

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ཡིག་འགྲུལ་དོན་ཚན་ ༡ ལས་ ༡ གདམ་ཁ་རྒྱུ་ བློ་བཟང་མཁའ་མཁེ་ལྷ་

༡༽ སློབ་ཕྱ་ནང་འོང་མི་ཚུགས་པས་ཟེར་ སློབ་ཁང་སློབ་དཔོན་ལུ་ ལྷ་ཡིག་ཅིག་བྲིས།

ལྷ་ཡིག་ནང་ ཚང་དགོ་པའི་ གནད་དོན་ཚུ།

- ལྷ་ཡིག་ག་ལུ་ བྲིས་ཡིན་ན་ དེ་གི་ཁ་བྱང་དང་ འབྲི་མི་རང་གི་ཁ་བྱང་།
- སློབ་ཕྱ་ནང་འོང་མི་ཚུགས་པའི་ གནད་དོན་ ག་ཅི་ཡིན་ན།
- ངལ་གསོ་ཉིན་མ་ ག་དེ་མ་ཅིག་ དགོ་པ་ཡིན་ན།
- ལྷ་ཡིག་ཕུལ་བའི་ཁྱེ་ཆེས།

ཁ༽ དབང་འདུས་ལུ་ཡོད་པའི་ རྒྱུད་པའི་ ཆ་རོགས་བསོད་ནམས་ལུ་ གནམ་བྱར་གྱི་ ངལ་གསོའི་སྐབས་ སྤ་རོ་ལུ་ བཤལ་བར་འགྱུ་གེ་ ཟེར་ གཏང་ཡིག་ཅིག་བྲིས།

གཏང་ཡིག་ནང་ ཚང་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཚུ།

- གཏང་ཡིག་ག་ལུ་ བྲིས་ཡིན་ན་ དེ་གི་ཁ་བྱང་དང་ འབྲི་མི་རང་གི་ཁ་བྱང་།
- བཅའ་ཕུ་ལུ་འགྱུ་དགོ་པའི་ གནད་དོན་ ག་ཅི་ཡིན་ན།
- བཅའ་ཕུ་ ནམ་འགྱུ་ནི་ཡིན་ན།
- གཏང་ཡིག་ བསྐྱུལ་བའི་ཁྱེ་ཆེས།

ཕྱི་ཚན་ལ།

སྐད་ཡིག་དང་ཡིག་སྒྲིང་།

སྐྱགས་ ༡༥ །

དྲི་བ་གསུམ་པ།

འོག་གི་དྲི་བ་ ཀ་དང་ཁའི་ ལན་གྱི་ནི།

ཀ༽

ལན་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་དྲི་བ།

སྐྱགས་ ༡X༩=༩ །

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ དྲི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ ཀ་ཁ་ག་ང་ འབད་ལུ་ རེ་བཀོད་དེ་ ཡོད་ས་ལས། ལན་ངོམ་, ཡོད་མི་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་
ཏྲགས་གྲུ་ སྒྲོར་ཐིག་བཀལ།

