

མང་གཞི་འཛུགས་བསྐྱེད་ནཱ་གངས་ཐད་ལ་སྒེལ་བའི་ལས་འགུལ་གྱི་མ་དཔེ།

སྒྲིགས་ལ་འདེབས་གཤམ་ཆེན། ལས་འགུལ་གང་ཡང་ཅུང་བ་རྩལ་འགོད་དང་ལག་བརྟར་བྱེད་སྐབས་བྱེད་ཀྱིས་བདེ་འཇགས་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་དང་ཡིད་གཟབ་བྱེད་དགོས།

༡༥ གནད་དོན་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན།

ས་གནས་མི་མང་གིས་འདོད་མོས་མི་བྱེད་པའི་རྒྱང་གཞི་འཇུགས་བསྐྱར་གྱི་ནུས་ཁྱངས་དེ་འདྲར་འཕམ་གྱི་ཡོད་དམ། དཔེར་ན། གཏེར་བསྐྱོགས་ནས་གསེར་ལེན་པ། གནམ་ཐང་རྒྱག་པ་དང་རྩས་འབྱར་བཅོ་ལྔ་
འཇུགས་པ་སོགས་ལྟ་བུ། བྱེད་ཀྱིས་འདིའི་སྐོར་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གི་ཡོད་དམ། དཀའ་ངལ་སེལ་བར་ལམ་ཁ་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་། འཆར་གཞི་གཙོ་བོ་འགའ་ཞིག་རྒྱན་དུ་བེད་སྤྱོད་ཡོད་པ་རེད། གཤམ་
དུ་རྒྱང་གཞི་འཇུགས་བསྐྱར་གྱི་གནད་དོན་ལ་ཁ་གཏད་པའི་དཔེ་མཚན་ཁ་ཤས་དང་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གཞི་ཁ་ཤས་ཡོད། གཤམ་ལ་ཡོད་པའི་སྡེ་ཚན་རེ་རེར་དཀའ་ངལ་ལ་གཏོང་ལེན་བྱེད་ལྟངས་ཀྱི་དོན་ཚན་རེ
འགའ་འདུས་ཡོད།

33 དམིགས་ལྟུང་དང་དམིགས་ལྟུང་ཕལ་བ།

ལྷ་པ་རུང་གི་དམིགས་ལུལ།

- བཅོམ་ཤུགས་ཀྱིས་བཟོ་བྱ་སྒོ་རྒྱག་ཏུ་འཇུག་པ།
- རྣམ་གངས་ཀྱི་སྒྲོམ་དངོས་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡུལ་མིར་བསམ་འཆར་དང་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་ཐོབ་ཐང་ལག་ཐེག་བྱེད་པ། ཡུལ་མིའི་བསམ་ཚུལ་བསྐྱད་ལེན་དང་། ལུན་གསལ་འོས་མཚན་ཡུལ་མི་ཚོར་ལས་ཀའི་གོ་སྐབས་གསར་བསྐྱར་ལ་སོགས་པའི་དཔལ་འབྱོར་ཁེ་ཕན་བསྐྱར་དགོས་པ།

སྐྱོམས་ལ་ཉར་དགོས་པ་ནི། དཔེ་དོན་ལ་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་གནས་པ་བ་དང་མཐུན་སྟེང་ལ་མི་མཐུན་ཡང་སྟེང་། དེ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱི་རྒྱབ་རྒྱུངས་དང་ཁྱེད་ཀྱིས་འབད་པས་རྒྱབ་པའི་དམིགས་ལུ་ལ་གྱིས་ཐག་གཅོད་ཁྱེད་གིན་རེད།

ལྷན་ཅད་གི་དམིགས་ལུལ་ཕལ་བ།

- ན་གཞོན་འདི་དག་ལ་རང་ལུ་ལ་ནས་ལས་ཀའི་གོ་སྐབས་སྤྱད་དེ་གནས་གཞན་ལ་འགྲོ་མི་དགོས་པར་རང་གི་ས་ཆ་ནས་འདུག་ཐབས་ལ། (དཔེར་ན། གལ་ཏེ་ས་གནས་མང་ཚོགས་ལ་ལས་ཀའི་གོ་སྐབས་འདྲ་པོ་མེད་པ་ལྟ་བུ།)

༡ རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་དང་རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་པའི་བུ་

ལྷ་བ་རུང་བའི་དམིགས་དབུན།

- རྩོད་མིན་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས། (དཔེར་ན་བཟོ་རྒྱུ་ཁྲུང་ལས་ཁུངས། འགྲིམ་འགྲལ་ལས་ཁུངས་ལ་སོགས་པའི་དཔོན་རིགས། གནས་ཚུལ་དང་གནད་དོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཐག་གཅོད་དགོས།)
- མང་གཞི་འཛུགས་བསྐྱར་དང་རྩོད་འབྲེལ་ཡོད་པའི་རྩོད་བ།

ལྷ་བ་རྩང་བའི་དམིགས་འབེན་ཕལ་བ།

- ཁྱིམ་ཁང་གི་ལས་ཕྱེད། དོན་དག་འདི་ལ་དོ་རྒྱུད་བྱེད་པའི་ས་གནས་མང་ཆོགས། དམངས་ཆེན་འབྲས་མི་དང་མིང་གྲས་ཟུ་ཡོན། ས་གནས་དེའི་འགོ་ཁྲིད་དང་འགོ་ཁྲིད་བཅས།
- རྒྱུ་ཤངས་ཁྲིད་དུ་ཁེ་ཕན་ཐོབ་པའི་ས་གནས་མང་ཆོགས་དང་དགོན་ཆེའི་འགོ་ཁྲིད། ཁོང་ཆོའི་ཤུགས་ཀྱིན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུ་ཤངས་ཀྱི་ལས་གཞི་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་དབང་འཛིན་པར་ཤུགས་ཀྱིན་བཏོད།

৫৩ বিব'মহুবা

ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་པའི་ངོ་བོ་ལྟར།

- ཁ་སྒྲོན་དང་པོ་ནང་དུ་བཞག་ཡོད་པའི་དྲི་བ་དེ་དག་ལ་གཟེགས་རྟགས་

རྒྱས་སྟོབས། འཛ་ཆ། སོ་སྐབས། ཉེན་ཁ།

ལུས་སྟོབས།

- ལུས་སྟོབས་ཅན་གྱི་འགོ་བྱིད་དང་རྒྱུ་པོ་རྒྱུ་པོ་སོགས་ཀྱིས་མི་མང་སྐུལ་སྒྲོང་བྱེད་ཐུབ་མཁན།
- ཐོན་ཁོངས་སྟོབས་དང་ལྷན་པ་དཔེར་ན། ཡོན་ཏན་པ་དང་ལས་འགུལ་སྒྲེལ་བྱེད་ཀྱི་མ་ཅཱ། ཉམས་ཐྱོང་ཅན་གྱི་ལས་མི། འགོ་བྱིད་ཀྱི་ལུས་པ་ལྷན་མཁན། མྱིང་སྟོབས་ དང་བཤད་པོད་ལས་པོད་པའི་མི་ལྟ་བུ།
- མིང་གཞུང་གི་ནང་དུ་བྱེད་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱ་བ་དང་བའི་དཔུང་གོགས། (དཔེར་ན་ས་གནས་མི་མང་ཆབ་བྱས་ཏེ་གནད་ཡོད་མི་སྣ་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་ནས་བྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ལ་ རོགས་རམ་བྱེད་མཁན་ལྟ་བུ།)
- བྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་ལ་བྱུང་བསྐྱགས་བྱེད་ཐུབ་པའི་གསར་ལམ།

