



འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་

༢༠༡༥ ཅན་མ།

རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་ས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཁྱད་ཏུ་འཕགས་པའི་ནབས་ཏྲེག་

འབྲུག་གི་ཚོས་རྒྱལ་དཔལ་འཛིགས་མེད་གེ་སར་ནམ་རྒྱལ་དབང་ཕྱུག་མཆོག་གི་ཞབས་བརྟན།

༡༡། །ཞེ་སྟེ། དཀོན་མཆོག་ཅུ་གསུམ་སྐྱབས་གནས་རྒྱ་མཚོ་ཡིས།
དགེ་ལེགས་རྟེན་འབྲུང་དམ་པའི་མཆོག་ཅུལ་བས།
ས་སྦྱང་འཛིགས་མེད་གེ་སར་མཚན་ཅན་གྱི།
སྦྱོང་ཡུན་བརྟན་མངའ་ཐང་རྒྱས་པར་ཤོག།

བཅོམ་ལྷན་གྲགས་རྗེའི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ཡིས།
བྱིན་ལྟུང་བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱུན་ནམ་ཀུན་པས།
མི་དབང་ཚོས་རྒྱལ་དམ་པའི་སྦྱོང་བརྟན།
ཆབ་སྲིད་མངའ་ཐང་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག།

སྟིགས་དུས་འགོ་མགོན་པས་ཀླ་ར་ཡིས།
འཆི་མེད་བདེ་ཆེན་གྲུབ་པའི་མཆོག་སྦྱིན་པས།
མི་དབང་ཚོས་རྒྱལ་དམ་པའི་སྦྱོང་བརྟན།
ཆབ་སྲིད་མངའ་ཐང་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག།

སྐྱབས་མཆོག་ངག་དབང་ནམ་པར་རྒྱལ་བ་ཡིས།
གསང་གསུམ་དོ་རྩེ་དབང་བསྐྱར་མི་བསྐྱུ་བས།
མི་དབང་ཚོས་རྒྱལ་དམ་པའི་སྦྱོང་བརྟན།
ཆབ་སྲིད་མངའ་ཐང་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག།

ཕན་བདེའི་འབྲུང་གནས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་འཕེལ།
རྒྱལ་སྦྱོན་འབངས་འཁོར་དམ་གཙང་མཐུན་འབྲེལ་ཟབ།
བདེ་སྦྱིད་ཕུན་ཚོགས་དཔལ་ཡོན་དགུང་དུ་འཕྱར།
སྤྲོས་འདི་འཇམ་སྒྲིང་ཀུན་ཏུ་མཛེས་འགྱུར་ཅིག།

ཀར་ཆག

ཆེད་བཟོད།	༡
ལེའུ་ ༡ པ། རོ་སྤྱོད།	༡
ལེའུ་ ༢ པ། ཞི་གཡོག་གི་སྤྱི་བཀོད།	༡༣
ལེའུ་ ༣ པ། ཞི་གཡོག་གི་བཅུ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད།	༤༡
ལེའུ་ ༤ པ། གཏན་འཇགས་ཞི་གཡོག་གི་གཡོག་བཅུགས། གདམ་འཇུ་དང་གཡོག་བསྐྱོས།	༤༩
ལེའུ་ ༥ པ། ཁག་འབག་གཡོག་བཅུགས།	༩༩
ལེའུ་ ༦ པ། སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ།	༡༥༡
ལེའུ་ ༧ པ། གཅུག་ལག་གཤེས་ཚད་མཐར་འཁྱེད་མི་ཚུའི་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ།	༡༦༡
ལེའུ་ ༨ པ། ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་ཐོང་གི་སྤྱོད་བཅུ་དེ།	༡༩༡
ལེའུ་ ༩ པ། གཡོག་ཐོག་གི་མི་སྟོབས་ཐོང་འཕེལ།	༢༡༡
ལེའུ་ ༡༠ པ། ངལ་གསོ།	༢༩༡
ལེའུ་ ༡༡ པ། དངུལ་ཕོགས། འཇུག་དང་ཁེ་ཕན།	༣༠༩
ལེའུ་ ༡༢ པ། ལཱ་ལྟར་འཛིན་སྤྱོད་ལམ་ལུགས། མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྤྱོད།	༣༢༡
ལེའུ་ ༡༣ པ། ཐོ་གནས་ཡར་སེང་།	༣༥༣
ལེའུ་ ༡༤ པ། གནས་སོང་།	༣༩༡
ལེའུ་ ༡༥ པ། སྐབས་གཡོག།	༤༠༣
ལེའུ་ ༡༦ པ། འགོ་འགྲུལ།	༤༠༩
ལེའུ་ ༡༧ པ། ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག།	༤༡༡
ལེའུ་ ༡༨ པ། སྤྱི་ཚོང་དང་ལཱ་གཡོག།	༤༢༥
ལེའུ་ ༡༩ པ། བདག་སྤྱོད་སྤྱི་གཞིམས།	༤༢༩
ལེའུ་ ༢༠ པ། གཡོག་གྲོལ།	༤༥༡
ལེའུ་ ༢༡ པ། ཞི་གཡོག་གི་ཐོ་དང་བཅུ་དོན་རིམ་ལུགས།	༤༧༡
ལེའུ་ ༢༢ པ། ཞི་གཡོག་རྟགས་མ།	༤༩༡
ལེའུ་ ༢༣ པ། མི་སྟོབས་རྩིས་ཞིབ།	༤༩༡
ལེའུ་ ༢༤ པ། ཕན་བདེ་ལཱ་གཡོག།	༤༩༣
ལེའུ་ ༢༥ པ། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁས་སྒྲུངས་ལས་རིམ།	༥༢༡
ལེའུ་ ༢༦ པ། བཀོད་བྱུང་དང་མཁས་མཆོག།	༥༢༡
ལེའུ་ ༢༧ པ། མི་སྟོབས་ཆོགས་རྒྱུ།	༥༥༡
རིས་ཆོག།	༥༥༩



ང་བཅས་འབྲུག་པ་ཚུ་ལུ་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་བྱང་ཆོས་བཟང་པོ་ལྟ་ཡོད། དེ་ཚུ་ཡང་ བ་དམ་ཆོག་ གཞན་པན་བསམ་སྟོན། སློ་རིག་དང་
སློ་སྟོབས། ངར་ཡེང་ཡེ་དང་སྤྲིང་སྤྲི། དེ་ལས་ ཆོ་འདི་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དོན་བསམ་ཤེས་པ་ཚུ་ཡིན། དེ་གིས་ ང་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་
འདི་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་སྟེ་གནས་ཏེ་ཡོད། འདི་འབད་ཅམ་ལས་བརྟེན་ བྱང་ཆོས་བཟང་ཤོས་ཚུ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ རྒྱ་
སྤྲིང་འབད་དགོཔ་དང་། ང་བཅས་རའི་མི་ཚུ་ལུ་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་བྱང་ཆོས་བཟང་ཤོས་དང་ལྷན་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་
ཡིན། གཞན་གྱིས་ ང་བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་མེར་ལུ་ག་དེ་སྟེ་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་ན་ ཅུས་ཨ་རྟག་ར་སེམས་ཁར་དན་ཏེ་ ང་བཅས་ཆ་བྱབ་གྱིས་
བྱང་ཆོས་བཟང་པོ་ཚུ་གཅེས་སྤྲིང་འབད་དགོཔ་ཡིན། ཅུས་རབས་ ༡༡ པའི་ནང་ དེ་བཟུམ་མའི་བྱང་ཆོས་བཟང་པོ་ཚུ་གིས་ གང་བ་དག་
པའི་གནས་སྤངས་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་བཟོ་ཚུགས་ནི་ལུ་ བན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཤེས་དགོ། ང་བཅས་རའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མ་འོངས་གནས་སྤངས་འདི་
གནས་མེད་ས་མེད་ལེགས་ཤོམ་ཡོད། དེ་ཚུ་ག་ར་ བྱེད་ཚུ་གི་ལག་པར་ཡིན།

འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ།

འབྲུག་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་མཐར་འཁྱོལ་མཛད་སྟོ། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ སྤྱི་ཟླ་ ༠༤ པའི་སྤྱི་ཆེས་ ༠༧ ལཱ།

འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་དང་སྤྲིག་གཞི།

པར་ཐེངས་དང་པ། ནི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་ ༡༩༩༠ ཅན་མ། (དེབ་གནག་པོ་)

པར་ཐེངས་གཉིས་པ། འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་ ༡༩༩༥ ཅན་མ།

པར་ཐེངས་གསུམ་པ། འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་དང་སྤྲིག་གཞི་ ༢༠༠༢ ཅན་མ།

པར་ཐེངས་བཞི་པ། འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་དང་སྤྲིག་གཞི་ ༢༠༠༤ ཅན་མ།

པར་ཐེངས་ལྔ་པ། འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་དང་སྤྲིག་གཞི་ ༢༠༡༠ ཅན་མ།

པར་ཐེངས་དྲུག་པ། འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་དང་སྤྲིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མ།

པར་ཐེངས་བདུན་པ། འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་དང་སྤྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མ།

ཀར་ཆག

ཆེད་བཟོད།	༡
ལེའུ་ ༡ པ། རོ་སྤྱོད།	༥
ལེའུ་ ༢ པ། ཞི་གཡོག་གི་སྤྱི་གཞི།	༡༡
ལེའུ་ ༣ པ། ཞི་གཡོག་གི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད།	༤༥
ལེའུ་ ༤ པ། གཏན་འཇགས་ཞི་གཡོག་གི་གཡོག་བཅུགས། གདམ་འཇུ་དང་གཡོག་བསྐྱོས།	༡༡
ལེའུ་ ༥ པ། ཁག་འབག་གཡོག་བཅུགས།	༢༩
ལེའུ་ ༦ པ། སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ།	༡༣༩
ལེའུ་ ༧ པ། གཅུག་ལག་གཤེས་ཚད་མཐར་འཁྱེད་མི་ཚུའི་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ།	༡༥༩
ལེའུ་ ༨ པ། ལུ་གཡོག་སྤྱོད་ཐོང་གི་སྤྱོད་བཅུ།	༡༧༩
ལེའུ་ ༩ པ། གཡོག་ཐོག་གི་མི་སྤྱོད་ཐོང་འཕེལ།	༡༩༧
ལེའུ་ ༡༠ པ། ངལ་གསོ།	༢༥༩
ལེའུ་ ༡༡ པ། དུལ་ཕོགས། འཇུག་དང་ཁེ་ཕན།	༢༧༥
ལེའུ་ ༡༢ པ། ལུ་འུར་འཛིན་སྤྱོད་ལམ་ལུགས། མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྤྱོད།	༢༨༧
ལེའུ་ ༡༣ པ། ཐོ་གནས་ཡར་སེང་།	༣༡༥
ལེའུ་ ༡༤ པ། གནས་སོང་།	༣༤༧
ལེའུ་ ༡༥ པ། སྐབས་གཡོག།	༣༦༡
ལེའུ་ ༡༦ པ། འགྲོ་འགྲུལ།	༣༦༧
ལེའུ་ ༡༧ པ། ཕྱི་འབྲེལ་ལུ་གཡོག།	༣༧༥
ལེའུ་ ༡༨ པ། སྤྱི་ཚོང་དང་ལུ་གཡོག།	༣༨༩
ལེའུ་ ༡༩ པ། བདག་སྤྱོད་སྤྱི་གཞིམས།	༣༩༥
ལེའུ་ ༢༠ པ། གཡོག་གྲོལ།	༤༠༩
ལེའུ་ ༢༡ པ། ཞི་གཡོག་གི་ཐོ་དང་བརྩེ་དོན་རིམ་ལུགས།	༤༢༡
ལེའུ་ ༢༢ པ། ཞི་གཡོག་རྟགས་མ།	༤༣༡
ལེའུ་ ༢༣ པ། མི་སྤྱོད་ཕྱི་མི་ཞིབ།	༤༣༧
ལེའུ་ ༢༤ པ། ཕན་བདེ་ལུ་གཡོག།	༤༤༡
ལེའུ་ ༢༥ པ། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁས་སྤྲངས་ལས་རིམ།	༤༥༥
ལེའུ་ ༢༦ པ། བཀོད་བྱུང་དང་མཁས་མཆོག།	༤༦༩
ལེའུ་ ༢༧ པ། མི་སྤྱོད་ཆོགས་རྒྱུ།	༤༧༡
རིས་ཆོག།	༤༧༩

ཆེད་བརྗོད།

༣ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེན་ཆོག་ལ་འདི་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པའི་བཀའ་ཁྱད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལུ་གཞི་བཙུགས་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེན་ཆོག་ལ་གཞི་བཙུགས་འབད་མི་འདི་གིས་ འོས་ལྷན་གྱི་མི་སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་དང་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་བཏང་ཐོག་ལས་ མི་མང་བདག་སྐྱོང་ཙུ་བརྟན་བཟོ་ནི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་མི་སྟེ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལུ་ འཆར་གཞི་དང་མཐུན་པའི་ཐབས་ལམ་ཅིག་སྟེ་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཡོད། དེ་ལས་ཚུར་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེན་ཆོག་གིས་ ཞི་གཞི་གཤམ་ཚུ་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ འཛིན་ཐང་དང་དོན་སྤྲོད་ཅན། དངས་གསལ། དང་བདེན་ཚུ་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནིའི་ནང་ ད་ཚུན་ཡང་ བརྩོན་ཤུགས་བསྐྱེད་བཞིན་དུ་ཡོད། ཞི་གཞི་གཤམ་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དེང་སང་གི་འགྲུལ་བ་དང་གོང་འཕེལ་ཚུ་མཆོག་ཤུགས་སྟེ་འབྱོར་བའི་ དུས་ཚོད་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་སྲུང་སྐྱོབ་ཙུ་བརྟན་བཟོ་ནིའི་ནང་ གལ་ཅན་གྱི་འགན་ཁུར་ཚུ་འབག་སྟེ་ཡོད།

འབྲུག་གི་ཙུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་ཆ་འཛིན་མཛད་མི་དང་འབྲེལ་ ཞི་གཞི་གཤམ་ཚུ་གི་ཕྱོགས་རིས་མེད་པ་དང་། སྤྱི་དོན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ། གཞེངས་ཐོན། དེ་ལས་ བྱང་རིག་ཅན་ཅིག་སྟེ་ རིས་འཛིན་འབད་མི་འདི་གིས་ ཞི་གཞི་གཤམ་ཚུ་གི་གནས་ཚད་འདི་ ཙུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་གཞུག་སྟེ་ཅིག་ལུ་ཡར་མེང་འབད་དེ་ཡོད། གཞུང་གི་སྤྱི་བྱས་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ ཡོངས་རྫོགས་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་པའི་ རང་དབང་དང་ སྤྱི་བྱས་གྱི་ཞི་གཞི་གཤམ་ ཡར་ཕྱག་དང་རིས་བརྟན་བཟོ་ཐོག་ལས་ ཞི་གཞི་གཤམ་ཚུ་གི་མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་ཚུ་ གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྷན་དང་ བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ཤོ་མཚུངས་ཡོད་པ་རིས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་ནང་ རྒྱ་ཆེན་ཆོག་ལ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་དང་གཞན་ཚུ་གི་ལས་གཞི་གཤམ་ཚུ་འབྲེལ་ཁྲེ་བ་ཅིག་སྟེ་འགན་དབང་འབག་སྟེ་ཡོད།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ སྤྱི་ཟླ་ ༣ པའི་སྤྱི་ཚེས་ ༡༩ ལུ་ མི་དབང་མངའ་ཞབས་མཆོག་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེན་ཆོག་ལུ་བཀའ་ཁྱད་གནང་མའི་ནང་།

“འབྲུག་བབྱམ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱུད་ཀྱི་ཅིག་ནང་ལུ་ མི་ཚུ་གིས་ རིམ་ལྷན་སྤྱི་དཀའ་གཞུང་གི་སྤོལ་ལུ་དཔེ་བཟླ་སྟེ་འབད་ནི་ཨིན་པ་སེམས་ཁར་རེས་ཏེ་ དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་གཞི་འགྲུལ་སྤྱི་དཀའ་ མཐར་འཁྱོལ་ཅན་ཅིག་སྟེ་བཟོ་ཐབས་ལུ་ ཐབས་ཤེས་དང་ པ་འདི་ར་ ཞི་གཞི་གཤམ་ཙུ་བརྟན་བཟོ་ནི་འདི་ཨིན། འབྲུག་མི་ཚུའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཞི་གཤམ་འདི་ གནས་ཚད་མཐོ་ཤོས་ཅིག་ལུ་བརྩོན་ཤུགས་བསྐྱེད་ནི་དང་། བསམ་པ་བཟང་པོའི་ཐོག་ལུ་གནས་དགོས། དེ་ལས་ཆོར་སྤང་གི་ཐོག་ལས་ འགན་ཁུར་འབག་ཚུགས་པ་བཟོ་དགོ།

དེ་འབད་མ་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེན་ཆོག་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་དཀའ་སྤྱི་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་དམིགས་ལུ་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་གཞི་ཚུ་དང་པའི་བསྐྱར་དགོ་པའི་མཐུན་ཆེན་དང་རྒྱུ་སྤྱོད་ཚུ་ དུས་ཚོད་ཁར་སྤྱོད་ནི་དང་། དཔལ་འབྱོར་ཡར་ཕྱག་བཏང་བའི་སྐབས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཚུ་བསལ་ནི། དེ་ལས་ དེ་ཚུའི་དམིགས་དོན་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ ཞི་གཞི་གཤམ་གི་ དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་ལེགས་སྐྱར་ཚུ་ལུ་ གཙོ་བོར་བཏོན་དགོ།”

ཞི་གཞི་གཤམ་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་འཆར་ཚུ་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེན་ཆོག་གིས་ ཞི་གཞི་གཤམ་ཚུ་གིས་ ལུགས་དང་། བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ཚུ་ དུས་དང་དུས་སྤྱི་ཡར་ཕྱག་གཏང་དགོས་འདི་ གལ་ཆེ་ཕྱགས་ཅིག་ཨིན། དེ་འབད་མ་ལས་ མི་སྟོབས་འཆར་གཞི་དང་། གོང་འཕེལ་དང་འཛིན་སྐྱོང་ཚུ་ སྤར་བ་ལྷག་པ་སྟེ་ཙུ་བརྟན་བཟོ་ཐབས་ལུ་ ད་ལྟོ་རྒྱ་ཆེན་ཆོག་གིས་ གནད་དོན་ཁག་ལྔའི་ནང་ ལེགས་སྐྱར་འབད་ནི་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཡོད།

༡. འབྲུག་གི་ཞི་གཞི་གཤམ་ཚུ་གིས་ ལེགས་སྐྱར་འདི་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞི་གཤམ་ཚུ་གིས་འདི་ གསལ་དྲོག་ཏེ་བཟོ་ཚུགས། དང་པ་ སྤྱི་གཞི་གཤམ་བཏོད་ལས་ ལུགས་བཟོ་མི་འདི་གིས་ བྱང་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྟེ་རིམ་ནང་ འཕྲུལ་ཞུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ གཅིག་སྤྱི་བཟོ་གནས་ཚུགས།

དེ་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་ཁོང་ར་ གཡོག་བཙུགས་འབད་བའི་ལཱ་གཡོག་དེ་ནང་ར་སྤྱོད་དེ་ སྤྱོད་བཟུང་དང་མཁས་མཆོག་སྤྱོད་ཡོད་པ་
ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི། གཉིས་པ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ཁ་གསལ་ཅན་དང་ ཁྱད་ནམ་ཅན་གྱི་གོ་གནས་སྤེ་རིམ་བཞི་ལུ་ ཁ་དབྱེ་སྤྱོད་
མི་ཚུ་ཡང་ བཀོད་བྱབ་དང་མཁས་མཆོག་ ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྦྱོང་། ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱབ་སྦྱོར་། དེ་ལས་ ལག་ལེན་སྤེ་རིམ་ཚུ་
ཨིན།

༡. ལས་ཆོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན།

ལས་ཆོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་འདི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དགོས་མཁོ་དང་། ལྷན་རྒྱས་གཞུང་
ཆོགས་ཀྱིས་ སྤྱི་ཆེས་ ༢༧/༡༡/༢༠༡༣ ལུ་གནང་བའི་བཀའ་རྒྱ་ཨང་ སི་-༣/༡༡/༢༠༡༤ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་
ཨིན། དུས་མཚམས་གྱི་ལས་ཆོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་འདི་གིས། ཀ། གཞུང་ལུགས་ཚུལ་མཐུན་སྤེ་རིམ་སྤྱི་གའབད་ཡོད་པ་དང་།
ཁ། ལས་སྤེ་ཁག་གི་འགན་དབང་ཚུ་ རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་དམིགས་ལུ་འབྲུབ་ནིའི་ནང་ རྟགས་མཐུན་སྤེ་བཟོ་ཡོད་པ། ག། མི་
སྟོབས་མཐུན་རྒྱུ་ཚུ་འཛིན་ཐང་དང་དོན་སྤྲོད་ཅན་སྤེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་ཙ་བརྟན་བཟོ་ནི་ལུ་གཞུང་གི་ཤོས་ཅིག་ཨིན།

ལས་ཆོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་གྱི་རྒྱབ་སྦྱོར་ཚུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལག་ལེན་གྱི་གོ་རིམ་མ་འདུལ་ཚུ་ནང་ཡོད་པ་མ་ཆད་ བསྐྱར་
ཞིབ་འབད་ཡོད་པའི་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གའ་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མའི་ནང་ཡང་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། དེའི་གྲུབ་
འབྲས་འདི་གཙོ་བོ་ར་ ཞི་གཡོག་གི་རྒྱ་ཆད་རོ་མ་ལུ་དམིགས་གཏང་སྦྱོང་ཐབས་ཅིག་ཨིན་པ་ལས་ ད་ལས་པར་ མ་འོངས་ལོ་རོ་
གསུམ་གྱི་མི་སྟོབས་དམིགས་ཆད་གྱི་དོན་ལུ་ གཞི་འགྲུམ་བཟུམ་ཅིག་སྤེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན། དེའི་ནང་དོན་ཉིད་ལས་ མི་
སྟོབས་དམིགས་ཆད་གྱི་དོན་ལུ་ གནས་ཆད་རོ་མ་འཛིན་འབད་བའི་ལག་ལེན་འདི་གིས་ ལས་གཡོག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་
གྱི་དམིགས་ལུ་ཚུ་ གང་མང་ཙ་བརྟན་བཟོ་ནི། ལས་སྤེ་དབྱེ་བའི་གཞི་བཀོད་བཟོ་ཐོག་ལས་ གཞུང་ལུགས་གྱི་རིམ་སྤྱི་གའ་དབྱེ་ཞིབ་
འབད་ནི། ལས་ཆོགས་ཚུའི་འགན་འཁུན་དང་ མི་མང་ཞབས་ཏྲིག་འཕྲོ་མཐུན་དེ་ར་ཡར་དྲག་གཏང་ནི་ལུ་ ཆད་ལཱ་ལག་ལེན་བྱ་
རིམ་དང་དབྱེ་ཐོ་ཚུ་ རོ་མ་འཛིན་འབད་ནི།

༢. འགོ་ཁྲིད་པ་རབ་དང་། རིམ་འབྱུང་འཆར་གཞི། འགོ་ཁྲིད་པ་གོང་འཕེལ།

ད་ལྟོ་ལྷན་རྒྱས་ཆོགས་ཀྱིས་ འགོ་ཁྲིད་པ་ཚུ་ ལས་ཆོགས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་བརྟན་ནིའི་ནང་ པན་ཅུས་སྤོམ་ཤོས་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་པ་སྤེ་
རོ་མ་འཛིན་འབད་མ་བཞིན་དུ་ རིམ་འབྱུང་འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི་དང་ འགོ་ཁྲིད་པ་གོང་འཕེལ་གཏང་ནིའི་ནང་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་ས་གོ་
ཅིག་སྤེ་རོ་མ་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད། ལེགས་སྦྱར་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ འགོ་ཁྲིད་པའི་གོ་གནས་འཆར་མི་ དམིགས་བསལ་དུ་བྱུང་
འཛིན་ ༡ པ་ཡན་ཆད་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་དམིགས་པ་བསྐྱེད་པ་ཨིན། གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ འཛིན་སྦྱོང་འབད་ནིའི་
དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ནང་ བཀོད་བྱབ་དང་མཁས་མཆོག་གི་འཛིན་སྦྱོང་སྤེ་ཆན་ཅིག་ཡང་ གཞི་བཙུགས་
འབད་དེ་ཡོད།

ཀ། རིམ་བྱུང་འཆར་གཞི་ལམ་ལུགས་གཞི་བཙུགས་འབད་མི་འདི་གིས་ ལས་ཆོགས་ཚུ་ནང་ བཀོད་བྱབ་གནས་རིམ་གྱི་ས་
སྦྱོང་ ལུན་རིང་མོ་སྤེ་ལུས་པའི་དཀའ་ངལ་བསལ་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི།

ཁ། འགོ་ཁྲིད་པའི་ལྷན་གྲུབ་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་གཞི་བཙུགས་འབད་མི་འདི་གིས་ འགོ་ཁྲིད་པའི་ལྷན་གྲུབ་ (ལམ་
སྦྱོན་འབད་ནི། ཞབས་ཏྲིག་ལུ་ནི་དང་སེམས་ཀྱི་གསལ་བསྐྱེད་ནི་ཚུ་) གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་། དེ་མ་ཆད་ འཛིན་ཐང་
ཅན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་པ་ལུ་དགོ་པའི་མངས་ཁོངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི།

ག། ལཱ་ལུ་འཛིན་སྦྱོང་ལམ་ལུགས་ (ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་བསམ་ལེན་བཙུགས་ཏེ་) གཞི་བཙུགས་འབད་མི་འདི་གིས་ འགོ་
ཁྲིད་པའི་གོ་གནས་ཁར་ཡོད་མའི་མི་རིམ་ཚུ་གིས་ འཕྲོ་མཐུན་དེ་ར་ཡར་དྲག་དང་ གྲུབ་འབྲས་ཅན་བཟོ་ཡོད་པ་ངེས་

༤. མཚོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་།

གྲུབ་འབྲས་མཐོ་ཤོས་དང་། འགན་འཁུལ་མཐོ་ཤོས། དེ་ལས་ དྲངས་གསལ་ཅན་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཅོམ་ནི་དོན་ལུ་ ལཱ་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་ཟེར་མི་འདི་ མཚོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ཟེར་ མིང་གནས་སྐྱུར་བཅོས་འབད་ཡོད་མི་འདི་ ལེགས་སྐྱུར་གྱི་གསལ་ལས་ གཅིག་ཡིན། མཚོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལེགས་སྐྱུར་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ་པའི་དགོས་དོན་དེ་ཡང་ འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི་དང་། བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི། དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནིའི་ལཱ་ལུ་གྱི་ས་གོ་ཚུ་སྤྲོད་སྤྱི་བཅོས་ལྟེ་ ཞི་གཡོག་པའི་ལཱ་ལུ་ཡར་དྲག་གཏང་ནི། དེ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་གོང་འཕེལ་དམིགས་ལུ་དང་དམིགས་གཏང་ཚུ་ ཡོད་ཆེས་ཅན་གྱི་མཐོ་བའི་གནས་རིམ་ཁར་བསྐྱབ་ནི་འདི་ཡིན། དེའི་ནང་དོན་ཉིད་ལས་ ལམ་ལུགས་གསར་པ་འདི་གིས་ གྲུབ་འབྲས་བརྟན་ཚུགས་མི་དང་མ་ཚུགས་མི་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ ལྷན་པར་ བྱེད་དེ་དང་བསྐྱར་བའི་དགའ་ཚོར་ ཡང་ན་ཉེས་བྱ་བསྐྱལ་ནིའི་དོན་ལུ་ཡིན།

མཚོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་འདི་གིས་ གཞུང་སྐྱོང་མཚོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་དང་ མཚོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གཉིས་ སྤྱི་ཡོད་མིའི་འབྲུག་གི་གྲུབ་འབྲས་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་འདི་ ད་ལས་ཡར་ མཐའ་དབྱུང་གྱི་ལམ་ལུགས་ཅིག་སྤེལ་བརྟན་ བཅོམ་ཡིན། མཚོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་འདི་གིས་ ལས་ཚོགས་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལོ་ལྟེ་འཆར་གཞི་ནང་ལས་བརྟན་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་ ཀྱི་དམིགས་ལུ་ཚུ་ ལོ་ལྟར་ལཱ་ལུ་གན་ཡིག་ནང་བཅུགས་ཡོད་མི་དང་། རང་སའི་གྲུབ་འབྲས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་ ཚོགས་ཀྱི་དམིགས་ལུ་ཚུ་ནང་ལས་བརྟན་ཏེ་ རང་སའི་ལས་འཆར་བཅོམ་ཡོད་མི་འདི་གཉིས་ འབྲེལ་མཐུད་འབད་ནི་ཡིན། གལ་ གནད་ཆེ་བའི་འབྲེལ་མཐུད་འདི་གིས་ ལས་ཚོགས་ཀྱི་གཅིག་མཐུན་དང་གྲུབ་འབྲས་འདི་ཡར་དྲག་བཏང་སྟོན་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་ ལཱ་ལུ་གྱི་དམིགས་དོན་དང་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་འབྲུབ་ནི་ལུ་ལྷན་ཐབས་འབད་ཚུགས་དགོ།

༥. ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེ།

ལམ་ལུགས་འདི་གིས་ སྤུས་ཚད་ཅན་གྱི་ཞབས་ཏྲུག་སྤྱོད་ཐབས་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་ཕན་བདེ་འདི་ དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་གཞི་རྩ་ ཅིག་ཡིན་མ་སྤོངས་འཛིན་འབད་མ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ལས་རིམ་ཁག་གསུམ་བཅུས་ པའི་ཕན་བདེའི་ཞབས་ཏྲུག་ཚུ་གཞི་བཅུགས་འབད་དེ་ཡོད།

༡. ཞི་གཡོག་རྒྱབ་སྐྱོར་འབྲེལ་ལྟེགས། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་འདི་ནང་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ ཆང་དང་འབྲེལ་ བའི་དཀའ་ངལ། ལཱ་ཁོངས་དེ་ནང་སྤྲོད་མ་བདེ་སྟོན་པའི་སྐབས་ རྒྱབ་སྐྱོར་ལེན་ས་ཅིག་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ གཡོག་ནང་ གསར་པ་འཛུལ་མི་ཚུ་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་གོང་མ། ཡང་ན་དགོངས་ཁུ་འབད་མི་ཚུ་གིས་ བསྐྱབ་སྟོན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ མ་ འོངས་འགོ་ཁྲིད་པའི་བསྐྱབ་སྟོན་ལས་རིམ་ཡང་ཡོད།

༢. ཞི་གཡོག་དགོངས་ཁུ་ཞབས་ཏྲུག། ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་དགོངས་ཁུ་འབད་བའི་སྐབས་ཆ་རྟོགས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ དགོངས་ ཁུའི་འཆར་གཞི་ཞབས་ཏྲུག་ཚུ་ཕུལ་ས་དང་།

༣. ཞི་གཡོག་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར། ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ ཡང་ན་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ཐོབ་པའི་སེམས་གསའི་ལས་འཆར་ཚུ་ ཡིན།

སྤེ་ཕན་འདི་གིས་ སྤྱི་མའི་ངལ་གསོ་ (ཉེ་མ་ལས་ཡོད་མི) དང་། ལོ་ལྟར་གསོ་བའི་བརྟན་ཞིབ་འབད་ནིའི་ནང་ སེམས་ལུགས་བསྐྱེད་བཅུག་ རྟི། དགོངས་ཁུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ བསྐྱབ་སྟོན་དང་གདམ་འཐུའི་རྩིས་ལན་ཚུ་ནང་ གལ་གཏོགས་འབད་བཅུག་ནི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ ཞི་གཡོག་པའི་ལཱ་གི་གནས་སྤངས་ཡར་དྲག་གཏང་ནིའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་འཛུལ་ཞིབ་འབད་ནི།

འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཚན་མ་དང་འབྲེལ་ དྲུག་པེ་ཅན་དང་དྲུག་པེ་ཅན་གསལ་ཚན། འགན་འཁུན་ཅན། རྟོན་སྤྲོད་ཅན་གྱི་བཅའ་
ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཁྲིམས་
༢༠༡༠ ཚན་མ་གྱ་གཞི་བཞག་སྟེ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཚན་མ་
འདི་དུས་མཐུན་བཟོ་སྟེ་ ད་དེས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཚན་མ་འདི་སྟོན་མ་ཡིན།

འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཚན་མའི་ནང་ ལེའུ་གསར་པ་བཞི་ཡོད། དེ་ཚུ་ཡང་ སྐྱོན་བཟོ་ཞབས་ཏོག་དང་།
རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁས་བླངས་ལས་རིམ། བཀོད་བྱ་དང་བྱ་དེག། མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ཚུ་ཡིན།

འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཚན་མའི་བེན་བྲིས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཐིམ་ཕུག་ནང་འཁོད་ཀྱི་ལྷན་ཁག་དང་ལས་སྡེ་ལྟེ་བའི་
ཞི་གཞིལ་པ་ ༣༣༤༠ དེ་ཅིག་གིས་མ་དོ་བར་ རྫོང་ཁག་ ༩༠ དང་ཁོམ་སྟེ་ ༤ གི་ནང་ལས་ཡང་གྲལ་གཏོགས་འབད་དེ་ཡོད། དེ་མ་ཚད་
ཞི་གཞིལ་པ་ཚུ་ལས་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་བསམ་ལན་ ༤༤༠ ལྷག་པ་ཅིག་ཐོབ་སྟེ་ཡོད། ལེགས་སྦྱར་ཚུའི་ཁ་སྐོང་ལུ་ འོས་འབབ་དང་
འཁྲིལ་ཏེ་ ཉེ་མའི་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་གུ་ལེགས་བཅོས་འབད་དེ་འགྱུར་བཅོས་འབད་ཡོད། དཔེར་ན། རྒྱལ་ཁོ་ ༣༤ ལས་ལྷག་པ་སྟེ་
ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟར་འབད་མི་ཚུའི་དོན་ལུ་ དཔུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་མེད་མི་འདི་ཆ་མེད་བཟར་ཡོད། ཡིན་རུང་ འབྲུག་གཞུང་གིས་ མི་
སྟོབས་ཀྱི་ཁོ་སྐོན་ལོག་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལཱ་གཞིལ་ཁག་འགན་འབག་དགོས་ཚུ་ འཐོབ་སྟེ་ར་དམ་དམ་བཟོ་སྟེ་ཡོད།

འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཚན་མ་འདི་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིལ་ནང་ལུ་ དྲུག་པེ་ཅན་དང་། རྒྱུ་རྒྱུ་
གཞེངས་ཐོན་ཚུ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཏེ་ ལས་སྡེའི་ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་དྲག་བཟང་ཐོག་ལས་ ཅ་བ་གསུམ་ལུ་ཕྱག་ཁྱེད་དང་། རྒྱལ་
ཡོངས་དགའ་སྦྱོང་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་འགྱུར་ནི། འབྲུག་མཉམ་དང་ཐུགས་མཐུན་ཁྲིམས་གཙང་གི་མི་སྟེ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནིའི་
དམིགས་པ་བསྐྱེད་པ་ཡིན།

རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞི་གཞིལ་པ་རང་ར་སོ་སོ་གིས་ ཅ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་། འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཡིག་ ༢༠༡༠
ཚན་མ། དེ་ལས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཚན་མའི་དགོངས་དོན་ཚུ་ ཡོངས་རྫོགས་སྟེ་གོམས་གཤིས་ཚུང་
དེ་གནས་དགོས་དང་། མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་ཚུ་བཅིས་ཏེ་ རང་སའི་བྱ་སྦྱོང་ག་ར་ འཛེར་སྤྱོད་དང་ཕྱོགས་བབྱུང་། ཉེ་རིང་མེད་པར་ཚུལ་མཐུན་
སྟེ་བསྐྱར་སྦྱོང་འབད་དགོ་པའི་ཞུ་བ་སྤུལ་མ་ཡིན།

འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཚན་མ་འདི་ གསར་བཏོན་འབད་མི་དང་འབྲེལ་ ཞི་གཞིལ་པ་ཡོངས་ཀྱི་རྟོང་ས་ལས་
རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་དང་ རང་དབང་རང་བཅོན་སྟེ་ འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྦྱོང་གོང་དུ་འཕེལ་ཐབས་ལུ་ མི་རོ་རང་རྒྱུང་དང་།
ཡང་ན་གཅིག་མཐུན་ཐོག་ ཞི་གཞིལ་པའི་བཅི་མཐོང་དང་ཀུན་སྦྱོང་ཚུ་གོང་ལུ་བཀྱར་ཏེ་ ལྷོ་ལྷོགས་གང་ལྷོགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ མངའ་བདག་
རྒྱལ་པོ་དང་གཞུང་། འབངས་མི་སེར་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ཁྱེད་ཁོའི་ཁས་བླངས་སྤུལ་མ་ཡིན།

(དག་ཤོས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས།)
ཁྲི་འཛིན།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ སྤྱི་ཟླ་ ༡ པའི་སྤྱི་ཚེས་ ༡ ལུ།

ལེའུ་ ༡ པ། རི་སྒྲིབ།

འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་རྩ་ཆ་ན་ ༡༤ པ་དང་། རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུགས་སྐྱོན་ཆོག་གི་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཁྲིམས་ ༡༩༩༩ ཅན་མ། ཞི་གཞུག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་ཚུ་གི་དགོངས་དོན་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུགས་སྐྱོན་ཆོག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུག་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མ་འདི་བསྐྱར་བཟོ་འབད་དེ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུག་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མ་སྤེ་བྱེད་བསྐྱབས་འབད་མ་ཨིན།

༡.༡ མཚན་གནས།

བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཞི་འདི་ལུ་ ད་ལས་མར་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུག་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མ་ཟེར་བཟོ་དགོ།

༡.༢ བྱེད་ཐབས་འགོ་བཙུགས།

༡.༢.༡ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་གིས་ ཞི་གཞུག་ནང་འཁོད་གི་ལས་སྡེ་ག་རའི་ལས་གཞུགས་ཡོངས་ལུ་བྱེད་ཐབས་སུ་ ཁག་འབག་ལས་གཞུགས་དང་། སྤྱི་གཞུགས་ལུ་ དེ་ལས་ གཞི་རིམ་ལས་གཞུགས་ཚུ་ཡང་ཚུད་མ་ཨིན།

༡.༢.༢ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་གི་བྱེད་ཐབས་འགོ་བཙུགས་ཚུ་མི་ཚུ་ཡང་།
༡.༢.༢.༡ བཅུག་འབྲུག་ལས་གྲུབ་པའི་འབྲུག་མི།
༡.༢.༢.༢ རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་གོ་གནས་འཆང་མི་དང་ འབྲུག་མི་ ཡང་ན་ ལྷན་འཛིན།
༡.༢.༢.༣ རྩ་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེའི་མངའ་འོག་གི་ཁྲིམས་འདུན་ཡོངས་ཀྱི་དང་དཔོན་དང་ དང་དཔོན་རབ་འབྲུགས།
༡.༢.༢.༤ རྩོད་དཔོན་ཡོངས་བྱེད་ཐབས།
༡.༢.༢.༥ དམག་སྡེ་ཁག་གི་ལས་གཞུགས་དང་།
༡.༢.༢.༦ གཞན་ཡང་ སྤྱི་ཆོག་གིས་དུས་དང་དུས་སུ་ ཆ་འཛིན་འབད་མི་གང་རུང་ཅིག

༡.༢.༣ བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ སྤྱི་ཟླ་ ༠༡ པའི་སྤྱི་ཆེས་ ༠༡ ལས་ལག་ལེན་འགོ་བཙུགས་དགོ།

༡.༣ དགོས་དོན།

བཅའ་ཁྲིམས་འདི་གི་དགོས་དོན་འདི་ ཞི་གཞུག་ནང་ དོན་སྤྲོད་ཅན་གྱི་བདག་སྤྱོད་གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་མཉམ་ གཅིག་མཚུངས་དང་ཤོ་མཚུངས་ཡོད་པ་རེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན།

༡.༤ གོ་དོན་ལེན་ཐབས།

བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ནང་ གླུ་ཐབས་ཐོབ་གིས་གོ་དོན་ལོགས་སུ་སྤྲོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ གཅིག་ཆོག་གིས་མང་ཆོག་ལུ་དང་ཕོ་ཆོག་གིས་མ་ལུ་གོ་དགོས་དང་ དེ་ལས་ལྷོག་སྤེ་ཡང་ཉ་གོ་དགོས་ཨིན།

༡.༥ ཆ་མེད།

བཅའ་ཡིག་འདི་ ལག་ལེན་འཐབ་པའི་ཆོས་གངས་ལས་འགོ་བཟུང་སྟེ་ ཉེ་མ་ལས་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་དང་། སླིག་གཞི། རྩ་བ་བསྐྲགས། གསལ་བསྐྲགས་ཚུ་ནང་ཡོད་པའི་ནང་དོན་ཚུ་ལས་ འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སླིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མའི་ནང་ལུ་ཚུད་མི་ཚུ་མ་གཏོགས་ གཞན་ག་ར་ཆ་མེད་ཨིན། ཨིན་རུང་ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་དང་དབྱེལ་འབྲེལ་གྱི་འགན་འཁུ་ཚུ་ འགན་ལེན་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡.༦ ལྷན་ཐབས་བཀའ་བྱ།

རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ བརྒྱ་སྐུལ་ཚུ་གནང་དགོཔ་ཡོད་ན་ བཅའ་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དུས་དང་དུས་སུ་གནང་དགོ།

༡.༧ འཕྲི་སྟོན་དང་དོན་འབྲེལ་གྱི་དབང་ཆ།

འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སླིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མའི་དགོངས་དོན་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་ འཕྲི་སྟོན་འབད་ནི་དང་དོན་འབྲེལ་གྱི་དབང་ཆ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ལུ་ཡོད་པ་ལས་ ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ཐག་གཅད་མི་འདི་ མཐའ་མའི་མཐའ་དབྱུང་སྟེ་ཆ་བཞག་དགོ།

༡.༨ འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སླིག་གཞི་བསྐྱར་བཟོའི་བྱ་རིམ།

འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ ལས་སྟེ་ཚུ་དང་གོས་བསྐྲན་ཐོག་ འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སླིག་གཞི་བསྐྱར་བཟོ་འབད་དགོ། འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སླིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མའི་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་ལཱ་འབད་ཡོད་མི་དང་ འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སླིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མ་བཟོ་བའི་སྐབས་ཀྱི་ལས་སྟེ་ཚུ་བྱར་དེབ་ ༡/༡༧་པའི་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད།

འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་ཁྲོམ་བསྐྱར་ལས་སྒྲུབ་ཆོད་རེའུ་མིག

༡.	༡-༡༠/༣/༢༠༡༧	འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ནང་ རང་སའི་དོན་ཚན་དང་ འབྲེལ་བའི་སྒྲུབ་ས་མ་བདེལ་ཚུ་ག་ར་བསྐྱེལ་ལེན་འབད་ནི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིའུ་ལྷན་ ཚོགས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་དང་ལས་ཚན་གྱི་གནས་ཤིང་ནང་ ལས་བྱེད་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གཞི་བཙུགས་ འབད་ཡི། ལེགས་སྐྱར་ཚུ་གུ་བད་སྐྱེལ་སྤྱོད་མི་དང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལས་ད་རེས་ཚུན་གྱི་རིང་ལུ་ སྤྱོད་མི་བད་སྐྱེལ་གཞན་ག་ར་ ལས་བྱེད་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གིས་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་འབད་ཡི། ལྷན་ཚོགས་ དང་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་འབྲུག་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་བསྐྱར་ཞིབ་ འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལས་བྱེད་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གིས་ཟིན་བྲིས་བཏབ་ཅི།
༢.	༢/༣/༢༠༡༧	ལས་བྱེད་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གིས་བསྐྱར་ཞིབ་མི་ཟིན་བྲིས་འདི་ ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྤྱན་ལུ་འབད་ཡི། ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ལས་སྡེ་ཁག་གི་མི་སྡེ་བས་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལས་ ཟིན་བྲིས་ཀྱི་ནང་འདེབས་ལེན་ དགོ་པའི་བཀོད་རྒྱ་གནང་ཡི།
༣.	༢༩-༣༡/༣/༢༠༡༧	འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་འབྲུག་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་ བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་དང་པ་འདི་ བསྐྱར་ཞིབ་དང་བསྐྱར་སྒྲིག་གི་ དོན་ལུ་ ས་གོ་སྤྱོད་ས་ཅིག་ནང་འབད་ཡི། བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་ བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ལེའུ་རེ་རེ་བཞིན་ཀྱི་ཁྲོམ་བསྐྱར་འབད་དེ་ ཞི་ གཞིའུ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ཁྲོམ་བསྐྱར་འབད་ནི་དང་ ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྤྱན་ལུ་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་ ཞི་གཞིའུ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་སྒྲིག་འབད་ཡི།
༤.	༣༠/༣/༢༠༡༧	འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ནང་ འབྲུར་བ་སྤོམ་ཤོས་ཅིག་ ཨིན་མི་ མཚོག་གུར་འཛིན་སྐྱོང་བེར་པའི་ ལཱ་ཤུལ་གུ་བ་འབྲས་འཛིན་སྐྱོང་ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐྱོར་ལས་ གོ་བད་སྤྱོད་ནི་དང་། གནས་ཚད་བརྟག་དཔྱད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཁྲོམ་བསྐྱར་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལྷན་ ཚོགས་ཀྱིས་ ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་གཙུག་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་བྱེད་ཅི།
༥.	༤/༤/༢༠༡༧	འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་འབྲུག་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་ བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་འདི་ ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྤྱན་ལུ་སྤྱུལ་ཡི། འདི་ ལུ་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གིས་ བསྐྱར་བཅོས་ཡོད་མི་ཚུ་ མི་སྡེ་བས་ཞལ་ འཛུམས་ནང་ གསལ་ལུ་སྤྱུལ་དགོཔ་སྤེལ་བཀོད་རྒྱ་གནང་ཡི།
༦.	༡༠-༡༢/༤/༢༠༡༧	འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའུ་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ཀྱི་ བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཁྲོམ་འཆར་ བཀོད་མི་ག་ར་ དགོ་ལེགས་སུ་གུ་ལུ་འཆོག་སྤོད་པའི་ མི་སྡེ་བས་ཞལ་འཛུམས་བེངས་ ༤ པའི་ སྐབས་ལུ་ སྤྱན་ལུ་སྤྱུལ་ཡི། ཞལ་འཛུམས་འདི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་བསམ་འཆར་དང་བསམ་ལན་ ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གིས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཡི།

ཡ	<p>༡-༡༥/༤/༢༠༡༧</p>	<p>ཟིན་ཟིན་གྱ་གྲོས་འཆར་བཀོད་ཡོད་པའི་བསྐྱར་བཅོས་ཚུའི་སྐོར་ལས་ གོ་བདེ་སྤྱོད་དེ་ བཅོས་ཚུ་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ རྫོང་ཁག་ ༡༠ དང་ཁོམ་སྡེ་ ༤ བཅོ་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྐྱར་འབད་ཡི། གཤམ་འཁོད་སྡེ་ཚན་ཚུ་གིས་ རྫོང་ཁག་དང་ཁོམ་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྐྱར་འབད་ཡི།</p> <p>༡ ཁྱེད་འཛིན། འགོ་སྐོར་ལྷན་ཚུ་ལ་ཁྱེད་ཀྱིས་</p> <ul style="list-style-type: none"> • ལུས་ཐང་། • བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ། • མོང་སྐར་དང་། • ལྷན་ཅེ། <p>༢ ལྷན་འཛིན། ཡིན་ད་ར་ལྷན་ ཆེ་ཉི་རི།</p> <ul style="list-style-type: none"> • དར་དཀར་ན། • ཕྱི་རང་། • གསར་སྤང་། • དགོ་ལེགས་ཕྱག་ཁོམ་སྡེ་དང་། • གཞུལ་སྐར་། <p>༣ ལྷན་འཛིན། གཞུལ་ལྷན་མོ་རྩོ་རྩོ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • ལྷ། • སྤོ་རྩོ། • དབང་འདུས་མོ་བཅོ་དང་། • ཐིམ་ཕྱག་ཁོམ་སྡེ། <p>༤ ལྷན་འཛིན། སྐལ་བཟང་བདེ་སྤྱོད།</p> <ul style="list-style-type: none"> • ལྷ་ལ། • ལྷན་ཚོགས་སྤྱིང་ཁོམ་སྡེ་དང་། • བསམ་ཅེ། <p>༥ ལྷན་འཛིན། ལྷན་གྱི་དབང་ཕྱག་</p> <ul style="list-style-type: none"> • བཟ་ཤིས་སྤང་། • ལྷ་དགའ་ཚལ།
---	--------------------	---

		<ul style="list-style-type: none"> • བསམ་གྲུབ་ཕྱིངས་མཁར་ཚྲོང་ཁག་དང་། • བསམ་གྲུབ་ཕྱིངས་མཁར་ཁྲོམ་སྡེ། <p>ཁ་ཕྱི་ཆེན། བཀྲིས་པ་སྒྲོ། རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུང་ལྟོས་ཆོག་ལ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • མགར་ས། • སྤྱན་ལ་དང་། • ཁྲོང་གསར།
༤.	༤/༤/༢༠༡༧	ལྷན་ཆོག་ལུ་ ཚྲོང་ཁག་གོས་བསྐྱུན་ལྟ་སྒྲོར་གྱི་སྤྱན་ལུ་ཕུལ་ཏེ་ ཐིམ་ཕུག་ནང་འཁོད་གྱི་ལྷན་ཁག་དང་ལས་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གོས་བསྐྱུན་འབད་ནི་དོན་ལུ་ བཀོད་རྒྱ་ཚུ་ལེན་ཡོད་པ།
༥.	༡༩-༡༤/༤/༢༠༡༧	ཐིམ་ཕུག་ལུ་སྡེ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུང་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་ གྲུག་གཏོགས་གོས་བསྐྱུན་ལུ་འཛུམས་ཅིག་འགོ་འདྲེན་འབབ་ཅི། གོས་བསྐྱུན་ལུ་འཛུམས་དེ་ནང་ ཞི་གཞུང་པ་ག་ར་སྤྱི་གཞི་ཐོག་ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་ རྒྱལ་གཞུང་འཛུམས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྡེ་དང་། ལྷན་ཁག་ལུ་དང་ཅེད་རིགས་ལས་ཁུངས་། ཞེས་རིག་ལྷན་ཁག་གི་སྤྱི་དོན་ཁང་ནང་ལུ་སྡེ་ བཅའ་མར་གཏོགས་དགོས་སྡེ་ལུ་བ་ཕུལ་ཡི།
༡༠.	༢༠/༤/༢༠༡༧	ཚྲོང་བདག་ཚུ་ལུ་འཛུམས་ཀྱི་སྐབས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུང་ལྟོས་ཆོག་ཀྱིས་ འགོ་འདྲེན་འབབ་བཞིན་ཡོད་པའི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུང་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་དུས་མཐུན་གྱི་སྒྲོར་ལས་གསལ་ལུ་ཕུལ་ཏེ་ སྤྱི་གཞི་དང་སྤྱི་གཞི་མེད་པའི་རྒྱལ་ལས་ཚུ་ལུ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྡེ་ བསམ་ལན་གནང་དགོ་པའི་ལུ་བ་ཕུལ་ཡི།
༡༡.	༢༡/༤-༢༡/༥/༢༠༡༧	དུས་མཐུན་བཟོ་ཡོད་པའི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུང་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུང་ལྟོས་ཆོག་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤྱོད་ནང་བཅུགས་ཏེ་ ཞི་གཞུང་པ་ག་ར་གིས་ བསམ་ལན་དང་ནང་འདེབས་ཚུ་བཀོད་དགོ་པའི་ལུ་བ་ཕུལ་ཡི། ༢༡/༥/༢༠༡༧ གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་ སྤྱི་གཞི་ཐོག་གི་བསམ་འཆར་དང་བསམ་ལན་བསྐྱུར་སྡེ་ ༤༠ དེ་ཅིག་ཐོབ་ཅི།
༡༢.	༢-༢༠/༥/༢༠༡༧	གོས་བསྐྱུན་ཚུ་ནང་ལས་ཐོབ་ཡོད་པའི་ སྤྱི་གཞི་དང་སྤྱི་གཞི་མེད་པའི་རྒྱལ་ལས་ཐོག་ལས་ཐོབ་ཡོད་པའི་ནང་འདེབས་ཚུ་ མཉམ་སྦྲེལ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལྷན་ཆོག་ཀྱིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུང་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་ལུ་འཁོད་པའི་དོན་ལུ་ གོས་བསྐྱུན་འབད་ཡི།
༡༣.	༢༢/༥/༢༠༡༧	ངན་ལྟངས་བཀག་སྡོམ་ལྷན་ཆོག་ལུ་ཆང་ནང་ལུ་སྡེ་ ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་གཞུང་སྡེ་ལུ་འཛུམས་ཐངས་ ༤ པ་འཛུགས་པའི་སྐབས་ལུ་ འབྲུག་ལུ་ཐོབ་ཐོབ་བཞེད་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོར་ལས་ བསྐྱུན་གོས་འབད་ཡི།
༡༤.	༢༣-༢༤/༡༠/༢༠༡༧	དྲུང་ཆེན་ཡིག་ཆང་ལས་ ལྷན་ཆོག་དང་འབྲུག་གི་ཞི་གཞུང་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ཐོག་གི་བསྐྱུར་ཞིབ་ཆོག་ལུ་ བསྐྱུར་ཞིབ་འབད་ཡོད་པའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་གོས་བསྐྱུར་འབད་ཡི། འབྲུག་གི་ཞི་

		གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་མཐའ་དཔུང་ཟིན་བྲིས་སྡེ་ཁུངས་ལྷན་ཁྲིམས་ལྟར་ ཡི།
༡༥.	༣/༡༡/༢༠༡༧	རྒྱལ་གཞུང་ཕྱི་ཤིང་ཁྲིམས་འཛིན་དང་ དངུལ་ཕྱི་ཤིང་ཁྲིམས་འཛིན་གཅིག་ཁར་ འབྲུག་གི་ཞི་ གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་ ཞལ་འཛུགས་འཆོག་མཁན་ཅི།
༡༦ .	༡-༤/༡༡/༢༠༡༧	རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་མཁན་དང་ལས་སྡེ་ཚུ་འི་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་སྡེ་ཚན་ཅིག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་མཐའ་དཔུང་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་ དགོངས་དོན་ཚུ་ ལྷག་སྟེ་ར་བདེན་དཔུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཡི།
༡༧.	༡༤/༡༡/༢༠༡༧	མཐའ་དཔུང་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་བསམ་ལན་ལེན་ནི་དོན་ལུ་ བཀོད་ཁྲབ་དང་མཁས་མཆོག་ཚུ་དང་ གཅིག་ཁར་ ཞལ་འཛུགས་འཆོག་མཁན་ཅི།
༡༨.	༡༡-༢༧/༡༡/༢༠༡༧	འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་མཐའ་དཔུང་ཟིན་བྲིས་འདི་ རྒྱལ་ གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་མཁན་གྱི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྒྲི་ནང་བཅུགས་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་སྤྱི་ཆོས་ ༢༧/༡༡/༢༠༡༧ གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ བསམ་འཆར་ཚུ་ལུ་དགོ་པའི་ཞུ་བ་ལུ་ ཡི། ལས་སྡེ་ཚུ་ལུ་ རང་སྤྱི་ལས་སྡེ་ནང་ལུ་ལཱ་འབད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་འདི་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ་པའི་ཁྲབ་ བསྐྱེད་འབད་ཡི། བསམ་ལན་ཡོངས་བསྟོམས་ ༢༧ རྩ་ཅི།
༡༩.	༢༩/༡༡-༡/༡༢/༢༠༡༧	ལྷན་ཆོག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་ བཀོད་ཁྲབ་དང་མཁས་མཆོག་ཚུ་གིས་བཀོད་མི་དང་ གྲོག་ཐོག་ཐོབ་ཡོད་པའི་བསམ་ལན་ཚུ་དང་ འབྲེལ་ཏེ་ གོས་བསྐྱར་རྒྱུ་ཤིང་རྒྱས་པ་སྡེ་འབད་ཡི།
༢༠.	༥-༤/༡༢/༢༠༡༧	མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་སྡེ་ཚན་ཅིག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ཟིན་བྲིས་འདི་ མཐའ་དཔུང་ཞུན་དག་དང་། ག་བསྐྱར་དཔུང་ཞིབ། འབྲེལ་ཞུན་དང་ཟུར་ དེབ་ཀྱི་བཀོད་དོན་ཚུ་བཟོ་སྟེ་ པར་སྐྱར་གྱི་དོན་ལུ་བྱ་སྒྲིག་འབད་ཡི།
༢༡.	༡༡-༡༣/༡༢/༢༠༡༧	མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་ག་ར་ལུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ གོམས་འདྲིས་དང་ ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་བྱ་སྒྲིག་འབད་བཅུག་ཅི།
༢༢.	༡/༡/༢༠༡༨	འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ གསར་བཏོན་འབད་ཡི།

ལེབ་ ༡ པ། ཞི་གཡོག་གི་སྒྲིག་བཀོད།

༡.༡ སྤྱད་བྱས།

- ༡.༡.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་འཛོན་ཐང་དང་དོན་སྤྱོད་ཅན་གྱི་ཐོག་ལས་སྤྱོད་ཚད་ལྡན་པའི་མི་མང་གི་ཞབས་ཏྲག་
ཁུ་ནིའི་དོན་ལུ་ གཞི་བཀོད་ཅིག་བཟོ་ནི།
- ༡.༡.༢ སྤྱི་གཡོག་སྒྲིག་བཀོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་དང་། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ། ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་
སྡེ་ཚན། དེ་ལས་ ནང་གསལ་སྡེ་ཚན་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ ཞི་གཡོག་གི་དབྱེ་རིམ་ཚུ་ལ་མཐུན་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་
བཟོ་ནི།
- ༡.༡.༣ གཡོག་གི་མདུན་ལམ་དང་གོ་གནས་རིམ་པའི་བཅད་མཚམས་གསལ་རི་རི་སྡེ་བཟོ་ནི།

༡.༢ ཞི་གཡོག་སྒྲིག་བཀོད།

- ༡.༢.༡ གོ་གནས་འདི་ ལས་ཚོགས་ཅིག་ནང་གི་སྡེ་མན་རྒྱུང་ཤོས་ཅིག་ཡིན་པ་དང་ དེ་ནང་ མི་ངོ་རང་རྒྱུང་གིས་འབད་
དགོ་པའི་ ལཱ་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན།
- ༡.༢.༢ གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་དང་། གོ་རིམ། སྤྱི་གཡོག་སྒྲིག་བཀོད་ཚུ་ གཤམ་གསལ་ལྟར་ཡིན།

ཞི་གཡོག་སྒྲིག་བཀོད།

གོ་གནས་ཀྱི་ཕྱི་རིམ།

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ།

སྒྲིག་ཡོག་སྒྲིག་བཀོད།

བཀོད་ཁྱབ་དང་མཁུ་མཆོག

བཀོད་ཁྱབ།	མཁུ་མཆོག
བཀོད་ཁྱབ་ ༡ པ།	མཁུ་མཆོག་ ༡ པ།
བཀོད་ཁྱབ་ ༢ པ།	མཁུ་མཆོག་ ༢ པ།
བཀོད་ཁྱབ་ ༣ པ།	མཁུ་མཆོག་ ༣ པ།
ཁྱེད་མཐའ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ།	

བཀོད་ཁྱབ་དང་མཁུ་མཆོག་
ལྟ་གཤམ་གྱི་

ཁྱེད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་།

ཁྱེད་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ ༡ པ།	ཁྱེད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་ ༡ པ།
ཁྱེད་འཛིན་ ༡ པ། ཁྱེད་འཛིན་ ༢ པ། ཁྱེད་འཛིན་ ༣ པ། ཁྱེད་འཛིན་ ༤ པ།	
ཁྱེད་མཐའ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ།	

བདག་སྐྱོང་ལྟ་གཤམ་གྱི་

ལྟ་བུ་བཀོད་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་།

ལྟ་བུ་བཀོད་ཀོང་མ་ ༡ པ། ལྟ་བུ་བཀོད་ཀོང་མ་ ༢ པ། ལྟ་བུ་བཀོད་ཀོང་མ་ ༣ པ། ལྟ་བུ་བཀོད་ཀོང་མ་ ༤ པ། ལྟ་བུ་སྐྱོང་ ༡ པ། ལྟ་བུ་སྐྱོང་ ༢ པ། ལྟ་བུ་སྐྱོང་ ༣ པ། ལྟ་བུ་སྐྱོང་ ༤ པ། ལྟ་བུ་སྐྱོང་ ༥ པ།
ཁྱེད་མཐའ་སྐྱོང་རིམ་ ༡༩ པ་སྐྱོང་ཚད་ལྟ་གཤམ་གྱི་

དཔུང་འབྲེལ་ལྟ་གཤམ་གྱི་

ཤེས་རིག་ལྟ་གཤམ་གྱི་

ལག་ལེན།

ལག་ལེན་ ༡ པ།
ལག་ལེན་ ༢ པ།
ལག་ལེན་ ༣ པ།
ལག་ལེན་ ༤ པ།
ཁྱེད་མཐའ་སྐྱོང་རིམ་ ༢༠ པ་ཤེས་ཚད་ལྟ་གཤམ་གྱི་

ཁྱེད་རིག་ལྟ་གཤམ་གྱི་

གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ།

གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ངེས་ཚིག་ཚུ་འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

༡-༢-༣-༡

བཀོད་བྱ་བ་དང་མཁམ་མཆོག

༡. བཀོད་བྱ་བ།

བཀོད་བྱ་བ་ཀྱི་དབང་ཆ་དང་ཕན་ལུ་ཀྱི་རྒྱ་ཚད་འདི་ གཞུང་གི་ནང་འཁོད་དང་
ཕྱི་ལོགས་གཉིས་ཆ་རའི་ནང་གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན། གོ་གནས་དེ་ཚུ་ལུ་ གྲོས་ཐག་
གཙད་ནི་དང་གསར་ཚུལ་འབད་ནི་ སྲིད་བྱ་སུ་བསྐྱར་བཅོས་དང་བྱད་པར་
བཟོ་ནི་འདི་དབང་ཆ་དེ་ཡོད། དེ་མ་ཚད་འགན་ཁུར་དང་འགན་འཁུའི་དམིགས་
གཏད་གཙུག་པོ་ར་ ཐབས་བྱས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ སྤྲུལ་མཐོང་གི་འོས་འབབ་
ལྡན་པའི་གནས་སྐབས་བརྩམ་ནི་དང་བྱ་ལེན་འབད་ནི་འདི་ཡིན། བཀོད་བྱ་བ་གོ་
གནས་ནང་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ ལས་སྡེ་འགན་ཁུར་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱ་ཚད་བདེ་སྤྱོད་
འབད་ཆོག་ནི་དང་ རང་སེའི་མངའ་འོག་གི་ལས་ཁུངས་དང་ལས་སྡེ་འདི་དམིགས་
ལུ་དང་དམིགས་དོན་ཚུ་བཀོད་ཆོག

གཞུང་ཏུ་ཆེན་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་གོ་གནས་མཐོ་ཤོས་ཅིག་ཡིན།

༢. མཁམ་མཆོག

མཁམ་མཆོག་ཚུ་ ཁོང་རའི་ལུ་གཡོག་ནང་ལུ་མཁམ་མཆོག་སྡེ་རིམ་འཛིན་
འབད་ཕ་ཡིན། གོ་གནས་ འདི་ཚུ་ཞིབ་འཆོལ་འབད་ནི་དང་དབྱེ་དབྱེ་འབད་ནི།
ལས་སྡེ་དང་ ཡང་ན་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྲིད་བྱ་སུ་དང་བྱ་རིམ་ཚུ་བཟོ་ནི་དང་ བསྐྱར་
བཅོས་དང་ བྱད་པར་བཟོ་ནི་འདི་ནང་ལུ་ཆེ་རིམ་གྱི་མཁམ་མཆོག་དགོས་འཐོན་མི་
ཚུ་ནང་ལུ་ འགན་ཁུར་འབག་མི་ཅིག་ཡིན། མཁམ་མཆོག་ག་ར་ འཛིན་སྐྱོང་
བཀོད་བྱ་བ་ལུ་སྤྲོན་ཏུ་འབད་དགོ། དེ་གུ་ མཁམ་མཆོག་འདི་གིས་ བྱད་རིག་
གི་གྲོས་སྟོན་པ་དང་ ཐབས་བྱས་མཉམ་འབྲེལ་པ་སྡེ་ལུ་འགན་འབག་དགོས་མ་
ཚད་ ཡང་ན་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་བྱད་རིག་ལྟེ་བ། ལས་རིམ་དང་ལས་འགལ་
ཚུ་གི་འགོ་ཁྲིད་འབད་དགོས་ཡིན།

༡-༢-༣-༢

བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་།

བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ་གྱི་ལུ་གི་བྱ་བ་ཚད་འདི་ ཉིན་ལྷན་གྱི་ལུ་བ་ལྷག་སྟེ་རྒྱ་ཆེའི་
གྲུབ་འབྲས་བཏོན་ནི་འདི་ལུ་རིགས་དང་ གནད་དོན་ཚུ་ནང་འགན་ཁུར་འབག་དགོས་ཡིན།
དབྱེ་ཁག་འདི་གིས་ ཁག་ཆེ་བའི་སྲིད་བྱ་སུ་ཀྱི་གནད་དོན་དང་གྲོས་ཐག་གཙད་ནི་འདི་ནང་
ཕན་འདེབས་འབད་དགོས་མ་ཚད་ དབྱེ་ཁག་འདི་གཙུག་པོ་ར་ ཐབས་མཁམ་གནས་རིམ་གྱི་

གནད་དོན་ཐག་གཅད་ནི་འདྲ་བ་ དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་པ་ཡིན། དབུ་ཁག་འདི་གིས་ གྲོས་
 ཐག་གཅད་ནི་གི་བྱ་བ་ཚད་འདི་ གནས་ཏེ་ཡོད་པའི་ སྤྱིད་བྱས་ཀྱི་ནང་འཁོད་ལུ་གཞི་
 བཅུགས་འབད་ཡོད་པའི་བྱ་བ་ལམ་སྟོན་ནང་ཚུད་དེ་ཡོད། དབུ་ཁག་འདི་གིས་ ལཱ་
 འབད་དགོཔ་ཚུ་ སྤར་གྱི་ལཱ་འཕྲོ་ལུ་བརྟེན་དགོཔ་ཡིན་རུང་ ལཱ་གསར་པ་རེ་ཡང་མནོ་
 བསམ་བཏང་སྟེ་འཆར་གཞི་བཅུམས་ཞིན་མ་ལས་འབད་དགོ། དབུ་ཁག་འདི་གིས་ བཀོད་
 བྱ་བ་དང་མཁུམས་མཆོག་གིས་ཐག་གཅད་མི་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་གཅིག་ཁར་སྤྱི་
 བྱས་དང་བྱ་རིམ་ཚུ་བཟོ་ནི་དང་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནི་གི་བྱ་བ་སྟོན་བསམ་འཆར་བཀོད་
 དགོ། དབུ་ཁག་འདི་གིས་ ལྟ་བཀོད་དང་བྱ་བ་སྟོན་དབུ་ཁག་དང་ལག་ལེན་དབུ་ཁག་ཚུ་ལུ་
 ལཱ་གི་ལྟ་ཞུག་དང་ལཱ་བྱུལ་དབུ་ཞིབ་འབད་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ སྒྲིག་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་འགོ་
 འདྲན་འཐབ་ནི་འགན་ཁུར་ཡང་འབག་དགོཔ་ཡིན།

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་བྱུང་འཛིན་ ༩ པ་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ཁོ་རའི་མ་འོངས་
 གཡོག་གི་མདུན་ལམ་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ནི་འདྲ་སྐྱབས་ཅིག་ཡིན། ཁོ་གིས་ཁོ་རའི་ལཱ་གཡོག་
 འཕྲོ་མཐུད་འབད་ནི་ཡིན་ན་ ཡང་ན་ མཁུམས་མཆོག་དང་འཛིན་སྐྱོང་ག་འདི་ནང་འགྲོ་ནི་
 ཡིན་ན་ཐག་གཅད་དགོ།

༡.༢.༣.༣

ལྟ་བཀོད་དང་བྱ་བ་སྟོན་སྟེ་རིམ།

དབུ་ཁག་འདི་གི་འགན་ཁུར་ཚུ་ཡང་ ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ལྟ་ཞུག་དང་བྱ་བ་སྟོན་འབད་ནི་
 ཚུ་ཡིན། དེ་གི་གངས་སུ་ལཱ་གི་འཆར་གཞི་བཅུམས་ནི་དང་ ལཱ་གི་འགན་ཁུར་སྟོན་ནི། སྤྱིར་
 བརྟེན་དང་ དེ་ལས་ཉིན་ལྟར་ལཱ་གི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་གྲོས་ཐག་གཅད་ནི་ཚུ་ཡིན། དབུ་ཁག་
 འདི་གིས་ བྱུང་རིག་དབུ་ཁག་ཚུ་གིས་ གྲོས་ཐག་བཅད་མི་ཚུ་ཉིན་ལྟར་བཞེན་དུ་ལག་ལེན་
 འཐབ་དགོ། དབུ་ཁག་འདི་གིས་ གྲོས་ཐག་གཅད་ནི་འབྲེལ་ཚད་འདི་ ད་ལྟོ་གནས་ཏེ་ཡོད་
 པའི་སྤྱིད་བྱས་ནང་འཁོད་ལམ་སྟོན་ཁ་གསལ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་དགོ། དེ་མ་ཆད་
 རང་སོའི་མངའ་འོག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ལཱ་བྱུལ་དབུ་ཞིབ་དང་སྒྲིག་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་
 ཚུ་ཡང་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༡.༢.༣.༤

ལག་ལེན་སྟེ་རིམ།

དབུ་ཁག་འདི་གི་འགན་ཁུར་གྱི་གངས་སུ་ མི་མང་དང་གཅིག་ཁར་འགོ་ཐོག་གི་འབྲེལ་བ་
 འཐབ་ནི་དང་ དུས་རྒྱུན་དུ་བརྒྱུད་འཕྲིན་ནང་ལུ་ འོས་ལྗན་གྱི་ངོས་ལེན་འབད་ནི། རྒྱ་
 རིམ་སྐྱུམ་འཁོར་གཏང་ནི། སྒྲིག་འཕྲིན་བྱི་སེལ་འབད་ནི། མཚུབ་གཞོན་རྒྱབ་ནི་དང་སྒྲིག་
 རིག་ལག་ལེན། དེ་ལས་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་ཆས་ གཞན་གྱི་ལག་ལེན་དང་ གནས་སྤྱད་
 བཅུགས་ནི་དང་སྤྱི་ལཱ་ལྟ་སྒྲིག་འབད་ནི་ཚུ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་ལུ་ དབུ་ཁག་འདི་འོག་གི་
 ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ དམིགས་ལུལ་དང་ཐབས་ལམ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ལཱ་འགན་སྟོན་
 མི་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

१.१.८

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ།

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་འདི་ གོ་གནས་ཀྱི་སྤྲེ་ཅིམ་ནང་འཁོད་ལུ་ གོ་གནས་རེ་རེ་བཞིན་ལུ་གནང་བ་བྱུང་བའི་
ལཱ་འགན་བཞོ་བཟུམ་དང་འབྲེལ་བའི་གོ་ཅིམ་ཅིག་ཡིན་པ་དང་། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་དང་འབྲེལ་བའི་
དངུལ་ཕྱགས་ཐོབ་ཚད་ཅིག་འོང་དགོ། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་ ११ ཡོད་མི་ཚུ་ གོ་གནས་ཀྱི་སྤྲེ་ཅིམ་ ८
ནང་དབྱེ་སྟེ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་།

१.१.८.१	བཀོད་བྱུང་དང་མཁུ་མཆོག་	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་ ३།
१.१.८.२	བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་།	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་ ༥།
१.१.८.३	ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་།	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་ ༩།
१.१.८.३	ལག་ལེན།	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་ ༤།

१.१.५

གོ་གནས་ཚུ་ག་ར་ སྤྱིར་བཏང་བྱེད་ལས་ཀྱི་འགན་ཁུར་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་ཁག་ཚུ་ལུ་
གཞི་བཞག་པའི་ གོ་གནས་ཀྱི་སྤྲེ་ཅིམ་དེའི་ནང་གསེས་ གང་རུང་ཅིག་དང་འབྲེལ་ཚུགས་དགོ། དེ་མ་ཚད་ གོ་
གནས་འདི་ ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྲེ་ཚན་དང་ ནང་གསེས་སྤྲེ་ཚན། སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གཞི་བཀོད་ནང་འཁོད་གང་རུང་
ཅིག་གི་ གངས་སྤྱི་ཚུ་མི་ཅིག་དགོ།

१.१.६

དོན་ཚན་ १.१.१ པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་ཤེས་ཚད་ཚུ་ གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་ཁག་དེ་ནང་ཚུད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཅུང་
མཐའ་ལུ་དགོ་པའི་ཤེས་ཚད་ཡིན།

१.१.७

བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྤྲེ་ཅིམ་འདི་གིས་ བྱད་འཛིན་ १ པའི་གོ་གནས་ཚུ་ཚོད་སྟོད་ཞིན་ལས་ དེའི་
ཤུལ་ལས་ དོན་ཚན་ १.१.१ པ་ཡང་ན་ १.१.३.१ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བྱད་འཛིན་ १ པ་དང་ དེ་ལས་ལྷག་
སྟེ་ བཀོད་བྱུང་དང་མཁུ་མཆོག་གི་གོ་གནས་ཁར་འབྱོར་གོ་པ་ཡིན། འཛིན་སྐྱོང་གོ་གནས་ བྱད་འཛིན་ १
པ་དང་བཀོད་བྱུང་ཀྱི་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཀྱན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་འབྱོར་གོ་པ་དང་། མཁུ་
མཆོག་གོ་གནས་ བྱད་འཛིན་ १ པ་དང་ མཁུ་མཆོག་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལཱ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་
མཁུ་མཆོག་གོ་གནས་ཡར་མེད་གི་ཚད་གཞི་ཚང་དགོ།

१.१.८

ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་སྤྲེ་ཅིམ་འདི་གིས་ འཛུལ་ཁུགས་གནས་ཅིམ་དང་འབྲེལ་མ་དགོ་པར་ གོ་གནས་ཡར་
མེད་གི་ཚད་གཞི་ཚུ་ཚང་ན་ ལྷ་བཀོད་གོང་མ་གི་གནས་ཅིམ་ १ པ་ཚུ་ཚུགས། གལ་སྲིད་ གཡོག་ཐོག་
ལྷ་བཀོད་གོང་མ་གི་སྤྲེ་ཅིམ་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་གདམ་འབྲུ་བྱུང་
པ་ཅིན་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྤྲེ་ཅིམ་ནང་འབྱོར་ཆོག་

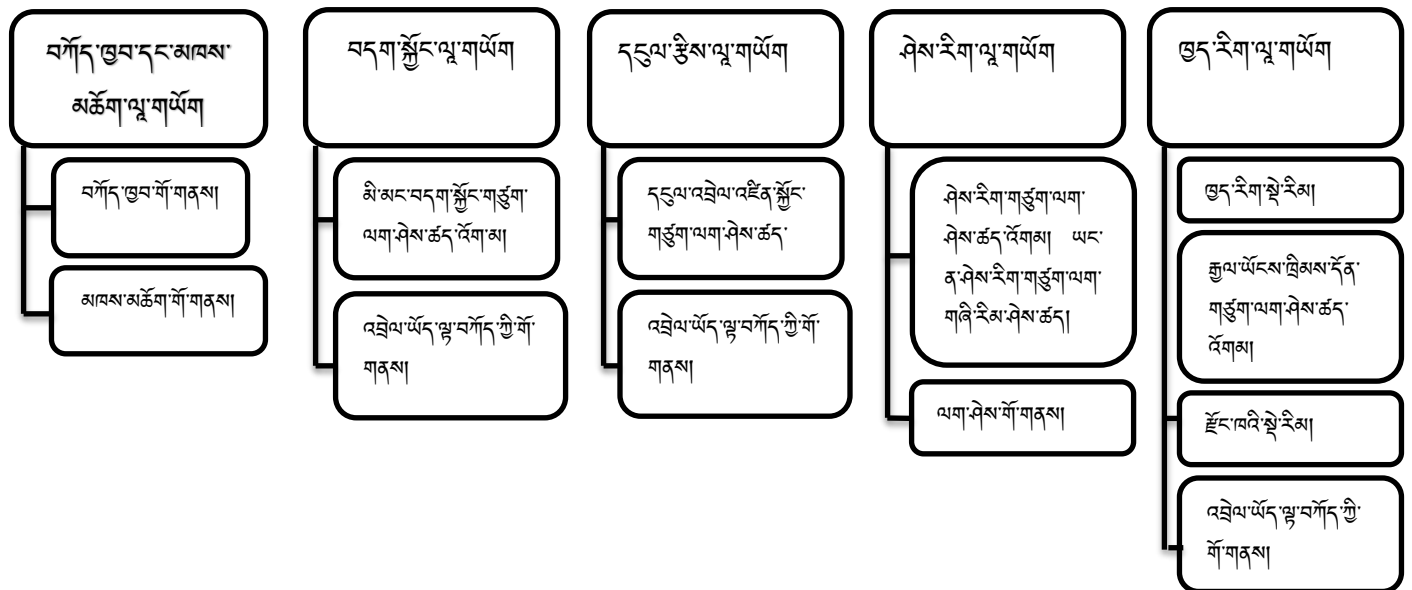
१.१.९

ལག་ལེན་སྤྲེ་ཅིམ་འདི་གིས་ གོ་གནས་ཡར་མེད་གི་ཚད་གཞི་ཚུ་ཚང་པ་ཅིན་ ལག་ལེན་གྱི་གནས་ཅིམ་ १ པ་
ཚུ་ཚུགས། གལ་སྲིད་ གཡོག་ཐོག་ལག་ལེན་སྤྲེ་ཅིམ་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་
རྒྱུགས་ནང་ལས་གདམ་འབྲུ་བྱུང་པ་ཅིན་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྤྲེ་ཅིམ་ནང་འབྱོར་ཆོག་ནི་དང་། ག་དེམ་
ཅིག་སྟེ་ ཀྱན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཐོག་ལས་གདམ་འབྲུ་བྱུང་པ་ཅིན་ ལྷ་བཀོད་གོང་མ་གི་སྤྲེ་ཅིམ་ནང་འབྱོར་
ཆོག་

੧.੩ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད།

੧.੩.੧ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ལྷ་རིག་གི་ས་གོ་ནང་འཁོད་ལུ་ སྤྱོ་སར་འབད་ནི་དོན་ལུ་
 ལམ་སྟོན་གཞི་བཀོད་དང་གཞི་ཅ་ཅིག་ཨིན། སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་ ༥ ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་།

- ੧.੩.੧.੧ བཀོད་བྱ་བ་དང་མཁམ་མཆོག་ལུ་གཡོག
- ੧.੩.੧.੨ བདག་སྐྱོང་ལུ་གཡོག
- ੧.੩.੧.੩ དངུལ་ཅིས་ལུ་གཡོག
- ੧.੩.੧.༤ ཤེས་རིག་ལུ་གཡོག་དང་།
- ੧.੩.੧.༥ ལྷ་རིག་ལུ་གཡོག



੧.੩.੨ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལུ་རིག་ས་གཞི་བོད་སྤྱི་ཚུ་ནང་ རང་གསེས་སྤྱི་ཚུ་དང་ གོ་གནས་ཚུ་ ལྷ་རིག་
 དེ་བ་ ༡/༡༡ པའི་ནང་ ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད། སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་ཀྱི་འོག་ལུ་ཚུད་པའི་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་
 དཔེ་རིམ་འདི་ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་ཀྱི་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་དགོ།

੧.༤ ལུ་རིག་ས་གཞི་བོད་སྤྱི་ཚུ་དང་ནང་གསེས་སྤྱི་ཚུ་

੧.༤.੧ ཞི་གཡོག་གི་གོ་གནས་ཚུ་ ལུ་རིག་ས་གཞི་བོད་སྤྱི་ཚུ་ནང་དཔེ་བཅུ་དགོཔ་དང་ སྤྱི་ཚུ་འདི་རེ་རེ་བཞིན་དུ་
 གིས་རྒྱ་ཆེ་ལུ་རིག་ས་དཔེ་ལག་གི་བརྟེན་འབད་མེད་ཨིན། དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་ སྤྱི་ཚུ་དེ་ཚུ་ནང་གོ་གནས་སོ་སོ་
 གིས་འབད་དགོ་པའི་ལུ་གི་རང་བཞིན་ཅོག་འབད་མི་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཡན་ལག་སྤྱི་ཚུ་ལུ་དཔེ་མེད་ཨིན།
 གོ་གནས་དེ་ཚུ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ གནས་རིམ་བཞི་གི་ཐོག་ལས་དཔེ་སྟེ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་
 ལུ་རིག་ས་གཞི་བོད་སྤྱི་ཚུ་ནང་ རང་གསེས་སྤྱི་ཚུ་དང་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ཚུ་ཨིན།

੧.༤.੨ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ སྤྱི་ཚུ་གཅིག་ ཡང་ན་ དེ་ལས་མང་མ་ཅིག་ གསར་བཙུགས་དང་

བཏོན་གཏང་ནིའི་འོས་འབབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཚན་ ༡༩ ནང་ ནང་གསེས་སྡེ་ཚན་ ༩༩
འོང་དགོ།

༡.༥ གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད།

༡.༥.༡ གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུར་གྱི་བཤད་པ་འདི་ལུ་སྤྲུབ་ཡིན། འདི་ནང་འགན་
འཁུལ་བཀོད་ནི་དང་ ཤེས་ཚད་དང་རིག་ཕུལ་གྱི་དགོས་མཁོ་ཐག་གཅད་ནི་ལུ་ སན་ཐོགས་ཆེ་བའི་གནད་དོན་
ཚུ་ཚུད་པ་མ་ཆད་ གོ་གནས་འདི་དང་ གོ་གནས་གཞན་གྱི་བར་ནའི་འགྲེལ་ལམ་ཚུ་ཡང་སྟོན་མ་ཡིན།

༡.༥.༢ གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་ནང་ལུ་གཤམ་འཁོད་ཀྱི་ཁ་གསལ་ཚུ་ཚུད་དགོ།

- ༡.༥.༢.༡ ལཱ་གཡོག་ངོས་འཛིན།
- ༡.༥.༢.༢ ལཱ་གཡོག་གི་དགོས་དོན། ལཱ་འགན། འགན་ཁུར།
- ༡.༥.༢.༣ ཉུང་མཐའི་ཤེས་ཚད་ཚུ་དང་ཉམས་སྦྱང་།
- ༡.༥.༢.༤ ལཱ་གཡོག་གི་ལཱ་ཁག་ཉེང་།
- ༡.༥.༢.༥ ལཱ་གི་རང་བཞིན། ཁྱབ་ཚད། སན་ལྷགས།
- ༡.༥.༢.༦ འཐོབ་སར་ཡོད་པའི་བཀོད་རྒྱ་དང་ལམ་སྟོན།
- ༡.༥.༢.༧ ལཱ་གི་འགྲེལ་བ།
- ༡.༥.༢.༨ ལྟ་བཀོད་དང་འཛིན་སྐྱོང་གྱི་འགན་ཁུར། གཡེ་སྤྱད་ཡོད་པ་ཅིན།
- ༡.༥.༢.༩ ལཱ་གཡོག་གནས་སྤངས།

༡.༥.༣ ཞི་གཡོག་གི་གོ་གནས་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་དོན་ལུ་ གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་རེ་གསལ་རི་རི་སྟེ་དགོ།

༡.༥.༤ གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་འདི་ འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཁག་མ་འདམ་གཉིས་སྟེ་འོང་དགོ།

༡.༥.༤.༡ སྤྱིར་བཏང་གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་འདི་ ལས་སྡེ་ག་ཅི་ནང་ཡིན་རུང་ གོ་གནས་གྱི་
གནས་རིམ་ཙམ་འཐད་པ་འབད་མི་ཞི་གཡོག་ཚུ་གིས་ གཞི་རྟེན་ལཱ་འགན་དང་འགན་
ཁུར་བཀོད་མི་འདི་ལུ་སྤྲུབ་ཡིན།

༡.༥.༤.༢ དམིགས་བསལ་གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་འདི་ རང་སེའི་ལས་སྡེ་ནང་ལུ་ ལཱ་འགན་ག་
ཅི་གི་དོན་ལུ་བཟུགས་བཟུགས་པ་ཡིན་ན་གི་གོ་གནས་དང་ འགྲེལ་བའི་སྐབས་ཐོབ་དང
འཁུལ་ཏེ་ འབད་དགོ་པའི་ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུར་ཁ་གསལ་སྟེ་བཀོད་མི་འདི་ལུ་སྤྲུབ་
ཡིན།

༡.༦ གོ་གནས་གྱི་མིང་དེབ།

༡.༦.༡ གོ་གནས་གྱི་མིང་གནས་དང་གནས་རིམ། རིགས་སྟོན་དང་རིགས་སྟོན་མིན་པའི་གོ་གནས་ཚུ་ཚུད་པའི་ གོ་
གནས་གྱི་རིམ་པ། ཉུང་མཐའ་ལུ་དགོ་པའི་ཤེས་ཚད། དེ་ལས་ ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཚན་དང་ སྤྱི་གཡོག་
སྤྱི་བཀོད་སྟེ་ཚན་ནང་གི་ རང་སེའི་ནང་གསེས་སྟེ་ཚན་ནང་ལུ་ འཛུལ་ཞུགས་གནས་རིམ་ཚུ་ཚུད་ཡོད་མི་
ཞི་གཡོག་བརྟེན་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ལས་བཏོན་པའི་ གོ་གནས་གྱི་མིང་དེབ་ཅིག་འོང་དགོ།

- ༡.༤.༡ ཞི་གཡོག་པ་ག་ར་གིས་ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེ་བ་ནང་ལུ་ གསལ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད་པའི་གོ་གནས་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡.༤.༢ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེ་བ་ནང་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་ག་ཅི་ར་འབད་དགོ་རུང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གནང་བ་དགོ།
- ༡.༤.༣ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེ་བ་ནང་ལུ་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱར་ཏེ་འཐབ་མེ་བཙུགས་དགོ་པ་ཅིན་ ཟུར་དེ་བ་ ༡/ཁ་པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གཡོག་གི་ངོས་འཛིན་དང་གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད། གཡོག་གི་དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ། གནང་བ་ཚུ་ལེན་དགོ་པའི་བྱ་རིམ་ཚུ་ག་ར་གྲུབ་པའི་ལུ་ལས་ཁ་སྐོང་བཀོད་ཆོག
- ༡.༤.༤ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེ་བ་འདི་ གཡོག་བཙུགས་དང་གནས་སེར་ སྤྱོད་བཟར་དང་གོ་གནས་ཡར་སེང་ཚུ་གི་དོན་ལུ་རྒྱབ་རྟེན་ངོ་མ་ཅིག་ཡིན་དགོ།

༡.༥ ལས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ག་བཀོད།

- ༡.༥.༡ ལས་སྡེ་གི་འགན་དབང་དང་སྤྱོད་པ་གྲུབ་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་འདི་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ། ལས་ཚོགས་སྤྱི་ག་བཀོད་འདི་ ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་གྱི་གསལ་སྟོན་བྱུང་ཡོད་མི་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ རྒྱབ་སྟོན་འབད་འོང་། ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐབས་ལམ་དེ་གྲུ་ ལས་སྡེ་གསར་སྐྱར་གཞི་བཀོད་ (ཟུར་དེ་བ་ ༡/ག) པ་དང་ དེའི་གནས་ཚད་ལག་ལེན་བྱ་རིམ་འདི་གིས་ སྤྱི་ག་བཀོད་བསྐྱར་བཅོས་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལས་སྟོན་ཅིག་སྟེ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་བཟུབ།
- ༡.༥.༢ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་ ༢༠༢༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༢༩ པའི་ནང་དོན་ལྟར་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ལྷན་རྒྱས་གཞུང་ཚོགས་ཀྱི་གོ་སྐོར་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་སྡེ་དང་དྲང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ། ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་འདུས་ཚོགས་ཚུ་མ་བཅུས་པའི་ ཞི་གཡོག་ནང་གི་ལས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ག་བཀོད་ཚུ་ གསར་པ་བཟོ་ནི་དང་། ཆ་མེད་གཏང་ནི། ཡར་སེང་རྒྱབ་ནི། ཡང་ན་བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནི་ཚུ་འབད་ཆོག་པ་མ་ཆད་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གོས་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་ མིང་གནས་ཚུ་ཡང་བསྐྱར་བཅོས་འབད་ཆོག
- ༡.༥.༣ ལས་ཚོགས་སྤྱི་ག་བཀོད་གསར་པ་བཟོ་ནི། ཆ་མེད་གཏང་ནི་དང་ ཅུས་མཐུན་བཟོ་ནི་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་གསར་སྐྱར་གཞི་བཀོད་དང་ དེའི་ཚད་ལྷན་ལག་ལེན་བྱ་རིམ་འདི་གིས་ལས་སྟོན་འབད་འོང་།
- ༡.༥.༤ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ མིང་གནས་བཅུས་ཏེ་ ལས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ག་བཀོད་བསྐྱར་བཅོས་རྒྱབ་ནིའི་གོ་སྐོར་འཆར་ག་ཅི་ར་ཡོད་རུང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་འདྲི་བསྐྱར་འབད་དགོ།
- ༡.༥.༥ ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་སྡེ་དང་ ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་འདུས་ཚོགས་ཚུ་གི་སྤྱི་ག་བཀོད་བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོ་པ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་ གོས་བསྐྱར་འབད་དེ་བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོ།
- ༡.༥.༦ དྲང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ་གིས་ ཁྲིམས་ཁང་ཚུ་དང་ ཡང་ན་ཁྲིམས་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གསར་པ་བཙུགས་ནི། ཆ་མེད་གཏང་ནི། ཡར་སེང་རྒྱབ་ནི། ཡང་ན་བསྐྱར་བཅོས་ཚུ་འབད་ཆོག་ དེ་མིན་པའི་གཞན་ལས་ཚོགས་ཀྱི་བསྐྱར་

བཅོས་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྡུན་ཐོག་ལས་འབད་དགོ།

༡.༥ ལས་གཞི་གཞི་བཞོན་རིས་དང་གྲངས་འབོར།

- ༡.༥.༡ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྡུན་གྱི་ཐོག་ལས།
- ༡.༥.༡.༡ གནས་ཚད་ལག་ལེན་བྱ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་གཞི་གཞི་བཞོན་རིས་དང་གྲངས་འབོར་ཐག་གཅད་ནི།
- ༡.༥.༡.༢ ལོ་ལྷའི་ལས་གཞི་གཞི་བཞོན་མཁོ་དང་བསྡུན་ཏེ་ ལོ་ལྷའི་གཞི་གཞི་བཞོན་གྱི་འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི།
- ༡.༥.༡.༣ གོ་གནས་དབྱེ་བ་བྱེ་ནི། ཡང་ན་གསར་པ་བཟོ་ནི་དང་ཆ་མེད་གཏང་ནི།
- ༡.༥.༡.༤ ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་གྱི་སྐབས་ ལས་གཞི་གཞི་བཞོན་མཁོའི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།

༡.༦ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ།

༡.༦.༡ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་འདི་ གཞུང་གི་ལས་གཞི་གཞི་བཞོན་ལས་སྡེ་ལྷན་ལྷན་གྱི་ཐོག་ལས་ གི་གཞི་གཞི་བཞོན་ལས་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ལེན་ཚུ་ག་རའི་མཐའ་དཔྱད་ཀྱི་དབང་འཛིན་ཅིག་ཡིན། དེ་གི་གྲངས་སྟེ་ ཅ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་འབྲུག་གི་གཞི་གཞི་བཞོན་ལས་སྡེ་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་ནང་བཞོན་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཅན་ཚུ་མི་ཚུ་ད།

༡.༦.༢ ཟུར་དེབ་ ༢/ང་པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གི་སྟོབས་ཀྱི་ལཱ་འགན་ཚུ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེའི་གཞི་བཞོན་གྱི་གཞི་བཞོན་སྡེ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ལས་སྡེ་ཚུ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་སྡེ་རིས་འཛིན་འབད་དགོ།

༡.༦.༣ དགོས་དོན།

༡.༦.༣.༡ ལཱ་གཞི་གཞི་བཞོན་ལས་སྡེ་ལཱ་དབང་ཆ་སྟོན་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་དབང་ཆ་དེ་ལྷན་ལྷན་གྱི་སྟེང་ བྱས་ཀྱི་སྟེང་གཏང་ནི་དོན་ལཱ།

༡.༦.༣.༢ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་དང་ལཱ་གཞི་གཞི་བཞོན་ལས་སྡེ་ཚུའི་བར་ན་ དམིགས་བསལ་མི་སྟོབས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ཚུ་ བསྐྱར་ལཱ་མི་འབྱུང་ནི་དོན་ལཱ་ དངས་གསལ་དང་བདེ་སྟོབས་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི་དོན་ལཱ།

༡.༦.༣.༣ རྒྱལ་མཐུན་སྡེ་འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི་དང་། འཛིན་སྐྱོང་དང་ཁྱད་རིག་ ཡང་ན་ རྟོགས་གྲུབ་གོང་འཕེལ་གཏང་ཐོག་ལས་ དམིགས་བསལ་གྱི་ལཱ་འགན་ཚུ་ཁྱད་རིག་དང་ལྷན་སྡེ་བཟོ་ནི།

༡.༦.༤ དབང་ཆ་དང་འགན་ཁུར།

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱིར་བཏང་ལམ་སྟོན་འོག་ལཱ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་འདི་གིས་ གཞི་གཞི་

འཁོད་ཀྱི་དབང་ཚད་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་འབག་དགོ།

༡.༧.༤.༡ བྱད་རིག་རང་སེའི་ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་ཤལ་གྲང་ནི་དང་། རིམ་བྱུང་འཆར་གཞི་བཅུམ་ནི། གཡོག་གི་མདུན་ལམ་གཟང་ནི། མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་འཆར་གཞི་བཅུམ་ནི། ཚད་ལྡན་གྱི་ལས་གཡོག་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་བཟོ་ནི། དེ་ལས་ ཞབས་རྟོག་ཕུལ་ནི་ལུ་ལམ་ལུགས་ ཅིག་བཟོ་དགོ།

༡.༧.༤.༢ ལུ་གཡོག་ལས་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གྲོས་བསྟུན་འབད་ཐོག་ལས་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་ གི་དམིགས་ལུ་ཚུ་དང་མཐུན་སྡེ་ རེས་བརྟན་འགྲུབ་དགོ་པའི་ལས་སྡེ་དང་དམིགས་ གཏང་ཚུ་ རང་སེའི་ལས་འཆར་ཚུ་ནང་བཅུགས་དགོ།

༡.༧.༤.༣ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ གནས་སོར་ལམ་སྟོན་དང་ གོ་ཚུན་ ༡༤.༣.༡ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་གྲངས་འཛོར་ནང་འཁོད་ཀྱི་གནས་ སོར་ཚུ་ འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༡.༧.༤.༤ ཀྱན་གཏོགས་འགན་བསྟར་གྱི་ཐོག་ལས་ བྱད་འཛིན་ ༡ པ་ཚུན་ གཡོག་ཐོག་གཡོག་ བཅུགས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལུ་གཡོག་ལས་སྡེ་གིས་སྟོང་གྲོས་འཆར་ཕུལ་མི་གུ་ དབྱེ་ ཞིབ་འབད་དགོ། ཀྱན་གཏོགས་འགན་བསྟར་འདི་ གོ་ཚུན་ ༡༣.༧ པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་ པའི་བྱ་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༡.༧.༤.༥ གནད་དོན་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ ལུ་གཡོག་ལས་སྡེ་གིས་གཡོག་བཅུགས་དང་གདམ་འཐུ། ཀྱན་ གཏོགས་འགན་བསྟར་འགོ་འདྲན་འཐབ་མ་ཚུགས་པའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་སྐབས་ ལུ་ གཡོག་ལས་སྡེའི་ཚབ་སྡེ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་ གཡོག་བཅུགས་དང་གདམ་འཐུ། ཀྱན་གཏོགས་འགན་བསྟར་ཚུ་འགོ་འདྲན་འཐབ་ཚོག

༡.༧.༤.༦ དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ ཁག་ཆེ་བའི་བྱད་རིག་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་དོན་ལུ་ མཁས་མཆོག་དག་པ་ ཅིག་ རེས་འཛིན་འབད་དེ་རྒྱུན་སྦྱོར་འཐབ་བཞག་དགོ།

༡.༧.༤.༧ རང་སེའི་ལུ་རིགས་སྡེ་ཚན་ནང་གི་རེས་བརྟན་འགྲུབ་དགོ་པའི་ ལས་སྡེ་དང་དམིགས་ གཏང་ཚུའི་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་དབྱེ་ཞིབ་འབད་མི་འདི་ རན་ཚོད་ལག་ལེན་གྱི་ནང་འདེབས་སྡེ་ ལུ་གཡོག་ལས་སྡེ་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༡.༧.༤.༨ ཞི་གཡོག་ནང་འཁོད་ལུ་ གཡོག་གི་སྟོང་གང་རུང་བཟོ་བའི་སྐབས་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་ གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོན་ཕུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ འགན་ཁུར་གཅོ་བོ་ཅིག་སྡེ་འབག་དགོ།

༡.༧.༤.༩ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་འབད་མ་ཚོགས་ཚུ་ཡང་།

༡. ལུ་གཡོག་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་ འདི་བསྟུན་མ་འབད་བའི་ཏེ་མ་ གནས་སོར་ གཏང་མི་ཚོག་ དེ་མ་ཚད་ གོ་ཚུན་ ༡༤.༣.༣ པ་ལྟར་བྱ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་ གིས་བཟོ་ཡོད་པའི་གནས་སོར་ལམ་སྟོན་དང་མ་འཁྲིལ་རུང་ གནས་སོར་གཏང་

མི་ཚོགས་

༡. སྤྱིང་བཅའ་གྱི་དོན་ལུ་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་མིང་བཏོན་ ཐོག་ལས་ངོས་འཛིན་འབད་མི་ཚོགས་ ངོས་འཛིན་འབད་ནི་འོ་ཐོབ་སྐུལ་འདི་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་ལུ་ཡོད།
༢. ལཱ་རིགས་གཙོ་བོ་ལུ་སྡེ་ཚན་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་ གནས་སྤོང་གཏང་མི་ཚོགས་ བྱི་དང།
༣. དོན་ཚན་ ༡༢.༤.༣ པ་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ ཁྱད་རིག་པ་ཚུ་ གཞུང་ཚབ་དང་ སྐྱོལ་བཤུ་ དོན་གཙོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་གནས་སྤོང་གཏང་མི་ཚོགས་

༡.༧.༥

གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་འཕམ་ལུགས།

༡.༧.༥.༡

- ཚོང་ཁག་དང་ཁྲོམ་སྡེ་ཚུ་ནང་ལུ་ ལཱ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ རང་སྤོང་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་འོག་ལུ་ཚུད་པ་ གཤམ་གསལ་ལྟར།
༡. ཚོང་ཁག་ ཡང་ན་ དྲུང་ཁག་ ཡང་ན་ ཁྲོམ་སྡེ་འོག་ཚང་ལྟེ་བ་ནང་ ལཱ་འབད་མི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ།

ལཱ་གཡོག་ཡང་ན་ཡན་ལག་སྡེ་ཚན།	གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ།
རྒྱ་སྤྱོད་ལཱ་གཡོག་ (སོ་ནམ་དང་སྤྱོད་ལཱ་)	སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག
ནགས་ཚལ་ལཱ་གཡོག་	
ཤེས་ཡོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ལཱ་གཡོག་	ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག
འོང་འབབ་ལཱ་གཡོག་	དངུལ་རྒྱུ་ལྷན་ཁག
དངུལ་ལས། དངུལ་རྒྱུ་ལྷན་དང་འཆར་དངུལ་ལཱ་གཡོག་	
ནང་འཁོད་རྒྱུ་ལྷན་ལཱ་གཡོག་	
རྒྱ་དངོས་དང་མཁོ་སྐྱབ་འཛིན་སྐྱོང་ལཱ་གཡོག་ (མཁོ་སྐྱབ་རྒྱུ་ལྷན་གཅིག་)	
མི་མང་འཕྲོད་བསྟེན་ལཱ་གཡོག་	གསོ་བའི་ལྷན་ཁག
ཞི་བའི་ཐོ་བཀོད་དང་མི་རྒྱུ་ལཱ་གཡོག་	ནང་སྤྱོད་དང་སྤོང་འཛིན་ལྷན་ཁག
རྒྱ་རྒྱུ་ལྷན་དང་ལམ་སྤོང་ལཱ་གཡོག་	
རྒྱ་དངོས་དང་མཁོ་སྐྱབ་འཛིན་སྐྱོང་ལཱ་གཡོག་ (མཁོ་སྐྱབ་མི་ན་བའི་རིགས།)	

བདག་སྐྱོང་ལུ་གཡོག (སྤྱི་རྒྱུ་ལུ་གཡོག)	ནང་སྤྱི་དང་སྤོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག ཡང་ན་འབྲེལ་ཡོད་ཁྲོམ་སྤྱི།
དྲུང་གཡོག	
བདེ་དོན་དང་བརྒྱུད་འབྲེལ་འཕུལ་རིག་ལུ་གཡོག	བདེ་དོན་དང་བརྒྱུད་འབྲེལ་ལྷན་ཁག
བཟོ་རིག་ལུ་གཡོག	ཞབས་ཏྲུག་ལྷན་ཁག
ཁྲོམ་སྤྱིའི་འཆར་གཞིའི་ལུ་གཡོག	
ཁྲོམ་སྤྱི་གོང་འཕེལ་ཚད་འཛིན་ལུ་གཡོག	
ཐབས་རིག་རྒྱུ་སྐྱོར་ལུ་གཡོག	
འཆར་གཞིའི་ལུ་གཡོག	རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྤྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལྷན་ཚོགས།
མི་སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་དང་གོང་འཕེལ་ལུ་གཡོག (ལུ་གཡོག་འགོ་དཔོན་དང་ལས་མི་འགོ་དཔོན་མ་བཅུས་པར།)	རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
ས་ཆའི་ལུ་གཡོག	རྒྱལ་ཡོངས་ས་ཆ་ལྷན་ཚོགས།
ས་འཇལ་བཟོ་རིག་ལུ་གཡོག	
ཁྲོམ་སྤྱི་ལུ་གཡོག	ཚོད་དཔོན་ཡོངས་ཁྲུབ་ཡིག་ཚང་།
མཐའ་འཁོར་ལུ་གཡོག	རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས།
ཕྱིས་དབྱེད་ལུ་གཡོག	རྒྱལ་ཡོངས་ཕྱིས་དབྱེད་ཡིག་ཚང་།

༡. འོག་གི་དོན་ཚན་ ༡.༩.༥.༡ ནང་བཀོད་ཡོད་མི་ཚུ་མ་བཅུས་པའི་ རྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམ་སྤྱིའི་བདག་སྐྱོང་མངའ་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ ས་གནས་ས་ཁོངས་ཡིག་ ཚང་ ཡང་ན་གོ་གནས་ཚུ་ནང་ལུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ།

ས་གནས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་།	གཞི་འཛིན་ལས་སྤྱི།
སྤྱོད་གྲུ།	ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག
སྤྱན་ཁང་དང་གཞི་རྟེན་སྤྱན་ཁང་།	གསོ་བའི་ལྷན་ཁག
རང་བཞིན་སྤྱར་བྱུང་ཐོན་སྐྱེད་ལྷེ་བ་དང་རྒྱ་སྐྱེད་ཡིག་ཚང་།	སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག
སྒོ་ཁོར་སྤྱན་ཁང་།	
ཞེད་འོག་བདག་སྐྱོང་འགོ་དཔོན།	ནང་སྤྱི་དང་སྤོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག
ཕྱིས་འཛིན་ལས་རོགས།	དབྱེད་ཕྱིས་ལྷན་ཁག

༢. རྫོང་ཁག་དང་ཁྲོམ་སྤྱི། ས་གནས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་དང་ གཞུག་སྤྱི་ཚུ་ནང་ལུ་འབད་ མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་དང་ཅོག་ འཐད་པ་སྤྱི་ དོན་ཚན་ ༡.༩.༥.༢ པའི་

ནང་བཀོད་ཡོད་མི་ཚུ་མ་བཅུས་པར་ གཤམ་འཁོད་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ལཱ་ འབད་
མེད་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ཡང་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་ཅིག་གི་ཁོངས་སུ་བསྟུང་གོ།

- རྒྱལ་ཡོངས་སྡེ་བ།
- ལུང་ཕྱོགས་ཡིག་ཚང་།
- ཞིབ་འཇུག་སྡེ་ལ་ཁང་།
- སྤྱིང་བརྒྱུ་སྡེ་ལ་ཁང་།
- ཆ་རིམ་ཤེས་ཡོན་སྡེ་ལ་ཁང་།

༡.༩.༥.༡

གོང་ལུ་བཀོད་མི་ཚུ་གི་ལྷན་ཐབས་ལུ་ གཤམ་འཁོད་ཚུ་གིས་ལྷན་ཁག་དང་རང་སྤྱོད་ལས་
སྡེ་ ག་ར་ནང་གི་འབྲེལ་ཡོད་ལཱ་རིགས་ལཱ་གཡོག་ཚུ་གི་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་སྡེ་འབད་དགོ།

ལཱ་གཡོག་དང་ཡན་ལག་སྡེ་ཤུན།	གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ།
དངུལ་རྩིས་དང་རྩིས་ལས་འཆར་དངུལ་ལཱ་གཡོག	དངུལ་རྩིས་ལྷན་ཁག
ནང་འཁོད་རྩིས་ཞིབ་ལཱ་གཡོག	
རྒྱ་དངོས་དང་མཁོ་སྦྱབ་འཛིན་སྤྱོད་ལཱ་གཡོག (མཁོ་སྦྱབ་རྒྱུ་མ་གཅིག)	
བད་དོན་བརྒྱུད་འབྲེལ་དང་འཕུལ་རིག་ལཱ་གཡོག	བད་དོན་དང་བརྒྱུད་འབྲེལ་ལྷན་ཁག
ཁྲིམས་དོན་ཁྱད་རིག་བཅུས་པའི་ ཁྲིམས་དོན་ལཱ་གཡོག་རྒྱལ་ཡོངས་ ཚོགས་འདུ་དང་རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་སྡེའི་ལྷན་ཁག་ཡིག་ཚང་ནང་ (ཁྲིམས་ བཟོའི་ལཱ་གཡོག) ལཱ་འབད་མི་ཚུ།	ཚུད་དཔོན་ཡོངས་ཁྱབ་ཡིག་ཚང་།
ས་འཇལ་བཟོ་རིག་ལཱ་གཡོག་དང་ས་ཆའི་ལཱ་གཡོག	རྒྱལ་ཡོངས་ས་ཆ་ལྷན་ཚོགས།
མི་སྟོབས་འཛིན་སྤྱོད་དང་གོང་འཕེལ་ལཱ་གཡོག (ལཱ་གཡོག་འགོ་དཔོན་དང་ ལས་མི་འགོ་དཔོན་མ་བཅུས་པར།)	རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
འཆར་གཞིའི་ལཱ་གཡོག	རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྤྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལྷན་ཚོགས།
རྩིས་དབུང་ལཱ་གཡོག	རྒྱལ་ཡོངས་རྩིས་དབུང་བཀོད་འཛིན།
རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལཱ་གཡོག (སྐད་ཡིག་གོང་འཕེལ་འགོ་དཔོན་ཚུ་དང་རྫོང་ ཁ་འགོ་འབྲེན་པ།)	རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

དན་གསོ། གོང་ལུ་གསལ་བཀོད་མ་འབད་མི་ཚུ་ ཁོང་རའི་ལས་སྡེ་འདི་ར་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་ཨིན།

༡.༩.༦

ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེའི་འགན་ཁུར།

༡.༩.༦.༡

དབང་ཆ་འདི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ནང་ལུ་
འགན་སྲོད་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡.༩.༦.༢

ལས་སྡེ་ག་ར་ལུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ནང་

གསལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ལེའུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དགོངས་པོག་གཏང་ནི། དགོངས་ལུ་གཏང་
ནི། ངལ་གསོ། གཡོག་བཙུགས། གོ་གནས་ཡར་སང་། སྦྱང་བཅར། དགོངས་པོག་དང་
སྦྱིག་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་འབད་ནི་དང་ དམ་འཛིན་འབད་ནི་གི་དབང་ཚད་མི་བུམ་ཡོད།
དེ་གུ་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་གིས་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་ལཱ་འགན་ཚུ་འབག་དགོ།

༡. གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་ ཁ་འཆམ་གྲུབ་ཡོད་མེད་ཚད་གཞི་དང་
འབྲེལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་དགོས་མཁོ་ཐོས་འཆར་འདི་ ཐད་ཀར་དུ་ རྒྱལ་
གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༢. གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་ གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་མཁོ་མངག་འདི་
རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ། དེ་ལས་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གཞི་
འཛིན་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་འདི་བསྟན་འབད་ནི།

༣. ལོ་ལྟར་གྱི་གཡོག་བཙུགས་འཆར་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལྷ་སྦྱར་ ༡ པ་ཚུན་
གཏན་གཡོག་ནང་བཙུགས་ནི་ལུ་འབད་དགོ། ཨིན་རུང་ གནད་དོན་ལ་ལུ་
ཅིག་ནང་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་གིས་ གཡོག་བཙུགས་ལཱ་འབད་མ་ཚུགས་པའི་
གནད་དོན་རེ་ཐོན་ན་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་ གདམ་འཐུ་འབད་གནད་དགོ་
པའི་ལུ་བ་ཕུལ་དགོ།

༤. རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ རོས་ལེན་འབད་བའི་ལོ་ལྟར་གྱི་གཡོག་
བཙུགས་འཆར་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལྷན་རིག་དང་འཛིན་སྦྱོང་སྡེ་རིམ་དང་། ལྷ་
བཀོད་དང་རྒྱབ་སྦྱོར་སྡེ་རིམ། ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་ཚུ་ ལག་འབག་ཐོག་ལུ་གཡོག་
བཙུགས་དང་། དེ་ལས་ ལྷ་སྦྱོར་སྡེ་རིམ་དང་ ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་ཚུ་ གཏན་
གཡོག་ནང་བཙུགས་ནི་ལུ་ལཱ་འབད་དགོ།

༥. ལག་འབག་གི་དུས་ཡུན་ཡར་སང་ལུ་རྒྱབ་སྦྱོར་འབད་དགོ།

༦. གཞེངས་ཐོན་ ཡང་ན་ མཚོགས་འགྲོས་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སང་འདི་ རྒྱལ་
གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་རྒྱབ་སྦྱོར་ཕུལ་དགོ།

༧. ཡུན་རིང་སྦྱང་བཅར་གྱི་དོན་ལུ་ ཐད་ཀར་དུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་
དང་གཅིག་ཁར་ ལཱ་འབད་དགོ།

༨. ལོ་ལྟར་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་གནད་དོན་གཙོ་རིམ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་
ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༩. གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་འདི་བསྟན་འབད་ཐོག་ལས་ ལྷན་འཛིན་ ༡
པ་ཚུན་གྱི་ཀུན་གཏོགས་འགན་བསྐྱར་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ། ཨིན་རུང་ གནད་
དོན་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་གིས་ ཀུན་གཏོགས་འགན་བསྐྱར་འདི་

འགོ་འདྲེན་འཐབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་ གདམ་འཐུ་
འབད་གནང་དགོ་པའི་ཞུ་བ་ཕུལ་དགོ། ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་འདི་ རོན་
ཚན་ ༡༣.༧ ནང་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་
དགོ་པ་དང་།

༡༠. རྩྱགས་མཐུན་གནས་སོར་འདི་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་འདྲི་བསྐྱར་
འབད་ཞིན་མ་ལས་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ་པ་དང་། ལེའུ་ ༡༤ པ་དང་འབྲེལ་
ལས་གཡོགས་གནས་སོར་འདི་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་ཐག་བཅད་
དེ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

༡.༧.༤.༣ ལས་སྡེ་ཅིག་ནང་བསྐོ་བཞག་འབད་ཡོད་མིའི་ཞི་གཡོགས་གར་ ལས་སྡེ་དེའི་ཆ་འཛིག་
གྲུབ་པའི་ལས་གཡོག་པའི་གྲངས་འབོར་དང་འབྲེལ་དགོ་པ་མ་ཚད་ ལས་སྡེ་འདི་གིས་
འགན་འཁུ་མི་བྱམ་འབག་སྟེ་ཕྱག་ཞུ་དགོ་པ་དང་།

༡.༧.༤.༤ དབང་ཆ་འདི་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་དང་ ཡང་ན་ ཚོགས་སྡེ་བརྒྱད་དེ་རྒྱུང་གཅིག་
ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡.༡༠ ལས་སྡེ་ལུ་དབང་ཆ་སྟོན་ཐངས།

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ དེ་རའི་ལཱ་འགན་ཚུ་ ལས་སྡེ་འདི་དང་ དེའི་རྒྱུང་ཆེན་ཡིག་ཚང་ལུ་ འོས་འབབ་དང་
འབྲེལ་ཏེ་ རུས་དང་རུས་སུ་ཡིག་ཐོག་ལས་སྟོན་འོང་།

སྤྱི་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད་ལྟེ་ཆ་ན།

འཕྲུལ་ཞུགས།	ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྱི་ཆ་ན། རྒྱུ་གསལ་སྤྱི་ཆ་ན་དང་ གོ་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་གཞིའི་སྒྲིག་བཀོད།			
	བདག་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ (༤༤)	དབུལ་ཕྱིས་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ (༡༩)	ཤེས་རིག་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ (༡༡)	ཁྱེད་རིག་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ (༡༩)
འཕྲུལ་ཞུགས་གཅིག་པའི་གོ་གནས།	བདག་སྐྱོང་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་རིགས་སྤྱི་ཆ་ན།	བདག་སྐྱོང་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་རིགས་སྤྱི་ཆ་ན།	ཤེས་རིག་དང་སྐྱོང་བརྒྱུ་ལཱ་རིགས་སྤྱི་ཆ་ན།	བདག་སྐྱོང་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་རིགས་སྤྱི་ཆ་ན།
	བདག་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	རྒྱུ་དང་སྐྱོང་དང་འཛིན་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	ཤེས་རིག་འཛིན་སྐྱོང་དང་བདག་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	བདག་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	མདོ་ཆེན་ ༡ པ། (སྐྱོང་བརྒྱུ་)	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	མདོ་ཆེན་ ༡ པ། (སྐྱོང་བརྒྱུ་)	དབུལ་ཕྱིས་ ༤ པ།	ཆོག་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༤ པ།
	ཡི་གུ་གཏོང་ལཱ་ ༡ པ།	དབུལ་ཕྱིས་དང་ཕྱི་ལཱ་ལཱ་རིགས་སྤྱི་ཆ་ན།	བཀོད་དཔོན།	སྤྱི་ཆ་དང་སྤྱི་ཆ་ལཱ་རིགས་སྤྱི་ཆ་ན།
	དེད་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	དབུལ་ཕྱིས་ ཕྱིས་འཛིན་དང་འཆར་དབུལ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	དབུལ་ཕྱིས་འཛིན་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༤ པ།	སྤྱི་ཆ་སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	དབུལ་ཕྱིས་	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	ཤེས་རིག་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་འགོ་དཔོན།
	ཆོང་རབ།	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།
	ཆོང་འོག་བདག་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	ཕྱིས་འཛིན་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༤ པ།	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་དང་འཛིན་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	བསྐྱེད་ལཱ་ ༡ པ།	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	ཅུ་གཞི་ཅུ་གཞི་སྤྱི་ཆ་ ༡ པ།	དམ་འཛིན་དང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	ཐོ་བཀོད་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	འཆར་དབུལ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༤ པ།	ཤེས་རིག་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	དམ་འཛིན་དང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	བརྒྱུད་འཛིན་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	ནང་འཛིན་ཕྱིས་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	ཆོས་ཆུང་འགོ་འཛིན་ལཱ་ ༡ པ།	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྐྱོང་བརྒྱུ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	སྤྱི་ཆ་འགོ་དཔོན།
	ལཱ་སྤྱོད་ ༡ པ།	འོང་འབབ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།
	དམ་འཛིན་དེད་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༤ པ།
	ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༤ པ།	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	ཕྱི་ཆ་དང་སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	སྤྱི་དཔོན།	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	ཞོན་དཔོན།	འོང་འབབ་ ཡང་ན་ ཅུ་གཞི་ ཡང་ན་ཅུ་གཞི་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་
	ཞོན་ལྷོ་		ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོང་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།	སྤྱི་ཆ་ལཱ་གཞིའི་གྲྭ་ ༡ པ།

པོ་བྱང་བདག་འཛིན་པ།		ལག་ཅུལ་ཤེས་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་ལཱ་གཡོག	རྒྱ་སྐྱོད་ལཱ་གཡོག
པོ་བྱང་གཡོག་མོ།		དབུ་འཛིན་ (ལག་ཅུལ་) ༩ པ།	ཞིབ་རྟགས་རྫོང་ཁག་སོ་ནམ་འགོ་དཔོན།
སྐུ་འཁོར་གྱི་ཚུལ་དཔོན།		དབུ་འཛིན་འོག་མ་ (ལག་ཅུལ་) ༩ པ།	ཞིབ་རྟགས་རྫོང་ཁག་སློ་ཞོར་འགོ་དཔོན།
གསོལ་གཡོག་པ་ ༥ པ།		ཅུད་རིགས་དང་ན་གཞོན་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།	རྫོང་ཁག་སོ་ནམ་འགོ་དཔོན།
རྟ་དཔོན།		བསྐྱབ་སྟོན་ལཱ་གཡོག	ཞིབ་རྟགས་རྫོང་ཁག་སློ་ཞོར་འགོ་དཔོན།
ལས་རིམ་ལཱ་གཡོག		ཞིབ་རྟགས་བསྐྱབ་སྟོན་པ།	རྒྱ་སྐྱོད་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟགས་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་པ།		སི་ཀའུ་ལཱ་གཡོག	རྒྱ་སྐྱོད་ལྷ་རྟགས་ ༩ པ།
རྒྱ་དངོས་དང་འཛིན་སྐྱོང་ལཱ་གཡོག		ཞིབ་རྟགས་སི་ཀའུ་འགོ་དཔོན།	རྩ་ཆག་གོང་འཕེལ་ལཱ་གཡོག
ཞིབ་རྟགས་རྒྱ་དངོས་འཛིན་སྐྱོང་པ།		ཅུད་རིགས་ལཱ་གཡོག	རྩ་ཆག་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟགས་འཛིན་སྐྱོང་པ།		ཞིབ་རྟགས་ཅུད་རིགས་འགོ་འདྲེན་པ།	རྩ་ཆག་ལྷ་རྟགས་ ༩ པ།
པོ་གཡོག་པ་ ༩ པ།		རྒྱལ་ཡོངས་ཅུད་རིགས་སློབ་སྟོན་པ་ ༩ པ།	ལྷུ་མ་རིག་གོང་འཕེལ་ལཱ་གཡོག
བྱང་ལས་ལཱ་གཡོག		ཅུད་རིགས་སློབ་སྟོན་པ་ ༥ པ།	ལྷུ་མ་རིག་འགོ་དཔོན།
བདག་སྐྱོང་ལས་རྟགས་ ༩ པ།			ལྷུ་མ་རིག་ལྷ་རྟགས་ ༩ པ།
སྐུ་སྐྱོར་ལས་རྟགས་ ༩ པ།			སློ་ཞོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལཱ་གཡོག
སྐུ་སྐྱོར་བྱང་ཆེན་ ༩ པ།			སློ་ཞོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷ་རྟགས་ ༩ པ།
བཟོ་བཀོད། བཟོ་རིག་དང་ས་ཆའི་ལཱ་ རིགས་སྡེ་ཚན།			སློ་ཞོར་འཕྲོད་བསྟེན་འགོ་དཔོན།
ས་ཆའི་ལཱ་གཡོག			སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱོད་ལཱ་གཡོག
ཞིབ་རྟགས་རྫོང་ཁག་ས་ཆ་ཐོ་བཀོད་འགོ་ དཔོན།			སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱོད་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟགས་ས་ཆ་ཐོ་བཀོད་འགོ་དཔོན།			སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱོད་ལྷ་རྟགས་ ༩ པ།
ས་ཆ་ཐོ་བཀོད་ལས་རྟགས་ ༥ པ།			ཤ་ཐུ་གོང་འཕེལ་ལཱ་གཡོག
ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།			ཤ་ཐུ་འགོ་དཔོན།
དོན་གཅོད་གཞུང་ཚབ་ལཱ་གཡོག			ཤ་ཐུ་ལྷ་རྟགས་ ༩ པ།
ཞིབ་རྟགས་དོན་གཅོད་འགོ་དཔོན།			ཐྱོ་ཤིང་སྐྱུང་སྐྱོབ་ལཱ་གཡོག

གཞུང་ཚབ་ལས་ཁང་ ཡང་ན་ རྟོན་གཙོད་དང་རྒྱུ་ལས་ལྟ་གཞི			མེ་ཏོག་འཇུགས་སྐྱོང་ལས་རྒྱུ་ ༩ པ།
ཞིབ་རྟོགས་འབྲེལ་སྟེགས་འགོ་དཔོན།			སྤྱི་ཤིང་སྤྱང་སྐྱོབ་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟོགས་མགོན་སྐྱོང་འགོ་དཔོན།			སྤྱི་ཤིང་སྤྱང་སྐྱོབ་ལྷ་རྟོགས་ ༩ པ།
མཉམ་སྦྲགས་ལས་བྱེད་ ༥ པ།			སྤྱི་ཤིང་སྤྱང་སྐྱོབ་ལྷ་གཞི
རྒྱུ་ཆེན་གསུམ་པ།			སྤྱི་ཤིང་སྤྱང་སྐྱོབ་འགོ་དཔོན།
མི་སྟོབས་ལྟ་རྟོགས་སྟེ་ཆོན།			སྤྱི་ཤིང་སྤྱང་སྐྱོབ་ལྷ་རྟོགས་ ༩ པ།
ཞི་བའི་ཐོ་བཀོད་དང་མི་རྩིས་ལྟ་གཞི			ས་བརྒྱུད་དང་སྤྱི་ཤིང་ཟས་བརྒྱུད་ལྷ་གཞི
ཞིབ་རྟོགས་ཞི་བའི་ཐོ་བཀོད་དང་མི་རྩིས་འགོ་དཔོན།			ས་བརྒྱུད་དང་སྤྱི་ཤིང་ཟས་བརྒྱུད་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟོགས་རྫོང་ཁག་ཞི་བའི་ཐོ་བཀོད་དང་མི་རྩིས་འགོ་དཔོན།			ས་བརྒྱུད་དང་སྤྱི་ཤིང་ཟས་བརྒྱུད་ལྷ་རྟོགས་ ༩ པ།
མི་སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་དང་གོང་འཕེལ་ལྟ་གཞི			ས་འཇུག་དང་ས་ཆ་དབྱེ་ཞིབ་ལྟ་གཞི
ཞིབ་རྟོགས་ལྟ་གཞི་འགོ་དཔོན།			ས་ཆ་འཛིན་སྐྱོང་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟོགས་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན།			ས་ཆ་འཛིན་སྐྱོང་ལྷ་རྟོགས་ ༩ པ།
ཞིབ་རྟོགས་ལས་མི་འགོ་དཔོན།			ས་འཇུག་དང་ས་ཆ་དབྱེ་ཞིབ་འགོ་དཔོན།
ཕྱི་མི་ནང་སྐྱོད་ལྟ་གཞི			ས་འཇུག་དང་ས་ཆ་དབྱེ་ཞིབ་ལྷ་རྟོགས་ ༩ པ།
ཞིབ་རྟོགས་ཕྱི་མི་ནང་སྐྱོད་འགོ་དཔོན།			བཅོ་བཀོད། བཅོ་རྟོག་དང་ས་ཆའི་ལྟ་རྟོགས་སྟེ་ཆོན།
ཞིབ་རྟོགས་ཕྱི་མི་ནང་སྐྱོད་ཞིབ་དཔྱད་པ་ ༩ པ།			བཅོ་བཀོད་ལྟ་རྟོགས།
བཅོ་བྱའི་ལས་འབྲེལ་ལྟ་གཞི			བཅོ་བཀོད་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟོགས་ཞིབ་དཔྱད་པ་ ༩ པ།			ནང་གི་བཀོད་རིས་པ་ ༩ པ།
སྐྱོང་བཅར་ལྟ་གཞི			འཆར་རིས་པ་གོང་མ།
སྐྱོང་བཅར་འགོ་འབྲེལ་པ་ ༩ པ།			བཅོ་རྟོག་ལྟ་གཞི

བད་དོན་བརྒྱད་འབྲེལ་དང་འཕྲུལ་རིག་ལཱ་ རིགས་སྡེ་ཚན།			ཞིབ་རྟགས་འཁོར་ལས་ཞིབ་དབྱད་པ།
བད་བརྒྱད་ལཱ་གཡོག			རྫོང་ཁག་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟགས་བད་དོན་དང་བརྒྱད་འབྲེལ་འགོ་ དཔོན།			བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན།
བད་དོན་དང་བརྒྱད་འབྲེལ་འགན་རྟགས་ ༡ པ།			བཟོ་རིག་པ་རྒྱུ་བ།
ཁྲིམས་དོན། ཅང་ཁྲིམས་དང་ ཁྲིམས་ བཟོའི་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།			ཚོག་ཐམ་འགོ་དཔོན།
ཐོ་བཀོད་ལཱ་གཡོག			ཚད་ལྡན་དང་དབྱེ་ཨང་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟགས་ལས་སྡེ་ཐོ་བཀོད་འགོ་དཔོན།			དབྱ་ཁྲུལ་འགོ་དཔོན།
སྤྲན་བཅོས་དང་གསོ་བའི་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།			གསོ་སྦྱང་ཁང་འཕྲུལ་སྤྲར་ལཱ་གཡོག
མི་མང་གསོ་བའི་ལཱ་གཡོག			སོ་ནམ་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན།
སྤྲན་བཅོས་ཐོ་བཀོད་འགོ་དཔོན།			སོ་ནམ་བཟོ་རིག་པ་རྒྱུ་བ།
འཆར་གཞི་དང་ཞིབ་འཇོལ་ལཱ་རིགས་སྡེ་ ཚན།			ས་ཁམས་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ལཱ་གཡོག
འཆར་གཞི་ལཱ་གཡོག			ས་ཁམས་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ལས་རྟགས་ ༥ པ།
ཞིབ་རྟགས་འཆར་གཞི་འགོ་དཔོན།			ས་ཁམས་བད་དོན་རིམ་ལུགས་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་འཇོལ་ལཱ་གཡོག			ས་ཁམས་བད་དོན་རིམ་ལུགས་འཕྲུལ་ རིག་པ་ ༡ པ།
ཞིབ་རྟགས་ཞིབ་འཇོལ་འགོ་དཔོན།			ས་རིག་དང་ས་གཏོར་ལཱ་གཡོག
ཞིབ་འཇོལ་ལས་རྟགས་ ༡ པ།			ཡིག་སྐྱེལ་ཞིབ་དབྱད་པ་ ༥ པ།
ཚོང་འབྲེལ། བཟོ་བྱ་དང་ ལྷ་བཤལ་ལཱ་ རིགས་སྡེ་ཚན།			དོང་སྟེད་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན།
བཟོ་བྱའི་ལཱ་གཡོག			བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན། (ས་གཏོར།)
ཞིབ་རྟགས་བཟོ་བྱ་འགོ་དཔོན།			ས་ཁམས་མཁས་མཚོག

སློ་རིག་རྒྱ་དངོས་ལྷ་གཡོག			ས་ཁམས་ལས་རྟོགས་ ༤ པ།
ཞིབ་རྟགས་སློ་རིག་རྒྱ་དངོས་འགོ་དཔོན།			ས་གཏོར་གསར་འཛུལ་ ༥ པ།
ཚོང་ལམ་ལྷ་གཡོག			ས་གཏོར་ཞིབ་དཔྱད་ ༥ པ།
ཞིབ་རྟགས་ཚོང་ལམ་འགོ་དཔོན།			སློལ་བྱུན་ས་ཁོངས་ཉམས་སྤྱང་ལྷ་གཡོག
ཚོང་ལམ་ལས་རྟོགས་ ༥ པ།			རྟིང་དཔྱད་མཁས་མཆོག
ལྷ་བཤལ་ལྷ་གཡོག			ཉམས་སྤྱང་བཟོ་བཀོད་འགོ་དཔོན།
ཞིབ་རྟགས་ལྷ་བཤལ་འགོ་དཔོན།			ཉམས་སྤྱང་བཟོ་བཀོད་ལས་རྟོགས་ ༩ པ།
ལྷ་བཤལ་ལག་ལེན་ལས་རྟོགས་ ༩ པ།			ཉམས་སྤྱང་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན།
ཚོང་འབྲེལ་ལྷ་གཡོག			སབ་བྲ་བཟོ་འདོན་ལྷ་གཡོག
ཞིབ་རྟགས་ཚོང་འབྲེལ་འགོ་དཔོན།			སབ་བྲ་བཟོ་འདོན་འགོ་དཔོན།
སླེལ་འདྲན་དང་མཁའ་འགྲུལ་ལྷ་རྟོགས་སྡེ་ ཚན།			སབ་བྲ་བཟོ་འདོན་འཕུལ་རིག་ ༡ པ།
མཁའ་འགྲུལ་ཉེན་སྤྱང་ལྷ་གཡོག			གནམ་གཤིས་དང་རྩ་དཔྱད་ལྷ་གཡོག
ཞིབ་རྟགས་ཉེན་སྤྱང་འགོ་དཔོན།			གནམ་གཤིས་དང་རྩ་དཔྱད་འགོ་དཔོན།
ཉེན་སྤྱང་ལས་རྟོགས་ ༩ པ།			གནམ་གཤིས་དང་རྩ་དཔྱད་འཕུལ་རིག་ ༥ པ།
ས་ཐོག་སླེལ་འདྲན་ལྷ་གཡོག			གཙང་སླེལ་ལྷ་གཡོག
ཞིབ་རྟགས་ལྷ་ཕྱོགས་སླེལ་འདྲན་འགོ་ དཔོན།			གཙང་སླེལ་ཞིབ་དཔྱད་ ༥ པ།
ཞིབ་རྟགས་ཐོ་བཀོད་དང་ཆོག་ཐམ་འགོ་ དཔོན།			ས་འཇལ་བཟོ་རིག་ལྷ་གཡོག
ཞིབ་རྟགས་སླེལ་འདྲན་གོང་འཕེལ་འགོ་ དཔོན།			ས་ཆ་ཞིབ་དཔྱད་ ༤ པ།
ཞིབ་རྟགས་སླེལ་འདྲན་འགོ་དཔོན།			ས་འཇལ་འགན་རྟོགས་ ༤ པ།
			ས་འཇལ་བཟོ་རིག་འོག་དཔོན།
			ས་འཇལ་ས་ཁོངས་ལས་རྟོགས་ ༩ པ།

			ས་འཇལ་པ་ ༤ པ།
			འཕུལ་རིག་རྒྱབ་སྐྱོར་ལྷ་གཡོག
			གཞི་རྟེན་ལག་ལེན་པ་ ༤ པ།
			འཕུལ་རིག་པ་ ༡ པ།
			ཁྲོམ་ཚོགས་འཆར་གཞི་ལྷ་གཡོག
			ཁྲོམ་ཚོགས་འཆར་གཞི་འགོ་དཔོན།
			ཁྲོམ་ཚོགས་འཆར་གཞི་ལས་རོགས་ ༥ པ།
			ཁྲོམ་ཚོགས་བཀོད་རིས་ལྷ་གཡོག
			ཁྲོམ་ཚོགས་བཀོད་རིས་འགོ་དཔོན།
			ཁྲོམ་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ཚད་འཛིན་ལྷ་གཡོག
			སྤྱི་ཁྱིམ་ཞིབ་དཔྱད་པ་ ༢ པ།
			གོང་འཕེལ་ཚད་འཛིན་འགོ་དཔོན།
			སྐྱུ་རྩལ། ལམ་སྟེན་དང་རྩོམ་རིག་ལྷ་གཡོག་སྤྱི་ཁྱིམ་སྡེ་ཚན།
			སྐྱུ་རྩལ་དང་ལམ་སྟེན་ལྷ་གཡོག
			ཞིབ་རོགས་སྟེན་འཛིན་འགོ་དཔོན།
			ཞིབ་རོགས་ལག་ཤེས་པ་ ༣ པ།
			ཞིབ་རོགས་སྒྲིག་སྟོབ།
			ལག་ཤེས་པ་གོང་མ་ ༥ པ།
			རྩོམ་རིག་དང་སྐད་སྐྱོར་ལྷ་གཡོག
			ཞིབ་རོགས་རྒྱུ་ཁ་འགོ་འདྲན་པ།
			ཞིབ་རོགས་སྐད་ཡིག་གོང་འཕེལ་འགོ་དཔོན།

			ནགས་ཚལ་དང་མཐའ་གནས་སྤངས་སྤྱང་ སྐྱོབ་ལཱ་རིགས་ཟླ་ཚན།
			མཐའ་འཁོར་ལཱ་གཡོག།
			མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་འགོ་དཔོན།
			མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་སྤྱང་ཚད་དང་ ཚད་ལྡན་འཕུལ་རིགས་ ༤ པ།
			ནགས་ཚལ་ལཱ་གཡོག།
			རྫོང་ཁག་ནགས་ཚལ་འགོ་དཔོན།
			ནགས་ཚལ་གླིང་འཛིན་པ་ ༡ པ།
			ནགས་ཚལ་འགོ་དཔོན།
			བདེ་དོན་བརྒྱན་འབྲེལ་དང་འཕུལ་རིག་ལཱ་ རིགས་ཟླ་ཚན།
			བརྒྱན་འབྲེལ་གོང་འཕེལ་ལཱ་གཡོག།
			བརྒྱན་འབྲེལ་འགོ་དཔོན།
			བརྒྱན་འབྲེལ་ལྟ་རྟོག་པ་ ༡ པ།
			བརྒྱན་འབྲེལ་འཕུལ་རིགས་གོང་མ་ ༥ པ།
			བདེ་དོན་བརྒྱན་འབྲེལ་དང་འཕུལ་རིག་ལཱ་ གཡོག།
			ཞིབ་རྟོགས་བདེ་དོན་བརྒྱན་འབྲེལ་དང་ འཕུལ་རིག་འགོ་དཔོན།
			གནས་སྤྱད་ལས་རྟོགས་ ༦ པ།
			བདེ་དོན་བརྒྱན་འབྲེལ་དང་འཕུལ་རིག་ འགན་རྟོགས་ ༡ པ།
			བརྟག་དཔྱད་ཁང་དང་འཕུལ་རིག་ལཱ་ རིགས་ཟླ་ཚན།
			དབྱེད་པར་ལཱ་གཡོག།
			ཞིབ་རྟོགས་རྒྱུ་སྤྱོད་མཁས་མཚན།

				ངོས་བཟུང་ལཱ་གཡོག
				ཞིབ་རྟགས་བརྟག་དཔྱད་འགོ་དཔོན།
				བརྟག་དཔྱད་རྒྱབ་སྐྱོར་ལཱ་གཡོག
				ཞིབ་རྟགས་བརྟག་དཔྱད་འཕུལ་རིགས་ ༡ པ།
				བརྟག་དཔྱད་ལས་རྟགས་ ༡ པ།
				ཁྲིམས་དོན། གྲང་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་བཟོ་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།
				གྲང་ཁྲིམས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལཱ་གཡོག
				ཚོད་རྒྱུ ༡ པ།
				གྲང་སྦྱོད་དང་དར་ཁུབ་ལཱ་གཡོག
				གྲང་སྦྱོད་དར་ཁུབ་ལས་རྟགས་ ༡ པ།
				ཁྲིམས་དོན་ལཱ་གཡོག
				ཚོད་དཔོན།
				ཁྲིམས་དོན་ལས་རྟགས་ ༡ པ།
				ཁྲིམས་དོན་འགོ་དཔོན།
				ཁྲིམས་བཟོའི་ལཱ་གཡོག
				ཁྲིམས་བཟོ་འགོ་དཔོན།
				མོ་བཀོད་ལཱ་གཡོག
				ཚོད་འཛིན་འགོ་དཔོན།
				དཔེ་མཛོད། གཏན་མཛོད་དང་འགྲེམས་སྟོན་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།
				གཏན་མཛོད་དང་ལམ་སྟོན་རྒྱ་དངོས་ལཱ་གཡོག
				ཞིབ་རྟགས་གཏན་མཛོད་འགོ་དཔོན།
				ཞིབ་རྟགས་ཉམས་སྲུང་འགོ་དཔོན།

				ཞིབ་རྟགས་ལམ་སྟོན་ལྟ་དངོས་ཐོ་བཀོད་ འགོ་དཔོན།
				ཞིབ་རྟགས་འགྲེམས་སྟོན་ཅ་གཉིར་འགོ་ དཔོན།
				ཉམས་སྲུང་ལས་རྟགས་ ༤ པ།
				འབྲུལ་སྟོན་གཏོར་མི་ ༥ པ།
				འགྲེམས་སྟོན་ཁང་ལས་རྟགས་ ༤ པ།
				དཔེ་མཛོད་ལྷ་གཡོག
				དཔེ་གཉིར།
				དཔེ་མཛོད་ལས་རྟགས་ ༣ པ།
				སྟོན་བཅོས་དང་གསོ་བའི་ལྷ་རྟགས་སྡེ་ཚན།
				སྟོན་བཅོས་ལྷ་གཡོག
				ཞིབ་རྟགས་སྟོན་བཅོས་བདེ་ལན་ འགོ་དཔོན།
				ཞིབ་རྟགས་སྟོན་བཅོས་བདེ་ལན་པ་ ༡ པ།
				སྟོན་བཅོས་དང་སོ་བཅོས་ལྷ་གཡོག
				འགོག་སྟོན་མཁུ་མཆོག་ ༣ པ།
				ཞིབ་རྟགས་ཐོ་བཀོད་པ།
				སོ་བཅོས་མཁུ་མཆོག་ ༣ པ།
				པགས་ནད་མཁུ་མཆོག་ ༣ པ།
				ནུམ་ཅོད་ལྟ་པ། རྟོན་མའི་གཤམ་ བཅོས་པ་ ༣ པ།
				ཉེས་དཔྱད་པ་ ༣ པ།
				སྤྱིར་བཏང་སྒྲིག་གཡོག་སེའི་གཤམ་ བཅོས་པ།

				སྤྱི་བཏང་སྒྲིག་གཡོག་སྤྱན་བཅས་འགོ་ དཔོན།
				སྤྱི་བཏང་གོམས་འདྲིས་པ་ ༣ པ།
				མོ་ནད་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				སྤྱན་པ་ ༣ པ།
				མིག་བཅས་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				སོ་དང་བ་ལྟ་གསོ་བཅས་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				རུས་ཆོགས་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				ནད་བརྟག་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				བྱིས་ནད་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				སོ་རྩལ་བཟོ་སྤྱན་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				སེམས་ཁམས་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				འོད་ཤུགས་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				གཤག་བཅས་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				སྤྱན་བཅས་འཕུལ་རིག་ལཱ་གཡོག
				ཐོས་སྒྲུའི་མཁས་མཆོག
				སོ་བཅས་འཕྲོད་བསྟེན་མཁས་མཆོག་ ༣ པ།
				སོ་བཅས་འཕུལ་རིག་པ་ ༣ པ།
				སོ་བཅས་འཕུལ་རིག་མཁས་མཆོག
				སོའི་སྤྱན་བཅས་པ།
				རྣམ་ཅོད་ལྟ་པ། རྟོན་མའི་འཕུལ་རིག་པ་ ༣ པ།
				གཤེར་མེན་མཁས་མཆོག
				ཆད་ནད་འཕུལ་རིག་པ་ ༣ པ།

				སྐྱོན་རིགས་ཡིག་པ་མཁུ་མཆོག་ ༣ པ།
				མིག་བཅོས་འཕྲུལ་རིག་པ་ ༣ པ།
				མིག་བཅོས་འཕྲུལ་རིག་མཁུ་མཆོག
				མིག་བཅོས་མཁུ་མཆོག
				རྩས་ཆོགས་འཕྲུལ་རིག་པ་ ༣ པ།
				རྩས་ཆོགས་འཕྲུལ་རིག་མཁུ་མཆོག
				གཤག་བཅོས་ཁང་གི་འཕྲུལ་རིག་པ་ ༣ པ།
				གཤག་བཅོས་ཁང་གི་འཕྲུལ་རིག་མཁུ་མཆོག
				སྐྱོན་གཞི་གཞི་ལྟ་གཞི
				ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོན་གཞི་གཞི་ ༣ པ།
				སྐྱོན་བཅོས་སྐྱོན་གཞི་གཞི་ ༤ པ།
				ལས་གཞི་སྐྱོན་གཞི་གཞི་ ༣ པ།
				ནད་ཤག་ལས་རྒྱུ་ ༡ པ།
				སྐྱོན་གྱི་ལྟ་གཞི
				ཞིབ་རྒྱུ་སྐྱོན་ཞིབ་དཔྱད་པ།
				སྐྱོན་གྱི་མཁུ་མཆོག
				སྐྱོན་གྱི་འཕྲུལ་རིག་པ་ ༣ པ།
				དམ་འཛིན་འགོ་དཔྱད་པ།
				ལྟ་སྐྱོན་སྐྱོན་བཅོས་དང་མི་ཆོ་ཉམས་གཞི་ ལྟ་གཞི
				ལྟ་སྐྱོན་སྐྱོན་བཅོས་མཁུ་མཆོག
				ལྟ་སྐྱོན་སྐྱོན་བཅོས་ལྟ་གཞི་ ༤ པ།
				ལྟ་སྐྱོན་སྐྱོན་བཅོས་འཕྲུལ་རིག་པ་ ༣ པ།

				མི་མང་གསོ་བའི་ལཱ་གཡོག
				ཞིབ་རྟགས་སྒྲན་བཅས་འགོ་དཔོན།
				ཞིབ་རྟགས་རྫོང་ཁག་གསོ་བའི་འགོ་དཔོན་ ༣ པ།
				གཞི་རྟེན་གསོ་བའི་ལས་གཡོག་པ།
				ཟས་ཚོད་མཁས་མཚོག
				རྫོང་ཁག་གསོ་བའི་འགོ་དཔོན།
				ནད་འབྱུང་མཁས་མཚོག
				ནད་ཡམས་བརྟག་དཔྱད་མཁས་མཚོག
				གསོ་བའི་ལས་རྟགས་ ༡ པ།
				འབྲེལ་འཛིན་འགོ་དཔོན།
				སྒྲན་བཅས་ཐོ་བཀོད་འཕུལ་རིག་པ་ ༡ པ།
				ཟས་བཟུང་མཁས་མཚོག
				འོད་ཀླགས་རིག་པ་དང་འཕུལ་རིག་ལཱ་ གཡོག
				འོད་ཀླགས་འཕུལ་རིག་མཁས་མཚོག
				གློག་པར་འཕུལ་རིག་པ་ ༣ པ།
				ནད་སྒྲན་ལཱ་གཡོག
				བྱང་འཛོ།
				སྒྲན་པ་ ༣ པ།
				འཆར་གཞི་དང་ཞིབ་འཛུལ་ལཱ་རིགས་སྡེ་ ཚན།
				ཕྱིས་དཔྱད་ལཱ་གཡོག
				ཕྱིས་དཔྱད་ཞིབ་དཔྱད་པ་ལས་རྟགས་ ༥ པ།
				ཕྱིས་དཔྱད་འགོ་དཔོན།

				སྐྱེལ་འདྲེན་དང་མཁའ་འགྱུལ་ལྟ་རིགས་སྡེ་ ཚན།
				མཁའ་འགྱུལ་བརྒྱུད་འབྲེལ་དང་མཚོ་ འགྱུལ་ལྟ་གཡོག
				གནམ་གྲུ་རྒྱུན་འགྱུལ་ཚད་འཛིན་ ༡ པ།
				ཞིབ་རིགས་གནམ་གྲུ་རྒྱུན་འགྱུལ་ཚད་ འཛིན་འགོ་དཔོན།
				ཞིབ་རིགས་གནམ་གྲུའི་བརྒྱུད་འགྱུལ་ཚད་ འཛིན་འགོ་དཔོན།
				ཞིབ་རིགས་མཁའ་འགྱུལ་གནམ་གཡོག་ འགོ་དཔོན།
				མཁའ་འགྱུལ་གནམ་གཡོག་ལས་རིགས་ ༡ པ།
				བརྒྱུད་འབྲེལ་ལས་རིགས། (ལག་ལེན་པ།) ༡ པ།
				བརྒྱུད་འབྲེལ་དང་མཚོ་འགྱུལ་འགོ་དཔོན།
				མཁའ་འགྱུལ་ཉེན་སྲུང་ལྟ་གཡོག
				གནམ་ཐང་འགོ་དཔོན།
				འཕུར་འགྱུལ་ཉེན་སྲུང་འགོ་དཔོན།
				ཞིབ་རིགས་མེ་རྒྱུན་དང་ཉེན་སྲུང་འགོ་ དཔོན།
				ཞིབ་རིགས་འཕུར་འགྱུལ་ཉེན་སྲུང་འགོ་ དཔོན།
				མེ་རྒྱུན་དང་ཉེན་སྲུང་གནམ་གཡོག་པ་ ༡ པ།
				མེ་རྒྱུན་དང་ཉེན་སྲུང་ལྟ་གཡོག་པ་ ༢ པ།
				ས་ཐོག་སྐྱེལ་འདྲེན་ལྟ་གཡོག

				འགྲུལ་འཁོར་ཞིབ་དཔྱད་པ་ ༡ པ།
	བདག་སྐྱོང་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།	བདག་སྐྱོང་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།	བདག་སྐྱོང་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།	བདག་སྐྱོང་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།
སྤྲུལ་འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་གོ་གནས།	ལས་རིམ་ལཱ་གཡོག	ལས་རིམ་ལཱ་གཡོག	ལས་རིམ་ལཱ་གཡོག	ལས་རིམ་ལཱ་གཡོག
	ཞིབ་རོགས་ལས་རིམ་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ལས་རིམ་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ལས་རིམ་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ལས་རིམ་འགོ་དཔོན།
	སྐབས་གཡོག་ལཱ་གཡོག	སྐབས་གཡོག་ལཱ་གཡོག	སྐབས་གཡོག་ལཱ་གཡོག	སྐབས་གཡོག་ལཱ་གཡོག
	སྐབས་གཡོག་པ་ ༥ པ།	སྐབས་གཡོག་པ་ ༥ པ།	སྐབས་གཡོག་པ་ ༥ པ།	སྐབས་གཡོག་པ་ ༥ པ།
	ཁྲིམས་དོན། ཅང་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་བཟུང་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།	ཁྲིམས་དོན། ཅང་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་བཟུང་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།	ཁྲིམས་དོན། ཅང་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་བཟུང་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།	ཁྲིམས་དོན། ཅང་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་བཟུང་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།
	ཅང་སྐྱོད་དང་དར་ཁབ་ལཱ་གཡོག	ཅང་སྐྱོད་དང་དར་ཁབ་ལཱ་གཡོག	ཅང་སྐྱོད་དང་དར་ཁབ་ལཱ་གཡོག	ཅང་སྐྱོད་དང་དར་ཁབ་ལཱ་གཡོག
	ཞིབ་རོགས་ཉུག་བཤད་འཛིན་སྐྱོང་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ཉུག་བཤད་འཛིན་སྐྱོང་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ཉུག་བཤད་འཛིན་སྐྱོང་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ཉུག་བཤད་འཛིན་སྐྱོང་འགོ་དཔོན།
	ཞིབ་རོགས་ཅང་སྐྱོད་དར་ཁབ་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ཅང་སྐྱོད་དར་ཁབ་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ཅང་སྐྱོད་དར་ཁབ་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ཅང་སྐྱོད་དར་ཁབ་འགོ་དཔོན།
	ཞིབ་རོགས་འཕུལ་རིག་གསར་ལྗང་དང་གློ་རིག་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་འཕུལ་རིག་གསར་ལྗང་དང་གློ་རིག་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་འཕུལ་རིག་གསར་ལྗང་དང་གློ་རིག་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་འཕུལ་རིག་གསར་ལྗང་དང་གློ་རིག་འགོ་དཔོན།
	དངུལ་ཕྱིས་དང་ཕྱིས་ཞིབ་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།	དངུལ་ཕྱིས་དང་ཕྱིས་ཞིབ་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།		དངུལ་ཕྱིས་དང་ཕྱིས་ཞིབ་ལཱ་རིགས་སྡེ་ཚན།
	ཕྱིས་ཞིབ་ལཱ་གཡོག	ཕྱིས་ཞིབ་ལཱ་གཡོག		ཕྱིས་ཞིབ་ལཱ་གཡོག
	ཞིབ་རོགས་ཕྱིས་ཞིབ་འགོ་དཔོན།	ཞིབ་རོགས་ཕྱིས་ཞིབ་འགོ་དཔོན།		ཞིབ་རོགས་ཕྱིས་ཞིབ་འགོ་དཔོན།
	ཕྱིས་ཞིབ་པ་ ༡ པ།	ཕྱིས་ཞིབ་པ་ ༡ པ།		ཕྱིས་ཞིབ་པ་ ༡ པ།

ཅན་གསོ།

- འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་གོ་གནས་རྒྱུ་མཐུན་གཅིག་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཨིན་རུ་དང་ལཱ་གཡོག་གཅིག་པའི་གོ་གནས་གཞན་ཚུ་ལུ་སྤྲུལ་གཡོག་སྤྱི་གཞི་བཞག་གཅིག་པའི་སྡེ་ཚན་འདི་གིས་འགབ་དགོས་ཨིན། (ཅུད་འཛིན་ ༥ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན་དང་། ལྷ་སྐྱོར་ ༥ པ་ལས་ལྷ་བཞག་གཞན་པ་ ༡ པ་ཚུན། ལག་ལེན་ ༤ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན།)
- གོ་གནས་རེ་རེ་སྤྲུལ་གཡོག་སྤྱི་གཞི་བཞག་འདི་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེ་བཞག་ལུ་གསལ་བཞག་འབད་དེ་ཡོད།
- གནས་སོར་དང་ཀུན་གཏོགས་འགན་བསྐྱོར་གྱི་འོས་ཚད་ཞིབ་དཔྱད་དོན་ལུ་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་རྒྱབ་རྟེན་ཅིག་སྤྲུལ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
- ཟུར་དེབ་ ༡/༡༡ པ་འདི་རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་བསྐྱར་བཅོས་འགྱུར་འོང་།

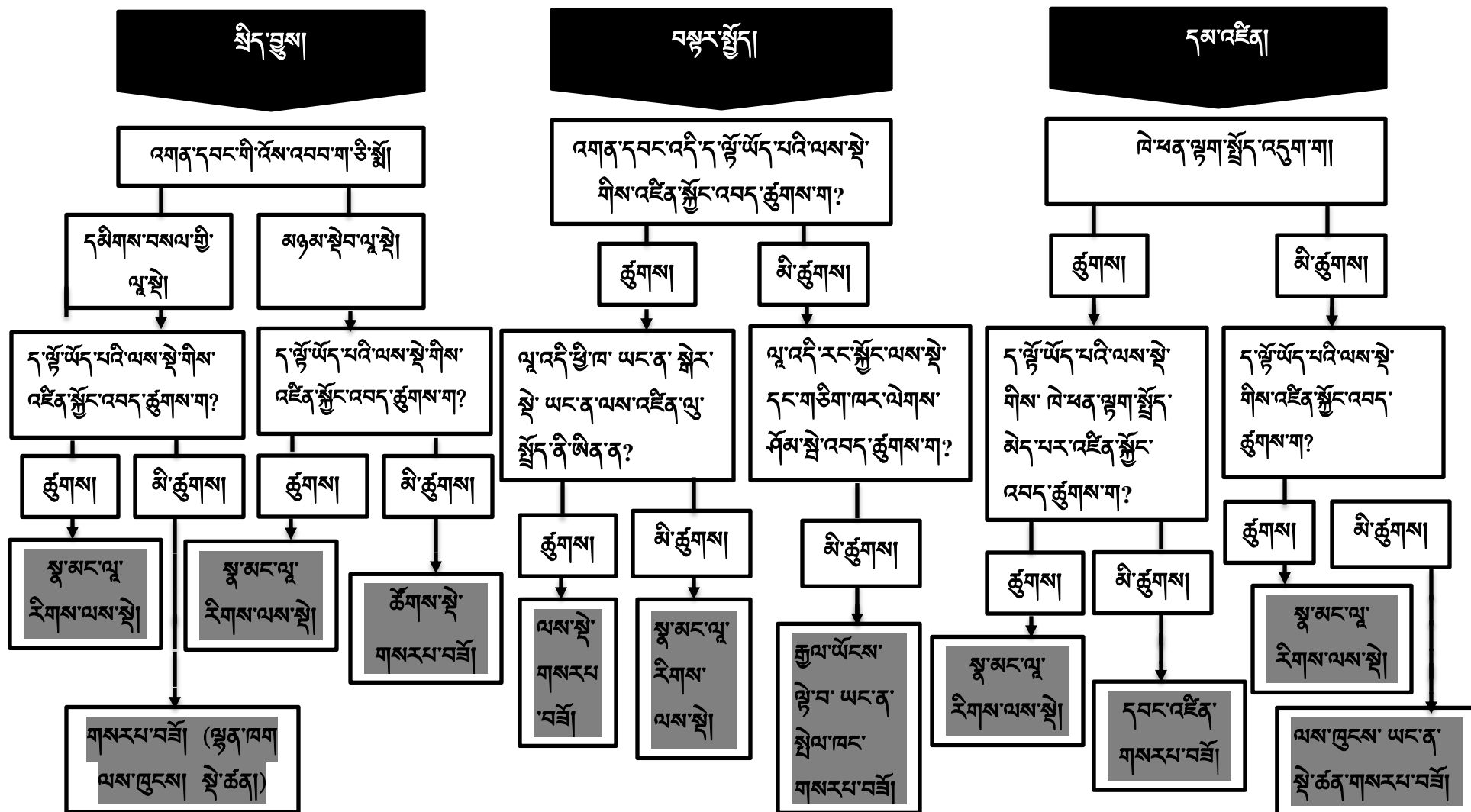
ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཚན། རང་གསེས་སྡེ་ཚན་དང་ གོ་གནས་ཚུ་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་རང་གསེས་གཏོང་འབད་དགོ་པའི་ལམ་
ལུགས།

༡. ལས་སྡེ་གིས་ གཞུང་གི་འབྲེལ་བཤད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཞུང་གི་ལྷན་ཚོགས་ལུ་གོ་གནས་འཆར་སྤུལ་དགོ།

༢. མི་སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན་གྱིས་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།

- གོ་གནས་དང་ སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞུང་གི་བཀོད་དང་ རང་གསེས་སྡེ་ཚན་ཚུ་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་རང་
ཡོད་མི་ཚུ་ལས་སྡེ་སོ་སོ་མེད་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- གོ་གནས་གསལ་པ་ཚུ་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞུང་གི་བཀོད་དང་ རང་གསེས་སྡེ་ཚན་དང་གཅིག་ཁར་
ག་དེ་དག་དག་འཁྲིལ་ཚུགས་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- གོ་གནས་མིང་དེབ་ཀྱི་གཞི་བཀོད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དང་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ།
དགོས་མཁོའི་ཤེས་ཚད། སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞུང་གི་བཀོད་དང་ རང་གསེས་སྡེ་ཚན། ལཱ་གཞུང་གི་མཐུན་ལམ་ཚུ་བཟུང་ཏེ་
གོ་གནས་གསལ་པ་རེ་རེའི་གཞུང་གི་འབྲེལ་བཤད་ཆ་འཛིན་གི་དོན་ལུ་ ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྤུལ་དགོ།
- བསྐྱར་བཅོས་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་ ཞི་གཞུང་གི་བཅའ་ཁྲིམ་ལུགས་རང་དུས་མཐུན་བཟོ་དགོཔ་དང་།
- ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ཞི་གཞུང་གི་ཚུའི་ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་གནས་བསྐྱར་བཅོས་ ཡང་ན་དུས་མཐུན་འབད་དགོ་
མི་ཚུ་གི་ཐོ་ཚུ་སྤུལ་དགོཔ་དང་། འབྲེལ་བཤད་པའི་རྒྱལ་གཞུང་གི་ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་ལས་སྡེའི་
མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ དབང་ཆ་སྤྱོད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གོ་གནས་གསལ་པ་གི་མིང་གནས་ཚུ་
དུས་མཐུན་བཟོ་དགོ།

ལས་སྡེ་གསར་སྐྱར་གཞི་བོད།



གཞི་འཛིན་ལས་སྡེའི་གཞི་བོད། མི་སྣ་བས་ཀྱི་ལྷ་འགན།

ཚད་གཞི་ག་ར་ཚང་དགོད།

- ལས་སྡེ་འདི་གིས་ སྤྲོ་མང་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་གསལ་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་གོ་གནས་ཚུ་ལུ་ བྱང་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཕྱིན་དགོ།
- ལས་སྡེ་འདི་གིས་ བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི། ལམ་ལུགས་ཀྱི་ལག་ལེན་ཚུ་གཅིག་མཚུངས་སྡེ་བསྟར་སྤྱོད་འབད་དགོད་དང་།
- ལས་སྡེ་འདི་གིས་ སྤྲོ་མང་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་གི་ནང་གསལ་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་གོ་གནས་ཚུ་ནི་ལྷ་འགན་འཆར་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་དང་། བྱང་རིག་གོང་འཕེལ་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་འགོ་ཁྲིད་འབད་དགོ།

