

སྡེ་ཚན་དང་པ། རག་སྒྲིག།

སྡེ་ཚན་ཀ་པ།

བཀོད་སྒྲི། འོག་གི་རི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ཀ་ལ་ག་ང་བཞི་རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་ངོ་མ་འདི་ གདམ་ལ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་
ལུ་སྒྲིར་ཐིག་ ོ འདི་བཟུམ་བཀལ། སྐྱགས་ ༡༠x༡=༡༠

༡ བདེན་གཉིས་ནི་

- ཀ ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཡིན།
- ཁ ཀུན་ཚོ་བ་གྱི་བདེན་པ་དང་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན།
- ག སྐྱག་བསྐལ་གྱི་བདེན་པ་དང་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ཡིན།
- ང རྣམ་གངས་པའི་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་དང་རྣམ་གངས་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན།

༢ འདེགས་པ་ཞེས་པ་ནི་ དངོས་པོ་རྣམས་

- ཀ ཡད་ཅུང་ནང་དུ་བཅུགས་པའི་བྱེད་པ་ལ་གོ།
- ཁ ཀྱང་པས་མནན་པའི་བྱེད་པ་ལ་གོ།
- ག བྱེད་དུ་བཏེག་པའི་བྱེད་པ་ལ་གོ།
- ང གཞན་ལ་སྟེར་བའི་བྱེད་པ་ལ་གོ།

༣ པརྩ་ཞེས་པ་ནི་

- ཀ ཡན་ལག་ཅིག་གི་མིང་ལ་གོ་ནི།
- ཁ དངོས་པོ་ཅིག་གི་མིང་ལ་གོ་ནི།
- ག མེ་ཏོག་ཅིག་གི་མིང་ལ་གོ་ནི།
- ང མིའི་མིང་ཅིག་ལ་གོ་ནི།

༤ བྱང་འདས། ཞེས་པའི་དོན་ནི་

- ཀ ཟས་ལ་ཆགས་ཏེ་ཁ་བྱང་བྱང་བྱེད་པ་ལ་གོ།
- ཁ སྐྱག་བསྐལ་ལས་ཐར་བའི་དོན་ལ་གོ།
- ག སེམས་ཀྱི་ཉམས་ཚུངས་ལ་གོ།
- ང ཟས་ཀྱི་རོ་བྱང་བ་ལ་གོ།

- ༥ གཟེགས་མ། ཞེས་པའི་འགྲེལ་པ་ནི་ བྱའི་
 ཀ ཡུང་པོ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།
 ཁ ཉག་མ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།
 ག ས་བོན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།
 ང བང་མཛོད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན།
- ༦ རྫོབས། ཞེས་པའི་དོན་ནི་ རྒྱ་མས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་
 ཀ མ་འོངས་པ་ལ་གོ།
 ཁ སྤྱལ་ཚོག་ལ་གོ།
 ག འདས་པ་ལ་གོ།
 ང ད་ལྟ་བ་ལ་གོ།
- ༧ མདའ་འཕེན་ཞེས་པ་བཞིན་ མདའ་འཕེན་པའི་ཚེ་
 ཀ མདའ་ལྷགས་ལ་བསྟེན་དགོས།
 ཁ འབེན་ལ་བསྟེན་དགོས།
 ག བྱ་སྒྲོལ་བསྟེན་དགོས།
 ང གཞུ་ལ་བསྟེན་དགོས།
- ༨ མཉམ་གཞག་ཞེས་པའི་སྐབས་ མཉམ་པར་གཞག་ཐངས་ནི་ ལུས་
 ཀ རྣམ་སྒྲུང་ཚོས་བདུན་གྱི་སྒྲོ་ནས་མཉམ་པར་གཞག་དགོས།
 ཁ ལག་གཉིས་ཐལ་མོར་སྦྱར་ནས་མཉམ་པར་གཞག་དགོས།
 ག མིག་བརྩམས་ཏེ་མཉམ་པར་གཞག་དགོས།
 ང སར་སྤྱོད་དེ་མཉམ་པར་གཞག་དགོས།
- ༩ གསོལ་འདེབས་ཞེས་པ་བཞིན། གསོལ་བ་འདེབས་པའི་སྐབས་
 ཀ ལུས་གྲུས་པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་གདབས་དགོས།
 ཁ ངག་གྲུས་པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་གདབས་དགོས།
 ག ལུས་ངག་གཉིས་གྲུས་པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་གདབས་དགོས།
 ང ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྲུས་པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་གདབས་དགོས།

