ལ་གསལ་སྟེ་འབྲི་དགོ། ཨིན་རུང་སྐྱུན་གྱི་ཐུན་ཚད་ནད་པ་གསར་པ་ལུ་ཉིན་གངས་ལྷ་དང་བདུན་གྱི་བར་ན་དང་། རྟིང་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་མཐོ་ཤོས་ལྷོ་གཅིག་ལས་ལྷག་བྱིན་མི་ཚོག			
१.।	བྱུགས་སྐྱུན། ཐང་སྐྱུན། འཐུང་སྐྱུན་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུན་ཚུ་ཚོ་པ། ཉི་མ། ཚུ་ཚོད་༥། ལྷོ་ལུ་བཟའ་བཟའ་ཐངས་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ འོག་ལུ་བཀོད་མི་དཔེ་བཟུམ་ཨང་རྟགས་ལ་གསལ་བཀོད་དགོ། <ul style="list-style-type: none"> • བྱུགས་སྐྱུན་གྱི་རྟགས་ལུ་ (བ) • འཐུང་སྐྱུན་གྱི་རྟགས་ལུ་ (ཐ) • བསྐོལ་འཐུང་དགོ་པའི་རྟགས་ལུ་ (ཀཐ) • བཏབ་སྐྱུན་གྱི་རྟགས་ལུ་ (ཏ) • རྟོ་མ་བཟའ་བའི་རྟོ་མ་བཟའ་དགོ་པའི་རྟགས་ལུ་ (ཏཏ) • རྟོ་བཟའ་ཚར་བའི་ཤུལ་ལས་བཟའ་དགོ་པའི་རྟགས་ལུ་ (ཏཏ) • བམ་ར་ཨིན་རུང་བཟའ་བཏུབ་ཟེར་བའི་དགོ་པའི་རྟགས་ལུ་ (ན) 			

	<ul style="list-style-type: none"> • རྣམ་ཚོ་དང་མིག་རྩོུ་ཚུ་ལུ་སྐྱུགས་ནི་ཨིན་པའི་རྟགས་ལུ་ (ལ) • རྩོ་པ་གི་རྟགས་ལུ་ (ད) • ཉི་མ་གི་རྟགས་ལུ་ (ཉ) • རྒྱ་ཚོད་ལྷགི་རྟགས་ལུ་ (མལ) • ཕྱི་རུ་གི་རྟགས་ལུ་ (མ) འབྲི་དགོཔ་ཨིན། • སྤོལ་འདི་རྩོ་པ་དང་ཕྱི་རུ་བཟའ་དགོཔ་ཨིན་པ་ཅིན་ (དམ) ཚུ་ རིགས་འདྲེས་ཏེ་འབྲི་དགོ། དཔེར་ན་ • -x- ཡང་ན་ (-+x-) (-) (-) 			
༢.༤	སྤོལ་གཉིས་སྤྱི་བསྐྱེས་བཏང་དགོཔ་ཅིན་གཤམ་གསལ་ལྟར་བཀོད་དགོ། དཔེར་ན་ བྱུར་ལྷུང་བདུན་སྟག་གཅིག་གི་དོན་ལུ་བཏང་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ༢+༢X༧ (ད) ཟེར་རིགས་འདྲེས་ཏེ་འབྲི་དགོ།			
༢.༧	སྤོལ་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གྱི་ཐིག་ལམ་གསུམ་པའི་ནང་ དཔུང་བཅོས་ལ་ གསལ་ཟེར་སར་ བད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བའི་ སྤོལ་དང་དཔུང་རིགས་གྱི་གསང་ དམིགས་ཚུ་ལ་གསལ་སྟེ་བཀོད་དགོ།			
༢.༨	སྤོལ་དུགས་འབད་དགོཔ་འི་ནད་པ་ཚུ་ ཐད་ཀར་གྱི་ནད་དམིགས་གཅིག་ལུ་ མ་གཏོགས་ བད་དམིགས་ལེ་ལྷ་སྟེ་བཀོད་ནི་མེད།			
༢.༩	ལབ་རིགས་ཚུ་བཀོད་འཛིན་འབད་བའི་སྐབས་སྤྱིར་བཏང་གསང་དམིགས་དང་ འཁྲིལ་ཏེ་ཨིན་རུང་ དམིགས་བསལ་གྱི་ནད་པ་ཚུ་ལུ་ནད་མིག་གུ་རྟགས་བཀལ་ ཏེ་བཏང་དགོ།			
༢.༡༠	ནད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བའི་ཟས་སྦྱོད་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་གལ་ཅན་དང་ བཟི་སྤོལ་ལས་ བརྟེན་པའི་ བཟའ་འཐུང་གི་སྤྱང་སྤང་ཚུ་ལ་གསལ་སྟེ་བཀོད་དགོ།			
༢.༡༡	སྤོལ་སྤྱིར་བཏང་དང་སྟག་པར་དུ་བཟི་སྤོལ་རིགས་ཚུ་ལྟོ་བཟའ་ཚར་བའི་ལུལ་ ལས་ཉུང་མཐའ་སྐར་མ་ ༣༠ གི་རྒྱབ་ལས་རྒྱང་ཅིག་བཟའ་དགོཔ་འི་བསྐྱབ་བྱ་ བྱིན་དགོ།			

3 ལྷན་སྲོད་ཐངས།

ཨང་།	བྱ་སྤྲིའི་རིམ་པ།	སྐྱག་སུ།		
		༡	༡	༠
3.1	ལྷན་སྲོད་ཁང་ནང་འཇུག་པ་དུ་སྐྱིག་བཞོན་ཀྱང་པོ་ངེས་པར་དུ་ཕྱོན་དགོ།			
3.2	ལྷན་སྲོད་ཁང་ནང་འཇུག་པའི་སྐབས་ལྷན་སྲོད་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་མི་ངོས་ཚུ་ཕྱིན་མི་ཚོགས།			
3.3	ལྷན་མ་བཏོན་པའི་སྲ་གོང་ལས་ལག་ལུབས་དང་ཁ་རས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
3.4	ལྷན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་མ་ལེན་པའི་ཉེ་མ་ལས་ལྷན་སྲོད་ནིའི་དོན་ལུ་གྲ་སྐྱིག་འབད་དགོ།			
3.5	གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་གུས་ཞབས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ནད་པའི་ལྷན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ཚུ་ལེན་དགོ།			
3.6	གོ་རིམ་ཨང་རྟགས་ཀྱི་ཀུན་འདི་ནད་པ་རང་སའི་མི་ངོས་ཀྱི་ལག་པར་སྲོད་ཞིན་མ་ལས་བཀོད་འཛིན་འདི་འབྲིབ་ཤོག་གི་ཡིག་སྲོད་ནང་བཅུག་བཞག་དགོ།			
3.7	ནད་པའི་གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ལྷན་ཁང་གི་མིང་ཐོ་དེབ་ནང་ལུ་ཐོ་བཀོད་ཨང་/ དབྱིན་ཚེས་/ མིང་/ ཐོ་མོ་ལོ་/ ད་ལྟའི་སྲོད་གནས་གཡུས་/ རྫོང་ཁག་/ མི་ཁྲུངས་/ རོ་སྲོད་ལག་འཁྱེར་ཨང་། རད་གཞིའི་ཨང་རྟགས། ལྷན་གྱི་མིང་དང་ཨང་རྟགས། ལྷན་ཚད་ཚུ་ལ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
3.8	འབྲིབ་ཤོག་གི་ལྷན་ཁྲུག་གུར་ལྷན་གྱི་མིང་/ ལྷན་ཚད་/ ལུས་ཚོད་/ ལུས་ཚོད་ཀྱི་རྟགས་/ ལྷན་བྱ་ཚུ་ལ་གསལ་སྟེ་བྲིས་དགོ།			
3.9	ལྷན་སྲོད་པའི་སྐབས་ལྷན་བཅོས་ཚུ་ཚེས་དང་འཐོན་རིམ་ཨང་གི་གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
3.10	གལ་སྲིད་ལྷན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ལྷན་འདི་མེད་པ་ཅིན་ལོག་སྟེ་འབྲེལ་ཡོད་དུང་འཚོ་ལྷན་པ་འབད་ས་བཏང་དགོ།			
3.11	བཀོད་འཛིན་ནང་གི་ལྷན་གྲངས་དང་ལྷན་ཚད་དང་འབྲེལ་ལྷན་གྲངས་ལ་རྒྱབ་			

	སྟེ་འགྲིལ་ཤོག་ནང་ལྷག་ཆད་མེད་པར་བཅུགས་དགོ།			
༣.༡༣	སྐྱམ་སྟོད་པ་ད་ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་ནད་པའི་གོ་རིམ་དང་འཁྲིལ་འཕོ་ཞེན་མ་ལས་སྐྱམ་གྱི་ཐུན་གངས་དང་ཐུན་ཚད་སྦྱར་བཏང་སྐྱམ་ཚུ་ལྟོ་མ་བཟ་བའི་ཉུང་མ་ཐང་ཚུ་ཚོད་གཅིག་གི་ཉེ་མ་བཟ་དགོས་དེ་བཟས་ཀྱི་སྤང་བྲང་གི་སྐབ་བྱ་ཚུ་ལ་གསལ་ལ་སྟེ་གུས་ཞབས་ཀྱི་ཐོག་ལས་འབྲིན་དགོ།			
༣.༡༣	བཟི་སྐྱམ་གྱི་རིགས་ཚུ་ལྟོ་བཟ་ཚར་བའི་ཉུང་མ་ཐང་སྐར་མ་༣༠་གི་ཤུལ་ལས་བཟ་དགོ་པའི་སྐབ་བྱ་འབྲིན་དགོ།			
༣.༡༤	གོ་རིམ་ཨང་རྟགས་ཀྱི་ཀུན་འདི་ལོག་ལེན་ཞེན་མ་ལས་འགྲིལ་ཤོག་ཡིག་སྟོད་ནང་བཅུགས་བཞག་དགོ།			
༣.༡༥	ནད་པ་དང་སྐྱམ་གྱི་ཕྱི་ལ་ཚུ་ཐོ་དེབ་དང་ཡང་ན་སྟོག་རིག་གཉེན་ཆས་ཐོག་ལས་ཚུལ་མཐུན་སྟེ་ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ།			
༣.༡༦	སྐྱམ་སྟོད་ཁང་ནང་སྐྱམ་བཞག་པའི་སྐབས་སྐྱམ་གྱི་སྟེ་ཚན་དང་འཁྲིལ་བཞག་དགོ།			
༣.༡༧	སྐྱམ་སྟོད་ཀྱི་ལ་བྱང་ཚུ་སྐྱམ་བཟོ་འཕུལ་ཁང་ལས་སྦྱར་ཉེ་ཡོད་མི་འདི་མ་སོར་བར་རང་འཇག་བཞག་དགོ།			
༣.༡༨	གལ་སྲིད་ནད་པ་འདི་བཟི་སྐྱམ་དང་ཡང་ན་སྐྱམ་ཞོར་འཕུལ་ལས་བརྟེན་པའི་གཞོན་སྟེན་ལ་འཕུང་པ་ཅིན་འབྲེལ་ཡོད་དུང་འཚོ་དང་སྐྱམ་པ་གང་ཅུང་ལུ་སྐྱམ་ལུ་འབད་དགོ།			

ལམ་སྟོན་གཉིས་པ།
ཞི་བུད་སྐྱོན་གྱི་མདོ།

ཞི་བྱེད་སྐྱོན་གྱི་མདོ། ལག་ལེན་གྱི་ལམ་ལུགས་ལམ་སྟོན།

དམིགས་ལུལ།

གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་སྐྱོན་བཟོ་བྱངས་ཀྱི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྐོབ་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས་སྦྱིར་བཏང་སྐྱོན་བཟོ་ཞིའི་རིམ་པ་ཉ་ལོ་ནི། དཔེ་འབད་བ་ཅིན། རིལ་བྲ། རྫོང་ལེབ། སྐྱོན་བྱམ (ཀེབ་སུལ་)། ལུག་སྐྱོན། ལུག་བསྐྱེག ལུག་འདོན། ལུག་བསྐྱེག་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་བྱངས་ཤེས་ཚུགས་པ་ཨིན།

སྦྱོང་ལཱ་འདི་མཇུག་བསྟུན་ད་ལུ་སྐོབ་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་ལམ་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།

- ༡ སྦྱིར་བཏང་སྐྱོན་བཟོ་ཞིའི་འཕྲུལ་རིགས་ཅ་ཆས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ཤེས་ནི།
- ༢ སྐྱོན་བཟོ་ཞི་གི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ་དང་ལམ་ལུགས་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ༣ ལན་པའི་སྐྱོན་གྱི་སྲང་ཚད་ཚུ་དེང་སང་ཕྱིའི་སྲང་ཚད་ལྟར་དུ་ལག་ལེན་འབབ་བྱངས་ཉ་ལོ་ནི།
- ༤ སྐྱོན་ལྟ་ཚུ་སྐྱོན་གྱི་སྦྱོར་སྡེའི་སྲང་ཚད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྐྱུགས་ཚུགས་ནི།
- ༥ སྐྱོན་བཟོ་བའི་སྐབས་ སྐྱོན་གྱི་སྦྱོར་ཚད་ ཚད་གཞི་དང་ལྡན་ཏོག་ཏོ་བཟོ་ཚུགས་ནི།
- ༦ སྐྱོན་བཟོ་བའི་སྐབས་ཉེན་སྲུང་ལྡན་སྐྱོན་བཟོ་དགོཔ་ཚུ་ཉ་ལོ་ནི།

སྦྱིར་བཏང་ཞི་བྱེད་སྐྱོན་ག་ཅི་ར་བཟོ་རུང་ལག་ལེན་འབབ་དགོ་པའི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།

བྱ་རིམ།		སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
སྦྱིར་བཏང་ཞི་བྱེད་སྐྱོན་ཚུ་བཟོ་བའི་སྐབས་ལུ་ སྦྱོར་ཚད་འཆར་གཞི་གི་བྱ་རིམ།				
༡	སྐྱོན་རྣམས་ཚུ་ལུ་ལག་པ་མ་འདོགས་པའི་ཉེ་མ་ ཉེན་སྲུང་ལྡན་པའི་སྦྱིག་བཟོ་ཚུ་ ལྟོན་དགོ།			
༢	སྐྱོན་སྦྱོང་ཚུ་གཙང་ཏོག་ཏོ་སྦྱོང་ལུགས་སྦྱར་ཏེ་ལག་ལེན་འབབ་དགོ།			
༣	འཇལ་ཚད་མཐོ་བྱེད་ཚུ་ལུ་འབད་བཏུབ་མ་བཏུབ་ ལུ་འགོ་མ་བཅུག་པའི་ཉེ་མ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།			

༤	སྐྱེས་ཇུག་སྐྱེས་ཀྱི་གི་ཙམ་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་ཡོད་མེད་བཟུ་ཞིབ་འབད་དགོ།			
སྦྱིར་བཏང་ཞི་བྱེད་སྐྱེས་ཚུ་བཟོ་བའི་སྐབས་ལུ་ སྐྱེས་ཚུ་གི་སྦྱིར་སྡེ་གི་བྱ་རིམ། སྐྱེས་བྱི་སྦྱིར་སྡེ།				
༥	ཉོད་བྱི་སྦྱིར་ཚད་ཚུ་སྐྱེས་བྱི་ཚུ་མ་ལོང་མ་བཅུག་པར་བཞག་དགོ།			
༦	སྐྱེས་བྱི་ཇུག་སྦྱིར་ཚུ་སྐྱེས་བྱི་སྦྱིར་སྡེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་གསྐྱེག་འབད་དགོ།			
༧	སྐྱེས་བྱི་ཇུག་སྦྱིར་ཚུ་མཚོན་ཁང་ལས་བཏོན་མ་དེ་ དེ་འེ་བཞིན་དུ་མོད་པེ་ཤོག་ ཞུམ་ནང་མཚན་རྟགས་(ས་ཡིག་)བཀོད་དགོ།			
སྐྱེས་བྱི་སྦྱིར་སྡེའི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ སྐྱེས་འཐག་ནི་རིམ་པ།				
༨	ཕྱི་མ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ཇུག་སྦྱིར་སྐྱེས་ཚུ་མི་ཚུ་ ཚུལ་ལྟན་སྡེ་ཚུ་ལེན་དགོ།			
༩	སྐྱེས་ཇུག་ཉོད་གཙང་ཉོག་ཉོ་གཅིག་ནང་སྐྱེས་བཟུམ་རྒྱབ་དགོ། (ཚུ་སྐྱེས་དང་སེ་ འབྲུ་ཚུ་ཡོད་མི་སྦྱིར་སྡེ་རྒྱབ་ཚུ་ཚུ་ལེན་ཅིག)			
༡༠	སྐྱེས་འཐག་གཉེས་པ་ནང་བཏང་དགོ་པའི་རིགས་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྐྱེས་མ་འཐག་ པའི་ཉེ་མ་འབྲུལ་ཆས་ཚུ་གཙང་ཉོག་ཉོ་བཟོ་དགོ།			
༡༡	འབྲུལ་ཆས་ཚུ་ལུ་འབད་བའི་སྐབས་རྒྱན་མ་ཆད་པར་སྐྱེས་བྱི་ཕྱི་མ་ཚུ་ཨ་ཚུ་འེ་ སྐྱེས་དགོ།			
༡༢	སྐྱེས་ཚུ་སྐྱེས་བཟུམ་མི་འབྱོར་གི་དོན་ལུ་ འབྲུལ་ཆས་ཚུ་སྐྱེས་སྡེ་ཚུ་ཚར་འེ་ བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་གཙང་ཉོག་ཉོ་བཟོ་དགོ།			

༡. བྱུག་སྐྱེས་བཟོ་ནིའི་བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།

༡.༡	སྐྱེས་བཟོ་ཐངས།			
༡.༡.༡	སྐྱེས་ཉོད་(ཡི་མི་གི་མ་ཇ་གེ་གི་)ནང་སྐྱེས་ཏེ་ཚུ་སྐྱེས་དགོ།			
༡.༡.༢	ཚུ་སྐྱེས་ཞིན་མ་ལས་དུས་ལུན་ཚུ་ཚོན་བཞི་གི་རིང་སྐྱེས་བཟོ་དགོ།			
༡.༡.༣	བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེས་ཐང་བཟོགས་དགོ།			
༡.༢	སྐྱེས་ཉོད་སྐྱེས་སྐྱེས་ཀྱི།			

1.2.1	སྐྱེ་ཐང་བཙགས་ཡོད་མི་དང་གཞན་སྐྱེ་རྒྱུ་ཉོད་ (ཨིམི་གི་མ་ཇ་གེ་གི་) ནང་སྐྱུགས་དགོ།			
1.2.2	སྐྱེ་འདི་ད་རླང་བཀོལ་ཞིན་མ་ལས་ཚུ་བསྐྱེ་དགོ།			
1.2.3	བྱུག་སྐྱེ་འདི་ནང་སྐྱེ་ཆ་བཟང་དགོ།			
1.3	འགྲིབ་དམ་ནང་འདེགས་ཐངས།			
1.3.1	སྐྱེ་གྱི་འགྲིབ་དམ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྤེ་བཅོ་ཞིན་མ་ལས་ས་སྤོ་གཙང་སྤྱོད་དང་ ལྡན་མ་ཅིག་ནང་སྤེ་འདེགས་དགོ།			
1.3.2	སྐྱེ་འདི་བྱོད་མ་གྲངས་ལས་ཁབ་ཉོ་བསྐྱེ་དགོ།			
1.3.3	སྐྱེ་འདེགས་ཚར་མི་འགྲིབ་དམ་ཚུ་ལུ་དོ་རྟགས་སྤྱར་དགོ།			
1.4	ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱེ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱང་བཏགས་ཐངས།			
1.4.1	སྐྱེ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་རང་སེའི་ཁ་བྱང་བཏགས་དགོ།			
1.4.2	ཚད་གཞི་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱེ་དགོ།			

2 སྐྱེ་བྱུ་(ཀེབ་སྤུལ) བཅོ་ནིའི་བྱ་སྤོའི་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		1	2	0
2.1	སྐྱེ་བྱེ་དང་སྐྱེ་རྒྱུ་གཞན་སྐྱུགས་ཐངས།			
2.1.1	སྐྱེ་བྱེ་སྤེ་བསྐྱེ་ཞི་དང་འདམ་བཏགས་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་སྐྱེ་ཅི་དང་ སྐྱེ་སྤེ་སྐྱུགས་དགོཔ་ཚུ་སྐྱུགས་དགོ།			
2.1.2	ཚུ་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེ་བྱེ་ནང་སྐྱུགས་དགོ།			
2.1.3	སྐྱེ་སྤེ་རིན་པོ་ལོ་སྤོམ་སྐྱུགས་པའི་སྐྱབས་ལུ་སྐྱེ་སྤེ་བསྐྱེ་མ་རྒྱུ་བའི་ཉེ་ མ་སྤུས་ཚད་བཏགས་དབྱེད་པ་དང་ཡང་ཅིན་གྲོས་དཔོན་གང་རུང་འཛོམས་ ཐོག་སྐྱུགས་དགོ།			
2.1.4	རིན་པོ་ལོ་ཚེ་བའི་སྐྱེ་སྤེ་སྐྱུགས་དགོཔ་ཚུ་བྱེ་འབྲུག་སྤེ་སྐྱུགས་དགོ།			
2.2	སྤེ་བསྐྱེ་རྒྱུ་ཐངས།			

2.2.1	སྐྱེ་བྱི་ཕྱེ་མ་འདི་སྐྱ་བསྐྱེ་འཕྲུལ་ཆས་ནང་དུས་ཡུན་སྐར་མ་བཅུ་ཐམ་དང་ བཙོ་ལྷ་གི་རིང་ལུ་སྐྱ་བསྐྱེ་སྐབ་དགོ།			
2.2.2	སྐྱེ་ཅི་སྐྱུགས་ཞིན་མ་ལས་སྐྱ་བསྐྱེ་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་སྐབ་དགོ།			
2.2.3	ཤོ་མཚུངས་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ཚུ་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་དུམ་གྲ་རེ་སྐྱུགས་ཏེ་ སྐྱ་བསྐྱེ་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་སྐབ་དགོ།			
2.3	སྐྱེ་སྐྱེ་ཐངས།			
2.3.1	སྐྱེ་སྐྱེ་ནི་གི་རྟོད་ཚུ་ཉིང་སངས་ས་བཟོ་དགོ།			
2.3.2	སྐྱེ་སྐྱེ་ད་ལུ་བྱོད་ཚད་ རྒྱ་རི་སེལ་ཤེསི་༤༠ནང་སྐྱེ་དགོ།			
2.3.3	སྐྱེ་ཚུ་སྐྱེ་མས་ཏྲུག་ཏྲེ་སྐྱེ་བདལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེ་ལེགས་ཤོམ་མ་སྐྱེ་ཚུན་ ཚོད་ བྱོད་ཚད་བཟོ་ཏྲུག་འབད་དེ་སྐྱེ་དགོ།			
2.3.4	སྐྱེ་ཚུ་སྐྱེ་མས་ཏྲུག་ཏྲེ་སྐྱེ་སྐྱེ་ནི་གི་དོན་ལུ་འཕྲུལ་འཕྲུལ་ར་ད་ལུ་གས་དགོ།			
2.3.5	སྐྱེ་བྱི་སྐྱོན་གཤེར་བཟོ་ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་འཚོག་བཅུག་ནི་མི་འོང་།			
2.4	སྐྱེ་གཟུགས་(གེ་རེ་ལུལ་)བཟོ་ཐངས།			
2.4.1	སྐྱེ་འདི་སྐྱེ་ཞིན་མ་ལས་གསེག་མ་ཚད་གཞི་མི་ལི་མི་ཀར་།༢་ནང་ གསེག་དགོ།			
2.4.2	གསེག་མ་ནང་གསེག་ཚར་མི་སྐྱེ་འདི་ལྗིད་ཚད་འཇལ་དགོ།			
2.5	སྐྱེ་ཅི་སྐྱུགས་ཐངས། (ལུབ་རི་ཀེན་གྱི་)			
2.5.1	སྐྱེ་ཅི་འདི་བརྒྱ་ཆ་༢་སྐྱུགས་ཞིན་མ་ལས་སྐར་མ་༥་གི་རིང་སྐྱ་བསྐྱེ་སྐབ་ དགོ། སྐྱེ་དང་སྐྱེ་ཅི་ཚུ་ཆ་སྐྱེ་མས་ཏྲུག་ཏྲེ་འགྲོ་ནི་གི་དོན་ལུ་སྐར་མ་༥་ ལས་ལྷག་སྐྱ་བསྐྱེ་སྐབ་ནི་མི་འོང་།			
2.5.2	སྐྱེ་སྐྱེ་བསྐྱེ་བརྒྱབས་ཚར་མི་འདི་ལྗིད་ཚད་འཇལ་ཞིན་མས་ལས་ཐོ་ བཀོད་འབད་དགོ།			
2.5.3	སྐྱེ་སྐྱེ་འདི་ནངས་པ་བཟོ་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ལྷུང་མ་ཐལ་བའི་རྟོད་ནང་ བསྐྱེ་བཞག་དགོ།			
2.6	སྐྱེ་སྐྱེ་འདེགས་ཐངས།			

2.6.7	སྐྱེད་ཐུམ་བཟོ་ཞིའི་འབྲུལ་ཆས་ཚུ་རོ་རྟགས་དང་སྐྱེད་པ་གཙང་སྐྱོད་དང་ལྷན་ རྟོག་རྟེ་སླེ་ལག་ལེན་འབབ་དགོ།			
2.6.8	སྐྱེད་ཐུམ་གྱི་ཤུབས་འདི་མཛོད་ཁང་ལས་ལེན་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུང་ཤོར་མ་ བཅུག་པར་བཞག་དགོ།			
2.6.9	སྐྱེད་ཐུམ་གྱི་ཤུབས་རེ་རེ་ནང་ལུ་སྐྱེད་ཀྱི་ཕྱེ་མ་གི་ལྗིད་ ཚད་གཞི་དང་ འཁྲིལ་རྟེ་བཀའ་དགོ།			
2.6.10	ལྗིད་ཚད་གཅིག་མཚུངས་འགྲོ་ཞིའི་དོན་ལུ་སྐྱེད་མ་སྐྱེད་ཀྱི་བར་ན་སྐྱེད་ ཐུམ་བཅུ་ཐམ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ལྗིད་ཚད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ཐོ་ བཀོད་བཞག་དགོ།			
2.6.11	སྐྱེད་ཐུམ་བཅུ་ཐམ་གྱི་ལྗིད་ཚད་ཆ་སྣོམས་ལུ་བརྒྱ་ཆ་+/-4ནང་འཁོད་ནང་ འོང་དགོ།			
2.6.12	སྐྱེད་ཐུམ་འདི་བཀའ་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ཐལ་ཕྱེ་འབྲུག་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེད་ཐུམ་ འདེགས་མི་རྟོད་གྲུ་རོ་རྟགས་བཀའ་དགོ།			
2.6.13	སྐྱེད་ཐུམ་གྱི་ཤུབས་ལྷག་ལུས་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་བཞག་ཞིའི་དོན་ལུ་མཛོད་ ཁང་ལུ་ཕྱིས་སློད་དགོ།			
2.6.14	སྐྱེད་བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེད་ཚད་བཟླ་དབྱེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་མ་ འབབ་པར་མཛོད་ཁང་སོ་སོ་ནང་བཞག་དགོ།			
2.7	རྟོད་དང་ཤོག་སློམ་ནང་བསྐྱེད་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱུང་བཏགས་ཐངས།			
2.7.1	སྐྱེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་རྟེ་རང་སོའི་ཁ་བྱུང་བཏགས་དགོ།			
2.7.2	སྐྱེད་ཐུམ་རྟོད་རེ་ནང་བསྐྱེད་ཚད་ཀེ་ཇི་རང་སོའི་སྐྱེད་ཀྱི་ཚད་གཞི་ནང་ བཀོད་མི་ལྟར་བསྐྱེད་དགོ།			
2.7.3	སྐྱེད་རིགས་ཚུ་ཤོག་སློམ་ནང་བྱུངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བསྐྱེད་དགོ།			

