

སྐྱེན་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

བརྒྱུད་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་ ལུ་ཨིན་མ་ལས་ ཐོ་དེབ་འདི་ནང་ལག་ལེན་འབད་ བའི་སྐབས་དུས་རྒྱུན་ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་ ལྷ་རིམ་བཞིན་སྦྱོང་བཅར་འགོ་འཛིན་པ་ལུ་གཟིགས་སུལ་འབད་ དགོས་འདི་ སློབ་སྦྱོང་པ་རང་སའི་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་ཨིན་མ་ལས་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་མཚན་རྟགས་ ཞུམ་ད་གོང་གི་ལས་དོན་རིམ་པ་ལག་ལེན་འབྲེལ་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་སའི་སྦྱོང་བཅར་འགོ་འཛིན་པ་ལུ་ལྷ་རིམ་ བཞིན་སུལ་དགོ།
4. སྦྱོང་བཅར་མཚུག་བསྐྱེད་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཆ་མཉམ་གྱིས་ རང་སའི་ལག་ལེན་གྱི་ཐོ་དེབ་ཚུ་ཉམས་སྦྱོང་ རིག་ཅུལ་གྱི་གྲུབ་ཐེད་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་རྒྱགས་ནང་བཅའ་མར་ གཏོགས་མི་ཚོག

སྐྱོད་བཅོས་རབ་འབྲམས་པའི་སྐྱོད་སྐྱོད་ལོ་རིམ་, པའི་སྐྱོད་དུས་, ལ།

ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོད་བཅུད། ཚ་ཚུ་སྐྱོད་ཚུ།

ཟེ། ཚུད་ཀྱི་སྐྱོད་དོན་སྐྱོད་སྐྱོད་འབད་བའི་སྐྱབས་ལག་དེབ་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་དུས་ཚོད། ཉིན་གངས་དང་འཁྲུལ་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་ས་གནས་ཚུ་ནང་ཕྱིར་སྐྱོད་འབད་དེ་ཚ་ཚུ་དང་སྐྱོད་ཚུ་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་ཟི།

ཨང་	ཚོང་ཁག།	ཚ་ཚུ་དང་སྐྱོད་ཚུ་འི་དབྱེ་བ།	ཉིན་གངས།	སྐྱི་ཚེས།	དབ་གསོ།
			༩		
༡	མགར་ས་ཚ་ཚུ།	ཚ་ཚུ་ཚིང་གོང་འོག།			
		སྐྱོབས་སྐྱོད་སྐྱོད་ཚུ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོད་ཚུ་ཡོད་ཚད།			
༢	སྐྱོད་ལ་ཚུ་	ཚ་ཚུ་ཚིང་གོང་འོག་༢།			
	སྐྱོད་ཚ་ཚུ།	དབ་ཚ་ཚུ།			
༣	སྐྱོད་ལ་གོ་མ་	ཚ་ཚུ་ཚིང་གོང་འོག་༢།			
	ཚ་ཚུ།	གོ་མ་སྐྱོད་ཚུ།			

སྐྱོད་བཅུད་འགོ་འདྲེན་པའི་ཉམས།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོད་ཚོགས།

སྐྱོད་བཅུད་འགོ་འཛིན་པའི་ཉམས།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོད་ཚོགས།

སྐྱོབ་བཅོས་རབ་འབྲམས་པའི་སྐྱོབ་སྐྱོང་ལོ་རིམ་༡ པའི་སྐྱོབ་དུས་༡ པ།

བཤད་རྒྱུད་ལུས་པ་རྒྱུང་ཐེལ་སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་བའི་སྐབས་ཚུ་གཞུང་གི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་སྐྱོབ་གྱི་རོལ་ རོ་ བོ། ལུས་པ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་ངོས་འཛིན་དང་སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་དགོས་ཨིན།

སྐྱོབ་སྐྱོང་།										
སྐྱོབ་ངོས་འཛིན་དུས་ཡུན།					ལྷན་ཚོས་		ལས་		ཚུན།		
ལྷན་ཚོས་འབད་མི་											
ཨང་	དོན་ཚན།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			བཟོ་གསོ།	མཚན་		
		བཟུ་	མཉམ་	ལག་	བཟུ་	མཉམ་	ལག་				
		ཞིབ།	རུབ།	བསྟར།	རྟོག།	རུབ།	བསྟར།				
	སྐྱོབ་ངོས་འཛིན།	༡༠༠	༡༠༠	༡༠༠							
༡	སྐྱེ་སར་སྐྱེས་པ།										
༢	དུས་སྐྱེ་བདུས་པ།										
༣	སྐྱམ་གསེད་ལེགས་པ།										
༤	སོ་མ་རྟིངས་པ།										
༥	དུག་འདོན་པ།										
༦	འཇམ་བཅོལ་པ།										
༧	འཕྲོད་པར་སྐྱུར་པ།										

སྐྱོང་བདར་འགོ་འདྲེན་པའི་རྟོགས།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

སྐྱོང་བདར་འགོ་འཛིན་པའི་རྟོགས།
ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

ལྷོག་སྒྲུབ་ངོས་འཛིན།

སྤྱིར་བ་སྒྲུབ་ཀྱི་གནས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་ལྷོག་སྒྲུབ་ཀྱི་རོ། རོ་བོ། ལུས་པ་ལ་སོགས་པ་རྩུ་གཤམ་གསལ་
 ལྷོག་ངོས་འཛིན་དང་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོཔ་ཨིན།

སློབ་སྦྱོང་།								
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།		
	སྒྲུབ་ངོས་འཛིན།	༥༠	༥༠	༥༠					
༡	སྤྱི་སར་སྤྱིས་པ།								
༢	དུས་སྐབས་པ།								
༣	སྐམ་གསེད་ལེགས་པ།								
༤	སོམ་རྟིངས་པ།								
༥	དུག་འདོན་པ།								
༦	འཇམ་བཙལ་བ།								
༧	འཕྲོད་པར་སྦྱར་བ།								

སྤྱིར་བཏང་འགོ་འདྲེན་པའི་རྟགས།
 རང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚན་གསལ།

སྤྱིར་བཏང་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
 རང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚན་གསལ།

སྐྱོད་བཅོས་རབ་འབྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་༢ པའི་སློབ་དུས་༢ པ།

བརྟག་ཐབས།

བརྟག་དཔྱད་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་དྲུང་འཚོ་ཚུ་གིས་ བཟོ་རིག་རྩི་བ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་ནད་པ་བརྟག་ཞིབ་
འབད་བའི་སྐབས། བཟོ་ཞིབ་དང་། མཉམ་འབྲེལ་འབད་ནི།

སྡེ་ཚོན་ :	བརྟག་དཔྱད་ཁང་།								
ལག་ལེན་དུས་ཡུན།	ལྷ་ཚོས་	ལས་	ཚུན།					
ལྷ་རྟོག་འབད་མི་									
	བརྟག་པའི་ཐབས།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			དན་གསོ།	མཚན་ རྟགས།
		བཟོ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བཟོ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།		
		༡༥	༡༠						
༡	ཐོས་པ་སྒྲི་རིག								
༢	དཔྱོད་པ་དོན་རིག								
༣	མཐོང་བ་ཡུལ་རིག								
༤	ཟས་སྦྱོད་བསྐྱབ་བྱ།								
༥	ཁ་དམར་གདགས་ཐངས།								

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

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

གསོ་རིག་ཞི་གནས་དང་ལུས་སྐྱོང་།

སློབ་སྟོན་པ་རྒྱ་གིས་ 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་ལུན།			ལྷ་ཚོས་		ལས་	ཚུན།		
ལྷ་རྩེ་འབད་མི་									
ཨང་།	ལས་ལུགས།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			བླ་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་བརྟེན་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་རྩལ་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།

སྤྲེའུ་ཚུ་ :		བརྟག་དཔྱད་ཁང་།							
ལག་ལེན་དུས་ཡུམ།		ལྷོ་ཚེས་			ལས་		ཚུ་ན།	
ལྟ་རྟོག་འབད་མི་									
	བརྟག་པའི་ཐབས།	དམིགས་གཏང།			གྲུབ་འབྲས།			བྲན་གསོ།	མཚན་ རྟགས།
		བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།		
		༡༥	༡༠	༥					
༡	ཐོས་པ་སྐྱོད་ཤིག								
༢	དཔྱད་པ་དོན་ཤིག								
༣	མཐོང་བ་ཡུལ་ཤིག								
༤	བས་སྐྱོད་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་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

ཚུ་རྟགས་བརྟག་ཐབས། ཚུ་རྟགས་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་བྱང་འཛོལ་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་མེའི་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།

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་སྡེ་ནང་ མཉམ་ལས་དང་བརྟམ་ཞིབ་ཐོག་ལས་སློབ་སྐྱོང་འབད་དགོ།

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

སྐྱོན་བཟོ་བསྐྱུལ་ ཕྱི་མའི་སྡེ་ཚོན། སྐྱོན་མིང་.....།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚོན་ གང་རུང་སྦྱོང་བརྗེ་འབད་མི་འདི་ནང་ སྦྱོབ་སྦྱོང་འབད་བའི་ཉིན་མ་ལུ་བཟླ་ཉེན་
པ་གི་མཚན་རྟགས་ལེན་དགོ།

སྦྱི་ཚོས།	ལས་རིམ།	བཟླ་ཉེན་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེས་གྲངས།		
		བཟླ་ཞིབ།	མཉམ་འབྲེལ།	ངན་གསོ།
	སྐྱོན་སྦྱོང་སྡེ་བུ་རིམ།			
	སྐྱོན་འཐག་ནི་རིམ་པ་དང་པ།			
	སྐྱོན་འཐག་ནི་རིམ་པ་གཉིས་པ།			
	སྐྱོན་བཟུང་བཟུང་བུ་ཞི།			
	ཉོད་དང་ཤོག་སྦྱོམ་ནང་བསྐྱུལ་ ནི་ ལ་བྱང་བརྟགས་ནི།			

བཟླ་ཉེན་པ་འི་མཚན་རྟགས།
སྐྱོན་སྦྱོང་སྡེ་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུལ་ལང་།

སྦྱོང་བརྗེ་འབྲོག་འཛིན་པ་འི་རྟགས།
ནང་པ་འི་གསོ་བ་རིག་པ་འི་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་རྩོ་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།
 རྣམ་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

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

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

སྐྱོ་ཚེས།	ལས་ཤིམ།	བཟོ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གུངས།		
		བཟོ་ཞིབ།	མཉམ་འབྲེལ།	དན་གསོ།
	སྐྱོད་རྟ་དང་སྐྱོད་ཕྱེ་གཞན།			
	སྐྱོད་གཅིག་ཁར་སྐྱོ་བསྐྱེས་ རྒྱུ་ལྡི།			
	སྐྱོད་སྐྱམ་ལྡི།			
	སྐྱོད་གཞུགས་ གེ་རེ་རྒྱལ་ བཟོ་ལྡི།			
	སྐྱོ་ཚེ་སྐྱུགས་ལྡི། ལུབ་རི་ཀེན་གྱི།			
	སྐྱོད་ཐུམ་འདེགས་ལྡི།			
	རྟོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱམ་ལྡི་ ཁ་བྱང་བཏགས་ལྡི།			

བཟོ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོད་སྐྱོངས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོང་བདེ་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚོགས།

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

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

སྐྱི་ཚེས།	ལས་ཤིམ།	བཟུ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གངས།		
		བཟུ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	ངན་གསོ།
	སྐྱོད་རྟ་དང་སྐྱོད་ཕྱེ་གཞན།			
	སྐྱོད་གཅིག་ཁར་སྐྱོབ་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལྟེ།			
	སྐྱོད་སྐྱེ་ལྟེ།			
	སྐྱོད་གཞུགས་ གེ་རེ་རྣམས་ བཟོ་ལྟེ།			
	སྐྱོད་ཚེ་སྐྱེ་གསལ་ལྟེ། ལུབ་རི་ཀེན་གྱི།			
	སྐྱོར་ལེབ་མ་བཟོ་བའི་ཉེ་མ།			
	སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་ལྟེ།			
	རྟོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱེད་ལྟེ། ཁ་བྱང་བཏགས་ལྟེ།			

བཟུ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོད་སྐྱོང་ས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོང་བདེ་འབོ་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་བརྟེན་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།	ངན་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་བརྟེན་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་ སྦོལ་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་ནི།			
	ཅོང་ཞི་དང་ཨོམ་སྤྲོ་བསྐྱེས་རྒྱུ་བཟོ་ནི།			
	ཅོང་ཞི་བཏུལ་ནི།			
	ཅོང་ཞི་སྦྱོར་ལེབ་བཟོ་ནི།			
	ཅོང་ཞི་སྦྱོར་ལེབ་སྐྱེས་ནི།			
	ཅོང་ཞི་མཚོ་བོ་ཀེ་རི་འཇལ་ནི།			
	འཕྲོ་བཟླག་བསྐྱུ་ཆ་བཏོན་ནི།			
	རྟོན་ནང་སྤྲུགས་ཏེ་ ལ་བྱང་བཏགས་ནི།			

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་སྦོལ་ཚོགས།

སྐྱོན་བཟོ་བསྐྱུན་ ཅོང་ཞི་འཕུལ་ཐལ།

གཤམ་གསལ་སྡེ་ཚན་ གང་རུང་སྐྱོང་བརྟམ་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་གངས།		
		བཟླ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	ངན་གསོ།
	སྐྱོན་འཐག་ནི།			
	སྐྱོན་སྐྱོབ་བསྐྱུན་རྒྱུ་ལྟེ་ནི།			
	སྐྱོན་ལུག་ཀོང་ནང་སྐྱོགས་ཏེ་ཁ་བསྐྱུན་ནི།			
	ལུག་ཀོང་འདམ་གྱིས་སྐྱུར་ནི་དང་སྐྱོན་ཏེ་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།			
	སྐྱོན་འཕྲོ་བརྟམ་བརྒྱ་ཚུ་ཚ་ནང་ཕབ་ནི།			
	ཕྱོད་ནང་སྐྱོགས་ཏེ་ ཁ་བྱང་བཏགས་ནི།			

བཟླ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱོན་སྐྱོང་ས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོང་བརྟམ་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།

སྐྱོབ་བཅོམ་བསྐྱུལ་ ལུས་བསྐྱེད།

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

སྐྱོབ་ཚུལ།	ལས་རིམ།	བཟུ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གུངས།		
		བཟུ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	ངན་གསོ།
	འདམ་པ་བཅོམ་ནི།			
	སྐྱེ་ས་རྒྱུ་ནང་འདེགས་ཞིན་མ་ལས་ཁ་ བསྐྱེད་ནི།			
	ས་རྒྱུ་འདམ་གྱིས་སྐྱུར་ནི་དང་སྐྱེ་ནི།			
	འདམ་གྱིས་སྐྱུར་ཡོད་མི་ས་རྒྱུ་མེ་ བཏང་ནི།			
	རྫོང་གུང་ཞིན་མ་ལས་ས་རྒྱུ་ཕྱི་ཁར་ བཏོན་ནི།			
	ས་རྒྱུ་ནང་ལས་སྐྱེ་བཏོན་ནི།			
	སྐྱེ་སྐྱུས་ཚད་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི།			
	སྐྱེ་འཕྲོ་བརྟག་བརྒྱ་ཆ་ནང་ཕབ་ནི།			
	སྐྱེ་རྫོང་ནང་སྐྱུགས་ཏེ་འཇལ་ནི་དང་ ཁ་གུང་བཏགས་ནི།			

བཟུ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།

སྐྱེ་སྐྱོངས་གསོ་རིག་བཅོམ་བསྐྱུལ་ཁང་།

སྐྱོང་བརྟམ་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚུལ།

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

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

སྐྱོད་ཚུལ།	ལས་རིམ།	བཟོ་རྟོག་པ་གི་མཚན་རྟགས་དང་ཚེ་གྲངས།		
		བཟོ་ཞིབ།	མཉམ་ལས།	བྲན་གསོ།
	སྐྱོད་ཉོད་ནང་ལྷན་ཞུགས་ཞིན་མ་ལས་ཚུ་ ལྷན་ཞུགས་ནི།			
	སྐྱོད་འཕལ་འཕལ་ད་ཀྱུགས་ཏེ་བཅོལ་ནི།			
	སྐྱོད་བཅག་ནི།			
	སྐྱོད་ཚུ་བཅག་ཡོད་མི་སྐྱུར་ལོག་བཀོལ་ ནི།			
	སྐྱོད་ལུ་ལུ་སྐྱོད་ཆ་བརྒྱུ་ཆ་ཡབ་ནི།			
	སྐྱོད་ལུ་ལུ་བཟོ་ཚར་མི་བརྒྱུ་ཆ་བཏོན་ནི།			
	ལུ་སྐྱོད་སྐྱུ་ཚད་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི།			
	ལུ་སྐྱོད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་རོ་རྟགས་ བཀལ་ནི།			

བཟོ་རྟོག་པའི་མཚན་རྟགས།
 སྐྱོད་སྐྱོང་ས་གསོ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་།

སྐྱོང་བརྒྱུ་འབད་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
 རང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱོབ་ཚུགས།

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

བརྟག་ཐབས། བརྟག་དབྱེད་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་དྲུང་འཛོལ་ཚུ་གིས་ བལྟ་རེག་ཅི་བ་གསུམ་གྱི་ཐོག་
 ལས་ནང་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།	ལྷ་ཚོས་	ལས་	ཚུ་ག།					
ལྟ་རྟོག་འབད་མི་									
བརྟག་པའི་ ཐབས།	དམིགས་གཏང།	སྦྱབ་འབྲས།			དྲན་གསོ།	མཚན་ རྟགས།			
	བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བལྟ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།			
		༡༥	༡༥						
༡	ཐོས་པ་སྒྲིལ་རྟོག་								
༢	དཔྱད་པ་དོན་རྟོག་								
༣	མཐོང་བ་ཡུལ་རྟོག་								
༤	ཟས་སྦྱོང་བསྐྱབ་བྱ།								
༥	ཁ་དམར་གདགས་ ཐབས།								

སྐྱོད་བཅོས་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས། སྦྱོང་བཅུར་འགོ་འཛིན་པའི་རྟགས།
 རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྐྱོད་ཁང་གླེ་བ། ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

ཚུ་རྟགས་བརྟག་ཐབས། ཚུ་རྟགས་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་བྱང་འཛོལ་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་མེའི་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།				ལྷན་ཚོས་		ལས་		ཚུན།	
ལྷན་ཚོགས་འབད་མི་									
ཨང་།	ལམ་ལུགས།	དམིགས་གཏང་།			རྒྱལ་འབྲེལ།			ཤོད་གསོ།	མཚན་ རྟགས།
		བཟོ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།	བཟོ་ ཞིབ།	མཉམ་ འབྲེལ།	ལག་ བསྟར།		
༡	མགོ་སྐྱེའི་གསལ་དམིགས། <ul style="list-style-type: none"> • སྤྱི་གཙུག • མཚོག་གསལ་། • ལྷན་ཚོ། 		༡༠	༡༥					
༢	མདུན་གསལ་། <ul style="list-style-type: none"> • སྐྱོད་ཚུ་འཁྲུང་། • བུ་གཞུང་དཀར་ནག་ མཚན་མས། • ལྷན་གསལ་། • སྐྱོད་གསལ་། • མེ་མཉམ་གསལ་། • ལོང་ཐེར་གྱི་གསལ་། • ལོང་ལུག་གསལ་། • རྒྱ་སྤོད་ཀྱི་གསལ་། • རྒྱ་སྤོད་ཀྱི་གསལ་། • ལྷན་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་ཕུའི་གསང་། • བརྟན་པ་སྟེང་གསང་། • བརྒྱན་པ་མཚེན་བྱའི་གསང་། • དགུ་པ་མཚེན་གསང་། • བརྟ་པ་སྟོད་མཁྲིས་ཀྱི་གསང་། • བརྟ་གཅིག་པ་མཚེན་གསང་། • བརྟ་གཉིས་པ་སྟོ་བའི་གསང་། • བརྟ་གསུམ་པ་བསམ་སེའུ་གསང་། • བརྟ་བཞི་པ་མཁལ་གསང་། • བཅོ་རྩ་པ་དོན་སྟོད་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་ལྷུང་སེལ་རྒྱུ་སྟོའི་གསང་། 		<p>༡༠</p>	<p>༤</p>						
--	--	-----------	----------	--	--	--	--	--	--

༤	ཡན་ལག་གི་གསང་། • བརྒྱུ་ཕྱི་སྤྲུལ། • སུས་མོའི་སྒོ་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་སྟེན་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་ཚེས་		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། <ul style="list-style-type: none"> • སྤྱི་གཙུག • མཚོག་གསང་། • རྣ་བའི་ལྷོན་ཤིང་། • སྤྱད་སློ། 		༥	༥					
༢	རྒྱབ་གསང་། <ul style="list-style-type: none"> • ཨན་སྟོང་དང་པོ། • རྩིང་དང་སྟོག་ཕྱི་ གསང་། 		༥	༣					
༣	མདུན་གསང་། <ul style="list-style-type: none"> • བང་གཞུང་དཀར་ ནག་མཚམས། 		༣	༣					

