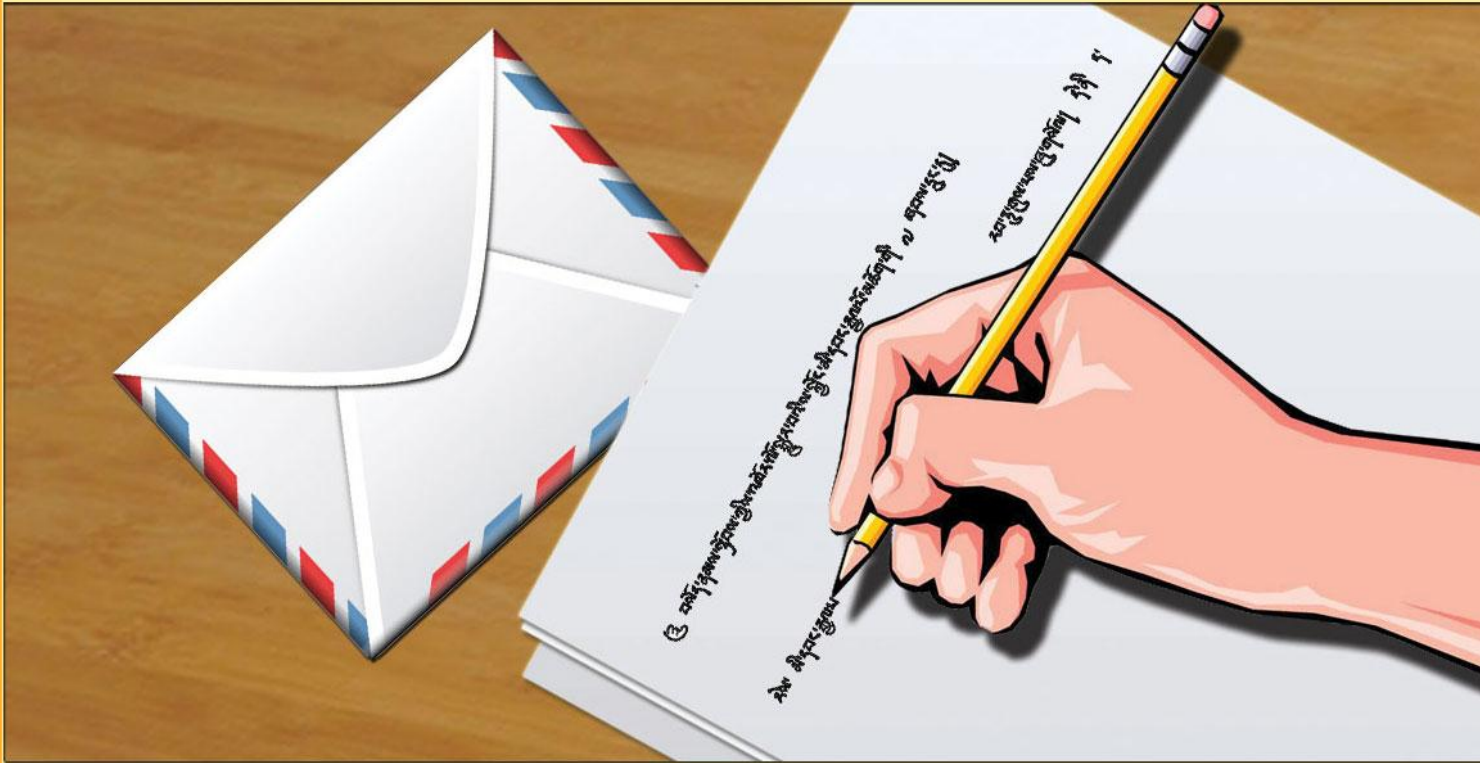




# ᠠᠨᠠᠭᠤᠯᠤᠰᠤᠨ ᠠᠨᠠᠭᠤᠯᠤᠰᠤᠨ ᠠᠨᠠᠭᠤᠯᠤᠰᠤᠨ



ᠠᠨᠠᠭᠤᠯᠤᠰᠤᠨ ᠠᠨᠠᠭᠤᠯᠤᠰᠤᠨ  
ᠠᠨᠠᠭᠤᠯᠤᠰᠤᠨ ᠠᠨᠠᠭᠤᠯᠤᠰᠤᠨ  
2020

འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་རྣམ་གཞག

༢༠༡༤



དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཕྱིང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།



ཆེད་བརྗོད།

[illegible]

འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནྟམ་གཞག་འདི་ནང་ རང་ལྷན་ལ་ལཱ་བཟང་པོ་འི་ལམ་སྟོན་ཚུ་དང་གཞིག་ཁར་ དེ་དུས་  
 གྲིག་ནས་བྱངས་དང་བརྟན་པའི་ ཡིག་བསྐྱར་ལག་ལཱ་འཕེལ་བཟང་ཚུ་ལྱི་ལམ་ལྷན་ འོས་འབབ་ཡོད་མི་ཚུ་བཅུགས་ཏེ་ ལག་  
 ལཱ་འཕེལ་བཟང་པོ་བདེ་རྒྱ་རྒྱེ་བཟོ་ཏེ་ཡོད། འདི་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་ནང་ ཡིག་འབྲུག་ལམ་ལྷན་གཞིག་མཚུངས་ལག་ལཱ་འཕེལ་  
 བཟང་ རྒྱལ་ཡོད་ཏེ་གྲིག་པའི་ལམ་ལྷན་འབྲུག་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་གྲི་ལམ་སྟོན་ཁྲམས་སྤང་ལུ་ཡང་ ཡན་པའི་ནམས་རྒྱ་རྒྱེ་  
 ཅིག་ཡིན་མས།

དཔེ་དེབ་འདི་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ཉུང་ཚུགས་ཀྱི་ ལས་འཛུགས་དང་དཔེ་ཁྱབ་པའི་ཚུགས་འགོ་འདྲེན་གྱི་ ཡོང་ཁ་མཁས་  
 མཚུགས་གོས་སངས་རྒྱལ་རྩི་རྩེ་གཙུག་པ་འི་ རྩི་མ་གྲི་ཚུགས་རྒྱུ་འབྲས་མི་ཉུང་ཆུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ཉམས་ལུང་ འབད་  
 བཅོམ་གསུམ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ཡིན་མི་འདི་ལཱ་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ཉུང་ཚུགས་ཀྱི་ཁ་བྱུག་ལས་ གཞེངས་བརྟེན་དང་བཅས་པ་འི་  
 བཀའ་འདྲིན་དག་འཛིན་དང་གཅིག་ཁར་ དཔེ་དེབ་ལག་ལུན་འབྲས་མི་ཡོངས་ལཱ་ ལེགས་མོན་གྱི་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཡོད།

*[Handwritten signature]*

എന്താ'കൂറാ'മക്കു.

ප්‍රඥාප්තිය





དེ་མཆོག་ལ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཐུགས་བསྐྱེད་དང་མཛད་བྱ་འགན་ཁུར་དང་བུལ་བའི་ འབྲུག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་རབས་  
བཞི་པ་ མི་དབང་མངའ་བདག་ དཔལ་འཛིན་མཆོག་མཛད་སྐྱོད་ལྷན་པོ་གི་མཛོག་དང་ རྒྱལ་རབས་ལ་པ་ མི་དབང་འཛིན་མཆོག་གི་  
སར་ནུས་རྒྱལ་དབང་ལྷན་ ལ་མཁས་ཀྱིས་གྲིས་ཀྱིས་ མ་འོངས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་  
དམངས་གཙོ་རིང་ལུགས་ གསར་བཅུགས་གནང་ཞིན་མཁུ་ལས་ ཅ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་ཆ་འཛིན་གྲུབ་ཡོད་མི་དང་བརྟུན་ཏེ་ ཡིག་  
བརྒྱུན་གྱི་ནུས་གཞན་ཚུ་ལུ་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་ཕྱོད་གཞི་ཅ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལེགས་སྦྱར་གནང་དགོ་པ་རེ་ཡང་ཟེན་ཏེ་ཡོད། དེ་  
ཚུ་གི་ནང་ལུ་ཡང་ གཙོ་བོ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་རང་གིས་བཟུང་ཏེ་ འོ་དོ་དགོ་པ་ཅིན་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་  
ཀྱི་རྩ་གསལ་དང་ རྩ་ཆོས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་ཚུ་ རང་གི་གཤེས་པའི་སྲོལ་ལས་ཡང་ཉམས་ཏེ་ བདག་འཛིན་འཐབ་ཤི་འདི་ ག་  
ཤི་བ་གཤམ་ཆེས་ཡིན་པའི་གཞི་ཅ་ཚུ་ ནུན་བརྒྱུན་གཙོ་བོ་བརྟུན་གནང་ཏེ་ཡོད།

དེ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ དེ་མཆོག་དཔལ་འཛིན་ལྷན་པོ་ལམ་ལུགས་སྲོལ་ སྤྱི་གཤམ་ཆོས་གསུམ་གྱི་ནུས་གཞན་ ཟུང་  
ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་མང་རབས་ཅིག་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ ང་བཅས་རའི་ཡིག་བརྒྱུན་ནུས་གཞན་འདི་ལུ་ ལག་ལུ་འཐབ་པོ་བཟུང་བའི་ དེ་  
རབས་ནུས་གཞན་གིས་ཟུང་བརྟུན་ཏེ་ འབྲུག་གི་ཡིག་བརྒྱུན་ནུས་གཞན་ལུ་བརྟུན་མའི་བདག་ཏུ་ཅན་ལུ་ གཏུན་འབེབས་  
མཛད་གནང་ཡི། དེ་གི་དོན་ལུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་ཡིག་ཆ་དང་ལས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཆོགས་འདུའི་ཉན་  
ལག་ཡིག་ཆ་དང་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞུང་ཆོགས་ ཤེས་རིག་ཉན་ལག་ ཆེ་མཐོའི་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ ལམ་སྲོལ་དང་ནང་སྤྱི་  
ཉན་ལག་ རྒྱལ་གཞུང་འཛིན་གྱི་ཁྲོད་སྲོལ་ལུ་ བརྟུན་པུ་ལས་ལུ་ཅུ་དང་ ཆེ་རེ་ལུ་ཅུ་ཆོད་ཀྱི་སྒྲིཛ་བ་མཁས་དབང་ཚུ་གི་མཆན་ཐོ་  
གོང་ལུ་འཁོད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༡༠ ལུ་ས་གནས་ལུ་ཅུ་ཆོགས་གི་ལུ་གཞི་བཀོད་ཀྱི་ཟེན་ཁྲིམ་ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༡༡ ལུ་ ས་  
གནས་སུ་རེ་ལུ་ ཅོ་མ་སྤྱི་གཤམ་དང་དེ་གི་ཤུལ་ལས་ ཡིག་ཆ་དང་ལས་རིམ་ལུ་ཅུ་ཆོད་ཀྱིས་ལོ་ན་འགྲོའི་ལུ་དག་ཐོག་ལས་ ཡིག་  
བརྒྱུན་ནུས་གཞན་འདི་བཟོ་གནང་ཡི།

དེ་ཡང་ གཞི་རིམ་འདི་ ཏེ་མ་གི་ལོ་ན་ཐོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ཚུ་དང་ ཉམས་པར་དུ་ རྒྱལ་པོ་རིམ་ཐོན་ཚུ་གི་སྤྱོད་ཀྱི་  
གཞུང་གི་ཡིག་ཆ་དང་ ཡི་གུ་གི་ཤི་གི་ལམ་ལུགས་ག་དེ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན་ དེ་གི་ལམ་སྲོལ་ལུ་གཞི་བཟུང་ དེ་མཆོག་དང་ས་པ་  
རྒྱལ་ཁབ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་འབྲུལ་བ་དང་བརྟུན་པའི་ལམ་ལུགས་ འོས་འབྲེལ་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ ལ་བསྐྱེད་ཏེ་བཟོ་བཟོ་མ་ཡིན། དེ་སྤྱོད་  
བཟོ་དགོ་མི་འདི་ཡང་ ལེགས་བཤད་ལས། ལུགས་ངན་པ་མས་བརྟུན་ཀྱང་ཡོངས། །ལུགས་བཟང་དགུ་ལུ་ཡོད་ཀྱང་





གཞན་ཡང་ དཔེ་དེ་པ་འདི་ནང་བཀོད་མི་ མིང་གསལ་དང་གོ་གནས་ ཡིག་ཚང་ཚུ་ ང་བཅས་ཀྱིས་དཔེ་བཀོད་ཀྱི་དོན་ལུ་བཅུགས་  
ཡོད་པ་མ་གཞིགས་ མིང་གསལ་དང་ས་གནས་ ཡིག་ཚང་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཁོ་རྒྱུ་ ཅ་བ་ལས་མཉམ་ལས་ དེ་ལུ་བརྟེན་  
ཏེ་འབྲེལ་ཡོད་གཞུ་ཡང་ ཡན་གཞི་དེ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འབྱུང་དགོ་པ་ ག་ནི་ཡང་མཉམ་མི་འདི་ ཟུགས་ཁར་བསྐམས་ཏེ་བཀའ་འདྲི་  
བསྐྱེད་གནང་བཟེ་བྱ་ནི་ ལེགས་བྱས་ཀྱི་འབྲས་བུ་འདི་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་ཕྱག་ལཱ་གནང་མི་ཚུ་གིས་གཅོས་པའི་ ཡོང་ཁལ་ལག་  
ལུ་ཉེ་འཐབ་མི་ ན་གཞི་ཚུ་སློབ་ཡུག་ཚུ་དང་ མི་མང་ཡོངས་ལུ་ཡན་ཟེགས་པའི་ནམས་ཏོག་དང་ དཔལ་འདྲན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་  
ཀྱི་རང་དབང་རང་བཅོལ་ ལུ་ཉེ་འཐབ་པ་ལྟ་བུ་གནས་པའི་ ཡན་ཟེགས་ལུ་འབྱུང་བའི་ རེ་མོན་སྤྱི་དཔལ་པ་ལས་བྱུང་ཡོད།

ལས་འཁོར་དང་དཔལ་ལྷན་གྱི་ཚན།

## དཀར་ཆག

ཆེད་བཟོད།		03
༡༽ མྱོན་བཟོད།	04	05
2༽ འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་གི་དོ་མྱོད།	38	
2.1 ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་གི་འབྲུང་ཁུངས།	38	36
2.2 ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་གི་ཁྱད་ཚུལ།	36	37
2.3 ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་གི་གོ་རིམ་སྒྲིག་ཐངས།	37	38
བམ་ཚན་དང་པ་ གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་རིགས།	39	
3༽ ལེའུ་དང་པ་གཞུང་འབྲེལ་ཁྱུ་ཡིག	40	
3.1 དོ་མྱོད།	40	
3.2 དཔྱེ་བ།	40	41
3.3 སྒྲིག་བཀོད།	41	
1 ཉེ་མཁའི་འབྲི་ཆས།	41	42
2 ལ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིག་བཀོད།	42	43
3 རྟ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིག་བཀོད།	44	44
3.4 མཚན་ཉིད།	44	46
3.5 གཞུང་འབྲེལ་ཁྱུ་ཡིག་གི་དཔེ་བཀོད།	46	

## **༡ གྲོས་འབྲུལ་ཁྱེད་ཀྱི་**

༥༩

དཔེ་བཞག་ ༡ ཡ	མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་ལུ་ གྲོས་འབྲུལ་ཁྱེད་ཀྱི་	༥༧	༥༩
དཔེ་བཞག་ ༢ ཡ	མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་གིས་ རྟོ་ལེ་གི་ཡའི་ལུང་ ཕྱོགས་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཆ་བཟུ་ལུ་ གྲོས་འབྲུལ་ཁྱེད་ཀྱི་	༥༩	
དཔེ་བཞག་ ༣ ཡ	མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་གིས་ དགོ་འདུན་འདུས་ དམངས་ལུ་ གྲོས་འབྲུལ་ཁྱེད་ཀྱི་	༦༠	
དཔེ་བཞག་ ༤ ཡ	སྐྱབས་ཆེ་ཆེ་མཁན་རྒྱལ་པོ་ཆེ་ གྲོས་འབྲུལ་ཁྱེད་ཀྱི་	༦༡	
དཔེ་བཞག་ ༥ ཡ	བལ་པོའི་སྤྱི་འཛིན་མཆོག་ལུ་ གྲོས་འབྲུལ་ཁྱེད་ཀྱི་	༦༢	
དཔེ་བཞག་ ༦ ཡ	འབྲུག་བཞུགས་བརྒྱལ་དེ་གི་ གཞུང་ཆ་བཟུ་ གྲོས་ འབྲུལ་ཁྱེད་ཀྱི་	༦༣	

## **༢ ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་**

དཔེ་བཞག་ ༡ ཡ	མི་དབང་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཟའི་ལྷན་རྒྱལ་པོ་ མཆོག་ལུ་ བཀྲ་གིས་བདེ་ལགས་ཁྱེད་ཀྱི་	༦༤	
དཔེ་བཞག་ ༢ ཡ	མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་གིས་ སྐྱབས་ཆེ་ ཆེ་ མཁན་རྒྱལ་པོ་ཆེ་ ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་	༦༥	
དཔེ་བཞག་ ༣ ཡ	སྐྱབས་ཆེ་ ཆེ་མཁན་རྒྱལ་པོ་ཆེ་གིས་ མི་དབང་མངའ་ བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་ ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་	༦༦	
དཔེ་བཞག་ ༤ ཡ	དགོ་འདུན་འདུས་དམངས་ཀྱིས་ མི་དབང་མངའ་བདག་ རྒྱལ་པོ་ཆེ་ ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་	༦༧	
དཔེ་བཞག་ ༥ ཡ	སྐྱབས་ཆེ་ ཆེ་མཁན་མཆོག་གིས་ དགོ་འདུན་འདུས་ དམངས་ལུ་ ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་	༦༨	
དཔེ་བཞག་ ༦ ཡ	དགོ་འདུན་དམངས་ཀྱིས་སྐྱབས་ཆེ་ ཆེ་མཁན་རྒྱལ་པོ་ཆེ་		



## ၄ ဣလဒ်ဒါးဣယျ

၃၂၀ ပုံ ၂ ပုံ      ခါးပင်ဣလဒ်ဒါးဣယျ ဣလဒ်ဒါးဣယျ      ၄၆

## ၅ မိလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျ

၃၂၀ ပုံ ၂ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျ မိလဒ်ဒါးဣယျ  
ဣလဒ်ဒါးဣယျ      ၄၇

၃၂၀ ပုံ ၃ ပုံ      မိလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျ မိလဒ်ဒါးဣယျ      ၄၈

## ၆ ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျ ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျ

၃၂၀ ပုံ ၂ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ      ၄၉

၃၂၀ ပုံ ၃ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ      ၅၀

၃၂၀ ပုံ ၄ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ      ၅၁

၃၂၀ ပုံ ၅ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ      ၅၂

၃၂၀ ပုံ ၆ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ  
ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျ      ၅၃

၃၂၀ ပုံ ၇ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ  
ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျ      ၅၄

၃၂၀ ပုံ ၈ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ  
ဣလဒ်ဒါးဣယျ      ၅၅

၃၂၀ ပုံ ၉ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ      ၅၆

၃၂၀ ပုံ ၁၀ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ      ၅၇

၃၂၀ ပုံ ၁၁ ပုံ      ဣလဒ်ဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျဒါးဣယျ      ၅၈

དཔེ་བཞག་	༡༡	ཕ།	ཉ་ཐུ་སྤྱོད་དཔེ་ཞུ་ལུ་ ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༩༩
དཔེ་བཞག་	༡༢	ཕ།	ཉ་ཐུ་སྤྱོད་དཔེ་ཞུ་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༠
དཔེ་བཞག་	༡༣	ཕ།	བཟོ་རིག་སྤྱོད་དཔེ་ཞུ་ལུ་ ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༡
དཔེ་བཞག་	༡༤	ཕ།	བཟོ་རིག་སྤྱོད་དཔེ་ཞུ་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༢
དཔེ་བཞག་	༡༥	ཕ།	ཐུ་ལ་གཞུང་འཆམ་དང་ཐོས་གས་ སྤྱོད་སྤྱོད་ཡུལ་ལང་ དུ་འཛིན་ལུ་ ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༣
དཔེ་བཞག་	༡༦	ཕ།	ཐུ་ལ་གཞུང་འཆམ་དང་ཐོས་གས་ སྤྱོད་སྤྱོད་ཡུལ་ལང་ དུ་འཛིན་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༤
དཔེ་བཞག་	༡༧	ཕ།	མི་ལྟོས་འགོ་དཔེ་ཞུ་ལུ་ ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༥
དཔེ་བཞག་	༡༨	ཕ།	མི་ལྟོས་འགོ་དཔེ་ཞུ་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༦
དཔེ་བཞག་	༡༩	ཕ།	ཡོང་བདག་གཉིས་སྐུ་ལམ་ཅིག་ལུ་ ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༧
དཔེ་བཞག་	༢༠	ཕ།	ཡོང་བདག་ གཉིས་སྐུ་ལམ་ཅིག་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༨
དཔེ་བཞག་	༢༡	ཕ།	ས་ཁུམ་མདོ་ཆེན་ལུ་ ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༠༩
དཔེ་བཞག་	༢༢	ཕ།	ས་ཁུམ་མདོ་ཆེན་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༡༠
དཔེ་བཞག་	༢༣	ཕ།	སྤྱོད་གྲུ་དུ་འཛིན་ཅིག་ལུ་ ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༡༡
དཔེ་བཞག་	༢༤	ཕ།	སྤྱོད་གྲུ་དུ་འཛིན་ཅིག་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༡༢
དཔེ་བཞག་	༢༥	ཕ།	ཆེན་འོག་མི་ལྟོས་འགོ་ཁྲིད་པ་ལུ་ ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༡༣
དཔེ་བཞག་	༢༦	ཕ།	ཆེན་འོག་མི་ལྟོས་འགོ་ཁྲིད་པ་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༡༤
དཔེ་བཞག་	༢༧	ཕ།	ཡོང་བདག་ཅིག་ལུ་ ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༡༥
དཔེ་བཞག་	༢༨	ཕ།	ཡོང་བདག་ཅིག་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལུ་ཡིག	༡༡༦
དཔེ་བཞག་	༢༩	ཕ།	ཅེས་དཔོན་མཁོ་ལུ་ ལུ་ཡིག་བཞག་དེ་ཤོག	༡༡༧

## **༤ གཞུང་འཁྲུག་སྤྱོད་ལུ་ཡིག་རིག་པ།** ༡༡༨    ༡༡༩

དཔེ་བཞག་	༡	ཕ།	ར་ས་སྤྱོད་ལུ་ཡིག་ལུ་གས་པ་ལུ་གསེའི་ལུ་ཡིག	༡༢༠
----------	---	----	--	-----



	དཔེ་བཀོད་ ༤ པ།	མི་དབང་གྲུ་བཅུ་མཆོག་གི་ བཀོད་ཁྲབ་བཀའ་ཤིག	༡༣༧
	དཔེ་བཀོད་ ༥ པ།	མི་དབང་དཔོན་སློབ་མཆོག་གི་ བཀོད་ཁྲབ་བཀའ་ཤིག	༡༣༨
	དཔེ་བཀོད་ ༦ པ།	མི་དབང་གྲུ་ལྷ་ས་མཆོག་གི་ བཀོད་ཁྲབ་བཀའ་ཤིག	༡༣༩
	དཔེ་བཀོད་ ༧ པ།	མི་ཇེ་སློན་ཆེན་མཆོག་གི་ བཀོད་ཁྲབ་བཀའ་ཤིག	༡༤༠
	དཔེ་བཀོད་ ༨ པ།	འབྲུག་གི་ཁྲིམས་ལྟི་སློན་པོ་མཆོག་གི་ བཀོད་ཁྲབ་ བཀའ་ཤིག	༡༤༡
ཁ	སྒྲིབ་སྒྲུག་བཀའ་ཤིག		༡༤༢
	དཔེ་བཀོད་ ༡ པ།	ས་རྟེན་དགོངས་ཡངས་བཀའ་ཤིག	༡༤༢
	དཔེ་བཀོད་ ༢ པ།	མི་སེར་ལུ་ ས་ཆའི་སྒྲིན་ལྷག་བཀའ་ཤིག	༡༤༣
	དཔེ་བཀོད་ ༣ པ།	ཡུག་ཡིན་འབྱོར་མི་ལུ་ ས་ཆའི་སྒྲིན་ལྷག་བཀའ་ཤིག	༡༤༤
	དཔེ་བཀོད་ ༤ པ།	མི་སེར་ཉམ་ཆུང་ལུ་ ཉེ་ཕྲགས་སྒྲིན་ལྷག་བཀའ་ཤིག	༡༤༥
	དཔེ་བཀོད་ ༥ པ།	མི་ཁྲུངས་སྒྲིན་ལྷག་བཀའ་ཤིག	༡༤༦
ག	འིལ་བསྐྱགས་བཀའ་ཤིག		༡༤༧
	དཔེ་བཀོད་ ༡ པ།	མི་མང་ལུ་དྲི་ལ་བསྐྱགས་བཀའ་ཤིག	༡༤༧
	དཔེ་བཀོད་ ༢ པ།	ཆོག་ས་དཔོན་གྱི་ཁྲབ་བསྐྱགས་བཀའ་ཤིག	༡༤༨
ང	བདག་སྒྲིན་གསར་བསྐྱོས་ཀྱི་བཀའ་ཤིག		༡༤༩
	དཔེ་བཀོད་ ༡ པ།	གནས་རིམ་ཡར་ལེང་ཐོག་ལས་ བདག་སྒྲིན་གསར་ བསྐྱོས་ཀྱི་བཀའ་ཤིག	༡༤༩
ཅ	གཞིངས་བསྐྱོད་བཀའ་ཤིག		༡༥༠
	དཔེ་བཀོད་ ༡ པ།	འབྲུག་ཕྱགས་ལྷ་ས་ཀྱི་རྩ་གས་མའི་བཀའ་ཤིག	༡༥༠
	དཔེ་བཀོད་ ༢ པ།	དོན་གཅོད་སྒྲིཊ་ཆོད་ལུ་གནད་ནིའི་ རྩ་གས་མའི་བཀའ་ཤིག	༡༥༡



དཔེ་བཞག་	༣	ཡུ་ཤུལ་གྱི་འཕྲིན་ལྷན་པའི་བཀའ་ཤིག	༡༥༢
དཔེ་བཞག་	༤	གཡུལ་རྒྱལ་རྒྱལ་པའི་བཀའ་ཤིག	༡༥༣
དཔེ་བཞག་	༥	ཐུ་མའི་བདག་གི་ཐོག་ཐོག་གི་བཀའ་ཤིག	༡༥༤
དཔེ་བཞག་	༦	གནད་ལྟོ་བཀའ་ཤིག	༡༥༥
དཔེ་བཞག་	༧	ལེགས་སེའི་གཞུང་པའི་བཀའ་ཤིག	༡༥༦

## ༥༽ ལེའུ་གསུམ་པ། ཁྱིམ་པ་འབྲེལ་ཡིག་རིགས། ༡༥༧

༥.༡	རྩོམ་	༡༥༧
༥.༢	དབྱེ་བ།	༡༥༧ ༡༥༨
༥.༣	སྒྲིག་བཞག་	༡༥༨ ༡༥༩
༥.༤	མཚན་ཉིད།	༡༥༩
༥.༥	ཁྱིམ་པ་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ཀྱི་དཔེ་བཞག་	༡༦༠

ཀ	ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སང་མ་སྟོད་པའི་སྤྱོད་གི་ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་རིགས།	༡༦༠
དཔེ་བཞག་	༡ པ། བཟའ་ཚང་ནང་འགྲིགས་གན་ཏུ།	༡༦༡
དཔེ་བཞག་	༢ པ། ཉེ་ཚང་གི་གན་ཏུ།	༡༦༢
དཔེ་བཞག་	༣ པ། ཕོད་ཅེ་ལེ་ཁྱ་ཚིག་/བཤེར་ཡིག	༡༦༣
དཔེ་བཞག་	༤ པ། ཕོད་ཟེ་ལེ་ཁྱ་ཚིག་/བཤེར་ཡིག	༡༦༤
དཔེ་བཞག་	༥ པ། ནང་འགྲིགས་ཁྱ་ཚིག	༡༦༥
དཔེ་བཞག་	༦ པ། ཡྱེ་བརྟོན་ཁྱ་ཚིག	༡༦༦
དཔེ་བཞག་	༧ པ། མཐོག་དུགས་ཁྱ་ཚིག	༡༦༧

ཁ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་སྒྲོད་ཞིན་མ་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ ཁྲིམས་འབྲེལ་

ཡིག་རིགས།		༡༦༩	༡༧༡
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡ པ།	ཉེས་བཅུགས་ལྟ་ཚིག	༡༧༢	༡༧༣
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༢ པ།	གཉེན་ཐམ་གྱི་བཤེར་ཡིག། འཁྲི་ཤོག་དུག་པ།(ཇི-༨)	༡༧༤	
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༣ པ།	འདེམས་ངོའི་བཤེར་ཡིག འཁྲི་ཤོག་དུག་པ།(ཇི-༩)	༡༧༥	
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༤ པ།	རྒྱུ་མི་ ཡངན་ ངོ་ཚབ་དབང་ཚད་ལྟ་ཚིག། འཁྲི་ཤོག་བཅུ་ གཉིས་པ་ རྒྱུ་ཚེ་-༡༢ རྟེ	༡༧༦	༡༧༧
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༥ པ།	རྒྱུ་མི་ ཡངན་ ངོ་ཚབ་མ་དགོ་པའི་ལྟ་ཚིག། འཁྲི་ཤོག་ བཅུ་གསུམ་པ།(ལེ་ཚེ་-༡༣)	༡༧༨	
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༦ པ།	བཤེར་འདོད་མེད་པའི་ལྟ་ཚིག། འཁྲི་ཤོག་བཅོ་ལ་པ། རྒྱུ་ཚེ་-༡༤ རྟེ	༡༧༩	
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༧ པ།	འཁྲི་ཤོག་བཅུ་དུག་པ། རྒྱུ་ཚེ་-༡༥ རྟེ དཔལ་ལོ་མཐུན་ བདུན་མཇུག་དགོ་པའི་ལྟ་ཚིག།	༡༨༠	༡༨༡
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༨ པ།	འཁྲི་ཤོག་བཅུ་བདུན་པ། རྒྱུ་ཚེ་-༡༦ རྟེ དཔལ་ལོ་མ་དགོ་ པའི་ལྟ་ཚིག།	༡༨༢	
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༩ པ།	མངོན་ཉིན་གྱི་ལྟ་ཚིག། འཁྲི་ཤོག་བཅོ་བརྒྱད་པ།(ལེ་ཚེ་-༡༧)	༡༨༣	
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༠ པ།	གཞི་བཤེར་མཇུག་དགོ་པའི་ལྟ་ཚིག། འཁྲི་ཤོག་བཅུ་དུག་པ། (ལེ་ཚེ་-༡༨)	༡༨༤	
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༡ པ།	ཁྲིམས་ལུ་འཁྲི་ཞིབ་དཔྱད་ལྟ་ཚིག། འཁྲི་ཤོག་ཉི་ཤུ་པ། རྒྱུ་ཚེ་-༢༠ རྟེ ཁྲིམས་ལུ་འཁྲི་ཞིབ་དཔྱད་ལྟ་ཚིག།	༡༨༥	
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༢ པ།	བཀག་འཇོག་མཇུག་དགོ་པའི་ལྟ་ཚིག། འཁྲི་ཤོག་ཉེར་གཅིག་པ། རྒྱུ་ཚེ་-༢༡ རྟེ	༡༨༦	༡༨༧
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༣ པ།	མཚམས་འཇོག་ལྟ་ཚིག། འཁྲི་ཤོག་ཉེར་གཉིས་པ། (ལེ་ཚེ་-༢༢)	༡༨༨	

དཔེ་བཞག་ ༡༥ པ།	པག་བརྗོད། འཁྲི་ཤོག་ཉེ་བཞག་(ཨེ་-༢༤)	༡༤༩
དཔེ་བཞག་ ༡༥ པ།	འདུམ་འགྲིགས་གྲུབ་པའི་ཁྱེ་ཆོག། འཁྲི་ཤོག་ཉེ་ལ་པ། (ཨེ་-༢༥)	༡༩༠
དཔེ་བཞག་ ༡༦ པ།	མཐའ་བསྐྱོམས་གྲུབ་པའི་ཁྱེ་ཆོག། འཁྲི་ཤོག་ཉེ་ལ་པ། ༩ཨེ་-༢༦༽	༡༩༡

## ༤༽ ལེའུ་བཞི་པ། གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ།

༤.༡	རྫོགས།	༡༩༢
༤.༢	དབྱེ་བ།	༡༩༢    ༡༩༣
༤.༣	སྤྲི་བཞག་	༡༩༤
༤.༤	གོ་དོན་དང་མཚན་ཉིད།	༡༩༤
༤.༥	གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་གྱི་དཔེ་བཞག་	༡༩༥
༥	གསར་བསྐྱོས་བཀའ་བྱ།	༡༩༥

དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	ཀླུ་གཞུང་ཞིག་ཡོག་ཏུ་ཆོགས་ལས་ ཞིག་ཡོག་པ་ གསར་བསྐྱོས་ཀྱི་གནད་བ།	༡༩༦    ༡༩༧
དཔེ་བཞག་ ༢ པ།	ཀླུ་གཞུང་ཞིག་ཡོག་ཏུ་ཆོགས་ལས་ གསར་བསྐྱོས་ཀྱི་ གནད་བའི་བཞག་ཤོག	༡༩༨    ༡༩༩
དཔེ་བཞག་ ༣ པ།	ཞི་ཏུ་ཞིག་གནད་བའི་ཐོག་ལུ་ ཡིག་ཆ་དེ་གིས་ གསར་ བསྐྱོས་བཀའ་བྱ།	༢༠༠    ༢༠༡
དཔེ་བཞག་ ༤ པ།	ཞི་ཏུ་ཞིག་གནད་བའི་ཐོག་ལུ་ ཡིག་ཆ་དེ་གིས་ཞིག་ཡོག་པ་ གསར་བསྐྱོས་བཀའ་བྱའི་ བཞག་ཤོག	༢༠༢    ༢༠༣
དཔེ་བཞག་ ༥ པ།	ཡིག་ཆ་དང་ལུ་དབང་ཆ་དེ་ཡོད་པའི་ ཞིག་ཡོག་པ་གསར་ བསྐྱོས་བཀའ་བྱ།	༢༠༤    ༢༠༥

དཔེ་བཀོད་	༤	ཡིག་ཚང་རང་ལུ་དབང་ཚད་ཡོད་པའི་གསར་བསྐྱོས་བཀའ་		
		བྱའི་བཀོད་ཤོག	༢༠༦	༢༠༧
དཔེ་བཀོད་	༧	ཡིག་ཚང་ཅིག་གིས་གྲྭ་ཤིང་གཡོག་ལུ་ཆ་འདྲིམ་ཡིག་ཚང་		
		བཀའ་བྱ།	༢༠༩	༢༠༩
དཔེ་བཀོད་	༨	ཡིག་ཚང་ཅིག་གིས་གྲྭ་ཤིང་གཡོག་ལུ་ཆ་འདྲིམ་ཡིག་ཚང་		
		བཀའ་བྱའི་བཀོད་ཤོག	༢༡༠	

## ཁ གནས་སེང་བཀའ་བྱ། ༢༡༡

དཔེ་བཀོད་	༡	ཏུ་ཁག་ཅིག་གི་ནང་འཁོད་གནས་སེང་བཀའ་བྱ།	༢༡༢
དཔེ་བཀོད་	༢	ཏུ་ཁག་ཅིག་གི་ནང་འཁོད་གནས་སེང་བཀའ་བྱའི་བཀོད་ཤོག	༢༡༣

## ག གོ་གནས་ཡར་སེང་བཀའ་བྱ། ༢༡༤

དཔེ་བཀོད་	༡	ཏུ་ཁག་ནང་འཁོད་ཀྱི་འགོ་དཔོན་ཅིག་ལུ་གོ་གནས་ཡར་སེང་	
		གི་བཀའ་བྱ།	༢༡༥
དཔེ་བཀོད་	༢	ཏུ་ཁག་ནང་འཁོད་ཀྱི་འགོ་དཔོན་ཅིག་ལུ་གོ་གནས་ཡར་སེང་	
		གི་བཀའ་བྱའི་བཀོད་ཤོག	༢༡༦

## ང དགོངས་གྲོལ་བཀའ་བྱ། ༢༡༧

དཔེ་བཀོད་	༡	ཞིག་ཡོག་ཏུ་ཞུགས་ཀྱི་བཀའ་བྱ་ཏུ་དུ་དགོངས་གྲོལ་	
		བཀའ་བྱ།	༢༡༨
དཔེ་བཀོད་	༢	ཞིག་ཡོག་ཏུ་ཞུགས་ཀྱི་བཀའ་བྱ་ཏུ་དུ་དགོངས་གྲོལ་	
		བཀའ་བྱའི་བཀོད་ཤོག	༢༡༩
དཔེ་བཀོད་	༣	ཞིག་ཡོག་པ་སྒྲིག་ཁྲིའི་ཚང་མིག་ཅིག་ལུ་ཡིག་ཚང་རང་གི་	
		དབང་ཚད་ཟློག་ལས་དགོངས་གྲོལ་བཀའ་བྱ།	༢༢༠



དཔེ་བཀོད་   3  པ།	དགོངས་མཁུ་ཉེ་འཁྱིམ་གི་ གནས་གྲོལ་བཀའ་བྱ།	233
དཔེ་བཀོད་   4  པ།	དགོངས་མཁུ་ཉེ་འཁྱིམ་གི་ གནས་གྲོལ་བཀའ་བྱའི་ བཀོད་ཤོག	234
དཔེ་བཀོད་   5  པ།	གནས་སོང་བཀའ་བྱ་ཐོབ་མི་ཅིག་གི་དྲེ་ལུ་ བརྟེན་དགོ་པའི་ གནས་གྲོལ་བཀའ་བྱ།	235
དཔེ་བཀོད་   6  པ།	གནས་སོང་བཀའ་བྱ་ཐོབ་མི་ཅིག་གི་དྲེ་ལུ་ བརྟེན་དགོ་པའི་ གནས་གྲོལ་བཀའ་བྱའི་བཀོད་ཤོག	236
9    ཉེན་བརྟེན་ཡི་གུ།		237
དཔེ་བཀོད་   1  པ།	ཡིག་ཆ་དེ་གི་དུས་ཚད་ལུ་ མ་གནས་མི་གཅིག་ལུ་གནད་དོན་གི་ ཉེན་བརྟེན་ཡི་གུ།	238
དཔེ་བཀོད་   2  པ།	ཡིག་ཆ་དེ་གི་དུས་ཚད་ལུ་ མ་གནས་མི་གཅིག་ལུ་གནད་དོན་གི་ ཉེན་བརྟེན་ ཡི་གུའི་བཀོད་ཤོག	239
5    ཉེས་ཆད་བཀའ་བྱ།		240
དཔེ་བཀོད་   1  པ།	བདག་སྟོང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ལས་འགལ་བའི་ ཉེས་ཆད་ བཀའ་བྱ།	241
དཔེ་བཀོད་   2  པ།	བདག་སྟོང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ལས་འགལ་བའི་ ཉེས་ཆད་ བཀའ་བྱའི་བཀོད་ཤོག	242
8    དགོངས་མོག་བཀའ་བྱ།		243
དཔེ་བཀོད་   1  པ།	ཉེས་སྟོན་ཅིག་ལས་བརྟེན་ ལཱ་གཞིག་མཚམས་འདྲིའི་གི་ དགོངས་མོག་བཀའ་བྱ།	244
དཔེ་བཀོད་   2  པ།	ཉེས་སྟོན་ཅིག་ལས་བརྟེན་ ལཱ་གཞིག་མཚམས་འདྲིའི་གི་ དགོངས་མོག་བཀའ་བྱའི་བཀོད་ཤོག	245

ད	ཉེས་བཅུགས་བཀའ་ཟུ།	༢༤༦
དཔེ་བཀོད་	༡ པ། ཡིག་ཚང་གི་མ་དདུལ་ལོག་སྟོན་འབད་མི་ལུ་ ཉེས་བཅུགས་	
	བཀའ་ཟུ།	༢༤༧
དཔེ་བཀོད་	༢ པ། ཡིག་ཚང་གི་མ་དདུལ་ལོག་སྟོན་འབད་མི་ལུ་ ཉེས་བཅུགས་	
	བཀའ་ཟུའི་བཀོད་ཤོག	༢༤༨
ན	ལཱ་གཡོག་ལས་བརྟན་བརྟུང་བའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་ཟུ།	
དཔེ་བཀོད་	༡ པ། ལཱ་གཡོག་ལས་བརྟན་བརྟུང་བའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་ཟུ།	༢༤༩
དཔེ་བཀོད་	༢ པ། ལཱ་གཡོག་ལས་བརྟན་བརྟུང་བའི་ཡིག་ཚང་བཀའ་ཟུའི་	
	བཀོད་ཤོག	༢༥༠
པ	དགོངས་ཡོག་གྲུབ་པའི་བཀའ་ཟུ།	༢༥༡
དཔེ་བཀོད་	༡ པ། དགོངས་ཡོག་བརྟན་ཏེ་བརྟུང་ས་ལས་ ཉེས་མེད་ཀྱི་འཁྲུན་ཚེད་	
	གྲུབ་ཏེ་ དགོངས་ཡོག་གྲུབ་པའི་བཀའ་ཟུ།	༢༥༢
དཔེ་བཀོད་	༢ པ། དགོངས་ཡོག་བརྟན་ཏེ་བརྟུང་ས་ལས་ ཉེས་མེད་ཀྱི་འཁྲུན་ཚེད་	
	གྲུབ་ཏེ་ དགོངས་ཡོག་གྲུབ་པའི་བཀའ་ཟུའི་བཀོད་ཤོག	༢༥༣
ཕ	ལོ་བསྟར་དདུལ་ཡོག་ཡར་སེང་བཀའ་ཟུ།	༢༥༤
དཔེ་བཀོད་	༡ པ། ལོ་བསྟར་དདུལ་ཡོགས་ཡར་སེང་ བཀའ་ཟུ།	༢༥༥
དཔེ་བཀོད་	༢ པ། ལོ་བསྟར་དདུལ་ཡོགས་ཡར་སེང་ བཀའ་ཟུའི་ བཀོད་ཤོག	༢༥༦
བ	ལྷ་སྟོར་ཡིག་ཚང་བཀའ་ཟུ།	༢༥༧
དཔེ་བཀོད་	༡ པ། ལྷ་སྟོར་རྟོན་ལུ་གནད་དགོ་པའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་ཟུ།	༢༥༨
དཔེ་བཀོད་	༢ པ། ལྷ་སྟོར་རྟོན་ལུ་གནད་དགོ་པའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་ཟུའི་	
	བཀོད་ཤོག	༢༥༩

མ ངལ་གསོའི་བཀའ་ཟུ། ༢༩༠

དཔེ་བཀོད་ ༡ པ། མཉམ་བཅོས་དོན་ལུ་ ངལ་གསོ་གནང་བའི་ཡིག་ཚང་  
བཀའ་ཟུ། ༢༩༡

དཔེ་བཀོད་ ༢ པ། མཉམ་བཅོས་དོན་ལུ་ ངལ་གསོ་གནང་བའི་ཡིག་ཚང་  
བཀའ་ཟུའི་བཀོད་ཤོག ༢༩༢

ཙ མཁོ་སྐྱབ་མངགས་ཆའི་བཀའ་ཟུ། ༢༩༣

དཔེ་བཀོད་ ༡ པ། མཁོ་སྐྱབ་མངགས་ཆའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་ཟུ། ༢༩༤

དཔེ་བཀོད་ ༢ པ། མཁོ་སྐྱབ་མངགས་ཆའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་ཟུའི་ བཀོད་ཤོག ༢༩༥

ཛ ལུ་བཀོད་བཀའ་ཟུ། ༢༩༦

དཔེ་བཀོད་ ༡ པ། ལུ་མ་འཁོར་བཅོ་བར་གྲང་ནི་ ལུ་བཀོད་བཀའ་ཟུ། ༢༩༧

དཔེ་བཀོད་ ༢ པ། ལུ་མ་འཁོར་བཅོ་བར་གྲང་ནི་ ལུ་བཀོད་བཀའ་ཟུའི་  
བཀོད་ཤོག ༢༩༨

ཅ དདུལ་སྒྲོད་གནང་བའི་བཀའ་ཟུ། ༢༩༩

དཔེ་བཀོད་ ༡ པ། ལུ་མ་འཁོར་བཅོ་བར་གྲང་ནི་གི་ དདུལ་སྒྲོད་གནང་བའི་བཀའ་ཟུ། ༣༠༠

དཔེ་བཀོད་ ༢ པ། ལུ་མ་འཁོར་བཅོ་བར་གྲང་ནི་གི་ དདུལ་སྒྲོད་གནང་བའི་ བཀའ་  
ཟུའི་བཀོད་ཤོག ༣༠༡

ཆ ལུ་བ་བསྐྱགས་དང་གསལ་བསྐྱགས། ༣༠༢

དཔེ་བཀོད་ ༡ པ། རང་ལུགས་ཀྱི་ཆས་བསྐྱིག་དགོ་པའི་ ལུ་བ་བསྐྱགས། ༣༠༣

དཔེ་བཀོད་ ༢ པ། ཆོས་ལྟགས་གསལ་བསྐྱགས། ༣༠༤

དཔེ་བཀོད་ ༣ པ། ཆོས་ལྟགས་གསལ་བསྐྱགས་ཀྱི་བཀོད་ཤོག ༣༠༥

དཔེ་བཀོད་ ༤ པ། འབྲུག་རྒྱུ་མཐོང་ཐོག་ལས་ ཆོས་དོན་གསལ་བསྐྱགས་འབད་



ཐངས་པོ་ཤིག་།

༢༧

དཔེ་པོ་ ༥ པ།	ས་ཤྲོད་གསལ་བསྒྲགས།	༢༧༧	༢༧༨
དཔེ་པོ་ ༦ པ།	ས་ཤྲོད་གསལ་བསྒྲགས་པོ་ཤིག་།	༢༧༩	༢༨༠
དཔེ་པོ་ ༧ པ།	གསལ་འཕྲིན་གསལ་བསྒྲགས།	༢༨༡	༢༨༢

འོ་མ་བསྐྱར་གསལ་བསྒྲགས།

༢༨༣

དཔེ་པོ་ ༡ པ།	ཅེས་མཁོ་སྒྲུབ་འདུག་ཀྱི་ འོ་མ་བསྐྱར་གསལ་བསྒྲགས།	༢༨༤
དཔེ་པོ་ ༢ པ།	ཅེས་མཁོ་སྒྲུབ་འདུག་ཀྱི་ འོ་མ་བསྐྱར་གསལ་བསྒྲགས་ པོ་ཤིག་།	༢༨༥
དཔེ་པོ་ ༣ པ།	གོང་ཚད་འོ་མ་བསྐྱར།	༢༨༦
དཔེ་པོ་ ༤ པ།	གསལ་ཚན་གོང་ཚད་འོ་མ་བསྐྱར།	༢༨༧
དཔེ་པོ་ ༥ པ།	ཚེ་སྒྲུབ།	༢༨༨
དཔེ་པོ་ ༦ པ།	མི་མང་ཚེ་སྒྲུབ།	༢༨༩

ཞ ལྷན་ཁྲི་དང་ལྷན་གསོལ།

༢༩༠ ༢༩༡

དཔེ་པོ་ ༡ པ།	ལྷན་གསོལ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་ ལྷན་གཞི་ལྷན་འཛུལ་སྐབས་ཀྱི་ ལྷན་འཛུལ་བྱུང་བ།	༢༩༢
དཔེ་པོ་ ༢ པ།	ལྷན་འཛུལ་བྱུང་བའི་པོ་ཤིག་།	༢༩༣
དཔེ་པོ་ ༣ པ།	གནས་ཀྱི་ཆགས་ཚུལ་ལྷན་འཛུལ་བྱུང་བ།	༢༩༤
དཔེ་པོ་ ༤ པ།	ལྷན་གཞི་ཅེས་པའི་ལྷན་འཛུལ་བྱུང་བའི་པོ་ཤིག་།	༢༩༥
དཔེ་པོ་ ༥ པ།	ཏུ་ཐོབ་སྒོམ་ལྷན་འཛུལ་བྱུང་བའི་པོ་ཤིག་།	༢༩༦
དཔེ་པོ་ ༦ པ།	ཏུ་ཐོབ་སྒོམ་ལྷན་འཛུལ་བྱུང་བའི་པོ་ཤིག་།	༢༩༧
དཔེ་པོ་ ༧ པ།	ཏུ་ཐོབ་སྒོམ་ལྷན་འཛུལ་བྱུང་བའི་པོ་ཤིག་།	༢༩༨

དཔེ་བཞག་ ༥ པ།	དགོན་པ་ཅིག་ལུ་ ཐོག་མེ་བཅུགས་ནི་འི་ ཐ་སྐྱིག་འབད་བའི་ ཉུན་ལ།	༣༠༠
དཔེ་བཞག་ ༩ པ།	དགོན་པ་ཅིག་ལུ་ ཐོག་མེ་བཅུགས་ནི་འི་ ཐ་སྐྱིག་འབད་བའི་ ཉུན་ལའི་བཞག་ཤོག	༣༠༡
དཔེ་བཞག་ ༡༠ པ།	ཅུ་ཅུ་ཤིག་ཤོད་ཐྱོན་ ཞིབ་དཔྱད་ཉུན་ལ།	༣༠༢
དཔེ་བཞག་ ༡༡ པ།	ཅུ་ཅུ་ཤིག་ཤོད་ཐྱོན་ ཞིབ་དཔྱད་ཉུན་ལའི་བཞག་ཤོག།	༣༠༣
སྒྱུ་གསལ།		༣༠༤
དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	ཡིག་ཚང་ལུ་གི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་བ་དང་ཡོད་པའི་ སྒྱིན་ཆ་བ་ ལུ་ནི་གི་ཉུན་གསལ།	༣༠༥

## བཅ་ཚན་གཉིས་པ་ ཚོང་འབྲེལ་ཡིག་རིགས། ༣༠༦

## ༡༽ ལེའུ་ལྷ་པ། ཚོང་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་འགྲུལ། ༣༠༧

༡.༡	རྫོགས།	༣༠༧
༡.༢	དབྱེ་བ།	༣༠༧
༡.༣	སྒྲིག་བཞག་ད།	༣༠༨
༡.༤	མཚན་ཉིད།	༣༠༨
༡.༥	ཚོང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་གྱི་དཔེ་བཞག་ད།	

## ༡༡ ཚོང་འབྲེལ་གསལ་བསྒྲགས། ༣༠༩

དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	དཔེ་དཔ་བཅོང་ནི་གི་ཚང་བསྒྲགས།	༣༠༩
དཔེ་བཞག་ ༢ པ།	ཁང་ཆས་ཚང་བསྒྲགས།	༣༡༠

དཔེ་བཞག་ ༣ པ།	གོང་ཚད་མར་བཅག་ཚེད་བསྒྲགས།	༣༡༡
དཔེ་བཞག་ ༤ པ།	ཞབས་རྟོག་མཐུན་ཀྱི།	༣༡༢
དཔེ་བཞག་ ༥ པ།	རང་དོན་གསལ་བསྒྲགས།	༣༡༣
དཔེ་བཞག་ ༦ པ།	བཅའ་སྒྲིག་གི་ཞབས་རྟོག	༣༡༤
དཔེ་བཞག་ ༧ པ།	ཟེའང་གི་ཞབས་རྟོག	༣༡༥
དཔེ་བཞག་ ༨ པ།	དུལ་ཁང་གི་ཞབས་རྟོག	༣༡༦
དཔེ་བཞག་ ༩ པ།	ལས་འཆར་བཟོ་བཞག་གསལ་བསྒྲགས།	༣༡༧
ཁ	གོང་ཚད་རིན་སྒྲུབ་བཞག་ཡིག།	༣༡༨
དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	གོང་ཚད་རིན་ལྷན་བཞག་ཡིག	༣༡༩
ག	ཚོང་ཆས་མཁོ་མངགས་དང་ མཁོ་སྤྱོད།	༣༢༠
དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	ཚོང་ཆས་མཁོ་མངགས།	༣༢༠
དཔེ་བཞག་ ༢ པ།	ཚོང་ཆས་མཁོ་སྤྱོད།	༣༢༠
ང	འཛིན་པུད་དང་ ཉུག་བཤད་བཟ་བསྒྲུལ།	༣༢༡
དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	གོང་ཚད་འཛིན་པུད།	༣༢༡
དཔེ་བཞག་ ༢ པ།	འཛིན་པུད་ཁུ་ལུ།	༣༢༢
དཔེ་བཞག་ ༣ པ།	ཚོང་ཆས་ཚང་སྒྲིག་མ་འབྱེད་བའི་རྟོག་བཤད།	༣༢༣
དཔེ་བཞག་ ༤ པ།	ཚོང་ཆས་རིན་དུལ་ཚང་སྒྲིག་སྤྱོད་དགོ་པའི་དྲན་བསྒྲུལ།	༣༢༤

བམ་ཚན་གསུམ་པ་ སྒྲེར་འབྲེལ་ཡིག་རིགས། ༣༢༥

༤༽ ལེའུ་ཏུག་པ། སྒྲེར་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ། ༣༢༦

    ༤.༡ རོ་སྤྱོད། ༣༢༦

    ༤.༢ དབྱེ་བ། ༣༢༦    ༣༢༧

༤.༣	སྒྲིག་བཀོད།	༣༢༧	༣༢༨
༤.༤	མཚན་ཉིད།	༣༢༨	༣༢༩
༤.༥	སྒྲེང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་གྱི་དཔེ་བཀོད།	༣༣༠	

༧      ཚུལ་སྒྲེང་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྱེད་ཡིག་རིགས། ༣༣༠

དཔེ་བཀོད་ ༡ པ།	སྐྱབས་ཇེ་ ཇེ་མཁན་སྟོན་པོ་ཆེ་ལུ་ ཡུལ་གྲིའི་ཁྱེད་ཡིག	༣༣༠	༣༣༡
དཔེ་བཀོད་ ༢ པ།	སྐྱབས་ཇེ་ ཇེ་མཁན་སྟོན་པོ་ཆེ་ དག་སྟོང་གསར་བཅུགས་ ཀྱི་ཁྱེད་ཡིག	༣༣༢	
དཔེ་བཀོད་ ༣ པ།	དག་འདུན་འདུས་དམངས་ལུ་ རྒྱུ་ཆེ་སྐྱབས་གནང་དགོ་པའི་ ཁྱེད་ཡིག	༣༣༣	
དཔེ་བཀོད་ ༤ པ།	དགོན་པའི་འདུས་དམངས་ལུ་ བཀའ་འབྲུག་དག་ཚུ་གནང་ དགོ་པའི་ཁྱེད་ཡིག	༣༣༤	
དཔེ་བཀོད་ ༥ པ།	ཅ་བའི་བླ་མ་ལུ་ཡུལ་གྲིའི་ཁྱེད་ཡིག	༣༣༥	
དཔེ་བཀོད་ ༦ པ།	བླ་མུལ་ཅིག་ལུ་ རྒྱུང་གནས་དང་ཆེ་དབང་གསལ་བཟུང་ ཁྱེད་ཡིག	༣༣༦	
དཔེ་བཀོད་ ༧ པ།	བླ་མུལ་ཅིག་ལུ་ རབ་གནས་དང་ཆེ་དབང་གསལ་བཟུང་ ཁྱེད་ཡིག	༣༣༧	
དཔེ་བཀོད་ ༨ པ།	བླ་མ་ཅིག་ལུ་ རིམ་གྲོ་མཛད་གནང་དགོ་པའི་ཁྱེད་ཡིག	༣༣༨	
དཔེ་བཀོད་ ༩ པ།	དགོན་པའི་བླ་མ་ཅིག་ལུ་ ས་བསྐྱེད་སྟེན་འབྲེལ་མཛད་པར་ འབྱོན་ གནང་དགོ་པའི་ཁྱེད་ཡིག	༣༣༩	
དཔེ་བཀོད་ ༡༠ པ།	བླ་མ་ཅིག་ལུ་ ཚུགས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་ འབྱོན་གནང་དགོ་ པའི་ཁྱེད་ཡིག	༣༤༠	
དཔེ་བཀོད་ ༡༡ པ།	བླ་མ་གནས་བཟུན་ཅིག་ལུ་ འདས་ཚུགས་གནང་པར་འབྱོན་དགོ་		

	པའི་ཁྱ་ཡིག	387
དཔེ་བཞག་ 72 ཡ།	བཤད་གྲུ་འཛིན་ཅིག་ལུ་ ཆོས་བཤད་གནང་བར་འབྱོན་ དགོ་པའི་ཁྱ་ཡིག	388
དཔེ་བཞག་ 73 ཡ།	ལ་ཁྱི་དཔུ་འཛིན་ཅིག་ལུ་ ཡུལ་གྲིའི་ཁྱ་ཡིག	389
དཔེ་བཞག་ 74 ཡ།	གཟུངས་པའི་སློབ་དཔོན་ཅིག་ལུ་ གཟུངས་གཞུག་ཡུལ་དགོ་ པའི་ཁྱ་ཡིག	390
དཔེ་བཞག་ 75 ཡ།	ཅིས་པའི་སློབ་དཔོན་ཅིག་ལུ་ ཡུལ་གྲིའི་ཁྱ་ཡིག	391
དཔེ་བཞག་ 76 ཡ།	དགོན་གཤེད་ཅིག་ལས་ མཚན་ཆས་བརྩ་གྲིའི་ཁྱ་ཡིག	392

ཁ	སྤྲོད་སྟེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྱ་ཡིག་རིགས།	393
དཔེ་བཞག་ 7 ཡ།	མི་དབང་མངའ་བདག་རྟེན་པོ་ཆེ་མཚན་ལུ་ ཡུལ་གྲིའི་ཁྱ་ཡིག	394
དཔེ་བཞག་ 8 ཡ།	མི་དབང་མངའ་བདག་རྟེན་པོ་ཆེ་མཚན་ལུ་ གྱིན་ལྷག་ཁྱ་ཡིག	395
དཔེ་བཞག་ 9 ཡ།	མི་དབང་རྒྱལ་བཅུན་རྟེན་པོ་ཆེ་མཚན་ལུ་ བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ ཁྱ་ཡིག	396
དཔེ་བཞག་ 10 ཡ།	མི་དབང་རྒྱལ་བཅུན་རྟེན་པོ་ཆེ་མཚན་ལུ་ ཁྱ་ཡིག	397
དཔེ་བཞག་ 11 ཡ།	མི་དབང་རྒྱལ་ཡུམ་རྟེན་པོ་ཆེ་མཚན་ལུ་ བཀྲ་ཤིས་ཡུལ་གྱི་ ཁྱ་ཡིག	398
དཔེ་བཞག་ 12 ཡ།	མི་དབང་རྒྱལ་སྤྱོད་དཔོན་སློབ་མཚན་ལུ་ཁྱ་ཡིག	399
དཔེ་བཞག་ 13 ཡ།	མི་ཤེས་ཆེན་ཆེན་མཚན་ལུ་ མགོན་པོ་འཕགས་ལུ་ཁྱ་ཡིག	400
དཔེ་བཞག་ 14 ཡ།	མི་ཤེས་ཆེན་ཆེན་མཚན་ལུ་ ལྷ་མ་འཁོར་ལམ་སེལ་གནང་ དགོ་པའི་ཁྱ་ཡིག	401
དཔེ་བཞག་ 15 ཡ།	དྲག་པོའི་སྤྱི་ཁྱུང་གུང་བློན་ལུ་ ཡུལ་གྲིའི་ཁྱ་ཡིག	402
དཔེ་བཞག་ 16 ཡ།	ཁྲིམས་ལྟར་འགག་པའི་སྤྱི་ཁྱུང་ལུ་ཡུལ་གྲིའི་ཁྱ་ཡིག	403

དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༡ པ།	གོ་གནས་ཡར་ལེ་རྩེ་འབྲེལ་ལུ་ བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལཱ་གས་གྱི་ ཁྱ་ཡིག	༣༥༧
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༢ པ།	ཉམ་ཁག་དྲ་ཆེ་ཅིག་ལུ་ གཤམ་ཁཛེལ་ཁྱ་ཡིག	༣༥༨
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༣ པ།	ཤེས་རིག་དྲ་ཆེ་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱོད་གྱི་གོ་གནས་རམ་ཁྱ་ཤིའི་ཁྱ་ཡིག	༣༥༩
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༤ པ།	དྲག་ཤོས་རྒྱལ་གཟིམ་ལུ་ ཡུལ་ཤིའི་ཁྱ་ཡིག	༣༦༠
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༥ པ།	དྲག་ཤོས་གཤམ་སྐལ་མ་ཅིག་ལུ་ ཡུལ་ཤིའི་ཁྱ་ཡིག	༣༦༡
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༦ པ།	ས་ཁུམ་མདོ་ཆེ་ལུ་ ས་འཇལ་པ་ཁྱ་དགོ་པའི་ཁྱ་ཡིག	༣༦༢
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༧ པ།	ཡོང་བདག་ཅིག་ལུ་ གྲོག་མེའི་མཐུན་རྒྱེ་ཁྱ་ཤིའི་ཁྱ་ཡིག	༣༦༣
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༨ པ།	དྲུང་པ་ཅིག་ལུ་ ཡུལ་ཤིའི་ཁྱ་ཡིག	༣༦༤
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡༩ པ།	རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་འཛིན་ལུ་ ཡུལ་ཤིའི་ ཁྱ་ཡིག	༣༦༥
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༢༠ པ།	རྩོམ་གས་ལུ་ཁང་གི་དཔྱད་འཛིན་ལུ་ གྲོག་ས་རམ་ཁྱ་ཤིའི་ ཁྱ་ཡིག	༣༦༦
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༢༡ པ།	སློབ་གྲྭ་འཛིན་ཅིག་ལུ་ སློབ་ཡུག་བཅུག་ས་ཤིའི་ཁྱ་ཡིག	༣༦༧
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༢༢ པ།	མི་ལྟེའི་འགོ་ཁྲིད་པ་ལུ་ འབྲུང་ཆུའི་དཀའ་ངལ་སུམ་དགོ་པའི་ ཁྱ་ཡིག	༣༦༨
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༢༣ པ།	མི་ལྟེའི་འགོ་ཁྲིད་པ་རྒྱལ་ཅིག་ལུ་ ཡུལ་ཤིའི་ཁྱ་ཡིག	༣༦༩
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༢༤ པ།	བཟོ་དཔོན་ཅིག་ལུ་ ཡུལ་ཤིའི་ཁྱ་ཡིག	༣༧༠
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༢༥ པ།	ཉམ་གྱིས་སློབ་དཔོན་ཅིག་ལུ་ བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚེས་ཁྱ་ཡིག	༣༧༡

ག	གཉེན་འབྲེལ་དང་ཆ་རྩིགས་ལུ་ བསྐྱལ་ཤིའི་གཏང་ཡིག་རིགས།	༣༧༢
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༡ པ།	རང་གི་ཨ་པ་ལུ་བསྐྱལ་ཤིའི་གཏང་ཡིག	༣༧༢
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༢ པ།	རང་གི་ཨ་འི་ལུ་བསྐྱལ་ཤིའི་གཏང་ཡིག	༣༧༣
དཔེ་བཞག་དྲ་ ༣ པ།	བུ་མོ་གསེལ་ཨ་འི་ལུ་བསྐྱལ་ཤིའི་གཏང་ཡིག	༣༧༤

དཔེ་བཞག་ ༥ པ།	ཡའི་གིས་ཐུ་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་གྲང་ཡིག	༣༧༥
དཔེ་བཞག་ ༥ པ།	རང་གི་ཡམ་ལུ་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་གྲང་ཡིག	༣༧༦
དཔེ་བཞག་ ༦ པ།	རང་གི་མཁུ་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་ཡིག	༣༧༧
དཔེ་བཞག་ ༧ པ།	ཏྲ་ཏྲ་ཚང་ཅིག་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་གྲང་ཡིག	༣༧༨
དཔེ་བཞག་ ༨ པ།	རང་གི་མཁུ་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་ཚུམ།	༣༧༩
དཔེ་བཞག་ ༩ པ།	རང་གི་ལུ་ཐུ་ལུ་འབད་མི་གཞི་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་གྲང་ཡིག	༣༨༠
དཔེ་བཞག་ ༡༠ པ།	རང་གི་ལུ་ཐུ་ལུ་འབད་མི་གཞི་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་གྲང་ཡིག	༣༨༡
དཔེ་བཞག་ ༡༡ པ།	རང་གིས་དགའ་བའི་ཐུ་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་ཡིག	༣༨༢
དཔེ་བཞག་ ༡༢ པ།	རང་གིས་དགའ་བའི་ཐུ་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་ཡིག	༣༨༣
དཔེ་བཞག་ ༡༣ པ།	ཡའི་གིས་དགའ་བའི་ཐུ་ལུ་བསྐྱུལ་ནི་འི་གྲང་ཡིག	༣༨༤

བཅ་ཚན་བཞི་པ་ ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་གཞན། ༣༨༥

༩༽ ལེའུ་བདུན་པ། ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་གཞན། ༣༨༦

༩.༡	རྩོམ་སྒྲིག་	༣༨༦
༩.༢	དབུ་བ།	༣༨༦ ༣༨༧
༩.༣	སྒྲིག་བཞག་དང་མཚན་ཉིད།	༣༨༧
༩.༤	ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་གཞན་གྱི་དཔེ་བཞག་	༣༨༧ ༣༨༨

ཀ	གྲོས་གཞི་དང་ལས་རིམ་ གྲོས་ཚད་ཡིག་རིགས།	347	348
དཔེ་བཞག་ 1 ཡ།	ལམ་སེལ་དགོ་པའི་གྲོས་གཞི།	349	350
དཔེ་བཞག་ 2 ཡ།	ལོ་འགྲུལ་གྲོས་ཚན་གས་ཟེངས་ 10 པའི་ལས་རིམ།	351	
དཔེ་བཞག་ 3 ཡ།	ཞལ་འཛུམས་འགོ་བཅུགས་མཛད་སྒོའི་ལས་རིམ།	352	
དཔེ་བཞག་ 4 ཡ།	ཞལ་འཛུམས་མཇུག་བཟུལ་མཛད་སྒོའི་ལས་རིམ།	353	
དཔེ་བཞག་ 5 ཡ།	ས་གནས་གཞུང་གི་ ཞལ་འཛུམས་གྲོས་ཚད་བྲི་ཟངས།	354	356
དཔེ་བཞག་ 6 ཡ།	ཡིག་ཚང་གི་ རྒྱལ་རིམ་ཞལ་འཛུམས་ཀྱི་ གྲོས་ཚད་བྲི་ཟངས།	357	

ཁ	ཆེད་བརྗོད་དང་འཕྲོ་རྒྱུ་ རྒྱལ་སྤྱོད་ཡིག་རིགས།	358	
དཔེ་བཞག་ 1 ཡ།	དཔེ་དཔྱད་ཅིག་གི་ ཆེད་བརྗོད་བྲི་ཟངས།	358	359
དཔེ་བཞག་ 2 ཡ།	ལས་གཞི་ལོ་འགྲུལ་པའི་བདེ་ལུང་འཕྲོ་རྒྱུ་ཡིག།	360	
དཔེ་བཞག་ 3 ཡ།	མི་ལུང་འཕྲོ་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲོ་རྒྱུ་ཡིག།	361	
དཔེ་བཞག་ 4 ཡ།	མི་འཕྲོ་རྒྱུ་ལྟ་གཞུང་གི་ རྒྱལ་སྤྱོད་འཕྲོ་རྒྱུ་ཡིག་གི་དཔེ་བཞག།	362	

ག	ཉེན་མེད་ཡི་གུ་དང་ལག་ཁྱེར་ དབང་ཚད་ཡིག་རིགས།	363	
དཔེ་བཞག་ 1 ཡ།	ཅིས་ཀྱི་ཉེན་མེད་ཡིག།	363	
དཔེ་བཞག་ 2 ཡ།	གནམ་འབྲུལ་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཆོག་ པའི་ ཉེན་མེད་ཡིག།	364	
དཔེ་བཞག་ 3 ཡ།	ནང་མི་ལས་ཉེན་མེད་ཡིག།	365	
དཔེ་བཞག་ 4 ཡ།	སྤྱོད་བཟུང་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་གི་ ལག་ཁྱེར་བྲི་ ཟངས།	366	367
དཔེ་བཞག་ 5 ཡ།	འགྲན་བསྡུས་ནང་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་ ལག་ཁྱེར་བྲི་ཟངས།	368	
དཔེ་བཞག་ 6 ཡ།	དབང་ཚད་འཕྲོ་རྒྱུ་ཡིག་འབྲི་ཟངས།	369	



ང འབྲེལ་ཁྱད་དང་འབྲེལ་འཛིན་ཡིག་རིགས། ༥༡༠

དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	ཉུང་ཉུང་མཁས་གསལ་འབྲེལ་ཁྱད་ཡིག།	༥༡༡
དཔེ་བཞག་ ༢ པ།	སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་གསར་སྐྱབ་ཀྱི་ འབྲེལ་ཁྱད་ཡིག།	༥༡༢
དཔེ་བཞག་ ༣ པ།	ཞལ་འདེབས་ཡུལ་ཞིག་ཡིག།	༥༡༣
དཔེ་བཞག་ ༤ པ།	འབྲེལ་ཁྱད་འབྲེལ་འཛིན།	༥༡༣
དཔེ་བཞག་ ༥ པ།	འབྲེལ་ཁྱད་ཞལ་འདེབས་ཀྱི་ འབྲེལ་འཛིན་ཡིག།	༥༡༤
དཔེ་བཞག་ ༦ པ།	ཅེ་དངོས་འབྲེལ་འཛིན་ཡིག།	༥༡༥
དཔེ་བཞག་ ༧ པ།	དུལ་སྟོན་ལེན་གྱི་འབྲེལ་འཛིན་ཡིག།	༥༡༦

ཅ མགྲོན་ཁྱད་དང་མགྲོན་བད། ༥༡༧

དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	སྒྲིང་ཁྱིམ་བཟུ་ཤིས་རབ་གནས་ཀྱི་མགྲོན་ཤོག།	༥༡༨
དཔེ་བཞག་ ༢ པ།	གསལ་ལྟོན་མགྲོན་ཤོག།	༥༡༩
དཔེ་བཞག་ ༣ པ།	མགྲོན་བདེ་འཕྲིན་གཞན།	༥༢༠
དཔེ་བཞག་ ༤ པ།	གཞན་ལྟོན་མགྲོན་ཤོག།	༥༢༡

ཆ བཟུ་ཤིས་ལེགས་སྟོན་གྱི་ཡིག་རིགས། ༥༢༢

དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	ལོ་གསར་བཟུ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ ཆོགས་བཅུ་གྲོན་ཐངས།	༥༢༣
དཔེ་བཞག་ ༢ པ།	ཉུག་ཆོག་སྟོན་ཐངས།	༥༢༤
དཔེ་བཞག་ ༣ པ།	གཞན་ལྟོན་ལེགས་མོན་གྱི་ བཟུ་ཤིས་བདེ་ལེགས་བྲི་ཐངས།	༥༢༥
དཔེ་བཞག་ ༤ པ།	ལེ་ལེ་གསར་སྟེས་ཀྱི་ བཟུ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཡི་གྲ་བྲི་ཐངས།	༥༢༦

ཇ ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་ལྟོན་བབས། ༥༢༧

དཔེ་བཞག་ ༡ པ།	འབྲི་ཤོག་གི་དཔེ་བཞག།	༥༢༧ ༥༢༨
---------------	----------------------	---------

དཔེ་བཞག་ ༢ པ།	ཚིག་མཚམས་ བརྗོད་མཚམས་ དོན་མཚམས་བཅད་ཐངས།	༤༢༩	༤༣༠
དཔེ་བཞག་ ༣ པ།	ཡི་གེ་བཟང་ལུགས།	༤༣༡	༤༣༢
དཔེ་བཞག་ ༤ པ།	ཡི་གེ་བྱམས་གྲུ་ རང་སྒྲིལ་ཁ་བྱང་བཞག་ཐངས།	༤༣༣	༤༣༤
དཔེ་བཞག་ ༥ པ།	ཡི་གེ་བྱམས་གྲུ་ དེ་སྒྲིལ་ཁ་བྱང་བཞག་ཐངས།	༤༣༥	
དཔེ་བཞག་ ༦ པ།	ཡི་གེ་བྱམས་གྲུ་ ལས་ལྷོ་སྒྲིལ་ཁ་བྱང་བཞག་ཐངས།	༤༣༥	
དཔེ་བཞག་ ༧ པ།	བྱོན་པ་ལུགས་སྒྲིལ་ཁ་བྱང་བཞག་ཐངས།	༤༣༦	༤༣༧

༡༠ ་	སྒྲིལ་ཚིག་གིས་བརྗོད།	༤༣༨
༡༡ ་	ཐུབ་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཐོ།	༤༣༩

# འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག

## ༡༽ འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་གི་ངོ་སྤྲོད།

འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ གཞུང་འབྲེལ་གྱིས་གཙོ་མཉམ་པའི་ཆེད་འབྲེལ་དང་ རྒྱུ་རྒྱུ་ཆུ་གི་དོན་ལུ་ ཡིག་འགྲུལ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་ ལམ་ལུགས་རིམ་པ་འདི་ལྟ་སྒྲུབ་པ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་ཡིག་བསྐྱར་ ཟེར་མི་གི་གོ་དོན་འདི་ ཡར་དང་ཚུར་གྲུང་གི་གྲུང་ཡིག་རིགས་ལུ་གོ་ཤ་ཡིན་ཏེ་ རྒྱུ་རྒྱུ་ཆུ་འདི་ནང་ལུ་ ཡར་དང་ཚུར་ གྲུང་གི་གི་ ཡིག་གིས་མ་དོ་བར་ རྒྱུ་རྒྱུ་ཆུ་ཡིག་རིགས་དཔེར་ན་ འབའ་གན་རྒྱ་དང་ ཡུལ་གོང་མ་ལུ་ རྩམ་གསལ་དང་ རྩམ་ལུ་སོགས་པའི་ རིགས་བཅོ་ཐངས་ཚུ་ཡང་ཚུད་དེ་ཡོད། དེ་མཚན་ ལྷིམས་འབྲེལ་དང་ཆེད་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ གཞན་ ཡང་ གསུང་འཕྲིན་དང་ མགོ་ལྷུ་སོགས་པའི་ ཡིག་རིགས་འབྲི་ལུགས་ཚུ་ཡང་ ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་འདི་ནང་ཚུད་པ་སྟེ་ བཅོ་སྟེ་ཡོད།

དེ་ཡང་ འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་འདི་ འབྲུག་གཞུང་ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་འཕྲུལ་ཆོགས་ཀྱི་ཁ་ཐུག་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཡིག་ རིགས་འབྲི་བཀོད་ཀྱི་ལམ་ལྟོན་ཅིག་སྟེ་བཅོ་དགོཔ་ད་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཡོང་ཁའི་ཡིག་རིགས་ བྲི་བཀོད་འབད་ཐངས་ཀྱི་དཔེ་ཆུ་ ག་ དེ་མེ་ཅིག་ཆེད་ཚུགས་ཚུགས་ བཀོད་དགོཔ་ཡོད་པ་ལས་བརྩེ་ཏེ་ཡིན། དཔེ་དཔེ་འདི་ལུ་ མིང་བརྟགས་ཐངས་འདི་ཡང་ སྤྱིར་ བཏང་གི་ལམ་ལུགས་ནང་ལུ་ རྒྱུ་མིང་ སྤྱི་མིང་ལུ་ བརྟགས་སྟེ་ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ འོན་གོང་ལས་གྲུང་ཡིག་གི་རིགས་ ལུ་ རྩམ་སྒྲུབ་སྟེ་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་མི་གི་ ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་ཟེར་བའི་མིང་དེར་ རང་འཇགས་བཞག་སྟེ་ཡོད།

## ༡.༡ ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་གི་འབྱུང་ཁུངས།

ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་འདི་ གཞུང་མཁུལ་རིག་འཛིན་འཇིགས་མེད་གྲིང་པ་གིས། རིན་ཆེན་རྒྱལ་གསུམ་གྲགས་པའི་སྤྱིངས་ཡིག་ གིས། མུ་ཏིག་འཁྲི་ཤིང་རབ་རྩ་དགའ་བྱས་ནས། བཅུ་ཀྱི་ཐུ་མོའི་བཞུག་རས་ཀྱན་དཔེ་ཆུ་ རྒྱལ་འཕྲི་བཞུག་ལུ་མེད་ན་ རྩམ་སྒྲུབ་སྟེ་ཡོངས་གྲགས་མཐུ། རྒྱུ་མུངས་ཡོད་པ་བཟུམ་ འོན་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལུ་ སངས་རྒྱུས་བཅོམ་འདྲེ་འདྲས་ཞུལ་



སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་ཚུ་ཡང་ འཕྲུག་ཀྱི་ལམ་འདི་ནང་ གཞུང་དགོ་འདུན་གྱི་ཆ་དང་གི་ རྩ་ཡིག་རྩ་མཐུན་དབང་ཀྱིས་ བུམ་ཐང་ཆོས་ཇེ་  
 དག་དབང་བསོད་ནམས་ འེམ་དགོ་བཤེས་དག་དབང་ཀྱི་མཆོ་ འཕྲུག་པ་ལོ་ལྟ་བུ་ དག་དབང་དཔལ་བཟང་ཚུ་གིས་ རང་སྤྱོད་ཀྱི་  
 རྩ་དེམ་པར་བཟུང་གནང་བའི་ལམ་ རྒྱལ་མ་ མི་ཇེ་འཇིགས་མེད་ནམ་ཀྱིས་དང་ འཕྲུག་ཀྱིས་དང་པ་ལོ་རྩ་དབང་ལྷག་མཆོག་  
 ཡབ་སྐུ་ཚུ་གི་སྐབས་ལས་ སྤོང་དཔོན་མཁས་པ་ འགངས་ཆེན་དང་ སྤོང་དཔོན་རྟོ་པོ་ཆེན་པོ་ལྷ་དབང་ལྷག་ ཀྱིས་མགོན་དྲག་  
 ཤོས་ལྷན་ལས་དྲི་ཇེ་ ཀྱིས་རྩ་སྤོང་ཤོས་མ་ དྲག་ཤོས་སྐུ་ལ་བཟང་བླ་བ་ ཀྱིས་རྩ་ཆེན་མོ་ དྲག་ཤོས་ཤིང་མཁའ་སྐུ་ལ་སོགས་  
 པ་ཀྱིས་པོ་རིམ་བྱོན་གྱི་རྩ་ཆེན་ཚུ་གིས་ འཕྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞན་གི་ལམ་སྤྱོད་འདི་ ལགས་བསྐྱར་དང་བཅས་རིམ་པ་  
 བཞིན་ཕུ་དར་ཁུང་བྱུག།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ རྒྱལ་ཡུན་རིང་མ་གྱི་བར་ན་ བཀའ་ཤོག་དང་ཁྱེད་ཀྱི་གློ་ལོག་ སྐེད་དོན་ཡིག་འབྲུག་ལ་སོགས་པའི་ ཡིག་རིགས་  
འབྲི་སྒྲིལ་འདི་ རང་སྒྲིལ་ལམ་ལུགས་ཁོ་ན་ ལག་ལཱེ་འབྲེལ་བྱེད་ནང་ལྷན་ རྒྱལ་མ་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་གྱི་འབྲུག་མ་ འགོ་  
བཅུགས་ནི་དོམ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་གསར་བ་མེད་མེས་པོ་དམ་པ་ འབྲུག་བརྒྱན་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་རབས་གསུམ་པ་ མི་དབང་འཛིགས་  
མེད་དོ་མེད་བང་ལྷན་མཆོག་གི་སྐུ་རིང་ལས་ བཀའ་ཤོག་ ཁྱེད་ཀྱི་གློ་ལོག་ སྐེད་འབྲེལ་ཡིག་འབྲུག་གིས་མ་ཚད་པའི་ གཞུང་འབྲེལ་དང་  
ཆེད་འབྲེལ་ ལྷིམས་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་རིགས་བྲི་དགོ་པ་ཡང་ རྒྱ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྐོ་ཐོན་ལྷན་ དེ་འབད་མ་ལས་ རྒྱལ་མགོན་པས་ཤོས་ཡིན་  
ལས་དོ་མེད་ རྒྱལ་ཕུང་ཆེན་མོ་ པས་ཤོས་ཤིང་མཁའ་བྲུམ་ཚུ་གི་སྐྱབས་ལས་ དེད་རབས་གྱི་ཡིག་རིགས་ འབྲི་སྒྲིལ་ལག་ལཱེ་  
འབྲེལ་ནི་འདི་ཡང་ འགོ་བཅུགས་གནང་ལྷན།

[illegible]

ལྷ་གསུང་རྒྱལ་བཞག་འདི་གི་གོ་རིམ་སྤྲིག་ཐངས།

འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞན་འདི་ནང་ ནང་པ་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ གཤིས་པ་ཚོང་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ གསུམ་པ་སྐྱེད་  
འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ བཞི་པ་ཡིག་རིགས་ལམ་རྟོན་གཞན་དང་བཅས་ སྤྱིར་བཏང་བམ་ཚཱ་ལག་བཞི་ལུ་ དུཐོབ་ཕྱིན་ཏེ་ཡོད།  
དེའི་ནང་གསལ་གྱི་དུཐོབ་ལུ་ བམ་ཚཱ་དང་པ་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ནང་ ལེའུ་དང་པ་གཞུང་འབྲེལ་ལུ་ཡིག་ ལེའུ་གཤིས་པ་  
བཀའ་ཤོག་ ལེའུ་གསུམ་པ་ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་རིགས། ལེའུ་བཞི་པ་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་ཚུ་བཟོ་དེ་ཡོད་པའི་ཁར་ བམ་  
ཚཱ་གཤིས་པའི་ནང་ ལེའུ་ལ་པ་ཚོང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ། བམ་ཚཱ་གསུམ་པའི་ནང་ ལེའུ་རྒྱ་པ་ སྐྱེད་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་འགྲུལ་  
རིགས་དང་། བམ་ཚཱ་བཞི་པ་ ཡིག་རིགས་ལམ་རྟོན་གཞན་གྱི་ནང་ལུ་ ལེའུ་བདུན་པ་ མོང་གི་དུཐོབ་ལག་ཚུ་ནང་མ་ཚུད་པའི་  
ཡིག་རིགས་ལམ་རྟོན་ཚུ་གས་བཅས་བཀོད་དེ་ཡོད།

འདྲི་གྲི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་དཔེ་དཔ་ཚུ་ནང་ མང་ཤོས་ར་ ཡུལ་སོ་སོ་ལུ་ ཆེ་བ་ཉོན་མང་བའི་བཀོད་པ་དང་ བརྗོད་ཉོན་དང་  
བསྐྱར་པའི་ རྒྱུ་ལྟེན་འབྲས་ཀྱི་དཔེ་བཀོད་ལུ་ གཙུ་བོར་བརྟེན་ཏེ་འདུག ཡིན་ཅུང་ འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་འདི་



བཅ་ཚན་དང་པ།   གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་རིགས།

༡   ལེའུ་དང་པ།       གཞུང་འབྲེལ་ཁུ་ཡིག།

༢   ལེའུ་གཉིས་པ།     བཀའ་ཤོག།

༣   ལེའུ་གསུམ་པ།     ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་རིགས།

༤   ལེའུ་བཞི་པ།       གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ།



## ༣༽ ལེབ་དང་པ། གཞུང་འབྲེལ་ཁྱེལ་ཡིག

### ༣.༡ རྒྱ་སྤྱོད།

ཁྱེལ་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ ཡུལ་འབྲུང་ཡུལ་གོང་མ་དང་ རང་ལས་མཐོ་བའི་ གོ་གནས་ཅན་གྱི་རིགས་ལུ་ ཁྱེལ་  
ཡིག་ཐོག་བཀོད་དེ་ ཡུལ་མི་ཅིག་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། ཡུལ་གོང་མ་དང་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ལུ་ གྲུས་ཞབས་ཀྱི་ཐོག་  
ལས་ ཁྱེལ་ཡིག་སྤྲུལ་དགོས་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་པར་སྤྲོལ་ལམ་ལུ་གས་ཀྱི་གཞི་ཅེ་ གཞུང་མེད་ཅིག་ཡིན།

གཞུང་འབྲེལ་ཁྱེལ་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ ཡིག་ཚང་དང་འབྲེལ་བའི་ གནད་དོན་ཅིག་གི་སྐོར་ལས་ གཞུང་གི་ཡིག་  
ཚང་དང་ ལཱ་འགན་ཡོད་མི་ཅིག་གིས་ རང་ལས་མཐོ་བའི་ གོ་གནས་ཅན་ཅིག་དང་ ཡང་ན་ ལཱ་གི་གནས་  
རིམ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཁྱེལ་ཡིག་སྤྲུལ་དགོས་འདི་ ཡིག་རིགས་ཚུ་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན།

འདི་གི་སྐབས་ལུ་ གཞུང་གི་ཡིག་ཚང་ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་དོན་དམ་པ་ མི་དབང་མངའ་  
བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་ རྒྱ་འཁོར་ཡུལ་ཀྱི་ འབྲུག་གཞུང་ཡུལ་དེ་རྒྱ་མ་གཞི་ལུ་ཁོངས་ལུ་གཏོགས་  
མི་དང་ ཞི་དྲག་གཞུང་གི་ལས་ཤེད་འདི་རིགས་ ཅེ་མེས་ཆེན་མོ་འདི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲུག་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་  
མཐའ་དོན་ལུ་ གཞི་བཅུགས་འབད་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཚང་གི་རིགས་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ གཞུང་ལས་  
ངོས་འཛིན་གྱི་ལཱ་འདི་ ཆོས་ཤེད་དང་མི་དམངས་ཀྱི་ཤེད་ཆུང་སོ་སོའི་སྤྱི་དོན་ལུ་བཅུགས་པའི་ སྤེལ་ཤེད་འདི་  
ཚང་ཚུ་ཡང་ གཞུང་གི་ཡིག་ཚང་ཟེར་བའི་ ཐ་སྙད་ཀྱི་གྲངས་ལུ་ཚུད་པ་སྤྲུལ་ཡིན།

### ༣.༢ དཔྱད་གཞི།

དེ་བཟུམ་མའི་གཞུང་འབྲེལ་ཁྱེལ་ཡིག་རིགས་ལུ་ རྒྱ་གསལ་ཀྱི་དཔྱད་ གཞུང་འབྲེལ་ཁྱེལ་ཡིག་དང་ གཞུང་  
འབྲེལ་སྤེལ་དོན་ཁྱེལ་ཡིག་དང་ ཁབ་བདུན་སྤེལ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་།

༡ ཐོས་འབྲུལ་ཁྱེལ་ཡིག

ཁ ཁྱེལ་ཡིག་ཁྱེལ་ཡིག





## ཡིག་གཟུགས།

ཕྱིང་ཁའི་གཞུང་འབྲེལ་ཁྱེད་ཡིག་རིགས་ཀྱི་ ཡིག་གཟུགས་འདི་ གཅི་མོ་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་  
ཡི་གུ་ མཐུགས་ཡིག་ནང་ ལག་ལཱ་འཐབ་དགོས་ཡིན། མགུ་ཡིག་གཅི་མོ་ཚུ་ དཔྱ་ཅན་ནང་  
ལག་ལཱ་འཐབ་དགོས་ཅུང་ འཐབ་ཚེགས་ཡིན།

ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་འཛིན་ ཕོ་མ་རིག་གཞན་ནང་ རང་སའི་མཁོ་འདོད་དང་འཁྲུལ་ཏེ་  
ལག་ལཱ་འཐབ་ཚེགས་ཡིན་ཅུང་ ཡིག་བསྐྱར་གྱི་སྐབས་ལུ་ མཐུགས་ཡིག་རིགས་ དཔང་  
འདུས་ ༢༩ གློ་ཚད་ ༣༢ འབད་མི་དང་། དཔྱ་ཅན་གྱི་རིགས་ དྲི་དྲི་ལི་དཔྱ་ཅན་ གློ་  
ཚད་ ༡༢ འབད་མི་འདི་ ལག་ལཱ་འཐབ་དགོས་ཡིན། ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་འཛིན་ལམ་  
ལྟགས་འདི་ ཡིག་འབྲུལ་ཆ་མཉམ་ལུ་དེ་གིས་རིགས་བསྐྱེལ་ཏེ་ ལག་ལཱ་འཐབ་པ་གིས་འབྲུག་

## ཁ སྤར་སྟོལ་ལམ་ལྟགས་ཀྱི་སྒྲིག་བཀོད།

ལར་སྟོལ་ལམ་ལྟགས་ཀྱི་ སྤྱིར་བཏང་སྒྲིག་བཀོད་ལུ་ མཚམས་ཁྱའི་གནད་དོན་ངོ་མ་ མ་  
བཅིས་པར་ ཆེ་བརྗོད་ གྲུས་ཁྱེད་ ཁམས་འདྲི་ གནས་ཚུལ་ཁྱེད་ བརྟན་བཞུགས་ ཁྱེད་ཆེས་ མིང་  
རྟགས་ལག་བྲིས་བཅས་ མཚན་ཉིད་བདུན་ལྟ་སྟེ་བཅི་ནི་ཡོད། དེ་ཡང་ མགུ་ཡིག་ མགུལ་  
ཀྱན་ ཆེ་རྟགས་ཀྱི་ཡང་ཡིག་ མཁྱེ་གསལ་དང་བཞི་ ཡལ་གྱི་ཆེ་བརྗོད་ཀྱི་ཁྱད་ཆས་མཚན་ཉིད་  
དང་། ལྷ་ཡུལ་དང་ཡལ་ཡུལ་གྱིས་ རང་གི་གྲུས་ཞབས་ཀྱི་ཁྱད་ཆས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ ཡིག་ཡང་  
གནམ་ལོ་ཁྱེད་ མིང་ཡིག་ལག་བྲིས་གསུམ་ ཁྱད་ཆས་ཀྱི་ཁྱད་ཆས་མཚན་ཉིད་སྟེ་  
མཚན་ཉིད་གསུམ་དང་ཁྱད་ཆས་དག་ལྟ་སྟེ་བཅི་ཡིན།

དེ་འབད་མ་ད་ ཡིག་ཚད་ལཱ་གི་བདེ་བཅས་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་དཔེ་བཀོད་  
ཚུ་ ལར་སྟོལ་གྱི་མཚན་ཉིད་བདུན་ལྟ་ ཆ་ཚད་མདེ་དེ་འབད་ཅུང་ རང་ལྟགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆས་  
གང་འོས་ཉམས་སྤང་འབད་དེ་ཡོད་པ་ལས་ ལར་སྟོལ་ལམ་ལྟགས་ཀྱི་གྲངས་ལུ་ ཆ་བཞག་ཏེ་  
ཡོད། ལར་སྟོལ་ལམ་ལྟགས་ག་ཡིན་མི་འདི་ མཁྱེ་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་ འོག་ལུ་ རྟེན་འབྲེལ་



༥ གྲུ་ཞབས་ཐོབ་ལམ་གསུམ་པའི་རིགས་ལུ་ མཚོག་ལུ། ཡངན་ རུང་ཤ།  
ཟེར་གྱི་དགོ།

མགུལ་རྒྱུ་གྱི་ཆེ་བརྟེན་ཆོག་གཞི་དེ་ཡང་། རང་སྤྱོད་མ་ལུ་ གཞི་ལས་རྒྱལ་པ་སླེ་བཞོན་དེ་  
ཡིག་གུ་གྲུལ་ཐིག་གཉིས་གསུམ་མེ་གང་མ་ཡིན། ལུལ་གོང་མ་ལུ་མཆོད་པར་བརྟེན་པ་ ཆོགས་  
བསག་ནི་གི་རྒྱ་ཡིན་ཅུང་། དེ་མེ་ནངས་པར་ གོ་བཤེ་བའི་ཁྱད་པར་དང་། མཐོགས་ཐབས་ལུ་  
གཅོ་བོར་བརྟེན་དེ་ གྲུལ་ཐིག་གཅིག་དང་། གཞི་མ་ཅིག་རྒྱལ་ཅུང་། གྲུལ་ཐིག་ཡུན་དང་གཉིས་དེ་  
ཅིག་ནང་ཤོང་ཚུགས་པའི་ མགུལ་རྒྱུ་སླེ་འབྲིམ་ཡིན།

མགུལ་རྒྱ་གྲི་ཚིག་གཞི་ཤིང་བུང་ག་དམ་ཅིག་ཡོད་དེ་འབད་རུང་ བར་ན་ལས་ ཚིག་མཚམས་མ་  
བཅད་པར་ འཕྲོ་མཐུན་དེ་བྲི་དགོ། དེ་འབད་མ་ད་ མགུལ་རྒྱ་གྲི་གུལ་གཉེས་པ་ནང་ལུ་  
ཉུང་ཤོས་ཡིག་འབྲུ་ ༡༡ དགོ།

2. **སྤྱི་མཐོ་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལྟོས་པའི་**

[illegible]

རང་ལས་མཐོང་བ་ལུ་ གུས་ནངས་འདི་ ལྷ་ཡིག་ལུ་མི་རང་དང་འཁྲུག་ཏེ་འགྲོ་ཆ་ལས་ འདི་ནང་







# കേന്ദ്രബഹുതലപരിഷ്കരണം

རྟོག་ རྒྱལ་ཁྱིམ་ལྷ་བདུན་གྱི་ འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཚུ་ལུ་ ཆེན་གསལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཞབས་གྱི་  
 ཏེ་མ་ཡང་ཡིག་ ལ འབྲི་སྒྲིབ་ཡོད་མི་འདི་ ད་རེའི་དུངས་པར་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་དབུ་འཛིན་ དཔེར་  
 ལྷ་ འབྲུག་གི་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་དང་ ཆོས་གྱི་དབུ་ཁྱིམ་ ལྷ་བས་ཇེ་ ཇེ་  
 མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་བརྩ་མཆོད་ལུ་ཐོབ་པ་ཡིན།

[illegible]

ବ୍ରହ୍ମା

མགུལ་རྒྱ་གྲོའི་གུལ་ ལྷ་གསེལ་ཟེར་མི་ རྟོག་གཞི་བཅུགས་པའི་སྐབས་ལུ་ ལྷ་ཡིག་ཡུལ་  
 མི་ལས་ ཡུལ་ཡུལ་རྩ་ཅང་གིས་ མཐོ་བར་བཅི་བའི་ཆེ་བཤོད་དང་ ཡུལ་མི་དམན་ས་བརུང་ཉེ་  
 གས་ནལས་ལྷ་བའི་བརྩ་མཚན་ལུ་ ལྷ་ཡིག་ཡུལ་མི་གི་མིང་དང་ ཁ་བུང་བཅུགས་ཉེ་ ལྷ་གསེལ་  
 ཟེར་འབྲི་མི་རྟོག་གཞི་འདི་ ལལས་བྱུང་བྱ་གི་ ལལས་ཟེར་བའི་རྟོག་གི་འོག་ལུ་ རྩད་པ་སྟེ་འབྲི་མ་  
 ཡིན། དེ་ཡང་ ཆེ་བཤོད་རབ་འབྲིང་ཟ་གསུམ་གྱི་ དབྱེ་བ་དང་བསྟན།

1. གྲུས་ཞབས་ཐོབ་ལམ་ བླ་མེད་ལྟ་ ལྷི་ཟེར་བའི་ཚིག་གི་འོག་ལྟ་དང་།
2. གྲུས་ཞབས་ཐོབ་ལམ་ དང་པའི་དང་པ་ལས་གསུམ་པ་རྒྱུ་ ཞབས་ཟེར་བའི་ཚིག་གི་  
འོག་ལྟ་དང་།

- 3 གུས་ཞབས་ཐོབ་ལམ་ གཏྱིས་པའི་དང་པ་ལས་གསུམ་པ་ཚུན་ ནུང་གི་འོག་ལུ་དང་།
- ༤ གུས་ཞབས་ཐོབ་ལམ་ གསུམ་པའི་དང་པ་ལས་གསུམ་པ་ཚུན་ དུ་ཟེར་བའི་ཚིག་གི་  
འོག་ལུ་ ཚུད་པ་སྟེ་བློ་དགོ།
- 5 རང་མཉམ་གྱི་གོ་གནས་ཅན་ལུ་ ཡུལ་ཤིའི་ཁྱུ་ཡིག་དེགས་ལུ་ ཁྱ་གསོལ་ཟེར་མི་འདི་  
གུལ་ཐིག་གཅིག་ཡང་ཏེ་ དུ་གི་འོག་ལུ་ཚུད་པ་སྟེ་བློ་དགོ།

## ཁྱུ་ཡང་སྟོང་།

མགུལ་རྒྱ་གྱི་ཚིག་མཚུག་ཞབས་དུང་དུ་དང་ འོག་གི་ཁྱ་གསོལ་གཏྱིས་གྱི་བར་ན་ ཏེ་མ་འབད་ན་  
གོས་མཐོ་ཤོས་ཚུ་ལུ་ སྟོང་ཚུང་ཤོས་ མཐོ་གང་དང་སོར་ 3 ནེ་ བཞག་སྒོལ་ཡོད་ཅུང་ ད་  
རེས་དངས་པར་ འབྲི་ཤོག་ ཆེ་ཚུང་གི་འོས་འབབ་དང་བལྟ་ན།

- 1 གུས་ཞབས་ཐོབ་ལམ་ སླ་མདེ་གྱི་དེགས་ལུ་ གུལ་ཐིག་བཞི་དང་།
- 2 གུས་ཞབས་ཐོབ་ལམ་ དང་པའི་དེགས་ལུ་གུལ་ཐིག་གསུམ།
- 3 གུས་ཞབས་ཐོབ་ལམ་ གཏྱིས་པའི་དེགས་ལུ་གུལ་ཐིག་གཏྱིས།
- ༤ གུས་ཞབས་ཐོབ་ལམ་ གསུམ་པའི་དེགས་ལུ་ གུལ་ཐིག་གཅིག་གིས་སྟོང་བཞག་  
དགོ།
- 5 རང་མཉམ་གྱི་ཡུལ་ཡང་སྟོང་དེ་ཡང་ སླ་མདེ་དང་ དང་པའི་དང་པ་ལུ་ གུལ་ཐིག་  
3 དང་། དང་པའི་གཏྱིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལུ་ 2 ནེ་ གཏྱིས་པ་དང་གསུམ་པའི་  
དེགས་ལུ་ གུལ་ཐིག་ 1 ནེ་བཞག་དགོ།

## ཁྱ་གསོལ།

ཡུལ་མི་གི་མིང་དང་ ཁྱ་གསོལ་མ་ཐོས་པའི་ཏེ་མ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་ཡོད་དང་ རྒྱལ་ཁབ་  
གྱི་དབང་འཛིན་ཚུ་ལུ་ གུས་འབངས་དང་ སླམ་ཚུ་ལུ་དད་འབངས་ ཟེར་ཐོབ་མི་འདི་ཐོས་ཞིན་མ་  
ལས་ ཡུལ་མི་གི་ཁ་བྱང་དང་མིང་གསལ་བཞོད་དགོ།

- ၁ ဂြုဏ်တရားဝိသုဒ္ဓိတရားဝိသုဒ္ဓိတရား နှင့် ၃ ဝိသုဒ္ဓိတရားပရိယတ္တိ ဖွဲ့စည်း  
ဆောင်ရွက်ရမည်။
- ၂ ဝိသုဒ္ဓိတရားပရိယတ္တိ နှင့် ၃ ဂြုဏ်တရား ဖွဲ့စည်းဆောင်ရွက်ရမည်။
- ၃ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားဆောင်ရွက်ရမည်။
- ၄ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားဆောင်ရွက်ရမည်။ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ

### ၃.၃.၂

- ၁ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ

### မကြွေးရမည်။

ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ

- ၁ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ
- ၂ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ
- ၃ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ
- ၄ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ ဂြုဏ်တရားပရိယတ္တိ

## གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས།

གནམ་དོན་ཚུ་ཁྱེ་ཚེས་ལྔ་པ་ནི་ རང་གི་ཁ་བྱང་གོང་ལུ་འཁོད་དེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཞེས་ གྲུས་འབའས་ ཡང་ན་ དཔྱད་འབའས་ གོང་མིང་པས་ གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས་ ག་ཡིན་མི་འདི་བཀོད་དགོ། དཔེར་ན་ རང་ལཱ་གས་གནམ་ལོ་ཆེན་པོས་ ཟླ་ ༥ པའི་ཚེས་ ༡༧ ནང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༧ ལུ་ ཟེར་བཀོད་དགོ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས་འདི་ རང་གི་ལྷན་ཁག་གི་ འབད་དེ་འོ་ལུ་དཔྱད་དེ་ སྤྱི་ཚེས་བཀོད་དགོ་མི་འདི་ རྒྱལ་སྤྱི་འཕེལ་ལཱ་གས་དང་འཁྲུག་ཏུ་ རུས་ ཚུ་གི་འཕེལ་པ་འཇམ་ཏེ་ཏེ་ཟླ་ བཅི་ཚུ་གས་པའི་དོན་ལུ་ཡིན།

## ཕུལ་ཡང།

གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས་བཀོད་ཚུ་བའི་མཇུག་ལུ་ཕུལ་ཡང་གི་ཐོབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ཡང་།

- ༡ གྲུས་ཞབས་ཐོབ་ལམ་བྲམ་མེད་ལུ་ གོ་ ༣ གྲུས་པས་ རབ་རུ་རྒྱུངས་པའི་ ཕྱག་བཅས་ ཕུལ་ཟེར་བཞི་ཡང།
- ༢ དྲང་པའི་རིགས་ལུ་ གོ་ ༣ གྲུས་པས་ ཕྱག་བཅས་ ཕུལ་ཟེར་ གཞུམ་ ཡང།
- ༣ གཞུམ་པའི་རིགས་ལུ་ ཕྱག་བཅས་ ཕུལ་ཟེར་བའི་ གཞུམ་ཡང།
- ༤ གཞུམ་པའི་རིགས་ལུ་ གྲུས་པས་ ཟེར་བའི་མཐའ་མ་ལས་མར་ ཕུལ་ཟེར་ གཅིག་ཡང།

4      རང་མཉམ་གྱི་རིགས་ལས་ གུས་ནངས་ཐོབ་ལམ་བྲ་མེད་ལུ་ ཡུལ་ལང་ 3  
          རྟེན་ རྟེན་པའི་རིགས་ལུ་ ཡུལ་ལང་ 2 རེ་རྟེན་ གཏྲིས་པའི་རིགས་དང་  
          གུས་མ་པའི་རིགས་ལུ་ ཡུལ་ལང་ 1 རེ་བཞག་དགོ།

6      རང་མཉམ་གཞན་ཚུ་ལུ་ གུས་པས་ཟེར་བའི་ཚིག་གཞི་མེད་པར་ ཡུལ་ཟེར་  
          གཞིག་ལང་སྟེ་བྲ་དགོ།

### དྲན་གསོ།

- 1      ཡུལ་ལང་གི་སྐབས་ལུ་ མཆུག་གི་གུལ་ཐིག་ནང་ རྩང་ཤོས་ཡིག་འབྲུལ་  
          ཡོད་དགོ་པ་ཡིན།
- 2      ཡིག་བསྐྱར་གྱི་རིགས་ལུ་ ཤོག་ལེབ་དང་པ་ནང་མ་ཤོང་པར་ ཤོག་ལེབ་  
          གཏྲིས་པ་ནང་བྲི་དགོ་པ་ཅིན་ རྩང་ཤོས་གུལ་ཐིག་ལ་དགོ།

### མིང་རྟགས།

ཡུལ་གྱི་མཆུག་ལུ་ མིང་རྟགས་བཀོད་སར་ ཡུལ་འབྲིང་རིམ་ཚུ་ལུ་ རང་མིང་གོང་ལུ་  
 མ་ཚུན་ན་ རང་གི་མིང་དང་གོ་གནས་སྒྲགས་ཏེ་ བཀོད་སྒྲིལ་ཡོད་ཅུང་ ཡུལ་གོང་མ་ཚུ་  
 ལུ་ ཡུལ་ལང་སྐབས་ལས་ར་ གོ་གནས་དང་རང་མིང་སྒྲགས་ཏེ་ བྲི་ནི་མ་གཏོགས་  
 ཡུལ་གྱི་འོག་ལུ་ མིང་རྟགས་བཀོད་སར་ མིང་དང་གོ་གནས་མི་བྲི། ཁག་ཆེ་བ་ཅིན་  
 རང་གི་མིང་རྟེན་མ་གཞིག་ འབྲི་སྒྲིལ་ཡོད།

མིང་རྟགས་བཀོད་སར་ མིང་དང་གོ་གནས་གཏྲིས་ཆ་ར་བྲི་དགོ་པ་ཅིན་ མིང་འདི་གུག་  
 ཤུན་ནང་བཅུགས་དགོ། རང་གི་མིང་གུག་ཤུན་ནང་བཅུགས་དགོ་མི་འདི་ མིང་རྟགས་  
 རྟེན་མིང་གཏྲིས་ གོ་དོན་གཞིག་ཡིན་མ་ལས་བརྟན་ཏེ་ཡིན།

## མིང་རྟགས་ལ་བྱོང་།

- ༡ མིང་རྟགས་བཀོད་ས་དང་ ཡིག་གཞུང་བར་ནའི་སྟོང་ཐོབ་ལམ་འདི་  
གྲུལ་ཐོག་བཞི་ཤེས་པ་དགོས་ཡིན།
- ༢ མིང་རྟགས་བཀོད་ས་འདི་ གཞན་གྱི་རིགས་ནམས་ འབྲི་ཤོག་གི་གཞི་ལྟ་ལ་  
ཐུག་བཞག་དགོས་ཡིན་ཅུང་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་དང་ ལྷ་བས་ཇེ་  
ཇེ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ རྣམ་གཉིས་ཀྱི་མཆན་རྟགས་བཀོད་ས་འདི་ ཡིག་གཞུང་  
གི་མཐུག་ལུ་ འབྲི་ཤོག་གི་ཐུག་དང་པོ་ལུ་བཞག་དགོ།

## དྲན་གསོ།

- ༡ ཟླ་འབྲེལ་ཡིག་འབྲེལ་གྱི་རིགས་ལུ་ གཞན་དོན་ངོ་མ་ མ་ཁུ་བའི་དེ་མ་  
འཆམས་འདྲི་འུ་བ་དང་ རང་གི་གཞན་ལྟངས་ཁུ་བའི་རིམ་པ་ཚུ་དང་  
སྐབས་དོན་ངོ་མ་ཁུ་ཆར་བའི་མཐུག་ལུ་ ཁྱེད་པ་བརྟན་མོན་ཆིག་ཚུ་བཅུགས་  
ནི་ཡོད་ཅུང་ གཞུང་འབྲེལ་ཁུ་ཡིག་གི་ཐད་ཁར་ཡོད་པ་ད་ ཁུ་གསལ་གྱི་  
མཐུག་ལས་ སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་གཞན་དོན་གཞི་མི་དེ་ར་བཀོད་ནི་མ་  
གཏོགས་ འཆམས་འདྲི་དང་ རང་གི་གཞན་ལྟངས་ མཐུག་གི་མོན་ཆིག་ཚུ་  
བཅུགས་ནི་མེད།
- ༢ གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འབྲེལ་སྐབས་ལུ་ ད་སྤྱོད་ལམ་ལུ་གས་ནང་ བྲི་ཆོག་  
པའི་ཡིག་རིགས་མ་བཅོས་པར་ གཞུང་འབྲེལ་ཁུ་ཡིག་གི་རིགས་ གཞན་  
ག་ར་ རང་སྤྱོད་ལམ་ལུ་གས་ཐོག་ལས་བྲི་དགོ།

ག ད་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིག་བཀོད།

ད་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ སྒྲིག་བཀོད་ཟེར་མི་འདི་ མགོ་རྒྱུ་དང་ མགུལ་རྒྱུ་ ལྷ་ཡང་དང་ཡུལ་  
ཡང་ཆུ་ རང་སྤྱོད་བཟུམ་བཅུགས་མ་དགོ་པའི་ཁར་ ཡུལ་སའི་མིང་དང་ གོ་གནས་ ལ་བྱང་དང་  
ཡིག་ཡང་ གནམ་ལོ་ ཟླ་ཆོས་ཚུ་ག་ར་ ད་ཅེས་དངས་པར་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ལམ་ལུགས་ནང་ འབྲི་  
སྤྱོད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབྲི་མི་འདི་ལྷ་སྐབས་ཡིན། གོང་ལུ་ ལུས་ཁྲམས་ཐོབ་ལམ་གྱི་དུ་  
བ་ གཉིས་པའི་དང་པ་མཉམ་ཆད་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འབྲུལ་གྱི་སྐབས་ ད་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་  
ཀྱི་ སྒྲིག་བཀོད་ལག་ལཱ་ འཐབ་ཚེགས་ཡིན།

## འབྲི་ཆས།

འབྲི་ཤོག་གི་ཁོང་ཁམས་ བཞག་ལུགས་ཀྱི་ཆད་གཞི་དང་ རྒྱ་གཅི་གི་ཐོབ་ལམ་ ཡིག་གཟུགས་  
ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཆུ་ ད་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ཡང་ གོང་གསལ་ རང་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་  
ནང་ བཤད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལག་ལཱ་འཐབ་དགོ།

## ཡིག་ཡང་དང་ཟླ་ཆོས།

ཡིག་ཡང་འདི་ འབྲི་ཤོག་མགྱུར་གཡས་ཁ་བྱུག་གི་ ལས་རྒྱགས་འོག་ལུ་བཀོད་ནི་དང་ གལ་  
སྲིད་ལས་རྒྱགས་འོག་ལུ་ ཡི་གུ་སྒྲེལ་མི་འོག་གནས་ཀྱི་མིང་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་འོག་ལུ་བཀོད་ནི།  
གནམ་ལོ་ཟླ་ཆོས་འདི་ ཡིག་ཡང་དེ་གི་ཐད་ཡང་ཏེ་ འབྲི་ཤོག་གི་གཡོན་ཁ་བྱུག་ལུ་བཀོད་དགོ།

## ཡུལ་སའི་ལ་བྱང་།

རྒྱུ་གསོལ་མེད་པའི་ ཡིག་རིགས་གཅིར་འབྲི་བུང་ གཞུང་འབྲེལ་ལུ་ཡིག་གི་རིགས་ལུ་  
ཡུལ་ཡུལ་གྱི་གོ་གནས་དང་ལ་བྱང་ཆུ་ འབྲི་ཤོག་གི་གཡས་ཁ་བྱུག་ ཡིག་ཡང་གི་འོག་ལས་  
བཀོད་དགོ། གལ་སྲིད་ གཞུང་འབྲེལ་སྒྲེར་དོན་གྱི་ལུ་ཡིག་ཡིན་པ་ཅིན་ གོ་གནས་ཀྱི་རྒྱ་གཡུ་  
ཡུལ་སའི་ཡུལ་གྱི་མཆན་ཡང་ བཀོད་སྤྱོད་ཡོད།

## ཅེན།

ཅེན་ཟེ་མི་འདི་ ལུ་དོན་གྱི་གནད་དོན་ངོ་མ་ བཅུན་བལྟས་བརྟོན་ཞིན་མ་ལས་ ཡུལ་ཡུལ་གྱི་ཁ་  
བྱང་གི་འོག་ལས་ འབྲི་ཤོག་ཐུག་པ་དེ་བཀོད་མི་ འདི་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། དེ་སྤྲེ་བཀོད་དགོ་མི་  
འདི་ ལུ་ཡིག་གི་གོ་དོན་ འདི་འཕྲོ་ལས་ལཱ་ཚུགས་ནི་གི་ཡན་ཟབས་ལུ་ཡིན།

## ཡིག་གཞུང་།

ཡིག་གཞུང་ཟེ་མི་འདི་ ལུ་ཡིག་འདི་ནང་བཀོད་ནི་གི་ གནད་དོན་ངོ་མའི་ཡི་གུ་འདི་ལུ་སྤྲུལ་  
ཡིན། ཡིག་གཞུང་འགོ་བཅུགས་པ་ད་ གལ་སྲིད་ ཡིག་ལན་ཡིན་པ་ཅིན་ དང་པ་འབྲེལ་  
གཞུགས་ཀྱི་ཁྱད་ཁྱུང་གི་ ཡིག་ཡང་དང་ ཆོས་གྲངས་བཀོད་ཞིན་མ་ལས་ རྟེན་ཐོག་གི་གནད་  
དོན་ ངོ་མ་འབྲི་ཡིན།

## མཆུག་ལུ་མིང་རྟགས་བཀོད་ཟངས།

མཆུག་ལུ་ ཡུལ་མི་གི་མིང་དང་གོ་གནས་ མིང་རྟགས་བཀོད་ནི་ཚུ་ གཞུང་འབྲེལ་དང་སྐྱེ་  
འབྲེལ་ ག་ཅི་གི་སྐྱབས་ལུ་ར་ཡིན་ཅུང་ ལུ་ཡིག་གི་རིགས་ལུ་ འབྲི་ཤོག་གི་གཡོན་ཁ་བྱུག་  
ཀྱང་མ་གཅིག་བཀོད་དགོ།

### 3.2 མཚན་ཉིད།

གཞུང་འབྲེལ་ལུ་ཡིག་གི་མཚན་ཉིད་ཟེ་མི་འདི་ གཞུང་འབྲེལ་ལུ་ཡིག་ནང་ ཅེས་པ་རྩ་ཆ་དགོ་པའི་  
ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་རིགས་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། འདི་ལུ་ལུ་ཡིག་གི་ཁྱད་ཆ་ཟེ་མི་ཡང་ སྤྲུལ་ཡིན། གཞུང་འབྲེལ་  
ལུ་ཡིག་གི་མཚན་ཉིད་གྲངས་ལུ་ རང་གི་ལུ་བའི་གནད་དོན་དང་གཅིག་ཁར་ འོག་གི་ཁྱད་ཆོས་ཚུ་ཆང་དགོ།

༡ འབྲི་ཤོག་གི་མཁྱུ་རྩི་ཁ་ལུ་ ཡིག་ཡང་དང་ ཡི་ཁྱེ་ལེ་ཟེ་ཆོས།

ཁ ཡུལ་སའི་ཁ་བྱང་།



- ག ཡུལ་མིའི་ཁ་བྱང་།
- ང་ མཇུག་ལུ་ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་བླ་ཆོས།
- ཆ མིང་དང་མིང་རྟགས།
- ཆ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་འདྲ་བ་ཤུས།
- ཇ ད་སྤོལ་ལམ་ལུགས་ནང་འབྲི་བ་ཅིན་ ༥ རྟོན་ཡང་བཀོད་དགོ།

### 3.4 གཞུང་འབྲེལ་ཁྱུ་ཡིག་གི་དཔེ་བཀོད།

གཞུང་འབྲེལ་ཁྱུ་ཡིག་ལུ་ རང་སྤོལ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་དང་ ད་སྤོལ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ འབྲི་  
 རངས་མ་འདྲུལ་ཁག་གཉིས་ཡོད་མི་གི་དཔེ་བཀོད་ རིམ་པ་བཞི་ནུ་འཛིན་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད། དེ་འབྲེལ་ཁྱུ་  
 གས་ཞབས་ཐོག་ལས་ཀྱི་རིམ་པ་དང་པའི་གསུམ་པ་ཚུན་ག་ར་ལུ་ རང་སྤོལ་ལམ་ལུགས་ཐོག་ལས་མ་  
 གཏོགས་ ད་སྤོལ་ལམ་ལུགས་ནང་བྲི་མི་ཆོག།

ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་པའི་རིགས་ལུ་ རྟོན་བཤེར་གྱི་དྲུག་ལུ་ ཡུལ་དཀོ་པའི་ཁྱུ་ཆོག་རིགས་ག་ར་ རང་སྤོལ་ལམ་  
 ལུགས་ནང་བྲི་དགོ་པ་ཡིན། དེ་འབྲེལ་ཁྱུ་འདི་གིས་ འཛིན་ལུ་གཞུང་འབྲེལ་ཁྱུ་ཡིག་གི་ དཔེ་བཀོད་སྐྱབས་ ད་  
 སྤོལ་ལམ་ལུགས་ནང་ བྲི་མི་ཆོག་པའི་རིགས་ལུ་ རང་སྤོལ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ དཔེ་བཀོད་རྒྱུང་མ་གཅིག་དང་  
 བྲི་ཆོག་མི་ཆུ་ལུ་ རང་སྤོལ་ལམ་ལུགས་དང་ ད་སྤོལ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་འབྲི་རངས་གཉིས་ཆ་ར་ རྒྱུང་འབྲེལ་སྤེ་  
 བཀོད་དེ་ཡོད།

## ༡ གྲོས་འཇུག་ཁྱུ་ཡིག

གོ་དོན།  
 ལས་དོན་ཅིག་གི་སྐོར་ལས་ བསམ་འཆར་གྱི་གྲོས་བཟུན་ཡུལ་མི་འདི་ཡིན།



සමුදායයන්ගේ ස්වරූපය සහ අන්තර්-ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදයේ අත්‍යවශ්‍යතාවය පිළිබඳව සාකච්ඡා කළ අවස්ථාවකදී 400 සාමාජිකයින්ගෙන් සමන්විත වූ සභාවක් පැවැත්වූ අතර එහිදී සාමාජිකයින් විසින් සාමාන්‍යයෙන් 02 පැයකින් 22 යු

මේ 2 සාමාජිකයන්ගේ

අත්සන

ප්‍රකාශය

ප්‍රකාශ

(.....)

සාමාජිකයින්ගේ





དཔེ་བཞག་ ༥ པ།

སྐྱབས་ཇེ་ ཇེ་མཁན་རྟེ་པོ་ཆེ་ལུ་ བཤད་གྲགས་པ་གཙུག་པ་གནད་དགོ་པའི་ བློ་འཕྲུལ་ལུ་ཡིག་

ཡིག་ལང་.....

སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

(3) འགྲོ་བ་ཉ་མི་ཡོངས་ཀྱི་འདྲེ་མཚན་སྐྱབས་ཇེ་ཇེ་མཁན་རྟེ་པོ་ཆེ་འི་ ༧ ཞབས་པད་དུ་དུ།

གུས་དྲན་འབངས་དབང་འདུས་ཡོང་ལག་

གི་མི་མེད་དང་ ཆོས་ལཱ་ཞི་དག་ལས་ཁུངས་བྱུ་མོང་ནས་ གོ་ ༩ གུས་པས་ཡུག་བཅས་གསོལ་བ་སྤྱིང་ནས་འདེབས་དོན། དེ་ནི་  
སྤྱིང་འགྲོ་བ་ཡོངས་དང་ གོས་ལུ་ཤར་དར་བརྒྱུད་པའི་གདུལ་བྱ་ཚུ་ལུ་ ཉེ་དུས་ཉ་ག་པར་གཟིགས་ཏེ་ སྤྲོད་ཏེ་གཏོ་འོག་ སྤྲོད་  
ལུ་ཁའི་སི་ཅེ་དེ་ལས་ བཟླ་དྲུམས་དང་མཐོང་གསལ་ཆེ་བའི་ ས་ཟང་ཅིག་ཡོད་མི་དེ་ནང་ བཤད་གྲགས་པ་གཙུག་པ་མཛད་  
གནད་པ་ཅི་ནི་ སྤྲོད་ཏེ་གི་མི་མེད་ཡོངས་ལུ་ ཡན་སྐབས་ཆེ་ནི་མས་ཟེ་ དབང་འདུས་ཡོང་ལག་དང་ཁྲིམས་འདུན་ རབ་ལྟེ་དང་  
མི་མེད་བྱུ་མོང་ནས་ གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བརྟུན་པ་ལགས་ན་ དེ་དོན་ཞུལ་བཞེས་ཀྱི་བདུན་ཅི་རྒྱུ་བཟུང་ འབེབས་གནད་  
འོང་བའི་སེ་བ་བཅས་ལུ་བ་ རྒྱ་གསུང་བུགས་དམ་པ་མཁྱེན་མཁྱེན་མཁྱེན་ལགས། ཞེས་དམངས་ཀྱི་དོ་ཆ་བ་ འབུས་མི་ཚུ་མི་དང་མོ་  
དང་མི་ད་ཉ་གས་བྱུ་སྐྱགས་ཡོངས་ནས་ གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ་

རབ་ཏུ་དྲུངས་པའི་

གུས་པས་

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

နမူနာ ၄ ပါ သမ္မာဗျူဟာအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း

ယိုးဒယား.....

ဗြိတိသျှ.....နယ်.....

(၃) ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း ၂ ခု

ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း

ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း

ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း

ဗြိတိသျှ

ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း ဗြိတိသျှအင်္ဂါအဆင့်အား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း





དཔེ་བཞུགས་ , ཡ། མི་དབང་པད་ཀའི་དྲི་མོ་ཆེ་གིས་ ཟཱ་ཀེ་ལྷ་མོ་རྒྱལ་མོ་ཆེ་གི་ལུ་ བཟུ་གིས་པད་ཀེ་ལེགས་ལུ་འཕྲིན།

ସ୍ତ୍ରୀରୁ.....ଆ.....କେ.....ପ୍ର।

རམ་རྩ་གྲུ་པས་ཁྱ་གསོལ། དེ་ནི་

[illegible]

ସୁନ'ଧନ'

မှတ်

འཇིགས་མདོ་གེས་རྒྱལ་རྣམ་ཐུག་དཔང་ལྷན་

ကမ္ဘာ့အသံ

དཔེ་བཞག་ ༢ པ། མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ རྒྱ་བས་ཇེ་ཇེ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ ལུ་བཞག་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཨང་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

༤ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབུ་ཁྲི་རྒྱ་བས་ཇེ་ཇེ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ ༡ ཞབས་རུང་དུ།

གས་པས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ ང་ཅས་

རའི་ཀུལ་ཁབ་འདི་ནང་ འབྲུང་བཞི་འབྲུགས་པའི་ཀྲཱེ་ངན་དང་ དེ་གུ་ནད་རིམས་སེ་ཡང་ མང་ལུ་ར་ཐོན་མ་ཡིན་མས། དེ་ཚུ་གི་  
ཀྲཱེ་ངན་བར་ཆད་བཞེག་ཐབས་ལུ་ ཉེ་མ་ལས་ལོ་ངོ་ ༡༢ ནེ་འི་བར་ན་ གན་མ་ལོ་འབྲུག་ལོ་ན་མ་ཐོན་ བརྟན་བྱི་འི་སྐྱ་རིམ་སྒྲེ་  
གནང་སྒོལ་ཡོད་མའི་ལྷི་པ་བྱི་མདོས་འདི་ རྒྱ་ཅི་ལྷུངས་ཐིམ་ཡོད་ཁག་གཉིས་གཉི་ཉེ་འབད་རུང་ རྒྱ་བས་བདེ་ས་ཅིག་ཁར་གནང་  
པ་ཅིན་ ལགས་ཤོམ་འོང་ནི་མས།

འདི་གི་དོན་ལུ་ འགྲོ་སོང་གི་མ་དདལ་ཐད་ དདལ་ཅིས་ཉུན་ཁག་ལས་ ཡུལ་ཚོག་ཚོ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ བརྟན་བྱི་འི་སྐྱ་  
རིམ་འདི་ རང་ལས་ཀྱས་སྤྱོད་ཅིག་སྒྲེ་ ག་དེ་མཐུགས་མཐུགས་ གནང་ཐབས་མཛད་དགོ་པའི་ ཉུན་སྒོམ་ལུ་བ་ མཆིན་ མཆིན་  
མཆིན། ཞེས་ཐིམ་ཡུག་བཀྱིས་ཆོས་ཡོད་ལས་ གན་མ་ལོ་ཚུ་འབྲུག་ཟླ་ ༡ པའི་ཆོས་ ༢༥ ལུ་

རབ་རྩ་རྒྱུངས་པའི་

གས་པས་

ཡུལ།

འབྲུག་ཀུལ་ཡོ།



དཔེ་བཞག་ ༤ པ། དགོང་ཕྱུག་འདུས་དཔལ་གྱིས་ མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་འི་ ལུ་བཞག་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ།

(༣ དཔལ་ལྷན་ས་ཡི་ཆོངས་པ་མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་འི་ ༧ ཞབས་པད་གསེ་ཁྲིའི་དུང་དུ།

གས་ སྤངས་ཐེམ་དགོང་ཕྱུག་འདུས་དཔལ་

ནས་ མོ་ ༣ གས་པས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ རྒྱལ་མེ་མཁན་ཆེ་ཁྲིའི་འབས་.....མཆོག་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབུ་  
ཁྲིའི་མཆོད་དེ་ ལོ་ངོ་.....ལངས་ཡོད་དུང་ རྒྱལ་ས་ཉེ་བ་ ཐེམ་ཕུག་ལུ་ ད་ཆུན་ བཀའ་ཁྲིའི་མ་གནད་བས་ཡོད་ལུ།

མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་འི་ཞབས་ལས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བརྟན་པ་རྒྱས་ཐབས་དང་ ཐེམ་ཕུག་ཁྲིའི་  
ཆོག་གི་མི་མང་ཡོངས་ལུ་ དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ འཕྲོ་ཐུགས་པའི་དོན་ལུ་ རྣམ་ཅི་ འད་ཟླ་.....པའི་ནང་ བཀྲ་གྲིས་ཆོས་  
མོང་གི་རྩེ་འབྲེལ་ཐང་ནང་སྡེ་ རྒྱལ་མེ་མཁན་ཆེ་མཆོག་གིས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་ བཀའ་ཁྲིའི་གནད་ནིའི་  
ཅ་བའི་སྒྲིལ་བདག་མཆོད་དེ་ བཀའ་རྩེ་འབྲུག་གནད་དགོ་པའི་གསོལ་འདེབས་ལུ་བ་ རྒྱ་གཞུང་ཐུགས་དམ་པ་མཆོད་ མཆོད་  
མཆོད་ལགས། ཞེས་ མཁན་སྟོབ་འདུས་སྤྱིའི་མགྲོན་ཆབ་རུ་ སྟོབ་ ༥ དང་ ཆོས་ཁྲིམས་བཞིན་ས་ འད་ལུགས་གནམ་ལོ་.....  
ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ།

རབ་རུ་དྲངས་པའི་

གས་པས་

ཕུལ།



# ၃. ပထမပိုဒ် ၆ မှ ၃၅ အထိ အသံသရာတို့၏ နာမည်များကို ဖော်ပြပါ။

နာမည်များ

ပထမပိုဒ် ၆ မှ ၃၅ အထိ

၆. ၃၅ အထိ အသံသရာတို့၏ နာမည်များကို ဖော်ပြပါ။

နာမည်များ

၃၅ အထိ အသံသရာတို့၏ နာမည်များကို ဖော်ပြပါ။

၃၅ အထိ အသံသရာတို့၏ နာမည်များကို ဖော်ပြပါ။

၃၅ အထိ

၃၅ အထိ

၃၅ အထိ







ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ

ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ

၉ နမူနာ ၉ ဖြစ်သည့် ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ ဥပဒေကြမ်း

ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ

ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ ဥပဒေကြမ်း နမူနာ ၉ ဖြစ်သည့် ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ ဥပဒေကြမ်း နမူနာ ၉ ဖြစ်သည့် ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ ဥပဒေကြမ်း

ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ ဥပဒေကြမ်း နမူနာ ၉ ဖြစ်သည့် ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ ဥပဒေကြမ်း နမူနာ ၉ ဖြစ်သည့် ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ ဥပဒေကြမ်း

ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ

ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ

ဗြိတိသျှသမ္မတနိုင်ငံ

(.....)

དཔེ་བཞག་ ၂၀ ၂

མི་དབང་དཔོན་སློབ་མཆོག་ལུ་ ལུ་བཞག་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

ཕྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

(3) ལུ་གས་གཉིས་མཁུ་ཤེ་པ་ལི་དཔལ་མང་ལ་མི་དབང་ལུ་རྩོ་དཔོན་སློབ་མཆོག་གི་ 2 ལྟམ་རུང་ལུ།

གས་རྩ་ཡོང་བཟག་ལས་གོ་2

གས་པས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ འབྲུག་གི་ཡོང་ལག་ 20 ལི་ནང་ལས་ རྩ་གི་ཡོང་ལག་འདི་ ལུ་བཟྱགས་ས་མཆོམས་ཡོང་ལག་  
ཅིག་ཡིན་པ་ལི་ཁར་ ཏེ་མ་ལས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཟུལ་སྤང་ རྩོ་ཤེ་ལུང་བཟུལ་ཕུལ་གྱིས་སྤྱོད་བའི་ ལུང་ལྟགས་ཅིག་ཡིན་མི་འདི་ མི་  
དབང་མཆོག་གིས་མཁུ་ཤེ་གས་ལ་ཆེ།

ཡིན་ཅུང་ ལུང་བཟུལ་བཅོལ་མཁའ་ཅིག་ལོགས་སུ་མེད་པར་ ལོ་བཟུར་གྱི་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཡང་ ལུང་ནང་སྒྲེ་ཕུལ་ནི་  
ཡོད་པ་ལས་ ད་ལས་པར་ བཟུལ་སྤང་གི་འཕྲིན་ལས་ ལར་ལས་ལྷག་པར་འབྲུག་མཁའ་མཆོག་ རྩོ་ལྟམ་ལྟམ་གྱི་དོན་ལུ་ གསོལ་མཆོད་  
ཕུལ་སའི་ལུང་ནང་ བཅོལ་མཁའ་དམར་པོ་ཐོག་ 2 པ་ བཟླ་ཆགས་ཉི་ཉེ་ཅིག་དང་ དེ་ནང་ལུང་བཟུལ་གྱི་སྐྱོ་རྩོ་བཅས་  
གསར་བཞེངས་འབད་ཆོག་པ་ལི་གནང་བ་ཅིག་དང་ དེ་གི་དོན་ལུ་ ཟད་འགོ་དཔུལ་ཀླམ་ས་ཡ་ 20 ཡོང་ལག་གི་འཆར་དཔུལ་  
ཐོག་ལས་ འགྲོ་སོང་གཏང་ཆོག་པ་ལི་གནང་བ་ཅིག་ བཀྲིན་བཟུང་གནང་ལུ་བ་ སྐྱོ་གསུང་བཟུགས་དམ་པ་མཁུ་ཤེ་མཁུ་ཤེ་མཁུ་ཤེ་  
ལགས། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

གོ་2 གས་པས་

ཕྱག་བཙུང་

ཕུལ།

(.....)



དཔེ་བཞག་ ༡༢ པ། གཞུང་གྲོང་ཁྱེད་ཀྱི་དཔུ་འཛིན་ མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་པོ་མོ་ཆེན་ལུ་ ལུ་བཞག་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

༤ དཔུ་འཛིན་ལུ་བཞག་པའི་ཆབ་སྲིད་ལ་ལོ་རྒྱུ་ར་བའི་མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་པོ་མོ་ཆེན་ ༢ ཞབས་དུང་དུ།

གུས་འབངས་.....ཇོང་ཁག་.....

ཆེད་ཁོ་ག་གི་ མི་སེར་བྱུང་སྐྱེས་མིང་འཁོད་བྱུན་མོང་ནས་ ཞོ་ ༢ གུས་པའི་ཡུག་བཅས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ ས་གནས་.....  
ནང་ ཆེད་ཁོ་ག་ཉེ་བ་ཆགས་ནི་འི་ འཆར་གཞི་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ ང་བཅས་མི་སེར་མང་ཤོས་ར་ ས་ཟག་འིང་མོ་ལས་བརྟེ་ བྱ་བྱ་བས་  
མ་བདེ་བར་ ས་ཁོངས་གཞན་ཅིག་ནང་ ཆགས་དགོ་པའི་གྲོང་ཁྱེད་ལས་ འཛུམས་འདུ་བཅུངས་ ༢ ནེ་ རྒྱུ་བྱེ་འབད་ཅུང་ ཟག་ཆོད་  
མ་ཚུགས་ལུ། གནད་དོན་འདི་གི་གྲོང་ཁྱེད་ལས་ ཇོང་ཁག་བདག་གྲོང་བརྒྱུད་དེ་ སྤོལ་འཛིན་དང་ནང་གི་ཉུན་ཁག་ལུ་ཉུན་ལུ་ཕུལ་  
ཏེ་ ཟླ་ངོ་ ༡ ཉུག་ཅམ་སོང་ཉེ་འབད་ཅུང་ ད་ཉོ་ཚུན་ཆོད་བར་ན་ བཀའ་ལཱ་ཅིག་ག་ནི་ཡང་ གནད་ནི་མི་ཉུག་ཟེར་ལུ་ནི།

ཆེད་ཁོ་ག་གཞན་ཚུ་ འཆར་གཞི་དང་བསྟུན་པའི་ ལཱ་ཚུ་འབད་ཡི་རང་འབྲུག་ད་ ང་བཅས་.....ཆེད་ཁོ་ག་ཉེ་བ་ཆགས་  
སའི་ས་གོ་ ཟག་ཆོད་མ་ཚུགས་པར་ལུས་ཡོད་པ་ལས་ མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་པོ་མོ་ཆེན་ མ་ལུ་བཅས་མེད་སོང་ཡོད་ལུ། མི་ཇེ་མཆོག་  
གིས་ གུས་.....གི་མི་སེར་ཚུ་གི་སྤྱི་དུག་ལུ་ བུགས་བྱེ་ཆེས་ལས་གཟིགས་ཏེ་ ཆེད་ཁོ་ག་ཉེ་བ་འདི་ མི་སེར་ཡོངས་ལུ་ ཁེ་ལན་  
འདྲ་མཉམ་ཡོད་པའི་ ས་གོ་ཅིག་ནང་ཆགས་ནི་ཡོད་པའི་ བཀའ་བྱ་བ་མོ་ཞིག་གནད་བུ་ལུ་བ་ རྒྱ་གཞུང་བུགས་དམ་པ་  
མཁྱེན་མཁྱེན་མཁྱེན་ལགས། ཞེས་རང་ལུགས་གནམ་ལོ་..... ཟླ་..... པའི་ཆེས་ ..... ལུ་

ཞོ་ ༢ གུས་པས་

གུས་ཡུག་བཅས་

ཕུལ།

དཔེ་བཀོད་ ༡༩ པ། མི་ཇེ་ཞུ་བས་རྟོག་སྒྲོན་པོ་ལུ་ ལུ་བཀོད་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཅང་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ།

༣ མཁུ་ཤེ་བཅའི་དཔལ་མང་ལ་མི་ཇེ་ཞུ་བས་རྟོག་སྒྲོན་པོ་རྟོ་པོ་ཆེ་འི་ ༢ ཞབས་རུང་དུ།

གུས་ གཞུ་ལམ་སྐྱང་ཡོང་ལག་ཤིང་མཁའ་རྟེ་  
འོག་ཚན་ས་ལུ་འཁོར་ལྡོ་ནས་ གུས་ཕྱག་བཙུངས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ ང་བཙུངས་ཤིང་མཁའ་རྟེ་འོག་ནང་ དུ་ལུ་ཐོག་གི་ཐོན་སྐྱེ་  
འཁོར་ཆེ་རྟོག་རྟོ་ཡོད་རུང་ ལུ་མ་འཁོར་གྱི་ལམ་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ ཆོང་འབྲེལ་འབྲེལ་མ་ཚུགས་པར་ དུ་ལུ་གྱི་འོང་འབྲེལ་བཟོ་ནི་  
ལུ་ཐོ་སྒྲིམ་ཡོག་ཏུ་ཡོད་ལུ།

མི་ཇེ་སྒྲོན་པོ་མཚན་གསེའ་ ཤིང་མཁའ་རྟེ་འོག་ མི་མང་གི་འཚོ་བའི་གནས་ལྗངས་ ཡར་དྲག་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ལོ་ངོ་  
ལ་འི་འཆར་གཞི་ ༡༠ པའི་ནང་འཁོད་ལུ་ ས་གནས་ ..... ལས་ ..... ཚུན་ ལུ་མ་འཁོར་ལམ་ རིང་ཚད་ཀྱི་ལོ་མི་  
ཀྱས་ ..... འབད་མི་འདི་ག་དེ་འབད་རུང་ བསལ་གནང་ཏེ་བཀྱིན་བསྐྱེད་དེ་གོ་པའི་གསོལ་འདེབས་ལུ་བ་མཆིན་མཆིན་  
མཁུ་ན། ཞེས་གནམ་ལོ་ ..... ཟླ་ " " ཚེས་.....ལུ་གོང་མིང་པས་

གོ་ ༢ གུས་པས་

ཕྱག་བཙུངས་

ཡུལ།

(.....)

དཔེ་བཞུགས་ ༡༤ པ། གྲྭ་ཚང་འཕྲིན་ལྷན་པུ་ཤིང་ཆེན་གྱིས་ ཆོས་འདེམས་ཀྱི་ འདུས་དམངས་ལུ་ཐོག་ཏུ་ཡོད།

ཡིག་ཅེས་.....

ཕྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ།

༤ བཟུམ་པའི་ཆ་ལག་.....ཆོས་འདེམས་ཀྱི་འདུས་དམངས་ཀྱི་ཞབས་དུང་དུ།

གུས་ལྷན་པུ་ཤིང་གསོལ། དེ་ནི་ རྩལ་ཅི་

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཡི་དུས་ངན་སྤྱི་གནས་མ་ལ་བདེ་ལོ་དཔང་གིས་ ཡི་དུས་ངན་ལམས་འབྲུག་པའི་རྒྱེ་དཔང་ རྒྱ་པར་དུ་  
བཀའ་ལླང་ཆོས་ལུ་ཆུ་དང་ ཡུལ་འཕྲུལ་གཞི་བདག་ཆུ་འབྲུག་པའི་རྒྱེ་ལས་ འགོ་བ་མི་འཛིན་པུ་གཞི་དཔང་པའི་ནད་རིམས་  
ཆ་བས་ཆེན་ཐོན་དང་འཕྲོ་བཞུགས་དུ་ཡོད་པ་ ག་ར་གིས་མཁྱེན་གསལ་ཆེ་ལུ།

དེ་གི་བརྒྱུ་ཞབས་དང་ རྒྱེ་དཔང་གི་ཞབས་ལུ་ རྒྱེ་ལ་ལོ་ལྷན་གི་ཞབས་ལམ་དང་ མཉམ་པུ་འཛིན་གི་རིམ་པ་ཆུ་  
འབྲུག་གཞུང་གི་ལ་བྲུག་ལས་ གང་དུ་ག་མཆོད་གནང་ཡོད་མི་དང་གཅིག་ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆོས་འདེམས་ཀྱི་ལ་བྲུག་ལས་  
ཡང་ རྒྱེ་དཔང་འདི་ཆུ་བརྒྱུ་ཞབས་ཀྱི་སྒྲི་རིམ་ལུ་ ཆོས་ལྷན་ཀྱི་མཆོད་སྒྲི་སྒྲི་བུ་བསང་མཆོད་དང་ རྒྱ་མཉམ་ཆོས་ལུ་ དེ་ལས་  
མ་མོ་འབྲུག་སྒྲི་དང་ ཡུལ་འཕྲུལ་གཞི་བདག་གི་གསོལ་མཆོད་ཆུ་ ཆོས་འདེམས་ཀྱི་འཛིན་ཆུ་གིས་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ དཔེ་ལས་  
འགོ་བཟུང་ཏེ་ ཟླ་འོ་ ༡ གི་རིང་ བརྒྱུ་བཟུང་ཞུ་མ་ལས་ དེ་ལྷན་ཀྱི་སྒྲི་ལུ་འོ་ཡང་ ཟླ་མ་ལུ་མཉམ་གི་ནང་འཁོད་ལུ་  
གཞུགས་འཁོད་མིང་རྒྱལ་ཆུ་མཉམ་པུ་ཤིང་ཆེན་གྱི་ གནང་དགོ་པར་ལུ་བཟུངས་མང་ལ་མཁྱེན་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་  
ལོ་ ..... ཟླ་..... ཆོས་.....ལུ་གོང་མིང་པས་

གོ་ ༢ གུས་པས་

ལྷན་པུ་ཤིང་

ལུ།

(ཀྱུ་ལྷན་པུ་ཤིང་ཆུ་མཆོད་དེ་ལུ།)

དུང་ཆུ།

དཔེ་བཀོད་ ༡༥ ཡ། ཡུལ་སྤྱི་ཅིག་ལུ་ རབ་གནས་དང་ཆོད་བད་གསོལ་བཟུང་གི་ ལུ་བཀོད་ལུ་ཡོག

ཡིག་ཅང་.....

སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

༤༣ འདི་ཕྱི་འོ་སྤྱབས་གནས་མཚུངས་མེད་.....སྤུལ་སྤྱི་རྟོ་པོ་ཆེ་འི་ ༢ ཞབས་རུང་ཕྱ།

གས་སྤྱབས་འོག་པ་.....ཕྱིང་བདག་ནས་

ཕྱག་བཅས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ སྤྱི་ར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་ཡན་པད་མེད་མོས་སུ་མཁོ་བཅད་ཁའི་གསོན་གཤེན་གཤིས་ཀྱི་སྤྱབས་རྟེན་ལུ་དམིགས་རྟེ་ མཁོ་བཅད་སྤྱི་པའི་འབྱུང་གནས་ལུ་ མི་དམངས་སྤྱི་ཐབ་ཀྱིས་ ཟངས་མདོག་དཔལ་འདི་འདྲིང་བཀོད་ གུལ་ལུ་ཁང་ཅིག་བཞེངས་རྟེ་ ད་རེས་ རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་བསྐྱབས་ཡོད་ལྟ། འདི་གི་བཀྱིས་རབ་གནས་ གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལས་ རྟེན་གངས་.....དང་ མཚུག་ལུ་མི་མང་ལུ་ཆོད་བད་ཅིག་བཅས་ ཡུལ་སྤྱི་རྟོ་པོ་ཆེ་ལུ་ གསོལ་བཟུང་མ་ཞུས་བཅས་མེད་སོང་ཡོད་ན་ སྤྱི་ལོ་བརྒྱུ་བཟུང་མ་ཞུས་པར་ ཟུགས་བཅས་དགོངས་རྟེ་ གནམ་ལོ་..... ཟླ་..... ཆེས་.....ལུ་ ཆིབས་བསྐྱོད་མཛད་གནང་ བཀྱིས་བརྟུང་བར་ལུ་བ་མཆིན་མཆིན་མཆིན་ལུ་གས། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་..... ཆེས་..... ལུ་གོང་མིང་པས་

གོ་ ༣ གས་པས་

ཕྱག་བཅས་

ཡུལ།

(བདེ་ཆེན་དབང་མོ་རྟོ་ཅེ།)

ཕྱིང་བདག་

# དཔེ་བཞག་ ༡༩ ཡ། དཔོན་པོའི་སྐུ་མཆོག་ལུ་ ལུ་བཞག་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ།

༣ འགོ་བའི་འདྲེ་མཆོག་དམ་པ་.....སྐུ་མཆོག་གི་ཞབས་རྩེ་དུ།

གས་.....རྩེ་ཆེ་ནས་ གས་ལྷག་བཅས་

ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ དེ་སེ་.....ཆེ་ལོ་ག་.....ཆེ་ལོ་ག་ནང་ གསོ་བའི་མཉམ་ཁུངས་ལ་ཅིག་བསྐྱབས་ཡོད་པ་  
ལས་ གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་ གཟུངས་དཔེ་གེ་འཕྲོད་སྐྱེས་བཟང་པོ་དང་བཟུན་ཏེ་ བཀྲིས་རབ་གནས་མཛད་ནི་  
གི་ལས་སྐུ་མཆོག་ཏེ་ཡོད་ལུ།

དེ་གི་དོན་ལུ་ རྩི་པ་ཉུང་བས་ལུས་གསོལ་དང་ རྩི་མ་ཆུ་ཆེན་ ༡༠ ལུ་ རྩི་མ་གོ་མཉམ་པོས་ འགོ་འབྱེད་རྩི་འབྲེལ་  
གནད་མ་དུ་ བཞག་ས་བསྐྱེད་ལུས་གསོལ་དང་ བཀྲིས་ལྷག་འབྲེལ་གནད་ནི་འདི་ སྐུ་མཆོག་ལུ་ གསོལ་བརྟུང་ལུ་དཔོན་བླ་ཡོད་  
པ་བཞིན་ སྐུ་མཆོག་གིས་དབུ་ལྷིད་ལོག་ ཆོས་པ་ཞུལ་གངས་༡༥ དེ་ཅིག་དང་བཅས་ འབྲེན་གནད་དཔོན་པོའི་གསོལ་བརྟུང་གི་  
དང་གཅིག་ཁར་ གོང་ཆོས་ཀྱི་རྩི་པ་ཆུ་ཆེན་..... ལུ་ གནམ་འདྲེ་ལུ་བར་བཅས་ནི་ཡིན་པ་ལས་ ཞུལ་བཞེས་གནད་ཟབས་ཡོད་  
པར་ལུ་བ་བྱེད་མཁུ་ན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་

ལྷག་བཅས་

ལུ།

(བདེ་ཆེ་དཔང་མོ་རྩི་ལུ།)

རྩེ་ཆེ།









དཔེ་བཞག་ ༢༠ པ། བཤད་གྲུ་འཛིན་ཅིག་ལུ་ ལུ་བཞག་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

༤ ལེགས་བཤད་མཁས་པ་འི་འཁྱུང་གནས་.....བཤད་གྲུ་འཛིན་མཚན་གི་སྤྱི་ཕྱི་དུང་ཕྱི།

ལུ་གཡོག་ཉན་ལག་དུང་

ཆེན་མོ་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ ང་པཅུ་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ནང་པ་ཆོས་ལུ་གྲུ་འཛིན་ཅིག་ཡིན་མ་མཚན་ གཞུང་གི་སྤྱི་ཕྱི་ལུ་  
རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྤྱོད་དཔལ་འཛུམས་ཀྱི་དམིགས་དོན་འགྲུབ་ནི་ལུ་ཡང་ ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་འགྲུབ་ནི་ལུ་  
ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་ ཟ་དམ་ཆོག་ གཞན་པ་ལྟ་བུ་ཉུང་བས་མ་བསྐྱེད་ནི་གི་ཟབས་ལམ་ཚུ་ ནང་པ་ཆོས་ཀྱི་ནང་ལུ་གསུངས་ཏེ་ཡོད་  
མི་ལས་ ཉུང་ཏེ་གཞན་མི་ལྟ་བུ། དེ་འབད་མ་ལས་ རུས་ཅི་ སྤྱི་ལོ་..... མཐོ་རིམ་སློབ་སྦྱོང་མཐུན་འཁྱུང་བ་ མི་གཞུངས་.....  
ཡོད་མི་ཚུ་གི་ གོམས་འདྲིས་སློབ་སྦྱོང་ལས་རིམ་ནང་ལུ་ ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ ནང་པ་ཆོས་བཤད་ལས་རིམ་འདི་བཞག་ཏེ་ཡོད།

དེ་གི་དོན་ལུ་ སློབ་དཔུ་འཛིན་མཚན་ ཟུགས་འཆར་ཆེ་བའི་གཞི་ལས་མདེ་ཅུང་ ལས་རིམ་ཟུར་སྒྲགས་ལུ་ཏེ་ཡོད་མི་  
དང་འཁྱུལ་ སྤྱི་ཆེས་.....གི་ རྩ་པ་ཚུ་ཚད་.....ལས་ .....ཚུ་ན་ ས་གནས་.....གི་ཞལ་འཛུམས་ཁང་ནང་ ཆོས་བཤད་གནད་  
པར་འབྱོར་ཏེ་ བཞུགས་བསྐྱེད་དགོ་པའི་གསོལ་བཟུང་ལུ་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ་

ཕུག་བཅས་

ཕུལ།

(.....)

དུང་ཆེ།





དཔེ་མཛོད་ , ༥༡ མི་དབང་རྒྱལ་པོའི་ལྷན་པོ་མཚན་ལུ་ ལུ་ཁྱེད་ལྷན་པོ་

ಪ್ರೀತ್ಯ.....ವಾ.....ಹೇ.....ಛಾ

གུས་ཁམངས་ མོང་སྒྱུར་ཕྱིང་པདག་ཤས་

མོ་ ༣ ལུས་པཅེས་ཁུ་གསེལ། དེ་ནི་ མདང་ཞག་ རྒྱལ་པོའི་སྤུས་མོ་མཆོག་ རྟེངས་མཁར་རྟེན་འོག་ནང་ གཟིགས་སྟོར་ཆོས་སྟོན་  
གནང་སྐབས་ མི་ལེན་ཚུ་མཉམ་ཁང་དང་ལམ་ཐག་རིང་བའི་ དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལུ་ གཡུལ་སྟོལ་དེ་ནང་ མཉམ་ཁྲིད་ཁང་ཚུང་ཀུ་ཅིག་  
མི་དབང་མཆོག་གིས་ བཅུགས་གནང་ནི་འོ་ཞུ་ལུ་ འགྲོ་སྤང་གང་གནས་ཀྱི་ལོ་ན་ཅིས་ཅིག་བརྟེན་ཏེ་ ཡུལ་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་མ་  
བཞིན་ཏེ་ རྫོང་ཁག་བདག་སྟོང་དང་ རྟེན་འོག་བདག་སྟོང་གཉིས་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལས་བརྟག་ཞིབ་མཐོལ་ཡིན་འབད་ཡོད་ལྟ།

[illegible]

५२३ ३ शुन'यन'

ཕུག་པུས་

မည်

(REDACTED)





དཔེ་བཞག་ ༢ པ། མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་མཆོག་ལྟ་ མགྲོན་ཁྲུ་ཁྲུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལྟ།

༤ མངོན་མཐོན་དཔལ་གྱིས་ཡུག་པའི་མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་འོ་པོ་ཆེ་འི་ ༢ ཁྲུ་སྤང་དུ།

གྲོ་ ༣ གྲུ་པས་ཡུག་བཅས་ཁྲུ་གསོལ། དེ་ནི་

དུས་ཅི་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་དུས་ཆེན་ཟེངས་.....འདི་ བྱི་ཆོས་.....ལྟ་ ས་གནས་.....ལྟ་སྟེ་ བཅི་སྤང་ཁྲུ་  
ནི་ཡིན་མ་ལས་ མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་འོ་པོ་ཆེ་མཆོག་ དུས་ཆེན་བཅི་སྤང་གི་ དག་འཕྱོད་རྩེ་འབྲེལ་མཛད་གྲོ་འི་ རྒྱ་མགྲོན་གཅི་པོ་སྟེ་  
འབྲོན་གནང་དགོ་པའི་ རྩེ་སྒྲོན་ཁྲུ་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ རྒྱལ་ཡོངས་དུས་ཆེན་བཅི་སྤང་ཁྲུ་དགོ་པའི་ དགོས་པ་དང་དམིགས་ལུལ་  
གྲོ་སྟོར་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་ལྟ་གསུང་བཤད་ཅིག་ཡང་གནང་དྲེ་ བཞིན་བསྐྱེད་གནང་བར་ཁྲུ་བ་མཆོན་མཆོན་མཆོན། ཞེས་  
གནམ་ལོ་.....ཟླ་..... ཆོས་.....ལྟ་

གྲོ་ ༣ གྲུ་པས་

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

.....

ནང་གི་དྲུང་ཆེན།



## දායකගේ 2 ට 5 ට ඉන්සානිටි ඉන්සානිටි ඉන්සානිටි

ගිණිතය.....

ගිණිතය.....

අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම

අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම

අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම

### අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම

ලියාපදිංචි කළ අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම.....  
අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම.....  
අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම.....

අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම.....  
අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම..... අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම.....

(.....)

අයදුම්පත් ඉදිරිපත් කිරීම

དཔེ་བཞག་ ༣ པ། དཔོན་ཀླུ་མགོན་མཆོག་ལྟ་ ལས་སྒོ་ལྟ་ཡིག

ཡིག་ཅེས་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལྟ།

(༣)   མཁུ་ཤེས་ཀྱི་གསུང་མེད་དཔོན་ཀླུ་མགོན་མཆོག་གི་ཞབས་དུང་དུ།

གསུང་པས་ལྟ་གསལ། དེ་ནི་ ཀླུ་ཡོངས་དགའ་  
ཉོན་ཏྲན་ཆོག་གིས་བཞག་ཀྱང་དུ། ཡོང་ལ་གོང་ལ་མེད་ཏྲན་ཆོག་གིས་ མི་དབང་ལ་བྱུག་ཀླུ་ལ་པའི་ གསེར་ཁྲི་མང་ལ་  
གསལ་བྱུང་མི་དཔེ་བཞག་གི་ བཟོ་བའི་བསྐྱེད་ཡོད། ལ་དེ་ནང་ པར་འཕྲིན་བཅུགས་དགོས་ལེ་གཞི་མི་ཆུ་གི་ནང་ལས་ མི་དབང་  
མང་ལ་བདག་པོ་པོ་ཆེན་ རྒྱ་པར་གྱིས་གཅོས་པའི་པར་ལག་ཆེ་ཉོན་ཉོ་ གངས་.....དེ་ཅིག་ གཞན་ལ་ལས་མ་བློ་པ་ལས་  
དཔོན་མཆོག་ལྟ་མ་ལྟ་ཞབས་མེད་ལོང་ཡོད་ལྟ། དེ་གི་དོན་ལྟ་དགོས་པའི་རྒྱ་པར་གྱི་ཐོ་ལ་གསལ། ཟུང་སྒྲགས་ལྟ་ཡོད་པ་བཞག་དུ།  
དཔོན་མཆོག་གིས་ མཉམ་ལ་བྲེལ་གྱི་གོགས་རམ་དང་ རྒྱ་ཁྱོད་གང་དུ་གཞི་མཛད་གནང་དགོས་ལྟ་བུ་དགོངས་མང་ལ་མཆིན་  
མཁུ་ཤེ། ཞེས་གསུངས་ལོ་ ..... ཟླ་ .....ཆེས་.....ལྟ།

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

(.....)

དུང་ཆེ།

# དཔེ་བཞུགས་ ༤ པ། དཔོན་ཀླུ་མཐོན་མཆོག་ལ། དཔོན་ཀླུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ཆོས་.....ལ།

དཔོན་ཀླུ་མཐོན་མཆོག་ལ།

མངའ་བདག་ཀླུ་པོའི་ཡིག་ཆང་།

བཀྲིས་ཆོས་འོང་།

## ཅ་དོན་ སྐུ་པར་ཁྱེད་པོ་པའི་སྟོན།

ཁྱེད་ཀྱི་ དེ་ནི་ ཀླུ་ཡོངས་དགའ་ཉོན་ཉམ་ཆོག་གིས་བཞུགས་ཀྱི་ཕྱི་དུ་ འོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ཉམ་ཆོག་གིས་ མི་  
དབང་འབྱུག་ཀླུ་ལ་པའི་ གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་བྱུང་འམ་དེ་བཟེང་ཅིག་ བཟོ་བའི་བསྐྱང་ཡོད། འདི་ནང་ པར་འཛིན་བཅུགས་  
དཔོན་པོ་ཤེས་པའི་ཆུ་ནང་ལས་ མི་དབང་མངའ་བདག་འདི་པོ་ཆེའི་ སྐུ་པར་གྱིས་གཅོས་པའི་པར་ཁག་ཆེན་ཉེ་གྲོ་ གྲངས་.....  
དེ་ཅིག་ གཞན་ཁ་ལས་མ་ཐོབ་ལས་ དཔོན་མཆོག་ལ་མ་ཁྱེད་པོ་མེད་པོ་ཡོད་ཀྱི་ དེ་ནི་དོན་ལྟ་ དཔོན་པོ་སྐུ་པར་གྱི་ཐོ་ཁ་  
གསལ་ ཟུང་སྒྲགས་ལུ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ དཔོན་མཆོག་གིས་ མཉམ་འབྲེལ་གྱི་གོ་གསལ་རམ་དང་ རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
གཞན་དཔོན་པོ་པར་ཁྱེད་པོ་མེད་པོ་ཡོད་ཀྱི་

(.....)