༡༠ འཆེ་མེད། ཚད་མེད་གཉིས་ཀྱི་བྱ་པར་ནི་

༡༡ ཚད་ལས་འདས་པ་དང་གངས་ལས་འདས་པའི་བྱ་པར་ཡོད།

༡༢ གཞོད་པ་མེད་པ་དང་ཚད་ལས་བཟུལ་བའི་བྱ་པར་ཡོད།

༡༣ ཆེ་བླ་པ་དང་ཚད་ལས་བཟུལ་བའི་བྱ་པར་ཡོད།

༡༤ བྱ་མེད་པ་དང་ལྷན་ལྷན་ཆེ་བའི་བྱ་པར་ཡོད།

སྒྲུབ་པ་ལ་པ།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་བྱ་པ་ ལྷ་གི་ལན་ རེས་པར་དུ་འབྲི་དགོས།

སྒྲུབ་པ་ ༥༨༩=༡༠

༡ མངག་གཞུག་ ཅེས་པ་དང་། དགོངས་བཞེད་ ཅེས་པའི་མིང་གི་རྣམ་གངས་བྲིས།
ལན།

༢ ག་ཕུར་འཕུལ་ཞེས་པ་དང་། བརྒྱ་ཕྱག་ཅེས་པའི་དོན་བྲིས།
ལན།

༣ གནས། ཞེས་པའི་རྩ་ཆོག་དེ་ རང་ཡུལ་ལ་སྐྱར་ནས་ རྫོང་ཆོག་གཉིས་བྲིས།
ལན།

	ཙ་ཚིག།		འགྲེལ་པ།
༡	མད་བྱང།	ཀ	སྒྲིབ་གྱི་བྱེ་བྱ།
༢	བརྩམ་པ།	ཁ	མི་མཁས་པ་འམ་གཤེས་རྒྱུད་བཟང་པོ།
༣	འཇུག་དཔྱུལ།	ག	ཕུལ་དུ་བྱིན་པ།
༤	ཡ་རབས་མཛོངས་པ།	ང	དགེ་སློང་ངམ་གྲ་པ།
		ཅ	ངོ་འཇུག་དཀར་བ།

༥ རྩོམ་པ་སངས་དང་། འབགས་པ་སངས་། གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་གྱིས།
ལན།

ཕྱེ་ཚན་ག་པ།

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ཨི་བ་བཞི་ལས་ གསུམ་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ལན་གྱིས།

སྒྱུགས་ ༤x70=30

ཨི་བ་དང་པ།

ག གཤམ་འཁོད་ཀྱི་རྩ་ཆོག་རྣམས་ཞེས་ནང་བྲིས།

ཕ་ཚིག།	ཞེས།
༡ མིང་གདགས།	
༢ ཉན་པ།	
༣ ལྟོད།	
༤ རྒྱུ་ལས་གཞི།	
༥ མཐོ་བསམ།	

ཁ རའི་སྤེལ་ཆོན་ལས་ ལའི་སྤེལ་ཆོན་ཚུན་གྱི་ མིང་ཆོག་ནམས་ཀྱིས་ ཆོས་སྐད་ཐོག་ འབྲི་གྲོག་ལ་ འབྲེལ་བ་དང་ཕན་པ་
ཇི་ལྟར་འདུག། བསམ་འཆར་ཞིག་བྲིས།

ལན།

[illegible]