3 སྐོར་ལེབ་བཟོ་ཞིའི་བྱ་སྐོར་འཛིན་པ།

3.1	སྐོར་ཕྱི་དང་སྐོར་ཏུ་གཞན་སྐྱུགས་བངས།			
3.1.1	སྐོར་ཕྱི་སྐྱུ་བསྐྱེས་ཞི་དང་འདམ་བཏགས་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་སྐོར་ཕྱི་དང་ སྐོར་སྐྱུ་སྐྱུགས་དགོཔ་ཚུ་སྐྱུགས་དགོ།			
3.1.2	ཚུ་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐོར་ཕྱི་ནང་སྐྱུགས་དགོ།			
3.1.3	སྐོར་སྐྱུ་རིན་པོང་སྐོར་སྐྱུགས་པའི་སྐབས་ལུ་སྐོར་སྐྱུ་བསྐྱེས་མ་རྒྱབ་པའི་ཉེ་ མ་སྐྱུ་ཚད་བཏགས་དབྱུང་བ་དང་ཡང་ཅིན་གྲོས་དཔོན་གང་རུང་འཛོམས་ ཐོག་སྐྱུགས་དགོ།			
3.1.4	རིན་པོང་ཚེ་བའི་སྐོར་སྐྱུ་སྐྱུགས་དགོཔ་ཚུ་ཕྱི་འབག་སྐྱུ་སྐྱུགས་དགོ།			
3.2	སྐྱུ་བསྐྱེས་རྒྱབ་བངས།			
3.2.1	སྐོར་ཕྱི་ཕྱི་མ་འདྲི་སྐྱུ་བསྐྱེས་འཕྲུལ་ཆས་ནང་དུས་ཡུན་སྐར་མ་བཅུ་ཐམ་དང་ བཙུ་བྱ་གི་རིང་ལུ་སྐྱུ་བསྐྱེས་རྒྱབ་དགོ།			
3.2.2	སྐོར་ཕྱི་སྐྱུགས་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱུ་རྒྱབ་དགོ།			
3.2.3	ཤོམ་ཚུངས་བཟོ་ཞིའི་དོན་ལུ་ཚུ་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་དུམ་གྲ་རེ་སྐྱུགས་ཉེ་ སྐྱུ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱུ་རྒྱབ་དགོ།			
3.3	སྐོར་སྐྱུ་བངས།			
3.3.1	སྐོར་སྐྱུ་ཞི་གི་དོན་ཚུ་ཉིང་སངས་ས་བཟོ་དགོ།			
3.3.2	སྐོར་སྐྱུ་ད་ལུ་འོང་ཚད་ རྒྱ་རི་སེལ་ཤེས་ལྷོ་ནང་སྐྱུ་དགོ།			
3.3.3	སྐོར་ཚུ་སྐྱུ་མས་ཉོག་ཉོ་སྐྱུ་བདལ་ཞིན་མ་ལས་སྐོར་ལེགས་ཤོམ་མ་སྐྱུ་ཚུན་ ཚོད་ འོང་ཚད་བཟུ་ཉོག་འབད་དེ་སྐྱུ་དགོ།			
3.3.4	སྐོར་ཚུ་སྐྱུ་མས་ཉོག་ཉོ་སྐྱུ་སྐྱུ་ཞི་གི་དོན་ལུ་འཕྲུལ་འཕྲུལ་ར་ད་ཀྱུགས་དགོ།			
3.3.5	སྐོར་ཕྱི་སྐྱུ་གཤེར་བཟུ་ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་འཚོག་བཅུག་ཞི་མི་འོང་།			
3.4	སྐོར་གཞུགས་ (གཉེན་ལུ) བཟོ་བངས།			
3.4.1	སྐོར་འདྲི་སྐྱུ་ཞིན་མ་ལས་གསུམ་མ་ཚད་གཞི་མི་མི་ཀར་༡༢་ནང་ གསུམ་དགོ།			

3.4.2	གསལ་མ་ནང་གསལ་ཚར་མི་སྐྱེད་ཚད་འཇལ་དགོ།			
3.5	སྐྱམ་ཅི་ལྷགས་ཐངས། (ལུབ་རི་ཀེན་གྱི་)			
3.5.1	སྐྱམ་ཅི་འདི་བརྒྱུ་ཆ་2་ལྷགས་ཞིན་མ་ལས་སྐར་མ་4་གི་རིང་སྐྱ་བཟེས་རྒྱབ་དགོ། སྐྱེད་དང་སྐྱམ་ཅི་ཚུ་ཆ་སྟོམས་ཉོག་ཉོ་འགྲོ་ནི་གི་དོན་ལུ་སྐར་མ་4་ལས་ལྷག་སྐྱ་བཟེས་བརྒྱབ་ནི་མི་འོང།			
3.5.2	སྐྱེད་སྐྱ་བཟེས་བརྒྱབས་ཚར་མི་འདི་ལྷིད་ཚད་འཇལ་ཞིན་མས་ལས་ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ།			
3.5.3	སྐྱོར་ལེབ་འདི་ནངས་པ་བཟོ་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ རྒྱུང་མ་ཐལ་བའི་རྟོད་ནང་བསྐྱམ་བཞག་དགོ།			
3.6	སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་ཐངས།			
3.6.1	སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་ནི་འཕུལ་ཆས་ཚུ་གཙང་ཉོག་ཉོ་སྟེ་ མཁོ་ཆས་ཀྱི་དོ་རྟེན་ལས་དང་བཅས་པ་སྟེ་བཞག་དགོ།			
3.6.2	སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་སྐྱེད་འདི་ གཤམ་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་དང་འཇུལ་བཟོ་དགོ། <ul style="list-style-type: none"> • ལྷིད་ཚད་ མི་ལི་གྲ་རམ་སྐྱེད་ཀྱི་ཚད་གཞི་ལྟར་བྱ། • ལྷིད་ཚད་བརྒྱུ་ཆ་±4་ནང་འཁོད། • མཐུག་ཚད། • སྐྱོར་ཚད། • སྐྱ་ཚད། 			
3.6.3	སྐྱུས་ཚད་ལེགས་ཤོམ་འཐོན་ནི་དོན་ལུ་སྐར་མ་30་གི་བར་ན་ཚར་རེ་བཟླ་ཉོག་འབད་ཐོག་ལས་ཤོག་ཁམ་ནང་ཐོ་བཀོད་བཞག་དགོ།			
3.6.4	སྐྱོར་ལེབ་བཟུ་ཐམ་གྱི་ལྷིད་ཚད་ཆ་སྟོམས་ལུ་བརྒྱུ་ཆ་+/-4་ནང་འཁོད་ནང་འོང་དགོཔ་དང་ གཞན་ཡང་ མཐུག་ཚད། སྐྱོར་ཚད། སྐྱ་ཚད་ཚུ་ཚད་གཞི་ཚུ་ལ་མཐུན་ཡོད་མེད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།			

3.6.4	སྐོར་ལེབ་བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེ་བྱེ་ཐལ་ལ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འཕྱག་དགོ།			
3.6.6	རྟོད་གཙང་རྟོག་རྟོ་ནང་འདེགས་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེ་ཚུ་གི་ངོ་རྟོགས་སྐྱར་དགོ།			
3.6.2	སྐྱེ་བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེ་ཚད་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་མ་འཐབ་པར་མཛོད་ཁང་སོ་སོ་ནང་བཞག་དགོ།			
3.2	རྟོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱེམ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱང་བརྟགས་ཐངས།			
3.2.1	སྐྱེ་བྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་རྟེ་རང་སོའི་ཁ་བྱང་བརྟགས་དགོ།			
3.2.2	སྐོར་ལེབ་རྟོད་རེ་ནང་བསྐྱེམ་ཚད་ཀེ་ཇི་རང་སོའི་སྐྱེ་བྱི་ཚད་གཞི་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་བསྐྱེམ་དགོ།			
3.2.3	སྐྱེ་རིགས་ཚུ་ཤོག་གྲ་སྐྱོམ་ནང་གྲངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བསྐྱེམ་དགོ།			

༤ ཕྱེ་མ་བཟོ་མིའི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
4.1	སྐྱ་བསྐྱེམ་བརྒྱབ་ནི།			
4.1.1	སྐྱེ་བྱི་ཕྱེ་མ་ཚུ་སྐར་མ་༡༠དང་༡༥འི་རིང་ལུ་སྐྱ་བསྐྱེམ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་རྒྱབ་དགོ།			
4.1.2	སྐྱེ་བྱི་ཁ་བྱང་དང་བཅས་སྐྱེ་བཟོ་ཚར་བའི་གྲངས་སྐྱ་བརྟག་དགོ།			
4.2	རྟོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱེམ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱང་བརྟགས་ཐངས།			
4.2.1	སྐྱེ་བྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་རྟེ་རང་སོའི་ཁ་བྱང་བརྟགས་དགོ།			
4.2.2	ཕྱེ་མ་རྟོད་རེ་ནང་བསྐྱེམ་ཚད་ཀེ་ཇི་རང་སོའི་སྐྱེ་བྱི་ཚད་གཞི་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་བསྐྱེམ་དགོ།			
4.2.3	སྐྱེ་རིགས་ཚུ་ཤོག་གྲ་སྐྱོམ་ནང་གྲངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བསྐྱེམ་དགོ།			

༥ རིལ་བུ་བཟོ་ཞིའི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
༥.༡	སྐྱབ་སྐྱ་བསྐྱེས་བརྒྱབ་བྱངས།			
༥.༡.༡	རིལ་བུ་བཟོ་ཞི་གི་གཞི་གྲུམ་གྱི་དོན་ལུ་གྲྭ་སྐྱིག་འབད་དགོ།			
༥.༡.༢	སྐྱབ་སྐྱ་བསྐྱེས་བརྒྱབ་ཞི་འཕྲུལ་ཆས་ནང་སྐར་མ་༥་ལས་༡༠་གྱི་རིང་ལུ་སྐྱ་བསྐྱེས་རྒྱབ་དགོ།			
༥.༢	གཞི་རྟེན་རིལ་བུ་བཟོ་བྱངས།			
༥.༢.༡	གཞི་རྟེན་རིལ་བུ་བཟོ་ཞི་གི་དོན་ལུ་ཚུ་གཙང་དང་སྐྱབ་བྱི་བྱེ་མ་ཚུ་ཚད་གཞི་ལྷན་ཏེ་བཟོ་དགོ།			
༥.༢.༢	གཞི་རྟེན་རིལ་བུ་ཚུ་དབྱིབས་གཅིག་མཚུངས་བཟོ་ཞིའི་དོན་ལུ་རིལ་བུ་བཟོ་སའི་ཉོད་ནང་ཚུ་དུམ་ཟཱ་རེ་བཏབ་སྟེ་སྐྱབ་བྱེ་མ་ཡང་ལྷུགས་ཞིན་མ་ལས་ལགས་གིས་ད་ཀྱགས་ཏེ་བཟོ་དགོ།			
༥.༢.༣	གཞི་རྟེན་རིལ་བུ་བཟོ་ཚར་མི་ཚུ་མི་ལི་མི་ཀར་༤.༥་ལས་ མི་ལི་མི་ཀར་༥་ཚུ་འབད་མི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་གསེག་མ་ནང་གསེག་དགོ།			
༥.༢.༤	ཡང་བསྐྱར་དུ་མི་ལི་མི་ཀར་༤.༥་འབད་མི་ནང་གསེག་དགོ།			
༥.༣	སྐྱབ་སྐྱ་དང་སྐྱབ་རྟ།			
༥.༣.༡	སྐྱབ་སྐྱ་དང་སྐྱབ་རྟ་ལྷུགས་དགོ་མི་ཚུ་བྱེ་འཐག་ཞིན་མ་ལས་ཚུ་ཚད་འཇལ་ཏེ་ཡོད་མི་ནང་གཏུས་ཏེ་ལྷུགས་དགོ།			
༥.༣.༢	སྐྱབ་སྐྱ་རིན་པོང་སྟོམ་ལྷུགས་པའི་སྐབས་ལུ་སྐྱབ་སྐྱ་བསྐྱེས་མ་རྒྱབ་པའི་རྟེ་མ་སྐྱས་ཚད་བརྟག་དབྱེད་པ་དང་ཡང་ཅིན་གོས་དཔོན་གང་རུང་འཛོམས་ཐོག་ལྷུགས་དགོ།			
༥.༤	རིལ་བུ་བཟོ་བྱངས།			
༥.༤.༡	སྐྱབ་བཟོ་འཕྲུལ་ཆས་ནང་རིལ་བུ་བཟོ་བའི་སྐབས་ལུ་ཚུ་དོད་འཇལ་གཏོར་དགོ།			

4.4.2	འཇིགས་མེད་ཚོ་མི་ལོ་ག་རམ་ ༥༠༠ ལས་ ༧༠༠ མ་ལངས་ཚུན་སྐྱོན་གྱི་ཕྱེ་ མ་ཨ་ཙི་རེ་ལ་སྐྱོན་སྐྱུགས་ཐོག་ལས་ཚུ་སྐྱུགས་བཟོ་དགོ།			
4.4.3	སྐྱོན་གྱི་ཕྱེ་མ་ལ་སྐྱོན་རྒྱབས་པའི་སྐབས་འཕྲུལ་འཕྲུལ་རང་འཇིགས་གྱི་སྐྱོན་ ཚད་བཟླ་རྟོག་འབད་དགོ།			
4.4.4	འཇིགས་མེད་ཚོ་གཞི་དང་ལྷན་ཉེ་གཏོ་ཡོད་པ་ཅིན་ འཕྲུལ་ཆས་འདི་ལཱ་ འཕྲོ་མཐུད་འབད་བའི་བསྐྱར་རང་ཉོད་ཉིང་སངས་ས་ནང་འབྱོ་དགོ།			
4.4.5	འཇིགས་མེད་འཕྲུལ་ཆས་ནང་ལས་བཏོན་པའི་སྐབས་ལཱ་བཟོ་དབྱིབས་ཚུ་ མེད་པ་འབྱོ་བཅུག་ནི་མི་འོང།			
4.5	འཇིགས་སྐྱོན་ཐངས་ལ།			
4.5.1	འཇིགས་སྐྱོན་སའི་ས་ཁོངས་ལཱ་རས་གཙང་རྟོག་རྟོ་འཐིང་ཞིན་མ་ལས་སྐྱོན་ དགོ།			
4.5.2	འཇིགས་སྐྱོན་སའི་ཉོད་ཚུ་ལཱ་རང་སའི་སྐྱོན་གྱི་རྟོ་རྟོགས་སྦྱར་དགོ།			
4.5.3	འཇིགས་སྐྱོན་སའི་ཉོད་ཚུ་ལཱ་རང་སའི་སྐྱོན་གྱི་རྟོ་རྟོགས་སྦྱར་དགོ།			
4.5.4	འཇིགས་སྐྱོན་སའི་ཉོད་ཚུ་ལཱ་རང་སའི་སྐྱོན་གྱི་རྟོ་རྟོགས་སྦྱར་དགོ།			
4.5.5	འཇིགས་སྐྱོན་སའི་ཉོད་ཚུ་ལཱ་རང་སའི་སྐྱོན་གྱི་རྟོ་རྟོགས་སྦྱར་དགོ།			
4.6	འཇིགས་སྐྱོན་སྐྱུགས་ཐངས་ལ།			
4.6.1	འཇིགས་སྐྱོན་སའི་ཉོད་ཚུ་ལཱ་རང་སའི་སྐྱོན་གྱི་རྟོ་རྟོགས་སྦྱར་དགོ།			
4.6.2	འཇིགས་སྐྱོན་སའི་ཉོད་ཚུ་ལཱ་རང་སའི་སྐྱོན་གྱི་རྟོ་རྟོགས་སྦྱར་དགོ།			
4.6.3	འཇིགས་སྐྱོན་སའི་ཉོད་ཚུ་ལཱ་རང་སའི་སྐྱོན་གྱི་རྟོ་རྟོགས་སྦྱར་དགོ།			
4.6.4	འཇིགས་སྐྱོན་སའི་ཉོད་ཚུ་ལཱ་རང་སའི་སྐྱོན་གྱི་རྟོ་རྟོགས་སྦྱར་དགོ།			

4.2	འཇིགས་པ་བཅགས་ཐངས།			
4.6.1	སྐྱམ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་འཇིགས་པ་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
4.6.2	འཇིགས་པ་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
4.6.3	འཇིགས་པ་སྐྱམ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ལྷིན་ཚད་འཇུག་ཏེ་ཐོ་བཞུགས་འབད་དགོ།			
4.6.4	འཇིགས་པ་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
4.6.	ཉོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱམ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱང་བཅགས་ཐངས།			
4.6.1	སྐྱམ་ཞིན་ཏེ་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
4.6.2	འཇིགས་པ་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
4.6.3	སྐྱམ་ཞིན་ཏེ་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			

6 ཚོང་ཞི་མཚོ་འོ་འདམ་བཅགས་པ་བཅོ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྐྱོམ་འཇིགས་པ།

	འཇིགས་པ།	སྐྱུག་པ།		
		1	2	0
6.1	སྐྱམ་སྐྱོར་སྐྱོར་འབད་མི་ཉོད་ཉིང་སངས་ས་ཚུ་རོ་རྟུགས་བཀའ་དགོ།			
6.2	ཉོད་ཀྱི་སྐྱོར་ཚད་ཚུ་སྐྱམ་ཞིན་ཏེ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
6.3	སྐྱམ་ཞིན་ཏེ་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
6.4	སྐྱམ་ཞིན་ཏེ་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
6.5	ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
6.6	ཚོང་ཞི་མཚོ་འོ་འདམ་བཅགས་པ་ལྟ་བུར་ལྷོ་ལོ་མི་གྲངས་ལྔ་ལྷི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			

6.2	ཅོང་ཞི་ཕྱེ་མ་ཀའི་ཉལ་ལོ་ལྱིས་ཨོམ་ལི་ཀར་༣ཀ་ལ་རྩམ་ནང་སྒྲུགས་ཏེ་ སྒྲོམས་ཏོག་ཏེ་སླེ་བསྐྱོད་དགོ།			
6.3	རང་རྒྱ་༥པའི་ཚེས་༡༥འི་ཕྱི་རུ་རྒྱམ་ཤར་ཕིག་ཕྱི་ཁར་བཏོན་བཞུགས་ལས་ རྩོམ་སྒྲུལ་འཇུག་ཚུན་ཚོད་ལྷོ་བའི་འོད་ནང་སླེ་བཏུལ་དགོ།			
6.4	ཅོང་ཞི་དང་ཨོམ་ལེགས་ཤོམ་སློབ་སླེ་བསྐྱོད་ཞིན་མ་ལས་ལག་ལྷན་དང་ལ་ རས་ལུ་ཚུ་བཏུགས་ཏེ་བཀྲག་དཀར་པོ་ལས་ནག་པོ་འཚམས་མ་འགྱེ་ཚུན་ ཚོད་ལག་པ་གིས་མཉེས་དགོ།			
6.70	ཅོང་ཞི་ཨོམ་དང་ཕིག་ཁར་མཉེས་ཚར་བའི་ཉལ་ལྱུ་སྒྲོར་ལེབ་ལག་པ་གིས་ བཟོ་སླེ་ལ་ཤ་དར་རས་ནང་གྱིབ་མ་ནང་ལུ་སྐམ་དགོ།			
6.71	སྒྲོར་ལེབ་འདི་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སླེ་སྐམ་ནི་དོན་ལུ་ཉིན་མ་གཉིས་རེ་གི་བར་ན་ ཕྱི་ནང་ལོག་སླེ་ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་རང་བཏུན་ཕྱག་༥ཀྱི་རིང་སྐམ་བཞག་དགོ།			
6.72	ཅོང་ཞི་མཛོ་འོ་འདམ་འཐག་འདི་ཀའི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་འཕྲོ་བཏུག་ག་ དེམ་ཕིག་ཡོད་ག་བརྒྱ་ཆ་བཏོན་དགོ།			
6.73	འདམ་འཐག་འབད་ཚར་བའི་ཅོང་ཞི་འདི་ཀའི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུས་ ཚད་སླེ་ཚན་ལུ་སྐྱུས་ཚད་དང་སྒྲོན་ཆ་བཏུག་ཞིབ་འབད་བར་བཏང་དགོ།			
6.74	སྐྱུས་ཚད་ཀྱི་སྐྱུན་ལུ་ཐོབ་བཞུགས་ལས་ལ་ཡིག་བཏུགས་ཏེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ ཅིས་སྒྲོད་དགོ།			

ལྷ ཅོང་ཞི་འཇུག་ཐལ་བཟོ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྒྲུབ་རིམ་པ།

	ཅོང་ཞི་འཇུག་ཐལ་བཟོ་ཐངས་འདི་ག་ཤམ་གསལ་བྱ་སྒྲུབ་རིམ་པ་བཞུགས་ལེན་འཐབ་དགོ།			
1.1	དུག་འདོན་འབད་ཡོད་མི་ཅོང་ཞི་ཀའི་ཉལ་སྐྱུན་སྐྱུ་གཞན་སྒྲུགས་དགོ་མི་ ཚུ་ཚད་གཞི་དང་འཇལ་སྐྱུན་ཚུ་སྒྲུགས་ཏེ་ཕྱེ་འཐག་དགོ།			
1.2	གོང་གི་ཕྱེ་མ་ཀའི་འཇལ་ཏེ་ལུགས་གོང་ནང་དཔུ་༥བཟོ་སླེ་དཔུ་ཕིག་ནང་ སྐྱུན་སྒྲུགས་ཏེ་དཔུ་༥སྒྲོང་སླེ་བཞག་སླེ་ཁབ་ཏོ་བཅད་ཞིན་མ་ལས་ ལུགས་སྐྱུད་ཀྱིས་བསྐྱོད་དགོ།			

ལ.༣	ལུགས་ཀོང་དང་ཁབ་རྟོ་ཚུ་འདམ་གྱིས་རླུང་མ་ཐལ་ཕ་སྟེ་དབྱར་ཉེ་ཉིམ་ནང་ སྐམ་སྟེ་གསལ་མི་ཚུ་འདམ་གྱིས་འཕྲལ་འཕྲལ་རང་བསྐབ་སྟེ་ཉིམ་ ༣ སྐམ་ དགོ།			
ལ.༤	སྐམ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་རྩོ་སོལ་གྱིས་འགོས་ཀྱི་སྟེ་མེ་ལྷགས་ཚད་སངས་སྟེ་ དུས་ལྷན་ཚུ་ཚོད་༤ གི་རིང་འཕྲལ་འཕྲལ་རང་ཕྱོགས་བསྐྱར་ཉེ་མེ་བཏང་ དགོ།			
ལ.༥	མེ་བཏང་བའི་སྐབས་ལུ་བདུབ་མ་བདུབ་པའི་རྟགས་མཚན་འདི་ལུ་བྱི་གི་ དྲིམ་མ་མན་མ་པ་ཅིན་ལུག་ཀོང་མེ་ནང་ལས་བཏོན་ཉེ་དོད་གྱུང་བཅུག་དགོ།			
ལ.༦	དོད་གྱུང་ཞིན་མ་ལས་ལུག་ཀོང་ལ་ཕྱེ་སྟེ་བལྟམ་དང་ལུག་ཀོང་གང་མེ་སྟེ་ ཡོད་པ་ཅིན་སྐྱེན་འདི་ལེགས་ཤོམ་ཚོ་བའི་རྟགས་ཨིན།			
ལ.༧	སྐྱུས་ཚད་འདི་ལེགས་ཤོམ་འགྱུ་བ་ཅིན་དུང་དཀར་གྱི་ཕྱེ་བཟུམ་སྐྱ་སི་སི་ སྟེ་འོང་དགོཔ་མ་ཚད་ལྷག་པར་དུ་ཕྱེ་འདི་ཚུའི་ནང་རྒྱགས་པ་ད་འཁོལ་པ་ ཅིན་ལེགས་ཤོམ་འགྱུ་བའི་རྟགས་ཨིན་མ་ལས་འདི་ཚུ་བལྟ་དགོ།			
ལ.༨	བཀྲག་ནགས་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་མ་འཚོ་བའི་སྐྱོན་ཨིན་མ་ལས་ལོག་སྟེ་རང་ གོང་བཞིན་མེ་བཏང་དགོ།			
ལ.༩	ཅོང་ཞི་འཕྲལ་ཐལ་བཟོ་ཚར་མི་འདི་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུས་ཚད་སྟེ་ ཚན་ལུ་སྐྱུས་ཚད་བརྟག་ཞིབ་འབད་བར་བཏང་དགོ།			
ལ.༡༠	སྐྱུས་ཚད་ཀྱི་སྐྱེན་ལུ་ཐོབ་བཞིན་མ་ལས་ལ་ཡིག་བཏགས་ཉེ་མཚོད་ཁང་ལུ་ ཚིས་སྟོན་དགོ།			

༤ ཉར་བསྟེན་གསལ་བྱ་སྟོན་འཇལ་པ།

	ཉར་བསྟེན་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་འཇལ་ཉོང་ཉོ་སྟེ་ཕྱེ་འཐག་ཚུགས་ནི་དོན་ལུ་ཨིན་མ་ལས་ གཤམ་གསལ་གྱི་བྱ་སྟོན་འཇལ་པ་ལྟར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
༤.༡	སྐྱེན་ཐོ་གང་ལེ་ཚུས་བཏོག་ཞིན་མ་ལས་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཉེ་ལུགས་ཐབ་ནང་ ལུགས་ཀྱི་བྱ་སྟེན་གྱི་སྟེལ་ཉེ་མེར་བསྟེན་དགོ།			

༤.༢	སྐྱེ་མདོག་སྐྱ་སི་སི་མ་འགྲོ་ཚུན་མེར་བསྐྱེག་དགོ།			
༤.༣	སྐྱེ་མེ་ནང་ལས་མ་བརྟོན་པའི་ཉེ་མ་མེ་འདི་མ་དགུགས་པར་ཞག་གཅིག་ བཞག་སྟེ་རང་བཞིན་གྱིས་མེ་བྱོད་ཡལ་བཅུག་སྟེ་སྐྱ་སི་སི་འགྲོ་མི་ཚུ་འགྲོས་ གྱིས་འབད་འཛིན་གྱིས་རེ་རེ་སྟེ་འཕུ་བཏབ་སྟེ་བརྟོན་དགོ།			
༤.༤	སྐྱེ་གཞག་པོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ལོག་སྟེ་རང་གོང་བཞིན་མེར་བསྐྱེག་དགོ།			
༤.༥	སྐྱེ་ཉར་བསྐྱེག་བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ཀའི་འཇལ་ཉེ་འཕྲོ་བརྒྱག་བརྒྱ་ཆ་ནང་ བརྟོན་དགོ།			
༤.༦	སྐྱེ་ཉར་བསྐྱེག་བཟོ་ཚར་མི་འདི་ཀའི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱས་ཚད་སྟེ་ཚན་ ལུ་སྐྱས་ཚད་བཟླག་ཞིབ་འབད་བར་གཏང་དགོ།			
༤.༧	སྐྱས་ཚད་གྱི་སྐྱེ་ཞུ་ཐོབ་བཞིན་མ་ལས་ཁ་ཡིག་བཏགས་ཉེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ ཅི་ས་སྟོན་དགོ།			

༧ ལུས་བསྐྱེག།

	སྐྱེ་ལུས་བསྐྱེག་གཞག་གསལ་བྱ་སྟོའི་རིམ་པ་ལྟར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
༧.༡	སྐྱེ་ཚོན་མ་ཀའི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱགས་ཀོ་ཚུ་བཤུབས་ཉེ་བསལ་དགོ།			
༧.༢	སྐྱགས་ཀོ་བཤུབས་ཡོད་མི་སྐྱེ་འདི་ཀའི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་གཉིས་ཀ་ བརྒྱབས་ཉེ་སྐྱེ་དགོ།			
༧.༣	སྐྱེ་ཞིན་མ་ལས་ཚོན་ཆ་བཟུ་བར་སྐྱས་ཚད་སྟེ་ཚན་ལུ་བཏང་དགོ།			
༧.༤	ས་འདི་གསིག་མ་ནང་སྐྱགས་ཉེ་གསིག་ཞིན་མ་ལས་ཚུ་སྐྱགས་ཉེ་འདམ་པ་ བཟོ་ནི་འགོ་གཙུགས་དགོ།			
༧.༥	འདམ་པ་འདི་གར་སྐྱ་རན་ཉོག་ཉོ་སའི་རྩམ་གུ་སྟོན་བཏབ་ཅིག་བཟོ་དགོ།			
༧.༦	སྐྱེ་གྱི་ཚོན་ཆ་ཚད་དང་ལྷན་ཉོག་ཉོ་ཡོད་པ་ཅིན་ཀའི་འཇལ་ཉེ་སའི་རྩམ་ ནང་སྐྱགས་ཉེ་སོར་ལྷན་ཉོག་མ་གང་སྟེ་སྟོང་མ་བཞག་དགོ།			
༧.༧	ཁ་ཤ་དར་རས་འདམ་དང་ཅིག་ཁར་སྐྱ་བསྐྱེག་ཉེ་སྐྱེ་ནང་ན་ཡོད་མི་སའི་ རྩམ་འདི་ཁབ་ཉོ་བཅད་ཞིན་མ་ལས་ཕྱི་ཁ་ལས་གར་སྐྱར་ཉེ་སྐྱེ་དགོ།			

10.1	སྐམ་ཐག་མ་ཚོད་པ་ཅིག་ལས་ད་རྒྱུ་ཚར་གསུམ་ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་རང་རྒྱུ་མ་ཐལ་ཕྱི་ལ་ཤ་འདམ་གྱིས་སྤྱར་ཏེ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྐམ་དགོ།			
10.2	ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྐམ་ཞིན་ལས་ས་དོང་གི་གཤམ་ལུ་ཤིང་བཀམ་སྟེ་སྐམ་གྱི་རྩམ་ཚུ་སྟེལ་ཏེ་ས་རྩམ་ཚུ་གི་ལྷག་ལུ་ད་རྒྱུ་ཤིང་བཀམ་ཏེ་མིག་གིས་མ་མཐོང་མ་སྟེ་བཟོ་དགོ།			
10.10	མེ་འཕུ་ཞིན་ལས་ས་རྩམ་ནང་གི་སྐམ་འདི་དུས་ལུན་ཚུ་དྲེད་ཤིང་མེ་བཏང་དགོ།			
10.11	མེ་བཏང་མི་སྐམ་འདི་མ་དགོགས་པར་ཞག་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱོད་གུང་བཟུག་དགོ།			
10.12	བྱོད་གུང་ཞིན་ལས་སའི་རྩམ་བཏོན་ཏེ་ཁབ་ཏེ་ཕྱི་བའི་སྐབས་སྐམ་གྱི་ནང་ན་ས་འཕྱུ་མ་བཟུག་པར་ཁ་ཕྱེ་སྟེ་འགྱིབ་དོབ་ནང་ལུ་སྤྱུགས་དགོ།			
10.13	ས་རྩམ་གྱི་ནང་ན་རྒྱུ་ཤོར་མི་སྐམ་འདི་ཐལ་ཕྱི་ལོད་མི་ཚུ་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཏེ་བཀོ་ནིའི་བྱ་སྟེའི་ལས་རིམ་ལྟར་འབད་དགོ།			
10.14	རུས་བསྟེག་འབད་མི་ཚུ་ཚར་ཅིག་འཕུར་ཏེ་རག་རོག་ཚུ་བསལ་བཏང་ཞིན་ལས་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཏེ་འཕྱོ་བསྟེག་བརྒྱ་དཔུ་ནང་ཕབ་དགོ།			
10.15	སྐམ་རུས་བསྟེག་འབད་ཚར་ཞིན་ལས་སུས་ཚད་སྟེ་ཚན་ལུ་སྤྱུས་ཚད་བཟླག་ཞིབ་འབད་བར་བཏང་དགོ།			
10.16	སྤྱུས་ཚད་གྱི་སྐམ་ཞུ་ཐོབ་ཞིན་ལས་ཁ་ཡིག་བཏགས་ཏེ་མཚོད་ཁང་ལུ་ཕྱིས་སྟོད་དགོ།			