འཛུ་ཆ་ཁམས།

- ལས་འགུལ་ལ་རུས་རྒྱུ་བས་ཟུན་པའི་འགོ་ཁྲིད་མེད་པ།
- ས་གནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་གི་འདུ་ཤེས་ཞན་པ། (དཔེར་ན་ས་ཞིང་གི་ཐོབ་ཐང་དང་ཁོར་ཕྱག་གི་ཐོབ་ཐང་ལྟ་བུ།)
- ཐོན་ཁོངས་ཞན་པ། སལ་ཆེར་འདི་རིགས་ཡིན་གྱི་རེད། རྣམ་གངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཆ་འབྲིན་དང་ཡིག་ཆ་མི་འདངས་པ། འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ལག་རྩལ་ཞན་པ། གནད་དོན་འདྲ་མཚུངས་ཡོད་པའི་ས་གནས་མི་མང་ག་ཞན་ལ་འབྲེལ་མཐུད་བྱེད་པའི་རུས་པ་ཞན་པ། དཔུང་གོགས་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་ནས་རང་དང་མཉམ་དུ་སྒྲེལ་བྱས་པའི་རུས་པ་མེད་པའམ་ཞན་པ་ལ་སོགས་པ་རྟ་བུ།
- སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན། འཆར་སྤང་ངམ་མིག་རྒྱང་མེད་པ་ནི་ཞན་ཆ་ཆེ་ཤོས་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་མི་རྣམས་ཕྱག་རྩ་གཅིག་སྒྲིལ་དང་འགྲིག་ཆགས་དོད་པོ་དང་བྱ་སྤྲེལ་གོམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ལས་ཀ་མཉམ་ལས་བྱེད་མི་བྱས་པ་དེ་མིག་རྒྱང་མེད་པ་ལ་རག་ལས་ཡོད།

གོ་སྐབས།

- རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ཚོག་མཆན་ཡི་གེ་དེ་བཟོ་བྲལ་གཞུང་ཞབས་ལ་སྐོག་བཅན་བྱིན་ནས་སྦངས་པ།
- ས་གནས་ཀྱི་ཚོང་ལས་དར་སྤེལ་ལ་དམིགས་ནས་ས་གནས་སྲིད་གཞུང་གིས་གཏན་དབབ་བྱས་པའི་དབུལ་སྐྱོབ་སྲིད་བྱས། (དཔེར་ན་མགོན་ཁང་དང་ཟ་ཁང་དང་སླ་འཁོར་ལ་སོགས་པ།)
- ས་གནས་སུ་ཡུལ་སྐྱོར་ལས་རིགས་ཡོད་པ་དེ་ན་ས་གནས་མི་མང་གིས་རྟོག་བྱ་བཟོས་ན་སྲིད་གཞུང་གིས་དོ་སྣང་ཤུགས་ཆེ་བ་བྱེད་པ།

ཉེན་ཁ།

- མི་མང་གིས་བྱ་འགུལ་སྤེལ་དུས་ཐབས་བྱས་དང་འཆར་གཞི་མེད་པ།
- ཚོགས་མི་པན་ཚུན་བར་ནས་བརྗོད་སྲིད་པར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་སྲིད་སྟེང་ཆ་དེ་དག་བདེ་འཇགས་དང་གསང་བ་བསྐྱང་ཐུབ་པ་མིན་པ།
- ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་གྱིས་བསུན་པོ་དང་ཁོང་ཁྱོ་བཟོས་པའི་ས་གནས་དཔོན་རིགས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཅག་ལ་ཉེས་འཇགས་བྱེད་པ།
- ས་གནས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ནི་ས་གནས་སྲིད་གཞུང་གི་ཆེས་གཅིགས་སུ་འཛིན་པའི་རྟ་བ་མཐུགས་པོ།

༥༽ ལས་འགུལ་གྱི་རིགས།

- ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིམ་གཞི་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ། བཟོ་བྲལ་ཚོང་ཚོགས་ཀྱི་གན་རྒྱ་ཡི་གེ་དང་འཆར་གཞི་ཡི་གེ་དང་དེའི་ཞིབ་པའི་གནས་ཚུལ་ལག་ཏུ་སོན་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། (དཔེར་ན། མང་གཞི་འཇུགས་བསྐྱར་དེ་ཁྲིམས་འགལ་གྱིས་ཚོག་མཆན་ཐོབ་པ་ཡིན་མིན། ཡང་ན་ལས་གཞི་འདིའི་ཁྲོད་དུ་སྐོག་བཅན་བྱིན་པ་དང་ཅུལ་སྤངས་ཀྱི་གནད་དོན་ཡོད་མེད་དང་། ཡང་ན་ས་གནས་མང་ཚོགས་ལ་བསམ་འཆར་བསྐྱད་ལེན་བྱས་ཡོད་མེད་སྟེ།)
- དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྲིད་བྱས་ལ་ཁག་འཛིན་པ། ས་གནས་སྲིད་གཞུང་གིས་ས་དཔེ་མང་ཚོགས་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་བྱེད་པ་ལ་པན་པའི་སྲིད་བྱས་གཏན་
- དབབ་བྱས་ཏེ་དབུལ་སྐྱོབ་བམ་དབུལ་ཐར་བྱེད་གིན་རེད། སྲིད་བྱས་འདི་རིགས་ཀྱི་ནང་དུ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཁག་འཛིན་པ་དང་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ།
- ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་ཀྱིས་དགག་བཞག་བྱེད་པ། ཁྱེད་ཀྱིས་རི་སྐྱེས་སོག་ཆགས་སྤང་སྐྱོབ་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གནས་ཅེ་ཆེན་སྤང་སྐྱོབ་ཐད་ནས་ཁྱེད་ལ་པན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་འཚལ་ཆོག་འདི་དག་ནི་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱང་བྱ་ཅ་འདུ།

༦༽ འགོ་ཁྲིད་མཉམ་ཞུགས་པ། དཔུང་གོགས། ཁ་གཏད་པ། བརྟ་མཐན་གཙོ་བོ་ནི་སུ་རེད།

- ས་གནས་མི་མང་གི་ཁྲོད་དུ།
- མང་གཞི་འཇུགས་བསྐྱར་གྱི་རྣམ་གྲངས་ལ་ཡིད་འཐད་དང་འདོད་པ་གཏན་ནས་མེད་པའི་མཉམ་ཚོགས་པ།
- སྤལ་རྒྱུན་གྱི་ས་གནས་མི་མང་གི་འགོ་ཁྲིད་(ས་གནས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་སྒྲིམ་གཞི་ལ་རག་ལས།)
- ས་གནས་མི་མང་གི་བདེ་སྤྱུག་བྱས་སྐྱོབ་བྱེད་ཀུས་པའི་ཤེས་ཡོན་པ།
- དགོན་པའི་འགོ་ཁྲིད་དམ་ཆུ་སྤལ་གྱིས་ས་གནས་མང་ཚོགས་དང་སྲིད་གཞུང་བར་གྱི་འགལ་བ་འདུམ་ཀུས་མཐན། (ཡང་ན་དགོན་པའི་སྤྱུལ་མང་ཚོགས་དང་སྲིད་གཞུང་གི་ཁ་མཆུའི་ནང་དུ་འདུམ་འགྲིག་བྱེད་པར་མི་ཡོང་བ།)

འགོ་ཁྲིད་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཐན་མཐན།

- སྤལ་རྒྱུན་གྱི་འགོ་ཁྲིད། ཆད་པོ་ཆོད་པོ། (པོ་མོ་གང་ཅང་།)
- ས་གནས་དེའི་སྐྱོབ་གསོ་བ།
- སྐྱོབ་མ།
- ས་གནས་དེའི་སྤྱུལ་དང་གྲ་བ་དང་རྩ་མོ།

མཉམ་ཞུགས་པ།

- ས་གནས་ཀྱི་མང་ཚོགས་དྲུས་མ།
- ཚོང་གཉེར་བ།

དཔུང་གོགས།

- གསར་ལམ་གྱི་ལས་མི།
- ས་གནས་ཀྱི་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་པ། སྲིད་གོས་ལྷ་ཡོན་དང་དམངས་ཆེན་འཐུས་མི་སོགས།

ཁ་གཏད་པ།

- རྩོད་སྲིད་གཞུང་དང་རྩོད་ཏང་ལ།
- ཁེ་གཉེར་ནང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་དང་ལས་མི།
- རྣམ་གྲངས་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཁེ་གཉེར་བའམ་ཚོང་བ།