གཞི་འཛིན་ལས་སྡེའི་ལྷ་འགན།

༡. རྩོགས་བྱུབ་གོང་འཕེལ།	༥. མཁས་མཆོག་རྒྱན་སྦྱང་།
༢. རིམ་བྱུང་འཆར་གཞི།	༦. ལས་གཞི་ལུ་ཚད་གཞི་བཟོ་ནི།
༣. གཞི་གཞི་གི་མཐུན་ལམ།	༧. ཞབས་རྟོག་ཕུལ་ནི་ཚད་གཞི་བཟོ་ནི།
༤. མི་སྣ་བས་གོང་འཕེལ་འཆར་གཞི།	༨. གནས་སྤོང་།

གཞི་འཛིན་ལས་སྡེའི་མི་སྣ་བས་དབང་ཆ།

༡	བྱང་འཛིན་ ༡ པ་ཚུན་ཚད་ཀྱི་ཀྱན་གཏོགས་འཇུག་བསྟར་གྱི་སྤྱོད་གསལ་བསྐྱབས་དེ་ཞིབ་འབད་ནི།
༢	རྩོགས་མཐུན་གནས་སྤོང་གི་དོན་ལུ་གོ་གནས་ཚུ་དེ་ཞིབ་འབད་ནི།

ལྷ་གཞི་གཞི་ལས་སྡེའི་ལྷ་འགན།

ལྷ་གཞི་གཞི་ལས་སྡེའི་མི་སྣ་བས་དབང་ཆ།

༡	ལས་གཞི་གཞི་དགོས་མཁོ།
༢	རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཞི་གཞི་ཚོགས་ལུ་ གཞི་གཞི་ཞི་ཚད་ཚད་ཀྱི་ལུ་
༣	རྩོགས་བྱུབ་ ༡ པ་ཚུན་གྱི་གཞི་གཞི་བསྐྱབས།
༤	ལག་འབག་གཞི་གཞི་བསྐྱབས་དང་རྒྱ་སྤྱོད།
༥	གཞི་གཞི་ཚོན་དང་མཐོགས་འཇུག་གི་གོ་གནས་ཡང་མེད།
༦	བྱང་འཛིན་ ༡ པ་ཚུན་གྱི་ཀྱན་གཏོགས་འཇུག་བསྟར།
༧	ལོ་ལྷན་མི་སྣ་བས་གོང་འཕེལ་འཆར་གཞི།
༨	རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཞི་གཞི་ཚོགས་དང་གཞི་གཞི་ མད་ཀྱང་ལུ་ ལུན་རིང་སྤྱོད་བཟར་འགོ་འཛིན་འཇུག་ནི།
༩	རྩོགས་མཐུན་གནས་སྤོང་།

ལེའུ་ ༣ པ། ཞི་གཡོག་པའི་བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་སྨྱོད།

༣.༡ སྲིད་བྱས།

- ༣.༡.༡ ཉེ་རིང་མེད་པ་དང་། སྲིད་བྲལ་ཅན། འཛོལ་ཐང་ཅན། སྤྱི་ཚད་ཅན། དྲངས་གསལ་ཅན། འགན་འཁུལ་ཅན་གྱི་ཞི་གཡོག་ཡར་འགྲུལ་གྲང་ནི།
- ༣.༡.༢ རྒྱལ་གཞུང་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་དང་འཁྲུལ་དགོ།
- ༣.༡.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་ནང་འཁོད་ལུ་ ལྷག་བསམ་ནམ་དག་དང་། བཅུ་ཤེས་ཅན། གློ་རིག་ཅན། ལེགས་སྦྱར་ཅན། ཏུས་རིང་ཅན་སྟེ་ ལཱ་འབད་ཚུགས་པའི་བྱད་ཆོས་གྱི་འོས་ལཱ་གནས་ཚད་ཅིག་བཟོ་དགོ།
- ༣.༡.༤ ཞི་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ གློ་གཏད་དང་བརྩི་བཀྲར་ ཡར་འགྲུལ་བྱེད་ཚུ་སྦྱོར་འབད་དགོ།

༣.༢ ཞི་གཡོག་གི་བརྩི་མཐོང་གཙོ་བོ།

- ༣.༢.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གནས་ཚད་མཐོ་ཤོས་བཞག་དགོས་ཡོད་མི་ཚུ་གི་གངས་སུ་ གཅིག་སྦྲིལ། བྱང་བདེན། སྤྱི་སྟོབས། རང་དོན་གློ་བཟང་། ཐ་དམ་ཆོག་ ཀུན་སྨྱོད་བཟང་བོ། ཀུན་སྨྱོད་ནམ་དག་ རྒྱལ་གཅེས་ཤེས་ཅན། བྱད་འཕགས་ཅན་དང་ སྲིད་དང་འབྲེལ་མེད་གྱི་སྒྲིལ་ས་ རྒྱུ་སྦྱོར་དང་བཙོན་བྱགས་བསྐྱེད་དེ་ ཅ་བ་གསུམ་ལུ་ ཕྱག་ཕྱིད་ལུ་དགོ།
- ༣.༢.༢ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་སྨྱོད་འདི་ལྷག་སྟེ་ཏེ་གོ་ཞིན་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་སྨྱོད་འབྲེལ་གོ་ག་ ༣/༡ པ་དང་འཁྲུལ་ འགན་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་མི་འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་ག་ར་ འགོ་ཐོག་འཛུལ་ལུགས་གྱི་དོན་ལུ་ ལས་ལེན་འབད་དགོ་པའི་འགན་ཆོག་གི་ཆ་ཤས་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཨིན།
- ༣.༢.༣ གཅིག་སྦྲིལ་ཟེར་མི་འདི་ སྦྲིག་གཡོག་རྒྱུག་པའི་སྐབས་ལུ་ རང་དོན་སྤངས་ཏེ་ མི་མང་ཞབས་ཏོག་གི་ལཱ་འགན་ཚུ་ གཙོ་བོར་བཏོན་མི་ལུ་གོ་ཨིན།
- ༣.༢.༣.༡ ཞི་གཡོག་པ་གི་འབད་དགོས་ཚུ་ཡང་།
༡. ཏུས་རྒྱུན་ཏུ་བཅུ་ཤེས་བསྟེན་དགོ།
 ༢. རང་སེའི་ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་ གློ་གཏད་ཚུགས་པ་སྟེ་འབད་དགོ།
 ༣. རང་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་མི་ག་ར་གིས་ འོས་འབབ་དང་ཡིད་ཆེས་ཚུགས་པའི་ཀུན་སྨྱོད་ཐོག་ལས་འབད་དགོ།
 ༤. བདག་སྦྱོར་གི་བྱང་ཁྲིམས་གོང་ལུ་བཀྲར་དགོ།
 ༥. མི་མང་དང་ མི་མང་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་ཚུ་ བྱང་བདེན་དང་འཛོལ་ཐང་། འདི་འཕྲོ་ལས་འབད་དགོས། བཅུ་ཐོགས་ཅན་དང་བཅུ་ཐོག་ཐོག་ལས་འབད་དགོ།
 ༦. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་བསམ་པ་དང་བྱ་ལེན་ག་ར་ ལམ་ལུགས་དང་མི་སྟེ། རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ བཅུ་ཐོགས་ཚུགས་པའི་མཐོ་བསམ་གཏང་དགོ།

- ཡ. རིས་བདེན་འཐོབ་དགོས་ཡོད་མི་རྒྱུ་གཅིག་ རིས་འཛིན་འབད་དེ་རིས་ལེན་འབད་
དགོ།
༡. རུས་རྒྱན་རུ་ རང་སྤྱི་ག་རང་ཡོད་དང་ རང་གིས་རང་ལུ་བརྩི་མཐོང་ཡོད་པ་དགོ།
༢. རང་གི་ལས་སྡེ་དང་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་ག་ཞེན་དང་ ལཱ་ལུ་སྤྱི་རུས་དགོས་དང་།
༡༠. འབྲེལ་བ་འབབ་དགོ་པའི་སྐབས་ལུ་དངས་གསལ་ཅན་སྡེ་འབད་དགོ།

༣.༡.༣.༡

ཞི་གཡོག་པ་གིས་འབད་མ་ཆོག་པ་ཚུ་ཡང་།

༡. ཡིག་ཚང་གི་སྤྱི་ག་གཡོག་རྒྱལ་པའི་སྐབས་ལུ་ རང་དོན་འགྲུབ་ཐབས་གི་བསམ་པ་ག་
ཅི་ཡང་བསྐྱེད་མི་ཆོག
༢. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་ཐོབ་ལམ་དང་འཐོབ་འོས་ལས་ལྷག་པའི་གཞུང་སྲོལ་ཐོན་
གྱི་ཐོབ་བརྗོད་དང་ཡངན་རེ་བ་གཞན་བསྐྱེད་མི་ཆོག
༣. རོ་བསྟོད་དང་བཅས་མའི་བྱ་སྟོད་ཚུ་འབད་མི་ཆོག
༤. རྩོགས་གཟུང་ནི། རོ་སྤྱང་འབད་ནི། རྒྱབས་འཛིན་ཚུ་འབད་མི་ཆོག
༥. རང་སེའི་ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་སྤྱང་མེད་བཞག་མི་ཆོག
༦. ལས་མགྲོན་པ་ཅིག་ལུ་གཞོན་སེམས་དང་འཁོན་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཆོག
༧. རང་ལུ་འཁྲི་བའི་ཉེན་བདེ་དང་ཉེས་བྱ་བཀལ་མི་ཚུ་ལུ་སྤྱང་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཆོག
༨. ཡིག་ཚང་གི་རུས་ཚོད་དང་གཞུང་ཆས་ཚུ་སྤྱི་རོན་ལུ་སྟོད་མི་ཆོག
༩. རང་གི་ལས་སྡེ་དང་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་ཁ་གཏང་མི་ཆོག
༡༠. ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་ལུ་ལཱ་ལྷན་པའི་ཡིག་ཚང་ཕྱི་ཁའི་མི་ ཡང་ན་ལས་
ཆོགས་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ དངུལ་འབྲེལ་དང་ལཱ་རིགས་གཞན་ཚུ་འབད་མི་ཆོག

༣.༡.༤

བྱང་བདེན་ཟེར་མི་འདི་ བྱང་པོ་དང་སྟོ་གཏང་རྒྱགས་མི་ལུ་གོ།

༣.༡.༤.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོས་ཚུ་ཡང་།

༡. རང་སེའི་ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ནང་ སྤྱི་ལྷན་ཁེ་ཕན་རེ་
ཡོད་པ་ཅིན་ གསལ་སྟོན་འབད་དགོས་དང་ དེ་ལུ་བརྟེན་པའི་ཉེན་འཛིང་རེ་ཐོན་རུང་
མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ ཉེན་སྲུང་འབད་རྒྱགས་པའི་ཐབས་ལམ་བཏོན་དགོ།
༢. བདེན་པ་དང་གྲངས་ཅིས་ཚུ་ག་ར་ སྤང་སྟེ་ཆ་ཆང་སྟེ་སྟོན་དགོ།
༣. རང་སེའི་འཛུལ་བ་འདི་ རིས་ལེན་འབད་དེ་ འདི་འཕྲོ་ལས་ལེགས་བཅས་འབད་དགོ།
༤. རང་སེའི་གོང་མ་དང་མཉམ་རྟེན་འོག་མ་ཚུ་ལུ་ཉིང་ལས་ར་ བསྐྱབ་བྱ་དང་བསམ་
ལན། གོས་འདོན་ཚུ་ཆ་ཆང་བྱིན་དགོ།
༥. རང་ལུ་གོས་ཐག་གཅད་ནིའི་དབང་ཚད་མེད་མི་འདི་ རིས་ལེན་འབད་དགོ།
༦. ལས་མགྲོན་པ་དང་གཅིག་ཁར་ སྤྱ་གསང་མེད་པར་དོན་སྤྱི་ཅན་སྟེ་བདེ་སྟོད་འབད་
དགོ།
༧. འོག་མ་ཚུ་བརྩིས་པའི་གཞན་གྱིས་འབད་བའི་ལཱ་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་མཐུན་གྱི་རིས་ལེན་

འབད་དགོཔ་དང་།

༡. མི་མང་གི་མཐུན་ཁྱེན་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན། འཛོན་ཐང་ཅན་དང་དོན་སྤྲོན་ཅན་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༣.༢.༤.༢

ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོག་པ་ཚུ་ཡང་།

༡. རང་བདེན་ལུ་མ་གུས་པའི་ནམ་འགྱུར་སྟོན་མི་ཚོག
༢. གཡོ་སྐྱུ་དང་རན་སྐྱེད་འབད་མི་ཚོག
༣. བདེན་པ་དང་གངས་རྩིས་ཚུ་ སྤྲོ་བཞག་ནི་དང་གཡོ་བཅོས་འབད་མི་ཚོག
༤. རང་གི་འཛོལ་བ་འདི་གཞན་ལུ་ཉེས་ཁ་བཀལ་མི་ཚོག
༥. གནས་ཚུལ་གང་རུང་ཅིག་ མིལ་བྱས་ཡངན་ཆ་གས་ཅིག་ བདེན་ཕྱེད་ལུ་བཟོ་ནི་དང་ ཤོབ་རྒྱབ་ནི། ཡངན་ ཆ་མ་ཚངས་སྤྲོབ་སྟེ་ མནོ་བཞིན་བསམ་བཞིན་དུ་ ལོག་པའི་ ལས་ལུ་འབྱེད་མི་ཚོག
༦. དབང་ཚད་ཀྱི་གནད་བ་གནད་སྟེ་མེད་མི་ཅིག་ལུ་གོས་ཐག་གཅད་མི་ཚོག
༧. མི་ངོམ་རང་ ཡང་ན་སྟན་ཞུ་ཕུལ་མི་ལས་གཡོག་པ་གང་རུང་ཅིག་གིས་ ཐོབ་བརྗོད་ བརྒྱུས་མ་བཏོད་ནི་དང་། ཡང་ན་འགྱུལ་འཐུས་དང་གྲ་འཐུས་ལ་སོགས་པའི་ཟད་ འགོ་ཚུ་དོན་མེད་ཀྱི་ཐོག་ལས་གཏང་མི་ཚོག

༣.༢.༥

སྤྱིང་སྟོབས་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་འགན་འབག་པའི་སྐབས་ལུ་ དཔའ་མ་ཁྱུ་པར་སྤྱིང་སྟེ་འབད་མི་ལུ་གོ།

༣.༢.༥.༡

ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. ལཱ་འགན་ཚུ་འབག་པའི་སྐབས་ལུ་ ལཱ་ཁག་ཡོད་པའི་གོས་ཐག་གཅད་ནིའི་དོན་ལུ་ག་ སྤྱིག་འབད་དགོ།
༢. རང་གི་གོང་མ་དང་མཉམ་རྒྱུ་ཡང་ ཡང་ན་འོག་མ་ཚུ་གིས་འབད་མི་དང་སྤྲོབ་མི་འདི་ བྱད་རིག་དང་མ་ལྷན་མ་ ཡང་ན་ཚུལ་དང་མ་མཐུན་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ སྤྲོ་གསང་མེད་ པར་སྤྲོབ་ནི་དང་བསམ་ལན་བྱིན་དགོ།
༣. ལས་སྟེའི་དམིགས་ཡུལ་ཚུ་འགྲུབ་ནིའི་ནང་ལྷན་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ བསྤྲོབ་བྱ་ཚུ་ ཁ་ སངས་ཉིང་སངས་དང་ཉེ་རིང་མེད་པར་ བན་ཐོགས་ཆེ་བའི་སྟོེ་ལས་བྱིན་དགོ།

༣.༢.༥.༢

ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོག་པ་འདི་ཡང་།

- ༡ ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་གི་འགན་ཁུར་འདི་རང་བདེན་དང་ཕྱང་སྟེ་འབད་མི་འདི་ གིས་ རང་ལུ་བྱེམ་ཐོག་འོང་མནོ་འདྲོགས་ཏེ་སྟོད་མི་ཚོག
- ༢ ཚུལ་མིན་གྱི་དབང་ཤུགས་ཐོག་སྟེ་འབད་རུང་ རང་སེའི་མནོ་ལུགས་མ་འགྱུར་བར་ བརྟན་བརྟན་སྟེ་གནས་དགོ།
- ༣ ལས་སྟེའི་འགན་དབང་དང་ ཁོ་རའི་ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུར་གྱི་དམིགས་གཏང་ ལས་གཡོ་མི་ཚོག

༣.༢.༦

རང་དོན་སྟོོས་བཏང་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐའ་དོན་དང་ རང་གི་ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་ལུ་གཙོ་རིམ་བྱིན་མི་

ལུ་གོ།

༣.༢.༤.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. ཏུས་ནམ་ར་འབད་རུང་ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་རྒྱུམ་གཅིག་ལུ་ཕན་པའི་གྲོས་ཐག་གཅད་དགོ།
༢. རང་དོན་ལས་ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་ཁག་ཆེན་སྡེ་བཅུ་དགོ།
༣. ནམ་ར་འབད་རུང་ ཕན་སེམས་བསྐྱེད་དགོཔ་དང་ རྒྱབ་སྐྱོར་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཕྱིལ་བུམ་བྱེན་དགོ།
༤. སྡེ་ཚན་གཅིག་ཨིན་པའི་མནོ་བསམ་བཏང་སྡེ་འབད་དགོ།
༥. ཏུས་ཨ་རྟག་ར་ རང་གི་མཉམ་རྒྱུ་གི་དགོས་འདོད་དང་ རེ་བ་དང་སློབ་འདོད་ཚུ་ ཉ་གོ་དགོཔ་དང་སེམས་ཁར་བཞག་དགོཔ་དང་།
༦. ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་ ཡངན་ལཱ་བཀོད་འགོ་དཔོན་ཅིག་འབད་མ་ལས་ རང་འོག་གི་ལས་གཡོག་པའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ལུ་ བཅུ་མཐོང་བསྐྱེད་དེ་ ག་དེ་བྲག་བྲག་ཆ་རྒྱུ་འབད་དགོ།

༣.༢.༤.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡. རང་གི་ལཱ་འགན་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་ རང་དོན་གྱི་དབང་ལུ་ཤོར་ནི་མི་འོང་།
༢. རང་གི་ཁེ་ཕན་གྱི་དོན་ལུ་ རང་གི་མཉམ་རྒྱུ་འདི་ མནོ་བཞིན་བསམ་བཞིན་ཏུ་སྐབས་ཉེས་སར་བཅུགས་མི་ཚོགས་

༣.༢.༥

ཐ་དམ་ཚོག་ཟེར་མི་འདི་ ཏུས་རྒྱན་ཏུ་ རྩ་བ་གསུམ་ལུ་བྱང་བདེན་དང་ཐ་དམ་ཚོག་ དེ་ལས་དད་དམ་གྱི་ཐོག་ལུ་གནས་མི་ལུ་གོ།

༣.༢.༥.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. རྒྱལ་གཞུང་དང་ རང་གི་ལས་སྡེའི་སྲིད་བྱུས་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དགོ།
༢. རང་སྲིད་ལས་སྡེའི་དམིགས་ཡུལ་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ལཱ་འབད་དགོ།
༣. རང་སྲིད་ལས་སྡེ་གི་རྒྱ་དངོས་ཚུ་ འཕྲོ་བཞུགས་མ་བཏང་བར་དགོས་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གཏང་དགོ།
༤. རང་སྲིད་ལས་སྡེ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཐབས་ལུ་ རང་གི་ཤེས་ཚད་དང་ཕྱོགས་གྲུབ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་དགོ།
༥. རང་གི་ལཱ་འགན་ནང་ལུ་ སློབ་གཏང་ཚུགས་པ་ཅིག་དང་ བྱང་ས་དག་ཅིག་སྡེ་འགན་འཁྲིལ་བག་ཚུགས་དགོ།
༦. ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་ཆས་ཚུ་ ག་དེ་གཟབ་གཟབ་སྡེ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་དང་།
༧. མི་མང་གི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་སློབ་པའི་སྐབས་ བྲན་ཤེས་བག་ཡོད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༣.༢.༥.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡. རྒྱལ་གཞུང་དང་རང་སེའི་ལས་སྡེའི་སྤྱི་བུས་དང་ལས་རིམ། བྱ་ལེན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་
མི་མང་གི་གདོང་ཁར་ སྦྱོན་བརྒྱུད་འབད་མི་ཚུག
༢. རན་ལྟོད་ཀྱི་ལཱ་ཚུ་ནང་ གཤམ་གཏོགས་འབད་མི་ཚུག
༣. རང་སེའི་ལས་སྡེ་གི་གྲུབ་འབྲས་བཏོན་ནི་ལཱ་བར་རྒྱུན་རྒྱབ་མི་ཚུག
༤. ཡིག་ཚང་གི་རྒྱུ་དངོས་ཚུ་ ཨར་རྒྱུན་དང་མེད་པ་གཏང་མི་ཚུགས་དང་།
༥. ཏམ་ཟེ་འབད་མི་ཚུག

༣.༢.༡

ཀྱན་སྒྲོང་བཟང་པོ་ཟེར་མི་འདི་ མཉམ་བསམ་ལེགས་ཤོམ་གཏང་ནི་དང་ ཚོར་སྤང་ལེགས་ཤོམ་ཤར་མི་འདི་ལུ་གོ།

༣.༢.༡.༡

ཞི་གཤམ་ལཱ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. དུས་རྒྱུན་དུ་ རང་སེའི་ལཱ་དང་མི་ཚུ་ལུ་ ཀྱན་སྒྲོང་བཟང་པོ་བསྐྱེད་དགོ།
༢. ཕན་ཚུན་གཅིག་གཅིག་གི་བར་ན་ཉེ་མཐུན་འབྲེལ་འདི་ བར་རྒྱུན་ཞུགས་མ་བཅུག་
པར་ཕན་ཅུས་ཅན་ཅིག་སྤེལ་བཟོ་སྤེལ་བཞག་དགོ།
༣. བསམ་ལན་འདི་ལུ་བཅི་བཀྱར་འབད་དགོཔ་དང་། རང་སེའི་སྦྱོན་འདི་ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་
དངོས་ལེན་འབད་དེ་ ལེགས་བཅོས་འབད་ནི་ལུ་བཙུན་ལྷགས་བསྐྱེད་དགོ།
༤. གཞན་གྱི་སྦྱོན་ཚུ་ཏ་གོ་ཞིན་མ་ལས་ འདི་ཚུ་ལེགས་བཅོས་འབད་ནི་ལུ་ ཆ་རོགས་
འབད་དགོ།
༥. རང་གི་ལས་སྡེ་གི་དོན་རྒྱུ་མ་གཅིག་གིས་མ་དོ་བར་ རང་གི་ལཱ་ལུ་ཡང་ རལ་རངས་
བསྐྱེད་ཚུགས་ནི་དོན་ལུ་ སྤྱོད་དང་བཙུན་ལྷགས་བསྐྱེད་དགོ།
༦. རང་གི་བྱ་ལེན་ལུ་འགན་འཁུན་འབག་ཚུགས་པ་འབད་དགོ།
༧. གོང་མ་དང་རྒན་ཤོས་མ་ཚུ་ལུ་བཅི་བཀྱར་འབད་དགོ།
༨. ལས་ཚོགས་ཀྱི་མཐུན་འབྲེལ་ཡར་དྲག་གཏང་དགོཔ་དང་།
༩. རང་གི་འོག་མ་ཚུ་གིས་བསམ་འཆར་བཀོད་མི་དང་ གསར་གཏོད་ཀྱི་ཐོག་ལས་འབད་
མི་ལཱ་དང་ ཕན་འདེབས་ཚུ་ལུ་བཅི་བཀྱར་འབད་དགོ།

༣.༢.༡.༢

ཞི་གཤམ་ལཱ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚུགས་འདི་ཡང་།

༡. འགན་འཁུན་བཀའ་བའི་སྐབས་ལུ་རྒྱབ་བཤུད་རྒྱབ་མི་ཚུག
༢. མ་འགྲིགས་པ་ཐོན་པའི་སྐབས་ རྒྱབ་བཤུད་རྒྱབ་ནི་དང་བཟོན་མ་ཚུགས་པ་འབད་མི་
ཚུག
༣. རང་གིས་འབད་མི་འདི་ ལས་མགོན་པ་ཚུ་ལུ་ ཐོགས་རམ་འབད་མ་ཉན་ཟེར་མཉམ་
ཚུག

༣.༢.༢

ཀྱན་སྒྲོང་བཟང་པོ་ཟེར་མི་འདི་ འོས་ལྷན་གྱི་ལྷན་གྲུབ་དང་ འདི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མི་ལུ་བཅི་མཐོང་ཡོད་མི་ལུ་
གོ།

༣.༢.༢.༡

ཞི་གཤམ་ལཱ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. གསར་གཏོད་ཅན་ཅིག་དང་ གྲུབ་འབྲས་ཅན་ཅིག་འབད་ནི་ལུ་རྩ་འཁོད་སྤེལ་དགོ།

༡. ཉིན་ལྟར་བཞིན་དུ་ལྟ་བུ་ནི་ལུ་སྟོ་བ་བསྐྱེད་དགོས་དང་ ཉིན་མ་གཅིག་ལས་ཉིན་མ་གཅིག་དྲགས་སྟེ་འབད་དགོས་དང་།
༢. གོང་ལུ་བཀྱར་ཏེ་བཞག་དགོ་པའི་ རང་གི་ཚུགས་གྲུབ་ག་ཅི་ར་ཡོད་པ་ཨིན་ན་དང་ ལེགས་བཅོས་འབད་དགོ་པའི་རང་གི་སྟོན་ག་ཅི་ར་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ ཤེས་ཚུགས་པ་སྟེ་འབད་དགོ།

- ༣.༢.༧.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།
༡. རང་གི་ལཱ་གཡོག་གི་སྟོར་ལས་ ཉོག་བཤད་བཀོད་ནི་དང་ སྤང་མེད་དང་གྲུབ་འབྲས་མེད་པ་སྟེ་སྟོན་མི་ཚོགས་དང་།
 ༢. གཞན་མི་ཚུ་ལུ་ ལཱ་གཡོག་གི་སྟོར་ལས་བསམ་ངན་བཤད་དེ་ སྟོ་བ་ཞན་བཅུག་མི་ཚོགས་

༣.༢.༡༠ རྒྱལ་གཅེས་ཤ་ཞེན་ཟེར་མི་འདི་ རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ གཅེས་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཉིང་དྲངས་མའི་དཀྱིལ་ལས་ཕྱག་ལྷུ་མི་འདི་ལུ་གོ།

- ༣.༢.༡༠.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོས་འདི་ཡང་།
༡. ཅ་བ་གསུམ་ལུ་གཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དགོས་དང་ཕྱག་ཕྱིད་ལུ་དགོ།
 ༢. འབྲུག་མི་ཨིན་པའི་དཔའ་ཉམས་དང་དགའ་བ་བསྐྱེད་དགོ།
 ༣. རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་དར་རྒྱས། དགའ་སྦྱིད་སྦྱིང་སྦྱི་བཟོ་ཚུགས་པའི་ལཱ་ཚུ་འབད་དགོ།
 ༤. སྟོབ་སྦྱང་དང་སྦྱང་བཅར། ཡངན་ ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་འཁྱོད་དགོ་པའི་གནད་དོན་གང་རུང་གི་སྐབས་ལུ་ རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལེགས་སྟོན་གཞུང་ཚབ་ཅིག་སྟེ་འབད་དགོ།
 ༥. སྦྱང་བཅར་དང་ ཡངན་ ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་སྟོར་གྱི་སྐབས་ལུ་ ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གི་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ཕན་པའི་བཅ་དོན་དང་ཤེས་ཡོན། རིག་ཅུ་ཚུ་གང་མང་འབག་འོང་དགོས་དང་།
 ༦. རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ཁག་ཆེན་འཐོན་པ་ད་ ཁས་བླངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ཕྱག་ལྷུ་ཚོགས་སྟེ་དགོ།

- ༣.༢.༡༠.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།
༡. རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་སྤྱད་སྦྱོབ། རང་བཅོན་ལུ་གཞོད་པའི་མནོ་བསམ་དང་བྱ་ལེན་ག་ཅི་ནང་ལུ་ཡང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚོགས་དང་།
 ༢. རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མིང་གཏམ་ལུ་གཞོད་པའི་བསམ་འཆར་ཚུ་བཤད་ནི་དང་ ལཱ་ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚོགས་

༣.༢.༡༡ བྱང་འཕགས་བྱང་རིག་ཟེར་མི་འདི་ བཙུ་མཐོང་སྦྱང་སྦྱི་ལུ་རྒྱབ་རྟེན་འབད་བའི་ཀྱན་སྦྱོང་དང་ ཀྱན་སྦྱོང་བཟང་པོ་ཡོད་མི་ལུ་གོ།

3.2.22.2

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

1. རང་སེའི་ལཱ་འགན་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ཟློག་ས་གྲུབ་དང་འཛོན་ཐང་གི་ཐོག་ལས་ ཏུས་ཐོག་ལུ་ཕྱང་སྟེ་འབད་དགོ།
2. རང་གི་འགན་ཁུར་འདི་ གུན་སྟོན་བཟང་པོ་དང་འགན་འཁུའི་ཐོག་ལས་འབད་དགོ།
3. རང་སེའི་བྱ་བ་སྟོན་ལམ་ཚུ་ ཆ་བཞག་བརྟུབ་པའི་གནས་ཚད་གྲུག་གནས་དགོཔ་དང་།
4. འབྲེལ་ཡོད་ག་ར་ལས་ གུས་བཀྱར་འཐོབ་ཚུགས་པ་འབད་དགོཔ་དང་ དེ་ལུ་གནས་ དགོ།

3.2.22.3

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མཆོག་པ་འདི་ཡང་།

1. འགན་ཁུར་འབག་པའི་སྐབས་ལུ་ གུན་སྟོན་དན་པའི་སྟོན་ལམ་སྟོན་ནི་དང་ གནས་ ཚད་དང་མ་ལུན་པའི་རིག་ཅུལ་འཐབ་མི་ཆོག་པ་དང་།
2. ལཱ་འགན་འབག་པའི་སྐབས་ལུ་ རང་གི་ལས་མགོན་ཚུ་ལུ་ཆགས་སྤར་ཕྱོགས་རིས་ འབད་མི་ཆོག

3.3

གུན་སྟོན་ནམ་གཞག

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གློ་གཏད་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཅ་བ་གསུམ་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་ནི་གི་ཁ་རྩེ་དང་གོ་སྐབས་ གཞན་དང་མ་འང་ བར་གནང་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ ཁོ་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཞི་གཡོག་པའི་བརྩི་མཐོང་དང་གུན་སྟོན་ལུ་གནས་དགོ།

3.3.1

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཅ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ 2020 ཅན་མ། འབྲུག་གི་ཞི་ གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞིའི་དགོངས་དོན་ཚུ་ག་ར་ཤེས་ཚུགས་པ་འབད་དེ་གོང་ཏུ་བཀྱར་དགོ།

3.3.2.1

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

1. ཅ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ 2020 ཅན་མ། འབྲུག་ གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞིའི་ཚུ་གི་དགོངས་དོན་ཚུ་ག་ར་ ཟླ་གྲེ་9་གོ་ ཞིན་མ་ལས་ དེ་ལུ་གནས་དགོ།
2. གལ་སྲིད་ རང་གི་གོང་མ་དང་མཉམ་རྒྱལ་སྐྱོད་ འོག་མ་ཚུ་གིས་ དགོངས་དོན་གང་རུང་ ཏ་མ་གོ་བར་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁོང་དང་གཅིག་ཁར་ རང་གིས་ཤེས་མི་ཚུ་ བརྩེ་སྤར་ འབད་དེ་ལམ་སྟོན་འབད་དགོ།
3. སྤྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་བཅའ་ཡིག་ཚུ་ལུ་གནས་དགོཔ་དང་།
4. ཞི་གཡོག་པའི་བརྩི་མཐོང་དང་གུན་སྟོན། ངང་སྟོན་གྱི་སྦྱོང་བཟུང་ཚུ་ ནམ་ར་འགོ་ འབྲེན་འཐབ་རུང་ དེ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ།

3.3.2.2

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མཆོག་པ་ཚུ་ཡང་།

༡. ཅ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ། འབྲུག་གི་
ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞིའི་དགོངས་དོན་ཚུ་གི་སྒྲོར་ལས་ སྤང་མེད་སྡེ་
སྟོན་མི་ཆོག
༢. རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་བཅའ་ཡིག་གང་རུང་ལས་འགའ་ནི་དང་ ཡང་ན་འགའ་ནི་
གི་དཔའ་བཅའ་མི་ཆོག

༣.༣.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཅ་བ་གསུམ་ལུ་ཕྱག་ཁྱབ་འི་སྐབས་ལུ་ ཐ་དམ་ཆོག་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་བརྩི་མཐོང་ཚུ་ལུ་
གཅེས་སྦྱོང་འབད་དེ་ ཡར་འགྲུག་གཏང་དགོ།

- ༣.༣.༢.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།
༡. དུས་རྒྱུན་དུ་ ཅ་བ་གསུམ་ལུ་ཐ་དམ་ཆོག་དང་ དད་དམ་གྱི་ཐོག་ལས་གནས་དགོ།
- ༣.༣.༢.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཆོག་པ་འདི་ཡང་།
༡. རྒྱལ་གཞུང་དང་ལས་སྡེ། གོང་མ་དང་མཉམ་རྟེན་ལུ་ འོག་མ་ཚུ་དམའ་ཕབ་རྒྱལ་མི་
ཆོག

༣.༣.༣

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་སྒྲིག་ལམ་ནུམ་གཞག་དང་ ཡིག་ཚང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ལུ་གནས་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་རང་སེའི་
ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་ལུ་དང་ ཞི་གཡོག་པ་འི་མིང་གཏམ་ལུ་གཞི་དཔེ་བྱ་སྟོན་དང་ གོམས་གཤིས་ངན་པ་ཚུ་ལས་
འཛུལ་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་ གཞན་མི་གི་ཉེན་སྲུང་ལུ་ཉེན་ཁ་འབྱུང་བཅུག་མི་ཆོག

- ༣.༣.༣.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།
༡. དུས་རྒྱུན་དུ་ལཱ་ནང་གི་གི་སྡེ་འོང་དགོཔ་དང་ལཱ་འབད་དགོ།
༢. ལས་མགོན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ རང་སེའི་གོ་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོན་ལམ་གྱི་
ཐོག་ལས་འབྲེལ་བ་འབབ་དགོ།
༣. ནུམ་ར་འབད་རུང་ སྟོན་ལམ་དང་བྱ་ལེན་ཚུ་ གཞན་ལུ་དཔེ་སྟོན་བརྟུབ་སྡེ་འབད་
དགོ།
༤. གཞན་ལུ་ངོས་ལེན་དང་གུས་བཀྲར་འབད་དགོ།
༥. ལས་སྡེའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ཆོགས་རྒྱུང་གི་བྱ་ལེན་ཚུ་ལུ་གུས་བཀྲར་འབད་ནི་དང་བཅའ་
མར་གཏོགས་དགོཔ་དང་།

༤. དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་ ཡང་ན་ལས་སྡེ་གི་བཀོད་རྒྱ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གསོ་བ་དང་སྟོ་རྩལ་བརྟག་དཔྱད་ རྟ་གཞི་བཅོ་ཐབས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ལུ་ གུས་བཀྱར་འབད་དེ་ བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ།

༣.༣.༣.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡. རྒྱ་རྩེད་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི། ཡང་ན་ རང་གི་མིང་གཏམ་ཞན་བཅུག་ནི། རང་གི་ལཱ་ལྷལ་གྱུ་བ་འབྲས་དང་སྟོད་ལམ་ ཡང་ན་ མི་གཞན་གྱི་ཉེན་སྲུང་ལུ་ཐོ་ཐོག་ནིའི་ གཞོད་རྩལ་གྱི་རིགས་ ཆང་དང་སྟོ་རྩལ་ལ་སོགས་པ་སྟོད་མི་ཚོག
༢. ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་དང་ ཡང་ན་ལཱ་གཞན་གང་རུང་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོར་ལས་ མི་མང་གི་སྒྱུག་ལུ་ མི་ངོམ་རང་རྒྱུང་ ཡང་ན་སྡེ་ཚན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཁ་འཐབ་ཚོག་འཐབ་ནང་ གྲལ་གཏོགས་འབད་མི་ཚོགས་དང་།
༣. ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་མཐོང་གི་དོན་ལུ་ གཅིག་སྒྲིལ། ཁྱད་རིག་ བྱང་བདེན། རྩོགས་བྲལ། འགན་འཁྲི། གཞུན་དང་ ཐ་དམ་ཚོག་ འགོ་ཁྲིད་པའི་གོ་འཕང་དང་མ་མཐུན་པའི་སྒོ་སྒྲུབ་ནི་དང་ བྱ་སྟོད་སྟོན་ནི་ཚུ་མི་ཚོག

༣.༣.༤

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་སེའི་ལཱ་འགན་ཚུ་ ཤེས་ཡོན་དང་ལྷོགས་གྱུ་བ་གང་ཡོད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ གུས་ཞབས་དང་བཅུ་བཀྱར་ ལྷག་བསམ་གྱི་སྟོ་ལས་བྱུག་བྱིད་ལུ་དགོ།

༣.༣.༤.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོ་པ་ཚུ་ཡང་།

༡. རང་སེའི་ལས་མགྲོན་པ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ བཅུ་མཐོང་དང་བྱམས་བཅེ། ཉམ་ཚུང་གི་སྟོ་ལས་འབྲེལ་བ་འཐབ་དགོ།
༢. དུས་ནམ་ར་འབད་རུང་ རང་འདི་དངུལ་ཐོགས་ལེན་ཏེ་ ལྷག་ལུ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ཨིན་མ་ཤེས་དགོ་པ་དང་།
༣. རང་སེའི་སྟོད་པ་དང་བསམ་པ། བྱ་ལེན་ཚུ་ལྟ་མེད་ནམ་དག་གི་སྟོ་ལས་འབད་དགོ།
༤. བཅོ་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་དང་ བྱ་སྟོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལཱ་གཡོག་ཚུ་ རང་སེམས་གཙང་མའི་ཐོག་ལས་འབད་དགོ།

༣.༣.༤.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡. ཞི་གཡོག་པ་གཞན་མི་ཅིག་དང་ ཡང་ན་ལས་མགྲོན་པ་ཅིག་ལུ་ མ་བདེན་པའི་ཐོག་ལས་ དེ་གི་ཆེ་མཐོང་དང་མིང་གཏམ། བཅུ་མཐོང་ཚུ་དམའ་ཕབ་རྒྱབ་མི་ཚོག
༢. ཞི་གཡོག་པ་གཞན་མི་ཅིག་ ཡང་ན་ལས་མགྲོན་པ་ཅིག་ལུ་ མི་མང་འཛོམས་སར་

སྒྲིབ་གནས་བཤད་ནི་དང་ དམར་སྤྱིས་རྒྱབ་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོག

༣. རང་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་མི་ཚུ་ལུ་སྒྲིན་བཞེད་འབད་ནི་དང་ བདེན་ཁྲམས་མེད་པའི་
དམའ་ཕབ་རྒྱབ་ནི་ཚུ་མི་ཚོག
༤. རང་གི་ལཱ་འགན་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ལས་མགྲོན་པ་ཚུ་ ཡང་ན་ནི་གཡོག་པ་གཞན་
དང་གཅིག་ཁར་ རྒྱ་མེད་ཀྱི་ཁ་ཤགས་རྒྱབ་ནི་དང་ ཡང་ན་འཐབ་འཛིང་གི་བྱ་བ་ལུ་
ཐུག་བཅུག་མི་ཚོག་པ་དང་།
༥. མཐོ་བཞིན་བསམ་བཞིན་དུ་ ལཱ་གཡོག་བསྐྱར་བཞག་ནི་དང་ ལས་མགྲོན་པ་སྤྱད་
མེད་བསྐྱར་ཏེ་བཞག་མི་ཚོག

༣.༣.༥

ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་བཙག་འཐུའི་ཁྲིམས་ཡིག་གི་མངའ་འོག་ལུ་ སྲིད་ལས་ཐ་དད་སྤྱོད་ནི་
དང་། སྲིད་ཚོགས་ཀྱི་ཚུགས་སུ་གཏོགས་མི་ཚོག་པ་མ་ཆད་ བཙག་འཐུའི་དོ་འགྲན་ནང་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་
ཚོག གལ་སྲིད་ ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སྲིད་ཚོགས་ཅིག་དང་ ཡང་ན་འཐུས་མི་ཅིག་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ ཡང་ན་ལྷོག་
ཚུགས་འབད་ནིའི་བདེ་དོན་གང་རུང་སྤེལ་བའི་ཉེས་འཛུགས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཐོན་པ་ཅིན་ སྲིད་འབྲེལ་བྱབ་སྤེལ་གྱི་
གངས་སུ་རྒྱད་པ་མ་ཆད་ ནི་གཡོག་པའི་བཙུ་མཐོང་དང་ཀྱུང་སྲོད་ལས་འགལ་བ་ཨིནམ་སྤྱོད་ཆ་བཞག་ནི་ཨིན།

༣.༣.༥.༡

ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ དུས་ཡུལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ སྲིད་དོན་བར་གནས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལུ་
གནས་ཐོག་ལས་གོང་ལུ་བཀྱར་དགོ།
༢. གཞུང་ལུ་ཁ་སངས་ཉིང་སངས་དང་ཉེ་རིང་མེད་པའི་གོས་བསྐྱན་ཕུལ་དགོ།
༣. བདེན་པ་བྱང་བཞེད།
༤. གཞུང་གི་ལཱ་འགན་ཚུ་འཆར་སྤྱད་དང་ཉེ་རིང་མེད་པར་འབད་དགོཔ་དང་།
༥. གོས་ཐག་གཅད་ནི་ཚུ་སྲིད་དོན་གྱི་དབང་ལུ་མ་ཐལ་མ་དེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་
ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཡིག་ཆ་དང་སྒྲགས་ཏེ་ འབྲེལ་ཉམ་དང་དྲངས་གསལ་ཅན་གྱི་ལས་
ལུགས་ཚུ་ གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ།

༣.༣.༥.༢

ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོག་པ་འདི་ཡང་།

༡. རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཙག་འཐུའི་ཁྲིམས་ཡིག་གི་མངའ་འོག་ལུ་ འགོ་འདྲན་འཐབ་མིའི་
བཙག་འཐུ་གང་རུང་གི་འདེམས་ངོ་ཅིག་དང་ ཡང་ན་སྲིད་དོན་ཚོགས་པ་གང་རུང་
ནང་ལུ་ འཐུས་ཡིད་དང་འཐུས་མེད་ཀྱི་གོ་གནས་གང་རུང་འཆར་མི་ཚོག
༢. རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཙག་འཐུའི་ཁྲིམས་ཡིག་མངའ་འོག་ལུ་ བཙག་འཐུའི་ནང་ལུ་ རྒྱ་
མེད་འབད་མིའི་སྲིད་ཚོགས་ ཡང་ན་འདེམས་ངོ་ཅིག་གི་དོན་ལུ་བརྒྱུད་སྐྱེལ་འབད་

མི་ཚོགས་

༣. སྲིད་དོན་ཚོགས་པའི་ཞལ་འཛུལ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དང་། རྒྱལ་སྐྱོར་དང་
འབྲེལ་བའི་ལཱ་རིགས་ཚུ་འབད་མཚོགས་མ་ཚད་ དེ་བཟུམ་སྟེ་ མི་སྡེ་བན་བརྒྱད་ཀྱི་
ཐོག་ལས་ བཅག་འབྲུད་དང་ སྲིད་དོན་གྱི་གོ་གནས། འཇུག་མི་ ཡང་ན་བཅག་འབྲུད་
དོན་ལུ་དོ་འགན་འབད་མི་སྲིད་ཚོགས་ཅིག་ལུ་ རྒྱལ་སྐྱོར་ ཡང་ན་ཁྲིམས་ལྟར་དང་
འབྲེལ་བའི་བྱེད་བསྐྱུགས་འབད་མི་ཚོགས་
༤. སྲིད་དོན་ ཡང་ན་སྲིད་དོན་ཚོགས་པའི་སྐྱོར་ལས་ ཐད་ཀར་དུ་ ཡང་ན་སྐྱོར་གཏམ་
སྟེ་ བསམ་འཆར་ཚུ་བཤད་མི་ཚོགས་
༥. སྲིད་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་བལྟ་སྟེ་ རང་སེའི་ལཱ་འགན་ཚུ་འབག་ནི་དང་ ཡང་ན་སྤང་མེད་
སྟེ་བཞག་མི་ཚོགས་
༦. མི་ངོམ་གཞན་ ཡང་ན་སྟེ་ཚན་ཅིག་གི་སྲིད་དོན་གྱི་འཆར་སྤང་ཚུ་ལུ་ བར་བཅོལ་དང་
བར་འཇུག་འབད་མི་ཚོགས་
༧. བརྒྱད་འཕྱིན་གྱི་ཐོག་ལས་ རོ་རྒྱུད་ ཡང་ན་བུངས་སྤྱབས་འཕྱིན་བུང་། ཡང་ན་ཡོངས་
འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལས་མི་སྡེ་བན་བརྒྱད་། སྐྱོར་དོན་དང་གཞུང་འབྲེལ་། རོ་རྒྱུད་། རོ་
རྟགས་། ཡིག་ཐོག་ ཡང་ན་པར་རིས་ཚུ་འཕྱིན་ཐོག་ལས་ བཅག་འབྲུད་དང་སྲིད་དོན་གྱི་གོ་
གནས། འཇུག་མི་ ཡང་ན་བཅག་འབྲུད་དོན་ལུ་དོ་འགན་འབད་མི་སྲིད་ཚོགས་ཅིག་
ལུ་ རྒྱལ་སྐྱོར་ ཡང་ན་ཁྲིམས་ལྟར་འབད་ནིའི་ལཱ་རིགས་ཚུ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་
འབད་མི་ཚོགས་དང་།
༨. འཇུག་མི་ ཡང་ན་སྲིད་དོན་ཚོགས་པ་ཅིག་གི་བཅུག་འབྲུད་སྤྱལ་བསྐྱུགས་གང་རུང་གི་
དོན་ལུ་ རྒྱལ་སྐྱོར་ ཡང་ན་ཁྲིམས་ལྟར་སྟེ་ ཞལ་འདེབས་དང་མ་དདུལ་ཚུ་བྱིན་མི་
ཚོགས་

༣.༣.༤

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་སེའི་ཡིག་ཚང་གི་གོ་གནས་དང་ དབང་ཚད་ཚུ་ཡོག་སྟུང་འབད་མི་ཚོགས་

༣.༣.༤.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོ་པ་འདི་ཡང་།

༡. མི་སྟོབས་ཚུ་དོན་སྤྲོད་ཅན་དང་ འགན་འཁུལ་ཅན་ཅིག་སྟེ་ འཛིན་སྐྱོར་དང་འགོ་ཁྲིད་
འབད་དགོ།
༢. རང་སེའི་ལས་སྟེ་གི་འགན་དབང་འགྱུར་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་གི་གོ་གནས་དང་ མཐུན་
ཁྱེན་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
༣. རང་སེའི་ལས་སྟེ་འཛིན་འཁུལ་དང་ ཕྱི་ཁ་ལུ་དཔེ་བཅུ་བཅུ་ཅིག་འབད་དགོ།
༤. གྲོས་ཐག་བཅད་པའི་སྐབས་ལུ་ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་བཟི་བཀུར་འབད་དགོ་པ་
དང་།

ལེ་ཕན་ལྟག་སྒྲིང་ཚུ་གསལ་སྒྲོན་འབད་དགོ།

3.3.6.2

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མཆོག་པ་འདི་ཡང་།

1. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སྐབས་འཛིན་དང་རོ་སྤྱང་། ཉེ་རིང་ཕྱི་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཆོག
2. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་སེའི་འོག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ རྩུགས་རིས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ སྐབས་མ་བདེམ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཁྲུངས་མེད་ཀྱི་བྱ་སྒྲིང་ག་ཅི་ཡང་སྒྲོན་མི་ཆོག
3. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་སེའི་འོག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་མེན་པའི་ལཱ་འབད་བཅུག་ནི་དང་ འབད་ནི་གི་རེ་བ་བསྐྱེད་མི་ཆོག
4. སྒྲེར་དོན་གྱི་ཁེ་ཕན་ལུ་ ལས་གཡོག་པ་དང་ལས་མགྲོན་པ་ཚུ་ལུ་ བརྒྱན་སྐྱུལ་འབད་ནིའི་དཔའ་བཅམ་མི་ཆོག
5. གནས་བཞིན་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་དང་འབྲེལ་དགོ་པའི་ཁྲིམས་དོན་གྱི་དགོས་མཁོ་གཞན་ཚུ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ལཱ་ཚུ་འབད་མི་ཆོག་པ་དང་།
6. གཞུང་གི་ཅ་ཆས་དང་མི་སྟོབས་ཚུ་ལོག་སྒྲིང་འབད་མི་ཆོག

3.3.7

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡིག་ཚང་གི་གནས་ཚུལ་དང་གྲོས་ཚད་ཚུ་གསང་བྱ་སྤྱོད་བཞག་དགོ། དེའི་ནང་དོན་ཉིད་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་ལས་དོན་ཚུ་དཀའ་ངལ་མེད་པར་ རྩུགས་བྱུང་དང་ལྷན་སྤྱོད་འགྲུབ་ནི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྲོན་གྲགས། མངའ་ཁོངས་གཅིག་སྤྱིལ། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱང་སྒྲིབ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་ཙུ་བརྟན་བཞག་ནི་ལུ་ གཞོད་པའི་བདེ་དོན་ཚུ་ གནང་བ་མེད་པར་སྤྱོད་ནི་ལས་འཛུགས་དགོ།

3.3.7.1

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོ་པ་འདི་ཡང་།

1. ཏུས་ནམ་ར་འབད་རུང་ ལས་ལུགས་བཟོ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གསང་བྱ་སྤྱོད་བཞག་དགོ་པ་ཚུ་ གོང་ལུ་བཀྱར་དགོ།
2. ལས་ལུགས་བཟོ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གྲོས་ཚད་དང་བྱ་ལེན་གྱི་སྒྲོར་ལས་ རང་དང་ ཐད་ཀར་དུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མཉམ་རྒྱལ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ སྤྱོད་གནས་དགོ།
3. ལཱ་འགན་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ཐོབ་ཡོད་པའི་གསང་བའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཡིག་ཚང་ནང་སྒྲིང་རིང་དང་ ཡིག་ཚང་ལས་སོ་སོར་འགྱུར་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ གསང་བ་སྤྱོད་བཞག་དགོ།
4. རྒྱལ་ཁབ་ཉེན་སྲུང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཁག་ཆེ་བའི་བདེ་དོན་ཚུ་གི་གསང་བྱ་སྤྱོད་བཞག་དགོ།

དགོ།

- ༥. གལ་ཅན་གྱི་མཐའ་དོན་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ བན་དོན་ལ་ལུ་ཅིག་མ་སྤྱབ་པར་གསང་སྟེ་བཞག་དགོཔ་ཁག་ཆེ་བའི་སྐོར་ལས་ ཏ་གོ་ཚུགས་པ་འབད་དགོ།
- ༦. འབྲུག་མི་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་གཙུག་རིམ་དང་པ་འདི་ར་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱད་སྤྱོད་དང་རང་བཙན་ཨིན་མ་ཤེས་དགོཔ་དང་།
- ༧. ཡིག་ཚང་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་གལ་ཅན་སྤྱབ་དགོཔ་ཅིན་ ཁོ་ར་ལུ་ དགོས་མཁོ་དང་ལྷན་པའི་དབང་ཚད་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་དགོ།

༣.༣.༧.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཆོག་པ་འདི་ཡང་།

- ༡. འོས་འབབ་མེད་པའི་མི་ ཡང་ན་ཆོག་པ་དམངས་ ཡང་ན་འཆོག་པ་ ཡང་ན་གྲོས་གནས་རིམ་ལུགས་ཚུ་ནང་ལུ་གནས་ཚུལ་སྤྲེལ་མི་ཆོག
- ༢. འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན། ཡང་ན་གནང་བ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་གིས་ མི་མང་ལུ་གསལ་སྟོན་མ་འབད་བའི་རིང་ལུ་ རང་སྤོའི་བཟའ་ཚང་བརྩིས་ཏེ་ག་ལུ་ཡང་གནས་ཚུལ་སྤྲེལ་མི་ཆོག
- ༣. སྐར་གྱི་ཁེ་ཕན་གྱི་དོན་ལུ་གནས་ཚུལ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཆོག་པ་དང་།
- ༤. མི་སྡེ་དང་རྒྱལ་ཁབ་དཀྱིག་ནི་གི་བན་དོན་ཚུ་སྤྱབ་མི་ཆོག

༣.༣.༨ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འཛོན་ཐང་དང་དོན་སྤྲིན། ལྷན་རིག་དང་གཞུང་སྐོར། འགན་འཁུ་ཚུ་ངེས་བརྟན་ཡོད་པ་སྟེ་འབད་དགོ།

༣.༣.༨.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

- ༡. རང་གི་ལཱ་འགན་སྤྱབ་པའི་སྐབས་ རུད་ཆོས་མེད་པ་ཅིག་དང་ སྤྱབ་འབྲས་ཅན་ཅིག་སྟེ་འབད་དགོ།
- ༢. ཞབས་ཏོག་ཡར་ཤལ་གཏང་ནི་ལུ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་འབད་དགོ།
- ༣. རང་སྤོའི་ལཱ་དང་འབྲེལ་བའི་ཀུན་སྦྱོད་དང་ གཤེས་བཟང་གི་གཞི་རྩ་ཚུ་ལུ་གནས་དགོ།
- ༤. རང་གིས་གྲོས་ཐག་གཅད་མི་དང་ བྱ་ལེན་གཞན་དང་བྱ་སྦྱོད་ཚུ་གི་འགན་འཁུ་འབག་དགོཔ་དང་།

པ. ཡན་གནད་ཀྱི་གནས་སྟངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གྲོས་ཐག་གཅད་དགོ།

3.3.2.3 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མཆོག་པ་འདི་ཡང་།

1. རང་སེའི་ལས་སྡེའི་དམིགས་ཡུལ་དང་ གཙོ་རིམ་གྲོས་ཚད་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ གལ་ཆེ་བའི་བདེ་དོན་ཚུ་ རང་འོག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ མ་སྒྲིབ་པར་གསང་བཞག་སྟེ་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ གྲོ་བ་ཞན་བཅུག་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཆོག
2. རང་སེའི་ལུ་འགན་ཚུ་མཇུག་མ་བསྐྱུ་བར་བཞག་མི་ཆོག་པ་དང་།
3. གཞུང་གི་སྲིད་བྱུས་དང་རང་སེའི་ལས་སྡེ་གི་དམིགས་ཡུལ་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་གྲོས་ཚད་ཚུ་བཏོན་མི་ཆོག

3.3.4 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཞི་གཡོག་ནང་འཁོད་མཉམ་འབྲེལ་ངེས་བདེན་འབད་དགོཔ་མ་ཆད་ ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་གྱི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

3.3.4.1 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

1. རང་སེའི་ལས་སྡེ་ནང་འཁོད་དང་ ལས་སྡེ་གཞན་ཚུ་ལུ་ཡང་ རྒྱབ་སྐྱོར་དང་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དགོ།
2. རང་སེའི་ལས་སྡེ་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱ་དངོས་ཚུ་ འཕྲོ་བརྒྱུག་མར་ཕབ་འབད་ནི་ལུ་བཙོན་ལྷགས་བསྐྱེད་དགོཔ་དང་།
3. བདེ་དོན་ཚུ་ རང་སེའི་ལས་སྡེ་ནང་འཁོད་དང་ ལས་སྡེ་གཞན་དང་གཅིག་ཁར་ ཏུས་ཐོག་ལུ་དོན་སྤྲོད་གྱི་བདེ་སྤྱོད་འབད་དགོ།

3.3.4.2 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མཆོག་པ་འདི་ཡང་།

1. དན་སྒྲུལ་འབད་ནི་དང་འཐབ་འཛིང་ནང་ གཤམ་གཏོགས་འབད་མི་ཆོག
2. བདེ་དོན་རྒྱུ་མ་བྱིན་ནི་དང་ ལོག་པའི་ལམ་ལུ་འབྱིད་མི་ཆོག་པ་དང་།
3. བཀའ་རྒྱ་སྤང་མེད་སྟེ་བཞག་ནི་དང་ ལམ་ལུགས་དང་ལམ་སྟོན་གསར་པ་གཞི་བཅུགས་མི་ཆོག

3.3.5 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡིག་ཆ་དང་གི་འགན་ཁུར་སྒྲིབ་པའི་སྐབས་ ཆགས་སྤང་ཚུགས་རིས་དང་ངོ་སྤྱད་གི་རིགས་ག་ཅི་ཡང་འབད་མི་ཆོག

3.3.5.1 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. རང་མོའི་ལས་མགོན་པ་ཚུ་ དམིགས་དོན་དང་འབྲེལ་ནི་དང་ འབྲེལ་མཉམ་སྦྲེ་བཅི་
བཞག་འབད་དགོཔ་དང་།

༢. གནད་དོན་གྱི་ཕན་གནད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གོས་ཚད་ལེན་དགོ།

༣.༣.༡༠.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡. རང་དང་མཐུན་འབྲེལ་ཡོད་མེད། མོ་མོའི་དབྱེ་བ། མིག་ཁར་ཚུད་མ་ཚུད། ལུང་
ཕྱོགས། མི་རིགས། བཟའ་ཚང་གི་རྒྱབ་ཐག་ ལྷག་པོ་དང་སྤྱད་ཀྱི། འཕྲོད་བསྟེན་དང་
གཟུགས་སྟོབས་ཀྱི་གནས་སྤངས། ཚོས་ལུགས་ཚུ་ལུ་བརྟེན་པའི་དགའ་ཕྱི་དང་མ་
དགའ་ཕྱི་གི་བསམ་པ་བསྐྱེད་མི་ཚོགས་དང་།

༢. མི་གང་རུང་ཅིག་ལུ་ གོང་ལུ་བཀོད་ཡོད་མིའི་གནད་དོན་ཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་
ལས་ གོས་ཐག་གཅད་ནི་དང་འབྲེལ་ཚུད་བཏོན་ནི། བསམ་འཆར་བཀོད་ནི་ཚུ་མི་ཚོགས་

༣.༣.༡༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁྲིམས་ཀྱི་གནད་བ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་རང་གིས་གོས་ཐག་གཅད་ནིའི་དབང་ཚད་
དང་ ལཱ་ལྷན་འགྲུབ་ནིའི་ནང་ལུ་ གནོད་སྲིད་པའི་ངོ་སྤྱད་དང་ཁྲིམས། ཁེ་ཕན་དང་ཞལ་འདེབས་ཚུ་ ཁོ་རའི་དོན་
ལུ་ ཡང་ན་ཁོ་རའི་བཟའ་ཚང་འབྲུས་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཨིན་རུང་ལེན་མི་ཚོགས་

༣.༣.༡༡.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. གནས་ཏེ་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་བའི་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ཚུ་ཡོད་པ་ཤེས་
དགོཔ་དང་།

༢. གོས་ཐག་བཅད་པའི་སྐབས་ལུ་ ཁོ་ར་ལུ་ཐོབ་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་དང་ངོ་སྤྱད་ ཡང་ན་
ཁེ་ཕན་གཞན་ཐོབ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་དབང་ལུ་མ་ཐལ་ཕྱི་འབད་དགོ།

༣.༣.༡༡.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡ ཁྲིམས་གི་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བཀག་དམ་འབད་ཡོད་པའི་ས་གོ་ཚུ་ལས་ ཐང་
ཀར་ ཡང་ན་ཐང་ཀར་མིན་པའི་ཐོག་ལས་ ཁྲིམས་ལེན་ནི་དང་ཁྲིམས་གི་ཁྱུ་སྤྱུ་
འབད་མི་ཚོགས་

༢. ཁོ་ར་གིས་གོས་ཐག་གཅད་མིའི་དམིགས་ལུ་ལུ་གནོད་པའི་ཁྲིམས་ལེན་མི་ཚོགས་
དང་།

༣. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁོ་ར་གིས་ལེན་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་གི་ངོ་སྤྱད་ལུ་བལྟ་སྟེ་ ཚུལ་
མིན་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་ཡང་ན་ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ངོ་སྤྱད་ཚུ་ ག་ལུ་ཡང་འབད་མི་ཚོགས་

3.3.12

ནི་གཡོག་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ལས་གནང་བ་མེད་པར་ ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ ཡང་ན་ལས་ཚོགས་ཚུ་ལས་ གོ་གནས་དང་ ཡང་ན་རྟགས་རྒྱ་ཚུ་ལེན་མི་ཚོག

3.3.12.1 ནི་གཡོག་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

1. དེ་བཟུམ་མའི་གོ་གནས་དང་ ཡང་ན་རྟགས་རྒྱ་ཚུ་གིས་ རང་སེའི་ལས་སྡེ་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ གནོད་ཉེན་ཡོད་མེད་ཀྱི་བདེན་དུང་། ཁུངས་དུང་། དབྱེ་དུང་ཚུ་འབད་དེ་ རང་ལུ་ཡིད་ཆེས་འབྲོང་ཚུགས་དགོ།
2. ཁོ་རའི་ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་དང་ འགན་ཁུར་ལས་རྒྱབ་འགལ་མེན་མ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོཔ་དང་།
3. རྒྱལ་གཞུང་ ཡང་ན་འོས་ལཱ་གི་དབང་འཛིན་གང་རུང་ལུ་སྟན་ཏུ་འབད་དེ་ སྤྲོ་གོང་གི་གནང་བ་ལུ་དགོ།

3.3.12.2 ནི་གཡོག་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

1. རང་སེའི་ལས་སྡེ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐའ་དོན་དང་མ་མཐུན་པའི་གོ་གནས་དང་ གཞེངས་བསྟོད་ཀྱི་རྟགས་རྒྱ་ཚུ་ལེན་མི་ཚོག
2. ཁོ་པན་ལྷན་སྡོད་ལཱ་པའི་མིང་གནས་ ཡང་ན་རྟགས་རྒྱ་ཚུ་ལེན་ཐབས་འབད་ནི་དང་ ལེན་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོགས་དང་།
3. རྒྱལ་གཞུང་དང་འོས་ལཱ་གི་དབང་འཛིན་ཅིག་ལས་ སྤྲོ་གོང་གི་གནང་བ་མེད་པར་ མིང་གནས་དང་རྟགས་རྒྱ་ཚུ་ལེན་མི་ཚོག

3.3.13

ནི་གཡོག་ཅིག་གིས་ ཆོས་ལུགས་བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནི་ཚུ་ནང་གལ་གཏོགས་འབད་མི་ཚོག

3.3.13.1 ནི་གཡོག་ཅིག་གིས་འབད་ཚོགས་འདི་ཡང་།

1. རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ཆོས་དང་ལམ་སྲོལ་ལུ་བཙི་བཀྱར་ལུ་དགོ།

3.3.13.2 ནི་གཡོག་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

1. ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྡེ་ཚན་དང་ ལས་སྡེ། མཐུན་ཚོགས། གཞི་ཚོགས་ལ་སོགས་པའི་གྲོས་ཐག་གཅད་ནིའི་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་སྡེ་འབད་མི་ཚོགས་དང་།
2. གཞན་མི་ཅིག་ ཡང་ན་སྡེ་ཚན་ཅིག་གི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་ལུ་ བང་བཅོང་ ཡང་ན་བར་འཇུག་འབད་མི་ཚོག

3.3.14

ནི་གཡོག་ཅིག་གིས་ འཆལ་དགོག་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚོག འཆལ་དགོག་བེད་མི་འདི་ འཆལ་གཏམ་

སྒྲིབ་ནི། འདོད་བརྟན་སྟོན་ནི། ཡང་ན་ ཆགས་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ལས་གཟུགས་ཁར་འདོགས་ནི་ཚུ་གིས་ ལཱ་འབད་ནི་
གི་གནས་སྤངས་ལཱ་གཞོན་ནི་དང་ ཡང་ན་ལཱ་གི་གནས་སྤངས་ལཱ་དཀའ་ངལ་བཟོ་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཆོག

༣.༣.༡༤.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. འདོད་སྟོན་གྱི་ཐོག་ལས་གཞོན་པ་བཀལ་ནི་དང་ ཡང་ན་འདོད་སྟོན་བསམ་འཆར་
སྟོན་པའི་ནུམ་འགྱུར་དང་ འཆལ་ཆོག་ཚུ་སྤང་དགོཔ་དང་ སྟོན་བཞུག་བཟུག་དགོ།
༢. གལ་སྲིད་རང་གི་གོང་མ་དང་མཉམ་རྟེན་ལ། འོག་མ་ཚུ་གིས་འབད་མི་དང་ སྒྲིབ་མི་
ཚུ་ བྱད་རིག་དང་ཀུན་སྟོན་དང་མ་མཐུན་པ་ཅིན་ དེ་ཚུ་མ་རུང་བའི་སྐོར་ལས་བསམ་
འཆར་ཚུ་ སྤང་གསང་མེད་པར་ལུ་དགོཔ་དང་།
༣. གལ་སྲིད་གནས་སྤངས་འདི་ ལེགས་བཅས་མེད་པ་ཅིན་ འོས་ལྷན་གྱི་དབང་འཛིན་
ལཱ་ འདོག་འཛིགས་དང་ཕྱོགས་སྤང་མེད་པར་སྟན་ལུ་འབད་དགོ།

༣.༣.༡༤.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཆོག་པ་འདི་ཡང་།

༡. ཁོ་རའི་མཉམ་རྟེན་དང་ལས་མགྲོན་པ་ཚུ་ལཱ་ བཅོག་གཏམ་ཚུ་སྒྲིབ་མི་ཆོག
༢. འདོད་སྟོན་གཟུགས་ཀྱི་ནུམ་འགྱུར་སྟོན་ནི་དང་ ཡང་ན་བྱ་སྟོན་ཚུ་འབད་མི་ཆོག་པ་
དང་།
༣. རང་སེའི་གོ་གནས་འདི་ འདོད་སྟོན་འཐོབ་ཐབས་འབད་ནི་དང་ དབང་བཅོང་གི་
ཐོག་ལས་ འདོད་སྟོན་འབད་ནིའི་དོན་ལཱ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཆོག

༣.༣.༡༥

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སྤྲིག་ཁྲིམས་ཆོགས་ཚུང་། བདག་སྟོང་བསྐྱར་ཞིབ་ཆོགས་ཚུང་། བདག་སྟོང་ཁྲིམས་ཞིབ་
ཆོགས་ཚུང་། ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ ཡང་ན་གཞན་མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་ཚུ་གིས་ ནམ་འབོཔ་ཅིག་བཅར་
དགོ།

༣.༣.༡༥.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་འབོད་བཀུག་གནང་མི་འདི་ལཱ་ བཅུ་བཀུར་གྱི་ཐོག་ལས་
བཅར་དགོ།
༢. རང་སེའི་ལས་སྡེའི་སྤྲིག་ཁྲིམས་ཆོགས་ཚུང་གིས་ འབོད་བཀུག་གནང་མི་འདི་ལཱ་
བཅུ་བཀུར་གྱི་ཐོག་ལས་བཅར་དགོ།
༣. བདག་སྟོང་ཁྲིམས་ཞིབ་ཆོགས་ཚུང་གིས་ འབོད་བཀུག་གནང་མི་འདི་ལཱ་ བཅུ་
བཀུར་གྱི་ཐོག་ལས་བཅར་དགོཔ་དང་།
༤. ཁྲིམས་འདུན་དང་བདག་སྟོང་ཁྲིམས་ཞིབ་ཆོགས་ཚུང་ ཡང་ན་སྤྲིག་ཁྲིམས་ཆོགས་

ཆུང་ ཡངན་ བདག་སྐྱོང་བསྐྱར་ཞིབ་ཚཱས་ཆུང་ ཡངན་ མཐོ་གཏུགས་དབང་
འཛིན་ཚུ་གི་སྐྱེ་མདུན་ལུ་ བདན་པ་དང་གངས་ཅིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ག་ར་ འབྲོག་
སྤང་དང་ ཡངན་ངོ་སྤྱང་མེད་པར་སྟོན་དགོ།

3.3.74.2 ཞི་གཡོགས་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

1. གྲོ་བུར་གྱི་གནས་སྤངས་ཚབས་ཆེན་བུང་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ཁྲིམས་འདུན་དང་
བདག་སྐྱོང་ཁྲིམས་ཞིབ་ཚཱས་ཆུང་ ཡངན་བདག་སྐྱོང་བསྐྱར་ཞིབ་ཚཱས་ཆུང་
ཡངན་སྐྱིག་ཁྲིམས་ཚཱས་ཆུང་གི་སྐྱེ་མདུན་ལུ་ མ་བཅར་བར་སྟོན་མི་ཚོགས་དང་།
2. ཚུད་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ སྤྱོད་འཇག་ནི་དང་ དན་ཐོ་ནང་སྐྱོན་སྤྱོད་
ཀྱབ་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོགས་

3.3.75

ཞི་གཡོགས་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་སྤྱི་བུས་ ཡང་ན་མཛད་བྱ་ཚུ་ལུ་ གཞོད་པ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་དང་ ཡང་
ན་ བསམ་འཆར་ཚུ་བན་བརྒྱད་ (རྒྱང་བསྐྱགས། པར་སྐྱུན་དང་ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག) ལུ་སྤྱོད་ནི་དང་ ཡང་ན་ཡིག་
ཆ་གང་རུང་ནང་བཙུགས་ནི་ལས་འཛུལ་དགོ།

3.3.76.1 ཞི་གཡོགས་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

1. ཁོ་ར་གིས་འཆར་མའི་གོ་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་གཅིག་སྒྲིལ་ལུ་གནས་དགོ།
2. དུས་རྒྱུན་དུ་རྒྱལ་གཞུང་གི་སྤྱི་བུས་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ རྒྱ་སྟེད་གཏང་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་
འབད་དགོ།
3. ཡིག་ཚང་ནང་འཁོད་ ཡང་ན་སྤྱི་བུས་ལག་ལེན་འཐབ་མའི་འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་
ལུ་ ཉོག་རྒྱང་བཅུས་པའི་ རང་སོའི་ཁྱད་རིག་དང་བསམ་ལན་ཚུ་ག་ར་བྱིན་དགོཔ་
དང་།
4. རང་སོའི་ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ མི་མང་དང་ བན་བརྒྱད་དང་གཅིག་ཁར་ བན་དོན་བཟུ་
སོར་འབད་ནིའི་ལས་ལུགས་གཞི་བཙུགས་འབད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གཞུང་གི་
སྤྱི་བུས་དང་གོས་ཚོད་གལ་ཅན་ཚུ་ མི་མང་གིས་ངེས་པར་དུ་ཤེས་ཚུགས་ནིའི་དོན་
ལུ་ དགོས་མཁའི་བན་དོན་ཚུ་བྱིན་དགོ།

3.3.76.2 ཞི་གཡོགས་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

1. རྒྱལ་གཞུང་གི་སྤྱི་བུས་དང་ལས་རིམ། མཛད་བྱ་ཚུ་མི་མང་ ཡང་ན་བན་བརྒྱད་ཚུ་
ནང་ (རྒྱང་བསྐྱགས། པར་སྐྱུན་དང་ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག) སྐྱོན་བཟོད་ ཡང་ན་བཅི་
ཁྱད་མེད་པ་སྤྱོད་ཐོག་མི་ཚོགས་དང་།

༡. མི་ངོམ་ ཡང་ན་གཞུང་གི་ལས་སྡེ་ཚུའི་མིང་གཏམ་ཞན་བཅུག་པའི་འཕྲིན་ཡིག་ ཡང་
ན་མ་རངས་པའི་གནད་དོན་གང་རུང་སྤྲུབ་ནི་ ཡང་ན་སྤེལ་ནི་ ཡང་ན་བསྐྱུལ་ནི་ཚུ་
འབད་མི་ཚོག

༣.༣.༡༧

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་གཙུག་སྡེ་དང་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་རང་བཅོན། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཅིག་སྒྲིལ་ལུ་གཞོན་པའི་ལཱ་རིགས་
ཡང་ན་མཐུན་ཚོགས་ ཡང་ན་ལཱ་རིགས་གང་རུང་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ལས་འཛུལ་དགོ།

༣.༣.༡༧.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡. མཐུན་ཚོགས་ ཡང་ན་ ལཱ་རིགས་ཅིག་གི་ཡན་ལག་གི་གངས་སུ་ མ་འཇུལ་བའི་ཉེ་
མ་ འདི་ཚུ་གི་དགོས་དོན་ག་ཅི་ཨིན་ན་ཤེས་པ་འབད་དགོ།
༢. ལཱ་རིགས་ཅིག་དང་ ཡང་ན་མཐུན་ཚོགས་གང་རུང་ནང་འཇུལ་ཕུང་ རང་སེའི་ཡིག་
ཚང་གི་གོ་གནས་དང་ མ་མཐུན་མ་མེད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
༣. གལ་གནད་ཅན་གྱི་ལཱ་རིགས་ཅིག་དང་ ཡང་ན་མཐུན་ཚོགས་ཅིག་ནང་མ་འཇུལ་བའི་
སྤྱོད་ལས་ འོས་ལྷན་གྱི་དབང་འཛིན་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་འབད་དགོ།
༤. གལ་སྤྱིད་ གཅིག་མཚུངས་མེད་པ་དང་ འོས་འབབ་མ་ལྷན་པའི་ལཱ་རིགས་གང་རུང་
གི་སྒྲོར་ལས་ཤེས་པ་ཅིན་ འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་གྱིས་ཤེས་ཚུགས་པ་བཟོ་དགོ།

༣.༣.༡༧.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡. མི་སྡེའི་ལས་ཚོགས་དང་འདུས་ཚོགས་ ཡང་ན་ མཐུན་ཚོགས་གང་རུང་ཅིག་ནང་
འཇུས་མི་འབད་ནི་དང་གྲལ་ཁར་གཏོགས་མ་ཚོགས་ཚུ་ཡང་།
 - ཀ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲུང་སྐྱོབ་དང་རང་བཅོན། གོང་འཕེལ་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་གི་མཐའ་
དོན་ལུ་མིན་པའི་ལཱ་རིགས།
 - ཁ། འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་དང་གཅིག་ཁར་ ཁྲིམས་མཐུན་དང་ལུགས་མཐུན་
གྱི་ཐོག་ལས་གཞི་བཙུགས་ ཡང་ན་ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བའི་རིགས།
 - ག། ཁབ་སའི་རང་བཞིན་དང་ལྷན་པའི་ལཱ་རིགས།
 - ང། སྤྱིད་དོན་ཚོགས་པ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གྲལ་གཏོགས་ཡོད་པའི་རིགས།
 - ཅ། རྒྱལ་གཞུང་གི་སྤྱིད་བྱས་དང་འཆར་གཞི་ཚུ་ནང་ ཟུང་རིག་དང་ཀུན་སྤྱོད་
གནས་ཚད། ལྷོགས་གྲུབ། ཤེས་ཡོན་དང་རིག་ཕུལ་ ཡར་དྲག་གཏང་ནི་
ལུ་མིན་པའི་མཉམ་སྡེ་ཁེ་ཕན་གྱི་དོན་ལུ་དང་ ཡང་ན་ལུ་ཚུགས་ཅན་གྱི་
སྡེ་ཚན་ཚུ་ གཞི་བཙུགས་འབད་མི་ཚོག

༡. ཁོ་རའི་ལས་སྡེ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འཆར་གཞི་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ མེད་པ་གཏང་ནིའི་ལཱ་
ཚུ་ནང་ལུ་ གྲལ་གཏོགས་འབད་མི་ཚོག
༢. ལས་སྡེ་ཡང་ན་མི་སྡེ་ལུ་ རོ་ལོག་པའི་ལཱ་རིགས་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མིའི་མི་ངོམ་
གཞན་ཅིག་དང་ ཡང་ན་སྡེ་ཚན་འདི་ལུ་གོགས་རམ་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་འདི་ཚུ་
གསང་སྟེ་བཞག་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོག
༣. མཐུན་ཚོགས་ཅིག་གི་འཐུས་མི་འབད་ལས་ ཞི་གཡོག་པའི་བཟེ་མཐོང་དང་ཀུན་
སྤྱོད་ལས་འགལ་བའི་ལཱ་འབད་མི་ཚོག

༣.༣.༡༤

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་སའི་ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་དང་ཐད་ཀར་བྱ་འབད་དགོ་པའི་ཡིག་ཚང་དང་འབྲེལ་བའི་
ལཱ་རིགས་ནང་མ་གཏོགས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་ཕྱག་ལཱ་ཚུ་ དཀའ་ངལ་མེད་པར་ འཛོམ་ཐང་ཅན་སྟེ་འཛོམ་སྤྱོད་འཐབ་
ནི་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མིང་གཏམ། མངའ་ཁོངས་གཅིག་སྤྱིལ། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཉེན་སྲུང་དང་ རང་བཅོམ་ཚུ་ལུ་
གཞིན་པའི་འགྲུལ་བཀག རོ་ཁོལ་ ཡང་ན་ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་རོ་ཁོལ་འགྲེམས་སྟོན། རྩ་སྤྱིག་ལམ་འགྲུལ་ཚུ་དང་
གཞན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་རིགས་ཚུ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དང་ ཡང་ན་བརྒྱུད་སྤྱུལ་འབད་ནི་ཚུ་མི་ཚོག

༣.༣.༡༥.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོ་པ་འདི་ཡང་།

༡. རང་སའི་ཐོབ་དབང་དང་ལཱ་འགན་ཚུ་ཉ་གོ་དགོ།
༢. འབད་མ་རུང་བའི་ལཱ་འདི་བཟུམ་འབད་མི་བཅུག་ནི་ལུ་བཙོན་ཤུགས་བསྐྱེད་དགོ།
༣. ཐད་ཀར་བྱ་ཁོ་རའི་ལཱ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཞི་བའི་རྩ་སྤྱིག་ལམ་འགྲུལ་ག་ཅི་བཟུམ་
ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ་རུང་ རང་སའི་ལས་སྡེ་ལས་སྡེ་གོང་གི་གནང་བ་ངེས་
བཟན་ལུ་དགོ།

༣.༣.༡༥.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡. ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་རོ་ཁོལ་འགྲེམས་སྟོན་བཙུམ་ཏེ་ འགྲེམས་སྟོན་གྱི་རིགས་ཚུ་
ཡང་ན་དེ་དང་ཅིག་འཐད་པའི་ལས་རོ་ཁོལ་ཚུ་ འགོ་འབྲེན་འཐབ་ནི། རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་
ནི། ཡང་ན་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ཚུ་མི་ཚོག

༣.༣.༡༦

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ལུ་མ་བདེན་པའི་བན་དོན་ག་ཅི་ཡང་བྱིན་མི་ཚོག

༣.༣.༡༦.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོ་པ་འདི་ཡང་།

༡. ཁོ་རའི་ལཱ་འགན་འབད་བའི་སྐབས་ རུས་རྒྱན་བྱ་བྲང་བདེན་དང་རྒྱས་འདེད། བདེན་
དཔྱད་ནམ་དག་གི་སྒོ་ལས་འབད་དགོ་པ་དང་།
༢. བདེན་པའི་བན་དོན་དང་ བདེན་པའི་རོ་སྤྱོར་ཚུ་བྱིན་དགོ།

3.3.10.3 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

1. རང་སེའི་འགོ་དཔོན་དང་མཉམ་རིགས། འོག་མ་ཚུ་ལུ་བན་ལོག་བྱིན་ཏེ་ འཛེལ་བའི་
ལས་ལུ་འབྱེད་མི་ཚོགས་དང་།
2. བདེན་པའི་བན་དོན་དང་གངས་ཅིས་ག་ཅི་ར་ཡོད་རུང་ སྤྱོད་འཇག་ནི་དང་ ཡང་ན་
སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུ་འབད་མི་ཚོགས་

3.3.20

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ མི་ངོམ་ཅིག་ལུ་ མཐུན་ཚོགས། གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་དང་ ལས་སྡེ་ཚུ་ལུ་ཁེ་ཕན་ཡོད་
པའི་དངུལ་སྤྱོད་བཅུག་ནི་དང་ལེན་ནི། ཞལ་འདེབས་འབད་བཅུག་ནི་དང་ ཡང་ན་ཅ་བ་གསུམ་ལུ་གཞོན་ཉེན་ཡོད་
པའི་ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་འབད་བའི་ལཱ་རིགས་ཚུ་ལུ་ སྤྱོད་ལམ་གང་རུང་གི་ཐོག་ལས་སྤྱོད་མ་འབད་མི་ཚོགས་

3.3.20.1 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

1. མཐུན་ཚོགས། གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་དང་ལས་སྡེ་ཚུ་ ཡང་ན་ཅ་བ་གསུམ་ལུ་
གཞོན་ཉེན་ཆེ་བའི་ མི་ངོམ་ཅིག་གི་ལཱ་རིགས་ཚུ་འོག་ལས་ ལས་སྡེ་དང་འོས་ལྗན་
བྱི་དབང་འཛིན་དང་གཅིག་ཁར་ ཅུས་ཐོག་འབྲེལ་བ་འཐབ་ནི་དང་སྤྱོད་ལུ་འབད་ནི་འི་
དཔའ་བཅའ་དགོ།

3.3.20.2 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

1. གཞི་ཚོགས། གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས། ལས་སྡེ་ ཡང་ན་མི་ངོམ་གང་རུང་ཡོད་མི་ལུ་
བརྟེན་ཏེ་ ལཱ་རིགས་ཚུ་ ཅོད་སྤྱོད་ཅན་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ འདི་ལུ་ཀྱབ་
སྤྱོད་འབད་མི་ཚོགས་
2. དེ་བཟུམ་མའི་གཙུག་སྡེ་ལུ་ ཀྱབ་སྤྱོད་བྱི་ཞལ་འདེབས་ལྟངས་མི་ཚོགས་དང་།
3. དེ་བཟུམ་མའི་གཙུག་སྡེ་འི་དོན་ལུ་ བརྒྱུད་སྤྱོད་དང་བྱ་སྤྱོད་གཏང་ནི་གི་ལཱ་ཚུ་འབད་
མི་ཚོགས་

3.3.21

བཅའ་ཡིག་གི་ལེའུ་ 14 པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སྤྱིར་ཚོང་དང་ཚོང་ལཱ་འི་རིགས། ཡང་ན་ལཱ་
གཡོག་འཐབ་ག་ཅི་ཡང་འབད་མི་ཚོགས་

3.3.22

རྒྱ་དངོས་གསལ་སྤྱོད་བཅའ་ཡིག་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ བདོག་
གཏང་དང་འབྲེལ་བ་ཚུ་ ཅུས་མཚམས་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་ལུ་གསལ་སྤྱོད་འབད་དགོ།

3.3.23.1 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

1. རང་སེའི་རྒྱ་ཚོར་དང་བདོག་གཏང་། འབྲེལ་བ་ཚུ་གི་ཐོ་ཡིག་ཚུ་མཐུན་བཞག་དགོཔ་
དང་།

༡. རྒྱ་དངོས་གསལ་སྟོན་གྱི་བཅའ་ཡིག་འདི་ ཉ་གོ་དགོས་དང་དམ་དམ་སྟེ་གནས་དགོ།

༣.༣.༡༡.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡. ཀུན་སྟོན་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ཡངན་ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཐོག་ལས་བདོག་གཏད་བསྐྱབ་
མི་ཚོགས་

༢. གསལ་སྟོན་རྒྱུ་མ་འབད་མི་ཚོགས་དང་།

༣. རང་སྲིད་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་བྱུང་བའི་ཉེས་སྟོན་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་དང་ ཡངན་
གསང་སྟེ་བཞག་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོགས་

༣.༣.༡༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་མཐོང་དང་ཀུན་སྟོན་ལས་འགལ་བ་ ཡངན་འགལ་བའི་སྟན་ལུ་འབད་
མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་གཞོན་རྒྱུ་རྒྱབ་ནི་ ཡངན་ ཉེ་རིང་ཕྱི་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོགས་

༣.༣.༡༣.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོས་འདི་ཡང་།

༡. རན་ལྟད་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་སྟོན་གྱི་སྐོར་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་ལུ་སྟན་ལུ་
འབད་དགོས་དང་།

༢. གནས་ཚུལ་སྟེལ་མིའི་མི་ངོ་གསང་བ་སྟེ་བཞག་དགོས་དང་ མི་འདི་གི་ཉེན་སྲུང་ངེས་
བརྟན་ཡོད་པ་བཟོ་དགོ།

༣.༣.༡༣.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

༡. གནད་དོན་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་ བདེན་དཔྱད་མ་འབད་བར་ ལཱ་འབད་ནི་དང་བྱ་ལེན་
ཚུ་འབད་མི་ཚོགས་

༢. གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་འདི་ གསང་བའི་ཐོག་ལས་ ཡངན་ཐད་ཀར་བྱ་གཞོན་རྒྱུ་འབྱུང་
བཅུག་མི་ཚོགས་དང་།

༣. རན་ལྟད་གྱི་བྱ་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་བདེན་དོན་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་དང་ ཡངན་
གསང་བཞག་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོགས་

༣.༣.༡༤

ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་འབག་དགོ་པའི་གཞི་རྩ་འདི་ སྟོན་ཡོད་པའི་དབུལ་ཕོགས་དང་འཁྲིལ་
ཉིན་མཚན་གཅིག་ལུ་དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་ ༡༤ དང་ བདུན་པ་གཅིག་ནང་ཉིན་མ་བདུན་ལཱ་འབད་དགོས་ཨིན། དེ་
འབད་ཕ་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་འཁྲི་བ་འདི་ ནམ་འབད་རུང་འབོད་ཅིག་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་ནང་འོང་དགོས་ཨིན། དེ་
མིན་པའི་དུས་རྒྱུན་གྱི་སྐབས་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འབད་དགོས་འདི་ གཟའ་མིག་དམར་
ལས་སྟོན་མ་ཚུན་ ལཱ་གི་དུས་ཡུན་གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་ཨིན། དེ་གི་གངས་སུ་ ཉིན་མའི་གསོལ་ཕྱག་བཅ་ ཚུ་ཚོད་
ཕྱིད་པ་འདི་ཡང་ཚུད་པ་ཨིན།

3.3.2.1 གནམ་བུར་སྤྱི་ཟླ་ 3 པ་ལས་སྤྱི་ཟླ་ 10 པ་ཚུན་ རྫོང་པ་རྩ་ཚུང་ 1 ལས་ ཕྱི་རུ་རྩ་ཚུང་ 4 ཚུན་ཡིན་པ་དང་།

3.3.2.2 གནམ་དགུན་སྤྱི་ཟླ་ 11 པ་ལས་སྤྱི་ཟླ་ 1 པ་ཚུན་ རྫོང་པ་རྩ་ཚུང་ 1 ལས་ ཕྱི་རུ་རྩ་ཚུང་ 5 ཚུན་ཡིན།

རང་སོའི་ལུ་འགན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་རེས་གཟའ་ཉི་མ་ལུ་ལུ་འབད་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་དུས་ཡུན་རྩ་ཚུང་ 30 གི་ལ་བུམ་ལུ་འབད་དགོ་མི་རྩི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་སོ་སོ་གིས་ཐག་གཅད་མི་དང་འཁྲིལ་དགོཔ་ཡིན་པ་ལས་ གོང་ལུ་བཀོད་པའི་དུས་ཚུང་དང་འཁྲིལ་མི་དགོ།

3.3.2.3

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡིག་ཚང་གི་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་གྲོས་ཐག་གཅད་ནི་དང་ གཞན་ཡིག་ཚང་གི་འགན་སྐྱབ་རྩི་ འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ རང་ལུ་ཁེ་སྒྲུག་སྤྱོད་ག་ཅི་ར་ཡོད་རུང་ གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།

3.3.2.4 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

1. འབྲི་ཤོག་ 3/4 པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བློ་བཟུང་དང་ཁས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཁེ་སྒྲུག་སྤྱོད་གསལ་སྟོན་འབད་དེ་སྤང་དགོ།
2. གཞན་ལུ་ཡང་ ཁེ་སྒྲུག་སྤྱོད་གསལ་སྟོན་འབད་ནི་ལུ་སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་བཅུག་དགོཔ་དང་།
3. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འབྲེལ་འདྲེས་དང་དམིགས་ལུ་དང་འཁྲིལ་བའི་གྲོས་ཚུང་ འབྲུང་རྒྱུགས་པའི་གནས་སྤངས་བཟོ་དགོ།

3.3.2.5 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་འབད་མ་ཚོགས་འདི་ཡང་།

1. རང་གི་སྒྲེར་གྱི་ཁེ་སྒྲུག་དང་ ཡང་ན་ཁེ་བྱོར་ཡོད་མའི་ལས་མཐོན་དང་གཅིག་ཁར་ མཐུན་འབྲེལ་ཡོད་མི་ལུ་བརྟེན་ གནད་དོན་གྱི་སྒྲུག་གནད་ལུ་བརྩི་བཀུར་འབད་མ་ ཚུགས་པའི་གྲོས་ཚུང་གྱི་བྱ་རིམ་ནང་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚོགས་
- 2 ཁོ་ར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་ཅིག་གི་སྒྲོར་ལས་ ཚོགས་རྒྱུང་གི་ཞལ་འཛོམས་ག་ཅི་ར་གནད་རུང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་འདི་ ཁོ་དང་མཐུན་ལམ་ཡོད་མི་ཅིག་ ཡང་ན་ ཁོ་གིས་མ་དགའ་བའི་མི་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ དེ་བཟུམ་མའི་ཚོགས་རྒྱུང་གི་ཞལ་ འཛོམས་གང་རུང་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚོགས་
3. ཁོ་རའི་ནང་མི། ཡང་ན་ཉེ་ཚུན་གང་རུང་གི་ཚོང་དང་ཚོང་འབྲེལ་ཡར་བྱས་གཏང་ནིའི་ དོན་ལུ་ ཁོ་རའི་ལས་སྡེ་ ཡང་ན་གཞན་ལུ་བརྒྱུད་སྐྱུལ་འབད་མི་ཚོགས་དང་།
4. ཁོ་རའི་ལས་སྡེའི་དམིགས་ལུ་དང་འབྲུན་ཚུང་ལུ་ ཐོ་ཐོག་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་

ལས་ ལས་མགོན་པ་ཚུ་ལས་ དངུལ་བསྐྱིན་དང་ ཟུ་ཆ་དང་ལཱ་ཆས་བརྟེན། ཡང་
ན་ཐོན་སྐྱེད་གཞན་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་ལེན་མི་ཆོག།

3.3 ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྨྱོད་ཀྱི་འོས་འབབ།

ལེའུ་འདི་ནང་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྨྱོད་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་འདི་ ཡོངས་ཚོགས་སྤེལ་མེད་རུང་ འགབ་མ་
ཚུགས་པ་ཡང་མེད་པ་ཨིན།

3.4 འགན་འཁུགས།

3.4.1 ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྨྱོད་ལས་འགལ་མའི་འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ བདག་སྐྱོང་བྱ་ལེན་གྱི་དོན་
ལུ་འགན་འཁུགས་དང་འཁུགས་པ་ཐོག་དགོ།

3.4.2 འབྲེལ་ཤོག་ 3/1 པ་དང་འཁུགས་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྨྱོད་ཀྱི་གན་འཛིན་
འདི་ ལྷག་སྟེ་ཏེ་གོ་ཞིན་མ་ལས་ ལས་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

3.4.3 འཛིན་སྐྱོང་དང་ལཱ་བཀོད་ཀྱི་འགན་ཁག་འབག་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ དགོས་མཁོ་ལྷན་པའི་འགོ་ཁྲིད་དང་ རང་
འོག་གི་ལས་གཡོག་པ་དམ་འཛིན་གྱི་འགན་འཁུགས་ཐོག་ དེ་མ་ཆད་ ཁོ་རའི་འོག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ རན་ལྷན་
ཡང་ན་ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོག་སྨྱོད་ཚབས་ཆེན་མེད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

3.4.4 དམིགས་བསལ་ཏུ་ འཛིན་སྐྱོང་དང་ལཱ་བཀོད་ཀྱི་འགན་ཁག་འབག་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཁོ་རའི་འོག་གི་ལས་
གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ རན་ལྷན་ ཡང་ན་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོག་སྨྱོད་ཚབས་ཆེན་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ ལྷ་
རྟོག་འབད་མ་ཚུགས་མི་དང་ དབང་འཛིན་ལུ་སྟན་ཅུ་ཕུལ་མ་ཚུགས་པའི་གནས་སྤངས་ཤར་ཆོ་ ལྷ་བཀོད་ཀྱི་འགན་
འཁུགས་ཐོག་



ཞི་གཡེག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྦྱོང་གི་འགན་ལེན།

༡. ང་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་འདི་ཐོབ་སྟེ་ལྷག་ཞིན་མ་ལས་ ཉ་གོ་མི་ཚུ་ཡང་།
 ཀ། ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་རྣམ་གཞག་ནང་ ལམ་ལུགས་དང་སྲིད་བྱས་ཚུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྲིད་བྱས་ ཡང་ན་ཁ་སྐོང་གི་
 ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་ཡང་ཡོད་པ་ཉ་གོ་ཡི།
 ཁ། བརྩེ་མཐོང་དང་རྣམ་གཞག་གང་རུང་གི་དོགས་སེལ་ཚུ་ འབྲེལ་ཡོད་འགོ་དཔོན་ (མི་སྟོབས་གཙོ་འཛིན་ ཡང་ན་མི་སྟོབས་
 འགོ་དཔོན་) ཡང་ན་དབང་འཛིན་ (རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་) ཚུ་ལས་འཐོབ་ཚུགས་ནི་ཨིན་མ་ཉ་གོ་ཡོད་པ་དང་།
 ༢. ང་གིས་ཉ་གོ་ཞིན་མ་ལས་ཁས་ལེན་འབད་ནི་ཚུ་ཡང་།
 ཀ། རྣམ་གཞག་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ དེའི་ལཱ་གཡོག་གི་འགན་ལེན་ཅིག་འབད་མ་ལས་ ཅུས་ནམ་ར་འབད་རུང་ བརྩེ་མཐོང་དང་
 རྣམ་གཞག་འདི་ལཱ་གནས་ནི་ཨིན།
 ཁ། ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་ ང་གིས་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་བརྩེ་མཐོང་དང་རྣམ་གཞག་གང་རུང་ཅིག་ལས་འགལ་བ་ཅིན་ དེའི་ལས་སྟེ་གིས་ དེའི་
 ལཱ་གཡོག་ཙུ་བསྐྱད་གཏང་ནི་བརྩེས་ཏེ་ སྤྱིག་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་ཚུ་བཀའ་ཚོག་

ལས་གཡོག་པའི་མིང་།
 ཞི་གཡོག་དོ་རྟགས་ཨང་།

མིང་རྟགས།
(བྲིམས་རྟགས།)

ལྷ་མོ།

དན་གསོ།

འབྲི་ཤོག་འདི་གུ་མིང་རྟགས་བཀོད་ཞིན་མ་ལས་ རང་སོའི་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་སྡེ་ཆན་ལུ་བཙུགས་དགོ།
 མི་སྟོབས་སྡེ་ཆན་གྱིས་འདྲ་གཅིག་འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པའི་སྡེར་གྱི་ཡིག་སྟོང་ནང་བཞག་ནི་དང་། འདྲ་གཅིག་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་
 ལུ་བྱུལ་དགོ།



རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཁེ་སྤོང་ལྷན་སྡོད་གསལ་སྟོན།

ངོ་མིང་.....འོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་..... ཡང་ན་ཞི་གཡོག་རྒྱ་ཁྱེར་ཨང་.....(གོ་གནས་).....(ལས་སྡེ་).....རང་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་
༡༠༡༥ ཅན་མའི་ལེའུ་ ༣ པའི་དོན་ཚན་ ༣.༣.༡༥ པའི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ (ལས་སྡེ་).....ནང་གི་.....
(ཚོགས་ཆུང་) གི་འབྲུག་མི་ཅིག་སྤྱི་ལྷན་ལྷན་ཁྲིའི་གསལ་སྟོན་འབད་མ་ཡིན།

- ང་ལུ་ ཁེ་སྤོང་ལྷན་སྡོད་མེད་པ་མ་ཚད་འདི་གི་རེ་བ་ཡང་མེད། གལ་སྲིད་ འདི་བཟུམ་མའི་གནས་སྤངས་བྱུང་པ་ཅིན་ ང་གིས་ལཱ་འགན་ འདི་འབག་པའི་ནམ་རུས་ ཡང་ན་འགོ་མ་བཙུགས་པའི་ཉེ་མ་ལས་ར་ འདི་འཕྲོ་ལས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ལུ་སྤྱན་ལུ་འབད་འོང་།
- ང་ལུ་ གཤམ་གསལ་རྒྱ་མཚན་ཚུ་ལུ་བརྟེན་པའི་ཁེ་སྤོང་ལྷན་སྡོད་ཡོད་པ།
 - བཟའ་ཚང་འབྲུག་མི།.....
 - ཉེ་ཚན་ཉེ་ཤོས།.....
 - ཁྱོ་ཚང་ཉེ་ཤོས།.....
 - གཉེན་ཚན།.....
 - དག་བྱང་ལྷན།.....
 - གཞན།.....

ང་གིས་ གོང་གི་བདེན་དོན་ཚུ་ ང་ར་གིས་ཤེས་པ་མཐོང་མ་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ བདེན་པ་ཉག་རྒྱུང་ཡིན། གལ་སྲིད་གོང་ལུ་གསལ་སྟོན་འབད་མི་ཚུ་ མ་བདེན་པའི་གནད་སྤྱོད་ཐོན་སོང་པ་ཅིན་ ང་ལུ་བདག་སྐྱོང་དང་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་གྱི་འཁྲི་བ་གང་ཕོག་ལྷན་ལྷན་ཁྲིའི་ཡིན།

སྤྱི་ཚེས།
ས་གནས།
མིང་རྟགས།

ལེའུ་ ༤ པ། གཏན་འཇགས་ཞི་གཡོག་ནང་གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཇུ། བསྐྱོ་བཞག

༤.༡ སྤོང་བྱས།

- ༤.༡.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ མི་རིགས་དང་པོ་མའི་དབྱེ་བ། ཁ་སྐད། ཆོས་ལུགས་དང་ གནས་རིམ་གཞན་ཚུ་གྲ་དབྱེ་བ་མ་
ཕྱེས་པར་ གཞེངས་ཐོན་དང་ཤེས་ཚད། འདྲ་མཉམ་དང་ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་ འོས་ཚད་ལྷན་
པའི་འབྲུག་མི་ཚུ་ལུ་ ལཱ་གཡོག་དང་གཡོག་གི་མདུན་ལམ་ཡར་སྐྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ གོ་སྐབས་འདྲ་མཉམ་སྤེ་སྤྱོད་ནི།
- ༤.༡.༢ ཞི་གཡོག་ནང་བྱད་རིག་ཙ་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཤེས་ཡོན་ཅན་དང་ལྷོགས་གྲུབ་ཅན། ཀུན་སྒྲོང་བཟང་པོ་ཡོད་མི་
ཚུ་ རང་སའི་ལྷོགས་གྲུབ་དང་འཁྲིལ་བའི་ལཱ་གཡོག་ནང་གསར་བཙུགས་འབད་ནི།
- ༤.༡.༣ ཞི་གཡོག་འདི་ གངས་ཉུང་དང་ཚད་ལྷན། འཛོན་ཐང་ཅན་ཅིག་སྤེ་རྒྱུ་སྒྲོང་འཐབ་ནི།

༤.༢ ཐབས་བྱས།

- ༤.༢.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་གཡོག་གི་ས་སྤྱོད་ཡོད་མི་དང་ གཡོག་གི་ས་སྤྱོད་འཐོན་ནི་ཡོད་མི་ཚུ་ དུས་རིམ་བཞིན་དུ་ལས་
ཆོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་གྱི་ཐོག་ལས་དང་། ལོ་ལྟར་གཡོག་བཙུགས་འཆར་གཞི་དང་འཁྲིལ་བའི་ལོ་ལྟར་
གཡོག་བཙུགས་འཆར་གཞི་འདི་ཐག་གཅད་དགོ།
- ༤.༢.༢ ལོ་ལྟར་གཡོག་བཙུགས་འཆར་གཞི་འདི་ ལོ་ལྟར་དོན་ལུ་ཚད་ཅིས་བརྟན་དགོཔ་དང་། འདི་ཡང་ ལོ་ལྟར་བཞིན་
དུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་དུས་མཐུན་བཟོ་དགོ།
- ༤.༢.༣ གཡོག་བཙུགས་འདི་ དྲངས་གསལ་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ལུ་གཞི་བཞག་དགོ།
- ༤.༢.༤ བྱད་རིག་དང་འཛོན་སྒྲོང་སྤེ་རིམ་གྱི་ནང་གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལེའུ་ ༥ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གཙུག་ལག་ཤེས་
ཚད་མཐར་འཁྲུལ་མི་ཚུ་ རོ་འགྲན་ཅན་གྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ལེན་ཐོག་ལས་ གཡོག་བཙུགས་འབད་དགོ།
- ༤.༢.༥ ཐབས་བྱས་དང་། ལམ་ལུགས་ལྷན་པའི་གཡོག་བཙུགས་འཆར་གཞི། དྲངས་གསལ་ཆེ་ཤོས། གོ་གནས་ཡར་སེར་
འཁོར་རིམ་དང་འཁྲིལ་བའི་མངོན་གསལ་ཅན་དང་རིམ་སྒྲིག་ཚུ་ཙ་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་ནང་གོ་གནས་
ཀྱི་སྤེ་རིམ་ག་རའི་གཏན་གཡོག་བསྐྱོ་བཞག་འདི་ ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་ དུས་རིམ་ཅན་གྱི་གཡོག་བཙུགས་ལམ་ལུགས་
དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྤྱི་ཟླ་ ༡ པའི་སྤྱི་ཚེས་ ༡ ལུ་འབད་དགོ།

༤.༣ གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་རིགས།

- ༤.༣.༡ བྱད་རིག་དང་འཛོན་སྒྲོང་སྤེ་རིམ།
- ༤.༣.༢ ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་སྤེ་རིམ་དང་། ལག་ལེན་སྤེ་རིམ།

༤.༤ དབང་ཚད།

༤.༤.༡ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་ནང་གསལ་ལྟར་ ཞི་གཞིའི་ནང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིའི་ལྷན་ ཚོགས་འདི་ མི་སྟོབས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ག་རའི་ ལས་གཞིའི་ལས་སྡེ་བ་ཅིག་ཡིན།

༤.༤.༢ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༤༧ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ རྒྱུད་རིག་དང་འཛིན་ སྐྱོང་སྡེ་རིམ་ནང་ གཞུག་ལག་ཤེས་ཚད་མཐར་འཁྱོལ་མི་ཚུའི་གཞིའི་བཅུགས་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིའི་ལྷན་ ཚོགས་ཀྱིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའི་ཚོས་རྒྱུགས་ཀྱི་ལུ་ ༧ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༤.༤.༣ ཞི་གཞིའི་ནང་ལུ་ གཞིའི་བཅུགས་གསར་པ་འབད་དགོ་མི་ཚུ་ག་ར་ འཛུལ་ཞུགས་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ལུ་ རྒྱུད་རིམ་གཞིའི་བཅུགས་དགོཔ་དང་། གཞིའི་བཅུགས་དང་གདམ་འབྲུ། བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་གི་དབང་ཚད་ གཤམ་གསལ་ལྟར་ཡིན།

གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་ཁག་	དབང་ཚད།
རྒྱུད་རིམ་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ།	རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིའི་ལྷན་ཚོགས།
ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱལ་སྐྱོང་སྡེ་རིམ།	ལས་སྡེ་ཚུ།
ལག་ལེན་སྡེ་རིམ།	ལས་སྡེ་ཚུ།

༤.༤.༤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་བསྐྱོ་བཞག་འབད་མི་ཚུ་ ག་ར་ལྷ་རྟོག་འབད་དགོ་པའི་ ཁར་ རྩས་རིམ་བཞིན་དུ་ མི་སྟོབས་རྩིས་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཡིན།

༤.༥ གཞིའི་བཅུགས་འཆར་གཞིའི་བྱ་རིམ།

༤.༥.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འཆར་ལའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་ལུ་དགོ་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་ག་ར་གི་ལས་ གཞིའི་ལས་བཀོད་རིམ་དང་གྲངས་འབོར་ཚུ་ ལས་སྡེ་འདི་དང་གོ་སྐྱོང་བསྐྱོང་གི་ཐོག་ལས་ཐག་གཅད་དགོཔ་དང་། དེ་ དང་འབྲེལ་ཏེ་ འཆར་ལའི་དོན་ལུ་ ལོ་ལྟར་གཞིའི་བཅུགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་འདི་བཟོ་དགོ།

༤.༥.༢ དོན་ཚན་ ༧.༢.༢ དང་འབྲེལ་ཏེ་ལས་སྡེ་གིས་ གཞུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་གཞིའི་བཅུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞིའི་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཐུལ་དགོ། དེ་ལས་ རྒྱུད་རིམ་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ་ཀྱི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ ཞི་གཞིའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གདམ་འབྲུ་དང་གཞིའི་བཅུགས་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༤.༥.༣ ཆ་འཛིག་གྲུབ་པའི་ ལོ་ལྟར་གཞིའི་བཅུགས་འཆར་གཞི་དང་ ལས་གཞིའི་དགོས་མཁོའི་བཀོད་རིམ། གྲངས་ འབོར་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ དབང་ཚད་སྤྱོད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་སྡེ་གིས་གཞིའི་བཅུགས་འགོ་འདྲན་འཐབ་ དགོ།

༤.༥.༤ ལས་སྡེ་གིས་ ས་སྤྱོད་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཚུ་ སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གོ་སྐྱོང་འབད་དེ་ དབྱེ་དབྱེ་འབད་ཞིན་ལས་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུང་ལས་གནང་བ་ལེན་དགོ། ལོ་ལྟར་གཞིའི་བཅུགས་ཀྱི་ལུ་འདི་

ནི་གཡོག་པ་འཐེབ་སྟེ་ངོས་འཛིན་འབད་ཡོད་མི་དང་། ཤེས་ཡོན་སྦྱང་ས་ལས་ལོག་མི། དམིགས་བསལ་ངལ་གསེའི་
ནང་སྟོད་མི། སྤྲུལ་བཅོས་ངལ་གསེའི་ནང་སྟོད་མིའི་ནི་གཡོག་པ་ཚུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

༤.༥.༥ གཡ་སྟིང་ གོ་གནས་ཚུ་གཞི་འཛིན་ལས་སྟེའི་འོག་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྟེ་གིས་ ལོ་ལྟར་གཡོག་
བཅུགས་འགོ་འདྲེན་མ་འཐབ་པའི་སྟེ་གོང་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་གཞི་འཛིན་ལས་སྟེ་དང་གཅིག་ཁར་ གྲོས་བསྟུན་
འབད་དགོ།

༤.༥.༦ ག་དམ་ཅིག་སྟེ་ ཆ་འཛིག་གྲུབ་ཡོད་པའི་ ལས་གཡོག་པ་དགོས་མཁའི་འཆར་གཞི་ ཡང་ན་གཡོག་བཅུགས་འཆར་
གཞི་ལུ་ བསྐྱར་བཅོས་གང་རུང་འབད་དགོ་པ་ཐོན་ན་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྟེ་གིས་ ལོ་ལྟར་གཡོག་བཅུགས་
འཆར་གཞི་དུས་མཐུན་བཟོ་ཡོད་མི་འདི་ སྤྱི་ཟླ་ ༥ པའི་ནང་འཁོད་ གནང་བ་ཞུ་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་
གཡོག་ལྟན་ཚོགས་ལུ་སྤུལ་དགོ།

༤.༥.༧ གཡ་སྟིང་ མི་སྟོབས་དགོས་མཁའི་བརྟག་ཞིབ་ནང་ གོ་གནས་ཁ་སྐོང་གསར་པ་བཟོ་དགོ་པ་ཅིན་ འོག་གི་བྱ་རིམ་
དང་འཁྲུལ་དགོ།

༤.༥.༧.༡ ལས་ཚན། སྟེ་ཚན། ལས་ཁུངས་ ཡང་ན་ལས་སྟེའི་འགན་དབང་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།

༤.༥.༧.༢ ཆ་འཛིག་ཅན་གྱི་གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་ལས་གཡོག་པ་གིས་ ལཱ་འགན་འཐེབ་འབག་ཚུགས་
པའི་གོ་སྐབས་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ་པ་དང་།

༤.༥.༧.༣ ཚད་ལྡན་ལག་ལེན་བྱ་རིམ་དང་ དུས་བཀག་དུས་ཚེད། མི་སྟོབས་ལམ་ལུགས། ལས་སྟེའི་ཐོ་
ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།

༤.༥.༨ གོ་གནས་ས་སྟོང་ཅིག་གི་དོན་ལུ་གཡོག་བཅུགས་འདི་ ཐད་ཀར་དུ་ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་བཅུགས་ནི་ ཡང་ན་
གཡོག་ཐོག་ནི་གཡོག་པ་གཡོག་བཅུགས་ཐོག་ལས་ ས་སྟོང་བསྐྱབ་དགོ།

༤.༥.༩ ནི་གཡོག་ནང་ལུ་ གོ་གནས་ཀྱི་སྟེ་རིམ་ག་རའི་གཏན་གཡོག་བསྐོ་བཞག་གི་ཟླ་ཆོས་འདི་ དོན་ཚན་ ༤.༩.༥ དང་
འཁྲུལ་དགོ།

༤.༦ འོས་ཚད།

༤.༦.༡ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྟེ་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་འོས་ཚད་འདི་ དོན་ཚན་
༧.༤ པ་དང་འཁྲུལ་དགོ།

༤.༦.༢ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་འོས་ཚད་འདི་ ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་སྟེ་རིམ་དང་ ལག་ལེན་སྟེ་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་བཅའ་མར་
གཏོགས་མིའི་མི་ངོམ་ཅིག་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པ་ཨིན།

༤.༦.༢.༡ འབྲུག་པའི་མི་ཁུངས་ཅིག་ཨིན་དགོ།

༤.༦.༢.༢ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་དང་ གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ གོ་གནས་དེ་གི་དོན་ལུ་

དགོས་མཁོ་གསལ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ཤེས་ཚད་ཆ་ཆ་དང་ལཱ་དགོ།

༤.༤.༣.༣ གཡོག་ནང་བསྐྱོ་བཞག་མ་འབད་བའི་མི་ངོམ་དེའི་ལོ་ཚད་འདི་ དམའ་ཤོས་སྐྱེས་ལོ་ ༡༥ ལང་
དགོཔ་དང་ མཐོ་ཤོས་ ༤༠ ལས་མ་ལྷག་པ་ཅིག་ཨིན་དགོཔ་དང་།

༤.༤.༤ གཡོག་ཐོག་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ཨིན་པ་ཅིན་ ཉུང་མཐའ་ལུ་དགོ་པའི་ཤེས་ཚད་ཆ་ཆ་དགོ་པའི་
ཁར་ ལས་སྡེ་ལུ་ལྷ་གཡོག་གི་འགན་འཁུལ་གི་ཉི་ཡང་མ་ཐོག་མི་ཅིག་ཨིན་དགོ།

༤.༥ བྱད་ཆོས་མ་ཚང་མ།

༤.༥.༡ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྡེ་རིམ་གྱི་ལཱ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་འོས་ཚད་མ་
ཚང་མི་འདི་ ལེའུ་ ༥ པའི་དོན་ཚན་ ༥.༥ དང་འཁྲུལ་ཏེ་ཨིན་དགོ།

༤.༥.༢ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གནད་དོན་གང་རུང་ནང་ཚུད་པ་ཅིན་ ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་སྡེ་རིམ་དང་
ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་གྱི་ལཱ་གཡོག་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་མེད་པ་ཨིན།

༤.༥.༣.༡ ཉེས་ཅན་གྱི་ཉེས་ཆད་ཐོག་མི། ཡངན་ཉེས་ཅན་གྱི་གནད་དོན་ལུ་བརྟེན་པའི་ཞིབ་དཔྱད་འབད་
བའི་བསྐྱང་དང་ ཁྲིམས་དཔྱད་འབད་བའི་བསྐྱང་ཡོད་མི།

༤.༥.༣.༢ ཞི་གཡོག་ཡངན་གཞུང་གི་ལས་འཛིན། ཡངན་གཞུང་གི་ལས་འགུལ་ཅིག་ནང་ལས་བཅོན་
གཏང་མི། ཡངན་ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ་འབད་མི།

༤.༥.༣.༣ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ ཁས་སྐྱེས་ཀྱི་ཐོག་ལས་དགོངས་ཁུ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ལོག་སྡེ་ར་ཏེ་མ་
དགོངས་ཁུ་འབད་བའི་ གོ་གནས་སྡེ་རིམ་མན་ཆད་ཀྱི་གོ་གནས་ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི།

༤.༥.༣.༤ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་བྱང་འཛོལ་ཅིག་གིས་ གསོ་བའི་ཁ་བྱུག་ལས་གཡོག་གི་
དོན་ལུ་ཁྱེད་གས་བྱུབ་མེད་པ་སྡེ་རིམ་འཛིན་འབད་ཡོད་མི།

༤.༥.༣.༥ གཡོག་གི་དོན་ལུ་སྤུལ་བའི་ཁྱུ་ཡིག་ནང་ལུ་ ཤེས་ཅི་མཐོང་ཅི་བརྟེན་ལོག་བཀོད་མི་དང་ ཡངན་
གཡོག་བཙུགས་ཆོས་རྒྱགས་ནང་ལུ་ གཡོ་ཐབས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་སྤྲིག་མི།

༤.༥.༣.༦ ཡིག་ཆ་དང་ངོ་སྤྱོད་ཡིག་ཆ་རྒྱུ་མ་བཟོ་སྡེ་སྤུལ་མི།

༤.༥.༣.༧ ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ སྤུལ་དགོ་པའི་ངོ་སྤྱོད་ཡིག་ཆ་སྤུལ་མ་ཚུགས་མི་དང་།

༤.༥.༣.༨ སྤྱིད་དོན་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚུ་དང་ དེ་ལས་ སྤྱིད་དོན་ནང་ཚར་ཅིག་བཅའ་མར་
གཏོགས་ཞིན་མ་ལས་ ཉུང་ཤོས་ཐོད་བྱང་དུས་ལུན་ལོ་ངོ་ ༡ སྤྱིད་དགོ་པའི་དུས་ལུན་མ་ཚང་
མི།

༤. གཡོག་བཙུགས་བྱ་སྒོ།

༤.༡.༡ ས་སྟོང་གསལ་བསྐྱགས།

༤.༡.༡.༡ དབང་ཚད་གནང་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་སྡེ་གིས་གནང་བ་ཡོད་པའི་གཡོག་གི་ས་སྟོང་ཚུ་
ཐོ་བཀོད་ཀྱི་དུས་ཡུན་ལངས་སྡེ་ ཉུང་ཤོས་བདུན་ཕྱག་ ༡ བྱིན་ཏེ་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་
གསལ་བསྐྱགས་བཅིས་ཏེ་བད་བརྒྱད་ཉེ་བའི་ཐོག་ལས་གསལ་བསྐྱགས་འབད་དགོ། ག་དེས་
ཅིག་སྡེ་ དུས་ཚོད་འཐེབ་དགོ་པ་ཅིན་ དུས་ཡུན་བདུན་ཕྱག་ ༡ བསྐྱར་འབྲངས་འབད་ཆོག།

༤.༡.༡.༢ ས་སྟོང་གསལ་བསྐྱགས་འདི་གིས་ གཤམ་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཚུ་གསལ་རི་རི་སྡེ་གསལ་བཀོད་
འབད་དགོ།

༡. སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གཀོན་དང་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་གནས། གནས་རིམ་ཚུ་གིས་གཙོས་པའི་
གོ་གནས་ཀྱི་བཙུན་བསྐྱུས་ལོ་རྒྱུས།
༢. དགོས་མཁའི་ཤེས་ཚད།
༣. གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་རིགས།
༤. དགོས་མཁའི་ཡིག་ཆ།
༥. ཐོ་བཀོད་ཀྱི་བྱ་རིམ། ལས་རིམ་དང་ས་གནས།
༦. དགོ་པ་ཅིན་ ཕྱི་སེལ་གྱི་ཚད་གཞི་དང་།
༧. འབྲེལ་ཁྲང་དང་ཁ་བྱང་།

༤.༡.༢ དགོས་མཁའི་ཡིག་ཆ།

༤.༡.༢.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ གཡོག་གི་ས་སྟོང་གི་དོན་ལུ་ཞུ་ཆོག་ཕུལ་མའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ གཤམ་གསལ་
ཡིག་ཆ་ཚུ་ཕུལ་དགོ།

༡. རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གཡོག་བཙུགས་ཞུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག (འབྲི་ཤོག་
༤/༡)
༢. བྱད་ཡོན་ཐོ།
༣. སློབ་རིག་ཤེས་ཚད་ཡིག་ཆའི་འདུ།
༤. གལ་སྲིད་དགོ་པ་ཡོད་པ་ཅིན་ འབྲེལ་ཡོད་སྟོན་བདར་ཡིག་ཆའི་འདུ།
༥. འབྲུག་པའི་མི་ཁྲངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་གྱི་འདུ།
༦. འབྲུག་གཞུང་གི་ཚད་ལྡན་ཅན་གྱི་གསེབ་པའི་དྲུང་འཆོ་ཅིག་གིས་སྟོན་ཡོད་པའི་གསེབ་
པའི་ལག་ཁྱེར་ ར་གྱི་འདུ།
༧. ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་བདེན་སྟོན་འབད་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་
དང་།
༨. གཡོག་ཐོག་ཨིན་པ་ཅིན་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།

༤.༡.༡.༡ བདེན་སྒྱུར་གྱི་དོན་ལུ་ངི་བ་ངེས་ལན་གྱི་སྐབས་ ལྷ་ཡིག་ཕུལ་མི་འདི་གིས་ཡིག་ཆ་ངོ་མ་ཚུ་
གཡོག་བཅུགས་ལས་སྡེ་ལུ་སྟོན་དགོ།

༤.༡.༣ ལྷ་ཡིག་ཕུལ་མི་ཚུ་ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་ཐངས།

༤.༡.༣.༡ དོན་ཚན་ ༤.༤ དང་ ༤.༧ དང་འབྲེལ་ཏེ་ གོ་གནས་གྱི་མིང་དེབ་ནང་གི་ཉུང་མཐའི་ཚད་གཞི།
ས་སྟོང་གསལ་བསྒྲགས། འོས་ཚད་དང་ བྱད་ཚེས་མ་ཚང་མ་དང་འབྲེལ་ ཤེས་ཚད་དང་ ཡང་
ན་འབྲེལ་ཡོད་སྟུང་བདར་ཚད་ཡོད་མི་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་མི་སྟོབས་
ལས་གཡོགས་ཚུ་གིས་ ལྷ་ཡིག་ཕུལ་མི་ཚུ་ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་དགོ།

༤.༡.༣.༢ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ ཡང་ན་གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་
ཚོགས་ཚུང་གིས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལྷ་ཡིག་ཕུལ་མི་ཚུ་ ཕྱི་སེལ་
རྒྱབ་དགོ།

༤.༡.༣.༣ ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ གཡོག་གི་ས་སྟོང་དང་མི་ངོའི་ཆ་ཚད་འདི་ ཉུང་ཤོས་ས་སྟོང་ ༡ ལུ་
མི་ངོ་ ༣ རེ་དགོ།

༤.༡.༣.༤ ག་དམ་ཅིག་སྟེ་ འཇུལ་ཞུགས་གྱི་ཤེས་ཚད་འདྲ་མཉམ་དགོ་པའི་ སྤྲོ་མང་གོ་གནས་ཚུའི་དོན་ལུ་
ས་སྟོང་གསལ་བསྒྲགས་འབད་མི་དེ་ནང་ མི་ངོམ་གང་རུང་ཅིག་ལུ་ཚད་གཞི་ཚང་པ་ཅིན་ ས་
སྟོང་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ག་ར་ལུ་ འོས་ཚད་ཚང་མ་སྟེ་བཅི་དགོ།

༤.༡.༥ བསྐྱར་བསྒྲགས།

༤.༡.༥.༡ གལ་སྲིད་ འོས་ཚད་ཚང་བའི་མི་ངོམ་མེད་པ། ཡང་ན་དོན་ཚན་ ༤.༡.༣.༤ པའི་བྱད་ཚད་མ་
ཚང་ན་ མི་ངོམ་ལེ་ཤ་གིས་ལྷ་ཡིག་བཅུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ བདུན་ཕྲག་ ༡
ཀྱི་རིང་ ཅུས་ཚོད་བསྐྱར་འགྲུང་གི་གསལ་བསྒྲགས་འབད་དགོ།

༤.༡.༥.༢ གལ་སྲིད་ འོས་ཚད་ཚང་བའི་མི་ངོམ་ ༣ ལས་ལྷག་སྟེ་ཡོད་རུང་ ལས་སྡེ་འདི་ལུ་ཡིད་ཆེས་མ་
འདྲོངས་པ་ཅིན་ ལྷ་ཡིག་ཚུ་བཅུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ ལྷ་ཡིག་བཅུགས་ཆེས་བསྐྱར་འགྲུང་འབད་
དགོ།

༤.༡.༥.༣ བདུན་ཕྲག་ ༡ ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་ ཅུས་ཡུན་བསྐྱར་འགྲུང་འབད་རུང་ འོས་ཚད་ཚང་
བའི་མི་ངོམ་ག་ཅིག་ལས་བརྒལ་མེད་རུང་ གདམ་འཐུའི་བྱ་ངེས་འགོ་འདྲན་འཐབ་ཆོག

༤.༡.༥ ཕྱི་སེལ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་བད་ལན།

༤.༡.༥.༡ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་ཞིན་མ་ལས་ ལས་སྡེ་གིས་ ཕྱི་སེལ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་
ཚུ་ལུ་ གདམ་འཐུའི་ངེས་ལན་དང་ ཡང་ན་འབྲི་རྒྱུགས་གྱི་ཆོས་གངས་དང་ས་གོ་ཚུ་གསལ་

བསྐྱུགས་འབད་དགོ།

༤.༩ གདམ་འཐུའི་བྱ་སྒོ།

༤.༩.༡ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ གདམ་འཐུའི་འབད་མི་མ་བཅུས་པར་ རོ་འགན་ཅན་གྱི་གདམ་འཐུའི་བྱ་སྒོ་ཚུ་ཡང་།

༤.༩.༡.༡ གོ་གནས་འདི་གི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རོ་འགན་ཅན་གྱི་གདམ་འཐུའི་བྱ་སྒོ་ནང་ལུ་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཚུད་དགོ།

༡. འདྲི་བཀོད་ཚོགས་ཚུང་གི་ཐོག་ལས་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་དགོཔ་ངེས་བརྟན་ཨིན།
༢. སློབ་རིག་དང་ཡང་ན་འབྲེལ་ཡོད་སློབ་བནར་གྱི་མྱེད་ཚད།
༣. འབྲི་རྒྱགས་ཡང་ན་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་ཚོས་རྒྱགས།

༤.༩.༡.༢ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ལམ་ལུགས་དང་མྱེད་ཚད་བཀོད་དགོཔ་ཚུ་ཐག་གཅད་དགོ།

༤.༩.༢ གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་།

༤.༩.༢.༡ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་གི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་འཐུས་མི་ཉུང་མཐའ་ལྷ་གདམ་འཐུའི་འབད་དགོ། འབྲི་ཤོག་ ༤/༢ དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་འདི་གིས་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འདི་ རྫོང་ཁ་དང་ཡིང་ཡིག་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལས་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ། ཚོགས་ཚུང་འཐུས་མི་ཚུ་ལུ་ གོ་གནས་ལུ་དགོ་པའི་འོས་ཚད་དང་ ཞུ་ཡིག་ཕུལ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་བྱུང་ཡོན་ཐོའི་སྟོར་ལས་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་མ་འབད་བའི་སྔ་གོང་ལས་ ཚུལ་དང་མཐུན་མ་སླེ་བཤད་བྱིན་དགོ། ཚོགས་ཚུང་འདི་གིས་ འབྲི་ཤོག་ ༣/༢ པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ ཁེ་ཕན་ལྷན་སྡོད་གསལ་བསྐྱུགས་འབད་དགོཔ་བཅུས་ཏེ་ ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་ནང་ལུ་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མིའི་ ཞི་གཡོག་པའི་བཅི་མཐོང་དང་ཀུན་སྡོད་ཚུ་ལུ་གནས་དགོ།

༤.༩.༢.༢ བྱུང་ཚོས་དང་ལུན་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་གདམ་འཐུའི་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་གིས་ གདམ་འཐུའི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་བརྒྱ་དཔུང་ཚད་བཀག་འདི་ སྔ་གོང་ལས་ཐག་གཅད་དགོ། བརྒྱ་དཔུང་ཚད་བཀག་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ལས་མ་ཉུང་མ་ཅིག་དགོ།

༤.༩.༢.༣ དྲི་བཀོད་འཐུས་མི་ཚུ་གིས་ མི་ངོམ་དེ་ལུ་ སྐྱགས་མཐོ་ཤོས་དང་དམའ་ཤོས་བྱིན་ཡོད་མི་གཉིས་བརྟོན་བཞག་ཞིན་ལས་ སྐྱགས་གཞན་ཚུའི་དཔུ་སྟོམ་གྱི་སྐྱགས་འདི་ མཐའ་དཔུང་གི་སྐྱགས་སླེ་བཅི་དགོ།

༤.༩.༢.༤ དྲིས་ལན་ལས་འོགས་འདི་གིས་ ཆ་འཛིག་གྲུབ་པའི་གདམ་འཐུའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་གཞི་བཞག་

སྟེ་ གྲུབ་འབྲས་ཤོག་ལེབ་བསྐྱ་སྒྲིག་འབད་ཡོད་མི་འདི་ གདམ་འཐུའི་ཚཱས་རྒྱུ་གིས་བདེན་
སྒྲུབ་འབད་དེ་ མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

༤.༡༠ གདམ་འཐུའི་ཤུལ་རིམ།

- ༤.༡༠.༡ གདམ་འཐུའི་ཚཱས་རྒྱུ་གིས་མིང་རྟགས་བཀོད་གྲུབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཤོག་ལེབ་འདི་ མི་སྟོབས་ཚཱས་རྒྱུ་གིས་
བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ ཆ་འཛེག་འབད་དགོ།
- ༤.༡༠.༢ གྲུབ་འབྲས་འདི་ མི་སྟོབས་ཚཱས་རྒྱུ་གིས་ཆ་འཛེག་སྐྱབ་མི་དང་འབྲེལ་ ལས་སྟེ་གིས་གྲུབ་འབྲས་གསལ་
བསྐྱགས་འབད་དེ་ དིས་ལན་གྱི་ཆོས་གངས་ལས་ བདུན་ཕྱག་ ༩ གྱི་ནང་འཁོད་ གདམ་འཐུ་སྐྱབ་མིའི་མི་ངོམ་
ཚུ་ལུ་བརྟེན་འབད་དགོ།
- ༤.༡༠.༣ གདམ་འཐུའི་གྲུབ་འབྲས་གསལ་བསྐྱགས་འབད་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ ལས་སྟེ་གིས་ མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ གཤམ་གནས་
དང་བསྐྱོ་བཞག་གི་དོན་ལུ་ སྟན་ལུ་འབད་དགོ་པའི་ཆོས་གངས་བརྟེན་འབད་དགོ།
- ༤.༡༠.༤ མི་ངོམ་ཅིག་ལུ་ གྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན་འབད་བའི་ཆོས་གངས་ལས་ ལཱ་དུས་ཉིན་གངས་ ༡༠ གྱི་ནང་འཁོད་
མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་ལུ་ མཐོ་གཏུགས་ལུ་ཞིའི་གོ་སྐབས་བྱིན་དགོ།

༤.༡༡ བསྐྱོ་བཞག་བྱ་རིམ་དང་གཤམ་གནས།

- ༤.༡༡.༡ ལས་སྟེ་གིས་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་པའི་གཤམ་གནས་སྟོང་ཚུ་ནང་ལུ་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་བསྐྱོ་བཞག་འབད་
ཐངས་འདི་ཡང་ གདམ་འཐུའི་གྲུབ་འབྲས་གཟུངས་ཐོན་གྱི་གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་དགོ།
- ༤.༡༡.༢ བསྐྱོ་བཞག་མ་འབད་བའི་ཏེ་མ་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ སྟོ་རྒྱས་བཞག་དབྱེད་ཀྱི་སྟན་ལུ་ཕུལ་དགོ།
- ༤.༡༡.༣ གཤམ་སྤྱི་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ སྟོ་རྒྱས་བཞག་དབྱེད་ཀྱི་སྟན་ལུ་ཕུལ་མ་བདུབ་པ་ཅིན་ གོ་གནས་
འདི་ གཟུངས་ཐོན་གྱི་གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཤུལ་མའི་མི་ངོམ་དེ་ལུ་སྟོན་དགོ།
- ༤.༡༡.༤ གཤམ་གོ་བསྐྱོ་བཞག་འདི་ དགོས་མཁོ་འབྱུབ་དགོ་པ་ཚུ་ག་ར་འབད་ཆར་ཞེན་མ་ལས་ ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་ སྟོ་རྒྱ་ ༡
པའི་སྟོ་ཆོས་ ༡ ལས་འགོ་བཙུགས་དགོ། དེ་དང་འབྲེལ་མ་དགོ་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་གནས་ལས་
ཆ་འཛེག་གནང་མི་རྒྱུ་མ་གཅིག་ཡིན་དགོ།
- ༤.༡༡.༥ གཤམ་ག་བཙུགས་མི་ངོམ་དེ་གི་དབྱུང་ཕོགས་འདི་ གོ་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་ཆར་གཞི་བཟོ་ཡོད་མི་ ཉུང་ཤོས་ཀྱི་
ཐོབ་ཆར་ལུ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ། གཤམ་ག་ཐོག་མི་ངོམ་གདམ་འཐུ་གྲུབ་ཡོད་མི་ཚུའི་ཆར་རིམ་དང་ གོ་གནས་
ཀྱི་གནས་རིམ་འདི་བདག་སྐྱུང་འབད་དགོ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ མི་ངོམ་དེའི་དབྱུང་ཕོགས་ཡང་ ལེའུ་ ༡༡ པ་
དང་འབྲེལ་ཏེ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།
- ༤.༡༡.༦ དབང་ཆར་སྟོན་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་སྟེ་གིས་བསྐྱ་སྒྲིག་འབད་ཡོད་པའི་ གདམ་འཐུའི་གྲུབ་འབྲས་དང་
སྐྱགས་ཏེ་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་དེའི་ཁ་གསལ་ཚུ་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་ཕུལ་དགོ་པ་དང་། གདམ་འཐུ་

གྲུབ་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་གི་གཤམ་འཁོད་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་བསྐུལ་དགོ།

1. ས་སྟོང་གསལ་བསྐྱགས་གྱི་འདྲ།
2. བསྐྱེད་འབད་ཡོད་པའི་གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་གིས་མིང་རྟགས་བཀོད་གྲུབ་པའི་གདམ་འཐུའི་གྲུབ་འབྲས་དང་། 3. ཉོན་ཆན་ ༤.4.2.2 ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ།

༤.༡༡.2

གལ་སྲིད་ གདམ་འཐུ་སྐྱབ་མིའི་གཡོག་ཐོག་མི་ངོམ་ཚུ་ ལས་སྡེ་བར་ནའི་གནས་སོར་གཏང་དགོཔ་ ཡང་ན་ལཱ་
རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཚན་བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོཔ་ ཡང་ན་སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་བཀོད་བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོཔ་ཐོན་
པ་ཅིན་ ཆ་འཛིག་འབད་ནི་དང་ལས་སྡེ་བར་ནའི་གནས་སོར་གྱི་བཀའ་བྱ་བ་ཉོན་ནིའི་དབང་ཚད་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་
ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཡོད། གོང་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཡང་ རྒྱལ་
གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྐུལ་དགོ།

1. མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ཆ་འཛིག་གྲུབ་པའི་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་ལས་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་དང་།
2. ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་བདེན་དཔུང་འབད་ནི་ཨིན་པའི་ ཆ་འཛིག་ཅན་གྱི་རྩིས་ཞིབ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཞུ་
ཡིག་ཨང་།

༤.༡༡.3

རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ལས་སྡེ་གིས་གཡོག་བཙུགས་འབད་ཡོད་པའི་ཁ་གསལ་ཚུ་ལུ་ བདེན་
དཔུང་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་ངོ་རྟགས་ཨང་བྱིན་དགོ།

༤.༡༡.4

ནི་གཡོག་ངོ་རྟགས་ཨང་བྱིན་ཚར་ཕ་ད་རྒྱུང་གཅིག་གདམ་འཐུ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཆ་
འཛིག་འབད་ཡོད་པ་སྡེ་ཆ་བཞག་དགོ།

༤.༡༡.10

ལས་སྡེ་གིས་ ཞི་གཡོག་ངོ་རྟགས་སྟོན་ཚར་མི་ མི་ངོམ་ཚུའི་གཡོག་བསྐྱོས་བཀའ་བྱ་བ་འདི་ ཞི་གཡོག་བདེན་དོན་རིམ་
ལུགས་ནང་ལས་བཏོན་དགོ།

༤.༡༡.11

འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་ མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་གྱིས་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།

1. ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་རེ་རེའི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ཁྱིམ་གྱི་ཡིག་སྟོན་དང་ གཡོག་དེབ་རེ་རེ་ཁ་བྱེད་དགོ།
2. བཅའ་ཡིག་གི་ལེའུ་ 24 པའི་འབྲི་ཤོག་ (འབྲི་ཤོག་ 24/2) རྒྱལ་མཐུན་སྡེ་བཀའ་ཡོད་མི་འདི་བསྐྱེད་
སྤྱི་བཀོད་དགོ།
3. འབྲི་ཤོག་ 2/2 པ་དང་འབྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་རེ་རེ་ལུ་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་
སྟོན་དང་འབྲིལ་བའི་འགན་ལེན་ཅིག་བཟོ་དགོཔ་དང་།
4. འབྲི་ཤོག་ 2/3 པ་དང་འབྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་རེ་རེ་ལུ་ ཁས་སྐྱེད་དམ་བཅའི་འགན་ལེན་
ཅིག་བཟོ་དགོ།

༤.༡༡.12

ག་དམ་ཅིག་སྡེ་ གདམ་འཐུ་སྐྱབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཁོ་རའི་གདམ་འཐུ་འདི་ ཕྱིར་བཏོན་འབད་ནི་དང་ ཡང་

ན་ལས་སྒྲེ་དེ་ནང་ ས་སྤྱོད་ཅིག་ར་འཐད་པ་ཅིག་ཐོན་པ་ཅིན་ མི་སྤྱོད་ས་ཚྭ་གས་རྒྱུ་འབྲས་ཆ་འཛིན་འབད་
བའི་ཆོས་ལས་ ཟླ་ངོ་ ༣ གྱི་ནང་འཁོད་ ཡང་ན་སྤྱི་ཟླ་ ༡༩ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༣༡ གཉིས་ལས་ག་ཉ་མི་དང་བསྟན་
གོ་གནས་འདི་ གདམ་འཐུའི་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་གཟེངས་ཐོན་གོ་རིམ་ཤུལ་མའི་མི་ངོམ་འདི་ལུ་བྱིན་དགོཔ་དང་ དེ་ཡང་
སྤྱོད་ལས་གཏན་འབེབས་བཟོ་ཡོད་པའི་ཉུང་ཤོས་ཚད་བཀག་བརྒྱ་ཆ་གྲུ་སྤྱོད་མི་ལུ་བྱིན་དགོ།

༤.༡༡.༡༩ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ས་ནང་ལས་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་
རྒྱལ་གྱི་སྤྱོད་ལས་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་སློབ་སྦྱོང་མཐར་འཁྱུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་འདི་ འབྲུག་
གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་མཉམ་རྟེན་གས་ཚུ་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་སློབ་སྦྱོང་མཐུག་བསྟུན་ད་རྒྱུ་མ་
གཅིག་བསྐྱོ་བཞག་འབད་དགོ།

༤.༡༡.༢༤ རྟོན་ཚན་ ༡༤.༤.༡༩ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ འགོ་ཐོག་བསྐྱོ་བཞག་གི་ཆོས་གྲངས་ལས་ ཉམས་ཚུད་
དུས་ཡུན་བརྩིས་ཏེ་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༣ ཟླ་ཁྱུ་བའི་ཤུལ་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ གནས་སྤར་གྱི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་
ཡོད་པ་ཨིན།

༤.༡༢ ཉམས་ཚུད།

༤.༡༢.༡ བསྐྱོ་བཞག་གི་དོན་ལུ་གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་ གཏན་གཡོག་ནང་ལུ་ངོས་ལེན་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ལོ་ངོ་
གཅིག་གི་རིང་ལུ་ ཉམས་ཚུད་དུས་ཡུན་ནང་ལུ་བཞག་དགོ།

༤.༡༢.༢ ཉམས་ཚུད་དུས་ཡུན་ཚང་བའི་སྐབས་ལུ་ ལས་སྒྲེའི་མི་སྤྱོད་ས་ཚྭ་གས་རྒྱུ་འབྲས་ཆ་འཛིན་འབད་
བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ ཡིད་ཆེས་འདྲོངས་པ་ཅིན་ གཏན་གཡོག་སྤྱོད་པའི་ཡིག་ཚང་བཀའ་རྒྱ་བཏོན་
དགོ། ག་དེམ་ཅིག་སྤྱོད་ མི་ངོམ་དེའི་ལུ་ཤུལ་འདི་ སྤྱོད་ཅིག་ལས་བརྒྱལ་མེད་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་འདི་གཏན་གཡོག་
གྲངས་སུ་མ་བཅུགས་པར་ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་གནས་གོལ་གཏང་དགོ།

༤.༡༢.༣ ཉམས་ཚུད་དུས་ཡུན་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སེང་དང་ ཡུན་རིང་སློབ་སྦྱོང་གི་ངལ་གསའི་དོན་ལུ་ ལཱ་གཡོག་ངོ་མའི་
གྲུལ་ཁར་བརྩི་མི་ཆོག།

༤.༡༢.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ཉམས་ཚུད་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ལུ་སྤྱོད་ས་ཚྭ་གས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཡུན་ཐུང་སྦྱོང་བཅར་
གྱི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་ཡོད་རུང་ བྱི་རྒྱལ་ལུ་འགྲུལ་སྦྱོང་དང་སྦྱོང་བཅར་གྱི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་མེད་པ་ཨིན།

༤.༡༢.༥ ངལ་གསའི་ཐོབ་ལམ་འདི་ ལེའུ་ ༡༠ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཨིན་དགོ།

༤.༡༢.༦ གཡོག་ཐོག་མི་ངོམ་ཅིག་ ཉེ་མའི་གོ་གནས་ནང་ ལོ་ ༡ གི་ཉམས་ཚུད་ནང་སྤྱོད་དེ་ ལཱ་གཡོག་ཡང་གཏན་གཡོག་
སྤྱོད་ཆ་འཛིན་འབད་ཡོད་པ་ལས་ ཉམས་ཚུད་ནང་སྤྱོད་མི་དགོ།

༤.༡༣ འདྲིས་སྦྱོང་།

༤.༡༣.༡ ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་ཅིག་ལུ་ རེས་པར་དུ་གོམས་འདྲིས་སློབ་སྦྱོང་བྱིན་དགོཔ་དང་ གོམས་འདྲིས་སློབ་སྦྱོང་འགོ་

འདྲེན་འཐབ་ནི་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གི་འགན་ཁུར་ཡིན།

༤.༡༣.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་འཛུལ་མི་ཚུ་ལུ་ ལོ་ངོ་ ༡ གི་རིང་ལུ་ཚུལ་མཐུན་ཐོག་ལས་ལཱ་གཡོག་ངོ་
སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་གིས་བསྐྱབ་སྟོན་པ་ཅེ་བཏོན་ཏེ་ལཱ་འགན་སྤྱོད་དགོ།

༤.༡༣.༢ ལས་རིམ་འདི་ མི་ངོམ་འདི་ཞི་གཡོག་ནང་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་ལཱ་གཡོག་ངོ་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་དམིགས་
བསལ་དུ་ལས་གཡོག་པ་འདི་ ལས་ཚོགས་ནང་གི་སྡེ་གཡོག་པ་ཅིག་སྡེ་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དོན་
ལུ་དམིགས་གཏད་བསྐྱོད་དགོ། དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གོམས་འདྲིས་ལས་རིམ་ནང་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་
གནད་དོན་ཚུ་ཚུད་དགོ།

༡. ལས་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་སྤྱོད་དེ་ནང་། དངོས་གཞུགས་ཀྱི་མཐོང་སྣང་། ལཱ་སྲོལ་རྣམ་གཞག་ ལས་ཚོགས་ཀྱི་བརྩེ་
མཐོང་ཚུ།
༢. ལས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱིད་བྱས། འཆར་གཞི། ལས་རིམ་ཚུ་དང་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱིག་གཞི།
དངུལ་འབྲེལ་བཅའ་ཡིག་ཚུ་ལུ་གོམས་འདྲིས་ཚུད་བཅུག་ནི་དང་།
༣. རང་སེའི་གོ་གནས་ཀྱི་གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད་དང་ ལས་སྡེ་ཅེ་འདོད་ཚུ་ཏ་གོ་བཅུག་ནི།

༤.༡༤ གཡོག་བསྐྱོས་ཀྱི་ཉུང་མཐའི་ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན།

༤.༡༤.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ལྷ་སྟོར་སྡེ་རིམ་དང་ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་ནང་ ཆར་གཅིག་བསྐྱོ་བཞག་འབད་ཆར་ཞེན་ལས་
ཁག་འགན་གཞན་འབག་དགོས་ཚུ་མ་བཟུང་པར་ ཉམས་ཚུད་བཟུང་ཏེ་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༡ ཀྱི་རིང་ལུ་ སྤྱིག་
གཡོག་ངོ་མའི་ཁག་འགན་འབག་དགོ།

༤.༡༤.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ དོན་ཚན་ ༤.༡༤.༡ པའི་ཁག་འགན་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ སྡེ་གོང་ལས་དགོངས་ཞུ་འབད་
བ་ཅིན་ འཚོ་རྟེན་མ་དངུལ་དང་ སྡེ་ཚན་ཉེན་བཅོལ་ཁེ་ཕན་ཚུ་འཐོབ་ནི་མ་གཏོགས་ དགོངས་ཞུའི་གསལ་ར་
གཞན་ཚུ་མི་འཐོབ།

༤.༡༥ འགན་འཁྲི

༤.༡༥.༡ བཅའ་ཡིག་འདི་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་བསྐྱོ་བཞག་འདི་ གནང་བ་མེད་པ་སྡེ་ཆ་བཞག་དགོ། དེ་འབད་ལས་བསྐྱོ་
བཞག་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཆ་མེད་གཏང་དགོ།

༤.༡༥.༢ འགན་འཁྲི་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་དབང་འཛིན་འདི་ལུ་ བདག་སྟོང་བྱ་ལེན་གྱི་འགན་འཁྲི་དང་འཁྲི་བ་ཐོག་



འབྲི་ཤོག་ ༧/༡

རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།
ཞི་གཡོག་གཡོག་བརྩམས་ཁྱེལ་ཡིག་འབྲི་ཤོག

ངོ་མཚན་ལྷན།

༡. མིང་གསལ།
ཚོས་ལྷགས།

ཕྱོ ་ མོ།

༢. གཡུས་ཡང་ན་ཁྲོམ་སྡེ།
ཁམས་ཡང་།

ཆེད་འོག
གྲང་ཡང་།

༣. སྤྱི་ཚེས། (ཚེས་/ཁྱིམ་/ལོ།)
མི་ཁྲུངས།

ངོ་སྤྱོད་ལག་ཁྱེར་ཡང་།

༤. ཁྱེལ་ཡོག་གསལ།

༥. སྤྱི་ཚེས་འཕྲོད་ཁྱེར་།

༦. འབྲེལ་འབྲེལ་བརྒྱུད་འཕྲོད་ཡང་།

༧. བཟའ་ཚང་ཁ་གསལ།

ཉེ་འབྲེལ།	མིང་།	མི་ཁྲུངས་ངོ་སྤྱོད་ལག་ཁྱེར་ཡང་།	ཁ་བྱང་།	བརྒྱུད་འཕྲོད་ཡང་།
ཀ། ཡ་པ།				
ཁ། ཡ་པ།				
ག། གཉེན་མོགས།				
ང། བྱ་གཞི།				

༤. གསལ་སྟོན།

རིམ་ཁྱད།	གནད་དོན།	ཡིན།	མིན།
༡.	ང་ ཉེས་ཅན་ཉེས་སྒྲིང་ཡང་ན་ངན་ལྟ་གྱི་འཁྲི་བ་ཤོག་ཡོད། ཡང་ན་ཉེས་ཅན་ཉེས་སྒྲིང་ཡང་ན་ངན་ལྟ་གྱི་འཁྲི་བའི་འོག་ལུ་ཡོད།		
༢.	ང་ ཞི་གཡོག་དང་གཞུང་གི་ལས་འཛིན། ཡང་ན་ལས་འགུལ་གང་རུང་ནང་ལས་ཅུ་བསྐྱད་བཏང་ཡོད། ཡང་ན་ ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ་བཏང་ཡོད།		
༣.	ང་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ གོ་གནས་སྡེ་རིམ་འབྲ་མཉམ་ ཡང་ན་དེ་ལས་མཐོ་བའི་སྡེ་རིམ་ལས་ ཁས་ གྲངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་དགོངས་ཁུ་འབད་ཡོད།		
༤.	ང་ ཉེ་མ་ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་གདམ་འབྲུ་བྱུ་ཡོད་རུང་ གདམ་འབྲུ་དང་བསྐྱོ་བཞག་གནང་མི་འདི་ལུ་ བརྩེ་བཀྱར་འབད་མ་ཚུགས།		
༥.	ང་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་རྩུང་འཛོ་ཅིག་གིས་ གསོ་བའི་ཁ་ཐུག་ལས་ གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཐྱོགས་བྱུ་མེད་པའི་ངོས་འཛིན་འབད་ཡོད།		
༦.	ང་གིས་ ལཱ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ ལཱ་ཡིག་སྤུལ་མའི་ནང་ལུ་ ཤེས་ཅི་མཐོང་ཅི་བན་དོན་རྒྱུན་མ་བྱིན་ཡོད་པ་ དང་ ཡང་ན་གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལུ་ གཡོ་ཐབས་འབད་ཡོད།		
༧.	ང་གིས་ རོ་སྒྲིང་ཡིག་ཆ་ ཡང་ན་ཡིག་ཆ་རྒྱུན་མ་བཟོ་སྟེ་སྤུལ་ཡོད།		
༨.	ང་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞིའི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བཙུགས་དགོ་ པའི་རོ་སྒྲིང་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཆང་མ་སྟེ་བཙུགས་མ་ཚུགས།		
༩.	ང་གིས་ མིན་དོན་རྒྱུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད་པ་དང་ ཡང་ན་ཉུང་མཐའ་ལུ་ཆང་དགོ་པའི་རྩོད་ གྲང་ཏུས་ལུ་ལོ་རྩི་ ༡ ཆང་སྟེ་ཡོད།		
༡༠.	ང་ ཞི་གཡོག་ནང་གཡོག་བསྐྱོས་འབད་ནི་ལུ་ གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་མ་འོས་པའི་གནད་དོན་བཀོད་ ཡོད་པ་དང་།		
༡༡.	ང་ལུ་ ཉེ་མའི་ལས་སྡེའི་ཁག་འགན་ཤོག་སྟེ་ཡོད།		

༡༢. སྟོབ་རིག་ཤེས་ཚད། (མཐའ་མཐུག་གི་སྟོབ་གཉེར་སྟེལ་ཁང་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་བཀོད་གནང་།)

སྟེལ་ཁང་གི་མིང་།	ཆོས་ཚན།	ཤེས་ཚད་ཀྱི་གནས་རིམ།	བརྒྱ་ཆ།	འགོ་བཙུགས་ཆོས་ གྲངས།	མཐུག་བསྐྱེད་ཆོས་གྲངས།	རྒྱུ་ཁབ།

༡༠. འབྲུག་གི་ཞི་གཞིལ་ཚེས་རྒྱལ་ས་ནང་ཐོབ་ཡོད་པའི་སྤྱུགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ། (འབྲེལ་བ་ཡོད་ན།)

༡. ཚེས་རྒྱལ་ས་ཀྱི་དབྱེ་ཁག
༢. བརྒྱ་ཆ་ %།
༣. ཡང་ཡང་ན་ཡང་རིམ།

༡༡. སྤྱོད་བཅུ་

སྤེལ་ཁང་གི་མིང་།	སྤྱོད་ཚན།	དུས་ཡུན།	འགོ་བརྒྱལ་ས་ཚེས་གྲངས།	མཐུག་བསྐྱེད་ཚེས་གྲངས།	རྒྱལ་ཁབ།

༡༢. གཞིལ་རབས། (དགོས་ཡོད་ན།)

ལས་ཚོགས།	གོ་གནས་འཆང་བ།	དུས་ཡུན།		གཞིག་བསྐྱོས་གནས་ཤིང།	གཞིག་རྒྱག་ས་གནས།	སོར་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན།
		ལས།	ཚུན།			
འདས་གཞིག						
ད་གཞིག (ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་སྤྱད།)						

༡༣. གསལ་སྟོན།

ང་གིས་ གོང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་བརྒྱ་ཚུ་ག་ར་ ང་ར་གིས་ཤེས་ཤེས་པ་མཐོང་མཐོང་མ་འདི་ ཆ་ཚང་དང་བདེན་པ་ཁོ་ན་ཨིན་པའི་ གསལ་སྟོན་འབད་མ་ཨིན། ག་དེམ་ཅིག་སྤྱོད་ གསལ་སྟོན་འབད་མི་འདི་ནང་ལུ་ མ་བདེན་མ་དང་ ཡང་ན་བརྒྱ་ཚུ་འབྲུག་བཀོད་དེ་ ཡོད་པ་ཅིན་ འདི་ལུ་རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞིལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཐབས་ལམ་གཞན་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ ལཱ་གཞིལ་ལས་ཕྱིར་བཏོན་དང་ ཡང་ན་དགོངས་མ་རྩ་བསྐྱད་གཏང་ནི། རེ་གི་ལག་ཁྱེར་ ཡང་ན་དོ་སྦྱོར་ཡིག་ཆ་རྩ་ དབང་འཛིན་འབད་ནི་དང་ ཞི་གཞིལ་ནང་ལུ་འཛུལ་ བྱེད་པའི་གཞིལ་ཆ་འབད་ནི། ཁྱིམ་སྤོན་བྱ་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ ཁྱིམ་སྤོན་བསྐྱེད་མི་ཨིན་མི་རྒྱ་ག་ར་ ང་ར་གིས་ཉུག་ལོ། འདི་ཁར་ང་ར་

གིས་ ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ཚུ་ལུ་གནས་ནིའི་ཁས་བླངས་ཡང་ཕུལ་ཤ་ཡིན།

༡༤. ཁས་བླངས་དམ་བཅའ། ང་གིས་ ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒོ་ལས་ ཡུག་ཕྱིད་ཞུ་ནིའི་ཁས་བླངས་ཕུལ་ཤ་ཡིན།

སྤྱི་ཚེས། / /

ཞུ་ཡིག་ཕུལ་མིའི་མིང་རྟགས།

(ཁྲིམས་རྟགས་སྟུང་།)

བཞུགས་ ༡ པ། འབྲི་ཤོག་འདི་དང་གཅིག་ཁར་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཚང་དགོ།

༡. མི་ཁྲངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་གྱི་འདྲ།
༢. ཤེས་ཚད་ཀྱི་སྒྲིག་ཤོག་དང་ལག་ཁྱེར་ཚུའི་འདྲ།
༣. འབྲེལ་ཡོད་སྟོང་བཅར་ལག་ཁྱེར་གྱི་འདྲ།
༤. གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་ཁྱེར་གྱི་འདྲ།
༥. ལམ་ཡིག་པར་ཚད་ཀྱི་ངོ་པར།
༦. ཞི་གཡོག་པ་ཡིན་ན་ ཉེ་ག་མེད་ལག་ཁྱེར།
༧. ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་ཆ་གནས་ཅན་གྱི་ཁྲིམས་སྟུང་ཉེ་ག་མེད་ལག་ཁྱེར།
༨. ཡན་ལག་ཚོས་ཚན་ལས་སྒྲ་ཚུའི་ལག་ཁྱེར་གྱི་འདྲ་དང་།
༩. ས་སྟོང་གསལ་བསྒྲགས་དེ་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་གཞན་གྱི་རིགས།

བཞུགས་ ༢ པ། ཡིག་ཆ་ངོ་མ་ཚུ་ གིས་ལན་གྱི་སྒྲིག་པས་ལུ་སྟོན་དགོ།

གཡོག་བཅུགས་ལས་སྒྲའི་ལག་ལེན་དོན་ལཱ།

བདེན་སྟོང་འབད་མི།

ལས་སྒྲའི་

མིང་།

བཞུགས་

གོ་གནས།

ཞི་གཡོག་ངོ་རྟགས་ཨང་།

མིང་རྟགས།



འབྲི་ཤོག་ ༤/༩

རྒྱལ་ཁབ་ཁྲི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

འབྲི་བཀོད་འབྲི་ཤོག་

མི་ངོའི་མིང་། རི་སྒྲོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་།

ཁྱེད་ཀྱི་གཞན་སྐོར་། ལས་སྡེ།

རིམ་ཨང་།	ཆ་རྒྱུ།	སྐུ་གསལ།	སྐུ་གསལ་ཐོབ་ཡོད་པ།
༡.	སྒྲོན་ལམ་དང་འབད་གཞན།	༠༥	
༢.	ཁ་སྐད་ལྟོགས་གྲུབ།	༡༠	
	ཀ། རྩོད་ལ།		
	ཁ། མིང་ལྟོགས།	༡༠	
	ག འབྲུག་གི་ཁ་སྐད་གཙོ་བོ་དང་སྐད་རིགས་གཞན། *	༠༥	
༣.	སྒྲོ་རིག་ འཛོན་ཐང་། ལྟོགས་གྲུབ།		
	ཀ། ཚེས་ཚན་གྱི་ཁྱེད་རིག་ཤེས་ཡོན།	༡༥	
	ཁ། སྤྱིར་བཏང་ཤེས་བྱ།	༡༠	
	ག གསལ་ལྟུང་རིག་ཅུལ། (དོན་ཚན་གོ་རིམ།)	༡༠	
	ང། དབྱེ་དབྱེད་འཛོན་ཐང་།	༡༠	
	ཅ། གོ་བ་ལེན་ཐངས་དང་སྒྲུབ་ཐངས་དག་ཉིང་།	༡༠	
	ཆ། སྒྲོ་བས་པ།	༠༥	
༤.	ཡན་ལག་ཚེས་ཚན་གྱི་ལྷ་རིགས། **	༠༥	
༥.	མི་ངོའི་སྒྲོ་བ་རིག་དང་གྲུབ་འབྲས་གཞན། **	༠༥	
	སྐུ་གསལ་ཡོངས་བསྟོར་ལས།	༡༠༠	

* མོས་མཐུན་གཞི་བཞག་ཐོག་སྐུ་གསལ་བྱིན། ** མོས་མཐུན་དང་ཡིག་ཆའི་བདེན་ཁུངས་གཞི་བཞག་ཐོག་སྐུ་གསལ་བྱིན།

ས་གནས།

རྒྱ་ཚོས།

བཞག་གསོ།

དགོས་མཁོ་བྱུང་པ་ཅིན་ མི་སྒྲོ་བས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ ལས་སྡེའི་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབྲི་
ཤོག་འདི་སྒྲིག་བཅས་འབད་ཚོག

(ཚོགས་རྒྱུ་འབྲུག་མི་ངོའི་མིང་དང་མིང་རྟགས།)



རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཁས་བླངས་དམ་བཅའ།

ད་རིས་ གཟའ་སྐར་རྟེན་འབྲེལ་སྤྱན་རློབ་ཚོགས་པའི་ཉིན་མ་འདི་ཁར་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་བྱ་གསུམ་གྱི་དགོངས་བཞེད་དང་
འབྲུག་གཞུང་དང་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་སྟེ་ ཅི་ལྟོགས་གང་ལྟོགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་ནི་གི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཐོབ་མི་འདི་ ག་ནི་
ལས་ཁ་རྩེ་བཟང་མ་ལས་ ང་གིས་ཁ་ཅམ་ཆོག་ཅམ་མིན་པར་སེམས་ཀྱི་གདིང་ལས་ར་ བཀའ་ངེན་དགའ་ཆོར་དང་བཅས་པ་སྟེ་ ཁས་བླངས་དམ་
བཅའ་འདི་སྤུལ་ཤ་ཡིན།

དུས་ད་རིས་ལས་འགོ་བཟུང་ ང་.....མི་ཁྲུངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་ཅན་མ་འཆང་མི་
གཡུས་.....གོད་འོག་.....རྫོང་ཁག་.....ལས་ཡིན་མི་གིས་ ལུས་ངག་ཡིད་
གསུམ་གྱི་སྟོ་ལས་ བརྩེ་མཐོང་ཚུ་གོང་ལུ་བཀྱར་ཏེ་ ཐང་དམ་ཆོག་དང་རྒྱལ་གཅེས་གཞུང་གི་ཞུ་བའི་ཕྱི་ཐོག་ལས་ ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་ནི་འདི་
ཁས་བླངས་དམ་བཅའ་སྤུལ་ཤ་ཡིན། དེ་དང་གཅིག་ཁར་ ང་གིས་ ལཱ་འགན་ཚུ་སྦྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྟོན་བརྩེ་
ཏེ་ འབྲུག་གི་ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ། ཁྲིམས་དང་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ཚུ་ལུ་གནས་ནི་འདི་ཁས་བླངས་དམ་བཅའ་ཡང་སྤུལ་ཤ་ཡིན།