རྒྱུ་ཆེ།











དཔེ་ཐོག་ ༩ ཡ། དོན་གཉེན་ཅིག་ལུ་ རེ་ལྟོ་ལུ་ཡིག་

ଅନ୍ଧାର

ಪ್ರೀತ್ಯಾ.....ವಾ.....ಕೇ.....ಛಾ

(3) མཁུན་ཡངས་སྤྱོད་དཀོན་གཟེང་མཚན་ལུ།

གུས་.....སློབ་གྲྭ་ནི་ སློབ་ཁང་དོན་མ་ངོ་མིང་.....ཡས་ཀྱི་དོན། དེ་ལ་ང་

རང་ཟླ་ ༥ པ་འཕྲོ་ཆེས་ ༡༠ གྱུ་གྲུ་འདྲེ་པོ་ཆེ་ནི་ ར་ཁུངས་སྐར་ཤུས་ཆེན་གྱི་ ཉེན་མ་འདི་ཁང་ ང་ཅངས་གྱི་ སློབ་གྲྭ་ནང་ལྷ་སྒྲེ་  
སློབ་འཇུག་ ༡༠ པ་ཚུ་གིས་ ཨ་པོ་འབད་དེ་ ཆོག་ས་འཁོར་ཅིག་བསྐོར་ནི་ཡིན།

ང་བཅས་སློབ་གླེང་ནང་ མཚན་ཆས་རིགས་ ག་ནི་ཡང་མཛུགས་བརྒྱུ་ སློབ་དཀོན་གཉེར་མཚན་གསེལ་ གཤམ་གསལ་གྱི་  
 མཚན་ཆས་ཚུ་ ཉིམ་གཅིག་གི་དོན་ལུ་བརྒྱ་བར་གནང་ཏེ་ བཀྲི་བསྐྱུང་གནང་ཟེར་ཁྲ་ནི་ཡིན།

- [illegible]

གོང་གི་མཚན་ཆས་ཚུ་ ཚོགས་འཁོར་གྱི་ལཱ་ཅིག་རང་ ཚང་འགྲིག་ལུ་བར་ཁོང་ནི་ཡིན་པའི་ ལས་བྱེད་ལུ་བ་མཁུ་ན། གན་མ་  
ལུ་.....ཟུ་.....ཚེས་.....ལུ་

မည်

[illegible]

སྒྲིབ་ཁང་དེ་ནི།







དཔེ་བཀོད་ ༡༩ པ། བཟོ་རིག་སྒྲིབ་དཔེ་ཆ་ཅིག་ལུ་ རང་སྒྲིབ་ལུ་ཡོན་

ཡིག་ཡང་.....

ཕྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

(༣ བཟོ་རིག་ཕུལ་དུ་ཕྱིན་པའི་བཟོ་དཔེ་ཆ་མཆོག་གི་དུང་དུ།

གས་པས་ཁྲ་གསོལ། དེ་ནི་ ད་རེས་ནངས་པར་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་  
འཕེལ་གྱི་ལུགས་འབྲས་དང་བཅུ་ན་ རྒྱ་རྒྱལ་ས་ཐིམ་ཕུག་ལུ་ འོད་ཁྱིམ་གྱི་བཟོ་བཀོད་འདྲ་མིན་ལྟ་ཆོག་ས་ ད་རེས་ལྷན་ཁྲི་བཞི་ན་  
ཡོད་པ་ལས་ རྒྱམ་ཕུགས་ལུ་ རང་ལུགས་གྱི་འོད་ཁྱིམ་བཟོ་བཀོད་དཔེ་ཆ་ཅིག་ཡང་ མ་ལུས་པར་ཡལ་དེ་འགྲོ་ནི་དེ་ཉེ་ལ་འདུག  
དེ་འབད་མ་ལས་ ཐིམ་ཕུག་ཁྲོམ་གྱི་ཕུག་ལུ་ རང་ལུགས་ཁྱིམ་གྱི་བཟོ་བཀོད་ རྒྱལ་མཐུན་ཆ་ཆོང་ཡོད་པའི་ རྒྱམ་རྒྱལ་ཁབ་བཟང་  
ཐོག་ ཡ་ མ་ཅིག་ ཁྲོམ་གྱི་རྒྱ་ཆ་དང་འདྲ་བར་ གསར་བཞེངས་འབད་ནི་དེ་ འཆར་གཞི་བཅུམས་དེ་ཡོད།

དེ་ཡང་ ཕྱི་ལོ་བཟོ་བཀོད་ཚུ་ རང་ལུགས་རང་སྒྲིབ་བཟང་པོའི་ལམ་ལུགས་དང་ རྒྱལ་མཐུན་གྱི་དཔེ་བཅུ་བ་སྟེ་དགོ་པའི་  
ཁར་ ནང་ན་ལུ་ རྒྱལ་བརྒྱན་རིམ་བྱོན་ ཡ་ འི་མཛད་ནམ་འབྲས་གཟུགས་ལུ་བཀོད་དེ་ མ་འོངས་མི་རབས་རིམ་པའི་དཔེ་བཅུ་སྟེ་སྟེ་  
བཞེངས་ནི་ཡིན་པ་ལས་ དེ་གི་བཀོད་རྒྱ་དང་འགོ་འདྲེ་འབྲས་ནི་འདི་ ད་རེས་ནངས་པར་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་ ཞེས་ཡོན་དང་ཉམས་  
ཚུང་ཅན་གཞན་གྱི་ཡང་མེད་པ་ལས་ ང་བཅས་ཁྲོམ་འདི་ལས་འཛིན་ཁ་ཐུག་ལས་ ཁྱོད་ལུ་བློ་གྲོན་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ ཁྱོད་གྱི་ཁ་  
ཐུག་ལས་ཡང་ ང་བཅས་གྱི་མཉེན་ཉན་འགྲུབ་ཚུགས་པ་ཅིག་ མཛད་ནི་གི་ཐུགས་བཞེད་གནད་ཉེ་ འགན་ཁག་བཞེས་གནད་འོང་  
མཉེན་པའི་མེ་བ་ བརྒྱ་ཆ་ལས་བརྒྱ་སྟེ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལས་ རེ་མཉེན་དོན་ལྟ་འབྲུང་འོང་བའི་ གསོལ་འདེབས་བཅས་ཁྲ་བ་  
མཐུན་ ཞེས་ གནམ་ལོ་..... ཟླ་..... ཆེས་..... ལུ་གས་པས་

ཕུལ།

(.....)  
ཁྲོམ་དཔེ་ཆ།



དཔེ་མཛོད་ ༡༥ ཡ། རྒྱལ་གཞུང་སྒྲིལ་གསལ་སྤྱོད་ཡེལ་ཁང་དཔྱད་འཛིན་ལུ་ ལས་ལོ་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ།

༣ རང་ལུགས་སྒྲིལ་གསལ་སྤྱོད་ལུ་ཁྱེད་ཀྱི་དཔྱད་འཛིན་མཚན་ལུ།

ཞུ་དོན། དེ་ནི་ ད་པེ་ ང་པེས་རའི་བྱི་ཚན་དང་

པའི་ཚན་དུས་ ཟེངས་.....གྲོལ་པའི་དགའ་ཉོན་འདི་ བྱི་ཚེས་.....གི་ཚུ་ཚོ་.....ལུ་ རྒྱལ་པོའི་མཐོན་  
ཁང་ནང་ འགོ་འདྲེ་འཐབ་ནི་ཡིན་མཁའས་ དེ་ནང་ མི་དབང་མངའ་བདག་པོ་མཚན་གསལ་དཔྱད་གཅིས་པའི་ རྒྱ་མཐོན་  
མང་རབས་ཅིག་ མཐོན་ཞུ་ཡུལ་ཏེ་ཡོད།

དེ་གི་དོན་ལུ་ འཆམ་དང་ཞབས་ཁྲ་ འཁྲབ་ཉོན་དང་དགོད་བའི་ཕྱོད་ཉོན་གྱི་ དམིགས་བསལ་དགའ་ཉོན་ལས་རིམ་ཅིག་  
ཚུ་ཚོ་.....རིང་ལུ་ འགོ་འདྲེ་འཐབ་དགོ་པ་ཡོད་པའས་ དཔྱད་འཛིན་གྱི་ཁ་ཐུག་ལས་ འཆམ་རྒྱུ་མི་.....དང་ ཞབས་  
ཁྲ་རྒྱུ་མི་ཕོ་.....མོ་.....ཉོན་ཆ་སྒོག་མི་དང་པེས་ གཏང་གནང་ཡོད་པར་ཁྱེད་ཀྱི་ ཞེས་གནམ་ལོ་..... ཟླ་.....  
ཚེས་..... ལུ་

ཡུལ།

(.....)

ལས་རིམ་འགོ་དཔྱད་གཅི་འཛིན།







དཔེ་མཛོད་ ༡༤ ཡ། མི་རྒྱུས་ལ་མཁོ་དཔེ་ཆ་ཅིག་ལུ་ དཔེ་ལུ་ལོག

ଅନ୍ଧାର .....

ಪ್ರೀತ್ನ.....ಬ್ರ

མི་སྟོངས་གཙོ་འཛིན་འགོ་དཔོན་ལྟ།

ཤེས་རིག་རྩན་ལག

ਬੇਮ'ਪੁਰ

ཅ་དོན་ སྒྲིབ་དཔྱད་གནས་མེད་སྟེ།

[illegible]

(XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX)

မို့ငါ့အတွက် ခုနစ်နှစ်ကလေးကလေးနဲ့ပဲ။



# དཔེ་བཞུགས་ ༢༠ པ། རྫོང་ཐད་ཀྱི་སྐུ་ལམ་ཅིག་ལུ་ དཔྱོད་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ཚེས་.....ལ།

དཔྱོད་ལུ་ཐད་ཀྱི་མཚན་ལ།

རྫོང་ལྷན་ཐད་ཀྱི་ལྷོང་།

ཐུམ་ཐང་།

## ཅེ་ནོ་ ཐུ་ལོང་གཅིག་དཔྱོད་པའི་སྐོར།

ཅེ་ནོ་ དེ་ནི་ ཐུམ་ཐང་དེ་བཞི་ལུ་ལོ་ན་གྱི་དུས་ལུ་ འབྲུ་ལྷན་པའི་ལས་ ཐུ་འཚོ་སྤྱོད་མེད་ཅུང་ བར་སྐུ་བས་ཅིག་  
ལས་ འབྲུག་གཞུང་ཐག་འདྲི་ཆེ་ཉེ་ ལོ་ངོ་དཔྱོད་པའི་ཅིག་གི་དུམ་ལས་ ཐུ་དཀར་དང་ཉུང་གི་གཞུས་སྐོར་གྱིས་ལུ་ ཐུ་ལྷན་པའི་སྐོར་  
སྐོར་འཚོ་ཚུགས་པའི་ ཐུ་སོན་ཐག་མ་ལུ་མཇུག་གཞུང་མི་དེ་གིས་ གཞུས་སྐོར་དེ་གྱིས་ནང་ འཚོ་བའི་གནས་ཉུང་ས་ རྫོང་ལྷན་  
གཞུག་གི་མི་སེང་དང་ འདྲ་མཉམ་ལུ་ཉེ་དུ་ཚུགས་པའི་ དཔལ་ཉམས་སྐོར་བྱུང་ཉེ་འདུག། ཡིན་ཅུང་ ང་བཅས་ཚུ་མད་ཆེད་འོག་  
ནང་ ས་ཆ་གསེང་གི་གཞི་ལ་བཟུམ་དང་ ཞིང་ཚུ་ཉུང་ཐད་ཅི་དུ་ལ་འབབ་བཟུམ་ཡོད་ཅུང་ ཐུ་འཚོ་ཐབས་འབད་མ་ཚུགས་པར་  
ང་བཅས་ཚུ་མད་ཆེད་འོག་གི་ མི་སེང་ཚུ་མེས་པམ་བྱུང་ཉེ་ཡོད་པ་ལས་ དཔྱོད་ལུ་མཚན་གི་བུགས་དང་དཔྱོད་ལུ་ཡིན་ དེ་ནི་  
ཐབས་དང་གནས་སྐུ་བས་གང་དཔྱོད་ལུ་ཉེ་ ཐག་འདྲི་བཟུང་གཞུང་ལ།

(.....)

ཚུ་མད་ཆེད་ལ།





དཔེ་མཛོད་ ༢༣ པ། སློབ་གྲྭ་འདྲ་བའི་ཉེ་ཆེན་ལུ་ རང་སློབ་ལ་ལྟ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

༤ ཞེས་བྱས་གཟིགས་པའི་ཡུན་ཡང་སློབ་དཔྱད་འཛིན་མཆོག་གི་དུང་དུ།

གས་.....སློབ་གྲྭ་འདྲ་བའི་ཉེ་ཆེན་ལུ་འགན་འཛིན་པ་

.....ནས་ལྟ་དོན། དེ་ནི་ རྒྱལ་ཅི་གི་ རྒྱལ་ཡོངས་ལ་ལུ་འདྲ་བའི་ཉེ་ཆེན་ལུ་ བྱི་ཆེས་.....ལུ་.....སློབ་  
གྲྭ་དང་ .....སློབ་གྲྭ་གྲིས་ཀྱི་བར་ན་ ཡོང་ལའི་རིག་ཆ་ལ་འགན་བཟུང་ཆེན་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་པ་ཅི་གི་ གང་འཚམས་ཀྱི་  
གོས་བཟུན་ལྟ་ཡིན། .....སློབ་གྲྭ་ལུ་ བྱ་བས་མ་བཤེས་མེད་པ་ཅི་གི་ རིག་ཆ་ལ་འགན་བཟུང་ཀྱི་བརྒྱུད་དོན་འདི་  
ཡང་ .....བཞག་ནི་གི་གོས་འཚར་དང་གཅིག་ཁར་ འགན་བཟུང་འབད་མི་ བྱ་.....བྱ་མོ་.....ལུ་ བྱ་བ་  
འབད་བཅུག་ནི་ཅིག་དང་ དེ་ལྟགས་ཀྱི་གསུང་ལན་ཅིག་ཡང་གནད་ཉེ་ བཀྲིན་བཟུང་གནད་ལུ་བ་མཁུ་ན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....  
ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ་གོང་མིང་པས་གས་པས་

ཡུལ།

(.....)

ཡོང་སློབ།



# དཔེ་བཞོན་ ༡༤ ཡ། སློབ་གྲྭ་ལི་དཔེ་ཆེན་ཅིག་ལུ་ དཔེ་ཆེན་ལུ་ཡིག་

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ཆེས་.....ལུ།

སློབ་དཔེ་ལེན་མཚན་ལུ།

.....

.....

## ཅ་དོན་ རིག་ཆེན་ལུ་འགྲན་བསྟར་གྲོ་སྤྱོད་

.....སློབ་གྲྭ་ལི་ལས་རིམ་ལུ་འགྲན་འཛིན་པ་ .....ནས་ལུ་དོན། དེ་ནི་ དུས་ཅི་གི་ རྒྱལ་ཡོངས་ཨ་ཁེ་ལི་  
འོ་མ་དང་བསྟན་ བྱི་ཆེས་.....ལུ་.....སློབ་གྲྭ་དང་ .....སློབ་གྲྭ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ ཡོང་ཁེ་ལི་ལུ་  
ཆེན་ལུ་འགྲན་བསྟར་ཅིག་ འགོ་འདྲེ་འཐབ་པ་ཅིན་ གང་འཚམས་ཀྱི་གྲོས་བསྟན་ལུ་ཡིན། .....སློབ་གྲྭ་ལུ་ ཅུ་  
ཅུ་པས་མ་བདེ་མ་མེད་པ་ཅིན་ རིག་ཆེན་ལུ་འགྲན་བསྟར་གྱི་བརྗོད་དོན་འདི་ཡང་ .....བཞག་ནི་གི་གྲོས་འཚར་དང་གཅིག་  
ཁར་ འགྲན་བསྟར་འབད་མི་ ཅུ་.....བུ་མོ་.....ལུ་ སྤྱད་བའ་འབད་བཅུག་ནི་ཅིག་དང་ དེ་ལུ་གས་ཀྱི་གསལ་ལན་ཅིག་  
ཡང་གནད་ཅུ་ བཞག་བསྟར་གནད་ལུ།

(.....)

ཡོང་སློབ།

དཔེ་བཞག་ ༢༥ པ། རྟེན་འགྲུ་མི་དེའི་འགོ་ཁྲིད་པ་ཅིག་ལུ་ རང་སྐོལ་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

༤ མཁུ་ཤེ་འདྲ་ཡངས་པ་.....གི་མི་དེའི་འགོ་ཁྲིད་པ་རྒྱུ་མཚན་གྱི་ལུ།

ཁྱེད་ཀྱི་ དེ་གི་ སྐོལ་གྱི་འདྲ་པ་ལུ་ འཁུང་

ཆུ་ལེ་ཆུ་དུང་ཆུ་མེད་པ་ཟུལ་ཏེ་ སྐོལ་གྱི་འདྲ་པ་ལུ་ཆུ་མེད་པར་ ཟླ་མ་གཅིག་ཡང་ཉུག་སོང་པ་ལས་བརྟེ་ སྐོལ་དཔོན་དང་ སྐོལ་  
ཡུག་ཆུ་ལུ་ དཀའ་ངལ་སྐོལ་ར་བྱུང་ཏེ་ཡོད། དེ་ཆུ་ཤེ་འཁུང་ཆུ་འདི་ སྐོལ་གྱི་འཁུང་མཚུ་མེད་པའི་ རོང་ཆུ་ལས་དཔོག་པ་ཡིན་  
ཏུང་། གནམ་བྱར་ ཆར་ཆུ་འཁོལ་བའི་དུས་ཚད་ལུ་ རོང་ཆུ་དེ་ལས་དཔོག་གི་འདི་ དེ་ལ་ཅན་ཅིག་ལུ་བྱུང་ཡོད་པ་མཚན་ ཆུ་ལས་  
བརྟེ་པའི་འདྲ་གཞི་ཆུ་ཡང་ འཛོལ་གི་ཡིན་མས། གནམ་དཔོན་དེ་ཆུ་ལུ་དགོངས་ཏེ་ རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ དཀའ་ངལ་འདི་འཕུལ་  
མཐུགས་ར་ སེལ་ཟབས་མཚན་དེ་ བཀའ་དྲིན་བསྐྱུང་གནང་ཞུ། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ་

ཡུལ།

(.....)

སྐོལ་དཔོན་གོང་མ།

# དཔེ་བཞག་ ༢༩ པ། རྟེན་འཇུག་མི་དཔེ་འཇུག་ལྟེན་པ་ཅིག་ལུ་ དཔྱེག་ལུ་ཡིག

ཡིག་ཅེས་.....

བྱི་ཆེས་.....ལུ།

.....རྟེན་པེ་མཆོག་ལུ།

.....མི་དཔེ་འཇུག་ལྟེན་པ།

.....

## ཅེད་ཀྱི་ འབྲུང་ཆུ་འདི་དག་འདུལ་ལུ་སེལ་དགོ་པའི་རྟོག་པ།

ཅེད་ཀྱི་ དེ་ནི་ སྟོང་ལྷ་འདི་ནང་ལུ་ འབྲུང་ཆུ་འདི་ཆུ་དྲུང་ཆུ་མེད་པ་ཟེལ་ཏེ་ སྟོང་ལྷ་ནང་འབྲུང་ཆུ་མེད་པར་ ཟུང་གཅིག་  
ཡང་ཉུག་སོང་པ་ལས་ཐར་ཏེ་ སྟོང་ལྷ་དཔེ་ནང་ སྟོང་ལྷ་ལྟེན་པུ་ དག་འདུལ་སྟོང་པ་ཐུང་ཏེ་ཡོད། དེ་ཆུ་འབྲུང་ཆུ་འདི་ སྟོང་ལྷ་  
མཐའ་མར་ཡོད་མི་ རོང་ཆུ་ལས་དཔེ་གཤམ་ཡིན་ཏེ་ཐུང་། གནམ་གྱི་ ཆར་ཆུ་འདུལ་པའི་དུས་ཆེད་ལུ་ རོང་ཆུ་དེ་ལས་དཔེ་གཤམ་འདི་  
ཏེ་ལུ་ཅན་ཅིག་ལུ་ཐུང་ཡོད་པ་མཆོད་ ཆུ་ལས་ཐར་ཏེ་པའི་ནད་གཞི་ཆུ་ཡང་ འབྲུང་ཏེ་ཡིན་མས། གནམ་དེ་ནི་དེ་ཆུ་ལུ་དགོངས་ཏེ་  
རྟེན་པེ་མཆོག་གིས་ དག་འདུལ་འདི་འཕུལ་མཆོག་པའི་ སེལ་ཐབས་མཆོད་ཏེ་ དག་འདུལ་དེ་ཐར་ཏེ་ཐུང་གཤམ་ལུ།

(.....)

སྟོང་ལྷ་དཔེ་གོང་མ།

དཔེ་བཀོད་ ༣༧ ཡ། རྫོང་ཐད་གཅིག་ལུ་ རང་སྐྱོལ་ལུ་ཡོན་

ଅନ୍ଧାର

ਪ੍ਰਿੰ.....ਕੈ.....ਦੁ

(3) མཁུལ་མངའ་མཚུངས་མེད་དམ་ལ། .....ཡོང་པ་ལ་མཚོན་གི་དུང་དུ།

གྲུ་པས་བྱ་གསོལ། དེ་ནི་ལུང་ནག་ནང་ལུ་

གྲོག་མེ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ ག་ར་གསེམ་མཁུའུ་གསལ་ཆེ་བ་བཞི་དུ་ སྤོང་གྲུ་ཆུང་བའི་སྤོང་ཁྱིམ་ནང་ཤོད་མའི་སྤོང་ལྷག་  
 རྩ་ ལྷ་ལྷེ་ཡོན་སྤང་བཅོམ་འབད་མ་ཚུགས་པར་ སྤོང་ལྷག་རྩ་གི་རྩུད་ལུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ སྤོང་ལྷག་གཞན་དང་ ཤོ་  
 མཚུངས་ཀྱི་ ལྷེ་ཡོན་ལྷན་ཚད་ཅན་ འཛེབ་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་སྤོང་ཐོང་གེ་ཡོད། ཡོང་བདག་མཆོག་གསེམ་ དཀའ་ངལ་  
 ལེལ་ཐབས་ལུ་ ཐུགས་བརྩེལ་གཟིགས་ཏེ་ གྲིཾད་ཀྱི་གྲོག་མེ་ཅིག་ག་དེ་འབད་ཅུང་ འཕྲལ་མཁུགས་ར་ གསེམ་བཅུགས་གནང་  
 ཐབས་མཛད་ཏེ་ བཀྲི་བསྐྱེད་བར་ལུ་བ་མཁུའུ་མཁུའུ་ ཞེས་གནམ་ལོ་ བློ་ཆོས་ལུ་

ଶ୍ରୀମଦ୍

ဗုဒ္ဓ

$$\left( \begin{array}{c} \text{ } \end{array} \right)$$

१३५॥



དཔེ་བཞག་ ༢༩ པ། ཅ་ཆས་དགོས་མཁོའི་ ལུ་ཡིག་བཞག་དོན་ཤོག།

གོ་དོན།

ཡིག་ཚང་ནང་ལས་གཞུང་དོན་ལུ་ ཅ་ཆས་ལུ་དགོས་པ་ད་ དཔང་ཚད་ཅན་གྱི་འགོ་དཔོན་ལུ་ཡུལ་ནི་གི་འབྲི་ཤོག་ལུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན།

ཡིག་ཚང་གི་མིང་།

ཅ་ཆས་དགོས་མཁོའི་ལུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག

གཞན་དོན། .....

ཡང་ .....

ཆོས་གྲངས་ .....

དགོས་མཁོ་བཞག་དོན་ཤོག					སྒྲིག་ཚུལ་གསལ་ལ།				
ཡང་།	ཅ་ཆས་གྱི་མིང་དང་བཞག་པ།	མན་པ།	གྲངས།	ལུ་གི་མིང་།	སྒྲིག་པ་ལྷན་ཁག་།	ཅ་དངོས་དོས་འཛིན་ཤོག་བྱང་།	མི་ཡུལ་ཡིན། ཡང་།	སྒྲིག་ཆོས།	དཔྱ་གསོ།

དོས་ལུ་ཉེ་གྲུབ་ཚུ་མཉམ་དུ་ ང་བཅས་པའི་ལས་སྡེའི་ནང་འཁོད་ ཉེ་མས་སྒྲིག་གི་དོན་ལུ་ ལོན་བྱིན་མིས་ཐོའི་ཟེན་ཟེན་ལོན་གནང་།

ཅ་དངོས་ཚུ་ཡིག་ཚང་གི་དོན་ལུ་དགོས་པ་ཡིན།

མིང་རྩ་གས། .....

མིང་དང་གོ་གནས། .....

དགོས་མཁོའི་ལུ་བུ་ལུ་གནང་བ་སྒྲིག་ཡོད།

མིང་རྩ་གས། .....

ཆོས་གྲངས། ..... མིང་དང་གོ་གནས། .....

༤༽ གཞུང་འབྲེལ་སྐྱེད་དོན་ཡིག་རིགས།

## ༡ རོག་ཕྱོད།

གཞུང་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གཞུང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ ཁོ་རའི་སྐྱེད་དོན་ལུ་ ཡིག་འགྲུལ་འབད་མི་ལུ་  
སྒྲུབ་པ་ཡིན།

## ཁ དུཅེས།

- ༡ ངལ་གསོའི་ཁྱུ་ཡིག
- ༢ གསལ་བཤད་ཁྱུ་ཡིག
- ༣ གནས་སོར་ཁྱུ་ཡིག
- ༤ རོག་ཕྱོད་ཁྱུ་ཡིག
- ༥ མཐུན་ཁྱེ་གནད་དགོ་པའི་ཁྱུ་ཡིག

## ག རྒྱུ་ཁྱོད་དང་མཚན་ཉི།

གཞུང་འབྲེལ་སྐྱེད་དོན་ཁྱུ་ཡིག་འདི་ ཁོང་རའི་སྐྱེད་དོན་ལུ་འབྲིམ་ཡིན་ཅུང་ ཁྱུ་ཡིག་འབྲིམ་ཁོང་/ཁོང་  
གཞུང་གི་ལཱ་འགན་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་མཁས་ དེ་བཟུམ་མའི་ཡིག་རིགས་ལུ་ གཞུང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་  
སྐྱེད་དོན་གྱི་ ཡིག་རིགས་ཟེར་སྒྲུབ་པ་ཡིན། དེ་ཚུ་ ཡིག་ཚང་གི་འབྲི་ཤོག་གུ་ བྲི་མི་ཚག་པའི་ཁར་ ཡིག་  
ལྟོད་དང་ཡིག་ཡང་ཚུ་ཡང་ སོ་སོར་བཞག་དགོ་པ་ཡིན་མཁས་ ཡིག་ཚང་གི་ཡིག་ལྟོད་གྱི་ རྒྱགས་གངས་ཚུ་  
བཀོད་མི་ཚོག

ཡིན་ཅུང་ ཁྱུ་ཡིག་ལཱ་མི་འདི་ དེ་ཉོ་ལཱ་འགན་ནང་ཡོད་པ་ལས་རྩ་ནི་ གཞུང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་  
ཡིག་རིགས་ཚུ་གུ་ ཁོ་རའི་མིང་གནས་དང་གཅིག་ཁར་ ལཱ་འགན་གྱི་གོ་གནས་ཚུ་བཀོད་ཚུགས་ཡིན།

གཞན་གཞན་གྱི་ལྟོ་སྒྲིལ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིལ་ལྟོ་སྒྲིལ་གྱི་སྒྲིལ་བཞུགས་དང་མཚན་ཉིད་ཀྱི་གཞན་  
འབྲེལ་ལྟོ་སྒྲིལ་དང་ཅོག་འབྲེལ་དང་ཡིག་ཚང་གི་ལས་ཀྱི་གཞན་དང་ཡུག་ཐམ་ཚུ་རྒྱུ་མེད་ཅིག་

## དཔྱད་གཞི།

༡ དེ་ཐུགས་མའི་གཞན་གྱི་ལྟོ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ལྟོ་སྒྲིལ་གྱི་གཞན་གྱི་ལྟོ་སྒྲིལ་ཐམ་ལས་གཉིས་པའི་དང་པ་མཉམ་  
ཆད་ཀྱིས་ལག་ལུ་འབྲེལ་བའི་ཡོད་པ་ཡིན།



ද්විතීයික , ෫ වැනි වර්ෂයේ පාලන වාර්ෂික වාර්තාව

විකල්පය : 2019/2020/

ප්‍රධානී.....

3 වැනි වර්ෂයේ පාලන වාර්ෂික වාර්තාව

විකල්පය : 2019/2020/

.....විකල්පය : 2019/2020/

විකල්පය : 2019/2020/

ප්‍රධානී

.....

.....

དཔེ་བཞག་ ༢ པ། དཔྱེག་ལམ་ལུགས་ ངལ་གསོའི་ཁྱེལ་ཡིག

ཡིག་ཡང་ རྩོད་གོང་/གཞུང་གི་མེ/07/2020/

སྤྱི་ཚེས་.....ལུ།

འགྲུལ་པ་པད་པ་མཆོག་ལུ།

.....

.....

ཅེ་ནི་ ངལ་གསོའི་ཁྱེལ་ཡིག་གི་སྒྲིག་པ་

ཁྱེ་ནི། དེ་ནི་ དེ་ལྟེ་ ཁྱས་.....ཆུ་པ་ཡང་.....ཅེ་མ་ང་རང་ ལྷི་མས་སྤང་འགག་པེ་ཏེ་པའི་ སྤྱོད་པ་དྲན་  
འགོ་དཔོན་གྱི་ཡིག་ཆ་དང་པག་འུ་དྲང་འཁྲིལ་ རྩོད་ཁའི་དྲུང་གཞི་གཞི་གསོའི་ སྤྱོད་པ་ལྷན་པའི་པས་ལྷན་པའི་ ང་ལྟེ་  
གཞུས་.....ལུ་ཡའི་གཞུགས་མ་པ་དེ་པ་ .....མེ་ལང་དྲང་པས་ལྷན་པ་ཐོན་པའི་ཁྱེ་གྲག

ཁྱེ་ལྷན་ལུ་ མོ་ཆོད་པའི་མི་ག་ཡང་མེ་པ་ ཡའི་དང་ཆ་ཏེ་ ཁྱད་གཞི་གཞི་མི་མེ་པ་ལས་ ང་ལྟེ་ལྷན་པའི་  
འོང་དཔོན་སྤྱོད་ མེ་ལྷན་པའི་ཆ་དང་ལས་ བཞུད་འཁྲིལ་ལྷན་པའི་ཆ་དང་ལྷན་པའི་ཆ་དང་ དེ་ལྷན་པའི་ དཔྱེག་ལམ་ལུགས་  
མཆོག་ལུ་མ་ལུས་ཐམས་མེ་ལྷན་པའི་དྲན་ དཔྱེག་མཆོག་གིས་ སྤྱི་ཚེས་.....ལས་པ་ལྷན་ བཞུད་པའི་གཞི་གཞི་གི་ལྷན་ མེ་  
ལང་དྲང་ཡའི་གི་དྲན་གཞི་གཞི་པ་ལྷན་པའི་གཞི་གཞི་ ག་དེ་ལྷན་པའི་དྲང་གཞི་གཞི་ བཞུད་པའི་གཞི་གཞི་

.....

ས་གནས་.....

དཔེ་བཞག་ ༣ པ། བཅའ་ཁྲིམས་ལྟགས་ གསལ་བཤད་ལྟ་ཡིག

ཡིག་ཡང་ རྩོད་གོང་/གཞུང་སྒྲེ/07/2020/

སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཟླ་.....ལྟ།

(3) མཁུ་གཟིགས་མཚུངས་མཉེན་མཉམ་པ་རྩེ་ཆེན་མཚན་གྱི་ཞབས་རྩེ་དེ།

གསལ་པས་ལྟ་གསོལ། དེ་ནི་ གཤམ་འཁོད་རང་ཉིད་

ལ་ཅ་ཡིག་ཚང་གི་སྒྲིག་གཞི་ནང་ བཅའ་མཚན་གསལ་མི་འདི་ལྟ་ དཔོན་མཚན་གསལ་རང་ལྟ་ གསལ་བཤད་ལྟ་ཡིག་ཅིག་ལུ་  
དཔོན་སྒྲེ་ བཀའ་གནང་མི་འདི་ ཟུགས་བཅུ་ཟེ་ཟེ་ལྟ་ནི།

གསལ་ ང་ས་ ལ་ཅ་ཡིག་ཚང་གི་སྒྲིག་གཞི་ནང་ རྩོད་མཚན་གསལ་མི་འདི་ ལ་ཉིད་མ་ཕྱི་རུ་ལས་ ཅེ་གི་ཨམ་སྤ་འདི་  
ནམ་རྩིག་དཔུང་སྤྱད་མཉེན་མཉམ་ ཟུགས་སྒྲེ་ན་ཉེ་ ལྷ་མོ་ས་ མཉེན་ལང་ནང་བསྐྱལ་དཔོན་ཐོན་སོང་མ་ལས་ ལྷི་མ་ནང་མི་རྩོད་མི་ག་  
ཡང་མཉེན་པ་ལས་ བཞེས་སྒྲོ་འབད་ནི་དང་མཉེན་ལང་ནང་ ནད་གཞི་ཚུ་དཔོན་ཚུ་གི་ལུ་བྱེད་ཁྲིམ་ ངལ་གསོལ་ལྟ་ཡིག་ལུ་  
ནི་ལས་བཞག་ ཉུན་ལྟ་ཅམ་ཡང་ ལུ་མཚན་གསལ་པས་ལས་མི་འདི་ ང་ས་ལྟ་འཛུལ་བསྐྱོམ་ཡོད་ཟེ་ལྟ་ནི། དཔེ་ལས་ལས་ དེ་  
བཟུམ་མའི་འཛུལ་བ་མི་འབྱུང་ནི་གི་ ལས་ལཱ་ལྟ་ནི་ཡིན་མ་ལས་ རྩེ་ཆེན་མཚན་གསལ་ དཔེ་ལྟ་འཛུལ་བ་འདི་ལྟ་ དཔོན་  
ལྟ་མཉེན་པའི་ རྩོད་ལྟ་གཟིགས་གནང་ལྟ་བ་མཁུ་མཁུ་ ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཟླ་.....ལྟ།

གསལ་པས་

ལུ།

མིང་.....

གོ་གནས་.....



དཔེ་བཞག་ ༥ ཡ། རང་གྲོལ་ལམ་ལུགས་ དགོངས་ཁྲིའི་ཁྲ་ཡིག

ཡིག་ཡང་ རྩོང་གོང་/གཞུང་སྒྲེ/07/2020/

སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ།

(3) མཁུལ་གཞིགས་མཚུངས་མདེ་དམ་པ་རྩུང་ཆེ་མཆོག་གི་ཁ་བས་རྩུང་དུ།

གས་པས་ཁྲ་གསོལ། དེ་ནི་ .....ང་ར་

སྤྱི་ལོ་.....ལས་འགོ་བཟུང་ ཞིག་ཡོག་ནང་འགོ་དང་པ་འཚུལ་ཞིན་མ་ལས་ ད་པེ་ རྩུང་ཆོགས་ཡིག་ཚང་འདི་ནང་ ཞིབ་  
འཚུལ་འགོ་དཔོན་གྱི་ལུ་འགན་ནང་ ཡུག་ཁྲ་ཉེ་ལོ་གངས་ 20 ལངས་ཡོད་ཟེ་ཁྲ་ནི། རྩས་ལུན་འདི་འི་རིང་ལུ་ རྩུང་ཆེ་མཆོག་  
གི་མཁུལ་ཁྲ་ཆེ་བའི་དུས་ལྷིད་འོག་ རང་ལུ་ཁྲ་བཞུར་དང་ལམ་ཉོན་ རྩིན་རྒྱག་གི་འགོ་འདྲེ་ ཅི་དང་མ་འདྲ་བར་མཛད་གནང་  
ཡོད་མི་ལུ་ བཀྲིན་དགའ་ཚེར་སྒྲོམ་སྒྲེ་པ་ཡོད་ཟེ་ཁྲ་ནི།

ད་ལས་པར་ཡང་ ཅི་ཆོགས་གང་ཤེས་ཀྱི་སྒོ་ལས་ སྒྲིག་ལོ་མ་ཚད་ཚུན་ ཞིག་ཡོག་ནང་ཡུག་ཁྲ་ནི་ རེ་འདོད་སྒྲོམ་  
ཡོད་རུང་ ཆོ་སྤོལ་ལས་ངན་དབང་གིས་ གཞུགས་ཁམས་ནད་གཞིགས་མནར་ཏེ་ ཆོགས་གྲུབ་ཅ་གཏན་ནས་མདེཔ་ཟལ་སོང་  
མི་འདི་ རྩུང་ཆེ་མཆོག་གི་གཞིགས་སར་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ སྤྱི་ཆེས་.....ལས་ཞིག་ཡོག་ནང་ལས་ དགོངས་མ་ཅ་གྲོལ་  
ཁྲ་ནི་འེམས་ཟག་ཚད་ཡོད་ཁྲ་ན་ རྩུང་ཆེ་མཆོག་གིས་ཡང་ བཀའ་ཡིག་ནང་བ་ འགྲོལ་ཟབས་མཛད་གནང་དགོ་པའི་  
གསོལ་འདེབས་ཁྲ་བ་མཁྱེན་མཁུལ། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ་

གས་པས་

ཡུལ།

.....  
ཞིབ་འཚུལ་འགོ་དཔོན།



དཔེ་བཞག་ ༡ པ། རང་སྐྱོང་ལ་ལམ་ལུགས་ གནས་སེར་ཁྲ་ཡིག།

ཡིག་ཡང་ རྫོང་གོང་/གཞུང་སྒོ་/07/2020/

སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་..... ལ།

(3) ཤེས་བྱ་འི་མཁུ་ཤེས་ལྟ་བུ་ལ་ལམ་ལུགས་ཤེས་པའི་འགོ་དཔོན་མཆོག་ལ།

ཁྱོད་ཀྱི་ དེ་ནི་ ..... འཁྲིལ་པའི་སྐབས་སྐབས་ཀྱི་

མའི་ནང་ རྫོང་ལ་སྐབས་སྐབས་ཀྱི་.....རང་ཉིད་ སྐབས་སྐབས་ཀྱི་ནང་ ལོ་ངོ་.....ལ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་  
རང་གི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་.....འདི་ .....སྐབས་སྐབས་ཀྱི་ནང་འཁྲིལ་པའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ གཅི་ཅི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ བྱ་བྱ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་  
ཡོད་པ་ལམ་ ང་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ བྱ་བྱ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ ལམ་ལུགས་སྤྱི་ལོ་.....གི་ སྐབས་སྐབས་ཀྱི་  
བཅུ་གསུམ་དུ་ ལམ་ལུགས་རང་ལང་ .....སྐབས་སྐབས་ཀྱི་ གནས་སེར་གནང་བའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་གོ་གནས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་  
བཅུ་གསུམ་དུ་ ལམ་ལུགས་རང་ལང་ .....ཟླ་.....ཆེས་.....ལ།

ཡུལ།

(.....)

རྫོང་སྐབས།

# དཔེ་བཞག་ ༤ ཡ། དཔྱེག་ལམ་ལུགས་ གནས་མེད་ལྟ་ཡིག།

ཡིག་ཡང་ རྫོང་གོང་/གཞུང་གི་/07/2020/

བྱི་ཆེས་.....ལ།

ཤེས་ཤིག་འགོ་དཔོན་མཆོག་ལ།

.....

.....

## ཅུ་ཤི་ གནས་མེད་ལྟ་དགོ་པའི་སྒོ་ན།

ཅུ་ཤི་ དེ་ནི་ ..... འབྲིང་འཇམ་སློབ་ལྷ་གོང་མའི་ནང་ རྫོང་ཁ་སློབ་ཉེན་པ་གས་.....རང་ཉི་  
སློབ་ལྷ་འདི་ནང་ ལོང་.....ལངས་ཡོད་པའི་ལས་ གས་ལྷ་རང་གི་གནས་ཚད་ངོམ་.....འདི་ .....སློབ་ལྷ་ནང་  
འབད་བ་ལས་བརྟེན་ ག་ཅིའི་ཐད་ལས་ཡང་ ཐུ་བྱ་བས་མ་བདེ་ལོད་པ་ལས་ ང་བཅས་བཟའ་ཚང་གཉིས་ཀྱི་ བདེ་ཐབས་ལྟ་  
དགོངས་ཏེ་ སང་ཡོད་སྤྱི་ལོ་.....གི་ སློབ་ལྷ་ལོག་འགོ་བཅུགས་པ་དྲ་ གས་ལྷ་རང་ཡང་ .....སློབ་ལྷ་ནང་  
གནས་མེད་གནང་ཐབས་ཀྱི་གྲོགས་འཕེལ་དེ་བཀྲིན་བརྒྱུད་གནང་ལ།

(.....)

རྫོང་སློབ།



དཔེ་བཞག་ ༩ པ། རང་གྲོལ་ལམ་ལུགས་ མཐུན་ཆུང་གནང་དགོས་ཀྱི་ལཱ་ཡིག

ཡིག་ཡང་ རྫོང་གོང་/གཞུང་སྒོ་/07/2020/

སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཟླ་.....ལྟ།

(3) ཐུགས་བཅེ་མཚུངས་མཉེན་མེད་པ་རྫོང་བདག་མཚན་གི་རྒྱུ་དུ།

གས་པས་ཁྱ་གསོལ། དེ་ནི་ ཅིས་དང་བདག་སྟོང་དེ་ཚེ་

ནང་ ཕྱག་ཁྱ་འོད་མི་ བདག་སྟོང་ལས་རྒྱུ་ རོམ་.....རང་གི་བྱིམ་ནང་གི་ལོ་མཚན་འདི་ བདུན་ཕྱག་འདི་གི་རེས་  
གཟུང་ཟླ་བའི་ཉིན་མར་ གཟུང་སྐར་བསྒྲིགས་ཏེ་ཡོད་ལ།

དེ་གི་དོན་ལུ་འགྲོ་སོང་གཏང་དགོས་ མང་རབས་ཅིག་ཡོད་མི་གི་འགན་ཁག་ ང་ར་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུ་ཡོག་པ་ལས་བརྟེན་  
ཡིག་ཚང་ནང་ལས་ འོན་ཀྱང་མ་ཁུས་ཐབས་མཉེན་མེད་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ ང་ལུ་ ཟླ་མ་གྲུལ་མམ་སྤྱི་ཟླ་...../.....གི་དུལ་  
ཡོགས་འོན་ཀྱང་གནང་ཏེ་ བཀྲིན་བསྐྱུང་གནང་ལུ་བ་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཟླ་.....ལ།

གས་པས་

ཕུལ།

(.....)

བདག་སྟོང་ལས་རྒྱུ་

དཔེ་བཞག་ ༡༠ པ། དཔྱེག་ལམ་ལུགས་ མཐུན་རྒྱུ་གནད་དགོ་པ་འི་ཁྱ་ཡིག

ཡིག་ལང་ རྫོང་གོང་/གཞུང་གླེང་/༠༡/༢༠༢༠/

བྱི་ཚེས་.....ལ།

རྫོང་པདག་མཆོག་ལ།

.....

.....

ཅ་དོན་ དཔྱེག་ལམ་ལུགས་ལོན་བྱིན་ཁྱ་ནི།

ཁྱ་དོན། དེ་ནི་ ཅིས་དང་པདག་གློང་དེ་ཚན་ནང་ ཡུག་ཁྱ་དོན་མི་ པདག་གློང་ལས་རྒྱུ་ལོ་ལོ་.....རང་གི་  
ཁྱིམ་ནང་གི་ལོ་མཆོད་ལ་དེ་ པདུན་ཡུག་ལ་དེ་གི་རེས་གཟུང་ཟུང་པ་འི་ཉིན་མའ་ གཟུང་ཁྱ་སྐྱོ་གས་ཏེ་ཡོད་ལ།

དེ་གི་དོན་ལུ་འགྲོ་སོང་གཏང་དགོ་པ་ མང་སྐབས་ཅིག་ཡོད་མི་གི་འགན་ཁག་ ང་ས་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུ་ཡོག་པ་ལས་པར་དེ་  
ཡིག་ཚང་ནང་ལས་ ལོན་བྱིན་མ་ཁུས་ཐབས་མེད་སོང་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ ང་ལུ་ ཟུང་ཁྱ་ལམ་ལུ་ཟུང་...../.....གི་དཔྱེག་  
ཡོགས་ལོན་བྱིན་གནད་ཏེ་ པདུན་པར་བསྐྱུང་བས་ལ།

(.....)

པདག་གློང་ལས་རྒྱུ་ལོ་ལོ་

# ལེབ་གཉིས་པ། བཀའ་ཤོག

༤.༡ རོ་ལྷོད།

བཀའ་ཤོག་ཟེར་མི་འདི་ གོང་མའི་བཀའ་འབཁུ་རི་བ་ཅི། འཁོར་ན་གསེར་བ་ཡང་ས་ཟེར་དོ་བཟུམ་  
ཡུགས་གཉིས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་མངའ་བདག་ མི་དབང་རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱོན་ཚུ་གི་བཀའ་དོན་ ཡིག་ཐོག་  
ཡུ་བཀོད་དེ་གནང་མི་འདི་ཡུ་སྐབ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ བསོད་ནམས་སྟོབས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་ཏེ་ འུ་འི་  
ཡུང་གིས་བསྐོས་པ་འི་ མི་དབང་རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱོན་ཚུ་ཡུ་ འུ་དང་དབྱེ་བ་མེད་པ་འི་གསལ་ཞབས་ལྷན་གི་དོན་ཡུ་  
གཞན་དང་བྱུ་མོང་མ་ཡིན་པ་འི་ཞེས་ དཔེར་ན་ གཟིམ་ཅུང་ཡུ་ལོ་བྲང་ གསང་ཡུ་ཡུ་བཅུ་མོ་ ཡུག་  
ཡིག་ཡུ་བཀའ་ཤོག་ཡུ་སོགས་པ་འི་ ཟ་ཉུང་དག་པ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ བཀའ་ཤོག་ཟེར་མི་འདི་ མི་དབང་རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱོན་གྱིས་ གནང་མི་འི་ཡུག་  
ཡིག་རིགས་ཡུ་མ་གཉོགས་ ཐོབ་ལམ་མེད་པ་ཡིན་ཅུང་ ང་བཅས་སའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དེ་སེམ་ཚུ་ཚུ་ཚུ་བར་  
ན་ རྒྱ་འཁོར་གྱིས་གཅོས་ ཐོན་པོ་འི་གོ་གནས་ཅན་ཚུ་དང་ དབང་ཚད་ཅན་གཞན་དང་གཞན་གྱིས་ གནང་  
མི་འི་ཡུག་ཡིག་ཚུ་ཡུ་ཡང་ བཀའ་ཤོག་ཟེར་ལྷན་འཁུ་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག

ཡིན་ཅུང་ དེ་ལས་ཡང་ ཟ་ཉུང་གི་ཐོབ་ལམ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ གཅོ་བོ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་  
པོ་རིམ་བྱོན་གྱི་ ཞབས་ལས་གནང་མི་དང་ དེ་ལས་ རྒྱབས་ཇེ་ ཇེ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ རྒྱལ་པོ་འཛམ་ཡུམ་  
དང་རྒྱལ་བཅུན་ འུ་འི་དེ་མཁན་གསུམ་གྱི་དབུ་ཁྲིད་དང་ བརྒྱུད་འཛིན་རྒྱལ་སྐུམ་དང་དཔོན་སྐོབ་ཚུ་དང་ དག་  
འདུན་དམངས་དང་བྱི་ཚོགས་ཀྱིས་ གནང་མི་འི་ཡུག་ཡིག་ཚུ་ཡུ་ བཀའ་ཤོག་ཟེར་ལྷན་འཁུ་ དེ་མེན་པ་འི་  
གཞན་གྱིས་གནང་མི་ཚུ་ཡུ་ ཞེས་ལྷན་དགོས་དེ་ བཀའ་ཆབ་ ཆབ་ཤོག་ བཀའ་འཕྲིན་ གསུང་འཕྲིན་  
གསུང་ཤོག་ ཡུག་ཡིག་ཟེར་ལྷན་དགོས་ཡིན།

## ༤.༢ དབྱེ་བ།

བཀའ་ཤོག་ཟེ་མི་འདི་ ཡིད་བྱུང་ཡུག་ཡིག་གནང་མི་གི་ གནས་འཛིན་དང་འཁྲུལ་བའི་ ཞེས་འཛིན་སྟངས་  
ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ དེ་ལྟ་བུ་དོན་དང་འཁྲུལ་བའི་དབྱེ་བ་ལོགས་སུ་ཕྱེ་ནི་མེད་པར་ གནད་དོན་གཅིག་གི་སྟོང་  
ལས་ཡིན་ཅུང་ བཀའ་ཤོག་ཟེ་ལྷན་ཡིན་མས། ཡིན་ཅུང་ འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞན་འདི་ནང་ལྟ་  
བཀའ་ཤོག་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་དཔེ་བཀོད་བཅུགས་དགོཔ་ད་ གནད་དོན་ཅིག་ལྟ་གཞི་བཞག་ཏུ་ བཀོད་དགོཔ་  
ལས་བརྟེན་ འོག་ལྟ་བཀོད་མི་གནད་དོན་ཚུ་ བཀའ་ཤོག་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་ དཔེ་བཀོད་དབྱེ་བ་སྟེ་བཞག་ཏུ་  
ཡོད།

- ༡ བཀོད་ཁྱབ་བཀའ་ཤོག
- ༢ གྱིད་ལྷག་གི་བཀའ་ཤོག
- ༣ དྲིལ་བསྐྱགས་ཀྱི་བཀའ་ཤོག
- ༤ བདག་འགན་བསྟོན་བཞག་གི་བཀའ་ཤོག
- ༥ རྩགས་མ་དང་གཟེངས་བརྟེན་ཀྱི་བཀའ་ཤོག

## ༤.༣ སྒྲིག་བཀོད།

### ཐོག་ཀྱི་ཁྱེ་ས།

དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཤོག་གི་ཐོག་གི་ རབ་གསེར་དུལ་ཟངས་ལེགས་སོགས་ འོ་པོ་  
ཆེའི་རིགས་དང་ འབྲིང་གོས་ཆེན་དང་རས་གཞི་སོགས་ དགོས་གནད་དང་འཁྲུལ་ཏུ་ འབྲི་སྒྲིལ་ཡོད་མི་ཚུ་  
དེ་རེས་ཡང་ མངའ་ཞབས་སྐྱུ་ཉིད་ཀྱི་ དགོངས་བཞུད་དང་འཁྲུལ་དགོ། དེ་མིན་ མི་དབང་མངའ་བདག་འོ་  
པོ་ཆེ་དང་ སྐུ་འཁོར་གྱི་རིགས་ལྟ་ རྒྱལ་བརྒྱུད་རིང་ལུགས་ཀྱི་མཚན་གནས་མཚན་པའི་ འབྲི་ཤོག་ཚད་དུན་  
དང་ གཞན་ཚུ་ལྟ་ གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འབྲེལ་སྐྱབས་ལྟ་བུ་དེ་ཡོད་པའི་ འབྲི་ཤོག་ཚུ་མཐུན་དགོཔ་  
ཡིན། དམིགས་བསལ་གཟེངས་བརྟེན་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་ཚུ་ མཐིང་ཤོག་གུ་ གསེར་གྱིས་འབྲི་སྒྲིལ་ཡང་  
ཡོད་པ་ཡིན།

**ཆེན་མདོག**

དམིགས་པས་ལ་བཀའ་ཤོག་གི་རིགས་ གསེར་དུལ་གྱིས་འབྲི་སྟེ་ཡང་ཡོད་ཅུང་ ལྷིང་བརྟུང་ལྷག་མི་  
 གནག་པོ་དང་ རྟོན་མོ་གིས་མ་གཏོགས་ ཇུང་ཁྱ་དང་དམར་པོ་ཚུ་གིས་བྲི་ནི་མི་འོང་། ལྷག་མི་དམར་པོ་འདི་  
 ཉེ་མ་ དམག་གི་བདུ་བསྐྱུ་ལ་ཡི་གྲ་གྲང་མ་དུ་ ལག་ལཱེ་འཐབ་དོ་ཡོད་པ་དང་ དེ་མེ་ཉུང་ས་པར་ ཉེ་  
 བདུ་ཡི་གྲ་དང་ གལ་ཅན་གྱི་གནད་དོན་བཀོད་ནི་ཚུ་ལུ་ ལག་ལཱེ་འཐབ་པ་ཡིན།

॥ श्रीगुरुभ्यः ॥

བཀའ་ཤིག་འབྲིས་ན་ རང་སྤྱོད་ལུ་ མགོ་མཆུག་དང་ གཡས་གཡོན་ གྲུ་ཐིག་གིས་རྟོང་བཞག་ཐངས་  
 གྱི་རིམ་པ་ མ་འདྲུལ་ཅིག་སློང་ཡོད་ཅུང་ ན་རེས་ནངས་པར་ བདེ་བྱ་བས་ལུ་གཙོ་ཐོར་བརྟེན་ཏེ་ འབྲི་ཤིག་  
 གི་གཡས་གཡོན་གྱིས་རྟོང་ འདྲན་འདྲ་བཞག་ཕྱི་ཐིག་དགོ་པ་དང་ མཁུ་ཤིག་བ་མཆུག་ཤིག་གིས་རྟོང་གོ་  
 ཡངས་སུ་སློང་བཞག་དགོ་པ་ཡིན།

**ཡིག་གཟུགས།**

བཀའ་ཤོག་གི་ཡིག་གཟུགས་ཟད་ བཀའ་ཤོག་གནད་མི་གི་ལ་བླག་ལས་ བཀའ་རྒྱ་ལོགས་སུ་ཡོད་ན་མ་  
གཏོགས་ དེ་མི་དེ་ལ་བླག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཡི་གུ་ མཚུགས་ཡིག་ནང་བྲི་དགོ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྤྱི་དབང་ཁྲུ་  
ཡིག་གི་རིགས་ ཡིག་གཟུགས་རྒྱང་སུ་དང་ བཀའ་ཤོག་གི་རིགས་ ཡིག་གཟུགས་སྒོ་མ་སུ་ཅིག་སྟེ་ བྲི་དགོ་  
པ་ལེ་ནལ་རྒྱུ་ཡོད།

**ཕྱག་ཐམ་དང་ཕྱག་རྟགས།**

དམིགས་བསལ་བཀའ་ཤིག་གྱ་ རང་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲུག་པའི་ ཡུན་ཐམ་གནད་དགོལ་བོད་མ་དེ་  
མི་དཔང་མངའ་བའི་མི་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་ རྒྱལ་པོ་ རྗེ་མཁན་པོ་པོ་ཆེ་མཆོག་ དགེའདུན་གྲྭ་ཚང་  
དམངས་ཀྱི་བཀའ་ཤིག་ཚུ་ལུ་ རོས་འཛིན་ཡོད་པའི་ མཆོག་གི་ཡུན་ཐམ་རྒྱལ་དགོ། དེ་ཡང་ མགུ་བཀའ་  
ཤིག་དང་མཐུག་ཡུན་ཐམ་བཟེ་ རྒྱལ་སྤྱོད་ཡོད་པ་བཟུམ་ ཡུན་ཐམ་གྱིས་ བཀའ་ཤིག་གི་གྲུལ་ཐིག་མཐའ་  
པའི་ཡིག་མཐུག་འདི་ ཞེས་ཚུགས་པ་སྟེ་རྒྱལ་དགོལ་ཡོད། དེ་མི་པོ་པའི་ དེ་རོས་དང་ས་པ་གི་ལམ་ལུགས་ལུ་

ཡུལ་རྩ་གསུམ་དང་གཅིག་ལས་ དམིགས་བསལ་གྱི་བཀའ་ཤོག་ཚུ་ལུ་ ལས་ཟམ་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ ལས་ཟམ་  
 རྒྱུ་ལུ་ཡང་ཡོད་པ་ལས་ ལས་ཟམ་འདི་ མང་ཤོས་སྤྱི་ལོ་ རྩ་མེ་ཉི་ཤེས་དང་གཞན་པོ་གིས་རྒྱུ་ལུ་ཡོད་པ་  
 གསུམ་ཞབས་བྲམ་མེད་ཟེང་ལམ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་བཀའ་ཤོག་ལུ་ མཚན་རྩ་གསུམ་བཀོད་ནི་འདི་ བཀའ་ཤོག་མཚུག་  
 གི་སྤྱི་ལོ་དང་པོ་ལུ་གཞན་དགོ། དེ་མེད་པ་འདི་བཀའ་ཤོག་གཞན་ཚུ་ལུ་ མཚན་རྩ་གསུམ་བཀོད་ནི་འདི་ བཀའ་  
 ཤོག་གི་གཡོན་ཟུར་ལུ་མ་གཏོགས་ སྤྱི་ལོ་དང་པོ་ལུ་བཀོད་མི་ཚུ་གི།  
 ཡུལ་རྩ་གསུམ་གྱི་འོག་ལུ་ ཡུལ་རྩ་གསུམ་གཞན་དམིགས་ མཚན་བཅུགས་ཟངས་ཡང་ གཞུང་འབྲེལ་ལུ་ གོ་གནས་  
 རྒྱུ་ལུ་གཅིག་དང་ རྒྱུ་ལུ་མཚན་དང་གོ་གནས་གཉིས་ཆ་སྤྱི་ལོ་ལུ་ཡོད་པ་

### རྒྱུ་ལུ་གསུམ་

ཡུལ་འབྲུང་བཀའ་ཤོག་གི་རིགས་ ཡིག་ཤུབས་གྱི་རྒྱུ་ཚད་དང་འཁྲུག་ཏེ་བཀའ་ཤོག་མཚན་ལས་ བཅུགས་  
 དཔོན་པོ་ཡིན་ཏེ་ མི་དབང་རྒྱལ་པོ་འདི་བཀའ་ཤོག་གི་རིགས་ལུ་བཀའ་ཤོག་མཚན་དང་  
 འཁྲུག་པའི་ དམིགས་བསལ་ཡིག་ཤུབས་ལོགས་སུ་བཟོ་ཞེས་ལས་ བཀའ་ཤོག་བཀའ་ཤོག་པོ་ཤེས་པ་  
 བཅུགས་དགོ།

### ༤.༤ མཚན་ཉིད།

བཀའ་ཤོག་གི་རིགས་ ག་གིས་སྤྱི་ལོ་དང་པོ་ དེ་ཡང་ལུ་གཞན་དོན་དང་གཅིག་ལས་ དེས་པར་དུ་ཚད་དགོ་  
 པའི་ རྒྱུ་ཚད་ཀྱི་རིགས་འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད། དེ་མཚན་ གཞུང་འབྲེལ་རྩ་གསུམ་མ་སོགས་གྱི་ བཀའ་  
 ཤོག་ཚུ་ ཟེང་མའི་བྱ་རྒྱུ་དེ་མཚན་པའི་མཐོང་སྤྱི་ལོ་ལུ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་བཟུམ་མའི་བཀའ་ཤོག་  
 ཚུ་ཡང་ བཀའ་ཤོག་གཞན་དམིགས་མཚན་དང་གོ་གནས་ཚུ་ཡང་ དེས་པར་དུ་བཀོད་དཔོན་པོ་ཤེས་པ་ཞེ།

- ༡ བཀའ་ཤོག་གཞན་པའི་ རྒྱལ་གྱི་མིང་དང་ལ་བྱུང་།
- ༢ དཔོན་པོ་དོན་དང་འཁྲུག་པའི་ དམིགས་བསལ་གྱི་དུས་ཚོད།
- ༣ ཚེས་གུང་དང་བཀའ་ཤོག་གཞན་པའི་ ས་གནས་གྱི་མིང་།
- ༤ དཔོན་པོ་དོན་དང་འཁྲུག་པའི་ ཡུལ་ཟམ་དང་ལས་ཟམ་གཞན་དང་ དེ་ལས་གོ་གནས་མཚན་དང་  
 ཡུལ་རྩ་གསུམ་བཅས་ཚད་དགོ།



## ၃.၂.၂ မဃနိကာယသုတ္တန်တွင် နတ်ဘုရား၏ အကျိုးအမြတ်

၃.၂.၂.၂ မဃနိကာယသုတ္တန်တွင် နတ်ဘုရား၏ အကျိုးအမြတ်

နတ်ဘုရား၏ အကျိုးအမြတ်ကို နတ်ဘုရားက အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြခဲ့သည်။

နတ်ဘုရား၏ အကျိုးအမြတ်ကို နတ်ဘုရားက အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြခဲ့သည်။

နတ်ဘုရား၏ အကျိုးအမြတ်ကို နတ်ဘုရားက အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြခဲ့သည်။

နတ်ဘုရား၏ အကျိုးအမြတ်



དཔེ་བཞུགས་ ༣ ཡུ། མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་འོ་ལྷ་མཁའ་ལྷ་ རྒྱལ་པོ་འོ་ལྷ་མཁའ་ལྷ་པོ་ལྷ་ བཞུགས་ལྷ་མཁའ་ལྷ་པོ་ལྷ་

[illegible][illegible]







དཔེ་ཐག་དྲ་ ༧ ཡ། མི་ཇེ་སློན་ཆེན་མཆོག་གི་ ཐག་དྲ་བྱ་ཐ་ཐག་འཁོག་

२  
 ཞབས་རྟེན་སྒྲོན་པོ་མཁུན་ཡངས་ལ། རྟོན་འབྲས། དེ་ནི་ མ་གཞི་ཉན་ལག་གི་ཡུག་ལཱ་འགན་ཅན་ཚུ་ ག་  
 དེ་མ་ཅིག་ཡང་ ཁྱོད་རའི་བླ་མ་ལ་ཉེ་ མཛད་དང་མཛད་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལས་ ལོགས་ལུ་ཞུ་དགོཔ་མིན་ཞུག ཡིན་ཅུང་ ད་  
 རེ་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ཞུ་དགོཔ་བྱུང་མི་འདི་ ང་བཅས་རའི་ཆུལ་ཁབ་ནང་ དེ་དུས་དང་བརྟུན་པའི་ དཔལ་འབྱོར་གོང་  
 འཕེལ་གྱི་འབྲས་བུ་དང་འབྲིལ་ ས་གནས་སོ་སའི་ཁྲིམ་ཚགས་ཆེ་ཆུང་ ག་ཅིག་འཆར་གཞི་བཟུང་ཅུང་ མ་འོངས་པའི་གནས་  
 ལུངས་སེམས་ཁར་བཞག་ཏེ་ བཟུང་དགོཔ་འདི་ལག་ཆེ་ནི་ཡིན་མས། ཉམ་པར་དུ་ ཁྲིམ་གྱི་ཞབས་རྟེན་མཐུན་ཆུན་ཚུ་ལས་  
 ལག་ཆེ་ཤོས་ར་ ལུ་མ་འཁོར་གྱི་ལམ་ཆུ་སྒྲོམ་སྒྲེ་བཞག་ནི་དང་ ཆུ་སྟེར་གྱི་འཆར་གཞི་ཚུ་གཅི་རིམ་བཟུང་ཏེ་ མཛད་དགོཔ་འདུག།

[illegible]

འབྲུག་གི་བློན་ཆེན།

དཔེ་མཁོད་ ༤ ལ། འཕུག་གི་ཁྲིམས་ལྟི་སྟོན་པོ་མཚན་གི་ མཁོད་ཁྱད་པ་ལ་འདྲིན།

[illegible]
$$\left( \begin{array}{c} \text{ } \end{array} \right)$$

འཇུག་གི་ཁྲིམས་ལྟི་བློན་པོ།

ལ རྒྱུ་ལུག་གི་ཐག་ལ་ཤོག

**ཐོན་པོ།**

གྱིད་ཕུག་གི་པཀའ་ཤོག་ཟེར་མི་འདི་ ལྷིམ་ས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཐོབ་ལམ་མེད་དེ་འབད་ཅུང་ མི་དམངས་དང་ལྟེ་  
 ཚན་ས་ ཡང་ན་ མེད་པ་གང་ཅུང་ཅིག་གི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལུ་ སྤྱུལ་ཅན་དང་སྤྱུལ་མེད་སྤྱུ་དངོས་ཀྱི་ སྤྲད་གསོ་  
 གནད་ཁྱེད་དང་ དཀའ་ངལ་གྱི་གནས་ཕྱངས་ཡངས་ཆག་དང་ ཡང་ན་ དགོངས་ཡངས་གནད་བའི་པཀའ་ཆུ་ ཡིག་  
 ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ལུ་གོ།

དཔེ་བཞུགས་ , ༥༡ ལ་རྟེན་དཔྱད་ལ་ཡང་ལ་བཀའ་ཤིག

[illegible]

၂။ သွေးစိုက်သော အိမ်ထောင်ရေး

## དཔེ་བཞག་ ༢ པ། མི་མེད་ལུ་ ལ་ཆ་ལི་སྒྱིད་ལུ་ག་པ་ཀུན་གྱི་ག

རྒྱལ་ཡོངས་ས་ཆ་ཉན་ཆོག་ས་གྲི་རྩུང་ཆེན་ཐོ་ཡངས་ལུ། དོན་འབྲས། དེ་ནི་ .....ཡོང་ལག་.....  
 རྒྱེ་འོག་ལས་ ངོ་མིང་.....མི་ཁུངས་ངོ་སྤྲོད་ཡང་.....ཆུ་མ་ལུ་ ཐུ་ག་ཞི་ལ་ཕ་འཛོ་སྒྱོང་འབྲུག་དགོ་པ་  
 མང་རབས་ཅིག་ཡོད་རུང་ ཁོ་ལུ་ཟ་སྤྱོད་གྱི་ས་ཞིང་ཟེར་མ་ རྒྱུ་ལེ་ཐ་གང་ས་མེད་པ་ལི་སྒྱིད་ལུ་ག་ཐིག་ས་ཏེ་ ཅི་རང་ཡོང་ལག་  
 .....རྒྱེ་འོག་ གཞུ་ས་.....ལས་ཟ་སྤྱོད་ཐུག་པ་ལི་ས་ཆ་ཡོ་གས་ ༥ (ཡོ་གས་༤) གནང་མི་དེ་ .....  
 .....གི་མིང་ཐོག་ཁས་ཁུམ་ཀྱང་ཏེ་ ཐུན་དགོ་པ་ལི་ས་མེས་ངེས་བགྱི། གན་མ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ།

འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ།



## དཔེ་བཞག་ ༣ པ། ཡུལ་ཡིན་འཁྱུང་མི་ལྟ་ ལ་ཆའི་སྒྲིན་རྒྱུ་གཤམ་ཤོག

༣ རྒྱལ་ཡོངས་ས་ཆ་ཉན་ཆོག་གི་དྲུང་ཆེ་ཐོ་ཡངས་ལ། དེ་ནི་འབྲས། དེ་ནི་ .....ཐོང་ཁག་.....ཆེ་ཤོས་ ང་  
 མིང་.....མི་ཁྱད་ས་ངོ་སྤྱོད་ཡང་.....ཆུ་མ་དེ་གིས་ བརྟན་སྤང་དམག་དེ་ནང་འཛུལ་ཏེ་ མི་ལོ་.....མིང་  
 རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤང་སྒྲོབ་ལ། ཟ་དང་དམ་ཚིག་བརྟན་ཏེ་ ཡུལ་ཡིན་གང་དྲག་ཁྱུ་ཡོད་མི་ལྟ་ ཁྱབས་ལས་ ཐུགས་བཅས་གཟིགས་ཏེ་  
 .....ཐོང་ཁག་.....ཆེ་ཤོས་..... གཞུས་.....ལས་ས་ཆ་ཡེ་ཀར་ ༥ (ཡེ་ཀར་ང) སྒྲིན་རྒྱུ་གཤམ་  
 ཡོད་མི་དེ་.....གི་མིང་ཐོག་ཁར་ཁྲམ་རྒྱབ་ཏེ་ ཐྱིན་དགོ་པ་འི་སེམས་ངེས་བཟྱ། གཤམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལ།

འབྲས་མངའ་བའི་རྒྱལ་པོ།

## དཔེ་བཞག་ ༤ པ། མི་ལོ་ཉུང་ལུ་ ཉེ་མོ་གསུམ་གྱི་རྩལ་ཁག་འཛོམས་

༣ དུལ་ཅིས་སློན་པོ་སློ་ཡངས་ལ། དོན་འབྲས། དེ་ནི་ .....ཡོད་ལག་.....ཞེད་འོག་.....  
གཡུས་.....ལས་ངོ་མིང་.....མི་ཁྲུངས་ངོ་སྟོན་ཡང་.....སྐྱེས་ལོ་.....  
ལངས་མི་དེ་ གཞུགས་ཀྱིས་འོགས་གྲུབ་མེད་པའི་ཁར་ ཁོ་ ཡང་ན་ མོ་ལུ་ བདག་འཛིན་འཐབ་ཏུ་གྱིན་རྩལ་ཉུ་མི་ ནང་མི་ཏེ་  
ཆོན་ག་ཡང་མེད་མི་ལུ་ ཉན་བས་ལས་བྱུགས་བཅའ་གཞིགས་ཏེ་ ཁོ་ ཡང་ན་ མོ་རའི་ མི་ཆོའི་རིང་ མ་ཁྱི་བགྱང་ཡོད་ནི་གི་དོན་ལུ་  
མོ་གསུང་ལུ་ཟླ་རིམ་དུལ་ཀྲམ་ ༡༠༠༠(གཅིག་ཉིད་)ཏེ་ གནད་ཡོད་མི་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ཡོད་ལག་ལས་ ཟླ་རིམ་བཞག་སྟོན་  
དཔོ་པའི་བཀའ་ཐམ། ཉེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལ།

འབྲུག་མངའ་བདག་ཀྱུ་ལོ།

## དཔེ་བཞུགས་ ༥ ཡ། མི་ཁྲུངས་སྒྲིལ་བྱུག་པལ་ཤོག

༣ དེ་ལྟར་ དེ་ནི་ ཟིམ་ཕྱག་ཆ་འདུས་ ཟིམ་ཁྲོམ་ལས་ འཆི་མེད་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ ཁོ་ར་དང་ ཁོ་གི་བྱ་གཞི་ཚུ་  
འབྲུག་གི་མི་ཁྲུངས་ལྷ་མི་འུ་གསལ་ལྷ་མི་ཟད་ ཁོ་གི་ཡ་མ་ཆོའ་དཔས་གཉིས་ ལྷོ་ལོ་ ༡༩༥༩ ལུ་ བོད་ལས་ འབྲུག་ལུ་སྐྱབས་  
བཅོལ་པ་སློལ་ཏེ་དེ་ ཁོ་ར་སྒྱེས་ས་སློམ་ས་ར་འབྲུག་ལུ་ཨོན་པའི་ཁར་ གཉེན་ཡང་འབྲུག་མི་དང་གཅིག་ཁར་རྒྱབ་ཏེ་ བར་ན་བྱ་  
གཞི་ལ་རེ་ཚུད་དེ་ཡོད་མི་ལུ་ མངའ་ཞབས་ལས་ ཟུགས་བཅས་གཟུགས་ཏེ་ ད་རེས་ལས་བཟུང་ འཆི་མེད་བསོད་ནམས་ སྒྱེས་  
ལོ་ ༩༠ འབད་མི་དང་ བུ་མོ་བཟུན་འཛིན་ཏེ་མོ་ སྒྱེས་ལོ་ ༡༧ བྱ་ཆོ་རིང་ནམ་རྒྱལ་སྒྱེས་ལོ་ ༡༥ འབད་མི་ངོ་གྲངས་གསུམ་  
འབྲུག་གི་མི་ཁྲུངས་ངོ་མའི་གྲངས་ལུ་ ཆ་འཛོག་མཛེད་གནད་གྲུབ་པའི་བལ་འ་ཟམ། གནམ་ལོ་.....རྩ་.....པའི་ཆོས་.....ལ།

འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ།



**དཔེ་བཀོད་ ༢ ཡ།**    **ཚིགས་དཔྱད་མཚན་གི་ཁྲུང་བརྒྱན་ལ་ཤེད་ཤོག།**

[illegible]

နိရုဏ်သုတ်၊  
အဓိကဋ္ဌာနသုတ်၊





## དཔེ་བཞག་ ༢ པ།    དོན་གཅོད་སྒྲུ་ཚབ་ལུ་གནད་ནི་འི་    ཕྱགས་མའི་བཀའ་ཤོག

༄                    དེ་ལྟར་ དེ་ནི་ ངོ་མེད་..... དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཕ་མ་གསུམ་ལུ་ དད་དམ་འབྱུང་བ་མེད་  
པའི་ ཉམས་ལུ་མ་ལུ་དག་གི་སྒོ་ལས་ གཞུང་གི་ཕྱི་འབྲེལ་གྱི་སྤྱི་དབུས་གོང་ལུ་བཀའ་དྲི་ འདས་པའི་ཁོ་ངོ་.....འི་དང་ ཕྱི་འབྲེལ་  
ཁབ་ཚུ་ནང་ འབྲུག་གཞུང་གི་དོན་གཅོད་ སྒྲུ་ཚབ་སྒོ་ལོ་དེ་འི་དང་ འབྲུག་ལྗོངས་མེད་པའི་ ཟབས་ཤེས་ལྷ་ཚོགས་དང་ འབད་ཚུ་ལྷོ་མ་  
བསྐྱེད་དེ་ འབྲུག་གཞུང་དང་ ཕྱི་འབྲེལ་ཁབ་ཚུ་གི་བར་ན་འི་མཐུན་ལམ་དེ་ ལང་བ་ཉམས་སྒོ་ ཡང་སྐྱེད་བཟང་མ་གསུམ་ཚུ་  
འབྲུག་དང་འཛམ་གླིང་ཚུ་ལྷ་སྤྱི་འི་ལས་ལྷོ་ཚུ་གི་བར་ན་ གོ་ཚོགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཚུ་ཡང་ ག་ཅི་དེ་ཅིག་གོང་འཕེལ་བཟང་ཡོད།

                  ཁོ་གསུམ་ དེ་བཟུམ་མའི་ ཁུད་དུ་འཕགས་པའི་ ཟབས་ཤེས་ལས་བརྟེན་ འབྲུག་གཞུང་དང་ ཚུ་ལུ་ཁབ་ཀྱི་བྱ་གསུམ་འདོད་  
ཚུ་ དལ་རངས་ཏྱིག་ཏྱི་སྒོ་བསྐྱབས་ཡོད་པའི་ཁར་ འབྲུག་གཞུང་གིས་བརྟེན་པར་ཁོས་པའི་ ཆབ་སྤྱི་དྲེད་བཞག་གི་ཉམས་ལུ་  
དེ་ ལང་ལས་ཉམས་པའི་ དཔེ་བཞག་ཏྱི་ལུ་ ཉམས་པར་གྱིས་ ཡན་ཐོགས་བཟང་ཡོད་པའི་ གཞུང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ལུགས་སོ་ལུ་  
འབྲུག་བྱ་གསུམ་གྱི་ ཕྱགས་མའི་དེ་ གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ་གནད་བ་དག།

འབྲུག་མངའ་བདག་ཚུ་ལོ།





## དཔེ་བཞུགས་ ༤ པ། གཡུལ་རྒྱལ་རྒྱལ་མཁའ་འགྲོ་གྲོལ་གྱི་

༢ དེ་ལྟར་ དེ་ནི་ གུང་སྒྲོན་གོང་མ་.....གིས་ མི་ལོ་.....གི་རིང་ དྲག་པོའི་ལས་ཁུངས་ནང་ སེམས་ཀྱི་  
གདིང་ལས་ར་ ཤུལ་སྒྲོན་ཡོག་གི་སྒོ་ལས་ གཞུང་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་དྲི་གོང་ས་དོན་ཚུ་ ལྷི་བོར་བཀའ་ལ་ཏེ་ ཅི་ཤེས་གང་ཅོགས་ཀྱི་  
སྒོ་ལས་ ཡུག་ཡིན་ཏུ་བའི་ཁར་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ རྒྱལ་སྒྲོན་འབངས་གསུམ་ ཞི་བདེའི་དཔལ་ལུ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པའི་  
བར་ན་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ .....རྒྱེ་དན་ཐོན་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་རང་བཅད་ལུ་ གཞོན་ཏེ་སྒྲོམ་ཐོན་པའི་སྐབས་  
དྲག་པོའི་ལས་ཁུངས་ལས་ འབྲུག་ཤོར་མེད་པར་ ཡུག་ཡིན་ཏུ་པའི་ངོས་འཛིན་དང་ལགས་སོ་ལུ་ ཞབས་ལས་ ཐུགས་ངལ་  
རངས་དང་བཅས་པ་སྒྲེ་ .....ལུ་ འབྲུག་གཡུལ་རྒྱལ་ ཡང་ན་ དྲག་པོའི་དབང་རྒྱལ་རྒྱལ་མཁའ་འགྲོ་ དེ་རེས་ ལྷི་  
ལོ་.....ཟླ་.....པའི་ཚེས་.....འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་དུས་ཆེན་ཟེངས་.....པའི་ཕུན་སུམ་ཚུགས་པའི་དགའ་ཉོན་རྒྱུ་འབྲེལ་གྱི་  
ཉིན་མར་གནང་བ་དགོ།

འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ།





དཔེ་བཀོད་ ༧ ཡ། ལེགས་པོའི་གཟེངས་བརྟན་བཀའ་ཤིག

[illegible]

བསོད་ནམས་པདྨ་ཆེན་པོ་ལྷན་

## ལེབ་གསུམ་པ། ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་རིགས།

### ༥.༡ རྫོསྒྲོན།

ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་གནད་དོན་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཡིག་  
རིགས་ཅིག་ལུ་སྤྲུལ་པ་ཡིན། ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་འབྲུག་ནང་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་དང་ གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་  
ཡིག་རིགས་ཚུ་ཡང་ ལག་ལཱེ་འཐབ་དགོ་པ་ཡོད་ཅུང་ དེ་ཚུ་གི་རྒྱུ་ཁྲུངས་ངོ་མ་ འབྲུག་གཞུང་དྲང་ཁྲིམས་  
ཉུན་ཤེའི་ རིང་ལུགས་ལུ་བརྟེན་དགོ་པ་ལས་ འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནཱ་མ་བཞག་འདི་ནང་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་  
ཡིག་རིགས་ཀྱི་གྲངས་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

### ༥.༢ དཔྱེ་བ།

ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ལུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ནང་ཉོན་པ་ན་ ལག་ལཱེ་འཐབ་དགོ་པའི་ཡིག་རིགས་  
ཅིག་དང་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ནང་མ་ཉོན་པའི་རྟེ་མ་ལས་ ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་ལུགས་དང་འཁྲིལ་བྱེ་ ལག་ལཱེ་  
འཐབ་དགོ་པའི་ཡིག་རིགས་དང་ ཞག་གཉེས་ཡོད།

### ༧ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་མ་ཉོན་པའི་རྟེ་མ་ ལག་ལཱེ་འཐབ་དགོ་པའི་རིགས།

- ༡ ནང་འགྲིགས་གན་རྒྱའི་ཡིག་རིགས།
- ༢ རྟེ་བཙུང་གན་རྒྱའི་ཡིག་རིགས།
- ༣ རྟོན་ཆའི་ཁྲུ་ཚིག་ ཡངན་ བཤེར་ཡིག་
- ༤ རྟོན་ཟླའི་ཁྲུ་ཚིག་
- ༥ ནང་འགྲིགས་ཁྲུ་ཚིག་
- ༦ ཡུལ་བརྟོན་ཁྲུ་ཚིག་
- ༧ མཐོ་གཞུགས་ཁྲུ་ཚིག་

ལ ལྷིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ཤོད་ཞིན་མ་ལས་ ཡིག་འབྲུལ་འཐབ་དགོ་པའི་རིགས།

- ༡ ཉེས་བཅུགས་ལྟེན་ ཡང་ན་བཤེར་ཡིག
- ༢ ཅུམ་མེ་ལྟེན་བཤེར་ཡིག
- ༣ འདེམས་ངོའི་བཤེར་ཡིག
- ༤ རྒྱུ་མི་ ཡང་ན་ ངོ་ཚབ་ དབང་ཚད་ལྟེན
- ༥ འདུམ་འགྲིགས་ལྟེན
- ༦ ངག་བརྗོད།
- ༧ མཚམས་འཛིན་ལྟེན
- ༨ རྒྱུ་མི་ ཡང་ན་ ངོ་ཚབ་མ་དགོ་པའི་ལྟེན
- ༩ བཤེར་འདོད་མེད་པའི་ལྟེན
- ༡༠ དཔང་པོ་འདུན་བདར་ལྟེན
- ༡༡ དཔང་པོ་མ་དགོ་པའི་ལྟེན
- ༡༢ མངོན་བརྗོད་ཀྱི་ལྟེན
- ༡༣ ཅུམ་མེ་བཤེར་ཀྱི་ལྟེན
- ༡༤ ལྷིམས་ལྟེན་ཞིབ་དཔྱད་ལྟེན
- ༡༥ བཀག་འཛིན་ཀྱི་ལྟེན
- ༡༦ མཐའ་བསྐྱོམས་ལྟེན
- ༡༧ ཉེས་བཅུགས་ལྟེན

༥-༣ སྒྲིག་བཀོད།

- ༡ ལྷིམས་འབྲུལ་ཡིག་རིགས་ལས་ ལྷིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ འབྲི་ཤོག་བཟོ་བྱེ་ཡོད་མི་ཚུ་དང་  
འཕྲིལ་བྱེ་ ལག་ལུ་འཐབ་དགོ་པ་དང་ ཅུམ་མེ་ ཤོག་དཀར་ནང་བྲི་དགོ།
- ལ ཡུལ་ཡུལ་ ལྷིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་འབྲུང་།
- ག ཡུལ་མི་གི་ངོ་སྤྲོད་འགན་ལ།

੨ ਗੁਰੂਗੋਬਿੰਦਾਭਾਗੁ  
 ੪ ਗੁਰਮੁਖਿਗੁਣਗੋਬਿੰਦੁਗੁਰਮੁਖਿਗੁਣਗੋਬਿੰਦੁ  
 ੬ ਪੁਰਾਖਿਦੁਸੁਖਿਸੁਖਿਸੁਖਿਸੁਖਿਸੁਖਿਸੁਖਿਸੁਖਿਸੁਖਿ

༥.༤      མཚན་ཉིད།

ཁྱེད་ཀྱི་འདུན་པ་ལ་ལྷན་དུ་ཞུ་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལ་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་དང་།  
དེ་ལྟར་གྱུར་པ་དང་། གཤམ་གསལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཚུ་ ཆང་དགོལ་ཡིན།

༡      རྩ་མཉམ་གཤིས་ཀྱི་དོ་སྤྱོད་ཁ་གསལ།

၇၀      ၃၄'ဗုရား'ရန်ကုန်'လုံခြုံရေး'၃၄'      ဗွီလုံ.....ချ.....နီ.....