རྒྱབ་དཔུང་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།
རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྐབས་ཁང་ལྟེ་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།			ལྷན་ཚེས་		ལས་	ཚུན།			
སྒྲིབ་ཚུག་འབད་མི།										
ཨང།	ལས་ལུགས།	དམིགས་གཏང།			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་སློབ་ཁང་ལྟེ་བ།

སློབ་བཟུར་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 ༩༩༡༧༧༩/༩༩༧༩༧༩

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་བཞུགས་པའི་འཕྲིལ་ 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་སློའི་རིམ་པ།	
༢	ནད་གཞི་བརྟག་ཐབས་ལག་ལེན་བྱ་སློའི་རིམ་པ།	
༣	སྤྲོད་བཅོས་བཀོད་འཛིན་དང་སྤྲོད་སློབ་ཐབས་བྱ་སློའི་རིམ་པ།	
༤	གསོ་རིག་བྱུག་པ་ལག་ལེན་བྱ་སློའི་རིམ་པ།	
༥	གསོ་རིག་ཞི་གནས་དང་ལུས་སློབ་ལག་ལེན་བྱ་སློའི་རིམ་པ།	
༦	ཕྱིར་བསློད་སློབ་བཅར་བྱ་སློའི་རིམ་པ།	
༧	ཟུར་སྒྲགས།	

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་བཙུགས་བཞུགས་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་སྤོང་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་སྤྲུམ་ཚད་དང་ལྡན་མ་སྟེ་ནད་པའི་སྤྲན་བཙུགས་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་ལུ་ཚུགས་ཞི།

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

1. བཟང་གི་རྒྱ་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་ཉེས་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་སྤྲུམ་ཚད་དང་ལྡན་མ་སྟེ་སྟོང་ཞིའི་ཐབས་ལམ་དང་། སྤྲན་བཙུགས་བཞུགས་འཛིན་ལག་ལེན་འབབ་ཐངས་ཤེས་ཚུགས།

1. བཟང་གཞི་བཟླ་ཐབས།

ཨང་།	བྱ་སྟོང་འཛིན་པ།	སྤྲུམ་ཚད།		
		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་སྐྱེ་བཙུག་པོ་འཛིན་ལེན་ཏེ་ བདེ་ལུ་རི་བ་རྩུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཁ་གསལ་སྡེ་ རི་དགོ།			
1.2.1	ད་ལྟོ་ན་ལུགས་ན་ཐངས་ག་དེ་སྡེ་ནམ་སྟོ།			
1.2.2	དུས་ཚོད་ནམ་ལས་ན་ཡི།			
1.2.3	ཉེ་མ་སྐྱེ་བཙུག་ག་ཅི་ར་འབད་ཡི་ག།			
1.2.4	ཉེ་མའི་དུང་འཚོ་གིས་སྐྱེ་བཙུག་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་བཟུམ་ཅིག་གིས་ཕན་པ་དང་གཞོན་པ་འབྱུང་དོ་ག།			
1.3	རི་བའི་བརྟུག་ཐབས་མཐུག་བསྐྱེ་སྟེ་ མིག་གིས་བལྟ་བའི་ཐོག་ལས་བརྟུག་དཔུང་འབད་ནི་འགོ་ བཙུག་དགོ།			
1.3.1	ནདཔ་གི་རྩུང་མཁྲིས་བད་ཀན་ལྟན་འདུས་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་བལྟ་དགོ།			
1.3.2	ནད་པའི་གཟུགས་དང་གདོང་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་ཚའི་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་བཟུང་ཞིན་མ་ལས་རྒྱབ་ཁ་ལས་སྡེ་འཕུལ་མེ་དཔག་སྟེ་བལྟ་ དགོ།			
1.3.6	ནདཔ་ཉལ་ལྷི་གུ་ཉལ་བཙུག་ཞིན་མ་ལས་ ནད་གཞི་དང་འཁྲིལ་སོམ་དང་རྩུང་ ལག་རྩུང་ལ་སོགས་པ་རྩུ་ལུ་ལགས་གིས་མནན་ཏེ་ བ་ཚོ་ལ་ག་ཏེ་རྩུང་ས་ ལུ་འདུག་ག་བལྟ་དགོ།			
1.4	རི་རྩུ་བརྟུག་ཐབས།			
1.4.1	རི་རྩུ་བརྟུག་དཔུང་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་སྟོན་འགོའི་ཟས་སྦྱོད་སྐྱད་སྐྱང་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་ འདཔ་རང་སོའི་དི་ཚུ་ཚུ་ཤེལ་དུང་གཙང་ཉོག་ཉོ་ཅི་ ནང་འབག་འོང་དགོ་པའི་བསྐབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
༡.༤.༣	འདཔ་གིས་དི་ཚུ་འབག་འོང་ཞིན་མ་ལས་དི་ཚུ་འོ་བརྟག་དཔུད་འབྲི་ཤོག་ནང་ འདཔ་པའི་ལ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
༡.༤.༤	དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་མ་འབད་བའི་སྤྲ་གོང་ལས་ལག་ཤུབས་དང་སྤྲིག་བགོ་ལ་ སོགས་པ་ཉེན་སྲུང་གི་ཅ་ཆས་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་དགོ།			
༡.༤.༥	དི་ཚུ་བརྟག་ཞིའི་ཅ་ཆས་གཙང་སྤྲ་དང་ལྷན་པའི་སྡོད་དཀར་ཡོལ་དང་ཤེལ་དུང་ ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་དགོ།			
༡.༤.༦	དི་ཚུ་ལུ་ཉེ་མའི་འོད་དང་ཡང་ཅིན་གློག་འོད་ཕོག་ས་ལུ་བཟུ་དགོ།			
༡.༤.༧	དི་ཚུ་དཀར་ཡོལ་ནང་སྤྲུགས་ཞིན་མ་ལས་ ཤིང་བྱ་ཚད་ལྷན་གྱིས་དཀྱུགས་ཉེ་ བཟུ་དགོ།			
	ཚན་དེའི་དུས་སྟེན།			
༡.༤.༨	ལ་དོག་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༩	ལྷངས་པ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༠	དི་མ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༡	ལྷ་བ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
	དང་ཡལ་དུས་སྟེན།			
༡.༤.༡༢	ཀྱ་ཡ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༣	སྤྲིས་མ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
	གང་དེའི་དུས་སྟེན།			
༡.༤.༡༤	ལྷོག་པའི་དུས་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༥	ལྷོག་ཚུལ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དི་ཚུ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༦	ལོག་རྗེས་གར་བ་དང་སྤྲ་བ་ཀྱ་ཡ་མཐུག་པ་སྤབ་པ་ཚུ་བརྟག་ཐོག་ལས་ཚ་བ་ དང་གང་བའི་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་དགོ།			

༡.༤.༡༥	དི་ཚུ་བརྟག་དབྱེད་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	རིག་པ་ཚུའི་སྐོ་ལས་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་མོ་ལུ་གཡོན་དང་མོ་ལུ་གཡམས་ལུ་བཟུ་དགོ།			
༡.༥.༣	ཚ་བཟུ་བའི་སྐབས་ནད་པ་དང་བྱུང་འཚོ་གཉིས་པན་ཚུན་སྟོ་མ་སྐབ་པར་ རིག་པ་བསྐྱིམས་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	དག་རྒྱས་འདྲིལ་མགྲོགས་དང་ཞན་བྱིང་རྒྱད་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་སྐོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་བྱ་བའི་གནད་སྟོན་ཤོག་གངས་ ༡༧-༡༩ དང་འབྲེལ་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 སྐྱེད་བཅོས་བཀོད་འཛིན།

	བྱ་སྐྱེད་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		१	१	०
१.१	ནད་པ་སྐྱེད་ཁང་ནང་སྐྱོད་པ་ཅིག་གུས་ཞབས་ཀྱི་སྐོ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དེ་སྐྱོད་མི་གུ་སྐྱོད་བཅུག་དགོ།			
१.२	ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད་ཞིན་ལས་སྐྱེད་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གཡོན་ལ་བྱུག་གི་ས་སྐོ་ནང་ཀ་རྟགས་ཡོད་ས་ལུ་ནད་གཞིའི་ཨང་རྟགས་ངེས་པར་དུ་འབྲི་དགོ།			
१.३	སྐྱེད་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.ॣ	སྐྱེད་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གྱི་ཐིག་ཁྲམ་གཉིས་པའི་ནང་སྐྱེད་བཅོས་འབད་ཡོད་པའི་ལ་གསལ་སྟེར་སར་སྐྱེད་ཀྱི་མིང་། སྐྱེད་ཀྱི་བྱུན་ཚད། དུས་ཚོད་ཀྱི་རྟགས་ཚུ་ལ་གསལ་སྟེ་འབྲི་དགོ། ཨིན་རུང་སྐྱེད་ཀྱི་བྱུན་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་སྐྱེན། ཐང་སྐྱེན། འཕུང་སྐྱེན་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེན་ཚུ་དོ་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་སྐྱེན་གྱི་རྟགས་ལུ་ (བ) • འཕུང་སྐྱེན་གྱི་རྟགས་ལུ་ (ཐ) • བསྐོལ་འཕུང་དགོ་པའི་རྟགས་ལུ་ (ཀཐ) • བཏབ་སྐྱེན་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་ (ཏལ) • 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། • སྤོན་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	སྤོན་གཉིས་སྤྱི་བསྐྱེས་བཏང་དགོཔ་ཅིན་གཤམ་གསལ་ལྟར་བཀོད་དགོ། དཔེར་ན་ བྱུར་ལྷུང་བདུན་སྟེང་གཟིག་གི་དོན་ལུ་བཏང་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ༢+༢X༧ (ད) ཟེར་རིགས་འདྲེས་ཏེ་འབྲི་དགོ།			
༢.༧	སྤོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གྱི་ཐིག་ལྷམ་གསུམ་པའི་ནང་ དཔུང་བཅོས་ལ་ གསལ་ཟེར་སར་ བཏང་གཞི་དང་འཁྲིལ་བའི་ སྤོན་དང་དཔུང་རིགས་གྱི་གསང་ དམིགས་ཚུ་ལ་གསལ་སྤྱི་བཀོད་དགོ།			
༢.༨	སྤོན་ལྷུང་གསལ་འབད་དགོཔ་པའི་ནང་ཚུ་ ཐང་ཀར་གྱི་ནང་དམིགས་གཟིག་ལུ་ མ་གཏོགས་ བཏང་དམིགས་ལེ་ལྷ་སྤྱི་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་ནང་ཚུ་ལུ་ནང་མིག་གྱུ་རྟགས་བཀལ་ ཏེ་བཏང་དགོ།			
༢.༡༠	ནང་གཞི་དང་འཁྲིལ་བའི་ཟེང་སྤོད་གྱི་བསྐྱེས་བྱ་གལ་ཅན་དང་ བཟི་སྤོན་ལས་ བཏོན་པའི་ བཟའ་འཐུང་གི་སྤོད་སྤོད་ཚུ་ལ་གསལ་སྤྱི་བཀོད་དགོ།			
༢.༡༡	སྤོན་སྤྱིར་བཏང་དང་སྟེང་པར་དུ་བཟི་སྤོན་རིགས་ཚུ་ལྟོ་བཟའ་ཚར་བའི་ལུ་ ལས་ཉུང་མཐའ་སྐར་མ་ ༣༠ གི་རྒྱབ་ལས་རྒྱང་ཅིག་བཟའ་དགོཔ་པའི་བསྐྱེས་བྱ་ བྱིན་དགོ།			

3 ལྷན་སྤྱོད་ཐངས།

ཨང་།	བུ་སྤྱོད་རིམ་པ།	སྐྱུག་པ།		
		༡	༡	༠
3.1	སྤྱན་སྤྱོད་ཁང་ནང་འཕྱུལ་ཕྱ་ད་སྤྱི་ག་བགོ་དཀའ་པོ་ངེས་པར་དུ་སྤྱོན་དགོ།			
3.2	སྤྱན་སྤྱོད་ཁང་ནང་འཕྱུལ་བའི་སྐབས་སྤྱན་སྤྱོད་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་མི་ངོས་ཚུ་ལྱིད་མི་ཚོ་གོ།			
3.3	སྤྱན་མ་བརྟན་པའི་སྣ་གོང་ལས་ལག་ལུབས་དང་ཁ་རས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
3.4	སྤྱན་བཙོམ་བཤོད་འཛིན་མ་ལེན་པའི་རྟེ་མ་ལས་སྤྱན་སྤྱོད་ནིའི་དོན་ལུ་གྲ་སྤྱི་ག་འབད་དགོ།			
3.5	གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་གྱུས་ཞབས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ནད་པའི་སྤྱན་བཙོམ་བཤོད་འཛིན་ཚུ་ལེན་དགོ།			
3.6	གོ་རིམ་ཨང་ཉུགས་གོ་གུན་འདི་ནད་པ་རང་སའི་མི་ངོས་ཀྱི་ལག་པར་སྤྱོད་ཞིན་མ་ལས་བཤོད་འཛིན་འདི་འབྱིབ་ཤོག་གི་ཡིག་སྤོད་ནང་བཙུག་བཞག་དགོ།			
3.7	ནད་པའི་གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་སྤྱན་ཁང་གི་མིང་ཐོ་དེབ་ནང་ལུ་སྤྱོད་བཤོད་ཨང་/ དབྱིན་ཚེས་/ མིང་/ བོ་མོ་ལོ་/ ད་ལྟའི་སྤོད་གནས་གཡུས་/ རྫོང་ཁག་/ མི་ཁྲུངས་/ རོ་སྤོད་ལག་འབྱེད་ཨང་། ནད་གཞིའི་ཨང་ཉུགས། ལྷན་གྱི་མིང་དང་ཨང་ཉུགས། ཐུན་ཚད་ཚུ་ལ་གསལ་བཤོད་དགོ།			
3.8	འབྱིབ་ཤོག་གི་སྤྱན་ཁྲུག་གུར་སྤྱན་གྱི་མིང་/ ཐུན་ཚད་/ ཏུས་ཚོད་/ ཏུས་ཚོད་ཀྱི་ཉུགས་/ སྤང་བུ་ཚུ་ལ་གསལ་སྐྱོ་བྲིས་དགོ།			
3.9	སྤྱན་སྤྱོད་པའི་སྐབས་སྤྱན་བཙོམ་སྤོངས་དང་འཐོན་རིམ་ཨང་གི་གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
3.10	གལ་སྲིད་སྤྱན་བཙོམ་བཤོད་འཛིན་ནང་བཤོད་དེ་ཡོད་མི་སྤྱན་འདི་མེད་པ་ཅིན་ལོག་སྐྱེ་འབྲེལ་ཡོད་དུང་འཚོ་སྤྱན་པ་འབད་ས་བཏང་དགོ།			
3.11	བཤོད་འཛིན་ནང་གི་ཐུན་ཟངས་དང་ཐུན་ཚད་དང་འབྲེལ་སྤྱན་གྲངས་ལ་རྒྱབ་			

	སྟེ་འགྲིལ་ཤོག་ནང་ལྷག་ཆད་མེད་པར་བཅུགས་དགོ།			
༣.༡༣	སྐྱམ་སྟོན་པ་དང་སྟོགས་རིས་མེད་པར་ནད་པའི་གོ་རིམ་དང་འཁྲིལ་འཕོ་ཞེན་མ་ལས་སྐྱམ་གྱི་སྐྱེ་གངས་དང་སྐྱེ་ཚད་སྦྱིར་བཏང་སྐྱེ་ཚུ་ལྟོ་མ་བཟ་བའི་ཉུང་མ་ཐང་ཚུ་ཚོད་གཅིག་གི་ཉེ་མ་བཟ་དགོས་དེ་བཟ་གྱི་སྐྱེ་བྲུང་གི་སྐྱེ་བ་བྱ་ཚུ་ལ་གསལ་ལ་སྟེ་གསལ་ཞབས་གྱི་ཐོག་ལས་འབྲིན་དགོ།			
༣.༡༣	བཟི་སྐྱེན་གྱི་རིགས་ཚུ་ལྟོ་བཟ་ཚར་བའི་ཉུང་མ་ཐང་སྐྱེ་མ་མ་༣༠་གི་ཤུལ་ལས་བཟ་དགོ་པའི་སྐྱེ་བ་འབྲིན་དགོ།			
༣.༡༤	གོ་རིམ་ཨང་རྟགས་ཀྱི་ཀུན་འདི་ལོག་ལེན་ཞེན་མ་ལས་འགྲིལ་ཤོག་ཡིག་སྟོན་ནང་བཅུགས་བཞག་དགོ།			
༣.༡༥	ནད་པ་དང་སྐྱེན་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་སྟོན་ཁང་ནང་སྐྱེན་བཞག་པའི་སྐྱབས་སྐྱེན་གྱི་སྟེ་ཚན་དང་འཁྲིལ་བཞག་དགོ།			
༣.༡༧	སྐྱེན་སྟོན་གྱི་ལ་བྱང་ཚུ་སྐྱེན་བཟོ་འཕུལ་ཁང་ལས་སྦྱར་ཉེ་ཡོད་མི་འདི་མ་སོར་བར་རང་འཇག་བཞག་དགོ།			
༣.༡༨	གལ་སྲིད་ནད་པ་འདི་བཟི་སྐྱེན་དང་ཡང་ན་སྐྱེན་ལོར་འཕུལ་ལས་བརྟེན་པའི་གཞོན་སྟེན་ལ་འཕུང་པ་ཅིན་འབྲེལ་ཡོད་དུང་འཚོ་དང་སྐྱེན་པ་གང་ཅུང་ལུ་སྐྱེན་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་སྐྱོབ་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་ཚུ་གསལ་ཡིན།

སྦྱོང་ལུ་འདི་མཇུག་བསྐྱེད་ལུ་སྦྱོབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་ལམ་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུ་གསལ།

- ༡ སྦྱིར་བཏང་སྐྱོན་བཟོ་ཞིའི་འཕྲུལ་རིགས་ཅ་ཆས་ཀྱི་སྐྱོར་ལས་ཤེས་ནི།
- ༢ སྐྱོན་བཟོ་ཞི་གི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ་དང་ལམ་ལུགས་ཚུ་ཤེས་ཚུ་གསལ་ནི།
- ༣ ལན་པའི་སྐྱོན་གྱི་སྤང་ཚད་ཚུ་དེང་སང་ཕྱིའི་སྤང་ཚད་ལྟར་དུ་ལག་ལེན་འབབ་བྱངས་ཉ་ལོ་ནི།
- ༤ སྐྱོན་ལྟ་ཚུ་སྐྱོན་གྱི་སྦྱོར་སྤེའི་སྤང་ཚད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྐྱེགས་ཚུ་གསལ་ནི།
- ༥ སྐྱོན་བཟོ་བའི་སྐབས་ སྐྱོན་གྱི་སྦྱོར་ཚད་ ཚད་གཞི་དང་ལྡན་ཏོག་ཏོ་བཟོ་ཚུ་གསལ་ནི།
- ༦ སྐྱོན་བཟོ་བའི་སྐབས་ཉེན་སྲུང་ལྡན་སྤེ་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།		སྦྱགས།		
		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་སྤེའི་རྣམས་སྦྱིར་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་ལོ་གི་ཙམ་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་ཡོད་མེད་བཟུ་ཞིབ་འབད་དགོ།			
སྦྱིར་བཏང་ཞི་ཕྱེད་སྐྱེས་ཚུ་བཟོ་བའི་སྐབས་ལུ་ སྐྱེས་ཚུ་གི་སྦྱིར་སྡེ་གི་བྱ་རིམ། སྐྱེས་ཀྱི་སྦྱིར་སྡེ།				
༥	ཉོད་ཀྱི་སྦྱིད་ཚད་ཚུ་སྐྱེས་ཀྱི་ཚུམ་ནང་མ་བཅུག་པར་བཞག་དགོ།			
༦	སྐྱེས་ཀྱི་ཇུག་སྦྱིར་ཚུ་སྐྱེས་ཀྱི་སྦྱིར་སྡེ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ག་སྐྱིག་འབད་དགོ།			
༧	སྐྱེས་ཀྱི་ཇུག་སྦྱིར་ཚུ་མཚོད་ཁང་ལས་བཏོན་མ་དེ་ དེ་འེ་བཞིན་དུ་སྦོ་དེ་བ་ཤོག་ ཁམ་ནང་མཚན་རྟགས་(ས་ཡིག་)བཀོད་དགོ།			
སྐྱེས་ཀྱི་སྦྱིར་སྡེའི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ སྐྱེས་འཐག་ནི་རིམ་པ།				
༨	ཕྱེ་མ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ཇུག་སྦྱིར་སྐྱེས་ཚུ་མི་ཚུ་ ཚུལ་ལྟན་སྡེ་ཚུམ་ལེན་དགོ།			
༩	སྐྱེས་ཇུག་ཉོད་གཙང་ཉོག་ཉོ་གཙམ་ནང་སྐྱེས་བསྐྱེས་རྒྱུ་དགོ། (ཚུ་སྐྱེས་དང་སེ་ འབྲུ་ཚུ་ཡོད་མི་སྦྱིར་སྡེ་རྒྱུ་མ་ཚུམ་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་ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་སྐྱེས་ཀྱི་ཕྱེ་མ་ཚུ་ཨ་ཚུམ་ སྐྱེས་དགོ།			
༡༢	སྐྱེས་ཚུ་སྐྱེས་བསྐྱེས་མི་འབྱོར་གི་དོན་ལུ་ འབྲུལ་ཆས་ཚུ་སྐྱེས་སྡེ་ཚུ་ཚར་མེ་ བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་གཙང་ཉོག་ཉོ་བཟོ་དགོ།			

