



॥ ५॥ १॥ ३॥ ५॥ ०॥ ॥

31

མི་རིགས་དཔེ་ཁྱུན་ཁང་།

གཞི་བྱའི་རིགས་ལ།

31

ཨ་ཕྱགས་དཔེ་ལྷན་ཁང་།

ཙམ་ཡིག་འགན་ཁུར་པ། མིུ་པའོ་དབྱིན། ཡུར་ཁོ།

ཤེས་བྱའི་བེགས་མ།

(དེབ་ 31 པ)

《ཤེས་བྱའི་བེགས་མ》ཙམ་ཡིག་ཚུང་གིས་ཙམ་ཡིག་བྲས་པ།

*

མི་ཤིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་བསྐྱར་ནས་བསྐྱུན་པ།

1987 ལོའི་ཟླ་ 6 པར་པར་གཞི་ 1 པ་བསྐྲུགས་པ།

1987 ལོའི་ཟླ་ 6 པར་པེ་ཅིན་ལ་པར་བྲངས་ 1 པ་བསྐྲུག་པ།

དེབ་རེར་སྒྲན་ 0.34

དཀར་ཆབ།

ལྷ་པས་ རྟན་ མཛོར་ བཞད

ཤྱིང་གཞིའ་ཏུ་ཏང་དག་ཐིམ་གྱི་ཐོས་ཐོས་ཏང་མེད་གྱི་ཏྲི་བ་ཏྲིས་ལན།

..... ॐ नमः शिवाय नमः ॐ नमः शिवाय नमः (4)

ཤོད་གསེབ་གྱི་དབུ་འཕྲོར་ཡོད་རྒྱལ་ཚོར་གྱི་ཏི་བ་ཏིས་ལན།

..... ཏཱ་ཤི་ལོ་གྲགས་ཀྱི་བླ་མ་རྒྱུད་ཀྱི། (17)

ཚན་ རིག་ དང་ ལག་ རྩལ

ਸ੍ਰਮਤੀਓਂ ਦੇ ਸ੍ਰਮਾਂ ਦੀ ਪੁਨਰਾਵੇਸ਼ਿਕਾ, ਆਪਣੇ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ। (੨੪)

ལྷོ་ཀླུ་མཁའ་ལྷོ་ཀླུ་། ལྷོ་ཀླུ་མཁའ་ལྷོ་ཀླུ་། (32)

२५. १५१. १५२. १५३. १५४. १५५. १५६. १५७. १५८.

..... བཞུགས་པའི་དུས་ཀྱི་མཆོད་པ་ལྟེན་པ་བཟུང་ནས་བཞུགས་པའི་ (38)

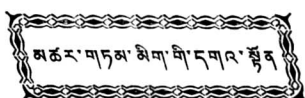
ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ମାମୁଁ ଭୋଜା ଷଷ୍ଠୀ ମାମୁଁ ଭୋଜା (43)

ଉତ୍ତର ଗୁପ୍ତାବଳୀ ପୃଷ୍ଠା ୩୩୩ (୪୬)

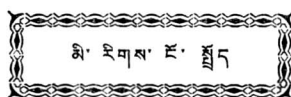
$$2\pi \cdot \frac{9}{2} \cdot \left(\frac{1}{2} \right) = \dots = 2\pi \cdot \frac{9}{2} \cdot \left(\frac{1}{2} \right) \quad (47)$$

འཕྲོད་བསྟེན་དང་ལྷན་ཁམས་

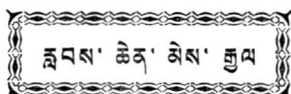
- ཡྲན་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (48)
- ཆེ་ཤིང་པའི་གནད་གནད། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (50)
- རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (54)
- ནད་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (55)



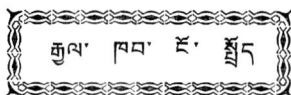
- ཡྲན་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (60)
- དཔྱད་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (61)
- དཔྱད་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (62)
- ཡྲན་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (63)
- མཆོད་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (64)
- ཡྲན་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (64)
- མཆོད་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (65)
- ཡྲན་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (66)
- ཡྲན་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (70)
- ཡྲན་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (72)



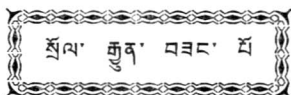
- ཡྲན་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། རྩ་པལ་ཁྱི་ཕྱ་ཆུ་མ། (74)



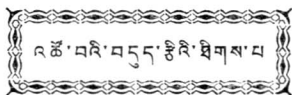
ဗုဒ္ဓဘုရား၏ နာမည် ဇနီးနှင့် သမီးတို့၏ နာမည် (79)



သမီး သမီးတို့၏ နာမည် (85)



သမီးတို့၏ နာမည် နှစ်ဦးစွာ နာမည် (89)



သမီးတို့၏

သမီးတို့၏ နာမည်

..... သမီးတို့၏ နာမည် (92)

သမီးတို့၏ နာမည် သမီးတို့၏ နာမည် (59)

သမီးတို့၏ နာမည် သမီးတို့၏ နာမည် (94)

သမီးတို့၏ နာမည်

သမီးတို့၏ နာမည်

သမီးတို့၏ နာမည်

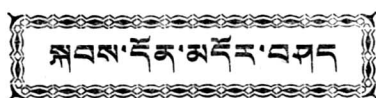
သမီးတို့၏ နာမည်

သမီးတို့၏ နာမည်

သမီးတို့၏ နာမည်

သမီးတို့၏ နာမည်

သမီးတို့၏ နာမည်



ཨྲང་གསེབ་རྩ་དང་དག་ཐེར་གྱི་ སྐབ་སྐྱོར་སྐོར་གྱི་དྲི་བ་དྲིས་ལན།

དྲི་བ། ཨྲང་གསེབ་རྩ་དང་དག་ཐེར་བྱེད་རྒྱུ་འི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་གང་
ལ་ཐུག་ཡོད་དམ།

