

ལམ་སྟོན་དང་པ།
བརྟག་དཔྱད་འབད་ཐངས།
སྐྱོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་འབྲི་ཐངས།

དམིགས་ལུལ།

- སློབ་ཁང་ནང་ལུ་སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་སློབ་སྟོན་འབད་བའི་སྐབས་སུ་མན་ངག་མཛུབ་མིང་ལྟབ་པའི་ཁྱད་ཚེས་གྲུབ་འབྲས་ཉམས་སྤོང་ཚུ་སེམས་ཁལ་ལས་མ་བརྟེན་པར་ལག་ལེན་འབབ་ནི།
- ནད་ཀྱི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་འཁེལ་ཟད་འཁྲུགས་གསུམ་གྱིས་ནད་རྒྱུང་ཚུལ་ཚུ་བཟླ་ཤེག་དྲི་བ་གསུམ་གྱི་སློལ་ས་ལུས་ཀྱི་སྟོན་སྲོད་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་གྱི་ནད་ཀྱུན་འཁྲུལ་མེད་ཅོས་འཛིན་འབད་ནི།
- ནད་པ་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི་དང་། སྤུན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་ལུ་འབྲི་ནི། སྤུན་དཔུང་གི་བཅོས་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་གཅིག་མཚུངས་སྟེ་ལག་ལེན་འབབ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན།

སློབ་ལཱ་འདི་མཚུག་བསྐྱེད་ལུ་སློབ་སློབ་པ་ཚུ་གིས་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་ལས་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།

1. དྲི་བའི་ཐོག་ལས་ནད་གཞིའི་སློབ་རྒྱུན་དང་ན་ལུགས་ན་ཐངས་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་ཤེས་ཚུགས།
2. མིག་རྟོ་དང་ལྗེ་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེས་འབྱུང་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལུ་བཟླ་ཐོག་ལས་ནད་གཞི་གི་དབྱེ་བ་དང་གཟུགས་ཀྱི་གནས་གཏེ་ལུ་ནམ་ཨིན་ན་ཚུ་ཤེས་ཚུགས།
3. ནད་པ་གི་དྲི་ཚུ་ལུ་བཟླ་ཐོག་ལས་ནད་གཞི་ཚ་གྲང་གི་དབྱེ་བ་ཚུ་ཤེས་ཚུགས།
4. ནད་པ་གི་རྩ་ལུ་ཤེག་ཐོག་ལས་ཉེས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུང་པ་དང་ལྷན་འདུས་ཚ་གྲང་ལ་སོགས་པའི་ནད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཚུ་ཕྱེ་ཚུགས།
5. ནད་པའི་ཞབས་རྟོག་སྤྲོས་ཚད་དང་ལྷན་སྟེ་སློབ་ནིའི་ཐབས་ལམ་སྤུན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལག་ལེན་འབབ་ཐངས་ཤེས་ཚུགས།
6. ནད་པ་ལུ་སྤུན་དཔུང་གི་བཅོས་ཐབས་ནད་གཞི་དང་འཁྲུལ་ཚུལ་བཞིན་འབད་ཚུགས།
7. ནད་པ་ལུ་ཟས་སློབ་སྤྱད་བྱ་བ་གི་སྤུན་བྱ་ཚུ་གསོ་ཤིག་གི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲུལ་འབྲིན་ཚུགས།

1. བད་གཞི་བརྟག་ཐབས།

ཡང་།	བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།	སྒྲུག་ས།		
		༡	༡	༠
1.1	བདེ་ལུ་གྲུས་ཞབས་ཀྱི་སྐོ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དེ་རྐང་མི་གུ་སྟོད་ བཅུག་དགོ།			
1.2	བདེ་ལས་སྤྲན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལེན་ཏེ་བདེ་ལུ་འི་བ་རྩ་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཁ་གསལ་སྟེ་འི་ དགོ།			
1.2.1	ད་ལྟོའི་ན་ལུགས་ན་ཐངས་ག་དེ་སྟེ་ནམ་སྟོ།			
1.2.2	དུས་ཚོད་ནམ་ལས་ན་ཡི།			
1.2.3	ཉེ་མ་སྤྲན་བཅོས་ག་ཅི་ར་འབད་ཡི་ག།			
1.2.4	ཉེ་མའི་དུང་འཚོ་གིས་སྤྲན་བཅོས་དང་བསྐབ་བྱ་ག་ཅི་ར་གནང་ཡི་ག།			
1.2.5	དུས་གདོན་བཅོས་སྟོད་ཀྱི་རྒྱན་ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ན་ནམ་ཡིན་ན།			
1.2.6	གཟུགས་ཀྱི་སྟོད་སྟོད་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	བཅོས་དང་སྟོད་ལམ་ག་ཅི་བཅུམ་ཅིག་གིས་ཕན་པ་དང་གཞོན་པ་འབྱུང་དོ་ག།			
1.3	འི་བའི་བརྟག་ཐབས་མཇུག་བསྟུ་སྟེ་མིག་གིས་བལྟ་བའི་ཐོག་ལས་བརྟག་དཔུང་འབད་ནི་འགོ་བཅུག་ དགོ།			
1.3.1	བདེ་ལུ་ལྷུང་མཁྲིས་བད་ཀའ་ལྡན་འདུས་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་བལྟ་དགོ།			
1.3.2	བདེ་པའི་གཟུགས་དང་གདོང་གི་བཟུག་རྩུ་ལུ་བལྟ་དགོ།			
1.3.3	བདེ་པའི་དབང་པོ་སྐོ་ལུ་དང་ལྷག་པར་དུ་སྟེ་དང་མིག་ཏོ་རྩུ་ལུ་བལྟ་དགོ།			
1.3.4	བདེ་ལུ་ཨ་ལོ་ཡིན་པ་ཅིན་ནམ་ཅིའི་རྩ་ལུ་བལྟ་ནིའི་དོན་ལུ་འཕྲུལ་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་སྟེ་འཕྲུལ་མེ་དཔག་སྟེ་བལྟ་ དགོ།			

1.3.6	ནད་པ་ཉལ་མི་གྲ་ཉལ་བརྒྱལ་ཞིན་མ་ལས་ནད་གཞི་དང་འཁྲིལ་སོལ་དང་ རྐང་ལག་སྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྩ་ལུ་ལག་པ་གིས་མནན་ཏེ་ན་ཚངོ་མ་ག་ཏེ་ ཉོངས་ལུ་འདུག་ག་བཟླ་དགོ།			
1.4	དྲི་རྩུ་བརྟག་ཐབས།			
1.4.1	དྲི་རྩུ་བརྟག་དཔུང་འབད་ཞིའི་དོན་ལུ་སྤོན་འགྲོའི་ཟས་སྦྱོད་སྤང་སྤང་རྩུ་ལ་ གསལ་སྤེ་བྱིན་དགོ།			
1.4.2	དྲི་རྩུ་འབག་འོང་ཞིའི་དོན་ལུ་དྲི་རྩུ་ཉོད་འབྱིབ་དུང་སྦྱོད་དགོ།			
1.4.3	དྲི་རྩུ་ཉོད་མེད་པ་ཅིན་ནད་པ་རང་སེའི་དྲི་རྩུ་ཚུ་ཤེལ་དུང་གཙང་ཏྲིག་ཏྲི་ཅི་ ནད་འབག་འོང་དགོ་པའི་བསྐབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
1.4.4	ནད་པ་གིས་དྲི་རྩུ་འབག་འོང་ཞིན་མ་ལས་དྲི་རྩུ་བརྟག་དཔུང་འབྲི་ཤོག་ནད་ ནད་པའི་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
1.4.5	དྲི་རྩུ་བརྟག་དཔུང་མ་འབད་བའི་སྤྲོ་གོང་ལས་ལག་ཤུབས་དང་སྤྲིག་བཤོ་ལ་ སོགས་པ་ཉེན་སྲུང་གི་ཅ་ཆས་རྩུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
1.4.6	དྲི་རྩུ་བཟླ་ཞིའི་ཅ་ཆས་གཙང་སྦྱ་དང་ལྷན་པའི་སྦྱོད་དཀར་ཡོལ་དང་ཤེལ་ དུང་རྩུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
1.4.7	དྲི་རྩུ་ལུ་ཉི་མའི་འོད་དང་ཡང་ཅིན་སྤོག་འོད་སོགས་ལུ་བཟླ་དགོ།			
1.4.8	དྲི་རྩུ་དཀར་ཡོལ་ནད་སྤྱགས་ཞིན་མ་ལས་ཤིང་བྱ་ཚད་ལྷན་གྱིས་དཀྱགས་ཏེ་ བཟླ་དགོ།			
	ཚན་དེའི་དུས་སྟེ།			
1.4.9	ཁ་དོག་ལུ་བཟླ་སྟེ་དྲི་རྩུ་བརྟག་དཔུང་གི་ཤོག་ཁམ་ནད་བཀང་དགོ།			
1.4.10	རྐངས་པ་ལུ་བཟླ་སྟེ་དྲི་རྩུ་བརྟག་དཔུང་གི་ཤོག་ཁམ་ནད་བཀང་དགོ།			
1.4.11	དྲི་མ་ལུ་བཟླ་སྟེ་དྲི་རྩུ་བརྟག་དཔུང་གི་ཤོག་ཁམ་ནད་བཀང་དགོ།			
1.4.12	སྤྱུ་བ་ལུ་བཟླ་སྟེ་དྲི་རྩུ་བརྟག་དཔུང་གི་ཤོག་ཁམ་ནད་བཀང་དགོ།			
	དད་ཡལ་དུས་སྟེ།			
1.4.13	ཀྲུ་ཡ་ལུ་བཟླ་སྟེ་དྲི་རྩུ་བརྟག་དཔུང་གི་ཤོག་ཁམ་ནད་བཀང་དགོ།			

༡.༤.༡༤	སྤྲིས་མ་ལུ་བལྟ་སྟེ་དྲི་ཚུ་བརྟག་དཔུང་གི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
	གང་དེའི་དུས་སྟེ			
༡.༤.༡༥	ལྷོག་པའི་དུས་ལུ་བལྟ་སྟེ་དྲི་ཚུ་བརྟག་དཔུང་གི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༦	ལྷོག་ཚུལ་ལུ་བལྟ་སྟེ་དྲི་ཚུ་བརྟག་དཔུང་གི་ཤོག་ཁམ་ནང་བཀང་དགོ།			
༡.༤.༡༧	ལོག་རྗེས་གར་བ་དང་སླ་བ་ཀྱ་ཡ་མཐུག་པ་སྲབ་པ་ཚུ་བརྟག་ཐོག་ལས་ཚ་བ་ དང་གང་བའི་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་དགོ།			
༡.༤.༡༨	དྲི་ཚུ་བརྟག་དཔུང་འབད་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ཚབ་གསང་ནང་འབོ་ནི་དང་ ཡང་ཅིན་གནོད་ཉེན་བཀག་ཐབས་གི་ལམ་ལུགས་ལྟར་བཀོག་བཟུག་དགོ།			
༡.༥	རེག་པ་ཅུའི་སློལ་ས་བརྟག་ཐབས།			
༡.༥.༡	ནད་པ་ལུ་ཚ་མ་བལྟ་བའི་རྟེ་མ་ནད་པ་སྟོད་མི་གྱུ་བདེ་རྟོག་རྟོ་སྟེ་སྟོད་བཟུག་ རྟོ་སྐར་མ་ ^{༡-༣} གི་རིང་ངལ་འཚོ་བཟུག་དགོ།			
༡.༥.༢	ཚ་བལྟ་བའི་སྐབས་ནད་པ་ཕོ་ལུ་གཡོན་དང་མོ་ལུ་གཡས་ལུ་བལྟ་དགོ།			
༡.༥.༣	ཚ་བལྟ་བའི་སྐབས་ནད་པ་དང་རྩུང་འཚོ་གཉིས་པན་ཚུན་གློ་མ་སྲབ་པར་ རིག་པ་བསྐྱིམས་ཏེ་བལྟ་དགོ།			
༡.༥.༤	ཚ་བལྟ་བའི་སྐབས་མནན་ཚད་དང་བལྟ་ནི་ཚུ་མ་འཛོལ་བར་ཚུལ་མཐུན་མ་ སྟེ་བལྟ་དགོ།			
༡.༥.༥	ཚ་བལྟ་བའི་སྐབས་དུས་ཡུན་ཉུང་མཐའ་སྐར་མ་ ^{༡-༣} གི་རིང་བལྟ་དགོ།			
༡.༥.༦	ནད་པའི་ལག་པའི་འཕར་ཚུ་གྱུ་མནན་ཞིན་མ་ལས་རྩུང་འཚོ་རང་གི་ཕྱི་ནང་ གི་དབུགས་གཏོང་ལེན་ལན་ཐངས་ ^༡ ལུ་ཚ་འཕར་གངས་ ^༤ (སྐར་མ་ ^༡ ནང་ ཅུའི་འཕར་ཚད་ ^(༤༥-༧༥) མང་ཉུང་གི་ཐོག་ལས་ཚ་བ་དང་གང་བའི་དབྱེ་བ་ རོས་འཛིན་འབད་དགོ།			
༡.༥.༧	དྲག་རྒྱས་འབྲིལ་མཚོགས་དང་ཞན་བྱིང་རྒྱད་བུལ་སོགས་འཕར་གངས་ མང་ཉུང་གི་ཐོག་ལས་ཚ་གང་གི་ནད་གཞི་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་དགོ།			

༡.༥.༡	ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད་ཞིན་ལས་ནད་གཞིའི་ཨང་རྟགས་བཀོད་ ཐངས་འདི་སྐྱེན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་བྱ་བའི་གནད་སྲོད་ཤོག་ གངས་༡༩-༢༤དང་འབྲིལ་བཀོད་དགོ།			
༡.༥.༢	ནད་པའི་གཞུགས་ལུ་ག་པགས་འཇམ་རྩལ་དང་སྐྱེན་སྐྱེན་ཅ་སྐྱེན་སྐྱེངས་ འབྱུང་ནད་དམིགས་རྩ་ལུ་ཉེན་སྲུང་གི་ཐོག་ལས་ལགས་གིས་བརྟག་ཞིབ་ འབད་དགོ།			

༡ སྐྱེན་བཅོས་བཀོད་འཛིན།

	བྱ་སྐྱེད་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡	ནད་སྐྱེན་ཁང་ནང་སྐྱོད་པ་ཅིག་གུས་ཞབས་ཀྱི་སྐོ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དེ་ སྲོད་ཁི་གུ་སྲོད་བཅུག་དགོ།			
༡.༢	ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད་ཞིན་ལས་སྐྱེན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གཡོན་ཁ་ ཐུག་གི་ས་སྐོ་ནང་ཀ་རྟགས་ཡོད་ས་ལུ་ནད་གཞིའི་ཨང་རྟགས་ངེས་པར་དུ་འབྲི་ དགོ།			
༡.༣	སྐྱེན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གྱི་ཐིག་ཁྲམ་དང་པའི་ནད་ནད་གཞིའི་མངོན་རྟགས་ ཟེར་སར་ན་ལུགས་ན་ཐངས་རྩ་ཁ་གསལ་སྤེ་ངེས་པར་དུ་འབྲི་དགོ།			
༡.༤	སྐྱེན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གྱི་ཐིག་ཁྲམ་གཉིས་པའི་ནད་སྐྱེན་བཅོས་འབད་ཡོད་ པའི་ཁ་གསལ་ཟེར་སར་སྐྱེན་གྱི་མིང་། སྐྱེན་གྱི་ཐུན་ཚད། ལུས་ཚོད་གྱི་རྟགས་ རྩ་ཁ་གསལ་སྤེ་འབྲི་དགོ། ཨིན་རུང་སྐྱེན་གྱི་ཐུན་ཚད་ནད་པ་གསར་པ་ལུ་ཉེན་ གངས་ལྷ་དང་བདུན་གྱི་བར་ན་དང་། རྟིང་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་མཐོ་ཤོས་ལྷ་རོ་ གཅིག་ལས་སྐྱེན་གྱི་མི་ཚོག			
༡.༥	བྱུགས་སྐྱེན། ཐང་སྐྱེན། འབྱུང་སྐྱེན་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེན་རྩ་ལུ་ཉེ་ལ། རྩ་ ཚོད་༤། རྩ་རུ་སྤེ་བཟའ་ཐངས་རྩ་གི་དོན་ལུ་ འོག་ལུ་བཀོད་མི་དཔེ་བརྩམ་ཨང་ རྟགས་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			

	<ul style="list-style-type: none"> • བྱགས་སྐྱེན་གྱི་རྟགས་ལུ་ (བ) • འཕྱང་སྐྱེན་གྱི་རྟགས་ལུ་ (ཐ) • བསྐོལ་འཕྱང་དགོ་པའི་རྟགས་ལུ་ (ཀཐ) • བཏབ་སྐྱེན་གྱི་རྟགས་ལུ་ (ཏ) • ལྟོ་མ་བཟའ་བའི་རྟེ་མ་བཟའ་དགོ་པའི་རྟགས་ལུ་ (ཏཏ) • ལྟོ་བཟའ་ཚར་བའི་ཤུལ་ལས་བཟའ་དགོ་པའི་རྟགས་ལུ་ (ཏཤ) • ལམ་ར་ཨིན་རུང་བཟའ་བཏུབ་ཟེར་བའི་དགོ་པའི་རྟགས་ལུ་ (ན) • ལམ་ཚོ་དང་མིག་རྩོ་ཚུ་ལུ་སྐྱགས་ནི་ཨིན་པའི་རྟགས་ལུ་ (ལ) • རྩོ་པ་གི་རྟགས་ལུ་ (ད) • རྩི་མ་གི་རྟགས་ལུ་ (ཉ) • རྩོ་ཚོད་ལྷགི་རྟགས་ལུ་ (མལ) • རྩི་རུ་གི་རྟགས་ལུ་ (མ) འབྲི་དགོ་པ་ཨིན། • སྐྱན་འདི་རྩོ་པ་དང་རྩི་རུ་བཟའ་དགོ་པ་ཨིན་པ་ཅིན་ (དམ) རྩོ་ རིགས་འདྲེས་ཏེ་འབྲི་དགོ། དཔེར་ན་ • -x- ཡང་ན་ (-+x-) (-) (-) 			
<p>༢.༤</p>	<p>སྐྱན་གཉིས་སྐྱ་བསྐོལ་བཏང་དགོ་པ་ཅིན་གཤམ་གསལ་ལྟར་བཀོད་དགོ། དཔེར་ན་ ལྷུང་ལྷུང་བཏུན་སྐྱག་གཅིག་གི་དོན་ལུ་བཏང་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ༢+༢x༧ (ད) ཟེར་རིགས་འདྲེས་ཏེ་འབྲི་དགོ།</p>			
<p>༢.༧</p>	<p>སྐྱན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གྱི་ཐིག་ཁྲམ་གསུམ་པའི་ནང་ དཔུད་བཅོས་ཁ་ གསལ་ཟེར་སར་ ཅན་གཞི་དང་འཁྲིལ་བའི་ སྐྱན་དང་དཔུད་རིགས་གྱི་གསང་ དམིགས་ཚུ་ཁ་གསལ་སྐྱེ་བཀོད་དགོ།</p>			
<p>༢.༨</p>	<p>རྒྱངས་དུགས་འབད་དགོ་པའི་ནད་པ་ཚུ་ ཐང་ཀར་གྱི་ནད་དམིགས་གཅིག་ལུ་ མ་གཏོགས་ ཅན་དམིགས་ལེ་ལྷ་སྐྱེ་བཀོད་ནི་མེད།</p>			
<p>༢.༩</p>	<p>ཁབ་རིགས་ཚུ་བཀོད་འཛིན་འབད་བའི་སྐབས་སྤྱིར་བཏང་གསང་དམིགས་དང་ འཁྲིལ་ཏེ་ཨིན་རུང་ དམིགས་བསལ་གྱི་ནད་པ་ཚུ་ལུ་ནད་མིག་གུ་རྟགས་བཀལ་ ཏེ་བཏང་དགོ།</p>			

<p>१.१०</p>	<p>ལྷན་གཞི་དང་འཁྲིལ་བའི་ཟས་སྲོད་ཀྱི་བསྐྲུབ་བྱ་གལ་ཅན་དང་ བཟི་སྲན་ལས་ བརྟེན་པའི་ བཟའ་འཐུང་གི་སྤང་བྲང་ཚུ་ལ་གསལ་སླེ་བཀོད་དགོ།</p>			
<p>१.११</p>	<p>སྲན་སྲིར་བཏང་དང་ལྷག་པར་དུ་བཟི་སྲན་རིགས་ཚུ་ལྟོ་བཟའ་ཚར་བའི་ཤུལ་ ལས་ཉུང་མཐའ་སྐར་མ་³⁰ གི་རྒྱབ་ལས་རྒྱང་མ་ཅིག་བཟའ་དགོ་པའི་བསྐྲུབ་བྱ་ བྱིན་དགོ།</p>			

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་བྱེད་ཀྱི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས་སྤྱིར་
བཏང་སྐྱོན་བཟོ་ཞིའི་རིམ་པ་ཉ་གོ་ནི། དཔེ་འབད་བ་ཅིན། དེལ་བུ། སྐྱོར་ལེག། སྐྱོན་ཐུམ་(ཀེབ་སུལ་)།
བྱུག་སྐྱོན། རུས་བསྐྱེག། རུག་འདོན། ཉར་བསྐྱེག་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་བཅས་ཤེས་ཚུགས་པ་ཨིན།

སྐྱོང་ལུ་འདི་མཇུག་བསྐྱེད་ལུ་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་ལས་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་
འབབ་ཚུགས།

- ༡ སྤྱིར་བཏང་སྐྱོན་བཟོ་ཞིའི་འཕྲུལ་རིགས་ཙམ་གྱི་སྐྱོར་ལས་ཤེས་ནི།
- ༢ སྐྱོན་བཟོ་ཞི་གི་བྱ་རིམ་དང་ལམ་ལུགས་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ༣ ཅང་པའི་སྐྱོན་གྱི་སྲང་ཚད་ཚུ་དེང་སང་ཕྱིའི་སྲང་ཚད་ལྟར་དུ་ལག་ལེན་འབབ་བཅས་ཉ་གོ་ནི།
- ༤ སྐྱོན་སྐྱོང་ཚུ་སྐྱོན་གྱི་སྐྱོར་སྐྱེའི་སྲང་ཚད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྐྱུགས་ཚུགས་ནི།
- ༥ སྐྱོན་བཟོ་བའི་སྐབས་སྐྱོན་གྱི་སྐྱུས་ཚད་ཚད་གཞི་དང་ལྡན་ཏོག་ཏོ་བཟོ་ཚུགས་ནི།
- ༦ སྐྱོན་བཟོ་བའི་སྐབས་ཉེན་སྲུང་ལྡན་སྐྱེ་བཟོ་དགོས་ཚུ་ཉ་གོ་ནི།

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

བྱ་རིམ།		སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
སྤྱིར་བཏང་ཞི་བྱེད་སྐྱོན་ཚུ་བཟོ་བའི་སྐབས་ལུ་སྐྱུས་ཚད་འཆར་གཞི་གི་བྱ་རིམ།				
༡	སྐྱོན་རྒྱས་ཚུ་ལུ་ལག་པ་མ་འདོགས་པའི་ཉེ་མ་ཉེན་སྲུང་ལྡན་པའི་སྐྱིག་བགོ་ཚུ་ གྱོན་དགོ།			
༢	སྐྱོན་སྐྱོང་ཚུ་གཙང་ཏོག་ཏོ་སྐྱེ་དོ་ཉུགས་སྐྱུར་ཏེ་ལག་ལེན་འབབ་དགོ།			

3	འངལ་ཚད་མཁོ་བྱད་ཚུ་ལཱ་འབད་བརྟུབ་མ་བརྟུབ་ ལཱ་འགོ་མ་བཅུག་པའི་ཉེ་ མ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།			
༤	སྐབ་རྩལ་སྐྱུག་མ་ནི་གི་ཅ་ཆས་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་ཡོད་མེད་བཟུ་ཞིབ་འབད་དགོ།			
སྦྱིར་བཏང་ཞི་བུཅད་སྐབ་ཚུ་བཟོ་བའི་སྐབས་ལུ་ སྐབ་ཚུ་གི་སྦྱོར་སྡེ་གི་བྱ་རིམ། སྐབ་བྱི་སྦྱོར་སྡེ།				
༥	ཉོད་བྱི་སྦྱིད་ཚད་ཚུ་སྐབ་བྱི་ཚུམ་ནང་མ་བཅུག་པར་བཞག་དགོ།			
༦	སྐབ་བྱི་རྩལ་སྦྱོར་ཚུ་སྐབ་བྱི་སྦྱོར་སྡེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་གྲ་སྒྲིག་འབད་དགོ།			
༧	སྐབ་བྱི་རྩལ་སྦྱོར་ཚུ་མཚོན་ཁང་ལས་བཏོན་མ་ད་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་བོད་པ་ཤོག་ ཁམ་ནང་མཚན་རྟགས་(ས་ཡིག་)བཀོད་དགོ།			
སྐབ་བྱི་སྦྱོར་སྡེའི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ སྐབ་འཐག་ནི་རིམ་པ།				
༨	བྱེ་མ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་རྩལ་སྦྱོར་སྐྱུག་མ་ཚར་མི་ཚུ་ཚུལ་ལྟར་སྡེ་ཚུམ་ལེན་དགོ།			
༩	སྐབ་རྩལ་ཉོད་གཙང་ཏོག་ཏོ་གཙམ་ནང་སྐབ་བསྐྱེད་རྒྱབ་དགོ། (ཚུ་སྐབ་དང་སྡེ་ འབྲུ་ཚུ་ཡོད་མི་སྦྱོར་སྡེ་རྒྱབ་མ་ཅིག)			
10	སྐབ་འཐག་གཉེས་པ་ནང་བཏང་དགོ་པའི་རིགས་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྐབ་མ་ འཐག་པའི་ཉེ་མ་འབྲུལ་ཆས་ཚུ་གཙང་ཏོག་ཏོ་བཟོ་དགོ།			
11	འབྲུལ་ཆས་ཚུ་ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་རྒྱུན་མ་ཚད་པར་སྐབ་བྱི་བྱེ་མ་ཚུ་ཨ་ཅི་རེ་ སྐྱུག་དགོ།			
12	སྐབ་ཚུ་སྐབ་བསྐྱེད་མི་འགྲོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ འབྲུལ་ཆས་ཚུ་སྐབ་སྡེ་ཚན་ཚར་རེ་ བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་གཙང་ཏོག་ཏོ་བཟོ་དགོ།			

2. ལྷག་སྐབ་བཟོ་ནིའི་བྱ་སྦྱོར་རིམ་པ།

2.1	སྐབ་བཟོ་ཐངས།			
2.1.1	སྐབ་ཉོད་ (ཞིས་ཀྱི་མ་ཇ་གེ་གི་)ནང་སྐྱུག་ཏེ་ཚུ་སྐྱུག་དགོ།			
2.1.2	ཚུ་སྐྱུག་མ་ཞིན་མ་ལས་དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་བཞི་གི་རིང་སྐབ་བཟོ་དགོ།			

1.1.3	བཙོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱོན་ཐང་བཙགས་དགོ།			
1.2	སྐྱོན་ཏྲ་དང་སྐྱོན་ལྷུགས་ནི།			
1.2.1	སྐྱོན་ཐང་བཙགས་ཡོད་མི་དང་གཞན་སྐྱོན་ཏྲ་ཚུ་ཉོད་(ཨིསི་གིམ་ཇ་གེགི་)ནང་ལྷུགས་དགོ།			
1.2.2	སྐྱོན་འདི་ད་རུང་བཀོལ་ཞིན་མ་ལས་ཚུ་བསྐྱམ་དགོ།			
1.2.3	བྱུག་སྐྱོན་འདི་ནང་སློབ་ཆ་བཟ་དགོ།			
1.3	འགྱིབ་དམ་ནང་འདེགས་ཐངས།			
1.3.1	སྐྱོན་གྱི་འགྱིབ་དམ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སླེ་བཙོ་ཞིན་མ་ལས་ས་སྐོ་གཙང་སླེ་ དང་ལྷན་མ་ཅིག་ནང་སླེ་འདེགས་དགོ།			
1.3.2	སྐྱོན་འདི་དོད་མ་གྱུང་མ་ལས་ཁབ་ཏོ་བསྐྱམ་དགོ།			
1.3.3	སྐྱོན་འདེགས་ཚར་མི་འགྱིབ་དམ་ཚུ་ལུ་རོ་རྟགས་སྐྱུར་དགོ།			
1.4	ཤོག་སྐོམ་ནང་བསྐྱམ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱང་བཏགས་ཐངས།			
1.4.1	སྐྱོན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་རང་སོའི་ཁ་བྱང་བཏགས་དགོ།			
1.4.2	ཚད་གཞི་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་ཤོག་སྐོམ་ནང་བསྐྱམ་དགོ།			

2. **སྐྱོན་བྱུམ་(གེབ་སྐུལ)བཙོ་ནིའི་བྱ་སྐོའི་རིམ་པ།**

	རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		1	2	0
2.1	སྐྱོན་ཕྱེ་དང་སྐྱོན་ཏྲ་གཞན་ལྷུགས་ཐངས།			
2.1.1	སྐྱོན་ཕྱེ་སྐྱོན་བསྐྱེས་ནི་དང་འདམ་བཏགས་མ་འབད་བའི་ཏེ་མ་སྐྱོན་ཚི་དང་ སྐྱོན་སྐྱོན་ལྷུགས་དགོཔ་ཚུ་ལྷུགས་དགོ།			
2.1.2	ཚུ་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱོན་ཕྱེ་ནང་ལྷུགས་དགོ།			

2.1.3	སྐྱམ་སྐྱ་རིན་པོང་སྐོམ་སྐྱུགས་པའི་སྐབས་ལུ་སྐྱམ་སྐྱ་བསྐྱེས་མ་རྒྱབ་པའི་རྟེ་ མ་སྐྱུས་ཚད་བརྟག་དབྱུང་པ་དང་ཡང་ཅིན་སྐོས་དཔོན་གང་རུང་འཛོམས་ ཐོག་སྐྱུགས་དགོ།			
2.1.4	རིན་པོང་ཆེ་བའི་སྐྱམ་སྐྱ་སྐྱུགས་དགོས་ཚུ་ཕྱེ་འཐག་སྐྱེ་སྐྱུགས་དགོ།			
2.2	སྐྱ་བསྐྱེས་རྒྱབ་ཐངས།			
2.2.1	སྐྱམ་གྱི་ཕྱེ་མ་འདི་སྐྱ་བསྐྱེས་འཕྲུལ་ཆས་ནང་དུས་ལུན་སྐར་མ་བཅུ་ཐམ་ དང་བཅོ་ལྔ་གི་རིང་ལུ་སྐྱ་བསྐྱེས་རྒྱབ་དགོ།			
2.2.2	སྐྱམ་ཅི་སྐྱུགས་ཞིན་མ་ལས་སྐྱ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་རྒྱབ་དགོ།			
2.2.3	ཤོ་མཚུངས་བཟོ་བྱིའི་དོན་ལུ་ཚུ་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་དུམ་གྲ་རེ་སྐྱུགས་ རྟེ་སྐྱ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་རྒྱབ་དགོ།			
2.3	སྐྱམ་སྐྱམ་ཐངས།			
2.3.1	སྐྱམ་སྐྱམ་ནི་གི་རྟོད་ཚུ་རྟིང་སངས་ས་བཟོ་དགོ།			
2.3.2	སྐྱམ་སྐྱམ་ད་ལུ་ཤོད་ཚད་ རྟིག་རི་སེལ་ཤེསི་༤༠ནང་སྐྱམ་དགོ།			
2.3.3	སྐྱམ་ཚུ་སྐོམས་རྟོག་རྟོ་སྐྱེ་བདལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱམ་ལེགས་ཤོམ་མ་སྐྱམ་ཚུན་ ཚོད་ ཤོད་ཚད་བལྟ་རྟོག་འབད་དེ་སྐྱམ་དགོ།			
2.3.4	སྐྱམ་ཚུ་སྐོམས་རྟོག་རྟོ་སྐྱེ་སྐྱམ་ནི་གི་དོན་ལུ་འཕྲུལ་འཕྲུལ་ར་ད་ཀྱགས་དགོ།			
2.3.5	སྐྱམ་གྱི་རྫོན་གཤེར་བལྟ་ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་འཚོག་བཅུག་ནི་མི་འོང་།			
2.4	སྐྱམ་གཟུགས་(གཱ་རེ་ལུལ་)བཟོ་ཐངས།			
2.4.1	སྐྱམ་འདི་སྐྱམ་ཞིན་མ་ལས་གསིག་མ་ཚད་གཞི་མི་ལི་མི་ཀར་༡༢་ནང་ གསིག་དགོ།			
2.4.2	གསིག་མ་ནང་གསིག་ཚར་མི་སྐྱམ་འདི་ལྗིད་ཚད་འཇལ་དགོ།			
2.5	སྐྱམ་ཅི་སྐྱུགས་ཐངས། (ལུབ་རི་ཀེན་གྱི་)			
2.5.1	སྐྱམ་ཅི་འདི་བརྒྱ་ཆ་༢་སྐྱུགས་ཞིན་མ་ལས་སྐར་མ་༥་གི་རིང་སྐྱ་བསྐྱེས་རྒྱབ་ དགོ། སྐྱམ་དང་སྐྱམ་ཅི་ཚུ་ཆ་སྐོམས་རྟོག་རྟོ་འཕྱོ་བྱི་དོན་ལུ་སྐར་མ་༥་ ལས་ལྷག་སྐྱ་བསྐྱེས་བརྒྱབ་ནི་མི་འོང་།			

2.4.1	སྐྱེ་སྐྱེ་བསྐྱེས་བརྒྱབས་ཚར་མི་འདི་ལྗིད་ཚད་འངལ་ཞིན་མས་ལས་ཐོ་ བཀོད་འབད་དགོ།			
2.4.2	སྐྱེ་སྐྱེ་འདི་ནངས་པ་བཟོ་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ རྒྱུང་མ་ཐལ་བའི་རྟོད་ནང་ བསྐྱེས་བཞག་དགོ།			
2.6	སྐྱེ་སྐྱེ་འདེགས་ཐངས།			
2.6.1	སྐྱེ་སྐྱེ་བཟོ་ནིའི་འཕྲུལ་ཆས་ཚུ་རོ་རྟགས་དང་སྐྱེགས་གཙང་སྐྱེ་དང་ལྷན་ རྟོག་རྟོ་སྐྱེ་ལག་ལེན་འབབ་དགོ།			
2.6.2	སྐྱེ་སྐྱེ་གྱི་འབྲུལ་འདི་མཚོན་ཁང་ལས་ལེན་ཞིན་མས་ལས་རྒྱུང་ཤོར་མ་ བཅུག་པར་བཞག་དགོ།			
2.6.3	སྐྱེ་སྐྱེ་གྱི་འབྲུལ་རེ་རེ་ནང་ལུ་སྐྱེ་གྱི་སྐྱེ་མ་གྱི་ལྗིད་ ཚད་གཞི་དང་ འཕྲིལ་ཏེ་བཀའ་དགོ།			
2.6.4	ལྗིད་ཚད་གཅིག་མཚུངས་འགྲོ་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱེ་མ་སྐྱེ་ལུ་གི་བར་ན་སྐྱེ་ སྐྱེ་བཅུ་ཐམ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ལྗིད་ཚད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཞིན་མས་ལས་ཐོ་ བཀོད་བཞག་དགོ།			
2.6.5	སྐྱེ་སྐྱེ་བཅུ་ཐམ་གྱི་ལྗིད་ཚད་ཆ་སྟོམས་ལུ་བརྒྱ་ཆ་+/-4ནང་འཁོད་ནང་ འོང་དགོ།			
2.6.6	སྐྱེ་སྐྱེ་འདི་བཀའ་ཚར་བའི་འབྲུལ་ལུ་ཐལ་ཐལ་འཕྲུག་ཞིན་མས་ལས་སྐྱེ་སྐྱེ་ འདེགས་མི་རྟོད་གྲུ་རོ་རྟགས་བཀའ་དགོ།			
2.6.7	སྐྱེ་སྐྱེ་གྱི་འབྲུལ་སྐྱེ་གྱི་ལྗིད་ཚད་ལེགས་ཤོམ་བཞག་ནིའི་དོན་ལུ་མཚོན་ ཁང་ལུ་ཕྱི་སྐྱེ་དགོ།			
2.6.8	སྐྱེ་བཟོ་ཚར་ཞིན་མས་ལས་སྐྱེ་ཚད་བཞག་དཔྱད་གྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་མ་ འབབ་པར་མཚོན་ཁང་སོ་སོ་ནང་བཞག་དགོ།			
2.7	རྟོད་དང་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་བསྐྱེས་ཞིན་མས་ལས་ཁ་བྱུང་བཞགས་ཐངས།			
2.7.1	སྐྱེ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འཕྲིལ་ཏེ་རང་སོའི་ཁ་བྱུང་བཞགས་དགོ།			

