

སྡེ་ཚན་ཀླ་པ།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་བྲི་བ་རེ་ལུ་ ལན་བཞི་རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་ངོ་མ་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀླ་རྟགས་ལུ་ སྒྲིལ་བུ་། འདི་
བརྩམ་བཀའ། སྐུགས་ ༡x༡༠=༡༠ |

༡ གཞུང་འདི་འོ་ཐོག་མར་མཆོད་པར་བཞེད་པའི་སྐབས་ དགོས་པའི་དབང་གིས་མཆོད་པར་བཞེད་པའི་ཡུལ་ནི་

- ཀ རྟག་ཞི་བ་ཡིན།
- ཁ རྩ་བའི་བྲེ་མ་ཡིན།
- ག མཁས་པ་རྣམས་ཡིན།
- ང དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཡིན།

༢ ཆོག་ཕྱད་ ཞིང་ ལ་འཇུག་པའི་རྗེས་འཇུག་ནི་

- ཀ ག་ན་མ་འར་ལ་ཡིན།
- ཁ ན་ང་བ་མ་འར་ལ་ཡིན།
- ག ད་ན་བ་མ་འར་ལ་ཡིན།
- ང ང་ན་མ་འར་ལ་ཡིན།

༣ རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱད་ སྤར་བསྐྱུ་ ལ་དོན། ཨི་ལྷན་ཚུ་ལས་ རྒྱན་སྤྱད་ཟེར་མི་འདི་ ཆོག་སྡེ་ཕྱི་

- ཀ མཐུན་མི་མཐུན་དང་སྤྱད་པའི་དོན་ལ་གོ།
- ཁ མི་མཐུན་པ་དང་སྤྱད་པའི་དོན་ལ་གོ།
- ག མཐུན་པ་དང་སྤྱད་པའི་དོན་ལ་གོ།
- ང སྤྱད་པ་དང་མ་སྤྱད་པའི་དོན་ལ་གོ།

༤ དབང་ཕྱུག་གིས་ བསོད་ནམས་བསག་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཅུས་རྒྱན་ཅུ་ ལྷག་བསམ་ནམ་པར་དག་པའི་སྒོ་ལས་ དགོ་བ་སྐྱབ་
སྟོད་མི་ཅིག་ཨིན། ཟེར་བའི་སྐབས་ སྐྱབ་འདི་ ཅུས་ (འཛོན་ཐངས་)

- ཀ མ་འོངས་པ་ལ་གོ།
- ཁ སྐྱལ་ཆོག་ལ་གོ།
- ག འདས་པ་ལ་གོ།
- ང ད་ལྟ་བ་ལ་གོ།

༥ སྟོན་འཇུག་ལུ་ སོ་མོ་མ་ནིང་ཤིན་ཏུ་མོ་ཟེར་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ བ་ སོ་རུ་བཞག་དགོས་པ་ནི་སྤྱི་

- ཀ ཞན་པར་འཇུག་པའི་དབང་གིས་སོ།
- ཁ རན་པར་འཇུག་པའི་དབང་གིས་སོ།
- ག འག་པར་འཇུག་པའི་དབང་གིས་སོ།
- ང མཉམ་པར་འཇུག་པའི་དབང་གིས་སོ།

- ༤ ལ་དོན་གྱི་འཇུག་ལས་ གཅིག་གིས་གཞན་བྱ་བའི་ཡུལ་ལུ་ གཞོད་པའི་ལཱ་སྤང་སྟེ་ སན་ཐོགས་པའི་ལཱ་འབད་དགོསཔ་སྟོན་
པའི་དཔེ་བཟོ་དེ་
- ཀ རོར་ལ་ཕུ་ཕྱིན་ཞེས་འབྲི་དགོས།
- ཁ བུ་པ་ལ་གྱུར་ཞེས་འབྲི་དགོས།
- ག ལྷ་མི་རུ་སྟོམ་ཞེས་འབྲི་དགོས།
- ང ཡུལ་དུ་ཕྱིན་ཞེས་འབྲི་དགོས།
- ༥ དགའ་སྤྱོད་གཉིས་དང་ལྷན་པའི་ ཆོས་ལྷན་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཆོས་དང་ལས་སྟོལ་བཟང་པོ་ཚུ་ སྤར་ལས་ལྷག་སྟེ་དར་
.....རྒྱས་ཏེ་ཡོད། ཟེར་བའི་ས་སྟོང་ནང་
- ཀ ཞིང་ བཙུག་དགོ།
- ཁ ཅིང་ བཙུག་དགོ།
- ག ཤིང་ བཙུག་དགོ།
- ང ཞིག་ བཙུག་དགོ།
- ༦ སྟོན་འཇུག་གི་ཤིན་དུ་མོ་མ་ཡིག་གིས་ བདག་གཞན་དུས་གསུམ་ལུ་
- ཀ ཅོག་འཐད་པའི་སྟོ་ལས་འཇུག་པ་ཡིན།
- ཁ འགྱུར་བའི་སྟོ་ལས་འཇུག་པ་ཡིན།
- ག རྩེས་འཇུག་དང་བསྟུན་ཏེ་འཇུག་པ་ཡིན།
- ང ཡང་འཇུག་དང་བསྟུན་ཏེ་འཇུག་པ་ཡིན།
- ༧ དཔེར་ན་ ཆོང་དཔོན་ཞོར་བུ་བཟང་པོ་གིས་ དདུལ་ཁང་ནང་ལས་ ཉི་རུ་འབུམ་ལྷ་བཏོན་ཏེ་ ཆ་རོགས་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར
རྒྱ་མཚོ་ནང་ལས་ཞོར་བུ་བཏོན་པ་ཡིན་ཟེར་འགྲོ་བུག།
གོང་གི་མི་བཟོད་པ་འདི་གིས་འབྲུང་བྱངས་
- ཀ ཆ་འང་བ་དང་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བྱད་པར་སྟོན་པ་ཡིན།
- ཁ སྤྱད་པ་དང་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བྱད་པར་སྟོན་པ་ཡིན།
- ག དངོས་དང་ཆ་འང་བའི་བྱད་པར་སྟོན་པ་ཡིན།
- ང དངོས་དང་སྤྱད་པའི་བྱད་པར་སྟོན་པ་ཡིན།
- ༨ རྩེས་འཇུག་གི་ཡི་གུ་ བྱངས་ཁ་བཙུ་ཐམ་འབད་ ཆ་གནས་བཞག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་
- ཀ རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན།
- ཁ བཟོད་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན།
- ག ཡིག་སྟེབ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན།
- ང བཟོད་བདེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན།