ལན། ཨྲང་གསེབ་རྩ་དང་དག་ཐེར་བྱེད་རྒྱུ་ནི་ 1983 ལོ་ནས་འགོ་
རྒྱལ་ས་པའི་ཕྱགས་ཡོངས་ནས་དང་དག་ཐེར་བྱེད་པའི་ནང་གི་གཞི་བྱོན་ཆེས་ཆེ་...
ཞིང་བྱུང་ཁོངས་ཆེས་ཡངས་པའི་དྲུས་རིམ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེའི་གལ་
ཆེན་རང་བཞིན་དེ་གཤམ་གསལ་ཕྱགས་ཁྲ་གས་ཐད་ནས་མཆོན་ཡོད་པ་རེད།

(1) ཨྲང་གསེབ་རྩ་དང་ཡོན་ཁྲི་ 2,500 ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་དེས་དང་...
ཡོངས་ཀྱི་དང་ཡོན་མི་གངས་ཀྱི་བྱེད་ཀ་ཡན་ཆད་ཟིན་ཡོད་པ་དང་། ཨྲང་
གསེབ་ཀྱི་དང་གི་གཞི་རིམ་ཙམ་ཙམ་འཇུགས་དེས་ཀྱང་དང་ཡོངས་ཀྱི་གཞི་རིམ་ཙམ་...
འཇུགས་ཀྱི་བྱེད་ཀ་ལ་ཉེ་བ་ཞིག་ཟིན་ཡོད་པས། ཨྲང་གསེབ་རྩ་དང་དག་ཐེར་
ཡག་པོ་ཡོང་བ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ནི་བྱོན་ཡོངས་ལ་ཐུག་པའི་དྲན་ཆེན་ཞིག་རེད།

(2) ཨྲང་གསེབ་ཀྱི་དང་གི་ཙམ་ཙམ་འཇུགས་དང་དང་ཡོན་ནི་དང་གིས་མང་...
ཆོགས་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཡས་ཀྱི་སྒྲིག་ཐག་དང་ཟམ་པ་ཡིན་ཞིང་། དང་ཡོན་ཀྱི་
གཏམ་སྦྱོད་ནམས་དང་གི་ཨྲང་གསེབ་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱས་ལག་ལེན་དང་དྲན་ཐོག་རྩ་...
འཁྱོལ་བ་བྱེད་རྒྱུ་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པས། ཁོ་ཆེན་གནས་རྒྱལ་ཡག་
ཉེས་ཇི་ཡོང་ཨྲང་གསེབ་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཙན་གྱི་འཇུགས་...
སྒྲན་ལ་དྲ་ཅང་གལ་ཆེ་བའི་ཐུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

(3) ཨྲང་གསེབ་རྩ་དང་དག་ཐེར་ཡག་པོ་ཡོང་བ་དང་། དང་སྒྲུལ་

ཐུལ་ལྷན་དུ་འབྱུང་བ། སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་དར་སྤེལ་ལེགས་སུ་གཏོང་བཅས་བཅས་
 བྱེད་བྱུང་བ་བྱུང་ན། སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚུགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་པའི་དཔལ་
 ཡོན་འཇུགས་སྒྱུན་གྱི་ཅ་བ་གཞི་ནས་འཛིན་བྱུང་བ་དང་། དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་
 འཇུགས་སྒྱུན་ལ་གཞི་ནས་ཡང་དག་པའི་ཁ་ཕྱུགས་གིག་ཡོང་བྱུང་གི་རེད།

(4) སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་བཅོས་སྒྱུར་གྱི་གོམ་རིམ་གཉིས་པ་ད་ལྟ་ལག་ལེན་
 མཐར་ཐིན་བྱེད་པའི་སྐར་རེད། སྤྱོད་གསེབ་དུ་ཏང་དག་ཐེར་ཡག་པོ་བྱུང་
 བ་སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་ཏང་ཡོན་ཚོས་བཅོས་སྒྱུར་ལ་ངོས་འཛིན་ཆད་སྒར་ལས་ཆེ་ཟབ་་་
 དུ་ཐིན་པ་དང་། སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་ཏང་གི་ཅ་འཇུགས་ཀྱིས་སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་བཅོས་
 སྒྱུར་ལ་འགོ་ཁྲིད་བྱེད་སྒྱུར་སྒར་ལས་ཀྱུགས་སྒྲོན་བརྒྱུ་ནས་སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་བཅོས་
 སྒྱུར་བདེ་ཐག་ངང་བྱེད་བྱུང་བའི་འགན་ལེན་ཡོང་གི་རེད།

དྲི་བ། སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་བཅོས་སྒྱུར་ནང་ལ་སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་ཏང་གི་ཅ་
 འཇུགས་དང་ཏང་ཡོན་གྱིས་དགེ་མཚན་ལྷན་པའི་རུས་པ་གང་དང་གང་ཐོན་ཡོད་་
 དམ།