2.2.2	སྐྱེད་ཐུམ་རྟོན་རེ་ནང་བསྐྱེད་ཚད་ཀེ་ཇི་རང་སོའི་སྐྱེད་ཀྱི་ཚད་གཞི་ནང་ བཀོད་མི་ལྟར་བསྐྱེད་དགོ།			
2.2.3	སྐྱེད་རིགས་ཚུ་ཤོག་སྐྱོམ་ནང་གྲངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བསྐྱེད་དགོ།			

3 སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་ནིའི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།

3.1	སྐྱེད་ཕྱེ་དང་སྐྱེད་ཏུ་གཞན་སྐྱུགས་ཐངས།			
3.1.1	སྐྱེད་ཕྱེ་སྐྱེ་བསྐྱེས་ནི་དང་འདམ་བཏགས་མ་འབད་བའི་རྟེ་མ་སྐྱེན་ཅི་དང་ སྐྱེད་སྐྱེ་སྐྱུགས་དགོཔ་ཚུ་སྐྱུགས་དགོ།			
3.1.2	ཚུ་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེད་ཕྱེ་ནང་སྐྱུགས་དགོ།			
3.1.3	སྐྱེད་སྐྱེ་རིན་པོང་སྐྱོམ་སྐྱུགས་པའི་སྐབས་ལུ་སྐྱེད་སྐྱེ་བསྐྱེས་མ་རྒྱབ་པའི་རྟེ་ མ་སྐྱེས་ཚད་བཏགས་དབྱུང་པ་དང་ཡང་ཅིན་གོས་དཔོན་གང་རུང་འཛོམས་ ཐོག་སྐྱུགས་དགོ།			
3.1.4	རིན་པོང་ཆེ་བའི་སྐྱེད་སྐྱེ་སྐྱུགས་དགོཔ་ཚུ་ཕྱེ་འབག་སྐྱེ་སྐྱུགས་དགོ།			
3.2	སྐྱེ་བསྐྱེས་རྒྱབ་ཐངས།			
3.2.1	སྐྱེད་ཀྱི་ཕྱེ་མ་འདྲི་སྐྱེ་བསྐྱེས་འཕྲུལ་ཆས་ནང་དུས་ཡུན་སྐར་མ་བརྟུ་ཐམ་ དང་བཅོམ་གྱི་རིང་ལུ་སྐྱེ་བསྐྱེས་རྒྱབ་དགོ།			
3.2.2	སྐྱེད་ཅི་སྐྱུགས་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་རྒྱབ་དགོ།			
3.2.3	ཤོམ་རྒྱུངས་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ཚུ་ཚད་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་དུམ་གྲ་རེ་སྐྱུགས་ རྟེ་སྐྱེ་བསྐྱེས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་རྒྱབ་དགོ།			
3.3	སྐྱེད་སྐྱེམ་ཐངས།			
3.3.1	སྐྱེད་སྐྱེམ་ནི་གི་རྟོན་ཚུ་ཉིང་སངས་ས་བཟོ་དགོ།			
3.3.2	སྐྱེད་སྐྱེམ་ད་ལུ་ཤོད་ཚད་ རྟིག་རི་སེལ་ཤེསི་༤༠་ནང་སྐྱེམ་དགོ།			
3.3.3	སྐྱེད་ཚུ་སྐྱོམས་རྟིག་རྟི་སྐྱེ་བརྟུལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེད་ལེགས་ཤོམ་མ་སྐྱེམ་རྒྱུན་ ཚོད་ ཤོད་ཚད་བཟུ་རྟིག་འབད་དེ་སྐྱེམ་དགོ།			

3.3.4	སྐྱེ་ཆུ་སྟོམས་རྟོག་རྟོ་སྤེ་སྐྱེ་ཆུ་ཞི་གི་དོན་ལུ་འཕལ་འཕལ་ར་ད་ཀྱགས་དགོ།			
3.3.5	སྐྱེ་ཆུ་སྟོམས་གཤེར་བལྟ་ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་འཚོག་བཅུག་ནི་མི་འོང་།			
3.4	སྐྱེ་ཆུ་གསུགས་(གེ་རེ་རུལ་)བཟོ་བངས།			
3.4.1	སྐྱེ་ཆུ་འདི་སྐྱེ་ཆུ་ཞིན་མ་ལས་གསུགས་མ་ཚད་གཞི་མི་ལི་མི་ཀར་།༡༢་ནང་གསུགས་དགོ།			
3.4.2	གསུགས་མ་ནང་གསུགས་ཚར་མི་སྐྱེ་ཆུ་འདི་ལྗིད་ཚད་འཇལ་དགོ།			
3.5	སྐྱེ་ཆུ་ཕྱི་སྐྱེ་ཆུ་བངས། (ལུབ་རི་གེ་ནག་གི་)			
3.5.1	སྐྱེ་ཆུ་ཕྱི་འདི་བརྒྱ་ཆ་༢་སྐྱེ་ཆུ་ཞིན་མ་ལས་སྐར་མ་༥་གི་རིང་སྐྱེ་བཟེས་རྒྱབ་དགོ། སྐྱེ་ཆུ་དང་སྐྱེ་ཆུ་ཕྱི་ཆུ་སྟོམས་རྟོག་རྟོ་འཕྱོ་ཞི་གི་དོན་ལུ་སྐར་མ་༥་ལས་ལྷག་སྐྱེ་བཟེས་བརྒྱབ་ནི་མི་འོང་།			
3.5.2	སྐྱེ་ཆུ་སྐྱེ་བཟེས་བརྒྱབས་ཚར་མི་འདི་ལྗིད་ཚད་འཇལ་ཞིན་མས་ལས་ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ།			
3.5.3	སྐྱོར་ལེབ་འདི་ནངས་པ་བཟོ་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ལྷུང་མ་ཐལ་བའི་རྟོད་ནང་བསྐྱེ་བཞག་དགོ།			
3.6	སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་བངས།			
3.6.1	སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་ནི་འཕུལ་ཆས་ཚུ་གཙུག་རྟོག་རྟོ་སྤེ་ མཁོ་ཆས་ཀྱི་རོ་རྟགས་དང་བཅས་པ་སྐྱེ་བཞག་དགོ།			
3.6.2	སྐྱོར་ལེབ་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་སྐྱེ་ཆུ་འདི་གཤམ་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བཟོ་དགོ། <ul style="list-style-type: none"> • ལྗིད་ཚད་ མི་ལི་གུ་རམ་སྐྱེ་ཆུ་ཚད་གཞི་ལྟར་བྱ། • ལྗིད་ཚད་བརྒྱ་ཆ་±༥་ནང་འཁོད། • མཐུག་ཚད། • སྐྱོར་ཚད། • ལྷ་ཚད། 			

3.6.3	སྤྱི་ཚད་ལེགས་ཤོམ་འཕོན་ནི་དོན་ལུ་སྐར་མ་30་གི་བར་ན་ཚར་རེ་བཟླ་ རྟོག་འབད་ཐོག་ལས་ཤོག་ཁམ་ནང་ཐོ་བཀོད་བཞག་དགོ།			
3.6.4	སྤྱི་ཚད་ལེབ་བཅུ་ཐམ་གྱི་ལྷིད་ཚད་ཆ་སྤྱིམས་ལུ་བརྒྱ་ཆ་+/-4་ནང་འཁོད་ནང་ འོང་དགོས་དང་གཞན་ཡང་མཐུག་ཚད། སྤྱི་ཚད། སྤྱི་ཚད་ཚུ་ཚད་ གཞི་ཚུལ་མཐུན་ཡོད་མེད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།			
3.6.5	སྤྱི་ཚད་ལེབ་བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྤྱན་བྱེ་ཐལ་མ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱི་འཕུག་ དགོ།			
3.6.6	རྟོད་གཙང་རྟོག་རྟོ་ནང་འདེགས་ཞིན་མ་ལས་སྤྱན་ཚུ་གི་རོ་རྟོགས་སྤྱི་ཚད་དགོ།			
3.6.7	སྤྱན་བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྤྱི་ཚད་བཟླ་དབྱེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་མ་ འཐབ་པར་མཚོད་ཁང་སོ་སོ་ནང་བཞག་དགོ།			
3.7	རྟོད་དང་ཤོག་སྤོམ་ནང་བསྐྱམ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱང་བཏགས་ཐངས།			
3.7.1	སྤྱན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་རྟེ་རང་སོའི་ཁ་བྱང་བཏགས་དགོ།			
3.7.2	སྤྱི་ཚད་ལེབ་རྟོད་རེ་ནང་བསྐྱམ་ཚད་ཀའི་རང་སོའི་སྤྱན་གྱི་ཚད་གཞི་ནང་ བཀོད་མི་ལྟར་བསྐྱམ་དགོ།			
3.7.3	སྤྱན་རིགས་ཚུ་ཤོག་གྲུ་སྤོམ་ནང་གྲངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བསྐྱམ་ དགོ།			

༤ བྱེ་བཟོ་ཤོམ་འཕོན་གྱི་བྱ་སྤྱོད་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྤྱི་གས།		
		༡	༡	༠
4.1	སྤྱི་བསྐྱམ་བརྒྱབ་ནི།			
4.1.1	སྤྱན་གྱི་བྱེ་བཟོ་ཚུ་སྐར་མ་10དང་14འི་རིང་ལུ་སྤྱི་བསྐྱམ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱི་ རྒྱབ་དགོ།			
4.1.2	སྤྱན་གྱི་ཁ་བྱང་དང་བཅས་སྤྱན་བཟོ་ཚར་བའི་གྲངས་སྤྱི་བཏང་དགོ།			
4.2	རྟོད་དང་ཤོག་སྤོམ་ནང་བསྐྱམ་ཞིན་མ་ལས་ཁ་བྱང་བཏགས་ཐངས།			

༤.༡.༡	སྐྱེ་བྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་རང་སོའི་ཁ་བྱང་བཏགས་དགོ།			
༤.༡.༢	ཕྱེ་མ་རྟོད་རེ་ནང་བསྐྱམ་ཚད་ཀེ་རི་རང་སོའི་སྐྱེ་བྱི་ཚད་གཞི་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་བསྐྱམ་དགོ།			
༤.༡.༣	སྐྱེ་རིགས་ཚུ་ཤོག་གྲུ་སྐྱོམ་ནང་གྲངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བསྐྱམ་དགོ།			

༥ རིལ་བུ་བཟོ་ཞིའི་བྱ་སྤྱོད་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
༥.༡	སྐྱེ་སྐྱ་བསྐྱེས་བརྒྱབ་ཐངས།			
༥.༡.༡	རིལ་བུ་བཟོ་ཞི་གི་གཞི་གྲུ་བྱི་དོན་ལུ་གྲྭ་སྐྱིག་འབད་དགོ།			
༥.༡.༢	སྐྱེ་ཕྱེ་སྐྱ་བསྐྱེས་བརྒྱབ་ཞི་འཕྲུལ་ཆས་ནང་སྐར་མ་ཡ་ལས་༡༠་ཀྱི་རིང་ལུ་སྐྱ་བསྐྱེས་རྒྱབ་དགོ།			
༥.༢	གཞི་རྟེན་ རིལ་བུ་བཟོ་ཐངས།			
༥.༢.༡	གཞི་རྟེན་རིལ་བུ་བཟོ་ཞི་གི་དོན་ལུ་ཚུ་གཙང་དང་སྐྱེ་བྱི་ཕྱེ་མ་ཚུ་ཚད་གཞི་ལྟར་ཉེ་གཏོ་བཟོ་དགོ།			
༥.༢.༢	གཞི་རྟེན་རིལ་བུ་ཚུ་དབྱིབས་གཅིག་མཚུངས་བཟོ་ཞིའི་དོན་ལུ་རིལ་བུ་བཟོ་སའི་རྟོད་ནང་ཚུ་དུམ་གྲ་རེ་བཏབ་སྟེ་སྐྱེ་བྱི་མ་ཡང་སྐྱུགས་ཞིན་མ་ལས་ལགཔ་གིས་ད་ཀྱུགས་ཉེ་བཟོ་དགོ།			
༥.༢.༣	གཞི་རྟེན་རིལ་བུ་བཟོ་ཚར་མི་ཚུ་མི་ལི་མི་ཀར་༤.༥ལས་ མི་ལི་མི་ཀར་༥་ཚུ་འབད་མི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་གསེག་མ་ནང་གསེག་དགོ།			
༥.༢.༤	ཡང་བསྐྱར་དུ་མི་ལི་མི་ཀར་༤.༥་འབད་མི་ནང་གསེག་དགོ།			
༥.༣	སྐྱེ་སྐྱ་དང་སྐྱེ་རྟ།			
༥.༣.༡	སྐྱེ་སྐྱ་དང་སྐྱེ་རྟ་སྐྱུགས་དགོ་མི་ཚུ་ཕྱེ་འཐག་ཞིན་མ་ལས་ཚུ་ཚད་འཇལ་ཉེ་ཡོད་མི་ནང་གཏུས་ཉེ་སྐྱུགས་དགོ།			

4.6.1	རིལ་བུ་སྐྱམ་མི་ཚུ་འབྲུལ་ཆས་ནང་སྲུགས་ཏེ་རྩ་ལ་ཙཱ་ལེ་བཏང་བཞུགས་ལས་ཆགས་རྒྱབ་དགོ།			
4.6.2	ཆགས་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་རྩ་ཚེད་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་ཆགས་རྒྱབ་ནི་མི་འོང་།			
4.6.3	ཆགས་རྒྱབ་ཚར་ཞེན་ལས་ཉིན་ལ་ཡང་འགྲི་བར་ན་སྐྱམ་དགོ།			
4.6.4	སྐྱམ་ཚར་ཞེན་ལས་རིལ་བུ་གི་སློན་གཤེར་བཟུ་ནི་གི་དོན་ལུ་སྲུས་ཚད་ལུ་བཏང་དགོ།			
4.མ	རིལ་བུ་བཅགས་ཐངས།			
4.6.1	སྐྱམ་ཚར་ཞེན་ལས་རིལ་བུ་རྩ་མི་ལི་མི་ཀར་3.4་དང་མི་ལི་མི་ཀར་4.5་གི་བར་ན་འབད་མི་གསེག་མ་ནང་བཅགས་དགོ།			
4.6.2	རིལ་བུ་ཚེ་རྩུང་ཚད་གཞི་ལས་བཟུལ་མི་ཚུ་མཛེད་ཁང་ལུ་ཅེས་སློད་དགོ།			
4.6.3	རིལ་བུ་སྐྱམ་ཚར་ཞེན་ལས་སློད་ཚད་འཇལ་ཏེ་ཐོ་བཞུགས་འབད་དགོ།			
4.6.4	རིལ་བུ་བཅོམ་ཚར་ཞེན་ལས་སྲུས་ཚད་བཟུགས་དབྱེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་མ་འབབ་པར་མཛེད་ཁང་སོ་སོ་ནང་བཞག་དགོ།			
4.6.	ཉོད་དང་ཤོག་སློམ་ནང་བསྐྱམ་ཞེན་ལས་ཁ་བྱང་བཏགས་ཐངས།			
4.6.1	སྐྱམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འཇལ་ཏེ་རང་སོའི་ཁ་བྱང་བཏགས་དགོ།			
4.6.2	རིལ་བུ་ཉོད་རེ་ནང་བསྐྱམ་ཚད་ཀེ་རི་རང་སོའི་སྐྱམ་གྱི་ཚད་གཞི་ནང་བཞུགས་ལུ་སྲུས་ཚད་དགོ།			
4.6.3	སྐྱམ་རིགས་ཚུ་ཤོག་གི་སློམ་ནང་གྲངས་ཁ་ཚད་གཞི་དང་འཇལ་བསྐྱམ་དགོ།			

༤ ཚང་ཞི་མཛོའོ་འདམ་བཏགས་ བཟོ་བངས་ཀྱི་བྱ་སྒྲིའི་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྒྲིགས།		
		༡	༡	༠
༤.༡	སྐྱམ་སྐྱོར་སྡེ་འབད་ནིའི་རྟོད་རྟིང་སངས་ས་ཚུ་རོ་རྟགས་བཀལ་དགོ།			
༤.༢	རྟོད་ཀྱི་སྡིད་ཚད་ཚུ་སྐྱམ་གྱི་ཚུམ་ནང་མ་བཅུག་པར་བཞག་དགོ།			
༤.༣	སྐྱམ་གྱི་རྩལ་སྐྱོར་ཚུ་སྐྱམ་གྱི་སྐྱོར་སྡེ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གྲ་སྒྲིག་འབད་དགོ།			
༤.༤	སྐྱམ་གྱི་རྩལ་སྐྱོར་ཚུ་སྐྱོད་པ་ད་ལུ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ས་ཡིག་བརྒྱབ་དགོ།			
༤.༥	དུག་འདོན་འབད་ཡོད་མི་ཚང་ཞི་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྡེ་འཐག་དགོ།			
༤.༦	ཚང་ཞི་སྡེ་འཐག་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཏེ་འཕྲོ་བརྒྱག་བརྒྱ་ཆ་བཏོན་དགོ།			
༤.༧	ཚང་ཞི་སྡེ་མ་ཀེ་ཇི་ཡུ་ལོར་གྱིས་ཨོམ་ལི་ཀར་༣༡་ལ་རྩམ་ནང་སྒྲིགས་ཏེ་སྟོམས་ཏོག་ཏེ་སྡེ་བསྐྱོད་དགོ།			
༤.༨	རང་ལྷ་༥་པའི་ཚེས་༡༥འི་ཕྱི་ལུ་ལྷ་མ་ཤར་ཅིག་ཕྱི་ཁར་བཏོན་བཞིན་མ་ལས་རྩ་ལྷ་མ་འཇུལ་ཚུན་ཚོད་ལྷ་བའི་འོད་ནང་སྡེ་བཏུལ་དགོ།			
༤.༩	ཚང་ཞི་དང་ཨོམ་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་བསྐྱོད་ཞིན་མ་ལས་ལག་ཤུབས་དང་ལ་རས་ལཱོ་ཚུ་བཅུགས་ཏེ་བཀྲག་དཀར་པོ་ལས་ནག་པོ་འཚམས་མ་འཕྱོ་ཚུན་ཚོད་ལག་པ་གིས་མཉེས་དགོ།			
༤.༡༠	ཚང་ཞི་ཨོམ་དང་ཅིག་ཁར་མཉེས་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་སྐྱོར་ལེབ་ལག་པ་གིས་བཟོ་སྡེ་ལ་ཤ་དར་རས་ནང་གི་མ་ནང་ལུ་སྐྱམ་དགོ།			
༤.༡༡	སྐྱོར་ལེབ་འདི་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་སྐྱམ་ནི་དོན་ལུ་ཉིན་མ་གཉིས་རེ་གི་བར་ན་ཕྱི་ནང་ལོག་སྡེ་ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་རང་བདུན་ཕྱག་༥ཀྱི་རིང་སྐྱམ་བཞག་དགོ།			
༤.༡༢	ཚང་ཞི་མཛོའོ་འདམ་འཐག་འདི་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་འཕྲོ་བརྒྱག་ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་ག་བརྒྱ་ཆ་བཏོན་དགོ།			
༤.༡༣	འདམ་འཐག་འབད་ཚར་བའི་ཚང་ཞི་འདི་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུ་ཚོད་སྡེ་ཚོན་ལུ་སྐྱུ་ཚོད་དང་སྐྱོན་ཆ་བཏག་ཞིབ་འབད་བར་བཏང་དགོ།			

༤.༡༤	སྤྱི་ཚང་གི་སྐྱེ་བའི་ཐོབ་བཞེན་ལས་ལ་ཡིག་བཟགས་ཏེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ ཚིག་སྒྲིག་དགོ།			
------	---	--	--	--

མ ཚང་ཞི་འཕུལ་ཐལ་བཟོ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྐྱེད་རིམ་པ།

	ཚང་ཞི་འཕུལ་ཐལ་བཟོ་ཐངས་འདི་གཤམ་གསལ་བྱ་སྐྱེད་རིམ་པ་བཞེན་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
མ.༡	དུག་འདོན་འབད་ཡོད་མི་ཚང་ཞི་ཀའི་༡༧་སྐྱེ་བའི་གཞན་སྤྱི་གཞན་དགོ་མི་ཚུ་ ཚང་གཞི་དང་འཕུལ་སྐྱེ་བའི་སྤྱི་གཞན་ཏེ་ཕྱི་འཐབ་དགོ།			
མ.༢	གོང་གི་ཕྱི་མ་ཀའི་འཇལ་ཏེ་ལུགས་ཀོང་ནང་དབྱ་བཟོ་སྤྱི་དབྱ་ཅིག་ནང་ སྐྱེ་བའི་སྤྱི་གཞན་ཏེ་དབྱ་བཟོ་སྤྱི་གཞན་ཏེ་འབད་ཏེ་བཅད་ཞེན་ལས་ ལུགས་སྤྱི་གཞན་བསྐྱེད་དགོ།			
མ.༣	ལུགས་ཀོང་དང་འབད་ཏེ་ཚུ་འདམ་གྱིས་རྒྱུང་མ་ཐལ་ཕྱི་དབྱ་བཟོ་སྤྱི་གཞན་ སྐྱེ་བའི་གསལ་མི་ཚུ་འདམ་གྱིས་འཕུལ་འཕུལ་རང་བསྐྱེད་སྤྱི་གཞན་ ན སྐྱེ་ དགོ།			
མ.༤	སྐྱེ་བའི་ཞེན་ལས་རྩོམ་ལུ་གྱིས་འགྲོ་བའི་སྤྱི་གཞན་ཏེ་ཕྱི་གཞན་ཚང་མེད་སྤྱི་གཞན་ ལུགས་ཚུ་ཚོད་༤་གི་རིང་འཕུལ་འཕུལ་རང་ཚུ་གསལ་བསྐྱེད་ཏེ་མེ་བཟང་དགོ།			
མ.༥	མེ་བཟང་བའི་སྤྱི་གཞན་ལུ་བཟུང་མ་བཟུང་བའི་རྟགས་མཚན་འདི་སྤྱི་གཞན་གི་ དྲིམ་མ་མནམ་པ་ཅིན་ལུགས་ཀོང་མེ་ནང་ལས་བཟོན་ཏེ་བྱོད་བྱང་བཟུག་དགོ།			
མ.༦	བྱོད་བྱང་ཞེན་ལས་ལུགས་ཀོང་ལ་ཕྱི་སྤྱི་གཞན་དང་ལུགས་ཀོང་གང་མོ་སྤྱི་ ཡོད་པ་ཅིན་སྤྱི་གཞན་འདི་ལེགས་ཤོམ་ཚོ་བའི་རྟགས་ཨིན།			
མ.༧	སྤྱི་ཚང་འདི་ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་བའི་ཅིན་དུང་དཀར་གྱི་ཕྱི་བཟུམ་སྤྱི་གཞན་གི་ སྤྱི་གཞན་དགོ་པ་མ་ཚང་ལུགས་པར་དུ་ཕྱི་འདི་ཚུ་འདི་སྤྱི་གཞན་སྤྱི་གཞན་པ་ད་འཕུལ་པ་ ཅིན་ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་བའི་རྟགས་ཨིནམ་ལས་འདི་ཚུ་བཟུང་དགོ།			
མ.༨	བཟུག་ལུགས་སྤྱི་གཞན་ཡོད་པ་ཅིན་མ་འཚོ་བའི་སྤྱི་གཞན་ཨིནམ་ལས་ལོག་སྤྱི་གཞན་ གོང་བཞེན་མེ་བཟང་དགོ།			
མ.༩	ཚང་ཞི་འཕུལ་ཐལ་བཟོ་ཐངས་ཚང་མི་འདི་ཀའི་འཇལ་ཞེན་ལས་སྤྱི་ཚང་སྤྱི་			

	ཚན་ལུ་སྐྱུས་ཚད་བརྟག་ཞིབ་འབད་བར་བཏང་དགོ།			
ཧ.༡༠	སྐྱུས་ཚད་ཀྱི་སྐྱེན་ལུ་ཐོབ་བཞིན་མ་ལས་ཁ་ཡིག་བཏགས་ཏེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ ཚུལ་སྤྲོད་དགོ།			

༡ ཏར་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱོའི་རིམ་པ།

	ཏར་བསྐྱེད་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་འཇམ་ཏྲེང་ཏྲོ་སྐྱེ་བུ་འབྲུག་ཚུགས་ནི་དོན་ལུ་ཨིན་མ་ལས་ གཤམ་གསལ་གྱི་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ་ལྟར་ལག་ལེན་འབྱེད་དགོ།			
༡.༡	སྐྱེན་ཐོག་ལུ་ཚུལ་བཏོག་ཞིན་མ་ལས་ཀུ་ཇི་འཇམ་ཏྲེ་ལྷགས་ཐབ་ནང་ ལྷགས་ཀྱི་བྱ་མིག་གུ་སྐྱེལ་ཏེ་མེར་བསྐྱེད་དགོ།			
༡.༢	སྐྱེན་མདོག་སྐྱེ་སི་མ་འབྱོར་ཚུན་མེར་བསྐྱེད་དགོ།			
༡.༣	སྐྱེན་མེན་ལས་མ་བཏོན་པའི་ཏེ་མ་མེ་འདི་མ་དགུགས་པར་ཞག་གཅིག་ བཞག་སྟེ་རང་བཞིན་གྱིས་མེ་རྒྱུ་ཡལ་བཅུག་སྟེ་སྐྱེ་སི་མེ་འབྱོར་མི་ཚུ་འགོས་ གྱིས་འབད་འཛིན་གྱིས་རེ་རེ་སྟེ་འཕུ་བཏབ་སྟེ་བཏོན་དགོ།			
༡.༤	སྐྱེན་གནག་པོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ལོག་སྟེ་རང་གོང་བཞིན་མེར་བསྐྱེད་དགོ།			
༡.༥	སྐྱེན་ཏར་བསྐྱེད་བཟོ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ཀུ་ཇི་འཇམ་ཏྲེ་འཕྲོ་བརྒྱག་བརྒྱུ་ཆ་ ནང་བཏོན་དགོ།			
༡.༦	སྐྱེན་ཏར་བསྐྱེད་བཟོ་ཚར་མི་འདི་ཀུ་ཇི་འཇམ་ཏྲེ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུས་ཚད་སྟེ་ཚན་ ལུ་སྐྱུས་ཚད་བརྟག་ཞིབ་འབད་བར་གཏང་དགོ།			
༡.༧	སྐྱུས་ཚད་ཀྱི་སྐྱེན་ལུ་ཐོབ་བཞིན་མ་ལས་ཁ་ཡིག་བཏགས་ཏེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ ཚུལ་སྤྲོད་དགོ།			

༢ ལུས་བསྐྱེད།

	སྐྱེན་ལུས་བསྐྱེད་གཤམ་གསལ་གྱི་སྐྱོའི་རིམ་པ་ལྟར་ལག་ལེན་འབྱེད་དགོ།			
༢.༡	སྐྱེན་ཚུན་མེན་ཏུ་ཇི་འཇམ་ཏྲེ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེད་ཀུ་ཚུ་བལྟམས་ཏེ་བསལ་དགོ།			

༧.༢	ལྷགས་ཀོ་བཤུབས་ཡོད་མི་སྐྱེན་འདི་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་གཉིས་ཀ་ བརྒྱབས་ཏེ་སྐྱེན་དགོ།			
༧.༣	སྐྱེན་ཞིན་མ་ལས་སྐྱོན་ཆ་བཟླ་བར་སྐྱུས་ཚད་སྡེ་ཚན་ལུ་བཏང་དགོ།			
༧.༤	ས་འདི་གསལ་མ་ནང་སྐྱུགས་ཏེ་གསལ་ཞིན་མ་ལས་ཚུ་སྐྱུགས་ཏེ་འདམ་པ་ བཟོ་ནི་འགོ་གཙུགས་དགོ།			
༧.༥	འདམ་པ་འདི་གར་སྐྱ་རན་ཏོག་ཏོ་སའི་རྩམ་གུ་སྡོད་བཏུབ་ཅིག་བཟོ་དགོ།			
༧.༦	སྐྱེན་གྱི་སྐྱོན་ཆ་ཚད་དང་ལྷན་ཏོག་ཏོ་ཡོད་པ་ཅིན་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཏེ་སའི་རྩམ་ ནང་སྐྱུགས་ཏེ་སོར་དེ་ཅིག་མ་གང་མ་སྡེ་སྡོད་མ་བཞག་དགོ།			
༧.༧	ཁ་ཤ་དར་རས་འདམ་དང་ཅིག་ཁར་སྐྱ་བསྐྱེས་ཏེ་སྐྱེན་ནང་ན་ཡོད་མི་སའི་ རྩམ་འདི་ཁབ་ཏོ་བཅད་ཞིན་མ་ལས་ཕྱི་ཁ་ལས་གར་སྐྱར་ཏེ་སྐྱེན་དགོ།			
༧.༨	སྐྱེན་ཐག་མ་ཚོད་པ་ཅིག་ལས་ད་རུང་ཚར་གསུམ་ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་རང་རྒྱང་ མ་ཐལ་ཕ་སྡེ་ཁ་ཤ་འདམ་གྱིས་སྐྱར་ཏེ་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་སྐྱེན་དགོ།			
༧.༩	ལེགས་ཤོམ་སྡེ་སྐྱེན་ཞིན་མ་ལས་ས་དོང་གི་གཤམ་ལུ་ཤིང་བཀམ་སྡེ་སྐྱེན་གྱི་ རྩམ་ཚུ་སྐྱེལ་ཏེ་ས་རྩམ་ཚུ་གི་ལྷག་ལུ་ད་རུང་ཤིང་བཀམ་ཏེ་མིག་གིས་མ་ མཐོང་མ་སྡེ་བཟོ་དགོ།			
༧.༡༠	མེ་འཕུ་ཞིན་མ་ལས་ས་རྩམ་ནང་གི་སྐྱེན་འདི་དུས་ཡུན་རྒྱུད་ཤིང་རིང་མེ་ བཏང་དགོ།			
༧.༡༡	མེ་བཏང་མི་སྐྱེན་འདི་མ་དགོགས་པར་ཞག་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱོད་ གུང་བཅུག་དགོ།			
༧.༡༢	བྱོད་གུང་ཞིན་མ་ལས་སའི་རྩམ་བཏོན་ཏེ་ཁབ་ཏོ་ཕྱེ་བའི་སྐབས་སྐྱེན་གྱི་ནང་ ན་ས་འཇུལ་མ་བཅུག་པར་ཁ་ཕྱེ་སྡེ་འགྱིབ་དོབ་ནང་ལུ་སྐྱུགས་དགོ།			
༧.༡༣	ས་རྩམ་གྱི་ནང་ན་རྒྱང་ཤོར་མི་སྐྱེན་འདི་ཐལ་ཕ་སྡེ་ཡོད་མི་ཚུ་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཏེ་ བཀོ་ནིའི་བྱ་སྐྱོའི་ལས་རིམ་ལྟར་འབད་དགོ།			
༧.༡༤	ལུས་བསྐྱེག་འབད་མི་ཚུ་ཚར་ཅིག་འཕྱར་ཏེ་རག་རོག་ཚུ་བསལ་བཏང་ ཞིན་མ་ལས་ཀེ་ཇི་འཇལ་ཏེ་འཕྲོ་བརྒྱག་བརྒྱ་དཔུ་ནང་ཕབ་དགོ།			

1.75	སྐྱེན་ལུས་བསྐྱེད་འབད་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུས་ཚད་སྡེ་ཚན་ལུ་སྐྱུས་ཚད་ བརྟག་ཞིབ་འབད་བར་བཏང་དགོ།			
1.76	སྐྱུས་ཚད་ཀྱི་སྐྱེན་ལུ་སྐྱེན་ལུ་སྐྱེན་ལུས་ལ་ཡིག་བཏགས་ཏེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ ཚིས་སྒྲིབ་དགོ།			

70 ལན་བཅོ་ཐང་གི་བྱ་སྐྱོད་རིམ་པ།

70.1	སྐྱེན་ནང་ཚུ་དང་རག་རོག་ཚུ་བསལ་ཞིན་མ་ལས་མཐོ་གང་ཚམ་བཟུམ་དགོ།			
70.2	སྐྱེན་བཟུམས་ཏེ་གེ་ཇི་འཇལ་ཞིན་མ་ལས་ཀ་ལ་ནང་སྐྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་ཚུ་ སྐྱེད་དགོ།			
70.3	ཚུ་སྐྱེད་སྐྱེད་ཞིན་མ་ལས་དུས་ལུ་ཚུ་ཚོད་ལས་ཚུ་དགུགས་ཏེ་བཙོ་དགོ།			
70.4	སྐྱེན་གྱི་ཚུ་འདི་ལ་ཤ་དར་རས་ནང་བཙགས་ཏེ་ཤིང་རག་རོག་ཚུ་བཏོན་བཀོ་དགོ།			
70.5	སྐྱེན་གྱི་ཚུ་བཙགས་ཡོད་མི་འདི་ཀ་ལ་ཟུམ་ནང་སྐྱེད་སྐྱེད་ཏེ་སྐྱོལ་དགོ།			
70.6	སྐྱེན་གྱི་ལན་འདི་སྐྱོན་ཆ་བརྒྱ་ཆ་པབ་སྡེ་ཚད་དང་ལྷན་ཏེ་ཏོ་མ་སྐྱེད་ཚུ་ཚོད་ འཕྲལ་འཕྲལ་དགུགས་ཏེ་སྐྱོལ་དགོ།			
70.7	ལན་སྐྱོལ་བའི་སྐྱབས་འཛིག་བཅུག་ནི་མི་འོང།			
70.8	ལན་བཀོལ་བའི་སྐྱབས་འཛིག་བཞུ་ཆ་ནང་པབ་སྡེ་ཐོ་བཞག་དགོ།			
70.9	ལན་བཅོ་ཐང་མི་འདི་སྐྱོན་ཆ་བཟུ་མི་དོན་ལུ་སྐྱུས་ཚད་སྡེ་ཚན་ལུ་བཏང་དགོ།			
70.10	སྐྱུས་ཚད་ཀྱི་སྐྱེན་ལུ་སྐྱེན་ལུ་སྐྱེན་ལུས་ལ་ཡིག་བཏགས་ཏེ་མཛོད་ཁང་ལུ་ཚིས་སྒྲིབ་ དགོ།			

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

	བྱ་སྐྱོད་རིམ་པ།	རྒྱགས།		
		༩	༡	༠
११-१	ཐང་ཐང་གི་བྱ་སྐྱོད་རིམ་པ།			
११-१-१	སྐྱེན་རྩལ་ཚུ་རྩལ་སོགས་པའི་དྲེག་པ་དང་རྩལ་མེད་པའི་རྟོད་ནང་ལུ་ ཐངས་ཞེན་ལས་ལུ་བ་འཕྱོར་བཅུག་ནི།			
११-१-२	ཐང་གཏུ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཚུ་ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ཆ་གསུམ་ལུ་བགོ་བའི་ སུམ་གཉིས་གཏུ་ཞེན་ལས་སུམ་ཆ་ཅིག་ལུས་པའི་བར་བསྐོལ་དགོ།			
११-१-३	ཐང་སེལ་གྱི་ཐང་ཚུ་ཚ་རྟོམ་སྡེ་བཏང་དགོ།			
११-२	ཚ་སེལ་ཐང་གི་བྱ་སྐྱོད་རིམ་པ།			
११-२-१	གོང་སྐྱེན་ཚུ་ཚ་སེལ་གྱི་སྐབས་ལུ་བྱོད་ཐང་ཞེན་ལས་བཏང་དགོ།			
११-२-२	ཚ་ཐང་འབྲེས་པའི་ནད་ལུ་སོ་སོའི་ནད་དང་མཐུན་པར་དཔེར་ན་སྤྱད་སྐྱེན། འབྲེད་སྐྱེན། སྐྱེན་བྱེད་ནད་ལུ་རྩོམ་སྟོག་བཏང་དོ་བཟུམ་སྡེ་བཏང་དགོ།			
११-३	ཕྱེ་མའི་བྱ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྐྱོད་རིམ་པ།			
११-३-१	སྤུང་ཚད། སྐྱེན་གཞན་ཚུ་ཆ་སྟོམས་སྡེ་བཏང་རུང་སྐྱེན་གཙོ་བོ་འདི་སྤུང་ ཚད་ཉིས་འགྱུར་གྱི་མངམ་སྡེ་བཏང་དགོ།			
११-३-२	བརྒྱང་ཐངས། ར་ཙོའི་རིགས་ཚུ་ག་ཅི་བཏང་རུང་མེ་ཐུར་ཐལ་ཚན་ནང་ལུ་ ཕྱིའི་རྩི་རྩོག་ཙམ་བསྐྱེད་དགོ།			
११-३-३	ར་དང་ཤིང་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་བའི་རིགས་ཚུ་རྟེ་མ་བརྒྱང་ནི་དང་། རྐྱེན་ཙན་ སུམ་བག་གི་རིགས་ཚུ་ཤུལ་མ་བཞག་སྟེ་རྒྱུར་ལུ་འཐག་དགོ།			
११-३-༤	སྐྱེན་ལུས་ཆེ་བ་དང་རྒྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གསེར་འགྱུར་གྱི་རྩི་བཟུམ་སྡེ་ ཞིབ་པར་འཐག་དགོ།			
११-३-༥	སྐྱེན་རྟེན། གཉན་མེད་པའི་དབང་གིས་ཚ་སེལ་ཐངས་ཅད་ཤེལ་ཀ་ར་ གཙོ་བོའི་སྐྱེན་ལས་རྒྱག་འགྱུར་གྱིས་མངམ་སྡེ་སྤྱར་དགོ།			