10 ལརྒྱ་བཟོ་ཐང་གི་བྱ་སྟེའི་རིམ་པ།

10.1	སྐམ་ནང་རྒྱ་དང་རག་རོག་ཚུ་བསལ་ཞིན་ལས་མཐོ་གང་ཅམ་བརྩམ་དགོ།			
10.2	སྐམ་བརྩམས་ཏེ་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཞིན་ལས་ཀ་ལ་ནང་སྤྱུགས་སྟེ་འདི་གུ་ཚུ་སྤྱུགས་དགོ།			
10.3	ཚུ་སྤྱུགས་ཞིན་ལས་དུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་3 ལས་6 ཚུན་དགུགས་ཏེ་བཟོ་དགོ།			

10.༤	སྐྱེ་བྱི་རྒྱ་ལྷོ་ལ་ཤ་དང་རས་ནང་བཙགས་ཏེ་ཤིང་རག་རོག་རྩ་བཏོན་བཀོ་ དགོ།			
10.༥	སྐྱེ་བྱི་རྒྱ་བཙགས་ཡོད་མི་འདི་ཀ་ལ་ཇམ་ནང་སྐྱགས་ཏེ་སྐྱོལ་དགོ།			
10.6	སྐྱེ་བྱི་ལར་འདི་ལྷོན་ཆ་བརྒྱ་ཆ་ཕབ་སྟེ་ཚད་དང་ལྷན་ཏོག་ཏོ་མ་སྐྱམ་རྩུན་ ཚོད་འཕལ་འཕལ་དཀྱགས་ཏེ་སྐྱོལ་དགོ།			
10.༧	ལར་སྐྱོལ་བའི་སྐབས་འཚོག་བཅུག་ནི་མི་འོང།			
10.༨	ལར་བཀོལ་བའི་སྐབས་འཕྲོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ཆ་ནང་ཕབ་སྟེ་ཐོ་བཞག་དགོ།			
10.༩	ལར་བཟོ་ཚར་མི་འདི་ལྷོན་ཆ་བཟུ་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱུ་ཚད་སྟེ་ཚན་ལུ་བཏང་ དགོ།			
10.10	སྐྱུ་ཚད་ཀྱི་སྐྱེ་བྱི་ཐོབ་ཞེན་ལས་ལ་ཡིག་བཏགས་ཏེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ཕྱིས་རྒྱོ་ ད་དགོ།			

11 གཞུང་ནང་ཡོད་པའི་ཐང་ཕྱེ་རིལ་བུ་གསུམ་བཟོ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྐྱོལ་རིམ་པ།

	བྱ་སྐྱོལ་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
11.1	ཐང་ཐང་གི་བྱ་སྐྱོལ་རིམ་པ།			
11.1.1	སྐྱེ་རྩལ་རྩལ་རྩལ་ལ་སོགས་པའི་དྲེག་པ་དང་རྩལ་མེད་པའི་ཉོད་ནང་ལུ་སྐྱངས་ ཞེན་ལས་ལུ་བ་འཐོན་བཅུག་ནི།			
11.1.2	ཐང་གཏུ་ནི་གི་དོན་ལུ་རྒྱ་ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ཆ་གསུམ་ལུ་བཀོ་བའི་ སྐྱུ་གཉིས་གཏུ་ཞེན་ལས་སྐྱུ་ཆ་ཅིག་ལུས་པའི་བར་བསྐྱོལ་དགོ།			
11.1.3	ཐང་སེལ་གྱི་ཐང་རྩལ་ཆ་ཏོམ་སྟེ་བཏང་དགོ།			
11.2	ཚ་སེལ་ཐང་གི་བྱ་སྐྱོལ་རིམ་པ།			
11.2.1	གོང་སྐྱེ་རྩལ་ཆ་སེལ་གྱི་སྐབས་ལུ་བྱོད་ཐང་ཞེན་ལས་བཏང་དགོ།			
11.2.2	ཚ་ཐང་འབྲེས་པའི་ནད་ལུ་སོ་སོའི་ནད་དང་མཐུན་པར་དཔེར་ན་ སྐྱེ་སྐྱེ། འབྲེད་སྐྱེ། སྐྱེ་བྱེད་ནད་ལུ་རྩོ་མ་སྐྱོག་བཏང་དོ་བཟུམ་སྟེ་བཏང་དགོ།			

11.3	ཕྱི་མའི་བྱ་བ་ལས་གྱི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།			
11.3.1	ཐུན་ཚད། སྐྱེ་གཞན་ཚུ་ཆ་སྐྱོམས་སྡེ་བཏང་རུང་སྐྱེ་གཞན་གཙོ་བོ་འདི་ཐུན་ཚད་ ཉིས་འགྲུར་གྱི་མངམ་སྡེ་བཏང་དགོ།			
11.3.2	བརྒྱུ་ཐངས། རྩ་ཚའི་རིགས་ཚུ་ག་ཅི་བཏང་རུང་མེ་ཐུར་ཐལ་ཚན་ནང་ལུ་ ཕྱིའི་རྩི་རྩོག་ཚམ་བསྐྱེད་དགོ།			
11.3.3	རྩ་དང་ཤིང་ལ་སོགས་པ་སྣ་བའི་རིགས་ཚུ་ཉེ་མ་བརྒྱུ་ནི་དང་། རྒྱན་ཚན་ སྐྱེ་བཟག་གི་རིགས་ཚུ་ཤུལ་མ་བཞག་སྟེ་རྩུར་ལུ་འཐག་དགོ།			
11.3.4	སྐྱེ་ལུས་ཆེ་བ་དང་ལྷུང་བ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གསེར་འགྲུར་གྱི་རྩི་བཟུམ་སྡེ་ ཞིབ་པར་འཐག་དགོ།			
11.3.5	སྐྱེ་རྩ་ནི། གཉན་མེད་པའི་དབང་གིས་ཚ་སེལ་ཐམས་ཅད་ཤེལ་ཀར་གཙོ་ བོའི་སྐྱེ་ལས་དུག་འགྲུར་གྱིས་མངམ་སྡེ་སྐྱར་དགོ།			
11.3.6	ཁང་སེལ་ཐམས་ཅད་གཙོ་བོའི་སྐྱེ་ལས་བྱ་རམ་བཞི་འགྲུར་གྱིས་མངམ་སྡེ་ སྐྱར་དགོ།			
11.3.7	ཕྱིར་སྐྱེ་ཐམས་ཅད་ལུ་སྐྱེ་རྩ་མེད་པར་མ་བརྟུབ་པའི་ཁར་ལྷག་པར་དུ་ གཉན་ནད་ག་ཉེ་ལས་འབྱུང་མ་ཤེས་པ་ལས་བརྟེན་སྐྱེ་རྩ་དེས་པར་དུ་དགོ།			
11.3.8	འཕུལ་བྱེད་ནི། ཚ་སེལ་ཐམས་ཅད་ལུ་ཚུ་སྐྱོལ་ཁང་གིས་བཏང་ནི་དང་། མེ་ རྩོད་རྒྱུང་བའི་རིགས་ལུ་ཚུ་སྐྱོལ་གྱིས་བཏང་དགོ།			
11.3.9	གཏོང་བའི་དུས། ཟས་ལུ་བའི་དུས་ལུ་སྐྱེ་བཏང་ནི་དང་། སྐྱེ་ལུ་བའི་དུས་ ལུ་ཟས་བསྐྱེད་དགོ།			
11.4	རིམ་བུའི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།			
11.4.1	འཐག་ཐངས། དང་པོ་སྐྱེ་རྩ་སོ་སོར་ཞིབ་པར་བཏགས་ལ་ཁར་དང་། སྐྱེ་ རྩི་སོགས་རྩ་མེད་མི་ཚུ་ཚུ་སྐྱོལ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་རྩ་ཉེ་གར་སྐྱོལ་ཚམ་ཅིག་ལུ་ འདམ་བཏགས་འབད་དགོ།			
11.4.2	བསྐྱེལ་ཐངས། དུག་ཤས་མེད་མི་ཚུ་ལུ་ཆེ་རྒྱུང་སྐྱེ་མ་འཕྲོས་ཚམ་དང་། དུག་ཤས་གཙོ་བོ་བའི་སྐྱེ་རྩ་སྐྱེ་མ་རྒྱུང་གྱའི་ཚད་ཚམ་བསྐྱེལ་དགོ།			

<p>༡༡.༤.༣</p>	<p>ཀ་ར་དང་བུ་རམ་སྐྱང་ཚི་ཚུ་གིས་སྐྱན་ཏེ་འབད་དེ་རིལ་བུ་སྒྲིལ་བཏུབ་ཙམ་ བཟོ་སྟེ་རིལ་བུ་ཚུང་བའི་རིགས་ཚུ་ལུག་རིལ་ཙམ་དང་། ཆེ་བ་མེར་རུས་ཙམ་ ཅིག་སྒྲིལ་དགོ།</p>			
<p>༡༡.༤.༤</p>	<p>བཏང་བཅངས། རིལ་བུ་ཚུང་བའི་རིགས་ཚུ་ལུག་མིད་བཏང་བཅུག་ནི་དང་། ཆེ་ བའི་རིགས་ཚུ་ལུག་ཏེ་བཏང་དགོ།</p>			

ལམ་སྟོན་གསུམ་པ།
གསོ་རིག་བྱུག་པ།

དམིགས་ལུལ།

འཇམ་དཔུང་བྱུག་པའི་སློབ་ལས་བཅོས་གཞན་གྱིས་རྟུགས་པའི་ནད་གཞི་བཅོས་ཐབས་སྐོར་མ་དོར་བར་ཡང་དག་སྟེ་ཤེས་
འདི་དོན་ལུ་ཨོན།

སློབ་སྦྱོང་འདི་མཇུག་བསྟུན་ད་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་ལས་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་ འཐབ་ཚུགས།

- བྱུག་པ་བསྟེན་རུང་བ་དང་མི་རུང་བའི་ནད་གཞི་དབྱེ་བ་དང་བསྟེན་བྱུག་པ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- སྐྱམ་བྱུགས་ཀྱི་སྐྱེན་སྦྱོར་དང་སྐྱམ་བྱུག་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- རྩེ་གུའི་བྱུག་པའི་སྐྱེན་སྦྱོར་ཚུལ་དང་རྩེ་གུའི་བྱུག་པ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- གསོ་རིག་བྱུག་པ་དང་གཞན་གྱི་བྱུག་པའི་ཁྱད་པར་སྐོར་དོགས་དཔུང་འབད་ཚུགས།
- བཅོས་གཞན་གྱིས་རྟུགས་པའི་ནད་གཞི་ལུ་བྱུག་པའི་ཐོག་ལས་བཅོ་ཁ་རྒྱབ་ཐངས་ཤེས་ཚུགས།

༡ སློབ་འགོ།

༡.༡ གསོ་བ་པོ་སྐྱེན་པའི་སློབ་འགོ།

ཨང་།	བྱ་སློབ་འཇུག་པ།	སྐུགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡.༡	ལུས་རྣམ་སྤང་ཚོས་བདུན།			
༡.༡.༢	ཀར་མ་དོ་རྩེ་སྐྱེལ་གྱུང་སྟེ་སྦོད་དགོ།			
༡.༡.༣	སྐལ་ཚོགས་མདའ་བཟུམ་ཕྱང་སྟེ་སྦོད་དགོ།			
༡.༡.༤	ལག་པ་མཉམ་བཞག་སྟེ་བའི་འོག་ལུ་སྦྱར་ཏེ་བཞག་དགོ།			
༡.༡.༥	ལུ་ཚེ་ཡ་ཀན་ལུ་འབྱར་དགོ།			
༡.༡.༦	བྱུག་ལྟག་ཚོད་གཤོག་བཟུམ་བརྒྱུད་དགོ།			
༡.༡.༧	ཨོལ་སྐོག་ཨ་ཙི་བཀྱག་དགོ།			
༡.༡.༨	མིག་ཏོ་ལྷ་པ་གི་ཚེ་ལུ་ཕབ་སྟེ་བལྟ་དགོ།			

<p>1.1.9</p>	<p>ལུས་རྣམས་སྤང་ཆོས་བདུན་བཅའ་བཞིན་མ་ལས་དབུགས་ཕྱི་ཁར་ཚར་གཅིག་གཏང་སྟེ་ ལག་གཡོན་གྱི་མཚུབ་མོ་གིས་སྤ་བྱུག་གཡོན་པ་གཡེབ་སྟེ་སྤ་བྱུག་གཡམས་ལས་དབུགས་ནང་ན་ལེན་ཏེ་སྤ་བྱུག་གཡོན་ལས་བཏང་བའི་སྐབས་ཞེ་སྤང་ལས་བསགས་པའི་ལས་ཉོན་སྤིག་སྤིབ་ཐམས་ཆད་རླུང་དམར་པོ་སྟེ་འཕོན་འགྲོ་བའི་བསམ་པ་དང་གཅིག་ཁར་ལན་གསུམ་འབྱུང།</p>			
<p>1.1.10</p>	<p>ལག་གཡམས་པའི་མཚུབ་མོ་གིས་སྤ་བྱུག་གཡམས་པ་གཡེབ་སྟེ་སྤ་བྱུག་གཡོན་ལས་དབུགས་ནང་ན་ལེན་ཏེ་སྤ་བྱུག་གཡམས་ལས་གཏང་བའི་སྐབས་འདོད་ཆགས་ལས་བསགས་པའི་ལས་ཉོན་སྤིག་སྤིབ་ཚུ་རླུང་དཀར་ལ་མོག་པའི་རྣམ་པ་དང་སྟེ་འཕོན་འགྲོ་བའི་ཚུལ་དུ་ལན་གསུམ་འབྱུང།</p>			
<p>1.1.11</p>	<p>སྤ་བྱུག་གཉིས་ཆར་ལས་དུས་མཉམ་དུ་དབུགས་ནང་ན་ལེན་སྟེ་ལོག་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་སྐབས་སུ་གཏི་ཕྱག་ལས་བསགས་པའི་ལས་ཉོན་སྤིག་སྤིབ་ཐམས་ཅད་རླུང་ནག་པོའི་ཚུལ་སྟེ་འཕོན་པའི་བསམ་པ་དང་བཅས་ལན་གསུམ་བཅས་བསྐྱམས་ཀྱི་ལན་དགུ་འབད་དགོས་པ་ཡིན།</p>			
<p>1.1.12</p>	<p>འཛམ་བུ་གླིང་ལུ་ཡོངས་སུ་གཤགས་ཏེ་ཡོད་པའི་བྱུག་པ་སྤྱིའི་ལམ་ལུགས་ལྟར་གསོ་རིག་བྱུག་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ རང་གི་ལག་པ་ནད་པའམ་མགོན་པོའི་གཟུགས་ལུ་མ་རེག་པའི་ཏེ་མ་སྟོན་འགྲོའི་བྱ་རིམ་ཅིག་ངེས་པར་དུ་འབད་དགོ།</p>			
<p>1.1.13</p>	<p>རང་གི་ལག་པ་སྟེ་བའི་ཐད་ཁར་གཡོན་འོག་དང་གཡམས་ལྷག་ལས་བཀལ་མཐེ་པོང་གཉིས་མགོ་མཐུད་རྒྱབ་སྟེ། བྱུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་བཅོམ་ལྷན་འདས། །མཚན་ཅམ་ཐོས་པས་ངན་འགྲོའི་སྤུག་བསྐྱེད་སྤོངས། །དུག་གསུམ་ནད་སེལ་སངས་རྒྱས་སྤོངས་ཀྱི་སྤྱི། །འཕྲུལ་ཡི་འོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཏཱ་ལྷ་མོ་ཨོ་ལྷེ་པ་ཚུ་ལྷེ་པ་ཚུ་མཚུ་ལྷེ་པ་ཚུ་ལྷེ་ལྷེ་པ་ཚུ་རྩ་ལེ་ལེ། །ས་སྤྱུན་ཏེ་སྤྱུ་ལེ། །ཟེར་འདོན་ཏེ་སྤོན་ལྷེའི་གཟུང་སྤུགས་བཟུང་དགོ།</p>			
<p>1.1.14</p>	<p>བྱུག་པའི་དབུད་མ་འབད་བའི་ཏེ་མ་གསོ་དབུད་པ་རང་གི་སྤུང་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་གསང་སྤུགས་ཟབ་མོའི་བྱིན་བརྒྱབས་ཡོད་པའི་སྤུང་སྤྱད་དམ་ཡང་ན་སྤྱད་པ་</p>			

	<p>དམར་པོ་རྗེའི་མདུད་པ་བཏབ་སྟེ་སྟེ་དང་ལག་ངར་གཡོན་ཚུགས་ལུ་བསྐྱམ་དགོ། ཡང་ན་རིན་ཆེན་རིལ་བུ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་བཏག་དགོ།</p>			
--	---	--	--	--

༡.༢ གསོ་བྱ་ནད་པའི་སྒོམ་འགྲོ།

ཨང་།	བྱ་སྒོའི་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
༡.༢.༡	<p>རླུང་ལམ་བསལ་ནི་དང་ངན་པའི་རླུང་ཕྱིར་བཏོན་འབད་ནིའི་ཐབས་ལུ་ རད་པ་ འདི་སྐལ་ཚོགས་ཕྱང་སྟེ་སྟོན་བཅུག་བཞིན་མ་ལས་ ལ་ལས་ཉ་གི་སྐྱ་དང་བཅས་ ཉེ་དབུགས་ཕྱི་ཁར་ཚར་གསུམ་དང་བདུན་གང་རུང་ཅིག་གཏང་བཅུག་དགོ། དབུགས་ནང་ན་རྩལ་དང་རྩལ་ཀྱ་དང་ཕྱི་ཁར་གཏང་མ་ད་རིང་སུ་འབད་གཏང་ དགོ།</p>			
༡.༢.༢	<p>ལྷ་བསྐྱེད་ནིའི་དོན་ལུ་བྱུག་པ་འགོ་མ་བཅུག་པའི་ཉེ་མ་ རད་པའི་རྒྱུ་ལག་གི་ སྒོམ་མཚུབ་བཞི་ལུ་སྐྱེད་པ་མདོག་དམར་པོ་གིས་ལྟོད་སུ་ཅིག་སྟེ་བསྐྱམ་དགོ།</p>			

༢ དངོས་གཞི།

༢.༡ མགོ་བོའི་བྱུག་པ།

ཨང་།	བྱ་སྒོའི་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
༢.༡.༡	<p>ནད་པ་སྟོན་མི་གུར་སྐལ་ཚོགས་ཕྱང་སྟེ་བདེ་ཉོག་ཉོ་སྟེ་བཞག</p>			
༢.༡.༢	<p>བྱུག་པ་འབད་མི་རང་ཉིད་སངས་རྒྱལ་སྐྱེད་སྐྱོང་གསལ་བཏབ་སྟེ། གཟུངས་ ལྷགས་བཅུང་ཐོག་ལས་ནད་པའི་སྐྱེ་གཙུག་ལུ། ལག་མཐིལ་གཡས་པ་གིས་ བཀའ་སྟེ་སྐར་ཆ་ལྷའི་རིང་བཞག</p>			
༢.༡.༣	<p>ལག་གཉིས་མགོ་ལས་རྒྱུ་ལུ་ཕྱོགས་སུ་འཕྲུག་སྟེ་གདོན་བཞགས་བསྐྱེད་པར་ བསམ།</p>			

2.7.3	མཐེ་བོང་སྐྱུམ་དང་བཅས་ སྤྱི་གཙུག་གི་གསང་ལུ་སྐོར་མཉེ་ཚར་དགུ་འབད།			
2.7.4	མཐེ་བོང་སྐྱུམ་དང་བཅས་ མཚོགས་གསང་ལུ་སྐོར་མཉེ་ཚར་དགུ་འབད།			
2.7.5	མཐེ་བོང་གིས་རྣ་ལྟག་དང་གུང་མོ་གིས་ལུང་གོང་གཉིས་ལུ་ཚར་བདུན་རེ་སྐོར་མཉེ་འབད།			
2.7.6	མགོར་སྐྱུམ་བྱུག་སྟེ་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོལ་ལྟེ་མཉེ་འབད།			
2.7.7	ལག་གཡོན་དཔལ་བར་བཀའ་བ་ ལག་མཐིལ་གཡས་ཀྱིས་སྤྱི་བོ་ལས་ལྟག་པ་ཚུན་མཉེ།			
2.7.8	སོར་སྤུང་ཀྱིས་ལྟག་ཟུར་སྤུང་འབྱེད་ལས་སྤྱི་གཙུག་ཚུན་སྐོར་མཉེ་འབད།			
2.7.9	གོང་བཞིན་རྣ་ལྟག་གཡས་གཡོན་རེས་མོས་སྟེ་མཉེ།			
2.7.10	ལག་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་མཉེ།			
2.7.11	ཡང་བསྐྱར་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོལ་ལྟེ་མཉེ་འབད།			
2.7.12	མཐེབ་དགུང་གིས་རྣ་རྩེ་དང་ལུང་གོང་གཉིས་ལས་མཚོགས་མ་ཚུན་ཚར་བདུན་རེ་འཕྱར་མཉེ་འབད་དེ་ལྟག་པར་བཀའ།			
2.7.13	མགོ་ལས་ལྟག་པ་ཚུན་མཚུབ་བསྐྱོལ་འབད།			
2.7.14	མཚུབ་མོ་གིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་སྐོར་མོར་འདུད་པ་འབད།			
2.7.15	མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་པད་འགོས་ཀྱི་ཚུལ་ལུ་མཚུབ་འགོས་འབད།			
2.7.16	ཡང་བསྐྱར་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོལ་ལྟེ་མཉེ་འབད།			
2.7.17	མཚུབ་བསྐྱོལ་སྟེ་སྤྱི་འབྲེན།			
2.7.18	མཚུབ་མོ་གིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་མཉེ་འབྲེན་འབད།			
2.7.19	ལགས་ཐལ་སྤུང་ཀྱིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་དལ་ཀྱིས་ཐག་རྒྱབས།			
2.7.20	ཡང་བསྐྱར་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོལ་ལྟེ་མཉེ་འབད།			
2.7.21	ལག་མཐིལ་སྤྱི་བོར་བཀའ་སྟེ་ བདེ་ལས་ཐོལ་བའི་སྐོན་ཚོག་འདོན།			

2.2 གདོང་གི་བྱུག་པ།

ཨང་།	བྱ་སྐོར་རིམ་པ།	སྐུགས།
------	----------------	--------

		༡	༡	༠
༡.༡.༡	ནདཔ་ཉལ་མི་གུར་ གན་རྒྱལ་སྤྱོད་བཞག			
༡.༡.༢	བྱུག་པ་འབད་མི་རང་ཉིད་སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་བྱུག་གསལ་བཏབ་སྤྱོད་གཞུངས་ སྤྱོད་བཏུང་ཐོག་ལས་ནད་པའི་དཔལ་བར་ལག་མཐེལ་གཡས་པ་གིས་བཀའ་ སྤྱོད་སྤྱོད་ཆ་ལྡེ་རིང་བཞག			
༡.༡.༣	ལག་གཉིས་དཔལ་བ་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་སུ་འབྱུག་སྤྱོད་གདོན་བཞགས་བསྐྱད་པར་ བསམ།			
༡.༡.༤	ལག་པ་བྱུག་རྒྱ་དང་བཅས་གདོང་རྣམ་ཚོག་གུ་སྤྱོད་དབྱར་ཉེ་ཞལ་ཞལ་འབད།			
༡.༡.༥	དཔལ་བ་དབྱ་གསུམ་ལུ་བཞོ་སྤྱོད་ དབྱ་རེར་ཚར་གསུམ་རེ་མཐེ་བོང་གིས་སྤྱོད་ མཉེ་འབད་དེ་སྤྱོད་གོང་ལུ་དཔལ་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༦	སྤྱོད་དབྱག་ལས་སྤྱོད་མཚུག་ཚུན་ སྤྱོད་མ་ཚར་གསུམ་རེ་གཙུས་མཉེ་འབད་དེ་ སྤྱོད་གོང་ལུ་དཔལ་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༧	སྤྱོད་གོང་ལས་རྣ་ཙེ་ཚུན་གུང་མོ་གིས་སྤྱོད་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༨	སྤྱོད་མཚུམས་ དཔལ་བའི་དབྱས་དང་ སྤྱོད་དབྱག་ལུ་མཉེ་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༩	སྤྱོད་དབྱག་ལས་སྤྱོད་ཙེ་ཚུན་མཐེ་བོང་ངམ་མཚུབ་མོ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀྱིས་ ཚར་གསུམ་རེ་སྤྱོད་མཉེ་			
༡.༡.༡༠	སྤྱོད་ལུང་ལུང་དང་མཚུབ་ཚོས་རུས་པའི་མས་བྱུར་ལས་བ་འགམ་ལུ་དཔལ་མཉེ་ འབད།			
༡.༡.༡༡	མཚུབ་ཚོད་དབྱ་གསུམ་ལུ་བཞོ་སྤྱོད་ མཐེབ་མཚུབ་ཀྱིས་ཡ་ལས་མར་བལྟ་བད་ འགོས་ཚར་གསུམ་རེ་ལག་མཐེལ་གིས་མཚུབ་ཚོས་བསྤོར་གྲེན་ཕྱོགས་སུ་ཚར་ གསུམ་རེ་མཉེ།			
༡.༡.༡༢	སོར་མོ་གིས་མཚུབ་ཚོས་བསྤོར་གྲེན་ཕྱོགས་སུ་ཚར་གསུམ་རེ་མཉེ།			
༡.༡.༡༣	chew muscle སོར་མཚུབ་ཀྱིས་མཉེ་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༡༤	ནདཔ་ཉལ་མི་གུར་ གན་རྒྱལ་སྤྱོད་བཞག			
༡.༡.༡༥	མ་མགལ་རུས་པ་བརྒྱད་རྣ་ཤལ་ཚུན་གཙུས་འཐེན་འབད།			

2-2-16	མ་མཚུའི་འོག་གསང་ལས་ ཡ་མཚུའི་གཤོང་། ལྷ་གཤོག་འགྲུམ། ལྷོན་དབྱུག་ བཅས་ལྷོན་ཕྱོགས་སུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2-2-17	མ་མགལ་ལས་དཔལ་བ་ཚུན་ལག་མཐེལ་གྱིས་ཚར་གསུམ་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
2-2-18	ན་རྒྱབ་གཤོང་ལུ་སློར་མཉེ་འབད་དེ་ན་རྒྱབ་རྒྱུད་དེ་ན་ཅེ་ཚུན་མནན་མཉེ་ཚར་ གསུམ་འབད།			
2-2-19	ན་བ་ཡས་མས་དཔལ་གསུམ་དུ་བགོ་སྟེ་ན་ཅེ་ལས་ན་ཤལ་ལུ་ཚར་གསུམ་རེ་འཕུར་ མཉེ་འབད།			
2-2-20	ན་བའི་རྒྱ་དཔལ་ལུ་བགོ་སྟེ་མཐེབ་མཚུབ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2-2-21	ན་བའི་ཕྱི་ནང་སྟོན་ཤིང་བཞི་ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2-2-22	ན་ཤལ་འོག་རྒྱའི་ཅེ་མགོ་ལུ་དལ་མཉེ་འབད།			
2-2-23	མ་མགལ་ལས་དཔལ་བ་ཚུན་ལག་མཐེལ་གྱིས་ཚར་གསུམ་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
2-2-24	ལག་མཐེལ་དཔལ་བར་བཀའ་སྟེ་ནད་ལས་གྲོལ་བའི་སྟོན་ཚིག་འདོན།			

2-3 སྐལ་པའི་བྱུག་པ།

5ན་གསོ། བྱུག་པ་འབད་མི་ནད་པའི་མགོ་ཕྱོགས་ལུ་སྟོན་ནི།

ཨང་།	བྱ་སྟོའི་རིམ་པ།	སྐུག་པ།		
		1	2	0
2-3-1	ནད་པ་ཉལ་ཁྲི་གུ་ག་སྐབ་བརྒྱབ་བདེ་ཉོག་ཉོ་སྟེ་ཉལ་བཅུག།			
2-3-2	བྱུག་པ་འབད་མི་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་སྟོན་སྐྱེ་གསལ་བཏབ་སྟེ་གཟུངས་ སྐུག་པ་བཅུང་ཐོག་ལས་ནད་པའི་ཚིགས་པ་དང་པོའི་ཐད་ལུ་ལག་མཐེལ་ གཡས་པ་གིས་བཀའ་སྟེ་སྐར་ཆ་ལུ་རིང་བཞག།			
2-3-3	ལག་གཉིས་ཚིགས་པ་དང་པོ་ལས་རྟིང་པའི་ཕྱོགས་སུ་འཕྱུག་སྟེ་གདོན་བགོགས་ བསྐྱད་པར་བསམ།			
2-3-4	ལག་པ་གཉིས་གྱིས་དལ་གྱིས་འབད་ལུས་འགྲུལ་བསྐྱོད་འབད།			

