

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་།

ངེ

བྱ་ལོན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག །

གནམ་ལོ་ལྷགས་བྱ་ལོའམ།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལ།

ཁྲིམས་བཟོའི་ཚོགས་ཚུང་།

བཏང་གིས་ཚོས་རྫོང་-ཐིམ་ཕུག །

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ནང་སྲིད་སྲིད་སྲུག་རྒྱུན་པོའི་ཡིག་ཚང་།

ཡིག་ཨང་-ཨེམ་ཨེཆ་ཨེ/༡(༢)༩༡/༢༦༦༩

བཏང་གིས་ཚོས་རྫོང་།

ཐིམ་ཕུག།

༥ ༡༥ལན། དེ་ནི་རྒྱལ་གཞུང་གི་བཀའ་དགོངས་ཅི་བཞིན་ འབྲུག་གཞུང་ཁྲིམས་བཟོའི་ཚོགས་ཚུང་ནས་  
བཅམས་བསྐྱོད་བཀྲིས་པའི་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོའི་བྱ་ལོན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ ལེའུ་བརྒྱད་ལྷན་གྱི་བདག་ཉིད་  
ཅན་མ་འདི་ཉིད་ འབྲུག་བརྒྱུད་འཛོན་གྱི་རྒྱལ་རབས་བཞི་པ་ མངའ་བདག་འཛིགས་མེད་མེད་གོ་དབང་ལྷུག་  
རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་ནས་ཆ་འཛོག་མཛད་གྲུབ་པ་ཅི་བཞིན་ གནམ་ལོ་ལྷགས་བྱ་ཟླ་༣ པའི་ཚེས་ ༡ ནས་བཟུང་  
ལྟེ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ས་ཁྲོན་དང་ ཆབ་འབངས་སུ་གཏོགས་པའི་མི་རིགས་ཆེ་  
འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་མཐའ་དག་ནས་ བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་དང་ གཡར་པོ་དང་བཙོལ་མའི་སྲོད་ལེན་གྱི་ཐང་  
སེམས་ཏན་བདག་སྲོད་བྱ་ལྷགས་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ གང་ཡང་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་ཉིད་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་དགོས་པ་ཡིན་  
བཞུན་ ཁྲིམས་ཡིག་འདིའི་དོན་ལས་སྤྱི་ཚམ་ཡང་མ་འགལ་བར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་པ་བཅས་ འབྲུག་གཞུང་  
ནང་སྲིད་རྒྱུན་པོའི་ཡིག་ཚང་ནས།

གནམ་ལོ་ལྷགས་བྱ་ཟླ་༣ ཚེས་ ༡༥ ལ།

སྤྱི་ཚེས་ ༡༩-༩-༡༩༩༡ ལ།

སྲིད་སྲུག་རྒྱུན་པོ།

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་།

ང་།

བྱ་ལོན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག།

ཚུན་བརྗོད།

༥ རྩོམ་སྒྲིག་ཚོགས་གཉིས་མངོས་སྐྱབས་གསལ་སྤྱད་ས་རྒྱན་པོ་ལ། རྩོམ་ཚན་དཔེ་ཉི་འདྲ་འབྲུག་གྲིས་འབྲུང་འབྲ་  
 པའི། བྲངས་སྐྱེ་རྒྱུ་གཞུག་རྒྱན་ཉི་མའི་གཉེན། འབྲེན་མཚོག་རྣམ་འབྲེན་བཞི་པས་དགོ་ལེགས་སྦྱོལ། །  
 འཇའ་ལུས་རྩི་རྩི་སྐྱེ་མཚོག་རབ་བརྟེས་ཀྱང་། འདཔག་མེད་རྣམ་འབྲེན་ཡོངས་ཀྱི་གཙོ་བོ་བཞེངས་པ། རྩོགས་  
 མའི་ལྷ་སྐལ་ཨོ་རྒྱན་རྩི་རྩི་འཆང་། འིན་ཅན་རྣམ་མའི་འོ་འོ་གཞུག་ན་མཚོད། འབྲུག་ཉི་ག་གི་བརྟན་མཚོག་  
 མདོ་ལྷགས་རྒྱན། འབྲུང་མཚོད་མ་མཐོན་སྤྱི་དང་ལྷན་པར་དུ། འཕྲི་ཤེས་མཐོན་དང་དུད་པའི་སོལ་བ་མ། འཇག་  
 མེ་ཚོས་སྤོང་རྣམས་ཀྱང་ལྷག་གི་ཡུལ། འཇམ་བུ་རྒྱ་པོའི་རྒྱང་གི་སྤུ་མ་ན། འབྲུ་བའི་རྩལ་གྱིས་ལན་བརྒྱར་  
 རྒྱགས་པའི་གཟི། འདབ་པོའི་མཚོན་ཆས་བཀྲ་བའི་ལང་ཚོ་ཅན། འདམོས་འདོད་ཆར་སྤེལ་ངལ་བསོས་བུ་དེས་  
 སྤོངས། འལྲལ་བརྟན་སྤང་བ་དཀར་པོའི་སྤོན་སྤོངས་འདིར། འཚོས་ཚུལ་ཉི་མའི་ཤིང་རྩ་ལེགས་ངངས་ནས། །  
 དགོ་བཅུའི་ཁྲིམས་ཀྱི་པད་ཚལ་རྒྱས་མཚོད་པའི། མི་དབང་རིམ་བྱོན་ཚོགས་ལའང་ལན་བརྒྱར་འདུད། འཇག་  
 གི་འདོད་འཛོ་སྐྱེ་མེད་རྣམ་པའི་བཞིན། འཚངས་བྱུང་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོ་འཇུམ་པའི་གཟིས། འབྲུ་རྒྱག་འདབ་  
 མའི་མདུད་རྒྱ་དམོལ་བའི་གཏམ། འཆར་ཡང་རྣ་བའི་བཅུད་ལེན་ཤེས་པར་སྐྱབས། འལྲལ་ཁྲིམས་གསལ་གྱི་  
 གཉེན་ཤིང་འཛོན་རིགས་ནས། འཚངས་དོར་བྱེད་པའི་འོད་ཟེར་འབྲུམ་ཕྱག་བརྒྱ། འགཅིག་ཆར་སྤོན་པ་ཁྲིམས་ཀྱི་  
 ཉིན་མོར་བྱེད། འཕྲི་གའི་གཞུགས་སྤུ་གར་འདི་གཟིགས་མོར་སྤེལ། །

ཞེས་ཚོགས་སྤུ་བཅད་པས་དགོ་ལེགས་ཀྱི་ལམ་ཡངས་པོར་བྱེད་ཉེ་གང་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དེ་ཡང་  
 མཐར་ཐུག་ངེས་པར་ལེས་པའི་འཇུག་སྤོན་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་ གནས་སྐབས་མིའི་ཚོས་ལུགས་ཡང་དག་པ་ཞིག་གི་  
 ལམ་ལ་བརྟེན་ཉེ་འབྲུང་བ་ལགས་ཤིང་ ཡང་དག་པའི་མིའི་ཚོས་ལུགས་དེ་ཡང་ སྐྱེ་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པའི་  
 འཆར་སྤོན་དང་བརྟེན་ཉེ་ བྲངས་དང་མཐས་གཞུགས་མེ་རུས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ལགས་ཀྱང་ སྐབས་  
 འདར་བྱེ་བྲག་ཏུ་འབབ་པ་ནི་ དངོས་པོ་བརྟེན་བུན་གྱི་བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་བྱ་སྤོན་དང་ གཡམ་པོར་སྤོན་ལེན་བྱ་  
 ཐང་ བཅོལ་མ་གཏམས་ལེན་བྱ་ལུགས་ སེམས་ཅན་བདག་སྤོང་སྤོང་བཅས་ཀྱི་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལུགས་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ འདིར་ཁྲིམས་ཡིག་ཏུ་བཅའ་བ་ནི་ བྱ་ལོན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ཅེས་བྱ་སྤྱོད། དེ་ཡང་གཡམ་པོར་སྤོན་  
 པའི་རྩིས་སྤུ་ དེ་ལུགས་ཀྱི་འགན་ཡིག་དུས་ཚོད་ལས་བརྒྱལ་ཉེ་སོང་བ་དང་ བཅོལ་མ་གཏམས་ལེན་བྲག་ཉེ་  
 འགན་ཡིག་དུས་ཚོད་ལས་བརྒྱལ་ཉེ་སོང་བ་ སེམས་ཅན་བདག་སྤོང་མ་བྱས་པར་གཞན་ལག་ཏུ་རྒྱུད་པ་སོགས་

གང་ཡང་གནད་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ཏེ་ རྗེས་སོར་ཕར་ཚུར་སྲོད་ལེན་གྱི་དགོས་འབྲུང་རིགས་ འཕྲོད་ཀྱི་གངས་སུ་  
 བརྟེན་དགོས་པར་གྱུར་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ འདིར་སུ་ལོན་ཁྲིམས་ཡིག་གི་ནང་འཁོད་དུ་བཀོད་ཅིང་བསྟན་པ་ལགས་  
 ན་ དལ་གཞིར་ཁྲིམས་དོན་དེ་དག་འབྲུག་གཞུང་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོར་མཛད་པའི་འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞང་  
 ལེན་ཏུ་ ང་། པ་དང་ ཅ་། པ་ ཀ་། པ་བཅས་ཀྱི་ནང་འཁོད་དུ་གསལ་ཏེ་ཡོད་ཀྱང་ དེར་འདིར་རང་བཞིན་དུས་  
 ཀྱི་འབྲུང་བས་ ཅིར་ཡང་སྤང་བའི་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲིབས་ཀྱིས་ རྗེས་སུ་བསམ་པའི་འཆར་སྐོར་ཡང་ཅིར་  
 ཡང་འཆར་བ་དང་ དེ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ལུས་དག་གི་གྲ་སྲོད་བཟང་ངན་ཅིར་ཡང་ཤུགས་ཀྱིས་འབྲུར་བ་ནི་ཚོས་ཉིད་  
 ཡིན་ལ་ གྲ་སྲོད་ངན་པ་དེ་དག་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་ལམ་དུ་ཁ་སྐྱར་དགོས་པ་དེ་ལ་ རང་གཤེས་བཟང་པོས་སྐྱར་  
 མ་ཐུབ་རིགས་ དེས་པར་གཞན་སྟོས་ཁྲིམས་ཀྱིས་བསྐྱར་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་བདེ་སྲོད་གཉིས་ལྡན་གྱི་ངང་དུ་ཉི་  
 འཇགས་དགོས་པ་ནི་ ཁྲིམས་ཡིག་འདིའི་དགོས་པའི་སྡེ་དང་པོ་སྟེ། དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གནད་ལ་འབྲུག་གི་རྒྱལ་  
 རབས་བཞི་པ་མངའ་བདག་འཇམ་མེད་མེད་ལོ་དབང་ལྷུག་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་ནས་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྷན་  
 མེད་པ་བཞེས་ཏེ་ སྤྱི་ལོ་༡༩༧༧ ཀྱི་ལོར་མི་རྗེ་ནང་སྲིད་སྲིད་སྲིད་སྲིད་ལྷན་ཚོན་པོས་དབུ་འབྲིང་འོག་ རྗེས་སུ་ཚོགས་སྡེ་  
 དང་ ཁྲིམས་ཁང་གོང་མ་ལྷན་རྒྱས་ཐོག་ནས་ ཁྲིམས་བཟོའི་ཚོགས་ཚུང་ཞིག་ལོགས་སུ་འདེམས་བསྐོས་མཛད་དེ་  
 བཅུགས་གནང་བ་དེ་ཉིད་ནས་ རྗེས་ཀྱི་ཁྲིམས་གཞུང་ལ་ལེགས་པའི་སྐྱུར་བཅོས་དང་ དེར་དུས་དང་མཐུན་པའི་  
 གནད་ལྡན་གྱི་ཁྲིམས་དོན་གང་འོས་ཁྲིམས་སྡེབས་སུ་བསྐྱོགས་ཏེ་ ལེན་ཏེ་རིམ་པ་བཞིན་ཚོམ་སྐྱོག་གཉིད་བཞིན་པ་  
 ནས་སྐབས་འདིར་ཚོམ་སྐྱོག་གཉིད་པོ་ནི།-

- ཁྲིམས་བཟོ་ཚོགས་པའི་གཙོ་འཛིན་ གཞུང་བཞུགས་ཚོན་རྒྱ་མཐོན་རྗེ།
- ཁྲིམས་ཡིག་ཚོམ་སྐྱོག་གཉིད་པོ་ ཁྲིམས་ཁང་གོང་མའི་ཁྲིམས་དཔོན་འཕྲོ་ལྷན་།
- “ “ རྗེས་སུ་ཚོགས་སྡེའི་གཞུང་དགེ་འདུན་འབྲུག་དཔོན་ཚོམ་དཔོན་  
ཡོན་ཏན་རྒྱལ་མཚན།
- “ “ རྗེས་སུ་ཚོགས་སྡེའི་མི་སེར་འབྲུག་དཔོན་འཕྲོ་ལྷན་པོ་མི་སྐྱུན་སྐྱ་ལེ།
- “ “ ཁྲིམས་བཟོ་ཚོགས་ཚུང་གི་འཕྲོ་ལྷན་ལྷན་གསང་སྐྱོགས།
- ཁྲིམས་བཟོ་ཚོགས་པའི་འབྲུང་ཆེ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུའི་འབྲུང་ཆེ་སངས་རྒྱལ་རྗེ་རྗེ།

བཅས་ནས་རྗེས་ཀྱི་ཁྲིམས་གཞུང་ལེན་ཏུ་ པ་དང་ཅ་། པ་ལ་གཞི་བཅོལ་ ཁྲིམས་གཞུང་ལེན་ ཀ་།  
 པར་གསལ་བའི་སེམས་ཅན་བདག་སྲོད་སྐོར་དང་ འཕྲོད་ཀྱི་གཏུའ་མར་ས་ཆ་བཅུགས་ལུགས་བཅས་འདིར་  
 བཀོད་དེ་ཁ་བསྐྱང་ཞིང་ཡུལ་དུས་དང་མཐུན་པའི་སྲོལ་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ ལེན་ཏུ་བདུན་དུ་རྣམ་པར་དབྱེས་ཤིང་ དེ་  
 ནང་ཚོག་དོན་སོ་སོར་གོ་དགོས་པ་རྣམས་ ལེན་ཏུ་བརྒྱན་པར་ཁ་གསལ་འབྲེལ་བཤད་དུ་བཀོད་དེ་གཏན་ལ་ཕབ་  
 པའི་ཐོན་ཁྲིམ་དེ་ཉིད་ རྗེས་སུ་ཚོགས་སྡེ་དང་ཁྲིམས་ཁང་གོང་མའི་དཔོན་འབྲེལ་ཡོངས་ཚོགས་ནས་ ལན་བེངས་  
 གསུམ་རེའི་བར་དུ་ལུས་དག་དབྱིས་སྡེན་མཛད་པ་ནས་ སྤྱི་ལོ་༡༩༩༠ ཟླ་༡༡ ཚེས་༥ ཉིན་འབྲུག་གི་རྒྱལ་  
 ཡངས་ཁྲིམས་དཔོན་ལྷན་ཚོགས་བེངས་པ་ ལ་ པའི་ཞབས་འཛོམས་ནང་བཅུགས་ཏེ་ ཚོག་དོན་རེ་འེ་བཞིན་དུ་ལེགས་

པར་དཔུང་དེ་ ལེགས་བཅོས་གྲུབ་པ་ནས་ དཔལ་མིའི་དབང་པོ་རྒྱལ་རབས་བཞི་པ་ མངའ་བདག་འཛིགས་  
མེད་མེད་གོ་དབང་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེའི་ལྷ ཞབས་སུ་སྤྱོད་འབྲུལ་ཞུས་སྐབས་ མིའི་དབང་པོའི་ཞས་ནས་ཀྱང་ཆ་  
འཛོག་མཛད་དེ་དེ་དང་འབྲེལ་ཉེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་པའི་བཀའ་ལུང་རྩམ་བ་ མདུན་འཁོད་མི་རྗེ་ནང་སྲད་  
རྒྱུད་རྒྱུད་རྫོན་པོའི་ཆབ་ཤོག་ནང་གསལ་ལྟར་ ད་ནས་མངའ་བའང་ས་སུ་གཏོགས་པའི་མི་རིགས་ཀྱན་ཀྱང་  
ཁྲིམས་ཡག་འདི་དོན་ལས་འགལ་མེད་དང་དུ་ལེན་པས་ ཉེ་རིང་ཚོལ་ཞེན་གྱི་ཚོད་པ་ཡོངས་སུ་ཞི་སྟེ་ འཚོ་མེད་  
ཞི་བདེའི་དཔལ་ཡོན་དར་རྒྱས་ཡུན་གནས་ཡོང་བའི་རེ་སྨོན་དུ་སྦྲར་ཡང་སྤྲོས་པ།

སྤྱིགས་མའི་ཉེས་བརྒྱ་ཚང་ཚོང་འབྲིགས་པའི་ཁྲོད། བཀའ་བའི་མེ་ལྷེས་བསྐྱེད་པའི་འགྲོ་བ་ཀུན། མཚོག་  
གསུམ་ཐུགས་རྗེ་ཆར་སྤྱོད་སྤྱོམ་པོ་ཡིས། ཞི་བམེད་མན་བདེའི་དཔལ་གྱིས་དབུགས་འབྲིན་ཤོག ། དམ་ཚོག་རྗེ་  
རྗེའི་སྐྱེད་པ་རིང་མོ་ཡི། རྒྱེ་བར་མི་ཆད་སྤེལ་བ་དཔལ་འབྲུག་པའི། ཤོས་བཟང་ལྷ་བ་ལྷུ་གཡོ་བའི་རྒྱལ་མཚན་  
འདི། རྒྱུགས་ལས་རྒྱལ་བའི་དགའ་སྟོན་ཉིད་དུ་བསྐྱེད། ཚོས་སྲིད་འཛམ་བུ་རྒྱ་དའི་ཕྱི་བས་བརྒྱ་པས། ཤོག་  
སྟོན་དཔུང་ཚོགས་དབྱིངས་སུ་སྤྱོད་བཅོམ་ནས། དགའ་བ་བརྒྱ་པའི་རྒྱལ་བས་ཟླ་མེད་ཀྱིས། མྱིང་འདིར་རྗོགས་  
ལན་དགའ་སྟོན་སྦྲར་འབྲེན་ཤོག །འདི་ནི་ཕན་དང་བདེ་བའི་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི། དཤོས་འདོད་སྤྱོད་པའི་དཔལ་  
བསམ་དབང་པོ་སྟེ། མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་གྱི་ཁྲིར་འཛོགས་པའི། ཀྱང་སྤྱིགས་རབས་དང་མཐོན་པོར་གྱུར་  
མིན་ནམ། དེ་ལྟར་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཚོས་བཞེན་དུ། ཁྲིམས་ལུགས་བཟང་པོས་བསྐྱེད་ནས་ལེགས་  
བརྒྱུངས་པའི། རྣམ་དཀར་གང་དེས་རྒྱལ་བའི་བཟུན་པ་མཚོག དེ་འཛོན་བཅས་པ་རྒྱས་ཤིང་བཟུན་པར་  
ཤོག རབ་ཐོབ་རབ་འདོད་མཚོད་འོས་འདོད་དགུར་བསྐྱེད། དབང་རྒྱལ་དབང་དུ་བསྐྱེད་ཞིང་སྤེལ་ཡང་། བདེ་  
འབྲུང་བདེ་བའི་ལང་ཚོར་སྤྱོད་པའི་ལྷས། འདོད་དགུར་འདོད་པ་འཛོ་བའི་ཤེས་པ་རྩོལ། །

གནམ་ལོ་ལྷགས་བྱ་ལོ་འམ།  
སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༩ ལ།

ཁྲིམས་བཞིའི་ཚོགས་ཚུང་།  
བྲལ་ཤེས་ཚོས་རྗོད་-ཐིམ་སྤྱུག།

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་།

ངེ

བྱ་ལོན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག །

དཀར་ཆག །

ཁྲིམས་དོན་

ཙ་དོན་

ཤོག་གྲངས་

ལེབ་དང་པེ་- བྱ་ལོན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་གི་སྤྱི་དོན་དང་བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་སྐོར་།

ངེ ༡-༡	ཁྲིམས་ཡིག་གི་མིང་།	༣༣
ངེ ༡-༢	ལག་ལེན་འཐབ་རྒྱུའི་དུས་ཚེས།	༣༣
ངེ ༡-༣	ཁྲིམས་ཡིག་འདིའི་དབང་ཚད།	༣༣
ངེ ༡-༤	བྱ་ལོན་གྱི་དོ་སྣང།	༣༤
ངེ ༡-༥	བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་གྱི་འགན་རྒྱ་བཟོ་བའང་།	༣༤
ངེ ༡-༦	ཁྲིམས་ཁང་ནས་བརྗེ་འདོག་མེད་པའི་འགན་རྒྱ།	༣༥
ངེ ༡-༧	འགན་རྒྱ་བརྒྱུ་སྤོང་ཤོར་བའི་བྱ་ལོན་ལ་སྤྱོད་ཚུལ་མི་ཐོབ་པ།	༣༦
ངེ ༡-༨	འགན་རྒྱ་བརྒྱུ་སྤོང་ཤོར་ཞིང་བྱ་ལོན་བཏང་བའི་ར་ཁུངས་ཀྱང་ བདག་པོར་མ་འཐོན་ཚེ་བྱ་ལོན་མི་ཐོབ་པ།	༣༦
ངེ ༡-༡༠	འགན་རྒྱ་བཟོས་པ་མེད་ཅུང་ ཁྲིམས་དོན་༡-༧ པ་ལྟར་གྱི་ར་ ཁུངས་འཐོན་ཚེ་བྱ་ལོན་དོ་བོ་ཐོབ་ལུགས།	༣༧
ངེ ༡-༡༡	བརྒྱ་བ་པོ་དོ་མའི་རང་གིས་ཡོད་ན་བྱ་ལོན་ཐོབ་ལུགས་དང་ འགན་རྒྱ་མ་བཟོ་བའི་ཉེས་བྱ་ཤོག་ལུགས།	༣༧
ངེ ༡-༡༢	ལོན་མ་སྤྱོད་པའི་རིགས་ལ་བྱ་ལོན་སྤྱོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོགས།	༣༧
ངེ ༡-༡༣	རང་འདོད་དང་མ་འཕྲིལ་བར་ བྱ་ལོན་སྤྱོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོགས།	༣༨
ངེ ༡-༡༤	དབང་བཅོང་གིས་བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་བྱས་པའི་གྲངས་སྤྱོད་དང་ མི་རྒྱུད་བརྗེ་ལུགས་དང་ཉེས་བྱ།	༤༠
ངེ ༡-༡༥	གཏོང་མའི་གོང་ཚད་ལས་ལྷག་པའི་བྱ་ལོན་སྤྱོད་མི་ཚོགས་པ	༤༠
ངེ ༡-༡༦	ཚེད་མོ་ཚེ་སར་བཟོས་པ་དང་ རྒྱལ་སོགས་བཞག་པའི་བྱ་ལོན་ལ་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཆ་འདོག་མེད་པ།	༤༡

ལེབ་གཉིས་པམ་-གཏའ་མ་འཇུགས་ལེན་བྱ་ལུགས།

ངོ ༢-༡	གཏའ་མའི་ངོ་སྤོང།	༥༣
ངོ ༢-༢	བྱ་ལོན་ལེན་པ་པོའི་མོས་མཐུན་མེད་པར་གཏའ་མ་ཐིམ་མི་ཚོགས།	༥༣
ངོ ༢-༣	བྱ་ལོན་ངོ་བོ་ལས་ལྷག་པའི་གཏའ་མའི་དངོས་པོ་ལེན་མི་ཚོགས།	༥༤
ངོ ༢-༤	བཅན་ཚོག་བཅུག་པའི་འགན་རྒྱ་ལ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཆ་འཇོག་མེད་པ།	༥༥
ངོ ༢-༥	ཕྱི་མི་ལས་བསྐྱེས་པའི་བྱ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་བསྐྱེས་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་ བཅུགས་མི་ཚོགས།	༥༥
ངོ ༢-༦	རང་དབང་མེད་པའི་དངོས་པོ་གཏའ་མར་བཅུགས་མི་ཚོགས་པ་ དང་ཉེས་བྱ།	༥༥
ངོ ༢-༧	(༡)སྐྱ་གསུང་བྲགས་རྟེན་དང་མཚོད་ཆས་ཡོ་བྱད་རིགས་བྱ་ལན་ གཏའ་མར་བཅུགས་མི་ཚོགས།	༥༥
ངོ ༢-༨	(ཁ)རང་དབང་གི་སྐྱ་གསུང་བྲགས་རྟེན་གཏའ་མར་འཇུགས་ སྐབས་གཞུང་ལ་སྟན་ལུ་འཇོག་པ།	༥༦
ངོ ༢-༩	ཡོ་བྱད་གྱི་ས་ཆ་གཏའ་མར་འཇུགས་མི་ཚོགས་པ་དང་ཉེས་བྱ།	༥༦
ངོ ༢-༡༠	གཏའ་མ་ལ་གཞིས་ཁྲིམ་ངོ་མ་ལེན་པའི་ཁང་གཞིས་དང་ཁྲིམ་ རིགས་བཅུགས་ཚོགས།	༥༧
ངོ ༢-༡༡	འབབ་ཁུངས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གཏའ་མར་བཅུགས་ལེན་སྐབས་ གྱི་བྱ་ལུགས།	༥༨
ངོ ༢-༡༢	ས་ཆ་གཏའ་མར་བཅུགས་རིགས་ཀྱི་བྱ་ལོན་ཚེས་རྒྱུ་ཐང་།	༥༩
ངོ ༢-༡༣	གཏའ་མར་ལེན་པའི་ས་ལ་གནོད་པ་བཀའ་མི་ཚོགས་པ་དང་ དེའི་ཉེས་བྱ།	༥༠
ངོ ༢-༡༤	གཏའ་མར་བཅུགས་པའི་ས་ཆའི་ཁལ་འབུལ་ཕོག་ཐང་།	༥༡
ངོ ༢-༡༥	གཏའ་མར་འཇུགས་པའི་ས་ཆའི་ཁ་མོ་བསྐྱར་བཞོད་བྱས་པའི་ ཉེས་བྱ།	༥༡
ངོ ༢-༡༦	ས་ཆ་གཏའ་མར་འཇུགས་མི་ཙུ་སྤོང་འཇོན་སྐབས་ཀྱི་བྱ་ལུགས།	༥༢
ངོ ༢-༡༧	གཏའ་མའི་དངོས་པོར་ལེགས་བཅོས་བཀྱིས་པའི་ཐད་ཚེས་ རྒྱུ་མི་ཚོགས།	༥༢
ངོ ༢-༡༨	གཏའ་མར་ལེན་པའི་རྒྱ་དངོས་ར་མེད་ཐལ་བའི་ཚབ་མ་ཕོག་ཐང་།	༥༣

ང་། ༢-༢༡	གཏུམ་མའི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་འབྱུང་བའི་འཇིག་པ་ལ་ཕར་ ཚུར་སློང་ལེན་བྱ་མི་ཚོག་པ།	༥༣
ང་། ༢-༢༢	བྱ་ལོན་གཏོང་བ་པོ་ཚ་སློང་འཛོན་སྐབས་ཀྱི་བྱ་ལྷགས།	༥༤