ལན། ཏང་གི་སྐབས་བརྒྱུ་གཅིག་པའི་ཀྲང་ལྷ་ཆང་འཛམས་ཁྲོས་ཚུགས་
 ཐེངས་གསུམ་པ་འཚོགས་ཆེས་སྤྱོད་གསེབ་དུ་ཐོག་མར་དཔལ་འབྱོར་བཅོས་སྒྱུར་་་
 བྱས་ནས་བྱུང་འབྲས་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་ཏང་
 གི་གཞི་རིམ་ཅ་འཇུགས་དང་ཏང་ཡོན་ཚོས་ནན་ཏན་གྱིས་ཏང་གི་ལམ་ཕྱུགས་དང་།
 བྱེད་ཕྱུགས། སྤྱི་ཚུགས་བཅས་ལག་ལེན་མཐར་ཐིན་བསྒྱུར་བ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་
 ཁྲིད་དུ་ཏུར་བརྩོན་གྱིས་ལས་ཀ་བྱས་པ་དང་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད།
 ཏང་ཡོན་ལས་བྱེད་པ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་ཉན་ཁར་མི་འཛེམ་པ་དང་། སྐད་ཆ་
 ཁུངས་མེད་སྒྲ་ཚོགས་མི་ཉན་བ། ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ནང་དུ་སློ་ཁྲོག་ཆེན་པོས་
 ཆོད་ལྟ་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཐོན་སྐྱེད་འགན་འཁུའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་་་་
 དངོས་དབུད་ཞིབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཐོན་ཆད་དང་བྱུང་དུ་སྤྱེལ་བའི་

འགན་གཙང་ལེན་ལམ་ལུགས་ལ་དོགས་པ་ཟ་བའི་སྐབས་སུ་གྲོང་གསེབ་ཏང་ཡོན་
 གྱིས་སྡེ་ཁྲིད་ནས་ཏང་གི་སྲིད་ཅུས་ལག་ལེན་བསྟར་དེ་འགན་གཙང་ལེན་བྱེད་.....
 ཐབས་ཀྱིས་ཆོང་ཚོག་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་གི་ཡོད། མང་ཚོགས་ཀྱིས་
 ཕྱག་པོ་ཆགས་ཐབས་བྱེད་བསམ་ནའང་ཕྱག་པོ་ཆགས་པའི་ཐབས་ཤེས་དངོས་མ་
 ཉིད་པའི་སྐབས་སུ་ཏང་ཡོན་མང་པོ་ཞིག་གིས་མང་ཚོགས་ལ་རོགས་རམ་བྱས་ནས་
 ཕྱག་པོ་ཆགས་ཐབས་བྱས་པའི་ཉམས་སྦྱང་སྟུགས་སྟོན་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག
 ཁོང་ཆོ་ཁྲིད་ནས་མཉམ་དུ་ཕྱག་པོ་ཆགས་ཐབས་བྱེད་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་
 བརྟེན་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཏང་གི་ཅ་འཇུགས་དང་ཏང་ཡོན་ནམས་ཀྱིས་བཅས་སྐྱར་བྱེད་
 པའི་ནང་ལ་སྦྱང་རྒྱར་དང་ཆོད་བགམ་གསར་པ་ཞིག་ཐོབས་ཡོད་པ་དང་། མང་
 ཆེ་བ་ནི་ཡག་པོ་དང་ཡག་ཅུ་རེད་ཅེས་བཤད་ཆོག འགྲོ་སྟུགས་གཙོ་བོ་འདི་
 ཁས་ལེན་གང་ལེགས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད།

རྒྱ་བ། མིག་སྒར་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཏང་གི་ཅ་འཇུགས་དང་ཏང་ཡོན་གྱི་
 ཁྲིད་དུ་ད་དུང་གནད་དོན་གང་དང་གང་གནས་ཡོད་དམ།

ལན། གཙོ་བོ་ནི་བསམ་སྒྲོ་དང་ལས་ཀ་དུས་རབས་གསར་པའི་སྤྱི་འཕེལ་
 ལས་འགན་དང་མི་མཐུན་པའི་གནད་དོན་དེ་རེད།

བསམ་སྒྲོའི་ཐད་ནས་བཤད་ན། ཏང་ཡོན་ལ་ལས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་
 ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཁྱད་འཕགས་རང་བཞིན་ལ་དོགས་པ་སྦྱེ་བ་དང་། བྱང་ཁན་རིང་
 ལུགས་ཀྱི་འོད་སྟོང་འབར་བའི་མདུན་ལམ་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་འདང་བ། ཏང་གི་གྲོང་
 གསེབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་སྲིད་ཅུས་གསར་པར་གོ་བ་གཏོང་བཟུང་ཡོན་མེད་པ་བཅས་
 དེ་རེད།

སྤྱི་ཚུལ་ཐོག་ནས་བཤད་ན། ཏང་ཡོན་ལ་ལས་སྤྱི་གཅིག་སེམས་གཅིག་
 གིས་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་མིགས་ལུལ་བཞེད་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་...
 དར་ནོར་ཕྱག་ཡོང་རྒྱ་ཁོ་ན་བསམ་པ་ལས་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྡེ་ཁྲིད་ནས་མཉམ་དུ་

ལྷག་པོ་ཆགས་པ་བྱེད་མི་འདོད་པ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་དང་། རྒྱན་མོང་། མི་སྒྲིལ་
བཅས་གསུམ་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ཐག་གཅོད་ཡང་དག་པ་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་དེ་རེད།

ཅ་འཇུགས་ཐོག་ནས་བཤད་ན། ཏང་ཡོན་ལ་ལ་ནི་ཅ་འཇུགས་ཀྱི་འདུ་
ཤིས་ཞན་པར་གྱུར་པ་དང་། སྤྱི་ག་ཁྲིམས་དམ་པོར་མི་སྲུང་བ། ཅ་འཇུགས་ཀྱི་
འཆོ་བར་མི་ཞུགས་པ། ཏང་ཡོན་གྱི་གདོང་ལེན་དང་མིག་དཔེའི་རྒྱས་པ་མི་ཐོན་
པ་བཅས་དང་། གཞི་རིམ་ཏང་གི་ཅ་འཇུགས་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཏང་ནང་གི་འཆོ་བ་རྒྱན་
སྒྲིལ་དང་མི་མཐུན་པར་མ་ཟད། ལ་ལ་ནི་ཐ་ན་རྒྱས་པ་ཤོར་བ་དང་རྒྱས་པ་བྱེད་
ཅམ་ཤོར་བའི་གནས་སུ་གྱུར་བ་དེ་རེད།