༡. བྱུག་སྐྱེས་བཟོ་ནིའི་བྱ་སྤྱོད་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་ཚོད་བཞི་གི་རིང་སྐྱེས་བཟོ་དགོ།			
༡.༡.༣	བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེས་ཐང་བཟོགས་དགོ།			
༡.༢	སྐྱེས་ཉོད་སྐྱེས་སྐྱེས་ལོ།			

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་བཙོ་ཞིན་མ་ལས་ས་སྤོ་གཙང་སྤྱོད་དང་ ལྟན་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་རོ་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) བཙོ་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་ཤོང་སྤོམ་སྐྱུགས་པའི་སྐྱབས་ལུ་སྐྱེ་སྤེ་བསྐྱེ་མ་རྒྱབ་པའི་ཉེ་ མ་སྤུས་ཚད་བཏགས་དབྱེད་པ་དང་ཡང་ཅིན་གྲོས་དཔོན་གང་རུང་འཛོམས་ ཐོག་སྐྱུགས་དགོ།			
2.1.4	རིན་ཤོང་ཆེ་བའི་སྐྱེ་སྤེ་སྐྱུགས་དགོཔ་ཚུ་བྱེ་འབྲུག་སྤེ་སྐྱུགས་དགོ།			
2.2	སྤེ་བསྐྱེ་རྒྱབ་ཐངས།			

2.2.1	སྐྱེ་བྱི་ཕྱི་མ་འདི་སྐྱ་བསྐྱེས་འཕྲུལ་ཆས་ནང་དུས་ཡུན་སྐར་མ་བཅུ་ཐམ་དང་ བཙོ་ལྷ་གི་རིང་ལུ་སྐྱ་བསྐྱེས་རྒྱབ་དགོ།			
2.2.2	སྐྱེ་བྱི་སྐྱེས་ཞིན་མ་ལས་སྐྱ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་རྒྱབ་དགོ།			
2.2.3	ཤོ་མཚུངས་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ཚུ་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་དུམ་གྲ་རེ་སྐྱེས་ཏེ་ སྐྱ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་རྒྱབ་དགོ།			
2.3	སྐྱེ་སྐྱེས་ཐངས།			
2.3.1	སྐྱེ་སྐྱེས་ནི་གི་རྟོད་ཚུ་ཉིང་སངས་ས་བཟོ་དགོ།			
2.3.2	སྐྱེ་སྐྱེས་ད་ལུ་བྱོད་ཚད་ རྒྱུ་རི་སེལ་ཤེས་ལྷོ་ནང་སྐྱེས་དགོ།			
2.3.3	སྐྱེ་བྱི་སྐྱེས་ཏེ་གཏོ་སྐྱེ་བཅའ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེ་ལེགས་ཤོམ་མ་སྐྱེས་ཚུན་ ཚོད་ བྱོད་ཚད་བཟོ་རྟོག་འབད་དེ་སྐྱེས་དགོ།			
2.3.4	སྐྱེ་བྱི་སྐྱེས་ཏེ་གཏོ་སྐྱེ་སྐྱེ་བྱི་གི་དོན་ལུ་འཕྲུལ་འཕྲུལ་ར་ད་ལུ་གསལ་དགོ།			
2.3.5	སྐྱེ་བྱི་སྐྱེས་གཤེར་བཟོ་ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་འཚོག་བཅུག་ནི་མི་འོང་།			
2.4	སྐྱེ་གཟུགས་(གེ་རེ་ལུ་)བཟོ་ཐངས།			
2.4.1	སྐྱེ་འདི་སྐྱེས་ཞིན་མ་ལས་གསལ་མ་ཚད་གཞི་མི་ལི་མི་ཀར་། 2 ནང་ གསལ་དགོ།			
2.4.2	གསལ་མ་ནང་གསལ་ཚར་མི་སྐྱེ་འདི་སྐྱེད་ཚད་འཇལ་དགོ།			
2.5	སྐྱེ་བྱི་སྐྱེས་ཐངས། (ལུ་བ་རི་ཀེ་ན་གི་)			
2.5.1	སྐྱེ་བྱི་འདི་བརྒྱ་ཆ་ 2 གྲུགས་ཞིན་མ་ལས་སྐར་མ་ 4 གི་རིང་སྐྱ་བསྐྱེས་རྒྱབ་ དགོ། སྐྱེ་དང་སྐྱེ་བྱི་ཚུ་ཆ་སྐྱེས་ཏེ་གཏོ་འགྲོ་ནི་གི་དོན་ལུ་སྐར་མ་ 4 ལས་ལྷག་སྐྱ་བསྐྱེས་བརྒྱབ་ནི་མི་འོང་།			
2.5.2	སྐྱེ་སྐྱེ་བསྐྱེས་བརྒྱབས་ཚར་མི་འདི་སྐྱེད་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་ཐོ་ བཀོད་འབད་དགོ།			
2.5.3	སྐྱེ་བྱི་འདི་ནངས་པ་བཟོ་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ལྷུང་མ་ཐལ་བའི་རྟོད་ནང་ བསྐྱེས་བཞག་དགོ།			
2.6	སྐྱེ་བྱི་འདེགས་ཐངས།			

2.6.7	སྐྱུན་ཐུམ་བཟོ་ཞིའི་འཕུལ་ཆས་ཚུ་རོ་རྟགས་དང་སྐྱུགས་གཙང་སྐྱོད་དང་ལྷན་ རྟོག་རྟེ་སྤེལ་ག་ལེན་འབབ་དགོ།			
2.6.8	སྐྱུན་ཐུམ་གྱི་ཤུབས་འདི་མཚོན་ཁང་ལས་ལེན་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུང་ཤོར་མ་ བཅུག་པར་བཞག་དགོ།			
2.6.9	སྐྱུན་ཐུམ་གྱི་ཤུབས་རེ་རེ་ནང་ལུ་སྐྱུན་གྱི་ཕྱེ་མ་གི་ལྗིད་ ཚད་གཞི་དང་ འཁྲིལ་རྟེ་བཀའ་དགོ།			
2.6.10	ལྗིད་ཚད་གཅིག་མཚུངས་འགྲོ་ཞིའི་དོན་ལུ་སྐྱུར་མ་སྐྱུམ་ཚུ་གི་བར་ན་སྐྱུན་ ཐུམ་བཅུ་ཐམ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ལྗིད་ཚད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ཐོ་ བཀོད་བཞག་དགོ།			
2.6.11	སྐྱུན་ཐུམ་བཅུ་ཐམ་གྱི་ལྗིད་ཚད་ཆ་སྟོམས་ལུ་བརྒྱ་ཆ་+/-4ནང་འཁོད་ནང་ འོང་དགོ།			
2.6.12	སྐྱུན་ཐུམ་འདི་བཀའ་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ཐལ་ཕྱེ་འཕུག་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུན་ཐུམ་ འདེགས་མི་རྟོད་གུ་རོ་རྟགས་བཀའ་དགོ།			
2.6.13	སྐྱུན་ཐུམ་གྱི་ཤུབས་ལྷག་ལུས་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་བཞག་ཞིའི་དོན་ལུ་མཚོན་ ཁང་ལུ་ཕྱིས་སྐྱོད་དགོ།			
2.6.14	སྐྱུན་བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུས་ཚད་བཟླ་དབུད་གྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་མ་ འབབ་པར་མཚོན་ཁང་སོ་སོ་ནང་བཞག་དགོ།			
2.7	རྟོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱུམ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱུང་བཟླ་གས་ཐངས།			
2.7.1	སྐྱུན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་རྟེ་རང་སོའི་ཁ་བྱུང་བཟླ་གས་དགོ།			
2.7.2	སྐྱུན་ཐུམ་རྟོད་རེ་ནང་བསྐྱུམ་ཚད་ཀེ་ཇི་རང་སོའི་སྐྱུན་གྱི་ཚད་གཞི་ནང་ བཀོད་མི་ལྟར་བསྐྱུམ་དགོ།			
2.7.3	སྐྱུན་རིགས་ཚུ་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་གུངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བསྐྱུམ་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་ལུན་སྐར་མ་བཅུ་ཐམ་དང་ བཙོ་ལུ་གི་རིང་ལུ་སྐྱུ་བསྐྱེས་རྒྱབ་དགོ།			
3.2.2	སྐོར་ཕྱི་སྐྱུགས་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་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་སྐྱེ་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་ཤོད་ཚད་ རྒྱ་རི་སེལ་ཤེསི་༤༠་ནང་སྐྱུ་དགོ།			
3.3.3	སྐོར་ཚུ་སྐྱུ་ལས་ཉོག་ཉོ་སྐྱེ་བདལ་ཞིན་མ་ལས་སྐོར་ལེགས་ཤོམ་མ་སྐྱུ་ཚུན་ ཚོད་ ཤོད་ཚད་བཟོ་ཉོག་འབད་དེ་སྐྱུ་དགོ།			
3.3.4	སྐོར་ཚུ་སྐྱུ་ལས་ཉོག་ཉོ་སྐྱེ་སྐྱུ་ཞི་གི་དོན་ལུ་འཕྲུལ་འཕྲུལ་ར་ད་ཀྱུགས་དགོ།			
3.3.5	སྐོར་ཕྱི་སྐྱུ་གཤེར་བཟོ་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་༡༥་ནང་ གསུམ་དགོ།			

3.4.2	གསེག་མ་ནང་གསེག་ཚར་མི་སྐྱེད་ཡིད་ཚད་འཇལ་དགོ།			
3.5	སྐྱུམ་ཅི་ལྷགས་ཐངས། (ལུབ་རི་ཀེན་གྱི་)			
3.5.1	སྐྱུམ་ཅི་འདི་བརྒྱུ་ཆ་2་ལྷགས་ཞིན་མ་ལས་སྐར་མ་4་གི་རིང་སྐྱ་བཟེས་རྒྱབ་དགོ། སྐྱེད་དང་སྐྱུམ་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་ཡིད་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་འཕྲུལ་ཆས་ཚུ་གཙང་ཉོག་ཉོ་སྟེ་ མཁོ་ཆས་གྱི་དོ་རྟགས་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་འཁྲིལ་བཟོ་དགོ། <ul style="list-style-type: none"> • ཡིད་ཚད་ མི་ལི་གྲ་རམ་སྐྱེད་ཀྱི་ཚད་གཞི་ལྟར་བྱ། • ཡིད་ཚད་བརྒྱུ་ཆ་±4་ནང་འཁོད། • མཐུག་ཚད། • སྐྱོར་ཚད། • སྐྱ་ཚད། 			
3.6.3	སྐྱུམ་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་ཡིད་ཚད་ཆ་སྟོམས་ལུ་བརྒྱུ་ཆ་+/-4་ནང་འཁོད་ནང་འོང་དགོ་པ་དང་ གཞན་ཡང་ མཐུག་ཚད། སྐྱོར་ཚད། སྐྱ་ཚད་ཚུ་ཚད་གཞི་ཚུ་ལ་མཐུན་ཡོད་མེད་དུ་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་ཉེ་ག་ཉེ་ནང་འདེགས་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེ་ཚུ་གི་ངོ་རྟགས་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་བསྐྱེ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱང་བརྟགས་ཐངས།			
3.2.1	སྐྱེ་བྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་རང་སོའི་ཁ་བྱང་བརྟགས་དགོ།			
3.2.2	སྐོར་ལེབ་རྟོད་རེ་ནང་བསྐྱེ་ཚད་ཀེ་ཇི་རང་སོའི་སྐྱེ་བྱི་ཚད་གཞི་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་བསྐྱེ་དགོ།			
3.2.3	སྐྱེ་རིགས་ཚུ་ཤོག་གུ་སྐྱོམ་ནང་གྱངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བསྐྱེ་དགོ།			

༤ ཕྱེ་མ་བཟོ་མིའི་བྱ་སྤྲོའི་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		༡	།	༠
4.1	སྐྱ་བསྐྱེས་བརྒྱབ་ནི།			
4.1.1	སྐྱེ་བྱི་ཕྱེ་མ་ཚུ་སྐར་མ་ ༡༠ དང་ ༡༥ འི་རིང་ལུ་སྐྱ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་རྒྱབ་དགོ།			
4.1.2	སྐྱེ་བྱི་ཁ་བྱང་དང་བཅས་སྐྱེ་བཟོ་ཚར་བའི་གྲངས་སུ་བརྟང་དགོ།			
4.2	རྟོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱེ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱང་བརྟགས་ཐངས།			
4.2.1	སྐྱེ་བྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་རང་སོའི་ཁ་བྱང་བརྟགས་དགོ།			
4.2.2	ཕྱེ་མ་རྟོད་རེ་ནང་བསྐྱེ་ཚད་ཀེ་ཇི་རང་སོའི་སྐྱེ་བྱི་ཚད་གཞི་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་བསྐྱེ་དགོ།			
4.2.3	སྐྱེ་རིགས་ཚུ་ཤོག་གུ་སྐྱོམ་ནང་གྱངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བསྐྱེ་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་ཏོག་ཏོ་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་བསྐར་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་དྲོད་འཇམ་གཏོར་དགོ།			

4.4.2	འིལ་བྱུ་ལྷིན་ཚད་མི་ལི་ག་རམ་༥༠༠་ལས་༧༠༠་མ་ལངས་ཚུན་སྐྱན་གྱི་ཕྱེ་ མ་ཨ་ཙི་རེ་ལ་སྐྱོན་སྐྱུགས་ཐོག་ལས་ཚུ་སྐྱུགས་བཅོེ་དགོ།			
4.4.3	སྐྱན་གྱི་ཕྱེ་མ་ལ་སྐྱོན་རྒྱབས་པའི་སྐབས་འཕྲལ་འཕྲལ་རང་འིལ་བྱུ་གི་ལྷིན་ ཚད་བཟླ་རྟོག་འབད་དགོ།			
4.4.4	འིལ་བྱུ་འདི་ཚད་གཞི་དང་ལྡན་རྟོག་རྟོ་ཡོད་པ་ཅིན་ འཕྲལ་ཆས་འདི་ལཱ་ འཕྲོ་མཐུད་འབད་བའི་བསྐྱང་རང་ཉོད་ཉིང་སངས་ས་ནང་འབྱོ་དགོ།			
4.4.5	འིལ་བྱུ་འདི་འཕྲལ་ཆས་ནང་ལས་བཏོན་པའི་སྐབས་ལཱ་བཅོེ་དབྱིབས་ཚུ་ མེད་པ་འབྱོ་བཅུག་ནི་མི་འོང།			
4.5	འིལ་བྱུ་སྐྱམ་ཐངས།			
4.5.1	འིལ་བྱུ་སྐྱམ་སའི་ས་ཁོངས་ལཱ་རས་གཙུག་ཏུ་ཉེ་ཉེ་འཐིང་ཞིན་མ་ལས་སྐྱམ་ དགོ།			
4.5.2	འིལ་བྱུ་སྐྱམ་སའི་ཉོད་ཚུ་ལཱ་རང་སའི་སྐྱན་གྱི་རོ་རྟོགས་སྐྱར་དགོ།			
4.5.3	འིལ་བྱུ་ཚུ་སྐྱོམས་རྟོག་རྟོ་བརྟམ་ཞིན་མ་ལས་འཕྲལ་འཕྲལ་དགྲུགས་ཏེ་སྐྱམ་ དགོ།			
4.5.4	འིལ་བྱུ་ཚུ་ཉམ་བཟུགས་མི་བཟུགས་ཉིན་བསྐྱར་བཟླ་རྟོག་འབད་དགོ།			
4.5.5	འིལ་བྱུ་ཚུ་ཉིན་མ་བདུན་ལས་བཅུ་ཐམ་གྱི་རིང་ལཱ་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་སྐྱམ་ བཅུག་དགོ།			
4.6	འིལ་བྱུ་ཆགས་རྒྱབ་ཐངས།			
4.6.1	འིལ་བྱུ་སྐྱམ་མི་ཚུ་འཕྲལ་ཆས་ནང་སྐྱུགས་ཏེ་ཚུ་ཨ་ཙི་རེ་བཟུབ་ཞིན་མ་ལས་ ཆགས་རྒྱབ་དགོ།			
4.6.2	ཆགས་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ལཱ་ཚུ་ཚོད་གཅིག་ལས་ལྷག་སྐྱེ་ཆགས་རྒྱབ་ནི་མི་ འོང།			
4.6.3	ཆགས་རྒྱབ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ཉིན་མ་༥་དང་༥་གྱི་བར་ན་སྐྱམ་དགོ།			
4.6.4	སྐྱམ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་འིལ་བྱུ་གི་སྐྱོན་གཤེར་བཟླ་ནི་གི་དོན་ལཱ་སྐྱུས་ཚད་ལཱ་ བཟུང་དགོ།			

༤.༧	ཅོང་ཞི་ཕྱེ་མ་ཀེ་ཇི་ཉལུ་འོར་གྱིས་ཨོམ་ལི་ཀར་༣ཀ་ལ་རྗེས་ནང་སྐྱུགས་ཏེ་ སྟོམས་ཏོག་ཏེ་སྐྱེ་བུ་བསྐྱེས་དགོ།			
༤.༨	རང་རྒྱ་༢་པའི་ཚེས་༡༥འི་ཕྱི་རུ་རྒྱུ་ཤར་ཕིག་ཕྱི་ཁར་བཏོན་བཞུགས་ལས་ དོ་པ་རྒྱུ་མ་འཇུལ་ཚུན་ཚོད་ལྷོ་བའི་འོད་ནང་སྐྱེ་བུ་ལ་དགོ།			
༤.༩	ཅོང་ཞི་དང་ཨོམ་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་བུ་བསྐྱེས་ཞིན་མ་ལས་ལག་ལུབས་དང་ལ་ རས་ལུ་ཚུ་བཅུགས་ཏེ་བཀྲག་དཀར་པོ་ལས་ནག་པོ་འཚམས་མ་འགྱེ་ཚུན་ ཚོད་ལག་པ་གིས་མཉེས་དགོ།			
༤.༡༠	ཅོང་ཞི་ཨོམ་དང་ཕིག་ཁར་མཉེས་ཚར་བའི་ཉལུ་ལུ་སྟོར་ལེབ་ལག་པ་གིས་ བཟོ་སྐྱེ་ལ་ཤ་དར་རས་ནང་གྱིབ་མ་ནང་ལུ་སྐྱེས་དགོ།			
༤.༡༡	སྟོར་ལེབ་འདི་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་སྐྱེ་ནི་དོན་ལུ་ཉིན་མ་གཉིས་རེ་གི་བར་ན་ ཕྱི་ནང་ལོག་སྐྱེ་ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་རང་བདུན་ཕྱག་༢ཀྱི་རིང་སྐྱེས་བཞུགས་དགོ།			
༤.༡༢	ཅོང་ཞི་མཚོ་འོ་འདམ་འཐག་འདི་ཀེ་ཇི་འཇུལ་ཞིན་མ་ལས་འཕྲོ་བཏུག་ག་ དེམ་ཕིག་ཡོད་ག་བརྒྱ་ཆ་བཏོན་དགོ།			
༤.༡༣	འདམ་འཐག་འབད་ཚར་བའི་ཅོང་ཞི་འདི་ཀེ་ཇི་འཇུལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེས་ ཚོད་སྐྱེ་ཚོན་ལུ་སྐྱེས་ཚོད་དང་སྟོན་ཆ་བཏུག་ཞིབ་འབད་བར་བཏང་དགོ།			
༤.༡༤	སྐྱེས་ཚོད་ཀྱི་སྟུན་ལུ་ཐོབ་བཞུགས་ལས་ལ་ཡིག་བཏུགས་ཏེ་མཚོད་ཁང་ལུ་ ཅིས་སྟོན་དགོ།			

༧ ཅོང་ཞི་འཇུལ་ཐལ་བཟོ་བའི་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྟོན་རིམ་པ།