ལེབ་གསུམ་པམ་-བྱ་ལོན་ལ་སློང་ཚེས་འཐབ་ལྷགས།

ང་། ༣-༡	སློང་ཚེས་ཀྱི་ངོ་སློང།	༥༥
ང་། ༣-༢	སློང་བཅིཚོག་པའི་དུམ་ཚད།	༥༥
ང་། ༣-༣	རིན་འབབ་ཞག་དུས་ཁར་བཞག་པའི་བྱ་ལོན་ལ་སློང་ཚེས་མི་ཚོག་པ།	༥༦
ང་། ༣-༤	བཙོང་རྒྱར་བཞག་པའི་བྱ་ལོན་རིགས་ལ་སློང་ཚེས་མི་ཚོག་པ།	༥༦
ང་། ༣-༥	བྱ་ལོན་ངོ་སློང་མཉམ་པ་ནས་སློང་ཚེས་མི་ཚོག་པ།	༥༧
ང་། ༣-༧	བྱ་ལོན་གྱི་རྒྱབ་ཏུ་གཡོག་བཀོལ་བ་དང་རྒྱ་དངོས་གང་ཡང་ལེན་ མི་ཚོག་པ།	༥༧
ང་། ༣-༨	ཁག་འབག་པ་ནས་ལེན་དགོས་བྱུང་བའི་བྱ་ལོན་ལ་སློང་ཚེས་ མི་ཚོག་པ།	༥༨
ང་། ༣-༩	ཐོས་ལུང་པ་སྐར་འཕྲོར་སྐབས་སློང་ཚེས་རྒྱབ་ཚོག་པ།	༥༨
ང་། ༣-༡༠	ཁྲིམས་སུ་རྒྱུང་བའི་མི་ལས་སློང་ཚེས་མི་ཚོག་པ།	༥༩
ང་། ༣-༡༡	ཁྲིམ་མེ་རྒྱས་རྒྱུན་གྱིས་འཇིག་ན་སློང་ཚེས་མི་ཚོག་པ།	༥༩
ང་། ༣-༡༢	འགན་ཡིག་ནང་སློང་ཚེས་རྒྱར་མ་འཁོད་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱ་ལྷགས།	༥༩
ང་། ༣-༡༣	ཁྲིམས་དོན་འདིར་མི་བསྐྱས་པ།	༦༠

ལེབ་བཞི་པམ་-བྱ་ལོན་བཏབ་ཐང་སྐྱོར།

ང་། ༤-༡	བྱ་ལོན་བཏབ་ཚད་འཕྲོར་རྟགས་སློང་ལེན་བྱ་དགོས་པ།	༦༡
ང་། ༤-༢	གཞན་ལས་ལེན་རྒྱ་ཡོད་པའི་བྱ་ལོན་དང་ཁ་འཐབ་མི་ཚོག་པ	༦༡
ང་། ༤-༣	ཚ་བོ་གཅིག་ལས་ཐོབ་ཤོར་གྱི་ཚེས་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཚེ་སྐབས་ གཅིག་ཏུ་རྒྱབ་དགོས་པ།	༦༡
ང་། ༤-༤	བྱ་ལོན་བཏབ་ཟེན་པའི་ར་ཁུངས་མི་འཛོན་ཚེ་བྱ་ལོན་ཚང་ སློགས་བཏབ་དགོས་པ།	༦༢
ང་། ༤-༥	འདས་པའི་ཡིག་རིགས་ལས་བྱ་ལོན་བཏབ་བའི་འགན་རྒྱ་ཐོན་	

	ན་བསྐྱེ་བ་པོའི་ལག་ཏུ་བྱ་ལོན་བཏབ་པའི་འཕྲོར་རྟགས་མེད་ན་	
	བྱ་ལོན་བཏབ་དགོས་པ།	༤༢
ངེ། ༤-༦	ཙྰ་ལྷོངས་ཐལ་ཚབ་ཏུ་འཇུག་མི་ལ་ཙྰ་ལྷོངས་ཀྱི་བྱ་ལོན་མི་ཕོག་པ།	༤༣
ངེ། ༤-༧	བཟའ་ཚང་ཡ་འབྲལ་དང་ བྱིས་ལས་ཟུར་དུ་འཕོན་པ་པོའི་	
	བྱ་ལོན་སློད་ལེན་བྱ་ལུགས།	༤༣
ངེ། ༤-༨	བྱ་ལོན་བདའ་སྐབས་ཀྱི་བཟའ་བཏུང་ཐོབ་དང་མི་ཐོབ་སོགས་ཀྱི་སྐོར།	༤༤
ངེ། ༤-༩	བྱ་ལོན་བསྐྱེ་བ་པོར་དབང་བཅོང་བྱས་པའི་ཉེས་ཚད།	༤༤
ངེ། ༤-༡༠	བྱ་ལོན་བཏབ་མ་བཏུབ་པའི་རིགས་ བྱིས་ལས་ཁང་བརྒྱུད་དེ་ལེན་ཐང་།	༤༥
ངེ། ༤-༡༡	བྱ་ལོན་ལེན་དུ་མ་ཉན་ཚེ་བྱིས་ལས་ཁང་བརྒྱུད་དེ་སློད་ཐང་།	༤༥
ངེ། ༤-༡༢	བསྐྱེ་བ་དང་སློད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གོང་ཐང་དང་	
	རྩལ་བཅི་ཐང་།	༤༦
ངེ། ༤-༡༣	བྱིས་ལས་སུ་ཚུད་པའི་མི་ལས་སྐྱེན་ཚབ་ལེན་ལུགས།	༤༧
ངེ། ༤-༡༤	སྐོས་ཟུར་རྩམ་ ཚེ་བཅོན་ ལྷི་ཚད་དུ་སོང་བའི་མི་ལས་བྱ་ལོན་	
	བཅི་ལུགས།	༤༧
ངེ། ༤-༡༥	སྐོས་ཟུར་པ་དང་ཚེ་བཅོན་དུ་ཚུད་པ་པོས་བྱ་ལོན་བཏབ་ལུགས།	༤༨
ངེ། ༤-༡༦	བྱ་ལོན་འཕོན་ཁུངས་མེད་ཚེ་ཡངས་ཆགས་ཐོབ་ཐང་།	༤༨

ལེབ་ལྗང་པམ་-གཡར་པོར་སློད་ལེན་བྱ་ཐང་སྐོར།

ངེ། ༥-༡	གཡར་པོའི་ངོ་སློད།	༧༡
ངེ། ༥-༢	གཡར་པོར་ལེན་དུས་འགན་ཡིག་བཅོ་དགོས་པ།	༧༡
ངེ། ༥-༣	ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་བཅོས་པ་མེད་ཅུང་གཡར་པོའི་གངས་	
	སུ་བཅི་ཚོག་པ།	༧༢
ངེ། ༥-༤	ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་དང་ འཛོམས་དཔང་བཙུགས་པ་མེད་	
	རིགས་ཀྱི་བྱ་ཐང་དང་ ཉེས་བྱ།	༧༢
ངེ། ༥-༥	བདག་པོ་ལས་གནང་བ་མེད་པར་གཡར་ཁྱེར་མི་ཚོག་པ།	༧༣
ངེ། ༥-༦	དངོས་པོ་གཡར་བ་ནས་གཉེན་གཏམས་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ།	༧༣
ངེ། ༥-༧	དབང་བཅོང་གིས་གཡར་པོར་སློད་ལེན་བྱ་མི་ཚོག་པ།	༧༤
ངེ། ༥-༨	འགན་རྒྱའི་དུས་ཚོད་མ་ཚང་གོང་ནས་བསྐྱུར་བཅོས་བྱ་དགོས་བྱུང་བ།	༧༤
ངེ། ༥-༩	རང་བཞིན་གྱིས་སློན་ཤོར་བ་ལ་རྒྱུད་འབྲས་མི་ཕོག་པ།	༧༥



ང་། ༤-༡༠	གཡར་བའི་ཅ་ཆས་མེད་པ་དང་ ལྷོན་ཤོར་བའི་ཚབ་མ་དང་ བཅོས་ལུགས།	༧༦
ང་། ༤-༡༢	གཡར་བའི་དངོས་པོ་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་ཟད་ཚིས་མི་ཐོབ་པ།	༧༧
ང་། ༤-༡༣	གཡར་བའི་དངོས་པོར་བཅོང་བ་ གྱིན་པ་ བསྐྱར་བཅོས་ སོགས་བྱ་མི་ཚོགས་པ།	༧༥
ང་། ༤-༡༤	གཡར་བའི་དངོས་པོ་དང་མཉམ་དུ་ ཨ་རྒྱུད་དང་འདེད་གཡོག་ ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལས་ རྒྱད་འབྲུས་ ཐོག་ལམ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ བརྗེ་ཐང་།	༧༥
ང་། ༤-༡༥	གཡར་སྐར་སྣོད་རྒྱུ་ལང་ཁྱིམ་དང་ ལྷུ་འཁོར་སོགས་ཉེན་ བཅོལ་བྱ་དགོས་པ།	༧༩
ང་། ༤-༡༦	གཡར་བ་པོའི་ངན་སེམས་དང་འབྲེལ་གནད་ལས་ ལྷོན་བྱུང་ བའི་ཉེས་ཆད་དང་རྒྱད་གསོ།	༧༩
ང་། ༤-༡༧	གཡར་སྐར་དུས་ཐོག་ཏུ་མ་སྣོད་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱ་ལུགས།	༩༠
ང་། ༤-༡༨	ཁྱིམ་ཁང་སྐར་སྣོད་ལེན་བྱེད་མེད་འགན་ཡིག་དུས་ཚད།	༩༠
ང་། ༤-༡༩	ཁང་སྐར་སྣོད་མི་དང་ གནས་པོ་གཡར་མི་ལ་ཁང་པའི་དབང་ ཚད་མེད་པ།	༩༠
ང་། ༤-༢༠	སྐ་ཁར་སྣོད་པའི་ཁང་ཁྱིམ་གྱི་ལུང་རིགས་ཐོག་ཐང་།	༩༡
ང་། ༤-༢༡	གཡར་བའི་དངོས་པོ་བརྒྱུ་སྣོད་ཤོར་སོང་ཞེས་བརྗོད་དེ་མ་ སྣོད་པར་བཞག་པའི་ཉེས་བྱ་དང་ དངོས་པོ་སྣོད་ལེན་བྱ་ཐང་།	༩༡
ང་། ༤-༢༢	གཡར་བའི་དངོས་པོ་སྐར་སྣོད་སྐབས་འགྱུར་ཉེགས་ལེན་དགོས་པ།	༩༢
ང་། ༤-༢༣	འགན་རྒྱ་ཆ་མེད་བཏང་བྱུང་པའམ་ འགྱུར་ཉེགས་སྣོད་པ་ནས་ ཉེགས་བཤད་བྱ་མི་ཚོགས་པ།	༩༢
ང་། ༤-༢༤	གཡར་བའི་དངོས་པོ་མེད་པ་སོང་བའི་རིན་འབབ་ཀྱི་སྣོད་ཚིས་ཐང་།	༩༣
ང་། ༤-༢༥	གཡར་བ་པོ་མེད་བཤུལ་གཡར་བའི་དངོས་པོ་སྐར་ལོག་སྣོད་ལུགས།	༩༣
ང་། ༤-༢༦	གཡར་པོར་གྱིན་མི་མེད་ཤུལ་གཡར་བའི་རྒྱ་དངོས་སྣོད་ལུགས།	༩༤
ང་། ༤-༢༧	གཡར་བ་པོའི་མི་ཚོན་མེད་ཚེ་ ཁག་འབག་པས་སྣོད་དགོས་པ།	༩༤

ལེའུ་རྒྱག་པེ་-བཅོལ་མ་གཏམས་ལེན་བྱ་ལུགས།

ང་། ༥-༡	བཅོལ་མའི་ངོ་སྣོད།	༩༦
---------	-------------------	----

ང་། ༤-༢	བཙུག་མ་གཏམས་ལེན་བྱེད་དུས་འགན་རྒྱ་བཟོ་དགོས་པ།	༤༦
ང་། ༤-༣	བཙུག་མའི་ཐོ་ཡིག་འབྲུར་འཛིན་ཅུ་ཕན་གཉིས་ཀའི་ལག་ཏུ་ དགོས་པ།	༤༧
ང་། ༤-༤	བཙུག་མ་དབང་བཙུག་གིས་སྤྲོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོགས་པ།	༤༧
ང་། ༤-༥	དབང་བཙུག་གིས་བཙུག་ལེན་བཙུག་ཅང་།	༤༧
ང་། ༤-༦	དབང་བཙུག་གིས་སྤྲོད་ལེན་བྱས་པའི་བཙུག་མའི་བྱ་གཞག	༤༨
ང་། ༤-༧	འབྲུར་རྟགས་མེད་ཅིང་འཛིན་པ་དཔང་ཡང་མེད་པར་སྤྲོད་ལེན་ བྱས་པའི་བཙུག་མའི་རིགས།	༤༨
ང་། ༤-༨	འཛིན་པ་དཔང་ཡོད་པའི་བཙུག་མའི་ཐོབ་ལམ་དང་ ཉམ་བཙུག་ གི་ཉེས་བྱ།	༤༩
ང་། ༤-༩	བཟུམས་ཉེ་བཞག་པའི་བཙུག་མའི་སྤྲོད་ལེན་བྱ་བའུ་།	༤༩
ང་། ༤-༡༠	བཟུམས་ཉེ་བཞག་པའི་བཙུག་མ་ལ་གཞོན་པ་བཀའ་བའི་ཉེས་བྱ།	༥༠
ང་། ༤-༡༡	མ་བཟུམས་པར་བཞག་པའི་བཙུག་མ་ལ་ ཟླ་རྒྱུ་ཡོད་མེད་དང་ རྒྱན་ཉེ་རྒྱན་འབྲུས་ཕོག་ཅང་།	༥༠
ང་། ༤-༡༢	དུས་ཚད་མ་བཟོ་བའི་བཙུག་མའི་རིགས་ ཉམ་པོས་ཚེས་སྤྲོད་ རྒྱབས་མ་ལེན་པའི་རྗེས་སུ་སྤྲོད་བྱེད་པའི་རྒྱན་གསོ།	༥༡
ང་། ༤-༡༣	གཏམས་པ་ལོ་ལས་གནང་བ་མེད་པར་བཙུག་མ་ཉམ་ས་སྤྲོད་མི་ཚོགས་པ།	༥༡
ང་། ༤-༡༤	བཙུག་མ་ཐབས་མེད་དུ་ཉམ་ས་སྤྲོད་དགོས་རིགས་རྒྱུ་མཐུན་བྱས་པའི་ རྒྱན་འབྲུས་ཕོག་ལམ།	༥༢
ང་། ༤-༡༥	བཙུག་མའི་རྟོག་འཕྲུལ་ཅན་གྱི་བཀོལ་སྐྱོད་དང་ ཉམ་སྤྲོད་ ཐབས་ཅང་།	༥༣
ང་། ༤-༡༦	བཙུག་མའི་རྒྱ་དངོས་སེམས་ཅན་མེད་པ་ཤོར་བའི་རྒྱན་གསོ་ཕོག་ལམ།	༥༣
ང་། ༤-༡༧	བཟུམས་ཉེ་བཞག་པའི་ཅུ་ལ་བརྒྱུ་སྤོར་ཤོར་བའི་རྒྱན་གསོ།	༥༤
ང་། ༤-༡༨	བཙུག་མའི་སེམས་ཅན་བག་མེད་རྒྱུ་གིས་ཤི་བའི་རྒྱན་གསོ།	༥༥
ང་། ༤-༡༩	མ་བཟུམས་པར་སྤྲོད་པའི་བཙུག་མའི་རྒྱན་འབྲུས།	༥༦
ང་། ༤-༢༠	བཙུག་མའི་རྒྱ་དངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་བྱ་གཞག།	༥༦
ང་། ༤-༢༡	བཙུག་མའི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་འབྲུང་བས་འཛིག་པའི་རྒྱན་གསོ།	༥༧
ང་། ༤-༢༢	རང་བཞིན་འབྲུང་བའི་གཞོན་པ་འབྲུང་བུར་བཙུག་མའི་ཅུ་ཆས་ གང་ཡོད་སྤྲོད་དགོས་པ།	༥༧
ང་། ༤-༢༣	བཙུག་ཉེ་བཞག་པའི་ཅུ་ཆས་ལ་ ཟླ་རྒྱུ་ཡོད་མེད་དང་ འབྲུར་	

	འཛིན་ཡོད་མེད་ལ་བརྟེན་པའི་རྣམས་འབྲུག་ཕོག་ཐང་།	༩༩
ངོ ༤-༢༤	ལོ་ན་མ་སྤྲོད་པ་དང་ ན་རྣམ་ཐོན་པའི་རང་འཛོམས་ཟེན་པའི་ རིགས་བཅོལ་གཏམས་བྱ་ལུགས།	༩༩
ངོ ༤-༢༥	བཅོལ་མའི་དངོས་པོ་སེམས་ཅན་སོགས་བརྒྱུ་སྟོར་ཞུགས་ སྐབས་ཀྱི་བྱ་ལུགས།	༡༠༠
ངོ ༤-༢༦	གྲུ་རི་བཅོལ་ཏེ་བཏང་སྐབས་ བདག་པོའི་འདེད་གཡོག་པ་ཡོད་ ན་ རྒྱུ་འབྲུག་མི་ཕོག།	༡༠༡
ངོ ༤-༢༧	བརྣམས་པའི་ཅ་ཆས་བཅོལ་མར་ལེན་པའི་ཉེས་བྱ།	༡༠༡
ངོ ༤-༢༨	བཅོལ་མ་སྤྲོད་ལོག་སྤྲོད་སྐབས་འབྱོར་འཛིན་ལེན་དགོས་པ།	༡༠༢
ངོ ༤-༢༩	བཅོལ་མའི་རིགས་སྤྲོད་གཏམས་པ་པོ་སྤྲོད་ཏེ་ལ་སྤྲོད་དགོས་ལུགས།	༡༠༢
ངོ ༤-༣༠	བཅོལ་མའི་དངོས་པོར་ཉེས་སྤྲོད་མ་ཞུགས་རུང་མ་སྤྲོད་པར་ བཞག་པའི་བྱ་གཞག་དང་ཉེས་ཆད།	༡༠༣
ངོ ༤-༣༡	བཅོལ་མ་ལེན་གྲུབ་པའམ་འབྱོར་རྟགས་སྤྲོད་གྲུབ་པ་ནས་ཉོགས་ བཤད་བྱ་མི་ཚོགས།	༡༠༤
ངོ ༤-༣༢	བཅོལ་བའི་རྒྱ་དངོས་ལ་གཞུང་ནས་ཞིབ་དཔྱད་སྐབས་མ་སྟོན་པར་ བཞག་པའི་ཉེས་བྱ།	༡༠༤
ངོ ༤-༣༣	བརྣམས་པའི་རྒྱ་ཆས་ཤེས་བཞེན་བཅོལ་མར་ལེན་པའི་ཉེས་བྱ།	༡༠༥
ངོ ༤-༣༤	གཏམས་པ་པོ་གི་བའི་རྗེས་སུ་བཅོལ་མ་སྤྲོད་ལུགས།	༡༠༥
ངོ ༤-༣༥	ཉར་བ་པོ་གི་བའི་རྗེས་སུ་བཅོལ་མའི་དངོས་པོ་སྤྲོད་ལུགས།	༡༠༦
ངོ ༤-༣༦	བཅོལ་བའི་ཁྲིམ་ལ་བདག་འཛིན་མ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ།	༡༠༧
ངོ ༤-༣༧	གཞིས་དང་ལོ་ཐོག་བཞུ་སྤྲོད་མ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ།	༡༠༨
ངོ ༤-༣༨	བཀག་དམ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་བཅོལ་ལེན་གྱི་ཉེས་བྱ།	༡༠༨
ངོ ༤-༣༩	གཞུང་ཡིག་མ་འཕྲོད་པའི་ཉེས་བྱ།	༡༠༩
ངོ ༤-༤༠	སྤྲོད་ཡིག་མ་འཕྲོད་པའི་ཉེས་བྱ།	༡༠༩

ལེན་བདུན་པམ་-སེམས་ཅན་བདག་སྤྲོད་སྐོར།

ངོ ༧-༡	བདག་མེད་གྱི་སེམས་ཅན་འབྲུང་ན་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཞུ་དགོས་པ།	༡༡༠
ངོ ༧-༢	བདག་མེད་སེམས་ཅན་གྱི་གསོ་སྤྲོད་དང་བཀོལ་སྤྲོད་སྐོར།	༡༡༠
ངོ ༧-༣	བཀོལ་སྤྲོད་བྱེད་ཡོད་མེད་དང་བསྐྱུན་པའི་བདག་འཛིན་བྱེད་	

	མ་ཚི་ཐང་།	༡༡༠
ངེ ལ-༧	བདག་མེད་སེམས་ཅན་གྱི་ཐོབ་ཐང་།	༡༡༡
ངེ ལ-༨	རྫོང་བདག་རི་མ་ལ་སྤྲོད་ལེན་གྱི་ཐང་།	༡༡༡
ངེ ལ-༩	རྫོང་བདག་ནས་ཐག་བཅད་དེ་ཁྱེད་བའམ་ ལག་ཉེས་བཀའ་ བའི་ཉེས་བྱ།	༡༡༢
ངེ ལ-༡༠	དབང་བཅོང་གིས་ཁྱེད་བའི་ཉེས་བྱ།	༡༡༢
ངེ ལ-༡༡	ཁྲིམས་སར་ཞུས་རྗེས་ཤི་ཆད་འབྱུང་བའི་བྱ་ལྷགས།	༡༡༣
ངེ ལ-༡༢	རང་དབང་ས་གནས་སུ་འཕྲོད་པའི་སེམས་ཅན་བསད་བརྟུང་ བྱས་པའི་ཉེས་ཁྲིམས།	༡༡༣
ངེ ལ-༡༣	ལོ་ཐོག་ལ་གནོད་པའི་སེམས་ཅན་བསད་པའི་ཉེས་བྱ་དང་ཐོག་རིན།	༡༡༤
ངེ ལ-༡༤	གཞན་སར་འབྱོར་བའི་སེམས་ཅན་གྱིས་ རང་རམ་ གཞན་གྱི་ སེམས་ཅན་ལ་གནོད་པ་བྱུང་བའི་རྐང་ཚབ་སྐྱོར།	༡༡༤
ངེ ལ-༡༥	བཅོལ་མའི་སེམས་ཅན་དང་ གཡར་པོར་ལེན་པའི་སེམས་ཅན་ གྱི་སྤྲོད་འབྲས་ཐོག་ལམ།	༡༡༥
ངེ ལ-༡༦	གནོད་པ་བཀའ་དུ་འོང་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་སྤོང་འཇལ།	༡༡༦
ངེ ལ-༡༧	གནོད་པ་བཀའ་ས་ལས་ཕྱིར་འདེད་སྐབས་ཉེས་སྤོང་ཞུགས་པའི་ སྤྲོད་འབྲས།	༡༡༦
ངེ ལ-༡༨	ལོ་ཐོག་ཞིང་ས་ལ་གནོད་པའི་སེམས་ཅན་བདག་པོ་ལས་ཐོག་རིན་ ཐོབ་ལྷགས།	༡༡༧
ངེ ལ-༡༩	ལམ་ཐང་དགོས་སར་ཐང་པའི་སེམས་ཅན་ཤི་ཆད་ཀྱི་སྤྲོད་གསོ།	༡༡༧
ངེ ལ-༢༠	སྤོང་གི་སོགས་མི་ལ་གནོད་པའི་སེམས་ཅན་བདག་འཛིན་བྱ་ ཐང་དང་ཉེས་བྱ།	༡༡༨
ངེ ལ-༢༡	ནོར་སེམས་ཅན་བཞོ་མཐུན་དུ་གསོ་བའི་ཐོབ་ལམ།	༡༢༠

ལེའུ་བརྒྱུད་པམ་-བྱ་ལོན་ཁྲིམས་ཡིག་གི་ཚིག་གི་འགྲེལ་བཤད།

༤-༡	ལེའུ་དང་པོའི་ཚིག་གི་འགྲེལ་བཤད།	༡༢༢
༤-༢	ལེའུ་གཉེས་པའི་ཚིག་གི་འགྲེལ་བཤད།	༡༢༣
༤-༣	ལེའུ་གསུམ་པའི་ཚིག་གི་འགྲེལ་བཤད།	༡༢༤
༤-༤	ལེའུ་བཞི་པའི་ཚིག་གི་འགྲེལ་བཤད།	༡༢༥

༤-ཡ	ལེའུ་ལྷ་པའི་ཚོག་གི་འགྲེལ་བཤད།	༡༢༥
༤-༦	ལེའུ་རྒྱག་པའི་ཚོག་གི་འགྲེལ་བཤད།	༡༢༦
༤-༧	ལེའུ་བདུན་པའི་ཚོག་གི་འགྲེལ་བཤད།	༡༢༧

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་གཞུང་།

ངེ

བྱ་ལོན་ཁྲིམས་ཡིག།

ལེབ་དང་པོ་-བྱ་ལོན་ཁྲིམས་ཡིག་གི་སྤྱི་དོན་དང་བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་སྐོར།

ཁྲིམས་ཡིག་གི་མིང་།

ངེ ༡-༡ ཁྲིམས་ཡིག་འདིའི་མིང་ལ་གནམ་ལོ་ལྷགས་བྱ་ལོའམ་ ཟ࿳་ལོ་༡༩༥༡ ལོའི་འབྲུག་གི་བྱ་ལོན་ཁྲིམས་ཡིག་ཅེས་བརྗོད་རྒྱུ་ཡིན།

ལག་ལེན་འཐབ་རྒྱུའི་དུས་ཚོས།

ངེ ༡-༢ ཁྲིམས་ཡིག་འདི་ཉིད་གནམ་ལོ་ལྷགས་བྱ་ལོའམ་ ཟ࿳་ོ་ ༡༩༥༡ ཟ࿳་༧ ཚེས་༡༩ རས་བཟུང་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་རྒྱུ།

ཁྲིམས་ཡིག་འདིའི་དབང་ཚད།

ངེ ༡-༣ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་ཁྲོན་ཡོངས་ཚོགས་དང་ འབྲུག་གི་མི་ཁུངས་ཅན་ཡོད་ཚད་ བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་དང་ གཡར་པོར་སྤོང་ལེན་ བཅོལ་གཏམ་བྱ་ལུགས་ སེམས་ཅན་བདག་སྤོང་བཅས་ཀྱི་སྐོར་གང་ཡང་ཁྲིམས་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་དགོས།

བྱ་ལོན་གྱི་དོ་སྤོང།

ངེ ༡-༤ གང་ཞིག་བརྒྱུས་པའི་དངོས་པོ་དང་ སྤྱི་ཚབ་ཆེས་སུ་སྤོང་རྒྱུ་བྱེད་དེ་ དདུལ་རྒྱང་ངམ་ འབྲུ་རིགས་ མོང་དང་ ཤ་མར་ ཏུ་ནོར་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་གང་རང་ལེན་པ་ཡོད་ཚུང་ དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱ་ལོན་གྱི་གངས་སུ་ཡིན། (ཟ࿳་ལོ་༡༩༥༥ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅེ་ ༡-༡ པ།)

བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་གྱི་འགན་རྒྱ་བཟོ་ཐང་།

ངེ ༡-༥ ཀུན་ བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་བགྱིས་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་ བྱ་ལོན་གཏོང་བ་པོ་སུ་ཡིན་དེ་ཡིས་གཤམ་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ཅེ་ ༡-༥ ཁ་ཉི པ་ལྟར་གྱི་གནད་དོན་ཚང་བའི་ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་བཟོ་དགོས། (ཟ࿳་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ཅེ་ ༡-༥ པར་ཁ་སྐོར།)

