



མིང་ ཡུང་
 སློབ་གྲུ་ སྤེ་ཆན་
 རྫོང་ཁག་ ས་མོ་

རྫོང་ཁ་དང་པ།

ལྷག་ནིའི་དུས་ཡུན་ གླར་མ་ ༡༥ །
 བེ་ནིའི་དུས་ཡུན་ རྒྱ་ཚད་ ༩ །

སྐྱགས་སྒྲིམ་ ༥༠ །
 སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ །

སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ སྐྱགས་བེ་ནིའི་ ཤོག་ཁྲམ།

རིམ།	འབྲི་ཚུམ།	ཡིག་འགྲུལ།	སྐད་ཡིག་གི་འཇུག་པ།		ཡི་གུའི་སྤྱེབ་སྦྱོར།						སྒྲིམ།
			ཀ། གདམ་ཁ།	ཁ། ལན་བྱུང་།	ཀ། ལན་གདམ་ཁ།	ཁ། ལན་བྱུང་།	ག། དཔེར་བཞིན་ རྒྱུ་ལྡིང་།	ང། ས་སྤྱོད་ བསྐྱེད་ལྡིང་།	ཅ། ཡིག་སྤྱེབ།	ཆ། ཆོག་མཛོད་ ལག་ལེན།	
སྐྱགས་ཚད།	༡༥	༡༠	༤	༦	༥	༡༠	༥	༥	༡༠	༡༠	༥༠
སྐྱགས་ཐོབ་ པ།											

འོག་གི་བཀོད་རྒྱ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ལྷག་སྟེ་བཟླ།

- ཏེ་མ་ གླར་མ་ ༡༥ གི་རིང་ལུ་ ཡི་གུ་མ་བེ་བར་འདྲི་ཤོག་འདི་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག།
- རིམ་ལྷག་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ ལན་བེ་ནིའི་དོན་ལུ་ དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚད་ ༩ འཐོབ།
- འདྲི་ཤོག་འདི་ནང་ རིམ་སྤེ་ཆན་གཉིས་འབད་ཡོད། སྤེ་ཆན་ ཀ་ བེ་ནི་དང་ སྤེ་ཆན་ ཁ་ སྐད་ཡིག་ཨིན།
- སྤེ་ཆན་ ཀ་ ལུ་ནང་གསེས་གཉིས་ཡོད། དང་པ་འབྲི་ཚུམ། གཉིས་པ་ཡིག་འགྲུལ།
- སྤེ་ཆན་ ཁ་ ལུ་ནང་གསེས་གཉིས་ཡོད་ དང་པ་སྐད་ཡིག་གི་འཇུག་པ། གཉིས་པ་ཡི་གུའི་སྤྱེབ་སྦྱོར།
- རིམ་སོ་སོའི་སྐྱགས་ཚུ་ བྱག་ཤད་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།
- རིམ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ བཀོད་རྒྱ་ཁ་གསལ་འབད་ བཀོད་ཡོད་མི་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་སྟེ་ ལན་མ་འཛོལ་བར་བེས།
- རིམ་འཛུལ་ཚུ་ མཐོག་གསུམ་ཅིག་དང་ ཡིག་བཟོ་རྩིས་ཚུ་གསལ་འབད་ བེ་དགོ།
- འདྲི་ཤོག་སོ་སོར་ ཁ་ལྷལ་གཏང་ནི་དང་ ཤོག་ལེབ་སྤྱོད་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཆོག།
- འདྲི་ཤོག་འདི་ བྱ་ཆེ་ཆེ་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐིག་འཐེན་ནི་དང་ ཆོན་སྐྱག་གིས་བེ་ནི་ དེ་ལས་ བཀོད་རྒྱ་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་པར་དང་རོ་
 རྒྱལ་ཚུ་ ག་ནི་ཡང་བེ་མི་ཆོག།
- ཆོས་རྒྱལ་ཁང་ནང་ལས་ ཐོན་མ་འགྱུར་བའི་ཏེ་མ་ རིམ་ཚུ་གི་ལན་ཚར་མ་ཚར་ཚུ་ བརྟག་ཞིབ་འབད་དེ་བཟླ།