༡༽ རྒྱུ་འཕྲུག་ཟེར་མི་འདི་

ཀ༽ མིང་གཞིའི་བྱལ་ལས་འཕྲུག་མི་ལུ་སྒྲིབ་ཡིན།

ཁ༽ མིང་གཞིའི་རྟེ་མ་འཕྲུག་མི་ལུ་སྒྲིབ་ཡིན།

ག༽ ཡང་འཕྲུག་གི་བྱལ་ལས་འཕྲུག་པ་ཡིན།

ང༽ རྒྱུ་འཕྲུག་གི་རྟེ་མ་འཕྲུག་པ་ཡིན།

༢༽ འོག་གི་ཆོག་ཚུ་ལས་ བྱ་ཆོག་འདི་

ཀ༽ འཁྱོ་ཡིན།

ཁ༽ ཀྱང་ཡིན།

ག༽ ས་སྒྲུག་ཡིན།

ང༽ སྒོ་བ་ལྷ་ཡིན།

༣༽ རྒྱུ་མ་འོངས་པའི་ཆོག་གོགས་འདི་

ཀ༽ བྱི་ འོང་ གོ་ ཡིན།

ཁ༽ རོ་ རེས་ ཡིན།

ག༽ ཅི་ ཡི་ རུག་ ཡིན།

ང༽ བས་ མས་ བས་ ཡིན།

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ དྲི་བ་3 གྱི་ལན་བློ་ནི།

1། ཡང་འབྲུག་གི་ གོ་དོན་དང་ ཡང་འབྲུག་གི་ ཡི་གུ་བློས།

2། འབྲེལ་སྒྲིག་གི་ཕྱད་ ག་ལོག་བཟུང་ བློ་ བློས།

1། ཉིམ་.....དཔེ་ཆ།

ཁ། གོན་.....བྱིམ།

ག། སངས་རྒྱལ་.....མེ་ཏོག།

ང། དཔལ་འབྱོར་.....ཨམ་སྤྱ།

3། སྒོན་འབྲུག་གི་ ཡི་གུ་ ལྷ་འབྲི་ཞིན་མ་ལས་ དཔེ་རེ་རེ་བློས།

4། མིང་ཟེར་བའི་ གོ་དོན་དང་ དཔེ་3 བཀོད།

༣༽ ཡཔ་ནོར་བུ་དང་ ཡམ་ལྷམ་པརྫོ་གཉིས་ བུ་གི་དངོས་གྲུབ་ཁུ་ཞིན་མ་ལས་ གནས་སྤངས་ ག་དེ་སྤེ་འབྱུང་བུ་ག་ བྲིས། ༡.༥

ག༽ ལན་རིང་གི་ངྲི་བ། སྐྱགས་ ༢X༩=༤།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ངྲི་བ་༡ པའི་ལན་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་བྲིད་གོ། ངྲི་བ་༢ པ་དང་༣ པ་ལས་ ། ག་ཅི་ག༽ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྤེ་ ལན་བྲིས།
 ༡༽ དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལུ་ གསོལ་ཕ་བཏབ་ནི་འདི་ འབྲེད་དང་འཕྱད་པ་ད་ རྒྱང་མ་ཅིག་བཟུམ་མཐོང་མས་ག། བསམ་འཆར་བྲིས།

༢༽ རང་མགོ་རང་འབྲོང་འབད་ སྤྲོད་ནི་འདི་དོན་ལུ་ ག་ཅི་ར་འབད་དགོཔ་འདུག། བསམ་འཆར་བྲིས།

༣༽ འོག་གི་ མིང་ཚིག་༤ གི་ རྫོད་ཚིག་ རེ་རེ་བྲིས།

༡༽ རྩང་འཚོ།	
༢༽ ལྷ་ཁད།	
༣༽ རོང་རྒྱ།	
༤༽ སྤྱན་ཆ།	

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ འབྲི་ཚུལ་འདི་ ལྷག་ཞིན་མ་ལས་ དྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་བྲིས།

༣ མེ་བྱ་འདི་ བྱའི་ནང་ལས་ ལེགས་ཤོས་དང་ འཇའ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། མེ་བྱ་འདི་འཇའ་ཆེ་ཆེ་ཡོད་པའི་
དཔེ་བཞག་ས་ཅིག་ཡིན། ང་བཅས་རའི་ ཞབས་ཁ་ཚུ་ནང་ཡང་ མེ་བྱའི་སྐྱོར་ལས་འཐེན་ནི་ཡོད། མེ་བྱ་ལུ་
ཨོལ་སྐྱོག་རིང་མོ་དང་ མིག་རྩོ་རྒྱ་སྤྱོད་འོང། ཁོང་ གི་མགུ་རྩོ་ཁར་ ཟེ་སྐྱོ་འདི་ རིགས་ལུ་རྒྱ་ཅིག་
བཟུམ་སྤྱོད་འོང། མེ་བྱ་གི་ མཇུག་སྐྱོ་འདི་ རིང་མོ་སྤྱོད་ འཇའ་ཆེ་ཆེ་ཡོད། འཕྲལ་འཕྲལ་ཁོང་གི་ མཇུག་སྐྱོ་རྒྱ་
གནམ་ཁར་བེད་སྤྱོད་ ག་ནི་བ་ལེགས་པ་འབད་སྤྱོད་ནི་ཡོད།