ཏང་ཡོན་ཆེས་ཉུང་ཤས་ཤིག་དང་ལྷག་པར་དུ་ཏང་ཡོན་ལས་བྱེད་པ་ཉུང་་་་
ཤས་ཤིག་ལ་རང་དོན་རིང་ལུགས་དང་། གཞུང་གཞོད་སྒྲིལ་ཡན། འགན་དབང་
ལ་བརྟེན་ཏེ་སྒྲིལ་ཡན་ཏམ་གཏེར། བཅན་ཤེད་དཀའ་འབབས་སྤྱོད་མང་ཆོགས་
དང་ཅད་དེ་ཁ་བྲལ་བའི་སྤྱོད་ཚུལ་ཆབས་ཆེན་འགའ་ཞིག་སྒྲིལ་ཡོད་ལ། ཏང་
ཡོན་ཉུང་ཤས་ཤིག་གིས་མ་ཅའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིལ་འཕྲུལ་བསྐྱེད་འགོག་མི་་་་
ཐུབ་པས་ཁ་ཕྱོགས་ནོར་བ་དང་། ལ་ལ་ནི་ཁྲི་བཟང་ཁྲི་ནར་རྩམ་པ་དང་།
གསེར་དངུལ་ནི་གཞན་གང་ལས་ལྷག་པར་བཅི་བ། ཁྲིམས་འགལ་ལུགས་དཀྲུག་
བྱེད་པ། ཐ་ན་རྩ་བོ་གྱུར་ནས་ངན་པ་ཆགས་ཏེ་ནག་ཉེས་ཤོར་བའི་ལམ་དུ་འང་
ལྷང་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱུ་བ། སྤྱོད་གསེབ་དུ་ཏང་དག་ཐེར་བྱེད་རྒྱུའི་དམིགས་ལྷལ་གཅོ་བོ་དེ་
ག་རེ་རེད།

ལན། སྤྱོད་གསེབ་དུ་ཏང་དག་ཐེར་བྱེད་རྒྱུའི་དམིགས་ལྷལ་གཅོ་བོ་ནི་་་
སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་ཏང་གི་ཅ་འཇུགས་དང་རྒྱ་ཆའི་ཏང་ཡོན་ཆོས་གོམ་གང་མདུན་་་་
སྤྱོད་ཀྱིས་ཏང་གི་དུས་སྐབས་གསར་བའི་སྤྱོད་ལས་འགན་གསལ་པོར་ཤིས་པ་་་་་
བྱེད་རྒྱུ་དང་། སྤྱོད་གསེབ་ཀྱི་བཅས་སྒྲུར་འཕེལ་རྒྱས་གཏིང་ཟབ་དུ་འགྲོ་བར་

སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་རྒྱུ། མང་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཁྱེད་ནས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཚད་
ཟོག་དཔལ་འཕྲོར་ཡག་པོ་ཡོང་བ་བྱེད་རྒྱུ། ཁྱོད་གསེབ་ཀྱི་དུས་བབ་ཡག་པོ་སྔ་
བརྟན་དང་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་རྒྱུ་བཅས་རེད།

ཁྱོད་གསེབ་ཏུ་ཏང་དག་གིས་བྱེད་དོན་ནི་ཏང་ནང་དུ་བྱུང་བའི་བསམ་སྒྲུབ་
དང་། མྱོད་ཚུལ། ཅ་འཇུགས་བཅས་དངས་གཙང་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་གནད་དོན་
ནམས་མར་ལེན་རིང་ལུགས་དང་མཐོ་ཙུང་ཏང་དགོངས་པའི་མཇུག་སྟོན་འག་གིས་
འདོན་དང་ཐག་གཅོད་བྱས་ཏེ་ཏང་སྤྱི་ཅ་བའི་ཐོག་ནས་ལེགས་སྤྱད་བརྒྱུར་ཏེ་ཁྱོད་
གསེབ་ཀྱི་ཏང་གི་ཅ་འཇུགས་ནམས་སྤར་ལས་དངས་གཙང་ཆེ་བ་དང་། སྤར་
ལས་ཡག་པ། སྤར་ལས་སྤྱི་སྟོབས་ཀྱི་དཔལ་འབར་བ་དང་གཞན་ཤུགས་ཆེ་བ་
བཅས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་བ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཏང་དག་གིས་བྱས་པ་
བརྒྱད་ཁྱོད་གསེབ་ཀྱི་ཏང་ཡོན་ཡོད་ཆད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་འོ་སྟོན་གས་གང་མཐོ་
རུ་བཏང་ཐོག ཁོ་ཚོའི་ཏུར་བཙོན་རང་བཞིན་སྐུལ་སྤོང་བྱས་ནས་གཞི་རིམ་ཏང་
གི་ཅ་འཇུགས་ནམས་འཐབ་འཛིང་གི་བཙན་སྤོང་སྔ་བརྟན་ཞིག་ཏུ་བརྒྱུར་ཏེ་བྱ་
ཆེན་ཞིང་པར་མཐུན་སྤྱིལ་དང་བྱར་བ་བྱུ་འདེགས་ཀྱིས་ཁྱོད་གསེབ་སྤྱི་ཚོགས་རིང་
ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་གྱི་འཇུགས་སྤུན་ཡག་པོ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།

དྲི་བ། ཁྱོད་གསེབ་ཏུ་ཏང་དག་གིས་བྱེད་སྐབས་གཙོ་བོ་གནད་དོན་གང་
བཞི་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་སམ།

