དེ་ནི་རྒྱུན་སྲིང་གི་གོ་བ་ལེན་
རྒྱུ་དེ་ཡིན།

ཡུན་རིང་གི་གོ་བ་ནི་MWEནི་བསམ་ཚུལ་རླབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད་པ་མ་ཟད།MWEཡི་སློབ་གསོ་བཏང་རྗེས་སློབ་མས་གོ་བ་ལེན་ཐུབ།སློབ་མ་འདི་དག་ལ་ཆུ་ཚད་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་MWEཡིས་ཡུན་རིང་པོར་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་陀་པར་གོ་བ་ལེན་ཐུབ་པ་མ་ཟད།གནའ་རབས་ཀྱི་ཕ་ལེ་སིའི་སྐད་ཡིག་གི་དཔེ་དེབ་ནང་རྙེད་པ་རེད།

1.དགེ་བ། (Géwa)
དགེ་བའི་ལས་ལ་འཇུག་ཅིང་མི་དགེ་བའི་ལས་ལ་མི་འཇུག་པ།འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ནི།མི་དགེ་བ་དང་གནོད་པའི་ལས་ཀྱིས་བདེ་སྐྱིད་དང་ཉམས་ལེན་ལ་བར་ཆད་བྱེད་ཅིང་།དགེ་བའི་ལས་ཀྱིས་བདེ་སྐྱིད་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་རྐྱེན་བསྐྲུན་པ་ཡིན།བསླབ་
པའི་གཞི་ལྔའི་རིན་ཐང་རྟོགས་ཤིང་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་དང་བསམ་བློའི་ཤུགས་རྐྱེན་ལ་དོ་སྣང་བྱས་ན། ང་ཚོས་འདེམ་ག་ཡང་དག་པ་བྱེད་ཐུབ།

2.དཔྱད་པ། (Chépa)
རྟག་ཏུ་དཔྱད་པ་བྱེད་དགོས།གུས་འདུད་དམ།འཇིགས་སྣང་།ཡང་ན་ལེ་ལོའི་དབང་གིས་དོན་གང་ཞིག་བདེན་པ་ཡིན་པར་ནམ་ཡང་ཁས་ལེན་མི་བྱེད།འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ནི།དཔྱད་ཞིབ་བསམ་བློ་དང་།ཞིབ་འཇུགབརྩི་བཀུར་ལྡན་པའི་འབྲེལ་གཏུགདྲི་རྩད།
རྩོད་གླེང་བཅས་ཀྱིས་ང་ཚོར་ཕྱིའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཤུགས་རྐྱེན་མི་ཐེབས་པར་ངེས་
བརྟན་བྱེད་པར་རོགས་རམ་བྱེད།

3.སེམས་སྦྱོང་།(Sem Jong)
བདེན་པ་རྟོགས་ཤིང་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་སེམས་འདུལ་བ་ནི་གལ་ཆེ།འདི་ལ་
བརྟེན་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ནི།བཏུལ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ད་ལྟ་བར་གནས་ཤིང་དྲན་པ་དང་ལྡན་པར་བྱེད་ཐུབ་ལ། དེ་ནས་ཤེས་རབ་འབྱུང་ཐུབ།

4.མི་རྟག་པ།(Mitakpa)
ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཡིན།འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ནི།མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་རྟོགས་ཤིང་ཁས་ལེན་བྱེད་པ་དང་།འགྱུར་བའི་རྦ་རླབས་ལ་ཇི་ལྟར་གདོང་ལེན་
བྱེད་པ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ན།ང་ཚོར་སེམས་ཚོར་གྱི་བཟོད་བསྲན་ཟབ་མོ་དང་འཇིག་རྟེན་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པའི་སེམས་ཀྱི་སྒོ་དང་མཉེན་ཆ་འཕེལ་འགྱུར་ཡོང་གི་ཡོད།