སྒྲུ་ཚན་ཀླ།

བློ་མི།

[༡༥]

འཛིན་པ་ལ།

འཛིན་པ་ལ།

[༡༥]

བཀོད་ཀྱི། འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ རོན་ཚན་ ༡ ལས་ གཅིག་གཏམ་ཁ་རྒྱུ་སྟེ་ ཚོག་འབྲུ་ ༡༠༠ ལས་ ༡༥༠ བར་ན་
འབད་མི་ཅིག་བྲིས།

༡ མ་འོངས་ལོ་ངོ་ ༣༠ དེ་མ་ཅིག་གི་རྒྱུ་ལས་ ང་བཅས་པའི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ལུ་ གནས་སྤངས་ཀྱི་འགྱུར་བ་
ཚུ་ ག་ཅི་བཟུམ་ར་འོང་ནི་ཨིན་ནམ་? འཆར་སྤང་འཛིན་པ་ཅིག་བྲིས།

༢ རྒྱུད་ཀྱི་མི་ཚེ་འོ་ནང་ དཔེ་བཟུ་བཏུབ་པའི་ མི་གཅིག་དང་ཕྱད་དེ་ ཏུས་ནམ་ཡང་སེམས་ལས་ བརྗེད་མ་ཚུགས་པའི་
སྐོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ཅིག་བྲིས།

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ཡིག་འགྲུལ་གྱི་དོན་ཚན་ལ་ལས་ཀྱི་གདམ་ཁ་རྒྱུ་བྱེད་མཁེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་

- ༡) རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན་མ་གྱི་འབྲིང་རིམ་སློབ་ཕྲུག་འོག་མ་གྱི་སློབ་རིམ་ལ་ཕན་མ་ཡིན་པ་བཟོ་སྟེ། རྒྱ་མ་ཁ་སློབ་ཕྲུག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན་པ་ཡོད་མི་ཆ་རྒྱུ་ལ་ཀུན་དགའ་ལུ་གནས་དགུན་དལ་གསེའི་སྐབས་སྤྱི་ལོ་ལྟ་ཆ་མཇལ་བར་འགྱུ་གཞི་ཟེར་བའི་སྐོར་ལས་གཏང་ཡིག་ཅིག་བྱེད་མཁེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་
- ༢) འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཡི་གྲ་འདི་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་ཞིན་མ་ལས། རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན་པ་ཡིན་པ་ལྟ་ཆ་མཇལ་བར་འགྱུ་གཞི་ཟེར་བའི་སྐོར་ལས་གཏང་ཡིག་ཅིག་བྱེད་མཁེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་

༣ གཅེས་ཕྱག་པར་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ།

གནད་དོན་ནི། ང་བཅས་པར་ཆོས་སྤྱི་ལོ་ལྟ་ཆ་མཇལ་བར་འགྱུ་གཞི་ཟེར་བའི་སྐོར་ལས་གཏང་ཡིག་ཅིག་བྱེད་མཁེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཡི་གྲ་འདི་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་ཞིན་མ་ལས། རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན་པ་ཡིན་པ་ལྟ་ཆ་མཇལ་བར་འགྱུ་གཞི་ཟེར་བའི་སྐོར་ལས་གཏང་ཡིག་ཅིག་བྱེད་མཁེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་

འདི་གི་དོན་ལུ་བཅའ་སྤྱོད་གི་འགན་ཁུར་བཞོམ་པར་འགྱུ་གཞི་ཟེར་བའི་སྐོར་ལས་གཏང་ཡིག་ཅིག་བྱེད་མཁེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཡི་གྲ་འདི་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་ཞིན་མ་ལས། རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན་པ་ཡིན་པ་ལྟ་ཆ་མཇལ་བར་འགྱུ་གཞི་ཟེར་བའི་སྐོར་ལས་གཏང་ཡིག་ཅིག་བྱེད་མཁེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་