དེ་འབད་ཤ་ལས་ ང་གིས་ ང་རའི་གཟེངས་ཐོན་གྱི་ཐོག་ལས་ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་ནི་གི་གོ་སྐབས་ཐོབ་ཡོད་པའི་གསལ་སྟོན་ཞུ་ཤ་ཡིན།
གལ་སྟེད་ ང་གིས་ ངོ་སྟོར་ཡིག་ཆ་ཚུ་རྒྱན་མ་དང་ ཡང་ན་གཡོ་སྦྱུ་འབད་ཡོད་པའི་ཤེས་མཐོང་བྱུང་བ་ཅིན་ ང་ལུ་ ག་ཤམ་འཁོད་ཀྱི་ཉེས་བྱ་ཚུ་
བཀའ་ཆོག་

1. ཞི་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་མ་ཅུ་བསྐྱད་གཏང་ནི་དང་ མ་འོངས་པའི་ནང་ལོག་སྟེ་ལཱ་གཡོག་ཞུ་ནི་འདི་ཐོབ་དབང་མེད་པ་བཟོ་
ཆོག་
2. ངོ་གི་ངོ་སྟོར་ཡིག་ཆ་ཚུ་ག་ར་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གཞུང་བཞེས་མཛད་ཆོག་པ་དང་།
3. ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་ཁྲིམས་དཔུད་ཀྱི་དོན་ལུ་བསྐྱལ་ཆོག་

ད་རིས་ གནམ་ལོ་..... ཟླ་.....པའི་ཆོས་.....ལུ་ དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བཀའ་
སྤྱང་དམ་ཅན་ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་མ་ཚུ་དཔང་དུ་བརྩུགས་ཏེ་ གཞུང་གི་ངོ་ཆ་བ་ཚུ་ངོ་འཛོམས་ཐོག་ལུ་ ཁས་བླངས་དམ་བཅའ་སྤུལ་མི་འདི་ལུ་ དུས་ནམ་
ཡང་འཇུག་བ་མེད་པའི་བདེན་ཏྲགས་སྟེ་ ང་རའི་མིང་དང་མིང་ཏྲགས་བཀོད་པ་ཡིན།

ས་གནས།
ཆོས་གྲངས།

(ཁྲིམས་ཏྲགས་སྦྱར།)
མིང་ཏྲགས།
(མི་ངོ་མིང་།)

ལེའུ་ ༥ པ། ལག་འབག་བསྐྱོ་བཞག

༥.༡ སྤྱི་བྱས།

- ༥.༡.༡ གཤམ་འཁོད་འོས་ལྷན་ལཱ་གཡོག་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཀུན་སྦྱོད་བཟང་པོ་ཡོད་མིའི་ཤེས་ཚད་ཅན་དང་སྦྱོགས་གྲུབ་ཅན་གྱི་
མི་ངོམ་ཅིག་གཡོག་བཙུགས་འབད་ནི།
- ༥.༡.༡.༡ དུས་བཀག་ཡོད་པའི་ལས་འགུལ་དང་ལས་རིམ།
- ༥.༡.༡.༢ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ དུས་ཐུང་གི་མི་སྟོབས་དགོས་མཁོ་ཚུ་འགྲུབ་ནི་དོན་ལུ་བཙུགས་དགོས་དང་
བདག་འཛིན་སྤྱོད་བཞག་དགོས།
- ༥.༡.༡.༣ བཀའ་བཙུགས་འབད་དགོ་མི་དང་ ཡང་ན་གཞི་ལེན་གཞན་ཚུ་ཡོད་པ་ཅིན་ གཏན་གཡོག་གི་
གོ་གནས་ནང་བཙུགས་ནི།
- ༥.༡.༡.༤ ལས་གཡོག་དགོས་མཁོ་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ གོ་གནས་གསར་པ་ཚུ་གྲུ་བརྟག་ཞིབ་ཡང་ན་ཚོད་
བརྟག་འབད་ནི།
- ༥.༡.༢ འདི་འཕྲོ་ལས་དང་ཚབས་ཆེན་སྤྱོད་དགོ་པའི་ལས་གཡོག་ཚུ་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་འཛིན་སྦྱོང་འདི་གོ་ཡངས་
རྟོག་རྟོ་སྤྱོད་བཟོ་དགོ།
- ༥.༡.༣ མ་འོངས་པའི་ནང་ གོ་གནས་ཚུ་དགོས་མཁོ་མེད་པ་ ཡང་ན་འབྲེལ་བ་མེད་པ་སྤྱོད་འགྱུར་ཅིན་ གཡོག་བཙུགས་དང་
ལཱ་གཡོག་འཛིན་སྦྱོང་ ཡང་ན་ལས་གཡོག་པའི་འཆར་གཞི་ཚུ་གོ་ཡངས་རྟོག་རྟོ་སྤྱོད་བཟོ་དགོ།
- ༥.༡.༤ ཕྱི་མིའི་མཁས་མཆོག་གཡོག་བཙུགས་འབད་ནི་འདི་ དགོས་མཁོ་ལྷན་པའི་ཤེས་ཚད་དང་ཉམས་སྦྱོང་། རིག་ཅུལ་
ཡོད་པའི་འབྲུག་མི་ཚུ་ ལངས་སྤྱོད་མེད་པའི་སྐབས་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ཆ་འཛོག་འབད་དགོ།
- ༥.༡.༥ གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་སོ་སོའི་ནང་ ལག་འབག་གི་གཡོག་བཙུགས་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་གིས་
བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ ཆ་འཛོག་འབད་དགོ།

༥.༢ དབྱེ་ལག

ལག་འབག་ལཱ་གཡོག་འདི་གཤམ་གསལ་ལྟར་དབྱེ་ལག་བྱེ་དགོ།

- ༥.༢.༡ གཏན་གཡོག་ལག་འབག
- གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ མི་སྟོབས་མ་ལངས་པའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་གྱི་དོན་ལུ་
གཏན་གཡོག་ལག་འབག་གི་དབྱེ་ལག་ནང་ ལས་གཡོག་པ་གཡོག་བཙུགས་འདི་ ཆ་འཛོག་འབད་ཡོད་པའི་ལས་
གཡོག་གི་གྲངས་འབོར་དང་འཁྲིལ་རྟེ་བཙུགས་དགོ།

- 4.1.1.1 གོ་གནས་ཡང་ན་ལུ་གཡོག་གི་དབྱེ་ཁག་དེའི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཤེས་ཚད། རིག་ཅུལ་
དང་ཉམས་ཐྱིང་ཚུ་ཁག་ཆེམ་སྟེ་དགོཔ་ཐོན་པ་ཅིན།
- 4.1.1.2 ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉམས་ཐྱིང་མེད་མི་དང་ ཡང་ན་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉམས་ཐྱིང་ཕྱང་སུ་སྟེ་
ཡོད་མིའི་མི་ངོམ་ཚུ་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྟེ་རིམ་ནང་ལུ་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་འདི་
འཇུལ་ཞུགས་ཀྱི་གོ་གནས་ལས་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་གཅིག་དམའ་མི་ནང་ཨིན་དགོ། ཨིན་
རུང་ ལྷ་སྐྱོར་དང་ལག་ལེན་གྱི་སྟེ་རིམ་གང་རུང་ཅིག་ནང་བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་འདི་ འཇུལ་
ཞུགས་ཀྱི་གོ་གནས་ཁར་ཨིན་དགོ།
- 4.1.1.3 ལས་གཡོག་པ་དེ་གིས་ ཁག་འབག་གི་འཇུག་ 30% འཐོབ་དགོཔ་དང་།
- 4.1.1.4 དངུལ་ཐོགས་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་ དོན་ཚན་ 4.1.2 པ་དེ་ནང་བཀོད་པ་ལྟར་ཨིན་དགོ།

4.1.2 མཉམ་བསྐྱབས་ཁག་འབག

- 4.1.2.1 གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ མཉམ་བསྐྱབས་ཁག་འབག་གི་དབྱེ་ཁག་
ནང་ ལས་གཡོག་པ་གཡོག་བཅུགས་འདི་ ཆ་འཛོག་འབད་ཡོད་པའི་ལས་གཡོག་པ་གི་གྲངས་
འབོར་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཅུགས་དགོ།
1. གོ་གནས་ཡང་ན་ལུ་གཡོག་གི་དབྱེ་ཁག་དེའི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཤེས་ཚད།
རིག་ཅུལ་དང་ཉམས་ཐྱིང་ཚུ་ཁག་ཆེམ་སྟེ་དགོཔ་ཐོན་པ་ཅིན།
 2. ལུ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ གཡོག་འཆོལ་མི་སྟོབས་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ད།
 3. བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྟེ་རིམ་ནང་ལུ་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་འདི་ འཇུལ་
ཞུགས་ཀྱི་གོ་གནས་ལས་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་གཅིག་ཡང་ན་ གཉིས་དམའ་མི་
ནང་ཨིན་དགོ། ཨིན་རུང་ ལྷ་སྐྱོར་དང་ལག་ལེན་གྱི་སྟེ་རིམ་གང་རུང་ཅིག་ནང་བསྐྱོ་
བཞག་འབད་ནི་འདི་ འཇུལ་ཞུགས་ཀྱི་གོ་གནས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཨིན་དགོ།
 4. ལས་གཡོག་པ་དེ་གིས་ ཁག་འབག་གི་འཇུག་འཐོབ་ནིའི་འོས་འབབ་མེད་པ་དང་།
 5. དངུལ་ཐོགས་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་ དོན་ཚན་ 4.1.2 པ་དེ་ནང་བཀོད་པ་ལྟར་ཨིན་དགོ།
- 4.1.2.2 མའི་ངལ་གསོ་ཐོག་ལུ་ཡོད་པའི་སྟོབ་དཔོན་ཚུ་གི་ཆབ་མ་སྟེ་ སྟོབ་ཆབ་གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་
བཅའ་ཡིག་དང་ལམ་ལུགས་འདི་ ཟུར་དེབ་ 4/ཁ་པ་དང་འཁྲིལ་དགོ།

4.1.3 ཏུས་བཀག་ལས་འགུལ་གཞིར་བཞག་ཁག་འབག

- 4.1.3.1 ལས་གཡོག་པ་གང་རུང་ཅིག་ དབྱེ་ཁག་དེ་ནང་གཡོག་བཅུགས། གདམ་འབྱུ། གཡོག་བསྐྱོས་
དང་ཏུས་ལུན་ཡར་སེང་འདི་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ཨིན་དགོ།
1. དམིགས་བསལ་གྱི་ཤེས་ཚད། རིག་ཅུལ་དང་ཉམས་ཐྱིང་ཚུ་དགོཔ་ཐོན་པ་ཅིན།

༡. གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་། གླ་ཆ་དང་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་ ལས་འགུལ་གྱི་ཚུགས་སྐྱུར་
ཆོགས་ཚུང་གིས་ཐག་བཅད་སྐབ་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཡིན་དགོས་དང་།
༢. གཞུང་གི་དགོས་མཁོ་ཚུ་དང་མཐུན་པའི་ ཆ་གནས་ཅན་གྱི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་།
ནང་ གཞུང་གི་བཅུགས་འབད་དགོ།

༥.༡.༤ དམིགས་བསལ་ཁག་འབག

དབྱེ་ཁག་དེ་ནང་ ལས་གཞི་གཞི་གཞི་བཅུགས་འདི་ གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་མི་ལས་གཞི་གཞི་གྲངས་འབོར་དང་
འབྲེལ་ཏེ་ དམིགས་བསལ་གྱི་དཔུལ་ཕྱོགས་ཐོག་ལུ་ བྱེད་རིག་མཁས་མཆོག་གི་ཤེས་ཡོན་དང་རིག་ཕུལ་སྤོམ་ཡོད་
མི་ཚུ་ གཞུང་གིས་ལྟ་བུ་གནད་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་བཅུགས་དགོ།

- ༥.༡.༤.༡ དམིགས་བསལ་གྱི་ཤེས་ཚད། རིག་ཕུལ་དང་ཉམས་སྦྱང་ཚུ་ཁག་ཆེན་སྡེ་དགོས་ཐོན་པ་ཅིན།
- ༥.༡.༤.༢ ལཱ་གཞི་གཞི་དོན་ལུ་ རིག་ཕུལ་མཐོ་བའི་མི་སྟོབས་ཉུང་པ་ཅིན།
- ༥.༡.༤.༣ བསྐྱོ་བཞག་འདི་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་དཔུལ་ཕྱོགས་ཆད་སྒྲིག་དང་འབྲེལ་མི་དགོས་དང་ ལྷ་རིམ་
བཞིན་གྱི་གླ་ཆ་སྤོང་ནི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཞི་གཞི་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོན་ཕུལ་ཏེ་ འབྲུག་
རྒྱལ་གཞུང་གིས་ཆ་འཛིག་འགྲུབ་དགོ།
- ༥.༡.༤.༤ ལས་གཞི་གཞི་དེ་གིས་ ཁག་འབག་གི་འཐུས་འཐོབ་ནིའི་འོས་འབབ་མེད་པ་དང་།
- ༥.༡.༤.༥ གཞི་གཞི་བཅུགས་འབད་མའི་ལས་སྡེ་དང་ ཁག་འབག་ལས་གཞི་གཞི་གཞི་གྱི་བར་ན་ རང་
སྤོམ་ཁག་འབག་གྱུ་གཞི་བཞག་སྡེ་ ཁག་འབག་གི་གན་ཡིག་ཅིག་བཟོ་སྡེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་དམིགས་བསལ་གྱི་ཁ་ཆོག་གན་ཆོག་ཡོད་མའི་ཁག་འབག་གི་གན་
ཡིག་ལོགས་སུ་ཅིག་བཟོ་སྡེ་ ལས་གཞི་གཞི་དགོས་མཁོའི་ཞུ་བ་དང་གཅིག་ཁར་ཆ་འཛིག་གི་
དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཞི་གཞི་ལྷན་ཆོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༥.༢ དབང་ཚད།

- ༥.༢.༡ ཞི་གཞི་གཞི་ནང་ལུ་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་བའི་ཁག་འབག་ག་ར་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཞི་གཞི་ལྷན་ཆོགས་ལས་གནང་བ་དགོ།
ཡིན་རུང་ གཞུང་འཁོད་གནད་དོན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་སྡེ་བཅུགས་ཆོག
- ༥.༢.༢ རྒྱལ་བཀག་ཡོད་པའི་དམིགས་བསལ་ལཱ་གཞི་གཞི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་སྟོན་པའི་གནང་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་མི་སྟོབས་
ཆོགས་ཚུང་གིས་ རྒྱལ་ཡུན་མཐོ་ཤོས་ལོ་རྒྱུ་གཅིག་ཡང་ན་ ལཱ་མཐུག་བསྐྱུད་དགོ་པའི་རྒྱལ་ཡུན་གཞི་གཞི་ལས་ ག་ཏེ་མ་
ཡོད་མི་འདི་གི་རྒྱལ་ཡུན་རིང་ལུ་བཅུགས་ཆོག
- ༥.༢.༣ རྒྱལ་ཡུན་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་གིས་ དམིགས་བསལ་ལཱ་གི་དོན་ལུ་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་པའི་ལས་གཞི་གཞི་གྲངས་
འབོར་དང་འབྲེལ་ཏེ་བཅུགས་དགོ།
- ༥.༢.༤ ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་གྱི་འཛུལ་ཞུགས་གནས་ཤིང་ནང་ གཞི་གཞི་བཅུགས་དང་གཞི་གཞི་བསྐྱོས་འདི་ འབྲི་ཤོག་ ༥/༡ པའི་

ནང་གསལ་ལྟར་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཆ་འཛོག་གྲུབ་པའི་གཡོག་གི་ས་སྤྱོད་ནང་ མི་སྤྱོད་ས་ ཚོགས་རྒྱུ་གི་གནང་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཨིན་དགོ།

༥.༣.༡.༤ དམིགས་བསལ་དལ་གསོ་ལྷན་ལས་ལྷན་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ཚབ་མ་སྤྱོད་མཉམ་བསྐྱབས་ཁག་འབག་ཐོག་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་དགོ། (དོན་ཚན་ ༡༠.༡༣.༡༣ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དམིགས་བསལ་དལ་གསོའི་ཐོག་ལུ་ཡོད་མིའི་ གོ་གནས་རྒྱ་བདག་སྤྱད་འབད་ནི་མེད་པ་དང་།)

༥.༣.༡.༥ མའི་དལ་གསོ་ཐོག་ལུ་ཡོད་པའི་སློབ་དཔོན་ཚུ་གི་ཚབ་མ་སྤྱོད་ སློབ་ཚབ་ཀྱི་གཡོག་བཙུགས་འདི་ ཟུར་དེབ་ ༥/ལ་ པའི་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་མིའི་ལམ་ལུགས་རྒྱ་དང་འབྲེལ་དགོ།

༥.༤ འོས་ཚད།

གོ་གནས་འདི་ནང་ཁྱུ་ཡིག་བཙུགས་མིའི་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་འོས་ཚད་ཚང་དགོཔ་རྒྱ་ཡང་།

༥.༤.༡ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་དང་གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དམིགས་བསལ་གྱི་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་གསལ་ བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཉུང་མཐའ་ལུ་དགོ་པའི་ཤེས་ཚད་རྒྱ་ཚང་དགོ།

༥.༤.༢ གཡོག་བསྐྱོས་འབད་བའི་ཆེས་གངས་ཀྱི་སྐབས་ ཉུང་མཐའ་སྤྱི་ལོ་ ༡༥ ལང་དགོཔ་དང་།

༥.༤.༣ ཁག་འབག་དུས་ལུ་ལྷན་གྱི་རིང་ལུ་ གོ་གནས་སྤྱི་ལོ་ལྷན་གྱི་སྤྱི་གཡོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལོ་ཚང་དགོངས་ཁུ་མ་འབད་མི་ཅིག

༥.༥ ཁྱས་ཆོས་མ་ཚང་མ།

གལ་སྲིད་ གོ་གནས་འདི་ནང་ཁྱུ་ཡིག་བཙུགས་མིའི་མི་ངོམ་འདི་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་རྒྱ་ཡོད་པ་ཅིན་འོས་འབབ་མེད་པ་ཨིན།

༥.༥.༡ རྒྱུང་འབྲེལ་ཤེས་ཡོན་དང་ ཡང་ན་ཉུང་མཐའ་ཚང་དགོ་པའི་སློབ་སྦྱོང་གི་དུས་ལུ་ ཡོངས་རྫོགས་སྤྱོད་མེད་པའི་སློབ་ རིག་ཤེས་ཡོན།

༥.༥.༢ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་རྩ་བསྐྱད་བཏང་བཏང་མ། ཡང་ན་ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ་བཏང་བཏང་མ། ཡང་ན་ལོ་ཚང་ དགོངས་ཁུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་བཞེས་པ་ ཡང་ན་མི་མང་ལས་གཡོག་པ་ཅིག

༥.༥.༣ ཉེས་འགལ་ཉེས་ཅན་གྱི་ཉེས་འཛུགས་ཕོག་མི། ཡང་ན་ཉེས་འགལ་ཉེན་ཅན་སྤྱོད་ཁུ་མ་ཞིབ་དང་ཁུ་མ་སྤྱོད་ཀྱི་ འོག་ལུ་ཡོད་མི་ཅིག

༥.༥.༤ ལཱ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་གསོ་བའི་དྲུང་འཛོ་ཅིག་གིས་ གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་སྤྱིང་ སྤྱོད་པ་སྤྱོད་མེད་པ་གསལ་བྱུང་ཡོད་མི་ཅིག

༥.༥.༥ ལཱ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ཁྱུ་ཡིག་བཙུགས་པའི་སྐབས་ ཤེས་བཞིན་དུ་བརྟེན་ཁུ་མ་བྱིན་ཡོད་མི་དང་། ཡང་ན་ གཡོག་བཙུགས་ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་སྐབས་ གཡོ་སྤྱོད་ལཱ་རིགས་རྒྱ་འབད་ཡོད་མི་ཅིག

༥.༥.༦ རོ་སྤྱོད་ཡིག་ཆ་ ཡང་ན་ཡིག་ཆ་རྒྱ་ཁུ་མ་བཟོ་ཡོད་མི་ཅིག

- པ.པ.ཐ ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་དགོ་པའི་ རོ་སྒྲོར་ཡིག་ཆ་ཚུ་བཏོན་མ་ཚུགས་མི་ཅིག་དང་།
- པ.པ.ཏ གཤམ་སྤྱད་ སྤྱད་དོན་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཅིག་ཨོན་པ་ཅིན་ ལོ་ངོ་ ༡ གི་བྱོད་གྲང་རྩས་ཡུན་མ་ཚང་མི་ཅིག

པ.ཆ སྤྱིར་བཏང་གན་ཆོག

ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་པ་འདི།

- པ.ཆ.༡ ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་པ་འདི་ འགོ་ཐོག་རྩས་ཡུན་མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༣ གི་དོན་ལུ་བསྐྱོ་བཞག་འབད་དགོ།
- པ.ཆ.༢ སྤོབ་སྤོན་ལཱ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ཨོན་པ་ཅིན་ ཁག་འབག་གི་རྩས་ཡུན་འདི་ སྤོབ་རིག་མཇུག་བསྟུ་བའི་རྩས་ཆོད་དང་ འབྲེལ་ཚུགས་པ་བཟོ་ཞིན་ལས་བསྐྱོ་བཞག་འབད་དགོ།
- པ.ཆ.༣ ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་ལུ་གནས་དགོ།
- པ.ཆ.༤ གན་ཡིག་དང་བཅའ་ཡིག་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་གན་ཆོག་ལུ་གནས་དགོ།
- པ.ཆ.༥ གནས་སོར་གྱི་འོས་འབབ་མེད།
- པ.ཆ.༦ ཉམས་ཆོད་རྩས་ཡུན་ནང་བཞག་དགོ་པ་མེད།
- པ.ཆ.༧ ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་འགྲུལ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་འོས་འབབ་མེད།
- པ.ཆ.༨ ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་འོས་འབབ་མེད།
- པ.ཆ.༩ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོའི་འོས་འབབ་མེད།
- པ.ཆ.༡༠ ཞི་གཡོག་ནང་འཛིན་སྤྱོད་གི་གོ་གནས་ནང་གཡོག་འཛུལ་མ་འབད་མི།
- པ.ཆ.༡༡ བྱད་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་འོས་འབབ་ཡོད་པ་དང་།
- པ.ཆ.༡༢ ལས་སྡེ་གིས་ལཱ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཆོག

པ.ཏ གཡོག་བཙུགས། གན་མ་འཐུ་དང་གཡོག་བསྐྱོས་གྱི་བྱ་རིམ།

- པ.ཏ.༡ མི་ངོམ་ཅིག་ཁག་འབག་གི་ཐོག་ལུ་ གཡོག་བཙུགས་འབད་ནི་འདི་ ཅང་བདེན་དང་ཀུན་གཏོགས། འགན་བསྟུར་ ཅན་གྱི་གན་མ་འཐུའི་བྱ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབད་དགོ།
- པ.ཏ.༢ དམིགས་བསལ་གྱི་གན་བ་ལོགས་སུ་སྡེ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ ལས་སྡེ་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ ལས་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་པའི་གོ་གནས་གྱི་དོན་ལུ་རྒྱུམ་གཅིག་གཡོག་བཙུགས་འབད་ནིའི་བྱ་རིམ་བསྐྱིག་དགོ།

༥.༡.༣

ནི་གཡོག་ནང་གཡོག་གི་ས་སྟོང་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ ལུ་ཡིག་བཙུགས་མིའི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་
ཚུ་ཕུལ་དགོ།

༡. ནི་གཡོག་གི་གཡོག་བཙུགས་ལུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག། འབྲི་ཤོག་ ༤/༡།
༢. ཟུང་ཡོན་ཐོ།
༣. ཁག་འབག་གན་ཡིག་འབྲི་ཤོག། འབྲི་ཤོག་ ༥/༡།
༤. སྟོབ་རིག་ཤེས་ཚད་སྒྲུགས་ཤོག་གི་འདྲ།
༥. དགོཔ་ཡོད་ན་ འབྲེལ་ཡོད་སྟོང་བཅར་གྱི་སྒྲུགས་ཤོག་གི་འདྲ།
༦. མི་ཁྲུངས་ངོ་སྟོད་ལག་ཁྱེར་གྱི་འདྲ།
༧. འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་གསོ་བའི་བྱང་འཛོལ་ཅིག་གིས་སྟོད་ཡོད་པའི་གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་
ཁྱེར་གྱི་འདྲ།
༨. ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་བདེན་སྟོར་འབད་ནི་ཨིན་མི་ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་དང་།
༩. གཡོག་ཐོག་ཨིན་ན་ ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།

༥.༡.༤

དམིགས་བསལ་སྟེ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ གཡོག་བཙུགས། གདམ་འཇུ་དང་གདམ་འཇུའི་ཤུལ་མའི་བྱ་རིམ་ཚུ་ དོན་
ཚན་ ༤.༥ དང་ ༤.༧། ༤.༡༠ ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཨིན་དགོ།

༥.༡.༥

གཡོག་བཙུགས་གྱི་བྱ་རིམ་འདི་ ས་སྟོང་གསལ་བསྒྲུགས་འབད་བའི་ཆོས་གངས་ལས་ ལྷ་ལོ་ ༣ གྱི་ནང་འཁོད་
མཇུག་བསྒྲུལ་སྟེ་འབད་ཚར་དགོ།

༥.༡.༦

གཡོག་བསྐྱོས་བྱ་རིམ་དང་གཡོག་གནས།

༥.༡.༦.༡

དབང་ཚད་སྟོད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ ལས་སྟེ་གིས་ བསྒྲུ་སྒྲིག་འབད་ཡོད་པའི་གདམ་འཇུའི་
གྲུབ་འབྲས་དང་སྒྲུགས་ཏེ་ གདམ་འཇུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོའི་ཁ་གསལ་དགོཔ་ཡོད་མི་འདི་ ཡོངས་
འབྲེལ་ཐོག་ལས་ཕུལ་དགོཔ་དང་། གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་ གདམ་འཇུ་གྲུབ་པའི་མི་
ངོམ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ལུ་བསྐུལ་དགོ།

༡. ས་སྟོང་གསལ་བསྒྲུགས་འབད་ཡོད་པའི་འདྲ།
༢. གདམ་འཇུའི་ཆོགས་ཚུང་གིས་མིང་རྟགས་བཀོད་དེ་ བསྒྲུ་སྒྲིག་འབད་བའི་གདམ་
འཇུའི་གྲུབ་འབྲས་དང་།
༣. དོན་ཚན་ ༥.༡.༣ ནང་གསལ་ལྟར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ།

༥.༡.༦.༢

ལས་སྟེ་གིས་གཡོག་བཙུགས་འབད་མའི་ཁ་གསལ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་
བདེན་དཔྱད་འབད་དེ་ ལས་གཡོག་པའི་ངོ་རྟགས་ཨང་སྟོད་དགོ།

༥.༡.༦.༣

ལས་གཡོག་པའི་ངོ་རྟགས་ཨང་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུང་མ་གཅིག་ ཁག་འབག་གི་གཡོག་བསྐྱོས་
འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ཆ་འཛིག་ཡོད་པ་སྟེ་བཙུ་འཛིག་འབད་དགོ།

- པ.མ.ཚ.ལ. ༤.༡.༤.༤ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ གཤམ་བསྐྱོས་མ་འབད་བའི་སྤྱོད་ལས་ སྤྱོད་ལས་
བཏག་དཔུང་སྟན་ལུ་ཐུལ་དགོ།
- པ.མ.ཚ.ལ. ༤.༡.༤.༥ གཤམ་བསྐྱོས་འདི་ དགོས་མཁོ་ཚང་དགོཔ་ཡོད་མི་ཚུ་ཚང་སྤྱིག་འབད་བའི་ལྷན་དེའི་ཆོས་
གངས་ ༡ ཡང་ན་ ༡༥ ལས་ཆ་གནས་འབད་དགོཔ་ཨིན།
- པ.མ.ཚ.ལ. ༤.༡.༤.༦ ལས་སྤྱེ་གིས་ ལས་གཤམ་པའི་ངོ་ཏྲགས་ཨང་སྤྱོད་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་གྱི་གཤམ་བསྐྱོས་བཀའ་བྱ་
འདི་ ཞི་གཤམ་པའི་བན་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ལས་བཏོན་དགོ།
- པ.མ.ཚ.ལ. ༤.༡.༤.༧ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྤྱེའི་མི་སྟོབས་སྤྱེ་ཚན་གྱིས་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།
༡. ཞི་གཤམ་པ་གསར་པ་རེ་རེ་ལུ་ སྤྱོད་ལུ་ཡིག་སྟོན་དང་གཤམ་དེབ་རེ་ཕྱེ་དགོ།
 ༢. འབྲེལ་གྱི་ ༣/༡ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཞི་གཤམ་པ་གསར་པ་རེ་རེ་ལུ་ ཞི་གཤམ་པའི་
བཅུ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་འགན་ལེན་རེ་བཟོ་དགོ།
 ༣. འབྲེལ་གྱི་ ༤/༣ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཞི་གཤམ་པ་གསར་པ་རེ་རེ་ལུ་ ལས་སྤྱོད་ལས་
བཅའི་འགན་ལེན་རེ་བཟོ་དགོ།
- པ.མ.ཚ.ལ. ༤.༡.༤.༨ འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་གྱིས་ ཞི་གཤམ་ནང་ལུ་བསྐྱོ་བཞག་གི་དོན་ལུ་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་ཡོད་
པའི་ཕྱི་མའི་མཁས་མཆོག་ཅིག་ལུ་ བསྐྱོ་བཞག་གཏན་འཁེལ་འབྱོ་བའི་སྐྱོར་ལས་ ཡིག་ཚང་གི་
བཀའ་བྱ་བཏོན་ཞེན་ལས་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་གི་ཆོག་ཐམས་སྤྱོད་དགོ།
- པ.མ.ཚ.ལ. ༤.༡.༤.༩ ག་དེམ་ཅིག་སྤྱེ་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཁོ་རའི་གདམ་འཐུ་འདི་ ཕྱིར་བཏོན་
འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་ལས་སྤྱེ་དེ་ནང་ ས་སྤྱོད་ཅོག་ར་འབད་པ་ཅིག་ཐོན་པ་ཅིན་ མི་སྟོབས་
ཆོགས་རྒྱུ་གིས་གྲུབ་འབྲས་ཆ་འཛོག་འབད་བའི་ཆོས་ལས་ ལྷ་རོ་ ༣ གྱི་ནང་འཁོད་ ཡང་ན་
སྤྱི་ལྷ་ ༡༢ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༣༡ གཉིས་ལས་ག་ཏུ་མི་དང་བསྐྱུན་ གོ་གནས་འདི་ གདམ་འཐུའི་
གྲུབ་འབྲས་གྱི་གཟུངས་ཐོན་གོ་རིམ་ལུ་མའི་མི་ངོམ་འདི་ལུ་བྱིན་དགོཔ་དང་ དེ་ཡང་ སྤྱོད་ལས་
ལས་གཏན་འབབས་བཟོ་ཡོད་པའི་ཕྱི་ཤོས་ཚད་བཀག་བཟུ་ཆ་གྱི་ཕྱོད་མི་ལུ་བྱིན་དགོ།

པ.༢ འདྲིས་སྤྱོད་།

- པ.༢.༡ ལས་གཤམ་པ་གསར་པ་གི་འདྲིས་སྤྱོད་འདི་ དེས་པར་དུ་བྱིན་དགོཔ་དང་། དེའི་འགན་ཁག་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་
སྤྱེ་གིས་འབག་དགོཔ་ཨིན།
- པ.༢.༢ ལས་སྤྱེ་འདི་གིས་ གཏན་འཁེལ་སྤྱེ་ཐོབ་ཡོད་པའི་ཕྱི་མའི་མཁས་མཆོག་རེ་རེ་བཞིན་ལུ་ ལམ་སྤོལ། སྤྱོད་ལས་
གཏུང་གི་སྤྱོད་ལུ་ ཞི་གཤམ་པའི་བཅུ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་ཚུའི་སྐྱོར་ལས་ གོ་གནས་འདྲིས་བྱིན་ཏེ་ ཚུལ་མཐུན་
གྱི་གོ་གནས་ནང་བཅུགས་དགོ།
- པ.༢.༣ ལག་འབག་བསྐྱོ་བཞག་གི་དོན་ལུ་ གདམ་འཐུ་འབད་ཡོད་པའི་འབྲུག་མི་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་གཤམ་བཅུགས་དབང་

འཛིན་གྱིས་གསལ་བཤད་འབད་དེ་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་སྒོ་ལས་གོ་གནས་ནང་ལུ་བཅུགས་དགོ།

༤.༩ ཡར་སངས་དང་བསྐྱར་གསོ།

- ༤.༩.༡ ཁག་འབག་གི་དུས་ཡུན་འདི་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་དང་ལས་གཡོགས་གཉིས་གྲོས་འཆམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སངས་ཐངས་
རེ་ནང་ དུས་ཡུན་ལོ་ངོ་ ༡ ལས་མ་ལྷགས་སྟེ་ཡར་སངས་ ཡང་ན་བསྐྱར་གསོ་འབད་དགོ།
- ༤.༩.༢ སྟོབ་སྟོན་ལས་གཡོགས་ཚུ་གི་དུས་ཡུན་ཡར་སངས་འབད་ནི་འདི་ སྟོབ་རིག་ལོ་མཇུག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གནང་དགོ།
- ༤.༩.༣ ལག་ལེན་སྟེ་རིམ་གྱི་ཁག་འབག་ཡར་སངས་དང་བསྐྱར་གསོ་འདི་ ཁག་འབག་གི་གནས་ཡུན་མ་ཚང་བའི་ཟླ་ངོ་ ༡
གི་སྤྱི་གོང་ལས་བརྒྱུད་ལན་འབད་ཐོག་ལས་ ལས་སྟེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་འགྲུབ་ནི་མ་གཏོགས་ སྟེ་
རིམ་གཞན་གྱི་ཁག་འབག་ཡར་སངས་དང་བསྐྱར་གསོའི་གནང་བ་འདི་ ཁག་འབག་གི་གནས་ཡུན་མ་ཚང་བའི་ཟླ་ངོ་
༣ གི་སྤྱི་གོང་ལས་བརྒྱུད་ལན་འབད་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ལེན་དགོ། ཁག་འབག་གི་
གནས་ཡུན་ཡར་སངས་འདི་ ཁག་འབག་ཡར་སངས་འབྲི་ཤོག་ ༤.༣ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༤.༩.༤ ཁག་འབག་གི་གནས་ཡུན་ཡར་སངས་དང་བསྐྱར་གསོའི་ཚད་གཞི་འདི་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་
ཏེ་ཨིན་དགོ།
- ༤.༩.༤.༡ ལཱ་ལུ་སྐྱགས་ཚད་དང་བསམ་ལན།
- ༤.༩.༤.༢ ས་སྟོང་ཡོད་མེད་དང་།
- ༤.༩.༤.༣ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་དང་། བདག་སྟོང་གི་སྤྱི་གཞི་ལས་འགལ་བ་སྟེ་
བརྩེ་འཛོག་འབད་བའི་ སྤྱི་གཞི་འགལ་དང་ལོག་པའི་སྟན་ལྷ། སྤྱོད་ངན། དུལ་འབྲེལ་གྱི་ཕྱིས་
ཉྱལ་གི་ལཱ་གང་རུང་ཐོ་བཞོད་འབད་དེ་མེད་པའི་སྟོན་མེད་ཀྱི་གཡོག་རབས།
- ༤.༩.༥ སྤྱི་གཞི་ལོ་ཚང་བའི་དགོངས་ཁུའི་ལོ་ཚད་ལས་བཀལ་ཏེ་ དུས་ཡུན་ཡར་སངས་དང་བསྐྱར་གསོ་འབད་མི་ཚོག
- ༤.༩.༦ ཁག་འབག་ཐོག་ལུ་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་འདི་གི་དགོངས་ཁུའི་སྤྱི་གཞི་ལོ་འདི་ གཏན་གཡོག་ཞི་གཡོག་པའི་དགོངས་ཁུའི་
ལོ་ཚད་དང་འཁྲིལ་དགོ།

༤.༡༠ ཁག་འབག་ཆ་མེད།

- ༤.༡༠.༡ ཁག་འབག་གི་ལས་གཡོགས་ག་ར་ཨིན་རུང་ ལས་སྟེ་ལུ་དགོཔ་ངེས་བདེན་མེད་པ་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ལཱ་གཡོག་ལས་
ནམ་ར་འབད་རུང་ཆ་མེད་གཏང་ཚོག
- ༤.༡༠.༢ ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་འདི་ ཁག་འབག་གི་དུས་ཡུན་མ་ཚང་བའི་ཏེ་མ་ལས་ དགོངས་མ་ཚུ་བསྐྱད་གཏང་དགོཔ་
ཅིན་ལས་སྟེ་འདི་གིས་ལྷན་ཏེ་ གི་སྤྱི་གོང་ལས་བརྒྱུད་ལན་འབད་དགོ། དེ་ཡང་ གལ་སྤྱད་ལེགས་སྦྱར་བ་དང་ ཡང་ན་
སྟོབ་དཔོན་ཨིན་པ་ཅིན་ ལྷན་ ༣ གི་དུས་ཚོད་འབད་དགོ། གལ་སྤྱད་བརྒྱུད་ལན་གྱི་དུས་ཚོད་འབད་དགོཔ་མི་ལས་འགལ་

བ་ཅིན་ འགལ་མི་འདི་གིས་ བཏོན་གཏང་མི་འདི་ལུ་ གསལ་བཀོད་བད་སྐུལ་གྱི་དུས་ལུན་གྱི་གཞི་རྟེན་དངུལ་
ཕོགས་འདི་བྱིན་དགོ།

4.77 བསྐྱོ་བཞག་གཞན།

ལས་སྡེ་ལུ་གཡོག་བཅུགས་དང་གདམ་འཇུ། བསྐྱོ་བཞག་དང་དུས་ལུན་ཡར་སངས་གི་དབང་ཚད་དང་འགན་འཁུལ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་།

4.77.1 གཞུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་ གནས་སྐབས་གཡོག་སྒྲུབ་གི་དོན་ལུ་གནང་བ་བྱིན་ནི། དམིགས་བསལ་གྱི་ལཱ་གཡོག་
དང་ དུས་ཚོད་གཏན་འབེབས་ཡོད་པའི་ལཱ་གཡོག་བཅིས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལས་གཡོག་ཚུ་ དུས་ལུན་མཐོ་
ཤོས་ལྗོངས་ 6 གི་ནང་འཁོད་བཅུགས་ནི། ཨིན་རུང་ དེ་བཟུམ་མའི་གཡོག་བཅུགས་འདི་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་
འཆར་དངུལ་ལངས་ཡོད་མེད་དང་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གི་གནང་བ་དང་འཁུལ་དགོ།

4.77.2 ཕྱི་ཤོགས་རམ་མ་དངུལ་ལུ་བརྟེན་པའི་དུས་བཀག་ལས་འགུལ་ཚུ་དོན་ལུ་ ཁག་འབག་ལས་གཡོག་བཅུགས་
ནི་འདི།

4.77.2.1 ལས་འགུལ་གྱི་ཡིག་ཆ་གྲུ་མིང་རྟགས་བཀོད་མི་དང་འཁུལ་ ཁག་འབག་གི་ལས་གཡོག་ཚུ་དེ་
དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ལཱ་གཡོག་འགན་ཚིག་ཡོད་ན་ དེ་ལུ་གནས་དགོ།

4.77.2.2 ལས་འགུལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ནང་ ལཱ་གཡོག་གི་འགན་ཚིག་མེད་པའི་སྐབས་ལུ་ ཁག་འབག་གི་ལས་
གཡོག་ཚུ་ བཅའ་ཡིག་འདི་གིས་བྱབ་དགོ།

4.77.3 གཞུང་ཚབ་ཡིག་ཚང་དང་ ཡང་ན་སྐྱེ་ཚབ་ཚོགས་སྡེ། ཡང་ན་དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ལུ་ གནང་བ་གནང་ཡོད་
པའི་གོ་གནས་ཚུ་ནང་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་མི་གཡོག་བཅུགས་འབད་ནི་འདི་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་གིས་གནང་བ་གྲུབ་
ཡོད་པའི་གན་ཚིག་དང་འཁུལ་དགོ།

4.78 དངུལ་ཕོགས། ཁེ་ཕན་དང་སྦྱོར་བཅུ།

4.78.1 དངུལ་ཕོགས།

4.78.1.1 ལས་སྡེ་གིས་ ཁག་འབག་གི་ལས་གཡོག་ཚུ་ལུ་ ལཱ་གཡོག་གི་གནས་ལུན་གྱི་སྐབས་ དངུལ་
ཕོགས་དང་འཇུག་ཚུ་ དངུལ་ཕོགས་ཐོབ་ཚད་ཀྱི་འབྲི་ཤོག་ 4/3 པའི་ཆ་ཤས་ 3 པའི་ནང་
གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁུལ་རྟེ་སྤྱོད་དགོ། དེ་ཡང་ ལཱ་འབད་བའི་ལྷན་གི་ཉིན་
མཇུག་འདི་ལུ་ ཟླ་རིམ་བཞིན་དུ་ལཱ་འབད་ཆར་མི་ལུ་ཐོབ་པའི་དངུལ་ཕོགས་འདི་སྤྱོད་དགོ།

4.78.1.2 ཞི་གཡོག་པའི་གོ་གནས་ཡར་སངས་གི་བཅའ་ཡིག་འདི་ ཁག་འབག་གི་ལས་གཡོག་ཚུ་ལུ་ལག་
ལེན་འཐབ་མི་ཚོག་ ཨིན་རུང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ལཱ་ལུ་ལུ་གཞི་བཞག་
སྟེ་ རྒྱུ་མཐའ་ལོ་རོ་ 4 གི་ལུ་ལས་ ཁག་འབག་བསྐྱར་གསོ་འབད་བའི་སྐབས་ དངུལ་
ཕོགས་ཡར་སངས་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་གོ་གནས་མཐོ་བའི་གནས་རིམ་ནང་ཡར་སངས་འབད་ནི་

ཚུའི་སྐོར་ལས་ འགན་ཚིག་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཚོག

ལ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ. དངུལ་ཕོགས་ཚད་གཞི་གི་གཞི་བཀོད་གྲུ་གཞི་བཞག་ཐོག་ལས་ གཏན་གཤམ་ཁག་འབག་གི་
ལས་གཤམ་ཕ་ཚུ་ལུ་ ལོ་ལྟར་གྱི་དངུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་བྱིན་དགོ། མཉམ་བསྐྱབས་ཁག་འབག་
དང་དམིགས་བསལ་ཁག་འབག་གི་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ལས་གཤམ་ཕ་ཚུ་ལུ་ ལོ་ལྟར་དངུལ་
ཕོགས་ཡར་སེང་གི་འོས་འབབ་མེད།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ. ཞི་གཤམ་གི་དངུལ་ཕོགས་འདི་ བསྐྱར་ཞིབ་ནམ་ར་འབད་རུང་ ཁག་འབག་གི་དངུལ་ཕོགས་
ཡང་ གནས་བཞིན་པའི་དངུལ་འབྲེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ འོས་འབབ་བཟླ་སྟེ་བསྐྱར་
ཞིབ་འབད་དགོ།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ. ལས་གཤམ་ཅིག་ལུ་ཉི་ཤུ་བྱུང་པའི་སྐབས་ དངུལ་ཕོགས་སྤྱོད་ནིའི་ཐད་ཁར་ རྒྱལ་ཨིལ་
བུམ་གྱི་དངུལ་ཕོགས་སྤྱོད་དགོ།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ. དངུལ་ཕོགས་གྱི་གས་ཁར་མ་ཚུད་པའི་འཐུས་ དཔེར་ན། འགྲུལ་འཐུས་དང་ཉིན་འཐུས། སྤྱོད་
འཐུས་ལ་སོགས་པ་ཚུ་མ་གཏོགས་ ཁང་གྲའི་འཐུས་དང་ཁྱད་འཐུས་ཚུ་ རང་སེའི་གོ་གནས་གྱི་
ནང་གསེས་གནས་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཁག་འབག་གི་ཞི་གཤམ་ཕ་ཚུ་ཡང་སྤྱོད་དགོ།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ. སྤྱོད་བཅར།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ. ལས་གཤམ་འདི་ ལཱ་གཤམ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱབ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་
རྒྱུ་མ་གཅིག་འོས་འབབ་ཡོད།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ. མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ སྤྱོད་བཅར་གྱི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་གཤམ་རྒྱུ་མ་གཅིག་
གཏན་འཐུ་འབད་ཡོད་པ་ཅེས་བཞུན་བཟོ་དགོ། དེ་མ་ཚད་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ལས་
གཤམ་པའི་སྤྱོད་ཐེངས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ. འགྲུལ་འཐུས་དང་ཉིན་འཐུས། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཟད་འགོ་ཚུ་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་
འབྲེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྤྱོད་དགོ།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ. ངལ་གསོ།

ཁག་འབག་ལས་གཤམ་ཕ་ཚུ་ལུ་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་དང་སློབ་སྦྱོང་ངལ་གསོ་མ་གཏོགས་ གཞན་གཤམ་
གསལ་ངལ་གསོ་ཚུ་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ. སློ་བུར་ངལ་གསོ། ཟུང་ན་ངལ་གསོ་དང་ཕའི་ངལ་གསོ་ཚུ་ བཅའ་ཡིག་འདི་གི་ལེའུ་ ༡༠ པའི་
འབྲེལ་ཡོད་དོན་ཚན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཞིན་དགོ།

ལ.ཧ.ཧ.ཧ.ཧ. སླེ་མའི་ངལ་གསོ།

ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་གཡོག་ནང་ཉུང་མཐའ་ཟླ་རྩ་ ༡༩ ཟུག་ལྷ་ཡོད་པ་ཅིན་ བཅའ་
 ཡིག་གི་དོན་ཚན་ ༡༠.༧ དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྤྱི་མའི་ངལ་གསོའི་ཐོབ་དབང་ཡོད། ཨིན་རྩུང་ ལས་
 གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ངལ་གསོ་ལྷ་བའི་ཆོས་གངས་ལུ་ ལཱ་གཡོག་ནང་ཟླ་རྩ་ ༡༩ མ་ལངས་པ་
 ཅིན་ ཟླ་རྩ་ ༣ གྱི་སྤྱི་མའི་ངལ་གསོའི་ཐོབ་དབང་ཡོད། ཟླ་རྩ་ ༣ གྱི་སྤྱི་མའི་ངལ་གསོ་ནང་
 ཡོད་པའི་བསྐོ་བཞག་གྲུབ་པའི་ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་ཚུ་གིས་ ཨ་ལུ་སྤྱི་མའི་ཆོས་གངས་
 ལས་ཕྱིས་རྒྱབ་སྟེ་ སྤྱི་མའི་ངལ་གསོ་ལྷ་ག་ལུས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༥.༡༩.༣.༣

གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ།

༡. ཟླ་རིམ་གྱི་ལཱ་གཡོག་མ་ཆད་པར་མཚུག་བསྐྱུལ་ད་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཉིན་
 གངས་ ༣.༥ གི་གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ་འཐོབ་དགོ། ངལ་གསོ་འདི་ ལོ་རེ་ལུ་ཉིན་
 གངས་མཐོ་ཤོས་ ༣༠ གསོག་འཛོག་འབད་དེ་ དེའི་ཆབ་ལུ་ ལས་གཡོག་པ་གིས་
 དངུལ་ལེན་ཆོག།
༢. ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ལཱ་གཡོག་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་རྩ་ ༡ གི་
 རིང་ཟུག་ལྷ་ལྷ་མེད་པ་ཅིན་ ཁོ་ ཡང་ན་མོ་ལུ་གསོག་འཛོག་ངལ་གསོའི་འབྲས་ཀྱི་
 ཐོབ་ལམ་མེད།
༣. སློབ་སྟོན་གྱི་ལཱ་གཡོག་ནང་ཟུག་ལྷ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལོ་ལྟར་གྱི་ངལ་གསོ་
 ལྷ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོའི་ཐོབ་དབང་མེད།
༤. སློབ་སྟོན་གྱི་ལཱ་གཡོག་ནང་ཟུག་ལྷ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ སློབ་རིག་གི་ལོ་གཅིག་
 ནང་ ག་ཤམ་འཁོད་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།
- ཀ། ལཱ་གཡོག་ནང་ ཉུང་མཐའ་ཟླ་རྩ་ ༧ ཟུག་ལྷ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ དངུལ་
 ཕོགས་ཡོངས་རྫོགས་ཐོབ་པའི་ལོ་ལྟར་ངལ་གསོ།
- ཁ། ལཱ་གཡོག་ནང་ ཟླ་རྩ་ ༣ ལས་ ༧ གྱི་རིང་ཟུག་ལྷ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ དངུལ་
 ཕོགས་ཐོབ་པའི་ཟླ་རྩ་ ༡ གི་ངལ་གསོ་དང་།
- ག། ལཱ་གཡོག་ནང་ ཟླ་རྩ་ ༣ ལས་ཉུང་མ་སྟེ་ཟུག་ལྷ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ དངུལ་
 ཕོགས་ཐོབ་པའི་ངལ་གསོ་མི་འཐོབ།

༥.༡༩.༣.༤

སྤྱི་བཙུན་ངལ་གསོ།

༡. ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ན་ཚ་ ཡང་ན་མ་སྤྱོན་ཚུ་ལས་བཞེན་ཏེ་ ལཱ་འགན་འབག་ནིའི་
 ནང་ལྷོགས་གྲུབ་མེད་པ་སྟེ་རྩིས་འབད་ཡོད་པ་ཅིན་ འབྲུག་གི་རྩིས་ཙན་གྱི་གསོ་
 བའི་རྩུང་འཆོ་ཅིག་ལས་གསོ་བའི་ལག་ཁྱེར་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཟླ་རྩ་ ༡ གི་སྤྱི་བཙུན་

ངལ་གསོ་བྱིན་དགོ། སྤྲོན་བཅོས་ངལ་གསོ་ནང་སྡོད་མིའི་ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྤྱི་
བསྐྱེམས་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡. གལ་སྲིད་ སྤྲོན་བཅོས་ངལ་གསོ་འདི་ ཟླ་ངོ་ ༡ གི་ཐོབ་ལམ་ལས་ལྷག་པ་ཅིན་ ལུ་
གཡོག་སྡོད་མི་འདི་གིས་ བན་ལན་མ་བྱིན་པར་ཁག་འབག་འདི་ཙུ་བསྐྱད་གཏང་དགོ།
ཨིན་རུང་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ལུ་གཡོག་གི་ལོ་གངས་
དང་འཁྲིལ་བའི་གསོལ་ར་དང་ གཡུས་ལོག་གི་ཐོབ་ལམ་ཚུ་སྡོད་དགོ།

༥.༡༡.༣.༥ ངལ་གསོའི་འགྲུལ་འཐུས།

༡. ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལུ་གཡོག་ནང་ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༡ ཟུག་ཟུ་བའི་བྱལ་ལུ་
རྒྱུང་མ་གཅིག་ ངལ་གསོའི་འགྲུལ་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད། ངལ་གསོའི་འགྲུལ་
འཐུས་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་འབྲེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཐོབ་
ཚད་མཐོ་ཤོས་དང་བསྐྱེན་ ཅུས་ལོ་རེ་ནང་ཚར་རེ་སྡོད་དགོ།

༥.༡༡.༣.༦ ཁག་འབག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ལེའུ་ ༡༡ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དཀའ་འཐུས། ཟུང་འཐུས།
སྤྱི་གོའི་འཐུས་དང་འོད་བྱགས་ཀྱི་འཐུས་ཚུ་སྡོད་དགོ།

༥.༡༡.༣.༧ ཁང་སྤྱིའི་འཐུས།

ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་འབྲེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་
ཁང་སྤྱིའི་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད། གལ་སྲིད་ གཞུང་ཁྱིམ་སྡོད་དེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁང་སྤྱིའི་
གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་འབྲེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཏོག་དགོ།

༥.༡༡.༣.༨ སྤྲོན་བཅོས་མཐུན་རྒྱུ།

ཁག་འབག་གི་ལས་གཡོག་པ་དང་ཁོ་རའི་བཟའ་ཚང་འཐུས་མི་ཚུ་ལུ་ གསོ་བའི་སྤྲོན་བཅོས་འདི་
གཞུང་གིས་ སྤྲོན་བཅོས་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གནང་དགོ།

༥.༡༡.༣.༩ དགོངས་ཁྱའི་བྱུར་ཕོགས། འཛོ་རྟེན་མ་དངུལ་དང་ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར། དགོངས་ཁྱའི་བྱུར་
ཕོགས། འཛོ་རྟེན་མ་དངུལ་དང་ གཞུང་གཡོག་པ་སྡེ་ཚན་ཉེན་བཅོལ་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ཁྲིམས་
དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཨིན་དགོ།

༥.༡༡.༣.༡༠ རྒྱུད་འཐུས།

ཁག་འབག་གི་གནས་ལུན་ནང་ལུ་གཡོག་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཤི་རྒྱུ་དང་
མ་སྤྱོད་ ཡང་ན་ན་ཚ་ཕོག་པའི་ནམ་དུས་ལུ་ ཞོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གཞུང་
གཡོག་པ་སྡེ་ཚན་ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར་ལྟར་དུ་ རྒྱུད་འཐུས་སྡོད་དགོཔ་ཡོད་མི་རྒྱུང་མ་གཅིག་
གི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༥.༡༩.༣.༡༡

ཕབ་ཆ།

རང་སེའི་འོང་འབབ་ཁུལ་དང་ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་ཕབ་ཆ་འབད་དགོ་པའི་རིགས་ཚུའི་དོན་ལུ་
འོང་འབབ་ལས་བརྟེན་མེད་ཁུལ་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཙའ་ཡིག་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་
བརྟེན་དགོ།

༥.༡༩.༤

མཐའ་མཐུག་ཁེ་ཕན།

༥.༡༩.༤.༡

དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར།

༡. ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་གི་
དུས་ཡུན་ལོ་ངོ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ མཐའ་མཐུག་གི་ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་རྒྱུ་ལོ་གསལ་འདི་
དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་སྤྲོད་དགོ། ཨིན་རུང་ སློབ་སྟོན་ལཱ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་
དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་འདི་ སློབ་རིག་གི་ལོ་རེ་མཐུག་བསྐྱུང་ད་ཅིས་རྒྱབ་དགོས་
ཨིན།
༢. ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁག་འབག་གི་དུས་ཡུན་མ་ཚང་བའི་ནང་འཁོད་ དང་
སྐངས་གྱི་ཐོག་ལས་ ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་
ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་གསལ་གྱི་དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་ལེན་ནིའི་
དོན་ལུ་ ཁྲིམས་ ༡ གི་སྒྲ་གོང་ལས་ ལཱ་གཡོག་སྤྲོད་མི་འདི་ལུ་བདེ་ལན་འབད་དགོ།
༣. ལཱ་གཡོག་སྤྲོད་མི་གིས་ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་པའི་ནང་དུས་ལུ་ དགོངས་ཁྱའི་
གསོལ་ར་འདི་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་
གསལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྤྲོད་དགོ། ཨིན་རུང་ ལཱ་གཡོག་སྤྲོད་མི་འདི་གིས་ ལས་གཡོག་
པའི་ཁག་འབག་འདི་ ལཱ་ཁྱབ་འབྲས་མེད་མི་དང་ ཡང་ན་ སྤྲོད་ངན་ ཡང་ན་ཁག་
འབག་གི་འགན་ལེན་དང་འགལ་བའི་གནད་དོན་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ཆ་མེད་བཏང་པ་
ཅིན་ དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་འདི་ཐོབ་དབང་མེད།
༤. ལཱ་གཡོག་སྤྲོད་པའི་སྐབས་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ཤི་རྒྱུ་མེད་བྱུང་པ་ཅིན་ དགོངས་
ཁྱའི་གསོལ་ར་འདི་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་
གསལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་དེའི་གདམ་ཁ་འབད་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་གང་རུང་
ལུ་སྤྲོད་དགོ།

༥.༡༩.༤.༢

གཡུས་ལོག་ཁེ་ཕན།

༡. ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་གཡུས་ལོག་ཁེ་ཕན་ཚུ་ གནས་རིམ་ཡང་ན་
གཡོག་བསྐྱོས་གྱི་དུས་ཡུན་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་ཡོད་མེད་དེ་བཟུང་པར་ ཞི་གཡོག་གི་
གནས་ཡུན་ཡོངས་རྫོགས་གྱི་སྐབས་ལུ་ཚར་རེ་སྤྲོད་དགོ།

༡༥༥ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གནས་སོར་གནང་
སྒྲིན་སྒྲོན་དགོ།

༡༥༦ མཐའ་མཇུག་གི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་དང་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་འགྲུལ་འཐུས་
སྒྲོན་དགོ།

༡༥༧ གོ་གནས་དང་འབྲེལ་བཟོ་ཡོད་པའི་རང་སོའི་ཅ་ཆས་སྒྲུལ་འབྲེལ་གྱི་སྒྲ་
འཐུས་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྒྲོན་དགོ།

༡. གཡུས་ལོག་ཁེ་ཕན་འདི་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་སྒྲོན་མི་ཆོག

༡༥༨ ལྷ་གཡོག་སྒྲོན་མི་འདི་གིས་ ལས་གཡོག་པའི་ཁག་འབག་འདི་ ལྷའི་གྲུབ་
འབྲས་མེད་མི་དང་། ཡང་ན་ སྒྲོན་དམ་ ཡང་ན་ཁག་འབག་གི་འགན་ལེན་
དང་འགལ་བའི་གནད་དོན་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ཆ་མེད་གཏང་པའི་སྐབས་ལུ་
དང་ ཡང་ན།

༡༥༩ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འགོ་ཐོག་ཁག་འབག་གི་དུས་ཡུན་མ་ཆང་བའི་
ནང་འཁོད་ དང་སྒྲུངས་གྱི་ཐོག་ལས་ ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་བའི་
སྐབས་ལུ་དང་།

༡༦༠ དོན་ཆུང་ ༡༤.༧ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་གནས་སོར་ཁེ་
ཕན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གཡོག་གནས་གསར་པ་ཅིག་ལུ་
འགོ་འགྲུལ་འབད་དགོཔ་ཐོན་ན་མ་གཏོགས་ ལྷ་གཡོག་གི་གནས་རིམ་
འདི་ཁག་འབག་ལས་གཏན་གཡོག་གྱི་བསྐྱར་བཅོས་འབད་བའི་སྐབས་ལུ།

༤.༡༡.༥ དངུལ་སྒྲོན་ཐངས།

གཞུང་ཆབ་ཡིག་ཆང་དང་དོན་གཅོད་ཡིག་ཆང་། དེ་ལས་ སྐྱེ་ཆབ་ཆོགས་པ་ཚུ་དང་ གཞན་ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་འབྲུག་
གཞུང་གིས་གཞི་བཅུགས་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆང་ཚུ་ནང་ ལྷ་འབད་མི་ཚུ་མ་བཅིས་པའི་གཞན་ཁག་འབག་ལས་
གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་དངུལ་ཕོགས་དང་འཐུས། དེ་ལས་ ཐོབ་ལམ་གཞན་ཚུ་ག་ར་ དངུལ་
ཀྲམ་གྱི་ཐོག་ལས་རྒྱུ་རྒྱུ་གཅིག་སྒྲོན་དགོ།

༤.༡༢ འགན་འཁུགས་

༤.༡༢.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་བསྐོ་བཞག་འབད་བའི་ཁག་འབག་པ་འདི་ལུ་ མི་སྟོབས་གྱི་བྱ་ལེན་ག་ར་ བཅའ་ཡིག་དང་མ་
འབྲེལ་བར་ཡོད་པ་ཅིན་ གནང་བ་མེད་པ་སྟེ་བཅི་དགོཔ་མ་ཆང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་གྱིས་ཆ་མེད་

གཏང་དགོ།

༤.༡༢.༢ བཅའ་ཡིག་ལས་འགལ་བའི་དབང་འཛིན་པ་འདི་ལུ་ བདག་སྐྱོང་བྱ་ལེན་གྱི་འགན་འཁུགས་ཕོག་དགོ།

དངུལ་ཕྱོགས་དང་ཁེ་ཕན། (ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ།)

དངུལ་ཕྱོགས་དང་ཁེ་ཕན།	གཏན་གཤིག་ཁག་འབག	མཉམ་བསྐྱབས་ཁག་འབག
ཁག་འབག་གི་འཕུལ།	བརྒྱ་ཆ ༩༠།	ཐོབ་ལམ་མེད།
དངུལ་ཕྱོགས།	ཆ་འཇོག་གྲུབ་པའི་གོ་གནས་གནས་ཅིམ་གྱི་ དངུལ་ཕྱོགས་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་དགོ།	ཆ་འཇོག་གྲུབ་པའི་གོ་གནས་གནས་ཅིམ་གྱི་འགོ་ཐོག་ དངུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་མཉམ་བསྐྱབས་དངུལ་ཕྱོགས།
ལོ་ལྟར་དངུལ་ཕྱོགས་ཡར་སེང་།	ཐོབ་ལམ་ཡོད།	ཐོབ་ལམ་མེད།
སློབ་ཕྲུ་དཔལ་གསོ། ལྷ་དཔལ་གསོ། དང་པའི་དཔལ་གསོ།	དམིགས་བསལ་སྤྱོད་ན་མ་གཏོགས་བཅའ་ཡིག་དེའི་ལེའུ་ ༡༠ པ་དང་འཁྲིལ་དགོ།	
གསོག་འཇོག་དཔལ་གསོ།	དངུལ་ལེན་ཚོག་པའི་དཔལ་གསོ། ལེ་རེ་ནང་མཐོ་ཤོས་ཉིན་གྲངས་ ༣༠། སློབ་སློན་ལཱ་གཡོག་ནང་གི་ལས་ གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ཐོབ་ལམ་མེད།	
དམིགས་བསལ་དཔལ་གསོ།	ཐོབ་ལམ་མེད།	
སླེ་མའི་དཔལ་གསོ།	ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ལཱ་གཡོག་ནང་ཉལ་མཐའ་ལྗང་ ༡༩ གྱི་རིང་ཕྱག་ལུ་ཡོད་ན་ བཅའ་ཡིག་འདིའི་ལེའུ་ ༡༠ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཐོབ་ལམ་ཡོད། ཨིན་རུང་ ལས་གཡོག་པ་དེ་གིས་ དཔལ་གསོ་ལུ་བའི་སྤྱོད་ལུ་ ལཱ་གཡོག་ ནང་ཉལ་མཐའ་ལྗང་ ༡༩ ལངས་ཏེ་མེད་པ་ཅིན་ ལྗང་ ༣ གྱི་སླེ་མའི་དཔལ་གསོའི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།	
སླན་བཅོས་དཔལ་གསོ།	ཁག་འབག་གནས་ལུན་རེ་ནང་ མཐོ་ཤོས་ཉིན་གྲངས་ ༣༠ འཐོབ།	
སློབ་སློན་ལཱ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ དངུལ་ཕྱོགས་ཐོབ་པའི་དཔལ་གསོ།	༡. ལཱ་གཡོག་ནང་ཉལ་མཐའ་ལྗང་ ༡ ཕྱག་ལུ་སྤྱོད་ན་ དངུལ་ཕྱོགས་ཡོངས་ཚོགས་ཐོབ་པའི་ལོ་ལྟར་དཔལ་ གསོ། ༢. ལཱ་གཡོག་ནང་ ལྗང་ ༣ ལས་ ༡ གྱི་རིང་ཕྱག་ལུ་སྤྱོད་པ་ཅིན་ དངུལ་ཕྱོགས་ཐོབ་པའི་ལྗང་ ༡ གི་ དཔལ་གསོ་དང་། ༣. ལཱ་གཡོག་ནང་ ལྗང་ ༣ ལས་ཉལ་སྤྱོད་ཕྱག་ལུ་སྤྱོད་པ་ཅིན་ དངུལ་ཕྱོགས་ཐོབ་པའི་དཔལ་གསོ་མི་ཐོབ།	
ཁང་སྒྲའི་འཕུལ།	གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་འབེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ།	
འགྲུལ་འཕུལ་དང་ཉིན་འཕུལ།	གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་འབེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ།	
ངས་གསོའི་འགྲུལ་འཕུལ།	ལཱ་གཡོག་ནང་ཉལ་མཐའ་ལོ་ ༡ ཕྱག་ལུ་སྤྱོད་ན་འཐོབ།	
དཀའ་འཕུལ། ལུང་འཕུལ། སློག་ གོའི་འཕུལ་དང་འོད་ཀྱགས་ཀྱི་ འཕུལ།	གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་འབེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ།	
སློབ་བཅར།	ལཱ་གཡོག་དང་འབེལ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཡུན་ཐུང་སློབ་བཅར་རྒྱུ་གཅིག	
དགོངས་ལུ་གསོལ་ར།	ཡིད་ཆེན་ཚུགས་པའི་ལཱ་གཡོག་འབད་དེ་མཇུག་བསྟུ་བའི་ལོ་གྲངས་རེའི་དོན་ལུ་འཐོབ།	
གཡུས་ལོག་ཁེ་ཕན།	ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་གཡུས་ལོག་ཁེ་ཕན་ཚུ་ གནས་ཅིམ་ཡང་ན་གཡོག་བསྐྱོས་ཀྱི་དུས་ལུན་ ལུ་བསྐྱར་བཅོས་ཡོད་མེད་དེ་བཟུང་པར་ ཞི་གཡོག་གི་གནས་ལུན་ཡོངས་ཚོགས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ཆར་རེ་འཐོབ།	
སྤྱི་ཚན་ཉིན་བཅོལ་ལས་འཆར།	ཕབ་ཆ་བཅོ་ཡོད་པ་ཅིན་འཐོབ།	

སློབ་ཚབ་ཚུའི་དོན་ལུ་ གཡོག་བཙུགས། གདམ་འཇུ་དང་གཡོག་བསྐྱོས་བྱ་རིམ།

༡. མཉམ་བསྐྱབས་ཁག་འབག་གི་ཐོག་ལས་གཡོག་བཙུགས་འབད་དགོ།
༢. ཤེས་ཚད་དགོང།
 - ༢.༡ དགོས་མཁའི་ཤེས་ཚད་གྲ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྤྱིར་བཏང་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཡོན་མཐར་འཁྱུལ་མི་ལངས་སྟེ་ ཡོད་པ།
 - ༢.༢ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ཁས་སྒྲུངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་དགོངས་ཁུ་འབད་ཡོད་པའི་སློབ་དཔོན་ཚུ། ལོ་ཚད་ཀྱི་ཐང་ཁར་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་སྒྲིག་གཞི་དང་འཁྲིལ་དགོ།
༣. གཡོག་བཙུགས་ལས་སྟེ།
 - ༣.༡ གཡོག་བཙུགས་འདི་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཀྱི་ཐོག་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་ཚྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམས་སྟེ་གིས་འགོ་ འདྲན་འཐབ་དགོ།
༤. གཡོག་གནས།
 - ༤.༡ གོ་གནས་ཁར་ཡོད་པའི་སློབ་དཔོན་འདི་ བདུན་ཕྱག་ ༡ གི་སྤྱ་གོང་ལས་ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་ནང་མ་འགྱུ་བའི་རྟེ་མ་ གདམ་འཇུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་ གཟེངས་ཐོན་གོ་རིམ་གྲ་གཞི་བཞག་སྟེ་སློབ་གྲུ་ཚུ་ནང་གཏང་དགོ། གལ་སྲིད་ ལཱ་གཡོག་འདི་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་དགོ་པ་ཅིན་ ཁོ་རའི་ཁག་འབག་འདི་བསྐྱར་འགྱུར་འབད་ཆོག་ དེ་ཡང་ ཚྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམས་སྟེ་ནང་འཁོད་ལུ་ སློབ་དཔོན་གང་རུང་ཅིག་ འདི་འཕྲོ་ལས་ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་ནང་འགྱུ་དགོཔ་ཐོན་པ་ ཅིན་ འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཆོས་ཚན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཁོ་ ཡང་ན་མོ་གིས་ཚབ་སྟེ་སློབ་སྟོན་འབད་དགོཔ་ཨིན།
༥. ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་གི་དུས་ལུན།
 - ༥.༡ སློབ་རིག་གི་ལོ་མཇུག་བསྐྱུ་མི་དང་འཁྲིལ་ དུས་ལུན་མཐོ་ཤོས་ལྷན་ ༩ ཡང་ན་དེ་ལས་ཉུང་མི་གཉིས་ལས་ ག་ཏེ་ མི་འདི་ཨིན་དགོ། ཨིན་རུང་ གཡོག་ཚབ་ཀྱི་དོན་ལུ་གཡོག་བཙུགས་འདི་ སློབ་རིག་གི་ལོ་མཇུག་མ་བསྐྱུ་བའི་ལྷན་ངོ་ ༡ དང་ཕྱེད་ཀྱི་སྤྱ་གོང་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ངོས་ལེན་མི་འབད།
 - ༥.༢ གལ་སྲིད་ སློབ་དཔོན་ཅིག་གིས་ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་མཇུག་མ་ཚང་བའི་སྤྱ་གོང་ལས་ ལོག་སྟེ་ལཱ་གཡོག་ནང་འཇུལ་ ཞུགས་འབད་བ་ཅིན་ ཁག་འབག་གི་སློབ་དཔོན་འདི་ དགོས་མཁའི་ཡོད་པའི་སློབ་གྲུ་ཅིག་ནང་བཟམ་བཙུགས་ འབད་དགོ། སློབ་དཔོན་ཅིག་གིས་ ངལ་གསོ་མ་ཚང་བའི་སྤྱ་གོང་ལས་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལོག་སྟེ་འཇུལ་ཞུགས་འབད་ བའི་གནད་དོན་གྲ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་མི་ཆོག།
 - ༥.༣ ཚྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམས་སྟེ་གིས་ ཚྫོང་ཁག་ནང་འཁོད་ ཡང་ན་ཕྱི་ཁའི་སློབ་གྲུ་ཚུ་ནང་ (ཚྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམས་ སྟེའི་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྐྱར་ཐོག་ལས་) ལོག་སྟེ་ར་བཟམ་བཙུགས་ཀྱི་འོས་འབབ་ཚུ་

བལྟ་དགོ།

༥.༤ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་གྱི་ལུ་ཤུལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལག་འབག་གི་གནས་ལུན་འདི་ཆ་མེད་གཏང་ནི་དང་། གོ་རིམ་
ཤུལ་མའི་མི་ངོམ་འདི་གདམ་འཇུ་འབད་དགོ།

༥. དངུལ་ཕྱོགས་དང་ཁེ་ཕན།

སྡེ་རིམ།	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ།	མཉམ་བསྐྱབས་དངུལ་ཕྱོགས།
གཙུག་ལག་མཐར་འཁྲུལ་མི་སྤྱིར་ བཏང་།	ཁྱད་འཛིན་ ༥ པ་ཁ།	གཞུང་གིས་དུས་དང་དུས་སུ་བཟོ་ཡོད་པའི་ དངུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་དགོ།
ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ཁས་བླངས་ཐོག་ དགོངས་ཁུ་འབད་མའི་སློབ་དཔོན།	གཡོག་གྲོལ་མ་འབད་བའི་སྤྱ་གོང་གི་གོ་ གནས།	གཡོག་གྲོལ་མ་འབད་བའི་སྤྱ་གོང་ལུ་ མཉམ་བསྐྱབས་འབད་ཡོད་པའི་མཇུག་གི་ གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕྱོགས།

ངན་གསོ། དངུལ་ཕྱོགས་འདི་གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་མཉམ་བསྐྱབས་སྡེ་ཡོད་པ་ལས་ ལག་འབག་གི་འཇུག་དང་ སློབ་སྦྱོན་གྱི་
འཇུག་ ཁང་སྤྱི་འཇུག་ཚུའི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་མེད། ཨིན་རུང་ ལག་འབག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་སྤྱི་
འཁོར་ལམ་ལས་ དོ་ལམ་གཅིག་གི་ས་ཁར་གཡོག་གནས་ནང་ཨིན་པ་ཅིན་ དཀའ་འཇུག་སྤོད་དགོ།

སློབ་དཔོན་གྱི་ཚབ་མ་སྡེ་ ལག་འབག་གི་སློབ་དཔོན་བཙུགས་ཡོད་མི་ཚུ་ དོན་ཚན་ ༥.༡༢.༣.༤ པ་དང་འཁྲིལ་མི་དགོ། ཨིན་རུང་ དལ་གསའི་
སྐབས་ལུ་ རྒྱག་ཁུ་བའི་སྤྱི་གཡོག་རུང་མ་བཟིས་པར་ མཉམ་བསྐྱབས་དངུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་ཡོད།

༥. སློབ་ཚབ་ཀྱི་བྱ་རིམ་ཁ་གསལ།

༥.༡ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་གྱི་གཡོག་གནས་འདི་ སློབ་དཔོན་གྱིས་མོ་རའི་དལ་གསའ་མ་ལེན་པའི་རྒྱུ་མཐའ་བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་
སྤྱ་གོང་ལས་འགོ་བཙུགས་དགོཔ་དང་། སློབ་དཔོན་མོ་ར་ སྤྱི་མའི་དལ་གསའ་ལས་ལོག་སྡེ་འཇུལ་ཞུགས་འབད་དེ་བདུན་ཕྱག་
གཅིག་གི་ཤུལ་ལས་དགོངས་ཁུ་དགོ། སློབ་དཔོན་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ མོར་ཚབ་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་འགྱུ་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ ག་
དེ་བྲག་བྲག་དུས་ཚེད་བསྐྱམས་ཏེ་ འཇུལ་ཞུགས་འབད་དགོ་པའི་བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་ཏེ་མ་འཇུལ་ཞུགས་འབད་རུང་བདུབ།
ཡང་ན་དགོངས་ཁུ་འབད་དགོ་པའི་བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་ཤུལ་ལས་དུས་ཚེད་དུམ་གྲ་ཅིག་བསྐྱར་རུང་བདུབ།

༥.༢ གལ་སྲིད་ དལ་གསའ་ལེན་མའི་མི་ངོམ་འདི་ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་བསྐྱོ་བཞག་མ་འབད་བའི་ བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་སྤྱ་གོང་
ལས་ དལ་གསའ་ལེན་ཏེ་འགྱུ་བ་ཅིན་ ཁོ་མོ་གང་རུང་གིས་ སློབ་གྲུའི་འཛིན་སྐྱོང་ལུ་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་ཅིས་སྤོད་འབད་
ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༥.༣ སློབ་དཔོན་ཅིག་གིས་ མོ་ར་ཨ་ལུ་ཆགས་ཏེ་ལྷོ་རོ་ ༤ ལངས་ད་ སློབ་གྲུའི་དབུ་འཛིན་ལུ་སྦྱན་ཞུ་འབད་དགོ། དེ་ཡང་ གལ་
སྲིད་ ལག་འབག་གི་སློབ་ཚབ་བཙུགས་དགོ་པ་ཅིན་ སློབ་གྲུའི་གྲ་སྤྱི་གཡོག་འབད་ནིའི་དུས་ཚེད་ལངས་སྡེ་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་
ཨིན།

- ཡ.ལ འབྲེལ་ཡོད་སློབ་གྲུ་དབུ་འཛིན་འདི་གིས་ ངལ་གསོ་ལེན་ཏེ་འབྲེལ་མིའི་སློབ་དཔོན་གང་རུང་གི་ཆོས་ཚན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལག་འབག་གི་སློབ་དཔོན་གཡོག་བཅུགས་མ་འབད་བའི་སྤྱོད་ལས་ སློབ་དཔོན་ངེས་ཏིག་སྟེ་དགོ་མི་དགོའི་དགོས་མཁོ་བཟུང་གོ།
- ཡ.ལ སློབ་གྲུ་དབུ་འཛིན་འདི་གིས་ སློབ་གྲུ་ནང་འཁོད་ལུ་བགམ་བཅུགས་ཀྱི་འོས་འབབ་ཡོད་པ་ཅིན་ འགོ་འབྲེན་འབབ་དགོ།
- ཡ.ཆ ལག་འབག་གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་གོས་འཆར་འདི་ བསྐྱར་ཞིབ་དང་ཐག་དཔྱད་ཀྱི་དོན་ལུ་ སློབ་གྲུ་དབུ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་ཚུང་ལུ་ ཕུལ་དགོ།
- ཡ.ཇ སློབ་གྲུ་དབུ་འཛིན་འདི་གིས་ ཟུར་དེབ་ ༤/ཁ (༡) པ་འཁྲིལ་ཏེ་ སློབ་གྲུ་དབུ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་ཚུང་གི་རྒྱབ་སྟོན་དང་གཅིག་ཁར་ མི་ངོམ་ཚུའི་ཁ་གསལ་བཅས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་བན་དོན་ཚུ་བཀང་ཞིན་མ་ལས་ བདུན་ཕྱག་ ༩ ཀྱི་ནང་འཁོད་ རྫོང་ལག་ཤེས་རིག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྤེའི་ཤེས་རིག་འགོ་དཔོན་ལུ་ཕུལ་དགོཔ་དང་། དེའི་འབྲེལ་ རྫོང་ལག་དང་ཁོམ་སྤེའི་འབྲེལ་ཡོད་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་ལུ་ཕུལ་དགོ།
- ཡ.༨ ཟུར་དེབ་ ༤/ཁ (༡) པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སློབ་གྲུ་ལག་ལས་འབྱོར་བའི་གོས་འཆར་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ རྫོང་ལག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྤེའི་ཤེས་རིག་འགོ་དཔོན་དང་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ དམིགས་བསལ་ཆོས་ཚན་དེ་ལུ་སློབ་དཔོན་དགོ་མི་དགོའི་དགོས་མཁོ་བཟུང་གོ།
- ཡ.༩ ཟུར་དེབ་ ༤/ཁ (༡) པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལམ་སྟོན་ ཡང་ན་གནང་བའི་དོན་ལུ་ རྫོང་ལག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྤེའི་མི་སྟོབས་ཆོགས་ཚུང་ལུ་གོས་འཆར་ཕུལ་དགོ།
- ཡ.༡༠ གལ་སྲིད་ གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་པ་ཅིན་ རྫོང་ལག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྤེའི་བདག་སྐྱོང་གིས་ ཤེས་རིག་ལྷན་ལག་ལུ་ སྟན་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༤. གཡོག་བཅུགས་བྱ་རིམ།

- ༤.༡ རྫོང་ལག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྤེའི་མི་སྟོབས་ཆོགས་ཚུང་ལས་ གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་གནང་བ་གྲུབ་ཞིན་མ་ལས་ རྫོང་ལག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྤེའི་གིས་ གཡོག་བཅུགས་བྱ་རིམ་གྱི་ལེའུ་ ༤ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་གཅུག་ལག་ཤེས་ཚད་མཐར་འཁྲུལ་མི་ཚུ་ལུ་གསལ་བསྐྱགས་འབད་དགོ།
- ༤.༢ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་ཚུ་གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ རྫོང་ལག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྤེའི་གིས་ ས་སྤྱོང་གསལ་བསྐྱགས་འབད་དགོ།
(ཤེས་རིག་ལྷན་ལག་གིས་ལམ་སྟོན་གནང་འོང་།) དེ་ནང་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་བན་དོན་ཚུ་ཚུད་དགོ།
- ག། ས་སྤྱོང་གི་གྲངས་ཁ།
- ཁ། ལག་འབག་གི་དུས་ཡུན་དང་།
- ག། དགོས་མཁོའི་ཤེས་ཚད། (དགོས་མཁོའི་ཆོས་ཚན་གསལ་བཀོད་འབད་དགོ།)
- ༤.༣ གསལ་བསྐྱགས་འབད་བའི་ཆོས་གངས་ལས་ བདུན་ཕྱག་ ༩ ཀྱི་ཤུལ་ལས་ མི་སྟོབས་ཆོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་མི་གྱ་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ མི་ངོམ་ཚུ་ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་དགོ། ཡང་ན་ ལུ་ཡིག་ཕུལ་མི་ལངས་སྟེ་མེད་པའི་སྐབས་ བདུན་ཕྱག་གཅིག་བསྐྱར་འབྱང་འབད་དེ་ བདུན་ཕྱག་ ༩ ཀྱི་ནང་འཁོད་ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་དགོ།

- ༡.༤ མི་ངོམ་ཅིག་ སློབ་གྲྭ་ཅིག་ནང་སློབ་ཚབ་སྡེ་གཡོག་བཙུགས་འབད་ཡོད་མི་འདི་ སློབ་གྲྭ་གཞན་ཅིག་ནང་ གོ་གནས་ས་སྟོང་
གི་དོན་ལུ་ཁྱུ་ཡིག་བཙུགས་ནི་ལུ་འོས་འབབ་མེད་པ་དང་། དེ་ལུ་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ མི་ངོམ་དེ་བཟུམ་ཚུ་ ཕྱི་སེལ་
འབད་མ་ཚེགས་ཅེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༡.༥ ཕྱི་སེལ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་ གནམ་འཕྱུའི་ངྲིས་ལན་གྱི་དོན་ལུ་ རྫོང་བདག་ ཡང་ན་བཀོད་ཁབ་རྩལ་ཆེན་གྱིས་དབུ་ཁྲིད་
མཛད་དགོ། གནམ་འཕྱུའི་འདྲི་ཚེགས་འཕུས་མི་ཚུ་གིས་ གནམ་འཕྱུའི་གྲུབ་འབྲས་བདེན་སྦྱར་འབད་དགོཔ་དང་ གནམ་
འཕྱུའི་ངྲིས་ལན་འདི་ནང་ འཛེལ་བ་གང་རུང་བྱུང་ན་ འཕུས་མི་ཚུ་གིས་འགན་འཁུའི་འབག་དགོ།
- ༡.༦ གནམ་འཕྱུའི་ངྲིས་ལན་དང་གྲུབ་འབྲས་བདེན་སྦྱར་འབད་དེ་ བདུན་ཕྲག་ ༡ གི་ནང་འཁོད་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་
གཡོག་བསྐྱོས་བཀའ་ཁྱུ་གནང་དགོ།
- ༡.༧ གྲུབ་འབྲས་བདེན་སྦྱར་འབད་བའི་ཆོས་ལས་ར་ ཞི་གཡོག་རྩ་ཉམས་ཨང་སྟོད་ནིའི་དོན་ལུ་ རྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམ་སྡེའི་མི་
སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་ (ངོ་མ་ ཡང་ན་པར་ལོག་) ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་
དགོ།
- ༡.༨ ཞི་གཡོག་རྩ་ཉམས་ཨང་སྟོད་ཞིན་མ་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ གཡོག་བསྐྱོས་བཀའ་ཁྱུ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་
ལྷན་ཚོགས་དང་ ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་ལུ་བསྐུལ་དགོ།
- ༡.༩ ཤེས་རིག་ལས་ཚན་གྱིས་ གནམ་འཕྱུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ གོ་མས་འདྲིས་སློབ་སྦྱོང་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།
- ༡.༡༠ གནམ་འཕྱུ་འཕྱུབ་མའི་མི་ངོམ་ཚུ་ རྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམ་སྡེ་ལས་ གཡོག་གནས་བཀའ་ཁྱུ་སྟོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སློབ་གྲྭ་
ནང་སྟན་ཁུ་འབད་དགོ།
- ༡.༡༡ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་གྱི་གྲངས་ལ། གཡོག་གནས་གྱི་ས་གོ་དང་ ཁོང་རའི་བྱད་ཡོན་ཐོའི་བརྟེན་
དོན་ཚུ་ ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་ལུ་ཕུལ་དགོ། རྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམ་སྡེའི་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ ངལ་གསོ་འགྱུ་མའི་སློབ་
ཚབ་སྡེ་ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་གཡོག་བཙུགས་འབད་ཡོད་པའི་ཁ་གསལ་ཚུ་ ཟུར་དེབ་ ༥/ཁ་ (༡) པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལོ་
ལྟར། ཡང་ན་ལོ་ལྟར་བྱུང་ཐོན། ཡང་ན་ལྷན་གསུམ་རེའི་སྟན་ཁུ་འདི་ ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་ལུ་ཕུལ་དགོ།
- ༡.༡༢ གཡོག་བཙུགས་བྱ་རིམ་འདི་ གསལ་བསྐྱགས་འགོ་དང་པ་འབད་བའི་ཆོས་གྲངས་ལས་ ལྷ་རོ་ ༡ གྱི་ནང་འཁོད་འབད་ཚར་
དགོ།
- ༡.༡༣ ག་དེམ་ཅིག་སྡེ་ གནམ་འཕྱུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཁོ་རའི་གནམ་འཕྱུ་འདི་ ཕྱིར་བཏོན་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་ལྷ་རོ་ ༤
གི་ནང་འཁོད་ ས་སྟོང་ཅིག་ར་འཐད་པ་ཅིག་ཐོན་པ་ཅིན་ གོ་གནས་འདི་ གནམ་འཕྱུའི་གྲུབ་འབྲས་གྱི་གཟེངས་ཐོན་གོ་རིམ་
ཤུལ་མའི་མི་ངོམ་འདི་ལུ་བྱིན་དགོཔ་དང་ དེ་ཡང་ སྡ་གོང་ལས་གཏན་འབེབས་བཟོ་ཡོད་པའི་ཉུང་ཤོས་ཚད་བཀག་བརྒྱ་ཆ་གྱི་
སྟོད་མི་ལུ་བྱིན་དགོ།
- ༡.༡༤ རྫོང་ཁག་དང་ཁྲོམ་སྡེ་གང་རུང་ཅིག་གིས་ གོས་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་ངྲིས་ལན་འབད་དེ་ སྐྱུག་ཐོན་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་
གཡོག་བཙུགས་འབད་དགོ། དེ་ཡང་ ལྷ་རོ་ ༤ གི་དོན་ལུ་ཆ་གནས་ཡོད་པའི་གྲུབ་འབྲས་དང་ ཆོས་ཚན་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་
འཁྲིལ་དགོ།

༡. ས་སྤྱོད་གསལ་བསྒྲགས་འབད་ནི།
༢. དགོས་ཡོད་ན་དུས་ཡུན་ཡར་མེད་འབད་ནི།
༣. གསལ་བསྒྲགས་འགོ་དང་པ་འབད་བའི་ཆེས་གངས་ལས་བདུན་ཕྱག་ ༡ ཡང་ན་ ༣ གྱི་ནང་འཁོད་མི་ངོམ་ཕྱི་སེལ་འབད་ནི།
༤. རྫོང་བདག་ཡང་ན་བཀོད་ཁྱབ་རྩུང་ཆེན་གྱིས་ཁྲིའཛིན་མཛེད་ཐོག་ངོས་ལན་འགོ་འཛིན་འཐབ་ནི།
༥. འཛིན་ཆགས་འཐུས་མི་ཚུ་བརྒྱུད་དེ་གྲུབ་འབྲས་བདེན་སྦྱར་འབད་ནི།
༦. ཞི་གཡོག་རྩིས་ལང་སྤྱོད་ནིའི་དོན་ལུ་ཡིག་ཆ་ཚུ་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆེགས་ལུ་ཕུལ་ནི།
༧. གཡོག་བསྐོས་བཀའ་རྒྱ་འདི་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆེགས་ལུ་ཕུལ་དགོས་དང་ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་ལུ་ཡང་འབྲ་གཅིག་ཕུལ་ནི།
༨. རྩོམ་ལས་རིམ་དང་འབྲེལ་ཡོད་སློབ་གྲྭ་ནང་སློབ་ལུ་འབད་ནི།

༡. དགོས་མཁོ་ངོས་འཛིན་འབད།

༡. སློམ་འེེ་ལཱ་གསོ་ལྷན་ནི།
༢. དབྱ་འཛིན་གྱིས་དགོས་མཁོ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་འོས་འབབ་ཡོད་ན་བཀའ་བཅུགས་འབད་ནི།
༣. སློབ་གྲྭའི་འཛིན་སློང་ཆེགས་རྒྱུ་ལུ་གྲོས་འཆར་ཕུལ་ནི།
༤. རྫོང་ཁག་ཤེས་རིག་འགོ་དཔོན་དང་མི་སློབས་འགོ་དཔོན་ལུ་ལས་གཡོག་པའི་ཁ་གསལ་ཕུལ་ནི།

༢. གཡོག་བཅུགས།

༢. དབྱེ་ཞིབ་དང་ཐག་གཅད།
གོ་རིམ་ ༡ པ།

༣. དབྱེ་ཞིབ་དང་ཐག་གཅད།
གོ་རིམ་ ༢ པ།

༡. རྫོང་ཁག་ཡང་ན་ཁྲོམ་སྡེའི་ཤེས་རིག་འགོ་དཔོན་དང་མི་སློབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་སློབ་གྲྭ་གིས་སྦྱབ་བྱེད་ཕུལ་མི་ལྷན་དུ་དགོས་མཁོ་ཡོད་མེད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
༢. གྲོས་འཆར་འདི་དབྱེ་དབྱུད་འབད་དེ་གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་རྫོང་ཁག་མི་སློབས་ཆེགས་རྒྱུ་ལུ་ཕུལ་ནི།

༡. རྫོང་ཁག་མི་སློབས་ཆེགས་རྒྱུ་གིས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི།
༢. གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་གྲོས་འཆར་བདེན་སྦྱར་ཡང་ན་ཆ་མེད་གཏང་ནི།
༣. སྤྱི་གཞིའི་མི་ངོམ་ཚུ་གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་ཡོད་མེད་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི།

སློབ་ཚབ་གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་བྱ་རིམ་བཅུད་སྟེང་།

ཟུར་དེབ་ ༥/ཁ་ (༡)

སློབ་དཔོན་དགོས་མཁོའི་དབྱེ་དཔྱད།

སློབ་དཔོན་དགོས་མཁོའི་དབྱེ་དཔྱད།	
སློབ་གྲུའི་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་ཚུང་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལྟ།	
སློབ་གྲུའི་མིང་།	
སློབ་མའི་ངལ་གསོ་ལེན་མིའི་སློབ་དཔོན་གྱི་ཁ་གསལ།	
༡. མིང་།	
༢. ཞི་གཡོག་ངོ་རྟགས་ཨང་།	
༣. སློབ་སྟོན་ཆོས་ཚན།	
༤. སློབ་མའི་ངལ་གསོའི་དུས་ཡུན་གྱི་གོས་འཆར། (ཟླ་ངོ་།)	
༥. འགོ་བཅུགས་ཆོས་གྲངས་ཀྱི་གོས་འཆར། (ལས་ དང་ རྩོན།)	ཆོས་/ཟླ་/ལོ་ ལས་ ཆོས་/ཟླ་/ལོ་རྩོན།
ཆོས་ཚན་དེ་སྟོན་མིའི་སློབ་དཔོན་གྱི་གྲངས་ཁ། (༡)	
སློབ་དཔོན་དང་སློབ་སྟོན་ཐུན་ཚུན་གྱི་གྲངས་ཁ་དང་འབྲེལ་ སློབ་དཔོན་དགོས་པའི་གྲངས་ཁ། (ཁ།)	
ལྷན་ ཡང་ན་ཆད། (༡-ཁ།)	
བཀའ་བཅུགས་ཀྱི་འོས་འབབ།	ཡོད་/མེད།
སློབ་གྲུའི་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་ཚུང་ལས་ཀྱབ་སྟོན།	ཀྱབ་སྟོན་ཡོད་/ཀྱབ་སྟོན་མེད།
སློབ་གྲུའི་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་ཚུང་གི་ཁྲི་འཛིན།	
རྫོང་ཁག་དང་ཁྲོམ་སྡེའི་ཤེས་རིག་འགོ་དཔོན་དང་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལྟ།	
སློབ་གྲུ་གཞན་ཚུ་ལས་གནས་སྐབས་གནས་སོར་ཐོག་ལས་བཀའ་བཅུགས།	ཡོད་/མེད།
ཡོད་ན་ནི་མིང་གི་ཁ་གསལ།	
༡. མིང་།	
༢. ཞི་གཡོག་ངོ་རྟགས་ཨང་།	
༣. གནས་སོར་འགོ་བཅུགས་ཀྱི་ཆོས་གྲངས། (ལས་དང་རྩོན།)	ཆོས་/ཟླ་/ལོ་ ལས་ ཆོས་/ཟླ་/ལོ་རྩོན།

<p>མེད་ན་ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་གཡོག་བརྩམས་ཀྱི་དོན་ལུ་ རྫོང་ ལག་ཡང་ན་ཁྲོམ་སྒྲེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་བདེན་སྦྱར་གྱི་དོན་ ལུ་རྒྱབ་སྐྱོན་སྤུལ།</p>	
<p>རྫོང་ལག་ ཡང་ན་ཁྲོམ་སྒྲེའི་ཤེས་རིག་འགོ་དཔོན། མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན།</p>	
<p>རྫོང་ལག་ ཡང་ན་ཁྲོམ་སྒྲེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ།</p>	
<p>༡. ཟླ་ངོ་ ༤ གི་ནང་འཁོད་ རྫོང་ལག་ ཡང་ན་ཁྲོམ་སྒྲེའི་དུས་ ལན་འབད་ཡོད་པའི་སྐྱུག་ཐོན་གི་མི་ངོམ་རྩུ་ལས་ གཡོག་ བསྐྱོས་འབད་ནི། ཡོད་ན་ མི་ངོམ་ཁ་གསལ། (མིང་དང་མི་ཁྲུངས་ངོ་སྟོན་ལག་ ཁྲེ།) མེད་ན་ ཨང་ ༡ པ་དང་འབྲེལ།</p>	<p>ཡོད་/མེད།</p>
<p>༢. རྫོང་ལག་ ཡང་ན་རྫོང་ལག་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཁྲོམ་སྒྲེའི་གང་རུང་གིས་ དུས་ལན་འབད་ཡོད་པའི་སྐྱུག་ཐོན་གི་མི་ངོམ་རྩུ་ལས་གཡོག་ བསྐྱོས་འབད་ནི་དང་། ས་སྟོང་གི་ཆ་གནས་འདི་ ཟླ་ངོ་ ༤ ཨིན། ཡོད་ན་ མི་ངོམ་ཁ་གསལ། (མིང་དང་མི་ཁྲུངས་ངོ་སྟོན་ལག་ ཁྲེ།) མེད་ན་ ཨང་ ༣ པ་དང་འབྲེལ།</p>	<p>ཡོད་/མེད།</p>
<p>༣. གསར་བརྩམས།</p>	<p>རྒྱབ་སྐྱོན་ཡོད་/རྒྱབ་སྐྱོན་མེད།</p>
<p>རྫོང་ལག་ཡང་ན་ཁྲོམ་སྒྲེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཁྲི་འཛིན། མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན།</p>	

བྱུང་དེབ་ ༥/ལ། (༡)

སློབ་ཚབ་བརྩམས་ཏེ་སྤྱི་མཐོང་ལཱ་གསལ་ཞུ་ཡོད་པའི་སློབ་དཔོན་ཚུའི་ཐོ།

རིམ་ཨང་།	སྤྱི་མཐོང་ལཱ་གསལ་ནང་ཡོད་ པའི་སློབ་དཔོན་གྱི་མིང་།	ཞི་གཡོག་ངོ་ རྟགས་ཨང་།	ཚོས་ཚན།	དུས་ཡུན།		སློབ་ཚབ། (ཚབ།)	ཞི་གཡོག་ངོ་ རྟགས་ཨང་།
				ལས།	ཚུན།		
༡.							
༢.							



རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཚོང་ཁག་/ཁྲིམ་སྡེ་བདག་སྐྱོང་།

སློབ་ཚབ་རྩིས་དོན་ལུ་ལྷ་གཡོག་གི་ཁ་ཚིག་དང་གན་ཚིག་གི་གན་ཡིག

ཆ་ཤས་ ༡ ཡ། སྤྱི་བཏང་གན་ཚིག

༡. གན་ཡིག

གན་ཡིག་འདི་ སྤྱི་ཚེས་.....(ཚེས་/ཟླ་/ལོ་) ལུ་.....ཚོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲིམ་
སྡེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ ད་ལས་པར་ ལྷ་གཡོག་སློབ་མི་ཟེར་སྐབ་མི་.....འདི་དང་ རོམ་.....
.....འདི་ ད་ལས་པར་ ཁག་འབག་གི་སློབ་དཔོན་ཟེར་བའི་གན་ཡིག་བཟོ་དོན་དེ་ཡང་།

ད་ལན་ གཡོག་བཙུགས་མི་འདི་ལུ་ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་ ད་ལས་པར་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཁ་ཚིག་དང་གན་ཚིག་ཐོག་ལུ་ ཁག་འབག་
ལྷ་གཡོག་ནང་བཙུགས་ནི་གི་རེ་འདོད་ཡོད་པ་དང་།

ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་གིས་ ཚོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲིམ་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་ཁ་ཚིག་གན་ཚིག་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ ལྷ་གཡོག་འདི་ལེན་ནི་ལུ་ག་སྤྱི་ག་
དང་ དང་འདོད་ཡོད།

༢. ལྷ་གཡོག་གི་གནས་སྤངས།

- ༢.༡ ལྷ་གཡོག་སློབ་མི་འདི་གིས་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ ཁག་འབག་གི་ཐོག་ལུ་བཙུགས་དགོས་དང་ ཁོ་ ཡང་ན་མོ་གིས་ལྷ་གཡོག་
སློབ་མི་འདི་ལུ་ ཁག་འབག་གི་སློབ་དཔོན་སྡེ་ཕྱག་ལུ་དགོ།
- ༢.༢ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་ ཁག་འབག་གནས་ལུན་གྱི་ཟླ་མཇུག་འདི་ནང་མ་གཏོགས་ ཚོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲིམ་སྡེ་ནང་འཁོད་
ཀྱི་སློབ་ཁྲིམ་གང་རུང་ཅིག་ནང་ གཡོག་གནས་ ཡང་ན་གནས་སོར་གཏང་ཆོག

༣. གན་ཡིག་དུས་ལུན།

གཡོག་སློབ་ཀྱི་དུས་ལུན་འདི་ གནས་ལོ་.....ཟླ་.....པའི་ཚེས་.....ལས་འགོ་བཟུང་ དུས་ལུན་ཟླ་རི་ཡོངས་བསྟོམས་.....
.....ཚུན་ཡིན་དགོ། ཡང་ན་ སློབ་རིག་ལོ་མཇུག་བསྟུ་མི་གཉིས་ལས་ ག་ཉ་མི་འདི་ཡིན་དགོ། ད་ལས་པར་ གནས་ལུན་གྱི་དུས་
ལུན་དེ་ཡང་ གནས་ལུན་མ་ཚང་མ་ལས་ཆ་མེད་གཏང་ཆོག

༤. ཡིག་ཆ།

- ༤.༡ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་ ལྷ་འགན་གྱི་དོན་ལུ་ ཚོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲིམ་སྡེ་ནང་སྤྱན་ལུ་འབད་བའི་སྐབས་ གཤམ་གསལ་

གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་སྟོན་དགོ།

༤.༡.༡ ཤེས་ཚད་ལྡན་པའི་གསེ་བའི་འགོ་དཔོན་ཅིག་ལས་ གསེ་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་ཁྱེར་ངོ་མ།

༤.༡.༢ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་བདེན་སྒྱུར་འབད་ནི་ཨིན་པའི་ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་འདྲ།

༤.༡.༣ བདེན་སྒྱུར་གྲུབ་པའི་ལག་ཁྱེར་དང་སྐྱགས་ཤོག་ཚུའི་འདྲ།

༤.༡.༤ མི་ཁྲུངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་གྱི་འདྲ་དང་།

༤.༡.༥ གལ་སྲིད་ སྟོབ་དཔོན་གྱི་ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་ ཁས་བླངས་ཐོག་དགོངས་ཁྱུ་འབད་འབདམ་ཨིན་ན་ གཡོག་གོལ་བཀའ་བྱུང་འདྲ།

༤.༢ འབྲེལ་ཡོད་སྟོབ་གྲ་ནང་ལུ་ གཡོག་ནང་འཇུག་ཞིན་མ་ལས་ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ རང་སོའི་འཇུག་ཁྱགས་སྟན་ཁྱའི་འདྲ་ཅིག་ འབྲེལ་ཡོད་དབྱ་འཛིན་བརྒྱུད་དེ་ རྩོམ་ཁག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྡེ་ལུ་བསྐུལ་དགོ།

༤.༣ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་སྟོད། དེ་ལས་ གསང་བུ་ལུ་གནས་དགོ་པའི་དམ་བཅའ་འདི་ སྒྲིག་བཀོད་བཟོ་ཡོད་མའི་ནང་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

༥. དངུལ་ཕོགས་དང་འཇུག་པ་

༥.༡ ལཱ་གཡོག་སྟོན་མི་འདི་གིས་ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་ལུ་ ཟླ་རིམ་བཞིན་མཉམ་བསྐྱབས་གྱི་དངུལ་ཕོགས་ བསྐྱམས་.....
.....སྟོན་དགོཔ་དང་། དེ་ཡང་ ལཱ་འབད་བའི་ཟླམ་གི་ཉིན་མ་མཇུག་འདི་ལུ་ ཟླ་རིམ་བཞིན་དུ་ ལཱ་འབད་ཚར་མི་ལུ་ཐོབ་པའི་དངུལ་ཕོགས་འདི་སྟོན་དགོ།

༥.༢ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་སྐུམ་འཁོར་ལམ་ལས་ དོ་ལམ་གཅིག་གི་ས་ཁར་གཡོག་གནས་ནང་ཨིན་པ་ཅིན་ དཀའ་འཇུག་སྟོན་དགོ།

༦. ལཱ་འགན།

༦.༡ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་འདི་ ན་ཚེ་དང་ བར་རྒྱེན་རེ་ཞུགས་པ་ཅིན་ དེ་ལུགས་གྱི་རྒྱ་མཚན་ཁྲུངས་གསལ་གྱི་སྟན་ཁྱུ་ཕུལ་དགོཔ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལཱ་གཡོག་སྟོན་མི་ལུ་ཕུལ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་རང་གི་འགན་ཁག་དང་ རང་ལུ་འོས་འབབ་ཡོད་པའི་འགན་ཁག་གཞན་བཀའ་ཏེ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ དུས་ཚོད་ཉིན་ཁུབ་མེད་པར་ (ཁག་ཆེ་བ་ཅིན་ རེས་གཟའ་ཟླམ་དང་གཞུང་གི་ངལ་གསོ་ཡང་བརྩིས་ཏེ་) ན་མ་ར་འབད་རུང་ ཆད་ལུས་མེད་པར་སྒྲིག་གཡོག་བརྒྱུག་དགོཔ་ཨིན།

༦.༢ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་འདི་གིས་ ལཱ་གཡོག་སྟོན་མི་གིས་གནང་བའི་ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་བཀའ་བྱ་དང་བཀོད་བྱ། ལམ་སྟོན་ཚུ་ལུ་འདི་འཕྲོ་ལས་ དད་མོས་གྱི་ཐོག་ལས་ཆ་བཞག་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་དང་ འཇུག་གཞུང་གི་རྒྱ་དོས་དང་ འཛིན་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི། ལམ་སྟོན་བསྟར་སྟོན་ཐོག་ལུ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་གནས་དགོ།

༦.༣ ལཱ་གཡོག་སྟོན་མི་འདི་ལུ་ནམ་དགོཔ་ཅིག་ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་འདི་གིས་ ཁོ་རའི་ཡིག་ཆ་དང་ལུ་ ཁོ་རའི་ལཱ་གཡོག་

དང་དམིགས་བསལ་འགན་ཁུར་ནང་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཤིལ་བུམ་དང་ ཚུལ་དང་མཐུན་མ་སྤྱིན་དགོས་མ་ཚད་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་
མི་གིས་བཀའ་གནང་པ་ཅིན་ མི་གཞན་དང་གཞན་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་འབད་དགོ། ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ མི་གཞན་དང་གཞན་
ཚུ་ལུ་ཡང་ གསང་བའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་དང་ བྱ་རིམ་དང་ཡང་ན་ ཁོ་གིས་ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་པའི་སྐབས་དང་ ཡང་ན་གཞན་གྱི་
ཐོག་ལས་ཐོབ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ གཏན་འཇགས་ལཱ་གཡོག་པ་བཟུམ་སྤྱོད་ར་བན་སྤྱོད་དགོ།

ཧ. ངལ་གསོ་དང་འགྲུལ་འཐུས།

ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་ལུ་གཤམ་གསལ་གྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

ཧ.༡ ཉིན་གངས་ལཱ་འོག་བྱུར་ངལ་གསོ་འཐོབ།

ཧ.༢ གཞུང་འབྲེལ་སྤྱི་གཡོག་གི་སྐབས་ རང་སེའི་ཐོབ་ལམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མི་མང་འགྲུལ་འཁོར་གྱི་སྤྱོད་ཆ་རོ་མ་དང་དོ་མཉམ་གྱི་
འགྲུལ་འཐུས། ཡང་ན་ ཏྲ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ཉིན་འཐུས་འཐོབ།

ཧ.༣ ལཱ་གཡོག་གསར་པ་འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མི་མང་འགྲུལ་འཁོར་གྱི་
སྤྱོད་ཆ་རོ་མ་དང་དོ་མཉམ་གྱི་འགྲུལ་འཐུས། ཡང་ན་ ཏྲ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ཉིན་འཐུས་འཐོབ་ནི་དང་།

ཧ.༤ ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ འགྲུལ་འཐུས་དང་ཉིན་འཐུས་ཚུ་ སློབ་གྲྭ་ནང་ལས་ཁག་འབག་གི་གནས་ཡུན་ཚད་མ་ད་
ཚྲོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁོ་སྤྱོད་སྤྱོད་བ་ཚུ་གིས་སྤྱོད་དགོ།

༩. སྤྱོད་ཁྱིམ།

ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་ཅིག་གིས་ རང་སེའི་སྤྱོད་ཁྱིམ་དང་ཁྱིམ་ཆས་ཚུ་ རང་གིས་གྲ་སྤྱོད་བྱེད་དགོ། ཨིན་རུང་ གལ་སྤྱོད་ གཞུང་
གིས་སྤྱོད་ཁྱིམ་གནང་པ་ཅིན་ ཁང་གྲྭ་འདི་གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་སྤྱོད་ཁྱིམ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དུལ་ཕོགས་ལས་བཏོག་
དགོ།

༡༠. སྤྱོད་ཆ།

རང་སེའི་འོང་འབབ་ཁུལ་དང་ ཁྱིམ་མཐུན་གྱི་སྤྱོད་ཆ་འབད་དགོ་མི་ཚུ་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་གཞུང་གི་ཁུལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་
འབྲེལ་ཏེ་བཏོག་དགོ།

༡༠. ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད།

༡༠.༡ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཡོག་གི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ལེའུ་ ༣ པའི་ནང་ གསལ་
བཀོད་འབད་མའི་ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཕུག་ཁུ་དགོས་དང་། དེ་ཁར་ དམིགས་བསལ་དུ་
གཤམ་གསལ་གནང་དོན་ཚུ་ལུ་གནས་དགོ།

༡༠.༡.༡ ཏུས་ནམ་ར་འབད་རུང་ གན་ཡིག་འདི་གི་གནས་ཡུན་རིང་ལུ་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་གི་མཐའ་དོན་དང་ སན་བདེ་ཡར་
ངལ་གཏང་ནི་ལུ་ བཙོན་ཤུགས་གང་ངལ་བསྐྱེད་དགོ།

- ༡༠.༡.༢ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་གིས་ ལག་འབག་གི་གནས་ཡུན་རིང་ལུ་ སློབ་དཔོན་གྱི་ཀྱན་སྦྱོང་ནམ་གཞག་ལུ་
གནས་དགོཔ་དང་།
- ༡༠.༡.༣ འབྲུག་གི་ཚོས་དང་སྤར་བྱུན་ལམ་སྟོལ་གྱི་བཙུ་མཐོང་དང་ ལག་ལེན་ག་ར་ལུ་བཙུ་བཀྱར་ཁྱད་གོ། དེ་བཟུམ་སྟེ་ར་
ལག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་གིས་ ཅུས་ཨ་རྟག་ར་ག་ཤམ་གསལ་གྱི་བུ་སྦྱོང་ཐོག་ལུ་གནས་དགོ།
- ༡༠.༡.༣.༡ ཁོ་གིས་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་མི་སྡེའི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱིད་དོན་བརྟན་གཞི་ལུ་ གཞོད་ཉེན་མེད་པ་ཅིག་འབད་
དགོ།
- ༡༠.༡.༣.༢ ཁོ་གིས་ཚོས་ལུགས་བསྐྱར་བཙོས་འབད་ནི་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་མེད་པ་ཅིག་དང་ ཡངན་ མི་
སྡེའི་སྟོལ་བྱུན་དང་ལམ་སྟོལ། ཡངན་ ཚོས་ལུགས་གྱི་བཙུ་མཐོང་ཚུ་ལུ་ སྤང་རྒྱུ་བཟོ་མི་ཚོག
- ༡༠.༡.༣.༣ ཁོ་གིས་ མི་སྡེ་ལུ་གཞོད་ཉེན་ཆེ་བའི་མི་འདོད་པའི་བརྒྱུད་སྐྱལ་དང་ གཞོད་ཉེན་ཆེ་བའི་བུ་སྦྱོང་དཔེར་
ན། སྦྱོ་རྒྱས་ལག་ལེན་དང་ལོག་སྦྱོད་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་འབད་མི་ཚོག
- ༡༠.༡.༣.༤ ཁོ་གིས་ མི་རྒྱ་སྤྱིད་དོན་བསྐྱར་བཙོས་འབད་ནི་ནང་ལུ་གཤམ་གཏོགས་མ་འབད་བར་སྦྱོད་ནི། ཡང་ན་མི་
རྒྱ་གི་ནང་འཁོད་ མི་རིགས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ ཐོག་པོ་མནོ་ནི་རྒྱུ་མི་ཚོག
- ༡༠.༡.༣.༥ ཁོ་གི་ཁྱོན་ཆས། བུ་སྦྱོང་། གོམས་གཤིས་རྒྱ་ འབྲུག་པའི་མི་སྡེའི་སྤྱིག་ལམ་དང་འཁྲུལ་དགོ།
- ༡༠.༡.༣.༦ ཁོ་གིས་ངག་ཐོག་དང་ ཡང་ན་ཡིག་ཐོག་ལས་ གཞུང་ཡང་ན་རྒྱལ་ཡོངས་ལུ་རོ་སྟོལ་འབད་ནི་དང་
གཞུང་གི་ལམ་ལུགས་དང་སྤྱིད་བྱུས་ལུ་སྦྱོན་བརྟེན་འབད་ནི་ནང་ གཤམ་གཏོགས་འབད་མི་ཚོགཔ་དང་།
- ༡༠.༡.༣.༧ ཁོ་གིས་ ཚོང་ལས་ཡིག་ཚང་དང་གཅིག་ཁར་ སྤྱིར་གྱི་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ནི་ལས་འཛུལ་དགོཔ་མ་ཚད་
ཁོ་ར་ལུ་འགན་དབང་སྦྱོང་དེ་ཡོད་མི་ལས་ལྷག་སྟེ་ ཚོང་ལས་སྤྱོ་ཚབ་དང་ལས་མགྲོན་གང་རུང་ལས་
མཁོ་ཆས་གཞན་དང་ གསོལ་ར་དང་གྲོགས་རམ་ལེན་ནི་ལས་འཛུལ་དགོ།

༡༡. ལས་གཡོག་པའི་ཐོབ་དབང་དང་འགན་ཁུར།

- ༡༡.༡ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་གྱི་ཐོབ་དབང་དང་འགན་ཁུར་འདི་ གན་ཡིག་འདི་གི་ཁ་ཚིག་གན་ཚིག་ལུ་ དམ་དམ་སྟེ་ཚད་འཛིན་
འབད་དགོ། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་ལུ་ གན་ཡིག་འདི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་མ་གཏོགས་ ཁོ་
ཕན་དང་། དདུལ་སོགས། སབ་ཆ། རྒྱུད་འབྲུམ་ཡང་ན་ཐོབ་ལམ་རྒྱ་ གཞན་ག་ནི་ཡང་མི་འཐོབ།
- ༡༡.༢ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་གྱི་ཐོབ་བརྟེན་བཀོད་ནི་རྒྱ་ ཁོ་ར་རྒྱུལ་གཅིག་ལུ་དབང་ཚད་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ གཞན་མི་སོ་སོ་ཅིག་
གི་ཁ་ཐུག་ལས་ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་གྱི་སྤང་མེད་བུ་ལེན་དང་ གན་ཡིག་འདི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ ལཱ་འབད་མི་ལུ་ཐོབ་བརྟེན་
བཀོད་མི་རྒྱ་ རྒྱུར་ལག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྡེའི་ཁ་ཐུག་ལས་ གནས་སྤངས་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ནང་ཨིན་རུང་རོས་ལེན་མེད།
- ༡༡.༣ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་ལུ་ ལཱ་གཡོག་སྦྱོང་མི་འདི་གིས་ སྤྱིར་བཏང་ ཡང་ན་དམིགས་བསལ་གནད་དོན་གང་རུང་གི་དོན་
ལུ་ འབད་ཚོག་པའི་དབང་ཚད་སྦྱོང་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ལག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་གིས་ ལཱ་སྦྱོང་མི་གི་ཚབ་སྟེ་
དབྱེད་ཡིག་གང་རུང་བཟོ་ནི་དང་ ལས་ལེན་ནི་ཡང་ན་ཆ་འཛུལ་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་ལཱ་གཡོག་སྦྱོང་མི་གི་མིང་གཏམ་ཁས་

སྒྲུང་སྒྲུབ་ཀྱི་མཁུ་ལྟ་བུ་འབད་མི་ཚོགས།

༡༣. བར་སྐྱེན་མ་འབད་བའི་བན་དོན།

༡༣.༡ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་གིས་ ལཱ་འགན་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབད་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་ གཞུང་ལས་ཡིག་ཐོག་གི་གནད་བ་
ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ཁོ་ར་གཞུང་དང་ལཱ་གི་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ བར་སྐྱེན་མ་འབད་
བའི་བན་དོན་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་ དེ་གི་སྐོར་ལས་ མི་ངོམ། གཞུང་། ཡང་ན་ ལས་སྡེ་གཞན་གང་རུང་ལུ་སྤྲེལ་མི་ཚོགས།

༡༣.༢ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་གིས་ གན་ཡིག་འདི་གི་འོག་ལུ་ ཁོ་རའི་འབྲེལ་བ་འདི་གཞུང་དང་གཅིག་ཁར་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་
བྱུང་བསྐྱུགས་ ཡང་ན་མི་མང་གསལ་བསྐྱུགས་འབད་མི་ཚོགས་ དེ་མ་ཚད་ གཡོག་སྤྱོད་མི་ལས་སྡེ་གོང་ཡིག་ཐོག་གི་གནད་བ་
ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ གཞུང་གི་མིང་དང་ལས་ཤོག་ གཞུང་ཏྟགས། ཡང་ན་གཞུང་འབྲེལ་ཐིུ་ཚུ་ ཚོང་འབྲེལ་དང་
ཡང་ན་བྱུང་རིག་གི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོགས་ དེ་བཟུམ་མའི་ཅ་ཆས་ཚུ་ གཞུང་གི་ལས་གཡོགས་ཚུ་གིས་ ཡིག་ཚང་ལཱ་
གི་དོན་ལུ་སྤྱོད་ནི་ཨིན་མི་ཚུ་ གནད་བ་མེད་པར་ སྤྱོད་སྤྱོད་ནི་ཨིན་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་གི་ལག་པར་ ཚུད་བཅུག་ནི་མི་འོངམ་མ་
ཚད་ སྐར་དོན་ལུ་ཡང་སྤྱོད་མི་ཚོགས་ དགོངས་དོན་འདི་ གན་ཡིག་འདི་གི་དུས་ཚོད་ཚུགས་པ་ད་དང་ ཡང་ན་ཆ་མེད་བཏང་
བའི་བྱུང་ལས་ཡང་ཆ་གནས་ཡོད།

༡༤. གསང་བྱ་དང་མ་ཚོགས།

འབྲུག་གཞུང་ལུ་དགོཔ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་གྱིས་ལས་ལེན་འབད་ཚར་ནི་ནམ་ལས་ གན་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་
ལཱ་གཡོག་ནང་སྤྱོད་རིང་ལུ་དང་ དེ་གི་བྱུང་ལས་ནམ་ར་ཨིན་རུང་ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་གིས་ རྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁོམ་སྡེ་ལས་
སྡེ་གོང་ཡིག་ཐོག་གི་གནད་བ་མེད་པར་ མི་གང་རུང་དང་ཚོང་སྤྱོད་ གཞུང་གི་དབང་འོག་ལུ་མིན་པའི་ལས་སྡེ་དང་ ལས་སྡེ་འདི་གི་ལས་
ཚབ་ཚུ་ལུ་ བན་དོན་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་བྱིན་མི་ཚོགས།

༡༥. བསྐྱར་གསོ་/དུས་ཡུན་ཡར་སེང་།

༡༥.༡ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་གིས་ ལཱ་གཡོག་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་གྱི་ལཱ་གཡོག་ཡར་སེང་འབད་དགོཔ་
དང་། ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་གྱིས་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ ལཱ་གཡོག་འབད་ནིའི་དང་འདོད་ཡོད་ལུགས་ཚུ་ ཡིག་ཐོག་བཀོད་དེ་
སྤྱོད་དགོ།

༡༥.༢ གལ་སྲིད་ གནས་ཡུན་བསྐྱར་གསོ་ ཡང་ན་ཡར་སེང་འབད་དགོ་པ་ཅིན་ འདས་པའི་ཁག་འབག་གནས་ཡུན་གྱི་ལཱ་བྱུང་གྲུབ་
འབྲས་ཀྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་བྱིན་དགོ།

༡༦. ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་ཐངས།

༡༦.༡ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་ཅིག་གིས་ ཁག་འབག་གནས་ཡུན་གྱི་བར་ན་ལས་ དགོངས་ཞུ་འབད་མི་ཚོགས་ ཨིན་རུང་ གནས་ཡུན་
མ་རྫོགས་པའི་སྡེ་གོང་ལས་ ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་འདི་གིས་ ཉུང་ཤོས་ལྷ་ངོ་ ༡
གི་ཏེ་མ་ལས་བན་ལན་འབད་དགོ།

༡༦.༢ གལ་སྲིད་ བན་ལན་འབད་དགོ་པའི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་ བན་ལན་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ བན་ལན་འབད་མ་ཚུགས་མི་

འདི་གིས་ བན་ལན་དུས་ཚོད་ནང་འཁོད་ལུ་ཐོབ་པའི་ ལས་གཡོག་པའི་དངུལ་ཕོགས་རེ་སྟོན་དགོ།

༡༥.༣ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་འདི་ རྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམ་སྡེ་ལུ་དགོཔ་ཐད་རི་བ་རི་ཅིག་མེན་མ་ལས་ རྫོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲོམ་སྡེ་
གིས་ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་འདི་གི་ལཱ་གཡོག་འདི་ དགོཔ་མེད་པ་དང་ ཡང་ན་ དགོངས་དོན་འདི་ཚུ་གང་རུང་ལུ་མ་གནས་
པའི་སྐབས་ ནམ་ར་འབད་རུང་ ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་བརྟོན་གཏང་ཚོག

༡༥.༤ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་འདི་ ན་ཚ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དགོངས་ཁུ་འབད་དགོཔ་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་ འབྲེལ་ཡོད་གསེབ་པའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་
ཐུལ་ཐོག་ལས་ གནས་ལུན་འདི་ཆ་མེད་གཏང་ཚོག

༡༦. སྟོན་ངན་ལུ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་བརྟོན།

༡༦.༡ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་ཅིག་གིས་ དུས་ནམ་ར་འབད་རུང་ ཁོ་ར་ལཱ་གཡོག་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ སྟོན་ངན་ཚབས་ཆེན་འབད་
ནིའི་དཔལ་བཅམ་ནི་དང་ ཡང་ན་གན་ཡིག་འདི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་གནད་དོན་གང་རུང་ལུ་མ་གནས་པ་ཅིན་ ཁག་འབག་
སྟོབ་དཔོན་འདིའི་ཁྱེད་ གི་དངུལ་ཕོགས་གཞུང་བཞེས་གཏང་ནི་གི་གདམ་ཁ་དང་ དབང་ཚད་འདི་ ལཱ་གཡོག་སྟོན་མི་
འདི་ལུ་ཡོད། དེ་བཟུམ་མའི་གཞུང་བཞེས་དང་གཅིག་ཁར་ ལཱ་གཡོག་སྟོན་མི་འདི་གིས་ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་གྱི་ལཱ་
གཡོག་འདི་ བན་ལན་ ཡང་ན་བན་ལན་དུས་ལུན་གྱི་དངུལ་ཕོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ཆ་མེད་གཏང་ཚོག དེ་བཟུམ་མའི་
དགོངས་ཁུ་བཏང་བའི་སྐབས་ ཁག་འབག་སྟོབ་དཔོན་འདི་གིས་ རྒྱུད་འཐུས་ ཡང་ན་གྲོང་རྒྱུད་གྱི་ཐོབ་བརྗོད་བཀོད་ནིའི་
དབང་ཚད་མེད།

ལཱ་གཡོག་སྟོན་མིའི་ཐིུ་མིང་རྟགས།

ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།

ངན་གསོ། ལཱ་གཡོག་སྟོན་མི་དང་ལས་གཡོག་པ་གཉིས་ཆ་ར་གིས་ ཡིག་ཆ་དེའི་ཤོག་ལེབ་ག་ར་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

ཆ་ཤས་ ༡ པ། དངུལ་ཕོགས་གཏན་འབེབས།

༡. གོ་གནས་གྱི་མིང་།

༢. གོ་གནས་གྱི་གནས་ཤིང་།

༣. བསྐྱོ་བཞག་ལས་སྡེ།

༤. ལག་འབག་གནས་ཡུན།

ཀ། འགོ་ཐོག་བསྐྱོ་བཞག་ལས་.....ཚུན།

༥. དངུལ་ཕོགས།

ཀ། མཉམ་བསྐྱབས་དངུལ་ཕོགས། དངུལ་ཀྲམ།

༦. སབ་ཆ།

རང་སོའི་འོང་འབབ་ཁུལ་དང་ གཞན་ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་སབ་ཆ་ཚུ་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲུལ་ཏེ་བཀལ་དགོ།

ལྷ་གཡོག་སྤྱོད་མིའི་ཐིུ་དང་མིང་རྟགས།

ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།

ས་གནས།

ས་གནས།

ཆོས་གྲངས།

ཆོས་གྲངས།

ཆ་ཤས་ ༣ པ། ལྷ་ཚོགས།

ཁྲིམས་ལུགས།

གན་ཡིག་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་མཐུན་མ་སྤྱོད་དགོས་དང་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱིས་དབང་དགོས་ཡིན།

མཐོ་གཏུགས།

གཡོག་སྤྱོད་མི་དང་ ཡང་ན་ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་གང་རུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ གན་ཡིག་འདི་གི་ཁ་ཚིག་གང་རུང་ལས་འགལ་ཏེ་ མཐོ་གཏུགས་ གང་རུང་འབད་དགོས་ཅིན་ ཁྲིམས་ཀྱི་དང་ལེན་དང་ ནང་འགྲིག་གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་རྒྱུལ་གཅིག་བསྐྱུལ་ཚེག

གཤམ་གསལ་གྱི་དཔང་པོ་འཛོམས་ཐོག་ལུ་.....ང་གིས་ ལས་སྤེའི་ཁ་ཐུག་ལས་དང་ ཁག་འབག་.....ང་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཆོས་གངས་ལུ་མིང་རྟགས་བཀོད་པ་ཡིན།

ཁག་འབག་པའི་མིང་རྟགས་.....

ཆོས་/ལྷ་/ལོ། (ཁྲིམས་རྟགས་སྤྱད།)

དཔང་པོའི་རྟགས།

ལས་སྤེའི་རོ་ཆབ་ཀྱི་རྟགས།

ཆོས་/ལྷ་/ལོ།

དཔང་པོའི་རྟགས།



རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

སློབ་གྲྭ་/ཚོང་ཁག་/ཁྲིམ་སློབ་པ་དག་སྦྱོང་།
(ཁག་འབག་ཡུན་མེད་འབྲི་ཤོག)

༡. མིང་།
༢. ཞི་གཡོག་རྟོགས་ཡང་། མི་ཁྲུངས་རྩོད་ལག་བྱེད་ཡང་།
༣. སློབ་ཚུལ།
༤. གཏན་འཇགས་ཁ་བྱང་།
༥. ད་ལྟོའི་ལས་སྡེ།
༦. ད་ལྟོའི་ཁག་འབག་ལུ་གཡོག་གི་བསྐྱོ་བཞག་.....
༧. ཀ། བསྐྱོ་བཞག་ལྷན་ཚོགས།
- ཁ། བསྐྱོ་བཞག་ཡིག་ཡང་། (ལས་སྡེ་གིས་གནང་མི།)
- ག། གོ་གནས། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་།
- ང། མཉམ་བསྐྱབས་དངུལ་ཕྱོགས་.....
- ཅ། ད་ལྟོའི་ཁག་འབག་དུས་ཡུན་ ལས་ ཚུན།
- ཆ། ཁག་འབག་ཡུན་མེད་གི་ལྷན་གྲངས་ ཉོན་ལུ། ལས་ ཚུན།

ཁག་འབག་ཡུན་མེད་གི་དུས་ཡུན་རིང་ལུ་ ཁག་འབག་སློབ་དཔོན་ང་གིས་ འགོ་ཐོག་བསྐྱོ་བཞག་གི་སྐྱབས་ལུ་ ཡང་ན་མོས་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་
བསྐྱར་བཟོའི་གན་ཡིག་ ཚོང་ཁག་ ཡང་ན་ཁྲིམ་སློབ་གནང་བ་སྦྱབ་མི་ལུ་ ཁག་འབག་པ་རང་གིས་ཁས་ལེན་གྲུབ་པའི་ཁ་ཆོག་གན་ཆོག་ལུ་
གནས་ནི་ཨིན།

ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།
(ཁྲིམས་རྟགས་སྦྱར།)

མི་སློབ་ཚོགས་རྒྱུང་གི་རྒྱལ་སློབ་རྩོད་སྦྱོང་།

མི་སློབ་ཚོགས་རྒྱུང་གི་ཞལ་འཇམས་ཚོགས་ཐེངས་ སྤྱི་ཚུལ་ ལུ།

དྲན་གསོ། (ཡོད་པ་ཅིན།)

མི་སློབ་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།

གནང་བ་གྲུབ།

གོང་འཁོད་ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་ ཁག་འབག་ཡུན་མེད་འདི་ ད་ལས་ཕར་ དོ་རུང་ ལྷོ་རོ་ ལས་ ཚུན་གྱི་རིང་ལུ་
ལྷོ་རོ་བསྐྱེམས་ ཚུན་ལུ་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད།

གནང་བ་མ་གྲུབ།

རྒྱ་མཚན།

ས་གནས།

ལྷན་ཚོགས།

ཐུང་དང་མིང་རྟགས།



འབྲི་ཤོག་ ༥/༡

རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་དགོས་མཁོའི་དབྱེ་ཞིབ།

ས་སྤོང་གསལ་བསྒྲགས་གྱི་དོན་ལུ་གནང་བ།			
གཡོག་གི་ཁ་གསལ།			
གོ་གནས་གྱི་མིང་།			
འཇུག་ཁུགས་གོ་གནས་གྱི་ གནས་རིམ།			
གོ་གནས་གྱི་མིང་དབ་དང་འཁྲིལ་ དགོ་པའི་ཤེས་ཚད།			
གཡོག་བརྩམས་གྱི་དབྱེ་བ།	མཉམ་བསྐྱབས་ཁག་འབག		
ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ། (རྫོང་ཁག་ /ལས་སྡེ་/ལྷན་ཁག)			
ལོ་ལྔའི་འཆར་གཞི་ ༡༡ པའི་ ནང་ཆ་འཛོག་གྲུབ་པའི་ལས་ གཡོག་པ།	ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ལས་གཡོག་པ། (ལས་སྡེ་དང་ཞི་གཡོག་བརྒྱ་ དོན་རིམ་ལུགས་ལས་ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ལས་གཡོག་གི་གྲངས་ཁ་ བདེན་དཔྱད་འབད།)	ས་སྤོང་།	དགོ་པའི་གྲངས་ཁ།
སྤྱི་འཁོར་གཅིག་ལུ་འདེད་གཡོག་པ་གཅིག་ཟེར་བའི་ཆད་ལྷན་ལས་ལུགས་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ འདེད་གཡོག་པ་གཡོག་བརྩམས་མ་གཏོགས་ལག་ ལེན་སྡེ་རིམ་གང་རུང་གི་གཡོག་བརྩམས་འདི་ ཆ་འཛོག་གྲུབ་པའི་ལས་གཡོག་པའི་སྤྱི་གཞི་དང་འཁྲིལ་དགོ། (ལག་ལེན་འཐབ་མ་བརྟུབ་པའི་ སྤྱི་འཁོར་མེན་མ་ཅིག་དགོ།)			
	༡. གསར་བརྩམས་/ཆབ་བརྩམས་ཡིན་ན།?	ཡིན་ཏེ་གསར་བཞག་པ།	
		གསར་བརྩམས།	ཆབ་བརྩམས། (གནས་སོར་ /གཡོག་གྲོལ་ བཀའ་བྱ་སྤྱད།)
	༢. ཆབ་བརྩམས་ཡིན་པ་ཅིན། ཞི་གཡོག་བརྒྱ་དོན་རིམ་ལུགས་		

གཤམ་བཟུགས་/བཟུགས་ བཟུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་བཟོ་བོ།	ནང་གི་བཟོ་བྱས་མཐུན་བཟོ་སྟེ་འདུག་ག་?		མིན་འདུག (ཚབ་ བཟུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ ལས་དུས་མཐུན་ བཟོ།)
	བཟོ་བྱས་མཐུན་བཟོ་དགོ་མི།	འདུག	
	༣. ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་མི་ཚུ་གིས་ལཱ་འགན་འཁེབ་འབག་ཚུགས་ག་? (ཚུགས་པ་ཅིན། གསར་བཟུགས་འབད་མི་དགོ།)	ཚུགས།	མི་ཚུགས།
	༤. བཟུགས་བཟུགས་འབད་ནི་ཨིན་པའི་ ལག་ལེན་སྟེ་རིམ་གྱི་ ལས་གཤམ་གང་རུང་འཁེབ་ཡོད་ག་?	ཡོད།	མེད།
	༥. ཨང་རིམ་ ༤ པ་ལྟར་ཡོད་པ་ཅིན་ ཞི་གཤམ་འཁེབ་འདི་ བཟུགས་བཟུགས་འབད་ཚུགས་ག་? (ཚུགས་པ་ཅིན། གསར་ བཟུགས་འབད་མི་དགོ་དང་ མ་ཚུགས་པ་ཅིན། འོག་ལུ་ རྒྱ་མཚན་བཀོད་དེ་ འཁེབ་ཡོད་པའི་མིང་ཐོ་རྒྱུ་གཞུང་ ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།)	ཚུགས།	མི་ཚུགས།
	༦. ལས་གཤམ་འཁེབ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དོན་ལུ་རྒྱུ་གཞུང་གི་ གཤམ་ལྷན་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་བདེན་དཔྱད་འབད་ཡི་ ག་? (སློག་འཕྲིན་/བརྒྱུད་འཕྲིན། ཆོས་གྲངས་དང་རོ་ཆབ་གསལ་ བཀོད་འབད།)	སྤྱི་ཆོས་..... ལུ་ རོ་མ་.....དང་གཅིག་ ཁར་འབད་ཡི།	མ་འབད། (ཁྱོད་ རའི་རོ་ཆབ་དང་ གཅིག་ཁར་བདེན་ དཔྱད་འབད།)
ལས་གཤམ་འཁེབ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དོན་ལུ་རྒྱ་མཚན་ཁ་སྐོང་ གང་རུང་ཡོད་པ་ཅིན་བཀོད།			
ལས་སྟེ་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་ གིས་རྒྱུ་སྟོན། (རྒྱ་མཚན།)	དུས་ལུན་ཟླ་རོ་ ༣༤ ལས་མ་ལྷག་པའི་མཉམ་བསྐྱེད་ལག་འབག་ཐོག་ལུ་ དུས་ལུན་ཟླ་རོ་.....ཀྱི་གི་/ཀྱི་ དོན་ལུ་ གཤམ་བཟུགས་འབད་ནི་འདི་ སྤྱི་ཆོས་.....ལུ་འཚོགས་ཡོད་པའི་ མི་སྟོབས་ ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ཐེངས་.....འདི་གིས་རྒྱུ་སྟོན་འབད་དེ་ཡོད་/མེད།		

བཟོ་གསོ། གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེ་བཟོ་ལུ་ དམིགས་བསལ་སྟེ་ཕུང་མཐའི་ཤེས་ཚད་བཀོད་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ གཤམ་བཟུགས་འདི་ཞི་གཤམ་བཟོ་ཡིག་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་བྱ་རིམ་ཚུ་གཞི་བཞག་སྟེ་འབད་དགོ།

མིང།

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཁྲི་འཛིན།

མིང།

འཕུས་མིའི་བྱང་ཆེན།

བླ་མ་གསོ། ཞི་གཡོག་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་ མཁོ་མངག་བཙུགས་པའི་སྐབས་ ཞི་ལྷན་ངོ་ཚབ་ཀྱིས་བདེན་དཔྱད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ས་
སྟོང་གསལ་ལ་བསྐྱབས་དང་གཅིག་ཁར་འབྲི་ཤོག་འདི་མཉམ་སྐྱབས་འབད་དགོ།



རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་རྒྱུ་དོན་ལུ་ལྷ་གཡོག་གི་ཁ་ཚིག་དང་གན་ཚིག་གི་གན་ཡིག

ཆ་ཤས་ ༡ པ། སྤྱིར་བཏང་གན་ཚིག་

༡. གན་ཡིག་

གན་ཡིག་འདི་ སྤྱི་ཚེས་.....(ཚེས་/ཟླ་/ལོ་) ལུ་.....(རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་
ལྷན་ཚོགས་/ལས་ཁྲུ་) དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ ད་ལས་པར་ ལྷ་གཡོག་སྤྱོད་མི་ཟེར་སྒྲུབ་མི་འདི་དང་ རོམ་.....
.....འདི་ ད་ལས་པར་ ལས་གཡོག་པ་ཟེར་བའི་གན་ཡིག་བཟོ་དོན་དེ་ཡང་།

ད་ལན་ གཡོག་བཟུགས་མི་འདི་ལུ་ ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་ ད་ལས་པར་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཁ་ཚིག་དང་གན་ཚིག་ཐོག་ལུ་ ཁག་
འབག་ལྷ་གཡོག་ནང་བཟུགས་ནི་གི་རེ་འདོད་ཡོད་པ་དང་།

ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ འབྲུག་གཞུང་དང་གཅིག་ཁར་ཁ་ཚིག་གན་ཚིག་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ ལྷ་གཡོག་འདི་ལེན་ནི་ལུ་ག་སྒྲིག་དང་ དང་
འདོད་ཡོད།

༢. ལྷ་གཡོག་གི་གནས་སྤངས།

༢.༡ ལྷ་གཡོག་སྤྱོད་མི་འདི་གིས་ ལས་གཡོག་པ་འདི་.....ཁག་འབག་གི་ཐོག་ལུ་བཟུགས་དགོས་དང་ ལས་
གཡོག་པ་འདི་གིས་ལྷ་གཡོག་སྤྱོད་མི་འདི་ལུ་.....སྤྱི་ཕྱག་ལུ་དགོས་དང་། ཡང་ན་དུས་དང་དུས་སུ་དགོས་
མཁོ་དང་འབྲེལ་ རང་སོའི་ལྷོགས་སྒྲུབ་ ཡང་ན་ས་གནས་ ཡང་ན་ལས་ཁུངས་ཚུ་ནང་ཕྱག་ལུ་དགོ།

༣. གན་ཡིག་དུས་ཡུན།

གཡོག་སྤྱོད་ཀྱི་དུས་ཡུན་འདི་ གན་མ་ལོ་.....ཟླ་.....པའི་ཚེས་.....ལས་འགོ་བཟུང་ དུས་ཡུན་ཟླ་དོ་ཡོངས་བསྟོམས་.....
.....ཚུན་ཡིན་དགོ། ཡང་ན་ སྤྱོད་རིག་ལོ་མཇུག་བསྟུ་མི་གཉིས་ལས་ ག་ཉ་མི་འདི་ཡིན་དགོ། ད་ལས་པར་ གནས་ཡུན་གྱི་དུས་
ཡུན་དེ་ཡང་ གནས་ཡུན་མ་ཚང་ལས་མ་མེད་གཏང་ཚོག་

༤. ཡིག་ཆ།

འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཚོགས་ནང་ལུ་ གཡོག་ནང་འཛུལ་ཞིན་མ་ལས་ ཁག་འབག་འདི་གིས་ རང་སོའི་འཛུལ་ལཱ་གས་སྤྱོད་ལུ་འབྲ་གཅིག་
འབྲེལ་ཡོད་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་འགོ་དཔོན་བརྒྱུད་དེ་ གཡོག་སྤྱོད་མི་ལུ་གཏང་དགོ། ཕྱི་མིའི་མཁས་མཚོག་ཁག་འབག་གི་ལས་གཡོག་པ་
ཅིག་གིས་ ཁྲིམས་སྲུང་འགག་སྤྱོད་དང་ ཡང་ན་རང་སོའི་ས་གནས་དབང་འཛིན་གྱིས་ ས་གནས་དེ་གི་མི་དོམ་ཡིན་པའི་དོ་སྤྱོད་ཀྱི་ལག་
ཁྲེང་ཡོད་མི་དང་ ཆ་གནས་ཡོད་པའི་ལམ་ཡིག་དང་ ཡང་ན་རང་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཞུང་ཚབ་ཡིག་ཚང་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་དེའི་མི་ཁུངས་
ཡིན་པའི་དོ་སྤྱོད་ ཡང་ན་བདེན་དཔྱད་སྒྲུབ་པའི་ཡི་གུ་སྟོན་དགོ།

ཁག་འབག་ལས་གཡོགས་གིས་ སླིག་བཞོད་གུ་ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྦྱོང་དང་ གསང་བྱ་ལུ་གནས་ནིའི་ཁས་བླངས་དམ་བཅའ་ལུ་མིང་རྟགས་བཞོད་དགོ།

༥. ལྷ་འགན།

ཁག་འབག་ལས་གཡོགས་འདི་ རྣ་ཆ་རེ་དང་ བར་རྒྱུ་རེ་ཞུགས་པ་ཅིན་ དེ་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ཁྲུངས་གསལ་གྱི་སྟན་ལུ་ཕུལ་དགོཔ་ ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལྷ་གཡོག་སྦྱོང་མི་ལུ་ཕུལ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་རང་གི་འགན་ཁག་དང་ རང་ལུ་འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ འགན་ཁག་གཞན་བཀལ་ཏེ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ཅུས་ཚོད་ཉིན་ལུ་མེད་པར་ (ཁག་ཆེ་བ་ཅིན་ རེས་གཟའ་ལྷམ་དང་གཞུང་གི་ངལ་གསོ་ཡང་ བརྩིས་ཏེ་) རྣམ་ར་འབད་རུང་ ཆད་ལུས་མེད་པར་སླིག་གཡོག་བརྒྱུག་དགོཔ་ཨིན།

ཁག་འབག་ལས་གཡོགས་འདི་གིས་ ལྷ་གཡོག་སྦྱོང་མི་གིས་གནང་བའི་ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་བཀའ་རྒྱ་དང་བཞོད་རྒྱ། ལམ་སྟོན་ཚུ་ལུ་འདི་ འཕྲོ་ལས་ དད་མོས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ཆ་བཞག་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་དང་ འབྲུག་གཞུང་གི་རྒྱ་དངོས་དང་འཛིན་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ བཅའ་ཡིག་དང་སླིག་གཞི། ལམ་སྟོན་བསྟར་སྦྱོང་ཐོག་ལུ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་གནས་དགོ།

༦. ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྦྱོང་།

ལས་གཡོགས་འདི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སླིག་གཞིའི་ལེའུ་ ༩ པའི་ནང་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྦྱོང་དང་ འབྲེལ་ཏེ་ ཕྱག་ལུ་ནི་དང་། དེ་ཁར་ དམིགས་བསལ་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ལུ་གནས་དགོ།

༦.༡ ཅུས་ནམ་ར་འབད་རུང་ གན་ཡིག་འདི་གི་གནས་ཡུན་རིང་ལུ་ ལྷ་གཡོག་སྦྱོང་མི་གི་མཐའ་དོན་དང་ ཕན་བདེ་ཡར་ བློ་གཏང་ནི་ལུ་ བཙོན་ཤུགས་གང་བསྐྱེད་དགོཔ་དང་།

༦.༢ འབྲུག་གི་ཆོས་དང་སྤྱན་ལམ་སྟོན་གྱི་བརྩེ་མཐོང་དང་ ལག་ལེན་ག་ར་ལུ་བརྩེ་བཀུར་ལུ་དགོ། དེ་བཟུམ་སྟེ་ར་ ལས་གཡོགས་འདི་གིས་ ཅུས་ཨ་རྟག་ར་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སླིག་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཕྱག་ལུ་དགོ།

༧. དདུལ་ཕོགས་དང་འཐུས།

༧.༡ ལྷ་གཡོག་སྦྱོང་མི་འདི་གིས་ ཁག་འབག་ལས་གཡོགས་ལུ་ གཡོག་སྦྱོང་པའི་སྐབས་ལུ་ ཆ་ཤས་ ༩ པའི་ནང་གསལ་བཞོད་ འབད་ཡོད་པའི་དདུལ་ཕོགས་དང་འཐུས་ཚུ་སྦྱོང་དགོཔ་དང་། དེ་ཡང་ ལྷ་འབད་བའི་ལྷམ་གི་ཉིན་མ་མཇུག་འདི་ལུ་ ལྷ་རིམ་ བཞིན་ཏུ་ ལྷ་འབད་ཆར་མི་ལུ་ཐོབ་པའི་དདུལ་ཕོགས་འདི་སྦྱོང་དགོ།

༨. ངལ་གསོ།

༨.༡ ཁག་འབག་ལས་གཡོགས་འདི་ལུ་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་དང་ སློབ་སྦྱོང་ངལ་གསོ་མ་གཏོགས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ངལ་ གསོ་ཚུ་འཛོམས་དབང་ཡོད།

༨.༡.༡ སློ་བུར་ངལ་གསོ། ལྷ་ལྷ་ངལ་གསོ། ཕའི་ངལ་གསོ་ཚུ་ བཅའ་ཡིག་གི་ལེའུ་ ༡༠ པའི་འབྲེལ་ཡོད་དོན་ཚན་ཚུ་ དང་འབྲེལ་དགོ།

༨.༡.༢ སློ་མའི་ངལ་གསོ། ལས་གཡོགས་འདི་གིས་ ལྷ་གཡོག་ནང་ལུ་ཉུང་མཐའ་ལྷ་རོ་ ༡༩ ཀྱི་རིང་ཕྱག་ལུ་སྟེ་ཡོད་ན་ བཅའ་ཡིག་གི་དོན་ཚན་ ༡༠.༧ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སློ་མའི་ངལ་གསོའི་ཐོབ་དབང་ཡོད། ཨིན་རུང་ ལས་གཡོགས་

འདི་གིས་ ངལ་གསེའི་ལྷ་ཡིག་མ་བཅུགས་པའི་སྤྱོད་པ་ལས་ ལྷ་གཡོག་ནང་ལུ་ཟློ་རོ་ ༡༩ ལངས་ཏེ་མེད་པ་ཅིན་
སྤྱོ་མའི་ངལ་གསོ་ཟློ་རོ་ ༩ ཚུན་གྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡.༡.༣ གསོག་འཛིག་ངལ་གསོ། ཟློ་རིམ་གྱི་ལྷ་གཡོག་མ་ཆད་པར་མཐུག་བསྐྱུལ་ད་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཉིན་གངས་
༡.༤ གི་གསོག་འཛིག་ངལ་གསོ་འཐོབ་དགོ། ངལ་གསོ་འདི་ ལོ་རེ་ལུ་ཉིན་གངས་མཐོ་ཤོས་ ༣༠ གསོག་འཛིག་
འབད་དེ་ དེའི་ཆབ་ལུ་ ལས་གཡོག་པ་གིས་དངུལ་ལེན་ཚོག་ ག་དམ་ཅིག་སྟེ་ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ལྷ་གཡོག་
ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་རོ་ ༡ གི་རིང་ཕྱག་ལུ་ལྷ་མེད་པ་ཅིན་ ཁོ་ ཡང་ན་མོ་ལུ་གསོག་འཛིག་ངལ་གསོའི་འཐུས་གྱི་
ཐོབ་ལམ་མེད། ཟློབ་སྟོན་གྱི་ལྷ་གཡོག་ནང་ཕྱག་ལུ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལོ་ལྟར་གྱི་ངལ་གསོ་ལུ་སྟེ་ཡོད་པ་
ཅིན་ གསོག་འཛིག་ངལ་གསོའི་ཐོབ་དབང་མེད། ཟློབ་སྟོན་གྱི་ལྷ་གཡོག་ནང་ཕྱག་ལུ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ཟློབ་
རིག་གི་ལོ་གཅིག་ནང་ གཤམ་འཁོད་གྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

ཀ། ལྷ་གཡོག་ནང་ ཉུང་མཐའ་ཟློ་རོ་ ༡ ཕྱག་ལུ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ དངུལ་ཕོགས་ཡོངས་རྫོགས་ཐོབ་པའི་ལོ་
ལྟར་ངལ་གསོ།

ཁ། ལྷ་གཡོག་ནང་ ཟློ་རོ་ ༩ ལས་ ༡ གྱི་རིང་ཕྱག་ལུ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ དངུལ་ཕོགས་ཐོབ་པའི་ཟློ་རོ་ ༡
གི་ངལ་གསོ་དང་།

ག ལྷ་གཡོག་ནང་ ཟློ་རོ་ ༩ ལས་ཉུང་མ་སྟེ་ཕྱག་ལུ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ དངུལ་ཕོགས་ཐོབ་པའི་ངལ་གསོ་མི་
འཐོབ།

༡.༡.༤ སྟོན་བཅོས་ངལ་གསོ། ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ར་ཆ་ ཡང་ན་མ་སྟོན་ཚུ་ལས་བཟེན་ཏེ་ ལྷ་འགན་འབག་ནིའི་ནང་
སྟོན་གསུམ་ཐོབ་མེད་པ་སྟེ་རོ་སྟོར་འབད་ཡོད་པ་ཅིན་ འབྲུག་གི་རོ་སྟོར་ཅན་གྱི་གསོ་བའི་རྩང་འཆོ་ཅིག་ལས་གསོ་བའི་
ལག་ཁྱེར་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཟློ་རོ་ ༡ གི་སྟོན་བཅོས་ངལ་གསོ་བྱིན་དགོ། སྟོན་བཅོས་ངལ་གསོ་ནང་སྟོན་མིའི་ལས་
གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྤྱི་བསྐྱེམས་དངུལ་ཕོགས་གྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡.༡.༥ གལ་སྲིད་ སྟོན་བཅོས་ངལ་གསོ་འདི་ ཟློ་རོ་ ༡ གི་ཐོབ་ལམ་ལས་ལྷག་པ་ཅིན་ ལྷ་གཡོག་སྟོན་མི་འདི་གིས་ བར་
ལན་མ་བྱིན་པར་ཁག་འབག་འདི་ཙ་བསྐྱད་གཏང་དགོ། ཨིན་རུང་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ དགོངས་ལྷའི་གསོལ་ར་
དང་གཡུས་ལོག་གི་ཐོབ་ལམ་ཚུ་སྟོན་དགོ།

༩. ངལ་གསོའི་འགྲུལ་འཐུས།

ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལྷ་གཡོག་ནང་ཉུང་མཐའ་ལོ་རོ་ ༡ ཕྱག་ལུ་བའི་ཤུལ་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ ངལ་གསོའི་འགྲུལ་འཐུས་གྱི་ཐོབ་
དབང་ཡོད། ངལ་གསོའི་འགྲུལ་འཐུས་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་འབྲེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཐོབ་ཚད་མཐོ་ཤོས་དང་
བསྟན་ ཅིས་ལོ་རེ་ནང་ཆར་རེ་སྟོན་དགོ།

༡༠. ཁག་འབག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ལེའུ་ ༡༡ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་
དཀའ་འཐུས། ལྷ་འཐུས། སྤྱིག་གཞིའི་འཐུས་དང་འོད་ཤུགས་གྱི་འཐུས་ཚུ་སྟོན་དགོ།

༡༡. སྦྱོང་བརྒྱུད། ལས་གཡོག་པ་འདི་ ལྷ་གཡོག་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་ཡུན་ཐུང་སྦྱོང་བརྒྱུད་རྒྱུང་མ་གཅིག་འོས་འབབ་ཡོད།

༡༢. གསེ་བའི་མཐུན་ཞུན།

ཁག་འབག་པ་དང་ ཁོ་གི་བཟའ་ཚང་ཚུ་ གསེ་བའི་སྤྲན་བཅོས་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཞུང་གིས་གསེ་བའི་སྤྲན་བཅོས་ཀྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་
ཏེ་སྤྲོད་དགོ།

༡༣. སྤྲོད་ཁྱིམ།

ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་སའི་སྤྲོད་ཁྱིམ་དང་ཁྱིམ་ཆས་ཚུ་ རང་གིས་ག་སྤྱིག་རྒྱབ་དགོ། ཨིན་རུང་ གཡེ་སྤྲོད་ གཞུང་གིས་སྤྲོད་
ཁྱིམ་གནང་པ་ཅིན་ ཁང་གླུ་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་སྤྲོད་ཁྱིམ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དདུལ་ཕོགས་ལས་བཏོག་དགོ།

༡༤. དགོངས་ཁུའི་བྱུར་ཕོགས། འཛོ་རྟེན་མ་དདུལ་དང་ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར།

དགོངས་ཁུའི་བྱུར་ཕོགས། འཛོ་རྟེན་མ་དདུལ་དང་ གཞུང་གཡོག་པ་སྤྲོད་ཚན་ཉེན་བཅོལ་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ཁྱིམ་དང་སྤྱིག་གཞི་ཚུ་དང་
འབྲེལ་དགོ།

༡༥. རྒྱུད་འཐུས།

གན་ཡིག་འདི་གི་གན་ཚིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལཱ་གཡོག་སྤྲོད་པའི་སྐབས་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཤི་རྒྱུན་དང་མ་སྤྱོད་ ཡང་ན་ན་ཚ་ཕོག་
པའི་ནམ་དུས་ལུ་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གཞུང་གཡོག་པ་སྤྲོད་ཚན་ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར་ལྟར་དུ་ རྒྱུད་འཐུས་སྤྲོད་
དགོཔ་ཡོད་མི་རྒྱུམ་གཅིག་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡༦. སུབ་ཆ།

རང་སའི་འོང་འབབ་ཁུལ་དང་ ཁྱིམ་མཐུན་གྱི་སུབ་ཆ་འབད་དགོ་པའི་རིགས་ཚུ་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་
བཏོག་དགོ།

༡༧. མཐའ་མཇུག་ཁེ་སན།

༡༧.༡ དགོངས་ཁུའི་གསེལ་ར།

ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ལོ་ངོ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ མཐའ་
མཇུག་གི་ཁྱུམ་དེའི་གཞི་རྟེན་དདུལ་ཕོགས་འདི་ དགོངས་ཁུའི་གསེལ་ར་སྤྲོད་དགོ། ཨིན་རུང་ སྤྲོད་སྤྲོད་ལཱ་གཡོག་གི་
དོན་ལུ་ དགོངས་ཁུའི་གསེལ་ར་འདི་ སྤྲོད་རིག་གི་ལོ་རེ་མཇུག་བསྟུལ་ད་ཅིས་རྒྱབ་དགོཔ་ཨིན།

ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁག་འབག་གི་དུས་ཡུན་མ་ཚང་བའི་ནང་འཁོད་ དང་སྤྲོད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཁག་འབག་ཆ་མེད་
གཏང་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་གངས་ཀྱི་དགོངས་ཁུའི་གསེལ་ར་ལེན་
ནིའི་དོན་ལུ་ ཟླ་ངོ་ ༡ གི་སྤྱི་ལོ་ལས་ ལཱ་གཡོག་སྤྲོད་མི་འདི་ལུ་བདེ་ལན་འབད་དགོ།

ལཱ་གཡོག་སྤྲོད་མི་གིས་ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་པའི་ནམ་དུས་ལུ་ དགོངས་ཁུའི་གསེལ་ར་འདི་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ཁག་
འབག་ལཱ་གཡོག་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་གངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྤྲོད་དགོ། ཨིན་རུང་ ལཱ་གཡོག་སྤྲོད་མི་འདི་གིས་ ལས་གཡོག་པའི་

ཁག་འབག་འདི་ ལྷའི་གྲུབ་འབྲས་མེད་མི་དང། ཡང་ན་ སྟོད་ངན་ ཡང་ན་ཁག་འབག་གི་འགན་ལེན་དང་འགལ་བའི་གནད་
དོན་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ཆ་མེད་བཏང་པ་ཅིན་ དགོངས་ཁུ་གསོལ་རའི་ཐོབ་དབང་མེད།

ལྷ་གཡོག་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ཤི་རྒྱུན་རེ་བྱུང་པ་ཅིན་ དགོངས་ཁུ་གསོལ་ར་འདི་ ཡིད་ཚེས་ཚུགས་པའི་
ཁག་འབག་ལྷ་གཡོག་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་གྲངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་དེའི་གནས་ཁ་འབད་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་གང་རུང་
ལུ་སྟོན་དགོ།

༡༧.༢ གཡུས་ལོག་ཁེ་སྒྲིག་

༡༧.༢.༡ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་གཡུས་ལོག་ཁེ་སྒྲིག་ཚུ་ གནས་རིམ་ཡང་ན་གཡོག་བསྐྱོས་ཀྱི་དུས་ཡུན་ལུ་
བསྐྱར་བཅོས་ཡོད་མེད་དེ་བྱེ་བ་མེད་པར་ ཞི་གཡོག་གི་གནས་ཡུན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ཚར་རེ་སྟོན་དགོ།

༡. གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གནས་སོར་གནང་སྤྱིན་སྟོན་དགོ།
༢. གཡུས་ལོག་གི་སྐབས་ལུ་ ལས་གཡོག་པ་ལུ་ཐོབ་ལམ་ཡོད་པའི་ མཐའ་མཇུག་གི་གཞི་རྟེན་དཔུལ་ཐོགས་
དང་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་འགྲུལ་འབྲས་སྟོན་དགོ།
༣. རང་སོའི་ཅ་ཆས་སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་སྒྲིག་འཁུམ་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྟོན་
དགོ།

༡༧.༢.༢ ཞིན་རུང་ གཡུས་ལོག་ཁེ་སྒྲིག་འདི་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་དང་འཁྲིལ་སྟོན་མི་ཚོགས་

༡. ལྷ་གཡོག་སྟོན་མི་འདི་གིས་ ལས་གཡོག་པའི་ཁག་འབག་འདི་ ལྷའི་གྲུབ་འབྲས་མེད་མི་དང། ཡང་ན་
སྟོད་ངན་ ཡང་ན་ཁག་འབག་གི་འགན་ལེན་དང་འགལ་བའི་གནད་དོན་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ཆ་མེད་གཏང་
པའི་སྐབས་ལུ་དང་ ཡང་ན།
༢. ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འགོ་ཐོག་ཁག་འབག་གི་དུས་ཡུན་མ་ཚར་བའི་ནང་འཁོད་ དང་བྲངས་ཀྱི་ཐོག་
ལས་ ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་པའི་སྐབས་ལུ་དང།
༣. འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༡༤.༤ པའི་ནང་ གསལ་
བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་གནས་སོར་ཁེ་སྒྲིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གཡོག་གནས་གསར་པ་ཅིག་
ལུ་འགོ་འགྲུལ་འབད་དགོཔ་ཐོན་ན་མ་གཏོགས་ ལྷ་གཡོག་གི་གནས་རིམ་འདི་ ཁག་འབག་ལས་གཏན་
གཡོག་ ཡང་ན་གཏན་གཡོག་ལས་ཁག་འབག་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་འབད་བའི་སྐབས་ལུ།

༡༨. དཔུལ་སྟོན་ཐངས།

གན་ཡིག་འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དཔུལ་ཐོགས་དང་འབྲས། དེ་ལས་ ཐོབ་ལམ་གཞན་ཚུ་ག་ར་ དཔུལ་ཀྲམ་གྱི་ཐོག་ལས་རྒྱང་མ་གཅིག་
སྟོན་དགོ།

༡༩. ལས་གཡོག་པའི་ཐོབ་དབང་དང་འགན་ཁུར།

- ༡༩.༡ ལག་འབག་ལས་གཡོག་པའི་ཐོབ་དབང་དང་འགན་ཁུར་འདི་ གན་ཡིག་འདི་གི་ཁ་ཆོག་གན་ཆོག་ལུ་ དམ་དམ་སྟེ་ ཚད་འཛིན་འབད་དགོ། དེ་བཟུམ་སྟེ་ གན་ཡིག་འདི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་ལས་ལྷན་སྟེ་ ལག་འབག་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ཁེ་ཕན་དང་། དངུལ་ཕོགས། སུལ་ཆ། རྒྱུ་འབྲས་ཡང་ན་ཐོབ་ལམ་ཚུ་ གཞན་ག་ནི་ཡང་ མི་འཐོབ།
- ༡༩.༢ ལག་འབག་ལས་གཡོག་པའི་ཐོབ་བཟོད་བཀོད་ནི་ཚུ་ ཁོ་ར་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་དབང་ཚད་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ གཞན་མི་ སོ་སོ་ཅིག་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ ལག་འབག་ལས་གཡོག་པའི་སྤང་མེད་བྱ་ལེན་དང་ གན་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལཱ་ འབད་མི་ལུ་ཐོབ་བཟོད་བཀོད་མི་ཚུ་ འབྲུག་གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ གནས་སྤངས་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ནང་ཨིན་རུང་ངོས་ ལེན་མེད།
- ༡༩.༣ ལས་གཡོག་པ་དེའི་ཁ་ཐུག་ལས་ གན་ཡིག་དེའི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བཟོ་འདོན་རྒྱ་དངོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ག་ཅི་ར་ འབད་རུང་ དབང་ཚད་དང་བདག་དབང་། པར་དབང་དང་དབང་ཆ་གཞན་ག་ར་ འབྲུག་གཞུང་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་ཡོད།
- ༡༩.༤ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལཱ་གཡོག་འཕྲོ་མཐུད་འབད་བའི་རིང་ལུ་ ནམ་ར་འབད་རུང་ འབྲུག་ནང་འཁོད་ལུ་ རང་གི་ དོན་ལུ་ ཡང་ན་གཞན་གང་རུང་གི་དོན་ལུ་ གདམ་ཁ་ ཡང་ན་ཡངས་ཆག་གང་རུང་ལེན་ནི་དང་ ཡང་ན་ལེན་ནིའི་ དཔའ་བཅམ་མི་ཆོག།
- ༡༩.༥ ལག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ལཱ་གཡོག་སྟོན་མི་འདི་གིས་ སྤྱིར་བཏང་ ཡང་ན་དམིགས་བསལ་གནད་དོན་གང་ རུང་གི་དོན་ལུ་ འབད་ཆོག་པའི་དབང་ཚད་སྟོན་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ལག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལཱ་སྟོན་མི་གི་ཆབ་སྟེ་ དཔྱད་ཡིག་གང་རུང་བཟོ་ནི་དང་ ལས་ལེན་ནི་ཡང་ན་ཆ་འཛོག་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་ལཱ་གཡོག་ སྟོན་མི་གི་མིང་གཏམ་ཁས་བླངས་ཚུ་ ག་ཅི་ཨིན་རུང་འབད་མི་ཆོག།

༢༠. པར་སྐྱེན་མ་འབད་བའི་བན་དོན།

- ༢༠.༡ ལག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལཱ་འགན་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབད་དགོཔ་དང་། ཡང་ན་འབྲུག་གཞུང་ལས་ ཡིག་ ཐོག་གི་གནང་བ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ཁོ་ར་འབྲུག་གཞུང་དང་ལཱ་གི་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན་པའི་རྒྱ་ མཚན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ པར་སྐྱེན་མ་འབད་བའི་བན་དོན་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་ དེའི་སྐོར་ལས་ མི་ངོམ། གཞུང་། ཡང་ན་ འབྲུག་གི་ལས་སྟེ་གཞན་གང་རུང་ལུ་སྤྲོ་མི་ཆོག།
- ༢༠.༢ ལག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ གན་ཡིག་འདི་གི་འོག་ལུ་ ཁོ་རའི་འབྲེལ་བ་འདི་འབྲུག་གཞུང་དང་གཅིག་ ཁར་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་ ཁྱབ་བསྐྱགས་ ཡང་ན་མི་མང་གསལ་བསྐྱགས་འབད་མི་ཆོག དེ་མ་ཚད་ འབྲུག་གཞུང་ ལས་ཁྲ་ཤོང་ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ འབྲུག་གཞུང་གི་མིང་དང་ལས་ཤོག གཞུང་རྟགས། ཡང་ན་གཞུང་འབྲེལ་ཐིུ་ཚུ་ ཆོང་འབྲེལ་དང་ ཡང་ན་ཁྱད་རིག་གི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཆོག དེ་བཟུམ་མའི་ ཅ་ཆས་ཚུ་ འབྲུག་གཞུང་གི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ ཡིག་ཚང་ལཱ་གི་དོན་ལུ་སྟོན་ནི་ཨིན་མི་ཚུ་ གནང་བ་མེད་པར་ སྟོན་སྟོན་ནི་ཨིན་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་གི་ལག་པར་ རྒྱུད་བཟུག་ནི་མི་འོངམ་མ་ཚད་ སྐར་དོན་ལུ་ཡང་སྟོན་མི་ཆོག།

དགོངས་དོན་འདི་ གན་ཡིག་འདི་གི་དུས་ཚོད་རྫོགས་པ་ད་དང་ ཡང་ན་ཆ་མེད་བཏང་བའི་བྱལ་ལས་ཡང་ཆ་གནས་
ཡོད།

42. གསང་བྱ་དང་མ་ཆོག་པ།

འབྲུག་གཞུང་ལུ་དགོས་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་གིས་ཁས་ལེན་འབད་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ གན་ཡིག་དང་འཁྲིལ་
བའི་ལཱ་གཡོག་ནང་སྤོང་རིང་ལུ་དང་ དེ་གི་བྱལ་ལས་ནམ་ར་ཨིན་རུང་ ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ འབྲུག་གཞུང་ལས་ སྤ་
གོང་ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་མེད་པར་ མི་གང་རུང་དང་ཆོང་སྤེ། འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་འོག་ལུ་མིན་པའི་ལས་སྤེ་དང་ ལས་སྤེ་འདི་གི་
ལས་ཆབ་ཚུ་ལུ་ བན་དོན་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་བྱིན་མི་ཆོག་ དེའི་གངས་སུ་ འབྲུག་གཞུང་གི་དོན་ལུ་ཕུལ་ཡོད་པའི་ཁོ་རའི་ལཱ་གཡོག་དང་
འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ། ལྷན་ལྷ། ཞིབ་འཇུག་དང་ ཡང་ན་ཁོ་ར་ལས་གཡོག་པ་སྤེ་སྤོང་རིང་ལུ་ འབྲུག་གཞུང་དང་ ཡང་ན་དེའི་ལས་མགོན་
ཚུའི་དོན་ལུ་ ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་ བཟོ་ཡོད་མི་དང་ཐོབ་ཡོད་མི་གི་ནང་དོན་ཚུ་ཡང་ཚུད་པ་ཨིན།

43. ཁག་འབག་བསྐྱར་གསོ།

ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མའི་དོན་ལུ་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་ལཱ་གཡོག་འབད་ནི་གི་རེ་བ་ཡོད་པ་ཅིན་ གན་ཡིག་
འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབྲུག་ནང་གནས་སྤོང་གི་ལཱ་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་མ་ཆང་བའི་ཁྲོའོ་ ༤ གི་ཉེ་མ་ དེ་ལུགས་ཀྱི་ལྷན་ལྷ། ལཱ་གཡོག་
སྤྱོད་མི་ལུ་ཡིག་ཐོག་ལས་སྤོང་དགོ། ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་འདི་གིས་ ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་ ལཱ་ནང་ལུ་ལོག་སྤྱོད་བཞག་འབད་
ནིའི་འོས་འབབ་དང་དུས་ཡུན་ཚུ་ གཡོག་སྤྱོད་མི་དང་ཁག་འབག་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ལུ་ ཁ་འཆམ་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཁག་འབག་གན་
ཡིག་གསར་པ་བཟོ་དགོ།

ཁག་འབག་ཡར་མེང་དང་བསྐྱར་གསོའི་དོན་ལུ་ཆང་གཞི་འདི་ ལཱ་བྱལ་སྐྱེགས་ཆང་དང་། ས་སྤྱོད་ཡོད་མེད། དེ་ལས་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་
མེད་ཀྱི་ཐོ་གུ་གཞི་བཞག་དགོ།

ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་ལུ་ ལཱ་ལས་ཕར་ གསལ་བསྐྱེགས་འབད་དགོཔ་ག་ཅི་ར་ཡོད་རུང་ དེ་ཚུ་ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་སྤྱོད་དགོཔ་དང་།
ཡང་ན་ཐོ་བཀོད་འབྲེལ་ཐོག་ལས་བསྐྱེལ་གཏང་དགོ། ལས་གཡོག་པའི་ཉོག་བཤད་ ཡང་ན་ལུ་ཡིག་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་ དང་པ་ར་
གཡོག་སྤྱོད་མའི་ལས་ཁུངས་ ཡང་ན་ལས་སྤེའི་ཡིག་ཆང་གི་འགོ་འཛིན་ལུ་གཏང་དགོ།

44. ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་ཐངས།

ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་འབྲུག་གཞུང་ལུ་དགོས་ཐང་རི་བ་རི་མེན་མ་ལས་ གཞུང་གིས་ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་ལཱ་
གཡོག་འདི་དགོས་མེད་པ་དང་། ཡང་ན་དགོངས་དོན་དེ་ཚུ་གང་རུང་ལུ་མ་གནས་པའི་སྐབས་ ནམ་ར་འབད་རུང་ ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་
ནང་ལས་བཏོན་གཏང་ཆོག

ཁག་འབག་པའི་གནས་ཡུན་མ་རྫོགས་པའི་ཉེ་མ་ལས་བཏོན་གཏང་དགོཔ་ཅིན་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་དང་ ཡང་ན་ཁག་འབག་པ་འདི་གིས་
ཉུང་ཤོས་ཁྲོའོ་ ༡ གི་ཉེ་མ་ལས་བན་ལན་འབད་དགོ། ཨིན་རུང་ ལེགས་སྦྱར་བ་དང་སློབ་དཔོན་ཚུའི་ཐང་ ཁྲོའོ་ 3 གི་ཉེ་མ་ལས་
བན་ལན་འབད་དགོ། གལ་སྤོང་ བན་ལན་འབད་དགོཔའི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་ བན་ལན་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ བན་ལན་འབད་
མ་ཚུགས་མི་འདི་གིས་ བན་ལན་དུས་ཚོད་ནང་འཁོད་ལུ་ཐོབ་པའི་ལས་གཡོག་པའི་གཞི་རྩེ་དངུལ་ཐོགས་རེ་སྤྱོད་དགོ།

དགོངས་ཁྱིའི་གསོལ་ར་ཁྱ་ནིའི་དོན་ལུ་ཡང་ བད་ལན་འབད་དགོ་པའི་དུས་ཡུན་ཕྱིན་དགོ།

༡༥. ཉམ་མེད་ལག་ཁྱེར།

གན་ཡིག་འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལྷ་གཡོག་མཇུག་བསྟུལ་ད་ རྒྱལ་གཞུང་ཅིས་ཞིབ་དབང་འཛིན་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ལྷ་གཡོག་ལས་སྡེ་ལས་
ཉམ་མེད་ལག་ཁྱེར་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུམ་གཅིག་ ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ དགོངས་ཁྱིའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་སྤོང་དགོ།

ལྷ་གཡོག་སྤོང་མིའི་ཐིུ་དང་མིང་རྟགས།

ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།

བཅ་གསོ། ལྷ་གཡོག་སྤོང་མི་དང་ལས་གཡོག་པ་གཉིས་ཆ་ར་གིས་ཡིག་ཆ་དེའི་ཤོག་ལེབ་ག་ར་གུ་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

ཆ་ཤས་ ༡ པ། དངུལ་ཕྱོགས་གཏན་འབེབས།

༡. གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།
- གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་།
༢. ལས་སྡེ།
༣. ལག་འབག་གནས་ལུན།
 ཀ། འགོ་ཐོག་བསྐོ་བཞག་ལས་ཚུན། (ཆོས་/ཁྲི་/ལོ།)
 ཁ། བསྐྱར་གསོ་/ཡར་སེང་།ལས་ཚུན། (ཆོས་/ཁྲི་/ལོ།)
༤. ལག་འབག་དབྱེ་བ། གཏན་འཇགས། མཉམ་བསྐྱབས། དམིགས་བསལ།
༥. དངུལ་ཕྱོགས།
 གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕྱོགས། དངུལ་ཀྲམ་.....(ཡིག་གཟུགས་ནང་།).....
༦. ལག་འབག་གི་འཇུག་ (ཐོབ་ལམ་ཡོད་ན།) དངུལ་ཀྲམ་.....
 འོ་ལྟར་ཡར་སེང་། (ཐོབ་ལམ་ཡོད་ན།) དངུལ་ཀྲམ་.....
༧. འཇུག་གཞན། (ཐོབ་དབང་ཡོད་ན།)
 ཀ། བྱད་འཇུག་ དངུལ་ཀྲམ་.....ཁྲི་རིམ་བཞིན།
 ཁ། སྒྲིག་གོའི་འཇུག་ དངུལ་ཀྲམ་.....ཁྲི་རིམ་བཞིན།
 ག། འོད་ཀྱུགས་ཀྱི་འཇུག་ དངུལ་ཀྲམ་.....ཁྲི་རིམ་བཞིན།
 ང། ཁང་སྒྲུའི་འཇུག་ དངུལ་ཀྲམ་.....ཁྲི་རིམ་བཞིན།
 ཅ། དཀའ་འཇུག་ དངུལ་ཀྲམ་.....ཁྲི་རིམ་བཞིན།
 ཆ། འཇུག་གཞན་གང་རུང་ཡོད་ན། དངུལ་ཀྲམ་.....ཁྲི་རིམ་བཞིན།

 (ཁ་གསལ་བཀོད།)
 ཡོངས་བསྟོམས། $(u+v+w)$ དངུལ་ཀྲམ་.....ཁྲི་རིམ་བཞིན།
༨. སྐབ་ཆ།
 རང་སོའི་འོང་འབབ་ཁྲལ། གསོ་བའི་ཞལ་འདེབས་དང་ ཁང་སྒྲ་ (གཞུང་ཁྱིམ་སྤྱོད་དེ་ཡོད་ན་) ལ་སོགས་པའི་སྐབ་ཆ་ག་ར་ གནས་
 བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་བཀལ་དགོ།

ལྷ་གཡོག་སྤྱོད་མིའི་ཐིུ་དང་མིང་རྟགས།

ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།

ཆ་ཤས་ ༣ པ། ལྷ་ཚོགས།

ཁྲིམས་ལུགས།

གན་ཡིག་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་མཐུན་མ་སྟེ་བཟོ་དགོས་དང་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱིས་དབང་དགོས་ཡིན།

མཐོ་གཏུགས།

གཡོག་སྟོད་མི་དང་ ཡང་ན་ལས་གཡོགས་གང་རུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ གན་ཡིག་འདི་གི་ཁ་ཚིག་གང་རུང་ལས་འགལ་ཏེ་ མཐོ་གཏུགས་གང་རུང་ འབད་དགོ་པ་ཅིན་ ཁྲིམས་ཀྱི་དང་ལེན་དང་ ནང་འགྲིག་གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་རྒྱུང་མ་གཅིག་བསྐྱལ་ཆོག

གཤམ་གསལ་གྱི་དཔང་པོ་འཛུམས་ཐོག་ལུ་.....ང་གིས་ ལས་སྡེའི་ཁ་ཐུག་ལས་དང་ ཁག་འབགས་.....ང་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཆོས་གངས་ལུ་མིང་རྟགས་བཀོད་པ་ཡིན།

ཁག་འབག་པའི་མིང་རྟགས་.....

