

སྡེ་ཚན་ཀ་པ།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་རི་བ་རེ་ལུ་ ལན་བཞི་རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་ངོམ་འདི་ གནམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་གུ་
སྟོར་ཐིག་ ○ འདི་བཟུམ་བཀལ། སྐྱགས་ ༡༠x༡=༡༠ |

༡ སྟོབ་ཕྱག་ཅིག་ མཛེས་མའི་གཟུགས་ལུ་ཆགས་པ་སྟོང་ནི་ཨིན་པས། འདི་སྤང་ཚུགས་པའི་ཐབས་ཤེས་ གཞུང་སྟོང་
འཇུག་གི་བསམ་གཏན་ལེའུ་ལས་ ག་དེ་ཅིག་གསུངས་ཅུག་?

ཀ གཉིས་གསུངས་ཅུག།

ཁ གསུམ་གསུངས་ཅུག།

ག བཞི་གསུངས་ཅུག།

ང ལྷ་གསུངས་ཅུག།

༢ དངོས་པོར་སྤང་བ་དེ་ཉིད་དོན་དམ་པར་གྱུབ་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་དང་ སྤང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུར་ཡང་དག་པ་ཉིད་
དུ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་རྣམ་གཉིས་ནི་

ཀ འཇིག་རྟེན་པལ་པ་དང་རྣལ་འབྱོར་པ་ཨིན།

ཁ སེམས་ཅམ་པ་དང་དབུ་མ་པ་ཨིན།

ག བྱེ་བྲག་སྒྲ་བ་དང་མདོ་སྡེ་པ་ཨིན།

ང ལུ་སྟེགས་པ་དང་ནང་པ་ཨིན།

༣ ལྷ་མ་གཉེན་ལ་སོགས་པ་དང་། བཤེས་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་རྣམས་ལ། སྤེམ་འི་ཚུལ་གྱི་རྟེན་དག་ལས། འགྱུར་བ་
མཐོང་ནས་ཁོ་བ་བསྒྲེག། ཟེར་བའི་ཆོགས་བཅད་འདི་གིས་བཅུད་དོན་འདི་ རང་གི་

ཀ བཤེས་ལུ་འདོད་པའི་བར་ཆད་རྒྱབ་མི་ལུ་བཟོད་པ་བསྒྲེག་དགོཔ་སྟོན་མ་ཨིན།

ཁ ལྷམ་དང་སྟོབ་དཔོན་གྱི་བཀའ་བཏུན་ལུ་བཟོད་པ་བསྒྲེག་དགོཔ་སྟོན་མ་ཨིན།

ག ཉེ་བ་རྒྱ་ལུ་མི་འདོད་པ་བྱེད་པ་ལ་བཟོད་པ་བསྒྲེག་དགོཔ་སྟོན་མ་ཨིན།

ང ཆ་རོགས་རྒྱ་གི་སྟོན་གྱི་ལས་ལུ་བཟོད་པ་བསྒྲེག་དགོཔ་སྟོན་མ་ཨིན།

༤ མི་ཅིག་གིས་ཁྱོད་ལུ་ རྟགས་ཚལ་བཀྲག་མདངས་ཆེ་ཞིང་ཉམས་དགའ་བ་འདི་ནང་ དཀའ་ཆོགས་རྒྱུང་བས་ལུས་བདེ་
ལ་སེམས་སྦྱིད་ཅིང་ ལུས་རག་ཡིད་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཤེད་ཐམས་ཅད་ཞི་རྒྱགས་པའི་གནས་འདི་ནང་ མི་ཆོ་གཅིག་
སྟོང་ཚུགས་པ་ཅིན་དགའ་ ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས། མི་དེ་

ཀ བ་ལུལ་ལུ་ཞེན་པ་ལོག་མི་ཅིག་ཨིན་པས།

ཁ དབེན་པའི་ཡོན་ཏན་ཤེས་མི་ཅིག་ཨིན་པས།

ག གཉེན་ཉེམ་དང་མ་འཆམ་པར་སྟོད་མི་ཅིག་ཨིན་པས།

ང རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ལུ་ཆགས་ཞེན་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན་པས།