	ཅོང་ཞི་འཇུལ་ཐལ་བཟོ་བའི་ཐངས་འདི་ག་ཤམ་གསལ་བྱ་སྟོན་རིམ་པ་བཞུགས་ལེན་འཐབ་དགོ།			
༧.༡	དུག་འདོན་འབད་ཡོད་མི་ཅོང་ཞི་ཀེ་ཇི་ཉལུ་སྟོན་སྐྱེ་གཞན་སྐྱུགས་དགོ་མི་ ཚུ་ཚོད་གཞི་དང་འཇུལ་སྟུན་ཚུ་སྐྱུགས་ཏེ་ཕྱེ་འཐག་དགོ།			
༧.༢	གོང་གི་ཕྱེ་མ་ཀེ་ཇི་འཇུལ་ཏེ་ལུགས་གོང་ནང་དུ་༣་བཟོ་སྐྱེ་དུ་ཕིག་ནང་ སྟུན་སྐྱུགས་ཏེ་དུ་༢་སྟོང་མ་སྐྱེ་བཞུགས་སྐྱེ་ཁབ་ཏོ་བཅད་ཞིན་མ་ལས་ ལུགས་སྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེས་དགོ།			

ལ.༣	ལུགས་ཀོང་དང་ཁབ་རྟོ་ཚུ་འདམ་གྱིས་རླུང་མ་ཐལ་ཕ་སྟེ་དབྱར་རྟེ་ཉིམ་ནང་ སྐམ་སྟེ་གས་མི་ཚུ་འདམ་གྱིས་འཕྲལ་འཕྲལ་རང་བསུབ་སྟེ་ཉིམ་ ༣ སྐམ་ དགོ།			
ལ.༤	སྐམ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་རྩོ་སོལ་གྱིས་འགོས་ཀྱི་སྟེ་མེ་ལྷགས་ཚད་སང་སྟེ་ དུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་༤་གི་རིང་འཕྲལ་འཕྲལ་རང་ཕྱོགས་བསྐྱར་རྟེ་མེ་བཏང་ དགོ།			
ལ.༥	མེ་བཏང་བའི་སྐབས་ལུ་བརྟུབ་མ་བརྟུབ་པའི་རྟགས་མཚན་འདི་ལུ་ཟླ་བའི་གི་ དྲིམ་མ་མན་མ་པ་ཅིན་ལུག་ཀོང་མེ་ནང་ལས་བརྟོན་རྟེ་བྱོད་གུང་བཅུག་དགོ།			
ལ.༦	བྱོད་གུང་ཞིན་མ་ལས་ལུག་ཀོང་ལ་ཕྱེ་སྟེ་བལྟམ་དང་ལུག་ཀོང་གང་མོ་སྟེ་ ཡོད་པ་ཅིན་སྐྱེན་འདི་ལེགས་ཤོམ་ཚོ་བའི་རྟགས་ཨིན།			
ལ.༧	སྐྱུས་ཚད་འདི་ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་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་འགྲོ་བའི་རྟགས་ཨིན་མ་ལས་འདི་ཚུ་བལྟ་དགོ།			
ལ.༨	བཀྲག་ནགསོ་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་གྱི་སྐྱེན་ལུ་ཐོབ་བཞིན་མ་ལས་ལ་ཡིག་བཏགས་རྟེ་མཚོད་ཁང་ལུ་ ཚིས་སྟོན་དགོ།			

༤ ཏར་བསྟེགས་བྱ་སྟོན་འཇལ་པ།

	ཏར་བསྟེག་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་འཇམ་རྟོང་རྟོ་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་བརྟག་ཞིན་མ་ལས་ཀེ་ཇི་འཇལ་རྟེ་ལུགས་ཐབ་ནང་ ལུགས་ཀྱི་བྱ་སྟེ་མིག་གུ་སྟེལ་རྟེ་མེར་བསྟེག་དགོ།			

༤.༢	སྐྱེན་མདོག་སྐྱ་སི་སི་མ་འགྲོ་ཚུན་མེར་བསྐྱེག་དགོ།			
༤.༣	སྐྱེན་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	སྐྱེན་གཞག་པོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ལོག་སྟེ་རང་གོང་བཞིན་མེར་བསྐྱེག་དགོ།			
༤.༥	སྐྱེན་ཉར་བསྐྱེག་བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ཀའི་འཇལ་ཉེ་འཕྲོ་བརྒྱག་བརྒྱ་ཆ་ནང་ བརྟོན་དགོ།			
༤.༦	སྐྱེན་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་སྐྱེན་ཞུ་ཐོབ་བཞིན་མ་ལས་ཁ་ཡིག་བཏགས་ཉེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ ཅི་ས་སྟོན་དགོ།			

༧ རུས་བསྐྱེག།

	སྐྱེན་རུས་བསྐྱེག་གཞག་གསལ་བྱ་སྟོའི་རིམ་པ་ལྟར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
༧.༡	སྐྱེན་ཚོན་མ་ཀའི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱགས་ཀོ་ཚུ་བཤུབས་ཉེ་བསལ་དགོ།			
༧.༢	སྐྱགས་ཀོ་བཤུབས་ཡོད་མི་སྐྱེན་འདི་ཀའི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་གཉིས་ཀ་ བརྒྱབས་ཉེ་སྐྱེན་དགོ།			
༧.༣	སྐྱེན་ཞིན་མ་ལས་ཚོན་ཆ་བཟུ་བར་སྐྱས་ཚད་སྟེ་ཚན་ལུ་བཏང་དགོ།			
༧.༤	ས་འདི་གསལ་མ་ནང་སྐྱགས་ཉེ་གསལ་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	སྐྱེན་གྱི་ཚོན་ཆ་ཚད་དང་ལྷན་ཉོག་ཉོ་ཡོད་པ་ཅིན་ཀའི་འཇལ་ཉེ་སའི་རྩམ་ ནང་སྐྱགས་ཉེ་སའི་རྩམ་ཅིག་མ་གང་སྟེ་སྟོང་མ་བཞག་དགོ།			
༧.༧	ཁ་ཤ་དར་རས་འདམ་དང་ཅིག་ཁར་སྐྱ་བསྐྱེག་ཉེ་སྐྱེན་ནང་ན་ཡོད་མི་སའི་ རྩམ་འདི་ཁབ་ཉོ་བཅད་ཞིན་མ་ལས་ཕྱི་ཁ་ལས་གར་སྐྱར་ཉེ་སྐྱེན་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་མ་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་མ་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་མ་ལས་སའི་རྩམ་བཏོན་ཏེ་ཁབ་ཏེ་ཕྱེ་བའི་སྐབས་སྐམ་གྱི་ནང་ན་ས་འཕྱུ་མ་བཟུག་པར་ཁ་ཕྱེ་སྟེ་འགྱིབ་དོབ་ནང་ལུ་སྐྱགས་དགོ།			
10.13	ས་རྩམ་གྱི་ནང་ན་རྒྱུ་ཤོར་མི་སྐམ་འདི་ཐལ་ཕྱི་ལོད་མི་ཚུ་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཏེ་བཀོ་ཞིའི་བྱ་སྟེའི་ལས་རིམ་ལྟར་འབད་དགོ།			
10.14	རུས་བསྟེག་འབད་མི་ཚུ་ཚར་ཅིག་འཕུར་ཏེ་རག་རོག་ཚུ་བསལ་བཏང་ཞིན་མ་ལས་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཏེ་འཕྱོ་བསྟེག་བརྒྱ་དཔུ་ནང་ཕབ་དགོ།			
10.15	སྐམ་རུས་བསྟེག་འབད་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྤུས་ཚད་སྟེ་ཚན་ལུ་སྤུས་ཚད་བཟླག་ཞིབ་འབད་བར་བཏང་དགོ།			
10.16	སྤུས་ཚད་གྱི་སྐམ་ཞུ་ཐོབ་ཞིན་མ་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་མ་ལས་མཐོ་གང་ཚམ་བརྩམ་དགོ།			
10.2	སྐམ་བརྩམས་ཏེ་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་ཀ་ལ་ནང་སྐྱགས་སྟེ་འདི་གུ་ཚུ་སྐྱགས་དགོ།			
10.3	ཚུ་སྐྱགས་ཞིན་མ་ལས་དུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་ལས་ལུ་ཚུན་དགུགས་ཏེ་བཟོ་དགོ།			

10.༤	སྐྱེན་གྱི་རྒྱ་ལྷོ་ལ་ཤ་དང་རས་ནང་བཅགས་ཏེ་ཤིང་རག་རོག་རྩ་བརྟེན་བཀོ་དགོ།			
10.༥	སྐྱེན་གྱི་རྒྱ་བཅགས་ཡོད་མི་འདི་ཀ་ལ་ཇམ་ནང་སྐྱུགས་ཏེ་སྐྱོལ་དགོ།			
10.༦	སྐྱེན་གྱི་ཁར་འདི་ལྷོན་ཆ་བརྒྱ་ཆ་ཕབ་སྟེ་ཚད་དང་ལྷན་ཏོག་ཏོ་མ་སྐྱམ་རྩུན་ཚོད་འཕམ་འཕམ་དུ་གྱུགས་ཏེ་སྐྱོལ་དགོ།			
10.༧	ཁར་སྐྱོལ་བའི་སྐབས་འཚིག་བརྒྱུག་ནི་མི་འོང།			
10.༨	ཁར་བཀོལ་བའི་སྐབས་འཕྲོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ཆ་ནང་ཕབ་སྟེ་ཐོ་བཞག་དགོ།			
10.༩	ཁར་བཟོ་ཚར་མི་འདི་ལྷོན་ཆ་བཟུ་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱུས་ཚད་སྟེ་ཚན་ལུ་བཏང་དགོ།			
10.10	སྐྱུས་ཚད་གྱི་སྐྱེན་ལུ་ཐོབ་ཞེན་ལས་ཁ་ཡིག་བཏགས་ཏེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ཕྱིས་རྒྱོད་དགོ།			

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

	བྱ་སྐྱོལ་རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
11.1	ཐང་ཐང་གི་བྱ་སྐྱོལ་རིམ་པ།			
11.1.1	སྐྱེན་རྩལ་རྩལ་ལ་སོགས་པའི་དྲེག་པ་དང་རྩམ་མེད་པའི་ཉོད་ནང་ལུ་སྐྱངས་ཞེན་ལས་ལུ་བ་འཐོན་བརྒྱུག་ནི།			
11.1.2	ཐང་གཏུ་ནི་གི་དོན་ལུ་རྒྱ་ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ཆ་གསུམ་ལུ་བཀོ་བའི་སྐྱུས་གཉེས་གཏུ་ཞེན་ལས་སྐྱུམ་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་སྐྱེན་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་དབེར་ན་སྐྱེན་སྐྱེན་ལུ་སྐྱེན་ལུ་རྩལ་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་བྱུར་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་བལ་གི་རིགས་ཚུ་ཤུལ་མ་བཞག་སྟེ་བྱུར་ལུ་འཐག་དགོ།			
11.3.4	སྐྱེ་ལུས་ཆེ་བ་དང་བྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གསེར་འགྲུར་གྱི་རྩི་བྱུམ་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་བྱུར་དགོ།			
11.3.6	ཁང་སེལ་ཐམས་ཅད་གཙོ་བོའི་སྐྱེ་ལས་བྱུར་མ་བཞི་འགྲུར་གྱིས་མངམ་སྡེ་ བྱུར་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་ཚུ་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་ཚུ་སྐྱེ་མ་རྒྱུང་གྱའི་ཚད་ཚམ་བསྐྱེལ་དགོ།			

<p>༡༡.༤.༣</p>	<p>ཀ་ར་དང་བུ་རམ་སྐྱང་ཚེ་རྩེ་གིས་སྐྱེན་ཏེ་འབད་དེ་རིལ་བུ་སྐྱེལ་བཏུབ་ཙམ་ བཟོ་སྟེ་རིལ་བུ་རྒྱུང་བའི་རིགས་ཚུ་ལུག་རིལ་ཙམ་དང་། ཆེ་བ་མེར་རུས་ཙམ་ ཅིག་སྐྱེལ་དགོ།</p>			
<p>༡༡.༤.༤</p>	<p>བཏང་བཅངས། རིལ་བུ་རྒྱུང་བའི་རིགས་ཚུ་ལྷུང་མིད་བཏང་བཅུག་ནི་དང་། ཆེ་ བའི་རིགས་ཚུ་སྐྱུར་ཏེ་བཏང་དགོ།</p>			

ལམ་སྟོན་གསུམ་པ།
གསོ་རིག་བྱུག་པ།

དམིགས་ཡུལ།

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

**སློབ་སྦྱོང་འདི་མཚུག་བསྐྱེད་དེ་སློབ་སྦྱོང་པ་རྒྱ་གཞི་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་ལས་དོན་རྒྱ་ལག་ལེན་
 འཐབ་རྒྱུགས།**

- བྱུག་པ་བསྐྱེད་རུང་བ་དང་མི་རུང་བའི་ནད་གཞི་དབྱེ་བ་དང་བསྐྱེད་བྱུག་པ་ལག་ལེན་འཐབ་རྒྱུགས།
- རྒྱམ་བྱུགས་ཀྱི་སྐྱེད་སྦྱོར་དང་རྒྱམ་བྱུག་ལག་ལེན་འཐབ་རྒྱུགས།
- རྩེ་གུའི་བྱུག་པའི་སྐྱེད་སྦྱོར་རྒྱལ་དང་རྩེ་གུའི་བྱུག་པ་ལག་ལེན་འཐབ་རྒྱུགས།
- གསོ་རིག་བྱུག་པ་དང་གཞན་གྱི་བྱུག་པའི་ཁྱད་པར་སྐོར་དོགས་དབྱེད་འབད་རྒྱུགས།
- བཅོས་གཞན་གྱིས་རྟུགས་པའི་ནད་གཞི་ལུ་བྱུག་པའི་ཐོག་ལས་བཅོ་ལ་རྒྱབ་ཐངས་ཤེས་རྒྱུགས།

༡ རྩོན་འགོ།

༡.༡ གསོ་བ་པོ་སྐྱེད་པའི་རྩོན་འགོ།

ཨང་།	བྱ་སྤྲིའི་རིམ་པ།	སྐུགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡.༡	ལུས་རྣམ་སྤང་ཚོས་བདུན།			
༡.༡.༢	ཀངས་དོ་རྩེ་སྐྱིལ་གྱང་སྡེ་སྡོད་དགོ།			
༡.༡.༣	སྐལ་ཚོགས་མདའ་བཟུམ་ཕྱང་སྡེ་སྡོད་དགོ།			
༡.༡.༤	ལག་པ་མཉམ་བཞག་སྡེ་བའི་འོག་ལུ་སྦྱར་ཏེ་བཞག་དགོ།			
༡.༡.༥	ལྷེ་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་སྡེ་བལྷ་དགོ།			

	<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་སྒོན་འགོ།

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་ ཅད་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་ཐུང་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་ ཅད་པའི་རྒྱུ་ལག་གི་ སྒོན་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>ཅད་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་ལུ་གསལ་བཏབ་སྟེ། གཟུངས་ ལྷགས་བཅུང་ཐོག་ལས་ཅད་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>			

२.१.८	མཐེ་བོང་སྐྱུམ་དང་བཅས་ སྤྱི་གཙུག་གི་གསང་ལུ་སྐོར་མཉེ་ཚར་དགུ་འབད།			
२.१.५	མཐེ་བོང་སྐྱུམ་དང་བཅས་ མཚོགས་གསང་ལུ་སྐོར་མཉེ་ཚར་དགུ་འབད།			
२.१.६	མཐེ་བོང་གིས་རྣ་ལྟག་དང་གུང་མོ་གིས་ལུང་གོང་གཉིས་ལུ་ཚར་བདུན་རེ་སྐོར་མཉེ་འབད།			
२.१.མ	མགོར་སྐྱུམ་བྱུག་སྟེ་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོལ་ཚུན་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
२.१.१	ལག་གཡོན་དཔལ་བར་བཀའ་བ་ ལག་མཐེལ་གཡས་ཀྱིས་སྤྱི་བོ་ལས་ལྟག་པ་ཚུན་མཉེ།			
२.१.९	སོར་སྤྱད་ཀྱིས་ལྟག་ཟུར་སྤྱི་འབྱེད་ལས་སྤྱི་གཙུག་ཚུན་སྐོར་མཉེ་འབད།			
२.१.१०	གོང་བཞིན་རྣ་ལྟག་གཡས་གཡོན་རེས་མོས་སྟེ་མཉེ།			
२.१.११	ལག་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་མཉེ།			
२.१.१२	ཡང་བསྐྱར་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོལ་ཚུན་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
२.१.१३	མཐེབ་དགུང་གིས་རྣ་རྩེ་དང་ལུང་གོང་གཉིས་ལས་མཚོགས་མ་ཚུན་ཚར་བདུན་རེ་འཕྱར་མཉེ་འབད་དེ་ལྟག་པར་བཀའ།			
२.१.१८	མགོ་ལས་ལྟག་པ་ཚུན་མཚུབ་བསྐྱོལ་འབད།			
२.१.१५	མཚུབ་མོ་གིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་སྐོར་མོར་འདུད་པ་འབད།			
२.१.१६	མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་པད་འགོས་ཀྱི་ཚུལ་ལུ་མཚུབ་འགོས་འབད།			
२.१.१མ	ཡང་བསྐྱར་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོལ་ཚུན་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
२.१.१२	མཚུབ་བསྐྱོལ་སྟེ་སྤྱི་འབྱེད།			
२.१.१९	མཚུབ་མོ་གིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་མཉེ་འབྱེད་འབྱེད་འབད།			
२.१.२०	ལགས་ཐལ་སྤྱི་ཀྱིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་དལ་གྱིས་ཐག་རྒྱབས།			
२.१.२१	ཡང་བསྐྱར་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོལ་ཚུན་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
२.१.२२	ལག་མཐེལ་སྤྱི་བོར་བཀའ་སྟེ་ བད་ལས་གོལ་བའི་སྐོན་ཚོག་འདོན།			

२.२ གདོང་གི་བྱུག་པ།

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

		༡	༡	༠
༡.༡.༡	ནདཔ་ཉལ་མི་གུར་ གན་རྒྱལ་སྟེ་བཞག			
༡.༡.༢	བྱུག་པ་འབད་མི་རང་ཉིད་སངས་རྒྱལ་སྟེ་གསལ་བཏབ་སྟེ་གཞུངས་ སྟེ་གསལ་བཏབ་ཐོག་ལས་ནད་པའི་དཔལ་བར་ལག་མཐེལ་གཡས་པ་གིས་བཀའ་ སྟེ་སྐར་ཆ་ལྷའི་རིང་བཞག			
༡.༡.༣	ལག་གཉིས་དཔལ་བ་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་སུ་འབྱུག་སྟེ་གདོན་བགོགས་བསྐྱད་པར་ བསམ།			
༡.༡.༤	ལག་པ་བྱུག་རྒྱ་དང་བཅས་གདོང་རྣམ་ཚོག་གུ་སྦྱུམ་དབྱར་ཏེ་ཞལ་ཞལ་འབད།			
༡.༡.༥	དཔལ་བ་དབྱ་གསུམ་ལུ་བགོ་སྟེ་ དབྱ་རེར་ཚར་གསུམ་རེ་མཐེ་བོང་གིས་སྐོར་ མཉེ་འབད་དེ་སྦྱར་གོང་ལུ་དལ་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༦	སྟོན་དབྱག་ལས་སྟོན་མཇུག་ཚུན་ སྟོན་མ་ཚར་གསུམ་རེ་གཅུས་མཉེ་འབད་དེ་ སྦྱར་གོང་ལུ་དལ་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༧	སྦྱར་གོང་ལས་རྣ་ཙེ་ཚུན་གྱང་མོ་གིས་སྐོར་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༨	སྐྱ་མཚམས་ དཔལ་བའི་དབྱས་དང་ སྟོན་དབྱག་ལུ་མཉེ་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༩	སྟོན་དབྱག་ལས་སྦྱ་ཙེ་ཚུན་མཐེ་བོང་ངམ་མཇུབ་མོ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀྱིས་ ཚར་གསུམ་རེ་སྐོར་མཉེ་			
༡.༡.༡༠	སྦྱའི་ཁྱང་ཁྱང་དང་མཁྱེན་ཚོས་རུས་པའི་མས་བྱུར་ལས་བ་འགམ་ལུ་དལ་མཉེ་ འབད།			
༡.༡.༡༡	མཁྱེན་ཚོད་དབྱ་གསུམ་ལུ་བགོ་སྟེ་ མཐེབ་མཇུབ་ཀྱིས་ཡ་ལས་མར་བལྟ་བད་ འགོས་ཚར་གསུམ་རེ་ལག་མཐེལ་གྱིས་མཁྱེན་ཚོས་བསྐོར་གྲེན་ཕྱོགས་སུ་ཚར་ གསུམ་རེ་མཉེ།			
༡.༡.༡༢	སོར་མོ་གིས་མཁྱེན་ཚོས་བསྐོར་གྲེན་ཕྱོགས་སུ་ཚར་གསུམ་རེ་མཉེ།			
༡.༡.༡༣	chew muscle སོར་མཇུབ་ཀྱིས་མཉེ་མཉེ་འབད།			
༡.༡.༡༤	ནདཔ་ཉལ་མི་གུར་ གན་རྒྱལ་སྟེ་བཞག			
༡.༡.༡༥	མ་མགལ་རུས་པ་བརྒྱད་རྣ་ཤལ་ཚུན་གཅུས་འཐེན་འབད།			