ལོ། བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་བྱས་པའི་འགན་རྒྱ་དེ་ཉིད་ རྒྱུར་བཏང་འགན་རྒྱ་བཟོ་ཐང་གི་ཁྲིམས་དོན་དང་  
མཐུན་པར་བཟོ་དགོས་པ་མ་ཚད་ འགན་ཡིག་དེ་ནང་བྱ་ལོན་གྱི་མང་ཉུང་ རྐྱེད་ཚེས་གང་པོ་གི་ ཟླ་ཚེས་ནམ་ཚུན་  
དང་ རིམ་སྒྲོན་རྗེ་ཚམ་རེ་ དུས་ཚེས་གང་ལ་སྒྲོན་རྒྱུ་ གཏུའ་མ་གང་ལེན་གྱི་དབྱེ་བ་བཅས་ གང་ཡང་ལ་  
གསལ་ཚུད་པ་མེད་ཚེ་ བྱ་ལོན་ཚེ་རྒྱུད་གང་ཡང་ དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ལྟ་གཤམ་ལེན་པའི་གངས་སུ་མ་གཏོགས་ བྱ་  
ལོན་གཏོང་ལེན་བྱས་པའི་གངས་སུ་མི་ཚུད།

**ཁྲིམས་ཁང་ནས་བརྗེ་འཛོག་མེད་པའི་འགན་རྒྱ།**

ངོ། ༡-༦ འགན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་ཁྲིམ་བསྐྱབ་བཟོས་པའམ་ རིམ་ལ་སྒྲོན་བྱས་པ་སོགས་ འགན་རྒྱ་སྒྲོན་ཅན་  
དང་ ཁྲིམས་ཉམས་མ་སྤར་བའི་འགན་རྒྱ་བཅས་པ་ལ་ནི་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་བརྗེ་འཛོག་མི་བྱ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧  
ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༡-༥ པ།)

ངོ། ༡-༧ བྱ་ལོན་ཞག་དུས་བཟོས་པའི་དུས་ཚོད་ལ་མ་ཚུད་ནའང་ རོ་སྐྱེས་དེ་རང་མ་གཏོགས་ ཞག་དུས་སུ་  
མ་ཚུད་པ་ལ་ལོག་བསྐྱབ་བཟོས་ལེན་རྒྱུའི་སྐོར་བཅོན་ཚོག་བཙུགས་པའི་འགན་རྒྱ་ལ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བརྗེ་  
འཛོག་མི་བྱ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༡-༦།)

**འགན་རྒྱ་བརྒྱུ་སྐོར་ཤོར་བའི་བྱ་ལོན་ལ་སྐྱེད་ཚུས་མི་ཐོབ་པ།**

ངོ། ༡-༨ འགན་རྒྱ་བརྒྱུ་སྐོར་ཤོར་བ་སོགས་བྱུང་ན་ རྩར་བསྐྱེན་འགྲུལ་བཏང་སྐབས་ཀྱི་འཛོམས་དཔང་  
ཁུངས་དག་མི་གཉིས་སམ་ དེ་ལས་མང་བར་བཏོན་རྒྱུ་ཡོད་པའམ་ ཡང་ན་བྱ་ལོན་བསྐྱེད་བའི་ནས་དེ་ལྟར་བྱ་  
ལོན་སྒྲོན་རྒྱུ་ཡོད་པ་བདེན་ཞེས་བརྗོད་ན་ བྱ་ལོན་རོ་བོ་དེ་ཉིད་ཚང་འགྲུགས་ཐོབ་ལྟེ་ དེ་རིགས་ལ་སྐྱེད་མི་ཐོབ།  
(སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༡-༨ པ།)

**འགན་རྒྱ་བརྒྱུ་སྐོར་ཤོར་ཞིང་བྱ་ལོན་བཏང་བའི་ར་ཁུངས་ཀྱང་དག་པོར་མ་འཛོན་ཚེ་བྱ་ལོན་མི་ཐོབ་པ།**

ངོ། ༡-༩ འགན་རྒྱ་བརྒྱུ་སྐོར་ཤོར་སོང་བ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ནའང་ ལོང་གི་ཁྲིམས་དོན་ངོ། ༡-༥ པ་ལྟར་  
ར་ཁུངས་དག་པར་བསྐྱུལ་རྒྱུ་མེད་ཚེ་ བྱ་ལོན་སྒྲོན་ལེན་མེད་པའི་གངས་སུ་བརྗེ་རྒྱ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་  
གཞུང་ ཅན་ ༡-༥ པ།)

**འགན་རྒྱ་བཟོས་པ་མེད་རུང་ ཁྲིམས་དོན་ངོ། ༡-༥ པ་ལྟར་གྱི་ར་ཁུངས་འཛོན་ཚེ་བྱ་ལོན་རོ་བོ་ཐོབ་ལུགས།**

ངོ། ༡-༡༠ ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་བཟོ་བ་མེད་པའི་བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་བྱས་པ་ཡོད་ཚེ་ གཏོང་བ་པོ་དེས་གོང་  
དོན་ ངོ། ༡-༥ པ་ལྟར་ར་ཁུངས་དག་པོར་བསྐྱུལ་རྒྱུ་ཡོད་ཚེ་ བྱ་ལོན་རོ་བོ་དེ་ཉིད་ཚང་སྐྱེགས་ཐོབ་ཅིང་དེ་ལ་  
རྐྱེད་ཚེས་མི་ཚོག།

**བསྐྱེད་པ་པོ་ངོ་མའི་རང་བྱིས་ཡོད་ན་བྱ་ལོན་ཐོབ་ལུགས་དང་འགན་རྒྱ་མ་བཟོ་བའི་ཉེས་བྱ་ཕོག་ལུགས།**

ངེ ༡-༡༡ (ཀ) ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་བཟོས་པ་མེད་པའི་ཁར་ འཛོམས་དཔང་ཡང་སྲུ་ཡང་མེད་རུང་  
སྐྱེད་འགྲུལ་ལེན་པ་པོའི་ལག་བྱིས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་འམ་ མིང་རྟགས་ལག་བྱིས་ངོ་མ་ཅན་གྱི་འབྲོར་རྟགས་ལ་སོགས་  
པ་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་ ཡིག་རིགས་འབྲོར་རྟགས་དེ་རྣམས་ཀྱང་བསྐྱེད་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་བྱིས་སམ་ མིང་རྟགས་  
ལག་བྱིས་ངོ་མ་ཡིན་པའི་ཁ་ལྷངས་འཕྲོག་ཆེ་ བྱ་ལོན་ངོ་བོ་གང་ཡིན་པ་འཕྲོག་རྒྱ་སྟེ་ འོན་ཀྱང་ དེ་རིགས་ལ་  
ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་འགན་རྒྱ་བཟོས་པ་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ སྐྱེད་ཉེས་རྒྱབ་མི་ཚོག།

(ཁ) གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ངེ ༡-༡༡ (ཀ) པར་གསལ་བའི་གནད་དོན་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བསྐྱེད་པ་པོ་  
དེས་ དེ་ལྟར་བྱ་ལོན་ལེན་པའི་ཡིག་རིགས་འབྲོར་རྟགས་རང་བྱིས་ཅན་མ་ཡོད་བཞིན་དུ་བྱ་ལོན་ལེན་པ་ མེད་  
ལུགས་གྱི་ཉམ་རྒྱན་བཤད་ན་ བྱ་ལོན་ངོ་བོ་གང་ཡིན་གྱི་བཅུ་དཔུ་གཅིག་ནས་སྤེད་ཀའི་བར་ཉམ་རྒྱན་བཤད་མི་སྲུ་  
ཡིན་དེ་ལ་ཕོག།

**ལོ་ན་མ་སྟོན་པའི་རིགས་ལ་བྱ་ལོན་སྤྱོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོག་པ།**

ངེ ༡-༡༢ (ཀ) སོ་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་དང་མོ་ལོ་བཅུ་རྒྱུ་མ་ལོན་པའི་རིགས་ བན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་  
ལ་བྱ་ལོན་སྤྱོད་ལེན་བྱས་པ་ཡོད་ན་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་བརྩི་འཛོག་མེད། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༡-༩  
པ།)

(ཁ) ལོ་ན་སྟོན་པའི་མི་ཞིག་གིས་ ལོ་ན་མ་སྟོན་པའི་རིགས་ས་ བྱ་ལོན་ལེན་པ་ཡོད་ཆེ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྤྱུག་  
ན་ བྱ་ལོན་ངོ་བོ་གང་ཡིན་པ་ ལོ་ན་མ་སྟོན་པ་དེ་ལ་སྐར་ལོག་སྤྱོད་པ་ནས་ ལོ་ན་སྟོན་པའི་མི་དེ་ལ་ བྱ་ལོན་ངོ་  
བོ་གང་ཡིན་གྱི་བཅུ་དཔུ་ནས་སྤེད་ཀའི་བར་གྱི་ཉེས་བྱ་ཕོག།

(ག) ལོ་ན་སྟོན་པའི་མི་ཞིག་གིས་ ལོ་ན་མ་སྟོན་པའི་རིགས་ལ་བྱ་ལོན་བཏང་བ་ཡོད་ཆེ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྤྱུག་  
ན་བྱ་ལོན་ངོ་བོའི་སྤེད་ཀ་མ་གཏོགས་མི་ཐོབ།

**རང་འདོད་དང་མ་འཁྲིལ་བར་བྱ་ལོན་སྤྱོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོག་པ།**

ངེ ༡-༡༣ བྱ་ལོན་བསྐྱེད་འདོད་མེད་པ་རྣམས་ལ་དབང་བཙོང་གིས་སྐྱེན་འགྲུལ་བཏང་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་  
ན་ཇི་ཅམ་སྤྱད་པའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་གཞུང་བཞེས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༡-༢ པ།)



ང་། ༡-༡༩ བྱ་ལོན་གཏོང་འདོད་མེད་མི་ལས་ དབང་བཅོང་གིས་བྱ་ལོན་ལེན་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ཇི་  
ཅམ་བསྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ རང་འཇགས་རྩ་བོ་དེ་ལ་སློབ་པ་ནས་ དེ་དང་འབྲེལ་འབྲེལ་ཆད་པ་བསྐྱེ་བ་པོ་དེ་  
ལ་ཕོག་ (སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༡-༢ པར་ཁྲོད་།)

**དབང་བཅོང་གིས་བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་བྱས་པའི་གངས་སུ་ཚུད་དང་མི་ཚུད་བརྩི་ལུགས་དང་ཉེས་བྱ།**

ང་། ༡-༡༥ དབང་བཅོང་གིས་བསྐྱེས་ཁྲེར་ན་ དེ་ལྟར་བསྐྱེས་ཁྲེར་བའི་ཉེན་ལས་ལམ་བར་འགོར་ཡུན་མ་  
བརྩིས་པའི་ ཚུ་ཚོད་ ༢༥ འི་ནང་འཁོད་ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་ངམ་ ཡུལ་ཁའི་རྒྱུ་སྤྲོད་སྤྱི་སྤྲོད་ལུགས་འགན་ཅན་  
ཀྱི་མི་ལ་བརྗོད་དགོས་ དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་མ་འོང་ཚེ་ དབང་བཅོང་གིས་བསྐྱེས་པའི་གངས་སུ་མི་ཚུད།

ང་། ༡-༡༦ དབང་བཅོང་གིས་ལེན་ཁྲེར་སོང་ཞེས་བརྗོད་ན་འང་བསྐྱེ་བ་པོ་དེ་ཡིས་འཛོམས་དཔང་བཅུགས་  
ཤིང་ བྱ་ལོན་གཏོང་ལེན་བྱས་པའི་ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་ཚུལ་མཐུན་བཟོས་པ་ཡོད་ན་ དེ་ནི་དབང་བཅོང་གིས་  
ལེན་པའི་གངས་སུ་མི་ཚུད་པའི་གངས་སུ་མི་ཚུད་པའི་ཁར་ མི་དཀར་ལ་ལྷ་ནག་སྤྲོད་པའི་ཉེས་བྱ་ཁྲིམས་སར་ལྷ་  
བ་པོ་སྤྲོད་པའི་ལོ་ལོ་གོ།

**གཏུམ་མའི་གོང་ཚད་ལས་ལྷག་པའི་བྱ་ལོན་སློབ་མི་ཚོག་པ།**

ང་། ༡-༡༧ གཏུམ་མའི་དངོས་པོའི་རིན་གོང་ལས་ལྷག་པའི་བྱ་ལོན་སློབ་འགྲུལ་གཏོང་མི་ཚོག་ དེ་ལས་  
འགལ་ན་ ལྷོས་སུ་གཏུམ་མའི་བདག་པོས་ བྱ་ལོན་མ་འབྱོར་བའི་གནད་བྱུང་ནས་ གཏུམ་མ་བཏོན་པར་  
བཞག་ཚེ་ དེས་འབྲུས་པར་བྱ་རྒྱ་མ་གཏོགས་ཉོགས་བཤད་བྱ་མི་ཚོག་ །

**ཚེད་མོ་ཚེ་སར་བཟོས་པ་དང་ རྒྱལ་སྤྲོད་སྤྲོད་པའི་བྱ་ལོན་ལ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཆ་འཛོག་མེད་པ།**

ང་། ༡-༡༨ (༧) ཤོ་དང་རྟག་ཚེ་ལ་སྤྲོད་པ་ཚེད་མོ་ཚེད་མི་རྣམས་ གཅིག་ནས་གཅིག་ལ་ཚེད་མོ་ཚེ་སར་  
དངུལ་ངོ་མ་སར་སློབ་ཚུར་སློབ་མ་བྱས་པར་ ཁ་སློང་ཅམ་དུ་སློབ་ཤོར་གངས་བརྩིས་ཏེ་འཁྲི་བའི་བྱ་ལོན་སློབ་ཤོར་  
ཀྱི་རིགས་ལ་ ཁོ་རངས་ཁ་བཟེད་པའམ་ འཛོམས་དཔང་དང་འབྱོར་རྟགས་རེ་རང་ཡོད་རུང་ དེ་ལ་ ཁྲིམས་ཁང་  
ནས་བརྩི་འཛོག་མི་བྱ། (སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༡-༩ པ།)

(༨) རོན་གནད་གཅིག་གི་བདེན་རྒྱུན་སློབ་ཏུ་མི་གཉིས་རྒྱལ་བཞག་སྟེ་ རྗེས་སུ་བདེན་དེ་ལ་གཅིག་ཤོས་  
དེ་ལས་དངུལ་སྤྲོད་དེ་ཅམ་རེ་སློབ་ཟེར་ཏེ་ བཟོས་པའི་རིགས་སམ་ ཚེད་མོ་ཚེ་སར་རྒྱལ་བཞག་པའི་རིགས་  
ལག་སློབ་མ་བྱུང་བར་ ལྷོས་སུ་ལེན་རྒྱུར་བྱ་ལོན་སློབ་ཏུ་བཞག་པའི་རིགས་ནི་ ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་དང་  
འཛོམས་དཔང་ལ་སྤྲོད་པ་ཇི་ལྟར་ཡོད་རུང་ དེ་ལ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བརྩི་འཛོག་མི་བྱ།

**ལེབ་གཉེས་པམ་གཏའ་མ་འཇུགས་ལེན་བྱ་ལུགས།**

**གཏའ་མའི་ངོ་སྤྲོད།**

ངེ ༢-༡ གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ངེ ༡-༧ པ་ལྟར་གྱི་བྱ་ལོན་བསྐྱེས་སྐབས་ བསྐྱེ་བའི་དེ་ཡིས་ བསྐྱེས་པའི་བྱ་ལོན་ལོན་ལྷན་ལུགས་ལེན་བྱེད་པའི་བཞུགས་གཏའ་རྒྱ་ལོན་དངོས་པོའི་རིགས་ བསྐྱེས་ཅན་དང་བསྐྱེས་མེད་གང་ཡང་རྩལ་བ་ ཞིག་འཇུགས་པ་དེ་ལ་གཏའ་མ་ཟེར་བ་ཡིན།

**བྱ་ལོན་ལེན་པ་པོའི་མོས་མཐུན་མེད་པར་གཏའ་མ་ཐིམ་མི་ཚོགས་པ།**

ངེ ༢-༢ བྱ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་བཅུགས་རིགས་རྗེས་སུ་བྱ་ལོན་འབྱོར་སྐབས་ གཏའ་མའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ གཏའ་མ་འཇུགས་པ་པོ་དེ་ལ་སྐར་ལོག་འཕྲོལ་དགོས་པ་ཡིན་བཞུགས་ བྱ་ལོན་ལེན་པ་པོའི་མོས་མཐུན་བྱུང་བ་ཡིན་ ཅེས་གཏུགས་ དེ་མིན་གཏའ་མ་དེ་ཉིད་བྱ་ལོན་ལས་བཅད་དེ་ སྐྱེན་འགྲུལ་གཏོང་བ་པོའི་ཁོངས་སུ་བཅད་ཁ་དོ་ ཁ་བཟོས་ཏེ་བཞག་མི་ཚོགས་ །དེ་ལས་འགལ་ན་ གཏའ་མའི་དངོས་པོ་དེ་ཡང་ བྱ་ལོན་ཚང་འགྲུགས་འབྱོར་བ་ ཅན་རང་འཇུགས་སྐར་ལོག་སྤོང་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅེ ༢-༢ པར་ཁྲོད་།)

**བྱ་ལོན་ངོ་བོ་ལས་ལྷག་པའི་གཏའ་མའི་དངོས་པོ་ལེན་མི་ཚོགས་པ།**

ངེ ༢-༣ གཏའ་མ་ལེན་སྐབས་བྱ་ལོན་ངོ་བོའི་ལོག་ལྷག་ལས་ལྷག་པའི་གཏའ་མའི་དངོས་པོ་ལེན་མི་ཚོགས་ །དེ་ལས་འགལ་ན་ཕྱིས་སུ་གཏའ་མའི་བདག་པོའི་བྱ་ལོན་དེ་ཉིད་བཏབ་ཕྱིར་ གཏའ་མ་དེ་ཉིད་ཕྱིར་ལེན་ཏེ་ གཞན་ལ་བཅོང་བའམ་སྤྱུས་བསྐྱར་བྱ་ཚོགས་ །

**བཅན་ཚོགས་བཅུགས་པའི་འགན་རྒྱ་ལ་ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཆ་འཇོག་མེད་པ།**

ངེ ༢-༤ བྱ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་འཇུགས་པའི་འགན་རྒྱ་ལ་ དུས་ཚོས་དེ་ཅུམ་ལ་བྱ་ལོན་མ་འབྱོར་ཚེ་ གཏའ་མ་དེ་ཉིད་ཕྱིར་ལག་མི་ཐོབ་ཟེར་བ་དང་ བྱ་ལོན་ལོག་ལྷག་ བཅེ་རྒྱ་ཟེར་བ་དང་ ལུས་སྲོག་རྒྱ་དངོས་རྒྱ་ དངོས་ལ་གཞོན་ཉེན་ཅན་གྱི་བཅན་ཚོགས་རྣམས་དང་ གཞན་ཡང་ཁྲིམས་གཞུང་ས་འགལ་བའི་ཚོགས་བཅོང་ བཅུགས་པའི་འགན་རྒྱ་ལོག་རིགས་ལ་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་བཅེ་འཇོག་མེད། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༡ ༥-༡ པར་ཁྲོད་།)

**ཕྱི་མི་ལས་བསྐྱེས་པའི་བྱ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་བསྐྱེས་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་བཅུགས་མི་ཚོགས་པ།**

ངེ ༢-༥ འགྲུག་གི་མི་རྩིས་ལེན་པའི་རིགས་ལས་བྱ་ལོན་བསྐྱེས་ན་ བྱ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་ཁང་ཁྲིམ་དང་ ཞིང་ས་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེས་མེད་ཀྱི་དངོས་པོའི་རིགས་བཅུགས་མི་ཚོགས་ །དེ་ལས་འགལ་ཏེ་བཅུགས་ན་ ཕྱི་མི་

ནས་གང་བརྒྱུས་ཀྱི་དངུལ་སྐོར་སྲོད་པ་ནས་ གཏུའ་མར་བཅུགས་པའི་ཁང་ཁྱིམ་དང་ཞིང་ས་དེ་དག་གཞུང་  
བཞེས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥ ༡༢-༢ པ་དང་ ༣༥ ༢-༡ པར་ཁྲོད་།)

**རང་དབང་མེད་པའི་དངོས་པོ་ གཏུའ་མར་བཅུགས་མི་ཚོགས་པ་དང་ ཉེས་བྱ།**

ངེ ༢-༦ བྱ་ལོན་གྱི་གཏུའ་མ་ལ་ རང་གི་རང་དབང་དུ་ཁྱིལ་པོར་མད་པའི་དངོས་པོའི་རིགས་གང་ཡང་  
བཅུགས་མི་ཚོགས་ དེ་ལས་འགལ་ན་ དབང་ཚད་མེད་པའི་དངོས་པོ་གཏུའ་མར་བཅུགས་པའི་ དངོས་པོ་དེའི་  
རིན་གོང་གང་གནས་ཀྱི་བརྒྱ་དུ་བཅོ་ལྔ་ཉེས་བྱ་པོ་ལ།

**སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་དང་མཚོན་ཆས་ཡོ་བྱད་རིགས་བྱ་ལོན་གཏུའ་མར་བཅུགས་མི་ཚོགས་པ།**

ངེ ༢-༧ (༡) གཞུང་དབང་ལྷ་ཁང་ མགོན་ཁང་མ་ཟད་ དམངས་དང་སྐྱེར་དབང་གི་ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་  
དང་ དེ་དག་གི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་དང་མཚོན་ཆས་ཡོ་བྱད་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་ གཏུའ་མར་འཇུགས་ལེན་  
བྱ་མི་ཚོགས་ །དེ་ལས་འགལ་ན་ ཅ་ཆས་རང་འཇགས་ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་གང་ཡིན་ཁར་བཞག་པ་ནས་ སྲོད་  
ལེན་གྱི་པོ་གཉིས་ཀ་ལ། གཏུའ་མར་འཇུགས་ལེན་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ་དངོས་པོ་དེའི་རིན་གོང་གང་ཡིན་གྱི་ཕྱིད་  
ཀ་རེ་པོ་ལ།

**རང་དབང་གི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་གཏུའ་མར་འཇུགས་སྐབས་གཞུང་ལ་སྟུན་ལྷ་སྤུལ་དགོས་པ།**

(ཁ) ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་གི་མིང་ མ་ཐོགས་པའི་སོ་སོའི་སྲོད་གནས་ཁང་ཁྱིམ་ནང་གི་ རང་དབང་གི་སྐྱ་  
གསུང་ཐུགས་རྟེན་རིགས་གཏུའ་མར་བཅུགས་དགོས་ཚེ་ གཞུང་ལ་སྟུན་འབུལ་མ་ཞུས་པར་བཅུགས་མི་ཚོགས་  
དེ་ལས་འགལ་ན་དངོས་པོའི་རིན་གོང་གང་གནས་ཀྱི་བརྒྱ་དུ་བཅུ་བཅའ་པ་ཉེས་བྱ་པོ་ལ།

**ཡོ་བྱད་ཀྱི་ས་ཆ་གཏུའ་མར་འཇུགས་མི་ཚོགས་པ་དང་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༢-༨ གཞུང་དབང་དང་ དམངས་ སྐྱེར་དབང་ བཅས་པའི་ལྷ་ཁང་མགོན་ཁང་ལ་སོགས་པའི་ཡོ་བྱད་དུ་  
སྐྱེར་བའི་ས་གནིའི་རིགས་ནི་གཏུའ་མར་འཇུགས་ལེན་བྱ་མི་ཚོགས་ དེ་ལས་འགལ་ན་ ཇི་ཅམ་བྱ་ལོན་གྱི་གཏུའ་  
མར་བཅུགས་པའི་ དངོས་པོའི་རིན་གོང་གང་གནས་ལོག་ལྷབ་གཏུའ་མར་འཇུགས་པ་པོ་དེ་ཡིས་ཁྲིམས་ཁང་དུ་  
འབུལ་དགོས་ ས་ཆ་དེའང་རང་འཇགས་ཡོ་བྱད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་སྟེ་ གཏུའ་མར་ལེན་མི་དེ་ལ་གཏུའ་མར་བཅུགས་  
མི་དེ་ལས་བྱ་ལོན་གྱི་སྐྱོན་ཚབ་ཀྱང་གང་ཡང་མི་ཐོབ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥ ༥-༢ པ་དང་ ༡༥ ༧-༥  
པ།)

**གཏུའ་མ་ལ་གནིས་ཁྱིམ་ངོ་མ་མིན་པའི་གནིས་དང་ཁང་ཁྱིམ་རིགས་བཅུགས་ཚོགས་པ།**

ངེ ༢-༩ བྱ་ལོན་གྱི་གཏའ་མ་ལ་རང་གི་ཕ་ཞིང་ཁའི་གཞིས་དང་བྱིམ་ངོ་མིན་ཚེ་ གཞན་ས་གཞིས་དང་ ཟུར་  
བྱིམ་ བ་བྱིམ་ ཚོང་ཁང་ ཟླ་བྱིམ་བཅས་རྣམས་སློང་ལེན་བྱ་ཚོགས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཚེ ༢-༩  
ཕར་བརྒྱུར་བཅོས།)

**འབབ་ཁུངས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གཏའ་མར་བཅུགས་ལེན་སྐབས་ཀྱི་བྱ་ལུགས།**

ངེ ༢-༡༠ ས་ཞིང་དང་རྒྱ་ནོར་ཅ་ཆས་སོགས་བབས་ཁུངས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཞིག་གཏའ་མར་བཅུགས་ཤིང་  
དངོས་པོ་དེ་ཡང་ རྒྱན་འགྲུལ་གཏོང་བ་པོ་དེའི་ཁོངས་སུ་བཞག་པ་ཡིན་ཚེ་ དངོས་པོ་དེ་ལས་བབས་ཁུངས་ཇི་  
ཡོད་ལོ་རྒྱུ་ཞུ་རིམ་བཞིན་བྱ་ལོན་ཐོག་ལས་རིམ་ཕར་བཅད་རྒྱུའི་ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་འགན་རྒྱ་ཡི་གེ་ནང་བཀོད་  
དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཚེ ༢-༧ པ།)

ངེ ༢-༡༡ དེ་ལྟར་འགན་ཡིག་ནང་ཁ་གསལ་བཟོས་པ་མེད་ཚེ་ བྱིས་སུ་བབས་ཁུངས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་  
ལུགས་དང་ བྱ་ལོན་ལ་བསྐྱེད་ཚུལ་བཅས་གང་ཡང་འཐབ་མི་ཚོགས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཚེ ༢-༧ པ་  
ཚེ ༢-༥ ཕར་བརྒྱུར་བཅོས་དང་ ཚེ ༣-༩ པ།)

ངེ ༢-༡༢ བབས་ཁུངས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གཏའ་མར་བཅུགས་སྐབས་ དངོས་པོ་དེ་ཉིད་རྒྱན་འགྲུལ་ལེན་པ་  
པོ་དེའི་ཁོངས་སུ་བཞག་པ་ཡིན་ཚེ་ བབས་ཁུངས་ཇི་ཡོད་དང་བརྒྱན་པའི་ དུལ་འཕོར་བྱ་ལོན་མ་འཁྲོར་ཚུན་  
དུས་རིམ་བཞིན་ཇི་ཅམ་རེ་སློང་རྒྱ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་འགན་ཡིག་ནང་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོས།

ངེ ༢-༡༣ དེ་ལྟར་ཁ་གསལ་མ་བཟོས་པའམ་ ཡང་ན་ དུས་ཚོད་ཁར་མ་སློང་ཚེ་ བྱ་ལོན་ངོ་བསྐྱེད་བཅས་  
མ་ཚང་ཚུན་ བབས་ཁུངས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་བྱ་ལོན་གཏོང་བ་པོ་དེའི་ཁོངས་སུ་ལེན་ནས་ བབས་ཁུངས་  
ཐོག་ལས་བྱ་ལོན་ཚང་འགྲིགས་བཏོག་ལྟེ་ལེན་ཚོགས།