མཇུག་སྐྱོ་རྒྱ་ བཀྲག་མཆར་བའི་ཁ་ཚུ་ གནམ་ཁའི་ལྷན་ ཁ་མ་གང་མ་བཟུམ་སྤྱོད་ ལེ་ཤ་ཡོད། མེ་བྱ་རྒྱ་ སྤྱིར་
བཏང་བྱ་གཞན་རྒྱ་དང་ འཕྲད་པ་ད། གཟུགས་སྤྱི་དགས་ཡོད་པ་ལས་ ཁོང་གིས་ བྱ་གཞན་བཟུམ་ གནམ་ཁ་ལུ་
ཤུགས་སྤྱོད་འཕྲུ་མི་རྒྱགས་པ་ཡིན། མེ་བྱ་མོ་རྒྱ་ལུ་ མཇུག་སྐྱོ་དང་ མགུ་རྩོ་ཁར་ ཟེ་སྐྱོ་རྒྱ་མི་འོང།

མེ་བྱ་གི་སྐྱོ་རྒྱ་ མི་ག་གིས་ཡང་ མ་དག་འཕམ་མེད། མི་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ མེ་བྱའི་མཇུག་སྐྱོ་རྒྱ་ བྱིམ་ལེགས་ཤོས་
མཐོང་ནིའི་ རྒྱ་ཆ་སྤྱོད་ དབྱེད་སྤྱོད་ བཞག་པ་ཡིན། ང་བཅས་ར་འབྲུག་པའི་མི་རྒྱ་གིས་ མེ་བྱའི་མཇུག་སྐྱོ་
འདི་རྒྱ་ བྱམ་པའི་སྐྱོན་གཡལ་བ་སྤྱོད་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། བྱམ་པའི་སྐྱོན་གཡལ་བ་འདི་ མཆོད་བཤམ་ནང་བྱམ་
པའི་རྒྱ་ཆ་སྤྱོད་བཞག་པ་ཡིན།

མེ་བྱ་འདི་རྒྱ་ ལྷུ་མ་ར་ནང་ལས་ཕར་ སྤྱོད་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་ འབྲུལ་དང་ སྤྱལ་རྒྱ་བཟའཕ་ཡིན། གནམ་ཁ་
ལུ་ ས་སྤྱུག་སྤྱུབས། འབྲུག་ལྷེ་རམ་ད། མེ་བྱ་རྒྱ་སེམས་དག་སྤྱོད་ ཞབས་ཁ་རྒྱ་བཞག་ཡིན། མེ་བྱ་རྒྱ་ ས་རྩོད་ཆེ་
སར་སྤྱོད་མི་ཅིག་ཡིན། མི་རྒྱ་གིས་ མེ་བྱ་འདི་ གཅེས་པའི་ བྱ་སྤྱོད་གསོམ་ཡིན།

༡༡

ལན་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་དྲི་བ།

སྐུག་པ་ ༡༥=༩ |

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ དྲི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ ༡༡ ཁ་ག་ང་ འབད་ལེ རེ་བཀོད་དེ་ ཡོད་ས་ལས། ལན་ངོམ་, ཡོད་མི་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱ་བཞག་ ག་
རྒྱགས་གུ་ སྐྱོར་ཐིག་བཀལ།

༡༡ མེ་བྱ་རྒྱ་གིས་.....བཟའཕ་ཡིན།

༡༡ མེ་རྩོག།

ཁ༡ འབྲུལ་དང་ སྤྱལ་རྒྱ།

ག༡ མི།

ང༡ ལྷོ།

༡༽ མཐུ་ཚུ་གིས་ གཞན་བྱ་བ་བྱུང་སྟེ་.....