2-2-16	མ་མཚུའི་འོག་གསང་ལས་ ཡ་མཚུའི་གཤོང་། ལྷ་གཤོག་འགྲམ། 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་རྒྱན་མནན་མཉེ་ཚར་ གསུམ་འབད།			
2-2-19	ན་བ་ཡས་མས་དབྱ་གསུམ་དུ་བགོ་སྟེ་ན་ཅེ་ལས་ན་ཤལ་ལུ་ཚར་གསུམ་རེ་འཕུར་ མཉེ་འབད།			
2-2-20	ན་བའི་རྒྱ་དབྱ་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་ལྟར་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་ལཱའི་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་སྒྲུལ་ཚོགས་གཡས་གཡོན་ལུ་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.3.6	སྒྲུལ་པའི་བྱུལ་ཤ་བརྒྱད་དེ་རྟིང་པ་ཚུན་ལག་མཐིལ་གྱི་མཐིལ་འགྲོས་འབད་དེ་ མཇུག་ལུ་རྟིང་པ་འབེན་ཏེ་སྤྱད་སྟོ་ལས་སྤུ་འབྱེལ་ཚུན་མཇུག་གོང་གིས་མནན་ མཉེ་ཚར་གསུམ་འབད།			
2.3.7	ལག་པར་སྤུམ་གྲུགས་ཏེ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ལྷག་པ་དང་སྒྲུལ་པར་ཞལ་ཞལ་སྤེ་ འཕྱི།			
2.3.8	གཉམ་ལྷག་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་དལ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.3.9	གཉམ་ལྷག་གི་ཚོགས་མཚམས་ལུ་དལ་གྱིས་སྟོར་མཉེ་འབད།/གཉམ་ལྷག་གི་མཐེ་ བོང་གིས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.3.10	གཉམ་ལྷག་གི་མཇུག་མཐེ་བོང་གིས་བཞེ་འབེན་འབད།			
2.3.11	དཔུང་འཇུག་དང་གཉམ་ལྷག་གི་གསང་ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2.3.12	ཨན་སྟོང་ཚོགས་པ་དང་བོང་མཐེ་བོང་གིས་ཚར་བཅུ་གཅིག་སྟོར་མཉེ་འབད།			
2.3.13	གཉམ་ལྷག་གི་མཇུག་ལས་སོག་པ་གཡས་ཀྱི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གིས་འབྱུང་ མཉེ་འབད།			
2.3.14	གཉམ་ལྷག་གི་མཇུག་ལས་སོག་པ་གཡོན་གྱི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གིས་འབྱུང་ མཉེ་འབད།			
2.3.15	གཉམ་ལྷག་གི་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་གིས་གཙུག་འབེན་ འབད།			
2.3.17	ལག་མཐིལ་གྱིས་ཚོགས་པའི་གཡས་གཡོན་བརྒྱད་མནན་མཉེ་འབད།			
2.3.18	མཐེ་བོང་གཉིས་ཀྱིས་ཚོགས་པའི་གཡས་གཡོན་བརྒྱད་དེ་སྟོར་མཉེ་འབད།			
2.3.19	མཐེ་བོང་གཉིས་བཅུག་གིས་ཚོགས་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་ཚིན་གྱིས་སྐལ་ཚིན་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་ལྷག་ལས་ཀླད་པ་ཚུན་པད་འགྲོས་འབད།			
2-3-34	ཚིགས་པ་དང་པོའི་ཐད་ལས་ཀླད་ཚིགས་ཚུན་དང་སྐར་གྲེན་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་སྐྱེ་བའི་གསལ་བཟུང་སྟེ་གཟུངས་ སྐྱེགས་བཟུང་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་སྟོད་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་ཚིན་ 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་འབྲེལ་བྱས་པ།			
2.3.32	མཚུབ་མོ་གིས་ཐག་བརྒྱུབ།			
2.3.33	ཤིང་པའི་ཐད་ལུ་ལག་མཐིལ་གྱིས་འདྲུང་འབྲེལ་བྱས་པ་དེ་ཤིང་ཚོགས་ལས་ཚོར་ པ་དང་པོ་ཚུན་དེད་མཉེ་འབྲེལ།			
2.3.34	ཚོགས་པ་བཅུ་བཞི་པའི་ཐད་ལུ་ལག་ཟུར་གྱིས་བདར་མཉེ་འབྲེལ།			
2.3.35	སྐྱུག་པོ་ཚེའི་སྤྲོད་ལུ་གྲུ་མོ་གིས་མནན་མཉེད་འབྲེལ།			
2.3.36	ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཤིང་པ་ལས་གྲུང་ཕྱོགས་སུ་འཕྱི་མཉེ་འབྲེལ།			
2.3.37	སྐྱུག་ཚོགས་ཀྱི་དབྱུང་ལས་ལག་པ་ཐར་སྐྱར་ཚུལ་གྱིས་སྤྲིང་མནན་འབྲེལ།			
2.3.38	ལག་མཐིལ་མཐུལ་ལུ་ལུ་བཀའ་སྟེན་ལས་གྲོལ་བའི་སྟོན་ཚོག་འདོན།			

2.4 ལག་པའི་བྱུག་པ།

ཨང་།	བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།	སྐྱུག་པ།		
		1	2	0
2.4.1	ལག་པར་སྐྱུམ་སྐྱུག་ཏེ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ལག་པར་ཞལ་ཞལ་སྤེལ་བ།			
2.4.2	གྲུ་མོ་དང་ལག་མཐིལ་འཕྲུར་མཉེ་འབྲེལ།			
2.4.3	དཔྲུང་ཚོགས་ནང་གསང་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་མནན་མཉེ་འབྲེལ།			
2.4.4	མཐེ་བོང་གིས་དཔྲུང་ཚོགས་སྐྱོར་མཉེད་འབྲེལ།			
2.4.5	མཐེ་བོང་གིས་མཐིལ་ཚོགས་ལུ་སྐྱོར་མཉེ་འབྲེལ།			
2.4.6	མཐེ་བོང་གིས་ལག་པའི་བར་ལས་མཐིལ་ཚོགས་ཚུན་འདེད་མཉེ་འབྲེལ་དེ་ མཐིལ་ཚོགས་མནན།			
2.4.7	མཐེ་བོང་མཚུབ་གྱིས་མོར་མོའི་སྤྲོད་འོག་དང་ཡས་མས་ཡོངས་རྫོགས་འབྲེལ་མནན་ འབྲེལ།			
2.4.8	མཐེ་བོང་གིས་ལག་པའི་ཡོངས་རྫོགས་སྐྱོར་མཉེ་འབྲེལ།			
2.4.9	ལག་མཐིལ་གྱིས་ནད་པའི་ལག་མཐིལ་འཕྲུར་མཉེ་འབྲེལ།			

2.1.10	རང་དང་ནད་པའི་ལག་སོར་བསྐྱོལ་ཏེ་མཁྱིག་ཚོགས་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་མཁྱིག་ཚོགས་ལུ་འདྲིལ་མཉེ་འབད།			
2.1.13	གྲུ་ཚོགས་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་མཐེལ་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་མཐེལ་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	སྤོན་ཚོགས་དང་སྤོན་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།		
		1	2	0
2.4.1	ལག་པར་སྐྱམ་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་མཐེལ་ལུ་ བརྒྱུང།			
2.4.4	ལག་སོར་བསྐྱོལ་ཏེ་མཐེལ་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་མཐེལ་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་མཐེལ་དང་མཐེ་བོང་སོར་རྒྱབ་ཚུ་གིས་རིམ་བཞིན་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.4.10	མཐེ་བོང་གིས་སྤྱིད་ཁྱུང་དལ་གྲིས་འདྲུད་འབེན་འབད།			
2.4.11	མཐེ་བོང་གིས་རྟིང་པའི་དྲེག་མཚམས་དང་བྱིན་སྤྱིད། སྤྱིད་ཁྱུང། བརྒྱའི་ཕྱི་སུལ། བརྒྱའི་རྒྱབ་གསང།			
2.4.12	ལག་མཐེལ་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་མཐེལ་ལུ་འཕུར་མཉེ་འབད།			
2.4.15	མཐེབ་བྱུང་གིས་རྒྱང་མཐེལ་གཡམས་གཡོན་ལས་དུས་མཉམ་དུ་འགྲོས་མནན་ འབད།			
2.4.16	རྒྱང་མཐེལ་དཀྱིལ་གསང་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.17	རྒྱང་མཐེལ་ཡོངས་རྫོགས་འབྲི་མཉེ་འབད།			
(རྒྱང་པའི་མདུན།)				
2.4.18	ལག་པ་དབྱི་མིག་དང་དུས་མོ་ལུ་བཀའ་སྟེ་སྤྱིང་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་ཡོངས་རྫོགས་འབེན་མནན་འབད།			
2.4.21	མཐེ་བོང་གིས་རྒྱང་སོར་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་ ཡོང་ཚིགས་གསང་དང་ གཉན་གོང་གསང་རྒྱ་ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.22	མཐེབ་མཚུབ་གྲིས་རྒྱང་པའི་སོར་མོའི་ཕྱི་ནང་དང་ཡས་མས་ཡོངས་རྫོགས་འབེན་ མཉེ་འབད།			
2.4.23	རྒྱང་པ་གཡམས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་ལུ་སྤྱིང་སྟེ་ དལ་གྲིས་གཡམས་སྐྱོར་བདུན་དང་ གཡོན་སྐྱོར་བདུན་འབད།			

2.4.29	མཐེ་བོང་གིས་ངར་གདོང་ཟུར་དང་བརྒྱ་ཤ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.4.30	ལག་མཐེལ་གྱིས་ངར་གདོང་ཟུར་དང་བརྒྱ་ཤ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.4.31	མཐེབ་སོར་གྱིས་ངར་གདོང་ཟུར་དང་བརྒྱ་ཤ་ལུ་བརྗི་འབེན་འབད།			
2.4.32	ལག་མཐེལ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.33	མཐེ་བོང་གཉིས་བརྟེན་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.34	མཐེབ་སོར་གྱིས་ངར་གདོང་དང་བརྒྱ་ཤར་འབྲིལ་མཉེ་འབད།			
2.4.35	མཐེ་བོང་གིས་ལུས་མེའི་ལྷ་ངར་སྐོར་མཉེད་འབད་དེ་ལྷ་ངའི་ཕྱོགས་བཞི་དང་གཉན་གོང་གསང་ལུ་མནན་མཉེད་འབད།			
2.4.36	རྒྱལ་ཡོངས་རྒྱུ་ལྷོ་མཉེ་འབད།			
2.4.37	རྒྱལ་མར་འབེན་སྟེ་སྐར་ལོག་འཕུལ་འདེད་འབད།			

3 མཇུག་བསྟུན།

ཨང་།	བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	སྐྱུག་སྐྱུག་པ།		
		1	2	3
3.1	<p>སྐྱུག་པའི་བཅོས་འབད་ཚར་བའི་མཇུག་ལུ་ནད་པའི་ལུས་སེམས་ལུ་འཆོ་བའི་ནད་རིགས་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བཅུག་ཟེར་བའི་སྐྱོན་ཚིག་འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་དང་བཅས་མཇུག་བསྐྱེད་གོས་པ་ཡིན།</p> <p>སེམས་ཅན་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ།། སྐྱུར་དུ་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་བསུམ་ད་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།	རྒྱགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡	རྐང་མ་རྩོམ་སྤྱིལ་ཀྱང་སྤེ་སྤོང་དགོ།			

༡.༡	སྐལ་ཚོགས་མདའ་བཟུམ་སྤང་སྟེ་སྟོང་དགོ།			
༡.༢	ལག་པ་མཉམ་བཞག་སྟེ་བའི་འོག་ལུ་སྦྲར་ཏེ་བཞག་དགོ།			
༡.༣	ལྷེ་ཚེ་ཡ་རྒན་ལུ་འབྱར་དགོ།			
༡.༤	ཕུག་ལྷག་ཚོད་གཤོག་བཟུམ་བརྒྱུང་དགོ།			
༡.༥	ཨོལ་སྟོག་ཨ་ཙི་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།	སྐྱག་སྐུལ།		
		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་བསྟོམ་དགོ།			
སྟོན་འགྲུའི་ལུས་སྦྱོང་།				
༡.༢	ལུས་སྦྱོང་རོ་མ་ མ་འབད་བའི་ཉེ་མར་ ཚ་དང་ཚུ་རྒྱས་ཤུ་སྦྱིམ་འདི་ཚུ་མཉེན་ཏེ་ཏེ་འཁྱོ་བཅུག་ཞིའི་དོན་ལུ་ ལུས་སྦྱོང་འཇམ་སུ་ཅིག་འབད་དགོ།			
ཚོལ་ཅག་དང་པ།(སྐྱེན་སྐྱེ་གུས་བཏུང་།)				
༡.༣	ཞི་གནས་བསྟོམ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ཡར་ལོང་སྟེ་རྒྱུ་མཉམ་གཉིས་གཅིག་ཁར་ཞིབ་ལག་པ་སྦྲར་བཅམ་སྟེ་ལག་པ་གཡས་པ་ཕྱི་ལས་རྒྱ་གྲམ་སྟེ་བྱང་ལོག་གུར་བཀལ་གཟུགས་སྤང་སྟེ་དགོ།			
༡.༤	རྒྱ་གྲམ་བཤུབ་སྟེ་ལག་པ་སྦྲར་བཅམ་ཡོད་མི་འདི་ གཡས་གཡོན་བརྒྱུང་ ལོག་གཤོང་ཁ་ཐུག་སྦྱིང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ལག་པ་སྦྲར་བཅམ་ཡོད་མི་གཉིས་གཅིག་ཁར་མཐུད་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			
༡.༥	དེ་ལས་ལག་པ་སྦྲར་བཅམ་སྟེ་གཡས་གཡོན་བརྒྱུང་ལོག་གཤོང་ཁ་ཐུག་བཀལ་རྒྱ་གྲམ་སྟེ་ཕུག་ལྷག་དང་སྦྲུག་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་གུ་ ལས་ཐལ་མོ་སྐྱར་ཏེ་ ལུས་མོ་གཉིས་བསྐྱམ་དང་གཅིག་ཁར་ ལགཔ་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་ལགཔ་ཐལ་མོ་སྐྱར་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་ བཤུབ་སྟེ་ལོག་འབད་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>ཚུལ་བཅག་གཉིས་པ།</p>				
<p>༢.༥</p>	<p>ཏེ་མ་བཟུམ་སྟེ་རང་ཡར་ལོང་སྟེ་རྒྱུ་གཉིས་གཅིག་ཁར་ཞིབ་ ལགཔ་སྐྱར་ བཅམ་རྒྱ་གྲམ་སྟེ་གཟུགས་ཕྱང་སྟོད་དགོ།</p>			
<p>༢.༦</p>	<p>ཚུལ་ཅག་དང་པའི་སྐབས་བཟུམ་སྟེ་རང་ རྒྱ་གྲམ་བཤུབ་སྟེ་ལགཔ་སྐྱར་བཅམ་ ཡོད་མི་འདི་ གཡས་གཡོན་བརྒྱུད་ ལོག་གདོང་ལ་ཐུག་སྤྱིང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ ལགཔ་སྐྱར་བཅམ་ཡོད་མི་གཉིས་གཅིག་ཁར་མཐུད་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>༢.༧</p>	<p>དེ་ལས་ལོག་ལགཔ་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>ལགཔ་གཉིས་སྐྱར་བཅམ་སྟེ་ ཕྱག་ལྷག་དང་སྐྱག་སྟེ་གཡུགཔ་ད་ལུ་ བྱངས་ཁ་ དང་སྐྱག་སྟེ་ ལགཔ་ནང་ལ་ཐུག་འོང་མ་ད་རྒྱུ་གཡོན་མ་ཡར་བསྐྱམ་ནི་དང་ གཅིག་ཁར་བྱངས་ཁ་, ཕྱིས་ནི་དང་ ལགཔ་ཕྱི་ལ་ཐུག་གཡུགཔ་ད་རྒྱུ་གཡོན་ གཡས་པོ་ཡར་བསྐྱམ་དང་བྱངས་ཁ་ ༢ སྟེ་ཕྱིས་ཏེ་ བྱངས་ཁ་ལ་ལྷ་ཟེར་མ་ཅིག་ ལགཔ་གཡས་གཡོན་བསྐྱམ་ རྒྱུ་གཡོན་མ་ཡར་འཐུ་ བྱངས་ཁ་ལ་ལྷ་ཟེར་མ་ ད་ལགཔ་གཡས་གཡོན་ཕྱི་ལར་སྤྱིང་མ་ད་གཅིག་ཁར་རྒྱུ་གཡོན་མ་ཡར་ ལྷགས་སྟེ་ཡར་བསྐྱམ་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			