2.3.4	ལག་གཡས་སོག་པ་དང་ ལག་གཡོན་དམི་མིག་ཁར་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.3.5	ལག་མཐིལ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲལ་ཚིགས་གཡས་གཡོན་ལུ་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.3.6	སྒྲལ་པའི་བྱལ་ཤ་བརྒྱད་དེ་རྟིང་པ་ཚུན་ལག་མཐིལ་གྱི་མཐིལ་འགྲོས་འབད་དེ་ མཇུག་ལུ་རྟིང་པ་འབེན་ཏེ་སྤྱད་སྐོ་ལས་སྤུ་འབྱེལ་ཚུན་མཇུག་གོང་གིས་མནན་ མཉེ་ཚར་གསུམ་འབད།			
2.3.7	ལག་པར་སྤུམ་རྒྱུགས་ཏེ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ལྷག་པ་དང་སྒྲལ་པར་ཞལ་ཞལ་སྤེ་ འཕྱི།			
2.3.8	གཉའ་ལྷག་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་དལ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.3.9	གཉའ་ལྷག་གི་ཚིགས་མཚམས་ལུ་དལ་གྱིས་སྐོར་མཉེ་འབད།/གཉའ་ཤ་གུ་མཐེ་ བོང་གིས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.3.10	གཉའ་ཤ་གུ་མཇུག་སོར་གྱིས་བརྗི་འབེན་འབད།			
2.3.11	དཔུང་འཇུག་དང་གཉའ་ཤའི་གསང་ལུ་མནན་མཉེད་འབད།			
2.3.12	ཨན་སྟོང་ཚིགས་པ་དང་བོང་མཐེ་བོང་གིས་ཚར་བཅུ་གཅིག་སྐོར་མཉེ་འབད།			
2.3.13	གཉའ་ཤའི་མཇུག་ལས་སོག་པ་གཡས་ཀྱི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གིས་འབྱུང་ མཉེ་འབད།			
2.3.14	གཉའ་ཤའི་མཇུག་ལས་སོག་པ་གཡོན་གྱི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གིས་འབྱུང་ མཉེ་འབད།			
2.3.15	གཉའ་ཤའི་མཇུག་ལས་སོག་པའི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གཉིས་མཉམ་གིས་ འབྱུང་མཉེ་འབད།			
2.3.16	པད་འགྲོས་ཚུལ་དུ་སོག་པའི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གྱིས་གཙུག་འབེན་ འབད།			
2.3.17	ལག་མཐིལ་གྱིས་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་བརྒྱད་མནན་མཉེ་འབད།			
2.3.18	མཐེ་བོང་གཉིས་ཀྱིས་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་བརྒྱད་དེ་སྐོར་མཉེ་འབད།			
2.3.19	མཐེ་བོང་གཉིས་བརྗེག་གིས་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་མནན་མཉེ་འབད།			

2-3-27	མཐེ་བོང་སྟེང་ལུ་ལག་མཐིལ་བཀའ་སྟེ་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་མནན་མཉེ་ འབད།			
2-3-28	མཐིལ་མཚུག་གིས་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་མནན་མཉེ་འབད།			
2-3-29	མཚུབ་གུང་བཀུག་པའི་བར་ཚེར་གྱིས་སྐལ་ཚེར་གཡས་གཡོན་བརྒྱད་ཐུར་ལུ་ དེད་མཉེད་ཚར་གསུམ་རེ་འབད།			
2-3-30	ཚིགས་པ་དང་པོ་ལས་ཀླད་ཚིགས་ཚུན་མཐེ་བོང་གིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2-3-31	གོང་བཞིན་ཚིགས་པའི་བར་མཚམས་ལུ་བཐེ་བོང་རེ་མོས་གྱིས་བསྐྱོལ་མཉེ་ འབད།			
2-3-32	སོར་རྒྱབ་གྱིས་རྒྱབ་ཤ་མནན་མཉེ་འབད།			
2-3-33	མཐེབ་སོར་གྱིས་གཉའ་ལྟག་ལས་ཀླད་པ་ཚུན་པད་འགྲོས་འབད།			
2-3-34	ཚིགས་པ་དང་པོའི་ཐད་ལས་ཀླད་ཚིགས་ཚུན་དང་སྐར་གཉེན་ལུ་འཕྱི་སྟེ་སྤྱད་སྟོ་ ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2-3-35	ནད་པ་ཉལ་མི་གུ་ག་སྐབ་བརྒྱབ་བདེ་རྟོག་རྟོ་སྟེ་ཉལ་བཅུག			
2-3-36	བྱུག་པ་འབད་མི་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་སྐྱེས་སྐྱུར་གསལ་བཏབ་སྟེ་གཟུངས་ སྐྱུགས་བཅུང་ཐོག་ལས་ནད་པའི་ཚིགས་པ་དང་པོའི་ཐད་ལུ་ལག་མཐིལ་ གཡས་པ་གིས་བཀའ་སྟེ་སྐར་ཆ་ལཱའི་རིང་བཞག			
5ན་གསོ། བྱུག་པ་འབད་མི་ནད་པའི་ཟུར་ལུ་སྤྱོད་དེ།				
2-3-37	ལག་པར་སྐྱུམ་སྐྱུགས་ཏེ་བྱུག་རྒྱ་དང་བཅས་སྐལ་པར་ཞལ་ཞལ་སྟེ་འཕྱི།			
2-3-38	མཐེ་བོང་བསྐྱོལ་ཏེ་ཡས་མས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2-3-39	ལག་མཐིལ་བསྐྱོལ་ཏེ་ཡས་མས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2-3-40	ཀླད་པའི་ཐད་ལུ་ལག་མཐིལ་གྱིས་འདྲུད་འཐེན་འབད་དེ་ཀླད་ཚིགས་ལས་ཚེར་ པ་དང་པོ་ཚུན་དེད་མཉེ་འབད།			
2-3-41	ཚིགས་པ་བཅུ་བཞི་པའི་གཡས་གཡོན་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2-3-42	གོང་བཞིན་སོར་རྒྱབ་གྱིས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2-3-43	མཚུབ་མོ་གིས་མནན་བརྗིད་འབད།			

2.3.31	མཚུབ་མོ་གིས་མཉེ་འབྲེན་འབད།			
2.3.32	མཚུབ་མོ་གིས་ཐག་བརྒྱབ།			
2.3.30	ཤེད་པའི་ཐད་ལུ་ལག་མཐིལ་གྱིས་འདྲུད་འབྲེན་འབད་དེ་ཤེད་ཚོགས་ལས་ཚོན་པ་དང་པོ་ཚུན་དེད་མཉེ་འབད།			
2.3.37	ཚོགས་པ་བཅུ་བཞི་པའི་ཐད་ལུ་ལག་ཟུར་གྱིས་བདར་མཉེ་འབད།			
2.3.39	སྐྱག་པོ་ཚེའི་སྟེང་ལུ་གུ་མོ་གིས་མནན་མཉེད་འབད།			
2.3.33	ལག་པ་གཉིས་གྱིས་ཤེད་པ་ལས་གུང་ཕྱོགས་སུ་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
2.3.34	སྐལ་ཚོགས་ཀྱི་དབྱུང་ལས་ལག་པ་ཐར་སྐར་ཚུལ་གྱིས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.3.35	ལག་མཐིལ་མཐའ་ཡུལ་ལུ་བཀའ་སྟེན་ལས་གོལ་བའི་སྟོན་ཚོག་འདོན།			

2.4 ལག་པའི་བྱུག་པ།

ཨང་།	བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	སྐྱག་པ།		
		1	2	0
2.4.1	ལག་པར་སྐྱུམ་སྐྱུགས་ཏེ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ལག་པར་ཞལ་ཞལ་སྟེ་འཕྱི།			
2.4.2	གུ་མོ་དང་ལག་མཐིལ་འཕུར་མཉེ་འབད།			
2.4.3	དཔུང་ཚོགས་ནང་གསང་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.4	མཐེ་བོང་གིས་དཔུང་ཚོགས་སྟོར་མཉེད་འབད།			
2.4.5	མཐེབ་ཟུང་གིས་མཐིལ་ཚོགས་ལུ་སྟོར་མཉེ་འབད།			
2.4.6	མཐེ་བོང་གིས་ལག་མོར་བར་ལས་མཐིལ་ཚོགས་ཚུན་འདེད་མཉེ་འབད་དེ་མཐིལ་ཚོགས་མནན།			
2.4.7	མཐེབ་མཚུབ་གྱིས་མོར་མོའི་སྟེང་འོག་དང་ཡས་མས་ཡོངས་རྫོགས་འབྲེན་མནན་འབད།			
2.4.8	མཐེ་བོང་གིས་ལག་མཐིལ་ཡོངས་རྫོགས་སྟོར་མཉེ་འབད།			
2.4.9	ལག་མཐིལ་གྱིས་ནད་པའི་ལག་མཐིལ་འཕུར་མཉེ་འབད།			

2.1.10	རང་དང་ནད་པའི་ལག་སོར་བསྐྱོལ་ཏེ་མཁྲིག་ཚིགས་གཡས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་ ལུ་སྤྱིང་སྟེ་དལ་གྱིས་གཡས་སྐྱོར་བདུན་དང་གཡོན་སྐྱོར་བདུན་འབད།			
2.1.11	མཐེབ་མཚུབ་གྱིས་སོར་བར་ཤ་ཡོངས་ཚོགས་འཐེན་མནན་འབད།			
2.1.12	ལག་པ་གཉིས་གྱིས་མཁྲིག་ཚིགས་ལུ་འདྲིལ་མཉེ་འབད།			
2.1.13	གྲུ་ཚིགས་གཡས་སྐྱོར་གཡོན་སྐྱོར་འབད།			
2.1.14	མཐེ་བོང་གིས་ཉུ་ཤ་ལུ་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.1.15	མཐེ་བོང་གིས་ལག་རར་ཉུ་རྒྱབ་དང་མདུན་ཉུ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.1.16	ལག་མཐིལ་གྱིས་ལག་རར་དང་དཔུང་པའི་ཉུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.1.17	མཐེབ་སོར་གྱིས་ལག་རར་དང་དཔུང་པའི་ཉུ་བརྗེ་འཐེན་འབད།			
2.1.18	ལག་མཐིལ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.1.19	མཐེ་བོང་གཉིས་བརྗེགས་བརྒྱབ་སྟེ་མནན་མཉེ་འབད།			
2.1.20	མཐེ་བོང་གིས་གྲུ་མའི་ནང་དོས་འཐེན་མཉེ་འབད།			
2.1.21	སྤིན་ཚིགས་དང་སྤིན་ཚེ་ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2.1.22	ལག་པ་ཡོངས་ཚོགས་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
2.1.23	ལག་པ་དལ་གྱིས་གཡུག་སྟེ་མར་འཐེན་སྐྱར་ཡོག་འཕུལ་འདེད་འབད།			

2.4 ཀྱང་པ། (ཀྱང་པའི་རྒྱབ)

ཨང།	བྱ་སྤྱོད་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༩	༧	༠
2.4.1	ལག་པར་སྐྱུམ་སྐྱུགས་ཏེ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ཀྱང་པར་ཞལ་ཞལ་སྟེ་འཕྱི།			
2.4.2	ཀྱང་མ་གཉེན་ཕྱོགས་སྟོང་སྟེ་རྟིང་པ་ལུ་ལག་པ་གིས་ཚར་གསུམ་བརྒྱུངས།			
2.4.3	ཀྱང་མ་དལ་གྱིས་གཡུག་སྟེ་གཡས་གཡོན་ལུ་སྤྱིང་བཞེན་མ་ལས་ཀྱང་མཐིལ་ལུ་ བརྒྱུང།			
2.4.4	ལག་སོར་བསྐྱོལ་ཏེ་མཐིལ་གྱིས་རྟིང་པར་འཐེན་མཉེད་འབད།			
2.4.5	སོར་མཚུབ་གྱིས་ཡོང་བུ་གཉིས་ལུ་སྐྱོར་མཉེ་འབད།			

2.4.6	མཐེབ་བྱུང་རེ་མོས་གྲིས་བྱིན་ཉུང་བརྒྱ་ཤ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.4.7	ལག་མཐིལ་རེ་མོས་གྲིས་བྱིན་ཉུང་བརྒྱ་ཤ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.4.8	མཐེབ་སོར་གྲིས་བྱིན་ཉུང་བརྒྱ་ཤ་ལུ་བཟླེ་འབེན་འབད།			
2.4.9	ལག་མཐིལ་དང་མཐེ་བོང་སོར་རྒྱབ་ཚུ་གིས་རིམ་བཞིན་སྤྲིང་མནན་འབད།			
2.4.10	མཐེ་བོང་གིས་སྤྲིད་ཁྱུང་དལ་གྲིས་འདྲུད་འབེན་འབད།			
2.4.11	མཐེ་བོང་གིས་རྟིང་པའི་དྲེག་མཚམས་དང་བྱིན་སྤྲིང་། སྤྲིད་ཁྱུང་། བརྒྱའི་ཕྱི་སུལ། བརྒྱའི་རྒྱབ་གསང་།			
2.4.12	ལག་མཐིལ་གྲིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.13	མཐེ་བོང་གཉིས་བརྟེན་གྲིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.14	མཐེ་བོང་རེ་མོས་བསྐྱོལ་ཏེ་རྒྱང་མཐིལ་ལུ་འཕུར་མཉེ་འབད།			
2.4.15	མཐེབ་བྱུང་གིས་རྒྱང་མཐིལ་གཡམས་གཡོན་ལས་དུས་མཉམ་དུ་འགྲོས་མནན་ འབད།			
2.4.16	རྒྱང་མཐིལ་དཀྱིལ་གསང་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.17	རྒྱང་མཐིལ་ལོངས་རྫོགས་འབྲི་མཉེ་འབད།			
(རྒྱང་པའི་མདུན།)				
2.4.18	ལག་པ་དབྱི་མིག་དང་ལུས་མོ་ལུ་བཀའ་སྟེ་སྤྲིང་མནན་འབད།			
2.4.19	ལག་པར་སྐྱུམ་སྐྱུགས་ཏེ་ཕུག་རྒྱ་དང་བཅས་རྒྱང་པར་ཞལ་ཞལ་སྟེ་འབྲི།			
2.4.20	མཐེབ་མཚུབ་གྲིས་སོར་བར་ཤ་ལོངས་རྫོགས་འབེན་མནན་འབད།			
2.4.21	མཐེ་བོང་གིས་རྒྱང་པའི་བར་ལས་གདོང་གི་རྒྱ་བར་གསང་རྒྱན་འདྲེད་མཉེ་འབད་ དེ་གདོང་གི་རྒྱ་བར་གསང་ལུ་མནན་ཏེ་ མཚུག་ལུ་མཐེ་བོང་སྐྱེས། ཡོང་གོང་ ལོང་ཚིགས་གསང་དང་ གཉན་གོང་གསང་རྒྱ་ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.22	མཐེབ་མཚུབ་གྲིས་རྒྱང་པའི་སོར་མོའི་ཕྱི་ནང་དང་ལས་མས་ལོངས་རྫོགས་འབེན་ མཉེ་འབད།			
2.4.23	རྒྱང་པ་གཡམས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་ལུ་སྤྲིང་སྟེ་ དལ་གྲིས་གཡམས་སྐྱོར་བདུན་དང་ གཡོན་སྐྱོར་བདུན་འབད།			

१.५.१९	མཐེ་བོང་གིས་ངར་གདོང་ཟུར་དང་བརྒྱ་ཤ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
१.५.१५	ལག་མཐེལ་གྱིས་ངར་གདོང་ཟུར་དང་བརྒྱ་ཤ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
१.५.१८	མཐེབ་སོར་གྱིས་ངར་གདོང་ཟུར་དང་བརྒྱ་ཤ་ལུ་བརྗི་འབེན་འབད།			
१.५.१७	ལག་མཐེལ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
१.५.१५	མཐེ་བོང་གཉིས་བརྟེན་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
१.५.१८	མཐེབ་སོར་གྱིས་ངར་གདོང་དང་བརྒྱ་ཤར་འབྲིལ་མཉེ་འབད།			
१.५.१०	མཐེ་བོང་གིས་ལུས་མེའི་ལྷ་ངར་སྐོར་མཉེད་འབད་དེ་ལྷ་ངའི་ཕྱོགས་བཞི་དང་གཉན་གོང་གསང་ལུ་མནན་མཉེད་འབད།			
१.५.११	རྒྱལ་ཡོངས་རྒྱུ་ལྷོ་མཉེ་འབད།			
१.५.११	རྒྱལ་མར་འབེན་སྟེ་སྐར་ལོག་འཕུལ་འདེད་འབད།			

३ མཚུག་བསྟུ།

ཨང་།	བྱ་སྐྱོད་རིམ་པ།	སྐྱུག་སྐ།		
		१	१	०
३.१	<p>བྱུག་པའི་བཅོས་འབད་ཚར་བའི་མཚུག་ལུ་ནད་པའི་ལུས་སེམས་ལུ་འཆོ་བའི་ནད་རིགས་དང་སྐྱུག་བསྟུལ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བཅུག་ཟེར་བའི་སྐྱོན་ཚིག་འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་དང་བཅས་མཚུག་བསྟུ་དགོས་པ་ཡིན།</p> <p>སེམས་ཅན་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ།། ལྷུང་ཏུ་ནད་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག།།</p> <p>འགྲོ་བའི་ནད་རྣམས་མ་ལུས་པ།། རྟག་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ཤོག།།</p>			

ལམ་སྟོན་བཞི་པ།
གསོ་རིག་ཞི་གནས་དང་ལུས་སྦྱོང་།

གསོ་རིག་ཞི་གནས་དང་ལུས་སྐྱོང་།

དམིགས་ལུལ།

ཞི་གནས་དང་ལུས་སྐྱོང་གི་ཐོག་ལས་ བད་མེད་དང་བད་ཅན་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་ཕན་ཐོག་ཡོད་པའི་ཞབས་ཏྲོག་ ཅིག་ལུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན། ཞི་གནས་ཟེར་མི་འདི་སེམས་གཞན་ལུ་མ་གཡེངས་པར་རིག་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱིམ་ རྟེ་སྤོང་མི་ལུ་སྤྲོབ་ཨིན། ཞི་གནས་དང་ལུས་སྐྱོང་འདི་སྐྱོམ་ཚུགས་པ་ཅིན་ཚེ་ད་རིས་ནད་གཞི་ཚུ་ཐོབ་ནི་ལས་ བཀག་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་ཐོག་ལས་ཚེ་རིང་ནི་དང་། ཚེ་སྤི་མ་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནི་གི་ གོ་སྐྱབས་ཡང་ལེ་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོ་རིག་ལུས་སྐྱོང་ཟེར་མི་འདི་གཟུགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁམས་སྟོམས་སྐྱིག་འབད་དེ་ མི་ན་བར་ཚེ་སྐོག་ལུན་རིང་ འཚོ་ནི་དང་ བ་བའི་ལུས་སེམས་གསོ་ནི་ སྐོག་རྒྱུང་འབྲུགས་པའི་རྒྱུན་ཀྱིས་འཐོབ་པའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ན་ཚ་ འདི་ཚུ་སེལ་ཐབས་ལུ་ ལུས་སྐྱོང་དབྱེ་བ་ཁག་མ་འདྲམ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་སྤོན་འགོག་དང་བཙོས་ཐབས་ འབད་ཚུགས་པ་ཨིན།

སྐྱོང་བདར་འདི་མཇུག་བསྐྱེད་སྐོབ་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས།

- གསོ་བ་རིག་པའི་དགོངས་པ་ལྟར་ལུས་རྣམ་སྤྲང་ཚོས་བདུན་གནས་ཐངས་ཤེས་ཚུགས།
- གསོ་བ་རིག་པའི་སྤོན་འགོའི་ལུས་སྐྱོང་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- མི་ན་བར་གནས་པའི་ལུས་སྐྱོང་དུས་རྒྱུན་འབད་ཚུགས།
- བད་གཞི་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ལུས་སྐྱོང་སྐོབ་སྤོན་དང་གོ་བད་སྤོན་ཚུགས།
- སེམས་ཁམས་ལུས་སྐྱོང་གི་ཐབས་ལམ་ཤེས་ཏེ་གོ་བད་སྤེལ་ཚུགས།

༡ གསོ་བ་རིག་པའི་དགོངས་པ་ལྟར་ལུས་རྣམ་སྤྲང་ཚོས་བདུན།

ཨང་།	བྱ་སྤྲོད་རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡	རྐང་མ་རྩོམ་སྤྱིལ་ཀྱང་སྤེ་སྤོན་དགོ།			

༡.༡	སྐལ་ཚོགས་མདའ་བཟུམ་སྤང་སྟེ་སྟོང་དགོ།			
༡.༢	ལགཔ་མཉམ་བཞག་སྟེ་བའི་འོག་ལུ་སྦྱར་ཏེ་བཞག་དགོ།			
༡.༣	ལྷེ་ཚེ་ཡ་རྒན་ལུ་འབྱར་དགོ།			
༡.༤	ཕུག་ལྷག་ཚོད་གཤོག་བཟུམ་བརྒྱུང་དགོ།			
༡.༥	ཨོལ་སྒོག་ཨ་ཚེ་བཀྲུག་དགོ།			
༡.༦	མིག་ཏེ་རྟ་པ་གི་ཚེ་ལུ་ཕབ་སྟེ་བཟླ་དགོ།			

༡ གསོ་རིག་ཞི་གནས།

ཨང་།	བྱ་སྟོའི་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡	ལུས་སྦྱོང་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་ཉེ་མ་ ལུས་རྣམ་སྤང་ཚོས་བདུན་ཐོག་ལས་གསོ་རིག་ཞི་གནས་སྐར་མ་ ^༣ ལས་ ^༤ དེ་ཅིག་གི་རིང་བསྐྱོམ་དགོ།			
སྟོན་འགྲུའི་ལུས་སྦྱོང་།				
༡.༢	ལུས་སྦྱོང་རོ་མ་ མ་འབད་བའི་ཉེ་མར་ ཚ་དང་ཚུ་རྒྱས་ཤམ་འདི་ཚུ་མཉེན་ཏེ་ཏེ་འཁྱོ་བཅུག་ཞིའི་དོན་ལུ་ ལུས་སྦྱོང་འཇམ་སུ་ཅིག་འབད་དགོ།			
ཚོལ་ཅག་དང་པ།(སྐྱབ་སྒྲ་གུས་བཏུད།)				
༡.༣	ཞི་གནས་བསྐྱོམ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ཡར་ལོང་སྟེ་རྒྱུ་གཉིས་གཅིག་ཁར་ཞིབ་ལགཔ་སྦྱར་བཅམ་སྟེ་ལགཔ་གཡས་པ་ཕྱི་ལས་རྒྱ་གམ་སྟེ་བྱང་ལོག་གུར་བཀལ་གཟུགས་སྤང་སྟེ་དགོ།			
༡.༤	རྒྱ་གམ་བཤུབ་སྟེ་ལགཔ་སྦྱར་བཅམ་ཡོད་མི་འདི་ གཡས་གཡོན་བརྒྱུང་ ལོག་གཤོང་ཁ་ཐུག་སྤྱིང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ལགཔ་སྦྱར་བཅམ་ཡོད་མི་གཉིས་གཅིག་ཁར་མཐུད་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			
༡.༥	དེ་ལས་ལགཔ་སྦྱར་བཅམ་སྟེ་གཡས་གཡོན་བརྒྱུང་ལོག་གཤོང་ཁ་ཐུག་བཀལ་རྒྱ་གམ་སྟེ་ཕུག་ལྷག་དང་སྦྱག་སྟེ་ཕར་རྒྱུར་གཡུག་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			

<p>༢.༤</p>	<p>དེ་ལས་ལོག་ལག་མཚུབ་བརྒྱུད་སྟེ་གཡས་གཡོན་སྤྱིར་ཞིན་ལས་ སྤྱི་གཙུག་གྲ་ ལས་ཐལ་མོ་སྐྱར་ཏེ་ ལུས་མོ་གཉིས་བསྐྱམ་དང་གཅིག་ཁར་ ལག་པ་ཐལ་མོ་ སྐྱར་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་གཅིག་ཁར་འབག་འོང་སྟེ་ ལུབ་ས་ཁར་མ་རྩོད་པ་ཅིག་ ལས་ ལོག་ཡར་ལོང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ལག་པ་ཐལ་མོ་སྐྱར་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་ བཤུབ་སྟེ་ལོག་འབད་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>ཚོལ་བཅག་གཉིས་པ།</p>				
<p>༢.༥</p>	<p>ཏེ་མ་བཟུམ་སྟེ་རང་ཡར་ལོང་སྟེ་རྒྱུ་གཉིས་གཅིག་ཁར་ཞིབ་ ལག་པ་སྐྱར་ བཅམ་རྒྱ་གྲམ་སྟེ་གཟུགས་ཕྱང་སྟོད་དགོ།</p>			
<p>༢.༦</p>	<p>ཚོལ་ཅག་དང་པའི་སྐབས་བཟུམ་སྟེ་རང་ རྒྱ་གྲམ་བཤུབ་སྟེ་ལག་པ་སྐྱར་བཅམ་ ཡོད་མི་འདི་ གཡས་གཡོན་བརྒྱུད་ ལོག་གདོང་ལ་ཐུག་སྤྱིང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ ལག་པ་སྐྱར་བཅམ་ཡོད་མི་གཉིས་གཅིག་ཁར་མཐུད་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>༢.༧</p>	<p>དེ་ལས་ལོག་ལག་པ་སྐྱར་བཅམ་སྟེ་གཡས་གཡོན་སྤྱིར་ གདོང་ལ་ཐུག་བསྐྱམ་རྒྱ་ གྲམ་སྟེ་ཕྱག་ལྷག་དང་སྐྱག་སྟེ་ཕར་རྒྱུ་གཡུག་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>༢.༡༠</p>	<p>ལག་པ་གཉིས་སྐྱར་བཅམ་སྟེ་ ཕྱག་ལྷག་དང་སྐྱག་སྟེ་གཡུག་པ་ད་ལུ་ གྲངས་ཁ་ དང་སྐྱག་སྟེ་ ལག་པ་ནང་ལ་ཐུག་འོང་མ་ད་རྒྱུ་གཡོན་མ་ཡར་བསྐྱམ་ནི་དང་ གཅིག་ཁར་གྲངས་ཁ་, ཚུམ་ནི་དང་ ལག་པ་ཕྱི་ལ་ཐུག་གཡུག་པ་ད་རྒྱུ་ གཡས་པོ་ཡར་བསྐྱམ་དང་གྲངས་ཁ་ ༢ སྟེ་ཚུམ་ཏེ་ གྲངས་ཁ་ལ་ལྷ་ཟེར་མ་ཅིག་ ལག་པ་གཡས་གཡོན་བསྐྱམ་ རྒྱུ་གཡོན་མ་ཡར་འཐུ་ གྲངས་ཁ་དུག་ཟེར་མ་ ད་ལག་པ་གཡས་གཡོན་ཕྱི་ལར་སྤྱིང་མ་ད་གཅིག་ཁར་རྒྱུ་གཡས་པོ་ཡར་ བཤུགས་སྟེ་ཡར་བསྐྱམ་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			

སེམས་ཁམས་ཀྱི་ལུས་སྣོད།

མང།	བྱ་སྐོའི་རིམ་པ།	སྐུགས།		
		༡	༡	༠
ལེའུ་དང་པ་ཅ་སྣོད་འཕུལ་འཁོར།				
3.1	རང་ལུས་དྲང་པོར་བསྐྱང་ལགཔ་གཉིས་ཤུས་མོ་གུ་བཀའ་སྟེ་སྣོད་དགོ།			
3.2	ལགཔ་གཡསཔ་དེ་གིས་ལྷ་པ་གཡོན་པའི་དོང་བསུབ་ཞིནམ་ལས་སྤྱ་བུག་གཡསཔ་པ་ལས་ཕྱིའི་རླུང་གཙང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་རྩུབ་རླུང་འདི་ལྟེ་འོག་ལུ་མནལ་ཙམ་བྱས་ཏེ་ཁ་ལས་སྟེ་ཕྱི་ཁར་བཏོན་གཏང་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			
3.3	ལགཔ་གཡོན་པ་གིས་ལྷ་པ་གཡསཔ་པའི་དོང་བསུབ་ཞིནམ་ལས་སྤྱ་བུག་གཡོན་པ་ལས་ཕྱིའི་རླུང་གཙང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་རྩུབ་རླུང་འདི་ལྟེ་འོག་ལུ་མནལ་ཙམ་བྱས་ཏེ་ཁ་ལས་སྟེ་ཕྱི་ཁར་བཏོན་གཏང་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			
3.4	དེ་ལས་ལགཔ་སྤུས་མོ་འགྲུར་བཀའ་བཞེས་ལས་ལྷ་པ་གཉིས་ཆ་ར་ལས་རླུང་ནང་དུ་རྩུབ་ལྟེ་འོག་མནལ་ཙམ་བྱས་ཏེ་ཁ་ལས་སྟེ་ཕྱི་ཁར་བཏོན་གཏང་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			
ལེའུ་གཉིས་པ་དབུ་རྒྱུད་ལོ་གསུམ་བཟླ་བཤལ།				
3.5	རྒྱུད་སྤུལ་ལྷུང་འབད་སྣོད་ཞིནམ་ལས་ལགཔ་གཉིས་གཡསཔ་དང་གཡོན་ལུ་སྤྱིང་སྟེ་དུས་ལུན་རྣམ་ཆ་ལྔ་གི་རིང་དམིགས་པ་བསྐྱེད་དགོ།			
3.6	དེ་ལས་ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཞེས་ཤུས་མོ་གུ་བཀའ་ལགཔ་སྤར་བཙམ་ཞིནམ་ལས་དབུགས་ནང་དུ་རྩུབ་དེ་ཅིག་ཁར་ལགཔ་གཉིས་ཆ་ར་ལོད་སྣོད་ཁ་ལུག་ལུ་འབེན་དབུགས་སིང་སྤྱོད་དང་བཙམཔ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་རྣམས་ལུ་ལགཔ་སྤར་བཙམ་སྟེ་ཡོད་མི་གཡསཔ་གཡོན་གཉིས་ཆ་ར་གདོང་ཕྱང་སྟེ་སྤྱིང་དགོ། དེ་ལས་ལགཔ་གཡསཔ་དེ་མཛོག་རྒྱུད་མ་ཞིནམ་ལས་འཁོད་སྣོད་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་བཀའ་ལགཔ་གཡོན་པ་གིས་ལྷ་པ་གཡསཔ་པའི་དོང་བསུབ་ཞིནམ་ལས་ལྷག་པ་གཡོན་པ་ལས་ཕྱིའི་རླུང་གཙང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་རྩུབ་སྟེ་རླུང་ལྟེ་འོག་ལུ་			

