སྡེ་ཚན་ཀ་པ། སྐུགས་ ༡༠ །

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ དྲི་བ་རེ་ལུ་ལན་ ཀ་ཁ་ག་ང་བཞི་རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་ངོ་མ་འདི་གདམ་ཁ་རྐྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་གུར་ [༡༠]
སྐོར་ཐིག་ ○ དེ་བཟུམ་བཀལ།

༡ སྨུམ་རྟགས་བསྡུས་སྟོམ་པད་དཀར་ཕྲེང་བ་ ཞེས་པའི་སྐབས་ སྨུམ་རྟགས་བསྡུས་སྟོམ་ ཟེར་མི་འདི་ མིང་བཏགས་ཚུལ་བརྒྱུད་ལས་

ཀ དཔེའི་སྒོ་ལས་མིང་བཏགས་ནུག།

ཁ ཞུ་བ་པོའི་སྒོ་ལས་མིང་བཏགས་ནུག།

ག ས་གནས་ཀྱི་སྒོ་ལས་མིང་བཏགས་ནུག།

ང བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་སྒོ་ལས་མིང་བཏགས་ནུག།

༢ དང་སྒྲ་ནི་ དོན་ལྔ་ལུ་འཇུག་པ་ཨིན། ཟེར་བའི་སྐབས་ཀྱི་གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འཇུག་ཡུལ་དང་པ་དང་ གཉིས་པ་ནི་

ཀ སྡུད་པ་དང་རྒྱུ་མཚན་གཉིས་ཨིན།

ཁ འབྱེད་པ་དང་སྡུད་པ་གཉིས་ཨིན།

ག ཚེ་སྐབས་དང་རྒྱུ་མཚན་གཉིས་ཨིན།

ང ཚེ་སྐབས་དང་གདམས་ངག་གཉིས་ཨིན།

༣ ཕོ་ལའང་བྱེ་བྲག་དྲུག་ཏུ་དབྱེ། །ཟེར་བའི་སྐབས་ཀྱི་ ཕོ་ཟེར་མི་འདི་

ཀ དབྱངས་ཀྱི་ཡི་གུ་ག་ར་ལུ་གོཝ་ཨིན།

ཁ ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཙའི་ཡི་གུ་ཚུ་ལུ་གོཝ་ཨིན།

ག གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གུ་ག་ར་ལུ་གོཝ་ཨིན།

ང རྗེས་འཇུག་ག་ད་བ་ས་བཞི་ལུ་གོཝ་ཨིན།

༤ འབྱུང་ཁུངས་དཔེར་ཟེར་མི་འདི་ འབྱུང་གཞི་ལས་ བྱུང་ཚོས་

ཀ ཆ་མཚུངས་པ་ཅིག་འབྱུང་བར་སྟོན་མི་ཅིག་ལུ་སླབ་ཨིན།

ཁ ཅིག་འབྱུང་དགོ་པའི་ཁུངས་སྟོན་མི་ཅིག་ལུ་སླབ་ཨིན།

ག ངོ་མ་ཅིག་འབྱུང་བར་སྟོན་མི་ཅིག་ལུ་སླབ་ཨིན།

ང ཅིག་འབྱུང་བར་སྟོན་མི་ལུ་སླབ་ཨིན།

Copyright reserved

༥ སུ་ཞི་གང་ཟག་ཁོ་ན་རྨུ། །འཛུག་པར་མཛད་མོད་""""། །ཟེར་བའི་སྐབས་ **མཛད་མོད་**ཟེར་བའི་ཚིག་གིས་ རྟོལ་པ་པོ་འདི་གིས་ སུ་འདི་

ཀ གང་ཟག་རྒྱངམ་གཅིག་ལུ་མི་འཛུག་ཟེར་ཁས་ལེན་མཛདཔ་མས།

ཁ གང་ཟག་རྒྱངམ་གཅིག་ལུ་འཛུགཔ་ཨིན་ཟེར་ཁས་ལེན་མཛདཔ་མས།

ག གང་ཟག་དང་དངོས་པོ་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་འཛུགཔ་ཨིན་ཟེར་ཁས་ལེན་མཛདཔ་མས།