མ་གཞི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན་པ་ཡིན་པ་ལྟ་ཆ་མཇལ་བར་འགྱུ་གཞི་ཟེར་བའི་སྐོར་ལས་གཏང་ཡིག་ཅིག་བྱེད་མཁེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཡི་གྲ་འདི་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་ཞིན་མ་ལས། རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན་པ་ཡིན་པ་ལྟ་ཆ་མཇལ་བར་འགྱུ་གཞི་ཟེར་བའི་སྐོར་ལས་གཏང་ཡིག་ཅིག་བྱེད་མཁེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་

ཕུལ།

ལན།	

མེ་ཚན་ལ།
 སྒྲིབ་གསུམ་པ།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གཱའི་སྒྲིབ་བ།
 སྐད་ཡིག་གི་འཇུག་པ།

[ཡལ]
 [༡༠]

ཀ།

ལན་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་དྲི་བ།

[༡x༤=༤]

འོག་གི་ སྒྲིབ་རེ་ལུ་ལན་ ཀ་ཁ་ག་ང་༤ རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་རོ་མ་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་གྱུ་ སྒྲིབ་ཐིག་༠་
 དེ་བརྩམ་བཀའ།

- ༡) མིང་མཐའ་ལས་གྱུབ་པའི་མིང་ (དབུལ་ཤ། ཀང་མ། ལག་པ། རྒྱུ་མ་) བརྩམ་ ཚུ་ལུ། ལ་དོན་གྱི་ཕྱད་ སྒྲིབ་ཤ་
 ད། མིང་མཐའ་སོ་སོར་ ཕུལ་འགྲོ་མི་.....
- ཀ ཀང་མ་ལུ། རྒྱུ་མ་ལུ། ལག་པ་གྱུ། དབུལ་བར།
- ཁ དབུལ་བར། ལག་པ་ར། རྒྱུ་མ་ར། ཀང་པ་ར།
- ག ཀང་མ་ཁར། དབུལ་ཤ་ཁར། ལག་པ་ཁར། རྒྱུ་མ་ལུ།
- ང ལག་པ་ནང་ན། ཀང་མ་མགྱུ་ལུ། རྒྱུ་མ་མགྱུར། དབུལ་ཤ་ལུ།

- ༡) བྱ་བའི་ལུ་འབད་ནི་འི་ རང་དབང་བྱེད་པ་པོ་ལུ་ མེད་མི་གི་ཆོག་ལུ་ བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་། ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན།
འོག་གི་ཐིག་སྒྲིམ་ནང་ བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ ག་དེ་མ་ཅིག་འདུག་?

གང་། བཙུང་། ཆས། བཟ། ར། སྤང་། བཙོ། ལུག། གཏང་།

- ཀ ༡ འདུག།
ཁ ༣ འདུག།
ག ༤ འདུག།
ང ༥ འདུག།

- ༢) བྱེད་སྒྲུ་ ཟེར་མི་འདི། ལུ་འབད་མི་ བྱེད་པ་པོ་དང་ གཅིག་ཁར་འཇུག་པའི་ སྒྲུ་ཨིན། ཟེར་ སྒྲུབ་ཨིན་
པས།

‘སྐལ་བཟང་གིས་ ལ་ལོ་གཉིས་ གློབ་དཔོན་གྱི་ གཟིམ་ཅུང་ནང་ ཅ་ལ་ལེན་པར་ བཏང་བྱུག།’

ལྷག་གི་ རྫོང་ཆོག་ནང་ལས། ལུ་འབད་མི་ བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱ་བའི་ལུ་ རོས་འཛིན་འབད་?

- ཀ ལུ་འབད་མི་བྱེད་པ་པོ་སྐལ་བཟང་། བྱ་བའི་ལུ་བཏང་།
ཁ ལུ་འབད་མི་བྱེད་པ་པོ་སྐལ་བཟང་། བྱ་བའི་ལུ་ལེན།
ག ལུ་འབད་མི་བྱེད་པ་པོ་གློབ་དཔོན། བྱ་བའི་ལུ་ལེན།
ང ལུ་འབད་མི་བྱེད་པ་པོ་ལ་ལོ། བྱ་བའི་ལུ་བཏང་།