ཨང་།	བྱ་སྐོའི་རིམ་པ།	སྐུགས།		
		༡	༡	༠
ལེའུ་དང་པ་ཅ་སྤོང་འཕུལ་འཁོར།				
3.1	རང་ལུས་དྲང་པོར་བསྐང་ལགཔ་གཉིས་ཤུས་མོ་གུ་བཀའ་སྟེ་སྤོང་དགོ།			
3.2	ལགཔ་གཡསཔ་དེ་གིས་ལྷ་པ་གཡོན་པའི་དོང་བསུབ་ཞིནམ་ལས་སྐྱ་བུག་གཡས་པ་ལས་ཕྱིའི་རླུང་གཙང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་རྩལ་རླུང་འདི་ལྟེ་འོག་ལུ་མནན་ཙམ་བྱས་ཏེ་ཁ་ལས་སྟེ་ཕྱི་ཁར་བཏོན་གཏང་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			
3.3	ལགཔ་གཡོན་པ་གིས་ལྷ་པ་གཡས་པའི་དོང་བསུབ་ཞིནམ་ལས་སྐྱ་བུག་གཡོན་པ་ལས་ཕྱིའི་རླུང་གཙང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་རྩལ་རླུང་འདི་ལྟེ་འོག་ལུ་མནན་ཙམ་བྱས་ཏེ་ཁ་ལས་སྟེ་ཕྱི་ཁར་བཏོན་གཏང་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			
3.4	དེ་ལས་ལགཔ་སྐྱས་མོ་འགུར་བཀའ་བཞུག་ཞིནམ་ལས་ལྷ་པ་གཉིས་ཆ་ར་ལས་རླུང་ནང་དུ་རྩལ་ལྟེ་འོག་མནན་ཙམ་བྱས་ཏེ་ཁ་ལས་སྟེ་ཕྱི་ཁར་བཏོན་གཏང་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			
ལེའུ་གཉིས་པ་དབུ་རྒྱུང་ལོ་གསུམ་བཀྱ་བཤལ།				
3.5	རྒྱུང་སྐྱེལ་རྒྱུང་འབད་སྤོང་ཞིནམ་ལས་ལགཔ་གཉིས་གཡས་དང་གཡོན་ལུ་སྤྱིང་སྟེ་དུས་ཡུན་རྒྱར་ཆ་པ་གི་རིང་དམིགས་པ་བསྐྱེད་དགོ།			
3.6	དེ་ལས་ལགཔ་གཉིས་སྐར་བཞུག་ཤུས་མོ་གུ་བཀའ་ལགཔ་སྐར་བཙམ་ཞིནམ་ལས་དབུགས་ནང་དུ་རྩལ་ད་ཅིག་ཁར་ལགཔ་གཉིས་ཆ་ར་ལོད་སྤོང་ཁ་སྐྱག་ལུ་འབེན་དབུགས་སིང་སྐྱ་དང་བཙམཔ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་སྐབས་ལུ་ལགཔ་སྐར་བཙམ་སྟེ་ཡོད་མི་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཆ་ར་གདོང་ཤང་སྟེ་སྤྱིང་དགོ། དེ་ལས་ལགཔ་གཡསཔ་དེ་མཛོག་རྒྱུང་མ་ཞིནམ་ལས་འཁོད་སྤོང་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་བཀའ་ལགཔ་གཡོན་པ་གིས་ལྷ་པ་གཡས་པའི་དོང་བསུབ་ཞིནམ་ལས་ལྷ་གཡོན་པ་ལས་ཕྱིའི་རླུང་གཙང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་རྩལ་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་སྤར་བཞིན་གྱི་ཕུག་ལེན་ཐོག་ལས་སྤྲ་བུག་གཡམ་པ་ལས་སྟེ་ལྷོང་ ནང་དུ་ལྷོང་སྟེ་སྤྲ་བུག་གཡོན་པ་ལས་ཕྱིར་བཏོན་གཏང་ནི།(ཚར་གསུམ)			
3.3	མཚུག་རང་ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཞིན་ཕུས་མོ་གྲུ་བཀའ་པའི་ཤུལ་ལུ་ལགཔ་སྤར་ བཅམ་དབུགས་ནང་དུ་ལྷོང་ད་ཅིག་ཁར་ལགཔ་གཉིས་ཆ་ར་ལོད་སྟོད་ལ་ཐུག་ལུ་ འཐེན་དབུགས་སིང་སྐྱ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་སྐབས་ལུ་ལགཔ་སྤར་ བཅམ་སྟེ་ཡོད་མི་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་གཏོང་ཕྱང་སྟེ་སྤྲིང་དགོ།དེ་ལས་ ལགཔ་མཚོག་བཅམ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་བསྟོལ་ཏེ་བྱང་ལོག་འགྲུར་བཀའ་དགོ།དེ་ ལས་སྤྲ་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་ སྤྲ་བུག་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱིར་ལྷོང་གཚང་མ་ འཇམ་པོ་ནང་དུ་ལྷོང་པའི་སྐབས་སུ་གཟུགས་མདུན་སྤང་ཚར་གཅིག་བཀའ་པ་ནི་ དང་ལྷོང་ལྷ་པ་གཉིས་ལས་ཕྱི་ཁར་བཏང་མ་དང་ཅིག་ཁར་གཟུགས་འཕྲང་ནི།			
3.10	ད་རུང་ སྤྲ་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་སྤར་བཞིན་ཕུས་མོ་གྲུ་བཀའ་པའི་ཤུལ་ལུ་ལགཔ་སྤར་བཅམ་སྟེ་ དབུགས་ནང་དུ་ལྷོང་ད་ཅིག་ཁར་ལགཔ་གཉིས་ཆ་ར་ལོད་སྟོད་ལ་ཐུག་ལུ་འཐེན་ ཞེན་ལས་དབུགས་སིང་སྐྱ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་སྐབས་ལུ་ ལགཔ་སྤར་བཅམ་ཡོད་མི་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་གཏོང་ཕྱང་སྟེ་སྤྲིང་དགོ། དེ་ལས་དང་པ་རང་གཏོང་གཡོན་ལ་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་སྟེ)གཙོ་བོ་རུས་ཤུགས་འདི་སྤྱིང་ཁ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྟེང་དུ་འོང་བཅུག་དགོ། དབུགས་དེ་སྐར་ ཆ་གཅིག་གི་ཡུན་བཀག་བཞག་པའི་ཤུལ་ལག་པ་གཡོན་མ་སྤྱིང་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་སྟོན་བཏང་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	སུས་མོའི་ལྷ་ང་ས་ཁར་བཅུགས་རྐང་པའི་རྟིང་པ་གཉིས་གུ་ཨ་བུ་བཀའ་ལག་པའི་མཛུབ་མོ་བཅུ་སྟོལ་ཞིན་མ་ལས་མགུ་རྟོ་ས་ཁར་བཀྱག་ལག་མཛུབ་སྟོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ས་ཁར་བཀའ་དགོ།			
3.74	དེ་ལས་དབུགས་ནང་དུ་རྩལ་དང་ཅིག་ཁར་ མཛུབ་མོ་བསྟོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ཁོད་སྟོན་ཁ་ཐུག་འབྲེན་ཞིན་མ་ལས་བྲང་གཞུང་འགྲུར་བཀའ་ཏེ་དབུགས་བཀག་ནི།			
3.75	དེ་ལས་སུས་མོ་བཅུག་པ་བཅུག་ས་ར་ཁོད་སྟོན་འཕྲང་ཏེ་ལག་མཛུབ་སྟོལ་མི་འདི་ཕྱི་ཀེ་སྟེ་མགོའི་སྟེང་གི་གནམ་ཁར་སྤྱིང་ཞིན་མ་ལས་མིག་རྟོ་གེན་དུ་བལྟ་ཏེ་ཡུད་ཅམ་ཅིག་སྟོན་པའི་ཤུལ་ལུ་མཛུབ་མོ་བསྟོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་མར་ཡབ་ཏེ་བྲང་ལུ་ཡུད་ཅམ་ཞིག་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ཁ་དང་སྟེ་ལས་དབུགས་ཤུགས་སྟེ་ཕྱིར་བཏང་མ་དང་ཅིག་ཁར་ལག་མཛུབ་བསྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ཤུགས་སྟེ་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་སྟོན་རྒྱུང་བཀག་འོག་རྒྱང་བསྐྱན་བར་རྒྱང་སུམ་པ་ཅན་བརྩུང་ཞིན་མ་ལས་ མོ་བའི་ནང་རྒྱང་གཡམས་བསྐོར་ཚར་གསུམ་དང་གཡོན་བསྐོར་ཚར་གསུམ་གེན་ཐུར་ཚར་གསུམ་འབད་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
ལེའུ་དུག་པ་ཐུར་མེར་རྒྱང།				
3.77	རབ་འབྱུང་པ་ཅིན་རྐང་མ་རྩོད་དཀྱིལ་གྱུང་སྟེ་སྟོན་དགོཔ་ད་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་སྟེ་ལུ་གྱུང་སྟེ་སྟོན་པའི་ཤུལ་ལུ་ལག་པ་གཉིས་སུས་མོ་འགྲུར་བཀའ་བ་ཞིན་མ་			

	ལྷ་པའི་དོང་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཚ་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་ཏེ་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་ཕེ་ལས་ཡར་འགོ་བཙུགས་འཕུར་ཏེ་མགུ་ཏེ་གུ་རྒྱན་ཚོད་འོང་ཞིན་མ་ལས་མགུ་ཏེ་ཚར་གསུམ་ཕྱག་དེ་ལས་ལོག་ལགཔ་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱག་ལྷག་ལས་མར་རྒྱང་ཕེ་རྒྱན་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།			
	ཐོ་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་ཐོས་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་སྤུ་ག་སྤུབ་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་སྤུབ་རྒྱབ་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་སྤུ་གང་རྒྱལ་འབད་བཅམ་ལོག་མཚན་ལོག་ལ་ཐུག་འཐེན་ཞིན་མ་ལས་དཀྱིལ་ལི་གཉིས་མཚན་ལོག་གུར་བརྒྱང་དཀྱིལ་ལི་			

	མཚན་ལོག་གྲར་བརྟུང་ཚར་མ་ཅིག་ལོག་ལག་ལུགས་སྟེ་གདོང་ཁར་སྦྱིང་དགོ། ། རྩེ་གསུམ། །			
༤.༡༡	ལག་པ་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོང་དགོ།			
	ན་བ་དཔུང་རེག།			
༤.༡༢	རྒྱུང་རྩེ་སྦྱིལ་གྲུང་འབད་སྟོང་དགོ།			
༤.༡༣	རྒྱུང་རྩེ་སྦྱིལ་དགོ།			
༤.༡༤	ལག་པ་གཉིས་རྒྱ་གམ་ཐོག་རྒྱུང་ནང་ན་འགྲོས་ཀྱིས་འབད་འཐེན་ཏེ་བཀག་ནམ་ ཚོ་ཕྱག་ལྷག་གཡམས་པ་གྲར་རེག་སྟེ་མགྲུ་ཏོ་གཡམས་བསྐྱོར་བསྦྱིར་དགོ། ། རྩེ་ གསུམ། །			
༤.༡༥	ནམ་ཚོ་ཕྱག་ལྷག་གཡམས་པ་གྲར་རེག་སྟེ་མགྲུ་ཏོ་གཡམས་བསྐྱོར་བསྦྱིར་དགོ། ། རྩེ་གསུམ། །			
༤.༡༦	མགྲུ་ཏོ་རྒྱུང་གདོང་མ་མཁལ་བྱང་ལོག་གྲར་སྟོང་བ་སྟེ་བརྟུང་དགོ། ། རྩེ་ གསུམ། །			
༤.༡༧	མ་མཁལ་ཕྱག་ལྷག་གཡམས་པ་གྲར་རེག་སྟེ་མགྲུ་ཏོ་གཡམས་བསྐྱོར་བསྦྱིར་དགོ། ། རྩེ་གསུམ། །			
༤.༡༨	མ་མཁལ་ཕྱག་ལྷག་གཡམས་པ་གྲར་རེག་སྟེ་མགྲུ་ཏོ་གཡམས་བསྐྱོར་བསྦྱིར་དགོ། ། རྩེ་གསུམ། །			
༤.༡༩	མིག་ཏོ་ཕྱག་ལྷག་གཡམས་ལ་ཐུག་པུང་སྟེ་བཟུང་དགོ། ། རྩེ་གསུམ། །			
༤.༢༠	མིག་ཏོ་ཕྱག་ལྷག་གཡམས་ལ་ཐུག་པུང་སྟེ་བཟུང་དགོ། ། རྩེ་གསུམ། །			
༤.༢༡	གདོང་པུང་བཟུང་ཞིན་མ་ལས་དབྱུགས་འགྲོས་ཀྱིས་འབད་བཏང་མ་དང་གཅིག་ ཁར་ལག་པ་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོང་དགོ།			
	ལག་སོར་མགོར་སྐྱོར།			
༤.༢༢	རྒྱུང་རྩེ་སྦྱིལ་གྲུང་འབད་སྟོང་ནི།			
༤.༢༣	རྒྱུང་རྩེ་སྦྱིལ་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་ཕུག་དགོ།			
༤.༡༥	ད་རུང་ལགཔ་གཡོན་མ་གིས་མགུ་ཉོ་གཡསཔ་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ཕུག་དགོ།			
༤.༡༦	ལགཔ་གཉིས་ཚར་གིས་མགུ་ཉོ་གཡསཔ་གཡོན་ཚར་གསུམ་ཕུག་ཞིན་མ་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་ཤུབ་ཞིན་མ་ལས་གཡསཔ་གཡོན་སྤྱིང་ལོག་ཕུག་ལྷག་ལོག་ལུ་ལག་མཚུབ་བརྒྱུང་སྟེ་བརྒྱུང་དགོ། ལོག་ལག་མཐིལ་གྱིས་བྱང་ལོག་ཕུག་སྟེ་ལོང་ཞིན་མ་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་བཤུབ་ཞིན་མ་ལས་ཨ་ལུ་ས་ཁར་བརྒྱུང་སྟེ་ཡར་ལོང་དགོ།			
༤.༢༣	རྒྱུང་གཡསཔ་པའི་རྟིང་པ་ཨ་ལུ་གུར་ཚར་གཅིག་བརྒྱུང་ཞིན་མ་ལས་གཤོང་ཁ་ཐུག་ལུ་གཡསཔ་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ད་ཀྱུག་དགོ། གཡོན་མ་གྱིས་རྒྱབ་ཁ་ཐུག་ལུ་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ད་ཀྱུག་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་པའི་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་གྱང་ཐོག་ལས་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་ བཞག་འབད་དེ་དབུགས་བཏང་དགོ།			
	ལྷ་རྒྱུ་གྲེན་འབྲུད།			
༤.༣༨	ཀངམ་དོ་རྗེ་སྐྱེལ་གྱང་འབད་སྔོད་དགོ།			
༤.༣༩	རྒྱང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༤༠	རྒྱང་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་རྒྱང་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་བསྐྱེམས་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	རྒྱལ་ཤོ་རྩི་ལུ་གྲུང་འབད་སྡོད་དགོ།			
༤.༤༦	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༤༧	དབྱུགས་བཀག་པ་དང་གཅིག་ཁར་ཡར་ལོང་སྟེ་ལག་མཚུབ་གཉིས་པར་རྒྱུར་ བསྐོལ་ཏེ་སྤྱི་གཙུག་ལུ་བཀག་ ཀི་ལི་གཉིས་ཕུག་ལྷག་གཡམས་གཡོན་ལུ་ཕྱང་ ཁོད་སྡོད་གཡམས་གཙུག་གཡོན་གཙུག་ཚར་ལུ་རེ་འབད་དགོ།			
༤.༤༨	ཅེ་བར་སྡོད་དེ་ རྒྱལ་ཤོ་རྩི་ལུ་ལགཔ་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལས་ དབྱུགས་ འགྲོས་ཀྱིས་འབད་བཏང་དགོ།			
	བརྒྱུང་བསྐྱུམ་བྱུང་འཇུག།			
༤.༤༩	རྒྱལ་ཤོ་རྩི་ལུ་གྲུང་འབད་སྡོད་དགོ།			
༤.༥༠	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༥༡	ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲུ་སྟེ་རྒྱུང་བཟུང་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུང་བརྒྱུ་ ཕུས་མོ་གཉིས་གཅིག་ཁར་སྤར་ རྒྱུང་པ་ཡར་འབྱུ་ཞིན་མ་ལས་བརྒྱུང་བསྐྱུམ་བྱུང་ འཇུག་ཚར་༡༠འབད་དགོ།			
༤.༥༢	དཀྱིལ་གྲུང་སྟེ་སྡོད་དེ་ལགཔ་མཉམ་བཞག་ཐོག་ དབྱུགས་འགྲོས་ཀྱིས་འབད་ བཏང་དགོ།			

༥ བད་གཞི་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ལུས་སྡོད་།

ཨང་།	བྱ་སྡོད་རིམ་པ།	སྤྱི་གཙུག་ལུ་		
		༡	༢	༣
	སྤྱི་མཉམ་ལུ་			
༥.༡	རྒྱལ་ཤོ་རྩི་ལུ་གྲུང་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་སྡེ་ རྒྱུང་གསང་ཚུ་གུར་དུས་ཡུན་སྐར་མ་ ³ གི་རིང་འཕུར་དགོ།			
4.4	ལགཔ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྡོད་དགོ།			
	ཐོ་རྒྱལ།			
4.5	རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུལ་གུང་འབད་སྡོད་དགོ།			
4.6	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.7	དབུགས་བཀགཔ་དང་གཅིག་ཁར་ ཡར་ལོང་ཞིན་མ་ལས་ ལག་མཚུབ་གཉིས་བསྡོལ་ཏེ་ལྷག་གོ་གུར་ལས་གཡས་བསྐྱོར། (ཚར་གསུམ)			
4.8	གཡོན་བསྐྱོར།(ཚར་གསུམ)			
4.9	ཅ་བར་སྡོད་དེ་རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུང་དང་ དབུགས་ཐོས་ཀྱིས་སྡེ་བཏང་ཐོག་ལས་ ལགཔ་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྡེ་སྡོད་དགོ།			
	གསོ་བ་ཁྲིམ་ན།			
4.10	རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུལ་གུང་འབད་སྡོད་དགོ།			
4.11	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.12	དབུགས་བཀགཔ་སྡེ་ ཡར་ལོང་ཞིན་མ་ལས་ གཟུགས་སྤང་བུང་ཁོག་བཙོར་ ལགཔ་གཉིས་ཀྱིས་གཡས་གཡོན་སྐྱོར་སོར་སྡེ་རྒྱབ་གདོང་ཚར་ལྷ་རེ་བརྟུང་དགོ།			
4.13	ཅ་བར་སྡོད་དེ་ དབུགས་འཐོས་ཀྱིས་སྡེ་བཏང་ཐོག་ལས་ རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུང་ ལགཔ་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྡོད་དགོ།			
	རྒྱུ་མིག།			
4.14	རྒྱུང་རོ་རྗེ་རྒྱུལ་གུང་འབད་སྡོད་དགོ།			
4.15	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.16	ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གམ་ཐོག་རྒྱུང་བཟུང་སྡེ་མིག་འབྲས་ཐད་ཀར་དུ་བལྟ་ཞིན་མ་ལས་གཡས་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ།			
4.17	མིག་འབྲས་ཐད་ཀར་བལྟ་སྡེ་གཡོན་བསྐྱོར་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་ལགས་གཉིས་མཉམ་བཞག་དང་གཅིག་ཁར་དབྱགས་གཏང་དགོ།			
	གྲུ་གྲུ་བརྒྱུང་བ།			
4.21	རྒྱུ་ཚུ་རྩིས་ལྡུང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.22	རྒྱུ་རེ་སེལ་དགོ།			
4.23	ལགས་གཡོན་མ་གཡས་པའི་ཕྱག་ལྷག་གྲུར་བཀའ་ལགས་གཡས་པ་མཛོ་ཕུ་ བཅམ་ཞིན་མ་ལས་ཨེ་ཙི་འོག་ལུ་བཙུགས་ཀི་ལི་མཚན་ལོགས་བརྒྱུང་དགོ།(ཚར་ གསུམ)			
4.24	ལགས་གཡས་པ་གཡོན་པའི་ཕྱག་ལྷག་གྲུར་བཀའ་ལགས་གཡོན་མ་མཛོ་ཕུ་ བཅམ་ཞིན་མ་ལས་ཨེ་ཙི་འོག་ལུ་བཙུགས་ཀི་ལི་མཚན་ལོགས་གྲུར་བརྒྱུང་ དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.25	ལགས་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་མཛོ་ཕུ་བཅམ་ཞིན་མ་ལས་ཨེ་ཙི་འོག་ལུ་ བཙུགས་སྟབས་གཅིག་ཁར་ཀི་ལི་མཚན་ལོགས་གྲུར་བརྒྱུང་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.26	ཡར་ལོང་སྟེ་ལགས་གཉིས་སྟར་བཅམ་ཞིན་མ་ལས་ཕུས་མོ་གྲུ་བཀའ་བྱང་ལོག་ བཙོར་ཏེ་ལགས་སྟར་བཅམ་ཡོད་མི་འདི་ཕུས་མོ་གྲུ་ལས་ཡར་མདའ་གཞུ་ བཀའ་དོ་བཟུམ་སྟེ་འབྲེན་ཏེ་ཡར་ཚུར་སྤྲིང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ལགས་སྟར་ བཅམ་ཡོད་མི་འདི་བརྒྱུང་དགོ། གཡས་གཡོན་བསྐྱོར་སོར་(ཚར་གསུམ་རེ)			
4.27	ཚུ་བར་སྟོན་དེ་རྒྱུ་ཚུ་རྩིས་ལྡུང་དང་ལག་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྟེ་སྟོན་དགོ།			
	སྟེག་མོ་དབྱེ་བ།			
4.28	རྒྱུ་ཚུ་རྩིས་ལྡུང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.29	རྒྱུ་རེ་སེལ་དགོ།			
4.30	དབྱགས་བཀའ་ཞིན་མ་ལས་དཀྱིལ་གྲུང་བལྟུ་སྟེ་ཡར་ལོང་ལགས་གཞུ་ལར་ འཕྲུ་རྟེན་ལྷུ་ལར་བཅགས་དང་གཅིག་ཁར་ལགས་འགྲོས་ཀྱིས་འབད་ལྷུ་བ་			

	ཁ་ཐུག་བཏང་ལོག་གཟུགས་དང་ལག་ཡར་ཡར་སྟེ་གདོང་ཁར་བཀྲུག་པ་དང་ ལག་མཚུབ་འདི་རྐང་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་རྐང་མ་ གཡམས་པའི་ལོང་བུ་ལུ་སྟོད་པ་སྟེ་བཀལ་དགོ། གཡམས་གཡོན་བསྐྱར་སོར་ཚར་ གསུམ་རེ།			
པ-༣༢	གཟུགས་སྤང་ལག་པ་གཡོན་མ་གནམ་ཁར་འཕྱར་ཕྱ་དང་གཅིག་ཁར་ལོང་སྟོད་ གཡོན་ཁ་ཐུག་གཟུམ་ཞིན་མ་ལས་ལག་པ་གཡམས་པའི་མཚུབ་མོ་རྐང་མ་གཡོན་ པའི་ཐེབ་མཚུབ་ཚུན་བཀལ་དགོ། གཡམས་གཡོན་བསྐྱར་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་ རྐང་མཚུབ་ཅེ་ལས་ཡར་འཐུ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱབ་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་སྐྱར་ཚར་གསུམ་དང་གཡོན་སྐྱར་ཚར་གསུམ་གཟུགས་ ལོང་སྟོད་དང་སྟུགས་བསྐྱར་དགོ།			
པ-༣༥	ཅུ་བར་སྟོད་དེ་ དབུགས་འགྲོས་ཀྱིས་སྟེ་བཏང་ཐོག་ལས་ རྐང་མ་རྩོ་རྩེ་སྐྱེལ་ཀྱང་ ལག་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོད་དགོ།			
	མཐེ་བོང་རྟེན་པ།			
པ-༣༦	རྐང་མ་རྩོ་རྩེ་སྐྱེལ་ཀྱང་འབད་སྟོད་དགོ།			
པ-༣༧	རྒྱང་རོ་སེལ་དགོ།			
པ-༣༨	དབུགས་བཀག་པ་དང་གཅིག་ཁར་ཡར་ལོང་སྟེ་ རྐང་མ་གཡོན་མ་གདོང་ཁར་ བཞག་ལག་པ་གཡམས་ལུ་རྩོ་རྩོ་གཡུག་དོ་བཟུམ་གཡོན་སྐྱར་སྟེ་གཡུག་པ་དང་ གཅིག་ཁར་ལག་པ་གཡོན་མ་གྱིས་རྒྱབ་ལུ་མཚོ་སྐྱེལ་བཟུང་དགོ་མཚོ་སྐྱེལ་ཚར་གསུམ་			