ང གང་ཟག་དང་དངོས་པོ་གཉིས་ལས་ལྷག་སྟེ་འཛུགཔ་ཨིན་ཟེར་ཁས་ལེན་མཛདཔ་མས།

༡ ང་མ་འ་གསུམ་མོ་རྣུ་འདོད། ། ༢ མ་ཉིང་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་། ། ༣ ཕོ་ཉི་ག་ད་བ་ས་བཞི།

༦ གོང་ལུ་ཚིག་རྐང་གསུམ་གོ་རིམ་དཀྲུགས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ གོ་བ་ལེན་ཞིནམ་ལས་ གོ་རིམ་སྒྲིགས།

ཀ ༡ ༢ ༣ ཨིན།

ཁ ༣ ༡ ༢ ཨིན།

ག ༢ ༡ ༣ ཨིན།

ང ༣ ༢ ༡ ཨིན།

༧ སླར་བསྡུའི་ཕྲད་ **སོ་** ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ དཔེར་བརྗོད་ཅིག་རྒྱབ་པ་ཅིན་ དོན་མེད་ཀྱི་ཟད་འགྲོ་བཏང་སྟེ་

ཀ རྒྱུ་དངོས་ཚུ་མཛུག་བསྡུ་སག་ས་ཡར་སོ། ཟེར་བྲི་ནི་ཨིན།

ཁ རྒྱུ་དངོས་ཚུ་ག་ར་བཀྲམ་སོ། ཟེར་བྲི་ནི་ཨིན།

ག རྒྱུ་དངོས་ག་ར་རྫོགས་སོ། ཟེར་བྲི་ནི་ཨིན།

ང རྒྱུ་དངོས་ཚུ་ཚར་སོ། ཟེར་བྲི་ནི་ཨིན།

༨ ལ་དོན་གྱི་ཕྲད་ **སུ་** ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྟེན་གནས་གཞི་ལ་འཛུག་པའི་ དཔེར་བརྗོད་ཅིག་བཀོད་པ་ཅིན་

ཀ དབུས་སུ་འགྲོ་ན་བཟང་།

ཁ ནུབ་ཕྱོགས་སུ་ཕེབས་དགོས།

ག ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་དཔེ་ཆ་བལྟ་བར་སོང་།

ང ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཤར་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་ཡོད།

Copyright reserved

༩ ག་ཛད་བ་ཛ་ཕུ་ཞེ། །ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས་རྣམས་མོ། །ཟེར་བའི་སྐབས་ལུ་ གོང་གི་གསལ་བྱེད་ ༡༣ ལུ་ མོ་ཡིག་ཟེར་སླབ་དགོ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི་ ཡི་གུ་ཚུ་

ཀ ཪེ་ཪེ་བཞིན་ལྷག་པ་ད་སྒྲ་གདངས་ཞན་པ་སྦྲེ་འཐོན་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

ཁ མིང་གཞི་དང་སྦྱར་ཏེ་ལྷག་པ་ད་སྒྲ་གདངས་ཞན་པ་སྦྲེ་འཐོན་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

ག སྔོན་འཇུག་དང་སྦྱར་ཏེ་ལྷག་པ་ད་སྒྲ་གདངས་ཞན་པ་སྦྲེ་འཐོན་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

ང རྗེས་འཇུག་དང་སྦྱར་ཏེ་ལྷག་པ་ད་སྒྲ་གདངས་ཞན་པ་སྦྲེ་འཐོན་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

ཀ	ཁ	ག	ང
ལྷ་མཆོད་དེ་ལྷ་འགོ་བཙུགས་དགོཔ་ལས་བརྟེན་ཨིན།	མེ་ཡོད་དེ་དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།	སེམས་ཅན་བསད་དེ་ལས་བསག་ནི་འདི་གིས་ཨིན།	བློ་གཏད་དེ་མགུ་སྐོར་རྐྱབ་དགོ་པའི་ཕྱིར།

༡༠ གོང་གི་ཐིག་ཁྲམ་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་བརྗོད་པ་ཚུ་ལས་ ལྷག་བཅས་རྒྱུ་མཚན་འདྲེན་པ་ལུ་འཇུག་པའི་ དཔེར་བརྗོད་འདི་

ཀ ཐིག་ཁྲམ་ཀ་འདི་ཨིན།

ཁ ཐིག་ཁྲམ་ཁ་འདི་ཨིན།

ག ཐིག་ཁྲམ་ག་འདི་ཨིན།

ང ཐིག་ཁྲམ་ང་འདི་ཨིན།

སྡེ་ཚན་ཁ་པ། སྐུགས་ ༢༠ །

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་ ངེས་པར་དུ་བྲིས།

༡ རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྲད་ཚུ་ལས་ ༤ ཐོ་བཀོད་འབད། [༣]

