

ཐུན་ཤེས་པ་ལུ་ཕ་རྒྱུ་ལུ་ཕ་
ལུ་ཕ་རྒྱུ་ལུ་ཕ་རྒྱུ་ལུ་ཕ་

བོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལུ་ཕ་

ཐུན་ཤེས་པ་ལུ་ཕ་

ཐུན་ཤེས་པ་ལུ་ཕ་

ཐོད་རིགས་ལས་བྱེད་པ་དང་ལས་བཟོ་བ་ཚོའི་
སློབ་གཞི།

བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་

སློབ་དེབ་གསུམ་པ།

ཀྲང་ཀྲང་ཐོད་རང་སྐྱེད་སྐྱེད་ས་ཁུ་ཡན་ལྷན་ཁང་དང་གི་སློབ་
གྲས་ཚུམ་སྒྲིག་བྱས།

ཐོད་སྐྱེད་ས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱན་ཁང་།

ཐོད་རིགས་ལས་བྱེད་པ་དང་ལས་བཟོ་བ་ཚོའི་སླབ་གཞི།

ཐོད་བྱི་སྐད་ཡིག

སླབ་དེབ་གསུམ་པ།

བྱང་ལྷང་ཐོད་རང་སླང་ལྷང་ས་ཁུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་ཏང་གི་སླབ་གྲུ་ཚུལ་ལྷིག་བྱས།

ཚུལ་ལྷིག་འགན་ཁུར་བ། འག་དབང་།

✖

ཐོད་ལྷང་ས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱན་ཁང་ནས་པར་དུ་བསྐྱུན།

ཐོད་ལྷང་ས་ཤིན་ཏུ་དཔེ་དེབ་ཁང་ནས་བཟུམ།

ཐོད་ལྷང་ས་ཤིན་ཏུ་པར་འདེབས་བཟོ་གྲུ་ནས་པར་བཏབ།

✖

དེབ་ཚད། 787 × 1092 1 / 32 ཡིག་གྲངས་54,000

1989ལའི་ཟླ་6པར་གཞི་དང་བོ་སྟོན། 1989ལའི་ཟླ་6པར་ཐངས་དང་བོ་བཏབ།

ISBN7—223—00301—4 / G109

རིན་གང་སྒྲར་ 0.50

སྒྲེང་གཞི།

《པོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ལྷ་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲིབ་སྐྱོང་དང་།

བོད་སྐད། གོང་འཕེལ་བཅས་གཏོང་རྒྱུ་ལྟན་འབབས་འགའ་ཞིག་
(ཚོད་ལྟར་ལག་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་)དོན་འཁྲུལ་བྱེད་ཐུགས་ཀྱི་ཞིབ་སྒྲུལ་》ཀྱི་
དགོངས་དོན་ལྟར་ང་ཚོས་སྒྲིབ་གཞི་འདི་རྩ་མ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་ལྗོངས་ཡོངས་
ལྷ་པོད་མཐུན་སྒྲིལ་བྱས་པ་ཡིན།

པོད་ཡིག་འདི་ཉིད་ཐོག་མར་གསར་དུ་བཏོད་པ་ནས་ད་བར་མི་
ལ་ཆིག་སྟངས་སྒྲིམ་བརྒྱུ་ལྟག་ཅུ་མ་སོང་བ་མ་ཟད། ར་བ་དབྱངས་གསལ་
ས་བཞི་ལ་བད་སྟེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སྒྲིབ་པ་མཐའ་དག་གསལ་
བར་བྱེད་པའི་ཐུན་མང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆས་ཀྱང་ལྡན་པས། འཇམ་
སྒྲིང་གི་ཡིག་རིགས་དུ་མའི་ནང་དུ་ཆེས་སྟན་ཐོན་གྱི་བྲས་སྒྲིབ་གཏོགས་...
པ་དང་། པོད་ཡིག་གི་ཐོག་ནས་བརྒྱུ་མས་པའི་པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྐྱི་
དང་བྱེ་བྲག་བྲངས་ལས་འདས་པ་ནམས་ནི་ཀྱང་ཏེ་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་...
གཞུང་གཏོར་མཛོད་ནང་དུ་ཆེས་ངོ་མཆར་ལྡན་པའི་ནོར་བུ་ལྟ་བུར་...
གྱུར།

《པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་》སྒྲིབ་གཞི་འདིར་ཁྱོད་སྐྱོང་དེའི་ཁྲག་རྒྱག་...