17-3.6	གང་སེལ་ཐམས་ཅད་གཙོ་བོའི་སྐྱེན་ལས་བྱ་རམ་བཞི་འགྱུར་གྱིས་མངམ་སྐྱེ་སྐྱུར་དགོ།			
17-3.7	སྤྱིར་སྐྱེན་ཐམས་ཅད་ལུ་སྐྱེན་ཏེ་མེད་པར་མ་བརྟུབ་པའི་ཁར་ལྷག་པར་དུ་གཉན་ནད་ག་ཏེ་ལས་འགྱུར་མ་ཤེས་པ་ལས་བརྟེན་སྐྱེན་ཏེ་ངེས་པར་དུ་དགོ།			
17-3.8	འཕུལ་བྱེད་ནི། ཆ་སེལ་ཐམས་ཅད་ལུ་ཚུ་སྐྱོལ་གྱང་གིས་བཏང་ནི་དང་། མེ་བོད་རྒྱུང་བའི་རིགས་ལུ་ཚུ་སྐྱོལ་གྱིས་བཏང་དགོ།			
17-3.9	གཏོང་བའི་དུས། ཟས་ལུ་བའི་དུས་ལུ་སྐྱེན་བཏང་ནི་དང་། སྐྱེན་ལུ་བའི་དུས་ལུ་ཟས་བསྐྱེན་དགོ།			
17-4	རིལ་བྱའི་བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།			
17-4.1	འཐག་ཐངས། དང་པོ་སྐྱེན་ཚུ་སོ་སོར་ཞིབ་པར་བཏགས་ལ་ཁུ་དང་། སྤྱང་ཅི་སོགས་ཏེ་མེད་མི་ཚུ་ཚུ་སྐྱོལ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེན་ཏེ་གར་སྐྱ་ཞོ་ཙམ་ཅིག་ལུ་འདམ་བཏགས་འབད་དགོ།			
17-4.2	བསྐྱིལ་ཐངས། དུག་ཤས་མེད་མི་ཚུ་ལུ་ཆེ་རྒྱུང་སྐྱེན་མ་འཕྲོས་ཙམ་དང་། དུག་ཤས་གཙོ་ཆེ་བའི་སྐྱེན་ཚུ་སྐྱེན་མ་རྒྱུང་གྱའི་ཚད་ཙམ་བསྐྱིལ་དགོ།			
17-4.3	ཀ་ར་དང་བྱ་རམ་སྤྱང་ཅི་ཚུ་གིས་སྐྱེན་ཏེ་འབད་དེ་རིལ་བྱ་སྐྱིལ་བརྟུབ་ཙམ་བཟོ་སྟེ་རིལ་བྱ་རྒྱུང་བའི་རིགས་ཚུ་ལུག་རིལ་ཙམ་དང་། ཆེ་བ་སེར་རུས་ཙམ་ཅིག་སྐྱིལ་དགོ།			
17-4.4	བཏང་ཐངས། རིལ་བྱ་རྒྱུང་བའི་རིགས་ཚུ་ལུ་མེད་བཏང་བརྟུག་ནི་དང་། ཆེ་བའི་རིགས་ཚུ་རྐྱུར་ཏེ་བཏང་དགོ།			

ལམ་སྟོན་གསུམ་པ།
སྦྱོང་བྱེད་ལས་ཀྱི་མདོ།

སྦྱང་བྱེད་ལས་ཀྱི་མདོ། ལག་ལེན་གྱི་ལམ་ལུགས་ལམ་སྟོན།

དམིགས་ལུལ།

ན་བ་གསོ་བར་འདོད་པའི་ནད་པ་ཞི་བྱེད་གྱི་སྐྱེན་གྱིས་ནད་ཞི་མ་ཚུགས་པར་ཡོད་མི་དང་། སྐབས་ཐོབ་དང་། འཁྲིལ་ནད་གཞི་ཕྱིར་སྦྱོང་འབད་དགོ་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྦྱང་བྱེད་སྐྱུམ་འཚོས་ བཤལ་ སྐྱུགས་ ལྷ་སྐྱེན་ འཇམ་ཚེ་ བློ་རུ་ཉ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཚུ་མ་ཞོར་བར་ཤེས་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན།

སྦོབ་སྦྱོང་འདི་མཚུགས་བསྐྱེད་དེ་སྦོབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་ལས་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་ འཐབ་ཚུགས།

༡. ལས་ལྗེའི་ལག་ལེན་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་རྒྱུང་སོགས་ཞི་བྱི་དོན་ལུ་འབྲུ་མར་སོགས་ཀྱི་སྐྱུམ་ གཞུགས་ལུ་འཕུར་ནི་དང་། བྱ་གར་དགང་བ། ཁོང་ལུ་བཏང་ཐབས་ཤེས་ཚུགས།
༢. བཤལ་གྱི་སྦོན་འགོ། དངོས་གཞི། རྗེས་བཙུག་ཚུ་བྱ་རིམ་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
༣. སྐྱུགས་ཀྱི་སྦོན་འགོ་དང་དངོས་གཞི་སྐྱེན་བཏང་ཐངས་ སྐྱུགས་ཀྱི་རྗེས་བཙུག་གོ་རིམ་དང་ འཁྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
༤. ལྷ་སྐྱེད་ཀྱི་སྦོན་འགོ། དངོས་གཞི། རྗེས་བཙུག་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
༥. འཇམ་ཚེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཚུ་བྱ་རིམ་དང་འཁྲིལ་འབད་ཚུགས།
༦. བློ་རུ་ཉ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་བྱ་རིམ་དང་འཁྲིལ་འབད་ཚུགས།

༡ ལས་ལྗེའི་སྦོན་འགོ་སྐྱུམ་འཚོས་འབད་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྟེའི་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡	སྐྱུམ་འཚོས་འདི་གཞུགས་ཀྱི་ཤ་དང་པགས་ཀོ་ལུ་ནད་ཡོད་པ་ཅིན་ཕྱི་ལས་ དབྱར་དགོ།			
༡.༢	ནམ་ཚོང་ཡན་ཚད་ཀྱི་ནད་ལུ་མགུ་ཉོ་ལུ་བྱུག་དགོ།			
༡.༣	ཞེད་པ་མན་ཚད་ཀྱི་ནད་གཞི་ལུ་འཇམ་ཚེ་བཏང་དགོ།			

༡.༤	བྱང་ཁོག་སྟོད་སྤྲོད་ཀྱི་ནད་ལུ་ཁོང་ལུ་བཏང་དགོ།			
༡.༥	ན་བ་དང་སྤར་གོང་གི་ནད་ལུ་ན་བའི་ནད་ལུ་སྤྱགས་དགོ།			
༡.༦	མིག་ཉོ་གི་ནད་ལུ་མིག་ཉོ་ནད་ལུ་སྤྱགས་དགོ།			
༡.༧	ཁ་ལྗེ་དང་ སེའི་ནད་ལུ་ངོད་འཇམ་སྟེ་ཁ་ནད་ལུ་བཀང་དགོ།			
༡.༨	སེར་ཀ་དང་། རྒྱ་སྤྱབས། དཔལ་བ། མིག་སྤྱིབས། ལླང་པ། ལྷ་བྱག་ཚུ་ལུ་ ནད་ཡོད་པ་ཅིན་ངོད་འཇམ་བཟོ་སྟེ་ལྷ་པ་ནད་ལུ་སྤྱགས་དགོ་པ་ཚུ་ནད་ དམིགས་དང་བསྐྱུན་རིག་པས་འཕྲུལ་ཤེས་དགོ།			

༩ བཤལ་ལག་ལེན་འབད་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྤྲོད་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	༩	༧	༠
༩.༡	བཤལ་མ་བཏང་པའི་ཞག་༩་ཀྱི་སྤྱ་གོང་ལས་བཤལ་གྱི་སྤོན་འགོ་ཚུ་གཞུང་ལྷན་ དུ་འབད་བཅུག་དགོ།			
༩.༢	ནད་ལུ་གྲུས་ཞབས་ཀྱི་སྟོ་ལས་གདོང་བསྐྱེད་འབད་དེ་རྒྱ་མི་གྲུ་སྤོད་བཅུག་ དགོ།			
༩.༣	བཤལ་གྱི་ཐོ་དེབ་ནང་ནད་པའི་མིང་དང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཚུ་ཐོ་བཀོད་ འབད་དགོ།			
༩.༤	བཤལ་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་གཤམ་གསལ་བཤལ་སྤོན་གྱི་ཅ་ཆས་ཚུ་ག་སྤྱིག་ འབད་དགོ། <ul style="list-style-type: none"> • ལ་ཚོ་སྟོ་རས། • བཤལ་སྤོན། བཤལ་གཙོད་སྤོན། • འཕྲུག་ཤོག ལག་པ་འབྲུ་ནིའི་མཐུན་སྤོན་ཆ་ཚང་། • ལག་བྱབས། ལ་རས། 			
༩.༥	བཤལ་གྱིས་མགྲུ་ལུ་འཁོར་ནི་དང་བྱམ་མེད་བརྒྱལ་ནི་ཚུ་བཀག་ནིའི་ཚུང་སྤོན་ དང་ཚུང་དུགས་ཚུ་ག་སྤྱིག་འབད་དགོ།			

2.6	བཤམ་སྐྱོན་བཟའ་བཅས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་བྱེད་ཏེ་སྐྱོན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཚད་སྟོང་བ་ལྟ་སྟེ་དང་འཁྲིལ་སྐྱོན་སྐྱོན་ལས་ལྷུན་གཏང་དགོ།			
2.7	བཤམ་སྐྱོན་བཏང་ཚར་ཕྱི་ལོ་སེམས་སྟོན་སྟོན་སྟེ་སྟོན་དགོས་སྟེ་སྐྱོན་དགོ།			
2.8	བཤམ་འོང་ནི་འབད་ཕྱི་ལོ་བཤམ་ཁང་ནང་ལུ་ཚོགས་ལུ་སྟོན་དེ་བཤམ་བཟུགས་དགོ།			
2.9	བཤམ་ཚར་ཕྱི་ལོ་བཏང་ཚར་ (རབ་ཐོ་༣། འབྲིང་ཐོ་༣། ཐ་མ་ཐོ་༡།) ཐོ་བཏོད་འབད་དགོ།			
2.10	བཤམ་མདོག་རབ་ཕྱི་ལོ་བཟུགས་སྟོན་སྟེ་འབྲིང་བད་ཀའ་ཚུ་ཐ་མ་མཁྲིལ་པ་ཚུ་ག་དེ་སྟེ་འབྲིང་ལོ་ག་ཐོ་བཏོད་འབད་དགོ།			
2.11	བཤམ་ཐོངས་ (རབ་༣༠། འབྲིང་༣༠། ཐ་མ་༡༠།) ཐོ་བཏོད་འབད་དགོ།			
2.12	བཤམ་ཚད་མ་བཏུབ་པ་ཚུ་བཤམ་གཅོད་ཀྱི་སྐྱོན་གཏང་དགོ།			
2.13	བཤམ་བཏང་ཚར་ཞེ་ཞེ་ལས་གཅོད་སྐྱོན་དང་ལྷུན་ཕྱི་ལོ་འབྲུག་དགོ།			
2.14	བཤམ་གྱི་རྒྱུ་བཅོས་བསྐྱབ་བྱ། <ul style="list-style-type: none"> • རངས་པར་འབྲས་ཐུག་ལྟ་སྟེ་འབྲུང་དགོས། • ཉིམ་༢་པར་འབྲས་ཐུག་ཕྱི་ལོ་བཏང་དགོས། • ཉིམ་༣་པར་འབྲས་ཐུག་སྐྱོན་འབྲུང་དགོས། • ཉིམ་༤་པ་ལས་ཨ་ཏུག་གི་ཐོ་བཏོད་བཏུབ། 			
2.15	སྟོན་ལམ་ཉལ་པོ་སྟོན་པ་དང་དྲག་བཤམ་གྱི་ལམ་འཛུགས་དགོས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱེད་དགོ།			

3 སྐྱོན་ལམ་ལུ་འབྲས་ཐུག་ལུ་བྱེད་ཏེ་སྐྱོན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཚད་སྟོང་བ་ལྟ་སྟེ་

ལྟ་སྟེ་	སྐྱོན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཚད་སྟོང་བ་ལྟ་སྟེ་	སྐྱོན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཚད་སྟོང་བ་ལྟ་སྟེ་		
		༡	༢	༣
3.1	སྐྱོན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཚད་སྟོང་བ་ལྟ་སྟེ་ལྟ་སྟེ་ལམ་ལུ་འབྲས་ཐུག་ལུ་བྱེད་ཏེ་སྐྱོན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཚད་སྟོང་བ་ལྟ་སྟེ་			

3.2	ནད་པ་ལུ་གྲུས་ཞབས་ཀྱི་སྒོ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དེ་རྐང་མི་གྲུ་སྡོད་བཅུག་དགོ།			
3.3	སྐྱུགས་ཀྱི་ཐོ་དེབ་ནད་ནད་པའི་མིང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཚུ་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
3.4	<p>སྐྱུགས་སློན་གཏང་འི་དེ་དོན་ལུ་གཤམ་གསལ་སྐྱུགས་སློན་དང་ཅ་ཆས་ཚུ་ག་སྒྲིག་འབད་དགོ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • ཨ་ཅེ་ལྷོ་རས། • སྐྱུགས་སློན། • སྐྱུགས་གཅོད་སློན། • འཕུག་ཤོག། • ལག་པ་འཁྱུ་འི་མཐུན་རྒྱུ་ལྗོན། • ལག་ལྷུ་བས། • ཁ་རས། 			
3.5	ཕོ་རབ་ཚད་ལྡན་གཅིག་ནད་སྐྱུགས་སློན་ཚད་དང་ལྡན་མ་སྤེ་སྐྱུགས་ཞིན་ན་ནད་པ་ལུ་འཕྲང་བཅུག་དགོ།			
3.6	གལ་སྲིད་འཕྲང་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ དེ་ཞིམ་དང་སྐྱུར་རྩིས་ཚུ་སྐྱུར་བཏུག་པ་དང་མནམ་པ་སོགས་འབད་དེ་འཕྲང་བཅུག་དགོ།			
3.7	སྐྱུགས་སློན་འཕྲང་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྐྱུགས་ཁང་ནད་ལུ་སྐྱུགས་ཀྱི་སྡོད་མི་གྲུ་བཞག་ལྟེ་སྐྱུགས་བཅུག་དགོ།			
3.8	<p>སྐྱུགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་གངས་ལ་བརྟག་པ།</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ རབ་༥། ➤ འཕྲིང་༤། ➤ ཐ་མ་༤། ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ། 			
3.9	<p>སྐྱུགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཁ་དོག་ལ་བརྟག་པ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • རབ་ཚུ་བཟུམ། 			

	<ul style="list-style-type: none"> • འཕྲིང་མཁྲིས་པ། • བ་མ་བད་ཀན་ཅན་ཚུ་ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ། 			
3.10	<p>སྐྱུགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་བྱངས་ཚད་ལ་བརྟེན་པ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • རབ་བྲེ་༥། • འཕྲིང་བྲེ་༡། • བ་མ་བྲེ་བྱེད་གང་འཐོན་ཚུ་ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ། 			
3.11	སྐྱུགས་ཚད་མ་བརྟེན་པ་ཅིན་སྐྱུགས་གཙོད་ཀྱི་སྐྱེན་གཏང་དགོ།			
3.12	སྐྱུགས་ཀྱིས་རླུང་སློངས་ཏེ་མགུ་ཡུ་འཁོར་བ་དང་བྲན་མེད་བརྒྱལ་བ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་པ་ཅིན་རླུང་སྐྱེན་དང་རླུང་བརྟེན་ཚུ་བསྐྱེན་བརྟེན་དགོ།			
3.13	སྐྱུགས་ཚོར་ཞིན་མ་ལས་གཞོད་ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལྟར་དུ་གཙོད་སྐྱེད་དང་ལྷན་མ་སྤེལ་བྱེད་དགོ།			
3.14	<p>སྐྱུགས་ཀྱི་རྗེས་བཙུག་བསྐྱེད་བྱ་ཚུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་བྱེན་དགོ།</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ བྲན་པར་འབྲས་བུ་ལྟ་སྤྱི་སྤྱི་འབྲུང་དགོས། ➢ ཉེན་པར་འབྲས་བུ་ལྟ་ལྟ་སྐྱེད་པ། ➢ ཉེན་པར་འབྲས་བུ་གར་བ་འབྲུང་དགོས། ➢ ཉེན་པ་ལས་ཨ་རྟེན་གྱི་ཟས་ཟ་བརྟེན། 			
3.15	སློད་ལམ་ཉལ་པོ་སློད་པ་དང་བྲན་བཤུལ་གྱི་ལམ་ལྟར་དུ་འཕྲིང་པའི་བསྐྱེད་བྱ་འབྲེན་དགོ།			

༤ ལྷ་སློངས་ལག་ལེན་འབད་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྤྲོད་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱུགས་ཐོབ།		
		༡	༡	༠
༤.༡	ནད་པ་ལུ་ངག་འཇམ་པའི་སློངས་གཞོད་བསྐྱེད་འབད་དེ་རྟེན་ལྷི་གུ་སློད་བརྟེན་དགོ།			

༤.༡	<p>ནད་པ་ལས་སྐྱོད་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལེན་ཞིན་མ་ལས་སྐྱོད་སྐྱོངས་ཀྱི་ཐོ་དེབ་ནང་ ནད་པའི་མིང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཉིན་གྲངས་སྐྱོད་བཅོས་ཀྱི་ཁ་གྲངས་རྒྱ་ཁ་ གསལ་བཀོད་དགོ།</p>			
༤.༢	<p>སྐྱོངས་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་གཤམ་གསལ་སྐྱོངས་ཀྱི་ཅ་ཆས་ཚུ་གྲ་སྒྲིག་ འབད་དགོ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • ལ་ཚོ་ལྟོ་རས། • སྐྱོངས་སྐྱོད། • རྒྱགས་སྐྱོད་ཉིལ་སྐྱུམ། • འབྲས་ལྗེ་མ། • སྐྱུམ་ཚུགས་ཀྱི་ཅ་ཆས་ཆ་ཚང། • འབྲིབ་ཀྱི་དུང་ཅུང། • བཏེག་ཤིང། སངས་མོང། • འཕྲུག་ཤོག། • ལག་པ་འཕྱུ་མིའི་མཐུན་རྐྱེན་ཆ་ཚང། • ལག་ལྷབས། • ཁ་རས། 			
༤.༣	<p>སྐྱོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཉིལ་སྐྱུམ་གྱི་རྒྱགས་པ་སྐར་མ་ལ་གི་རིང་འབད་དགོ།</p>			
༤.༤	<p>ནད་པ་རྒྱ་ལྷོ་ལྷོ་བདེ་ཏོག་ཏོ་སྐྱོད་བཟུགས་སྐྱོངས་ལུ་ལུན་སྐར་མ་ལ་ལྷོ་ཅིག་གི་ རིང་ལྷོ་པ་ནང་རྒྱངས་བཟུགས་བཟུབ་དགོ།</p>			
༤.༥	<p>རྒྱངས་དུགས་ཀྱི་དུང་ཅུང་དང་ལྷོ་པ་གི་བར་ན་རྒྱང་ཐག་སེན་གི་མི་གར་ ༣༠ལས་༤༠གི་བར་ན་བཞག་དགོ།</p>			
༤.༦	<p>རྒྱངས་དུགས་བཟུབས་ཚར་མ་ཅིག་ནད་པ་ ཉལ་ལྷོ་ལྷོ་གན་རྒྱལ་སྐྱོད་བདེ་ཏོག་ཏོ་ སྐྱོད་ཉལ་བཟུགས་དགོ།</p>			
༤.༧	<p>ཉལ་ཚར་མ་ཅིག་གཏོང་གུ་ཆགས་ཡོད་པའི་རྒྱ་ཚུ་ལ་ལ་ལྷོ་རས་རྒྱ་ཚན་སྐར་ས་ ཏོ་རྒྱ་བཅོས་སྐྱོད་གཏོང་གུ་སྐྱུར་ཡི་ར་འཕྲུག་དགོ།</p>			

༤.༧	གན་རྒྱལ་སྤྱི་མཐུན་གྲོགས་གཙོ་གཟུགས་ཚད་༤༥ དེ་ཅིག་རྒྱུ་ལར་རྫོགས་ཞིན་ན་སྤྲོད་པའི་ ལག་ལ་གཤམ་གྱིས་ལྟ་པའི་དོང་གེན་དུ་བཀའ་ཉེ་འཕྲང་སྟེ་བཟུང་སྟེ་འབྲིབ་ཀྱི་ དུང་ཅུང་གིས་འབད་སྤྱོད་གི་སྤྲོད་ཐོག་ལས་པ་ ༣ ལྟ་བུལ་གཤམ་དང་ཐོག་ལས་པ་ ༣ ལྟ་བུལ་གཤམ་ནང་ལྷུག་དགོ།			
༤.༡༠	སྤྲོད་ལྷུག་ཚར་མ་ཅིག་ སྤྲོད་པའི་ལག་མཐོང་གིས་སྤྲོད་ལྷུག་གཤམ་པ་བསྐྱབས་ ཉེ་གཤམ་ལས་ནང་ན་འཐོན་ནི་དང་། ལྟ་བུལ་གཤམ་ལས་བསྐྱབས་ཉེ་གཤམ་པའི་ སྤྲོད་ལྷུག་ནང་ན་འཐོན་བཟུག་དགོ།			
༤.༡༡	ལྟ་པ་ནང་སྤྲོད་ལྷུག་ཚར་ཞིན་ལས་ནང་པའི་སྤྲོད་ལྷུག་ཤོང་དང་དབྱེ་ལས་མཁུང་ ཚོས་ལྷུང་གོང་ལག་པའི་མཐོང་ཚུ་ལྷུག་པ་སྐར་མ་ ༣ དེ་ཅིག་གི་རིང་བརྒྱབ་ དགོ།			
༤.༡༢	སྤྲོད་ལྷུག་བཏང་ཚར་ཞིན་ན་ མ་སྐར་བར་དུས་ལྷུན་སྐར་མ་ ༥ དེ་ཅིག་གི་རིང་ཉལ་ བཞག་དགོ།			
༤.༡༣	གཤམ་སྤོང་སྟོན་མའི་ནང་སྤྲོད་དང་སྟོན་ཚུ་འབྲུག་འོང་པ་ཅིན་སྟོན་མ་ཉིང་སངས་ སང་མ་འགྲོའི་རིང་ལུ་ཚེལ་མའི་སྟོན་ནང་བཀོག་བཟུག་དགོ།			
༤.༡༤	དེ་ལས་ནང་པ་ལག་ལས་གཤམ་གཤམ་ལྟམ་ལྟམ་སྟེ་སྤྲོད་ཉེ་འགྲོས་ཀྱིས་སྟེ་ འཕྲང་སྟེ་རྒྱ་ལྷོད་བཟུག་དགོ།			
༤.༡༥	སྤྲོད་ལྷུག་གི་སྤྲོད་སྟོན་མའི་ནང་སྟོན་མའི་ཚུ་ཉིང་སངས་ས་འགྲོ་ཐབས་ལུ་འབྲས་ གསུམ་ལྟེ་མའི་བསྐྱབས་ཐང་ལའི་ནང་བཀའ་སྟེ་གར་གར་སྟེ་སྟོན་མ་བཞག་གཏང་ བཟུག་དགོ།			
༤.༡༦	མཐུ་ལུ་འཁོར་བ་ཅིན་ཨ་གར་སོ་ལྷའི་ཕྱེ་མ་མེ་བཏང་ཞིན་ལས་དུ་པ་བཟུག་ བཟུག་ནི་དང་ཡང་ན་སྤྲོད་ཚུགས་བརྒྱབ་དགོ།			
༤.༡༧	ནད་པ་རྒྱ་ལྷོད་ལྷུ་བཟུག་ཉེ་འགྲོས་ལྷུ་སྟོན་བཞག་ཞིན་ན་དུས་ལྷུན་སྐར་མ་ ༣ ལྷུ་རིང་ ལྟ་པ་ནང་ལྷུང་སམ་བཟུག་བཟུག་དགོ།			
༤.༡༨	གོང་གི་བྱ་རིམ་ཚུ་གར་འབད་ཚར་བའི་མཐུག་ལུ་ནད་པ་དེ་དུས་ལྷུན་སྐར་མ་ ༥ ལས་ ༡༠ ལྷུ་རིང་ལུ་ངལ་འཚོ་བཟུག་དགོ།			

༤.༡༩	སྤྱི་སྡོད་འདི་ནད་པ་རེ་ལུ་ཉུང་མཐའ་ཉིན་གྲངས་གསུམ་གྱི་རིང་བརྒྱབ་དགོ།			
༤.༢༠	<p>ནད་པ་ལུ་ཟས་དང་སྤྱོད་ལམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ།</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ བཞེས་སྒོ་སྤྲོད་ཀྱི་རིགས་དང་ལུ་ཤུགས་ཅན་གྱི་རིགས་འབད་ནི་ཚུ་སྤང་དགོ། ➢ ཏུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་གཅིག་གི་རྒྱབ་ལས་ཚུ་དོད་འཇམ་གྱིས་ཁ་ལག་འཇུ་སྟེ་ལྷུང་དང་སྒོ་ཚོ་ཚུ་བཏོན་གཏང་བཅུག་དགོ། ➢ སྤྱི་སྡོད་འབད་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ཐད་ཀར་དུ་གཟུགས་འཇུ་མ་བཏུབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ། 			

༥ འཇམ་རྩི་ལག་ལེན་འབད་ཐངས་གྱི་བྱ་སྤྲི་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྤྱགས་ཐོབ།		
		༡	༡	༠
༥.༡	འཇམ་རྩི་མ་བཏང་པའི་ཞག་༣་གྱི་སྤྱོད་ལས་སྤོན་འགོ་ཚུ་གཞུང་ལྷན་དུ་འབད་བཅུག་དགོ།			
༥.༢	ནད་པ་ལུ་གུས་ཞབས་གྱི་སྒོ་ལས་གདོང་བསྐྱུ་འབད་དེ་རྒྱ་མི་གུ་སྤོད་བཅུག་དགོ།			
༥.༣	སྤོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལེན་ཞིན་ལས་འཇམ་རྩི་ཐོ་དེབ་ནང་ནད་པའི་མིང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཉིན་གྲངས་སྤོན་བཅོས་གྱི་ཁ་གྲངས་ཚུ་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
༥.༤	འཇམ་རྩི་མ་བཏང་པའི་ཉེ་མ་ལས་ཆབ་གསང་རྒྱས་པ་བཏང་བཅུག་སྟེ་བཤང་ལམ་ཉིང་སངས་ས་བཟོ་དགོ།			
༥.༥	འཇམ་རྩི་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་སྤོན་དང་ཅ་ཆས་ཚུ་ཆ་ཚང་ (ཨ་ཅོ་ལྷོ་རས། འཇམ་རྩི་གི་སྤོན། གཅེ་ལྷ། སྤོན་ཁབ་གྱི་དུང་གཟུང་ཆེ་བ། གྱིབ་དུང་ཚུང་ཆུང་བ། འཇུག་ཤོག། ལག་པ་འཇུ་མི་ཐུན་རྒྱུ་ཆ་ཚང་། ལག་ཤུབས་ཚུ་གསྐྱིག་འབད་དགོ།			
༥.༦	འཇམ་རྩི་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ནད་པ་ལུ་གཏང་སྟེ་ཉལ་བཅུག་སྟེ་རྒྱ་མི་གུ་ལས་པ་དུམ་གྱི་ཚུ་བསྐྱུ་སྤོན་གྱི་སྤོན་ལེན་དགོ།			

༤.༢	ནི་རུ་ཉ་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་སློན་འགྲོ་འབད་མ་འབད་ཟིམ་ཞིན་ན་གལ་སྲིད་མ་ འབད་བ་ཅིན་སློན་འགྲོ་འབད་བཅུག་དགོ།			
༤.༣	ནི་རུ་ཉ་འི་ཐོ་དེ་བ་ནང་ནང་པའི་མིང་ལོ་གཡུམ་ནང་གཞི་ཉིན་གྲངས་སྤྱོད་བཅོས་གི་ ཁ་གྲངས་ཚུ་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
༤.༤	ནི་རུ་ཉ་མ་བཏང་པའི་ཉེ་མར་ཆབ་གསང་རྒྱལ་པ་བཏང་བཅུག་སྟེ་བཤང་ལམ་ཉིང་ སངས་ས་བཟོ་ནི།			
༤.༥	སྤྲོད་དང་ཆས་(ཨ་ཙོ་སྟོ་རས། ཉལ་ཁྲི། འཕྲུག་ཤོག་གཅེལ། ལག་ཤུབས། སྤྲིག་ བཤོ་དཀར་པོ། ཁ་རས།འཕྲུག་སྟོད།) ཚུ་ཆ་ཚང་ག་སྤྲིག་འབད་ནི།			
༤.༦	ནི་རུ་ཉ་གཏང་ནི་འི་དོན་ལུ་ནད་པ་ཉལ་ཁྲི་གུ་ཉལ་བཅུག་ཐངས་དེ་ཡང་། <ul style="list-style-type: none"> • ཉང་དམའ་སུ་སྟེ་གཞོགས་གཡོན་འོག་བཅུག་ཟུར་གཏང་སྟེ་ཉལ་བཅུག་ནི། • ཀངས་གཡོན་མ་བརྒྱངས་པའི་གུ་ཀངས་གཡམས་ཏུ་མ་གྲ་ཅིག་བསྐྱམ་སུ་སྟེ་ ཀངས་གཡོན་པའི་ངར་གདོང་ཐད་ཐང་བཀལ་བཞག་དགོ། 			
༤.༧	ནི་རུ་ཉ་འི་སྤྲོད་སྟོར་ཐངས་དེ་ཡང་། <ul style="list-style-type: none"> • སྤྲོད་གཏུན་ནང་ཚུ་མཚུབ་ཚད་གང་དང་སྤྲོད་ཚུ་མི་ལི་ལི་ཀར་ ༥༠ལྷགས་ཏེ་དེ་གཉིས་ཞིབ་པར་གཏུལ་ནི། • དེ་རྗེས་ལྷན་མར་མི་ལི་ལི་ཀར་༢༥ལྷགས་ཏེ་ཡང་བསྐྱར་བཏུལ་དགོ། • དེ་རྗེས་མར་ལུ་མི་ལི་ལི་ཀར་༥༠ལྷགས་ཏེ་ཡང་བསྐྱར་བཏུལ་དགོ། • དེ་རྗེས་སྤྲོད་གི་སྟེ་གུ་གར་མ་༦༠ལྷགས་ཏེ་ཡང་བསྐྱར་བཏུལ་དགོ། • དེ་རྗེས་སྤྲོད་ཚུ་མི་ལི་ལི་ཀར་༢༥༠ལྷགས་ཏེ་ཡང་བསྐྱར་བཏུལ་དགོ། • དེ་རྗེས་བ་གཅིན་མི་ལི་ལི་ཀར་༢༥༠ལྷགས་ཏེ་ཞིབ་པར་བཏུལ་ཏེ་ནི་རུ་ཉ་འི་ སྟོར་བ་བཟོ་དགོ། 			
༤.༨	སྤྲོད་དེ་སྤྲོད་ཏུང་ནང་འདེགས་ཏེ་བཤང་ལམ་ནང་མ་བཅུགས་པའི་ཉེ་མར་ སྤྲོད་ ཐིགས་པ་གཅིག་ཕྱིར་བཏོན་གཏང་དགོ།			

<p>༤.༩</p>	<p>དེ་ལས་གཅེ་ལུ་ལྷི་རྟོག་སྐྱུ་མ་ནང་སྤངས་ཏེ་ བཤང་ལམ་ནང་སོར་ལམ་༥་ལས་༥་ཀྱི་ བར་ན་བཅུ་གས་ཏེ་གཅེ་ལུ་དེ་ནི་རུ་ཏེ་སྐྱུ་མ་གྱང་ལོགས་ལུ་དཔུངས་ཏེ་ཡོད་མི་ལུ་ མཐུན་དགོ།</p>			
<p>༤.༡༠</p>	<p>གཅེ་ལུ་མཐུན་ཚར་མ་ཅིག་ནད་པ་གིས་ མོ་བའི་ནང་གི་དབུགས་ནང་ན་འཐེན་ཏེ་ནི་ རུ་ཏེ་གི་སྐྱུ་མ་བཤང་ལམ་ནང་ལས་ཡར་འཇུ་ལ་བཅུ་ག་དགོ།</p>			
<p>༤.༡༡</p>	<p>སྐྱུ་མ་རྒྱུ་གས་མཚམས་ལུ་སྤོད་པ་ཅིག་ བཤང་ལམ་ནང་ལས་གཅེ་ལུ་བཏོན་ཏེ་ལག་ མཐིལ་གྱིས་འགྲོས་གྱིས་སྐྱུ་མ་པོ་ཆེ་དང་ལྷོ་བ་ལོང་ཐེར་གསང་ཚུ་ནང་ཚད་རན་ རྟོག་རྟོ་སྐྱེ་བརླུང་ནི།</p>			
<p>༤.༡༢</p>	<p>ནི་རུ་ཏེ་བཏང་ཞིན་མ་ལས་དུས་ལུ་ན་སྐར་མ་༥་དེ་ཅིག་གི་རིང་ཉལ་ཏེ་བཞག་དགོ།</p>			
<p>༤.༡༣</p>	<p>ནི་རུ་ཏེ་བཏང་མ་ད་གཞོན་ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ལུ་གས་ལྟར་རུ་གཙང་སྐྱ་དང་ ལྷན་སྐྱེ་འབད་དགོ།</p>			
<p>༤.༡༤</p>	<p>རྒྱུ་མ་བཅོས་ཟས་སྤོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཚུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་བྱིན་དགོ།</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ འཇམ་ཚུ་ལུ་རྒྱུ་མ་ལུ་ཞག་གཅིག་འབྲས་ཐུག་ལྟ་སི་སི། ➢ ཞག་གཉིས་པར་འབྲས་ཐུག་སྐྱ་བ། ➢ ཞག་གསུམ་པར་འབྲས་ཐུག་གར་བ་བརྟེན། ➢ རྒྱུ་མ་ལམ་ཏུ་ལུ་ལུ་རིགས་འཇོམ། 			

ལམ་སྟོན་བཞི་པ།
འཇམ་རྩལ་དབྱེད་ཀྱི་མདོ།

འཇམ་རྩུབ་དབྱེད་ཀྱི་མདོ། ལག་ལེན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན།

དམིགས་ལུལ།

འཇམ་རྩུབ་དབྱེད་ཀྱི་མདོ་འདི་ནང་ལས་ གཏར་ མེ་འཚེང་ གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ་ སྤྲ་ལྡན་གསེར་ ཁབ་ མེ་བུམ་ རབ་རུ་ ཉེལ་པ་ ལྷུ་མ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་རྩུབ་དབྱེད་དང་། དུགས་ ལུམས་ བྱུག་ པ་ལ་སོགས་པའི་འཇམ་དབྱེད་རྩུབ་འགོ་བ་ནད་པའི་སློབ་ལུ་ཉེན་ཁ་མེད་པའི་སློབ་ལས་ ཡང་དག་སྤྱོད་ལག་ ལེན་འཐབ་རྩུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན།