Copyright reserved

༢ བདག་སྒྲ་ཟེར་མི་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ལུ་གོ་ནི་སྨོ? [༢]

༣ རྣམ་མཛོས་ལི་ཁྲིའི་མདངས་མངའ་བ། །འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ཀྱི། །ཟེར་མི་ཚིག་རྐང་གཉིས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་བྲིས། [༢]

༤ མཐུན་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུན་གྱི་ གོ་དོན་བྲིས། [༢]

Copyright reserved

༥ རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་དང་ཏའི། །རྗེས་སུ་མ་སྦྱར་འབྱེད་སྡུད་དེ། །ཟེར་བའི་ཚིག་རྐང་གཉིས་ཀྱི་ འགྲེལ་བཤད་ བྲིས། [༣]

༦ ལ་དོན་གྱི་ཕྲད་ཚུ་ལས་ གང་རུང་གཉིས་ལག་ལེན་འཐབ་ཞིནམ་ལས་ ཤིང་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ དཔེར་བརྗོད་ གཉིས་བྲིས? [༢]

༧ གཤམ་འཁོད་ དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་ས་སྟོང་ནང་ འབྲེལ་སྒྲའི་ཕྲད་ག་ཐོག་མི་འདི་ ལན་གྱི་ས་སྟོང་ནང་ བྲིས། [༢]

ཀ། གོང་མ་·······༡·······ཐུགས་སྨོན།

ཁ། བརྡ་དོན་འཕྲུལ་རིག·······༢·······དགོས་མཁོ།

ག། གོང་འཕེལ·········༣·············ཕྱུག་ལྡ།

ང་ རྒྱལ་ཁབ·····༤····འོང་འབབ།

༡.............................། ༢.............................། ༣.............................། ༤...............................།	

Copyright reserved

༨ ཉི་སྒྲ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ དཀར་བ་དང་བརྟན་པའི་དོན་ལུ་ འཇུག་པའི་དཔེར་བརྗོད་རེ་བྲིས། [༢]

༩ འོག་གི་ དཔེར་བརྗོད་དང་ འཇུག་ཡུལ་གྱི་མིང་གཉིས་ མཐུན་སྒྲིག་འབད་དེ་ ལན་ཤོག་ནང་ བྲིས། [༢]

སྡེ་ཚན་ ཀ		སྡེ་ཚན་ ཁ	
༡	ཞིང་ལས་རྫོགས་མ།	ཀ	འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ་བ།
༢	ཞིང་རྩེ་ནས་བྱ།	ཁ	དངོས་པོའི་མཚམས་འཛིན་པ།
༣	ཆུ་བྱ་འཕུར་བ་ལས་ཆུ་ཡོད་མེད་ཤེས།	ག	དུས་ཀྱི་མཚམས་འཛིན་པ།
༤	ན་གཞོན་ནས་རྒན་རྒས་ཀྱི་བར།	ང	འབྱུང་ཁུངས་དངོས།
		ཅ	རྒྱུ་མཚན་ལ་འཇུག་པ།

ལན། ༡……………………། ༢……………………། ༣……………………། ༤……………………།	

༡༠ འོག་གི་ དེ་སྒྲ་ བདེན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར་བརྗོད་དང་ གསང་བའི་དངོས་པོའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་ དཔེར་བརྗོད་ཚུ་ སླ་བསྲེས་ཏེ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཕྱི་སེལ་རྐྱབ་སྟེ་བྲིས། [༢]

དེ་དེ་བཞིན་ནོ།། ང་གིས་བྱིན་མི་དེ་ག་སྟེ་སྨོ? དེ་དེ་ལྟར་ཡིན། སླབ་མི་དེ་ དེ་སྦྲེ་ར་བཞག།

བདེན་པའི་དོན།	གསང་བའི་དོན།

Copyright reserved

སྡེ་ཚན་ག། སྐུགས་ ༧༠ །

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

དྲི་བ་དང་པ།

ཀ། ཕྲད་རང་དབང་ཅན་དྲུག་ལས་ གང་རུང་ ༤ གི་ འཇུག་ཡུལ་རེ་རེ་ མ་འཛོལ་བར་ཐོ་བཀོད་འབད། [༤]

