

འི་བ་སྤེ་ཚན་ཀླ

བཀོད་སྒྱུ། འོག་གི་འི་བ་རེ་ལུ་ལན་བཞི་རེ་ཡོད་ས་ལས་ལན་ངོ་མ་འདི་ག དམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་དང་སྟུགས་
ལན་གྱི་ས་སྟོང་ནང་བྲིས། སྟུགས་ ༡X༡༠=༡༠ |

- ༡ མིང་གཞི་ ཅ་ཏ་ཅ་ཉ་ད་ན་ཞ་ཟ་ ཡ་ཤ་ས་ བཅས་བརྒྱ་གཅིག་ལུ་འཇུག་པའི་སྟོན་འཇུག་འདི་
- ཀ སོ་ཨིན།
ཁ མོ་ཨིན།
ག མ་ནིང་ཨིན།
ང ཤིན་རྩ་མོ་ཨིན།

ལན། _____

- ༢ རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལུ་
- ཀ སོ་མོ་མ་ནིང་མོ་གཤམ་ཤིན་རྩ་མོ་བཅས་ལུ་ཡོད།
ཁ སོ་མོ་མ་ནིང་ཤིན་རྩ་མོ་བཅས་བཞི་ཡོད།
ག སོ་མོ་མ་ནིང་བཅས་གསུམ་ཡོད།
ང སོ་མོ་བཅས་གཉིས་ཡོད།

ལན། _____

- ༣ བདག་གཞན་རྩས་གསུམ་ཟེར་བའི་སྐབས་ བདག་འདི་
- ཀ ཟུང་པ་སོ་ལུ་གོ་དགོ།
ཁ ཟུ་བའི་ཡུལ་ལུ་གོ་དགོ།
ག རྩས་གསུམ་ལུ་གོ་དགོ།
ང ཟུ་བའི་ལས་ལུ་གོ་དགོ།

ལན། _____

- ༤ ལམ་སྟོན་པ་པོ། སྟོན་པར་བྱེད། བསྟན་པར་འགྱུར། ཟེར་བའི་དཔེར་བཟོད་འདི་
- ཀ དངོས་པོ་བདག་དངོས་ཀྱི་དཔེ་ཡིན།
- ཁ དངོས་པོ་བདག་དོན་ཕལ་པའི་དཔེ་ཡིན།
- ག དངོས་པོ་བདག་ལ་ཡོད་པའི་ལས་ཀྱི་དཔེ་ཡིན།
- ང དངོས་པོ་གཞན་ལ་ཡོད་པའི་ལས་ཀྱི་དཔེ་ཡིན།

ལན། _____

- ༥ རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་གི་འཇུག་ཚུལ་ལུ་ སྒྲེས་བྱ་རབ་འབྲིང་ཐ་མ་གསུམ་ལུ་བྱེད་གོ་མི་འདི་
- ཀ ཡང་འཇུག་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལས་བརྟེན་ཡིན།
- ཁ མིང་གཞི་ཡི་གའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལས་བརྟེན་ཡིན།
- ག སྒྲ་གདངས་དྲག་ཞན་བར་མའི་བྱད་པར་ལས་བརྟེན་ཡིན།
- ང མགོ་ཅན་དང་འདྲོགས་ཅན་གྱི་སྒྲའི་བྱད་པར་ལས་བརྟེན་ཡིན།

ལན། _____

- ༦ བཀག་ཟེར་བའི་བྱ་ཚིག་འདི་ མིང་གཞི་
- ཀ པོ་ཡིག་གིས་བསྐྱབས་ཅུག།
- ཁ མོ་ཡིག་གིས་བསྐྱབས་ཅུག།
- ག མ་ནིང་གིས་བསྐྱབས་ཅུག།
- ང ཤིན་ཏུ་མོས་བསྐྱབས་ཅུག།

ལན། _____

- ༧ འཇམ་དཔལ་དབྱངས་བསྐྱོམ་ནི་གི་བསྐྱོམ་འདི་ སྐུལ་ཚིག་འབྲི་བ་ཅིན་ འཇམ་དབྱངས་
- ཀ སྐྱོམ་ཞིག་ཟེར་ཡིན།
- ཁ གོམས་ཤིག་ཟེར་ཡིན།
- ག སྐྱོམས་ཤིག་ཟེར་ཡིན།
- ང བསྐྱོམས་ཤིག་ཟེར་ཡིན།

ལན། _____

- ༤ གཤམ་གསལ་དཔེ་བཟོད་ཚུ་ལས་ དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་མེན་མི་འདི་
 ཀ སྤང་ཐོན་པོར་འགྱུར།
 ཁ ལྷམ་རར་མེ་རྟོག་ཤར།
 ག རང་ཉིད་ལྷ་རུ་གསལ།
 ང སྤོན་དཀར་པོར་འགྱུར།