	མནལ་ཚམ་འབད་དེ་ ལྷ་པ་གཡོན་པའི་དོང་ཕུག་བསུབ་སྟེ་ ལྷོང་ལྷ་པ་གཡམ་པ་ ལས་ཕྱི་ཁར་བཏོན་གཏང་དགོ། (ཚར་གསུམ)			
3.2	དེའི་ཤུལ་ལུ་སྲར་བཞིན་གྱི་ཕུག་ལེན་ཐོག་ལས་སྣ་བུག་གཡམ་པ་ལས་སྟེ་ལྷོང་ ནང་དུ་ལྷོང་སྟེ་སྣ་བུག་གཡོན་པ་ལས་ཕྱིར་བཏོན་གཏང་ནི།(ཚར་གསུམ)			
3.3	མཇུག་རང་ལགཔ་གཉིས་སྲར་བཞིན་ཕུས་མོ་གྲུ་བཀའ་པའི་ཤུལ་ལུ་ལགཔ་སྲར་ བཅམ་དབུགས་ནང་དུ་ལྷོང་ད་ཅིག་ཁར་ལགཔ་གཉིས་ཆ་ར་ཁོད་སྟོད་ཁ་ཐུག་ལུ་ འཐེན་དབུགས་སིང་སྐྱ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་སྐབས་ལུ་ལགཔ་སྲར་ བཅམ་སྟེ་ཡོད་མི་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་གཏོང་ཕྱང་སྟེ་སྤྱིང་དགོ།དེ་ལས་ ལགཔ་མཛོག་བཅམ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་བསྟོལ་ཏེ་བྱང་ཁོག་འགྲུར་བཀའ་དགོ།དེ་ ལས་སྣ་བུག་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱིར་ལྷོང་གཚང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་ལྷོང་ སྟེ་ལྷོང་སྟེ་འོག་ལུ་མནལ་ཚམ་འབད་ལྷ་པ་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱི་ཁར་ བཏོན་གཏང་དགོ།			
3.4	དེའི་ཤུལ་ལས་ཡང་ སྣ་བུག་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱིར་ལྷོང་གཚང་མ་ འཇམ་པོ་ནང་དུ་ལྷོང་པའི་སྐབས་སུ་གཟུགས་མདུན་སྤང་ཚར་གཅིག་བཀའ་བཞི་ དང་ལྷོང་ལྷ་པ་གཉིས་ལས་ཕྱི་ཁར་བཏང་མ་དང་ཅིག་ཁར་གཟུགས་འཕྲང་ནི།			
3.10	ད་རུང་ སྣ་བུག་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱིར་ལྷོང་གཚང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་ ལྷོང་སྟེ་ལྷོང་སྟེ་འོག་ལུ་མནལ་ཚམ་འབད་ལྷ་པ་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱི་ཁར་ བཏོན་གཏང་དགོ།			
ལེའུ་གསུམ་པ་གཞུ་འགྲིང་།				
3.11	ཀང་མ་སྐྱིལ་དགྲུང་སྟེ་སྟོད་དགོ།			
3.12	ལགཔ་གཉིས་སྲར་བཞིན་ཕུས་མོ་གྲུ་བཀའ་པའི་ཤུལ་ལུ་ལགཔ་སྲར་བཅམ་སྟེ་ དབུགས་ནང་དུ་ལྷོང་ད་ཅིག་ཁར་ལགཔ་གཉིས་ཆ་ར་ཁོད་སྟོད་ཁ་ཐུག་ལུ་འཐེན་ ཞེན་ལས་དབུགས་སིང་སྐྱ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་སྐབས་ལུ་ ལགཔ་སྲར་བཅམ་ཡོད་མི་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་གཏོང་ཕྱང་སྟེ་སྤྱིང་དགོ། དེ་ལས་དང་པ་རང་གཏོང་གཡོན་ཁ་ཐུག་འགོར་ཏེ་དབུགས་ནང་དུ་ལྷོང་དང་ཅིག་			

	ཁར་ལག་པ་ཡང་གཡོན་ཁ་ཐུག་ལུ་སྤྱིང་ཞིན་མ་ལས་(མདའ་བཀའ་དོན་བརྩམ་སྤྱིང་གཙོ་བོ་རུས་ཤུགས་འདི་སྤྱིང་ཁ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྤྱིང་དུ་འོང་བཅུག་དགོ། དབུགས་དེ་སྐར་ ཆ་གཅིག་གི་ཡུན་བཀག་བཞག་པའི་ཤུལ་ལག་པ་གཡོན་མ་སྤྱིང་སྤྱོད་མི་འདི་སྤྱིང་བྱང་ཞིན་མ་ལས་སུས་མོ་གུ་བཀའ་དགོ། གཡམས་ལུ་ཚར་གསུམ་གཡོན་ལུ་ཚར་གསུམ་འབད་དགོ།			
ལེའུ་བཞི་པ་གནམ་སའི་འཕྲུལ་འཁོར།				
3.73	ཤུས་མོའི་ལྷ་ང་ས་ཁར་བཅུགས་རྐང་པའི་རྟིང་པ་གཉིས་གུ་ཨ་བུ་བཀའ་ལག་པའི་མཚུབ་མོ་བཅུ་སྟོལ་ཞིན་མ་ལས་མགུ་རྟོ་ས་ཁར་བཀྱག་ལག་མཚུབ་སྟོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ས་ཁར་བཀའ་དགོ།			
3.74	དེ་ལས་དབུགས་ནང་དུ་རྩལ་དང་ཅིག་ཁར་ མཚུབ་མོ་བསྟོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ཁོད་སྤྱིང་ཁ་ཐུག་འབྲེན་ཞིན་མ་ལས་བྱང་གཞུང་འགྲུར་བཀའ་ཏེ་དབུགས་བཀག་ནི།			
3.75	དེ་ལས་སྤུས་མོ་བཅུག་པ་བཅུག་ས་ར་ཁོད་སྤྱིང་འཕྲང་ཏེ་ལག་མཚུབ་སྟོལ་མི་འདི་ཕྱི་ཀེ་སྤྱོད་མགོའི་སྤྱིང་གི་གནམ་ཁར་སྤྱིང་ཞིན་མ་ལས་མིག་རྟོ་གུ་དུ་བལྟ་ཏེ་ཡུད་ཅམ་ཅིག་སྤྱིང་པའི་ཤུལ་ལུ་མཚུབ་མོ་བསྟོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་མར་ཡབ་ཏེ་བྱང་ལུ་ཡུད་ཅམ་ཞིག་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ཁ་དང་སྤུ་ལས་དབུགས་ཤུགས་སྤྱོད་ཕྱིར་བྱང་མ་དང་ཅིག་ཁར་ལག་མཚུབ་བསྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ཤུགས་སྤྱོད་ས་ཁར་བཀའ་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
ལེའུ་ལྔ་པ་མོ་བའི་མེ་དོད་འཕྲུལ་འཁོར།				
3.76	ལུས་ངང་པོར་བསྐང་ལག་པ་གཉིས་སུས་མོ་གུ་བཀའ་བ་ཞིན་མ་ལས་སྤྱིང་རྒྱུང་བཀག་འོག་རྒྱང་བསྐྱན་བར་རྒྱང་སུམ་པ་ཅན་བརྩུང་ཞིན་མ་ལས་ མོ་བའི་ནང་རྒྱང་གཡམས་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་དང་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་གཉེན་ཐུར་ཚར་གསུམ་འབད་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
ལེའུ་དུག་པ་ཐུར་མེར་རྒྱང་།				
3.77	རབ་འབྱུང་པ་ཅིན་རྐང་མ་རྩོམ་དཀྱིལ་གྱུང་སྤྱོད་དགོཔ་ད་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་སྤྱིལ་གྱུང་སྤྱོད་པའི་ཤུལ་ལུ་ལག་པ་གཉིས་སྤུས་མོ་འགྲུར་བཀའ་བ་ཞིན་མ་			

	ལྷ་པའི་དོང་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་ལས་འགྲོས་ཀྱིས་འབད་ཕྱི་ཁར་བཏང་དགོ།			
༤.༣	ལགཔ་གཉིས་རྒྱ་གམ་ཐོག་རྒྱང་ནང་ན་ན་འགྲོས་ཀྱིས་འབད་འཐེན་ཏེ་བརྒྱང་ཞིན་མ་ལས་གཞུགས་པར་ཏང་ཏེ་སྡོད་ལགཔ་གཉིས་གདོང་ལ་ཐུག་ལུ་སྤྱིང་ལག་མཐེལ་གཉིས་ཕྱི་ཕྱི་འབད་དེ་མིག་ཏོ་གུ་ཚར་གསུམ་ཕྱག་དགོ། ༼ཚར་གསུམ༽			
༤.༤	སྦྱིལ་ཀྱང་བལྟཔ་ཞིན་མ་ལས་ཡར་ལོང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ལག་མཐེལ་གཉིས་རྒྱང་པའི་ཕྱེ་ལས་ཡར་འགོ་བཙུགས་འཕུར་ཏེ་མགུ་ཏོ་གུ་རྒྱུན་ཚོད་ལོང་ཞིན་མ་ལས་མགུ་ཏོ་ཚར་གསུམ་ཕྱག་དེ་ལས་ལོག་ལགཔ་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱག་ལྷག་ལས་མར་རྒྱང་ཕྱེ་རྒྱུན་ཕྱག་འོང་དགོ། ༼ཚར་གསུམ༽			
༤.༥	དེ་སྤྱི་འབད་ཚར་མ་ཅིག་རྒྱང་མ་སྦྱིལ་ཀྱང་དང་གཅིག་ཁར་ལོག་ཅུ་བར་སྡོད་དེ་ལགཔ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་དབུགས་ཡང་འགྲོས་ཀྱིས་འབད་བཏང་དགོ།			
	ཕོ་བ་བསྐྱར་བ།			
༤.༦	གཞུགས་པར་རྒྱང་སྦྱིལ་ཀྱང་སྡོད་དགོ།			
༤.༧	རྒྱང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༨	ལགཔ་ཕུས་མོ་གུར་བཀའ་ཕོག་གཡས་སྐྱོར་ཚར་གསུམ་བསྐྱར་གཡོན་སྐྱོར་ཚར་གསུམ་བསྐྱར་མར་བལྟད་ཚར་གསུམ་ཡར་བལྟད་ཚར་གསུམ་འབད་དགོ།			
༤.༩	དེ་ལས་ལག་མཚུབ་བརྒྱུད་སྟེ་གཡས་གཡོན་སྐྱོར་སོར་སྤེ་རྣམ་ཅོ་ཐད་ཕྱང་ཡར་འཕུ་ནི། ༼ཚར་གསུམ༽			
༤.༡༠	དེ་ལས་ལགཔ་གཉིས་མཚོ་ཕུ་ག་ཕུབ་སྟེ་བཅམ་སྟེ་གཡས་ཕྱི་ལས་སྟེ་རྒྱ་གམ་བཟོ་ལོག་གདོང་ལ་ཐུག་ལག་མཚུབ་བརྒྱུད་སྟེ་སྤྱིང་དགོ། ལགཔ་གཉིས་སྤྱིང་མ་སྤྱིང་ས་རང་ག་ཕུབ་རྒྱུ་སྟེ་ལག་མཐེལ་ས་ཁར་ཚར་གཅིག་བཀའ་ཏེ་གཡེབ་ལོག་མར་ལས་ཡར་ལག་མཐེལ་གཉིས་ཀྱིས་གཞུགས་གུ་ལས་ཕྱག་སྟེ་ལགཔ་ཕྱང་དཀྱིལ་ལ་ཐུག་ལྷོད་པ་དང་མཚོ་ཕུ་གང་རྒྱལ་འབད་བཅམ་ལོག་མཚུབ་ལོག་ལ་ཐུག་འཐེན་ཞིན་མ་ལས་དཀྱིལ་ལི་གཉིས་མཚུབ་ལོག་གུར་བརྒྱང་དཀྱིལ་ལི་			

	མཚན་ལོག་གྲར་བརྒྱུ་ཚར་མ་ཅིག་ལོག་ལགས་ལྷགས་སྟེ་གདོང་ལར་སྤྱིང་དགོ། ། ཚར་གསུམ། །			
༤.༡༡	ལགས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོང་དགོ།			
	ན་བ་དཔུང་རེག།			
༤.༡༢	ཀར་མ་རྩེ་རྒྱུལ་གྲང་འབད་སྟོང་དགོ།			
༤.༡༣	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༡༤	ལགས་གཉིས་རྒྱ་གམ་ཐོག་རྒྱུང་ནང་ན་འགོས་ཀྱིས་འབད་འཐེན་ཏེ་བཀག་ནམ་ ཚོ་ཕྱག་ལྷག་གཡས་པ་གྲར་རེག་སྟེ་མགྲུ་ཏོ་གཡས་བསྐོར་བསྐྱིར་དགོ། ། ཚར་ གསུམ། །			
༤.༡༥	ནམ་ཚོ་ཕྱག་ལྷག་གཡོན་མ་གྲར་རེག་སྟེ་མགྲུ་ཏོ་གཡོན་བསྐོར་བསྐྱིར་དགོ། ། ཚར་གསུམ། །			
༤.༡༦	མགྲུ་ཏོ་རྒྱབ་གདོང་མ་མཁལ་བྱང་ལོག་གྲར་སྟོང་བ་སྟེ་བརྒྱུང་དགོ། ། ཚར་ གསུམ། །			
༤.༡༧	མ་མཁལ་ཕྱག་ལྷག་གཡས་པ་གྲར་རེག་སྟེ་མགྲུ་ཏོ་གཡས་བསྐོར་བསྐྱིར་དགོ། ། ཚར་གསུམ། །			
༤.༡༨	མ་མཁལ་ཕྱག་ལྷག་གཡོན་མ་གྲར་རེག་སྟེ་མགྲུ་ཏོ་གཡོན་བསྐོར་བསྐྱིར་དགོ། ། ཚར་གསུམ། །			
༤.༡༩	མིག་ཏོ་ཕྱག་ལྷག་གཡས་ཁ་ཐུག་ཕྱང་སྟེ་བལྟ་དགོ། ། ཚར་གསུམ། །			
༤.༢༠	མིག་ཏོ་ཕྱག་ལྷག་གཡོན་ཁ་ཐུག་ཕྱང་སྟེ་བལྟ་དགོ། ། ཚར་གསུམ། །			
༤.༢༡	གདོང་ཕྱང་བལྟ་ཞིན་མ་ལས་དབྱགས་འགོས་ཀྱིས་འབད་བཏང་མ་དང་གཅིག་ ལར་ལགས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོང་དགོ།			
	ལག་སོར་མགོར་སྐོར།			
༤.༢༢	ཀར་མ་རྩེ་རྒྱུལ་གྲང་འབད་སྟོང་ནི།			
༤.༢༣	རྒྱུང་རོ་སེལ་ནི།			

༤.༡༤	ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་རྒྱུང་བཟུང་ལགཔ་གཡསཔ་གྱིས་མགུ་ཉོ་གཡསཔ་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་དང་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ཕྱག་དགོ།			
༤.༡༥	ད་རུང་ལགཔ་གཡོན་མ་གིས་མགུ་ཉོ་གཡསཔ་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ཕྱག་དགོ།			
༤.༡༦	ལགཔ་གཉིས་ཚར་གིས་མགུ་ཉོ་གཡསཔ་གཡོན་ཚར་གསུམ་ཕྱག་ཞེན་ལས་ལོག་ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་བྱང་ལོག་གུར་བཞག་དགོ།			
༤.༡༧	དེ་ལས་ལགཔ་གཉིས་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་ཡོད་མི་འདི་འབྲུབ་ཞེན་ལས་གཡསཔ་གཡོན་སྤྱིང་ལོག་ཕྱག་ལྷག་ལོག་ལུ་ལག་མཚུབ་བརྒྱུང་སྟེ་བརྒྱུང་དགོ། ལོག་ལག་མཐིལ་གྱིས་བྱང་ལོག་ཕྱག་སྟེ་ལོང་ཞེན་ལས་གཡསཔ་གཡོན་སྤྱིང་སྟེ་ཉེ་མ་བཟུམ་སྟེ་བརྒྱུང་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
༤.༡༨	ད་རུང་ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་ཡོད་མི་འདི་རྒྱ་གྲམ་སྟེ་རང་གཤོང་ཁ་ཐུག་སྤྱིང་ལོག་སྟོག་རུས་ལོག་ཚམ་ཅིག་ལུ་ལགཔ་སྤར་བཅམ་ཐོག་རང་བརྒྱུང་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
༤.༡༩	དབུགས་འགྲོས་གྱིས་འབད་བཏང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ལགཔ་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོན་དགོ།			
	སྦྱིལ་ཀྱང་བཞིག་པ།			
༤.༢༠	རྒྱུང་ཚེ་རྗེ་སྦྱིལ་ཀྱང་འབད་སྟོན་དགོ།			
༤.༢༡	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༢༢	རྒྱུང་བཟུང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ད་གྱིལ་ཀྱང་བཟུབ་ཞེན་ལས་ཨ་བུས་ཁར་བརྒྱུང་སྟེ་ཡར་ལོང་དགོ།			
༤.༢༣	རྒྱུང་གཡསཔ་པའི་རྟིང་པ་ཨ་བུག་གུར་ཚར་གཅིག་བརྒྱུང་ཞེན་ལས་གཤོང་ཁ་ཐུག་ལུ་གཡསཔ་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ད་གྲུག་དགོ། གཡོན་མ་གྱིས་རྒྱུབ་ཁ་ཐུག་ལུ་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ད་གྲུག་དགོ།			

༤.༣༤	ཀངམ་གཡོན་མ་གྱི་རྟིང་པ་ཨ་ལུག་གུར་ཚར་གཅིག་བརྟུང་ཞིན་མ་ལས་གདོང་ལ་ ཐུག་ལུ་གཡས་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་དགུག་དགོ། གཡས་པ་གྱིས་རྒྱབ་ལ་ཐུག་ལུ་ གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་དགུག་དགོ།			
༤.༣༥	ཀངམ་གཡས་པ་གྱིས་གཡོན་མ་གྱི་ལོང་བུ་ལས་བརྟུང་ལུག་རྒྱན་ཡར་བཤུད་མར་ བཤུད་ཚར་གསུམ་འབད་ཞིན་མ་ལས་གཡས་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་དགུག་དགོ། གཡོན་མ་གྱིས་རྒྱབ་ལ་ཐུག་ལུ་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་དགུག་དགོ།			
༤.༣༦	ཀངམ་གཡོན་མ་གྱིས་གཡས་པ་འི་ལོང་བུ་ལས་བརྟུང་ལུག་རྒྱན་ཡར་བཤུད་མར་ བཤུད་ཚར་གསུམ་འབད་ཞིན་མ་ལས་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་དགུག་དགོ། གཡས་པ་གྱིས་རྒྱབ་ལ་ཐུག་ལུ་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་དགུག་དགོ།			
༤.༣༧	ཅུ་བར་སྔོད་ཞིན་མ་ལས་ཀངམ་དོ་རྗེ་སྐྱེལ་གྱུང་ཐོག་ལས་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་ བཞག་འབད་དེ་དབུགས་བཏང་དགོ།			
	ལྷ་རྒྱུ་གྲེན་འབྲུད།			
༤.༣༨	ཀངམ་དོ་རྗེ་སྐྱེལ་གྱུང་འབད་སྔོད་དགོ།			
༤.༣༩	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༤༠	རྒྱུང་རོ་སེལ་ཚར་མ་ཅིག་ལག་པ་གཉིས་ཕུས་མོ་གུར་བཀའ།			
༤.༤༡	དབུགས་ནང་ན་འཐེན་ཏེ་བཀའ་གཉིས་ལས་ ཕུས་མོ་གུར་བཀའ་ཡོད་མི་ལག་པ་ གཉིས་པོ་འདི་ཕུས་མོ་ལས་ཡར་ཨེ་ཙོ་འོག་རྒྱན་འཐེན་ཞིན་མ་ལས་ གདོང་ལ་ ཐུག་ལུ་སྤྱིང་ལོག་བྱང་ལོག་གུར་ལག་མཐེལ་གྱིས་བརྟུང་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
༤.༤༢	ད་རུང་ཕུས་མོ་གུར་བཀའ་ཡོད་མི་ལག་པ་གཉིས་པོ་འདི་སྤར་བཅམ་དང་གཅིག་ ལར་ཕུས་མོ་ལས་ཡར་ཨེ་ཙོ་འོག་རྒྱན་འཐེན་ཞིན་མ་ལས་གདོང་ལ་ཐུག་ལུ་སྤྱིང་ ལོག་སྒྲོག་ཕུས་འོག་ཚམ་ལུ་ལག་པ་སྤར་བཅམ་དང་གཅིག་ལར་བརྟུང་ དགོ།(ཚར་གསུམ)			
༤.༤༣	ཕུས་མོ་གུར་བཀའ་ཡོད་མི་ལག་པ་འདི་ཕུས་མོ་ལས་ངར་གདོང་ལ་ཐུག་བཤུད་དེ་ གཅིག་ལར་བསྐྱམས་ཞིན་མ་ལས་ཡར་བྱང་ལོག་ལ་ཐུག་རྫོང་དཔ་ད་ཐལ་སྤར་ འབད་འཕུར་དགོ།(ཚར་གསུམ)			

༤.༤༤	དབྱུགས་ཐོས་ཀྱིས་འབད་བཏང་ཐོག་ལས་ ལགཔ་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྡོད་ དགོ།			
	གྲུ་མོ་བརྒྱུང་པ།			
༤.༤༥	ཀངམ་དོ་རྗེ་སྦྱིལ་ཀྱང་འབད་སྡོད་དགོ།			
༤.༤༦	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༤༧	དབྱུགས་བཀགཔ་དང་གཅིག་ཁར་ཡར་ལོང་སྟེ་ལག་མཚུབ་གཉིས་པར་རྒྱུར་ བསྐོལ་ཏེ་སྦྱི་གཙུག་ལུ་བཀག་ ཀེ་ལི་གཉིས་ཕྱག་ལྷག་གཡས་གཡོན་ལུ་ཕྱང་ ཁོད་སྡོད་གཡས་གཙུག་གཡོན་གཙུག་ཚར་ལུ་རེ་འབད་དགོ།			
༤.༤༨	ཅེ་བར་སྡོད་དེ་ ཀངམ་སྦྱིལ་ཀྱང་ལགཔ་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལས་ དབྱུགས་ འགྲོས་ཀྱིས་འབད་བཏང་དགོ།			
	བརྒྱུང་བསྐྱུམ་བྱུང་འཇུག།			
༤.༤༩	ཀངམ་དོ་རྗེ་སྦྱིལ་ཀྱང་འབད་སྡོད་དགོ།			
༤.༥༠	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༥༡	ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་སྟེ་རྒྱུང་བཟུང་ཞིནམ་ལས་ཀངམ་བརྒྱུང་སྟེ་ ཕུས་མོ་གཉིས་གཅིག་ཁར་སྦྱར་ ཉིང་པ་ཡར་འབྱུ་ཞིནམ་ལས་བརྒྱུང་བསྐྱུམ་བྱུང་ འཇུག་ཚར་༡༠འབད་དགོ།			
༤.༥༢	དཀྱིལ་ཀྱང་སྟེ་སྡོད་དེ་ལགཔ་མཉམ་བཞག་ཐོག་ དབྱུགས་འགྲོས་ཀྱིས་འབད་ བཏང་དགོ།			

༥ བད་གཞི་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ལུས་སྡོད་།

ཨང་།	བྱ་སྡོལ་རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
	སྦྱུལ་མཉེ།			
༥.༡	ཀངམ་དོ་རྗེ་སྦྱིལ་ཀྱང་འབད་སྡོད་དགོ།			

4.2	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.3	ལགཔ་གཉིས་མགུ་རྟོ་ཁར་བཀའ་ཞིན་མ་ལས་མགུ་རྟོ་འཕྲུ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ རྒྱུང་གསང་ཚུ་གུར་དུས་ཡུན་སྐར་མ་གྱི་རིང་འཕུར་དགོ།			
4.4	ལགཔ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོན་དགོ།			
	ཐོ་རྒྱུ།			
4.5	རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུལ་གུང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.6	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.7	དབུགས་བཀགཔ་དང་གཅིག་ཁར་ ཡར་ལོང་ཞིན་མ་ལས་ ལག་མཚུབ་གཉིས་བསྟོལ་ཏེ་ལྷག་གོ་གུར་ལས་གཡས་བསྟོར། (ཚར་གསུམ)			
4.8	གཡོན་བསྟོར།(ཚར་གསུམ)			
4.9	ཅ་བར་སྟོན་དེ་རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུལ་གུང་དང་ དབུགས་ཐོས་ཀྱིས་སྟེ་བཏང་ཐོག་ལས་ ལགཔ་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྟེ་སྟོན་དགོ།			
	གསོ་བ་ཁྲིམ་ན།			
4.10	རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུལ་གུང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.11	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.12	དབུགས་བཀགཔ་སྟེ་ ཡར་ལོང་ཞིན་མ་ལས་ གཟུགས་སྤང་བུང་ཁོག་བཙོར་ ལགཔ་གཉིས་ཀྱིས་གཡས་གཡོན་སྟོར་སོར་སྟེ་རྒྱབ་གདོང་ཚར་ལྷ་རེ་བརྟུང་དགོ།			
4.13	ཅ་བར་སྟོན་དེ་ དབུགས་འཐོས་ཀྱིས་སྟེ་བཏང་ཐོག་ལས་ རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུལ་གུང་ ལགཔ་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྟོན་དགོ།			
	རྒྱུལ་གུང་།			
4.14	རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུལ་གུང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.15	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.16	ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གམ་ཐོག་རྒྱུང་བཟུང་སྟེ་མིག་འབྲས་ཐད་ཀར་དུ་བཟུ་ཞིན་མ་ལས་གཡས་བསྟོར་ཚར་གསུམ།			
4.17	མིག་འབྲས་ཐད་ཀར་བཟུ་སྟེ་གཡོན་བསྟོར་ཚར་གསུམ།			

4.13	མིག་འབྲས་ཐད་ཀར་བལྟ་ཞིན་མ་ལས་གཡས་ཕྱོགས་ལུ་ཚར་གསུམ་གཡོན་ ཕྱོགས་ལུ་ཚར་གསུམ་བལྟ་དགོ།			
4.14	མིག་འབྲས་ཐད་ཀར་དུ་བལྟ་སྟེ་སྟེང་འོག་ཚར་རེ་བལྟ་དགོ།			
4.20	དེ་ལས་ལགཔ་གཉིས་མཉམ་བཞག་དང་གཅིག་ཁར་དབྱགས་གཏང་དགོ།			
	གྲུ་གྲུ་བརྒྱུང་བ།			
4.21	ཀང་མ་དོ་རྩེ་སྒྲིལ་གྲུང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.22	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.23	ལགཔ་གཡོན་མ་གཡས་པའི་ཕྱག་ལྷག་གྲུར་བཀའ་ལགཔ་གཡས་པ་མཛོ་ཕུ་ བཅམ་ཞིན་མ་ལས་ཨེ་ཙི་འོག་ལུ་བརྩུགས་ཀི་ལི་མཚན་ལོགས་བརྒྱུང་དགོ།(ཚར་ གསུམ)			
4.24	ལགཔ་གཡས་པ་གཡོན་པའི་ཕྱག་ལྷག་གྲུར་བཀའ་ལགཔ་གཡོན་མ་ཛོ་ཕུ་ བཅམ་ཞིན་མ་ལས་ཨེ་ཙི་འོག་ལུ་བརྩུགས་ཀི་ལི་མཚན་ལོགས་གྲུར་བརྒྱུང་ དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.25	ལགཔ་གཡས་པ་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་མཛོ་ཕུ་བཅམ་ཞིན་མ་ལས་ཨེ་ཙི་འོག་ལུ་ བརྩུགས་སྟེ་ལགཔ་གཅིག་ཁར་གྱི་ལི་མཚན་ལོགས་གྲུར་བརྒྱུང་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.26	ཡར་ལོང་སྟེ་ལགཔ་གཉིས་སྟར་བཅམ་ཞིན་མ་ལས་ཕུས་མོ་གྲུ་བཀའ་བྱང་ལོག་ བཙོང་ཏེ་ལགཔ་སྟར་བཅམ་ཡོད་མི་འདི་ཕུས་མོ་གྲུ་ལས་ཡར་མདའ་གཞུ་ བཀའ་དོ་བརྩུམ་སྟེ་འབྲེན་ཏེ་ཕར་རྒྱུང་སྟེང་དང་གཅིག་ཁར་ལགཔ་སྟར་ བཅམ་ཡོད་མི་འདི་བརྒྱུང་དགོ། གཡས་གཡོན་བསྐྱོར་སོར་(ཚར་གསུམ་རེ)			
4.27	ཚུ་བར་སྟོན་དེ་ཀང་མ་སྒྲིལ་གྲུང་དང་ལག་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྟེ་སྟོན་དགོ།			
	སྒྲིག་མོ་དབྱེ་བ།			
4.28	ཀང་མ་དོ་རྩེ་སྒྲིལ་གྲུང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.29	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.30	དབྱགས་བཀའ་གཉིས་མཉམ་ལས་དབྱིལ་གྲུང་བལྟུབ་སྟེ་ཡར་ལོང་ལགཔ་གཞུ་ལར་ འཕྲུ་ཀེད་པ་རྒྱུབ་ལར་བཅགཔ་དང་གཅིག་ཁར་ལགཔ་འགྲོམ་གྱིས་འབད་རྒྱུབ་			