ཀ༽ གནམ་ཁ་འཕུར་ཚུགས་པ།

ཁ༽ གནམ་ཁ་འཕུར་མི་ཚུགས།

ག༽ བྱ་གཞན་ལས་ ལྷག་པ་འབད་འཕུར་ཚུགས་པ།

ང༽ ཨ་རྟག་ར་ ས་ཁར་ར་ ཉལ་སྟོད་པ་ཨིན།

ཁ༽

ལན་བྱུང་གི་ངོ་བོ།

སྐྱགས་ ༤ །

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ ཇི་བ་ཚུ་གི་ལན་བྲི་ནི།

༡༽ མཐུ་ཚུ་ ག་ཅི་འབདམ་ད་ སེམས་དགའམ་སྟོ། ཁྱོད།

༡༽ རྩོད་ལུ་ བྱ་ ལེགས་ཤོམ་གཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ ག་དེ་སྟེ་བདག་འཛིན་འཐབ་ནི་སྟོ། ཐབས་ཤེས་ ༡ བྲིས། ཁྱོད།

༡༽ འོག་གི་ ཐིག་སྟོམ་ནང་ ཨོ་ལ་དང་ བྱ་ཕོད་གཉིས་ཀྱི་ བྱ་ཕར་༡ རེ་ བྲིས། ཁྱོད།

ཨོ་ལ།	བྱ་ཕོད།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་རྩི་བ་^༡ པའི་ལན་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་བྱིད་གོ། རྩི་བ་^༢ པ་དང་^༣ པ་ལས་ རྒྱ་གཅིག་ཀྱི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་བྲིས།
^༡ གཞུང་གི་འབྲི་ཚུལ་འདི་ནང་ རོན་མཚམས་ ག་དེམ་ཅིག་འདུག། གྲངས་ཁ་ རྒྱབ་སྟེ་བྲིས།

^༢ མ་བུ་རྩེ་ བྱའི་ནང་ལས་ འཇའ་ཆིག་ཆི་ཅིག་ཡིན། ཟེར་མི་འདི་ རྩེད་ཀྱི་ ཆ་བཞག་འོང་ག་? ག་ཅི་འབད?

^༣ བྱ་མ་བུ་འདི་གིས་ ང་བཅས་ལུ་ ག་དེ་སྟེ་ར་ སན་པ་ ཡོད་པ་སྟོ་ བྲིས།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ གཙང་མོ་འདི་ ལྷག་ཞེན་མ་ལས་ རྩི་བ་རྩེད་ལན་བྲིས།

ཅ་ལ་ལྷ་བཟུམ་ཡོད་ན། བདག་པོ་འདྲེ་བཟུམ་འབད་དགོ།
 དེ་མིན་དགོ་པའི་དུས་ལུ། སན་ཐོགས་མེད་པ་ཐག་ཆོད།
 ནམ་ཟླ་བྱུར་གྱི་དུས་ལུ། རྩེ་ཏ་གང་ཡང་རྩེ་སོང།
 རྩེ་ཆོད་ཞལ་ལ་མ་མཆོད། ནམ་ཞིག་དུག་དང་འཕྱད་འོང།
 ཁ་ལས་སྐྱབ་པའི་ཉན་གཏམ། གཞན་སེམས་དགའ་བའི་མེ་ཏྲོག།
 དགའ་དང་མཐུན་པའི་ངང་ལས། ཐ་དང་དམ་ཆིག་བརྟན་སོང།

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ངི་བ་༥ ལས་། གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་བྲི་ནི།

༡༽ རོགས་མི་གཞན་གྱི་ ལྷན་ཚོའང་ ཉན་ཉོང་ཉོང་ སེམས་ཀྱི་དགའ་བ་ ཕྱིན་དགོ་པ་ཅིན་ ག་ཅི་འབད་དགོ་པས། ག་ཅི་འབད།