ལན། རང་ཀྱུལ་ཁྱོད་གསེབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་ཡངས་ཞིང་བྱ་ཆེ་བ་དང་ས་
གནས་ཁག་གི་གནས་ཚུལ་ཏེ་བག་ཆེན་པོ་ཡོད་པས། བརྟན་དཔུང་ཞིབ་འཇུག་
ཡག་པོར་བྱས་པའི་མང་གཞིའི་ཐོག་གནད་དོན་གཙོ་བོ་ནམས་བརྩམས་སྟེ་སྟོབས་
ཤུགས་གཅིག་སྟེད་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས། ཁྱོད་གསེབ་ཀྱི་ཡོངས་ཁྲུབ་གནས་
ཚུལ་གཞིར་བརྩམས་ནས་ཁྱོད་གསེབ་ཏུ་ཏང་དག་གིས་བྱེད་སྐབས་འདི་བྱེད་སྐབས་གཙོ་
བོ་གཤམ་གསལ་གནད་དོན་བཞི་དམ་པོར་བརྩམས་ནས་དག་གིས་དང་འཇུགས་སྤུན་

བྱེད་དགོས།

(1) ཉུར་བཙུན་ཆེན་པོས་ཏང་ཨོན་ཁྱིས་ཏང་གི་ཅ་བའི་དམིགས་ཡུལ་ལ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆད་མཐོ་ཏུ་གཏོང་དགོས། སློབ་གསོ་གཏོང་བར་བརྟེན་ནས་རྒྱ་
ཆེན་ཏང་ཨོན་ཁྱིས་ལས་མ་སྤྲོད་ཐོག་ནས་དུས་སྐབས་གསར་པར་སློབ་གཅིག་སེམས་
གཅིག་གིས་མི་དམངས་ལ་ཞུགས་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཉུར་བཙུན་ཆེན་པོས་ཞིང་པ་...
མང་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་ལས་བཙུན་ལྷན་ཆགས་བྱེད་རྒྱུ་དང་། སྤྱི་གཤིས་
སྤང་རྒྱུ། ཐུན་མོང་གིས་ཁྱོད་གསེབ་ཀྱི་དབུ་ཡོན་གཉིས་འཇུགས་སྤྱན་བྱེད་རྒྱུ།
བྱ་བ་གང་བྱེད་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱོད་འཕྲོར་གཉིས་ལྷན་ཨོང་བ་དང་མི་དམངས་ལྷན་པོ་
ཆགས་ཐབས་བྱེད་རྒྱུ་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་དུ་དངོས་སུ་མཆོན་པའི་.....
ལྷན་གསལ་པོར་གཤིས་པ་བྱེད་དུ་འཇུག་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཅ་བའི་ཐོག་ནས་
ལས་མ་སྤྲོད་ཐོག་རྒྱུ་མཐོ་ཏུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་ཏང་གིས་ལ་ལྷན་སྤྱོད་རྒྱལ་
དགོས།

(2) གོམ་གང་མདུན་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁྱོད་གསེབ་ཀྱི་བཙུན་བྱེད་རྒྱུ་དང་...
དབུ་ཡོན་འཕྲོར་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ཏང་གི་སྤྱོད་རྒྱས་ཁག་ནས་ལ་ངོས་འཛིན་...
དང་། སྤྱོད་རྒྱས་ལག་ལེན་བསྟར་བའི་རང་རྒྱུ་ཀྱི་རང་བཞིན་མཐོ་ཏུ་གཏོང་
ཐབས། ཁྱོད་གསེབ་ཀྱི་བཙུན་ལ་སྤྱོད་འདེད། ཁྱོད་གསེབ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་
ལག་པོ་གོང་སྤྱོད་བཅས་བྱེད་དགོས།

(3) ཁོར་འཁྲུལ་ཏེ་ཅང་ཆབས་ཆེན་གོར་བའི་ཏང་ཨོན་ཉུང་གས་ཐག་...
གཅོད་ནན་ཏན་བྱས་ནས་ལས་མ་སྤྲོད་ཐོག་དང་ཅ་བའི་ཁྱིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཏང་གི་...
དུངས་གཅང་རང་བཞིན་རྒྱུ་འཕྲོངས་བྱེད་དགོས།

(4) འགོ་བྱེད་ཆེན་ཁག་འཇུགས་སྤྱན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དངོས་འཕེལ་དམ་.....
འཛིན་ཡག་པོ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས། དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་ཏང་གི་ཅ་བའི་ཁྱིས་ཀྱི་
འཆོ་བའི་ལམ་ལྷན་འབྲུལ་ཆང་ཡོང་བ་དང་། ཏང་གི་དམངས་གཙོ་གཅིག་སྤྱད་

ལས་ལྷགས་འཕུས་ཚང་ཡོང་བ། ཏང་གི་ཆབ་སྲིད་བསམ་སྒྲིལ་ལས་ཀྱི་འཕགས་
སྒྲིབ་ཀྱི་ཐབས། ཏང་ཡོན་གསར་པ་བསྐྱེད་བྱས་ནས་ཏང་གི་དཔུང་རྩི་ཁ་
སྐོང་དང་དེར་འཕགས་སྒྲིབ་ཀྱི་ཐབས་བཅས་བྱེད་དགོས།

