

༤ འཇིག་རྟེན་པའི་དབྱེ་གཏམ་ལས་ཡང་ མི་ཅིག་འོངན་རྒྱུད་ལས། །རྟེན་ཅིག་འོངན་རྟེན་ལས། །ཟེར་སྐབ་སྐོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་
 འབད་ ད་ལྟོ་སློབ་ལྷན་ནང་ལུ་ ཚུམ་ཡོན་ཉན་སྦྱང་མི་ཡིག་ལྷུག་པ་ཚུ་ སློམ་འགྲུལ་ད་ལུ་ ག་དེ་སླེ་འོང་ག་ ད་ལྟོ་ལས་རང་ ཉ་ལམ་
 ཅིག་ཉ་གོ་ཚུགས། མ་འོངས་པ་ནང་ལུ་ ཁོང་ར་སློམ་ཐལ་ བཟུང་ཚང་རེ་བསྡོམ་ བར་ལས་བྱ་གཞི་རེ་ཐོན་སླེ་ མི་ཚོ་འཚོ་སྦྱང་
 འཐབ་ད་ ཁོང་གི་མི་ཚོ་འཇིག་རྟེན་སྦྱངས་ག་བཟུམ་འོང་ག་ ད་རེས་གསལ་སློབ་འབད་བའི་ བྱམ་སྦྱོད་ལམ་དང་ བསམ་པ་སེམས་
 བསྐྱེད་ལུ་རག་ལས་ནི་ཨིན། འདི་འབད་མ་ད་ ཡ་མའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་ སློབ་དཔོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ དེ་ལས་ རང་གི་དམིགས་གཏང་ལུ་
 བརྟེན་ཏེ་ མི་ཚོ་ནང་ལུ་ སྤྱིང་ལྷུང་འབད་འཇུར་འགྲོ་ནི་འི་ ཉེན་ཁག་ཡོད་པ་ཨིན།

ལཱ་གཞི་ལཱ་འབད་ནི་དང་ སྤྱིག་རྒྱུག་ནི་ དེ་ལས་ དཔེ་ཆ་ལྷན་འཇོག་དང་ རྩེད་མ་རྩེད་མི་ལ་སོགས་པ་ ག་ཅི་ནང་འབད་རུང་
 ག་མཁས་མཁས་འབད་ འབད་ཚུགས་པའི་ཨ་ལོ་འདི་གིས་ བཅའ་ཅིག་གི་ཚེ་ རང་བཞིན་གྱིས་འགོ་འཐོན་འོང། ཨིན་རུང་ དབྱེ་
 གཏམ་ལས་ཡང་ བྱ་མཁས་རུང་པ་མའི་བསྐྱབ་བྱ་དགོ། ཟེར་སྐབ་དོ་བཟུམ་འབད་ རང་བཅེ་གཏུང་ཅན་གྱི་ཕམ་གཉིས་གྱིས་
 ལེགས་ཉེས་གྱི་དབྱེ་བ་བྱེ་སྟེ་ འབད་དགོཔ་བཞག་དགོཔ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་སྐབ་ད་ འདི་ལུ་ཡིད་ཆེས་དང་ ཆ་བཞག་བསྐྱེད་དེ་ རོས་
 ལེན་འབད་དགོ། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ ཁོང་གིས་སྐབ་མི་འདི་ཉན་ཏེ་ ལཱ་ཚུ་འབད་བ་ཅིན་ རང་ལུ་ཕན་མ་ཐོགས་པའི་ དཔེ་མི་
 སྤྱིད། འདི་མ་ཚད་ ཁོང་གཉིས་སེམས་དགའ་ནི་འདི་གིས་ རང་གི་རྒྱུད་ལུ་བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་སློམ་བསག་འོང། འདི་གིས་
 འབད་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ བྱ་བ་ལམ་འགོ་ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་འོང་ རང་གི་མི་ཚོ་འདི་ དགའ་སྦྱོར་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་
 པའི་ཐོག་ལས་ དོན་དང་ལྷན་མ་ཅིག་འགྲོ་འོང།

དོ་རུང་ ཅིན་ཅན་གྱི་སྐྱམ་དང་ སློབ་དཔོན་དེ་ཚུ་གིས་གནང་མི་ འཛུམ་སྤྱིང་བཟུང་བའི་མིག་ཏོ་དང་འབྲེ་བའི་ ཡོན་ཏན་དེ་
 ཚུ་ཡང་ ཏུས་ནམ་རང་འབད་རུང་ སེམས་ལས་བརྗེད་ནི་མི་འོང། ཁོང་གིས་གནང་མི་ ཡོན་ཏན་འདི་ ལྷ་གཅིག་ཨིན་རུང་ དཔེར་
 བ་ རིན་པོ་ཆེ་གསེར་དང་དབུལ་ འཐོབ་ཐོབ་པ་བཟུམ་གྱི་དགའ་ཚོར་བསྐྱེད་དེ་ དང་ལེན་འབད་དགོ། རང་གི་མི་ཚོ་ནང་ལུ་ དགའ་
 སློང་ ཞི་བདེ་གི་ས་བོན་གཙོ་བོ་འདི་རང་ ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་འདི་ཨིན་མ་ལས་ རྐྱད་ཡིག་དང་ཡི་གཱའི་སྦྱོར་བ་ དེ་ལས་
 ལྷག་རིག་དང་རྩོམ་རིག་ལ་སོགས་པའི་ འབྲི་ལྷག་ཤེས་ཡོན་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱོད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་བརྩེ་མཐོང་དང་ མི་
 ཚོ་འདི་རིག་རྩལ་ དེ་ལས་ རྩེད་རིགས་དང་ རྩོད་བསྐྱར་ལ་སོགས་པའི་ རིག་རྩལ་དང་འབྲེལ་བའི་ ཡོན་ཏན་ཚུ་ཡང་ གྲུས་ཞབས་
 དང་དང་འདོད་ཆེ་བའི་སྐོལ་ས་ སྦྱང་བརྩོན་འབད་དགོཔ་འདི་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཁག་ཆེ། འདི་འབད་མ་ལས་ ཚོ་སློབ་ལས་གྱི་
 དབང་གིས་ ད་རེས་གཅིག་ཁར་འཛོམས་མི་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ ཁ་རྩེད་ཚོགས་པ་འཇུག་ཏེ་ རྒྱགས་ཕམ་བཟུག་ནི་མེན་པར་ ག་དེ་
 འགྲུག་འགྲུག་བརྩེ་བཀུར་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་ སློབ་ལྷུག་ཚུ་གི་རང་བཞིན་གྱི་འགན་ཁུར་ཅིག་ཨིན།

