

སྒྲུབ་ཀྱི་ལྟ་སྟངས་༡༠།

བཀོད་ཀྱི་འོག་གི་བྲི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ ཀ་ཁ་ག་ང་ བཞི་རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་ངོ་མ་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་

[༡༠]

ཏྲགས་གུ་ སྒྲོ་ཐིག་༠དེ་བཟུམ་བཀལ།

༡ གཞན་གྱི་ཁྱིམ་ནང་འགྱུར་ད་ སྒྲོ་ཕྱིས་ཏེ་ཡོད་རུང་ སྒྲོ་གུར་ཀྲག་རྒྱབ་སྟེ་ནང་ན་ལས་ རོས་ལེན་དང་འབྲེལ་
ཏེ་ འཇུལ་དགོཔ་ཡིན་མ་ ཤེས་མི་འདི་

ཀ ལུས་ཀྱི་སྒྲོད་ལམ་ཡོད་པའི་གངས་སུ་རྒྱུད་པ་ཡིན།

ཁ ངག་གི་སྒྲོད་ལམ་ཡོད་པའི་གངས་སུ་རྒྱུད་པ་ཡིན།

ག ཡིད་ཀྱི་སྒྲོད་ལམ་ཡོད་པའི་གངས་སུ་རྒྱུད་པ་ཡིན།

ང མཉམ་རྒྱུད་གི་གངས་སུ་རྒྱུད་པ་ཡིན།

༢ རྩོད་གི་དབྱེ་བའི་ནང་ལས་ དམར་ཐོང་གི་རྒྱ་འདི་

ཀ ཤིང་དང་ རྩ་རྒྱུ་ཡིན།

ཁ ཀ་ལ་དང་ ཟངས་རྒྱུ་ཡིན།

ག འབྲུ་རས་དང་ བལ་རྒྱུ་ཡིན།

ང རྩའི་ཡོན་དང་ ཁྱིབ་རྒྱུ་ཡིན།

༣ མཐོ་འདོད་ན་དམའ་ས་འགྲིམས།། ཟེར་བའི་ཆོག་ཀྱང་འདི་གི་ དོན་དག་འདི་

ཀ ཆོས་དགོ་པ་ཅིན་ ཉམས་རྒྱུང་སྟེ་སྟོད་དགོ།

ཁ གོ་ས་དགོ་པ་ཅིན་ ཉམས་རྒྱུང་སྟེ་སྟོད་དགོ།

ག རྒྱ་ཁོར་དགོ་པ་ཅིན་ ཉམས་རྒྱུང་སྟེ་སྟོད་དགོ།

ང དགའ་བ་དགོ་པ་ཅིན་ ཉམས་རྒྱུང་སྟེ་སྟོད་དགོ།

༤ བསྐྱ་བ་གསེར་སྟེང་ཟེར་བའི་སྐབས་ བསྐྱ་བ་ཟེར་མི་འདི་ སྐྱ་མགོན་རྒྱུ་

ཀ ཞབས་སྐྱེལ་འབད་ནི་འདི་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།

ཁ ཞབས་བསྐྱ་འབད་ནི་འདི་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།

ག འཕྱོན་ལྷུ་འབད་ནི་འདི་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།

ང ཕྱོན་ཆང་བྲངས་ནི་འདི་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།

པ ང་བཅས་ར་ འབྲུག་པའི་ལམ་ལུགས་སྒོལ་ནང་ལུ་ ཨ་ལོ་གསར་པ་སྐྱེས་ཏེ་ ཉིན་མ་གསུམ་གྱི་རྒྱབ་ལས་ ལྷ་
བསང་ཟེར་ བཏང་སྒོལ་ཡོད་པའི་ ལྷ་བསང་ཟེར་མི་འདི་