ཡོད་པ་ལས་སྒྲིབ་དེབ་དང་པོའི་ནང་གཙོ་བོ་པོད་ཡིག་གི་དབྱེངས་
 གསལ་དང་། བརྟེན་ས་འདྲི་གསལ། སྒྲིབ་རྒྱུ་ཡང་གསལ་དཔེར་བརྗོད་
 དང་བཅས་ཏེ་བཞོད་ཡོད་པ་དང་། དེ་རྒྱུ་མིང་ཆིག་གྲུང་པ་ནས་འགོ་
 བརྟེན་ས་ཏེ་ཆིག་དུམ་དང་རྩམ་བྱུང་སྐབས་བཞོད་ཡོད་པས། དེ་ཡང་
 གཙོ་བོ་ཡིག་རྒྱང་ས་མེལ་བྱིར་དམིགས་པ་ཡིན། སྒྲིབ་དེབ་གཉིས་པའི་
 ནང་གཏམ་རྒྱུད་སྒྲུབ་ཏུ་དང་། གཏམ་དཔེ། གོ་བདེའི་ལེགས་བཤད།
 ཉམས་ལེན་བསྒྲུབ་བྱ། གྲགས་ཅན་མི་སྣ་དང་གྲགས་ཅན་རིག་དངོས་
 སྐབས་ཀྱི་ཡུལ་སྐོས་བཅས་གོ་བདེའི་རྩམ་ཡིག་ཁག་ཉི་ལྔ་ཅན་འདེམས་.....
 རྒྱུག་བྱས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱིད་དང་རང་སྒྲུབ་བྱེད་བདེ་ཡོང་ཆེད་སྒྲིབ་ཆན་ས་
 མེར་མཆན་འབྲེལ་དང་། ཆིག་འབྲེལ། སྒྲུབ་གཞི་སྐབས་འོས་འཆམས་
 སྐབས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཞོད་ཡོད། སྒྲིབ་དེབ་གསལ་པའི་ནང་གཙོ་བོ་ས་
 པར་ཀྱན་དགའ་བྱུང་མཆན་མཆོག་གིས་མཛད་པའི་《དག་པར་བྱེད་པ་
 རྒྱུ་སྒྲུབ་རིག་ཆེན་གྱི་མཆོད་དང་། བྱ་ཉི་རིག་ཆེན་དོན་བྱུང་གིས་
 མཛད་པའི་《པོད་ཀྱི་བདེའི་ནམ་གཞན་ཉུང་ཅུར་བཟུས་པ་སྒྲིབ་པའི་.....
 སྒྲིབ་མེ་》ཞེས་བྱ་བའི་དག་ཡིག་དེ་གཉིས་བཞོད་ཡོད། དག་ཡིག་དེ་
 གཉིས་ཀྱི་མ་དཔེར་དག་ནོར་འགའ་ཞིག་འདུག་པས་འབྲེལ་ཡོད་དག་.....
 ཡིག་དང་ཆིག་མཛོད་ཁག་ལ་དབྱེད་བཟུར་བྱས་ནས་དག་བཅོས་ཅུང་.....
 ཟད་བྱས་པ་ཡིན། སྒྲིབ་བྱིད་དང་རང་སྒྲུབ་བྱེད་བདེ་ཡོང་ཆེད་མ་དཔེ་
 དེ་གཉིས་སྒྲིབ་ཆན་ས་མེར་ཁག་བཞོད་པ་མ་ཟད། དེས་