ག ཁྲིམས་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་རིགས་ཚུ་ནང་ ཁྲིམས་གྱི་དབྱ་འཕང་ལུ་ ཆེ་བཟོད་ཀྱི་གྲས་ཚོ་ག་བཅུགས་  
དགོཔ་ཁག་ཆེ།

੨. ਅਸੁਭਾਗਿਯੁਦਯੁਦਯੋਸਥਾਨਾਨੁ ਤੇ ਭਯੋਮਯੋਦਯੁਦਯੋਸਥਾਨਾਨੁ ਯੁਯੁਦਯੋਸਥਾਨਾਨੁ  
 ਯੁਯੋਸਥਾਨਾਨੁ ਤੇ ਯੁਯੋਸਥਾਨਾਨੁ ਯੁਯੋਸਥਾਨਾਨੁ ਯੁਯੋਸਥਾਨਾਨੁ ਯੁਯੋਸਥਾਨਾਨੁ

6 ཡུལ་མིའི་མིང་དང་ཁྲིམས་རྟགས་ཀྱི་ མིང་རྟགས་པགོད་དཔོན་པོ་ཡིན།

[illegible]

ཇ ཁྲིམས་འབྲེལ་གྱི་ཞུ་སྟོན་ ཡང་ན་ དཔེར་ཡིག་ཚུ་ ་དང་སྤྱོད་ལམ་ཁྲུགས་ནང་མ་གཏོགས་ ན་སྤྱོད་  
ལམ་ཁྲུགས་ནང་བློ་མི་ཆོག



༥.༥ ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ཀྱི་དཔེ་བཀོད།

༧ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་མ་ལྟོད་པའི་ཉེ་མ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་རིགས།

དཔེ་བཀོད་ ༡ པ། བཟའ་ཚང་ནང་འགྲིགས་གན་རྒྱ།

**གོད་ན།**

ནང་འཁོད་བདེ་སྒྲིག་གི་ གན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་ཟེར་མི་འདི་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་མ་ལྟོད་པའི་ཉེ་མ་ མ་འགྲིགས་མི་ཙུ་  
ཡན་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ བར་མི་ཚུ་གིས་འགྲིགས་ཆ་བཟོ་བའི་ གན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་ལུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན།

**མཇུག་ཏུ།**

- ༡ མ་འགྲིགས་མི་ཙུ་ཡན་གཉིས་ནང་ རྒྱབ་མི་འཛུམས་དཔང་ཚུ་གི་མིང་དང་ཁ་བྱང་།
- ༢ མ་འགྲིགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཁ་གསལ།
- ༣ ནང་འགྲིགས་ཀྱི་ཁ་ཆིག་གནད་དོན།
- ༤ ཁ་ཆིག་ལས་འགལ་ན་ འབའ་དང་ཉེས་བྱ།
- ༥ དང་ལཱ་འབད་དགོ་པའི་དུས་ཚད།
- ༦ མོས་མཐུན་གྲུབ་པའི་གནམ་ལོ་ ཟླ་ཚེས།
- ༧ རྒྱབ་མི་འཛུམས་དཔང་།
- ༨ ཁྲིམས་རྩ་གས་དང་ མིང་རྩ་གས།

# 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206 207 208 209 210 211 212 213 214 215 216 217 218 219 220 221 222 223 224 225 226 227 228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380 381 382 383 384 385 386 387 388 389 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416 417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496 497 498 499 500 501 502 503 504 505 506 507 508 509 510 511 512 513 514 515 516 517 518 519 520 521 522 523 524 525 526 527 528 529 530 531 532 533 534 535 536 537 538 539 540 541 542 543 544 545 546 547 548 549 550 551 552 553 554 555 556 557 558 559 560 561 562 563 564 565 566 567 568 569 570 571 572 573 574 575 576 577 578 579 580 581 582 583 584 585 586 587 588 589 590 591 592 593 594 595 596 597 598 599 600 601 602 603 604 605 606 607 608 609 610 611 612 613 614 615 616 617 618 619 620 621 622 623 624 625 626 627 628 629 630 631 632 633 634 635 636 637 638 639 640 641 642 643 644 645 646 647 648 649 650 651 652 653 654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688 689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723 724 725 726 727 728 729 730 731 732 733 734 735 736 737 738 739 740 741 742 743 744 745 746 747 748 749 750 751 752 753 754 755 756 757 758 759 760 761 762 763 764 765 766 767 768 769 770 771 772 773 774 775 776 777 778 779 780 781 782 783 784 785 786 787 788 789 790 791 792 793 794 795 796 797 798 799 800 801 802 803 804 805 806 807 808 809 810 811 812 813 814 815 816 817 818 819 820 821 822 823 824 825 826 827 828 829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863 864 865 866 867 868 869 870 871 872 873 874 875 876 877 878 879 880 881 882 883 884 885 886 887 888 889 890 891 892 893 894 895 896 897 898 899 900 901 902 903 904 905 906 907 908 909 910 911 912 913 914 915 916 917 918 919 920 921 922 923 924 925 926 927 928 929 930 931 932 933 934 935 936 937 938 939 940 941 942 943 944 945 946 947 948 949 950 951 952 953 954 955 956 957 958 959 960 961 962 963 964 965 966 967 968 969 970 971 972 973 974 975 976 977 978 979 980 981 982 983 984 985 986 987 988 989 990 991 992 993 994 995 996 997 998 999 1000

དཔེ་ཐག་ནི་ ༢ པ། རྩོམ་གྱི་གན་ཐུ།

[illegible]

- १    न'क'वठ'द'खी'.....कुशा॥  
२    कुश'खी'.....कुशा॥  
३    न'क'कु'खी'.....कुशा॥  
८    कुश'खी'.....कुशा॥  
५    न'क'ख'न'द'प'द'.....कुशा॥

## དཔེ་བཞག་ ༣ པ། རྒྱ་མིག་/བཤེར་ཡིག

### གཏོན།

- 1 རྒྱ་མིག་ ཡང་ན་ བཤེར་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ ཞི་ཚོད་དང་ཉེས་ཚོད་ཀྱི་རིགས་ ཚོད་དོན་ག་ཅི་འོས་ལས་ཡིན་ཅུང་ ཚོད་  
ཅའི་ཁ་བྱག་ལས་ ཚོད་བཤེར་གྱི་དོན་ལུ་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ ཡུལ་བའི་རིགས་ལུ་བཤེར་ཡིག་ཟེར་སྤྲུལ་ཡིན།
- 2 ཚོད་བཤེར་གྱི་དོན་ལུ་མེད་པར་ མཚམས་འཇོག་ལུ་ནི་དང་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ ཅོས་སྒྲོལ་བཀའ་བྱུང་ལ་སོགས་པ་  
ལུ་ནི་འོས་ལུ་ གནད་དོན་གྱི་བརྟུང་གི་ ལུ་བ་ཡུལ་བའི་རིགས་ལུ་ རྒྱ་མིག་ཟེར་སྤྲུལ་ཡིན།

### ཚོད་ཅའི་བཤེར་ཡིག།

(3 བདེན་ཚུན་དང་པོའི་ཐོག་གི་ཤུན་འབྲེད་ རྒྱུ་ལག་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་ཁྲིམས་ཁྲིའི་དུང་དུ།

གྲས་པ་.....རྒྱུ་ལག་.....

གཏོན་འོག་ གཞུས་.....ལས་ མི་ཁྱུངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་..... ཅན་མ་ནས་ལུ་གསོལ། གྲས་པའི་པ་མ་གཏོས་  
ལུ་ ང་བཅས་བྱུན་ཆ་ ༣ ཡོད་དེ་འབད་ཅུང་ པམ་གཏོས་ཆ་ར་ མི་རྩ་ག་ལུ་མ་དུ་ཐུལ་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ ཡོ་རྒྱུ་མ་.....  
དང་ ཨ་ཞེ་མོ་.....གཏོས་ཀྱིས་ པ་མའི་རྒྱ་ཆ་དང་སམ་ས་ཞིང་ལུ་ དབང་ཚད་དྲིལ་བུམ་བཟུང་ཉེ་ ང་ལུ་ པ་མའི་ཤུལ་  
གྱི་སྐལ་བར་ག་ནི་ཡང་ རེ་མ་ཉེར་བར་ ཁེ་རྒྱུ་མ་བརྟུབ་པར་བརྟེན་ ཁྲིམས་སར་ལུ་གཏུགས་མ་འབད་ཐབས་མེད་བུང་ཡོད་ལུ་ན་  
ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ རང་གི་པ་མའི་ཤུལ་གྱི་སྐལ་བ་བཟོ་བཤུག་ཚུ་ ཐུ་ག་ཞིག་ར་ལུ་འདུན་འདྲ་འཛོལ་ནི་ཡོད་པའི་ དྲང་  
ཁྲིམས་བཀའ་བྱུང་གྱི་ཉེན་ལུ་གནད་ཉེ་ བཞིན་བཟུང་གནད་ལུ་བ་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....  
ལུ་འམ་ ཡུལ་ལོ་.....གོང་མིང་པས་

གྲས་བཅས་

ཡུལ།

དཔེ་བཀོད་ ༤ ལ། ཅོད་སྒྲུལ་བཤེལ་ཡི།

(3) བདེ་ལྷན་སོམ་ཀྱི་རྩ་བ་གཙོ་པོ་ལཱ་ཁག་གྲིམ་མ་གྱི་འདུན་སའི་གྲིམ་མ་གྲིའི་ཅུང་ལྷན།

གུས་པ་.....ཕྱིར་ཐག་ .....

[illegible][illegible]

ସ୍ତ୍ରୀ'ସତ୍ୟ'

မည်



## དཔེ་བཞག་ ༤ པ། རྩིས་བཟོན་ལུ་མིག་

(༣) རྩལ་པོའི་ཁྲིམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡོད་ཁག་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་རྩལ་དཔོན་མཆོག་གི་རྩལ་ལྟ།

གས་ཚོད་ཙ་ .....མིང་

ནས་ལུ་གསེལ། སྤྱི་ལོ་.....ཀྱི་ཉིན་མར་ ཡ་མའི་ཤུལ་གྱི་སྐུ་ལ་བ་བགོ་བཤའི་སྟོར་ལས་ རྩལ་ཆ་རྣམ་ཤོས་གཉིས་  
དང་གཅིག་ཁར་ ཚོད་བཤེར་འབད་དགོ་པའི་བཤེར་ཡིག་ ཡོད་ཁག་ཁྲིམས་འདུན་ལུ་ ཡུལ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ཡམས་སྟོན་འབྱུང་  
ད་ གཏམ་ས་ཉེད་ལུ་བཟོན་ནི་འདི་ ཡ་མའི་ཞབས་འདེམ་ཡིན་མ་ལས་བཟུན་ རྩལ་ཆ་རྣམ་ཤོས་གཉིས་དང་གཅིག་ཁར་ ཚོད་  
བཤེར་མི་འབད་ནི་གི་ རེ་བཟུག་བཅད་ཡོད་པ་ལས་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ཡང་ ཆ་མདེ་གནད་ཉེ་ ང་གིས་ཡུལ་མི་བཤེར་ཡིག་  
ལོག་ཉེ་གནད་བཅས་ཡོད་པར་ལུ་བ་མཆིན་མཆིན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....སྤྱི་ལོ་.....ལུ་

གས་བཅས་

ཡུལ།





ཁ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་སྟོང་ཞིན་མ་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ཁྲིམས་འབྲེལ་ཡིག་རིགས།  
གཏོ།

༡ གྲེ་འཕྲུག་ས་ཁུ་མོ།

གྲེ་འཕྲུག་ས་ཟེར་མི་འདི་ གྲེ་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་དེ་ སྐྱེ་པའི་མི་ངོ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅི་ནི་  
གྲེ་ལས་ཕྱུན་ཏུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་གཞུང་འགན་དེའི་ཁ་ཐུག་ལས་ བཞོན་ནི་གི་  
ལམ་ལུགས་ཅིག་དང་ གཞོན་འགོལ་གྱི་ལག་ལེན་འཐབ་མི་དེ་ ཡུའི་གཡོག་པ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅི་ནི་  
ཁྲིམས་དང་རྒྱལ་འགན་གྱི་གནས་ལུགས་སྟོར་ འབྲུག་གི་ཅོད་དཔོན་ཡོངས་ཁྲུམ་ ཡིག་ཚང་གི་  
འགོ་འདྲེ་ཐོག་ཏུ་ ཁྲིམས་དོན་ཀྱུགས་དང་བཅས་པ་སྟེ་ གྲེ་པ་ར་ཕྱོད་འབད་མི་ཡི་གྲུ་དེ་ཏུ་  
སྤབ་པ་ཡིན།

ཁ གཏུ་ཐམ་གྱི་བཤེར་ཡིག།

བཟའ་ཚང་ཡོ་མོ་གཏུ་གཏུ་ཐམ་སྟེ་བཤེར་མ་ལས་ ཐུ་གཞི་ག་དམ་ཅིག་ར་རྒྱུད་ཡོད་ཏུང་  
ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ གཏུ་ཐམ་ལོགས་སུ་ཏུ་ལྷན་མེད་པ་ཅི་ནི་ གཏུ་ཐམ་གྱི་གྲངས་སུ་མ་རྒྱུད་པ་  
ལས་བརྟེན་ ཡོ་མོའི་བར་ན་ གཏུ་ཐམ་དཔལ་གྱིས་སྟེ་ དར་ཆད་ཏུང་ མཐུད་པ་མི་ཞིག་ མི་  
ཆོ་ཡོལ་ཏུང་ དམ་ཚིག་མི་འཁྲུལ་ཟེར་བའི་དཔེ་དོན་ཏུར་ ཕུན་སུམ་ཚིགས་པའི་ཀྱུགས་དང་རྟེན་  
འབྲེལ་གྱི་དོན་ཏུ་ གཏུ་ཐམ་སྟོར་ངོ་མར་ཆ་འཛོག་གྲུབ་པའི་ ཁྲིམས་ཀྱི་བཀའ་རྒྱ་ཏུ་ནི་འི་རིམ་པ་དེ་  
ཏུ་ གཏུ་ཐམ་གྱི་བཤེར་ཡིག་ཟེར་སྤབ་པ་ཡིན།

ག འདེམས་ངོ་འི་བཤེར་ཡིག།

དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་ ཏུ་བ་གཟུང་མི་སྲིད་དོན་ཚིགས་པ་དང་ ས་གནས་གཞུང་སྟོང་གི་  
འགོ་ཁྲིད་པ་རྒྱུ་ བཅོག་འབྲུའི་རིམ་པ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་གི་དོན་ཏུ་ འདེམས་ངོ་དེ་གིས་  
དེའི་རྩེ་མར་ གྲེ་ཅན་གྱི་གཞོན་འགོལ་གང་ཏུང་ཅིག་ཏུ་བརྟེན་ བཅོན་ཁྲིམས་མིན་པའི་འཛིན་ཐོ་  
ཡོད་མེད་སྟོར་ལས་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ རྒྱལ་ཕྱོད་བཀའ་རྒྱ་ཏུ་ནི་འི་རིམ་པ་དེ་ཏུ་ འདེམས་  
ངོ་འི་བཤེར་ཡིག་ཟེར་སྤབ་པ་ཡིན།





གནས་ཁང་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ ལྷིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ བཀག་འཛིན་མཛད་དགོ་པའི་ ལྷ་བ་  
ཡུལ་ཐབས་ཀྱི་རིམ་པ་དེ་ལྟ་སྤྲུལ་ཡིན།

**པ      མཆོམས་འཛོག་ལྟ་མིན།**

ལྷིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ཅོད་གཞི་དུ་འཕྲོ་ལུ་ ཅ་ཡན་གྱི་ཁ་བྱུག་ལས་ ངལ་གསོ་ལྷ་ནིའི་རིམ་པ་དེ་  
ལུ་ མཆོམས་འཛོག་ལྟ་མིན་ཟེར་སྤྲུལ་ཡིན།

**ཕ      ངག་བཟོད།**

ཅོད་ཅ་དང་ཅོད་ཟེར་དཔང་པོ་ག་འབད་བཅུ་ཅིག་གིས་ ལྷིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ ངག་བཟོག་ལྷ་ཞེས་  
ལས་ ཡིག་བཟོག་བཀོད་དེ་ཡུལ་ཚར་བའི་མཆུག་ལུ་ ཡིན་ཆད་གོང་ལྷ་དེ་ལུ་ ཉེ་བག་རྩན་ལྷའི་  
རིམ་པ་འཛོམས་པ་ཅིན་ ཉེས་ལྷིམས་ཡུག་ཡིན་ལྷ་ནི་ཡིན་ཟེར་ ཡུལ་མི་དེ་ལྟ་སྤྲུལ་ཡིན།

**བ      འདུམ་འགྲིག་ས་གྲུབ་པའི་ལྟ་མིན།**

ཞི་ཅོད་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ནང་ རྒྱབ་མིའི་གོ་གསུམ་རམ་ཡོད་མེད་ཇི་ཉུང་ཡང་ ཅ་ཡན་  
རང་སེའི་སློ་འདོད་དང་བརྩན་ ལྷིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ ནང་འཁོད་འདུམ་འགྲིག་ས་ཀྱི་གོ་སྐབས་  
དང་བཅས་པ་སྐྱེ་ དེའི་དོན་ལུ་ལྷ་བ་ཡུལ་ནིའི་རིམ་པ་དེ་ལྟ་སྤྲུལ་ཡིན།

**མ      མཐའ་བསྐྱེམས་གྲུབ་པའི་ལྟ་མིན།**

ཅ་ཡན་རང་སེའི་ཁ་བྱུག་ལས་ ཅོད་གཞི་དང་སྐྱབ་བྱེད་ བཤེར་བཅུད་བརྩན་ནིའི་གོ་སྐབས་དང་  
བརྩན་ ཅོད་ཉེ་ག་གི་བཀྲལ་ལུ་ན་དང་ སྐྱབ་བྱེད་ཡུལ་ནི་ ཞིབ་དཔྱད་དང་ དཔང་པོ་མཛད་ན་བདར་  
མཛད་དགོ་པ་ གནོད་བཤེར་ལ་སོགས་པ་ག་ཅིའི་ཐད་ལས་འབད་བཅུ་ ཉུན་གསན་རིམ་པའི་  
སྐབས་ལུ་ ལྷིམས་འདུན་ལས་གོ་སྐབས་ཤིལ་བུམ་གནད་ཡོད་པ་ལས་ ཡིན་ཆད་དེ་ལས་འགལ་  
བའི་ གནད་དོན་ཉུག་འབྲེལ་གང་ཡང་མེད་ཟེར་བའི་ ལྷ་བ་ཡུལ་ནིའི་རིམ་པ་དེ་ལྟ་སྤྲུལ་ཡིན།

## དཔེ་བཞག་ , ༥༡ གྲེས་བཙུགས་ཁྱེ་མོ་

### རྟོགས་བརྗོད་

ངོ་མིང་།	:	.....
གོ་གནས་།	:	.....
ཁོ་གྲངས་།	:	.....
གཞུང་།	:	.....
རྟེན་འོག་།	:	.....
ཕྱིང་ཁག་།	:	.....
གྲུང་ཡང་།	:	.....
ཁྲམ་ཡང་།	:	.....
མི་ཁྲུངས་ལག་ཁྱེ་ཡང་།	:	.....
བརྒྱན་འཕྲིན་ཡང་།	:	.....
དེ་ཉིད་ལ་བྱུང་།	:	.....

### ཅི་དོན་གྱི་ཐུགས་ཁུངས་།

གྲེས་ཅན་ཁོ་རང་ གྲོ་བ་རིམ་.....པ་ཚུན་ བྱེད་ཡོན་ཉུང་ཞིན་མ་ལས་ སྤྱི་ཁོ་.....ལས་.....ཚུན་  
 ཁོ་ངོ་.....འི་རིང་ ཉུན་ཁག་.....མང་འཁོག་གི་ལས་ཁུངས་.....ནང་ དེ་ལྟུང་  
 ཅིས་འགོ་དཔོན་སྡེ་ ཡུག་ཁུས་ལོ་དེ་མི་ཅིག་ཡིན་མ་མཚན་ ཁོ་རང་ལམ་སྤྱོད་པུ་ཡང་ ཆོང་འབྲེལ་འབྲེལ་སྤྱོད་མི་ཅིག་ཡིན་  
 པས།

དེ་བཞིན་དུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཅིས་ཞིབ་དཔང་འཛིན་ ཡང་ན་ དན་ཉུང་བཀག་སྡོམ་ཉུན་ཚན་གྱིས་ དཔྱད་གཞིའི་ཐོག་ལ་གྱིས་འགོ་  
 འདྲེན་ཐོག་ལ་ ཞིབ་དཔྱད་མཐིལ་ཡིན་འཕད་ཞིན་མ་ལས་ འབྲེལ་གཞན་དེ་འདྲི་སྐོར་ལས་ གྲེས་འཛུགས་བཞག་དེ་ ཁྲིམས་ཀྱི་

འདྲན་སར་ཕུལ་གྲངས་འབད་ནི་འོན་ཏེ་ ཡིག་ཨང་.....ཕྱི་ཚེས་.....ཅན་མ་དང་མཉམ་སྒྲགས་  
ཅོན་པོ་ཞེ་ཡོངས་ཁྱབ་ཡིག་ཚང་འདི་ནང་ཉོན་ཅི།

### ཉེས་འཚུགས།

གོང་གསལ་མི་ངོ་དེ་གིས་ ཕྱི་ལོ་.....ལོ་འི་འཆར་དུལ་ཐོག་ལས་ རྒྱེ་ཕྱིན་འབད་བའི་གནད་ཁྲམ་ཐོན་མ་ལས་  
བརྟེན་ འབྲེལ་གནད་ཡོད་པའི་ ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་.....ཅན་མ་ལས་འགལ་བའི་ ཉེས་ལས་འབྲེལ་ཡོད་པ་  
ངས་བདེན་ཡིན་པ་བཤེས་ཁྱབ་མཁྱེན།

(.....)

ཅོན་པོ་ཞེ་ཡོངས་ཁྱབ།

༣ བདེ་ལྷན་སོམ་ཀྱི་རྩ་བ་གཅིད་པའི་ .....ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་ཁྲིམས་ཁྲིའི་རྩུང་དུ།

སྒོ་གསུམ་གས་ གཞུང་

ཐམ་ཁྲུ་མི་ མེ་མོ་གཉིས་ནས་ཡུག་བཅས་ཁྲུ་གསོལ། དེ་ནི་ རང་སེའི་གནམ་བསྐོས་ལས་དབང་བཅུ་པས་ གཞུང་དུ་བཞུགས་  
ཡོད་པ་ལས་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་ལས་ གཞུང་སྒྱུར་ཆ་འཛིན་གྱི་གཞུང་ཐམ་ གནང་ཐབས་ཀྱི་བཤེད་ཡིག་ཡུལ་དོན།

༡ མེའི་མིང་གསལ་.....སྒྱེས་ཚེས་..... མི་ཁྲུངས་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....  
ཕ་མིང་.....མ་མིང་..... ཁྲམ་ཡང་..... གྲང་..... གཡུས་.....  
གྲོ་ཁོ་ག་.....ཡོང་ཁག་.....རྩུང་ཁག་.....།

༢ མེའི་མིང་གསལ་.....སྒྱེས་ཚེས་..... མི་ཁྲུངས་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....  
ཕ་མིང་.....མ་མིང་..... ཁྲམ་ཡང་..... གྲང་ཡང་..... གཡུས་.....  
གྲོ་ཁོ་ག་.....ཡོང་ཁག་.....རྩུང་ཁག་.....།

༣ ཡིག་ཆ།

༡༢ མེ་མོ་གཉིས་ཀྱི་མི་ཁྲུངས་ལག་ཁྱེར་འདྲ།

ཁ་༢ འབྲི་ཤོག་ ༤ པ་ འབའ་གན།

མཁམས་ལ།

གོང་གསལ་ཁྲུ་བའི་རིགས་ དྲང་བདེ་སྒོ་ལས་ཁྲུ་ཕ་ཡོན་མ་ལས་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་ གཞུང་ཁྲིམས་ཁ་༡-༥ པ་ཉར་  
གཞུང་སྒྱུར་ ཆ་འཛིན་གྱི་གཞུང་ཐམ་གནང་ཏེ་ བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་གནང་ཁྲུ་བ་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....  
.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལྷ་དང་ ལྷ་ཚེས་.....ལྷ་

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

༡༢ གཞུང་སྒྱུར་པ་ མོ་.....རྩུགས།

༢༢ གཞུང་སྒྱུར་པ་ མོ་.....རྩུགས།

(འུ    བདེན་ཏུ་སོམ་ཉིའི་རྩ་བ་གཅིད་པའི་ .....ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་ཁྲིམས་ཁྲིའི་རྩུང་དུ།

སྒོ་གསུམ་གྲུས་    ང་

མིང་.....མོ་ ཡངན་ མོ། ཉུམ་ཆོས་..... མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....པ་  
ཡངན་ མ་མིང་.....ཁྲམ་ཡང་.....གྲུང་ཡང་.....གཡས་.....གྲོ་ལོག་.....  
.....ཇོང་ལག་.....རྩུང་ལག་.....ཁྲོམ་དེ་.....སྟོན་གནས་.....  
.....ལས་འགན་.....ཅན་མས་ རྩུང་བདེན་སྒོ་ལས་ཡུག་བཅས་ལུ་གསོལ།

### མཐུམ་ལུ།

གོང་མིང་.....རང་ཉིད་ བཅག་འབྱུང་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དོན་ལས་ རྩུང་བདེན་སྒོ་ལས་  
ཟུར་སྒྲགས་འབའ་གན་ཡུལ་མི་དེ་ ཁི་ཅོད་དང་ཉེས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་སྟོན་གྱི་ཁྲིམས་དཔེ་དོན་ཆོད་ ༩༩ པ་ཉར་ ངོས་ལེན་  
མཛད་དེ་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་གནད་བྱུང་ལུ་བ་མཆིན་མཁུ་ན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་དང་ ལྟེ་  
ཆོས་.....ལུ་

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

(ཁྲིམས་རྟགས་)

ལག་དཔང་ངོ་མིང་.....།

མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....།



(༣ བདེ་ཤིང་ལྷན་སྐྱེའི་དྲུག་པ་གཅིད་པའི་ .....ཁྱིམ་གྱི་འདུན་པའི་ཁྱིམ་ཁྱིའི་དུང་དུ།

སྒོ་གཞུང་གས་ ངོ་མིང་.....

.....ཕོ་ ཡང་ན་ མོ། སྒྱེས་ཚེས་.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེ་ཡང་..... ཕ་  
ཡང་ན་ མ་མིང་.....ཁྲམ་ཡང་..... ཁྱུང་ཡང་.....གཡུས་.....  
.....ཀློང་འོག་..... རྩེང་ལག་..... དུང་ལག་.....སྟོན་གནས་.....  
.....ལས་འགན་.....ཅན་མས་ དུང་བདེ་ཤིང་སྒོ་ལས་ཕྱག་བཅས་ལྟ་གསོལ།

གས་པ་རང་ཉི་ གནད་དོན་.....ལྟ་བུ་ཉི་ རྩེད་  
བཤེར་གྱི་དོན་ལྟ་ གས་པའི་རྒྱལ་མི་ ཡང་ན་ ངོ་ཚབ་པོ་མིང་.....ཕོ་ ཡང་ན་ མོ། སྒྱེས་ཚེས་.....  
.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེ་ཡང་..... ཕ་ ཡང་ན་ མ་མིང་.....ཁྲམ་ཡང་.....ཁྱུང་  
ཡང་.....གཡུས་..... ཀློང་འོག་..... རྩེང་ལག་..... དུང་ལག་.....  
.....སྟོན་གནས་..... རྒྱལ་མིའི་ལག་ཁྱེ་ཡང་..... ལས་འགན་.....  
.....བརྒྱན་འཕྲིན་ཡང་.....ཅན་མ་དེ་ དཔང་པོ་པོ་མིང་.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེ་ཡང་.....  
.....ཅན་མ་འཇོམས་ཐོག་ རྒྱལ་མི་ ཡང་ན་ ངོ་ཚབ་ལྟ་ རྩེད་གཞིའི་དབང་ཚད་དྲིལ་བུམ་སྟོན་ཚར་ལ་ཡིན།

**མཇུག་ལྟ།**

ཕྱི་ཆ་ད་ རྩེད་གཞིའི་བརྒྱུད་པའི་གས་ལ་ལྟ་དང་ལན་འདེབས་ གོས་ཚད་སྟོར་ཐག་གཅད་ལྟ་ནི་ ཉེས་ཁྱིམ་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་  
རྒྱལ་མི་ ཡང་ན་ ངོ་ཚབ་.....རང་གིས་ ཞི་རྩེད་དང་ཉེས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་སྟོན་གྱི་  
ཁྱིམ་དེ་བཙོན་ཚད་ ༣༣ པ་ཉུང་ རྩེད་གཞིའི་དབང་ཚད་ལེན་པའི་ཉི་མ་ལས་ རྩེད་བཤེར་ལྟ་བུ་ཉི་མ་ལེན་དང་ ཞི་  
རྩེད་དང་ཉེས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་སྟོན་གྱི་ཁྱིམ་དེ་བཙོན་ཚད་ ༡༠༡ པ་ལས་ ༡༠༣ རྩེད་གྲོང་སྟོན་ཉུང་ ཕྱག་ཕྱིན་ལྟ་ནི་

ཀྱམ་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚད་ ༢༥ པ་ཏུ་ དམ་བཅའ་ཁྲུ་བ་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....  
ལུ་དང་ ལྷི་ཚེས་.....ལུ་

ཕྱག་བཙུངས་

ཕུལ།

༡༽ ཅ་ཐོ་.....རྩ་གསུམ།

༢༽ ཀྱམ་མི་ ཡངན་ ངོ་ཚབ་.....རྩ་གསུམ།

༣༽ དཔང་ཕོ་.....རྩ་གསུམ།

(༣    བདེ་ཤིང་རྒྱ་སོམ་ཉི་ལྔ་བ་གཅིད་པ་ལི་ .....ཁྱིམ་གྱི་འདུན་སའི་ཁྱིམ་ཁྱིའི་རྩང་དུ།

སྒོ་གསུམ་གྲུས་ ངོ་མིང་.....

.....མོ་ ཡང་ན་ མོ། ཉུམ་ཚེས་.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེ་ཡང་.....པ་ ཡང་ན་  
མ་མིང་.....ཁྱུང་ཡང་.....གྲུང་ཡང་.....གཡུས་.....གྲོ་འོག་.....ཕྱིང་ལག་.....  
.....རྩང་ལག་.....འོད་གནས་.....ལས་འགན་.....ཅན་མས་  
རྩང་བདེ་སྒོ་ལས་ལྷག་བཅས་ཁྱ་གསོལ།

**མཚམས་ལྷ།**

ཁྱིམ་གྱི་འདུན་སར་ ཅོད་བཤེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཞི་ཅོད་དང་ཉེས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་ལྟོད་ཀྱི་ ཁྱིམ་དཔེ་དོན་ཚན་ ༣༣ པ་ཉར་  
གྲུས་པ་ལི་རྒྱལ་མི་ ཡང་ན་ ངོ་ཚ་བ་བཅུ་གསུམ་ཚེ་ག་པ་ལི་ བཀའ་རྒྱ་གནད་མི་འདི་ལུ་བཀྲིན་ཆེ་རྩང་ ཅོགས་བྱུང་དང་འགྲེལ་ལུ་ཀྱི་སྒོ་  
ལས་ རང་ཉིད་ཀྱིས་གཏོགས་ནི་ཨོན་མེ་ལས་ རྒྱལ་མི་ ཡང་ན་ ངོ་ཚ་བ་མ་དགོ་པ་ལི་ཁྱ་བ་ལུ་ ཁྱིམ་གྱི་འདུན་ས་ལས་ ཆ་  
འཛིག་མཛད་དེ་བཀྲིན་བསྐྱུང་གནད་ཁྱ་བ་མཁྱེན་མཁྱེ། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་ཚེས་.....ལུ་དང་བཟླ་ཚེས་.....ལུ་

ལྷག་བཅས་

ཡུལ།

། ཁྱིམ་རྒྱགས་དང་ལག་ཁྱིམ་། །

༣ བདེ་ཤུག་སོམ་ཉེ་རྩ་བ་གཅིད་པའི་ .....ཁྱིམ་གྱི་འདུན་སའི་ཁྱིམ་ཁྱིའི་རྩལ་།

སྒོ་གསུམ་གས་

ཅོད་བླ་ངོ་མིང་ .....མོ་ ཡང་ན་ མོ། ཉེ་མ་ཚོས་ .....མི་བྱངས་ལག་བྱེར་ཡང་ .....  
 "ཡ" ཡང་ན་ མ་མིང་ .....ཁྱམ་ཡང་ .....གྲང་ཡང་ .....གཡས་ .....མེད་འོག་ .....  
 .....ཡོང་ལག་ .....རྩལ་ལག་ .....སྟོད་གནས་ .....ལས་འགན་ .....  
 .....ཅན་མས་ རྩལ་བདེ་ཤུག་སྒོ་ལས་ཡུག་བཙེལ་ཁྱ་གསོལ།

- ༡༣ ཅོད་ཉེ་ག་ .....སྒོར་ རང་ལུ་ཉེ་འཇུགས་བཞག་མི་འདི་ངས་བདེ་ན་  
 ཡིན་པར་ རང་གིས་ཉེ་ཡིན་གསལ་ཁྱ་ཡུལ་མ་ཡིན།
- ༢༣ ཅོད་ཉེ་ག་སྒོར་ གཞོད་འགོལ་སྐབས་ ཉེ་འབྲེལ་པ་ངོ་མིང་ .....ཡོད་པ་ ཡང་ན་ མེད་པ་ བདེ་ན།
- ༣༣ གཞོད་འགོལ་སྐབས་ཀྱི་བྱ་སྟོན་ .....།
- ༤༣ གཞོད་ཉེ་ག་སྒོར་ སྐབས་བྱེད་ .....།

**མཚམས་ཁྱ།**

གོང་གསལ་ཅོད་ཉེ་ག་སྒོར་ ཞི་ཅོད་དང་ཉེ་ཅོད་བྱ་བའི་གཞན་སྟོན་གྱི་ ཁྱིམ་དེ་བདེ་ན་ཚན་ ༡༥ པའི་ནང་གསལ་ཉུར་  
 རང་སའི་དང་བླངས་དང་བཟུན་ རྩལ་བདེ་ཤུག་སྒོ་ལས་ ཉེ་འབྲེལ་ཁྱ་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་པ་ལས་ བཤེར་འདོད་མེད་པའི་ཁྱ་བ་  
 མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནས་ཁྱོ་ .....ཟླ་ .....ཚེས་ .....ལུ་དང་ ལྷོ་ཚེས་ .....ལུ་

ཡུག་བཙེལ་

ཡུལ།

རྩམས་ཀྱི་གས་དང་ལག་བྲིས་།

༤    བདེན་ཏུན་སོམ་ཀྱི་འི་རྩ་བ་གཅོད་པའི་ .....ཁྱེམས་ཀྱི་འདུན་སའི་ཁྱེམས་ཁྱིའི་རྩུང་ཕྱ།

སྒོ་གསུམ་གས་    ཅ་པན་འོ་

མིང་.....པོ་ ཡངན་ མོ། སྒྱེས་ཆོས་.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....པ་  
ཡངན་ མ་མིང་.....ཁྱེམ་ཡང་.....གྲུང་ཡང་.....གཡུས་.....ཀྱེ་འོག་.....  
"ཡོང་ཁག་.....རྩུང་ཁག་.....འོད་གནས་.....ལས་འགན་.....  
ཅན་མས་ རྩུང་བདེན་སྒོ་ལས་ལྷག་བཅས་ཁྱུ་གསོལ།

༡    འོ་མིང་.....པོ་ ཡངན་ མོ། སྒྱེས་ཆོས་.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....  
.....པ་ ཡངན་ མ་མིང་.....ཁྱེམ་ཡང་.....གྲུང་ཡང་.....གཡུས་.....ཀྱེ་འོག་.....  
.....ཡོང་ཁག་.....རྩུང་ཁག་.....འོད་གནས་.....ལས་འགན་.....།

༢    འོ་མིང་.....པོ་ ཡངན་ མོ། སྒྱེས་ཆོས་.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....  
.....པ་ ཡངན་ མ་མིང་.....ཁྱེམ་ཡང་.....གྲུང་ཡང་.....གཡུས་.....ཀྱེ་འོག་.....  
.....ཡོང་ཁག་.....རྩུང་ཁག་.....འོད་གནས་.....ལས་འགན་.....།

༣    འོ་མིང་.....པོ་ ཡངན་ མོ། སྒྱེས་ཆོས་.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....  
.....པ་ ཡངན་ མ་མིང་.....ཁྱེམ་ཡང་.....གྲུང་ཡང་.....གཡུས་.....  
.....ཀྱེ་འོག་.....ཡོང་ཁག་.....རྩུང་ཁག་.....འོད་གནས་.....ལས་འགན་.....།

**མཛམས་ཁྱ།**

ཅོད་དོན་.....སྒོར་ ཁི་ཅོད་དང་ཀྱེས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་ལྟོད་ཀྱི་ཁྱེམས་དཔེ་དོན་ཆོན་ ༣༤

པའི་ནང་གསལ་ཉུང་། གོང་གསལ་ཡང་ན་ ཟུང་གསལ་གྱི་དཔང་པོ་ འདུན་པ་དང་མཛད་དེ་གོས་པའི་ཁྱ་ཐ་དེ་ཁུང་། ཞི་ཚེ་དང་།  
ཉེས་ཚེ་དང་ཐུག་པའི་གནད་ལྟོད་ཀྱི་ ཁྲིམས་དཔེ་དོན་ཚན་ ༥༢ པའི་ནང་གསལ་གྱི་འགྲུལ་གྲུ་དང་། ཟད་འཁྱུས་ཡང་། གསལ་རང་གིས་  
སྟོད་ནི་ཡིན་པའི་ ངོས་ལ་ཉེ་ཁྱ་ཐ་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ལོ་..... ཟླ་..... ཚེས་.....  
ལུ་དང་། ལྷི་ཚེས་.....ལུ་

ཕྱག་ཐུགས་

ཕུལ།

༼ཁྲིམས་རྒྱ་གསལ་དང་ལག་ཁྲིམ་༽

(༣ བདེན་པུ་སོམ་ཉི་ལྔ་བ་གཅིད་པ་འདི་ .....ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་ཁྲིམས་ཁྲིའི་རུང་ལྟ།

སྒོ་གསུམ་གྱས་ ཅ་པན་དོ་

མིང་.....པོ་ ཡངན་ མོ། ཉུམ་ཆོས་.....མི་ཁྱུངས་ལག་བྱེ་ཡང་.....པ་  
ཡངན་ མ་མིང་.....ཁྲིམ་ཡང་.....གྲུང་ཡང་.....གཡུས་.....སྒྲིད་འོག་.....  
.....ཡོང་ལག་.....རུང་ལག་.....སྒྲིད་གནས་.....ལས་འགན་  
.....ཅན་མས་ རུང་བདེན་སྒོ་ལས་ཡུག་བཅས་ལྟ་གསོལ།

**མཆོམས་ལྟ།**

ཅ་པན་གྱི་ཅོད་དོན་.....སྒོར་ ཁྲིམས་འདུན་ལས་ ཁྱི་ཅོད་དང་ཉེས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་  
བྱོད་ཀྱི་ ཁྲིམས་དཔེ་དོན་ཆོད་ ༣༤ པ་ཉར་ དཔལ་པོ་འགྲགས་བཅུ་མཇུག་དགོ་པ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ གོ་སྐབས་སྤྱི་ལ་བུམ་གནད་ཡོད་  
རུང་ ཅོད་གཞི་དེ་གི་དོན་ལྟ་ དཔལ་པོ་འཛོ་དགོ་པ་མེད་པ་འདི་ ཉུན་སྒྲོན་ལྟ་བུ་མཆིན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....  
.....ཆོས་.....ལྟ་དང་ ལྟེ་ཆོས་.....ལྟ་

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

རྩ་ཁྲིམས་རྟགས་དང་ལག་བྲིས་༽

འབྲི་ཤོག་བཅོ་བརྒྱད་པ། .....འབྲི་ཤོག་བཅོ་བརྒྱད་པ།

སྒྲིག་པ་ལྟ་བུ་    ཅ'

མངོན་ལྟོན་མེད་པའི་མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་ .....མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་

མངོན་ལྟོན་མེད་པའི་མངོན་ལྟོན་ .....མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་

.....མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་ .....མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་

མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་

**མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་**

༡༽

༢༽

༣༽

༤༽

**མངོན་ལྟོན་**

མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་ .....མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་

.....མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་ .....མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་

མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་ .....མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་

མངོན་ལྟོན་

མངོན་ལྟོན་

མངོན་ལྟོན་གྱི་མངོན་ལྟོན་



(ཟུ    བདེན་ཚུན་སོམ་ཉིའི་རྩ་བ་གཅོད་པའི་ .....ཁྱེད་ཀྱི་འདུན་སའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཉིའི་རྩུང་དུ།

སྒོ་གསུམ་གྱུས་

ཅ་ཡན་ངོ་མིང་.....ཡོ་    ཡངན་    མོ།    ཉེས་ཆོས་.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....ཡ་  
ཡངན་    མ་མིང་.....ཁྲམ་ཡང་.....གྲུང་ཡང་.....གཡས་.....གྲོ་  
འོག་.....ལྡོང་ལག་.....རྩུང་ལག་.....སྒོ་གསུམ་.....  
ལས་འགན་.....ཅན་མས་    རྩུང་བདེན་སྒོ་ལས་ལྷག་བཅས་ཁྱེད་ཀྱི་སྒོ་ལ།

**མཛམས་ལྟ།**

ཞི་ཅོད་དང་ཉེས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་ལྟོད་ཀྱི་    ཁྱེད་ཀྱི་འདུན་སའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཉིའི་རྩུང་དུ་གསུང་གསུང་ལྟར་  
འགྲུགས་བཅུ་མཛད་པའི་    དཔང་པོ་དང་ལྷན་ཅིག་    ཅ་ཡན་རང་སོམ་ཅོད་ཉེས་ཅོད་ལྟར་གསུང་གསུང་ལྟར་  
ལྟོག་ལྟོགས་དཔང་པོ་དེ་ལྟ་    དཔྱད་དཔྱད་ཆོག་པའི་གོ་སྐབས་གནད་ལྟོད་ཀྱི་བསྐྱེད་དགོ་པའི་ལས་    དཔང་པོས་དག་ཅོག་  
ཞི་བ་གསལ་ཁྱེད་ཀྱི་སྒོ་ལ།    ཡིག་ཅོག་བཞག་དེ་ལྟ་ལ་མི་དེ་ཡང་    རང་སོམ་ལྟོག་པའི་སྐད་ཀྱི་ཅོག་ལྟ་    གསལ་བཤད་གནད་ཅུང་སྐད་  
ཡོད་པར་ཁྱེད་ཀྱི་མཛམས་ལྟ།    ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལྟ་དང་སྤྱི་ཆོས་.....ལྟ་

ལྷག་བཅས་

ལྟ།

། ཁྱེད་ཀྱི་ཉེས་ཅོད་དང་ལག་ཁྱེར་།



༤༣    བདེ་ཤིང་ལྷན་སྐྱོད་ཀྱི་ཐུག་ཅིང་པའི་ .....ཁྱེ་མཁས་ཀྱི་འདུན་སའི་ཁྱེ་མཁས་ཁྱེ་འདུན་པ།

སྒྲིག་ལུས་ཀྱས་ ཅ་པན་

ངོ་མེད་ .....ཕོ་ ཡངན་ མོ།    སྒྲིལ་ཆོས་ .....མི་ཁྱེད་ས་ལག་ཁྱེད་ཡང་ .....  
.....པ་ ཡངན་ མ་མེད་ .....ཁྱེ་མཁས་ཡང་ .....ཁྱེད་ཡང་ .....གཡས་ .....  
.....ཀྱི་འོག་ .....ཕྱི་ལག་ .....རྒྱུ་ལག་ .....སྒྲིག་གནས་ .....  
.....ལས་འགན་ .....ཅན་མས་ རྒྱུ་མཁས་ཀྱི་ལས་ལྷན་བཅས་ཁྱེ་གསེལ།

### གནད་ཤོག།

༡༥    ཁྱེ་ཅོད་དང་ཀྱིས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་ལྟོན་གྱི་ ཁྱེ་མཁས་དེ་བུ་དོན་ཆེན་ ༣༡.༢ པ་ཏྲ་ས་ གཤམ་གྱི་ཤོག་ལོད་པའི་ཁྱེད་ས།

### ཡངན།

- ༢༥    ཁྱེ་ཅོད་དང་ཀྱིས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་ལྟོན་གྱི་ ཁྱེ་མཁས་དེ་བུ་དོན་ཆེན་ ༥༩.༢ ལ༥ པ་ཏྲ་ས་ རྒྱ་དོས་མི་ལ་བུམ་ ཡངན་  
ཆ་ཤས་ཅིག་ འཕྲོ་བཞུག་གམ་ རྒྱལ་ཆག་ གཞན་ལ་བཅེད་བ་ སྒྲིག་གོང་ཀྱིས་ཁྱེ་མཁས་ལྟོན་འགོག།
- ༣༥    ཁྱེ་ཅོད་དང་ཀྱིས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་ལྟོན་གྱི་ ཁྱེ་མཁས་དེ་བུ་དོན་ཆེན་ ༥༩.༢ ག༥ པ་ཏྲ་ས་ རྒྱ་དོས་མི་ལ་བུམ་ ཡངན་  
ཆ་ཤས་ཅིག་གཞན་ལ་མེད་ཀྱི་ལས་བཀའ་ཐབས།
- ༤༥    ཁྱེ་ཅོད་དང་ཀྱིས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་ལྟོན་གྱི་ ཁྱེ་མཁས་དེ་བུ་དོན་ཆེན་ ༥༩.༢ ང༥ པ་ཏྲ་ས་ གཞོ་ཁྱེ་མཁས་དང་ ཁྱེ་ཅོད་  
ལས་ ཆེད་དམིགས་ཀྱིས་འགལ་བའི་འབྲེལ་གནད།
- ༥༥    ཁྱེ་ཅོད་དང་ཀྱིས་ཅོད་བྱ་བའི་གནད་ལྟོན་གྱི་ ཁྱེ་མཁས་དེ་བུ་དོན་ཆེན་ ༦༠.༢ པ་ཏྲ་ས་ རྒྱ་ཅོད་ལྟོན་པའི་གཞི་གནད།





འུ་ བདེན་ཕྱི་ལོ་མ་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་འགྲོ་ལོ་ .....ཁྱི་མ་མ་ཀྱི་འདུན་ལོ་ཁྱི་མ་མ་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་

མོ་གཞུང་གས་

ངོ་མིང་ ..... མོ་ ཡང་ན་ མོ་ སྐྱེས་ཆོས་ .....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེ་ཡང་ .....  
ཡ་ ཡང་ན་ མ་མིང་ .....ཁྱུང་ཡང་ .....གྲུང་ཡང་ .....གཡུས་ .....ནི་  
འོག་ .....ཐོང་ཁག་ .....ཕྱང་ཁག་ .....ལས་འགན་ .....ཅན་མའི་  
འགྲེལ་བཞག་ལོ་མི་ ངོ་མིང་ .....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱེ་ཡང་ .....ཁ་སྐྱོད་ .....ཐོག་  
ལུ་ སྐྱོད་བརྒྱུ་པ་ངོ་མིང་ .....ལོ་ལྟ་ནས་ .....ཅན་མ་བརྒྱུད་དེ་ ཕྱང་བདེན་མོ་ལས་འག་  
བཞག་ལུ་གསལ།

ཕྱི་ལོ་ཆད་གོང་ལུ་ཕྱི་ལུ་འུ་པ་པ་ལོ་ལོ་ཆོ་ ཀྱིས་ཁྱི་མ་མ་ཕྱི་ལོ་ལུ་ལོ་པ་མ་ཁྱེ་མ་ཁྱེ། ཁྱི་མ་ལོ་ལོ་ .....  
ལྷ་ .....ཆོས་ .....ལུ་དང་ ལྷ་ཆོས་ .....ལུ་

ཕྱི་ལོ་ལོ་

ལུ།

འུ་ཁྱི་མ་མ་ཕྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

၁၃ သုံးစွဲမှုစံနှုန်းနှင့်ပတ်သက်သည့်အချက်အလက်များ

အခြေခံအုတ်မြစ်

အခြေခံအုတ်မြစ် အသွယ်အစွယ်စာအုပ်... အခြေခံအုတ်မြစ် အသွယ်အစွယ်စာအုပ်... အခြေခံအုတ်မြစ် အသွယ်အစွယ်စာအုပ်...

အသွယ်အစွယ်စာအုပ်

အသွယ်အစွယ်စာအုပ်

အသွယ်အစွယ်စာအုပ်... အသွယ်အစွယ်စာအုပ်... အသွယ်အစွယ်စာအုပ်... အသွယ်အစွယ်စာအုပ်... အသွယ်အစွယ်စာအုပ်...

အသွယ်အစွယ်စာအုပ်

အသွယ်အစွယ်စာအုပ်

- ၁၃ အခြေခံအုတ်မြစ် အသွယ်အစွယ်စာအုပ်... အခြေခံအုတ်မြစ် အသွယ်အစွယ်စာအုပ်... အခြေခံအုတ်မြစ် အသွယ်အစွယ်စာအုပ်...

༣ བདེན་ཙུག་སོམ་ཀྱི་དྲ་བ་གཅོད་པ་འི་ .....ཁྱིམ་ས་ཀྱི་འདུན་ས་འི་ཁྱིམ་ས་ཁྱིའི་རུང་དུ།

གྲོ་གསུམ་གྲུས་ ཅ་ཡན་འོ་

མིང་.....མོ་ ཡངན་ མོ། སྒྱེས་ཚེས་.....མི་ཁྱུངས་ལག་ཁྱུང་ཡང་.....ཡ་ ཡངན་  
མ་མིང་.....ཁྱམ་ཡང་.....གྲུང་ཡང་.....གཡུས་..... རྟེན་འོག་.....  
.....ཨོང་ཁག་.....རུང་ཁག་..... རྟོན་གནས་.....ལས་འགན་.....  
.....ཆུ་མས་རྒྱང་བདེན་གྲོ་ལས་ཡུག་བཅས་ཁྱ་གསོལ།

**མཚམས་ཁྱ།**

ཅོད་ཀྱི་གྲོ་སྒོ་ ཅ་ཡན་ནམ་ རང་སོའི་རྒྱུ་མི་ ཡངན་ ངོ་ཚབ་ལུ་ ཞི་ཅོད་དང་ཀྱིས་ཅོད་བྱ་བ་འི་གནད་སྟོན་གྱི་ ཁྱིམ་ས་དེ་བདེན་  
ཚན་ ༩༢ པ་ཉར་ ཅོད་གཞི་དང་རྒྱུ་བ་བྱེད་ བཤེད་བཅུད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཤོ་སྐྱབས་གནང་མ་བཞིན་དུ་ ཅོད་ཀྱི་གྲོ་གྲོ་བཞུགས་ལུ་དང་  
རྒྱུ་བ་བྱེད་ཡུལ་ནི་ ཞི་བ་དཔྱད་དང་ དཔལ་པོ་མཉུན་བདེ་མཆོད་དགོ་པ་ གནོད་བཤེད་ལ་སོགས་པ་ ཞི་ཅོད་དང་ཀྱིས་ཅོད་བྱ་བ་འི་  
གནད་སྟོན་གྱི་ཁྱིམ་ས་དེ་བཟུང་ ཉུན་གསན་དེ་མ་པ་འི་སྐྱབས་ ཁྱིམ་ས་འདུན་ལས་ ཤོ་སྐྱབས་ཕྱི་ལ་བུམ་གནང་ཡོད་པ་ལས་ ཡིན་  
ཆད་ དེ་ལས་འགལ་བ་འི་གནད་དོན་གང་ཡང་ཁྱ་ཉི་མེད་པ་མཆིན་མཆིན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་ཚེས་.....ལུ་དང་  
བྱི་ཚེས་.....ལུ་

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

རྒྱ་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་གསུང་ལག་བྲིས་༽



৬.৩ **দৃষ্টান্ত**

ལྟེན་པ་རྒྱུད་ གཞུང་སྐྱེ་གཏིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་བ་འི་སྐབས་ གཞུང་ཟེར་མི་འདི་ གཞུང་སྟོང་ཅུན་དེ་རྒྱམ་གསུམ་དང་  
 འབྲེལ་བ་འི་ལས་ཁང་ཚུ་དང་ རྒྱལ་གཞུང་དྲག་ཁག་རྒྱམ་གསུམ་དང་ འབྲེལ་བ་འི་ལས་ཁང་ཚུ་ལཱ་གོ་མ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་  
 འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་རྒྱམ་གཞག་ ལེའུ་བཞི་པ་འདི་ནང་གི་ གཞུང་འབྲེལ་ཟེར་བ་འི་གཞུང་འདི་ བོད་གསལ་རྒྱལ་  
 གཞུང་གིས་མ་དོ་བར་ སྐྱེ་དེ་ཚུ་ཡིན་ཅུང་ མི་ངོ་རང་རྒྱུད་ཅེ་ཅེ་བཞི་ནུ་གི་ མཐའ་དོན་མིན་པར་ མི་དེ་ལྟེན་དོན་  
 ལཱ་ གཞི་བཅུགས་འབད་ཡོད་པ་འི་ཚུགས་པ་དང་ ཚེད་དེ་ སྐྱེ་དེ་འི་ལྟེན་དོན་གི་རིགས་ཚུ་ཡང་ གཞུང་འབྲེལ་གི་  
 གངས་སུ་ ཅོས་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད། དེ་འབད་མ་ལས་ ཡིག་ཚང་གི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་གི་གཞུང་འབྲེལ་  
 ཡིག་འབྲུལ་ལམ་ལུ་གས་འདི་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་ཡིག་ཚང་དང་ སྐྱེ་དེ་འི་ཡིག་ཚང་ག་ར་ལཱ་ ལུ་བཅུགས་པ་  
 ཡིན།

## 6.2 ସ୍ତ୍ରୀ

၂၉၃

ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱུང་འཛིན་གསལ།

- ག      གསར་བསྐྱོས་བཀའ་བྱུང་།  
ཁ      གནས་སེར་བཀའ་བྱུང་།  
ག      གོ་གནས་ཡར་སེང་བཀའ་བྱུང་།  
ང      དཀོངས་གྲོལ་བཀའ་བྱུང་།  
ཆ      རྒྱལ་གཞི་བཀའ་བྱུང་།  
ཆ      ལས་ཚབ་བཀའ་བྱུང་།  
ཇ      གནས་གྲོལ་བཀའ་བྱུང་།  
ཉ      ལོ་བཟླ་དུལ་ཡོགས་ ཡར་སེང་བཀའ་བྱུང་།  
ཉ      ཉེས་ཆད་བཀའ་བྱུང་།  
ཐ      ཉེས་འཛུགས་བཀའ་བྱུང་།  
ད      ལུ་གཞི་ལས་ བརྟེན་བརྟེང་བའི་བཀའ་བྱུང་།  
ན      དཀོངས་ཡོག་བཀའ་བྱུང་།  
པ      དཀོངས་ཡོག་གྲུབ་པའི་བཀའ་བྱུང་།  
ཕ      ལུ་བཀོད་བཀའ་བྱུང་།  
བ      ཏ་སྟོར་བཀའ་བྱུང་།  
མ      དུལ་སྟོན་གནད་བ།  
ཆ      མཁེ་སྐྱབ་མངག་ཆའི་བཀའ་བྱུང་།  
ཆ      ཉེ་བརྟེན་ཡི་གྲ།  
ཇ      ངལ་གསེའི་གནད་བ།

८.३ **श्रीशङ्करः**

གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་འདི་ རྟེན་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ ལག་ལཱ་འཐབ་དཀོལ་ཡིན་མེད་པས་ མོང་ལུ་ལུ་  
 དང་པ་ གཞུང་འབྲེལ་ལྷ་ཡིག་གི་སྐབས་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ རྟེན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ ལྷ་ཡིག་གི་བཀོད་དང་  
 འཁྲུལ་ཏེ་ ལག་ལཱ་འཐབ་དཀོལ་ཡིན།

ལས་ཁུངས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་མཚན་བསྟན།

གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་གྱི་ཡིག་རིགས་ཚུ་གྱ་ ཡིག་ཚང་གི་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ དེས་བདེ་ཡིན་པའི་བདེ་སྤྱོད་གྱི་  
 དོན་ལུ་ ཡིག་ཚང་གི་ལས་ཁུངས་ནང་ ཡུལ་རྒྱུགས་གནང་མི་གི་ གོ་གནས་ཀྱི་མཚན་ཁུངས་ལོ་ལྟོ་ལོ་ལྟོ་ དེ་ཡང་ ཡི་  
 གྲུ་ལྟེ་བ་བྱང་གི་རིགས་ལུ་ ཡུལ་རྒྱུགས་གནང་མི་གི་ གོ་གནས་ཀྱི་མཚན་ཁུངས་དེས་པར་དགོ་པའི་ཁར་ དེ་སྤྱོད་ཡིག་  
 རིགས་ལུ་ ལས་ཁུངས་དང་མཚན་ཁུངས་གཉིས་ཅེ་ཅེ་དགོ་དགོ་པ་ཡིན།

ཡིག་ཚང་གི་དོ་རྒྱལ་ས་ལས་ཟམ་འདི་ ལག་ཁྱེད་དང་ཚན་ཟམ་གྱི་རིགས་ རོ་སྤྱོད་དང་རྒྱལ་ས་མཁི་བཀའ་ཤོག་ ཉེག་  
མཛེ་ཡིག་རིགས་དང་གན་རྒྱ་ ཅིས་བྱམ་ཡིག་ཆ་དང་ འཕྱོར་རྒྱལ་ས་ཡིག་རིགས་ཚུ་ལུ་ མིང་ཡིག་མཚན་རྒྱལ་ས་དང་  
གཅིག་ཁར་ རྒྱལ་དགོ་པ་ཡོད། དེ་ཡང་ ཡི་གུ་འི་མཚུག་གི་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་དང་གཉིས་ གང་རུང་ཡེ་ཤ་ཉེ་རྒྱལ་སྤུ་  
ཡོད་པ་ལེ་ཁར་ འདི་གྱ་གི་ལྷག་ཅི་འདི་ཡང་ སྤྱིར་བརྒྱུད་གནག་པོ་དང་ རྟོན་མོ་ ཅང་ལ་ཚུ་ལག་ལུ་འབྲུ་ལ་ཟམ་པ་ཡོད།

ဒုတိယ

གོ་གནས་ཀྱི་མཚན་ཟམ་ཟེར་མི་འདི་ ཡུལ་རྒྱལ་ས་གནང་མི་གི་གོ་གནས་དང་ ཁ་བྱང་གི་ཡུལ་ཟམ་ཁོ་གས་སུ་བཟེན་  
ཡོད་མི་འདི་ལྟ་གོ་ནི་དང་། ལས་ཟམ་ཟེར་མི་འདི་ ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་རྒྱལ་ས་ཡུལ་ཟམ་ མང་ཤོས་ཀྱིས་ར་ སྒོར་བེའུ་  
སྒྲེ་བཟེན་ ཡོད་མི་འདི་ལྟ་སྤངས་ཡིན།

6. རྒྱ་རྒྱུ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་

གོ་དོན་དང་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཡིག་འགྲུལ་དབྱེ་བ་སོ་སོའི་ རིག་ཁྱུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

**6.4** གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་གྱི་དཔེ་བཞག་།

၇ ရာမဒ'သန့်'မ'သဂ'ဒ'ဇွဲ

**ཆོད་ནི།**

གསར་བསྐོས་པག་ཏུ་བཅའ་མི་འདི་ མིང་ཆེན་ལཱ་ལཱ་གཞིག་ནང་ འགོ་བློན་གསར་བཙུགས་དང་  
འགན་ཁག་གསར་པ་ཆེན་ནང་ གསར་བསྐོས་འབད་མི་འདི་ཡིན།

ਸਭਨ੍ਹੇ ਤੇ।

၁. ဆရာတို့၏အားပေးမှုသည် အားပေးမှုပေးသည်။
၂. အားပေးမှုသည် အားပေးမှုပေးသည်။
၃. ဆရာတို့၏အားပေးမှုသည် အားပေးမှုပေးသည်။
၄. အားပေးမှုသည် အားပေးမှုပေးသည်။
၅. ဆရာတို့၏အားပေးမှုသည် အားပေးမှုပေးသည်။
၆. အားပေးမှုသည် အားပေးမှုပေးသည်။

འབྲེལ་གྱི་མཁུ་ཏེ་ཁར་ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཅིན། མཚན་ལུ་ ས་ཡིག་བཀོད་སར་  
 མཚན་རྒྱུང་མ་གཅིག་ གྲག་ཤད་ནང་བཅུགས་ནི་དང་ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་ཉམ་ལུ་མེད་པ་ཅིན། ས་  
 ཡིག་བཀོད་ས་ལུ་མཚན་དང་གཅིག་ཁར་ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་བཅུགས་དགོ།  
 གསར་བསྐྱོས་བཀའ་རྒྱའི་ འདྲ་བཤུས་གོ་རིམ་རྒྱིག་ཟངས་འདི་ རྩོམ་ལམ་དང་འཁྲུལ་བ་ཅིན་  
 དང་པ་ དང་ལཱ་ལྟེ་ལོ་མ་ ག་གིས་འབད་དགོ་པའི་མི་ལོ་མ་འདི་དང་ འདི་གི་ཤུལ་ལས་རྩ་ན་ཁྱུ་ཅུ་མ་  
 ཡུལ་དགོ་མི་ཚུ་ བཀོད་དགོ་པ་ཡིན་ཅུང་ དཔེ་བཀོད་འདི་ནང་ལུ་ གྲས་ནམས་གཙོ་བོར་བཟུང་ཉེ་  
 གོ་གནས་མ་རྩོད་མའི་གོ་རིམ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ བཀོད་དགོ་པ་སྐྱེ་བཅོ་བཞག་ཡོད།

ဒုတိယ

གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་རིགས་ཀྱི་དཔེ་བཀོད་ནང་ ཡིག་བཀོད་འོ་མ་འེལ་ བཀོད་ཤོག་འེ  
ཡང་བཟོ་བྱེ་ཡོད་པ་ལས་ ལག་ལཱེ་འབྲེལ་ཆུ་གིས་བཀོད་ཤོག་འེ་ནང་ འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་བརྩ་དོན་  
ཆུ་བཅུགས་ཀྱེ་ གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་འདི་ འཇམ་རྩྱུང་རྩྱེ་སྤེལ་ག་ལཱེ་འབྲེལ་ཆོག་པ་སྤེལ་ཡོད།

དཔེ་བཞེད་ , ༥༡ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞུང་ཚུན་ཚུན་ལས་ལས་ གི་གཞི་གཞུང་གསར་བསྐྱོད་ཀྱི་གཞུང་གཞི་

**གསར་བསྐྱོས་བཀའ་བྱ།**

ཐེམ་ཡུག་ཡོང་ཁག་བདག་སྐྱོང་ནང་ ལམ་སྲོལ་འགོ་དཔོན་གྱི་ གོ་གནས་ཅིག་ས་རྩོད་ཡོད་མི་ནང་ དགོས་མཁོ་འདོད་ཆེན་  
གཞི་ལུ་འོས་འབབ་ཆེ་བའི་ མིང་གསལ་འོག་ལུ་འཁོད་མི་འདི་ ལྷི་ཆེས་ ༡༥/༠༥/༢༠༠༩ ལུ་ ཆེན་པའི་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་  
གཞུག་ཏུ་ཆེན་ཐེངས་ ༧༥ པའི་གྲོས་ཚད་ཡང་ ༠༩ པའི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ གནམ་འབྲུ་བྱ་བ་ཅི་ མི་ངོམ་འདི་  
ཐེམ་ཡུག་ཡོང་ཁག་གི་ལམ་སྲོལ་འགོ་དཔོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་ཏུ་རྩ་ གསར་བསྐྱོས་ཀྱི་གནང་བ་གནང་ཡོད་པ་ལས་ གཞུག་  
བཅུག་གྱི་བཀའ་བྱ་བ་འོ་མ་ ཡོང་ཁག་བདག་སྐྱོང་གི་ཁོངས་ལས་བརྟན་དགོཔ་ཡིན།

མིང་གསལ།	:	.....།
ཞི་གཞུག་འོ་རྩ་གསལ་ཡང་།	:	༢༠༠༥༠༧
མི་ཁྲུངས་ངོ་སྟོན་ཡང་།	:	༡༠༠༥༤༣༢༤༤
གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ།	:	ལམ་སྲོལ་འགོ་དཔོན།
གོ་གནས་ཀྱི་གནས་འཛིན།	:	ཁྱད་འཛིན་ ༤ པ།
གོ་གནས་ནང་གསལ་གནས་འཛིན།	:	༧
ལཱ་འཛིན་གཏོ་བའི་ལཱ་ལྟེ་ཆེན།	:	ལམ་སྲོལ་དང་རྒྱ་དྲ་ཡིག་ལྟེ་ཆེན།
ནང་གསལ་ལྟེ་ཆེན།	:	ལམ་སྲོལ་ལྟེ་ཆེན།
དཔུལ་ཡོགས་ཐོབ་ཆེན།	:	༡༠༣༣༥-༢༠༠-༡༦༣༠༠
གསར་བསྐྱོས་ཟླ་ཆེས།	:	༠༡/༠༧/༢༠༠༩

མི་ངོམ་འདི་ ཏུན་ཆེན་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་ སྒྲིག་གཞི་འཛུམས་ལུགས་དགོངས་དོན་ཏུ་ ལོ་ངོ་གཅིག་ཏུ་མས་ཆེན་  
ལཱ་འཛིན་ལུ་སྐུ་ཆེན་ཐོབ་ཡིན་པ་ལས་ དེ་འདི་འོ་མ་ ཁོ་རའི་ལཱ་འགན་ལུ་འབྲུས་ཤོར་མེད་པའི་ འགན་ཁུར་འདྲོངས་

ཚུགས་པ་ཅི་ཞེ་གྲན་གཡོག་གི་ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ་ ལོགས་ལུ་བརྟེན་དགོ། ཞི་གཡོག་པ་དེའི་དྲན་ཐོའི་དྲན་ལུ་ ཡིག་ཚང་བཀའ་  
བྱའི་འདྲ་གཅིག་ ལྷ་ལུ་ཡུལ་དགོ་པའི་བྱུལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ཡུལ་ཚུགས་ཀྱི་བཀའ་བྱ། གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལ།

(སངས་བྱུང་ཡུལ་ཚུགས།)

ཡུལ་འཛིན།

༡) རྒྱ་ཡིག་གི་འདྲ་ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་གོ་གནས་མཐོན་མའི་ གོ་ཤིམ་བཞུགས་པ་བཟོ་བྱེ་གྲང་དགོ་པ་ཡིན།

# ၃-ပုံစံ ၂၊ နှစ်စဉ်အသစ်ပြောင်းလဲနေသော အသစ်ပြောင်းလဲနေသော အသစ်ပြောင်းလဲနေသော

ယခင်က.....

နှစ်စဉ်.....

## အသစ်ပြောင်းလဲနေသော

.....၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့၊ နံနက် ၈ နာရီခန့်တွင် အသစ်ပြောင်းလဲနေသော  
 အသစ်ပြောင်းလဲနေသော ၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့၊ နံနက် ၈ နာရီခန့်တွင် အသစ်ပြောင်းလဲနေသော  
 အသစ်ပြောင်းလဲနေသော ၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့၊ နံနက် ၈ နာရီခန့်တွင် အသစ်ပြောင်းလဲနေသော  
 .....၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့၊ နံနက် ၈ နာရီခန့်တွင် အသစ်ပြောင်းလဲနေသော  
 .....၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့၊ နံနက် ၈ နာရီခန့်တွင် အသစ်ပြောင်းလဲနေသော

- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :
- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :
- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :
- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :
- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :
- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :
- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :
- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :
- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :
- အသစ်ပြောင်းလဲနေသော :

အသစ်ပြောင်းလဲနေသော အသစ်ပြောင်းလဲနေသော အသစ်ပြောင်းလဲနေသော  
 အသစ်ပြောင်းလဲနေသော အသစ်ပြောင်းလဲနေသော အသစ်ပြောင်းလဲနေသော

နှစ်ရက်ပတ်လုံး ရက်စွဲအရက်အမျိုးအမည်နှင့် နှစ်ရက်ပတ်လုံး နှစ်ရက်ပတ်လုံး  
 နှစ်ရက်ပတ်လုံး နှစ်ရက်ပတ်လုံး နှစ်ရက်ပတ်လုံး နှစ်ရက်ပတ်လုံး နှစ်ရက်ပတ်လုံး

( ..... )  
 .....

၁) နှစ်ရက်ပတ်လုံး နှစ်ရက်ပတ်လုံး နှစ်ရက်ပတ်လုံး နှစ်ရက်ပတ်လုံး နှစ်ရက်ပတ်လုံး



# ၃. ပူးတွဲချက် ၃. ၂၂။ ကိုဗစ်-၁၉ ရှင်သန်မှုဆောင်ရွက်ရန် ဖိစီးမှုမရှိစေရန် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ရန်ကုန်မြို့တော်အတွင်း နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်များ

ဖိစီးမှုမရှိစေရန်

ပူးတွဲချက် ၃. ၂၂။

## ရန်ကုန်မြို့တော်အတွင်း နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်များ

ရန်ကုန်မြို့တော်အတွင်း နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်များကို ၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၂၄ ရက်နေ့၊ နံနက် ၈ နာရီ ၀၀ မှစ၍ အောက်ဖော်ပြပါအတိုင်း အကျဉ်းချုပ်ချမှတ်ခဲ့ပါသည်။

နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	.....
နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၂၄ ရက်နေ့
နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၂၄ ရက်နေ့
နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်
နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်
နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်
နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်
နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်
နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်
နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်	:	နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်

ရန်ကုန်မြို့တော်အတွင်း နေထိုင်မှုစည်းကမ်းချက်များကို ၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၂၄ ရက်နေ့၊ နံနက် ၈ နာရီ ၀၀ မှစ၍ အောက်ဖော်ပြပါအတိုင်း အကျဉ်းချုပ်ချမှတ်ခဲ့ပါသည်။

ངོམ་རང་ལུ་ཡོག་པའི་ལཱ་ལག་ན་ལུ་ ཉུག་བསམ་ནམ་དག་གི་ རྩང་བདེ་དང་རྩང་ས་གསལ་ གྲན་སྟོན་ཚུ་ལ་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་  
བཙོན་ཤུགས་བསྐྱེད་དེ་ ཞི་གཡོག་གི་བཅའ་ཡིག་དང་ སྒྲིག་གཞི་འཁམས་ལུ་གསུང་ཚུ་ལས་ མ་ལག་ལ་བར་ ཡུག་ཡིད་ལགས་  
ཤོམ་སྒྲེལ་ཏུ་དགོ་པའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ། གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལ།

(དབང་ཡུག་རིག་འཛིན།)

ཕྱིང་བདག

༡) རྩ་ཡི་གུ་འཛུ་ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་གོ་གནས་མཐོ་དམའི་ གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བཟོ་བྱེ་གཏང་དགོ་པ་ཡིན།



ངོམ་རང་ལུ་ཡོག་པའི་ལཱ་འགན་ལུ་ ཉུག་བསམ་ནམ་དག་གི་ རྩང་བདེན་དང་རྩང་ས་གསལ་ གྲན་སྟོན་ཚུ་ལ་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་  
 བཙོན་བྱགས་བསྐྱེད་དེ་ ཞིག་ཡོག་གི་བཅའ་ཡིག་དང་ སློག་གཞི་འཁམས་ལུགས་ལས་མ་འགལ་བར་ ཡུག་ཕྱིན་ལགས་ཤོམ་སྟེ་  
 རྒྱ་དགོ་པའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ་ གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ།

( ..... )  
 .....