ཀ ཨ་ལུའི་རྒྱུན་ནི་ཐབས་ལུ་ བསང་མཆོད་ཕུལ་ནི་ལུ་གོམ་ཨིན།

ཁ བཙོག་གིབ་སེལ་ཐབས་ལུ་ བསང་མཆོད་ཕུལ་ནི་ལུ་གོམ་ཨིན།

ག ནད་རིགས་བཀག་ཐབས་ལུ་ བསང་མཆོད་ཕུལ་ནི་ལུ་གོམ་ཨིན།

ང ཨ་ལུའི་རྒྱུ་རྟ་དར་ཐབས་ལུ་ བསང་མཆོད་ཕུལ་ནི་ལུ་གོམ་ཨིན།

༥ ཁྱོད་ཀྱི་ཤོས་ཅིག་ཨིན་པ་ཅིན་ ཁྱོད་ལས་གཞོན་མི་ཚུ་ལུ་ བཟའ་འཐུང་མ་སྟོད་པའི་ ཏེ་མ་བསྟེན་དགོ་པའི་
སྒྲིག་ལམ་དེ་ ག་དེ་སྟེ་ དཔེ་སྟོན་འབད་ནི་སྟོ་

ཀ ཟ་ཆས་ཚུ་འབྲུ་ཐོག་ལས་ དཔེ་སྟོན་འབད་ནི།

ཁ ཟ་ཆས་བསྐྱུགས་ཐོག་ལས་ དཔེ་སྟོན་འབད་ནི།

ག རྟོ་མཆོད་དང་ ར་མཆོད་ཕུལ་ཐོག་ལས་ དཔེ་སྟོན་འབད་ནི།

ང སྤགས་བྲིལ་གྱིས་ལག་པ་འཐུག་ཐོག་ལས་ དཔེ་སྟོན་འབད་ནི།

༦ དུས་ཆེན་བཙེ་སྤངས་སྐབས་ སྤྱི་མགོན་གཙོ་བོ་སྟེ་ རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་འཁོར་གཅིག་བྱོན་ས་ལུ་ ཆིབས་གྲལ་གྱི་རིམ་
པ་འདི་ ཆིབས་གྲལ་

ཀ བསྐྱེས་པའི་རིམ་པ་འདི་བསྐྱེག་ནི་ཨིན།

ཁ རྒྱུ་པའི་རིམ་པ་འདི་བསྐྱེག་ནི་ཨིན།

ག འབྲིང་པོའི་རིམ་པ་འདི་བསྐྱེག་ནི་ཨིན།

ང མཐའ་མའི་རིམ་པ་འདི་བསྐྱེག་ནི་ཨིན།

༧ དཔོན་གཉིས་སྐལ་མ་གི་ གོ་གནས་རྟེན་འབྲེལ་བཙེ་ས་ལུ་ དར་ཕུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ ང་ཡང་འགྱོད་གོ་པ་ཅིན་
ང་གིས་ ཁྱོན་ཆས་ཚུལ་མཐུན་སྟེ་ཁྱོན་ཏེ་ དར་

ཀ དཀར་པོ་གཅིག་འབག་སྟེ་འགྱོད་ནི་ཨིན།

ཁ སེར་པོ་གཅིག་འབག་སྟེ་འགྱོད་ནི་ཨིན།

ག དམར་པོ་གཅིག་འབག་སྟེ་འགྱོད་ནི་ཨིན།

ང ལྗང་ལུ་གཅིག་འབག་སྟེ་འགྱོད་ནི་ཨིན།

༩ ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ གསལ་བཤད་པ་གིས་ གསལ་བཤད་མ་འབད་པའི་ཉེ་མ་ ཡུག་དབང་བཅར་
དགོ་པའི་ཁྱདས་འདི་

༡ གསལ་འདེབས་ཁྱུ་བའི་དོན་ཨིན།

༢ གྲུ་ཞབས་འབད་པའི་དོན་ཨིན།

༣ རོ་སྒྲོན་འབད་པའི་དོན་ཨིན།

༤ སྒྲན་གསན་ཁྱུ་བའི་དོན་ཨིན།

༡༠ ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིག་ལམ་ལུ་ བྱད་པར་ག་ཅི་འདུག་?