སྦྱོང་བརྒྱུ་འདི་མཇུག་བསྐྱེད་སྦྱོང་པ་རྒྱ་གཞི།

༡. གཏར་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སློབ་འི་མ་པ་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་རྩུགས།
༢. རབ་རུའི་བྱ་སློབ་འི་མ་པ་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་རྩུགས།
༣. མེ་བཚེང་ལག་ལེན་བྱ་སློབ་འི་མ་པ་དང་འཁྲིལ་བསྐྱེད་སྦྱོང་འཐབ་རྩུགས།
༤. གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་བྱ་སློབ་འི་མ་པ་དང་འཁྲིལ་འཐབ་རྩུགས།
༥. སྤྲ་ལྡན་གསེར་ཁབ་བྱ་སློབ་འི་མ་པ་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་དངོས་བསྐྱེད་འཐབ་རྩུགས།
༦. ཉེལ་པ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་བྱ་སློབ་འི་མ་པ་དང་འཁྲིལ་འཐབ་རྩུགས།
༧. བྱ་སློབ་འི་མ་པ་དང་འཁྲིལ་མེ་བུམ་ ལྷུ་མ་རྒྱལ་ས་ བསིལ་དུགས་ རྩོད་དུགས་ རྒྱུ་ལུམས་ རྒྱུ་ལུམས་ བཅོང་ལུམས་རྒྱ་ལག་ལེན་འཐབ་རྩུགས།
༨. བྱུག་པའི་བྱ་སློབ་འི་མ་པ་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་རྩུགས།

༡ གཏར་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སློབ་འི་མ་པ།

	རིམ་པ།	སྐུགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡	གཏར་ཀྱི་རིང་བའི་སྟོན་འགོ།			
༡.༡.༡	གཏར་ཀྱི་ཁེ་ཉེན་སྟོན་ནད་པ་ལུ་ཁ་གསལ་སྤྲོ་སྤྲོ་ཁས་ལེན་གྱིས་ཤོག་བཀང་སྤྲོ་ས་ཡིག་ལེན་དགོ།			

	ནད་ཁྲག་དང་རྩུངས་ཁྲག་ སོ་སོར་ཕྱེ་ནི་དོན་ལུ་ ཉེན་མ་པ་དང་། གྱི་རིང་ འབྲས་གསུམ་ཕྱེ་མ་མི་ལི་ག་རམ་ ༡༥༠༠ཚུ་མི་ལི་ལི་ཀར་ ༡༥༠ནད་རྒྱགས་ཏེ་ བསྐྱོལ་ཞིན་མ་ལས་རྩོད་པ་དང་ཕྱི་རུ་ཚར་རེ་འབྲུང་བ་བཅུག་དགོ།			
༡.༢	ནད་པ་ལུ་གདོང་བསྐྱེད་འབད་ཐངས།			
༡.༢.༡	རང་གཞན་གཉིས་ཆ་རའི་ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ ལག་ཤུབས་དང་ཁ་རས་ སྐྱིག་བགོ་ཚུ་ངེས་པར་དུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
༡.༢.༢	ནད་པ་ལུ་གྲུས་ཞབས་གྱི་སྐོ་ལས་གདོང་བསྐྱེད་འབད་དེ་རྐང་ཁྲི་གྲུ་སྟོན་བཅུག་ནི།			
༡.༢.༣	གཏར་གྱི་ཐོ་དེབ་ནང་ ནད་པའི་མིང་ ལོ་ གཡུས་ ནད་གཞི་ གཏར་དམིགས་ ཚུ་ཁ་གསལ་བཀོད་ནི།			
༡.༢.༤	གཏར་གྱི་དོན་ལུ་བྱིན་མི་སྤོང་ཚུ་རྩོགས་པ་སྟེ་ཟ་མ་ཟ་བྱི་དགོ།			
༡.༢.༥	གཏར་ལུ་དངངས་སྐྱེག་མི་བསྐྱེད་ནི་འི་ཐབས་ལམ་བསྐྱབ་བྱ་ཚུ་བྱིན་དགོ།			
༡.༣	ཉེ་བའི་སྤོང་འཕྲོ།			
༡.༣.༡	ཁྲག་གཏར་རན་མ་ད་ གཞུགས་ཤོད་བཏག་ནི་དོན་ལུ་ཉུང་མཐའ་སྐར་མ་ ༡༥ལས་ ༡༠དེ་ཅིག་གི་རིང་མེ་དང་ཉིམ་གང་རུང་ལུ་བསྐྱོད་བཅུག་དགོ།			
༡.༣.༢	ནད་པ་གཏར་གྱི་སྟོན་ཁྲི་གྲུ་ བདེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་སྟོན་བཅུག་དགོ།			
༡.༣.༣	ཉེ་བར་མཁོ་བའི་རྒྱང་སྤོང་གི་རིགས་ཚུ་ག་སྐྱིག་འབད་བཞག་དགོ།			
༡.༣.༤	རང་ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ ལག་ཤུབས་བཅུགས་ཏེ་ ཉེན་སྲུང་ལྗན་པའི་གཙགས་བྱ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
༡.༣.༥	གཏར་གྱི་དོན་ལུ་གཤམ་གསལ་ཅ་ཆས་ཚུ་ག་སྐྱིག་འབད་དགོ། བསྐྱེད་ཐག ཤིང་བྲུ། བསྐྱེད་གདམ། ཚུ་གང། མ་དགེས། ཁྲག་གཙོད་ཀྱི་སྐྱེན། ཨིསི་ཕི་ རིད། མཁལ་དབྱིབས་སྟོན། ཚུ་ཚོན། ཀ་བལ་ཚུ།			
༡.༣.༦	ཨ་ཡོ་བྱིན། ཨིསི་ཕི་རིད་དང་རྒྱ་གཙོད་ཏོག་ཏོ་འདྲི་ མཁལ་དབྱིབས་འདྲ་བའི་ སྟོན་ནང་ སོ་སོ་སྟེ་རྒྱགས་ཏེ་ ཀ་བལ་སྤངས་བཏབ་བཞག་དགོ།			
༡.༣.༧	ཨིསི་ཕི་རིད་ནང་སྤངས་ཡོད་པའི་ཀ་བལ་གྱིས་གསང་དམིགས་དང་ཆ་བྱད་ཚུ་ ཉིང་སངས་ས་སྟེ་འཕྱག་དགོ།			

1.3.1	ཨིསི་པི་རིད་ནང་སྤངས་ཡོད་པའི་ཀ་བལ་གྱིས་གསང་དམིགས་དང་རྩུ་རྟིང་སངས་སངས་སྤེ་འབྲུག་དགོ།			
1.4	གཏར་ག་ལག་ལེན་དངོས་གཞི།			
1.4.1	སོར་དང་ཚོན་གང་རུང་གིས་འཇལ་ཏེ་གསང་དམིགས་གཏན་འབབས་འབད་དགོ།			
1.4.2	བསྐྱལ་ཐག་གིས་ཞུག་གཏར་སའི་སྤྲོད་འོག་གང་རུང་ལས་རང་སོར་རྟེན་ཡང་ན་དམིགས་བསལ་གསང་དམིགས་དང་འཇུག་བསྐྱལ་དགོ།			
1.4.3	གཏར་ནིའི་རྩ་དེ་ལགས་གིས་འཕུར་མཉེ་འབད་དེ་རྩ་རྒྱུད་ལྷང་གིས་མཐོང་མ་བཟོ་ནི།			
1.4.4	གཏར་དམིགས་དང་འཇུག་སྤོད་ཁྲི་གུ་སྤོད་བཅུག་ཞིན་ན་གསང་དམིགས་འདི་ཨིསི་པི་རིད་དང་ཨ་ཡོ་རྩིན་གྱིས་དུག་སེལ་འབད་དགོ།			
1.4.5	གཏར་ཞུག་འཐོན་ནི་ཨིན་མའི་འོག་ལུ་མཁལ་དབྱིབས་ཀྱི་སྤོད་བཟེད་ཚོག་ཚོ་སྤེ་ཟུ་འགྲིག་འབད་དགོ།			
1.4.6	གཙགས་བུ་ལགས་གཡས་པ་གིས་འབྲུ་སྤེ་གཙགས་བུ་ལུ་ཉེས་སྤོན་མི་འབྱུང་ནིའི་སྐྱབས་ཨོ་རྩུ་དེ་ལ་ཉི་མ་གི་སྤྲུ་ཨོ་ཉི་ཉེ་ནི་རྩུ་ཟེར་ཉུང་མཐའ་ཚར་ཞབས་ཏེ་འཕུ་བཏབ་དགོ།			
1.4.7	གཏར་རྩ་རོས་འཛིན་སྤེ་ཡོད་མི་འདི་གཏར་གའི་ཆ་བྱད་གང་འོས་ཀྱིས་སློ་ཕུག་དང་། སྐང་གཤགས། དོལ་ཚོད། ཉིས་ལེན་གང་འཚམས་སྤེ་གཏར་དགོ།			
1.4.8	གཙགས་བུ་གིས་གཏར་དམིགས་གུ་བརྟེན་པའི་སྐབས་ལུ་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པའི་ལག་ལེན་ལྷང་འུགས་ཚད་རན་པའི་ཐོག་ལས་པགས་པ་དང་ཤ་གདན་མ་བསྐྱད་པ་སྤེ་གཏར་དགོ།			
1.4.9	གཏར་ཐེབས་པའི་རྟེན་འཐོན་མ་ཅིག་གཙགས་བུ་ཕྱིར་བཏོན་ཏེ་གཙགས་བུའི་སྤྲིགས་སྤོད་ནང་བཀོག་དགོ།			
1.4.10	ནད་པ་དེ་ཁོང་རའི་ཞུག་ལུ་བལྟ་མ་བཅུག་པར་བཞག་དགོ།			

1.4.11	ཁྲག་དང་ནད་པའི་གནས་སྤངས་ལུ་བཟོ་རྟོག་འབད་དེ་ བད་ལུངས་གཉིས་ཀྱི་ ཁྲག་ཕྱ་བཟོ་དགོ།			
1.4.12	ནད་ཁྲག་གནག་པོ་ཚུ་ཚོགས་ཏེ་ལུངས་ཁྲག་དམར་པོ་འཕོན་ནི་འགོ་བཙུགས་པ་ ཅིག་བསྐྱལ་ཐག་འགོས་ཀྱིས་སྡེ་སྡོད་དགོ།			
1.4.13	གཏར་ཤུལ་ཨ་ཡོ་ཟིན་ནང་སྤངས་པའི་ཀ་བལ་གྱིས་འཕྱག་དགོ།			
1.4.14	ཀ་བལ་རས་ལྡན་ལུ་མ་སྤོན་དང་སྤོན་ལུ་གཟུངས་སྤྲུགས་བསྐྱེད་ཏེ་འཕུ་བཏབ་ ཞིན་ན་མ་རས་ཀྱིས་རན་རྟོག་རྟོ་སྡེ་བསྐྱེད་དགོ།			
1.4.15	གཏར་དཔུང་འབད་བའི་ཤུལ་ལུ་མགུ་ལུ་འཁོར་ རྣམ་ཚེ་སྐད་བརྒྱབ། གཉིད་ ལོག་མ་བཏབ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་པ་ཅིན། ཀར་ལག་གི་མཐིལ་བཞི་དང་སྡེ་ གཙུག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱང་གསང་ཚུ་ལུ་འབྲུ་མར་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱེད་ འབད་ནི་དང་ ཨ་གར་སོ་ལཱ་ལྷེ་མ་མེ་བཏང་སྡེ་རུ་པ་བཏུག་ནི། རྒྱང་གསང་ཚུ་ ནང་སྐྱུམ་ཚུགས་བརྒྱབ་དགོ།			
1.4.16	མཁལ་དབྱིབས་ཀྱི་སྡོད་ནང་བཟེད་དེ་ཡོད་མི་ཁྲག་དེ་(ཀོལ་རིན་སོ་ལུ་ཤུན་)ཟེར་ མི་སྤོན་སྤྲུགས་ཏེ་སྐར་མ་ 20བཞག་ཞིན་མ་ལས་བཀོ་ཐངས་ཚུ་གསོ་བའི་གཞོན་ ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལྟར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།			
1.4	གཏར་གའི་བྱི་རྗེས།			
1.4.1	ཁྲག་གཏར་ཞིན་མ་ལས་སྐར་མ་ 20-30འི་བར་ཉལ་ཁྲི་གུ་བསྐྱལ་བཞག་དགོ།			
1.4.2	ཉིན་ཤས་རིང་རྒྱང་སྡེ་བའི་ཟས་དང་སྡོད་ལམ་ཚུ་ལྷག་པར་རུ་གཟབ་དགོ་པའི་ བསྐྱེད་བྱ་བྱིན་དགོ།			
1.4.3	ཆང་དང་བསིངས་ཆང་ དེང་སང་གི་ཆང་རིགས་ཚོ་འཇམ་འཕྲུང་ནི་ཚུ་སྤང་ དགོ་སྡེ་བསྐྱེད་བྱ་བྱིན་དགོ།			
1.4.4	བཙུན་ཅན་གྱི་བཞེས་སྡོད་དང་ རུས་ཐང་ ཤགསར་གྱི་ལུ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྷ་སི་ སི་གི་རིགས་ཚུ་བསྡེན་དགོ་སྡེ་བསྐྱེད་བྱ་བྱིན་དགོ།			
1.4.5	ཉིན་ཞག་ 3རིང་ལུས་འབྲེལ་དང་ སྡོད་ལམ་དྲག་ཤུལ་འབད་ནི་ཚུ་འཇོམ་ དགོ་སྡེ་བསྐྱེད་བྱ་བྱིན་དགོ།			

१ རབ་རྩུ་ལག་ལེན་འབྲུག་ཐངས།

	རིམ་པ།	སྒྲིག་ས།		
		१	१	०
१.१	ནད་པ་ལུ་གཤོང་བསྐྱེད་འབྲུག་ཐངས།			
१.१.१	ནད་པ་ལུ་ངག་འཇམ་གྱི་སྒྲོ་ལས་གཤོང་བསྐྱེད་འབྲུག་ཤེ་རྐང་ཁྲི་གུ་སྡོད་བཙུག་དགོ།			
१.१.२	ནད་པའི་མིང་ ལོ་ གཡུས་ ནད་གཞི་ གསང་དམིགས་ཚུ་ཐོ་དེབ་ནང་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
१.१.३	རང་གཞན་གཉིས་ཆ་རའི་ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ ལག་ལུབས་དང་ཁ་རས་ སྐྱིག་བཤོ་ཚུ་དེས་པར་དུ་ལག་ལེན་འབྲུག་དགོ།			
१.२	སྐྱོན་དང་ཆ་བྱུང་གྲ་སྐྱིག			
१.२.१	རབ་རྩུ་རྒྱུ་པའི་སྐབས་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་གཙམས་བུ། ལྷག་གཙོན་གྱི་སྐྱོན་ཞེས་པའི་རིད། མཁལ་དབྱིབས་སྡོད། ཀ་བལ། ཉལ་ཁྲི་ལ་སོགས་པའི་ཅ་ཆས་ཚུ་གྲ་སྐྱིག་འབྲུག་དགོ།			
१.२.२	མཁལ་དབྱིབས་གྱི་སྡོད་ནང་ཨ་ཡོ་རིན་ལྷགས་ཉེ་གྲ་བལ་སྤང་བཏབ་བཞག་དགོ།			
१.२.३	ནད་པ་སྡོད་ཁྲི་གུ་སྡོད་བཙུག་སྡེ་ ཞེས་པའི་རིད་ནང་སྤངས་ཡོད་པའི་གྲ་བལ་གྱིས་ ནད་དམིགས་དང་ཆ་བྱུང་ཚུ་ཉིང་སངས་ས་སྤེའམ་འཕྱུག་དགོ།			
१.ॢ	དཔོན་གཞི་རབ་རྩུ་ལག་ལེན།			
१.ॢ.१	རབ་རྩུ་རྒྱུ་པའི་ནད་དམིགས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་དུག་སེལ་འབྲུག་དགོ།			
१.ॢ.२	ནད་དམིགས་གཏན་འཁེལ་འབྲུག་ཡོད་མེ་གུ་ རབ་རྩུ་གི་ཁ་མཐོ་དམའ་དང་ཡ་ཡོ་མེད་པ་སྤེལ་དགོ།			
१.ॢ.३	རབ་རྩུ་ནད་དམིགས་གུ་སྐྱེད་ཚུ་ཅིག་ལགས་གཡོན་མ་གིས་རབ་རྩུ་བཞེད་ལགས་གཡམས་པ་གིས་རབ་རྩུ་ཐགས་གི་མཇུག་གི་འཐེན་འཕུལ་གྱིས་འཇེབ་འཐེན་འབྲུག་གི།			
१.ॢ.ॣ	འཇེབ་འཐེན་འབྲུག་ད་ རབ་རྩུ་སྐྱིད་སྐྱིད་འགྲོམ་ཅིག་རིག་པས་དབྱུང་དེ་འཐེན་གི་མཚམས་འཇོག་འབྲུག་དགོ།			

2.3.4	རབ་རྩ་གིས་འཛིབ་འབྲེན་འབད་དེ་སྐར་མ་༡༠་བཞག་དགོ།			
2.3.6	རབ་རྩ་བཏོན་མ་ད་ རབ་རྩ་ལྷག་ལས་ལག་གཡོན་མ་མཐེ་བོང་གིས་ཤ་དུམ་གྱ་ ཅིག་གཡེབས་ཏེ་རབ་རྩ་ནང་འབྱེད་ཏེ་ཡོད་པའི་རླུང་མ་ཕྱིར་བཏོན་ཐོག་ལས་ ལགས་གཡེབས་གིས་སློབ་དགོ།			
2.3.8	རབ་རྩ་དུག་སེལ་འབད་ཡོད་པའི་སློབ་ནང་བཞག་ཞིན་ན་ རབ་རྩ་གིས་འབྲེན་ཏེ་ ཡོད་པའི་ཤ་འབྲུར་གྱ་དུག་བསལ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ཆ་བྱང་གཅགས་བྱ་གིས་ ཁག་ལྗང་ཅིག་བྱ་སླེ་དེ་གྱ་ཡང་བསྐྱར་རབ་རྩ་གིས་འཛིབ་འབྲེན་འབད་དགོ།			
2.3.9	ཆ་བྱང་གིས་བྱ་སླེ་དེ་ལུས་ཀྱི་ཚུའི་གནས་ལུགས་དང་འབྲེད་ཚུ་བཏོག་ནི་ལས་ འབྲོལ་ཐབས་ལུ་ཡར་མར་སླེ་བྱ་སླེ་དེ་ལས་པར་རྒྱར་རིང་མོ་སླེ་བྱ་སླེ་དགོ།			
2.3.12	ཡང་བསྐྱར་རབ་རྩ་གོང་བཞིན་ནང་དམིགས་གྱ་སྐྱར་ཏེ་འབྲེན་དགོ།			
2.3.10	རབ་རྩ་གིས་འབྲེན་པའི་སྐབས་དུས་ཡུན་སྐར་མ་༡༠་གི་རིང་འཛིབ་འབྲེན་འབད་ བཞག་དགོ།			
2.3.11	མཁལ་དབྱིབས་ཀྱི་ཚོད་འདི་རབ་རྩ་གི་འོག་ལུ་བཟེད་ཞེན་མ་ལས་ རབ་རྩ་འི་ རླུང་ཁ་ལས་ལག་གཡོན་མ་མཐེ་བོང་གིས་གཡེབས་ཏེ་ལགས་གཡེབས་གིས་འགྲོས་ གིས་སླེ་སློབ་དགོ།			
2.4	རབ་རྩ་ཕྱི་རྗེས།			
2.4.1	རབ་རྩ་སློབ་ཞེན་མ་ལས་ ཞུག་བུལ་དང་བཅོག་པ་རྩུ་ཀ་བལ་ཨ་ཡོ་བྱིན་ནང་ སྐངས་མི་གིས་ལེགས་ཤོམ་སླེ་འཕུག་སླེ་ སྐན་སླེ་གཟུངས་སྐྱགས་གིས་འཕུ་ བཏབ་སླེ་ཀ་བལ་རས་ལྡན་གྱ་མ་སྐན་བཏབ་སླེ་སྐྱར་བཞག་དགོ།			
2.4.2	རབ་རྩ་ལས་བཏོན་པའི་ཞུག་དེ་གོ་ལོ་རིན་སོ་ལུ་ཤེན་ ཟེར་བའི་སྐྱན་སྐྱགས་ཏེ་ སྐར་མ་༡༠་བཞག་ཞེན་མ་ལས་གཞོད་ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལྟར་ བཀོག་དགོ།			
2.4.3	ཞུག་གསུམ་གྱི་རིང་ཆང་གི་རིགས་འབྲུང་ནི་རྩུ་འཛོམ་དགོལ་སླེ་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་ དགོ།			

2.4.4	རབ་རྩ་བརྒྱབས་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ མགུ་ཡུ་འཁོར་ནི་དང་ རྣམ་ཚོ་སྐད་བརྒྱབ་ ནི་ གཉིད་ལོག་མ་བརྟུབ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་པ་ཅིན་ ཀླང་ལག་གི་མཐིལ་བཞི་ དང་ སྤྱི་གཙུག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱང་གསང་ཚུ་ལུ་ འབྲུ་མར་དང་སྤྱུ་མ་ཚུགས་ལ་ སོགས་པའི་བསྐྱེ་མཉེ་དང་ཨ་གར་སོ་ལྷའི་ཕྱེ་མ་མེ་བཏང་སྟེ་བརྟུག་བཅུག་དགོ།			
2.4.5	བརྟུད་ཅན་གྱི་བཞེས་སློང་དང་རུས་ཐང་ འགསར་གྱི་ཁུ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་སི་ སི་གི་རིགས་ཚུ་བསྟེན་དགོ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			

3 མེ་བུམ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།

	བྱ་རིམ།	སྤྱུགས།		
		1	2	0
3.1	སྤོན་འགྲོའི་བྱ་རིམ།			
3.1.1	ནད་པ་ལུ་ངག་འཇམ་ཞི་ལྟོད་ཀྱི་སློལ་ས་གདོང་བསུ་འབད་སྤོད་ཁྲི་གུ་སྤོད་བཅུག་ དགོ།			
3.1.2	ནད་པའི་མིང་ ལོ་ གཡུས་ ནད་གཞི་ཚུ་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
3.1.3	ནད་པ་ལུ་མེ་བུམ་བརྒྱབ་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཚུ་སྤྲོད་དགོ།			
3.1.4	ནད་དམིགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུན་ ཉལ་ཏེ་བརྒྱབ་དགོ་པ་ཅིན་ཉལ་ཁྲི་གུ་ གན་རྒྱལ་ག་ཕུབ་ཟུར་ཉལ་སྟེ་ཉལ་བཅུག་དགོ།			
3.1.5	ཚོན་ ཕུན་ ཆག་ སོར་ མཚུབ་སོགས་ཀྱིས་འཇལ་ཏེ་ནད་དམིགས་གཏན་ འབབས་འབད་དགོ།			
3.1.6	ནད་དམིགས་དང་འཁྲིལ་བའི་བུམ་པ་དང་། གཙམས་བུ། རྒྱང་སྤོན་གྱི་རིགས། ཚུ་གང་། མ་དགིས། ལྷག་གཙོད་ཀྱི་སྤོན། ཡིས་པི་རིད། མཁལ་དབྱིབས་སྤོད། ཀ་བལ་ལ་སོགས་པའི་ཅ་ཆས་ཚུ་གསྐྱིག་འབད་དགོ།			
3.1.7	མཁལ་དབྱིབས་ཀྱི་སྤོད་ནང་ཡིས་པི་རིད་སྤྱུགས་ཏེ་ དེ་ནང་ཀ་བལ་སྤངས་བཏབ་ སྟེ་བཞག་དགོ།			

<p>3.1.16</p>	<p>ཨིསི་པི་རིད་ནང་སྤངས་ཡོད་པའི་ཀ་བལ་གྱིས་གསང་དམིགས་དང་ཆ་བྱང་ཚུ་ འཕྲུག་སྟེ་དུག་སེལ་འབད་དགོ།</p>			
<p>3.1.17</p>	<p>བྱམ་པ་དང་ཨིསི་པི་རིད་ཀ་བལ་ཚུ་ནང་པའི་བྱམ་པ་ལའང་བཞག་སྟེ་ ཤིང་གི་ཚེར་ ཀ་བལ་ཚགས་པ་སྟེ་དཀྱིས་ཏེ་ཡོད་མི་དེ་ཨིསི་པི་རིད་ནང་སྤངས་ཏེ་ དེ་གིས་བྱམ་ པའི་ནང་ན་མེ་བྱུན་ཆེད་ཨིསི་པི་རིད་དབྱུར་ཏེ་བྱམ་པ་ག་དེ་ཅིག་བརྒྱབ་ནི་ཨིན་ན་ དེ་དང་འཁྲུལ་བའི་གངས་གྲུལ་རིམ་སྟེ་བཞག་དགོ།</p>			
<p>3.1.17</p>	<p>ནད་དམིགས་གྲུ་ལས་ཁག་བཏོན་དགོས་ཨིན་པ་ཅིན་ གཙམ་གས་བྱ་གངས་ ལས་ལྟེ་ཅིག་གདབ་སྟེ་བྱམ་པ་སྤྱབས་ཚོག་ཚོག་བཟོ་དགོ།</p>			
<p>3.1.18</p>	<p>ཨིསི་པི་རིད་མེད་སར་ཨིན་པ་ཅིན་ རྒྱ་ཤོག་སྤྱབ་འཕྲོས་འཕྲོས་རིང་ཚད་སོར་ བཅུ་དང་། རྒྱ་ཚད་སོར་ལྟེ་བཏོག་སྟེ་ དེ་ཉིས་ལྟེ་བརྒྱབ་བརྒྱབ་ཏེ་ཅེ་གཉིས་འགྲན་ འང་སྟེ་ཡོད་མི་ལགས་གཡོན་མ་གིས་ལྟེ་ཚོགས་གྲུ་བཟུང་། ལགས་གཡས་པ་ གིས་བྱམ་པ་འཕྲུ་སྟེ་ དེ་ནང་མེ་འབར་རོས་དེ་བྱམ་པའི་ནང་བཅུ་གསལ་དང་ཅིག་ ཁར་ལགས་གཡས་པ་གིས་བྱམ་པ་དེ་ནད་དམིགས་གདམ་ཁ་བརྒྱབས་ཡོད་མི་གྲུ་ སྤྱབས་ཏེ་ ལྷ་མ་མ་ ༡༠ གྱི་རིང་བཞག་དགོ།</p>			
<p>3.1.19</p>	<p>གཙམ་གས་བྱ་གིས་མ་ཏུ་བར་ནད་དམིགས་གྲུ་བྱམ་པ་རྒྱང་པ་བརྒྱབ་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ བྱམ་རྒྱང་འདི་ལྷ་མ་མ་ ༡༠ བཞག་དགོ།</p>			
<p>3.1.20</p>	<p>གཟུངས་སྤགས་ རོར་འཕྲེང་ལས་ཨོ་མེ་རི་དམར་པོ་སོད། ལྷགས་རི་སྟོན་པོ་ སོད། ཐམ་སོད། བྱམ་སོད། ཟེར་གསུངས་ཡོད་མི་འདི་བཟུང་དགོ།</p>			
<p>3.1.21</p>	<p>གཟུངས་སྤགས་བཟུངས་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་དྲུང་འཚོ་སྤྲོན་པ་གི་ལགས་གཅིག་གིས་ ཤ་པགས་བཟུང་ལགས་གཅིག་གིས་མེ་བྱམ་བཞེད་དེ་འགྲོས་གྱིས་སྟེ་སྟོག་དགོ།</p>			
<p>3.1.22</p>	<p>མེ་བྱམ་བརྒྱབས་སར་ཤ་མདོག་དམར་སྤྲུག་སྟེ་དོ་བཟུམ་སྟེ་འབྱུང་འཕྲོན་ཡོད་མི་ ཁག་རན་ཚུ་སེར་ཚུར་འཕྲོན་ཡོད་མི་གྲུ་ གཙམ་སྤྲུང་ལུན་པའི་གཙམ་གས་བྱ་ གིས་ཤུན་པགས་ལུ་ལྟོད་ཅམ་ གཡས་གཡོན་དབྱུས་དང་བཅས་པའི་ཁག་ལུ་ཏུ་ ཞེན་མ་ལས་ ཡང་བརྒྱར་མེ་བྱམ་གོང་བཞིན་ ནད་དམིགས་གྲུ་བརྒྱབས་ཏེ་ ཁག་རན་དང་ཚུ་སེར་ཚུ་བཏོན་དགོ།</p>			

<p>3.1.12</p>	<p>བུམ་པ་སློབ་པ་དང་ ལྷག་ལས་བུམ་པའི་སོ་ག་གྱ་འབྲུང་བའི་མཐའ་མར་ལག་གཡོན་མ་གྱི་མཐེ་བོང་གིས་གཡེབས་ཏེ་རླུང་ཕྱིར་བཏོན་འབད་མ་དང་གཅིག་ཁར་ལག་པ་གཡེབས་པ་གིས་བུམ་པ་བཤེད་དེ་ བུམ་པའི་ཁ་གྲོལ་སྤྱོད་ལུ་གཏང་དེ་ རྣམ་ཞུག་ཚུ་ཕྱིར་མ་ཤོར་མ་སྤེལ་བཟེད་དེ་ངོས་འཛིན་ཅན་གྱི་སྡོད་ནང་བཀོག་དགོ།</p>			
<p>3.1.13</p>	<p>ནད་ཞུག་གནག་པོ་དང་བྱ་མང་རྒྱབ་འདྲ་མ་རྒྱུགས་པར་ཡོད་པ་ཅིན་ བུམ་པ་སླར་གདབ་དགོཔ་དང་། རླུངས་ཞུག་དམར་པོ་འཐོན་པ་ཅིན་མཚམས་འཛོག་འབད་དགོ།</p>			
<p>3.1.14</p>	<p>མེ་བུམ་བརྒྱབས་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ སྤོམ་བྱའི་གཟུངས་སྤྲུགས་བརླུང་ཏེ་འཕུ་བརྟབ་དགོཔ་དང་ ཞུག་ཚད་ཐབས་ལུ་ ཚུ་བསེལ་གཙུག་ཏོག་ཏོག་གིས་སྤོམ་ནི་དང་ དེ་ལས་རྩོམ་ཁོད་སི་སི་གིས་བསེལ་དུགས་བརྒྱབས་ཞིན་མ་ལས་ ཀ་བལ་དང་མ་དགྲིས་ཀྱིས་སྤྲུང་དགོ།</p>			
<p>3.1.20</p>	<p>ཞུག་ཚད་མ་བརྟབ་པ་ཅིན་ ཞུག་གཙུག་གི་སྤྲུགས་བརྟབ་ནི་དང་ གཏར་ཁ་མ་རས་ཀྱིས་བསྐྱམ་ནི་ ཞུག་གཙུག་སྤོམ་བྱེད་ནི་ ཚུ་ལྷག་བརྟབ་སྤེལ་ཞུག་གཙུག་འབད་དགོ ནད་ཞུག་འདི་ཟངས་གཞོང་ནང་བཟེད་དེ་ (ཀོལ་རིན་སོ་ལུ་ཤུན་ཟེར་མི་སྤོམ་སྤྲུགས་ཏེ་ངོས་འཛིན་ཅན་གྱི་ཏོད་ནང་སྤྲུག་དགོ།</p>			
<p>3.2</p>	<p>ཕྱི་རྗེས།</p>			
<p>3.2.1</p>	<p>གཡེལ་སྤིང་ཚུ་འབྲུང་འཐོན་སོང་པ་ཅིན་ གཙུགས་བུ་ཨང་༡༡་ཅན་མ་གིས་ཚུ་འབྲུང་རྟོལ་ཞིན་ན་མ་བཅོས་འབད་དགོ།</p>			
<p>3.2.2</p>	<p>མེ་བུམ་བརྒྱབས་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ ཚང་གི་རིགས་དང་བཞེས་སློའི་ཁོད་ཚུ་བཟེད་ནི་དང་ འཕྲུང་ནི་ཚུ་སྤང་དགོཔ་འདི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།</p>			
<p>3.2.3</p>	<p>བརྟུང་ཅན་གྱི་བཞེས་སློའི་བསྐྱེད་དགོཔ་དང་བྲག་ཤུལ་གྱི་ལཱ་འཛོམ་དགོཔ་འདི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།</p>			

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

	བྱ་རིམ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
༤.༡	སྐོན་འགྲོའི་བྱ་རིམ།			
༤.༡.༡	ནད་པ་ལུ་ངག་འཇམ་འཇུམ་དམུལ་གྱི་སྐོ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དེ་རྐང་མི་གུ་རང་གི་ལོ་ལྷན་ལུ་ཚུགས་སུ་གདོང་གཏང་དེ་སྐོན་བཅུག་དགོ།			
༤.༡.༢	ནད་པའི་ཐོ་དེབ་ནང་ ནད་པའི་མིང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཚུ་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
༤.༡.༣	གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཁབ་བརྒྱབ་སའི་སྐོན་མི་གུ་ལེགས་ཤོམ་སྤེ་སྐོན་བཅུག་དགོ།			
༤.༡.༤	གསེར་ཁབ་དང་དངུལ་ཁབ་མ་བརྒྱབ་པའི་རྟེ་མར་ཚེས་གངས་དང་འཁྲིལ་སླ་གནས་ག་རྟེ་ཕོག་པ་བལྟ་དགོ།			
༤.༡.༥	ནད་པ་ལུ་གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་དགོ་པའི་སྐོར་གོ་བད་སྐོན་དགོ།			
༤.༡.༦	གསེར་ཁབ་དང་འཛིན་མ་ལ་སོགས་པའི་ཆ་བྱད་ཚུ་ག་སྐྱིག་འབད་དགོ།			
༤.༡.༧	བཀོད་འཛིན་གྱི་ནད་གཞིའི་གསང་དམིགས་དང་འཁྲིལ་ཚོན། ལུ། ཆག་ སོར་མཇུབ་སོགས་ཀྱིས་འཇལ་རྟེ་ནད་དམིགས་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ། གསང་མིག་འཚོལ་རྟེ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།			
༤.༡.༨	བསྐྱེད་གི་སྐྱབས་འགོ་འགྲུབ་དལ་རན་རྟོག་རྟོ་སྤེ་བཟུང་དགོ།			
༤.༡.༩	གཙང་སྐྱ་དང་ལྷན་མ་སྤེ་ལག་པ་གཡས་པ་གྱིས་འཛིན་མ་གྱི་གཡུག་པ་ལས་བཤེད་དེ་འཛིན་མ་གྱིས་སྤེ་གསེར་ཁབ་འབྲུ་དགོ།			
༤.༡.༡༠	འགོས་ནད་ལས་བསྐྱང་ནིའི་དོན་ལུ་གསེར་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་རྟོག་ཚོས་པའི་རྟེགས་དམར་པོ་མ་འགྱུར་ཚུན་ཚོད་བཏགས་དགོ།			
༤.༢	དངོས་གཞིའི་བྱ་རིམ།			
༤.༢.༡	ནད་དམིགས་གུ་གདབ་པའི་སྐབས་ལུ་གསང་དམིགས་ལུ་འགྲམ་སྤེ་བརྒྱབ་ནི་ཨིན་མིའི་ནང་ལས་དང་པ་ར་ཚུགས་བཞི་བརྒྱབ་རྟེ་ དེ་ལས་སྐྱེད་གི་གསང་			

	དམིགས་ལོ་མ་གུ་བརྒྱབ་དགོ། བརྒྱབ་པའི་ཡུན་ཡང་དུས་ཡུན་ཨོ་ཨྱ་རྩེ་ཚར་ ལྷ་བརྒྱུངས་ཚར་བའི་རིང་བཞག་དགོས་དང་ ཡང་ན་འཚིག་སྒྲིག་ཟེར་འཕོན་ པའི་རིང་བཞག་དགོ།			
༤.༡.༣	ལྷ་འགྲམ་སྤེ་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་བར་ན་ས་སྟོང་ནས་འབྲུ་རེ་ཤོང་ཚད་ལས་ལྷག་ བཞག་ནི་མི་འོང་།			
༤.༡.༣	བྱ་སྐབས་བདེ་སར་ཡིན་པ་ཅིན་ གསེར་ཁབ་འཛིན་མ་གྱི་བཤེད་དེ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་ ཉོག་ནད་དམིགས་གུ་བཀལ་ཉེ་མཇུག་ཉོ་ལས་མེ་སྲར་ཉེ་པགས་ཀོ་གི་འཚིག་སྒྲི་ མ་འཕོན་གྱི་རིང་བརྒྱབ་དགོ།			
༤.༡.༤	དམིགས་བསལ་གྱིས་མཛོར་པ་དང་སྐྱོན་གྱི་རིགས་ཚུ་ལུ་མཐའ་ནས་དབྱས་སུ་ བསྐྱ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཉིམ་དང་པར་མཛོར་པའི་མཐའ་འཁོར་ལུ་བརྒྱབས། དེ་ལས་ རིམ་གྱིས་ནང་ན་ལུ་བརྒྱབ་ཞིན་ན་ མཇུག་བསྐྱམ་ད་སྐྱུག་ན་བརྒྱབས་ཉེ་ནད་ལྷག་ མེད་བསྐྱེག་དགོ།			
༤.༡.༥	གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་ཚར་མ་ཅིག་གཟུངས་སྐྱགས་བཞུ་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་རག་ རུས་པ་དང་ལྷན་པས་མཐེ་བོང་གཡས་པར་འབྲུ་བཏབ་སྟེ་མཐེ་བོང་དེ་གིས་ཁབ་ བརྒྱབས་ལུ་ལུ་མནན་ཉེ་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་བརྒྱབ་ཚར་བའི་ལུ་ལུ་ གདོང་གཏད་ཕྱོགས་སུ་གོམ་པ་བདུན་སྟོ་ བཅུག་དགོ།			
༤.༢	ཕྱི་རྗེས་ཀྱི་བྱ་རིམ།			
༤.༢.༡	ཟས་སྟོན་སོགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ། ➢ ཉིམ་ལྷ་གྱི་རིང་གཟུགས་ཚུ་འཇུ་མ་བཏུབ་སྟེ་སྐྱབ་དགོ། ➢ ཉིམ་ལྷ་གི་རིང་ཚུ་སྟོལ་མ་གཏོགས་ཚུ་བསིལ་འཇུང་མ་བཏུབ་སྟེ་སྐྱབ་ དགོ། ➢ ཆང་རིགས་ཚུ་འཇུང་མ་བཏུབ་སྟེ་སྐྱབ་དགོ།			