བརྟ་མཐན་གཙོ་བོ་འཐུར་ཅུང་གི་མི་སྤྱ།

- ས་གནས་སྲིད་གཞུང་ལ་ཐད་གར་ཤུགས་རྒྱུན་དང་རྟ་ལྷ་སྤྱོད་ཐུབ་པའི་ས་གནས་མང་ཚོགས།
- ས་གནས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་སྤྱོད་ཀུས་པའི་གང་ཟག།
- སྐྱོབ་གསོའི་རྒྱབ་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་གསར་ལམ་རྟེན་དུ་རྩེ་སྤེལ་ཀུས་པའི་གང་ཟག།
- རིགས་རམ་གནད་འདོད་པའི་ཁོར་སྤང་ཚོགས་པ་དང་ཁྲིམས་རྩོད་པ།
- ཚོང་པ་དང་ཚོང་བདག།
- དགོན་པའི་སྤྱུལ་དང་ཡུལ་པའི་འགོ་བདག།

གནད་དོན་འཆར་འགོད་བྱེད་པར་བའི་གནས་ཚུལ།

- གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་ས་གནས་ཀྱི་མང་གཞི་འཐུགས་བསྐྱུན་ནམ་གངས་ཁྲིམས་འགལ་གྱིས་ཚག་མཆན་ཐོབ་པ་ཡིན་པ་ཤེས་ཆོ། ཁྱེད་ཀྱིས་སྒྲིག་ཟ་བུལ་ཁུངས་ངོ་སྤོལ་བྱེད་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་གནད་དོན་དེ་འཆར་འགོད་བྱས་ན་ཚག་།

ཐབས་བྱས།

- མང་ཚོགས་ལ་ཤེས་ཚོར་བྱུང་དུ་བཅུག་སྟེ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་གྱིས་ནམ་གངས་ཁྲིམས་གཏང་གཅོག་པའི་ནམ་པ་བཟོ་བ།
- ཀྱང་དབྱང་ལ་སྒྲན་ཞུ་བུལ་ནས་ས་གནས་ཀྱི་ཐག་བཅད་ཅུས་མེད་དུ་བཟོ་བ།
- དམིགས་བསལ་ལམ་བྱེ་བྲག་གི་གང་ཟག་གམ་ཚོགས་པ་ཞིག་ལ་ངོ་སྤོལ་དང་ཁ་གཏང་མི་གཅོག་པར་སྒྲིག་ཟ་བུལ་ཁུངས་ལ་ངོ་སྤོལ་དང་། རིགས་གནས་དང་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་བཅས་ལ་ཁག་བཞག་སྟེ་གནད་དོན་འཆར་འགོད་བྱེད་པ།

ཁྱེད་ཀྱིས་སྒྲུལ་སྒྲོང་བྱེད་དགོས་པའི་མི་སྲུ་སྒུ་ཡིན་པ།

- མང་ཚོགས་ཁྲོད་ནས་ཡོང་བའི་མཉམ་ཞུགས་པ་སྟག་བསམ་ཅན་དང་བརྟན་བཞིང་ཅན།
- སྒྲིལ་རྒྱུན་གྱི་འགོ་བདག་བཞུས་པོའམ་ཆད་པོ་རྟོག་པོ། (མོ་མོ་གང་བུང་།)
- ས་གནས་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེ་དང་དགེ་འདུན་པ།(གྲྭ་བ་དང་ཇོ་མོ།)
- སྒོ་བ་གསོའི་རྒྱ་བ་སྒྲོངས་ཡོད་ཅིང་སྤྱི་ཚོགས་གསར་ལམ་སྟེང་དུ་ཚོམ་སྟེལ་ཅུས་པའི་ཤེས་ཡོན་པ།
- སྲིད་གཞུང་ནང་གི་ས་གནས་དེ་གའི་མི་སྒྲ། དཔེར་ན་སྲིད་གྲོས་མཉམ་ཡོན་དང་དམངས་ཆེན་འཐུས་མི་སྟེ།
- ཁྲིམས་ཚུང་པ།

སྒྲུབ་བྱ་དང་སྒྲུབ་བྱ་ཕལ་བ།

གཤམ་དུ་གསལ་བ་ནི་ཁྲ་གཅིག་ནས་ཁྲ་བཞི་ཡི་ཚུན་སྒྲུབ་ཐུབ་པའི་སྒྲུབ་བྱ་ཁག་ཡིན།(འདི་དམིགས་འབེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད།)

- ཁྲ་གཅིག་གི་ནང་དུ་མ་མཐའ་ས་གནས་ཀྱི་སྒྲིལ་རྒྱུན་འགོ་ཁྲིད་གསུམ་ཡན་ངེས་གཏན་བྱས་ཏེ་དེ་དག་དང་ཐེངས་གཅིག་ལ་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་པ།
- ཁྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ། ཁྲིམས་ལྷགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་ཐམས་ཅད་འཛོལ་སྟུང་བྱས་རྗེས་ལས་འགུལ་གྱི་ཅ་བའི་སྒྲིག་འཐུགས་ལ་ལུལ་བ།
- ཁྲ་བ་གསུམ་ཀྱི་ནང་དུ་ས་གནས་དེའི་དམངས་ཆེན་འཐུས་མི་དང་སྲིད་གྲོས་མཉམ་ཡོན་སྒུ་སྒྲུབ་པ་རྒྱུས་ལོན་བྱས་རྗེས། མ་མཐའ་འཐུས་མིའམ་མཉམ་ཡོན་གཉིས་ལ་ངོ་སྤོལ་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པ།
- ཁྲ་བ་བཞི་ཡི་ནང་དུ། ཚོགས་འདུ་ལན་གསུམ་ནས་ལྔ་ཅས་འཛོགས་ཏེ། བརྒྱ་ཆའི་བདུན་ཅུ་དོན་ལྗེའི་ས་གནས་མི་མང་གིས་རེ་ཞུ་ཡི་གེ་སྟེང་དུ་མིང་རྟགས་འགོད་ཐུབ་པར་བྱ་བ།

མོ་གཅིག་གི་ནང་དུ་སྒྲུབ་ཐུབ་པའི་སྒྲུབ་བྱ་ཕལ་བ། (དམིགས་ལུལ་ཕལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད།)

- གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་འཐུས་བྱ་ལས་ས་གནས་དེ་ག་རུ་བོད་སྐད་ཡིག་ཆ་རྒྱུན་ཡིན་པའི་ལས་ཀ་རྗེ་ཁྱེད་དུ་འགྲོ་བཞིན་གནས་ཚུལ་ཐོན། མོ་གཅིག་གི་ནང་དུ་བོད་སྐད་ཡིག་ཤེས་པ་ཆ་རྒྱུན་ཡིན་པའི་ལས་ཀའི་གོ་སྐབས་༡༠༠གསར་གཏོད་བྱེད་པ་སྒྲུབ་བྱ་ཕལ་བ་ཡིན། སྒྲུབ་བྱ་འདི་མང་གཞི་འཐུགས་བསྐྱུན་གྱི་ལས་གཞི་ཁྲོད་དུ་མངོན་གྱུར་བྱེད་ཐུབ་ལ། མང་གཞི་འཐུགས་བསྐྱུན་སྒོ་བརྒྱབ་སྟེ་འགྲན་ཚོད་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཆོང་ལམ་སྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་མངོན་གྱུར་ཀྱང་བྱེད་ཐུབ།