འདི་གིས་ཡང་མ་ཚད་ ཚོས་རང་གིས་འབད་དེ་སངས་མ་རྒྱལ་། །རྟོགས་ཀྱིས་འབད་དེ་སངས་མི་རྒྱལ་། །ཟེར་དོམ་བཟུམ་
 སྤེ་ ས་མའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་ སྤོབ་དཔོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཚུ་ རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་བཟུམ་ཐོབ་སྟེ་འབད་རུང་ གཙོ་བོ་ རང་གིས་དམིགས་
 གཏད་བསྐྱེད་དེ་ ལྷ་མ་འབད་མ་འདྲུམ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་ མི་ཚེ་ནང་ལུ་ གྲུབ་འབྲས་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ འཐོན་པའི་དཔེ་མི་སྲིད།
 དཔེར་ན་ གསེར་གྱི་སྐུ་རྩུག་དེམ་ཅིག་ཡོད་རུང་ སྤོས་བཟོ་པ་འབད་སར་བསྐྱེད་ཏེ་ རང་གི་དང་འདོད་དང་འཁྲིལ་བའི་ གདོད་
 རུང་དང་མཚུབ་ད་གྱི་ དེ་ལས་ སེན་རུང་དང་སྟེ་འཁོར་ཚུ་མ་བཟོ་བ་ཅིན་ གསེར་གྱི་སྐུ་རྩུག་འདི་ ལུགས་ཀྱི་སྤོམ་ཚུ་ནང་ ག་ཅི་
 ཟེར་མ་ཡང་མེད་པ་འབད་ལུས་པ་དང་འདྲ། འདི་འབད་མ་ལས་ རང་གི་མི་ཚེ་འདི་ གསེར་ལས་གྲུབ་པའི་ གདོད་རུང་བཟུམ་འབད་
 རང་གིས་བལྟ་རུང་ དག་འཁྲོག་ཏེ་དང་ གཞན་གྱིས་བལྟ་རུང་ སེམས་ཤོར་སི་སི་ཅིག་ བཟོ་མིའི་དོན་ལུ་ ལྷན་རྒྱས་དང་ དཔོན་
 ལག་ ཡང་ན་ ཚོང་དཔོན་ལོ་རྒྱུ་བཟང་པོ་བཟུམ་ཅིག་བཟོ་མིའི་དོན་ལུ་ དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་ཞེན་མ་ལས་ འོས་ལྷན་གྱི་འཆར་
 གཞི་བཅུམ་སྟེ་ དེ་བསྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་ལུ་ཚུ་འབད་དགོ་པ་འདི་ སེམས་ཀྱི་གདིང་ལུ་རང་བཞག་དགོ།

མཚུགས་རང་ རང་གི་མི་ཚེ་འདི་ བཟོ་དབྱིབས་ལེགས་པའི་གུ་ སྤོད་ཉམས་སྤོབ་པའི་ དེང་སང་གི་སྤྲིང་ཁྲིམ་ཅིག་བཟུམ་འབད་ ཕྱི་
 ལས་བལྟམ་ད་འཇའ་ཚི་ཚི་དང་ རང་ན་ལྟོད་པ་ད་ སྤོ་ཏྲོག་ཏེ་ཡོད་པ་ཅིག་བཟོ་དགོ་པ་ཅིན་ ས་གཞི་དམིགས་གཏད་སྤྲིང་སྤྲིང་འདི་གུ་
 གཞི་འབྲམ་ས་མའི་བསྐྱབ་བྱ་བཅུགས་ཞེན་མ་ལས་ ཅཆས་སྤོབ་དཔོན་གྱིས་གནང་མི་ཡོན་ཏན་འདི་ ལག་ལེན་འཐབ་ཞེན་མ་ལས་
 ལུ་རྒྱགས་རང་གི་སེམས་འདི་བཅུགས་ཏེ་ ད་ལྟོ་ལས་ལུ་འགོ་བཅུགས་པ་ཅིན་ དུས་ལུན་མ་རིང་མོ་ཅིག་ལས་ གྲུབ་འཐོབ་འོང་བེར་
 མཚོ་མ་མས།

དྲི་བ་དང་པ། **ལན་གཏམ་ཁ་ཅན།**

འོག་གི་དྲི་བ་བཞི་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ལན་ ཀ་ ཁ་ ག་ ང་ ཅ ཡོད་ས་ལས་ ག་ཨིན་མི་འདི་གི་ ཀ་ཉགས་གུ་ སྤོར་ཐིག་ ༠
 བཀལ། ། རྒྱགས་ ༡X༤=༤ །