	➤ གསེར་ཁབ་ཚར་ག་དེ་ཅིག་བརྒྱབ་དགོས་ཡིན་ན་ཚུ་གོ་བན་འཕྲོད་པ་སླེ་སྤྲོད་དགོ།			
--	--	--	--	--

༥ སྤྲུལ་གསེར་ཁབ་ལག་ལེན་འབད་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྤྲོད་རིམ་པ།

	བྱ་རིམ།	སྤྲུགས།		
		༡	༡	༠
༥.༡	སྤྲུལ་འགྲུའི་བྱ་རིམ།			
༥.༡.༡	ནད་པ་ལུ་ངག་འཇམ་གྱི་སློ་ལས་གདོང་བསུ་འབད་དགོ།			
༥.༡.༢	ནད་པའི་མིང་ ལོ་ གཡུས་ ནད་གཞི་ཚུ་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
༥.༡.༣	བྲ་གནས་དང་ཉ་སློང་བརྒྱད་གསུམ་ཕོག་མ་ཕོག་བལྟ་དགོ།			
༥.༡.༤	ནད་པ་སྤྲུལ་གསེར་ཁབ་རྒྱབ་སའི་སློང་ཁྲི་གྲུ་རང་གི་ལོ་ལྷའི་ཕྱོགས་སུ་གདོང་གཏང་དེ་བདེ་རྟོག་རྟོ་སླེ་སློང་བཅུག་དགོ།			
༥.༡.༥	གསེར་ཁབ་དང་འཛིན་མ་ མེ་ཀྲོག་ སྤྲུ་བ་ཚུ་ལྷ་སྤྲུལ་འབད་དགོ།			
༥.༡.༦	ཚད་འཇལ་ཉེ་སྤྲུལ་གཞུག་གི་གསང་དམིགས་གཏན་འཁེལ་བཟོ་དགོ།			
༥.༡.༧	གསེར་ཁབ་འདི་སྤྲུ་བ་བཟོ་ཡོད་པའི་སྤྲུག་ལས་མར་བཅུགས་ཞིན་ན་ ཁབ་ཀྱི་མཚུག་རྟོ་གཏུས་སློང་གུ་ ལེགས་ཤོམ་སླེ་སྤྲུལ་ཞིན་མ་ལས་ སྤྲུ་བའི་ཚེ་རྩོམ་སླེ་བཟོ་སྤྲུལ་དགོ།			
༥.༡.༨	སྤྲུལ་གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལགས་གཡོན་མ་གིས་ཁབ་ཡར་འཐུ་སྤྲེ་གསང་དམིགས་གུ་ཡ་ཡོ་མེད་པར་འཐུང་སྤྲེ་བཀལ་བཞག་ཞིན་ན་ འཛིན་མ་གྱིས་བཟུང་བཞག་དགོ།			
༥.༡.༩	སྤྲུ་བའི་མེ་རོ་ལས་ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་སྤྲུ་མའི་འོག་ལུ་ཤོག་གཏན་མཚུག་པོ་འཐིང་བཞག་དགོ།			
༥.༡.༡༠	སྤྲུ་བའི་ཚེ་གུ་མེ་ཀྲོག་གིས་སླེ་མེ་སྤྲུར་ཉེ་ སྤྲུ་བ་འཚོག་མ་ཚར་གྱི་རིང་བཞག་དགོ། ཡིན་རུང་ནད་པའི་གནས་སྤྲུངས་དང་འཁྲིལ་སྤྲུ་བ་མཚམས་འཛོག་འབད་ནི་ཚུ་རིག་པས་དབྱུང་དགོ།			

4.1.11	སྤྱི་བ་མེ་སྤྱད་པ་ཅིག་ མེ་བཙའི་སྤྱད་པ་འགོ་དང་ སྤྱན་སྤྱི་གཟུངས་སྤྱགས་ བཟུང་ནི་འགོ་བཅུགས་ཏེ་སྤྱི་བ་འཚོག་མ་ཚར་གྱི་རིང་བཟུང་དགོ།			
4.1.12	སྤྱི་མེ་འཚོག་ཚར་ཏེ་ཁབ་གུ་ཤོད་གུང་སྤྱི་འགྲོམ་ཅིག་ཁབ་དང་ཤོག་གདན་ཡར་ འབྲུ་སྤྱི་ཁབ་དང་འཛིན་མ་བཞག་སའི་སྤོད་ག་ཨིན་མི་ནང་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ མཐེ་བོང་གཡས་པར་འབྲུ་བཏབ་སྤྱི་མཐེ་བོང་གིས་ཁབ་བརྒྱབས་ལྷུ་མནན་ཏེ་ རྒྱས་གདབ་དགོ།			
4.2	ཕྱི་རྗེས།			
4.2.1	མཚུག་བསྐྱའི་སྤོན་ཚོག་འདི་གསེར་ཁབ་དང་ཅོག་འབད་པ་སྤྱི་བཟོད་དགོ།			
4.2.2	ཉིན་ཞག་3ཀྱི་རིང་གཟུགས་འཇུ་ནི་ཚུ་སྤྱད་དགོ་པའི་ཁར་ ཚུ་སྤོལ་ཤོད་འཇམ་ སྤྱི་འབྲུང་དགོ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
4.2.3	སྤྱི་ལྷན་གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་པའི་ལྷུ་ལུ་ ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་རིང་ བཟུང་ འབྲུང་ཁོད་མ་གི་རིགས་སྤྱད་དགོ།			
4.2.4	སྤྱི་ལྷན་གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་ཚར་མ་ཅིག་ལོ་ལྷའི་ཕྱོགས་ལུ་གོ་མ་པ་བཅུན་སྤྱི་ བཅུག་དགོ།			
4.2.5	སྤྱི་ལོག་སྤྱི་ལྷན་གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་དགོ་པ་ཡོད་མེད་གོ་བར་འཕྲོད་པ་སྤྱི་སྤྱི་ མཚུག་བསྐྱུ་དགོ།			

6 མེ་བཙའ་ལག་ལེན་འབབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་རིམ།

	བྱ་རིམ།	སྤྱིགས།		
		1	2	0
6.1	ནད་པ་གདོང་བསྐྱུ་འབད་ཐངས།			
6.1.1	ནད་པ་ལུ་རག་འཇམ་འཇུམ་དུལ་གྱི་སྤོལ་ལས་གདོང་བསྐྱུ་འབད་དེ་རྒྱ་མི་གུ་ སྤོད་བཅུག་དགོ།			
6.1.2	ནད་པའི་ཐོ་དེབ་ནང་ནད་པའི་མིང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཚུ་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
6.1.3	ནད་པ་རང་གི་ལོ་ལྷའི་ཕྱོགས་སུ་གདོང་གཏད་དེ་སྤོད་བཅུག་དགོ།			

6.7.3	སྤྱོད་པ་དང་ཚད་འཇལ་ནིའི་ཅ་ཆས་ཚུ་གྱ་སྒྲིག་འབད་དགོ།			
6.7.4	ནད་དམིགས་གྲུ་བྲུ་གནས་དང་ཚེས་ཉ་སྟོང་བརྒྱད་ཚུ་ཕོག་མ་ཕོག་བལྟ་དགོ།			
6.7.5	ཚོན་ ཆག་ སོར་ལ་སོགས་པ་གིས་འཇལ་ཏེ་ནད་དམིགས་གཏན་འཁེལ་བཟོ་སྟེ་ ཏྟགས་བཀལ་དགོ།			
6.7.6	སྤྱོད་པ་ཉེ་མ་ལས་གྱ་སྒྲིག་སྟེ་བཞག་ཡོད་མི་འདི་ལག་པ་གིས་འཇུ་སྟེ་གསང་ དམིགས་གྲུ་བཀལ་ཏེ་ནད་པ་མ་སྤར་བར་སྟོན་བཅུག་དགོ།			
6.7.7	སྤྱོད་པ་བརྒྱབ་ཐངས་ནད་བཅད་བསྐྱེད་དང་ཐད་བསྐྱེད་ཟེར་ཁག་གཉིས་སྟེ་ཡོད་པ་ ལས་ཐད་བསྐྱེད་འདི་སྤྱོད་པ་ཐད་ཀར་ནད་དམིགས་གྲུ་བཀལ་དགོས་དང་ བཅད་ བསྐྱེད་དེ་སྤྱོད་པ་དང་སྟོན་པ་གང་རུང་འཐིང་སྟེ་བརྒྱབ་དགོ།			
6.7.8	སྤྱོད་པ་འགྲོ་སེམས་སྟེང་དང་སྤྱོད་པ་འདི་གཟུངས་སྤྱོད་པ་མཇུག་མ་བསྟེ་ཚུན་ སྤྱོད་པ་ཚེས་སྟེ་བཞག་དགོ།			
6.7.9	སྤྱོད་པ་འགྲོ་སེམས་ཚོག་བཞག་ནི་འདི་དབྱེད་བཅོས་ལས་སྟོན་ཤོག་གངས་ལྟེ་ ནད་ ཡོད་མི་ལྟར་ སྤྱོད་པ་འདི་གྲུ་མེ་སྤར་ཏེ་སྤྱོད་པ་མ་སྤོགས་ཀྱི་རིང་བཞག་དགོ།			
6.7.10	སྤྱོད་པ་དང་པ་ཕྱེད་དེ་ཅིག་འཚོག་ཚར་མ་ད་ ད་རུང་གཉིས་པམ་ལུ་མེ་སྤར་ནི་དང་། གཉིས་པམ་ཕྱེད་འཚོག་ཚར་མ་ད་གསུམ་པ་རིམ་བཞིན་སྤྱོད་པ་ག་དེ་ཅིག་ཡོད་པ་ ཅིག་དེ་སྟེ་སྤར་དགོ།			
6.7.11	སྤྱོད་པ་འཚོག་ཚར་མ་ད་རིམ་པ་བཞིན་སྤྱོད་པ་འབབ་མགོས་གསེང་སྟེ་དེ་གྲུ་འཕུ་བཏབ་ སྟེ་མཐེབ་རྗེས་མནན་དགོ།			
6.7.12	མེ་བཅའ་བརྒྱབས་ཚར་མ་ཅིག་ལོ་ལྟེ་ལྟོགས་ལུ་གོམ་པ་བདུན་སྟོ་བཅུག་དགོ།			
6.8	ཕྱི་རྗེས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ།			
6.8.1	སྤྱོད་པ་བརྒྱབས་པའི་ཤུལ་ལུ་ཉིན་བཞག་གཅིག་གི་རིང་ཚུ་སྟོལ་འཇུང་དགོས་ལས་ ཚུ་ཁོད་མ་དང་བཞེས་སྟོ་ཁོད་མ་གྱི་རིགས་སྤར་དགོ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
6.8.2	ཉིན་གངས་ལྟེ་གྱི་རིང་གཟུགས་འཇུ་ནི་ཚུ་མ་བཏབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			

6.2.3	སྤྱོད་བརྒྱུ་ཚུ་བའི་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལུ་འབད་དེ་གཞུགས་ཁ་ལས་རྩལ་ ནག་བཏོན་ནི་ཚུ་ཉེན་ཞག་སྤྱོད་གཅིག་གི་རིང་འཛེམ་དགོ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་ དགོ།			
6.2.4	གལ་སྲིད་སྤྱོད་ལས་བརྟེན་ནད་པའི་གཞུགས་ཁར་མ་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་དཔུང་ བཅོས་འགོ་དཔོན་དང་ ཡང་ཅིན་རྩུང་འཚོ་ཚུ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ དགོ།			
6.2.5	ཅ་ཆས་ཚུ་གཞོན་ཉེན་བཀག་ཐབས་གྱི་ལམ་ལུགས་ལྟར་ལག་ལེན་འཐབ་ དགོ།			

ཨན་གསོ།

- སྤྱོད་བརྒྱུ་ཐངས་ནད་བཅད་བསྐྱོད་དང་ཐད་བསྐྱོད་ཟེར་ཁག་གཉིས་སྤྱོད་ཡོད་པ་ལས་བཅད་
བསྐྱོད་འདི་སྤྱོད་དང་ནད་དམིགས་གྱི་བར་ན་སྤྱོད་ལེབ་མོ་སྤྱོད་འཕྲོས་འཕྲོས་བཀལ་ཏེ་དེ་གྱུ་
སྤྱོད་བཀལ་ཏེ་བརྒྱུ་དགོས་ཡིན།
- སྤྱོད་མེ་སྤྱོད་ཐངས་འདི་གོང་གསལ་ལྟར་དབྱེ་བ་མེད་རུང་ བཅད་ལུ་ཐད་ཀར་མི་འཚོག་ནིའི་
ཐབས་ལམ་འདི་བཅད་བསྐྱོད་འདི་ཡིན།
- སྤྱོད་པའི་ཆེ་ཆུང་གི་ཚད་གཞི་འདི་གསལ་དམིགས་དང་ནད་གཞི་ཚབས་ཆེ་ཆུང་དང་འཕྲིལ་ཏེ་བཟོ་
དགོས་དང་། སྤྱོད་བཏང་བཅད་བསྐྱོད་གི་དོན་ལུ་སྤྱོད་བསྐྱོད་སྤྱོད་དགོས་དང་ ཐད་བསྐྱོད་ལུ་སྤྱོད་
བ་ཆུང་སྤྱོད་དགོ།

ལ སྤྱོད་ཚུགས་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་གྱི་བྱ་སྤྱོད་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྤྱོད་ཚུགས།		
		༡	༢	༣
1.1	ནད་པ་ལུ་གྱུས་ཞབས་གྱི་སྤྱོད་ལས་གཞོན་བསྐྱོད་ལུ་འབད་དེ་རྒྱ་ལྷོད་བརྒྱུ་དགོ།			
1.2	ནད་པའི་མིང་ ལོ་ གཡུས་ བཅད་གཞི་ཚུ་ལ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
1.3	སྤྱོད་ཚུགས་བརྒྱུ་དགོ་པའི་སྤྱོད་ལས་ནད་པ་ལུ་སྤྱོད་དགོ།			

ཧ.༤	གོ་སློང་དང་། ཏིལ་སྐྱུལ། སྐྱུ་བཙུག་སློང་། ཨ་ཙོ་ལྟོ་རས། ཀ་བལ། འཛིན་མ། མ་རས་ལ་སོགས་པའི་ཅ་ཆས་ཚུ་གྲ་སྒྲིག་འབད་དགོ།			
ཧ.༥	སྐྱུ་བཙུག་བཀོད་འཛིན་དང་འབྲེལ་ ཅན་དམིགས་གཏན་ཁེལ་བཟོ་དགོ།			
ཧ.༦	གོ་སློང་གི་ཐུམ་འདི་ ཏུས་ཡུན་སྐར་མ་ལ་དེ་ཅིག་བྱོད་བཏགས་ཞིན་མ་ལས་ འཛིན་གིས་འབྲུ་སྐྱུ་བཙུག་བཙུག་ཏེ་སྐྱུ་ཐིག་མ་འཛགས་པ་སྟེ་ ཅན་པ་གིས་ བཟོད་ཚུགས་པ་ཡོད་མེད་རང་གི་ལག་མཐེལ་གྱ་ཚོད་བཏགས་འབད་ཞིན་ན་ ཅན་ དམིགས་གཏན་མ་བསལ་འབད་དེ་ཡོད་མི་གྲུ་བཀལ་དགོ།			
ཧ.༧	ཅན་པ་གིས་བཟོད་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་གསང་དམིགས་གཞན་ཚུ་ནང་སློ་ཡི་ར་ བརྒྱབ་དགོ།			
ཧ.༨	ཅན་དམིགས་གཅིག་ལུ་ར་ཚར་ལས་ལ་གི་བར་ན་བརྒྱབ་དགོཔ་དང་། ལན་ ཐངས་རེ་གི་ཏུས་ཡུན་དེ་ཚོ་བྱོད་ཆེ་སྐྱུ་ཡོད་པ་ཅིན་ རིང་སྐྱུ་དང་ཚོ་བྱོད་ཚུང་སྐྱུ་ སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ཏུས་ཡུན་སྐྱུ་སྟེ་བཀལ་དགོ།			
ཧ.༩	སྐྱུ་ཚུགས་བརྒྱབས་ལུ་ལུ་ཆགས་ཡོད་པའི་སྐྱུ་རོ་ཚུ་ཀ་བལ་གྱིས་འབྲུག་སྟེ་ ལུན་ལྷན་མ་དག་པའི་རྣམ་པ་མེད་པ་བཟོ་དགོ།			
ཧ.༡༠	སྐྱུ་ཚུགས་རྒྱབ་ཚར་བའི་ལུ་ལུ་བཞེས་སློ་བྱོད་བཅུད་དང་ལུན་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ ཟ་ དགོཔ་དང་ ལ་ཟས་ཁོད་མ་གྱི་རིགས་ཚུ་བསྐྱེན་མ་བཏུབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			

༤ ཏིལ་པ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་གི་བྱ་སློའི་རིམ་པ།

	ལག་ལེན་བྱ་རིམ།	སྐྱུགས།		
		༡	༡	༠
༤.༡	སློན་འགྲོའི་བྱ་རིམ།			
༤.༡.༡	ཅན་པ་ལུ་གུས་ཞབས་གི་སློ་ལས་གདོང་བསྐྱུ་འབད་དེ་རྐང་ཁི་གྱ་སློད་བཅུག་སྟེ་ དྲིས་ལན་འབད་དགོ།			
༤.༡.༢	ཅན་པའི་མིང་ ལོ་ གཡུས་ ཅན་གཞི་ཚུ་ལ་གསལ་བཀོད་དགོ།			

1.2.3	ནད་པ་སྔོན་ཁྲི་གྲུ་རང་གི་ལོ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གསུ་གདོང་གཏད་དེ་བདེ་རྟོག་རྟོ་སྟེ་སྔོན་བརྩམས་དགོ།			
1.2.4	ཚོན་ སུན་ སོར་སོགས་ཀྱིས་འཇལ་ཏེ་བསྐྱེད་དམིགས་གཏན་འབེབས་བཟོ་དགོ།			
1.3	དངོས་གཞིའི་བྱ་རིམ།			
1.3.1	ཉེལ་པ་རྫོང་བཏགས་ཞིའི་དོན་ལུ་འབར་བཏགས་གི་མེ་སྐར་དགོ།			
1.3.2	ཉེལ་པའི་གཡུག་པ་དང་མགོ་བོ་རྩེ་གོ་རིམ་དང་འཇམ་མཐུད་ཞིན་ན་ གཡུག་པ་ལས་བཤེད་དེ་ཉེལ་པའི་རྩེ་དམར་པོ་མ་གྲུར་རྩེ་ལུ་འབར་བཏགས་གི་མེ་སྐར་རྫོང་བཏགས་དགོ།			
1.3.3	ཉེལ་པའི་མགུ་རྟོག་དམར་པོ་འགྱུར་མ་དང་ ལག་གཡམས་པ་གིས་ཉེལ་པ་བཟུང་སྟེ་ལག་པ་གཡོན་པ་གིས་ཉེལ་གདན་ནད་དམིགས་ལུ་བཀལ་ཡོད་མི་གྲུ་འགྲོས་ཀྱིས་སྟེ་ཨོ་ཨུ་རྩེ་གི་ཡུན་གདབ་དགོ།			
1.3.4	ཉེལ་པ་དང་གཡུག་པ་རྩེ་དངོས་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་མི་བཞག་སྔོན་ནང་བརྩམས་དགོ།			
1.3.5	ཉེལ་པ་གདབ་ལུ་ལུ་མཐེ་བོང་གྲུ་འཕུ་བཏབ་སྟེ་རྒྱས་གདབ་དགོ།			
1.3.6	ཉེལ་པ་བརྒྱབས་ཚར་མ་ཅིག་ལོ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གསུ་གོམ་པ་བདུན་སྟོ་བརྩམས་དགོ།			
1.3	ཕྱི་རྗེས་ཀྱི་རིམ་པ།			
1.3.1	མཇུག་བསྐྱེད་སྟོན་ཚོག་འདི་གསེར་ཁབ་དང་ཅོག་འབད་པ་སྟེ་བཟོ་དགོ།			
1.3.2	གསང་དམིགས་དང་ཉེལ་པ་གདབ་གྲངས་རྩེ་བོ་དེ་བཟོ་བ་ལོ་དེ་དགོ།			
1.3.3	སྐྱ་ལྡན་གསེར་ཁབ་བརྒྱབས་པའི་ལུ་ལུ་ ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་རིང་ བཟུང་འབྲུང་ཁོད་མ་གི་རིགས་སྐར་དགོ།			
1.3.4	ཉིན་ཞག་གི་རིང་གཡུགས་འཇུ་ཞི་རྩེ་མི་བདུབ་པའི་ཁར་ རྩེ་སྟོལ་རྫོང་འཇམ་སྟེ་འབྲུང་དགོ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
1.3.5	སྐར་ལོག་ཉེལ་པ་བརྒྱབ་དགོཔ་ཡོད་མེད་གོ་བདེ་འཕྲོད་པ་སྟེ་སྐབ་སྟེ་མཇུག་བསྐྱེད་དགོ།			

༧ དུགས་ལུ་བསིལ་དུགས་དང་རྫོགས་དུགས་གཉིས་ལས་དང་པ་བསིལ་དུགས་༡༡ལག་ལེན་འབབ་
 བངས་གྱི་བྱ་སྐོའི་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱགས་།		
		༡	༡	༠
	<p>བསིལ་དུགས་༡༡་གི་དབྱེ་བ། ༡སྐར་ཚུ་མོད་བཀང་གི་དུགས། ༢སྐར་ཚུས་བཟན་པའི་དུགས། ༣ཚུ་བསིལ་མོད་ བཀང་གི་དུགས། ༤མོད་དཀར་དང་གངས་ཚུའི་དུགས། ༥མོད་དཀར་དང་ལུ་ མཁན་སྤངས་པའི་དུགས། ༦ཚུ་དོ་མང་མོའི་དུགས། ༧བྱང་མའི་མོས་ལྷགས་གྱི་ དུགས། ༨ཚན་དང་ཞོ་སྦྱར་གྱི་དུགས། ༩སྐར་ཚུའི་ཁྱེགས་དུགས། ༡༠འདག་པ་ བཀ་པའི་དུགས། ༡༡སྤྲོ་རྩེས་བ་ལྷའི་དུགས།</p>			
༧.༡	ནད་པ་ལས་སྤོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལེན་ཏེ་ དུགས་གྱི་ཐོ་དེབ་ནང་ཐོ་བཀོད་ འབད་དགོ།			
༧.༢	སྤོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་ དུགས་གྱི་ཉིན་གངས་བཀོད་མི་ལྟར་དུ་ དབྱེ་ ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་ ཉིན་གངས་གྱི་ཨང་རྟགས་བཀོད་དགོ།			
༧.༣	ནད་པ་ སྤོད་མི་དང་ཉལ་མི་གང་རུང་གུ་བདེ་ཏོག་ཏོ་སྤྲོ་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ ནད་ དམིགས་གཏན་འཁེལ་བཟོ་དགོ།			
༧.༤	དེང་སངས་སྐར་ཚུ་མེན་རུང་ ཁྱེགས་སྐྱོམ་ནང་ལས་འབྱིབ་དམ་བཅོན་ཏེ་ ལག་པ་ གཡམས་པ་གིས་གཡུག་པ་གུ་བཤེད་དེ་ནད་དམིགས་གུ་འབྱིབ་དམ་གྱི་གཤམ་ངོས་ ནད་དམིགས་གུ་འགོས་གྱིས་སྤྲོ་བཟུང་དགོ།			
༧.༥	འབྱིབ་དམ་ནད་དམིགས་གུ་འབྱུང་ཞིན་མ་ལས་ ནད་དམིགས་གུ་འབྱུང་བཞག་ བེ་མ་གཏོགས་ལྷགས་གཞོན་འབད་བེ་མི་རུང་།			
༧.༦	ནད་དམིགས་གུ་འབྱུང་ཏེ་དུས་ལུན་སྐར་མ་༣དང་༤གི་བར་ན་ནད་འཚོབས་དང་ བསྐྱུན་གཟེར་དམིགས་ཡོད་སར་སྤོ་བཤུད་འབད་དགོ།			

10.2	དུས་ཡུན་ཚངས་དང་འབྲིབ་དམ་དེ་ཤིང་སློབ་ཤིང་བཞག་ཞིན་ན་ བྱོན་དམིགས་ཀྱི་ ཆ་ཤས་ནང་ཡོད་པའི་ཚུ་བེལ་ཚུ་དུག་བསལ་འབད་ཡོད་པའི་ཨ་ཙོ་ལྷོ་རས་ཀྱིས་ འཕུག་དགོ།			
10.3	ནད་པ་དེ་ཉལ་མི་གུ་ཉེང་བཞག་ཞིན་ན་ བཟོ་རྒྱུ་འབད་དེ་བྱུག་གཞེར་མ་ཆག་ པ་ཅིན་ཡང་བསྐྱར་གོང་བཞིན་བསེལ་དུགས་བརྒྱབ་དགོཔ་དང་། གལ་སྲིད་དེམ་ ཅིག་གིས་བརྒྱབ་པ་ཅིན་ བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་ཉེ་སྤྱད་ལོག་དུང་འཚོ་འབད་སར་གཏང་ དགོ།			

10 གཉིས་པ་རྫོད་དུགས་ཀྱི་ལལ་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྤྲོད་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		1	2	0
	<p>གཉིས་པ་རྫོད་དུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ།</p> <p>1 ཚུ་བསྐྱོས་ཀྱི་དུགས། 2 ཚུ་རྫོ་བསྐྱོས་པའི་དུགས། 3 མོག་ཤིང་ཡོས་དུགས། 4 སྤངས་སྐྱམ་དུགས། 5 བྱི་ས་ཤར་བཟོས་དུགས། 6 ཉེ་བོ་ཚུ་ལོ་ལྷོ་མཐའ་ དུགས། 7 སོ་མག་གི་དུགས། 8 སྤྱོ་མའི་ཚ་བ་ལོ་མའི་དུགས། 9 སྤྱོར་མོང་རྩ་ སྤངས་བསྐྱོས་དུགས། 10 སྤྱོ་གོང་གི་དུགས། 11 བྱིང་པ་སྤྱོ་ལྷན་གྱི་དུགས། 12 ཚུ་རྫོ་མེར་བསྐྱོས་དུགས། 13 གཡེ་སྤྱོད་སྤྱོད་དུགས། 14 ལལ་མཐེལ་གྱི་དུགས། 15 ལལ་མ་ཆང་བཟོ་དུགས། 16 སྤངས་སྐྱམ་མོག་ཤིང་བསྐྱོས་དུགས། 17 འབའ་ ཆ་བྱ་བའི་དུགས། 18 འཁར་གོང་རུས་རྩིང་དུགས། 19 ལལ་ལེན་ལོ་ཆང་བཟོ་ དུགས།</p>			
10.1	ནད་པ་ལས་སྤོང་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལེན་ཉེ་ དུགས་ཀྱི་ཐོ་དེབ་ནང་ཐོ་བཀོད་ འབད་དགོ།			
10.2	སྤོང་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་ དུགས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་བཀོད་མི་ལྟར་དུ་ དབྱེ་ ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་ ཉིན་གྲངས་ཀྱི་ཨང་རྟགས་བཀོད་དགོ།			

10.3	ནད་པ་ མྱོད་མི་དང་ཉལ་མི་གང་རུང་གུ་བདེ་ཉོག་ཉོ་སྟེ་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ ནད་ དམིགས་གཏན་འཁེལ་བཟོ་དགོ།			
10.4	ཚོད་དུགས་ ༡༧ ལས་རང་སོའི་ནད་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོད་དུགས་ གྲ་སྦྲིག་ འབད་དགོ།			
10.5	དུགས་རིགས་གང་རུང་རང་སོའི་ལག་པ་བཞེད་སའི་གཡུག་པ་གུ་ལག་པ་བཞེད་ དེ་ཚ་ཚོད་བཟླ་དཔུད་འབད་ཞིན་ན་ནད་དམིགས་གུ་འགྲོས་ཀྱིས་སྟེ་བཀལ་ དགོ།			
10.6	ཚོད་དུགས་ནད་དམིགས་གུ་བཀལ་ཞིན་མ་ལས་ ནད་པ་གིས་བཟོད་ཚད་དང་ བསྐྱེན་ནད་དམིགས་པར་རྒྱུ་རྐྱེས་འབད་དགོ།			
10.7	ནད་དམིགས་གུ་བཀལ་ཉེ་དུས་ཡུན་སྐར་མ་ 3 དང་ 4 གི་བར་ན་ནད་འཚབས་དང་ བསྐྱེན་བརྒྱབ་དགོ།			
10.8	ཚོད་དུགས་ཀྱི་བཞག་སྟོན་ནང་བཞག་ཞིན་ན་ ནད་དམིགས་ཀྱི་ཆ་གས་ནང་ ཡོད་པའི་རྩལ་རོ་རྒྱ་དུག་བསལ་འབད་ཡོད་པའི་ཨ་ཙོ་ལྷོ་རས་ཀྱིས་འབྲུག་དགོ།			
10.9	ནད་པ་དེ་ཉལ་མི་གུ་ཉེང་བཞག་ཞིན་ན་ བཟླ་ཉོག་འབད་དེ་བྱུག་གཟེར་མ་ཚག་ པ་ཅིན་ཡང་བསྐྱར་གོང་བཞིན་བརྒྱབ་དགོས་དང་། གལ་སྲིད་དེམ་ཅིག་གིས་ བཏུབ་པ་ཅིན་ བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་ཉེ་སྐར་ལོག་རྒྱང་འཚོ་འབད་སར་གཏང་དགོ།			

11 རྒྱུ་རྐྱེས་དུགས་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྟེའི་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱགས་ཐོབ།		
		1	2	0
11.1	ནད་པ་ལས་སྐྱེན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལེན་ཉེ་ རྒྱུ་རྐྱེས་དུགས་ཀྱི་ཐོ་དེབ་ནང་ཐོ་ བཀོད་འབད་དགོ།			
11.2	སྐྱེན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་ རྒྱུ་རྐྱེས་དུགས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་བཀོད་མི་ལྟར་དུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་ ཉིན་གྲངས་ཀྱི་ཨང་རྟགས་བཀོད་དགོ།			

11.3	ནད་པ་ རྗོད་མི་གྱ་བདེ་རྟོག་རྟོ་སྡེ་སྡོད་བརྟུག་ཞིན་མ་ལས་ ནད་མིག་གཏན་ འཁེལ་བཟོ་དགོ།			
11.4	ལྷངས་དུགས་ཀྱི་དུང་རྩུང་ ནད་དམིགས་དང་ཐང་འཕྲང་ནད་དམིགས་ལས་ལྷ་ གང་དེ་ཅིག་གི་སར་བཞག་སྟེ་ལྷངས་མ་བདུག་བརྟུག་དགོཔ་ཡིན་རུང་ ལྷངས་ པའི་ཤུགས་ཚད་དང་བསྟུན་བར་ཚད་རིང་ཐུང་དུམ་ག་རེ་བདེ་ཞིབ་འབད་དགོ།			
11.5	ནད་པ་ལུ་འཕྲལ་ཕྲལ་ར་བལྟ་རྟོག་འབད་བའི་ཐོག་ དུས་ལུན་ ལྷང་མ་ ༡༠འི་ རིང་བདུག་བརྟུག་དགོ།			
11.6	ཡན་ལག་བརྒྱུ་བསྐྱུམ་དང་ འགྲལ་བསྐྱོད་འབད་མ་ཚུགས་པའི་ནད་པ་ཡིན་པ་ ཅིན་ ལྷངས་མ་བདུག་ཅིང་རང་འགོས་ཀྱིས་སྟེ་ བརྒྱུ་བསྐྱུམ་འབད་བརྟུག་དགོ།			
11.7	ལྷངས་མ་བདུག་པ་དང་ཅིག་ཁར་ འགོས་ཀྱི་སྟེ་འཕུར་མཉེ་འབད་དེ་ ཅ་རྒྱས་ དང་རྒྱུང་ལྷག་གི་རྒྱ་བ་རྒྱ་བསལ་ཐབས་འབད་བརྟུག་དགོ།			
11.8	ལྷངས་དུགས་བརྒྱབས་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ ནད་དམིགས་དང་ གཟུགས་ཀྱི་ཆ་ ཤས་རྒྱ་ནང་ཆགས་ཡོད་པའི་ རྒྱ་བའི་རྒྱ་ལ་ཅོ་ལྟོ་རས་ཀྱིས་འཕུག་བྱིན་དགོ།			
11.9	ལྷངས་དུགས་བརྒྱབས་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ བཞེས་སྟོ་རྫོད་བརྟུང་དང་ལྷན་མ་བཟ་ དགོ་པའི་ཁར་ ཁོད་མ་གི་རིགས་མི་རུང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
11.10	ལྷངས་དུགས་ཀྱི་ཤུལ་ལུ་རྒྱ་ཁོད་མ་གིས་འཁྲུ་མི་རྒྱ་མི་རུང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་གཤམ་ སྟོད་འཁྲུ་དགོཔ་ཐོན་པ་ཅིན་རྫོ་འཇམ་གྱི་འཁྲུ་དགོཔ་པའི་བསྐྱབ་སྟོན་བྱིན་དགོ།			
11.11	ལྷངས་དུགས་ ནད་པ་རེ་ལུ་ཉིན་གངས་ལྷའི་རིང་བདུག་ཚར་ཐང་ད་ ལྷང་ལོག་ སྟུན་བཅོས་འབད་མི་དུང་འཚོ་འབད་སར་བཏང་དགོ།			

12 རྒྱ་ལུམས་ལག་ལེན་འབབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྟོའི་རིམ་པ།

	ལག་ལེན་འབད་ཐངས་ཀྱི་གནད་དོན་རིམ་པ།	སྐྱགས་ཐོབ།		
		༡	༡	༠
12.1	ནད་པ་ལས་སྟུན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལེན་ཏེ་ དཔུང་གི་ཐོ་དེབ་ནང་ཐོ་བཀོད་ འབད་དགོ།			