སེམས་པ་དེ་པ་འི་ཆེད་དུ་ཆོག་འབྲེལ་དང་། སྤྱོད་གཞི། གཞན་ཡང་རྒྱུན་
 མཁའ་མིང་ཆོག་ཁག་གཅིག་ཀྱང་ཁ་སྐོང་བྱས་ནས་བཞུགས་ཡོད། སྤྱོད་
 དེའི་པ་འི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་ལྷན་ཉམས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་
 《ལེགས་པ་ཤད་ཐུན་པ་འི་དབང་པོ་》དང་《དཀར་གནད་གསལ་པ་འི་མ་
 རྟེན་》ཅེས་བྱས་ཏེ་འབྲེལ་བ་ཤད་ཁ་གསལ་དུ་བཏང་བ་དང་། སྤྱོད་
 མ་མའི་བྱེ་བྲག་ནང་གསལ་རྒྱུ་ལྟར་ལྷན་ཉམས་འཆམས་སྤྱོད་པ་ཞུ་
 སྤྱོད་དེ་པ་འི་ནང་རྒྱུན་སྤྱོད་གཞུང་ཡིག་ཁག་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་དེ་
 མའི་པ་འི་ཡིག་པ་སྤྱོད་ནས་གཞན་ནང་ནས་ཁག་གཅིག་བདམས་ཏེ་
 བརྒྱད་དོན་དཔེ་གཞི་དེར་སྒྲུབ་ཏེ་འཆོ་པར་སྤྱོད་ནས་བསྒྲིགས་པ་
 ཡིན། སྤྱོད་དེ་པ་དུག་པ་འི་ནང་གཙོ་བོ་དུས་རབས་རིམ་བྱུང་གི་བྲགས་
 ཅན་ཅུ་མ་པ་པོ་དང་། མཁས་དབང་འགའ་ཞིག་གིས་བཅུ་མས་གནད་
 པ་འི་སྤྱོད་གཏམ་དང་། རྒྱུ་ལྟར་ལེགས་པ་ཤད་ རྒྱུ་ལྟར་ བརྒྱད་
 བརྒྱད། ཆེད་ཅུ་མ་མཁས་ཁག་གཙོ་བོ་བརྒྱད་ཅུ་མ་བདམས་ནས་བཞུགས་
 པ་དེ་རྒྱུ་ལྟར་ལས་པོ་དེ་ཡི་ཅུ་མ་རིག་སྤྱོད་དེ་བྱེ་བྲག་གི་བྱེད་ཆོས་རྒྱུ་
 ཅུ་མ་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། གཞན་ཡང་སྤྱོད་བྱིད་དེ་པ་འི་སྤྱོད་
 པ་དེ་ཡང་ཆེད། མཆན་འབྲེལ་དང་། ཆོག་འབྲེལ། སྤྱོད་གཞི་ལྟར་
 བཞུགས་ཡོད།

ད་ལས་པ་འི་ཅུ་མ་མཁས་ཁག་གིས་སྤྱོད་དེ་པ་དུག་པ་འི་སྤྱོད་
 བྱིད་བྱེད་ཆོས་ཡིག་གནས་ཆད་རིམ་བཞིན་གོང་མཐོར་གཏོང་

བའི་འདུན་པ་སྒྲིབ་ཐུབ་པའི་འབད་པཅོན་ལྟེན་མེད་བྱས་ཏུ་རྩམ་པ་.....
 རྒྱུག་བྱ་ཡུན་ཐུང་པའི་མོག་ར་ཆ་ར་ཉིད་ཀྱི་གིས་ཡན་དང་ཉམས་སྦྱང་
 ཞན་པའི་དབང་གིས་བསམ་དོན་ལྟར་འབྱུང་པའི་ངེས་པ་ཆེར་མེད་ལ་
 སྦྱོན་དང་ནོར་འབྱུལ་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་མིད་པས་ཐུ་ཆེན་དགོ་
 གན་དང་སྒྲོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་དཔྱད་ས་འཆར་ཅི་ཡོད་ལྟག་སྒྲུབ་ཡོད་པ་
 རྒྱ་ཁྱུ་ཡིན། སྒྲོབ་དེ་དེ་རྣམས་ཅོམ་རྒྱུག་བྱེད་རིང་གྲུང་གྲུང་བོད་རང་
 སྒྲོང་སྒྲོང་ས་ཏང་གི་སྒྲོབ་གྲུའི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲོབ་དཔྱད་ཁང་དང་།
 གྲུང་གྲུང་གཞིས་ཅི་ས་གནས་ཏང་གི་སྒྲོབ་ལ། གྲུང་གྲུང་ནག་ཆ་ས་
 གནས་ཏང་གི་སྒྲོབ་ལ། གྲུང་གྲུང་ལྟ་ཁ་ས་གནས་ཏང་གི་སྒྲོབ་ལ།
 མགས་འབྲེལ་ཡོད་ཆན་པ་ཁག་གིས་རྣམས་སྦྱར་གང་ལེགས་གནང་བུང་
 བར་ཐུགས་རྩི་ཆེ་རྒྱ་ཁྱུ་ཡིན།