**ས་ཆ་གཏའ་མར་བཅུགས་རིགས་ཀྱི་བྱ་ལོན་ཚུལ་ལྟར་**

ངེ ༢-༡༤ བྱ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་ལེན་ཏེ་ བྱ་ལོན་གཏོང་བ་པོའི་ལག་ཐོག་ཏུ་བཞག་པའི་ས་ཆའི་རིགས་ བྱ་  
ལོན་ངོ་བོའམ་ ངོ་བོའི་ཐོག་ལས་བཅས་འཁྲོར་དང་མ་འཁྲོར་ཇི་ལྟར་ཡང་ གཏའ་མའལེན་ཏེ་ལོ་༡༠ སོང་རྗེས་  
གཏའ་མའི་ས་ཆ་དེ་ཉིད་ རང་འཇགས་གཏའ་མ་འཇུགས་མི་དེ་ལ་ སྐར་ལོག་སློང་དགོས་པ་མ་ཟད་ བྱ་ལོན་  
ཀྱང་ཚང་སྤྱོད་ལས་འཁྲོར་བར་བརྩེ་དགོས་པ་མ་གཏོགས་ གཏའ་མར་ལེན་ཏེ་ལོ་༡༠ སོང་རྗེས་ ཡིག་རིགས་  
འགན་རྒྱ་ཡོད་མེད་ཇི་ལྟར་ཡང་ བྱ་ལོན་གྱི་ལྷག་ཆད་བདའ་བ་དང་ ས་ཞིང་གི་ཚོགས་ཚུལ་འཐབ་པ་སོགས་  
གཏན་ནས་བྱ་མི་ཚོགས། །དེ་ལས་འགལ་ན་ཁྲིམས་དོན་དེ་ལས་ལྷག་ལྟེ་ གང་ལེན་གྱི་དངོས་པོ་རང་འཇགས་སོ་

མོའི་ཁོངས་སུ་སློབ་པ་ནས་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེས་བྱ་ཕོག། (ཕྱི་ལོ་༡༩༥༥ མོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥-༤ པ་དང་ ༡༥-༥ པར་བསྟར་བཅོས།)

**གཏུམ་མེན་པའི་ས་ལ་གནོད་པ་བཀའ་མི་ཚོག་པ་དང་ དེའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༢-༡༥ གཏུམ་མེན་པའི་ས་ཆའི་རིགས་རྣམས་ གཏུམ་མེན་པ་པོའི་ཡིས་གཞན་དུ་བཅོང་བ་དང་ ཐེབས་ཅ་ཡོང་བུ་དུ་སྦྱར་བ་ ཁྲིམ་ལས་རྒྱུ་དུ་ཐོན་མི་ལ་སྐལ་བ་སློབ་པ་ གཏུམ་མེན་པའི་ས་ཆ་ལ་ཁང་ཁྲིམ་བཅོ་བ་ གཏུམ་མེན་པའི་ཨ་རིང་བཅའ་ཉེ་སྐམ་ཞིང་བཅོ་བ་ གཏུམ་མེན་པའི་རྒྱ་གིང་རྩམ་པ་ གཏུམ་མེན་པའི་ས་ལ་ རི་ལ་མེ་སྐར་བ་སོགས་ས་གཞི་ལ་གནོད་པའི་བྱ་བ་གང་ཡང་བཟུ་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་གཏུམ་ མེན་པའི་ས་ཆ་སྐར་ལོག་ལེན་ཚོག་པའི་ཁར་ ཇི་ཅམ་གནོད་པའི་མཐུན་ཚུན་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བཞེས་གིང་གཏུམ་མེན་ བདག་པོ་ལ་གནང་རྒྱ་མ་ཟད་ ཉེས་བྱ་ཉེ་བུ་བུ་ནས་སུམ་བུ་འུ་བར་ཕོག་ཅིང་ འགན་རྒྱ་ནང་གསལ་གྱི་དུས་ ཚོད་ཁར་བུ་ལོན་ཡང་ངོ་བསྟེན་ཚང་སྒྲིགས་ཐོབ། (ཕྱི་ལོ་༡༩༥༥ མོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥-༥ པར་ཁྲོད།)

**གཏུམ་མེན་བཅུགས་པའི་ས་ཆའི་ཁལ་འབྲུལ་ཕོག་ཐང་།**

ངེ ༢-༡༦ གཏུམ་མེན་འཇུགས་པའི་ས་ཆའི་རིགས་ལ་ཕོག་པའི་ས་ཁལ་ནི་ གཞུང་གི་ཁ་མོའི་ནང་སུའི་ མིང་གསལ་ཁར་ཡོད་པའི་མིང་གསལ་ཅན་དེ་ལ་ཕོག། (ཕྱི་ལོ་༡༩༥༥ མོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥-༥ པར་བསྟར་བཅོས།)

**གཏུམ་མེན་འཇུགས་པའི་ས་ཆའི་ཁ་མོ་བསྐྱར་བཀོད་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༢-༡༧ གཏུམ་མེན་པའི་ས་ཆ་རྣམས་ཁ་མོའི་ནང་གཏུམ་མེན་བཅུགས་མིའི་མིང་གསལ་བསུབས་ཉེ་ གཏུམ་མེན་ མེན་མིའི་མིང་གསལ་བཀོད་པ་སོགས་བྱ་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་གཏུམ་མེན་པའི་ས་ཆ་རང་འཇུགས་འཇུགས་མི་ དེ་ལ་སློབ་དགོས་ཁར་ བུ་ལོན་གྱི་ངོ་སྟེན་གཉེས་ཀའི་ཕྱིད་ཀ་མ་གཏོགས་མི་ཐོབ་ཅིང་ ས་དེ་ལ་རིན་བབས་ཇི་ གནས་གྱི་ཕྱིད་ཀ་ཡང་གཏོ་པོ་དེ་ལ་ཉེས་བྱ་ཕོག། (ཕྱི་ལོ་༡༩༥༥ མོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥-༥ པར་ཁྲོད།)

**ས་ཆ་གཏུམ་མེན་འཇུགས་མི་ཅ་སྟོངས་འཐོན་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བུ་གསལ།**

ངེ ༢-༡༨ བུ་ལོན་གྱི་གཏུམ་མེན་ས་གཞི་བཅུགས་པ་པོའི་ཉིད་ཅ་སྟོངས་ཐོན་ན་ ཇི་ཅམ་མ་འབྱོར་བའི་བུ་ ལོན་ལྷག་མ་དེ་ཉིད་ སྐར་གྱི་འགན་རྒྱ་ནང་གསལ་བཞེན་གཞུང་ནས་གནང་སྟེ་ས་གཞི་དེ་ཉིད་ཅ་སྟོངས་གལ་དུ་ བཞེས་རྒྱ། (ཕྱི་ལོ་༡༩༥༥ མོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༡༥-༩ པ་དང་ ༡༥-༡༠ པར་བསྟར་བཅོས།)

**གཏུམ་མེན་དངོས་པོར་ལེགས་བཅོས་བཟུགས་པའི་ཟད་ཅིས་རྒྱབ་མི་ཚོག་པ།**

ངེ ༢-༡༩ རྒྱ་གོར་དང་ ཁང་ཁྲིམ་ སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་གང་རང་ཡིན་ཅུང་གཏུམ་མེན་ཚུད་ པ་ནས་ གཏུམ་མེན་བ་པོའི་ཡིས་གཏུམ་མེན་དེ་ཉིད་བབས་ཁུངས་སྐར་ལས་ཆེ་བ་བཅོས་པའམ་ སྐར་ལས་

ལེགས་སྲུ་བཅོས་པ་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡང་ བྱ་ལོན་དེ་ཉིད་ཚང་སྐྱོགས་འབྱོར་སྐབས་ གཏུང་མ་དེ་སོགས་སྐར་ལོག་  
སྡོད་རྒྱ་མ་གཏོགས་ ལེགས་སྲུ་བཅོས་པ་དང་ བབས་ཁྲུངས་མཐོ་བར་བཅོས་པ་བཅས་ཀྱི་ ཟད་འགོ་སོགས་གང་  
ཡང་ཉོགས་བཤད་དང་སྡོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོགས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ༩༡ ༢-༦ པ།)

**གཏུང་མར་ལེན་པའི་རྒྱ་དངོས་ར་མེད་ཐལ་བའི་ཚབ་མ་ཕྱོག་ཐང་།**

དེ་ ༢-༢༠ གཏུང་མར་ལེན་པའི་རྒྱ་དངོས་སེམས་ཅན་སོགས་ཤི་ཆད་དང་ རྒྱལ་སྡོད་སོགས་ར་མེད་ཐལ་ན་  
གཏུང་མ་ལེན་པ་ཕོས་གཏུང་མ་འཇུགས་མི་དེ་ལ་ར་མེད་ཐལ་སོང་བའི་ དངོས་པོ་དེའི་རིན་བབས་ཚང་སྐྱོགས་  
སྡོད་དགོས་ བྱ་ལོན་ཁྲུང་སྐར་གྱི་འགན་རྒྱུའམ་ ཁ་ཚོགས་ཇི་བཞིན་ཚང་སྐྱོགས་ཐོབ་རྒྱ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་  
གཞུང་ ༩༡ ༢-༧ པ།)

**གཏུང་མའི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་འབྱུང་བའི་འཇིག་པ་ལ་ཡར་ཚུར་སྡོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོགས།**

དེ་ ༢-༢༡ གཏུང་མར་ལེན་ཏེ་རང་གི་རྩར་བཞག་པའི་རྒྱ་ནོར་དངོས་པོ་འམ་ སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་མེ་རླུན་  
རྒྱ་རླུན་སོགས་རང་བཞིན་འབྱུང་བའི་གནོད་པས་འཇིགས་སོང་ན་ གཏུང་མའི་བདག་པོ་དེ་ལའང་རིན་བབས་  
མི་ཐོབ་སྟེ་གཏུང་མ་དེ་ཉིད་བྱ་ལོན་གང་ཞིག་ལ་བསྟེན་པ་ཡིན་ཏུང་ བྱ་ལོན་དེའི་སྐྱོན་ཚབ་མི་ཐོབ་ གཏུང་མའི་  
བདག་པོ་དེ་དང་བྱ་ལོན་གྱི་བདག་པོ་བཅས་གཉིས་ཀ་སྡོད་ལེན་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོགས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་  
གཞུང་ ༩༡ ༢-༨ པ།)

**བྱ་ལོན་གཏོང་བ་པོ་རྩ་སྟོངས་འཛོན་སྐབས་ཀྱི་བྱ་ལུགས།**

དེ་ ༢-༢༢ བྱ་ལོན་གཏོང་བ་པོ་རྩ་སྟོངས་ཐོན་ན་ དེ་ཉིད་ཡུལ་ཁའི་རྒྱུས་བདག་འཛོན་གྱིས་གཞུང་ལ་  
དགོངས་སྐོར་ཞུས་པ་ནས་ བྱ་ལོན་ཐོབ་ཤོར་ གཏུང་མའི་བཏོན་བཞག་སོགས་གང་ཡང་ སྐར་གྱི་འདས་པའི་  
འགན་ཡིག་ནང་དོན་བཞིན་གཞུང་ནས་མཛད་རྒྱ།

**ལེབྱ་གསུམ་པམ་-བྱ་ལོན་ལ་སྐྱོད་ཚུལ་འཐབ་ལུགས།**

**སྐྱོད་ཚུལ་གྱི་དོ་སྟོན།**

དེ་ ༣-༡ (༡) སྐྱོད་ཟེར་བ་འདི་ཉིད་ དེའུལ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་ལོན་སྐྱོན་འགྲུལ་ཞུས་ཏེ་ ལོ་ངོ་གཅིག་  
འཁོར་མཚམས་ མཐོ་ཤས་བྱ་ལོན་དོ་བོ་གང་ཡིན་དེའི་བརྒྱ་དཔུ་བཅོ་ལྔ་རྒྱུན་ འཕར་ཚུལ་རྒྱབ་སྐྱེ་ལེན་པ་ལ་  
བརྗོད་རྒྱ་ཡིན་ཅིང་།

(ཁ) རྒྱུང་ཚུང་ཟེར་བ་དེ་ཉིད་བཏབ་རྒྱུར་བཟོས་པའི་བྱ་ལོན་ངོ་བོ་འཇམ་ རྒྱུང་གང་ཚུང་དུས་ཐོག་ཏུ་མ་བཏབ་  
པའཇམ་ ལོ་ངོ་གཅིག་འཁོར་བའི་རྗེས་སུ་ བོང་གསལ་དབྱེ་བ་(ཀ) པ་ལྟར་གྱི་བྱ་ལོན་ངོ་བོ་འི་རྒྱུང་གང་གནས་  
ཅིས་རྒྱབ་སྟེ་ ངོ་བོ་ཅམ་མ་ཟད་ ལོ་འཁོར་གྱི་རྒྱུང་གང་གནས་དེ་ལ་ཡང་འཕར་རྒྱུང་ཅིས་རྒྱབ་སྟེ་ ལེན་པ་ལ་  
རྒྱུང་ཚུང་ཟེར་བ་ཡིན།

**རྒྱུང་བཅི་ཚོག་པའི་དུམ་ཚད།**

ངེ་ ༣-༢ དངུལ་དང་ འབྲུ་སོགས་རྒྱུན་འབྲུལ་བཏང་ལེན་བགྱིས་པའི་ བྱ་ལོན་གྱི་རིགས་གང་ཡང་རྒྱུང་ཅིས་  
ཐད་ མཐོང་ཤོས་བརྒྱ་ལས་བཙུ་ལྡ་རེ་རྒྱན་མ་གཏོགས་ དེ་ལས་བཀའ་བའི་རྒྱུང་ཅིས་རྒྱབ་མི་ཚོག་ དེ་ལས་  
འགལ་ན་རི་ཅམ་ལྷག་སྟེ་རྒྱུང་ཅིས་ལེན་པའི་དངོས་པོ་རང་འཇགས་སྐར་ལོག་སློང་པ་ནས་ དེ་དང་འབྲེ་འབྲེ་  
ཉེས་བྱ་ཡང་ལེན་པ་པོ་དེ་ལ་ཕོག།

ངེ་ ༣-༣ རྒྱུན་འབྲུལ་སོགས་བྱ་ལོན་གྱི་རིགས་ལ་རྒྱུང་དེ་རང་མ་གཏོགས་ རྒྱུང་ལ་རྒྱུང་ཚུང་བཏགས་མི་ཚོག་  
དེ་ལས་འགལ་ན་ རྒྱུང་ཚུང་རི་ཅམ་ལེན་པ་དེ་ཉིད་བྱ་ལོན་བསྐྱེ་བ་པོ་དེ་ལ་ སྐར་ལོག་སློང་པ་ནས་དེ་དང་འབྲེ་  
འབྲེ་ཉེས་བྱ་ཕོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༣-༡ པར་ཁྲོད་།)

**རིན་འབབ་ཞག་དུས་ཁར་བཞག་པའི་བྱ་ལོན་ལ་རྒྱུང་ཅིས་མི་ཚོག་པ།**

ངེ་ ༣-༤ དངུལ་དང་ འབྲུ་སོགས་དངོས་པོ་དེ་དང་དེ་ཉིད་ངོ་བོ་བྱེད་དེ་ རྒྱུན་འབྲུལ་ལེན་པ་མེན་པར་བཙོང་  
བའི་རིན་དངུལ་ཞག་དུས་ཁར་བཞག་པའི་བྱ་ལོན་གྱི་རིགས་ཡིན་ཚེ་ དེ་ལ་ནི་རྒྱུང་ཅིས་རྒྱབ་མི་ཚོག།

**བཙོང་རྒྱུར་བཞག་པའི་བྱ་ལོན་རིགས་ལ་རྒྱུང་ཅིས་མི་ཚོག་པ།**

ངེ་ ༣-༥ དེ་བཞིན་དུ་ཚོང་གི་རིགས་བཙོང་རྒྱུར་སློང་ལེན་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་ བཙོང་མ་ཐུབ་པར་རམ་ ཡང་  
ན་བཙོང་བའི་རིན་དངུལ་ཟད་དེ་སློང་མ་ཐུབ་པར་ལུས་པའི་ བྱ་ལོན་གྱི་རིགས་ལའང་རྒྱུང་ཅིས་གང་ཡང་རྒྱབ་མི་  
ཚོག།

**བྱ་ལོན་ངོ་བོ་རྒྱུང་མཉམ་པ་ནས་རྒྱུང་ཅིས་མི་ཚོག་པ།**

ངེ་ ༣-༦ བྱ་ལོན་བསྐྱིས་ཏེ་མ་སློང་པར་ཡུན་རིང་འགྲངས་ན་ ལོ་འཁོར་ལ་བརྒྱ་ལས་བཙུ་ལྡ་རེའི་རྒྱུང་ཅིས་  
རྒྱབ་སྟེ་མ་བྱ་མཉམ་པ་ནས་ མ་བྱ་མཉམ་པ་དེ་རང་མ་གཏོགས་ དེ་ནས་ལོ་ངོ་རི་ཅམ་འགྲངས་ཀྱང་ རྒྱུང་ཅིས་  
གང་ཡང་རྒྱབ་མི་ཚོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༣-༤ པར་བརྒྱུར་བཙོང་དང་ཁྲོད་།)

**བྱ་ལོན་གྱི་རྒྱབ་ཏུ་གཡོག་བཞག་པ་དང་ རྒྱ་དངོས་གང་ཡང་ལེན་མི་ཚོག་པ།**

ང་། ༣-༧ རྒྱུན་འགྲུབ་སོགས་ལྷན་ཁྲིའི་རིགས་ལ་ ལྷན་ཁྲི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོན་ཞེས་ ལས་གཞིལ་བཞག་ལ་དང་ རྒྱ་  
དངོས་སོགས་ཅི་དང་གང་ཡང་ལེན་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་ལས་གཞིལ་མི་ཚམ་བཞག་ལ་བའི་སྐྱེ་རྒྱུ་  
པའི་སྐྱེ་དང་བརྒྱུན་ཏེ་ཚེས་རྒྱུ་ནས་ལྷན་ཁྲི་མོག་ལས་མཐུ་དང་ དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་དངོས་སོགས་ལེན་པ་ཡོད་  
རྒྱུ་ དངོས་པོས་མི་འགལ་བུ་ལོན་དེ་ལས་བཅད་དགོས་ དེ་ལས་འགལ་ན་ལེན་པ་པོ་དེ་ལ་མི་ཚམ་ལས་གཞིལ་  
བཞག་ལ་བའི་སྐྱེ་རྒྱུ་དང་ རྒྱ་ལོན་མི་ཚམ་ལེན་པའི་དངོས་པོའི་གནས་གོང་ དེ་དང་འདྲ་འདྲའི་ཉེས་བྱ་པོ་གྲོ་  
ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅུ་ ༣-༢ པར་བརྒྱུད་བཅོས་ཀྱིས་ཁ་སྐོང་དང་ ཅུ་ ༣-༥ པ།)

**ཁག་འབག་པ་ནས་ལེན་དགོས་ལྷན་ཁྲི་ལྷན་ལ་སྐྱེད་ཚེས་མི་ཚོག་པ།**

ང་། ༣-༨ ལྷན་ཁྲི་ལེན་པ་པོ་གྲོས་ལྷན་མཐུ་བའི་ལྷན་ཁྲི་དེ་ཉིད་ཁག་འབག་པ་  
ནས་ལེན་དགོས་ལྷན་ཁྲི་ལྷན་ལ་སྐྱེད་ཚེས་མི་ཚོག་པ། (རྒྱ་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅུ་ ༤-༢ པ།)

**མོས་ལྷན་པ་སྐྱེད་འཕྲོར་སྐབས་སྐྱེད་ཚེས་རྒྱུ་ཚོག་པ།**

ང་། ༣-༩ ཁག་འབག་པ་སོགས་ནས་ལྷན་ཁྲི་ལེན་ཞིག་བཏབ་ཚེ་དེ་ལོ་ལྷན་ལྷན་ མོས་ལྷན་པ་བསྐྱེ་བ་པོ་སྐྱེད་ཡང་  
འཕྲོར་ན་ ལྷན་ཁྲི་སྐྱེད་འགྲུལ་གཏོང་བ་པོ་དང་ཁག་འབག་པ་བཅས་ལ་ལྷན་ཁྲི་དེ་པོ་དང་སྐྱེད་ཚེས་བཅས་ཁྲིམས་  
ལྷན་ལེན་ཞིག་གང་མོལ་ཚེ་བར་སྐྱོད་དགོས།

**ཁྲིམས་སྐྱེད་པའི་མི་ལས་སྐྱེད་ཚེས་མི་ཚོག་པ།**

ང་། ༣-༡༠ ལྷན་ཁྲི་སྐྱོད་རྒྱ་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་ཁྲིམས་སྐྱེད་ན་ ཁྲིམས་སྐྱེད་ཉེན་ནས་མི་ཚམ་ཁྲིམས་ནང་  
སྐྱོད་ཡུན་གྱི་དོང་ལ་སྐྱེད་ཚེས་མི་ཚོག་པ།

**ཁྲིམ་མེ་རྒྱུན་ལྷན་ཁྲིམ་འཛིག་ན་སྐྱེད་ཚེས་མི་ཚོག་པ།**

ང་། ༣-༡༡ ལྷན་ཁྲི་བསྐྱེ་བ་པོའི་དབང་ཚད་དུ་ཡོད་པའི་ ཁྲིམ་གཅིག་ལས་མེད་ན་དེ་ཉིད་མེ་རྒྱུན་ལྷན་ཁྲིམ་  
འཛིག་སོང་ཚེ་ ལྷན་ཁྲི་དོ་པོ་དེ་རང་མ་གཏོགས་ དེ་ལ་སྐྱེད་ཚེས་མི་ཚོག་པ། (རྒྱ་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅུ་  
༤-༤ པ།)

**འགན་ལེག་ནང་སྐྱེད་ཚེས་རྒྱུ་མ་འཕྲོད་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱ་སྤྲུལ་ས།**

ང་། ༣-༡༢ ལྷན་ཁྲི་རིགས་ལ་གཏའ་མ་ཡོད་མེད་དང་ འཛོམས་དཔང་ཡོད་མེད་སོགས་མི་ལྷན་ཡང་  
འགན་རྒྱ་ལེག་རིགས་ནང་སྐྱེད་ཚེས་རྒྱུ་ལྷན་ཁྲིའི་སྐོར་གང་ཡང་ཚུད་པ་མེད་ཚེ་ དེ་ནི་ལྷན་གཡམ་གངས་སུ་བཅུ་རྒྱུ་མ་  
གཏོགས་ དེ་ལ་སྐྱེད་ཚེས་མི་ཚོག་ཅིང་ གལ་སྲིད་ལྷན་ཁྲི་སྐོར་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྤྲུལ་ཚེ་ ལྷན་ཁྲི་དོ་པོ་ནས་  
གཞུང་ཁུལ་བཟུ་དུ་འེ་པོ་དེ་ཉིད་ ལྷན་ཁྲི་བསྐྱེ་བ་པོ་དང་གཏོང་བ་པོ་གཉིས་སུ་མོང་དུ་པོག་པ།



**ཁྲིམས་དོན་འདིར་མི་བསྐྱུས་པ།**

ངེ་ ༣-༡༣ གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ངེ་ ༣-༣ པ། ངེ་ ༣-༦ པ། ངེ་ ༣-༥ པ། ངེ་ ༣-༡༠ པ། ངེ་ ༣-༡༡ པ་ བཅས་པ་རྣམས་ནི་ འབྲུག་གི་དབུལ་ཁང་དང་ ཉེན་བཅོལ་མཉམ་འབྲེལ་ལས་ཁུངས་ སོགས་གཞུང་ནས་ཆ་འཇོག་མཛད་དེ་འཇུགས་པའི་དབུལ་གྱི་ལས་ཁུངས་རྣམས་རིགས་མི་འགྲེ།

**ལེབ་བཞི་པམ་-བྱ་ལོན་བཏབ་ཐང་སྐོར།**

**བྱ་ལོན་བཏབ་ཚད་འབྱོར་རྟགས་སྟོན་ལེན་བྱ་དགོས་པ།**

ངེ་ ༤-༡ བྱ་ལོན་ཚང་སྐྱེགས་བཏབ་པའམ་ བྱ་ལོན་ཐོག་ལས་ཟུན་བྱ་ཞིག་བཏབ་པ་སོགས་ཇི་ཅམ་བཏབ་རུང་ བཏབ་པའི་རིགས་རྣམས་འབྱོར་རྟགས་སྟོན་ལེན་བྱ་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༡ པ།)

**གཞན་ལས་ལེན་རྒྱ་ཡོད་པའི་བྱ་ལོན་དང་ཁ་འཐབ་མི་ཚོགས་པ།**

ངེ་ ༤-༢ བྱ་ལོན་དེ་ཉེན་བསྐྱེ་བའི་སྤྱི་ཡོན་དེ་རང་གིས་བཏབ་དགོས་རྒྱ་ཡོན་བསྐྱེན་ གཞན་ལས་འཐོབ་རྒྱ་ ཡོད་པ་རྣམས་དང་ཁ་འཐབ་བཞུས་པ་སོགས་ རྒྱན་འགྲུལ་གཏོང་བ་པོས་ངོས་ལེན་བྱུང་ན་མ་གཏོགས་བྱ་མི་ཚོགས་ །(སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༢ པར་ཁ་སྐོར།)

**རྩ་བོ་གཅིག་ལས་ཐོབ་ཤོར་གྱི་ཉེས་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཚེ་ ལྷབས་གཅིག་ཏུ་རྒྱབ་དགོས་པ།**

ངེ་ ༤-༣ བཅའ་རྒྱུན་གཉིས་ཀ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ བྱ་ལོན་སྟོན་ལེན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ སྟོན་ལེན་གཉིས་ ཀ་བཅད་ཁ་དུམ་ཁ་གང་འགབ་བཟོས་ཏེ་ དེ་ལྷག་གང་ཤར་སྟོན་ལེན་བྱ་རྒྱུའམ་ ཡང་ན་རང་སའི་བྱ་ལོན་ཁ་ ཚང་རང་སར་སྟོན་ལེན་བྱ་རྒྱུ་བཅས་ གང་ཡང་ལྷབས་གཅིག་གི་ཐོག་ཏུ་ བྱ་ལོན་གཉིས་ཀ་དངས་སང་དག་པར་ བྱ་དགོས་མ་གཏོགས་ སྟོན་རྒྱུའི་བྱ་ལོན་མི་སྟོན་པར་བཞག་སྟེ་ འཐོབ་རྒྱུའི་བྱ་ལོན་བདའ་འདེད་བཞུས་པ་ སོགས་བྱ་མི་ཚོགས་ །(སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༡༢ པ།)

**བྱ་ལོན་བཏབ་ཟེན་པའི་ར་ཁུངས་མི་འཐོན་ཚེ་བྱ་ལོན་ཚང་སྐྱེགས་བཏབ་དགོས་པ།**

ངེ་ ༤-༤ བསྐྱེ་བའི་ནས་བྱ་ལོན་བཏབ་ཟེན་པ་ཡིན་ཞེས་བཤེད་ནའང་ འབྱོར་རྟགས་སྟོན་མེད་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་ པའམ་ འཇོམས་དཔང་དང་བཅས་བྱ་ལོན་བཏབ་ཟེན་པའི་ར་ཁུངས་དག་པོར་བསྐྱེལ་རྒྱ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་ ལྷར་མེད་ན་ བྱ་ལོན་གང་ཡིན་ཚང་སྐྱེགས་སྟོན་ལེན་བྱ་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༦ པ།)