- ༡ སྤྱིར་བཏང་གིས་ འབྲི་ཚུམ་འདི་ འོག་གི་དོན་ཚན་ཚུ་ལས་ ག་ཅི་ནང་ལུ་ཚུད་པ་སྟེ་?
- ཀ སྤྱང་དང་གཏམ་རྒྱུད། ཁ ལྷན་ཚུམ།
- ག ཡིག་འགྲུལ། ང དངོས་འབྱུང།

༡ རོན་མཚམས་དང་བའི་ནང་ལུ་ “ད་རེས་གསལ་སྟོན་འབད་བའི་ བུམ་སྟོན་ལམ་དང་ བསམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་ལུ་རག་ལས་ནི་ཨིན།” ཟེར་བའི་སྐབས་ལུ་ བུམ་སྟོན་ལམ་ ཟེར་བའི་མིང་ཚིག་གི་དོན་དག་འདི།

- | | | | |
|---|------------------|---|----------------------|
| ཀ | ལམ་འགྲོ་ཐངས་ཨིན། | ཁ | མིག་ཏོ་བཟླ་ཐངས་ཨིན། |
| ག | ལ་སྐབ་ཐངས་ཨིན། | ང | འབད་བཞག་བཅའ་བཞག་ཨིན། |

༢ ཕ་མའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལཱ་འབད་བ་ཅིན་

- | | | | |
|---|------------------------|---|--------------------------|
| ཀ | ཕམ་གཉིས་སེམས་དགའ་འོང། | ཁ | ཕམ་གཉིས་དགོད་བྲ་འོང། |
| ག | རང་རྒྱ་ལོ་རྒྱུ་ལུ་ལོང། | ང | རང་བསོད་ནམས་ལྱིས་ལུ་ལོང། |

༣ སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ ལ་རན་ཚིག་རན་སྐབ་ཐོག་ལས་ རོལ་ལ་འབད་བ་ཅིན།

- | | | | |
|---|---------------------------|---|-------------------------------|
| ཀ | ཆ་རོགས་ཚུ་ངལ་རངས་འོང། | ཁ | ཆ་རོགས་ཚུ་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་འཐོབ། |
| ག | སློབ་དཔོན་ཚུ་སེམས་ཕམ་འོང། | ང | སློབ་དཔོན་ཚུ་ཡང་ངལ་རངས་འོང། |

དི་བ་གཉིས་པ། ལན་ཐུང་གི་དི་བ།

འོག་ལུ་དི་བ་ ༥ ཡོད་མི་ལས་ ༩ གདམ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ དེ་དེ་ལན་ཚུ་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ ས་སྟོང་ནང་བྲིས། (༩X༩=༨༡)

༡ འོག་གི་མིང་ཚིག་ཚུ་གི་ རྣམ་གྲངས་ཚུ་ འབྲི་ཚུམ་ནང་ལས་ འཚོལ་ཏེ་བྲིས།

༡ སློབ་ཕྱག།	༢ རྒྱུ་བ་སྐྱོམ།	༣ རིན་གོང་སྐྱོམ།	༤ ཚུལ་སྐྱོད།
-------------	-----------------	------------------	--------------

- ལན། ༡
 ༢
 ༣
 ༤

༡ “བྱ་མཁམས་རྩལ་མའི་བསྐྱབ་བྱ་དགོ།” ཟེར་མི་དཔྱེ་གཏམ་འདི་གི་དོན་དག་གིས།

ལན།
.....
.....
.....
.....
.....

༢ རང་གི་མི་ཚོ་འདི་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་བཟོ་དགོ་པ་ཅིན་ ད་ལྟོ་ལས་རང་ ཐབས་ཤེས་ལེ་ག་རང་སྟོན་དགོ་པ་ཡིན། རྒྱུ་འབད་བ་ཅིན་ ཐབས་ཤེས་ག་ཅི་བཟུམ་རང་སྟོན་དགོ་ནི་ཡིན་པས། ཐབས་ཤེས་གཉིས་བྲི་ཞིན་མ་ལས་ བཤད་པ་མདོར་ བསྐྱབ་རེ་གིས།

ལན། ༡)
.....
.....
.....

༢)
.....
.....
.....

༣ ཚོས་རང་གིས་འབད་དེ་སངས་མ་རྒྱས་ན། །འོགས་ཀྱིས་འབད་དེ་སངས་མི་རྒྱས། །ཟེར་སྐབ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ རང་གི་དོན་ དག་ཚུ་བསྐྱབ་དགོ་པ་འདྲམ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་ གཞན་ལུ་བརྟེན་མ་སྟོན་པར་ རང་གིས་ར་རྩ་འགོངས་ཏེ་འབད་དགོ། རྒྱུ་ཀྱིས་ འབད་བ་ཅིན་ དེ་སྟེ་སྐབ་མི་འདི་ལུ་ རོས་ལེན་ཡོད་ག་? བྱངས་བཀལ།

ལན།

༤ མི་ཚོ་དག་འཁྲིད་དང་ལྷན་མ་བཟོ་ཞི་དོན་ལུ་ ཨིན་ཅིག་མིན་ཅིག་ མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་འདི་ར་ མཐར་འཁྱོལ་དགོས་ འདུག་ག་? ག་ཅི་འབད་? བྱངས་བཀལ་ཉེ་བྱིས།

ལན།

དྲི་བ་གསུམ་པ། ལན་རིང་མོ་གི་དྲི་བ།

འོག་གི་དྲི་བ་ ༡ ལས་ ༡ གནམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་རྩ་ས་སྟོང་ནང་བྱིས། ། ༡༠X༡=༡༠ །