12.2	སྐྱམ་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་ རྒྱ་ལུམས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་བཀོད་མི་ལྟར་དུ་ དབྱེ་ ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་ ཉིན་གྲངས་ཀྱི་ཨང་རྟགས་བཀོད་དགོ།			
12.3	རྒྱ་ལུམས་ཀྱི་མ་རྟོག་སངས་ས་སྤེལ་ཡོད་མེད་བཟུ་ཞིན་ན་ འདི་ནང་རྒྱ་ཚན་ ལི་ཀར་1905དང་1900འི་བར་བཀང་དགོ།			
12.4	རྒྱ་བཀང་ཚར་ཞིན་མ་ལས་བདུད་རྩི་ལྷ་ལུམས་ཀྱི་སྐྱམ་ལི་ཀར་4ལྷགས་ཏེ་བྱོད་ ཚད་33°Cལས་24°Cབར་བཟོ་དགོ།			
12.5	རྒྱ་མ་སྤངས་པའི་རྟེ་མ་ལས་ནད་པ་དང་ནད་གཤམ་གསུ་རྒྱ་སྤངས་ཐངས་དང་ དུས་ལུན་ཀྱི་སྐོར་ལས་བསྐྱབ་སྟོན་བྱིན་དགོ།			
12.6	རྒྱ་ལུམས་ནང་མ་འཇུག་པའི་རྟེ་མར་གཟུགས་ཡོངས་རྫོགས་དོས་འཛིན་ཅན་གྱི་རྒྱ་ འཁྲུ་སར་སྐྱང་ལེབ་བཏབ་སྟེ་རྒྱ་འཁྲུ་བཅུག་དགོ།			
12.7	ནད་པའི་གཟུགས་ཁར་ནད་གོས་མ་གཏོགས་བགོ་ལ་གཞན་ག་ར་ལུད་བཅུག་ དགོ་པའི་ཁར་མ་རེའི་ནད་ནད་པ་རེ་རེ་ལས་ལྷག་འཇུག་བཅུག་ནི་མི་འོང་།			
12.8	རྒྱ་ལུམས་ཁང་ནང་ནད་པ་དང་ནད་གཤམ་མ་གཏོགས་གཞན་འགྲུལ་བསྐྱོད་ བཀག་དགོ།			
12.9	རྒྱ་ལུམས་ཀྱི་དུས་ལུན་ ནད་པ་རེ་ལུ་སྐར་མ་30འི་རིང་སྤང་བཅུག་དགོ།			
12.10	ནད་པ་སྐྱམ་རྒྱ་ནད་ལས་མ་ཐོན་རིང་འཕལ་འཕལ་ར་བཟླ་རྟོག་འབད་དགོ།			
12.11	ཡན་ལག་བརྒྱུད་བསྐྱུམ་དང་ འགྲུལ་བསྐྱོད་འབད་མ་རྒྱུགས་པའི་ནད་པ་ཨིན་པ་ ཅིན་རྒྱ་ལུམས་སྤངས་པའི་ཞོར་ཁར་འགོས་ཀྱིས་སྟེ་ བརྒྱུད་བསྐྱུམ་དང་འཕུར་ མཉེ་འབད་བཅུག་དགོ།			
12.12	རྒྱ་སྤངས་ཚར་བའི་ཤུལ་ལས་ནད་པ་འདི་བགོ་ལ་ཚ་རྟོག་རྟོ་གིས་སྤུར་ཏེ་སྐར་ མ་10་དང་14འི་བར་ཉལ་ཁྲི་གུ་བཞག་སྟེ་དལ་འཚོ་བཅུག་དགོ།			
12.13	རྒྱ་ལུམས་སྤངས་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ བཞེས་སྒོ་བྱོད་བཅུད་དང་ལུན་མ་བཟོ་དགོ་པའི་ ཁར་ ཁོད་མ་གི་རིགས་མི་རུང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
12.14	རྒྱ་ལུམས་ཀྱི་ཤུལ་ལུ་ རྒྱ་ཁོད་མ་གིས་འཁྲུ་ནི་རྒྱ་མི་རུང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་ གལ་ སྲིད་འཁྲུ་དགོས་ཐོན་པ་ཅིན་རྩོམ་མ་གྱི་འཁྲུ་དགོ་པའི་བསྐྱབ་སྟོན་བྱིན་དགོ།			

12.14	ཕྱི་ལུ་མས་འདི་ བླ་པ་རེ་རེ་ལུ་ཉིན་གྲངས་ལཱ་འདི་རིང་སྤངས་ཚར་མ་ད་ སྤྲོ་ལོག་ སྤོན་བཅོས་འབད་སའི་དྲུང་འཚོ་འབད་སར་གཏང་དགོ།			
-------	---	--	--	--

13 རྒྱུ་ལུ་མས་ལག་ལེན་འབད་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྤྲོད་རིམ་པ།

	ལག་ལེན་འབད་ཐངས་ཀྱི་གནད་དོན་རིམ་པ།	སྤྱུག་སྤྲོད་		
		1	2	0
13.1	བླ་པ་ལས་སྤོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལེན་ཏེ་ དཔུང་གི་ཐོ་དེབ་ནང་ཐོ་བཀོད་ འབད་དགོ།			
13.2	སྤོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་ རྒྱུ་ལུ་མས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་བཀོད་མི་ལྟར་དུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་ ཉིན་གྲངས་ཀྱི་ཨང་རྟོགས་བཀོད་དགོ།			
13.3	རྒྱུ་ལུ་མས་ཀྱི་ཁྲི་དང་ཉལ་གདན་གཡོག་ཆས་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་ཡོད་མེད་དབྱེ་ ཞིབ་འབད་དགོ།			
13.4	བླ་པ་ལུ་མས་ཀྱི་ཁྲི་དང་ཉལ་གདན་གཡོག་ཆས་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་ཡོད་མེད་དབྱེ་ ཞིབ་འབད་དགོ།			
13.5	བཟོ་སྐྱོད་ཀྱི་ཐོག་ བླ་པ་རེ་རེ་ལུ་དུས་ལུ་སྤོན་མ་མ་ལྟར་ལུ་སྤངས་བཅུག་དགོ།			
13.6	རྒྱུ་ལུ་མས་ཀྱི་ཁྲི་དང་ཉལ་གདན་གཡོག་ཆས་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་ཡོད་མེད་དབྱེ་ ཞིབ་འབད་དགོ།			
13.7	བླ་པ་རེ་རེ་ལུ་སྤོན་བཅོས་འབད་ཚར་མ་ད་ གདན་དང་ཏང་ གདན་ཁབས་ཚུ་སོར་ དགོ།			
13.8	རྒྱུ་ལུ་མས་ཀྱི་སྤོན་འདི་ དུས་ལུ་ཚུ་ཚོ་ད་གསུམ་གྱི་བར་ན་ཚར་རེ་སོར་དགོ།			
13.9	རྒྱུ་ལུ་མས་སྤངས་ཚར་བའི་ལུ་ལུ་ བླ་པ་དམིགས་དང་ གཞུགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ གཞན་ཚུ་ནང་ཆགས་ཡོད་པའི་ཚུ་ཟླུ་ཚུ་ དུག་སེལ་འབད་ཡོད་པའི་ཨ་ཚོ་ལྟོ་ རས་ཀྱིས་འཕུག་དགོ།			
13.10	ཡན་ལག་བརྒྱུ་བསྐྱུ་དང་ འགྲུལ་བསྐྱོད་འབད་མ་ཚུགས་པའི་བླ་པ་ལེན་པ་ ཅིན་ཚུ་ལུ་སྤོན་བཅོས་སྤངས་ལི་ར་འགྲོས་ཀྱི་སྤོན་བརྒྱུ་ལུ་འབད་བཅུག་དགོ།			

13.11	རྒྱངས་ལུམས་སྤངས་ཚར་བའི་འཕུལ་ལས་ནད་པ་བགོ་ལ་ཚཏོག་ཏོ་གིས་སྦྱར་ཏེ་ སྐར་མ་ ༡༠ ལས་ ༡༥ འི་བར་དལ་འཚོ་བཅུག་དགོ།			
13.12	རྒྱངས་ལུམས་སྤངས་ཚར་བའི་འཕུལ་ལུ་བཞེས་སྒོ་རྗོད་བཅུད་དང་ལྷན་མ་བཟུང་གོ་ པའི་ཁར་ཁོད་མ་གོ་རིགས་མི་རུང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་དགོ།			
13.13	རྒྱངས་ལུམས་ཀྱི་འཕུལ་ལུ་ཚུ་ཁོད་མ་གིས་འཕུ་ནི་ཚུ་མི་རུང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་ གལ་སྲིད་འཕུ་དགོཔ་ཐོན་པ་ཅིན་རྗོད་འཇམ་གྱིས་འཕུ་དགོཔའི་བསྐྱབ་སྟོན་བྱིན་ དགོ།			
13.14	རྒྱངས་ལུམས་འདི་ནད་པ་རེ་ལུ་ཉིན་གྲངས་ལྗོངས་སྤངས་ཚར་མེད་སྐར་ ལོག་སྐྱེན་བཅོས་འབད་མི་རུང་འཚོ་འབད་སར་གཏང་དགོ།			

14 བཅིང་ལུམས་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་བྱ་སྒྲུབ་རིམ་པ།

	རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		1	2	0
14.1	ནད་པ་ལུ་དག་ཚིག་སྐྱེན་པའི་སྐོལ་ས་གདོང་བསུ་འབད་དེ་རྐང་ཁྲི་གུ་སྟོན་བཅུག་ དགོ།			
14.2	ནད་པའི་མིང་ལོ་གཡུས་ནད་གཞི་ཚུ་ཁ་གསལ་བཀོད་དགོ།			
14.3	ནད་པའི་གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་ཉལ་ཁྲི་དང་སྟོན་ཁྲི་གང་རུང་གུ་བཞག་དགོ།			
14.4	བཅིང་ལུམས་བརྒྱབ་དགོཔའི་ནད་དམིགས་ཚུ་དོས་འཛིན་གཏན་འབབས་འབད་ དགོ།			
14.5	བཅིང་ལུམས་སྐྱེན་ཚུའི་ནད་ལུ་བཅོ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་འཛིན་མ་དང་ལགས་གང་བདེ་ གིས་བཏོན་ཞིན་ནོད་ཚད་ནད་པ་གིས་བཟོད་ཚུགས་ཅམ་སྟེ་ནད་དམིགས་གུ་ བཀལ་དགོ།			
14.6	བཅིང་ལུམས་ནད་དམིགས་གུ་སྐར་མ་ ༡༠ ཀྱི་རིང་བསྐྱམ་རས་ཀྱིས་བཅིང་བཞག་ དགོ།			

19.7	བཅིང་ལུམས་ཀྱི་རྫོད་ཡལམ་ད་ བསྐྱམ་རས་ཚུ་སྟོད་དེ་ ཚུ་ཟིལ་དང་སྐྱན་རོ་ཚུ་ ཨ་ཙཱ་ལྷོ་རས་ཀྱིས་འབྲུག་དགོ།			
19.8	ལྷལ་མའི་ནད་པ་གི་དོན་ལུ་གདན་ཁེབས་དང་ཉང་ ཨ་ཙཱ་ལྷོ་རས་ཚུ་སོར་དགོ།			
19.9	བཅིང་ལུམས་བརྒྱབས་ཚར་མ་ད་ སྟོད་ཁྲི་གུ་ལས་འགོས་ཀྱིས་སྟེ་ལོང་སྟེ་འགྲོ་ བརྒྱག་དགོ།			
19.10	བཅིང་ལུམས་ཀྱི་ཉིན་གངས་ཚང་ཞེན་མ་ལས་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་སྐར་ལོག་ སྐྱན་བཅོས་འབད་མི་རྩུང་འཚོ་འབད་སར་གཏང་དགོ།			

ལམ་སྟོན་ལྔ་པ།
གསོ་རིག་བྱུག་པ།

དམིགས་ལུལ།

འངམ་དབྱེད་བྱུག་པའི་སློབ་ལས་བཅོས་གཞན་གྱིས་རྟུགས་པའི་ནད་གཞི་བཅོས་ཐབས་སྐོར་མ་ལོར་བར་ཡང་དག་སྟེ་
ཤེས་ཅིའི་དོན་ལུ་ཨིན།

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

- བྱུག་པ་བསྟེན་རུང་བ་དང་མི་རུང་བའི་ནད་གཞི་དབྱེ་བ་དང་བསྟུན་བྱུག་པ་ལག་ལེན་འཐབ་
ཚུགས།
- ལྷུམ་བྱུགས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོར་དང་སླུམ་བྱུག་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- རྗེ་གུའི་བྱུག་པའི་སློབ་སྦྱོར་ཚུལ་དང་རྗེ་གུའི་བྱུག་པ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- གསེ་རིག་བྱུག་པ་དང་གཞན་གྱི་བྱུག་པའི་ཁྱད་པར་སྐོར་དོགས་དཔྱོད་འབད་ཚུགས།
- བཅོས་གཞན་གྱིས་རྟུགས་པའི་ནད་གཞི་ལུ་བྱུག་པའི་ཐོག་ལས་བཅོ་ཁ་རྒྱབ་ཐངས་ཤེས་ཚུགས།

༡ རྩོན་འགྲོ།

༡.༡ གསེ་བ་པོ་སློབ་པའི་རྩོན་འགྲོ།

ཨང་།	བྱ་སློབ་འཛིན་པ།	སྐུགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡.༡	ལུས་རྣམ་སྤྱང་ཚོས་བདུན།			
༡.༡.༢	རྒྱལ་ལོ་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་སྦྲེ་སྦྲོད་དགོ།			
༡.༡.༣	སྤྲེལ་ཚོགས་མདའ་བཟུམ་པར་སྦྲེ་སྦྲོད་དགོ།			
༡.༡.༤	ལག་པ་མཉམ་བཞག་སྟེ་བའི་འོག་ལུ་སྦྱར་ཏེ་བཞག་དགོ།			
༡.༡.༥	ལྷེ་ཚེ་ཡ་རྒྱལ་ལུ་འབྱར་དགོ།			
༡.༡.༦	ཕྱག་ལྟུག་མོད་གཤོག་བཟུམ་བརྒྱུད་དགོ།			
༡.༡.༧	ཨོལ་སྐོག་ཨ་ཙི་བཀུག་དགོ།			
༡.༡.༨	མིག་ཏོ་ལྷ་པ་གི་ཚེ་ལུ་ཡབ་སྟེ་བལྟ་དགོ།			

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

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

2.2 གསོ་བྱ་ནད་པའི་སྒོན་འགོ།

ཨང་།	བྱ་སྒོའི་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
2.2.1	<p>རླུང་ལམ་བསལ་ནི་དང་ངན་པའི་རླུང་ཕྱིར་བཏོན་འབད་ནིའི་ཐབས་ལུ་ རན་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>			
2.2.2	<p>ལྷ་བསྐྱེད་ནིའི་དོན་ལུ་བྱུག་པ་འགོ་མ་བཅུག་པའི་ཉེ་མ་ རན་པའི་རྒྱུ་ལག་གི་ སྒོན་མཚུབ་བཞི་ལུ་སྐྱེད་པ་མདོག་དམར་པོ་གིས་ལྟོད་སུ་ཅིག་སྟེ་བསྐྱམ་དགོ།</p>			

3 དངོས་གཞི།

3.1 མགོ་བོའི་བྱུག་པ།

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

2.1.3	མཐེ་བོང་སྐྱུམ་དང་བཅས་ སྤྱི་གཙུག་གི་གསང་ལུ་སྐོར་མཉེ་ཚར་དགུ་འབད།			
2.1.4	མཐེ་བོང་སྐྱུམ་དང་བཅས་ མཚོགས་གསང་ལུ་སྐོར་མཉེ་ཚར་དགུ་འབད།			
2.1.5	མཐེ་བོང་གིས་རྣ་ལྟག་དང་གུང་མོ་གིས་ལུང་གོང་གཉིས་ལུ་ཚར་བདུན་རེ་སྐོར་མཉེ་འབད།			
2.1.6	མགོར་སྐྱུམ་བྱུག་ལྟེ་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོམ་ཚུན་འཕྲི་མཉེ་འབད།			
2.1.7	ལག་གཡོན་དཔལ་བར་བཀའ་བ་ ལག་མཐེལ་གཡས་ཀྱིས་སྤྱི་བོ་ལས་ལྟག་པ་ཚུན་མཉེ།			
2.1.8	སོར་སྤུང་གིས་ལྟག་ཟུར་སྤུང་འཁྱིལ་ལས་སྤྱི་གཙུག་ཚུན་སྐོར་མཉེ་འབད།			
2.1.9	གོང་བཞིན་རྣ་ལྟག་གཡས་གཡོན་རེས་མོས་སྤེ་མཉེ།			
2.1.10	ལག་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་མཉེ།			
2.1.11	ཡང་བསྐྱར་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོམ་ཚུན་འཕྲི་མཉེ་འབད།			
2.1.12	མཐེབ་དགུང་གིས་རྣ་རྩེ་དང་ལུང་གོང་གཉིས་ལས་མཚོགས་མ་ཚུན་ཚར་བདུན་རེ་འཕྱར་མཉེད་འབད་དེ་ལྟག་པར་བཀའ།			
2.1.13	མགོ་ལས་ལྟག་པ་ཚུན་མཚུབ་བསྐྱོལ་འབད།			
2.1.14	མཚུབ་མོ་གིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་སྐོར་མོར་འདུད་པ་འབད།			
2.1.15	མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་པད་འགོས་ཀྱི་ཚུལ་ལུ་མཚུབ་འགོས་འབད།			
2.1.16	ཡང་བསྐྱར་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོམ་ཚུན་འཕྲི་མཉེ་འབད།			
2.1.17	མཚུབ་བསྐྱོལ་སྤེ་སྤེ་འབེན།			
2.1.18	མཚུབ་མོ་གིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་མཉེད་འབེན་འབད།			
2.1.19	ལགས་ཐལ་སྤུང་གིས་མགོ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་དལ་གིས་ཐག་རྒྱབས།			
2.1.20	ཡང་བསྐྱར་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལས་ཕྱག་རྩོམ་ཚུན་འཕྲི་མཉེ་འབད།			
2.1.21	ལག་མཐེལ་སྤྱི་བོར་བཀའ་བ་ལྟེ་ བད་ལས་ཐོལ་བའི་སྐོན་ཚོག་འདོན།			

१.१ གདོང་གི་བྱུག་པ།

མང།	བྱ་སྐྱེའི་རིམ་པ།	སྐུགས།		
		१	१	०
१.१.१	ནད་པ་ཉལ་མི་གུར་ གན་རྒྱལ་སྟེ་བཞག			
१.१.२	བྱུག་པ་འབད་མི་རང་ཉིད་སངས་རྒྱལ་སྟེ་གསལ་བཏབ་སྟེ་གཟུངས་ སྟེ་གསལ་བཏབ་ཐོག་ལས་ནད་པའི་དཔལ་བར་ལག་མཐེལ་གཡས་པ་གིས་བཀའ་ སྟེ་སྐར་ཆ་ལྷའི་རིང་བཞག			
१.१.३	ལག་གཉིས་དཔལ་བ་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་སུ་འཕྱག་སྟེ་གདོན་བགོགས་བསྐྱད་པར་ བསམ།			
१.१.༤	ལག་པ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་གདོང་རྣམ་ཚོག་གུ་སྐྱུམ་དབྱར་ཉེ་ཞལ་ཞལ་འབད།			
१.१.༥	དཔལ་བ་དབྱ་གསུམ་ལུ་བགོ་སྟེ་ དབྱ་རེར་ཚར་གསུམ་རེ་མཐེ་བོང་གིས་སྐྱོར་ མཉེ་འབད་དེ་སྐར་གོང་ལུ་དལ་མཉེ་འབད།			
१.१.༦	སྐྱེན་དབྱག་ལས་སྐྱེན་མཇུག་ཚུན་ སྐྱེན་མ་ཚར་གསུམ་རེ་གཙུག་མཉེ་འབད་དེ་ སྐར་གོང་ལུ་དལ་མཉེ་འབད།			
१.१.༧	སྐར་གོང་ལས་ན་ཅེ་ཚུན་གུང་མོ་གིས་སྐྱོར་མཉེ་འབད།			
१.१.༨	སྐྱེན་མཚམས་ དཔལ་བའི་དབྱས་དང་ སྐྱེན་དབྱག་ལུ་མཉེ་མཉེ་འབད།			
१.१.༩	སྐྱེན་དབྱག་ལས་སྐྱ་ཅེ་ཚུན་མཐེ་བོང་ངམ་མཇུབ་མོ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀྱིས་ ཚར་གསུམ་རེ་སྐྱོར་མཉེ་			
१.१.१༠	སྐྱེན་ལུང་ལུང་དང་མཁུར་ཚོས་རུས་པའི་མས་བྱུར་ལས་བ་འགམ་ལུ་དལ་མཉེ་ འབད།			
१.१.१༡	མཁུར་ཚོད་དབྱ་གསུམ་ལུ་བགོ་སྟེ་ མཐེབ་མཇུབ་ཀྱིས་ཡ་ལས་མར་བལྟ་པད་ འགོས་ཚར་གསུམ་རེ་ལག་མཐེལ་གྱིས་མཁུར་ཚོས་བསྐྱོར་གྲེན་ཕྱོགས་སུ་ཚར་ གསུམ་རེ་མཉེ།			
१.१.१༢	སོར་མོ་གིས་མཁུར་ཚོས་བསྐྱོར་གྲེན་ཕྱོགས་སུ་ཚར་གསུམ་རེ་མཉེ།			
१.१.१༣	chew muscle སོར་མཇུབ་ཀྱིས་མཉེ་མཉེ་འབད།			

2-2-72	ནད་པ་ཉལ་མི་གུར་ གན་རྒྱལ་སྡེ་བཞག			
2-2-73	མ་མགལ་རུས་པ་བརྒྱད་ན་ཤལ་ཚུན་གཙུག་འཐེན་འབད།			
2-2-74	མ་མཚུའི་འོག་གསང་ལས་ ཡ་མཚུའི་གཤོང་། ལྷ་གཤོག་འགྲམ། ལྷོན་དབྱག་ བཅས་གྲེན་ཕྱོགས་སུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2-2-75	མ་མགལ་ལས་དཔལ་བ་ཚུན་ལག་མཐེལ་གྱིས་ཚར་གསུམ་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
2-2-76	ན་རྒྱབ་གཤོང་ལུ་སྐོར་མཉེ་འབད་དེ་ན་རྒྱབ་རྒྱུད་དེ་ན་ཅེ་ཚུན་མནན་མཉེ་ཚར་ གསུམ་འབད།			
2-2-77	ན་བ་ཡས་མས་དབྱ་གསུམ་དུ་བགོ་སྟེ་ན་ཅེ་ལས་ན་ཤལ་ལུ་ཚར་གསུམ་རེ་འཕུར་ མཉེ་འབད།			
2-2-78	ན་བའི་རྒྱ་དབྱ་ལུ་བགོ་སྟེ་མཐེབ་མཚུབ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2-2-79	ན་བའི་ཕྱི་ནང་ལྷོན་ཤིང་བཞི་ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2-2-80	ན་ཤལ་འོག་རྒྱུའི་ཅེ་མགོ་ལུ་དལ་མཉེ་འབད།			
2-2-81	མ་མགལ་ལས་དཔལ་བ་ཚུན་ལག་མཐེལ་གྱིས་ཚར་གསུམ་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
2-2-82	ལག་མཐེལ་དཔལ་བར་བཀའ་སྟེ་ནད་ལས་ལྷོ་ལ་བའི་སྟོན་ཚིག་འདོན།			

2-3 སྐལ་པའི་བྱུག་པ།

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

ཨང་།	བྱ་སྟོའི་རིམ་པ།	སྐུགས།		
		༡	༡	༠
2-3-1	ནད་པ་ཉལ་མི་གུ་ག་སྐབ་བརྒྱབ་བདེ་རྟོག་རྟོ་སྟེ་ཉལ་བཅུག			
2-3-2	བྱུག་པ་འབད་མི་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་སྐྱེན་སྲུང་གསལ་བཏབ་སྟེ་གཟུངས་ སྐྱགས་བཟང་ཐོག་ལས་ནད་པའི་ཚིགས་པ་དང་པོའི་ཐད་ལུ་ལག་མཐེལ་ གཡས་པ་གིས་བཀའ་སྟེ་སྐར་ཆ་ལའི་རིང་བཞག			

2.3.3	ལག་གཉིས་ཚིགས་པ་དང་པོ་ལས་རྟིང་པའི་ཕྱོགས་སུ་འཕྲུག་སྟེ་གདོན་བགོགས་བསྐྱེད་པར་བསམ།			
2.3.4	ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་དལ་གྱིས་འབད་ལུས་འགྲུལ་བསྐྱོད་འབད།			
2.3.5	ལག་གཡས་སོག་པ་དང་ལག་གཡོན་དེ་མིག་ཁར་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.3.6	ལག་མཐེལ་གཉིས་ཀྱིས་སྐལ་ཚིགས་གཡས་གཡོན་ལུ་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.3.7	སྐལ་པའི་ལུལ་ཤ་བརྒྱུད་དེ་རྟིང་པ་ཚུན་ལག་མཐེལ་གྱི་མཐེལ་འགོས་འབད་དེ་མཚུག་ལུ་རྟིང་པ་འབྲེན་ཏེ་སྤྱད་སྟོེ་ལས་སུ་འབྱེད་ཚུན་མཚུབ་གོང་གིས་མནན་མཉེ་ཚར་གསུམ་འབད།			
2.3.8	ལག་པར་སྐྱམ་རྒྱུགས་ཏེ་ཕུག་རྒྱ་དང་བཅས་ལྷག་པ་དང་སྐལ་པར་ཞལ་ཞལ་སྟེ་འཕྱི།			
2.3.9	གཉེན་ལྷག་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་དལ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.3.10	གཉེན་ལྷག་གི་ཚིགས་མཚམས་ལུ་དལ་གྱིས་སྟོར་མཉེ་འབད།/གཉེན་ཤ་གུ་མཐེ་བོང་གིས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
2.3.11	གཉེན་ཤ་གུ་མཚུབ་སོར་གྱིས་བརྗིད་འབྲེན་འབད།			
2.3.12	དཔུང་འཇུག་དང་གཉེན་ཤའི་གསང་ལུ་མནན་མཉེད་འབད།			
2.3.13	ཨན་སྟོང་ཚིགས་པ་དང་པོར་མཐེ་བོང་གིས་ཚར་བཅུ་གཅིག་སྟོར་མཉེ་འབད།			
2.3.14	གཉེན་ཤའི་མཚུག་ལས་སོག་པ་གཡས་ཀྱི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གིས་འདྲུད་མཉེ་འབད།			
2.3.15	གཉེན་ཤའི་མཚུག་ལས་སོག་པ་གཡོན་གྱི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གིས་འདྲུད་མཉེ་འབད།			
2.3.16	གཉེན་ཤའི་མཚུག་ལས་སོག་པའི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གཉིས་མཉམ་གྱིས་འདྲུད་མཉེ་འབད།			
2.3.17	པད་འགོས་ཚུལ་དུ་སོག་པའི་མེ་ལོང་ཁ་འཁོར་མཐེ་བོང་གིས་གཙུག་འབྲེན་འབད།			

१.३.१५	ལག་མཐིལ་གྱིས་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་བརྒྱན་མནན་མཉེ་འབད།			
१.३.१८	མཐེ་བོང་གཉིས་ཀྱིས་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་བརྒྱན་དེ་སྐོར་མཉེ་འབད།			
१.३.१०	མཐེ་བོང་གཉིས་བརྟེན་གིས་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་མནན་མཉེ་འབད།			
१.३.११	མཐེ་བོང་སྟེང་ལུ་ལག་མཐིལ་བཀའ་སྟེ་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་མནན་མཉེ་འབད།			
१.३.१२	མཐིལ་མཇུག་གིས་ཚིགས་པའི་གཡས་གཡོན་མནན་མཉེ་འབད།			
१.३.१३	མཇུབ་གུང་བཀའ་པའི་བར་ཚོན་གྱིས་སྐལ་ཚོན་གཡས་གཡོན་བརྒྱན་ཟུར་ལུ་དེད་མཉེད་ཚར་གསུམ་རེ་འབད།			
१.३.१८	ཚིགས་པ་དང་པོ་ལས་ཀླད་ཚིགས་ཚུན་མཐེ་བོང་གིས་མནན་མཉེ་འབད།			
१.३.१५	གོང་བཞིན་ཚིགས་པའི་བར་མཚམས་ལུ་བཐེ་བོང་རེ་མོས་གྱིས་བསྐོལ་མཉེ་འབད།			
१.३.१८	སོར་རྒྱབ་གྱིས་རྒྱབ་ལ་མནན་མཉེ་འབད།			
१.३.१०	མཐེབ་སོར་གྱིས་གཉའ་ལྟག་ལས་ཀླད་པ་རྒྱན་པད་འགྲོམ་འབད།			
१.३.१५	ཚིགས་པ་དང་པོའི་ཐད་ལས་ཀླད་ཚིགས་ཚུན་དང་སྐར་གྲེབ་ལུ་འཕྱི་སྟེ་སྟུང་སྟོ་ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
१.३.१८	ནད་པ་ཉལ་ཁྲི་གྲ་ག་སྐབ་བརྒྱབ་བདེ་ཉོག་ཉོ་སྟེ་ཉལ་བཅུག			
१.३.३०	བྱུག་པ་འབད་མི་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་སྐྱེ་བའ་གསལ་བཏབ་སྟེ་གཟུངས་སྐྱེགས་བཟང་ཐོག་ལས་ནད་པའི་ཚིགས་པ་དང་པོའི་ཐད་ལུ་ལག་མཐིལ་གཡས་པ་གིས་བཀའ་སྟེ་སྐར་ཆ་ལཱི་རིང་བཞག			
པོ་གསོ། བྱུག་པ་འབད་མི་ནད་པའི་བྱུར་ལུ་སྟོན་དེ།				
१.३.११	ལག་པར་སྐྱེམ་བྱུགས་ཉེ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་སྐལ་པར་ཞལ་ཞལ་སྟེ་འཕྱི།			
१.३.१२	མཐེ་བོང་བསྐོལ་ཉེ་ཡས་མས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
१.३.१३	ལག་མཐིལ་བསྐོལ་ཉེ་ཡས་མས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
१.३.१८	ཀླད་པའི་ཐད་ལུ་ལག་མཐིལ་གྱིས་འདྲུད་འཐེན་འབད་དེ་ཀླད་ཚིགས་ལས་ཚོན་པ་དང་པོ་རྒྱན་དེད་མཉེ་འབད།			

१.३.३५	ཚོགས་པ་བརྒྱ་བཞི་པའི་གཡས་གཡོན་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
१.३.३६	གོང་བཞིན་སོར་རྒྱབ་ཀྱིས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
१.३.३७	མཚུབ་མོ་གིས་མནན་བརྗིད་འབད།			
१.३.३८	མཚུབ་མོ་གིས་མཉེ་འབྲེན་འབད།			
१.३.३९	མཚུབ་མོ་གིས་ཐག་བརྒྱབ།			
१.३.ॣ०	ཞེད་པའི་ཐད་ལུ་ལག་མཐིལ་གྱིས་འདྲུད་འབྲེན་འབད་དེ་ཞེད་ཚོགས་ལས་ཚོར་པ་དང་པོ་རྩུན་དེད་མཉེ་འབད།			
१.३.ॣ१	ཚོགས་པ་བརྒྱ་བཞི་པའི་ཐད་ལུ་ལག་རྩུར་གྱིས་བརྒྱུར་མཉེ་འབད།			
१.३.ॣ२	སྐྱུག་པོ་ཆེའི་སྟེང་ལུ་གྲུ་མོ་གིས་མནན་མཉེད་འབད།			
१.३.ॣ३	ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཞེད་པ་ལས་ཀྱང་ཕྱོགས་སུ་འཕྱི་མཉེ་འབད།			
१.३.ॣॣ	སྐལ་ཚོགས་ཀྱི་དབྱུང་ལས་ལག་པ་ཐར་སྐྱར་རྩུབ་ཀྱིས་སྤྱིང་མནན་འབད།			
१.३.ॣ५	ལག་མཐིལ་མཐའ་ཡུལ་ལུ་བཀག་སྟེ་ནད་ལས་གྲོལ་བའི་སྣོན་ཚོག་འདོན།			

१.ॣ ལག་པའི་བྱུག་པ།

ཨང་།	བྱ་སྣོན་རིམ་པ།	སྐྱུག་པ།		
		१	१	०
१.ॣ.१	ལག་པར་སྐྱུམ་སྐྱུག་ཏེ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ལག་པར་ཞལ་ཞལ་སྟེ་འཕྱུ།			
१.ॣ.२	གྲུ་མོ་དང་ལག་མཐིལ་འཕུར་མཉེ་འབད།			
१.ॣ.३	དཔུང་ཚོགས་ནང་གསང་ལུ་མཐེ་བོང་གིས་མནན་མཉེ་འབད།			
१.ॣ.ॣ	མཐེ་བོང་གིས་དཔུང་ཚོགས་སྐྱོར་མཉེད་འབད།			
१.ॣ.५	མཐེབ་རྩུང་གིས་མཐིལ་ཚོགས་ལུ་སྐྱོར་མཉེ་འབད།			
१.ॣ.६	མཐེ་བོང་གིས་ལག་སོར་བར་ལས་མཐིལ་ཚོགས་རྩུན་འདེད་མཉེ་འབད་དེ་མཐིལ་ཚོགས་མནན།			
१.ॣ.७	མཐེབ་མཚུབ་ཀྱིས་སོར་མའི་སྟེང་འོག་དང་ཡས་མས་ཡོངས་རྫོགས་འབྲེན་མནན་འབད།			

༢.༤.༤	མཐེ་བོང་གིས་ལག་མཐེལ་ཡོངས་ཚོགས་སྐོར་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༥	ལག་མཐེལ་གྱིས་ནད་པའི་ལག་མཐེལ་འཕུར་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༡༠	རང་དང་ནད་པའི་ལག་སོར་བསྐོལ་ཏེ་མཁྲིག་ཚོགས་གཡས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་ ལུ་སྤྱིང་སྟེ་དལ་གྱིས་གཡས་སྐོར་བདུན་དང་གཡོན་སྐོར་བདུན་འབད།			
༢.༤.༡༡	མཐེབ་མཚུབ་གྱིས་སོར་བར་ཤ་ཡོངས་ཚོགས་འཐེན་མནན་འབད།			
༢.༤.༡༢	ལག་པ་གཉིས་གྱིས་མཁྲིག་ཚོགས་ལུ་འདྲིལ་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༡༣	གྲུ་ཚོགས་གཡས་སྐོར་གཡོན་སྐོར་འབད།			
༢.༤.༡༤	མཐེ་བོང་གིས་ཉུ་ཤ་ལུ་སྤྱིང་མནན་འབད།			
༢.༤.༡༥	མཐེ་བོང་གིས་ལག་རར་ཉུ་རྒྱབ་དང་མདུན་ཉུ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༡༦	ལག་མཐེལ་གྱིས་ལག་རར་དང་དཔུང་པའི་ཉུ་དེད་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༡༧	མཐེབ་སོར་གྱིས་ལག་རར་དང་དཔུང་པའི་ཉུ་བརྗེ་འཐེན་འབད།			
༢.༤.༡༨	ལག་མཐེལ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༡༩	མཐེ་བོང་གཉིས་བརྟེགས་བརྒྱབ་སྟེ་མནན་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༢༠	མཐེ་བོང་གིས་གྲུ་མའི་ནང་དོས་འཐེན་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༢༡	སྤོན་ཚོགས་དང་སྤོན་རྩེ་ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༢༢	ལག་པ་ཡོངས་ཚོགས་འཕྲི་མཉེ་འབད།			
༢.༤.༢༣	ལག་པ་དལ་གྱིས་གཡུག་སྟེ་མར་འཐེན་སྐྱར་ལོག་འཕུལ་འདེད་འབད།			

༢.༥ ཀྱང་པ། (ཀྱང་པའི་རྒྱབ)

ཨང་།	བྱ་སྤྲོད་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
༢.༥.༡	ལག་པར་སྐྱམ་སྐྱགས་ཏེ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ཀྱང་པར་ཞལ་ཞལ་སྟེ་འཕྲི།			
༢.༥.༢	ཀྱང་མ་གྱེན་ཕྱོགས་སྟོང་སྟེ་རྟིང་པ་ལུ་ལག་པ་གིས་ཚར་གསུམ་བརྟུངས།			
༢.༥.༣	ཀྱང་མ་དལ་གྱིས་གཡུག་སྟེ་གཡས་གཡོན་ལུ་སྤྱིང་བཞིན་མ་ལས་ཀྱང་མཐེལ་ལུ་ བརྟུང།			