ཆོས་/ཁྲི་/ལོ། (ཁྲིམས་རྟགས་སྟུང་།)

དཔང་པོའི་རྟགས།

ལས་སྡེའི་རོ་ཆབ་ཀྱི་རྟགས།

ཆོས་/ཁྲི་/ལོ།

དཔང་པོའི་རྟགས།



རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞི་

(ཁག་འབག་ཡུན་མང་འབྲི་ཤོག)

༡. མིང་།
༢. ཞི་གཡོག་རྩྭ་གས་ཡང་།
༣. རྒྱལ་ཚོས།
༤. མི་ཁྲུངས།
༥. གཏན་འཇགས་ཁ་བྱང་།
༦. ད་ལྟོ་ལྷན་ཁག་/ལས་སྡེ་/སློབ་གྲྭ།
༧. ད་ལྟོ་ཁག་འབག་ལྷ་གཡོག་གི་བསྐྱོ་བཞག་
- ༡༡། བསྐྱོ་བཞག་སྒྲིལ་ཚོས།
- ཁ། བསྐྱོ་བཞག་ཡིག་ཡང་།
- ག། གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།
- ང་། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་འཇགས་།
- ཅ། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་མཁུ་མཁུ་བསྐྱོ་བཞག་དཔལ་ལྷན་ཚོགས།
- གཞི་ལྷན་དཔལ་ལྷན་ཚོགས།
- ཁག་འབག་འབྲུག་གཞི་ལྷན་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ (ཐོབ་ལམ་ཡོད་ན།)
- ཆ། ད་ལྟོ་ཁག་འབག་དཔལ་ལྷན་ ལས་ ཚུ་ག།
༨. ཁག་འབག་ལྷ་གཡོག་གོས་འཆར་ནང་གི་ཡུན་མང་།
- ༡༡། གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།
- ཁ། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་འཇགས་།
- ག། ཁག་འབག་ཡུན་མང་ཁྱེད་ (སྒྲིལ་ཡངས།) ལས་ ཚུ་ག།

*དཔལ་ལྷན་ཚོགས་མཐོ་ཤོས་སྤྱོད་ནི་དང་ ཡང་ན་གནས་འཇགས་མཐོ་བའི་ལྷ་འགན་སྤྱོད་ནི་དེ་གོས་འཆར་ཚུ་ག་ར་ རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ལས་གནང་བ་ལེན་དགོ།

ཁག་འབག་ཡུན་སང་གི་དུས་ཡུན་རིང་ལུ་ ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་ང་གིས་ འགོ་ཐོག་བསྐོ་བཞག་གི་སྐབས་ལུ་ ཡང་ན་མིས་མཐུན་
གྱི་ཐོག་ལས་ བསྐྱར་བཟུང་གན་ཡིག་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་/ཚྱང་ཁག་/ཁྲིམ་སྡེ་གིས་གནང་བ་སྒྱབ་མི་ལུ་ ཁག་འབག་པ་
ང་གིས་ཁས་ལེན་གྲུབ་པའི་ཁ་ཆོག་གན་ཆོག་ལུ་གནས་ནི་ཡིན།

(ཁྲིམས་རྟགས་སྤྱར།)

ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།

མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུང་གི་རྒྱབ་སྐྱོན་ངོ་སྤྱོད།

མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུང་གི་ཞལ་འཛོམས་ཚོགས་ཐེངས་ཁྱི་ཆོས་ལུ།

བཞག་གསོ། (ཡོད་ན།)

མི་སྟོབས་གཙོ་འཛིན་/མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གོང་མ་/མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།

མིང་།

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གནང་བ་ (འབྲེལ་བ་ཡོད་ན་ ལས་སྡེའི་གནང་བ།)

གནང་བ་གྲུབ། ☐

གོང་འཁོད་ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་ ཁག་འབག་ཡུན་སང་འདི་ ན་ལས་པར་ རོ་རུང་ ལྷོ་རོ་ལས་.....ཚུན་གནང་བ་གྲུབ་
ཡོད།

གནང་བ་མ་གྲུབ། ☐

རྒྱ་མཚན།

ས་གནས།

ལྷོ་ཆོས།

ཐིུ་དང་མིང་རྟགས།

ལེའུ་ ༤ པ། སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག

༤.༡ སྤོང་བྱས།

- ༤.༡.༡ འཛིན་སྐྱོང་གི་གཞི་རྒྱུ་ལྷ་གཡོག་དང་འབྲེལ་བའི་མི་སྣ་བས་བསྐྱོ་བཞག་གི་ཕན་ཐབས་འབད་ནི།
- ༤.༡.༢ གཞུང་ལུ་རིག་ཅུལ་ཆ་གས་ཅན་དང་རིག་ཅུལ་དམའ་བའི་མི་སྣ་བས་དགོས་མཁོ་བསྐྱབ་ནི།
- ༤.༡.༣ དེ་བརྩམ་མའི་མི་སྣ་བས་ཚུ་ ཞི་གཡོག་པའི་གངས་སུ་མི་བཅི།

༤.༢ ཐབས་ལམ།

- ༤.༢.༡ སྤྱི་གཡོག་དང་ གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་བསྐྱོ་བཞག་མར་ཕབ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ རོ་རྒྱུང་བཅུས་ཏེ་སྤོང་བྱེ་ཚུ་གིས་ཟད་འགོ་གཏང་ཚུགས་པའི་སྐབས་ལུ་ ལྷ་གཡོག་ཚུ་ཕྱིར་སྤོང་འབད་ནི་ལུ་བཅོམ་ཤུགས་བསྐྱེད་ནི། དེ་ཚུ་ཤུལ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པའི་ བསྐྱོ་བཞག་གི་ལམ་ལུགས་འདི་གིས་འབྲས་པ་སྤེལ་བཞག་ནི།
- ༤.༢.༢ སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་འདི་ ག་དེ་འབད་ཚུགས་ཚུགས་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྤྱིའི་ནང་ལས་བསྐྱོ་བཞག་འབད་དགོ།
- ༤.༢.༣ གནད་དོན་ཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འབྲུག་པའི་མི་ཁྲངས་མེན་པའི་ཕྱི་མི་གཡོག་བཙུགས་འབད་དགོཔ་ཐོན་པའི་སྐབས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་གནད་བ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ལེན་དགོ།
- ༤.༢.༤ སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་གཡོག་བཙུགས་འབད་ནི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཨོང་གཞི་བཟོ་ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་དགོ།
- ༤.༢.༥ དེ་བརྩམ་མའི་ལས་གཡོག་གཡོག་བཙུགས་འབད་ནི་དང་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནིའི་ནང་ རང་སྐྱོང་ཡར་ཤུག་གཏང་ནི་ལུ་བཅོམ་ཤུགས་བསྐྱེད་བཙུག་དགོ།
- ༤.༢.༦ གོ་གནས་དེ་བརྩམ་གྱིས་ལྷ་འགན་འཐབ་འབག་དགོཔ་དང་གཅིག་ཁར་ ལྷ་ཡང་ག་དེ་ཤུག་ཤུག་ལང་མ་སྤེལ་ཡོད་པ་རེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༤.༣ སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པའི་གོ་གནས།

སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པའི་གོ་གནས་བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་ཚུ་ ཟུར་དེབ་༤/༡༡ དང་ ༤/ཁ་པའི་ནང་བྱིན་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ ཅུས་དང་ཅུས་སུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་བཙུགས་དགོ།

༤.༤ དབང་ཚད།

༤.༤.༡ གཡོག་བསྐྱོས།

༤.༤.༡.༡ སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པའི་བསྐྱོ་བཞག་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྤེལ་གིས་ ཨོང་གི་

གཞི་ཚུ་དང་གྲངས་ཁའི་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་མི་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་འབད་དགོ། སྤྱི་གཡོག་དང་
གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་གི་གོ་གནས་གསར་པ་ཚུ་འཛིན་གཞི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ཀྱིས་ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།

༤.༤.༡.༢ ལུང་ཕྱགས་དང་ལཱ་གནས་ཡིག་ཚང་ནང་གི་སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པའི་བསྐྱོ་
བཞག་དབང་ཚད་འདི་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ལུང་ཕྱགས་ ཡང་ན་ལཱ་གནས་ཡིག་ཚང་
གི་འགོ་འཛིན་གྱིས་ འགོ་ཁྲིད་འབད་བའི་གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་ལཱ་སྤྱོད་
དགོ། ཨིན་རུང་ མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལཱ་གཡོག་གིས་ ཁྱད་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཕྱིན་ནི་དང་
ཐོ་བཀོད་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་སྟེ་རྒྱུན་སྐྱོར་འབབ་དགོ།

༤.༤.༢ སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལཱ་གཡོག་ཕྱིར་སྤྱོད།

༤.༤.༢.༡ ལས་སྡེ་གིས་ སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལཱ་གཡོག་ཕྱིར་སྤྱོད་འབད་ནིའི་གནང་བ་འདི་ རྒྱལ་
གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ཁུ་དགོ།

༤.༤.༢.༢ སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལཱ་གཡོག་འདི་ འོས་འབབ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མར་ཕབ་ ཡང་ན་རིམ་ཕབ་
ཀྱི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཕྱིར་སྤྱོད་གཏང་ནིའི་ནང་བཙོན་ལུགས་
བསྐྱེད་དགོ།

༤.༥ གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ།

༤.༥.༡ གཡོག་བཙུགས་ག་ར་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་ ལས་
བྱེད་པའི་བཀོད་རིམ་དང་གྲངས་ཁ་དང་འབྲེལ་ཏེ་བཙུགས་དགོ།

༤.༥.༢ གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ས་སྟོང་གསལ་བསྐྱགས་འབད་དགོཔ་དང་། དེ་ནང་ མི་སྟོབས་
ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་འོས་འབབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཚུ་ཁ་གསལ་སྟེ་བཀོད་དགོ། དེ་ནང་།

༤.༥.༢.༡ གོ་གནས་ཀྱི་མིང།

༤.༥.༢.༢ འགན་ཁུར་འཐེབ་འབག་དགོ་པ་ཅིན་གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད་མདོར་བསྐྱས།

༤.༥.༢.༣ སྤྱི་གཡོག་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལཱ་གཡོག་

རིག་ཅུལ་ཡང་ན་ཤེས་ཚད་དགོས་མཁོ། དགོ་པ་ཡོད་པ་ཅིན།

༤.༥.༢.༤ ཡིག་ཆ་བཙུགས་དགོཔ་དང་།

༤.༥.༢.༥ འབྲེལ་ཨང་དང་ཁ་བྱང་།

༤.༥.༣ མི་རིམ་འདི་གིས་ གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཐུའི་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་བཙུགས་དགོ།

༤.༥.༣.༡ ཞི་གཡོག་གཡོག་བཙུགས་ལུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག (འབྲི་ཤོག་ ༤/༡)

- ༤.༥.༣.༡ གལ་སྲིད་དགོ་པ་ཅིན་ སློབ་རིག་སྐྱུགས་ཤོག་གི་འདྲ།
- ༤.༥.༣.༢ འབྲུག་གི་མི་ཁྲུངས་ངོ་སྤྲོད་ལག་ཁྱེར་གྱི་འདྲ།
- ༤.༥.༣.༣ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་གསལ་བའི་དྲུང་འཆོ་ཅིག་གིས་གནང་ཡོད་པའི་གོས་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་ཁྱེར།
- ༤.༥.༣.༤ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་ཨིན་མིའི་ ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།
- ༤.༥.༣.༥ གཡོག་ཐོག་ཨིན་པ་ཅིན་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།
- ༤.༥.༤ མི་ངོམ་འདི་གིས་ བདེན་དཔྱད་གྱི་དོན་ལུ་ངེས་ལན་གྱི་སྐབས་ གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཐུའི་ཆོགས་རྒྱུ་ལུ་ ཡིག་ཆ་ངོམ་རྩིས་སྟོན་དགོ།
- ༤.༥.༥ གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཐུའི་ཆོགས་རྒྱུ་གིས་ གཞེངས་ཐོན་གྱ་གཞི་བཞག་སྟེ་གཡོག་བསྐྱོས་འབད་ནིའི་དོན་ ལུ་ མི་ངོམ་རྩིས་སྟེ་མེད་འབད་དེ་ གདམ་འཐུའི་ངེས་ལན་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

༤.༦ གཡོག་བསྐྱོས་གྱི་སྒྲིབ་བཏང་ཁ་ཆིག

- ༤.༦.༡ མི་ངོམ་འདི་ འབྲུག་པའི་མི་ཁྲུངས་ཅིག་ཨིན་དགོ།
- ༤.༦.༢ མི་ངོམ་འདི་གཡོག་བཙུགས་འབད་བའི་ནམ་དུས་ལུ་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ཆད་^༡ ལང་དགོཔ་དང་ མཐོ་ཤོས་ལོ་གྲངས་^{༥༠} ལས་མ་བཞུལ་མི་ཅིག་ཨིན་དགོ།
- ༤.༦.༣ མི་ངོམ་འདི་གི་ གཞུགས་གྱི་བདེ་ཁམས་གནས་སྐྱངས་བཟུ་དགོ།
- ༤.༦.༤ གཡོག་བསྐྱོས་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ སློ་རྒྱུ་བཟུག་དཔྱད་གྱི་སྟན་ལུ་ཕུལ་ དགོ། གལ་སྲིད་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ སློ་རྒྱུ་བཟུག་དཔྱད་འབད་མ་རྩིས་པ་ཅིན་ གོ་གནས་ འདི་གཞེངས་ཐོན་གོ་རིམ་ལུ་མའི་མི་ངོམ་འདི་ལུ་བྱིན་དགོ།
- ༤.༦.༥ འགོ་ཐོག་བསྐྱོ་བཞག་འདི་ གནས་ཡུན་མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་^༣ གྱི་དོན་ལུ་བསྐྱོ་བཞག་འབད་དགོ།
- ༤.༦.༦ སྒྱི་གཡོག་པ་དང་ཡངན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་འདི་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ རང་སོའི་ལས་སྟེ་དང་ གཅིག་ཁར་ འབྲི་ཤོག་^{༤/༡} པའི་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མིའི་ཁ་ཆིག་གན་ཆིག་ལུ་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།
- ༤.༦.༧ སྒྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡངན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་རྩིས་གི་ལུ་ཕུལ་དེ་བྱེད་དཔྱད་འདི་ ཁས་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་ལུ་གི་ སྟོན་སྐབས་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་གཅིག་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་འབད་དགོ།
- ༤.༦.༨ སྒྱི་གཡོག་པ་དང་ཡངན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་འདི་ གནས་སོར་གྱི་ཐོབ་ལམ་མེད།
- ༤.༦.༩ སྒྱི་གཡོག་པ་དང་ཡངན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་འདི་ ལོ་གྲངས་^{༥༤} གི་ཕུལ་ལས་གཡོག་བཙུགས་འབད་མི་ཆོག

- ༤.༤.༡༠ སྤྱི་གཞིའཕུལ་དང་ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཞིའཕུལ་ཚུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའཕུལ་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞིའཕུལ་ལེའུ་ ༡༥ པ་
ནང་ཡོད་པའི་སྒྲེར་ཚིང་དང་གཞིའཕུལ་བཅུགས་དང་། ལེའུ་ ༣ པ་ནང་ཡོད་པའི་ཞི་གཞིའཕུལ་པའི་བཙེ་མཐོང་དང་ཀུན་
སྤྱོད་ཀྱིས་དབང་དགོ།
- ༤.༤.༡༡ སྤྱི་གཞིའཕུལ་ཚུགས་ཚུང་གིས་གྲོས་ཚེད་བཏོན་མི་གུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནིའི་མཐོ་གཞུགས་དབང་འཛིན་འདི་ རྒྱལ་
གཞུང་ཞི་གཞིའཕུལ་ཚུགས་མིན་དགོ།
- ༤.༤.༡༢ སྤྱི་གཞིའཕུལ་ལས་འགལ་བའི་ཚུད་གཞི་ཅིག་ཐོན་པའི་ཤུལ་ལུ་ ལས་སྡེ་ལུ་ བྱངས་ལྷན་གྱི་དོགས་གཞི་སྒྲོམ་ཆགས་
པའི་ཉེས་ཅན་གྱི་ཞིམས་དབྱུད་འབད་དགོཔ་ཐོན་པ་ཅིན་ ཚུད་དཔོན་ཡོངས་བྱུང་ཡིག་ཚང་བརྒྱད་དེ་ ཞིམས་གྱི་
འདུན་ས་ལུ་གཏང་དགོ།
- ༤.༤.༡༣ འབྲི་ཤོག་ ༣/༣ པ་དང་འཁྲུལ་ གཞིའཕུལ་བཅུགས་དང་གཞུང་འབྲུའི་ཚུགས་ཚུང་གིས་ ཁེ་ཕན་ལྷན་སྤྱོད་ཀྱི་གསལ་
སྒྲོན་བཙེས་ཏེ་ བཅའ་ཡིག་འདི་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་བའི་ཞི་གཞིའཕུལ་པའི་བཙེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་འདི་ལྷ་རྟོག་
འབད་དགོ།

༤.༥ དངུལ་ཕོགས་དང་ཁེ་ཕན།

སྤྱི་གཞིའཕུལ་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཞིའཕུལ་འདི་ གཞུང་གསལ་གྱི་དངུལ་ཕོགས་དང་ཁེ་ཕན་རྒྱུངས་གཅིག་གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༤.༥.༡ དངུལ་ཕོགས།

- ༤.༥.༡.༡ སྤྱི་གཞིའཕུལ་ཅིག་གི་དངུལ་ཕོགས་འདི་ དངུལ་ཕོགས་ཚད་གཞི་ཉུང་ཤོས་འདི་ལུ་ གཏན་
འབེབས་འབད་དགོཔ་དང་ ལོ་འཁོར་དངུལ་ཕོགས་ཡར་མེད་གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།
- ༤.༥.༡.༢ གཞི་རིམ་ལས་གཞིའཕུལ་འདི་ལུ་ གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་གླ་ཚད་དང་འཁྲུལ་ཏེ་སྤྱོད་
དགོཔ་དང་ ལོ་འཁོར་དངུལ་ཕོགས་ཡར་མེད་གི་ཐོབ་ལམ་མེད།
- ༤.༥.༡.༣ བཅའ་ཡིག་འདི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ བསྐྱོར་བཞག་འབད་མིའི་སྤྱི་གཞིའཕུལ་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་
ལས་གཞིའཕུལ་ཚུ་ལུ་ ཁག་འབག་འཐུས་གྱི་ཐོབ་ལམ་མེད།
- ༤.༥.༡.༤ སྤྱི་གཞིའཕུལ་དང་ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཞིའཕུལ་ཅིག་ གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་ཡོད་མི་དང་
འཁྲུལ་ཏེ་ དཀའ་འཐུས་དང་ཁ་མཐོའི་འཐུས་ཚུ་སྤྱོད་དགོ།
- ༤.༥.༡.༥ ལས་གཞིའཕུལ་ཅིག་གི་རྒྱུ་རྐྱེད་བའི་སྐབས་ཀྱི་དངུལ་ཕོགས་སྤྱོད་ནི་འདི་ རྒྱལ་གཅིག་གི་དངུལ་
ཕོགས་སྤྱོད་དགོ།

༤.༥.༢ ངལ་གསོ་དང་འགོ་འགྲུལ།

- ༤.༥.༢.༡ སྤྱི་གཞིའཕུལ་ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཞིའཕུལ་ཅིག་ བཅའ་ཡིག་འདི་གི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་
འཁྲུལ་ཏེ་ བསྐྱོར་བཞག་འབད་མི་འདི་ལུ་ ལེའུ་ ༡༠ པ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ལལ་གསོའི་ཐོབ་དབང་
ཡོད།

༤.མ.༡.༡ སྤྱི་གཡོག་པ་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ ལག་ལེན་སྤེ་རིམ་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད་དེ་
བཟུམ་སྟེ་ འགྲུལ་འཐུས་དང་ཉིན་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༤.མ.༡.༣ སྤྱི་གཡོག་པ་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ རྟོན་ཚན་ ༤.མ.༡.༡ པ་དང་མ་འཁྲིལ་བར་
ལྷ་གཡོག་ནང་ཟླ་རོ་ ༡༡ གྱི་རིང་ལུ་ཕྱག་ལུ་སྟེ་ཡོད་ན་ ཟླ་རོ་ ༤ གི་སྤྱི་མའི་དལ་གསའི་ཐོབ་
ལམ་ཡོད། ཡིན་རུང་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ དལ་གསའི་ལུ་བ་མ་བཅུགས་པའི་སྤྱི་གོང་ལུ་ ལྷ་
གཡོག་ནང་ཟླ་རོ་ ༡༡ ལངས་ཏེ་མེད་ན་ མོ་ར་ཟླ་རོ་ ༣ གྱི་སྤྱི་མའི་དལ་གསའི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།
ཟླ་རོ་ ༣ གྱི་སྤྱི་མའི་དལ་གསའི་ནང་ཡོད་པའི་བསྐྱོ་བཞག་གྲུབ་པའི་ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་ཚུ་
གིས་ ཨ་ལུ་སྤྱི་མའི་ཆོས་གངས་ལས་ཅིས་རྒྱབ་སྟེ་ སྤྱི་མའི་དལ་གསའི་ལྷག་ལུས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་
ཡོད།

༤.མ.༢ གསོ་བའི་མཐུན་རྒྱུ།

སྤྱི་བཙུན་མཐུན་རྒྱུ་འདི་ གསོ་བའི་ལྷན་ཁག་གི་བཅའ་ཡིག་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གཞུང་
གིས་གནང་དགོ།

༤.མ.༤ རྟོན་ཁྱིམ།

སྤྱི་གཡོག་པ་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་སོའི་རྟོན་ཁྱིམ་འདི་ རང་གིས་ག་སྤྱི་གྲུབ་དགོ། སྤྱི་
གཡོག་པ་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་འབྲེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཁང་གྲུའི་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་
ཡོད། ཡིན་རུང་ གལ་སྲིད་ གཞུང་གིས་རྟོན་ཁྱིམ་གནང་པ་ཅིན་ ཁང་གྲུ་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་
དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དངུལ་ཕོགས་ལས་བཏོག་དགོ།

༤.མ.༥ སྦྱོང་བཟུང་།

སྤྱི་གཡོག་པ་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་འདི་ དེས་པར་དུ་འབད་དགོ་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ལྷ་གཡོག་དང་
འབྲེལ་བའི་ཡུན་ཐུང་སྦྱོང་བཟུང་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། ཡིན་རུང་ ཁོང་ཆ་ཁྱབ་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྦྱོང་བཟུང་དང་འགོ་འགྲུལ་གྱི་
ཐོབ་ལམ་མེད།

༤.མ.༦ དགོངས་ལཱ་ཁྱེད་ཕོགས། འཛོ་རྟེན་མ་དངུལ། ཉེན་བཙོལ།

སྤྱི་གཡོག་པ་ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གི་ དགོངས་ལཱ་ཁྱེད་ཕོགས་དང་ འཛོ་རྟེན་མ་དངུལ། ཉེན་
བཙོལ་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ཁྲིམས་ལུགས་དང་སྤྱི་གཞི་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཡིན་དགོ།

༤.མ.༧ སྤོང་ཆ།

ཁྲིམས་དང་བསྟུན་པའི་སྤོང་ཆ་ཚུ་ག་ར་ བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་དགོ།

༤.མ.༨ དགོངས་ལཱ་ཁྱེད་གསོལ་ར།

ཁྲིམས་ལུགས་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་མེད། ཡིན་རུང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ སྤྱི་གཡོག་པ་
འདི་གི་ ལཱ་བྱལ་གྲུབ་འབྲས་གྲག་གི་བཞག་སྟེ་ སྤྱི་གཡོག་དོ་མ་ཉུང་མཐའ་ ལོ་རྒྱུ་ ལྷག་
ཞུ་བའི་བྱལ་ལས་ ལཱ་གཡོག་ཡུན་སང་འབད་མ་ཡིན་པ་ཅིན་ སྤྱི་གཡོག་པ་, བ་ཚུན་ཡར་སང་
གྱི་དོན་ལུ་བརྩི་འཛོག་འབད་དགོ།

༤.མ.༩.༥ ལཱ་བྱལ་འདི་ ཡུན་སང་གི་དོན་ལུ་ ཚད་གཞི་གཙོ་བོ་ཅིག་སྟེ་ཆ་བཞག་དགོ།

༤.མ.༡༠ ལཱ་གཡོག་ཆ་མེད།

༤.མ.༡༠.༡ དོན་ཚན་ ༤.མ.༤.༡ དང་གཅིག་ཁར་ ལཱ་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་མ་ཚང་མ་ལས་ ལཱ་གཡོག་ཆ་
མེད་གཏང་དགོ་པའི་རེ་འདོད་སྐྱེད་མའི་ཕ་ཕན་འདི་གིས་ ཉུང་ཤོས་ལྷན་དོ་, གི་སྤྲོ་གོང་ལས་
བན་ལན་འབད་དགོ། གལ་སྲིད་ བན་ལན་གྱི་དུས་ཡུན་ཕྱིན་དགོ་པ་ཡོད་མི་འདི་ལས་འགལ་བ་
ཅིན་ དུས་ཡུན་ལས་བཟུལ་མི་ཕ་ཕན་འདི་གིས་ བན་ལན་དུས་ཡུན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་
གཡོག་པའི་གཞི་རྒྱུ་དངུལ་ཕོགས་འདི་སྤྲོད་དགོ།

༤.མ.༡༠.༢ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ཡངན་ གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པའི་ལཱ་གཡོག་འདི་ གལ་སྲིད་སྤྱི་གཡོག་ཁྲིམས་
ཚོགས་ཚུང་གིས་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་སྟེ་ཐོན་པ་
ཅིན་ དགོངས་ཞུའི་གསལ་ར་དང་བན་ལན་ག་ནི་ཡང་མ་བྱིན་པར་ཆ་མེད་གཏང་ཚོག

༤.མ.༡༠.༣ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡངན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་གི་ལཱ་གཡོག་འདི་ དགོས་མཁོ་མེད་པ་ཐོན་པ་
ཅིན་ ཡངན་ ལཱ་གཡོག་འདི་ ཕྱིར་སྤྱོད་འབད་ནི་གི་གོས་ཐག་གཅད་པའི་སྐབས་ལུ་ ནམ་ར་
འབད་རུང་ཆ་མེད་གཏང་ཚོག

༤.༢ འགན་འཁུག

༤.༢.༡ བཅའ་ཡིག་འདི་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་བསྐོ་བཞག་འདི་ གནང་བ་མེད་པ་སྟེ་ཆ་བཞག་དགོ་པ་དང་ དེ་ལས་བརྟེན་ ལས་
སྡེ་གིས་བསྐོ་བཞག་འདི་ ཆ་མེད་གཏང་དགོ།

༤.༢.༢ འགན་འཁུག་ལས་འགལ་བའི་དབང་འཛིན་འདི་ལུ་ བདག་སྐྱོང་བྱ་ལེན་གྱི་འཁྲི་བ་ཕོག

སྤྱི་གཡོག་འོག་གི་གཡོག་གནས།

༡	ཡི་གུ་སྐྱེལ་ལེན་པ།	-	ལས་སྤྱེ། (ཉུང་མཐའ་སློབ་རིམ་བརྒྱད་པའི་ཤེས་ཚད།)
༢	སློན་འཕྲག་པ།	-	སློན་ཁང་།
༣	ནད་ཤག་ལས་གཡོག་པ་པོ།	-	སློན་ཁང་། (ཉུང་མཐའ་སློབ་རིམ་བརྒྱད་པའི་ཤེས་ཚད།)
༤	འབྲུ་མི།	-	ནད་སྤྱོད་མཐུན་ཆེན་ཡོད་མའི་སློན་ཁང་དང་སློབ་གྲྭ།
༥	སྤྲོམ་ཆེ་པ།	-	རྒྱལ་ཡོངས་སྤྲོམ་གྱི་གྲྭ།
༦	གྲྭ་པ།	-	རྒྱལ་ཡོངས་སྤྲོམ་གྱི་གྲྭ།
༧	ཐབ་ཚང་པ། ཡང་ན་ཁབ་བསམ་པ།	-	གཞུགས་སྤྱོད་སློན་ཁང་།
༨	དོ་རྒྱུས་པ།	-	ལས་སྤྱེལ་ལས་ཁུངས། ཡང་ན་རྫོང་ཁག
༩	ཁང་གཉེར་པ།	-	རྫོང་ཁག
༡༠	བང་རྩ་རྒྱུ་མི།	-	རྫོང་ཁག
༡༡	ཀྱིང་ཀྱི་རྒྱུ་མི།	-	རྫོང་ཁག
༡༢	རྒྱ་སྤྲོད་འཕུ་མི།	-	རྫོང་ཁག
༡༣	ས་འཇལ་ས་ཁོངས་ལས་རོགས།	-	འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྤྱེ།

བྱུང་དེབ། ༤/ཁ

གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་འོག་གི་གཡོག་གནས།

༡	ཕྱག་མ་འཕྲག་མི། (སྐྱམ་/སློན་མ)	
༢	བང་གཞག་པ་པོ་དང་མོ།	
༣	སྤྲང་རྒྱུ། (སྤྲིང་བཏང་།)	
༤	བདག་འཛིན་པ། (རི་སྤྲང་པ། མེ་སྤྲང་པ། རྒྱ་གཉེར་པ། རྒྱབ་སྤྲང་པ། མགོན་ཁང་། ཨ་ལུ་བཙེལ་ཁང་།)	
༥	ཨ་བྱང་།	
༦	ཞིང་ལྗེ་པ།	
༧	ལས་རོགས།	
	ཀ། རྒྱ་གཡུར་སེལ་མི།	
	ཁ། མཛེད་ཁང་། གནམ་གཤིས་རིག་པ། འཇལ་ཆས་དང་གཏང་ཆས།	
	ག། རྒྱ་རྩལ་ཁང་།	
	ང། བརྟག་དཔྱད་ཁང་མཐུན་ཆེན་དང་།	
	ཅ། བྱུར་བརྟག	
༨	སེམས་ཅན། ཉ་གསའི་ལས་རོགས།	
༩	ཅ་དམ་དང་ཅ་ཁལ་གྱི་སྤྲང་རྒྱུ།	
༡༠	ལྷམ་ར་གཉེར་པ།	
༡༡	ཤི་ལྷ་མི།	
༡༢	ལག་གཡོག་པ།	
༡༣	རྩ་འབྲེག་ལས་གཡོག་པ།	
༡༤	མགར་མ།	
༡༥	རྩ་རྩ་མི།	
༡༦	ཨ་ལུ་གཅེས་སྤྲོད་པ།	



རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ཕྱོད་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འཕུག་གཞུང་།

ལམ་ཡིག་དོ་པར་

ཟུང་།

སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལཱ་གཡོག་གི་ཁ་ཚིག་གན་ཚིག་གི་གན་ཡིག

༡. གན་ཡིག

- ༡.༡ གན་ཡིག་འདི་ སྤྱི་ཚེས་.....(ཚེས་/ཟླ་/ལོ་) ལུ་.....(ལས་སྡེ་) དཔལ་ལྷན་འཕུག་གཞུང་འདི་ ད་ལས་པར་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་ཟེར་སྤྲོད་མི་འདི་དང་ མི་ཁྲུངས་དོ་སྤྱོད་ལག་ཁྱེར་.....
..... འཆང་མི་དོམ་.....འདི་ ད་ལས་པར་ ལས་གཡོག་པ་ཟེར་
བའི་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་གན་ཡིག་བཟོ་དོན་དེ་ཡང་།
- ༡.༢ ཁོ་ཡང་ན་མོ་གིས་.....སྤྱི་ལས་སྡེ་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ཁྱེད་ཀོས་དང་ ཡང་ན་ ལས་སྡེ་གིས་དུས་དང་དུས་སུ་དགོས་མཁོ་དང་
འཁྲིལ་ཏེ་བཀོལ་བའི་ལཱ་དང་ ཡང་ན་ས་གནས་ ཡང་ན་ལས་ཁྲུངས་ལུ་ ཕྱག་ཕྱིད་ཁྱེད་ཀོ།
- ༡.༣ ཁོ་ཡང་ན་མོ་གིས་སྤྱི་ཚེས་.....ཟླ་.....ལོ་.....ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ དུས་ལུན་ཟླ་དོ་བསྐོས་ས་.....ཚུན་
ཕྱག་ཕྱིད་ཁྱེད་ཀོ། (དུས་ལུན་འདི་ ལྷ་ལས་པར་ ཁག་འབག་དུས་ལུན་སྤྱི་བཙུག་ཅི་ནི་ཨིན།)

༢ དཔལ་ལྷན་དང་ཁེ་ཕན།

༢.༡ དཔལ་ལྷན་ཕྱོགས།

- ༢.༡.༡ སྤྱི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་དཔལ་ལྷན་ཕྱོགས་འདི་ དཔལ་ལྷན་ཚད་གཞི་ཉུང་ཤོས་འདི་ལུ་ གཏན་འབེབས་འབད་དགོས་དང་
ལོ་འཁོར་དཔལ་ལྷན་ཕྱོགས་ཡར་མེད་གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།
- ༢.༡.༢ གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་གླེང་ཚད་ཉུང་ཤོས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྤྱོད་དགོས་དང་ ལོ་
འཁོར་དཔལ་ལྷན་ཕྱོགས་ཡར་མེད་གི་ཐོབ་ལམ་མེད།
- ༢.༡.༣ བཅའ་ཡིག་འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བསྐོས་བཞག་འབད་མིའི་སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་
ཁག་འབག་འཕུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་མེད།
- ༢.༡.༤ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ འཁོར་ལམ་ལས་དོ་ལམ་ཉིན་མ་གཅིག་གི་ས་ཁར་ གཡོག་
གནས་ནང་འགྱོད་དགོ་པ་ཅིན་ དཀའ་འཕུས་འདི་ གཞུང་གིས་ཁ་མཐོའི་འཕུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཐག་བཅད་དེ་ཡོད་མི་
དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྤྱོད་དགོ།

༡.༢ ངལ་གསོ་དང་འགོ་འགྲུལ།

༡.༢.༡ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཡོག་གཞི་༢༠༡༥ ཅན་མའི་དགོངས་དོན་རྒྱུ་དབང་འོག་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་མི་འདི་ལུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཡོག་གཞི་༢༠༡༥ ཅན་མའི་ དོན་ཚན་༤.༡.༡ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ངལ་གསོའི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡.༢.༢ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ལུ་གནས་སོར་གྱི་ཐོབ་ལམ་མེད།

༡.༣ གསོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན།

༡.༣.༡ སྤྱི་བཅོས་མཐུན་རྐྱེན་འདི་ གསོ་བའི་ལྷན་ཁག་གི་བཅའ་ཡིག་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གཞུང་གིས་གནང་དགོ།

༡.༤ སྤྱོད་ཁྱིམ།

༡.༤.༡ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གི་སྤྱོད་ཁྱིམ་འདི་ རང་གིས་ར་བཅའ་སྤྱི་གཡོག་རྒྱབ་དགོ། ཨིན་རུང་ གཞུང་གིས་སྤྱོད་ཁྱིམ་གནང་པ་ཅིན་ ཁང་གླ་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་བཏོག་དགོ།

༡.༥ དགོངས་ཁྱའི་བྱུང་ཕྱོགས། འཛོ་རྟེན་མ་དངུལ། ཉེན་བཅོལ།

༡.༥.༡ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གི་ དགོངས་ཁྱའི་བྱུང་ཕྱོགས་དང་འཛོ་རྟེན་མ་དངུལ་ དེ་ལས་ཉེན་བཅོལ་ཚུ་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་ཁྱིམ་ལུ་གསལ་དང་སྤྱི་གཡོག་གཞི་ཚུ་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡.༦ སྤོང་ཆ།

༡.༦.༡ ཁྱིམ་དང་བསྐྱུན་པའི་སྤོང་ཆ་ཚུ་ག་ར་ བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡.༧ དགོངས་ཁྱའི་ཁེ་སྤོང་།

༡.༧.༡ དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་འདི་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ལཱ་གཡོག་འབད་དེ་ ལོ་ངོ་རེ་འཁོར་མ་ད་ མཐའ་མཐུག་གི་ལྷ་ངོ་གི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕྱོགས་ཚད་གཞི་ག་ཨིན་མི་རེ་སྤྱོད་དགོ། གལ་སྤོང་ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་འདི་ གཡོག་ནང་ལུ་ཆེ་ལས་འདས་རུང་ དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་འདི་ ལཱ་གཡོག་པ་དེ་གི་ངོ་ཚབ་སྤོང་པའི་མི་ངོམ་ཅིག་ལུ་སྤྱོད་ཆོག།

༡.༧.༢ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁག་འབག་གི་དུས་ལུན་མ་ཚང་བའི་ནང་འཁོད་ དང་སྤྲངས་གྱི་ཐོག་ལས་ ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་གྲངས་ཀྱི་དགོངས་ཁྱའི་གསལ་ར་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ ལྷ་ངོ་ ༡ གི་སྤྱོད་ལས་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་འདི་ལུ་བད་ལན་འབད་དགོ།

༡.༧.༣ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་གིས་ཁག་འབག་ཆ་མེད་གཏང་པའི་ནམ་དུས་ལུ་ དགོངས་ཁྱའི་གསོལ་ར་འདི་ ཡིད་ཚིམ་ཚུགས་པའི་ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་གྲངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྤྱོད་དགོ། ཨིན་རུང་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་འདི་

གིས་ ལས་གཡོག་པའི་ཁག་འབག་འདི་ ལཱ་གྲུབ་འབྲས་མེད་མི་དང་། ཡང་ན་ སྤྱོད་ངན་ ཡང་ན་ཁག་འབག་གི་
འགན་ལེན་དང་འགལ་བའི་གནད་དོན་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ཆ་མེད་བཏང་བ་ཅིན་ དགོངས་ལུ་གསོལ་རའི་ཐོབ་དབང་
མེད།

༡.༡.༤ ལཱ་གཡོག་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་གི་རྒྱུན་རེ་བྱུང་བ་ཅིན་ དགོངས་ལུ་གསོལ་རའི་ ཡིད་ཆེ་མ་
ཚུགས་པའི་ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་གངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་དེའི་གདམ་ཁ་འབད་ཡོད་
པའི་མི་ངོམ་གང་རུང་ལུ་སྤྱོད་དགོ།

༣ ཡུན་སེང་།

༣.༡ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་ལཱ་གཡོག་ཡུན་སེང་འདི་ གཡོག་བཅུགས་ལས་སྟེ་འདི་གིས་གནང་
དགོ།

༣.༢ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་གི་ལཱ་གཡོག་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་དང་ ལས་གཡོག་པ་གཉིས་ཆ་ར་ཁ་
འཆམ་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལོ་ངོ་༡ གྱི་དུས་ཡུན་ལས་མ་བརྒལ་བའི་ནང་འཁོད་ནང་ ཡུན་སེང་ཡང་ན་བསྐྱར་གསོ་འབད་ཆོག

༣.༣ ཡུན་སེང་འདི་ སྤྱི་གཡོག་པ་ལས་འགལ་བ། ལོག་པའི་སྤྱན་ལུ། གཡོ་སྤྱོད་གང་རུང་གི་ཉེས་ཐོ་མེད་པའི་གཡོག་རབས་གཙང་
མ་ཡོད་མི་དང་ ཞི་གཡོག་པའི་བཙུ་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་ལས་འགལ་བ་སྟེ་ བཙུ་བཏུབ་པའི་བྱ་ངན་གཞི་ཡང་མེད་མི་རྒྱུང་མ་
གཅིག་ལུ་གནང་དགོ།

༣.༤ ལཱ་བྱལ་འདི་ ཡུན་སེང་གི་དོན་ལུ་ ཚད་གཞི་གཙོ་བོ་ཅིག་སྟེ་ཆ་བཞག་དགོ།

༤ ལཱ་གཡོག་ཆ་མེད།

༤.༡ ལཱ་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་མ་ཚངས་ལས་ ལཱ་གཡོག་ཆ་མེད་གཏང་དགོ་པའི་རེ་འདོད་སྤྱོད་མའི་ཙུ་ཕན་འདི་གིས་ ཉུང་ཤོས་སྒྲོ་
༡ གི་སྤྱོད་ལས་བརྒྱལ་འབད་དགོ།

༤.༢ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ཡང་ན་ གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པའི་ལཱ་གཡོག་འདི་ གལ་སྤྱད་སྤྱི་གཡོག་ཆོགས་རྒྱུང་གིས་ ལས་གཡོག་པ་
འདི་གིས་ བདག་སྤྱོད་གི་ཉེས་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ལཱ་གཡོག་འདི་ བརྒྱལ་མ་བྱིན་པར་ཆ་མེད་གཏང་ཆོག

༤.༣ སྤྱི་གཡོག་པ་དང་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་གི་ལཱ་གཡོག་འདི་ དགོས་མཁོ་མེད་པ་ཐོན་པ་ཅིན་ ཡང་ན་ གཞུང་གིས་ལཱ་
གཡོག་འདི་ ཕྱིར་སྤྱོད་འབད་ནི་གི་གོས་ཐག་གཙང་པའི་སྐབས་ལུ་ ནམ་ར་འབད་རུང་ཆ་མེད་གཏང་ཆོག

གཤམ་གསལ་གྱི་དཔང་པོ་འཛུམས་ཐོག་ལུ་ང་གིས་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མའི་ཁ་ཐུག་ལས་དང་ལས་གཡོག་པ་.....ང་
གིས་ གནམ་ལོ་.....ཟླ་.....ཆེས་.....ལུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་མིང་རྟགས་བཀོད་པ་ཨིན།

ལག་འབག་ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།

ཚེས། ཟླ། ལོ། (ཁྲིམས་རྟགས་སྟུང་།)

འཛོམས་དཔང་གི་རྟགས།|

ལཱ་གཡོག་སྟོད་མིའི་རིེཾ་ཚབ་ཀྱི་རྟགས།

ཚེས། ཟླ། ལོ།

འཛོམས་དཔང་གི་རྟགས།|



རྒྱལ་ཁུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

(སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པའི་ཁག་འབག་ཡུན་མང་འབྲི་ཤོག)

- ༡ མིང་།
- ༢ མི་ཁྱདས་དོ་སྤྱོད་ལག་ཁྱེར་ཨང་།
- ༣ སྤྱི་ཚེས།
- ༤ མི་ཁྱདས།
- ༥ གཏན་འཇགས་ཁ་བྱང་།
- ༦ ད་ལྟོའི་ལྷན་ཁག ལས་སྡེ། སློབ་གྲྭ།
- ༧ ད་ལྟོའི་ཁག་འབག་ལུ་གཡོག་གི་གཡོག་བསྐྱོས་
 ༡༡ གཡོག་བསྐྱོས་ཟླ་ཚེས།
 ༡༢ གཡོག་བསྐྱོས་ཡིག་ཨང་།
 ༡༣ གོ་གནས།
 ༡༤ དདུལ་ཕྱོགས་ཚད་གཞི་/མཉམ་བསྐྱབས་དདུལ་ཕྱོགས།
 ༡༥ གཞི་རྟེན་དདུལ་ཕྱོགས།
 ༡༦ ད་ལྟོའི་ཁག་འབག་དུས་ཡུན་ ལས་ ཚུན།
 ༡ ཁག་འབག་ཡུན་མང་ཁྱེད་ཤོག་(ཟླ་གྲངས་བཀོད།) ལས་ ཚུན།

ཁག་འབག་ཡུན་མང་གི་དུས་ཡུན་རིང་ལུ་ ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ འགོ་ཐོག་བསྐྱོ་བཞག་གི་སྐབས་ལུ་ ཡང་ན་མོས་མཐུན་གྱི་ཐོག་ ལས་ བསྐྱར་བཅོ་ཁྱབ་པའི་གན་ཡིག་གི་ཁ་ཚིག་གན་ཚིག་ལུ་གནས་ནི་ཨིན། ཁག་འབག་དུས་ཡུན་གསར་པ་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་གནང་བ་གནད་དགོ།

(ཁྲིམས་རྟགས་སྟུང་།)

ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་རྒྱབ་སྟོན་དོ་སྤྱོད་།

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཞལ་འཛོམས་ཚོགས་ཐེངས་སྤྱི་ཚེས་ལུ།

བཞག་གསོ། (ཡོད་ན།)

མི་སྟོབས་གཙོ་འཛིན་/མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གོང་མ་/མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་རྟགས།

མིང་།

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གནང་བ་ (འབྲེལ་བ་ཡོད་ན་ ལས་སྡེའི་གནང་བ།)

གནང་བ་གྲུབ།

☐

གོང་འཁོད་ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་ ཁག་འབག་ཡུན་མང་འདི་ ད་ལས་ཡར་ རོ་རྒྱུང་ ཟླ་རོ་ _____ལས་_____ཚུན་གནང་བ་གྲུབ་
ཡོད།

གནང་བ་མ་གྲུབ།

☐

རྒྱ་མཚན།

ས་གནས།

ཟླ་ཚེས།

ཐེངས་དང་མིང་རྟགས།

ལེའུ་ ༡ པ། གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ས།

༡.༡ སྤོང་བྱས།

- ༡.༡.༡ ཤེས་ཚད་དང་ཚུགས་གྲུབ་ངག་ཤོས་དང་གཅིག་ཁར་ ཀུན་སྤྱོད་ཚུལ་མཐུན་ཡོད་མི་ཚུ་ འཛོལ་ཐབས་འབད་ནི་དང་
གདམ་འབྲུ་འབད་ནི།
- ༡.༡.༢ ཞི་གཡོག་ནང་གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ དྲུངས་གསལ་དང་གཟེངས་སྟོན་གོ་རིམ་ལུ་བརྩི་བཀུར་འབད་ནི།
- ༡.༡.༣ འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་འཁྲུལ་མཐུན་ལུ་ ༢༠༢༠ ཅན་མའི་ དོན་ཚན་ ༤༡ པ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་
ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
- ཚུན་ཆོགས་འདི་གིས་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་ཚུ་ ཞི་གཡོག་ནང་ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་གོ་
གནས་ཚུ་ནང་ འགོ་སྟོན་བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་བཙུགས་ནང་ལྷོད་ཡོད་པའི་ལམ་
ལུགས་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ འགན་བསྐྱར་ཅན་གྱི་འཛུལ་ཞུགས་ཆོས་རྒྱལ་ས་སྟོན་ལས་ བཙག་འབྲུ་འབད་དགོ།

༡.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡.༢.༡ དམ་དམ་དང་འོས་འབབ་ངེས་བརྟན་ཡོད་པའི་གཡོག་བཙུགས་ཆོས་རྒྱལ་ས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་འདི་ལུ་ འབྲུག་གི་ཞི་
གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ས་ཟེར་སྐབས་ཨིན།
- ༡.༢.༢ གཏན་གཡོག་ནང་ལུ་ ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་གོ་གནས་ནང་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་ཚུ་ འབྲུག་ཞི་གཡོག་ཆོས་
རྒྱལ་ས་རྒྱུང་མ་གཅིག་གི་སྟོན་ལས་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་ཡོད་པའི་ཐབས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༡.༢.༣ གཙུག་ལག་མཐར་འཁྱོལ་དང་ དེ་ལས་མཐོ་བའི་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་ཚུ་ གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་པའི་གཡོག་གི་སྤྱོད་གི་
དགོས་མཁོ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟོན་ལས་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་གདམ་འབྲུ་འབད་དགོ།
- ༡.༢.༤ ངག་ཤོས་དང་སློ་རིག་ཅན་ཚུ་གདམ་ཁ་གྲུབ་ཡོད་པའི་ཐབས་བརྟན་བཟོ་ནི།

༡.༣ ཆོས་རྒྱལ་ས།

- ༡.༣.༡ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ས་འདི་ གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ལས་རྒྱབ་དགོ།
- ༡.༣.༡ རིམ་པ་དང་པ། སྤོང་འགྲོའི་ཆོས་རྒྱལ་ས།
- ༡.༣.༢ རིམ་པ་གཉིས་པ། དངོས་གཞིའི་ཆོས་རྒྱལ་ས།
- ༡.༣.༣ སྤོང་འགྲོའི་ཆོས་རྒྱལ་ས།
- ༡.༣.༣.༡ སྤོང་འགྲོའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་འདི་ དངོས་གཞིའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་རྒྱབ་མིའི་མི་ངོམ་ཚུ་

ཕྱི་སེལ་རྒྱལ་ནི་དང་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་ཉུང་མཐའ་ལུ་དགོ་པའི་གནས་ཚད་ དེས་བརྟན་ཡོད་པ་བཟོ་
ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན།

ཡ.ཕ.འ.འ སྤྱོད་འགྲོའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་རྒྱལ་མིའི་མི་ངོམ་ཚུ་ ལན་ཐེངས་མཐོ་ཤོས་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་རྒྱུང་མ་
གཅིག་རྒྱལ་ཆོག།

ཡ.ཕ.འ.ཕ སྤྱོད་འགྲོའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ཀྱི་དྲི་ཤོག་ཚུ་ གཙུག་ལག་ཤེས་ཡོན་དབྱེ་སྡེ་ག་རུ་ལུ་ཅོག་འཐད་པ་དགོ།

ཡ.ཕ.འ.ཇ སྤྱོད་འགྲོའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་འདི་ནང་ མི་ངོམ་ཚུ་གི་ཨིང་སྐད་དང་ཨོང་ཁའི་ཁ་སྐབ་ཀྱི་རིག་ཅུལ།
རིག་ཤེས་དང་དབྱེ་དབྱུད། ཅིས་རིག་དང་གནས་སྤྱད་དོན་འབྲེལ་ཚུ་གི་ཕྱོག་གྲུབ་བཟླ་ནིའི་དོན་
ལུ་དྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་ གདམ་ཁ་ཡོད་པ་སྡེ་བཟོ་དགོ།

ཡ.ཕ.འ.ཉ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་གིས་ གྲོས་ཐག་བཅད་དེ་ཡོད་མིའི་ཉུང་མཐའ་ཚད་བཀག་
སྒྲུག་ཚད་ཐོབ་མིའི་མི་ངོམ་ཚུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་གིས་ དངོས་གཞིའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་རྒྱལ་ནིའི་གོ་
སྐབས་འཐོབ།

ཡ.ཕ.འ.ཏ སྤྱོད་འགྲོའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ནང་ལས་ཐོབ་པའི་སྒྲུག་ཚུ་ དངོས་གཞིའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ནང་ལུ་བསྐྱོན་
མི་ཆོག་མ་ཚད་ ལོ་ངོ་དེ་དང་ ཡང་ན་ལོ་ངོ་དེའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་དོན་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ཆ་གནས་
ཡོད།

ཡ.ཕ.འ.ཐ ཁྱད་རིག་གི་དབྱེ་ཁག་ལ་ལུ་ཅིག་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་གཙུག་སྡེ་ཅིག་གིས་ ཁྱད་རིག་གི་སྤྱང་བ་
འབད་ཆོག་པའི་ངོས་འཛིན་དང་ལག་ཁྱེར་འཐོབ་མི་དང་ དེ་བཟུམ་མའི་ཁྱད་རིག་འདི་ ཉ་ཅང་
གིས་མ་ལངས་པའི་སྐབས་ ལྷན་ཆོག་གིས་ སྤྱོད་འགྲོའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་རྒྱལ་ནི་ལས་དགོངས་
ཡངས་གཏང་ཆོག།

ཡ.ཕ.ཕ དངོས་གཞིའི་ཆོས་རྒྱལ་ས།

ཡ.ཕ.ཕ.ཏ དངོས་གཞིའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ར་ མཐའ་དབྱེད་གདམ་འབྲུ་འབད་ནིའི་དོན་
ལུ་ མི་ངོམ་འདི་གི་ཕྱོག་ས་གྲུབ་ངོ་མ་གང་ཡོད་དང་ དེ་རའི་ཆོས་ཚན་ ཡང་ན་སྤྱིར་བཏང་ཤེས་
ཡོན་བརྟན་དབྱེད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་དགོ།

ཡ.ཕ.ཕ.འ མི་ངོམ་འདི་གིས་ དངོས་གཞིའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་འདི་ མཐོ་ཤོས་ར་ཚར་གཉིས་ཚུན་རྒྱུང་མ་གཅིག་
རྒྱལ་ཆོག།

ཡ.ཕ.ཕ.ཕ དངོས་གཞིའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ཕུལ་མིའི་མི་ངོམ་ཚུ་ དོན་ཚན་ ༡.༥ པ་དང་འཁྲིལ་བའི་ གཤམ་
འཁོད་ཀྱི་དབྱེ་ཁག་ཚུའི་ནང་ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་དང་བསྐྱུན་ཏེ་དབྱེ་དགོ།

ཀ། བདག་སྤྱོད་ལཱ་གཡོག

ཁ། དངུལ་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག

ག ཤེས་རིག་ལུ་གཡོག་དང་།

ང། ལྷན་རིག་ལུ་གཡོག་

ཧ.ཕ.ཕ.ལ

ཤེས་རིག་ལུ་གཡོག་འདི་ལུ་ ཚེས་རྒྱགས་ཀྱི་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད། དེ་ཡང་ གཡོག་བསྐྱོས་མ་འབད་བའི་རྟེ་མ་ སྤྱིལ་བཏང་གཙུག་ལག་མཐར་འཁྱེལ་མི་ཚུ་གིས་ཕུལ་དགོ་པའི་ཤེས་རིག་གཙུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་དང་། ཐང་ཁར་གཡོག་བསྐྱོས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཨིན་མིའི་ཤེས་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།

ཧ.ཕ.ཕ.ལ

དངོས་གཞིའི་ཚེས་རྒྱགས་ནང་ལུ་ ག་ཤས་འཁོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་གསུམ་དང་གཅིག་ཁར་ དེ་ཚུ་གི་སྒྲགས་ཀྱི་མྱིང་ཚད་ཚུ་ཡང་ཚུད་དགོ།

ཆ་ཤས།	བདག་སྐྱོང་ལུ་གཡོག་/དབུལ་འབྱེལ་ལུ་གཡོག་/ལྷན་རིག་ལུ་གཡོག་/ཤེས་རིག་ལུ་གཡོག་ (ཤེས་རིག་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད།)	ཤེས་རིག་ལུ་གཡོག་ (ཤེས་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།)
ཆ་ཤས་ ༡ པ། སློབ་རིག་གྲུབ་འབྲས།	༡༠%	༡༠%
ཆ་ཤས་ ༢ པ། འབྲི་རྒྱགས།	༡༠%	༤༠%
ཆ་ཤས་ ༣ པ། དག་རྒྱགས།	༡༠%	༡༠%

ཧ.ཕ.ཕ.ལ

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚེས་རྒྱགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གསུམ་གྱི་མྱིང་ཚད་འདི་ ཏུས་དང་ ཏུས་སུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ དགོས་མཁོ་དང་བསྟུན་པའི་བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོ།

ཧ.ཕ.ཕ.ཧ

གཡེ་མིང་མི་ངོ་ཅིག་གིས་ ཚེས་རྒྱགས་ཀྱི་བྲི་ཤོག་གསུམ་ཆ་ར་དང་ དག་རྒྱགས་མ་རྒྱབ་པ་ཅིན་རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ མི་ངོམ་འདི་གི་གྲུབ་འབྲས་གསལ་བསྒྲགས་མི་འབད་ནི་དང་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ དངོས་གཞིའི་ཚེས་རྒྱགས་ཀྱི་སྒྲབས་ཚར་གཉིས་ལེན་ཚོག་མི་ལས་གཅིག་ལེན་ཚར་ཕྱ་སྤྱོད་དགོ།

ཧ.ཕ.ལ

སློབ་རིག་གྲུབ་འབྲས།

ཧ.ཕ.ལ.༡

སློབ་རིག་གི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་གྱིས་ངོས་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་ ཤེས་ཡོན་མཐོ་བའི་སྤེལ་ཁར་ཅིག་ནང་ལས་ གཙུག་ལག་ཤེས་ཡོན་ནང་ལུ་ ཐོབ་ཡོད་པའི་སྒྲགས་ཚུ་གྱ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ཨིན། དེ་ཁར་ དམིགས་བསལ་དུ་ སློབ་རིམ་ ༡༠ པ་དང་ ༡༡ པའི་སློབ་རིག་ལག་ཁྱེར་ཚུ་ཡིག་ཆའི་སྒྲུབ་བྱེད་སྤྱོད་དགོ་པ་མེད་པ་སྤྱོད་དེ་ ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ཡིག་ཆའི་སྒྲུབ་བྱེད་དོན་ལུ་སྤྱོད་དགོ།

ཡ.ཕ.ལ.འ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ བདག་སྐྱོད་ལཱ་གཡོག་ཆོས་རྒྱགས་ཀྱི་དོན་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་པའི་སྐབས་
གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ འདི་གཉིས་ལས་གང་རུང་ཅིག་ དབྱེ་
ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཆོག་ ཨིན་རུང་ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབྲེལ་ཡོད་མཐོ་རིམ་
ཤེས་ཚད་ཀྱི་ལག་ཁྱུར་འདི་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་བཅི་འཛིག་འབད་དགོ།

ཡ.ཕ.ལ.ཡ གནས་རིམ་གཅིག་ཨིན་པའི་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་ གཅིག་རྒྱང་མ་གཅིག་ངོས་ལེན་འབད་དགོ།

ཡ.ཕ.ལ.ལ མི་ངོམ་འདི་གི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ གལ་སྲིད་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡིག་ཐོག་ལུ་སྟོན་ཡོད་མི་གི་ཐང་
གཙུག་ལག་སྟོབ་སྟེའི་གྲུབ་འབྲས་ཤོག་ཁྲམ་ནང་ལུ་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་ཐངས་ཀྱི་ཚད་གཞི་
བཀོད་དེ་མེད་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་འདི་གི་ གསལ་བྱེད་ཡིག་ཐོག་གི་སྐྱགས་འདི་ ཟུར་དེབ་ ༡།༡་
པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་རེ་འཇུག་དང་འབྲེལ་ཏེ་བརྒྱ་ཆ་ལུ་མཐ་དགོ།

ཡ.ཕ.ཤ འབྲི་རྒྱགས།

ཡ.ཕ.ཤ.༡ སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་རྒྱགས་ནང་ལས་མཐར་འཁྱོལ་མའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་གིས་ བདག་
སྐྱོད་ལཱ་གཡོག་དང་ དུལ་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ དེ་ལས་ ཤེས་རིག་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཀྱི་དོན་
ལུ་ ཤེས་རིག་ལཱ་གཡོག་གདམ་ཁ་རྒྱབ་མི་ཚུ་གིས་ རང་སྲོའི་འོས་འབབ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འབྲི་
རྒྱགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཆོས་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་རྒྱགས་སོ་སོར་སྤུལ་དགོ། ཆོས་རྒྱགས་ནང་ལུ་
དུས་ཡུན་ཚུ་ཆོད་ ༩ གྱི་རིང་ལུ་ གཤམ་འཁོད་ཆོས་ཚན་གསུམ་གྱི་ཆོས་རྒྱགས་སྤུལ་དགོ།

༡། ཇི་ཤོག་དང་པ། རྫོང་ཁ།

ཁ། ཇི་ཤོག་གཉིས་པ། ཨིང་སྐད་དང་སྤྱིར་བཏང་ཤེས་ཡོན་དང་།

ག ཇི་ཤོག་གསུམ་པ། (༡) འབྲུག་གི་མི་སྡེ་དང་སྤྱིད་སྐྱོད་གི་སྐྱོར་དང་། (༢) འབྲུག་གི་
མི་སྡེའི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གྱི་སྐྱོར།

ཇི་ཤོག་རེ་རེ་ལུ་ སྤྱིད་ཚད་ཅོག་འཐད་པ་སྟེ་འོང་དགོ་པའི་ཁར་ དབྱེ་ཞིབ་དེ་ཡང་ སྐྱགས་ཚད་
བརྒྱ་ཐམ་པ་ནང་འབད་དགོ། འབྲི་རྒྱགས་ཀྱི་སྐྱགས་ཡོངས་བསྟོམས་བཏོན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཇི་ཤོག་
གསུམ་གྱི་ཡོངས་བསྟོམས་ཀྱི་སྐྱགས་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠ ནང་མཐ་དགོ།

ཡ.ཕ.ཤ.༢ ཤེས་རིག་ལཱ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ ཤེས་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་མཐར་འཁྱོལ་མི་ཚུ་
ལུ་ གཤམ་གསལ་འབྲི་རྒྱགས་ཀྱི་ཇི་ཤོག་གསུམ་ཡོད།

༡། ཇི་ཤོག་ ༡ པ། ཨིང་སྐད།

ཁ། ཇི་ཤོག་ ༢ པ། རྫོང་ཁ་དང་།

ག ཇི་ཤོག་ ༣ པ། སྟོབ་དཔོན་གྱི་རིག་དབྱེད།

ཇི་ཤོག་རེ་རེ་ལུ་ སྤྱིད་ཚད་ཅོག་འཐད་པ་སྟེ་འོང་དགོ་པའི་ཁར་ དབྱེ་ཞིབ་དེ་ཡང་ སྐྱགས་ཚད་
བརྒྱ་ཐམ་པ་ནང་འབད་དགོ། འབྲི་རྒྱགས་ཀྱི་སྐྱགས་ཡོངས་བསྟོམས་བཏོན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཇི་ཤོག་
གསུམ་གྱི་ཡོངས་བསྟོམས་ཀྱི་སྐྱགས་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ ནང་བསྐྱར་དགོ།

ཧ.ཨ.ཡ.ཨ

ཁྱད་རིག་ལུ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ ཁྱིམ་ས་དོན་གཞུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་
ཚུ་བཅིས་ཏེ་ འཕུལ་རིག་གཞུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་འབྲི་
རྒྱགས་ཀྱི་དྲི་ཤོག་གསུམ་ཡོད།

- ཀ། དྲི་ཤོག་ ༡ པ། སྐད་ཡིག་དང་སྤྱིར་བཏང་ཤེས་ཡོན། (ཐུན་མོང་དྲི་ཤོག ༡༠%)
- ཁ། དྲི་ཤོག་ ༡ པ། སྤྱིར་བཏང་ཆོས་ཚན་གྱི་ཤེས་ཡོན། (ཁྱད་རིག་སྤྱེ་ཚན་རེ་རེ་དོན་
ལུ་ཐུན་མོང་དྲི་ཤོག ༡༥%) དང་།
- ག། དྲི་ཤོག་ ༣ པ། ཆོས་ཚན་མཚོག་གྱུར་གྱི་དྲི་ཤོག(ཆོས་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲུགས།
༣༥%)

དྲི་ཤོག་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་སྒྲུགས་འདི་ སྒྲུགས་བསྐྱེམས་ ༡༠༠ གི་ཐོག་ལས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་
དགོཔ་དང་ དྲི་ཤོག་དང་པ་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠% གི་ཚད་གཞིའི་ནང་ལུ་བསྐྱར་དགོ། དྲི་ཤོག་
གཉིས་པ་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༥% ནང་ལུ་བསྐྱར་དགོ། དྲི་ཤོག་གསུམ་པ་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༥% ལུ་
བསྐྱར་དགོཔ་དང་ དེ་ལས་དེ་ཚུ་གཅིག་ཁར་བསྐྱེམས་ཏེ་ སྒྲུགས་ཡོངས་བསྐྱེམས་བཏོན་དགོ།

ཧ.ཨ.ཡ.ཨ

རྫོང་ཁའི་ཁྱད་རིག་ཅན་གྱི་མི་རིམ་དགོ་པའི་གོ་གནས་དང་ ཤེས་རིག་ལུ་གཡོག་གི་བསྐྱོ་བཞག་
ནང་ལུ་ གནས་འབྲུ་འབད་མའི་རྫོང་ཁའི་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་ཅན་གྱི་འབྲི་རྒྱགས་ཀྱི་དོན་ལུ་
གཤམ་གསལ་གྱི་ཆོས་ཚན་གསུམ་ཨིན་དགོ།

- ཀ། དྲི་ཤོག་ ༡ པ། རྫོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་དང་སྤྱིར་བཏང་ཤེས་ཡོན། ༡༠%
- ཁ། དྲི་ཤོག་ ༡ པ། ཨིང་ལེལ་གི་སྐད་ཡིག་དང་དུས་མཐུན་གྱི་གནས་སྤངས་སྐོར། ༡༥%
དང་།
- ག། དྲི་ཤོག་ ༣ པ། ནང་ཆོས་ཤེས་ཡོན། ༣༥%

དྲི་ཤོག་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་སྒྲུགས་འདི་ སྒྲུགས་བསྐྱེམས་ ༡༠༠ གི་ཐོག་ལས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་
དགོཔ་དང་ དྲི་ཤོག་དང་པ་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠% གི་ཚད་གཞིའི་ནང་ལུ་བསྐྱར་དགོ། དྲི་ཤོག་
གཉིས་པ་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༥% ནང་ལུ་བསྐྱར་དགོ། དྲི་ཤོག་གསུམ་པ་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༥%
ལུ་བསྐྱར་དགོཔ་དང་ དེ་ལས་ དེ་ཚུ་གཅིག་ཁར་བསྐྱེམས་ཏེ་ སྒྲུགས་ཡོངས་བསྐྱེམས་བཏོན་
དགོ།

ཧ.ཨ.ཡ.ཨ

རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཆོས་རྒྱགས་ཀྱི་དྲི་ཤོག་ཚུ་གི་འབྲེལ་མཐུན་རྒྱ་སྐྱེད་
གཏང་ཐབས་ལུ་ དུས་དང་དུས་སུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།

ཧ.ཨ.ཡ.ཨ

དག་རྒྱགས།

ཧ.ཨ.ཡ.ཨ

དག་རྒྱགས་འདི་ རྫོང་ཁ་དང་ཨིང་སྐད་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལུ་ གཞི་བཞག་པའི་དག་
ཐོག་གི་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ བསྐྱོ་བཞག་
འབད་ཡོད་པའི་འབྲུས་མི་ རྩང་མཐའ་ ༥ འབད་མའི་ཆོགས་རྒྱུ་གིས་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

ཧ.ཨ.ཡ.ཨ

དབྱེ་ཞིབ་འདི་ སྒྲུགས་བསྐྱེམས་ ༡༠༠ གི་ཐོག་ལས་བཏོན་དགོཔ་དང་ དྲི་བཀོད་ཆོགས་རྒྱུ་

འབྲུག་མི་ རང་རང་སོ་སོ་གིས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ། ཡིན་རུང་ ཡིག་ཆ་འཛིན་ཐོག་ལས་བདེན་
དཔུང་སྟོན་དགོ་པའི་སྐབས་ དེ་གི་སྐྱགས་འདི་ མོས་མཐུན་གྲུབ་པའི་ཐོག་ལས་བྱིན་དགོ།

ཧ.ཕ.ཁ.ཕ

དེ་བཞེད་འབྲུག་མི་ཚུ་གིས་ མི་ངོམ་དེ་ལུ་ སྐྱགས་མཐོ་ཤོས་དང་དམའ་ཤོས་བྱིན་ཡོད་མི་གཉིས་
བརྟན་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ སྐྱགས་གཞན་ཚུ་འི་དཔུང་སྟོན་གྱི་སྐྱགས་འདི་ མཐའ་དཔུང་གི་སྐྱགས་
སྟེ་བཅི་དགོ།

ཧ.ཆ འོས་ཚད།

ཧ.ཆ.ཉ མི་ངོམ་འདི།

ཧ.ཆ.ཉ.ཉ འབྲུག་པའི་མི་ཁྲུངས་ཡིན་དགོ།

ཧ.ཆ.ཉ.ཁ གཤམ་གསལ་འཛུལ་ནི་ཡིན་མི་འདི་ ཉུང་ཤོས་སྟེ་ལོ་ ༡༥ དང་ མཐོ་ཤོས་སྟེ་ལོ་ ༣༥
ཡིན་དགོ། གཤམ་གསལ་གི་མི་ངོམ་ཡིན་པ་ཅིན་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་ཐོ་བཞེད་འབད་ནིའི་
ཆོས་གངས་མཇུག་གི་ཉིན་མ་ལུ་ སྟེ་ལོ་ ༤༥ ལས་མ་བཟུལ་མི་ཅིག་དགོ།

ཧ.ཆ.ཉ.ཁ གཤམ་གསལ་ཚུ་མ་བཅིས་པར་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་གྱིས་ ངོས་ལེན་གྲུབ་ཡོད་
པའི་སྟེལ་ཁང་ཅིག་ནང་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་ཆོས་ཚན་ཅིག་ནང་ལུ་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་རིང་
ལུ་ (སྟེལ་ཁང་དེ་ནང་རྒྱུ་ཡུན་ཡོངས་ཚོགས་སྟེ་སྟོབ་སྟོབ་འབད་དེ་ཆང་དགོ་པའི་ཉུང་མཐའི་
རྒྱུ་ཡུན་) སྟུང་བཅོམ་འབད་ཡོད་པའི་ཉུང་མཐའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཡོད་དགོ།

ཀ། བཤད་གྲ་ནང་ལས་ ལོ་ ༡ གྱི་རིང་ལུ་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཡོན། ཡང་ན་
གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་ཉམ་གྱི་ཤེས་ཚད་ཐོབ་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་ཚུ།

ཁ། ཉུང་མཐའ་སྟོབ་རིམ་ ༡༠ པ་དང་གཅིག་ཁར་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༡ གྱི་གཙུག་ལག་
གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་དང་ ཡང་ན་གཤམ་གསལ་གི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ སྟོབ་ཚད་ཤེས་
ཡོན་ལོ་ངོ་ ༡ དང་ དེ་ལས་ལྷག་པའི་ལག་ཁྱེར་ཡང་ན་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་
གཤམ་སྟོན་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་སྟོབ་སྟེ་ ཡང་ན་འབྲུག་གི་ཆ་འཛིན་
ཆོགས་སྟེ་ ཡང་ན་འབྲུག་གི་གསོ་བ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ཆོགས་སྟེ་དང་ སྟེ་ཆོགས་གྱི་
བཅའ་ཁྲིམས་གྱི་ཐོག་ལུ་ དབང་ཚད་གནང་པའི་ གཞན་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་
འཛིན་ཚུ་གིས་ གཤམ་གསལ་གི་གཤམ་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་གི་ལག་ཁྱེར་ཚུ་ བདེན་སྟོན་
གནང་ཡོད་མི་ཅིག་དགོཔ་དང་།

ག སྟེ་ལོ་ ༢༠༠༧ ལྷོ་ ༩ པའི་སྟེ་ཆོས་ ༡ གྱི་རྟེ་མ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཤམ་གསལ་ཆོགས་
གྱིས་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་མེད་རུང་ གཙུག་ལག་གོང་མའི་ཤེས་ཚད་
ཡོད་མི་ལུ་ གནང་བ་གནང་སྟེ་ཡོད་མའི་གཤམ་གསལ་གི་མི་ངོམ་ཚུ་ཡིན་
དགོ།

ཧ.ལ.ན

གཤམ་འཁོད་ཤེས་ཚད་དང་ཚོས་ཚན་གྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ཚང་དགོ།

སྡེ་རིམ།	ཉུང་མཐའ་དགོ་པའི་ཤེས་ཚད།
བདག་སྐྱོང་ལཱ་གཡོག	ཚོས་ཚན་ག་ཅི་ནང་ཨིན་རུང་ ཉུང་མཐའ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་དགོ།
དདུལ་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག	ཚོང་འབྲེལ། དཔལ་འབྱོར། དདུལ་འབྲེལ། ཕྱིས་རིག (གཞི་མཆོག) དཔལ་འབྱོར། (གཙོ་བོ།) ཚོང་འབྲེལ་བདག་སྐྱོང་། ཚོང་འབྲེལ་འཛིན་སྐྱོང་ཚུ་ལས་གང་རུང་ནང་ ཉུང་མཐའ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་དགོ།
ཤེས་རིག་ལཱ་གཡོག	ཀ། འབྲུག་གི་སློབ་གྲིལ་ཅུ་གཞུང་ཡང་ན་ མཐོ་རིམ་ཤེས་ཡོན་སྤེལ་ཁང་ལས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཚོས་ཚན་ཉུང་མཐའ་གཅིག་དང་གཅིག་ཁར་ མཐར་འཁྱོལ་ཡོད་པའི་ཉུང་མཐའ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་དང་ གལ་སྤེལ་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པ་ཅིན་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལུ་ ཚོས་ཚན་འདི་ནང་ མཐར་འཁྱོལ་དགོ་པའི་ཉུང་མཐའ་སྒྲུགས་ཚད་ཐོབ་ཡོད་མི་དང་ ཡང་ན་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་དགོ། ཁ། ཤེས་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།
བྱུང་རིག་ལཱ་གཡོག	ཚོས་ཚན་ག་ཅི་ནང་ཨིན་རུང་ ཉུང་མཐའ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་དགོ།

ཧ.ལ.ན

མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ ལྷ་སྐྱོར་དང་ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་ནང་ལས་ ཁས་བླངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་དགོངས་ཁུ་འབད་འབདམ་ཨིན་པ་ཅིན་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ དགོས་མཁོའི་འཇུལ་ཁུགས་ཀྱི་ཤེས་ཚད་ཚང་ན་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད།

ཧ.ལ.ལ

དངོས་གཞིའི་ཚོས་རྒྱགས་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་ལོ་དེ་གི་སྡོན་འགྲོའི་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་མཐར་འཁྱོལ་མི་ཅིག་ཨིན་དགོ།

ཧ.ལ ཆ་མེད་གཏང་ཐངས།

གལ་སྲིད་ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གནད་དོན་གང་རུང་འབད་ཡོད་པ་ཐོན་པ་ཅིན་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་རྒྱབ་མི་ཚོག

ཧ.ལ.༡

སྤེལ་ཁང་དེ་ནང་ར་དུས་ཡུན་ཡོངས་རྫོགས་སྡེ་སློབ་སྦྱོང་འབད་དེ་ཚང་དགོ་པའི་ཉུང་མཐའ་དུས་ཡུན་མ་ཚང་མི། ཡང་ན་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་གྱིས་ ངོས་ལེན་མེད་པའི་སྤེལ་ཁང་ཅིག་ནང་ལས་ མཐར་འཁྱོལ་མིའི་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།

ཧ.ལ.༢

ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཉེས་འཇུགས་ཐོག་ཡོད་མི། ཡང་ན་ཉེས་ཅན་སྡེ་ཉེས་འཇུགས་ཐོག་སྡེ་ ཞིབ་དབྱད་ ཡང་ན་ཁྲིམས་

དཔྱད་གྱི་འོག་ལུ་ཡོད་མི་ཅིག

- ཧ.ཡ.ན ཞི་གཡོག་དང་གཞུང་གི་ལས་འཛིན་ ཡང་ན་ལས་འགྲུལ་གང་རུང་ལས་བཏོན་བཏང་ཡོད་པ་ ཡང་ན་ཐབས་མེད་
དགོངས་ལུ་བཏང་ཡོད་མི་ཅིག
- ཧ.ཡ.ལ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་གསོ་བའི་དབང་འཛིན་གྱིས་ སེམས་གནས་པ་མེད་པ་སྟེ་ བདེན་དཔྱད་འབད་ཡོད་མི་ཅིག
- ཧ.ཡ.ཤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་གྱི་སྟོན་འགྲོའི་ཚོས་རྒྱགས་ཚར་གསུམ་རྒྱབ་ཡོད་མི་དང་ ཡང་ན་ཞི་ གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་གྱི་ཚོས་རྒྱགས་དང་ ཡང་ན་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་དངོས་གཞིའི་ཚོས་རྒྱགས་ཚར་གཉིས་རྒྱབ་ཡོད་མི་ཅིག
- ཧ.ཡ.ཆ སྟོབ་རིམ་ཡང་ན་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལུ་ ཤེས་བཞིན་མཐོང་བཞིན་གསལ་བཟོན་རྩུན་མ་དང་ཡང་ན་ གཡོ་
སྟེའི་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཅིག
- ཧ.ཡ.ཁ ཡིག་ཆ་རྩུན་མ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཅིག
- ཧ.ཡ.ཁ ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་དགོས་ཡོད་པའི་ངོ་སྟོར་ཡིག་ཆ་སྟོན་ནི་ལུ་འཐུས་ཤོར་མི་ཅིག
- ཧ.ཡ.ཁ དེས་པར་དུ་སྦྱང་དགོ་པའི་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སྟོབ་སྟོབ་བཅིས་ཏེ་ ཞི་གཡོག་ནང་ཏེ་མ་ལས་
གདམ་འཐུ་དང་བསྐོ་བཞག་གུ་བ་རུང་ བསྐོ་བཞག་ ཡང་ན་སྟོབ་སྟོབ་ལུ་བཅི་བཀྱར་ ཡང་ན་འཕྲོ་མཐུད་མ་འབད་
མི་ཅིག
- ཧ.ཡ.ཁ ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་རྒྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལཱ་གཡོག་སྟོན་མི་ལས་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་དང་། ལཱ་གཡོག་ནང་ཨིན་པ་
ཅིན་ ཞི་གཡོག་གི་བསྐོ་བཞག་བཀའ་རྒྱ་སྟོན་ནི་མེད་མི་ཅིག
- ཧ.ཡ.ཁ སྟོན་དོན་ཚོགས་པ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ རྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ལོ་ངོ་ ༡ མ་ཚང་མི་ཅིག

ཧ.ཆ ཚོས་རྒྱགས་གྱི་དོན་ལུ་ཐོབ་གོད།

- ཧ.ཆ.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་གྱི་ཚོས་རྒྱགས་ལུ་ཞིའི་དང་འདོད་ཡོད་མའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་གིས་
ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་ཐོབ་གོད་འབད་དགོ།
- ཧ.ཆ.༢ སྟོན་འགྲོའི་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་མཐར་འཁྱེལ་མའི་མི་ངོམ་ཚུ་གིས་ དངོས་གཞིའི་ཚོས་རྒྱགས་གྱི་དོན་ལུ་ བདེན་
དཔྱད་དང་གཏན་འཁེལ་བཟོ་ཐབས་ལུ་ གསལ་བསྐྱགས་འབད་ཡོད་པའི་ས་གནས་དང་ཚོས་གྲངས། དུས་ཚོད་ཁར་
ངོ་རྒྱུ་སྟེ་སྟོན་ལུ་འབད་དགོ། དེ་དང་གཅིག་ཁར་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ངོ་མ་དང་འདྲ་ཚུ་ཡང་འབག་འོང་དགོ།
- ཧ.ཆ.༢.༡ འབྲུག་གི་མི་ཁྱུངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར།
- ཧ.ཆ.༢.༢ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་ཨིན་པའི་ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།
- ཧ.ཆ.༢.༣ སྟོབ་རིམ་ ༡༠ པའི་སྐྱགས་ཤོག
- ཧ.ཆ.༢.༤ སྟོབ་རིམ་ ༡༡ པའི་སྐྱགས་ཤོག

ཡ.ཨ.ཨ.ཨ གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད། ཡང་ན་གནས་སྐབས་ཅིག་གི་ལག་ཁྱེར་དང་། གློབ་རིག་སྐྱགས་ཤོག་
 དང་།
 ཡ.ཨ.ཨ.ཨ གཡོག་ནང་ཨིན་པ་ཅིན་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མི་ལས་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།

ཡ.ཨ.ཨ གསོ་བ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་བྱུང་རིག་གི་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ འབྲུག་གི་གསོ་བ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་
 ཚོགས་སྡེ་ལས་ ཐོ་བཀོད་ ཡང་ན་ངོས་འཛིན་ལག་ཁྱེར་སྟོན་དགོ། དེ་བཟུམ་སྟེ་ བྱུང་རིག་ཚོག་ཐམ་ ཡང་ན་ལཱ་
 འབད་ཚོག་པའི་ལག་ཁྱེར་དགོ་པའི་བྱུང་རིག་གི་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་ཅན་གང་རུང་གིས་ སྤུལ་དགོཔ་ཐོན་ན་ ཐོ་
 བཀོད་ ཡང་ན་ངོས་འཛིན་ལག་ཁྱེར་སྤུལ་དགོ།

ཡ.ཨ.ཨ མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་སྐྱགས་ཚུ་ གློབ་རིག་གི་ཁྱེད་ཚད་ཅིས་རྒྱབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐོ་བཀོད་འབད་བའི་སྐབས་ མི་
 ངོམ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གཏན་འཁེལ་བཟོ་དགོ།

ཡ.ཨ.ཨ གཏན་འཁེལ་གྱུ་བ་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་འདི་ལུ་ སྟོན་འགོ་དང་འབྲི་རྒྱུགས། དག་རྒྱུགས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་སྤྱོད་ནི་དོན་ལུ་
 གློག་ཐོག་འཛུལ་ཞུགས་ཤོག་བྱང་སྤྱོད་དགོ། ཤོག་བྱང་དེ་གུ་ མི་ངོམ་དེའི་འཕྲུལ་ཁམས་ཀྱི་ངོ་པར་དང་གཅིག་ཁར་
 རང་སེའི་མིང་དང་ མང་ཁུངས་ངོ་སྤྱོད་ལག་ཁྱེར་ཨང་། ཐོ་བཀོད་ཨང་། ཚོས་རྒྱུགས་ཀྱི་ལོ། མིང་རྟགས་ཚུ་འོང་
 དགོ།

ཡ.ཨ མི་ངོམ་གི་ཀྱན་སྤྱོད།

ཡ.ཨ.ཨ མི་ངོམ་ཅིག་གིས།

ཡ.ཨ.ཨ.ཨ ཚོས་རྒྱུགས་ ཡང་ན་དག་རྒྱུགས་སྤུལ་སའི་ལྷོ་བ་ནང་ལུ་ ཚོས་རྒྱུགས་ཀྱི་དུས་ཚོད་མ་རན་པའི་
 སྐར་མ་ ༡༥ གི་རྟེ་མ་སྟོན་དགོ།

ཡ.ཨ.ཨ.ཨ རྒྱལ་ཡོངས་བྱོན་ཆས་བྱོན་ཏེ་འོང་དགོ།

ཡ.ཨ.ཨ.ཨ ཚོས་རྒྱུགས་ནང་ལུ་ གློག་ཐོག་འཛུལ་ཞུགས་ཤོག་བྱང་སྟོན་ཞིན་མ་ལས་རྒྱང་གཅིག་འཛུལ་
 བཅུག་དགོ།

ཡ.ཨ.ཨ.ཨ ཚོས་རྒྱུགས་ཁང་མིག་གི་འཛུལ་སྒོ་ལས་ འཛུལ་བའི་སྐབས་དང་ ཚོས་རྒྱུགས་ཚོགས་ཏེ་ཕྱི་ཁར་
 ཐོན་འགྲོ་བའི་སྐབས་ ལག་ཞོམ་/ཞིབ་དཔྱད་འབད་བཅུག་དགོ།

ཡ.ཨ.ཨ.ཨ ཚོས་རྒྱུགས་ཁང་མིག་ནང་ལུ་ འཛུལ་ཞུགས་ཤོག་བྱང་། སྐྱག་ཅི། སྐྱུ་གྲ། བི་སི། ཡིག་ཀྱེག་
 དང་། རིམ་ལུགས་མེད་པའི་ཕྱིས་འཕྲུལ་ཚུ་ (དགོཔ་ཡོད་པ་ཅིན་) མ་གཏོགས་གཞན་ ཅ་
 ཆས་དང་གློག་འཕྲུལ་ ཡིག་ཆ་ ཡང་ན་ཡི་གུ་བྲིས་ཡོད་པའི་ཅ་ཆས་ཚུ་ག་ནི་ཡང་འབག་མི་ཚོག་

ཡ.ཨ.ཨ.ཨ མི་ངོམ་འདི་གི་བྱ་སྤྱོད་ཚུ་ བཅའ་ཡིག་འདི་གི་འོག་ལུ་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་
 པའི་བཙུ་མཐོང་དང་ཀྱན་སྤྱོད་དང་འཁྲུལ་རྒྱུགས་པ་འབད་དགོ།

- ཡ.ཡ.༡.ཡ ཚེས་རྒྱལ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་ལུ་ སྤྱོད་ཇུས་ ཡང་ན་ཆང་གི་དབང་དུ་ཐལ་ནི་མི་འོང་།
- ཡ.ཡ.༡.༤ ཚེས་རྒྱལ་གྱི་སྐབས་ལུ་ ཁྲོགས་རམ་འཐོབ་ནི་ལེ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རིགས་ ག་ནི་ཡང་བསྐྱེད་མི་ ཚོགས་
- ཡ.ཡ.༡.༩ ཚེས་རྒྱལ་ཁང་མིག་ནང་ལུ་ གློ་སྤྲོད་ནི། འདི་བསྐྱེད་འབད་ནི། གསང་གློ་སྤྲོད་ནི། གཏམ་ཁུ་ འཐུང་ནི། ཟ་ནི་གི་རིགས་སྤྱོད་ནི་ལ་སོགས་པ་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་འོས་འབབ་མེད་པའི་བྱ་ སྤྱོད་ཀྱི་རིགས་ག་ནི་ཡང་འབད་མི་ཚོགས་
- ཡ.ཡ.༡.༡༠ འབྲུག་འཕྲིན་བརྩིས་པའི་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་རིགས་འབག་མི་ཚོགས་དང་།
- ཡ.ཡ.༡.༡༡ ལན་ཤོག་གུ་ཨང་རིམ་བྱིན་ཡོད་མི་འདི་མ་གཏོགས་ གཞན་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ག་ནི་ཡང་ བཀའ་མི་ཚོགས་

ཡ.ཡ.༢ གོང་འཁོད་བཅའ་ཡིག་ལུ་མ་གནས་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་འདི་ ད་ལྟོ་དང་མ་འོངས་པའི་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚེས་རྒྱལ་ ནང་ལུ་ བཅའ་མར་གཏོགས་མ་ཚོགས་སྤྱོད་བཟོ་དགོ།

ཡ.ཡ.༣ ཚེས་རྒྱལ་གྱི་སྐབས་ལུ་ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ཁྲིམས་ལས་འགལ་བའི་ལཱ་ག་ཅི་ར་འབད་ཡོད་རུང་ དེ་གི་སྐོར་ལས་ ཚེས་རྒྱལ་ས་ལྟ་གཞི་གཙོ་འཛིན་གྱིས་ཡིག་ཐོག་ལས་སྤྱོད་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྤྲོད་ཞུ་འབད་དགོ། དེ་བཟུམ་མའི་མི་ངོམ་འདི་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྲོད་འགལ་བྱ་ལེན་ ཡང་ན་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ འཁྲི་བ་བཀའ་དགོ།

ཡ.༤ བདག་སྐྱོང་།

ཡ.༤.༡ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚེས་རྒྱལ་གྱི་བདག་སྐྱོང་དང་འགོ་འདྲེན། འཛིན་སྐྱོང་ག་རའི་འགན་ཁག་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་ གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འབག་དགོ།

ཡ.༤.༢ འོགས་སུ་སྤྱོད་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ འོ་ལྷར་བཞིན་དུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་ གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྤྱི་ཚུ་ ༥ པའི་ནང་ལུ་ གནང་བ་བྱུང་སྟེ་ཡོད་པའི་གོ་གནས་དང་འཁྲིལ་བའི་མཐོ་རིམ་ཤེས་ ཚད་ཅན་གྱི་མི་སྣ་བས་དགོས་མཁོ་འཁྲུག་ཡིག་ འབྲི་ཤོག་ ༡/༡ ས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཙུགས་དགོ།

ཡ.༤.༣ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ན་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་མི་ ངོམ་མཐར་འཁྲུལ་ཏེ་འོག་འོང་མི་ཚུ་བརྩིས་ཏེ་ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་བཙུགས་པའི་དགོས་མཁོ་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་ལས་ གནང་བ་བྱུང་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་ས་སྤྱོད་དང་འཁྲིལ་ མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་མི་ངོམ་ཚུ་བཙུགས་ནི་ལེ་གཙོ་རིམ་ བསྐྱེད་དགོ།

ཡ.༤.༤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚེས་རྒྱལ་གྱི་སྐོར་ མི་མང་ཁྱབ་བསྐྱེད་འབད་དེ་

ཟླ་འོ་ རིང་ལུ་ ཐོ་བཀོད་འབད་ནིའི་དུས་ཚེད་ཕྱིན་དགོ། ཟུབ་བསྐྱུགས་འདི་ནང་ལུ་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གནད་
དོན་ཚུ་བཅིས་ཏེ་ ཚེས་རྒྱགས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་བདེ་དོན་ཚུ་ག་ར་ ཁ་གསལ་སྤེལ་བཀོད་དགོ།

- ཡ.༤.༤.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ཡོད་པའི་ས་སྤྱོད་།
- ཡ.༤.༤.༢ འོས་ཡོད་དང་འོས་མེད་ཀྱི་ཚད་གཞི།
- ཡ.༤.༤.༣ དགོ་པའི་ཡིག་ཆ།
- ཡ.༤.༤.༤ ཐོ་བཀོད་བྱ་རིམ་དང་ལས་རིམ།
- ཡ.༤.༤.༥ ཐོ་བཀོད། སྤྱོད་འཕྲོད་དང་དངོས་གཞིའི་ཚེས་རྒྱགས་ཀྱི་ལྟེ་བ། སྤྱོད་འཕྲོད་དང་དངོས་གཞིའི་ཚེས་
རྒྱགས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས། མི་ངོམ་ཚུ་གི་གདམ་འཇུག་དང་ གཡོག་གནས་ཚུ་སྤྱོད་སའི་ཚེས་གངས་
དང་ས་གནས་དང་།
- ཡ.༤.༤.༦ གདམ་འཇུག་དང་གཡོག་གནས་ཀྱི་བྱ་རིམ།

ཡ.༤.༥ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ སྤྱོད་འཕྲོད་དང་དངོས་གཞིའི་ཚེས་རྒྱགས་ཀྱི་དོན་ལུ་སྤྱིར་བཏང་གནས་ཚད་
དང་ ལམ་སྟོན་གསལ་བཀོད་འབད་དགོ།

ཡ.༤.༦ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚེས་རྒྱགས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་དང་ བཅའ་སྤྲིན་རྒྱབ་
ནིའི་ནང་ལུ་ གོགས་རམ་གྱི་དོན་ལུ་ གཞུང་གི་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ལས་ མཐུན་ཁྱེན་ཚུ་བཅིས་ཏེ་ མི་ངོམ་ཡང་ན་འགོ་
དཔོན་གང་རུང་འབོད་དགོ།

ཡ.༤.༧ ཇི་བ་བཟོ་མི་དང་ཚེས་རྒྱགས་ལྷ་རྟོག་པ། དབྱེ་ཞིབ་རྒྱབ་མི་དང་ ཇི་བཀོད་ཚོགས་རྒྱུང་གི་འཇུག་མི་ཚུ་དང་ གཞན་
བསྐྱོད་བཞག་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་བྱད་འཇུག་སྤྱོད་དགོ།

ཡ.༤.༨ ཇི་བ་བཟོ་མི་དང་ཚེས་རྒྱགས་ལྷ་རྟོག་པ། དབྱེ་ཞིབ་རྒྱབ་མི་དང་ཇི་བཀོད་ཚོགས་རྒྱུང་འཇུག་མི་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་
ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ འབྲི་ཤོག་ ༣/༤ ནང་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་སྤྲིན་བཀོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཁེ་ཕན་ལྷན་སྤྱོད་
གསལ་བསྐྱུགས་འབད་དགོ།

ཡ.༤.༩ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚེས་རྒྱགས་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཚུགས་ནིའི་གོགས་རམ་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་
གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་ངོ་ཚབ་ཚུ་བསྐྱོད་བཞག་འབད་དགོ།

ཡ.༤.༡༠ གཤམ་སྤྱོད་དགོཔ་ཐོན་པ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཉེན་སྲུང་གི་མི་ངོམ་ཚུ་ཡང་ བཅུགས་ནིའི་
འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

ཡ.༤.༡༡ ཐོ་བཀོད་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚེས་རྒྱགས་ཀྱི་སྟོར་ལས་དང་ གཡོག་གི་ས་སྤྱོད་། ཀྱན་སྤྱོད་
ནམ་གཞག་ཚུ་ ཚེས་རྒྱགས་ཀྱི་སྤྲོ་གོང་ལས་བདེ་སྤྱོད་འབད་དགོ།

ཡ.༤.༡༢ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཕྱི་གཟུགས་དང་མིག་གི་དབང་པོ་ལུ་ ཐོ་ཐོག་སྟེ་ཡོད་མའི་མི་ངོམ་ཚུ་གི་
དོན་ལུ་ འོས་འབབ་དང་ལྷན་པའི་མཐུན་ཁྱེན་གྱི་བྱ་སྤྲིན་རྒྱབ་དགོ།

ཡ.༤.༡༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་སྤུས་ཞིའི་དོན་ལུ་ གནང་བ་ཅན་གྱི་ཆད་གྱི་ངལ་གསའི་
 (འགྲོ་འགྲུལ་དང་ངེས་ཏིག་ལས་རིམ་གྱི་ཆོས་གངས་ངོ་མའི་) ཐོབ་དབང་ཡོད་རུང་ ཉིན་འཇུག་དང་འགྲུལ་འཇུག་
 གྱི་ཐོབ་དབང་མེད།

ཡ.༤.༡༤ བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་གང་རུང་གིས་ ཆོས་རྒྱལ་གྱི་གསང་བྱ་དང་བརྩི་མཐོང་། ཁྲིམས་ལུགས་ལས་འགལ་བའི་ བདག་
 སྤྱོད་དང་ཁྲིམས་དོན་གྱི་བྱ་ལེན་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་གིས་བསྟར་སྤྱོད་འབད་དགོ།

ཡ.༥ ལྷ་རྟོག་དང་དབྱེ་ཞིབ། སྤྱི་བ་དྲིས་ལན།

ཡ.༥.༡ ལྷ་རྟོག

ཡ.༥.༡.༡ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་འདི་ རྒྱལ་དང་མཐུན་མ་སྤྱོད་འགོ་འདྲན་འཐབ་རྒྱལ་སྤུས་ཞིའི་དོན་
 ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་གིས་ ཤེས་ཚད་ལྷན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ལྷ་རྟོག་གཙོ་
 འཛིན་དང་ལྷ་རྟོག་པ་སྤྱོད་བསྟོན་བཞག་འབད་དགོ། ཁོང་ཚུ་གིས་ ལྷ་རྟོག་དམ་དམ་སྤྱོད་འབད་
 དགོས་དང་ ཁོང་རའི་འགན་ཁུར་ཚུ་ མ་དག་གི་སྤྱོད་ལས་འདྲོག་འཛིགས་དང་ རོ་སྤྱང་ག་ནི་
 ཡང་མེད་པ་སྤྱོད་འབད་དགོ།

ཡ.༥.༡.༢ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་བན་དོན་ཡོད་པའི་ ཐོ་བཀོད་གྲུབ་
 པའི་མི་ངོམ་ཚུའི་ཐོ་ཡིག་འདི་ ལྷ་རྟོག་གཙོ་འཛིན་ལུ་སྤྱོད་དགོ།

ཀ། གོ་རིམ་བཞིན་བཀོད་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་རེ་རེའི་ཐོ་བཀོད་ཨང་།

ཁ། མི་ཁྱདས་རོ་སྤྱོད་ལག་ཁྱེར་ཨང་།

ག མི་ངོམ་མིང་རྟགས་བཀོད་ས།

ང། འབྲི་རྒྱལ་ཆོས་ཚན་འདིའི་མིང་དང་ཆོས་གངས། རུས་ཚད་དང་།

ཅ། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་གིས་ལུ་ཐོ་ཚུ་མ་སྤུས་བའི་སྤྱོད་ལུ་ ལྷ་རྟོག་པའི་མིང་
 རྟགས་དང་ཆོས་གངས་བཀོད་ས།

ཡ.༥.༢ ལྷ་རྟོག་གཙོ་འཛིན་གྱིས་འབད་དགོས་ཚུ་ཡང་།

ཡ.༥.༢.༡ འབྲི་ཤོག་ ༣/༤ པ་དང་འབྲིལ་ ཁེ་སྤོང་ལྷན་སྤྱོད་གསལ་སྤྱོད་འབད་དགོ།

ཡ.༥.༢.༢ རང་སེའི་ལྷེ་བ་ཚུ་ནང་ ཆོས་རྒྱལ་ལེགས་ཤོམ་འགོ་འདྲན་འཐབ་རྒྱལ་སྤུས་ཞིའི་དོན་ལུ་ འགན་
 ཁག་འབག་དགོ།

ཡ.༥.༢.༣ ཆོས་རྒྱལ་ཚུ་ལ་མཐུན་འགོ་འདྲན་འཐབ་རྒྱལ་སྤུས་པ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་སེའི་ལྷེ་བ་ཚུ་ནང་གི་
 ཆོས་རྒྱལ་ལྷ་རྟོག་པ་ཡོངས་ལུ་ ལམ་སྤྱོད་དང་ལྷ་རྟོག་འབད་དགོ།

ཡ.༡.༡.༤ ཚས་ཚན་རེ་གི་ཚས་རྒྱགས་ཚར་རེ་མཚུག་བསྟུ་ཚར་ཕ་ཅིག་ འདི་འཕྲོ་ལས་འཛོམས་དེབ་ཀྱི་ཐོ་
དེབ་དང་ ལན་ཤོག་ཚུ་ ཡིག་ཤུབས་ནང་བཅུགས་ཏེ་ཐིུ་རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་
གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕྱིས་སྤྱོད་དགོ།

ཡ.༡.༡.༥ ཚས་རྒྱགས་མཚུག་བསྟུ་བའི་སྐབས་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ ཡིག་ཐོག་གི་
སྟན་ལུ་ཕུལ་དགོས་དང་།

ཡ.༡.༡.༦ བཅའ་ཡིག་འདི་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ མི་ངོམ་ཅིག་གི་བྱ་སྤྱོད་འདི་ ཞི་གཡོག་པའི་
བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་ལུ་གནས་ཚུགས་པ་བཟོ་དགོ།

ཡ.༢.༣ ལྷ་རྟོག་པ་ཚུ་གིས་འབད་དགོས་ཚུ་ཡང་།

ཡ.༢.༣.༡ འབྲི་ཤོག་ ༣/༡ པ་དང་འབྲེལ་ ཁེ་སྤྱོད་ལྷན་སྤྱོད་གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།

ཡ.༢.༣.༢ རང་སའི་ཚས་རྒྱགས་ཁང་ ཡང་ན་ཁང་མིག་ཚུ་ནང་ ཚས་རྒྱགས་ལེགས་ཤོམ་འགོ་འདྲེན་
འཐབ་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ འགན་ཁག་འབག་དགོ།

ཡ.༢.༣.༣ བཅའ་ཡིག་འདི་གི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཚས་རྒྱགས་ཁང་མིག་ནང་ འཛུལ་ནིའི་དོན་ལུ་
མི་ངོམ་གི་ཨང་རིམ་དང་འཛུལ་ཞུགས་ཤོག་བྱང་ཚུ་ བདེན་དཔྱད་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ཐོ་བཀོད་
གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ འཛུལ་བཅུག་ནིའི་འགན་ཁག་འབག་དགོ།

ཡ.༢.༣.༤ ཚས་རྒྱགས་ཁང་ནང་མ་འཛུལ་བའི་ཏེ་མ་ མི་ངོམ་འདི་གིས་འཛོམས་ཐོའི་ས་གོ་ནང་མིང་རྟགས་
བཀོད་ཡོད་པ་པོ་བཟོན་བཟོ་དགོ།

ཡ.༢.༣.༥ ཚས་ཚན་རེ་གི་ཚས་རྒྱགས་ཚར་རེ་མཚུག་བསྟུ་ཚར་ཕ་ཅིག་ འདི་འཕྲོ་ལས་འཛོམས་དེབ་ཀྱི་ཐོ་
དེབ་དང་ ལན་ཤོག་ཚུ་ ཡིག་ཤུབས་ནང་བཅུགས་ཏེ་ཐིུ་རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས་ ལྷ་རྟོག་གཙོ་འཛིན་
ལུ་ཕྱིས་སྤྱོད་འབད་དགོ།

ཡ.༢.༣.༦ ཚས་རྒྱགས་ཁང་གི་འཛུལ་སྒྲོ་དང་འཐོན་སྒྲོ་ཁང་ མི་ངོམ་འདི་ལག་ལེན་རྒྱབ་སྟེ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་
དགོ།

ཡ.༢.༣.༧ མ་རུངས་པའི་གནས་སྟངས་རེ་ཐོན་ན་ འདི་འཕྲོ་ལས་རྟ་ལྷོག་གཙོ་འཛིན་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་
དགོས་དང་།

ཡ.༢.༣.༨ བཅའ་ཡིག་འདི་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ མི་ངོམ་ཅིག་གི་བྱ་སྤྱོད་འདི་ ཞི་གཡོག་པའི་
བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད་ལུ་གནས་ཚུགས་པ་བཟོ་དགོ།

ཡ.༢.༤ ཇི་བ་བཟོ་ནི་དང་ལན་ཤོག་དབྱེ་ཞིབ།

ཡ.༢.༤.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཤེས་ཚད་ལྡན་པའི་འགོ་དཔོན་ ཡང་ན་མི་ངོ་ཚུ་ ཇི་
ཤོག་བཟོ་མི་དང་ལན་ཤོག་དབྱེ་ཞིབ་འབད་མའི་ཐབས་སྟོན་མི་ངོ་སྟེ་བསྐྱོ་བཞག་འབད་དགོ།

ཡ.༢.༤.༢ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཇི་མཛོད་རྒྱན་སྦྱོང་འབད་དེ་བཞག་དགོ།

- ཡ.ཏ.ལ.ན སྟོན་འགྲོའི་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་དབྱེ་ཞིབ་འདི་ སྐྱགས་གསལ་འཕུལ་ཆས་ཀྱིས་འབད་དགོ། ཡང་ན་
ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འཕུལ་རིག་གཞན་གང་རུང་འོས་འབབ་ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ན་ དེ་གིས་འབད་ཆོག
- ཡ.ཏ.ལ.ལ ལན་ཤོག་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་འདི་ མི་ངོའི་ངོ་རྒྱགས་ མིང་དང་ཐོ་བཀོད་ཨང་ངོ་མ་མ་བཀོད་པར་
གསང་ཨང་བཀོད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་འབད་དགོ།
- ཡ.ཏ.ལ.ཤ ཇི་ཤོག་བཟོ་ནི་དང་ལན་ཤོག་དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་ གསང་བ་དམ་དམ་གྱི་ཐོག་ལས་འབད་དགོཔ་དང་
དེ་གི་བྱ་རིམ་ནང་ལུ་གཏོགས་ཡོད་པའི་འགོ་དཔོན་ ཡང་ན་མི་ངོ་མ་གང་རུང་གིས་གསང་བྱ་
ལས་འགལ་བ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་ ལས་ལེན་གྱི་འགན་
ཡིག་བཟོ་སྟེ་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྒྲིག་འགལ་/ཁྲིམས་འགལ་གྱི་འཁྲི་བ་ཕོག
- ཡ.ཏ.ལ.ཌ སྐྱགས་བསྐྱམས་བསྐྱར་བསྐྱང་འབད་ན་མ་གཏོགས་ ལན་ཤོག་ལོག་ཞིབ་འབད་མི་ཆོག

ཡ.ཏ.ཤ ངག་རྒྱགས་འགོ་འདྲེན།

- ཡ.ཏ.ཤ.ཏ ངག་རྒྱགས་འདི་ འཕུས་མི་ཉུང་ཤོས་ལུ་ཡོད་མི་དང་དེ་གི་གྲལ་ལས་འཕུས་མི་གཅིག་ཁྲི་འཛིན་
སྟེ་བཀལ་ཡོད་པའི་ཚོགས་རྒྱུང་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།
- ཡ.ཏ.ཤ.ན ཇི་བཀོད་ཚོགས་རྒྱུང་གི་འཕུས་མི་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོ་བཞག་
འབད་བའི་ དུག་ཁུ་བཞིན་ཡོད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་དང་ དགོངས་ཁུ་འབད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་
གོང་མ་ཚུ་ཨིན་དགོ།
- ཡ.ཏ.ཤ.ལ ཇི་བཀོད་ཚོགས་རྒྱུང་འདི་ ཇི་བཀོད་ལས་རོགས་པ་ཅིག་གིས་ལཱ་རུབ་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།
ཀ། མི་ངོའི་འཛོམས་ཐོ་གཏན་འཁེལ་བཟོ་དགོ།
ཁ། གཞེངས་ཐོན་ལག་ཁྱེར་དང་ལག་ཁྱེར་གཞན་ཚུ་བརྟག་ཞིབ་འབད་དགོཔ་དང་།
ག ཇིས་ལན་གྱི་སྐྱགས་ཤོག་བདེན་དབྱེད་དང་ཐིག་ཁམ་ནང་བཙུགས་དགོ།
- ཡ.ཏ.ཤ.ལ ངག་རྒྱགས་འདི་ ཐོ་བཀོད་ཨང་གི་གོ་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།
- ཡ.ཏ.ཤ.ཤ འཕུས་མི་རེ་རེ་གིས་ འབྲི་ཤོག་ ཡ/༡ པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་མའི་བརྟག་ཞིབ་བཀའ་ཤོག་འདི་
ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་དང་ ཚོགས་རྒྱུང་གི་འཁྲི་འཛིན་གྱིས་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ འབྲི་ཤོག་ ཡ/༢
པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་མའི་སྒྲིག་བཀོད་ལྷན་ བསྐྱ་སྒྲིག་ངེས་བརྟན་འབད་ཡོད་པ་དགོ།

ཡ.ཏ.ཏ གྲུབ་འབྲས་གསལ་བསྒྲགས།

- ཡ.ཏ.ཏ.ཏ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་སྟོན་འགྲོའི་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ཚོས་རྒྱགས་རྒྱབ་པའི་ཚོས་
གངས་ལས་ ལྷ་ངོ་ ༡ གི་ནང་འཁོད་གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།

- ཡ.༡༠.༢ དངོས་གཞིའི་ཚས་རྒྱལ་གྱི་མཐའ་དབྱེད་གྲུབ་འབྲས་ གཟེངས་ཐོན་གྱི་གོ་རིམ་བསྐྱེགས་ཏེ་བཟོ་མི་འདི་ ངག་
རྒྱལ་མཚུག་བསྐྱ་བའི་ཉིན་མ་ལས་ ཉིན་གྲངས་ ༤༥ གི་ནང་འཁོད་ཁྱབ་བསྐྱེགས་འབད་དགོ།
- ཡ.༡༠.༣ ཚས་རྒྱལ་གྱི་མཐའ་ལུ་གསལ་བསྐྱེགས་འབད་ནི་འདི་ མི་ངོའི་ཐོ་བཀོད་ཨང་གི་ཐོག་ལས་འབད་དགོ།
- ཡ.༡༠.༤ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ གྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན་གྱི་ཚས་གྲངས་ལས་ ལཱ་དུས་ཉིན་གྲངས་ ༥ གི་ནང་འཁོད་ ཚས་ཚན་
རེ་གི་དོན་ལུ་ ཚས་རྒྱལ་གྱི་མཐའ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནིའི་མཐོ་གཏུགས་གྱི་གོ་སྐབས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུང་གི་
ལྷན་ཚོགས་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་འབད་ཚེགས་དང་། མཐོ་གཏུགས་གྱི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ མཐོ་གཏུགས་འབད་བའི་ཚས་
གྲངས་མཚུག་ལས་ ལཱ་དུས་ཉིན་གྲངས་ ༧ གི་ནང་འཁོད་གསལ་བསྐྱེགས་འབད་དགོ།
- ཡ.༡༠.༥ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུང་གི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཚས་རྒྱལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ངན་ཐོ་རྩ་ག་ར་ རྒྱན་སྦྱོང་འབད་དེ་བཞག་དགོ།
- ཡ.༡༠.༦ ལན་ཤོག་དང་ཐོ་བཀོད་ཡིག་ཆ་རྩ་ ལོ་ངོ་ ༡ གི་དོན་ལུ་ རྒྱན་སྦྱོང་འབད་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་ཤུལ་མམ་གི་ཚས་
རྒྱལ་གྱི་ཐོ་བཀོད་ལས་ ཤུལ་མར་ག་ལུས་མི་ཚུན་ཚད་ རྒྱན་སྦྱོང་འབད་དེ་བཞག་དགོ།
- ཡ.༡༠.༧ ལན་ཤོག་གི་སྐྱེགས་བསྐྱར་བཟང་འབད་མ་ད་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དུས་དང་དུས་སུ་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ བདག་སྦྱོང་གི་
འཕྲུལ་ཅིག་བཀལ་དགོ།
- ཡ.༡༠.༨ གནས་འབྲུག་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་ ལེའུ་ ༢ པ་དང་འཁྲུལ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུང་ཚས་རྒྱལ་གྱི་དབྱེ་ཁག་དང་བསྐྱར་
ཐད་ཁར་གཞུང་གི་སྐྱོད་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་འབྲུལ་ཡོད་སྟེལ་ཁར་རྩ་ནང་ གཞུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་སྟོབ་
སྦྱོང་གི་དོན་ལུ་གཏང་དགོ།

ཡ.༡༡ ལོ་ལྷན་ལེན་བསྐྱེམས།

- ཡ.༡༡.༡ ལོ་ལྷན་གྱི་ལེན་བསྐྱེམས་འདི་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གྲུབ་འབྲས་གྲུག་ཞི་བཞག་སྟེ་ གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་པའི་ལོ་ལྷན་
གཞུང་གི་བཅུགས་འཆར་གཞིའི་ས་སྟོང་དང་བསྐྱར་ཏེ་ཐག་གཅད་དགོ།

ཡ.༡༢ གནས་འབྲུག་གཞུང་གི་གནས་དང་བསྐྱོར་བཞག

- ཡ.༡༢.༡ དམ་འབྲུའི་གྲངས་སུ་རྩ་དེ་གི་དོན་ལུ་ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུང་ཚས་རྒྱལ་གྱི་དངོས་གཞིའི་ནང་ལུ་
ཉུང་ཤོས་སྐྱེགས་ཚད་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ འཐོབ་དགོ།
- ཡ.༡༢.༢ མཐར་འཁྲུལ་མིའི་མི་ངོམ་རྩ་ཐད་ཀར་བསྐྱོར་བཞག་གི་གཞུང་གི་གཞུང་གི་གནས་འདི་ གཞུང་འཁོད་ཚད་གཞི་དང་འཁྲུལ་དགོ།
- ཡ.༡༢.༢.༡ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུང་ཚས་རྒྱལ་གྱི་དབྱེ་ཁག་སོ་སོའི་ནང་གི་གྲུབ་འབྲས་གཟེངས་ཐོན་གྱི་གོ་རིམ་
དང་།
ཡ.༡༢.༢.༢ ས་སྟོང་ཡོད་མེད་དང་འཁྲུལ་དགོ།

- ཡ.༡༢.༣ འོན་ཚན་ ཡ.༡༢.༣ པ་དང་མ་འཁྲུག་བར་ ཅ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་ཅིག་གི་ནང་ལས་ཨིན་པའི་གཡོག་ཐོག་མི་
ངོའི་གཡོག་གནས་འདི་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཚང་དང་གཅིག་ཁར་ གྲོས་བསྟུན་ཐོག་ལས་ཐག་གཅད་དགོ།
- ཡ.༡༢.༤ མི་ངོམ་ཅིག་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་བསྐྱོ་བཞག་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ དེས་པར་དུ་འབད་དགོ་པའི་ གཡོག་སྤྱོད་ལྷ་གོང་
གི་སྤྱོ་ཚུས་བཟླ་དཔུང་འདི་འབད་དགོ་པ་དང་། དེ་ཡང་ གནམ་འབྲུའི་གྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན་འབད་བའི་ཤུལ་
ལས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ་པ་ཨིན།
- ཡ.༡༢.༥ མི་ངོམ་འདི་གིས་ སྤྱོ་ཚུས་བཟླ་དཔུང་གི་གྲུབ་འབྲས་དང་ གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་ཁྱེར་སྟོན་ནིའི་ནང་འབྲས་
ཤོར་ན་ ཡང་ན་སྤྱོ་ཚུས་བཟླ་དཔུང་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ སྤྱོ་ཚུས་སྤྱོད་ཡོད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་ན་ བསྐྱོ་བཞག་
ཆ་མེད་དང་། ལོ་དེའི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ཡང་ ཆ་མེད་གཏང་དགོ། ཁོ་གི་འབྲུག་
གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ སྟོན་འབྲེལ་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་དོན་ལུ་ གོ་སྐབས་ལན་ཐངས་ ༣ དང་དངོས་གཞིའི་
དོན་ལུ་ ལན་ཐངས་ ༡ ཡོད་ས་ལས་ ལན་ཐངས་ ༡ རྒྱུགས་པ་སྟེ་བཙི་དགོ།
- ཡ.༡༢.༦ གལ་སྲིད་ གནམ་འབྲུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་ཁྱེར་དང་ སྤྱོ་ཚུས་བཟླ་དཔུང་གི་
སྟོན་ལུ་སྟོན་ནི་མེད་པ་ ཡང་ན་ངོས་འཛིན་ཅན་གྱི་སྤྱོ་ཚུས་སྤྱོད་ཡོད་པ་སྟེ་ཐོན་ན་ ས་སྟོང་འདི་ གྲུབ་འབྲས་གི་
གཟེངས་ཐོན་གོ་རིམ་དང་འཁྲུག་ མཐར་འཁྲུག་མི་ངོམ་ཤུལ་མམ་ལུ་སྤྱོད་དགོ།
- ཡ.༡༢.༧ སྤྱོ་ཚུས་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཐོན་པའི་མི་ངོམ་འདི་ ཤུལ་མའི་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་
ཐོབ་དབང་ཡོད། དེ་ཡང་ ཁོ་ར་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཆོག་པའི་ཐོབ་དབང་རྒྱ་
མ་རྒྱུགས་པ་དང་འོས་ཚད་གཞན་རྒྱ་ཚང་དགོ་པའི་ཁར་ གནམ་འབྲུ་འབད་བའི་སྐབས་ གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་ལུ་
སྟོན་མེད་པ་དང་ སྤྱོ་ཚུས་སྤྱོད་དེ་མེད་པ་སྟེ་བསལ་དགོ།
- ཡ.༡༢.༨ གནམ་འབྲུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་ནང་འཛུལ་ཞུགས་འབད་དེ་ ཆོས་རྒྱལ་སྤུལ་བའི་ལོ་ལས་ ལོ་
ངོ་ ༡ གི་ནང་འཁོད་ གཞུག་ལག་ཤེས་ཚད་ལག་ཁྱེར་སྤུལ་དགོ། གལ་སྲིད་ གཞུག་ལག་ཤེས་ཚད་ལག་ཁྱེར་སྤུལ་
མ་རྒྱུགས་པ་ཅིན་ བསྐྱོ་བཞག་ཆ་མེད་གཏང་དགོ།
- ཡ.༡༢.༩ གལ་སྲིད་ གནམ་འབྲུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་གཞུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་སྟོབ་སྟོང་འགོ་མ་
བཟུགས་པའི་ཉེ་མ་ ཡང་ན་ཐད་ཀར་བསྐྱོ་བཞག་འབད་མིའི་ཆོས་གངས་ལས་ ལྷ་ངོ་ ༡ གི་ནང་འཁོད་རྒྱབ་བཤུད་
རྒྱབ་པ་ཅིན་ འདི་གི་ས་སྟོང་གཡོག་གནས་འདི་ གཟེངས་ཐོན་གྱི་གོ་རིམ་དང་འཁྲུག་ཏེ་ འདི་གི་འོག་གི་མཐར་
འཁྲུག་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་ལུ་སྤྱོད་དགོ།
- ཡ.༡༢.༡༠ གོང་འཁོད་ཀྱི་དོན་ཚན་ ཡ.༡༢.༩ ལུ་ གོ་གནས་ཕྱིར་བཏོན་ ཡང་ན་ངོས་འཛིན་འབད་མ་རྒྱུགས་པ་ཅིན་ བསྐྱོ་བཞག་
འདི་ལུ་བཙི་བཀྱར་མེད་པ་སྟེ་བཙི་དགོ་པ་དང་། མི་ངོམ་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་གཏན་འཇགས་གཡོག་བཟུགས་ཀྱི་
དོན་ལུ་ཐོབ་དབང་མེད། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ དེ་བཟུམ་མའི་ མི་ངོམ་ཚུའི་ཐོ་རྒྱ་ མི་ཁྲུངས་ངོ་
སྤྱོད་ལག་ཁྱེར་ཨང་དང་སྤྱུགས་ཏེ་རྒྱན་སྦྱོང་འཐབ་དགོ།

ཡ.༡༢.༡༡ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱང་གི་དོན་ལུ་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་
ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་བསྐོ་བཞག་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ གཡོག་གི་སྤྲོ་གོང་སྦྱང་བཅར་ཅིག་
སྤེ་ འབྲེལ་ཡོད་སྤེལ་ཁང་དང་ མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུ་ཚུ་ནང་ འབྲེལ་ཡོད་རང་སྤེལ་ཚོས་ཚན་ཚུ་མཐར་འབྲེལ་ཅན་སྤེ་
མཇུག་བསྟུ་དགོཔ་དང་། དེ་ཡང་ ལེའུ་ ༥ པ་གིས་བྱུ་དགོ།

ཡ.༡༢.༡༢ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་སློབ་སྦྱང་འབད་མའི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ སློབ་སྦྱང་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཟླ་ངོ་
༡ གི་ཤུལ་ལས་ ཕྱི་བཏོན་འབད་བ་ཅིན་ དོན་ཚན་ ༥.༡༠.༣ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་
སྦྱང་གི་དོན་ལུ་ཟད་འགོ་བཏང་ཡོད་མི་ཚུ་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་དཔུལ་ལོག་བཏབ་དགོ། དེའི་གུ་ དོན་ཚན་ ཡ.༡༢.༡༠
པ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

ཡ.༡༢.༡༣ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་
རྒྱགས་ཀྱི་སྤྲོ་གོང་ལས་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་སློབ་སྦྱང་མཐར་འབྲེལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་འདི་ འབྲུག་
གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་མཉམ་རྒྱལ་ཚུ་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་སློབ་སྦྱང་མཇུག་བསྟུ་མ་རྒྱུ་མ་
གཅིག་བསྐོ་བཞག་འབད་དགོ།

ཡ.༡༢.༡༤ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་མཐར་འབྲེལ་མའི་མི་ངོམ་ཚུའི་གཡོག་གནས་འདི་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཚད་
གཞི་གུ་གཞི་བཞག་དགོ།

ཡ.༡༢.༤.༡ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱང་འདི་ གྲུབ་འབྲས་ཅན་སྤེ་མཐར་འབྲེལ་དགོ།

ཡ.༡༢.༡༤.༢ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་ གཟེངས་ཐོན་གོ་རིམ་གྱི་དབྱ་སྟོམ་སྒྲུགས་ བརྒྱ་ཆ་
ལས་ ༡༥ དང་། གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱང་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༥ དང་།

ཡ.༡༢.༡༤.༣ སློབ་དཔོན་གྱི་མི་ངོམ་ཚུའི་དོན་ལུ་ ཚོས་ཚན་གྱི་འབྲེལ་མཐུན་བསྟུ་དགོ།

ཡ.༡༢.༡༥ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་གོང་མའི་མཁས་མཆོག་སྤྱང་མའི་ གསོ་བའི་དྲུང་འཛོལ་ཚུའི་བསྐོ་བཞག་འདི་ ཟུར་དེབ་
༡༣/༡༡་པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་ཚུ་ཚང་ན་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ ཟུང་འཛིན་ ༩
པའི་ རྒྱ་བསྐོ་བཞག་འབད་དགོ།

ཡ.༡༢.༡༦ མཐར་འབྲེལ་ཅན་གྱི་མི་ངོམ་ཚུ་ ཏུས་མཐུན་བཟོ་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་ ཡང་ན་ས་སྤྱོད་གསལ་བསྒྲགས་
ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ འཇུལ་ཞུགས་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དང་། དེའི་གནས་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བསྐོ་
བཞག་འབད་དགོ།

ཡ.༡༢.༡༧ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་ གདམ་འཐུ་སྤྱུ་བ་མའི་གཡོག་ཐོག་མི་ངོམ་ཚུ་ དོན་ཚན་ ༥.༤.༢ པའི་
ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཟན་རིམ་དང་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ཚུ་ སྤྱང་བཞག་འབད་
དགོ།

ཡ.༡༢.༡༨ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ དོན་ཚན་ ༡༤.༤.༡༣ པ་དང་འཁྲིལ་ འགོ་ཐོག་བསྐོ་བཞག་གི་ཚོས་གྲངས་ལས་ ཉམས་
ཚད་ཏུས་ལྷན་བཅུས་ཏེ་ གཡོག་བསྐོས་བཀའ་རྒྱའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་འགོ་ཐོག་གཡོག་གནས་

ཡང་ན་གོ་གནས་དེ་ཁར་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༣ ཟླ་ཉུང་གོ།

ཧ.༡༩ ཁས་བྲལ་དམ་བཅའ།

ཧ.༡༩.༡ བསྐྱོ་བཞག་གི་དོན་ལུ་ གདམ་འབུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ འབྲི་ཤོག་ ༤/༣ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པའི་
བཙུ་མཐོང་དང་ཀྱན་སྦྱོད་ལུ་གནས་ནི་གི་ཁས་ལེན་འབད་དགོཔ་དང་ ཁས་བྲལ་དམ་བཅའ་ལུ་དགོ།

ཧ.༡༤ འདྲིས་སྦྱོང་།

ཧ.༡༤.༡ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་གི་ གཙུག་ལག་ཁྱད་རིག་ཤེས་ཚད་ཅན་ བསྐྱོ་བཞག་གི་དོན་ལུ་གདམ་འབུ་སྦྱབ་མི་ཚུ་ རྒྱལ་
གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་མའི་གོམས་འདྲིས་སྦྱོབ་སྦྱོང་ལས་རིམ་ནང་ བཅའ་མར་
གཏོགས་དགོ།

ཧ.༡༤.༢ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་བསྐྱོ་བཞག་གི་དོན་ལུ་ གདམ་འབུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་ནང་ལུ་
ལས་སྡེ་གིས་འོས་འབབ་ལུན་པའི་དུས་ཡུན་རིང་ལུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་ངོ་སྦྱོད་ལས་རིམ་ནང་བཅའ་མར་
གཏོགས་དགོ།

ཧ.༡༥ ཉམས་ཚད།

ཧ.༡༥.༡ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་གི་མི་ངོམ་འདི་ འགོ་དང་པ་ལོ་ངོ་ ༡ གི་རིང་ལུ་ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་སྡེ་བཞག་དགོ། དེ་བསྐྱང་
དོན་ཚན་ ༤.༡༩.༡ ལས་ ༤.༡༩.༥ ཚུན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་དགོངས་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

ཧ.༡༥.༢ འབུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ གདམ་འབུ་གྲུབ་པའི་གཡོག་ཐོག་མི་ངོམ་ཚུ་ ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་སྡེ་
ཟླ་ཉུ་མི་དགོ། དེ་ཡང་ མི་ངོམ་འདི་གི་ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་ལོ་ངོ་གཅིག་པོ་འདི་ ཉེ་མའི་གོ་གནས་ཁར་ཆང་སྡེ་
ཁོ་གི་ལཱ་གཡོག་འདི་གཏན་གཡོག་སྡེ་བཙུ་འཛུགས་འབད་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

ཧ.༡༦ གཡོག་བསྐྱོས་འབད་བའི་ཉུང་མཐའི་ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན།

ཧ.༡༦.༡ འབུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་འདི་ ཉམས་ཚད་ ཡང་ན་ལཱ་
གཡོག་སྤྱོད་གི་སྦྱོང་བཅར་མཇུག་བསྐྱུ་མི་བཙུག་ཏེ་ ལཱ་གཡོག་ངོ་མའི་ནང་ལུ་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༤ ཟླ་ཉུང་གོཔ་
དང་ དོན་ཚན་ ༤.༡༠.༢ ཡང་ན་ ༤.༡༡.༥ པ་དང་འཁྲིལ་ ག་མཐོ་མི་འདི་གི་དུས་ཡུན་རིང་ལུ་ཟླ་ཉུ་ནིའི་ཁག་
འགན་ཤོག།

ཧ.༡༦.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ དོན་ཚན་ ༡.༤.༡ པ་དང་མ་འཁྲིལ་བར་དགོངས་ཀྱི་འབད་བ་ཅིན།

ཧ.༡༦.༢.༡ འཚོ་རྟེན་མ་དངུལ་དང་ སྡེ་ཚན་ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར་གྱི་ཁེ་ཕན་ཚུ་མ་གཏོགས་ དགོངས་
ཁུའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་གཞུང་བཞེས་འབད་དགོཔ་དང་།

ཧ.༡༩.༢.༢ བཅའ་ཡིག་འདིའི་དོན་ཚན་ ༤.༡༠.༣ ཡང་ན་ ༤.༡༡.༤ པ་དང་འཁྲིལ་ ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན་
གི་ཆབ་སྡེ་ དངུལ་འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན་འབག་དགོ།

སྒྲིག་པའི་སྒྲིག་པའི་

སྒྲིག་པའི་	སྒྲིག་པའི་ལོ་ལྟར་
ཀ+	༩༠
ཀ	༩༩
ཀ-	༩༠
ཁ+	༩༩
ཁ	༩༠
ཁ-	༩༩
ག+	༩༠
ག	༩༩
ག-	༩༠
ང	༩༩

ངན་གསོ། སྒྲིག་པའི་ལོ་ལྟར་ སྒྲིག་པའི་སྒྲིག་པའི་ལོ་ལྟར་ སྒྲིག་པའི་སྒྲིག་པའི་ལོ་ལྟར་ སྒྲིག་པའི་སྒྲིག་པའི་ལོ་ལྟར་

རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཞི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གདམ་འཇུག་པའི་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་གྲན་འབེབས།

སྤྱི་གཞི་སྤྱི་གཞི་ བཞུགས་པའི་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན།	གདམ་འཇུག་པའི་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན།	འགྲུལ་འཇུག་པའི་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན།
བདག་སྤྱི་ /དངུལ་འབྲེལ་ /ཤེས་རིག་ལྷན་ གཞི་གཞི་ (གཞི་ལག་ཤེས་ ཤེས་རིག་མཐོ་ མི་འོག་མཐོ་ ཤེས་ཚད།)	སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ གྱི་ཉེ་མ་ཞི་གཞི་ནང་ འཇུག་ ཞུགས་འབད་མཐོ་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན།	ཆོས་རྒྱལ་མེད།
	རྒྱལ་ཡོངས་གནས་ཤིང་གྱི་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ ཅན་ གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་རྒྱལ་ཞི་གཞི་ལག་ གདམ་འཇུག་པའི་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ དང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལས་ཞི་གཞི་ནང་འཇུག་ མི་ཚུ།	ཞི་གཞི་ནང་ལུ་འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་ དང་འདྲོད་ཡོད་མཐོ་གཞི་ལག་ ཤེས་ཚད་ཅན་ག་ར་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཞི་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་དཔོན་གདམ་འཇུག་ཆོས་རྒྱལ་འདི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལུ་འགོ་བཙུགས་ཅི།
		ཤུལ་ལས་ རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཞི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་དབང་ཚད་སྤྱོད་ ཡོད་མཐོ་གཞི་ལག་ཤེས་ རྒྱལ་གཞི་འཇུག་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་གིས་དངུལ་འབྲེལ་ འགོ་དཔོན་ཆོས་རྒྱལ་དང་ ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་སྤྱོད་པོན་ གདམ་འཇུག་ཆོས་རྒྱལ་སོ་སོ་སྤྱོད་འགོ་བཙུགས་ཅི།
		རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཞི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ལྷན་ལུ་ལེན་ཞིན་ལས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལས་ ༢༠༠༩ ཚུན་ ཞི་གཞི་སྤྱི་ལོ་བཅའ་ཆོས་རྒྱལ་དང་། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ལས་ འཇུག་གི་ཞི་གཞི་ཆོས་རྒྱལ་ལེན་ནི་འགོ་བཙུགས་ ཅི།
ཤེས་རིག་ལྷན་ གཞི་གཞི་ (ཤེས་ རིག་གཞི་)	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ གྱི་སྤྱོད་ལས་འཇུག་ཞུགས་ འབད་མཐོ་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན།	ཆོས་རྒྱལ་མེད།
	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ལུ་ཤེས་རིག་ལྷན་ལག་དང་ སྤྱི་ ལོ་ ༢༠༡༡ ལས་རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཞི་ལྷན་	ཤེས་རིག་གཞི་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ གདམ་འཇུག་ ཐེངས་ ༡ པ་འདི་ རྒྱལ་གཞི་ཞི་གཞི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་དབང་

ལག་གཞི་རིམ་ ཤེས་ཚད།)	ཚོགས་ཀྱིས་གདམ་འཇུག་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཅན།	ཚད་སྡོད་མི་དང་འཕྲིལ་ཏེ་ ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་གིས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ལུ་ འགོ་བཙུགས་ཅི། དེ་ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་ གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་དབང་ཚད་ལོག་སྟེ་ལེན་ཡི།
ཁྱད་རིག་ལུ་ གཡོག་	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ གི་ཏེ་མ་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ འཇུག་མིའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན།	ཆོས་རྒྱལ་མེད།
	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ལས་ ༢༠༠༥ ཚུན་ སྤྱིར་བཏང་ ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ཐོག་ལས་གདམ་འཇུག་གྲུབ་ པའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་དང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་ སློབ་སྟེ་ལོག་གི་ཆོན་རིག་དང་ འབྲུག་རིག་ མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུའི་གཡོག་ཐོག་བཟོ་རིག་འགོ་ དཔོན་ཚུ།	ཁྱད་རིག་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ལས་ ཆོས་རྒྱལ་གཞི་བཙུགས་འབད་ཡི།
	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ སྟེལ་ཁང་ཚུ་དང་ མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུ་ཚུ་ནང་ལས་ ཐོན་པའི་གཡོག་ཐོག་གི་ གཙུག་ལག་ཤེས་ ཚད་ཅན་འབྲུག་གི་ཞི་ཆོས་རྒྱལ་གི་ཐོག་ལས་ གདམ་འཇུག་སྐབ་མི་ཚུ།	རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ སྟེལ་ཁང་དང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུ་ཚུ་ནང་ལས་ ཐོན་པའི་གཡོག་ཐོག་མི་ངོམ། རང་བཞིན་སྤྱར་བྱུང་ཐོན་སྐྱེད་ལས་ ཆོན་རིག་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་དང་ རྒྱལ་གཞུང་གསོ་བའི་ཆོན་ རིག་སྟེལ་ཁང་ལས་ཐོན་པའི་ མི་མང་གསོ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་གཙུག་ ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་ རྒྱལ་ཐོག་ལས་གདམ་འཇུག་འགོ་བཙུགས་ཅི།
	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལས་ གཡོག་ཐོག་མི་ངོམ་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་ཡོད་རུང་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་མེད་མི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ཐོག་ལས་ གདམ་འཇུག་སྐབ་མི་ཚུ།	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལས་ གཡོག་ཐོག་མི་ངོམ་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་ གྱི་ཤེས་ཚད་ཡོད་རུང་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་མེད་མི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ཐོག་ལས་གདམ་འཇུག་སྐབ་མི་ཚུ།
	སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ གྱི་ཏེ་མ་ཞི་གཡོག་ནང་འཇུག་ ཞུགས་འབད་མིའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན།	ཆོས་རྒྱལ་མེད།

<p>ཁྱད་རིག་ལཱ་གཡོག (རྫོང་ཁ།)</p>	<p>རྒྱལ་ཡོངས་གནས་ཟིམ་གྱི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་གཡོག་བཙུགས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཐོག་ལས་གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་དང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༣ ལས་ ༡༩༩༧ ལུ་ཁྱེ་གཡོག་ནང་འཛུལ་མི་ཚུ།</p>	<p>སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༣ ལས་ ༡༩༩༧ ལུ་ཁྱེ་རྫོང་ཁྱེ་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་སྤྱིར་བཏང་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ཆོས་རྒྱལ་ཕུལ་དགོ།</p>
	<p>སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༧ དང་ ༡༩༩༩ གི་ནང་གཡོག་སྤྱིར་བཏང་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཐོག་ལས་དང་ ༡༩༩༩ ལས་ འཐུག་གི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་གདམ་འཐུ་སྤྱུབ་མའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ།</p>	<p>སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༧ ལུ་དམིགས་བསལ་དུ་སྤྱོད་གཡོག་ནང་འཛུལ་ནིའི་དང་འདྲོད་ཅན་དང་ ལས་སྤེལ་ཚུ་ནང་ལུ་རྫོང་ཁྱེ་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་གྱི་གོ་གནས་ནང་ལུ་ འཛུལ་ཞུགས་གྱི་དང་འདྲོད་ཡོད་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཆོས་རྒྱལ་སོ་སོ་སྤེལ་ནིའི་འགོ་བཙུགས་ཅི།</p>

ཅན་གསོ།

- ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གཡོག་ཐོག་གི་མི་ངོམ་ཅིག་སྤེལ་ཁོ་རའི་ཤེས་ཚད་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་དང་མཐོ་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་རྒྱ་སྐྱོད་འབད་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཤེས་ཚད་ཐོབ་པའི་ལོ་འདྲི་ མི་ངོམ་འདྲི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ཕྱན་ཆོག་གིས་ གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ ཨིན་ན་ཨིན་ན་ཐག་གཅད་ནིའི་ལོ་སྤེལ་བཟི་དགོ།
- ཞི་བའི་དམག་སྤེའི་འགོ་དཔོན་ (གནམ་ལོ་ ༡༩༥༩-༡༩༩༩) ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ཕྱན་ཆོག་གིས་གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་སྤེལ་བཟི་ཨིན།



རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

སྤྱི་ལོ་.....ལོའི་ལོ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་དགོས་མཁོའི་འབྲི་ཤོག་
ལྷན་ཁག་ལས་སྤྱེ།

རིམ་ ཨང་།	ལས་ཁུངས།	སྤེལ་ཚད་ལས་ ཚན།	གོ་གནས་ ཀྱི་མིང་།	གོ་གནས་ཀྱི་ གནས་ཤིང་།	ཤེས་ཚད་ དགོས།	སྤྱི་གཤམ་སྤྱི་གཤམ་ བཀོད།	གནང་བ་ གྲུབ།	དེ་ཡོད།	བར་སྟོང་།	ཁྱེད་ལྟུང་ ཡོད།	གཙོ་རིམ་གྱི་ ཨང་ཤིང་།	བཅས་གསོ།

བཅས་གསོ། གོང་འཁོད་ལོ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་གྱི་དགོས་མཁོའི་འབྲི་ཤོག་ ཉེ་མ་རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་ཡོད་པའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ཆ་མེད་འགྲོམ་ཞེས་དང་
དགོས་མཁོའི་ ལོ་ངོ་ལྷན་ཁག་གི་སྤྱི་ལོ་ ༥ པའི་ནང་ ལོ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་གྱི་དགོས་མཁོ་ཕུལ་ནིའི་དུས་ཚོད་ཚུན་ ཆ་གནས་འོང་དགོ།

རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འབྲུག་གཞུང་།

སྤྱི་ཚུས་.....ལུ་འཚོགས་པའི་མི་སྣ་ལས་ཚོགས་རྒྱུང་ཞལ་འཛུགས།

བསྐྱེད་སྤྱོད་འབྲུག་ལྷན་ཚོགས་
མིང་ཉམས།
མིང་།
གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།
ཚུས་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་

མི་སྣ་ལས་ཚོགས་རྒྱུང་གི་ཁྲི་འཛུགས།
མིང་ཉམས།
མིང་།
གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།
ཚུས་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་



འབྲི་ཤོག་ ༨/༩

རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་འབྲི་ཤོག

ཐོ་བཀོད་ཡང་།

ཚོས་རྒྱགས་དབྱེ་ཁག་།

རིམ་ ཡང་།	ཆ་རྒྱུ།	སྐྱགས།	སྐྱགས་ཐོབ་ཡོད་པ།
༡.	སྤྱོད་ལམ་དང་འབད་གཞག་	༠༥	
༢.	ལ་སྐད་ཚུགས་གྲུབ།		
	ཀ། རྩོད་ལ།	༡༠	
	ཁ། ཨིང་ལེ།	༡༠	
	ག གཞན།* འབྲུག་གི་གཡུས་སྐད་དང་སྐད་ཡིག་གཙོ་བོ་དང་། ལུང་ཚུགས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ལ་སྐད།	༠༥	
༣.	སློབ་རིག་ འཛོལ་ཐང་། ཚུགས་གྲུབ།		
	ཀ། ཚོས་ཚན་གྱི་བྱད་རིག་ཤེས་ཡོན།	༡༠	
	ཁ། སྤྱིར་བཏང་ཤེས་བྲ།	༡༠	
	ག གསལ་ལྷུ་འཛོལ་ཕུལ། (དོན་ཚན་གྱི་གོ་རིམ།)	༡༠	
	ང། དབྱེ་དཔྱད་འཛོལ་ཐང་།	༡༠	
	ཅ། གོ་བ་ལེན་ཐངས་དང་ སྐབ་ཐངས་དག་ཉིང་།	༡༠	
	ཆ། སློབས་པ།	༠༥	
༤.	ཡན་ལག་ཚོས་ཚན་གྱི་ལཱ་རིགས། **	༡༠	
༥.	སློབ་རིག་དང་གྲུབ་འབྲས་གཞན། **	༠༥	
སྐྱགས་ཡོངས་བསྟོམས།		༡༠༠	

* ཚོགས་རྒྱུང་འབྲུས་མི་ཚུ་ མོས་མཐུན་གཞི་བཞག་ཐོག་སྐྱགས་བྱིན།

** ཡིག་ཆའི་བདེན་ཁྱད་དང་ ཚོགས་རྒྱུང་འབྲུས་མི་ཚུ་མོས་མཐུན་གཞི་བཞག་ཐོག་སྐྱགས་བྱིན།

ས་གནས།
ཚོས་གྲངས།

(ཚོགས་རྒྱུང་འབྲུས་མིའི་མིང་དང་མིང་རྟགས།)



འབྲི་ཤོག་ ༡/༣

རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཤེག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

འབྲུག་གི་ཞི་གཤེག་ཚོས་རྒྱགས།

སྤྱི་ལོ་.....།

དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་བརྟག་ཞིབ་འབྲི་ཤོག་

མི་ངོའི་ཐོ་བཀོད་ཡང་རིམ།

རིམ་ཡང་།	བཀོད་ཚོགས་འབྲུས་མིའི་མིང་།	སྐྱགས་བསྐྱེམས།	སྐྱགས་ཐོབ་ཡོད་པ།
༡.	ཁྱི་འཛིན།	༡༠༠	
༢.	འབྲུས་མི།	༡༠༠	
༣.	འབྲུས་མི།	༡༠༠	
༤.	འབྲུས་མི།	༡༠༠	
༥.	འབྲུས་མི།	༡༠༠	
	བསྐྱེམས།	༥༠༠	

བར་སྐྱགས།	
དྲི་བཀོད་འབྲུས་མིའི་གྲངས་ལ།	སྐྱགས།
བསྐྱེམས།	

དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆའི་ནང་།%

(བར་སྐྱགས་ ༣ གྱི་བསྐྱེམས་/༣།)

བདེན་དབྱེད་དང་ངོ་སྤྱོད་འབད་མི།

ས་གནས།

ཚོས་གྲངས།

ཁྱི་འཛིན་གྱི་མིང་དང་མིང་རྟགས།

ལེའུ་ ༡ པ། ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་བཅུ་།

༡.༡ སྤྱོད་བྱས།

- ༡.༡.༡ ཞི་གཡོག་ནང་གསར་བཙུགས་འབད་མི་ཚུ་ རང་སེའི་གོ་གནས་དང་འབྲེལ་ཏེ་དགོ་པའི་འོས་ལྷན་གྱི་རིག་ཅུལ་དང་
ཤེས་བྱ། རྟོགས་གྲུབ་ཚུ་གི་སློབ་སྦྱོང་བྱིན་ཐོག་ལས་ ཚུལ་མཐུན་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༡.༡.༢ ཞི་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་འཐོབ་ཆོག་ཆེ་མེད་མི་དང་ གཡོག་ཐོག་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་ཐོག་ལས་འབད་རུང་
དགོས་མཁོ་འགྲུབ་མ་ཚུགས་པའི་སྐབས་ སྤྱོད་བཅུ་དང་ལྷོགས་གྲུབ་ལྷན་པའི་མི་སྟོབས་བཀའ་སྤྱོད་འདི་ ཆོད་
དཔག་གི་ཐོག་ལས་འབད་ཚུགས་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༡.༡.༣ གཞི་འགྲུལ་ལྷོགས་གྲུབ་ཀྱི་སྤྱོད་བཅུ་འདི་ དོན་སྤྲོད་ཅན་སྤྱོད་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་ ཞི་གཡོག་གི་ལས་
གཡོག་པ་ཚུ་ ལྷན་རིག་ཅན་ཅིག་བཟོ་དགོ།

༡.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡.༢.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ འབྲེལ་ཡོད་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་ཚུ་དང་མཉམ་འབྲེལ་འབད་ཐོག་ལས་ སྤྱི་
གཡོག་སྤྱིག་བཀོད་སྡེ་ཆན་ཚུ་ནང་གི་གོ་གནས་ཚུ་དོན་ལུ་ རྒྱུ་མཐའི་ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་བཅུ་ལས་རིམ་
ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་དགོ།
- ༡.༢.༢ མི་ངོམ་ཚུ་ གཞེངས་ཐོན་དང་དྲངས་གསལ་ལམ་ལུགས་ལུ་ གཞི་བཞག་ཐོག་ལས་གདམ་འབྲུ་འབད་དགོ།
- ༡.༢.༣ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ སྤྱོད་བཅུ་གི་ཕན་ཅུས་ལྷ་ཞིབ་ལམ་ལུགས་བཟོ་སྡེ་ དགོས་མཁོ་དང་
འབྲེལ་ལེགས་བཅོས་འབད་དགོ།
- ༡.༢.༤ ལས་སྡེ་གིས་ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་ ལོ་ལྟར་མི་སྟོབས་གཡོག་བཙུགས་འཆར་གཞི་དང་ ལོ་ལྟར་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་
གཙོ་རིམ་ཅན་གྱི་ས་གོ་ཚུ་དང་སྤྱུགས་ཏེ་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་གི་དོན་ལུ་ ཅུས་ལུན་བར་མ་དང་ ལུན་རིང་གི་ཁྱད་
རིག་མི་སྟོབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཆོད་དཔག་འབད་དེ་ སྤྱི་ཟླ་ ༥ པའི་ནང་འཁོད་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་
ལུ་ཐུལ་དགོ།
- ༡.༢.༥ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་བཅུ་གཞུག་ལག་ཤེས་ཆད་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་ལས་རིམ་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་
དགོས་མཁོ་ཡོད་མེད་ཐག་གཅད་ནི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཆ་དང་
ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་དང་གཅིག་ཁར་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དགོ།

༡.༣ ལག་ལེན།

ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་བཅུ་གི་དཔེ་ཆོག་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྟར་ཨིན།

- ༡.༣.༡ འགན་ཁག་ཡོངས་རྫོགས་མ་ཐོག་པའི་སྤྱོད་བཅུ་ ཞི་གཡོག་ནང་འཛུལ་ཞུགས་འབད་མའི་ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་
ཚུ་ལུ་བྱིན་པའི་སྤྱོད་བཅུ་།