༡ སྤར་སྒོལ་དང་དེང་སང་གི་བྱད་པར་འདུག།

༢ དངོས་ཅན་དང་དངོས་མེད་ཀྱི་བྱད་པར་འདུག།

༣ འབད་ཤེས་པ་དང་མ་ཤེས་པ་གི་བྱད་པར་འདུག།

༤ རང་ལུགས་དང་གཞན་ལུགས་ཀྱི་བྱད་པར་འདུག།

སྡེ་ཚན་ཁ་པ། སྐུགས་ ༡༠ །

བཀོད་བྱ། འོག་གི་ངོ་བོ་བ་ཚུ་གི་ལན་ དེས་པར་བྱ་བྱིས།

༡ ང་རའི་མི་ཆེ་གཅིག་པོ་འདི་ ང་རའི་གཉེན་གྲོགས་འདི་དང་གཅིག་ཁར་ར་ མཐར་བཀལ་དགོ་ཟེར་བའི་ མཚན་
བསམ་ཡོད་མི་འདི་ ག་ཅི་གི་སྒྲིག་ལམ་གྲངས་སུ་ཚུད་པ་སྟེ་

[༢]

༡ ཆེབས་གྲལ་པའི་གྲལ་ཁར་ ལྷ་དར་ལུ་ དར་འདབ་ཀྱི་ཕྱེ་ ཉོན། དམར་པོ། སེར་པོ་གསུམ་སྟེ་ཡོད་ས་ལས་ [༡]
 ཉོན་མ་དང་ སེར་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ ག་ཅིའི་བད་སྟོན་མ་སྟོ?

༢ བཟའ་འཐུང་སྟོན་ཚར་བའི་སྐབས་ཀྱི་ སྤྲིག་ལམ་ཟེར་མི་འདི་གི་ གོ་དོན་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ། [༡]

༤ ཆེབས་གྲལ་པའི་གྲལ་ཁར་ འགག་པའི་དར་ཡོད་མི་འདི་གིས་ བད་ག་ཅི་སྟོན་མ་སྟོ་ འགྲལ་བཤད་རྒྱལ།

[༩]

༥ ང་བཅས་རའི་ལམ་སྟོལ་ནང་ལུ་ ཨ་ལུ་འདི་ལུ་ ཟས་ཀྱི་འགོ་ཐོག་དང་པ་ བཀྱ་ཤིས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་
དཔལ་དང་ལྷན་པའི་ སམ་ཅིག་གིས་བྱིན་དགོ་ ཟེར་བའི་སྐབས་ བཀྱ་ཤིས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་སམ་ཟེར་མི་
འདི་ ག་ཅི་བརྩམ་ཅིག་ལུ་སྒྲུབ་སྟོ་

[༩]

༤ རང་དཔེ་གཞན་ལུ་བཞག་ཐངས་ཟེར་མི་འདི་ ཁྱོད་ཀྱི་མི་ཚེ་ནང་ ག་དེ་སྤེལ་ག་ལེན་འཐབ་ནི་སྟོ་

[༩]

༥ ཁྱོད་ སྐྱ་ཆེན་མོ་གི་ཕུག་ཁུ་སྟེ་ ལམ་འགྱུར་གོ་པ་ཅིན་ ག་དེ་སྤེལ་འགྱུར་ནི་སྟོ་ བྲིས།

[༩]

༡ འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་ ཕྱག་དབང་བཅར་ཞུའི་ཐོབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ མཐུན་སྦྲིག་འབད་དེ་
ཀ་ཉགས་ ལན་གྱི་ས་སྟོང་ནང་བྲིས།

[༡]