༡) རྒྱ་ཡི་གཞི་འཁམས་ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་གོ་གནས་མཐོན་མའི་ གོ་སྐུལ་བཞུགས་པུ་བཟོ་བྱེ་གཏང་དགོ་པ་ཡིན་པུ།

དཔེ་བཞེད་ ༥ ཡ། ཡིག་ཚང་རང་ཁྱེད་མང་ཚད་ཡོད་པའི་ ཞིག་ཡོག་པ་གསར་བརྒྱུ་ལ་འགན་ཁུར་བྱ།

ਅੰਕ 'ਭਾਗ' .....

ಪ್ರೀತೆ.....೧೨

**གཤམ་པ་སྒྲོལ་པ་གཤམ་ཏུ།**

[illegible]

མིང་གསལ། : .....

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय : ३००५८७

མི་ཁྱུངས་འོ་སྤྱོད་ཀྱང་། : 20040326

གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ། : དེ་གཞིགས།

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་དེམ། : རྒྱལ་སྤྱིའི་ ༣ པ།

གོ་གནས་ཀྱང་གསལ་གནས་ཤིང་། : ༡

ལཱ་འགན་གཙོ་བོའི་དེ་ཆོད། : ལྷོ་འབྲུང་འགན་སྒྲིལ་དེ་ཆོད།

ရက်စွဲ : နေ့စွဲ

දුරකථන අංකය : 6400-240-20300

གཤམ་བསྐྱོན་བྱེད་མེད། : 02/02/2002

མི་ངོམ་འདི་ ཁོ་ངོ་གཅིག་ཀྱི་མས་ཆོད་ཁལ་གྱི་འི་ རྒྱས་ཆོད་སྒྲེ་བཞག་ཡོད་པ་ལས་ དེ་འི་རིང་ལུ་ ཁོ་རའི་ལཱ་འགན་ལུ་  
འབྲུག་གོ་ར་མེད་པ་འི་ ངོས་འཛིན་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུང་མ་གཅིག་ གཏུན་གཞིག་ལུ་ཆ་འཛིག་འབད་ནི་ཨིན། དེ་ལས་བརྟེན་

མིང་མ་རང་ལུ་ཡོག་པ་ལི་ལཱ་འགན་ལུ་ ཉུག་བསམ་ནམ་དག་གི་དྲང་བདེ་དྲང་དྲངས་གསལ་ གྲུ་ཕྱོད་ཚུ་ལ་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་  
བཙོན་ཤུགས་བསྐྱེད་དེ་ ཡུག་ཕྱི་ལེགས་ཤོམ་སྒྲེ་ཁྱད་གོ་པ་ལི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ། གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ།

( ཏུ་མ་གཏོ་དོ་ཇེ། )

ཕྱིང་བདག

༡) རྒྱ་ཡི་གེ་ལྟར་ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་གོ་གནས་མཐོ་དམའི་ གོ་སྐུལ་བཞུགས་པ་བཟོ་བྱེ་གཏང་དགོ་པ་ཡིན།

དཔེ་བཞག་ ༤ ཡ།      ཡིག་ཚང་རང་ཁྱུ་དབང་ཚད་ཡོད་པའི་ སྒྲིག་ཡིག་ལ་གསུང་བརྒྱུ་མ་བཞག་ཀྱི་པེ་བཞག་

ཡིག་ཅེང་།

ಪ್ರೀತ್ನ.....ಛ್ರ

**གཤམ་པ་སྒྲོལ་པ་གཤམ་པ་**

....."གྲིདྲླ་ཡུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཁྱིམ་ཡོག་ཏུ་ཚུགས་ཀྱིས་ གནང་བ་ལྷན་ཏེ་ཡོད་མི་ལས་  
 .....ལུ་གཡོག་ས་ཏྱིང་ཡོད་མི་ནང་ མིང་གསལ་འོག་ཡུ་འཁོད་མི་གི་ མིང་མ་འདྲི་ ཡི་ཚེས་.....  
 རྒྱ་ཚུགས་པ་འདི་ ཡོག་ཚང་གི་མི་ཏྱིབས་ཞལ་འཛུམས་ ཟེངས་ ..... པ་འདི་ གྲུས་ཚོད་ཡང་ ..... པ་འདི་དགོངས་དོན་དང་  
 འཁྲུལ་ཏེ་ གནམ་འབྲུ་ལྷན་ཅི་ མིང་མ་འདྲི་ .....གི་.....ནང་ གཤམ་གསལ་ཏུ་དུ་ གསར་བསྐོས་  
 ལྷན་པ་ཡིན།

[illegible]

མིང་མ་འདི་ ལོང་གཅིག་ཀྱི་མཆོད་ལཱ་ཞེས་ རྒྱུ་ཆེན་གྱི་བཞག་ཡོད་པ་ལས་ དེའི་རིང་ལྟ་ ཁོ་རའི་ལཱ་འགན་ལྟ་  
འབྲས་ཤིང་མེད་པའི་ ངོས་འཛིན་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུང་མ་གཅིག་ གཏུན་གཡོག་ལྟ་ཆ་འཛིན་འབད་ནི་ཡིན། དེ་ལས་བརྟེན་ མི་

ངོམ་རང་ལུ་ཡོག་པའི་ལཱ་འགན་ལུ་ ཉུག་བསམ་ནམ་དག་གི་ རྟེན་བཟོ་དང་རྟེན་གསལ་ གྲུ་སྟོན་ཚུ་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་  
བཙོན་འགས་བསྐྱེད་དེ་ ཡུག་ཕྱི་ལགས་ཤོམ་སྤོ་ལྷན་གྱི་པའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱུ་ གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ།

( རྩ་མགྱོད་རྩི་ཐེ། )

ཕྱིང་བདག་

༡) རྩ་མགྱོད་འདྲ་ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་གོ་གནས་མཐོན་མའི་ གོ་རིམ་བཞུགས་པའི་ཕྱི་ལགས་ལྷན་གྱི་པའི་ཡིག་ཚང་ལུ།



དཔེ་བཀོད་ ༧ ཡ། ཡིག་ཚང་ཅིག་གིས་གཏུན་གཡོག་ལུ་ ཆ་འཛིན་ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ།

ਪੰਨਾ ੭੮

ಪ್ರೀತೆ.....ಛ

**གཏུན་གཡོག་ཡིག་ཚང་པ་ཀུན་གྱི།**

[illegible]

མིང་གསལ།	:	
ཞི་གཡོག་དོན་གསལ་ཡང་།	:	༢༠༠༥༦༧
མི་ཁྲུངས་དོན་ལྟོན་ཡང་།	:	༡༠༠༥༤༩༨༦༤
གོ་གནས་ཀྱི་རྒྱེ་བ།	:	ལམ་སྐྱུལ་འགོ་དཔོན།
གོ་གནས་ཀྱི་གནས་འཛིན།	:	ཁྱེད་འཛིན་ ༤ པ།
གོ་གནས་ནང་གསལ་གནས་འཛིན།	:	༧
ལཱ་འགན་གཙོ་བོའི་དེ་ཆ་ན།	:	ལམ་སྐྱུལ་དང་སྐད་ཡིག་དེ་ཆ་ན།
ནང་གསལ་དེ་ཆ་ན།	:	ལམ་སྐྱུལ་དེ་ཆ་ན།
དཔུལ་ཡིག་སྐོབ་ཚད་ན།	:	༡༠༩༩༥-༢༠༠-༡༦༩༠༠
གཏུན་གཡོག་ཆ་འཛིན་ཟླ་ཚེས།	:	༠༡/༠༧/༢༠༡༠

མེ་ཏེ་མ་འདི་གི་ གྲུ་ལ་མམ་གྱི་དདུ་ལ་ཕོ་གས་ཡར་སེང་འདི་ ལྟེ་ལོ་ ༢༠༡༡ ཟླ་ ༠༧ པའི་ཚེས་ ༠༡ ལུ་འཛོལ་ནི་  
ཡིན་པའི་ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱུ་ གནས་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ།

(བཀྲིས་དཔལ་འབྱོར།)

ཕྱིང་བདག

༡) རྒྱ་གར་འདྲ་ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་གོ་གནས་མཐོ་དམའི་ གོ་རིམ་བཞིན་ཕུ་བཟོ་ཉེ་གཏུང་དགོཔ་ཡིན་པུ།



## ཁ གནས་སོར་བཀའ་བྱ།

### གོ་དོན།

གནས་སོར་བཀའ་བྱ་བ་ཟེ་མི་འདི་ རང་གི་དེ་རེས་ལཱ་འབད་སའི་ས་ཁོངས་ཅིག་ནང་ལས་ ས་ཁོངས་གཞན་  
ཅིག་ནང་ གནས་སོར་གྱུར་ནི་འི་ བཀའ་བྱ་འི་ཡི་གུ་འདི་ཡིན།

### མཚན་ཉིད།

- ༡ བཀའ་བྱ་འི་ཡི་གུ་ཡང་དང་ སྤྱི་ཚེས།
- ༢ འབྲེལ་གཏུགས་ཀྱི་བྱ་བ་ལུངས།
- ༣ བཀའ་བྱ་འི་གནད་དོན།
- ༤ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས།
- ༥ གནང་བ་བཀོད་མི་འི་གོ་གནས་དང་མཚན་རྟགས།
- ༦ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་ འདྲ་བ་ཤུས།

### དཔྱད་གསལ།

འདས་ལོ་ལམ་ལུགས་ལུ་ ཡི་གུ་འབྲེལ་བྱ་འི་གནས་ག་ར་ལུ་ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས་བཅུགས་དགོ་པ་  
ཡོད་ཅུང་ དེ་རེས་ནངས་པར་ རྒྱལ་སྤྱི་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ་འབྲེལ་བའི་གོ་གནས་ རྒྱ་ཁྱབ་མ་བདེ་བའི་དོན་ལུ་  
སྤྱི་ཚེས་དེས་པར་དུ་བཀོད་དགོ་པ་བཟོ་མ་ཡིན་མས། ས་གོ་གཅིག་གི་ནང་ལུ་ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས་  
དང་ སྤྱི་ཚེས་གཉིས་གཅིག་ཁར་བཀོད་ནི་གི་རྒྱ་ཁྱབ་མ་བདེ་མ་ལས་བརྟེན་ སྤྱི་ཚེས་འདི་ འབྲི་ཤོག་གི་  
མཐུ་ཕྱོགས་ལུ་བཀོད་ནི་དང་ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས་ ཡི་གུ་གཞུང་གི་མཆུག་ལུ་བཀོད་དགོ་པ་ཡིན།  
དེ་ཡང་ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས་འདི་ ཡི་གུ་འབྲེལ་བྱ་འི་ག་ར་ལུ་མཉེ་པར་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཡི་གུ་དཔེ་  
ན་ བཀའ་ཤོག་དང་ལག་བྱེ་ ཆིངས་ཡི་གུ་དང་གན་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལུ་ བཀོད་དགོ་པ་ཡིན།





## ག གོ་གནས་ལས་ཁུངས་བཀའ་བྱ

### གོ་གནས།

ལཱ་འགན་ལུ་བཅོལ་ཤུགས་ཐོག་ལས་ ཡུལ་ཡིན་ཞུ་བའི་མཐའ་འཁྱོལ་གྱི་ལས་འབྲས་ ལེགས་ཤོམ་སྒོ་ཐོན་མི་  
ཅིག་ལུ་ ངོས་འཛིན་དང་ མཐུན་ཀློང་གི་ཐོབ་ལམ་ འཐབ་ཅིག་གནང་པའི་བཀའ་བྱ་འདི་ཡིན།

### མཚན་ཉིད།

- ༡ བཀའ་བྱའི་ཡིག་ཡང་དང་ སྤྱི་ཚེས།
- ༢ འབྲེལ་གཏུགས་ཀྱི་བྱ་བ་ཁྱད་སྤངས།
- ༣ བཀའ་བྱའི་གནད་དོན།
- ༤ འཕུལ་གས་གནས་ཁོ་སྤྱོད་ཚེས།
- ༥ གནང་བ་བཀོད་མིའི་གོ་གནས་དང་མཚན་རྟགས།
- ༦ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་ འདྲ་བ་ཤུགས།

དཔེ་བཞེད་ , ༥༡ ཨྱ་ཁག་ནང་ཁའོད་ཀྱི་ཁ་ནོད་པོ་ན་ཅིག་ལུ་ མོ་གནས་པར་མེད་གི་བཀའ་བྱུ་

ਪੰਨਾ ਨੰ: .....

ಪ್ರೀತೆ.....೧೨

ਗੋ'ਗੁਰਮ'ਪਤ'ਮੇ'ਸਾਨ'ਤ੍ਰੁ

འབྲུག་གཞུང་ལས་གཞི་ཉན་ལག་མངའ་འོག་གི་ གཤམ་གསལ་མིང་འཁོད་འགོད་པོན་ལ་བྱུག་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་  
གི་ལས་དོན་མངའ་རབས་ཅིག་ནང་ ཟ་དམ་ཚིག་བརྟེན་ཏེ་ ཡུག་ཡིན་ལགས་ཤོམ་སྟེ་ རྒྱ་ཡོད་པའི་དོས་འཛིན་དང་ ད་ལས་པར་ཡང་  
དེ་བུ་ཉག་པའི་འགན་ཁུར་འབག་ཏེ་ ཡུག་རྒྱུ་ནི་གོ་དོན་ལུ་ ལགས་མེན་དང་བཅས་པའི་ གཤམ་གསལ་ཏུར་གྱི་གོ་གནས་ལར་  
སེང་གནད་མ་ཡིན།

ਦੇਸ਼ੀਦਾ : .....

ཞིག་ཡོད་པའི་རྒྱལ་སྤངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ : ༢༥༠༩༠༣༣

གོ་གནས། : མི་སྟོངས་འགོ་དཔེ་

གོ་གནས་གནས་ဒါး :      ལྷ་འཛིན་ ༥ ༥ ༧

စိုးရိမ်နိုးကြားနေသည်။ : မီးရှို့ပစ်သောအခါမှတစ်ဆင့်

གོ་གནས་ཡར་ལེ་གི་གནས་རིམ། : ཟུང་འཛིན་ ༣ པ་ ཀ

දුරකථන අංකය : 76320-24400

གོ་གནས་ཡན་པེ་ཆེས་གུངས། : 07/07/2020

བཀའ་བྱིན་གྱི་ རྒྱུ་རྩེས་ ༢༣/༡༢/༢༠༠༩ ལུ་གནད་པའི་ ལས་གཞི་གཙོ་ཁག་གི་ མི་ཤོ་བས་ཚུགས་ཆུང་  
ཞུལ་འཛུལ་བཅའ་ ༣༣ པའི་གོ་ས་ཚུ་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ཨོ་ནི། གན་མ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ།

၂။ သဒ္ဒါ၊ ဂဏန်း၊ သင်္ကေတ၊ ဂဏန်း

മുട'കു

2) འཕྲུལ་ཡོད་འགོ་འཛིན་ཚུ་ལུ་ གོ་གནས་མཐོ་དམའི་རིམ་པ་འཕྲུལ་བའི་ གོ་རིམ་བཟོ་ཉེ་གཙང་དགོ།



དཔེ་བཞག་ ༢ པ། ཨན་ཐག་ནང་ཁམོད་ཀྱི་ཁ་ཐོད་མོན་ཅིག་ལུ་ བོ་ག་ནམ་ལང་མེད་གི་བཀའ་རྒྱུ་འཁོར་བཞག་

ਪੰਨਾ ਨੰਬਰ .....

ಪ್ರೀತೆ.....೧೨

གོ་གནས་ཡང་སང་པལ་ལྟུ།

འབྲུག་གཞུང་ .....མངའ་ཁོག་གི་ གཤམ་གསལ་མིང་འཁོད་འགོད་པོན་ཁ་བྱུག་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་  
གི་ལས་དོན་མང་རབས་ཅིག་ནང་ ཟ་དམ་ཚིག་བརྟེན་ཏེ་ ཡུག་ཡིན་ལགས་ཤོམ་སྟེ་ ལྷ་ཡོད་པའི་ངོས་འཛིན་དང་ ད་ལས་པར་ཡང་  
དེ་བའ་ཉུག་པའི་འགན་ཁུར་འབག་ཏེ་ ཡུག་ལྷ་མི་གི་དོན་ལུ་ ལགས་མིན་དང་བཅས་པའི་ གཤམ་གསལ་ཏུར་གྱི་གོ་གནས་ལས་  
སེང་གནད་མ་ཡིན།

ང་མིང་།  
 ཞིག་ཡོག་ངོ་རྒྱལ་ཡང་།  
 གོ་གཞས་།  
 གོ་གཞས་གཞས་རིམ་།  
 གོ་གཞས་གསར་པ་།  
 གོ་གཞས་ཡར་ལེང་གི་གཞས་རིམ་།  
 རྒྱལ་ཡོགས་ཐོབ་ཆ་།  
 གོ་གཞས་ཡར་ལེང་ཆོས་གྲངས་།

བཀའ་གྲུ་དེ། ཡུལ་སྐོར་ .....ཁྱེད་པོ་མཉམ་སྦྲེང་གི་སྒྲིབ་སྐྱོར་ཞུ་རྒྱུ་ལྟར་སྤྲོད་པ་  
 བློ་སྨྲས་ ..... དེ་ལྟར་ཕན་ཚུན་ལྷན་སྐྱོད་ཀྱི་སྒྲིབ་སྐྱོར་ཞུ་རྒྱུ་ལྟར་སྤྲོད་པ་



2) འབྲེལ་ཡོད་འགོ་འཛིན་ཚུ་ལུ་ གོ་གནས་མཐོང་མཁའི་རིམ་པ་འབྲེལ་བའི་ གོ་རིམ་བཟོ་བྱེད་ཀྱང་དགོ།

၄      ၎င်းတို့၏အကျိုးအမြတ်

ཆེན་མོ།

མི་ངོས་ཅིག་ ཁོང་འཕེལ་གྱི་གཞི་གཉིས་ཀྱི་ལོ་གྲངས་ཚང་པ་ ཡང་ན་ སློ་འདོད་ཀྱང་ རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་གནད་དོན་  
ཐོག་ལུ་ ལུ་གཞི་གྲང་ལས་ དགོངས་གྲོལ་གྲང་པའི་བཀའ་བྱུང་ལུ་སྦབ་པ་ཡིན།

ਸਰਬਤ੍ਰਾਈ।

၁. ဆရာတို့၏ ယဉ်ကျေးမှု၊ နည်းစနစ်၊
၂. အခြေခံကျင့်သုံးစဉ်းစနစ်၊
၃. ဆရာတို့၏ စာတတ်ပညာ၊
၄. နည်းစနစ်ကျင့်သုံးမှု၊
၅. စာတတ်ပညာ၊
၆. အခြေခံကျင့်သုံးစဉ်းစနစ်၊















## 6 གྲྭ་བུ་ལོ་གྲྭ་བུ་ལྟུང་།

གཏི་མུ་།

མི་དམ་ཅིག་ ལོ་དང་ཟླ་དོན་གྲྭ་ལ་ཅིག་གི་དེང་ལུ་ ཡིག་ཚང་གཞན་ཅིག་ནང་ ལུ་འབད་བར་གྲྭ་དེ་གི་བུ་ལྟུང་འདི་  
ཡིན།

མཐུན་ཉེ།

- ༡ བུ་ལྟུང་ཡིག་ཡང་དང་ ལྷོ་ཚེས།
- ༢ འབྲེལ་གྲྭ་གས་ཀྱི་བུ་ལྟུང་ལ།
- ༣ བུ་ལྟུང་གཞན་དོན།
- ༤ འབྲེལ་གྲྭ་གས་ལོ་ཟླ་ཚེས།
- ༥ གཞན་བ་མེད་མི་འོ་གྲྭ་གས་དང་མཚན་རྟགས།
- ༦ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་ འདྲ་བཤུས།



དཔེ་བཞག་ ༢ པ། ཞིག་ཡོག་པ་ཅིག་ལས་ཁུངས་ཅིག་ནང་ གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལཱ་འབད་ཐང་ཐང་པའི་སྐབས་གཞིག་པལ་ཕྱི་བཞག་གིག་

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ཚེས་.....ལ།

### སྐབས་གཞིག་པལ་ཕྱ།

ཐུལ་གཞུང་ཞིག་ཡོག་ཅན་ཚན་གྱི་ཡིག་ཡང་ ཞི་ཅན་ /ལྷོ་མས་དོན་ /..... /..... བྱི་ཚེས་.....  
.....ཆུ་མ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ འོག་ལུ་བཞག་དེ་ཡོད་མི་ མི་ངོ་མ་འདི་ བྱི་ཚེས་.....ལས་ ཐུལ་གཞུང་ཤེས་དིག་ཚན་གས་  
སྡེ་ཡིག་ཚང་ནང་ རུས་ལུ་ཁྱེ་ལོ་ལྟེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སྐབས་གཞིག་གི་དོན་ལུ་བཟང་ཡོད་པ་ཡིན།

མིང་གསལ།	:
ཞིག་ཡོག་དོན་གསལ་ཡང་།	:
གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ།	:
གོ་གནས་གནས་འཛི།	:
ནང་གསལ་སྡེ་ཚན།	:
དུ་ཉོ་འི་ལས་བྱེད་ས་གནས།	:
སྐབས་གཞིག་གི་ལཱ་འབད་ས།	:
སྐབས་གཞིག་གི་རུས་ལུ་ན།	:
སྐབས་གཞིག་གི་ལཱ་འགན།	:

མི་ངོ་མ་འདི་ སྐབས་གཞིག་གི་ཐོག་ལུ་ ལཱ་འབད་དེ་གོ་པའི་རུས་ལུ་ཁྱེ་ལོ་ ༢ ཀྱི་རིང་ལུ་ དུལ་ཡོགས་དང་ཟད་  
འབྲས་ཚུ་ ཐུལ་གཞུང་ཤེས་དིག་ཚན་སྡེ་ལས་འབྲེལ་ཞི་དང་ དེ་གི་ཐུབ་ལས་ལོག་སྟེ་རང་ ཤེས་དིག་ཅན་ཁག་ནང་ཉུན་ལུ་  
འབད་དེ་གོ་པའི་ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ། གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལ།

(.....)

.....

༡) འབྲེལ་ཡོད་འགོ་འཛིན་ཚུ་ལུ་ གོ་གནས་མཐོ་དམའི་རིམ་པ་འཁྲུལ་བའི་ གོ་རིམ་བཟེ་སྟེ་གཏང་དགོ།

## མ ལས་ཆ་བ་བཀའ་བྱ།

### གོ་དོན།

གཙུག་ཅན་དང་དབང་ཆ་ཆེ་བའི་མི་དོ་ཅིག་ ཡིག་ཚང་ལས་དུས་ལྷན་རིང་ལུ་ཅིག་སྡེ་ ལྷི་ཁར་འབྱུང་གོ་པའི་སྐབས་ མི་དོ་  
ཅིག་ལུ་དོ་ཆ་བ་སྡེ་ འགན་དབང་སྤོད་མི་ལུ་སྤྲུལ་པ་ཡིན།

### མཚན་ཉིད།

- ༡ བཀའ་བྱའི་ཡིག་ཡང་དང་ སྤྱི་ཚེས།
- ༢ འབྲེལ་གཏུགས་ཀྱི་བྱ་བ་ལུངས།
- ༣ བཀའ་བྱའི་གནད་དོན།
- ༤ རང་ལུགས་གནས་ཁོ་སྤྱོད་ཚེས།
- ༥ གནད་བ་བཀོད་མི་འི་གོ་གནས་དང་མཚན་རྟགས།
- ༦ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་ འདྲ་བ་ལྟས།

### དྲན་གསོ།

ལས་ཆ་བ་བཀོད་ནི་འདི་ ཡིག་ཚང་གི་འགོ་འཛིན་ཡན་ཆད་འབད་མི་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཞི་གཏུག་ཚུགས་ཀྱི་གནད་བ་དང་འབྲེལ་  
ཏེ་ བསྐྱོ་བཞག་གནད་དོན།





## ཇ་      གནས་གྲོལ་བཀའ་བྱུང་།

གོདྲོ།

མི་ངོ་གཅིག་ ཡིག་ཚང་ཅིག་ནང་ལས་ ལཱ་གི་འབྲེལ་བ་ཅིག་ལཱ་བརྟེན་ཉེ་དང་ ཡང་ན་ དགོངས་གྲོལ་ཐོབ་ཤིང་འགྲོ་ཆོག་  
པའི་གནང་བ་ སྟོན་མི་འདི་ཡིན།

མཇུག་ཉི།

- ༡      བཀའ་བྱུང་ཡིག་ཡང་དང་ ལྷི་ཆོས།
- ༢      འབྲེལ་གཏུགས་ཀྱི་བྱུང་ཁུངས།
- ༣      བཀའ་བྱུང་གནད་དོན།
- ༤      འཇུགས་གནམ་ལོ་ཟླ་ཆོས།
- ༥      གནང་བ་བཀོད་མིའི་གོ་གནས་དང་མཚན་རྟགས།
- ༦      འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལཱ་ འདྲ་བཤུས།







# ၃. ပူးတွဲချက် ၃. ၂၊ ၃ ရှိပါသော ဥပဒေကြမ်းကော်မတီ၏ အချက်အလက်များ

ယင်းအား .....

ပြုစုသူ .....

## အချက်အလက်များ

အထွေထွေအားဖြင့် အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ ၀၄ ခု ပြုစုသူ ၃၀/၀၈/၂၀၀၉ ခု  
 အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ ၀၄ ခု အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ  
 ပါဝင်ပါသည်။ အထွေထွေအားဖြင့် အချက်အလက်များ - ၈/၂၀၁၀/၀၄၄၉ ပြုစုသူ ၄/၀၄/၂၀၀၉ အချက်အလက်များနှင့်  
 အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ

- ၁) အချက်အလက်များ : .....
- ၂) အချက်အလက်များ : ၁၆၆၇၉
- ၃) အချက်အလက်များ : ၁၀၀၆၄၇၀၁
- ၄) အချက်အလက်များ : အချက်အလက်များ
- ၅) အချက်အလက်များ : အချက်အလက်များ ၁ ခု
- ၆) အချက်အလက်များ : ၇
- ၇) အချက်အလက်များ : ၀၁/၀၆/၂၀၀၉

အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ ယင်းအားဖြင့် အချက်အလက်များ အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ  
 အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ  
 အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ

အချက်အလက်များ  
 ပြုစုသူ

- ၁) အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ





# ၃. ပထမပိုဒ် ၆ ပါ ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို ဖတ်ရှုပေးပြီး ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို

ချစ်ခင်မင်္ဂလာ

မိမိ၏

## ချစ်ခင်မင်္ဂလာ

ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို / မိမိ၏အမည်ကို / မိမိ၏အမည်ကို

ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို

ချစ်ခင်မင်္ဂလာ

ချစ်ခင်မင်္ဂလာ

ချစ်ခင်မင်္ဂလာ

ချစ်ခင်မင်္ဂလာ

ချစ်ခင်မင်္ဂလာ

ချစ်ခင်မင်္ဂလာ

ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို



ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို ချစ်ခင်မင်္ဂလာတို့ဆွဲသမီးမိမိ၏အမည်ကို

### 3    **ཉེ་བརྒྱུད་ཡི་གེ།**

#### **གོ་དོན།**

གཞུང་འབྲེལ་ལཱ་ནང་ གླིག་ཁྲིམས་དང་འགལ་བ་ ལམ་ལུགས་ལུ་མ་གནས་པ་ འཕུས་ཤོར་བྱུང་མི་ཅིག་ལུ་ ལགས་  
བཅོས་ཀྱི་གནད་དོན་ སེམས་ཁར་ངེས་ནི་གི་བསྐྱབ་སྒྲུལ་དོན་ལུ་དང་། གཞུང་གི་ལགས་སྒྱུར་མཉམ་པ་ཅིན་ གཞོན་ཉེ་  
ཡོད་ལུགས་ཀྱི་ གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་རིགས་ལུ་སྐབ་པ་ཡིན།

#### **མཚན་ཉིད།**

- ༡       བཀའ་བྱུང་ཡིག་ཡང་དང་ སྤྱི་ཚེས།
- ༢       འབྲེལ་གཞུགས་ཀྱི་བྱ་བ་ལུངས།
- ༣       བཀའ་བྱུང་གནད་དོན།
- ༤       རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས།
- ༥       གནད་བ་བཞེད་མིའི་གོ་གནས་དང་མཚན་རྟགས།
- ༦       འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་ འདྲ་བ་ཤུས།

#### **དཔྱད་གཞི།**

ཉེ་བརྒྱུད་ཡི་གེ་ལོག་ལུ་བཞེད་མི་འདི་ ཟེངས་དང་པ་གི་དཔེ་ཡིན། ཟེངས་གཉིས་པ་ལུ་ཡང་མ་གནས་པ་ཅིན་ ཉེས་བྱ་  
ཡོག་པ་ལས་ ཟེངས་གཉིས་པ་འི་ཉེ་བརྒྱུད་ལཱ་ནང་ ཟེངས་དང་པ་འི་ཉེ་བརྒྱུད་ཡི་གེ་ལུ་ མ་གནས་པ་འི་སྟོན་ལས་དང་  
ཟེངས་གཉིས་པ་འི་ ཉེ་བརྒྱུད་ལཱ་ནང་ལུ་ཡང་མ་གནས་པ་ཅིན་ ཉེས་བྱ་ཡང་སྐྱོད་མཉམ་པ་ ཡོག་ནི་ཡིན་པ་འི་སྟོན་  
ལས་ལ་གསལ་བཅུགས་དགོ།







## ၅      ခွဲမ'ဇန'သဂဏ'ဒွါ

### စို'ရ်ရဲ

ခါ'ငိမ'စိစ'ရိမ'    ဇိမ'ဏ'ဇရဏ'မဲ'ဒု'    ဇိ'ရ'ဖိစ'သဇဏ'ဇိမ'ဇန'    ခွဲ'ရ'ဇိမ'ဏ'ဇရဏ'သဏိ'    ဇူ'ဇသန'ခါ'    ဇူ'    သန'ဇွဲ'င'ရိ'ဒ'ဇူ'ရဲ'ရဲ'ဇူ'    ခွဲမ'ဇန'သဂဏ'ခါ'ရိ'သဂဏ'ဒွါ'ဇူ'ဇသပ'ဖိရဲ

### မဲ'ဒု'ဒွါ

- ၁      သဂဏ'ဒွါ'ဇိ'ဇူ'ဇသ'ဒု'    ခွဲ'ဇိမ'
- ၂      ဇသုဇ'ရူ'ရဏ'ဤ'ဒွါ'ဇသ'ဇူ'ဇသ'
- ၃      သဂဏ'ဒွါ'ရဲ'ဒု'ရဲ'
- ၄      ဇသ'ဇူ'ရဏ'ရဲ'မ'ဇူ'ဇိမ'
- ၅      ရဲ'ဒု'သ'သဂဲ'ခါ'ရိ'ရဲ'ရဲ'ဒု'သ'မဲ'ဒု'ဒွါ'ရဏ'
- ၆      ဇသုဇ'ဇိ'ဒု'ဇူ'    ဇသ'ဇူ'ဇသ'

### ဒု'ရ'ရဲ

ခွဲမ'ဇန'သဂဏ'ဒွါ'ရဲ'    ဇိ'ရ'ဖိစ'သဇဏ'ဇိမ'ဇန'ဤ'ဇူ'မဲ'ဒု'ပ'    သန'ဇွဲ'င'ရိ'သဇဏ'ဇိမ'ဇန'ဇရဏ'    သဏိ'ဇူ'ဇသန'ဇန'    သန'ဇွဲ'င'ရိ'ဒ'ဇူ'ရဲ'ရဲ'ဇူ'    ခွဲမ'ဇန'ဤ'ဇိမ'ဇန'ဇိမ'ဇန'ဇူ'ဒု'    ရဲ'မ'ရဏ'ဤ'ဇိ'ရ'ရဲ'    ဇူ'    သဇရဏ'ဒု'ရဲ'ဇူ'

- ၁      ရဲ'ဒု'ခါ'မ'ရဲ'ရဲ'ရဲ'    ရဲ'ရဲ'ရဲ'မ'ဇသ'ဇသ'ဇသ'ဇူ'ဇူ'
- ၂      ရဲ'ဒု'ခါ'မ'ရဲ'ရဲ'ရဲ'    ရဲ'ရဲ'ရဲ'ဇသ'ဇသ'ဇသ'ဇူ'ဇူ'
- ၃      ဇူ'    ၁    ဇူ'    ၃    ဇူ'ဤ'    ဒု'ဇူ'ဇိ'ရဏ'ဇသ'ဇသ'ဇသ'ဇူ'ဇူ'
- ၄      ဇသ'ဇသ'ဇူ'ဇူ'ဒု'ရဲ'ခါ'ရဲ'ရဲ'ရဲ'ဇူ'ဇူ'ဇူ'ဇူ'ဇူ'

ဒဲ'သဏိ'ဇိ'ရ'ရဲ'ဇူ'    ဇိ'ရ'ဇသ'ဇန'ဇူ'ဒု'သဇရဏ'ဒု'ရဲ'ဇူ'ဇူ'    ဒဲ'ဒု'ဇူ'ဇူ'    သဂဏ'ဒွါ'ငိ'မ'ဒု'    ဇူ'သဏ'ဒဲ'သ'ဇူ'ဇူ'ခါ'ဒု'ဇူ'ဇူ'ဇူ'    ရဲ'ဒု'ဒု'ဇူ'ဇူ'ဇူ'ဇူ'ဇူ'





## 3      དཔེ་མཉམ་པའི་ཐུགས་རྒྱུ་

### གཞི་རྒྱུ་

མི་དཔེ་མཉམ་པའི་ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་དཔེ་མཉམ་པའི་ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་དཔེ་མཉམ་པའི་ཐུགས་རྒྱུ་ ངོས་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་  
ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་ མཉམ་པའི་ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་

### མཉམ་པའི་ཐུགས་རྒྱུ་

- ༡      ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་ ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་
- ༢      ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་ ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་
- ༣      ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་ ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་
- ༤      ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་ ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་
- ༥      ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་ ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་
- ༦      ཐུགས་རྒྱུ་ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་ ལྟར་ཐུགས་རྒྱུ་

# ၃. ပုံစံ ၂၊ ၂၂    ဤမူဝါဒသည် ဤမူဝါဒသည် ဤမူဝါဒသည် ဤမူဝါဒသည်

ဤမူဝါဒသည် .....

ဤမူဝါဒသည် .....

## ၃. ပုံစံ ၂၊ ၂၂

၃. ပုံစံ ၂၊ ၂၂    ဤမူဝါဒသည် ဤမူဝါဒသည် ဤမူဝါဒသည် ဤမူဝါဒသည်

- ၁    ဤမူဝါဒသည်    :
- ၂    ဤမူဝါဒသည်    :
- ၃    ဤမူဝါဒသည်    :
- ၄    ဤမူဝါဒသည်    :
- ၅    ဤမူဝါဒသည်    :
- ၆    ဤမူဝါဒသည်    :

၃. ပုံစံ ၂၊ ၂၂    ဤမူဝါဒသည် ဤမူဝါဒသည် ဤမူဝါဒသည် ဤမူဝါဒသည်

၃. ပုံစံ ၂၊ ၂၂

၃. ပုံစံ ၂၊ ၂၂

- ၁    ဤမူဝါဒသည်    :



## ၄      ခွဲစားပစ္စည်းများ

### အကြောင်း

ဤစာအုပ်သည် 'အခြေခံကျန်းမာရေး' နှင့် 'အခြေခံကျန်းမာရေး' နှစ်ခုလုံးကို ခွဲစားပစ္စည်းများအဖြစ် ခွဲခြားထားသည်။

### အကျဉ်းချုပ်

- ၁      အခြေခံကျန်းမာရေးအကြောင်း
- ၂      အခြေခံကျန်းမာရေးအကြောင်း
- ၃      အခြေခံကျန်းမာရေးအကြောင်း
- ၄      အခြေခံကျန်းမာရေးအကြောင်း
- ၅      အခြေခံကျန်းမာရေးအကြောင်း
- ၆      အခြေခံကျန်းမာရေးအကြောင်း

### အကျဉ်းချုပ်

ခွဲစားပစ္စည်းများသည် အခြေခံကျန်းမာရေးနှင့် အခြေခံကျန်းမာရေး နှစ်ခုလုံးကို ခွဲစားပစ္စည်းများအဖြစ် ခွဲခြားထားသည်။ အခြေခံကျန်းမာရေးသည် အခြေခံကျန်းမာရေးနှင့် အခြေခံကျန်းမာရေး နှစ်ခုလုံးကို ခွဲစားပစ္စည်းများအဖြစ် ခွဲခြားထားသည်။ အခြေခံကျန်းမာရေးသည် အခြေခံကျန်းမာရေးနှင့် အခြေခံကျန်းမာရေး နှစ်ခုလုံးကို ခွဲစားပစ္စည်းများအဖြစ် ခွဲခြားထားသည်။











## པ དཔྱད་སྡེ་གྲུབ་པའི་བཀའ་བྱ་

### གོ་དོན།

མི་ངོམ་ཅིག་ ལཱ་གཞི་གྲུབ་མཆོམས་འཛུགས་གི་དཔྱད་སྡེ་གྲུབ་པ་ལས་ ཉེས་མེད་ཀྱི་འཁྲུན་ཚད་གྲུབ་པའི་ ལཱ་གཞི་ འཕྲོ་མཐུན་འབད་ཚེག་པའི་ དཔྱད་སྡེ་གྲུབ་པའི་བཀའ་བྱ་འདི་ཡིན།

### མཇུག་ཀྱི།

- ༡ བཀའ་བྱ་འདི་ཡིག་ཡང་དང་ སྤྱི་ཚེས།
- ༢ འབྲེལ་གཏུགས་ཀྱི་བྱ་བ་ཁྲུངས།
- ༣ བཀའ་བྱ་འདི་གནད་དོན།
- ༤ འབྲེལ་གཏུགས་གནས་ཁོ་བློ་ཚེས།
- ༥ གནད་པ་བཞེད་མིའི་གོ་གནས་དང་མཆོན་ཏུགས།
- ༦ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལཱ་ འདྲ་བཤུས།



# ၃-ပုံစံ ၂၊ ၃ ရှိသော အချက်အလက်များကို အသုံးပြု၍ အချက်အလက်များကို ဖော်ပြရန်

ဖော်ပြချက်

ပုံစံ

## ၃-ပုံစံ ၂၊ ၃ ရှိသော အချက်အလက်များ

..... ၃-ပုံစံ ၂၊ ၃ ရှိသော အချက်အလက်များကို အသုံးပြု၍ အချက်အလက်များကို ..... ပုံစံ ..... ဖော်ပြရန်  
 ရှိသော အချက်အလက်များကို အသုံးပြု၍ အချက်အလက်များကို ..... ပုံစံ ..... ဖော်ပြရန်  
 ရှိသော အချက်အလက်များကို အသုံးပြု၍ အချက်အလက်များကို ..... ပုံစံ ..... ဖော်ပြရန်  
 ရှိသော အချက်အလက်များကို အသုံးပြု၍ အချက်အလက်များကို ..... ပုံစံ ..... ဖော်ပြရန်

- ၁ ဖော်ပြချက်
- ၂ ဖော်ပြချက်
- ၃ ဖော်ပြချက်
- ၄ ဖော်ပြချက်
- ၅ ဖော်ပြချက်
- ၆ ဖော်ပြချက်

ဖော်ပြချက်များကို အသုံးပြု၍ အချက်အလက်များကို ..... ပုံစံ ..... ဖော်ပြရန်  
 ရှိသော အချက်အလက်များကို အသုံးပြု၍ အချက်အလက်များကို ..... ပုံစံ ..... ဖော်ပြရန်  
 ရှိသော အချက်အလက်များကို အသုံးပြု၍ အချက်အလက်များကို ..... ပုံစံ ..... ဖော်ပြရန်



- ၁ ဖော်ပြချက်

## ལ ལོ་བཟུང་དུལ་ཡོགས་ ཡར་ལེང་བཀའ་བྱ།

གོ་དོན།

ཡིག་ཚང་གི་ ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ལོ་བཟུང་སྒྲིག་གི་དུལ་ཡོགས་ཡར་ལེང་ འཛུམ་ནི་གི་གནང་བའི་བཀའ་བྱ་འདི་  
ལུ་སྤྲུལ་ཡིན།

མཇུག་ཏུ།

- ༡ བཀའ་བྱའི་ཡིག་ཡང་དང་ ལྷི་ཚེས།
- ༢ འབྲེལ་གཏུགས་ཀྱི་བྱ་བ་ཁྲུངས།
- ༣ བཀའ་བྱའི་གནད་དོན།
- ༤ འབྲེལ་གཏུགས་གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས།
- ༥ གནང་བ་བཀོད་མིའི་གོ་གནས་དང་མཚན་རྟགས།
- ༦ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་ འདྲ་བ་ཤུས།

## ၃. ပုံစံ ၂၊ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန်

ယခင် ဖြည့်စွက်ခဲ့သည့်

နမူနာ

### ယခင် ဖြည့်စွက်ခဲ့သည့်

နမူနာ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန် နမူနာ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန် နမူနာ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန် နမူနာ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန်

နမူနာ	နမူနာ	နမူနာ	နမူနာ	နမူနာ	နမူနာ
၂	၂၂	၂၂	၂၂	၂၂	၂၂

နမူနာ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန် နမူနာ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန် နမူနာ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန်

နမူနာ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန်

၂ နမူနာ ၂၂ ဖော်ပြပါ နမူနာ အတိုင်း ဖြည့်စွက်ရန်





## 8      ཉུ་སྟོར་ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ།

### གོ་དོན།

ཡིག་ཚང་ལཱ་ཅིག་གི་དོན་ལཱ་ ཉུ་སྟོར་ལཱ་འགྲོ་དགོཔ་ཐོན་མ་དུ་ གནད་དགོཔ་འདི་ཡི་གྲུ་ལཱ་སྤྲུལ་པ་ཡིན།

### མཚན་ཉིད།

- 1      བཀའ་བྱའི་ཡིག་ཡང་།
- 2      ལྷི་ཚོས།
- 3      འབྲེལ་གཏུགས་བྱམ་ཁུངས།
- 4      གནད་དོན།
- 5      ཉུ་སྟོར་འགྲོ་མི་འདོཔ་ཤད།
- 6      ཉུ་སྟོར་གྱི་ཡུན་ཚད།
- 7      གོ་གནས་དང་མཚན་རྟགས།
- 8      འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལཱ་གནས་ཚུ་ལ་དང་ དང་ལཱ་གྱི་དོན་ལཱ་འདྲ།





## མ ངལ་གསེའི་བཀའ་བྱ།

### གོདོན།

ངལ་གསེའི་བཀའ་བྱ་བའི་མི་འདི་ སྒྲེ་གྱི་གནད་དོན་ལུ་བརྟེ་ ངལ་གསེ་ལྷ་དགོཔ་བྱུང་མི་ལུ་ གནད་བ་གནད་མི་འདི་  
ཡིན།

### མཚན་ཉི།

- ༡ བཀའ་བྱའི་ཡིག་ཡང་དང་ལྗི་ཚེས།
- ༢ འབྲེལ་གཏུགས་བྱུང་ལུངས།
- ༣ ངལ་གསེའི་གནད་དོན།
- ༤ ངོ་བཤད་དང་ དང་ལཱ་འབད་དགོཔ།
- ༥ གོ་གནས་དང་མཚན་རྟགས།
- ༦ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་གནས་ཚུལ་དང་ དང་ལཱ་གྱི་དོན་ལུ་འདྲ།

### དྲན་གསོ།

འོག་གི་དཔེ་བཀོད་འདི་ གྲོ་བྱུང་ངལ་གསེའི་དོན་ལུ་ཡིན་ཅུང་ གཞན་གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ་ གྱེ་མའི་ངལ་གསོ་ཚུ་གི་  
གནད་བའི་ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ་ཡང་ འདི་དང་ཆ་འདྲ་ལས་ དེ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཟོ་བ་གིས་འབྲས་པ་ཡིན།





## 6      **མཆོག་ལྷ་མ་མངལ་ཆའི་བཀའ་བྱ།**

### **གོདོན།**

ཡིག་ཚང་གི་ཅེ་ཆས་ཚུ་ མཆོག་ལྷ་མ་འབད་ནི་གི་དོན་ལཱ་ མངལ་ཆ་གི་ཡི་གུ་ཅིག་ཡིན།

### **མཚན་ཉིད།**

- ༡      བཀའ་བྱའི་ཡིག་ཡང་དང་སྤྱི་ཚེས།
- ༢      མངལ་ཆ་འབད་སའི་ཁ་བྱང་།
- ༣      འབྲེལ་གཏུགས་བྱམ་ཁུངས།
- ༤      བཀའ་བྱའི་གནད་དོན།
- ༥      གོ་གནས་དང་མཚན་རྟགས།
- ༦      འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལཱ་གནས་ཚུ་ལ་དང་ དང་ལཱ་ཉེ་གྱི་དོན་ལཱ་འདྲ།

### **དྲན་གསོ།**

འོག་གི་མངལ་ཆའི་དཔེ་བཀོད་འདི་ ཅེ་ཆས་ནམ་གུངས་ ༡ མངལ་ཆ་འབད་ནི་འི་དོན་ལཱ་ བཀོད་དེ་ཡོད།  
གལ་སྲིད་ ཚེང་སྟེ་ཅིག་ལས་ ཅེ་ཆས་ནམ་གུངས་ལེ་ཤ་ མཆོ་མངལ་འབད་དགོཔ་ཡོད་པ་ཅིན་ དང་ལཱ་  
འབད་དགོཔ་འི་ཐོག་ཁུམ་ནང་ལཱ་ ཡང་གུངས་ ༡ ལས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་ ཁྱོད་རའི་དགོས་མཆོ་དང་འཁྲིལ་  
ཏེ་ ལག་ལཱ་འབྲེལ་བཟུང་པ་ཡིན།



# དཔེ་བཞག་ ༡ པ།    **མཁོ་སྤྱོད་མངགས་ཆའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ།**

ཡིག་ཡང་.....

ལྷི་ཆོས་.....ལ།

འཛིན་སྐྱོང་པ།

ཀུམ་ཚང་འབྲེལ་ལས་ཤེ།

ཐེམ་ཁྲོམ་ གྲུ་ཡང་'༡༣ པ།

## **གནད་དོན།                      མཁོ་སྤྱོད་མངགས་ཆའི་བཀའ་བྱ།**

ནང་མིན་ཉུན་ཁག་གི་ སྡེ་བཙུན་ཚན་ཁག་ཚུངས་ཀྱི་འཛམས་ ལྷི་ཆོས་ ༡༡/༠༡/༢༠༡༠ ལུ་ ཚན་ཁག་པའི་གྲོས་  
 ཚོན་ཏུ་འུ་ཉུན་ཁག་དོན་ལུ་དགོ་པའི་ འོག་ལུ་ཁ་གསལ་བཞག་ཡོད་པའི་ཐོག་ཏུ་ཅེ་ཆས་ཚུ་ སྡེ་གོང་འབྲེལ་བཙུན་ནང་ལས་  
 རྒྱུ་ཀྱི་ཚང་འབྲེལ་ལས་ཤེ་གིས་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ལས་ གཤམ་གསལ་ཏུ་འུ་ རྒྱ་ལུ་ཐོ་དོ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ བཀའ་ལུ་  
 འབད་དགོ་པའི་མཁོ་མངགས་འབད་མ་ཡིན།

ཡང་།	ཅེ་ཆས་ཀྱི་མིང་།	རྒྱ་ལུ་ལ།	གོང་ཚད།	བྱངས་ཁ།	རྒྱ་ཚད།
༡	ཁགས་ཀྱི་བང་ཁྲོམ།	ཡི་ཡི་ཀྱི་ལ།	༤༠༥༠ ན།	༢༠	༡༠/༢/༢༠༡༠

གཤམ་མིན་ རྒྱ་ཚོད་ནང་འཁོད་ བཀའ་ལུ་འབད་མ་ཚུ་གསལ་པ་ཅིན་ མངགས་ཆའི་བཀའ་བྱ་འདི་ ཆ་མེད་འབྲེལ་  
 ཡིན་པའི་ ཚང་ཤེ་གཞན་ལུ་མངགས་ཆ་འབད་ནི་ཡིན་པའི་ཚད་ རྒྱུ་འདི་ཐོ་གཏུ་མ་དུ་ལུ་བཅུགས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་  
 གཞུང་བཞེས་འབྲེལ་ཏེ་ཡིན་པའི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ། གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལ།

(ཕྱི་ལས་དབང་མོ།)  
 མཁོ་སྤྱོད་འགོ་དཔོན།

༡      འབྲེལ་ཡོད་འགོ་འཛིན་ཚུ་ལུ་ གོ་གནས་མཐོ་དམའི་དེམ་པ་འཁྲིལ་བའི་ གོ་དེམ་བཟོ་ཏེ་གཏུང་དགོ།

# ၃-ပုံစံ ၂၊    **မိမိတို့အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်ချက်**

ယဉ်ကျေးမှု .....

နှစ်.....

အခြေခံချုပ်ချယ်

.....အခြေခံချုပ်ချယ်

.....

## **ချုပ်ချယ်မှု    မိမိတို့အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှု**

..... အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု နှစ်..... နှစ်.....  
 ၃၊ ..... အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု  
 နှစ်..... အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု နှစ်..... အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု  
 အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု

အဖွဲ့အစည်း	အဖွဲ့အစည်း	အဖွဲ့အစည်း	အဖွဲ့အစည်း	အဖွဲ့အစည်း	အဖွဲ့အစည်း
၁					
၂					

နှစ်..... အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု  
 နှစ်..... အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု  
 အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု

(.....)

၃၊ ..... အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု အဖွဲ့အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုအခြေခံချုပ်ချယ်မှု

၁၆ ဣန္ဒြေအင်္ဂါ

**କିନ୍ତୁ**

གྲོས་འཆར་ལུ་གནད་བརྒྱུ་བ་པའི་ལཱ་ཅིག་དང་ ཡང་ན་ ལཱ་གི་འགྲོ་སང་གནས་གོང་ རང་གོང་ལས་འོན་  
 བརྒྱུ་བ་པའི་ ལཱ་ཅིག་འབད་དེ་གོ་པའི་བཀའ་ཚུ་ ཡིག་ཟེག་ལུ་བརྟེན་མི་འདི་ཡིན།

**ਸਭਨ੍ਹੇ ਤੇ।**

- ၁) ဆဂါး'ဗြဲ'ဝါး'ဝါး'ဝါး'ဝါး' ဟို'ဆဲး
- ၂) ဝါး'ဝါး'ဝါး'ဝါး'ဝါး' ဟို'ဆဲး
- ၃) ဆဂါး'ဗြဲ'ဝါး'ဝါး'ဝါး' ဟို'ဆဲး
- ၄) ဝါး'ဝါး'ဝါး'ဝါး'ဝါး' ဟို'ဆဲး
- ၅) ဆဂါး'ဗြဲ'ဝါး'ဝါး'ဝါး' ဟို'ဆဲး
- ၆) ဝါး'ဝါး'ဝါး'ဝါး'ဝါး' ဟို'ဆဲး

ဒုတိယ

འཇག་ལུ་ཡོད་མི་ནི་ལཱ་བཀོད་བཀའ་རྒྱ་འདི་ ཉུམ་འཁོར་བཅོ་བར་གྲུང་ཤི་ནི་ བཀོད་རྒྱ་དཔེ་ཡིན། བཀོད་  
རྒྱ་དང་ལུ་ གོས་འཆར་ཐོབ་མི་ཅིག་ལུ་ཆ་འཛོག་གུ་བ་ཉེ་ ལཱ་འབད་དགོ་པ་ཡོད་མི་རྩུ་ལུ་ གནང་བ་ཕྱི་ནི་  
དང་ ཡང་ན་ ཉུན་ཁུ་དང་ཉུན་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ལུ་བརྟེན་ཉེ་ དམིགས་བསལ་གྱི་བཀའ་རྒྱ་ལོགས་སུ་  
བརྟེན་དགོ་པ་ དཔེར་ན་ པར་སྐྱུན་བཀའ་རྒྱ། བཙོ་སྐྱུན་བཀའ་རྒྱ་བརྟེན་དགོ་པ་ཡོད་མི་རྩུ་ཡང་ གཤམ་  
གསལ་གྱི་དཔེ་ལས་འཇགས་འགྲེས་ཉེ་ བཙོ་དགོ་པ་ཡིན།









# དཔེ་བཀོད་ ༢ པ། རྒྱུ་མ་ལའོ་མ་ཐོ་གྲྭ་སྟོན་གྱི་དཔེ་བཀོད་གནད་བའི་བཀའ་བྱ་ལི་བཀོད་ཤོག།

ཡིག་ཡང་.....

ཕྱི་ཚེས་.....ལ།

འཛིན་གྱིང་པ།

.....རྒྱུ་མ་ལའོ་མ་ཐོ་ལང་།

.....།

## གནད་དོན། དཔེ་བཀོད་གནད་བའི་བཀའ་བྱ།

ཡིག་ཚང་འདི་ནང་གི་ ལཱ་བཀོད་བཀའ་བྱ་ ..... /བདག་གྱིང་ /..... ཕྱི་ ཚེས་ .....  
 .....ཆུ་མའི་ནང་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ .....གི་རྒྱུ་མ་ལའོ་མ་ཐོ་ལང་ལའོ་མ་ .....མི་ཇི་ .....  
 .....ཆུ་མ་ བཅོམ་ཆུ་བའི་དོན་ལཱ་གནས་པའི་ཆ་ཆས་འདི་དང་བཅོམ་ ཁྱེད་ས་ལས་འབྲུང་བའི་ཕྱི་མེ་ཐོ་ལཱ་ ཞིབ་དཔྱད་གྲུབ་ཏེ་  
 གཤམ་གསལ་ཉམས་དུ་ བསྟོམས་དཔེ་ལྡན་ ..... གནད་བའི་སྟོན་པ་ཡིན། དེ་གྲུ་ལས་ གཞུང་གི་འོང་འབབ་ལྡན་ བཅུ་  
 དཔྱ་ ..... ལཱ་ དཔེ་ལྡན་ .....བཏོག་པའི་ཉམས་ལྡན་ དཔེ་ལྡན་ .....ཐམ་པ་ གཞུང་ཕྱི་མེ་ཐོ་  
 བཀའ་བྱ་ སྟོན་དགོ་པའི་ཡིག་ཚང་བཀའ་བྱ།

ཕྱི་མེ་ཐོ་ལང་།	ཚེས་གྲངས།	ནུས་གྲངས།	བྱངས་ལ།	གོང་ཚད།	བསྟོམས།
བསྟོམས།					

གཞུང་གི་འོང་འབབ་ལྡན་བཅུ་དཔྱ་ ..... ལཱ་ .....བཏོག་པའི་ ཉམས་ལྡན་དེ་གི་སྟོན་དགོ་པ་ བསྟོམས་དཔེ་ལྡན་.....  
 .....ཡིན། གནས་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལ།

(.....)

.....།

༡ འབྲེལ་ཡོད་འགོ་འཛིན་ཚུ་ལཱ་ གོ་གནས་མཐོ་དམའི་དམ་པ་འཁྲིལ་བའི་ གོ་དམ་བཅོམ་ཏེ་གྲུང་དགོ།



## ■ **ཁྱམས་ཐོག་གསལ་དང་གསལ་ལ་ཐོག་གསལ།**

### **གོ་དོན།**

སྤྱིར་བརྟུང་མི་མང་གིས་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་གནད་དོན་ཅིག་ཏུ་གོ་དོན་པ་དང་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་ དང་ལུ་ཉེ་བའི་  
འཛིན་ཁུ་དོན་མི་འདི་ལྟ་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་པ་ཡིན།

### **དཔྱད་པ།**

- ༡ ཁྱམས་ཐོག་གསལ།
- ༢ ཆོས་ལྟོགས་གསལ་ལ་ཐོག་གསལ།
- ༣ རིན་པར་རྒྱུ་གསལ་ལ་ཐོག་གསལ།
- ༤ ས་ལྗོངས་གསལ་ལ་ཐོག་གསལ།
- ༥ གཞུང་འབྲེལ།

### **མཛན་ཏེ།**

- ༡ ཁྱམས་ཐོག་གསལ་དང་གསལ་ལ་ཐོག་གསལ་ཡིག་ཡང་དང་ བྱི་ཆོས།
- ༢ འབྲེལ་གཞུགས་གྱི་རྒྱུ་ལུངས།
- ༣ བཀའ་རྒྱུ་གནད་དོན།
- ༤ རང་ལུགས་གནད་མ་ལོ་ཟླ་ཆོས།
- ༥ རོས་ལུ་ཉེ་འབད་དོན་པ་ལོ་ཟླ་ཆོས།
- ༦ གནད་བཟོད་མི་འདི་གོ་གནས་དང་མཛན་ཏེ་གསལ།
- ༧ འབྲེལ་ཡོད་ཆུ་ལུ་ འདྲ་བ་ལུས།





དཔེ་བཞུགས་ ༣ པ།    རྩོམ་ཕྱོགས་གསལ་ལ་བསྐྱུགས་ཀྱི་བཞུགས་ཤིག།

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ཚེས་.....ལ།

གསལ་བསྐྱུགས།

བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....པ་འི་ཚེས་.....ལས་ ས་གནས་.....ལ། .....  
.....བཀའ་ཁྲིད་གནང་གི་ཡིན་མཁས་ལས་ དང་འདྲོད་ཡོད་མི་ཚུ་ རྩི་པ་ཚུ་ཚོ་.....ལ། .....ཚེས་ཁྱེད་ནང་  
ལ། འཕྲིན་གནང་དགོ་པ་འདི་ གསལ་བསྐྱུགས་ཁྲུ་ལ་ཡིན། གནད་དོན་འདི་གི་ཁོད་ལས་ ཁ་གསལ་གྱི་དོན་ལ། བརྒྱན་འཕྲིན་ .....  
.....དང་ ཡང་ན་ ..... ཐོག་ལས་ འབྲེལ་བ་མཇུག་གནང་ཞུ། གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལ།

( ..... )  
.....

༡      འབྲེལ་ཡོད་འགོ་འཛིན་ཚུ་ལ། གོ་གནས་མཐོ་དམ་འདི་འཛམ་པ་འཁྲིལ་བ་འདི་ གོ་འཛམ་བཟོ་སྟེ་གཏང་དགོ།

དཔེ་བཞག་ ༤ པ།    འཇུག་རྒྱུ་མཐོང་ཐོག་ལས་ ཆོས་དོན་གསལ་བསྐྱགས་འཇུག་ཐངས་བཞག་དོན།

ཡིག་ཅེས་.....

བྱི་ཆོས་.....ལ།

གྲུ་ཚང་ཡུན་ཆོག་མ་གྱི་གསལ་བསྐྱགས།

གནད་དོན།	སྐྱེས་མེད་མེ་མཁན་དེ་ཤི་ཆེ་གིས་ བཀའ་ཁྲིད་གནང་ནི།
ས་གནས།	ཡུངས་ཐང་ཁ་ ཐང་ཕྱོད་ནང་།
ཆོས་གྲངས།	བྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ཟླ་ ༢ པའི་ཆོས་ ༡ ལས་ ༡༥ ཟླ།
འབྲེལ་གཏུགས་འཇུག་ས།	འབྲེལ་འཕྲིན་ཅེས་ ༡༧༧༤༧༩༠༠ ནང་ ༧༧༤༧༩༠༠༡ ལ།

(.....)

། .....།

༡    འབྲེལ་ཡོད་འགོ་འཛིན་ཚུ་ལུ་ གོ་གནས་མཐོང་དམའི་དེ་མ་པ་འཁྲུལ་བའི་ གོ་དེ་མ་བཟོ་ཉེ་གཏང་དགོ།



ནི་དང་ གནམ་ཁའི་ཐོ་བཀོད་ནང་ཚུད་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ བཅག་འཐུའི་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འདི་ ལྷོ་ཆོས་ ༡༠/༡/༢༠༡༢ གྱི་ རྫོང་  
ཚུ་ཆེད་ ༡༠ ལུ་ ཟིམ་ཕུ་ནགས་ཆལ་གོང་འཕེལ་ལས་འཛིན་གྱི་ ཡིག་ཚང་གོང་མ་ལུ་སྤྲེལ་ནི་ཡིན།

གནམ་དོན་ཁ་གསལ་གྱི་དོན་ལུ་ བརྒྱན་འཕྲོལ་ཡང་ ༣༢༢༧༤༩ དང་ ཡང་ན་ ༣༢༣༤༤༠ གི་ཐོག་ལས་  
འབྲེལ་བ་འཐབ་གནང་ཟེར་བྱ་ནི་ཡིན། གནམ་ཁོ་ཟླ་ཆོས་ལུ།

(རྩ་མགོན་ཏི་ཇེ)  
འཛིན་སྐྱོང་མདོ་ཆེ།





གི་དང་ གནམ་ཁའི་ཐོ་བཀོད་ནང་ཚུད་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ བཅག་འབྲུའི་དྲི་བ་དྲིས་ལཱ་འདི་ ཡུ་ཚེས་ ..... གི་དྲོ་པའི་ ཚུ་  
 ཚུད་ ..... ལུ་ ..... ཡིག་ཚང་གོང་མ་ལུ་སྤྲེལ་དེ་གི་ཡིན།  
 གནུད་དོན་ཁ་གསལ་ལུ་གྱི་དོན་ལུ་ བརྒྱད་འཕྲིན་ཡང་.....དང་ ཡང་ན་ .....ཐོག་ལས་ འབྲེལ་བ་འཐབ་  
 གནུང་ཟེར་བུ་གི་ཡིན། གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ།

( ..... )  
 .....

ལྷོ་ ༢༠༡༣ ཟླ ༣ ཟླ་ ༢༣ ལུ་ ཁའ་སྤྱི་ལྷོ་ཨུ་ཀྱི་ རྒྱུ་ཨུ་ལུ་ཁུ་ ཁའ་སྤྱི་ལྷོ་ཨུ་ཀྱི་  
 ཁུ་ལུ་ཁུ་ལུ་ཁུ་

८'པཅེས་པ་ལྟ་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ལི་ཚུའི་ཐོན་ཁུངས་ཚུ་ རང་བཞིན་གྱིས་ ལ་ཉ་ག་ཉ་ར་ལྟགས་སྟེ་ གནས་ཚུགས་ནི་  
 ཅིག་ཡིན་ཅུང་ དེ་ཚུ་ཚར་གཅིག་ལས་ཚར་གཅིག་ ཉེ་ལ་ཅན་གྱི་གནས་ཉུངས་ལྟ་འབྱུངས་ཡིན་མས། ཡར་འཕེལ་འགྲོ་བཞིན་དུ་  
 ཡོད་པ་ལི་མི་རྫོབས་ལྟ་ མཁོ་བའི་འབྱུང་ཚུ་དང་ལཱ་གི་རྒྱ་ཆས་ལྟ་མཁོ་བའི་རྒྱ་འདི་ ८'པཅེས་པ་བརྟེན་ཏེ་ཡོད་དགོ་པ་ལི་ རང་བཞིན་  
 གནས་ཉུངས་ལྟ་བརྟེན་ལྟ་མཁོ་བའི་རྒྱ་དང་ དེ་འགྲན་སྒྲོམ་འབྱུང་དེ་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱ་གིས་ལང་མ་ཚུགས་པར་ རྟོན་བཅུད་ཉམས་  
 ཆག་གི་ཉེ་ལ་ལྟ་བུག་ཏེ་ཡོད། དེ་མ་ཚད་ ལེགས་བཅོས་མ་འབད་བའི་ཕྱགས་ཉྱེགས་དང་ སོ་ནམ་ལྟ་བརྟེན་པ་ལི་རག་རེ་ཚུ་  
 ཉེ་ནམ་གཅིག་ལས་ཉེ་ནམ་གཅིག་མངམ་སྟེ་ཐོན་ཏེ་ གླུ་ས་ཡ་ལས་བཅད་དེ་ རྒྱ་དང་བཀོ་དེ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་གིས་ རྒྱ་གཅེད་ཏེ་ག་  
 ཏེ་མེད་པ་བཟོས་མ་ཚད་ གནམ་ག་གིས་འབྱུང་བཟོན་གྱིས་སྟེ་ ཉུག་པར་དུ་ རྒྱ་དགོན་རྒྱགས་འགྲུལ་ཡིན་མས། དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་  
 བཅོམ་ཉ་དང་རྒྱ་གིས་མ་ལངས་མ་ གཅེད་སྤྱ་རྒྱལ་མཐུན་མེད་པ་ལི་དཀ་འང་ལ་རྒྱ་གིས་ མི་ཉམ་རྒྱུང་ཚུ་ལྟ་ཉུག་པར་དུ་ གནོད་པ་  
 འབྱུང་མ་ཡིན་མས།

དུས་ཅི་གི་ལོ་འདི་ནང་གི་ འཛམ་གླིང་ཆུ་ཉི་མ་འདི་ཐོན་ཏེ་འདི་ འཛམ་གླིང་འཕྲོད་བརྟེན་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱ་གཞི་  
 རྟོག་རྟོག་ ཟེེ་བཞག་མི་འདི་གིས་ ཆུ་འོ་ཐོན་ལུངས་འདི་ ཡུས་ཚད་དང་མང་དྲེང་གཉིས་ཆ་ས་ ཉེ་ལ་ལུ་བྱུག་ཏེ་ཡོད་མི་གི་  
 དུག་འཕུལ་ལུ་ཐབས་ འབད་དགོ་པའི་བདེ་ལྟོ་འབད་ཡོད་ཟེ་ འཛམ་གླིང་ནང་ རྒྱ་གཞི་རྟོག་རྟོག་མེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ སྤྱི་ཆུ་  
 ཐུང་མི་འདི་ དམག་འཁྲུག་དང་འཐབ་འཛིང་ལུ་བརྟེན་པའི་སྤྱི་ཆུ་ ག་ས་ལས་མང་མ་ཐོན་ཏེ་ཡོད་ དེ་སྤྱི་ཆུ་ཐུང་མི་འདི་ཆུ་  
 ང་བཅས་སའི་སྤྱི་ཆུ་བརྟེན་མི་མང་ཆུ་ལུ་ འགྲོ་བ་མི་འདུ་ཤེས་མེད་པས་བཞག་པའི་སྤྱི་ཆུ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་མང་སའི་ཅིག་གི་  
 སོ་སའི་གོང་འཕེལ་གྱི་ལུ་ ཨ་འགྲེངས་ཏེ་ཡུག་ལུ་མི་ཆུ་ རྒྱང་མེད་སྤྱི་ཆུ་མི་སྤྱི་ཆུ་ཡོད་མས།

འཛམ་གླིང་གིས་ དུག་འཕུལ་འདི་ལུ་གནོད་ལཱ་ག་དེ་སྤྱི་ འབད་དགོ་པའི་ཉི་མ་དང་ ཆུ་འོ་ཐོན་ལུངས་ དུ་སེལ་ལས་  
 དུག་པ་བཟོ་ནི་འདི་ཐབས་ལམ་ ག་དེ་སྤྱི་ཆུ་མི་སྤྱི་ཆུ་ ཏུ་གྱོ་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ ཆུ་འདི་ ང་བཅས་སའི་གོང་འཕེལ་གྱི་  
 དམག་འཕུལ་ལུ་ས་ལས་ གཅི་ཐོ་སྤྱི་ཆུ་བཞག་ཏེ་ དང་ལཱ་འབད་དགོ་པའི་ཉི་མ་ འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཆུ་གས་ཀྱིས་ ཆུ་གི་དོན་ལུ་གས་ལུ་  
 བསྐྱུགས་འབད་མི་ བཅུ་ཡུག་ལོ་གི་ཡུལ་མཚམས་ཡང་ དུས་ཅི་ཉི་མ་ཡོད་པ་བཞག་དུ་ དུས་ཅི་འཛམ་གླིང་གི་ཉི་མ་ཡོད་པའི་ ལོ་  
 རྟོག་གོང་འཕེལ་དམག་འཕུལ་གྱི་ རྒྱལ་སྤྱི་འཛམ་གླིང་འཕེལ་ལས་ གོ་བ་བཅུ་ཡུག་ཤོ་མ་བརྟེན་འོང་བའི་མེ་ཐོ་ཡོད་ ང་  
 བཅས་ག་ས་ལུ་ཏེ་ ཉེ་ལ་ཆུ་གི་གནས་ལུངས་བསྐྱུར་གསོ་དང་ འགྲོ་བ་མི་ཉམ་ཆུང་ཆུང་དང་ ས་ཏེ་སྤྱི་ཆུ་གས་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་ཆུ་  
 འཛམ་གླིང་ལུ་ ང་བཅས་སའི་ཆུ་འདི་སྤྱི་ཆུ་དང་ ཡུན་བརྟེན་གྱི་འཛིན་སྤྱི་ཆུ་འཐབ་ག་ཟེེ་ལུ་ཉི་མ་ཡོད།

རྒྱ་གཞི་སྤྱི་ཆུ་  
 འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཆུ་གས་ཀྱི་

### ရန်ကုန်

ဒီဂျစ်လ်နယ်ကလေးကလေးကလေး ဒီဂျစ်လ်နယ်ကလေးကလေးကလေး  
 ယခုကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေး  
 ကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေး

### အခြား

- ၁ ကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေး
- ၂ ကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေး
- ၃ ကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေး
- ၄ ကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေး
- ၅ ကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေး
- ၆ ကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေးကလေး







# དཔེ་བཞག་ ༤ པ། གསལ་ཚན་གོང་ཚད་རྟོག་ལུ་།

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ཚེས་.....ལ།

ཅེ་ནི་.....

.....ཇོ་ལ་ཁག་གིས་ མི་མང་གསོ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་བདུན་ཉི་ཤུ་ལུ་ བྱི་ཚེས་ ༡༢-༡༧.༡༨.༡༩ ཚུན་  
བདུན་པ་ཁག་གཅིག་གི་རིང་ གསོ་བའི་ཞུལ་འཇམས་ཅིག་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་ཡིན་མཁའ་ས་ མི་གཤམ་ ༣༡ གི་དོན་ལུ་ ཉེན་མའི་  
གསལ་ལྟ་དང་ བྱི་ཤུའི་གསལ་ཚན་གས་ རྩ་པ་དང་བྱི་ཤུ་ ར་བཟེངས་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལུ་ གོང་ཚད་འགྲན་བསྡུར་ཡི་གུ་བཅུགས་གནད་།

ནོར་ཤ་དང་པག་ཤ་གི་སྐགས་ལྷམ་པ་གཉིས། ཚེད་མ་ལྷམ་གཅིག་ ཡེ་མ་དཔ་ཚེལ་ལྷམ་གཅིག་ རྒྱལ། གསལ་ལུ་ཚུ།  
མངས་ཇ་དང་ཁ་ཟས་ཚུ་གི་གོང་ཚད་ ༢༤༤ ཁ་གསལ་ལྷེ་བཅུགས་གནད་། ཁ་གསལ་ལྷེ་དོན་ལུ་ གཤམ་འཁོད་ཁ་བྱང་གི་བཞག་ལུ་  
འབྲེལ་བ་འཐབ་གནད་།

(.....)

..... ཇོ་ལ་ཁག་

༡ .....དེ་ཚུ་ལུ།



དཔེ་བཞག་ ༥ པ།    ཚེངས་ཀྱི།

གཏིག་།

ཚེངས་ཀྱི་ཟེར་མི་འདི་ རྟོ་འགྲན་གྱི་ཐོག་ལས་ རྟོ་གོང་མཐོ་ཤོས་སྡེ་ བཅོང་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་གི་ གསལ་བསྐྱགས་ཡི་གུ་འདི་ཡིན།

ཡིག་ཡང་.....

ཕྱི་ཚེས་.....ལ།

ཅེ་ནོ་.....

ཅི་སང་ཕྱིང་ཁག་ རྒྱལ་ཡོངས་དདུལ་ཁང་ནང་གི་ ཁང་ཆས་ ཀྱང་ཁྲི་ ༥༠ ནང་ འབྲི་ཁྲི་ ༡༥ གམ་ཅི་གནས་ཏུ་  
བཞུགས་ཀྱི་བཞུགས་ཀྱི་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་གཏོང་ཁང་ བཅོང་ནི་ཡིན། ཕྱི་ཚེས་ཀྱི་དང་འདྲེན་ཡོད་མི་  
གཤམ་ཡིན་ཏུང་ བཅའ་མཐུན་གྱི་གསལ་བསྐྱགས་ཀྱི་ཕྱི་ཚེས་ ༡༠.༡.༡༢ གི་ རྩ་པ་ཚུ་ཚུ་ ༡༠.༣༠ ལུ་ གོང་གིས་གནས་  
ཁང་ འབྲོན་གནང་ཟེར་ཏུ་ནི་ཡིན།

འབྲེལ་བ་འབྲེལ་ས།

འགྲལ་འབྲིན་ཡང་། ༡༧༧༩༩༩༩༩༩༩

པར་འབྲིན་ཡང་། ༠༢-༨༧༢༦༧༩༢

ཡོངས་འབྲེལ་ཡང་། vp@druknet.bt

( ..... )  
.....

**१५०७९' ८ ५१      मीमद्विदुः**

३ འབྲུག་གྲུལ་ཉེ་ལུང་ཚད་འཛིན་གྱིས་ གཤམ་གསལ་ཅན་དོས་ཚུ་ མི་མང་ཚད་རྒྱུ་རྩེ་གཤུ་ ཅེས་ཚུ་ གཏེ་ཡོད་  
ས་ལས་བཅོད་ནི་ཡིན། ཚད་རྒྱུ་རྩེ་གཤུ་གནས་འདི་ རང་སོའི་ཉེ་ལུང་ཡིག་ཚད་ཏེ་བའི་གནོད་ཁམ་ འགོ་འདྲེ་འཐབ་ནི་ཡིན་མ་  
ལས་ དང་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ བཅའ་མར་གཏོགས་གནད་། གནད་དོན་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ལག་ལུ་ལམ་ལུགས་དང་ ཁ་  
གསལ་གྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་མི་ངོམ་དང་གཅིག་ཁམ་ འབྲེལ་བ་མཛུན་གནད་ལྟ།

१. श्रेयश्रीं प्रदत्तमस्तु १५० ।
२. तदन्त्यमस्तु ७५ ।
३. प्रदत्तमस्तु ३ ।
८. तदन्त्यमस्तु १५ ।
५. प्रदत्तमस्तु ८ ।

[illegible]

## མ ཉུན་ཁྲིམ་ཉུན་གསལ།

### ང་ལྟོད།

ཉུན་ཁྲིམ་ཡིག་རིགས་ཟེར་མི་འདི་ དཔང་ཚད་ཅན་གྱི་འགོ་དཔོན་ལས་ གནད་པ་ལྟ་ནི་གི་ཡིག་རིགས་ཅིག་ལུ་  
སྐབས་ཡིན། ཉུན་གསལ་ཟེར་མི་འདི་ རང་ལུ་ཡོག་པའི་ལཱ་ཅིག་ དང་ལཱ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ རང་ལས་  
མཛོ་བའི་འགོ་དཔོན་ཅིག་ལས་ གནད་པ་ལྟ་ནི་འི་ལྷན་འདི་ཡིན།

### དཔྱེག།

- ༡ རྒྱུ་འཕྲུལ་ཉུན་ཁྲིམ།
- ༢ ཏ་པ་ལུ་ཉུན་ཁྲིམ།
- ༣ ཞིབ་དཔྱད་ཉུན་ཁྲིམ།
- ༤ ལཱ་ལུ་ཉུན་ཁྲིམ།
- ༥ དཔྱེག་ཞིབ་ཉུན་ཁྲིམ།
- ༦ ཉུན་གསལ།

### རྒྱུ་པོད།

ཉུན་ཁྲིམ་རྒྱུ་པོད་འདི་ལུ་ གནད་དོན་དང་བསྟུན་པའི་ཉུན་ཁྲིམ་ རྒྱུ་པོད་པ་ལུ་ ༣ པོད་སྤྲོལ་ཡོད།  
དེ་འབད་རུང་ རྒྱུ་པོད་འདི་ནང་ལུ་ གནད་དོན་ཅིག་གི་སྒོར་ལས་ དཔྱེག་ཞིབ་འབད་བར་སོང་ཏེ་ དེ་ལྷན་གྱི་  
ཉུན་ཁྲིམ་པོད་ཏེ་ ཡུལ་དགོ་མི་ལུ་གཞི་བཞག་ཏེ་ པོད་དེ་ཡོད། དེ་འི་གོ་རིམ་རྒྱུ་པོད་ཀྱི་དཔེ་  
གཤམ་གསལ་ཏེ།

- ༡ ཉུན་ཁྲིམ་ང་ལྟོད།
- ༢ རྒྱུ་པོད་ལུངས་གཞུགས།
- ༣ དཔྱེག་ཞིབ་འབད་དགོ་པའི་གནད་དོན།

- ༥      གཞན་དོན་དང་བསམ་འཆར།
- ༦      ཟག་གཅད་དགོ་པའི་སྒྲིབ་ལོན་པོ་སྟོང་།
- ༧      ལྷན་ཁྲུ་ཕུལ་སའི་ཁ་བྱང་།
- ༨      ལྷན་ཁྲུ་ཕུལ་མི་གི་མིང་རྟགས་བཅས་བཀོད་དགོ།

### མཆན་ཀྱི།

ལྷན་ཁྲུ་གི་རིགས་ སྒྲིབ་འབྲིང་བསྟན་ ༣ ཡོད་དེ་འབད་ཅུང་ ལྷིང་བརྟང་གི་དབང་ལུ་བརྟང་པ་ཅིན་ ལྷན་  
ཁྲུ་དེ་ནང་ འོག་གི་ཁྲུ་ཚུ་ཆོས་ཚུ་ཆང་དགོ།

- ༡      ལྷན་ཁྲུ་འོང་སྟོང་།
- ༢      ལྷན་ཁྲུ་འི་དཀར་ཆག
- ༣      རྟམས་མ་བདེ་མ་དང་ དཀར་ཆ་ལ་ག་ཅི་ཡོད་པ་ཡིན་ན།
- ༥      གཞན་དོན་དང་བསམ་འཆར།
- ༦      ལཱ་འབད་དགོ་པ་དང་ ཟག་གཅད་དགོ་པའི་སྒྲིབ་ལོན་པོ་སྟོང་།
- ༧      འབྲེལ་གཞུགས་སྒྲིབ་ཁུངས།
- ༨      ལྷན་ཁྲུ་ཕུལ་སའི་ཁ་བྱང་།
- ༩      ལྷན་ཁྲུ་ཕུལ་མི་གི་མིང་རྟགས།

དཔེ་བཞག་ ༡ པ།    ངལ་གསོ་ལས་ཁོག་གྲུ་གྱི་གཞི་གཞི་ནང་ རྒྱལ་ཁབ་དུ་གྱི་གཞི་གཞི་ལྟ་བུ།

ཕྱི་ཚེས་.....ལ།

བདག་སྐྱོང་འགོ་དཔོན།

ཡོང་ཁག་བདག་སྐྱོང་།

ཐིམ་ལུག་

ཁྱེད་ཀྱི་ དེ་ནི་ ཡིག་ཚང་གི་བཀའ་རྒྱ་ཡང་ ཐིམ་ཡོང་/བདག་སྐྱོང་/༢༠༡༠/༡༢༥ ཚེས་ ༡༢/༠༩/  
༢༠༡༠ ཅན་མ་ཏྲ་ ཕྱི་ཚེས་ ༡/༧/༢༠༡༠ ལས་ ༣༠/༠༧/༢༠༡༠ ཚུན་ ཁོ་འཁོར་པའི་གསོ་ལུ་སོང་ཡོད་ས་ལས་  
དེ་མེས་ ཕྱི་ཚེས་ ༣༡/༠༧/༢༠༡༠ ལས་ཁོག་ཏོད་དེ་ ཡིག་ཚང་གི་གྲུ་གྱི་གཞི་གཞི་ནང་རྒྱལ་ཁབ་ཡོད་པའི་ ཏུན་འབུལ་ཁྱེད་  
མཁྱེད།

བསོད་ནམས་ཆོ་རིད།

བདག་སྐྱོང་ལས་རོགས་པ།

དཔེ་བཞག་ ༢ པ།    དཔེ་བཞག་ལས་ལོ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་ནང་ འཕྲུལ་པ་དེ་གི་སྒྲིག་འཕྲུལ་ཉུང་ཁྲི་བཞག་ཤོག།

སྤྱི་ཚེས་.....ལ།

བདག་སྤྱོད་འགོ་དཔོན།

.....