**འདས་པོའི་ཡིག་རིགས་ལས་བྱེད་པ་ལྟར་བའི་འགན་རྒྱ་ཐོན་ བསྐྱེ་བ་པོའི་ལག་ཏུ་བྱེད་པ་ལྟར་པའི་འཕྲོར་  
རྟགས་མེད་ན་ བྱེད་པ་ལྟར་དགོས་པ།**

ངེ ༤-༥ བྱེད་པ་གཏོང་བ་པོ་ཁོ་རང་འདས་པའི་སྐབས་སུ་ འདས་པོའི་ཡིག་རིགས་ལས་བྱེད་འགན་ལྟར་  
བའི་འགན་རྒྱ་སྐྱོན་མེད་འཛོན་ན་ བསྐྱེ་བ་པོ་ནས་བྱེད་པ་ལྟར་ཟེན་པའི་འཕྲོར་རྟགས་སྐྱོན་མེད་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་ན་  
མ་གཏོགས་ དེ་མིན་འཛོམས་དཔང་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་འདུངས་མེད་པ་ཡིན་བརྗེན་ བྱེད་པ་དེ་ཉིད་ཚང་སྤྲིགས་སྤོང་  
ལེན་བྱ་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༥ པ།)

**ཅ་སྟོངས་ཁལ་ཚབ་ཏུ་འཇུག་མི་དེ་ལ་ཅ་སྟོངས་ཀྱི་བྱེད་པ་མོས་པ།**

ངེ ༤-༦ ཅ་སྟོངས་ཀྱི་ཁལ་ཚབ་ཏུ་འཇུག་པ་ཡིན་ཚེ་ ཅ་སྟོངས་དེ་ཡིས་བཅོས་པའི་བྱེད་པ་ཀྱི་རིགས་གང་ཡང་  
སྤོང་མི་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༡༥ པ།)

**བཟའ་ཚང་ཡ་འགྲུལ་དང་ཁྱིམ་ལས་རྒྱར་དུ་འཛོན་པ་པོའི་བྱེད་པ་སྤོང་ལེན་བྱ་ལུགས།**

ངེ ༤-༧ བྱེད་པ་འཛོན་ཤོར་ཡོད་མེད་རིགས་བཟའ་ཚང་ཡ་འགྲུལ་བཀྲིས་པ་འཇམ་ ཁྱིམ་ནས་རྒྱར་དུ་ཐོན་པ་  
སོགས་བྱེད་སྐབས་ བྱེད་པ་ཐོབ་ཤོར་གང་ཡང་སྤོང་ལེན་བྱ་ལུགས་སྐལ་བ་བཞོ་བཤའི་ཁྲིམས་གཞུང་ནང་གསལ་  
ལྟར་བྱ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༡༥ པ།)

**བྱེད་པ་བདའ་སྐབས་ཀྱི་བཟའ་བཏུང་ཐོབ་དང་མི་ཐོབ་སོགས་ཀྱི་སྐོར།**

ངེ ༤-༨ བྱེད་པ་བདའ་བར་འོང་སྐབས་ ཁོ་རའི་འགན་རྒྱ་ནང་གསལ་ཀྱི་བྱེད་པ་སྤོང་དེ་རང་ཅེས་རྒྱབ་སྐྱོད་  
འཛོན་རྒྱ་མ་གཏོགས་ བྱེད་པ་བསྐྱེ་མི་ལས་ རྩོད་འགྲུལ་དང་ གུ་རི་སྐྱ་སོགས་ཟད་ཅེས་གང་ཡང་རྒྱབ་མི་ཚོགས། །  
གལ་སྲིད་རྐང་ཐང་གི་ཅེས་སུ་ ཉེན་གཅིག་ལ་སྐར་ལོག་མ་འཁོར་བའི་ས་ཁར་ བྱེད་པ་བདའ་བར་འགྲོད་གོས་  
བྱུང་བ་ཡིན་ཚེ་ བྱེད་པ་བདའ་མི་ མི་གཉེས་ལས་མ་མང་བ་ཞིག་གིས་ བཟའ་སྤོང་ཚོགས་པ་ཡིན་ཀྱང་ བཟའ་  
བཏུང་དེ་ཉིད་བྱེད་པ་བསྐྱེ་བ་པོའི་སྐོར་གང་ཕོག་མ་གཏོགས་ གང་མས་ཁ་རྒྱབ་མི་ཚོགས། །(སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་  
གཞུང་ ཅན་ ༤-༡༣ པར་བསྐྱར་བཅོས།)

**བྱེད་པ་བསྐྱེ་བ་པོར་དབང་བཅོང་བྱས་པའི་ཉེས་ཚད།**

ངེ ༤-༩ བྱེད་པ་བསྐྱེ་བ་པོར་ བྱེད་པ་མ་བཏུབ་པའི་སྐོར་ལ་བསྟན་དེ་ བྱེད་པ་བདག་པོས་བསྐྱེ་བ་པོའི་རྒྱ་  
དངོས་ལ་སོགས་པ་དབང་བཅོང་གིས་འཕྲོག་མི་ཚོགས་ དེ་ལས་འགལ་ན་དངོས་པོ་ཇི་ཅམ་འཕྲོག་སྟེ་ཁྱེར་བ་སྐར་  
ལོག་སྤོང་པ་ནས་འཕྲོག་བཅོམ་གྱི་ཉེས་བྱ་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་དང་བརྗེན་ཏེ་ཕོག། །(སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་  
ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༧ པ།)

**བྱ་ལོན་བཏབ་མ་བཏབ་པའི་རིགས་ ཁྲིམས་ཁང་བརྒྱད་དེ་ལེན་ཐང་།**

ངེ ༤-༡༠ བསྐྱེ་བ་པོས་ཡ་མེད་བཅོང་ལྟེ་བྱ་ལོན་བཏབ་མ་ཉན་ཚེ་ བྱ་ལོན་གྱི་བདག་པོས་འགན་རྒྱུའམ་ རྒྱུན་འབྲུལ་གཏོང་བའི་བསྐྱེ་བ་པོའི་འཕྲོར་རྟགས་ཡིག་རིགས་དང་ གཏུའམ་བཅས་ཚང་འབྲིགས་ཁྲིམས་ཁང་དུ་བསྐྱུལ་ཏེ་ བྱ་ལོན་དེ་ཉིད་ཁྲིམས་ཁང་ནས་བདའ་ལྟེ་གནང་བ་ནས་ བྱ་ལོན་སྲེད་ལས་མ་ཡིན་པར་ རོ་བོའི་ཚོག་ལས་བརྒྱ་དཔུ་གཅིག་གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༥ པ།)

**བྱ་ལོན་ལེན་དུ་མ་ཉན་ཚེ་ ཁྲིམས་ཁང་བརྒྱད་དེ་སྲོད་ཐང་།**

ངེ ༤-༡༡ བསྐྱེ་བ་པོའི་འགན་རྒྱ་ནང་གི་ལོ་གངས་མ་ཚང་ལྟེ་ བསྐྱེ་བ་པོས་བྱ་ལོན་ཚང་སྤྲིགས་བཏབ་འདོད་ཡོད་ཀྱང་ བྱ་ལོན་གྱི་བདག་པོས་ལེན་དུ་མ་ཉན་ཚེ་ བསྐྱེ་བ་པོས་བྱ་ལོན་རོ་སྲེད་ཚང་སྤྲིགས་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྤུལ་བ་ནས་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་འཕྲོར་རྟགས་ལུ་རྒྱ་དང་ བྱ་ལོན་དེ་ཉིད་བདག་པོའི་ལ་གནང་ཞིང་ རྒྱེད་ལས་མ་ཡིན་པར་བྱ་ལོན་རོ་བོའི་ཚོག་ལས་བརྒྱ་དཔུ་གཅིག་གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༩ པར་ཁྲོད་།)

**བསྐྱེ་བ་དང་སྲོད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གོང་ཐང་དང་ཐབ་བཅི་ཐང་།**

ངེ ༤-༡༢ རྩོན་དུས་བསྐྱེས་སྐབས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གནས་གོང་སྐོར་ ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་ཚེ་ ད་རེས་སྲོད་རན་སྐབས་དངོས་པོའི་ཚབ་མ་དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་བུང་ན་ ཡས་མས་ཀྱི་ཉོགས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མ་ཚོག་ལྟེ་ དེ་མེན་སྲོད་དུས་བསྐྱེས་སྐབས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གནས་གོང་དང་ ད་རེས་བྱ་ལོན་བཏབ་དུས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གནས་གོང་ཆེ་རྒྱུང་མ་འདྲ་བར་སོང་ན་ དེའི་ཐབ་ཀྱི་ཐེད་ རྩོན་དུས་བསྐྱེས་སྐབས་ཀྱི་ཐབ་དང་དང་བསྐྱེན་ཏེ་མེན་པར་ ད་རེས་སྐྱེན་ཚབ་སྲོད་སྐབས་ཀྱི་ཕྱང་པའི་ལུགས་སོལ་གྱི་ཐབ་རི་གནས་ དེའི་དབང་དུ་བཅིས་ཏེ་སྲོད་ལེན་བྱ་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ཅན་ ༤-༡༡ པར་བསྐྱར་བཅོས།)

**ཁྲིམས་སྤྱད་པའི་མི་ལས་རྒྱུན་ཚབ་ལེན་ལུགས།**

ངེ ༤-༡༣ གཏུའམ་མེད་པའི་བྱ་ལོན་སྲོད་རྒྱ་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་ ཚོ་བཅོན་མ་ཡིན་པའི་ཁྲིམས་སྤྱད་ན་ བྱ་ལོན་དེ་ཉིད་ཁོ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ནང་མི་དང་ རྒྱུན་གྱི་དོན་ལ་བཏང་བ་ཡོད་ན་ རྒྱུན་ཚབ་དེ་ཡང་རྒྱུལ་པ་དེས་བཏབ་དགོས་ཤིང་ རྒྱུན་གྱི་དོན་ལ་བཏང་བ་མེད་ཚེ་ ཁོ་རང་ཁྲིམས་ལས་ནམ་ཐར་ མི་རོ་བོའི་ལས་ལེན་རྒྱ་མ་གཏོགས་ ལག་འབག་པར་མི་ཤོག །

**ཐོས་བྱར་རམ་ཚེ་བཅོན་ཤི་ཆད་དུ་སོང་བའི་མི་ལས་བྱ་ལོན་བཅི་ལུགས།**

ངེ ༤-༡༤ (༡) ཐོས་བྱར་རམ་ ཚོ་བཅོན་ ཤི་ཆད་དུ་སོང་བའི་མི་ཞིག་ནས་བྱ་ལོན་ལེན་པ་ཡོད་དེ་ གཏུའམ་བཅུགས་པ་མེད་ཚེ་ དེའི་རྒྱུན་ཚབ་ནི་ཐོས་བྱར་པའམ་ ཚོ་བཅོན་ ཤི་ཆད་དུ་སོང་བའི་ དེ་ཉིད་ཀྱི་སྐེར་

ལྷོ་རང་དབང་དུ་ཡོད་པའི་ རྒྱ་ནུ་མེ་མས་ཅན་ ཁང་ཁྱིམ་ས་གནས་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ནས་བཏབ་དགོས།  
འོན་ཀྱང་ནང་མི་རྣམས་ནས་བྱ་ལོན་བཏབ་རྒྱ་ཡིན་ཆེ་ བྱ་ལོན་གྱི་བདག་པོས་རྒྱ་ནུ་མེ་ཁང་གནས་རྣམས་པ་གང་  
ཐོབ་ཏུ་ཐོབ་རྒྱབ་མི་ཚོགས།

(ལ) ཐོས་ཟུར་རམ་ ཚེ་བཙོན་ ཤི་ཆད་དུ་སོང་བའི་ལ་ མེ་རུ་དབང་བའི་རྒྱ་དངོས་གང་  
ཡང་མེད་རུང་ ལེན་པའི་བྱ་ལོན་དེ་ཉིད་ལེ་རྒྱད་གཅིག་པའི་ནང་མི་དང་ ཁྱིམ་གྱི་དོན་ལ་བཏང་བ་ཡོད་ཆེ་ རྒྱན་  
ཚབ་ཀྱང་ཁྱིམ་པ་དེས་བཏབ་དགོས།

(ཤ) ཐོས་ཟུར་རམ་ ཚེ་བཙོན་ ཤི་ཆད་དུ་སོང་བའི་མི་དེ་རང་དབང་གི་རྒྱ་དངོས་མེད་ཅིང་  
བྱ་ལོན་དེ་ཉིད་ཁྱིམ་དུ་བཏང་བའང་མེད་ཆེ་ རྒྱན་ཚབ་དེ་ཉིད་འགན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་ནང་ ཁག་འབག་པ་སྲུ་དང་  
སྲུ་ཡི་མིང་གསལ་འཁོད་པ་དེ་ལ་ཕོག།

ང་། ༤-༡༥ (ཀ) བྱ་ལོན་སྤོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་ ཐོས་ཟུར་རམ་ ཚེ་བཙོན་ ཤི་ཆད་དུ་སོང་ཞིང་ བྱ་  
ལོན་དེ་ལ་གཏའ་མ་འཇུགས་པ་ཡོད་ཆེ་ ལེ་རྒྱད་གཅིག་པའི་ནང་མི་རྣམས་ནས་ བྱ་ལོན་བཏབ་མི་འཐོན་ཆེ་  
གཏའ་མ་ཡང་བྱ་ལོན་བཏབ་མི་སྲུ་ཡིན་དེ་ལ་ཕོག། (ལྷོ་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྱིམ་ས་གནས་ ཅན་ ༤-༣ པ།)

(ཁ) ཐོས་ཟུར་རམ་ ཚེ་བཙོན་ ཤི་ཆད་དུ་སོང་བའི་མི་དེ་ཡིས་བཟོས་པའི་བྱ་ལོན་བཏབ་མི་  
ལེ་རྒྱད་གཅིག་པའི་ནང་མིའི་གལ་ལས་མཐོན་ཆེ་ གཏའ་མ་དེ་ཉིད་བྱ་ལོན་ལ་རང་བཅོམ་བཅེ་རྒྱ་མ་གཏོགས་ དེ་  
ལས་འགལ་ཏེ་ཁག་འབག་པ་སོགས་ལ་ཡས་མས་གྱི་ཉོགས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོགས། (ལྷོ་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་  
ཁྱིམ་ས་གནས་ ཅན་ ༤-༣ པ།)

**ཐོས་ཟུར་པ་དང་ཚེ་བཙོན་དུ་རྒྱུད་པ་པོས་བྱ་ལོན་བཏབ་ལུགས།**

ང་། ༤-༡༦ གལ་སྲིད་ཐོས་ཟུར་པ་སྐར་འཕྱོར་བའང་ ཚེ་བཙོན་པ་ཁྱིམ་ས་ལས་ཐར་ཆེ་ ལྷུང་ཁག་འབག་  
པས་བཏབ་པའི་བྱ་ལོན་རིགས་ འཕྱོར་རྟགས་ནང་གསལ་ཇི་བཞིན་ཁག་འབག་པར་ཚང་བར་སྤོང་དགོས་ཤིང་  
དེ་བཞིན་དུ་ཁག་འབག་པར་ བྱ་ལོན་ནམ་སྤོང་གྱི་དུས་ཚོས་ལས་བབུང་ལྗེ་ དེའི་སྤོང་ཅིས་ཀྱང་ཁག་འབག་པར་  
ཅིས་རྒྱབ་དགོས།

**བྱ་ལོན་འཐོན་ཁུངས་མེད་ཆེ་ཡང་ས་ཆགས་ཐོབ་ཐང་།**

ང་། ༤-༡༧ (༧) བྱ་ལོན་ཐོབ་ལམ་ཡོད་དེ་བྱ་ལོན་ཕོག་པའི་མེ་དེ་ལས་ ཁྲིམ་ས་རྟོན་ལ་སོགས་པ་གང་  
ཡང་འཛོན་ཁྲུངས་མེད་རུང་ སྤངས་ཀྱིས་ཕན་པ་བྱེད་བྱབ་པ་འདུག་ཚེ་ ཉེན་རེའི་སྐྱ་རྩལ་གང་གནས་ལུང་པའི་  
སྲིལ་དང་བརྟུན་ཏེ་ ཅེས་རྒྱབ་རྒྱ་བྱེད་དེ་སྤངས་ཀྱིས་ཕན་པ་བརྟུབ་བརྟུག་དགོས།

(ཁ) རྒྱ་ཡིས་འཛོན་ཁྲུངས་མེད་ཁར་སྤངས་ཀྱིས་ཕན་བབས་ཀྱང་ གང་ཡང་བྱ་བྱབ་མེད་  
པའི་ར་ཁྲུངས་གསལ་ཚེ་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་མེ་དེ་ཡི་བྱ་ལོན་གྱི་སྤྱེད་ལས་སམ་ རོ་པོའི་ཐོག་ལས་ཀྱང་ཡངས་  
ཆགས་བྱ་ཚོགས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ང་། ༤-༡༠ པར་ཁྲོད་།)

**ལེབ་ལྷ་པམ་-གཡར་པོར་སྤྱོད་ལེན་བྱ་བར་སྐོར།**

**གཡར་པོར་རོ་སྤྱོད།**

ང་། ༥-༡ ས་གཞིས་དང་ཁང་ཁྲིམ་ ལྷམ་འཁོར་དང་ རྒྱ་དངོས་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་ རྗེས་སུ་  
དངོས་པོ་དེ་རང་འབྲུལ་མེད་སྐར་ལོག་ཅེས་སྤྱོད་རྒྱུར་ལེན་པའི་རིགས་གཡར་པོར་གྲངས་སུ་བཅི་རྒྱ།

**གཡར་པོར་ལེན་དུས་འགན་ཡིག་བཅོ་དགོས་པ།**

ང་། ༥-༢ ལོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ང་། ༥-༡ པ་ལྟར་གྱི་བསྐྱུལ་ཅན་དང་བསྐྱུལ་མེད་གྱི་དངོས་པོ་ཅི་དང་  
གང་ཡང་གཡར་པོར་སྤྱོད་ལེན་བྱེད་སྐབས་ གཡར་ཡུན་གྱི་དུས་ཚད་ གཡར་སྐྱོད་མེད་དང་ སྐྱ་ཆ་སྤྱོད་ལེན་  
བྱེད་ཐང་ གཡར་སྐྱ་མང་ཉུང་སོགས་ ཁ་གསལ་ཚུད་པའི་འགན་ཡིག་འཛོམས་དཔང་དང་བཅས་པའི་མིང་  
རྟགས་ལག་བྲིས་ཅན་ལ་ ཁྲིམས་རྟགས་སྤྱར་ཐང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་དང་བརྟུན་པའི་ཁྲིམས་རྟགས་འབྲུར་ཏེ་བཅོ་  
དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ང་། ༢-༢ པར་ཁྲོད་།)

**ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་བཅོས་པ་མེད་རུང་གཡར་པོར་གྲངས་སུ་བཅི་ཚོགས་པ།**

ང་། ༥-༣ གལ་སྲིད་ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་གང་ཡང་ བཅོ་མ་བྱུབ་པར་གཡར་པོར་སྤྱོད་པ་ཡོད་ཚེ་ རེག་  
གཏོགས་མེད་པའི་འཛོམས་དཔང་ བཏོན་རྒྱ་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་ར་ཁྲུངས་བསྐྱུལ་རྒྱ་ཡོད་པའམ་ ཡང་ན་ གཡར་  
བ་པོར་ལག་བྲིས་ཅན་གྱི་ཡི་གེའམ་ མིང་རྟགས་ཅན་གྱི་འབྲུར་རྟགས་ལྟོན་རྒྱ་ཡོད་ཚེ་ དེ་རིགས་གཡར་པོ་སྤྱོད་  
པའི་གྲངས་སུ་བཅི་ཚོགས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ང་། ༢-༢ པར་ཁྲོད་དང་བརྟུབ་བརྟུག་།)

**ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་དང་ འཛོམས་དཔང་བརྟུགས་པ་མེད་རིགས་ཀྱི་བྱ་བར་དང་ ཉེས་བྱ།**

ང་། ༥-༤ ལོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ ང་། ༥-༢ པ་དང་ ༥-༣ པ་ལྟར་གྱི་འགན་ཡིག་དང་འཛོམས་དཔང་  
བཏོན་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་པའི་དངོས་པོ་གཡར་པོར་སྤྱོད་ལེན་བཀྱིས་པའི་སྐྱ་ཆའི་སྐོར་མ་འགྲིགས་པར་ཁྲིམས་ཁང་

དུ་བྱུག་ན་ དངོས་པོ་དེ་ཉིད་བདག་པོའི་ཁོངས་སུ་ནམ་དགོས་སྐར་ལོག་ལེན་ཚོག་པ་མ་གཏོགས་ གཡར་བ་པོས་ ཉོགས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོག་པའི་ཁར་ གཡར་སྐུང་ལའི་སྲོལ་དང་བསྟན་པའི་ཅིས་རྒྱུ་སྟེ་སྲོད་དགོས་རྒྱ་ དང་ ཁྲིམས་དོན་ལྟར་མ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ་གཡར་སྐུང་གང་གནས་ཀྱི་ཕྱིད་ཀ་གཡར་པོར་སྲོད་མི་ནས་གཞུང་ལ་ སུལ་དགོས།

**བདག་པོ་ལས་གནང་བ་མེད་པར་གཡར་བྱེད་མི་ཚོག་པ།**

ངེ་ ༥-༥ བདག་པོ་ལས་གནང་བ་མེད་པར་རྒྱ་དངོས་སེམས་ཅན་དངོས་པོ་གང་ཞིག་གཡར་བྱུང་ཡིན་ལུགས་ བཅོས་ཏེ་བྱེད་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་དངོས་པོ་རང་འཇགས་ཁར་གནང་བ་མེད་པར་ལེན་པའི་ཉེས་བྱ་ཨར་ རྒྱན་ཁྲིམས་ཡིག་དང་རིགས་འགྲུ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༤༤ པོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ་ ༢-༡ པར་ཁ་སྐོང་།)

**དངོས་པོ་གཡར་བ་ནས་གཉེན་གཏམས་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ་ ༥-༦ གཡར་བའི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་གཡར་བ་པོ་ནས་ གཉེན་གཏམས་བྱས་བ་ཡིན་ཚེ་ རྗེས་སུ་རྒྱ་ གཡར་བ་ངེས་བདེན་གྱི་ར་ཁུངས་འཛོན་ན་ དངོས་པོ་རང་འཇགས་བདག་པོ་ལ་སྲོད་པ་ནས་ གཉེན་གཏམས་ བྱས་པའི་ཉེས་བྱ་ གཡར་བའི་དངོས་པོ་ལ་རིན་གོང་གང་གནས་ཀྱི་ཕྱིད་ཀ་པོག་ །

**དབང་བཅོང་གིས་གཡར་པོར་སྲོད་ལེན་བྱ་མི་ཚོག་པ།**

ངེ་ ༥-༧ དངོས་པོའི་རིགས་གཡར་པོར་ལེན་འདོད་མེད་མི་ལ་ དབང་བཅོང་གིས་སྲོད་མི་ཚོག་ཅིང་ དེ་ བཞིན་དུ་གཡར་པོར་སྲོད་འདོད་མེད་མི་ལས་དབང་བཅོང་གིས་ལེན་མི་ཚོག་ །དེ་ལས་འགལ་ན་ལམ་བར་འགོར་ ཡུན་མ་བརྟེས་པའི་ རྒྱ་ཚོད་༢༧ ཡི་ནང་འཁོད་ཁྲིམས་ཁང་རམ་ ཡུལ་མི་འགན་ཅན་ལ་ཞུ་བར་བུང་ན་ དངོས་པོ་རང་འཇགས་སྐར་ལོག་བདག་པོ་ལ་སྲོད་པ་ནས་ དེ་ལྟར་དབང་བཅོང་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ་ དངོས་པོ་དེ་ ལ་རིན་གོང་གང་གནས་ཀྱི་ བཞི་དཔུ་གཅིག་དབང་བཅོང་བྱེད་པོ་དེ་ལ་པོག་ གཡར་སྲིད་དེ་ལྟར་ཞུ་བར་མ་འོང་ ཚེ་དབང་བཅོང་བྱས་པའི་གངས་སུ་མི་བརྟེ།

**འགན་རྒྱུ་དུས་ཚོད་མ་ཚང་གོང་ནས་བསྐྱར་བཅོས་བྱ་དགོས་བྱུང་བ།**

ངེ་ ༥-༨ (ཀ) གཡར་བའི་དངོས་པོ་དང་ཞིག་འགན་ཡིག་ནང་གི་དུས་ཚོད་མ་ཚང་གོང་ནས་དངོས་པོ་སྐར་ ལོག་སྲོད་ལེན་བྱ་དགོས་བྱུང་བའམ་ ལུང་པའི་ལུགས་སྲོལ་སྐྱར་བཅོས་དང་བསྟན་ཏེ་ རྒྱ་ཚུལ་སེང་མར་མབ་ བྱ་དགོས་བྱུང་ན་ དེ་སྐོར་སྲོད་ལེན་སྐབས་ཀྱི་འགན་ཡིག་ནང་ བརྟེན་འཛིན་སྐོར་གོང་ལས་བྱ་དགོས་སྐོར་གྱི་དུས་ ཚོད་ ཁ་གསལ་ཚུད་པ་ཡོད་ན་བརྟེན་མེད་ དེ་མིན་ཞག་གངས་༩༠ འི་སྐོར་གོང་ལས་བརྟེན་བྱས་ཏེ་མ་ གཏོགས་ འགན་ཡིག་ནང་གི་དུས་ཚོད་རིང་ལ་འགན་རྒྱ་ལས་འགལ་ཏེ་བྱ་མི་ཚོག་ །

(ལ) ཁང་སྐྱར་ལེན་ཉེ་སྤྱོད་པའི་ཁང་ཁྱིམ་དེ་ཉིད་ ཁང་བདག་ས་སྐྱར་འགན་རྒྱ་བཟོ་བའི་  
དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལས་ བསྐྱར་བཀོད་ཀྱིས་བྱ་སྐབས་མི་བདེ་བར་བཟོ་བའམ་ ཉམས་ཆགས་ཞིག་རལ་སོང་  
བའི་རིགས་ བཅོས་མ་བརྟུབ་པར་བཞག་པ་དང་ ཡང་ན་ ཁྱིམ་ནང་སྤྱོད་མི་རྣམས་མ་འགྲིགས་པར་འགྱུར་པའི་  
གནད་ལས་ ཐབས་མེད་དུ་ཁྱིམ་ནང་ནས་འཛོན་འགྲོ་དགོས་པའི་གནད་རེ་བཅས་འཛོན་ན་ འགན་རྒྱ་ནང་གི་  
དུས་ཚད་མ་ཚང་རུང་ ཁང་སྐྱར་སྤྱོད་མི་ནས་ཞག་༢༠ འི་སྤྱོད་ནས་བརྒྱུ་ཉེ་འཛོན་འགྲོ་ཚོགས།

**རང་བཞིན་གྱི་ས་སྤྱོད་ཤོར་བ་ལ་རྒྱུ་འབྱས་མི་ཕོག་པ**

ངེ་ ༥-༩ གཡར་བའི་དངོས་པོ་སེམས་ཅན་རྣམས་ འབྲུང་བའི་གནད་པ་སོགས་གཡར་བ་པོར་ཐབས་གང་  
ཡང་མེད་པར་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཤོར་བ་དང་ སྤྱོད་དུ་བྱུང་བ་བཅས་ཀྱི་རྒྱུ་གསལ་ནི་ གཡར་པོའི་ངན་  
སེམས་དང་བག་ཡིངས་སུ་ཤོར་བའི་སྤྱོད་དང་ འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད་པའི་ར་ཁྲུངས་གསལ་ཚེ་ དེའི་རྒྱུ་  
འབྱས་གཡར་བ་པོ་ལ་མི་ཕོག་སྟེ་ ཤ་བཟའ་སྤྱོད་བརྟུབ་པའི་སེམས་ཅན་རིགས་ཡིན་ན་ ཤ་རུས་པགས་གསུམ་  
དང་དངོས་པོ་གཞན་ཡིན་ན་མེད་པ་སོང་བའི་བཤུལ་ཇི་ཡོད་དེ་རང་ སྐར་རྩོམ་བདག་ལ་སྤྱོད་དགོས།