	ཁ་ཐུག་བཏང་ལོག་གཟུགས་དང་ལག་ཡར་ཡར་སྟེ་གདོང་ཁར་བཀྲུག་པ་དང་ ལག་མཚུབ་འདི་རྒྱུ་པའི་མཐེ་བོང་གུར་རེག་དགོ། (ཚར་གསུམ)			
པ-༣༡	གཟུགས་སྤང་ལག་པ་གཡོན་མ་གནམ་ཁར་འཕྱར་ཕྱ་དང་གཅིག་ཁར་གཡམས་ཁ་ ཐུག་ཟུར་བཏེག་འབད་གཡོ་ཞིན་མ་ལས་ལག་པ་གཡམས་པའི་མཚུབ་མོ་རྒྱུ་མ་ གཡམས་པའི་ལོང་བུ་ལུ་སྟོད་པ་སྟེ་བཀལ་དགོ། གཡམས་གཡོན་བསྐྱོར་སོར་ཚར་ གསུམ་རེ།			
པ-༣༢	གཟུགས་སྤང་ལག་པ་གཡོན་མ་གནམ་ཁར་འཕྱར་ཕྱ་དང་གཅིག་ཁར་ལོང་སྟོད་ གཡོན་ཁ་ཐུག་གཟུགས་ཞིན་མ་ལས་ལག་པ་གཡམས་པའི་མཚུབ་མོ་རྒྱུ་མ་གཡོན་ པའི་ཐེབ་མཚུབ་ཚུན་བཀལ་དགོ། གཡམས་གཡོན་བསྐྱོར་སོར་ཚར་གསུམ་རེ།			
པ-༣༣	དེ་ལས་གདོང་ཁ་ཐུག་ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ ཅ་ལ་(སྟོལ་)བཟུམ་ཅིག་འཐུ་བའི་ སྤང་བ་སྟེ་ རྒྱུ་མཚུབ་ཅེ་ལས་ཡར་འཐུ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུ་ལ་ཁ་ཐུག་བཀོ་བའི་ཚུལ་ འབད་ནི་ལོག་ལག་པ་གཉིས་རང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཟུར་ལས་མར་གདོང་ཁ་ཐུག་འབག་ འོང་སྟེ་ཉེ་མ་བཟུམ་སྟེ་འབད་དགོ། ཚར་གསུམ།			
པ-༣༤	དེ་བཟུམ་སྟེ་གདོང་ཁ་ཐུག་ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ ཅ་ལ་(སྟོལ་)བཟུམ་ཅིག་འཐུ་ བའི་སྤང་བ་སྟེ་གཡམས་སྐྱོར་ཚར་གསུམ་དང་གཡོན་སྐྱོར་ཚར་གསུམ་གཟུགས་ ལོང་སྟོད་དང་སྟུགས་བསྐྱིར་དགོ།			
པ-༣༥	ཅུ་བར་སྟོད་དེ་ དབུགས་འགྲོས་ཀྱིས་སྟེ་བཏང་ཐོག་ལས་ རྒྱུ་མ་རྩེ་རྒྱུལ་ཀྱང་ ལག་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོད་དགོ།			
	མཐེ་བོང་རྟེན་པ།			
པ-༣༦	རྒྱུ་མ་རྩེ་རྒྱུལ་ཀྱང་འབད་སྟོད་དགོ།			
པ-༣༧	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
པ-༣༨	དབུགས་བཀག་པ་དང་གཅིག་ཁར་ཡར་ལོང་སྟེ་ རྒྱུ་མ་གཡོན་མ་གདོང་ཁར་ བཞག་ལག་པ་གཡམས་ལུ་རྩེ་རྩེ་གཡུག་དོ་བཟུམ་གཡོན་སྐྱོར་སྟེ་གཡུག་པ་དང་ གཅིག་ཁར་ལག་པ་གཡོན་མ་གྱིས་རྒྱུ་ལུ་མཚོ་སྟེ་བཟུང་དགོ་མཚོ་སྟེ་ཚར་གསུམ་			

	བརྩམ་ཅིག་བཞི་པ་བརྩམ་དང་གཅིག་ཁར་ལག་པ་གཡས་པ་གཡུག་སྡོད་མི་དེ་ ཡང་གདོང་ཁ་ལྷག་ ལུང་རྩོམ་པོ་དོ་བཟུམ་བཞོ་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.39	དེ་བཟུམ་སྟེ་གཡོན་མ་གྱི་ཡང་འབད་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.40	སར་སྡོད་ཞིན་མ་ལས་ སྐྱེལ་ཀྱང་ཐོག་ དབྱགས་ལྗོད་བཏང་སྟེ་ལག་པ་གཉིས་ མཉམ་བཞག་སྟེ་སྡོད་དགོ།			
	སྐར་བདའ་བསྐྱོལ་བ།			
4.41	ཀང་མ་རྩོམ་སྐྱེལ་ཀྱང་འབད་སྡོད་དགོ།			
4.42	རྩུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.43	དབྱགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཉིས་ཆ་རའི་མཚུབ་མོ་ རང་སྟོགས་ཀྱི་ ཕྱག་ལྷག་གུ་བཀལ་ཏེ་ དཀྱིལ་ལི་གཡས་གཡོན་སྐོར་སོར་སྟེ་མཆན་ལོག་གུར་ བརྩམ་དགོ། ཚར་གསུམ་ཤེ།			
4.44	དཀྱིལ་ལི་རྩུང་འཇུག་སྟེ་ མཆན་ལོག་གུར་བརྩམ་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.45	ལག་མཚུབ་ཕྱག་ལྷག་གུ་རང་བཞག་སྟེ་ དཀྱིལ་ལི་གཉིས་གདོང་ཁ་ལྷག་ མཚུབ་ ལོག་དཀྱིལ་ལི་གཉིས་གདོང་ཁ་ལས་ཡར་འབྲུ་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱབ་ཁ་ ལྷག་བསྐྱར་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.46	དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལོག་གདོང་ཁ་ལས་མར་རྒྱབ་ཁ་ལྷག་བསྐྱར་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.47	དབྱགས་བཏང་མ་དང་ཅིག་ཁར་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྡོད་དགོ།			
	ལི་རི་བརྩམ་པ།			
4.48	ཀང་མ་རྩོམ་སྐྱེལ་ཀྱང་འབད་སྡོད་དགོ།			
4.49	རྩུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.50	དབྱགས་བཀག་པ་དང་ཅིག་ཁར་ ལག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཚུབ་མོ་ཀི་ལི་གཡས་ གཡོན་གུར་བཟུང་ མཚུབ་ཏོ་སྐྱི་གཙུག་ཚུན་བཀལ་ཞིན་མ་ལས་རྣམ་ཅོ་གཡས་ གཡོན་གུར་ཚར་ལྷ་བརྩམ་སྟེ་ ལོག་བྱང་ལོག་གུ་ཐབ་དགོ།(ཚར་གསུམ)			

4.47	དེ་ལས་ལག་པའི་མཚུབ་མོ་གེར་བརྒྱུད་སྟེ་ལག་མཚུབ་གང་རྒྱལ་སྟེ་མཐེ་བོང་ སྲིན་ལག་གི་ཚུ་བར་བཀལ་ཏེ་ བརྒྱུད་དེའི་གི་ལྷག་གུར་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ ལྷག་ལྷག་ཡར་འཕུ་ ཀི་ལི་གདོང་ཁ་ལས་རྒྱབ་ཁ་ཕྱག་བསྐྱེར་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.48	དེ་བཟུམ་སྟེ་ཀི་ལི་རྒྱབ་ཁ་ལས་གདོང་ཁ་ཕྱག་བསྐྱེར་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.49	དབུགས་བཏང་ཐོག་ལས་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོན་དགོ།			
	སྒྲིང་བུ་འཕུད་པ།			
4.50	ཀར་མ་རྩོམ་སྐྱེལ་གྱང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.51	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.52	དབུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཡོན་མ་གྱིས་ལྷག་ལྷག་གཡས་པ་གུར་ བཟུང་ལག་པ་གཡས་པ་གིས་ཕུས་མོ་གཡོན་མ་གུར་བཟུང་། ཁོད་སྟོན་གཡས་ གཡོན་གཟུས་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.53	ལག་པ་གཡས་པ་གིས་ལྷག་ལྷག་གཡོན་མ་གུར་བཟུང་། ལག་པ་གཡོན་མ་གྱིས་ ཕུས་མོ་གཡས་པ་གུར་བཟུང་། ཁོད་སྟོན་གཡས་གཡོན་གཟུས་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.54	དབུགས་བཏང་ཐོག་ལས་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོན་དགོ།			
	ག་རྒྱུང་སྐྱར་པ།			
4.55	ཀར་མ་རྩོམ་སྐྱེལ་གྱང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.56	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.57	དབུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ཡར་ལོང་སྟེ་ ཀར་པའི་རྩིང་མ་ཡར་སེང་མ་དང་ གཅིག་ཁར་ ལག་མཚུབ་བསྐྱོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ལྟེ་བ་ལས་ཡར་ལྷི་ཀེ་འབད་སྐྱི་ གཟུག་ཚུན་བཀལ་སྐར་ཆ་དགི་རིང་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ལོག་མར་སྟེ་བའི་གུར་ བདེ་བ་སྟེ་ཐེ་བོང་གཉིས་གྱིས་ལྷེ་ལྷེ་འཕུར་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.58	ཚུ་བར་སྟོན་དེ་སྐྱེལ་གྱང་སྟེ་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ དབུགས་བཏང་ དགོ།			
	རྩོམ་འགྲོམ།			

4.63	ཀངས་དོ་རྗེ་སྦྱིལ་ཀྱང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.64	རྒྱ་རོ་སེལ་དགོ།			
4.65	དབྱུགས་བཀག་པ་དང་གཅིག་ཁར་ ཀངས་ཡར་བསྐྱམ་སྟེ་བསྟོལ་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཉིས་ཡང་བསྟོལ་ཏེ་ཀངས་ཀྱི་སྦྱིད་ཁྲུང་གཉིས་ལུ་བཟུང་ དེ་ལས་ཡར་ ཡོང་སྟེ་ ཀངས་བསྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ཕྱང་སྟོན་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ སྦྱིད་ཁྲུང་བཟུང་མ་བཟུང་ས་རང་གཡམ་ཁ་ཐུག་ལས་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཟུར་ཁར་ མཐོང་ཚུགས་སྟེ་ཚར་གཅིག་བསྐྱར་གཡོན་ཁ་ཐུག་ལས་གཡམ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཟུར་ ཁར་མཐོང་ཚུགས་སྟེ་ཚར་གཅིག་བསྐྱར་ཞིན་མ་ལས་ཅུ་བར་སྟོན་དགོ།(ཚར་ གསུམ)			
4.66	ཀངས་སྦྱིལ་ཀྱང་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་དབྱུགས་བཏང་དགོ།			
	ཚུ་སྦྱོར་བརྒྱུད་བསྐྱམ།			
4.67	ཀངས་དོ་རྗེ་སྦྱིལ་ཀྱང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.68	རྒྱ་རོ་སེལ་དགོ།			
4.69	དབྱུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་བྱང་ལོག་གུར་ བཞག་ཀངས་གཉིས་ཆ་ར་བརྒྱུད་མཚུབ་མོ་ཕྱང་སྟེ་ཕུས་མོ་གི་ཟུར་གཉིས་སར་ རེག་ཅམ་འབད་ ཀངས་རྟིང་གསང་གནས་ཚུན་ཟུང་འཇུག་བསྐྱམ་པའི་སྐབས་ ཀེད་པ་ཡང་ཚར་རེ་ཕྱང་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.70	དེ་བཟུམ་སྟེ་གཡམས་བརྒྱུད་གཡོན་བསྐྱམ་ གཡོན་བསྐྱམ་གཡམས་བརྒྱུད་ཚར་ ༡༠འབད་དགོ།			
4.71	ཡོག་ཀངས་གཉིས་ཆ་ར་བརྒྱུད་ ཀངས་པའི་རྟིང་པ་ཡར་འབུ་ ཀངས་མཚུབ་གཉིས་ ཆ་ར་སྤྱིང་ཞིན་མ་ལས་གཡམས་སྟོར་ཚར་གསུམ་ གཡོན་སྟོར་ཚར་གསུམ་ བསྐྱར་ ཡར་མར་ཚར་གསུམ་བཀྲུག་དགོ།			
4.72	ཀངས་སྦྱིལ་ཀྱང་ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་རྒྱ་རོ་གཏང་དགོ།			

ལམ་སྟོན་ལྟ་བུ།
གསེར་ཁབ་དང་རྩྭ་གས་རིགས།

གསེར་ཁབ་དང་ཚུགས་རིགས།

དམིགས་ཡུལ།

གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ་དེ་ལས་མེ་བཙའ་། མེ་བུམ་རྒྱབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ་དང་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་ནི་
དང་ལག་ལེན་དངོས་དཔྱར་འབད་ཚུགས་ནི།

སློབ་སྦྱོང་པའི་གྲུབ་འབྲས།

- གསེར་ཁབ་རྒྱབ་བརྟུབ་མི་བརྟུབ་པའི་ནད་གཞི་ཚུ་དབྱེ་བ་བྱེ་ཚུགས་ནི།
- གསེར་ཁབ་ཀྱི་གང་དམིགས་དང་ཕན་ལུ་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས་ནི།
- གདབ་ཐངས་ཕྱི་རྒྱུ་ཕན་ལོན་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- གཞན་དངུལ་ཁབ་དང་། མེ་བཙའ་དེ་ལས་མེ་བུམ་གྱི་གསང་དམིགས་ཚུ་ཤེས་ནི་དང་ལག་ལེན་
འབྲས་ཚུགས་ནི།

༤ གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ་ལག་ལེན་འབད་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།

	བྱ་རིམ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
༤.༡	སློབ་འགྲའི་བྱ་རིམ།			
༤.༡.༡	ནད་པ་ལུ་ངག་འཇམ་འཇུམ་དཔྱུལ་གྱི་སློབ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དེ་རྒྱ་མི་ གྲུ་རང་གི་ལོ་ལྟའི་ཕྱོགས་སུ་གདོང་གཏད་དེ་སློབ་བཅུག་དགོ།			
༤.༡.༢	ནད་པའི་ཐོ་དེབ་ནང་ རྒྱ་པའི་མིང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཚུ་ལ་གསལ་ བཀོད་དགོ།			
༤.༡.༣	གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཁབ་བརྒྱབ་པའི་སློབ་ལྷན་གྱི་ལེགས་ཤོམ་སླེ་ སློབ་བཅུག་དགོ།			
༤.༡.༤	གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ་མ་བརྒྱབ་པའི་རྟེ་མར་ཚོས་གངས་དང་འབྲིལ་ སླ་གནས་ག་རྟེ་ཕོགས་བཟུ་དགོ།			
༤.༡.༥	ནད་པ་ལུ་གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་དགོ་པའི་སློབ་གོ་བན་སློབ་དགོ།			
༤.༡.༦	གསེར་ཁབ་དང་འཛིན་མ་ལ་སོགས་པའི་ཆ་བྱད་ཚུ་གསྐྱིག་འབད་དགོ།			

༤.༡.ཉ	བཀོད་འཛིན་གྱི་ནད་གཞིའི་གསང་དམིགས་དང་འཕྲིལ་ ཚོན་ སུན་ ཆག་ སོར་ མཚུབ་སོགས་ཀྱིས་འཇལ་ཏེ་ནད་དམིགས་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ་ གསང་མིག་འཚོལ་ཏེ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།			
༤.༡.༤	བསྐྱེད་གི་སྐྱབས་འགོ་བྱས་དལ་རན་ཏོག་ཏོ་སྤྲོ་བཟུང་དགོ།			
༤.༡.༩	གཙང་སྤྲོ་དང་ལྷན་སྤྲོ་ལག་པ་གཡས་པ་ཀྱིས་འཛིན་གྱི་གཡུག་པ་ལས་ བཤེད་དེ་འཛིན་གྱིས་སྤྲོ་གསེར་ཁབ་འབྲུ་དགོ།			
༤.༡.༡༠	འགོས་ནད་ལས་བསྐྱེད་ནིའི་དོན་ལུ་གསེར་ཁབ་ཀྱི་སྤྲོ་ཏོག་ཚོས་པའི་རྟགས་ དམར་པོ་མ་འགྱུར་ཚུན་དོད་བཏགས་དགོ།			
༤.༢	དངོས་གཞིའི་བྱེད་མཁུ་			
༤.༢.༡	ནད་དམིགས་གྲུ་གདབ་པའི་སྐབས་ལུ་གསང་དམིགས་ལུ་འགྲམ་སྤྲོ་བརྒྱབ་ ནི་ཨིན་མིའི་ནད་ལས་དང་པ་ར་ལྷོགས་བཞི་བརྒྱབ་ཏེ་ དེ་ལས་སྤྲོག་གི་ གསང་དམིགས་རོ་མ་གྲུ་བརྒྱབ་དགོ། བརྒྱབ་པའི་ཡུན་ཡང་དུས་ཡུན་ཨོ་ཨུ་ ཚྭ་ཚར་ལྷ་བཟུངས་ཚར་བའི་རིང་བཞག་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་འཚོག་སྤྲོ་ཏོག་ ཟེར་འཐོན་པའི་རིང་བཞག་དགོ།			
༤.༢.༢	ལུ་འགྲམ་སྤྲོ་བརྒྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་བར་ན་ས་སྤོང་ནས་འབྲུ་རེ་ཤོང་ཚད་ལས་ ལྷག་བཞག་ནི་མི་འོང་།			
༤.༢.༣	བྱ་སྐྱབས་བདེ་སར་ཨིན་པ་ཅིན་ གསེར་ཁབ་འཛིན་གྱི་བཤེད་དེ་ཁབ་ཀྱི་ སྤྲོ་ཏོག་ནད་དམིགས་གྲུ་བཀལ་ཏེ་མཚུག་ཏོ་ལས་མེ་སྤར་ཏེ་པགས་ཀོ་གི་ འཚོག་སྤྲོ་མ་འཐོན་གྱི་རིང་བརྒྱབ་དགོ།			
༤.༢.༤	དམིགས་བསལ་གྱིས་མཛེར་པ་དང་སྤྲོ་གྱི་རིགས་ཚུ་ལུ་མཐའ་ནས་དབྱུས་ སྤྲོ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉིམ་དང་པར་མཛེར་པའི་མཐའ་འཁོར་ལུ་བརྒྱབས། དེ་ལས་རིམ་གྱིས་ནད་ན་ལུ་བརྒྱབ་ཞིན་ན་ མཚུག་བསྐྱེད་ད་སྤྲོག་ན་ བརྒྱབས་ཏེ་ནད་ལྷག་མེད་བསྐྱེད་དགོ།			

༤.༡.༥	གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་ཚར་མ་ཅིག་གཟུངས་སྒྲགས་བསྐྱོ་བཞིན་ཏུ་ཡོད་པའི་ ངག་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་པས་མཐེ་བོང་གཡས་པར་འཕུ་བཏབ་སྟེ་མཐེ་བོང་དེ་ གིས་ཁབ་བརྒྱབས་ཤུལ་ལུ་མནན་ཏེ་རྒྱས་གདབ་དགོ།			
༤.༡.༦	གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་ཚར་མ་དྲ་ ཁབ་དང་འཛིན་མ་ཚུ་བཞག་སྟོན་ནང་ཚུལ་ མཐུན་སྟེ་བཞག་དགོ།			
༤.༡.༧	གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ གདོང་གཏང་ཕྱོགས་སུ་གོམ་པ་བརྟམ་ སྟོ་བརྒྱག་དགོ།			
༤.༡	ཕྱི་རྗེས་ཀྱི་བྱ་རིམ།			
༤.༡.༡	ཟས་སྟོན་སོགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ། <ul style="list-style-type: none"> ➢ ཉིམ་༣་ཀྱི་རིང་གཟུགས་ཚུ་འཁྱུ་མ་བརྟམ་སྟེ་སྐབ་དགོ། ➢ ཉིམ་༡་ཀྱི་རིང་ཚུ་སྟོལ་མ་གཏོགས་ཚུ་བསིལ་འཕུང་མ་བརྟམ་སྟེ་ སྐབ་དགོ། ➢ ཆང་རིགས་ཚུ་འཕུང་མ་བརྟམ་སྟེ་སྐབ་དགོ། ➢ གསེར་ཁབ་ཚར་ག་དེ་ཅིག་བརྒྱབ་དགོས་ཨིན་ན་ཚུ་གོ་བདེ་ འཕྲོད་སྟེ་སྐབ་དགོ། 			

༤ གསེར་ཁབ་དང་དཔུལ་ཁབ་ལག་ལེན་འབད་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྟོལ་རིམ་པ།

	བྱ་རིམ།འཇམ་རྩུབ་དཔུད་ཀྱི་མདོ།	སྐྱག་ལཱ།		
		༡	༡	༠
༤.༡	སྟོན་འཕྲོལ་བྱ་རིམ།			
༤.༡.༡	ནད་པ་ལུ་ངག་འཇམ་འཇུམ་དཔུལ་གྱི་སྟོ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དེ་རྒྱ་མི་ གུ་རང་གི་ལོ་ལྷན་ཕྱོགས་སུ་གདོང་གཏང་དེ་སྟོན་བརྒྱག་དགོ།			
༤.༡.༢	ནད་པའི་ཐོ་དབ་ནང་ རན་པའི་མིང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཚུ་ཁ་གསལ་ བཞོན་དགོ།			

༤.༡.༣	གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཁབ་བརྒྱབ་སའི་སྡོད་མི་གྱ་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་ སྡོད་བརྒྱུག་དགོ།			
༤.༡.༤	གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ་མ་བརྒྱབ་པའི་ཉེ་མར་ཚོས་གྲངས་དང་འཁྲིལ་ སྒྲ་གནས་ག་ཉེ་ཕོགས་བལྟ་དགོ།			
༤.༡.༥	ནད་པ་ལུ་གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་དགོ་པའི་སྐོར་གོ་བད་སྡོད་དགོ།			
༤.༡.༦	གསེར་ཁབ་དང་འཛིན་མ་ལ་སོགས་པའི་ཆ་བྱད་ཚུ་ག་སྤྲིག་འབད་དགོ།			
༤.༡.༧	བཀོད་འཛིན་གྱི་ནད་གཞིའི་གསང་དམིགས་དང་འཁྲིལ་ ཚོན་ སུན་ ཆག་ སོར་ མཚུབ་སོགས་གྱིས་འཇལ་ཉེ་ནད་དམིགས་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ། གསང་མིག་འཚོལ་ཉེ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།			
༤.༡.༨	བསྐྱེད་གི་སྐྱབས་འགྲོ་བྱུག་དལ་རན་ཉོག་ཉོ་སྤྲོ་བཟུང་དགོ།			
༤.༡.༩	གཙང་སྤྲ་དང་ལྷན་མ་སྤེལ་གཡས་པ་གྱིས་འཛིན་མ་གྱི་གཡུག་པ་ལས་ བཤེད་དེ་འཛིན་མ་གྱིས་སྤེལ་གསེར་ཁབ་འབྲུ་དགོ།			
༤.༡.༡༠	འགོས་ནད་ལས་བསྐྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་གསེར་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་ཉོག་ཚོས་པའི་རྟགས་ དམར་པོ་མ་འགྱུར་ཚུན་ཚོད་བཏགས་དགོ།			
༤.༢	དངོས་གཞིའི་བྱུང་མཉམས།			
༤.༢.༡	ནད་དམིགས་གྱ་གདབ་པའི་སྐབས་ལུ་གསང་དམིགས་ལྡ་འགྲམ་སྤེལ་བརྒྱབ་ ནི་ཨིན་མིའི་ནད་ལས་དང་པ་ར་སྤོགས་བཞི་བརྒྱབ་ཉེ་ དེ་ལས་སྤྲུག་གི་ གསང་དམིགས་རོ་མ་གྱ་བརྒྱབ་དགོ། བརྒྱབ་པའི་ཡུན་ཡང་དུས་ཡུན་ཨོ་ཨྱ་ ཚུ་ཚར་ལྷ་བཟུངས་ཚར་བའི་རིང་བཞག་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་འཚོག་སྤྲོག་ ཟེར་འཐོན་པའི་རིང་བཞག་དགོ།			
༤.༢.༢	ལྡ་འགྲམ་སྤེལ་བའི་སྐབས་ལུ་བར་ན་ས་སྡོང་ནས་འབྲུ་རེ་ཤོང་ཚད་ལས་ ལྷག་བཞག་ནི་མི་འོང།			
༤.༢.༣	བྱ་སྤྲུག་བདེ་སར་ཨིན་པ་ཅིན་ གསེར་ཁབ་འཛིན་མ་གྱི་བཤེད་དེ་ཁབ་ཀྱི་ སྤྱི་ཉོག་ནད་དམིགས་གྱ་བཀལ་ཉེ་མཚུག་ཉོ་ལས་མེ་སྤར་ཉེ་པགས་ཀོ་གི་ འཚོག་སྤྲོག་མ་འཐོན་གྱི་རིང་བརྒྱབ་དགོ།			

༤.༡.༤	དམིགས་བསལ་གྱིས་མངོན་པ་དང་སྐྱོན་གྱི་རིགས་ཚུ་ལུ་མཐའ་ནས་དབུས་སུ་བསྟུ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཉིམ་དང་པར་མངོན་པའི་མཐའ་འཁོར་ལུ་བརྒྱབས། དེ་ལས་རིམ་གྱིས་ནང་ན་ལུ་བརྒྱབ་ཞིན་ན་ མཇུག་བསྟུལ་ད་སྟུག་ན་ བརྒྱབས་ཏེ་ནད་ལྷག་མེད་བསྟེན་དགོ།			
༤.༡.༥	གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་ཚར་མ་ཅིག་གཟུངས་སྟགས་བསྐྱེ་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་དག་ལུས་པ་དང་ལྡན་པས་མཐེ་བོང་གཡས་པར་འཕུ་བཏབ་སྟེ་མཐེ་བོང་དེ་གིས་ཁབ་བརྒྱབས་ལུ་མཚན་ཏེ་རྒྱས་གདབ་དགོ།			
༤.༡.༦	གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་ཚར་མ་ད་ ཁབ་དང་འཛིན་མ་ཚུ་བཞག་སྟོན་ནང་ཚུལ་མཐུན་སྟེ་བཞག་དགོ།			
༤.༡.༧	གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་ཚར་བའི་ལུ་ལུ་ གདོང་གཏད་ཕྱོགས་སུ་གོམ་པ་བདུན་སྟོ་བཅུག་དགོ།			
༤.༢	ཕྱི་རྒྱུ་གྱི་བྱ་རིམ།			
༤.༢.༡	<p>ཟས་སྟོན་སོགས་གྱི་བསྟུབ་བྱ།</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ ཉིམ་༣་གྱི་རིང་གཟུགས་ཚུ་འཕྱུ་མ་བཏབ་སྟེ་སྟུབ་དགོ། ➢ ཉིམ་༡་གྱི་རིང་ཚུ་སྟོལ་མ་གཏོགས་ཚུ་བསིལ་འཕུང་མ་བཏབ་སྟེ་སྟུབ་དགོ། ➢ ཆང་རིགས་ཚུ་འཕུང་མ་བཏབ་སྟེ་སྟུབ་དགོ། ➢ གསེར་ཁབ་ཚར་ག་དེ་ཅིག་བརྒྱབ་དགོས་ཨིན་ན་ཚུ་གོ་བན་འཕྲོད་པ་སྟེ་སྟུབ་དགོ། 			

༥ སྐྱ་ལྡན་གསེར་ཁབ་ལག་ལེན་འབད་ཐངས་གྱི་བྱ་སྟོལ་རིམ་པ།

	བྱ་རིམ།	སྟུགས།		
		༡	༡	༠
༥.༡	སྟོན་འགྲུའི་བྱ་རིམ།			
༥.༡.༡	ནད་པ་ལུ་དག་འཇམ་གྱི་སྟོ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དགོ།			