༡ འབྲི་ལྷག་ཤེས་ཡོན་ལྷབ་སྦྱང་འབད་མི་འདི་བ་ ཟུང་རིགས་ནང་ལུ་ བཙའ་མར་གཏོགས་པ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་ཨིན་ ཟེར་ བའི་དོན་ཚན་གྱི་ཐོག་ལུ་ ཟུང་སྟོང་འབྲི་རྩུམ་ དོན་མཚམས་ ༣ འབད་མི་ཅིག་བྱིས།

མི་ཚེ་བྱང་ཀྱུ་ལ་ཀ་འདི་ནང་ལྷ། །དང་པ་རང་གི་བདེ་སྲིད་བསྐྱབ་དགོས་ཡོད། །
 གཉིས་པ་པམ་ལུ་བཀྱིན་བསམ་དགོས་ཡོད། །གསུམ་པ་གཞུང་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ལུ་དགོས་ཡོད། །

སློུ་རྒྱས་བཟའ་སྟེ་སྟོན་པ་མི་འཚམས་འོང། །སློུ་ཆང་འཕྲུང་རུང་པན་ཅིག་མི་ཐོགས་པ་འོང། །
 ཉིན་ལུ་མེད་པར་ལུ་ཅིག་ཚ་འགོངས་འབད་ན། །ནམ་ཅིག་མཚོ་དོན་གྱུ་བ་པའི་དུས་ཅིག་འོང། །

ཆ་རོགས་ངན་པའི་ལ་ལུ་ཉན་ནིའི་གཅིག །བརྟུང་རྫོབ་འཐབ་འཛིང་འབད་ནིའི་ལུ་གིས་གཉིས། །
 བདག་གཞན་གཉིས་ལུ་གཞོན་པའི་འབད་བཞག་གསུམ། །འགོ་དང་འགོ་ལས་སྤང་ན་ལེགས་ཤོམ་འོང། །

རང་དང་འཚམ་ཟེར་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་དང། །མིག་གཞི་མེད་ཟེར་རྒྱབ་ཁར་བསྐྱར་ནི་དང། །
 འབྲུང་ཁུངས་མེད་ཟེར་སྤང་མེད་བསྐྱར་ནི་ཚུ། །ནམ་རང་མིན་རུང་ངེས་པར་སྤང་དགོས་ཨིན། །

སྟིང་པོ་གང་ཡང་མེད་པའི་མི་ཚེ་ནང། །ང་ཟླ་ལྷོད་སྐྱོུ་ལོ་རྒྱས་མ་མང་པར། །
 གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་གོགས་རམ་འབད་དེ་གིས། །སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པའི་སྐོ་ལས་སྟོན་ན་ཟླ། །

དྲི་བ་དང་པ། **ལན་གདམ་ཁ་ཅན།**

འོག་གི་དྲི་བ་བཞི་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ལན་ ཀ་ ཁ་ ག་ ང་ ཅ ཡོད་ས་ལས་ ག་ཨིན་མི་འདི་གི་ ཀ་ཉགས་གུ་ སྐོར་ཐིག་ ༠
 བཀལ། ༼སྐྱགས་༡༫༩-༩༽

༡ རྫོང་ཁའི་སྐབས་ལུ་ སྟན་ཚུལ་ཚུ་ཚོགས་བཅད་ནང་འབྲིམ་ད་ ཚོག་འབྲུག་དེམ་ཅིག་བྲི་མི་འདི་ ལེགས་ཤོམ་འབད་
 བཟིམ་སྟོ?

- | | | | |
|---|---------------|---|---------------|
| ཀ | ༣ མ་ལས་ ༣༤ བ། | ཁ | ༤ མ་ལས་ ༡༢ བ། |
| ག | ༩ མ་ལས་ ༣༤ བ། | ང | ༥ མ་ལས་ ༡༢ བ། |

༢ གོང་གི་སྟོན་ཚུལ་འདི་གི་ བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་རང་།

ཀ མི་ཚེ་གི་སྐྱོར་ལས་ཡིན་པས།

ཁ མི་ཚེ་དགའ་ཉེ་གཏོ་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ཡིན་པས།

ག མི་ཚེ་དོན་དང་ལྷན་མཁ་བཟོ་དགོ་པའི་སྐྱོར་ཡིན་པས།

ང མི་ཚེ་ནང་ལུ་ག་དགའ་མ་འབད་དེ་ སྤྱོད་སྤྱོད་དགོ་ཟེར་ཡིན་པས།

༣ ”རང་དང་འཆམ་ཟེར་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་དང་། །མིག་གཞི་མེད་ཟེར་རྒྱབ་ཁར་བསྐྱར་ནི་དང་། །” ཟེར་མི་ཚོག་རྐང་གཉིས་ གྱི་ བརྗོད་དོན་འདི་ ག་ཅི་ཡིན་མས་?