ཨང་།	གོ་གནས།	ཀ་ཉགས།	ཐོབ་ལམ།
༡	མི་དབང་སྐུ་འཁོར་ལུ།	ཀ	ཀང་པའི་ཆོགས་ཉི་ཚུན།
༢	སློན་པོ་ལྷན་གྱིས་ལུ།	ཁ	ཀང་པའི་བསྐྱེད་དོ་ཚུན།
༣	དཔོན་གཉིས་སྐལ་ལུ།	ག	ཀང་པའི་སྤྱི་མོ་ཚུན།
༤	ཆེབས་བཞེན་ལུ།	ང	ཀང་པའི་མཛུབ་མོ་ཚུན།
		ཅ	ཀང་པའི་ངར་གདོང་ཚུན།

༡	།	
༢	།	
༣	།	
༤	།	

༢ གོང་མ་གི་སྐུ་མདུན་ལུ་ ཕྱག་དབང་བཅར་བ་ཅིན་ དེ་གིས་རང་ཡ་རབ་གྱི་གྲངས་སུ་ ཚུད་པ་ཨིན་ཟེར་བའི་
ཁྱངས་བཀལ།

[༡]

༡༠ ཆིབས་གྲུལ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ལམ་སྲོལ་གཙོ་བོ་ཅིག་ ཡིན་དགོ་པའི་ཁྲུངས་གཙུག་ཅི་ཡིན་ནེ་ བྲིས།

[༣]

སྡེ་ཚན་གྲགས། སྐུ་གསུམ་ ༡༠།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་རྩི་བ་བརྒྱད་ལས་ བདུན་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ལན་བྲིས།

རྩི་བ་དང་པ།

ཀ། རྩོད་ལུ་དབྱེ་བ་མ་འདྲམ་ ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་ནེ་ དབྱེ་བ་རེ་རེ་བཞིན་བྲིས་ཏེ་ དེ་ལུ་དཔེ་རེ་བཀོད།

[༤]

ཁ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ཆིབས་གྲལ་གྱི་ལས་རིམ་ ཉམས་ཡར་སོ་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་རང་བཟོན་ལུ་ ག་དེ་
སྤེལ་ཐོག་ནི་མས་? བསམ་འཆར་བཞོད།

[ཡ]

འི་བ་གཉིས་པ།

ཀ ཆིབས་གྲུལ་གྱི་ ཉར་ཤིང་སྣ་ལྟ་ཟེར་བའི་སྐབས་ ཉར་སྣ་ལྟ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ བད་དོན་འགྲེལ་བཤད་ རྒྱབ་སྟེ་ [ཡ]

བྲིས།

ཁ རང་སྤྱིག་རང་ཚྱེར་ནང་ལས་ བསོད་ནམས་བསམ་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱ་མི་གཙོ་སེམས་གཙོ་བཅེར་དོ་བཟུམ་ ཁྱོད་ [ལ]

 གྱིས་ཡང་སེམས་གཙོ་བོ་བཏོན་ཏེ་ དག་བ་བསྐྱབ་ནི་ཡོད་ག་? ག་ཅི་སྟེ?

འི་བ་གསུམ་པ།

ཀ ལྷག་དབང་བཙར་ལྷའི་སྐབས་ མཐའ་མའི་གུས་ཞབས་ཀྱི་ལྷག་དབང་ ཟེར་མི་འདི་གི་གོ་དོན་ འགྲེལ་བཤད་ [ལ]

རྒྱལ།

ཁ ད་རེས་ནངས་པ་ འཛམ་གླིང་ནང་ལུ་ དམག་དང་འབྲུག་ཚུ་མེད་པར་ འཛམ་གླིང་དགའ་སྦྱིད་དང་ ལུན་ [ཡ]

བརྩྭ་ཟེར་བའི་ལྷ་བ་དང་འབྲིལ་ཕྱ་ད་ ང་བཅས་རའི་ལམ་སློལ་ནང་ ཆིབས་གྲལ་པའི་གྲངས་སུ་ གྲོབ་མདའ་

འབག་མི་བརྩྭས་ནི་འདི་ འོས་བབས་ལུན་ཏོག་ཏོ་ཅིག་འདུག་ག་? ག་ཅི་སྟེ?