2.4.3	ལག་སོར་བསྐྱོལ་ཏེ་མཐིལ་གྱིས་རྟིང་པར་འབྲེན་མཉེན་འབད།			
2.4.4	སོར་མཚུབ་གྱིས་ལོང་བུ་གཉིས་ལུ་སྐོར་མཉེ་འབད།			
2.4.5	མཐོབ་བྱུང་ལེ་མོས་གྱིས་བྱིན་ཉེ་དང་བསྐྱེད་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.4.6	ལག་མཐིལ་ལེ་མོས་གྱིས་བྱིན་ཉེ་དང་བསྐྱེད་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.4.7	མཐོབ་སོར་གྱིས་བྱིན་ཉེ་དང་བསྐྱེད་ལུ་བརྗེ་འབྲེན་འབད།			
2.4.8	ལག་མཐིལ་དང་མཐོབ་ཐོང་སོར་རྒྱབ་ཚུ་གིས་རིམ་བཞིན་སྦྱིང་མནན་འབད།			
2.4.9	མཐོབ་ཐོང་གིས་སྦྱིད་ཁུང་དལ་གྱིས་འབྱུང་འབྲེན་འབད།			
2.4.10	མཐོབ་ཐོང་གིས་རྟིང་པའི་དྲེག་མཚམས་དང་བྱིན་སྦྱིང་། སྦྱིད་ཁུང་། བསྐྱེད་ལུ་སྦྱིང་བསྐྱེད་ལུ་གསལ།			
2.4.11	ལག་མཐིལ་གྱིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.12	མཐོབ་ཐོང་གཉིས་བརྗེག་གིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.13	མཐོབ་ཐོང་ལེ་མོས་བསྐྱོལ་ཏེ་རྒྱང་མཐིལ་ལུ་འབྱུང་མཉེ་འབད།			
2.4.14	མཐོབ་བྱུང་གིས་རྒྱང་མཐིལ་གཡམས་གཡོན་ལས་དུས་མཉེམ་དུ་འགོས་མནན་འབད།			
2.4.15	རྒྱང་མཐིལ་དཀྱིལ་གསང་ལུ་མཐོབ་ཐོང་གིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.16	རྒྱང་མཐིལ་ལོངས་རྗེགས་འབྱི་མཉེ་འབད།			
(རྒྱང་པའི་མཉེན་ལུ་)				
2.4.17	ལག་པ་དམི་མིག་དང་ལུས་མོ་ལུ་བཀའ་སྟེ་སྦྱིང་མནན་འབད།			
2.4.18	ལག་པར་སྐྱུམ་སྐྱུགས་ཏེ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་རྒྱང་པར་ཞལ་ཞལ་སྦྱིང་འབྱི།			
2.4.19	མཐོབ་མཚུབ་གྱིས་སོར་བར་ལེ་ལོངས་རྗེགས་འབྲེན་མནན་འབད།			
2.4.20	མཐོབ་ཐོང་གིས་རྒྱང་མོར་བར་ལས་གདོང་གི་རྒྱ་བར་གསང་རྒྱན་འདེད་མཉེ་འབད་དེ་གདོང་གི་རྒྱ་བར་གསང་ལུ་མནན་ཏེ་མཚུབ་ལུ་མཐོབ་ཐོང་སྐྱེས་ལུ་ཡོང་གོང་ལོང་རྗེགས་གསང་དང་གཉན་གོང་གསང་རྒྱ་ལུ་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.21	མཐོབ་མཚུབ་གྱིས་རྒྱང་པའི་སོར་མོའི་བྱི་ནང་དང་ལས་མས་ལོངས་རྗེགས་འབྲེན་མཉེ་འབད།			

2.4.23	ཀྲང་པ་གཡས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་ལུ་སྒྲིབ་སྟེ་ དལ་གྲིས་གཡས་སྐྱོར་བདུན་དང་ གཡོན་སྐྱོར་བདུན་འབད།			
2.4.24	མཐེ་བོང་གིས་ངར་གདོང་བྱུར་དང་བསྐྱོ་ཤ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.4.25	ལག་མཐིལ་གྲིས་ངར་གདོང་བྱུར་དང་བསྐྱོ་ཤ་ལུ་དེད་མཉེ་འབད།			
2.4.26	མཐེབ་སོང་གྲིས་ངར་གདོང་བྱུར་དང་བསྐྱོ་ཤ་ལུ་བརྗི་འབེན་འབད།			
2.4.27	ལག་མཐིལ་གྲིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.28	མཐེ་བོང་གཉིས་བརྗེག་གིས་མནན་མཉེ་འབད།			
2.4.29	མཐེབ་སོང་གྲིས་ངར་གདོང་དང་བསྐྱོ་ཤར་འདྲིལ་མཉེ་འབད།			
2.4.30	མཐེ་བོང་གིས་སུས་མོའི་ལྷ་ངར་སྐྱོར་མཉེད་འབད་དེ་ལྷ་ངའི་ཚུགས་བཞི་དང་ གཉན་གོང་གསང་ལུ་མནན་མཉེད་འབད།			
2.4.31	ཀྲང་མ་ཡོངས་རྗོགས་འཕྲི་མཉེ་འབད།			
2.4.32	ཀྲང་མ་མར་འབེན་སྟེ་སྐྱར་ལོག་འཕུལ་འདེད་འབད།			

3 མཇུག་བསྟུན།

ཨང་།	བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།	སྐྱུགས།		
		1	2	0
3.1	བྱུག་པའི་བཅོས་འབད་ཚར་བའི་མཇུག་ལུ་ནད་པའི་ལུས་སེམས་ལུ་འཛེ་བའི་ ནད་རིགས་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བཅུག་ཟེར་བའི་སློན་ཚིག་ འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་དང་བཅས་མཇུག་བསྐྱེད་གོས་པ་ཡིན། སེམས་ཅན་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ།། ལྷ་རྩུ་ནད་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག། འགྲོ་བའི་ནད་རྣམས་མ་ལུས་པ།། ཉག་རྩུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ཤོག།			

ལམ་སྟོན་དུག་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་
 ཏོག་ཅིག་སྤུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན། ཞི་གནས་ཟེར་མི་འདི་སེམས་གཞན་ལུ་མ་གཡེངས་པར་རིག་པ་ཚེ་
 གཅིག་ཏུ་སྐྱིམ་སྟེ་སྟོན་མི་ལུ་སྐྱབ་ཨིན། ཞི་གནས་དང་ལུས་སྐྱོང་འདི་སྐྱོམ་ཚུགས་པ་ཅིན་ཆེ་ད་རིས་ནད་
 གཞི་ཚུ་ཐོབ་ནི་ལས་བཀག་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་ཐོག་ལས་ཆེ་རིང་ནི་དང་། ཆེ་ཕྱི་མ་ཐར་
 པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནི་གི་གོ་སྐབས་ཡང་ལེ་ཤུ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོ་རིག་ལུས་སྐྱོང་ཟེར་མི་འདི་གཟུགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁམས་སྟོམས་སྐྱིག་འབད་དེ་ མི་ན་བར་ཆེ་སྟོག་ཡུན་
 རིང་འཚོ་ནི་དང་ ན་བའི་ལུས་སེམས་གསོ་ནི་ སྟོག་རྒྱུང་འཇུགས་པའི་རྒྱུ་རྐྱེས་འཐོབ་པའི་སེམས་ཁམས་
 ཀྱི་ན་ཚ་འདི་ཚུ་སེལ་ཐབས་ལུ་ ལུས་སྐྱོང་དབྱེ་བ་ཁག་མ་འདྲཱ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་སྟོན་འགོག་དང་
 བཅོས་ཐབས་འབད་ཚུགས་པ་ཨིན།

སྐྱོང་བདར་འདི་མཇུག་བསྟུལ་ད་སྟོབ་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས།

- གསོ་བ་རིག་པའི་དགོངས་པ་ལྟར་ལུས་རྣམ་སྐྱེད་ཚོས་བདུན་གནས་ཐངས་ཤེས་ཚུགས།
- གསོ་བ་རིག་པའི་སྟོན་འགྲོའི་ལུས་སྐྱོང་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- མི་ན་བར་གནས་པའི་ལུས་སྐྱོང་དུས་རྒྱུན་འབད་ཚུགས།
- བད་ཀའི་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ལུས་སྐྱོང་སྟོབ་སྟོན་དང་གོ་བདེ་སྟོན་ཚུགས།
- སེམས་ཁམས་ལུས་སྐྱོང་གི་ཐབས་ལམ་ཤེས་ཏེ་གོ་བདེ་སྟོན་ཚུགས།

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

ཨང་།	བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།	སྐུགས།		
		༡	༡	༠
༡.༡	ཀར་མ་དོ་རྗེ་སྦྱིལ་ཀྱང་སྡེ་སྡོད་དགོ།			
༡.༢	སྤལ་ཚོགས་མདའ་བཟུམ་ཕྱང་སྡེ་སྡོད་དགོ།			
༡.༣	ལག་པ་མཉམ་བཞག་ལྷེ་བའི་འོག་ལུ་སྦྱར་ཏེ་བཞག་དགོ།			
༡.༤	ལྷེ་རྩེ་ཡ་ཀན་ལུ་འབྱར་དགོ།			
༡.༥	ཕྱག་ལྟག་ཚོད་གཤོག་བཟུམ་བརྒྱུད་དགོ།			
༡.༦	ཚོལ་སྐྱོག་ཨ་ཙི་བཀྲག་དགོ།			
༡.༧	མིག་ཏོ་ལྷ་པ་གི་རྩེ་ལུ་ཕབ་སྡེ་བལྟ་དགོ།			

༢ གསོ་བ་རིག་ཞི་གནས།

ཨང་།	བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།	སྐུགས།		
		༡	༡	༠
༢.༡	ལུས་སྦྱོང་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་ཉེ་མ་ ལུས་རྣམ་སྤང་ཚོས་བདུན་ཐོག་ལས་ གསོ་བ་རིག་ཞི་གནས་སྐར་མ་ ^༣ ལས་ ^༥ དེ་ཅིག་གི་རིང་བསྐྱོམ་དགོ།			
	སྦྱོན་འགྲོའི་ལུས་སྦྱོང་།			
༢.༢	ལུས་སྦྱོང་ངོ་མ་ མ་འབད་བའི་ཉེ་མར་ ཅུང་དང་ཚུ་རྒྱུས་ཤ་སྦྱིམ་འདི་ཚུ་མཉེན་ ཏྲོང་ཏྲོ་འགྲོ་བཅུག་ནིའི་དོན་ལུ་ ལུས་སྦྱོང་འཇམ་སུ་ཅིག་འབད་དགོ།			
	རྩོལ་ཅག་དང་པ།(སྦྱོན་སྲ་གུས་བཏུང།)			
༢.༣	ཞི་གནས་བསྐྱོམ་ཚར་ཞེན་ལས་ཡར་ཡོང་སྡེ་ཀར་མ་གཉིས་གཅིག་ཁར་ཞིབ་ ལག་པ་སྦྱར་བཅམ་སྡེ་ལག་པ་གཡས་པ་ཕྱི་ལས་རྒྱ་གམ་སྡེ་བྱང་ཁོག་གུར་བཀལ་ གཟུགས་ཕྱང་སྡོད་དགོ།			

<p>༢.༤</p>	<p>ཀྱི་གྲམ་བཤུབ་སྟེ་ལག་པ་སྤར་བཅམ་ཡོད་མི་འདི་ གཡས་གཡོན་བརྒྱུད་ ལོག་གཤོང་ཁ་ཐུག་སྤྲིངམ་དང་གཅིག་ཁར་ལག་པ་སྤར་བཅམ་ཡོད་མི་གཉིས་གཅིག་ཁར་མཐུད་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>༢.༥</p>	<p>དེ་ལས་ལག་པ་སྤར་བཅམ་སྟེ་གཡས་གཡོན་བརྒྱུད་ལོག་གཤོང་ཁ་ཐུག་བུལ་ཀྱི་གྲམ་སྟེ་ཕྱག་ལྟག་དང་སྤྲུག་སྟེ་པར་རྩེ་གཡུག་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>༢.༦</p>	<p>དེ་ལས་ལོག་ལག་མཚུབ་བརྒྱུད་སྟེ་གཡས་གཡོན་སྤྲིང་ཞིན་ལས་ སྤྲི་གཙུག་གུ་ལས་ཐལ་མོ་སྤྲུང་ཏེ་ ཐུས་མོ་གཉིས་བསྐྱམ་དང་གཅིག་ཁར་ ལག་པ་ཐལ་མོ་སྤྲུང་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་གཅིག་ཁར་འབག་འོང་སྟེ་ ལུབ་ས་ཁར་མ་སྟོད་པ་ཅིག་ལས་ ལོག་ཡར་འོངམ་དང་གཅིག་ཁར་ལག་པ་ཐལ་མོ་སྤྲུང་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་བཤུབ་སྟེ་ལོག་འབད་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>ཚུལ་བཅག་གཉིས་པ།</p>				
<p>༢.༧</p>	<p>ཉེ་མ་བཟུམ་སྟེ་རང་ཡར་འོང་སྟེ་རྒྱུ་གཉིས་གཅིག་ཁར་ཞིབ་ ལག་པ་སྤར་བཅམ་ཀྱི་གྲམ་སྟེ་གཟུགས་ཕྱང་སྟོད་དགོ།</p>			
<p>༢.༨</p>	<p>ཚུལ་བཅག་དང་པའི་སྐབས་བཟུམ་སྟེ་རང་ ཀྱི་གྲམ་བཤུབ་སྟེ་ལག་པ་སྤར་བཅམ་ཡོད་མི་འདི་ གཡས་གཡོན་བརྒྱུད་ ལོག་གཤོང་ཁ་ཐུག་སྤྲིངམ་དང་གཅིག་ཁར་ ལག་པ་སྤར་བཅམ་ཡོད་མི་གཉིས་གཅིག་ཁར་མཐུད་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>༢.༩</p>	<p>དེ་ལས་ལོག་ལག་པ་སྤར་བཅམ་སྟེ་གཡས་གཡོན་སྤྲིང་ གཤོང་ཁ་ཐུག་བསྐྱམ་ཀྱི་གྲམ་སྟེ་ཕྱག་ལྟག་དང་སྤྲུག་སྟེ་པར་རྩེ་གཡུག་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			
<p>༢.༡༠</p>	<p>ལག་པ་གཉིས་སྤར་བཅམ་སྟེ་ ཕྱག་ལྟག་དང་སྤྲུག་སྟེ་གཡུག་པ་ད་ལུ་ བྱངས་ཁ་དང་སྤྲུག་སྟེ་ ལག་པ་ནང་ཁ་ཐུག་འོངམ་ད་རྒྱུ་གཉིས་ཡར་བསྐྱམ་ནི་དང་གཅིག་ཁར་བྱངས་ཁ་། ཚུལ་ནི་དང་ ལག་པ་ཕྱི་ཁ་ཐུག་གཡུག་པ་ད་རྒྱུ་གཉིས་གཡས་པོ་ཡར་བསྐྱམ་དང་བྱངས་ཁ་ ༡ སྟེ་ཚུལ་ཏེ་ བྱངས་ཁ་ལྟ་བུ་ཟེར་ཕ་ཅིག་ལག་པ་གཡས་གཡོན་བསྐྱམ་ རྒྱུ་གཉིས་ཡར་འབྱུ་ བྱངས་ཁ་ལྟ་བུ་ཟེར་ཕ་ད་ལག་པ་གཡས་གཡོན་ཕྱི་ཁར་སྤྲིངམ་ད་གཅིག་ཁར་རྒྱུ་གཉིས་པོ་ཡར་བྱུགས་སྟེ་ཡར་བསྐྱམ་དགོ། (ཚར་གསུམ།)</p>			

མང།	བྱ་སྐོའི་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		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་རླང་གཙང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་རྩབ་རླང་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་རླང་གཙང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་རྩབ་རླང་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་རླང་ནང་དུ་རྩབ་ལྟེ་འོག་མནན་ཙམ་བྱས་ཏེ་ཁ་ལས་སྟེ་ཕྱི་ཁར་བཏོན་གཏང་དགོ། (ཚར་གསུམ།)			
ལེའུ་གཉིས་པ་དབུ་རྒྱུང་ལོ་གསུམ་བཟུ་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་རྩབ་ད་ཅིག་ཁར་ལགཔ་གཉིས་ཆ་ར་ལོད་སྤོང་ཁ་སྐྱག་ལུ་འབྲེན་དབུགས་སིང་སྐྱ་དང་བཙམཔ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་རྒྱབས་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་གཡས་པ་གཡོན་པ་ལས་ཕྱིའི་རླང་གཙང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་རྩབ་སྟེ་རླང་ལྟེ་འོག་ལུ་			

	མནལ་ཚམ་འབད་དེ་ ལྷ་པ་གཡོན་པའི་དོང་ཕུག་བསུབ་སྟེ་ ལྷོང་ལྷ་པ་གཡམ་པ་ ལས་ཕྱི་ཁར་བཏོན་གཏང་དགོ། (ཚར་གསུམ)			
3.2	དེའི་ཤུལ་ལུ་སྲར་བཞིན་གྱི་ཕུག་ལེན་ཐོག་ལས་སྣ་བུག་གཡམ་པ་ལས་སྟེ་ལྷོང་ ནང་དུ་ལྷོང་སྟེ་སྣ་བུག་གཡོན་པ་ལས་ཕྱིར་བཏོན་གཏང་ནི།(ཚར་གསུམ)			
3.3	མཚུག་རང་ལགཔ་གཉིས་སྲར་བཞིན་ཕུས་མོ་གྲུ་བཀའ་པའི་ཤུལ་ལུ་ལགཔ་སྲར་ བཅམ་དབུགས་ནང་དུ་ལྷོང་ད་ཅིག་ཁར་ལགཔ་གཉིས་ཆ་ར་ལོད་སྟོད་ལ་ཐུག་ལུ་ འཐེན་དབུགས་སིང་སྐྱ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་སྐབས་ལུ་ལགཔ་སྲར་ བཅམ་སྟེ་ཡོད་མི་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་གཏོང་ཕྱང་སྟེ་སྤྱིང་དགོ།དེ་ལས་ ལགཔ་མཚོག་བཅམ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་བསྟོལ་ཏེ་བྱང་ལོག་འགྲུར་བཀའ་དགོ།དེ་ ལས་སྣ་བུག་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱིར་ལྷོང་གཚང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་ལྷོང་ སྟེ་ལྷོང་སྟེ་འོག་ལུ་མནལ་ཚམ་འབད་ལྷ་པ་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱི་ཁར་ བཏོན་གཏང་དགོ།			
3.4	དེའི་ཤུལ་ལས་ཡང་ སྣ་བུག་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱིར་ལྷོང་གཚང་མ་ འཇམ་པོ་ནང་དུ་ལྷོང་པའི་སྐབས་སུ་གཟུགས་མདུན་སྤང་ཚར་གཅིག་བཀའ་བཞི་ དང་ལྷོང་ལྷ་པ་གཉིས་ལས་ཕྱི་ཁར་བཏང་མ་དང་ཅིག་ཁར་གཟུགས་འཕྲང་ནི།			
3.10	ད་རུང་ སྣ་བུག་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱིར་ལྷོང་གཚང་མ་འཇམ་པོ་ནང་དུ་ ལྷོང་སྟེ་ལྷོང་སྟེ་འོག་ལུ་མནལ་ཚམ་འབད་ལྷ་པ་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ལས་ཕྱི་ཁར་ བཏོན་གཏང་དགོ།			
ལེའུ་གསུམ་པ་གཞུ་འགྱིང་།				
3.11	ཀང་མ་སྐྱིལ་དགྲུང་སྟེ་སྟོད་དགོ།			
3.12	ལགཔ་གཉིས་སྲར་བཞིན་ཕུས་མོ་གྲུ་བཀའ་པའི་ཤུལ་ལུ་ལགཔ་སྲར་བཅམ་སྟེ་ དབུགས་ནང་དུ་ལྷོང་ད་ཅིག་ཁར་ལགཔ་གཉིས་ཆ་ར་ལོད་སྟོད་ལ་ཐུག་ལུ་འཐེན་ ཞེན་ལས་དབུགས་སིང་སྐྱ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་གཏང་བའི་སྐབས་ལུ་ ལགཔ་སྲར་བཅམ་ཡོད་མི་གཡམ་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་གཏོང་ཕྱང་སྟེ་སྤྱིང་དགོ། དེ་ལས་དང་པ་རང་གཏོང་གཡོན་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་སྤྱིང་གཙོ་བོ་རུས་ཤུགས་འདི་སྤྱིང་ཁ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྤྱིང་དུ་འོང་བཅུག་དགོ། དབུགས་དེ་སྐར་ ཆ་གཅིག་གི་ཡུན་བཀག་བཞག་པའི་ཤུལ་ལག་པ་གཡོན་མ་སྤྱིང་སྤྱོད་མི་འདི་སྤྱོད་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་ཁོང་སྤོང་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་སྤོང་འཕྲང་ཏེ་ལག་མཛུབ་སྟོལ་མི་འདི་ཕྱི་ཀེ་སྤྱོད་མགོའི་སྤོང་གི་གནམ་ཁར་སྤྱིང་ཞིན་མ་ལས་མིག་རྟོ་གུ་དུ་བལྟ་ཏེ་ཡུད་ཅམ་ཅིག་སྤོང་པའི་ཤུལ་ལུ་མཛུབ་མོ་བསྟོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་མར་ཕབ་ཏེ་བྲང་ལུ་ཡུད་ཅམ་ཞིག་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ཁ་དང་སྐྱ་ལས་དབུགས་ཤུགས་སྤྱོད་ཕྱིར་བཏང་མ་དང་ཅིག་ཁར་ལག་མཛུབ་བསྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ཤུགས་སྤྱོད་ས་ཁར་བཀའ་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
ལེའུ་ལྔ་པ་མོ་བའི་མེ་དོད་འཕྲུལ་འཁོར།				
3.76	ལུས་ངང་པོར་བསྐང་ལག་པ་གཉིས་སུས་མོ་གུ་བཀའ་བ་ཞིན་མ་ལས་སྤོང་རྒྱུང་བཀག་འོག་རྒྱུང་བསྐྱེན་བར་རྒྱུང་སུམ་པ་ཅན་བརྒྱུང་ཞིན་མ་ལས་ མོ་བའི་ནང་རྒྱུང་གཡམས་བསྐོར་ཚར་གསུམ་དང་གཡོན་བསྐོར་ཚར་གསུམ་གཉེན་ཐུར་ཚར་གསུམ་འབད་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
ལེའུ་དུག་པ་ཐུར་མེར་རྒྱུང།				
3.77	རབ་འབྱུང་པ་ཅིན་རྐང་མ་རྩོད་དཀྱིལ་གྱུང་སྤོང་དགོཔ་ད་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་སྤྱིལ་གྱུང་སྤོང་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་བརྒྱུང་ཞིན་མ་ལས་གཞུགས་པར་ཏང་ཏ་སྟོན་ལགཔ་གཉིས་གདོང་ཁ་ཐུག་ལུ་སྤྱིང་ལག་མཐེལ་གཉིས་ཕྱི་ཕྱི་འབད་དེ་མིག་ཏོ་གུ་ཚར་གསུམ་ཕྱག་དགོ། ༼ཚར་གསུམ༽			
༤.༤	སྦྱིལ་ཀྱང་བལྟཔ་ཞིན་མ་ལས་ཡར་ལོང་མ་དང་གཅིག་ཁར་ལག་མཐེལ་གཉིས་རྒྱང་པའི་ཕེ་ལས་ཡར་འགོ་བཙུགས་འཕུར་ཏེ་མགུ་ཏོ་གུ་རྒྱུན་ཚོད་ལོང་ཞིན་མ་ལས་མགུ་ཏོ་ཚར་གསུམ་ཕྱག་དེ་ལས་ལོག་ལགཔ་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱག་ལྷག་ལས་མར་རྒྱང་ཕེ་རྒྱུན་ཕྱག་འོང་དགོ། ༼ཚར་གསུམ༽			
༤.༥	དེ་སྟེ་འབད་ཚར་མ་ཅིག་རྒྱང་མ་སྦྱིལ་ཀྱང་དང་གཅིག་ཁར་ལོག་ཅུ་བར་སྟོན་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་སྟོན་དགོ།			
༤.༧	རྒྱང་རོ་སེལ་དགོ།			
༤.༨	ལགཔ་ཕུས་མོ་གུར་བཀའ་ཐོས་གཡས་སྟོར་ཚར་གསུམ་བསྐྱར་གཡོན་སྟོར་ཚར་གསུམ་བསྐྱར་མར་བལྟད་ཚར་གསུམ་ཡར་བལྟད་ཚར་གསུམ་འབད་དགོ།			
༤.༩	དེ་ལས་ལག་མཚུབ་བརྒྱུད་སྟེ་གཡས་གཡོན་སྟོར་སོར་སྟེ་རྣམ་ཅོ་ཐད་པར་ཡར་འཐུ་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་ཁ་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་པར་དཀྱིལ་ཁ་ཐུག་ལྟོད་པ་དང་མཚོ་སྤུ་གང་རྒྱལ་འབད་བཅམ་ལོག་མཚུབ་ལོག་ཁ་ཐུག་འཐེན་ཞིན་མ་ལས་དཀྱིལ་ལི་གཉིས་མཚུབ་ལོག་གུར་བརྒྱུད་དཀྱིལ་ལི་			

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

༤.༡༤	ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་རྒྱུང་བཟུང་ལགཔ་གཡསཔ་གྱིས་མགུ་ཉོ་གཡསཔ་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་དང་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ཕྱག་དགོ།			
༤.༡༥	ད་རུང་ལགཔ་གཡོན་མ་གིས་མགུ་ཉོ་གཡསཔ་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ཕྱག་དགོ།			
༤.༡༦	ལགཔ་གཉིས་ཚར་གིས་མགུ་ཉོ་གཡསཔ་གཡོན་ཚར་གསུམ་ཕྱག་ཞེན་ལས་ལོག་ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་བྱང་ལོག་གུར་བཞག་དགོ།			
༤.༡༧	དེ་ལས་ལགཔ་གཉིས་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་ཡོད་མི་འདི་ཤུབ་ཞེན་ལས་གཡསཔ་གཡོན་སྤྱིང་ལོག་ཕྱག་ལྷག་ལོག་ལུ་ལག་མཚུབ་བརྒྱུང་སྟེ་བརྒྱུང་དགོ། ལོག་ལག་མཐིལ་གྱིས་བྱང་ལོག་ཕྱག་སྟེ་ལོང་ཞེན་ལས་གཡསཔ་གཡོན་སྤྱིང་སྟེ་ཉེ་མ་བཟུམ་སྟེ་བརྒྱུང་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
༤.༡༨	ད་རུང་ལགཔ་གཉིས་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་ཡོད་མི་འདི་རྒྱ་གྲམ་སྟེ་རང་གའོང་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་ཞེན་ལས་ཨ་བུས་ཁར་བརྒྱུང་སྟེ་ཡར་ལོང་དགོ།			
༤.༢༣	རྒྱུང་གཡསཔ་པའི་རྟིང་པ་ཨ་བུག་གུར་ཚར་གཅིག་བརྒྱུང་ཞེན་ལས་གའོང་ཁ་ཐུག་ལུ་གཡསཔ་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ད་ཀྱག་དགོ། གཡོན་མ་གྱིས་རྒྱབ་ཁ་ཐུག་ལུ་གཡོན་བསྐྱོར་ཚར་གསུམ་ད་ཀྱག་དགོ།			

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

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

༥ བད་གཞི་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ལུས་སྡོད་།

ཨང་།	བྱ་སྡོལ་རིམ་པ།	སྐྱགས།		
		༡	༡	༠
	སྐྱུལ་མཉེ།			
༥.༡	ཀངམ་དོ་རྗེ་སྒྲིལ་ཀྱང་འབད་སྡོད་དགོ།			

4.2	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.3	ལགཔ་གཉིས་མགུ་རྟོ་ཁར་བཀའ་ཞིན་མ་ལས་མགུ་རྟོ་འཕྱུ་རོ་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་རྒྱུལ་གུང་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་རྒྱུལ་གུང་ ལགཔ་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྡོད་དགོ།			
	རྒྱུལ་གུང་།			
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་བརྒྱུད་པ།			
4.21	ཀང་མ་རྩོམ་སྒྲིལ་གྲུང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.22	རྒྱུང་རོ་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་བཅུགས་ཀི་ལི་མཚན་ལོགས་བརྒྱུད་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་བཅུགས་ཀི་ལི་མཚན་ལོགས་གྲུར་བརྒྱུད་ དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.25	ལགས་གཡས་པ་གཡོན་གཉིས་ཆ་རང་མཛོ་ཕུ་བཅམ་ཞིན་མ་ལས་ཨེ་ཙི་འོག་ལུ་ བཅུགས་སྟབས་གཅིག་ཁར་ཀི་ལི་མཚན་ལོགས་གྲུར་བརྒྱུད་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་ཕར་རྒྱུར་སྟེང་དང་གཅིག་ཁར་ལགས་སྟར་ བཅམ་ཡོད་མི་འདི་བརྒྱུད་དགོ། གཡས་གཡོན་བསྐྱོར་སོར་(ཚར་གསུམ་རེ)			
4.27	ཚུ་བར་སྟོན་དེ་ཀང་མ་སྒྲིལ་གྲུང་དང་ལག་གཉིས་མཉམ་བཞག་སྟེ་སྟོན་དགོ།			
	སྒྲིག་མོ་དབྱེ་བ།			
4.28	ཀང་མ་རྩོམ་སྒྲིལ་གྲུང་འབད་སྟོན་དགོ།			
4.29	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.30	དབྱགས་བཀའ་གཉིས་མཉམ་དབྱེ་གྲུང་བལྟ་སྟེ་ཡར་ལོང་ལགས་གཉིས་ཁར་ འཕྲུ་རྟེན་པ་རྒྱུ་ལར་བཅགས་དང་གཅིག་ཁར་ལགས་འགྲོས་ཀྱིས་འབད་རྒྱུ་			

	ཁ་ཐུག་བཏང་ལོག་གཟུགས་དང་ལག་ཡར་ཡར་སྟེ་གདོང་ཁར་བཀྲུག་པ་དང་ ལག་མཚུབ་འདི་རྒྱུ་པའི་མཐེ་བོང་གུར་རེག་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
པ. ༣༡	གཟུགས་སྤང་ལག་གཡོན་གནམ་ཁར་འཕྱར་པ་དང་གཅིག་ཁར་གཡམས་ཁ་ ཐུག་ཟུར་བཏེག་འབད་གཡོ་ཞེན་ལས་ལག་གཡམས་པའི་མཚུབ་མོ་རྒྱུ་ལ་ གཡམས་པའི་ལོང་བུ་ལུ་སྟོད་པ་སྟེ་བཀལ་དགོ། གཡམས་གཡོན་བསྐྱར་སོར་ཚར་ གསུམ་རེ།			
པ. ༣༢	གཟུགས་སྤང་ལག་གཡོན་གནམ་ཁར་འཕྱར་པ་དང་གཅིག་ཁར་ལོང་སྟོད་ གཡོན་ཁ་ཐུག་གཟུགས་ཞེན་ལས་ལག་གཡམས་པའི་མཚུབ་མོ་རྒྱུ་ལ་གཡོན་ པའི་ཐེབ་མཚུབ་ཚུན་བཀལ་དགོ། གཡམས་གཡོན་བསྐྱར་སོར་ཚར་གསུམ་རེ།			
པ. ༣༣	དེ་ལས་གདོང་ཁ་ཐུག་ལག་གཉིས་ཀྱིས་ ཅ་ལ་(སྟོལ་)བཟུམ་ཅིག་འཐུ་བའི་ སྤང་བ་སྟེ་ རྒྱུ་ལ་མཚུབ་ཅེ་ལས་ཡར་འཐུ་ཞེན་ལས་རྒྱུ་ལ་ཐུག་བཀོ་བའི་ཚུལ་ འབད་ནི་ལོག་ལག་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་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་ རྒྱུ་ལ་རྩེ་སྐྱེལ་ཀྱང་ ལག་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོད་དགོ།			
	མཐེ་བོང་རྟེན་པ།			
པ. ༣༦	རྒྱུ་ལ་རྩེ་སྐྱེལ་ཀྱང་འབད་སྟོད་དགོ།			
པ. ༣༧	རྒྱུ་ལ་རྩེ་སྐྱེལ་དགོ།			
པ. ༣༨	དབུགས་བཀག་པ་དང་གཅིག་ཁར་ཡར་ལོང་སྟེ་ རྒྱུ་ལ་གཡོན་གདོང་ཁར་ བཞག་ལག་གཡམས་ལུ་རྩེ་སྐྱེལ་ལུ་གཡོན་སྐྱར་སྟེ་གཡམས་དང་ གཅིག་ཁར་ལག་གཡོན་གྱིས་རྒྱུ་ལ་ལུ་མཚོ་སྐྱེལ་བཏང་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་ལྗོད་བཏང་སྟེ་ལག་པ་གཉིས་ མཉམ་བཞག་སྟེ་སྡོད་དགོ།			
	སྐར་བདའ་བསྐྱོལ་བ།			
4.41	ཀང་མ་རྩོམ་སྐྱེལ་ཀྱང་འབད་སྡོད་དགོ།			
4.42	རྩུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.43	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་ སྤྲིན་ལག་གི་ཚུ་བར་བཀལ་ཏེ་ བརྒྱུད་དེའི་གི་ལྷག་གྱུར་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ ལྷག་ལྷག་ཡར་འཕུ་ ཀི་ལི་གདོང་ལ་ལས་རྒྱབ་ལ་ཕྱག་བསྐྱེར་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.48	དེ་བཟུམ་སྟེ་ཀི་ལི་རྒྱབ་ལ་ལས་གདོང་ལ་ཕྱག་བསྐྱེར་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.49	དབུགས་བཏང་ཐོག་ལས་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་སྟོན་དགོ།			
	སྐྱིད་བྱ་འཕུད་བ།			
4.50	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.51	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.52	དབུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཡོན་མཁྱིས་ལྷག་ལྷག་གཡས་པ་གྱུར་ བཟུང་ལག་པ་གཡས་པ་གིས་ཕྱི་མོ་གཡོན་མ་གྱུར་བཟུང་། ཁོད་སྟོན་གཡས་ གཡོན་གཟུས་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.53	ལག་པ་གཡས་པ་གིས་ལྷག་ལྷག་གཡོན་མ་གྱུར་བཟུང་། ལག་པ་གཡོན་མ་གྱིས་ ཕྱི་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་རྒྱུང་སྐྱུར་བ།			
4.55	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.56	རྒྱུང་རོ་སེལ་དགོ།			
4.57	དབུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ཡར་ལོང་སྟེ་ རྒྱུང་པའི་རྒྱུང་མ་ཡར་སེང་མ་དང་ གཅིག་ལར་ ལག་མཚུབ་བསྐྱོལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ལྟེ་བ་ལས་ཡར་ལྷི་ཀེ་འབད་སྐྱི་ གཟུག་ཚུན་བཀལ་སྐར་ཆ་དགི་རིང་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ལོག་མར་སྟེ་བའི་གྱུར་ བརྒྱུ་སྟེ་ཐོང་གཉིས་ཀྱིས་ལྷེ་ལྷེ་འཕུར་དགོ།(ཚར་གསུམ)			
4.58	ཚུ་བར་སྟོན་དེ་རྒྱུལ་གྱུང་སྟེ་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ དབུགས་བཏང་ དགོ།			

	དོ་རྗེའི་འགོ་སྐོར།			
4.63	ཀངས་དོ་རྗེ་སྐྱེལ་ཀྱང་འབད་སྡོད་དགོ།			
4.64	རྒྱུ་རོ་སེལ་དགོ།			
4.65	དབྱུགས་བཀག་པ་དང་གཅིག་ཁར་ ཀངས་ཡར་བསྐྱེལ་སྟེ་བསྐྱེལ་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཉིས་ཡང་བསྐྱེལ་ཏེ་ཀངས་ཀྱི་སྐྱིད་ཁུང་གཉིས་ལུ་བཟུང་ དེ་ལས་ཡར་ ཡོང་སྟེ་ ཀངས་བསྐྱེལ་ཡོད་མི་འདི་ཕྱང་སྡོད་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ སྐྱིད་ཁུང་བཟུང་མ་བཟུང་ས་རང་གཡས་ཁ་ཐུག་ལས་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཟུར་ཁར་ མཐོང་རྒྱུགས་སྟེ་ཚར་གཅིག་བསྐྱིར་གཡོན་ཁ་ཐུག་ལས་གཡས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཟུར་ ཁར་མཐོང་རྒྱུགས་སྟེ་ཚར་གཅིག་བསྐྱིར་ཞིན་མ་ལས་ཅུ་བར་སྡོད་དགོ།(ཚར་ གསུམ)			
4.66	ཀངས་སྐྱེལ་ཀྱང་ ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་དབྱུགས་བཏང་དགོ།			
	ཚུ་སྐྱོན་བརྒྱུང་བསྐྱེལ།			
4.67	ཀངས་དོ་རྗེ་སྐྱེལ་ཀྱང་འབད་སྡོད་དགོ།			
4.68	རྒྱུ་རོ་སེལ་དགོ།			
4.69	དབྱུགས་བཀག་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་སྤར་བཅམ་རྒྱ་གྲམ་ཐོག་བྱང་ཁོག་གྱུར་ བཞག་ཀངས་གཉིས་ཆ་ར་བརྒྱུང་མཚུབ་མོ་ཕྱང་སྟེ་ཕུས་མོ་གི་ཟུར་གཉིས་སར་ རེག་ཅམ་འབད་ ཀངས་རྒྱུང་གསང་གནས་ཚུན་ཟུང་འཇུག་བསྐྱེལ་པའི་སྐབས་ ཀྱེད་པ་ཡང་ཚར་རེ་ཕྱང་དགོ། ཚར་གསུམ།			
4.70	དེ་བཟུམ་སྟེ་གཡས་བརྒྱུང་གཡོན་བསྐྱེལ་ གཡོན་བསྐྱེལ་གཡས་བརྒྱུང་ཚར་ ༡༠འབད་དགོ།			
4.71	ཡོག་ཀངས་གཉིས་ཆ་རང་བརྒྱུང་ ཀངས་པའི་རྒྱུང་པ་ཡར་འབུ་ ཀངས་མཚུབ་གཉིས་ ཆ་རང་སྤྱིང་ཞིན་མ་ལས་གཡས་སྐྱོར་ཚར་གསུམ་ གཡོན་སྐྱོར་ཚར་གསུམ་ བསྐྱིར་ ཡར་མར་ཚར་གསུམ་བཀྱག་དགོ།			
4.72	ཀངས་སྐྱེལ་ཀྱང་ལག་པ་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོག་ལུ་རྒྱུ་རོ་གཏང་དགོ།			