ཀ རབ་ལྷན་གྱི་ལཱ་ཚུ་གནས་སྟངས་དང་བསྐྱར་ཉེ་འབད་ནི་མི་འོང་ཟེར་ཡིན་པས།

ཁ རབ་ལྷན་གྱི་ལཱ་ཚུ་གནས་སྟངས་དང་བསྐྱར་ཉེ་འབད་དགོ་ཟེར་ཡིན་པས།

ག རབ་ལྷན་གྱི་ལཱ་ཚུ་ཚ་དང་སྤྱོད་ལས་འབད་ནི་མི་འོང་ཟེར་ཡིན་པས།

ང རབ་ལྷན་གྱི་ལཱ་ཚུ་ག་དེ་བྲག་བྲག་འབད་དགོ་ཟེར་ཡིན་པས།

༤ སྟོན་ཚུལ་ནང་ལས་འབད་བ་ཅིན་ རང་གི་མི་ཚེ་ནང་ལུ་ སྤང་དགོཔ་གསུམ་འདི་.....དང་.....དང་.....ཚུ་ཡིན་པས།

ཀ མི་ངན་པ་ལུ་ཉན་ནི། གཞུགས་ལུ་གཞོན་པའི་ཟས་བཟའ་ནི། རང་དང་རོགས་ལུ་གཞོན་པ་བསྐྱུལ་ནི།

ཁ བཤལ་འགྱོ་ནི། མགྱོགས་འགྱོ་ནི། ཉད་བཏག་འཚོལ་ནི།

ག ཤ་བཟའ་ནི། སྤྱོད་ལས་བཟའ་ནི། ཅུག་བཟའ་ནི།

ང ཆང་འབྲུང་ནི། སྤོང་འབྲུང་ནི། ཅུག་འབྲུང་ནི།

འཇིག་ལྗོངས་ལ། ལན་ཐུང་གི་རི་བ།

འོག་ལུ་རི་བ་ ༥ ཡོད་མི་ལས་ ༩ གནམ་ཁ་རྒྱ་བ་སྟེ་ དེའི་ལན་ཚུ་ ས་སྟོང་ནང་བྲིས། (༩x༩=༨༡)

༡ ལྷན་ཚུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཚུ་གི་སྒྲིབ་ལས་ གང་རུང་བཞི་གི་མིང་ ཐོ་བཀོད་འབད།

ལན། ༡
 ༢
 ༣
 ༤

༢ འགོ་གི་སྐྱེན་ཚུམ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གི་དོན་དག་ ཉིང་སངས་ས་འབད་བྲིས།
“སྟོང་པོ་གང་ཡང་མེད་པའི་མི་ཚོ་ནང་། །ང་ཅག་ཚུ་ད་སྟོ་ལོ་རྒྱུས་མ་མང་པར། །

གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་གོ་གས་རམ་འབད་དེ་གིས། །སུན་སུམ་ཚོགས་པའི་སྐོ་ལས་སྟོང་ན་ཅག །”

ལན།
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

༣ འོག་གི་དོན་མཚམས་གཅིག་པོ་འདི་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་ཞིན་མ་ལས་ འདི་ནང་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ ལག་ལེན་
འབབ་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ལུ་བསྟོད་པའི་ ཚུམ་ཚོགས་བཅད་གཅིག་བྲིས། བཞག་གསོ། ཚོག་འབྲུ་དེས་པ་མེད།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ རྒྱུ་ཀྱི་ཅིག་ལས་མེད་རྒྱུ་ དཀའ་ངལ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ དགའ་ཉོག་ཉོ་དང་སྦྱིད་ཉོ་ཉོ་
འབད་ ལྷ་ཡི་གཡུས་དང་དབྱེ་བ་མེད་པ་འབད་ཡོད། འདི་ནང་སྡོད་མི་ མི་སེར་འདི་ཚུ་ཡང་ སེམས་ག་ནི་བ་བཟང་བའི་ཁར་
གཅིག་གིས་གཅིག་པམ་པའི་ལཱ་ཚང་ཚ་འབད་མ་ཨིན། འདི་བཟུམ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ རྣལ་པ་མ་སྦྱོང་གི་བར་དུ་ དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་ངང་
ལུ་གནས་བཅུག་ཅིག་ཟེར་བའི་སློན་ལམ་བཏབ་ནི་ཨིན་ནོ།

ལན།

༤ ཚུང་མོ་དང་སློ་བེ་ལ་སོགས་པའི་ སྤྲོ་ཚོམ་ཚུ་ དེ་བསྐྱང་འབད་བ་ཅིན་ སློ་སྤྲོན་གྱི་ལས་རིམ་བཟུམ་འབད་ ལག་ལེན་
འབབ་ཐབས་ཨིན་རྒྱུ་ ད་རེས་ནངས་པ་འབད་བ་ཅིན་ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ གོང་འཕེལ་གཏང་ནིའི་ ཐབས་ཤེས་
ངོ་མ་ཅིག་འབད་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ གཞུག་བཀོལ་མ་ཨིན། རྒྱུད་ཀྱིས་འབད་བ་ཅིན་ ཐབས་ཤེས་འདི་ རོས་འབབ་ཆེ་ཉོག་ཉོ་
འབད་མཐོང་མས་ག་? བྱུངས་བྲིས།

ལན།

༤ རྩོད་རའི་ བཀྱིན་ཅན་གྱི་ཕམ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཚོག་འབྲུ་ །མ་ འབད་མི་བྲན་ཚུམ་ཅིག་གིས།

ལན།
.....
.....
.....
.....
.....