ཐབས་ཚུལ་དང་ཐབས་ཚུལ་གྱི་ལམ་རིམ།

ཐབས་ཚུལ་ཁག་།

- གནས་ཀྱི་སྒོ་བ་གསོའི་ལས་གཞི་ནང་དུ་འདུ་དགོས་པ་འདི་དག་ཡིན། ས་གནས་མི་མང་གི་ཚོགས་འདུ། རེ་ཞུ་ཡི་གེ་ཐོག་མིང་རྟགས་འགོད་པ། གསར་ལམ་གྱིས་དོ་སྣང་བྱུང་བར་བྱེད་པ་བཅས་ཡིན།
- རང་བྱུང་ལུལ་སྒྲོངས་ཀྱི་མཛེས་སྟུག་བརྟན་པར་སྦངས་ཏེ། གལ་ཏེ་ནམ་གངས་མཉམ་ཐུང་དུ་ལས་ན་ལུལ་སྒྲོངས་འདི་དག་བོར་བརྟག་ཏུ་འགྲོ་བ་དེ་ལ་ནན་ཏན་གྱིས་བརྟོག་དགོས།
- དམངས་ཆེན་འཐུས་མི་དང་སྲིད་གྲོས་མཉམ་ཡོན་ལྷན་ཁྲུ་སྟུག་འཕྲད་དང་འདུ་ཚོགས་བསྟོར་སྟེང་བྱེད་པ།
- རྫོང་རིམ་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་འགོ་ཁྲིད་ལ་རེ་སྒྲུལ་ཞུ་བ།
- ནམ་གངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཆོང་རྒྱས་སྟགས་ཉོ་འགོག་བྱེད་པ།
- ས་གནས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་སྐོར་གྱི་ཟབ་སྦྱང་འཛིན་གྲྭ་འཛིན་པ།

ཐབས་ཚུལ་གྱི་ལམ་རིམ།

- རིམ་པ་དང་པོ། བརྟག་དབྱེད། ནམ་གངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་དང་རྒྱ་ཆ་འཛོལ་སྟུང་བྱས་ཏེ། ཡིག་ཆའི་འབྲེལ་ཡོད་སྟེན་ཞུ་ལས་ཁུངས་དང་ཚོག་མཆན་བཀོད་པའི་ལས་ཁུངས། ནམ་གངས་ཀྱི་དུས་བཅད་དང་ས་གནས་མི་མང་གཞན་གྱིས་འཐབ་ཚོད་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་ཕམ་ལོན་པའི་དཔེ་དོན། ས་གནས་མང་ཚོགས་འཕྲད་བཞིན་པའི་དཀའ་ངལ་ལ་སྟགས་པ་བརྟག་དབྱེད་དང་འཛོལ་སྟུང་བྱེད་པ།
- རིམ་པ་གཉིས་པ། མི་མང་གིས་དོ་སྣང་བྱེད་པར་མཐུན་རྒྱུན་སྦྱར་བ། མང་ཚོགས་ཀྱིས་མོས་མཐུན་དང་དོ་སྣང་བྱེད་པའི་ཡིག་ཆ་སྟགས་འཛོལ་སྟུང་བྱེད་པ་དང་། ཆ་འཕྲིན་གྱི་རྒྱ་ཆ། ས་གནས་མི་མང་གི་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་ས། ང་གནས་དང་གསར་ལམ་སྟགས་འདིའི་ནང་དུ་འདུས། ཐོག་མར་ཁྱེད་ཀྱིས་ཉེན་ཁ་མེད་པའི་སྒོ་ནས་ཐབས་ལམ་གང་གང་ལ་བརྟེན་ནས་དམིགས་ལུལ་འགྲུབ་པ་དེ་ཐག་གཅོད་དགོས།
- རིམ་པ་གསུམ་པ། ཞིབ་འཇུག་དང་བརྟག་དབྱེད་སྐབས། མང་ཚོགས་ཀྱིས་མོས་པའམ་འདུ་ཤེས་འདྲེན་པའི་ལས་ཀའི་འགོ་ཚུལ་པ། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྐབས། ཁྱེད་ཀྱིས་འཛོལ་སྟུང་བྱས་པའི་རྒྱ་ཆ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་མང་གི་འདུ་ཤེས་སམ་དང་བ་འདྲེན་པའི་ལས་ཀ་ལས་དགོས།
- རིམ་པ་བཞི་པ། བརྟན་ཕབ་ལེན་བྱེད་པ། ཞིབ་འཇུག་དང་བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་ལས་ཀ་མཇུག་རྗེས་རྗེས། ཆ་འཕྲིན་ཡོངས་སུ་འདུས་པའི་བརྟན་ཐུང་ཕབ་བསྐྱུན་བྱས་ཏེ་ས་གནས་མི་མང་གི་དམིགས་འབེན་ཁྱབ་བསྐྱགས་དང་སྒྲུལ་སྒྲོང་བྱེད་དགོས། བརྟན་ཐུང་གི་གཏམ་བཤད་དང་བསྟན་དོན་དེ་བརྟ་མཁན་གཙོ་བོའི་ཁམས་དང་མོས་པ་དང་བསྟན་དགོས།

- རིམ་པ་ལྔ་པ། ཚྲིགས་འདུ་ཚྲིགས་པ། མང་ཚྲིགས་ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་སྣ་ཚྲིགས་བརྒྱུད་དེ། དམངས་ཆེན་འཐུས་མི་དང་སྤྱི་ཤོས་ལྷ་ཡོན་མཉམ་ཞུགས་བྱས་པའི་ཚྲིགས་འདུ་ཚྲིགས་པ།
- རིམ་པ་དྲུག་པ། ཚད་རིམ་མཐོ་ཙུ་གཏོང་བ། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་འཕལ་དུ་མ་འགྱུར་ན། ཐབས་རྩལ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་འགུལ་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་གི་ཡིན། རྣམ་གངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ཀྱི་ཐོན་ཁོངས་མིན་པའི་ཚོང་རྒྱས་དང་ཚོང་ལས་ལ་ཉོ་འཚོང་མཚམས་འཛིག་བྱེད་གི་ཡིན་ནམ། ལུལ་ཚོ་དང་རྫོང་དང་རྒྱལ་སྤྱི་ཁྱེད་ཁང་བཅས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་ལ་སྦྲན་ཞུ་འབྲི་རྒྱ་ཡིན། ཡང་ན་ཁོང་ཚོ་ཚང་མར་བསམ་འཆར་བཤད་གི་ཡིན་ནམ།

༡༠ } **བརྒྱུ་ལན་དང་བྱ་འགུལ་འཆར་འགོད།**

བརྒྱུ་ལན།

- **ས་གནས་ས་གནས་མི་མང་གི་འགོ་ཁྲིད་ལ་བསྐྱར་བའི་བརྒྱུ་ལན་ནི།** མང་ཚྲིགས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཅག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་ཡིན། ཁྱེད་ཅག་གིས་ཀྱང་ང་ཚོའི་ཚབ་བྱས་ཏེ་གོང་རིམ་དང་ཞིབ་ཆེན་རིམ་པའི་ལས་ཁང་ལ་ང་ཚོའི་འདོད་འདུན་བཤད་དགོས།
- **ས་གནས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་ལ་སྐྱར་དགོས་པའི་བརྒྱུ་ལན་ནི།** ཁྱེད་ཅག་གིས་མང་ཚྲིགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱུག་ལ་འགན་ཁུར་ཁག་ཐེག་བྱེད་དགོས་པ་ལས་ཚོང་ཚྲིགས་ཆེན་པོའི་ཁེ་ཕན་ལ་འགན་ཁུར་ཁག་ཐེག་བྱེད་མི་ཙུང་། ང་ཚོའི་ཙུ་དཔུང་དུ་མཉམ་ཞུགས་གནང་རོགས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ང་ཚོས་ཁྱེད་ཅག་གིས་ས་གནས་ཀྱི་ལུལ་ལྡེ་རྩེ་རྩེ་ལེགས་སུ་གཏོང་བའི་ལས་དོན་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་གིན་ཡིན།
- **རྒྱལ་སྤྱིའི་གསར་ལམ་ཁག་ལ་བསྐྱར་བའི་བརྒྱུ་ལན་ནི།** ང་ཚོའི་ས་གནས་ཀྱི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་མང་གཞི་འཛུགས་བསྐྱར་ལ་ང་ཚོས་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པ་དང་། འོན་ཀྱང་མང་གཞི་འཛུགས་བསྐྱར་གི་ཁྲིད་དུ་ས་གནས་མང་ཚྲིགས་ཀྱི་བསམ་འཆར་སོགས་སྣང་མེད་དུ་འཛིག་མི་ཙུང་། ང་ཚོས་ཀྱང་ས་གནས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བྱས་རྗེས་མང་པོ་བཞག་ཡོད། རྣམ་གངས་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་ང་ཚོར་མཉམ་གྱི་སྟོན་ལས་ཀའི་གོ་སྐབས་མཁོ་སྤྱོད་བྱ་དགོས།