**གཡར་བའི་ཅ་ཆས་མེད་པ་དང་སྤྱོད་ཤོར་བའི་ཚབ་མ་དང་བཅོས་ལུགས།**

ངེ་ ༥-༡༠ གཡར་པོར་ལེན་པའི་དངོས་པོ་སེམས་ཅན་རྣམས་ སྐར་ལོག་མ་སྤྱོད་པའི་གོང་དུ་ སྐ་ཁར་ལེན་  
མི་དེ་ཡིས་ངན་པ་བག་ཡིངས་སུ་བཏང་བའི་རྒྱུ་ལས་མེད་པ་ཤོར་བའམ་ ཤི་ཆད་ བརྒྱུ་སྤོར་ སྤྱོད་ཤོར་  
བཅས་བྱུང་ན་ དེའི་ཚབ་མ་འམ་ ཡང་ན་ རིན་བབས་གང་གནས་ ཡང་ན་སྤྱོད་མེད་བཅོས་རྒྱ་བཅས་གཡར་བ་  
པོ་དེ་ལ་ཕོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ་ ༢-༣ པར་ཁ་སྐོང་དང་ ངེ་ ༢-༥ པ།)

ངེ་ ༥-༡༡ གཡར་བའི་དངོས་པོ་སེམས་ཅན་རིགས་ གཡར་བ་པོའི་ངན་སེམས་དང་  
འབྲེལ་བའི་གནད་ལས་མེད་པ་བཏང་བའམ་ ཤི་ཆད་བརྒྱུ་སྤོར་ སྤྱོད་ཤོར་བཅས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ར་ཁྲུངས་  
འཛོན་ན་ དེའི་རིན་བབས་སམ་ ཚབ་མ་བཅོས་ཁ་གང་གནས་གཡར་བ་པོ་དེ་ལ་ཕོག་པ་མ་ཟད་ རིན་བབས་  
སམ་ བཅོས་སྐྱ་གང་གནས་དང་འབྲེལ་འབྲེལ་ཉེས་ཆད་ཀྱང་ གཡར་བ་པོ་དེ་ལ་ཕོག།

**གཡར་བའི་དངོས་པོ་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་ཟད་ཚིས་མི་ཐོབ་པ།**

ངེ་ ༥-༡༢ གཡར་བའི་དངོས་པོའི་རིགས་ལ་ ཇི་ཅམ་ལེགས་བཅོས་བྱས་པ་ཡོད་རུང་ འགན་རྒྱ་ནང་  
གསལ་གྱི་དུས་ཚོད་ཚང་སྐབས་ བདག་པོ་ལ་སྐར་ལོག་སྤྱོད་རྒྱ་མ་གཏོགས་ ལེགས་བཅོས་བཞུགས་པའི་ཟད་ཚིས་  
གང་ཡང་རྒྱབ་མི་ཚོགས།

**གཡར་བའི་དངོས་པོར་ཚོང་བ་བྱིན་པ་བསྐྱར་བཅོས་སོགས་བྱ་མི་ཚོགས།**

ངེ ༥-༡༢ གཡར་བའི་དངོས་པོ་སེམས་ཅན་རིགས་ གཡར་བའོས་བཅོང་བའམ་གྱིན་པ་ སུ་ལོན་གྱི་གཏེ་  
མར་བཅུགས་པ་ སར་བཅོས་ རླུང་བཅོས་ཀྱི་བསྐྱར་བཅོས་སོགས་གཏན་ནས་བྱ་མི་ཚོག་ དེ་ལས་འགལ་ན་  
འགན་རྒྱ་ནང་གི་དུས་ཚོད་ཚང་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་ བདག་པོ་ནས་ལེན་ཚོག་པ་མ་ཟད་ གཡར་བའོ་དེ་ལ་  
ཉེས་བྱ་ཡང་གཡར་བའི་དངོས་པོ་ལ་རིན་པོང་གང་གནས་ཀྱི་ཕྱེད་ཀ་ནས་ཉི་ལ་པོའི་བར་ཕོག་ །

**གཡར་བའི་དངོས་པོ་དང་མཉམ་དུ་ ཨ་རྩུང་དང་འདེད་གཏོག་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལས་ རྒྱུད་འབྲུས་ ཕོག་  
ལས་ཡོད་མེད་ཀྱི་བརྗེ་ཐང་།**

ངེ ༥-༡༣ ལྷུ་མ་འཁོར་རམ་ ཡང་ན་ རྒྱང་པོ་ཚེ་དང་ རྟ་ནོར་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པ་གཡར་ཏེ་འདེད་སོང་  
བའི་རྣམས་སུ་ཉེས་སྦྱོན་གི་ཚད་འབྲུང་ན་ དངོས་པོ་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་མཉམ་དུ་ བདག་པོ་རང་གི་འདེད་  
གཏོག་པའམ་ ཨ་རྩུང་ཡོད་ཚེ་ དེ་དག་ལ་ཉེས་སྦྱོན་དང་གི་ཚད་བྱུང་བའི་ རློག་འཇལ་རྒྱུད་འབྲུས་སོགས་  
གཡར་བའོ་ལ་གང་ཡང་མི་ཕོག་ གལ་སྲིད་འདེད་གཏོག་པ་དང་ཨ་རྩུང་སུ་ཡང་མེད་ཚེ་ རྒྱུད་འབྲུས་དང་རློག་  
འཇལ་གང་ཡིན་གཡར་བའོ་ལེན་པ་པོ་དེ་ལ་ཕོག་ །

**གཡར་ཟར་སྦྱོད་རྒྱུ་ལྷུ་འཁོར་ཁྱེད་ ལྷུ་མ་འཁོར་སོགས་ཉེན་བཅོལ་བྱ་དགོས་པ།**

ངེ ༥-༡༤ རྒྱ་ཁང་གཏོང་རྒྱུ་ལྷུ་འཁོར་ཁྱེད་ ལྷུ་མ་འཁོར་ལ་སོགས་པའི་རིགས་གང་ཡང་ཉེན་བཅོལ་ངེས་  
པར་བྱ་དགོས།

**གཡར་བའོའི་རན་སེམས་དང་ འབྲེལ་གནད་ལས་སྦྱོན་བྱུང་བའི་ཉེས་ཚད་དང་རྒྱུད་གསོ།**

ངེ ༥-༡༥ ཉེན་བཅོལ་བྱས་པའི་ཁང་ཁྱེད་ཞེག་ཡིན་པར་གྱུར་ཀྱང་ གཡར་ཟར་ལེན་པ་པོས་རན་སེམས་དང་  
འབྲེལ་བའི་གནད་ལས་ མེ་རྒྱུན་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ར་ཁྲུངས་འཕྲོན་ཚེ་ ཉེན་བཅོལ་གྱི་མ་དདུལ་དེ་ཡང་གཏེ་པོ་དེ་  
ལས་སྦྱོད་དགོས་པ་མ་ཟད་ ཉེས་ཚད་ཀྱང་ ཁྲིམས་འགལ་ཁྲིམས་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཕོག་རྒྱུ་དང་ ཉེན་བཅོལ་  
བྱས་པའི་ལྷུ་མ་འཁོར་ལ་ཉེས་སྦྱོན་བྱུང་རིགས་ནི་ ལྷུ་མ་འཁོར་ཁྲིམས་ཡིག་དང་ ཉེན་བཅོལ་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་  
ཁྲིམས་ཡིག་དང་འབྲེལ་རྒྱུ།

**གཡར་ཟར་དུས་ཐོག་དུ་མ་སྦྱོད་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱ་ལུགས།**

ངེ ༥-༡༦ གཡར་བའོ་དེ་ཡིས་ གཡར་ཟར་ལེན་པའི་དངོས་པོ་དེའི་རྒྱ་ཆ་སྦྱོད་རྒྱུ་ལྷུ་མ་འཁོར་ལས་འབྲུངས་  
ཏེ་ ཞག་གངས་༢༠ སོང་ན་ འགན་རྒྱུ་ནང་གི་དུས་ཚོད་མ་ཚང་རུང་ དངོས་པོ་དེ་ཉིད་བདག་པོའི་ཁོངས་སུ་  
ཅོས་ལེན་ཚོག་ཞེ་ མ་སྦྱོད་པར་བཞག་པའི་རྒྱ་ཆ་དེ་ཉིད་སུ་ལོན་གངས་སུ་བཅེས་ཏེ་ལེན་ཚོག་ །

**ཁྲིམ་ཁང་ཟར་སྦྱོད་ལེན་བྱེད་མེའི་འགན་ཡིག་དུས་ཚོད།**



ང་། ༥-༡༩ ཁང་ཁྱིམ་གཡར་སྐྱོད་ལེན་བཀྲིས་རིགས་ མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་༣ རེའི་བར་འགན་རྒྱ་ཐོངས་རེ་  
སོར་དགོས།

**ཁང་སྐྱོད་མི་དང་གནས་པོ་གཡར་མི་ལ་ཁང་པའི་དབང་ཚད་མེད་པ།**

ང་། ༥-༡༩ ཁང་སྐྱོད་མེད་ཇི་ལྟར་ཡང་ཚ་པོ་གཅིག་གི་ཁང་ཁྱིམ་ནང་ གནས་པོ་གཡར་ཉེའམ་ ཁང་སྐྱོད་  
སྐྱོད་དེ་ལོ་ངོ་ཇི་ཅམ་སོར་རུང་ ཁང་ཁྱིམ་གྱི་དབང་ཚད་དེ་ཉིད་ རོ་བདག་རང་ལ་མ་གཏོགས་ཁྱིམ་ནང་སྐྱོད་མི་དེ་  
དག་ལ་ཐོབ་ལམ་ལྟ་བུའི་དབང་ཚད་གང་ཡང་མེད།

**སྐྱེ་ཁའི་སྐྱོད་པའི་ཁང་ ཁྱིམ་གྱི་ཁྲུལ་རིགས་ཕོག་ཐང་།**

ང་། ༥-༢༠ ཁང་སྐྱོད་གཏོང་བའམ་ གནས་པོ་གཡར་ཉེ་སྐྱོད་བརྒྱུག་པའི་ཁང་ཁྱིམ་དེའི་ས་ཁྲུལ་དང་ ཁང་  
ཁྲུལ་སོགས་ཁང་བདག་སྲུ་ཡིན་དེ་ལ་ཕོག་རྒྱ་དང་ མེ་ཁྲུལ་རྒྱ་ཁྲུལ་སོགས་ནི་ ཁྱིམ་ནང་སྐྱོད་མི་སྲུ་ཡིན་དེ་ཡིས་  
སྐྱོད་དགོས།

**གཡར་བའི་དངོས་པོ་བརྒྱུག་སྐྱོད་ཤོར་སོང་ཞེས་བརྗོད་དེ་མ་སྐྱོད་པར་བཞག་པའི་ཉེས་བྱ་དང་ དངོས་པོའི་སྐྱོད་  
ལེན་བྱ་ཐང་།**

ང་། ༥-༢༡ གཡར་བའི་ཅ་ཆས་སེམས་ཅན་གང་ཞིག་བརྒྱུག་སྐྱོད་ཤོར་སོང་ཞེས་བརྗོད་དེ་ རོ་བོ་མ་སྐྱོད་པར་  
ཚབ་མའམ་ རིན་བབས་སྐྱོད་དང་མ་སྐྱོད་ཇི་ལྟར་ཡང་ རྗེས་སུ་གཡར་བའི་དངོས་པོ་དེ་རིགས་ལས་ ལྷེ་ཅམ་  
ཞིག་ཁོ་རང་ལས་སམ་ གཞན་ལ་བཙོང་བའི་ར་ཁྲུངས་ཐོན་ཚེ་ བདག་པོའི་ཁོངས་སུ་དངོས་པོ་ངོ་བོ་དགོས་རུང་  
ལེན་ཚོག་ཅིང་ དེ་དང་འབྲེ་འབྲེའི་ཉེས་བྱ་གཞུང་ལུ་སྤྲུལ་དགོས་པ་མ་ཟད་ ཟླ་ངོ་གསུམ་ནས་ལོ་གསུམ་ཚུན་  
བཙོན་ཁྲིམས་ཕོག་རྒྱ་དང་ བདག་པོ་ལ་སྐྱོད་ནས་ཚབ་མའམ་ རིན་བབས་སྐྱོད་ལུ་པ་ཡོད་ཚེ་ཚབ་མའམ་རིན་  
འབབ་གང་སྐྱོད་དེ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ རང་འཇགས་སྐྱོད་ཚབ་རིན་སྐྱོད་མི་དེ་ལ་ཐོབ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་  
ང་། ༢-༦ པར་ཁྲོད་།)

**གཡར་བའི་དངོས་པོ་སྐྱོད་སྐབས་འབྱོར་རྟགས་ལེན་དགོས་པ།**

ང་། ༥-༢༢ གཡར་བའི་བྱིན་པའི་ས་གནས་ཁང་ཁྱིམ་རྒྱ་ཆས་སེམས་ཅན་དངོས་པོ་སོགས་ སྐར་ལོ་ག་ལེན་  
སྐབས་ སྐར་གཡར་པོར་སྐྱོད་དུས་ཀྱི་འགན་རྒྱ་དང་འབྱོར་རྟགས་ཡོད་ཚེ་ དེ་ཉིད་འབྲེ་བལྟས་ཚང་བར་བསྐྱུས་ཉེ་  
ཆ་མེད་བཏང་རྒྱུའམ་ ཡང་ན་ གཡར་བའི་རྒྱ་ཆས་སེམས་ཅན་དེ་དང་ དེ་ཉིད་རང་འཇགས་བྱུང་བའི་འབྱོར་  
འཛིན་སྐྱོད་དགོས།

**འགན་རྒྱ་ཆ་མེད་བཏང་བྱུང་པའམ་ འབྱོར་རྟགས་སྐྱོད་པ་ནས་ཉོགས་བཤད་བྱ་མི་ཚོག་པ།**

ང་། ༥-༢༣ གཡར་བའི་དངོས་པོ་རྒྱ་ཆས་སེམས་ཅན་ས་ཆ་དང་ཁང་གི་མ་ལ་སོགས་པ་སྐར་ཚེས་ལེན་སྐབས་  
འགན་ཡིག་མེད་པ་མ་བཟོས་གོང་དུ་འཇམ་ ཡང་ན་ འཕྲོར་ཉེགས་མ་སློང་གོང་དུ་ སློན་ཡོད་མེད་དང་ ཟླ་ཚེས་  
རྒྱ་ལ་རྒྱ་སོགས་གང་རང་བཟོད་རུང་ བཟོད་ཚོགས་པ་མ་གཏོགས་ འགན་ཡིག་མེད་པ་བཟོས་གྲུབ་པ་ནས་སམ་  
འཕྲོར་འཛིན་སློང་གྲུབ་པ་ནས་ནི་གཡར་བའི་དངོས་པོ་ལ་སློན་ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱི་ཉེགས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མི་  
ཚོགས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ང་། ༢-༧ པར་བསྐྱར་བཅོས་དང་ཁ་སྐོང་།)

**གཡར་བའི་དངོས་པོ་མེད་པ་སོང་བའི་རིན་འབབ་ཀྱི་སློང་ཚེས་ཐང་།**

ང་། ༥-༢༤ གཡར་བའི་དངོས་པོ་སེངས་ཅན་དང་རྒྱ་ཆས་རིགས་མེད་པ་ཤོར་བའམ་ ཅུ་མེད་སོང་བའི་རྗེས་  
སུ་ ཚབ་མ་སློང་མ་གྲུབ་པའི་ཁར་ རིན་བབས་ཀྱང་དུས་སུ་མ་ཚུད་པར་ཞག་དུས་བཞག་དགོས་བྱུང་ན་ དེ་ནི་བྱ་  
ལོན་གྱི་གངས་སུ་བཅུ་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་ དེ་རིགས་ལ་ལོ་གཉིས་པ་ནས་མ་གཏོགས་སློང་ཚེས་རྒྱ་ལ་མི་ཚོགས་པ་ཡིན་  
བཞུག་ ལོ་གཅིག་མ་འཁོར་རིང་རིན་བབས་ངོ་བོ་དེ་རང་མ་གཏོགས་སློང་ཚེས་རྒྱ་ལ་མི་ཚོགས།

**གཡར་བ་པོ་མེད་བཤུལ་ གཡར་བའི་དངོས་པོ་སྐར་ལོག་སློང་ལུགས།**

ང་། ༥-༢༥ རྒྱ་ལོར་ཅ་ཆས་གཡར་བ་པོ་དེ་ཉིད་གྲོས་ཟུར་རམ་ ཚོ་བཙོན་ ཤི་བར་འགྱུར་ཚེ་ དེའི་མོད་ལ་དེ་  
དང་ཁེ་རྒྱད་གཅིག་པའི་མི་སུ་ཡིན་དེས་གཡར་བའི་དངོས་པོ་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་གཡར་པོ་བྱིན་མི་དེ་ལ་སྐར་  
ལོག་སློང་དགོས་ གཡར་པོར་བྱིན་མི་དེའམ་དེ་དང་ཁེ་རྒྱད་གཅིག་པའི་མི་སུ་ཡང་མེད་ན་ གཡར་བའི་རྒྱ་ཆས་  
ཐམས་ཅད་ཡུལ་གྱི་འགན་ཅན་ནམ་ཁྲིམས་ཁང་དུ་བསྐྱུལ་བའམ་སྟན་འབུལ་ཞུ་དགོས་ གལ་སྲིད་དེ་ལྟར་མ་བྱས་  
པར་ཟླ་བ་གསུམ་ལས་འགྲངས་ན་གཡར་བའི་དངོས་པོ་སེམས་ཅན་གང་ཡིན་དེའི་རིན་བབས་ལྟེང་ཀའི་ཆད་པ་  
དང་ ཅ་ལོར་ཚང་སློགས་ཚོ་བདག་གམ་ དེ་དང་ཁེ་རྒྱད་གཅིག་པའི་མི་དང་ དེ་མིན་ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་ལ་  
ཚེས་སློང་བྱ་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ང་། ༢-༥ པར་ཁ་སྐོང་།)

**གཡར་པོར་བྱིན་མི་མེད་བཤུལ་གཡར་བའི་རྒྱ་དངོས་སློང་ལུགས།**

ང་། ༥-༢༦ གཡར་བ་པོ་བྱིན་མི་དེ་ཉིད་གྲོས་ཟུར་རམ་ ཚོ་བཙོན་ ཤི་བར་འགྱུར་ཚེ་ ཤི་རྩལ་ཐོས་མ་ཐག་ཏུ་  
གཡར་བ་པོ་དེའི་གཡར་བའི་ རྒྱ་གང་དང་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་གཡར་པོ་བྱིན་མི་ ཚོ་འདས་དང་ཁེ་རྒྱད་གཅིག་  
པའི་ཉེ་ཚན་སུ་ཡིན་པ་དེ་ལ་སློང་དགོས་ དེ་ལྟར་གཡར་པོ་བྱིན་མི་དེ་དང་ཁེ་རྒྱད་གཅིག་པའི་མི་སུ་ཡང་མེད་ཚེ་  
གཡར་བའི་རྒྱ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཡུལ་གྱི་འགན་ཅན་ནམ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་བསྐྱུལ་བའམ་ སྟན་འབུལ་ཞུ་དགོས་  
དེ་ལྟར་གཡར་བའི་དངོས་པོ་བདག་པོ་ལའང་མ་སློང་པ་དང་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་འང་མ་བསྐྱུལ་བར་ཟླ་བ་གཅིག་ལས་  
འགྲངས་ན་ གཡར་བའི་དངོས་པོ་སེམས་ཅན་གང་ཡིན་ཐོབ་ལམ་ཅན་གྱི་ཚོ་བདག་ལའམ་ དེ་ཉིད་མེད་ཚེ་ ས་  
གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཚང་སློགས་སློང་དགོས་ཁར་ དངོས་པོ་དེའི་རིན་བབས་ལྟེང་ཀའི་ཉེས་བྱ་ཡང་གཡར་བ་  
པོ་དེ་ལ་ཐོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ང་། ༢-༩ པར་ཁ་སྐོང་།)

**གཡར་བ་པོའི་མི་ཚན་མེད་ཚེ་ ཁག་འབག་པས་སྒྲིབ་དགོས་པ།**

ངེ་ ༥-༢༧ གཡར་བ་པོས་ གཡར་བའི་དངོས་པོ་སྐར་མ་སྒྲིབ་པར་སྐོས་རྒྱུར་ཐལ་བའམ་ ཁྲིམས་སྲུ་ཚུད་པ་  
ཡང་ན་ ཤི་ཚད་དུ་གྱུར་ཅིང་ དེ་བར་འགན་ཡིག་གི་དུས་ཚད་ཚང་ན་ གཡར་བ་པོའི་མི་ཚན་སྲུ་ཡང་མེད་ཚེ་  
གཡར་བའི་སྐབས་ཀྱི་འགན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་ནང་ཁག་བག་པ་སྲུ་དང་སྲུའི་མིང་གསལ་ཚུད་པ་དེས་འགན་ཡིག་  
དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྒྲིབ་དགོས།

**ལེའུ་རྒྱག་པམ་-བཅོལ་མ་གཏམས་ལེན་བྱ་ཡུགས།**

**བཅོལ་མའི་ངོ་སྒྲིབ།**

ངེ་ ༦-༡ ས་གཞིས་དང་ རྒྱ་ཚོར་དངོས་པོ་ མི་དང་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པ་བསྐྱལ་ཅན་དང་ བསྐྱལ་མེད་ཀྱི་  
དངོས་པོ་གང་ཡང་ མི་གཞན་ལ་བཅོལ་ཏེ་བཏང་བའམ་ གཏམས་ཏེ་བཞག་དགོས་བྱུང་བའི་རིགས་ལ་བཅོལ་མ་  
ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན།

**བཅོལ་མ་གཏམས་ལེན་བྱས་འགན་རྒྱ་བཟོ་དགོས་པ།**

ངེ་ ༦-༢ ལོང་གསལ་ ངེ་ ༦-༡ པ་ལྟར་གྱི་བཅོལ་མའི་རིགས་གཞན་ལ་གཏམས་ཏེ་བཞག་དགོས་བྱུང་  
བའམ་ ཡང་ན་ བཅོལ་ཏེ་གཞན་དུ་བཏང་བ་ལ་སོགས་པ་གང་རང་བྱུང་རུང་ བཅོལ་གཏམ་བྱ་རྒྱུའི་དངོས་པོའི་  
རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཁ་གསལ་དང་ དུས་ཚོད་ནམ་ཚུན་བདག་ཉར་བྱ་དགོས་པ་དང་ རྗེས་སུ་ལ་སྒྲིབ་རྒྱ་  
བདག་ཉར་བྱས་པའི་སྐབས་རྒྱ་རྒྱུ་ཡིན་ རྒྱུས་སུ་མེད་པ་ཤོར་ན་དེའི་ཚབ་མའམ་ བཅོལ་སྐོས་གང་ལ་སོགས་  
དང་ རི་ལྟར་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཡུགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཚང་བའི་འགན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་བཟོ་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་  
ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ་ ༡-༢ པར་བསྐྱར་བཅོས།)

**བཅོལ་མའི་ཐོ་ཡིག་འཕྲོར་འཛོན་ཅ་ཕན་གཉེས་ཀའི་ལག་ཏུ་དགོས་པ།**

ངེ་ ༦-༣ དངོས་པོ་བཅོལ་གཏམ་བྱེད་པོ་དང་ བདག་ཉར་བྱེད་པོ་གཉེས་ཀའི་ལག་ཏུ་ཅ་དངོས་སྒྲིབ་ལེན་བྱས་  
པའི་འཕྲོར་རྣགས་ ཡིག་འཛོན་འདྲ་བའུས་གཉེས་བཟོས་ཏེ་ཕར་སྒྲིབ་ཚུར་ལེན་བྱ་དགོས།

**བཅོལ་མ་དབང་བཅོང་གིས་སྒྲིབ་ལེན་བྱ་མི་ཚོག་པ།**

ངེ་ ༦-༤ བཅོལ་མ་ལེན་འདོད་མེད་པའི་མི་ལ་དབང་བཅོང་གིས་སྒྲིབ་མི་ཚོག་ཅིང་ བཅོལ་འདོད་མེད་  
པའི་མི་ལས་དབང་བཅོང་གིས་ལེན་མི་ཚོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ་ ༡-༡ པ།)

**དབང་བཅོང་གིས་བཅོལ་ལེན་བཅིང་།**

ངེ ༤-༥ བཅོལ་མ་སྤོང་པ་པོ་ལ་ ལེན་པ་པོའི་འབྲོར་རྟགས་བཏོན་རྒྱ་མེད་ཚེ་ དབང་བཅོང་གིས་སྤོང་པའི་  
གངས་སུ་བཅིང་རྒྱ་དང་ ལེན་པ་པོ་ལ་སྤོང་པ་པོའི་ཡིག་འཛུགས་མེད་ཚེ་ དབང་བཅོང་གིས་ལེན་པའི་གངས་སུ་བཅིང་།

**དབང་བཅོང་གིས་སྤོང་ལེན་བྱས་པའི་བཅོལ་མའི་བྱ་གཞག**

ངེ ༤-༦ དབང་བཅོང་གིས་སྤོང་པའི་བཅོལ་མའི་རིགས་ ཕྱིས་སུ་ལེན་པ་པོས་མ་ལེན་ཟེར་ན་ ཅ་ཆས་དེ་  
ཉིད་སྐར་ལོག་མི་ཐོབ་ཅིང་ དེ་བཞིན་དུ་དབང་བཅོང་གིས་ལེན་པའི་ཅ་ཆས་ལ་ཕྱིས་སུ་དངོས་པོ་དེ་དང་དེ་ཡོད་  
ཅས་བརྗོད་ཚད་ཚང་བར་སྤོང་དགོས།

**འབྲོར་རྟགས་མེད་ཅིང་འཛོམས་དཔང་ཡང་མེད་པར་ སྤོང་ལེན་བྱས་པའི་བཅོལ་མའི་རིགས།**

ངེ ༤-༧ བཅོལ་གཏམས་སྤོང་ལེན་སྐབས་སུ་ འབྲོར་རྟགས་ཡིག་རིགས་བཟོས་པ་མེད་རུང་ རེག་གཏོགས་  
མེད་པའི་མི་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་གཏམ་ཁ་ཕྲང་སྟེ་ བཅོལ་བའི་ར་ཁུངས་བསྐྱལ་རྒྱ་འདུག་ཚེ་ དེ་ལ་  
ཆ་འཛོག་བྱ་དགོས་ འབྲོར་རྟགས་མེད་ཅིང་གཏམ་ཁ་ཕྲང་མི་ཡང་མེད་ཚེ་ བཅོལ་མ་སྤོང་ལེན་བྱས་པའི་  
གངས་སུ་བཅིང་། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༩ པ།)