དྲི་བ་གསུམ་པ། ལན་རིང་མོ་གི་དྲི་བ།

འོག་གི་དྲི་བ་ ༡ ལས་ ༡ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་ཚུ་ས་སྟོང་ནང་གིས། [༡༠x༡=༡༠]

༡ ང་བཅས་རའི་དྲིན་ཅན་གྱི་ཕམ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ བསྟོད་པའི་ཚུམ་ ཚོགས་བཅད་ ༡ གསར་ཚུམ་ འབད། དྲན་གསོ། ཚོག་འབྲུ་ངེས་པ་མེད།

༢ ང་བཅས་རའི་དྲིན་ཅན་གྱི་ཕམ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ བསྟོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ དོན་མཚན་ས་ ༡ བཅ་བཅུད་ བསྟེ་སྟེ་གིས།

ལན།
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

སྐྱེ་ཚན་.....ག།

སྐྱུང་དང་གཏམ་རྒྱུད།

{སྐྱུག་མ་༡༠}

དྲི་བ་དང་པ།

ལན་གཏམ་ཁ་ཅན།

འོག་གི་དྲི་བ་བཞི་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ལན་ ཀ་ ཁ་ ག་ ང་ ཅ་ ཡོད་ས་ལས་ ག་ཨིན་མི་འདི་གི་ ཀ་ཉག་ས་གུ་ སྐྱོར་ཐིག་ ༠
བཀལ། {སྐྱུག་མ་༡x༤=༤}

༡ ཡོ་རྒྱ་དངོས་སུ་འབད་མ་བྱུང་བུང་ ཚུ་མ་འབྲི་འབད་མི་གིས་ སེམས་ཀྱིས་བཟོ་སྟེ་བྲིས་ཡོད་པའི་སྐྱུང་འདི་.....

ཀ དངོས་སྐྱུང་ཨིན།

ཁ འཆར་སྐྱུང་ཨིན།

ག གཉིས་ཆར་ཨིན།

ང གཉིས་ཆར་མེན།

༢ “ཉེ་མ་མཐོང་པའི་མི་ཅིག་ ཆར་ལེབ་གནག་པོ་བཀའ་ ཞུ་མོ་གནག་པོ་ཅིག་བཙུགས་སྟེ་ འགྲོ་དེས།” ཟེར་བའི་སྐྱབས་
ཆར་ལེབ་ཟེར་མི་འདི་ དོན་དག་ག་ཅི་སྟོ?

ཆར་ལེབ་ཟེར་མི་འདི་.....

ཀ ཆར་པ་རྒྱབ་ད་བཀའ་ཞི་འི་ རྒྱ་ཤོག་གི་ཅ་ཆས་ཅིག་ཨིན།

ཁ ཉེ་མ་ཤར་མ་ད་བཀའ་ཞི་འི་ རྒྱ་ཤོག་གི་ཅ་ཆས་ཅིག་ཨིན།

ག ཆར་པ་རྒྱབ་ད་བཀའ་ཞི་འི་ ཁ་ཤོག་གི་ཅ་ཆས་ཅིག་ཨིན།

ང ཉེ་མ་ཤར་མ་ད་བཀའ་ཞི་འི་ ཁ་ཤོག་གི་ཅ་ཆས་ཅིག་ཨིན།

༣ ཡལ་སྒོ་རལ་གིས་ མི་ཚོ་ཉེ་མམ་འདི་ནང་ ཀོམ་ཟ་དུམ་ ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ རོ་ཁྱི་ཅིག་ལུ་བྱིན་པའི་བསོད་ནམས་ལུ་
 བརྟེན་ ཚོང་རེས་ ཀོམ་ལེ་ཤ་ཅིག་འཐོབ་ལུག། རྩོད་ཀྱིས་འབད་བ་ཅིན་ ཀོམ་ཟ་དུམ་ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་ལུ་གོ་ནི་ཡིན་མས་?
 ཀོམ་ཟ་དུམ་ཟེར་མི་འདི་.....

- ཀ ཀོམ་ལུར་ཅ་ག་ཅིག་ལུ་སྒྲུབ་ཡིན།
- ཁ ཀོམ་ཇོ་ལ་གང་ལུ་སྒྲུབ་ཡིན།
- ག ཀོམ་རྒྱུད་ཀུ་ཅིག་ལུ་སྒྲུབ་ཡིན།
- ང བོར་ག་ཅིག་གི་ཀོམ་ལུ་སྒྲུབ་ཡིན།

༤ སྤང་ཡང་རྒྱས་ཀྱི་རོ་ཟེར་མི་འདི་ནང་ ཡང་རྒྱས་བསད་མི་འདི་ ག་དང་ག་ར་ཡིན་མ་བཟུམ་ཅིག་འདུག་?

- ཀ ཡང་རྒྱས་བསད་མི་གི་སྒོར་ལས་ ཁ་གསལ་འབད་བཀོད་དེ་མིན་འདུག།
- ཁ ཆར་ལེབ་གནག་པོ་བཀའ་མི་འདི་དང་ ཀམ་དབང་འདུས་ཀྱི་ཆ་ཚོགས།
- ག ཀམ་དབང་འདུས་ཀྱི་ཨ་ཞང་དང་ ཨ་ཞང་གི་ཨམ་སྲ།
- ང ཀམ་དབང་འདུས་དང་ ཐབ་ཚང་པ།

དི་བ་གཉིས་པ། ལན་ཐུང་གི་དི་བ།

འོག་ལུ་དི་བ་ ༥ ཡོད་མི་ལས་ ༩ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ དེའི་ལན་ཚུ་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ ས་སྟོང་ནང་བྲིས། [༩X༥=༤༥]

༡ ཡང་རྒྱས་ཀྱི་རོ་ ཟེར་མི་སྤང་འདི་ནང་གི་ སྤང་ཚེད་པ་གཙོ་བོ་འདི་དང་ ཡན་ལག་གི་སྤང་ཚེད་པ་ ༩ གི་མིང་བྲིས།

ལན ༡ ༩

༩ ༤

༩ སྤང་ཐུང་ཀུ་ཚུ་འབྲིས་ད་ ཚང་དགོ་པའི་བྱང་ཚོས་ཚུ་ལས་ ཚོར་བྱུགས་དང་ རྟོགས་གཞི་ ཟེར་མི་ཚོག་ཚུ་གི་ གོ་དོན་
 བྲིས།

༡

.....