.....

ཞུ་དོན། དེ་ནི་ ཡིག་ཚང་གི་བཀའ་ཁྱུ་ལང་ ..... /བདག་སྤྱོད་..... ཚེས་ ..... ཅན་  
མ་ཉར་ སྤྱི་ཚེས་..... ལས་ ..... ཚུན་ ལོ་འཁོར་དཔེ་གསེ་ལུ་སོང་ཡོད་ས་ལས་ དེ་ཅེས་ སྤྱི་ཚེས་.....  
..... ལས་ལོ་གཉིས་དེ་ ཡིག་ཚང་གི་སྒྲིག་འཕྲུལ་གཞི་ནང་འཕྲུལ་ཡོད་པའི་ ཉུང་ཁྲི་བཞག་ལུ་བ་མཁུ་ན།

(.....)

.....



དཔེ་མཁོད་ ༤ ཡ། ཨ་ཁང་གི་ཆ་ཆས་དཔྱེ་ཁྲི་ལྷན་ལ།

**ཐོན་པོ།**

གནད་དོན་གཅིག་ཡིན་ཅུང་། ཁྱེད་ཀྱི་མཐུན་ཡོད་མེད་ བརྟག་ཞིབ་འབད་བའི་ཉུན་ཞུལ་མི་འདི་ཡིན།

ଦୀକ୍ଷିତ

ಪ್ರೀತೆ.....ಬ್ರ

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

ཅ་ཕྱིང་འཇིག་གྱིང་ལྟེ་ཆུ།

ရွှေလှိုင်၊ လှိုင်လှိုင်၊ ခြင်္သေ့၊ ခြင်္သေ့

ཅ་དོན་ རྟེན་ལྗོངས་ལྟུང་ལྟ།

[illegible]

ਬਾਗ੍ਰਿਸ'ਫ਼ੈਰੀਦ'।

ཅ་རྩིང་ཁྲ་དེས་འགོ་དཔོན་གོང་མ།



# དཔེ་བཞག་ ༥ པ། ལྷ་ཁང་གི་ཆ་སྐད་དཔྱད་ཞིབ་ རྒྱལ་ཁྲིའི་བཞག་ཤོག།

ཡིག་ཨང་ .....

སྤྱི་ཚེས་ .....

.....

.....

.....

## ཆ་དོན་ དཔྱད་ཞིབ་རྒྱལ།

ཁྱེད་ཀྱི་ དེ་ནི་ ང་ཅག་སའི་རྫོང་གཞིས་ནང་ ལྷ་ཁང་དགོན་དེ་ཚུ་ནང་ཡོད་པའི་ རྩོམ་གསུམ་དང་ཅ་རྩིང་འགངས་ཅན་  
ཚུ་ ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ཕྱིན་ ཁོ་ངོ་ ན་ རེ་འེ་བར་ན་ གཞུང་གི་ཁྲ་དེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཆང་འགྲིགས་ཡོད་མེད་  
ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་ཐབས་ཤོག་ལྟེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ ད་ཅེས་ཕྱན་རང་ གཅོ་འཛིན་གྱི་བཀའ་ཀྱ་ཨང་ ..... / ..... / .....  
..... / ..... སྤྱི་ཚེས་ ..... ཅན་མ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྤྱི་ཚེས་ ..... ལུ་ .....  
གི་ ..... གཞུང་གི་ཁྲ་དེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྩོམ་གསུམ་པའི་མཚན་ཆས་ཀྱི་རིགས་ག་ས་ དཔྱད་ཞིབ་  
མཐུན་ཕྱིན་འབད་ཕྱིན་ ཅ་དངོས་ཀྱི་རིགས་ ཡུན་རྒྱུ་ , རང་བཟླ་གཉོར་མ་ཤོས་བས་ གཞུང་གི་ཁྲ་དེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཆང་  
འགྲིགས་ཡོད་པའི་རྩོམ་གསུམ་ལྟེ་ཡོད་མེད་ཞིབ་ཞུ་བ་མཐུན།

( ..... )

.....

དཔེ་བཀོད་ ༤ པ།    ཉེ་ཐོབ་སློབ་ཡུག་འོས་འབབ་ ཉེ་ཐོབ་སྒྲུབ་ལ།

གཏོང་།

གནས་ཉུངས་ཚུལ་མཐུན་ཡོད་མེད་ ཉེ་ཐོབ་འབད་དེ་ཡུལ་མི་འདི་ཡིན།

ཡིག་ཡང་ .....

བྱི་ཆེས་ ..... ལ།

༤                    སློབ་གྲྲི་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མདོ་ཆེན་མཆོག་ལ།

ཁྱོད་ཀྱི།    མདང་ཞག་    མདོ་ཆེན་མཆོག་གས་    གནང་

བའི་བཀའ་ཁྱད་དང་འཁྲུལ་དེ་    ང་བཅས་ཀྱི་སློབ་གྲྲི་ནང་    ཉེ་ཐོབ་གྲངས་སུ་    འོས་འབབ་ཡོད་མི་སློབ་ཡུག་ཞིབ་འཇུག་འབད་དེ་  
བཅུད་བསྐྱུས་སྒྲུབ་ལྟ་    ཟུང་སྒྲགས་ཡུལ་ཡོད་ལ།

(ཀུན་ལམ་གས་དོ་ཇ།)

དཔུ་འཛིན།

གཤོང་ཡུག་མི་དེ་སློབ་གྲྲི།





# ၃. ပထမပိုင်း ၃. ၂၂    ၃. ရန်ကုန်မြို့နယ်အတွင်းရှိ ရွေးကောက်ပွဲအကျိုးအမြတ် ရရှိမှု

## ရန်ကုန်

ကချင်လမ်းမအနီးရှိ နေရာအချို့တွင်

ယခုအခါ

မြို့နယ်

မြို့နယ်အတွင်း

မြို့နယ်အတွင်း

မြို့နယ်

## ၃. ရန်ကုန်မြို့နယ်အတွင်း

ကချင်လမ်းမအနီးရှိ နေရာအချို့တွင် ၂၀၂၀/၂၀၂၁ ခုနှစ် ၁၀/၀၄/၂၀၂၁  
 နေ့စွဲတွင် ရွေးကောက်ပွဲအတွက် ပြည်သူ့ဆန္ဒပြုစာရင်းကို ပြန်လည်စစ်ဆေးရာတွင်  
 ၃. ရန်ကုန်မြို့နယ်အတွင်းရှိ ရွေးကောက်ပွဲအကျိုးအမြတ် ရရှိမှု  
 ၃. ရန်ကုန်မြို့နယ်အတွင်းရှိ ရွေးကောက်ပွဲအကျိုးအမြတ် ရရှိမှု  
 ၃. ရန်ကုန်မြို့နယ်အတွင်းရှိ ရွေးကောက်ပွဲအကျိုးအမြတ် ရရှိမှု  
 ၃. ရန်ကုန်မြို့နယ်အတွင်းရှိ ရွေးကောက်ပွဲအကျိုးအမြတ် ရရှိမှု  
 ၃. ရန်ကုန်မြို့နယ်အတွင်းရှိ ရွေးကောက်ပွဲအကျိုးအမြတ် ရရှိမှု  
 ၃. ရန်ကုန်မြို့နယ်အတွင်းရှိ ရွေးကောက်ပွဲအကျိုးအမြတ် ရရှိမှု  
 ၃. ရန်ကုန်မြို့နယ်အတွင်းရှိ ရွေးကောက်ပွဲအကျိုးအမြတ် ရရှိမှု

(ရန်ကုန်)

ကချင်လမ်းမအနီးရှိ





# དཔེ་བཞག་ ༡༡ ཡ། ཅུ་ཅུ་ཤི་གཞི་ལྟོན་གྱི་ལྟོན་པ་ལྟོན་ ཉུན་ལུ་ལྟོན་པ་ལྟོན་

ཡིག་ཡང་.....

ཕྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལ།

འུ་ .....མཆོག་གི་ཞབས་དུང་དུ།

གུས་ལྷན་པཅས་ལྷན་ལོ། དེ་ནི་

ལ་ཅ་..... མཆོག་གིས་..... ཅུ་ཅུ་ཤི་གཞི་ལྟོན་གྱི་ ཡོང་གཞིས་ལྷ་ གཞི་དཔ་ལྷན་གཞི་ལྷན་ བུ་བར་  
ལྷན་དཔ་ལྷན་ བུ་ལྷན་གཞི་ལྷན་ལྷན་དུ་ ང་གིས་པཅོ་རིག་ལྷན་ལྷན་ པཅོ་རིག་ལྷན་ལྷན་..... དང་ ལྷན་གྱིས་པཅོ་པ་ལྷན་  
..... ལྷན་ལྷན་གྱིས་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་དང་ མགོ་མཆོག་ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་  
ལྷན་ལྷན་ ཡོང་གཞིས་ལྷན་ ཅུ་ཅུ་ཤི་གཞི་ལྟོན་གྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་  
ལྷན་ལྷན་ ཡོང་གཞིས་ལྷན་ ཅུ་ཅུ་ཤི་གཞི་ལྟོན་གྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་  
ལྷན་ལྷན་ ཡོང་གཞིས་ལྷན་ ཅུ་ཅུ་ཤི་གཞི་ལྟོན་གྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

ཅུ་ཅུ་ཤི་གཞི་ལྟོན་གྱི་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་  
ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་  
ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་  
ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་  
ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་དུ་ལྷན་ལྷན་

ལྷན་ལྷན་

ལྷན་

( ..... )  
.....



སྒྲིབ་གསོལ།

### ཐོག་པོའི།

ཉུན་གསོལ་ཡིག་རིགས་འབྲི་བཅས་འདི་ཡང་། མོང་གསལ་ དེ་སྒོལ་ལམ་ལུགས་དང་ཅིག་འབྲད་ཅུང་ ཡུལ་སའི་ཁ་བྱང་ འདི་ ཡིག་གཞུང་གཡོན་ཁ་བྱུག་གི་མཁུག་ལུ་ ཡུལ་མི་གི་མིང་རྟགས་བཀོད་པའི་ ཁྱལ་ཐིག་གཅིག་གི་འོག་ ཟད་ཡང་ ཉེ་ འབྲི་ཤོག་གཡས་ཁ་བྱུག་ལུ་བཀོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ འགོ་དཔོན་འོག་མ་ཚུ་བརྒྱད་དེ་ཡུལ་དགོ་མི་ཚུ་ འགོ་དཔོན་ མོང་མ་ཚུ་གི་ ཁ་བྱང་གཅིག་ལས་མ་དོ་བས་བཀོད་དགོ་པ་ཡོད་པ་ཅིན་ མོ་གནས་ག་མཐོ་མི་འདི་ དེ་མ་པ་བཞིན་དུ་ འབྲི་ཤོག་གི་གཡོན་བྱུག་ལས་གཡས་ཁ་བྱུག་ལུ་གསལ་དུ་སྒྲེ་ གཅིག་བ་གཅིག་ ཁྱལ་ཐིག་འེ་འེ་གིས་དམའ་མ་སྒྲེ་ འགོ་ དཔོན་མོང་མའི་མཚན་དང་ཁ་བྱང་ཚུ་བཀོད་དགོ་པ་ཡིན། དེ་སྒོལ་བཀོད་དགོ་མི་འདི་ འགོ་དཔོན་འོག་མ་མ་ཚུ་གི་ ང་ རྒྱུ་འེ་མ་པ་དང་བཟུན་ཉེ་ འགོ་དཔོན་མོང་མ་ཚུ་གིས་ གནང་བ་བཀོད་ཤི་འི་དོན་ལུ་ཡིན།



བམ་ཚན་གཉིས་པ་། ཚོང་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་རིགས།

- ༡ ཚོང་འབྲེལ་གསལ་བསྐྱགས།
- ༢ གོང་ཚད་རིན་བསྐྱར་བཀོད་ཡིག།
- ༣ ཚོང་ཆས་མཁོ་མངགས་མཁོ་སྤྱོད།
- ༤ འབྲི་དཔྱད་དང་ཉོག་བཤད་ ཅན་བསྐྱལ།

ལེན་ལྟ་པ། ཆོང་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་འགྲུལ།

၈.၇ **သိက္ခာ**

ॐ འབྲེལ་ཡིག་འབྲེལ་བའི་མི་འདི་ རྒྱལ་འབྲེལ་གྲོང་འབྲེལ་གྱི་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་ སོ་སའི་མི་ཚོའི་འཆི་ཐབས་ཀྱི་  
 གནས་ལྟངས་ཡང་དྲག་བཟོ་མྱི་འདི་དོན་ལུ་ ཡིག་འབྲེལ་འབད་དགོ་པའི་རིགས་ཅིག་ལུ་སྤབ་པ་ཡིན། འདི་གི་ཡི་གུ་འབྲེལ་  
 ཐངས་འདི་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གཞུང་འབྲེལ་དང་སྐུའི་འབྲེལ་གྱི་ ཡིག་རིགས་དང་མ་འདྲཱ་སོ་སོ་ཅིག་མཉེ་དེ་འབད་དུང་  
 ཁེ་བྱུང་གི་ལྷོ་ཁྱུང་དང་བལྟཱ་ཏེ་ རྒྱལ་ཡུན་གང་མཉེ་གས་ཀྱི་དྲང་ལུ་ ཡིག་འབྲེལ་འབྲེལ་ཚུགས་དགོ་པ་ད་ ཆེད་འབྲེལ་  
 གྱི་ཡིག་རིགས་ཚུ་ ག་དེ་དྲག་དྲག་ཚིག་ཏུ་གི་ཐོག་ལས་ གཞུན་སེམས་བཀྲག་ཚུགས་པ་ཅིག་དང་ རང་དོན་འབྲེལ་  
 ཚུགས་པ་ཅིག་སྐྱེ་བྱི་དགོ་པ་ཡིན།

## ୩.୨ ସୂଚକ

ཆེད་འབྲེལ་བཅེས་མི་འདི་ གཙུག་ལྷན་ཁེའམ་པ་བཅོམ་གྱི་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་རིགས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་གྱི་འདི་གིས་ སྤྱི་  
 བར་དང་ཡིག་ཆེད་གི་ལཱ་དང་ རང་གི་མི་ཆེན་ཉིད་འབད་དམོག་པའི་ལཱ་ཚུ་གི་དོན་ལཱ་ ཡིག་འགྲུལ་ལག་ལཱ་ཉེ་འཐབ་ཐངས་  
 དང་ ཨ་ཅི་མ་འདྲ་ཕ་ཅིག་སྤེལ་ག་ལཱ་ཉེ་འཐབ་པ་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཉིད་ལཱ་ དམིགས་པས་ལཱ་ཁེའམ་པ་བཅོམ་གྱི་གི་དོན་  
 ལཱ་ གཞུང་ལས་ཆེད་གི་ལག་ཁྲེམ་ལཱ་ཉེ་ ཆེད་ལཱ་འཐབ་མི་ཚུ་ལཱ་ ཅོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པ་ལས་ ཆེད་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་  
 འགྲུལ་དཔྱེབ་པའདི་ གཤམ་གསལ་གཞན་དོན་ཚུ་ལཱ་ཆ་བཞག་གྱེ་ཡོད།

- ၁ ဆင်သခွဲရန်၊
- ၂ ရန်ကုန်သခွဲရန်၊
- ၃ နိုင်ငံသခွဲရန်၊
- ၄ မာရ်ဆင်ရန်၊
- ၅ မာရ်ဆိုင်ရန်၊
- ၆ ကိုင်ခွဲရန်၊
- ၇ ဇွဲရန်၊
- ၈ ခွဲရန်၊
- ၉ ခွဲရန်၊



၈.၄ ဆံသေ့ဝါးပါးကွေး၍ပုံသေသရဲ၊

१. ཆེད་འཕྲུལ་གསལ་པ་ཐུགས་ཀྱི།

**ཆོ་རི་ནི།**

ཆེད་འབྲེལ་གསལ་བསྐྱགས་ཟེེ་མི་འདི་ ཆེད་བཅོང་ཉི་གི་དངོས་པོ་གཅིར་ཡིན་ཅུང་། ཉི་ཅུ་ལར་བཅོང་ཉི་དང་ ཡང་ན་  
 དངོས་པོ་གཞན་དང་བརྟེན་མེད་འབད་ཉི་གི་དོན་ལཱ། ཆེད་བསྐྱགས་འབད་མི་གི་ཡིག་རིགས་ཅིག་ལཱ་སྐབར་ཡིན། དེ་མ་  
 ཆེད་ ཅེ་ཅས་དང་ཞབས་རྟོག་དགོ་འདོད་ཡོད་མི་དང་ མཁོ་སྤྱོད་འབད་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ འད་དོན་གསལ་བསྐྱགས་  
 འབད་མི་ཡིག་རིགས་ཚུ་ལཱ་ སྐབ་ཡིན།