ལ རྩོད་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་ལ་ཐུན་གཏང་ནི་ཡོད་པའི་དགེ་བ་འདིས་ དུམ་ལ་བ་ནང་གི་སེམས་ཅན་ཚུ་ བདེ་བ་དང་ལྷན་པར་
 ཤོག། བཀའ་སྒྲོམ་དང་ཁྲུང་བས་གཏུང་པ་ནམས། ཟས་དང་བྱོད་ཐོབ་པར་ཤོག། རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ་དང་
 ཤལ་མ་རིའི་སྤྲོད་པོ་ཡང་ དགའ་ཚལ་དང་དཔག་བསམ་ལྡོན་ཤིང་རྩ་འཁྱུངས་པར་ཤོག་ཟེར་བསྡོམ་བ་ཅིན་ བསྡོམ་
 འདི་ སེམས་ཅན་

- ཀ མོ་སོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐེ་བྲག་དང་བལ་བར་བསྡོམ་བ་ཡིན།
- ཁ ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བལ་བར་བསྡོམ་བ་ཡིན།
- ག ཚ་དུམ་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བལ་བར་བསྡོམ་བ་ཡིན།
- ང ཁྲུང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བལ་བར་བསྡོམ་བ་ཡིན།

ལ གཏུམ་དྲག་ཆེ་བའི་མི་ཚུ་ རང་གི་ཞེ་སྤང་དང་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་བརྟག་པའི་དཔེ་འདི་

- ཀ མེ་འབར་ཆེ་མེའི་རྩ་བུ་ཤིང་འཛིགས་པ་ལྟ་བུ།
- ཁ རྩ་ལོ་རྩ་ཆེ་རྩ་ལྱུང་གིས་བཅོམ་པ་ལྟ་བུ།
- ག རལ་གྱིས་དྲག་གསོད་པ་ལྟ་བུ།
- ང རྩ་ལོ་རྩ་མེས་འཛིགས་པ་ལྟ་བུ།

ལ གཅན་གཟན་སྤྱག། གཟིག། རྩ་ལ། འདོམ་རྩ་གིས་ རི་དྲགས་ཀྱི་རྩལ་པོ་སེལ་ལུ་གཞོད་པ་བཀའ་མི་རྩལ་ཟེར་མི་
 འདི་

- ཀ ར་རྩལ་གྱི་དཔེ་ཡིན།
- ཁ ལས་ཀྱི་ར་རྩལ་གྱི་དཔེ་ཡིན།
- ག རུས་པའི་ར་རྩལ་གྱི་དཔེ་ཡིན།
- ང རྩ་ལོ་མེས་པའི་ར་རྩལ་གྱི་དཔེ་ཡིན།

ལ གང་ཟག་ལྟས་བྱིན་དེ་ ལྷ་དང་བྲ་བ་ག་ཅི་འབད་རུང་ སེམས་ལས་བརྟེན་ནིའི་ན་ཚ་གིས་ མཐར་འཁྱུལ་ཅན་འབད་
 འབྱུང་མ་རྩལ་པར་ཡོད་པའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལུ་ རྩོད་ཀྱིས་འབད་བ་ཅིན་ གཞུང་སྤྱོད་འཇུག་གི་ནང་དོན་དང་
 བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་དྲག་ཤོས་ག་ཅི་འོང་ནི་མས་?

- ཀ ཞེ་གནས་བསྐྱེད་ནི།
- ཁ བཟོད་པ་བསྐྱེད་ནི།
- ག དགེ་བ་བསྐྱེད་ནི།
- ང སྤྱིན་པ་གཏང་ནི།