སྒྲིལ་ཆུང་ལ་པ།

བཀོད་སྒྲིལ་ འོག་གི་ སྒྲིལ་བཅུ་པོ་ཆ་མཉམ་ལུ་ ཚད་ལྡན་གྱི་ལན་བྱང་ཀྱ་རེ་བྲིས།

སྐྱག་སྒྲིལ་ ༡x༡༠=༡༠ |

༡ སྒྲིལ་ལྟུག་གི་ཡི་གེ་ལྔ་པོ་ ཉམས་གྱིད་བྱེ་བ་ཕྱེ་ནས་བྲིས།

ལན།

༢ རྒྱུག་ལྟུག་སྐྱབས་གྱི་བྱེད་པ་བཞི་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་བྲིས།

ལན།

༣ ལྟུག་བཅས་ཟེར་བའི་གོ་དོན་བྲིས།

ལན།

༤ གང་མིང་བཟོད་པའི་དང་པོ་རྩུ། །དང་པོ་ལ་ནི་གཉིས་པ་སྦྱར། ཞེས་པ་དེའི་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ།
ལན།

༥ སྒྲིལ་བུ་རབ་དང་འབྲིང་གི་ངེས་ཆོག་གིས།
ལན།

༦ བྱེད་སྒྲིག་གི་ཕྱད་ གྱིས་དང་གྱིས་གཉིས་བཙུགས་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ལུ་སྦྱར་ཏེ་བཟོད་པ་རེ་རེ་གིས།
ལན།

༧ དེ་སྒྲིག་ བདག་གི་དངོས་པོ་དང་གསང་བའི་དངོས་པོའི་དོན་སྟོན་པའི་ འཇུག་ཡུལ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱད་འདི་ བཟོད་མཆོམས་གཅིག་
ནང་ཚུད་པ་འབད་གིས།
ལན།

༨ བསྐྱུལ། འགྱུལ། གཉིས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ཚོད་ཆོག་རེ་བཟོ།
ལན།

༧ རྩིས་འཇུག་བཅུ་ཐམ་གྱི་དོན་དག་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ འདི་གིས་ཁྱོད་ལུ་ གཞོད་པ་ག་ཅི་ར་འོང་ནི་མས་གོ་?

ལན།

༡༠ རྩིན་འཇུག་གི་ཕོ་བ་དང་མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་བྲིས།

ལན་

སྡེ་ཚན་ག་པ།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་རི་བ་༧ ལས་ལྷ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་གྱི་ས་སྟོང་ནང་བྲིས།

སྐབས་ ༡༠x༡=༡༠ |

རི་བ་དང་པ།

༡ འོག་གི་དཔེར་བཞོན་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ མིང་བྲིས།

༡ དུལ་གྱི་བུམ་པ། ༢ བུམ་གྱི་སྟོང་དོག།

༣ ལུག་གི་རུབ། ༤ རྩི་བའི་འོད།

༥ ལྷ་ཁང་གི་སྒྲ།

ལན།

ཁ ཟུམ་རྟགས་སྟོན་མི་སྟོབ་དཔོན་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ ཨ་ལོ་ཚུ་གིས་ཤེས་ཚུགས་པ་འབད་ སྟོབ་སྟོན་ག་དེ་སྟེ་ འབད་ནི་སྟེ་
བསམ་འཆར་བཀོད།