- ༣) (པ་པོ་མ་མོ་ལ་པོ་) རྒྱ་ མིང་འབྲུབ་ནི་གི་ ཆ་རོགས་འབད་མི་ལུ་ མིང་མཐའ་དང་། མིང་དང་གཅིག་ཁར་སྦྲུམ་ན།
བདག་པོ་དོན་སྟོན་པའི་ཆོག་། བདག་སྒྲུ་ ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན་པས།

དེ་དང་འབྲེལ་ འོག་གི་མིང་ཆོག་རྒྱ་ལས་ བདག་སྒྲུ་ འོགས་སུ་བཏོན།
མགར་ཤ། འབྲུབ་ཅེད་པ། སྤུ་མོ། ཆས་ཤོས་མ། ཏག་མ། སྒྲེས་སྒྲེས་ཤ། ཤོ་ཆས་མ། ལྷ་བཤལ་པ། ལ་པ།
ཐབ་ཆང་པ།

- ཀ འབྲུབ་ཅེད་པ། ཆས་ཤོས་མ། ལྷ་བཤལ་པ། ཐབ་ཆང་པ།
ཁ ལྷ་བཤལ་པ། སྒྲེས་སྒྲེས་ཤ། ཆས་ཤོ་མ། ཏག་མ།
ག འབྲུབ་ཅེད་པ། མགར་ཤ། ལ་པ། ཐབ་ཆང་པ།
ང སྤུ་མོ། སྒྲེས་སྒྲེས་ཤ། ཤོ་ཆས་མ། ཤོ་ཆས་མ།

ལ)

ལན་བྱང་གི་རི་བ།

[4X4=16]

འོག་གི་ རི་བ་ 4 གྱི་ལན་བྱིས།

1) འོག་ལུ་བཀོད་མི་ ལྷག་བཅས་ཀྱི་ འཇུག་ཚུལ་དཔེ་ལུ་བལྟ་ཞིན་མ་ལས། འཇུག་ཚུལ་གྱི་ བཤད་པ་བྲིས།

[4]



ལན།	

2) འོག་གི་ རྫོང་ཆོག་གཉིས་རེ་ཡོད་མི་ དབྱེ་བ་དཔྱད་དེ། ཐིག་ཁམ་ནང་ལུ་ མགྱ་ཡིག་དང་འབྲིལ་ བཅུགས།

[4]

གནས་སྐོར་ལུ་ཨིན། གནས་བསྐོར་བར་ཨིན། བལྟ་མ་ཨིན། ལྷ་མི་ཨིན།

མིང་འབད་འཇུག་མི།	བྱ་བའི་ལུ་འབད་འཇུག་མི།

3) འོག་གི་ ཐིག་སྒྲིམ་ཀ་དང་ཁ་གཉིས་ མཐུན་སྒྲིག་འབད་དེ་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ ཀ་རྟགས་འདི་ ཐིག་ཁྲམ་ག་ནང་
བྲིས། [2]

	ཀ	ཁ		ག
1	མིང་གཉིས་ཅེག་ལས་འགྲུབ་མི།	ཀ	མཆིན་པ།	1.....
2	མིང་རྟེ་མ་བྱ་ཆེག་ལས་འགྲུབ་མི།	ཁ	ཅོད་སྤྱད།	2.....
3	མིང་མཐའ་ལས་འགྲུབ་མི།	ག	གནས་སྒོར།	3.....
4	བྱ་ཆེག་གཉིས་ཅེག་ལས་འགྲུབ་མི།	ང	རྒྱ་མཚོ།	4.....
		ཅ	འཛུལ་སྒོ།	

རྩི་བ་བཞི་པ།

ཡི་གུའི་སྟེབ་སྒྱུར།

[25]

ཀ།

ལན་གདམ་ཁ་ཅན།

[1x4=4]

འོག་གི་ རྩི་བ་རེ་ལུ་ལན་ ཀ་ཁ་ག་ང་ལྔ་ རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་རོ་མ་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་གུ་ སྒྲོར་བེག་ ○
དེ་བཟུམ་བཀལ།