ཁ། རྫོང་ཁ་ནང་ལུ་ དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་ སྔོན་འཇུག་ རྗེས་འཇུག་ཕོ་མོ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ ལྷབ་སྦྱོང་འབད་དེ་ ཕན་ལུ་ཁེ་ཕན་ག་ཅི་ར་འདུག? བསམ་འཆར་ཚིག་འབྲུ་ ༡༠༠ དེ་ཅིག་ནང་ལུ་བྲིས། [༦]

Copyright reserved

དྲི་བ་གཉིས་པ།

ཀ། གཞུང་ལས། ཀུང་འདང་ཡང་གསུམ་རྒྱན་སྟུད་དེ། །ཞེས་པའི་གོ་དོན་ ཁྱོད་རའི་རང་ཚིག་ནང་ དཔེ་དང་བཅས་འགྲེལ་བཤད་བྲིས། [༥]

Copyright reserved

ཁ ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཡོད་ཚདཔ་ཅིག་ལུ་ མིང་བཏགས་དགོཔ་འདུག་ག? ག་ཅི་འབད? [༥]

Copyright reserved

དྲི་བ་གསུམ་པ།

ཀ།　མ་མི་གཉིས་པོ་དགག་སྒྲ་དངོས། །སྦྱོར་ཚུལ་མིང་གི་ཐོག་མར་སྦྱར། །མིན་མེད་གཉིས་ཀྱང་ཡན་ལག་ཙམ། ། [༥]
ཡིན་པར་མཁས་པའི་གསུང་ལས་བཤད། །ཟེར་བའི་རྩ་ཚིག་གི་གོ་དོན་བྲིས།

Copyright reserved

ཁ ཆོས་སྐད་ཀྱི་འབྲེལ་སྒྲ་གི་ཕྲད་ཀྱི་སྐོར་ལས་ ལྷབ་སྦྱང་འབད་དགོཔ་འདུག་ག? ག་ཅི་སྦེ? [༥]

Copyright reserved

དྲི་བ་བཞི་པ།

ཀ། མ་འོངས་པར་ ཁྱོད་ སློབ་དཔོན་འབད་བ་ཅིན་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ པ་དང་པོ་ནི་བདག་པོའི་སྒྲ། །ལྡན་དང་ཅན་ སོགས་དེ་ལ་དེ། །ཡོད་པའི་དོན་ཙམ་མ་མཐར་སྦྱར། །ཞེས་པའི་རྩ་ཚིག་གི་གོ་བ་ག་དེ་སྦེ་ འགྲེལ་བཤད་རྐྱབ་སྟེ་ བྱིན་ནི་སྨོ? [༥]

Copyright reserved

ཁ “འབྲེལ་སྒྲ་དང་འབྱེད་སྒྲའི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་ ལག་ལེན་དངོས་འཐབ་ནང་ལུ་ མགོ་འཐོམ་མས།” ཟེར་མི་འདི་ལུ་ ཁྱོད་ཀྱིས་ ངོས་ལེན་ཡོད་ག་མེད? བསམ་འཆར་དོན་མཚམས་ ༧ ལས་མ་ཉུངམ་ཅིག་བྲིས། [༥]

Copyright reserved

དྲི་བ་ལྔ་པ།

ཀ	ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཇུག་སྟེ། །ད་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་། །ས་ནི་ག་ང་བ་མར་ཐོབ། །ཞེར་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་འཇུག་ད་ཡིག་འདི་ རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་ ཡང་འཇུག་ས་ཡིག་འདི་ ག་ང་གཉིས་ལུ་ཐོབ་པའི་དཔེར་བརྗོད་རེ་ འོག་གི་ཐིག་ཁྲམ་ནང་བཀོད། [༥]

ཡང་འཇུག།	རྗེས་འཇུག།	དཔེར་བརྗོད།
ད	ན	
	ར	
	ལ	
ས	ག	
	ང	

ཁ	འོག་གི་ སྡེ་ཚན་ཀ་པའི་དཔེར་བརྗོད་ཚུ་ སྡེ་ཚན་ཁ་པའི་ནང་ཡོད་པའི་ འབྲེལ་སྒྲའི་འཇུག་པ་དང་ མཐུན་སྒྲིག་འབད། [༥]