རྒྱུ་ལ། ཏང་དག་ཐེར་བྱེད་པར་སྦྱོང་ཚུལ་གང་འདྲ་ཞིག་འཛིན་དགོས་་་
སམ།

ལན། ཏང་ཡོན་ཚང་མ་དུ་བརྩོན་གྱི་སྦྱོང་ཚུལ་ཁྲིར་ནས་ཏང་དག་་་་་
ཐེར་བྱེད་ཀྱི་འཕགས་དགོས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ལས་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཏང་
ཡོན་ནམས་ཀྱིས་དེ་བས་ཀྱང་སྡེ་ཡག་པོ་ཞིག་འཁེད་དགོས། ཏང་ཡོན་གྱིས་ཏང་
དག་ཐེར་ལ་འཛིན་པའི་ཡང་དག་པའི་སྦྱོང་ཚུལ་ནི། ཏང་དག་ཐེར་གྱི་ལས་འགུལ་
ནང་མགོ་ནས་མཚུག་བར་འཕགས་ནས་ཡིག་ཆ་སྤྱོད་སྦྱོང་ནན་བྱེད་དགོས་པ་་་་
དང་གཅིག བན་ཏན་གྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲིལ་དང་ལས་ཀྱི་བྱེད་ཚུལ་ལ་གཞིར་
ནས་སྦྱོན་ཞིབ་དང་། ཁྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་རང་ནས་སྤྱོད་མཐུན་ནམས་ཀྱི་སྦྱོན་བརྒྱུད་དང་
རྒྱུ་རྩལ་རམ་དང་ལེན། རང་རྟོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོན་དང་ཞོར་འཁུལ་ཡོ་
བསྐང་བཅས་བྱེད་དགོས་པ་དང་གཉིས། མཐུན་སྦྱོལ་གྱི་རེ་འདུན་བཟུང་ཐོག་སྦྱོ་
སེམས་འཁོལ་བའི་རང་ནས་མི་གཞན་དག་ལ་སྦྱོན་དང་ཞོར་འཁུལ་ཡོ་བསྐང་བྱེད་་
ཀྱི་རྒྱུ་རྩལ་རམ་བྱེད་དགོས་པ་དང་ཏང་ནང་གི་མི་ལགས་པའི་སྦྱང་ཚུལ་ལ་འཐབ་་
ཚད་བྱེད་ཡོད་པ་དང་གསུམ། རང་འགུལ་གྱིས་ཅ་འཇུགས་ལ་བསམ་འཆར་དང་
གྲོས་གཞི་བརྟན་ནས་ཅ་འཇུགས་འཇུགས་སྦྱོན་ཡག་པོར་བྱེད་དགོས་པ་དང་བཞི་
བཅས་ཡིན་དགོས།

རྒྱུ་ལ། ཚད་དང་མཐུན་པའི་ཏང་ཡོན་གྱི་ཚད་གཞི་དེ་གང་ཡིན་ནམ།
དུས་སྐབས་གསར་པའི་ནང་ཏང་ཡོན་གྱི་གདོང་ལེན་དང་མིག་དཔེའི་བྱས་པ་འདྲིན་
དགོས་ཞེས་དམིགས་སུ་བཀའ་ནས་བན་བཤད་བྱེད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ཚད་དང་མཐུན་པའི་ཏང་ཡོན་གྱི་ཚད་གཞི་ནི་ཏང་གི་སྤྱི་ཡོག་

བྱང་པ་ལྟར་འབེབས་བྱས་པའི་ཆད་གཞི་དེ་ཡིན། ཏུས་སྐབས་གསར་པའི་ནང་ཏང་
 ཡོན་གྱིས་གདོང་ལེན་དང་མིག་དཔའི་རྩས་པ་འདྲོན་ཆུ་ནི་ཏང་གལ་ཆེན་པོ་.....
 རེད། གང་ལགས་ཤེ་ན། ང་ཚོའི་ཏང་ནི་སྤྱད་འཛིན་ཏང་གི་གནས་སུ་བསྐྱད་
 ཡོད་པས་ལས་འགན་གཙོ་པོ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལས་ཀ་དང་ཐོན་སྐྱེད་རྩས་ཀྱགས་.....
 འཕེལ་རྒྱས་གདོང་ཆུ་དེ་ཡིན་གཤིས། བཅ་ཆུན་ལས་ཀ་དང་འཚོ་བའི་ནང་ཁྱོན་
 ཡོངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་དང་ཆ་ཤས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་བར་དང་། རྒྱ་མང་གི་ཁེ་ཕན་དང་མི་
 སྤྱིར་གྱི་ཁེ་ཕན་བར་། རྒྱགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་དང་མིག་སྒྲུབ་ཁེ་ཕན་བར་བཅས་ལ་
 འགལ་བས་ཁེངས་ཡོད་ལ། ལྷག་པར་དུ་ཏང་ཡོན་གྱི་མདུན་དུ་རང་ཉིད་ལྷག་པོ་
 ཆགས་པ་བྱེད་ཆུ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྣེ་ཁྲིད་དེ་རྒྱ་མང་དུ་ལྷག་པོ་ཆགས་པ་.....
 བྱེད་རྒྱུའི་བར་གྱི་འགལ་བ་ཞིག་ཀྱང་ལྷགས་ཡོད། འགལ་བ་དེ་ཚོ་ཐག་གཅོད་
 ཡང་དག་པ་བྱེད་པར་དང་ཐོག་ཏང་ཡོན་གྱི་གདོང་ལེན་དང་མིག་དཔའི་རྩས་པ་.....
 ཐོན་པ་བྱེད་རྒྱར་བརྟེན་དགོས། ཏུས་སྐབས་གསར་པའི་ནང་བཙོན་སྡུར་བྱེད་
 བཞིན་ཡོད་པས་གནས་ཚུལ་འགྱུར་བ་མཁྱོགས་པོ་ཡོད་པ་དང་གནད་དོན་གསར་པ་
 ཆུན་མ་ཆད་པར་ཐོན་གྱི་ཡོད་པར་བརྟེན་མི་ནམས་ཀྱིས་ཆུན་ཆད་མེད་པར་ཤེས་བྱ་
 གསར་པ་སློབ་སྦྱང་བྱས་ནས་གནད་དོན་གསར་པ་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད།
 ཏང་ཡོན་ཞིག་ལ་ཆ་མཚན་ནས་བཤད་ན་མོ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ཀྱིས་བཙོན་སྡུར་གྱི་
 མདུན་གལ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་མདུན་མདུན་དུ་སྦྱོད་དགོས། དེ་འདྲ་བྱས་ན་གཞི་
 ནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྣེ་ཁྲིད་ནས་མདུན་དུ་སྦྱོད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོང་གི་རེད། ཁོང་
 གསལ་དེ་དག་གི་དབང་གིས་ང་ཚོས་ཏང་ཡོན་ནམས་ལ་ཏུས་སྐབས་གསར་པའི་.....
 བྱང་པ་གདོང་ལེན་དང་མིག་དཔའི་རྩས་པ་འདྲོན་དགོས་ཞེས་དམིགས་སུ་བཀའ་ནས་
 བཅ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ཇེ་བ། མང་ཚོགས་ཀྱི་སྣེ་ཁྲིད་དེ་རྒྱ་མང་དུ་ལྷག་པོ་ཆགས་པ་བྱེད་.....
 ཆུ་ནི་ཏང་གི་དམིགས་ལུལ་ཏུས་སྐབས་གསར་པའི་ནང་གི་མཚན་ཚུལ་གཙོ་པོ་.....