4.1.2	ནད་པའི་མིང་ ལོ་ གཡུས་ ནད་གཞི་ཚུ་ལ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
4.1.3	སྲ་གནས་དང་ཉ་སྟོང་བརྒྱད་གསུམ་ཕོག་མ་ཕོག་བལྟ་དགོ།			
4.1.4	ནད་པ་སྲ་ལྡན་གསེར་ལབ་རྒྱབ་སའི་སྟོང་གི་གྲུ་རང་གི་ལོ་ལྷའི་ཕྱོགས་སུ་ གདོང་གཏང་དེ་བདེ་ཉོག་ཉོ་སྟོང་བཅུག་དགོ།			
4.1.5	གསེར་ལབ་དང་འཛིན་མ་ མེ་གོག་ སྲ་བ་ཚུ་ག་སྟེག་འབད་དགོ།			
4.1.6	ཚད་འཇལ་ཉེ་སྟེ་གཙུག་གི་གསང་དམིགས་གཏན་འཁེལ་བཟོ་དགོ།			
4.1.7	གསེར་ལབ་འདི་སྲ་བ་བཟོ་ཡོད་པའི་སྲུག་ལས་མར་བཅུགས་ཞིན་ན་ ལབ་ གྱི་མཇུག་ཉོ་གཙུག་སྟོར་གྱི་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྲིལ་ཞིན་མ་ལས་ སྲ་བའི་ཚེ་ རྩོམ་སྟེ་བཟོ་སྟེ་སྲུང་དགོ།			
4.1.8	སྲ་ལྡན་གསེར་ལབ་བརྒྱབ་ཞིའི་དོན་ལུ་ ལག་པ་གཡོན་མ་གཤིས་ལབ་ཡར་ འཇུ་སྟེ་གསང་དམིགས་གྲུ་ཡ་ཡོ་མེད་པར་འཕྲང་སྟེ་བཀལ་བཞག་ཞིན་ན་ འཛིན་མ་གྱིས་བཟུང་བཞག་དགོ།			
4.1.9	སྲ་བའི་མེ་རོ་ལས་ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་སྲ་མེའི་འོག་ལུ་ཤོག་གདན་མཇུག་པོ་ འཐིང་བཞག་དགོ།			
4.1.10	སྲ་བའི་ཚེ་གྲུ་མེ་གོག་གིས་སྟེ་མེ་སྲར་ཉེ་ སྲ་བ་འཚིག་མ་ཚར་གྱི་རིང་བཞག་ དགོ། ཨིན་རུང་ནད་པའི་གནས་སྟངས་དང་འཁྲིལ་སྲ་བ་མཚམས་འཛོག་ འབད་ནི་ཚུ་རིག་པས་དཔུང་དགོ།			
4.1.11	སྲ་བ་མེ་སྲར་པ་ཅིག་ མེ་བཙའི་སྦྱབས་འགོ་དང་ སྲན་སྲའི་གཟུངས་སྲགས་ བགྱང་ནི་འགོ་བཅུགས་ཉེ་སྲ་བ་འཚིག་མ་ཚར་གྱི་རིང་བགྱང་དགོ།			
4.1.12	སྲ་མེ་འཚིག་ཚར་ཉེ་ལབ་གྲུ་ཤོད་གྱང་སྲུ་འགྲོམ་ཅིག་ལབ་དང་ཤོག་གདན་ ཡར་འཇུ་སྟེ་ལབ་དང་འཛིན་མ་བཞག་སའི་སྟོང་ག་ཨིན་མི་ནང་བཞག་ ཞིན་མ་ལས་མཐེ་བོང་གཡམས་པར་འཕུ་བཏབ་སྟེ་མཐེ་བོང་གིས་ལབ་ བརྒྱབས་ཤུལ་མནན་ཉེ་རྒྱས་གདབ་དགོ།			
4.2	ཕྱི་རྗེས།			
4.2.1	མཇུག་བསྟུན་སྟོན་ཚིག་འདི་གསེར་ལབ་དང་ཅོག་འཐད་པ་སྟེ་བཟོ་དགོ།			

4.2.1	ཉིན་ཞག་གི་རིང་གཟུགས་འཕུ་ནི་ཚུ་སྤང་དགོ་པའི་ཁར་ ཚུ་སྐོལ་ཚོང་ འཇམ་སྤེལ་འཕུང་དགོ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
4.2.2	སྤྲ་ལྷན་གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་པའི་ལུ་ལུ་ ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་རིང་ བཟའ་ འཕུང་ཁོད་མ་གྱི་རིགས་སྤང་དགོ།			
4.2.3	སྤྲ་ལྷན་གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་ཚར་མ་ཅིག་ལོ་ལྷའི་ཕྱོགས་ལུ་གོམ་པ་བདུན་སྟོ་ བརྒྱུག་དགོ།			
4.2.4	སྤྲ་ལོག་སྤྲ་ལྷན་གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་དགོ་པ་ཡོད་མེད་གོ་བརྟེན་འཕྲོད་པ་སྤེལ་ སྤྲ་ལྷེ་མཚུག་བསྐྱུ་དགོ།			

6 མེ་བཙའ་ལག་ལེན་འབབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་རིམ།

	བྱ་རིམ།	སྐྱག་སྐུ།		
		1	2	0
6.1	ནད་པ་གདོང་བསྐྱུ་འབབ་ཐངས།			
6.1.1	ནད་པ་ལུ་ངག་འཇམ་འཇུམ་དམུལ་གྱི་སྐོལ་ལས་གདོང་བསྐྱུ་འབབ་དེ་རྟེན་མེད་ གྲུ་སྐོལ་བརྒྱུག་དགོ།			
6.1.2	ནད་པའི་ཐོ་དེབ་ནང་ རྟེན་པའི་མིང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཚུ་ཁ་གསལ་ བཀོད་དགོ།			
6.1.3	ནད་པ་རང་གི་ལོ་ལྷའི་ཕྱོགས་སུ་གདོང་གཏད་དེ་སྐོལ་བརྒྱུག་དགོ།			
6.1.4	སྤྲ་བ་དང་ཚད་འཇམ་ཉིའི་ཅ་ཆས་ཚུ་གྲ་སྐྱིག་འབབ་དགོ།			
6.1.5	ནད་དམིགས་གྲུ་སྤྲ་གནས་དང་ཚེས་ཉ་སྟོང་བརྒྱུད་ཚུ་ཕོག་མ་ཕོག་བལྟ་དགོ།			
6.1.6	ཚོན་ ཆག་ སོར་ལ་སོགས་པ་གིས་འཇམ་ཏེ་ནད་དམིགས་གཏན་འཁེལ་ བཟོ་སྤྲེ་རྟེན་གསལ་བཀལ་དགོ།			
6.1.7	སྤྲ་བ་ཏེ་མ་ལས་གྲ་སྐྱིག་སྤེལ་བཞག་ཡོད་མི་འདི་ལག་པ་གིས་འཕུ་སྤེལ་གསང་ དམིགས་གྲུ་བཀལ་ཏེ་ནད་པ་མ་སྤྲར་བར་སྐོལ་བརྒྱུག་དགོ།			

6.7.1	སྤྱི་བ་བརྒྱུ་ཐངས་ནང་བཅད་བསྐྱེད་དང་ཐང་བསྐྱེད་ཟེར་ཁག་གཉིས་སྤེ་ ཡོད་པ་ལས་ཐང་བསྐྱེད་འདི་སྤྱི་བ་ཐང་ཀར་ནད་དམིགས་གྲུ་བཀལ་དགོས་ དང་ བཅད་བསྐྱེད་དེ་སྤྱི་བ་སྤོན་དང་སྤོན་པ་གང་རུང་འཐིང་སྤེ་བརྒྱུ་དགོ།			
6.7.2	སྤྱི་བས་འགོ་སེམས་སྤྱིད་དང་སྤོན་སྤྱི་གཟུངས་སྤྱི་བ་མཚུག་ མ་བསྐྱུ་ཚུན་སྤྱི་གོ་ཙམ་སྤེ་བཟུང་དགོ།			
6.7.70	སྤྱི་བས་འགོ་སེམས་ཚིག་བཟུང་ནི་འདི་དཔུང་བཙམ་ལམ་སྤོན་ཤོག་གངས་ལྷོ་ ནང་ཡོད་མི་ལྟར་ སྤྱི་བའི་གྲུ་མེ་སྤྱི་བ་མ་ཚོགས་ཀྱི་རིང་བཟུང་དགོ།			
6.7.71	སྤྱི་བ་དང་པ་ཕྱེད་དེ་ཅིག་འཚིག་ཚར་མ་ད་ ད་རུང་གཉིས་པམ་ལུ་མེ་སྤྱི་བ་ནི་ དང་། གཉིས་པམ་ཕྱེད་འཚིག་ཚར་མ་ད་གསུམ་པ་རིམ་བཞིན་སྤྱི་བ་ག་དེ་ ཅིག་ཡོད་པ་ཅིག་དེ་སྤེ་སྤྱི་བ་དགོ།			
6.7.72	སྤྱི་བ་འཚིག་ཚར་མ་ད་རིམ་པ་བཞིན་སྤྱི་བ་ལ་མགོས་གསལ་སྤེ་དེ་གྲུ་འཕུ་ བཏུབ་སྤེ་མཐེབ་རྗེས་མནན་དགོ།			
6.7.73	མེ་བཙའ་བརྒྱུ་ཐངས་ཚར་མ་ཅིག་ཡོ་ལྟའི་ཕྱོགས་ལུ་གོམ་པ་བདུན་སྤོན་བཅུག་ དགོ།			
6.2	ཕྱི་རྗེས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ།			
6.2.1	སྤྱི་བ་བརྒྱུ་ཐངས་པའི་ཤུལ་ལུ་ཉིན་བཞག་གཅིག་གི་རིང་ཚུ་སྤོན་ལ་འཐུང་དགོས་ ལས་ཚུ་ཁོད་མ་དང་བཞེས་སྤོན་ཁོད་མ་གྱི་རིགས་སྤྱི་བ་པའི་བསྐྱེད་བྱ་ཕྱིན་ དགོ།			
6.2.2	ཉིན་གངས་ལྷོ་ཀྱི་རིང་གཟུགས་འཕྱུ་ནི་ཚུ་མ་བཏུབ་པའི་བསྐྱེད་བྱ་ཕྱིན་དགོ།			
6.2.3	སྤྱི་བ་བརྒྱུ་ཐངས་ཚར་པའི་ཤུལ་ལུ་དག་ཤུལ་གྱི་ལུ་འབད་དེ་གཟུགས་ཁ་ལས་ རུལ་ནག་བཏོན་ནི་ཚུ་ཉིན་ཞག་སྤྱི་བ་གཅིག་གི་རིང་འཛོམ་དགོས་པའི་ བསྐྱེད་བྱ་ཕྱིན་དགོ།			
6.2.4	གལ་སྲིད་སྤྱི་བ་ལས་བརྟེན་ནད་པའི་གཟུགས་ཁར་མ་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་དཔུང་ བཙམ་འགོ་དཔོན་དང་ ཡང་ཅིན་རུང་འཚོ་ཚུ་ལུ་སྤོན་ལུ་འབད་དགོ།			

	༤.༢.༥ ཅ་ཆས་ཚུ་གཞོན་ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལྟར་ལག་ལེན་ འཐབ་དགོ།			
--	--	--	--	--

བློ་གསོ།

- སྤྱི་བ་བརྒྱབ་ཐངས་ནང་བཅད་བསྐྱེད་དང་ཐང་བསྐྱེད་ཟེར་ལག་གཉིས་སྤྱི་ཡོད་པ་ལས་བཅད་བསྐྱེད་
 འདི་སྤྱི་བ་དང་ནད་དམིགས་ཀྱི་བར་ན་སྐྱ་སྐྱུའི་ལེབ་མོ་སྤྱི་བ་འཕྲོས་འཕྲོས་བཀལ་ཉེ་དེ་གུ་སྤྱི་བ་
 བཀལ་ཉེ་བརྒྱབ་དགོས་ཡིན།
- སྤྱི་མེ་སྤར་ཐངས་འདི་གོང་གསལ་ལྟར་དབྱེ་བ་མེད་རུང་ བློ་བཟང་ལུ་ཐང་ཀར་མི་འཚོག་ཞིའི་ཐབས་
 ལམ་འདི་བཅད་བསྐྱེད་འདི་ཡིན།
- སྤྱི་བའི་ཆེ་ཆུང་གི་ཚད་གཞི་འདི་གསལ་དམིགས་དང་ནད་གཞི་ཚབས་ཆེ་ཆུང་དང་འབྲེལ་ཉེ་བའོ་
 དགོས་དང་། སྤྱི་བ་བཏང་བཅད་བསྐྱེད་གི་དོན་ལུ་སྤྱི་བ་སྤྱོད་སྤྱོད་དགོས་དང་ ཐང་བསྐྱེད་ལུ་སྤྱི་བ་
 ཆུང་སྤྱོད་དགོ།

༡ ལྷན་ཚུགས་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྤྲོད་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྤྱི་གསལ།		
		༡	༡	༠
༡.༡	ནད་པ་ལུ་གུས་ཞབས་ཀྱི་སྤོ་ལས་གདོང་བསྐྱེད་འབད་དེ་རྒྱ་བྱེད་ བཅུག་དགོ།			
༡.༢	ནད་པའི་མིང་ ལོ་ གཡུས་ ནད་གཞི་ཚུ་ལ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
༡.༣	སྤྱི་བ་ཚུགས་བརྒྱབ་དགོ་པའི་སྤོར་ལས་ནད་པ་ལུ་སྤྱི་བ་དགོ།			
༡.༤	གོ་སྤོད་དང་། ཉིལ་སྐྱུལ། སྤོར་བཅོས་སྤོད། ལ་ཚོ་ལྟོ་རས། ཀ་བལ། འཛིན་མ། མ་རས་ལ་སོགས་པའི་ཅ་ཆས་ཚུ་གྲ་སྤྲོད་འབད་དགོ།			
༡.༥	སྤོར་བཅོས་བཀོད་འཛིན་དང་འབྲེལ་ ནད་དམིགས་གཏན་ཁེལ་བའོ་དགོ།			
༡.༦	གོ་སྤོད་ཀྱི་བྱུང་འདི་ རུས་ལུན་སྐར་མ་པ་དེ་ཅིག་བྱོད་བཏགས་ཞིན་མ་ལས་ འཛིན་མ་གིས་འབྲུ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཅོར་ཉེ་སྤྱོད་ཐིག་མ་འཛགས་པ་སྤོད་ ནད་པ་གིས་			

	བཟོད་ཚུགས་པ་ཡོད་མེད་རང་གི་ལག་མཐེལ་གྱི་ཚོད་བརྟག་འབད་ཞིན་ན་ ནད་དམིགས་གདམ་བསལ་འབད་དེ་ཡོད་མི་གུ་བཀལ་དགོ།			
ཧ.ཧ	ནད་པ་གིས་བཟོད་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་གསང་དམིགས་གཞན་ཚུ་ནང་སློལ་ ར་བརྐབ་དགོ།			
ཧ.༤	ནད་དམིགས་གཅིག་ལུ་ར་ཚར་ལས་ཤུག་བར་ན་བརྐབ་དགོཔ་དང་། ལན་ ཐངས་མེ་གི་དུས་ལུན་དེ་ཚ་ཕྱོད་ཆེ་སུ་ཡོད་པ་ཅིན་ རིང་སུ་དང་ཚ་ཕྱོད་ཚུང་ སུ་སྡེ་ཡོད་པ་ཅིན་དུས་ལུན་ཐུང་སུ་སྡེ་བཀལ་དགོ།			
ཧ.༧	སྐྱུམ་ཚུགས་བརྐབས་ལུ་ལུ་ཆགས་ཡོད་པའི་སྐྱུམ་རོ་ཚུ་ཀ་བལ་གྱིས་ འཕྱག་སྟེ་ལུན་སྟེན་མ་དག་པའི་ནམ་པ་མེད་པ་བཟོ་དགོ།			
ཧ.༡༠	སྐྱུམ་ཚུགས་རྐབ་ཚར་བའི་ལུ་ལུ་ བཞེས་སློབ་ཕྱོད་བརྟུན་དང་ལུན་ཏོག་ཏོ་ སྟེ་ ཟད་གོཔ་དང་ ལ་ཟས་ཁོད་མ་གྱི་རིགས་ཚུ་བསྟེན་མ་བརྟུབ་པའི་བསྐྱབ་ བྱ་བྱིན་དགོ།			

ལམ་སྟོན་དུག་པ།
ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བདེ།

༡ ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བ་ལྟེ་ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོབ་སྐྱོང་གི་ལམ་ལུགས་ལམ་སྟོན།

༡.༡ རྒྱུ་ལྷུངས།

ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བརྟེན་འདི་ རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ལུ་བཟོགས་ཀྱི་རི་བོ་མ་ལ་ཡ་ཟེར་མི་ནང་ལུ་ རྟན་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྐྱེན་ཅོང་ཞི་རིགས་ལུ་དང་ བཀ་ལུན་རིགས་ལུ་ སྐྱེན་རྒྱ་རིགས་ལུ་ རྒྱ་ཚུ་རིགས་ལུ་དང་ལུན་པའི་རི་བོ་ཡོད་དོ་ཟེར་མི་འདི་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་རྒྱ་གིས་དཔེ་ཆ་གི་ཐོག་ལས་སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ དངོས་སུ་མཐོང་བ་རྒྱུད་པའི་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་གཤམ་གསལ་གྱི་ས་གནས་རྒྱ་ནང་འགྲོ་དགོས་ ཡིན། དེ་ཡང་ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བ་ལྟེ་ཕྱིར་སྐྱོངས་དང་དགོས་པ་ སྤྱིར་རྒྱ་ཚུ་འདི་ལུ་ རང་བྱུང་རྒྱ་ཚུ་དང་བཅོས་ མའི་རྒྱ་ཚུ་ཟེར་ནམ་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ ད་ལྟོ་སྐབས་སུ་བབས་པ་ རང་བྱུང་རྒྱ་ཚུ་དང་སྐྱེ་བ་ལྟེ་ སྐྱོར་ལས་སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་ནི་ཡིན།

༡.༢ དམིགས་ལུ་ལ།

ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོང་བརྟེན་འདི་མཚུག་བསྐྱེད་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་རྒྱ་གིས།

- ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བ་ལྟེ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་ལྷུངས་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བ་ལྟེ་གཉིས་ཀྱི་པན་ལུས་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བ་ལྟེ་གང་རུང་ སྤང་ཐངས་དང་ སྤང་རུང་བའི་དུས་ཚོད་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བ་ལྟེ་དོ་བོ་སྐྱེན་ཇེས་རྒྱ་ཚོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་ནི།

༡.༣ ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོབ་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་སྐྱོབ་སྟོན།

ནང་སྐྱེན་གསེ་རིག་སྐྱོབ་ཚོགས་ནང་ལུ་འཇུག་བཞུགས་འབད་ཡོད་པའི་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་ ལོ་ངོ་དང་པའི་སྐྱོབ་དུས་ །པ་ནང་ལུ་ཚོས་ཚན་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་དོན་སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་བའི་སྐབས་ ལུ་བཟོགས་ཀྱི་རི་བོ་མ་ལ་ཡ་ཟེར་མི་ནང་ལུ་ རྟན་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྐྱེན་ཅོང་ཞི་རིགས་ལུ་དང་ བཀ་ལུན་རིགས་ལུ་ སྐྱེན་རྒྱ་རིགས་ལུ་ རྒྱ་ཚུ་ ບིགས་ལུ་དང་ལུན་པའི་རི་བོ་ཡོད་དོ་ཟེར་བའི་སྐབས་ སྐྱེན་རྒྱ་རིགས་ལུ་དང་ རྒྱ་ཚུ་རིགས་ལུ་འགྲོ་སྐྱོབ་ སྐྱོན་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་འབད་དགོ།

༡.༤ ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོབ་སྐྱོང་གི་ས་གནས་དང་ཉིན་གངས།

འབྲུག་ལུ་ཚ་ཚུ་ལེ་ག་ཡོད་རུང་ ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོད་བདར་སྐབས་ རོས་འཛིན་དང་སྐྱོད་བདར་གྱི་དོན་ལུ་གཤམ་
འཁོད་ས་གནས་གྱི་ཚ་ཚུ་དང་སྐབས་ཚུ་ཡོད་སའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ཕྱིར་སྐྱོད་འབད་དགོ།

ཨང་	རྫོང་ཁག།	ཚ་ཚུ་དང་སྐབས་ཚུ་འི་དབྱེ་ བ།	ཉིན་གངས།	སྤྱི་ཚེས།	བྲན་གསོ།
༡	མགར་ས་ཚ་ཚུ།	ཚ་ཚུ་རྫོང་གོང་འོག་༡།			
		སྟོབས་སྐྱོད་སྐབས་ཚུ།			
		བྱ་ཚོད་སྐབས་ཚུ།			
		ཡ་མ་སྐབས་ཚུ།			
		བད་ཀའ་སྐབས་ཚུ།			
		མཁའ་འགོ་སྐབས་ཚུ།			
		སྤྱི་ཚ་ཚུ།			
༢	སྤུ་ན་ཁ་ཚུ་སྤུ་ག་ཚ་ ཚུ།	ཚ་ཚུ་རྫོང་གོང་འོག་༢།			
		བྲ་ཚ་ཚུ།			
༣	སྤུ་ན་ཁ་ཀོ་མ་ཚ་ཚུ།	ཚ་ཚུ་རྫོང་གོང་འོག་༢།			
		ཀོ་མ་སྐབས་ཚུ།			

༡.༥ ཚ་ཚུ་སྐབས་ཚུ་རོས་འཛིན་གྱི་བབས་རིག

དང་པ། དྲིམ་ལུ་བལྟམ་ད་ ཚ་ཚུ་གི་ས་ཁོངས་ནང་ཉོད་པའི་ཉིན་མ་དང་པ་ལུ་ ལུ་ཟླེ་ལ་སོགས་པའི་
སྐབས་རྫོང་ག་ཅི་གི་དྲིམ་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ ལུ་བབས་སྤོམ་ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་རང་བལྟ་ཞིན་མ་ལས་
མཐའ་དབྱེད་འབད་དགོ། ཉིན་མ་གཉིས་པ་དེ་ཅིག་ལས་བལྟ་བ་ཅིན་དྲིམ་འདི་གསལ་ཉོག་
ཉོ་ཚུ་ལས་རང་མཐོང་མི་ཚུ་གསལ།

གཉིས་པ། བཏུག་ལུ་བལྟམ་ད་ རོ་ཞོ་ལ་སོགས་པའི་ཚུ་མདོག་ཚུ་སྐབས་རྫོང་ག་ཅི་གི་བཏུག་དང་
འབྲུག་ཨིན་ན་བལྟ་དགོ།

གསུམ་པ། བོལ་ལུ་བལྟམ་ད་ བཤག་ལུན་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེན་རང་རང་གི་བོལ་འདི་ཚ་ཚུའི་རྒྱ་དང་
འཁྲིལ་བའི་སྐྱེན་རྫས་འདི་གི་བོལ་ཡིན་ན་མེན་ན་བལྟ་དགོ།

བཞི་པ། ས་ཕྱོགས་ལུ་བལྟམ་ད་ ཚ་ཚུ་ཡོད་སའི་ས་ཕྱོགས་འདི་ཚུ་ལུ་ཅ་བའི་ཚུ་ཚན་རིགས་ལུ་དོ་
སོལ་ཅོང་ཞི་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེན་རྫས་རྒྱུང་མ་ཅིག་དང་གཅིག་འདྲེས་གཉིས་འདྲེས་གསུམ་
འདྲེས་བཞི་འདྲེས་ཚུ་ག་དེ་སྟེ་ཡོད་ག་འདི་ལུ་བལྟ་དེ་ རོས་
འཛིན་འབད་དགོ།

ལྔ་པ། ཚ་ཚུའི་རྫིང་དང་ཚུའི་གར་ལྟ་བལྟམ་ད་ ཚ་ཚུ་འདི་དངས་ཉོག་ཉོ་ཡོད་ག་ཉོག་མ་ཅན་ཡིན་
ན་ རྫིང་གི་མཐའ་བསྐྱར་ལུ་སྟོག་ཆགས་དང་རི་དྲགས་འཁོར་མ་འཁོར་ ཚ་ཚུའི་མཚན་
ཉིད་རྒྱུད་གཞུང་གི་ལུང་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ བཏྟག་དཔུད་འབད་དགོཔ་མ་ཚད་ཤོད་ཚད་ཚུ་
ཡང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

༡.༤ ཚ་ཚུ་སྐྱེན་ཚུ་བསྟེན་ཐངས་དང་བསྐྱབ་བྲ།

ནམ་ལྷ་དུས་ཚོད་ བ་ཚོད་ ཤོད་ཚད་ལུགས་ཚུལ་ ཅན་གཞི་དམིགས་བསལ་གྱི་བསྟེན་ཐངས། ཅན་
རིགས་སོ་སོ་དང་དང་འཁྲིལ་བའི་ལག་ལེན། ཟས་དང་སྟོད་ལམ། ཚ་ཚུ་བསྟེན་པའི་དུས་ཡུམ། ལྷོ་རྫོང་
བཅད་ཐངས་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གི་སྐྱར་ལས་སྟོབ་སྟོན་དང་སྟོབ་སྟོང་ཚུ་འབད་དགོ།

༡.༥ སྐྱེན་ཚུ་སྤྱིར་བཏང་གི་རོས་འཛིན།

སྐྱེན་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་ཐངས་འདི་ དྲི་ རོ་ ཐོན་སའི་ཕྱོགས་ ཉ་ལྷིབས་ ལ་དོག་ ལྷིད་ཚད་ མཐའ་སྐྱར་
ཚུ་ལས་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་ཕན་ལུ་ཚུ་བཏྟག་དཔུད་འབད་དགོ།

༡.༦ སྟོང་ལུ་གི་མཁོ་ཆས་དང་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་འགོ་རིམ།

ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེན་ཚུ་རོས་འཛིན་ སྟོང་ལུ་འབྲི་ནི་གི་དོན་ལུ་རྒྱུ་ལྟེན་ལུངས་གཞུགས་ ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེན་ཚུའི་གི་དེབ་
རེ་ སྟོང་ལུ་འབྲི་ནི་གི་དོན་ལུ་ འབྲི་དེབ་དང་སྐྱུག་འབྲི་ཚུ་ག་སྟོག་འབད་དགོ། སྟོབ་སྟོང་པ་ག་ར་གིས་སྟོང་ལུ་
གི་འགོ་རིམ་འདི་ དང་པ་དགར་ཆག་ དེ་ལས་ལྷིད་སྟོང་སྟོང་བཟར་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་རོ་སྟོད་ དམིགས་

ཡུལ་ དངོས་གཞི་ཚུ་གོ་རིམ་གྱི་ཡང་རྟགས་ཚུ་ཉིང་སངས་ས་སྤེའབྱི་དགོཔ་མ་ཚད་ སྤྱོད་ལཱ་བཅུད་བསྟུ་སྟེ་
མཚུག་བསྟུ་ནང་བཀོད་ཞིན་ལས་མཚུག་བསྟུ་ནི་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་དེབ་ཚུ་ཡང་ཚུལ་
བཞིན་དུ་བཀོད་དགོ།

1.9 སྤྱོད་ལཱ་གི་ཀུན་སྤྱོད།

སྤྱོད་ལཱ་འབྲི་བའི་སྐབས་རང་གི་ཤེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ འདྲ་བཤུས་དང་གཞན་ལུ་འབྲི་བཅུག་ནི་ལ་
སོགས་པ་ཚུ་ཅུ་བ་ལས་འབད་མཚོག་པའི་ཁར་ གལ་སྲིད་འདི་བཟུམ་མའི་གནད་དོན་རེ་འཐོན་ཚེ་ འདྲ་
བཤུས་འབད་མི་དང་ འབད་བཅུག་མི་གཉིས་ཆ་ར་གི་སྤྱོད་ལཱ་ཆ་མེད་བཏང་དགོ།

1.10 སྤྱོད་ལཱ་གི་སྐྱུག་སྤྱོད།

སྤྱོད་ལཱ་སྐྱུག་སྤྱོད་ཀྱི་ཚད་གཞི་འདི་བརྒྱ་ཆ་ ཚོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ སྤོབ་དུས་ཀྱི་ཚོས་རྒྱུག་སྤྱོད་ཀྱི་སྐབས་
བསྐོས་དགོ།

1.11 སྤྱོད་ལཱ་སྟོན་ལུ།

སྤྱོད་ལཱ་འདི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྤྱོད་བཅར་ལས་ལོག་སྟེ་སྤེལ་ཁང་ནང་ལྟོད་ཞིམ་ལས་བདུན་ཐུག་གཅིག་གི་ནང་
འཁོད་ཕུལ་དགོ།

1.12 བཅུད་དོན་གསལ་བཤད།

ཕྱིར་བསྐྱོད་སྤྱོད་བཅར་སྐབས་ཉིན་བསྟར་བཞིན་དུ་ལཱ་འབད་ཡོད་པའི་དོན་ཚན་ཚུ་ཆ་ཚང་མདོར་བསྟུས་ཏེ་
རེས་གཟའ་སྤེན་པ་ལུ་གསལ་བཤད་ལས་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་གསལ་བཤད་འབད་དགོ།

1.13 ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐབས་སུ་སྤྱི་གཞི་ཀུན་སྤྱོད།