ལམ་སྟོན་བདུན་པ།
ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བདུན།

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

༡.༡ རྒྱུ་ལུངས།

ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོབ་བརྟམ་འདི་ རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ལུངས་ཀྱི་དེ་བོ་མ་ལ་ཡ་ཟེར་མི་ནང་ལུ་ བད་ཐམས་ཅད་ ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྐྱེ་བའི་ཚང་ཞི་དུགས་ལྟ་དང་ བྲག་ལྷན་དུགས་ལྟ་ སྐྱེ་བའི་དུགས་ལྟ་ རྒྱུ་ཚན་དུགས་ལྟ་ དང་ལྷན་པའི་དེ་བོ་ཡོད་དོ་ཟེར་མི་འདི་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་རྒྱ་གཞི་དཔེ་ཆ་གི་ཐོག་ལས་སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་ཚར་ ཞེན་ལམ་ དེ་ལོ་སྤུ་མཐོང་བ་རྒྱུད་པའི་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་གཤམ་གསལ་གྱི་ས་གནས་རྒྱ་ བད་འགྱུར་གོ་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བའི་ལུངས་དང་དགོས་པ་ སྤྱིར་རྒྱ་ཚན་འདི་ལུ་ རང་བྱུང་རྒྱ་ ཚན་དང་བཅོས་མའི་རྒྱ་ཚན་ཟེར་ནམ་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ ད་ལྟོ་སྐབས་སྤུ་བབས་པ་ རང་བྱུང་ རྒྱ་ཚན་དང་སྐྱེ་བའི་སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་ནི་ཨིན།

༡.༢ དམིགས་ལུལ།

ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོབ་བརྟམ་འདི་མཇུག་བསྟམ་ད་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་རྒྱ་གཞི།

- ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བའི་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་ལུངས་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བའི་གཉིས་ཀྱི་ཕན་ལུས་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བའི་གཤམ་རུང་ སྤང་བརྟམ་དང་ སྤང་རུང་བའི་དུས་ཚོད་ཤེས་ཚུགས་ནི།
- ཚ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་བའི་དོ་བོ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཚོང་འཛིན་འབད་ཚུགས་ནི།

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

ནང་སྐྱེ་བའི་གསོ་དུག་སྐྱོབ་ཚོགས་ནང་ལུ་འཇུག་བཞུགས་འབད་ཡོད་པའི་སྐྱོབ་སྐྱོང་པ་ ལོ་ངོ་དང་པའི་སྐྱོབ་ དུས་ལ་ནང་ལུ་ཚོས་ཚན་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་དོན་སྐྱོབ་སྐྱོང་འབད་བའི་སྐབས་ ལུངས་ཀྱི་དེ་བོ་མ་ལ་ཡ་ཟེར་ མི་ནང་ལུ་ བད་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྐྱེ་བའི་ཚང་ཞི་དུགས་ལྟ་དང་ བྲག་ལྷན་དུགས་ལྟ་ སྐྱེ་བའི་

རིགས་ལྡན་ ཚུ་ཚན་རིགས་ལྡན་དང་ལྡན་པའི་རི་བོ་ཡོད་དོ་ཟེར་བའི་སྐབས་ སློན་ཚུ་རིགས་ལྡན་དང་ ཚུ་ཚན་
 རིགས་ལྡན་སྐོར་སྐོར་སྐོར་ཚུ་ལ་བཞིན་ཏུ་འབད་དགོ།

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

འབྲུག་ལུ་ཚུ་ལེ་གཞི་ལུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བཅར་སྐབས་ རོས་འཛིན་དང་སྐྱོང་བཅར་གྱི་དོན་ལུ་
 གཤམ་འཁོད་ས་གནས་གྱི་ཚུ་དང་སློན་ཚུ་ཡོད་སའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ཕྱིར་སྐྱོད་འབད་དགོ།

ཨང་	རྫོང་ཁག།	ཚུ་ཚུ་དང་སློན་ཚུ་འི་དབྱེ་ བ།	ཉིན་གྲངས། ༡༠	སྤྱི་ཚེས།	དྲན་གསལ།
༡	མགར་ས་ཚུ་	ཚུ་ཚུ་རྫོང་གོང་འོག་༡།			
		སྐྱོབ་ས་སྐྱོད་སློན་ཚུ་			
		བྱ་མོད་སློན་ཚུ་			
		ཡ་མ་སློན་ཚུ་			
		བད་ཀའ་སློན་ཚུ་			
		མཁའ་འགོ་སློན་ཚུ་			
		སྤྱི་ཚུ་			
༢	སྤུ་ན་ཁ་ཚུ་སྤུ་ག་ཚུ་	ཚུ་ཚུ་རྫོང་གོང་འོག་༢།			
		དྲ་ཚུ་			
༣	སྤུ་ན་ཁ་གོ་མ་ཚུ་	ཚུ་ཚུ་རྫོང་གོང་འོག་༢།			
		གོ་མ་སློན་ཚུ་			

༡.༥ ཚུ་ཚུ་སློན་ཚུ་རོས་འཛིན་གྱི་ཐབས་རིག

དང་པ། དྲིམ་ལུ་བལྟམ་ད་ ཚུ་ཚུ་གི་ས་ཁོངས་ནང་ནོད་པའི་ཉིན་མ་དང་པ་ལུ་ ལུ་བྱི་ལ་སོགས་

པའི་སྐྱེན་རྫས་ག་ཅི་གི་དྲིམ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ ལྷ་ཐབས་སྤོང་ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་རང་བཟླ་ཞིན་མ་
ལས་མཐའ་དབྱེད་འབད་དགོ། ཉིན་མ་གཉིས་པ་དེ་ཅིག་ལས་བཟླ་བ་ཅིན་དྲིམ་འདི་
གསལ་ཉོག་ཉོ་ཅུ་ལས་རང་མཐོང་མི་ཚུགས།

གཉིས་པ། བཀྲག་ལུ་བཟླཱ་ད་ རོ་ཞོ་ལ་སོགས་པའི་ཚུ་མདོག་ཚུ་སྐྱེན་རྫས་ག་ཅི་གི་བཀྲག་དང་
འབྲམ་ཡིན་ན་བཟླ་དགོ།

གསུམ་པ། བྲོམ་ལུ་བཟླཱ་ད་ བྲག་ལུ་སོགས་པའི་སྐྱེན་རང་རང་གི་བྲོམ་འདི་ཚུ་ཚུའི་རྒྱ་དང་
འཁྲིལ་བའི་སྐྱེན་རྫས་འདི་གི་བྲོམ་ཡིན་ན་མེན་ན་བཟླ་དགོ།

བཞི་པ། ས་ཕྱོགས་ལུ་བཟླཱ་ད་ ཚུ་ཚུ་ཡོད་སའི་ས་ཕྱོགས་འདི་ཚུ་ལུ་ཅུ་བའི་ཚུ་ཚན་རིགས་ལུ་
རོ་སོལ་ཅོང་ཞི་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེན་རྫས་རྒྱུང་མ་ཅིག་དང་གཅིག་འབྲེས་གཉིས་འབྲེས་
གསུམ་འབྲེས་བཞི་འབྲེས་ཚུ་ག་དེ་སྤོང་ག་འདི་ལུ་བཟླ་དེ་ རོས་འཛིན་འབད་དགོ།

ལྔ་པ། ཚུ་ཚུའི་རྒྱུང་དང་ཚུའི་གར་ལྷ་བཟླཱ་ད་ ཚུ་ཚུ་འདི་དངས་ཉོག་ཉོ་ཡོད་ག་ཉོག་མ་ཅན་
ཡིན་ན་ རྒྱུང་གི་མཐའ་བསྐྱོར་ལུ་སྤོང་གསལ་དང་རི་དྲུགས་འཁོར་མ་འཁོར་ ཚུ་ཚུའི་
མཚན་ཉིད་རྒྱུད་གཞུང་གི་ལུང་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ བཟླཱ་དབྱེད་འབད་དགོཔ་མ་ཚད་བོད་
ཚད་ཚུ་ཡང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

༡.༤ ཚུ་ཚུ་སྐྱེན་རྫས་བསྐྱེན་ཐངས་དང་བསྐྱབ་བྱ།

ནམ་ཟེའུ་དུས་ཚོད་ བ་ཚོད་ བོད་ཚད་ལྷུགས་ཚུལ་ ནད་གཞི་དམིགས་བསལ་གྱི་བསྐྱེན་ཐངས། ནད་
རིགས་སོ་སོ་དང་དང་འཁྲིལ་བའི་ལག་ལེན། ཟས་དང་སྦྱིད་ལམ། ཚུ་ཚུ་བསྐྱེན་པའི་དུས་ལུ་ ཕྱི་རྗེས་
བཅད་ཐངས་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་སྐོར་སྐོར་དང་སྐོར་སྐོར་ཚུ་འབད་དགོ།

༡.༥ སྐྱེན་རྫས་སྤྱིར་བཏང་གི་རོས་འཛིན།

སྐྱེན་རྫས་འཛིན་འབད་ཐངས་འདི་ དི་ རོ་ ཐོན་སའི་ཕྱོགས་ ཉ་ལྷེབས་ ལ་དོག་ རྒྱུད་ཚད་ མཐའ་
སྐོར་ཚུ་ལས་རིགས་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ཕན་ལུ་སྐྱེན་རྫས་ཚུ་བཟླཱ་དབྱེད་འབད་དགོ།

1.1 རྒྱུང་ལུ་གི་མཁོ་ཆས་དང་འབྲི་བངས་ཀྱི་འགོ་རིམ།

ཚ་རྒྱུད་དང་སྐྱེན་རྒྱུ་རྩེས་འཛིན་ རྒྱུང་ལུ་འབྲི་ནི་གི་དོན་ལུ་རྒྱུ་བ་སྒོམ་ཁུངས་གཏུགས་ ཚ་རྒྱུད་སྐྱེན་རྒྱུ་ལུ་
དེ་བ་རེ་ རྒྱུང་ལུ་འབྲི་ནི་གི་དོན་ལུ་ འབྲི་དེ་བ་དང་སྐྱུག་འབྲི་རྒྱ་སྐྱིག་འབད་དགོ། རྒྱུ་བ་རྒྱུང་པ་ག་ར་གིས་
རྒྱུང་ལུ་གི་འགོ་རིམ་འདི་ དང་པ་དཀར་ཆག་ དེ་ལས་ཕྱིར་རྒྱུད་རྒྱུང་བདར་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་རྒྱུད་
དམིགས་ཡུལ་ དངོས་གཞི་རྒྱ་གོ་རིམ་གྱི་ཨང་རྟགས་རྒྱ་ཉིང་སངས་ས་སྤེལ་འབྲི་དགོཔ་མ་ཚད་ རྒྱུང་ལུ་
བཅུད་བསྐྱེ་སྤུག་བསྐྱེ་ནང་བཀོད་ཞིན་མ་ལས་མཚུག་བསྐྱེ་ནི་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་བ་རྟེན་གྱི་དེ་བ་
རྒྱ་ཡང་རྒྱལ་བཞིན་ཏུ་བཀོད་དགོ།

1.2 རྒྱུང་ལུ་གི་ཀུན་རྒྱུད།

རྒྱུང་ལུ་འབྲི་བའི་སྐབས་རང་གི་ཤེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ འབྲ་བཤུས་དང་གཞན་ལུ་འབྲི་བཅུག་ནི་
ལ་སོགས་པ་རྒྱ་རྩ་བ་ལས་འབད་མ་ཚོག་པའི་ཁར་ གལ་སྲིད་འདི་བཟུམ་མའི་གནད་དོན་རེ་འཕྲོན་ཚེ་
འབྲ་བཤུས་འབད་མི་དང་ འབད་བཅུག་མི་གཉིས་ཚར་གི་རྒྱུང་ལུ་ཚ་མེད་བཏང་དགོ།

1.10 རྒྱུང་ལུ་གི་སྐྱུགས།

རྒྱུང་ལུ་སྐྱུགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་འདི་བརྒྱ་ཚ་ ཚོས་ཚན་རྩ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ རྒྱུ་བ་ཏུ་གི་ཚོས་རྒྱུགས་ཀྱི་
སྐབས་བསྐྱེམ་དགོ།

1.11 རྒྱུང་ལུ་སྐྱེན་ལུ།

རྒྱུང་ལུ་འདི་ཕྱིར་བསྐྱེད་རྒྱུང་བདར་ལས་ལོག་སྤེ་སྤེལ་ཁང་ནང་སྤོད་ཞིམ་ལས་བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་ནང་
འཁོད་ཕུལ་དགོ།

1.12 བཅུད་དོན་གསལ་བཤད།

ཕྱིར་བསྐྱེད་རྒྱུང་བདར་སྐབས་ཉིན་བསྐྱར་བཞིན་ཏུ་ལུ་འབད་ཡོད་པའི་དོན་ཚན་རྒྱ་ཚ་ཚང་མདོར་བསྐྱེམ་ཏེ་
རེས་གཟུང་སྤེན་པ་ལུ་གསལ་བཤད་ལས་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་གསལ་བཤད་འབད་དགོ།

1.13 ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐབས་སུ་སྒྲིག་གཞི་ཀུན་སྐྱོད།

ཕྱིར་བསྐྱོད་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་སའི་ས་གནས་གཞུང་གི་འགོ་ཁྲིད་པ་ཚུ་ལུ་སྟོན་ཅུ་
འབད་དགོ་པའི་ཁར་ གསོ་རིག་གཞུང་ལས། རྒྱུ་ན་ས་བརྟམ་འགོ་ན་ལམ་བརྟམ་ཅིང་། །ཞེས་སོགས་
གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐབས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་སློ་ལས་ཉེན་སྲུང་འབད་དགོ་པ་དང་ གཅིག་
གིས་གཅིག་ལུ་མཉམ་འབྲེལ་དང་རོགས་རམ་འབད་དགོ་པ་ཨིན། གཞན་མ་རུང་པའི་རིགས་ཚང་འབྲུང་
དང་ ཤོ་དང་ཏ་སེ་ཚུ་ཅེད་ནི་དང་འབྲེལ་འཛིང་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོད་པལ་སྲུང་དགོ་པ་མ་ཚད་ ལས་རིམ་ནང་
བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་ལས་བརྟམ་ཏེ་འགོ་འགྲུལ་འབད་ནི་ཚུ་ཅུ་ལས་མི་ཚོག་ གལ་སྲིད་ཕྱིར་བསྐྱོད་
ལམ་ལུགས་ལས་འགལ་བའི་སྐབས་མ་བདེ་བའི་གནད་དོན་རེ་ཐོན་ཚེ་ཉེས་ཚབས་ཚེ་རྒྱུང་དང་བསྐྱུན་སྲེལ་
ཁང་གི་ཉེས་འགལ་ལམ་ལུགས་ལྟར་དུ་ངོས་ལེན་འབད་ནི།

1.14 བཟའ་འབྲུང་ ཁྱོན་ཆས་དང་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དོན་ལུ་མཁོ་སྦྱབ།

འགོ་འདྲེན་པ་ཚུ་གིས་ཉལ་ནིའི་དོན་ལུ་སྦྱས་ཚད་དང་ལྷན་པའི་ཀུར་ལྷན་གྱི་ཀླུ་བ་དགོ་པ་དང་ བཟའ་འབྲུང་
གི་དོན་ལུ་གཉེར་ཚང་ཚུ་ཕྱིས་ཕྱ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བཏོན་ཏེ་འབག་དགོ་པའི་ཁར་ ཉོས་ཀྱི་ཅ་ཆས་ཚུ་ཡང་
ཕྱིས་རྒྱབ་ཏེ་ལངས་འབག་དགོ་པ་ཨིན། ཁྱོན་ཆས་ཀྱི་ཐད་རང་གི་བྱ་སྐབས་ག་བདེམ་ ཚད་ལྷག་མེད་པར་
ཚད་ལྷན་སྟེ་ལྷན་གྱི་ཀླུ་བ་འབག་དགོ་པ་ཨིན། དེ་བཟུམ་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དོན་ལུ་ཕྱི་སྦྱོར་
དང་ནང་སྦྱོར་གང་རུང་གི་ཐོག་ལས་ ལྷག་ཤེད་གཅོག་པའི་སྦྱོར་དང་ རྒྱུང་ཁ་གོན་པའི་སྦྱོར་ ཕོ་སྦྱོར་གྱི་
རིགས་ཚུ་ལྷན་གྱི་ཀླུ་བ་ཏེ་འབག་དགོ་པ་དང་ གོང་གི་དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་ལེན་འབྲེལ་དགོ་པ་མ་
ཚད་དེ་ནང་མ་ཚང་པའི་གནད་དོན་རེ་ཡོད་རུང་རང་སོ་གིས་འགན་ཁུར་འབག་དགོ།

1.15 བརྟམ་བསྐྱེད་སྐབས་

གོང་གི་གནད་དོན་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་འབྲེལ་ཐོག་ལས་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཚ་རྒྱ་དང་སྦྱོར་
རྒྱུའི་ཤེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་བཏང་ཐོག་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྦྱར་སྟོན་ལམ་
ལུགས་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱི་སེམས་དང་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་དང་
ལུ་བཞག་རྒྱགས་པའི་དམིགས་གཏད་བསྐྱོད་དགོ།

१ རྩོམ་སྒྲིག་དང་ཁོག་སྒྲིག་ཕྱིར་སྐྱོད་སྐོབ་སྐྱོང་གི་ལས་རིམ།

१.१ རྩོམ་སྐྱོང་གི་རྒྱུ་ལུངས།

གསོ་བ་རིག་པའི་དགོངས་པ་ལྟར་དུ་སྒྲིག་གི་ངོ་བོའི་ངོས་འཛིན་དང་སྒྲིག་གི་སྐྱུར་ཐབས་སྒྲིག་བཅོས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལག་ལེན་བཅས་ཏེ་གོ་དོན་རྟོགས་དགོས་པ་ནི་བ་གལ་ཅན་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་ས་གནས་གླིང་གཞི་བྱུང་ལག་དང་གྲོང་གསར་རྫོང་ལག་དགེ་ལེགས་སྤྱད་བྱུང་ལག་ནང་ལུ་རྩོམ་སྒྲིག་སྒྲིག་ངོས་འཛིན་གི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བཅུ་འབད་བར་འགྲོ་དགོ་མི་འདི་རང་སོའི་ཚོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྐྱོར་བ་སྒྲིག་གི་གནས་དང་བྱི་མེད་ཤེལ་ཐོང་བཅས་སྐོབ་ལང་ནང་ལུ་གོ་བ་བཅུ་སྐྱོད་དང་དཔེ་རྟོན་གསལ་བཤད་ལ་སོགས་པའི་སྐོབ་སྐྱོན་ཐབས་ལམ་གི་ཐོག་ལས་མཚུགས་བསྐྱོད་མི་འདི་རིག་པ་དཔེ་ཐོག་དང་ཁ་རྒྱུན་ཅམ་མིན་པར་སྒྲིག་གི་ངོ་བོ་རེ་བཞེན་དང་སྒྲིག་གི་རོ་སྒྲིག་འཁྲུངས་སའི་ས་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྒྲིག་འཁྲུངས་ཚུལ་ཚུ་དངོས་སུ་མཚན་མ་མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་སྟེ་ཏེ་གོ་རྟོགས་ཞིའི་དོན་ལུ་སྒྲིག་ངོས་འཛིན་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐྱོང་བཅུ་ཟེར་གསོ་བ་རིག་པའི་དམིགས་གསལ་གི་ཁྱད་ཚོས་ཅིག་ཡིན། ལས་རིམ་འདི་གིས་ཕན་པ་གཞན་ཡང་ལུས་དང་སེམས་ལུ་ཉམས་སྦྱང་ཚུད་ནི་ཡིན་མ་ཚད་མི་སྡེ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་ནི་གནས་ཚུལ་ཤེས་ནི་དང་རིག་ཅུལ་མང་རབ་ཅིག་ཡར་རྒྱས་བཏང་ཚུགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པ་ཡིན། ཏེ་མ་གི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་འབད་རུང་ཐོས་པ་བརྒྱུ་ལས་མཐོང་བ་གཅིག་ལྟག་མཐོང་བ་བརྒྱུ་ལས་སྐྱོང་བ་གཅིག་མཚོག་ཟེར་སྐོབ་སྐོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་དངོས་མཐོང་ལག་བཟུང་གི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྐོབ་སྐྱོང་འདི་ག་ནི་བ་གལ་ཅན་ཡིན།

१.२ དམིགས་ལུལ།

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

१.ॣ སྦྱོང་ལུ་གི་མཁོ་ཆས།

སྐྱེ་ལོ་འཛིན་དང་སྦྱོང་ལུ་གི་དོན་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོན་ཁུངས་གཏུགས་ཀི་དེབ་ཅི་མེད་ཤེལ་ཐེང་མེ་མེ་དང་ ལྷི་
བསྐྱེམས་ཀའི་དེབ་འཁུངས་དཔེ་ཅི་མེད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་ གཞན་ཡང་འབྲེལ་ཡོད་ཀི་དེབ་ཚུ་དང་ རྟོགས་
བརྗོད་སྦྱོང་ལུ་གི་དོན་ལུ་འབྲི་དེབ་མེ་མེ་དང་ ལྷུག་འབྲི་དང་བཅས་ཚང་སྤྲིག་འབག་དགོ།

१.॥ ཕྱིར་སྐྱོད་སློབ་སྦྱོང་གི་ས་གནས།

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

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

१.५.१ ལྷོག་སྐྱོན་གྱི་དོན་ལུ་ གྲོང་གསར་དང་དགེ་ལེགས་སྤྱད་གི་ས་གནས་གཉིས་ནང་གཤམ་འཁོད་ལྟར་
 ཉེན་གངས་ ༡༠འི་རིང་ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་དགོ།

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

१.८ སྐྱོན་ངོས་འཛིན་གྱི་ཐབས་རིག

ཁྱེད་སྤྱོད་སྐྱོན་གྱི་རྟོགས་བརྗོད་ སྐྱོན་གྱི་དཔེ་རིས་ སློབ་དཔོན་མཁས་པའི་ཞལ་རྒྱུན་ རོ་བོའི་བཤད་པ་
 སྐྱོན་གྱི་རོ་དང་རུས་པ་ ཚན་རིག་གི་མིང་དང་ རྐྱད་གཉིས་ཤམ་སྐར་ རྟོག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་བཅས་གྱི་
 ཐོག་ལས་འབད་དགོ།

१.༡ སྐྱོན་ངོས་འཛིན་གྱི་ཀུན་སྲོད།

སྲོད་བརྗོད་འཕྲོད་པའི་སློབ་སྟོན་པ་གིས་གྲོང་གསར་གྲང་ཐལ་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྲོད་བརྗོད་ལྟེ་བའི་ནང་སྐྱོན་
 ངོས་འཛིན་དང་བཅུ་སྲོད། ངོས་འཛིན་གྱི་ཐབས་ལམ་གྱི་གསལ་བཤད་དང་དཔེ་ཁྲིད་ཚུ་འབད་དགོཔ་མ་
 ཚད། ལྷོག་སྐྱོན་གྱི་རིགས་ག་ཅི་རང་ཨིན་རུང་ ངོས་འཛིན་སྐབས་སུ་སློབ་དཔོན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པར་
 ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་རོ་བོའི་ངོས་འཛིན་སྐབས་སུ་རྩ་བ་སྲོད་པོ་ལོ་མ་མེ་རྟོག་འབྲས་བུ་བཅས་མཛུབ་ཚུགས་

སྤྱི་འབད་དགོ་པའི་ཁར་ གཅིག་མཚུངས་ཡོད་པ་ཅིན་རོ་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་དབྱེ་ཞིབ་མཐེལ་བྱིན་འབད་
དགོ།

༡.༤ སྤྱིང་ལཱ་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་འགོ་རིམ།

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

༡.༥ རོས་འཛིན་དབྱེ་ཞིབ་དང་སྤྱིང་ལཱ་གི་ཀྱན་སྤྱོད།

- སྤྱན་རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་སེམས་ལས་བརྗེད་མ་བརྗེད་མཐའ་དབྱུད་ཀྱི་དབྱེ་ཞིབ་འབད་
དགོ་པའི་ཁར་སྤྱིང་ལཱ་ཡང་སྤྱིང་ལཱ་སྤྱིང་ལཱ་དང་བསྐྱོམས་ནི།
- སྤྱན་རོས་འཛིན་ཐོབ་ཡོད་མི་ཚུ་ སྤྱན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ཕན་ཡོན་ རོ་རུས་ རོ་བོའི་བཤད་པ་
རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ འབྲུངས་གནས་བཅས་ཀྱི་རྟོགས་བརྗེད་གསལ་ཉོག་ཉོ་འབད་འབྲི་དགོཔ་མ་
ཚད་ རོ་སྤྱོད་རོས་འཛིན་གྱི་རྟོགས་བརྗེད་ཨིན་པ་ཅིན་གདམ་ཁའི་ཐོག་ལས་སྤྱན་སྤྱོད་མཐའ་
༡༠༠འབྲི་ནི་དང་ཁོག་སྤྱན་རོས་འཛིན་ཨིན་པ་ཅིན་གདམ་ཁའི་འབྲུ་འབད་དེ་སྤྱན་སྤྱོད་མཐའ་༥༠རེ་
འབྲི་དགོ།

༡.༡༠ སྤྱིང་ལཱ་གི་སྤྱིང་ལཱ།

དབྱེ་ཞིབ་དང་སྤྱིང་ལཱ་སྤྱིང་ལཱ་གི་ཚད་གཞི་འདི་བརྒྱ་ཆ་ ཚོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ སྤྱོད་བུས་ཀྱི་ཚོས་
རྒྱགས་ཀྱི་སྤྱིང་ལཱ་བསྐྱོམ་དགོ།

༡.༡༡ སྤྱིང་ལཱ་སྤྱོད་ལཱ།

སྤྱིང་ལཱ་འདི་ཕྱིར་སྤྱོད་སྤྱིང་བདར་ལས་ལོག་སྤེ་སྤེལ་ཁང་ནང་ལྟོད་ཞིམ་ལས་བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་ནང་
འཁོད་ཐུལ་དགོ།

१.११ **བཅུད་དོན་གསལ་བཤད།**

ཕྱིར་སྐྱོད་སྐྱོད་བཅས་སྐབས་ཉིན་བསྟར་བཞིན་དུ་ལཱ་འབད་ཡོད་པའི་དོན་ཚན་ཚ་ཚང་ཐོག་ལས་མདོར་
བསྟུན་ཏེ་ དེས་གཟའ་སྤོང་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་ཞུ་བའི་འབད་དགོཔ་པའི་ཁར་ གསོ་རིག་
གཞུང་ལས་། སྐྱོད་ན་ས་བཟླ་འགོ་ན་ལམ་བཟླ་ཅིང། །ཞེས་སོགས་གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ཕྱིར་སྐྱོད་
སྐབས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་སྐོ་ལས་ཉེན་སྲུང་འབད་དགོ་གལ་ཅན་ཨིམ་མ་ཚད་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་མཉམ་
འབྲེལ་དང་རོགས་རམ་འབད་དགོཔ་ཨིན་ གཞན་མ་རུང་པའི་རིགས་ཆང་འབྲུང་དང་ ཤོ་དང་ཏ་སེ་ཅེད་
ནི་དང་འབྲུབ་འཛིང་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོད་ངན་སྲང་དགོཔ་མ་ཚད་ སྤྲན་རོས་འཛིན་ལེགས་ཤོམ་འབད་
ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་འགོ་འགྲུལ་གྱི་སྐབས་རང་སོ་ལ་ཐོར་མིན་པར་ སློབ་དཔོན་གང་ཡོད་གྱི་སྤྲེ་ཚན་དང་
ཅིག་ཁར་འགྱུར་དགོཔ་ཨིན་ དེ་མ་ཚད་ལས་རིམ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་ལས་བཟུལ་ཏེ་འགོ་
འགྲུལ་འབད་ནི་དང་ ལྷག་པར་དུ་འབྲུག་གི་ས་མཚམས་ལས་བཟུལ་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་སྦྱིན་དགོ།

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

འགོ་འབྲེན་པ་ཚུ་གིས་ཉལ་ཁར་གི་དོན་ལུ་སྒྲུས་ཚད་དང་ལྡན་པའི་གུར་ལྗང་སློབ་ཀྱི་ཀྱབ་དགོཔ་དང་ བཟའ་
འབྲུང་གི་དོན་ལུ་གཉེར་ཚང་ཚུ་ཕྱིས་སྤྲེལ་གསེ་བཏོན་ཏེ་འབག་དགོཔ་པའི་ཁར་ ཅ་ཆས་ཚུ་ཡང་ཕྱིས་
བརྒྱབས་ཏེ་ལངས་མ་སྤྲེལ་འབག་དགོ།

१.१४ **ཕྱོན་ཆས་ཀྱི་མཁོ་སྒྲུབ།**

ཕྱོན་ཆས་དང་ ཆར་ལེབས་ ལྷན་གཤེར་བཀག་པའི་ལྷམ་ཚུ་རང་གི་བྱ་སྒྲུབས་ག་བདེམ་ལྗང་སློབ་ཀྱི་ཀྱབ་
འབག་དགོ།

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

ཕྱི་སྐྱེན་དང་ནང་སྐྱེན་གང་རུང་གི་ཐོག་ལས་ ལྷག་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་དགོས་
མ་ཚད་དེ་ནང་མ་ཚང་པའི་གནད་དོན་རེ་ཡོད་རུང་རང་སོ་སོ་གིས་འབག་དགོ།

१.१९ བརྟུན་བསྐྱུས།

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

ལེས་སྐྱབས་པ།

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

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

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

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

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

ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚཱགས།

བྱང་འཚོ་ལོ་རིམ་.....སློབ་ཏུས་.....པའི་ལག་ལེན་འབྲི་རྒྱགས།

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

རྒྱགས་ཐོབ་ཚད་༡༠།

ངེས་ཐོབ་༡༠།

སློབ་ཚོས་.....

༤ ནང་གཞིའི་རྒྱགས་.....

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

༡. ནང་གཞི་ (༥)

༢. སླན་བཙུགས་ (༥).....

.....
.....

༣. དཔྱད་བཙུགས་ (༥).....

.....
.....

༤. ཟས་སྦྱོད་སྐྱབ་སྐྱབ་(༥).....

.....
.....

བཀྲིས་བདེ་ལེགས།

ནང་པའི་གསོ་རིག་སློབ་ཚོགས།
ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་སྟན་ལུ་འབྲི་ཤོག།

༣ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་སློབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲིལ་སྟན་ཁང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ལག་ལེན་དངོས་
བསྟར་སློབ་བརྟན་འབད་བཞིན་མ་ལས་མཚུག་བསྟུ་བའི་སྐབས་ གནོད་ལེན་དང་ མ་འོངས་ལེགས་བསྟུར་གྱི་དོན་ལུ་གཤམ་
གསལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་རེའུ་མིག་ནང་བསམ་དབྱེད་དང་སྟན་ལུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བཀའ་དགོ།

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

༡	<p>ཞི་བཟེན་སྟན་གྱི་ ལག་ལེན། (...../...../.....)</p>	གནོད་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༢	<p>བརྟན་དབྱེད་ཁང་། (...../...../.....)</p>	གནོད་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༣	<p>ཚུ་བརྟན་ཁང་། (...../...../.....)</p>	གནོད་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༤	<p>སློབ་བཟེན་ལས་ ཁང་། (...../...../.....)</p>	གནོད་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༥	གཏུར་དབྱེད་ཁང་།	གནོད་ལེན།	

	(...../...../.....)		
		བསམ་ལན།	
ཉ	བསྐྱེག་རིགས། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༡	ཚུགས་རིགས། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༢	འཇམ་དུད། རྒྱལ་ལུམས། (...../...../.....)	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༡༠	བྱུག་ས། (...../...../.....)	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་རྟོག་སློབ་ཚོགས།
 ཕྱིར་བསྐྱོད་ལག་ལེན་སློབ་བཟང་སྟན་ལུ་འབྲི་ཤོག།

༣ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་སློབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲིལ་ཚོང་ལག་སྐྱོན་ཁང་ནང་ཕྱིར་བསྐྱོད་ལག་ལེན་སློབ་བཟང་འབད་
 བཞིན་མ་ལས་མཚུག་བསྡུ་བའི་སྐབས་གདོང་ལེན་དང་ མ་འོངས་ལེགས་བརྒྱུར་གྱི་དོན་ལུ་གཤམ་གསལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་རེའུ་
 མིག་ནང་བསམ་དཔུང་དང་སྟན་ལུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བཀའ་དགོ།

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

༡	བཏག་དཔུང་ ཁང་།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༢	ཚུ་བཏག་ཁང་།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༣	གཏར་དཔུང་ ཁང་།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	

༤	བསྐྲུན་རིག་སྐྱོང་།	གཞི་རྒྱ་ལྡན་པའི་ལས་འགན།	
		བསམ་ལན།	
༥	འཇམ་དབྱེད་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་འགན།	གཞི་རྒྱ་ལྡན་པའི་ལས་འགན།	
		བསམ་ལན།	

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

ནང་པའི་གསོལ་རིག་སློབ་ཚོགས།

སློབ་ཚན་སྐབས་དང་ཚ་ཚུ་སྐབས་ཚུའི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་བཟང་སྟུན་ལུ་འབྲི་ཤོག།

༤ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་སློབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཇུག་སློབ་སྐབས་དང་ཚོགས་སྐབས། ཚ་ཚུ་སྐབས་ཚུའི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་བཟང་འབད་བཞིན་མ་ལས་མཚུག་བསྟུ་བའི་སྐབས་གདོང་ལེན་དང་མ་འོངས་ལེགས་བསྐྱར་གྱི་དོན་ལུ་གཤམ་གསལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་རེའུ་མིག་ནང་བསམ་དབྱེད་དང་སྟུན་ལུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བཀའ་དགོ།

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

༡	ཚ་ཚུ་སྐབས་ཚུའི་ ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་ བཟང་།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༢	སློབ་སྐབས་དོན་ འཛིན་ཕྱིར་ བསྐྱོད་སློབ་ བཟང་།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	
༣	ཚོགས་སྐབས་དོན་ འཛིན་ཕྱིར་ བསྐྱོད་སློབ་ བཟང་།	གདོང་ལེན།	
		བསམ་ལན།	

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

ནང་པའི་གསོལ་རིག་སློབ་ཚོགས།
སློབ་ཚུལ་འཛིན་དབྱེ་ཞིབ་འབྲི་ཤོག། (ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་བཅུན།)

མྱོད་སློབ་པ་ཚུ་སློབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཕྲིལ་སྡོ་སློབ་དང་ཚོགས་སློབ་ཚུལ་འཛིན་གྱི་དོན་ལུ་ཕྱིར་བསྐྱོད་འབད་དེ་
སློབ་བཅུན་འབད་ཚར་བཞིན་མ་ལས་ མཐའ་དབྱུད་དབྱེ་ཞིབ་གྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་རེ་འཇུག་ལྟར་བཀའ་དགོ།
སློབ་སློབ་པའི་མིང་.....ལོ་རིམ་.....སློབ་དུས་.....
སློབ་ཚུལ་.....།

ཨང་།	སློབ་མིང་། (༠.༥)	རྩི། (༠.༥)	སློབ་ལུ་གསལ།	ཤོད་གསལ།
༡				
༢				
༣				
༤				
༥				
༦				
༧				
༨				
༩				
༡༠				
༡༡				
༡༢				
༡༣				
༡༤				
༡༥				
༡༦				
༡༧				
༡༨				
༡༩				
༢༠				
	སློབ་ལུ་གསལ་བསྐྱོར་ལུ་གསལ།			

ནང་པའི་གསོལ་རིག་སློབ་ཚོགས།

ཚ་ཚུ་སྐྱེན་ཚུ་རོས་འཛིན་དབྱེ་ཞིབ་འབྲི་ཤོག། (ཕྱིར་བསྟོད་སློབ་བཟང་།)

༣ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་སློབ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཕྱིར་བསྟོད་
འབད་དེ་སློབ་བཟང་འབད་ཚར་བཞིན་མ་ལས་ མཐའ་དབུད་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་རེའུ་
མིག་ལྟར་བཀའ་དགོ།

སློབ་སློབ་པའི་མིང་.....སློབ་སློབ་.....

ལོ་རིམ་.....སློབ་དུས་.....།

༡ ཚ་ཚུ།

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

༢ སྐྱེན་ཚུ།

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

བགྲིས་བདེ་ལེགས།