དཔེ་མཛོད་ , ཡ། དཔེ་དེ་མ་མཆོང་ནི་གི་ཆོང་མཐུག་ལ།

ཐོད་ཁུ་ ཡོང་ཁ་ལག་ལུ་འཇམ་གྱི་ཁུ་ དཀའ་ངལ་ཡོད་མི་ནི་ དཀའ་ལས་དཀའ་ངལ་མེད།

[illegible]

~~~~~

.....३५०६८॥४८॥

ਬੀਮ'ਪੁ

## དཔེ་བཞི་ ༢ པ། ཁང་ཆས་ཚང་བསྐྱུགས།

.....ཁང་ཆས་བཟོ་ཁང་ནང་རྒྱ་སྤུས་ཚད་དུ་ ཡུན་ལུ་ འགན་ཁུ་ཡོད་པའི་ཁང་ཆས་ཚུ་ ཁྱོད་ལས་མཁོ་མང་ག་  
གི་བཀའ་རྒྱ་ལྟ་བུ་བསྐྱུགས་ཏེ་ཡོད།

ཡིག་ཚང་ནང་ རྟོག་འཕྲོད་ཏེ་གྲོག་ཏེ་གྲོག་ཏེ་གྲོག་ཏེ་གྲོག་ཏེ་ ལཱ་འབད་འཕྲོད་ཏེ་གྲོག་ཏེ་གྲོག་ཏེ་ དེ་ལས་ཡིག་ལྟོད་བཞག་ས་གོ་  
ཡངས་ཏེ་གྲོག་ཏེ་ བཞེས་ནི་གི་བྱུགས་འདྲོད་ཡོད་པ་ཅིན་ ང་བཅས་ .....ཁང་ཆས་བཟོ་ཁང་དང་གཅིག་ཁར་ གཤམ་གསལ་  
གྲིལ་བྱང་ཐོག་ལྟ་འབྲེལ་བ་མཛུན་གནང་།

.....ཁང་ཆས་བཟོ་ཁང་།

ཅང་ལམ། འགྲེམས་སྒྲོམ་ཨང་། 009

ཐིམ་ཕུག

བརྒྱ་འཕྲིལ་ཨང་། ༣༣༣༣༣༣༣/༣༣༣༣༣༣༤/༣༣༣༣༣༣༥ པར་འཕྲིལ་ ༣༣༣༣༣༣༦





## དཔེ་བཀོད་ ༤ པ། ཞབས་རྟོག་མཐུན་ཆུང་།

### སྒྲིག་བཀོད།

དེ་རེས་ནངས་པ་གི་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ གསར་ཤོག་དང་ རྒྱུ་མཐོང་གི་ཐོག་ལས་ གསལ་བསྐྱགས་འབད་བཅས་ཀྱི་དཔེ་  
དག་པ་ཅིག་འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད། དེ་བཟུམ་མའི་ཡིག་རིགས་ཚུ་ལུ་ ཟད་འགྲོ་ག་དེ་ཕྱང་ཕྱང་གནས་བཅས་ལུ་ རྫོང་ཆིག་བྱང་ཁྱེ་  
བྲི་དགོཔ་ཡོད།

ཁྱེ་རའི་ལུ་ལུ་ཚུ་ལུ་ཤེས་ཡོན་ལགས་ཤོམ་དང་ མཐུན་ཆུང་གི་ཞབས་རྟོག་ལགས་ཤོམ་ བྱིན་ནི་གི་བྱགས་འདོད་ཡོད་  
པ་ཅན་ ----- གྲེ་འདབས་ལུ་ མཛེས་རྟོག་རྟོ་དང་སྟོ་ཕྱམས་ལྟན་རྟོག་རྟོ་སྟེ་ ཆགས་རྟོ་ཡོད་མི་ -----  
- མཐོང་རིམ་སྟོབ་གྲུ་འདི་ བྱགས་ལས་དྲན་གནད།

- ང་བཅས་ཀྱི་སྟོབ་གྲུ་འདི་ནང་ ག་ཤམ་གསལ་ཁྱད་ཆོས་ལྟན་པའི་ ཞབས་རྟོག་གི་མཐུན་ཆུང་ཚུ་ཡོད།
1. ཤེས་ཚད་ཅན་དང་ ཕྱམས་བྱོང་ཅན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་དང་ སྟོབ་ཕྱོན་གྱི་བཅས་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན།
  2. མཐུན་ཆུང་ཆ་ཚང་ཡོད་པའི་ སྟོབ་ལྷག་བྱ་དང་བུ་མོ་གི་སྟོན་ཁྱེ།
  3. ཐོག་རིག་དང་ རྩེ་རིགས་ཀྱི་མཐུན་ཆུང་།
  ༤. གཞན་ཡང་སྟོབ་གྲུ་ནང་གྲེ་བར་མཁོ་བའི་མཐུན་ཆུང་ཆང་མ་སྟེ་ཡོད།

.....།  
.....དབུ་འཛིན།  
.....སྟེ་གྱི་སྟོབ་གྲུ།

**དཔེ་བཞག་ ༥ ཡུ་རང་འོད་གསལ་བསྒྲགས།**

༡. **ཁང་ག།** འཐུང་ཆུ་འི་དཀར་འུ་མེད་པ་འི་ཁང་ རྩམ་འཁོར་བཞག་ས་ཡོད་པ། ཉེ་ལུང་གི་མཐའ་ལྗོངས་ཅན་སེད་ ལུང་ཆུ་ཡོད་མི། རྩུ་ཁང་ ༣ ཆབ་གསང་དང་ཐང་ཆང་སྒྲགས་ཏེ་ཡོད་མི་ སྒྲིང་ཁྱིམ་ཅིག་ ལྷི་ཆོས་ 0.0.00 ལས་ གྲ་ཁང་གཏང་ནི་གི་གྲ་སྒྲིག་ཡོད། འགྲུལ་འཕྲིན་ ༧༧༧XXXXX གྲང་འབྲེལ་བ་འཐབ་གཏང་།
༢. **བཅོང་ནི།** རྩམ་འཁོར་ཏུ་འི་ལེགས་ལྷི་ལོ་ ༢000 ལྷ་བཅོ་སྒྲུ་འཐད་མི་ ཀི་ལོ་མི་ཀྲ་ ༣000 ལས་མ་ཐོན་མི་ གཏུ་ས་ཏུངས་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་མི་ཅིག་ འདི་འཕྲོ་ལས་བཅོང་ནི་ཡོད། དེས་བདན་ཏེ་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ འགྲུལ་ འཕྲིན་ ༧༩༧XXXXX གྲང་འབྲེལ་བ་འཐབ། གོང་ཆད་འགྲིག་ཆ་ཡོད།
༣. **གྲ་ཁང་།** མི་ལ་བཅོ་སྒྲུ་གྲིས་ རྟོད་ཁྲི་ ༢༥ འཐད་མི་ རྩམ་འཁོར་ཐུ་ཅིག་ གྲ་ཁང་ལ་ཉེ་ནི་ཨིན་མ་ལས་ དང་ འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ འགྲུལ་འཕྲིན་ ༧༧XXXXX གྲང་འབྲེལ་བ་འཐབ་གཏང་། ལག་ལ་ཉེ་ལམ་ལུགས་ འཕྲི་ཤོག་ཚུ་ ལོག་འཐོབ་ནི་མེད་པ་འི་གྲ་ཡོན་ དུལ་ཀྲམ་ ༡00 ཐོ་ཡིག་ཆང་གྲང་ལས་ཏེ་ནི་འཐོབ།

## དཔེ་བཞག་ ༤ ཡ། བཅའ་སྒྲིག་གི་ཞབས་རྟེན།

.....ལས་དོ།

དུས་རྟོན་བཅི་ཕྱང་དང་རྟོན་འབྲེལ་ རྟོན་ལས་འཕྲི་ལྷན་ལས་ བཅའ་སྒྲིག་རྒྱུ་འབྲིང་བསྐྱོད་གསུམ་གྱི་བྱ་གས་  
མཁོ་དང་འབྲེལ་རྟེ་ དུས་ཚིད་ཤུམ་འཕྲུལ་དུང་ བཀའ་གནང་མ་ཅིག་ ཞབས་རྟེན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལོ་དུ། ལ་གསལ་གྱི་རྟོན་ལྷ་  
འབྲེལ་འབྲི་ཨང་ ༡༧༧༡༠༠༠༠ རྟོན་འབྲེལ་བ་མཛད་གནང་།

དཔེ་བཞུགས་ ༧ པ། ཟ་ཁང་གི་ཞབས་རྟེན།

ཐུགས་སྒྲུབ་སྒྲིག་ཁྲིའི་མཁན་དང་མ་འདྲུས།

ཨེམ་དཔ་མི་དང་ ཡག་ཤ་ཡག་ས་འདི་ ཁྱོད་སའི་གཟིམ་ཅུང་དྲང་ག་དེམ་ཅིག་ཡང་ བཞུས་དོ་འོང་། འདི་ས་བཞུས་ནི་  
མཉེ་པར་ རྒྱ་གར་དང་ རྒྱ་གར་ ཟའི་དང་ཀོ་རི་ཡ་གི་ བཞུས་སྒོ་ཚུ་གི་ རྩོམ་གཟིགས་དགོ་པ་ཅི་ ང་བཅས་ཀྱི་-----  
-- ཟེའང་འདི་ འཕྲུལ་འཕྲུལ་བླགས་ཁར་དྲན་གནད་།

ཡིག་ཆ་དང་གི་སྤྲེལ་ཡོད་པའི་ མཐོང་ཡོད་པ་སྟེ་ བཅུད་དུ་གྱུ་བཞེས་སྟེ་ རྩོམ་གཞན་དང་མཁའ་རྒྱ་ཆུང་ བཞེད་བྱ་དང་  
འཁྲུག་ཀྱི་ ས་གནས་གཞན་དུ་འབད་ཅུང་ ང་བཅས་ཀྱིས་ རྩལ་ཆོག་ཆོ་ཡོད།

ལུས་ཀྱི་སྒྲིལ་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱི་ལོ་ལྟེན་པ་དེ་ལྟར་།

- ༡ གཞུང་གཡོག་པའི་ཁང་ཆས་དོན་ལྷ།
- ༢ ཤེས་ཡོན་བྱིན་ནི་གི་དོན་ལྷ།
- ༣ བྱིས་ཀྱང་ནི་གི་དོན་ལྷ།
- ༤ བྱིས་ནང་མཁོ་སྟོན་གྱི་དོན་ལྷ།
- ༥ སོ་ནམ་ཐོན་ཁྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་དོན་ལྷ།
- ༦ ཆེད་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལྷ། བྱིན་འགྲུལ་མུ།

[illegible]

གོང་གི་སྒྲིམ་འགྲུལ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ རྒྱ་ཚེན་ག་དེ་རྒྱུང་རྒྱུང་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་མི་འགོར། ལ་གསལ་གྱི་དོན་ལུ་ ག་ཤམ་  
གསལ་ལ་བྱུང་ཐོག་ལུ་ འབྲེལ་བ་འབྲམ་གནང་།

འཇུག་ཐོག་དེ་དུལ་ཁང་།

ਬੰਨਾ'ਪੁਰਾ

ସକଳ 'ମଧୁ' ଶବ୍ଦ ୩୨୨୩୩୨୨

# དཔེ་བཀོད་ ༩ པ། ལས་འཆར་བཅོ་བཀོད་གསལ་བསྒྲགས།

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ཚེས་..... ལ།

ཅ་དོན་.....

.....ཚེང་ལྟེ་གིས་་ས་གནས་.....ལ། ཤིང་རྩ་འཕུལ་ཁང་ཅིག་གསར་བཅུགས་འབད་  
ནི་ཡིན། འདི་གི་ལས་འཆར་བཅོ་བཀོད་ཀྱི་དོན་ལ། བཅོ་སྐྱོན་གོང་འཕེལ་བཀོད་ཚུགས་ནང་ གོ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད་མི་ གྲོས་ལོན་  
ཞབས་ཉེ་ག་གི་ལཱ་འབད་མི་འི་ ལྷན་དེ་ག་དང་ཉམས་ལྷོང་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ དེ་དྲུག་ཡི་གུ་བཅུགས་དགོ་པ་འི་ཁྱེད་ལ་འབད་མ་ཡིན།  
གནད་དོན་ཁ་གསལ་ཀྱི་དོན་ལ། བྱི་ཚེས་.....ལས་.....ཚུན་གྱི་ནང་འཁོད་ལ། གཤམ་གསལ་ཁ་བྱང་  
ཐོག་ལ། འབྲེལ་བ་མཛད་གནང་།

མིང་.....

ཁ་བྱང་-----

འབྲེལ་འཕྲིན་ཡང་། ༡༧༠༩༣༩༣༧༣༧

པར་འཕྲིན་ཡང་། ༠༢-༣༣༣༦༡༩༢

ཡོངས་འབྲེལ་ཡང་། xxx@druknet.bt

# ཁ གོང་ཚད་རིན་པོ་ལྷན་པ་གོད་ཡིག།

## གོད་ཀྱི།

གོང་ཚད་རིན་པོ་ལྷན་པ་གོད་ཡིག་ཟེར་མི་འདི་ གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ ཅེས་དང་ནངས་ཉིན་གཉིས་ཀྱི་དཔྱད་གནང་མི་ལུ་ ཆོང་ལྟེ་སོ་  
སོའི་ཁ་ཐུག་ལས་ གོང་ཚད་པ་གོད་དེ་ཡུལ་མི་གི་ ཡིག་ལུ་སྤྲུལ་པ་ཡིན།

## དཔེ་གོད་ , ཡ། གོང་ཚད་རིན་པོ་ལྷན་པ་གོད་ཀྱི་ག

ཡིག་ཡང་'-----

ཕྱི་ཆེས་'-----ལ།

.....

.....

## ཅེན་.....

.....ལས་ ཡིག་ཡང་.....ཕྱི་ཆེས་.....ཅན་མའི་ནང་གསལ་ བསམ་གཏན་གྱི་དང་ལུ་  
སློབ་གྲུ་འི་ཐྱིང་ཁྱིམ་ཐོག་བཞུགས་ཅིག་ཀྱང་ཞི་གི་ གོང་ཚད་ལོན་ཅིས་བཏོན་ཏེ་ ཡུལ་དུ་གོ་པ་འདི་དོན་ལུ་ ས་ཁྲ་དང་བཅས་གནང་མི་  
འདི་ལུ་ ཟད་གོན་ངོ་མའི་གནས་ཅིས་ ཟུར་སྤྱོད་གསལ་ཉུར་དུ་ལུ་གྲམ་.....དང་། ལཱ་འབད་སའི་ས་གོ་དོན་  
ལྷན་པ་འཁོར་ལམ་ལས་ དུས་ལུ་ཆུ་ཆེད་ , ཀྱང་ཉུང་འཁྱོད་གོ་པ་མ་ཆད་ ལཱ་གི་དུས་ལུ་འདི་ཡང་ ལཱ་གི་ཆུ་ཆེད་དང་འཁྱིལ་མ་  
ད་ ཟུང་ལུ་ཅིག་ལས་མེད་པ་འི་ཁར་ ལས་མི་འཛོམས་ཞི་གི་དཀའ་ངལ་ཆུ་ལས་བཏོན་ ལཱ་གི་མ་གནས་ངོ་མའི་ཁ་ལུ་ བརྒྱ་དུ་ 30  
ཡར་མེད་ཀྱང་ཉུང་ལུ་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ ངོས་ལཱ་གནང་ཟེངས་ཡོད་པ་ཅིན་ ག་ཞི་ལས་བཀྲིན་ཆེ་ཞི་མས།

(.....)

.....བཅོམ་སྤྱོད་ལས་ལཱ་དེ།

འབྲུལ་འཕྲིན་ཡང་། 17010303030

པར་འཕྲིན་ཡང་། 102-6026702

ཡོངས་འབྲེལ་ཡང་། [pp@druknet.bt](mailto:pp@druknet.bt)

## **၅      နိုင်ငံ့စာရင်းအကျဉ်းချုပ်**

### **၅.၁**

စာရင်းအကျဉ်းချုပ်အား ၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့မှစ၍

### **၅.၁.၁      ၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ**

အကျဉ်းချုပ် .....

ပေါ်လွင် .....

အကျဉ်းချုပ် .....

အကျဉ်းချုပ် .....

### **၅.၁.၂      နိုင်ငံ့စာရင်းအကျဉ်းချုပ်**

အကျဉ်းချုပ်အား ၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့မှစ၍ အကျဉ်းချုပ်အား ၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့မှစ၍ အကျဉ်းချုပ်အား ၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့မှစ၍

| နိုင်ငံ့စာရင်းအကျဉ်းချုပ် | ဇယား | အကျဉ်းချုပ် | အကျဉ်းချုပ် | အကျဉ်းချုပ် |
|---------------------------|------|-------------|-------------|-------------|
| ၂၀၁၆                      | ၂၀၁၆ | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        |
| ၂၀၁၆                      | ၂၀၁၆ | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        |
| ၂၀၁၆                      | ၂၀၁၆ | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        |
| ၂၀၁၆                      | ၂၀၁၆ | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        |
| ၂၀၁၆                      | ၂၀၁၆ | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        | ၂၀၁၆        |

အကျဉ်းချုပ်အား ၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့မှစ၍ အကျဉ်းချုပ်အား ၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့မှစ၍ အကျဉ်းချုပ်အား ၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်နေ့မှစ၍

(.....)

.....

.....



## དཔེ་བཞག་ ༢ པ། ཚོང་ཆས་མཁོ་སྟོན།

ཡིག་ཡང་.....

བྱི་ཚེས་.....ལ།

.....།

.....ཚོང་ཁང་། རྟོན་འཛིན་ལམ།

ཐོ་མ་ལུག་

## ཅན་ན། ཚོང་ཆས་མཁོ་སྟོན།

འོག་ལུ་བཞག་དེ་ཡོད་མི་ ཚོང་ཆས་ཚུ་ བྱི་ཚེས་.....ཉིན་མ་ དོན་འཁོར་ཡང་ .....ནང་ དེ་གཞིག་པ་.....  
གི་ལག་པར་ཚོང་ཆས་ཀྱི་ཅིས་ཤོག་དང་ སྡོ་གོང་ཅིས་ཤོག་སྐྱགས་ཏེ་ ཅིས་སྟོན་དེ་བརྟེན་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱུ་ཀྱི་ལག་པར་སྟོན་  
མེད་ཚོང་འགྲིགས་འབྲུལ་འོང་མཁོ་བའི་མེད་ཡོད། ཚོང་ཆས་ཀྱི་སྟོན་དུ་ལ་.....པོ་དེ་ ནངས་པ་ལས་མ་འབྲུངས་པར་  
ཐོ་མ་ལུག་དུ་ལ་ཁང་ནང་ དེ་གི་ཅིས་ཡང་.....ནང་ ག་དེ་འབད་ཅུང་བཅུགས་གནང་བཅེ་ལུ་ནི།

| ཚོང་ཆས་ཐོ་ཡིག་ཡང་། | ཅ་ཆས་།     | ཐུངས་ལ། | གོང་ཚད། དུ་ལ་ཀྲམ། | བསྟོ་མས་དུ་ལ་ཀྲམ། |
|--------------------|------------|---------|-------------------|-------------------|
| ༥༦༡                | ཚུ་མ་དོ།   | ༡༠༠ །   | ༤༥༠/-             | ༤༥,༠༠༠/-          |
| ༥༦༥                | གྲུ་སམ་དོ། | ༥༠།     | ༣,༥༠༠/-           | ༡,༧༥,༠༠༠/-        |
| ༥༧༠                | ཀྲ་དོ།     | ༡༠༠ །   | ༧༥༠/-             | ༧༥,༠༠༠/-          |
| བསྟོ་མས་།          |            | དོ། ༢༥༠ |                   | ༣,༣༥,༠༠༠/-        |

འཛིན་སྟོན་པ།

ཀྲམ་ཚོང་འབྲེལ་ལས་པ།

ཕུན་ཚུགས་གྲིང་།

## ང འདྲི་རྒྱུད་དང་རྟོག་པའདྲ་ རྟན་བརྒྱུལ་ཡིག་རིགས།

གོ་ནི།

འདྲི་རྒྱུད་ཡིག་རིགས་ཟེར་མི་འདྲི་ ཅེས་དང་ཞབས་རྟོག་གི་གོང་ཚད་དང་ གནས་ཚུལ་འདྲི་རྒྱུད་འབད་མི་གི་ཡི་གུ་  
ལུ་སྤྲུལ་ཡིན།

དཔེ་བཞག་ , ཡ། གོང་ཚད་འདྲི་རྒྱུད།

ཡིག་ཡང་'-----

ཡི་ཚེས་'-----ལ།

.....

.....བཟོ་སྐྱུན་ལས་པུ།

ཐིམ་ཕུག

ཅེ་ནི་ བཟོ་སྐྱུན་གོང་ཚད་འདྲི་རྒྱུད།

.....ལས་པུ་དེ་འི་ ཡན་ལག་ཅིག་ ཐིམ་ཕུག་ཁོམ་ཁར་ སྤྲིང་ཁྱིམ་ཐོག་བཞུགས་ཅིག་ཀྱང་ནི་གོ་ནི་ལུ་  
གོང་ཚད་ལོན་ཅིས་བརྟན་ནི་གི་ལུ་འདྲི་ ཁྱོད་ལུ་སྤོད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཟུར་སྐྱུགས་ ས་ཁྲ་དང་འཁྲུལ་བའི་ བཟོ་སྐྱུན་ལུ་ཟད་གོན་དོ་  
མའི་གནས་ཅིས་བརྟན་ཏེ་ ཟུང་ , གི་ནང་འཁོད་ གཤམ་མིང་འཁོད་པོ་ལུ་ བརྒྱུལ་གནད་ཟེར་ལུ་ནི། ལོན་ཅིས་བརྟན་ནི་ལུ་  
གྲ་ཡོན་གང་གནས་ཀྱི་ཅིས་ཐོ་འདྲི་ ལོན་ཅིས་མ་བརྟན་པ་འི་ཏེ་མ་ ང་ལུ་བརྒྱུལ་གནད་དགོ་པ་ཡིན། དེ་འི་ལུ་འདྲི་ཁག་ཆེ་རྟོག་རྟོ་  
ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ སེམས་ཁར་བཀལ་ཏེ་དུས་ཐོག་ལུ་འབད་བྱིན་འོང་མནོ་བའི་ ནེ་བཟའ་བཅས་དགོངས་མངའ་ལུ།

(.....)

.....བཟོ་སྐྱུན་ལས་པུ།

འབྲུལ་འཕྲིན་ཡང་'༡༧༧༩༩༩༩༩༩༩

པར་འཕྲིན་ཡང་'༡༠༢-༦༧༢༦༡༩༢

ཡོངས་འབྲེལ་ཡང་' [pp@druknet.bt](mailto:pp@druknet.bt)

## དཔེ་བཞག་ ༢ ལ། འདྲི་དཔྱད་ཁྱེད་ཀྱི་

གོ་དོན།

འདྲི་དཔྱད་ཁྱེད་ཀྱི་ཟེར་མི་འདྲི་ ཅེས་པ་དང་ཞབས་ཏྲུག་གི་གོང་ཚད་དང་ གནས་ཚུལ་འདྲི་དཔྱད་འབད་མི་ལཱ་ ལན་ གསལ་བསྟུན་མི་གི་ཡི་གུ་ལཱ་སྒྲུབ་ཡིན།

ཡིག་ཡང་'-----

སྤྱི་ཚེས་.....ལཱ།

.....

.....བཟོ་སྐྱེད་ལས་པུ་

ཐིམ་ཕུག

## ཙམ་ཏྲུག་ བཟོ་སྐྱེད་གོང་ཚད་འདྲི་དཔྱད་ཁྱེད་ཀྱི་

སྤྱི་ཚེས་.....ལཱ་ .....ལས་པུ་ལས་ གནད་མི་གི་ཡིག་དོན་ནད་གསལ་ཏུ་ .....ལས་པུ་ལས་པུ་ལས་ ཅིག་ ཐིམ་ཕུག་ཁྱེད་ཀྱི་ སྤྱི་ཚེས་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ཐོག་ གོང་ཚད་ལོན་མི་བཟོ་སྐྱེད་ཀྱི་གོང་ཚད་ལཱ་གནད་མི་འདྲི་ བཟོ་སྐྱེད་ཀྱི་ཚད་ལོན། ལཱ་འདྲི་དང་མི་ལཱ་ལས་ ལཱ་ལྟ་དང་ལཱ་ལྟ་ བཟོ་སྐྱེད་ཀྱི་ལཱ་ ཟད་གོང་ཚད་ལཱ་གནད་ ཟད་ གི་ནད་ལཱ་ བཟོ་སྐྱེད་ཀྱི་ལཱ་ལས་ལོན་ལོན། ལོན་མི་བཟོ་སྐྱེད་ཀྱི་གོང་ཚད་ ལཱ་ལྟ་ལཱ་ བཟོ་སྐྱེད་ཀྱི་ལཱ་ མ་དངུལ་གད་གནད་ཀྱི་ཐོག་ ཡ གི་ལོན་ལོན་ཀྱི་ལོན་ལས་ ལཱ་ལྟ་ལཱ་ལྟ་.....ལས་པུ་ལས་ ལོན་ལོན་ མཚན་གནད་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ ལཱ་གསལ་ཀྱི་ལཱ་གསལ་ གསལ་མི་ལོན་ལོན་ལཱ་གནད་ལཱ་

(.....)

.....བཟོ་སྐྱེད་ལས་པུ་

ཐིམ་ཕུག

## དཔེ་བཀོད་ ༣ པ། རྩེ་ཆས་ཆོས་འཁྲིག་མ་འབྱུང་བའི་ ཉེན་བཤད།

### གོད་ན།

ཉེན་བཤད་ཡིག་རིགས་ཟེར་མི་འདི་ རྩེ་ཆས་མཁོ་སྤྱོད་འབད་མི་གི་ རྩེ་ཆས་ཚུ་དོས་ཤོག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ མ་འབྱུང་བའི་  
སྐབས་ལུ་ རྩེ་ཆས་མཁོ་སྤྱོད་འབད་མི་ལུ་ དེ་ལྟགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བཀོད་དེ་བསྟུལ་མི་འི་ཡིག་ལུ་སྤྲུམ་པ་ཨིན།

ཡིག་ཡང་.....

སྤྱི་ཚེས་.....ལུ།

འཛིན་སྐྱོང་པ།

ཀྲམ་ཚེང་འབྲེལ་ ལས་པུ།

ཕུན་ཚུགས་གྲིང་།

### ཅེད་ན། རྩེ་ཆས་དོས་ཤོག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་མ་འབྱུང་བའི་སྐོར།

ཁྱེད་ལུ་མངག་ཆ་འབད་མི་གི་རྩེ་ཆས་ཚུ་ རུས་ཐོག་ལུ་གནད་བཟུང་མི་ལུ་ བཀྲིན་དག་འཛེར་ཡོད། ཡིན་ཅུང་ ཁྱེད་  
ཀྱི་དོས་ཤོག་ནང་ལུ་བཀོད་མི་གི་ རྩེ་ཆས་ཐོ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཡང་དེ་ ཚུམ་དོ་ ༢ དང་ ཁྱ་རམ་དོ་ ༡ མ་ཚང་མ་ལས་ ཁྱེད་ལུ་  
ཕུལ་དགོ་མི་ཉི་ཅུ་འདི་ཡང་ ད་ཉོ་དུལ་ཁང་ནང་བཅུགས་མ་ཚུགས། ཚུམ་དང་ཁྱ་རམ་ཆད་མི་དེ་ ཁྱེད་ར་གིས་བཟུང་མི་ དེ་  
ག་ཡོགས་གིས་ཡང་ ཤེས་པར་ཨིན་མ་ལས་ དོ་ ༣ པོ་འདི་ ག་དེ་འབད་ཅུང་ ནངས་པར་ཉོ་པ་ཅིག་སྟེ་གནད་གནད་ཟེར་ཁྱ་ནི་  
དང་ དེ་ཉོ་པ་ཞུ་མ་ལས་ ཁྱེད་ལུ་ཐོ་མི་ཉི་ཅུ་འདི་ཡང་ རྩེ་ཆས་འཁྲིག་དུལ་ཁང་ནང་ བཅུགས་ཚེ་ཆ་ཚོ་ཡོད་ཟེར་ཁྱ་ནི།

(.....)

.....ཚེང་ཁང་།

ཡང་.....ནོར་འཛིན་ལམ།



བཅ་ཚན་གསུམ་པ། སྒྲེང་འབྲེལ་ཡིག་རིགས།

༡ ཚེས་སྒྲེང་དང་འབྲེལ་བའི་ཞུ་ཡིག་རིགས།

༢ སྒྲིང་སྒྲེང་དང་འབྲེལ་བའི་ཞུ་ཡིག་རིགས།

༣ གཉེན་འབྲེལ་དང་ ཆ་རོགས་ལུ་བསྐྱེལ་ནིའི་གཏང་ཡིག་རིགས།

# ལེབ་ཏུག་པ་ སྐར་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ།

## ༤.༡ རྩམ་པ།

སྐར་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་ཟེར་མི་འདི་ ཡིག་ཚང་གི་གཞན་དོན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པར་ སྐར་ཁྱི་གཞན་དོན་དང་  
འབྲེལ་བའི་ཡིག་རིགས་ཅིག་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལུས་བརྟེན་ གཞུང་གཞུག་ལུ་ཡིན་ཅི་ཅུང་  
གཞུང་འབྲེལ་མི་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་འགྲུལ་ལུ་ ལམ་ལུགས་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་ལུ་འབྲེལ་བ་  
དགོཔ་ཡིན།

དེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ ང་བཅས་འདི་ ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞན་ཟེར་མི་འདི་ གཞུང་འབྲེལ་དང་ ཚང་འབྲེལ་གྱི་  
ཡིག་རིགས་ནམ་གཞན་ལུ་མེད་པར་ སྐར་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་འགྲུལ་ལུ་གཅི་ཐོར་བརྟེན་ཏེ་ བཀོད་མི་འདི་ལུ་  
སྤྲུལ་ཡིན་མས། དེ་འབད་ལུ་དང་ལུ་ ལུ་རིགས་མང་ཤོས་ ཡིག་འགྲུལ་ལུ་བརྟེན་དགོཔ་ཡོད་པ་ལས་  
གཞུང་འབྲེལ་དང་ཚང་འབྲེལ་གྱི་དབྱེ་བ་ ལོགས་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད། དེ་ལས་ སྐར་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་གྱི་  
ལམ་ལུགས་འདི་ འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ནམ་གཞན་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལག་ལུ་འབྲེལ་བ་དགོཔ་ཡིན།

## ༤.༢ རྩམ་པ།

སྐར་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་འདི་ནང་ སོ་སོའི་སྐར་ཁྱི་མི་ཚོའི་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་ གཞན་དོན་ག་རུ་ལུ་སྤྲུལ་ལས་  
ཚོས་ལྟེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལུ་ཡིག་རིགས་དང་ སྤྱི་ལོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལུ་ཡིག་རིགས་ དེ་ལས་ གཞན་ཏེ་ཚོན་  
དང་ཆ་མོགས་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་ གཞུང་ཡིག་རིགས་དང་བཅས་དབྱེ་བ་གསུམ་ལུ་ལྟེ་ཏེ་ཡོད།

སྐར་འབྲེལ་ཡིག་འགྲུལ་ལུ་ ལས་སྒྲུབ་ལམ་ལུགས་ལག་ལུ་འབྲེལ་བ་དགོཔ་ཡིན་ཅུང་ དེ་འབད་ལུ་ དེ་འབད་ལུ་  
དུས་ཚོད་དང་ ལུ་གི་བྲེལ་བའི་ལས་བརྟེན་ ག་རུ་གིས་མཐུགས་ལྷན་པས་བདེ་བའི་ ལམ་ལུགས་ལུ་གཞན་ལ་  
ཐུབ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་ནང་ལུ་ ལས་སྒྲུབ་ལམ་ལུགས་མཚན་པ་བདུན་ཉུམ་དེ་དཔེ་ཅི་མེད་པའི་བཀོད་དེ་ མང་  
ཤོས་ར དེ་འབད་ལུ་གི་དུས་དང་བདུན་པའི་ འབྲེལ་བའི་ལམ་ལུགས་ལུ་གཅི་ཐོར་བརྟེན་ཏེ་ཡོད།

༡ ཚོས་ལྟེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལུ་ཡིག་རིགས།

३. གཏུཤེ་ཚན་དང་ཆ་རོགས་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་གཏུང་ཡིག་རིགས།

[illegible]

འབྲི་ཤྲི་འདི་ སེ་སེའི་སྒྲེའ་གྲི་ལས་རྟགས་དང་ མིང་གནས་དང་བཅས་པའི་ སྒྲེའ་གྲི་ལ་བྱུང་ཡོད་པའི་འབྲི་  
ཤྲི་གསལ་སུ་བཟོ་བྱེད་ཡོད་པ་ཅི་ཅི་ དེ་དང་ དེ་མི་ཅི་ཤྲི་གྲུ་དཀར་རྒྱུང་ལག་ལེན་འབྲེལ་པ་ཡིན།

[illegible]

ལྷ་ཡིག་གི་མགོ་རྒྱུ་ བོད་ལུ་གཞུང་འབྲེལ་ལྷ་ཡིག་གྲྭ་གི་དྲུང་ བཀོད་མི་ལས་རིགས་བསྐྱེལ་ཏེ་ལག་  
 ལུ་འབྲེལ་བ་དགོ། ཚིག་གཞི་བཙུགས་ཟངས་འདི་ རང་སྤྱོད་མཚན་པ་བརྟན་ལྷན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཁམས་འདྲི་  
 གནས་ཚུལ་ལྟ་བུ། བརྟན་བཙུགས་གསུམ་བྲིམ་དགོ་པར་ རང་གི་ངོ་སྤྱོད་བཙུགས་ཏེ་ མཚན་པ་ལ་ལྷན་སྐྱེ་  
 འབྲིལ་ཡིན། དེ་ཡིན་ཏུང་ ལྷ་ཡིག་གི་བརྗོད་དོན་ རང་གི་གནས་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བའི་རིགས་ལུ་ ཁམས་  
 འདྲི་དང་ རང་གི་གནས་ཚུལ་བཀོད་དེ་ཚུ་ཡང་ རྟེན་བས་ཐོབ་དང་བརྟན་ཏེ་ལག་ལུ་འབྲེལ་བ་དགོ་པ་ཡིན།



གཏུང་ཡིག་གི་རིགས་ལུ་ མགོ་རྒྱུ་ ལྟ ༣ རྟེན་གྱིས་གང་ཅུང་ལག་ལཱ་ལྟེ་འཐབ་དགོ། རྟེ་ཡང་  
 མགོ་རྒྱུ་ ལྟ ༡༥ རྟེ་ ཡམ་སྤྱན་ཆ་དང་ཆ་རོགས་ཚུ་གི་བར་ན་ མཐུན་འབྲེལ་གྱི་འདུ་ཤེས་ཚུ་ལྟེ་བཟུམ་ཡོད་  
 པ་ལི་དོན་ཉོན་མ་ཡིན། རྟེ་ལས་ མགོ་རྒྱུ་ ༣ རྟེ་ མང་ཤོས་ར་ ཡིག་རིགས་སྤྱིར་བཏང་གི་དོན་ལུ་ ལག་  
 ལཱ་ལྟེ་འཐབ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ག་ར་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པ་ལི་བར་མཚན་ཉོན་མ་ཡིན།

སྐྱེར་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་རིགས་ལུ་ སོ་སོ་ལི་སྐྱེར་གྱི་ཡིག་ཡང་ལག་ལཱ་ལྟེ་འཐབ་དགོ་པ་ལོ་ཤོད་པ་ཅིན་ གོང་གསལ་  
 གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་འབྲུལ་ ལམ་ལུགས་ལས་རིགས་བསྐྱེད་གོ།

ཡིག་མཚུག་བརྒྱུ་ད་ གནམ་ལོ་ཟླ་ཚས་བཀོད་པ་ལི་མཚུག་ལུ་ སྟེལ་མི་གི་མིང་དང་ས་གནས་ ཡུལ་ཡུལ་  
 བཀོད་དེ་ མིང་རྩགས་བཀོད་ནི་དང་ ཡང་ན་ གནམ་ལོ་ཟླ་ཚས་ཀྱི་མཚུག་ལུ་ ཡུལ་ཡུལ་བཀོད་པ་ལི་འོག་ལུ་  
 སྟེལ་མི་རང་གི་མིང་དང་མིང་རྩགས་བཀོད་ནི་གཉིས་ གང་ཅུང་ལག་ལཱ་ལྟེ་འཐབ་དགོ་པ་ཡིན།

### དྲན་གསོ།

གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་རིགས་ནང་ དྲགོས་ལ་སོགས་པ་ལི་ཆེ་བའོ་དྲ་ཐོབ་ལམ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ ལག་ལཱ་ལྟེ་འཐབ་  
 དགོ་པ་ཡིན་ཅུང་ རང་གི་སྐྱེར་དོན་ཡིག་འབྲུལ་སྐྱབས་ལུ་ ཆེ་བའོ་དྲ་ཚུ་སྐྱབས་ཐོབ་གྱི་དྲགོས་མཁོ་དང་བརྒྱུན་  
 ཏེ་ ལག་ལཱ་ལྟེ་འཐབ་ཅུང་མ་འཐུས་པ་མེད།

## ༤.༤ མཚན་ཉི།

སྐྱེར་འབྲེལ་ཡིག་འབྲུལ་རིགས་ལས་ཁུ་ཡིག་དང་ གཏུང་ཡིག་ག་ཅིར་ཡིན་ཅུང་ བརྒྱུད་དོན་ངོ་མ་དང་གཅིག་  
 ལས་ མཚན་ཉི་ཆོད་དགོ་པ་འདྲི།

- ༡ སྟེལ་མི་རང་གི་ཁ་བྱང་།
- ༢ ཟླ་ཚས།
- ༣ བསྟུལ་སའི་ཡུལ་གྱི་མིང་དང་ཁ་བྱང་།

- ༤      དགོས་གནད་དང་འཁྲིལ་བའི་འབྲེལ་གཏུགས་རྒྱུ་ཁྲུངས།
- ༥      རང་གི་མིང་དང་མིང་རྟགས།

## དྲན་གསོ།

སྒྲེ་འབྲེལ་ཡིག་འབྲེལ་གྱི་ ཚིག་གཞི་ནང་ བྱས་ཚིག་དང་རྟན་ཚིག་ མཚུགས་ལྷ་བཅའ་མེས་ཀྱི་མིན་ཚིག་དང་བཅས་  
པའི་ བྱད་ཚེས་དང་ལྷན་དགོཔ་འདི་ཡང་ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན།

#### 4.4 རྩོམ་འབྲེལ་ཡིག་འཇུག་གི་དཔེ་བཞག་དོ།

१      ཚོས་དེ་དང་འབྲེལ་པའི་ཁྱུ་ཡིག་རིགས།

**ཆེན་མོ།**

ཚེས་དྲེད་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་རིགས་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚེས་དྲེད་དུ་འཛིན་གྱིས་གཅོས་པའི་ སྤྱུལ་དང་སློབ་དཔེ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ བློ་རྩོམ་གྱི་ཚེས་དྲེད་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ལྟ་  
 བརྟེན་པའི་ཡིག་འགྲུལ་གྱི་རིགས་ལྟ་སླབ་པ་ཡིན།

**५५**

(3) རིགས་དང་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱ་མཚའི་བྱེད་པ་དག་ནི་ཇི་ཅེས་ཆང་དབང་བྱུངས་ཇི་ ཇི་མཁན་རྟེན་པོ་ཆའི་ ལ ཞབས་པད་  
 གནོད་ལས་བརྟེགས་པའི་ལྷི་རྩུང་།

གྲོ་ ༣ འཕ་རྩ་གྲུས་པའི་ལག་པའི་ཐལ་མོ་བདེ་ཆེན་གྲུ་བཀོད་པའི་ཉ་ཡིག་དང་བཅས་ཏེ་ གསེལ་  
 འདེབས་ཁྱོད་ནི། དེ་སེམ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པའི་ རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ སྤིན་པའི་ཅེ་མོ་ལུ་བརྒྱུད་ས་པའི་དུས་ཀྱི་ཆར་  
 ཡང་ ཡོགས་དུས་ཀྱན་གྱི་རྒྱལ་བ་སྤུས་དང་བཅས་པའི་ མཁུན་བཅའི་དུས་གསུམ་གཅིག་རྩ་བ་དུས་པའི་ རྒྱབས་ཐེམ་ཆོག་གི་  
 གསང་གསུམ་མཆན་དང་ དཔེ་བྱ་དུ་བཀོད་པ་མཛེས་པའི་གཟུགས་སྒྲུ་ སི་འཕ་རྩ་པོ་འབྲུམ་གྱིས་འགྲན་དུ་མི་བཟོད་པའི་  
 རྩར་བཅས་འགོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་གཞིའི་ཏྲེ་བ་ལུ་ བཟླེ་ཆགས་ཏྲོག་ཏྲོ་སྤོལ་བས་པད་བརྩན་ཏེ་ མཛད་པ་ཡིན་ལས་  
 ཀྱི་ཏྲེ་བླའི་འོད་གྱིས་ འཛམ་གྱིང་རྒྱ་པའི་ཕྱུད་པ་ཅ་མེད་དུ་བཅོམ་ཏེ་ བདེ་སྤྱིད་ལྷང་བའི་ལམ་ལུ་འགོད་བཞིན་པར་ འཛོལ་  
 གཞུལ་བཞུགས་པའི་བཀྲིན་ཏེ་ ས་གསུམ་གྱི་རྒྱ་ཁྲོད་ལས་ཡང་ འདས་ནི་ཡིན་པས་ཟེར་ཁྱེད་དང་འབྲེལ།

སྐྱབས་མེ་རི་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་བྱ་གསལ་བཤུལ་ ཉེ་བཟའ་ལྔ་པའི་གྲུས་དམན་རང་ཡང་ ཁྱེད་ཀྱི་གསལ་པ་གང་ཡང་མེད་

ཐོག་ལས་ ཆོས་ཀྱི་བྱ་བ་ལུ་ གུས་རྟག་གི་བཅོམ་འགྲུས་སྟེ་བཞིན་པ་འོད་ལགས། མཚམས་དོན། ཉུ་ཕྱག་འབུམ་དང་བཅས་  
པའི་སྒོ་ལས་ བྱེད་ཀྱི་དེ་ཡང་ .....

དེ་ལས་ཡང་ཡང་ ཉེ་བས་བཅུ་དང་མི་འཇིགས་པ་བཞིན་པ་འོད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་ཡང་མཐོན་པོའི་གྲ་ འོད་ཆགས་  
ནོར་བུའི་ཞབས་ལེན་ རྟག་ཁྱེད་ཀྱི་འགོད་བཞིན་པ་ནས་ བཤད་སྒྲུབ་པ་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་ལྷ་དང་བས་ སྒྲིན་ཞིན་པ་འོད་ཀྱི་སྒྲིན་  
འཕྱོག་པའི་འཕྱོག་ལས་ ཕྱོགས་བརྒྱུ་འཕྱོད་བཞིན་པ་ནས་ དད་འབངས་རང་ཡང་སྟེ་ཕྱོད་ཀྱི་ལྷ་དང་ ཐུགས་མཉེས་བཞིན་ཀྱི་ རྩེ་ལུ་  
བཟུང་ཞིན་མ་ལས་ གསུང་གི་གསང་བ་ཟབ་མོའི་ཟིལ་མངས་ལུ་ ག་དག་འཕྲ་སྟོན་ཆོག་པའི་ཐུགས་བཅུ་དུས་དང་ནམ་པ་ཀྱི་ལྷ་དང་  
ཉོན་མེད་ཀྱི་སྒྲུབས་འཇུག་ལུ་བ་མཁྱེན་མཁྱེན་མཁྱེན་མཁྱེན་ལགས། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་དད་འབངས་.....  
མོ་མེད་པས་ བྱེད་ཀྱི་གོས་ཆེན་ཉོད་པའི་དང་བཅས་

རབ་རྩ་རྒྱུད་པའི་

གོ་ ༣ གུས་པས་

ཕྱག་བཅས་

ཕུལ།

དཔེ་བཞག་ ༢ པ། སྐྱབས་ཇེ་ ཇེ་མཁན་རྟོ་པོ་ཆེ་ དཔེ་སྟོང་གསུམ་པུ་འཛུགས་ཀྱི་ཁྱ་ཡིག

(༣ བཀའ་བརྒྱན་བཟུན་པའི་བྱི་དཔལ་སྐྱབས་ཇེ་ ཇེ་མཁན་རྟོ་པོ་ཆེ། ལྷ་ཁབ་རྩུང་ཤུ།

དཔེ་འབངས་.....ཇོང་ཁག་.....

ལས་ ཁྱས་པ་.....ནས་ གློ་ ༣ ཁྱས་པས་ཡུག་བཅས་ཁྱ་གསེལ། དེ་ནི། ཁྱས་པ་རང་ལུ་ བུཊ་ ༥ ཡོད་ཅུང་ ཆ་  
མཉམ་སློབ་གྲྭ་ནང་མ་གཏོགས་ ཆེ་འདི་ཤི་གཏོས་ཀྱི་སྐྱབས་གནས་ཁྱ་ས་ གྲྭ་ཆང་ནང་ལུ་ ཨ་ལུ་གཅིག་ཡང་བཅུགས་མ་ཚུགས་  
པར་ཡོད་པ་ལས་ ད་རེས་ སྐྱབས་ཇེ་རྟོ་པོ་ཆེ་ སྐྱབས་འཇུག་མ་ཁུས་ཟབས་མདེ་བྱུང་ཡོད་ལྟ།

སྐྱབས་ཇེ་རྟོ་པོ་ཆེ་མཚན་གསེལ་བྱུགས་བཅས་གཟུགས་ཀྱི་ ཁྱས་པའི་བྱ་ ཇོ་མེད་ ..... ཁོ་གྲངས་.....འགྱུ་མི་འདི་ ད་  
རེས་.....སློབ་གྲྭ་ སློབ་འཁྲིལ་ ༦ པ་ནང་ལྷ་བ་པའི་བསྐྱང་ཡོད་མི་འདི་ ད་རེས་ ཟླ་མ་དང་པའི་དུས་ཆེན་དང་བཟུན་ཀྱི་ སྐྱབས་  
ཇེ་རྟོ་པོ་ཆེ་ལྷ་ཁབ་སར་བཅར་ཀྱི་ ཐུགས་མོན་གྱི་བྱི་སྐྱབས་ཁྱ་བར་བཅར་ཆེན་པའི་གནང་བ་ཅིག་དང་། བུཊ་འདི་ གཞུང་གྲྭ་  
ཆང་གི་དཔེ་འབངས་འདུས་པའི་དེ་ནང་ མཚན་འཛིན་བཞག་ཐོག་ལས་ དཔེ་སྟོང་ནང་བཅུགས་གནང་གི་གྱི་སྐྱབས་འཇུག་ཁྱ་བ་  
མཆིན་མཆིན་མཆིན་མཆིན། ཞེས་ལུ་བྱུག་ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ་གོང་མེད་པས་

རབ་རྩུང་པའི་

གློ་ ༣ ཁྱས་པས་

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

དཔེ་བཞག་ ༣ ཡ། དགེ་འདུན་འདུས་དཔངས་ལུ་ རྩོམ་ཆེ་སྐྱབ་གནང་དགོ་པ་ལྟ་ཡིག

(༣ ལུང་རྩོགས་ཐང་ཉ་པ་ལི་འབྱུང་གནས་དགེ་འདུན་འདུས་པ་སྐྱུ་མཆོའི་ནམས་དུང་དུ།

གུས་.....ཨོང་ལག་.....

གཉེ་ལོག་.....གཡུས་ཆན་ལས་ ངོ་མིང་.....ཁོ་རྩོགས་.....འབད་མིའི་དོན་ལུ་ རྩོམ་ཆེ་སྐྱབ་གནང་ནིའི་འབྲལ་རྩེ་ཉི་  
ཅུ་.....ཡུལ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ རོན་གྱི་ལས་དང་ འཕུལ་གྱི་རྩེ་དན་ཚུ་ བརྩོག་ཐབས་ཀྱི་ཐུགས་མེན་ རྩམས་འབྲུག་གང་དག་  
གནང་ཉེ་ བཞིན་བརྩུང་གནང་ལུ་བ་མཆིན་མཆིན་མཆུན། ཞེས་གནམ་ཁོ་ཟླ་ཆེས་ལུ་

མོ་ ༣ གུས་པས་

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

དཔེ་བཞུགས་ ༤ པ། དགོན་པའི་འདུས་དམངས་ལུ་ བཀའ་འཁྱུར་དག་ཚུ་གནང་དགོ་པའི་ཁྱ་ཡིག

(3) རིམ་གྱིས་ལམ་ལ་བཅོན་བཞུགས་.....དགོན་པའི་འདུས་དམངས་ཉན་སྐྱོན་གྱི་ཞབས་རྩལ་དུ།

གས་.....ཇོང་

ལག་.....རྟེན་འོག་.....གཡུས་ཚན་ལས་ ངོ་མིང་.....པས་ཕྱག་བཤེས་ཁྱ་གསོལ། དེ་ནི། སྤྱིར་འཇམ་གླིང་གི་ནི་བདེ་  
དང་ ཉམ་པར་འབྱུག་སྐྱུ་ལ་ཁབ་གྱི་སྐྱུ་ལ་འབངས་གསུམ་གྱི་ བརྟན་སྤྱི་རྒྱ་རིམ་ལ་དམིགས་ནེ་ .....དགོན་པའི་  
གཞུག་ལག་ཁང་ནང་སྡེ་ རང་ཟླ་.....པ་ཚོ་འཕུལ་ཟླ་བའི་ཆོས་.....ལས་འགོ་བཅུགས་ བཀའ་འཁྱུར་དག་ཚུ་གནང་དེ་གི་  
སྐྱབས་འཇུག་ཁྱ་ནི་ཡིན། དེ་གི་དོན་ལུ་ ར་ཕྱི་འོག་ཚུ་གས་དང་གསོལ་ཇུ་དངོས་ཚུ་ ང་བཤེས་པའི་ལ་ཐུག་ལས་ ཆ་  
མཉམ་མཁོ་སྐྱབ་སྐྱབ་ཏེ་ཕུལ་ནི་ཡིན་པ་ལས་ གསོལ་ཐབ་ནང་གི་འགོ་འདྲེན་ཚུ་ དགོན་པའི་སྐྱབས་ཐོག་མམ་མཇུག་དེ་ བཀའ་དྲིན་  
བསྐྱེད་གནང་དགོ་པའི་སྐྱབས་འཇུག་ཁྱ་བ་མཆིན་མཆིན་མཆིན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་

གློ་ 3 གས་པས་

ཕྱག་བཤེས་

ཕུལ།

དཔེ་བཞག་ ༥ ཡ། ཅ་པའི་བླ་མ་ལུ་ཕུལ་ནི་ལྟ་ཡིག

(3) རིགས་དང་དྲུག་ལའོ་ར་རྒྱ་མཚའི་ཁྱེད་པ་ལའོ་ལོ་མཐོན་པོ་བཀའ་དྲིན་མཚུངས་མེད་དྲིན་ཅན་ཅ་པའི་བླ་མ་རིན་པོ་ཆའི་ཞབས་ཉེ་གས་ཚུ་སྦྱོར་གྱི་ཟླ་བ་ཅག་པའི་དུང་དུ།

གོ་ 3 མི་ཕྱེད་གསུམ་པ་ཆེད་པའི་ཕྱག་བཅས་ཁྱེད་གསོལ་འདེབས་སྤྱིང་དེ་ནི། རང་ལུ་བཀྲིན་སངས་རྒྱལ་དངོས་ལས་ཉལ་པའི་སྒྲུབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ རྗེ་བཅུན་བླ་མ་དམ་པ་མཚན་གྱི་གསང་བ་གསུམ་གྱི་དྲུག་ལའོ་ ཉལ་བཅས་འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་མཚན་དམ་པར་འཛི་ཞིང་གཞེས་ཏེ་ རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་གདུལ་བྱ་ཀྱན་ལ་ རྩོག་མར་ངེས་འབྱུང་ལས་བཅུམས་ཏེ་ ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུམ་དང་ རྒྱལ་སྤྱོད་པ་ཡར་ཕྱིན་དུ་རྣམ་པར་དག་པས་ ཟུན་མོང་གི་ལམ་ལུ་སྤྱོད་བ་འབད་བཅུག་ཞིན་མ་ལས་ རྟལ་དྲན་མ་ལུས་ ཡང་གསང་བ་རྣམ་མེད་པའི་དྲུག་ལའོ་ར་དུ་ མིན་གྱོལ་ རིམ་པ་གཏོག་གི་ལམ་ལས་ བསྐྱབ་བྱ་བ་དེ་ཆེད་ཆོས་སྒྲིའི་འབྲས་བྱ་སྤུངས་ལུ་བརྟུང་དང་གཏོང་བཞིན་པའི་བཀྲིན་ནི་ རྟོང་གསུམ་རིན་ཆེན་ལྷ་བདུན་གྱིས་བཀའ་ཏེ་ བདག་གཞན་གྱི་ལུས་དང་ཁོངས་སྤྱོད་ དུས་གསུམ་གྱི་དག་ཅ་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་ བརྒྱུ་ཕུལ་དུང་ ཆ་གས་ཅམ་ཡང་འཇལ་མི་ཚུགས། རྒྱབས་མགོན་བྱགས་རྗེ་ཅན་གྱི་བཀྲིན་ འག་གཅིག་ལུ་བརྟུང་པའི་གསུང་པ་ ཡང་ གཡུང་པོ་ལྷ་ལུས་གསར་འཛི་དང་བྲལ་ཞིང་ ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་ ཅི་ཅོགས་བཅོན་ལུ་དུ་མཆིས། མཚམས་ཁྱེ་ །

དེ་ལས་ཡར་ཡང་ ཉལ་བཅས་འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་རིས་མེད་བརྟན་པའི་ མངའ་བདག་ཆེད་པོར་འཛི་ཞིང་གཞེས་ཏེ་ གདུལ་བྱ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོ་ལུ་མ་རྟེན་གྱི་བར་དུ་ རྩོག་པ་གསུམ་གྱི་ཆོས་ལའོ་ར་སྟོར་བཞིན་པར་ ཞབས་པད་བརྟན་ཏེ་བཞུགས་དགོ་པའི་གསོལ་འདེབས་ཁྱེད་དང་། གསུམ་དད་འབངས་རང་ཡང་ སྦྱོང་དང་ཆེད་བས་ཀྱན་དུ་ མགོན་ཁྱོད་གང་དུ་ མངོན་པར་འཛིང་རྒྱུ་བའི་ ལའོ་ར་གྱི་རྩོག་མར་སྦྱོང་བར་བྱུང་ཞིན་མ་ལས་ ཟབ་གསང་ཆོས་ཀྱི་བདུན་ཅི་ལུ་ ཁོངས་སྤྱོད་པའི་རྟལ་བ་དང་དྲན་པར་ བྱིན་གྱིས་བརྟུང་པར་ཁྱེད་གསོལ་འདེབས་པ་ རྒྱ་གསུང་བྱགས་དམ་པ་མཐུན་མཐུན་མཐུན་ལགས། ཞེས་གནམ་ཁོ་ཟླ་ཆོས་ལུ་གསུང་མིང་པས་ཁྱེད་དུ་ལུ་གུམ་ 2000 ཉལ་པ་དེ་དག་དང་བཅས་

གོ་ 3 གསུམ་པས་  
ཕྱག་བཅས་  
ཕུལ།



དཔེ་བཞོན་ ༤ པ། སྤྱུ་ལུ་ཅིག་ལུ་ རྩེད་གནས་དང་ཆེད་པ་ལས་ལྟ་ལོག

༤༣ འདི་ཕྱི་རི་སྤྱུ་ལས་གནས་དཔེ་བཞོན་ལུ་སྤྱུ་ལུ་རྩེད་པོ་ཆེ་ལོ་ལྟ་ལས་རྩེད་པ།

གུས་སྤྱུ་ལས་ལོག་པ་.....མེད་ལག་

.....ཆེད་ལོག་.....གུས་.....ལས་.....མི་དཔེ་བཞོན་ཆེད་ལུ་..... མེད་པས་ཕྱག་བཅས་ལུ་  
གསོལ། དེ་ནི་ སྤྱི་ལོ་ལས་སྤྱུ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དང་ལོ་ལས་ཅིག་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ སྤྱི་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ ལྟ་  
པས་རྩེད་པོ་ཆེ་མི་དཔེ་བཞོན་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ སྤྱི་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ སྤྱི་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་.....མི་དཔེ་བཞོན་སྤྱི་  
རྩེད་ལྟ་ལོག་.....གུས་ལྟ་ལོག་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ གནས་ལོ་..... ཟླ་.....ཆེས་.....ལས་ལྟ་ལོག་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ རྩེད་གནས་ཆ་གཉིས་ལྟ་ལོག་  
ནི་དང་ མུག་སྤྱུ་ལས་དང་ལྟ་ལོག་དེ་ ཆེས་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་དང་གུས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ མི་དཔེ་བཞོན་ལྟ་ལོག་པ་དེ་དང་གསོལ་ལྟ་ལོག་པ་དེ་  
ལོ་ལྟ་ ལྟ་ལོག་སྤྱི་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ ལྟ་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ ལྟ་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ ལྟ་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་ ལྟ་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་  
ཟླ་..... ཆེས་.....ལུ་ ཆེས་སྤྱི་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་དང་གསོལ་ལྟ་ལོག་པ་དེ་དང་གསོལ་ལྟ་ལོག་པ་དེ་དང་གསོལ་ལྟ་ལོག་པ་དེ་  
ཟླ་.....ཆེས་..... ལྟ་ལོ་ལས་ལྟ་ལོག་པ་དེ་

གོ་ ༣ རྩེད་པོ་དཔེ་བཞོན་

ཕྱག་བཅས་

ལུ་





དཔེ་བཞག་ ༩ པ། དཔོན་དེའི་སྐུ་ཅིག་ལ་ ལ་བསྐྱེད་རྩེ་འབྲེལ་མཛད་པར་ འབྲེན་གནང་དགོ་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་

(3) བཟུམ་པའི་གསལ་ལྟ་བུ་དཔེ་དཔེ་མཛུངས་མེད་.....སྐུ་མཛེན་གྱི་རྩེ་དུང་།

གས་.....ནས་ཡུག་བཅས་

ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་ དེ་ནི་ སྐུ་མཛེན་གྱི་སྐུ་མཛུངས་མེད་ཅུང་ དེ་མེད་ གས་པའི་ཐུ་མོ་.....དེ་ནི་ལྟ་ ལ་གནས་.....  
.....ནང་ མྱིང་ལྷི་མེ་ཐོག་གྱིས་མ་ཅིག་ གས་རྒྱུ་འབད་ནི་གི་ ག་མྱི་གུ་ཚུ་དེ་ཡོད།

དེ་གིས་བསྐྱེད་རྩེ་འབྲེལ་འདི་ གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལྟ་གཟའ་སྐར་མཛེན་གས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ནང་  
སྐུ་མཛེན་གྱི་ཁོ་བརྒྱལ་བ་ལྟ་མ་གཟེན་པར་ འབྲེན་གནང་དགོ་པའི་གསལ་བཟུང་ཁྱེད་ཀྱི་དང་གཅིག་ཁར་ ལ་བཅུད་སྐུ་མཛུངས་  
ཐུན་ཅན་གཅིག་ཡང་ བཟུམས་ཏེ་བཀྲིན་བསྐྱེད་གནང་། དེ་གི་ཡོད་གང་གནས་ རྒྱ་ལས་ཡུལ་ཚོགས་པར་ཡོད་པ་བཅས་ལྟ་བ་  
མཆིན་མཆིན་ལགས། ཞེས་གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལྟ་

གས་བཅས་

ཡུལ།

དཔེ་བཞག་ ༡༠ ཡ། སྒྲུ་ཅིག་ལུ་ཚན་མ་འཁོར་བསྐོར་བར་ འབྱོན་གནད་དགོ་པའི་ལུ་ཡིག

༣ འབྱོན་མཚན་མཚུངས་མེད་སྒྲུ་མ་མཚན་གི་རྒྱ་བུ་ལྟ།

གུས་དྲན་ཅན་.....མིང་པས་

གོ་ ༢ གུས་ཕྱག་བཅས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ ད་རེས་གནས་ཆེ་.....ལུ་ གུས་ཕྱན་རང་གིས་ཙ་པོ་འབད་དེ་ གནམ་  
ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ་ ས་ག་ཟླ་བའི་དུས་ཆེ་དང་བལྟན་ ཚན་མ་འཁོར་ཅིག་བསྐོར་མི་འི་ག་སྒྲིག་ཀྱང་ཉེ་ཡོད། ང་  
བཅས་ནང་མི་ཚུ་གི་སྒྲོན་དྲན་གྱི་དཔ་ སྒྲུ་མ་འཁོར་པ་ལོ་དཔ་ལས་ སྒྲུ་མ་མཚན་གིས་དབུ་ཁྲིད་ཐོག་ལུ་ ཚེས་པ་ཞལ་གྲངས་ ༢༥  
དེ་ཅིག་ ག་དེ་འབད་བུ་ འབྱོན་གནད་དགོ་པའི་གསོལ་བཟུང་ལུ་མི་འདི་ལུ་ ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ་ བཞིན་བསྐྱེད་གནད་ཟེར་ལུ་ནི་  
དང་ ཟླ་.....ཚེས་.....རྩ་པ་ཚུ་ཚན་.....ལུ་གནད་འབྱོན་ལུ་བར་བཅས་འོང་ལུ་བ་མཆོན་མཆོན། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....  
ཚེས་.....ལུ་གོང་མིང་པས་

ཕྱག་བཅས་

ཕུལ།

དཔེ་བཀོད་ ༡༡ ༥། བླ་མ་གནས་བརྟན་ལུ་ འདས་ཚེ་གནད་པར་འབྱོན་དགོ་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་

༤༣ བསྐྱེད་གསུམ་བརྟན་པའི་མཛེས་ཀྱི་བླ་མ་གནས་བརྟན་མཚན་གྱི་སྒྲུབ་པ།

གས་པས་ཁྱེད་གསོལ། དེ་ནི་ བླ་མ་མཚན་

བྱུགས་སྤྱོད་ཆེ་བའི་གཞི་ལས་མེད་ཅུང་ རྒྱ་བས་དང་རེས་ཁྱེད་ལུ་གཞན་ཁར་མེད་པ་ལས་ མ་ཁྱེད་བས་མེད་སོང་དོན་དེ་ཡང་ གས་  
པའི་ཨང་རྒྱས་ལོ་རྒྱས་པའི་ཁར་ རྟན་ཚབས་ཆེ་བའི་བྱེད་ལུ་བརྟན་དེ་ དེ་ས་འོ་པ་ཚུ་ཚད་ ༣.༣༠ ཅམ་ལུ་ འཇིག་རྟེན་གྱི་མའི་  
ལམ་ལུ་ཟུལ་སོང་ཡི། མོ་ར་ ཏེ་མ་ལས་ར་ བླ་མ་ཁྱོད་ར་ལུ་ དེ་དང་མེས་གས་སྒོ་མ་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ བྱུགས་བཅས་  
དགོངས་དེ་ ཆོ་འདས་དེ་ འཁོར་བ་དང་དཔྱ་སོང་གི་རྒྱ་ག་བཟང་ལས་གྲོལ་དེ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལུ་བཀོད་ཤིའི་དོན་ལུ་ སྤྱི་  
ཆོས་.....ལས་འགོ་བཅུགས་དེ་ཆོག་ཀྱིན་གྲངས་.....གནད་མི་བླ་མ་མཚན་གས་དབྱ་གཅིས་ ཞལ་གྲངས་.....  
དེ་ཅིག་ག་དེ་འབད་ཅུང་ འབྱོན་གནད་དགོ་པའི་གསོལ་བརྟན་ལུ་བཟུང་བཟུང་མཁྱེན་མཁྱེན་ལགས། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....  
ལུ་གས་.....མེད་པས་

ཡུག་བཅས་

ཡུལ།

དཔེ་བཞག་ ༡༢ པ། བཤད་གྲུ་འཛིན་ཅིག་ལུ་ ཚོས་བཤད་གནང་བར་འབྱོན་དགོ་པའི་ཁྱེད་ཅག་གི་

(༣ ལགས་བཤད་མཁས་པའི་འབྲུང་གནས་བཤད་གྲུ་འཛིན་མཚན་གི་སྒྲུ་རྩེ་དེ།

གུས་.....ཡོང་ལག་.....

མཉེ་འོག་.....གཡུས་ཚན་ལས་ ངོ་མིང་.....པས་ཁྱེད་ཀྱི་ལུ། དེ་ཡང་ ང་བཅས་.....སློབ་གྲྭ་འདི་ནང་ རུས་  
ཐུན་དག་པའི་ལུ་ལུ་དྲན་པ་དང་ དག་ལྟ་ཆུང་མི་ཅང་ཅ་ཡིན་མ་མཚན་ དམ་པའི་ཚོས་ཉན་ནི་ལུ་ཡང་ ལྷོ་བ་དང་ དང་འདྲོད་སློབ་  
ར་ཡོད་ཟེར་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་འབད་ལས་ རུག་པ་ཚོས་ ༥ ལུ་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་རུས་ཚན་དང་འབྲེལ་ ས་གནས་.....ལུ་  
ཚོས་བཤད་ལས་འཛིན་ཅིག་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་འི་ གྲྭ་ལུ་འཁོར་བསྐྱོར་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ དཔེ་འཛིན་མཚན་གིས་ ཐུགས་བརྩེས་  
དགོངས་ཏེ་ ངས་པར་དུ་བྱོན་ཞིན་མ་ལས་ མིན་གྱི་ལུ་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་བདུན་ཅི་ གནང་བྱུང་ཡོང་བའི་གསལ་བརྟུང་ཁྱེད་ མཆོད་  
མཆོད་ལགས། ཞེས་གནས་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ་ གོང་མིང་པས་

གུས་བཅས་

ཡུལ།

## དཔེ་བཞོན་ ༡༣ པ། ཨ་ཁེ་འི་དབུ་འཛིན་ཅིག་ལུ་ ཕུལ་ནི་འི་ཁྱ་ཡིག

(༣ བརྟན་པ་འི་ཅ་ལག་ཨ་ཁེ་འི་དབུ་འཛིན་མཆོག་གི་རུང་པ།

གུས་.....འོང་ལག་.....ནི་དེ་འོག་.....

གཡུས་ཆུང་ལས་ .....མིང་པས་ ལུ་དོན་དེ་ནི། བསགས་པ་འི་ཞོར་ལུ་ ཉིང་པོ་མེད་པ་འི་ཀླན་སྟོང་གི་མཆོམས་སྦྱོར་ཐོག་  
རང་ཁྱེ་ ༥ ཆོས་ ༡༥ ས་ག་ཁྱེ་བའི་དུས་ཆེན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ས་ག་ནས་.....ལུ་ སྦྱང་ག་ནས་དཀར་པོ་ཆ་བརྒྱན་བཅུགས་  
ནི་འི་ག་ཁྱེ་གི་ཁྱེ་བ་ཏེ་ཡོད། དེ་གི་དོན་ལུ་ ཨ་ཁེ་འི་དབུ་འཛིན་མཆོག་གིས་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལུ་ ཞལ་གྲངས་.....དེ་ཅིག་ ག་དེ་  
འབད་རུང་འབྲེན་ནི་ཡོད་པ་ཅིག་ ཟུགས་ཇེ་ག་ཟེགས་ཏེ་ བཀའ་དྲིན་བརྒྱུད་ག་ནང་ལུ་བ་དགོངས་མངའ་མཆུན་མཆུན། ཞེས་  
ག་ནམ་ལོ་.....ཁྱེ་.....ཆོས་.....ལུ་ གོང་མིང་པས་

གུས་བཅས་

ཕུལ།



## དཔེ་བཞུགས་ ༡༤ པ། གཞུང་ལ་པའི་སློབ་དཔོན་ལྟ་ གཞུང་ལ་གཞུག་ཕུལ་དགོ་པའི་ཁྱ་ཡིག

(13) མཁྱེ་བྱུན་མཆོག་རྩ་ཡངས་པའི་གཞུང་ལ་པའི་སློབ་དཔོན་མཆོག་གི་བྱང་དུ།

གྲས་པས་ཁྱ་གསོལ། དེ་ནི་ དེ་མེས་

ང་པཅས་ན་ང་མི་ཚུ་ལྟ་ ཁྱེ་ང་ན་པར་ཆད་ཀྱི་འཚུ་པས་ཆ་ཚུ་པ་ཐོག་ཐབས་དང་ པས་མ་དོན་ཉུན་གྱིས་འགྲུབ་ཐབས་ལྟ་ པལ་ཡུལ་  
ལས་སྒོལ་མ་ཉི་ཤ་ཅ་གཅིག་གི་ རྒྱ་བརྒྱ་མ་ཐོ་དམའ་མ་ཐོ་གང་ཉུག་པ་དེ་འབད་མི་ མཁོ་སྒྱུ་བ་རྒྱ་བ་ཉེ་ཡོད་ཅུང་ དེ་ཚུ་ན་པར་ན་  
གཞུང་ལ་གཞུག་ཕུལ་མ་ཚུགས་པར་ཡོད། སློབ་མཆོག་ལྟ་ དེ་མ་ལས་པ་ལྷན་གྲོས་ཁྱ་ཉེ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ རང་ཟླ་.....ཆོས་.....  
ན་ང་འཁོད་ལྟ་ སློབ་དཔོན་མཆོག་གིས་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་གིས་གཅོས་པའི་ གཞུང་ལ་གཞུག་ཕུལ་ནི་གི་ཕྱག་ལཱ་ཚུ་ག་ར་མཆུག་  
པ་ལྷན་ཚུགས་པ་སྟེ་ མཛད་དེ་བཀྱིན་བསྐྱེད་གནང་ཟེར་བྱ་ནི་ཡིན། གཞུང་ལ་ངེ་དང་གྲ་ཡོན་ག་གནས་མི་འདི་ ང་ར་གིས་ཕུལ་  
ཆོག་ཆོ་ཡོད་པ་ལས་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ གོང་གསལ་དུས་ཚད་ཁར་ ག་དེ་འབད་ཅུང་ཚུད་པ་ཅིག་མཛད་གནང་ཁྱ་པ་མཁྱེན་མཁྱེན།  
ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལྟ་

གྲས་པཅས་

ཕུལ།

# དཔེ་བཞུགས་ ༡༥ ཡ། ཅིས་པའི་སློབ་དཔོན་ཅིག་ལུ་ ཕུལ་ནི་འདྲ་ཡིག

(འུ གཞུགས་ལག་ཅིས་འཇིག་རྒྱ་མཚོ་འདི་བདག་ཉིད་སློབ་དཔོན་མཚན་གྱི་བུ་དུ།

གུས་.....ཇོ་འཇག་.....རྒྱ་འཇག་

.....གུས་སྒོ་ལས་ འོ་མིང་.....པས་ ལུ་དོན། རུས་ཅི་ ང་བཅས་ནང་མི་ཚུ་ལུ་ ལོ་སྐྱུ་ག་དང་མཐུན་གསུམ་བདུན་བྱས་  
ཡོག་མི་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ངའི་བྱ་རྒྱ་ཤོས་འདི་ཡང་འཕུལ་ས་ ཡི་རྒྱལ་ལུ་སློབ་སྦྱོང་འབད་བས་འབྱེད་ན་ཉེ་ཡོད་པ་ལས་ རུས་  
ཅི་ག་ནམ་ལོ་གསར་ཚེས་ལུ་ དོག་ཆག་ཡོག་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ འཇིག་འབད་དགོ་པ་ ལེ་ཤ་ཅིག་ས་ཐོན་ཉེ་ཡོད། དེ་གི་དོན་ལུ་  
ག་ཟུང་སྐར་ཅིག་ ཟླ་མ་འདི་གི་ ཚེས་ ༢༥ ལས་ ༢༩ ཚུན་ལུ་བསྐྱིགས་ཉེ་ཡོད་པ་ལས་ སློབ་མཚན་བྱགས་འཚེས་ཉེ་འབད་  
བུང་ ཚེས་གཤམ་དེ་དང་འཁྲུལ་ཉེ་ ང་བཅས་ཀྱི་འཇིག་ག་ནང་ནི་གི་དོན་ལུ་ འབྱུན་ག་ནང་ཟེར་ལུ་ནི་དང་། སློབ་དཔོན་དང་གཅིག་  
ལས་ གསུང་ཚེག་པ་དུང་ཆ་འདྲོངས་མ་ཅིག་ཡང་ འཁྲུན་དེ་འབྱུན་ག་ནང་ ལུ་བ་མཁྲུན་མཁྲུན། ཞེས་ག་ནམ་ལོ་.....  
ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ་ གོང་མིང་པས་

གུས་བཅས་

ཕུལ།

## དཔེ་བཞག་ ༡༩ ཡ། དཀོན་ཆུང་ཅིག་ལས་ མཚན་ཆས་བརྟ་ནི་ལྟ་ཡིག།

(༣) མཁུན་ཡངས་སློབ་དཀོན་ཆུང་མཚན་ལ།

གས་.....སློབ་གྲུ་འི་ སློབ་ཁང་དོ་དམ་པོ་མིང་.....ནས་

ཁྱོད་ཀྱི་ཡང་། རང་ཟླ་ ༥ པའི་ཆེས་ ༡༠ འདི་ ཁྱུ་འདི་མོ་ཆེ་འི་ འཁྱུངས་སྐྱར་དུས་ཆེན་ཡིན་མ་ལས་ ཉིན་མ་འདི་ཁར་ ང་  
བཅས་ཀྱི་སློབ་གྲུ་ནང་ལྟ་སྟེ་ སློབ་འཇུག་ ༡༠ པ་ཆུ་གིས་ ཅུ་པོ་འབད་དེ་ ཆེགས་འཁོར་ཅིག་བསྐྱོར་ནི་ཡིན།

ང་བཅས་སློབ་གྲུ་འི་ནང་ མཚན་ཆས་འགས་ ག་ནི་ཡང་མདེམ་ལས་བརྟ་དེ་ སློབ་དཀོན་ཆུང་མཚན་གིས་ ག་ཤམ་  
གས་ཀྱི་མཚན་ཆས་ཆུ་ བརྟ་བར་གནང་བེད་ཁྱུ་ནི་ཡིན་ལགས།

༡ རྒྱ་གྲིང་ཆ་གཅིག

༢ དུང་ཆ་གཅིག

༣ ར་ཆ་གཅིག

༤ བལ་པོ་ལ་དང་ ལེལ་སྒྲུ་ཀ་ཆ་རེ།

༥ མཚན་ཉིང་བདུན་ཆར་གཉིས།

༦ དཀྱར་མེ་ཀོང་མ་ཆེ་བ་ ༣༠ དང་ བརྟ་མཚན་ཀོང་མ་ཆར་གཅིག

༧ པད་པེར་བདུན་ཆར་གསུམ་བཅས།

གོང་གི་མཚན་ཆས་ཆུ་ ཆེགས་འཁོར་གྱི་ལམ་ཅིག་རང་ ཆང་འགྲིགས་སྟེ་ ཅིས་སྟོན་ཕུལ་བར་འོང་ནི་ཡིན་པའི་ ལས་བྱེད་ཀྱི་  
བ་མཁུན། ག་ཤམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལྟ་གོང་མིང་པས་

ཕུལ།

## ཁ རྒྱ་གྲིང་དང་འབྲེལ་བའི་ལྟ་ཡིག་འགས།

གོདྲ།

སྒྲི་ལྟེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་རིགས་ཟེར་མི་འདི་ མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་ལས་དབྱ་གཙུག་ཅིང་ རྒྱལ་ཁག་དང་  
ལས་ཁུངས་ལ་སོགས་པའི་འགོ་དཔོན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ རང་གི་སྒྲེར་དོན་ལུ་ བརྟེན་པའི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་  
ཁྱེད་ཡིག་ལུ་ཞི་གི་ཡིག་རིགས་ལུ་སྒྲུབ་པ་ཨིན།

དཔེ་བཞག་ ༡ , ༥༡ མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་མཚན་ལུ་ ཕུལ་གྲིའི་ཁྱེད་ཡིག་

(༣ མཉམ་ཆོངས་བཟུན་དང་འགོ་བའི་སྤྱི་ནོར་དམ་པ་དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་འི་ ༧ ཞབས་པད་གསེར་ཁྲི་  
མངོན་པར་མཚོ་བའི་རྩེ་དུ།

གོ་ ༢ གྲུས་པ་ཆེན་པོའི་ཉལ་ཕྱག་འབུམ་དང་བཅས་ཏེ་ཁྱེད་གསོལ། དེད་གི་ཆར་ འོན་བསགས་ལགས་བྱས་ཏེ་མཚན་  
དཔལ་གྱིས་མངོན་པར་མཚོ་བའི་ ཕུན་ཚན་གས་ཏེ་བྱེད་དབང་པོའི་དགྲིལ་འཁོར་ བར་ཆད་ཏེ་པའི་ཆ་ཡུས་འགོས་པ་མདེ་པར་  
མངའ་འབངས་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་དུ་ ཡན་བདེའི་འོད་ཉིང་མངོན་པར་འཕྲོ་བཞིན་དུ་བཞུགས་པ་ཞི་བཀྲིན་སྤྱིང་ནས་ཆེ་ཆེ། གྲུས་  
འབངས་རང་ཏེ་ཉལ་ སྤྱི་ནོར་དམ་པ་གང་གི་སྐུ་དང་གྲིབ་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ འདུ་ཡུང་སྤྱོམས་ཞིང་བགྱི་བ་རིམ་སེལ་དུ་མཆིས་  
ལགས་ཞུ། མཚམས་ཞུ། .....

.....མཆེན་མཆེན་མཆེན་མཆེན། སྒྲུབ་མའི་ཆར་ཡང་ གང་གི་ཞབས་པད་མི་འབྱུང་ནི་ལྟེ་འཁམས་སུ་བརྟེན་ཅིང་ མཛད་པ་དང་  
འཕྲིན་ལས་ ཡར་ངོའི་ཟླ་བ་ཉམས་འཕེལ་བའི་ཁྱེད་ དམར་ཟོང་གསུམ་ཆན་ , བཅས་ གྲུས་འབངས་.....མིང་པས་  
རང་ལྷགས་གནམ་ཁྲོ་ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་

རབ་རྩུ་རྒྱུངས་པའི་

གོ་ ༢ གྲུས་པས་

ཕྱག་བཅས་

ཕུལ།

དཔེ་བཞུགས་ ༢ པ། མི་དཔང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ། གླིང་རྩལ་ལྟ་ཡིག།

(༣ བཞུགས་མཛུགས་ཀྱི་དབང་ལྷན་གྱི་གླིང་རྩལ་གྱི་གོང་མ་མི་དཔང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ ༡ ལྟམས་པད་གསུམ་  
འདུག་ཏུ་ཆུས་པའི་གསུམ་ལྷན་མཛུགས་མཆོག་གི་ཕྱི་དྲུག་ལྟ་ཡིག་ལྟར་བྱུང་།

གྲུས་འབངས་.....ཕྱི་དྲུག་.....ཆེན་པོ་.....གཞུང་.....ལས་ མི་ཁྲུངས་ལང་.....  
.....ཆུང་མ་འོ་མིང་.....ནས་སྒོ་ ༣ གྲུས་པས་ཕྱག་བཅས་ལྟ་གསལ། དེ་ནི་ གྲུས་ང་ར་ ལོ་ན་ཆུང་ཀྱི་  
བསྐྱེད་ལས་བཟུལ་སྤྱད་དམག་ཡེ་ལི་ནང་ཕྱག་ལྟ་ཏེ་ ད་པེ་སྒྲིག་ལོ་ཡང་ཆང་རྒྱ་ཏེ་ཡོད་ཏུང་ བྱིས་ཀྱང་ལྟ་ སྤྱུ་ཆ་མང་བའི་  
རྩལ་གྱིས་ གཞུང་ལྟ་ཡོད་མི་ལ་མའི་ས་ཆ་ལས་ རྒྱལ་བ་བཅོ་བཤུའག་ནི་ཡང་མ་ཐོབ་པའི་ཁར་ ང་ར་ལྟ་ ཆོ་ས་མའི་  
ལས་གྱིས་འཁོར་བའི་ བྱ་དང་བྱམོ་ ༥ ཡོད་མི་ཆུ་གསུམ་ཏེ་ ཀྱང་ཐང་མ་འདྲོང་བར་ དཔེ་ཆ་ཉལ་ཏེ་ལོ་འོ་འོ་འོ་མ་  
ལས་ མི་དཔང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ལྟམས་སར་ གླིང་རྩལ་མ་ལྟ་ཐབས་མདུ་ལོད་ཡོད་ལྟ།

མི་དཔང་ལྟམས་ཀྱི་བྱགས་དང་ལྟམ་ཆེན་ཡོད་པ་ཅི་ ང་ར་སྒྲིག་གཡོག་ལས་དགོངས་མ་ལྟ་ཏེ་ གཞུང་ལས་འགྲོ་བའི་  
རྒྱལ་ལྟ་ ང་བཅས་ནང་མི་ ༦ གི་འཆོ་རྒྱེ་ལྟ་ གྲུས་རང་གི་ཕྱི་དྲུག་.....ཆེན་པོ་.....ཆེན་པོ་ལྟ་  
ཆེ་དང་དཔངས་ཀྱི་བདག་དཔང་མི་པའི་ གཞུང་སྤྱོད་མ་..... ལས་ཡེ་ཀར་ ༥ དེ་ཅིག་ གྲུས་གཞུང་གཡོག་པ་  
ཏུ་མ་ཆུང་གི་གླིང་རྩལ་ལྟ་གཟིགས་ཏེ་ ན་བཟའི་མཐའ་མ་ལས་མ་དོར་བའི་ བྱགས་ཀྱི་བཅེ་བས་གཟིགས་ཏེ་ གནང་བྱེད་བཞིན་  
བསྐྱེད་བར་ལྟ་བ་ རྒྱ་གསུང་བྱགས་དམ་པ་མཁྱེན་མཁྱེན་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གྲུས་འབངས་གོང་མིང་པས་ གནམ་ལོ་.....  
ཟླ་.....ཆོས་.....ལྟ་

རབ་རྒྱུ་རྒྱུངས་པའི་  
གྲུས་པས་  
ཕྱག་བཅས་  
ཕུལ།

# དཔེ་བཞུགས་ ༣ པ། མི་དབང་རྒྱལ་བཅུན་མཆོག་ལ་བཀྲིས་བདེ་ལེགས་ལྟ་ཡིག།

(༣ མངོན་མཐོན་དཔལ་ཡོན་འབྲུམ་གྱིས་ཡུག་པའི་མི་དབང་རྒྱལ་བཅུན་རྟོ་པོ་ཆེ་འི་ ༢ ལྟངས་པད་མངོན་མཐོན་རྩལ་དུ།

རབ་རྩ་གས་པས་

ཡུག་བཅས་ལྟ་གསེལ། དེ་ནི་ ད་རེས་མི་དབང་རྒྱལ་བཅུན་རྟོ་པོ་ཆེ་མཆོག་ གླུ་འབྲུངས་ཏེ་དབྱང་ལོ་.....བཞེས་པའི་འབྲུངས་  
ཀློང་དུས་ཆེ་ལུ་ དག་ལ་མགྲ་ཡི་རངས་ཀྱི་ བཀྲིས་བདེ་ལེགས་ལྟ་བུ་དང་གཅིག་ལས་ མི་དབང་རྒྱལ་བཅུན་མཆོག་གི་ གླུ་ཆེ་  
མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་དང་མཉམ་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་སེར་ཡོངས་ལུ་ ཡན་བདེ་འཛིན་པལ་ཡོན་ཡས་ངོ་འཛིན་བུ་བཞུན་ འབྲུང་  
ཚུགས་པའི་ལེགས་མོན་རྟོ་འབྲུམ་གྱི་ཚུལ་ལུ་ ཆེ་ཉ་ནམ་གསུམ་གྱི་ཐང་ཀ་གསེར་བྲིས་མ་གཅིག་ ཆེ་མདོ་གསེར་བྲིས་མ་པོ་ཏེ་  
གཅིག་ དཔལ་གྱི་བདུད་འདུལ་མཆོད་རྟེན་གསེར་སྒོན་མ་གཅིག་བཅས་ བཀྲིས་ལ་དར་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ཡུལ་ཡོད་ལྟ་བུ་  
མཆིན་མཆིན་མཆིན་ལྟེ། གས་འབངས་སྒོན་ཆེ་མིང་འཛིན་ནས་ གནམ་ལོ་.....ཆེས་.....ལུ་

རབ་རྩ་རྩལ་པའི་

གས་པས་

ཡུལ།

## དཔེ་བཞོན་ ༤ པ། མི་དབང་རྒྱལ་བཙུན་མཆོག་ལུ་ཁྱ་ཡིག།

(3) སྒྲི་ཞི་འཛེས་ལྷན་མ་ལུས་གཞིག་རྒྱ་བ་ལྷས་པའི་རང་གཟུགས་ཟླ་གཞོན་འབུམ་ཡུག་བཅའ་པའི་ལང་ཆེན་དཔལ་  
ལྷན་མི་དབང་རྒྱལ་བཙུན་འཛེས་པའི་ ༢ ལྷས་རྒྱུ་ལྷ།

གྲས་འབངས་.....མིང་པས་སྒོ་ ༣ གྲས་པའི་ཡུག་དང་བཅས་པས་  
གསེལ་བ་འདེབས་དོན། དེ་འདྲི་ འགྲོ་ཀྱན་ཡོགས་ལྷན་གསར་པའི་དཔལ་ལུ་སྒྲི་པའི་ བཀྲིས་དག་མཆོན་འབར་བའི་དུས་ཀྱི་  
ཆར་ཡང་ རོན་བསགས་ནམ་དག་རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱིས་ཀྱི་ བདུན་མི་རྒྱ་མཆོ་ལས་འཁྱུངས་པའི་རབ་མཛེས་སྒྲི་མཆོག་ མཆོན་དཔེ་  
བཟང་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་དེ་ ཀྱན་ལུ་དེ་འདྲི་མེད་པའི་ བུམས་དང་སྒྲི་མེད་འོད་དཀར་འབུམ་གྱིས་ བཟུན་འགྲོའི་  
ཡན་བདེའི་ཀྱན་དེ་ཅིང་ཡང་བཞད་པའི་དཔལ་ཡོན་ལུ་ བཅོམ་ལྷན་ཡིན་བཞིན་འཁོར་འོའི་དེ་བར་བཞུགས་པ་ནི་ བཀྲིས་ཐུ་ན་མ་  
མཆོས་པའི་གནས་སུ་ཆེ་ལགས། རྒྱ་ལུ་ གྲས་འབངས་དེ་འཁོར་ཆུ་ཡང་ གོང་མ་ཁྱེད་རྒྱ་གྲི་བཀྲིས་མི་རྒྱ་སྒྲི་མའི་མགྲོན་  
ལང་ལུ་ དེ་འཁོར་བར་རྒྱེད་གྱིས་མ་གོས་པར་ དེ་མ་བཟུམ་ར་ཡོད་ལགས། མཆོམས་ལུ་ .....

ཕྱི་ཆད་ཡང་ སྒྲི་མཆོག་དཔག་བསམ་འོན་ཤིང་ མཛད་འཕྲིན་བཟང་པོའི་ལོ་འདུལ་ ཕྱགས་བརྒྱ་རྒྱས་པའི་དང་ལས་  
གྲས་འབངས་དེ་འཁོར་ཆུ་ཡང་ ཐུགས་བཅའི་ར་བ་ལས་མི་དོར་བའི་ ཕེབས་ཆོགས་དལ་འགྲོའི་རྒྱུ་བཞིན་ ལྷན་སྒྲི་མི་དོར་བ་  
མཆོན་མཆོན་མཆོན། ཞེས་གཟུགས་འབེབས་གཅེས་མེད་ཅེས་ལུ་ རོང་སྒྲི་རིགས་འཁོར་ལྷན་ དར་དག་ལྷ་རྒྱུ་གིས་  
བརྒྱུ་དེ་ གྲས་འབངས་.....གིས་གནམ་ཁོ་.....ཟླ་ཆོས་.....ལུ་

རབ་རྒྱུ་དངས་པའི་

སྒོ་ ༣ གྲས་པས་

ཡུལ།

དཔེ་བཞུགས་ ༥ ཡ། མི་དབང་ཀླུ་ཡུམ་མཚན་ལུ་ བཀྲིན་དྲིན་ཡུལ་གྱི་ཁྱ་ཡིག།

(3) ཉེ་ཁོངས་སྤྱི་ཁྱིའི་བདག་མོ་མི་དབང་ཀླུ་ཡུམ་དྲིན་པོ་ཆེ་དེ་ ༢ ཁྲམས་རྩུང་དུ།

གུས་འབངས་.....མིང་པས་སྒོ་ ༣ གུས་པས་

ཁྱ་གསོལ། དེ་ནི་ མི་དབང་ཀླུ་ཡུམ་དྲིན་པོ་ཆེ་དེ་ཁྲམས་ལས་ མིང་མ་རྒྱུད་བཅུགས་མདུན་ ང་ར་ཁོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་  
མཚམས་ནང་ལོད་དྲིན་མཐུན་ཀྱེ་གྱི་དོན་ལུ་མཁོ་བའི་ གཤེད་ཚད་དང་མཚན་འབྲལ་ཡོ་བྱད་ རང་གི་མཁོ་བྱད་གྱེ་ཆས་དང་  
བཅས་པ་ གསོལ་ར་གནད་བརྩུང་མི་འདི་ལུ་ རུས་ནམ་ཡང་བརྟེན་པར་ཡངས་པའི་བཀྲིན་དྲིན་ཁ་ཚར་ཁྱ་ནི། གུས་པ་རང་གི་ཁ་  
བྱུག་ལས་ དེ་རེས་ དངོས་པོའི་འབྲལ་བ་གཞན་གྱི་མེད་དེ་འབད་ཅུང་ ཀླུ་ཡུམ་མཚན་གྱི་བཀྲིན་འདི་ དངོས་མེད་  
སེམས་ཐོག་ལུ་མ་བརྟེན་པར་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ ཁོ་གསུམ་གྱི་མཚམས་ནང་ལོད་འིང་ དེ་གོན་མཚན་ལུ་གསོལ་འདེབས་དང་ སྤང་  
མ་ལུ་འཕྲིན་བཅོལ་ལ་སོགས་པ་ མི་དབང་མཚན་གྱི་སྒྲི་ཆེ་ལུ་ འགལ་ཀྱེ་བར་ཆད་ཞི་བཅས་དང་ བྱུགས་དོན་ཚོས་བཞིན་དུ་  
འབྲུབ་པའི་མོན་འདེབས་ རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་བརྩུབ་ཏེ་ ཁོ་གསུམ་གྱི་ཤུལ་ལས་ གསེར་ཞལ་དངོས་སུ་མཇལ་བའི་དེ་མོན་བཅས་  
ཁྱ་བ་མཐུན་མཐུན་མཐུན། ཞེས་གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་གོང་མིང་པས་

རབ་རྩུ་རྩུངས་པའི་

གུས་ཕྱག་བཅས་

ཡུལ།









དཔེ་བཞུགས་ ༩ པ། དྲག་པོའི་ཕྱི་ཁྱབ་གྲངས་ཐོན་ལུ་ ཕུལ་གྱི་འི་ཁྱ་ཡིག།

(3) དྲག་པོའི་རྟོགས་ཀྱིས་གཡུལ་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་མི་ཇེ་གྲངས་ཐོན་རྟེ་པོ་ཆེ་འི་ནམས་རྩེ་དུ།

གསུམ་ནམས་འོག་ལུ་ཕྱག་ཕྱིན་ལུ་

སྟེ་འོད་མི་ སྟེ་འག་.....ལས་.....མིང་པས་ ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ ཆོས་དྲན་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ སྟེ་ས་པ་ཕོ་ལས་  
ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་ གོང་མ་ཁྱོད་ར་བཟུམ་མའི་འོག་ལུ་ ཕྱག་ཕྱིན་ལུ་སྟེ་འོད་མི་གོ་སྐབས་ཐོབ་མི་འདི་ ལྷལ་བ་བཟང་ཤོས་ཅིག་ཡིན་  
ཅུང་ གསུམ་པ་རང་ལུ་ མདུང་ཞག་ཟེ་མ་ ༢ པའི་ཆོས་ ༡༥ ལས་ དུ་མེད་འཁྱོ་བའི་ནད་གཞི་ཅིག་ཐོབ་སྟེ་ ཡུད་པ་ཅིག་སྐར་མ་  
༡༠ དེ་སེ་ ག་ཅི་འབད་འབད་མ་ཡིན་ན་ར་མ་ཤེས་པར་འཁྱོ་སྟེ་ འོག་སྟེ་དུ་མ་པ་འོད་པའི་བསྐྱང་ལས་ མ་ཉི་དང་གཟུགས་མ་  
བདེ་མ་ཟེ་བ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ ར་ས་ག་ཡིན་མ་སྟེ་འཁྱོ་མ་ཡིན་མས། གནས་རྟེངས་འདི་བཟུམ་མའི་ནང་ ས་བཤུལ་ལུ་འཁྱོ་མ་ད་  
ནད་གཞི་ཁོང་མ་ཁ་བྱུག་རྒྱུ་པ་ཅིན་ ཆུ་དང་བྲག་ལུ་འཁྱོ་བའི་ཉེ་ཁ་ཡང་འདུག དེ་འབད་མ་ལས་ མི་ཇེ་མཆོག་གིས་བྲགས་དང་  
དྲན་མ་ཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ ད་ལས་པར་ དམག་ཁང་ནང་འོད་མི་མ་གཏོགས་ ཕྱི་ཁབ་ས་བཤུལ་ལུ་འཁྱོ་མ་དགོ་པའི་བཀའ་ཤོག་ ༡  
བཀྲིན་བསྐྱེད་གནང་ལུ་བ་མཆིན་མཆིན་མཆིན། ཞེས་གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་

རབ་རྩེ་དུངས་པའི་

གསུམ་བཅས་

ཕུལ།

དཔེ་བཞུགས་ ༡༠ པ། ལྷོ་མཁའ་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཁྱབ་ལུ་ ཕུལ་གྱི་འོ་ཁྱེད་ལ།

༣ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ལྷོ་མཁའ་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཁྱབ་མཆོག་གི་ཞབས་དུང་དུ།

གུས་.....ལུ་འོ་ཁྱེད་མི་.....

མིང་པས་གུས་བརྟན་བཅས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ ང་བཅས་ཐེམ་ཕུག་པ་ཇོ་གླིང་འོ་ཁྱེད་མི་ཁང་བཟང་དང་ འོ་ཁྱེད་གཉིས་པའི་  
གཞུག་ལག་ཁང་ཚུ་ནང་ ཉེ་ཕྱི་སྤྱོད་ཆུང་མེད་པ་ལེ་ག་བཞུགས་ཡོད་ཅུང་ འདི་ནང་འོ་ཁྱེད་མི་ ང་བཅས་མི་དག་པ་ཅིག་  
མ་གཏོགས་མེད་པ་ལས་ ཉེ་ལ་སྤྱོད་ཆུང་མེད་པ་ལེ་ག་དེ་ལྟེན་ དེ་ཡང་ དུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་བཟུལ་མ་དུ་ མི་དག་ཉོ་འདོད་ཅན་ཚུ་  
གིས་ ཐོབ་པ་ཅི་ནི་ ཡང་མ་བཟུ་ཉེ་འབག་ མ་ཐོབ་པ་ཅི་ནི་ ལག་ཆ་དང་སྒྲགས་འོང་ཞི་མེད་པ་ལས་ ང་བཅས་བསད་བཞག་སྒྲེ་ ནང་  
གི་ཉེ་ཕྱི་ཚུ་ཆ་མཉམ་བཟང་བཅོམ་སྒྲེ་ཕུག་བདེ་ཆེ་བ་ཅི་ནི་ ང་བཅས་ཀྱི་ཆེ་སྤྱོད་ལུ་ཉེ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ གཞུང་ལུ་ཉི་ཅུ་འབུམ་  
བརྒྱ་ཡང་མ་ཆད་པའི་ཁྱོད་རྒྱ་ཡོག་ནི་ཡིན་པས། དེ་འབད་མ་ལས་ བཟུལ་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཟུགས་བཞེད་  
གནད་ཉེ་ ལག་ཆ་དང་སྒྲགས་མི་འཕྲང་བུ་ལྷན་པ་ ༢ དེ་ཅིག་ ག་དེ་འབད་ཅུང་ གནད་ཐབས་ཡོད་པ་ཅིག་བཞུགས་བརྟན་  
གནད་ལུ་བ་མཆིལ་མཆིལ་ ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་

གུས་བཅས་

ཕུལ།



## དཔེ་བཞོན་ ༡༢ པ། ཉམ་ཁག་རྩལ་ཆེ་ཅིག་ལུ་ གཞོག་འཛུལ་ལྟ་ཡིག།

(༣ བཀྲིན་མཚུངས་མཉེན་མ་པ་ལཱ་གཞོག་ཉམ་ཁག་རྩལ་ཆེ་མཚོག་གི་རྩལ་དུ།

གས་པས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ ད་རེས་གས་.....

ང་ར་..... སློབ་གྲྭ་ཆེ་བའི་ནང་ལས་ སློབ་རིམ་ ༡༢ པ་ཉམ་ཚར་ཏེ་འབད་རུང་ ད་རེས་ ཆོས་རྒྱགས་ཀྱི་རྒྱགས་ཤོག་  
འོད་མི་ནང་ རྒྱགས་དུམ་ག་ཅིག་གིས་ འབུག་གཞུང་གི་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནང་ ཉམ་གྱི་རྒྱགས་ཚད་བདའ་མ་བཟུམ་ལས་  
གཞུག་ལག་སློབ་གྲྭ་འི་ནང་འབྱོར་གི་གོ་སྐབས་མ་བཟོ་ལུ། ད་རེས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་ མེད་ཀྱི་སློབ་གྲྭ་ཚུ་ནང་ སློབ་རིམ་ ༡༢  
པ་ཚུ་ཆེད་མ་གཏོགས་ཉམ་གྱི་མཉེན་མ་པ་འཇུག་ ཡི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཤེས་ཡོན་འཕྲོམ་བུལ་བྱུང་པར་འབྱོར་གི་ རྒྱ་བྱོབས་ཀྱི་  
ཅོགས་གྲུབ་མཉེན་མ་པ་ལས་བཟོེ་ ལཱ་གཞོག་ཉམ་ཁག་ལུ་ གྱིད་ལྷག་མ་ལུ་བཟུམ་མཉེན་མོང་ཡོད་ལུ།

ཉམ་ཁག་གི་ཁ་བུག་ལས་བཟུགས་བཅས་གཟིགས་ཏེ་ ང་ར་ད་ཚུ་ན་ ཉམ་ཏེ་ཤེས་མི་ཡོན་ཏེ་ཚུ་ འཕྲོ་བསྐྱུག་མི་འབྱོར་གི་  
ཅིག་དང་ ང་ར་གི་མི་ཆེ་འི་མདུན་ལམ་ རང་འདྲོངས་བཟོ་རྒྱགས་བཟུམ་ལུ་ ང་ར་འི་ཤེས་ཡོན་དང་བསྐྱུན་པའི་གཞུང་གཞོག་ ག་  
ཅི་འབད་རུང་ཅིག་ གནད་ཏེ་བཀྲིན་བསྐྱུང་བཟུམ་ཡོད་པར་ལཱ་བ་ མཆིན་མཆིན་ ཞེས་རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ .....ཟླ་.....  
ཆོས་.....ལུ་གོང་མིང་པས་

གས་བཅས་

ཡུལ།

དཔེ་བཞག་ ༡༩ པ། ཤེས་རིག་རྒྱུ་ཆ་ལྟར་ རྒྱུ་ཕྱི་རྒྱུ་གསལ་རམ་ལུ་ཤི་ལུ་ཡིག།

(འུ མཁུ་ཐམ་ཅེ་ཤི་ཐད་ག་ཉི་ཤེས་རིག་རྒྱུ་ཆ་ལྟར་མཆོག་གི་རྒྱུ་དུ།

གསལ་པས་ལུ་གསོལ། དེ་ནི་ གསལ་པ་.....ང་ར་ .....

ཕྱི་ལག་.....ཆེ་ལོག་གི་.....སྟོབ་ལྟ་ནང་ སྟོབ་རིམ་ ༡༠ པ་ཚུན་ཉམ་ཡོད་རྒྱུ་ སྟོབ་རིམ་ ༡༡ པ་འི་  
ནང་ ཉམ་ཤི་གི་སྟེགས་ཚད་ཀྱིས་ཐད་ལ་མ་བྱུ་པར་ ཤེས་ཡོན་ལེན་མཐུན་ཉམ་ཤི་གི་གོ་སྟོབས་ མ་ཐོབ་པར་ཡོད་ཡོད་ལྟ། དེ་གི་  
ཁྱིམ་ནང་ལས་ དཔེ་ཆ་ཉམ་པར་ལ་ཁྱོ་མི་ ང་ར་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལས་ཐད་ལ་ཉེ་མེད་རྒྱུ་ ཁྱིམ་ནང་ རྒྱ་ཉྱེས་ཀྱི་ཚགས་གྲུ་མེད་  
པར་ ལ་ཁྱོ་སོང་ག་རྒྱུ་མ་ཚུགས་པར་ལས་ཉེ་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱུ་ཆ་ལྟར་མཆོག་གིས་ ཉམ་རྒྱུ་གི་ལ་ལུ་ཚུ་ལུ་ ག་ལྟངས་ལས་དཔེ་ཆ་  
ལ་ལྟོ་མཐུན་ཉམ་ཤི་གི་གོ་སྟོབས་རམ་ ག་ནང་སྟོལ་ཡོད་མི་གི་གྲུ་ལ་ལས་ ལང་ཡོད་ཀྱི་སྟོབ་རྒྱས་ལས་ ང་ཡང་ཚུན་ཐབས་ཡོད་པ་ཅིག་  
གི་རྒྱུ་ཕྱི་རྒྱུ་གསལ་རམ་ མཆོན་ག་ནང་ཐག་ཉི་ཐག་ལྟར་ཐར་ལུ་ཐ་མཆིན་མཁུ་ན། ཞེས་ག་ནམ་ལོ་ ..... ཟླ་ ..... ཚེས་.....ལུ་  
གོང་མིང་པས་

གསལ་བཅས་

ཡུལ།



## དཔེ་བཞག་ ༡༤ པ། དཀོས་རྒྱལ་གཟིམ་ལུ་ ཕུལ་གྱི་འུ་ཡིག།

(༣ ཕུལ་བྱུང་དཔལ་ལོན་ཀྱི་མཆོས་མངོན་པར་ཕྱག་པའི་མཆོངས་མདེ་དཀོས་རྒྱལ་གཟིམ་མཆོག་གི་ཉན་པས་བྱུང་དུ།

གུས་བཅས་ལུ་

གསེལ། དེ་ཡང་ ཆོགས་བྱུང་འཛིན་མའི་ཉེ་བར་བཏུམས་པའི་སྐྱེ་འཆོལ་ལ་བཟང་པོའི་འཁྲི་གིང་མ་བ་བརྟན་ཉེ་ མི་དབང་  
མངའ་བདག་འོ་པོ་ཆེའི་ མཛད་བཟང་མི་ཏུམས་ནམ་པར་དཀར་བའི་ལོ་འབྲས་ཡངས་པོར་ འགྲོལ་བཞིན་པའི་ངང་ལས་ ད་  
ལམ་ ཡན་རང་ཉིད་གཞུང་ཉན་པས་ཀྱི་བཀའ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ གཞུང་བསམ་མདོ་ ༣ ཕྱོགས་ལུ་ ས་མཆོམས་ཏུ་སྟོར་ལུ་ འགྲུལ་ད་  
ལུ་ བཀའ་དགོངས་གཞན་མདེ་འགྲུབ་ཟབས་ལུ་ མི་ལྷ་ངོ་བོ་འཁྲི་འཛིན་ནམ་ལྷ་དོན་ཆེ་ཆེན་གྱི་གདོང་ཁར་ བཀའ་སློབ་ཀྱི་གསུང་  
བྲིས་རྟེན་བཅས་ཏུམས་མདེ་འབྱོར་བ་ ཡིད་སྤོའི་དཔལ་ལུ་འཁྲིལ། རྒྱ་ལུ་ཡང་ འབྱུང་ཁམས་མདེ་དཀྱི་ངོས་ནས་ རྒྱལ་ཟབས་  
ཀྱི་ཉན་པས་འདེགས་ལུ་ ཅི་ཅོགས་བཅོན་ལུ་ལུ་ཡོད། མཆོམས་ལུ་.....

ཕྱིན་ཆད་ཡང་ ཡན་བདེའི་གཞི་རྟེན་སྐྱེ་འཆོལ་ལུ་བརྟན་པའི་འཕྲོད་གཞེས་དང་། རྟམ་དཀར་ལེགས་ཆོགས་ཀྱི་གསུང་  
ལུ་ དུས་ཀྱན་ལུ་འགོག་མདེ་འཕྲོ་བའི་བཅོན་པ་ལྷུར་བཞེས་ཅི་ནས་ཡོད་པ་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ལོ་ ..... ཟླ་.....  
ཆོས་.....ལུ་.....མིང་པས་

གུས་བཅས་

ཕུལ།

## དཔེ་བཞོན་ ༡༥ པ། དཔོན་གཉིས་སྐུ་ལ་མ་ཅིག་ལུ་ ཕུ་ལ་ནི་ལྟ་ཡིག།

(ཟུ མ་ཁྱེ་པ་འི་འོད་ཉིང་བཞན་པ་འི་དཔོན་.....མཚན་གྱི་སྐུ་རུང་དུ།