བྱ་འགུལ་འཆར་འགོད་སྐབས་ཀྱི་གནད་འགག་རེ་འགའ། སེམས་སུ་ཉར་དགོས་པ་ནི། གལ་ཏེ་བདེ་འཇགས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཡོད་ན། ས་གནས་མི་མང་གི་མིང་དངོས་བཀོལ་སྤྱོད་མ་བྱེད། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་རང་གི་འཆར་གཞི་དང་གོ་རིམ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་པའི་དུས་དང་ཡང་ན་གཞན་ལ་ཁ་པར་དང་སྒྲིག་ཁྲིད་བརྒྱུད་ནས་གཏམ་བཤད་ཀྱི་སྐབས་སུ་མིང་དངོས་མ་བཀོལ་སྤྱོད་མ་བྱེད།

ག། རས་ཚྲིག་མཆན་སྟོར་གྱི་དྲི་བ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ། ཟླ་བདུན་པ་ནང་དུ་ཞིབ་འཇུག་ཆར་བར་བྱས་ཏེ་བྱ་བའི་སྦྲན་ཞུ་ལུལ་ཐུབ་པ།

ཁ། རས་ཟླ་༦་པའི་ཆེས་ལྷོ་ཉེན་གྱི་ཟླ་རོལ་དུ་ངེས་བཟུང་བྱས་པའི་ས་གནས་འགོ་ཁྲིད་ཁག་དང་སྐད་ཆ་བཤད་ནས་ཟླ་༧་པའི་ཟླ་དཀྱིལ་ལ་ཚྲིགས་འདུའི་དུས་ཚོད་ཐག་གཅོད་བྱུང་བར་འགན་ཁུར་བ།

ག། རས་ཟླ་བདུན་པའི་ཟླ་མཇུག་ལ་བརྟན་ཐུང་བཅོས་ཆར་དགོས།

མཇུག་སྒྲིམ།

མཐའ་མར། ས་གནས་མི་མང་གིས་འབད་པ་བྱས་ཏེ་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ལེན་པར་བྱས་ན་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་དང་ཕལ་བ་ཐམས་ཅད་མངོན་གྱུར་བྱུང་བ་རེད། འདི་ལ་ཞིབ་ཚགས་དང་ཐབས་རྩལ་ཅན་གྱི་འཆར་འགོད་དང་དམིགས་པ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་གཏོང་བ་བཅས་དགོས། ལས་དོན་དུས་ཡིན་རིང་བོ་ཞིག་ལ་འགྲུབ་དགོས་བྱུང་བར་སྦྲམ་པ་འདམ། ཡང་ན་ཁྱེད་ཀྱི་ཐོག་མའི་འཆར་གཞི་ལ་བཞགས་དང་བར་ཆད་བྱུང་སྟེ། ཟླ་ཀྱི་འཆར་གཞི་མངོན་འགྱུར་བྱུང་མ་ཐུབ་ཆོ། ཁྱེད་ཀྱིས་འཆར་གཞི་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་བ་ནི་ལས་འགུལ་སུ་མཐུད་དུ་སྐྱེལ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན། ས་གནས་མི་མང་གི་ཁྲིད་ཡིན་ཙུང་དེའི་འབད་པ་སྦྱར་ལེན་ལ་ཕྱོགས་ཁྱབ་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་ཡོད་པ་དང་། ཤུགས་རྒྱུན་དེས་མང་ཚྲིགས་ལ་རུས་པ་ཐོན་ཐུབ། རུས་ཤུགས་དེས་ཁྱེད་ཀྱི་ས་གནས་མི་མང་དང་ལུལ་ཁམས་རྒྱལ་ཁ་ཕྱོགས་སུ་འདེད་གི་རེད།

ཁ་སྦྲོན་དང་སོ། ཞིབ་འཇུག་བརྟག་དཔྱད་བྱ་རུང་བའི་གནད་དོན།

(ཟླ་གསུམ་ནས་ཟླ་དྲུག་གི་དུས་ཚོད་དགོས། དེ་ནི་གོང་སྦྱོས་ཀྱི་ཐབས་རྩལ་གྱིས་ཐག་གཅོད་དགོས་པ་ཞིག་རེད།)

གོང་དུ་བསྟན་ཡོད་པ་ལྟར། ལས་འགུལ་རིམ་ཁྱར་མདུན་དུ་བསྐྱོད་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཕལ་ཆེར་ཞིབ་འཇུག་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་རྒྱ་རེད། མང་གཞི་འཛུགས་བསྐྱར་གྱི་རྣམ་གངས་དང་ཁ་གཏད་གཙོག་པའམ་འབྲེལ་བ་འཛིན་དུས། གཤམ་གྱི་གནད་དོན་རེ་འགའ་ལ་བསམ་སྟོན་གཏོང་དགོས།

- རྣམ་གངས་ཀྱིས་ས་གནས་མི་མང་གི་ཕན་ཡོན་གང་འདྲ་ཞིག་བསྐྱར་ཐུབ་གི་རེད།
- རྣམ་གངས་འདིའི་ཁྲིད་དུ་ཁེ་ཕན་ཐོབ་པའམ་ཐོབ་པར་རེ་བའི་ཚྲིགས་པ་དང་ཚྲིགས་མི་གཞན་སུ་སུ་ཡོད།
- ལུལ་མི་ག་ཚོད་ཀྱིས་རྣམ་གངས་འདི་ནི་རྒྱུན་མཐུད་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་ལ་བསམ་གིན་ཡོད། མི་ག་ཚོད་ཀྱིས་གནད་དོན་འདི་ཐག་བཅད་ཟེན་པས་གནད་དོན་ཞིག་ལ་བསམ་གིན་མེད་པའི་ལྟ་བ་འཛིན་གིན་ཡོད།
- རྣམ་གངས་འདི་ནི་དང་ཐོག་ས་གནས་གཞན་ནས་སྤེལ་བར་ཚོད་ལྷ་བྱས་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་ས་གནས་གཞན་ནས་འདི་ལ་ཡོང་བ་ཞིག་རེད་དམ། གལ་ཏེ་ཡིན་ན་འདིར་ཡོང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཅི་ཡིན། ས་གནས་གཞན་གྱིས་རྣམ་གངས་འདི་དང་རྣམ་གངས་འདིའི་སྤྱི་འཛིན་ཚྲིག་མཆན་སོགས་ལ་དགག་བྱ་བསྟན་ཡོད་དམ།
- རྣམ་གངས་འདིའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལོགས་སུ་སྤྱིད་གཞུང་གང་གང་གིས་རྒྱབ་རྩ་བྱས་ཏེ་ལངས་ཡོད། ཚོང་ཚྲིགས་གཞན་ནང་དུ་མཉམ་ཞུགས་བྱས་ཡོད་དམ། ཡོད་ན་ཚོང་ཚྲིགས་དེ་དག་གི་ངོ་བོ་རྩེ་ཡིན། རྒྱལ་གཞེར་རེད་དམ་སྟེར་གཞེར་རེད། ཡང་ན་འདྲེས་མ་རེད།
- ས་གནས་དེའི་དཔལ་འབྱོར་དར་སྐྱེལ་གྱི་སྤྱིད་བྱས་ནང་དུ་དཔལ་སྐྱོབ་ཅན་གྱི་སྤྱིད་རྩས་ཕྱ་ཞིབ་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཡོད་དམ།
- རྣམ་གངས་སྤེལ་ས་ན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གནས་རྩ་ཆེན་དང་རྟོད་སྐྱེས་རི་དྲགས་གཅན་གཟན་སོགས་ཡོད་དམ།
- གནས་རྩ་ཆེན་དང་རྟོད་སྐྱེས་སོག་ཆགས་དེ་དག་ལ་བྲིམས་ལུགས་ཀྱིས་སྤྱད་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་གཏན་འཁེལ་ཡོད་དམ། གལ་ཏེ་མེད་ན། ཐོག་ཐུག་ཐེབས་པའི་ས་ཆ་དེ་དག་ན་མང་ཚྲིགས་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་སྤྱད་སྐྱོབ་བྱེད་དགོས་ཞེས་དོ་སྣང་བྱེད་པའི་ས་ཆ་ཡོད་དམ།
- རྣམ་གངས་ཀྱི་གན་རྒྱ་དང་འཆར་གཞི་བཅས་ཀྱི་གནས་རྩལ་དང་ཡིག་ཆ་ཞིབ་ཚགས་ཅན་ཡོད་དམ། རྣམ་གངས་དེའི་ས་གནས་དང་དུས་ཚོད་སོགས་ཀྱི་གནས་རྩལ་གསལ་བོར་ཤེས་སམ།
- རྣམ་གངས་ཀྱིས་ཁོར་ལུག་སོག་ཐུག་ཚོད་དཔག་གི་བྲིམས་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཡོད་དམ།