5. བདག་མེད། (Dakmé)
བདག་གཅེས་འཛིན་གྱིས་གཅིག་པུར་འགྱུར།གཞན་ཕན་གྱིས་ཡིད་ཚིམ་པར་འགྱུར།འདི་ལ་
བརྟེན་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ནི།རང་གཅེས་འཛིན་ནི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་བར་ཆད་ཆེ་ཤོས་ཡིན།གཞན་ཕན་དང་བྱམས་པ་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་དང་གཞན་ལ་གཅེས་སྐྱོང་བྱེད་པས་དངོས་
གནས་ཀྱི་སྤོབས་པ་སྐྱེ་བ་དང་།སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད།

6.སྣང་ཚུལ།(Nang Tsül)
སྣང་ཚུལ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་མི་རུང་།མཐོང་བ་དང་།ཐོས་པ།ཚོར་བ་བཅས་ལ་ཚད་ཡོད།འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ནི།ང་ཚོའི་སྣང་ཚུལ་གྱིས་མཐོང་ཐུབ་པ་དང་མི་ཐུབ་པའི་འཇིག་རྟེན་ལ་དགའ་མོས་དང་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བར་རོགས་རམ་བྱེད་ཅིང་།འཁྲུལ་སྣང་ལས་
སྐྱོབ་པར་བྱེད།འོན་ཀྱང་དེ་དག་ལ་ཚད་ཡོད་ཅིང་འགྱུར་བཞིན་པ་ཡིན།སེམས་ཅན་གཞན་ལ་མི་འདྲ་བ་དང་ཡང་དག་པའི་ལྟ་ཚུལ་ཡོད་སྲིད།

© Middle Way Education 2024 www.middlewayeducation.org

7. ལས། (Lé)
ཆོས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་རྐྱེན་ལས་བྱུང་ཞིང་།རྒྱུ་རྐྱེན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན།རྒྱུ་
རྐྱེན་ཐམས་ཅད་ལས་སེམས་གཙོ་བོ་ཡིན།འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ནི།རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་（ལས）རྟོགས་པས།ང་ཚོས་འཚོ་བའི་རྙོག་འཛིང་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་མཐོང་ཐུབ་ལ། དེས་སྙིང་རྗེ་གོང་འཕེལ་གཏོང་བར་ཕན་ཐོགས་ཡོད།ང་ཚོས་རང་གི་བསམ་བློ་དང་ཀུན་སློང་གིས་ང་ཚོའི་བྱ་བའི་འབྲས་བུར་ཤུགས་རྐྱེན་ཆེན་པོ་ཐེབས་པའང་མཐོང་ཐུབ།

8.སྐྱབས། (Kyap)
རང་ཉིད་རང་གི་སྐྱབས་གནས་ཡིན།གཞན་སུས་ཀྱང་ཁྱོད་གྲོལ་བར་བྱེད་མི་ཐུབ།འདི་ལ་
བརྟེན་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ནི།ང་ཚོ་རང་ཉིད་རང་གི་ཉམས་མྱོང་དང་དར་རྒྱས་ལ་འགན་ཁུར་ཡོད། དཔྱད་ཞིབ་དང་།བཟོད་བསྲན།རང་ཁོངས་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས།ང་ཚོས་འཇིག་རྟེན་ནང་གནས་ཐུབ་ཀྱང་དེས་ང་ཚོར་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་མི་ཐུབ།

9.ཐར་པ། (Tarpa)
མཐའ་གཉིས་ལས་འདས་པའི་ཐར་པ་ངོ་མ་ཚེ་འདིར་ཐོབ་སྲིད།འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ནི།མཐའ་གཉིས་སུ་ལྟ་བའི་བསམ་བློའི་རིམ་པ་མང་པོ་ཡོད་ལ།དེ་དག་རེ་རེ་
བཞིན་སེལ་བ་བརྒྱུད།ང་ཚོས་མིའི་གནས་བབ་ཀྱི་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་རྟོགས་ཐུབ།འདིས་དམག་འཁྲུག་བསྐྲུན་པ་དང་འགྲོ་བ་མིའི་འཚོ་གནས་ལ་ཉེན་ཁ་བཟོ་བའི་མཐར་ལྷུང་བའི་ལྟ་བའི་རིགས་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པར་ཕན་ཐོགས་ཡོད།

© Middle Way Education 2024 www.middlewayeducation.org