ཇི་བ་གཉིས་པ།

ཀ པོ་ཉི་མེད། དཔག་མེད། བ་སངས་མི། སུན་ཚོགས་མི། དབུ་མ་མི། ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱི་གོ་དོན་བྲིས།
ལན།

ཁ ངག་སྒྲོན་གྱི་དོན་ཚན་ བ་སྡེ་དང་པ་སྡེ་བ་སྡེ་གསུམ་ལ་ སྒྲོབ་སྒྲོབ་བྱས་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་ རྒྱུད་རང་ལ་ བན་ཐོགས་
འདུག་གམ་? མིན་འདུག། རྒྱུ་མཚན་ཞོག།
ལན།

ཇི་བ་གསུམ་པ།

ཀ འོག་གི་མིང་ཚིག་རྣམས་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ བཅོམ་པ་བཟོ།
 མེ་བྱ། བེ་ཙོ། འཚོ་བྱེད། ཀྱུན་རྒྱུ་བ། བ་ཕྱང།
ལན།

ཁ གཡོག་དང་གཡོགས། བཟུང་དང་བཟུས། ཞེས་པའི་མིང་ཚིག་བཞི་པོའི་ གོ་དོན་གྱི་སྒོ་ལས་ཁྱད་པར་ཕྱི་སྟེ་བྱིས།
ལན།

དྲི་བ་བཞི་པ།

ཀ འོག་གི་ཚིག་ནམས་ རྫོང་ཁར་བསྐྱར་ཏེ་བྱིས།
 ལཱ་མོ་ནི། གཞར་ཡང་ནི། ད་གཞོད་ནི། གཡབ་མོ་ནི། གཞོད་མའི་རྩས་ནི།
 ལན།

[illegible]

ལན།

[illegible]

སྡེ་ཚན་གཉིས་པ། རྟགས་འཇུག།

སྡེ་ཚན་ཀ་པ།

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་རྩི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ཀ་ཁ་ག་ང་བཞི་རེ་ཡོད་ས་ལས་ འོས་འབབ་ཆེ་བའི་ལན་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་

ལུ་སྒྲོར་ཐིག་། འདི་བཟུམ་བཀལ།

སྟགས་ ༡༠x༡=༡༠ |

- ༡ རྗེས་འཇུག་གི་དོན་གྱི་སྦྱོར་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་ས་བཅད་ཀྱི་དབྱེ་བ་གཉིས་ནི་
- ཀ སྦྱོར་སྦྱོར་ཚུལ་དང་། དོན་གྱི་སྦྱོར་ཚུལ་གཉིས་ཡིན།
- ཁ མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྟགས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ཡིན།
- ག བརྗོད་བདེ་འདྲེན་པ་དང་། རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་པ་གཉིས་ཡིན།
- ང སྡེ་མ་གང་ལྟར་གྱུར་པ་དང་། ཕྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་གཉིས་ཡིན།
- ༢ ཨ་ནི་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། ཞེས་པའི་དོན་ནི་ ཨ་ནི་མོ་གཤམ་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པ་མ་ཟད་
- ཀ སོ་མོ་མ་ནིང་གི་རྟགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འང་མ་བསྟུ་བའི་དོན་ལ་གོ
- ཁ སོ་མོའི་རྟགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འང་མ་བསྟུ་བའི་དོན་ལ་གོ
- ག རྟགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འང་བསྟུ་བའི་དོན་ལ་གོ
- ང སོ་མོའི་རྟགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འང་བསྟུ་བའི་དོན་ལ་གོ
- ༣ ད་ནི་བདག་གཞན་དུས་གསུམ་གྱི། ཁོ་བ་མཚུབ་ཚུགས་བསྟན་པ་ནི། ། ཞེས་པའི་བཅུད་དོན་ནི་
- བདག་གཞན་དུས་གསུམ་གྱི་གོ་དོན་གྱི་སྟོང་པོ་
- ཀ འཕགས་པ་རྣམས་ལ་མཚུབ་ཚུགས་སུ་བསྟན་པའི་དོན་ཡིན་ནོ།
- ཁ བྱིས་པ་རྣམས་ལ་མཚུབ་ཚུགས་སུ་བསྟན་པའི་དོན་ཡིན་ནོ།
- ག རྒྱུས་པ་རྣམས་ལ་མཚུབ་ཚུགས་སུ་བསྟན་པའི་དོན་ཡིན་ནོ།
- ང བྱད་མེད་རྣམས་ལ་མཚུབ་ཚུགས་སུ་བསྟན་པའི་དོན་ཡིན་ནོ།
- ༤ འགྱུར་བ་མ་ནིང་ཞེས་པའི་དོན་ནི་ སྦྱ་
- ཀ ཅག་ཞན་གཉིས་ཀའི་ཆ་དང་ལྡན་པའི་དོན་ནོ།
- ཁ ཅག་ཞན་གཉིས་ཀའི་མཚན་མེད་པའི་དོན་ནོ།
- ག བར་མ་ཅག་ཞན་དུ་འགྱུར་བའི་དོན་ནོ།
- ང ཅག་པའི་འབྲིང་དུ་འགྱུར་བའི་དོན་ནོ།