༡.༣.༡ མི་མང་བདག་སྐྱོང་གི་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད། དངུལ་འབྲེལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་
འོག་མའི་ཤེས་ཚད། རྒྱལ་ཡོངས་ཁྲིམས་དོན་གྱི་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད། ཤེས་རིག་གཙུག་ལག་
མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཚུ་དང་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་དུས་དང་དུས་སུ་ གནང་བ་བྱུང་པའི་
སློབ་སྦྱང་གཞན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུག་ཚེས་རྒྱུགས་ཐོག་ལས་གདམ་འབྲུ་བྱུང་པའི་གཙུག་ལག་ཤེས་
ཚད་ཅན་ཚུ་ལུ་ བྱད་རིག་གི་གཞི་འབྲམ་དང་རིག་ཅུལ་བྱིན་ཚུགས་པའི་སྦྱོང་བཟུང་དང་།

༡.༣.༢ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ངོས་འཛིན་འབད་བའི་ས་གོ་ཚུ་ནང་ འབྲུག་གཞུང་གི་སློབ་གཉེར་གྲོགས་
རམ་གྱི་ཐོག་ལས་ བྱད་རིག་དང་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་སློབ་སྦྱང་གཞན་ཚུ་འི་དོན་ལུ་ གདམ་འབྲུ་བྱུང་པའི་མི་ངོས་
ཚུ།

༡.༤ གནང་སྦྱོང་དབང་འཛིན།

༡.༤.༡ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་འདི་ དམིགས་བསལ་དུ་ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཚན་དང་བསྐྱར་བའི་ རྒྱལ་ཁབ་
ནང་འཁོད་ལུ་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱོང་གི་གནང་བ་གནང་མིའི་དབང་འཛིན་ཅིག་ཡིན།
འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ སྦྱོང་བཟུང་ལས་རིམ་གསར་པ་གི་གོ་སྐབས་འཆར་འདི་ འབྲི་ཤོག་ ༡/༡ པ་དང་འཁྲིལ་ རྒྱལ་
གཞུང་གི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༡.༤.༢ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་སློབ་སྦྱོང་ཚུ་འི་དོན་ལུ་ འཛོ་འབྲུས་ཀྱི་ཚད་
གཞིའི་དོ་སྦྱོར་གནང་ཆོག།

༡.༤.༣ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་འདི་ ལཱ་གཞུག་སྡེ་གོང་གི་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱོང་
ལས་ཐོན་པའི་ཁག་འགན་ཚུ་ གནང་བ་གནང་མི་དང་ལྷ་རྟོག་འབད་མི། བསྐྱར་སྦྱོང་འབད་མིའི་དབང་འཛིན་ཅིག་
ཡིན།

༡.༤.༤ མི་ངོས་ཚུ་གཞུང་འབྲེལ་དུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕྱིས་སྦྱོང་མ་འབད་ཚུན་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་
སློབ་གཉེར་ལས་རིམ་ལས་ཐོན་པའི་ཁག་འགན་ཚུ་ གནང་བ་གནང་མི་དང་ལྷ་རྟོག་འབད་མི། བསྐྱར་སྦྱོང་འབད་
མིའི་དབང་ཚད་འདི་ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་དེ་ལུ་ཡོད།

༡.༥ ཐོབ་ལམ།

༡.༥.༡ འཛོ་འབྲུས་དང་ ཐོབ་ལམ་གཞན་གང་རུང་ཚུ་ གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་དང་། ཡང་ན་སློབ་
གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་ཁ་ཆིག་གན་ཆིག་དང་བསྐྱར་ ག་ལག་ལེན་འཐབ་བརྟུབ་མི་འདི་དང་འཁྲིལ་དགོ།

༡.༥.༢ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ལཱ་གཞུག་སྡེ་གོང་སྦྱོང་བཟུང་གི་སྐབས་ མི་ངོས་ཚུ་ ས་ཁོངས་ལྷ་སྐྱོང་གི་འགོ་འགྲུལ་འབད་
བའི་ཉིན་འབྲུས་དང་འགྲུལ་འབྲུས་འདི་ གཞུང་གིས་གནང་བ་བྱུང་པའི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབྲེལ་ཡོད་སྡེལ་
ཁང་གིས་སྦྱོང་དགོ།

༡.༥.༣ ལོ་ལྟར་ངལ་གསོ་དང་ ངལ་གསོ་གཞན་ཚུ་ སྡེལ་ཁང་གི་ལས་འཆར་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བྱིན་དགོ།

༡.༤ ལུ་གཡོག་སྒྲ་གོང་གི་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་སློབ་སྦྱང་འབད་བཞིན་པའི་ཞི་གཡོག་ཚས་རྒྱགས་ལས་གདམ་འབྲུ་གྲུབ་པའི་གཡོག་
 ཐོག་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན།

ཁོ།

- ༡.༤.༡ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་སློབ་སྦྱང་ཚད་ཞིན་ལས་ ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་ནང་ཕྱག་ལུ་མི་དགོ། དེ་ཡང་ མི་
 ངོས་དེའི་ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་ལོ་ངོ་གཅིག་པོ་འདི་ ཉེ་མའི་གོ་གནས་འདི་ནང་ཚད་ནི་འདི་གིས་ཨིན།
- ༡.༤.༢ ཁོ་རའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་དང་ཆན་རིམ་འདི་སྤང་བཞག་འབད་དེ་བཞག་དགོ། ཡུན་རིང་སྦྱང་བནར་དང་ཀྱན་
 གཏོགས་འགན་བསྐྱར་གྱི་དོན་ལུ་ གཡོག་གི་ཆན་རིམ་དང་མཐའ་ཟུར་གཡོག་གནས་ཀྱི་མྱིད་ཚད་ཅིས་རྒྱབ་ནིའི་ནང་
 ངོས་ལེན་ཡོད་པ་བཟོ་དགོ།
- ༡.༤.༣ ཉམས་ཚད་ཀྱི་དུས་ཡུན་མ་བཅིས་པར་ ད་ལྟོའི་གོ་གནས་ཁར་ལོ་ངོ་ ༩ ཀྱི་རིང་ལུ་གཡོག་ངོ་མའི་ནང་ཕྱག་ལུ་ཞིན་
 ལས་རྒྱུ་གཅིག་ ཡུན་རིང་སྦྱང་བནར་གྱི་འོས་འབབ་ཡོད་པ་དང་།
- ༡.༤.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་འབད་མ་ལས་ ངལ་གསོའི་འགྲུལ་འབྲུས་དང་ལལ་གསོའི་འབྲུས་བཅིས་ཏེ་ ཁོ་རའི་གཏན་འཇགས་
 ཀྱི་དདུལ་ཕོགས་དང་ཁོ་ཕན་ཚུའི་ཐོབ་ལམ་མེད། དེ་འབད་མ་ད་ ལུ་གཡོག་སྒྲ་གོང་གི་མི་ངོས་ལུ་ཐོབ་པའི་ཐོབ་ལམ་
 རྒྱུ་གཅིག་གི་འོས་འབབ་ཡོད།

༡.༥ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སྦྱང་བནར་དང་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ནང་ གདམ་འབྲུ་
 གྲུབ་པའི་མི་ངོས་ཚུ་དང་འགན་ལེན་པའི་དོན་ལུ་ འགོ་སྦྱོང་སྒྲ་གོང་གི་བྱ་རིམ།

- ༡.༥.༡ སློབ་སྦྱང་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་ཉེ་མ་ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན། ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་
 གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འགོ་སྦྱོང་སྒྲ་གོང་ཁ་བཀོད་འགོ་འདྲན་འཐབ་པའི་སྐབས་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་
 སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ནང་དང་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སྦྱང་བནར་ནང་ གདམ་འབྲུ་གྲུབ་པའི་
 མི་ངོས་ཚུ་ འགན་ལེན་པ་དང་སྒྲགས་ཏེ་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ།
- ༡.༥.༢ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན། ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ངོས་འཛིན་འབད་
 བའི་འགོ་དཔོན་ཅིག་ངོ་འབྱེར་ཐོག་ལས་ འགོ་སྦྱོང་སྒྲ་གོང་ཁ་བཀོད་ཀྱི་སྐབས་ འབྲི་ཤོག་ ༡/༢ དང་ ༡/༣ ནང་
 གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འབྲིལ་ མི་ངོས་དང་འགན་ལེན་པ་གིས་ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་ལས་
 གྲུ། ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་ ཁས་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།
- ༡.༥.༣ ཁས་ལེན་ ཡང་ན་དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་ཚོག་འདི་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་དང་མཁས་མཆོག་ཁག་ཆེ་ཉེ་དང་
 འབྲིལ་ཏེ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཆོག།
- ༡.༥.༤ མི་ངོས་འདི་གིས་ ཁས་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་མི་འདི་ལུ་ གནས་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན་ཅེ་ཐོན་པ་ཅིན་ མི་
 ངོས་དེའི་འགན་ལེན་པ་དེ་ལུ་ ཁས་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ་པའི་འགན་འབྲི་དང་འབྲི་བའི་སྐོར་ལས་ཁ་
 བཀོད་བྱིན་དགོ།
- ༡.༥.༥ འགན་ལེན་པ་འདི་ སློ་གཏང་ཚུགས་པའི་མི་ཅིག་དང་ རབ་བྱང་ན་ཐད་ཀར་གྱི་བཟའ་ཚང་འབྲུས་མི་ཅིག་ཨིན་དགོ།

དེ་ཡང་ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན། ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ རོས་
ལེན་ཡོད་པའི་པམ་ ཡང་ན་བདག་འཛིན་པ་ཅིག་ཡིན་དགོ།

༡.༡ གཞུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱོང་བསྐྱར་ལྟུང་། ཅུས་ལུན་ཡར་སེང་དང་། ཆ་མེད།

- ༡.༡.༡ མི་རིམ་ཅིག་སློབ་བརྒྱུ་ནང་ལུ་ བསྐྱར་ལྟུང་འབད་དགོཔ། ཅུས་ལུན་ཡར་སེང་འབད་དགོཔ། ཆ་མེད་གཏང་དགོཔ།
ཚུ་ སྤེལ་ཁང་གིས་བཟོ་ཡོད་པའི་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་འཁྲིལ་དགོ།
- ༡.༡.༢ གལ་སྲིད་ སློབ་བརྒྱུ་པ་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་དབང་ཚད་ལུ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཅིག་ཡིན་རུང་ བཅོམ་མ་རྒྱུ་པར་
སློབ་བརྒྱུ་གི་ལས་རིམ་འཕྲོ་བཅད་དེ་བཞག་པ་ཅིན་ སློབ་བརྒྱུ་བསྐྱར་ལྟུང་འབད་ནི་དང་ ཅུས་ལུན་ཡར་སེང་ཚུ་
འབད་མི་ཚོག
- ༡.༡.༣ མི་རིམ་ཅིག་ སློབ་སྦྱོང་མཐར་འཁྱོལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁོ་ར་གིས་ཟད་འགོ་བཏང་ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱོང་འཕྲོ་མཐུད་
དེ་མཚུག་བསྐྱུ་དགོ། ཡིན་རུང་ ཁོ་རའི་གཡོག་བསྐྱོས་འདི་ སློབ་སྦྱོང་མཚུག་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་གངས་འདི་རོས་པ་མེད་
པར་ གཟེངས་ཐོན་དང་འཁྲིལ་བུལ་མའི་སྤེ་ཚན་དང་གཅིག་ཁར་འབད་དགོ།
- ༡.༡.༤ མི་རིམ་ཅིག་གིས་སློབ་སྦྱོང་འཕྲོ་གཅད་འབད་བ་ཅིན་ ཁས་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཟད་འགོ་
བཏང་ཡོད་མི་ཚུ་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་ལོག་སྟེ་བཏབ་དགོ།

༡.༢ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱོང་བསྐྱར་ལྟུང་། ཅུས་ལུན་ཡར་སེང་དང་ཆ་མེད།

- ༡.༢.༡ རོ་རྒྱུ་གིས་འབད་ཐབས་མེད་པའི་གནད་དོན་ལས་བརྟེན་ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་ལས་
གནང་བ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ མི་རིམ་ཅིག་གིས་ཅུས་ལུན་ཡར་སེང་འབད་མི་ཚོག
- ༡.༢.༢ མི་རིམ་འདི་གིས་འབད་ཐབས་མེད་པའི་གནད་དོན་ལས་བརྟེན་ སློབ་སྦྱོང་གི་ཅུས་ལུན་ཡར་སེང་འབད་དགོ་པ་ཅིན་
འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཚུ་སྟོན་ཐོག་ལས་ འབྲུག་གཞུང་གི་འབྲེལ་ཡོད་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་ལས་ ཚུལ་
མཐུན་གྱི་གནང་བ་ལེན་དགོཔ་དང་། སློབ་སྦྱོང་འཐེབ་ ཡང་ན་སློབ་སྦྱོང་སོ་སོ་འབག་ནིའི་ཅུས་ལུན་ཡར་སེང་གི་
གནང་བ་བྱིན་མི་ཚོག
- ༡.༢.༣ འཕྲོད་བསྟེན་དང་སྲིད་དོན་གྱི་བར་ཁྱེན། ཡང་ན་རོ་རྒྱུ་གིས་འབད་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན་ཚུ་བྱུང་ཡོད་ན་མ་
གཏོགས་ སློབ་སྦྱོང་གི་ཅུས་ལུན་ཡར་སེང་འབད་ཡོད་མི་འདི་ ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན་གྱི་ཅུས་ལུན་གྱ་བསྐྱབ་དགོ།
- ༡.༢.༤ མི་རིམ་ཅིག་ སློབ་སྦྱོང་མཐར་འཁྱོལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁོ་ར་གིས་ཟད་འགོ་བཏང་ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱོང་འཕྲོ་མཐུད་
དེ་མཚུག་བསྐྱུ་དགོ།
- ༡.༢.༥ མི་རིམ་ཅིག་གིས་སློབ་སྦྱོང་འཕྲོ་གཅད་འབད་བ་ཅིན་ ཁས་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཟད་འགོ་
བཏང་ཡོད་མི་ཚུ་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་ལོག་སྟེ་བཏབ་དགོ།
- ༡.༢.༦ སློབ་སྦྱོང་དང་སློབ་གཉེར་གོགས་རམ་ཆ་མེད་གཏང་དགོཔ་དེ་ཡང་།

- ༡.༧.༤.༡ མི་ངོའི་བྱ་སྤྱོད་འདི་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་དང་། ཡང་ན་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།
 ཡང་ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་མཐུན་མ་སྟེ་མེད་པ་ཅིན།
- ༡.༧.༤.༢ མི་ངོའི་གྲུབ་འབྲས་འདི་དཔྱ་སྟོམ་ལས་ཉུང་སྤྱི་ཅིག་དང་། ཡང་ན་ སྤེལ་ཁང་ ཡང་ན་འབྲུག་
 གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་གྱིས་ངོས་ལེན་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཡོད་པ་ཅིན།
- ༡.༧.༤.༣ མི་ངོམ་འདི་གིས་ སྤེལ་ཁང་གིས་ཉིན་ཐོའི་ཚད་གཞི་བཟོ་ཡོད་མི་འདི་ཚང་མ་ཚུགས་པ་དང་།
- ༡.༧.༤.༤ མི་ངོམ་འདི་གིས་ སློབ་སྦྱོང་འདི་ གསལ་བཀོད་གྱི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་ལུ་ མཇུག་བསྟུ་མ་
 ཚུགས་པ་དང་། དུས་ཡུན་ཡར་སེང་གི་གནད་བཟེད་པ་ཅིན།

༡.༡༠ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱོང་དང་མཇུག་བསྟུའི་སྐབས་གྱི་དགོས་མཁོ་ ཡང་ན་ཁག་འགན།

- ༡.༡༠.༡ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ རྒྱལ་མཐུན་གྱི་གནད་བཟེད་པར་ སློབ་སྦྱོང་པར་བཤུད་
 རྒྱབ་ནི་ ཡང་ན་འཕྲོ་གཅད་འབད་མི་ཚོག་ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ སློབ་སྦྱོང་པར་བཤུད་རྒྱབ་ནི་ ཡང་ན་འཕྲོ་གཅད་
 འབད་དགོ་པ་ཅིན་ འབྲེལ་ཡོད་སྤེལ་ཁང་བརྒྱུད་དེ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་གནད་བཟེད་དགོ།
- ༡.༡༠.༢ ཞི་གཡོག་ནང་ གནམ་འབྲུ་གྲུབ་སྟེ་གཡོག་བསྐྱོམ་འབད་བའི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ སློབ་སྦྱོང་གི་དུས་ཡུན་ལོག་ལྷབ་
 འབད་བའི་ཉུང་མཐའི་དུས་ཡུན་གྱི་རིང་ཕྱག་ལུ་དགོ་མི་འདི་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུའི་
 སྦྱོང་བཅུར་ཁག་འགན་ཨིན། དེ་ཡང་ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཅུར་གྱི་ཁག་འགན་གང་རུང་གྲུ་བསྟུ་མི་ཅིག་ཨིན།
- ༡.༡༠.༣ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ (དགོངས་ཡངས་བྱུར་སྦྱོང་གི་འཇུག་ སློབ་འཇུག་ འཇུག་དང་ཐོབ་ཆ། འཛོ་འཇུག་དང་ཟད་
 འགོ་གཞན་ཚུ་བཅུས་ཏེ་) སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་རིན་ ལོག་ལྷབ་སྟེ་སྦྱོང་དགོ་པའི་དུལ་འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན་
 འབག་དགོ། དེ་ཡང་ གལ་སྲིད།
- ༡.༡༠.༣.༡ གནད་བཟུབ་པའི་སློབ་སྦྱོང་གི་དུས་ཡུན་ལོག་ལྷབ་ ཡང་ན་འགན་ལེན་དང་འབྲེལ་ ག་མཐོ་མི་
 འདི་ཕྱག་ལུ་མ་ཚུགས་པའི་སྐབས་ ཡང་ན།
- ༡.༡༠.༣.༢ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱོང་མཇུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་
 གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་མ་བརྟུབ་པའི་སྐབས་ ཡང་ན།
- ༡.༡༠.༣.༣ ཁོ་རའི་དབང་ཚད་ནང་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱོང་འཕྲོ་གཅད་འབད་བའི་
 སྐབས།
- ༡.༡༠.༤ གལ་སྲིད་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཅན་གྱིས་ དུལ་འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན་འབག་མ་ཚུགས་པ་
 ཅིན་ དུལ་སྦྱོང་འདི་ ཁོ་རའི་འགན་ལེན་པ་གིས་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་བཏབ་དགོ་པ་དང་། འགན་ལེན་པ་འདི་གིས་
 ཡང་བཏབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁས་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་མི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་ ཁྲིམས་དོན་
 བྱ་ལེན་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡.༡༠.༥ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱོང་ནང་ལས་ཕྱིར་བཏོན་ ཡང་ན་གོ་གནས་འདི་ངོས་ལེན་འབད་མ་

ཚུགས་པ་ཅིན་ བསྐྱོབ་ཞག་འདི་ལུ་བཙུ་བ་ཀྱང་མེད་པ་སྟེ་བཙུ་དགོཔ་དང་། མི་ངོམ་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་གཏན་
འཇགས་གཡོག་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཐོབ་དབང་མེད། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ དེ་བཟུམ་མའི་ མི་
ངོམ་ཚུ་ཐོ་ཚུ་ མི་ཁྲངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་དང་སྐྱགས་ཏེ་རྒྱན་སྦྱང་འཐབ་དགོ། དེ་མ་ཚད་ མི་ངོམ་འདི་གིས་
དོན་ཚན་ ༤.༡༠.༣ པ་དང་འགན་ལེན་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་གཉིས་ལས་ ག་མཐོ་བའི་དངུལ་འབྲེལ་
ཁག་འགན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྟོན་དགོ།

༤.༡༠.༤ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སྟོབ་སྦྱང་མཇུག་བསྟུ་བའི་ཤུལ་ལས་ མི་ངོམ་འདི་
གཡོག་གིས་སྦྱང་དང་འཁྲིལ་བསྐྱོབ་ཞག་འབད་དགོཔ་དང་། ས་སྦྱང་གསལ་བསྐྱགས་དང་འཁྲིལ་ རྒྱལ་མཐུན་གྱི་
གོ་གནས་ཀྱི་མིང་སྟོན་དགོ།

༤.༡༡ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སྟོབ་སྦྱང་མཇུག་བསྟུ་བའི་དགོས་མཁོ་/ཁག་འགན།

༤.༡༡.༡ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཅན་འདི་ སྟོབ་སྦྱང་མཇུག་བསྟུ་བའི་ཤུལ་ལས་ སྟོབ་སྦྱང་མཇུག་བསྟུ་བའི་སྐབ་ཟེད་
(སྟོབ་རིག་སྐྱགས་ཤོག་ལག་ཁྱེར་) དང་སྐྱགས་ཏེ་ ཟླ་ངོ་ ༡ གི་ནང་འཁོད་ འབྲུག་གཞུང་གི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་
ལུ་སྟན་ལུ་འབད་དགོ།

༤.༡༡.༢ དེ་ལས་ ཁོ་གིས་ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་ལས་ རོ་ཆ་བ་ཅིག་དང་གཅིག་ཁར་ རྒྱལ་གཞུང་
ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་དགོཔ་དང་། དེ་སྐབས་ སྟེར་གྱི་ཡིག་སྟོན་ཡང་ཐུལ་དགོ།

༤.༡༡.༣ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ མི་ངོམ་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཁག་འགན་གྲོལ་ཡོད་
ན་ འཕྲལ་འབྲུང་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཚོག

༤.༡༡.༤ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མ་ཚུགས་པའི་མི་ངོམ་ ཡང་ན་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་
རྒྱགས་ཐོག་ལས་ གནམ་འབྲུམ་མ་གྲུབ་པའི་སྟོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ཐོག་གི་མི་ངོམ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ཀྱིས་ བཟོ་ཡོད་པའི་ཁག་ཆེ་ཏེང་གི་དགོས་མཁོ་གུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྦྱང་བརྒྱུད་གི་ཁག་འགན་མཇུག་མ་བསྟུ་
ཚུན་ ཁག་འབག་ཐོག་ལུ་གཡོག་བཙུགས་འབད་ནི་དབང་ཆ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཡོད།

༤.༡༡.༥ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཅན་ཅིག་གིས་ ཞི་གཡོག་ནང་ཉུང་མཐའ་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་སྟོབ་སྦྱང་གི་དུས་
ཡུན་ (གནང་བ་གྲུབ་པའི་དུས་ཡུན་ཡར་སང་བཙུམ་ཏེ་) ལོག་ལྷབ་གྱི་ཕྱིས་དང་། ཡང་ན་འགན་ལེན་ནང་ གསལ་
བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཁག་འགན་གཉིས་ལས་ ག་མཐོ་མི་དང་འཁྲིལ་ཕྱག་ལུ་དགོ།

༤.༡༡.༦ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ (དགོངས་ཡངས་བྱུང་སྦྱང་གི་འཐུས། སྟོབ་འཐུས། འཐུས་
དང་ཐོབ་ཆ། འཛོ་འཐུས་དང་ཟད་འགོ་གཞན་ཚུ་བཙུམ་ཏེ་) སྟོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་རིན་ལོག་ལྷབ་དང་། ཡང་
ན་འགན་ལེན་དང་འཁྲིལ་ ག་མཐོ་མི་འདི་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་སྟོན་དགོ། དེ་ཡང་ གལ་སྲིད་ཁོ་གིས།

༤.༡༡.༦.༡ མཇུག་བསྟུ་བའི་སྟོབ་རིག་སྐྱགས་ཤོག་ ཡང་ན་ལག་ཁྱེར་སྟན་ནི་མེད་པ་ཅིན། ཡང་ན།

༤.༡༡.༦.༢ ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་ཕྱག་ལུ་དགོཔ་ཐོན་ན་ ཞི་གཡོག་ནང་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་སྟོབ་སྦྱང་གི་དུས་ཡུན་
ལོག་ལྷབ་སྟེ་ཕྱག་ལུ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། ཡང་ན།

༤.༡༡.༤.༣ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་མཚུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞི་
ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྟན་ཏུ་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། ཡང་ན།

༤.༡༡.༤.༤ ཁོ་རའི་དབང་ཚད་ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱོང་འཕྲོ་གཅད་འབད་ཡོད་པ།

༤.༡༡.༥ གལ་སྲིད་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཅན་གྱིས་ དོན་ཚན་ ༤.༡༡.༤ པ་དང་མ་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ དངུལ་སློང་
འདི་ ཁོ་རའི་འགན་ལེན་པ་གིས་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་བཏབ་དགོས་དང་། འགན་ལེན་པ་འདི་གིས་ཡང་བཏབ་མ་
ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁས་ལེན་གྱི་མིང་ཉགས་བཀོད་མི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་འཁྲིལ་ ཁྲིམས་དོན་བྱ་ལེན་ཚུ་
ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༤.༡༡.༦ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་མི་ངོམ་ཅིག་ སློབ་སྦྱོང་མཚུག་བསྟུ་སྟེ་ གནམ་གྱའི་ཤོག་འཛིན་འདི་ རིན་ཅུང་
སྟེ་རིམ་ (ཐད་ཀར་དང་རིན་ཅུང་འབྲུལ་ལམ་) ནང་མཁོ་སྒྲུབ་འབད་དགོས་དང་། ཡང་ན་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་གིས་
མཁོ་སྒྲུབ་འབད་གནང་བཅེ་ཏུ་དགོ།

༤.༡༡.༧ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་མི་ངོམ་ཚུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞི་གཞི་ཚོས་རྒྱལ་ཐོག་ལས་ གདམ་འབྲུ་གྲུབ་ཞིན་མ་
ལས་ ལེའུ་ ༤ པ་དང་ ༥ པ་དང་འཁྲིལ་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་བསྐོ་བཞག་འབད་དགོ།

༤.༡༢ སྟེལ་ཁང་ལས་སྟེ་དང་ འགན་ལེན་པའི་འགན་ཁག

༤.༡༢.༡ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་དང་། གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱོང་གི་དོན་ལུ་ བདག་སློང་
དང་འཛིན་སློང་འཐབ་མིའི་ལས་སྟེ་ ཡང་ན་སྟེལ་ཁང་གིས་ ལས་རིམ་ནང་གདམ་འབྲུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཚུའི་ཐོ་འདི་
རྒྱུ་སྦྱོང་འཐབ་དགོ།

༤.༡༢.༢ སྟེལ་ཁང་གིས་ ལས་རིམ་ནང་འཛུལ་ཞུགས་འབད་མིའི་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་མི་ངོམ་ཚུའི་ཐོ་
འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བཟོ་ཡོད་པའི་ ལཱ་གཞི་གཞི་གོ་སློང་བཅེ་གི་འབྲི་ཤོག་ རྒྱལ་
མཐུན་སྟེ་བཀའ་ཡོད་མི་དང་སྒྲགས་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞི་ལྷན་ཚོགས་ལུ་བསྐུལ་དགོ།

༤.༡༢.༣ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་དང་། གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱོང་ཚུའི་དོན་ལུ་ བདག་སློང་
དང་འཛིན་སློང་འཐབ་མིའི་ལས་སྟེ་ ཡང་ན་སྟེལ་ཁང་གིས་ དུས་མཚམས་སློབ་དུས་ཀྱི་སྟན་ཏུ་གཞི་བཞག་སྟེ་
མི་ངོམ་སྒྲུབ་འབྲས་འདི་ ལྷོག་འབད་དགོ།

༤.༡༢.༤ མི་ངོམ་འདི་གིས་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་མཚུག་བསྟུ་བ། ཡང་ན་མཐར་མ་འཁྲོལ་བ། ཆ་མེད་
བཏང་བ། བསྐྱར་ལྷབ་འབད་བ། དུས་ཡུན་ཡར་སང་འབད་འབད་མ་ཚུའི་སྐོར་ལས་ སྟེལ་ཁང་གིས་རྒྱལ་གཞུང་གི་
གཞི་གཞི་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྟན་ཏུ་འབད་དགོ།

༤.༡༢.༥ མི་ངོམ་འདི་གིས་ འགན་ལེན་གྱི་གན་ཚིག་ལུ་གནས་མ་ཚུགས་པ་དང་། ཁག་འགན་འབྲུབ་མ་ཚུགས་པའི་གནད་
དོན་ཅེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ཁག་འགན་ག་ར་ འགན་ལེན་པ་ལུ་ཐོག་དགོ།



རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ལས་རིམ་འགོ་བཙུགས་ཀྱི་གྲོས་འཆར།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ལས་རིམ་འགོ་བཙུགས་ཀྱི་གྲོས་འཆར།

ལས་སྡེ་གིས་བཀང་དགོས།

༡. སྤྱི་བདེ་གི་མིང་།
༢. སྤྱི་བདེ་ལས་རིམ་གི་དམིགས་ཡུལ།
- (སྤྱི་བདེ་གི་གྲོས་འཆར་མཉམ་སྲུགས་འབད་གནང་།)
༣. གནས་རིམ།
༤. ཏུས་ཡུན།
༥. འགོ་བཙུགས་ཆེས་གངས་ཀྱི་གྲོས་འཆར།
༦. མཐུག་བསྐྱེད་ཆེས་གངས་ཀྱི་གྲོས་འཆར།
༧. སྤྱི་ཁབ་གི་མིང་དང་ས་གནས།
༨. ལན་བསྐྱེམས་ཤོད་ཆད།
༩. འཛུལ་ཁུགས་ཤེས་ཆད།
༡༠. སྤྱི་ཁབ་གི་འགོ་འཛིན་ཡང་ན་འགན་འཛིན་གི་མིང་།
༡༡. བདེ་དོན་གཞན།

ཆེས་གངས།

སྤྱི་ཁབ་/ལས་ཁུངས་འགོ་འཛིན་གི་མིང་རྟགས།

ལས་སྡེ་འབྲུག་སྤྱི་ཚོལ་སྤྱོད།

ཆེས་གངས།

མིང་རྟགས།

རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ལས་རིམ་འགོ་བཙུགས་ཀྱི་གྲོས་འཆར།

༡. སྤྱི་གཞི་གི་སྤྱི་གཞི་བཞག་དུ།
༢. ལྷ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྱི་ཚོལ།
༣. རྒྱ་གསལ་སྤྱི་ཚོལ།
༤. སྤྱི་གནས་ཀྱི་མིང་།
༥. སྤྱི་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ།

()

ཆེས་གངས།

རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ལས་རིམ་འགོ་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ།



དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

འགན་ལེན།

(ཞི་གཤེག་ནང་དམིགས་བསལ་སྟེ་བཞག་པའི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་སྟོབ་གཉེར་སྟོན་མ་དོན་ལུ།)

མི་ངོས་འདི་ཕྱི་རྒྱལ་སློབ་སྦྱོང་དོན་ལུ་འགྲོ་སྦྱོང་མ་འབད་བའི་མ་གོང་ལུ་ འགན་ལེན་འདི་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་བརྟེན་དང་འཇུལ་ཚུལ་
མཐུན་སྟེ་བཀའ་སྟེ་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ། དགོངས་དོན་ཚུ་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་ཟིན་དང་། མཁས་མཆོག་འག་ཆེ་ཉེང་གུ་གཞི་བཟག་སྟེ་
བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཆོག།

ང་ (མི་དོའི་མིང་།) རོ་སྤྲོད་ལག་ཁྱེར་ཨང་ ཅན་མ་འཆང་མི་ (ཕམ་གི་མིང་།)
 འདི་གི་བྲ་/བྲམ་གིས་ (གྲོགས་རམ་བྱིན་མིའི་ལས་སྡེ་) འདི་གིས་ (སློབ་སྦྱང་
 བཞེད་) འདིའི་དོན་ལུ་ (སླེལ་ཁང་/གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་/ཀླུ་ཁབ་) ནང་ ཏུས་ཡུན་ལོ་ངོ་.....
མིང་ལུ་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གནང་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ རོས་ལེན་འབད་མ་ཨིན།

ང་གིས་ གློ་བ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ལེན་མི་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ལས་ གཤམ་འཁོད་ཁ་ཆོག་དང་གན་ཆོག་ཚུ་ཁས་ལེན་འབད་མ་ཡིན།

ལྷོ་ར་བཏང་ཁག་འགན།

༡. རྒྱལ་གཞུང་གིས་གནང་བའི་སློབ་སྦྱང་གི་ཆོས་ཚན་འདི་ ལྷན་སྦྱང་འབད་དགོཔ་དང་། སློབ་སྦྱང་གནང་ཆའི་ཡི་གཱའི་ཨང་.....
.....དང་ཆོས་གངས་.....དང་འབྲེལ་ཏེ་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་མཚུག་བསྟུ་དགོ།
༢. རྒྱལ་གཞུང་གིས་གནང་བ་ལྷན་པའི་སློབ་སྦྱང་འདི་འབད་ནི་མ་གཏོགས་ སློབ་སྦྱང་དང་སྟེལ་ཁང་། ཡང་ན་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་
སོ་སོའི་ནང་འཇུག་མི་ཆོག་ ཡང་ན་རོ་འབྱེར་ཡི་གཱ་ལས་སོ་སོ་ཅིག་འབད་མི་ཆོག་
༣. རྒྱལ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ཡོད་སྟེལ་ཁང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ག་ར་ལུ་གནས་དགོ།
༤. མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ ཡང་ན་སྟེལ་ཁང་ ཡང་ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྟེལ་ནང་འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་ལུགས་རིམ་ཚུ་མཚུག་བསྟུ་བའི་བྱལ་
ལས་ སློབ་སྦྱང་འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་སྟན་ལུ་འདི་ ཡན་ལག་དདུལ་ཁང་གི་མིང་དང་དདུལ་ཁང་རོས་འཛིན་དབྱེ་ཨང་བརྩིས་པའི་
དདུལ་ཁང་གི་ཕྱིས་ཁྲའི་ཨང་དང་ དདུལ་ཁང་གི་ཁ་བྱང་ཚུ་སྤྱགས་ཏེ་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་དང་སློབ་ཕྲུག་རྒྱབ་སྐྱོར་སྟེ་ཆོན་
ལུ་ཕུལ་དགོ།
༥. སྟེལ་ཁང་ ཡང་ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྟེལ་དང་ ན་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས། ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་ལས་ ཡིག་ཐོག་
གི་གནང་བ་མེད་པར་ སློབ་སྦྱང་མཚུག་མ་བསྟུ་བའི་སྡེ་གོང་ལས་ སློབ་སྦྱང་བཞོལ་བཞག་ནི་དང་ ཡང་ན་སྟེལ་ཁང་ལས་ཐོན་
འབྱོམ་ཆོག་
༦. སློབ་སྦྱང་མཚུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་ནང་ ཉུང་མཐའ་གནང་བ་ལྷན་པའི་སློབ་སྦྱང་གི་དུས་ཡུན་ལོག་ལྷན་ (ན་ལོན་

དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་དུས་ཡུན་ཡར་སང་བཅོས་ཏེ་)ཕྱག་ལུ་དགོ།

ཡ. འབྲུག་གཞུང་ལུ་ (དགོངས་ཡངས་བྱུང་སྤྱོད་གི་འཐུས། སློབ་འཐུས། འཐུས་དང་ཐོབ་ཆ། འཛོལ་ཐུས་དང་ཟད་འགོ་གཞན་ཚུ་
བཅོས་ཏེ་) སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་རིན་ ལོག་ལྟ་བུ་སྤྱོད་དགོ། གལ་སྲིད།

ཡ.༡ ང་གིས་ མཚུག་བསྟུ་བའི་སློབ་རིག་སྒྲུགས་ཤོག་ ཡང་ན་ལག་ཁྱེར་སྟོན་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། ཡང་ན།

ཡ.༢ ང་གིས་ ཕྱག་ལུ་དགོཔ་ཐོན་ན་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྤྱོད་གི་དུས་ཡུན་ལས་ལོག་ལྟ་བུ་ ཕྱག་ལུ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན།
ཡང་ན།

ཡ.༣ ང་གིས་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སློབ་སྤྱོད་མཚུག་བསྟུ་བའི་ཤུལ་ལུ་ འབྲུག་ལུ་མ་ལོག་པ་ཅིན། ཡང་ན།

ཡ.༤ ང་གིས་ ང་རའི་དབང་ཚད་ཐོག་ལས་ སློབ་སྤྱོད་འཕྲོག་ཅད་འབད་བ་ཅིན།

༡. འབྲུག་གཞུང་ ཡང་ན་སློབ་སྤྱོད་གནང་མའི་སྤེལ་ཁང་གི་མིང་གཏམ་ཞན་ནི་ཨིན་པའི་ བདེན་ཚུན་གྱི་གཏམ་ ཡང་ན་མནོ་
འཆར་ཚུ་ མི་མང་གོས་འཛོམས་ ཡང་ན་བན་བརྟུད་གང་རུང་ནང་སྤྱོད་ནི་ལས་འཛོམ་དགོ།

༢. འབྲུག་གཞུང་གི་མཐའ་དོན་དང་མིང་གཏམ་ལུ་གནོད་པའི་སྲིད་དོན། ཁྲིམས་འགལ་ ཡང་ན་ཆོང་འབྲེལ་ ཡང་ན་མི་སྤེའི་ལཱ་
རིགས་ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ལས་འཛོམ་དགོ།

༡༠. གོམས་གཤམ་ལས་རིམ་གང་རུང་གི་དོན་ལུ་ (འབྲུག་གཞུང་/རྒྱ་གཞུང་/རྒྱ་གར་) སྤེལ་ཁང་ ཡང་ན་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ ཡང་
ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྤྱོད་ལས་ དེ་བཟུམ་ལས་རིམ་གྱི་དགོས་མཁོ་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཡི་གུ་སྟོན་དགོ།

༡༡. སླན་གཤག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སྤྱོད་མའི་སློབ་ཕྱག་འདི་ གོམས་གཤམ་དུས་ཡུན་གྱི་སྐབས་ འཛོལ་ཐུས་ཀྱི་ཐོབ་
དབང་ཡོད། ཨིན་རུང་ གོམས་གཤམ་སྐབས་ཀྱི་དཔུལ་ཕོགས་འདི་ གོམས་གཤམ་འགོ་བཙུགས་ཡོད་པའི་འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་
ཡི་གུ་ཕུལ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུ་གཅིག་སྤྱོད་དགོ།

༡༢. མ་དངུལ་ (འཛོལ་ཐུས་/སྤྱོད་འཐུས་/འཐུས་གཞན་ཚུ་) དུས་ཐོག་ལུ་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ སློབ་རིག་སྟན་ལུ་ (ཁྱེ་གསུམ་སློབ་
དུས་/ལོ་ཕྱེད་སློབ་དུས་/ལོ་ལྷུར་) ཚུ་ ན་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་དང་སློབ་ཕྱག་
རྒྱབ་སྐྱོར་སྤེལ་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༡༣. འཛོལ་ཐུས་ ཡང་ན་འཐུས་འདི་སློབ་དུས་ཀྱི་སྟན་ལུ་དང་འབྲེལ་ ལོ་རེ་ནང་ཆར་གཉིས་སྤེལ་གཏང་དགོ། མི་ངོམ་ཚུའི་སློབ་རིག་
ལཱ་ཤུལ་འདི་ ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་ ན་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་འོག་གི་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་དང་སློབ་ཕྱག་
རྒྱབ་སྐྱོར་སྤེལ་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༡༤. ཉེ་འདབས་ཀྱི་འབྲུག་པའི་སློབ་ཕྱག་ཆོགས་པའི་འཐུས་མི་སྤེལ་དགོ།

༡༥. སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་འཐུས་ཀྱིས་འགབ་མ་ཚུགས་པའི་ཟད་འགོ་གང་རུང་གི་འགན་ཁུར་འབག་དགོ། དཔེར་ན། སློབ་
སྤྱོད་གི་ས་གོ་ནང་སློབ་སྤྱོད་པ་དང་གཅིག་ཁར་འགྲོ་མའི་གཉེན་ཟླ།

༡༦. ཡོན་ཏན་དང་རིག་ཕུལ་འཐོབ་ནི་ལུ་གཙོ་རིམ་ཆེ་ཤོས་བྱིན་དགོཔ་དང་། འབྲུག་གི་ལེགས་སྟོན་སྐྱེ་ཆབ་ཀྱི་འགན་ཁུར་ཡང་
འབག་དགོ།

༡༥. སློབ་སྦྱང་མཚུག་བསྟུ་བའི་ཆོས་གྲངས་.....དེ་ལར་ ཡང་ན་དེའི་ཉེ་མ་ལས་ ཟླ་ངོ་ ༡ གི་ནང་འཁོད་ལོག་འོང་
དགོས་དང་། སློབ་སྦྱང་མཚུག་བསྟུ་བའི་སྟན་ལྷ་དང་ལག་ཁྱེར། ཡང་ན་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལག་ཁྱེར་དང་ མཚུག་བསྟུ་འི་ཡི་གུ་
ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་ ན་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་འོག་གི་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་དང་སློབ་
ཕྲུག་རྒྱུ་སྦྱར་སྡེ་ཆན་ལུ་སྟན་ལྷ་འབད་དགོ།
༡༦. སློབ་སྦྱང་མཐར་འཁྱེལ་ཅིག་ སྤྱི་ལོ་.....དེའི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་
བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ།
༡༧. འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བར་བཅའ་མར་མ་གཏོགས་མི་དེ་སློབ་ཕྲུག་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་
གཡོག་ལྷན་ཆོག་ཀྱིས་ཁག་ཆེ་ཉེ་གི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ བཟོ་ཡོད་པའི་མཉམ་སྲུག་ལས་རིམ་ནང་གཏང་ནི་ཨིན་པ་
ཅིན་ངོས་ལེན་འབད་དགོ། མཉམ་སྲུག་རྒྱུ་ལུ་འདི་ སློབ་སྦྱང་རྒྱུ་ལུ་ལས་འོག་ལྷབ་སྡེ་ཕྱག་ལུ་དགོ་པའི་ཁག་འགན་
ཀྱི་གྲངས་སུ་བཙུ་མི་ཆོག
༡༨. གལ་སྲིད་ སློབ་ཕྲུག་འདི་གིས་ ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་མཐར་མ་འཁྱེལ་བ་ཅིན་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་
གནས་འབྲུག་པའི་ཁྱད་རིག་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ ཡང་ན་སློབ་དཔོན་གྱི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ལས་ གནས་རིམ་
གཅིག་གིས་དམའ་བའི་མཉམ་བསྐྱབས་ཁག་འབག་སྡེ་བཏང་བ་ཅིན་ངོས་ལེན་འབད་དགོ། དེ་ཡང་།
- ༡༨.༡ མི་ངོམ་འདི་ ཁྱད་རིག་གི་དབྱེ་ཁག་ ཡང་ན་སློབ་དཔོན་ནང་འཇུལ་ནིའི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་ཡོད་མི་དང་།
- ༡༨.༢ ཁྱད་རིག་གི་གོ་གནས། ཡང་ན་སློབ་དཔོན་གྱི་དགོས་མཁོ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་ཀྱིས་ངོས་ཉིག་
དགོས་སྡེ་ཐག་བཅད་ཡོད་པ།
༡༩. ཁག་འབག་གི་རྒྱུ་ལུ་འདི་ སློབ་སྦྱང་རྒྱུ་ལུ་ལས་འོག་ལྷབ་སྡེ་ ཕྱག་ལུ་དགོ་པའི་སློབ་སྦྱང་ཁག་འགན་གྱི་གྲངས་སུ་བཙུ་
དགོ།

རྒྱུ་ལུ་ཡར་སང་།

༡. སློབ་སྦྱང་འདི་ སློབ་སྦྱང་གནང་ཆའི་ཡི་གུའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་རྒྱུ་ལུ་གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་མཚུག་
བསྟུ་དགོ།
༢. རོ་རྒྱུ་གིས་འབད་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན་ཐོན་པའི་སྐབས་ ན་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་ལས་ རྒྱལ་
མཐུན་གྱི་གནང་བ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ རྒྱུ་ལུ་ཡར་སང་འབད་མི་ཆོག
༣. མི་ངོམ་འདི་གིས་འབད་ཐབས་མེད་པའི་གནད་དོན་ལས་བརྟེན་ སློབ་སྦྱང་གི་རྒྱུ་ལུ་ཡར་སང་འབད་དགོ་པ་ཅིན་
འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་ཚུ་སྟོན་ཐོག་ལས་ ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་འོག་གི་ ན་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་ལས་
རྒྱལ་མཐུན་གྱི་གནང་བ་ལེན་དགོ་པ་དང་། སློབ་སྦྱང་འབྲེལ་ ཡང་ན་སློབ་སྦྱང་སོ་སོ་འབག་ནིའི་རྒྱུ་ལུ་ཡར་སང་
གི་གནང་བ་བྱེད་མི་ཆོག
༤. འཕྲོད་བསྟེན་དང་སྲིད་དོན་གྱི་བར་རྒྱུན། ཡང་ན་རོ་རྒྱུ་གིས་འབད་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན་ཚུ་བྱུང་ཡོད་ན་མ་
གཏོགས་ སློབ་སྦྱང་གི་རྒྱུ་ལུ་ཡར་སང་འབད་ཡོད་མི་འདི་ ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན་གྱི་རྒྱུ་ལུ་གྲུ་བསྐྱབ་དགོ།

སློབ་སྦྱང་དང་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ཆ་མེད་དང་དགོངས་པོག

སློབ་སྦྱང་དང་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ཆ་མེད་གཏང་དགོཔ་དེ་ཡང་།

1. མི་ངོའི་བྱ་སྦྱོང་འདི་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་དང་། ཡང་ན་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ། ཡང་ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་མཐུན་མ་སླེ་མེད་པ་ཅིན།
2. མི་ངོའི་གྲུབ་འབྲས་འདི་དཔྱ་སྟོམ་ལས་ཉུང་སྟེ་ཅིག་དང་། ཡང་ན་ སྤེལ་ཁང་ ཡང་ན་ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་འོག་གི་ན་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ངོས་ལེན་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཡོད་པ་ཅིན།
3. མི་ངོམ་འདི་གིས་ སྤེལ་ཁང་གིས་ཉིན་ཐོའི་ཚད་གཞི་བཟོ་ཡོད་མི་འདི་ཚང་མ་ཚུགས་པ་དང་།
4. མི་ངོམ་འདི་གིས་ སློབ་སྦྱང་འདི་ གསལ་བཀོད་ཀྱི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་ལུ་ མཇུག་བསྟུ་མ་ཚུགས་པ་དང་། དུས་ཡུན་ཡར་མེད་གི་གནད་བཟེད་པ་ཅིན།

ང་གིས་ ང་རའི་སློབ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་བའི་བཅའ་ཡིག་ག་ར་དང་ ཁ་ཆོག་གན་ཆོག་ཚུའི་སྐོར་ལས་ ང་ལུ་ ཁ་བཀོད་འབད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ང་གིས་དེ་ཚུ་ལས་འགལ་བ་ཅིན་ གནོད་པ་དང་སྐབས་མ་བདེམ་ ག་ཅི་ར་འབྱུང་ནི་ཨིན་ན་ཚུ་ཡང་ ཉ་གོ་ཡི་ཟེར་བའི་ངོས་ལེན་སྤུལ་མ་ཨིན། དམིགས་བསལ་དུ་ གོང་འཁོད་གནད་དོན་གང་རུང་ཅིག་ལུ་མ་གནས་པའི་སྐབས་ལུ་ འགན་ལེན་པ་ཡང་ ང་ར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཁྲིམས་སར་བཀལ་ཏེ་ཁྲིམས་དབྱེད་འབད་ནི་ཨིན་མ་ཡང་ཉ་གོ་ཡི།

ས་གནས།

(ཁྲིམས་རྟགས་སྦྱར།)

ཆོས་གངས།

མི་ངོའི་མིང་རྟགས།

འབྲེལ་ཨང་།

སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་།

(ཚུད་རའི་སློབ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་མཐུན་ ཡང་ན་བརྟེན་དོན་གང་རུང་ཚུ་ གན་ལེན་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་དང་ འབྲེལ་ཨང་ ཐོག་ལས་སློད་འོང་། དེ་འབདམ་ལས་ སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་ ཡང་ན་འབྲེལ་ཨང་བསྟུར་བཅོས་ ཡང་ན་འཛེལ་འཛེལ་མ་ཅིག་བྱིན་ཡོད་པ་ཅིན་ བརྟེན་དོན་མ་ཐོབ་པའི་འགན་འཁྲིའདི་ ན་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁུངས། ཡང་ན་ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་ ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ ཆོགས་ཀྱིས་འབག་མི་ཚུགས།)

དན་སྐུལ། ཡིག་ཆ་འདི་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་ཡིག་ཆ་གལ་ཅན་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ འགན་ཁུར་དང་འཁྲི་བ། གནོད་པ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ག་ར་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཉ་གོ་ཞིན་མ་ལས་ ལག་ལེན་འབབ་དགོ།

གལ་སྲིད་གོང་འཁོད་མི་ངོམ་འདི་གིས་ འགན་ལེན་འདི་ལས་འགལ་སོང་བའི་ཐད་ ང་ འགན་ལེན་པ་ངོ་མིང་.....དོ་སློད་ལག་ཁྲེང་.....ཅན་མ་འཆང་མི་གཡུས་.....ལས་ཨིན་མི་གིས་ ཕྱིས་བཏོན་ཡོད་པའི་དདུལ་བསྐྱེམས་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ལུ་ ལོག་སྤུལ་ནི་དང་། ང་གིས་ལོག་སྤུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ང་ར་འགན་ལེན་པ་ཅིག་འབདམ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ ཁྲིམས་སར་བསྟུལ་ཏེ་ ཁྲིམས་དབྱེད་འབད་ནི་ཨིན་མ་ཡང་ཉ་གོ་ཡི།

ས་གནས།

(ཁྲིམས་ཉམས་སྒྲུབ།)

ཚོས་གྲངས།

བདག་འཛིན་པའི་མིང་ཉམས།

(འགན་ལེན་པ་འདི་ལས་ ཡང་ན་བདག་འཛིན་པ་ཅིག་ཡིན་དགོ།)

འགན་ལེན་པའི་མིང་།

མི་ཁྲངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་།

མི་ངོས་དང་ཉེ་འབྲེལ།

ལཱ་གཡོག་

ད་ལྟའི་ཁ་བྱང་།

གཏན་འཇགས་ཁ་བྱང་།

འགྲམས་ཐོག་ཁ་བྱང་།

འབྲེལ་ཨང་།

(ཁྱོད་རའི་སློབ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་མཐུན་ ཡང་ན་བད་དོན་གང་རུང་ཚུ་ གན་ལེན་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་དང་ འབྲེལ་ཨང་ ཐོག་ལས་སྟོན་འོང་། དེ་འབདམ་ལས་ སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་ ཡང་ན་འབྲེལ་ཨང་བསྐྱར་བཅོས་ ཡང་ན་འཛོལ་འཛོལ་ཕྱིན་ཡོད་པ་ཅིན་ བད་ དོན་མ་ཐོབ་པའི་འགན་འཁུལ་འདི་ ག་ལོན་དང་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་ཁྲངས། ཡང་ན་ཤེས་རིག་ལྟན་ལག་ ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྟན་ ཚོགས་ཀྱིས་འབག་མི་ཚུགས།)

དཔང་པོ།

མིང་ཉམས།

མིང་།

མི་ཁྲངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་།

.....ངོ་འཛོམས་ཐོག་འགན་ལེན་གྱི་མིང་ཉམས་བཀོད་མི་དང་ཁ་བཀོད་རྒྱུ་མི།

མིང་ཉམས།

(གཞུང་ཐིུ་དང་ཐིུ།)

སྤྱི་ཚོས།

འགན་ལེན་པ་འདི་ལས་ ཡང་ན་བདག་འཛིན་པ་ཅིག་ཡིན་དགོ།



རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

འགན་ལེན།

(ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཐོག་གདམ་འཇུག་ཐུབ་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱང་གི་དོན་ལུ།)

མི་ངོམ་འདི་ཕྱི་རྒྱལ་སློབ་སྦྱང་དོན་ལུ་འགོ་སྟོན་མ་འབད་བའི་ཕྱ་གོང་ལུ་ འགན་ལེན་འདི་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་བད་དོན་དང་འབྲེལ་ཚུལ་
མཐུན་སྡེ་བཀང་སྟེ་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

ང་ (མི་ངོམ་མིང་།) རོ་སློད་ལག་ཁྱེར་ཨང་ ཅན་མ་འཆང་མི་ (ཡམ་གི་མིང་།)
.....འདི་གི་བུ་/བུ་མོ་རང་ལུ་ འབྲུག་གཞུང་གིས་ (སློབ་སྦྱང་བཀོད་) འདི་འདྲི་དོན་ལུ་
..... (སྟེལ་ཁང་/གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་/རྒྱལ་ཁབ་) ནང་ རུས་ཡུན་ལོ་ངོ་རིང་ལུ་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་
གནང་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ རོས་ལེན་འབད་མ་ཨིན།

ང་གིས་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ལེན་མི་ཅིག་ཨིན་པའི་ཆ་ལས་ གཤམ་འཁོད་ཁ་ཚིག་དང་གན་ཚིག་ཚུ་ཁས་ལེན་འབད་མ་ཨིན།

གན་ལེན་འདི་ལྷིང་བཏང་ཁག་འགན།

1. རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་གནང་བའི་སློབ་སྦྱང་གི་ཚོས་ཚན་འདི་ ལྷན་སྡུང་འབད་དགོཔ་དང་། སློབ་སྦྱང་གནང་ཆའི་ཡི་གུའི་ཨང་
.....དང་ཚོས་གངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་རུས་ཡུན་ནང་འཁོད་མཚུག་བསྟུ་དགོ།
2. རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྦྱང་འདི་འབད་ནི་མ་གཏོགས་ སློབ་སྦྱང་དང་སྟེལ་ཁང་། ཡང་ན་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་
སོ་སོའི་ནང་འཇུག་མི་ཚོག་ ཡང་ན་ངོ་འབྱེར་ཡི་གུ་ལས་སོ་སོ་ཅིག་འབད་མི་ཚོག་
3. རྒྱལ་ཁཚུངས་དང་འབྲེལ་ཡོད་སྟེལ་ཁང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་སློག་གཞི་ག་ར་ལུ་གནས་དགོ།
4. མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ ཡང་ན་སྟེལ་ཁང་ ཡང་ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་ནང་འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་ལུགས་རིམ་ཚུ་མཚུག་བསྟུ་བའི་བྱལ་
ལས་ སློབ་སྦྱང་འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་སྟན་ལུ་འདི་ རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་སྟེ་ཚན་ནང་ཕུལ་
དགོ།
5. སྟེལ་ཁང་ ཡང་ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་དང་ རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་མེད་པར་ སློབ་
སྦྱང་མཚུག་མ་བསྟུ་བའི་ཕྱ་གོང་ལས་ སློབ་སྦྱང་བཤོལ་བཞག་ནི་དང་ ཡང་ན་སྟེལ་ཁང་ལས་ཐོན་འགྲོ་མི་ཚོག་
6. སློབ་སྦྱང་མཚུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་ནང་ རུང་མཐའ་གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྦྱང་གི་རུས་ཡུན་ལོག་ལྷན་ (རྒྱལ་
ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་རུས་ཡུན་ཡར་སང་བཅོས་ཏེ་) ཕྱག་ལུ་དགོ།
7. གཞུང་ལུ་ (དགོངས་ཡངས་བྱུང་སློབ་གི་འཇུག་ སློབ་འཇུག་ འཇུག་དང་ཐོབ་ཆ། འཚོ་འཇུག་དང་ཟད་འགོ་གཞན་ཚུ་བཅོས་

དེ་) སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་རིན་ ལོག་ལྟ་བུ་སློབ་དགོ། གལ་སྲིད།

- ཡ.༡ ང་གིས་ མཚུག་བསྐྱབ་བའི་སློབ་རིག་སྒྲིགས་ཤོག་ ཡང་ན་ལག་ཁྱེར་སྟོན་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། ཡང་ན།
- ཡ.༢ ང་གིས་ ཕྱག་ལུ་དགོཔ་ཐོན་ན་ གནང་བ་བྱུང་བའི་སློབ་སྦྱང་གི་དུས་ཡུན་ལས་ལོག་ལྟ་བུ་ ཕྱག་ལུ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། ཡང་ན།
- ཡ.༣ ང་གིས་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སློབ་སྦྱང་མཚུག་བསྐྱབ་བའི་ཤུལ་ལུ་ འབྲུག་ལུ་མ་ལོག་པ་ཅིན། ཡང་ན།
- ཡ.༤ ང་གིས་ ང་རའི་དབང་ཚད་ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱང་འཕྲོག་ཅད་འབད་བ་ཅིན།

- ༩. འབྲུག་གཞུང་ ཡང་ན་སློབ་སྦྱང་གནང་མའི་སྤེལ་ཁང་གི་མིང་གཏམ་ཞན་ནི་ཨིན་པའི་ བདེན་ཚུན་གྱི་གཏམ་ ཡང་ན་མནོ་ འཆར་ཚུ་ མི་མང་གྲོས་འཛུམས་ ཡང་ན་བདེན་བརྒྱུད་གང་རུང་ནང་སྤྱོད་ནི་ལས་འཛུམས་དགོ།
- ༡༠. འབྲུག་གཞུང་གི་མཐའ་དོན་དང་མིང་གཏམ་ལུ་གནོད་པའི་སྲིད་དོན། ཁྲིམས་འགལ་ ཡང་ན་ཚེང་འབྲེལ་ ཡང་ན་མི་སྡེའི་ལཱ་ རིགས་ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ལས་འཛུམས་དགོ།
- ༡༠. ཡོན་ཏན་དང་རིག་ཕུལ་འཐོབ་ནི་ལུ་གཙོ་རིམ་ཆེ་ཤོས་བྱིན་དགོ།

དུས་ཡུན་ཡར་སེང་།

- ༡. སློབ་སྦྱང་འདི་ སློབ་སྦྱང་གནང་ཆའི་ཡི་གཱའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་དུས་ཡུན་གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་མཚུག་བསྐྱབ་དགོ།
- ༢. འཕྲོད་བསྟེན་དང་རོ་རྒྱུད་གིས་འབད་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན་ཐོན་པའི་སྐབས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ རྒྱལ་མཐུན་གྱི་གནང་བ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དུས་ཡུན་ཡར་སེང་འབད་མི་ཚོག
- ༣. མི་ངོམ་འདི་གིས་འབད་ཐབས་མེད་པའི་གནད་དོན་ལས་བརྟེན་ སློབ་སྦྱང་གི་དུས་ཡུན་ཡར་སེང་འབད་དགོཔ་ཅིན་ འབྲེལ་ ཡོད་ཡིག་ཆ་ཚུ་སྟོན་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ རྒྱལ་མཐུན་གྱི་གནང་བ་ལེན་དགོཔ་དང་། སློབ་སྦྱང་ འཐོབ་ ཡང་ན་སློབ་སྦྱང་སོ་སོ་འབག་ནིའི་དུས་ཡུན་ཡར་སེང་གི་གནང་བ་བྱིན་མི་ཚོག

སློབ་སྦྱང་དང་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ཆ་མེད་དང་དགོངས་ཐོག

སློབ་སྦྱང་དང་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ཆ་མེད་གཏང་དགོཔ་དེ་ཡང་།

- ༡. མི་ངོམ་བྱ་སྟེན་འདི་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་དང་། ཡང་ན་མཐོ་རིམ་སློབ་ཤུ། ཡང་ན་གཙུག་ལག་ སློབ་སྡེའི་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་མཐུན་མ་སླེ་མེད་པ་ཅིན།
- ༢. མི་ངོམ་བྱུང་འབྲས་འདི་དཔུ་སྟོན་ལས་ཉུང་སྤྱི་ཅིག་དང་། ཡང་ན་ སྤེལ་ཁང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཀྲིས་ངོས་ལེན་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཡོད་པ་ཅིན།
- ༣. མི་ངོམ་འདི་གིས་ སྤེལ་ཁང་གིས་ཉིན་ཐོའི་ཚད་གཞི་བཟོ་ཡོད་མི་འདི་ཚང་མ་ཚུགས་པ་དང་།
- ༤. མི་ངོམ་འདི་གིས་ སློབ་སྦྱང་འདི་ གསལ་བཀོད་ཀྱི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་ལུ་ མཚུག་བསྐྱབ་མ་ཚུགས་པ་དང་། དུས་

ཡུན་ཡར་སེང་གི་གནང་བ་མེད་པ་ཅིན།

ང་གིས་ ང་རའི་སློབ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་བའི་བཅའ་ཡིག་གར་དང་ ཁ་ཆོག་གན་ཆོག་ཚུ་འོ་སྐྱོར་ལས་ ང་ལུ་ ཁ་བཀོད་འབད་
ཡོད་པ་མ་ཚད་ ང་གིས་དེ་ཚུ་ལས་འགལ་བ་ཅིན་ གནོད་པ་དང་སྐབས་མ་བདེཝ་ ག་ཅི་ར་འབྱུང་ནི་ཨིན་ན་ཚུ་ཡང་ ཉ་གོ་ཡི་
ཟེར་བའི་ངོས་ལེན་སྤུལ་ཤ་ཨིན། དམིགས་བསལ་དུ་ གོང་འཁོད་གནད་དོན་གང་རུང་ཅིག་ལུ་མ་གནས་པའི་སྐབས་ལུ་ འགན་
ལེན་པ་ཡང་ན་ ང་ར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཁྲིམས་སར་བཀལ་ཏེ་ཁྲིམས་དཔུང་འབད་ནི་
ཨིན་པ་ཡང་ཉ་གོ་ཡི།

ས་གནས།
ཆོས་གྲངས།
འབྲེལ་ཨང་།
སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་།

(ཁྲིམས་རྟགས་སྦྱར།)
མི་ངོའི་མིང་རྟགས།

(ཁྱེད་རའི་སློབ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་མཐུན་ ཡང་ན་བདེ་དོན་གང་རུང་ཚུ་ གན་ལེན་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་དང་ འབྲེལ་ཨང་
ཐོག་ལས་སློད་འོང་། དེ་འབད་ཤ་ལས་ སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་ ཡང་ན་འབྲེལ་ཨང་བསྐྱར་བཅོས་ ཡང་ན་འཛེལ་འཛེལ་ཤ་ཅིག་བྱིན་ཡོད་པ་ཅིན་ བདེ་
དོན་མ་ཐོབ་པའི་འགན་འཁྲིའད་ནི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་སྟེན་ཆོག་གིས་ཀྱིས་འབག་མི་ཚུ་གས།)

ངན་སྐྱལ། ཡིག་ཆ་འདི་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་ཡིག་ཆ་གལ་ཅན་ཅིག་ཨིན་པ་ལས་ འགན་ཁུར་དང་འབྲི་བ། གནོད་པ་ཚུ་གི་སྐྱོར་ལས་གར་ལེགས་ཤོམ་
སྟེ་ཉ་གོ་ཞིན་པ་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

གལ་སྲིད་གོང་འཁོད་མི་ངོམ་འདི་གིས་ འགན་ལེན་འདི་ལས་འགལ་སོང་བའི་ཐད་ ང་ འགན་ལེན་པ་ངོ་མིང་.....ངོ་སློད་ལག་
ཁྱེར་.....ཅན་མ་འཆང་མི་གཡུས་.....ལས་ཨིན་མི་གིས་ ཕྱིས་བཏོན་ཡོད་པའི་དདུལ་བསྐྱོམས་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ལུ་
ལོག་སྤུལ་ནི་དང་། ང་གིས་ལོག་སྤུལ་མ་ཚུ་གས་པ་ཅིན་ ང་ར་འགན་ལེན་པ་ཅིག་འབད་ཤ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་
ཁྲིམས་སར་བསྐྱལ་ཏེ་ ཁྲིམས་དཔུང་འབད་ནི་ཨིན་པ་ཡང་ཉ་གོ་ཡི།

ས་གནས།
ཆོས་གྲངས།
(ངན་ཐོ། འགན་ལེན་པ་འདི་ཡམ་ ཡང་ན་བདག་འཛིན་པ་ཅིག་ཨིན་དགོ།)

(ཁྲིམས་རྟགས་སྦྱར།)
བདག་འཛིན་པའི་མིང་རྟགས།

འགན་ལེན་པའི་མིང་།
མི་ཁྱདས་ངོ་སློད་ལག་ཁྱེར་ཨང་།
མི་ངོམ་དང་ཉེ་འབྲེལ།
ལཱ་གཡོག་
ད་ལྟོ་ཁ་བྱང་།
གཏན་འཇགས་ཁ་བྱང་།
འབྲེལ་སྟེན་ཐོག་ཁ་བྱང་།
འབྲེལ་ཨང་།

(ཁྱོད་རའི་སློབ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་མཐུན་ ཡང་ན་བདེན་གང་རུང་ཚུ་ གན་ལེན་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་དང་ འབྲེལ་ཨང་
ཐོག་ལས་སློད་འོང་། དེ་འབདཝ་ལས་ སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་ ཡང་ན་འབྲེལ་ཨང་བསྐྱར་བཅོས་ ཡང་ན་འཛོལ་འཛོལཝ་ཅིག་བྱིན་ཡོད་པ་ཅིན་ བདེན་
དོན་མ་ཐོབ་པའི་འགན་འཁུའི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འབག་མི་ཚུགས།)

དཔང་པོ།

མིང་རྟགས།

མིང་།

མི་ཁྲངས་རི་སློད་ལག་བྱེད་ཨང་།

.....རི་འཛོམས་ཐོག་འགན་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་མི་དང་ཁ་བཀོད་རྒྱབ་མི།

མིང་རྟགས།

(གཞུང་ཐིུ་དང་ཐིུ།)

སྤྱི་ཚེས།

འདྲ་ཐོ། མི་རིམ་དང་འགན་ལེན་པ་གཉིས་ཆ་ར་གིས་ འགན་ལེན་འདིའི་ཤོག་ལེབ་ག་ར་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

ལེའུ་ ༩ པ། གཡོག་ཐོག་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ།

༩.༡ སྤྱད་བྱས།

- ༩.༡.༡ ལས་ཚོགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་གྱི་དམིགས་ཡུལ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ མི་སེར་མཐའ་དོན་གྱི་ཞབས་ཏྱིག་ཚུ་ མཐོ་བའི་གནས་ཚད་དང་མཐུན་མ་སྟེ་སྤྱད་ཐབས་ལུ་ ཞི་གཡོག་ནང་འཛིན་ཐང་ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་། རྩོགས་གྲུབ་དང་ཁྱད་རིག་རྒྱུན་སྦྱོར་འཐབ་ནི།
- ༩.༡.༢ ཐོབ་ཚོག་ཚུ་སྟོན་པའི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྤྱད་ཐོག་ལས་ འབྲེལ་མཉམ་དང་ཡུན་བརྟན་གྱི་མི་སྟོབས་ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི།
- ༩.༡.༣ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ གཞུང་སྐོར་དང་དྲངས་གསལ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་གཞི་བཞག་ཐོག་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༩.༡.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ཟད་འགོ་བཏང་ཡོད་མི་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་གཡོག་ལཱ་གི་ཐོག་ལས་ ག་དེ་འཕེལ་གཏང་འབྲས་བུ་འཐོབ་རྒྱུ་གསལ་བཟོ་ནི།
- ༩.༡.༥ མཁས་མཆོག་གི་ལཱ་རིགས་དང་ཞབས་ཏྱིག་ཚུ་དོན་ལུ་ རྩི་རྒྱལ་ལས་ཁྱད་རིག་གི་གོགས་རམ་ལེན་ནི་དེ་ནང་ མར་ཕབ་འབད་ནི།
- ༩.༡.༦ གཡོག་གི་མདུན་ལམ་དང་ཞི་གཡོག་པའི་ཤེས་ཚད་རྒྱ་སྐྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ འཕྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན་འཐོབ་རྒྱུ་གསལ་བཟོ་ནི་དེ་ནང་ རྒྱབ་སྦྱོར་འབད་ནི།

༩.༢ ཐབས་ལམ།

- ༩.༢.༡ རྩོན་ཚོགས་ཀྱིས་ ལས་སྟེ་དང་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་དགོས་མཁོ་བརྟག་ཞིབ་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྟར་འབད་དགོ།
༩.༢.༡.༡ ལོ་ལྟུང་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་འཆར་གཞི་དང་།
༩.༢.༡.༢ ལོ་ལྟར་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི།
- ༩.༢.༢ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་འཆར་གཞི་འདི་དུས་ཕྱེད་བསྐྱར་ཞིབ་འདི་ ལས་སྟེ་གཙོ་རིམ་ཚུ་འབྲུག་བཙུམ་བཙུམ་དང་འཁྲུལ་འགོ་འབྱེད་འཐབ་དགོ།
- ༩.༢.༣ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་ཚུ་དེ་དུས་མཚམས་ལུ་འགོ་འབྱེད་འཐབ་པའི་རྩོགས་གྲུབ་གཞི་བཞོན་དང་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་དགོས་མཁོ་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་འཆར་གཞི་འདི་ནང་གསལ་བཞོན་འབད་དགོ།
- ༩.༢.༤ ལས་སྟེ་གིས་ རང་སེའི་དམིགས་བསལ་གྱི་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་དགོས་མཁོ་བརྟག་ཞིབ་འབད་དེ་ འཆར་དུལ་གྱི་གོས་འཆར་དང་མཐུན་མ་སྟེ་ ལོ་ལྟུང་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི་བཟོ་དགོ། དེ་འབད་ཨ་ལས་ ལུགས་

མཐུན་སྦྱང་བརྟེན་ (དམིགས་ཡུང་ ༤༥༠) རྟེན་གྱི་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་མཐུན་སྦྱང་གནང་བ་ཀླུ་ཡོད་མི་ཚུ་
ལོ་ལྟར་གྱི་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་འཆར་གཞི་དང་མཉམ་བསྐྱེད་འབད་དགོཔ་དང་ དེའི་བརྟེན་སྦྱང་གི་འཆར་གཞི་
འདི་ གནང་བའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་གསལ་ཁུ་འབད་དགོ།

༡.༢.༥ ལས་སྡེ་གིས་ གནང་བ་ཀླུ་ཡོད་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི་དང་ ལོ་ལྟར་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་
གཞི་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གནད་འགག་ཆེ་བའི་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ རྩིས་འཛིན་འབད་དེ་ མ་
དཔུལ་ཡོད་མེད་དང་འབྲེལ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་གཞི་གསལ་ཚུ་ལུ་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་
ཚུ་ རྩིས་མཚམས་ལུ་བྱིན་དགོ།

༡.༢.༦ སྟོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ཚུ་ (སྦྱང་འཐུས་བཞོ་བཤའ་བཅུས་ཏེ་) དངས་གསལ་དང་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཐོག་
ལས་ ཐོབ་ཆོག་ཆེ་སྟེ་བཟོ་དགོ།

༡.༢.༧ སྦྱང་བརྟེན་གྱི་ཕན་གཞི་དང་བརྟེན་ཞིབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ བརྟེན་ཞིབ་དང་དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས་ཅིག་གཞི་བཅུགས་
འབད་དེ་ གཞི་ཆེ་ཏེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་བར་འཇུག་འབད་དགོ།

༡.༢.༨ ཡུན་ཐུང་སྦྱང་བརྟེན་ཐོག་ལས་ ལྷོགས་སྐྱབ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ སྟོ་གཏང་དང་རྩིས་འཛིན་ཅན་གྱི་སྒྲེལ་ཁང་ཚུ་ལས་
ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་མཐུན་སྦྱང་ཚུ་ལེན་ནིའི་ནང་ ལས་སྡེ་ཚུ་བཙུན་ལྷོགས་བསྐྱེད་བཅུག་དགོ།

༡.༣ སྦྱང་བརྟེན་བཅའ་ཡིག

༡.༣.༡ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་དང་འོས་འབབ་
ཡོད་པའི་ལས་གཞི་གསལ་ཚུ་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཡོད་པ་རེས་བརྟེན་བཟོ་དགོ།

༡.༣.༢ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ སྦྱང་བརྟེན་དེ་གིས་ འཛིན་ཐང་གོང་འཕེལ་བརྟེན་ཡོད་པ་དང་ ལྷོགས་སྐྱབ་དང་བྱང་
རིག་རྒྱུ་སྦྱང་འབྲེལ་ཡོད་པ་རེས་བརྟེན་བཟོ་དགོ།

༡.༣.༣ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ སྦྱི་གཞི་སྒྲིག་བཞོད་དང་ ལྷོགས་སྐྱབ་གཞི་བཞོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཡུན་རིང་སྦྱང་
བརྟེན་ཚུ་གིས་ མཁམ་མཆོག་ལུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེས་བརྟེན་བཟོ་དགོ།

༡.༣.༤ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ཞི་གཞི་གསལ་ཅིག་གིས་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་
ཡོད་པའི་གྲངས་ཁ་འདི་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་དགོ།

༡.༣.༥ ལས་སྡེ་གིས་ ཡུན་རིང་སྦྱང་བརྟེན་བསྐྱར་སྦྱོང་འབད་བའི་སྐབས་ ཕན་ལུ་ཅན་གྱི་རིམ་བྱུང་འཆར་གཞི་བཟོ་
ཡོད་པ་རེས་བརྟེན་བཟོ་དགོ།

༡.༣.༦ ཡུན་རིང་སྦྱང་བརྟེན་ནང་མཚའ་མར་གཏོགས་བཞིན་ཡོད་པའི་ཞི་གཞི་གསལ་ཅིག་གི་ལུ་ལྷོགས་སྐྱབ་འབྲས་འདི་ མི་
སྟོབས་བྱ་ལན་གྱི་དོན་ལུ་ ལྷོགས་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

༡.༣.༧ ཞི་གཞི་གསལ་ཅིག་གིས་ དོན་ཚན་ ༡༠.༡༡ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཡུན་རིང་སྦྱང་བརྟེན་གྱི་དོན་ལུ་ སྦྱང་སྦྱོང་ལམ་གསལ་

ལེན་དགོ།

- ༥.༣.༥ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་ག་རེ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མའི་ནི་གཡོག་པ་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལཱ་གཡོག་སྤྱང་
བཞག་འབད་ནི་ཡོད་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་དགོ། ཨིན་རུང་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཚད་སྤྱང་བའི་སྐབས་ གོ་
གནས་འདི་སྤྱང་བཞག་འབད་མི་ཆོག།
- ༥.༣.༦ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་མཇུག་བསྟུ་ཞིན་ལས་ གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་འདི་ རང་བཞིན་གྱིས་ཡར་
སང་འབད་མི་ཆོག།
- ༥.༣.༧ མང་ཕྱོགས་དང་བྱུང་ཕྱོགས་གྱི་སྤྱང་བཟར་གྱི་གོ་སྐབས་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ལས་བརྟུན་དགོ།
- ༥.༣.༨ འགོ་འགྲུལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ ལས་སྡེའི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་གྱིས་སྤྱོད་པའི་ཡི་གུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཕྱི་
འབྲེལ་ལྷན་ཁག་གིས་གནང་དགོ།
- ༥.༣.༩ གཞུང་གི་འགོ་འཛིན་དང་ ཡང་ན་ཁོ་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ངོ་ཚབ་ཚུ་དང་། ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུའི་འགོ་
འཛིན་ཚུ་གིས་འགོ་ཁྲིད་ཐོག་ལས་ ལུང་ཕྱོགས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནད་དོན་ཚུའི་གྲུ་ ཆེ་མཐོའི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་འཐུས་
མི་སྡེ་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ངོ་ཚབ་འབད་བའི་སྐབས་ ཁག་འགན་འདི་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་གིས་འབག་དགོ། དེ་བཟུམ་
མའི་གནད་དོན་ཚུ་ལུ་ ལག་ལེན་གཅིག་མཚུངས་སྟེ་འཐབ་ཡོད་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ གནས་འཐུ་འབད་
ནིའི་འོས་ཚད་དང་བྱ་རིམ་གྱི་ལམ་སྟོན་ཚུ་ ལྷན་ཁག་གིས་སྤྱོད་ཆོག།

༥.༤ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་ཚུའི་དབྱེ་ཁག་

- ༥.༤.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་གྱི་མ་དངུལ་མ་བཟིས་པར་ ཁོང་རའི་ཡིག་ཆ་ནང་གི་ཕྱོགས་
གྲུབ་ ཡང་ན་ལས་སྡེའི་ངོ་ཚབ་སྟེ་ ལས་རིམ་གྱི་དུས་ཡུན་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གཤམ་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་དབྱེ་ཁག་
གི་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་གང་རུང་ལེན་པ་ཅིན་ སྤྱོད་བཟར་ལས་རིམ་གྱི་གངས་སུ་བཟི་དགོ།
- ༥.༤.༢ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་ཚུའི་དབྱེ་ཁག་འདི་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཨིན།
- ༥.༤.༢.༡ ཟླ་རོ་ ༤ དང་ དེའི་འོག་རྒྱ་གི་སྤྱོད་བཟར་འདི་ ཡུན་བྱང་སྤྱོད་བཟར་སྟེ་བཟི་དགོཔ་དང་།
- ༥.༤.༢.༢ ཟླ་རོ་ ༤ ཡན་ཆད་གྱི་སྤྱོད་བཟར་འདི་ ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟར་སྟེ་བཟི་དགོ།
- ༥.༤.༣ ཡུན་བྱང་སྤྱོད་བཟར་ཚུ་ཡང་།
- ༥.༤.༣.༡ ལག་ཁྱེར་དང་སློབ་ཆ་ད།
- ༥.༤.༣.༢ ཕན་ཚུན་སྤྱོད་བཟར་།
- ༥.༤.༣.༣ མཉམ་སྦྲགས་དང་འདྲིས་སྤྱོད་།
- ༥.༤.༣.༤ ཤེས་ཡོན་ལྷ་སྟོར། ཡང་ན་སྤེལ་ཁང་ལྷ་སྟོར།
- ༥.༤.༣.༥ ལྷ་རྟོག་ ཡང་ན་མཁོ་སྦྱབ་ལྷ་སྟོར།
- ༥.༤.༣.༦ གྲོས་འཛུམས། ཡང་ན་གོ་བསྟར་ཞལ་འཛུམས།

༡.༤.༣.༡ གྲོས་ཚོགས། མཁས་འཛོམས། གྲོས་གནས། ཡང་ན་ཞལ་འཛོམས་དང་།
 ༡.༤.༣.༢ ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་འགོ་འགྲུལ་གཞན་གང་རུང་།

༡.༤.༤ ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྟན་ཚུ་ཡང་།
 ༡.༤.༤.༡ མཁས་དབང་།
 ༡.༤.༤.༢ མཐུན་སྤྱིང་། མཁས་མཚོག
 ༡.༤.༤.༣ གཙུག་ལག་གོང་མའི་ཤེས་ཚད། གཙུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད།
 ༡.༤.༤.༤ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་/ལག་ཁྱེར་སྤྱིང་བརྟན།
 ༡.༤.༤.༥ ཕན་ཚུན་སྤྱིང་བརྟན།
 ༡.༤.༤.༦ མཉམ་སྦྲགས་དང་འདྲིས་སྤྱིང་།

༡.༥ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་རྒྱུ་འདུག་སྤྱིང་བརྟན་གྱི་བར་ཡུན་དགོས་མཁོ།

༡.༥.༡ སྤྱིང་བརྟན་གྱི་བར་ཡུན་ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་རྒྱུ་འདུག་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་རྒྱུ་ འདྲ་མཉམ་གྱི་
 སྒོ་ལས་འཐོབ་ཚུགས་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤྱིང་བརྟན་གཉིས་གྱི་བར་ན་བཞག་དགོ་པའི་ཉུང་མཐའ་དུས་
 ཡུན་ཅིག་ཨིན།
 ༡.༥.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡུན་རིང་དང་ཡུན་ཐུང་གི་སྤྱིང་བརྟན་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཟུར་དེབ་ ༡/༡༡་པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་
 སྤྱིང་བརྟན་གྱི་བར་ཡུན་བཞག་དགོ། ཨིན་རུང་ སྤྱིང་བརྟན་གྱི་བར་ཡུན་དགོས་མཁོའི་ཁ་སྐོང་སྟེ་ སྤྱིང་བརྟན་གྱི་
 བྱངས་ཁ་དབྱེད་ཤུད་གྱི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ཚད་གཞི་ཅིག་བཟོ་དགོས་དང་། ལཱ་གཡོག་གི་ཞབས་
 ཏོག་ལུ་ཐོ་ཕོག་ནི་མེད་པ་ཅིག་སྟེ་བཟོ་དགོ།

༡.༦ ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བརྟན་།

༡.༦.༡ ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བརྟན་གྱི་དོན་ལུ་གནད་སྤྱད་དབང་འཛིན།
 ༡.༦.༡.༡ གོ་གནས་ག་རའི་དོན་ལུ་ ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བརྟན་གྱི་གནད་བ་འདི་ ལོ་ལྟར་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་
 གྱི་འཆར་གཞི་དང་འཁྲིལ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་གནད་དགོ།
 ༡.༦.༡.༢ ལོ་ལྟར་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི་ནང་མ་ཚུད་པའི་ (སྤྱིང་འཐུས་བགོ་བཤའ་བཅེས་
 ཏེ་) ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བརྟན་འདི་ ལས་སྡེའི་གཙོ་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་
 བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་གནད་བ་གནད་དགོ།
 ༡.༦.༡.༣ གོ་གནས་ག་རའི་དོན་ལུ་ ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བརྟན་འདི་ ཟུར་དེབ་ ༡/ཁ་པ་དང་འཁྲིལ་ ལག་ལེན་
 འཐབ་དགོས་དང་། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འབྲི་ཤོག་ ༡/༡ པ་བཀའ་སྟེ་ ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བརྟན་
 གནས་འཐུའི་ཞུ་ཡིག་ཕུལ་དགོ། དེ་ལས་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་ལུ་
 ཕུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཟུར་དེབ་ ༡/ག་པ་ནང་གི་དཔུང་ཐོ་དང་འཁྲིལ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།

༡.༤.༡.༤ རྟོན་ཚན་ ༡.༤.༡.༣ པ་དང་འཁྲིལ་མ་དགོ་པར་ རྟོན་ཚན་ ༡.༤.༣.༥ ལས་ ༡.༤.༣.༡ དང་
 འཁྲིལ་ (ཕྱི་རྒྱལ་) ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་རྟོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཉིན་གྲངས་ ༥
 དང་དེ་མཉམ་ཆད་དུས་ཡུན་གྱི་རྟོན་ལུ་ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གདམ་འཐུའི་ཞུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག་ ༡/༡
 པ་དང་ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་འགྲོ་སྤྱོད་སྤྲོ་གོང་ཁ་བཞོད་འབྲི་ཤོག་ ༡/༣ པ་བཀའ་མི་དགོ།

༡.༤.༢ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་རྟོན་ལུ་འོས་ཚད།
 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་འོས་ཚད་ཚང་དགོ་པ་ཚུ་ཡང་།
 ༡.༤.༢.༡ ཁོ་གཏན་འཇགས་ཀྱི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ཨིན་དགོ། ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་
 ནང་འཁོད་ཀྱི་ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་ལེན་ནིའི་རྟོན་ལུ་ རྟོན་ཚན་ ༥.༤.༡.༡ པ་དང་འཁྲིལ་དགོ།
 ༡.༤.༢.༢ ལས་རིམ་འདི་ ཁོ་རའི་ལཱ་གཡོག་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ་ཡོད་
 མི་ཅིག་དགོ།
 ༡.༤.༢.༣ ཁོ་ར་ ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་ཚང་དགོ། རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་རྟོན་ལུ་
 རྟོན་ཚན་ ༤.༡.༡.༤ པ་དང་འཁྲིལ་དགོ།
 ༡.༤.༢.༤ ཁོ་གིས་ ཟུར་དེབ་ ༡/༡ པ་དང་འཁྲིལ་ སྤྱོད་བཅར་གྱི་བར་ཡུན་དགོས་མཁོ་ཚང་དགོ་པ་དང་།
 ༡.༤.༢.༥ སྤྱོད་སྤྱོད་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ ཁོ་ར་དགོངས་མ་མ་ཞུ་བའི་སྤྲོ་གོང་ལུ་ ལཱ་གཡོག་ནང་ཕྱག་
 ཞུ་ནིའི་དུས་ཡུན་ཉུང་མཐའ་བློ་ ༤ ཡོད་དགོ།

༡.༤.༣ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་ཆ་མེད།
 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་འོས་འབབ་མེད་མི་ཚུ་ཡང་།
 ༡.༤.༣.༡ ཁོ་ སྤྱོད་བཅར་གཞན་ཅིག་གི་རྟོན་ལུ་གདམ་འཐུ་འབད་ཡོད་ན།
 ༡.༤.༣.༢ ཁོ་ ཁག་འབག་ལཱ་གཡོག་ནང་ཨིན་པ་ཅིན། རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་འདི་
 རྟོན་ཚན་ ༥.༤.༡.༡ པ་དང་འཁྲིལ་དགོ།
 ༡.༤.༣.༣ ཁོ་གིས་ ཟུར་དེབ་ ༡/༡ པའི་ནང་ གསལ་བཞོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ ཡུན་ཐུང་ ཡང་
 ན་ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅར་ལེན་ཞིན་མ་ལས་ སྤྱོད་བཅར་བར་ཡུན་གྱི་དགོས་མཁོ་མ་ཚང་པ་ཅིན།
 ༡.༤.༣.༤ ཁོ་ར་ སྐབས་གཡོག་ནང་ཨིན་པ་ཅིན་དང་།
 ༡.༤.༣.༥ ཁོ་ར་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ནང་ཨིན་པ་ཅིན།

༡.༤.༤ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་རྟོན་ལུ་འགྲོ་སྤྱོད་སྤྲོ་གོང་གི་བྱ་རིམ།
 ༡.༤.༤.༡ ལས་སྡེ་གིས་ འབྲི་ཤོག་ ༡/༣ པ་དང་འཁྲིལ་གནང་བའི་ཡི་གུ་སྤྱོད་དེ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་
 གིས་ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་གནང་བ་གྲུབ་ཞིན་མ་ལས་ མི་རིམ་ཅིག་ལུ་འགྲོ་སྤྱོད་སྤྲོ་གོང་གི་
 ཁ་བཞོད་བྱིན་དགོ།
 ༡.༤.༤.༢ མི་རིམ་ཅིག་གིས་ ལས་རིམ་ནང་མ་འགྱུར་བའི་སྤྲོ་གོང་ལུ་ འགྲོ་སྤྱོད་སྤྲོ་གོང་གི་འབྲི་ཤོག་ ༡/༣
 པ་གྱི་ མིང་རྟགས་བཞོད་དགོ།

༡.༤.༥ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་འབད་བའི་སྐབས་དང་མཇུག་བསྐྱེད་སྐབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ།
 ༡.༤.༥.༡ འབྲུག་གཞུང་གི་གཞུང་འབྲེལ་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་མི་རིམ་ཅིག་ཨིན་པའི་ཆ་ལས་ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་

བནར་ནང་ཨིན་མིའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ ལས་སྡེ་དང་མི་ངོའི་བར་ན་མིང་རྟགས་བཀོད་པའི་འགྲོ་
སྟོད་སྡེ་གོང་གི་དོན་ཚན་ཚུ་ལུ་གནས་དགོ།

༤.༤.༥.༣ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ གནང་བ་ཅན་གྱི་སྟོང་བནར་འདི་མཚུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ འབྲུག་ལུ་ལོག་
དགོཔ་དང་། གཤམ་གསལ་དང་གཅིག་ཁར་ ལས་སྡེ་ལུ་འདི་འབྲོ་ལས་སྟན་ལུ་འབད་དགོ།

ཀ། འབྲི་ཤོག་ ༤/༤ པ་དང་འཁྲིལ་བའི་ཡིག་ཚང་ནང་འཛུལ་ཞུགས་གྱི་ཡི་གྲ།

ཁ། འབྲི་ཤོག་ ༤/༥ པ་དང་འཁྲིལ་བའི་སྟོང་བནར་གྱི་སྟན་ལུ།

ག འབྲི་ཤོག་ ༤/༦ པ་དང་འཁྲིལ་བའི་བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག་དང་།

ང་། ལག་ཁྱེར་ (འབྲེལ་བ་ཡོད་ན།)

༤.༤.༥.༣ ཡིག་ཚང་ནང་ ལོག་འཛུལ་ཞུགས་ཞིན་མ་ལས་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཁོ་རའི་ཤེས་ཡོན་དང་གྲུབ་
འབྲས། གདོང་ལེན་དང་ཉམས་སྦྱང་གཞན་ཚུ་བརྗེ་སོར་འབད་དགོཔ་དང་། དགོཔ་ཡོད་ན་ ཁོ་
རའི་ལས་སྡེ་གི་སྡེ་ཚན། ལས་ཁུངས། ཡང་ན་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་གསལ་ཞུ་ཅིག་ལུ་དགོ།

༤.༥ ཡུན་རིང་སྟོང་བནར།

༤.༥.༡ ཡུན་རིང་སྟོང་བནར་གྱི་ལམ་ལུགས།

༤.༥.༡.༡ ཏུས་ཡུན་ཤིལ་བུམ། ཏུས་ཡུན་ཤིལ་བུམ་གྱི་སྟོབ་སྟོང་ཟེར་མི་འདི་ གནས་སྟོད་ཐོག་ལས་ ཉུང་
མཐའ་དགོ་པའི་ལྷབ་སྦྱང་ཏུས་ཡུན་ཚང་དགོཔ་དང་། དེ་ཡང་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་
ཅིག་གིས་ངོས་འཛིན་འབད་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན།

༤.༥.༡.༢ ལྷ་བསྐྱེས་ལམ་ལུགས། ལྷ་བསྐྱེས་ལམ་ལུགས་གྱི་སྟོབ་སྟོང་ཟེར་མི་འདི་ ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག་
འོག་གི་སྟོབ་སྟོན་ལུ་གཞུག་གི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་ངོས་འཛིན་ཅན་ཅིག་སྟེ་གནང་
བ་གྲུབ་པའི་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ བྱར་དགུན་ངལ་གསའི་སྐབས་ལུ་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཐོག་
ལས་ སྟོབ་སྟོང་འབད་ནིའི་ཐབས་ལམ་ཅིག་ཨིན། དམིགས་བསལ་ ཡང་ན་ཐབས་བྱས་གྱི་
ལས་རིམ་ཚུའི་ཐད་ཁར་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་གྱིས་ གོས་ཐག་བཅད་ཡོད་མི་དང་
འཁྲིལ་དགོ།

༤.༥.༡.༣ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་འབྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན། རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་འབྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན་
ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཞུག་ཚུ་གིས་ ཁོང་རའི་ཤེས་ཚད་འདི་ སྟོབ་རིམ་ ༡༠ པ་དང་ ༡༩ པ་
ཚུན་ རྒྱ་སྟོད་གཏང་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ ཡིག་ཚང་ཏུས་ཚོད་ཚོགས་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་
འཁོད་གྱི་སྟེལ་ཁང་ཚུ་ནང་ སྟོབ་སྟོང་འབད་ནིའི་ཐབས་ལམ་ཅིག་ཨིན།

༤.༥.༢ ཡུན་རིང་སྟོང་བནར་གྱི་དོན་ལུ་གནང་སྟོད་དབང་འཛིན།

༡.མ.༡.༡ གོ་གནས་ག་རའི་དོན་ལུ་ ཏུས་ཡུན་མིལ་བུམ་དང་ ལྷ་བསྐྱེས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྩམ་གྱི་གནང་བ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གནང་དགོ། ཨིན་རུང་ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ སློབ་སྦྱོང་འདི་གཙོ་རིམ་ཅན་ཅིག་དང་། དེའི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གདམ་འབད་ཡོད་པ་དང་ སློབ་སྦྱོང་འདི་གིས་མཁས་མཆོག་ལུ་གུར་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡.མ.༡.༢ ཡིག་ཚང་གི་ཏུས་ཚལ་ཚོན་ཚོགས་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་འཕྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན་ (སློབ་རིམ་ ༡༠ པ་དང་ ༡༢ པ་) ལྷན་སྦྱང་འབད་ནིའི་གནང་བ་འདི་ དོན་ཚན་ ༡༠.༡༡.༡༠ པ་ལྷན་ སློབ་སྦྱོང་ངལ་གསོ་ཐོབ་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ རང་སའི་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་དགོ།

༡.མ.༡.༣ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྩམ་ག་རའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྩམ་གདམ་འབྲུའི་ཞུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག་ ༡/མ པ་བཀའ་སྟེ་ཕུལ་དགོཔ་དང་། མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ཕུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཟུར་དེབ་ ༡/ག་པ་ནང་གི་དབུད་ཐོ་དང་འབྲེལ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།

༡.མ.༡.༤ དོན་ཚན་ ༡.༤.༡.༣ པ་དང་འབྲེལ་མ་དགོ་པར་ དོན་ཚན་ ༡.མ.༡.༣ དང་འབྲེལ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྩམ་གདམ་འབྲུའི་ཞུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག་ ༡/མ པ་འདི་བཀའ་མི་དགོ།

༡.མ.༢ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྩམ་གྱི་འོས་ཚད།

༡.མ.༢.༡ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ འབྲུག་པའི་མི་ཁྲངས་ཨིན་དགོ།

༡.མ.༢.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོཔ་དང་། དེ་གིས་ མཁས་མཆོག་ལུ་གུར་ཚུགས་པ་ཅིག་དགོ།

༡.མ.༢.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྩམ་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༥ དང་ ཡང་ན་དེ་འོག་གྱུ་ཨིན་དགོ།

༡.མ.༢.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་གཡོག་གི་ཏུས་ཡུན་ཡོངས་ཚོགས་ཀྱི་རིང་ གཡོག་ཐོག་གི་ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྩམ་འདི་ མཐོ་ཤོས་ཐངས་ ༣ འབད་ཆོག (འབད་དགོ་པ་ཅིན།)

༡.མ.༢.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གནས་རིམ་ ཡང་ན་གཙུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཅོག་གཅིག་པ་ནང་ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྩམ་ཐངས་གཅིག་ལས་བཞུལ་སློབ་སྦྱོང་འབད་མི་ཆོག ཨིན་རུང་ རྒྱལ་གཞུང་ ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་ངེས་ཏིག་ དམིགས་བསལ། ཡང་ན་ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ལས་རིམ་ཚུའི་དོན་ལུ་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཆོག

༡.མ.༢.༦ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཟུར་དེབ་ ༡/ག་པ་དང་འབྲེལ་ སྦྱོང་བརྩམ་གྱི་བར་ཡུན་ཚང་དགོ།

༡.མ.༢.༧ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཐོག་ལས་ གདམ་འབྲུ་གུབ་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ སློབ་

སྒྲིབ་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་མ་བཅུས་པར་ སྒྲིག་གཡོག་ངོ་མའི་ནང་
ཉལ་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༡ གི་རིང་ཕྱག་ལུ་དགོ།

༩.མ.༣.༤ རོན་ཚན་ ༩.མ.༣.༥ པ་དང་ ༩.མ.༣.༦ པའི་འོག་ལུ་མ་ཚུད་པའི་ དབྱེ་ལག་གཞན་གར་ སྒྲོབ་
རིམ་བསྒྲིགས་ཡོད་མི་དང་བསྟན་ གནད་འགག་ཞབས་རྟོག་ཚུའི་དོན་ལུ་ མཐའ་མཆོག་གི་
ལས་རིམ་སྤྱང་ཆོག

༩.མ.༣.༧ རོན་ཚན་ ༩.མ.༣.༨ པ་དང་ ༩.མ.༣.༩ པའི་འོག་ལུ་མ་ཚུད་པའི་ དབྱེ་ལག་གཞན་གར་ སྒྲོབ་
སྒྲིབ་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་མ་བཅུས་པར་ སྒྲིག་གཡོག་ངོ་མའི་ནང་
ཉལ་མཐའ་ ལོ་ངོ་ ༤ གི་རིང་ཕྱག་ལུ་དགོ།

༩.མ.༣.༡༠ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སྤྱང་ནིའི་འོས་ཚད་འདི་ གཙུག་
ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་དགོས་དང་། འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་གདམ་འབྲུ་
སྤྱབ་མི། ཡང་ན་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྤེ་རིམ་གྱི་གནས་རིམ་དང་གཅིག་ཁར་ གཙུག་
ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་ཡིན་དགོ།

༩.མ.༣.༡༡ འོས་འབབ་ཡོད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཤམ་འཁོད་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ སྒྲོབ་སྒྲིབ་
གི་འབྲེལ་བ་མེད་རུང་ དགོངས་ལུ་འབད་མ་དགོ་པར་ གཙུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སྤྱང་
ཆོག

- ཀ། དདུལ་ཕོགས་མེད་པའི་སྒྲོབ་སྒྲིབ་ངལ་གསོ།
ཁ། ལཱ་གཡོག་འདི་སྤྱང་བཞག་འབད་རུང་ གོ་གནས་འདི་སྤྱང་བཞག་འབད་མི་ཆོག
ག གཙུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་མཐུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་
འདི་ རང་བཞིན་གྱིས་ཡར་སང་འབད་མི་ཆོག
ང། སྒྲོབ་སྒྲིབ་གི་དུས་ཡུན་ཡོངས་རྫོགས་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ སྒྲིག་
གཡོག་ངོ་མའི་གངས་སུ་བཅུ་མི་ཆོག
ཅ། རོན་ཚན་ ༡༤.༤.༡༠ པ་དང་འབྲེལ་ གོ་གནས་གྱི་ས་སྤྱོད་མེད་པ་ཅིན་ ཁོ་ར་ སྤྱག་
ཐོའི་ནང་བཞག་དགོ།

༩.མ.༣.༡༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཙུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་དང་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སྤྱང་
ནིའི་དོན་ལུ་ སྒྲོབ་རིམ་ ༡༢ པ་མཐའ་འཁྱོལ་མི་ཅིག་ཡིན་དགོ།

༩.མ.༣.༡༣ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ སྤྱི་ཟླ་ ༩ པའི་སྤྱི་ཚེས་ ༡ གྱི་ཉེ་མ་ འཇུལ་ཞུགས་འབད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་
ཚུ་ རོན་ཚན་ ༩.མ.༣.༡༢ པ་དང་འབྲེལ་མི་དགོ། དེ་འབད་མཐའ་ གཙུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་
ཚད་དང་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་གྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་འོས་འབབ་ཚད་གཞི་
ཚུ་ཆང་དགོ།

ཀ། གཙུག་ལག་འོག་མའི་ཤེས་ཚད།

༡. སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་གྲ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་སློབ་བཅར་སྤེལ་ཁང་ཚུ་
ནང་ལས་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༩ གྱི་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་
དང་། ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༥ གི་རིང་ལཱ་གཡོག་ནང་ཕྱག་ལྷུ་ཡོད་མི་ཅིག་དགོ།
༢. སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་གྲ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་སྤེལ་ཁང་ཚུ་ནང་ལས་
ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༩ གྱི་ལག་ཁྱེར་སློབ་སྦྱང་དང་། ཕྱི་རྒྱལ་ ཡང་ན་རྒྱལ་
ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་སྤེལ་ཁང་ཚུ་ནང་ལས་ ལོ་ངོ་ ༡ གི་གཙུག་ལག་གཞི་
རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་དང་། ལཱ་གཡོག་ནང་ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༥ ཕྱག་ལྷུ་
ཡོད་མི་ཅིག་དགོ།
༣. སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་གྲ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་སྤེལ་ཁང་ཚུ་ནང་ལས་
ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༩ གྱི་ལག་ཁྱེར་སློབ་སྦྱང་དང་། ལཱ་གཡོག་ནང་ཉུང་ཤོས་
ལོ་ངོ་ ༤ ཕྱག་ལྷུ་ཡོད་མི་ཅིག་དགོ།

ཁ། གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད།

༡. སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་གྲ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་སྤེལ་ཁང་ཚུ་ནང་ལས་
ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༡ གི་ལག་ཁྱེར་སློབ་སྦྱང་དང་། མི་ངོ་འདི་ཉུང་ཤོས་གོ་
གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ལྟ་སྟེར་ ༡ པ་ཀ་ནང་སྟོན་མི་ཅིག་དང་། ཡང་ན་
གཞུང་གཡོག་ནང་ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༤ ཕྱག་ལྷུ་ཡོད་མི་ཅིག་དགོ།

༢.མ.ལ

ཡུན་རིང་སློབ་བཅར་ཆ་མེད།

༢.མ.ལ.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཡུན་རིང་སློབ་བཅར་གྱི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་མེད་མི་དེ་ཡང་།

ཀ། ཁོ་ ལས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཡོད་མི་འདི་ ཁོ་རའི་ལཱ་གཡོག་དང་གོ་གནས་
ཀྱི་གནས་རིམ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ།

ཁ། སློབ་བཅར་ལས་རིམ་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ ཆར་གཅིག་མི་ངོ་སྟེ་བརྟོན་ཆར་བའི་བྱལ་ལུ་
རང་གི་དབང་ཚད་ཐོག་ལས་འཕྲོ་གཅད་འབད་ཡོད་པ།

ག། ཡུན་རིང་སློབ་བཅར་གྱི་དོན་ལུ་ ཁོ་གིས་ གསོ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གནད་དོན་ལས་
བརྟེན་ ཉེ་མའི་ལས་རིམ་འདི་འཕྲོ་གཅད་འབད་ཡོད་པའི་གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་
ཁྱེར་འདི་ གསོ་བའི་བཀོད་ཆོགས་ལས་སྟོན་མ་ཚུགས་པ།

ང། ཁོ་གིས་ ཟུར་དེབ་ ༩/༡༡ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ ཡུན་
ཐུང་ ཡང་ན་ཡུན་རིང་སློབ་བཅར་ལེན་ཞིན་མ་ལས་ སློབ་བཅར་བར་ཡུན་གྱི་དགོས་
མཁོ་མ་ཚང་པ་ཅིན།

ཅ། ཁོ་ར་ སྐབས་གཡོག་ནང་ཨིན་པ་ཅིན།

ཆ། ཁོ་མོ་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ། སྒྲིམ་འེང་གསོ། ཉན་གཡོག་ངལ་གསོ་དང་
སྒྲན་བཅོས་ངལ་གསོ་ནང་ཨིན་པ་ཅིན།

ཇ། ཁོ་ ཁག་འབག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཨིན་པ་ཅིན་དང་།

ཉ། ཁོ་གིས་ སྒྲིཊ་ས་བརྟག་དབྱང་མ་འབད་བ་ཅིན།

༩.མ.ཡ

ཡུང་རིང་སྒྲོང་བནར་གྱི་དོན་ལུ་འགོ་སྒྲོད་སྒྲ་གོང་གི་བྱ་རིམ།

༩.མ.ཡ.༡ སྒྲོབ་སྒྲོང་ངལ་གསོའི་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ནི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ཀྱིས་འགོ་འདྲན་འཐབ་མིའི་འགོ་སྒྲོད་སྒྲ་གོང་ཁ་བཀོད་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ།

༩.མ.ཡ.༢ འགོ་སྒྲོད་སྒྲ་གོང་གི་ཁ་བཀོད་སྐབས་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ རོས་འཛིན་
འབད་བའི་འགོ་དཔོན་ཅིག་རོ་འཛོམས་ཐོག་ལས་ མི་ངོམ་དང་འགན་ལེན་པ་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་
ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་ འབྲེལ་གྱི་ ༩/༩ པའི་ནང་ཡོད་པའི་གན་ལེན་གྱི་མིང་
རྟགས་བཀོད་དགོ། གན་ལེན་གྱི་འདྲ་གཅིག་ ལས་སྡེ་ལུ་སྒྲོད་དགོ།

༩.མ.ཡ.༣ སྒྲོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་རིན་གོང་། མཁས་མཆོག་ཁག་ཆེ་ཉེ་དང་ སྒྲོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་
གྱི་གསལ་བསྒྲགས་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གན་ལེན་ ཡང་ན་གན་ལེན་དེའི་དམིགས་བསལ་གྱི་
དོན་ཚན་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཆོག

༩.མ.ཡ.༤ མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཁས་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་མི་འདི་ལུ་ གནས་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན་
རེ་ཐོན་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་དེའི་འགན་ལེན་པ་དེ་ལུ་ ཁས་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ་པའི་
འགན་འཁུལ་དང་འཁུལ་བའི་སྐོར་ལས་ཁ་བཀོད་བྱིན་དགོ།

༩.མ.ཡ.༥ འགན་ལེན་པ་འདི་ སྒོ་གཏང་ཚུགས་པའི་མི་ཅིག་དང་ རབ་བྱུང་ན་བཟའ་ཚང་འཐུས་མི་ཅིག་
ཨིན་དགོ། དེ་ཡང་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ རོས་ལེན་འབད་ཚུགས་མི་ཅིག་
ཨིན་དགོ།

༩.མ.ཡ.༦ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ འགོ་སྒྲོད་སྒྲ་གོང་གི་དགོས་མཁོ་ཚུ་མཇུག་མ་བསྐྱུལ་ལས་ ཡུང་རིང་སྒྲོང་
བནར་གྱི་དོན་ལུ་སོང་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁོ་གི་གོ་གནས་ཡར་སང་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་ཆོས་
གངས་ལས་བཅུས་ཏེ་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་སྒྲོབ་སྒྲོང་གི་དུས་ཡུན་ལས་ལོག་ལྷབ་སྟེ་ བར་འབྲང་
འབད་བཞག་དགོ། དེ་ལས་ ཁོ་རའི་འགན་པ་འདི་གིས་ ཟླ་རོ་ ༡ གི་ནང་འཁོད་ མིང་རྟགས་
བཀོད་ཡོད་པའི་གན་ལེན་ཕུལ་དགོཔ་དང་། གལ་སྲིད་ཕུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་འདི་
ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ་གཏང་དགོ།

༩.མ.༤

ཡུང་རིང་སྒྲོང་བནར་སྐབས་དང་མཇུག་བསྐྱུའི་དགོས་མཁོ།

༩.མ.༤.༡ འཐུག་གཞུང་གི་གཞུང་འབྲེལ་ལས་བྱེད་པ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ སྒྲོབ་སྒྲོང་ནང་ཨིན་པའི་ནི་
གཡོག་པ་འདི་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་མི་ངོམ་བར་ན་ གན་ལེན་གྱི་མིང་

རྟགས་བཀོད་མིའི་གུ་གནས་དགོ།

༧.མ.༩.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གནང་ཆའི་ཡི་གུ་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་དུས་ཡུན་གྱི་ནང་
འཁོད་སྤྱོད་བཅར་འདི་མཚུག་བསྟུ་དགོ།

༧.མ.༩.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གནང་ཆའི་ཡི་གུ་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་སྤྱོད་བཅར་ ཡང་
ན་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད། ཡང་ན་སྤེལ་ཁང་། ཡང་ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་
གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་མེད་པར་བསྟུར་བཅོས་འབད་མི་ཚོག

༧.མ.༩.༣

མཚོག་གྲུར་འཛིན་སྤྱོད་ལག་དེབ་དང་འཁྲིལ་ ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅར་ནང་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་གི་
སློབ་རིག་གྲུབ་འབྲས་འདི་ མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་གང་རུང་གི་དོན་ལུ་ ལཱ་ལུ་དབྱེད་ཅུད་ཀྱི་གངས་
སུ་ཨིན་དགོ།

༧.མ.༩.༤

འབྲུག་གཞུང་གི་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ཐོག་ཨིན་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སློབ་སྤྱོད་དགོས་
མཁོའི་ཆ་ཤས་ཅིག་ཨིན་མི་ ས་ཁོངས་ལྷ་སྟོར་ནང་འབྱོར་ཞིའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་བརྒྱུད་དེ་ རྒྱལ་
གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་གནང་བ་ལུ་དགོ།

ཀ། སློབ་སྤྱོད་ངལ་གསོ་ཁུ་བའི་སྐབས་ལུ་ དེ་བཟུམ་མའི་ས་ཁོངས་ལྷ་སྟོར་ཚུ་ ཡོད་པ་
ཨིན་མེས་བཅུག་དགོ།

ཁ། དེ་བཟུམ་མའི་ས་ཁོངས་ལྷ་སྟོར་ཚུའི་དོན་ལུ་ཁུ་ཡིག་དང་ལས་རིམ་འདི་ སྤེལ་ཁང་
གིས་མིང་རྟགས་བཀོད་དེ་ངོ་འབྱོར་འབད་དགོ།

ག ས་ཁོངས་ལྷ་སྟོར་འདི་ ལོ་རེ་ནང་ མཐོ་ཤོས་བདུན་ཕྱག་ ༡ ལུ་གཏན་འབེབས་
འབད་ཡོད། ཨིན་རུང་ གསོ་བའི་སློབ་སྤྱོད་ཚུའི་དོན་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ ས་ཁོངས་ལྷ་
སྟོར་གྱི་དུས་ཡུན་འདི་ ལོ་རེ་ནང་ བདུན་ཕྱག་ ༡ གུ་གཏན་འབེབས་འབད་ཡོད།

༧.མ.༩.༥

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གནང་བ་ཅན་གྱི་སློབ་སྤྱོད་མཚུག་བསྟུ་སྟེ་འབྲུག་ལུ་ལོག་འོངས་པའི་
སྐབས་ གནས་གྱའི་ཤོག་འཛིན་འདི་ རིན་ཚུང་སྡེ་རིམ་ (སྤང་ལམ་དང་ཁེ་ལམ་) ནང་མཁོ་
སྟུབ་འབད་དགོཔ་དང་། ཡང་ན་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་མཁོ་སྟུབ་འབད་གནང་བཅར་བཅར་ལན་
དང་སྒྲགས་ཏེ་ལུ་དགོ།

༧.མ.༩.༦

གནང་ཆའི་ཡི་གུ་དང་འཁྲིལ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གནང་བ་ཅན་གྱི་སློབ་སྤྱོད་མཚུག་བསྟུ་སྟེ་
འབྲུག་ལུ་ལོག་འོང་དགོཔ་དང་། སློབ་སྤྱོད་མཚུག་བསྟུ་བའི་ཆོས་གངས་ལས་ (བདུན་ཕྱག་གི་
ངལ་གསོ་དང་གཞུང་གི་ངལ་གསོ་བཅུས་ཏེ་) ཉིན་གངས་ ༡༡ གི་ནང་འཁོད་ རོ་རྒྱུང་སྡེ་ རྒྱལ་
གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་དགོ།

༧.མ.༩.༧

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་བའི་སྐབས་ རང་
སའི་སྟོར་སྟོན་ནང་བཞག་ཞིའི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་བཅུགས་དགོ།

༡. འབྲི་ཤོག་ ༩/༤ པ་དང་འཁྲིལ་བའི་ཡིག་ཚང་ནང་འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་ཡི་གུ།
༢. འབྲི་ཤོག་ ༩/༥ པ་དང་འཁྲིལ་བའི་སྒྲིབ་བཅར་གྱི་སྟན་ལྷ།
༣. འབྲི་ཤོག་ ༩/༦ པ་དང་འཁྲིལ་བའི་བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག་
༤. སྒྲོབ་སྒྲིབ་འདི་མཐར་འཁྱོལ་ཅན་ཅིག་སྟེ་མཇུག་བསྟུ་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་སྟེ་ མཉམ་བསྐྱབས་ཀྱི་སྒྲོབ་རིག་ལག་ཁྱེར་དང་ སྒྲོབ་རིག་སྒྲུགས་ཤོག་བཙུགས་དགོས་དང་།
༥. ཞིབ་འཇོལ་གྱི་བཙུན་སྟུད་དང་གཅིག་ཁར་ཞིབ་འཇོལ་རྩོམ་ཡིག་ ཡང་ན་ཞིབ་འཇོལ་གྱི་འབྲེད་དང་། (ཞིབ་འཇོལ་སྟོན་ཡིན་པ་ཅིན་) འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་དང་གཅིག་ཁར་བརྗེ་སྐོར་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་གནང་བའི་ཡི་གུ།

༩.མ.༤.༩ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡུན་རིང་སྒྲོབ་སྒྲིབ་མཇུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ རྟོན་ཚན་ ༩.མ.༤.༡ པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་ལྟར་ སྟན་ཞུའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་མ་ཚང་བའི་སྔ་གོང་ལུ་ ངལ་གསོ་གང་རུང་ལེན་མི་ཚོགས།

༩.མ.༤.༡༠ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡིག་ཚང་ནང་ལོག་འཇུག་ཞུགས་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ཁོ་གིས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་ལུ་ སན་འདེབས་ག་དེ་དག་དྲག་ཅིག་འབད་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་སྒྲིབ་འབད་དེ་ སྟེ་ཚན། ལས་ཁུངས། ཡང་ན་ཁོ་རའི་ལས་སྟེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་གསལ་ཞུ་ཅིག་འབད་དགོ།

༩.མ.༤.༡༡ སྐུལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཡུན་རིང་སྒྲིབ་བཅར་འབད་བཞིན་ཡོད་མི་ག་ར་ ཅུས་མཚམས་ལུ་ལྟ་རྟོག་འབད་དགོ།

༩.མ.༤.༡༢ ལས་སྟེ་གིས་ ཡུན་རིང་སྒྲིབ་བཅར་ནང་ཡོད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ཅུས་སྐྱོན་ཅུ་ལྟ་རྟོག་འབད་དགོས་དང་། ཁོང་ར་ སྒྲོབ་སྒྲིབ་ལས་ལོག་པའི་སྐྱབས་ བཟུམ་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་འཆར་གཞི་བཟུམ་དགོ།

༩.མ.༤.༡༣ ལས་སྟེ་གིས་ ཡུན་རིང་སྒྲིབ་བཅར་མཇུག་བསྟུ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ཅུས་སྟོན་ལུ་ལོག་འོངས་ཡོད་པ་ངེས་བཟན་བཟོ་དགོས་དང་། གལ་སྲིད་ ཅུས་སྟོན་ལོག་མ་འོངས་པ་ཅིན་ ལས་སྟེ་གིས་གན་ལེན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབྲེལ་ཡོད་བདག་སྒྲིབ་བྱ་ལེན་ཚུ་བཀའ་དགོ།

༩.མ.༥ ཡུན་རིང་སྒྲིབ་བཅར་གྱི་ཁག་འགན།

༩.མ.༥.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཡུན་རིང་སྒྲིབ་བཅར་ལས་ལོག་ཞིན་མ་ལས་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོའི་འོས་འབབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཡུན་རིང་སྒྲིབ་བཅར་གྱི་ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན་འབག་དགོ།

༩.མ.༥.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གལ་སྲིད་ལས་སྟེའི་ནང་འཁོད་ ཡང་ན་ལས་སྟེའི་ཕྱི་ཁད་གོ་གནས་གཞན་ཅིག་གི་དོན་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ཡིན་པ་ཅིན་ ས་སྒྲོང་གསལ་བསྒྲགས་འབད་བའི་

མཇུག་གི་ཚེས་གྲངས་སྐབས་ གོ་གནས་དེ་ཁར་ ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྟེན་གྱི་དུས་ཡུན་དང་མཉམ་
པའི་ཉུང་མཐའི་དུས་ཡུན་ཚང་དགོ།

༩.༡.༡.༣

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ གཡོག་གྲོལ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཡུན་རིང་སྤྱིང་
བརྟེན་གྱི་ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན་འདི་ མཇུག་བསྟུ་དགོ།

༩.༡.༡.༤

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྟེན་ལེན་ཞེན་མ་ལས་ གཤམ་གསལ་གྱི་འཁྲི་བ་ཚུ་
འབག་དགོ།

༧། ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྟེན་ལེན་ཞེན་མ་ལས་
དོན་ཚན་ ༩.༡.༡.༥ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་ལྟར་ མཐར་འཁྱོལ་ཅན་
གྱི་ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྟེན་གྱི་གྲངས་ཁ་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་
པའི་ལོ་གྲངས་དང་ ཡང་ན་གན་ལེན་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་པའི་ལོ་གྲངས་གཉིས་
ལས་ ག་མཐོ་མི་འདི་ཕྱག་ལུ་དགོ། གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལཱ་གཡོག་
ཁག་འགན་འདི་སྐབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན་དང་འཁྲིལ་བའི་དངུལ་
འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན། ཡང་ན་གན་ལེན་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་གཉིས་
ལས་ ག་མཐོ་མི་འདི་སྤྱོད་དགོ།

ཁ། དངུལ་འབྲེལ་ཁག་འགན། གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན་
སྐབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁོ་གིས་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་དོན་ཚན་ ༩.༡.༡.༥ པའི་ནང་
གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་ལྟར་ མ་དངུལ་གྱི་དབྱེ་བ་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ དངུལ་
འབྲེལ་ཁག་འགན་དང་། ཡང་ན་གན་ལེན་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་གཉིས་
ལས་ ག་མཐོ་མི་འདི་སྤྱོད་དགོ།

༡. འབྲུག་གཞུང་གིས་མ་དངུལ་ (ཕྱིད་ཡང་ན་མིལ་བུམ།) ཐོག་གི་ སློབ་
གཉེར་གྲོགས་རམ། ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ སློབ་སྦྱོང་གི་དུས་ཡུན་སྐབས་ དུངལ་
ཕོགས་དང་ཁེ་ཕན། དེ་ལས་ སློབ་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ཟད་འགོ་ཚུ་
འབྲུག་གཞུང་གིས་ མ་དངུལ་མིལ་བུམ་ཡང་ན་ཕྱིད་ཀ་གནང་ནི་ཡོད་མི་
ཅིག་དང་།

༢. སླེར་དངུལ་ཐོག་/ཀུན་གཏོགས་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ། མི་ངོམ་ཅིག་
ཡུན་རིང་སློབ་སྦྱོང་གི་དུས་ཡུན་སྐབས་ དངུལ་ཕོགས་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་
འབྲུག་གཞུང་གིས་གནང་རུང་ ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཟད་
འགོ་འདི་ སླེར་གྱི་མ་དངུལ་ཐོག་ ཡང་ན་ཀུན་གཏོགས་སློབ་གཉེར་གྲོགས་
རམ་གྱི་ཐོག་ལས་འཐོབ་ནི་ཡོད་མི་ཅིག་

༩.༡.༡.༥

ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྟེན་གྱི་ཁག་འགན་འདི་ མཐར་འཁྱོལ་ཅན་གྱི་ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྟེན་ལེན་མིའི་
གྲངས་ཁ། གན་ལེན། ཡང་ན་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་གསལ་བསྐྱགས་འདི་ནང་ གསལ་

བཀོད་འབད་མིའི་ཁག་འགན་ཚུ་ལས་ ག་མཐོ་མིའི་གྲ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གསམ་གསལ་ལྟར་
ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

རིམ་ ཨང་།	མཐར་འཁྱེད་ཅན་གྱི་ཡུན་ རིང་སྤྱིང་བདར་གྱི་གྲངས་ ལ།	ལྷ་གཡོག་ཁག་འགན།	དངུལ་འབྲེལ་ཁག་འགན། (འབྲུང་གཞུང་གི་ མ་དངུལ་ཐོག་གི་ཕྱེད་ཡང་ན་མིལ་བུམ་གྱི་ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ།)	དངུལ་འབྲེལ་ཁག་འགན། (སླེར་དངུལ་ཐོག་གྲུན་ གཏོགས་སློབ་གཉེར་གྲོགས་ རམ།)
༡.	ཡུན་རིང་སྤྱིང་བདར་ ཐངས་ ༡ པ།	གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་ སྤྱིང་གི་དུས་ཡུན་ལས་ ལོག་ལྟུབ།	གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྤྱིང་དུས་ཡུན་གྱི་ དོན་ལུ་གཞུང་གི་ཡབ་ཆག་ཐོག་གི་འཇུག་གྲ་ དངུལ་ཐོགས་དང་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་བརྩིས་ ཏེ་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་རིན་བསྐྱེམས་ ལས་ལོག་ལྟུབ།	(དངུལ་ཐོགས་དང་ཁེ་ཕན་ གཞན་བརྩིས་པའི་) ཟད་ འགྲོ་བཏང་ཡོད་མི་ལས་ལོག་ ལྟུབ།
༢.	ཡུན་རིང་སྤྱིང་བདར་ ཐངས་ ༢ པ།	གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་ སྤྱིང་གི་དུས་ཡུན་ལས་ གསུམ་ལྟུབ།	གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྤྱིང་དུས་ཡུན་གྱི་ དོན་ལུ་གཞུང་གི་ཡབ་ཆག་ཐོག་གི་འཇུག་གྲ་ དངུལ་ཐོགས་དང་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་བརྩིས་ ཏེ་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་རིན་བསྐྱེམས་ ལས་གསུམ་ལྟུབ།	(དངུལ་ཐོགས་དང་ཁེ་ཕན་ གཞན་བརྩིས་པའི་) ཟད་ འགྲོ་བཏང་ཡོད་མི་ལས་ གསུམ་ལྟུབ།
༣.	ཡུན་རིང་སྤྱིང་བདར་ ཐངས་ ༣ པ།	གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་ སྤྱིང་གི་དུས་ཡུན་ལས་ བཞི་ལྟུབ།	གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྤྱིང་དུས་ཡུན་གྱི་ དོན་ལུ་གཞུང་གི་ཡབ་ཆག་ཐོག་གི་འཇུག་གྲ་ དངུལ་ཐོགས་དང་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་བརྩིས་ ཏེ་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་རིན་བསྐྱེམས་ ལས་བཞི་ལྟུབ།	(དངུལ་ཐོགས་དང་ཁེ་ཕན་ གཞན་བརྩིས་པའི་) ཟད་ འགྲོ་བཏང་ཡོད་མི་ལས་བཞི་ ལྟུབ།
༤.	དོན་ཚན་ ༤.༢.༡.༢ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་སྤྱི་བསྐྱེད་ལས་ལཱ་གསལ་སློབ་སྤྱིང་གི་དོན་ལུ། གྲ་། དངུལ་འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན་འདི་ སྤྱིང་འཇུག་། འཛོ་འཇུག་། ཉིན་འཇུག་། འགྲུལ་འཇུག་། ཉིན་འཇུག་། ལྷུ་མ་འཁོར་སྤྱིང་འཇུག་དང་ ཟད་འགྲོ་གཞན་ཚུ་བཏང་ཡོད་མི་ (གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྤྱིང་དུས་ཡུན་ ༡/༣/༤ ལྟུབ་) ལོག་སྟེ་སྤྱིང་དགོ། ལ། ཡུན་རིང་སྤྱིང་བདར་ཐངས་ ༡ པ/༢ པ/༣ པ་སྟེ་ཕྱིས་རྒྱབ་དགོ།			
༥.	དོན་ཚན་ ༤.༢.༡.༣ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་འཕྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན་གི་དོན་ལུ། གྲ་། ཡུན་རིང་སྤྱིང་བདར་གྱི་ཁག་འགན་གང་ཡང་མེད། ལ། ཡུན་རིང་སྤྱིང་བདར་ཐངས་ ༡ པ/༢ པ/༣ པ་སྟེ་ཕྱིས་རྒྱབ་མི་དགོ།			
༦.	དོན་ཚན་ ༤.༢.༡.༡༡ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་དོན་ལུ། གྲ་། ཡུན་རིང་སྤྱིང་བདར་གྱི་ཁག་འགན་གང་ཡང་མེད། ལ། ཡུན་རིང་སྤྱིང་བདར་ཐངས་ ༡ པ/༢ པ/༣ པ་སྟེ་ཕྱིས་རྒྱབ་མི་དགོ།			

ལ.	ཡུན་རིང་སྒྲིང་བརྒྱུ་ག་རའི་དོན་ལུ་ ལཱ་གཡོག་དང་དངུལ་འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན་འདི་ ཡུན་རིང་སྒྲིང་བརྒྱུ་ལེན་པའི་གྲངས་ཁ་གྲུ་གཞི་ བཞག་དགོས་དང་། གན་ལེན་དང་འཁྲིལ་ ཡང་ན་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་གསལ་བསྐྱགས་འདི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་ཁག་ འགན་གསུམ་ལས་ ག་མཐོ་མི་འདི་འབག་དགོ།
----	---

༤.༡.༡.༤ མི་ངོམ་ ཡང་ན་འགན་ལེན་པ་འདི་གིས་ དངུལ་འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན་འདི་ ཡིག་ཚང་བཀའ་
བྱ་སྒྲིང་པའི་ཆོས་གྲངས་ལས་ ཉིན་གྲངས་ ༩༠ གི་ནང་འཁོད་སྒྲིང་དགོ། གལ་སྲིད་ སྒྲིང་མ་
ཚུགས་པ་ཅིན་ གན་ལེན་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་བྱ་ལེན་
བཀའ་དགོ།

༤.༡.༡.༥ གལ་སྲིད་ མི་ངོམ་འདི་ ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན་སྐྱབ་མ་ཚུགས་པ་ ཡང་ན་སློབ་སྒྲིང་དུས་ཡུན་
སྐབས་ ཚུ་བསྐྱད་བཏང་བ་ ཡང་ན་ཐབས་མེད་དགོངས་ཞུ་འབད་ཡོད་པ་ཅིན་ དངུལ་འབྲེལ་
གྱི་ཁག་འགན་འདི་གན་ལེན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཀའ་དགོ།

༤.༡.༡.༦ གལ་སྲིད་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ སློབ་སྒྲིང་མཚུགས་པ་སྐྱབ་མ་ཚུགས་པ་དང་ སློབ་སྒྲིང་མཐར་མ་
འབྲེལ་ཟུག་ ཡང་ན་ཁོ་རའི་དབང་ཚད་ཐོག་ལས་ཕྱིར་བཏོན་འབད་ཡོད་པ། ཡང་ན་འཕྲོ་གཙང་
འབད་དེ་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ཞུ་འབད་བ་ཅིན་ དངུལ་འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན་འདི་
གན་ལེན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཀའ་དགོ།

༤.༡.༡.༧ གལ་སྲིད་ སློབ་སྒྲིང་འབད་བའི་སྐབས་ ཡང་ན་ལཱ་གཡོག་གི་ཁག་འགན་མཚུགས་པ་སྐྱབ་བའི་ཟུ་
གོང་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་ཁྱེན་བྱང་ན་ དངུལ་འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན་འདི་ ཆ་མེད་དང་
ཕྱིས་ཁ་མེད་པ་སྐྱབ་བཅི་དགོ།

༤.༡.༡.༨ གན་ལེན་འདི་འབྱང་སྒྲིང་ཤོར་ཡོད་པ་ ཡང་ན་མེད་པ་ཐལ་ཡོད་པའི་གནས་སྒྲངས་སྐབས་
འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ ༡༠༡༤ ཅན་དང་འཁྲིལ་བའི་ སྒྲིང་བརྒྱུ་གི་
ཁག་འགན་དང་ཉེས་བྱ་ཚུ་ འབྲུག་གི་སྐྱབ་བྱེད་བཙའ་ཁྲིམས་ ༡༠༠༥ ཅན་མ་དང་འཁྲིལ་
གནས་སྒྲངས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱབ་བྱེད་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་བཀའ་དགོ།

༤.༡.༡.༩ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཞི་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ ཆེད་དུ་དམིགས་པའི་མི་ངོམ་ཅིག་སྟེ་ གཙུག་ལག་
གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ལེན་ཡོད་པ་ཅིན་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་གཡོག་གོལ་
འབད་བའི་སྐབས་ གན་ལེན་ཚུ་ནང་མིང་རྟགས་བཀོད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ གཙུག་ལག་གཞི་
རིམ་ཤེས་ཚད་དང་ གཡོག་ཐོག་ཡུན་རིང་སྒྲིང་བརྒྱུ་གི་ཁག་འགན་གཉིས་ཆ་ར་ མཚུགས་པ་
དགོ།

༤.༡.༢ གན་ལེན་དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྱ།

༤.༡.༢.༡ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་གན་ལེན་དང་འགལ་བ་ཅིན་ བདག་སྒྲིང་དང་ ཡང་ན་དངུལ་འབྲེལ་གྱི་ཉེས་
བྱ་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྟར་བཀའ་དགོ།

རིམ་ ཨང་།	གནད་དོན།	ཉེས་བྱ་དང་མི་སྟོབས་བྱ་ལེན།
༡.	སློབ་སྦྱང་མཚུགས་བསྐྱུལ།	<ul style="list-style-type: none"> • སྙན་ཁུ་འབད་ནིའི་ཆོས་གངས་ལས་ ཟླ་ངོ་ ༤ གི་ནང་འཁོད་ སློབ་སྦྱང་མཐའ་འཁྱོལ་ཅན་སྟེ་མཚུགས་བསྐྱུལ་བའི་སྐབས་ཕྱེད་མ་ ཕུལ་ཤ་ཚུན་ སྐབས་གཡོག་གོ་གནས་ཡར་སེང་། དམིགས་ བསལ་ངལ་གསོ་དང་ སྦྱང་བཅུ་ཚུའི་འོས་འབབ་མེད། དེ་ བཟུན་དུ་ ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ ཡུན་རིང་ སྦྱང་བཅུ་གི་གནས་སྤངས་འདི་ “སྙན་ཁུ་འབད་ཡི། དེ་ འབད་ཤ་ད་ མཚུགས་བསྐྱུལ་བསྐྱར་བཞག་ཡོད་” ཟེར་བཀོད་དགོ། • སྙན་ཁུ་འབད་ནིའི་ཆོས་གངས་ལས་ ཟླ་ངོ་ ༤ གི་འུལ་ལུ་ སློབ་ སྦྱང་མཐའ་འཁྱོལ་ཅན་སྟེ་མཚུགས་བསྐྱུལ་ཡོད་པའི་སྐབས་ཕྱེད་ཕུལ་མ་ ཚུགས་པ་ཅིན་ “སློབ་སྦྱང་མཐའ་མ་འཁྱོལ་ཤ་” ཟེར་བཅི་དགོཔ་ དང་ སློབ་སྦྱང་མཐའ་མ་འཁྱོལ་བའི་ཉེས་བྱ་བཀའ་དགོ། སློབ་སྦྱང་གི་མཐའ་དཔྱད་གྲུབ་འབྲས་དང་མ་འཁྱོལ་བར་ ཆར་གཅིག་ གནང་ཆའི་ཡི་གུ་སྦྱོད་ཡོད་པ་ཅིན་ ཡུན་རིང་སྦྱང་བཅུ་ཐེངས་ ༡ པ་/༡ པ་/༣ པའི་གངས་སུ་བཅི་དགོ།
༢.	<p>༡༥། སློབ་སྦྱང་མཐའ་མ་འཁྱོལ་བ་ཅིན་ ཡང་ན། ཁ༥། ཁོ་རའི་དབང་ཚད་ཐོག་ཕྱིར་བཏོན་འབད་བ་ཅིན་ ཡང་ན། ག༥། གཙུག་ལག་སློབ་སྟེ་གིས་ བདག་སྦྱང་གི་སྤྱི་ག་ ཁྲིམས་ལེན་ཡོད་མི་ལས་བཏེན་ སློབ་སྦྱང་མཚུགས་ བསྐྱུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན།</p>	<ul style="list-style-type: none"> • གོ་གནས་ཡར་སེང་འདི་ ཁོ་རའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་འབད་ནིའི་ ཆོས་གངས་ལས་བཅིས་ཏེ་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྦྱང་དུས་ ཡུན་ལས་ལོག་ལྟ་བུ་སྟེ་ཡུན་འགྲུང་འབད་དགོ། སློབ་སྦྱང་གི་མཐའ་དཔྱད་གྲུབ་འབྲས་དང་མ་འཁྱོལ་བར་ ཆར་གཅིག་ གནང་ཆའི་ཡི་གུ་སྦྱོད་ཡོད་པ་ཅིན་ ཡུན་རིང་སྦྱང་བཅུ་ཐེངས་ ༡ པ་/༡ པ་/༣ པའི་གངས་སུ་བཅི་དགོ།
༣.	ཁོ་རའི་དབང་ཚད་ལས་བཟུལ་བའི་རྒྱ་མཚན་ལས་ བཏེན་ ཕྱིར་བཏོན་འབད་བ་ཅིན།	<ul style="list-style-type: none"> • ཉེས་བྱ་མི་ཐོག་
༤.	རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་གནང་བ་མེད་ པར་སློབ་སྦྱང་ ཡང་ན་སྟེལ་ཁང་སོར་བ་ཅིན།	<ul style="list-style-type: none"> • གནང་ཆའི་ཡི་གུ་ལུ་བཅི་བཀའ་མེད་པ་ལས་བཏེན་ སློབ་སྦྱང་ ངལ་གསོ་ཆ་མེད་གཏང་དགོཔ་དང་། མི་ངོམ་འདི་ གསལ་ བཀོད་འབད་བའི་དུས་ཚོད་ཀྱི་ནང་འཁོད་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་ གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྙན་ཁུ་འབད་དགོ།

		<ul style="list-style-type: none"> གོ་གནས་ཡར་སེང་འདི་ ཁོ་རའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་འབད་ནི་འི་ ཆོས་གངས་ལས་བརྩིས་ཏེ་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྦྱོང་དུས་ ཡུན་འབྲམ་མཉམ་གྱི་ཡུན་འབྲལ་འབད་དགོ། སློབ་སྦྱོང་འདི་ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཅར་ཐངས་ ༡ པ་/༢ པ་/༣ པའི་གངས་སུ་བརྩི་དགོ།
༥.	འཕྲིས་ཏེ་སྤྱན་ལུ་འབད་བ། གནང་ཆའི་ཡི་གུ་དང་འབྲིལ་ སློབ་སྦྱོང་མཚུག་བསྐྱའི་ ཆོས་གངས་ལས་ (བདུན་ཕྲག་དལ་གསོ་དང་གཞུང་ གི་དལ་གསོ་བརྩིས་ཏེ་) ཉིན་གངས་ ༡༡ གི་ཤུལ་ ལས་ སྤྱན་ལུ་འབད་བ་ཅིན།	<ul style="list-style-type: none"> གཡོག་ནང་ལས་ཐབས་མེད་དགོངས་ལུ་འབད་དགོཔ་དང་། དོན་ཚན་ ༩.༡.༡ པ་ལྟར་ གན་ལེན་དང་འགལ་བའི་ དངུལ་ འབྲེལ་ཁག་འགན་གྱི་ཉེས་བྱ་བཀལ་དགོ།
༦.	ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཅར་གྱི་ཁག་འགན་མཚུག་མ་བསྐྱམ་ ལས་ དགོངས་ལུ་འབད་བ་ཅིན།	<ul style="list-style-type: none"> དོན་ཚན་ ༩.༡.༡ པ་ལྟར་ གན་ལེན་དང་འགལ་བའི་ དངུལ་ འབྲེལ་ཁག་འགན་གྱི་ཉེས་བྱ་བཀལ་དགོ།
༧.	སློབ་སྦྱོང་དལ་གསོའི་སྐབས་དགོངས་ལུ་འབད་བ་ ཅིན།	<ul style="list-style-type: none"> དོན་ཚན་ ༩.༡.༡ པ་ལྟར་ གན་ལེན་དང་འགལ་བའི་ དངུལ་ འབྲེལ་ཁག་འགན་གྱི་ཉེས་བྱ་བཀལ་དགོ།
༨.	<p>དོན་ཚན་ ༩.༡.༡.༢ པ་ནང་གི་སྒྲ་བསྐྱེས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ཚུའི་ཐད་ཁར་ ཁོ་རའི་དབང་ཆ་ད་ཐོག་ཕྱིར་བཏོན་འབད་ཡོད་པ་ དང་། སློབ་སྦྱོང་མཚུག་མ་བསྐྱམ་ ཡང་ན་མཐར་མ་འབྱོལ་མ། ཡང་ན་ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཅར་གྱི་སྐབས་དང་མཚུག་བསྐྱེས་ལས་ དགོངས་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ སྦྱོང་བཅར་ཁག་འགན་གྱི་ཉེས་བྱ་ཚུ་ཡང་།</p> <p>ཀ། དངུལ་འབྲེལ་གྱི་ཁག་འགན་འདི་ སྦྱོང་འཐུས། འཛོ་འཐུས་/ཉིན་འཐུས། འགྲུལ་འཐུས་/ཉིན་འཐུས། སྤྱི་འཁོར་སྦྱོང་འཐུས་ དང་ཟད་འགོ་གཞན་ཚུ་བཏང་ཡོད་མི་ (གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྦྱོང་དུས་ཡུན་ ༡/༣/༤ ལྷབ་) ལོག་སྟེ་སྦྱོང་དགོ།</p> <p>ཁ། ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཅར་ཐངས་ ༡ པ་/༢ པ་/༣ པ་སྟེ་ཅིས་རྒྱབ་དགོ།</p> <p>ག གལ་སྲིད་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ དངུལ་འབྲེལ་ཁག་འགན་ཚུ་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་ ལོག་སྦྱོང་འབད་ མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁོ་གི་གོ་གནས་ཡར་སེང་འབད་ནི་འི་ཆོས་གངས་ལས་ ལོ་ངོ་ ༡ ཡུན་འབྲལ་འབད་དགོ།</p> <p>སློབ་སྦྱོང་འབད་བའི་དུས་ཡུན་འདི་ གནས་སྔོན་ངོ་མའི་དུས་ཡུན། ཡང་ན་སློབ་སྦྱོང་གི་དོན་ལུ་ ཡིག་ཆ་དང་ལས་ ཆད་སྔོན་ཡོད་ མི་འདི་ འཛོམས་ཐོ་དང་བདེན་དཔྱད་འབད་མི་གུ་གཞི་བཞག་དགོ།</p>	

༧.༤ ཡུན་རིང་སྒྲིབ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གདམ་འཕྲུལ་གྱི་རིམ།

- ༧.༤.༡ (སྒྲིབ་འཕྲུས་བཞོ་བཤའ་བཙུང་ཏེ་) སྒྲོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ག་ར་ རྩབ་བསྐྱགས་འབད་དགོ།
- ༧.༤.༢ (སྒྲིབ་འཕྲུས་བཞོ་བཤའ་བཙུང་ཏེ་) ལས་སྒེའི་དོན་ལུ་དམིགས་པའི་སྒྲོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ཚུའི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྒེའི་ནང་འཁོད་ རྩབ་བསྐྱགས་འབད་དགོ། གཤམ་སྤྱི་ རྩ་ཡིག་བཙུགས་མི་མེད་པ་ཅིན་ ལས་སྒེའི་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་ལཱ་རིགས་གཅིག་པའི་སྤྱི་ཚན་གྱི་དོན་ལུ་ རྩ་ཁའི་ལས་སྒེའི་ཚུ་ལུ་ བསྐྱར་བསྐྱགས་འབད་དགོ།
- ༧.༤.༣ རྩབ་བསྐྱགས་ཀྱི་དུས་ཚོད་དང་ རྩ་ཡིག་བཙུགས་ནིའི་མཚུག་གི་ཆོས་གངས་བར་ན་ ཉུང་མཐའ་བདུན་ཕྲག་བཞི་བཞག་དགོ།
- ༧.༤.༤ ལས་སྒེའི་གིས་ འབྲི་ཤོག་ ༧/༧ པ་དང་འཁྲིལ་ རྩ་སེལ་འབད་ནིའི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།
- ༧.༤.༥ རྩ་ཡིག་བཙུགས་མི་འདི་གིས་ རྩ་སེལ་གྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཕུལ་དགོ།
- ༧.༤.༥.༡ སྒྲོབ་རིག་སྐྱགས་ཤོག་གི་འདྲ།
- ༧.༤.༥.༢ རྩ་ཡིག་བཙུགས་པའི་ཆོས་གངས་ཚུན་ ཞི་གཡོག་པའི་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་གི་ འཛོལ་བ་མེད་པ་ཨིན་པའི་བྱད་ཡོན་ཐོ།
- ༧.༤.༥.༣ དགོཔ་ཡོད་ན་ རྩབ་བསྐྱགས་དང་རྩ་སེལ་ཚད་གཞི། ཡང་ན་གདམ་འཕྲུ་དང་འཁྲིལ་བའི་ཡིག་ཆ་ཚུ།
- ༧.༤.༦ གདམ་འཕྲུ་འབད་མའི་ལས་སྒེའི་གིས་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།
- ༧.༤.༦.༡ འོས་ཚད་དང་འབྲེལ་མཐུན་གྱི་བདེན་དཔྱད་འབད་དགོ།
- ༧.༤.༦.༢ ཡིག་ཆ་ག་ར་བདེན་དཔྱད་འབད་དགོ།
- ༧.༤.༦.༣ གསལ་བསྐྱགས་དང་འཁྲིལ་རྩ་ཡིག་ག་ར་བསྐྱ་སྒྲིག་འབད་དེ་ རྩ་སེལ་ ཡང་ན་གདམ་འཕྲུའི་དོན་ལུ་བཙུགས་དགོ།
- ༧.༤.༧ རྩ་ཡིག་བཙུགས་མའི་མི་ངོམ་ཚུ་ དོན་ཚན་ ༧.༧.༣ པའི་འོས་ཚད་དང་། སྒྲོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་གསལ་བསྐྱགས་ནང་གི་དགོས་མཁོ། རྩ་སེལ་ཚད་གཞི་གྲུ་གཞི་བཞག་སྤྱི་ཚུ་ལུ་ཐུབ་དགོ། ཨིན་རུང་ མི་ངོམ་འདི་ འཕྲུག་གཞུང་གི་སྒྲོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ལེན་ཏེ་ ཁོ་རའི་དབང་ཚད་ཐོག་ལས་ སྒྲོབ་སྒྲིབ་མཚུག་བསྐྱ་མ་ཚུགས་མི་ཅིག་ཨིན་པ་ཅིན་ རྩ་སེལ་རྒྱབ་མི་ཚོག་
- ༧.༤.༨ སྒྲོབ་རིག་སྐྱགས་ཀྱི་བསྐྱམས་ཅིས།
- ༧.༤.༨.༡ མཁས་དབང་གི་དོན་ལུ། མཐོ་རིམ་གོང་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་སྐྱགས་བསྐྱམས།

༩.༤.༤.༣ མཐོ་རིམ་གོང་མའི་ཤེས་ཡོན་དོན་ལུ། གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ ནང་།
 སློབ་རིམ་ ༡༩ པ་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ (ཨིང་སྐད་དང་གཞན་ཟླ་གོས་ཚས་ཚན་བཞི་
 བཅིས་ཏེ།) ཡང་ན་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ ཡང་ན་ལག་བྱེར་ཤེས་
 ཚད།**

༩.༤.༤.༣ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ ཡང་ན་ལག་བྱེར་ཤེས་ཚད་ཀྱི་དོན་ལུ།
 ཀ། བྱད་རིག་མིན་པའི་དོན་ལུ། སློབ་རིམ་ ༡༩ པ་ (ཨིང་སྐད་དང་གཞན་ཟླ་གོས་
 ཚས་ཚན་བཞི་བཅིས་ཏེ།) ཡང་ན་ སློབ་རིམ་ ༡༠ པ་(སྐྱུགས་བསྐྱེམས།) ནང་།
 ཁ། བྱད་རིག་གི་དོན་ལུ། སློབ་རིམ་ ༡༩ པ་ (ཨིང་སྐད་དང་གཞན་ཟླ་གོས་ཚས་ཚན་
 བཞི་བཅིས་ཏེ།) བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ཡང་ན་སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་ (སྐྱུགས་བསྐྱེམས།) རེ་
 ཁར་ ལག་བྱེར་དང་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ །

** སློབ་རིམ་ ༡༩ པའི་ཤེས་ཚད་དང་ ཡང་ན་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ ཚད་
 མེད་མི།

༩.༤.༩ ས་སྟོང་རེ་རེའི་དོན་ལུ་ ཉུང་ཤོས་ཞུ་ཡིག་བཙུགས་མི་གཉིས་རེ་ ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་དགོས་དང་། གལ་སྲིད་མི་ངོས་མ་
 ལངས་པ་ཅིན་ ཉུས་ཡུན་བདུན་ཟླ་ ༩ ཡར་སེང་རྒྱབ་དགོ།

༩.༤.༡༠ ཉུས་ཡུན་ཡར་སེང་རྒྱབ་སྟེ་འབད་རུང་ འོས་ཚད་ལུན་པའི་མི་གཅིག་རྒྱང་མ་གཅིག་ལས་མེད་རུང་ ལས་སྟེ་གིས་
 གདམ་འཐུའི་ངི་བ་ངིས་ལན་འགོ་འབྲེན་འཐབ་དགོ།

༩.༤.༡༡ ལས་སྟེ་གིས་ ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་ཡོད་པའི་མི་ངོས་ཐོ་ཡིག་ཚུ་ གདམ་འཐུའི་ངི་བ་ངིས་ལན་མ་འབད་བའི་བདུན་ཟླ་ ༡
 གི་སྟེ་གོང་ལས་བྱུང་བསྐྱུགས་འབད་དགོ།

༩.༤.༡༢ ཞི་གཡོག་པ་དང་ཞི་གཡོག་པ་མིན་པའི་ལས་གཡོག་པ་ག་ར་ལུ་ དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་པའི་ཉུན་གཏོགས་སློབ་གཉེར་
 གོགས་རམ་གྱི་དོན་ལུ་ ཕྱི་སེལ་དང་གདམ་འཐུའི་ཚད་གཞི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་ ལས་
 གཡོག་ལྷན་ཁག་གཉིས་ཀྱིས་ འོགས་སུ་བཟོ་མི་འདི་ལུ་ཁ་འཆམ་དགོ།

༩.༤.༡༣ ལས་སྟེ་རང་སེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུང་གིས་ རི་བ་ངིས་ལན་འགོ་འབྲེན་འཐབ་ནི། ཡང་ན་ རི་བ་ངིས་ལན་འགོ་
 འབྲེན་འཐབ་མའི་གདམ་འཐུའི་ཚོགས་རྒྱུང་གི་དོན་ལུ་ ཁྱི་འཛིན་བཅིས་ཏེ་ འབྲེལ་ཡོད་རི་བ་ཀོད་འཐུས་མི་ ཉུང་
 མཐའ་ ༥ གདམ་འཐུ་འབད་དགོས་དང་། རེ་བཟུམ་མའི་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་ཚུ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་
 དབང་ཆ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཡོད།

༩.༤.༡༤ རི་བ་ཀོད་འཐུས་མི་ཚུ་གིས་ དོན་ཚན་ ༣.༣.༡༥ པ་དང་འཁྲིལ་ འབད་དགོས་ཡོད་ན་ ཁེ་ཕན་ལྷག་སྟོན་གསལ་
 སྟོན་འབད་དགོ།

༩.༤.༡༥ རིས་ལན་ལས་རོགས་པ་འདི་གིས་ རི་བ་ཀོད་འཐུས་མི་ཚུ་ལུ་ གདམ་འཐུའི་རི་བ་ངིས་ལན་དང་འབྲེལ་བའི་ འབྲེལ་

ཡོད་བདེ་དོན་ཚུའི་སྐོར་ ཁ་བཀོད་ཕྱིན་དགོ།

༧.༤.༡༤ གདམ་འཕྱུའི་ཚྭ་གིས་ འབྲི་ཤོག་ ༧/༧ པ་དང་འཁྲུལ་ གདམ་འཕྱུའི་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འགོ་འདྲེན་འཐབ་
དགོ།

༧.༤.༡༥ གདམ་འཕྱུའི་འོས་འབབ་ཚང་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ ཉུང་མཐའ་སྐྱགས་བསྟོམས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ དང་། ཡང་
ན་ གདམ་འཕྱུའི་དྲི་བ་དྲིས་ལེན་གྱི་སྐབས་ གདམ་འཕྱུའི་ཚྭ་གིས་ དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་འཐོབ་དགོས་སྟེ་ ཐག་
བཅད་མི་འདི་འཐོབ་དགོ།

༧.༤.༡༦ དྲི་བཀོད་འཕྱས་མི་ཚུ་གིས་ མི་ངོམ་དེ་ལུ་ སྐྱགས་མཐོ་ཤོས་དང་དམའ་ཤོས་ཕྱིན་ཡོད་མི་གཉིས་བརྟོན་བཞག་
ཞིན་ལས་ སྐྱགས་གཞན་ཚུའི་དབྱ་སྟོམ་གྱི་སྐྱགས་འདི་ མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་སྐྱགས་སྟེ་བཙུང་དགོ།

༧.༤.༡༧ དྲིས་ལན་ལས་འོགས་འདི་གིས་ གདམ་འཕྱུའི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ གདམ་འཕྱུའི་ཚྭ་གིས་ བདེན་དཔྱད་འབད་
དེ་ཆ་འཛོག་གནང་ནིའི་དོན་ལུ་ བསྐྱ་སྒྲིག་འབད་དགོ། དེ་ལས་ གདམ་འཕྱུའི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ མི་སྟོབས་ཚྭ་གིས་
ཆ་འཛོག་གནང་དགོ།

༧.༤.༡༨ གྲུབ་འབྲས་འདི་ གདམ་འཕྱུའི་དྲིས་ལན་མཇུག་བསྐྱབ་པའི་ ཉིན་གངས་ ༥ གི་ནང་འཁོད་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྟོ་
དང་། ཡང་ན་བདེ་བརྒྱུད་ཐོག་ལས་གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།

༧.༤.༡༩ ལས་སྟེ་གིས་ འཇུལ་ཞུགས་གཏན་འཁེལ་གྱི་བདེ་ལན་འདི་ཐོབ་ཞིན་ལས་ གདམ་འཕྱུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོ་གི་སྟོབ་
སྟོང་ངལ་གསའི་གྲོས་འཆར་འདི་ ཞི་གཡོག་པའི་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་བརྒྱུད་དེ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་
ལུ་ཕུལ་དགོ།

༧.༤.༢༠ ཆ་འཛོག་གྲུབ་ཞིན་ལས་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གནང་ཆའི་ཡི་གུ་གནང་དགོ།

༧.༤.༢༡ མི་ངོམ་འདི་གིས་ དོན་ཚན་ ༧.༥.༥ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་
ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་ འགོ་སྐྱོད་སྟེ་གོང་གི་ཁ་བཀོད་འདི་ མཇུག་བསྐྱབ་དགོ།

༧.༥ ཐོབ་ལམ།

༧.༥.༡ དུན་ཕྱང་སྟོང་བདར་གྱི་ཐོབ་ལམ། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་དང་ཕྱི་ཁ།)

༧.༥.༡.༡ དུན་ཕྱང་སྟོང་བདར་ལེན་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་སྟོང་བདར་ནང་མ་
གཏོགས་ གཤམ་གསལ་ལྷན་དུ་ སྟོབ་སྟོང་གི་དུས་ལུན་ཉིན་གངས་ ༣༠ ཡང་ན་ དེའི་འོག་
རྒྱུའི་དོན་ལུ་ ཉིན་འཕུས་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད་པ་དང་། གལ་སྲིད་ སྟོབ་སྟོང་གི་དུས་ལུན་ ཉིན་
གངས་ ༣༠ ལས་ལྷག་སྟེ་ཨིན་པ་ཅིན་ དུས་ལུན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འཆོ་འཕུས་གྱི་ཐོབ་
ལམ་ཡོད།

ག། གལ་སྲིད་ དུན་ཕྱང་སྟོང་བདར་གྱི་དུས་ལུན་འདི་ ཉིན་གངས་ ༣༠ ཡང་ན་དེའི་
འོག་རྒྱ་ཨིན་ན་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ འགོ་ཐོག་ཉིན་གངས་ ༡༥ གི་དོན་ལུ་ ཉིན་

འཇུག་ཡོངས་རྫོགས་དང་། དེའི་ལྷན་ཁྲིམས་ཉིན་གྲངས་ ༡༥ གི་དོན་ལུ་ ཉིན་འཇུག་
བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

ཁ། གལ་སྲིད་ ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བཅའ་གི་དུས་ཡུན་འདི་ ཉིན་གྲངས་ ༣༠ ལས་ལྷག་པ་
ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ དུས་ཡུན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འཇོ་འཇུག་གི་ཐོབ་
ལམ་ཡོད།

༩.༩.༡.༣

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གཤམ་གསལ་གི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་ ཉིན་འཇུག་ ཡང་ན་འཇོ་འཇུག་
བརྒྱ་ཆ་ཉིལ་བུམ་གི་ཐོབ་ལམ་མེད།

ཀ། གལ་སྲིད་ གྲོགས་རམ་པ་ ཡང་ན་འགོ་འདྲེན་པའི་ཁ་ཐུག་ལས་ གཤམ་གསལ་གི་
མཐུན་ཁྱེན་ཚུ་སྤྱོད་ན་ ཉིན་འཇུག་ ཡང་ན་འཇོ་འཇུག་མི་འཐོབ།

༡. སྤྱོད་གནས།
༢. བཟའ་འཐུང་ག་ར་དང་།
༣. གློ་བུར་གི་ཟད་འགོ་ ཡང་ན་ལག་དདུལ་གི་འཇུག།

ཁ། གལ་སྲིད་ གྲོགས་རམ་པ་ ཡང་ན་འགོ་འདྲེན་པ་གིས་ གཤམ་གསལ་གི་མཐུན་ཁྱེན་
གཉིས་སྤྱོད་རུང་ གློ་བུར་དང་ལག་དདུལ་གི་འཇུག་མ་སྤྱོད་ན་ ཉིན་འཇུག་ ཡང་ན་
འཇོ་འཇུག་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡. སྤྱོད་གནས་དང་།
༢. བཟའ་འཐུང་ག་ར།

ག། གལ་སྲིད་ གྲོགས་རམ་པ་ ཡང་ན་འགོ་འདྲེན་པ་གིས་ གཤམ་གསལ་གི་མཐུན་ཁྱེན་
གཉིས་ལས་གང་རུང་གཅིག་སྤྱོད་རུང་ གློ་བུར་དང་ལག་དདུལ་གི་འཇུག་མ་སྤྱོད་ན་
ཉིན་འཇུག་ ཡང་ན་འཇོ་འཇུག་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡. སྤྱོད་གནས་དང་།
༢. བཟའ་འཐུང་ག་ར།

༩.༩.༡.༤

རང་གི་རྒྱུ་ཁབ་ལས་འགོ་སའི་ས་གནས་ཚུན་གི་འགོ་འགྲུལ་གི་ཉིན་གྲངས་འདི་ སྤྱིང་བཅའ་
གི་ཉིན་གྲངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ བསྐྱུལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༩.༩.༡.༥

ཉིན་འཇུག་ ཡང་ན་འཇོ་འཇུག་འདི་ གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་ཆད་གཞི་དང་འབྲེལ་
སྤྱོད་དགོ།

༩.༩.༡.༦

གལ་སྲིད་ ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བཅའ་གི་དུས་ཡུན་འདི་ ཉིན་གྲངས་ ༣༠ ལས་ལྷག་སྟེ་ཨིན་པ་ཅིན་
ཁང་གླའི་འཇུག་མ་གཏོགས་ འཇུག་གཞན་གང་རུང་སྤྱོད་ནི་ལས་མཚམས་འཛིག་འབད་དགོ།

- ༡.༢.༡.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ མི་རྒྱལ་ལུ་འགྱུ་བའི་སྐབས་ རྩལ་མའི་གནས་ཀྱི་བརྒྱུད་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་
བསྐྱུགས་ཏེ་སྤྲོད་དགོ་པ་ཅིན་ བརྒྱུད་འགྲུལ་ཁར་ལུས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ཉིན་འཇུག་སྤོང་ལམ་
གི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་ བརྒྱུ་ཆ་ ༥༠ སྤྲོད་དགོ། ཨིན་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཉིན་མ་
གཅིག་གི་དོན་ལུ་ ཉིན་འཇུག་ཚར་གཉིས་སྤྲོད་མི་ཚོག
- ༡.༢.༡.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ བརྒྱུད་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་བསྐྱུགས་ཏེ་སྤྲོད་དགོ་མི་འདི་མ་བཅུས་པར་
ཕར་ཚུར་འགྱོ་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་ རྩ་ཐབས་མེད་པར་སྤྲོད་དགོ་པའི་རིགས་ལུ་ ཉིན་གྲངས་ ༩
ལས་མ་ལྷག་པའི་ཉིན་འཇུག་སྤྲོད་དགོ།
- ༡.༢.༡.༦ གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ གནས་འཇུག་གནང་བ་གྲུབ་པའི་
སྐབས་ སྤྲོད་ཐམ་བཅོ་ནིའི་ནང་ བསྐྱུགས་ཏེ་སྤྲོད་དགོ་པའི་དུས་ཡུན་རྩ་མའི་དོན་ལུ་ ཉིན་
འཇུག་སྤྲོད་དགོ་པ་སྟེ་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་པ། ཡང་ན་ཁོགས་རམ་པ་གིས་ཉིན་འཇུག་མ་སྤྲོད་པ་
ཅིན་ ཉིན་འཇུག་སྤྲོད་དགོ།
- ༡.༢.༡.༧ གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ སྤྲོད་ཐམ་གྱི་འཇུག་ གཞུང་འབྲེལ་ལམ་ཡིག་གི་འཇུག་དང་
གནས་ཐང་གི་ཁལ་ཚུ་ ཁོགས་རམ་པ་གིས་མ་སྤྲོད་ན་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་གནང་བ་
གྲུབ་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ འབྱོར་འཛིན་རྩ་མ་སྟོན་པའི་སྐབས་ འཇུག་ཚུ་ཡོག་སྟེ་སྤྲོད་དགོ།
- ༡.༢.༡.༨ སྤྱིར་བཏགས་ནང་ཨིན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གསོ་བའི་ཉེན་བཅོལ་གྱིས་བྱུང་དགོ། གལ་སྲིད་
གསོ་བའི་ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར་དེ་གིས་ སྒོ་བྱར་གྱི་གསོ་བའི་སྒྲན་བཅོས་འབད་ནི་ཚུ་བྱུང་མ་
ཚུགས་པ་ཅིན་ དེ་བཟུམ་མའི་ཟད་འགོ་ཚུ་ གསོ་བ་ལྷན་ཁག་གི་སྲིད་བྱུས་ ཡང་ན་ལམ་སྟོན་
ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབྱོར་འཛིན་རྩ་མ་སྟོན་པའི་སྐབས་ གསོ་བ་ལྷན་ཁག་གིས་སྤྲོད་དགོ།
- ༡.༢.༡.༩ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཡུན་ཐུང་སྤྱིར་བཏགས་ལེན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ཐོབ་ལམ་ཚུ་ཡང་།
- ཀ། སྤྱིར་བཏགས་དུས་ཡུན་གྱི་དོན་ལུ་ གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་པའི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་
 ཉིན་འཇུག་ ཡང་ན་འཚོ་འཇུག་གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།
- ཁ། ཉིན་གྲངས་ ༣༠ ཡང་ན་དེའི་འོག་རྒྱུའི་དུས་ཡུན་གྱི་སྤྱིར་བཏགས་ལེན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་
 ཅིག་ལུ་ ཉིན་ལྷན་གྱི་ཉིན་འཇུག་འདི་ དདུལ་ཀྲམ་ ༡༠༠༠/- ཐམ་པ་དང་། ཡང་ན་
 གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་པའི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྤྲོད་དགོ། ཨིན་རུང་ སྤྱིར་བཏགས་
 འདི་ གཡོག་གནས་ཀྱི་ས་ཁོངས་འདི་ནང་ར་ཨིན་པ་ཅིན་ ཉིན་འཇུག་བརྒྱུ་ཆ་ ༥༠
 སྤྲོད་དགོ།
- ག། ཉིན་གྲངས་ ༣༠ ལས་ལྷག་པའི་དུས་ཡུན་གྱི་སྤྱིར་བཏགས་ལེན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་
 ལུ་ སྤྱིར་བཏགས་དུས་ཡུན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འཚོ་འཇུག་འདི་ ལྷ་རིམ་བཞིན་
 དདུལ་ཀྲམ་ ༢༠༠༠/- ཐམ་པ་དང་། ཡང་ན་གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་པའི་ཚད་གཞི་
 དང་འཁྲིལ་སྤྲོད་དགོ།