ཁ་སྒོན་གཉིས་པ། ཁོར་ཡུག་གི་ཤུགས་རྒྱན་དབྱང་ཞིབ་ཐང་གི་བྲིམས་ལུགས་སྤྲིང་བསྟུས།

ས་གནས་མི་མང་ལ་སོ་སེའི་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་དང་། འབག་བཅོག་རིགས་བཀག་སྐྱོམ་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད།

གནད་དོན་མ་བྱུང་གོང་གི་སྒོན་འགོག། ཁོར་ཡུག་གི་ཤུགས་རྒྱན་དབྱང་ཞིབ།

བཟོ་གྲ་ཞིག་གིས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཇུགས་བསྐྱར་ཞིག་འགོ་བཙམ་པའི་ཟླ་རོལ་དུ། བཟོ་གྲ་དེས་ངེས་པར་དུ་ཁོར་ཡུག་སྔོན་ཁྱེད་དཔག་ཅེས་བྱ་བའི་ལས་རིམ་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས། ཁོང་ཚོས་འཇུགས་བསྐྱར་གྱི་ནུས་གངས་དེ་བརྒྱན་དེ་ཉི་ཁོར་གྱི་མང་ཚོགས་དང་ཁོར་ཡུག་བཅས་ལ་ཤན་ཤུགས་དང་སྔོན་ཁྱེད་གང་གང་འབྱུང་བ་བརྟུག་དབྱང་དང་ཡིག་ཚགས་སུ་བཀོད་དེ་སྤྱི་གསལ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། མང་ཚོགས་ལའང་ལས་གཞིའི་ནུས་གངས་ལ་བསམ་ཚུལ་བཤད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་ཁག་ཐེག་བྱས་ཏེ། ཁོར་ཡུག་སྔོན་ཁྱེད་དཔག་གི་བྲིམས་ཀྱིས་འདིའི་ཐང་གི་བརྒྱན་རིམ་གསལ་བོར་འཁོད་ཡོད་པ་དང་། ས་གནས་སྤིང་གཞུང་གི་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་བྲིམས་འདི་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་ལས་དོན་བསྐྱབ་གིན་ཡོད་པ་ལ་ནན་ཏུ་བྱེད་དགོས།

ཁོར་ཡུག་སྔོན་ཁྱེད་དཔག་གི་ཡི་གེ་ནང་དུ་རྒྱ་ཆ་གང་གང་ཚང་དགོས་ཞེ་ན། བྲིམས་ལྟར་ན། ཚང་ཚོགས་དང་གཏེར་སྔོན་ལས་ཁུངས་སོགས་ཀྱིས་ལས་གཞིའི་དུས་ཚོད་དང་ས་གནས། ལས་གཞིའི་ས་གནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་དོ་སྔོན་གང་གང་ཡོད་པ་སྤྱི་གསལ་བྱ་དགོས། ཚོད་དཔག་ཡི་གེ་འདི་མ་མཐའ་ཡིན་ན་ས་ཆ་དེའི་ཐུན་མོང་ཚོགས་སའི་ས་གནས་ལྔ་ནས་སྤྱི་བསྐྱགས་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་སྤིང་གཞུང་དང་སྒོ་བ་གྲ་དང་དགོན་པ། ཚོང་ཁང་དང་སྐྱངས་འཁོར་ས་ཚོགས་ལྟ་བུའི་ས་གནས་སུ་སྤྱི་བསྐྱགས་བྱེད་དགོས། དེ་མིན་ཚགས་ཤོག་དང་གསར་ཤོག་གི་སྤྱིང་དུ་མ་མཐའ་ཉིན་གསུམ་ལས་མང་བ་འི་དུས་ཡུན་རིང་ཚོད་དཔག་ཡི་གེ་དེ་འགོད་དགོས། མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཉིན་༤༥་ཡི་ནང་རྒྱན་ཚོད་དཔག་ཡི་གེ་དེ་ལ་བསམ་ཚུལ་ཡིག་ངག་གང་རུང་གི་སྒོ་ནས་ས་གནས་མི་དམངས་སྤིང་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ལ་བཤད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། ལས་ཁུངས་དེ་དག་ནི་ཁོར་ཡུག་ལས་ཁུངས་སམ་ཡང་ན་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོབ་ལས་ཁུངས་སོགས་ཡིན།

ཁོར་ཡུག་སྔོན་ཁྱེད་དཔག་གི་ཡི་གེ་དེ་ལ་སྤྱི་བསྐྱགས་མཆན་འགོད་པའམ་ཕྱིར་བསྐྱོག་བྱེད་དགོས་ཞེ་ན། དེ་ནི་ལས་གཞིའམ་ནུས་གངས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུ་ལ་རག་ལས་པ་ཞིག་རེད། རྫོང་སྤིང་གཞུང་དང་ཡང་ན་ཁུང་ཆེན་སྤིང་གཞུང་གི་ཁོར་སྤང་ལས་ཁུངས་སམ་ཁོར་སྤང་ཤུའུ་ཡིས་མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བཤད་ཆོག་པའི་དུས་ཡུན་རྫོགས་པའི་དུས་ཀྱི་ཉིན་ ༣༠་ནས་ ༥༠་བར་དུ་ཆོག་མཆན་འགོད་པའམ་ཕྱིར་བསྐྱོག་བྱེད་དགོས། འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ལས་བྱེད་པས་མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ལེགས་པར་ཉན་ནས་འགྲིག་མིན་གྱི་ཐག་གཅོད་དགོས་ཤིང་། ལས་གཞི་ལ་ཆོག་མཆན་ཐོབ་པའི་དབང་དུ་བཏང་ནའང་མང་ཚོགས་སམ་དོ་བདག་གིས་གོང་རིམ་ལས་ཁུངས་ལ་སྤིང་གོས་བསྐྱར་གོས་ཀྱི་སྐྱར་ཁུ་ལུ་ནས་ཐག་གཅོད་དེ་ཡང་བསྐྱར་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པའི་རེ་འདུན་བཏོན་ཆོག་དེས་མི་ཚད་མང་ཚོགས་དང་ཚོགས་པས་བྲིམས་ཁང་དུ་ལས་གཞི་དེ་ལ་ངོ་སྤོལ་བྱེད་པའི་གཏུག་བཤེར་ཀྱང་ཁུ་ཆོག་

གཞོད་པ་དང་གོད་ཆག་ཐེབས་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་ཕན་དང་སྤྱིར་ངོས་ཀྱི་སྤྱི་ཕན་གཏུག་བཤེར་བྱེད་སྐྱངས།

ཁོར་ཡུ་སྤང་སྐྱོབ་ཀྱི་བྲིམས་ཀྱི་ནང་དུ། ཁེ་ལས་དང་ལས་དོན་ལས་ཁུངས། ཚོང་གཉེར་ཚོགས་པ་བཅས་ཀྱིས་སྤྱི་ཁམས་དང་ཁོར་ཡུག་ལ་འབག་བཅོག་དང་གཞོད་པ་རེ་ཁུང་དུ་གཏོད་དགོས་པའི་རེ་སྐུལ་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཡོད། འབག་བཅོག་བྱེད་མཁན་གྱིས་ངེས་པར་དུ་བྲིམས་ཀྱིས་བཅས་པའི་འགན་འདི་དག་ཁུར་དགོས་ཤིང་། གཞོད་པ་དང་གོད་ཆག་གི་བྱུང་རྒྱུ་བཅས་ལའང་འགན་ཁུར་བྱེད་དགོས། གཞོད་རྒྱུན་གྱིས་དབང་གི་ཁོང་ཚོར་གཏུག་བཤེར་བྱེད་དགོས་ན་ཐབས་ལམ་གཉིས་ཡོད་པ་གཤམ་གསལ།