**འཛོམས་དཔང་ཡོད་པའི་བཅོལ་མའི་ཐོབ་ལམ་དང་ཉམ་བཅོང་གི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༤-༨ རེག་གཏོགས་མེད་པའི་འཛོམས་དཔང་ནས་ ར་ཁུངས་བདག་པོར་བསྐྱལ་རྒྱ་ཡོད་ཚེ་ དབང་བཅོང་  
གིས་འབྲོག་པ་འམ་ དབང་བཅོང་གིས་བཅོལ་བཞག་པའི་ཅ་ཆས་ཡིན་རུང་ རང་སའི་ཅ་ཆས་ངོ་མ་རང་སོར་  
སྤོང་ལེན་བྱ་རྒྱ་མ་གཏོགས་ ཅ་ཆས་ངོ་མ་དེ་ལ་ཉེས་སྤོང་དང་ མེད་པ་བཏང་བ་སོགས་བྱུང་རུང་ དེའི་བཅོལ་  
ཁ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གང་ཡང་མི་སོག་སྟེ་ དེ་ལྟར་རེག་གཏོགས་མེད་པའི་འཛོམས་དཔང་བཏོན་རྒྱ་ཡོད་ཚེ་  
ལེན་པ་པོས་མ་ལེན་ཟེར་བ་དང་བཅོལ་བ་པོས་ཐེབས་ཡོད་ལུགས་བཤད་པའི་ཉེས་བྱ་ནི་ཉམ་བཤད་མགོ་སྐོར་གྱི་  
ཉེས་ཆད་ཁྲིམས་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཉེ་སོག་ །

**བཟུམས་ཉེ་བཞག་པའི་བཅོལ་མའི་སྤོང་ལེན་བྱ་བཅོང་།**

ངེ ༤-༩ བཅོལ་མ་ལེན་བཞག་པ་འམ་ བཅོལ་ཉེ་བཏང་བའི་ཅ་ཆས་ལ་ བཅོལ་བའི་སྐར་རྟེན་ཡོད་རུང་ མེད་  
རུང་ ཅ་ཆས་དེ་ལ་ཐེབས་པ་ ཡང་ན་ རྗེ་མིག་རྒྱབ་པ་སོགས་ཡིན་ཚེ་ དེ་ནི་བྱ་ཁ་སྐྱས་ཁ་སོག་པ་སོགས་གང་  
རང་བྱུང་རུང་རྗེས་སུ་ཐེབས་དང་ རྗེ་མིག་དེ་རང་སྤོང་མེད་ཅིས་སྤོང་རྒྱ་མ་གཏོགས་ དེའི་རྒྱུ་འབྲས་བཅོལ་མ་  
ཉམ་བཤད་ལ་མི་སོག་ །(སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༩ པར་བསྐྱར་བཅོལ།)

**བཟུམས་ཉེ་བཞག་པའི་བཅོལ་མ་ལ་གཞོན་པ་བཀལ་བའི་ཉེས་བྱ།**



**བཙུགས་མའི་རྒྱ་ནུབ་སེམས་ཅན་གྱི་བཀོལ་སྤྱོད་དང་ ཉམ་སྤྱོད་ཅིན་རྒྱུ་ཐང་།**

ངེ ༤-༡༥ བཙུགས་མའི་གཏམས་པའི་རྒྱ་ཆས་སེམས་ཅན་སོགས་ བདག་པོའི་ལས་གནང་བ་མེད་པར་ཉམ་སྤྱོད་པོས་ བཀོལ་སྤྱོད་བྱ་མི་ཚོག་ གལ་སྲིད་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་དེ་མེད་པ་ཤོར་བ་སོགས་བྱུང་ཚེ་ སྤར་བཙུགས་མ་ལེན་སྐབས་ གྱི་གནས་སྤངས་དང་འདྲ་བའི་ཚབ་མའམ་ བཙུགས་མའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཉེད་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པོ་དེ་ལ་ཕོག་ཅིང་ དེ་ལ་ གཏམས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་སྤོང་བ་མེད་ཚེ་ གཏམས་པ་པོ་ནས་སྤྱོད་དང་ བཀོལ་བ་པོ་ནས་བཀོལ་སྤྱོད་ སོགས་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀ་ནས་ཅིན་རྒྱུ་ཐང་། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༧ པར་ཁྲོད་།)

**བཙུགས་མའི་རྒྱ་དངོས་སེམས་ཅན་མེད་པ་ཤོར་བའི་རྒྱུ་གསོ་ཕོག་ལམ།**

ངེ ༤-༡༦ བཙུགས་མའི་རྒྱ་དངོས་སེམས་ཅན་གཏམས་པ་པོ་ལས་བཀོལ་སྤྱོད་ཚོག་པའི་གནང་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ ཚེ་མེད་པ་ཤོར་བའི་ཚབ་མ་དང་བཙུགས་མའི་སྤྱོད་ལ་ཕོག་རྒྱ་ཡིན་མིན་འགན་ཡིག་ནང་ཁ་གསལ་ཚུད་ན་མ་ གཏོགས་ དེ་མིན་མེད་པ་ཤོར་བའི་ཚབ་མ་དང་བཙུགས་མའི་སྤྱོད་ལ་གང་ཡང་གཏམས་པོ་དང་ ཉམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལའང་ ཕོག་ །

**བཟུམས་ཏེ་བཞག་པའི་ཅ་ལ་བརྒྱུ་སྤོར་ཤོར་བའི་རྒྱུ་གསོ།**

ངེ ༤-༡༧ (ཀ) ཉམ་སྤྱོད་པོ་ནས་ནང་དུ་གང་ཡོད་མ་ཤེས་པའི་བཙུགས་མའི་ཅ་ལ་ཞིག་ལ་བེད་འཇམ་ རྒྱ་ལེག་ རྒྱུ་བཞག་པའི་རིགས་ཉམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་བརྒྱུ་སྤོར་ཤོར་བ་ དེ་ལྟར་བརྒྱུ་སྤོར་ཤོར་བ་དེས་བདེན་གྱི་ར་ཁྲུངས་ བདག་པོར་འཛོན་ཚེ་ ཉམ་སྤྱོད་པོ་དེ་ལས་གང་ཡང་མི་བོལ།

(ཁ) བཙུགས་མའི་རིགས་ཉམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་བརྒྱུ་སྤོར་ཤོར་བ་དེས་བདེན་གྱི་ར་ཁྲུངས་གང་ ཡང་ཐོན་མ་ལུབ་ཚེ་ སྤོང་མམ་ གཞེབ་ རྒྱན་སྤྱི་བཅས་བཟུམས་ཏེ་བཞག་པའི་ཅ་ལ་ཡིན་ཚེ་སྤོང་དང་ གཞེབ་ རྒྱན་སྤྱི་བཅས་པ་གང་ཡང་ དེ་དེ་ལ་རྒྱུ་གསོའི་འཇམ་དུལ་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་བརྒྱུ་སྤོར་ཤོར་བ་གཏོགས་ དེ་ལས་ རྒྱུ་པའི་ནང་གི་ཅ་དངོས་དེ་དང་དེ་ཡོད་སོགས་ཀྱི་རིན་གོང་ཅིན་ཏེ་ཡིན་མི་ཚོག་ །

(ག) བཙུགས་མའི་རིགས་ཉམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་བརྒྱུ་སྤོར་ཤོར་བ་དེས་བདེན་གྱི་ར་ཁྲུངས་བཏོན་མ་ལུབ་ཚེ་ སྤོང་ གཞེབ་རྒྱན་སྤྱི་བཅས་སོགས་གཞན་ལ་བཟུམས་ཏེ་བཞག་པའི་ཅ་ལ་ཡིན་ཚེ་ དེ་ལྟར་བཟུམས་སྐབས་ ནང་དུ་ གང་ཡོད་རིག་གཏོགས་མེད་པའི་འཛོན་སྤྱོད་དང་ མི་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་ཁྲུངས་གསལ་བསྐྱུལ་རྒྱུ་ འདུག་ཚེ་ དེ་རིགས་ལ་སྤོང་ལེན་བྱེད་སྐབས་ ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱ་ཡོད་ཚེ་ཚང་འགྲིགས་དང་ འགན་རྒྱ་ཡིག་ རིགས་མེད་ཚེ་ དངོས་པོ་དེའི་ལུང་ཀ་གཏམས་པ་པོ་ལ་སྤོང་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༩ པ།)

**བཙུག་མའི་སེམས་ཅན་བག་མེད་རྒྱུན་གྱིས་ཤི་བའི་རྒྱུད་གསོ།**

ངེ ༤-༡༥ བཙུག་མའི་གཏམས་པའི་རྟོག་སེམས་ཅན་སོགས་ ཉར་ས་ལས་ཤི་སོང་བའམ་ གཅན་གཟན་གྱིས་བསད་པ་སོགས་བག་མེད་རྒྱུན་གྱིས་ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བ་ཡིན་ཚེ་ ཉར་བ་པོས་བཀོལ་སྤྱོད་དང་ གཞོན་ཚེ་གང་ཡང་བྱེད་པ་མེད་པའི་ར་ཁྲངས་དག་གསལ་ཐོན་ཚེ་ བཟའ་སྤྱོད་རུང་བའི་སེམས་ཅན་ཡིན་ཚེ་ ཤ་རུས་སྐྱུགས་གསུམ་ཇི་ཡོད་དེ་རང་བདག་པོར་ཐོབ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ གཞན་ཉོགས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༡༠ པར་ཁྲོད་།)

**མ་བསྐྱམས་པར་སྤྱོད་པའི་བཙུག་མའི་རྒྱུད་འབྲུག།**

ངེ ༤-༡༩ བཙུག་མའི་ཅ་ཆས་བསྐྱམས་ཤིང་བྱེད་ཅན་མིན་པ་བསེལ་བྱུང་སྤྱོད་པའམ་ རྟོག་སེམས་ཅན་སོགས་བརྒྱུ་སྤྱོད་ཤོར་དུས་ བརྒྱུ་སྤྱོད་ཤོར་བ་དེས་བདེན་གྱི་ར་ཁྲངས་ཐོན་ཚེ་ ཚབ་མ་གང་ཡང་མི་པོག་སྟེ་ར་ཁྲངས་བསྐྱུ་རྒྱ་མེད་ཚེ་ འགན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་ཡོད་ན་ཚང་འགྲིགས་དང་ འགན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་དང་འབྲུར་རྟགས་སོགས་མེད་ཚེ་ དངོས་པོ་དེའི་སྤྱོད་ཀ་སྤྱོད་དགོས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༡༡ པ་དང་ ༡-༡༢ པར་བསྐྱར་བཙུགས།)

**བཙུག་མའི་རྒྱན་པོ་ངོས་འཛིན་བྱུང་བའི་བྱ་གནད།**

ངེ ༤-༢༠ བཙུག་མའི་རྟོག་སེམས་ཅན་ཉར་བ་པོས་བརྒྱུ་སྤྱོད་ཤོར་ཤོར་ཏེ་ རྒྱན་པོ་དེ་ཡང་ངོས་འཛིན་བྱུང་ཚེ་ ཉར་བ་པོ་དེ་ལ་ཉོགས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོག་སྟེ་ རྒྱན་པོ་ངོས་འཛིན་བྱ་མ་ཐུབ་ཚུན་གྱི་ཟད་འགྲ་ཉར་བ་པོ་དང་ བཙུག་མའི་བདག་པོ་མཐུན་མོང་དུ་པོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༡༣ པར་ཁྲོད་།)

**བཙུག་མའི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་འབྱུང་བའི་འཛིག་པའི་རྒྱུད་གསོ།**

ངེ ༤-༢༡ བཙུག་མ་ཉར་སའི་ཁྲིམ་དེ་ མེ་རྒྱུན་རྒྱུན་སགས་རང་བཞིན་འབྱུང་བའི་གཞོན་པས་ བཙུག་མའི་རྒྱུ་དངོས་སེམས་ཅན་སོགས་ཐམས་ཅད་ར་མེད་ཐལ་ན་ བཙུག་མ་ཉར་བ་པོ་དེ་ལ་ གཏམས་པ་པོ་ནས་ཉོགས་བཤད་སྤྱ་ཅམ་ཡང་བྱ་མི་ཚོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༡༤ པ།)

**རང་བཞིན་འབྱུང་བའི་གཞོན་པ་འབྱུང་རུང་བཙུག་མའི་ཅ་ཆས་གང་ཡོད་སྤྱོད་དགོས་པ།**

ངེ ༤-༢༢ གལ་སྲིད་ཁྲིམས་དོན་ངེ ༤-༢༡ པ་ལྟར་བཙུག་མའི་ཁྲིམ་ལ་འབྱུང་བའི་གཞོན་པ་བྱུང་རུང་ རང་གི་ཅ་ཆས་སོགས་གཞོན་རྒྱུན་ཤོར་དང་མ་ཤོར་ཇི་ལྟར་ཡང་ བཙུག་མའི་ཅ་ཆས་དེ་རང་ཁ་ཚང་ཡོད་ཚེ་ དེ་རང་ཚང་འགྲིགས་སྤྱོད་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ རྒྱུན་ལ་བསྟེད་དེ་ཉར་བ་པོ་ནས་གཏམས་པ་པོ་ལ་ཉོགས་བཤད་བྱ་མི་ཚོག།

བཅོལ་ཉེ་བཏང་བའི་ཅ་ཆས་ལ་ ཟླ་བརྒྱ་ཡོད་མེད་དང་འབྱོར་འཛིན་ཡོད་མེད་ལ་བརྟེན་པའི་རྒྱུ་འབྲས་སོགས་  
ཐང་།

ངེ་ ༤-༢༩ (༧) རོས་ཟླ་སོགས་རྒྱུ་འབྲས་ལེན་ཅིང་བཅོལ་ཉེ་བཏང་བའི་ཅ་ཆས་སེམས་ཅན་གང་ཞིག་ ལམ་  
བར་ནས་བརྒྱུ་སྐྱོད་ལུགས་ན་ ལྷན་སྦྲེན་སྐབས་ཀྱི་ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱུའི་འབྱོར་རྟེན་སྦྲེན་རྒྱུ་མེད་ཅུང་ ཚབ་  
མ་རང་འབྲིགས་དང་ མེད་པ་ཤོར་ཅུང་དེའི་རྒྱུ་འབྲས་བཅོལ་མ་ལེན་པ་པོ་ལ་སོགས།

(ཁ) གལ་སྲིད་ཟླ་བརྒྱ་ལེན་པ་མེད་ཅུང་ འབྱོར་རྟེན་སྦྲེན་དང་ འགན་རྒྱུ་ཡིག་རིགས་སོགས་ཡོད་ཆེ་ བརྒྱུ་  
སྦྲེན་ཤོར་བ་དེས་བདེན་གྱི་ར་ཁུངས་ཐོན་ན་གང་ཡང་སྦྲེན་མི་དགོས་པ་མ་གཏོགས་ བརྒྱུ་སྦྲེན་ཤོར་བ་དེས་  
བདེན་གྱི་ར་ཁུངས་མ་ཐོན་ན་ཚབ་མ་ཐོབ་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་མེད་པ་ཤོར་ཅུང་རི་ཅམ་མ་ཤོར་བའི་རྣམས་ལུས་སམ་  
སྦྲེན་སོགས་པའི་ཅ་ཆས་དོ་མ་དེ་རང་སྦྲེན་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ གཞན་ཉོགས་བཤད་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོགས།

(ག) འབྱོར་རྟེན་སྦྲེན་ཀྱང་མེད་ཅིང་ ཟླ་བརྒྱ་ཡང་མ་སྦྲེན་པར་བཅོལ་ཉེ་བཏང་བའི་ཅ་ཆས་ཞིག་ལམ་བར་བརྒྱུ་  
སྦྲེན་ལུགས་ན་ ལྷན་སྦྲེན་སྐབས་སུ་རེག་གཏོགས་མེད་པའི་འཛོལ་སྤྲོད་པའི་མི་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་  
རོས་ལེན་བྱུང་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མེན་ཚབ་མ་སོགས་དང་མེད་པ་ཤོར་བའི་རྒྱུ་འབྲས་སོགས་གང་ཡང་མི་ཐོབ།

**ལོ་ན་མ་སྦྲེན་པ་དང་ ན་ཀན་བྲན་པའི་རང་འཚོ་མ་ཟེན་པའི་རིགས་ བཅོལ་གཏམས་བྱ་ལུགས།**

ངེ་ ༤-༣༠ རོས་སེམས་ཅན་ནམ་ བྱ་ཆ་ བྱ་མོ་ སོ་ལོ་བཅོ་བརྒྱུད་དང་ མོ་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་མན་ཆད་ཅན་དང་  
ཡང་ན་ མི་ཀན་རང་ལོ་ལྷག་རྒྱ་ཡན་ཆད་ཅན་གྱི་རིགས་སམ་ ཡང་ན་ དྲན་པ་རང་འཚོ་མ་ཟེན་པར་མགོ་མ་  
ཐོན་པའི་རིགས་བཅོལ་ཉེ་བཏང་བའམ་ བཅོལ་གཏམས་བྱས་ཉེ་བཞག་པའི་རྗེས་སུ་ན་ཆ་ཤི་ཆད་སོགས་པ་རྒྱུན་  
རན་འབྱུང་ན་ བཅོལ་མ་སྦྲེན་པ་པོ་མ་འབྱོར་གྱི་བར་དུ་ སྤྲན་བཅོལ་རིམ་འགྲོ་གང་ལྷག་བཅོལ་མ་ལེན་པ་པོས་  
བྱ་དགོས་ཤིང་ ད ལ་ཟད་སོང་དེས་ཉིག་གང་གནས་རེག་གཏོགས་མེད་པའི་འཛོལ་སྤྲོད་པའི་ནས་ཆ་བཞག་གང་  
བྱུང་དེ་དག་རྗེས་སུ་རྩ་བོ་འོ་ལས་ཐོབ།

**བཅོལ་མའི་དངོས་པོ་སེམས་ཅན་སོགས་བརྒྱུ་སྦྲེན་ལུགས་སྐྱེ་བྱ་ལུགས།**

ངེ་ ༤-༣༡ (༧) བཅོལ་མ་ལེན་པའི་མེད་དང་ སེམས་ཅན་སོགས་བརྒྱུ་སྦྲེན་ལུགས་ན་ ལུགས་པའི་འཕྲོད་  
ནས་ལམ་བར་འགོར་ཡུན་མ་རྩེས་པའི་འགྲུངས་ཤོས་རྒྱ་ཚོད་ ༢༠ རི་ནང་འཁོད་ཐག་ཉེའི་ཁྲིམས་ཁང་རམ་  
ཁྲིམས་སྤྱང་འགག་པ་ ཡུལ་མི་འགན་ཅན་ བཅོལ་མ་སྦྲེན་པའི་རྩ་བོ་དེ་ལ་བཅས་ བརྒྱ་འཕྲིན་གཏོང་དགོས་  
ཤིང་ བཅོལ་མ་ལེན་པ་པོས་ཀྱང་གང་ལྷག་གི་འཚོལ་ཞིབ་བྱ་དགོས་ གང་ལྟར་ཡང་བཅོལ་མ་སྦྲེན་པའི་རྩ་བོ་ལ་  
བརྒྱ་འཕྲིན་འཕྲོད་པའི་ཉོན་ལས་ བཅོལ་མ་ལེན་པ་པོར་ཉོན་ལ་མེད།



(ཁ) བཙེན་མ་ལེན་པའི་མེད་པ་སེམས་ཅན་སོགས་བརྒྱུ་སྤྱོད་ལུགས་སྐབས་ གོང་གསལ་ཁྲིམས་དོན་ཨང་  
༤-༢༥(༧) པའི་ནང་དོན་བཞིན་མ་བྱས་ཆེ་ བརྒྱུ་སྤྱོད་ལུགས་པའི་མེད་པ་སེམས་ཅན་འཚོལ་མ་ཐོབ་ཚུན་  
ཁྱི་ཟད་སོང་བཙེན་མ་ལེན་པ་པོ་ལ་ཕོག་པ་མ་ཟད་ གལ་སྲིད་འཚོལ་མ་ཐོབ་ཆེ་ མེད་ལས་ཡིན་ན་མེད་པས་ད་ཀྱི་  
ཉེས་བྱ་ཕྱེད་ཀ་དང་ རྣམ་སེམས་ཅན་ཡིན་ཆེ་དེའི་རིན་བབས་ཕྱེད་ཀའི་རྒྱུ་འབྲས་སྤྱོད་དགོས།

**གཤམ་བཙེན་ཏེ་བཏང་སྐབས་བདག་པོའི་འདེད་གཡོག་པ་ཡོད་ན་རྒྱུ་འབྲས་མེ་ཐོབ།**

ངེ ༤-༢༦ (༧) གཤམ་རིལ་སོགས་པ་བཙེན་ཏེ་བཏང་སྐབས་ གཤམ་རིལ་མཉམ་དུ་འདེད་གཡོག་པ་བཏང་བ་  
ཡོད་ན་ བཙེན་བའི་དངོས་པོ་ལ་བརྒྱུ་སྤྱོད་དང་ཉེས་སྤྱོད་ལུགས་རུང་ བཙེན་མ་ལེན་པ་པར་གྱུར་རྒྱུ་མེ་ཐོབ།

(ཁ) གཤམ་རིལ་འདེད་གཡོག་པ་མེད་པར་གཞན་ལ་བཙེན་ཏེ་བཏང་བ་ཡིན་ན་ དེ་ལ་ཉེས་སྤྱོད་ལུགས་ཆེ་ གཤམ་  
རིལ་གོང་བ་པོས་འགལ་འཛོལ་གྱི་གནས་བྱུང་བའི་གནོད་པས་ཉེས་སྤྱོད་ལུགས་པ་མ་ཟད་ རང་བཞིན་ཉེས་སྤྱོད་  
ཤོར་རུང་ འགན་རྒྱུ་ཁ་གསལ་བཟོས་པ་མེད་ཆེ་ དེའི་རྒྱུ་འབྲས་བཙེན་མ་སྤྱོད་ལེན་བྱེད་པོ་གཉིས་ཐུན་མོང་དུ་  
ཐོབ།

**བརྒྱུ་སྤྱོད་པའི་ཅ་ཆས་བཙེན་མ་ལེན་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༤-༢༧ བཙེན་མ་ལེན་པ་པོ་ལ་གཏམས་པ་པོའི་ཡིག་འཛིན་བཏོན་རྒྱ་མེད་ཆེ་ བཙེན་མ་དེ་ཉིད་རྒྱུ་མའི་  
ཅ་ཆས་ཡིན་ཆེ་ གཏམས་པ་པོས་གཏམས་པའི་དངོས་ལེན་མ་བྱས་ན་ དེག་གཏོགས་མེད་པའི་འཛོམས་དཔང་མེ་  
གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་ གཏམས་པ་བདེན་ལུགས་ཀྱི་རང་ཁ་བཤད་མེ་ཡང་མེད་ཆེ་ ཅ་དངོས་དེ་ཉིད་  
བདག་པོ་ལ་སྤྱོད་དགོས་ཁར་ རིན་བབས་གང་གནས་ཀྱི་ཕྱེད་ཀ་ཉེས་བྱ་བཙེན་མ་ལེན་པ་པོ་ལ་ཕོག།

**བཙེན་མ་སྤྱོད་ལོག་སྤྱོད་སྐབས་འབྱོར་འཛིན་ལེན་དགོས་པ།**

ངེ ༤-༢༨ བཙེན་མའི་རིགས་སྤྱོད་ལོག་སྤྱོད་པའི་སྐབས་སུ་ སྤྱོད་བཟོས་ཏེ་ཡོད་པའི་འབྱོར་རྟགས་ངོ་པོ་  
བཏོན་རྒྱ་མེད་པའམ་ ཡང་ན་ སྤྱོད་ལོག་བཟོས་པ་མེད་པའི་བཙེན་མ་ཞིག་ སྤྱོད་ལོག་སྤྱོད་དགོས་ཐོན་སྐབས་  
བཙེན་མ་མ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་རང་དག་ཅི་མེད་འབྱོར་བའི་འབྱོར་འཛིན་ཞིག་ལེན་དགོས་ དེ་མེན་རིག་གཏོགས་  
མེད་པའི་མེ་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བ་ཞིག་ འཛོམས་དཔང་བཞག་སྤྱོད་དགོས།

**བཙེན་མའི་རིགས་གཏམས་པ་པོ་སྤྱོད་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༤-༢༩ བཙེན་མའི་རིགས་སྤྱོད་ལོག་སྤྱོད་པའི་ཉེས་བྱ་རྒྱ་མེད་ལུགས་པའི་མེན་གཏམ་པ་པོ་མེད་  
རྟགས་ལག་བྲིས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་འབྲུལ་མེད་པར་སྤྱོད་པའི་ཉེས་བྱ་མེ་ཐོབ། (སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༥  
པ།)

**བཙུག་མའི་དངོས་པོར་ཉེས་སྦྱོན་མ་ལུགས་རུང་ མ་སྦྱོང་པར་བཞག་པའི་བྱ་གཞག་དང་ཉེས་ཆད།**

ངེ ༤-༣༠ རང་བཞེན་གྱིས་གནོད་པ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་ལས་ བཙུག་མའི་རྒྱུ་དངོས་ལ་གནོད་རྒྱུ་མ་ཤོར་རུང་  
ཤོར་སོང་བེད་ཏེ་ སྦྱོང་མ་བརྟུབ་པར་བཞག་པའི་རྗེས་སུ་ཡང་ བཙུག་མའི་རྒྱུ་དངོས་གང་ཞིག་ཉར་པོ་  
དེ་ཡིས་ རྩོམ་བཟང་ཤོར་སོང་བེད་ཏེ་སྦྱར་ལོག་གི་རྒྱུ་མ་བརྟུབ་པར་ ཚབ་མ་སྦྱོང་བྱུང་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ རྗེས་  
སུ་ཅ་ཆས་དེ་རིགས་ལས་སྦྱེ་ཅམ་དང་ ཟུར་ཅམ་ཞིག་ཉར་པོ་དེ་ལས་ཐོན་བྱུང་བའམ་ གཞན་ལ་བཙོང་བའམ་  
བྱིན་པའི་ར་ཁྲུངས་ཐོན་ཚེ་ཉར་པོ་དེ་ལས་ཅ་ཆས་ཉིད་པོའི་རིན་བབས་ གཏམས་པ་པོ་ལ་སྦྱོང་པ་ས་ ཉེས་བྱ་  
ཡང་དེ་དང་འབྲེལ་བའམ་མེད་ བཙོན་དུ་རྒྱ་དོ་གསུམ་ནས་ལོ་གསུམ་ཚུན་ སྦྱར་ཚབ་མ་སྦྱོང་པའི་ཅ་ཆས་སྦྱར་  
ལོག་ཉར་པོ་དེ་ལ་ཐོབ། (སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༡༥ པར་བསྐྱར་བཙུག་དང་ཁ་སྐོང་།)

**བཙུག་མ་ལེན་གྱུ་བ་པའམ་འཕྲོར་ཉེས་སྦྱོང་གྱུ་བ་པ་ནས་ ཉེས་བཤད་བྱ་མི་ཚོག་པ།**

ངེ ༤-༣༡ བཙུག་མའི་རྒྱུ་ལོར་སྦྱར་ལོག་ལེན་སྐབས་ ལེན་ས་དེ་ཉིད་ལ་སྦྱོན་ཡོད་མེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཅི་ཡང་མ་  
བྱུང་ཚེ་ བྱིས་ཀྱི་སྦྱོར་བཟང་ཏེ་ བཙུག་མ་ཕྱིར་བཏོན་བྱིན་པའི་རྗེས་སུ་ བཙུག་མ་སྦྱར་ལོག་ལེན་ལུགས་ཀྱི་  
ཉེས་བཤད་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་བྱ་མི་ཚོག། (སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༡༥ པར་ཁ་སྐོང་།)