.....
.....
༩
.....
.....

༩ སྒོ་རབ་ཟེར་མི་ སྲུང་གི་བརྗོད་དོན་དང་འཕྲིལ་བ་ཅིན་ མི་ཚེ་ཤུལ་མར་ ལྷག་པོ་འབད་སྐྱེ་དགོ་བ་ཅིན་ བསོད་ནམས་སྲོམ་
བསམ་ག་དགོ་པ་འབད་བཤད་པ་ཨིན་པས། རྩོད་ཀྱིས་ བསོད་ནམས་བསམ་ག་ནིའི་ཐབས་ཤེས་ རྒྱ་བཀོད་འབད་ཤིག།

ལན། ག
༩
༩
༤

༤ སྲུང་དང་གཏམ་རྒྱུད་ལྟམ་སྲུང་འབད་མི་འདི་གིས་ རང་གི་མི་ཚེ་ནང་ལུ་ བན་ཐོགས་སྲོམ་ཡོད། ཟེར་སྲབ་དགོ་པའི་རྒྱ་
མཚན་ག་ཅི་ཨིན་སྲོ་? ཚོག་འབྲུ་ ༥༠ གི་ནང་འཁོད་ཁྲུངས་བཀའ།

ལན།
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
4 རྫོང་ཁའི་ཚོས་ཚན་ནང་ལུ་ སྤྱང་བྱུང་ཀྱང་ཚུ་ ལྷུ་བ་དགོ་མི་འདི་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཨིན་མས་ག་? ག་ཅི་འབད། དོན་
མཚམས་ག་ཅིག་ནང་ཁྲུངས་བཀལ་ཉེ་བྲིས།

ལན།

རྩི་བ་གསུམ་པ། ལན་རིང་མོ་གི་རྩི་བ།

འོག་གི་རྩི་བ་ ༡ ལས་ ༡ གནམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་རྩུ་ས་སྟོང་ནང་བྲིས། { ༡༠x༡=༡༠ }

༡ སྒོ་རཔ་ ཟེར་མི་སྤྱང་འདི་ནང་ལས་ རྩོད་ཀྱིས་ཡོན་ཉན་ག་ཅི་ར་ཐོབ་ཅི? དོན་མཚམས་གཉིས་བཅུད་བསྟུ་སྟེ་བྲིས།

༢ “ང་ཉིན་མ་ཅིག་ ཁྲོམ་སྟེ་འགྲུལ་འཁོར་ནང་འཇུག་སྟེ་ སྟོབ་གྲ་ནང་འོང་མ་ད་ མི་གནམ་མེད་ས་མེད་འཇའ་རིས་མོ་ཅིག་
དང་ སྟོད་ཁྲི་ག་ཅིག་ཁར་རྒྱུད་ཅི། ང་གིས་མི་འདི་ལུ་ མིག་ཉོའི་རྩུང་གིས་ལྷམ་ད་.....” ཟེར་མི་ཚོག་ལས་འཕོ་མཐུད་
དེ་ སྤྱང་དོན་མཚམས་གཉིས་འབད་མི་ཅིག་བྲིས།

२७

སྡེ་ཚན་དངལ།

རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན།

རྩི་བ་དངལ།

ལན་གདམ་ཁ་ཚན་གྱི་རྩི་བ།

འོག་གི་རྩི་བ་བཞི་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ལན་ ཀ་ ཁ་ ག་ ང་ ཅ་ ཡོད་ས་ལས་ ག་ཨིན་མི་འདི་གི་ ཀ་རྟགས་གུ་ སློང་ཐིག་ ༠
བཀལ།

༡ ཤེས་རབ་འདི་ལེགས་ཤོམ་འབད་ མ་བསྐྱེམ་པ་ཅིན་ སྐྱེན་ག་ཅི་འོང་ག་?

ཀ མི་ལུས་མི་འཐོབ། ཁ ལཱ་གཡོག་མི་འཐོབ།

ག རྒྱ་ལོ་ལོགས་སྤྱོད་མི་འཐོབ། ང སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་མི་འཐོབ།

༢ གཉེན་གྱི་སྤྱོགས་ལ་འདོད་ཆགས་རྒྱ་ལྟར་གཡོ། ། ཟེར་བའི་སྐབས་ལུ་ འདོད་ཆགས་ ཟེར་མི་ཚོག་གི་དོན་དག་འདི།

ཀ རང་དང་འཆམ་མཐུན་མ་ག་ར་ལུ་ དགའ་བའི་སེམས་ལུ་གོམ་ཨིན།

ཁ རང་དང་འཆམ་མཐུན་མ་ག་ར་ལུ་ རྩོ་བའི་སེམས་ལུ་གོམ་ཨིན།

ག རང་གི་གཉེན་ཉེམ་ཚུ་ལུ་ དགའ་བའི་སེམས་ལུ་གོམ་ཨིན།

ང རང་གི་གཉེན་ཉེམ་ཚུ་ལུ་ རྩོ་བའི་སེམས་ལུ་གོམ་ཨིན།

༣ ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་དང་འཕྲད་པ་ན། །དབྱར་གྱི་དུས་ཀྱི་འཕྲུལ་མཚོན་ཇི་བཞིན་དུ། །

.....། །ཞེན་ཆགས་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན་ཡིན། །

རྟག་གི་ཚོགས་བཅད་ནང་ལུ་ ས་སྤོང་ཡོད་མི་འདི་ནང་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ ཚོག་རྒྱང་གཅིག་ འོག་གི་ཚུ་ལས་ གདམ་ཁ་རྒྱབ།