ཡིན་ཟེར་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ལྷ་ཞེས་པ་དེ་སྐད་ཆ་སྟོང་པ་ཞིག་
མ་ཡིན་པར་བྱ་བ་བྱེ་བྱག་པ་ཁག་གི་ཐད་ནས་མཚོན་གྱི་ཡོད། འོ་རྒྱལ་གྱི་དུས་
སྐབས་མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་དང་གི་ལས་འགན་ཉེ་བ་འདྲ་གི་མ་རེད་ལ། མི་
དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ལྷ་བའི་ཞིབ་ཕྱི་ནང་དོན་ཡང་འདྲ་གི་མ་རེད། དུས་
སྐབས་གསར་བའི་ནང་དང་གི་ལས་འགན་ཉེ་བ་ནི་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་ཀྱི་འགོ་
ཁྲིད་ནས་སྤྱི་ཚགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་འཇུགས་སྒྲུབ་ཡག་པོ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་དང་།
དང་གི་ཁྲོད་གསེབ་གྱི་གཞི་རིམ་ཅུ་འཇུགས་དང་དང་ཡོན་གྱི་ལས་འགན་ཉེ་བ་ནི་
ཁྲོད་གསེབ་གྱི་སྤྱི་ཚགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དེར་རབས་ཅན་འཇུགས་སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་
ཡིན་ཞིང་། མཁུགས་སྒྲུར་དུ་ཁྲོད་གསེབ་གྱི་ནམ་པ་འགྱུར་བ་བྱེད་རྒྱུ་དང་མང་
ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཁྲིད་དེ་ཐུན་མོང་དུ་བྱུག་པོ་ཡོང་བ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ནི་དུས་སྐབས་གསར་
བའི་ནང་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་ལྷ་བའི་མཚོན་ཚུལ་གཙོ་བོ་རེད། ཁྲོད་
གསེབ་གྱི་དང་ཡོན་ཞིག་ལ་ཆ་མཚོན་ནས་བཤད་ན་དེས་དཔེར་འོས་པའི་ངང་ནས་
དང་གི་སྤྱང་རྩས་ལག་ལེན་བྱས་ཐོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཁྲིད་དེ་ཐུན་མོང་དུ་བྱུག་
པོ་ཆགས་པ་བྱེད་ཐུབ་པ་དེའི་ཐོག་ནས་དང་ཡོན་དེས་དུས་དང་ནམ་པ་ཀྱུན་དུ་
མང་ཚོགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ལ་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་བ་དང་དེར་གོ་རྟོགས་དང་འཛིན་ཐང་
ཡོད་པ་མཚོན་གྱི་ཡོད་པས་དང་ཡོན་ཞིག་གི་ཆ་རྒྱུན་འཛིན་ཡོད་པ་རེད།

དྲི་བ། ག་འདྲ་བྱས་ན་དང་སྔོན་ལེགས་པོ་ཞིག་འཇུགས་ཐུབ་གྱི་རེད་
དམ།

ལན། དང་ནང་ལ་སྔོན་བཟང་ཞིག་འཇུགས་པར་ཆེས་ཅུ་བར་གྱུར་པ་
ཞིག་ནི་གོ་གནས་མཐོ་དམན་ལ་མ་བརྟོས་པར་དང་ཡོན་ཆང་མས་སྤྱི་སེམས་སྒྲུབ་
བཅང་གིས་བྱ་བ་བསྐྱབས་ནས་དང་དང་མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་དེ་རང་གི་མིག་
འབྲས་ལྟ་བུར་གཅིས་པར་འཛིན་དགོས། ལྷག་པར་དུ་དང་ཡོན་ལས་བྱེད་པ་

ནམས་བྱ་བ་སྐྱབ་སྐབས་དེ་བས་ཀྱང་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་བསམ་སྒྲོ་བ་དང་ནས་དང་་་
ནང་དུ་དཔེ་འོས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ཞིག་འཇུགས་དགོས་པ་དང་། མི་དམངས་ལ་
ཞབས་འདེགས་ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་པ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད། མང་ཚོར་
ཀྱི་དོན་དུ་བྱ་བ་བཟང་པོ་ཁ་གསལ་ནན་ཏན་གྱིས་སྐྱབ་དགོས། སྐྱབས་གཞན་ཞིག་
ནས་དང་ནང་དུ་གནས་པའི་སྤྱོད་པ་ལྟར་མིན་སྟེ་ཆོགས་བཀག་འགོག་དང་འཐབ་
ཚད་བྱེད་ཅོད་པ་བྱེད་དགོས་པ་ལས། མིག་གིས་མཐོང་བཞིན་དུ་གང་སར་རྒྱན་
འབྲམས་སུ་གཏན་ནས་ཁྱབ་དུ་འཇུག་མི་རུང་ལ་དང་གི་ཅ་དོན་ཟུར་དུ་བསྐྱར་་་་
ནས་སྤྱོད་པ་དང་སྤྱོད་དེ་བས་ཀྱང་གཏན་ནས་བྱེད་མི་རུང་།