- ༩ གང་ཟག་ལྟས་སྒྱིན་གྱིས་ སྒྱུ་མའི་དམག་དབུང་དང་གཡུལ་འཐབ་སྟེ་ སྒྱུ་མའི་དམག་བརྒྱ་ཕྱག་བསད་ཡོད་རུང་ ཁོ་
ལུ་སློག་བཅད་པའི་ལྷང་བ་མི་ཕོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ སྒྱུ་མའི་མི་དེ་ལུ་
- ཀ ལུས་མེད་པ་ལས་ཡིན།
- ཁ སེམས་མེད་པ་ལས་ཡིན།
- ག སེམས་ཡོད་ཀྱང་ལུས་མེད་པ་ལས་ཡིན།
- ང ལུས་ཡོད་ཀྱང་སེམས་མེད་པ་ལས་ཡིན།
- ༡༠ ཨ་ཁས་གཅིག་དང་ཨང་ཁས་གཅིག་ ཐིམ་ཕུག་དགོངས་ཚོགས་མཆོད་རྟེན་ནང་ དཀར་མེ་སྟོང་མཆོད་ འབྲན་འབྲ་
ཕུལ་ཁུག། དགེ་བ་འདི་བསྐྱབས་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ ཨ་ཁས་ཀྱིས་དགེ་ཙུ་གཞན་དོན་དུ་ལེགས་ཤོམ་འབད་བསྡོལ་ཡོད་
རུང་ ཨང་ཁས་ཀྱིས་ དགེ་ཙུ་གཞན་དོན་དུ་མ་བསྡོལ་བས། ཁོང་གཉིས་ཀྱི་དགེ་ཙུ་ཁྱད་པར་འདི་
- ཀ འབྲས་བུ་ཆེ་ཆུང་གི་ཁྱད་པར་འོང་ནི་མས།
- ཁ ལག་ལེན་ཚུལ་མཐུན་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་འོང་ནི་མས།
- ག འབྲས་བུ་མཐོང་ཆོས་སུ་འབྱུང་མི་འབྱུང་གི་ཁྱད་པར་འོང་ནི་མས།
- ང མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱིས་བདག་ཀྱང་ཚུགས་མི་ཚུགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འོང་ནི་མས།

སྡེ་ཆན་ཁ་པ།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ སྤོ་བ་བཅུ་པོ་ཆ་མཉམ་ལུ་ ཆད་ལྷན་གྱི་ལན་བྱང་ཀྱང་མེས།

སྒྲིགས་ ༡༠X༩=༩༠ |

༡ ཡིད་མི་བདེ་བའི་བཅས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་གཉིས་པོ་ག་ཅིར་སློོ?

ལན།

༡ ལེ་ལོའི་དབྱེ་བ་གསུམ་ལས་ ཚོང་དང་ཁེ་སྲོག་གི་བྱ་བ་ལ་སློབ་འདི་ལེ་ལོ་མ་ཡིན་པའི་ གཞན་ལེ་ལོ་གཉིས་ངོས་འཛིན་
འབད་དེ་བྲིས།

ལན།

༢ ཐ་མལ་པའི་དག་དང་ ཉན་མོངས་པའི་དག་ཟེར་མི་འདི་གཉིས་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ལུ་སྒྲབ་སྟོན་? གོ་དོན་འགྲེལ།

ལན།

༣ སྟོན་ལུང་པ་ཅིག་ནང་ ཅིག་པ་རྩ་ལས་ཟ་ནི་མེད་པའི་ཨཔ་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ཁོ་གསོན་པོ་འབད་སྟོན་པའི་
སྒྲབས་ལུ་ མི་ག་ར་གིས་ཁོ་ལུ་དག་འཕྲུལ་མ་ཚད་ ཆ་རོགས་ཡང་ གཡུས་མི་ག་ར་གིས་འབད་བྱིན་ཡོད་པའི་གུ་
ཤིམ་ཅིག་ལྟའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཅུག། དོན་མཚམས་འདི་གིས་བརྟེན་དོན་ག་ཅི་སྟོན་མ་མས་?