ལན། _____

- ༥ འོག་གི་རྫོད་ཆོག་ཚུ་ལས་ བྱེད་པ་བཞི་འི་ བཞི་པ་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་ནི་
 ཀ ཕོ་ཡིག་བ་ཡིས་མིང་གཞི་ཀ་ལ་སོགས་པ་ལུ་འཇུག།
 ཁ ཐོན་འཇུག་ཕོ་མོ་སོགས་སྤྱ་དག་ཞན་བར་མའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག།
 ག མིང་གཞི་ཆ་ལུ་ཐོན་འཇུག་མོ་འདྲ་ཤིན་ཏུ་མོ་མ་ཡིག་གཉིས་འཇུག།
 ང ཕོ་ཡིག་བ་འདི་གིས་དུས་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་བསྐྱབ་པའི་དོན་ལུ་འཇུག།

ལན། _____

- ༦ རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་འདི་མིང་གཞི་
 ཀ ཕོ་ལུ་འཇུག་པ་ད་སྤྱ་དག་པ་ལུ་འགྱུར་མ་ཡིན།
 ག མ་ནིང་ལུ་འཇུག་པ་ད་སྤྱ་དག་པ་ལུ་འགྱུར་མ་ཡིན།
 ག མོ་ཡིག་ལུ་འཇུག་པ་ད་སྤྱ་དག་པ་ལུ་འགྱུར་མ་ཡིན།
 ང ཤིན་ཏུ་མོ་ལུ་འཇུག་པ་ད་སྤྱ་དག་པ་ལུ་འགྱུར་མ་ཡིན།

ལན། _____

དྲི་བ་སྒྲེ་ཆེན་ཁ་པ།

འོག་གི་དྲི་བ་༡༠ ཕོ་ཆམ་ཉམ་ལུ་ཚད་ལྡན་གྱི་ལན་སྤྱད་རེ་འབྲི་དགོ།

སྐྱགས་ ༢༥༡༠=༡༠ |

༡ གཞུང་འདི་འི་ མཚོད་པར་རྫོད་པ་པོ་དང་ བཟོད་པའི་ཡུལ་པོས་བབྱང་སྟེ་བྲིས།

ལན། _____

༡ སྒོན་འཇུག་ ཤེན་རྒྱ་མོ་གི་འཇུག་ཚུལ་ག་དེ་སྟེ་སྟོ་

ལན།

༢ ཕོ་ནི་སྒྲི་ཚུལ་བྲག་པར་འཇུག། མ་ནིང་རན་པར་འཇུག་པ་ཡིན།། མོ་ནི་ནན་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྟེ། ཤེན་རྒྱ་མོ་ནི་མཉམ་པས་
སོ།། ཞེས་པ་ལས་ ཆོག་རྒྱུ་དང་པོའི་གོ་དོན་འགྲེལ།

ལན།

༣ མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲང་། ཞེས་པའི་གོ་དོན་འགྲེལ།

ལན།

ལ འདི་ལ་མ་སྤངས་སྒོངས་ཚོད་ཀྱིས། །འཆད་ཅོད་ཅོམ་པའི་གྲར་འཇུག་པ། །མ་སྤྱེས་སེང་ལྷགས་གྲོན་པ་བཞིན།
ཟེར་བའི་ ཚོགས་བཅད་དེ་ནང་ མ་སྤྱེས་སེང་ལྷགས་གྲོན་པ་བཞིན་ ཟེར་བའི་དཔེ་དེ་གིས་ གོན་ག་ཅི་སྟོན་མ་སྟོ་

ལན།

ཧ གསོག་ འབྲིགས་ ཟེར་བའི་ བྱེད་ཚིག་གཉིས་པོ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཚོས་སྐད་ནང་ དཔེར་བཞོད་ཚུལ་མཐུན་རེ་བྲིས།

ལན།

ཉ བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་དང་ཕལ་པའི་སྒོར་ལས་ལྷག་སྤང་འབད་ཚར་བའི་བྱུལ་ལུ་ གཞན་ལུ་ག་དེ་འབད་གོ་བར་སྤོད་ནི་སྟོ་
དཔེ་གི་སྒོ་ལས་བཤད་པ་བྲིས།

ལན།

- ༩ བཟླ་བ་དེ་འདྲེན་པ་འདུག་ཏུ་མང་། །ཟེར་བའི་སྐབས་ནས་སྟོན་པ་ལྟར་ རྩེས་འཇུག་པོ་ཡིག་གིས་མིང་མཐའ་མོ་དང་
རྩེས་འཇུག་མོ་ཡིག་གིས་ མིང་མཐའ་པོ་བྲང་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་? དཔེ་གཉིས་རེ་བཀོད།

ལན།

- ༡༠ འོག་གི་བྱ་ཆོག་ཚུ་ རྩེས་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་ལུ་ཕྱེ།
བསྐྱམས། བསྐྱུག། བཅད། དཀྱུག།

མ་འོངས་པ།	འདས་པ།

ལན།

- ༡༠ འོག་གི་ཐིག་སྒྲོམ་ཀ་པ་དང་ ཁ་པ་ནང་གི་ རྩེད་ཆོག་ཚུ་ལྟག་སྟེ་ མཐུན་སྒྲིག་འབད་དེ་ ཀ་རྟགས་ཚུ་སྟོང་ནང་བྲིས།