1) སངས་རྒྱས་དོ་ཨེ། ཟེར་མིའི་མིང་འདི་ བསྟུ་ཡིག་ནང་ བྲི་བ་ཅིན་

ཀ སངས་དོར།

ཁ སངས་དོ།

ག སངས་ཨེ།

ང རྒྱས་དོར།

2) མིང་མཐའ་རྩུ་ལས་ མ་འོངས་པའི་ བྱ་ཆེག་དང་གཅིག་ཁར་ འཇུག་མི་ག་འདི་སྟོ་

ཀ པ་ བོ་ མ་ཨིན།

ཁ མ་ བླ་ བོ་ཨིན།

ག བོ་ མོ་ བོ་ཨིན།

ང པ་ མ་ བླ་ཨིན།

- ང ཡ་ཅི་སྐྱུགས། ང་ཡང་ བསྐྱུགས་པ་ར་ ལོག་ནི། ཟེར་ སྐབ་བཞག་ཅི།

- ང བྱིམ་སྒྲེ་ བཟོ་རྒྱལ། མི་སྒྲེ་ འདུག།

- ང བྱ་ཚིག་དང་མིང་གཅིག་ཁར་འཇུག་མི་ཡིན་མ་མས།

ལན།	

༡) ཡིན་(✓) མིན་ (X) རྟགས་བཀལ་ནིའི་ངོ་བོ། (.ཡX༤=༡)

- ༡ 'པན་ ཐོགས་ནི་མས།' ཟེར་བའི་སྐབས། བཛོད་དོན་གཙོ་བོ། 'པན་ཐོགས་' ཡིན། ()
- ༢ (ཡི། ལུག། བས། མས།) རྩ་གི་ མཚུག་ལུ། ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་ ཤད་འཐོབ་ཡིན། ()
- ༣ འབྲེན་ཆོག་རྩ་གི་ ཉེ་མའི་བྱ་ཆོག་ལུ་ འགྱུར་བ་ཡོད་པ་ཡིན། ()
- ༤ དུས་དང་འབྲེན་ཉེ་ ཡི་གུའི་སྤེལ་ལུ་ འགྱུར་བ་ཡོད་མི་ཅིག་དང་། མེད་མི་ ལག་ གཉིས་འབད་ཡོད་པ་ ཡིན། ()

༢) ལྷག་བཅས་འདི་ འདས་པའི་འབྲེན་ཆོག་གི་སྤེལ་ལུ་ རྩད་དགོ་པའི་ གོ་དོན་བྲིས། [༢]

ལན།

༣) རྩོད་ཆོག་གི་ བར་ན་ཡོད་མི་ ཤད་དང་། མིང་ཆོག་རྩུ་ལས་ ག་འོས་འབབ་ཡོད་མི་འདི་ ས་སྟོང་ནང་བྲིས། [༣]

- ༡) སྟོབ་གྲ་ནང་ ཨ་ལོ་ (བསྐྱལ་/བཀལ་/སྤྱལ་) བར་ འགྱོད་གོ་བས། _____
- ༢) རང་གཡུས་བཞག་སྟེ་ མི་ཡུལ་མ་ (འཆམ་/འཆམས་/འབྱམ་) ཨ་ལོ། _____
- ༣) སྟོབ་གྲ་ནང་ལུ་ སྐྱ་ཐུང་ཀུ་བཞག་ནི་འདི། སྤྲིག་ (འབད་/སྟེ་) བཅུགས་ལུག། _____
- ༤) ཅ་ལ་ བསྐྱེགས་ (འབད་/སྟེ་) བཞག་ལུག། _____

ག༽ དཔེར་བཛོད་རྒྱབ་ནི། [༤]

ག༽ ལྷག་བཅས་འདི་ འདས་ཆོག་གི་ རྩལ་ལས་འཚུགས་ཡིན། སྟེ། ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ།

དཔེ་བཅུད་གཅིག་ཀྱི་ལྟུང་།

ལན།

ཁ) མེ། ཟེར་མི་འདི། གྲོ་ཆོག་གི་མཚུག་ལུ་ སྐྱལ་ཆོག་བཟུམ་ཅིག་འབད་ འཇུག་པ་ཨིན་མ་མས། དེ་བཟུམ་ འཇུག་ཚུལ་
གྱི་དཔེ་བཅུད་གཅིག་གིས།