- **སྤྱིར་གཏུག་གི་བརྒྱུད་རིམ།** འབག་བཅོག་དང་ཁོར་ཡུག་གཏོར་སྐྱོན་གྱི་དབང་གིས་གཞོད་པ་དང་གོད་ཆག་ཐེབས་མཁན་གྱི་དོ་བདག་གིས་གཏུག་བཤེར་བྱས་ཆོག་གཏུག་བཤེར་འདི་རིགས་སྤིང་འཛིན་གཏུག་བཤེར་ཡིན་ཡང་རུང་ལ་(གང་ཞིག་གིས་སྤིང་གཞུང་ལ་ཁ་མཆུ་འཇུགས་པ།) ཡང་ན་དམངས་དོན་གཏུག་བཤེར་བྱས་ནའང་ཆོག (དོ་བདག་གིས་ཚོང་ཚོགས་ལ་ཁ་མཆུ་འཇུགས་པ།) གཏུག་བཤེར་འདི་རིགས་ངེས་པར་དུ་དོ་སྔོན་ཐེབས་པའི་དོ་བདག་གིས་ཁུ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས། གཞོད་པ་ཐེབས་པའི་རིགས་ལ་དུ་མ་ཡོད་ཆོག་དཔེར་ན་ཞིང་ས་དང་ལུགས་སོག་ལ་གཞོད་པ་ཐེབས་པའམ་ནད་ཡམས་དང་ཤེ་མས་བྱུང་བ་སོགས་གང་རུང་ཡིན་ཆོག
- **སྤྱི་ཕན་གཏུག་བཤེར།** དེ་ནི་ཚོགས་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་ཁུ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས། ཚོགས་པ་དེ་ལ་ཁོར་ཡུག་འབག་བཅོག་གིས་ཐད་གར་གཞོད་པ་བྱས་མེད་ཀྱང་། ཚོགས་པ་དེས་སྤྱི་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་ཁུ་གཏུག་བྱས་ཆོག་སྤིང་འཛིན་སྤྱི་ཕན་གཏུག་བཤེར་གྱི་ཁྱེད་བདག་ནི་མི་དམངས་ཞིབ་དཔྱད་ཁང་ཡིན་དགོས་ཤིང་། དམངས་དོན་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཕན་གཏུག་བཤེར་ནི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་ཚོགས་པས་ཁུ་གཏུག་བྱེད་དགོས། (དཔེར་ན་དགོན་པ་དང་བྱང་མེད་ཚོགས་པ་ལ་སོགས་པ།) ཁེ་གཉེར་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་དང་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ལ་སོགས་པས་ཁུ་གཏུག་བྱས་ཆོག་སྤྱི་ཕན་གཏུག་བཤེར་བྱེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚོགས་པ་ཞིག་ལ་ཚང་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་ནི། དང་པོ། ཁུ་ཅན་གྱི་ཁྱོད་ཁྱེར་མི་དམངས་སྤིང་གཞུང་གི་དམངས་སྤིང་ལས་ཁུངས་ནས་ལས་ཁུངས་ནས་ཐོ་འགོད་བྱས་ཡོད་པ། གཉིས་པ། ཆེད་དུ་ཁོར་སྤང་ལས་དོན་སྐྱབ་པའི་ཚོགས་པ་ཡིན་པ། གསུམ་པ། ལོ་ཟླ་ཡི་རྒྱུན་ཚོགས་པ་དེ་ལ་བྲིམས་འགལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་མེད་པ། འདི་འདྲའི་བཅས་ལྔ་ན་ཚོགས་པ་ཞིག་གིས་ད་གཞོད་མང་ཚོགས་སམ་ཚོགས་སྤེའི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་སྤྱི་ཕན་གཏུག་བཤེར་ཁུ་ཆོག་ལ། ཚོགས་པ་འདི་དག་ལ་ཁོར་ཡུག་གཏོར་སྐྱོན་གྱིས་ཐད་གར་གཞོད་པ་ཐེབས་པ་ཞིག་ཡིན་མི་དགོས་པ་མ་ཟད། ས་གནས་དེ་དག་ཡོད་གོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་མི་དགོས། སྤྱི་ཕན་གཏུག་བཤེར་གྱིས་སྤྱིར་ཕན་གཏུག་བཤེར་ལ་བཞགས་དང་བར་ཆད་མི་བྱེད་པས་རྒྱུན་གྱིས། སྤྱི་ཕན་གཏུག་བཤེར་གྱི་བདེན་དབང་སོགས་སྤྱིར་ཕན་གཏུག་བཤེར་གྱི་སྐབས་སུ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་ཆོག

ཁྱེད་གཞི་མང་ཆེ་ཤོས་སུ་ཁྱེད་བདག་གིས་ཁོང་ལ་གཞོད་པ་ཐེབས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་བདེན་དབང་བྱེད་པའི་འགན་ཁུར་དགོས། འོན་ཀྱང་ཁོར་ཡུག་གཏུག་བཤེར་ཏེ་སྤྱི་ཕན་སྤྱིར་ཕན་གཏུག་བཤེར་གང་རུང་གི་སྐབས་སུ། བྲིམས་ཁང་གིས་ཁ་མཆུ་དང་དུ་སྐྱངས་པའི་རྫོང་སུ་བདེན་དབང་གི་འགན་ཁུར་དེ་གཞོད་པ་ཐེབས་མཁན་གྱིས་ཁུར་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། ཁོང་ཚོས་ཁྱེད་བདག་ལ་ཐེབས་པའི་གཞོད་པ་དེ་དག་ཁོར་ཡུག་འབག་བཅོག་ལས་བྱུང་བ་མིན་པ་སྐྱབ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་སྐྱབ་མ་ཏུས་ན་ཁོང་ཚོས་འཆོ་འགན་ཁུར་དགོས། ༢༠༡༥་ལོར་ཁོར་སྤང་གི་བྲིམས་བཟོ་བཅས་བྱས་པའི་རྫོང་སུ། ཁོར་ཡུག་འབག་བཅོག་བྱེད་མཁན་གྱིས་ཁོར་སྤང་གི་བྲིམས་བཞིག་པ་ཡིན་ན་ལྔར་བས་ཀྱང་སྤྱིང་པའི་ཆད་པ་ཁུར་དགོས་པའི་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཡོད། སྤིང་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་ལ་ཁོར་སྤང་གི་བྲིམས་ལག་བརྟར་བྱེད་སྐབས་བྲིམས་འགལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཡོད་ན་ཆད་པ་བཅད་ཆོག

ཁ་སྐོན་གསུམ་པ། སྤེད་གཞུང་གི་འགོ་བློན་མི་སྣ་གཏོང་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིག་གི་མ་དཔེ།

ཤུགས་ལ་བཞད། བྱེད་རང་གི་ཚོགས་ཐེངས་གནས་བབ་དང་། དགོས་འདོད། དམིགས་ཡུལ་བཅས་ལ་གཞིར་བཞག་སྟེ། ཁྱེད་ཀྱི་ཡིག་འདིར་བཟོ་བཅས་བརྒྱབ་སྟེ། འོས་འཚམ་བཟོ་དགོས།

ཞིང་ཆེན་དང་། ལུལ་རྫོང་། ཡང་ན། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྤེད་གཞུང་འགོ་བློན་མི་སྣ་_____ མཚོགས་གི་སྐུན་ཟུར།