ང་། དམིགས་བསལ་སྒྱུར་བཅར་ལས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ དགོཔ་ཡོད་ན་ སྒྲིག་གོ་ ཡང་ན་
སྒྲིག་གོའི་འཇུག་སྒྱུར་དགོ།

༩.༩.༢

ཡུན་རིང་སྒྱུར་བཅར་གྱི་ཐོབ་ལམ། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)

༩.༩.༢.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་ཡུན་རིང་སྒྱུར་བཅར་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ དོན་ཚན་ ༡༠.༡༡
པ་དང་འཁྲིལ་ དཔུལ་ཕོགས་དང་ཁེ་སན་ཚུ་སྤྲུགས་ སྒྲོབ་སྒྱུར་ངལ་གསོ་བྱིན་དགོ།

༩.༩.༢.༢ ཡུན་རིང་སྒྱུར་བཅར་ནང་ཡོད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་ཚད་
གཞི་དང་འཁྲིལ་འཛོལ་འཇུག་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༩.༩.༢.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་དང་འཁྲིལ་ འཛོལ་འཇུག་བརྒྱ་ཆ་ཉིལ་བུམ་གྱི་
ཐོབ་ལམ་མེད།

ཀ། གལ་སྲིད་ གྲོགས་རམ་པ་ ཡང་ན་འགོ་འདྲེན་པའི་ཁ་བྱག་ལས་ གཤམ་གསལ་གྱི་
མཐུན་ཁྱེན་ཚུ་སྒྲོད་ན་ འཛོལ་འཇུག་མི་འཐོབ།

༡. སྒྲོད་གནས།
༢. བཟའ་འཇུང་ག་ར་དང་།
༣. སྒྲོ་བྱར་གྱི་ཟད་འགོ་ ཡང་ན་ལག་དཔུལ་གྱི་འཇུག་

ཁ། གལ་སྲིད་ གྲོགས་རམ་པ་ ཡང་ན་འགོ་འདྲེན་པ་གིས་ གཤམ་གསལ་གི་མཐུན་ཁྱེན་
གཉིས་སྒྲོད་རུང་ སྒྲོ་བྱར་དང་ལག་དཔུལ་གྱི་འཇུག་མ་སྒྲོད་ན་ འཛོལ་འཇུག་བརྒྱ་ཆ་
༥༠ གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡. སྒྲོད་གནས་དང་།
༢. བཟའ་འཇུང་ག་ར།

ག གལ་སྲིད་ གྲོགས་རམ་པ་ ཡང་ན་འགོ་འདྲེན་པ་གིས་ གཤམ་གསལ་གི་མཐུན་ཁྱེན་
གཉིས་ལས་གང་རུང་གཅིག་སྒྲོད་རུང་ སྒྲོ་བྱར་དང་ལག་དཔུལ་གྱི་འཇུག་མ་སྒྲོད་ན་
འཛོལ་འཇུག་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡. སྒྲོད་གནས་དང་།
༢. བཟའ་འཇུང་ག་ར།

༩.༩.༢.༤ དོན་ཚན་ ༡༡.༡༡.༡.༡༢ པ་དང་འཁྲིལ་ ཁང་གླའི་འཇུག་མ་གཏོགས་ འཇུག་གཞན་གང་རུང་
སྒྲོད་ནི་ལས་མཚམས་འཛོག་འབད་དགོ།

༩.༩.༢.༥ འཛོལ་འཇུག་འདི་ སྒྲོབ་ཕྱིད་སྟན་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལོ་རེ་ནང་ཚར་གཉིས་སྟེ་སྒྲོད་དགོ།

༡.༢.༢.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ མི་རྒྱལ་ལུ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ རྩལ་མའི་གནས་གྲུ་བརྒྱད་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་
བསྐྱུགས་ཏེ་སྤྲོད་དགོ་པ་ཅིན་ བརྒྱད་འགྲུལ་ཁར་ལུས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ཉིན་འཇུག་སྤོང་ལམ་
གྱི་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ བརྒྱ་ཆ་₄₀ སྤྲོད་དགོ། ཨིན་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཉིན་གཅིག་
གི་དོན་ལུ་ ཉིན་འཇུག་ཚར་གཉིས་སྤྲོད་མི་ཆོག།

༡.༢.༢.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ བརྒྱད་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་བསྐྱུགས་ཏེ་སྤྲོད་དགོ་མི་འདི་མ་བཅིས་པར་
ཕར་ཚུར་འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཅུ་ཐབས་མེད་པར་སྤྲོད་དགོ་པའི་རིགས་ལུ་ཉིན་གངས་ ༡
ལས་མ་ལྷག་པའི་ཉིན་འཇུག་སྤྲོད་དགོ།

༡.༢.༢.༦ གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ གནས་འཇུག་གནང་བ་བྱུང་པའི་
སྐབས་ སྤྲོད་ཐམ་བཟོ་ནིའི་ནང་ བསྐྱུགས་ཏེ་སྤྲོད་དགོ་པའི་དུས་ཡུན་རོ་མའི་དོན་ལུ་ ཉིན་
འཇུག་སྤྲོད་དགོ་པ་སྟེ་གནང་བ་བྱུང་ཡོད་པ། ཡང་ན་ཁོགས་རམ་པ་གིས་ཉིན་འཇུག་མ་སྤྲོད་པ་
ཅིན་ ཉིན་འཇུག་སྤྲོད་དགོ།

༡.༢.༢.༧ གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ སྤྲོད་ཐམ་གྱི་འཇུག་ ལམ་ཡིག་གི་འཇུག་ འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་
ངེས་པར་དགོ་པའི་ཆོས་ཚན། ཡང་ན་ཨིང་སྐད་སྤྲོད་པ་བཟླ་བ་དཔྱད་ཀྱི་འཇུག་དང་། གནས་
ཐང་གི་ཁུལ་ཚུའི་འབྲོར་འཛིན་རོ་མ་སྟོན་པའི་སྐབས་ འཇུག་ཚུ་ལོག་སྟེ་སྤྲོད་དགོ། དེ་ཡང་།

༡. འཇུག་ཚུ་ཁོགས་རམ་པ་གིས་མ་སྤྲོད་ན།
༢. ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟར་གྱི་སྟོབ་གཉེར་ཁོགས་རམ་གནང་འཇུག་འདི་ ལས་སྟེ་
ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འཛིན་སྤྱོད་འཐབ་ཡོད་ན།
༣. སྟོབ་སྤྱོད་ངལ་གསའི་གནང་བ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་།
༤. འཇུག་ཚུ་ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟར་ཐངས་གཅིག་གི་དོན་ཚར་གཅིག་རྒྱང་གཅིག་སྤྲོད་
དགོ།

༡.༢.༢.༨ དངུལ་སོར་ཚད་གཞིའི་ཁྱད་པར་བཅིས་ཏེ་ དངུལ་སྤྲོད་ལེན་གྱི་ཟད་འགོ་ཚུ་ ཁོགས་རམ་བྱིན་
མིའི་ལས་སྟེ་གིས་འབག་དགོ།

༡.༢.༢.༩ སྤྱོད་བཟར་ནང་ཨིན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གསོ་བའི་ཉིན་བཅོལ་གྱིས་བྱུང་དགོ། གལ་སྲིད་
གསོ་བའི་ཉིན་བཅོལ་ལས་འཆར་དེ་གིས་ སྟོ་བྱུར་གྱི་གསོ་བའི་སྤྲོད་བཅོལ་འབད་ནི་ཚུ་བྱུང་མ་
ཚུགས་པ་ཅིན་ དེ་བཟུམ་མའི་ཟད་འགོ་ཚུ་ གསོ་བ་ལྷན་ཁག་གི་སྤྲོད་བྱུས་ ཡང་ན་ལམ་སྟོན་
ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འབྲོར་འཛིན་རོ་མ་སྟོན་པའི་སྐབས་ གསོ་བ་ལྷན་ཁག་གིས་སྤྲོད་དགོ།

༡.༢.༢.10 རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟར་ལེན་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་སྟོབ་ལམ་ཚུ་ཡང་།

༡༡། སྤྱོད་བཟར་དུས་ཡུན་དོན་ལུ་ འཚོ་འཇུག་འདི་ གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་པའི་ཚད་གཞི་
དང་འབྲེལ་ ཟླ་རིམ་བཞིན་ དུངལ་ཀམ་ ༡༠༠༠/- ཐམ་པའི་སྟོབ་ལམ་ཡོད།

༡༢། དམིགས་བསལ་སྤྱོད་བཟར་ལས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ དགོ་པ་ཡོད་ན་ སྤྲིག་གོ་ ཡང་ན་

སྒྲིག་གོའི་འཇུག་དང་།

ག ས་ཁོངས་མཉམ་སྒྲགས་ ཡང་ན་ལྟ་སྒྲོར་གྱི་སྐབས་ གཞུང་གི་ཐག་བཅད་པའི་ཚད་
གཞི་དང་འཁྲིལ་ འགྲོ་འགྲུལ་ངོ་མའི་ཟད་འགྲོ་དང་ཉིན་འཇུག་གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༩.༡༠ འགན་འཁུགས་

༩.༡༠.༡ ལས་སྡེ་གིས་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་གང་རུང་ཚུ་ བཅའ་ཡིག་དང་མ་འཁྲིལ་བར་བསྟར་སྟོང་འབད་
ཡོད་པ་ཨིན་པ་ཅིན་ གནང་བ་མ་གྲུབ་སྟེ་བཅི་དགོཔ་དང་། དེ་འབདཝ་ལས་ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་
ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞི་ལྟན་ཚོགས་ཀྱིས་ཆ་མེད་གཏང་དགོ།

༩.༡༠.༢ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ འགན་འཁུགས་གཙོ་ཅན་སྟེ་འབག་དགོཔ་དང་། ཞི་གཞི་གཞི་རྒྱུ་གིས་ བདག་
སྟོང་གི་བྱ་ལེན་འབག་དགོཔ་པའི་གྲ་ གནས་སྟངས་ཚུ་གྲ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྟོང་བཅར་གྱི་དོན་ལུ་ཟད་འགྲོ་བཏང་ཡོད་
མི་ཚུ་ ལོག་སྟེ་སྟོང་དགོ།

༩.༡༠.༣ ལས་སྡེ་གིས་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་ བསྟར་སྟོང་འབད་ཡོད་པའི་ཐོ་ཚུ་ ཅུས་མཐུན་བཞག་དགོཔ་པའི་
ཁར་ ཞི་གཞི་གཞི་པའི་བཅད་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ཡང་ཅུས་མཐུན་བཅོ་དགོ།

ཡུན་ཐུང་དང་ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅུན་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་སྤྱོད་བཅུན་གྱི་བར་ཡུན་དགོས་མཁོ།

(མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ ཡུན་ཐུང་དང་ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅུན་གྱི་གྲངས་ཁ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ ཞབས་ཏོག་སྤྱོད་ནིའི་ནང་བར་ཆད་རྒྱབ་མི་
ཚོག་)

འབྲུལ་ཁམས་ལེན་པའི་ལས་རིམ།	གྲོས་འཆར་ཕུལ་བའི་ལས་རིམ།	བར་ཡུན།
ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད།)	ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	མི་དགོ།
ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད།)	ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	མི་དགོ།
ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད།)	མི་དགོ།
ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།) <ul style="list-style-type: none"> ལག་ཁྱེར་སློབ་སྤྱོད། ཕན་ཚུན་སྤྱོད་བཅུན། མཉམ་སྐྱེལ་དང་གོམས་གཤེགས། སློབ་སྤྱོད་ལྷ་སྟོར་/སྤྱིལ་ཁང་ལྷ་སྟོར། 	ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།) <ul style="list-style-type: none"> ལག་ཁྱེར་སློབ་སྤྱོད། ཕན་ཚུན་སྤྱོད་བཅུན། མཉམ་སྐྱེལ་དང་གོམས་གཤེགས། སློབ་སྤྱོད་ལྷ་སྟོར་/སྤྱིལ་ཁང་ལྷ་སྟོར། 	ཟླ་རེ་ ༦།
ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།) <ul style="list-style-type: none"> ལག་ཁྱེར་སློབ་སྤྱོད། ཕན་ཚུན་སྤྱོད་བཅུན། མཉམ་སྐྱེལ་དང་གོམས་གཤེགས། སློབ་སྤྱོད་ལྷ་སྟོར་/སྤྱིལ་ཁང་ལྷ་སྟོར། 	ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།) ཉིན་གྲངས་ ༥ ལས་ ཟླ་གི། <ul style="list-style-type: none"> ཞིབ་དཔྱད་/མཁོ་སྐྱབ་ལྷ་སྟོར། གྲོས་སྟོན་གོ་བསྐྱར་ཞལ་འཛེམས། གྲོས་འཛེམས་/མཁམས་འཛེམས་/གྲོས་གནས་/ཞལ་ འཛེམས། གཞན་ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་གཞུང་འབྲེལ་འགོ་འགྲུལ། 	ཟླ་རེ་ ༦།
ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།) <ul style="list-style-type: none"> ལག་ཁྱེར་སློབ་སྤྱོད། ཕན་ཚུན་སྤྱོད་བཅུན། མཉམ་སྐྱེལ་དང་གོམས་གཤེགས། སློབ་སྤྱོད་ལྷ་སྟོར་/སྤྱིལ་ཁང་ལྷ་སྟོར། 	ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།) ཉིན་གྲངས་ ༥ དང་ དེའི་འོག་རྒྱ། <ul style="list-style-type: none"> ཞིབ་དཔྱད་/མཁོ་སྐྱབ་ལྷ་སྟོར། གྲོས་སྟོན་གོ་བསྐྱར་ཞལ་འཛེམས། གྲོས་འཛེམས་/མཁམས་འཛེམས་/གྲོས་གནས་/ཞལ་ འཛེམས། <p>གཞན་ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་གཞུང་འབྲེལ་འགོ་འགྲུལ།</p>	མི་དགོ།
ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།) <ul style="list-style-type: none"> ལག་ཁྱེར་སློབ་སྤྱོད། 	ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅུན། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	ཟླ་རེ་ ༦།

[illegible]

	<ul style="list-style-type: none"> • སློབ་སྦྱོང་ལྟ་སྐོར་/སྤེལ་ཁང་ལྟ་སྐོར། 	
ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	<p>ཡུན་ཐུང་སྦྱོང་བཟུང་། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།) ཉིན་གྲངས་ ༥ ལས་ ལྷག་མི།</p> <ul style="list-style-type: none"> • ཞིབ་དཔྱད་/མཁོ་སྦྱབ་ལྟ་སྐོར། • གྲོས་སྟེན་/གོ་བསྐྱར་ཞལ་འཛོམས། • གྲོས་འཛོམས་/མཁམས་འཛོམས་/གྲོས་གནས་/ཞལ་འཛོམས། <p>གཞན་ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་གཞུང་འབྲེལ་འགོ་འགྲུལ།</p>	ལོ་རྒྱུ་ ༡།
ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	<p>ཡུན་ཐུང་སྦྱོང་བཟུང་། (རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།) ཉིན་གྲངས་ ༥ ནང་ དེ་འཁོག་རྒྱ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • ཞིབ་དཔྱད་/མཁོ་སྦྱབ་ལྟ་སྐོར། • གྲོས་སྟེན་/གོ་བསྐྱར་ཞལ་འཛོམས། • གྲོས་འཛོམས་/མཁམས་འཛོམས་/གྲོས་གནས་/ཞལ་འཛོམས། <p>གཞན་ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་གཞུང་འབྲེལ་འགོ་འགྲུལ།</p>	མི་དགོ།
ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་ ༡ པ། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་ ༡ པ། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་ ༡ པའི་དུས་ཡུན་ ལོག་ལྟུང་།
ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་ ༡ པ། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་ ༡ པ། (རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་/རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ།)	ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་ ༡ པའི་དུས་ཡུན་ གསུམ་ལྟུང་།

ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་བཅར་གྱི་ལམ་སྟོན།

ལས་སྡེ་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་བྱ་རིམ།

<p>འཆར་གཞི་བཅུམས་ཡོད་པའི་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ། (འབྲུག་གཞུང་གི་མ་དདུལ་ཐོག་/ལས་འགུལ་གི་གྲོགས་རམ་མ་དདུལ་ཐོག་ /སྒྱུར་འཐུས་བཀོ་བཤའི་ལས་རིམ།)</p>	<p>སྒྲིབ་ཐོགས་རམ།</p>
<p>མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ལོ་ལྟར་མི་ སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ་པ་དང་། ལཱ་གི་ འཆར་གཞི་ལག་ལེན་འདི་བཟོ་སྟེ་ གནང་བའི་དོན་ལུ་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ ལཱ་སྤུལ་དགོ། (ལས་སྡེ་གིས་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་སྒྱུར་བཅར་(དམིགས་ཨང་ ༤༥.༠༡) འོག་ གི་འཆར་དདུལ་དང་གཅིག་ཁར་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་ག་ར་ ལོ་ལྟར་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི་ནང་ཚུད་དགོ་པ་དང་། འཆར་ དདུལ་གྱི་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ཆེས་གངས་ལས་ ཟླ་རོ་ ༩ གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་ ལས་སྡེའི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྒྲིབ་བཅུགས་ཡོད་པ་ དེས་བརྟན་བཟོ་ དགོ།)</p>	<p>མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་གྱིས་ སྒྱུར་བཅར་གྱི་གྲོགས་རམ་ ཚུ་ལེན་ནི་ (དོས་ལེན་) དང་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི། བཟུམ་སྡེལ་འབད་ ནི།</p>
<p>ལས་ཁུངས་/སྡེ་ཚན་/ལས་ཚན་གྱིས་མི་ངོམ་གདམ་འཐུ་འབད་ནི།</p>	<p>ལས་ཁུངས་/སྡེ་ཚན་/ལས་ཚན་གྱིས་མི་ངོམ་གདམ་འཐུ་འབད་ནི།</p>
<p>གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་གིས་ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་བཅར་གྱི་གདམ་འཐུའི་ཁུ་ཡིག་ འབྲི་ཤོག་ (འབྲི་ཤོག་ ༩/༡) པ་འདི་སྤུལ་དགོ།</p>	<p>གདམ་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་གིས་ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་བཅར་གྱི་གདམ་འཐུའི་ ཁུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག་ (འབྲི་ཤོག་ ༩/༡) པ་འདི་སྤུལ་དགོ།</p>
<p>མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་/ལས་ཚན་གྱིས་ གདམ་འཐུའི་མི་ངོམ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ དེ་ གནང་བའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལཱ་སྤུལ་དགོ། ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་ བཅར་གྱི་གདམ་འཐུའི་བསྐྱར་ཞིབ་འབྲི་ཤོག་ ཟུར་དེབ་ ༩/ག་པ་འདི་བཟླ།</p>	<p>མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་/ལས་ཚན་གྱིས་ གདམ་འཐུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ གནང་བའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལཱ་སྤུལ་དགོ། ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་ བཅར་གྱི་གདམ་འཐུའི་བསྐྱར་ཞིབ་འབྲི་ཤོག་ ཟུར་དེབ་ ༩/ག་པ་འདི་ བཟླ།</p>
<p>མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གདམ་འཐུའི་མི་ངོམ་ཆ་འཛིག་འབད་དགོ།</p>	<p>མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གདམ་འཐུའི་མི་ངོམ་ཆ་འཛིག་འབད་དགོ།</p>
<p>མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་གྱིས་ ཐོབ་ལམ་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ཐམས་པ་ སྟོན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཕྱིས་ལས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་ལུ་འདྲ་རེ་རེ་དང་ སྤྲུགས་ཏེ་ གནང་བའི་ཡི་གུ་སྟོན་དགོ།</p>	<p>མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་གྱིས་ ཐོབ་ལམ་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ཐམས་པ་སྟོན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཕྱིས་ལས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་ལུ་ འདྲ་རེ་རེ་དང་སྤྲུགས་ཏེ་ གནང་བའི་ཡི་གུ་སྟོན་དགོ།</p>
<p>མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་ འགོ་སྟོན་སྒྲ་ གོང་གི་ཁ་བཀོད་ཚུ་མཐིལ་ཕྱིན་སྟེ་བྱིན་དགོ། ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་བཅར་གྱི་འགོ་ སྟོན་སྒྲ་གོང་འབྲི་ཤོག་ འབྲི་ཤོག་ ༩/༣ པ་འདི་བཟླ།</p>	<p>མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་ འགོ་ སྟོན་སྒྲ་གོང་གི་ཁ་བཀོད་ཚུ་མཐིལ་ཕྱིན་སྟེ་བྱིན་དགོ། ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་ བཅར་གྱི་འགོ་སྟོན་སྒྲ་གོང་འབྲི་ཤོག་ འབྲི་ཤོག་ ༩/༣ པ་འདི་བཟླ།</p>

མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་ ཏུས་ཐོག་མཚུག་བསྐྱེད་པ་ དང་ལས་སྡེ་ལུ་སྟན་ཅུ་འབད་དགོཔ་ཚུ་ ལྷོག་འབད་དགོ།	མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་ ཏུས་ཐོག་མཚུག་བསྐྱེད་ ཡོད་པ་དང་ལས་སྡེ་ལུ་སྟན་ཅུ་འབད་དགོཔ་ཚུ་ ལྷོག་འབད་དགོ།
མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་བརྟུབ་མི་དང་ འཁྲུལ་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ཡོན་ཏན་དང་ཉམས་སྦྱང་ཚུ་བརྩེ་སོར་འབད་ནིའི་ ནང་ཆ་རོགས་འབད་དགོ།	མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་བརྟུབ་ མི་དང་འཁྲུལ་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ཡོན་ཏན་དང་ཉམས་སྦྱང་ཚུ་བརྩེ་སོར་ འབད་ནིའི་ནང་ཆ་རོགས་འབད་དགོ།
མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་ མི་ངོམ་འདི་ལས་ སྦྱོར་བརྒྱུ་ གི་སྟན་ཅུ་དང་བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག་དང་སྒྲུགས་ ཡིག་ཚང་ནང་ལོག་སྟེ་ འཛུལ་ཞུགས་འབད་བའི་ཡི་གུ་ཐོབ་སྟེ་ ཡང་ན་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཞིན་མ་ ལས་ ཐོབ་ལམ་གྱི་ལྷག་ལུས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠ ཐམས་པ་སྦྱོད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཕྱིས་ ལས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་ལུ་ བཀོད་ཆུ་སྦྱོད་དགོ། འབྲི་ཤོག་ ༩/༤ པ། ༩/༥ པ་དང་ ༩/༦ པ་འདི་བཟླ།	མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་ མི་ངོམ་འདི་ལས་ སྦྱོར་ བརྒྱུ་གི་སྟན་ཅུ་དང་བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག་དང་སྒྲུགས་ ཡིག་ཚང་ནང་ ལོག་སྟེ་འཛུལ་ཞུགས་འབད་བའི་ཡི་གུ་ཐོབ་སྟེ་ ཡང་ན་བསྐྱར་ཞིབ་ འབད་ཞིན་མ་ལས་ ཐོབ་ལམ་གྱི་ལྷག་ལུས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠ ཐམས་པ་སྦྱོད་ ནིའི་དོན་ལུ་ ཕྱིས་ལས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་ལུ་ བཀོད་ཆུ་ སྦྱོད་དགོ། འབྲི་ཤོག་ ༩/༤ པ། ༩/༥ པ་དང་ ༩/༦ པ་འདི་བཟླ།
མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་གྱིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྒྱུ་དོན་རིམ་ ལུགས་ནང་ལུ་ ཐོ་ཚུ་དུས་མཐུན་བཟོ་དགོ།	མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་གྱིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྒྱུ་དོན་ རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་ ཐོ་ཚུ་དུས་མཐུན་བཟོ་དགོ།
བཟོ་སྟོན་ དོན་ཚན་ ༩.༤.༣.༥ ལས་ ༩.༤.༣.༤ པ་དང་འཁྲུལ་ ཡུན་ཐུང་སྦྱོར་བརྒྱུ་གི་དོན་ལུ་གདམ་འཐུ་བྱུ་བ་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ཉིན་གྲངས་ ༥ དང་དེའི་འོག་ཆུ་གི་དུས་ཡུན་དོན་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ ཡུན་ཐུང་སྦྱོར་བརྒྱུ་གི་ཞི་གཡོག་ ཡང་ན་གདམ་འཐུའི་འབྲི་ཤོག་དང་ ཡུན་ཐུང་སྦྱོར་བརྒྱུ་གི་འགོ་ སྦྱོད་སྡེ་གོང་གི་ཁ་བཀོད་འབྲི་ཤོག་ཚུ་བཀའ་མི་དགོ།	

ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་བརྒྱུ་བྱ་གནས་འཐུ་བསྐྱར་ཞིབ་འཛིན་གྲག

(སྒྱུར་བརྒྱུ་བྱ་གནས་འཐུ་བསྐྱར་བའི་དོན་ལུ་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།)

༡. མི་ངོའི་ཁ་གསལ།

༡། མིང་ (ཞི་གཡོག་ངོ་རྒྱལ་ཨང་.....)

༢། གཤམ་སྤྱད་ མི་ངོ་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་ཡོད་ན་ མི་ངོམ་གྱི་ཁ་གསལ་ཚུ་ ཤོག་ལེབ་སོ་སོ་ཅིག་ནང་སྟོན་འབད།

༢. ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་བརྒྱུ་བྱ་དོན་ལུ་ འོས་ཚད་བརྒྱུ་དཔུད་འབད་ནི་དཔུད་ཐོ། (ཁས་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ཨིན་རྒྱལ་བཀའ།)

- ☐ མི་ངོམ་འདི་ ཁག་འབག་གི་ལཱ་གཡོག་ནང་མེན་པར་ གཏན་འཇགས་གྱི་ཞི་གཡོག་ཅིག་ཨིན་མས། (དོན་ཚན་ ༩.༤.༣.༡)
- ☐ ལས་རིམ་འདི་ ཁོ་ ཡང་ན་མོ་གི་ལཱ་དང་གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ་འདུག (དོན་ཚན་ ༩.༤.༣.༢)
- ☐ མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཉམས་ཚཱ་དུས་ཡུན་ཚད་ཅུག་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་ཡུན་ཐུང་སྒྱུར་བརྒྱུ་བྱ་ཨིན་ན་ (དོན་ཚན་ ༩.༤.༣.༣) པ་ དང་འཁྲིལ་དགོ།
- ☐ གནས་ཁ་གྲུབ་པའི་ལས་རིམ་འདི་ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གཡོག་ ལྷགས་གྲུབ་གཞི་བཀོད་དང་ ལོ་ལྷན་གྱི་མི་སྟོབས་འཆར་གཞི་(དོན་ཚན་ ༩.༣.༣) པ་དང་མཐུན་པ་ལྟར་འདུག
- ☐ གནས་འཐུ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་གྱིས་ལེན་ཡོད་པའི་སྒྱུར་བརྒྱུ་བྱ་ཁྱད་པར་འདི་ དཔྱེ་དཔུད་འབད་ཅུག (དོན་ཚན་ ༩.༣.༤)
- ☐ མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཟུར་དེབ་ ༩/༧་པ་དང་འཁྲིལ་ ཡུན་ཐུང་ ཡང་ན་ཡུན་རིང་སྒྱུར་བརྒྱུ་བྱ་ལེན་ཞིན་མ་ལས་ ཉུང་མཐའ་དགོ་པའི་ སྒྱུར་བརྒྱུ་བྱ་བར་ཡུན་དགོས་མཁོ་འདི་བསྐྱབས་ཅུག
- ☐ མི་ངོམ་འདི་ དགོངས་མ་མ་ཞུ་བའི་སྤྱོད་ལུ་ ལཱ་གཡོག་ནང་ཕྱག་ཞུ་ནི་དུས་ཡུན་ཉུང་མཐའ་ཟླ་ངོ་ ༤ འདུག (དོན་ཚན་ ༩.༤.༣.༥)
- ☐ མི་ངོམ་འདི་ སྒྱུར་བརྒྱུ་བྱ་གཞན་ཅིག་ནང་ གནས་འཐུ་འབད་འབད་མེད། (དོན་ཚན་ ༩.༤.༣.༦)
- ☐ སྤེལ་ཁང་ལས་ རོས་ལེན་ ཡང་ན་མགོན་བཅའི་ཡི་གུ་བདེན་སྒྱུར་འབད་ཡི།
- ☐ སྤེལ་ཁང་བདེན་སྒྱུར་འབད་ཡི།
- ☐ སྒྲོབ་སྒྱུར་གི་ནང་དོན་བདེན་སྒྱུར་འབད་ཡི།
- ☐ དོན་ཚན་ ༩.༤.༣.༤ པ་དང་འཁྲིལ་ འདས་པའི་སྐབས་གཡོག་གི་སྒྲོར་ བདེན་སྒྱུར་འབད་ཡི།
- ☐ དོན་ཚན་ ༩.༤.༣.༥ པ་དང་འཁྲིལ་ འདས་པའི་དམིགས་བསལ་ངལ་གསོའི་སྒྲོར་ བདེན་སྒྱུར་འབད་ཡི།
- ☐ ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་གྱི་ཆ་གནས་བདེན་སྒྱུར་འབད་ཡི།
- ☐ ཕྱིས་ཞིབ་ཉོག་མེད་གྱི་ཆ་གནས་བདེན་སྒྱུར་འབད་ཡི།
- ☐ གསོ་བའི་ལག་ཁྲེར་བདེན་སྒྱུར་འབད་ཡི།
 - འོས་ཚད་གཞན་གང་རུང་ཡོད་ན།
 -
 -

3. **གདམ་འཐུང་མི་ངོ་ གནང་བ་འབྲུག་ནི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་ལས་ཁས་ལེན། (ལས་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ཨིན་ཏྲགས་བཀའ།)**

- ❑ ལས་སྡེ་གིས་ མི་ངོ་མ་འདི་ལུ་འགོ་སྟོན་སྡེ་གོང་གི་ཁ་བཀོད་བྱིན་དགོ།
- ❑ ལས་སྡེ་གིས་ མི་ངོ་མ་འདི་སྟོང་བཅུ་མཇུག་བསྟུལ་ཅིག་ འབྲུག་ལུ་ཡོག་ཡོད་པ་ལྟ་ཏྲག་འབད་དེ་ངེས་བཟླ་བཅོ་དགོ།
- ❑ ལས་སྡེ་གིས་ མི་སྟོབས་ཀོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ ཅུས་མཐུན་བཅོ་ཡོད་པ་ངེས་བཟླ་བཅོ་དགོ།
- ❑ སྟོང་བཅུ་འདི་གིས་ མི་ངོ་མ་དང་ཡིག་ཚང་གི་གྲུབ་འབྲས་ལུ་ བན་ཅུས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་གིས་ ཅུས་མཚམས་གྱི་ལྟ་ཏྲག་དང་དབྱེ་ཞིབ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་གོ་སྐབས་ཐག

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ཐབས་..... སྤྱི་ཚེས་.....

སྤྱབ་བྱེད་ཡོད་པའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་གོ་སྐབས་ཐག

.....

.....

.....

གལ་སྲིད་ གདམ་འཐུང་འདི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མ་དང་འགལ་ཤ་སྡེ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཡོད་པ་དང་། རིམ་ཨང་ ༣ པ་ཡན་ཆད་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་བསྟུབས་ཏེ་མེད་པ་ཅིན་ བདག་སྟོང་དང་སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་གྱི་བྱ་ལེན་གྱི་འགན་འཁུན་འདི་ མཉམ་ཏྲགས་བཀོད་མི་འགོ་དཔོན་བཅུ་ཉེ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་འབྲས་མི་ཚུ་ལུ་ཤོག་ དེ་འབད་ཤ་ལས་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་འདི་ འོས་འབབ་ཚད་གཞི་དང་དབྱེད་ཐོའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་འོས་ལས་ མ་བཅུ་བཅུ་སྡེ་གོ་བཅུ་སྟོན་དགོ།

བཅོ་སྤྱི་གཞི་འབད་མི། (མིང་ཏྲགས་)

གདམ་འཐུང་མི་ངོ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་མི་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་མིང་།

སྤྱི་ཚེས།

བཅུ་ཐོ།

- དོན་ཚན་ ༧.༤.༣.༥ ལས་ ༧.༤.༣.༥ པ་དང་འཁྲུལ་ ཡུན་ཐུང་སྟོང་བཅུ་ཉེན་གངས་ ༥ དང་ དེ་འོག་ཚུ་གི་ཅུས་ཡུན་གྱི་དོན་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ ཡུན་ཐུང་སྟོང་བཅུ་ཉེན་གྱི་ལྟ་ཡིག་ ཡང་ན་གདམ་འཐུང་འདི་ཤོག་དང་། ཡུན་ཐུང་སྟོང་བཅུ་ཉེན་གྱི་འགོ་སྟོན་སྡེ་གོང་གི་ཁ་བཀོད་འབྲི་ཤོག་ཚུ་བཀའ་མི་དགོ།
- འབྲི་ཤོག་འདི་དང་གཅིག་ཁར་ མི་ངོ་མ་གིས་ཕུལ་ཡོད་པའི་ཡུན་ཐུང་སྟོང་བཅུ་ཉེན་གདམ་འཐུང་ལུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག་འདི་ ཐོ་བཞག་ནི་དོན་ལུ་བཅུ་གས་དགོ།
- གལ་སྲིད་ ཡུན་ཐུང་སྟོང་བཅུ་ཉེན་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་ན་ འདི་འཕྲོ་ལས་ ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ཅུས་མཐུན་བཅོ་དགོ།

མཐོང་གསལ་བཤམ་གནས་ཀྱི་ལྷན་ཚད་བཏོན་ཐངས།

༡༡། མཐོང་གསལ་བཤམ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ དེ་ལྷན་ཚད་དེ་ལྷན་ཚད་ཐངས།

དེ་ལྷན་ཚད་ ༡ བ།	དེ་ལྷན་ཚད་ ༢ བ།	དེ་ལྷན་ཚད་ ༣ བ།	དེ་ལྷན་ཚད་ ༤ བ།	དེ་ལྷན་ཚད་ ༥ བ།
མཐོང་གསལ་བཤམ་གནས་ཀྱི་དེ་ལྷན་ཚད།	སྒྲིག་པ་མཐོང་གསལ་ཀྱི་ལོ་གྲངས།	སྒྲིག་པ་མཐོང་གསལ།	ལོ་རེ་སྒྲིག་པ།	མཐོང་གསལ་བཤམ་གནས་ཀྱི་ལྷན་ཚད།
༡	༥	༥	༡.༠༠	དེ་ལྷན་ཚད་ ༣ བ X དེ་ལྷན་ཚད་ ༤ བ།
༢	༤	༥	༠.༨༣	
༤	༢	༥	༠.༢༡	
༥	༡	༥	༠.༤༣	
༤	༩	༥	༠.༥༤	
༣	༡༠	༥	༠.༥༠	
༣	༡༡	༥	༠.༤༥	
༡	༡༢	༥	༠.༤༡	

* ས་གནས་ལོ་རེ་ ༡ བའི་ནང་ ལོ་ ༥ ལྷན་ཚད་ལོ་རེ་སྒྲིག་པ་གྲངས་ ༥ བ།

* ས་གནས་ལོ་རེ་ ༡ བའི་ནང་ལོ་ ༡༢ ལྷན་ཚད་ལོ་རེ་སྒྲིག་པ་གྲངས་ ༥ བ།

ཁ། རྩོད་ཁག་དང་རྩོད་འོག་ཚུ་གི་དབྱེ་རིམ།

རིམ་ཁྱད་།	རྩོད་ཁག་	གོ་རིམ།	དབྱེ་ཁག་	གོ་རིམ།	རྩོད་འོག་	གོ་རིམ།
༡	བྱམ་ཐང་།	༡			ཚུ་མེད།	༣
					ཚོས་འཁོར།	༣
					ལྟར།	༤
					ལྟང་།	༤
༢	ཚུ་ཁ།	༡	བྱམ་ཚོགས་གླིང་།	༠	སྐབས་ཆ།	༤
					བྱམ་ཚོགས་གླིང་།	༠
					དར་ལ།	༤
					བསམ་འཕེལ་གླིང་།	༤
					བྱག་ཕྱོགས།	༣
					སྒྲོང་སྒྲོ།	༥
					དགེ་གླིང་།	༥
					གདུང་ནག	༢
					གད་ལྷག་ནང་།	༢
					ལོག་ཅི་ན།	༥
					སྒྲོང་ལྷག་ཁ།	༢
༣	དར་དཀར་ན།	༤	ལྷ་མོའི་རྩིང་ཁ།	༥	སྒྲོ་ཞིང་།	༤
					བཀ་ཤིས་སྤྱིངས།	༤
					བཅན་མདའ་སྒྲང་།	༤
					འབྲུག་རྩིས་སྒྲང་།	༥
					ཅེ་བཟང་།	༥
					དཀར་ནག	༤
					འཁྱུལ་པའི་ས།	༥
					གཙང་ཁ།	༦
					ཀམ་གླིང་།	༦
					གེ་སར་གླིང་།	༥
					ནི་ཅུ་ལ།	༦
					ལ་རྒྱབ།	༦
					ལྷ་མོའི་རྩིང་ཁ།	༥
					རྩོ་རོ་ན།	༦

༤	མགར་ས།	༤			ཁ་སྐད།	༤
					ཁ་སྟོད།	༤
					ལ་ཡག	ཉ
					ལུང་ནག་ན།	༡
༥	སྒྲ།	༣	གསང་སྤྲུལ་ལ།	ཉ	དབུས་སྤ།	༣
					སྤྱིས།	༣
					སྐར་ཚོགས།	༣
					ས་དམར།	༤
					དགའ་སྤྱིད་སྤྱིད་།	༤
					གསང་སྤྲུལ་ལ།	ཉ
༦	སྤྱན་ཅེ།	༤			སྤྱད་ཚོ།	༥
					སྤྱིན་རྒྱས།	༤
					ཀྱར་སྟོད།	༥
					སྤྱན་སྤྱིས།	༥
					བཙན་མཁར།	༥
					སྤྱང་རྒྱར།	༤
					རྒྱ་རས།	༤
					མཁོ་མ།	༥
ཉ	མོང་སྐར།	༣	སྤེ་འིང་ལ།	༡	སྤྱ་ཚང་།	༣
					མོང་སྐར།	༣
					ལྷགས་ས་མཁར།	༤
					དག་མེད་ཅེ།	༤
					བ་ལམ།	༤
					ཆ་སྤྱིད་།	༣
					ཤེར་ལྷ་སྤྱི།	༥
					འབྲས་སྤྱངས།	༤
					ས་ལེང་།	༤
					སི་ལམ་སྤྱིས།	༡
					དགོངས་འདུས།	༡
					འཕྱར་མེད།	ཉ
					སྤྱངས་མཁར།	ཉ

					ན་རང་།	༤
					ཐང་ལོང་།	༤
					ཅ་ཀ་གླིང་།	༥
					ཚ་མང་།	༥
༡	ཕྱ་ལོ།	༡			དོལ་སྟེང་།	༡
					རྩྱ་རལ།	༡
					ལམ་གོང་།	༡
					ནགས་རྒྱ།	༡
					ཤར་པ།	༡
					ཐང་ཅང་།	༡
					རྫོང་ཀར།	༡
					བཅན་རྟོག	༡
					དོལ་པ་ཤར་མི།	༡
					ཡུང་གཉིས།	༡
༢	པརྒྱ་དགའ་ཚལ།	༤	རང་ལམ།	༤	ཤུ་མར།	༤
					བཟོ་སྒྲལ།	༤
					མཁར།	༤
					གཡུ་རུང་།	༥
					ན་ཁོང་།	༤
					ཆོས་འཁོར་གླིང་།	༧
					བྱི་ཐུང་།	༥
					མྱོང་གིང་།	༤
					བདེ་ཆེན་གླིང་།	༧
					གཏུང་སྒྲང་།	༤
༡༠	སྤུ་ན་ལ།	༡			ཁོར་བྱ་སྒྲང་།	༧
					བར་པ།	༡
					རྟ་ལོག	༣
					སྟོང་པ།	༡
					འཛོམས་མ།	༡
					གྲུ་མ།	༡
					རྩ་སྤྱག	༣

					ཤེལ་རྩ་ན།	༣
					སྟོད་མང་།	༣
					དགོན་ཤར་རི།	༤
					དཀར་སྒྱིས་ས།	༣
					གླིང་ཕུ་ཁ།	༣
༡༡	བསམ་ཅེ།	༡	བཀ་ཤིས་ཚེས་གླིང་།	༣	བཀ་ཤིས་ཚེས་གླིང་།	༣
			རྫོང་ཁ།	༥	གསང་ལྷགས་ཚེས་གླིང་།	༣
					ཕུན་ཚོགས་དཔལ་རི།	༣
					ལུ་རྒྱ་ཅེ།	༣
					འོད་གསལ་ཅེ།	༣
					མོར་བྱ་སྒྲང་།	༣
					བསམ་ཅེ།	༡
					མོར་རྒྱས་སྒྲང་།	༥
					པརྱ་གླིང་།	༤
					ནམ་རྒྱལ་ཚེས་གླིང་།	༤
					རྟ་ལྗོངས།	༤
					བརྟན་འབྲུག།	༤
					རྫོ་ཕུག་ཅན།	༥
					ལྷན་རྒྱལ།	༦
					གཏུང་སྟོད།	༦
༡༢	བསམ་གྲུབ་སྒྲོངས་མཁར།	༠	ཇོ་མོ་གཙང་ཁ།	༤	བདེ་བ་ཐང་།	༡
			བསམ་གྲུབ་ཚེས་གླིང་།	༤	པརྱ་ཐང་།	༤
					ཕུན་ཚོགས་ཐང་།	༤
					མར་ཚེ་ལ།	༤
					གསེར་ཐིག།	༥
					མང་ཕུག།	༥
					སྒོམ་དར།	༤
					ཨོ་རོང་།	༤
					གྲང་ཅན་ཕུག།	༤
					བསམ་རང་།	༥
					ལཱུ་རི།	༧

༡༣	གསར་སྤང་།	༡	དགེ་ལེགས་ཕུག	༠	བདེ་སྤྱོད་གླིང་།	༡
					དགེ་ལེགས་ཕུག	༡
					འཇིགས་མེད་ཚོས་གླིང་།	༡
					ཤོམ་སྤང་ལ།	༡
					བསམ་གཏན་གླིང་།	༡
					དགའ་སྤྱོད་གླིང་།	༣
					རྟ་རས་ཐང་།	༥
					མེད་གོ།	༥
					རྒྱ་གཟར་སྤང་།	༡
					གསེར་གཞོང་།	༣
					ལུས་གླིང་།	༣
					རྒྱ་འཛོམས།	༧
༡༤	ཐིམ་ཕུག	༠	གླིང་བཞི།	༡	ཀ་ཐང་།	༡
					སྤྱད་ཐང་།	༡
					དགེ་བསྐྱེན་ལ།	༡
					ཅང་།	༡
					དར་དཀར་ལ།	༡
					གླིང་བཞི།	༡
					ཐོས།	༧
					ན་རོ།	༧
༡༥	བཀ་ཤིས་སྤང་།	༣	ཐིམས་ཤིང་།	༤	བཀར་ཕུང་།	༣
			ཐམ་རོང་།	༣	ཐིམ་གཏུང་།	༤
			སག་སྤྱང་།	༧	བར་མཚམས།	༤
					ཐོངས་མེད།	༤
					མཁའ་གླིང་།	༣
					ར་སྤྱེ།	༤
					རྒྱ་མང་།	༤
					ཡང་གཉེར།	༤
					བསམ་མཁའ་།	༣
					ཤོང་ཕུག	༤
					ལུ་མཛོཾ་རོང་།	༤

					ཀར་པར།	༤
					ཁྲིམས་ཤིང་།	༥
					མེ་རག།	༧
					སག་སྟེང་།	༧
༡༤	བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཕྱེ།	༣			སྟོད་ཆོ།	༥
					འཇམ་མཁའ་པར།	༥
					ཁམས་དྲངས།	༥
					རམ་འཇར།	༥
					སྟོད་ཞང་།	༥
					ཡ་ལངས།	༤
					གཡང་ཕྱེ།	༥
					འབྲུམ་སྟེ་གླིང་།	༥
༡༥	གྲོང་གསར།	༣			གྲང་མཐེལ།	༥
					སྟང་སི་ལྷུས།	༥
					ཅུབ་སྟེལ།	༣
					བག་སྟེང་།	༥
					སྟོར་ཕུག།	༥
༡༦	ཕྱི་རང་།	༣			དཀྱིལ་འཁོར་ཐང་།	༣
					སྟོ་གསར་གླིང་།	༥
					རང་ཐང་གླིང་།	༣
					མཚོ་གླིང་མཁར།	༣
					སེམས་སྟོངས།	༥
					གསེར་གྱི་ཐང་།	༥
					དུང་ལ་སྐང་།	༥
					མན་ཏལ་སྐང་།	༥
					ཕྱི་རང་སྟོད།	༥
					བར་གཤོང་།	༥
					ཕུན་བརྟན་ཆུ།	༥
					སྤ་ཚར་གླིང་།	༥
					དགའ་སང་ཚོ་གོངས།	༥
					དགའ་སང་ཚོ་འོག་མ།	༥

༡༩	དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་།	༩			ཀ་ག་ཞི།	༩
					ན་ཉིང་།	༩
					ཉི་ཤོ།	༩
					ཕངས་ཡུལ།	༩
					རུས་པའི་ས།	༩
					ཐེང་ཚོ།	༩
					ཕྱི་ནག	༩
					དྲངས་རྒྱ།	༥
					མྱེང་ཉེང་།	༩
					ཕོ་ཕྱིས་ལ།	༩
					ཐུས་ཕུག	༩
					དར་དཀར།	༤
					ཨ་ཐང་།	༧
༢༠	གཞལ་མ་སྒང་།	༩	ཕུན་སྒང་།	༤	ཤོང་།	༩
					ཕྱི་ཤིང་།	༥
					ནང་སྒོར།	༥
					ངང་ལ།	༤
					འཕང་མཁར།	༤
					བར་དོ།	༤
					འབྲུག་དཀར།	༧
					ཤིང་མཁར།	༤



འབྲི་ཤོག་ ༧/༡

རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཡུན་ཐུང་སྤྱི་བདེ་ལྷན་འཁུའི་ཁྱེད་ལྷན་འབྲི་ཤོག།
(མི་ངོས་གྱིས་བཀའ་དགོངས།)

མི་ངོས་གྱི་ཁ་གསལ།

- མིང་།
- ཞི་གཡོག་ངོ་རྒྱལ་ཨང་།

ཡུན་ཐུང་སྤྱི་བདེ་ལྷན་ཡོད་པ།

རིམ་ ཨང་	སྤྱི་བསྐྱོད་གི་མིང་།	སྤྱི་ལང་/ཁྲོམ་ /རྒྱལ་ཁབ།	འགོ་བཅུགས་ཚེས་ གངས། ཚེས་/ལྷོ་ /ལོ།	དུས་ཡུན།	མ་དངུལ་བྱིན་མི།
༡					
༢					
༣					

ཡུན་ཐུང་སྤྱི་བདེ་ལྷན་ཡོད་པ། (རྟེ་མ་ལེན་ཡོད་པའི་ཡུན་ཐུང་སྤྱི་བདེ་ལྷན་ ༣)

རིམ་ ཨང་	སྤྱི་བསྐྱོད་གི་མིང་།	སྤྱི་ལང་/ཁྲོམ་ /རྒྱལ་ཁབ།	འགོ་བཅུགས་ཚེས་ གངས། ཚེས་/ལྷོ་ /ལོ།	དུས་ཡུན།	མ་དངུལ་བྱིན་མི།
༡					
༢					
༣					

སྤྱི་བདེ་ལྷན་གྱི་དོན་ལུ་ ལྷན་ཐབས་ཡིག་ཆ་ཚུ། (རྒྱལ་ཁབ་ལ་ ཡང་ན་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་རྟེ་ས་སྤྱི་བཀའ་།)

- ཆ་གནས་ཅན་གྱི་ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།
དཔྱད་ཨང་། སྤྱི་ཚེས།
- ཆ་གནས་ཅན་གྱི་ཕྱིས་ཞིབ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།
དཔྱད་ཨང་། སྤྱི་ཚེས།
- འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་གསོ་བའི་བྱུང་འཆོལ་ཅིག་གིས་སྤྱོད་ཡོད་པའི་གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་ཁྱེར།
དཔྱད་ཨང་། སྤྱི་ཚེས།
- སྤེལ་ཁང་ལས་འདི་ལས་ངོ་སྤྱོད་ཡི་གུ་ ཡང་ན་འཇུག་ཁྱུགས་ཐོབ་པའི་བདེན་ཏྲགས་གྱི་ཡི་གུ།
- སྤེལ་ཁང་གི་སློབ་སྦྱོང་གི་ནང་དོན་དང་ལས་རིམ། (གལ་སྲིད་ ལག་ལེན་འཐབ་བརྟབ་པ་ཅིན་)
- གྲོགས་རམ་པ་ལས་གྲོགས་རམ་གྱི་མ་དངུལ་ངེས་ཏིག་ཡོད་པའི་བདེན་སྦྱོར།
- ཡིག་ཆ་གཞན།
-
-
-

སྤེལ་ཁང་ལས་ངོས་ལེན་ཡི་གུ་དང་འབྲིལ་ གྲོས་འཆར་བརྟུགས་པའི་སྦྱོང་བཟུང་གི་ཁ་གསལ།

ཀ། སློབ་སྦྱོང་གི་མིང་།

ཁ། སྤེལ་ཁང་།

ཁྲོམ། རྒྱལ་ཁབ།

ག འགོ་བརྟུགས་ཚེས་གངས།

ང། མཇུག་བསྐྱེད་ཚེས་གངས་ ཡང་ན་དུས་ཡུན།

ཅ། མ་དངུལ་བྱིན་མི།

ང་གིས། (ཁས་ལེན་གྱི་ཏྲགས་བཀལ།)

- གོང་འཁོད་བདེན་དོན་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོད་པ་དང་འཛེལ་བ་མེད་པ་སྤེལ་ཡོད།
- ལཱ་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་ཐོག་ཕྱིས་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་ ང་མེད་པའི་སྐབས་ལུ་ ཞབས་ཏྲིག་སྤྱོད་ནི་ལུ་བར་ཆད་རྒྱབ་ནི་མེད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི་
ཨིན།
- གཤམ་འཁོད་ཡིག་ཆ་ཚུ་དང་སྒྲགས་ འདི་འཕྲོ་ལས་ལོག་འོང་ཞིན་མ་ལས་ ལས་སྡེ་ལུ་སྒྲན་ཞུ་འབད་ནི།

- འབྲི་ཤོག་ ༩/༤ པའི་ཡིག་ཚང་ནང་འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་ཡི་གུ།
- འབྲི་ཤོག་ ༩/༥ པ་ལྟར་ སྦྱང་བཅར་གྱི་སྟན་ལུ།
- འབྲི་ཤོག་ ༩/༦ པ་ལྟར་ བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག་དང་།
- འབྲེལ་ཡོད་ལག་ཁྱེར།

(མི་ངོམ་གྱི་མིང་རྟགས།)

ཆོས་གྲངས།

བཞུགས།

- རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཡུན་རྒྱུང་སྦྱང་བཅར་གྱི་དོན་ལུ་ཨོན་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་ཚུ་གིས་ ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར། ཕྱིས་ཞིབ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་དང་གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་ཁྱེར་ཚུ་སྟོན་མི་དགོ།
- ལས་སྡེ་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་གི་བཅུ་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཞུ་ཡིག་བཙུགས་དགོ། དེ་འབདཝ་ལས་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བཅུ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་གི་རང་སེའི་བྱད་ཡོན་སྟོ་ཚུ་ འཛོལ་བ་མེད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།



རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཞིའི་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བཅར་གྱི་གནང་བའི་ཡི་གུ།

སྤྱིང་ཨང་།

ཉིན་/ཟླ་/ལོ།

འགོ་འཛིན་མཆོག་ལུ།

.....(ལས་སྡེའི་མིང་།)

..... (ས་གནས།)

གནང་དོན། གནང་བའི་ཡི་གུ།

ཁྱེད་ཀྱི་ཞི་གཞིའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁ་ཐུག་ལས་སྡེ་ (ལས་སྡེའི་མིང་) གྲིས་/གྲིས་/གྲིས་ (ལས་སྡེའི་མིང་) གྲི་/གྲི་/གྲི་ (གོ་གནས་ཀྱི་མིང་) རོམ་ (མིང་) ཞི་གཞིའི་རྟགས་ཨང་ ཅན་མ་འཆང་མི་འདི་ གཤམ་འཁོད་ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བཅར་གྱི་དོན་ལུ་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྤྱིང་སྤྱིང་གི་མིང་།

སྤྱིང་ཁང་དང་རྒྱལ་ཁབ།

འགོ་བཙུགས་དང་མཐུག་བསྐྱེད་ཆེས་གངས།(ཆེ་/ཟླ་/ལོ་) ལས་(ཆེ་/ཟླ་/ལོ་) རྒྱུ།

མ་དངུལ་བྱིན་མི་ལས་སྡེ།

མི་རིམ་ཚུ་ འགོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཁ་ཐུག་དང་གཞུང་འབྲེལ་ལས་ཡིག་སྤྱོད་ཐམ་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་སྤྱོད་ཆན་ ཡང་ན་ལས་ཆན་ཚུ་དང་ འབྲེལ་བ་འཐབ་དགོ་པའི་བཀོད་རྒྱ་ཚུ་བྱིན་དགོ།

(.....)

མི་སྟོབས་གཙོ་འཛིན་འགོ་དཔོན།
མི་སྟོབས་སྤྱོད་ཆན་/ལས་ཆན།

འབྲ།

1. ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་གི་ལས་ཡིག་སྤྱོད་ཐམ་ལས་ཆན་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ལས་ཡིག་སྤྱོད་ཐམ་གནང་དོན་ཆེད།
2. ཕྱི་འཛིན་འགོ་དཔོན་ལུ། (འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆང་ལས་སྟོབས་ལས་ཆན་གནང་ནིའི་དོན་ལུ)
3. འབྲེལ་ཡོད་མི་རིམ་ལུ།
4. སྤྱིང་གི་ཡིག་སྤྱོད་ནང་།



འབྲི་ཤོག་ ༧/༩།

རྒྱལ་ཁཚུང་གི་གཞི་རྒྱུ་ཆོག་མཆོག་
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཡུན་ཐུང་སྤྱིང་བཅར་འཕྲོད་སྤྱིང་སྤྱིང་གི་ཁ་བཀོད་འབྲི་ཤོག་

འབྲུག་གཞུང་གི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་གདམ་ཁའི་མི་ངོམ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ མི་ངོམ་འདི་གིས་འབད་དགོང་ཚུ་ཡང་།

- རྒྱལ་ཁབ། ལས་སྡེ་དང་ ཡང་ན་རང་རྒྱུ་ལུ་ཕན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཡོན་ཏན་དང་རིག་ཅུལ་ཚུ་ག་དེ་དག་དག་ལེགས་ཤོམ་སྤྱིང་བཅོན་ འབད་དེ་ལེན་དགོ།
- སྤེལ་ཁང་གིས་ངོམ་ལེན་དང་ རང་གི་གནས་སྤངས་མཐུན་པའི་བྱ་སྤྱིང་ལུ་གནས་དགོ།
- སྤྱིང་དོན། ཁྲིམས་འགལ་ ཡང་ན་ཚོང་ལཱ་ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ལས་འཛུལ་དགོ།
- གནང་བའི་ཡི་གུ་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་གི་སྤྱིང་བཅར་ ཡང་ན་སྤེལ་ཁང་ཚུ་སོར་མི་ཆོག་
- གནང་བའི་ཡི་གུ་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་བའི་དུས་ཡུན་གྱི་ནང་འཁོད་ སྤྱིང་བཅར་མཐུག་བསྟུ་དགོང་དང་།
- སྤྱིང་བཅར་འདི་མཐུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ ཡིག་ཚང་ནང་འཛུལ་ཞུགས་གྱི་ཡི་གུ། སྤྱིང་བཅར་གྱི་སྟན་ལྷ། བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག་དང་ལག་ རྩེ་(གལ་སྤྱིང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་ན་) ཚུ་དང་སྤྲུགས་ འདི་འཕྲོ་ལས་ལོག་འོང་སྟེ་ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་སྟེ་ཆོན་ ཡང་ན་ལས་ཆོན་ལུ་ སྟན་ལྷ་འབད་དགོ།

མི་ངོམ་མིང་།
ཞི་གཞི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་།
གོ་གནས་གྱི་མིང་།
སྤྱིང་འཕྲིན་།
སྤྱི་བུར་གྱི་གནས་སྤངས་སྐབས་ལུ་འབྲེལ་འབབ་ཡང་།

མིང་རྒྱལ་དང་ཆོས་གངས།

ཁ་བཀོད་བྱིན་མི།
མིང་།
གོ་གནས་གྱི་མིང་།

མིང་རྒྱལ་དང་ཆོས་གངས།



རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱུ་ཆོག་པས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

མི་སྟོབས་གཙོ་འཛིན་འགོ་དཔོན།

.....
.....

ཅ་དོན། སྤྱི་བདེ་ (ཡུན་ཐུང་དང་ཡུན་རིང་སྤྱི་བདེ་) མཚུག་བསྟུ་སྟེ་ ཡིག་ཚང་ནང་འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་ཡི་གུ།

ཞུ་གསོལ། དེ་ཡང་ སློབ་སྦྱོང་གནང་ཆའི་ཡིག་གུ་ ཡང་ན་ཡུན་ཐུང་སྤྱི་བདེ་གི་གནང་བའི་ཡིག་ཡང་.....སྤྱི་ཆེས་.....ཅན་མ་
དང་འབྲེལ་ཏེ་ གཤམ་འཁོད་མིང་རྟགས་ཅན་མ་རང་གིས་ སྤྱི་བདེ་མཐར་འཁྱེད་ཅན་སྟེ་མཚུག་བསྟུ་སྟེ་ སྤྱི་ཆེས་.....(ཉིན་)(ཟླ) ..
.....(ལོ་)ལུ་ ཡུན་ཐུང་སྤྱི་བདེ་གི་དོན་ལུ་ལས་སྟེ་དང་། ཡུན་རིང་སྤྱི་བདེ་གི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱུ་ཆོག་པས་ལུ་ འཛུལ་
ཞུགས་ཀྱི་སྟུང་ཞུ་ཐུལ་ཤ་ཡིན།

གཤམ་གསལ་གི་ཡིག་ཆ་ཚུ་མཉམ་སྦྲགས་འབད་དེ་ཡོད། (ཨིན་རྟགས་བཀལ་གནང་།)

- ☐ འབྲི་ཤོག་ ༧/༥ པ་ལྟར་སྤྱི་བདེ་སྟུང་ཞུ།
- ☐ འབྲི་ཤོག་ ༧/༦ པ་ལྟར་བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག་
- ☐ སྤྱི་བདེ་མཐར་འཁྱེད་ཅན་སྟེ་མཚུག་བསྟུ་བའི་སྒྲུབ་བྱེད།
 - ཡུན་ཐུང་སྤྱི་བདེ་གི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་ན་ལག་ཁྱེར་ ཡང་ན།
 - ཡུན་རིང་སྤྱི་བདེ་གི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་དང་གཅིག་ཁར་བརྗེ་སྐྱོང་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་གནང་བའི་ཡི་གུ་
(ཞིབ་འཆོལ་ཐོག་ཨིན་པ་ཅིན་) དང་སྦྲགས་ཏེ་ སྟེལ་ཁང་ལས་ལག་ཁྱེར་ ཡང་ན་མཉམ་བསྟུན་གྱི་སྦྲགས་ཤོག་
དང་། ཞིབ་འཆོལ་གི་བཅུད་སྟུང་ ཡང་ན་ཞིབ་འཆོལ་གི་འབྲ།

བཀའ་ཤིན་ཆེ།

(མི་ངོའི་མིང་རྟགས་།)

མིང་།

ཞི་གཞི་ལོ་རྟགས་ཡང་།

གོ་གནས་ཀྱི་མིང་གནས།

ལས་སྟེ།



རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

སྤྱི་བཅར་སྟན་ལྷ།
(ཡུན་རིང་དང་ཡུན་ཐུང་སྤྱི་བཅར།)

ང་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཁ་གསལ་ཚུ་དང་འབྲིལ་ཏེ་ སྤྱི་བཅར་མཇུག་བསྟུ་ཡོད།

༡. སྤྱི་བཅར་གི་མིང་གནས།
༢. ས་གནས། (སྤྱི་ལ་ཁང་། ཁྲིམ་སྤེ། རྒྱལ་ཁབ།)
༣. འགོ་བཅུགས་ཚེས་གངས།
༤. མཇུག་བསྟུ་ཚེས་གངས་དང་དུས་ཡུན།
༥. སྟན་ལྷ། (དགོ་པ་ཅིན་ ཤོག་ལེབ་ཁ་སྐོར་ལག་ལེན་འཐབ་གནང་།)

ཀ། སྤྱི་བཅར་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་བཅར་ ཡང་ན་ཚེས་ཚན་ལྟ་བུ་ཡོད་མི་ཚུ་འོ་འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ།

ཁ། ལས་སྡེ་འོ་འབྲེལ་ཏེ་ཚུ་དོན་སྤྲོད་ཅན་སྤེ་ ཏེ་སྐལ་སྤྱོད་ཐབས་ཡར་ཤུག་གཏང་ནི་ལྟར་ སྤྱི་བཅར་འདི་ནང་ལས་ཐོབ་པའི་
ཡོན་ཏན་དང་རིག་ཅུལ་ཚུ་ ག་དེ་སྤེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན་ནའི་གོས་འཆར་བཀོད།

མིང་ཉགས་དང་ཚེས་གངས།



འབྲི་ཤོག་ ༧/༩

རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག
(མི་ངོམ་ཅིག་གིས་སྤྱིང་བརྒྱུ་མཚུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་བཀའ་དགོས།)

སྤྱིང་བརྒྱུ་གི་མིང་།

སྤེལ་ཁང་གི་མིང་།

དབྱེ་བ།	ཆ་གནས་ སྤོང་ཡོད།	ཆ་གནས་ ཡོད།	བར་གནས།	ཆ་གནས་ མེད།	ཆ་གནས་ཅ་ ལས་མེད།
ང་གིས་སྤྱིང་བརྒྱུ་འདི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ཅི།					
སྤྱིང་བརྒྱུ་འདི་དེ་དོན་ལུ་མི་ངོམ་ལེ་ཤ་གཏང་ནི་དེ་ནང་ ང་གིས་རྒྱབ་ སྤོན་འབད་མ་ཡིན།					
ང་གིས་ སྤེལ་ཁང་འདི་ སྤྱིང་བརྒྱུ་འདི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་ཆེ་ ཤོས་ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ཅི།					
སྤོབ་སྤོན་པ་ཚུ་ཤེས་ཡོན་ཅན་སྟེ་འདུག					
སྤོབ་སྤོན་པ་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་ཆེ་སྟེ་འདུག					
ཞབས་ཏྲིག་དང་མཐུན་ཆེན་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་འདུག					
སྤྱིང་བརྒྱུ་གི་དོན་ལུ་ སྤྱིང་བརྒྱུ་འབད་སའི་མཐའ་འཁོར་སྟབས་ བདེ་ཏྲིག་ཏྲི་སྟེ་འདུག					
སྤེལ་ཁང་འདི་ནང་མི་ངོམ་ལེ་ཤ་གཏང་ནི་དེ་ནང་ ང་གིས་རྒྱབ་སྤོན་ འབད་མ་ཡིན།					
ང་ལུ་ (ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྒྱུ་གི་དོན་ལུ་) གྲུབ་འབྲས་དང་སྒྲུགས་ ཤོག་དུས་ཚད་ཁར་བརྟན་ནི་དེ་ནང་དཀའ་ངལ་ག་ནི་ཡང་མ་བྱུང་།					
ང་གིས་ སྤྱིང་བརྒྱུ་འདི་ལག་ལེན་དང་མཐུན་མ་སྟེ་མཐོང་ཅི།					
སྤོབ་སྤོན་གི་སྤྱིང་ཆན་ ཡང་ན་ལེའུ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཐོ་ བཀོད་འབད་དེ་ རྒྱ་མཚན་བཀོད།					
མཐོང་འཆར་དང་རྒྱབ་སྤོན་གང་རུང་ཡོད་ན།					

འབྲི་ཤོག་འདི་བཀའ་གནང་མི་ལུ་བཀའ་བློ་ཆེ། འབྲི་ཤོག་འདི་ ཡུན་རིང་སྤྱིང་གི་དོན་ལུ་ཡིན་ན་ རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ མི་
སྟོབས་གང་འཕེལ་སྟེ་ཚན་དང་། ཡུན་རིང་སྤྱིང་བརྒྱུ་གི་དོན་ལུ་ཡིན་ན་ ལས་སྡེ་མི་སྟོབས་སྟེ་ཚན་ལུ་སྤུལ་དགོ།



རྒྱལ་ཁུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་སྤྱི་བཙུགས་
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཡུན་རིང་སྤྱི་བཙུགས་བཅའ་ཁྲིམས་འཕུ་ཁྲུ་ཡིག་འབྲི་ཤོག་
(མི་ངོས་གྲིས་བཀའ་ནིའི་དོན་ལྟར་།)

མི་ངོས་ཁ་གསལ།

- མིང་
- ཞི་གཡོག་དོན་ལྷན་ཁང་།

ཡུན་རིང་སྤྱི་བཙུགས་ལེན་ཡོད་པ།

འཇམ་ཁང་།	སྤྱི་བཙུགས་གི་མིང་།	སྤྱི་ཁུངས་/ཞོམ་སྤེ་/རྒྱལ་ཁུངས་།	འགོ་བཙུགས་ཆོས་གྲངས་ (ཆོས་/ལྷ་/ལོ།)	དུས་ཡུན།	མ་དངུལ་འབྲུང་སྤྱི་བཙུགས་།

ཡུན་རིང་སྤྱི་བཙུགས་ལེན་ཡོད་པ། (འདས་པའི་ཡུན་རིང་སྤྱི་བཙུགས་བཅའ་ཁྲིམས་ ༣)

འཇམ་ཁང་།	སྤྱི་བཙུགས་གི་མིང་།	སྤྱི་ཁུངས་/ཞོམ་སྤེ་/རྒྱལ་ཁུངས་།	འགོ་བཙུགས་ཆོས་གྲངས་ (ཆོས་/ལྷ་/ལོ།)	དུས་ཡུན།	མ་དངུལ་འབྲུང་སྤྱི་བཙུགས་།

སྤྱི་བཙུགས་བཅའ་ཁྲིམས་འཕུ་ཁྲུ་ཡིག་ཆ། (འབྲེལ་བ་ཡོད་སར་ཨིན་ཏུགས་བཀའ་ལ་ ཡང་ན་ས་སྤྱི་བཀའ་གནང་།)

- ☐ ཆ་གནས་ཡོད་པའི་ཉེན་སྲུང་ཉེན་མེད་ལག་ཁྲུང་།
ཡིག་ཁང་..... སྤྱི་ཆོས་
- ☐ ཆ་གནས་ཡོད་པའི་ཕྱི་མི་ཞིབ་ཉེན་མེད་ལག་ཁྲུང་།
- ☐ ཡིག་ཁང་..... སྤྱི་ཆོས་
- ☐ འབྲུག་གཞུང་གི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་གསོ་བའི་དྲུང་འཆོ་གིས་སྤྱོད་པའི་ གསོ་བའི་བདེ་ལམས་ལག་ཁྲུང་།

ཡིག་ཡང་..... སྤྱི་ཚེས་

- སློབ་རིག་སྐྱགས་ཤོག
- སྤེལ་ཁང་ལས་འཛུལ་ཞུགས་གཏན་འཁེལ་ ཡང་ན་ངོས་ལེན་ཡི་གྲ།
- སྤེལ་ཁང་ལས་ སློབ་སྦྱང་གི་ནང་དོན་དང་ལས་རིམ་དང་། (མཁས་དབང་གི་དོན་ལུ་ ས་ཁོངས་ལྟ་སྒྲིབ་གི་ལས་འཆར།)
- གྲོགས་རམ་པ་ལས་ མ་དངུལ་གི་ཁས་ལེན། (གཤམ་སྤྱི་ སྒྲེར་/རང་སོའི་མ་དངུལ་ཐོག་ ཀྱན་གཏོགས་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ། ཡང་ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ།)
- (དགོས་ཡོད་ན་) ཡིག་སྐད་སྒྲིབ་དག་ལག་ཁྱེར།
 - གསལ་བསྐྱགས་དང་འཁྲིལ་ ཡིག་ཆ་གཞན་གང་རུང་དགོས་ཡོད་ན།
 -
 -
 -

སྤེལ་ཁང་ལས་ འཛུལ་ཞུགས་གཏན་འཁེལ་ ཡང་ན་ངོས་ལེན་གི་ཡི་གྲ་དང་འཁྲིལ་ གྲོས་འཆར་ཕུལ་མིའི་སློབ་སྦྱང་གི་ཁ་གསལ།

ག། སློབ་སྦྱང་གི་མིང་།

ཁ། སྤེལ་ཁང་།

 ཁྲོམ་སྡེ།

 རྒྱལ་ཁབ།

ག། འགོ་བཙུགས་ཆེས་གྲངས།

ང། མཚུག་བསྐྱའི་ཆེས་གྲངས་ ཡང་ན་དུས་ལུན།

ཅ། མ་དངུལ་འབྱུང་ས།

ང་གིས་ ཁས་ལེན་འབད་ནི་ཚུ་ཡང་ ང་གིས་ (ཁས་ལེན་གི་དོན་ལུ་ཨིན་ཉགས་བཀལ་གནང་།)

- གོང་གི་བན་དོན་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཚུ་བདེན་པ་ཨིན།
- དེའི་ལཱ་ཚུ་ རྒྱལ་མཐུན་སྡེ་ཅིས་སློབ་འབད་ནི་དང་། ང་མེད་པའི་རིང་ལུ་ ཞབས་རྟེན་ཕུལ་ནིའི་ནང་བར་ཆད་མེད་པ་ངས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཙའ་ཡིག་སྒྲིག་གཞི་དང་འཁྲིལ་ སློབ་སྦྱང་འཛུལ་ཞུགས་གི་སྐྱོན་ལུ་འབྲི་ཤོག་ ༩/༡༠ འདི་ཕུལ་ནི།
- དུས་མཚམས་གི་སློབ་ཕྱེད་ ཡང་ན་སློབ་རིག་སྐྱོན་ལུ་ཕུལ་ནི་དང་།
- འདི་འབྲོ་ལས་ལོག་ཞིན་མ་ལས་ གཤམ་གསལ་ཚུ་དང་སྐྱགས་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྐྱོན་ལུ་འབད་ནི།
 - ཡིག་ཚང་ནང་འཛུལ་ཞུགས་ཡི་གྲ་འབྲི་ཤོག་ ༩/༩ པ།
 - འབྲི་ཤོག་ ༩/༥ པ་དང་འཁྲིལ་ སློབ་བནར་སྐྱོན་ལུ།
 - འབྲི་ཤོག་ ༩/༦ པ་དང་འཁྲིལ་ བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག་དང་།

- སྤྱི་བདར་མཐར་འཁྱེད་ཅན་སྤེམ་ཐུག་བསྐྱབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད། དེ་ཡང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་
གཅིག་ཁར་བརྗེ་སྤོང་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་གནང་བའི་ཡི་གུ་ (ཞིབ་འཛོལ་ཐོག་ཨིན་པ་ཅིན་) དང་སྐྱགས་ཏེ་
སྤེལ་ཁང་ལས་ལག་ཁྱེར་ ཡང་ན་མཉམ་བསྐྱབས་ཀྱི་སྐྱགས་ཤོག་དང་། ཞིབ་འཛོལ་གྱི་བཅུད་སྤྱད་ ཡང་
ན་ཞིབ་འཛོལ་གྱི་འདྲ།

ཕྱི་ཚེས།

(མི་ངོའི་མིང་རྟགས།)

དཔྱད་ཐོ།

- ལས་སྡེ་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་གི་བད་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བྱ་ཡིག་བཅུགས་དགོ། དེ་འབདཝ་ལས་ མི་ངོམ་
འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་གི་རང་སའི་བྱད་ཡོན་ཐོ་ཚུ་ འཛོལ་བ་མེད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།



རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཏོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

གན་ལེན།

(ཡུན་རིང་སྤྱི་བདེ་གི་དོན་ལུ་གནང་བ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཏོག་ལྷན་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་ གསལ་བཀོད་ཅན་གྱི་ གཞི་བཀོད་ནང་ གན་ལེན་གྱི་མིང་རྟགས་བཀལ་དགོ། སྤྱི་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་ཟད་འགོ་དང་ མཁས་མཆོག་ཁག་ཆེ་ཉིང་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ དོན་ཚན་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་ ཡང་ན་ཁ་སྐོང་བཀལ་ཆོག།)

ང་ ཞི་གཏོག་ངོ་རྟགས་ཡང་ ཅན་མ་འཆང་མི་གིས་ གནང་ཆའི་ཡིག་ཡང་ ཞི་ལྷན་མི་སྟོབས་སྟེ་ཚན་// སྤྱི་ཚེས་ ལུ་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་ གསལ་བཀོད་ཅན་གྱི་སྤྱི་བསྐྱར་འབད་ནི་ལུ་ ངོས་ལེན་འབད་མ་ཞིན།

སྤྱི་བསྐྱར་གི་མིང་།
 སྟེ་ལ་ཁང་དང་རྒྱལ་ཁབ།
 སྤྱི་བསྐྱར་གི་དབྱེ་བ།
 འགོ་བཙུགས་དང་མཇུག་བསྐྱེད་ཆོས་གངས།
 རྒྱལ་ཡུན།
 མ་དངུལ་གནང་མིའི་ལས་སྟེ།
 ཡུན་རིང་སྤྱི་བདེ་ལེན་ཡོད་པའི་གྲངས་ཁ།
 ཡུན་རིང་སྤྱི་བདེ་གི་འཚོལ་རྟགས།

ང་གིས་ གན་ལེན་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།

1. སྤྱི་བསྐྱར་ངལ་གསའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ ལྷན་སྐྱེད་འབད་ནི་འདི་ཡིན་མ་ལས་ སྤྱི་བའི་མཆོག་གྲུར་གྱི་དོན་ལུ་བཙོན་ རྟགས་བསྐྱེད་ནི། དེ་མ་ཚད་ ངའི་སྤྱི་བསྐྱར་ངལ་གསའི་རྒྱལ་ཡུན་གྱི་སྤྱི་བའི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ང་འདི་གོ་གནས་ཡར་སེང་ དང་ ཡང་ན་མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་གང་རུང་གི་དོན་ལུ་ ལཱ་བྱལ་དབྱེ་དབྱེ་གི་ཆ་ཤས་ཅིག་ཡིན།
2. འབྲུག་དང་འགོ་འདྲན་འཐབ་མིའི་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཁྲིམས་ཚུ་ལུ་གནས་ནི་ཡིན།
3. སྟེ་ལ་ཁང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ཚུ་ལུ་གནས་ནི་དང་། ང་འདི་གནས་ཚད་དང་གཙུག་ལག་སྤྱི་བའི་ ཡང་ན་སྟེ་ལ་ཁང་ གི་ངོས་ལེན་དང་མཐུན་པའི་སྤྱི་དཔལ་སྟོན་ནི་ཡིན།
4. སྤྱི་དོན་དང་ཁྲིམས་འགལ་ ཡང་ན་ཆོང་འབྲེལ་གྱི་ལཱ་རིགས་ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ལས་འཛུལ་ནི་ཡིན།
5. རྒྱལ་ཡོངས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ལས་འབྲེལ་ནང་ ཉེན་ཅན་གྱི་སྤྱི་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐོར་ལས་ འབྲུག་གཞུང་ལས་དམིགས་བསལ་ཚུལ་ མཐུན་གྱི་གནང་བ་མེད་པར་ ཡིག་ཐོག་ཡང་ན་ངག་ཐོག་གི་ངག་བཞེད་བཙུགས་ཏེ་ བསམ་བཞེད་དང་ངག་བཞེད་ཚུ་བྱིན་ནི་ ལས་འཛུལ་ནི་ཡིན།

6. སློབ་སྦྱང་འགོ་བཙུགས་པའི་ཆོས་གངས་ལས་ ལྷོ་རོ་ ༡ གི་ནང་འཁོད་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་སྡེ་ཚན་ (hrdd@rcsc.gov.bt) ནང་ ང་རའི་ལས་སྡེ་ལུ་ སློབ་སྦྱང་འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་སྟན་ལུ་ (འབྲི་ཤོག་ ༩/༡༠ པ་) འདི་སྤུལ་ནི་ཨིན།
7. རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་སྡེ་ཚན་ (hrdd@rcsc.gov.bt) ནང་ ང་རའི་ལས་སྡེ་ལུ་ ཏུས་མཚམས་ཀྱི་སློབ་བྱེད་ ཡང་ན་གྲུབ་འབྲས་སྟན་ལུ་འདི་སྤུལ་ནི་ཨིན།
8. (འབྲུག་གཞུང་གི་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ཐོག་གི་ཡུན་རིང་སྦྱང་བཟར་རྒྱུ་མ་གཅིག་གི་དོན་ལུ་) སློབ་སྦྱང་གི་དགོས་མཁའི་ཆ་ཤས་ཅིག་ཨིན་མི་ས་ཁོངས་ལྟ་སྟོར་ནང་མ་འབྱེད་པའི་སྤྱི་གོང་ལུ་ ལས་སྡེ་བརྒྱུད་དེ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་གནང་བ་ལེན་ནི་ཨིན།
9. སློབ་སྦྱང་ངལ་གསོའི་སྐབས་ ངལ་གསོ་གཞན་གང་རུང་མི་ལེན།
10. སློབ་སྦྱང་ཁ་སྐོང་མི་ལེན།
11. སློབ་སྦྱང་། གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད། ཡང་ན་སྤེལ་ཁང་མི་སོར།
12. གལ་སྲིད་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ཐོན་ན་ ལོག་འབོ་ནི་དང་། སློབ་སྦྱང་ངལ་གསོ་ཆ་མེད་གཏང་ནི། འོས་མཐུན་གྱི་ཉེས་བྱ་ཚུ་འབག་ནི་ལུ་ཁས་ལེན་འབད་མ་ཨིན།
- 12.1 ང་རའི་སྦྱིད་ལམ་འདི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི། ཡང་ན་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་མ་མཐུན་པ་ཅིན།
- 12.2 ང་རའི་སློབ་རིག་གྲུབ་འབྲས་འདི་ སྤེལ་ཁང་། འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་། ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ངོས་ལེན་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིག་ཡོད་པ་ཅིན།
- 12.3 ང་གིས་ སྤེལ་ཁང་གི་བཟོ་ཡོད་པའི་འཛུམས་ཐོ་དང་ དགོས་མཁའི་གཞན་ཚུ་སྦྱབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན།
- 12.4 ང་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་གནང་བ་མེད་པར་སློབ་སྦྱང་སོར་ཡོད་པ་ཅིན།
- 12.5 ང་ར་ སློབ་རིག་གྲུབ་འབྲས་སློབ་ཤེས་ཡོད་པ། སློབ་རིག་གི་ལམ་ལུགས་དང་མ་འཁྲིལ་ཕ་ (གནང་བ་མེད་པའི་འདྲ་བལྟས།) སྦྱང་དགོ་པའི་སློབ་སྦྱང་གི་སྦྱང་ཚན་ ཡང་ན་བཅའ་ཚན་མ་ལེན་ལ། ཡང་ན་འཛུམས་ཐོ་སློབ་ཤེས་ལས་སྡེ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ལས་བཟོན་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྦྱང་འདི་མཐུག་བསྟུ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན།
13. གནང་ཆའི་ཡི་གུ་དང་འཁྲིལ་ སློབ་སྦྱང་མཐུག་བསྟུ་ནི་དང་འབྲུག་ལུ་ལོག་ནི། དེ་ལས་ སློབ་སྦྱང་མཐུག་བསྟུ་བའི་ཆོས་གངས་ལས་ (བདུན་པ་ལ་ལས་གསོ་དང་གཞུང་གི་ངལ་གསོ་ཚུ་བཅོས་ཏེ་) ཉིན་གངས་ 30 གི་ནང་འཁོད་ འབྲུག་ཤོར་མེད་པར་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་ནི་ཨིན།
14. གཤམ་གསལ་ཚུ་དང་སྤྱགས་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་ནི།
 - 14.1 ཡིག་ཚང་ནང་འཇུག་ཞུགས་ཡི་གུ། (འབྲི་ཤོག་ 1/4 པ།)
 - 14.2 སྦྱང་བཟར་སྟན་ལུ། (འབྲི་ཤོག་ 1/4 པ།)
 - 14.3 བསམ་ལན་འབྲི་ཤོག (འབྲི་ཤོག་ 1/4 པ།)
 - 14.4 སྦྱང་བཟར་མཐར་འཁྲུལ་ཅན་སྤེལ་མཐུག་བསྟུ་བའི་སྦྱབ་བྱེད་ལུ་ མཉམ་བསྐྲུབས་ཀྱི་སློབ་རིག་སྤྱགས་ཤོག་ ཡང་ན་ལག་ཁྱེར་དང་།
 - 14.5 འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་བརྒྱུ་མེད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ གནང་བའི་ཡི་གུ་དང་གཅིག་ཁར་ ཞིབ་འཇོལ་ཞིན་པ་ཅིན་ ཞིབ་འཇོལ་གྱི་བརྒྱུད་སྤྱད་ ཡང་ན་ཞིབ་འཇོལ་གྱི་འདྲ།

༡༥. སློབ་སྦྱོང་མཚུག་བསྟུ་ཡོད་པའི་སློབ་བྱེད་ཕུལ་ནི་དང་། གལ་སྲིད་ ཕུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ སྐབས་གཡོག་ གོ་གནས་ཡར་སེང་།
སྦྱོང་བརྒྱུ་དང་དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལ་སོགས་པའི་གོ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་གང་རུང་གི་འོས་འབབ་མེད།
༡༦. དོན་ཚན་ ༡༩ པ་དང་ ༡༧ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ ལྷན་ཁུ་འབད་ནིའི་བྱ་རིམ་མཚུག་མ་བསྟུལ་ཚུན་
གང་རུང་གི་ངལ་གསོ་མི་ལེན།
༡༧. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་སྟེ་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་ ཉུང་མཐའ་ལོ་རྩ་ ཡང་ན་ སློབ་སྦྱོང་མཚུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་
གནང་བ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྦྱོང་གི་དུས་ཡུན་(༡ ལྷབ། ༣ ལྷབ། ༤ ལྷབ་) ཀྱི་རིང་ཕྱག་ཁུ་ནི་དང་། ཡང་
ན་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ལེའུ་ ༩ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་
སློབ་སྦྱོང་ཁག་འགན་གི་དབྱེ་བ་གྲུག་གཞི་བཞག་སྟེ་ གཤམ་གསལ་ལྟར་ དདུལ་ལོག་སྦྱོང་འབད་ནི་ཨིན།
- ༡༧.༡ དགོངས་ཡངས་བྱུར་སྦྱོང་གི་འཐུས། སློབ་འཐུས། འཐུས་ཡངས་ཆག་ ཐོབ་ཆ། འཛོལ་ཐུས་དང་ཟད་འགོ་གཞན་ཚུ་
བཅོས་པའི་སློབ་སྦྱོང་གི་ཟད་འགོ་འདི་ (༡ ལྷབ། ༣ ལྷབ། ༤ ལྷབ་) སྟེ་ལོག་སྦྱོང་
འབད་ནི་ ཡང་ན།
- ༡༧.༢ སློབ་སྦྱོང་ཅོག་གཅིག་པོ་གི་དོན་ལུ་ རེ་གི་ཆབ་མ་སྟེ་ མི་གཞན་ཅིག་བཏང་ཡོད་པའི་ཟད་འགོ་དང་མཉམ་པའི་དདུལ་
ལོག་སྦྱོང་འབད་ནི་ ཡང་ན།
- ༡༧.༣ (འཛོལ་ཆེན་མ་དདུལ་གི་དོན་ལུ་རྩ་རྒྱུ་གི་ཞལ་འདེབས་མ་གཏོགས་) དགོངས་ཁུ་མཐའ་མའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་གཞུང་
བཞེས་འབད་ནི།
༡༨. གལ་སྲིད་ ང་གིས་ གན་ལེན་འདི་ལས་འགལ་བ་ཅིན་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་ ༢༠༡༥ ཅན་མའི་ལེའུ་ ༩ པ་
དང་། ཡང་ན་ དོན་ཚན་ ༡༧ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ བདག་སྦྱོང་དང་ ཡང་ན་དདུལ་འབྲེལ་གི་ཉེས་བྱ་
གཉིས་ལས་ ག་མཐོ་མི་འདི་འབག་ནི།
༡༩. སློབ་སྦྱོང་མཚུག་བསྟུ་སྟེ་ ཡིག་ཚང་ནང་འཇུལ་ཞུགས་འབད་བའི་ཤུལ་ལས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་ ༢༠༡༥ ཅན་
མའི་ལེའུ་ ༩ པ་པའི་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་ སྦྱོང་བརྒྱུ་གི་བར་ཡུན་བཞག་ནི།

ང་གིས་ ང་རའི་སློབ་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་བཅའ་ཡིག་ག་ར་དང་ ཁ་ཆོག་གན་ཆོག་ཚུའི་སྐོར་ལས་ ང་ལུ་ ཁ་བཀོད་འབད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ང་
གིས་དེ་ཚུ་ལས་འགལ་བ་ཅིན་ གཞོད་པ་དང་སྟབས་མ་བདེལ་ ག་ཅི་ར་འབྱུང་ནི་ཨིན་ན་ཚུ་ཡང་ ཏ་གོ་ཡི་ཟེར་བའི་ངོས་ལེན་ཕུལ་མ་ཨིན།
དམིགས་བསལ་དུ་ གོང་འཁོད་གནད་དོན་གང་རུང་ཅིག་ལུ་མ་གནས་པའི་སྐབས་ལུ་ འགན་ལེན་པ་ཡང་ན་ ང་ར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་
དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཁྲིམས་སར་བཀལ་ཏེ་ཁྲིམས་དཔུང་འབད་ནི་ཨིན་མ་ཡང་ཏ་གོ་ཡི།

ས་གནས།

སྤྱི་ཚེས།

འབྲེལ་ཨང་།

སྟོག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་།

(ཁྲིམས་ཏྲགས་སྦྱར།)

མི་ངོའི་མིང་ཏྲགས།

(ཁྱོད་རའི་སློབ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་མཐུན་ ཡང་ན་བརྗོད་པའི་སློབ་འཁྱོད་ཁ་བྱང་དང་ འབྲེལ་ཨང་
ཐོག་ལས་སློབ་འོང་། དེ་འབདམ་ལས་ སློབ་འཁྱོད་ཁ་བྱང་ ཡང་ན་འབྲེལ་ཨང་བསྐྱར་བཅོས་ ཡང་ན་འཛོལ་འཛོལ་མ་ཅིག་བྱིན་ཡོད་པ་ཅིན་ བརྗོད་པ་ཐོབ་པའི་འགན་འཁུལ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆོག་གིས་འབག་མི་ཚུགས།)

**བཞུགས་ཡིག་ཆ་འདི་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་ཡིག་ཆ་གཤམ་ཅན་ཅིག་ཡིན་པ་ལས་ འགན་ཁུར་དང་འཁུལ་བ། གཞོན་པ་ཚུ་གི་སློབ་ལས་གར་ལེགས་ཤོམ་
སླེ་ཏྲ་གོ་ཞིན་པ་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།**

གཤམ་སྤྱད་གོང་འཁོད་མི་ངོམ་འདི་གིས་ འགན་ལེན་འདི་ལས་འགལ་སོང་བའི་ཐད་ ང་ འགན་ལེན་པ་ངོ་མིང་.....ངོ་སློབ་ལག་
ཁུར་.....ཅན་མ་འཆང་མི་གཡུས་.....ལས་ཡིན་མི་གིས་ ཕྱིས་བཏོན་ཡོད་པའི་དཔུང་བསྐྱོམས་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ལུ་
ལོག་སྤུལ་ནི་དང་། ང་གིས་ལོག་སྤུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ང་ར་འགན་ལེན་པ་ཅིག་འབདམ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་གི་ཁྲིམས་གི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འཁུལ་
ཁྲིམས་སར་བསྐྱལ་ཏེ་ ཁྲིམས་དབྱེད་འབད་ནི་ཡིན་པ་འདྲ་ཏྲ་གོ་ཡི།

འགན་ལེན་པའི་མིང་།
ས་གནས།
སྤྱི་ཚེས།
ལཱ་གཞི།
ད་ལྟོ་ཁ་བྱང་།
འབྲེལ་ཨང་།
སློབ་འཁྱོད་ཁ་བྱང་།

(ཁྲིམས་རྟགས་སྦྱར།)
འགན་ལེན་པའི་མིང་རྟགས།

(ཁྱོད་རའི་སློབ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་མཐུན་ ཡང་ན་བརྗོད་པའི་སློབ་འཁྱོད་ཁ་བྱང་དང་ འབྲེལ་ཨང་
ཐོག་ལས་སློབ་འོང་། དེ་འབདམ་ལས་ སློབ་འཁྱོད་ཁ་བྱང་ ཡང་ན་འབྲེལ་ཨང་བསྐྱར་བཅོས་ ཡང་ན་འཛོལ་འཛོལ་མ་ཅིག་བྱིན་ཡོད་པ་ཅིན་ བརྗོད་པ་ཐོབ་པའི་འགན་འཁུལ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆོག་གིས་འབག་མི་ཚུགས།)

དཔང་པོ།
(མིང་དང་རྟགས།)
ཁ་བྱོད་བྱིན་མི།

མིང་རྟགས།
(གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།)
སྤྱི་ཚེས།

བཞུགས་པོ། མི་ངོམ་དང་འགན་ལེན་པ་གཉིས་ཆ་ར་གིས་ འགན་ལེན་འདི་ཤོག་ལེབ་གར་གུ་མིང་རྟགས་བཏོན་དགོ།



རྒྱལ་ཁུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་ཁུང་།

སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གདམ་འཇུག་སློབ་བཀོད།

གོ་རིམ་ ༡ པ། ཕྱི་སེལ། (སླུགས་ ༡༠༠ ལས།)

ཚད་གཞི།	ཆ་རྒྱུ།	མྱིང་ཚད།	སླུགས།
གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་སླུགས།	འཕལ་ལོ་ ༩།	༤༠	
གྲོང་གསེབ་གཡོག་གནས།	<p>དམིགས་བསལ་དུ་ཆེད་འོག་གཅིག་ནང་ཉུང་མཐའ་ལྔ་ལྷེ་ ༡༠ ཕྱག་ལུ་ཡོད་མི་ཡིན་དགོ།</p> <p>སླུགས་འདི་ ཟུར་དེབ་ ༧/ཅ་པ་དང་འཁྲིལ་དགོ།</p> <p>གཞུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་དོན་ལུ་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ་ནང་འཇུག་ཞུགས་འབད་ཚར་བའི་ཤུལ་ལས་བརྩི་འཛིག་འབད་དགོ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཐོག་ལས་ ཡང་ན། • ཞི་གཡོག་ནང་འཇུག་ཞུགས་འབད་བའི་སྐབས་ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་བསྐོ་བཞག་ཐོག་ལས། 	༥	
གན་རིམ།	<p>ཉུང་མཐའ་ལྔ་ལྷེ་ ༤ ཕྱག་ལུ་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་དགོ།</p> <p>གཞུག་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་དོན་ལུ་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ་ནང་འཇུག་ཞུགས་འབད་ཚར་བའི་ཤུལ་ལས་བརྩི་འཛིག་འབད་དགོ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཐོག་ལས་ ཡང་ན། • ཞི་གཡོག་ནང་འཇུག་ཞུགས་འབད་བའི་སྐབས་ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་བསྐོ་བཞག་ཐོག་ལས། 	༥	
སློབ་རིག་གྲུབ་འབྲས་/སློབ་རིག་གི་སླུགས།	<p>མཁས་དབང་གི་དོན་ལུ་ གཞུག་ལག་གོང་མ་དང་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།</p> <p>གཞུག་ལག་གོང་མའི་དོན་ལུ་ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་དང་སློབ་རིམ་ ༡༩ པ།</p>	༤༠	
རང་སྲིད་གྲུབ་འབྲས་ཐོ། (ཞི་གཡོག་ནང་འཇུག་ཞུགས་འབད་ཚར་བའི་ཤུལ་ལས་བརྩི་འཛིག་འབད་དགོ།)	<ul style="list-style-type: none"> • འགོ་ཁྲིད་པ། ༩-༥ <p>དཔེར་ན། ལཱ་འགན་བསྐྱབས་ཡོད་པའི་སྐབ་བྱེད་སླུགས་ཏེ་ ལྷེ་ལས་ལྷན་སྡེ་དོ་ཚབ་འབད་ཡོད་པ་དང་། སྡེ་ཚོན་ཡང་ན་ལས་བྱེད་ཚོགས་རྒྱུ་གི་འགོ་ཁྲིད་པ་འབད་འབད་མ་ཚུ་ཡོད་ན།</p>	༡༠	

	<ul style="list-style-type: none"> • ལལ་བྲངས། མི་སྡེའི་ཞབས་ཏྲུག་ ཡང་ན་ཡན་ལག་ཚས་ཚན་གྱི་ལཱ་ རིགས། ༡.༥ • དཔེ་སྐྱོན་ ཡང་ན་ཞིབ་འཇོལ། (མཉམ་འབྲེལ་བསྐྱར་ཞིབ།) ༡.༥ • ཟུང་རིག་གི་ངོས་འཛིན། ༡.༥ <p>དཔེར་ན། ལཱ་འགན་བསྐྱབས་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་སྒྲགས་ཏེ་ལས་བྱེད་ ཚོགས་ཚུང་གི་འཐུས་མི་འབད་ཡོད་པ། ཞི་གཡོག་གཟེངས་བསྟོད་ཏྲགས་ མ་ (ལེ་དང་དདུལ་གྱི་ཏྲགས་མ་) ཐོབ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ།</p>		
བསྟོམས།		༡༠༠	

ངེས་ལན་ལས་རོགས་པའི་མིང་དང་མིང་ཏྲགས།
(ཕྱིས་བཏོན་མི།)

སྤྱི་ཚེས།

མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་མིང་དང་མིང་ཏྲགས།
(བདེན་སྟོར་འབད་མི།)

སྤྱི་ཚེས།

བཞག་ཐོ།

- ཕྱི་སེལ་གྱི་སྐབས་ཐོབ་ཡོད་པའི་སྒྲགས་འདི་ མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་གདམ་འཇུ་ངེས་ལན་གྱི་དོན་ལུ་ཕྱིས་མི་རྒྱལ།
- གོང་གི་ཡིག་ཆ་ཚུའི་སྒྲགས་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་འཇུལ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུང་མ་གཅིག་ངོས་ལེན་འབད་དགོ།
- གཡོག་ཐོག་ལས་རིམ་ཐོག་ལས་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཐོབ་མིའི་ཞི་གཡོག་ཆུའི་དོན་ལུ་ རང་སེའི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ འབྲུག་ གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་གདམ་འཇུ་གྲུབ་སྟེ་ གཡོག་བསྐྱོས་འབའ་བའི་ཚོས་གངས་ལུ་ ཕྱིས་རྒྱབ་དགོ།
- གོང་གསལ་གཡོག་གནས་ཀྱི་ཁྲིད་ཚད་འདི་ ཟུར་དེབ་ ༩/ཅ་པ་དང་འཁྲིལ་དགོ།
- འབྲུག་གཞུང་གི་སྟོབ་གཉེར་གོགས་རམ་ལེན་ཏེ་ ཁོ་རའི་དབང་ཚད་ཐོག་ལས་ སྟོབ་སྟོང་མཇུག་བསྐྱུ་མ་རྒྱགས་མིའི་མི་ངོམ་འདི་ཕྱི་སེལ་ མི་རྒྱལ།

གོ་རིམ་ ༡ པ། རག་རྒྱགས། (སྒྱགས་ ༡༠༠ ལས།)

ཚད་གཞི།	ཆ་རྒྱུ།	མྱོད་ཚད།	སྒྱགས།
སྤྱིར་བཏང་ཕྱོགས་གྲུབ།	<ul style="list-style-type: none"> • ཁ་སྐད་སྒྲ་དག ༥ • ལྷག་སྤྱད་འཕྲོ་མཐུན་ནིའི་དང་འདོད། ༡༠ • སྤྱན་ལུའི་རིག་ཅུལ། (བན་སྤྱོད་དང་གོ་རྟོགས།) ༡༠ <ul style="list-style-type: none"> ◦ བན་དོན། ◦ བསམ་བློའི་རིམ་སྒྲིག ◦ བསམ་བཞེད་དག་ཉེང་། ◦ དབྱེ་དབྱད་ཕྱོགས་གྲུབ། • སྤྱིར་བཏང་གོ་རྟོགས། ༥ 	༣༠	
ཁྱད་རིག་དང་རང་སྤྱོད་འགོ་ ཁྲིད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས།	<ul style="list-style-type: none"> • འཆར་གཞི་བཅུམ་ནིའི་རིག་ཅུལ། • རང་རྒྱུད་གི་འཛིན་སྤྱོད་དང་གོམས་གཤིས། • དང་བདེན་ཐོག་ལས་འབད་ནི་དང་ ཉེན་ཁ་འབག་སྟེ་ལཱ་ འགན་འབག་ནི། • ཀུན་སྤྱོད་བཟང་པོའི་གོམས་གཤིས། • གྲུབ་འབྲས་ཅན་གྱི་ལཱ་གི་མཐུན་འབྲེལ་དང་མཐུན་ཆོགས་ བཟོ་སྟེ་རྒྱུན་སྤྱོད་འཐབ་ནི། • ཡོན་ཏན་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་དང་སྟེལ་ནི། • དཀའ་ངལ་བསལ་ནི་དང་མཐུན་ལམ་བཟོ་ནི། • གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་དོན་ལུ་བརྩོན་ནི། • གཞན་ཚུ་རྒྱུད་སྤུལ་འབད་དེ་བདེ་སྤྱིག་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ ནི། • ཚུལ་མཐུན་གྱི་གཤམ་གཏོགས་འབད་ནི་དང་བདག་དབང་ གཟུང་ནི། • འགྱུར་བ་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་འཛིན་སྤྱོད་འཐབ་ནི། • འཆར་སྤྱད་བཟོ་ནི་དང་བན་དོན་སྤྱོད་ནིའི་ཕྱོགས་གྲུབ། • དཔེ་སྟོན་སྟེ་འགོ་ཁྲིད་འབད་ཐོག་ལས་ གཞན་ཚུ་སེམས་ ཤུགས་བསྐྱེད་བརྩུག་ནི། 	༣༥	

ཕྱོགས་གྲུབ།	<ul style="list-style-type: none"> • སློབ་སྦྱང་ལས་ཟིམ་གྱི་གདམ་འཇུག་དོན་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནིའི་ཕྱོགས་གྲུབ། • རོ་རྒྱུ་གི་གྲུབ་འབྲས་ལུ་དང་འདྲོད་བསྐྱེད་ཡོད་པ། • ད་ལྟོ་དང་མ་འོངས་པའི་ལཱའི་ཉམས་ཐྱོང་གི་དོན་ལུ་ སློབ་སྦྱང་ལས་ཟིམ་གྱི་འབྲེལ་བ་བཟུང་ནིའི་ཕྱོགས་གྲུབ། • སྤེལ་ཁང་/སྤྲིག་ཁྲིམས་/ལཱ་འགན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ལུ་དང་འདྲོད་བསྐྱེད་ཡོད་པ། • རང་སེའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གོང་འཕེལ་གྱི་གཙོ་ཟིམ་དང་ སློབ་སྦྱང་ལས་ཟིམ་གྱི་འབྲེལ་བ་བཟུང་ནིའི་ཕྱོགས་གྲུབ། • རང་སེའི་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ཕན་བདེ་གསུང་ནིའི་དང་འདྲོད། 	34	
བསྡུ་མཐུ།		100	

དྲི་བ་ཀོད་འཇུག་མིའི་མིང་དང་མིང་རྟགས།

སྤྱི་ཚེས།



ཟླ་རྒྱུ་ ༩/༡༠

རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

མི་སྟོབས་གཙོ་འཛིན་འགོ་དཔོན།
མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན།
རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
ཐིམ་ཕུག

ཅ་དོན། ཡུན་རིང་སྤྱི་བདེ་སྟོབས་སྤྱི་གི་འཛུལ་ཞུགས་སྟན་ལྷ།

ཞུགས་པ། དེ་ཡང་ གནང་ཆའི་ཡིག་ཡང་ སྤྱི་ཚེས་ ཅན་མ་ལྷན་ ང་གིས་ སྤྱི་
ཚེས་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཁ་གསལ་དང་འཁྲིལ་ སྤེལ་ཁང་ནང་འཛུལ་ཞུགས་འབད་ཡིད།

སྟོབས་སྤྱི་གི་མིང་།

སྤེལ་ཁང་།

ལོ་རེའི་སྟོབས་དུས་ཀྱི་གྲངས་ཁ།

སྟོབས་སྤྱི་གི་ནང་དོན། (གར་ཐོ་བཀོད་འབད། གལ་སྲིད་ ས་སྟོང་བྱིན་ཡོད་མི་འདི་གིས་མ་ལང་པ་ཅིན་ ཤོག་ལེབ་སོ་སོ་ཅིག་ལག་
ལེན་འཐབ།)

-
-
-

(མི་ངོའི་མིང་རྟགས།)

མིང་།

ཞི་གཡོག་ངོ་རྟགས་ཡང་།

གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།

སྟོག་འཕྲིན།

སྟོབས་སྤྱི་ལྷ་རྟག་པ་/སྤེལ་ཁང་གི་འགོ་འཛིན།

(མིང་རྟགས་དང་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིམ་ཕུག)

མིང་།

འབྲེལ་ཡང་།

སྟོག་འཕྲིན།

(མ་དདུལ་འདི་འབྲུག་གཞུང་ལས་གནང་མ་ཡིན་པ་ཅིན་རྒྱུ་མ་གཅིག་ མི་ངོམ་འདི་གིས་དོན་ཚན་འདི་བཀའ་དགོ།)

འཛོལ་བྱས་དང་ཐོབ་ལམ་གཞན་ཚུ་བཙུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ ང་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་དདུལ་ཁང་གི་ཕྱིས་ཁྲ་ཨང་བཟོ་ཏེ་ཡོད།

དདུལ་ཁང་གི་ཁ་བྱང་ཆ་ཚང་།

དདུལ་ཁང་གི་ཕྱིས་ཁྲ་ཨང་།

(དགོས་ཡོད་ན་) རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དདུལ་ཁང་ཨང་།

དདུལ་ཁང་ངོས་འཛིན་དབྱེ་ཨང་།

༡༠.༡ སྤྱི་བྱས།

ངལ་གསོ་བྱིན་དགོས་ཚུ་ཡང།

- ༡༠.༡.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ཁག་ཆེ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་འཐོན་མ་ད་ ལཱ་གཡོག་ལས་དགོངས་ཁྱུ་འབད་མ་དགོ་པར་ ངལ་གསོ་སྤྱོད་ནི།
- ༡༠.༡.༢ ཏུས་མཚམས་ཀྱི་ངལ་སངས་པན་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ།
- ༡༠.༡.༣ ལཱ་གི་གནས་སྟངས་འདྲ་མཉམ་བཟོ་ནི།

༡༠.༢ སྤྱི་བཏང་ལས་ལུགས།

- ༡༠.༢.༡ ལེའུ་འདི་ གཏན་འཇགས་ཀྱི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་དོན་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༠.༢.༢ སྤྱི་མའི་ངལ་གསོ། སའི་ངལ་གསོ། ཟུང་ན་ངལ་གསོ་དང་ རེས་མེད་སྒོ་བྱར་གྱི་གནས་སྟངས་ཚུ་འཁྲུགས་མ་གཏོགས་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ངལ་གསོའི་རིགས་དེ་ཚུ་ ཁོ་རའི་ཐོབ་དབང་སྤྱི་བཟུ་མི་ཆོག།
- ༡༠.༢.༣ ལས་སྡེ་གིས་ ཞབས་ཏྲུག་སྤྱོད་ནིའི་ནང་བར་ཆད་མར་པབ་རྒྱུ་ཞིའི་དོན་ལུ་ རང་སའི་ནང་འཁོད་ཀྱི་ངལ་གསོའི་སྤྱི་བྱས་ཚུ་བཟུ་དགོ།
- ༡༠.༢.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ངལ་གསོའི་ནང་ཨིན་ཏེ་འབད་རུང་ ཨ་ཏྲག་ར་སྤྱི་གཡོག་ནང་ཨིན་མ་བཟུམ་སྤྱི་ཆ་བཞག་དགོས་དང་ ལཱ་གཡོག་ལུ་ཁག་ཆེ་ཏེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འོས་འབབ་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་འདི་གིས་ ཉམས་ར་འབད་རུང་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལུ་འབོ་ཆོག།
- ༡༠.༢.༥ སྒོ་བྱར་བྱ་ན་ཆ་བྱང་བ། ཡང་ན་རེས་མེད་ཀྱི་གནས་སྟངས་བྱང་བའི་སྤྱི་བས་ལུ་མ་གཏོགས། ཞི་གཡོག་པ་ག་འབད་རུང་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལུ་ཆད་སྤྱོད་མ་ཆོག་པ་དང་། ཡང་ན་ལྷག་གི་བཅར་ཤོས་ལྷ་བཀོད་པ་ལས་ སྤྱི་གོང་གི་གནང་བ་མ་ལེན་པར་ལཱ་གིས་ཁོངས་ནང་ལས་འགྱུ་མི་ཆོག།
- ༡༠.༢.༦ ཆད་འཛིན་འགོ་དཔོན་གྱིས་ རང་སའི་འོག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་དང་ བསྐྱུན་གྲོས་འབད་དེ་ངལ་གསོའི་འཆར་གཞི་བཟོ་དགོ། ངལ་གསོའི་གནང་བ་འདི་ རང་སའི་དབང་ཆད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་ལས་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་གནང་བ་སྤྱི་གོང་ལས་ཁྱུ་དགོ།
- ༡༠.༢.༧ དབང་ཆད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་ལས་ངལ་གསོ་ཆ་འཛོག་གྲུབ་པའི་ཡིག་ཐོག་གི་བཀའ་རྒྱུ་མ་བཏོན་ཚུན་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ངལ་གསོའི་ཁྱུ་ཡིག་ཕུལ་མ་ཅོམ་ཅིག་གིས་ ངལ་གསོའི་གནང་བ་གྲུབ་ཚར་མ་སྤྱི་བཟུ་མི་ཆོག།
- ༡༠.༢.༨ སྤྱི་གཡོ་ཆང་བའི་ཆོས་གྲངས་ལས་བཀྲལ་བའི་ངལ་གསོའི་གནང་བ་གནང་མི་ཆོག།

- ༡༠.༡.༩ ཞི་གཡོག་ཕིག་ ངལ་གསེའི་དུས་ཡུན་ཚང་ཞེན་མ་ལས་ སླིག་གཡོག་ནང་ལུ་ལོག་མ་ཚུགས་པའི་སྐབས་ ལས་སྡེ་གིས་འོས་འབབ་ལྷན་པའི་སླིག་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་མ་ལེན་ཚུན་ཚོད་ དངུལ་ཕོགས་མ་སྟོན་པར་བཞག་དགོ།
- ༡༠.༡.༡༠ གནས་སོར་གྱི་སྐབས་ལུ་ འཇུལ་ཞུགས་ཀྱི་དུས་ཚོད་འདི་ ངལ་གསོ་གང་རུང་གི་ཤུལ་མའི་ཉིན་མ་འདི་ལུ་བཟོ་དགོ།
- ༡༠.༡.༡༡ ངལ་གསོ་ཚུ་ག་ར་གཡོག་དེབ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་སླིག་བཀོད་ནང་ ཚུལ་དང་མཐུན་མ་སྟོན་ཐོབ་ཀོད་འབད་དེ་ ཕྱིས་ཁར་བཀལ་དགོ།
- ༡༠.༡.༡༢ ཉམས་ཚོད་ནང་ཨིན་མའི་ཞི་གཡོག་ཕིག་ལུ་ གློ་བུར་ངལ་གསོ། སྤྲོ་བཙུན་ངལ་གསོ། རྟ་གཡོག་ངལ་གསོ། རྩ་ངན་ངལ་གསོ། སའི་ངལ་གསོ་དང་སྟེ་མའི་ངལ་གསོ་ཚུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ངལ་གསོ་གཞན་གྱི་རིགས་ལེན་མི་ཚོག
- ༡༠.༡.༡༣ ཞི་གཡོག་ཕིག་ ཀུན་གཏོགས་གདམ་འབྲུ། ཡང་ན་རྩིས་ལན། འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས་ཕུལ་ནི། ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྟར། ཡང་ན་ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྟེན་ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་དོན་ལུ་ གནང་བ་ཅན་གྱི་ཆད་ཀྱི་ངལ་གསོའི་ (འགོ་འབྲུལ་དང་ངེས་ཏིག་ལས་རིམ་གྱི་ཚོས་གངས་ངོ་མའི་) ཐོབ་དབང་ཡོད་རུང་ ཉིན་འཐུས་དང་འབྲུལ་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་མེད།
- ༡༠.༡.༡༤ ངལ་གསོ་འདི་ འབྲི་ཤོག་ ༡༠/༡ ཅན་མའི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་སླིག་བཀོད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལེན་དགོ།

༡༠.༢ ངལ་གསེའི་དབྱེ་བ།

- ༡༠.༢.༡ ཞི་གཡོག་ཕིག་ལུ་གཤམ་གསལ་གྱི་ངལ་གསེའི་དབྱེ་བ་མ་འདྲམ་ཚུ་གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།
- ༡༠.༢.༡.༡ གློ་བུར་ངལ་གསོ།
 - ༡༠.༢.༡.༢ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ།
 - ༡༠.༢.༡.༣ རྩ་ངན་ངལ་གསོ།
 - ༡༠.༢.༡.༤ མའི་ངལ་གསོ།
 - ༡༠.༢.༡.༥ སའི་ངལ་གསོ།
 - ༡༠.༢.༡.༦ སྤྲོ་བཙུན་ངལ་གསོ།
 - ༡༠.༢.༡.༧ རྟ་གཡོག་ངལ་གསོ།
 - ༡༠.༢.༡.༨ གློ་བུར་ངལ་གསོ།
 - ༡༠.༢.༡.༩ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ།
 - ༡༠.༢.༡.༡༠ ག་སླིག་ངལ་གསོ། (གནས་སོར། ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྟེན། དགོངས་ཁྱའི་སྡེ་གོང་གི་ཟླ་ངོ་ ༡ །)

༡༠.༣ གློ་བུར་ངལ་གསོ།

- ༡༠.༣.༡ གློ་བུར་ངལ་གསོ་འདི་ ཞི་གཡོག་ཕིག་ལུ་གཞུགས་ཁམས་མ་བདེ་བ་བྱུང་བའི་སྐབས་དང་ ཡང་ན་སྟེར་དོན་གལ་

ཅན་གྱི་འབྲེལ་གནད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྩམ་ཡུན་ཐུང་ཀྱི་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ གནང་བའི་ངལ་གསོ་འདི་ལུ་སྒྲུབ་ཨིན། གློ་བུར་ངལ་གསོ་འདི་ གླིག་གཡོག་ནང་ཡོད་པའི་གངས་སུ་བཙུང་གོ།

༡༠.༤.༡ གློ་བུར་ངལ་གསོ་འདི་ ཕྱིས་ལོ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ནང་ ཉིན་གངས་མཐོ་ཤོས་ལཱ་གཡོག་གི་ཉིན་མ་བཅུ་ཐམ་ལེན་ ཚོགས།

༡༠.༤.༣ གློ་བུར་ངལ་གསོ་འདི་ ཉིན་མ་ཕྱེད་ཀ་སྟེ་ཡང་བྱིན་ཚོགས།

༡༠.༤.༤ གཟའ་ཉིན་ལུ་ཉིན་ཕྱེད་སྟེ་ལཱ་འབད་དགོ་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ གཟའ་ཉིན་ལུ་གློ་བུར་ངལ་གསོ་ལེན་པ་ཅིན་ ཉིན་མ་ ཕྱེད་ཀྱི་གློ་བུར་ངལ་གསོ་ལེན་ཡོད་པ་སྟེ་བཙུང་གོ།

༡༠.༤.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཞུང་དོན་ལྟ་སྐོར་རྩམ་ཡུན་ནང་འཁོད་ལུ་ ཁག་ཆེ་བ་ཅིན་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་འགོ་དཔོན་གྱི་ གནང་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ངལ་གསོ་ལེན་ཚོགས། ཨིན་རུང་ དེ་བཟུམ་མའི་གློ་བུར་ངལ་གསོ་ཉིན་གངས་གང་ལེན་གྱི་རིང་ ལུ་ ཉིན་འབྲུམ་མི་འཐོབ།

༡༠.༤.༦ ཕྱིས་ལོའི་རྩམ་ཡུན་གྱི་རིང་ལུ་ འཇུལ་ཞུགས་འབད་མའི་ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་འདི་ལུ་ གློ་བུར་ངལ་གསོའི་ཐོབ་ ལམ་འདི་ གཡོག་ནང་ཁྱོད་གང་སོང་གི་ཁྱོད་གངས་དང་ཁ་འཐབ་སྟེ་ གློ་བུར་ངལ་གསོ་བྱིན་ཚོགས།

༡༠.༤.༧ གློ་བུར་ངལ་གསོའི་ཕྱིས་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་རེ་རེ་བཞིན་བྱ་གི་མིང་ཐོག་ཁར་ ཕྱིས་ཁ་བཟོ་སྟེ་བཞག་དགོ།

༡༠.༤.༨ གློ་བུར་ངལ་གསོ་མ་ལེན་པའི་ཉིན་གངས་ལྷག་ལུས་འདི་ ཕྱིས་ལོ་མཇུག་བསྟུ་བའི་སྐབས་ལུ་ གསོག་འཛོག་ངལ་ གསོའི་ཕྱིས་ཁར་བསྐྱེད་དགོ། ཉམས་ཚེད་ཀྱི་རྩམ་ཡུན་ནང་ཨིན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གློ་བུར་ངལ་གསོ་མ་ ལེན་པའི་ཉིན་གངས་ལྷག་ལུས་འདི་ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོའི་ཕྱིས་ཁར་བསྐྱེད་དགོ།

༡༠.༤.༩ སྟོབ་སྟོན་ལཱ་གཡོག་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གློ་བུར་ངལ་གསོ་ལུ་མ་འགྱུར་བའི་ཉིན་གངས་ལྷག་ལུས་འདི་ ངལ་གསོའི་ཕྱིས་ནང་བསྐྱེད་པའི་བཞག་ཚོགས། ཨིན་རུང་ ཉིན་གངས་མཐོ་ཤོས་ཉིན་མ་ ༩༠ ཚུན་རྒྱུང་གཅིག་ བསྐྱེད་པའི་བཞག་ཚོགས་ནི་དང་ དེ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ངལ་གསོའི་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ངལ་གསོའི་འབྲུམ་དངུལ་ ཕྱིས་རྒྱབ་ཚོགས།

༡༠.༤.༡༠ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གློ་བུར་ངལ་གསོ་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཐད་ཀར་ལྟ་རྟོག་པ་ལས་གནང་བ་ཞུ་དགོ།

༡༠.༥ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ།

༡༠.༥.༡ ཉམས་ཚེད་རྩམ་ཡུན་གྱི་རིང་ལུ་མ་བཙུམ་པར་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་གཡོག་འབད་དེ་ རྒྱལ་རེ་རེ་འཁོར་མ་ད་ ཉིན་གངས་ ༣.༥ རེའི་ཚད་གཞིའི་ཐོག་དངུལ་ཐོགས་ཡོངས་བསྐྱེད་པའི་བཅའ་ཏེ་འཐོབ།

༡༠.༥.༢ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ་འདི་ མཐོ་ཤོས་ཉིན་གངས་ ༩༠ གི་རིང་ལུ་རྒྱུང་གཅིག་གསོག་འཛོག་འབད་ཚོགས།

༡༠.༥.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་གསོག་འཛོག་ངལ་གསོའི་རྩམ་ཡུན་ནང་འཁོད་ལུ་ གཞུང་གི་ངལ་གསོ་དང་

བདུན་པ་གི་ངལ་གསོ་ (ཉིམ་དང་ལྷན་) ཚུ་ཚུད་དེ་ཡོད་པ་ཅིན་ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོའི་ཕྱིས་ནང་ལས་པ་མི་
ཚོགས། ཐོབ་ལམ་འདི་ གཟའ་ཉིམ་ལུ་སྒྲིག་གཡོག་རྒྱུ་དགོ་པའི་ཞི་གཡོག་ཚུ་ལུ་ཡང་འཐོབ།

༡༠.༥.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལྷོ་དོ་གཅིག་ལས་ལྷག་པའི་དུས་ལུན་རིང་ལུ་སྒྲིབ་བདར་ལེན་པའི་སྐབས་ དེའི་རིང་ལུ་
གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ་མི་འཐོབ།

༡༠.༥.༥ ལོ་ལྟར་གྱི་ངལ་གསོའི་ཐོབ་དབང་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་སྟོན་ཁྱད་རིག་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ་མི་
འཐོབ།

༡༠.༥.༦ སྒྲིབ་སྟོན་ཁྱད་རིག་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ སྒྲིབ་རིག་ལོ་ངོ་རེ་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཁེ་པན་ཚུ་འཐོབ།

༡༠.༥.༦.༡ ཉུང་ཤོས་ལྷོ་དོ་ ༡ གྱི་རིང་ལུ་གཡོག་ནང་ཕྱག་ལུ་མི་ལུ་ གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་དང་བཅས་
པའི་ལོ་ལྟར་ངལ་གསོའི་འཕུས་འཐོབ།

༡༠.༥.༦.༢ ལྷོ་དོ་ ༣ ལས་ ༡ གྱི་བར་ ལུ་གཡོག་ནང་ཕྱག་ལུ་མི་ལུ་ དངུལ་ཕོགས་དང་བཅས་པའི་ལྷོ་
དོ་ ༡ གི་ངལ་གསོའི་འཕུས་འཐོབ་ནི་དང་།

༡༠.༥.༦.༣ ལྷོ་དོ་ ༣ མན་ཆད་ ལུ་གཡོག་ནང་ཕྱག་ལུ་མི་ལུ་ འཕུས་གྱི་ངལ་གསོ་མི་འཐོབ།

༡༠.༥.༧ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོའི་གནང་བ་འདི་ ལས་ཁྲའས། རྫོང་ཁག །ལྷང་ཕྱོགས་ཡིག་ཚང་། ཡང་ན་གཙུག་སྡེ་ཚུ་གི་
འགོ་དཔོན་གཙོ་བོ་ག་ཅིན་མི་འདི་གིས་བྱིན་དགོ། འགོ་དཔོན་གཙོ་བོ་དེ་ཚུ་གི་གསོག་འཛོག་ངལ་གསོའི་གནང་བ་
འདི་ རང་སེའི་དབང་ཆད་ཅན་གྱི་འགོ་དཔོན་གྱིས་གནང་དགོ། ཅིན་རུང་ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ་གི་གནང་བ་སྒྲིབ་
ནིའི་དབང་ཆད་འདི་ ཁོང་རའི་འོག་གི་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་བྱིན་དགོ་པ་ཐོན་པ་ཅིན་ དབང་ཆད་སྒྲིབ་ཆོག

༡༠.༨ ལྷ་ངན་ངལ་གསོ།

༡༠.༨.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་བཟའ་ཚང་གི་འཕུས་མི། སམ། སྒྲིན་ཆ་དང་ ལྷ་ཕོགས་གྱི་སམ་གང་རུང་ བྱི་རྒྱུན་རེ་
བྱུང་བའི་སྐབས་ རྒྱུན་ངན་གྱི་ཉིན་མ་ལས་ བདུན་པ་གི་ངལ་གསོ་དང་གཞུང་གི་ངལ་གསོ་བཅས་ཏེ་ རྒྱུན་ངན་རེའི་
དོན་ལུ་ ལྷ་ངན་ངལ་གསོ་ཉིན་གངས་ ༣༡ འཐོབ།

༡༠.༨.༢ ལྷ་ངན་ངལ་གསོའི་གནང་བ་འདི་ ལུ་ཡིག་བཙུགས་མིའི་ཐད་ཀར་ལྷ་རྟོག་པ་གིས་གནང་དགོ།

༡༠.༩ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ།

༡༠.༩.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ལྷོ་དོ་ ༤ གི་སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འཐོབ་དགོ། དེ་ཡང་ མཆོ་མ། མངལ་བཏོན་གཤམ་གཙོས་
དང་ ལྷ་གངས་མ་ཆང་བར་སྐྱེས་པའི་ཨ་ལུ་བཅུས་པའི་ཨ་ལུ་སྐྱེ་ཐངས་ག་རའི་དོན་ལུ་གཅིག་མཚུངས་སྡེ་ཅིན་དགོ།

༡༠.༩.༢ ཨ་ལུ་མངལ་ཤོར་བྱུང་སྡེ་ གསོ་བའི་ལག་ཁྱེར་སྟོན་ནི་ཡོད་མི་ལུ་ མཐོ་ཤོས་ལྷོ་དོ་ ༡ གི་སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འཐོབ།

༡༠.༩.༣ གལ་སྲིད་ ཨ་ལུ་སྐྱེ་བའི་སྐབས་ ཡང་ན་སྐྱེས་ཏེ་ལྷོ་དོ་ ༣ གི་ནང་འཁོད་ལུ་བྱི་རྒྱུན་བྱུང་པ་ཅིན་ ཨའི་འདི་ལུ་ལྷ་

ངན་ངལ་གསོའི་ཉིན་གངས་ ༡༡ བརྩིས་ཏེ་ ལྷ་འོ་ ༣ གྱི་སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་གཉིས་ལས་ ག་མཐོ་མི་འདི་ཐོབ་ལམ་
ཡོད། ཡིན་རུང་ ཨ་ལུ་འདི་སྐྱེས་ཏེ་ ལྷ་འོ་ ༣ གྱི་བྱལ་ལས་ཤི་རྒྱུན་བྱུང་པ་ཅིན་ ཨ་འི་ལུ་ ཟུང་ན་ངལ་གསོ་
ཉིན་གངས་ ༡༡ གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། དེ་ལས་ ཟུང་ན་ངལ་གསོ་མཚུག་བསྐྱེད་ཞིན་ལས་ ཡིག་ཚང་གི་སྒྲིག་གཞི་ག་
འཕྲོ་མཐུད་དགོ།

- ༡༠.མ.༤ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འདི་ ཨ་ལུ་སྐྱེས་པའི་ཆོས་གངས་ལས་འགོ་བཙུགས་དགོ།
- ༡༠.མ.༥ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འདི་ ངལ་གསོ་གཞན་གང་རུང་དང་གཅིག་ཁར་མཉམ་སྟེ་བ་འབད་ཆོག
- ༡༠.མ.༦ མའི་ངལ་གསོའི་ནང་གི་ཉིན་མ་དང་པམ་དང་མཚུག་གི་ཉིན་མ་འདི་ལུ་ གཞུང་གི་ངལ་གསོ་ཐོག་སྟེ་འབད་རུང་
ཉིན་མ་འདི་ ངལ་གསོའི་རྩིས་ཁར་བཀལ་དགོ།
- ༡༠.མ.༧ ཨ་ལུ་ལྷ་འོ་ ༡༤ མ་ལང་མི་ཚུ་ལུ་ ཨོམ་བྱིན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཉིན་མའི་དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་ ༡༢ ལས་ ༡ ཚུན་ཡར་
སང་འབད་ཆོག གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ སློབ་སྟོན་དང་གསོ་བའི་བྱུང་རིག་ལཱ་གཡོག་འབད་མི་ཡིན་པ་ཅིན་
འཛིན་སྐྱོང་པ་གིས་ དེ་བཟུམ་མའི་ཐབས་ལམ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ལཱ་གཡོག་ལུ་གཞོད་པ་མེད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༡༠.མ.༨ སྐྱེས་བཏང་ཡིག་ཚང་གི་དུས་ཚོད་དང་འབྲེལ་མ་དགོ་པའི་སྐབས་ ལས་སྟེ་གིས་ཨ་ལུ་གི་ཨ་འི་ཚུ་ལུ་ ཨ་ལུ་ལུ་ཨོམ་
བྱིན་ནིའི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་སྒྲིག་ཆ་བཟོ་དགོ།
- ༡༠.མ.༩ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་ བུ་ཚབ་ལེན་མའི་ཨ་ལུ་མས་སྐྱེས་འདི་ ལྷ་འོ་ ༤ མ་ལངས་ཚུན་ དོན་ཚན་ ༡༠.མ.༡
པ་དང་འབྲེལ་ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་བྱིན་དགོ།
- ༡༠.མ.༡༠ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འདི་ གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ། ངལ་གསོའི་འགྲུལ་འཐུས། གོ་གནས་ཡར་སང་། སྐྱོང་བརྟན་དང་
དགོངས་ལུ་ཁེ་པན་ཚུ་རྒྱུ་རྒྱུ་བཟོ་བཟོས་ཏེ་ མི་སྟོབས་ཀྱི་བྱུ་ལེན་ག་རའི་དོན་ལུ་ སྒྲིག་གཡོག་འོ་མའི་གངས་སུ་
བརྩི་དགོ།
- ༡༠.མ.༡༡ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་ལེན་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གཞི་རྟེན་དངུལ་ཐོགས། དཀའ་འཐུས། ཁ་མཐོའི་འཐུས་དང་
ཁང་གྲའི་འཐུས་ཚུ་ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་འགོ་བཙུགས་པའི་ཆོས་གངས་ལས་བརྩིས་ཏེ་ འཐོབ་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད།
- ༡༠.མ.༡༢ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོའི་ནང་ཨོན་མའི་སློབ་དཔོན་ཚུའི་དོན་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ བྱུང་རིག་ལཱ་གཡོག་དང་གཅིག་ཁར་མཉམ་
སྟེ་སྟེ་ཡོད་པའི་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་འདི་ དོན་ཚན་ ༡༡.༡༢ པ་དང་འབྲེལ་དགོ།
- ༡༠.མ.༡༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སློབ་སྐྱོང་ངལ་གསོ། ཡང་ན་དམིགས་བསལ་ངལ་གསོའི་དུས་ཡུན་སྐབས་ ཨ་ལུ་སྐྱེ་བ་ཅིན་ སྐྱེ་
མའི་ངལ་གསོའི་ཐོབ་ལམ་མེད། ཡིན་རུང་ སྒྲིག་གཡོག་ནང་ལོག་འཛུལ་ལུགས་འབད་བའི་སྐབས་ ཨ་ལུ་འདི་ལྷ་
འོ་ ༤ མ་ལངས་པ་ཅིན་ ངལ་གསོ་ལུ་གཡོག་གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།
- ༡༠.མ.༡༤ ཉམས་ཚེད་ནང་ཨོན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་དང་ གོང་གི་འབྲེལ་ཡོད་དགོངས་དོན་ཚུའི་ཐོབ་
ལམ་ཡོད།
- ༡༠.མ.༡༥ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་ནང་ཨོན་མའི་ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་ཚུ་ ཨ་ལུ་སྐྱེ་བའི་ཆོས་གངས་ལས་བརྩིས་ཏེ་ སྐྱེ་མའི་ངལ་

གསོ་ལྷག་ལུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡༠.མ.༡༤ སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོའི་གནང་བ་འདི་ སྐྱེ་ཐངས་ཤེད་གསོ་བའི་ལག་ཁྱེར་སྟོན་ཐོག་ལས་ རང་སེའི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་
འགོ་དཔོན་གྱིས་གནང་དགོ།

༡༠.༡ སེའི་ངལ་གསོ།

༡༠.༡.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཨ་ལུ་སྐྱེ་ཐངས་ག་རའི་དོན་ལུ་གཅིག་མཚུངས་སྟེ་ སེའི་ངལ་གསོ་འདི་ ཨ་ལུ་སྐྱེས་པའི་ཆོས་
གངས་ལས་ ལཱ་དུས་ཀྱི་ཉིན་གངས་ ༡༠ གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡༠.༡.༢ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཨ་ལུ་མས་སྐྱེས་ བུ་ཚབ་སྟེ་ལེན་ཡོད་མའི་དོན་ལུ་ སེའི་ངལ་གསོ་འདི་ དོན་ཚན་
༡༠.༡.༡ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བྱིན་དགོ།

༡༠.༡.༣ གལ་སྲིད་ ཨ་ལུ་སྐྱེ་བའི་སྐབས་ ཡང་ན་ཨ་ལུ་སྐྱེས་པའི་ཆོས་གངས་ལས་ ལྷ་འོ་ ༤ གི་ནང་འཁོད་ ཨའི་འདི་གི་
རྒྱུ་བྱང་པ་ཅིན་ ཨ་ལུ་འདི་ལྷ་འོ་ ༤ མ་ལངས་ཚུན་ ཨ་པ་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་སེའི་ངལ་གསོ་སྟེ་ ལྷ་འོ་ ༤
ཡང་ན་སྐྱེ་མའི་ངལ་གསོ་ལྷག་ལུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡༠.༡.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སྟོབ་སྟོང་ངལ་གསོ། ཡང་ན་དམིགས་བསལ་ངལ་གསོའི་དུས་ལུན་སྐབས་ ཨ་ལུ་སྐྱེ་བ་ཅིན་ སེའི་
ངལ་གསོའི་ཐོབ་ལམ་མེད།

༡༠.༡.༥ སེའི་ངལ་གསོ་འདི་ ལྷ་ཡིག་ཕུལ་མའི་ཐད་ཀར་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་འགོ་དཔོན་གྱིས་གནང་དགོ།

༡༠.༢ སྐྱན་བཅོས་ངལ་གསོ།

༡༠.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ནད་གཞི། ཡང་ན་གཞོད་རྒྱུན་ལས་བརྟེན་ སྐྱིག་གཡོག་བརྟུག་ནིའི་ལྷོགས་གྲུབ་མེད་པ་སྟེ་ ལྷལ་
ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དྲུང་འཛོལ་ཅིག་གིས་ བདེན་སྟོང་འབད་ཡོད་ན་ གསོ་བའི་ལག་ཁྱེར་སྟོན་ཐོག་
ལས་ གཤམ་གསལ་དུས་ལུན་དང་འཁྲིལ་བའི་སྐྱན་བཅོས་ངལ་གསོ་བྱིན་དགོ།

ག། ལྷ་འོ་ ༡ ཚུན་གྱི་དོན་ལུ། གསོ་བའི་དྲུང་འཛོལ་གནང་བ་དང་།

ཁ། ལྷ་འོ་ ༡ ལས་ལྷག་པ། ཡང་ན་མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཐངས་ ༡ དང་ དེ་ལས་ལྷག་པའི་ལྷ་འོ་ ༡ གི་
སྐྱན་བཅོས་ངལ་གསོ་ལེན་པ་ཅིན་ གསོ་བའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོད་བཞག་འབད་བའི་གསོ་བའི་བཀོད་
ཚོགས་ཀྱི་གནང་བ་དགོ།

༡༠.༢.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ མཐོ་ཤོས་ལྷ་འོ་ ༣༤ གི་སྐྱན་བཅོས་ངལ་གསོའི་ཐོབ་དབང་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལས་ལྷག་སོང་པ་
ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ སྐྱིག་ལོ་མ་ཚང་བའི་སྤྱོད་དཔོངས་ལྷའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་དཔོངས་ལྷའི་ཁེ་ཕན་དང་བཅས་
དཔོངས་ལྷ་འབད་དགོ།

༡༠.༢.༢ ཐངས་ཕྱོག་གཅིག་ནང་ སྐྱན་བཅོས་ངལ་གསོ་ཉིན་གངས་ ༣༠ ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་ལེན་ཡོད་ན་ ལྷ་འོ་ ༣༤
གི་གངས་སུ་བཅི་དགོས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ གཡོག་དེབ་ནང་ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ།

- ༡༠.༩.༤ སྤྲུལ་བཅོས་ངལ་གསེའི་ནང་སྟོད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཡོངས་བསྟོམས་ཀྱི་དངུལ་ཕོགས་འཕྲོལ། ཨིན་རུང་
སྤྲུལ་བཅོས་ངལ་གསེ་ཟླ་རོ་ ༡ ལས་ལྷག་པ་ཅིན་ མཉམ་སྡེ་བ་སྡེ་ཡོད་པའི་བྱད་རིག་ལཱ་གཡོག་གི་འཐུས་གང་རུང་
ཚུ་ རོན་ཚན་ ༡༡.༡༩.༡.༩ པ་དང་འཁྲིལ་ ཅུས་ཡུན་དེའི་རིང་ལུ་ མཚམས་འཛོག་སྡེ་བཞག་དགོ།
- ༡༠.༩.༥ ཟླ་རོ་ ༩ ལས་ལྷག་སྟེ་སྤྲུལ་བཅོས་ངལ་གསེ་གནང་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ལས་སྡེ་གིས་ཐག་བཅད་ཡོད་མི་
དང་འཁྲིལ་ འོག་སྟེ་སྤྲུལ་བཅུག་པར་འོང་བའི་སྐབས་ལུ་ ལཱ་འགན་འབག་ཚུགས་པའི་གསོ་བའི་བདེ་ཁམས་ལག་
ཁྱེར་སྟོན་དགོ།
- ༡༠.༩.༦ སྤྲུལ་བཅོས་ངལ་གསེ་ཟླ་རོ་ ༩ ལས་ལྷག་པ་ཅིན་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་གནང་དགོཔ་དང་། ཟླ་རོ་
༡ ལས་ཉུང་བའི་སྤྲུལ་བཅོས་ངལ་གསེ་འདི་ སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཁུངས་འགོ་འཛིན་གྱིས་གནང་བ་གནང་དགོ།
- ༡༠.༩.༧ ཟླ་རོ་ ༩ ཚུན་གྱི་སྤྲུལ་བཅོས་ངལ་གསེ་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ སྤྲུལ་གཡོག་རོ་མའི་གྲངས་སུ་བཅི་
དགོ།

༡༠.༡༠ རན་གཡོག་ངལ་གསེ།

- ༡༠.༡༠.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པའི་ཐད་ཀར་རྟེན་མའི་ནད་གཡོག་བརྒྱུག་ནིའི་དོན་ལུ་ མཐོ་ཤོས་ཟླ་རོ་
༡ གི་ནད་གཡོག་ངལ་གསེ་བྱིན་དགོ། ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ སྤྲུལ་བཅོས་སྤྲོན་ཁུ་གཞི་བཞག་སྟེ་
ཅུས་ཡུན་ཡར་སེང་འབད་ཆོག་རུང་ དེ་བཟུམ་མའི་ཡར་སེང་འདི་ བདུན་ཕྱག་ངལ་གསེ་དང་ གཞུང་གི་ངལ་གསེ་
བཅོས་ཏེ་ ཉིན་གྲངས་ ༣༠ ལས་བརྒྱལ་མི་ཚོག
- ༡༠.༡༠.༢ རན་གཡོག་ངལ་གསེའི་ནང་སྟོད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཡོངས་བསྟོམས་ཀྱི་དངུལ་ཕོགས་འཕྲོལ། ཨིན་རུང་
ནད་གཡོག་ངལ་གསེ་ཟླ་རོ་ ༡ ལས་ལྷག་པ་ཅིན་ མཉམ་སྡེ་བ་སྡེ་ཡོད་པའི་བྱད་རིག་ལཱ་གཡོག་གི་འཐུས་གང་རུང་
ཚུ་ རོན་ཚན་ ༡༡.༡༩ པ་དང་འཁྲིལ་ ཅུས་ཡུན་དེའི་རིང་ལུ་ མཚམས་འཛོག་སྡེ་བཞག་དགོ།
- ༡༠.༡༠.༣ རན་གཡོག་ངལ་གསེ་འདི་ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་རྒྱུང་མ་གཅིག་གིས་ གནང་བ་གནང་ཆོག

༡༠.༡༡ སྟོབ་སྟོང་ངལ་གསེ།

- ༡༠.༡༡.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་གྱིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ཡུན་རིང་སྟོང་བརྒྱུ་ལེན་ནིའི་དོན་
ལུ་ སྟོབ་སྟོང་ངལ་གསེ་བྱིན་དགོ། སྟོབ་སྟོང་ངལ་གསེ་འདི་ ཡུན་རིང་སྟོང་བརྒྱུ་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་
དགོ།
- ༡༠.༡༡.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་གཡོག་གི་ཅུས་ཡུན་ཡོངས་ཚོགས་ཅིག་ལུ་ (དགོཔ་ཡོད་ན་) གཡོག་ཐོག་གི་ཡུན་རིང་
སྟོང་བརྒྱུ་ལེན་མཐོ་ཤོས་ཐངས་ ༩ ཡང་ན་ ཁོ་ར་སྟེམ་ལོ་ ༤༥ མ་ལངས་ཚུན་གཉིས་ལས་ ག་ཏེ་མི་དང་འཁྲིལ་ལེན་
ཆོག
- ༡༠.༡༡.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་སྟོབ་སྟོང་ཅུས་ཡུན་གྱི་དོན་ལུ་ དངུལ་ཕོགས་ཐོབ་པའི་སྟོབ་སྟོང་ངལ་

གསེའི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡༠.༡༡.༤ སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་གནང་བ་བྱུང་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཡུན་རིང་སྦྱང་བརྟུན་གང་རུང་གཅིག་གི་དོན་ལུ་ འགོ་
ཐོག་ཟླ་རོ་ ༡༢ གྱི་རིང་ གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། དུས་ཡུན་ཟླ་རོ་ ༡༢ ལས་ལྷག་པའི་སྐབས་
ཁོ་ལུ་ དུས་ཡུན་ལྷག་ལུས་གྱི་དོན་ལུ་ གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡༠.༡༡.༥ དོན་ཚན་ ༡༠.༡༡.༤ པ་དང་འཁྲིལ་མ་དགོ་པར་ སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་གནང་བ་བྱུང་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་
ཡུན་རིང་སྦྱང་བརྟུན་གང་རུང་གཅིག་གི་དོན་ལུ་ གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་མིལ་བྱམ་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། དེ་ཡང་ སློབ་
སྦྱང་འདི་ ལྷོ་ཨེ་ཤི་ཡ་ལུང་ཚུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཚོགས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ནང་ཡོད་དགོ།

༡༠.༡༡.༦ སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་སྐབས་ དོན་ཚན་ ༡༡.༡༡.༡.༡༢ པ་དང་འཁྲིལ་ ཁང་སླའི་འཐུས་མ་གཏོགས། འཐུས་གཞན་
གང་རུང་སྤྱོད་ནི་ལས་མཚམས་འཛིག་འབད་བཞག་དགོ།

༡༠.༡༡.༧ སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་དུས་ཡུན་འདི་ དགོངས་ཞུའི་ཁོ་མན་ཚུའི་དོན་ལུ་ སླིག་གཡོག་རོ་མའི་གངས་སུ་བཅི་དགོ།

༡༠.༡༡.༨ དོན་ཚན་ ༡༠.༡༡.༧ པ་དང་འཁྲིལ་མ་དགོ་པར་ སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་ གཤམ་གསལ་ལྟར་ གོ་གནས་ཡར་
སང་གི་དོན་ལུ་ སླིག་གཡོག་རོ་མའི་གངས་སུ་བཅི་དགོ།

ཀ། ཡུན་རིང་སྦྱང་བརྟུན་གང་རུང་གཅིག་གི་དོན་ལུ་ སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་ཟླ་རོ་ ༡༢ ཚུན་ཨིན། ཨིན་རུང་
བྱུར་དེབ་ ༡༣/༡༧ པའི་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་སློབ་སྦྱང་གི་དུས་ཡུན་ཡོངས་ཚོགས་འདི་ གོ་གནས་
ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ སླིག་གཡོག་རོ་མའི་གངས་སུ་བཅི་དགོ། དེ་ཡང་ སློབ་སྦྱང་གི་དུས་ཡུན་འདི་ ལོ་རོ་ ༡
ལས་ལྷག་མེ་ཨིན་དགོ་པ་དང་།

ཁ། གོང་གི་དོན་ཚན་ ༡༠.༡༡.༨ (ཀ) པ་དང་འཁྲིལ་མ་དགོ་པར་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ལས་རིམ་
གྱི་སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ སླིག་གཡོག་རོ་མའི་གངས་སུ་བཅི་མི་ཚོག

༡༠.༡༡.༩ ལྷ་བསེས་ལམ་ལུགས་གྱི་ཡུན་རིང་སྦྱང་བརྟུན་གྱི་དོན་ལུ་ སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་ལེན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ གནད་དོན་
ག་རའི་དོན་ལུ་ སླིག་གཡོག་རོ་མའི་གངས་སུ་བཅི་དགོ། དེ་ཡང་ སྤེལ་ཁང་ནང་སྤྱོད་པའི་དུས་ཡུན་འདི་ ཟླ་རོ་
༡༢ ལས་མ་ལྷག་པ་ཅིག་ཨིན་དགོ།

༡༠.༡༡.༡༠ དོན་ཚན་ ༡༠.༡༡.༩ པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ འཕྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན་གྱི་དོན་ལུ་ སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་
གཤམ་གསལ་ལྟར་འཁྲིལ་དགོ་པ་ཨིན་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཉིན་འཐུས་ ཡང་ན་འཛོ་འཐུས་གྱི་ཐོབ་ལམ་མེད།

ཀ།	ལོ་ཕྱེད་ཚེས་རྒྱུགས་གྱི་མ་སླིག	-	བདུན་ཕྲག་ ༡།
ཁ།	མོ་བཏབ་ཚེས་རྒྱུགས་གྱི་མ་སླིག	-	བདུན་ཕྲག་ ༡།
ག	མཐའ་མཇུག་ཚེས་རྒྱུགས་གྱི་མ་སླིག	-	བདུན་ཕྲག་ ༩།
ང་།	དངོས་གཞིའི་ཚེས་རྒྱུགས།	-	ལས་རིམ་དང་འཁྲིལ་དགོ།

༡༠.༡༡.༡༡ སློབ་སྦྱང་ངལ་གསེའི་ནང་ཨིན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་ལཱ་གཡོག་སྦྱང་བཞག་འབད་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ། ཨིན་

རུང་ རྟོག་ཚན་ ༧.༣.༡ པའི་ནང་བཀོད་པ་ལྟར་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་གྱི་སློབ་སྦྱོང་འབད་མིའི་གོ་གནས་
འདི་སྤང་བཞག་འབད་མི་ཚོ་ག

༡༠.༡༡.༡༢ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་འདི་ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་རྒྱབ་སྐྱོན་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཡུན་རིང་
སློབ་སྦྱོང་ལཱ་གསོ་གནང་མིའི་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་ཅིག་ཡིན་དགོ།

༡༠.༡༢ དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོ།

༡༠.༡༢.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ སླིག་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ཡོངས་ཚོགས་གྱི་རིང་ལུ་ བདུན་ཕྱག་དང་གཞུང་གི་ལཱ་གསོ་བཅིས་
ཏེ་ དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོ་མཐོ་ཤོས་ ཟླ་རོ་ ༡༤ ཟུན་བྱིན་དགོ།

༡༠.༡༢.༢ གཞུང་གི་ལཱ་གསོ་ཚུ་ དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོའི་ཉིན་དང་པམ། ཡང་ན་མཇུག་གི་ཉིན་མ་འདི་ལུ་ཕོག་རུང་
དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོའི་ཉིན་གངས་སྟེ་བཅི་དགོ།

༡༠.༡༢.༣ དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོའི་དོན་ལུ་འོས་ཚད།

ཀ། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཉམས་ཚཱ་དུས་ཡུན་གྱི་སྐབས་དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོའི་ཐོབ་ལམ་མེད།

ཁ། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཟླ་རོ་ ༣ ལས་ལྷག་པའི་དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོའི་ཐོབ་དབང་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་
འདི་གིས་ཉམས་ཚཱ་དུས་ཡུན་བཅིས་ཏེ་ ཉུང་མཐའ་ལོ་རོ་ ༥ སླིག་གཡོག་བརྒྱུགས་ཚར་ཞིན་མ་ལས་
རྒྱུང་མ་གཅིག་འཐོབ་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད།

ག ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོ་འདི་ རྟོག་ཚན་ ༡༥.༡.༡ པ། ༡༥.༡.༣ པ་དང་ ༧.༡.༡
པ་ཚུའི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་ སླིག་གཡོག་གི་གནས་ཚོག་ཚུ་གྲུབ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུང་མ་གཅིག་བྱིན་དགོཔ་
དང་།

ང། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ བདག་སྦྱོང་གི་ཉེས་ཆད་ཕོག་སྟེ་མེད་པ་ཅིན་ དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོའི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡༠.༡༢.༤ ལཱ་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ཡོངས་ཚོགས་གྱི་རིང་ལུ་ ལེན་ཡོད་པའི་དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོའི་དུས་ཡུན་ཡོངས་
བསྟོམས་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གཞུང་ལུ་ཕྱག་ལུ་ཡོད་པའི་སླིག་གཡོག་གི་ཉིན་མ་མཇུག་ལུ་ དགོངས་ལུའི་
ཁེ་ཕན་ཅིས་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་ སླིག་གཡོག་རོ་མའི་ལོ་གངས་ལས་ཕབ་དགོ།

༡༠.༡༢.༥ དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོ་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སེང་དང་སྦྱོང་བརྒྱུད་ལ་སོགས་པའི་མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་ཚུའི་དོན་ལུ་
སླིག་གཡོག་རོ་མ་སྟེ་བཅི་མི་ཚོ་ག

༡༠.༡༢.༦ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ལེན་ཡོད་པའི་ དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོའི་ཉིན་གངས་བསྟོམས་གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་ཐོབ་པའི་
དདུལ་ཕོགས་དང་གོ་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་མ་སྟོད་པར་བཞག་དགོ།

༡༠.༡༢.༧ དམིགས་བསལ་ལཱ་གསོའི་ནང་མ་འགྱུར་བའི་རྟེ་མ་ བརྒྱུགས་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་གྲོས་འཆར་འདི་ གནང་

བ་གྲུབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ གོ་གནས་ཡར་སང་འདི་ ལོག་སྟེ་སློག་གཤམ་ནང་ལུ་འཛུལ་ཞུགས་འབད་མ་ད་རྒྱུང་མ་གཅིག་ཆ་བཞག་དགོ།

༡༠.༡༩.༤ ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཟུང་། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་དང་ རོན་ཚན་ ༡༡.༡༠.༣.༩ པ་དང་འབྲེལ་ཁྱེད་ ༡༩ ལས་ལྷན་པའི་སྐབས་གཤམ་གི་རོན་ལུ་འབྱོར་བ་ཅིན་ གཞུང་ཁྱིམ་སྦྱོང་ཡོད་མི་འདི་ སྦྱང་མ་བཏོན་དགོ།

༡༠.༡༩.༩ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་འདི་རོན་ལུ་ཞུ་ཡིག་ཕུལ་མའི་ཞི་གཤམ་པ་འདི་གིས་ རྒྱ་མཚན་ཁ་གསལ་གྱི་ཞུ་ཡིག་དང་གཅིག་ཁར་ འགན་ལེན་གྱི་འབྲི་ཤོག་ ༡༠/༩ པ་འདི་བཀང་སྟེ་ ཞུ་ཡིག་ནང་ལུ་བཀོད་མའི་རྒྱ་མཚན་ཚུ་བདེན་པ་ཨིན་པའི་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

༡༠.༡༩.༡༠ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལེན་མའི་ཞི་གཤམ་པ་འདི་ འགན་ལེན་ཡི་གུ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ལཱ་འབད་བ་ཅིན་ ཞི་གཤམ་པ་འདི་ལུ་ བདག་སྦྱོང་ཆེ་རིམ་བྱ་ལེན་གྱི་འབྲི་བ་མོག་དགོ།

༡༠.༡༩.༡༡ ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་ལུ་ གཤམ་འཁོད་གནད་རོན་ཚུ་གི་རོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་བྱེད་ཆོག་གཞུག་གཞུག་འཕྲོད་ཞི་གཤམ་པ་འདི་གིས་ བཟུང་གོ་པ་དེས་བདེན་བྱུང་བའི་བཟུང་ཆང་། ཡང་ན་སྒྲེར་གྱི་དཀའ་ངལ་བསལ་མི་འདི་རོན་ལུ་འཐོབ།

ཁ། བྱད་རིག་གོང་འཕེལ། ཉམས་སྦྱང་སྒྲ་ཚོགས་འཐོབ་ནི་དང་ བཟུང་རྒྱ་མཐོང་རྒྱའི་རོན་ལུ་དང་།

ག ལཱ་གཤམ་པ་ལས་ངལ་སངས། ཡང་ན་ལས་མཚམས་ངལ་གསོ།

༡༠.༡༩.༡༢ ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་ ཞི་གཤམ་གི་ལཱ་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་དང་འགལ་བ། ཡང་ན་འབྲུག་གཞུང་གི་ལཱ་དང་ལས་འགལ་ཚུ་ནང་ རྩས་ཡུན་ཕྱིལ་བུམ་གྱི་ལཱ་གཤམ་པ་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་གོས་སྟོན་གྱི་རོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལེན་མི་ཆོག་

༡༠.༡༩.༡༣ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ཁྱེད་ ༤ ལས་ལྷན་སྟེ་ལེན་པའི་སྐབས་ ཞི་གཤམ་པ་དེའི་གོ་གནས་འདི་ སྤྱང་བཞག་འབད་མི་ཆོག་ནི་དང་། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་མའི་ཞི་གཤམ་པ་འདི་ གནས་སོར་གཏང་དགོཔ་ཐོན་ན་ རོན་ཚན་ ༡༤.༤.༣༠ པ་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༠.༡༩.༡༤ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་མཐུག་བསྟེ་ཞིན་མ་ལས་ སློག་གཤམ་ནང་ལུ་འཛུལ་ཞུགས་འབད་མ་རྒྱུགས་པའི་ཞི་གཤམ་པ་འདི་ ཐབས་མེད་གྱི་དགོངས་ཞུ་གཏང་དགོ།

༡༠.༡༩.༡༥ ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་ལུ་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་འདི་གནང་བ་གནང་མའི་དབང་འཛིན།

ཀ།	བཀོད་བྱུང་/མཁས་མཆོག་ (༡-༣)	རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས།
ཁ།	རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་གི་བཀོད་བྱུང་/མཁས་མཆོག་ (༡-༣)	རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་གི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་།
ག	བྱད་འཛིན་ ༡ པ་ལས་ལག་ལེན་ ༤ པ་རྒྱུ།	ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་།

༡༠.༡༩ གྲྭ་སྒྲིག་ངལ་གསོ།

༡༠.༡༩.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སློབ་སྦྱོང་། གནས་སྔོན་དང་ དགོངས་ལུ་མ་འབད་བའི་སྤྱོད་ལུ་ གྲྭ་སྒྲིག་འབད་ནིའི་དོན་ ལུ་ གྲྭ་སྒྲིག་ངལ་གསོ་ལེན་ཆོག།

༡༠.༡༩.༢ གྲྭ་སྒྲིག་ངལ་གསོའི་དོན་ལུ་འཐོབ་དགོ་པའི་ཉིན་གྲངས་ཚུ་ཡང་།

༡༠.༡༩.༢.༡ ལཱ་གཡོག་གི་ས་ཁོངས་ཅིག་ནང་ལས་ སོ་སོ་ཅིག་ནང་ལུ་གནས་སྔོན་བཏང་བའི་ཞི་གཡོག་པ་ འདི་ལུ་ གནས་སྔོན་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ ཉེ་མའི་ལཱ་གཡོག་གི་ས་ཁོངས་ལས་ ཉུང་ཤོས་ཀི་ལོ་མི་ ༧༢་ ༡༠ གྱི་ས་གནས་ཀྱི་ཕྱི་ཁར་ཡིན་པ་ཅིན་ སྤྱོད་ལུ་མ་འཆོལ་ནིའི་དོན་ལུ་ གྲྭ་སྒྲིག་ངལ་ གསོ་ ལཱ་དུས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་ ༥ འཐོབ་དགོ། གྲྭ་སྒྲིག་ངལ་གསོ་དང་གཅིག་ཁར་ འཕྱོ་འགྲུལ་ ཀྱི་དུས་ཡུན་ངོ་མ་དང་བཅས་ངལ་གསོ་འཐོབ་དགོ།

༡༠.༡༩.༢.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གྲྭ་སྒྲིག་ངལ་གསོ་མཉམ་མ་ལེན་པར་ གནས་སྔོན་ཐོག་ གོ་གནས་ གསར་པ་ཅིག་ནང་འཇུག་ལུ་གསུངས་འབད་བ་ཅིན་ དེའི་ལྷན་ལུས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་འདི་ གསོག་ འཛོག་ངལ་གསོའི་ཕྱི་ཁར་བསྐབ་དགོཔ་དང་། གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ་དེ་ཡང་ མཐོ་ཤོས་ ཉིན་གྲངས་ ༧༠ གི་ནང་འཁོད་ཡིན་དགོ།

༡༠.༡༩.༢.༣ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆེན་གྱིས་ སློབ་སྦྱོང་རར་གསོའི་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ ཅིག་ལུ་ སློབ་སྦྱོང་འགོ་མ་བཟུགས་པའི་ཆེས་གྲངས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུ་ ཉིན་གྲངས་ ༥ གི་གྲྭ་སྒྲིག་ ཕྱིན་དགོཔ་དང་། གནང་ཆའི་ཡི་གུ་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་ལྟར་ སློབ་སྦྱོང་མཇུག་བསྟུ་བའི་ཆེས་ གྲངས་ལས་ ལྷན་ཞི་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཉིན་གྲངས་ ༢༡ ཕྱིན་དགོ། སློབ་སྦྱོང་ངལ་གསོའི་ དོན་ལུ་ གྲྭ་སྒྲིག་ངལ་གསོའི་དུས་ཡུན་གྱི་ནང་འཁོད་ གཞུང་གི་ངལ་གསོ་དང་ བདུན་ཕྱག་ངལ་ གསོ་ (གཟའ་ཉིམ་དང་ལྷན་པུ་) ཚུད་པ་ཅིན་ གྲྭ་སྒྲིག་ངལ་གསོའི་གྲངས་སྟེ་བཅི་དགོཔ་དང་།

༡༠.༡༩.༢.༤ དགོངས་ལུ་མ་འབད་ནི་རན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ དགོངས་ལུ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་ནིའི་ དོན་ལུ་ དགོངས་ལུ་མ་འབད་བའི་ཆེས་གྲངས་ལས་ ལྷན་པུ་ ༡ གི་ཉེ་མ་ལཱ་འགན་ལས་དགོངས་ ཡངས་གཏང་དགོ། ལྷན་པུ་ ༡ གི་དུས་ཡུན་འདི་ མི་ངོ་མ་ཚུ་གིས་གཤམ་གསལ་ལྟར་ལཱ་ལེན་ འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ཡིན།

ཀ། ལཱ་འགན་ཅིས་སྤྱོད་ལེན་མཇུག་བསྟུ་ནིའི་དོན་ལུ།

ཁ། དགོངས་ལུ་ཁེ་སན་ཚུ་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ འབད་དགོ་པའི་ལུགས་རིམ་ཚུ་མཇུག་བསྟུ་ རིའི་དོན་ལུ་དང་།

ག། དགོངས་ལུ་འགྲྭ་སྒྲིག་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ཡིན།

༡༠.༡༩.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོའི་གནང་བ་གནང་མའི་དབང་འཛིན།

ཀ།	བཀོད་བྱ་མཁུ་མཆོག (༡-༣)	ཀྱུ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
ཁ།	ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་གི་བཀོད་བྱ་མཁུ་མཆོག (༡-༣)	ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་གི་མི་སྡོལ་ཚོགས་ཀྱང་།
ག།	བྱད་འཛིན་ ༡ བ་ལས་ལག་ལེན་ ༤ བ་ཚུ།	ལས་སྡེ་མི་སྡོལ་ཚོགས་ཀྱང་།