གྲུང་གྲུང་བོད་རང་སྒྲོང་ས་ཁྱུ་
 ཡན་ལྟར་ཁང་ཏང་གི་སྒྲོབ་ལ་ནས།

དཀར་ཆག

ཐེང་གཞི།

ཐེང་ཆན་དང་པོ། དག་པར་བྱེད་པ་ཐེང་སྒྲུང་རིན་ཆེན་
མཚོ། (1)

ཐེང་ཆན་གཉིས་པ། དག་པར་བྱེད་པ་ཐེང་སྒྲུང་རིན་ཆེན་གྱི་
མཚོ། (4)

ཐེང་ཆན་གསུམ་པ། དག་པར་བྱེད་པ་ཐེང་སྒྲུང་རིན་ཆེན་གྱི་
མཚོ། (7)

ཐེན་ཆན་བཞི་པ། དག་པར་བྱེད་པ་ཐེང་སྒྲུང་རིན་ཆེན་གྱི་
མཚོ། (10)

ཐེང་ཆན་ལྔ་པ། དག་པར་བྱེད་པ་ཐེང་སྒྲུང་རིན་ཆེན་གྱི་
མཚོ། (13)

ཐེང་ཆན་དྲུག་པ། དག་པར་བྱེད་པ་ཐེང་སྒྲུང་རིན་ཆེན་གྱི་
མཚོ། (16)

ཐེང་ཆན་བདུན་པ། དག་པར་བྱེད་པ་ཐེང་སྒྲུང་རིན་ཆེན་གྱི་
མཚོ། (19)

སྒྲིབ་ཆན་བརྒྱད་པ། བློ་པར་བྱེད་པ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་རིན་ཆེན་གྱི་
མཆོ། (22)

སྒྲིབ་ཆན་དགུ་པ། བློ་གྱི་བདེ་ལོ་རྣམ་གཞག་ཉུང་ཅུར་བཟུམ་
པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་མ། (25)

སྒྲིབ་ཆན་བརྒྱ་པ། བློ་གྱི་བདེ་ལོ་རྣམ་གཞག་ཉུང་ཅུར་བཟུམ་
པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་མ། (29)

སྒྲིབ་ཆན་བརྒྱ་གཅིག་པ། བློ་གྱི་བདེ་ལོ་རྣམ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
བཟུམ་པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་མ། (32)

སྒྲིབ་ཆན་བརྒྱ་གཉིས་པ། བློ་གྱི་བདེ་ལོ་རྣམ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
བཟུམ་པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་མ། (35)

སྒྲིབ་ཆན་བརྒྱ་གསུམ་པ། བློ་གྱི་བདེ་ལོ་རྣམ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
བཟུམ་པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་མ། (38)

སྒྲིབ་ཆན་བརྒྱ་བཞི་པ། བློ་གྱི་བདེ་ལོ་རྣམ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
བཟུམ་པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་མ། (41)

སྒྲིབ་ཆན་བརྒྱ་ལྔ་པ། བློ་གྱི་བདེ་ལོ་རྣམ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
བཟུམ་པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་མ། (44)

སྒྲིབ་ཆན་བརྒྱ་དྲུག་པ། བློ་གྱི་བདེ་ལོ་རྣམ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
བཟུམ་པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་མ། (47)

སྒྲུབ་ཅན་འཇུག་པ། བོད་ཀྱི་འདྲ་ལོ་རྒྱུ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
འཇུག་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མ། (49)

སྒྲུབ་ཅན་འཇུག་པ། བོད་ཀྱི་འདྲ་ལོ་རྒྱུ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
འཇུག་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མ། (51)

སྒྲུབ་ཅན་འཇུག་པ། བོད་ཀྱི་འདྲ་ལོ་རྒྱུ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
འཇུག་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མ། (54)

སྒྲུབ་ཅན་ཉི་ཤུ་པ། བོད་ཀྱི་འདྲ་ལོ་རྒྱུ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
འཇུག་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མ། (57)

སྒྲུབ་ཅན་ཉི་ཤུ་གཅིག་པ། བོད་ཀྱི་འདྲ་ལོ་རྒྱུ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
འཇུག་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མ། (60)

སྒྲུབ་ཅན་ཉི་ཤུ་གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་འདྲ་ལོ་རྒྱུ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
འཇུག་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མ། (63)

སྒྲུབ་ཅན་ཉི་ཤུ་གསུམ་པ། བོད་ཀྱི་འདྲ་ལོ་རྒྱུ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
འཇུག་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མ། (67)