འདྲི་བ་བཞུགས་པ།

༡༡ རང་གི་སྤང་སྤང་གི་སྤྲིག་ལམ་ལས་ སྤང་དགོ་པའི་སྤྲིག་ལམ་འདི་གི་ གོ་དོན་འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་སྟེ་བྲིས། [ཡ]

ཁ འབྲུག་པའི་སྤར་སྤོལ་ལམ་ལུགས་ནང་ལུ་ ཟ་འབྲུང་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ མོར་པ་དང་ལྟོ་རས་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ [ལ]

འདི་དང་ དེང་སང་གསོ་བའི་ལམ་ལུགས་གཉིས་ འགལ་བ་མིན་འདུག་གམ་ག་ཅི་སྟེ་

དྲི་བ་ལྟ་སྒྲུབ།

- ཀ། ཆེབས་གྲུལ་དང་འབྲེལ་བའི་འོག་གི་རྫོང་ཆོག་ཚུ་ནང་ གནད་དོན་མ་ཚང་པར་ཡོད་མི་ཚུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་
 ཆོག་ཚུ་གིས་ འཕྲོ་མ་ཐུག་དེ་ ལན་གྱི་ས་སྟོང་ནང་བྲིས།
- ༡ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཆེབས་གྲུལ་གྱི་ལམ་སྟོན་འགོ་དང་པ་.....།
- ༢ ཆེབས་གྲུལ་རྒྱུ་པའི་ ཆེབས་གྲུལ་པ་དང་པ་.....།
- ༣ གྲོན་པོ་ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་དུས་ལུ་.....།
- ༤ ཆེབས་གྲུལ་གྱི་སྐབས་ ཆེབས་གྲུལ་པ་ཚུ་གི་ཐོབ་ལམ་ དེ་མ་པའི་དབྱེ་བ་དང་.....།
- ༥ ཆེབས་གྲུལ་པ་ སྐྱེ་བུ་རྟགས་རྒྱབ་མི་འདི་ སྐྱེ་ཆེན་མོ་སྤྱོད་ལོགས་ཁར་སྟོན་པའི་.....།

༡		༢		
༣		༤		
༥				

ཁ གོ་གནས་ཐོབ་ད་ རྟན་འབྲེལ་བརྩི་ནི་འདི་ ལག་ཆེ་བའི་རྒྱབ་ཁྲུངས་བྲིས།

[ཡ]

ཁ མི་ཚེ་ནང་ རང་མགོ་ འདྲོང་དགོ་པ་ཅིན་ སེམས་བདག་འཛིན་འབད་དགོ་པ་ཨིན། དེ་སྤྱི་ སེམས་བདག་ འཛིན་འབད་མི་དང་ མ་འབད་མི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ བྱེས་ཏེ་བྲིས།

$$[4]$$
[illegible]

འདྲི་བ་བརྟན་པ།

ཀ རྩོལ་ལྷ་ནང་ལྷ་བ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་བའི་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ཚུ་འབད་བའི་སྐབས་ ཁྱེད་ཀྱིས་དུས་ཚོད་ག་དེ་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་སྟོན་པེ་

[4]

[illegible]

ཁ རང་གི་གོང་མ་ཚུ་གི་ སྐུ་མཁུན་ལུ་བཅར་མ་ད་ རོང་ཆ་གི་རིགས་ཚུ་བསྐྱིགས་ཏེ་ འཕུལ་དགོ་པའི་བྱང་ས་ག་ཅི་
སྟོན་པེ་

[4]

[illegible]

དྲི་བ་བརྒྱད་པ།

ཀ བཟའ་འཁུར་སྟོན་མི་རུང་བའི་སྒྲིག་ལས་ ཟེར་མི་འདི་གི་སྟོར་ལས་ ཅན་གཞོན་ཆ་རོགས་ཚུ་ལུ་ ག་དེ་སྟེ་གོ་བར་
སྟོན་ནི་སྟོན་ཅི་ ཁ་གསལ་སྟེ་བཀོད།

[4]

[illegible]