༡༠.༡༤ ངལ་གསོའི་དངུལ་འཐུས།

- ༡༠.༡༤.༡ ཉེན་ཤོས་ཉིན་གྲངས་སྐྱུ་ཅུའི་གསོག་འཛིག་ངལ་གསོ་བསགས་ཏེ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་གཤམ་གསལ་དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཉིན་གྲངས་སྐྱུ་ཅུའི་གསོག་འཛིག་ངལ་གསོའི་དངུལ་འཐུས་སྡེ་ལེན་ཆོག
- ༡༠.༡༤.༡.༡ གསོག་འཛིག་ངལ་གསོ་ཉིན་གྲངས་སྐྱུ་ཅུའི་ངལ་གསོའི་དངུལ་འཐུས་སྡོད་རུང་བའི་དངུལ་བསྐྱེམས་འདི་དངུལ་འཐུས་སྡོད་པའི་ཉིན་མ་ལུ་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ཐོབ་པའི་ལྷོང་ ༡ གི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་དང་འབྲེལ་མཉམ་སྡེ་སྡོད་དགོ།
- ༡༠.༡༤.༡.༢ ཉིན་གྲངས་སྐྱུ་ཅུའི་ངལ་གསོའི་དངུལ་འཐུས་ལེན་ཡོད་མི་འདི་དངུལ་འཐུས་ལེན་པའི་ཉིན་མ་ལས་གསོག་འཛིག་ངལ་གསོའི་ཕྱིས་ཁྲའི་ནང་ལས་བཏོགས་ཏེ་བཞག་དགོ།
- ༡༠.༡༤.༡.༣ ཕྱིས་ལོ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ནང་ངལ་གསོའི་དངུལ་འཐུས་འདི་ཚར་གཅིག་ལས་བཏོན་མི་ཆོག
- ༡༠.༡༤.༡.༤ དོན་ཚན་ ༡༠.༡༤.༡.༣ མ་བཅུས་པར་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གནད་དོན་གང་རུང་ལས་བཞེན་ཏེ་ལྷ་གཡོག་ལས་ཐོན་འབྱེད་བའི་སྐབས་ལུ་ཁོ་རའི་གསོག་འཛིག་ངལ་གསོའི་ཕྱིས་ཁྲའི་ནང་ལུ་མཐོ་ཤོས་ཉིན་གྲངས་ ༩༠ ཚུན་གྱི་ངལ་གསོའི་དངུལ་འཐུས་སྡེ་ཕྱིས་རྒྱབ་སྡེ་ལེན་ཆོག
- ༡༠.༡༤.༡.༥ སློབ་སྦྱོན་བྱད་རིག་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་རྒྱ་མཚན་གང་རུང་ལུ་བཞེན་ཏེ་ལྷ་གཡོག་ལས་ཐོན་འབྱེད་བའི་སྐབས་ལུ་དོན་ཚན་ ༡༠.༡.༤ དང་འབྲེལ་ཏེ་ལོ་ལྷར་ངལ་གསོའི་དུས་ལུན་གྱི་ཐོབ་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་དངུལ་ཕོགས་ཕྱི་ལུ་སྐྱུ་སྡོད་དགོ།
- ༡༠.༡༤.༡.༦ ལོ་ལྷར་ངལ་གསོའི་ནང་ཨིན་མིའི་སློབ་སྦྱོན་ལྷ་གཡོག་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ག་དེམ་ཅིག་སྡེ་གཞུང་གི་སྤྱི་གཡོག་ནང་ལུ་འོང་དགོས་ཐོན་པ་ཅིན་ལྷ་གཡོག་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་སྤྱིར་བཏང་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་ཅིག་ལས་སྤྱི་གཡོག་བརྒྱུགས་པའི་ཉིན་གྲངས་ཀྱི་དུ་བཀོ་རྒྱབ་སྡེ་སྡོད་དགོས་དང་། འབྲུལ་འཐུས་དང་ཉིན་འཐུས་ཡང་སྡོད་དགོ། ཨིན་རུང་ཐོབ་ལམ་འདི་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་འབྱོར་འབྲུལ་འབད་བའི་སྐབས་འོས་འབབ་མེད།
- ༡༠.༡༤.༡.༧ སློབ་སྦྱོང་ངལ་གསོའི་སྐབས་ལུ་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་སློབ་སྦྱོང་ནང་མ་འབྱོར་བའི་སྡེ་གོང་ལུ་ངལ་གསོའི་ལྷ་གཡོག་ལས་ཐོན་པ་ཅིན་ངལ་གསོའི་དངུལ་འཐུས་གྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད་པ་དང་།

༡༠.༡༤.༡.༡ སློབ་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་ལྟར་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གོང་ལུ་ཁ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པའི་གནད་དོན་
དང་འབྲེལ་ཏེ་སློབ་བྱ་རྒྱུ་ལྟར་གསལ་གསལ་ (མ་ལེན་པ་ར་ཡོད་པའི་སློབ་བྱ་རྒྱུ་ལྟར་གསལ་གསལ་) ལུ་
ཤོས་ཉིན་གཤམ་ ༣༠ བསགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ངལ་གསལ་ཏེ་དབུལ་འཕུས་སྟེ་ལེན་ཆོག

༡༠.༡༤.༢ ངལ་གསལ་ཏེ་དབུལ་འཕུས་ཀྱི་གནད་བ་འདི་ ལས་སྟེ། ལས་ཁུངས། ཡང་ན་རྫོང་ཁག་གི་འགོ་འཛིན་གྱིས་གནད་དགོ།
ལལ་གསལ་ཏེ་དབུལ་འཕུས་ཀྱི་གནད་བ་སྟོན་ནིའི་དབང་ཚད་འདི་ འོག་གི་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་སྟོན་དགོས་ཐོན་ན་ ཡིག་
ཐོག་གི་བཀའ་ཁྱུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་དབང་ཚད་སྟོན་དགོ།

༡༠.༡༥ ངལ་གསལ་ཏེ་འགྲུལ་འཕུས།

༡༠.༡༥.༡ ཕྱིས་ལོ་རེ་ནང་ གཞུང་གིས་གནད་བ་གྲུབ་པའི་ཐོབ་ཚད་མཐོ་ཤོས་འདི་གི་ནང་འཁོད་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་ལྷ་རིམ་
གཞི་ཉིན་དབུལ་ཕོགས་འདྲ་མཉམ་གྱི་དབུལ་བསྐྱེད་པ་ལྟར་ལལ་གསལ་ཏེ་འགྲུལ་འཕུས་སྟེ་སྟོན་དགོ།

༡༠.༡༥.༢ རྟོན་ཚན་ ༡.༧.༣.༡༡ པ་དང་འབྲེལ་ གཞུང་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་སྟོན་སྟོང་དང་། རྟོན་ཚན་ ༡.༧.༤ པ་དང་
འབྲེལ་ གཞུང་ལག་མཐོ་རིམ་འོག་མའི་ཤེས་ཚད་སྟོན་སྟོང་འབད་བཞིན་ཡོད་མིའི་ གཡོག་ཐོག་མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་མ་
གཏོགས། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཡུན་རིང་སྟོང་བདར་གྱི་སྐབས་ ངལ་གསལ་ཏེ་འགྲུལ་འཕུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡༠.༡༥.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ཉམས་ཚུན་དུས་ཡུན་དང་ ཡང་ན་དམིགས་བསལ་ལལ་གསལ་ཏེ་སྐབས་ལུ་ ངལ་གསལ་ཏེ་འགྲུལ་
འཕུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་མེད། གལ་སྲིད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཉམས་ཚུན་གྱི་དུས་ཡུན་དང་ ཡང་ན་དམིགས་བསལ་
ལལ་གསལ་ཏེ་དུས་ཡུན་འདི་ ཕྱིས་ལོ་འདི་ནང་ཚད་སྟེ་འབད་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ངལ་གསལ་ཏེ་འགྲུལ་འཕུས་ཀྱི་
ཐོབ་ལམ་འདི་ ཕྱིས་ལོ་ཤུལ་མའི་ནང་ལུ་རྒྱུང་གཅིག་ལེན་ཆོག

༡༠.༡༥.༤ ངལ་གསལ་ཏེ་འགྲུལ་འཕུས་ཀྱི་གནད་བ་འདི་ ལས་སྟེ། ལས་ཁུངས། ཡང་ན་རྫོང་ཁག་གི་འགོ་འཛིན་གྱིས་གནད་དགོ།
ལལ་གསལ་ཏེ་འགྲུལ་འཕུས་ཀྱི་གནད་བ་སྟོན་ནིའི་དབང་ཚད་འདི་ འོག་གི་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་སྟོན་དགོས་ཐོན་ན་ ཡིག་
ཐོག་གི་བཀའ་ཁྱུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་དབང་ཚད་སྟོན་དགོ།

༡༠.༡༦ ངལ་གསལ་ཆ་མེད།

དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་འདི་ལུ་ གནས་སྤངས་ཁག་ཆེ་ཉེང་གུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ངལ་གསལ་ཆ་མེད་གཏང་ནིའི་ཐག་གཅད་ཀྱི་དབང་
ཚད་ཡོད།

༡༠.༡༧ གནད་བ་མེད་པའི་ཆད།

༡༠.༡༧.༡ གནད་བ་མེད་པར་ཆད་སྟོན་མི་ཚུ་ ངལ་གསལ་ཏེ་ཐོབ་དབང་ལྷན་ལུས་ཡོད་དེ་འབད་རུང་ ངལ་གསལ་སྟེ་བཙུ་མི་ཆོག

༡༠.༡༧.༢ ལས་སྟེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ཆད་སྟོན་མི་འདི་ ཐབས་མེད་གནས་སྤངས་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་སྟོན་ཡོད་པའི་ངོས་ཤེས་འདྲོང་ཚུགས་པ་དང་ ཞུམས་མཐུན་བཟོ་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་རང་
སའི་ལལ་གསལ་ཏེ་ཐོབ་དབང་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལལ་གསལ་གནད་ཆོག

༡༠.༡༥ འགན་འཁུགས།

ཁྱེད་ཀྱི་ལྷན་ཁྲིམས་འདི་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ལེན་ཡོད་པའི་ངའ་གསོ་འདི་ ཁྱེད་ཀྱི་ལྷན་ཁྲིམས་འགལ་སླེ་ཆ་བཞག་དགོས་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་
འདི་ལྷན་ བདག་སྐྱོང་བྱ་ལེན་གྱི་འཁུགས་པ་ལོག་དགོ།



འབྲི་ཤོག་ ༡༠/༡

རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ངལ་གསེའི་ཁྱ་བ་དང་གནང་བའི་འབྲི་ཤོག་

སྤྱི་ཚེས།

.....མཚོག་ལུ།

.....མིང་པས་ཁྱ་གསོལ། དེ་ཡང་ ང་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ངལ་གསོ་གནང་སྟེ་ བཀའ་དྲིན་བསྐྱང་བར་ཁྱ།

རིམ་ ཨང་།	ངལ་གསེའི་དབྱེ་བ།	ངལ་གསེའི་གདམ་ཁ། (༧)	དུས་ལུག་།			བློ་གསོ།
			འགོ་བཙུགས་ཆེས་གྲངས།	མཇུག་བསྐྱའི་ཆེས་ གྲངས།	བསྟོན་པ།	
༡	གསོག་འཛིག་ངལ་གསོ།					
༢	སློ་བྱར་ངལ་གསོ།					
༣	སློ་མའི་ངལ་གསོ།					སྤྱབ་བྱེད་ཟུར་སྤྲུགས་སྦྱར།
༤	ཕའི་ངལ་གསོ།					སྤྱབ་བྱེད་ཟུར་སྤྲུགས་སྦྱར།
༥	དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ།					ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་འགན་ལེན་བཟོ།
༦	ལྷ་ངན་ངལ་གསོ།					སྤྱབ་བྱེད་ཟུར་སྤྲུགས་སྦྱར།
༧	སྤྲོ་བཙུག་ངལ་གསོ།					སྤྱབ་བྱེད་ཟུར་སྤྲུགས་སྦྱར།
༨	ནད་གཡོག་ངལ་གསོ།					སྤྱབ་བྱེད་ཟུར་སྤྲུགས་སྦྱར།

* རྒྱ་མཚན་བཀོད།

ཁྱ་ཡིག་ཕུལ་མིའི་མིང་རྟགས།

* ད་རེས་སྤྱི་ཚེས་.....ཟླ་.....ཚེས་.....ཚུན་ལུ་ ཁྱ་ཡིག་ཕུལ་མི་འདི་ལུ་ གསོག་འཛིག་ངལ་གསོ་ཉིན་གྲངས་.....དང་སློ་བྱར་ངལ་གསོ་ཉིན་གྲངས་.....ལྷག་ལུས་འདུག

མིང་རྟགས།
མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན།

གནང་བ་གྲུབ།

གནང་བ་མ་གྲུབ།

ལྷ་བཀོད་ཡང་ན་འཛིན་སྐྱོང་བའི་མིང་རྟགས།

གནང་བ་གནང་མི། སྤྱི་ཚེས་.....ལུ་འཚོགས་པའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུང་གི་ཞལ་འཛོམས་ཐེངས་.....ནང་གི་གྲོས་ཚད་དང་འཕྲིལ་ཏེ། (༡) ཟླ་མ་ ༡ ལས་ལྷག་པའི་སྤྲོན་བཙུག་ངལ་གསོ་དང་། (༢) ནད་གཡོག་ངལ་གསོ་དང་། (༣) དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ།

མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་མིང་རྟགས།



འབྲི་ཤོག་ ༡༠/༢

རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

འགན་ལེན།

ང་ངོ་མིང་.....གཏན་འཇགས་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ཨང་.....ཅན་མ་འཆང་མི་.....ལས་སྡེ་.....
ནང་ལུ་གཤམ་གྱི་.....འབད་མི་འདི་གིས་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ ཅུས་ཡུན་.....ལས་.....ཚུན་ཟླ་ངོ་.....རིང་ལུ་
གནང་མི་འདི་ལུ་ངོས་ལེན་སྤུལ་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ ང་གིས་གཤམ་འཁོད་དོན་ཚན་ཚུ་ལུ་གནས་ནི་འགན་ལེན་སྤུལ་མ་ཨིན།

- ༡ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་འདི་ ང་འདི་ལྷ་ཡིག་ནང་ལུ་ བཀོད་ཡོད་མི་འགན་དོན་རྒྱུ་གཅིག་གི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་
ཨིན།
- ༢ རིམ་ཞི་གཤམ་གི་ལུ་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་དང་འགལ་བའི་ ཅུས་ཡུན་ཤིལ་བུམ་དཔུལ་ཕྱགས་ཐོབ་པའི་ལུ་གཤམ་དང་ གྲོས་སྟོན་
པའི་ལུ་ཚུ་བརྩིས་ཏེ་ གཞན་ལུ་རིགས་གཅི་ནང་ཡང་གཤམ་གཏོགས་མི་འབད།
- ༣ འབྲུག་གི་ཞི་གཤམ་ག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་འབྲུག་གི་ཞི་གཤམ་ག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མ་འདི་འབྲེལ་
ཡོད་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་། དེ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཁྲིམས་དང་ བཅའ་ཡིག་གཞན་ཚུ་གི་དགོངས་དོན་ག་ར་ལུ་
གནས་ནི་ཨིན།
- ༤ ང་གིས་ གན་ཡིག་འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གནས་མ་ཚུགས་པ་རེ་བྱུང་བ་ཅིན་ སྤྱི་གཞི་ལྷན་གི་བྱ་ལེན་གཅི་ར་བཀལ་སྤྱད་ རོས་
ལེན་འབད་ནི་ཨིན།

ང་གིས་ ང་འདི་དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་དང་འབྲེལ་བའི་བཅའ་ཡིག་ག་རའི་སྐོར་ལས་ ང་ལུ་ གསལ་བཤད་འབད་ཡོད་པའི་ཁར་ ང་གིས་དེ་
ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ དུངས་འཕྲོས་འཕྲོས་ཏེ་གོ་མ་མ་ཚད་ དེ་ལས་འགལ་བ་ཅིན་ ང་ལུ་གཞོད་པ་དང་སྤྲོ་བས་མ་བདེ་མ་ གཅི་ར་འབྱུང་ནི་ཨིན་ན་ཚུ་
ཡང་ ཏེ་གོ་ཡི་ཟེར་བའི་ངོས་ལེན་སྤུལ་མ་ཨིན།

དམིགས་བསལ་དུ་ ང་གིས་གོང་འཁོད་གནད་དོན་གང་རུང་ཅིག་ལུ་མ་གནས་པའི་སྐབས་ལུ་ ང་ལུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་གི་འཁྲི་བ་ཡང་ ཕྱག་ནི་
ཨིན་མ་ཏེ་གོ་ཡི་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

མིང་རྟགས།

ས་གནས།
སྤྱི་ཚེས།
དཔང་པོ།
མིང་།
མི་ཁྲིམས་རྒྱུ་ལྷན་ཁྲེམ་ཨང་།

(ཁྲིམས་རྟགས་སྤྱད།)
མིང་།

ད་ལྟོ་སྡོད་གནས་ཁ་བྱང་།
གཏན་འཇགས་ཁ་བྱང་།

རྩ་བར། ཡིག་ཆ་འདི་ ཁྲིམས་དོན་ཡིག་ཆ་གཤམ་ཅན་ཅིག་ཨིན་ལས་ འགན་ཁུར་དང་འཁྲི་བ། གཞོད་པ་ཚུ་ག་ར་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཏེ་གོ་ཞིན་མ་
ལས་ མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

ལེབ་ ༡༡ པ། དངུལ་ཕྱོགས། འཕུས། ཁེ་ཕན།

༡༡.༡ སྤྱོད་བྱས།

- ༡༡.༡.༡ ལཱ་གི་གནས་གོང་དང་མཐུན་པའི་འདྲ་མཉམ་གྱི་དངུལ་ཕྱོགས་སྤྱོད་དགོ་པའི་གཞི་རྩའི་ནང་འཁོད་ལུ་གཞི་བཙུགས་
འབད་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ རྒྱུ་འཕུས་སྤྱོད་ནི་གི་ཁྲིམས་མཐུན་བདག་སྤྱོད་ཡོད་པ་ངེས་བཟླ་བཟོ་ནི།
- ༡༡.༡.༢ ཞི་གཡོག་པ་དྲག་ཤོས་དང་བཟང་ཤོས་ཚུ་ བཀྲ་ཚུགས་ནི་དང་བདག་འཛིན་འབད་ཚུགས་པ་སྤྱོད་འབད་ནི།
- ༡༡.༡.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་སེམས་བྱུགས་བསྐྱེད་བཙུག་ནི།

༡༡.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡༡.༢.༡ འགན་བསྐྱར་ཅན་གྱི་དངུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞི་བཞུགས་ཅིག་རྒྱུ་སྤྱོད་འབད་ནི།
- ༡༡.༢.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ལང་ཚུགས་པའི་དངུལ་ཕྱོགས་དང་འཕུས། ཁེ་ཕན་ཚུ་སྤྱོད་ནི།

༡༡.༣ དངུལ་ཕྱོགས་དང་འཕུས་ཀྱི་ཐག་གཅད།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་འབྲེལ་ ཞི་གཡོག་པའི་དངུལ་ཕྱོགས། འཕུས། ཁེ་ཕན་དང་གཞན་སྐྱེ་ཆ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་གནང་དགོ།

༡༡.༤ དངུལ་ཕྱོགས། འཕུས་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་སྤྱོད་ཐངས།

གཡོག་བཙུགས་འབད་བའི་སྐབས་ ལཱ་གཡོག་སྤྱི་མི་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་གིས་འཆང་མའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་གྱི་དོན་ལུ་ དངུལ་ཕྱོགས། འཕུས་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་ དངུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྤྱོད་དགོ། དེ་ཡང་ ལཱ་འབད་བའི་ལྷན་གི་ཉིན་མ་མཇུག་འདི་ལུ་ ལྷན་ཅིམ་བཞིན་དུ་ ལཱ་འབད་ཆར་མི་ལུ་ཐོབ་པའི་དངུལ་ཕྱོགས་འདི་སྤྱོད་དགོ།

༡༡.༥ དངུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆད་གཞི།

ཞི་གཡོག་པའི་དངུལ་ཕྱོགས་ཐག་བཅད་དེ་སྤྱོད་ནིའི་ནང་ ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་ སྤྱི་གཡོག་དང་གཞི་ཅིམ་ལས་གཡོག་པ། ལག་འབག་ལས་གཡོག་པ་བཅུ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་ག་ར་ལུ་ དངུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆད་གཞི་འདི་ ཅུས་དང་ཅུས་སུ་སྤྱོད་དགོ།

༡༡.༦ དངུལ་ཕྱོགས་གཏན་འབབས།

- ༡༡.༦.༡ འགོ་ཐོག་བསྐོ་བཞག་སྐབས།
- ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ འགོ་ཐོག་བསྐོ་བཞག་གི་སྐབས་ལུ་ གཞི་རྩེན་དངུལ་ཕྱོགས་འདི་ བསྐོ་བཞག་འབད་བའི་གོ་

གནས་ཀྱི་གནས་ཅིང་དང་འབྲེལ་ དངུལ་ཕྱགས་ཐོབ་ཚད་ཀྱི་ཉུང་མཐའི་ཚད་གཞི་ལུ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།
 གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་མཐོ་ཤོས་ལུ་ཡར་སང་འབད་བའི་གཞིག་ཐོག་གི་མི་ངོམ་ཚུའི་ གན་རིམ་དང་གོ་གནས་ཀྱི་
 གནས་རིམ་འདི་ སྤྱང་བཞག་འབད་དགོ། དེ་བཞིན་དུ་ ཁོང་རའི་དངུལ་ཕྱགས་དེ་ཡང་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་
 གསར་པ་གི་ཉུང་མཐའི་ཚད་གཞི་གུ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ་དང་། ཡང་ན་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་གསར་པ་
 དེའི་ཉུང་མཐའི་དངུལ་ཕྱགས་ཚད་གཞི་འདི་ གཞིག་ཐོག་མི་ངོམ་གི་རྟེ་མའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་དངུལ་ཕྱགས་
 རོ་མ་ལས་ཉུང་སྤྱི་ལོ་ད་པ་ཅིན་ དངུལ་ཕྱགས་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་ཐོབ་ལམ་བཟུམ་སྟེ་ ལོག་སྟེ་གཏན་
 འབེབས་འབད་དགོ།

༡༡.༤.༢

གོ་གནས་ཡར་སང་སྐབས།

༡༡.༤.༢.༡ ཞི་གཞིག་པ་ཅིག་ གོ་གནས་ཡར་སང་སྐབས་ལུ་ དངུལ་ཕྱགས་འདི་ དེ་ལས་མཐོ་བའི་གོ་
 གནས་ཀྱི་ཉུང་མཐའི་དངུལ་ཕྱགས་ཐོབ་ཚད་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་གུ་ གཏན་འབེབས་
 འབད་དགོ།

༡༡.༤.༢.༢ དེ་ལས་མཐོ་བའི་གོ་གནས་གནས་རིམ་ཀྱི་ཉུང་མཐའི་དངུལ་ཕྱགས་ཐོབ་ཚད་འདི་ ད་ལྟོ་འཐོབ་
 བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་དངུལ་ཕྱགས་ལས་དམའ་སྟེ་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ནའི་བྱད་
 པར་འདི་ ལོ་ལྟར་ཡར་སང་གཅིག་ལས་ཉུང་བའི་སྐབས་ ཞི་གཞིག་པ་འདི་གིས་ ད་ལྟོ་
 འཐོབ་བཞིན་ཡོད་པའི་དངུལ་ཕྱགས་འདི་གུ་ དེ་ལས་མཐོ་བའི་གོ་གནས་གནས་རིམ་ཀྱི་
 དངུལ་ཕྱགས་ཐོབ་ཚད་ཀྱི་ལོ་ལྟར་ཡར་སང་གཅིག་འཐོབ་བཀའ་ཉེ་ ཞི་གཞིག་པ་འདི་གི་དངུལ་
 ཕྱགས་ཐོབ་ཚད་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།

༡༡.༤.༢.༣ ཞི་གཞིག་པ་ཅིག་གི་གོ་གནས་ཡར་སང་འདི་ ལོ་ལྟར་དངུལ་ཕྱགས་ཡར་སང་གནང་རན་པའི་
 ཆོས་གངས་གུ་ ཐོག་པ་ཅིན་ ཞི་གཞིག་པ་འདི་ལུ་ གོ་གནས་ཡར་སང་མ་འབད་བའི་རྟེ་མའི་ལོ་
 ལྟར་ཀྱི་དངུལ་ཕྱགས་ ཡར་སང་ཅིག་བཀའ་ཞེན་མ་ལས་ ཞི་གཞིག་པ་འདི་གི་གོ་ གནས་
 ཡར་སང་འབད་ཡོད་མའི་གནས་རིམ་ཀྱི་ དངུལ་ ཕྱགས་ཐོབ་ཚད་གཏན་འབེབས་བཟོ་དགོ།

༡༡.༤.༢.༤ སྒྲེར་ཕྱགས་སྤྱོད་པའི་གོ་གནས་གནས་རིམ་ཀྱི་ཞི་གཞིག་པ་ཅིག་ གོ་གནས་ཡར་སང་མ་རན་
 པའི་རྟེ་མ་ གོ་གནས་ཡར་སང་འབད་བ་ཅིན་ སྒྲེར་ཕྱགས་འདི་རྟེ་མ་ར་ ཁོ་རའི་རྟེ་མའི་གོ་
 གནས་གནས་རིམ་ཀྱི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕྱགས་གུ་བསྟོན་དགོ། དེ་ཡང་ ཞི་གཞིག་པ་དེའི་རྟེ་
 མའི་གོ་གནས་གནས་རིམ་ཀྱི་དངུལ་ཕྱགས་རོ་མ་ལེན་ཡོད་པའི་ ཉུང་མཐའི་ཚད་གཞི་གུ་སྟོན་
 བའི་དོན་ལུ་ཨིན། དེའི་ཤུལ་ལས་ མཐོ་བའི་གོ་གནས་གནས་རིམ་ཀྱི་དངུལ་ཕྱགས་གསར་པ་
 འདི་ སྤྱིར་བཏང་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་ལམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་ ལོག་སྟེ་གཏན་འབེབས་འབད་
 དགོ།

༡༡.༤.༣

གོ་གནས་མར་ཕབ་སྐབས།

༡༡.༤.༣.༡ གོ་གནས་མར་ཕབ་འབད་བའི་ཞི་གཞིག་པ་ཅིག་གི་དངུལ་ཕྱགས་འདི་ མར་ཕབ་འབད་བའི་གོ་
 གནས་ཀྱི་ཉུང་མཐའི་དངུལ་ཕྱགས་ཐོབ་ཚད་གུ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།

༡༡.༤.༤

སྐབས་གཡོག་ལས་ལོག་འཁྱར་སྐབས།

༡༡.༤.༤.༡

ནི་གཡོག་གི་ཕྱི་ཁ་དང་ ཡངན་ལས་འགྲུལ་ནང་ལུ་ སྐབས་གཡོག་ནང་འགྱུ་མེད་ནི་
གཡོག་པ་ཅིག་ ལས་སྒྲུབ་ནང་ལོག་འོང་བའི་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ སྐབས་གཡོག་ནང་
མ་འགྱུ་བའི་རྟེ་མ་ ལེན་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་དང་ དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཐོབ་ཆ་དང་ག་
ཡིན་མེད་གོ་གནས་ནང་ལུ་བཙུགས་དགོ། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་ག་ཡིན་མེད་ཀྱི་དངུལ་
ཕོགས་ ཡངན་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཐོབ་ཆ་དང་འདི་གུ་ སྐབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ཤིང་ལུ་ ཞི་
གཡོག་པ་འདི་ལུ་ འཐོབ་ནི་ཡིན་པའི་ཡར་སེང་ཚུ་ཡང་ཕྱིས་རྒྱབ་སྟེ་ དངུལ་ཕོགས་གཏན་
འབེབས་བཟོ་དགོ། ཡིན་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ རྟེ་མ་ལས་ར་ དངུལ་ཕོགས་ཆ་དང་གཞིའི་ཐོབ་
ཆ་དང་མཐོ་ཤོས་གུ་ལྟ་དེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁོ་ལུ་སྐབས་གཡོག་དུས་ཡུན་གྱི་དོན་ལུ་ སྒྲེར་ཕོགས་ཀྱི་
ཐོབ་ལམ་མེད།

༡༡.༤.༥

དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་འོང་སྐབས།

དམིགས་བསལ་ངལ་གསོའི་དུས་ཡུན་ཤིང་གི་ནི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ལོ་ལྟར་དངུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་གི་ཐོབ་དབང་
མེད། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་འོང་བའི་སྐབས་ལུ་ དངུལ་ཕོགས་གཏན་འབེབས་འབད་ནི་འདི་
དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལུ་མ་འགྱུ་བའི་རྟེ་མ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་དངུལ་ཕོགས་ཐོབ་ཆ་དང་འཁྲིལ་རྟེ་འབད་
དགོ།

༡༡.༤.༦

དངུལ་ཕོགས་གཏན་འབེབས་ཀྱི་སྒྲོམ།

ནི་གཡོག་པའི་དངུལ་ཕོགས་འདི་ ཟུར་དེབ་ ༡༡/༡༡་པ་དང་འཁྲིལ་ ཞི་གཡོག་ནང་འགོ་ཐོག་འཇུག་བའི་སྐབས་
དང་། གོ་གནས་ཡར་སེང་། གོ་གནས་མར་ཕབ། དེ་ལས་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་དང་ སྐབས་གཡོག་ལས་
ལོག་པའི་སྐབས་ གཏན་འབེབས་འབད་དགོ། དེ་ཡང་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་དང་དངུལ་རྩིས་འགོ་དཔོན་གཉིས་
མཉམ་འབྲེལ་སྟེ་བཟོ་ནི་ལས་ ལས་སྒྲུབ་འགོ་འཛིན་གྱིས་གནང་བ་འགྲུབ་དགོ།

༡༡.༥ ལོ་ལྟར་ཡར་སེང་།

༡༡.༥.༡

ནི་གཡོག་པ་ག་ར་ལུ་ དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཆ་དང་གཞི་དང་འཁྲིལ་རྟེ་ལོ་ལྟར་ཡར་སེང་བྱིན་དགོ།

༡༡.༥.༢

ལས་སྒྲུབ་གིས་ རང་སོའི་འོག་གི་ནི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ལོ་ལྟར་ཡར་སེང་གི་གནང་བ་གནང་དགོ།

༡༡.༥.༣

ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཉུང་ཤོས་ལྷན་ ༡༩ ཕྱག་ལུ་ཞིན་མ་ལས་ སྤྱི་ལྷན་ ༡ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༡ ཡང་ན་ སྤྱི་ལྷན་
༡ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༡ ལུ་ལོ་ལྟར་ཡར་སེང་འཐོབ་དགོ།

༡༡.༥.༤

གོ་གནས་མར་ཕབ་འབད་བའི་ནི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཉུང་ཤོས་ལྷན་ ༡༩ ཕྱག་ལུ་ཞིན་མ་ལས་གོ་གནས་དེ་ནང་སྤྱི་
ལྷན་ ༡ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༡ ཡང་ན་ སྤྱི་ལྷན་ ༡ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༡ ལུ་ལོ་ལྟར་ཡར་སེང་འཐོབ་དགོ།

༡༡.༥.༥

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་དེ་ནང་གི་ལོ་ལྟར་དངུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་འདི་ མཐོ་ཆ་དང་ལས་བཟུལ་རྟེ་ཡོད་མེད་ནི་

གཡོག་པ་འདི་ལུ་ འདས་པའི་ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་རིང་ལུ་ སྤྱི་འགའ་དང་ལོག་སྤྱོད་ ཡང་ན་ལུ་ཤུལ་མེད་པའི་བློ་ཐོ་
མེད་པ་ཅིན་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ལོ་ལྟར་ཡར་སང་གནང་ཚོག

༡༡.༧.༤ གཡོག་གྲོལ་འབྱོར་གོ་པའི་སྐབས་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ཉེ་མའི་ཡར་སང་ཐོབ་སྟེ་ ལྷོ་ངོ་ ༡༩ ཟུག་ལུ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་
དགོངས་ལུ་འགོ་ལེན་པ་དང་ ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ལོ་ལྟར་ཡར་སང་གནང་དགོ།

༡༡.༧.༥ དོན་ཚན་ ༡༡.༧.༤ པ་དང་ ༡༡.༨ པ་ནང་གི་རྒྱ་མཚན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས། ལོ་ལྟར་ཡར་སང་འདི་
དངུལ་ཕོགས་ཚད་གཞི་མཐོ་ཤོས་ལས་བརྒྱལ་མི་ཚོག

༡༡.༩ སྤྱི་ཕོགས།

སྤྱི་ཕོགས་ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་གོ་གནས་གནས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ དངུལ་ཕོགས་ཚད་གཞིའི་ཐོབ་ཚད་མཐོ་ཤོས་ལས་
བརྒྱལ་ཏེ་ དངུལ་ཕོགས་ཁ་སྐོང་སྤྱོད་མི་ཅིག་ཡིན། སྤྱི་ཕོགས་འདི་ དངུལ་ཕོགས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས། གོ་གནས་གྱི་
གནས་རིམ་གཅིག་ནང་ཐོགས་ལུས་པའི་སྐབས། སྤྱི་གཞིམས་གྱི་བྱ་ལེན་མིན་པའི་གནད་དོན་གཞན་གང་རུང་ལས་བརྟེན་ གཞི་རྟེན་
དངུལ་ཕོགས་མར་ཕབ་འབད་བའི་སྐབས་དང་། གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་དེའི་དོན་ལུ་ དངུལ་ཕོགས་ཚད་གཞིའི་ཐོབ་ཚད་མཐོ་ཤོས་
ལས་བརྒྱལ་ཏེ་ ལོ་ལྟར་ཡར་སང་གིན་ཡོད་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་འདི་སྐབས་ལུ་སྤྱོད་དགོ།

༡༡.༩ དམིགས་བསལ་གྱི་དངུལ་ཕོགས་ཡོངས་འབྱུགས།

༡༡.༩.༡ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་དངུལ་ཕོགས་གྱི་གཞི་བཀོད་ལས་བརྒྱལ་ ད་ལྟོ་བྱུགས་ཡིན་པའི་ཁྱད་རིག་མཁས་མཚོག་ཚུ་ལུ་
དངུལ་ཕོགས་ཁ་སྐོང་སྤྱོད་མི་ཅིག་ཡིན།

༡༡.༩.༢ གཡོག་བསྐྱོས་འདི་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་དངུལ་ཕོགས་གྱི་གཞི་བཀོད་དང་འབྲེལ་མི་དགོཔ་དང་། དེ་བརྒྱུ་མའི་གཡོག་
བསྐྱོས་གྱི་ཁྱེ་རིམ་དངུལ་ཕོགས་སྤྱོད་ནི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོན་ཕུལ་ཐོག་ལས་
འབྲུག་གཞུང་གིས་གནང་བ་འབྲུག་དགོ།

༡༡.༡༠ ཁེ་ཕན།

༡༡.༡༠.༡ ཁེ་ཕན་ཡངས་སྤྱུམ་འཁོར་ཐོབ་སྐྱལ།

ཞི་གཡོག་པ་གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་ཁྱད་འཛིན་ ༣ པ། ཡང་ན་ལུ་བཀོད་གོང་མ་ ༣ པ་དང་ དེ་ལས་ལྷག་པའི་
གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་ནང་ལུ་ཡོད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་འགའ་གཅིག་ ནང་འབྲེན་འབད་
ནིའི་ཐོབ་ལམ་འདི་ ཉེ་མ་ནང་འབྲེན་འབད་ཡོད་པའི་སྤྱི་འགའ་ཐོབ་ཀོད་ཆོས་གངས་ལས་ ལོ་ ༡ རེ་ལང་མ་ད་
ཚར་རེ་འཐོབ་དགོ།

༡༡.༡༠.༢ དགོངས་ལུ་ཁེ་ཕན།

༡༡.༡༠.༢.༡ ལེའུ་ ༩༠ པ་དང་འབྲེལ་ དགོངས་ལུ་ཁེ་ཕན་པ།

༡༡.༡༠.༢.༢ ལེའུ་ ༩༠ པ་དང་འབྲེལ་ སྤྱི་གོང་དགོངས་ལུ་ཁེ་ཕན་པ།

༡༡.༡༠.༡.༣ ལེའུ་ ༡༠ པ་དང་འཁྲིལ་ སྡེ་ཚན་ཉེན་བཅོལ་དང་གསོག་འཛོག་ལས་འཆར།
 ༡༡.༡༠.༡.༤ ལེའུ་ ༡༤ པ་དང་འཁྲིལ་ སྡེར་སྟོང་སྟེལ་འདེན།

༡༡.༡༠.༣ གཞུང་བྱིམ།
 ༡༡.༡༠.༣.༡ གཞུང་བྱིམ་འདི་ གཞུང་བྱིམ་འཐོབ་དགོ་པའི་ནི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་བྱིན་དགོ། གཡམ་སྲིད་ གཞུང་
 བྱིམ་མ་ཐོབ་པ་ཅིན་ འབྲུག་གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ ཁང་གླའི་འཐུས་
 སྟབས་སྟོང་སྟེལ་སྟོང་དགོ།

༡༡.༡༠.༣.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཡུན་རིང་སྟོང་བདར། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་དང་། ཟླ་རོ་ ༡༩ ལས་
 ལྷག་པའི་སྐབས་གཡོག་གི་དོན་ལུ་འགྱུར་བ་ཅིན་ གཞུང་བྱིམ་སྟོང་ཡོད་མི་འདི་ སྟོང་མ་བཏོན་
 དགོ།

༡༡.༡༠.༤ ཁེ་ཕན་གཞན།
 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ཁེ་ཕན་གྱི་རིགས་མ་འདྲཱ་གཞན་ཚུ་ཡང་གཞུང་གིས་བྱུགས་ཐག་གཅད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ།

༡༡.༡༡ འཐུས།

༡༡.༡༡.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་འཐུས་ཚུ་ གཞུང་ལས་དུས་དང་དུས་སུ་གཏན་འབེབས་ག་གནང་མི་དང་
 འཁྲིལ་བའི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡༡.༡༡.༡.༡ བཀའ་ཞེ་དམར་པོ་གི་འཐུས།
 བཀའ་ཞེ་དམར་པོ་གནང་སྟེ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གཞུང་ལས་ཆ་འཛོག་གནང་མི་དང་
 འཁྲིལ་ཏེ་ ཟླ་རིམ་བཞིན་གྱི་འཐུས་འཐོབ།

༡༡.༡༡.༡.༢ དཔའ་རྟགས་གྱི་འཐུས།
 དཔའ་རྟགས་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ དཔའ་རྟགས་སྟེ་གནང་སྟེ་མེད་པ་ཅིན་
 གཞུང་ལས་ཆ་འཛོག་གནང་མིའི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དཔའ་རྟགས་གྱི་འཐུས་ཚར་གཅིག་
 གི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།

༡༡.༡༡.༡.༣ དགོན་འཐུས།
 དམིགས་བསལ་གྱི་བྱད་རིག་ཅན་དང་ ལཱ་གཡོག་གི་སྡེ་ཚན་ནང་ལུ་ བྱད་རིག་ཅན་གྱི་ཞི་
 གཡོག་པ་ཚུ་ བཀུག་ཚུགས་ནི་དང་བདག་འཛིན་འབད་དེ་བཞག་ནིའི་དོན་ལུ་ གཞུང་ལས་
 དགོན་འཐུས་གནང་འོང་། དཀའ་ངལ་མེད་པ་འགྱུར་བའི་སྐབས་ལུ་ དགོན་འཐུས་འདི་ ཆ་མེད་
 གཏང་འོང་།

- ༡༡.༡༡.༡.༤ ཁ་མཐོའི་འཇུག་
 ཁ་མཐོའི་འཇུག་འདི་ ཞི་གཡོག་པའི་གཡོག་གནས་ ས་ཁ་མཐོ་ཚད་མེད་ ༡༠,༠༠༠ ལས་
 ཡར་བཅད་འབད་མའི་ས་གནས་ཚུ་ནང་གཏང་མི་ཚུ་ལུ་ གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ ཚད་
 གཞི་གྲ་གཞི་བཞག་སྟེ་སྤྱོད་དགོ། ཁ་མཐོ་སའི་ས་གནས་དང་ས་གོ་ཚུ་ ནང་སྤྱོད་དང་སྤོལ་
 འཛིན་ལྷན་ཁག་གིས་ ཏུས་དང་ཏུས་སུ་བྱུང་བ་བསྐྱུགས་འབད་མི་གྲ་གཞི་བཞག་དགོ།
- ༡༡.༡༡.༡.༥ དཀའ་འཇུག་
 དཀའ་འཇུག་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་པའི་ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ་བཅུས་པའི་ཞི་
 གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ཚད་གཞི་གྲ་གཞི་བཞག་སྟེ་སྤྱོད་དགོ། དཀའ་
 ངལ་ཅན་གྱི་ས་གནས་དང་ས་གོ་ཚུ་ ནང་སྤྱོད་དང་སྤོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག་གིས་ ཏུས་དང་ཏུས་སུ་
 བྱུང་བ་བསྐྱུགས་འབད་མི་གྲ་གཞི་བཞག་དགོ།
- ༡༡.༡༡.༡.༦ འོད་ལྷགས་ཀྱི་འཇུག་
 འོད་ལྷགས་ཀྱི་འཇུག་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཐག་བཅད་པའི་དམིགས་
 བསལ་གྱི་ལཱ་གཡོག་སྟེ་ཚན་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ཚད་
 གཞི་གྲ་གཞི་བཞག་སྟེ་སྤྱོད་དགོ།
- ༡༡.༡༡.༡.༧ སྤྱི་གཤིའི་འཇུག་
 ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཁོ་རའི་ལཱ་གཡོག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་སྤྱི་གཤིའི་ཁོ་ཁྱོན་དགོས་སྟེ་
 ཐག་བཅད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ སྤྱི་གཤིའི་སྤྱོད་དེ་མེད་པ་ཅིན་ སྤྱི་གཤིའི་འཇུག་སྤྱོད་དགོ།
- ༡༡.༡༡.༡.༨ ཕྱི་འབྲེལ་ལས་གཡོག་མེན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་འཇུག་
 ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་ཡོད་པའི་གཞུང་ཚབ་ཡིག་ཚང་དང་ སྐྱེ་ཚབ་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ གཡོག་གནས་ལུ་
 བཏང་ཡོད་མི་ཚུ་མ་བཅུས་པར་ གཞན་ ཕྱི་འབྲེལ་ལས་གཡོག་མེན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་
 འཇུག་འདི་ གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྤྱོད་དགོ།
- ༡༡.༡༡.༡.༩ དངུལ་ཕོགས་གཞིར་བཞག་གི་འཇུག་
 ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་མི་དང་། རྒྱལ་གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་པའི་ཚད་གཞི་གྲ་
 གཞི་བཞག་སྟེ་ དངུལ་ཕོགས་གཞིར་བཞག་གི་འཇུག་སྤྱོད་དགོ།
- ༡༡.༡༡.༡.༡༠ བྱད་འཇུག་
 དམིགས་བསལ་བྱད་རིག་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་མི་དང་། རྒྱལ་གཞུང་གིས་
 ཐག་བཅད་པའི་ཚད་གཞི་གྲ་གཞི་བཞག་སྟེ་ བྱད་འཇུག་སྤྱོད་དགོ།
- ༡༡.༡༡.༡.༡༡ ཏུས་འབྲེལ་འཇུག་

དུས་འཐེབ་འཐུས་འདི་ ལྷ་སྐྱོར་ ༥ པ་དང་ དེའི་འོག་རྒྱ་གི་གོ་གནས་འཆང་མའི་ཞི་གཡོག་པ་
རྒྱ་གིས་ ཁོང་རའི་ལྷ་བཀོད་པའི་བཀའ་རྒྱ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྤྱིར་བཏང་ལཱ་གཡོག་གི་དུས་ཚོད་
ལས་བཀལ་ཏེ་ ལྷ་འབད་དགོས་དང་། བདུན་ཕྱག་ངལ་གསོ་དང་ གཞུང་གི་ངལ་གསོའི་སྐབས་
ལུ་ ལྷ་འབད་དགོས་འཐོན་མི་ཚུ་ལུ་སྤྱོད་དགོ།

༡༡.༡༡.༡.༡༣ ཁང་སྒྲའི་འཐུས།

ཞི་གཡོག་པ་དང་མི་མང་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ཚད་གཞི་གྲུ་གཞི་
བཞག་སྟེ་ ཁང་སྒྲའི་འཐུས་སྤྱོད་དགོ། ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅར་ནང་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་
འགོ་ཐོག་ཟླ་རོ་ ༡༢ གི་རིང་ ཁང་སྒྲའི་འཐུས་མིལ་བྱས་དང་། ལྷག་ལུས་དུས་ཡུན་གྱི་དོན་ལུ་
བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ སྤྱོད་དགོ།

༡༡.༡༡.༡.༡༤ ཉིན་འཐུས་དང་ཉིན་ལྟར་སྤྱོད་འཐུས།

ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་ཉིན་འཐུས། རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་སྤྱོད་བཅར་
དང་། ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་འགོ་འགྲུལ་གྱི་ཉིན་ལྟར་སྤྱོད་འཐུས་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་
ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་སྤྱོད་དགོ།

༡༡.༡༡.༡.༡༥ འཐུས་གཞན་གང་རུང་།

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ འཐུས་གཞན་གྱི་རིགས་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད་མི་དང་
འཁྲིལ་འཐོབ་དགོ།

༡༡.༡༢ རྒྱ་འཐུས་གྱི་ཐོབ་ལམ་མེད་པ།

༡༡.༡༢.༡ རྒྱ་རིག་ལག་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་འཐུས་འཐོབ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ག་ཤམ་གསལ་གྱི་ངལ་གསོ་ལེན་པའི་
སྐབས་ལུ་ འཐུས་གྱི་ཐོབ་ལམ་ལེན་མི་ཚོགས།

༡༡.༡༢.༡.༡ དོན་ཚན་ ༡༠.༥.༤ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྒྱ་རིག་སློབ་སྦྱོན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ལོ་ལྟར་ངལ་
གསོའི་ནང་ཐོག་མི་ལུ་མ་གཏོགས། ཟླ་མའི་ངལ་གསོའི་སྐབས་ཐོབ་ལམ་མེད།

༡༡.༡༢.༡.༢ ཟླ་རོ་ ༡ ལས་ལྷག་པའི་སློབ་སྦྱོར་ངལ་གསོ། ཡང་ན་སྤྱོད་བཅར།

༡༡.༡༢.༡.༣ ཟླ་རོ་ ༡ ལས་ལྷག་པའི་སློབ་བཅོས་ངལ་གསོ། ཡང་ན་ནད་གཡོག་ངལ་གསོ།

༡༡.༡༢.༡.༤ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་དང་།

༡༡.༡༢.༡.༥ སྐབས་གཡོག་དང་དམིགས་བསལ་འགན་སྤྱོད་འགོ་དཔོན།

ཨིན་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་སྐབས་གཡོག་ ཡང་ན་གནས་སོར་བཏང་ཡོད་མའི་དམིགས་
བསལ་འགན་སྤྱོད་འགོ་དཔོན་འདི་ གཞུང་གི་ལས་སྡེ་གསར་པ་འདི་ནང་ རྒྱ་རིག་གི་ལཱ་འཕྲོ་

མཐུད་པ་ཅིན་ ཁོ་ལུ་ གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་བྱད་འཐུས་ཀྱི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་འཕྲོ་
མཐུད་དེ་ལེན་དགོ། དེ་མ་ཚད་ ཁོ་རའི་ལཱ་གཡོག་གསར་པ་འདི་ལུ་ བྱད་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་
ཡོད་པ་ཅིན་ བྱད་འཐུས་ཚུ་ཡང་སྤྱོད་དགོ།

༡༡.༡༢.༢ བྱད་རིག་ལཱ་གཡོག་དང་མཉམ་སྐྱེགས་འབད་བའི་འཐུས་ལེན་ཡོད་མའི་ནི་གཡོག་པ་ཅིག་ ལཱ་གཡོག་སོ་སོ་ཅིག་
ནང་གནས་སོར་བཏང་པ་ཅིན་ འཐུས་ལེན་ནི་ལས་མཚམས་འཛུགས་འབད་དགོ།

༡༡.༡༣ འགན་འཁྲི།

༡༡.༡༣.༡ བཅའ་ཡིག་འདི་ནང་གི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་མ་འཁྲིལ་བར་བཟོ་ཡོད་པའི་ནི་གཡོག་པའི་དངུལ་ཕྱོགས་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་
ཁྲིམས་མཐུན་མེན་མ་སྤྱོད་ཆ་བཞག་ནི་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཡངན་ལས་སྡེ་གིས་ཆ་
མེད་གཏང་ནི་འཁྲི་བ་ཕོག་

༡༡.༡༣.༢ དེ་བཟུམ་མའི་འཛུལ་བ་ཚུ་ འགན་ཁུར་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་གྱིས་འགན་འཁྲི་འབག་དགོཔ་དང་། བདག་སྐྱོང་བྱ་
ལེན་གྱི་འཁྲི་བ་ཕོག་

(ལས་སྡེའི་ལས་ཤོག)

གཡོག་བསྐྱོས། གོ་གནས་ཡར་སེང་། གོ་གནས་མར་ཕབ། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་པ་ད་དང་སྐབས་གཡོག་ཚུའི་དངུལ་
ཕོགས་གཏན་འབེབས།

(སྤྱི་ཟླ་ ༡ པ་/སྤྱི་ཟླ་ ༡ པ་ ༡༠.....)

ཆ་ཤས་ཀ་པ། ད་ལྟོའི་དངུལ་ཕོགས།		
༡.	ལས་སྡེའི་མིང་།	
༢.	ལས་གཡོག་པའི་མིང་།	
༣.	ཞི་གཡོག་རོ་རྟགས་ཨང་།	
༤.	མི་ཁྲུངས།	
༥.	ལུ་གཡོག་གི་གནས་ཚད།	
༦.	གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།	
༧.	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ།	
༨.	ད་ལྟོའི་དངུལ་ཕོགས་ཚད་གཞི།	
༩.	ལོ་ལྟར་དངུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་གི་ཆོས་གྲངས།	
༡༠.	འཕམ་གྱི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་ལེན་ཡོད་པ། (གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་སྐབས་གཡོག་སྤྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་དང་ ལོ་ལྟར་ཡར་སེང་གཉིས་ཆོས་གྲངས་གཅིག་ནང་ཕོག་པ་ཅིན་འཕམ་གྱི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་ཐག་གཅད་ནིའི་ དོན་ལུ་ ཉེ་མར་ལོ་ལྟར་ཡར་སེང་འདི་བྱིན་དགོ།)	
༡༡.	སྒྲེར་ཕོགས། (གང་རུང་ཡོད་ན།)	
༡༢.	ད་ལྟོའི་དངུལ་ཕོགས་བསྐྱོམས། (རིམ་ཨང་ ༡༠+༡༡)	
༡༣.	འཐུས། (ཁྱད་འཐུས། ཁང་གྲུའི་འཐུས། དཀའ་འཐུས། ཁ་མཐོའི་འཐུས། འགྲུལ་འཕྱིན། དངུལ་བདག་འཛིན་ཚུ།)	
༡༤.	དངུལ་ཕོགས་དང་འཐུས་བསྐྱོམས། (རིམ་ཨང་ ༡༢+༡༣)	

ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པ། གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དངུལ་ཕོགས་གཏན་འབེབས།		
༡.	གོ་གནས་གསར་པ་གི་མིང་།	
༢.	གོ་གནས་གསར་པ་གི་གནས་ཅིམ།	
༣.	དངུལ་ཕོགས་ཚད་གཞི་གསར་པ།	
༤.	ད་ལྟོའི་དངུལ་ཕོགས་བསྐྱོམས། (ཆ་ཤས་ཀ་པའི་རིམ་ཨང་ ༡༢།)	

༥.	དདུལ་ཕོགས་གསར་པ་གི་ལོ་ལྟར་ཡར་སེང་གཅིག་བཀའ། (ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པའི་རིམ་ཨང་ ༣ པ།)	
༦.	གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དདུལ་ཕོགས་གསར་པ། (ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པའི་རིམ་ཨང་ ༤+༥།)	
༧.	གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་གཞི་རྟེན་དདུལ་ཕོགས་གསར་པ། (གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་གཞི་རྟེན་དདུལ་ཕོགས་ཐག་གཅད་ནི་ལུ་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དདུལ་ཕོགས་གསར་པ་ (ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པའི་རིམ་ཨང་ ༦ པ་) འདི་དདུལ་ཕོགས་གསར་པ་གི་ཆད་གཞིའི་དདུལ་ཕོགས་རིམ་པ་ (ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པའི་རིམ་ཨང་ ༣ པ་) དང་གཅིག་ཁར་སྟོམ་སྒྲིག་འབད།)	
༨.	སྒྲེང་ཕོགས། (གང་རུང་ཡོད་ན།)	
༩.	འཐུས། (བྱད་འཐུས་/ཁང་སྒྲའི་འཐུས་/དཀའ་འཐུས་/ཁ་མཐོའི་འཐུས་/འགྲུལ་འཕྱིན་/དདུལ་བདག་འཛིན་ཚུ།)	
༡༠.	དདུལ་ཕོགས་དང་འཐུས་བསྟུན་པ། (ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པའི་རིམ་ཨང་ ༧+༨+༩)	
༡༡.	ཤུལ་མའི་ལོ་ལྟར་དདུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་གི་ཆོས་གྲངས།	

ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པ། གོ་གནས་མར་ཕབ་ཀྱི་དདུལ་ཕོགས་གཏན་འབེབས།		
༡.	གོ་གནས་གསར་པ་གི་མིང།	
༢.	གོ་གནས་གསར་པ་གི་གནས་རིམ།	
༣.	དདུལ་ཕོགས་གསར་པ་གི་ཆད་གཞི།	
༤.	དདུལ་ཕོགས་གསར་པ་གི་ཆད་གཞིའི་ཉུང་མཐའ་དདུལ་ཕོགས། (ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པའི་རིམ་ཨང་ ༣ པ།)	
༥.	གོ་གནས་མར་ཕབ་ཀྱི་དདུལ་ཕོགས་གསར་པ། (ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པའི་རིམ་ཨང་ ༤ པ།)	
༦.	གོ་གནས་གསར་པ་གི་འཐུས། (བྱད་འཐུས། ཁང་སྒྲའི་འཐུས། དཀའ་འཐུས། ཁ་མཐོའི་འཐུས། འགྲུལ་འཕྱིན། དདུལ་བདག་འཛིན་ཚུ།)	
༧.	དདུལ་ཕོགས་དང་འཐུས་བསྟུན་པ། (ཆ་ཤས་ཁ་ ༡ པའི་རིམ་ཨང་ ༥+༦།)	
༨.	ཤུལ་མའི་ལོ་ལྟར་དདུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་གི་ཆོས་གྲངས།	

ཆ་ཤས་ཁ་ ༣ པ། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་པའི་སྐབས་ཀྱི་དདུལ་ཕོགས་གཏན་འབེབས།		
༡.	གོ་གནས་ཀྱི་མིང།	
༢.	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ།	
༣.	དདུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཆད་གཞི།	
༤.	དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་པའི་ཆོས་གྲངས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་དདུལ་ཕོགས།	
༥.	དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་པའི་སྐབས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་དདུལ་ཕོགས་གསར་པ། (ཆ་ཤས་ཁ་ ༣ པའི་རིམ་ཨང་ ༤ པ་དང་འབྲ།)	

ཆ་ཤས་ལ་ ༣ པ། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་པའི་སྐབས་ཀྱི་དངུལ་ཕྱོགས་གཏན་འབེབས།		
ཡ.	དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལེན་པའི་ཆོས་གངས་ཀྱི་སྒྲེར་ཕྱོགས། (གང་རུང་ཡོད་ན།)	
༤.	དངུལ་ཕྱོགས་དང་འབྲས་བུ་སྒྲིམས། (ཆ་ཤས་ལ་ ༣ པའི་རིམ་ཨང་ ༥+༦+༧)	
༩.	ཤུལ་མའི་ལོ་ལྟར་དངུལ་ཕྱོགས་ཡར་སེང་གི་ཆོས་གངས། (ཤུལ་མའི་ལོ་ལྟར་དངུལ་ཕྱོགས་ཡར་སེང་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཉུང་མཐའ་ལྟ་ ༡༩ ཕྱག་ལུ་དགོ།)	
༩.	འབྲས། (བྱད་འབྲས། ལང་གླའི་འབྲས། དཀའ་འབྲས། ལ་མཐོའི་འབྲས། འགྲུལ་འཕྲིན། དངུལ་བདག་འཛིན་ཚུ།)	

ཆ་ཤས་ག་པ། འགོ་ཐོག་གཡོག་བསྐྱོས་ཀྱི་དངུལ་ཕྱོགས་གཏན་འབེབས།		
༡.	ལས་སྒྲེའི་མིང་།	
༢.	ལས་གཡོག་པའི་མིང་།	
༣.	ཞི་གཡོག་རོ་རྟགས་ཨང་།	
༤.	མི་ཁྲུངས།	
༥.	ལཱ་གཡོག་གི་གནས་ཚད།	
༦.	གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།	
༧.	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ།	
༨.	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་དང་འཁྲུལ་བའི་དངུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚད་གཞི།	
༩.	ལོ་ལྟར་དངུལ་ཕྱོགས་ཡར་སེང་གི་ཆོས་གངས།	
༡༠.	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་དང་འཁྲུལ་བའི་དངུལ་ཕྱོགས་ཚད་གཞིའི་ཉུང་མཐའ་དངུལ་ཕྱོགས། (གོ་གནས་ཀྱི་སྒྲེ་རིམ་མཐོ་ཤོས་ཅིག་ལུ་ ཡར་སེང་འབད་མིའི་གཡོག་ཐོག་གི་མི་ངོམ་ཚུ་མ་གཏོགས་ དངུལ་ཕྱོགས་འདི་ རྟོན་ཚན་ ༡༡.༤.༡ པ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།)	
༡༡.	འགོ་ཐོག་གཡོག་བསྐྱོས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕྱོགས། (ཆ་ཤས་ག་པའི་རིམ་ཨང་ ༡༠།)	
༡༢.	སྒྲེར་ཕྱོགས།(གོ་གནས་ཀྱི་སྒྲེ་རིམ་མཐོ་ཤོས་ཅིག་ལུ་ཡར་སེང་འབད་མིའི་གཡོག་ཐོག་གི་མི་ངོམ་གང་རུང་ཅིག་ཡིན་ན།)	
༡༣.	དངུལ་ཕྱོགས་བསྒྲིམས། (ཆ་ཤས་ག་པའི་རིམ་ཨང་ ༡༡+༡༢།)	

༡༤.	འཇུག་ (གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིང་དང་འཁྲིལ་བའི་བྱང་འཇུག་/ཁང་གླའི་འཇུག་/དཀར་འཇུག་/ཁ་མཐོའི་འཇུག་ /འགྲལ་འཕྱིན་/དངུལ་བདག་འཛིན་ཚུ།)	
༡༥.	དངུལ་ཕོགས་དང་འཇུག་བསྟོམས། (ཆ་ཤས་ག་པའི་ཅིང་ཨང་༡༣+༡༤།)	

བཞུགས།

༡. སྐབས་གཡོག་ལས་ལོག་པའི་སྐབས་ཀྱི་དངུལ་ཕོགས་གཏན་འབེབས་དོན་ལུ་ དོན་ཚན་ ༡༡.༤.༤ པ་ལུ་བཟ།
༢. སྐབས་གཡོག་དུས་ཡུན་སྐབས་ཀྱི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྐར་ཕོགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་མེད།
༣. སྐར་ཕོགས། གོ་གནས་དེའི་དངུལ་ཕོགས་ཚད་གཞིའི་ཐོབ་ཚད་མཐོ་ཤོས་ལས་བཟུལ་བའི་དངུལ།
༤. གོ་གནས་ཡར་མེད་གི་དངུལ་ཕོགས་ལོག་སྟེ་གཞན་འབེབས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ དོན་ཚན་ ༡༡.༤.༢.༡ པ་ལས་ ༡༡.༤.༢.༤ པ་ཚུན་
བཟ།
༥. གོ་གནས་མར་ཕབ་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ཐོབ་པའི་སྐར་ཕོགས་གང་རུང་འདི་ གོ་གནས་མར་ཕབ་འབད་བའི་ཤུལ་ལས་མཚམས་འཛོག་
འབད་བཞག་དགོ།
༦. དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་དངུལ་ཕོགས་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་ཐད་ཁར་ དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་མ་ལེན་
པའི་ཉེ་མའི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་དང་འཁྲིལ་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།
༧. འགོ་ཐོག་གཡོག་བསྟོམས་ཀྱི་དངུལ་ཕོགས་གཏན་འབེབས་ཀྱི་ཐད་ཁར་ ཆ་ཤས་ག་པ་འདི་རྒྱང་མ་གཅིག་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

བཟོ་སྐྱེག་འབད་མི།

(མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན།)

(དངུལ་རྩིས་འགོ་དཔོན།)

གནང་བ་གནང་མི།

(ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན།)

ལེབ་ ༡༩ པ། ལྷ་ཤུལ་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས། མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་།

༡༩.༡ སྤོང་བྱས།

- ༡༩.༡.༡ ལྷ་གཡོག་གི་ཞབས་ཏྲོག་གོང་འཕེལ་དང་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།
- ༡༩.༡.༢ ལྷ་རིག་སྤྱོད་སྤྱོད་གྲུབ། གཞེངས་ཐོན། གྲུབ་འབྲས་དང་སེམས་ཤུགས་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།
- ༡༩.༡.༣ ལྷ་གཡོག་གི་མདུན་ལམ། གཞེངས་བསྟོད་དང་ངོས་འཛིན་འབད་ནི་ལྟ་ནང་དང་བདེན་དང་དུངས་གསལ་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་། ལྷ་གཡོག་སྤྱོད་མེད་ལས་གཡོག་ཕྱི་བར་ན་ལྷ་པར་ཕྱེ་ནི་དང་། ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།
- ༡༩.༡.༤ ལས་ཆོགས་དང་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ཚུའི་འགན་འཁུལ་དང་རིམ་གླིང་ཅ་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༡༩.༡.༥ ལས་ཆོགས་དང་ངོ་རྒྱུད་གཉིས་ཆ་རའི་གོང་འཕེལ་འདི་ ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།

༡༩.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡༩.༢.༡ ལས་ཆོགས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རང་སེམས་ལས་འཆར་བརྩམ་ནིའི་ལམ་ལུགས་ཅིག་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི།
- ༡༩.༢.༢ ལྷ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་དང་གཞེངས་ཐོན་གཞིར་བཞག་གི་ལམ་ལུགས་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།
- ༡༩.༢.༣ ལས་ཆོགས་དང་ངོ་རྒྱུད་གི་གནས་རིམ་གཉིས་ཆ་རའི་ནང་ གྲུབ་འབྲས་ཅན་གྱི་ལྷ་ཤུལ་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི།
- ༡༩.༢.༤ བདག་དབང་དང་འགན་འཁུལ་ཡར་ཕྱག་གི་དོན་ལུ་ ལས་སྤེའི་དམིགས་ཡུལ་དང་དམིགས་གཏད་ཚུ་ སྤེའ་ཆོན། ལས་ཆོན། ཡན་ལག་ལས་ཆོན་དང་ངོ་རྒྱུད་ཚུ་ལུ་ བགོ་བཟུམ་འབད་ནི།
- ༡༩.༢.༥ ཅ་བརྟན་ཅན་གྱི་ལྷ་ཤུལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་ ཅུས་མཆོམས་ཀྱི་ལྷ་རྟོག་དང་བསྐྱར་ཞིབ་ལམ་ལུགས་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི།
- ༡༩.༢.༦ ཞི་གཡོག་ནང་ བསམ་ལན་བྱེན་ནིའི་ལམ་ལུགས་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།

༡༩.༣ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་།

- ༡༩.༣.༡ དམིགས་ཡུལ།
- མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ཟེར་མི་འདི་ གཤམ་གསལ་ཚུ་ལུ་དམིགས་པའི་ལྷ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལམ་ལུགས་ཅིག་ཨིན།

༡༩.༩.༡ ལས་གཡོགས་ཚུའི་ལཱ་འགན་འདི་ ལས་ཚོགས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ཚུ་དང་རིམ་སྒྲིག་འབད་དེ་
གྲུབ་འབྲས་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།

༡༩.༩.༢ གཞུག་སྡེ་ཚུའི་འགན་འཁུའི་འདི་ ལས་ཚོགས་འོག་གི་ལས་ཚན་ཁག་ཚུ་ལུ་བགོ་བཟམ་འབད་དེ་
ལས་ཚོགས་ཀྱི་འཛིན་ཐང་ངེས་བཟླ་བཟོ་ནི་དང་།

༡༩.༩.༣ གྲུབ་འབྲས་བཏོན་མི་དང་། བཏོན་མ་ཚུགས་མིའི་ལས་གཡོགས་ཚུ་བྱད་པར་བྱེས་ཏེ་ ལས་སྡེའི་
སྤྱིར་བཏང་གི་ལཱ་ལུ་གྲུབ་འབྲས་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།

༡༩.༩.༤ ལྷན་ཚད།

མཚོག་གྲུར་འཛིན་སྐྱོང་འདི་གིས་ ཞི་གཡོགས་གར་ལུ་ལྷན་དགོ། མཚོག་གྲུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་བྱ་རིམ་ཚུ་ མཚོག་
གྲུར་འཛིན་སྐྱོང་ལག་དེབ་ནང་ ཁ་གསལ་སྤེལ་ཚུད་དགོ།

༡༩.༡༠ སྤྱིར་བཏང་ལམ་ལུགས།

༡༩.༡༠.༡ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ ལོ་ལྟར་ལཱ་ལུ་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་དམིགས་གཏང་ཚུ་བཅུམས་ཏེ་ དམིགས་གཏང་བཅུམས་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་
ལོ་ལྟར་ལཱ་ལུ་གྲུབ་འབྲས་ རྒྱུ་མཚམས་ཀྱི་བསྐྱར་ཞིབ་འགོ་འཛུལ་འབབ་དགོ།

༡༩.༡༠.༢ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ འདས་ལོའི་ལོ་ལྟར་ལཱ་ལུ་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་ཚུའི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ལོ་ལྟར་བཞུག་དབྱེ་དབྱེ་
འབད་དེ་ ལུ་མའི་ལོ་གི་དོན་ལུ་ འབད་ཚུགས་པའི་རེ་འདོད་ཅན་གྱི་དམིགས་གཏང་ཚུ་བཅུམས་དགོ།

༡༩.༡༠.༣ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ རང་སོའི་ལོ་ལྟར་ལཱ་ལུ་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་ཚུ་ ལཱ་ལུ་དབྱེ་དབྱེ་འབད་བའི་སྐབས་ དབྱེ་
ཞིབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་སོའི་ལས་འཆར་ནང་བཅུགས་དགོ།

༡༩.༡༠.༤ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་སེམས་ལུགས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུའི་ཐོག་ལས་ ལས་ཚོགས་ཀྱི་འོས་
མཐུན་ལམ་ལུགས་ཡར་ཕྱག་གཏང་སྡེ་རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་དགོ།

༡༩.༡༠.༥ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ སློབ་སྦྱོར། བསྐྱབ་སྦྱོར། སྐྱོང་བཅར། ལམ་སྦྱོར། གཞན་འཛིན་སྐྱོང་དང་ལས་བྱེད་པ་གི་བར་ན་
མཉམ་འབྲེལ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུའི་སློབ་ལས་ ལཱ་ལུ་གྲུབ་འབྲས་སློབ་སྡེ་བཏོན་ནིའི་ལམ་ལུགས་ཡར་
ཕྱག་གཏང་དགོ།

༡༩.༡༠.༦ མི་སྡེ་ཐོག་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་ རང་སོའི་ལས་སྡེའི་མི་སྡེ་ཐོག་སྡེ་ཚན་གྱིས་
བྱད་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་དགོ།

༡༩.༡༠.༧ སྐྱོང་བཅར།

ཕན་ལུ་ཅན་གྱི་ལཱ་ལུ་གྲུབ་འབྲས་སྐྱོང་ལུ་དགོ་པའི་ལྷན་སྡེ་གྲུབ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་སྐྱོང་
བཅར་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་འཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།

- ༡༩.༤.༡.༡ ལཱ་ཤུལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྲིད་བྱུས་ཚུ་ཉ་གོ་ནིའི་དོན་ལཱ།
 ༡༩.༤.༡.༢ རང་སའི་ལས་འཆར་བཟོ་ནི། བསྐྱར་ཞིབ་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
 ༡༩.༤.༡.༣ ལས་བྱེད་པ་འཛིན་སྐྱོང་དང་སློབ་སྦྱོན་འབད་ནི།
 ༡༩.༤.༡.༤ བསམ་ལན་བྱིན་ནི་དང་ལེན་ནི།
 ༡༩.༤.༡.༥ སེམས་ཤུགས་དང་གཞེངས་བསྟོད།

༡༩.༤.༢ ལཱ་ཤུལ་ལམ་ལུགས་བརྟག་ཞིབ།

- ༡༩.༤.༢.༡ ལས་སྡེ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ལཱ་ཤུལ་ཚུ་ ལོ་རྩི་ ༣ དང་ ༥ གི་བར་ན་ ལཱ་ཤུལ་ལམ་ལུགས་བརྟག་
 ཞིབ་གྱི་ཐོག་ལས་ ལས་གཡོགས་དང་མི་སེར་ཚུ་ཡིད་ཆེས་ཚུགས་པའི་བྱུབ་འབྲས་ག་ཅིར་ཐོན་
 ཡོད་གཏི་ཐོག་ལས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཆོག།
 ༡༩.༤.༢.༢ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ ལཱ་ཤུལ་བྱུབ་འབྲས་ལམ་ལུགས་བརྟག་ཞིབ་
 འབད་ནིའི་འགོ་འདྲེན་དང་ལྷ་རྟོག་འབད་དགོ།
 ༡༩.༤.༢.༣ ཞི་གཡོགས་ག་ར་གིས་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྐོར་ལས་ ཁོང་ར་གོམས་གཤིས་ཚུད་དགོ།
 མི་སྟོབས་སྡེ་ཆན་ ཡང་ན་ལས་ཆན་ཚུ་གིས་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྐོར་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་
 བྱིན་དགོས་དང་དོགས་སེལ་འབད་དགོ། དེ་ལས་ ལས་གཡོགས་གསར་པ་ཚུ་ལཱ་ གོམས་འདྲིས་
 ལས་རིམ་གྱི་ཐོག་ལས་ དེའི་བན་དོན་ཚུ་བྱིན་དགོ།
 ༡༩.༤.༢.༤ ཞི་གཡོགས་ག་ར་གིས་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་རིམ་ལུགས་བརྒྱུད་དེ་
 ལོ་ལྟར་ལཱ་ཤུལ་དབྱེ་དཔྱད་ (རང་སའི་ལས་འཆར་དང་སྟོགས་བྱུབ་བརྟག་དཔྱད་) འདི་ལུ་
 དགོ།
 ༡༩.༤.༢.༥ འབྲེལ་ཡོད་ལྷ་རྟོག་པ་གིས་ ཁོ་རའི་ལས་གཡོགས་ཚུའི་སྤྱིར་བཏང་ལཱ་ཤུལ་གྱི་འགོ་ལྷ་རྟོག་
 འབད་དེ། གལ་སྲིད་དགོས་ཡོད་ན་ ལེགས་བཅས་ཀྱི་དོན་ལཱ་གོ་སྐབས་བཟོ་དགོས་དང།
 བསམ་ལན་དང་སློབ་སྦྱོན་ཚུ་བྱིན་དགོ།
 ༡༩.༤.༢.༦ ལོ་ལྟར་ལཱ་ཤུལ་དབྱེ་དཔྱད་འཁོར་རིམ་འདི་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཨིན་དགོ།
 ༡༩.༤.༢.༧ སློབ་གྲུའི་ནང་གི་ཞི་གཡོགས་ཚུའི་དོན་ལཱ་ སྤྱི་ཟླ་ ༡ པ་ལས་སྤྱི་ཟླ་ ༡༢
 པ་ཚུན་དང་།
 ༡༩.༤.༢.༨ ཞི་གཡོགས་གཞན་ཚུ་གི་དོན་ལཱ་ སྤྱི་ཟླ་ ༡ པ་ལས་སྤྱི་ཟླ་ ༤ པ་ཚུན།
 ༡༩.༤.༢.༩ ལཱ་ཤུལ་སྐྱགས་ཆད་འདི་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་དུས་ལུན་གྱི་ནང་འཁོད་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་
 སྐྱོང་། ཡང་ན་ཞི་གཡོག་པའི་བན་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་བཅུགས་དགོ། བན་དོན་འཛིན་སྐྱོང་
 འཐབ་ནིའི་འགན་ཁག་འདི་ མི་སྟོབས་སྡེ་ཆན་ ཡང་ན་ལས་ཆན་འདི་ལཱ་ཐོག་ལུ་ཨིན།

༡༩.༤.༡༤ གལ་སྲིད་ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ ལྷ་རྟོག་པ་གསར་པ་ཅིག་གི་འོག་ལུ་གནས་སོར་བཏང་ཡོད་པ་
 ཅིན་ དེ་ནང་ཕྱག་ལུ་ཡོད་པའི་དུས་ལུན་དང་མ་འཁྲུལ་བར་ ལྷ་རྟོག་པ་གསར་པ་གིས་ ཉེ་མའི་
 ལྷ་རྟོག་པ་དང་འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ཐོག་ལས་ ལས་གཡོག་པ་དེའི་ཉེ་མའི་ལས་སྡེ་གི་དོན་ལུ་
 བརྩམས་ཡོད་པའི་ལས་སྡེ་དང་དམིགས་གཏང་གུ་ ལཱ་ལུ་སྐྱགས་ཚད་བྱིན་དགོ།

༡༩.༤.༡༥ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ལག་དེབ་ཀྱི་བྱར་དེབ་ཀ་པའི་ནང་ ཐོ་བཀོད་འབད་བའི་ལས་སྡེ་ཚུ་དང་
 ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་ཚུ་ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་ལས་ཡངས་ཆག་གཏང་དགོ། ཁོང་རའི་གོ་གནས་
 ཡར་སེང་དང་། གཞན་མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལཱ་ལུ་དབྱེ་དབྱུང་འབྲི་ཤོག་དང་འཁྲུལ་
 བའི་ལཱ་ལུ་གི་སྐྱགས་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༩.༤.༡༦ སྐབས་གཡོག་དང་ལུན་རིང་སྟོབ་སྐྱོང་ནང་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ངམ་ལྷགས་ལཱ་ལུ་
 སྐྱགས་ཚད་སྡེ་ “འབྲིང་” གི་ཚད་གཞི་འདི་བྱིན་དགོ། ཨིན་རུང་ ཚོད་བརྟག་ཆོགས་ཚུང་གི་
 དབྱེ་ཞིབ་གུ་གཞི་བཞག་སྡེ་ དེ་བརྩམ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ལཱ་ལུ་གི་སྡེ་རིམ་གཞན་ཚུའི་ནང་
 བཀལ་ཆོག

༡༩.༤.༡༧ གོ་གནས་ཡར་སེང་དང་འབྲེལ་བའི་བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་བྱ་འབག་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ཁོང་རའི་
 ལཱ་ལུ་སྐྱགས་ཚད་དང་མ་འཁྲུལ་བར་ ཁོང་རའི་ཉེས་བྱ་འདི་འབག་དགོ།

༡༩.༤.༡༨ ཉམས་ཚོད་ནང་ཨིན་མའི་ཞི་གཡོག་པ།

༡༩.༤.༡༩.༡ ཕྱིས་ལོ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ ལཱ་ལུ་དབྱེ་དབྱུང་འབད་དགོ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་
 ཚུའི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ཟླ་ ༡ པ་ལས་ ༡༩ པ་ཚུན་གི་ཉམས་ཚོད་དུས་ལུན་
 གི་ལཱ་ལུ་དབྱེ་དབྱུང་འདི་ དོན་ཚན་ ༤.༡༩.༩ པ་དང་འཁྲུལ་ ཉམས་
 ཚོད་དབྱེ་དབྱུང་དགོས་མཁོ་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀའ་དགོ།
 མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཡོངས་འབྲེལ་རིམ་ལུགས་ནང་ ཉམས་ཚོད་ཀྱི་ལོ་
 དེའི་སྤྱི་ཟླ་ ༧ པ་ལས་ ལུ་མའི་ལོ་གི་སྤྱི་ཟླ་ ༤ པ་ཚུན་གི་ ཁོང་རའི་
 འགོ་ཐོག་གི་ལཱ་ལུ་དབྱེ་དབྱུང་འབྲི་ཤོག་འདི་བཀའ་ཞིན་མ་ལས་ དེ་དང་
 འཁྲུལ་ཏེ་ལཱ་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

༡༩.༤.༡༩.༢ སྟོབ་རིག་གི་ལོ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ ལཱ་ལུ་དབྱེ་དབྱུང་འབད་དགོ་མའི་ཞི་
 གཡོག་པ་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལཱ་ལུ་དབྱེ་དབྱུང་གི་འབྲི་ཤོག་འདི་ མཆོག་གྱུར་
 འཛིན་སྐྱོང་གི་ཡོངས་འབྲེལ་རིམ་ལུགས་ཐོག་ལས་ཕུལ་དགོས་དང་། དེ་
 ཡང་ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་འབད་དགོས་ཨིན།

༡༩.༥ ལཱ་ལུ་སྐྱགས་ཚད་ཀྱི་དབྱེ་དབྱུང་དང་ལཱ་འགན།

༡༩.༥.༡ ལས་སྡེ། ལས་ཁུངས། སྡེ་ཚན་དང་ ལས་ཚན་གི་འགོ་འཛིན་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལཱ་ལུ་དབྱེ་དབྱུང་དང་ལཱ་ལུ་སྐྱགས་

ཚད་ཕྱིན་ནི་ལས་སྒྲུབ་སྒྲིལ་བའི་ལས་ཚན་དང་ ལས་ཚན་གྱི་འགོ་འཛིན་ཚུའི་ལཱ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ལོ་ལྟར་ ལས་སྒྲུབ་ལཱ་ཤུལ་བསྐྱར་ཞིབ་ལམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་དགོ། བསྐྱར་ཞིབ་འདི་གྲུག་ཞི་བཞག་སྒྲེ་ ལས་སྒྲུབ་ ལས་ལྷན་སྒྲིལ་ སྒྲེ་ཚན་དང་ ལས་ཚན་གྱི་འགོ་འཛིན་ཚུའི་ལས་ཚབ་དབྱེ་ཞིབ་འདི་ མཆོག་གྲུར་འཛིན་སྐྱོང་ གི་ལག་དབང་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཕྱིན་དགོ།

༡༩.༥.༩

ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་། ལྷ་སྐྱོར་སྒྲེ་རིམ་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལཱ་ཤུལ་དབྱེ་དཔྱད་དང་ལཱ་ཤུལ་སྐྱགས་ ཚད།

ལཱ་ཤུལ་དབྱེ་དཔྱད་འབྲི་ཤོག་ནང་ རང་སྤོའི་ལས་འཆར་དང་ཕྱོགས་གྲུབ་བརྟག་དཔྱད་ (ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་ གི་དོན་ལུ་ འབྲི་ཤོག་ ༡༩/༡ པ་དང་། ལྷ་སྐྱོར་སྒྲེ་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ འབྲི་ཤོག་ ༡༩/༩ པ་) ཚུ་ཚུད་དགོ། ལཱ་ཤུལ་ དབྱེ་དཔྱད་ཀྱི་འབྲི་ཤོག་འདི་ སྒྲེ་ཚན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ ལོ་ལྟར་གྱི་ལས་སྒྲུབ་དང་། དམིགས་གཏད་ཐག་གཅད་ནི་དང་། དེ་མ་ཚད་ ཕྱོགས་གྲུབ་བརྟག་དཔྱད་རིམ་འཛིན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལྷ་སྐྱོར་པ་དང་ལས་གཡོག་པ་གིས་ལག་ལེན་ འཐབ་དགོ།

ལཱ་ཤུལ་དབྱེ་དཔྱད་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་གོ་རིམ་གཉིས་ཡོད།

ཀ། ལཱ་ཤུལ་དབྱེ་དཔྱད་ཀྱི་འབྲི་ཤོག་གྲུག་ཞི་བཞག་སྒྲེ་ ལྷ་སྐྱོར་པ་གིས་སྤོའི་སྐྱགས་ཕྱིན་དགོ།

ཁ། ལྷ་སྐྱོར་པ་གིས་ གསམ་གསལ་གྱི་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལཱ་ཤུལ་གྱི་སྐྱགས་ཕྱིན་དགོ།

གནས་རིམ་ ༤ པ། ༣.༠༠-༤.༠༠

གནས་རིམ་ ༣ པ། ༢.༠༠-༣.༩༩

གནས་རིམ་ ༢ པ། ༡.༠༠-༡.༩༩

གནས་རིམ་ ༡ པ། ༠.༠༠-༠.༩༩

ག ལྷ་སྐྱོར་པ་གིས་ཕྱིན་པའི་ལཱ་ཤུལ་གྱི་སྐྱགས་འདི་ མཐའ་དཔྱད་ཀྱི་སྐྱགས་མེན་པར་ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་ གྱི་དོན་ལུ་གཞི་བཞག་ནིའི་ནང་འདེབས་ཅིག་ཨིན།

༡༩.༥.༩.༩

ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན།

ཀ། ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་འདི་ ཚོད་བརྟག་ཚོགས་ཚུང་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

ཁ། ཚོད་བརྟག་ཚོགས་ཚུང་གཞི་བཅུགས་འབད་ནི་འདི་ མཆོག་གྲུར་འཛིན་སྐྱོང་ལག་དབང་དང་ འབྲེལ་དགོ།

ག ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ལས་གཡོག་པའི་ལཱ་ཤུལ་གྱི་སྐྱགས་ཚད་མཐའ་དཔྱད་ ཨིན།

ང། ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ལས་སྒྲུབ་ལོ་ལྟར་ལཱ་ཤུལ་གྱི་སྐྱགས་ཚད་གྲུག་ཞི་བཞག་སྒྲེ་ ཚོད་བརྟག་ལག་ ལེན་གྱི་སྐབས་ མཆོག་གྲུར། རབ། འབྲིང་། མཐའ་མ་སྒྲེ་དབྱེ་ཡོད་པའི་དབྱེ་ལག་བཞི་གྱུ་ དབྱེ་

ཞིབ་འབད་དགོ། ལས་སྒེའི་ལོ་ལྷན་ལཱ་ལུ་བྱེད་མཁེ་སྐྱེལ་ཚད་གུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལས་སྒེ་ཚུ་དབྱེ་
བ་བྱེ་ནི་ཨིན་མི་ལས་སྒེ་དབྱེ་བའི་གཞི་བཞོན་འདི་ ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ཚོ་ད་བརྟག་གི་དོན་ལུ་
བགོ་བཀའ་འབད་ནི་འདི་བརྟེན་ཚུ་ཐག་གཅད་ནི་འདི་ནང་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

ཅ། གལ་སྲིད་ ལས་སྒེའི་ལོ་ལྷན་ལཱ་ལུ་བྱེད་མཁེ་སྐྱེལ་ཚད་འདི་ ཚོད་བརྟག་གི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་
མེད་ན་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཚོད་བརྟག་གི་དོན་ལུ་སྐྱེལ་བྱེད་ནི་དང་།
ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ བརྟེན་ཚུ་བགོ་བཀའ་འབད་ནི་འདི་ལས་ལུགས་ཅིག་བཟོ་སྟེ་ ཚོད་བརྟག་ཚོགས་
ཚུང་ལུ་བྱེད་དགོ།

ཆ། ཚོད་བརྟག་ཚོགས་ཚུང་གི་གོས་ཚོད་འདི་མཐའ་དཔུང་ཨིན་མ་ལས་ བན་དོན་རྒྱུང་མ་གཅིག་གི་
དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་སྤུལ་དགོ།

༡༢.༥.༣ མཚོག་གྲུང་འཛིན་སྐྱོང་ལག་དབང་གི་བྱུང་དེབ་ཀྱི་པའི་ནང་ ཚོད་བརྟག་འབད་མ་དགོཔ་སྟེ་ཚུད་མི་ལས་
སྒེ་ཚུ་དོན་ལུ་ ལྷོ་རྟག་པ་གིས་ ལཱ་ལུ་བྱེད་དཔུང་གི་འབྲི་ཤོག་གུ་ ལཱ་ལུ་བྱེད་སྐྱེལ་བྱེད་ཡོད་མི་འདི་
ལས་གཡོག་པ་དེའི་ལཱ་ལུ་སྐྱེལ་ཚད་མཐའ་དཔུང་སྟེ་ཨིན་དགོ།

༡༢.༥.༤ ཚོད་བརྟག་འབད་ཡོད་པའི་ལས་སྒེ་ཚུ་དང་། མཚོག་གྲུང་འཛིན་སྐྱོང་ལག་དབང་གི་བྱུང་དེབ་ཀྱི་པའི་འོག་གི་
ལས་སྒེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ནང་ ལཱ་ལུ་སྐྱེལ་ཚད་འདི་འདྲན་འདྲ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཀྱན་གཏོགས་འགྲམ་བསྐྱར་
དང་ གཞེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཐག་གཅད་དགོ།

༡༢.༥.༥ ལག་ལེན་སྟེ་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ལཱ་ལུ་བྱེད་དཔུང་།
ལག་ལེན་སྟེ་རིམ་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་འདི་ལཱ་ལུ་འདི་ འབྲི་ཤོག་ ༡༢/༣ པ་དང་འབྲེལ་ རོས་འཛིན་
འབད་ཡོད་པའི་སྐྱོགས་གྲུབ་གཙོ་བོ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ དབྱེ་དཔུང་འབད་དགོ།

༡༢.༦ རྒྱུང་འཛིན་ ༡ པ་ (འཛིན་སྐྱོང་) གི་དོན་ལུ་འགོ་ཁྲིད་པའི་བསམ་ལན།

༡༢.༦.༡ རྒྱུང་འཛིན་ ༡ པ་ཀྱི་དང་དེའི་ཡན་ཆད་ འཛིན་སྐྱོང་གི་གོ་གནས་འཆར་མི་ཞི་གཡོག་པ་ག་ར་གིས་ འགོ་ཁྲིད་པའི་
བསམ་ལན་རིམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་ བསམ་ལན་འདི་རོས་པར་རྟེན་འདྲེན་དགོ། དེ་ཡང་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ཀྱིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན།

༡༢.༦.༡.༡ འགོ་ཁྲིད་པའི་བསམ་ལན་རིམ་ལུགས་ཀྱི་སྐྱེལ་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སེང་བཅུས་ཏེ་ མི་སྟོབས་
བྱ་ལེན་ཚུ་དོན་ལུ་རྒྱབ་རྟེན་བསྐྱེད་ཅིག་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༢.༦.༡.༢ གལ་སྲིད་སྤྱབ་དགོཔ་ཐོན་ན་ འགོ་ཁྲིད་པའི་བསམ་ལན་རིམ་ལུགས་ཀྱི་སྐྱེལ་འདི་ འབྲེལ་
ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་དང་ལྷོ་རྟག་པ་ལུ་སྤྱབ་དགོ།

༡༢.༦.༡.༣ འགོ་ཁྲིད་པའི་བསམ་ལན་རིམ་ལུགས་འདི་ གསང་བ་དང་ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཡིག་ཐོག་བཞོན་
ཡོད་པ་རོས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡༣.༤.༢ ལས་སྒྲིལ་མི་སྟོབས་སྒྲིལ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་གྱིས་ དབྱེ་དབྱེད་འཁོར་རིམ་མཐུག་བསྟུ་བའི་ཆོས་གྲངས་ལས་ ཟླ་
 རོ་ ༣ གྱི་ནང་འཁོར་ ཏུས་ཐོག་གི་འགོ་ཁྲིད་པའི་བསམ་ལན་རིམ་ལུགས་བསྟར་སྟོན་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་
 ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྤུལ་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡༣.༤.༣ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་འགོ་ཁྲིད་པའི་བསམ་ལན་བྱིན་ནིའི་ལམ་ལུགས་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྟར་ཨིན།

༡༣.༤.༣.༡ ལྷན་ཁག

རིམ་ ཨང་།	བསམ་ལན་བྱིན་མི།	བསམ་ལན་ལེན་མི།
༡.	རྒྱུ་ཆེན།	ཡོངས་ཁྲབ་རྒྱུ་ཆེན་/མདོ་ཆེན་ཚུ།
༢.	ཡོངས་ཁྲབ་མདོ་ཆེན་/མདོ་ཆེན།	རྒྱུ་ཆེན། ཡོངས་ཁྲབ་མདོ་ཆེན་/མདོ་ཆེན་དང་། ཁོ་རའི་ལས་ཁུངས་ རྒྱུང་མ་གཅིག་གི་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་སྒྲིལ་ཚན་གཙོ་འཛིན་ཚུ།
༣.	སྒྲིལ་ཚན་གཙོ་འཛིན།	ཡོངས་ཁྲབ་མདོ་ཆེན་དང་། ཁོ་རའི་ལས་ཁུངས་རྒྱུང་མ་གཅིག་གི་འོག་ ལུ་ཡོད་པའི་སྒྲིལ་ཚན་གཙོ་འཛིན་ཚུ།
༤.	ལྷ་སྟོར་ ༥ པ་ལས་ལྷ་བཀོད་གོང་མ་ ༤ པ། ཁྱད་འཛིན་ ༥ པ་ལས་ ༡ པ། (མཁས་མཆོག) མཁས་མཆོག་ ༣ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན་གྱི་ནི་ གཡོག་པ།	ཡོངས་ཁྲབ་མདོ་ཆེན་/ཁོ་རའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མདོ་ཆེན་རྒྱུང་མ་གཅིག་ ཁོ་རའི་སྒྲིལ་ཚན་གྱི་གཙོ་འཛིན་རྒྱུང་མ་གཅིག་

༡༣.༤.༣.༢ རྫོང་ཁག

རིམ་ ཨང་།	བསམ་ལན་བྱིན་མི།	བསམ་ལན་ལེན་མི།
༡.	རྫོང་བདག	རྫོང་རབ། རྒྱུ་པ་དང་ལས་ཚན་འགོ་འཛིན་ཚུ།
༢.	རྫོང་རབ། རྒྱུ་པ་དང་ལས་ཚན་འགོ་འཛིན།	རྫོང་བདག རྫོང་རབ། རྒྱུ་པ་དང་ལས་ཚན་འགོ་འཛིན་ཚུ།
༣.	ལྷ་སྟོར་ ༥ པ་ལས་ལྷ་བཀོད་གོང་མ་ ༤ པ། ཁྱད་འཛིན་ ༥ པ་ལས་ ༡ པ། (མཁས་མཆོག) མཁས་མཆོག་ ༣ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན་གྱི་ནི་ གཡོག་པ།	རྫོག་བདག རྫོང་རབ། རྒྱུ་པ་དང་ལས་ཚན་འགོ་འཛིན། (ཁྱད་ འཛིན་ ༡ པ་/ ༣ པ།)

རིམ་ ཨང་།	བསམ་ལན་བྱིན་མི།	བསམ་ལན་ལེན་མི།
༡.	ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན།	སྡེ་ཚན་གཙོ་འཛིན་ཚུ།
༢.	སྡེ་ཚན་གཙོ་འཛིན།	ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན། སྡེ་ཚན་གཙོ་འཛིན་ཚུ།
༣.	ལྷ་སྐྱོར་ ༥ པ་ལས་ལྷ་བཀོད་གོང་མ་ ༤ པ། བྱད་འཛིན་ ༥ པ་ལས་ ༡ པ། (མཁམ་མཆོག) མཁམ་མཆོག་ ༣ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན་གྱི་ནི་ གཞུང་ལུ་གཞུང་།	ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན། སྡེ་ཚན་གཙོ་འཛིན་ཚུ།

༡༣.༤.༣.༤

ནི་གཞུང་ལུ་གཞུང་ལུ་ ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་ལུ་བསམ་ལན་བྱིན་ནི་འདི་གཞུང་ལུ་གཞུང་ལུ་ ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་ལུ་ བསམ་ལན་བྱིན་ནི་འདི་ ལས་སྡེ་ནང་གི་གོ་གནས་ལས་ གནས་རིམ་གཉིས་པ་ནང་གི་
(ལྷན་ཁག་གི་མདོ་ཆེན། ལས་སྡེའི་སྡེ་ཚན་འགོ་འཛིན་དང་ རྒྱུ་ཁག་གི་ལས་ཚན་འགོ་འཛིན་ཚུ་) གིས་
ངེས་པར་དུ་བྱིན་དགོ།

༡༣.༥ ལྷ་སྐྱོང་དབྱེ་དབྱེ་སྐྱེ་གས་ཚད་ཀྱི་ལག་ལེན།

ལྷ་སྐྱོང་དབྱེ་དབྱེ་སྐྱེ་གས་ཚད་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་ཚུ་ཡང་།

- ༡༣.༥.༡ ལྷ་གཞུང་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་འབད་མི་ངེས་འཛིན་འབད་དེ་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཁེ་འབྲས་དང་གསོལ་ར་ཚུ་བྱིན་ནི།
- ༡༣.༥.༢ མི་ངེས་ཅིག་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་མཐོ་ཤོས་ཅིག་ལུ་ཡར་སང་འབད་ནི་དེ་དོན་ལུ་ལྷ་སྐྱོང་གས་ལྷ་སྐྱོང་དབྱེ་དབྱེ་ལེན་འབད་ནི།
- ༡༣.༥.༣ ལས་གཞུང་ལེགས་པའི་གོང་འཕེལ་གྱི་དགོས་མཁོ་ངེས་འཛིན་འབད་དེ་ དཀའ་ངལ་བསལ་ནི།
- ༡༣.༥.༤ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་མ་དངུལ་དོན་ལུ་ མི་ངེས་ཅིག་གི་ལྷ་སྐྱོང་གས་ལྷ་སྐྱོང་དབྱེ་དབྱེ་ལེན་འབད་ནི།
- ༡༣.༥.༥ གནས་སོར་གཏང་ནི་དང་ ཉམས་ཚུན་དུས་ལུན་ནང་ཡོད་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ལྷ་གཞུང་གཏན་འབེབས་བཟོ་ནི་དང་
དམིགས་བསལ་གྱི་ལྷ་གཞུང་སྐྱོང་ནི་ཚུ་བཅུས་པའི་བྱ་ལེན་གཞུང་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
- ༡༣.༥.༦ ལྷ་སྐྱོང་སྐྱོང་གས་ཚད་ཀྱི་མི་ངེས་ངེས་འཛིན་འབད་ནི།
- ༡༣.༥.༧ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་འོག་གི་ལྷ་སྐྱོང་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་གར་ མཆོག་གྱུར་
འཛིན་སྐྱོང་གི་ལག་དེབ་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡༩-༩ ལྷ་ལྷལ་སྐྱོད་པ་གི་འཛིན་སྐྱོང་།

ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལས་ ལྷ་ལྷལ་རལ་རངས་རྟོག་རྟོ་སྤེལ་འཐོན་མི་ཚུ་ལུ་ གཤམ་གསལ་ཚུ་བཅུམ་པའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་
དགོ།

༡༩-༩-༡ ལྷ་ལྷལ་འཛིན་སྐྱོང་ནང་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་པ་ཡངན་ལྷ་བཀོད་པ་ལུ་སྐྱོང་བཅར་བྱིན་ནི།

༡༩-༩-༢ སྐྱོང་བཅར། བསྐྱབ་སྟོན་དང་སྟོབ་སྟོན། ལྷ་ལྷལ་ཡར་བླག་འཆར་གཞི་གོང་འཕེལ་དང་ལག་ལེན་གི་ཐོག་ལས་ ལས་
གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་བྱུང་སྐྱོང་བྱིན་དགོ།

༡༩-༩-༣ ཁོ་རའི་ལྷ་གི་སྟོགས་གྲུབ་ ཡང་ན་རིག་རྩལ་འདི་ ལྷ་གཡོག་དང་གཅིག་ཁར་མཐུན་སྒྲིག་འབད་ནི་ལུ་དམིགས་ཏེ་
ད་ལྟོ་ལྷ་གི་འགན་ཁུར་འདི་ གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད་དང་ལོ་ལྷར་ལྷ་གི་འཆར་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བསྐྱར་ཞིབ་
འབད་ནི།

༡༩-༩-༤ ལྷ་གི་གནས་སྤངས་ལེགས་བཅོས་འབད་ནི།

༡༩-༩-༥ གནས་སོར་གཏང་ནི་དང་ ཡངན་འགན་ཁུར་སོར་ཏེ་སྟོང་ནི།

༡༩-༩-༦ གཡོག་ནང་ལས་བཏོན་གཏང་ནི་བཅུམ་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་གི་བྱ་ལེན་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་།

༡༩-༩-༧ མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དམིགས་བསལ་གི་ལྷ་ལྷལ་གི་དོན་ལུ་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལག་དེབ་
ནང་བཟླ།

༡༩-༡༠ ལས་སྤེའི་མི་སྟོབས་སྤེའི་ཆན་ ཡང་ན་ལས་ཆན་ཚུ་འགོ་དཔོན་གི་ལྷ་འགན།

༡༩-༡༠-༡ ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ རང་སའི་ལས་འཆར་འདི་ ཅུས་ཐོག་ལུ་བཟོ་སྟེ་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཡོངས་འབྲེལ་
རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་བཙུགས་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡༩-༡༠-༢ ཟུར་དེབ་ ༡༩/༡༡་པ་དང་འཁྲིལ་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་དབྱེ་དཔྱད། ཆོད་བརྟག་ལག་ལེན་དང་ བྱ་རིམ་གཞན་
ཚུ་ཅུས་ཐོག་ལུ་འགོ་འདྲན་འཐབ་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡༩-༡༠-༣ གོས་བསྐྱར་ཚུ་འགསང་བ་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་བའི་སྐབས་ ཆོད་བརྟག་ལག་ལེན་གི་གོས་བསྐྱར་དང་གྲུབ་འབྲས་
འདི་ ཚུལ་མཐུན་གི་ཡིག་ཐོག་བཀོད་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡༩-༡༠-༤ ཡོངས་འབྲེལ་ནང་ ཅུས་ཐོག་གི་ཆོད་བརྟག་ལག་ལེན་གི་གྲུབ་འབྲས་ཅུས་མཐུན་འབད་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡༩-༡༠-༥ ལྷ་རྟོག་པ་དང་ལས་གཡོག་པ་གི་བར་ན་ ལྷ་ལྷལ་གི་བསམ་ལན་དང་ལྷ་རྟོག་གི་ཕན་ཐབས་འབད་དགོ།

༡༩-༡༠-༦ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལག་དེབ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལས་མཐོ་གཏུགས་གང་རུང་ཡོད་ན་ ཕན་

༡༩.༡༠ འགན་འཁུགས་ལྟུང་།

- ༡༩.༡༠.༡ དགོས་མཁོ་ལྟན་པའི་ལམ་སྟོན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཐོག་ལས་ ཕན་ལུས་ཅན་གྱི་མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ལག་ལེན་
ངེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ འགན་འཁུགས་འབད་དགོ།
- ༡༩.༡༠.༢ གཤམ་འཁོད་གནད་དོན་ཚུ་གི་འགན་ཁུར་འདི་ བད་ཀར་གྱི་ལྟ་ཉམས་པ་ལུ་ཕོག་
- ༡༩.༡༠.༢.༡ ཁོ་རའི་ལས་གཤམ་པ་ཚུ་ལུ་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་འཁོར་རིམ་མཐུན་པའི་མཆོག་གྱུར་
འཛིན་སྐྱོང་གི་ལག་དེབ་དང་འབྲེལ་ ལཱ་ལུ་དབྱེད་བྱེད་གྱི་འབྲེལ་བཀའ་ནིའི་ནང་ ལམ་སྟོན་
དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ནི།
- ༡༩.༡༠.༢.༢ དབྱེད་བྱེད་འཁོར་རིམ་གྱི་དུས་ཡུན་རིང་ལུ་ ལས་གཤམ་པའི་ལཱ་ལུ་འདི་ དུས་རྒྱུན་དུ་ལྟ་ཉམས་
འབད་ནི་དང་ ལས་གཤམ་པ་ཚུ་ལུ་ ལཱ་ལུ་དང་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་གི་བསམ་ལན་བྱེད་ནི་དང་།
- ༡༩.༡༠.༢.༣ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལ་ ལས་གཤམ་པ་ཚུ་འབྲེལ་ཡོད་གྲུབ་འབྲས་ངེས་འཛིན་འབད་ནི། ལཱ་
ལུ་གྱི་དམིགས་གཏང་ཚུ་བདེན་དཔུང་འབད་ནི། ལཱ་ལུ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་དབྱེད་ཞིབ་འབད་ནི།
དེ་ལས་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་འཁོར་རིམ་དང་འབྲེལ་ དུས་ཐོག་ལུ་ཕུལ་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་
བཟོ་ནི།
- ༡༩.༡༠.༣ ལས་གཤམ་པ་འེ་རེ་བཞིན་གྱིས་ ལཱ་ལུ་དབྱེད་བྱེད་འབྲེལ་བཀའ་གི་དགོས་མཁོ་དང་། ངེས་ཚིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རང་
སའི་ལཱ་ལུ་ཚུ་གི་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་དང་ ལྟ་ཉམས་འབད་ནི། སྒྲུགས་ཚད་བཀོད་ནི་ཚུ་ངེས་བརྟན་ཡོད་པ་བཟོ་དགོ།
- ༡༩.༡༠.༤ བྱ་རིམ་ཡོངས་ཚོགས་གྱི་རིང་ལུ་ གནས་རིམ་ག་རའི་ནང་ བད་དོན་གྱི་གསང་བ་འདི་ རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་ནི་ཡོད་པའི་
ཐབས་ལམ་བསྐྱོག་དགོ། གསང་བྱའི་ལམ་ལུགས་ལས་འགལ་མི་འདི་ ཉེས་སྦྱོད་སྤྱོད་བཟུང་དགོས་པ་ལས་ འོས་འབབ་
ལྟན་པའི་སྤྱི་འགལ་གྱི་བྱ་ལེན་འབད་དགོ།
- ༡༩.༡༠.༥ ལས་སྤྱོད་ ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་གི་གཤམ་པ་ཚུ་ཚོགས་ལུ་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ལྟ་ཉམས་དང་ བསྐྱར་སྦྱོང་དམ་ཟབ་
སྤྱོད་འབད་ནིའི་འགན་འཁུགས་ལྟུང་།

༡༩.༡༡ ཚོད་བརྟན་ལག་ལེན་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་མཐོ་གཞུགས་།

གཤམ་པའི་ ལས་གཤམ་པ་ཅིག་ ཚོད་བརྟན་ཚོགས་རྒྱུ་གི་གྲོས་ཚོད་འདི་ལུ་ ཁོ་རྒྱུན་མ་བརྟུབ་པ་ཅིན་ ཁོ་གིས་ ཚོད་བརྟན་གྲུབ་འབྲས་
གསལ་སྟོན་འབད་བའི་ཚེས་གྲངས་ལས་ ཉིན་གྲངས་ ༡༠ གྱི་ནང་འཁོད་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་ལུ་མཐོ་གཞུགས་འབད་དགོ། མཐོ་
གཞུགས་ཀྱི་རིམ་པ་གཞན་ཚུ་ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལག་དེབ་དང་འབྲེལ་དགོ།

ཕྱི་མེད་དང་འབྲེལ་དགོ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་དོན་ལུ་མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལྷན་པོ། (ཕྱི་ལྷན་ ༡ པ་ལས་ ༤ ཚུན།)

རིམ་ ཨང་།	ལས་སྒྲུ།	འགན་ཁུར།	༡ པ།	༢ པ།	༣ པ།	༡༠ པ།	༡༡ པ།	༡༢ པ།	༡ པ།	༢ པ།	༣ པ།	༤ པ།	༥ པ།	༦ པ།
༡	རང་སོའི་ལས་འཆར་དང་ སྒྲིག་སྒྲུབ་གཙོ་བོ་ཚུ་ བཟོ་སྒྲིག་འབད་ནི།	ལྷ་རྟོག་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ ཞི་གཡོག་པ།												
༢	དབྱེད་བྱེད་འབྲི་ཤོག་གི་ལོ་ ཕྱིད་བསྐྱར་ཞིབ།	ལྷ་རྟོག་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ ཞི་གཡོག་པ།												
༣	དབྱེད་བྱེད་འབྲི་ཤོག་དབྱེ་ ཞིབ་འབད་ནི།	ལྷ་རྟོག་པ།												
༤	ཉེ་མའི་ལོ་གི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ དོན་ལུ་ཚོད་བརྟག་ལག་ ལེན་འགོ་འདྲན་འཐབ་ནི།	ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་ ཚོགས་ཚུང་།												
༥	ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱི་ སྒྲིག་སྒྲུབ་ཚུ་ མཆོག་གྱུར་ འཛིན་སྐྱོང་། ཡང་ན་ཞི་ གཡོག་པའི་བདེ་དོན་རིམ་ ལུགས་ནང་བཅུག་ནི།	མི་སྒྲོལ་སྡེ་ཚན།												
༦	ལཱ་ཁུལ་གྲུབ་འབྲས་དང་ མཐུན་པའི་མི་སྒྲོལ་སྡེ་གྱི་བྱ་ ལེན།	མི་སྒྲོལ་སྡེ་ཚན།												

ཐོ་ཐོ་ལོ་དང་འཁྲིལ་དགོ་མིའི་སྒོ་བ་ཟུའི་ནང་གི་ནི་གཡོག་པ་ཚུའི་དོན་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་མཆོག་གྱུར་གྱི་སྒོ་ཐོ། (སྤྱི་ཟླ་ ༡ པ་ལས་ ༡༩ པ་ཚུན།)

རིམ་ ཨང་།	ལས་སྒྲ།	འགན་ཁུར།	༡ པ།	༢ པ།	༣ པ།	༤ པ།	༥ པ།	༦ པ།	༧ པ།	༨ པ།	༩ པ།	༡༠ པ།	༡༡ པ།	༡༢ པ།
༡	རང་མེད་ལས་འཆར་དང་ སྤྱོད་སྤྱོད་ཁུར་གཅིག་ཅུ་བཟོ་ སྤྱོད་འབད་དེ་ དཔེ་དཔེ་ འབྲི་ཤོག་འདི་ཡོངས་འབྲེལ་ ཐོག་ལས་ལུ་ནི།	ལྷ་རྟོག་པ་དང་འབྲེལ་ ཡོད་ནི་གཡོག་པ།												
༢	དཔེ་དཔེ་འབྲི་ཤོག་གི་ལོ་ ཕྱད་བསྐྱར་ཞིབ།	ལྷ་རྟོག་པ་དང་འབྲེལ་ ཡོད་ནི་གཡོག་པ།												
༣	དཔེ་དཔེ་འབྲི་ཤོག་དཔེ་ ཞིབ་འབད་ནི།	ལྷ་རྟོག་པ།												
༤	ཉེ་མའི་ལོ་གི་དཔེ་ཞིབ་ཀྱི་ དོན་ལུ་ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།	ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་ ཚོགས་ཚུང་།												
༥	ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱི་ སྤྱོད་སྤྱོད་མཆོག་གྱུར་ འཛིན་སྐྱོང་། ཡང་ན་ནི་ གཡོག་པའི་བརྟ་དོན་རིམ་ ལུགས་ནང་བཅུགས་ནི།	མི་སྒོ་བས་སྤྱེ་ཚན།												
༦	ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་འབྲེལ་དང་ འཁྲིལ་བའི་མི་སྒོ་བས་ཀྱི་བྱ་ ལེན།	མི་སྒོ་བས་སྤྱེ་ཚན།												

ཁྱད་རིག་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ་དང་མཁུ་མཆོག་སྡེ་རིམ་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལྷ་གྲུལ་གྲུབ་འབྲས་དབྱེ་དཔྱད་འབྲི་ཤོག་

དོན་ཚན་ ༡༡་པ། ལས་གཡོག་པའི་ཁ་གསལ།

དབྱེ་དཔྱད་དུས་ལུག།	
ཞི་གཡོག་རོ་རྟགས་ཨང་།	
ལས་གཡོག་པའི་མིང་།	
གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ།
སྡེ་ཚན།	ལས་ཁུངས་/ལས་སྡེ།

ཁྱད་ཡོན་ཐོ་འཛོལ་བ་མེད་པའི་ཁས་ལེན། ང་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྟན་དེམ་ལུགས་ནང་ཡོད་པའི་དེའི་ཁྱད་ཡོན་ཐོ་འདི་བདེན་དཔྱད་འབད་ཡོད་པ་ལས། ད་དེས་ (ཆོས་/ཁྲི་/ལོ་) ...
 ཚུན་བརྟན་དོན་ཚུ་བདེན་པ་ཨིན་པའི་གསལ་སྟོན་འབད་མ་ཨིན།

དོན་ཚན་ ༡༢་པ། ལྷ་གྲུལ་དབྱེ་ཞིབ། (རང་སེའི་ལས་འཆར་) (བརྒྱ་ཆ་ ༡༠)

སྡེ་ཚན་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས།	ལས་སྡེ།	དམིགས་གཏང་གི་སྒྲུགས་ཚད།				རོ་རྟགས་གིས་གསལ་བཀོད་འབད་བའི་དམིགས་གཏང་གི་གྲུབ་འབྲས།	ལས་གཡོག་པའི་བསམ་འཆར་/མྱོས་འདེབས་/ཁུངས་བཤད།	ལྷ་རྟོག་པ་གིས་བྱིན་པའི་སྒྲུགས།
		གནས་རིམ་ ༤ པ། =[༡.༠༠- ༤.༠༠]	གནས་རིམ་ ༣ པ། =[༡.༠༠- ༡.༩༩]	གནས་རིམ་ ༢ པ། =[༡.༠༠ - ༡.༩༩]	གནས་རིམ་ ༡ པ། [<=༠.༩༩]			
༡.	༡. ༡..... ༡. ༢.....							

१.	१. १..... १.२.....							
					བསྐྱེད་མཁུ་			
					རྟོན་ཚན་ཁ་པའི་སྐྱུག་པས། སྐྱུག་པས་བསྐྱེད་མཁུ་/ལས་སྒྲའི་བྱངས་ཁ། =			

བྱ་ཐོ། གནས་ཅིམ་བཞི་ཆ་རའི་དམིགས་གཏད་ཀྱི་སྐྱུག་པས་ཚད་འདི་བཀང་མ་དགོ་རྒྱུ་ གནས་ཅིམ་ १ པའི་དམིགས་གཏད་སྐྱུག་པས་ཚད་འདི་ངེས་པར་དུ་བཀང་དགོ།

དོན་ཚན་ ག་པ། བྱ་སྤྱོད་བརྟག་དཔྱད། (བརྒྱ་ཆ་ ༣༠)

སྒྲིགས་གྲུབ་དབྱེ་ ཞིབ་ཀྱི་ས་གོ།	སྤྲུལ་ཚད་དང་གོ་དོན་འབྲེལ་ བཤད།	མཚོགས་གྲུབ། [༡.༠༠-༤.༠༠] གནས་ཤིང་ ༤ པ།	རབ། [༡.༠༠-༡.༩༩] གནས་ཤིང་ ༣ པ།	འབྲིང་། [༡.༠༠-༡.༩༩] གནས་ཤིང་ ༢ པ།	ལེགས་བཅས་དགོས། [<=0.99] གནས་ཤིང་ ༡ པ།	བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཁྱེད་ཀྱི་ མཐའ་དཔྱད་ཀྱི་སྒྲིགས་ ཚད།
༡. དབྱེ་དཔྱད་ དང་སྒོ་རིག་གི་ སྒྲིགས་གྲུབ།	༡.༡ མཐོང་ཚུལ་གྱི་ཚོར་བ། རིག་པ་གསར་པ་དང་དངོས་སྤྱི་ སྤེལ་ན་ཐོགས་པའི་ཐབས་ཤེས་ གནས་སྐབས་ཚུ་བརྟན་ཏེ་ ལཱ་ གི་གནས་སྤངས་ལེགས་ཤོམ་ བཟོ་མི་དང་ མི་སྡེ་ནང་ གཞོན་པ་ཡོད་མེད་ཚུ་ ཤེས་ རབ་ཅན་དང་མཐོང་རིག་ཅན་གྱི་ ཐོག་ལས་འབད་ཤེས་ མི།	<ul style="list-style-type: none"> གནད་དོན་ཚུ་སྤྱི་ གོང་ལས་ཤེས་ ཞེན་ལས་ གོ་ སྐབས་ངོས་འཛིན་ འབད་དེ་ གྲུབ་ འབྲས་འདི་ལཱ་ངལ་ རངས་སྤྱོད་མི། ཐབས་ལམ་གཞན་ མ་འདྲམ་བརྟན་ནི་དེ་ དོན་ལཱ་ མཐོ་ བསམ་དང་རིག་ ཅུལ་ཚུ་གཤམ་ག་ བཀོལ་མི། གྲོས་འཆར་དང་ ཀྱབ་སྡོམ་ཚུ་བཟོ་ བའི་སྐབས་ལཱ་ མཐོང་ཚུལ་འདི་ ཐབས་ཤེས་ཀྱི་སྒོ་ ལས་འབག་མི། 	<ul style="list-style-type: none"> དམིགས་གཏང་ འབྲུབ་ནི་དང་ཀྱ་སྤྱོད་ གཏང་ནི་དོན་ལཱ་ ཐབས་ཤེས་གང་དག་ བརྟན་ཏེ་འབད་མི། 	དམིགས་གཏང་འབྲུབ་ནི་དེ་ལཱ་ འབད་ནི་གི་དོན་ལཱ་ གོ་སྐབས་ དང་ཐབས་ཤེས་ངོས་འཛིན་འབད་ ནི་ལཱ་ ལམ་སྤྱོད་ལེན་དགོ་མི།	བསམ་འཆར་དང་ཐག་ བཅད་སྤྱི་གཞོན་འབད་ བའི་སྐབས་ ཚབ་ཚབ་སྤེལ་ འབད་ནི་དང་ གཞོན་སྤྱོད་ ཚུ་བརྟག་ཞིབ་མ་འབད་བའི་ ཏེ་མ་ ཡུན་རིང་གི་འཆར་ གཞི་ལས་ ཕན་གཞོན་དབྱེ་ བ་མ་དཔྱད་པར་ ཉིན་ལྟར་ གྱི་དཀའ་ངལ་གྱི་གཙོ་བོར་ བརྟན་ཏེ་ལཱ་འབད་མི།	
	༡.༢ དཔྱད་ཞིབ་དང་ཐག་ བཅད།	<ul style="list-style-type: none"> གནད་དོན་གཙོ་བོ་ ངོས་འཛིན་འབད་ 	<ul style="list-style-type: none"> གྲུབ་འབྲས་མཐོན་ སྤྱི་དུ་འབྲུང་ནི་དེ་ 	<ul style="list-style-type: none"> གནད་དོན་དང་ དཀའ་ངལ་སེལ་ 	<ul style="list-style-type: none"> རགས་ཅོམ་གྱི་ དབྱེ་དཔྱད་ཀྱི་ 	

	མགྲ་རྩོག་དགས་ཀྱི་གནད་དོན་ ཚུ་ཐོན་པའི་སྐབས་ལུ་ ཐབས་ ཤེས་ཚུ་ ཚོར་སྤང་གི་ཐོག་ ལས་ དཔྱད་ཞིབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ ཀྱུ་བ་བཏོན་མི།	ཞིའི་དོན་ལུ་ གནས་ སྤངས་དང་དཀའ་ ངལ་ཚུ་ ལམ་ ལུགས་དང་རྒྱ་ མཚན་གྱི་ཐོག་ལས་ དབྱེད་པུད་འབད་ མི། • བརྒྱད་སྐུལ་གྱི་ དབང་ལུ་མ་ཐུལ་ བར་ མཐོ་བསམ་ ཞིབ་ཞིབ་སྤྲོད་ སྤྲོད་ ཡང་དག་པའི་ བསམ་དཔྱད་དང་ ལྷན་མི། • རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་ པའི་ཡོན་ཏན་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྲོད་ལག་ ལེན་འཐབ་མི།	དོན་ལུ་ གནད་དོན་ གར་ལུ་ དབྱེ་ཞིབ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྲོད་འབད་ བའི་རྒྱུ་ལྡན་དོ་སྤྲོད་ གོས་འཆར་བཀོད་མི།	ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལྷ་ བཀོད་པའི་བཀོད་རྒྱ་ རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་ཉན་ ནི་དང་ རང་གི་ གནད་དོན་འདི་ལུ་ ཐག་བཅད་རྒྱུ་ལྡན་ ཚུ་ ག་ནི་ཡང་སྤུལ་ནི་ མེད་པ།	གཞི་བཞག་སྤྲོད་ མཐོ་བསམ་ གཏང་མི། • དུས་ཐོག་ལུ་ ལན་གསལ་ སྤྲོད་དགོས་ལུ་ དབྱེ་ཞིབ་དང་ གོས་བསྐྱར་གྱི་ དུས་ཚོད་ལེ་ག་ འགོར་མི།	
༡.སེམས་ལྷགས་ དང་མཉམ་རྒྱུ་བ།	༡.༡ རྒྱུད་བསྐྱུལ་འབད་ནི་དང་ སེམས་ལྷགས་བསྐྱེད་བརྒྱུ་ ནི། གཞན་མི་ཚུ་ ཡིད་ཆེས་དང་སྤྲོ་ བ་ སེམས་ལྷགས་བསྐྱེད་ བརྒྱུ་ཐོག་ལས་ དོན་ལྷན་ དང་གཅིག་མཐུན་ཨིན་པའི་ བསམ་གཤིས་བཟོ་མི།	• རང་སྤྲོད་ཀྱི་གྲུབ་ འབྲས་ལས་ སྤྲོ་ ཚན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ འདི་ལུ་གཙོ་རིམ་ ཕྱིན་མི། • སྤྲོ་ཚན་གྱི་འབྲས་མི་ ནང་འཁོད་ མ་ མཐུན་མ་ཐོན་ཆོ་ གཞན་གྱི་བསམ་	• གོང་མ་དང་འོག་མ། མཉམ་རྒྱུ་ཚོང་ མཐོན་དང་ལས་ མཐོན་པ་རྒྱ་དང་ གཅིག་ཁར་ མཐུན་ ལམ་གྱི་ཐོག་ལས་ ལུ་འབད་ནི་གི་གནས་ སྤངས་ སྤྲོ་བས་བདེ་ ཏོག་ཏོ་སྤྲོ་རྒྱུ་སྤྲོད་	• གོང་མ་དང་འོག་མ་ མཉམ་རྒྱུ་ཚོང་ ལས་མཐོན་པ་རྒྱ་དང་ གཅིག་ཁར་རྒྱུ་མ་ གཅིག་ ལུ་འབད་ བའི་མཐུན་འབྲེལ་ ལེགས་ཤོམ་བཞག་ མི། གཞན་དང་ གཅིག་ཁར་ མོ་	• འཛོལ་བ་ ཡང་ ན་ དཀའ་ངལ་ ལུ་བའི་སྐབས་ ལུ་ སྤྲོ་ཚན་གྱི་ གྲུབ་འབྲས་ལུ་ ཐོ་ཐོགས་པའི་ ལུ་ གཞན་ཚུ་ ལུ་ཁ་གཏང་མི།	

		<p>འཆར་ཚུ་ལུ་བཅི་ བཀྱར་དང་གྲུས་ ཞབས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ སེལ་ཐབས་འབད་ མི་དང་ སྤྱི་མཐུན་ ཁྱིམ་ཁས་ལེན་གྲུབ་ པའི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ གི་དོན་ལུ་ལྷ་འབད་ མི།</p>	<p>འཐབ་ནི། ཡན་ཅུས་ ཅན་དང་ ཐོན་སྐྱེད་ ཅན་གྱི་སྤེལ་ཚན་བཟོ་ ནིའི་དོན་ལུ་ འཇུར་ བ་མེད་པའི་བརྩོན་ ཤུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ སློ་གཏད་དང་ཡིད་ ཆེས་བསྐྱེད་བརྩམ་མི།</p>	<p>གཏད་དང་མཐུན་ ལམ་བཞག་ནིའི་ སེམས་ཤུགས་སྐྱེད་ མི།</p>		
	<p>༡.༡ མཉམ་རུབ་དང་གྲུབ་ གཏོགས། ལས་སྤེད་དང་ལས་ཁུངས་ སྤེ་ ཚན་གར་གི་ལྷ་བཀོད་པ་དང་ མཉམ་རྟེན། དེ་ལས་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་དང་ གཅིག་ཁར་མཐུན་འབྲེལ་དང་ གོས་བསྐྱེད་འགོ་ཁྲིད་པ་འབད་ མི།</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ལྷ་འགན་གྱི་དྲགས་ ཡང་ན་འབད་མ་ ཚུགས་པའི་གནས་ སྤངས་ཤར་བའི་ སྐབས་ལུ་ཨིན་རུང་ སྤེལ་གྱི་ལས་དོན་ དང་སེམས་ཤུགས་ ཆེ་དྲགས་སྤེ་བཞག་ ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་ འབད་མི། • སྤེལ་གྱི་དོན་ལུ་ གོང་འཕེལ་གྱི་གོ་ སྐབས་ཚུ་ སྤྱིད་ ཐག་ཡང་དྲགས་ཀྱི་ ཐོག་ལས་འཆོལ་ ཐབས་འབད་མི། 	<ul style="list-style-type: none"> • སྤེལ་ཚན་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ ནང་ལྷ་འབད་ནི་ལུ་ དཔེ་སྟོན་འབད་མི་ དང་ ཁོ་ ཡང་ན་ མོ་ ག་ཨིན་རུང་ ལྷ་མེད་ པའི་སྐབས་ལུ་ ལྷ་ཚུ་ བགོ་བཤའ་རྒྱབ་སྐྱོར་ འབད་ནི་གི་སེམས་ ཤུགས་སྐྱེད་མི། 	<ul style="list-style-type: none"> • རང་ལུ་སྤྱོད་ཡོད་པའི་ ལྷ་འབད་ནི་མ་ གཏོགས་ མཉམ་ རུབ་སྤེ་འབད་ནི་དང་ སྤེལ་ཚན་ནང་བཅའ་ མར་གཏོགས་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་ལེན་ནི་དང་ ཕྱིན་ནི་མེད་མི། 	<ul style="list-style-type: none"> • རང་དོན་འགྲུབ་ ནི་དང་རང་དོན་ རྒྱུང་གཅིག་ གི་དོན་ལུ་ལྷ་ འབད་མི། • འཛུལ་བ་ ཡང་ ན་ དཀའ་ངལ་ བྱུང་བའི་སྐབས་ ལུ་ སྤེལ་གྱི་ གྲུབ་འབྲས་ལུ་ ཐོ་ཐོགས་པའི་ ལྷ་ གཞན་ཚུ་ ལུ་ཁ་གཏད་མི། 	
	<p>༡.༢ གྲུབ་འབྲས་བཏོན་ནི།</p>	<ul style="list-style-type: none"> • དམིགས་གཏད་ སྤྱོད་མི་ཚུ་མཐུན་ 	<ul style="list-style-type: none"> • རུས་རྒྱུན་རུ་ ཁོ་མོའི་ རང་དབང་གི་འོག་ལུ་ 	<ul style="list-style-type: none"> • གྲུབ་འབྲས་བཏོན་ ནིའི་དོན་ལུ་ ལྷ་ཙུ་ 	<ul style="list-style-type: none"> • དམིགས་གཏད་ དང་འཆར་ 	

<p>3. མཚོག་གླུ་ གྱི་དོན་ལུ་ སེམས་ལྷགས།</p>	<p>རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་མཐའ་དོན་གཙོ་ བོར་བཏོན་ཐོག་ལས་ འཛོན་ ཐང་ཅན་དང་གནས་ཚད་མཐོ་ བའི་ཞབས་ཏྲུག་སྤྱོད་ནིའི་དོན་ ལུ་ ཡོ་ལཱའི་འཆར་གཞི་དང་། ཡོ་རིམ་གྱི་དམིགས་གཏད་ འགྲུབ་ནི་ལུ་བཙོན་ལྷགས་སྤྱོད་ མི།</p>	<p>རྒྱུན་སྤྱོད་མིའི་ནང་ འཁོད་ ལྷུས་ཚད་ ལུ་ཐོ་མ་ཐོག་པ་སྤྱོད་ སྤྱོད་མི།</p> <ul style="list-style-type: none"> • རྒྱལ་ཡོངས་དང་ ལས་སྡེའི་མཐུན་ རྒྱུན་ཚུ་ རྒྱུད་ཟད་ གཏང་ནི་ལས་མར་ ཕབ་འབད་མི། 	<p>ཡོད་པའི་ མཐུན་ རྒྱུན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལྷུས་ཚད་ཅན་གྱི་ གྲུབ་འབྲས་བཏོན་ནི་ ལུ་ རེ་འདོད་སྤྱོད་མི།</p>	<p>འགོངས་མི་ཡིན་རུང་ མཐུན་རྒྱུན་འབྲེལ་ དགོ་མི།</p>	<p>དངུལ་བགོ་ བཀའ་འབད་མི་ དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཞབས་ཏྲུག་ སྤྱོད་ནི་མེད་པ།</p> <ul style="list-style-type: none"> • རང་གི་ལས་སྡེ་ དང་རྒྱལ་ཡོངས་ ཀྱི་རྒྱུད་རྒྱུ་ཚུ་ རྒྱུད་ཟད་གཏང་ མི། 	
	<p>3.4 ལས་ལེན་དང་འགན་ འཁྲི།</p> <p>འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་ དོན་ཞབས་ཏྲུག་ལྷན་ཁྲིའི་དོན་ལུ་ རང་སྤོང་དང་བདེན་དང་ལས་ ལེན་གྱི་ཐོག་ལས་དཔེ་སྤྱོད་ འབད་མི།</p>	<ul style="list-style-type: none"> • རྒྱལ་གཞུང་དང་མི་ མང་། བཟའ་ཚང་ དང་ལས་སྡེ། གོང་ མ་དང་མཉམ་ རྒྱུ་ལས། འོག་མ་ དང་ལས་མཐོན་པ་ ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གནས་དགོ་པའི་ཁ་ ཚིག་དང་གོ་རྟོགས་ ཚུ་ ལ་ཞེ་གཉིས་ མེད་ཀྱི་སྒྲོ་ལས་གོང་ ལུ་བཀྲུང་མི། • རང་གིས་དང་ གྲངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ འགན་ཁུར་འབྲེལ་ འབག་ནི་ལུ་ 	<ul style="list-style-type: none"> • རྒྱལ་གཞུང་ལུ་ཡང་ དག་པའི་ཤ་ཞེན་སྤྱོད་ མི་དང་། བཟའ་ཚང་ བཟུམ་སྤྱོད་རྒྱལ་ཁབ་ ལུ་བདག་དབང་ གཞུང་མི། ལུ་ རིགས་འགོ་འདྲེན་ འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ལས་སྤྱོད་བསྐྱབ་བྱ་ ཚུ་ལེན་དགོ་མི། 	<ul style="list-style-type: none"> • རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ དགོས་ ཐོན་པའི་སྐབས་ བཟའ་ཚང་བཟུམ་སྤྱོད་ བདག་དབང་སྤྱོད་མི་ དང་། ལས་གྲངས་ཀྱི་ ཐོག་ལས་འབད་ནི་ ལས་ སྤྱི་མི་བཏོགས་ ཏེ་སྤྱོད་མི། 	<ul style="list-style-type: none"> • མི་སྤྱེའི་འགོ་ ལྷགས་དང་ བརྩི་མཐོང་ཚུ་ ལས་འགལ་མི། • ཞི་གཡོག་པའི་ བརྩི་མཐོང་གི་ དོན་ལུ་ གཅིག་ སྤྱིལ། རྒྱུད་ རིགས། དང་ བདེན། རྩོགས་ རིས་མེད་པ། འགན་འཁྲི། ཤ་ ཞེན་དང་ཐ་ དམ་ཚིག་ འགོ་ ཁྲིད་པའི་གོ་ འཕང་དང་མ་ 	

		འབག་ཚོག་ཚོད་དང་ གཞིག་ཡོད་མི།			མཐུན་པའི་སྒོ་ སྒྲུབ་ནི་དང་བྱ་ སྒྲོན་བཏོན་མི། • ལཱ་འགན་འཐེབ་ གང་རུང་ནང་ བཅའ་མར་མ་ གཏོགས་མི།	
--	--	---------------------------------	--	--	--	--

དོན་ཚན་ ང་པ། སྔོན་འགོའི་ལཱ་ལྷན་དབྱེ་དབྱེ་གྱི་སྒྲུགས་ (དོན་ཚན་ ཁ་དང་ག)

གནད་དོན།	སྒྲུགས་ཐོབ་ཡོད་པ།	སྔོན་འགོའི་སྒྲུགས།	གང་རུང་ཡོད་ན་ ལྷ་རྟོག་པའི་བསམ་འཆར།
ལ། ལཱ་ལྷན།		སྒྲུགས་ཚད་ཁ་པ་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠། =	
ག བྱ་སྒྲོན་བཏོན་དབྱེ།		སྒྲུགས་ཚད་ག་པ་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༠། =	
བསྐྱོམས།			

ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།

སྒྱི་ཚེས།

ལྷ་རྟོག་པའི་མིང་རྟགས།

སྒྱི་ཚེས།

སྤྱི་བཏང་སྐྱགས་ཀྱི་ཐིག་ལྷན།

ལྷ་ཤུལ་གྱི་སྤྲེ་རིམ།	ངེས་ཚིག།	སྐྱགས་ཀྱི་ཚད་གཞི།
༡. གནས་རིམ་ ༤ པ།	ལྷ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་གཞན་དང་མ་འདྲམ་སྤྲེ་བཏོན་ཡོད་པ།	༣.༠༠-༤.༠༠
༢. གནས་རིམ་ ༣ པ།	འགྲུབ་དགོ་པའི་གནས་རིམ་ལས་མཐོ་སུ་སྤྲེ་གྲུབ་ཡོད་པ།	༢.༠༠-༣.༩༩
༣. གནས་རིམ་ ༢ པ།	ལས་གཡོག་པ་གིས་ལྷ་གཡོག་གི་དགོས་མཁོ་གྲུབ་ཡོད་པ།	༡.༠༠-༡.༩༩
༤. གནས་རིམ་ ༡ པ།	གྲུབ་འབྲས་ ཡང་ན་བྱ་སྤྱོད་འདི་དགོས་མཁོ་ལས་ཉུང་སུ་སྤྲེ་ཡོད་པ།	<=0.99

ཅན་ཐོ། ཐོན་འགོའི་ལྷ་ཤུལ་དབྱེད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱགས་འདི་ མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་སྐྱགས་བྱིན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱི་ནང་འདེབས་ཅིག་ཡིན།

དོན་ཚན་ ཀ་པ། ལས་གཡོག་པའི་ཁ་གསལ།

ཞི་གཡོག་དོན་ལྟགས་ཅང་།

གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིང་།

ལས་ཁུངས་/ལས་སྡེ།

དོན་ཚན་ ལ། ལྷ་ལྷལ་དབྱེ་ཞིབ། (བརྒྱ་ཆ་༥༠)

བསྐྱེམས།
རོན་ཚན་ཁ་པའི་སྐྱགས། སྐྱགས་བསྐྱེམས་ལས་སྒྲིའི་གྲངས་ལ། =

འབྲུག་གི་གནས་ཡིམ་བཞི་ཙམ་པའི་དམིགས་གཏད་ཀྱི་སྐྱེ་གསལ་ཚད་འདི་བཀའ་མ་དགོ་རུང་། གནས་ཡིམ་ ༡ པའི་དམིགས་གཏད་སྐྱེ་གསལ་ཚད་འདི་ཤེས་པར་རུ་བཀའ་དགོ།

དོན་ཚན་ ག་པ། བྱ་སྤྱོད་བཟླ་དཔྱད། (བརྒྱ་ཆ་ ༣༠)

བྱ་སྤྱོད་བཟླ་དཔྱད།	འབྲེལ་བཤད།	[༣.༠༠-༤.༠༠] གནས་ཤིང་ ༤ པ།	[༤.༠༠-༥.༠༠] གནས་ཤིང་ ༣ པ།	[༥.༠༠-༦.༠༠] གནས་ཤིང་ ༢ པ།	[<=༠.༠༠] གནས་ཤིང་ ༡ པ།	བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཅེད་དང་ལྟ་ རྟོག་པའི་སྒྲུག་ས།
༡. དབྱེ་དཔྱད་རིག་ ཅུལ།	ལས་ཚོགས་ཀྱི་དམིགས་ ཡུལ་འགྲུབ་ནི་དང་གྲུབ་ འབྲས་ཚུ་བཏོན་ནིའི་དོན་ལུ་ གཅིག་གིས་འབད་བའི་ལུ་ འདི་ལུ་ རལ་རངས་དང་ ངོས་ལེན་གྱི་ཚུ་ལྟར་སྤྱོད་ མི།	ཁོ་ཁོ་གང་རུང་གི་ རྒྱུད་ལུ་ ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་ག་ལེན་ འབབ་སྟེ་ རང་དབང་གི་ མཛོ་བསམ་བཏང་ཐོག་ལས་ ལས་ཚོགས་ལུ་ཕན་ཐོགས་ འབད་མ་འབད་གྱི་ བཟླ་ དཔྱད་འབད་མི།	ལས་སྒྲ་ཚུ་འབད་དགོཔ་སྤེལ་ ལྟ་རྟོག་པ་ལས་ལམ་སྤྱོད་ ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་ ལུ་གི་ ཉམས་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་ ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་དབྱེ་བ་ དཔྱད་མི།	ལས་སྒྲ་གི་དོན་ལུ་ལུ་གི་ ཉམས་སྤྱོད་ཚད་ཅིག་ དང་ རྒྱུ་ཐོག་གི་ལྟ་ རྟོག་པའི་བཀོད་རྒྱ་ལག་ ལེན་འབབ་སྟེ་དབྱེ་ དཔྱད་འབད་མི།	དབྱེ་དཔྱད་ག་ནི་ཡང་ མེད་པར་ལུ་འབད་ མི་དང་། ལུ་གི་ ཉམས་སྤྱོད་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་ནི་ མེད་མི།	
༢. འཆར་གཞི་བརྩམ་ ནི་དང་འགོ་འདྲེན་ འབབ་ནི།	མཐུན་ཆུན་དང་རྒྱུ་ཚོད་ ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་ག་ལེན་ འབབ་སྟེ་ ལས་ཚོགས་ ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་ འབྲེལ་ཏེ་ འཆར་གཞི་ བརྩམ་ནི་དང་ལས་སྒྲ་འགོ་ འདྲེན་འབབ་ནིའི་ཕྱོགས་ གྲུབ་བཏོན་མི།	རྒྱུ་ཚུན་གྱི་ལས་སྒྲ་ཚུ་ ལུ་ གི་འཆར་གཞིའི་ལམ་སྤྱོད་ དང་འབྲེལ་ཏེ་ཞིན་མ་དང་ ལས་སྤེལ་དམིགས་དོན་ཚུ་ འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་ལུ་ ཡོད་པའི་མཐུན་ཆུན་ཚུ་དང་ རྒྱུ་ཚོད་འཛིན་སྤྱོད་གི་རིག་ ཅུལ་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན་སྤེལ་ག་ ལེན་འབབ་སྟེ་ ལུ་གི་སྤྱི་ ཚད་ལུ་ཐོམ་ཐོག་པ་སྤེལ་ག་ འབྲས་བཏོན་མི།	ལས་སྒྲ་གྱི་ གོ་ཤིང་ལུན་ པའི་ལས་འཆར་ གསལ་ རི་རི་བཟོ་སྟེ་ ལྟ་རྟོག་དང་ མཐུན་ཆུན་ལེ་ག་གཏང་མ་ དགོ་པར་ ལུ་གི་སྤྱི་ཚད་ ཚུན་སྤྱོད་འབབ་མི།	ལུ་གི་འཆར་གཞི་ བརྩམས་ཏེ་ཡོད་རུང་ འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་མ་ འབད་བར་ ལས་སྒྲ་ཚུ་ འགོ་འདྲེན་འབབ་ནིའི་ དོན་ལུ་མཐུན་ཆུན་ འབབ་དགོཔ་མ་ཚད་ སྤྱི་ཚད་ལུ་ཐོམ་ཐོག་མི།	ལུ་གི་འཆར་གཞི་ དང་མ་འབྲེལ་བར་ རྒྱུ་ཚུན་མང་ཤོས་ ར་ སྤྱོད་ཀྱི་ལུ་ རིགས་ཚུ་ནང་བཅའ་ མར་གཏོགས་མི་ དང་ ལུ་ཚུ་རེ་བ་ སྤྱོད་མིའི་སྤྱི་ཚད་ དང་ལུན་མ་སྤེལ་མེད་ མི།	

བྱ་སྤྱོད་བརྟག་དཔྱད།	འབྲེལ་བཤད།	[༡.༠༠-༤.༠༠] གནས་ཤིང་ ༤ པ།	[༡.༠༠-༡.༩༩] གནས་ཤིང་ ༣ པ།	[༡.༠༠-༡.༩༩] གནས་ཤིང་ ༣ པ།	[<=༠.༩༩] གནས་ཤིང་ ༡ པ།	བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཁྱེད་དང་ལྟ་ རྟོག་པའི་སྒྲུགས།
༡. ཐག་གཅད་ཐངས།	དཀའ་ངལ་དང་ཐབས་ཤེས་ ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་ཐབས་ ལུ་ བརྟག་ཞིབ་ལེགས་ ཤོམ་སྤྱོད་འབད་དེ་ འོས་ འབབ་ལཱ་ན་པའི་དབང་ འཛིན་ལུ་སྤྱུལ་མི།	དཀའ་ངལ་དང་དེའི་སེལ་ ཐབས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོན་བཀོད་མི་ ཚུ་ ལྟ་རྟོག་པ་གིས་བར་ ཞུགས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ རྟོག་པའི་སྤྱུལ་མི།	ལྟ་རྟོག་པ་གིས་ལམ་སྐྱོན་ གནང་ནིའི་དོན་ལུ་ དཀའ་ ངལ་དང་དེའི་རྒྱབ་སྐྱོན་ བཀོད་མིའི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ དུས་ཚོད་ཁར་སྤྱུལ་མི།	དུས་ཐོག་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོན་ གང་ཡང་མེད་པའི་ དཀའ་ངལ་ཚུ་སྤྱུལ་མི།	དཀའ་ངལ་བསལ་ ནིའི་དོན་ལུ་ ལྟ་ རྟོག་པའི་བར་ཞུགས་ འདི་ལུ་ བསྒྲུགས་ཏེ་ སྤྱོད་མི།	
༢. འགོ་ཁྲིད་པ་དང་ སེམས་བྱུགས་ཀྱི་རིག་ ཅུལ།	རང་ལུ་ཕོག་པའི་ལས་སྒྲུབ་ཚུ་ འཕམ་མཁོ་དང་རང་ཤེས་ ཀྱི་ཐོག་ལས་ འགོ་ཁྲིད་ འབད་ནི་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ལུ་ མི།	རང་ལུ་ཕོག་པའི་ལུ་ཚུ་ དང་ ལེན་གྱི་ཐོག་ལས་ཚ་ངར་ བརྟན་ཏེ་འབད་མི། ཁོ་མོ་ གང་རུང་གི་ ལུ་གི་ས་གོའི་ ནང་གི་ སྤྱབས་མ་བདེམ་ཚུ་ ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ སེལ་ ཐབས་སྤྲིམ་མི།	རང་ལུ་ཕོག་པའི་ལུ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་མཚུགས་བསྒྲུ་ ནི་ལུ་ འགན་ཁུར་སྤྲིང་སྤྲི་ སྤྱོད་འབག་མི།	རང་ལུ་ཕོག་པའི་ལུ་ འགན་གང་རུང་གྲུབ་ ཡོད་རུང་ ད་རུང་ལྟ་ རྟོག་འབད་དགོཔ་ཡོད་ མི།	ལུ་སྤྱོད་མི་འདི་ ངན་གསོ་འབད་བའི་ སྤྱབས་ལུ་རྒྱུང་མ་ གཅིག་འབད་མི།	
༣. ཕན་ཚུན་མཐུན་ འབྲེལ་རིག་ཅུལ།	སྤྱི་ཚན་ནང་ལུ་འབད་ནི་ དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ལུ་སྤྱུལ་གྱི་ ཚུགས་གྲུབ་བརྟན་མ་ཚད་ མཐུན་ལམ་བཟོ་ནི་དང་ལུ་ གི་གནས་སྤངས་ སྤྱབས་ བདེ་ཏོག་ཏོ་བཟོ་མི།	ལས་སྤྱིའི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཚ་ རའི་ནང་ འཆམ་མཐུན་བཟོ་ བའི་སྤྱབས་ལུ་ མི་ངོ་རང་ སའི་ལུ་གི་དམིགས་གཏད་ཚུ་ སྤྱབ་མི།	རང་སའི་ལས་སྤྱོད་སྤྱུབ་པའི་ སྤྱབས་ལུ་ ནང་འཁོད་ཀྱི་ མཐུན་ལམ་ལེགས་ཤོམ་ ཡོད་རུང་ ཕྱི་ཁའི་ལས་སྤྱོད་ དང་མཐུན་འབྲེལ་བཞག་ ནིའི་རིག་ཅུལ་འདི་ཉུང་སྤྱོད་ སྤྱོད་ཡོད་མི།	ལས་སྤྱིའི་ཕྱི་ནང་གི་ མཐུན་ལམ་ཉུང་རུང་ རང་སའི་ལུ་རིགས་ སྤྱབ་མི།	རང་གི་མཐའ་དོན་ དང་དམིགས་དོན་ཚུ་ འབྲུབ་ནི་རྒྱུང་མ་ གཅིག་གི་ལུ་འབད་ མི།	

བྱ་སྤྱོད་བརྟག་དཔྱད།	འབྲེལ་བཤད།	[༣.༠༠-༤.༠༠] གནས་ཤིང་ ༤ པ།	[༤.༠༠-༥.༠༠] གནས་ཤིང་ ༣ པ།	[༥.༠༠-༦.༠༠] གནས་ཤིང་ ༢ པ།	[<=༠.༠༠] གནས་ཤིང་ ༡ པ།	བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད་དང་ལྟ་ རྟོག་པའི་སྒྲུགས།
༤. རག་ཐོག་ ཡང་ན་ ཡིག་ཐོག་གི་བདེན་དོན་ སྤྱོད་ལེན།	རང་གི་གནས་སྐབས། བསམ་འཆར་དང་གོ་ས་ འཆར་ཚུ་ དྲངས་འཕྲོས་ འཕྲོས་དང་བཅུད་བསྐྱེ་ རག་ཐོག་དང་ཡིག་ཐོག་ གཉིས་ཆ་རའི་ཐོག་ལས་ གསལ་རྟོག་རྟེན་སྒྲུབ་ནིའི་ ནང་ཕྱོགས་གྲུབ་བརྟན་མི།	གཞན་ཕུ་བདེན་དོན་སྤྱོད་པའི་ སྐབས་ཕུ་ གསལ་རྟོག་རྟེན་ དང་ མདོར་བསྐྱེ་སྤྱོད་ ཏུ་གོ་ས་འཇམ་མའི་ཁ་སྐད་ ཐོག་ལས་སྒྲུབ་མི།	གཞན་གྱིས་ཏུ་གོ་ས་འཇམ་ མའི་ཁ་སྐད་ཐོག་ཕུ་ བདེན་ དོན་སྤྱོད་མི།	ཁོ་ ཡང་ན་ མའི་ གནས་ཚད་ཁར་ ཏུ་གོ་ ཚུགས་མའི་ཁ་སྐད་ ཐོག་ལས་ གཞན་ཕུ་ བདེན་དོན་སྤྱོད་མི།	བདེན་དོན་ གསལ་ རྟོག་རྟེན་དང་དྲངས་ འཕྲོས་འཕྲོས་སྒྲུབ་ སྒྲུབ་མི།	
བསྐྱོད་མས།						
དོན་ཚན་ག་པའི་སྒྲུགས། སྒྲུགས་བསྐྱོད་མས་/ཕྱོགས་གྲུབ་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་གྲངས་ཁ།						

དོན་ཚན་ ༤ པ། སྤྱོད་འཕྲོད་ལྟ་བུ་དཔྱད་དཔྱད་ཀྱི་སྒྲུགས་ (དོན་ཚན་ ཁ་དང་ག)

གནད་དོན།	སྒྲུགས་ཐོབ་ཡོད་པ།	སྤྱོད་འཕྲོད་སྒྲུགས།	གང་རུང་ཡོད་ན་ ལྟ་རྟོག་པའི་བསམ་འཆར།
ཁ། ལྟ་བུ།		སྒྲུགས་ཚད་ཁ་པ་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠། =	
ག བྱ་སྤྱོད་བརྟག་དཔྱད།		སྒྲུགས་ཚད་ག་པ་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༠། =	
བསྐྱོད་མས།			

ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།
སྤྱི་ཚེས།

ལྷ་རྟོག་པའི་མིང་རྟགས།
སྤྱི་ཚེས།

སྤྱིར་བཏང་སྒྲགས་ཀྱི་ཐིག་ལམ།

ལྷ་ལྷལ་གྱི་སྤྱི་ཚེས།	ངེས་ཚིག།	སྒྲགས་ཀྱི་ཚད་གཞི།
༡. གནས་ཅིམ་ ༥ པ།	ལྷ་ལྷལ་གྱུ་འབྲས་གཞན་དང་མ་འདྲམ་སྤྱི་བཏོན་ཡོད་པ།	༣.༠༠-༥.༠༠
༢. གནས་ཅིམ་ ༣ པ།	འགྲུབ་དགོ་པའི་གནས་ཅིམ་ལས་མཐོ་སྤྱི་སྤྱི་གྱུ་ཡོད་པ།	༢.༠༠-༣.༩༩
༣. གནས་ཅིམ་ ༢ པ།	ལས་གཡོག་པ་གིས་ལྷ་གཡོག་གི་དགོས་མཁོ་གྱུ་ཡོད་པ།	༡.༠༠-༡.༩༩
༤. གནས་ཅིམ་ ༡ པ།	གྱུ་འབྲས་ ཡང་ན་བྱ་སྤྱོད་འདི་དགོས་མཁོ་ལས་ཉུང་སྤྱི་སྤྱི་ཡོད་པ།	<=༠.༩༩

ངན་ཐོ། སྤོན་འགྲོའི་ལྷ་ལྷལ་དབྱེད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲགས་འདི་ མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་སྒྲགས་བྱིན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱི་ནང་འདེབས་ཅིག་ཡིན།

ལག་ལེན་སྒྲེ་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ལྷ་བྱལ་དབྱེ་དཔྱད།

དབྱེ་དཔྱད་དུས་ལུན།

ཞི་གཡོག་ངོ་རྟགས་ཨང་།	
ལས་གཡོག་པའི་མིང་།	
གོ་གནས་གྱི་མིང་།	གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ།
སྒྲེ་ཚན།	ལས་ཁུངས་/ལས་སྒྲེ།

ཁྱད་ཡོན་ཐོ་འཛོལ་བ་མེད་པའི་ལས་ལེན། ར་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ཡོད་པའི་ཅེའི་ཁྱད་ཡོན་ཐོ་འདི་བདེན་དཔྱད་འབད་ཡོད་པ་ལས། ད་རེས་ (ཚེས་/ཟླ་/ལོ་) ཟུན་བདེན་ཚུ་བདེན་པ་ཨིན་པའི་གསལ་སྟོན་འབདཝ་ཨིན།

བྱ་སྟོན་བརྟག་དཔྱད།	འགྲེལ་བཤད།	ལྷ་རྟོག་པའི་སྐྱགས་ཚད། (༠-༤)	བསམ་འཆར།
༡. སྟོན་ལམ་དང་བྱ་སྟོན།	མཐུན་འབྲེལ་ག་རའི་ནང་བདེན་དང་ཁྱད་རིག་ཤོ་མཚུངས་གྱི་སྟོ་ལས་གཞན་ལས་སྟོ་གཏང་དང་གུས་བཀྱར་འཐོབ་མི།		
༢. བདེན་དོན་སྟོན་ལེན་གྱི་རིག་ཅུལ།	བདེན་དོན་ཚུ་གཞན་ལུ་དོན་སྤྲོད་ཅན་དང་འཛོན་ཐང་ཅན་སྟེ་བདེན་སྟོན་འབད་ནིའི་ལྷོགས་བྱུབ།		
༣. ལྷ་ལུ་བཙུན་ལུགས།	ལྷ་ལུ་བཙུན་མཐོང་བསྐྱེད་དེ་ག་ར་ལུ་སྐྱུས་ཚད་ཅན་གྱི་ཞབས་རྟོག་བྱུལ་མི།		
༤. སྒྲེ་ལྷ།	སྒྲེ་ཚན་ཅིག་གི་ནང་འཁོད་ལུ་མཉམ་འབྲེལ་དང་ལས་ལེན་ཡར་བྱལ་གཏང་མི།		
༥. རོ་རྒྱུང་འཛོན་སྟོན།	སྐྱུས་ཚད་ཅན་གྱི་ཞབས་རྟོག་བྱུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཉུས་ཚོད། ལྷ་གི་གཙོ་རིམ་དང་མཐུན་ཆུན་ཚུ་རང་གིས་འཛོན་སྟོན་འཐབ་མི།		
༦. ཉེན་སྲུང་ལུ་བཙུན་ལུགས།	ལྷ་ས་དང་ལྷའི་ཉེན་སྲུང་གི་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི། གནས་ཚད། ལག་ལེན་ག་ར་ལུ་གནས་མི།		
སྐྱགས་བསྟོམས།			
དབྱ་སྟོམ་གྱི་སྐྱགས་ = སྐྱགས་བསྟོམས་/༦།			

(ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།)

(ལྷ་རྟོག་པའི་མིང་དང་མིང་རྟགས།)

སྤྱི་བཏང་སྒྲགས་ཀྱི་ཐིག་ལམ།

ལྷ་ཤུལ་གྱི་སྒྲུ་རིམ།	ངེས་ཚིག།	སྒྲགས་ཀྱི་ཚད་གཞི།
༡. མཆོག་གྱུར།	ལྷ་ཤུལ་གྱུབ་འབྲས་གཞན་དང་མ་འདྲམ་སྒྲེ་བཏོན་ཡོད་པ།	༣.༠༠-༤.༠༠
༢. རབ།	འགྲུབ་དགོ་པའི་གནས་རིམ་ལས་མཐོ་སྒྲེ་གྱུབ་ཡོད་པ།	༣.༠༠-༣.༩༩
༣. འབྲིང་།	ལས་གཡོག་གིས་ལྷ་གཡོག་གི་དགོས་མཁོ་གྱུབ་ཡོད་པ།	༡.༠༠-༡.༩༩
༤. ལེགས་བཅོས་དགོ་པ།	གྱུབ་འབྲས་ ཡང་ན་བྱ་སྤྱོད་འདི་དགོས་མཁོ་ལས་ཉུང་སྒྲེ་ཡོད་པ།	<=0.༩༩

ལེའུ་ ༡༩ པ། གོ་གནས་ཡར་སེང་།

༡༩.༡ སྤྲོ་བྱས།

- ༡༩.༡.༡ ཅུས་འོས་དང་ཚུགས་གྲུབ་ལྟན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ལུ་ གསོལ་ར་བྱིན་ནི་དང་སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་བཅུག་ནི།
- ༡༩.༡.༢ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཅང་བདེན་དང་ འདྲ་མཉམ། གཞེངས་ཐོན་ཚུ་ཡར་དག་གཏང་ནི།
- ༡༩.༡.༣ གཡོག་གི་མདུན་ལམ་ནང་ལུ་ ཡར་འཛེག་གི་གོ་སྐབས་འདྲ་མཉམ་བྱིན་ནི་དང་། ཞི་གཡོག་པ་དག་ཤོས་དང་བཟང་ ཤོས་ཚུ་ གཞན་ཁར་མ་བཏང་བར་བཞག་ནི།

༡༩.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡༩.༢.༡ གཞེངས་ཐོན་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཅང་བདེན་དང་ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་ གདམ་འཐུ་འགོ་འདྲན་ འཐབ་དགོ།
- ༡༩.༢.༢ ཞི་གཡོག་པའི་ལྷ་ཤུལ་དང་ཚུགས་གྲུབ་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཁོ་རའི་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་གཞི་བཞག་ས་སྟེ་བཙུ་ དགོ།
- ༡༩.༢.༣ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་དང་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་ཚད་གཞི་ཚང་ནི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་ རྟོན་ལུ་ གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་ཁག་ ཐག་གཅད་ནིའི་གཞི་རྟོན་སྟེ་ ཆ་བཞག་དགོ།
- ༡༩.༢.༤ གོ་གནས་ཡར་སེང་ཚུ་ གང་ཡོད་ཀྱི་འོས་འབབ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཚུགས་གྲུབ་ཀྱི་གཞི་བཞག་དང་མཐུན་སྟེ་གནང་ དགོ།

༡༩.༣ དབྱེ་ཁག་

- ༡༩.༣.༡ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་གོ་གནས་ཡར་སེང་།
- ༡༩.༣.༢ རིགས་བསྐྱེམས་གོ་གནས་ནང་འཁོད་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་།
- ༡༩.༣.༣ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ནང་ལུ་གོ་གནས་ཡར་སེང་།
- ༡༩.༣.༤ མཁྱོགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སེང་།
- ༡༩.༣.༥ གཞེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སེང་།

༡༩.༤ ལས་སྟེའི་དབང་ཚད།

- ༡༩.༤.༡ ལས་སྟེའི་ལུ་གཤམ་གསལ་གཡོག་གནས་ཀྱི་ས་སྟོང་བཀང་ནིའི་རྟོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དབང་ ཚད་གནང་དགོ།

གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་ཁག	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ འཁུར་གོ་གནས་ ཡར་མེད་།	གོ་གནས་ཡར་མེད་གི་དབང་ཚད།				
		ཀུན་གཏོགས་ འགྲན་བསྐྱར་ ཀྱི་ཐོག་ལས་གོ་ གནས་ཡར་ མེད་།	རིགས་བསྐྱེམས་གོ་ གནས་ནང་འཁོད་ཀྱི་ གོ་གནས་ཡར་མེད་།	མཁས་མཆོག་གི་གོ་ གནས་ཡར་མེད་།	གཟེངས་ཐོན་གྱི་ གོ་གནས་ཡར་ མེད་།	མཐུགས་འགྲོས་ ཀྱི་གོ་གནས་ ཡར་མེད་།
བཀོད་བྱ།	བཀོད་བྱ་ ༡ པ།	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།
	བཀོད་བྱ་ ༢ པ།	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།
	བཀོད་བྱ་ ༣ པ།	ཞི་ལྷན་/ཙ་ ཁྲིམས་ཙན་གྱི་ ཡིག་ཚང་།	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག
མཁས་མཆོག	མཁས་མཆོག་ ༡ པ།	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	མི་འཇུག	མི་འཇུག
	མཁས་མཆོག་ ༢ པ་ ལས་ ༣ པ་ཚུན།	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན་/ ཙ་ཁྲིམས་ཙན་གྱི་ཡི ག་ཚང་།	མི་འཇུག	མི་འཇུག
བྱད་རིག་དང་ འཛིན་སྐྱོང་།	བྱད་འཛིན་ ༡ པའི་ འཛིན་སྐྱོང་།	ལྷན་ཁག་/རང་ སྐྱོང་ལས་སྡེ་ /ཙ་ཁྲིམས་ཙན་ གྱི་ཡིག་ཚང་།	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག	མི་འཇུག
	བྱད་འཛིན་ ༡ པའི་ མཁས་མཆོག	མི་འཇུག	མི་འཇུག	ལྷན་ཁག་/ རང་ སྐྱོང་ལས་སྡེ་ /ཙ་ཁྲིམས་ཙན་གྱི་ ཡིག་ཚང་།	མི་འཇུག	མི་འཇུག
	བྱད་འཛིན་ ༤ པ་ ལས་ ༣ པ་ཚུན།	ལྷན་ཁག་/རང་ སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ ཙ་ཁྲིམས་ཙན་ གྱི་ཡིག་ཚང་/ཁྲོ ང་ཁག	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ ལས་སྡེ་/ ཙ་ཁྲིམས་ཙན་གྱི་ཡི ག་ཚང་/ ཁྲོང་ཁག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།

ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱུ་སྐྱོད་ ར།	ལྷ་སྐྱོད་ ༥ པ་ལས་ལྷ་ བཀོད་གོང་མ་ ༡ པ་ ཚུན།	ལྷན་ཁག་/རང་ སྐྱོང་ལས་སྡེ་/ རྩ་ཁྲིམས་ཅན་ གྱི་ཡིག་ཚང་/ཚོ ང་ཁག	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ ལས་སྡེ་/ རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡི ག་ཚང་/ཚོང་ཁག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།
ལག་ལེན།	ལག་ལེན་ ༤ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན།	ལྷན་ཁག་/རང་ སྐྱོང་ལས་སྡེ་ /རྩ་ཁྲིམས་ཅན་ གྱི་ཡིག་ཚང་/ ཚོང་ཁག	ལྷན་ཁག་/རང་སྐྱོང་ ལས་སྡེ་ /རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡི ག་ཚང་/ ཚོང་ཁག	མི་འཇུག	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།

༡༣.༤.༡ རྟོན་ཚན་ ༡༣.༤.༡ པ་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གོ་གནས་གྱི་དབྱེ་ཁག་ནང་ལུ་ གཡོག་ཐོག་གི་མི་ངོས་བཙུགས་ནི་འདི་ རྟོན་ཚན་ ༡.༩.༤.༤ པ་དང་། ༡.༩.༤.༡ (༩) པ་དང་འཁྲིལ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་ ས་སྟོང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་བའི་བྱལ་ལས་ ལས་སྡེ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

༡༣.༤.༢ ཚོང་ཁག་ནང་ལུ་ གཡོག་གནས་བཏང་ཡོད་པའི་གཡོག་སྡེ་འི་མི་སྟོབས་ཚུ་ འབྲེལ་ཡོད་ཚོང་ཁག་གིས་ གོ་གནས་ཡར་མེད་འབད་དགོཔ་དང་། རྩེ་བ་ལུ་གཡོག་གནས་སྟོན་ཡོད་པའི་མི་སྟོབས་ཚུ་ ལྷན་ཁག་ ཡང་ན་རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་ལུ་ རྟོན་ཚན་ ༡༣.༤.༡ པའི་ནང་ དབང་ཚད་ཕྱིར་སྟོན་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གོ་གནས་ཡར་མེད་འབད་དགོ།

༡༣.༤.༣ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་དང་ བྱད་འཛིན་ ༡ པའི་མཁས་མཆོག་གོ་གནས་གྱི་གོ་གནས་ཡར་མེད་གི་རྟོན་ལུ་ ལས་སྡེ་གིས་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་ལས་བྱེད་པའི་བཀོད་རིས་དང་ ལས་བྱེད་པའི་གྲངས་འཁོར་གྱི་གཞི་བཞག་སྡེ་ངོས་འཛིན་འབད་དགོ།