སྒྲུབ་ཅན་ཉི་ཤུ་བཞི་པ། བོད་ཀྱི་འདྲ་ལོ་རྒྱུ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
འཇུག་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མ། (69)

སྒྲུབ་ཅན་ཉི་ཤུ་ལྔ་པ། བོད་ཀྱི་འདྲ་ལོ་རྒྱུ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
འཇུག་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མ། (72)

- སྤྱོད་ཅན་ཉིད་བྱུག་པ། བོད་ཀྱི་བདེ་ལྗོན་མ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
 བཟུམ་པ་སྤྱོད་པའི་ལྷན་མ། (74) *
- སྤྱོད་ཅན་ཉིད་བྱུག་པ། བོད་ཀྱི་བདེ་ལྗོན་མ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
 བཟུམ་པ་སྤྱོད་པའི་ལྷན་མ། (77)
- སྤྱོད་ཅན་ཉིད་བྱུག་པ། བོད་ཀྱི་བདེ་ལྗོན་མ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
 བཟུམ་པ་སྤྱོད་པའི་ལྷན་མ། (80)
- སྤྱོད་ཅན་ཉིད་བྱུག་པ། བོད་ཀྱི་བདེ་ལྗོན་མ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
 བཟུམ་པ་སྤྱོད་པའི་ལྷན་མ། (82)
- སྤྱོད་ཅན་ལྷན་ཅུ་པ། བོད་ཀྱི་བདེ་ལྗོན་མ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
 བཟུམ་པ་སྤྱོད་པའི་ལྷན་མ། (85)
- སྤྱོད་ཅན་སྤྱོད་པའི་ལྷན་མ། བོད་ཀྱི་བདེ་ལྗོན་མ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
 བཟུམ་པ་སྤྱོད་པའི་ལྷན་མ། (89)
- སྤྱོད་ཅན་སྤྱོད་པའི་ལྷན་མ། བོད་ཀྱི་བདེ་ལྗོན་མ་གཞག་ཉུང་ཅུར་
 བཟུམ་པ་སྤྱོད་པའི་ལྷན་མ། (92)
- ཞུར་བྱུང་། (95)
- མཆུག་བྱུང་། (100)

སྒྲུབ་ཆེན་དང་པོ། དག་པར་བྱེད་པ་ལྡེབ་ རྒྱུ་རྩིན་ཆེན་གྱི་མཆོ།

ཀ་ར་ཀྱ་ཤུའི་ཞལ་ཐས་དང་། ཀ་བ་ཀོ་བ་ཀ་རྒྱུ་ཡིན།
 རྒྱུ་པ་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་མཛད་དང་། ས་མཐའ་རྒྱུ་པ་ས་རྒྱུ་ཡིན།
 རྒྱུ་པ་ལི་རྒྱུ་ནི་ས་རྒྱུ་ལ། རྒྱུ་མ་དག་ནི་ར་རྒྱུ་ཡིན། ཀྱ་ཙ་བྱེད་པ་
 ཀྱ་རྒྱུ་ལ། རྒྱགས་པ་དག་ནི་ལ་རྒྱགས་ཡིན། བྱ་ཤིས་དག་ནི་བ་
 བྱ་ལ། མཁོ་པོའི་རྒྱ་ནི་ས་རྒྱ་ཡིན། ཏུས་ལ་ལྷ་པ་ས་ལྷ་ལ། ཐུགས་
 ལ་མངའ་བ་མ་མངའ་ཡིན། ཏུང་པ་ལི་ར་ནི་ར་ར་ལ། བྱངས་ཀྱི་ལྷ་
 ནི་ལ་ལྷ་ཡིན། རྒྱང་མས་མངགས་པ་མ་མངགས་ལ། རྒྱགས་འབྱེན་
 པ་དང་རྒྱགས་པ་རྣམས། ས་རྒྱགས་ཡིན་པས་ཤིས་པར་བྱ། རྒྱང་མའི་
 ཏུང་ནི་ད་ཏུང་ལ། རྒྱང་བྱང་འཛམས་པ་ག་བྱང་ཡིན། ཏུང་ཏུ་
 མཇལ་བ་མ་མཇལ་ལ། བྱ་ལོན་འཇལ་བ་འ་འཇལ་ཡིན། འབྲུ་ཡི་
 རྒྱ་ནི་ག་རྒྱ་ལ། མེ་དང་ཉི་མ་ད་རྩ་ཡིན། རྒྱེད་གི་འཁན་པ་འ་
 འཁན་ལ། མཁས་པ་ལི་དབང་པོ་མཁས་བྱུང་རྣམས། མཁར་རྫོང་
 ལ་སྐགས་མ་ཡིས་འཕུལ། ཏུས་ལ་འདའ་བ་འ་འདའ་ལ། ལུང་པ་ལི་
 མདའ་དང་འཕེན་པ་ལི་མདའ། མ་མདའ་ཡིན་པས་ཤིས་པར་བྱ།