	བརྩམ་ཅིག་བཞི་པ་བརྩམ་དང་གཅིག་ཁར་ལག་པ་གཡས་པ་གཡུག་སྡོད་མི་དེ་ ཡང་གདོང་ལ་ཐུག་ 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་ དབུགས་སྡོད་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	དབུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཉིས་ཆ་རའི་མཚུབ་མོ་ རང་སྟོགས་ཀྱི་ ཕྱག་ལྟག་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་ལྟག་གུ་རང་བཞག་སྟེ་ དཀྱིལ་ལི་གཉིས་གདོང་ལ་ཐུག་ མཐུད་པ་ ལོག་དཀྱིལ་ལི་གཉིས་གདོང་ལ་ལས་ཡར་འབྲུ་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱབ་ལ་ ཐུག་བསྐྱར་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.46	དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལོག་གདོང་ལ་ལས་མར་རྒྱབ་ལ་ཐུག་བསྐྱར་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.47	དབུགས་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	དབུགས་བཀག་པ་དང་ཅིག་ཁར་ ལག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཚུབ་མོ་གི་ལི་གཡས་ གཡོན་གུར་བཟུང་ མཐུ་ཏོ་སྐྱི་གཙུག་ཚུན་བཀལ་ཞིན་མ་ལས་རྣམ་ཅོ་གཡས་ གཡོན་གུར་ཚར་ལུ་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་ཁྲག་གྱུར་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ ཕྱག་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།			
	སྐྱིད་བྱ་འཕུད་པ།			
4.50	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.51	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.52	དབུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཡོན་མཁྱིས་ཕྱག་ལྷག་གཡས་པ་གྱུར་ བཟུང་ལག་པ་གཡས་པ་གིས་ཕྱས་མོ་གཡོན་མ་གྱུར་བཟུང་། ཁོད་སྟོན་གཡས་ གཡོན་གཟུས་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.53	ལག་པ་གཡས་པ་གིས་ཕྱག་ལྷག་གཡོན་མ་གྱུར་བཟུང་། ལག་པ་གཡོན་མ་གྱིས་ ཕྱས་མོ་གཡས་པ་གྱུར་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་རྒྱུད་སྐྱུར་པ།			
4.55	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.56	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.57	དབུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ཡར་ལོང་སྟེ་ རྒྱུང་པའི་རྟིང་མ་ཡར་སེང་མ་དང་ གཅིག་ཁར་ ལག་མཚུབ་བསྐྱོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ལྟེ་བ་ལས་ཡར་ཕྱི་ཀེ་འབད་སྐྱི་ གཟུག་ཚུན་བཀལ་སྐར་ཆ་དགི་རིང་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ལོག་མར་སྟེ་བའི་གྱུར་ བརྟེན་སྟེ་ཐོང་གཉིས་གྱིས་ལྷེས་འཕུར་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.58	ཚུ་བར་སྟོན་དེ་སྐྱིལ་གྱུང་སྟེ་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ དབུགས་བཏང་ དགོ།			
	རྩོམ་འགྲེལ།			

4.63	ཀངས་དོ་རྗེ་རྒྱལ་ཀྱང་འབད་སྟོད་དགོ།			
4.64	རྒྱང་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་རྒྱིད་ཁྲུང་གཉིས་ལུ་བརྱུང་ དེ་ལས་ཡར་ ཡོང་སྟེ་ ཀངས་བསྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ཕྱང་སྟོད་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ རྒྱིད་ཁྲུང་བརྱུང་མ་བརྱུང་ས་རང་གཡམ་ཁ་ཐུག་ལས་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱར་ཁར་ མཐོང་རྒྱུགས་སྟེ་ཚར་གཅིག་བསྐྱར་གཡོན་ཁ་ཐུག་ལས་གཡམ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱར་ ཁར་མཐོང་རྒྱུགས་སྟེ་ཚར་གཅིག་བསྐྱར་ཞིན་མ་ལས་ཅུ་བར་སྟོད་དགོ།(ཚར་ གསུམ)			
4.66	ཀངས་རྒྱལ་ཀྱང་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་དབྱུགས་བཏང་དགོ།			
	ཚུ་སྟོན་བརྒྱུང་བསྐྱམས།			
4.67	ཀངས་དོ་རྗེ་རྒྱལ་ཀྱང་འབད་སྟོད་དགོ།			
4.68	རྒྱང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.69	དབྱུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་བྱང་ལོག་གྱུར་ བཞག་ཀངས་གཉིས་ཆ་ར་བརྒྱུང་མཚུབ་མོ་ཕྱང་སྟེ་ཕུས་མོ་གི་རྒྱར་གཉིས་སར་ རེག་ཅམ་འབད་ ཀངས་རྒྱིང་གསང་གནས་རྒྱན་རྒྱང་འཇུག་བསྐྱམ་པའི་སྐབས་ རྒྱུད་པ་ཡང་ཚར་རེ་ཕྱང་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.70	དེ་བརྩམ་སྟེ་གཡམ་བརྒྱུང་གཡོན་བསྐྱམ་ གཡོན་བསྐྱམ་གཡམ་བརྒྱུང་ཚར་ ༡༠འབད་དགོ།			
4.71	ཡོག་ཀངས་གཉིས་ཆ་ར་བརྒྱུང་ ཀངས་པའི་རྒྱིང་པ་ཡར་འབྱུ་ ཀངས་མཚུབ་གཉིས་ ཆ་ར་སྤྱིང་ཞིན་མ་ལས་གཡམ་སྟོར་ཚར་གསུམ་ གཡོན་སྟོར་ཚར་གསུམ་ བསྐྱར་ ཡར་མར་ཚར་གསུམ་བཀྱག་དགོ།			
4.72	ཀངས་རྒྱལ་ཀྱང་ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་རྒྱང་རོ་གཏང་དགོ།			

ལམ་སྟོན་ལྔ་པ།
གསེར་ཁབ་དང་རྩྭ་གས་རིགས།

གསེར་ཁབ་དང་ཚུགས་རིགས།

དམིགས་ལུལ།

གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ་དེ་ལས་མེ་བཙའ་། མེ་བཙའ་ཀྱབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྐྱེའི་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་བཙའ་ཀྱི་གསལ་དམིགས་ཚུ་ཤེས་ནི་དང་ལག་ལེན་
 འབྲས་ཚུགས་ནི།

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

	བྱ་རིམ།	སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
༤.༡	སློབ་འགྲའི་བྱ་རིམ།			
༤.༡.༡	ནད་པ་ལུ་ངག་འཇམ་འཇུམ་དཔྱལ་གྱི་སློ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དེ་རྒྱ་ཁྱིམ་གྱི་ལོ་ལྟེ་ལྟེ་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་ལ་ 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་ཚེས་གངས་དང་འབྲིལ་ སླ་གནས་ག་རྟེ་ཕོགས་བཟུང་དགོ།			
༤.༡.༥	ནད་པ་ལུ་གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་དགོ་པའི་སློབ་གོ་བཅུ་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།			
༤.༡.༡	བསྐྱེད་གི་སྐྱབས་འགོ་བྱས་དལ་རན་ཏོག་ཏོ་སྤྲོ་བཟུང་དགོ།			
༤.༡.༢	གཙང་སྤྲོ་དང་ལྷན་མ་སྤྲོ་ལག་པ་གཡས་པ་གྱིས་འཛིན་མ་གྱི་གཡུག་པ་ལས་ བཤེད་དེ་འཛིན་མ་གྱིས་སྤྲོ་གསེར་ཁབ་འབྲུ་དགོ།			
༤.༡.༡༠	འགོས་ནད་ལས་བསྐྱེད་ནིའི་དོན་ལུ་གསེར་ཁབ་གྱི་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་ ཚྱུ་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་མ་གྱི་བཤེད་དེ་ཁབ་གྱི་ 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་བརྟུན་ སྟོ་བརྟུག་དགོ།			
༤.༢	ཕྱི་རྗེས་ཀྱི་བྱ་རིམ།			
༤.༢.༡	ཟས་སྟོན་སོགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ། <ul style="list-style-type: none"> ➢ ཉིམ་༣་ཀྱི་རིང་གཟུགས་ཚུ་འཁྱུ་མ་བརྟུབ་སྟེ་སྐབ་དགོ། ➢ ཉིམ་༡་ཀྱི་རིང་ཚུ་སྟོལ་མ་གཏོགས་ཚུ་བསིལ་འཕུང་མ་བརྟུབ་སྟེ་ སྐབ་དགོ། ➢ ཆང་རིགས་ཚུ་འཕུང་མ་བརྟུབ་སྟེ་སྐབ་དགོ། ➢ གསེར་ཁབ་ཚར་ག་དེ་ཅིག་བརྒྱབ་དགོས་ཨིན་ན་ཚུ་གོ་བདེ་ འཕྲོད་པ་སྟེ་སྐབ་དགོ། 			

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

	བྱ་རིམ།འཇམ་རྩུབ་དཔྱད་ཀྱི་མདོ།	སྐྱག་ལམ།		
		༡	༡	༠
༤.༡	སྟོན་འགྲོའི་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་བརྟུག་དགོ།			
༤.༡.༢	ནད་པའི་ཐོ་དབ་ནང་ ནད་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་གྲུ་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་ སྡོད་བརྒྱུག་དགོ།			
༤.༡.༤	གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ་མ་བརྒྱབ་པའི་ཉེ་མར་ཚོས་གྲངས་དང་འཁྲིལ་ སྤྲོ་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་ཀྱིས་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་སྤྲོ་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་མཐུན།			
༤.༢.༡	ནད་དམིགས་གྲུ་གདབ་པའི་སྐབས་ལུ་གསང་དམིགས་ལུ་འགྲམ་སྤེལ་བརྒྱབ་ ནི་ཨིན་མའི་ནད་ལས་དང་པ་ར་སྤོགས་བཞི་བརྒྱབ་ཉེ་ དེ་ལས་སྤྲུག་གི་ གསང་དམིགས་རོ་མ་གྲུ་བརྒྱབ་དགོ། བརྒྱབ་པའི་ཡུན་ཡང་དུས་ཡུན་ཨོ་ཨུ་ ཚུ་ཚར་ལྷ་བཟུངས་ཚར་བའི་རིང་བཞག་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་འཚོག་སྤྲོག་ ཟེར་འཐོན་པའི་རིང་བཞག་དགོ།			
༤.༢.༢	ལུ་འགྲམ་སྤེལ་བའི་སྐབས་ལུ་བར་ན་ས་སྡོད་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་གྲུ་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་བསྟུམ་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་ལྷན་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་བསྐྱབ་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་ལྷན་གསེར་ཁབ་ལག་ལེན་འབད་ཐངས་གྱི་བྱ་སྟེའི་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	བླ་གནས་དང་ཉ་སྟོང་བརྒྱད་གསུམ་ཕོག་མ་ཕོག་བལྟ་དགོ།			
4.1.4	ནད་པ་སྐྱེ་ལྡན་གསེར་ལབ་རྒྱབ་སའི་སྟོང་གི་གྲུ་རང་གི་ལོ་ལྷའི་ཕྱོགས་སུ་ གདོང་གཏང་དེ་བདེ་ཉོག་ཉོ་སྟེ་སྟོང་བརྒྱད་དགོ།			
4.1.5	གསེར་ལབ་དང་འཛིན་མ་ མེ་གོག་ སྐྱ་བ་ཚུ་ལྷ་སྐྱིག་འབད་དགོ།			
4.1.6	ཚད་འཇལ་ཉེ་སྤྱི་གཙུག་གི་གསང་དམིགས་གཏན་འཁེལ་བཟོ་དགོ།			
4.1.7	གསེར་ལབ་འདི་སྐྱ་བ་བཟོ་ཡོད་པའི་སྐྱུག་ལས་མར་བརྒྱགས་ཞིན་ན་ ལབ་ ཀྱི་མཚུག་ཉོ་གཙུག་སྟོར་གྱི་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྐྱིལ་ཞིན་ལས་ སྐྱ་བའི་ཚེ་ རྗེས་སྟེ་བཟོ་སྟེ་སྐྱར་དགོ།			
4.1.8	སྐྱ་ལྡན་གསེར་ལབ་བརྒྱབ་ཞིའི་དོན་ལུ་ ལག་པ་གཡོན་མ་གིས་ལབ་ཡར་ འབྲུ་སྟེ་གསང་དམིགས་གྲུ་ཡ་ཡོ་མེད་པར་འཕྲང་སྟེ་བཀལ་བཞག་ཞིན་ན་ འཛིན་མ་གྱིས་བརྒྱབ་བཞག་དགོ།			
4.1.9	སྐྱ་བའི་མེ་རོ་ལས་ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་སྐྱ་མེའི་འོག་ལུ་ཤོག་གདན་མཚུག་པོ་ འཐིང་བཞག་དགོ།			
4.1.10	སྐྱ་བའི་ཚེ་གྲུ་མེ་གོག་གིས་སྟེ་མེ་སྐར་ཉེ་ སྐྱ་བ་འཚིག་མ་ཚར་གྱི་རིང་བཞག་ དགོ། ཨིན་རུང་ནད་པའི་གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་སྐྱ་བ་མཚམས་འཛོག་ འབད་ནི་ཚུ་རིག་པས་དཔུང་དགོ།			
4.1.11	སྐྱ་བ་མེ་སྐར་པ་ཅིག་ མེ་བཙའི་སྐྱབས་འགོ་དང་ སྐན་སྤྱིའི་གཞུངས་སྐྱགས་ བཟུང་ནི་འགོ་བརྒྱུགས་ཉེ་སྐྱ་བ་འཚིག་མ་ཚར་གྱི་རིང་བཟུང་དགོ།			
4.1.12	སྐྱ་མེ་འཚིག་ཚར་ཉེ་ལབ་གྲུ་བྱོད་གྲང་སུ་འགྲོམ་ཅིག་ལབ་དང་ཤོག་གདན་ ཡར་འབྲུ་སྟེ་ལབ་དང་འཛིན་མ་བཞག་སའི་སྟོང་ག་ཨིན་མི་ནང་བཞག་ ཞིན་ལས་མཐེ་བོང་གཡལས་པར་འཕུ་བཏབ་སྟེ་མཐེ་བོང་གིས་ལབ་ བརྒྱབས་ཤུལ་མནན་ཉེ་རྒྱས་གདབ་དགོ།			
4.2	ཕྱི་རྗེས།			
4.2.1	མཚུག་བསྐྱའི་སྟོན་ཚིག་འདི་གསེར་ལབ་དང་ཅོག་འཐད་པ་སྟེ་བཟོ་དགོ།			

4.2.1	ཉིན་ཞག་གི་རིང་གཟུགས་འཕྲུལ་མེད་སྤང་དགོ་པའི་ཁར་ རྒྱ་སྐོལ་ཚོང་ འཇམ་སྤེལ་འཕྲུང་དགོ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
4.2.2	སྤྲ་ལྷན་གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་པའི་ལུལ་ལུ་ ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་རིང་ བཟའ་ འཕྲུང་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།	སྐྱགས།		
		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་རྒྱ་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་རྒྱ་སྐྱིག་འབབ་དགོ།			
6.1.5	ནད་དམིགས་གྲུ་སྐྱིག་གནས་དང་ཚེས་ཉ་སྟོང་བརྒྱུད་རྒྱ་སྐྱིག་མ་ཐོག་བཟུ་དགོ།			
6.1.6	ཚོན་ ཆག་ སོར་ལ་སོགས་པ་གིས་འཇམ་ཏེ་ནད་དམིགས་གཏན་འཁེལ་ བཟོ་སྤྲེལ་གསལ་བཀལ་དགོ།			
6.1.7	སྤྲ་བ་ཏེ་མ་ལས་གྲུ་སྐྱིག་སྤེལ་བཞག་ཡོད་མི་འདི་ལག་གིས་འཕྲུ་སྤེལ་གསལ་ དམིགས་གྲུ་བཀལ་ཏེ་ནད་པ་མ་སྤྲར་བར་སྐོལ་བརྒྱུག་དགོ།			

6.7.1	སྐྱབ་བརྒྱབ་ཐངས་ནང་བཅད་བསྐྱེད་དང་ཐད་བསྐྱེད་ཟེར་ཁག་གཉིས་སྡེ་ ཡོད་པ་ལས་ཐད་བསྐྱེད་འདི་སྐྱབ་བ་ཐད་ཀར་ནད་དམིགས་གྲུ་བཀལ་དགོས་ དང་ བཅད་བསྐྱེད་དེ་སྐྱོན་དང་སྐྱོན་པ་གང་རུང་འཐིང་སྟེ་བརྒྱབ་དགོ།			
6.7.2	སྐྱབས་འགོ་སེམས་སྐྱེད་དང་སྐྱོན་གྲེའི་གཟུངས་སྐྱེད་པ་མཚུགས་ མ་བསྐྱེད་ཚུན་སྐྱོན་གོ་ཙམ་སྟེ་བཟང་དགོ།			
6.7.70	སྐྱབས་འགོའི་ཚིག་བཟང་ནི་འདི་དཔུང་བཙམ་ལམ་སྟོན་ཤོག་གངས་ལྷོ་ ནང་ཡོད་མི་ལྟར་ སྐྱབ་པའི་གྲུ་མེ་སྐར་ཉེ་སྐྱབ་པ་མ་ཚོགས་ཀྱི་རིང་བཟང་དགོ།			
6.7.71	སྐྱབ་དང་པ་ཕྱེད་དེ་ཅིག་འཚིག་ཚར་མ་ད་ ད་རུང་གཉིས་པམ་ལུ་མེ་སྐར་ནི་ དང་། གཉིས་པམ་ཕྱེད་འཚིག་ཚར་མ་ད་གསུམ་པ་རིམ་བཞིན་སྐྱབ་པ་ག་དེ་ ཅིག་ཡོད་པ་ཅིག་དེ་སྟེ་སྐར་དགོ།			
6.7.72	སྐྱབ་འཚིག་ཚར་མ་ད་རིམ་པ་བཞིན་སྐྱབ་པ་ལ་མགོས་གསལ་སྟེ་དེ་གྲུ་འཕུ་ བཏབ་སྟེ་མཐེབ་རྗེས་མནན་དགོ།			
6.7.73	མེ་བཙའ་བརྒྱབས་ཚར་མ་ཅིག་ཡོ་ལྟའི་ཕྱོགས་ལུ་གོས་པ་བདུན་སྟོ་བཅུག་ དགོ།			
6.2	ཕྱི་རྗེས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ།			
6.2.1	སྐྱབ་བརྒྱབས་པའི་ཤུལ་ལུ་ཉིན་བཞག་གཅིག་གི་རིང་ཚུ་སྐོལ་འཐུང་དགོས་ ལས་ཚུ་ཁོད་མ་དང་བཞེས་སྐོ་ཁོད་མ་གྱི་རིགས་སྐར་དགོ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཕྱིན་ དགོ།			
6.2.2	ཉིན་གངས་ལྷོ་ཀྱི་རིང་གཟུགས་འཕྱུ་ནི་ཚུ་མ་བཏབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཕྱིན་དགོ།			
6.2.3	སྐྱབ་བརྒྱབས་ཚར་པའི་ཤུལ་ལུ་དག་ཤུལ་གྱི་ལུ་འབད་དེ་གཟུགས་ཁ་ལས་ རུལ་ནག་བཏོན་ནི་ཚུ་ཉིན་ཞག་སྐྱེད་གཅིག་གི་རིང་འཛོམ་དགོ་པའི་ བསྐྱབ་བྱ་ཕྱིན་དགོ།			
6.2.4	གལ་སྲིད་སྐྱབ་པ་ལས་བརྟེན་ནད་པའི་གཟུགས་ཁར་མ་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་དཔུང་ བཙམ་འགོ་དཔོན་དང་ ཡང་ཅིན་རུང་འཚོ་ཚུ་ལུ་སྐྱོན་ལུ་འབད་དགོ།			

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

བློ་གཏོར་གྱི་ལམ་ལུགས་

- ལྷན་པ་བརྒྱུ་ཐངས་ནང་བཅད་བསྐྱེད་དང་ཐང་བསྐྱེད་ཟེར་ལག་གཉིས་སྤེལ་ཡོད་པ་ལས་བཅད་བསྐྱེད་
 འདི་ལྷན་པ་དང་ནང་དམིགས་ཀྱི་བར་ན་སྐྱ་སྐྱེའི་ལེབ་མོ་སྤེལ་འཕྲོས་འཕྲོས་བཀའ་ཉེ་དེ་གུ་ལྷན་པ་
 བཀའ་ཉེ་བརྒྱུ་དགོས་ཡིན།
- ལྷན་མེ་སྤར་ཐངས་འདི་གོང་གསལ་ལྟར་དབྱེ་བ་མེད་ཅུང་ བློ་བཟང་ལུ་ཐང་ཀར་མི་འཚོག་ཞིའི་ཐབས་
 ལམ་འདི་བཅད་བསྐྱེད་འདི་ཡིན།
- ལྷན་པའི་ཆེ་ཆུང་གི་ཚད་གཞི་འདི་གསལ་དམིགས་དང་ནང་གཞི་ཚབས་ཆེ་ཆུང་དང་འབྲེལ་ཉེ་བཟོ་
 དགོས་དང་། ལྷན་པ་བཅད་བསྐྱེད་གི་དོན་ལུ་སྤེལ་བ་སྤེལ་སྤེལ་དགོས་དང་ ཐང་བསྐྱེད་ལུ་ལྷན་པ་
 ཆུང་སྤེལ་དགོ།