ལན།

ཀ རྩོན་འཇུག་གི་མོ་ འ་ཡིག་ ཏུས་མ་འོངས་པ་ལུ་འཇུག་པའི་ བྱ་ཚིག་དང་ལས་ཚིག་བསྟོམས་ ༡༠ ཐོ་བཀོད་འབད།
ལན།

ཁ རྗེས་འཇུག་བརྩ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕོ་མོ་མ་ཞིང་ཚུ་ ཉེ་མ་ལས་མེད་པ་འདུལ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་ ད་རེས་གནས་སྟངས་ག་ཅི་
བབྱམ་ཅིག་ནང་ ལུས་ནི་བབྱམ་ཅིག་འདུག་? བསམ་འཆར་ཅིག་བཀོད།

[illegible]

རྩི་བ་གསུམ་པ།

ཀ གང་མིང་གི་ནི་མ་མཐའ་ན། །ཕུ་ལི་རྒྱ་ཡི་སྒྲ་མེད་པ། །དེ་ལ་ཕུ་ལི་རྒྱ་སྦྱར་ན། །བདག་པོའི་སར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། །ཟེར་བའི་ཚིག་
བཅད་འདི་གི་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ།

ལན།

ལན།

[illegible]

དྲི་བ་བཞི་པ།

ཀ བོ་ནི་མ་ནིང་ལ་མི་འཇུག། མོ་ནི་ཕོ་ལ་འཇུག་པ་མིན། མ་ནིང་རང་ལ་རང་མི་འཇུག། རང་གི་སྟེ་དང་སྟེད་པ་ན། ཕོ་ཡང་མོ་ལ་
འཇུག་མི་འགྱུར། ཞེས་པའི་རྩ་ཆོག་དེའི་བརྩུད་དོན་གྱིས།

ལན།

ཁ སུམ་རྟགས་ཀྱི་གཞུང་འདི་ལུ་ཐོས་བསམ་འབད་དེ་ ལྟ་བུ་མི་འདི་གིས་ ཁྱོད་མཁས་པ་ལུ་འགྱུར་ཚུགས་ནི་མས་ག་? ག་ཅི་
འབད།

ལན།

འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཀྱིས་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་སྐབས་སུ་མཚན་མེད་མ་ཉིད་ཟེར་བའི་ངེས་ཚིག་གིས།

ལན།

ཁ སྤྱི་ལོ་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ་ ཕོ་མོ་མ་ནིང་དང་ཤིན་རྟུ་མོ་ཞེས་ དབྱེ་བ་ཕྱེད་གོས་སམ་? ཇི་ལྟར་? བསམ་
འཆར་ཞིག་བཏོད།

ལན།

ཇི་བ་དྲུག་པ།

ཀ འོག་གི་ས་བཅད་ལྔ་པོ་དེ་ནམས་གོ་རིམ་བསྒྲིགས་ཏེ་བྲིས།

- བཀྱིན་བསམ་ནི་གི་དོན་ལུ་མཁས་པ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ལ་ཕྱག་འཚལ་བ།
- སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཚས་དགེ་འདུན་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བ།
- སྤྱི་བའི་དབང་ཕྱག་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་བ།
- ཁག་ཆེ་བའི་དབང་གིས་རྟག་ཞི་བ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བ།
- སྒོས་སུ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་བ།

ལན།

ཁ འོག་གི་ལ་དོན་གྱི་འཇུག་ཡུལ་དང་གོ་དོན་གཉིས་མཐུན་སྒྲིག་འབད།

གོ་དོན།

- ༡ དུས་གཙོ་བོར་བརྗོད་པ།
- ༢ གནས་གཞི་གི་དོན་ཅན་སྟོན་པ།
- ༣ ཡུལ་གཞན་ལ་ཕན་ཐོགས་སྟོན་པ།
- ༤ བྱ་བའི་ཡུལ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ།
- ༥ ལས་དང་བྱ་བ་ཐ་མི་དད་པའི་དོན་སྟོན་པ།

འཇུག་ཡུལ།

- ཀ ལས་སུ་བྱ་བ།
- ཁ ཆེ་སྐབས།
- ག དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་པ།
- ང རྟོན་གནས།
- ཅ དེ་ལས་དེ་འབྱུང་།
- ཆ དགོས་ཆེད།

ལན།

ཁ སྡོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་བཀོད།
ལན།

རྩི་བ་དགུ་པ།

ཀ། འོག་གི་ཚུལ་སྐད་ནང་ཡོད་མི་ཚོ་གཙུ་ རྩོད་ཁ་ནང་སྐད་སྒྱུར་རྒྱུ་ལ།

༡ འཁྲིད།	༢ འབྲེལ།	༣ དགྲི།	༤ དབྱར་ཁ།	༥ བསྐྱོམས།
༦ བསྐྱར།	༧ གཅིར་བྱ།	༨ གཤེར་བ།	༩ མཉེན་པོ།	༡༠ མཚར་བ།

ལན།

ཁ མེན་འཇུག་ལྟ་དང་རྗེས་འཇུག་བརྩ་ཐམ་ལུ་ མ་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ག་དེ་སྟེ་ར་འདུག་གོ?
ལན།