ཆེན་པོ་འབྲེལ།

ཀྱ་ཚ། རྟ་མེད་ཀྱི་སྐད་ཚར།

མངའ་བ། ① མེད་པ་དང་ལྟན་པ། ② ཁྱེད་ཀྱི་གཏོགས་པ།

ཐགས་པ། ཐགས་དང་མཐུ་ཁོ་ན་འདྲེལ་ས་མཁན་ཚས་ལྷགས་ཀྱི་ཆེད་ལས་པ།

མིང་ཆེན་ག

ཀ་ར། ཀྱ་མུ། ཀ་བ། ཀོ་བ། རྒྱ་ར་བ། རྒྱ་ར་མཛོད། རྒྱ་ར་མ།

ཀྱ་ཚ། རྒྱགས་པ། བྱ་མིས། མཁོ་མ། རྒྱ་བ། མངའ་བ།

མངགས་པ། ཐགས་པ། ཐུང་ཐུང་། ཐུང་ཀྱ། མངའ་བ།

ཐུང་གཞི།

1. ཐུང་ཚན་འདི་དག་ཡིག་ཅེ་བ་སྐོ་ལ་འཛིན་དགོས།

2. གཤམ་གསལ་སྐོ་འདྲེལ་དོན་མེ་ཆེད་པའི་ཆེན་ཀྱང་པ་དེ་དག་ལ་ཆེན་ཐུགས་.....

འཛིན་དགོས།

རྒྱ་() ཀྱ་() བྱ་() རྒྱ་()

ཁ་() ལ་() ཐ་() ཐགས་()

མངགས་() འཛལ་() མངའ་()

ཐུང་() ཐུང་() མེད་()

འདུལ་()

3. གཤམ་གསལ་ཡི་གེ་དེ་དག་ལ་སྒྲིལ་བཅས་བྱེད་དགོས།

སྒྲིལ་། རྒྱལ་། རྒྱལ་ཡི་སྒྲིལ་། རྒྱལ་བྱུང་། རྒྱལ་བྱུང་། རྒྱལ་སྒྲིལ་།

4. གཤམ་གསལ་མིང་ཅིག་དེ་དག་ལ་ཅིག་བྱུང་པ་རེ་བཅས་དགོས།

བྱུང་གིས། རྒྱལ་བྱུང་། རྒྱལ་གསལ་།

སྒྲིབ་ཆེན་གཉིས་པ། དག་པར་བྱེད་པ་ཐེབ་
སྒྲུབ་རིན་ཆེན་གྲུ་མཚོ།

གནམ་གྱི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་དང་། སྒྲིབ་པ་སྒྲུམ་པོ་སྒྲིབ་སྒྲིབས།
སྒྲིབ་པ་ལ་སྒྲིབས་ཟེལ་འདྲིགས། གང་སྒྲུབ་དང་ཆུ་སྒྲུབ་སྒྲིབས།
ཀ་སྒྲུབ་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། ས་བདག་སྒྲུ་ནི་ཀ་སྒྲུ་ལ། ལེན་
པའི་སྒྲུ་ནི་ག་སྒྲུ་ཡིན། སྒྲིན་པོ་དག་ནི་བ་སྒྲིན་ལ། ངན་པས་བསྒྲུ་
བ་ས་བསྒྲུ་ཡི། བ་ཡིས་འཕུལ་བས་ཤེས་པར་བྱ། འཕུང་བའི་སྒྲུབ་ནི་
ར་སྒྲུབ་ལ། ཡི་གེ་སྒྲིག་པ་ཀ་སྒྲིག་ཡིན། གོན་པའི་སྒྲིག་པ་ས་སྒྲིག་
ལ། སྒྲི་གྲོས་སྒྲི་ལུན་བ་སྒྲི་ཡིན། ལུས་ཀྱི་སྒྲི་བ་ག་སྒྲི་ལ། སྒྲིགས་
བཅ་སྒྲིགས་ཤིང་སྒྲིགས་ཐག་དང་། སྒྲིང་བྱ་སྒྲིན་པ་སྒྲིག་དམར་དང་།
སྒྲིབ་སྒྲིབ་མ་སྒྲིང་གཞི་སྒྲིབས། ག་ལ་ལ་འདྲིགས་ཤེས་པར་བྱ།
ཡིད་དགའ་བ་ནི་ད་དགའ་ཡིན། ཏུད་འགྲོའི་སྒྲི་དང་ལུས་ཀྱི་སྒྲིལ།
ས་སྒྲིལ་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། རྒྱུ་མ་ཆན་མ་ར་ཆན་ལ། དགོན་
པ་དག་ནི་ད་དགོན་ཡིན། ཆུ་ལ་ཆལ་བ་ར་ཆལ་ལ། གནན་པ་བྱེད་
པ་ག་གནན་ཡིན། མང་ཏུ་བསྒྲན་པ་ས་བསྒྲན་ལ། ལུག་པའི་སྒྲིད་
དང་སྒྲིད་བཏུད་ནམས། ས་སྒྲིད་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ།