ལན།

ག) ད་སྐྱེ་ དུས་སྟོན་པའི་ དཔེ་བཅུད་གཅིག་བཀོད།

ལན།

ང) མི། བདག་སྐྱེ་འབད་ འཇུག་མི་དང་། དགག་སྐྱེ་འབད་ འཇུག་པའི་ དཔེ་རེ་རེ་གིས།

ལན།

3) ཚིག་མཚམས་གཅན་མཚམས་འདི། སྒྲུབ་ངོ་དང་ ལྷག་ངོ་བདེན་གི་ རོན་ལུ་ སྒྲུབ་དང་ནམ་དབྱེ་གི་ བྱལ་ལས་དང་།
ཡི་གུ་ བྲི་བའི་སྐབས་ རྫོང་དོན་གཙོ་བོ་གཙོ་ཚིག་མིང་འབད་ འཇུར་མི་ཚུ་ལུ་ ཚིག་མཚམས་ གཅན་པ་ཨིན། ཟེར་
མི་དང་འབྲེལ་ཏེ། འོག་གི་ཞ རྫོང་ཚིག་གི་ ཚིག་མཚམས་ གཅན།

‘རྫོང་གིས་ཁོ་རའི་སྲིང་མོ་ལུ་བྱོས་ཅིག་འབག་འོངས་ལུག།’

ལན།	

5) [4]

ས་སྤོང་བསྐྱབ་ནི།

འོག་གི་ བརྫོང་པ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་འི་ མཐའ་མར་ བཀོད་དེ་ཡོད་མི་གི་ འཇུག་པ་དང་འབྲེལ་ གནམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ས་སྤོང་
སྐྱབས།

- 1 བྲམ་ གཟིམ་ཅུང་ ལེགས་པས། (འབྲེལ་སྒྲུབ་)
- 2 སྒོ་བ་དཔོན་ དཔེ་ཆ་ སྒོན་གནང་ཡི། (བྱེད་སྒྲུབ་)
- 3 རྒོ་སྒྲུབ་ སེམས་དགའ་ཡི། (ལྷག་བཅས་)
- 4 ཁོ་གིས་ ལུ་ འདི་བཟུམ་ཅིག་ འབད་ མི་འབད། (རྒྱན་སྤྱད་)
- 5 ཏི་རུ་ ལག་ སག་སྟེ་ འདུག། (ལ་དོན་)

3) [10]

ཡིག་སྟེབ།

1) འོག་གི་ རོན་ཚན་འདི་ ལྷག་ཞིན་མ་ལས་ ཞབས་ཐིག་ བཀལ་ཡོད་མི་འི་ ཡིག་སྟེབ་རྩ་བཙུབ་སྟེ་ ས་སྤོང་ནང་བྲིས། [4]

3 ཡོན་ཏན་འདི་ རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ དགོ་པ་ དེས་ཏིག་ཨིན། དེ་གིས་འབད། ཨ་མའི་བྲུ་ལུ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན། དགའ་ལྷན་གྱི་ལ་
བདག་པོ་མེད། ཟེར་དོ་བཟུམ། ཡོན་ཏན་ ལྷན་པའི་མི་འདི་ དེགས་རྒྱུད་ བཟང་དགས་དང་། རྒྱ་ལོ་གི་ (ཐོན་ལུངས་)
..... མེད་རུང་ བརྟུབ། རང་རྒྱུད་ལུ་ ཡོན་ཏན་ར་ ཡོད་པ་ཅིན། (ཅོག་གྲུབ་) དང་བསྐྱབ་ཏེ་
སྤོང་ཚུགས་པའི་ དབང་ཚས་ འཐོབ་ཚུགས། རྒྱ་ལོ་ རོངས་སྤོང་འདི་གིས་ ད་ལྟོ་གི་ བདེ་བ་ རྒྱུ་
ཅིག་ བྲིན་མ་མ་གཏོགས། བྱལ་ལས་ཀྱི་ ལྷག་བསྐྱབ་ སེལ་ མི་ཚུགས། དེ་འབད་མ་ལས། རྒྱ་ལོ་ལུ་སེམས་
མ་ཤོར་བར་ ཡོན་ཏན་ ཅུ་གེངས་ ཏི་ ལྷག་དགོ།