ཀ	ཁ
༡ རྩེས་འཇུག་ངས་མིང་མཐའ་ག་འདྲེན་པ་ཅིན་	ཀ སྒྲིམ་བུ་འབྲིང་ཡིན།
༢ རྩེས་འཇུག་པོ་ཡིག་བ་ལུ་ ཡང་འཇུག་ས་ཞུགས་ན་	ཁ པོ་འོ་ཡི་གུ་ཡིན།
༣ རྩེས་འཇུག་གི་ཡི་གུ་ག་ད་བ་ས་བཞི་	ག སྟོན་འཇུག་གི་ཡི་གུ་ཡིན།
༤ མིང་གཞི་ཡི་གུ་ཀུན་ལུ་འཇུག་མི་འདི་	ང རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་པ་ཡིན།
	ཅ རྩེས་འཇུག་གི་ཡི་གུ་ཡིན།

ལན། ༡ ༢ ༣ ༤ ༥

སྒྲིམ་ཆེན་གྲགས་པ།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་རྩི་བ་ལྷ ལས་ རྩི་བ་ལྷ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྒྲེ་ ལན་བྲིས།

སྐྱགས་ ༡༠x༥=༥༠ |

རྩི་བ་དང་པ།

ཀ སྒྲིམ་ཆེན་མོ་ཡིག་འཁོར་གྱིས་ འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞི་རྒྱུད་པ་ ག་དེམ་ཅིག་ལུ་འཇུག་པ་སྒྲོ་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་བྲིས། (༥)

ལན།

ཁ སྒྲིམ་ཆེན་རྒྱགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཤེས་པ་དང་ མ་ཤེས་པའི་ཁྱད་པར་ག་དེ་སྒྲེ་འདུག་? ཆོས་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ལུ་ ཁྱེད་རའི་བསམ་ འཆར་ཅིག་བྲིས། (༥)

ལན།

གྲིབ་གཉིས་པ།

༡༡ འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ རྫོང་ཚོག་ནང་འོག་ཐིག་འཐེན་ཡོད་པའི་ བྱ་ཚོག་ཚུ་གིས་ ཏུས་ག་ཅི་ར་སྟོན་མ་སྟོ་? (༥)

རྫོང་པ།	ལན།
༡༽ དབང་ཕྱུག་གིས་གིང་གི་བརྟུང་།	
༢༽ ཀངས་དང་ལག་པ་ཚུ་བསྐྱམ་།	
༣༽ བགྲིས་ཀྱིས་ལུམ་ར་བཀོས་།	
༤༽ ཅིག་པ་ཕྱེག་།	
༥༽ བྱང་གིང་གུའི་ཡི་གུ་ཚུ་སྐྱབས་།	

༡༢ བན་སྟོན་པའི་གཞུང་ལུགས་ལུ་ ཐོས་བསམ་འབད་མི་འདི་གིས་ རྩོད་རའི་མི་ཚོ་ནང་ ཁོ་པན་ག་དེ་སྟེ་ར་ཡོད་པ་སྟོ་? (༥)

ལན།

དེ་བ་གསུམ་པ།

ཀ མིང་གཞི་མ་ནིང་རྩེས་སུ་ནི། ཡང་འབྲུག་མེད་པར་ཞུགས་པ་ན། དག་ཞན་གང་དུ་འང་མི་འགྱུར་བས། མཚན་མེད་
མ་ནིང་ཞེས་སུ་འདོད། ཞེས་པའི་ཆོག་མཆོད་འདི་གི་ ཆོག་རྒྱུད་པའི་གོ་དོན་གྱིས། (ལ)

ལན།

ཁ བད་སྤྱོད་པའི་གཞུང་ལ་ཐོས་བསམ་ཞུགས་ན་ རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལ་མི་སྒོངས། ཟེར་བའི་བཞོད་
དོན་དེ་ལུ་ བྱོད་གྱིས་ངོས་ལན་ཡོད་ག་མེད་? བྱངས་སྒྲེལ། (ལ)

ལན།

ལན།

རྩོད་ཆེ་ག།

༡ ཕ་མའི་གི་བྱུན་ཆས།

༡ ལྷུམ་འཁོར་གྱིས་དེད་གཡོག་པ།

༣ བླམ་གྱིས་ཆོས་གསུངས།

༤ དབུལ་པོར་ལ་སྒྱུན་པ་ཐོངས།

༥ ཆེས་ཏུ རྟོག་པ་འཁོར་བསྐྱར།

ལན།

ཁ ལྷམ་རྟགས་ཀྱི་སློབ་སློང་སྐབས་ ཡང་འཇུག་ད་དང་ས་གཉིས་ དཔེར་བཞོན་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུ་མི་ཡོད་རུང་ ལག་ལེན་ དངོས་འཐབ་ནང་ ཡང་འཇུག་ད་ འབྲི་སློབ་མེད་མི་འདི་ ག་ཅི་འབད་ཨིན་ནེ། བསམ་འཆར་བཀོད། (4)

ལན།

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.