ལན།

- ལ རྒྱུ་ཁྱིམ་ཕྱག་མཆོད་སྤྱིན་གཏོང་གི་ལཱ་ཚུ་ ཅུས་རྒྱུན་དུ་འབད་ནི་འདུག། དེ་ཚུ་བཟོན་འགྲུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་
ལས་ ག་ཅི་ནང་རྒྱུད་ནི་ཨིནམ་པས་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ དེ་འི་གོ་དོན་བྲིས།

ལན།

- ལ རྒྱུ་དང་མི་མཐུན་པའི་མི་གཅིག་གིས་ རྒྱུ་དང་རྒྱུ་ཀྱི་པམ་སྤྱན་ཆ་དང་གཉེན་ཉེས་ཚུ་ལུ་ འདོད་པའི་བར་ཆད་
རྒྱབ་ཨིན་པས། འདི་ལུ་རྒྱུ་ཀྱིས་བཟོད་པ་ག་དེ་སྤེ་བསྐྱོམ་ནི་སྟེ་ ཐབས་ཤེས་གཉིས་བཀོད།

ལན།

༡) འོག་གི་མིང་ཆིག་ཚུ་གིས་ བཤམ་བཤམལ་ཆིག་ཀྱང་གི་ས་སྟོང་སྟབས།

གཞོན་པ་བྱང་། གཏེར་ནི། དག་ལ་དགའ། ངལ་བས། ཟ࿃་ད་པའི་ཟ࿃་གས།

༡. དེབས་.....མ་བསྐྱབས་པའི། །	༣. ཟིམ་རུ་.....ཐུང་བ་ལྟར། །
༢. ཐུང་ཆུབ་.....ཐུང་པས། །	༤. བདག་གིས་.....བར་བྱ། །

ལན།

၂.	၃.
၃.	၄.

༥ ཟུང་གི་ཆ་རྟགས་དེ་ ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་གསེང་འདི་ ལྟོང་པར་སྒྲོམ་མ་ཤེས་པས། ཁོ་གིས་དེ་ལྟོང་པར་ག་དེ་སྐྱེ་
བསྒྲོམ་ནི་སྟོན་? དེ་སྒྲོམ་ཐངས་ཀྱི་རིམ་པ་གིས།

ལན།

[illegible]

ལན།

[illegible]

ཀ		ཁ	
ཀ	དེད་དཔོན་ཞོར་བྱ་ལེན་པ་ལྟ་བུ།	༡	དོར་བའི་དཔུང་།
ཁ	དཔའ་བོ་གཡུལ་བྱ་འཇུག་པ་ལྟ་བུ།	༢	ལྱུར་ལེན་པའི་སྟོབས།
ག	བྱིས་པ་ཅེད་མོལ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ།	༣	བརྟན་པའི་དཔུང་།
ང	སྐྱེས་བྱ་ངལ་གསོལ་མཁས་པ་ལྟ་བུ།	༤	མོས་པའི་དཔུང་།
		༥	དགའ་བའི་དཔུང་།

ལན། ཀྱི་ ལ་ ཤ་ ང་

སྤྲེལ་ཆ་ཞུ་བ།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་རྩི་བུ་ལས་ཀྱི་གདམ་ཁ་རྒྱུ་ལྟར་ལན་གྱི་སྒྲིང་ནང་བྲིས།

སྤྲེལ་སྤྱི་ལོ་༢༠༢༠ ལོ།

རྩི་བུ་དང་བཅས་

ཀྱི་དྲུག་ལ་བརྟེན་ནས་བསྒྲིམ་དགོ་པའི་བཟོད་ཡུལ་གཤེགས་ཡོད་པའི་འདི་ཚུ་ལས་གང་རུང་བཞི་ཐོ་བཀོད་

ལན།

ཁ་ཀྱི་བཟོད་འགྲུས་མ་པ་ལས་མེད་པའི་མི་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ རྩི་གྱི་མ་འོངས་པའི་མི་ཚོའི་གནས་སྤངས་འདི་
གཤེགས་ཡོད་པའི་འདི་ཚུ་ལས་གང་རུང་བཞི་ཐོ་བཀོད་

ལན།

[illegible]

འི་བ་གཉིས་པ།

ཀ ཡན་ལག་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། ཟུབ་པས་ཤེས་རབ་དོན་དུ་གསུངས། ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་འདི་ཚུ་
ངོས་འཛིན་འབད།