༢) འོག་གི་པར་ལུ་ བཟུ་ཞིན་མ་ལས། བྱ་ཚིག་གི་ ཚིག་ ཉུང་ཤོས་གསུམ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ བཤད་པ་དོན་མཚན་ས་ [༣]
གཅིག་གིས། ཁྱོད་ཀྱིས་ ལག་ལེན་འཐབ་མི་ བྱ་ཚིག་ལུ་འོག་ཐིག་བཀལ།



ལན།	

༣) འོག་ལུ་བཀོད་མི་ འདྲེན་ཚིག་དང་འབྲིལ་ བྱ་ཚིག་ཚུ་གི་སྟེབ་ དབྱེ་དབྱེ་འབད་དེ་ ལེགས་བཅོས་འབད།

ད་ལྟ་བུ་ (དོ་ དེས་) (ཚུལ་ སྤངས་/ཐངས། ཐབས།
ལུགས། ཡོང་། དབང་། རྩོལ་) (མཁན། མི་)

མ་འོངས་པ། (དགོ། ཚོགས། ཚུགས། བཅུག། ཤེས། སྤྱི། བཅུག། རུས། རྒྱ། ཕྱིར། སག་ས།
རན་) (ཞི། འོང་། གེ།) (པས། བས། མས་) (ཡང་། ར། རུང་) (ན་ནི་) (པ་མ་བ། མ་) (ས་ར་

འདས་པ། (ཅི། ཅི། ཡི། རུག་) (ཆིད་སོ་) (ཡོད། རྩོད། ཚར། བཟ། བཀོ། ལུས། ཡར། འབག། བཏང་། བཏང་། བཞག། ཕྱིན། ཞིན་) (རུང་) (ཉི་མེད་སྟེ་) (ནས་) མ་ཐག།

- ཀ༽ འདྲི་ནི་ ཟེར་རུང་ འདྲི་མི་དགོ། ཟེར་སྒྲུབ་དེས།
ཁ༽ བྲངས་ན་ བྲང་དཔ་བྲག། ཟེར་ ཡིག་ བྲིས་པ་ལུ་ བྲི་བཟ།
ག༽ བྱོན་མ་ད། བསྐྱེག་པ་ལས། ལྷ་མ་ཅིག། དེ་མ་བཤོལ། ལྷ་ནི་འདྲི་ནི་ བཟ་དོ།
ང༽ བྲིས་མ་ འབྲིས། བྲང་མ་ བྲང་ས་ཡོད། བསྐྱེལ་ན་ རྩོད་ནི་ཅིག་འོང་།

གཅད། (བྱ་ཆོག)

མ་འོངས།	ད་ལྟ།	འདས།	སྤྲུལ།
གཅད།	གཅད།	བཅད།	གཅད།

༡ ཐག་བཏོག་ནི། གཏན་འཁེལ་བཟོ་ནི། ་ ལྷ་ རུབ་སྟེ་
 འབད་ནི་འབད་ ཐག་གཅད་པ་ཅིན་ བཏུབ་ནི་མས། ༢ ཅད་
 དཔུང་འབད་ནི། ་ གཏེ་སོང་ཡི་ག་ ཀྱང་རྩེས་གཅད་དགོ་ནི་
 ཡིན་པས། ༣ ལ་བསྐྱམ་ནི། ་ སྒྲོམ་ ལ་ གཅད་དགོ་པས།
 ༤ བཏོག་ནི། ་ ཤིང་ཅིག་ གཅད་པར་འགྱུ་རུང་ ཆོག་ཐམ་
 དགོ། ༥ གསལ་དགོ། ་ གཞན་གྱི་སྟོན་ གཅད་པ་ཅིན་ རང་
 ཆེ་ཐུང་། ཟེར་སྐྱབ་ཡིན། ༦ བཀག་ནི། བཀག་པའི་དོན།
 ་ ཆང་ གཅད་པ་ཅིན་ དག་འོང། ༧ བཀག་ནི། མ་མཐོང་མ་
 འགྱུ་ནི། ་ སྒྲོ་སྒྲིག་གི་ སྒྲོ་ལོགས་ཁར་ སྟོང་དེ་གནག་
 གཅད་ནི་མི་འོང།
 decide, cross examine, close an opening, cut, kill, quit