ཆིག་འབྲེལ།

ཆོ་བ། འག་ན་མ་རྒྱུ་ཤེས་པ་འདྲ་ན་པ།

གང་ལྟ། རིགས་རྒྱུ་ལྟ་བུ་དེ་མ་རྒྱུ་གི་ཆ་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཅིན་པ་འདྲ་ནི་
ཆ་མཁོ་ནི་རང་བྱུང་པ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་མངའ་ཤིང་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་
ཆེན་པོ་འབྲེལ་གྱིན།

ཆོན་པ། རང་བྱུང་པ་མི་མཉུན་ཆོས་ལྟ་བུ་དང་ཞིང་བྱེད་མཁན་གྱི་དཔེན་...
རིགས་ཆེ་མོས་ལ་ཟེར། དེ་མང་གྲང་ཆོན་དང་། ནང་ཆོན། བཀའ་ཆོན་
བཅས་དབྱེ་བ་ཁག་གསུམ་ཡོད་པར་བྲགས།

ཆོད་བཅུད། ① (ཆོས་ཆོག) ལྟ་བུ་གྱི་འཇིག་རྟེན་དང་ནང་བཅུད་
ལྟ་བུ་མཁས་ཅན། ② ཆོད་ཆོད་དང་དེ་མི་ནང་ཏུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་དང་མ་རིགས།

མིང་ཆིག་

ཆོ་བ། ཆོ་བ། ཆོག་པ། ལྟ་པ། ས་འདག ཆོན་པ།
རན་པ། འཇུ་བ། འབྱུང་བ། ཆོག་པ། ཆོ་བྱས། རིགས་
བཅ། མིང་བ། དགའ་བ། ཏུ་འགྲོ། དགོན་པ། ལྟ་བ།
ཆོད་བཅུད།

ལྷོང་གཞི།

1. ལྷོང་ཆན་འདིའི་དག་ཡིག་ཅ་བ་ལྷོ་ལ་འཇིན་དགོས།

2. གཤམ་གསལ་མིང་ཆེག་དེ་དག་ལ་ཆེག་གྲགས་གང་མང་སྒྱར་དགོས།

ལྷོ། () () () ()

ལྷོ། () () () ()

བསྐྱ། () () () ()

དགལ། () () () ()

ཟ། () () () ()

ཆལ། () () () ()

གནལ། () () () ()

བསྐྱལ། () () () ()

སྐྱད། () () () ()

གནྱད། () () () ()

3. ལྷོང་ཆན་ལ་བལྟས་ནས་སྐྱང་ཆ་ཁ་སྐྱང་བྱེད་དགོས།

ངན་པས་()ས་ཤུ་ཡིན། ཡིག་()ཀ་སྐྱལ་ཡིན། སྐྱང་()

སྐྱན་()སྐྱལ་དམར་དང་། ()བ་ནི་ད་དགལ་ཡིན། ()དག་

ནི་ད་དགོན་ཡིན།

4. གཤམ་གསལ་མིང་ཆེག་དེ་དག་ལ་ཆེག་གྲུབ་རེ་བཅོ་དགོས།

བསྐྱ་བ། ལྷོ་གྲུ་ལ། དགལ་བ།