དྲི་བ། དང་ཨོན་གྱིས་གང་འདྲ་བས་ན་གཞི་ནས་དངོས་ཐོག་བདེན་་་་
འཚལ་གྱི་མིག་དཔེ་ཞིག་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་རེད་དམ།

ལན། དང་ཨོན་དངོས་ཐོག་བདེན་འཚལ་གྱི་མིག་དཔེ་ཆགས་པ་བྱེད་་་་
དགོས་ན་གཤམ་གསལ་གྱི་བྱ་བ་ནམས་སྐྱབ་དགོས།

དང་པོ། སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུ་དྲུགས་སྟོན་རྒྱག་པ་དང་། བསམ་སྒྲོ་
བཅིངས་འགྲོལ་བ་དང་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ལྷན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ལྟར་བྱ་བ་བྱེད་དགོས། དེ་
གསལ་པོར་བཤད་ན་མར་ལའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་གྱིས་པ་་་་
བྱེད་དགོས་པ་དང་། རིག་གནས་དང་ཆན་རིག་གི་གྱིས་བྱ་ལྟར་པའི་ཐོག་རྟག་དུ་
དང་གི་སྤྱི་རྒྱས་དང་སྐབས་དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་བས་ནས་དགོས་ངེས་ཀྱི་བརྟན་འཕྲིན་སྟེ་
ཆོགས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་བྱེད་དགོས། དེ་འདྲ་མ་བྱས་ན་གནས་ཚུལ་གསར་པའི་
འག་ཡིན་མིན་གསལ་འབྱེད་བྱེད་མི་སྐབས་པ་དང་། བཅོས་སྐྱར་ཡག་པོ་བྱེད་མི་
སྐབས་པ། ཆོང་ཚོག་དཔལ་འབྱོར་ཡང་ཡག་པོ་གཉེར་མི་སྐབས་པ་བཅས་ཀྱི་གནས་
ཚུལ་ཡོང་གི་རེད།

གཉིས་པ། རྟག་དབྱེད་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུ་མཐོང་ཆེན་བྱས་ཏེ་གནས་
ཚུལ་གསལ་པོ་ཡོང་བ་བྱས་པའི་ནང་ནས་གནད་དོན་དང་“ནང་གནད”གྱིས་པ་བྱེད་

དགོས། ད་ལྟོ་སྤྱོད་གསེབ་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་འགྱུར་བ་མཚུགས་པོ་ཡོད་པས་
བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་མ་བྱས་ན་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་ཤེས་མི་བྱུང་ལ་ལས་ཀ་ཡག་
པོ་བྱེད་ཐབས་ཀྱང་བྲལ་བ་རེད།

གསུམ་པ། སྐད་ཆ་དང་པོ་བཤད་པོད་པ་བྱེད་དགོས། གནས་ཚུལ་གང་
འདྲ་ཞིག་གི་འག་རྩ་ཡིན་ནའང་སྒྲིག་རྒྱུ་མ་བཤད་པར་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་རྣམས་
ཅ་འཇུགས་ལ་བཤད་པོད་པ་དང་། ཏང་ནང་གི་དངོས་ཤོག་བདེན་འཚལ་མི་བྱེད་
པའི་སྤྱད་ཚུལ་ངན་པར་འཐབ་ཚད་བྱེད་པོད་པ་བྱེད་དགོས། སྤྱོད་ཆད་སྒྲིག་རྒྱུ་
བཤད་པས་ཏང་དང་མང་ཚོགས་ལ་གཞི་སྤྱོད་ཐོབ་པ་ཡོད་ན། ཏང་དག་ཐེར་
བྱེད་སྐབས་རང་གིས་རང་ཉིད་ངོས་འཛིན་དང་རང་རྟོགས་ཀྱིས་སྒྱུར་བཅོས་བྱེད་
དགོས།

བཞི་པ། དངོས་ཤོག་བདེན་འཚལ་བྱེད་པའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་མི་དམངས་
ལ་འགན་ཁུར་གྱི་དང་ཏང་ལ་འགན་ཁུར་གྱི་དེ་ཡིན། མི་དམངས་ལ་ཞུགས་
འདེགས་ཞུ་གྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན། མང་ཚོགས་ལ་ཕན་པའི་བྱ་བ་མང་ཅམ་
སྒྲུབ་དགོས་པ་དེ་ཡིན། གལ་སྲིད་གནས་ཚུལ་རྟོགས་པ་དང་ཐབས་ཤེས་གསལ་པོ་
ཡོད་ཀྱང་བྱ་སྤྱོད་ཤོག་རྩ་མ་འཁྲོལ་ན་དེའང་དངོས་འབྲེལ་གྱི་དངོས་ཤོག་བདེན་
འཚལ་ཞིག་མ་རེད།

ཧྲི་པ། ཏང་ཡོན་གྱིས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་སྒྲིག་སྐྱོང་མཁན་གྱི་
མིག་དཔེ་བྱེད་དགོས་སམ།

ལན། དང་པོ། ཏུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་རྩ་ཏང་དང་མི་དམངས་ཀྱི་ཁེ་
ཕན་སྤྱོད་ལ་ངོས་ནས་ཏང་གི་མཐུན་སྦྱོལ་དང་གཅིག་ཁྱུར་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པ་
དང་། བྱ་བ་སྒྲུབ་སྐབས་དང་པོ་དང་གཞིག་དང་སྒྲིག་སྐྱོང་མཁུ་སྤྱང་ཞུ་
དགོས།

གཉིས་པ། ཏང་གི་སྲིད་རྩིས་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཅའ་སྐྱོང་སྤྱོད་