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

	རིམ་པ།	སྤྲོད་སྤྲོད་		
		༡	༢	༣
༡.༡	ནང་པ་ལུ་གུས་ཞབས་ཀྱི་སྤོ་ལས་གདོང་བསྐྱེད་འབད་དེ་རྒྱ་བྱེད་ བཅུག་དགོ།			
༡.༢	ནང་པའི་མིང་ ལོ་ གཡུས་ ནང་གཞི་ཚུ་ལ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
༡.༣	ལྷན་པ་ཚུ་གསལ་བརྒྱུ་དགོ་པའི་སྤོར་ལས་ནང་པ་ལུ་སྤེལ་དགོ།			
༡.༤	གོ་སྤོད་དང་། ཉིལ་སྐྱེལ། 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་ ནང་དམིགས་གཏན་ཁེལ་བཟོ་དགོ།			
༡.༦	གོ་སྤོད་ཀྱི་བྱུ་མ་འདི་ ཅུས་ལུན་སྐར་མ་པ་དེ་ཅིག་བྱོད་བཏགས་ཞིན་མ་ལས་ འཛིན་མ་གིས་འབྲུ་སྤེ་སྤེལ་བཅོར་ཉེ་སྤེལ་ཐིག་མ་འཛགས་པ་སྤེ་ ནང་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་བརྟུབ་དགོ།			
ཧ.༤	ནད་དམིགས་གཅིག་ལུ་ར་ཚར་ལས་ཤུག་བར་ན་བརྟུབ་དགོཔ་དང་། ལན་ ཐངས་མེ་གི་དུས་ལུན་དེ་ཚ་བྱོད་ཆེ་སུ་ཡོད་པ་ཅིན་ རིང་སུ་དང་ཚ་བྱོད་ཚུང་ སུ་སྡེ་ཡོད་པ་ཅིན་དུས་ལུན་བྱང་སུ་སྡེ་བཀལ་དགོ།			
ཧ.༥	སྐྱུམ་ཚུགས་བརྟུབས་ལུ་ལུ་ཆགས་ཡོད་པའི་སྐྱུམ་རོ་ཚུ་ཀ་བལ་གྱིས་ འཕྲག་སྟེ་ལུན་སྟེན་མ་དག་པའི་ནམ་པ་མེད་པ་བཟོ་དགོ།			
ཧ.༡༠	སྐྱུམ་ཚུགས་རྒྱབ་ཚར་བའི་ལུ་ལུ་ བཞེས་སློབ་བྱོད་བརྟུད་དང་ལུན་ཏོག་ཏོ་ སྟེ་ ཟད་གོཔ་དང་ ལ་ཟས་ཁོད་མ་གྱི་རིགས་ཚུ་བསྟེན་མ་བརྟུབ་པའི་བསྟུབ་ བྱ་བྱིན་དགོ།			

ལམ་སྟོན་དུག་པ།
ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བདེ།

1 ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེ་བ་ཚུ་ལྱི་ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོབ་སྐྱོང་གི་ལམ་ལུགས་ལམ་སྟོན།

1.1 རྒྱལ་ཁྲུངས།

ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བཟུང་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་ལཱ་དང་ བཀ་ལུན་རིགས་ལཱ་ སྐྱེན་ཚུ་རིགས་ལཱ་ ཚུ་ཚན་རིགས་ལཱ་དང་ལཱ་ན་པའི་རི་བོ་ཡོད་དོ་ཟེར་མི་འདི་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་ཚུ་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་ཚུ་ནང་འགྲོ་དགོས་ ཡིན། དེ་ཡང་ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེ་བ་ཚུ་ལྱི་ཕྱིར་སྐྱོང་དང་དགོས་པ་ སྤྱིར་ཚུ་ཚན་འདི་ལུ་ རང་བྱུང་ཚུ་ཚན་དང་བཅོས་ མའི་ཚུ་ཚན་ཟེར་ནམ་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ ད་ལྟོ་སྐབས་སུ་བབས་པ་ རང་བྱུང་ཚུ་ཚན་དང་སྐྱེ་བ་ཚུ་ལྱི་ སྐྱོར་ལས་སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་ནི་ཡིན།

1.2 དམིགས་ལུ་ལ།

ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོང་བཟུང་འདི་མཚུག་བསྐྱེད་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས།

- ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེ་བ་ཚུ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེ་བ་ཚུ་གཉིས་ཀྱི་ཕན་ལུ་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེ་བ་ཚུ་གང་རུང་ སྤང་ཐངས་དང་ སྤང་རུང་བའི་དུས་ཚོད་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེ་བ་ཚུ་ལྱི་ཕྱིར་སྐྱོབ་སྐྱོང་ཚུ་ལྟོ་ལོ་འཛིན་འབད་ཚུགས་ནི།

1.3 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་ལཱ་དང་ བཀ་ལུན་རིགས་ལཱ་ སྐྱེན་ཚུ་རིགས་ལཱ་ ཚུ་ཚན་ ບིགས་ལཱ་དང་ལཱ་ན་པའི་རི་བོ་ཡོད་དོ་ཟེར་བའི་སྐབས་ སྐྱེན་ཚུ་རིགས་ལཱ་དང་ ཚུ་ཚན་རིགས་ལཱ་ལྟོ་སྐྱོབ་ སྐྱོན་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་འབད་དགོ།

1.4 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་མོད་སྐབས་ཚུ།			
		ཡ་མ་སྐབས་ཚུ།			
		བད་ཀའ་སྐབས་ཚུ། མཁའ་འགོ་སྐབས་ཚུ།			
		སྤྱི་ཚ་ཚུ།			
༢	སྤུ་ན་ཁ་ཚུ་སྤྱི་གཙུག་ཚ་ ཚུ།	ཚ་ཚུ་རྫོང་གོང་འོག་༢། བྲ་ཚ་ཚུ།			
༣	སྤུ་ན་ཁ་གོ་མ་ཚ་ཚུ།	ཚ་ཚུ་རྫོང་གོང་འོག་༢། གོ་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་སྤོང་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་སྐྱན་རང་རང་གི་བོལ་འདི་ཚ་ཚུའི་རྒྱ་དང་
འཁྲིལ་བའི་སྐྱན་རྗེས་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་སྐྱན་རྗེས་རྒྱང་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་རྗེས་དང་ཚུའི་གར་ལྷ་བལྟམ་ད་ ཚ་ཚུ་འདི་དངས་ཉོག་ཉོ་ཡོད་ག་ཉོག་མ་ཅན་ཡིན་
ན་ རྗེས་གི་མཐའ་བསྐྱོར་ལུ་སྟོག་ཆགས་དང་རི་དྲགས་འཁོར་མ་འཁོར་ ཚ་ཚུའི་མཚན་
ཉིད་རྒྱུད་གཞུང་གི་ལུང་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ བཏག་དཔུད་འབད་དགོཔ་མ་ཚད་ཤོད་ཚད་ཚུ་
ཡང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

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

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

༡.༥ སྐྱན་ཚུ་སྤྱིར་བཏང་གི་རོས་འཛིན།

སྐྱན་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་ཐངས་འདི་ དྷི་ རོ་ ཐོན་སའི་ཕྱོགས་ ཉ་ལྷིབས་ ལ་དོག་ ལྷིད་ཚད་ མཐའ་སྐོར་
ཚུ་ལས་རིགས་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ཕན་ལུས་ཚུ་བཏག་དཔུད་འབད་དགོ།

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

ཚ་ཚུ་དང་སྐྱན་ཚུ་རོས་འཛིན་ སྟོང་ལུ་འབྲི་ནི་གི་དོན་ལུ་རྒྱུ་ལྷོན་ལུངས་གཞུགས་ ཚ་ཚུ་དང་སྐྱན་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་ལྷིབ་སྟོང་སྟོང་བརྟེན་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་སྐྱུགས།

སྤྱོད་ལཱ་སྐྱུགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་འདི་བརྒྱ་ཆ་ ཚོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ སློབ་དུས་ཀྱི་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་སྐབས་
བསྐོམ་དགོ།

1.11 སྤྱོད་ལཱ་སྟན་ལུ།

སྤྱོད་ལཱ་འདི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྤོང་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་སྤོང་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་སློབ་གཞི་ཀུན་སྤྱོད།

ཕྱིར་བསྐྱོད་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་སའི་ས་གནས་གཞུང་གི་འགོ་ཁྲིད་པ་ཚུ་ལུ་སྟན་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་སློབ་ལས་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་འབབ་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་སྦྱབ།

འགོ་འབྲེན་པ་ཚུ་གིས་ཉལ་ནིའི་དོན་ལུ་སྤྲོས་ཚད་དང་ལྡན་པའི་གྲུར་གྱི་སྒྲིག་རྒྱུ་དགོཔ་དང་ བཟའ་འཕུང་གི་
དོན་ལུ་གཉེར་ཚང་ཚུ་ཕྱིས་ཕྱ་ལེགས་ཤོམ་སྤེ་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་སྤེ་ག་
སྒྲིག་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་སྒྲིག་རྒྱུ་
ཉེ་འབག་དགོཔ་དང་ གོང་གི་དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་ཉེ་ལག་ལེན་འབབ་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་འབབ་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་ཀྱི་ལག་ལེན་བཅས་ཏེ་གོ་དོན་རྟོགས་དགོས་ག་ནི་བ་གལ་ཅན་ཨིནམ་ལས་བརྟེན་ས་གནས་གྲིང་གཞི་རྒྱུང་ལག་དང་གྲོང་གསར་རྫོང་ལག་དགེ་ལེགས་ཡུག་རྒྱུང་ལག་ནང་ལུ་ལྷོ་སྐྱོན་ལོག་སྐྱོན་ངོས་འཛིན་གྱི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བརྟན་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་བཅས་སྐྱོབ་ཁང་ནང་ལུ་གོ་བ་བརྟན་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་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྐྱོན་འཁྲུངས་ཚུལ་ཚུ་དངོས་སུ་མཚན་མ་མིག་མཐོང་ལག་བབྱང་སྟེ་ཏེ་གོ་རྟོགས་ཞིའི་དོན་ལུ་སྐྱོན་ངོས་འཛིན་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བརྟན་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་ཕྱིང་ཚུད་ནི་ཨིནམ་མ་ཚད་མི་སྟེ་དང་འབྲེལ་བ་འབྲེལ་བའི་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་སོས་པ་བརྒྱུ་ལས་མཐོང་བ་གཅིག་ལྟག་མཐོང་བ་བརྒྱུ་ལས་ཕྱིང་བ་གཅིག་མཚོག་ཟེར་སྐྱོབ་སྐྱོང་ཡོད་དོ་བབྱམ་དངོས་མཐོང་ལག་བབྱང་གི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོབ་སྐྱོང་འདི་ག་ནི་བ་གལ་ཅན་ཨིན།

१.२ དམིགས་ཡུལ།

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

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

ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་སྦྱོང་ནང་ལུ་མ་འབྲེ་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་བརྩམ་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་སྤྲིལ་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་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད་རུང་གཤམ་
གསལ་ལྟར་བརྟུན་སྤྲུལ་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་དགོ།

ཨང་	རྗོང་ཁག།	ས་གནས།	ཉིན་གྲངས།	སྦྱི་ཚེས།	ངན་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།			
		སྐུར་བུང།			
३	དགེ་ལེགས་སྤྱད།	དགེ་ལེགས་སྤྱད།			
		ལྷོམ་གྱི་ཉེ་འདབས།			
		ཚ་རྒྱའི་ཉེ་འདབས་རོངས་ རྒྱའི་ཕར་ཁ་ཚལ་ལུ་འི་ ལྷུམ་རའི་ལྷག་ལས།			
	རྟོགས་བརྗོད་འབྲི་ནི་.....				

१.८ ལྷོག་དོས་འཛིན་གྱི་ཐབས་རིག

ཁྱེད་ཀྱི་ལྷོག་སྐྱོན་གྱི་རྟོགས་བརྗོད་ ལྷོག་གི་དཔེ་རིས་ ལྷོག་དཔོན་མཁས་པའི་ཞལ་རྒྱུན་ རོ་བོའི་བཤད་པ་
 ལྷོག་གི་རོ་དང་རུས་པ་ ཚན་རིག་གི་མིང་དང་ རྟོག་གཉིས་ཤུར་སྐྱུར་ ལྷོག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་བཅས་གྱི་ཐོག་
 ལས་འབད་དགོ།

१.༩ ལྷོག་དོས་འཛིན་གྱི་ཀུན་སྦྱོང།

སྦྱོང་བརྟམ་འགོ་འབྲེན་པའི་སྦོལ་སྦོལ་པ་གིས་གྲོང་གསལ་གྲང་ཐལ་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྦྱོང་བརྟམ་ལྷེ་བའི་ནང་སྐྱོན་
 དོས་འཛིན་དང་བཅད་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 རོས་འཛིན་དབྱེ་ཞིབ་དང་སྤོང་ལཱ་གི་ཀུན་སྤོང།

- སྤོང་རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་སེམས་ལས་བརྗེད་མ་བརྗེད་མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ་
པའི་ཁར་སྤྱུགས་ཡང་སྤོང་ལཱ་འབྲི་སྤྱུགས་དང་བསྐྱེམས་ནི།
- སྤོང་རོས་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་རོས་འཛིན་གྱི་རྟོགས་བརྗེད་ཨིན་པ་ཅིན་གདམ་ཁའི་ཐོག་ལས་སྤོང་སྤོང་མཐའ་༡༠༠འབྲི་ནི་
དང་ཁོག་སྤོང་རོས་འཛིན་ཨིན་པ་ཅིན་གདམ་འབྲུ་འབད་དེ་སྤོང་སྤོང་མཐའ་༥༠རེ་འབྲི་དགོ།

༡.༡༠ 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་བསྐྱེམ་དགོ།

༡.༡༡ 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་ལཱ་འབད་ཡོད་པའི་དོན་ཚན་ཚ་ཚང་ཐོག་ལས་མདོར་བསྟུས་
ཏེ་རེས་གཟའ་སྟེན་པ་ལུ་གསལ་བཤད་ལས་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་གསལ་བཤད་འབད་དགོ།

१.१२ **ཕྱིར་སྐྱོད་སྐབས་སུ་སློབ་གཞི་ཀུན་སྦྱོང།**

ཕྱིར་སྐྱོད་མ་འབད་ཏེ་མ་ས་གནས་གཞུང་གི་འགོ་ཁྲིད་པ་ཚུ་ལུ་སྟོན་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་སློབ་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་འཐབ་འཛིང་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོད་བཞུད་དགོཔ་མ་ཚད་སྤྱོད་རོལ་འཛིན་ལེགས་ཤོམ་འབད་ཚུགས་ནི་གི་
དོན་ལུ་འགོ་འགྲུལ་གྱི་སྐབས་རང་སོ་ཁ་ཐོར་མིན་པར་སློབ་དཔོན་གང་ཡོད་ཀྱི་སྟེ་ཚན་དང་ཅིག་ཁར་འགྲོ་
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་སློབ་ཚོགས་
ནང་ལྟོད་ཞིམ་ལས་ཉེས་ཚབས་ཆེ་ཚུང་དང་བསྟུན་སློབ་ཚོགས་ཀྱི་ཉེས་འགལ་ལམ་ལུགས་ལྟར་དུ་སློབ་དགོ།

१.१३ **བཟའ་འཐུང་དང་ཉལ་ཆས་ལ་སོགས་པའི་མཁོ་སྦྱབ།**

འགོ་འཐུང་པ་ཚུ་གིས་ཉལ་ཁང་གི་དོན་ལུ་སྦྱས་ཚད་དང་ལྷན་པའི་ཀྱར་ཟ་སློབ་ཀྱབ་དགོཔ་དང་བཟའ་འཐུང་
གི་དོན་ལུ་གཉེར་ཚད་ཚུ་ཕྱིས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བཏོན་ཏེ་འབག་དགོཔ་པའི་ཁར་ཅ་ཆས་ཚུ་ཡང་ཕྱིས་བརྟལ་ས་
ཏེ་ལངས་མ་སྟེ་འབག་དགོ།

१.१४ **ཁྱོད་ཆས་ཀྱི་མཁོ་སྦྱབ།**

ཁྱོད་ཆས་དང་ཆར་ལེབས་ལྷན་གཤེར་བཀག་པའི་ལྷམ་ཚུ་རང་གི་བྱ་སྐབས་ག་བདེམ་ཟ་སློབ་ཀྱབ་འབག་
དགོ།

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

ཕྱི་སྐྱེན་དང་ནང་སྐྱེན་གང་རུང་གི་ཐོག་ལས་ བྲག་ཤེད་གཙོག་པའི་སྐྱེན་དང་ རླུང་ལ་གཞོན་པའི་སྐྱེན་ མོ་
སྐྱེན་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 བརྩུན་བསྐྱུས།

གོང་གི་གནད་དོན་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་སྐྱེན་ངོས་འཛིན་གྱི་
ཤེས་ཡོན་གང་ངམ་སྟེ་ནད་གཞི་དང་སྐྱེན་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། $2 \times 3 = 6$	བཀྲམ་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 བྱང་གཞིའི་རྒྱུགས་.....
.....
.....
.....

༡. བྱང་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་སྟེན་ལུ་འབྲི་ཤོག།

༣ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་སློབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཕྲིལ་སྤྲོད་ཁང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་སྟེན་བཅས་འབད་བཞིན་མ་ལས་མཚུགས་བསྟུ་བའི་སྐབས་གདོང་ལེན་དང་མ་འོངས་ལེགས་བསྟུར་གྱི་དོན་ལུ་གཤམ་གསལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་རེའུ་མིག་ནང་བསམ་དཔྱད་དང་སྟེན་ལུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བཀའ་དགོ།

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

༡	བརྟག་དཔྱད་ཁང་། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༢	ཚུ་བརྟག་ཁང་། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༣	བསྐྱེག་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་ སྐྱོད། (...../...../.....)	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།

སྔོ་ལོག་སྐྱེ་དང་ཚ་ཚུ་སྐྱེ་ཚུའི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོད་བདར་སྐྱེ་ལུ་འབྲི་ཤོག།

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

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

༡	ཚ་ཚུ་སྐྱེ་ཚུའི་ ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོད་ བདར།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༢	སྔོ་སྐྱེ་དོས་ འཇིན་ཕྱིར་ བསྐྱོད་སྐྱོད་ བདར།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༣	ལོག་སྐྱེ་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་ལོ་འཛིན་དབྱེ་ཞིབ་འབྲི་ཤོག། (ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོད་བཅས།)

༤ སྐྱོབ་སྐྱོད་པ་ཚུ་སྐྱོབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཕྲིལ་སྲོ་སྐྱེད་དང་ཚོགས་སྐྱེད་ལོ་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། (སྐྱ)	ལོ། (སྐྱ)	སྐྱེད་ལུགས།	དབྱེ་གསོ།
༡				
༢				
༣				
༤				
༥				
༦				
༧				
༨				
༩				
༡༠				
༡༡				
༡༢				
༡༣				
༡༤				
༡༥				
༡༦				
༡༧				
༡༨				
༡༩				
༢༠				
	སྐྱེད་ལུགས་བསྐྱོལ་ལུགས།			

ནང་པའི་གསོའི་གསོལ་ཚོགས།

ཚ་ཚུ་སྐྱེན་ཚུ་དོས་འཛིན་དབྱེ་ཞིབ་འབྲི་ཤོག། (ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བཅས།)

ཟེ སྐོབ་སྐྱོང་པ་ཚུ་སྐོབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་དེ་
 སྐྱོང་བཅས་འབད་ཚར་བཞིན་ལས་ མཐའ་དབྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་རེ་འུ་མིག་ལྟར་
 བཀའ་དགོ།

སྐོབ་སྐྱོང་པའི་མིང་.....སྐོབ་སྐྱོང་.....

ལོ་རིམ་.....སྐོབ་དུས་.....།

༡ ཚ་ཚུ།

ཨང་།	རྒྱུ་ ཨང་།	རྒྱུ། (༠.༥)	དྲི། (༠.༥)	མདོག་ (༠.༥)	རྩོ། (༠.༥)	གར་སྒྲ། (༠.༥)	རུས་པ། (༠.༥)	སྐྱུག་ ས།

༢ སྐོབ་སྐྱོང་།

ཨང་།	སྐོབ་སྐྱོང་མིང་།	ཕྱོགས། (༠.༥)	དྲི། (༠.༥)	རྩོ། (༠.༥)	ཉ་ལྗེབས། (༠.༥)	ལ་དོག་ (༠.༥)	རུས་པ། (༠.༥)	སྐྱུགས།

བཀྲིས་བདེ་ལོགས།