ཀ གང་ལ་ཞེན་ཆགས་སྤྱེ་བའི་དངོས་པོ་རྣམས། །

ཁ འགྲོ་ཀུན་དོན་དུ་ཡོན་ཏན་འབྱུང་གནས་གྱི། །

ག མཛེས་པར་སྐྱེང་ཡང་བདེན་པར་མི་བཟོ་ཞིང། །

ང ཐབས་དང་ལྡན་ཞིང་འཁོར་གསུམ་མི་རྟོག་པའི། །

༤ དགེ་བའི་ལོངས་སྤོང་འདོད་པའི་རྒྱལ་སྐྱེས་ལ། །གཞོན་བྱེད་ཐབས་ཅད་རིན་ཆེན་གཏེར་དང་མཚུངས། །

དེ་ཕྱིར་ཀུན་ལ་ཞེ་འགྲས་མེད་པ་ཡི། །བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཟེར་ བཟོད་པ་བསྐྱོམ་དགོ་པའི་ རྟོར་ལས་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་ རང་ལུ་གཞོན་པ་བསྐྱེད་མི་རེ་འཐོན་རུང་ དེ་ཚུ་ལུ་ཅི་གཤམ་མ་བཟའ་
བར་སྤོང་དགོ་ཟེར་ཨིན་པས། རྟོན་གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ ག་ཅི་འབད་འོང་ནི་མས་?

གཞོན་བྱེད་ཚུ་.....

ག མི་ངན་འབད་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

ཁ གསེར་དང་དཔུལ་དང་འབྲ་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

ག བཟོད་པ་བསྐྱོམ་སའི་ཡུལ་འབད་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

ང ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དགེ་བའི་ལོངས་སྤོང་བསྐྱབ་ཚུགས་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

དྲི་བ་གཉིས་པ། ལན་བྱུང་གི་དྲི་བ།

༼ རྒྱགས་..... ༣X༡=༤ ༽

འོག་ལུ་དྲི་བ་ ༤ ཡོད་མི་ཚུ་ལས་ གང་རུང་ ༣ གནམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་ཚུ་ས་སྟོང་ནང་བྲིས།

༡ ཚུལ་ཁྲིམས་སྲུང་བའི་ཕན་པ་དང་ ཤེས་རབ་བསྐྱོམ་པའི་ཕན་པ་ གཙོ་བོ་རེ་བྲིས།

ལན། ༡

༢

༡ འོག་ལུ་ སྦྱིན་པ་གཏང་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་ བཤད་དེ་ཡོད་མི་ ཚ་ཚིག་གཉིས་པོ་དེ་གི་ འོག་དག་ཅིག་ རྩོད་ར་གིས་ག་
ཤེས་པ་འབད་བྱིས།

བྱང་ཚུབ་འདོད་པས་ལུས་ཀྱང་གཏང་དགོས་ན། །ཕྱི་རོལ་དངོས་པོ་རྣམ་ལ་སྦྱོས་ཅི་དགོས། །

ལན
.....
.....
.....
.....
.....

༢ འོག་གི་ཐིག་སྦྱོམ་ ཀ་ རང་ཡོད་མི་ སར་ཕྱིན་ཚུ་ ཐིག་སྦྱོམ་ ཁ་ རང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་ཉིང་བཟུ་སྟེ་
མཐུན་སྦྱིག་འབད། ལན་གི་ ཀ་ ཉམས་འདི་ འོག་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ ས་སྟོང་ནང་བྱིས།

ཀ	ཁ
༡ སྦྱིན་པ།	ཀ དག་བྱང་ཕྱད།
༢ ཚུལ་ཁྲིམས།	ཁ རྒྱ་ལོ་ལོངས་སྟོན།
༣ བཟོད་པ།	ག ཚོས་ཡོན་ཏན།
༤ བཙོན་འགྲུལ།	ང མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ།
	ཅ སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས།

ལན། ༡ ༢
༣ ༤

༤ རང་གི་སེམས་ཁར་འབབ་པའི་ མི་དང་ ཅ་ལ་ཚུ་མཐོང་སྟེ་ དེ་ཚུ་ལུ་ སེམས་ཤོར་འགྱུ་བའི་སྐྱབས་ དེ་ཚུ་ག་དེམ་ཅིག་
མཛེས་ཉྐྱག་ཉྐྱེད་རུང་ ལྷངས་མེད། ཟེར་མཚོ་བསམ་གཏང་དགོ་ཟེར་ཡིན་པས། མཚོ་བསམ་དེ་སྟེ་གཏང་དགོ་པའི་ འོག་དག་དཔེ་
ཅིག་བཀོད་ཐོག་ལས་ མདོར་བསྟུ་སྟེ་བྱིས།

ལན

༥ ང་བཙམ་གྱིས་ དམ་པའི་ཚོས་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ བཙོན་འགྲུས་བསྐྱེད་པ་ཅིན་ གཞན་སེམས་ཅན་ལུ་ བན་ཐོགས་འོང་ག་? བྱངས་བཀའ།

ལན།

དྲི་བ་གསུམ་པ། ལན་རིང་གི་དྲི་བ།

འོག་ལུ་དྲི་བ་ ༡ ཡོད་མི་ལས་ ༡ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་ས་སྟོང་ནང་བྲིས། [༡x༡0=༡0]

༡ རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན་ནང་ལུ་ ཐོན་པའི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་པའི་སྐྱོད་པ་གཉིས་བྲི་ཞིན་མ་ལས་ རོན་མཚམས་གཉིས་ནང་ བཤད་པ་རྒྱབ་སྟེ་བྲིས།