༡) ཆོག་མཛོད་ནང་གི་ འཇུག་པ་དང་འཁྲིལ་ འོག་གི་ཆོད་ཆོག་༢ ག་ཅི་གི་གྲངས་སུ་ ཚུད་ནི་མས་ག? ཡང་བཀལ།

ཀ་ ལ་སྐབ་ གཅད་ནི་ ཡིན། [] ལ་ གནམ་ མ་བསྐྱེད་ལས་ སྒྲོ་གཅད་དགོ། []

[༢]

ཇེ། (མིང་) (བྱ་ཆོག)

(མིང་) གཙོ་པོ། གོང་མ་ལུ་ལུ་བའི་གུས་ཆོག་ཅིག། ་ ཇེ་སྤྱོད་
 ར་ལ་ལུ་ རྟོན་ཅུག། ་ སྐབས་ཇེ་ རྩ་ མ་བཞུགས་པས།
 holiness

ཇེ། (བྱ་ཆོག)

མ་འོངས།	ད་ལྟ།	འདས།	སྤྲུལ།
བཇེ།	ཇེ།	བཇེས།	ཇེས།

པར་རྒྱུ་སོར་ནི། ་ སྒྲོ་བ་སྐྱུག་ཆ་ཁྱབ་ བསམ་འཆར་ ཇེ་དོ་
 exchange

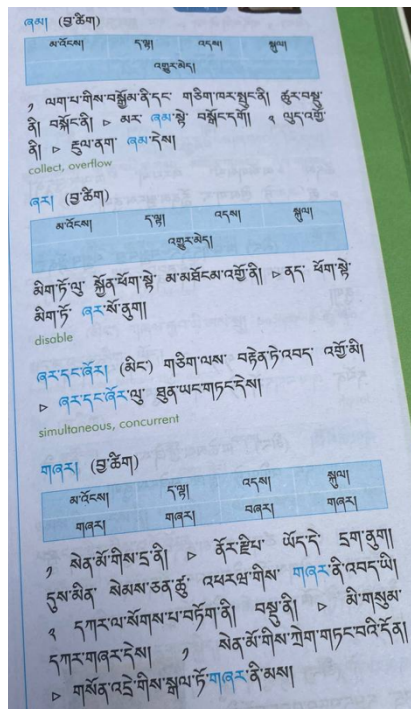
ཇེ་མཁའ་པོ། (མིང་) ཆོས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིལ། ་ ཇེ་མཁའ་
 ཟེར་མི་འདི་ ཆོས་ཀྱི་ལ་ཐུག་ལས་ མཐར་ཐུགས་ཅིག་ཡིན།
 Jekhenpo; head of the central monastic body
 (zhung dratshang).

ཇེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ། (མིང་)
 རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡུམ་མཆོག།
 ལྷ་མོ། ་ སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་
 སྒྲོལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཇེ་བཙུན་
 སྒྲོལ་མ་ལུ་ གསོལ་བ་
 བཏབ་དགོ།
 Goddess Tara



༢) ཇེ། མིང་དང་། བྱ་ཆོག་ལུ་ འཇུག་པའི་ དཔེ་རེ་རེ་ བཏོད།

ཀ་
 ལ་



3) ཚིག་མཛོད་ལས། ཞལ་གྱི་ གོ་བ་ལེན་ཞིན་མ་ལས། ཚིག་འདི་ ལག་ལེན་
འཐབ་སྡེ་ རྩོད་ཚིག་ཤིང་ བྱིས། [2]

ཀ
ཁ

4) རར་དང་ རོར། ཟེར་མི་གི་ གོ་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ རྩོད་ཚིག་ཤིང་ བཟོ། [2]

ལན།

5) ཚིག་མཛོད་ནང་ རུས་གསུམ་ལུ་ ཡིག་སྒྲུབ་འགྱུར་བ་ཡོད་པ་འབད་བྱིས་ཏེ་ཡོད་མི་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་འདུག་
ག་? ག་ཅི་འབད་? [2]

ལན།

བཀྲིན་ཆེ།