༥ ཏྲགས་མཚུངས་འདྲན་པ་ཞེས་པ་དེ་ རྗེས་འཇུག་
 ༡ སོ་ཡིས་ མིང་གཞི་སོ་འདྲན་ཚུལ་ལ་གོ་དགོས།
 ༢ མོ་ཡིས་ མིང་གཞི་སོ་འདྲན་ཚུལ་ལ་གོ་དགོས།
 ༣ སོ་ཡིས་ མིང་གཞི་མོ་འདྲན་ཚུལ་ལ་གོ་དགོས།
 ༤ མ་ནིང་གིས་ མིང་གཞི་སོ་འདྲན་ཚུལ་ལ་གོ་དགོས།

༦ བརྗོད་བདེ་འདྲན་པ་ཞེས་པ་ནི་
 ༡ མ་ནིང་གིས་མ་ནིང་འདྲན་པའི་དོན་ནོ།
 ༢ སོ་ཡིས་སོ་འདྲན་པའི་དོན་ནོ།
 ༣ མོ་ཡིས་མོ་འདྲན་པའི་དོན་ནོ།
 ༤ སོ་ཡིས་མོ་འདྲན་པའི་དོན་ནོ།

༧ ༡.ཅ་.....ཅ་ནམས་སོ། ཞེ་པའི་ས་སྟོང་ནང་ མིང་གཞི་
 ༡ ཏ་དང་པ་བཙུགས་དགོས།
 ༢ ཐ་དང་པ་བཙུགས་དགོས།
 ༣ བ་དང་པ་བཙུགས་དགོས།
 ༤ ང་དང་ཏ་བཙུགས་དགོས།

༨ ཚོས་སྟོན་གྱི་ བསམ་པའི་རེ་འདོད་ལྟར་ བྱས་ཟིན་པ་ལ་ བསམ་པའི་རེ་བ་
 ༡ སྐྱབ་ཅེས་འབྲི་དགོས།
 ༢ བསྐྱབ་ཅེས་འབྲི་དགོས།
 ༣ སྐྱབས་ཞེས་འབྲི་དགོས།
 ༤ བསྐྱབས་ཞེས་འབྲི་དགོས།

༩ བདག་ བཏྲགས་ ཟེར་བའི་ཚིག་འབྲུ་དེ་ལ་ ཏྲགས་མཚུངས་འདྲན་པ་ལྟར་ན་ ཚིག་གོགས་
 ༡ ཅག་དང་པ་སྐྱར་དགོས།
 ༢ ལ་དང་ཆ་སྐྱར་དགོས།
 ༣ བ་དང་མ་སྐྱར་དགོས།
 ༤ བ་དང་མ་སྐྱར་དགོས།