ངའི་མིང་ལ་_____ ཟེར་ཞིང་། ང་རང་_____ གྲོང་ཁྱེར་ནང་འཚོ་སྡོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ངས་འཇུགས་སྐུན་ལས་གཞི་མཚམས་འཛིན་དང་། ལས་འཆར་དབུ་འཇུགས་བཀག་འགོག་བྱེད་པ། ལུ་མཐུད་ཚུལ་བཞིན་པའི་ལས་གཞིའི་སྐོར་ལ་རེ་སྐུལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད།

xxxxxx་ས་གནས་སུ་གནས་ཐོག་བྱེད་མཁན་གྱི་ཡུལ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། ང་རང་ལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ལས་འཆར་འདི་དང་། ལྷག་པར་དུ། ལས་འཆར་འདིའི་xxxxxx་ཡི་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་ཀྱི་འདུག་དེ་མ་ཟད། བཟོ་ཚོང་ཁང་གིས་ས་གནས་འདིའི་ནང་གི་བོད་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་གོ་བསྐྱར་གཏན་ནས་མ་བྱས་པར། བྱིན་པའི་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལས་འཆར་གྱི་ཚོགས་མཚན་སྤངས་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས། ངས་བྱེད་ལ་རེ་སྐུལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིག་འདི་བྲིས་ཏེ། ལས་འཆར་འདིའི་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བ་གཏོང་བའི་བྱེད་ལས་རིགས་བཀག་འགོག་བྱེད་པ་དང་། འབྲུང་འབྲུར་གྱི་འཇུགས་སྐུན་ལས་གཞི་ཁག་གི་ཁྲོད་དུ། ས་གནས་ཀྱི་མི་མང་ཚོར་ཚུལ་མཐུན་གྱི་གོ་བསྐྱར་དང་། འོས་འཚམ་གྱི་གུན་གསལ། ཡོངས་ཁྱབ་ཀྱི་བཅེ་བཀྲར། དཔལ་འབྱོར་གྱི་གོ་སྐབས་སྤོངས་རིག་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོང་བའི་རེ་སྐུལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད།

བྱེད་ཅིང་ཚོའི་ས་གནས་ཀྱི་འགོ་བློན་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། བྱེད་རང་ལ་འཇུགས་སྐུན་ལས་གཞིའི་ཐད་ཀྱི་བཟོ་ཚོང་ཁང་དང་། ལྷག་པར་དུ་བྱིན་པའི་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཉེར་བཞིན་པའི་བཟོ་ཚོང་ཁང་ཁག་ལ་སྤངས་འཛིན་ནན་མོ་བྱས་ཏེ། ཚོགས་ཐེངས་འདིའི་ནང་གི་མི་མང་དགྲུས་མ་ཚོའི་འཚོ་བའི་བདེ་སྐྱོད་ཀྱི་ཐད་ལ་དོ་ཁུར་བྱེད་པའི་འགན་འཁུར་ཡོད། བྱིན་པའི་སྐོར་གྱི་ཆེད་དུ་ཡར་ལོངས། ང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ཡར་ལོངས། ངས་བྱེད་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་ཏེ། ང་ཚོའི་སྐུན་མོང་གི་ཚོགས་ཐེངས་ལ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས།

གུས་འདུད་དང་བཅས།

གུས་མིང་།: _____

ལྷན་ཆས།: _____

མིང་ཏྲགས་: _____

ལ་སྟོན་ཡིག་ཆ། ལག་བཞི་པ། སྲིད་གཞུང་གི་འགོ་བློན་མི་སྣར་གཏོང་བའི་ཞུ་ཡིག་གི་མ་དཔེ།

གསལ་བཤད། བྱེད་རང་གི་ཚོགས་ཁྲའི་གནས་བབ་དང་། དགོས་འདོད། དམིགས་ལུལ་བཅས་ལ་གཞིར་བཞག་སྟེ། ཞུ་ཡིག་འདིར་བཟོ་བཅས་བརྒྱབ་སྟེ། འོས་འཚམ་བཟོ་དགོས།

གཤམ་འོག་ཏུ་མིང་རྟགས་བཀོད་པའི་ང་ཚོ་ཚང་མས་ XXXXXX འཛུགས་སྐྱུན་ལས་གཞི་མཚམས་འདོག་དང་། ལས་འཆར་དབུ་འཛུགས་བཀག་འགོག་བྱེད་པ། ལུ་མཐུད་ཚོམ་བཞིན་པའི་ལས་གཞིའི་སྐོར་ལ་རེ་སྐུལ་ཞུ་ཡིག་འབྲུལ་གྱི་ཡོད།

XXXXXX་ས་གནས་སུ་གནས་སྡོད་བྱེད་མཁན་གྱི་ཡུལ་མི་ང་ཚོར། ས་གནས་འདིའི་ནང་གི་ཡར་རྒྱས་གྱི་ལས་འཆར་འདིའི་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐེབས་གྱི་འདུག དེར་བརྟེན། གོས་འཆར་བཏོན་པའི་ལས་འཆར་དེ་ལུ་མཐུད་རྒྱུན་སྦྱོར་བྱེད་དུ་འཛུགས་དགོས་ཚུ་ལ་ང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་གོ་བསྐྱར་བྱས་པའི་ཐོག་ནས། ང་ཚོ་འང་ལས་འཆར་དེའི་ཐག་གཅོད་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཁོད་དུ་སྒྲིབས་སུ་བ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་བར་མཐོང་། XXXXXX ལས་འཆར་གྱི་ཐོག་ཏུ། ས་གནས་གྱི་བོད་མི་མང་པོར་ཚུལ་མཐུན་གྱི་སྟོན་པ་གོ་བསྐྱར་གཏན་ནས་བྱས་མེད་པར་མ་ཟད། བཟོ་ཚོང་ཁང་གིས་བྲིམས་འགལ་གྱི་ཐོག་ནས་ལས་འཆར་གྱི་ཚོག་མཆན་སྒྲངས་ཡོད་ཀྱི་མཚན་དེའི་དབང་གིས། ང་ཚོས་བྱེད་ལ་རེ་སྐུལ་ཞུ་ཡིག་འདི་བྲིས་ཏེ། ལས་འཆར་འདིའི་ཡར་རྒྱས་གྱི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཅུ་གཏོང་བའི་བྱེད་ལས་རིགས་བཀག་འགོག་བྱེད་པ་དང་། འབྲུང་འབྱར་གྱི་འཛུགས་སྐྱུན་ལས་གཞི་ཁག་གི་ཁོད་དུ། ས་གནས་གྱི་མི་མང་ཚོར་ཚུལ་མཐུན་གྱི་གོ་བསྐྱར་དང་། འོས་འཚམ་གྱི་ཀུན་གསལ། ཡོངས་བྱུང་གྱི་བཙུ་བཀུར། དཔལ་འབྱོར་གྱི་གོ་སྐབས་སོགས་རིག་སྐབས་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོང་བའི་རེ་སྐུལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

བྱེད་ནི་ང་ཚོའི་ས་གནས་གྱི་འགོ་བློན་ཅག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། བྱེད་རང་ལ་འཛུགས་སྐྱུན་ལས་གཞིའི་ཐད་གྱི་བཟོ་ཚོང་ཁང་དང་། ལྷག་པར་དུ་བྲིམས་འགལ་གྱི་ཐོག་ནས་གཉེར་བཞིན་པའི་བཟོ་ཚོང་ཁང་ཁག་ལ་སྒྲངས་འདོན་ནན་མོ་བྱས་ཏེ། ཚོགས་ཁྲའི་འདིའི་ནང་གི་མི་མང་དུས་མཚའི་འཚོ་བའི་བདེ་སྤྱད་གི་ཐད་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པའི་འགན་འཁུ་ཡོད། བྲིམས་སྦྱོར་གི་ཆེད་དུ་ཡར་ལོངས། ང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ཡར་ལོངས། ང་ཚོས་བྱེད་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་ཏེ། ང་ཚོའི་སྐྱུན་མོང་གི་ཚོགས་ཁྲའི་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས།

ཀུས་འབྲུད་དང་བཅས།

མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____
མིང་། _____	ཟླ་ཚེས། _____	མིང་རྟགས། _____

༼གསལ་བཤད། ད་དུང་། མིང་རྟགས་མང་པོ་དགོས་གྱི་ཡོད་ན། ལུ་མཐུད་རྟགས་༽