གས་བཅས་ལུ་གསོལ། དེང་ ཟབ་སྐྱ་མཇེད་  
བཟང་ཡར་ཚེས་ཟླ་མ་བཟུམ་ གོང་ལས་གོང་འཕེལ་རྒྱས་བཞུགས་པ་ནི་ བཞིན་མཚན་རུ་ཆེ། ཡང་ཅིན་ དེ་མེ་ངོམ་མདུན་ཕྱག་  
ཐྱིས་རྟེན་བཟང་བཅས་གནད་མི་ ཉམས་མེད་མེ་བས་འབྱེད་དངོས་མཇུག་བཟུམ་མའི་དགའ་སྟོན་བྱུང་ཡི་ལགས། ལྷ་ལུ་གས་པ་ཡང་  
འདུ་བྱེད་ཕུང་པོ་འི་འབྱུང་བཞི་མ་ཞིག་ཅམ་ལུ་ཡོད་ལགས། མཚམས་དོན་.....

གས་ཕན་རང་གིས་གནས་སྐབས་ ཕྱག་ཕྱིན་འབྱེད་ཟབས་གཉི་ཡང་མ་བྱུང་རུང་ མ་བྱམས་བུ་ལུ་བཅེ་བའི་ངང་ཚུ་ལ་མི་  
གཡེལ་བར་ལྟ་ནི་དང་འབྲེལ་ ཕྱིན་ཆད་ཡང་ ཕན་བདེ་འི་ཕ་ལག་དམ་པ་འི་ སྐུ་འཚོ་འཕྲོད་སྦྱོང་ལུ་ཟབ་བཞེས་ཐོག་ གས་ཕན་  
པར་བཅེ་བས་མི་བསྐྱེད་པ་འི་མེ་བས་ཚན་ལང་ ཇེ་དུ་བུ་མོ་འི་རྒྱན་བཟུམ་གནད་བཟུང་ཡོད་པ་མཁྱེན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ཁོ་ .....  
ཟེ་ ..... ཚེས་.....ལུ་.....མིང་པས་

གས་བཅས་

ཕུ་ལ།

དཔེ་བཀོད་ ༡༩ པ། ས་ཁྲམ་མདོ་ཆེན་ལུ་ ས་འཇུག་པ་ལུ་དགོ་པ་འི་ཁྱ་ཡིག།

(༣ མཁྱེ་ཡངས་རྒྱལ་ཡོངས་ས་ཆ་ཉན་ཆེན་གྱི་དྲགོས་ས་ཁྲམ་མདོ་ཆེན་མཆོག་གི་སྐུ་བུ་དུ།

གུས་.....

མོང་ཁག་.....རྒྱ་འོག་.....ལས་.....མིང་པས་ཁྱ་གསོལ། དེ་ནི་ ང་ར་གི་ཁོ་ན་འི་བཅས་དང་བསྟན་ ང་ར་གི་  
མིང་ཐོག་ཁར་ཡོད་མི་ས་ཆ་ཚུ་ བུ་དང་བུ་མོ་གིས་གཅོས་པ་འི་ནང་མི་ཚུ་ལུ་ སྐལ་བ་བགོ་བཤམ་སྟེ་ཕྱི་རྩེ་ ས་ཡི་བཅའ་ཁྲིམས་  
དང་མཐུན་པ་འི་གན་རྒྱ་ཡིག་རིགས་ཚུ་ཡང་ ག་ར་བཟོ་ཆས་རྩེ་ཡོད། ཡིན་ཅུང་ ས་ཆ་ཚུ་འཇུག་མ་ཆུགས་པར་བརྟེན་ སྐལ་བ་  
བགོ་བཤམ་ལེན་མི་གི་མིང་ཐོག་ཁར་ ས་ཁྲམ་མོ་མ་ཆུགས་པར་ཡོད་པ་ལས་ དྲགོས་མཆོག་གིས་ ས་འཇུག་མི་ཅིག་ག་དེ་  
མཁྱེ་གས་མཁྱེ་གས་གཏང་རྩེ་བཀྱིན་བསྐྱང་གནང་ཟེར་བྱ་ནི། དེ་གི་དོན་ལུ་འགྲོ་སོང་ག་གནས་མི་འདི་ ང་ར་གི་ཁ་བྱུག་ལས་ཕུལ་  
ཆོག་ཆོ་ཡོད་པ་ལས་ དྲགོས་མཆོག་གིས་ ས་ཆ་འཇུག་ཞེན་མ་ལས་ གཞུང་གི་ཕྱག་བཞག་ཁྲམ་ནང་ ཅ་བ་སོ་སོའི་མིང་ཐོག་ཁར་  
གང་མཁྱེ་གས་བཀོད་གནང་བཅས་ཅིག་ མཛེད་གནང་ཡོད་པར་ཁྱ་བ་མཆིན་མཁྱེན། ཞེས་གནམ་ཁོ་.....ཟླ་..... ཆེས་  
..... ལུ་གོང་མིང་པས་

གུས་པས་

ཕུལ།

# དཔེ་བཀོད་ ༡༧ པ། རྫོང་བདག་ཅིག་ལ་ རྫོག་མེའི་མཐུན་ཀློང་ཁྱེད་ཀྱི་འུ་ཡིག།

(༣) མཐུན་མངའ་མཚུངས་མེད་དམ་པ་ དྲ་གོས་རྫོང་བདག་མཚན་གྱི་རྒྱ་རྩེད།

གས་.....རྫོང་འོག་གི་.....

དགོན་པ་དེའི་དབུ་འཛིན་མིང་པས་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ དེ་ནི་ .....གཞུས་ཚན་ནང་ རྫོག་མེའི་པའི་དཀར་ལ་ཡོད་པ་ ག་ས་  
གིས་མཐུན་གསལ་ཆེ་བ་བཞིན་དུ་ .....དགོན་པ་དེའི་ནང་རྫོང་མི་སྣ་བཟུག་ཚུ་ ཡི་ཏུ་ཤེས་ཡོན་སྤྱད་བཅོན་འབད་མ་  
ཚུགས་པས་ སློབ་ཡུག་ཚུ་གི་རྒྱ་ལུ་ དགོན་པ་དེ་གཞན་གྱི་སློབ་ཡུག་ཚུ་དང་ ཤོ་མཚུངས་གྱི་ཤེས་ཡོན་ འབྲེལ་མ་ཚུགས་པའི་  
དཀར་ལ་བྱུང་བྱེ་ཡོད། དཀར་ལ་སེལ་ཐབས་ལུ་ རྫོང་བདག་མཚན་གིས་ ཐུགས་བཅུས་གཟིགས་ཏེ་ ཉེ་དྲིན་གྱི་རྫོག་མེའི་ག་  
ག་དེ་འབད་རུང་ འཕྲལ་མཐུན་གསལ་ཅིག་གསར་བཅུགས་གནང་ཐབས་ བཀྲིན་བསྐྱེད་བས་ཁྱེད་ཀྱི་མཐུན་ཀློང་ ཞེས་གནམ་ལོ་ ""  
.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ་གོང་མིང་པས་

གས་པས་

ཡུལ།

དཔེ་མཛོད་ ༡༩ ཡ། རྩལ་པའི་གཞུང་ ཕུག་ནི་འོ་ཁུ་ཡི་ག།

(3) རྒྱལ་ཁོག་གི་མཆོག་རྒྱ་མཚོ་པའི་པད་ཀྱི་ཉི་ཤེས་རྒྱུ་པ་མཆོག་གི་རྒྱུ་ལྟ།

གུས་གསོལ།      དེ་ནི་      དེ་ཡང་སྐྱོ་དང་

མཛེད་འཕྲིན་བཟང་པོ་ཡང་ཟླའི་དཔལ་ལྷ་སྟོན་བཞུགས་ཐོག་ལས་ ཡུག་གཡོག་གནོད་ཁར་བུགས་བཅའི་གསུང་བྲིས་ ཕྱི་ལོ་  
བཟུང་དང་ཐོང་ལྷ་བཅས་ གནད་པ་ཉམས་མེད་རང་གི་ལག་པར་འབྱོར་བས་ དངོས་མཇལ་བཟུམ་མའི་བཀྲིན་ཆེ། ཡན་རང་  
ཡང་ རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་བྱེ་མཐུ་ལས་ ཉེ་མ་བཟུམ་སྒོར་ཡོད་ལགས། མཚམས་ཀྱི་..... དཔེ་གི་ཁ་བུག་ལས་ ཉུག་  
བསམ་ག་དེ་སྒོར་ཡོད་ཀྱང་ འོན་པས་གས་རྒྱུང་པའི་དབང་གིས་ ག་ནི་ཡང་ཡུལ་ནི་མེད་ཀྱང་ དྲ་དམ་འབྱུང་བ་མེད་པའི་བར་  
མཚན་ ཀྱི་ཕྱི་ལོ་འཛིན་ཅམ་ལྷ་ རྒྱུ་ལོ་ , བཅས་ གན་མ་ལོ་ ..... ཟླ་ "" ཚེས་.....ལྷ་.....མིང་པས་གས་བཅས་

မည်



དཔེ་བཞུགས་ ༢༠ པ། རྩོམ་གསུམ་ཡོངས་ཁང་གི་དབུ་འཛིན་ལུ་ ཐོག་མ་རམ་ཁྱ་ཞི་ལུ་ཡིག།

༤ རྒྱལ་གཞུང་འཆམ་དང་རྩོམ་གསུམ་སློབ་སྦྱོང་ཡོངས་ཁང་གི་དབུ་འཛིན་མཆོག་གི་དབུ་འཛིན།

གུས་སློབ་ལུག་.....མིང་པས་

ཞུ་གསོལ། དེ་ཞི་ ད་རེས་སློབ་སྦྱོང་གི་མཆོག་ལགས་ཤོམ་སྟེ་ བཞུགས་ཡོད་པ་འོང་མཁོ་བའི་རེ་བ་སློབ་ཡོད། ང་ཡང་སྐབས་ཅིག་  
བདེ་རྩིག་རྩི་ཡོད་ལུ།

ད་རེས་གསུམ་རང་ མི་གི་སྤྱུག་ལུ་དེ་སྟེ་ ལོ་དེ་ཚུགས་མི་འདི་ཡང་ སློབ་དཔོན་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན་ཟེར་ཞུ་ནི། རུས་  
དང་བཙུན་མ་ད་ ཡོན་རྩྭ་ལྷ་གཅིག་གིས་ རང་མགོ་འདྲོངས་ཚུགས་པར་ དཀའ་ངལ་སློབ་འདུག། དེ་འབད་མཁུ་ལས་ གཞན་བཟོ་  
རིག་ལྷ་པ་དགོཔ་ཚུ་ཡང་ གལ་ཆེ་སྟེ་མཐོང་མཁུ་ལས་ ལྷ་བྲིས་དང་འཛིམ་བཟོ་ཚུ་ཡང་ལྷ་པ་ཞི་འི་ མཁོ་བསམ་གཏང་དོ་ཟེར་ཞུ་ནི་  
ཡིན།

འདི་གི་དོན་ལུ་ སློབ་མཆོག་གིས་ཡང་ ལྷ་བྲིས་དང་འཛིམ་བཟོའི་སློབ་དཔོན་འོ་ཤེས་པ་རེ་ཡོད་ན་ ང་ལུ་གསུང་གེ་  
བཀའ་དྲིན་བསྐྱུང་གནང་ཞུ་བ་མཁུ་ནེ། ཞེས་གནམ་ཁྱོ་..... ཟླ་..... ཆེས་..... ལུ་གོང་མིང་པས་གསུམ་བཅས་

ཡུལ།

དཔེ་བཞག་ ༢༡ པ།      སློབ་གྲྭ་འཛིན་ཅིག་ལ། སློབ་ཕུག་བཅུག་མ་གྲི་ཁྱ་ཡིག།

༤      ཤེས་བྱ་སྤྱི་གཞི་ལ་འཛིན་པའི་སྐུན་པ་ངས་.....སློབ་གྲྭ་འཛིན་དུ་འཛིན་མཚན་གྱི་དུང་དུ།  
གུས་མོ་.....གིས་

ལྷོ་ནུ། དེ་གི་བྱ་བ་ར་ཉ་སྒོར་མ་འདི་ ད་ཉོ་ཚུན་ཚེད་ .....སློབ་གྲྭ་ནང་ལ། སློབ་རིམ་ ༩ པའི་ནང་ དཔེ་ཆ་ལྟ་བུ་པའི་  
 བསྐྱེད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སློབ་གྲྭ་དེ་ནང་ཉལ་ས་མ་བདེ་ལྟ་གཞན་ ག་ནི་ཡང་མེད་དེ་འབད་དུང་། བྱ་ཁོར་ལ། ཉན་གཞི་ཅིག་ཡོད་མི་དེ་  
 གིས་ ལ་རྩ་ག་ར་ མཉན་ལང་བཤེད་དཔོན་པ་མ་ཚད་ བཞུགས་སྒོ་ཡང་ལ་སྐྱེད་དམ་དམ་འབད་དཔོན་པ་ལས་ ང་ར་དང་མཉམ་གཅིག་  
 བཞག་དཔོན་བྱུང་ཡི་ཟེར་ལྟ་ནི།

དུ་འཛིན་མཚན་གིས་ རུས་ཅི་སློབ་རུས་འགོ་བཅུག་པ་ད་ དེ་གི་བྱ་བ་འདི་ལྟ་གི་སློབ་གྲྭ་ནང་ བཅུག་མ་གྲི་ཡོད་པ་ཅིག་  
 གོ་གས་རམ་མཛད་གནང་པ་ཅིན་ ག་ནི་ལས་བཀྲིན་ཆེ་ནི་མས་ཟེར་ལྟ་ནི་ཡིན། ཞེས་གནམ་ཁོ་ .....ཟླ་.....ཚེས་.....  
 ལུ་གོང་མིང་པས་གུས་པས་

ཡུལ།



དཔེ་བཞག་ ༣༢ པ། མི་དཔེ་འགོ་ཁྲིད་པ་ལྟ་ འབྲུང་ཆུ་ལི་དཀར་ལ་སེལ་དགོ་པ་ལི་བྱ་ཡིན།

(3) མཁུ་ཤེ་དཀྱི་ཡངས་པ་.....གི་མི་དཔེ་འགོ་ཁྲིད་པ་ཀློང་མཆོག་ལ།

གུས་ .....ལས་

ཆོགས་པ་.....མིང་པས་ཁྱོད་ཤི། དེ་ནི་.....གཡུས་ཆུ་ལི་དཀྱི་ཡང་ལྟ་ འབྲུང་ཆུ་ལི་ཆུ་དུང་ཆུ་མེད་པ་ཟེལ་  
ཏེ་ གཡུས་ཁར་འབྲུང་ཆུ་མེད་པར་ ཟླ་མ་གཅིག་ཡང་ཉུག་སོང་པ་ལས་བརྟེན་ མི་དཔེ་འགོ་དཀར་ལ་སེལ་སྒྲེ་སྒྲེ་སྒྲེ་ཏེ་ཡོད།  
དེ་ཆུ་ལི་འབྲུང་ཆུ་ལི་ གཡུས་ཆུ་གྱི་སྒྲོ་ལོགས་ཁའི་རོང་ཆུ་ལས་དཔོན་དགོ་པ་དེ་ གནམ་བླ་ ཆར་ཆུ་འཕོལ་བའི་དུས་ཆུ་ལྟ་  
ཏེ་ཁ་ཅན་ཅིག་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ཆུ་ལས་བརྟེན་པ་ལི་དཀྱི་ཡང་ལྟ་འཕྲོ་བའི་ལོ་ལོ་མས། གནམ་དེ་ཤི་ཆུ་ལྟ་དགོངས་ཏེ་  
ཀློང་མཆོག་གིས་ དཀར་ལ་ལ་ལ་དེ་ འཕྲུལ་མཁུ་གས་སེལ་ཟབས་མཛད་དེ་ བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་གནང་བྱ། ཞེས་གནམ་ལོ་.....  
ཟླ་.....ཆོས་.....ལྟ་གས་གོང་མིང་པས་

ཡུལ།

དཔེ་མཛོད་ ༢༣ ལ།      མི་དཔེ་མཛོད་ཀྱི་པ་རྒྱུ་མཛོད་ཀྱི་ ཕུག་ཀྱི་ཀྱི་ལོ་ལ།

[illegible][illegible]

မည်

# དཔེ་བཀོད་ ༢༤ པ། བཅོམ་པ་ཅིག་ལྟ་ ཡུལ་ནི་འཁྱེད་ལོ།

༡༣ བེ་ཤུའི་རྒྱམ་ཡུལ་བཅོམ་ཅེ་.....མཚན་གཉིས་དུང་དུ།

གས་..... ཁྲོམ་ཁར་ལོ་དེ་མི་

.....མིང་པས་ བྱོན་ཤིང་ དེ་ནི་ དེ་མེ་ཤངས་པར་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་གྱི་ལུགས་འབྲུང་དང་བརྟུན་ མི་གས་ལོ་དེ་  
ཁྲོམ་རྒྱུ་ཤི་ལྟ་ བཅོམ་ཤིགས་སྒྱེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལས་ ཡུལ་རང་ཡང་ ཁྲོམ་ཅིག་མ་རྒྱུ་ཐབས་མེད་པ་ཡང་སོང་ཡི། དེ་ལས་  
བརྟུན་ ས་གནས་.....ལྟ་ རང་ལྷགས་ཀྱི་བཅོམ་པ་ལོ་དེ་དུ་ཤི་པ་ལྟོས་ ཐོག་ཚད་གཉིས་མ་ཅིག་རྒྱུ་ཤི་གཉིས་ལྟ་ ཤིང་དང་རྩ་  
ཚུ་གཉིས་གས་སྒྱེད་ཤི་ཡོད་པ་ལས་ གནས་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལྟ་ གཟུང་སྒྲུང་འཕྲོད་སྒྱུར་ལུགས་ཤོམ་ཡོད་པ་ལི་  
ཉིན་མར་ ལཱ་འགོ་བཙུགས་ནི་གཉིས་རྒྱུ་ཤི་ཡོད་ཤིང་ དེ་གཉིས་ལྟ་ ཉེ་མ་ལས་ ཁྲོད་ར་དང་གཅིག་ཁར་བརྟུན་གྱིས་འབད་དེ་ཡོད་པ་  
བཞིན་དུ་ དེ་གཉིས་ལྟ་འདི་འགོ་བཙུགས་ཞིན་མ་ལས་ མ་བསྐྱབས་ཚུན་གྱི་བར་ སྒྲིག་དེ་མེས་གཞན་ཁར་མེད་པ་ལས་ བཅོམ་  
ཁྲོད་རང་གིས་ མགུ་འབྲུ་བར་གཤོང་དགུ་པ་མཛད་ནི་ཡོད་པ་ཅིག་ བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་དགོ་པ་དང་ ཁྲོམ་ལྟ་འགོ་མ་བཙུགས་པ་ལི་  
ཉིན་མ་དག་པ་ཅིག་གི་ཉེ་མ་ལས་ ལྷ་ལྟ་འབྲུན་ཉེ་བཞིན་བསྐྱེད་གནང་ཞུ། ཞེས་གོང་མིང་གིས་ གནས་ལོ་..... ཟླ་.....ཆོས་

..... ལྟ་

ཡུལ།

ཏུ་གྲིའི་སྒྲོ་བ་དཔེན་ཅིག་ལུ་ བཀྲིན་དཀའ་ཆེར་བྱ་ཡིག།

ସ୍ତମ୍ଭ.....ଅକ୍ଷ

ཉེམ་ སྤོབ་དཔོན་ཁྱེད་རའི་འོག་ལུ་ བློམ་ཁུར་གྱི་བཟོ་རིག་ཟུར་སྐྱོང་ཐོག་ལས་ལྟ་བུ་མི་འདྲི་གིས་ དེའི་མི་ཆེན་གནས་  
 ལྟངས་བདེ་སྦྱིད་དང་ འཆོ་བ་སྐྱོང་ཚུགས་མི་འདྲི་ སྤོབ་དཔོན་ཁྱེད་ར་གི་བཀའ་དྲིན་ངོ་མ་ཡིན་མ་ ལམས་ཁར་དྲན་དང་དྲན་བཞིན་  
 ཡོད་པའི་སྐུན་སྦྱོན་ལྟ་བུ་མཁུཉེ། ཞེས་གྲས་གོང་མིང་པས་ གནམ་ཁོ་ཁྱོ་ཟླ་ཆོས་ལུ་

မည်



དཔེ་མཁོན་ ༣ ཡ། རང་གི་མཁའ་ལྷ་མས་ལྷ་སྒྲིལ་གྱི་འཁྲུང་ཡིན།

13. ལྷིན་འདྲིང་ཐག་འདྲིན་འཁོར་མཛད་དྲིན་ཅན་མ་རྒྱན་མཚན་གྱི་བྱང་དུ།

གུས་ཀྱི་དེ་ནི་    ན་མེས་    དེ་ཁོང་མཁུགས་ཡོད་པ་ནི་

དྲིད་ཅན་ཨ་མའི་མཚན་གྱི་སྐུ་གཟུགས་དཀར་གསལ་ཟླ་བ་ལུ་ གཞོད་རྒྱུ་སྐྱ་གཅན་གྱིས་འཆེ་བ་མེད་པར་ ཐུམས་བཅའི་འོད་གྱིས་  
 ཆེ་འདྲིང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བའི་སྤྱན་འཁོར་ནང་མི་རྒྱུ་ བཅའ་བས་སྐྱོད་བཞུགས་པར་བཞུགས་ཡོད་པའི་སེའོ་དོད་ སྐྱེ་ཡོད་ཟེར་ལུ་  
 བློ་ཡིན། ལྷ་ལུ་སྔོད་མི་ཕྱན་རང་ཡང་ གོང་མའི་སྐུ་བསོད་དང་ དྲིད་ཅན་ཨ་མའི་ཐུགས་སྟོན་ལས་བརྒྱུ་ བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པའི་ངང་  
 ལུ་གཞུས་ཏེ་ཡོད་ཟེར་ལུ་བློ་ཡིན། མཚན་མས་དོན་.....

དཔལ་ལའང་ དྲིན་ཅན་ལའི་མཆོག་ལུ་ བར་ཀླུ་གྲིལ་མ་གོས་པར་བཞུགས་ཐོག་ལས་ ཁྱིམ་ནང་གི་བདེ་དུག་གི་  
 གནས་ཚུལ་དང་ ནང་མའི་བཀའ་སློབ་ཀྱི་ཡུལ་ཐོག་ཏུ་བཞུགས་གནང་བར་བྱ། ཞེས་གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....  
 ་་་ལུ་.....མེད་པས་

ଆନ'ଧନ'

မှန်

དཔེ་བཞག་ ༣ པ། བུ་མོ་གིས་ཡའི་ལུ་བསྐྱུ་ལ་ཞི་ནི་གཏང་ཡི།

(༣ འཇོ་བའི་ལུས་རྩེ་ཉེ་སྤྱོད་པའི་དྲི་ཅན་ཡའི་མཚན་ལ།

ཁྱོད་རའི་བུ་མོ་.....གིས་ཁྱོད་ཉི། དེ་ནི་ དེ་

རེས་ཡའི་ཁྱོད་ཡང་ གླུ་ཁམས་བཟང་ཏྱི་གཏྱི་སྤྱོད་བཞག་ས་ཡོད་པའི་མེ་བ་ཡོད། རྒྱ་ལུ་ བུ་མོ་ང་ཡང་ གཟུགས་ཁམས་བཟང་ཏྱི་གཏྱི་  
སྤྱོད་ དཔེ་ཆ་ཚུ་ཅ་འགངས་ཏེ་ལྟ་བ་དོ་ཟེར་ཁྱོད་ཉི་ཡི།

དེ་རེས་ ཡའི་ལུ་ཁྱོད་ཉི་གི་དོན་དག་ངོ་མ་འདི་ ང་བཅས་གྱི་སྒོ་བ་ཁྱ་ནང་ལུ་ རུས་ཅི་ལས་འགོ་བཅུགས་ ཏའི་ཁྱོད་ཉི་དང་  
ཀུ་ར་ཏྱི་ཚུ་ཡང་ རྩོད་ཞི་གི་ལས་ངོ་མ་ཡོད། འདི་གི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་བྱེད་ཆས་དང་ཅ་ཆས་ཚུ་ རང་གིས་བཅའ་སྒྲིག་ཀྱང་དགོ་པ་  
ལས་ ཡའི་གིས་ང་ལུ་ཏྱི་ཅུ་ཏྱིང་ཡག་ ༣ དེ་ཅིག་བསྐྱུ་གཏང་ཟེར་ཁྱོད་ཉི་ཡི། ཞེས་སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ་  
ཁྱོད་རའི་བུ་མོ་གོང་མིང་གིས་

གུས་བཅས་

ཡུལ།

## དཔེ་བཞག་ ༤ པ། ཡའི་གིས་བྱ་ལུ་བསྐྱུ་ལྟོ་འཁྱུང་ཡིག།

༥ ཉིང་ལས་གཅིས་པའི་བྱ་.....ཁམས་བཟང་ལ། དེ་ནི་ཉིང་ལ་དགོན་མཚན་གི་བྱ་གས་  
ཇི་ལས་ ཉེ་མ་བཟུམ་སྒྲེ་ས་ཡོད་པ་འོང་མཉོ་བའི་སེ་བ་དང་ ལྷ་ང་བཅས་ཡང་ ལགས་ཤོམ་སྒྲེ་ཡོད།

ང་གིས་གོ་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ཉིང་གི་སྤོ་བ་གྲ་ནང་ལུ་ སྤོ་བ་ལྷག་ལུ་ཅིག་གིས་ ཆ་ཚེགས་བཟུམ་ཤིས་པ་ཚུ་དང་  
གཅིག་ཁར་ ཁ་བསྐོ་མས་ཏེ་ མི་གཞན་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་འཇུག་སེ་ཡང་ འབད་བའི་ལྷ་ཚུས་གོ་ཁྲ་མས། འདི་ཚུ་བདེ་ལྟོ་པ་ཅིན་  
ལགས་ཤོམ་བྱུ་ལས་ས་མཉེ་མ་ཡིན་མ་ ཉིང་ས་གིས་ཏུ་གོ་དོ།

རོགས་ག་དེ་སྒྲེ་འབད་རུང་ འང་ཟེ་མི་འདི་ ཡམ་ཉམ་ཚུང་གི་ཨ་ལུ་ཡིན་པའི་ མཉོ་བསམ་བཟུང་ཏེ་ ཆ་ཚེགས་བྱང་  
ཉེས་དང་གཅིག་ཁར་ ཁ་བསྐོ་མ་ནི་ཚུ་ལགས་ཤོམ་མཉེ་ཟེ་ ཁ་བཞོད་བྱིན་མི་འདི་ལུ་ བྱ་ཉིང་གིས་ཡང་ ཉེ་ལྷག་བཟུང་འོང་  
མཉོ་བའི་སེ་བ་ཡོད།

བདེན་ཡིག་གྲུ་ལུ་མའི་ངལ་གསོ་ལུ་ ལྷོ་ཚུང་ཤོས་ང་བཅས་གཉིས་ ཉིང་ཡུན་པར་འབྱོན་འོང་། ད་འིས་སྤོ་བ་དེ་ཅིག་  
ས་ཡིན། ཞེས་གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ་ ཉིང་སའི་ཡའི་གིས་ ཟེམ་ལྷག་ལས་བསྐྱུངས།



རང་གི་ལམ་ལུ་ལྟ་བུ་ལྟ་ནི་ལྟར་ཡིན།

ད་པེ་ རྩིང་གྲོགས་ཁྱོད་གཟུགས་མངོས་པའི་

ཡིན་ཆད་དུ་ལས་པར་ཡང་། ཟ་དམ་ཆོག་འཁྱུང་བ་མདེ་པའི་ དག་ལྟངས་མེས་ལས་མ་ཡོལ་བའི་ཐོག་ནས་ བཅེ་བའི་  
 གཤུང་འཕྲིན་ཡང་། དལ་འགྲོའི་རྒྱུ་བཞིན་ཞུགས་ལོ་ཡོད་པར་ཞུ། ཞེས་གསུམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཆོས་ལུ་.....བཅེ་  
 གོགས་.....མིང་པས་རྩྭ་རྩྭ་མིན་ཅམ་དུ་དྲི་ར་ཁྲ་གསར་བྱམས་། བཅས་ .....ནས་

ဒုဂ္ဂ

༣ བཅེ་གཞུང་འབྲུ་འཕྲུ་མེད་པའི་སྒྲིང་གོ་གས་.....ལུ།

དེ་རེས་སྐྱབས་ ཁྱོད་ཡང་ གཞུགས་ཁམས་བདེ་བའི་

ཐོག་ལུ་ ལུ་འདི་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྒྲེ་ར་ འབྲེ་དོ་ཡོད་པ་འོང་མཉོ་བའི་རེ་བ་ཡོད། ང་ཡང་ ལུ་ཁྱོད་དང་གཅིག་ཁར་ གཡུས་ཁ་ལུ་  
ལེགས་ཤོམ་སྒྲེ་ཡོད་པའི་གུ་ ཁ་ཅེ་ཁ་ཉེ་མ་ཅིག་ཁར་ ཐུ་ལུ་ཚུ་མཆུག་བསྐྱུ་ཅིག་ར་ཡིན།

དེ་རེས་ནངས་པར་ རོགས་ཁྱིམ་ཚང་ཚུ་ག་ར་ སེར་ཚོག་གཞུང་བའི་བསྐྱུང་ཡོད། ང་བཅས་ཡང་ སེར་ཚོག་གི་དོན་ལུ་  
གཞི་གུ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་བསྐྱུང་ཁྱོད་ར་ག་དེ་འབད་ཅུང་ཉོད་པ་སྒྲེ་འོང་དགོ་པ་མ་ཚད་ ཡུག་འབྲེད་པ་ལུ་ཞི་གི་དོན་ལུ་  
དུལ་ཁང་ནང་ལས་ དུལ་ཁོང་གསར་པ་དང་ ཡི་མ་ཡང་སོར་ཉེ་འབག་འོང་གཞུང་ཟེར་ སྐབ་ཞི་ཡིན། ཡི་ཁོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....  
ལུ་ ཁྱོད་རའི་གཞུས་ཚང་.....གིས་

ཡུལ།

དཔེ་མཁོད་ ༧ ཡ།      ཉུ་ཉུ་མང་ཅིག་ལུ་ བསྐྱུལ་ནི་ཡིན་ཀྱང་ཡིག།

ལྷ རྒྱལ་ལྷ་ཁྱེ་ཆེད་འགྲིམ་དཔལ་ལྷ་སྒྲུ་འཛོལ་ཁེད་འཁོར་ལྷ་ལྷ་ལྷ།

[illegible]

ནམས་ཀྱི་དངོས་པོ་ གངས་སེའི་ཕུང་པོ་དེས་དཀར་བའི་ལོགས་ལས་ ལགས་བྱས་ཀྱི་ཆུ་ཁུང་བར་མཛེ་ལུ་འབབ་ཏེ་ འདྲོད་ཡོན་  
 ཀྱི་ལོངས་སྤོད་དང་དཀྱིལ་པར་ཡོད་པ་ནི་ཡིད་སྤོམ་ཆེ། རྒྱ་ལུ་ཡང་ དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་གསུང་ཇེ་ལས་ འབྱུང་ཁམས་ལུ་ཉེར་འཆོམ་དེ་  
 པར་ལཱ་བཞི་ཉི་ཤེས། མཆོམས་དོན་.....

ཡིན་ཆད་ཡང་། གྲུ་དང་མཛད་པ་ཡང་དེ་གྲུ་གྲིངས་ནས་ ཟུགས་ལྷང་དཀར་བའི་འཕྲིན་ཡིག་ཡང་ གསའེ་དེ་དག་འ་  
 མའི་རྒྱུ་བཞིན་ཡོད་པར་ཞུ། ཞེས་གསུམ་ཁོ་.....བླ་.....ཆོས་.....ཁྱུ་.....མིང་པས་

မှူး



དཔེ་བཞོན་ ༩ པ། རང་གི་ལུ་ཅུ་བ་འཕད་མི་རྣམས་ཅིག་ལུ་ བསྐྱུལ་གྱི་ཉི་མཉན་པུ་

ལུ་ ཞེས་རིག་ནམ་པར་བཏུ་བའི་.....སྒོ་ཡངས་ལུ། དོན་འབྲས་དེ་ནི་ ཁྱོད་ཡང་ལང་ཚའི་མེ་རྟོག་ལུ་ བ་མའི་  
རེག་བྱ་དང་བྲལ་རྟེ་ མྱི་ནང་བྱ་འོས་ཀྱི་དྲི་བསུང་འབྲལ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་དགའ་ཆེ། ལྷ་ལུ་ང་ཡང་ ལུས་སེམས་སྤེམ་བཟུམ་  
བདེ་བའི་ངང་ལས་ རུས་རྒྱན་གྱི་ལུ་ལུ་བཙོན་བཞིན་ཡོད། མཚམས་དོན་.....

དེ་ལས་ཕར་ཡང་ ལང་ཚའི་མེ་རྟོག་ལུ་ གཅེས་སྒྲོང་གང་གཟུབ་གཤམ་ཆེ་བ་ཡིན་འཇགས་ཡོད་པ་དང་། རིང་མིན་འཕྲལ་  
དུ་ངོ་འཕྲད་འོང་བའི་སེམས་བཅས། གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལུ་.....ནས་སྡེལ།



## དཔེ་བཞག་ ༡༡ ཡ། རང་གིས་དགའ་བའི་བུ་མོ་ཅིག་ལ་ བསྟུལ་གྱི་འོ་ཡི་གཤམ།

༣ རྒྱུ་ལས་དགའ་བའི་བུ་མོ་ལ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ དེ་གི་ ཁྱོད་ཡང་ཡ་ལུ་ལུགས་ཤོམ་སྟེ་ ཡོད་པ་འི་རེ་བ་ཡོད། ང་ཡང་  
ལྷ་ལུ་ཡི་འི་གཟུགས་ལ་ ག་ཚ་ག་གི་ཡང་མེད་ཅུང་ གང་སེམས་ལ་ རྟུག་བཟུལ་སྟོམ་ཅིག་ཡོག་ཏུ་ ཟུང་བཅུད་མེད་ རྟུང་  
ག་ཀྱི་མེད་པ་སྟེ་འོད་ཡོད། དེ་ཡང་ མདང་ཞག་ ཁྱོད་དང་པ་ ལ་འབྲུལ་བའི་ཀྱེ་མ་ལས་ཚུ་ ཀྱེ་མ་ལུ་འབད་བའི་སྐབས་ལ་  
ཡང་ སེམས་ལས་ཁྱོད་ར་དྲན། ལྷ་བ་མོ་ རྟུང་བའི་ག་ཀྱི་ལམ་དང་ཡང་ ཁྱོད་ར་མཐོང་དོ་བཟུང་གི་ཡིན།

ཁྱོད་ཀྱིས་ཡང་ མདང་ཞག་སྐབ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སེམས་ལུ་འབྲུས་བཟུང་ དམ་ཚིག་ལུ་འབྲུལ་བཟུགས་པར་ ལ་  
ཚིག་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ འབད་འོང་མེད་བའི་རེ་བ་ཡོད། འཕྲུལ་ར་ག་ཅིག་ལས་ ཡུད་གི་གི་མོ་ལམ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ ཡི་ལོ་ལྷོ་ལྷོ་  
ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ ཁྱོད་ལུ་དགའ་མི་གིས་ཐིམ་ཡུག་ལས་

སྟེ།

## དཔེ་བཞུགས་ ༡༢ པ། རང་གིས་དགའ་བའི་བྱ་ཆེན་ལུ་ བསྐྱེལ་ཤི་ཡི་ལྟ།

༣ ཉིད་གི་ཆ་མོ་གས་.....ཁམས་བཟང་ལ།

ཁྱེ་ལ་བས། དེ་ནི་ ད་པེ་ཁྱེ་ཡང་ཡ་ལུ་ བདེ་རྒྱལ་རྒྱ་སྤེལ་པའི་གུ་  
ཁྱེ་རའི་ཡིག་ཚང་གི་ལུ་འདི་ཚུ་ ལགས་ཤོམ་སྤེལ་ འགྲོ་དེ་ཡོད་པ་འོང་མེད་བའི་མེ་བའོད། ང་ཡང་རྒྱ་ལུ་ བདེ་རྒྱལ་རྒྱ་སྤེལ་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཡའི་དང་གཅིག་ཁམ་ ཁྱིམ་ནང་གི་གཡོག་ལུ་ཚུ་ རིམ་པ་བཞུགས་ཏེ་འབད་དེ་ཡོད།

ད་པེ་ལ་གས་ ཁྱེ་ལུ་སྤྲུམ་དགོཔ་ ངོ་མ་འདི་ར་ མདང་ཞག་ཁྱེ་ར་གས་ སྤྲུམ་དོ་བཟུམ་ ཆོས་བཅུ་གི་ངལ་གསོ་  
སྤྲུམ་ལུ་ ང་ལེ་པར་འོང་དེ་གི་མེ་བཟོམ་སྤེལ་དོ། ག་དམ་ཅིག་སྤེལ་ དེ་བསྐྱེལ་འོང་མ་ཚུགས་པ་ཅི་ཞེ་ ཉེས་པའི་ཁ་ཆིག་དང་ ཟ་  
མའི་གྲུམ་ཆིག་ ཟེ་མི་འདི་ཡང་ ཁུངས་མེད་པ་འགྲོ་དེ་བཟུམ་མཐོང་མ་ལས་ ཁྱེ་ཀྱིས་འབད་བུང་ དེ་ཚུ་སེམས་ཁམ་བཞག་ཏེ་  
འབད་གནང་ཟེ་ སྤྲུམ་དོ་དང་གཅིག་ཁམ་ སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་ དེ་ཞེ་ལྷུ་མེད་པར་ ཁྱེ་དྲན་ཏེ་འོད་མི་ བུམ་.....  
གས་ ཟེམ་ཕུག་ལས་

ཕུལ།





## བམ་ཚན་བཞི་པ།

### ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་གཞན།

- ༡ གོས་གཞི་དང་ལས་རིམ་ གོས་ཚད་ཡིག་རིགས།
- ༢ ཆེད་བརྗོད་དང་རོ་སྤྱོད་ རྒྱབ་སྟོན་ཡིག་རིགས།
- ༣ ཉོག་མེད་དང་ལག་ཁྱེར་ དབང་ཚད་ཡིག་རིགས།
- ༤ འབྲེལ་ཁྱེད་དང་འབྲེལ་འཛིན་ཡིག་རིགས།
- ༥ མགོན་ཁྱེད་དང་མགོན་བཅོམ་ བཀྲིས་ལེགས་སྟོན་ཡིག་རིགས།
- ༦ ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་ལྟ་སྟེན་ཐབས།

## ལེབ་བདུན་པ། ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་གཞན།

༩.༡ རོསྟོན།

ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་གཞན་ཟེར་མི་འདི་ གོང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ གཞུང་འབྲེལ་དང་ཆོང་འབྲེལ་ ཟླེར་འབྲེལ་ཚུ་གི་  
ཡིག་འབྲེལ་ལམ་ལུགས་ནང་ མ་ཚུན་པའི་ཡིག་རིགས་ཚུ་ཡིན། དེ་འབད་ཆ་ལྟེ་ འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་གི་ཡིག་  
རིགས་ལམ་སྟོན་ཚུ་ གཞུང་འབྲེལ་དང་ཆོང་འབྲེལ་ ཟླེར་འབྲེལ་གྱི་གཞན་དོན་གཞན་ཚུ་ནང་ལུ་ཡང་ ལག་ལཱ་འབྲེལ་ཐབས་  
དགོ་པ་ཡོད། དེ་མ་ཚད་ ཡིག་རིགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཉུང་ཐབས་ཚུ་ཡང་ ཡིག་རིགས་གཤམ་དང་གཅིག་ཁར་ ལག་ལཱ་  
འབྲེལ་དགོ་པ་ཡིན།

༩.༢ དབྱེ་བ།

ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་གཞན་གྱི་ལེབ་འདི་ནང་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་དང་ཆོང་འབྲེལ་ ཟླེར་འབྲེལ་ཚུ་གི་དབྱེ་བ་ནང་མ་ཚུན་  
པའི་ཡིག་རིགས་དང་ དེ་ལས་ ཡིག་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གཞན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ ལག་ལཱ་འབྲེལ་ཐབས་དགོ་པའི་ཡིག་  
རིགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ ཉུང་ཐབས་དང་ལག་གཉིས་སྟེ་ཡོད།

### ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་གཞན།

- ༡ གྲོས་གཞི།
- ༢ ལས་འཛུགས།
- ༣ གྲོས་ཚད།
- ༤ ཆེད་པ་ཚོ་དོན།
- ༥ རོསྟོན་ཡིག་ཀྱི།
- ༦ རྒྱུ་མཐུན་རོསྟོན།
- ༧ རྒྱུ་མཐུན་ཡིག་རིགས།
- ༨ ལག་ལཱ་འབྲེལ་ཐབས་ཀྱི་ཡིག་རིགས།

- ༩      དཔང་ཚད་ཡིག་རིགས།
- ༡༠    འབྲེལ་ཁྲིའི་ཡིག་རིགས།
- ༡༡    འབྲུམ་འཛིན་ཡིག་རིགས།
- ༡༢    མགོན་ཁྲ་དང་མགོན་པོའི་ཡིག་རིགས།
- ༡༣    བཀྲིས་ལེགས་མོན་གྱི་ཡིག་རིགས།

༩.༩    སྒྲིག་བཀོད་དང་མཚན་ཉིད།  
 ཡིག་རིགས་ལམ་ལྱོན་གཞན་གྱི་རིགས་འདི་ནང་      སྒྲིག་བཀོད་དང་མཚན་ཉིད་གཅིག་གིས་འགའ་མ་ཚུགས་པ་ལས་  
 གཞན་དོན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་སྒྲིག་བཀོད་དང་མཚན་ཉིད་མ་འདྲ་ལ་ཚུ་      འོག་ལུ་གཞན་དོན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་  
 ཡོད།

༩.༡༠    ཡིག་རིགས་ལམ་སྟོན་གཞན་གྱི་དཔེ་བཀོད།

## ༡    གྲོས་གཞི་དང་ལས་རིམ་ གྲོས་ཚད་ཡིག་རིགས།

### གོ་དོན།

གྲོས་གཞི་ཟེར་མི་འདི་ གཞུང་སྐོར་ལས་ལྟེ་ག་ཏེ་ར་འབད་ཅུང་ ཞལ་འཛུམས་ནང་ གསུང་གྲོས་གནད་མི་གི་  
 གྲོས་ཐོབ་བཀོད་མི་གི་ཡི་གུ་ལུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན།

### སྒྲིག་བཀོད།

གྲོས་གཞི་ག་ཅི་ར་བཅུགས་ཅུང་ གཞན་དོན་ཆེ་ཆུང་གི་རིམ་པ་དང་བསྟུན་ཏེ་ ནང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཚུ་ ༡།  
 རྩ་གསལ་བསྒྲིག་ཏེ་བཅུགས་དགོ། དེ་ཡང་ གཞན་དོན་གཞུང་དང་བསྟུན་ཏེ་ དེ་བ་ཆུང་སྐོར་བཟོ་ནི་དང་  
 དོན་ཚད་ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་བཟོ་ནི་ལ་སོགས་པ་ རྒྱལ་བསྐྱེད་ལྷ་ཚུགས་སྐོར་བཟོ་ནི་ཡོད།

དེ་ནང་ལུ་ གསུང་གྲོས་གནད་དགོ་པ་འི་དོན་ཚན་ཚུ་ གཤམ་གནད་ཆེ་ཆུང་གི་གོ་རིམ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ བཅུགས་  
 དགོ་པ་དང་། དེ་ཡང་ དང་པ་ གྲོས་གཞི་གཏོག་འབེབས་འབད་ནི་འི་གསུང་གྲོས་དང་ གཤིས་པ་ལུ་ ལོ་  
 འཁོར་དང་ཟླ་འཁོར་གྱི་དུས་རིམ་བཞིན་ འཛམས་མི་ཞུལ་འཛམས་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ འདས་པ་འི་ཞུལ་  
 འཛམས་གྱི་གྲོས་ཚན་དང་ལཱ་གྱི་གསུང་གྲོས་བཀོད་དགོ། དེ་ལས་ གསུང་གྲོས་གནད་ཚུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་  
 བཀོད་ནི་དང་ དུས་རིམ་གྱི་ཞུལ་འཛམས་ཡིན་པ་ཅིན་ མཇུག་ལུ་ས་ ཇུས་མའི་ཞུལ་འཛམས་ནུམ་འཚགས་  
 བྱི་ཡིན་ན་གི་ དུས་ཚན་བཀག་ནི་དང་ གྲོས་གཞི་བཀོད་དགོ།

### མཚན་ཉིད།

- ༡ གྲོས་གཞི་ནང་ལུ་ གསུང་གྲོས་གནད་དགོ་པ་འི་གནད་དོན་ག་ར་ཚང་དགོ།
- ༢ གནད་དོན་དེ་ཚུ་གི་འབྲེལ་གཏུགས་རྒྱ་བསྐྱེད་ཚུན་དགོ།
- ༣ གནད་དོན་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ གསལ་བཤད་ཁྲུ་མི་འི་ངོ་སྟོན་འབད་དགོ།
- ༤ རྒྱབས་ཐོབ་དང་བརྟན་ཏེ་ གྲོས་གཞི་འི་ལཱ་རྒྱ་བསྐྱེད་ཚུ་གི་ཡིན་ན་གི་ལཱ་འགན་ལང་ བཀོད་  
 གྲོལ་ཡོད།
- ༥ ཟུན་ཚན་དང་དུས་ཚན་གྱི་རིམ་པ་བཀོད་དགོ་པ་དང་ བཀོད་མ་དགོ་པ་ལག་གཤིས་ཡོད།

### དྲན་གསོ།

གྲོས་གཞི་དེ་ ཞུལ་འཛམས་དངོས་གཞི་འགོ་བཅུགས་མ་རན་པ་འི་ རུང་ཤོས་བདུན་ཡུལ་གཅིག་གི་ས་གོང་ལས་ འབྲས་མི་འི་ཚུ་ལུ་  
 ཡུལ་དགོ།





དཔེ་བཞག་ ༢ པ།

ཁོ་བོ་ལྷན་གྲོགས་ཚོ་གསུམ་ ཟེངས་ ༡༠ པའི་ལམ་རིམ།

གོ་དོན།

ལས་རིམ་ཟེར་མི་འདི་ ལྷ་ལ་འཛུམས་ཅིག་གནང་གི་འདི་རྟོག་ལུ་ གནད་དོན་མ་འདྲ་ལྟ་ཚུ་ ཚུ་ཚན་དང་འཁྲུག་ཏུ་དྲང་ལཱ་ནེ་  
འབད་གི་གོ་དོན་མ་ བཞག་དེ་ཡོད་པའི་ཡིག་རིགས་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་པ་ཡིན།

རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ ལོ་བསྟར་གྲོས་ཚོགས་ ཟེངས་ ༡༠ པའི་ལམ་རིམ།

ས་གནས་ འབྲུག་ཚེད་དང་བཟོ་གྲུ་ཚོགས་པའི་ལྷ་ལ་འཛུམས་འབད་ནང་།

ཆོས་གྲངས་ ཡུལ་ ༢༠༡༠ ཟླ་ ༡ པའི་ཆོས་ ༡༡ ལས་ ༡༢ ཚུ་ནི།

| རྒྱུ་ཚུ་                         | ཐུན་དང་པ།                                | གསོལ་པ།        | ཐུན་གྲིམ་པ།               | གསོལ་པ།        | ཐུན་གསུམ་པ།                                         | གསོལ་པ།        | ཐུན་བཞི་པ།                               |
|----------------------------------|------------------------------------------|----------------|---------------------------|----------------|-----------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------|
|                                  | ༡༠༣༠ -<br>༠༩༠༠                           | ༡༠༣༠ -<br>༡༠༤༥ | ༡༠༤༥ -<br>༡༡༠༠            | ༡༡༠༠ -<br>༡༡༥༠ | ༡༡༥༠ -<br>༡༢༠༠                                      | ༡༢༠༠ -<br>༡༢༥༠ | ༡༢༥༠ -<br>༡༣༠༠                           |
| ༡༡-༡-༡༠<br>རེས་གཟུང་<br>མིག་དམར། | འགོ་བཟུགས་<br>རྟེན་འབྲེལ།                |                | ལས་རིམ་<br>བསྟར་ཞུ་པ།     |                | ལྷ་ལ་གནང་སྟེ་འཛུམས་པའི་དང་<br>བཞག་པའི་པ།            |                | ལྷ་ལ་གནང་སྟེ་འཛུམས་པའི་དང་<br>བཞག་པའི་པ། |
| ༡༢.༡.༡༠<br>ཉམས་པ།                | ལྷ་ལ་གནང་སྟེ་འཛུམས་པའི་དང་<br>བཞག་པའི་པ། |                | མཉམ་འཛུམས་<br>རྟེན་འབྲེལ། |                | རྟེན་འབྲེལ་ལྷ་ལ་གནང་སྟེ་འཛུམས་པའི་དང་<br>བཞག་པའི་པ། |                | མཉམ་འཛུམས་<br>རྟེན་འབྲེལ།                |



དཔེ་བཞག་ ༣ པ།

ལྷ་ལ་འཛམས་པ་ལོ་བཅུགས་མཇུག་གི་ལས་རིམ།

རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ ལོ་བསྟར་གྲོས་ཚོགས་ ཐེངས་ ༡༠ པ་འགོ་བཙུགས་  
མཇུག་སྒྲིའི་ལས་རིམ།

ས་གནས།           ཐིམ་ཕུག་ འབྲུག་ཚེང་དང་བཟོ་གྲུ་ཚོགས་པའི་ལྷ་ལ་འཛམས་ཁང་།  
ཆས་གྲངས།       བྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆས་.....ལ།

ཚིག་

ལས་རིམ།

༠༩.༠༠ ལ།

སྒྲིམ་གྲོན་ཚུ་འཛམས་ནི།

༠༩.༡༥ ལ།

སྒྲིམ་གྲོན་གཅི་ཐོ་འབྲུན་ནི།

༠༩.༢༠ ལ།

བྱོན་པ་ལགས་སོ་ལྷ་ནི།

༠༩.༢༥ ལ།

སྒྲིམ་གྲོན་གཅི་ཐོ་འཁུལ་བཤད།

༠༩.༢༥ ལ།

བཀྲིན་ལགས་སོ་ལྷ་ནི།

༡༠.༠༠ ལ།

གསེལ་ཇ་དང་སྟེ་འགོ་བཅུགས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལས་རིམ་འགོ་ལ་ནི།

དཔེ་བཞག་ ༤ པ།

ལྷ་ལ་འཛམ་མཐུག་བསྟུན་མཛད་སྒྲོའི་ལས་རིམ།

རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ ལོ་བསྟར་གྲོས་ཚོགས་ གཤམ་ ༡༠ པ་མཐུག་བསྟུན་  
ལས་རིམ།

ས་གནས། .....

ཚེས་གྲངས། ཡུ་ལོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ལ།

ཆི།

ལས་རིམ།

༠༢.༠༠ ལུ'

སྤྱི་མགྲོན་ཚུ་འཛམ་ས་ནི།

༠༢.༡༥ ལུ'

སྤྱི་མགྲོན་གཅི་ཐོ་འབྲུན་ནི།

༠༢.༢༠ ལུ'

བྱེད་པ་ལགས་སོ་ལྟ་ནི།

༠༢.༢༥ ལུ'

གྲོས་ཚད་གསལ་བཤད་ལྟ་ནི།

༠༢.༣༠ ལུ'

རྒྱལ་ཁོན་དང་ཆ་འཛིན་གཞན་ནི།

༠༢.༣༥ ལུ'

སྤྱི་མགྲོན་གཅི་ཐོ་འཁུངས་བཤད།

༠༣.༠༠ ལུ'

བཅའ་མར་གྲོགས་མི་གི་བསམ་འཆར་ལྟ་ནི།

༠༣.༡༥ ལུ'

བཞིན་ལགས་སོ་ལྟ་ནི།

༠༣.༢༠ ལུ'

གསལ་ཇ་དང་སྤྱེལ་ས་རིམ་གྲོལ་ནི།

གོ་དོན།

ཐོས་ཚད་ཟེ་མི་འདི་ ཐོས་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གསུང་ཐོས་གནད་མི་ཚུ་གི་ཐོས་བཅུད་ ངོ་མ་བརྟེན་ཏེ་བཞག་མི་འདི་ལུ་  
ཐོས་ཚད་ཟེ་སྤྲུལ་པ་ཡིན།

སྒྲིག་བཞག་།

- ༡      འགོ་བཅུགས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལས་རིམ་བཅུགས་དགོ།
- ༢      རྒྱ་མགོན་གཙོ་བོའི་གསུང་བཤད་བཅུགས་དགོ།
- ༣      རྩལ་ཚད་སུ་མིག་བཅུགས་དགོ།
- ༤      ཐོས་ཚད་ངོ་མ་བཅུགས་དགོ།
- ༥      མཆུག་བསྐྱེད་ལས་རིམ་བཅུགས་དགོ།
- ༦      མཆུག་གི་གསུང་བཤད་བཅུགས་དགོ།
- ༧      འབྲས་མི་འདི་མིང་ཐོ་བཅུགས་དགོ།

དཔྱད་གསུང་།

- ༡      འབྲས་མི་དམངས་ལ་འཆམ་ཐོག་ལས་ ཐོས་ཚད་གྲུབ་པ་འདི་གྲུ་ ལྷི་འཛིན་གྱི་ངོ་སྤྱོད་མཚན་རྟགས་བཞག་ནི་དེ་  
རང་སེའི་ལམ་ལུགས་དང་བསྟུན་ འབད་བ་གིས་འབྲས་པ་ཡིན། དེ་འབད་ཨ་ད་ ཐོས་ཚད་ཟེ་སྤྲུལ་བ་རྟགས་མི་  
གི་མིང་དང་ མིང་རྟགས་བཞག་དགོ།
- ཁ      འབྲས་མི་གངས་རུང་ལུ་ལས་མེད་ན་ ཐོས་ཚད་ནང་བཅུགས་ནི་དང་ དེ་མིན་འབྲས་མི་འོ་ཟུར་སྒྲགས་སྒྲེ་  
བཅུགས་དགོ། དེ་བཟུམ་སྒྲེ་ བོད་གསལ་ ༡ ལས་ ༣ ཚུན་དང་ ༥ དང་ ༦ གཉིས་ཡང་ ཐོས་ཚད་  
ནང་ གནད་དོན་གྱི་བཅུད་དོན་བཞག་ཞིན་ན་ ལ་གསལ་ངོ་མ་ཟུར་སྒྲགས་ནང་ བོ་དེ་མ་ཉར་བཞག་སྤྲུལ་ཡོད།
- ག      ཐོས་ཚད་གྱི་མགྲི་ཡིག་ནང་ ཞལ་འཛམས་གྱི་ཚེས་གངས་ ས་གནས་དང་བཅས་པ་བཞག་དགོ།
- ང་      ཐོས་ཚད་ ཟེ་སྤྲུལ་སྒྲེ་བཀའ་པ་ཅན་ ཆ་གནས་འགྲུབ་ནི་འདི་དོན་ལུ་ ཐོས་ཚད་ལུ་གྲུང་ནི་གི་གདོང་ཤོག་  
ཡི་གུ་ནང་ལུ་ ཚེས་གངས་བཀའ་པ་འདི་རྩལ་ཚད་ནང་འཁོད་ལུ་ བརྟུལ་མ་བརྟུལ་གྱི་བསམ་འཆར་ བཞག་  
དགོ་པ་འདི་ཐུག་ཚུན་དགོ།
- ཅ      ཐོས་ཚད་ལུ་གྲུང་ནི་འདི་གདོང་ཤོག་ཡི་གུ་ལུ་ འབྲས་མི་དུང་ཆེན་གྱིས་ མིང་རྟགས་བཞག་དགོ།

2. མོ་ནུམ་ཁིང་ལམ་མཉེན་དགོ་པའི་ཁྱ་མ། (སྟེང་འོག་ཚིག་ས་དེ་ལས་ ཡོང་འག་ཚིག་ས་འདུའི་ནང་ཡུལ་ནི་གི་  
གྲོས་ཚེད)

३. **གཞུང་ལམ་གྱི་ཤོད།** (ཡོང་ལག་ཚིག་ལ་འདུལ་བ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚིག་ལ་འདུལ་བ་དང་ལཱ་ཤིག་གི་ཚིག་ཚུ་)

ཁ གཞུང་ལམ་དཔག་ཚད་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོ་པའི་ཁྱབ་ཁག་གཉིས་སྡེ་ ཡུལ་མིའི་བཟད་ རྩེང་  
ཁག་ཚེགས་སྟེའི་ནང་གསུང་གོས་གནང་མ་དུ་ འབྲས་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ གནད་དོན་གཉིས་ཆ་ར་  
མི་སྟེ་ལཱ་ འོས་འབབ་ཡོད་པ་སྡེ་རྒྱུ་སྐྱོར་ལྷན་བཞིན་དུ་ གནད་དོན་ཁག་གཉིས་པོ་འདི་ རྒྱལ་  
ཡོངས་ཚེགས་འདུ་ཆེན་མོའི་ནང་ གོས་གཞི་ཡུལ་ནི་སྡེ་ གོས་ཚད་གྲུབ།

3. **གྲོང་གསེབ་ཤིང་ཆས་སྒོར།** (རྒྱལ་ཡོངས་ཚེགས་འདུ་གིས་ གྲོས་ཚད་གནང་པ་ཅིན།)

- ཀ རྩུ་ན་ཁ་ཕྱིང་ཁག་ ཚུ་སྤྱུག་མེད་འོག་གི་མི་སེང་ལས་ གྲོང་གསེབ་མི་སེང་ཚུ་གི་གཏུན་ཁྱིམ་  
ཉམས་བཅོས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཤིང་ཆས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཤིང་གི་ཕ་མའི་ཐོབ་ལམ་འདི་ ཚད་བཟུང་མེད་པར་  
ཁྱིམ་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ ལང་པའི་ཤིང་ཆས་མཁོ་འདོད་དང་བསྟུན་ ཁྱེཛ་གི་པའི་ཁྱུ་བ་འདི་དང་།
- ཁ ཤིང་ཆས་ཚུ་ཡང་ ཤིང་དྲ་ཁང་ནང་ལས་ མི་སེང་གི་གོང་ཚད་ཁར་ ཉེ་ཚག་པའི་སྤྱི་དོན་ལུ་གནང་  
དགོ་པ་དང་།
- ག ཤིང་གི་ཚོག་ཟམ་དེ་ཡང་ ཕྱིང་ཁག་ཉེ་བ་ལས་མེད་པར་ མེད་འོག་བདག་སྤྱོད་ཡིག་ཚང་ལས་  
འཕྲོ་ཐང་མཁོ་མཛད་དགོ་པའི་ གྲོས་འབྲལ་ཁྱུ་མི་དེ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚེགས་འདུ་གིས་གསུང་གྲོས་  
གནང་མ་དུ་ གནད་དོན་འདི་ཚུ་ མི་སྤེལ་པུ་ཐང་སྤོམ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ སོ་ནམ་ཉུན་ཁག་  
གིས་ དེ་ལུ་ དཔྱེ་ནི་བ་འབད་དེ་ གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་ག་དེ་སྤོམ་གནང་ཚུགས་མི་  
ཚུགས་ ལྷི་ཚེགས་དང་པའི་ཚེགས་ཐང་ས་ ༥ པའི་ནང་ དེ་ལུགས་ཀྱི་ ཉུན་ཁྱུ་ལུ་དགོ་པའི་  
གྲོས་ཚད་མཛད་གྲུབ།



## ཁ    ཆེ་བརྗོད་དང་འཁྱེད་ རྩ་བོ་ཉི་ལྔ་ཡིག་རིགས།

དཔེ་བཀོད་ ༡   ཡ།   དཔེ་དབ་གི་ཆེ་བརྗོད་བྲི་བ་དང་།

གོ་དོན།

ཆེ་བརྗོད་བཅེ་མི་འདི་   རྩ་བོ་པ་ལོ་དང་   དཔེ་དབ་འདི་གི་ཡན་ཐོགས་དང་   དཔེ་དབ་དེ་ལག་ལཱ་འཐབ་དགོ་པའི་སྟོང་  
ལས་   གསལ་བཀོད་འབད་མི་གི་ཡིག་རིགས་ལུ་སྒྲ་བཤམ་ཨིན།

མཚན་ཉིད།

- ༡       དཔེ་དབ་རྩ་བོ་པ་ལོ་འདི་འཁྱེད་ཁ་གསལ།
- ༢       དཔེ་དབ་གི་ཁྱུངས་དོན།
- ༣       དཔེ་དབ་གི་ཡན་ཐབས།
- ༤       གནམ་ལོ་བླ་ཆོས།
- ༥       འབྲི་ཤོག་གཡོན་བྱུང་གི་མཁྱེད་ལུ་   ཆེ་བརྗོད་གནང་མི་འི་ཡུག་རྟགས་དང་   ཡུག་ཐམ་བཅས་  
བཀོད་དགོ།

## མེ་པོ་དྲུག་

༢     དེ་ཡང་ མཁས་དབང་ནོར་བུ་རྒྱ་མཚོ་གིས་ ཡོང་ཁའི་བདུ་སྟོར་ཐོབ་ལམ་གྱི་ནམ་གཞག་ ཉི་མའི་སྒྲིང་པོ་བཟུང་མའི་དཔེ་  
དེ་བཞིན་ རྩོམ་སྒྲིག་འབད་མི་འདི་ལུ་ དལ་རངས་དང་ཡིད་ཆེས་སྟོམ་ར་ཡོད།

དཔེ་དེ་བཞིན་འདི་ནང་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ ཡོང་ཁའི་བྱུང་རབས་ལས་འགོ་བཟུང་ཉེ་ སྐད་ཡིག་གི་ནམ་  
གཞག་ག་ར་ གསལ་ལྟོན་འབད་དེ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་གིས་ ད་བཅས་འབྲུག་པའི་ན་གཞོན་པོ་མོ་ཡོངས་ལུ་ ཡོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་  
ཁུངས་འདྲ་སྟེ་ཞེས་ནི་ལུ་ ཡན་ཐོགས་པ་མ་ཚད་ དུ་ལས་ཡར་སྐད་ཡིག་རིག་པ་ ཞིབ་འཚོལ་མཐོལ་ཡིན་འབད་ནི་གི་ གཞི་རྩུ་  
དཔེ་དེ་བཞིན་ཡང་བརྟུབ་ནི་ཡིན་མས།

དཔེ་དེ་བཞིན་འདི་གིས་ ད་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ ཡོང་ཁའི་ཚུམ་རིག་གོང་འཕེལ་ལུ་ རྟན་ཐབས་འབད་མ་  
ཚད་ སྟོབ་ཡུག་ཚུ་གི་རྒྱུ་རྩུ་དཔེ་དེ་བཞིན་ལུ་ཡང་ ཡན་ཐོགས་ཡོད་པ་ལས་བརྟུན་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་འདྲ་ཚོགས་ཁ་བྱུག་ལས་  
དག་འཚུང་དང་བཅས་པའི་ལཱ་གསལ་ལོ་དང་གཅིག་ཁར་ དཔེ་དེ་བཞིན་འདྲ་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་ ལཱ་གསལ་མོན་གྱི་བཀྲིས་བདེ་ལཱ་གསལ་ཡོད།  
ཞེས་རང་ལུགས་གནམ་ཁོ་ཟླ་ཚེས་ལུ།

.....

རྩེ་མེད་





དཔེ་བཞག་ ༣ ལ། མི་ཁྱད་མ་བདེན་ཁྱད་མ་གྱི་དཔྱད་ཡིག།

ཡིག་ཡང་ རྩོད་གོང་/བདག་གྱིང་/ / ༢༠༡༡/

ཕྱི་ཚེས་.....ལ།

དཔྱད་ཡིག།

༣ རྩོད་ཅེ་རྩོད་ལག་ གྱུ་རྩོད་ཆེན་མོ་གྱི་.....ལས་ངོ་མིང་..... འདི་ ཐེ་མ་ཡུག་རྩོད་ལ་གོང་འཕེལ་ལྟ་  
ཚན་སྐད་ ཅེ་མ་སྒྲིག་ལས་རྒྱུ་འགོད་པོ་ཞེ་སྟེ་ ཡུག་ཡིད་ཀྱི་མིང་མིང་བསྟན་འཛིན་ དེ་སྟོན་ལག་གྱུར་ཡང་ .....  
.....ཅན་མ་འཆང་མི་གི་ཕུ་ དེས་བདེན་ཡིན་མ་མཚན་ ན་ཅེས་ རྩོད་ས་ཡང་ ཁོ་རྩོད་མཉམ་གཅིག་ཡིན་པ་འདི་སྟོན་ལ།

(མིང་.....)

གོ་གནས་.....

མེད་ཅིག་ལྟ་གནད་ནི་མེད་ཀྱི་མེད་ཀྱི་ལྟ་མེད་ཀྱི་མེད་ཀྱི་

རྒྱལ་ཕྱོད་ཀྱི་དོ་སྤྱོད་ཟེར་མི་འདི་ གཞུང་སྐྱེས་གཅིན་པ་འཇད་ཅུང་ མི་དམ་ཅིག་ལུ་དང་ ཡང་ན་ ལམ་ལྷོ་ཅིག་ལུ་  
 ཅིག་ས་བྱུང་ཡོད་པ་འདྲོས་ལམ་ དཔང་ཚད་ཅན་གྱི་འགོ་དཔོན་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་ཕྱོད་ཀྱི་དོ་སྤྱོད་གནད་མི་ ཡིག་རིག་ས་  
 ལུ་སྤྲུལ་ཡོད།

ಪ್ರೀತ್ .....೧೨

[illegible]

# ག ཉུག་མེད་ཡི་གུ་དང་ལག་ཁྱེར་ ནུང་ཚད་ཡིག་རིགས་།

དཔེ་བཞག་ ༡ , ༥། ཅིས་ཆད་ཀྱི་ཉུག་མེད་ཡི་གུ།

གོ་ནི།

ཉུག་མེད་ཡི་གུ་ཟེར་མི་འདི་ གནད་དོན་ཅིག་གི་སྐོར་ལས་ གནད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ངོ་བོ་བདག་ ཡང་ན་ ནུང་  
ཚད་ཅན་ཅིག་གི་ཁ་བྱག་ལས་ གནད་དོན་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ཉུག་བཤད་མེད་ལྷགས་བཞག་པའི་ ཡིག་རིགས་ཅིག་ལུ་  
སྐབས་ཡིན།

ཡིག་ཡང་ རྫོང་གོང་ /བདག་སྐྱོང་ / / ༢༠༡༡ /

སྤྱི་ཚེས་.....ལུ།

༣ དེ་ལྟར་ དེ་ནི་ .....རྫོང་ཁག་.....སྤྱི་བ་ལྷན་སྐྱེས་པའི་.....ནང་ལྷན་མི་ མི་ཁྲུངས་ངོ་སྤྱོད་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....  
.....འཆད་མི་ ངོ་མིང་.....གི་མིང་ཐོག་ལུ་ སྤྱི་བ་ལྷན་ནང་བཅུགས་དགོ་པའི་ཅིས་ཆད་དང་ དཔེ་མཛོད་ཀྱི་དཔེ་དབ་ཆད་ལས་ལུ་  
སོགས་པ་ ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ ཁོ་ཡང་ན་ མོ་ལུ་ སྤྱི་བ་ལྷན་འཛིན་སྐྱོང་ཁ་བྱག་ལས་ ཉུག་བཤད་གཏུག་ནས་མེད་པའི་ངོ་སྤྱོད་  
ལུ།

.....

དབུ་འཛིན།

.....སྤྱི་བ་ལྷན་



## དཔེ་བཞག་ ༣ པ། རྒྱུ་མེད་ལས་ རྩོམ་མེད་ཡི་ཡུ།

༣ དེ་ལྟར་ རྩོམ་པ་ཆ་འདྲུས་ ག་མང་རྒྱུ་འོག་ གཞུས་འབྱུང་བཞི་རྒྱུ་ལས་ ཡཔ་རྒྱ་མཚོ་གིས་ ཁོ་རའི་ས་ཆ་ལྷམ་  
 ཡང་ ༧༧༠ པར་ཡོད་པའི་ རྩོམ་ཞིང་ དེས་ ༥༠ ཡོ་ བཀྲ་ཤིས་སྒྲུང་བར་མཚམས་རྒྱུ་འོག་ གཞུས་བདེ་སྒྱུ་ཞིང་ལས་  
 ངོ་མིང་རྩོམ་ལྷམ་ བཅོང་བཅོངས་གཤིས་རྒྱུ་ ཆ་ཚང་བཅོངས་ཡོད་མི་འདི་ལྷམ་ ང་བཅས་མི་ཅིས་གཅིག་ལས་ཡོད་མི་རྒྱུ་མི་ བུ་མོ་  
 ལྷམ་ཆ་གཞུས་ཀྱི་ཁོངས་ལས་ དེ་ལྟར་པ་གསར་འབྱེད་ཀྱི་རྩོམ་པ་ལྷམ་ལང་ ལྷམ་མི་མེད་པའི་ངོ་སྤྱོད་ལྷམ་ གཞུས་ལོ་.....  
 ལྷམ་ .....ཆོས་.....ལྷམ་

༡ པར་ལྷམ་རྩོམ་པ།

༢ རྩོམ་མེད་རྩོམ་པ།

༣ དབང་མེད་རྩོམ་པ།

༤ རྩོམ་མི་.....གི་རྩོམ་པ།

## དཔེ་བཞག་ ༤ པ། རྩོད་བཟླ་ན་དང་བཅའ་མར་གྲོགས་མི་གི་ ལག་ཁྱེ།

### གོད་ན།

ལག་ཁྱེ་གི་ཡིག་རིགས་ཟེར་མི་འདི་ རྩོད་བཟླ་ན་དང་ སློབ་སྦྱོང་ལ་སོགས་པ་ལི་ཤེས་ཡོན་དང་ རིག་ཆ་ལ་སྦྱར་མཐར་  
འཁུལ་བ་ལི་ངོ་སྦྱར་ལུ་ གནད་ནི་ལི་ཡིག་རིགས་སྦྱུ་ལུ་སྤྲུལ་ཡིན།

### ལས་ལྟོན།

ལག་ཁྱེ་ནང་ཚེག་ཐམ་གྱི་ཡིག་རིགས་འབྲི་ཤོག་འདི་ གཞུང་ཉུགས་ཡོད་མི་འབྲི་ཤོག་གུ་བྲི་ནི་དང་ གཞན་ཡང་ སོ་  
སོ་ལི་རིག་ཆ་ལ་གྱིས་མཛོས་ཆ་ལྷ་ཚེགས་ལྟོན་ཏེ་བཟོ་སྤྱོད་ཡོད། གཞན་ལག་ཁྱེ་ནང་གི་སྒྲིག་བཞག་སྦྱུ་ བཀའ་ཤོག་  
སྐབས་གྱི་སྒྲིག་བཞག་དེ་ ལ་ ལས་ ཆ་ ཚུན་གྱི་ནང་གསལ་དང་ རིགས་བསྐྱེད་གོ།  
ལག་ཁྱེ་གི་རིགས་སྐབས་བྲུ་དང་བཟུན་ ཡོང་ལ་དང་ཡིང་ལི་ཤེག་ཏེས་ཆ་ར་ ཟུང་འབྲེལ་ཡོད་པ་སླེབ་ཟོ་སྤྱོད་ལ་ཡང་  
ཡོད།

ལག་ཁྱེ་གི་རིགས་ལུ་ རང་ལུགས་གྱི་གནམ་ལོ་ཟླ་ཚེས་དང་ ཡུལ་ལོ་ཟླ་ཚེས་ཡིག་ཚང་ ལས་ཐམ་སྦྱུ་ག་ར་ཚང་དགོ།  
འགོ་འདྲེ་འཐབ་མི་ ལས་ཁུངས་འགོ་དཔོན་དང་ སློབ་སྦྱོང་མདོ་ཆེན་ ༢ ཆ་ར་གིས་ཡུག་ཉུགས་བཞག་དེ་ཤོད་དང་  
དེ་ཡང་ འབྲི་ཤོག་གཡས་ལ་བྲུག་ ལས་ཁུངས་འགོ་དཔོན་དང་ གཡོན་ལ་བྲུག་སློབ་སྦྱོང་མདོ་ཆེན་གྱིས་ ཡུག་ཉུགས་  
བཞག་དེ་ཤོད།

## ང་སྐྱེས་ལག་ཁྱེས།

༣      ང་མིང་.....མི་ཁྱེད་སངས་ལག་ཁྱེས་ཨང་.....ཅན་མ་འདི་གིས་ འབྲུག་གཞུང་ ཡོང་ཁ་གོང་  
འཕེལ་ཏུན་ཚོགས་ཀྱིས་ སྤྱི་ཚེས་.....ལས་.....ཚུན་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་མི་ ནུང་ཡིག་ཁ་གསལ་གྱི་སྤྱིང་བདུན་  
ཐེངས་.....པའི་ནང་བཅའ་མས་གཏོགས་ཏེ་ མཐུན་འཁྱུལ་ཡོད་པའི་ང་སྐྱེས་ལག་ཁྱེས་ལ།      གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཚེས་.....  
ལུང་མ་སྤྱི་ཚེས་.....ལ།

                 ནུང་ཆེན།  
ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ཏུན་ཚོགས།

                 སྤྱིང་སྤྱིང་མདོ་ཆེན།  
.....སེམས་ཁུང་།

དཔེ་བཞག་ ༥    ༥། འབྲུག་བཙུན་ནང་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་ ལག་ཁྱེས།



## ང་གྱུར་ལག་ཁྱེ།

༣      ཡོད་ལ་གོང་འཕེལ་ཉན་ཆེན་གྱིས་འགོ་འདྲེ་འཐབ་མི་ སྤྱི་ལོ་.....ལོའི་ རྒྱལ་ཡོངས་ཡོད་ལའི་ཚོམ་རིག་  
འགྲན་ལུས་ནང་ འོ་མིང་.....མི་ཁྲུངས་ངོ་སྤྲོད་ལག་ཁྱེ་ཡང་.....ཅན་མ་འདི་གིས་ རོམ་སྒྲིག་འབད་མི་ དཔེ་  
དེབ་.....འདི་གིས་ ཡང་དང་པའི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ཡོད་པའི་ ང་གྱུར་ལག་ཁྱེ། གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ་འམ་ སྤྱི་  
ཆེས་.....ལྟ།

རྩལ་ཆེ།

ཡོད་ལ་གོང་འཕེལ་ཉན་ཆེན་གྱིས་།

དཔེ་བཞག་ ༤ པ།      དཔང་ཚད་ལྗོངས་ཡི་གུ་འབྲི་བ་དཔེ།

གོ་ཏོ།

དཔང་ཚད་ཡི་གུ་ཟེ་མི་འདི་ རང་ལུ་རང་དཔང་ཡོད་པ་འི་གནད་དོན་ཅིག་ རང་གི་ཚབ་ལུ་ གནད་ཀྱིས་འབད་ཚོག་པ་འི་  
དཔང་ཚད་སྟོན་པ་འི་ཡིག་རིགས་ཅིག་ལུ་སྒྲུབ་པ་ཨིན།

དཔང་ཚད་ལྗོངས།

༣      ད་ལན་ཉེ་ རོ་མིང་..... མི་ཁྲུངས་རོ་སྟོན་ཨང་ .....ཅན་མ་འདི་ཉིད་ དེ་འི་ཚ་བོ་རོ་མ་ཡིན་མ་མ་  
ཚད་ རྒྱུ་ཀྱི་འབྲུག་ལས་རང་ ང་དང་གཅིག་ཁར་དོད་མི་ནང་མི་རོ་མ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ ད་རེས་ རྒྱུ་མ་འཁོར་གྲུང་གི་གི་སྒྱུང་  
བ་འབད་གི་འདི་ དེ་གི་སྐོར་འཁོར་ཨང་ .....ཅན་མ་འདི་གུ་ རྒྱུང་འབད་གི་འི་དཔང་ཚད་སྟོན་ཡོད་པ་འི་རོ་སྟོན་།  
བྱི་ཚེས་.....ལུ།

མིང་.....།

ལ་བྱང་.....།



༣      སྤྱི་ལ་འཛིན་ཏུ་ཆོག་པའི་གནད་པ་ཡང་.....ཕྱི་ཆོས་.....ཅན་མ་ཉམ་.....ཐོང་ལག་.....གྲེ་འོག་.....གཡུས་.....འདི་  
ནང་གཤིན་གསོན་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབས་འཇུག་ཁྲིའི་དང་ཆོག་པའི་སྐྱབས་སྐྱོད་གི་དག་བའི་ལུ་འབད་སའི་ཏུ་ཁང་ཅིག་ཅ་བ་  
ལས་མེད་པར་བརྟེན་དེ་སེ་.....ཀྱིས་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ཏུ་ཁང་གསར་བཞུངས་དང་དེ་ནང་སྤྱི་རྩེ་ཡང་ན་གསུང་རྩེ་  
ཡང་ན་འདམས་ཤིས་བཅས་གསར་སྐྱ་བ་ཀྱི་དོན་ལུ་མ་དདུལ་འཁོར་ཆེ་མེད་གནས་མི་འདི་གི་གོ་གསལ་རམ་ལུ་བརྟེན་པའི་སྤྱི་རྩེ་བདག་  
འབྱོར་དུ་ཆུ་ལས་སོ་སོའི་དུ་མོས་དང་འབྱོར་པ་ཆེ་ཆུང་དང་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་ཁྲི་ཞུ་ལུ་འདམས་གང་འོས་སེ་གནད་ཏེ་  
བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་གནད་དགོ་པའི་གསོལ་བརྟམ་ཁྲིའི་ཡི་གེ། ཞུ་ལུ་འདམས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ཆུ་ཆུ་ཐོས་དང་འཕྲོ་བརྟེན་མེད་པར་  
དམིགས་ལུ་ཐོག་དེས་མེད་ཁྲིའི་ཡི་གེ་ལས་དེ་དོན་ཐུགས་བཅའི་ལུ་ལུ་དགོངས་ཏེ་བཀའ་བསྐྱེད་གནད་ཞུ།

མིང་.....  
ལུ་འགན་.....

**ကျောင်းသားများ၏အသုံးပြုချက်**

ལྷ་གསོལ།      རྒྱ་རྩུ་རེས་      སྤྱི་ཕྱི་མཆོག་གིས་འགོ་འདྲེ་བློན་

འགྲོའི་པན་བདེ་ལུ་དགོངས་ཏེ། ས་གནས་.....དེ་ཁར་། ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཏྲ་ཁང་ཡང་ན། གྲུ་འི་སྐྱ་ ཡང་ན།  
 རྒྱ་བ་དེ། ཡང་ན་ལྷུང་གནས་ ཡང་ན་སྐྱ་མཆོད་གནང་མི་འདི་ལུ། ཡན་རང་ནས་ རྩེ་ས་ལཱ་རངས་ཀྱི་སྒོ་ལས་ རྒྱ་མཚར་ཆུ་བྱེགས་  
 ཀྱི་དཔེ་བཞིན་ མ་དུལ་ཞལ་འདེབས་དུལ་ཀྲམ་.....ལུ་ཡོད་པ་ དཀྱེས་རིལ་ཡོད་པར་བྱ་བ་དང་གཅིག་ཁར་ དེ་ལྟགས་ཀྱི་  
 བསོ་མོན་གང་ཟེམ་ ཟུགས་བཅས་རྩེ་འཛིན་ཡོད་པར་བྱ་བ་མཁྱེན། གནམ་ཁོ་.....ཟླ་.....ཆོས་.....ལུ་.....མིང་པས་

၇၇၃

စာအုပ်

အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ...

အခြေခံဗဟုသုတ

အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ...

အခြေခံဗဟုသုတ

အခြေခံဗဟုသုတ

အခြေခံဗဟုသုတ

အခြေခံဗဟုသုတ

အခြေခံဗဟုသုတ

အခြေခံဗဟုသုတ

အခြေခံဗဟုသုတ

အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ...

အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ...

အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ...

အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ...

အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ...

အခြေခံဗဟုသုတ... အခြေခံဗဟုသုတ...

အခြေခံဗဟုသုတ

အခြေခံဗဟုသုတ



དཔེ་བཞག་ ༤ པ།

ཅེ་དངོས་འབྱུང་འཛིན་ཡིག།

འབྱུང་འཛིན།

ཡང་.....

ཕྱི་ཚེས་.....ཡ།

གཤམ་འཁོད་ཐོ་ཡིག་ནང་གསལ་གྱི་ཅེ་དངོས་ཚུ་ .....བརྟེན་འབག་མི་ ཡང་ན་བསྐྱལ་བཟང་མི་ཚུ་ .....དེ་སེ་  
མི་དོམ་.....གི་ལག་ཐོག་ལས་བརྟུན་དེ་ གཤམ་གསལ་ལ་བྱང་ཅན་མའི་མིང་ཐོག་ལུ་ ཚང་སྒྲིག་བྱུང་གྲུབ་པའི་འབྱུང་འཛིན་

ཡ།

༡

༢

༣

༤

མིང་.....

གོ་གནས་.....

ཉམ་ལག་ཡང་ན་ལས་ཁུངས།



နမူနာ ၈ ဟု

နမူနာအမျိုးအမည်

အမည်

၃ ဦးအား ၂၀-၃-၂၀၀၃ ဤအမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့် အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့်  
အမည်အရပ်ရပ် ၂၀၂၀ အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့် အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့် ၂၀၂၀ အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့်  
အမည်အရပ်ရပ် ၂၀၂၀ အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့် အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့် ၂၀၂၀ အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့်  
အမည်အရပ်ရပ် ၂၀၂၀ အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့် အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့် ၂၀၂၀ အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့်

အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့်

အမည်အရပ်ရပ်အားဖြင့်

## 6 མཐོན་ཁྲ་དང་མཐོན་ཐན་ བཀྲིས་ལེགས་མོན་ཡིག་རིགས།

### གཏོན།

མཐོན་ཁྲ་དང་མཐོན་ཐན་ཟེར་མི་འདི་ དགའ་ལྷོ་དང་རྩྭ་འབྲེལ་ལ་སོགས་པ་ བཅི་སྤང་འབད་ས་ཅིག་ནང་ལུ་ འཐོན་  
དགོ་པའི་ཁྲ་བ་ཡུལ་ནི་གི་ཡི་གུ་ལུ་སྤྲུམ་པ་ཨིན།

### རྩིག་པགོད།

- ༡ གཞུང་འབྲེལ་ཨིན་པ་ཅིན་ ལས་རྩགས་ཅན་གྱི་འབྲི་ཤོག་དང་ ཡང་ན་ ལས་རྩགས་ཅན་གྱི་ཤོག་བྱང་དགོ།
- ༢ ས་གནས་དང་ ཟླ་ཚེས་ རུས་ཚད་ཁ་གསལ།
- ༣ མཇུག་གྱི་འུ་ལས་རིམ།
- ༤ གཞུང་འབྲེལ་ཨིན་པ་ཅིན་ མཐོན་ཁྲ་འབད་མི་གི་གོ་གནས་དང་ ཟླ་ཚེས་ལུ་མཇུག་གསལ།
- ༥ ཐན་ལན་གནང་ས།



## དཔེ་བཞག་ ༢ པ།      གསལ་ལྟོན་མགོན་ཤོག།

༣      སང་ལྷགས་གན་མ་ལོ་..... ཟླ་.....ཆེས་.....ལྷ་དང་སྤྱི་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལྷ་འབྲུག་གི་རྒྱལ་  
 ཡོངས་དུས་ཆེན་ཐེངས་.....པ་འདི་ ས་གནས་ཁང་གི་དམ་འཁུ་ཐང་ནང་ལྷ་སྐྱེ་ བཅི་ལྷུང་ལྷ་ནི་ཡིན་མི་ནང་ རྒྱ་མགོན་གཙུག་པོ་ཡང་  
 མི་ཇེ་འབྲུག་གི་སྤོན་ཆེན་མཆོག་ འབྲུན་གནང་ནི་ཡིན་མ་ལས་ དེ་སྐབས་.....མཆོག་ཡང་གོང་ཆེས་ཀྱི་  
 པ་ཚུ་ཆོད་ ༤.༣༠ ལྷ་འབྲུན་གནང་ལྟ།

ཁྱོན་ཆས།      ཟློག་ཅན་མ།  
 བརྟ་ལན་གནང་ས། བརྟ་ལྷ་ལྷོན་ཡང་། .....

ལས་རིམ་རྒྱུ་ཤོག་ནང་གཟུགས།



## དཔེ་བཞག་ ༤ པ།      གཤེན་ཉམ་མཐོན་ཤོག

༣      དུགས་.....དང་ཨམ་མཚན་ .....ཐུང་མིང་.....དང་.....ཐུང་མིང་.....གཉིས་  
 གྱིག་ཉེ་སྒྱུར་རྩེ་འབྲེལ་གྱི་དགའ་ཉེན་འདི་ གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....པའི་ཚེས་.....ལུ་མ་ སྤྱི་ཚེས་.....ལུ་ གཟའ་ཉིན་  
 འཕྲོད་སྒྱུར་ཕུན་སུམ་ཚན་པའི་ཉེན་མ་དང་འབྲེལ་ ས་གནས་.....ལུ་ ཕྱི་རུ་ཚུ་ཚད་.....ལས་བཅི་ནི་ཡིན་མི་དེ་ལས་སྐྱེ་  
 མཐོན་ཐེ་ འཐོན་གནང་ལུ།

ཐོན་ཆས།      སྒྲིག་ཅན། རྒྱལ་ཡོངས་ཐོན་ཆས། སྒྲིག་ཡངས།

བཟ་ལན་གནང་ས། .....

## 6      **བགྲིས་ལེགས་མོན་གྱི་ཡིག་རིགས།**

### **གོདོན།**

བགྲིས་ལེགས་མོན་གྱི་ཡིག་རིགས་ཟེར་མི་འདྲི་ ལོ་གསར་དང་ གོ་གནས་ཡར་ལེང་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་ ལེགས་པའི་མོན་ཆོག་ཚུ་ ཉུན་ཅིམ་དང་ ཆོག་ལྷག་གང་ཅུང་གི་ཐོག་ལས་ བཀོད་དེ་ཡུལ་བའི་རིགས་ལུ་སྤྲུལ་པ་ཡིན།

### **སྒྲིག་བཀོད།**

ལོ་གསར་བགྲིས་བདེ་ལེགས་ཤོག་བྱང་ཡང་ན་ ལྷུང་བྱང་ལེགས་མོན་ཤོག་བྱང་ནང་ཆང་དགོཔ།

1      ལོ་གསར་ལུ་ བགྲིས་བདེ་ལེགས་ཀྱི་ཤོག་བྱང་བཟོ་སྒྲེ་ པར་བྱང་བྱེ་གནང་དགོ་པ་ཅིན་ བགྲིས་པའི་རྩགས་གྱི་རི་མེའི་རིགས་དང་ གནམ་ལོའི་མིང་དང་བཅས་པའི་ ལེགས་མོན་གྱི་གསུང་འཕྲིན་ཚུ་ ཆོགས་བཅད་དང་ ཆོག་ལྷག་གང་ཅུང་ནང་བཀོད་སྒྲིལ་ཡོད།

2      ཤོག་བྱང་གི་བཀོད་རིམ་གྱི་སྒྲིག་བཀོད་འདྲི་ རང་སེའི་རིག་ཆུལ་དང་བཅུན་ཏེ་ གང་ལེགས་བཟོ་བ་གསེ་འབྱུང།

3      གནས་བྱངས་དང་བཅུན་ཏེ་ རྫོང་ཡིང་ཤན་སྤྱར་སྒྲེ་བཟོ་སྒྲིལ་ཡང་ཡོད།

ཕུ་བགྲིས་གནམ་ཁོ་ལུགས་བྱག་གསར་པའི་ནལ། །

ཐད་ཀྱི་ལཱ་གཞི་ལ་འོད་ཟེར་འཁྱུར་ལྷན་ཤར་བ་ནི། 1

ཕུན་སུམ་ཚིག་ས་པའི་དགེ་མཚན་དཔལ་ལོན་འདི། ༡

ಶ್ರೀಮದಮೃತಮುಕ್ತಾಯನಮಃ ॥

....."သဒ္ဓါ"ဆီသို့ရောက်

২২৩১

༤. བཀྲ་ཤིས་འཛིམ་དེ་གྲུབ་པའི་དགའ་ཚུལ་ནས། །

ལ་གས་ཆོས་ཤིང་བྱི་གནམ་ལོ་འི་དགུང་གསར་འདིར། །

ཡན་པད་ཀྱི་ལུགས་ཚུགས་ཀྱི་མཚན་དཔལ་ཡོད་ཀྱིས།

ཡུལ་ཆོག་ལ་དག་པ་ཕྱི་ལྷོ་ལ་མེད་པུ་ལ་གནས་ཤིག །

২২৩১

[illegible]

བཀྲ་ཤིས་ཡན་པ་དེའི་དགོ་མཚན་འབྲུམ་ཕྱག་གིས། ༡

ཉེ་དགུང་ལུགས་ཚེས་དངུང་མཆོ་བརྒྱུ་འཕེལ་ཏེ། 1

ཡུལ་ཆོག་ལ་དཔལ་གྱིས་འཛམ་གླིང་ཁྱད་ཁྱུང་ཅིག །









## ལག་ལེན་ལམ་ལོན།

- ༡ རྒྱལ་ཁབ་གྲི་གཞུང་རྩ་གསལ་འདི་ རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་གྲི་འོ་རྩ་གསལ་ཅིག་ཡིན། འདི་གོང་ལུ་བཀའ་བའི་ཚུ་ལུ་  
གཞུང་འབྲེལ་འབྲི་ཤོག་གི་ནང་ན་ ཆེ་བའོ་དང་དམ་མེ་བཀོད་དགོ།
- ཁ ཡིག་ཚང་རང་སོའི་ཁ་བྱང་འདི་ ཡོང་ཁ་ཉུག་ལས་དང་ ཡིང་ལི་ཤ་འོག་ལས་སྤེ་བཀོད་དགོ།
- ག ཡིག་ཚང་རང་སོའི་ལས་རྩ་གསལ་སོ་སོར་ཡོད་ན་ གཞུང་རྩ་གསལ་འདི་ འབྲི་ཤོག་གི་གཡས་ཁ་བྱུག་དང་  
རང་སོའི་ལས་རྩ་གསལ་གཡོན་ཁ་བྱུག་བཅུགས་དགོ།
- ང་ ཡིག་ཚང་རང་སོའི་བརྒྱན་འཕྲིན་ཡང་སོགས་ འབྲི་ཤོག་གི་གཤམ་ལུ་འོག་ཟིག་གི་འོག་ལུ་བཅུགས་དགོ།
- ཆ རྟེན་འབྲེལ་གྲི་འབྲི་ཤོག་ཚུ་ལུ་ གཞུང་རྩ་གསལ་བཀོད་མ་དགོ་པ་མ་གཏོགས་ གཞན་ཚུ་གོང་གི་ལམ་ལུགས་  
ལས་འགན་བསྡོ།
- མ འབྲི་ཤོག་གཡོན་ཁ་བྱུག་ ཁ་བྱང་ཡང་བཀོད་སྤོལ་ཡོད།

གཞུང་འབྲེལ་འབྲི་ཤོག་གི་དཔེ་བཞག་།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་།

DZONGKHA DEVELOPMENT COMMISSION

ROYAL GOVERNMENT OF BHUTAN

ཀུ་མང་གྲུང་ས།

ཐིམ་ཕུག་

---

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཡང་། ༢༠༢༠༠༦ ༢༠༢༠༠༦ གྲོག་འབྲེམས་.....པར་འཕྲིན་.....

དཔེ་བཞུགས་ ༣ པ།

ཚིག་མཚམས། བརྟེན་མཚམས། དོན་མཚམས།

གོདོན།

ཚིག་མཚམས་ བརྟེན་མཚམས་ དོན་མཚམས་ཟེར་མི་འདི་ ཡིག་འབྲུལ་གྱི་རིགས་ སྒྲིབ་འཁྱེད་མཚམས་ ཚིག་གཅིག་ཁར་  
སྤྲུལ་དགོ་མི་ཚུ་གི་བར་ན་ ས་ཤྱོང་བཞག་དགོ་མི་འདི་ཚིག་མཚམས་དང་། བརྟེན་པ་ཅེ་གི་བར་ན་ ཤད་བྱུང་དགོ་མི་འདི་  
བརྟེན་མཚམས་དང་། དོན་ཚན་ཅེ་གི་བར་ན་ གྲུལ་ལ་འབད་དགོ་མི་འདི་ལུ་ དོན་མཚམས་ཟེར་སྤྲུལ་ཡིན།

ལག་ལཱ་ལཱ་ལྟོན།

༡ ཚིག་མཚམས་བཅད་ཐངས་འདི་ ཡོང་ཁའི་མིང་ཚིག་ཚུ་མང་ཤོས་ར་ ༤༣༠ ཚིག་གཉིས་གསུམ་ཅེ་གཅིག་ཁ་  
སྒྲེ

སྤྲུལ་ལུ་ཡོད་མི་འདི་དང་ དེ་གུ་ཡན་ནམ་དུ་ཚུ་གིས་ ཚིག་གི་ལྷེ་ཚན་ཅེ་ནང་ ཚིག་ལ་དང་དུ་གུ་ཚུ་ཚན་  
གཅིག་ཁ་སྒྲེ་སྤྲུལ་དགོ་པ་འབྱེད་ཡིན། དེ་ཚུ་གི་བར་ན་ ས་ཤྱོང་བཞག་ཏུ་ཚིག་མཚམས་བཅད་པ་ཅིན་  
ཉལ་ནི་དང་གོ་བ་ལཱ་ལྟོན་ཆ་ར་ལུ་ བྱ་བས་བདེ་བའི་ཡན་ཐངས་ཡོད།

ཁ བརྟེན་མཚམས་བཅད་ཐངས་འདི་ ཡོང་ཁའི་ཚུ་ཚིག་ལུ་ བརྟེན་པ་བྱུང་པ་དང་ བརྟེན་པ་ཆ་ཚང་བ་ བརྟེན་པ་  
ནུ་བསྐྱུས་སྒྲེ་ ཡོད་མི་ཚུ་ག་ཅིར་ཡིན་ཏུང་ བརྟེན་པ་ཅེ་མཇུག་བསྐྱུལ་ད་ ཤད་ཅེ་འབྱེད་ཏེ་ བརྟེན་མཚམས་  
གཅད་དགོ་པ་ཡིན། དེ་མཇུག་པར་ བརྟེན་པ་གཅིག་མཇུག་བསྐྱུལ་ཏེ་འབད་ཏུང་ འབྲེལ་ཚིག་བཅུགས་ཏེ་ བརྟེན་  
པ་འབྲེལ་ཐུག་དེ་སྒྲིབ་ཅིན་ གོདོན་ལུ་ནོར་འབྲུལ་བཞགས་ནི་འདི་ཉེ་ཁ་ཡོད།

ག དོན་མཚམས་བཅད་ཐངས་འདི་ སྐབས་བཅས་ཀྱི་དོན་ཚན་ཅེ་གི་མཚམས་ལུ་ གྲུལ་འབེབས་ཅེ་ཡང་ཏེ་ དོན་  
མཚམས་གཅད་དགོ། དེ་ཡང་ དོན་མཚམས་ཅེ་གི་ནང་ལུ་ རུང་ཤོས་བརྟེན་པ་གཉིས་ཅེ་ལས་ཉལ་ཏེ་དགོ་པ་  
ལས་ དོན་མཚམས་གཅིག་ལུ་ བརྟེན་པ་གཅིག་སྒྲེ་བཞག་མི་འདི་ ཆིངས་ཡིག་གན་ཚུ་ལུ་དམིགས་བསལ་  
ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ གཞན་ལུ་ཚུ་ལ་དང་མ་ཐུན་སྒྲེ་བཅིང་ཡིན།

- ང་ རྟོག་མཚམས་ནང་ན་བཅུགས་མི་དང་ ལ་༣༡མ་བཅུགས་མི་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་ གུལ་པ་འབད་དགོ།
- ཆ གུལ་འབེབས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ འབྲི་ཚུམ་གཞན་ལུ་ རྟོག་མཚམས་ཀྱི་གུལ་འགོ་ཡིག་འབྲུ་ ལ་ ཡང་ན་ ༥ ནེ་  
 ཅིག་གིས་སྟོང་ནང་ན་བཟུལ་དེ་ བྲི་ནི་གི་ལམ་ལུགས་ཅིག་དང་། ནེ་ལས་ རྟོག་མཚམས་ཀྱི་གུལ་འགོ་ནང་ན་  
 མ་བཅུགས་པར་ གུལ་གཞན་དང་འདྲ་ན་འདྲ་བཞག་ཏུ་ འབྲི་སྒྲིལ་ཅིག་དང་ལམ་ལུགས་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་  
 ཅུང་ འབྲུག་གི་ཡིག་བསྐྱར་ནུམ་གཞན་འདི་ནང་ལུ་ ཡིག་འབྲུལ་གྱི་རིགས་ག་ར་ རྟོག་མཚམས་ནང་འདྲ་ན་  
 འབད་དེ་བྲི་དགོ་པ་སྟེ་བཟོ་ཏུ་ཡོད།
- ཇ མཁུ་ཡིག་གཅི་ཐོ་དང་ཡིག་གཞུང་གི་བར་ན་ གུལ་ཐིག་གཅིག་གིས་སྟོང་བཞག་དགོ་པ་དང་། ཡན་ལག་  
 མཁུ་ཡིག་དང་ ཡིག་གཞུང་གི་བར་ན་ས་སྟོང་བཞག་ནི་མེད།







(3) མཁྱའ་བཅེམཚུངས་མདེམི་ཇེན་དང་སྒྲིལ་འཛིན་སྒྲོན་པོ་རྟེ་པོ་ཆེའི་<sup>2</sup>ཞབས་རུང་ཕྱི  
གས་འབངས་གྲིང་བཞི་ཤེས་ཏེ་ཕྱི་གྲིལ་གས་

གས་པས་

ཕྱག་བཅས་

ཕུལ།

(3) ཡི་གུ་འདི་གཡང་ཅེ་ཆ་འདུས་བཅན་མཁའ་ལ་ལུ་ཡ་ཤེས་ཏེ་ཇེ་གས་པ་ལུ་ཕུལ་གནང་ཞུ།  
གཅེས་བྲུ་རབ་བརྟན་གྱིས་ཉུན་ཅེ་ལས་

ཕུལ།

3 ཡི་གུ་འདི་ རྟོང་ཞང་ཤེས་ཏེ་ལུ་སྒྲོན། གཡང་ཅེ་ཇོང་ཁག་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་སྤྱིངས།

༣ ཡི་གུ་འདི་ ས་རོ་ཚེང་འདུས་ལུ་བྱ་རྩི་ཇེ་ལུ་བྲོད། ཐེམ་ཕུག་ལས་ཡ་རྒྱ་ན་པང་འདུས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ས།

༢ སོ་ནམ་སློན་པོ་ལྟ། བཀྲིས་ཚེས་ལྔེང་ནས།

༣ མི་ཇེ་སོ་ནམ་སློན་པོ་ལྟ། སློན་ཆེན་ནས།

ସିଏମ'ସୁଦ୍ଧା

དཔེ་ཐག་ནི་ ༩ ཡི་ ཡིག་ཀྱི་ཐུག་ཀྱི་ ལམ་དེ་མེ་མའི་དོན་གསལ་ཐག་ནི་ཡུག་ལ།

དཔལ་ཉན་འབྲུག་གཞུང་ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ཉན་ཆོགས།

ଅକ୍ଷୟକାନ୍ତ ୧୩୩

**ཆེ་དྲིན།**

ཐོན་པ་ལེགས་སའི་འབྲི་ལུགས་ཟེང་མི་འདི་ རྟེན་འབྲེལ་དང་དགའ་རྟོན་ལ་སོགས་པ་བཅི་སྤང་གིས་ཁ་ལྟོ་ བསྟེན་  
བསུའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་སློང་དང་ ཡངན་ ནས་བྱང་ཚུ་གུ་༤༣༧ འབྲི་བའི་ཡིག་རིགས་ཚུ་ལུ་སྤྲུབ་པ་ཡིན།

**လရားလွှဲလေ့ရှိ၍၊ မွန်ယုလောင်းမိမိကဦးပြုစာသုံးပါး**

རྟེན་འབྲེལ་གཅིག་སྐབས་ལུ་ཡིན་ཅུང་། སློ་ར་སློ་བཟོ་ཏེ་ གུས་ཞབས་གྱི་བསུ་བ་ཞུ་བའི་དོན་ལུ་ ཐུན་པ་ལེགས་སོ་ཟེར་  
འབྲི་བའི་སྐབས་ ལུ་ལཱ་གིས་ ཐུན་ལུ་འོན་འཇུག་འ་བཅུགས་ཏེ་བྲིས་མི་དེ་ འཛུལ་བ་ཡིན་མ་ལས་ ནམ་ར་འབད་ཅུང་  
འོན་འཇུག་འ་མེད་པ་སྒེ་ དཔེར་ན་ ༡༩༧༡ རྩོན་པ་ལེགས་སོ་ཟེར་བྲི་དགོ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ བཅོམ་ཁྲུན་འདིར་ནི་ཐུན་  
པ་ལེགས། བདག་ཅག་བསོད་ནམས་སྐལ་བཟང་ཁྲུན། ཟེར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་གིས་རིགས་བརྒྱེད་གོ།

གློ་རྩ་ལའི་ནང་ལ་བྱུག་གི་མཁུ་ལས་པར་གྱི་ཡི་གུ་ལ་དེ་      རྩེ་འབྲེལ་བཅི་ལྷུང་ལྷུང་རྩེ་སྐྱེ་མགོ་ན་ཚུ་ལོག་ཐོན་པ་ལི་  
 རྒྱ་བས་ལུ་ བཀྲིན་དག་འཛིན་ལྷུ་ཀྱི་གི་དོན་ལུ་ བཀྲའ་དྲིན་ཆེ་ཟེར་བྲི་དགོ་པ་དང་། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཡང་འབྲི་སྤྱོད་  
 ཡོད། དེ་ཆེ་སྐབས་ ག་ནི་ཡང་མ་བྲིས་པའདུག་ནི་ཡང་ཡོད་པ་ལས་ རྩེ་བས་གང་བདེ་འབད་བ་གསི་འབྲུས།

ཆིགས་བཤམས་སྒྲིལ་ལོ་མེད་ཀྱི་ཁུ་གཙུག་གི་སྐུ་ལྷ་མོ་ལྟ་བུ་ལྟོག་པར་ཅན་ དཔེར་ན་ གསེར་ཁྲི་མང་ལ་  
 གསེར་དང་ རྒྱལ་ལོངས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་ རྒྱུ་མཐུན་གཙུག་ མི་དབང་མང་ལ་བདག་པོ་ལྟ་བུ་ལྟོག་པར་སྐྱབས་  
 ལྷན་ཡོད་ཀྱི་ གཞན་ལ་ རྒྱལ་ལོངས་ལྟོག་པར་སྐྱབས་དང་ རྒྱལ་ལོངས་ལྟོག་པར་སྐྱབས་དང་ རྒྱལ་ལོངས་ལྟོག་པར་  
 བརྒྱུ་ལོངས་ལྟོག་པར་སྐྱབས་ལ་ ལྷན་ཡོད་ཀྱི་ དེ་ལྟ་བུ་ལྟོག་པར་ གཞན་དེ་ལྟོག་པར་སྐྱབས་དང་ བརྒྱུ་ལོངས་  
 བརྒྱུ་ལོངས་ལྟོག་པར་ ཆིག་བཤམས་ཀྱི་དཔེ་དེ་ལྟོག་པར་

2 གློ་རྩ་ལ་གྱི་གདོང་ཕྱོགས་ཀྱི་མགུ་ལས་ཡར་འབྲི་བ་དང་།

༡༡། རྩོད་པ་ལེགས་སོ།།

༢ རྩོད་པ་ལེགས་སོ་རྒྱས་ལུ་ཅིག་སྒྲེ་ཚིགས་བཅད་ནང་འབྲི་ལུགས།

༡༡། རྒྱལ་བའི་གདུལ་ཞིང་འཇིག་རྟེན་འཇམ་གྱིང་འདི་ལི། རྩམ་ཚིག་གཅིག་མཐུན་མཇུག་བཞུགས་ཀྱི་དུག་ཀྱུན། །

རྒྱལ་ལྷི་ལི་ཡོངས་ཚིགས་རྟེན་འབྲེལ་ལོ་གྱིང་འདི་ལི། རྩམ་བཅེད་གཤམ་བསུའི་རྩོད་པ་ལེགས་སོ་ལྟ། །

ཟེར་དོ་བཟུམ་ཚུ་དང་།

༣ རྒྱུ་འཁྱུག་ནང་ལྷོགས་ཀྱི་མགུ་ལས་ཡར་འབྲི་ལུགས།

བཀའ་དྲིན་ཆེ། ཡང་ན། བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས།

༤ རྒྱས་ལུ་ཅིག་སྒྲེ་ཚིགས་བཅད་ནང་འབྲི་ལུགས།

སྒྲི་ཡི་ལོན་བཟང་ག་ཟེ་བཟླ་དཔལ་འབར་ཞིང་། རྒྱལ་བའི་གསལ་མེད་གཞན་ལྷང་དབང་འདུས་ནས། །

བྱུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་འབད་མེད་ལྷན་འབྲེལ་ཏེ། རྒྱ་ཆེ་བསྐལ་བརྒྱའི་བར་དུ་བརྟན་བྱུང་ཅིག །

ཟེར་དོ་བཟུམ་མའི་མོན་ཚིག་ཚུ་བྲི་དགོ་པ་ཡིན་ལོ།། །།



༡༡ ། ལུངས་གཏུགས་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཐོ།

- |    |                                                               |                                   |
|----|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 01 | ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞན་མདོ་ཅམ་བཟླ་པ་མེ་ཏྱུག་ནོར་བུའི་འཕྲེང་བ།       | ཀུན་མཁུན་མི་ཡམ་རིན་པོ་ཆེ།         |
| 02 | འཕྲིན་ཡིག་གི་ནམ་པར་གཞན་པ་ ལེགས་བཤད་ནོར་བུ་འདྲེ་པའི་གྲག་གཟིངས། | རྒྱལ་བ་གོང་ས་ལ་པའི་དུང་ཆེན།       |
| 03 | ལྷ་ཤོག་ལེ་དྲེའི་རྒྱ་གྲི་ཟླ་དཔྱདས།                             | གྲུབ་དཔང་ཤུག་རྒྱ།                 |
| 04 | ཕྱིང་ལའི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞན་ སྒོ་གསར་དུ་གྲུས་པའི་མགུལ་རྒྱ་      |                                   |
|    | པ་རྒྱའི་ཕྲེང་བ།                                               |                                   |
| 05 | ཕྱིང་ལའི་བརྟ་གཞུང་གསར་པ།                                      |                                   |
| 06 | ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞན་                                             | སྒོ་བ་དཔྱོད་འགའ་ཆེན།              |
| 07 | སྒྲིག་ལམ་ནམ་གཞན་གི་དཔ་ཟེར་ནོར་བུའི་འཕྲེང་བ།                   | དཔྱོད་རྒྱལ་གཟིམ་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན། |
| 08 | དཔལ་ལྷན་ཆོས་རྒྱལ་འབྲུག་པའི་བཟའ་བཅའ་འགྲོ་གསུམ་སྟོར།            | དཔྱོད་རྒྱལ་མགྲོན་ཕྱིས་དོ་རྩེ།     |
| 09 | བསམ་བློ་དུ་ཤེས་ཡོན།                                           | ཀེ་ལེམ་གྲི།                       |
| 10 | ཉེར་མཁའི་སྒྲིག་ལམ་ནམ་གཞན་                                     | སྒོ་ལ་འཛིན་ལས་ལུངས།               |
| 11 | ལྷིམས་ཀྱི་ལྷན་པའི་སྒྲིག་ལམ་ནམ་གཞན་                            | དཔྱོད་མཁའ་འགྲོ།                   |
| 12 | བཀའ་དུང་ནང་པའི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞན་                              |                                   |
| 13 | ཐོད་ཀྱི་ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞན་                                     |                                   |