- ༡༠ རྒྱུགས། རྒྱབས། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འདི་ རྒྱུས་བྱ་
- ༡ རབ་དང་འབྲིང་གི་ཁྱད་པར་ཡོད།
- ༢ རབ་དང་ཐ་མའི་ཁྱད་པར་ཡོད།
- ༣ འབྲིང་དང་ཐ་མའི་ཁྱད་པར་ཡོད།
- ༤ ཐ་མ་དང་རབ་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡོད།

སྡེ་ཚན་ལ་པ།

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ངི་བ་ ལཱ་འི་ལན་ དེས་པར་དུ་འབྲི་དགོས།

རྒྱགས་ ༥X༩=༡༠

- ༡ རྒྱུ་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ཕོ་དང་། མ་ཞིང་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བྲིས།
- ལན།

- ༢ བྱ་བའི་ལས་དང་བྱེད་པོ་གཉིས། །དངོས་སུ་འབྲེལ་ལ་བདག་གཞན་དབྱེ། །ཞེས་པའི་གོ་དོན་བྲིས།
- ལན།

༣ སྔོན་འཇུག་ཕོ་བ་ཡིག་གིས་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར་བཞིན་ ༤ བྲིས།
ལན།

༤ ཕོ་ཡིས་ཕོ་ཡི་ ཉགས་མཚུངས་འབྲེན་པའི་ དཔེར་བཞིན་ ༤ བྲིས།
ལན།

༥ གཏེར་ལ། ཞེས་པའི་མིང་དེ་ཉིད་ ཉགས་མཚུངས་འབྲེན་པའི་ དཔེར་བཞིན་ཡིན་པའི་ སྐུ་མཆན་བྲིས།
ལན།

འཛིན་པ་གཉིས་པ།

ཀ འོག་གི་ ཕུ་བའི་ ཆོག་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་ གོ་དོན་གྲིས།

དེ་ཆོ་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི། །འབྲི་དང་སྒྲོག་པ་གང་ལ་ཡང། །སྤེབ་སྦྱར་སྤྲོ་བའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར། །

ལན།

ཁ མིང་གཞི་དང་ སྔོན་འཇུག་གི་ རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ རྒྱ་མཚན་ལ་ བྱད་པར་ཡོད་དམ་མེད། ཇི་ལྟར།

ལན།

ག རྩོམ་འབྲུག་མ་ཅིང་ ག་ད་ གཉིས་ཀྱིས་ རུས་ད་ལྟ་བུ་ལ་འབྲུག་པའི་ དཔེར་བཞིན་ ༥ རེ་གིས།

LCSC-12/52/2017

ལན།

@COPYRIGHT RESERVED

ཀ བཟླ་བ་དེ་འདྲེན་པའི་དཔེར་བཟླ་དྲ་ ༥ དང་། ཉམས་མཚུངས་འདྲེན་པའི་དཔེར་བཟླ་དྲ་ ༥ བཅས་གྲིས།
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.

	༡།		ཁ།
༡	རྩས་གསུམ་ལས་རྩས་འདས་པའི་དཔེ་བརྗོད་ནི།	༡༡	བཤད་བྱའི་ཚོས། བསྐྱབ་བྱའི་ལྷ།
༢	རྩས་གསུམ་ལས་རྩས་ད་ལྟ་བའི་དཔེ་བརྗོད་ནི།	ཁ	གཙོད་པ་པོ། གཙོད་བྱེད།
༣	རྩས་གསུམ་ལས་རྩས་མ་འོངས་པའི་དཔེ་བརྗོད་ནི།	ག	བསྐྱབས། བསྐྱངས།
༤	དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ལས་གཞན་གྱི་དཔེ་བརྗོད་ནི།	ང	གདགས། དགག།
༥	དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ལས་བདག་གི་དཔེ་བརྗོད་ནི།	ཅ	འཆད། གཏོང།
		ཆ	ཐོངས། མོད།

@COPYRIGHT RESERVED