ལན།

[illegible]

ལན།

[illegible]

དྲི་བ་གསུམ་པ།

ག གཤམ་གསལ་ཐིག་ལྷན་གྱི་ཆོག་ཀང་ནང་ འོག་ཐིག་འཐེན་ཡོད་པའི་མིང་ཆོག་ཚུ་གི་གོ་དོན་གིས།

བརྟེན་དང་ལྷགས་པའི་རིམ་གྱི་ནི།	ཞེ་སྒྲུང་ལྷག་རྟེན་སེམས་འཆར་ན།
དེ་ཡིས་མཛོའ་བཞེས་སྐྱོ་བར་འགྱུར།	སེམས་བསྐྱུང་བརྟེན་ལྷགས་མ་གཏོགས་པ།
སྐྱུང་བའི་རྟེན་དང་བཅས་པར་འགྱུར།	

ལན།

[illegible]

ལན།

[illegible]

དྲི་བ་བཞི་པ།

ཀ ཞེས་ལྟ་བུའི་ཐིག་པ་མེད། བཟོད་པ་ལྟ་བུའི་དཀར་ཐུབ་མེད། དེ་བས་བཟོད་ལ་ནན་ཏན་བྱ།
སྒྲ་ཆོགས་ཚུལ་གྱིས་བསྟོམ་པར་བྱ། ཟེར་བའི་ཆོགས་བཅད་འདི་གི་གོ་དོན་གྱིས།

ལན།

[illegible]

ལན་

[illegible]

ལན་

[illegible]

ག བྱིས་པ་རྣམས་ལ་ མི་འདོད་བཞིན་ཏུ་ སྤྱག་བསྐྱེད་ཚུ་མྱོང་པའི་སྐྱབས་སེལ་ཐབས་མེད་རུང་ འབྲས་བུ་སྤྱག་བསྐྱེད་
འདི་མྱོང་ཆར་ཞིན་པ་ལས་ ལོག་མི་མྱོང་ནིའི་ཐབས་ལམ་ལྟ་བུ་གིས།

[illegible]

ལན།

[illegible]

འདྲི་བ་བདུན་པ།

༡ རོག་གི་ཐིག་ཁམ་ནང་གི་ བཟོད་རོག་དང་བསྐྱུན་ ས་སྟོར་ཚུ་བསྐྱབས་ཏེ་ ཡན་གྱི་ས་སྟོར་ནང་གིས།

ཀ	ཁ
བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་ལས་གཅིག་འདི་	༡.....
༡.....	སྟོབས་ཉམས་པའི་རྒྱུ་ལྱིས་ ད་ལྟ་ལས་དེ་སྐྱབ་པའི་རྩས་པ་མེད་པ་དེ་ སྤར་རྩས་པའི་དོན་དུ་ དེ་ཞིག་མཆམས་འཇོག་པ།
༢.....	ཉལ་ནི་ལ་སོགས་པའི་བདེ་བ་ལ་ཞེན་ཏེ་དགོ་བ་ལ་བརྩོན་མི་རུས་པ།
བརྩོན་འགྲུས་མེད་ན་ འབྱུང་མི་སྤྲིད་པ་འདི་	༢.....
སྐྱར་ལེན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དབྱེ་འདི་	༣.....

ལན།

၂
၃
၃
၉
၄

ཁ གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་དང་ ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་ བྱད་པར་བྱས་ཏེ་བྲིས།

ལན།

[illegible]

[illegible]

ག ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་ ཟེར་མི་འདི་ག་ཅི་བརྒྱུ་ཅིག་ཡིན་ན་? རྩོད་ཀྱི་ཆ་རོགས་གྱིས་མ་ཤེས་པས། ཁོ་གིས་
 ༡་གོ་ནི་འདི་དོན་ལུ་རྩོད་གྱིས་དཔེ་ག་ཅི་བརྒྱུ་གི་ཐོག་ལས་བཤད་ནི་སྟོ་? དཔེ་ལྟ་བུ་དེ།

[illegible]

[illegible]