ཕྱིར་བསྐྱོད་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་སའི་ས་གནས་གཞུང་གི་འགོ་ཁྲིད་པ་ཚུ་ལུ་སྟོན་ལུ་འབད་
དགོ་པའི་ཁར་ གསོ་རིག་གཞུང་ལས། སྤོད་ན་ས་བཅུག་འགོ་ན་ལམ་བཅུག་ཅིང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་
ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐབས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་སྤོལ་ཉེན་སྲུང་འབད་དགོཔ་དང་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་

མཉམ་འབྲེལ་དང་རོགས་རམ་འབད་དགོཔ་ཨིན། གཞན་མ་རུང་པའི་རིགས་ཚང་འཕུང་དང་ འོ་དང་ཉ་སེ་ཚུ་
ཕྱིན་ནི་དང་འཐབ་འཛིང་ལ་སོགས་པའི་སྲོད་རན་སྤང་དགོཔ་མ་ཚད་ ལས་རིམ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ས་
ཁུལ་ལས་བཀལ་ཉེ་འགོ་འགྲུལ་འབད་ནི་ཚུ་ཅུ་ལས་མི་ཚོག་ གལ་སྲིད་ཕྱིར་བསྐྱོད་ལམ་ལུགས་ལས་འགལ་
བའི་སྤྲེལ་མ་བདེ་བའི་གནད་དོན་རེ་ཐོན་ཚེ་ཉེས་ཚབས་ཚེ་ཚུང་དང་བསྐྱུན་སྲེལ་ཁང་གི་ཉེས་འགལ་ལམ་
ལུགས་ལྟར་དུ་རོས་ལེན་འབད་ནི།

༡.༡༤ བཟའ་འཕུང་ ཟྱོན་ཆས་དང་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དོན་ལུ་མཁོ་སྐྱབ།

འགོ་འབྲེན་པ་ཚུ་གིས་ཉལ་ནིའི་དོན་ལུ་སྤྲོས་ཚད་དང་ལྡན་པའི་གུར་གྱི་སྐྱིག་རྒྱུ་དགོཔ་དང་ བཟའ་འཕུང་གི་
དོན་ལུ་གཉེར་ཚང་ཚུ་ཕྱིས་ཕྱ་ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་བཏོན་ཉེ་འབག་དགོཔ་འཁར་ ཉོས་གྱི་ཅ་ཆས་ཚུ་ཡང་ཕྱིས་རྒྱུ་
ཉེ་ལངམ་འབག་དགོཔ་ཨིན། ཟྱོན་ཆས་གྱི་ཐད་རང་གི་བྱ་སྤྲེལ་ག་བདཱེ་ ཆད་ལྷག་མེད་པར་ཚད་ལྡན་སྤེལ་ག་
སྐྱིག་རྒྱུ་འབག་དགོཔ་ཨིན། དེ་བཟུམ་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དོན་ལུ་ཕྱི་སྤྲོས་དང་ནང་སྤྲོས་གང་
རུང་གི་ཐོག་ལས་ ལྷག་ཤེད་གཙོག་པའི་སྤྲོས་དང་ རྒྱང་ཁ་གཞོན་པའི་སྤྲོས་ ཐོ་སྤྲོས་གྱི་རིགས་ཚུ་གྱི་སྐྱིག་རྒྱུ་
ཉེ་འབག་དགོཔ་དང་ གོང་གི་དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་ཉེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་མ་ཚད་དེ་ནང་མ་ཚང་པའི་གནད་
དོན་རེ་ཡོད་རུང་རང་སོ་གིས་འགན་ཁུར་འབག་དགོ།

༡.༡༥ བཅུད་བསྐྱུས།

གོང་གི་གནད་དོན་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཚ་ཚུ་དང་སྤྲོས་ཚུའི་
ཤེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་བཏང་ཐོག་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་ལྟ་བུ་སྤྲོས་སྤེལ་ལམ་ལུགས་མི་
ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ འབྲུག་མི་ཡོངས་གྱི་སེམས་དང་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་དང་ལུ་བཞག་
ཚུགས་པའི་དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་དགོ།

१ ལྷོ་སྐྱོན་དང་ལོག་སྐྱོན་ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོབ་སྐྱོང་གི་ལས་རིམ།

१.१ ལྷོ་བ་སྐྱོང་གི་རྒྱུ་ལུངས།

གསོ་བ་རིག་པའི་དགོངས་པ་ལྟར་དུ་སྐྱོན་གྱི་ངོ་བོའི་ངོས་འཛིན་དང་སྐྱོན་གྱི་སྐྱུར་ཐབས་ སྐྱོན་བཙོས་རིང་ ལུགས་གྱི་ལག་ལེན་བཙམ་ཏེ་གོ་དོན་རྟོགས་དགོས་ག་ནི་བ་གལ་ཅན་ཨིན་མ་ལས་བརྟེན་ ས་གནས་སྤྱིང་གཞི་ རྒྱང་ལག་དང་གྲོང་གསར་རྫོང་ལག་ དག་ལེགས་ལུག་རྒྱང་ལག་ནང་ལུ་ ལྷོ་སྐྱོན་ལོག་སྐྱོན་ངོས་འཛིན་གྱི་ཕྱིར་ བསྐྱོད་སྐྱོང་བཅུ་ལྔ་ལྟར་འབད་བར་འགྲོ་དགོ་མི་འདི་ རང་སོའི་ཚོས་ཚན་ཅ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྐྱོར་བ་སྐྱོན་གྱི་ གནས་དང་དྲི་མེད་ཤེལ་ཐོང་བཙམ་སྐྱོབ་ཁང་ནང་ལུ་གོ་བ་བཅུ་སྐྱོད་དང་ དཔེ་རྟོན་གསལ་བཤད་ལ་སོགས་ པའི་སྐྱོབ་རྟོན་ཐབས་ལམ་གྱི་ཐོག་ལས་མཇུག་བསྟུ་ཡོད་མི་འདི་རིག་པ་དཔེ་ཐོག་དང་ཁ་རྒྱུན་ཚམ་མིན་པར་ སྐྱོན་གྱི་ངོ་བོ་རེ་རེ་བཞེན་དང་སྐྱོན་གྱི་རོ་ སྐྱོན་འཁྲུངས་སའི་ས་གནས་གྱི་དབྱེ་བ་ སྐྱོན་འཁྲུངས་ཚུལ་ཚུ་ དངོས་སུ་མཚན་མ་མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་སྟེ་ཏེ་གོ་རྟོགས་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱོན་ངོས་འཛིན་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བཅུ་ ཟེར་གསོ་བ་རིག་པའི་དམིགས་གསལ་གྱི་ཁྱད་ཚོས་ཅིག་ཨིན། ལས་རིམ་འདི་གིས་ཕན་པ་གཞན་ཡང་ ལུས་ དང་སེམས་ལུ་ཉམས་མྱོང་ཚུ་དེ་ཨིན་མ་ཚད་མི་སྟེ་དང་འབྲེལ་བ་འབབ་ནི་ གནས་ཚུལ་ཤེས་ནི་དང་རིག་ ཅུལ་མང་རབ་ཅིག་ཡར་རྒྱས་བཏང་ཚུགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པ་ཨིན། ཏེ་མ་གི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་འབད་རུང་ ཐོས་པ་བརྒྱ་ལས་མཐོང་བ་གཅིག་ལྟག་ མཐོང་བ་བརྒྱ་ལས་མྱོང་བ་གཅིག་མཚོག་ཟེར་སྐྱོབ་སྐྱོང་ཡོད་དོ་ བཟུམ་ དངོས་མཐོང་ལག་བཟུང་གི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོབ་སྐྱོང་འདི་ག་ནི་བ་གལ་ཅན་ཨིན།

१.२ དམིགས་ལུལ།

- སྐྱོན་རེ་རེ་བཞེན་གྱི་ངོ་བོ་ངོས་འཛིན་གྱི་དབྱེ་བ་ལྟེ་རྟོགས་ནི།
- སྐྱོན་གྱི་རོ་རུས་ ས་གནས་གྱི་ཁྱད་པར་ཚུ་ཤེས་རྟོགས་ནི།
- གཅེས་པའི་ཡན་ལག་ལས་སྐྱེ་སར་སྐྱེས་པ། དུས་སུ་བདུས་པ། ལྷན་གསེད་ལེགས་པ། མ་ཐབ་ ཐངས་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་ནི།

१.३ ཕྱིར་སྐྱོད་སློབ་སྦྱོང་གི་དོན་ལུ་བསྐྱབ་སྟོན།

ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་སྦྱོང་ནང་ལུ་མ་འབྱེད་བའི་ཉེ་མ་སློབ་སྟོན་པ་ག་ར་ཨིན་རུང་ ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་སྦྱོང་གི་སྐོར་ལས་
ཁུངས་དང་དགོས་པ་ཚུ་ཁ་གསལ་སྟེ་བཤད་དེ་སློབ་སྦྱོང་པའི་སེམས་ལུ་སློབ་བསྐྱེད་བཅུག་དགོ།

१.ॣ སྦྱོང་ལུ་གི་མཁོ་ཆས།

སྐྱེ་ལོ་འཛིན་དང་སྦྱོང་ལུ་གི་དོན་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོན་ཁུངས་གཏུགས་ཀི་དེབ་ཅི་མེད་ཤེལ་ཕྱེད་རེ་རེ་དང་ སྦྱི་
བསྟོམས་ཀེ་དེབ་འབྲུངས་དཔེ་ཅི་མེད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་ གཞན་ཡང་འབྲེལ་ཡོད་ཀི་དེབ་ཚུ་དང་ རྟོགས་
བརྗོད་སྦྱོང་ལུ་གི་དོན་ལུ་འབྲི་དེབ་རེ་རེ་དང་ སྐྱུག་འབྲི་དང་བཅས་ཚང་སྤྲིག་འབག་དགོ།

१.॥ ཕྱིར་སྐྱོད་སློབ་སྦྱོང་གི་ས་གནས།

१.॥.१ རྩོ་སྐྱེན་ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་སྦྱོང་འདི་གླིང་གཞི་རྒྱུང་ཁག་གི་ས་གནས་ཁག་མ་འདྲེས་ལེ་ཤ་ཡོད་རུང་གཤམ་
གསལ་ལྟར་བརྟུན་སྤྲུག་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་དགོ།

ཨང་	རྗོང་ཁག།	ས་གནས།	ཉིན་གྲངས།	སྤྱི་ཚེས།	བྲན་གསོ།
१	རྩོ་སྐྱེན་དོས་འཛིན།	མེ་ས་ཡུལ།			
	གླིང་གཞི་རྒྱུང་ཁག།	གཅེས་པའི་ས།			
		ཕྱིའུ་ལ།			
		ཉེ་ཕྱོད།			
		ཕྱིའུ་ཕུག།			
		གངས་བུ་ལ།			
		གཡག་ལ།			
	རྟོགས་བརྗོད་གྱི་དོན་ལུ།				

१.५.१ ལྷོག་སྐྱོན་གྱི་དོན་ལུ་ གྲོང་གསལ་དང་དགེ་ལེགས་སྤྱད་གི་ས་གནས་གཉིས་ནང་གཤམ་འཁོད་ལྷུར་
 ཉིན་གྲངས་ ༡༠ འི་རིང་ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་དགོ།

१	ལྷོག་སྐྱོན་དོས་	གྲང་ཐལ།			
	འཛིན།	གཡུ་རྒྱུང་ཚོས་གྲིང།			
	གྲོང་གསལ།	གོ་ཤ་ལ།			
		སྐར་བུང།			
३	དགེ་ལེགས་སྤྱད།	དགེ་ལེགས་སྤྱད།			
		ལྷོམ་གྱི་ཉེ་འདབས།			
		ཚ་རྒྱའི་ཉེ་འདབས་རོངས་ རྒྱའི་ཕར་ཁ་ཚལ་ལུ་ ལྷུམ་རའི་ལྷག་ལས།			
	རྟོགས་བརྗོད་འབྲི་ནི་.....				

१.८ ལྷོན་དོས་འཛིན་གྱི་ཐབས་རིག

ཁྱེད་ལཱ་ལྷོན་གྱི་རྟོགས་བརྗོད་ ལྷོན་གྱི་དཔེ་རིས་ ལྷོན་དཔོན་མཁས་པའི་ཞལ་རྒྱུན་ རོ་བོའི་བཤད་པ་
 ལྷོན་གྱི་རོ་དང་རུས་པ་ ཚན་རིག་གི་མིང་དང་ རྟོན་གཉིས་ཤན་སྐར་ ལྷོག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་བཅས་གྱི་ཐོག་
 ལས་འབད་དགོ།

१.༩ ལྷོན་དོས་འཛིན་གྱི་ཀུན་སྦྱོང།

སྦྱོང་བརྗོད་འཁོལ་འབྲེན་པའི་སྦོལ་སྦོལ་པ་གིས་གྲོང་གསལ་གྲང་ཐལ་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྦྱོང་བརྗོད་ལྷུ་བའི་ནང་སྐྱོན་
 དོས་འཛིན་དང་བཅའ་སྦྱོང། དོས་འཛིན་གྱི་ཐབས་ལམ་གྱི་གསལ་བཤད་དང་དཔེ་ཁྲིད་ཚུ་འབད་དགོཔ་མ་ཚད།
 ལྷོག་སྐྱོན་གྱི་རིགས་ག་ཅི་རང་ཨིན་རུང་ དོས་འཛིན་སྐབས་སུ་སྦོལ་དཔོན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པར་ལམ་སྦོལ་

དང་འཁྲིལ་རོ་བོའི་ངོས་འཛིན་སྐབས་སུ་རྩ་བ་སྤོང་པོ་ལོ་མ་མེ་རྟོག་འབྲས་བུ་བཅས་མཚུབ་ཚུགས་སུ་འབད་
དགོ་པའི་ཁར་ གཅིག་མཚུངས་ཡོད་པ་ཅིན་རོ་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་དབྱེ་ཞིབ་མཐིལ་ཕྱིན་འབད་དགོ།

༡.༤ སྤོང་ལཱ་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་འགོ་རིམ།

སྤོང་ལཱ་གི་འགོ་རིམ་ཐོབ་ཐངས་ དང་པ་དཀར་ཆག་ མཚན་དོན་ ཕྱིར་སྤྱོད་སྤོང་བརྟམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་
པའི་རོ་སྤོང་ རོ་སྤོང་དང་འབྲེལ་བའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་ལས་དངོས་གཞི་འགོ་རིམ་གྱི་ཨང་རྟགས་ཚུ་ཉིང་སངས་
ས་སྤེལ་འབྲི་དགོཔ་མ་ཚད་ སྤོང་ལཱ་བཅུད་བསྐྱེ་སྤྱེ་མཚུག་བསྐྱེ་ནང་བཀོད་ཞིན་མ་ལས་མཚུག་བསྐྱེ་ནི་དང་ དེ་
དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱབ་རྟེན་གི་དེབ་ཚུ་ཡང་ཚུལ་བཞིན་དུ་བཀོད་དགོ།

༡.༥ རོ་སྤོང་འཛིན་དབྱེ་ཞིབ་དང་སྤོང་ལཱ་གི་ཀྱུན་སྤྱོད།

- སྤོང་རོ་སྤོང་འཛིན་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་སེམས་ལས་བརྗེད་མ་བརྗེད་མཐའ་དབྱུད་ཀྱི་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ་
པའི་ཁར་སྤྱུགས་ཡང་སྤོང་ལཱ་འབྲི་སྤྱུགས་དང་བསྐྱོམས་ནི།
- སྤོང་རོ་སྤོང་འཛིན་ཐོབ་ཡོད་མི་ཚུ་ སྤོང་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ཕན་ཡོན་ རོ་རུས་ རོ་བོའི་བཤད་པ་ དེགས་
ཀྱི་དབྱེ་བ་ འཁྲུངས་གནས་བཅས་ཀྱི་རྟོགས་བརྗེད་གསལ་རྟོག་རྟོ་འབད་འབྲི་དགོཔ་མ་ཚད་ སྤོ་
སྤོང་རོ་སྤོང་འཛིན་གྱི་རྟོགས་བརྗེད་ཨིན་པ་ཅིན་གདམ་ཁའི་ཐོག་ལས་སྤོང་སྤོང་མཐའ་༡༠༠འབྲི་ནི་
དང་ཁོག་སྤོང་རོ་སྤོང་འཛིན་ཨིན་པ་ཅིན་གདམ་འབྲུ་འབད་དེ་སྤོང་སྤོང་མཐའ་༥༠རེ་འབྲི་དགོ།

༡.༦ སྤོང་ལཱ་གི་སྤྱུགས།

དབྱེ་ཞིབ་དང་སྤོང་ལཱ་སྤྱུགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་འདི་བརྒྱ་ཆ་ ཚོས་ཚན་རྩ་གཞུང་དང་འཁྲིལ་ སྤོབ་དུས་ཀྱི་ཚོས་
རྒྱགས་ཀྱི་སྐབས་བསྐྱོམ་དགོ།

༡.༧ སྤོང་ལཱ་སྤོང་ལཱ།

སྤོང་ལཱ་འདི་ཕྱིར་སྤྱོད་སྤོང་བརྟམ་ལས་ལོག་སྤེ་སྤེལ་ཁང་ནང་ལྟོད་ཞིམ་ལས་བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་
ཕུལ་དགོ།

१.११ **བཅུད་དོན་གསལ་བཤད།**

ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོད་བདར་སྐབས་ཉིན་བསྟར་བཞིན་དུ་ལུ་འབད་ཡོད་པའི་དོན་ཚན་ཚ་ཚང་ཐོག་ལས་མདོར་བསྟུས་
ཏེ་ དེས་གཟའ་སྟེན་པ་ལུ་གསལ་བཤད་ལས་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་གསལ་བཤད་འབད་དགོ།

१.१२ **ཕྱིར་སྐྱོད་སྐབས་སུ་སྒྲིག་གཞི་ཀུན་སྐྱོད།**

ཕྱིར་སྐྱོད་མ་འབད་ཏེ་མ་ས་གནས་གཞུང་གི་འགོ་ཁྲིད་པ་ཚུ་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་དགོཔ་པའི་ཁར་ གསོ་རིག་
གཞུང་ལས། སྐྱོད་ན་ས་བརྟག་འགོ་ན་ལམ་བརྟག་ཅིང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ཕྱིར་སྐྱོད་
སྐབས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་སྐོ་ལས་ཉེན་སྲུང་འབད་དགོ་གལ་ཅན་ཨིམ་མ་ཚད་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་མཉམ་
འབྲེལ་དང་རོགས་རམ་འབད་དགོཔ་ཨིན་ གཞན་མ་རུང་པའི་རིགས་ཚང་འབྲུང་དང་ ཤོ་དང་ཏ་སེ་ཕེད་ནི་
དང་འབྲེལ་འཛིང་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོད་བཞུད་དགོཔ་མ་ཚད་ སྤྱོད་རོམ་འཛིན་ལེགས་ཤོམ་འབད་ཚུགས་ནི་གི་
དོན་ལུ་འགོ་འགྲུལ་གྱི་སྐབས་རང་སོ་ཁ་ཐོར་མིན་པར་ སྐོབ་དཔོན་གང་ཡོད་ཀྱི་སྤྲེ་ཚན་དང་ཅིག་ཁར་འགྱོ་
དགོཔ་ཨིན་ དེ་མ་ཚད་ལས་རིམ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་ལས་བརྟལ་ཏེ་འགོ་འགྲུལ་འབད་ནི་དང་
ལྷག་པར་དུ་འབྲུག་གི་ས་མཚམས་ལས་བརྟལ་ཏེ་འགོ་འགྲུལ་འབད་བ་ཅིན་ལོག་སྟེ་གསོ་རིག་སྐོབ་ཚོགས་
ནང་ལྟོད་ཞིམ་ལས་ཉེས་ཚབས་ཆེ་ཚུང་དང་བསྟན་སྐོབ་ཚོགས་ཀྱི་ཉེས་འགལ་ལམ་ལུགས་ལྟར་དུ་སྦྱིན་དགོ།

१.१३ **བཟའ་འབྲུང་དང་ཉལ་ཆས་ལ་སོགས་པའི་མཁོ་སྐྱབ།**

འགོ་འབྲེན་པ་ཚུ་གིས་ཉལ་ཁང་གི་དོན་ལུ་སྐྱུས་ཚད་དང་ལྷན་པའི་ཀྱར་ཟ་སྒྲིག་རྒྱབ་དགོཔ་དང་ བཟའ་འབྲུང་
གི་དོན་ལུ་གཉེར་ཚང་ཚུ་ཕྱིས་ཕྱ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བཏོན་ཏེ་འབག་དགོཔ་པའི་ཁར་ ཅ་ཆས་ཚུ་ཡང་ཕྱིས་བརྒྱབས་
ཏེ་ལངས་མ་སྟེ་འབག་དགོ།

१.१४ **ཕྱོན་ཆས་ཀྱི་མཁོ་སྐྱབ།**

ཕྱོན་ཆས་དང་ ཆར་ལེབས་ ལྷན་གཤེར་བཀག་པའི་ལྷམ་ཚུ་རང་གི་བྱ་སྐབས་ག་བདེམ་ཟ་སྒྲིག་རྒྱབ་འབག་
དགོ།

१.१८ གཞུགས་ལམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དོན་ལུ་མཁོ་སྐྱབ།

ཕྱི་སྐྱན་དང་ནང་སྐྱན་གང་རུང་གི་ཐོག་ལས་ བྲག་ཤེད་གཙོག་པའི་སྐྱན་དང་ རླུང་ལ་གཞོན་པའི་སྐྱན་ ཐོ་
སྐྱན་གྱི་རིགས་ཚུ་ག་སྐྱིག་བརྒྱབས་ཏེ་འབག་དགོ། གོང་གི་དོན་ཚན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་མ་
ཚད་དེ་ནང་མ་ཚང་པའི་གནད་དོན་རེ་ཡོད་རུང་རང་སོ་སོ་གིས་འབག་དགོ།

१.१९ བརྟུན་བསྐྱུས།

གོང་གི་གནད་དོན་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་སྐྱན་ངོས་འཛིན་གྱི་
ཤེས་ཡོན་གང་ངམ་སྟེ་ནད་གཞི་དང་སྐྱན་ངོ་མ་འཛོལ་བར་ནད་པའི་ཞབས་ཏོག་ལུ་རྒྱ་རྒྱགས་པའི་དམིགས་
གཏད་སྦྱིད་དགོ།

བྱུང་སྐྱབས་ལ།

ལག་ལེན་དབྱེ་ཞིབ་དང་སྒྲན་ལུ་འབྲི་ཤོག།

གོ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོ་རིག་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

སྤོང་འགྲེམས་སྐྱགས་ཤོག། ཅུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༡༥།

ཨང་	མིང་གསལ་	ཅུས་ཡུན་ ཚུ་ཚོད།	བརྗོད་སྒྲ། $2 \times 3 = 6$	ཅུས་ཡུན། $2 \times 3 = 6$	བཀའ་ཐངས། $4+4+2=10$	བསྐྱེམས། 30	བློན་གསོ།
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							

ཚོས་རྒྱགས་ལེན་མིའི་མཚན་.....རྟགས་.....།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚུགས།

བྱང་འཚོ་ལོ་རིམ་.....སློབ་དུས་.....པའི་ལག་ལེན་འབྲི་རྒྱུགས།

སློབ་སྦྱང་པའི་རིམ་ཨང་.....ཚེས་ཚན་.....

རྒྱུགས་ཐོབ་ཚད་ ༣༠

ངེས་ཐོབ་ ༡༠

སློབ་ཚུགས་.....

༤ རྟ་གཞིའི་རྒྱུགས་.....

.....
.....
.....

༡. རྟ་གཞི་ (༥)

༢. སློབ་བཅོས་ (༥).....

.....
.....

༣. དཔྱད་བཅོས་ (༥).....

.....
.....

༤. ཟས་སྦྱོད་སྐྱབ་སྐྱབ་(༥).....

.....
.....

བཀྲིས་བདེ་ལེགས།

ནང་པའི་གསོལ་རྒྱུ་སྒྲིག་ཚུགས།
ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་སྟོན་ལུ་འབྲི་ཤོག།

༣ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་སློབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཕྲིལ་སྒྲིག་ཁང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་སློབ་བརྟུན་འབད་བཞེན་མ་ལས་མཇུག་བསྟུ་བའི་སྐབས་གདོང་ལེན་དང་མ་འོངས་ལེགས་བསྟུར་གྱི་དོན་ལུ་གཤམ་གསལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་རེའུ་མིག་ནང་བསམ་དཔྱད་དང་སྟོན་ལུ་ཚུལ་བཞེན་ཏུ་བཀའ་དགོ།

སློབ་སྦྱོང་པའི་མིང་.....སློབ་སྦྱོང་.....
ལོ་རིམ་.....སློབ་དུས་.....།

༡	བརྟུག་དཔྱད་ཁང་། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༢	ཚུ་བརྟུག་ཁང་། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༣	བསྐྲེག་རིགས། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༤	ཚུགས་རིགས། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༥	བྱུག་པ།	གདོང་ལེན།	

	(...../...../.....)		
		བསམ་ལན།	
༤	གསོ་རིག་ཞི་ གནས་དང་ལུས་ སྦྱོང་། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	

གོང་གི་འབྲི་ནང་མ་ཤོང་པ་ཅིན་ ཤོག་ལེབ་སོ་སོ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་འབྲི་དགོ།

ནང་པའི་གསོའི་རྒྱུ་ལྟོགས།

སྤོ་ལོག་སྤོན་དང་ཚ་ཚུ་སྤོན་ཚུའི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོད་བདར་སྤོན་ལུ་འབྲི་ཤོག།

༤ སྤོ་བསྐྱོད་པ་ཚུ་སྤོ་བ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཇིག་སྤོ་སྤོན་དང་ལོག་སྤོན། ཚ་ཚུ་སྤོན་ཚུའི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོད་བདར་འབད་བཞིན་མ་ལས་མཚུག་བསྐྱོད་བའི་སྤོན་གདོང་ལེན་དང་མ་འོངས་ལེགས་བསྐྱར་གྱི་དོན་ལུ་གཤམ་གསལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་རེ་ལུ་མིག་ནང་བསམ་དབྱེད་དང་སྤོན་ལུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བཀའ་དགོ།

སྤོ་བསྐྱོད་པའི་མིང་.....སྤོ་བསྐྱོད་.....
ཡོ་རིམ་.....སྤོ་བ་དུས་.....།

༡	ཚ་ཚུ་སྤོན་ཚུའི་ ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོད་ བདར།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༢	སྤོ་སྤོན་དོས་ འཇིན་ཕྱིར་ བསྐྱོད་སྐྱོད་ བདར།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༣	ལོག་སྤོན་དོས་ འཇིན་ཕྱིར་ བསྐྱོད་སྐྱོད་ བདར།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	

གོང་གི་འབྲི་ནང་མ་ཤོང་པ་ཅིན་ ཤོག་ལེབ་སོ་སོ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་འབྲི་དགོ།

ནང་པའི་གསོལ་རྒྱུ་ཚོགས།
སྐྱེད་རྩིས་འཛིན་དབྱེ་ཞིབ་འབྲི་ཤོག། (ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོད་བཅས་)

༣ སྐྱོབ་སྐྱོད་པ་ཚུ་སྐྱོབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཕྲིལ་སྲོ་སྐྱེད་དང་ཚོགས་སྐྱེད་རྩིས་འཛིན་གྱི་དོན་ལུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་དེ་
སྐྱོད་བཅས་འབད་ཚར་བཞིན་མ་ལས་ མཐའ་དབྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་རེ་འུ་མིག་ལྟར་བཀའ་དགོ།
སྐྱོབ་སྐྱོད་པའི་མིང་.....ལོ་རིམ་.....སྐྱོབ་དུས་.....
སྤྱི་ཚེས་.....།

ཨང་།	སྐྱེད་མིང། (འུ)	རྩི (འུ)	སྐྱེད་ཀྱི་སྐབས།	དབྱེ་གསོ།
༡				
༢				
༣				
༤				
༥				
༦				
༧				
༨				
༩				
༡༠				
༡༡				
༡༢				
༡༣				
༡༤				
༡༥				
༡༦				
༡༧				
༡༨				
༡༩				
༢༠				
	སྐྱེད་ཀྱི་སྐབས་བསྐྱོད་ཀྱི་སྐབས།			

ནང་པའི་གསོལ་རིག་སློབ་ཚོགས།

ཚ་ཚུ་སློབ་ཚུ་རོས་འཛིན་དབྱེ་ཞིབ་འབྲི་ཤོག། (ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་བཅུ་དུ་)

༤ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་སློབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཕྲིལ་ཚ་ཚུ་དང་སློབ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་དེ་
 སློབ་བཅུ་འབད་ཚར་བཞིན་ལས་ མཐའ་དབྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་རེ་འཇུག་ལྟར་
 བཀའ་དགོ།

སློབ་སློབ་པའི་མིང་.....སློབ་སློབ་.....
 ལོ་རིམ་.....སློབ་དུས་.....།

༡ ཚ་ཚུ།

ཨང་།	ཚིང་ ཨང་།	ཚུལ། (༠.༥)	དྲི། (༠.༥)	མདོག། (༠.༥)	རྟོ། (༠.༥)	གར་སྒྲ། (༠.༥)	རུས་པ། (༠.༥)	སྐྱུག་ ས།

༢ སློབ་ཚུ།

ཨང་།	སློབ་ཚུའི་མིང་།	ཕྱོགས། (༠.༥)	དྲི། (༠.༥)	རྟོ། (༠.༥)	ཉ་ལྗེབས། (༠.༥)	ལ་དོག། (༠.༥)	རུས་པ། (༠.༥)	སྐྱུགས།

བཀྲིས་བདེ་ལོགས།