**བཙུག་མའི་རྒྱུ་དངོས་ལ་གཞུང་ནས་ཞིབ་བཅད་སྐབས་མ་སྦྱོང་པར་བཞག་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༤-༣༢ རྒྱུ་ལོར་ཅ་ཆས་སེམས་ཅན་སོགས་བཙུག་མར་གཏམས་ཏེ་བཞག་པའི་མཐར་ གཞུང་འམ་  
ཁྲིམས་ཁང་ནས་བཙུག་མའི་རྒྱུ་ཆས་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་ ཞིབ་བཅད་དཔྱད་པའི་གནད་དོན་གར་ན་ ཉར་པོ་  
དེས་བཙུག་མའི་རྒྱུ་ཆས་དེ་དང་ དེ་ཡོད་ཁ་གསལ་ལ་ལུ་དཔྱད་པ་ གལ་སྲིད་སྦྱགས་བྱེད་དེ་བཞག་ན་ དེ་ལ་ཉེས་བྱ་  
གཏམས་པའི་ཅ་ཆས་དང་ སེམས་ཅན་གང་ཡིན་དེའི་རིན་བབས་ཕྱིད་ཀ་ནས་ཉིད་པོར་ཚུན་གྱི་ཉེས་བྱ་ཕོག  
།(སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༡༧ པ།)

**བརྒྱུས་པའི་རྒྱུ་ཆས་ཤེས་བཞེན་བཙུག་མར་ལེན་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༤-༣༣ ལུ་ཞིག་ནས་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་བྱ་བ་བཞུགས་ཏེ་ཐོབ་པའམ་ གཞན་ལས་བརྒྱུས་ཏེ་ཐོབ་པའི་རྒྱུ་ལོར་  
ཅ་ཆས་རྣམས་བཙུག་མར་གཏམས་པ་བྱུང་ན་ དེ་སོགས་ཉར་པོ་ནས་ཉར་སའི་བྱིས་དུ་མ་ལེན་པའི་གོང་དུ་འམ་  
ལེན་གྱུ་བ་པའི་རྗེས་སུ་བཙུག་མའི་རྒྱུ་ལོར་མ་དེ་སོགས་བརྒྱུས་པའི་རྒྱུ་ལོར་ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་བྱ་བ་བཞུགས་པའི་རྒྱུ་ཡིན་  
ལུགས་ཤེས་པའི་སེམས་དོགས་བྱུང་ཚེ་ དེ་མོད་ནས་ཁྲིམས་ཁང་འམ་ ཡུལ་མི་འགན་ཅན་ལ་དེ་ལུགས་ལུ་  
དཔྱད་ དེ་སྦྱར་མ་ལུ་ཚེ་ རྗེས་སུ་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་བྱ་བ་བརྒྱུས་ཏེ་ཉེས་བྱ་གང་ཕོག་དེའི་ཕྱིད་ཀ་ནས་ཉིད་པོ་  
ཚུན་གྱི་བཙོན་དང་ཆད་པ་ཕོག། (སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༡༥ པར་ཁ་སྐོང་།)

**གཏམས་པ་པོ་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་བཅོལ་མ་སྤྲོད་ལུགས།**

ངེ ༤-༢༤ བཅོལ་མ་གཏམས་པ་པོ་དེ་ཉིད་ཤི་བར་གྱུར་ཚེ་ ཤི་ཚུལ་ཐོས་མ་ཐག་ཏུ་ཉར་པོ་དེའི་བཅོལ་མ་གང་དང་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་གཏམས་པ་པོ་ཚེ་འདས་དེ་དང་ ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་ཉེ་ཚན་སུ་ཡོད་དེ་ལ་སྤྲོད་དགོས་ དེ་ལྟར་གཏམས་པ་པོ་ཚེ་འདས་དེ་དང་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མི་ཞིག་མེད་ཚེ་ བཅོལ་མ་གང་དང་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་ཡུལ་མི་འགན་ཅན་ནམ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་བསྐྱུལ་དགོས་པ་བཞིན་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཁྲིམས་དོན་དང་བསྟན་ཅིང་ཐོབ་ལམ་ཅན་གྱི་རིགས་ལ་སྤྲོད་དགོས་ དེ་ལྟར་བཅོལ་མའི་དངོས་པོ་བདག་པོ་ལ་མ་སྤྲོད་པའམ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་མ་བསྐྱུལ་བར་ཟླ་འོ་གཅིག་ལས་འགྲུངས་ན་ བཅོལ་མའི་དངོས་པོ་འམ་ སེམས་ཅན་གང་ཡིན་དེའི་རིན་བབས་ཕྱེད་ཀའི་ཆད་པ་ཕོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༡༩ བ།)

**ཉར་བ་པོ་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་བཅོལ་མའི་དངོས་པོ་སྤྲོད་ལུགས།**

ངེ ༤-༢༥ བཅོལ་མ་ཉར་བ་པོ་དེ་ཉིད་ཤི་བར་གྱུར་ཚེ་ འདས་པོ་དང་ཁེ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མིའམ་ འདས་པོའི་རྗེས་མཇུག་བསྐྱེལ་སུ་ཡིན་དེས་བཅོལ་མ་ཡོད་པ་ཤེས་ན་ བཅོལ་མ་གང་དང་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་གཏམས་པ་པོ་དེ་ལ་སྤྲོད་དགོས། བཅོལ་མ་གཏམས་པ་པོ་དེ་ཉིད་འདིར་མེད་ཚེ་ བཅོལ་མ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཡུལ་མིའི་འགན་ཅན་ནམ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་བསྐྱུལ་ཞིང་བཞག་དགོས་ཤེས་བཞིན་དུ་ བཅོལ་མ་དེ་ཉིད་བདག་པོ་ལ་ཡང་མ་སྤྲོད་པའམ་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་ཡང་མ་བསྐྱུལ་བར་ ཟླ་འོ་གསུམ་ལས་འགྲུངས་ན་བཅོལ་མའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་དེའི་རིན་བབས་ཕྱེད་ཀ་ཆད་པ་ཕོག། (སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོའི་ཁྲིམས་གཞུང་ ངེ ༡-༢༠ བ།)

**བཅོལ་བའི་ཁྲིམ་ལ་བདག་འཛིན་མ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༤-༢༦ ཁྲིམ་ཞིག་བཅོལ་ཏེ་བཞག་པའི་རྗེས་སུ་ བདག་འཛིན་བྱ་སྤྱོད་སྐོར་འགན་རྒྱ་ཁ་གསལ་བཟོས་པ་ཡོད་ན་བརྗོད་མེད་དང་ དེ་མིན་ཁྲིམ་མེས་འཛིན་པའམ་ ཁྲིམ་གྱི་ཅ་ཆས་ལ་རྒྱུན་མ་སོགས་བྱུང་ཚེ་ དེ་མོད་གང་མཁྱོགས་ཁྲིམ་མཆོས་དང་ འགག་པ་སོགས་ལ་ལྷུས་ཏེ་ ཉེས་སྤྲོད་ལས་སྤྲོ་བས་ཐབས་མ་བྱས་པར་རང་དགར་བཞག་ཚེ་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་བབས་སྐོས་ཀྱིས་ཉེས་བྱ་དངུལ་ཀྲམ་ཆེག་སྤོང་ཚུན་ཕོག།

**གཞིས་དང་ལོ་ཐོག་བཞུ་སྤྲོད་མ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༤-༢༧ གཞིས་དང་ལོ་ཐོག་ཅན་གྱི་ས་ཞིང་ ལྷམ་ར་ལ་སོགས་པ་བཅོལ་ཏེ་བཞག་ན་ དེའི་བཞུ་སྤྲོད་བྱ་རྒྱས་སོགས་ འགན་རྒྱ་ཁ་གསལ་བཟོས་པ་ཡོད་ན་དེ་དང་འབྲེལ་རྒྱ་དང་ དེ་མིན་བཅོལ་བའི་ས་ཞིང་ལྷམ་རས་སོགས་ལ་གནོད་སྤོང་བྱུང་ན་ བཞུ་སྤྲོད་མ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ་དངུལ་ཀྲམ་བཅུ་ནས་ལྷ་བརྒྱའི་བར་ཕོག།

**བཀག་དམ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་བཅོལ་ལེན་གྱི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༦-༣༥ གོ་མཚོན་གྱི་རིགས་ལ་སོགས་པའི་ཉེན་ཁག་ཅན་དང་། གཞན་ཡང་གཞུང་ནས་དུས་སྐབས་སོ་སོར་འཆང་སྡོད་མི་ཚོགས་པའི་བཀག་དམ་གནང་བའི་ཅ་ཆས་རིགས་གང་ཡང་བཅོལ་ལེན་བྱ་མི་ཚོགས་ དེ་ལས་འགལ་ན་ཉེས་བྱ་ དདུལ་འཇམ་ཚིག་སྒྲིང་ནས་སུམ་སྒྲིང་ཚུན་དང་། བཅོལ་དུ་ལོ་གཅིག་ནས་ལོ་གསུམ་ཚུན་བཅས་སྡོད་ལེན་གྱི་དཔོན་གཉིས་ཀར་ཕོག།

**གཞུང་གི་ཡི་གེ་མ་འབྲོད་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༦-༣༩ གཞུང་གི་ཡི་གེ་བཅོལ་ཏེ་བཏང་བ་མ་འབྲོད་པར་བྱུང་ན་ དེ་ལྟར་སྡོད་པའི་ར་ཁངས་གསལ་པོར་ཐོན་ཚེ་ ཉེས་ཁྲིམས་བཅོལ་དུ་རྒྱ་ངོ་གསུམ་ནས་ལོ་གསུམ་ཚུན།

**སྐྱེད་ཡིག་མ་འབྲོད་པའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༦-༤༠ དེ་མཚུངས་མི་སེར་གཞན་གྱི་བཅོལ་བའི་ཡི་གེ་མ་འབྲོད་པར་བཞག་ན་ ཉེས་ཆད་ཏེ་རུབ་བརྒྱུ་ལས་ལྷ་བརྒྱ་ཚུན།

**ལེའུ་བདུན་པེ་-སེམས་ཅན་བདག་སྐྱོང་སྐོར།**

**བདག་མེད་གྱི་སེམས་ཅན་འབྲུང་ན་ ཁྲིམས་ཁང་དུ་ལུ་དགོས་པ།**

ངེ ༧-༡ བདག་པོ་སུ་ཡིན་མ་ཤེས་པའི་སེམས་ཅན་དེ་འབྱོར་ན་ ལམ་བར་འགོར་ཡུན་མ་རྩིས་པའི་ཉེན་བདུན་ལས་མ་འགྲངས་པར་ས་གནས་གྱི་ཁྲིམས་ཁང་དུ་འཇམ་ ཡུལ་མི་འགན་ཅན་ལ་ལུ་དགོས་ ཡུལ་མི་འགན་ཅན་དེས་ཀྱང་ཁྲིམས་ཁང་དུ་ལུ་དགོས་ དེ་ལྟར་ཁྲིམས་ཁང་དུ་འཇམ་ཞུས་ཤིང་ཡུལ་མི་འགན་ཅན་ལ་འང་མ་ཞུས་པར་བཞག་ན་ བརྒྱུས་པའི་གངས་སུ་ཡིན་བརྒྱུན་ ཉེས་བྱ་སོགས་ཨར་རྒྱུན་ཁྲིམས་ཡིག་དང་འབྲིལ་ཏེ་ཕོག།

**བདག་མེད་སེམས་ཅན་གྱི་གསོ་སྐྱོང་དང་བཀོལ་སྡོད་སྐོར།**

ངེ ༧-༢ ཁྲིམས་ཁང་དུ་དགོངས་སྐོར་ཞུས་པ་ནས་ བདག་པོ་མ་ཐོན་བར་དུ་བཀོལ་སྡོད་བྱ་ཚོགས་ཅིང་ སེམས་ཅན་དེའི་གསོ་སྐྱོང་ཡང་བྱ་དགོས།

**བཀོལ་སྡོད་གྱི་ཡོད་མེད་དང་བསྐྱུར་པའི་བདག་འཛིན་གྱི་སྐོར།**

ངེ ༧-༣ བདག་པོ་ཐོན་པའི་སྐབས་སུ་སེམས་ཅན་དེ་ཉིད་རང་འཇགས་བདག་པོ་ལ་རྩིས་སྡོད་ཤིང་ སེམས་ཅན་དེ་ཉིད་བཀོལ་སྡོད་བྱས་པ་ཡིན་ཚེ་ བདག་པོ་ལས་མཐོང་མིའི་ཁོངས་སུ་མཐོང་སྐོར་དང་ འཚོ་སྐོར་སོགས་གང་ཡང་བརྩེ་མི་ཚོགས་ བཀོལ་སྡོད་མ་བྱས་པ་ཡིན་ཚེ་ བདག་འཛིན་ལེགས་པོར་གྱི་གཞན་དང་བསྐྱུར་ཏེ་ སེམས་ཅན་དེའི་རིན་པོང་གི་བརྒྱ་དཔུ་བརྒྱ་ཐམ་ནས་ཉེར་ལྷ་ཚུན་གྱི་བར་ཐོག།

**བདག་མེད་སེམས་ཅན་གྱི་ཐོབ་ཐང་།**

ངེ ༧-༧ བློ་མཁུ་ཁང་ནས་སེམས་ཅན་དེ་དང་ དེ་འདྲ་བ་མི་དེའི་ལག་ཏུ་ཡོད་ལུགས་བྱུང་སྐྱེལ་བྱས་ཏེ་ ཉེན་བཞག་༡༢༠ སོང་རང་སེམས་ཅན་དེའི་བདག་པོ་མ་ཐོན་ཚེ་ སེམས་ཅན་དེ་ཉིད་མཐོང་མི་དེ་ལ་སེམས་ཅན་དེའི་རིན་པོ་ལང་གང་གནས་ཀྱི་བཞེ་དཔུ་གཅིག་དང་ དེ་ལྷག་ཐམས་ཅད་གཞུང་བཞེས།

**ཇོ་བདག་ངོ་མ་ལ་སྒྲིབ་ལེན་བྱེད་ཐང་།**

ངེ ༧-༤ སེམས་ཅན་མཐོང་མི་དེས་ སེམས་ཅན་དེ་དང་ དེའི་ཇོ་བདག་གང་ཡིན་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་ཤེས་པ་འཇམ་ ཡིན་ངེས་ཀྱི་ར་ཁུངས་ཐོན་ཚེ་སྒྲིབ་ལེན་བྱ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ ཇོ་བདག་སུ་ཡིན་གཏན་གཏན་ཉ་མ་གོ་བའམ་ ཡང་ན་ ལྷན་ལྷུ་སྤུལ་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ནི་ཇོ་བདག་ངོ་མ་འོང་རུང་ བློ་མཁུ་ཁང་བརྒྱུད་དེ་མ་གཏོགས་སྒྲིབ་ལེན་བྱ་མི་ཚོག།

**ཇོ་བདག་ནས་ཐག་བཅད་དེ་ཁྱེད་བའམ་ལག་ཉེས་བཀལ་བའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༧-༦ གལ་སྲིད་ཇོ་བདག་ངོ་མས་བློ་མཁུ་ཁང་དུ་མ་ལྷུ་བར་ཁྱེད་བའམ་ ཡང་ན་ བསད་པ་སོགས་བྱུང་ཚེ་ དེ་ལ་ཉེས་བྱ་སེམས་ཅན་དེའི་པོང་ཐང་གི་བཞེ་དཔུ་གཅིག་ནས་བྱེད་ཀའི་བར་སོག།

**དབང་བཅོང་གིས་ཁྱེད་བའི་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༧-༧ བློ་མཁུ་ཁང་དུ་སྣན་ལྷུ་སྤུལ་བའི་རྗེས་སུ་ བདག་པོ་མིན་པའི་མི་ཞིག་གིས་ བློ་མཁུ་ཁང་ནས་གནང་བ་མ་ལྷུ་སྤུལ་གིང་དབང་བཅོང་གིས་ཁྱེད་ན་ སེམས་ཅན་མཐོང་མི་དེ་ཡིས་བློ་མཁུ་ཁང་དུ་ལྷུ་དགོས་ཤིང་ ཁྱེད་བའི་སེམས་ཅན་སྐར་མཐོང་མི་ལ་སྒྲིབ་ཅིང་ ཉམ་བཤད་མགོ་སྐོར་གྱིས་འཕྲོག་བཅོམ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ་དབང་བཅོང་གིས་ཁྱེད་བའི་པོང་ཐང་ལ་སོག།

**བློ་མཁུ་ཁང་ལ་ལྷུ་སྤུལ་གི་ཆད་འབྱུང་བའི་བྱ་ལུགས།**

ངེ ༧-༥ བློ་མཁུ་ཁང་དུ་ལྷུ་སྤུལ་གི་ཆད་འབྱུང་ན་ དེ་ལུགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཁ་གསལ་ལ་རེག་གཏོགས་མེད་པའི་འཇོམས་དཔང་ མི་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བ་ཞིག་དང་བཅས་བློ་མཁུ་ཁང་དུ་ལྷུ་དགོས་ བདག་པོ་ལ་ཤ་རུས་སྐྱགས་གསུམ་དང་ མཐོང་མིའི་བརྒྱ་དཔུ་སོགས་བློ་མཁུ་ཁང་དོན་ངེ ༧-༣ པ་རི་བཞེན་ཐོབ་ གལ་སྲིད་བདག་པོ་མ་ཐོན་ཚེ་ ཤ་རུས་སྐྱགས་གསུམ་གཞུང་བཞེས་དང་ མཐོང་མི་ལ་བཞེ་དཔུ་གཅིག་པོའང་བློ་མཁུ་ཁང་དོན་  
ངེ ༧-༧ པ་བཞེན་གཞུང་ལས་གནང་རྒྱ། (སྤྱི་ལོ་༡༩༤༧ ལོའི་བློ་མཁུ་ཁང་གཞུང་ ༡༧ ༣-༧ པར་བསྐྱར་བཅོམ་)

**རང་དབང་ས་གནས་སུ་འཇོན་པའི་སེམས་ཅན་བསད་བརྒྱུད་བྱས་པའི་ཉེས་བྱ།**



**གནོད་པ་བཀའ་ས་ལས་ཕྱིར་འདེད་སྐབས་ཉེས་སྦྱོན་ལུགས་པའི་རྒྱུ་འབྲས།**

ངེ ༡-༡༣(༡) ལོ་ཐོག་དང་ ལྷན་པ་ནང་འཇུག་ཚེ་བའི་སེམས་ཅན་ ལམ་ཡོད་ས་ནས་ལེགས་པོར་སྦྱོར་  
ཏེ་མ་བདེ་འབར་གང་ཚུད་ཀྱིས་ཕྱིར་འདེད་སྐབས་ཤི་སྦྱོན་བྱུང་ཚེ་ ཤ་རུས་སྐྱབས་གསུམ་བདག་པོ་ལ་ཐོབ་པའི་  
ཁར་ སེམས་ཅན་དེའི་རིན་པོང་ཕྱེད་ཀའི་ཉེས་བྱ་སེམས་ཅན་འདེད་དེ་ཤི་བཅུག་མི་དེ་ལ་སོགས།  
(ཁ) ཤ་བཟའ་མ་བཏུབ་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་ཡིན་ཚེ་ སེམས་ཅན་དེ་ལ་རིན་པོང་གང་གནས་ཀྱི་ཕྱེད་ཀ་  
སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོ་ལ་འཐོབ་རྒྱ་དང་ རིན་པོང་ཕྱེད་ཀ་གཞུང་ལ་ཉེས་བྱ་ཕྱེད་དེ་ཕུལ་དགོས།

**ལོ་ཐོག་ཞིང་ས་ལ་གནོད་པའི་སེམས་ཅན་བདག་པོ་ལས་ཐོག་རིན་ཐོབ་ལུགས།**

ངེ ༡-༡༤ ཞིང་ས་དང་ལྷན་པ་ལ་གནོད་པ་སྦྱེལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ ཞིང་ཇོ་དེ་ཡིས་ལག་ཉེས་གང་ཡང་  
མ་བཀའ་བར་ཚུལ་བཞིན་བདེ་བ་ཡིན་ཚེ་ ཞིང་ས་དང་ ལྷན་པ་ལ་གང་གནོད་ཀྱི་ཐག་རིན་ཡང་ཚེས་རྒྱབ་སྟེ་  
ལེན་ཚོག་པ་མ་བཟུང་ སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་ ལག་ཉེས་རེ་བཀའ་བ་བྱུང་རུང་ ལོ་ཐོག་གི་མཐུན་རྐྱེན་དང་  
སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་གསོ་ བཞུན་ལུགས་ཀར་ཚེས་རྒྱབ་སྟེ་སྦོད་ལེན་བྱ་ཚོགས།

**ལམ་ཕྲང་དགོས་སར་ཕྲང་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་གསོ།**

ངེ ༡-༡༦ མཁའ་ཡོད་མེད་ཇི་ལྟར་ཡང་ སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལམ་འཕྲང་དོགས་སར་ཁ་ཐུག་གིས་ཐབ་  
སྦྱོལ་དང་ ཤི་ཆད་ ལྷན་སྦྱོན་ དངོས་པོ་བཟླག་སྦྱོར་སོགས་བྱུང་ན་ དེའི་རྒྱུ་འབྲས་དང་ རྐང་ཚབ་ལ་སོགས་  
པ་ནི་ཁ་ཐུག་སའི་ས་ཁོངས་པན་རྒྱན་གཉིས་གང་གི་སྦྱོགས་སུ་ཡང་ས་དོགས་ཡོད་མེད་ སེམས་ཅན་ལ་མཁའ་ལ་  
ཡོད་མེད་བདག་པོ་ལ་སེམས་ཅན་མང་ཉུང་གང་ཡོད་ གཡང་བར་ཐག་ལམ་དང་ལམ་འཕྲང་དོགས་པོར་འབྱོར་  
བའི་རྒྱ་ཕྱིའི་རིམ་པ་དང་བསྟན་ཏེ་ བདེན་རྒྱུ་ཕྱིས་ནས་ གཏམ་གྱི་རྒྱུན་པོ་དེ་ལ་སེམས་ཅན་དང་ཅ་དངོས་རོ་  
པོའི་ཐིམ་པོ་རྒྱན་ ཁྲིམས་ཁང་ནས་འོས་བབས་བཞུས་ཏེ་བཀའ་ནས་བདེན་པོའི་ཁོངས་སུ་སྦོད་དགོས་རྒྱུ་མ་  
གཏོགས་ གོ་སའི་མཐོ་དམའ་དང་ འབྱོར་པའི་ཆེ་ཆུང་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད།

**སྒྲི་བྱེད་སོགས་མི་ལ་གནོད་པའི་སེམས་ཅན་བདག་འཛིན་བྱ་ཐང་དང་ཉེས་བྱ།**

ངེ ༡-༡༧ སྒྲི་བྱེད་སེམས་ཅན་སོ་བཏུབ་མི་ཡོད་ཚེ་ དེ་ནི་ནོར་གྱི་བྲང་སར་ཡིན་ན་ ལུབ་མོའི་རིགས་མ་  
གཏོགས་ཉེན་མོར་ཐག་པ་བཏང་མི་ཚོགས།

ངེ ༡-༡༨ བྲོང་དང་ཁྲོམ་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམ་སྒྲོར་ཡིན་ཚེ་ སོ་བཏུབ་མི་ཅན་གྱི་ཁྲིའི་རིགས་ཉེན་ལུབ་མེད་པར་  
ཐག་པ་བཏགས་ཏེ་བཞག་དགོས།

ངེ ༡-༡༩ སེམས་ཅན་མ་བཏགས་པར་བཞག་པའམ་ ཐག་པ་ཤོར་ཏེ་མི་དང་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་སོ་བཏུབ་  
སྟེ་ན་འཆིའི་གནད་རེ་འབྱུང་ཚེ་ བག་མེད་རྒྱུན་གྱིས་མི་བསད་ཁྲིམས་ཡིག་དང་འཁྲིལ་བའི་སྒྲིག་འཇུག་ཉེས་ཆད་

དང་ རན་པ་བཏོན་པ་ཡིན་ན་ མ་དྲག་རིང་གི་བཟའ་བཏུང་དང་སྐྱེན་རིན་སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོས་སྤོང་དགོས་  
ཏེ་ སེམས་ཅན་ཡིན་ན་ རྒྱུ་ཚབ་རིན་བབས་ཀྱང་སྤོང་དགོས།

ངེ་ ༧-༢༠ དེ་བཞིན་དུ་ལོར་སེམས་ཅན་སོགས་མི་ལ་བརྟུང་འཐབ་ཚོག་གཏད་རྒྱབ་མི་དང་ གཞན་ཡང་སྐྱང་  
པོ་ཆེ་སོགས་མི་ལ་ཉེན་ཁ་བྱུང་དོགས་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་ཡོད་ཆེ་ སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོས་གཞན་  
ལ་ཉེན་ཁ་མི་འབྱུང་བའི་ བདག་འཛིན་ལེགས་པོར་བྱ་དགོས་ བདག་འཛིན་མ་བྱས་པར་མི་དང་སེམས་ཅན་  
གཞན་ལ་ཤི་མས་བྱུང་ཆེ་ དེའི་རྒྱུ་གསོ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་ བོང་གི་ཁྲིམས་དོན་ ངེ་ ༧-༡༩ རན་  
གསལ་བཞིན་པོག།

ངེ་ ༧-༢༡ བོང་གི་ཁྲིམས་དོན་ ངེ་ ༡༩ པ་ལྟར་ ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་སྐྱོ་ཁྱིའི་རིགས་བདག་འཛིན་མ་བྱས་  
པར་ མི་གཞན་ལ་སོ་བཏབ་བར་འོང་སྐབས་སོ་བཏབ་རྒྱུགས་དང་མ་རྒྱུགས་ཇི་ལྟར་ཡང་མི་དེས་ལག་ཉེས་  
བཀལ་བ་བྱུང་རུང་ མི་དེ་ལས་རྒྱུད་འབྲུས་སློབ་འཇལ་གང་ཡང་མི་ཐོབ།

ངེ་ ༧-༢༢ བོང་དོན་ ངེ་ ༢༠ པ་ལྟར་ སེམས་ཅན་བདག་འཛིན་མ་བྱས་པར་མི་ལ་ཉེན་ཁ་བཀལ་དུ་  
འོང་ན་ མི་དེ་ལ་ཉེན་ཁ་བྱུང་དང་མ་བྱུང་ཇི་ལྟར་ཡང་ མི་དེས་སེམས་ཅན་མ་ཐོབ་བཏོན་པ་ཅམ་ལ་ སློབ་  
འཇལ་གང་ཡང་མི་ཐོབ་ཀྱང་བསད་པའམ་ ཡང་ན་ རྒྱུན་དེ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཤི་བར་འགྱུར་བའམ་ བོ་མ་ཚོད་པར་  
བཟོ་ཆེ་དེ་ལ་རྒྱུ་ཚབ་སློབ་འཇལ་ཐོབ།

**ནོར་སེམས་ཅན་བགོ་མཐུན་དུ་གསོ་བའི་ཐོབ་ལམ།**

ངེ་ ༧-༢༣ ལོར་སེམས་ཅན་དང་བྱ་ཕག་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ བགོ་མཐུན་དུ་གསོ་བར་སྤོང་ན་ སྤོང་ལེན་  
བྱེད་སྐབས་ཡིག་རིགས་འགན་རྒྱུའམ་ འཛོམས་དཔང་བཙུགས་ཏེ་ཁ་ཚོག་བཟོ་བ་ཡོད་ན་ དེ་དང་འབྲེལ་རྒྱ་དང་  
དེ་མིན་ཡུལ་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ལུགས་སྲོལ་ལྟར་དུ་ཐག་བཅད་པ་དེས་འབྲུས་པར་བྱུང་ན་བརྗོད་མེད་ཡིན་ཏེ་ ཁྲིམས་  
ཁང་དུ་ཐུག་ན་ཁེ་རྒྱུད་ཐོབ་ཤོར་གང་ཡང་བགོ་མཐུན་དུ་སྤོང་མི་དང་ལེན་མི་གཉིས་ཀར་བགོ་བཤའ་འཇམ་འཇམ་  
བཙུ་རྒྱ།