སྡེ་ཚན་ ཀ		སྡེ་ཚན་ ཁ	
༡	དབང་ཆེན་གྱི་སྒྲིང་ཁྱིམ།	ཀ	ངོ་བོ་བདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་བ།
༢	མེ་ཏོག་གི་ཁ་དོག།	ཁ	དེ་ལས་དེ་འབྱུང་གི་འབྲེལ་བ།
༣	འབྲུག་པའི་མི།	ག	ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ།
༤	ལག་པའི་འཛུབ་མོ།	ང	རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ།
༥	རྟའི་རྟེའུ།	ཅ	ནོར་དང་བདག་པོའི་འབྲེལ་བ།
		ཆ	ཁྱད་གཞི་དང་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ།

ལན། ༡..................། ༢......................། ༣......................། ༤........................། ༥..........................།	

Copyright reserved

དྲི་བ་དྲུག་པ།

ཀ	འོག་ལུ་ཐིག་ཁྲམ་ནང་གི་ཐད་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ འཇུག་ཡུལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ནང་གསེས་ཚུ་ གི་ དཔེར་བརྗོད་རེ་བྲིས། [༥]

ཐད།	འཇུག་ཡུལ།	དཔེར་བརྗོད།	
ནས།	ཡོན་ཏན་དཀར་བ།		
	དུས་ཀྱི་མཚམས་འཛིན་པ།		
	རྒྱུ་མཚན་ལུ་འཇུག་པ།		
	འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ་བ།		
	རིགས་དཀར་བ།		

ཁ	བདག་སྒྲ་དང་དགག་སྒྲ་གཉིས་ལུ་ ཁྱད་པར་ག་དེ་སྦེ་ཡོདཔ་སྨོ? ཁུངས་བཀོལ། [༥]

Copyright reserved

Copyright reserved

ཉི་བ་བདུན་པ།

ཀ། ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཕྲད་གང་རུང་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ༡ དབྱེ་བ་འཛིན་པ། ༢ ངེས་ཚིག་འཛིན་པ། ༣ ཚིག་སྔ་ཕྱི་ གཉིས་བྱ་བ་སྦྱོར་བ་གཅིག་ཀྱང་དུས་རིམ་གྱིས་འཇུག་པ། ༤ ལྷག་མ་གཞན་འཛིན་པ། ༥ སྔ་ཕྱི་གཉིས་བྱ་བ་ ཡིན་པ་དུས་མཉམ་དུ་འཇུག་པའི་ དཔེར་བརྗོད་རེ་བཀོད། [༥]

Copyright reserved

ཁ   གཤམ་གསལ་ དང་སྒྲ་གི་དཔེར་བརྗོད་སླ་བསྲེ་རྐྱབ་སྟེ་ཡོད་མི་ཚུ་ དང་སྒྲའི་འཇུག་ཡུལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ ཕྱི་སེལ་རྐྱབ། [༥]

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་ནི་རྒྱལ་བའི་སྲས་གསུམ་མོ། རྩ་བ་གསུམ་ནི། རྒྱལ་པོ་དང་མི་སེར་ དང་རྒྱལ་ཁབ་བོ།། དྲན་ཤེས་བརྟོན་དང་དཔེ་ཆ་ཤེས། ཉི་མ་ཤར་བ་དང་པདྨ་རྒྱས། སྨྱོ་རྫས་ཟོས་པ་དང་ར་བཟི།

འཇུག་ཡུལ།	འཇུག་ཡུལ་གྱི་དཔེར་བརྗོད།	

Copyright reserved

དྲི་བ་བརྒྱད་པ།

ཀ། ཚ་བར། སུ་ཅི་གང་ཇི་དེ་སྤྱི་སྒྲ། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་ སྤྱི་སྒྲའི་ཕྲད་ **སུ་ཅི་གང་ཇི**་བཞིའི་དཔེར་བརྗོད་རེ་བཟོ་སྟེ་བྲིས། [༤]

སྤྱི་སྒྲ།	དཔེར་བརྗོད།	
སུ།		
ཅི།		
གང་།		
ཇི།		

ཁ། འབྱེད་སྡུད་ཀྱི་སྒྲ་ ལྷབ་སྦྱོར་འབད་བ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཁེ་ཕན་ག་ཅི་ར་འོང་ནི་མས? [༦]

Copyright reserved

Copyright reserved