༡༣.༥ ལས་འཆར།

༡༣.༥.༡ སྤྱིར་བཏང་ལུ་ གོ་གནས་ཡར་མེད་འབད་ནི་འདི་ སྤྱི་ཁྱེ་ ༡ པའི་ཆེས་ ༡ ཡང་ན་ སྤྱི་ཁྱེ་ ༡ པའི་ཆེས་ ༡ ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་གནང་དགོ།

༡༣.༥.༢ ལས་འཆར།

ལས་ལྗ།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༡ པའི་གོ་གནས་ཡར་ སང་གི་ཆོས་གྲངས།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༨ པའི་གོ་གནས་ཡར་ སང་གི་ཆོས་གྲངས།
རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུང་ལྗ་ཆོས་ཀྱི་གནས་འཇུག་གི་གོ་གནས་ཡར་སང་།		
ལས་སྤྱི་ཆུ་གིས་ཞི་ལྗ་ལུ་རྒྱལ་སྤྱི་ཆུ་ལུ་ཞི་དང་། ཞི་ གཞུང་པའི་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་བཅུགས་ནི།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༡༡ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༡༥།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༥ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༡༥།
ལྗ་ཆོས་ཀྱི་གནང་བ།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༡༢ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༡༥།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༤ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༡༥།
ལས་སྤྱི་ལུ་གནང་བའི་སྤྱི་ལས་བདེ་ལན་འབད་ནི།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༡༢ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༢༥།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༤ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༢༥།
ལས་སྤྱི་གནས་འཇུག་གི་གོ་གནས་ཡར་སང་།		
དབང་ཚད་ཕྱིར་སྤྱོད་དང་འཁྱེད་ཀྱི་རིགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ གནས་ནང་འཁྱེད་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་གནང་བ།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༡༡ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༣༠།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༥ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༣༡།
རྒྱལ་ལུ་རིམ་ལུགས་ནང་ལས་བཏོན་པའི་གོ་གནས་ཡར་ སང་གི་བཀའ་རྒྱ་སྤྱོད་ནི།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༡༢ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༢༥།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༤ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༢༥།
ཞི་ལྗ་ལུ་རིམ་ལུགས་ནང་ལས་བཏོན་པའི་གོ་གནས་ཡར་ སང་གི་བཀའ་རྒྱའི་འདྲ་ཅིག་ལུ་ཞི།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༡༢ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༢༥།	སྤྱི་ཁྱོ་ ༤ པའི་སྤྱི་ཆོས་ ༢༥།

- ༡༣.༥.༢.༡ ལས་སྤྱི་གིས་ གོང་གི་བཀོད་ཁྲུལ་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་ཆོས་གྲངས་ཀྱི་སྤྱི་གོང་ལས་ གོ་གནས་ཡར་སང་
གི་བྱ་རིམ་ག་ར་མཚུག་བསྐྱེད་ཡོད་པ་དེས་བཏོན་བཟོ་དགོ།
- ༡༣.༥.༢.༢ མི་སྤྱོད་སྤྱི་ཆུ་ ཡང་ན་མི་སྤྱོད་སྤྱི་ཆུ་ཀྱིས་ གོ་གནས་ཡར་སང་ལུ་འོས་འབབ་ཡོད་མིའི་ཞི་
གཞུང་པ་ཚུའི་ཐོ་བཏོན་ཏེ་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ཕན་ཐབས་བསྐྱེད་དགོ།
- ༡༣.༥.༢.༣ ཀྱན་གཏོགས་འགན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ གཞུང་པ་བཅུགས་དང་གནས་འཁྱེད་བྱ་རིམ་འདི་ ས་སྤྱོད་གསལ་
བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོས་གྲངས་ལས་ ཁྱོ་རྒྱ་ ༡ ཀྱི་ནང་འཁྱེད་ལུ་མཚུག་བསྐྱེད་གོ་དང་། གོ་གནས་
ཡར་སང་གི་གནང་བ་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དགོས་མཁོ་ག་ར་བསྐྱེད་ཆེ་ཞེས་ལས་ ཁྱོ་རྒྱ་དེའི་
སྤྱི་ཆོས་ ༡ ཡང་ན་ ༡༥ ལས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་བཟོ་འཛུགས་འབད་དགོ།
- ༡༣.༥.༢.༤ གོ་གནས་ཡར་སང་འདི་ ཆོས་གྲངས་ལས་བྱིད་སོང་པ་ཅིན་ ཕྱིར་ལོག་འབད་དེ་བྱིན་མི་ཆོག

༡༣.༤ ཕྱིར་བཏང་གི་ཚད་གཞི།

ཞི་གཞུང་པ་ཅིག་གིས་ གོ་གནས་ཡར་སང་འདི་ ཐོབ་དབང་ཅིག་སྤྱི་ཐོབ་བཟོ་དགོད་མི་ཆོག གོ་གནས་ཡར་སང་ཅིག་དང་གཅིག་
ཁར་ འགན་ཁུར། ཞེས་ཡོན། རིག་ཅུལ་དང་ལྗ་ལས་གྲུབ་འབྱེད་དགོད་ཡོད་མི་ཆུ་ཡང་ཆང་དགོ། ཞི་གཞུང་པ་ཅིག་གི་གོ་གནས་ཡར་

སང་གི་ཚད་གཞི་འདི་ གཤམ་གསལ་དང་འབྲིལ་དགོ།

༡༣.༤.༡ གཡོག་གི་ས་སྟོང་ཡོད་མེད་དང་འབྲིལ་དགོ།

༡༣.༤.༢ གཟེངས་ཐོན་ལུ་གཞི་བཞག་པའི་འབྲམ་ཉམ་དང་བདེན་གྱི་གདམ་འབྲུའི་ལམ་ལུགས། གཟེངས་ཐོན་ཟེར་མི་
འདི་གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་ཨིན་དགོ།

༡༣.༤.༣.༡ སྟོབ་རིག་ཤེས་ཚད།

༡༣.༤.༣.༢ འབྲེལ་ཡོད་སྟོང་བདེན།

༡༣.༤.༣.༣ རིག་ཅུལ་དང་ལྷོགས་གྲུབ།

༡༣.༤.༣.༤ ལུ་ཤུལ་དབྱེད་ཤུད་ནང་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་དང་འབྲིལ་བའི་འདས་པ་དང་ད་ལྟའི་ཁོ་རའི་ལུ་
གཡོག་གི་ལུ་ཤུལ།

༡༣.༤.༣.༥ འབྲེལ་ཡོད་ཉམས་སྟོང་།

༡༣.༤.༣.༦ སྟོན་མེད་ལུ་གི་བློ་ཐོ།

༡༣.༤.༣.༧ ས་སྟོང་ཡོད་པའི་གཡོག་གནས་གྱི་ལུ་འགན་དང་འགན་ཁུར་འབག་ནིའི་འོས་འབབ།

༡༣.༤.༣.༨ དེ་ལས་མཐོ་བའི་འགན་ཁག་འབག་ནིའི་རུས་འོས།

༡༣.༤.༣.༩ སྐལ་གཞུང་ཅིས་ཞིབ་དབང་འཛིན་གྱི་ནག་ཐོའི་ནང་ལུ་མ་ཚུད་པ་དང་།

༡༣.༤.༣.༡༠ ཞིབ་དབྱེད་ཡང་ན་བདག་སྟོང་གི་བྱ་ལེན། ཡང་ན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཚུད་གཞི་ཚུ་བསྒྲར་འབྱུང་ནང་
མེད་པ།

༡༣.༤.༣ ཁྲོང་གསེབ་ནང་ལུ་ཕྱག་ལུ་མི་ཚུ་ལུ་ངོས་འཛིན་འབད་དགོ།

༡༣.༤.༤ གཡོག་གི་ཀན་རིམ་ལུ་ཡང་ངོས་འཛིན་འབད་དགོ།

༡༣.༤.༥ འགན་ཁག་དང་འགན་ཁུར་གྱི་རང་བཞིན་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ཤེས་ཡོན་འབྲེལ་ཡོད་མི་ལུ་ ངོས་འཛིན་བྱིན་དགོ།

༡༣.༤.༦ སྤྱིར་བཏང་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་ཚད་གཞིའི་ཐོག་ཁར་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་སའི་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་
དབྱེ་ཁག་གི་འོག་ལུ་ བཀོད་ཡོད་པའི་འོས་འབབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཚུ་ཚང་དགོ།

༡༣.༤.༧ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དབྱེ་ཁག་དང་འབྲིལ་ཏེ་ ཅུས་ཡུན་ཉུང་ཤོས་ཚང་དགོ་མི་ཚུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་ཨིན།

༡༣.༤.༧.༡ འགོ་ཐོག་གོ་གནས་ཡར་སང་། ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ འཛུལ་ལུགས་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་དང་

འབྲིལ་མ་དགོ་པར་ གོ་གནས་ཡར་སང་དང་པའི་དོན་ལུ་ ཉམས་ཚེད་ཀྱི་ཅུས་ཡུན་བཅུས་ཏེ་ལོ་
ངོ་ ༥ དང་། ཟུར་དེབ་ ༡༣/༡༡་པའི་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ ཉམས་ཚེད་ཅུས་ཡུན་
བཅུས་ཏེ་ ལོ་ངོ་ ༤ ཕྱག་ལུ་ཡོད་མི་ལུ་འོས་འབབ་ཡོད།

༡༣.༤.༡.༡

གོ་གནས་ཡར་སང་ཐངས་གཉིས་པ་དང་ དེའི་ཤུལ་མའི་གོ་གནས་ཡར་སང་ཚུ་ གཤམ་གསལ་ལྟར་ཕྱག་ལུ་ཡོད་པའི་དུས་ཡུན་དང་འབྲེལ་དགོ།

གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ།	ཉུང་མཐའི་དུས་ཡུན།
མཁས་མཆོག་གི་སྡེ་རིམ།	ལོ་ངོ་ ༥ ཡང་ན་ ༦།
བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྡེ་རིམ།	ལོ་ངོ་ ༤།
ལྷ་སྐྱོར་གྱི་སྡེ་རིམ།	ལོ་ངོ་ ༥ (ལྷ་སྐྱོར་ ༡ པ་ལས་ལྷ་བཀོད་གོང་མ་ ༡ པ་ཚུན།)
	ལོ་ངོ་ ༤ (ལྷ་སྐྱོར་ ༥ པ་ལས་ལྷ་སྐྱོར་ ༡ པ་ཚུན།)
ལག་ལེན་སྡེ་རིམ།	ལོ་ངོ་ ༤།

༡༣.༤.༡.༢

རིགས་བསྐྱམས་གོ་གནས་ཡར་སང་མ་བརྩིས་པའི་གོ་གནས་ཡར་སང་ཚུ་ གཤམ་གསལ་ལྟར་ཕྱག་ལུ་ཡོད་པའི་དུས་ཡུན་དང་འབྲེལ་དགོ།

གོ་གནས་ཡར་སང་གི་སྡེ་རིམ།	འོས་ཚད།
ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཐོག་གི་གོ་གནས་ཡར་སང་།	ད་ལྟའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༡ ཕྱག་ལུ་ཡོད་པ།
གཟེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སང་།	སྤྱིར་བཏང་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་སྤྱི་གོང་ལུ་ ཟླ་ངོ་ ༤ ལས་ལོ་ངོ་ ༡ ཚུན།
མགྲོགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་།	མགྲོགས་འགྲོས་ཐངས་ ༡ པ། ད་ལྟའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༡ ཕྱག་ལུ་ཡོད་པ།
	མགྲོགས་འགྲོས་ཐངས་ ༢ པ། ད་ལྟའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༢ ཕྱག་ལུ་ཡོད་པ།
བྱད་འཛིན་ ༡ པའི་མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ཡར་སང་།	བྱད་འཛིན་ ༡ པའི་མཁས་མཆོག་ཚུན་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སང་། ད་ལྟའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༤ ཕྱག་ལུ་ཡོད་པ།

༡༣.༤.༢

གོ་གནས་ཡར་སང་གི་སྡེ་རིམ་དང་གསལ་བསྐྱགས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འབྲེལ་ཡོད་ཆ་གནས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆ་གར་སྤུལ་དགོ།

༡༣.༤.༣

ལྷ་ཤུལ་སྐྱགས་ཚད་ནང་ལུ་ “ལེགས་བཅོས་དགོཔ་” སྡེ་ཐོབ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཉུང་མཐའ་ཕྱག་ལུ་དགོ།

པའི་སྒྲིག་གཡོག་དོ་མ་ལས་ ལོ་ངོ་གཅིག་འཐེབ་ཕྱག་ལུ་དགོ།

༡༣.༤.༡༠ ལཱ་ཤུལ་སྐྱགས་ཚད་ནང་ འབྲེལ་ཕྱ་འབྲེལ་སར་ལོ་ངོ་གསུམ་ “ལེགས་བཅོས་དགོཔ་” སླེབ་ཏོན་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་
འདི་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་ཐབས་མེད་དགོངས་ལུ་གཏང་དགོ།

༡༣.༤.༡༡ སློབ་བརྗེ་རིགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སློབ་སློབ་པ་གསེབ་ལྗོངས་ ༡༥ ཚུན་ཚོད་འབད་མི་ཚུ་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་
སྒྲིག་གཡོག་དོ་མའི་གངས་སུ་བཅི་དགོ། ཨིན་རུང་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་ཀྱི་དོན་ལུ་ སློབ་སློབ་པ་གསེབ་
འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ སྒྲིག་གཡོག་དོ་མའི་གངས་སུ་བཅི་མི་ཚོག

༡༣.༤.༡༢ ཟུར་དེབ་ ༡༣/༡༡་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་དོན་ལུ་ སློབ་སློབ་གི་དུས་ཡུན་ཤིལ་བུམ་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་
ལུ་ སྒྲིག་གཡོག་དོ་མ་སླེབ་བཅི་དགོཔ་དང་། དེ་ཡང་ སློབ་སློབ་གི་དུས་ཡུན་འདི་ ལོ་ངོ་ ༩ ལས་ལྷག་མི་ཅིག་དང་།
ཟུར་དེབ་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་གནས་ཚིག་ཚུ་ཚང་ཚུགས་མི་ཅིག་ཨིན་དགོ།

༡༣.༤.༡༣ ལྗོངས་ ༤ གི་སླེབ་མའི་པའི་གསེབ་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ སྒྲིག་གཡོག་དོ་མའི་གངས་སུ་བཅི་དགོ།

༡༣.༤.༡༤ དམིགས་བསལ་པའི་གསེབ་བཅིས་པར་ཐངས་རེ་ནང་ ལྗོངས་ ༩ རིང་གི་པའི་གསེབ་སྐབས་ཅིག་ཁར་ལེན་མི་ཚུ་ གོ་
གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ སྒྲིག་གཡོག་དོ་མའི་གངས་སུ་བཅི་དགོ།

༡༣.༤.༡༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ འོས་འབབ་ལཱ་པའི་ཚད་གཞི་ཚང་སྟེ་ཡོད་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལྗོངས་ ༩ ལས་ལྷག་
པའི་སྐབས་བཅོས་པའི་གསེབ་དང་ དམིགས་བསལ་པའི་གསེབ་ ཡུན་རིང་སློབ་བརྗེ་གི་པའི་གསེབ་ཚུ་ལེན་ཏེ་ སྒྲིག་
གཡོག་ནང་མེད་པའི་སྐབས། ཡང་ན་ཞི་གཡོག་པའི་བརྗེ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ ཡུན་རིང་སློབ་བརྗེ་གི་གནས་ཚད་
འདི་ “སྤྲོ་ལུ་འབད་ཡོད་རུང་ མཚུགས་བསྐྱབ་བར་ཡོད་པ་” སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་གོ་གནས་ཡར་
སང་གི་བྱ་རིམ་བསྒྲིག་ནི་དང་ ཡང་ན་གནང་བ་བྱིན་མི་ཚོག ཨིན་རུང་ སྐབས་ཤིག་ལས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཡུན་
རིང་སློབ་བརྗེ་འབད་བའི་བསྐྱང་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་སྐབས་ལུ་ ཡིག་ཚང་ནང་ལུ་
ཡོད་བཅིས་ཏེ་ གཞན་ཚད་གཞི་ཚུ་ཚང་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བྱིན་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད།

༡༣.༤.༡༦ འཇུལ་ལུགས་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ཨིན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གོ་གནས་ཡར་སང་ཐངས་གཅིག་ཡང་མ་
འཐོབ་མི་འདི་ལུ་ མཐོགས་འགོས། གཞེངས་ཐོན་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སང་དང་ ཀུན་གཏོགས་འགན་བསྐྱར་གི་གོ་
གནས་ཡར་སང་གི་ཐོབ་ལམ་མེད།

༡༣.༤.༡༧ གོ་གནས་ཡར་སང་ཚུ་ དོན་ཚན་ ༡༣.༤.༡ པ་འོག་གི་དབང་ཚད་བྱིར་སློབ་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབྲེལ་
ཡོད་ལས་སྤེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་གནང་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་རྒྱབ་སྐྱོན་འབད་དགོ།

༡༣.༤.༡༨ གནང་བ་གྲུབ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ གཤམ་གསལ་གི་དོན་ཚན་ཚུ་ གསལ་རིམ་སྟེ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཡར་
སང་གི་བཀའ་རྒྱ་བཏོན་དགོ།

༡༣.༤.༡༩.༡ གོ་གནས་ཡར་སང་བྱིན་ཏེ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་ མིང་དང་ཞི་གཡོག་དོ་རྟགས་ཨང་
བཀོད་དགོ།

༡༣.༤.༡༩.༢ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གོ་གནས་ཡར་སང་མ་འབད་བའི་རྟེ་མ་དང་ཤུལ་མའི་གོ་

གནས་ཀྱི་མིང་གནས་དང་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་བཏོད་དགོ།

༡༣.༤.༡༤.༣ གོ་གནས་ཡར་སེང་ཆ་འཛིག་གི་ཆོས་གངས་བཏོད་དགོ།

༡༣.༤.༡༤.༤ འབྲེལ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཆན་ཡང་ན་སྟེ་ཆན། ལས་ཁྲུངས་དང་ལས་སྟེ་ལ་སོགས་ པ་དང་
གཡོག་གནས་བཏོད་དགོ།

༡༣.༤.༡༥ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་གི་དབང་ཚད་འོག་གི་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ ལས་སྟེ་ཆུ་གིས་ རྒྱལ་
སྟོན་འདི་ དོན་ཆན་ ༣.༧.༤.༣ (༤) པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་ལུ་སྤུལ་དགོ།

༡༣.༤.༢༠ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་གིས་ ཡང་ན་ལས་སྟེ་གིས་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ ཆང་
དགོ་པའི་ཉུང་ཤོས་ལོ་ཆད་ལོ་ངོ་ ༤ ཡང་ན་ ༥ ཆང་མི་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཞི་གཡོག་པའི་ལྷན་གས་
གྲུབ་དང་ལཱ་ལུ་ ཐ་དམ་ཆོག་དང་ལས་སྟེ་ལུ་ དགོས་མཁོ་ཡོད་མེད་ཆུ་མ་བཟླ་བར་ གོ་གནས་ཡར་སེང་འབད་མི་
ཆོག

༡༣.༥ རྒྱལ་གཞི་གས་འབྲུག་བསྐྱར་ཐོག་ལས་གོ་གནས་ཡར་སེང་།

གཡོག་གནས་ཀྱི་ས་སྟོང་ལུ་གཞི་བཞག་པའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་འདི་ ཁ་གསལ་སྟེ་བཏོད་ཡོད་པའི་གཤམ་གསལ་བྱ་རིམ་ཚུ་དང་འབྲེལ་
ཏེ་ རྒྱལ་གཞི་གས་འབྲུག་བསྐྱར་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཆོག

༡༣.༥.༡ འབྲེལ་ཡོད་གཞི་འཛིན་ལས་སྟེ་གིས་ གཡོག་གི་ས་སྟོང་དབྱེ་ཞིབ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་ལུ་ལས་ གཡོག་གི་ས་
སྟོང་ནམ་ཐོན་མ་ཅིག་ ལས་སྟེ་གིས་ གོ་གནས་ཀྱི་ས་སྟོང་ཚུ་ རང་སེང་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྟོན་དང་ ཡང་ན་བད་
བརྒྱུད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ཁུབ་བསྐྱགས་འབད་དགོ་པ་དང་། མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ཁྱུ་ཡིག་བཅུགས་ནིའི་དུས་ལུ་ན་ཉུང་ཤོས་བདུན་
ཕྱག་གཉིས་ཕྱིན་དགོ།

༡༣.༥.༢ རྒྱུ་འཛིན་ ༡ པའི་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཡོག་གི་ས་སྟོང་འདི་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་ལས་གཡོག་པའི་བཏོད་རིམ་
དང་འབྲེལ་ཏེ་གསལ་བསྐྱགས་འབད་དགོ།

༡༣.༥.༣ གཡོག་གི་ས་སྟོང་གསལ་བསྐྱགས་ནང་ལུ་ གོ་གནས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ གཤམ་གསལ་དོན་ཆན་ཚུའི་ནང་གསལ་རི་
རི་སྟེ་བཏོད་དགོ།

ཀ། གོ་གནས་ཀྱི་མིང་། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་དང་སྤྱི་གཡོག་སྤྱིག་བཏོད།

ཁ། གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་ནང་བཏོད་ཡོད་པའི་ཉུང་མཐའ་ལུ་དགོ་པའི་ཤེས་ཡོན་ཤེས་ཆད། གཡོག་གནས་
དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡོན་འཐབ་དང་རིག་ཅུལ། ལྷོགས་གྲུབ་ཚུ་ཕྱི་སེལ་གྱི་གདམ་འབྲུ་འབད་ནིའི་
དོན་ལུ་བཅུགས་དགོ།

ག འབྲེལ་ཡོད་ལཱ་གི་ཉམས་མུང་དགོ།

ང། གཡོག་བཅུགས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ཆ་འཛིག་གྲུབ་པའི་གཡོག་གནས་འདི་ ལས་ཆན་ ཡང་ན་སྟེ་ཆན།

ལས་ཁུངས་དང་ལས་སྡེ་གཡིན་མི་འདི་བཙུགས་དགོ།

ཅ། ཡིག་ཆ་དགོང་།

ཆ། ལྷ་ཡིག་བཙུགས་ཆོས་དང་།

ཇ། གཡོག་བཙུགས་ལས་སྡེའི་ངོ་ཚབ་ཀྱི་འབྲེལ་ཁྲི་དང་སྒོ་གཡིན་ཁ་བྱང་།

༡༩.༡.༤

འོས་ཚད།

ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཅིག་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མིའི་ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཚད་གཞི་
ཚུ་ཚང་དགོ།

ག། གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེ་བ་ནང་ལུ་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཉུང་མཐའི་ཤེས་ཡོན་ཤེས་ཚད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་
ཚང་དགོ།

ཁ། ད་ལྟོ་ ལྷ་བ་བསྐྱགས་འབད་དེ་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་ལས་ གནས་ཤིང་གཅིག་གིས་དམའ་མ་
ཡིན་དགོ། ཡིན་རུང་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་འབྲེལ་མཉམ་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་ནང་
ལུ་གཡོག་བསྐྱོས་འབད་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ལྷ་ཡིག་བཙུགས་ཆོག །དེ་ཡང་ ལྷ་བ་བསྐྱགས་ནང་ལུ་ ལྷ་ཡིག་
སྤུལ་ནི་གི་ཆོས་གངས་མཇུག་བཀོད་མིའི་ཉིན་མར་ ལྷ་ཡིག་སྤུལ་མི་འདི་གིས་ ད་ལྟོའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་
ཤིང་ནང་ལུ་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༩ གྱི་སྒྲིག་གཡོག་ཚང་ཡོད་མི་ཅིག་དགོ།

ག། མཐོ་བའི་གོ་གནས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ལྷ་ཡིག་བཙུགས་པ་ཅིན་ ལྷ་བ་བསྐྱགས་ནང་ ལྷ་ཡིག་སྤུལ་ནི་གི་ཆོས་
གངས་མཇུག་བཀོད་མིའི་ཉིན་མར་ ལྷ་ཡིག་སྤུལ་མི་འདི་གིས་ ད་ལྟོའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་ནང་ལུ་
ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༩ གྱི་སྒྲིག་གཡོག་ཚང་ཡོད་མི་ཅིག་དགོ།

ང། འཇུལ་ལུགས་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་ནང་མེན་མི་ཅིག་དགོ།

ཅ། འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་ཆོས་རྒྱགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་གདམ་འབྲུག་པའི་གཡོག་ཐོག་གི་མི་ངོམ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་
ནི་གཡོག་ཆོས་རྒྱགས་ཐོག་གདམ་འབྲུག་པའི་ཤུལ་ལས་ གོ་གནས་ཡར་སང་ཐངས་གཅིག་ལེན་ཡོད་
མི་ཅིག་ཡིན་དགོ།

ཆ། གོ་གནས་འདི་ ཁོ་རའི་ལྷ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཆན་གྱི་ནང་འཁོད་དང་ ཡང་ན་ཕྱི་ལས་འབད་རུང་མ་
བརྟུབ་མེད་པ་དང་ ཡིན་རུང་ ཟུར་དེ་བ་ ༩/༡་པ་དང་འབྲེལ་ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གཡོད་གཅིག་ནང་ཡིན་
དགོ།

ཇ། ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅར་ལས་ལོག་པའི་ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལས་སྡེ་ཕྱི་ནང་གི་གོ་གནས་གཞན་གང་རུང་
ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་པ་ཅིན་ ལྷ་བ་བསྐྱགས་ནང་ ལྷ་ཡིག་སྤུལ་ནིའི་མཇུག་གི་ཆོས་གངས་ཁར་ གོ་
གནས་དེ་ནང་ར་ ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཅར་གྱི་དུས་ཡུན་དང་མཉམ་པའི་ཉུང་མཐའི་དུས་ཡུན་གྱི་རིང་ཕྱག་ལུ་
ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་དགོ།

ཉ། ལུ་གཡོག་ནང་སྒྲིན་མེད་དན་ཐོ་ཡོད་མི།

ཏ། ཡུན་རིང་སྒྲིང་བདར། སྐབས་གཡོག། དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་དང་སྒྲན་བཅོས་ངལ་གསོའི་ནང་མེན་མི་
ཅིག་ཡིན་དགོ།

ཐ། འདས་པའི་ལོ་ངོ་ ༩ གྱི་ལོ་ལྟར་ལུ་བྱལ་གྱི་སྐྱགས་ཚད་འདི་ ‘འབྲིང་’ ལས་ཡན་ཆད་འབད་མི་ཅིག་ཡིན་
དགོཔ་དང་།

ད། ལས་སྡེ་ཅིག་གིས་ གནས་སོར། ཡང་ན་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་གནས་སོར་འབད་བའི་
སྐབས་ལུ་ ག་དེ་དག་དག་ཅུད་རིག་ལུ་ཐོ་མ་ཐོག་པ་ཅིག་འབད་དགོ་པའི་ཁར་ དེ་བཟུམ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་
འདི་ གོ་གནས་ནང་བསྐྱོ་བཞག་འབད་ཨང་ ཁོང་རའི་དམིགས་བསལ་ཅུད་རིག་དང་ རིག་ཅལ་ཚུ་དང་
མ་མཐུན་པའི་གོ་གནས་ནང་བསྐྱོ་བཞག་འབད་མི་ཆོག།

༡༣.མ.ལ ལས་སྡེ་ཡང་ན་མི་སྟོབས་ཆོགས་ཚུང་གིས་ མི་ངོམ་ཅིག་ ཉེ་མ་ལས་ གཡོག་གནས་གྱི་དོན་ལུ་ བཅའ་མར་
གཏོགས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ ལོག་སྟེ་ར་གོ་གནས་གཅིག་པའི་དོན་ལུ་ངི་བ་ངིས་ལན་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་པ་ཅིན་
འདས་པའི་ངི་བ་ངིས་ལན་གྱི་བྱུབ་འབྲས་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ཆ་མེད་གཏང་ཆོག།

༡༣.མ.ཆ ཟ࿃་ཡིག་ཕུལ་མི་འདི་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཡང་བཙུགས་དགོ།

༡༣.མ.ཆ.༡ ཟ࿃་ཡིག་དང་།

༡༣.མ.ཆ.༢ ཅུད་ཡོན་ཐོ།

༡༣.མ.ཇ རང་སོའི་ལས་སྡེའི་ཕྱི་ཁར་གཡོག་གི་ས་སྟོང་ནང་ལུ་ཟ࿃་ཡིག་ཕུལ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་
ཆ་འབྲེལ་ཚུ་བཙུགས་དགོ།

༡༣.མ.ཇ.༡ སྟོབ་རིག་སྐྱགས་ཤོག་གི་འདྲ།

༡༣.མ.ཇ.༢ སྒྲིང་བདར་ལག་ཁྱུར་གྱི་འདྲ། (བཙུགས་དགོ་པ་ཅིན།

༡༣.མ.ཇ.༣ འདས་པའི་ལོ་ངོ་ ༩ གྱི་ (རང་སོའི་ལས་འཆར་གྱི་) ལུ་བྱལ་སྐྱགས་ཚད་ ཡང་ན་ལུ་བྱལ་
དེ་ཅེ་དེ་ཅུད་འབྲི་ཤོག་དེ་ཅེ་ཞིབ་འབད་ཡོད་མི་དང་།

༡༣.མ.ཇ.༤ གཞན་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆའི་རིགས།

༡༣.མ.༨ མི་ངོམ་ཚུ་ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་ནི།

འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས།

༡༣.མ.༨.༡ ཚད་གཞི་ཐག་གཅད་དགོ།

༡༣.མ.༨.༢ རོ་སྒྲིང་ཡིག་ཆ་དང་སྟོབ་རིག་སྐྱགས་ཤོག་ཚུ་བདེན་དེ་ཅུད་འབད་དགོ།

༡༣.མ.༨.༣ ཟ࿃་ཡིག་ཚུ་བསྐྱུ་སྒྲིག་འབད་དེ་ འོས་ཚད་ཆང་མའི་ཟ࿃་ཡིག་བཙུགས་མི་ཚུ་ ཕྱི་སེལ་འབད་དགོ།

༡༣.མ.༤.༤

སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཞོད་གཅིག་མིའི་ནང་ འབྲེལ་ཡོད་ཤེས་ཚད་དང་ལཱ་གི་ཉམས་སྦྱང་ཡོད་མིའི་
འོས་ལྷན་གྱི་མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ གོ་སྐབས་བྱིན་དགོ།

༡༣.མ.༤.༥

ཞུ་ཡིག་བཅུགས་མི་ཚུ་ལུ་ ཞུ་ཡིག་གི་གནས་ཚད་སྐོར་ལས་ བརྟམ་ལན་འབད་དགོཔ་དང་། བྱི་
སེལ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ རྟོ་འགྲན་ཅན་གྱི་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་གྱི་ས་གནས། ཆོས་གངས་
དང་དུས་ཚོད་ཚུ་དང་། གཞན་དགོས་མཁོ་གང་རུང་ཡོད་ན་ གློག་འཕྲིན། འཕྲིན་ཐུང་། ཡང་
ན་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྐོ་བརྒྱད་དེ་ ཡིག་ཐོག་ལས་བརྟམ་ལན་འབད་དགོ།

༡༣.མ.༤.༦

གཤམ་མཉམ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་མི་ངོམ་མེད་པ་ ཡང་ན་མི་ངོམ་གཅིག་ལས་བརྟམ་ཏེ་མེད་པ་
ཅིན་ མི་ངོམ་ལེ་ག་གིས་ཞུ་ཡིག་བཅུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ ད་རུང་བདུན་ཕྲག་གཉིས་ཀྱི་དུས་ལུན་
ཡར་འགྲུང་གི་བྱུང་བསྐྱེད་ལས་འབད་དགོ།

༡༣.མ.༤.༧

འོས་འབབ་ལྷན་པའི་མི་ངོམ་ལེ་ག་ཡོད་རུང་ ལས་སྡེ་གིས་ ཡིད་ཆེས་མ་འདྲོངས་པ་ཅིན་ ཞུ་
ཡིག་ཕུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཆོས་གངས་ཡར་འགྲུང་འབད་དགོ།

༡༣.མ.༤.༨

བདུན་ཕྲག་གཉིས་ཀྱི་དུས་ལུན་ཡར་འགྲུང་འབད་རུང་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་མི་ངོམ་གཅིག་ལས་
བརྟམ་ཏེ་མེད་རུང་ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་ཚུ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་འབད་དགོཔ་དང་།

༡༣.མ.༤.༩

ཆོས་གངས་ཡར་འགྲུང་འབད་རུང་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ཞུ་ཡིག་བཅུགས་མི་མེད་པ་ཅིན་ རྟོ་
ཚབ་ཅིག་བསྐོ་བཞག་འབད་དེ་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྟམ་ཏེ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་དུས་མཐུན་བཟོ་
དགོ།

༡༣.མ.༥

གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ།

༡༣.མ.༥.༡

ལས་སྡེ་གིས་ འོས་འབབ་དང་བྲང་བདེན། རྟོ་འགྲན་ཅན་གྱི་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་གཞི་བཅུགས་
འབད་དགོ། དེ་ཡང་ གདམ་འཐུའི་ཆོགས་རྒྱུ་བརྒྱད་དེ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ལཱ་དང་འགན་ཁུར་
ཚུའི་ཐོག་ལས་བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་དགོ།

ཀ། གདམ་འཐུའི་ཆོགས་རྒྱུ་འདི་ནང་ ཉུང་ཤོས་ར་མི་སྟོབས་ཆོགས་རྒྱུ་གི་འཐུས་མི།
ཡང་ན་མི་སྟོབས་ཆོགས་རྒྱུ་གིས་ཆ་འཛིག་གྲུབ་པའི་ གདམ་འཐུ་ཆོགས་རྒྱུ་གི་
འཐུས་མི་ ༥ འོང་དགོཔ་དང་། བྱད་འཛིན་ ༡ པའི་ཐད་ཁར་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་
གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ལས་ངོ་ཚབ་ཅིག་དགོ།

ཁ། གདམ་འཐུའི་ཆོགས་རྒྱུ་ལུ་ གསལ་བཞོད་འབད་དགོ་མི་ཚུ་ལས་ ལྷག་པར་དུ་
གོ་གནས་གྱི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་གྱི་ཚད་གཞིའི་སྐོར་ལས་དང་ ཞུ་ཡིག་ཕུལ་མིའི་
བྱད་ཡོན་ཁ་གསལ། ཅི་བ་ཅིས་ལན་གྱི་སྤྱི་ག་བཞོད་ཚུ་ ཅི་བ་ཅིས་ལན་མ་འབད་བའི་
ཉེ་མ་ལས་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་གསལ་བཤད་འབད་དགོ། གདམ་འཐུའི་ཆོགས་རྒྱུ་ལུ་

ཀུན་སྤྱོད་ནམ་གཞག་གི་སྐོར་ལས་ཡང་ གསལ་བཤད་འབད་དགོ།

- ག གདམ་འཕྱུའི་ཚཱགས་རྒྱུད་གི་འཕྱུས་མི་ཚུ་གིས་ བརྒྱ་དཔྱའི་ཚད་བཀག་སྒྲིགས་ཚད་
འདི་ སྡ་གོང་ལས་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།
- ང། དི་བཀོད་འཕྱུས་མི་ཚུ་གིས་ མི་ངོམ་དེ་ལུ་ སྒྲིགས་མཐོ་ཤོས་དང་དམའ་ཤོས་བྱིན་
ཡོད་མི་གཉིས་བཏོན་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ སྒྲིགས་གཞན་ཚུ་འདི་དཔྱ་སྟོམ་གྱི་སྒྲིགས་འདི་
མཐའ་དཔྱད་གྱི་སྒྲིགས་སྡེ་བཅི་དགོ།
- ཅ། འབྲི་ཤོག་ ༡༣/༡ པ་དང་འཁྲུལ་ དི་བ་དེས་ལན་གྱི་ཚཱགས་རྒྱུགས་ཀྱི་ རྫོང་ཁ་དང་ཨིང་
ཡིག་གཉིས་ཆ་རའི་འབྲི་རྒྱུགས། ཡང་ན་དོན་ཚན་ཅིག་གྱི་གསལ་ཁུ་འགོ་འདྲན་འཐབ་
དགོ།
- ཆ། དི་བ་དེས་ལན་གྱི་སྐབས་ལུ་ དི་བ་དང་ལན་ཚུ་ག་དེ་འབད་རྒྱུགས་རྒྱུགས་ རྫོང་ཁ་
དང་ཨིང་སྐད་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལུ་འོང་དགོ།
- ཇ། གདམ་འཕྱུའི་ཚཱགས་རྒྱུད་གི་འཕྱུས་མི་གང་རུང་ཅིག་ལུ་ ཁེ་ཕན་ལྷག་སྟོན་ཡོད་པ་
ཅིན་ སྡ་གོང་ལས་གསལ་བསྒྲགས་འབད་དགོཔ་དང་། ལས་སྡེ་གིས་འཕྱུས་མི་འདི་
ཚཱགས་རྒྱུད་ནང་ལས་དགོངས་ཁུ་བཏང་སྟེ་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་འཕྱུས་མི་གཞན་མི་
ཅིག་ངོས་འཛིན་འབད་དགོ།
- ༨། གདམ་འཕྱུའི་ཚཱགས་རྒྱུད་གིས་ རྒྱབ་འབྲས་བདེན་དཔྱད་འབད་དེ་ རྒྱབ་འབྲས་
གཞེངས་ཐོན་གྱི་རིམ་པ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ གདམ་འཕྱུའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་འཕྱུས་མི་སྟོབས་
ཚཱགས་རྒྱུད་གིས་ ཆ་འཛོག་གནང་ནི་ལུ་ རྒྱབ་འབྲས་བསྒྲིག་འབད་ཡོད་མི་གྲུ་མིང་
རྟགས་བཀོད་དགོཔ་དང་།
- ༩། རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚཱགས་གྱི་འཕྱུས་མི་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ་པའི་སྐབས་
ལས་སྡེ་འདི་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་ག་ར་དང་གཅིག་ཁར་ ཉུང་ཤོས་ར་ བདུན་
ཕྱག་གཅིག་གི་སྡ་གོང་ལས་ བརྒྱ་སྟོན་འབད་དགོ།

༡༣.མ.ཁ.༣

གདམ་འཕྱུའི་འབྲི་ཤོག་ནང་གི་སྟོན་ཚད་ཅན་གྱི་དོན་ཚན།

གདམ་འཕྱུའི་འབྲི་ཤོག་གི་གཤམ་གསལ་དོན་ཚན་ཚུ་ མི་སྟོབས་སྟེ་ཚན་ ཡང་ན་མི་སྟོབས་ལས་
ཚན་གྱིས་བསྐོ་བཞག་འབད་བའི་དེས་ལན་ལས་རོགས་པ་གིས་ གཤམ་གསལ་དང་འཁྲུལ་ཅིས་
རྒྱབ་དགོ།

ཀ། རྫོང་གསེབ་ནང་ལུ་ ལཱ་གཡོག་འབད་ཡོད་མི་ལུ་མྱིད་ཚད་བརྒྱ་ཆ་ ༥ ཚུན་ཨིན་དགོ།

ཁ། ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ གཡོག་གི་རྒན་རིམ་ལུ་ མྱིད་ཚད་བརྒྱ་ཆ་ ༥ ཚུན་ཨིན་དགོཔ་
དང་།

ག མཚོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལག་དེབ་དང་འཁྲུལ་ཅིས་བཏོན་ཡོད་མི་འུ་ལུ་སྒྲིགས་

ཚད་ཀྱི་མྱིང་ཚད་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ ཚུན་ཡིན་དགོ།

༡༣.མ.༩.༣ མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་མི་སྟོབས་ལས་ཚན་གྱིས་ བསྐོ་བཞག་འབད་བའི་ངེས་ལན་ལས་ རོགས་པ་གིས་ གདམ་འཐུའི་གྲུབ་འབྲས་འདི་བསུ་སྦྱིག་འབད་དགོ།

༡༣.མ.༡༠

གྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན།

༡༣.མ.༡༠.༡ ལས་སྡེ་གིས་ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་མཛུགས་བསུ་བའི་བྱལ་ལས་ བདུན་ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་ནང་ འཁོད་ཆ་འཛོག་གི་དོན་ལུ་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ག་ར་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༡༣.མ.༡༠.༢ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ ཆ་འཛོག་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་ ལས་སྡེ་གིས་ ལཱ་དུས་ཉིན་ གངས་ ༣ ཀྱི་ནང་འཁོད་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྟོན། ཡང་ན་བདེ་བརྒྱད་ཐོག་ལས་ གྲུབ་འབྲས་ གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།

༡༣.མ.༡༠.༣ གདམ་འཐུ་གྲུབ་ཚར་མའི་མི་ངོམ་ཚུ་ ས་སྟོང་གི་གོ་གནས་ནང་ བསྐོ་བཞག་འབད་ནི་དང་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ ཕུལ་ནི་དོན་ལུ་ གྲུབ་འབྲས་གསལ་བསྒྲགས་འབད་བའི་བྱལ་ ལས་ མཐོ་ཤོས་ར་བདུན་ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་དུས་ཡུན་བྱིན་དགོ།

ཀ། ལས་སྡེ་འི་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུང་གིས་ཆ་འཛོག་འབད་བའི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་ འཛིན་ཅིག་གིས་མིང་རྟགས་བཀོད་པའི་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།

ཁ། ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་ཡིན་པའི་ཆ་གནས་ཅན་གྱི་ཕྱིས་ཞིབ་ཉོག་ མེད་ལག་ཁྱེར་དང་།

ག ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་ཡིན་པའི་ཆ་གནས་ཅན་གྱི་ཉེན་སྲུང་ཉོག་ མེད་ལག་ཁྱེར།

༡༣.མ.༡༠.༤ གདམ་འཐུ་གྲུབ་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ བྱིན་ཏེ་ཡོད་པའི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ བཏོན་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ དེ་གི་འོག་གི་གཞེངས་ཐོན་གོ་རིམ་གཉིས་པམ་ལུ་ ཆ་འཛོག་འབད་ ཚོག་།དེ་ཡང་ ཁོ་གིས་ བརྒྱ་དཔྱའི་ཚད་བཀག་སྒྲུགས་ཚད་ལས་མཐོམ་སྡེ་འཐོབ་མི་ཅིག་ཡིན་ དགོ། མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ བདེ་ལན་འབད་བའི་ཆོས་གངས་ལས་ དུས་ཡུན་བདུན་ ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་ནང་འཁོད་བཅུགས་དགོ།

༡༣.མ.༡༡

གཡོག་བསྐོས།

༡༣.མ.༡༡.༡ བྱད་འཛིན་ ༡ པའི་གོ་གནས་ཀྱི་གཡོག་བསྐོས་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཀྱིས་གཡོག་བསྐོས་བཀའ་བྱ་བྱིན་དགོ།

༡༣.མ.༡༡.༢ སྤྱི་གཡོག་སྦྱིག་བཀོད་གཅིག་པའི་ནང་འཁོད་ ལས་སྡེ་པན་ཚུན་གྱི་གནས་སོར། ཡང་ན་ལཱ་

རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྲེལ་ཆོས་སོར་དགོས་མ་ཐོན་པའི་བསྐྱོད་བཞག་གི་དོན་ལུ་ ལས་སྤྲེལ་གིས་ བསྐྱུགས་འབད་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་ས་སྤྲོད་དང་ དེའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ལུ་
མཐར་འབྱེད་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་ བསྐྱོད་བཞག་འབད་དགོ། བསྐྱོད་བཞག་བཀའ་རྒྱའི་ནང་ལུ་
མི་ངོམ་འདི་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཐོག་ གདམ་ཁ་འབད་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ལས་ ཁ་གསལ་
སྤྲེལ་བཀོད་དགོ།

ལས་སྤྲེལ་གིས་གཤམ་འཁོད་ཡིག་ཆ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།

- ཀ། བསྐྱོད་བཞག་བཀའ་རྒྱའི་འདྲ།
- ཁ། མིང་རྟགས་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་གདམ་འཕྲུལ་གྲུབ་འབྲས་བསྐྱུ་སྤྲེལ་གི་འདྲ།
- ག ས་སྤྲོད་བྱུང་བསྐྱུགས་ཀྱི་འདྲ།
- ང། ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ཆ་འཛིན་གྲུབ་པའི་ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཞུ་ཡིག་ཨང་།
- ཅ། ཆ་འཛིན་གྲུབ་པའི་རྩིས་ཞིབ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཞུ་ཡིག་ཨང་།

༡༣.མ.༡༡.༣

སྤྲེལ་གཡོག་སྤྲེལ་བཀོད་གཅིག་པའི་ནང་འཁོད་ ལྷན་ཁག་ ལས་སྤྲེལ་ ཡང་ན་ལཱ་རིགས་གཅིག་
ལས་གཅིག་ནང་གནས་སོར་ཚུ་ག་ར་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འགོ་འདྲེན་
འཐབ་དགོས་དང་། ལྷན་ཁག་ ལས་སྤྲེལ་ ཡང་ན་ལཱ་རིགས་ནང་འཁོད་གནས་སོར་ཚུ་ ལྷན་ཁག་
དང་ལས་སྤྲེལ་རང་རང་སོ་སོ་གིས་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

ལས་སྤྲེལ་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་གནས་སོར་། སྤྲེལ་གཡོག་སྤྲེལ་བཀོད་གཅིག་པའི་ནང་འཁོད་ཀྱི་
ལཱ་རིགས་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་གནས་སོར་། ཡང་ན་ནང་གསེས་སྤྲེལ་ཆོན་གཅིག་ལས་གཅིག་
ནང་ གནས་སོར་གྱི་དོན་ལུ་ ལས་སྤྲེལ་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་
གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།

- ཀ། ས་སྤྲོད་གསལ་བསྐྱུགས་ཀྱི་འདྲ།
- ཁ། མིང་རྟགས་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་གདམ་འཕྲུལ་གྲུབ་འབྲས་བསྐྱུ་སྤྲེལ་གི་འདྲ།
- ག གཞི་འཛིན་ལས་སྤྲེལ་དང་ལཱ་གཡོག་ལས་སྤྲེལ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར།
- ང། ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ངོས་ལེན་གྲུབ་པའི་ཉེན་སྲུང་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཞུ་ཡིག་ཨང་།
དང་།
- ཅ། ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ངོས་ལེན་གྲུབ་པའི་རྩིས་ཞིབ་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཞུ་ཡིག་ཨང་།

༡༣.མ.༡༡.༤

ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་ གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཕྲུལ་བྱ་རིམ་
མཇུག་བསྐྱུ་ནི་དང་ བསྐྱོད་བཞག་གཏན་འཁེལ་འབད་ནི་ཚུ་ བཅའ་ཡིག་འདི་གི་དོན་ཚུ་
༡༣.ཕ.༢.༣ དང་འཁྲིལ་དགོ།

༡༣.མ.༡༡.༥

ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་ བསྐྱོད་བཞག་དང་གོ་གནས་ཡར་སེང་འབད་མིའི་

མི་ངོམ་འདི་གིས་ ལས་སྒེའི་ནང་གི་གོ་གནས་ནང་ལུ་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་གཉིས་ཕྱག་ལུ་དགོ།

༡༣.མ.༡༡.༤

ལས་སྒེ་གིས་ མི་ངོམ་ཅིག་ ཀྱན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ནང་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་དོན་ ལུ་ གནང་བ་ཅན་གྱི་ཆད་ཀྱི་ངལ་གསེའི་(འགོ་འགྲུལ་དང་ངེས་ཏིག་ལས་ངེས་གྱི་ཆོས་གྲངས་ངོ་ མའི་) གནང་བ་བྱིན་དགོ། ཨིན་རུང་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་ འགྲུལ་འཐུས་དང་ཉིན་འཐུས་གྱི་ཐོབ་ ལམ་མེད།

༡༣.༡ རིགས་བསྐྱེམས་ནང་འཁོད་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་།

༡༣.༡.༡

གོ་གནས་གྱི་མིང་དེབ་ནང་ལུ་ གསལ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད་པའི་གོ་གནས་གྱི་ཐད་ ལཱ་རིགས་སྒེ་ཆན་གཅིག་གི་ རྒྱུ་ལུ་ གོ་གནས་གཅིག་དང་གཉིས་གྱིས་མཐོ་དམའི་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ ཅོག་འཐད་པའི་ཉུང་མཐའི་ཤེས་ ཆད་དང་རིག་ཅུལ། ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་ཡང་ཅོག་འཐད་པ་ཨིན་དགོ། རིགས་བསྐྱེམས་གོ་གནས་ནང་ གསེས་གྱི་བྱད་པར་གཙོ་བོ་ར་ ལཱ་གཡོག་ནང་ཉམས་སྦྱང་གི་ལོ་ཡུན་དང་ འགན་ཁུར་འཐེབ་ཡོད་མི་འདི་ཨིན།

༡༣.༡.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྒེ་གིས་ ལས་སྒེ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ གཞེངས་བསྐྱོད་དང་ངོས་འཛིན། དེ་ལས་ སྤྱང་བཞག་འབད་ནིའི་ཕན་ཐབས་གྱི་དོན་ལུ་ རིགས་བསྐྱེམས་ནང་གསེས་གྱི་མཐོ་བའི་གོ་གནས་ལུ་ འགྲན་བསྐྱར་འབད་མ་དགོ་པའི་ཐོག་ལས་ཡར་སེང་འབད་དགོ།

༡༣.༡.༣

རིགས་བསྐྱེམས་གོ་གནས་ནང་འཁོད་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་འདི་ གཤམ་གསལ་གྱི་འོས་ཆད་དང་འཁྲིལ་དགོ།

༡༣.༡.༣.༡

དོན་ཆུན་ ༡༣.༤.མ.༢ པ་དང་འཁྲིལ་ ད་ལྟའི་གོ་གནས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ངེས་ནང་ལུ་ སློག་གཡོག་ངོ་མའི་ནང་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༤ ཡང་ན་ ༥ ཆད་དགོ།

༡༣.༡.༣.༢

ལཱ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་དུས་ཡུན་གྱི་སྐབས་ ལོ་ངོ་གསུམ་ཆ་རའི་ནང་ ལཱ་ ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་སྐྱགས་ཆད་ “འབྲིང་” འཐོབ་དགོ།

༡༣.༡.༣.༣

ལཱ་ཤུལ་སྐྱགས་ཆད་ནང་ལུ་ “ལེགས་བཅོས་དགོཔ་” སྤྱི་ཐོབ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཉུང་ མཐའ་ཕྱག་ལུ་དགོ་པའི་སློག་གཡོག་ངོ་མ་ལས་ ལོ་ངོ་གཅིག་འཐེབ་ཕྱག་ལུ་དགོ།

༡༣.༡.༣.༤

སློན་མེད་གཡོག་ཐོ་དང་།

༡༣.༡.༣.༥

གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཐུལ་དགོ།

ཀ། མཉམ་བསྐྱབས་གྱི་ལོ་ལྟར་ལཱ་ཤུལ་སྐྱགས་ཆད།

ཁ། ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་ཨིན་པའི་ཆ་གནས་ཅན་གྱི་ཉེན་སྲུང་ཉོག་ མེད་ལག་ཁྱེར་དང་།

ག། ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་ཨིན་པའི་ཆ་གནས་ཅན་གྱི་ཕྱིས་ཞིབ་ཉོག་ མེད་ལག་ཁྱེར།

- ༡༣.༡.༤ ལས་སྡེ་གིས་ (བྱུང་དེབ་ ༡༣/༡) པའི་ནང་གི་གོ་གནས་ཡར་སེང་བཅུད་བསྐྱུས་འབྲི་ཤོག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གོས་འཆར་ཚུ་བསྐྱ་སྒྲིག་འབད་དགོཔ་དང་ དེ་ཚུ་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ཕུལ་དགོ། དེ་བསྐྱུན་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་གོས་ཐག་གཅན་ནིའི་དོན་ལུ་ རིགས་བསྐྱེམས་གོ་གནས་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་གོས་འཆར་ག་ར་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།
- ༡༣.༡.༥ གོ་གནས་ཡར་སེང་བཀོད་རྒྱའི་ནང་ལུ་ བཅའ་ཡིག་འདི་གི་དོན་ཚན་ ༡༣.༤.༡༢ དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཕུལ་དགོ་པའི་བཟང་དོན་ཚུ་ཁ་གསལ་སྤེལ་བཟུམ་ཏེ་བཀོད་དགོ།
- ༡༣.༡.༦ ལས་སྡེ་གིས་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་ཁ་གསལ་ཚུ་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་ དོན་ཚན་ ༡༣.༥.༡ པ་དང་འཁྲིལ་རྒྱུའི་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ་པའི་ཁར་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་བཀའ་རྒྱའི་འབྲེལ་ཡོད་མིང་མིང་རྟགས་བཀོད་ཡོད་པའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་བཅུད་བསྐྱུས་འབྲི་ཤོག་གི་འབྲེལ་དང་གཅིག་ཁར་གཏང་དགོ།
- ༡༣.༡.༧ ལས་སྡེ་གིས་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ག་ར་ སྤུང་བཞག་འབད་དེ་བཞག་དགོཔ་དང་ ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ ནམ་དགོཔ་ཅིག་སྟོན་དགོ།
- ༡༣.༡.༨ ལྷ་སྐྱོར་སྡེ་རིམ་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ འཇུལ་ཞུགས་ཀྱི་གནས་རིམ་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་ཚད་གཞི་ཚང་པ་ཅིན་ ལྷ་སྐྱོར་ ༡ པ་ཚུན་འགྱུ་ཆོག

༡༣.༢ བྱད་འཛིན་ ༡ པའི་མཐའ་མཚོག་གི་གོ་གནས་ལུ་ཡར་སེང་།

- ༡༣.༢.༡ བྱད་རིག་གི་མི་ངོམ་ཚུ་ ལས་སྡེའི་ནང་འཁོད་ལུ་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ བྱད་རིག་གི་ལཱ་འབད་དེ་བཞག་ཐབས་དང་གསོལ་ར་དང་སེམས་ལྷགས་བསྐྱེད་ཐབས་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ བྱད་འཛིན་ ༡ པ་ཚུན་ འོས་ཚད་ཚང་མི་བཟུམ་ཏེ་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་དང་ལྷན་པ་ཅིན་ མཐོ་རིམ་གྱི་གོ་གནས་ནང་ལུ་ འགན་བསྐྱར་འབད་མ་དགོ་པར་བཀའ་དགོ།
- ༡༣.༢.༢ སྒྲིག་གཡོག་ངོ་མའི་ནང་ རྩང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༤ མཇུག་བསྐྱེད་པ།
- ༡༣.༢.༣ ལཱ་ལྷུང་གྲུབ་འབྲས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་དུས་ཡུན་གྱི་སྐབས་ ལོ་ངོ་གསུམ་ཆ་རའི་ནང་ ལཱ་ལྷུང་གྲུབ་འབྲས་སྐྱགས་ཚད་ “འབྲིང་” འཐོབ་དགོ།
- ༡༣.༢.༤ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ དོན་ཚན་ ༡༣.༤.༢ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལཱ་ལྷུང་སྐྱགས་ཚད་ནང་ལུ་ “ལེགས་བཅོས་དགོཔ་” སྤེལ་བཟུམ་ཏེ་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ རྩང་མཐའ་ལྷུང་ལྷུ་དགོ་པའི་སྒྲིག་གཡོག་ངོ་མ་ལས་ ལོ་ངོ་གཅིག་འཐོབ་ལྷུང་ལྷུ་དགོ།
- ༡༣.༢.༥ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ཁོ་རའི་འགན་ཁག་དང་འཁྲིལ་ གནས་རིམ་མཐོ་བའི་ལཱ་འགན་དང་རང་སེའི་འགན་དབང་དང་མཐུན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཚད་གཞི་གཞི་གཞི་བཟོ་དགོ།
- ༡༣.༢.༦ ལཱ་སའི་ནང་ལུ་འཕྲོ་མ་ཆད་པར་ལཱ་འབད་དེ་ཡོད་པ་མི་དགོཔ་དང་།
- ༡༣.༢.༧ སྐྱོན་མེད་གཡོག་ཐོ།

- ༡༣.༧.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ རང་གི་མཁས་མཆོག་སྤངས་ཏེ་ཡོད་པའི་ལྷ་གཡོག་ནང་ལུ་ར་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་འབད་ནིའི་ཐག་
བཅད་དེ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ཅིག་གི་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་ནང་ལུ་ བཅའ་མར་
གཏོགས་མ་དགོ་པར་གོ་གནས་ཡར་སང་འབད་དགོ།
- ༡༣.༧.༣ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་འདི་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་ལས་གཡོག་གི་གྲངས་འབོར་ནང་འཁོད་ལུ་ སྒྲིམ་སྒྲིག་འབད་
དགོ།
- ༡༣.༧.༤ རོན་ཚན་ ༡༣.༤.༣.༥ པའི་འོག་ལུ་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་བཙུགས་དགོ་མི་ཚུ་གུ་ གཤམ་གསལ་ཚུ་
ཡང་དགོ།
- ༡༣.༧.༤.༡ གྲོས་འཆར་བཀོད་པའི་མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་འདིའི་ གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་ཁ་གསལ།
- ༡༣.༧.༤.༢ འབྲི་ཤོག་ ༡༣/༣ པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་གཡོག་གནས་བདེ་སྒྲིག་འབྲི་ཤོ།
- ༡༣.༧.༤.༣ འབྲི་ཤོག་ ༡༣/༤ པ་ནང་གི་ཁྲིམས་མཐུན་འགན་ལེན།
- ༡༣.༧.༥ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ལུ་ ཡར་སང་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་འབྲེལ་ཡོད་གོ་གནས་དང་
འཁྲེལ་བའི་གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་དང་འཁྲེལ་དགོ།
- ༡༣.༧.༦ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་བྱད་འཛིན་ ༢ པ་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་གི་རོན་ལུ་མ་འོངས་པའི་གཡོག་གི་མདུན་ལམ་
ཐག་གཅད་ས་ཅིག་ཨིན། ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཁོ་རའི་མཁས་མཆོག་ཡངན་བྱད་རིག་གི་ལྷ་གཡོག་ནང་ འཕྲོ་
མཐུད་དེ་འབད་ནི་ཨིན་ན་ འཛིན་སྐྱོང་གི་གོ་གནས་ནང་ལུ་ སློ་བཟུང་འབད་ནི་ཨིན་ན་ཐག་གཅད་དགོ།
- ༡༣.༧.༧ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་བྱད་རིག་གི་ལྷ་གཡོག་ནང་ལུ་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་འབད་ནི་ལུ་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་བྱད་
འཛིན་ ༡ པ་དང་ དེ་ལས་མཐོ་བའི་གོ་གནས་ཡར་སང་ལེན་ཚར་མི་འདི་ འཛིན་སྐྱོང་གོ་གནས་ཀྱི་རོན་ལུ་འགོ་
འབྲེན་འཐབ་པའི་ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་ནང་ལུ་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཆོག་ །དེ་གི་
རོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་འདི་གིས་ ཁྲིམས་མཐུན་འགན་ལེན་གུ་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།
- ༡༣.༧.༨ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ བྱད་འཛིན་ ༡ པ་དང་ དེ་ལས་མཐོ་བའི་འཛིན་སྐྱོང་གོ་གནས་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་
འདི་གིས་ བྱད་ཆོས་ག་ར་ཆང་པ་ཅིན་ ཁོ་རའི་བྱད་རིག་གི་མཁས་མཆོག་གོ་གནས་ནང་ལུ་ སློ་བཟུང་འབད་
ཆོག་
- ༡༣.༧.༩ ལས་སྟེ་ཅིག་གིས་ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ནང་ལུ་ གོ་གནས་ཡར་སང་འབད་ནི་ལུ་ དམ་བཅོན་ཏེ་འབད་
དགོ་པ་དང་ གོ་གནས་ཚར་གཅིག་བྱིན་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ མཁས་མཆོག་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ལྷ་གཡོག་ཚུ་རེས་
བརྟན་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ སྤྱོད་ཚུགས་པའི་འགན་ཁུར་ཤིལ་བུམ་ ལས་སྟེ་གིས་འབག་དགོ།

༡༣.༡༠ མགྲོགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་།

- ༡༣.༡༠.༡ ལྷ་གི་གནས་གོང་དང་མཐུན་པའི་འབྲེན་མཉམ་གྱི་དབུལ་ཕོགས་ཟེར་བའི་སྤྱོད་བྱས་འགྲུབ་ནིའི་རོན་ལུ་ ཡན་ལག་

གནས་ཅིམ་ཁ་པ་དང་ག་པ་གཉིས་ ཀ་དང་གཅིག་ཁར་བསྐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལཱ་ཤུལ་བཏོན་མི་ཚུ་ལུ་ བཟྱགས་
འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་གཞི་རྩ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༣.༡༠.༢

ཞི་གཡོག་ཡན་ལག་གནས་ཅིམ་ནང་ཡོད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ གཤམ་གསལ་ཚུ་བརྩིས་ཏེ་ གོ་གནས་ཡར་
སང་གི་འོས་འབབ་ཆད་གཞི་ཚང་པ་ཅིན་ བཟྱགས་འགྲོས་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སང་གནང་དགོ།

༡༣.༡༠.༢.༡ བཟྱགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་ཐངས་ ༡ པའི་དོན་ལུ་ ད་ལྟོའི་གོ་གནས་གནས་ཅིམ་གྱི་
སྒྲིག་ལོ་ངོ་མའི་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༡ ལྷག་ལུ་ཡོད་པ།

༡༣.༡༠.༢.༢ བཟྱགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་ཐངས་ ༡ པའི་དོན་ལུ་ ད་ལྟོའི་གོ་གནས་གནས་ཅིམ་གྱི་
སྒྲིག་ལོ་ངོ་མའི་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༣ ལྷག་ལུ་ཡོད་པ།

༡༣.༡༠.༢.༣ ལཱ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་དུས་ཡུན་གྱི་སྐབས་ ལོ་ངོ་གཉིས་ཆ་རའི་ནང་ ལཱ་
ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་སྐྱགས་ཆད་ “འབྲིང་” ཐོབ་ཡོད་པ།

༡༣.༡༠.༢.༤ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ དོན་ཚན་ ༡༣.༤.༡ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལཱ་ཤུལ་སྐྱགས་ཆད་ནང་
ལུ་ “ལེགས་བཅོས་དགོཔ་” སྤྱོད་ཐོབ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཉུང་མཐའ་ལྷག་ལུ་དགོ་པའི་
སྒྲིག་གཡོག་ངོ་མ་ལས་ ལོ་ངོ་གཅིག་འཐབ་ལྷག་ལུ་ཡོད་པ།

༡༣.༡༠.༢.༥ སྒྲིན་མེད་གཡོག་ཐོ།

༡༣.༡༠.༢.༦ དོན་ཚན་ ༡༣.༤.༣.༥ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་དགོས་མཁོའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ལུ་
དགོ།

༡༣.༡༠.༢.༧ དོན་ཚན་ ༡༣.༧.༡.༣ པ་དང་འཁྲིལ་ འདས་པའི་ལོ་ངོ་ ༡ ཀྱི་ལཱ་ཤུལ་དབྱེད་ལྷན་གྲུབ་འབྲས་
ཀྱི་སྒྲིན་ལུ་དང་།

༡༣.༡༠.༢.༨ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་རྒྱབ་སྐྱོན།

༡༣.༡༠.༣

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་སྒྲིག་གཡོག་ཡོངས་རྫོགས་ཅིག་ནང་ བཟྱགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་ ཚར་
གཉིས་ལས་ལྷག་སྟེ་ལེན་མི་ཚོག

༡༣.༡༠.༤

བཟྱགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་ཐོབ་སྟེ་ཡོད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ བཟྱགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཐོབ་པའི་
ཆོས་གངས་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ ཉུང་ཤོས་ཁེ་ཕན་ཐོབ་ཡོད་པའི་ལོ་གངས་དང་འདྲན་འདྲ་ གོ་གནས་དེ་ནང་ལྷག་
ལུ་དགོ།

༡༣.༡༠.༥

གོ་གནས་ཡར་སང་ཚར་གཅིག་ཡང་མ་ལེན་མིའི་འཇུལ་ལྷགས་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་
བཟྱགས་འགྲོས་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་མེད།

༡༣.༡༡ གཞེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སེང་།

- ༡༣.༡༡.༡ གཞེངས་ཐོན་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་གྲུབ་ཡོད་པའི་བྱད་འཕགས་ཀྱི་ལྷ་ཤུལ་དང་ འགོ་
ཁྲིད་པའི་སྤྱི་ཚད་ཡོད་མེད་པའི་སྟོན་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ རོས་འཛིན་འབད་ནི་དང་ གསོལ་རེ་དོན་ལུ་གནང་
དགོ།
- ༡༣.༡༡.༢ གཞེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སེང་འདི་ ཟླ་རོ་ ༤ ཡང་ན་ལོ་རོ་ ༡ གི་སྤྱི་གོང་ལས་བྱིན་པའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་
ཅིག་ཨིན།
- ༡༣.༡༡.༣ གཞེངས་ཐོན་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཚད་གཞི་ཚུ་ཆང་དགོ།
- ༡༣.༡༡.༣.༡ ཟུར་དེབ་ ༡༣/༡༡་པའི་ནང་ཐོ་བཀོད་འབད་པའི་བྱད་གཡོག་པ་ཚུ་མ་གཏོགས། འདས་པའི་ལོ་འཁོར་གསུམ་གྱི་རིང་
ལུ་ ལོ་ལྟར་ལྷ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་སྤྱགས་ཚད་འདི་ “མཆོག་གྱུར” སྤྱི་ཚུན་མ་ཆད་པར་ཐོབ་ཡོད་པ།
- ༡༣.༡༡.༣.༢ སྤྱིར་བཏང་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ མཐོ་ཤོས་ལོ་རོ་ ༡ རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུས་ཡོད་མི།
- ༡༣.༡༡.༣.༣ མཐོ་བའི་འགན་ཁུར་འབག་ཚུགས་པའི་ལྷོགས་གྲུབ་ཡོད་པ།
- ༡༣.༡༡.༣.༤ ལས་གཡོག་དེ་རའི་སྤྱིར་བཏང་གི་འགན་ཁུར་གྱིས་མ་དོ་བར་མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ལྷ་དང་
ཡང་ན་ལྷ་གཡོག་འབད་ཚུགས་མི་ཅིག་དགོ།
- ༡༣.༡༡.༣.༥ གཞུང་ལུ་འཛིན་ཐང་དང་དཔལ་འབྱོར། ཡང་ན་གཞན་ཡར་བྲག་གཏང་དགོ་པའི་རིགས་ལུ་ སྤྱིར་དོན་བཅོམ་ལྷན་གསུམ་
ཀྱི་ཐོག་ལས་ བསམ་འཆར་དང་གསར་གཏོད། གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཕན་འདེབས་འབད་ཚུགས་ཏེ་ཡོད་མི་
ཅིག་དགོ།
- ༡༣.༡༡.༣.༦ སྟོན་མེད་གཡོག་ཐོ།
- ༡༣.༡༡.༣.༧ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྤྱིང་ལག་དེབ་ཀྱི་ཟུར་དེབ་ ༡༡་པའི་ནང་ ཐོ་བཀོད་འབད་པའི་ལས་སྤྱིར་དོན་ལུ་ དོན་ཚན་
༡༣.༤.༣.༥ པ་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མེད་པའི་དགོས་མཁོའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ག་ར་སྤུལ་དགོས་དང་ འབྲི་ཤོག་ ༡༣/༤
པ་ནང་གི་བདེན་ཁུངས་འབྲི་ཤོག་ཡང་སྤུལ་དགོ།
- ༡༣.༡༡.༣.༨ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ བདེན་དཔྱད། ཕྱི་སེལ་དང་རྒྱབ་སྟོན་འབད་ཡོད་པ།
- ༡༣.༡༡.༣.༩ གཞི་འཛིན་ལས་སྤྱི་དང་ ལྷ་གཡོག་ལས་སྤྱི་གཉིས་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ བདེན་དཔྱད་འབད་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་
གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཆ་འཛིན་གནང་ཡོད་པ།
- ༡༣.༡༡.༣.༡༠ གཞེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སེང་འདི་ ཟུར་དེབ་ ༡༣/༡༡་པ་དང་འཁྲིལ་ རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་བྱད་གཡོག་པ་
ཚུ་ལུ་ ཚད་གཞི་ག་ར་ཆང་བ་ཅིན་གནང་དགོས་དང་།
- ༡༣.༡༡.༣.༡༡ གོ་གནས་ཡར་སེང་ཚར་གཅིག་ཡང་མ་ལེན་མེད་པའི་འཇུག་ལྷན་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་
གཞེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་མེད།

༡༣.༡༣ གོ་གནས་ཡར་སང་དང་འབྲེལ་བའི་མཐོ་གཏུགས།

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་ཚད་གཞི་ག་ར་ཚང་སྟེ་འབད་རུང་ འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་གྱིས་ ཁོ་གི་གོ་གནས་ ཡར་སང་འདི་ ཆ་འཛོག་མ་འབད་བར་བཞག་ཡོད་པ་མཐོང་པ་ཅིན་ ཉམས་སྤྱད་པ་འདི་གིས་ མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་ལུ་མཐོ་གཏུགས་འབད་ཆོག།

༡༣.༡༤ འགན་ཁག་ཅིས་སྤྱོད་ལེན།

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ད་སྟོའི་གཡོག་གནས་ལས་ གོ་གནས་ཡར་སང་ཐོབ་སྟེ་ འགན་གྲོལ་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ གཞུང་ཆས་དང་ཡིག་སྒྲིག་བྱ་བ་ཐོ་ཚུ་བཅིས་ཏེ་ འགན་ཁག་ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཅིས་སྤྱོད་ལེན་འབད་དགོ།

༡༣.༡༥ འདྲིས་སྦྱོང་།

འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་གིས་ གཡོག་ཐོག་མི་ངོམ་ཅིག་གོ་གནས་ཡར་སང་ཐོབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་གོམས་འདྲིས་འཐོབ་ཚུགས་པ་ རེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་ལྡན་པའི་འདྲིས་སྦྱོང་གི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

༡༣.༡༥ འགན་འཁུགས།

༡༣.༡༥.༡ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ གོ་གནས་ཡར་སང་གནང་ཡོད་མི། ཡངན་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་བྱ་རིམ་ཚུ་མ་ཚང་མི་འདི་ ཆ་གནས་མེད་པ་སྟེ་བཙུན་དགོ་པའི་ཁར་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཆ་མེད་གཏང་དགོ།

༡༣.༡༥.༢ དེ་བཟུམ་མའི་གོ་གནས་ཡར་སང་བྱིན་ནིའི་འགན་ཁུར་ཡོད་མིའི་དབང་འཛིན་འདི་ལུ་ བདག་སྦྱོང་བྱ་ལེན་གྱི་འགན་འཁུགས་དང་འཁྲི་དང་འཁྲི་བ་ཤོག།

དྲུང་འཆོ་ཚུའི་དོན་ལུ་དམིགས་བསལ་གྱི་དགོངས་དོན། (སློན་གཤམ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་/སོ་བཅོས་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།)

རིམ་ཨང་།	དགོངས་དོན།	ཚད་གཞི། (ག་ར་བཀའ་དགོ།)
༡.	དྲུང་འཆོ་གོང་མ་ཚུ་ལུ་གཟེངས་ཐོན་གོ་གནས་ཡར་སེང་།	<ul style="list-style-type: none"> • གན་རིམ་འཛག་ལུས། (སློན་གཤམ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་/སོ་བཅོས་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་དང་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད།) • འབད་བཞིན་པའི་བྱད་ལྷ། • བྱད་འཛིན་ ༣ པ་དང་ ༡ པའི་ནང་བསྐྱོ་བཞག་འབད་མའི་དྲུང་འཆོ་ལུ་འོས་འབབ་མེད། • བྱད་འཛིན་ ༡ པ། མཁས་མཚན་ ༣ པ་དང་ ༡ པའི་གནས་རིམ་གྱི་དྲུང་འཆོ་ལུ་འོས་འབབ་མེད། • ལཱ་བྱལ་སྤྲུགས་ཚད་ནང་ འབྲིང་ ཐོབ་ཡོད་མི། • ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་ཡུན་ཚད། • སློན་མེད་གཡོག་ཐོ།
༢.	གཙུག་ལག་གོང་མའི་ཤེས་ཚད་ཡོད་པའི་དྲུང་འཆོ་ཚུའི་དོན་ལུ་བྱད་འཛིན་ ༣ པའི་འཇུག་ཞུགས་གནས་རིམ།	<ul style="list-style-type: none"> • གན་རིམ་འཛག་ལུས། (སློན་གཤམ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་/སོ་བཅོས་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་དང་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད།) • སློན་བཅོས་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད། • དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གསོ་བ་ལྷན་ཁག་ ཡང་ན་ འཇིགས་མེད་དོ་རྗེ་དབང་ལྷུག་རྒྱལ་ཡོངས་གཙོ་བསྟན་སློན་ཁང་གིས་སྤྱོད་ལས་སློབ་སྦྱོང་གི་གནང་བ་བྱུང་ཡོད་པ། • གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་འདི་ ལོ་ངོ་ ༣ ཡན་ཚད་ཨིན་དགོ།
༣.	ལོ་ངོ་ ༡ ལས་ལྷག་པའི་སློབ་སྦྱོང་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་སྤྲིག་གཡོག་ངོ་མའི་གངས་སུ་བརྩི་དགོཔ།	<ul style="list-style-type: none"> • གན་རིམ་འཛག་ལུས། (སློན་གཤམ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་/སོ་བཅོས་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་དང་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད།) • གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད། (སློན་བཅོས།) • ལོ་ངོ་ ༡ ཡན་ཚད་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་དུས་ཡུན།

		<ul style="list-style-type: none"> • སློབ་སྦྱང་མཐར་མ་འབྱོལ་མི་ལས་བརྟེན་ ཡར་སེང་འབད་མེད་ཀྱི་རྩལ་ཡུན་འདི་ཕྱིས་ཁར་མེད། • འབད་བཞིན་པའི་ཁྱད་ལྷ། • གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་གྲུབ་འབྲས་གྱུ་གཞི་བཞག་པའི་ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དབྱེ་གི་སྒྲུགས་ཚད། • ལོ་ངོ་ ༤ གི་ཡུན་ཚད། • སློན་མེད་གཡོག་ཐོ།
༤.	གོ་གནས་ཡར་སེང་བེད་སྤྱོད་ ༡ པ། ལོ་ངོ་ ༣ ནང་ ཉམས་ཚུན་རྩལ་ཡུན་ལོ་ངོ་ ༡ བསྐྱོམ་དགོ།	<ul style="list-style-type: none"> • ཐུན་རིམ་འཛག་ལུས། (སློན་གཤག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་/སོ་བཅོས་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།) • ལོ་ངོ་ ༥ ཡན་ཆད་གི་སློབ་སྦྱང་རྩལ་ཡུན། • འབད་བཞིན་པའི་ཁྱད་ལྷ། • འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ ༢༠༡༥ ཅན་མ་དང་འབྲེལ་ ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དབྱེ་གི་སྒྲུགས་ཚད། • སློན་མེད་གཡོག་ཐོ།

དན་ཐོ། གོ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོ་རིག་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་ནང་སློབ་སྦྱང་སྤྱི་མཉམ་གཏོགས། རྒྱུ་འཛུལ་སློབ་སྦྱང་གི་སྒྲུབ་སྤྱོད་ གོང་གི་གོ་གནས་ ཡར་སེང་ལེན་མི་ཆོག།



འབྲི་ཤོག་ ༡༣/༡

རྒྱལ་ཁཚུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་འབྲི་ཤོག་

མིང་.....ཁྱེད་ཀྱི་གཡོག་གནས་.....

རིམ་ ཨང་།	ཆ་རྒྱུན།	སྐྱགས་མཐོ་ཤོས།	སྐྱགས་ཐོབ་ཡོད་པ།
༡	སྤྱི་ལམ་དང་འབད་གཞག་	༥	
༢	ཁ་སྐད་སྒྲ་དག་	༥	
༣	སྤྱི་བཏང་ཤེས་ཡོན།	༡༠	
༤	འགོ་ཁྲིད་པའི་ཚུགས་གྲུབ།	༥	
༥	རིག་པ། འཛུལ་ཐང་དང་ཚུགས་གྲུབ།		
	ཀླ་གསལ་ཞུའི་རིག་རྩལ། (མཐོ་ལུགས་གྱི་གོ་རིམ།)	༥	
	ཁ། དབྱེ་དཔྱད་འཛུལ་ཐང་།	༥	
༦	འབྲེལ་ཡོད་ཤེས་ཚད་སྤྱི་བཏང་/ལཱ་གི་ཉམས་ཚུལ།	༥	
༧	ཆན་རིམ།	༥	
༨	གྲོང་གསེབ་གཡོག་གནས།	༥	
༩	ལཱ་ལྷན་སྐྱགས་ཚད།	༤༠	
༡༠	འབྲི་རྒྱགས་/སྤྱན་ལྷ།		
	ཀླ་ཚོང་ཁ།	༥	
	ཁ། ཨིང་ལི།	༥	
	སྐྱགས་བསྐྱེམས།	༡༠༠	

ས་གནས།

སྤྱི་ཚེས། (ཚོགས་རྒྱུང་གི་འབྲུག་མིའི་མིང་དང་མིང་རྟགས།)



འབྲི་ཤོག་ ༡༣/༡

..... རོན་ལུ་གོ་གནས་ཡར་སང་བཅུད་བསྐྱུས་འབྲི་ཤོག་

ལྷན་ཁག་/ལས་སྡེ།

རིམ་ ཨང་།	མིང་།	ཞི་གཡོག་ ངོ་ རྟགས་ ཨང་།	བསྐྱོ་ བཞག་ ཚེས་ གྲངས།	ཤེས་ ཚད་ །	འདས་པའི་གོ་ གནས་ཡར་ སང་གི་ ཚེས་གྲངས།	གོ་གནས་ཡར་སང་གི་རྟེ་མ།			གོ་གནས་ཡར་སང་ཐོག			སྤྱི་གཡོག་ ངོ་མ་ཚང་བའི་ ལོ་གྲངས།	འདས་པའི་ ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་ ལུ་ཤུལ་དབྱེ་ དབྱེད་ སྤྱི་གས་ཚད།	ལྷན་ཁག་ /ལས་སྡེ་/ རྫོང་ཁག	བཞག་གསོ།
						གོ་ གནས་ཀྱི་ མིང་།	གོ་ གནས་ཀྱི་ གནས་ རིམ།	ནང་ གསེས་ གནས་ རིམ།	གོ་ གནས་ ཀྱི་མིང་།	གོ་གནས་ ཀྱི་གནས་ རིམ།	ནང་གསེས་ གནས་ རིམ།				

བཞག་གསོ།

༡. ཚེས་གྲངས་.....ལྷན་ལུ་གཡོག་འབད་ཡོད་པ།
༢. གོ་གནས་ཡར་སང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཡོག་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ད་ལྟོ་འོ་གོ་གནས་ནང་འབད་ཡོད་པའི་ལུ་གཡོག་ངོ་མའི་ལོ་གྲངས་ལས་ ཉམས་ཚེད་ཀྱི་དུས་ལུན་དང་ སྤྱི་
བདར་གང་རུང་ཅིག་ནང་ ལྷོ་ངོ་ ༡, ལས་སྡེ་པའི་དུས་ལུན། ལྷོ་ངོ་ ༣ ལས་སྡེ་པའི་དུས་ལུན་ཚུ་མ་བཅུས་པར་བཞག་དགོ།
- ༣ ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་ལུ་ཤུལ་སྤྱི་ལུ་ ཅིས་ཁར་བཀལ་དགོ།

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ཞལ་འཛུམས་ཀྱི་ཚོགས་ཐེངས་..... ཚེས་གྲངས་.....

བཞེ་སྤྱི་ག་དང་བདེན་དབྱེད་འབད་མི།
(མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཁྲི་འཛིན།)

གནང་བ་སྤྱོད་མི།

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ།
ལས་ཚན། ཡང་ན་སྡེ་ཚན།
ལས་ཁུངས། ཡང་ན་ལས་ཚན།

ལྷན་ཁག། ཡང་ན་ལས་སྡེ་དོན་ལུ།

གྲོས་འཆར་ཕུལ་མི།

གནང་བ་/རྒྱབ་སྐྱོན་བྱེད་མི།

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཞལ་འཛུམས་ཚོགས་ཐེངས་ ཚེས་གངས་

(མིང་རྟགས།)

(མིང་རྟགས།)

མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་མིང་།

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཁྲི་འཛིན།

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱ་ཚོགས་ཀྱི་དོན་ལུ།

བདེན་དུང་འབད་མི།

(མིང་རྟགས།)

མི་སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན་གྱི་མི་སྟོབས་གཙོ་འཛིན་/འགོ་དཔོན་གྱི་མིང་།



འབྲི་ཤོག་ ༡༣༤

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

འགན་ལེན།

ང་འོ་མིང་.....རྩོད་ལག་ཁྱེར་ཡང་.....དང་གི་གཡོག་རྩྭ་གས་.....
 ཅན་མ་འཆང་མི་ད་ལྟོ་..... (ལྷན་ཁག་ཡངན་ལས་སྡེའི་མིང་བཅུགས།) ནང་ལུ་..... (གོ་གནས་ཀྱི་
 མིང་གནས་བཅུགས།) ལུ་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་.....ནང་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ལུ་མི་འདི་གིས་ གཤམ་གསལ་ལྟར་འགན་ལེན་
 ལུ་ལཱ་ཞིན།

༡. ད་ལན། ང་གོ་གནས་..... (གོ་གནས་ཀྱི་མིང་གནས་བཞོད།) གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་.....
 ནང་ལུ་ཆོས་གྲངས་..... (གོ་གནས་ཡར་སང་གི་ཆོས་གྲངས་བཅུགས།) ལུ་ གོ་གནས་ཡར་སང་
 འབད་མི་དང་འབྲེལ་བའི་འགན་ལེན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ང་ལུ་ བཤད་དེ་བྱིན་ཡོད་ཟེར་བའི་ངོས་ལེན་ལུ་ལཱ་ཞིན།
༢. ང་གིས་ མཁས་མཆོག་ཅིག་སྟེ་ ང་རའི་ལཱ་གཡོག་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ ཕྱག་ལུ་ཞིའི་གན་ཆོག་དང་འཁྲུག་ཏེ་ བཞོད་བྱེད་
 དབྱེ་ཁག་གི་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་གནས་དང་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཀྱན་
 གཏོགས་འབྲན་བསྐྱར་བྱི་གདམ་འབྲུག་ཅིའི་ནང་ལུ་ཡང་བཅའ་མར་མི་གཏོགས་ནི་དང་ ཡངན་ལྷན་ཁག་ ལས་སྟེ་
 རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་གང་རུང་ལུ་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་སྐབས་ལུ་ ང་གི་གོ་གནས་དང་ལཱ་འགན་འདི་
 བཞོད་བྱེད་ནང་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་འབད་དེ་གནང་དགོ་པའི་ལུ་བ་ཡང་ འབད་མ་ཆོག་མི་འདི་ལུ་ ངོས་ལེན་ལུ་ལཱ་
 ཞིན།
༣. ང་གིས་ གོང་འཁོད་གན་ཆོག་ཚུ་ལུ་ ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་མ་གནས་པ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་
 ང་ལུ་ངོས་འབབ་དང་འཁྲུག་བའི་བདག་སྐྱོང་བྱ་ལེན་གྱི་འཁྲི་བ་ བཀལ་ཆོག་མི་འདི་ཡང་ཉ་གོ་ཡི།
༤. དེ་བཞིན་ ང་གིས་ ཡིག་ཆ་འདི་གུ་ གཤམ་འཁོད་དཔང་པོ་ཚུ་འཛོམས་ཐོག་ལུ་ མིང་རྩྭ་གས་བཞོད་པ་ཞིན།

ས་གནས།

ཆོས་གྲངས།

ཁྲིམས་རྩྭ་གས།

དཔང་པོ།

༡. ལྷན་ཁག། ཡངན་ལས་སྡེའི་དོན་ལུ།
 (ལྷན་ཁག་གི་རུང་ཆེན། ཡངན་ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན།)
 གཙོ་འཛིན།)

༢. རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དོན་ལུ།
 (མི་སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་སྟེ་ཆན་གྱི་མི་སྟོབས་

(མིང་ཏྲགས།)

མིང།

ཡིག་ཚང་གི་ཐིུ།

(མིང་ཏྲགས།)

མིང།

ཡིག་ཚང་གི་ཐིུ།



འབྲི་ཤོག་ ༡༣/༥

རྒྱལ་ཁཚུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

གཞུང་མཐོ་ཤོ་གནས་ཡར་སེང་གོས་འཆར་གྱི་ཁ་སྐོང་འབྲི་ཤོག

(མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་ལག་དེབ་ཀྱི་ཟུར་དེབ་ཀྱི་པའི་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་དོན་ལྟ།)

ལྷ་བཀོད་པ་གིས་བཀང་དགོས།

གཤམ་གསལ་གྱི་སྤྲི་བཀོད་འདི་ ག་དེ་བླ་བླ་གི་གྱི་སྤྲི་བཀོད་གནང་། དེ་ཡང་ ཁྱད་གྱིས་བཀོད་པའི་གསལ་བཟོད་དང་བད་དོན།
བཟླ་ཞིབ་ཚུ་ཡང་བསྐྱར་བདེན་དཔྱད་འབད་འོང་།

༡. གོས་འཆར་གྱི་རྒྱལ་སྤྲོད་འབད་མེད་ལྷན་གི་བཅར་ཤོས་ལྷ་བཀོད་པའི་མིང་།
༢. གཞུང་མཐོ་ཤོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་གོས་འཆར་བཀོད་པའི་ལས་གཡོག་པའི་མིང་།
༣. ལས་སྡེ། སྡེ་ཚན། ཡང་ན་ལས་ཚན།
༤. ད་ལྟོ་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་གནས།
༥. གོ་གནས་གནས་རིམ་དང་ནང་གསེས་གནས་རིམ།
༦. ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་ ད་ལྟོ་འགན་ཁུར་འགྲེལ་བཤད་བཀོད། (ཤོག་ལེབ་སོ་སོ་སྡེ་མཉམ་སྒྲགས་སྤྱར།)
༧. གོས་འཆར་བཀོད་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་གནས།
༨. གོ་གནས་གནས་རིམ་དང་ནང་གསེས་གནས་རིམ།
༩. གོས་འཆར་བཀོད་པའི་ལྷ་གཡོག་གི་སྐོར་ལས་ཁ་གསལ་སྡེ་གསལ་རི་རི་བཀོད། (ཤོག་ལེབ་སོ་སོ་སྡེ་མཉམ་སྒྲགས་སྤྱར།)
༡༠. གོས་འཆར་བཀོད་པའི་གཡོག་གནས་ཀྱི་འགན་ཁུར་འབག་ནི་ལུ་ ལས་གཡོག་པའི་རུས་འོས་ཀྱི་སྐོར་ལས་འགྲེལ་བཤད་བཀོད།
༡༡. ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་སྤྱིར་བཏང་ལྷ་འགན་མ་བཅུས་པར་ དམིགས་བསལ་ཁྱད་འཕགས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ ༣ ག་ཅི་ར་ཐོན་ཡོད་ག། མཉམ་སྒྲགས་ཡོད་པའི་འབྲི་ཤོག་བཀང་གནང་།
༡༢. ཀྱུ་གྲུབ་འབྲས་ཕན་གཞོན།
(ཕན་གཞོན་འདི་ འཛིན་ཐང་དང་འགྲོ་སོང་དམ་འཛིན། ཡང་ན་གཞུང་གི་ཕྱག་ལུ་ནང་ལུ་ ལེགས་བཅོས་གཞན་ག་ཅི་ར་འབག་འོངས་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ དེ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་འགྲེལ་བཤད་བཀོད།) ཤོག་ལེབ་འཐེབ་དགོ་པ་ཅིན་ ལག་ལེན་འཐབ་གནང་།

རིམ་ ཨང་།	གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་དབྱེ་ཁག	གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་ ཐོ།	གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་ འགྲེལ་བཤད།	གྲུབ་འབྲས་ ཕན་ལུས་ཀྱི་ཐོ།	ཕན་ལུས་ཀྱི་ འགྲེལ་བཤད།
༡	མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་གྲུབ་ཡོད་པའི་ དམིགས་ བསལ་གྱི་ལཱ་དང་ཡངན་ཞབས་རྟོག	༡			
		༢			
		༣			
༢	བསམ་འཆར།	༡			
		༢			
		༣			
༣	གསར་གཏོད།	༡			
		༢			
		༣			
༤	གྲུབ་འབྲས་གཞན།	༡			
		༢			
		༣			

ལ། ཡིག་ཆའི་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཐོ།
 ལྷ་བཀོད་པ་ཅིག་འབདཱ་ལས་ ང་གིས་ གོང་གི་བདེན་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་ག་ར་ ང་ར་གིས་ཤེས་ཤེས་པ་མཐོང་
 མཐོང་མ་དང་འབྲེལ་ཕྱ་ད་ ག་ར་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ངོས་ལེན་འབདཱ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ གལ་སྲིད་གོང་གི་བདེན་
 ཚུ་ ཆ་མ་ཚང་མ་དང་བདེན་པ་མེད་པ་སྟེ་ཐོན་སྡོད་པ་ཅིན་ ང་གིས་ དེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཁྲམས་བསྒྲུལ་དགོཔ་དང་ ང་
 ལུ་ འབྲི་དབྱེད་འབད་ནི་ཡིན་པའི་འབྲི་བ་ཚུ་ཕོག་ནི་ཡིན་མ་ཡང་ཉ་གོ་ཡི་ཟེར་ཁྱེན་ཡིན།

ལྷ་རྟོག་པའི་མིང་རྟགས་/ཆོས་གྲངས།

འཛིན་སྐྱོང་པའི་རྒྱབ་སྐྱོན།

ཆོས་གྲངས།
 ས་གནས།

མིང་རྟགས།
 འཛིན་སྐྱོང་པའི་མིང་དང་གོ་གནས་ཀྱི་མིང།

ཀྱབ་རྟེན།

ཚེས་གངས་.....ལ།

མི་སྟོབས་ཚྲགས་རྒྱུ་ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་ཚྲགས་བེངས་.....

ཀྱབ་སྟོན་ཡོད།

ཀྱབ་སྟོན་མེད།

ཚེས་གངས།

ས་གནས།

མིང་རྟགས།

མི་སྟོབས་ཚྲགས་རྒྱུ་གི་ཁྲི་འཛིན།

ལེའུ་ ༡༤ པ། གནས་སྐོར།

༡༤.༡ སྤྱི་བུས།

༡༤.༡.༡ གཞུང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ལཱ་གཡོག་འདི་ ག་དེ་བྲག་བྲག་གཡོག་བཀོལ་འབད་ཚུགས་
ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ནང་འཁོད་ སར་ཚུར་སྤོ་བཤུད་འབད་ནི་ལུ་ སན་ཐབས་འབད་ནི།

༡༤.༡.༢ གཡོག་གནས་དང་ལས་སྡེ་བརྗེ་སྤྱོད་དང་ ཡངན་དམིགས་བསལ་དུ་ གཡོག་གནས་ཀྱི་ས་ཁོངས་སྡེ་བའི་
ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ལས་ གྲོང་གསེབ་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་བཏང་ཐོག་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ ཉམས་
ཚུང་དང་ཤེས་ཡོན་རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་ཐབས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་མི་སྡེ་དང་ལམ་
སྲོལ། དཔལ་འབྱོར་གནས་སྤངས་ཚུ་ལུ་ ངལ་རངས་བསྐྱེད་བཅུག་ནི།

༡༤.༡.༣ ས་གནས་དང་ལས་སྡེ་ ཡངན་གོ་གནས་ཅིག་ནང་ལུ་ ཡུན་རིང་སྡེ་བཞག་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འབྲུང་སྤྱི་
པའི་ངན་ལྷན་དང་ཚུགས་རིས་ཕྱེ་ནི། རྒྱབས་འཛིན་དང་རྩ་སྤྱོད་ ཚོད་མཐོང་ནི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་ རང་དོན་གཙོ་བོར་གཟུང་ནི་ཚུ་བཀག་ཐབས་འབད་ནི།

༡༤.༢ ཐབས་ལམ།

༡༤.༢.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཞུང་གི་མཐའ་དོན་དང་ ཉམས་ཚུང་ ཡོན་ཏན་དང་རིག་ཅུལ་ཚུ་བརྗེ་སྤོ་འབད་
ནིའི་དོན་ལུ་ གནས་སྐོར་གཏང་དགོ།

༡༤.༢.༢ གནས་སྐོར་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལས་སྡེ་ལུ་དགོ་པའི་ཁྱད་རིག་འབྲུང་སྤོར་ཤོར་ནི་དང་ དེ་བཟུམ་མའི་བསྐོ་
བཞག་འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་དམིགས་བསལ་ཤེས་བྱ་དང་རིག་ཅུལ་ཚུ་ འབྲེལ་མཐུན་མེད་པ་བཟོ་ནི་
ལས་ ག་དེ་བྲག་བྲག་བཀག་ཐབས་འབད་དགོ།

༡༤.༢.༣ འབྲེལ་ཡོད་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེའི་མི་སྡེ་བས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་མཉམ་
འབྲེལ་ཐོག་ གནས་སྐོར་གྱི་འཆར་གཞི་བཅུམས་ཏེ་ ཅུས་མཆོམས་ལུ་གནས་སྐོར་གཏང་དགོ། གཞི་
འཛིན་ལས་སྡེའི་མི་སྡེ་བས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞིའི་དགོངས་
དོན་དང་མཐུན་པའི་འབྲེལ་མཉམ་དང་དྲངས་གསལ་ཅན་གྱི་གནས་སྐོར་ལམ་སྟོན་ཅིག་བཟོ་སྟེ་ རྒྱལ་གཞུང་
ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཆ་འཛིག་འབད་དགོ། དེ་གིས་ ཉེན་ཅན་གྱི་གོ་གནས་ཚུའི་གནས་སྐོར་སྐོར་
ལས་ཡང་ཚུད་དགོ།

༡༤.༢.༤ གཡོག་ཐོག་གི་ཚུགས་མཐུན་གནས་སྐོར་ཐོག་ལས་ འཕལ་ར་དགོ་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་ས་རྒྱ་ཚུ་བསུབ་ནིའི་
དོན་ལུ་ ལས་སྡེའི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤོའི་ཐོག་ལས་གསལ་བསྐྱགས་འབད་དགོ།

༡༤.༢.༥ གལ་སྤྱི་ ལས་སྡེ་གིས་གནས་སྐོར་གཏང་མ་ཚུགས་པ་དང་ ཡང་ན་གནས་སྐོར་གྱི་ལམ་ལུགས་ལག་ལེན་
མ་འཐབ་མི་འདི་ལུ་ ཁྱད་སྤྱོད་བསྐྱེད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་དེ་ གནས་སྐོར་གཏང་ནིའི་དབང་ཆ་ཡོད།

༡༤.༣ གནས་སྐོར་གྱི་དབང་འཛིན།

༡༤.༣.༡ གནས་སྐོར་འབད་ནི་འདི་དབང་ཚད་གཤམ་གསལ་ལྟར།

<div> <div>རིམ་</div> <div>ཨང་།</div> </div>	གནས་སྐོར་གྱི་དབྱེ་བ།	དབང་འཛིན།
༡	ལས་སྡེ་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་གནས་སྐོར།	ཞི་ལྷན་/གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ།
༢	བཀོད་བྱབ་དང་མཁམ་མཆོག་མ་བརྩིས་པའི་ལས་སྡེའི་ནང་འཁོད་ཀྱི་གནས་སྐོར། *	ལས་སྡེ།
༣	སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གཡོད་ནང་འཁོད་ཀྱི་ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཚན་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་གནས་སྐོར།	ཞི་ལྷན།
༤	སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གཡོད་ནང་འཁོད་ཀྱི་ལཱ་རིགས་གཙོ་བོ་ཅིག་གི་ནང་གསལ་སྡེ་ཚན་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་གནས་སྐོར། (བྱད་འཛིན་ ༡ པ་ཚུན།)	ལས་སྡེ།

• འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༥༩ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འབད་དགོ།

༡༤.༣.༢ ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་ཚུའི་བར་ན་ གནས་སྐོར་གཏང་ནི་དང་ལེན་ནི་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས། ཡང་ན་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་དང་བསྐྱུན་གྲོས་ཀྱི་ཐོག་ལས་འབད་དགོ།

༡༤.༤ སྤྱིར་བཞག་ལམ་ལུགས།

༡༤.༤.༡ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཡོག་གཞིའི་དགོངས་དོན་དང་མཐུན་པའི་ འབྲེལ་ཡོད་དང་དངས་གསལ་ཅན་གྱི་གནས་སྐོར་ལམ་སྟོན་ཅིག་བཟོ་སྟེ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཆ་འཛིག་འབད་དགོ། དེ་གིས་ ཉེན་ཅན་གྱི་གོ་གནས་ཚུའི་གནས་སྐོར་སྐྱོར་ལས་ཡང་ཚུད་དགོ།

༡༤.༤.༢ འབྲེལ་ཡོད་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ གནས་སྐོར་འགོ་བཙུགས་ཆོས་གངས་ལས་ ལྷོ་རོ་ ༤ གི་སྤྱོད་ལུ་ གནས་སྐོར་གྱི་འཆར་གཞི་བཅུམས་ཏེ་ གནས་སྐོར་གྱི་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་གནས་སྐོར་གཏང་དགོ།

༡༤.༤.༣ ལས་སྡེ་ཅིག་གི་སྡེ་ཚན་ནང་འཁོད་ནང་ ལཱ་དང་འགན་ཁུར་སོར་ནི་འདི་ བཅའ་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་ཕན་ད་ གནས་སྐོར་སྡེ་ཆ་བཞག་མི་ཚོག

༡༤.༤.༤ གནས་སྐོར་འདི་ བཅའ་ཡིག་འདིའི་ཟུར་དེབ་ ༡/༡༧་པ་དང་འབྲེལ་ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གཡོད་ནང་འཁོད་

ནང་རྒྱུ་མ་གཅིག་གཏང་དགོ། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཤམ་གསལ་གྱི་དོན་ཚན་ཚུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྤྱི་
གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་ནང་འཁོད་ཀྱི་ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྟེ་ཚན། ཡང་ན་གོ་གནས་ཚུ་སོར་ཏེ་གནས་སོར་
གཏང་ཆོག

༡༤.༤.༤.༡ ལས་སྟེའི་ནང་འཁོད་ ཡང་ན་ཕྱི་ཁད་གོ་གནས་སོ་སོ་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ཞུ་ཡིག་བཙུགས་
ནིའི་དོན་ལུ་ གསལ་བསྐྱུགས་འབད་ཡོད་པའི་ཞུ་ཡིག་བཙུགས་ནིའི་མཇུག་གི་ཆོས་
གངས་ལུ་ གོ་གནས་འདི་ནང་ཡུན་རིང་སྦྱང་བརྟེན་གྱི་དུས་ཡུན་དང་མཉམ་པའི་ཉུང་
མཐའི་དུས་ཡུན་ཆང་ཡོད་མི།

༡༤.༤.༤.༢ གོ་གནས་གསར་པ་གི་སྟེ་རིམ་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༣ དང་། ཡང་ན་ འགོ་ཐོག་
གི་གཡོག་བསྐྱེད་ཆོས་གངས་ལས་ ༥ ལྟེའི་གོ་གནས་ཁར་ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༣ ཆང་
ཡོད་མི།

༡༤.༤.༤.༣ བྱད་རིག་ལཱ་གཡོག་གི་དོན་ལུ་གནས་སོར་འདི་ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་ནང་འཁོད་
ཤེས་ཚད། རིག་ཙམ། ལྷོགས་གྲུབ་དང་ཉམས་སྦྱང་གཅིག་མཚུངས་དགོ་པའི་འབྲེལ་
ཡོད་གོ་གནས་ཁར་གཏང་ཆོག

༡༤.༤.༤.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ དོན་ཚན་ ༡༤.༤ པ་དང་འཁྲུལ་ དམིགས་བསལ་དུས་ཡུན་གྱི་
རིང་ལུ་ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོད་འགོ་དཔོན་ཅིག་སྟེ་ཨིན་པ་ཅིན་རྒྱུ་མ་གཅིག་
སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་གཞན་ཅིག་ནང་ གནས་སོར་གཏང་ནིའི་བརྩོན་འཛིན་འབད་ཆོག

༡༤.༤.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སྤྱིར་བཏང་གནས་སོར་གཏང་ནིའདི་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལོ་ངོ་ ༥ རེ་ཆང་བའི་ཤུལ་ལས་
དང་། ཡང་ན་དོན་ཚན་ ༡༤.༤.༡༠ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་གཏང་དགོ།

༡༤.༤.༦ གནས་སོར་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལས་སྟེ་ཅིག་དང་ ཡང་ན་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྤྲོ་བས་མ་བདེཝ་གང་ཉུང་བཟོ་
ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་སྟེ་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་གནས་སོར་བཏང་བའི་སྐབས་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་
ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ ལྷོན་ག་དང་ཐབས་ལམ་གང་དྲག་བཏོན་ནིའི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

༡༤.༤.༧ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གཏང་དགོཔ་ཐོན་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་གནས་སོར་ཚུ་ སློབ་གྲྭའི་
གནམ་དགུན་གྱི་ངལ་གསོའི་སྐབས་ལུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

༡༤.༤.༨ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ལས་སྟེ་གང་རུང་ནང་ གནས་སོར་གཏང་ཆོག

༡༤.༤.༩ ལས་གཡོག་པ་འཐབ་ཡོད་མི་ཚུ་ ལས་སྟེ་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་ ལོག་སྟེ་བཀམ་བཙུགས་འབད་ནིའི་
དབང་ཆ་དང་། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ལུ་ཡོད།

༡༤.༤.༡༠ གཤམ་གསལ་གྱི་ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྟེ་ཚན་ ཡང་ན་ནང་གསེས་སྟེ་ཚན་ཚུ་ ཉེན་ཅན་སྟེ་དབྱེ་དགོ་མི་དེ་
ཡང་ གཞན་དང་འཕུད་པ་ད་ གོ་གནས་དེ་ཚུ་ཉེན་ཁ་སློམ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ཨིན། དེ་འབད་མ་ལས་ རང་
སའི་གཞི་འཛིན་ལས་སྟེ་གིས་བཟོ་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོན་ཚུ་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ གནས་སོར་གཏང་དགོཔ་ཨིན།

- ༡༤.༤.༡༠.༡ བདག་སྐྱོང་ལུ་གཡོག་ རྒྱ་དངོས་དང་འཛིན་སྐྱོང་ལུ་གཡོག
- ༡༤.༤.༡༠.༢ ཅིས་ཞིབ་ལུ་གཡོག་དང་འོང་འབབ་ལུ་གཡོག། དདུལ་ཅིས། ཅིས་ལས་དང་འཆར་
དདུལ་ལུ་གཡོག། ཞང་འཁོད་ཅིས་ཞིབ་ལུ་གཡོག
- ༡༤.༤.༡༠.༣ ཞི་བའི་ཐོ་བཀོད་དང་མི་ཅིས་ལུ་གཡོག། ཁྱི་སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་དང་གོང་འཕེལ་ལུ་
གཡོག། ཕྱི་མི་ནང་སྐྱོད་ལུ་གཡོག། བཟོ་གྲའི་མཐུན་འབྲེལ་ལུ་གཡོག། སྐྱོང་བདར་ལུ་
གཡོག
- ༡༤.༡༠.༤ བཟོ་རིག་ལུ་གཡོག། ཁ་རིག་དང་ས་གཏེར་ལུ་གཡོག། ཁ་ཆའི་ལུ་གཡོག། ཁྲོམ་
ཆོགས་གོང་འཕེལ་ཚད་འཛིན་ལུ་གཡོག། ཞགས་ཚལ་ལུ་གཡོག་དང་མཐའ་འཁོར་
གནས་སྤངས་ལུ་གཡོག
- ༡༤.༡༠.༥ བཀོད་བྱབ་ལུ་གཡོག
- ༡༤.༡༠.༦ ཕྱི་འབྲེལ་ལུ་གཡོག་དང་།
- ༡༤.༡༠.༧ དང་ཁྲིམས་རྒྱབ་སྐྱོར། དང་སྐྱོད་དང་དར་བྱབ་ལུ་གཡོག
- ༡༤.༤.༡༡ ལོ་ངོ་གཅིག་གི་བྱལ་ལས་ར་ སྒྲིག་ལོ་ཚད་ནི་ཨིན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ གནས་སོར་གཏང་མི་ཆོག
- ༡༤.༤.༡༢ ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ལས་གཞུང་ཚབ། སྒྱུ་ཚབ། ཡང་ན་དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་དང་ གཞན་འབྲུག་རྒྱལ་
གཞུང་གི་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ གཡོག་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་གདམ་འབྲུ་འབད་ནི་འདི་ དོན་ཚན་
༡༧.༤ པ་དང་འཁྲིལ་དགོ།
- ༡༤.༤.༡༣ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་འགོ་ཐོག་གཡོག་བསྐྱོས་འབད་བའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཉམས་ཚཱ་དུས་ཡུན་བཅིས་ཏེ་
ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༣ ལྷག་ཁྱེ་སྟེ་མེད་པ་ཅིན་ གནས་སོར་གྱི་དོན་ལུ་འོས་འབབ་མེད། གཡོག་ཐོག་མི་ངོ་
གི་དོན་ལུ་ གོ་གནས་གསར་པ་གི་སྡེ་རིམ་ནང་ གཡོག་བསྐྱོས་འབད་བའི་ཆོས་གངས་འདི་ ལོ་ངོ་ ༣
བཅི་རྒྱབ་ནི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༤.༤.༡༤ མ་གཤམ་དང་ཨམ་སྲུ་གཉིས་ཆ་ར་ ཞི་གཡོག་པ་ཨིན་པ་ཅིན་ ག་དེ་དག་དག་ དེ་གཉིས་ས་གནས་གཅིག་
ནང་ལུ་གནས་སོར་གཏང་ནི་ཡོད་པ་བཟོ་དགོ།
- ༡༤.༤.༡༥ སྤྱིར་བཏང་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ དེ་རའི་རིག་ཅུལ་དང་ཤེས་བྱའི་ལག་ལེན་དང་མ་མཐུན་པའི་གཡོག་
གནས་ཅིག་ནང་ལུ་ གནས་སོར་གཏང་མི་ཆོག
- ༡༤.༤.༡༦ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གནས་སོར་འཕྱོ་བའི་སྐབས་ ཁོང་དང་གཅིག་ཁར་ གཞུང་གི་ཅ་ཆས་ཚུ་སྤྱོ་སོར་འབད་
མི་ཆོག
- ༡༤.༤.༡༧ གནས་སོར་འཕྱོ་སའི་གནས་རིམ་འདི་ ད་ལྟོ་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ལས་རྒྱུ་མི་འདི་གི་དདུལ་

ཐོགས་འདི་ གནས་སྤངས་ཀྱི་སྟབས་བདེ་སྤྱད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འབད་དགོཔ་གཤམ་གསལ་ལྟར།

༡༩.༩.༡༧.༡ གནས་སོར་འདི་ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ ལས་གཡོགས་འདི་གི་གོ་
གནས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་འདི་ བསྐྱར་བཅོས་འབྱེད་ཏེ་འབད་རུང་ ལས་
གཡོགས་འདི་གི་དངུལ་ཐོགས་འདི་ ད་ལྟོ་ག་འཐོབ་མི་འདི་ར་སྤོད་དགོཔ་དང་།

༡༩.༩.༡༧.༢ གནས་སོར་འདི་ ལས་གཡོགས་དེ་རའི་དང་འདོད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ཨིན་པ་ཅིན་ ཞི་
གཡོགས་འདི་གི་དངུལ་ཐོགས་ཀྱི་ཐོབ་ཚད་འདི་ གོ་གནས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་
རིམ་གསར་པ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་སྤོད་དགོ།

༡༩.༩.༡༨ ཞི་གཡོགས་ཅིག་ ལས་སྡེ་གཅིག་ནང་ལས་ གཞན་ཅིག་ནང་ལུ་གནས་སོར་བཏང་བའི་སྐབས་ ཞི་
གཡོགས་འདི་གི་སྒྲེར་གྱི་ཡིག་སྤོད་དང་གཅིག་ཁར་ ལཱ་ཤུལ་དབྱེད་ཀྱི་འབྲི་ཤོག་ཚུ་དང་། ཏུས་མཐུན་
བཟོ་ཡོད་པའི་གཡོག་ཐོ། འཕྲལ་གྱི་དངུལ་ཐོགས་ལག་ཁྱེར་ཚུ་ འགན་སྲོལ་བཏང་བའི་ཆོས་གངས་ལས་
ཉིན་གངས་ ༡༥ གི་ནང་འཁོད་ གནས་སོར་གཏང་སའི་ལས་སྡེ་ལུ་བསྐྱུལ་དགོ།

༡༩.༩.༡༩ ཞི་གཡོགས་ཅིག་ གནས་སོར་གྱི་དོན་ལུ་ འགན་སྲོལ་མ་བཏང་བའི་ཉེ་མ་ གཞུང་གི་རྒྱ་དངོས་དང་ཡིག་
སྤོད་ ཡང་ན་དྲན་ཐོ་ཚུ་བཅིས་ཏེ་ འགན་ཁག་ཚུ་ག་ར་ཚུལ་མཐུན་སྟེ་ཅིས་སྤོད་ལེན་འབད་དགོ།

༡༩.༩.༢༠ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པའི་
སྤྱི་ཐོ་རྒྱུན་སྤྱོད་འབད་དགོ།

༡༩.༩.༢༠.༡ ལཱ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་བཏོན་མ་ཚུགས་མི།

༡༩.༩.༢༠.༢ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་གྱི་དོན་ལུ་སྤོ་སོར་འབད་བའི་ཞི་གཡོགས།

ཀ། ཞི་གཡོག་ཕྱི་ཁའི་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ལས་ སྐབས་གཡོག་གི་ཏུས་ལུན་ཚང་
ཡོད་མི།

ཁ། ཟླ་རེ་ལས་སྤྱི་ཁའི་དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་མཚུག་བསྐྱུ་ཡོད་མི།

ག གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད་མཚུག་བསྐྱུ་མི།

༡༩.༩.༢༠.༣ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཐག་བཅད་པའི་གནད་དོན་གཞན་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་ཡོད་མི།

༡༩.༩.༢༠.༤ གཡོག་གནས་ལུ་གཏང་ནིའི་གཙུག་རིམ་འདི་ གཤམ་གསལ་དོན་ཚན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་
སྤྱི་ཐོ་ཐོན་ལུ་ཡོད་མའི་ཞི་གཡོགས་ལུ་བྱིན་དགོ།

ཀ། རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ མི་སྟོབས་དཀོན་པ་ལྟེ་ཀྱི་དབྱེ་ཁག་ནང་ལུ་ཚུད་པའི་

ཁྱད་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་དང་རིག་ཅུལ་ཡོད་མི།

ཁ། སྐྱུག་ཐོའི་ནང་ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བའི་སྤྲ་གོང་ལས་ སློབ་སྦྱང་འཕྲོ་མཐུད་ཀྱི་
དོན་ལུ་ འབྲུག་གཞུང་གི་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ལེན་མི།

ག། སྐྱུག་ཐོའི་ནང་ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བའི་སྤྲ་གོང་ལུ་ ལོ་རྩི་ ༡༠ གྱི་རིང་ཕྱག་
ཁྱུ་ཡོད་མི།

ང། སྐྱུག་ཐོའི་ནང་ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བའི་སྤྲ་གོང་ལུ་ སློན་མེད་གཡོག་ཐོ་ཡོད་
མི།

ཅ། སྐྱིག་ལོ་མ་ཚང་བའི་རྟེ་མ་ ཡུན་རིང་གི་སྐབ་འབྲས་བཏོན་ནིའི་ལོ་གྲངས་ལེ་
ཤ་ཡོད་མི།

༡༩.༩.༢༠.༥ འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས།

ཀ། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སྐྱུག་ཐོའི་ནང་ལུ་བཞག་ནིའི་ཡུན་ཚད་མཐོ་ཤོས་ལྗེ་རོ་ ༤
ཨིན་དགོ།

ཁ། ལྗེ་རོ་ ༤ གི་ནང་འཁོད་གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གདམ་ཁ་ཚུ་འཛེལ་དགོ།

༡. འོས་འབབ་ལྷན་པའི་གཡོག་གནས་ཀྱི་ས་སྤྱོང་ཅིག་ནང་ལུ་གནས་
སོར་གཏང་དགོཔ།

༢. རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས། ཡངན་འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་
གཙོ་རིམ་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ རྩ་ས་བཀག་ཅན་གྱི་དམིགས་བསལ་
ལས་འགུལ་དང་ལས་རིམ་ནང་ལུ་ལྷ་འགན་སྤྱོད་དགོཔ་དང་།

༣. ཀྱུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ།

ག། ལྗེ་རོ་ ༤ གི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་ལུ་ གཡོག་གནས་སྤྱོད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་
གཤམ་གསལ་གྱི་གདམ་ཁ་ཚུ་རོས་ལེན་འབད་དགོ།

༡. ལོ་གྲངས་མ་ཚང་བའི་སྤྲ་གོང་དགོངས་ཁུའི་ལས་འཆར།

༢. སློ་འདོད་དགོངས་ཁུ་དང་།

༣. ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ།

༡༩.༩.༢༠.༦ བཀག་ཐབས།

ཀ། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ ཞི་

གཡོག་པ་ཚུའི་གཡོག་གནས་འདི་ ག་དེ་དག་དག་བཙོན་ཤུགས་ཀྱི་ཐོག་
ལས་ ཅུས་ཡུན་ཐུང་ཀྱི་ཅིག་ནང་ར་གཏང་ནིའི་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོས་དང་།

ལ། རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ རྒྱལ་
མཐུན་མི་སྟོབས་གཡོག་གནས་ཀྱི་འཆར་གཞི་དང་ ཅུས་ཐོག་ལུ་བྱ་ལེན་
འབད་ནིའི་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡༤.༤.༡༡ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་ནི་གཡོག་པ་
ཚུའི་ གནས་སྐབས་གནས་སྐབས་མེད་ཀྱི་ཐོ་ཅིག་རྒྱུ་སྦྱོང་འབད་དེ་བཞག་དགོ།

༡༤.༤.༡༡.༡ གཡེ་སྤེད་ གཤམ་གསལ་གནད་དོན་གྱི་དོན་ལུ་གནས་སྐབས་བཏང་ཡོད་ན་ ནི་
གཡོག་པ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་གནས་སྐབས་མེད་ནང་
ཨིན་དགོ།

ཀ། གནས་ཡུན་ཚང་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ན་དོན་གཙོད། གཞུང་ཚབ་ཡིག་ཚང་།
ཡང་ན་དོན་གཙོད་ཡིག་ཚང་ཚུའི་ལཱ་འགན་ལས་ལོག་སྟེ་འབོ་ཡོད་པ།

ལ། གཞུང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ ནི་གཡོག་གི་ཕྱི་ཁའི་ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ སྐབས་
གཡོག་གི་ཅུས་ཡུན་ཚང་ཡོད་པ།

ག ལས་སྡེ། ལས་ཁུངས། ཡང་ན་སྡེ་ཚན་ཚུ་སྟོ་བསྐྱམས་ཡོད་པ། གཅིག་ཁར་
བསྐྱབས་ཡོད་པ། འབྲེལ་མཐུན་བཅད་ཡོད་པ། ཡང་ན་འཛོན་ཐང་ཅན་བཟོ་
ཡོད་པ།

ང། ཁྲིམས་ཁང་གི་ཚུན་གཞི་མཇུག་བསྟུ་སྟེ་ ཉེས་གོལ་བཏང་ཡོད་པ་དང་།

ཅ། རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་པའི་གཡེ་ཅན་ ཡང་ན་
དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་སྐབས་གཞན་གང་རུང་ཡོད་ན།

༡༤.༤.༡༢ ལས་སྡེ་གིས་ སྒྲུག་ཐོ་དང་ གནས་སྐབས་གནས་སྐབས་མེད་ཀྱི་ཐོ་ནང་ཡོད་པའི་ནི་གཡོག་པ་ཚུའི་སྟེར་སྟོད་འདི་
རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་གཏང་དགོ།

༡༤.༥ ཕྱི་གསལ་མཐུན་གནས་སྐབས།

ས་སྟོང་ག་རའི་ནང་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་གཅིག་པའི་གཡོག་ཐོག་གི་མི་ངོམ་ཚུ་ འཕྲལ་ར་བཅུགས་དགོས་ཐོན་པའི་སྐབས་
གཤམ་གསལ་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡༤.༥.༡ ཉུང་མཐའ་ཅུས་ཡུན་བདུན་ཟླ་ག་ ༡ ཀྱི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྟོའི་ནང་
གསལ་བསྒྲགས་འབད་དགོ།

- ༡༤.༥.༡ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་དུས་ཡུན་གསལ་བསྐྱགས་འབད་བའི་ཤུལ་ལས་ འོས་ཚད་ལྷན་པའི་མི་ངོམ་
གཅིག་ལས་བཀལ་མེད་རུང་ རྟོན་ཚན་ ༡༤.༤.༤ པ་དང་འབྲེལ་ དགོས་མཁོ་ཚུ་ཚང་ན་ གནས་སོར་
འདི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༤.༥.༢ འཇུལ་ཞུགས་གནས་རིམ་གྱི་གོ་གནས་འདི་ཡང་ རྟོན་ཚན་ ༡༤.༤ པའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ཚང་ན་ འབྲེལ་
ཡོད་ཞུ་ཡིག་བཙུགས་མི་གིས་བཀའ་ནིའི་དོན་ལུ་ གོ་སྐབས་བྱིན་དགོ།
- ༡༤.༥.༣ མི་ངོམ་འདི་ཆ་མེད་གཏང་ནི། ཡང་ན་ངོས་ལེན་འབད་ནིའི་དབང་ཚད་འདི་ ལྷན་ཁག་ ཡང་ན་ལས་སྡེའི་
མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ཡོད།
- ༡༤.༥.༤ གལ་སྲིད་ གོ་གནས་འདིའི་དོན་ལུ་ ཞུ་ཡིག་བཙུགས་མིའི་མི་ངོམ་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ལས་
སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་ཐོག་ལས་ མི་ངོམ་བྲག་ཤོས་འདི་
གདམ་འཐུ་འབད་དེ་ དབང་ཚད་མཉམ་སྦྲོད་འབད་མི་དང་འབྲེལ་ གནས་སོར་གྱི་གོས་འཆར་བཙུགས་
དགོ།
- ༡༤.༥.༥ ལོ་ལྷན་བཞིན་ དུས་རྒྱུན་གྱི་སྟེབ་གཅིག་གནས་སོར་འགོ་འདྲེན་འཐབ་མིའི་གཞི་འཛིན་ལས་སྟེ་ཚུ་གིས་
གོང་གི་བྱ་རིམ་ཚུ་དང་འབྲེལ་མ་དགོ་པར་ སྤྱིར་བཏང་གནས་སོར་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡༤.༦ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོད་འགོ་དཔོན།

དམིགས་བསལ་འགན་སྲོད་འགོ་དཔོན་ཟེར་མི་འདི་ ཟུར་དེབ་ ༡/༡༧་པ་དང་འབྲེལ་ དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་སྤངས་གྱི་
སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་གཡོག་དང་འབྲེལ་མ་དགོ་པར་ གནས་སྐབས་གྱི་གནས་སོར་འབད་ཚོགས་བཟོ་ཡོད་
པའི་གོ་གནས་ཅིག་ཨིན།

༡༤.༦.༡ ཟུང་རིག་དང་འཛིན་སྲོད་སྟེ་རིམ་ (ཟུང་འཛིན་ ༡ པ་ཚུ་ན།) དང་ མཁས་མཆོག་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་
འོས་འབབ་ཡོད།

༡༤.༦.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སྤྱི་གཡོག་ཡོངས་རྫོགས་གྱི་རིང་ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོད་འགོ་དཔོན་གྱི་དོན་ལུ་
ཐེངས་གཉིས་གྱི་འོས་འབབ་ཡོད། དེ་ཡང་ ཐེངས་རེ་ལུ་ གནས་ཡུན་མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༣ ཨིན་དགོ།
ཨིན་རུང་ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོད་འགོ་དཔོན་སྟེ་ཐེངས་གཉིས་གྱི་བར་ན་ བར་ཡུན་ལོ་ངོ་ ༣ རེ་
བཞག་དགོ།

༡༤.༦.༣ ལཱ་གཡོག་ནང་ཉུང་མཐའ་ལོ་ངོ་ ༥ ལཱ་ཞུ་མི་ཅིག་ཨིན་དགོ།

༡༤.༦.༤ ལེན་མིའི་ལས་སྟེ་ནང་ གོ་གནས་གྱི་ས་སྟོང་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡༤.༦.༥ ལེན་མིའི་ལས་སྟེ་གིས་ གཏང་མིའི་ལས་སྟེ་དང་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོད་འགོ་
དཔོན་གྱི་གོ་གནས་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ ཚུལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་
ཕུལ་དགོ།

- ༡༤.༤.༤ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོད་འགོ་དཔོན་གྱི་དངུལ་ཕོགས་འདི་ ལེན་མིའི་ལས་སྡེ་ལས་ལེན་དགོ།
- ༡༤.༤.༥ གལ་སྲིད་ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོད་འགོ་དཔོན་གྱིས་ ལཱ་འགན་གྱི་དུས་ཡུན་སྐབས་ ཁོང་རའི་བྱང་
རིག་འདི་གཡོག་མ་བཞོལ་བ་ཅིན་ བྱང་འཇུག་གི་འོས་འབབ་མེད།
- ༡༤.༤.༦ དམིགས་བསལ་འགན་སྲོད་འགོ་དཔོན་གྱི་ལཱ་ལུལ་འདི་ ལེན་མིའི་ལས་སྡེ་ནང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།
- ༡༤.༤.༧ ཁོ་རའི་བྱང་རིག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཡུན་ཐུང་དང་ཡུན་རིང་སྦྱང་བརྒྱུ་ལེན་ཆོག
- ༡༤.༤.༨ ལཱ་འགན་མཚུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ཉེ་མའི་གོ་གནས་ནང་ངེས་པར་དུ་ལོག་དགོཔ་དང་།
- ༡༤.༤.༩ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་པ་འདི་ གནང་བ་གནང་མིའི་དབང་འཛིན་ཅིག་ཡིན་དགོ།

༡༤.༥ གནས་སྐོར་བྱ་རིམ།

- ༡༤.༥.༡ ལས་སྡེ་རེ་རེ་བཞིན་གྱིས་ རང་གི་མངའ་འོག་ལཱ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་རྒྱ་གི་གནས་སྐོར་ནམ་ཐོག་ནི་ཡིན་
ནའི་ཆོས་གྲངས་སྟོན་པའི་ཐོ་ཡིག་ཅིག་བཞག་དགོ།
- ༡༤.༥.༢ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་ གནས་སྐོར་འགོ་བཙུགས་ཆོས་གྲངས་ལས་ ཟླ་ངོ་ ༤ གི་སྤྱོད་ལས་ ལཱ་
གཡོག་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་ གནས་སྐོར་གྱི་ཐོ་ཅིག་ མོས་མཐུན་ཐོག་བཟོ་དགོ།
- ༡༤.༥.༣ གནས་སྐོར་གྱི་འོས་ཆད་ཆང་བའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གོ་གནས་གྱི་ས་སྟོང་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་གནས་
སྐོར་ལྷོ་ཆོག
- ༡༤.༥.༤ གནས་སྐོར་བཏང་སྟེ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ འབྲི་ཤོག་ ༡༤/༡ པ་དང་འཁྲིལ་ གནས་སྐོར་བཀའ་
རྒྱ་བཏོན་པའི་ཆོས་གྲངས་ལས་ ཉིན་གྲངས་ ༣༠ འི་ནང་འཁོད་འགན་སྲོལ་འབད་དགོཔ་དང་། ཞི་
གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལེན་མིའི་ལས་སྡེ་འི་སྟོབས་ཆོག་ཆུང་གིས་ གནང་བ་སྦྱོད་ཡོད་ན་མ་གཏོགས།
དེ་མིན་འཇུག་ལཱ་གསུམ་གྱི་དུས་ཡུན་ཆང་མ་ཅིག་ འདི་འཕྲོ་ལས་ འགན་ཁུར་གསར་པ་ནང་འཇུག་དགོ།
- ༡༤.༥.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ དོན་ཆན་ ༡༤.༤ པ་དང་འཁྲིལ་བའི་འཇུག་ལཱ་གསུམ་གྱི་དུས་ཡུན་ནང་འཁོད་ གཡོག་
གནས་གསར་པ་དེ་ནང་སྟན་ལཱ་འབད་དགོ། གལ་སྲིད་ སྟན་ལཱ་འབད་མ་ཆུགས་ན་ འགན་སྲོལ་གཏང་
མིའི་ལས་སྡེ་གིས་ ཁོ་ལཱ་དངུལ་ཕོགས་མ་བྱིན་པར་བཞག་དགོ།
- ༡༤.༥.༦ མི་ངོམ་དེའི་སྐོར་གྱི་གཡོག་ཐོ་འདི་ འགན་སྲོལ་གཏང་མིའི་ལས་སྡེ་གིས་ ཞི་གཡོག་བརྒྱ་དོན་རིམ་ལཱ་གསུམ་
ནང་ལཱ་ དུས་མཐུན་བཟོ་དགོཔ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ ལེན་མིའི་ལས་སྡེ་གིས་ཡང་ དུས་མཐུན་བཟོ་དགོ།
- ༡༤.༥.༧ གནས་སྐོར་བཀའ་རྒྱ་འདི་ དམ་དམ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་དང་། དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་སྐོར་སྟངས་
རྒྱ་ཐོན་པའི་སྐབས་ ཆ་མེད་གཏང་ཆོག། གལ་སྲིད་ གནས་སྐོར་བཀའ་རྒྱ་ཆ་མེད་བཏང་བའི་སྐབས་
གནས་སྐོར་ཆ་མེད་གྱི་བཀའ་རྒྱ་ཅིག་བཏོན་དགོ།

༡༤.༤ འོས་ལྷན་གྱི་འཇུག་ལུགས་རྒྱལ་ཡུལ།

༡༤.༤.༡ ལུ་གཡོག་གི་ས་ཁོངས་གཅིག་ནང་ལས་ སོ་སོ་ཅིག་ནང་ལུ་ གནས་སོར་བཏང་བའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ གནས་སོར་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ ཉེ་མའི་ལུ་གཡོག་གི་ས་ཁོངས་ལས་ ཉུང་ཤོས་ཀི་ལོ་མི་ཧྲར་ ༡༠ གྱི་ས་ གནས་ཀྱི་ཕྱི་ཁར་ཨིན་པ་ཅིན་ སྤྱོད་ཁྱིམ་འཛེལ་ཞིའི་དོན་ལུ་ གྲུ་སྒྲིག་གི་ངལ་གསོ་ ལུ་དུས་ཀྱི་ཉིན་གངས་ ༥ འཐོབ་དགོ།

༡༤.༤.༢ གྲུ་སྒྲིག་ངལ་གསོ་དང་གཅིག་ཁར་ འགོ་འགྲུལ་གྱི་དུས་ཡུན་ངོ་མ་དང་བཅས་ངལ་གསོ་འཐོབ་དགོ།

༡༤.༥ ཁེ་ཕན།

༡༤.༥.༡ གནས་སོར་བཏང་བའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གནས་སོར་ཁེ་ཕན་ཚུ་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད་དགོ།

༡༤.༥.༡.༡ མི་ངོམ་དེ་ར་ལུ་ འགོ་འགྲུལ་འགོ་སོང་ (ཉིན་འཐུས་དང་འགྲུལ་འཐུས་)དང་ བཟའ་ཚང་ལུ་(འགྲུལ་འཐུས་)བྱུར་དེབ་ ༡༤/༡༡་པའི་ རང་བཞོན་ཡོད་མིའི་ཁྱིམ་ས་ ལུགས་ལྟར་དུ་ ལེན་མིའི་ལས་སྡེ་གིས་སྤྱོད་དགོ།

༡༤.༥.༡.༢ གནས་སོར་གསོལ་ར་འདི་ རྒྱ་རིམ་གྱི་གཞི་རྩུབ་དངུལ་ཕོགས་དང་འབྲན་འབྲ་ གནས་སོར་བཏང་བའི་ལས་སྡེ་གིས་སྤྱོད་དགོཔ་ཡང་།

༡༤.༥.༡.༣ སྒྲིབ་ཀྱི་ཅ་ཆས་ཚུ་གི་སྒྲེལ་འབྲེན་སྒྲུ་འཐུས་འདི་ བྱུར་དེབ་ ༡༤/༡༡་པའི་རང་བཞོན་ ཡོད་མིའི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ལེན་མིའི་ལས་སྡེ་གིས་ སྤྱོད་དགོ།

༡༤.༥.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཡོག་གནས་ཀྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལས་ཀི་ལོ་མི་ཧྲར་ ༡༠ གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་ གནས་སོར་བཏང་ཡོད་པ་ཅིན་ གནས་སོར་གྱི་ཁེ་ཕན་ཚུ་འི་ཐོབ་ལམ་མེད།

༡༤.༥.༣ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེའི་གནས་སོར་ལམ་སྟོན་ནང་ གསལ་བཞོན་འབད་བའི་གནད་དོན་ཚུ་མ་ཚང་བར་ གནས་སོར་གྱི་གནང་བ་ཞུ་སྟེ་འཐོབ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ གནས་སོར་གྱི་ཁེ་ཕན་ཚུ་ཐོབ་ལམ་མེད།

༡༤.༦ འདྲིས་སྦྱོང་།

འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ གནས་སོར་སྤོངས་ཏེ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཚུལ་དང་མཐུན་སྒྲིབ་གསལ་བཤད་འབད་ དགོཔ་དང་ གོ་གནས་གསར་པ་ ཡངན་གཡོག་གནས་གསར་པ་གི་སྐོར་ལས་གོམས་འདྲིས་བྱིན་དགོ།

༡༤.༧ འགན་འཁུལ།

༡༤.༧.༡ ཁྱིམ་ས་ལུགས་འདི་དང་མ་འཁྲིལ་མི་ཚུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ལས་འགལ་ཕྱ་སྟེ་ བཅི་དགོཔ་དང་ འདི་གི་འགན་འཁུལ་འདི་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ ཡངན་ལས་སྡེ་ལུ་ཕོག

༡༤.༡༡.༡

གནས་སོར་བཀའ་བྱ་ལུ་ མ་གནས་པའི་ནི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ བདག་སྐྱོང་བྱ་ལེན་གྱི་འཁྲི་བ་ཕོག་དགོ།

གནས་སྐོར་གྱི་དོན་ལུ་འགྲུལ་འབྲས་དང་ཉིན་འབྲས་གྱི་ཐོབ་ལམ།

༡. གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་ བཀོད་ཁྲབ་ ༡ པ་/མཁམ་མཆོག་ ༡ པ་ལས་ཁྱད་འཛིན་ ༥ པ་ཚུན་དང་། ལྷ་བཀོད་གོང་མ་ ༡ པ་ལས་ལྷ་བཀོད་གོང་མ་ ༥ པ་ཚུན་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་སྤྲོ་ཚད་དང་འཁྲིལ་ སྤྲོ་འཁོར་སྤྱོད་ འབྲས་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད།
༢. གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་ ལྷ་སྦྱོར་ ༡ པ་ལས་ ༥ པ་ཚུན་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྤྲོ་འཁོར་འཁོར་ལོ་གཉིས་མ་གྱི་སྤྲོ་ འཁོར་སྤྱོད་འབྲས་འཐོབ་དགོས་དང་། ཁོ་རའི་གཉེན་ལྷ་དང་ཨ་ལུ་ཚུ་ལུ་ མི་མང་སྤྱེལ་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་སྤྲོ་ཚད་ ཅི་ལ་ བུམ་ཅིས་རྒྱབ་སྦྲེ་འཐོབ་དགོ།
༣. གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་ ལག་ལེན་ ༡ པ་ལས་ ༥ པ་ཚུན་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་དེ་དང་ གཉེན་ལྷ་དང་ཨ་ལུ་ཚུ་ལུ་ མི་མང་ སྤྱེལ་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་སྤྲོ་ཚད་ ཅི་ལ་བུམ་ཅིས་རྒྱབ་སྦྲེ་འཐོབ་དགོ།
༤. གནས་སྐོར་ ཡང་ན་དགོངས་ཁུ་འབྱོ་བའི་སྐབས་ལུ་རང་གི་ཅ་ཆས་སྤྱེལ་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་སྤྲོ་འབྲས་ཐོབ་ཚད་ཚུ་ཡང་།

གོ་གནས་གྱི་ གནས་རིམ།	ཐོབ་ལམ།	ཐོབ་ཚད།	རྟ་སྤྱོད་སྤྲོ་ (འཁོར་ལམ་ མེད་ས།)	དངུལ་གྱི་མཐོ་ཚད།
བཀོད་ཁྲབ་ ༡ པ་ /མཁམ་མཆོག་ ༡ པ་ལས་བཀོད་ ཁྲབ་ ༣ པ་ /མཁམ་མཆོག་ ༣ པ་ཚུན།	དོ་འཁོར་ཆེ་བ་ ༡།	ལམ་འགྲུལ་ཉིན་སྤྱད་དང་སྤྱེལ་འབྲུལ་ འཛིན་གྱིས་གསལ་བཀོད་འབད་བའི་སྤྲོ་ཚད།	༡༩	དངུལ་གྲུ་ ༥༥༠༠༠/-
ཁྱད་འཛིན་ ༡ པ་ ལས་ ༥ པ་ཚུན། ཡང་ན་ལྷ་བཀོད་ ༡ པ་ལས་ ༥ པ་ ཚུན།	དོ་འཁོར་ཆེ་བ་ ༡།	ལམ་འགྲུལ་ཉིན་སྤྱད་དང་སྤྱེལ་འབྲུལ་ དབང་འཛིན་གྱིས་གསལ་བཀོད་འབད་བའི་སྤྲོ་ ཚད།	༡༠	དངུལ་གྲུ་ ༩༧༠༠༠/-
ལྷ་སྦྱོར་ ༡ པ་ ལས་ལག་ལེན་ ༥ པ་ཚུན།	དོ་འཁོར་བར་མ་ ༡། ཡང་ན་དེ་དང་ དོ་མཉམ་གཅིག	ལམ་འགྲུལ་ཉིན་སྤྱད་དང་སྤྱེལ་འབྲུལ་ དབང་འཛིན་གྱིས་གསལ་བཀོད་འབད་བའི་སྤྲོ་ ཚད།	༧	དངུལ་གྲུ་ ༡༥༠༠༠/-

ངན་ཅོ།

༡. སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་སྒྲ་ཆ་འདི་ ལམ་འགྲུལ་ཉན་སྤང་དང་སྐྱེལ་འདྲེན་དབང་འཛིན་གྱིས་སྐྱུམ་འཁོར་ཁྲག་གི་རིགས་མ་འདྲུལ་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་ལས་ ཁོང་ཚད་ཉུང་ཤོས་བཀོད་མི་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་སྤྲོད་ཆོག།
༢. སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་སྒྲ་ཆ་འདི་ ལམ་ཕྱོགས་གཅིག་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུ་འཐོབ་དགོཔ་དང་ དེ་ཡང་ སྤང་ལམ་ག་ཞིན་མི་ཐོག་ལུ་སྤྲོད་དགོ།
༣. འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་གོང་ཚད་དང་ ཐག་རིང་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ཡིག་ཐོག་ལུ་ཐོབ་བཟོན་བཀོད་དེ་བཙུགས་དགོ། ཐོབ་བཟོན་བཀོད་མི་དང་ གོང་ལུ་གསལ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད་པའི་མཐོ་ཚད་གཉིས་ལས་ ག་དམའ་མི་འདི་སྤྲོད་དགོ།
༤. དགོངས་ཁུ་འབད་དེ་ གཡུམ་ལོག་འགྱུ་བའི་སྐབས་ འགྱོ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་སྒྲ་ཆ་འདི་ གནས་རིམ་སོར་བ། ཡངན་བསྐྱོ་བཞག་གི་གན་ཆོག་སོར་ཏེ་འབད་རུང་ ཞི་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ཡོངས་ཚོགས་ལུ་ཚར་ཅིག་རྒྱུང་མ་གཅིག་འཐོབ།
༥. སྐར་གྱི་ཅ་ལ་སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་དོན་ལུ་ གཞུང་འཁོར་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་སྒྲ་ཆ་མི་འཐོབ།
༦. སྐྱུམ་འཁོར་ཁྲག་ཞག་འབབ་སྡོད་དགོ་མི་འདི་ལུ་ སྒྲ་ཆ་ཅིས་རྒྱབ་མི་ཆོག།
༧. མི་མང་སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་ཞབས་ཏྲིག་མེད་པའི་ས་ཁོངས་ནང་ཞིན་པ་ཅིན་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་གིས་ མི་མང་སྐྱེལ་འདྲེན་འགྲུལ་འཁོར་གྱི་སྒྲ་ཆ་དང་དོ་མཉམ་གྱི་ཅིས་ཐག་བཅད་དེ་སྤྲོད་དགོ།

(ལས་སྡེའི་ལས་ཤོག)

ཡིག་ཡང་.....

ཆོས་གྲངས་.....

གནས་སྐོར་བཀའ་བྱ།

མི་སྟོབས་ཆོག་ཀྱང་གི་ཞལ་འཛིན་ཆོག་ཐེངས་.....ཆོས་གྲངས་.....ལུ་ཆོག་པའི་གྲོས་ཆོད་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ རོ་
མིང་.....ཅན་མའི་གནས་སྐོར་གྱི་བཀའ་བྱ་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྟར་གནང་མ་ཞིན།

༡. ལས་གཡོག་པའི་ད་སྟེའི་ཁ་གསལ།
 ཀ། ཞི་གཡོག་དོ་རྟགས་ཡང།
 ཁ། གོ་གནས་གྱི་མིང་གནས།
 ག གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ།
 ང། ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྟེ་ཆན།
 ཅ། རྒྱ་གསལ་སྟེ་ཆན།
 ཆ། ལས་ཁུངས། ཡང་ན་སྟེ་ཆན།
 ཇ། ལས་སྟེ།

༢. གནས་སྐོར་གཏང་ས། (གནས་སྐོར་གཏང་སའི་ལས་སྟེའི་མིང་།)

༣. ལས་སྟེའི་ས་གནས།

༤. ལས་གཡོག་པའི་ཁ་གསལ་གསར་པ།
 ཀ། ཞི་གཡོག་དོ་རྟགས་ཡང།
 ཁ། གོ་གནས་གྱི་མིང་གནས།
 ག གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ།
 ང། ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྟེ་ཆན།
 ཅ། རྒྱ་གསལ་སྟེ་ཆན།
 ཆ། ལས་ཁུངས། ཡང་ན་སྟེ་ཆན།

༥. གནས་སྐོར་འགོ་བཙུགས་ཆོས་གྲངས།

༦. གནས་གྲོལ་ཆོས་གྲངས།

༧. གྲུ་གྲོལ་ལ་གསོ། (གནས་གྲོལ་བཏང་སྟེ་ཉིན་གྲངས་ལཱ་འཁོར་འཁོར། ཆོས་གྲངས་བཀོད།)

༨. ལས་སྟེ་གསར་པ་ནང་འཛུལ་ཞུགས་དུས་ཆོད། (གལ་སྲིད་དགོ་པ་ཅིན་ འགོ་འགྲུལ་གྱི་དུས་ཆོད་ཅིས་ཁར་བཀའ།)

མིང་རྟགས།

མི་སྟོབས་ཆོག་ཀྱང་གི་ཁྲི་འཛིན་ཡང་ན་ མི་སྟོབས་གཙོ་བོའི་དཔོན།

འབྲ།

- ༡.
- ༢.
- ༣.

བློ་གསོ། གནས་གྲོལ་མ་བཏང་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་གཞུང་གི་རྒྱ་དངོས་དང་ཡིག་སྟོད། ཡང་ན་བློ་གསོ་བཅས་ཏེ་ ལཱ་འགན་
གྱི་ཅིས་སྟོད་ལེན་ཚུལ་མཐུན་འབད་དགོ།

ལེའུ་ ༡༥ པ། སྐབས་གཡོག

༡༥.༡ སྲིད་བྱས།

- ༡༥.༡.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ མཁས་མཆོག་དང་ཉམས་ཐྱིང་གི་ཁེ་ཕན་འཐོབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་ལམ་ལུགས་མ་འདྲམ་ཚུ་གི་ལྟ་ཆུ་མཐོང་ཆུ་འཐོབ་ཚུགས་ནི།
- ༡༥.༡.༢ ཉམས་ཐྱིང་དང་ཤེས་ཡོན་ཆུ་སྦྱིད་གཏང་ཐབས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་མི་སྡེ་དང་ལམ་སྲོལ་ དཔལ་འབྱོར་གནས་སྤངས་ཚུ་ལུ་ ངལ་རངས་བསྦྱིད་བཅུག་ནི།
- ༡༥.༡.༣ གཞུང་གི་འགན་འཁུ་བསྐྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གཞུང་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་མའི་ལས་འགུལ་ཆེ་བ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ལས་ཆོགས་ཚུ་གི་གཡོག་གནས་ནང་གཏང་ནི།
- ༡༥.༡.༤ རྒྱལ་སྤྱིའི་མི་སྡེ་ནང་ལུ་ འབྲུག་གི་དོ་སྟོན་དང་ཞལ་འདེབས་ཡར་བྲག་གཏང་ནི།

༡༥.༢ དབྱེ་ཁག

སྐབས་གཡོག་གི་དབྱེ་ཁག་ཚུ་ག་ཤམ་གསལ་ལྟར་ཨིན་དགོ།

- ༡༥.༢.༡ ཅུས་བཀག་ཡོད་པའི་གཞུང་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་པའི་ལས་འགུལ་ཚུ་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་མི་མང་ཞབས་ཏྲག་གི་གསར་གཏོད་ཚུ་ནང་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ སྐབས་གཡོག་ལུ་བཏང་བ།
- ༡༥.༢.༢ འབྲུག་ནང་འཁོད་ ཡང་ན་ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ལས་ཆོགས་དང་། ཡང་ན་གཞན་ལས་ཆོགས་ཚུ་ནང་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་སྐབས་གཡོག་ལུ་བཏང་བ།
- ༡༥.༢.༣ གསར་བཙུགས་འབད་ཚར་མ་ཅིག་ ཨིན་མའི་སློབ་གྲྭ་ཚུ་ནང་ལུ་ སློབ་གྲྱའི་དབྱེ་འཛིན་ཚུ་དང་ གཞན་ཅུད་རིག་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ སླེར་གྱི་ཆེ་རིམ་ཤེས་ཡོན་སླེལ་ཁང་ཚུ་ནང་ལུ་ སྐབས་གཡོག་ལུ་བཏང་བ་དང་།
- ༡༥.༢.༤ ཞི་གཡོག་ལས་སྡེ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ཨིན་མའི་ཞི་གཡོག་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་གཡོག་གནས་འདི་གནས་སོར་གྱི་ལེའུ་ ༡༤ པ་གིས་འགབ་དགོ།

༡༥.༣ དབང་འཛིན།

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་འདི་ ཞི་གཡོག་པའི་སྐབས་གཡོག་གི་གནང་བ་གནང་མའི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ཅིག་ཨིན།

༡༥.༤ འོས་ཚད།

- ༡༥.༤.༡ ཞི་གཤམ་གསལ་ཅིག་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚང་བ་ཅིན་རྒྱུ་མ་གཅིག་ སྐབས་གཤམ་ནང་གཏང་ནིའི་
འོས་འབབ་ཡོད།
- ༡༥.༤.༡.༡ སྦྱོན་མེད་གཤམ་ཐོ་ཡོད་མི་ཅིག
- ༡༥.༤.༡.༢ ཉམས་ཚད་དུས་ཡུན་མ་བཅིས་པར་ སླིག་གཤམ་ངོ་མའི་ནང་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༤
ཚང་མི།
- ༡༥.༤.༡.༣ ལེའུ་ ༩ པའི་ནང་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འབྲིལ་ རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གཉིས་
ཆ་རའི་ནང་སྦྱོང་བརྩམས་ལཱ་གཤམ་གྱི་གནས་ཚུགས་ཚུ་ཚང་མི།
- ༡༥.༤.༡.༤ བུ་ལོན་སྦྱོང་དགོང་ཡོད་པ། ཕྱིས་ཞིབ་ཀྱི་ཉེག་ཐོ་ཡོད་པ། བདག་སྦྱོང་གི་ཉེས་བྱ་སྦྱབ་
བཞིན་ཡོད་པ། ཡང་ན་བདག་སྦྱོང་སླིག་འགལ་གྱི་ཉེས་བྱ་ཐོག་ཉེན་ཡོད་མི།
- ༡༥.༤.༡.༥ ལཱ་གཤམ་སྦྱོང་མིའི་ལས་ཚོགས་ཀྱིས་བཟོ་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་ཚང་མི་དང་ དགོས་
མཁོ་དང་འབྲིལ་ཏེ་བཏོན་ཚུགས་མི།
- ༡༥.༤.༡.༦ སྐབས་གཤམ་ཐེངས་དང་པའི་དོན་ལུ་ཁྱུ་ཡིག་བཙུགས་མི་དང་།
- ༡༥.༤.༡.༧ ཁག་འབག་གི་ལས་གཤམ་མེན་མི་ཅིག

༡༥.༥ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ།

- ༡༥.༥.༡ གཞི་བཙུགས་འབད་ཡོད་པའི་སྐབས་གཤམ་ལས་རིམ་ཚུའི་དོན་ལུ་ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ།
- ༡༥.༥.༡.༡ ཁྱུ་ཡིག་ ཡང་ན་མི་ངོ་མ་བཏོན་མི་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་མི་སྡེ་བས་ཚོགས་རྒྱུ་
བརྒྱད་དེ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས། ཡང་ན་ལས་སྡེ་ལུ་ཕུལ་དགོ།
- ༡༥.༥.༡.༢ ཁྱུ་ཡིག་ ཡང་ན་མི་ངོ་སྡེ་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་
གཤམ་བཙུགས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་བསྐྱེད་སྤོས་འབད་དེ་ ཆ་གནས་
ཡོད་པ་བཟོ་དགོང་དང་ ག་དེམ་ཅིག་སྡེ་ ཁག་ཆེམ་མཐོང་པ་ཅིན་ ཁྱུ་ཡིག་ཕུལ་
མི་འདི་ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་ཐོག་ལས་ཐག་གཅད་དགོ།
- ༡༥.༥.༡.༣ མི་ངོ་མ་འདི་གི་ལཱ་གཤམ་བཟོ་ཐོ་དང་ ལཱ་ཕུལ་བྱུང་འབྲས་སྤྲོན་ཁུ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་
གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ག་ཏེ་ཨིན་རུང་ཁག་ཆེམ་ཅིག་ བདན་དཔྱད་འབད་ཆོག

༡༥.༥.༡.༤ ལྷ་ཡིག་ ཡང་ན་མི་ངོམ་བརྟན་ཡོད་མི་ཚུ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་ལས་
གཟེངས་ཐོན་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ཆ་འཛིག་འབད་དགོ།

༡༥.༥.༡.༥ མི་ངོམ་གདམ་འཐུའི་མཐའ་དཔུང་གོས་ཚད་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ སྐབས་གཡོག་
ནང་ལེན་མིའི་ལས་ཚཱས་ལུ་ཡོད་པ་དང་།

༡༥.༥.༡.༦ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚཱས་ཀྱིས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ལུ་གདམ་འཐུ་གུབ་པའི་
མི་ངོམ་འདི་ གཡོག་གནས་ཅིས་ལེན་ནི་དང་ འགན་གྲོལ་གཏང་ནིའི་དུས་ཡུན་
ལངས་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡༥.༥.༢ ལས་ངེས་གསར་པ་ཅིག་གི་ཐད་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ལས་ཚཱས་ནང་ལུ་ སྐབས་གཡོག་གི་
གཡོག་གནས་བྱུང་བ་སྐྱབས་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ ལས་སྡེ་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚཱས་ལས་
གནང་བ་ཞུ་དགོ།

༡༥.༦ གནས་ཡུན།

༡༥.༦.༡ སྐབས་གཡོག་གི་དོན་ལུ་ གདམ་འཐུ་གུབ་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ འགོ་ཐོག་ལུ་མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་
ངོང་ལུ་ གཡོག་གནས་ལུ་གཏང་དགོ། སྐབས་གཡོག་དུས་ཡུན་ཡོངས་བསྡུམས་ལོ་ངོ་ ༥ ཨིན་མི་དང་
འབྲེལ་ཏེ་ ཐངས་རེ་ནང་ ལོ་ངོ་ ༡ གྱི་དུས་ཡུན་ཡར་སང་འབད་ཆོག། འདི་གི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་
ལས་སྡེ་གིས་ ཉུང་ཤོས་ར་གནས་ཡུན་མ་ཚང་བའི་ཟ࿳་ངོ་ ༣ གྱི་སྤྱི་གོང་ལས་ དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་རྒྱབ་
རྟེན་ཡིག་ཆ་དང་སྒྲགས་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚཱས་ལུ་ཞུ་བ་འབད་དགོ།

༡༥.༦.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སྐབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ངོང་ལུ་ གཏང་མིའི་ལས་སྡེ་འདི་ལས་ དདུལ་ཕོགས་དང་
ཁེ་ཕན་ཚུ་མི་འཐོབ།

༡༥.༦.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སྐབས་གཡོག་གི་གཡོག་གནས་ནང་ལུ་ འཇུལ་ཞུགས་འབད་བའི་སྐབས་ འགྲུལ་
འཐུས་དང་ ག་སྤྱི་ག་ལ་གསའི་ཐོབ་ལམ་ཡོད་པ་དང་། མི་ངོམ་སྐབས་གཡོག་ནང་གཏང་སའི་ལས་སྡེའི་
ཁྲིམས་ལུགས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བསྐྱར་བཟོ་འབད་མི་ཚུ་ཡང་འཐོབ། འདི་གི་དོན་ལུ་ འགྲོ་སང་གཏང་དགོ་
པའི་རིགས་ཚུ་ འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པའི་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་གིས་སྤྱོད་མི་ཆོག།

༡༥.༦.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་སྐབས་གཡོག་ནང་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་དགོངས་ཞུའི་ཟུར་ཕོགས་
དང་། འཛོ་རྟེན་མ་དདུལ། ཉེན་བཅོལ་གྱི་ཞལ་འདེབས་བརྩམས་མིའི་འབྲི་བ་ཚུ་ འགན་གྲོལ་གཏང་མིའི་
ལས་སྡེ་ལུ་མི་ཐོག། འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཁོ་རའི་དགོངས་ཞུའི་ཁེ་ཕན་ལས་འཆར་ཚུ་ རྒྱན་
མ་ཆད་པར་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་གཡོག་པ་ཁོ་རའི་ཞལ་འདེབས་དང་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་མིའི་ཞལ་
འདེབས་བརྩམས་དགོས་ཡོད་མི་ཚུ་གི་འགན་ཁག་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཁོ་རའི་ལུ་ཕོག།

༡༥.༦.༥ སྐབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ ཆ་འཛིག་འབད་དགོ། ཨིན་རུང་ གོ་

གནས་ཡར་སེང་འདི་ གླབས་གཡོག་ལས་ལོག་སྟེ་ ལས་སྟེའི་ནང་ལུ་འཇུལ་ཞུགས་འབད་ཚར་མ་ད་ རྒྱུ་མེད་གཅིག་ ཉེ་མའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དུས་ཡུན་དང་གཅིག་ཁར་ཁ་འབབ་སྟེ་ བརྩེ་འཛོག་འབད་ དགོ།

༡༥.༦.༤ ལཱ་གཡོག་ནང་བཙུགས་མའི་ལས་ཚོགས་ཀྱིས་ འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་གི་གླབས་གཡོག་དུས་ཡུན་ནང་གི་ ལོ་ལྟར་ལཱ་བྱུལ་དབྱེ་དབྱེ་སྟན་ཞུ་འདི་ ཁོང་རའི་ལཱ་བྱུལ་དབྱེ་དབྱེ་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ འབྲེལ་ ཡོད་ལས་སྟེ་ལཱ་བྱུལ་དགོ།

༡༥.༦.༥ གླབས་གཡོག་ནང་འགྱུ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་གིས་ གལ་སྲིད་ གླབས་གཡོག་དུས་ཡུན་གྱི་དོན་ལུ་ ལས་སྟེ་ ལས་དགོངས་ཞུ་ཁེ་ཕན་ཚུ་ལེན་ཏེ་མེད་པ་ཅིན་ གླབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ དགོངས་ཞུ་འབད་བའི་གླབས་ལུ་ དགོངས་ཞུ་ཁེ་གསོལ་རའི་དོན་ལུ་ སློག་གཡོག་གི་ལོ་གྲངས་སྟེ་ཅིས་ ཁར་བཀལ་ཚོགས། དེའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་གིས་སྐབ་བྱེད་ལཱ་དགོ།

༡༥.༦.༦ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གླབས་གཡོག་གི་གླབས་ ཡུན་ཐུང་དང་ཡུན་རིང་སྦྱོང་བརྩམས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་མེད།

༡༥.༦.༧ གླབས་གཡོག་གི་སྤྱོད་ལུ་ ཡུན་རིང་སྦྱོང་སྦྱོང་ལེན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ ལཱ་གཡོག་ཁག་འགན་ བསྐྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ གླབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་འདི་ སློག་གཡོག་རོ་མའི་གྲངས་སུ་བརྩེ་མི་ཚོགས།

༡༥.༧ ཁག་འགན།

༡༥.༧.༡ གླབས་གཡོག་ནང་ལུ་བཏང་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་ ཞི་གཡོག་པའི་ བརྩེ་མཐོང་དང་ཀུན་སྦྱོང་ལུ་གནས་དགོ།

༡༥.༧.༢ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཕྱི་ཁར་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ལས་ཚོགས་ནང་ལུ་ གླབས་གཡོག་ནང་བཏང་ཡོད་པའི་ཞི་ གཡོག་པ་འདི་ ལོག་འོངས་ཞིན་མ་ལས་ གླབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ལས་ལོག་ལྟུག་ ཡང་ན་དགོངས་ ཞུ་ཁེ་ཕན་ཚད་ཚད་ནི་གཉིས་ལས་ ག་ཏེ་མི་ཚུ་ཚོད་ལྷན་ཞུ་དགོ།

༡༥.༧.༣ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ལས་ཚོགས་ནང་ལུ་ གླབས་གཡོག་ནང་བཏང་ཡོད་པའི་ཞི་ གཡོག་པ་འདི་ ལོག་འོངས་ཞིན་མ་ལས་ གླབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་དང་འབྲེལ་མཉམ་ ཡང་ན་དགོངས་ ཞུ་ཁེ་ཕན་ཚད་ཚད་ནི་གཉིས་ལས་ ག་ཏེ་མི་ཚུ་ཚོད་ཞི་གཡོག་ནང་ལྷན་ཞུ་དགོ།

༡༥.༧.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གླབས་གཡོག་ལས་ལོག་པ་ད་ ཡང་ན་གཡོག་གྲོལ་འབད་བའི་གླབས་ ལས་སྟེ་ལས་ ཐོབ་པའི་གཡུས་ལོག་གི་ཁེ་ཕན་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་དང་ མཇུག་གི་དཔུང་ཕོགས་ཀྱི་ལག་བྱེད་འདི་ སྦྱོང་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་སྟོན་དགོ། ཡིག་ཆ་ཚུ་ལཱ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ལས་སྟེ་ལས་དགོངས་ཞུ་ཁེ་ཕན་ ཚུ་ཐོབ་ཡོད་པ་སྟེ་ཆ་བཞག་ནི་དང་ དེ་ལུ་ དོན་ཚན་ ༡༥.༦.༥ པ་འདི་ལག་ལེན་འཐམ་མི་དགོ།

༡༥.༧.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གླབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ཚང་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས། ཡང་ན་ལས་སྟེ་ལས་བཀའ་རྒྱ་བྱེད་ཏེ་འབད་རུང་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལུ་ ལོག་སྟེ་འཇུལ་ཞུགས་འབད་མ་

ཚུགས་པ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་ལཱ་གཡོག་འདི་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་སྐབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ཚང་
བའི་ཆེས་གངས་ལས་ ཐབས་མེད་ཀྱི་དགོངས་ཁུ་གཏང་དགོ།

༡༥.༧.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འག་འགན་ཚུ་བསྐྱབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ དགོངས་ཁུའི་གསོལ་ར་དང་འབྲེལ་ཏེ་
རྒྱུ་མ་གཅིག་ཅིས་རྒྱབ་སྐྱོར་འཐོབ་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད། ཨིན་རུང་ ཁོ་གིས་དགོངས་ཁུའི་ཁེ་སྒན་གཞན་ཚུ་
ག་ར་འཐོབ་དགོ།

༡༥.༧.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སྐབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་ཚང་ཞིན་མ་ལས་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་ལེན་ཁུ་ཚུའི་ནང་ གསལ་
བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་འོས་ཚད་ཚུ་ཚང་བ་ཅིན་ ཡུན་རིང་སྤྱོད་བནར། གནས་སོར་དང་ཀྱན་གཏོགས་
འགན་བསྐྱར་ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད།

༡༥.༨ སྐབས་གཡོག་ལས་སྤར་ལོག

༡༥.༨.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སྐབས་གཡོག་ནང་ལཱ་བཅུགས་མའི་ལས་ཚོགས་འདི་གིས་ བྱངས་ལྷན་གྱི་རྒྱ་མཚན་
ཡོད་པ་ཅིན་ སྐབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་མ་ཚང་མ་ལས་ ལས་སྤར་ལོག་གཏང་ཚོག་ །དེ་བཟུམ་མའི་
གནད་དོན་བྱང་བའི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཚོགས་འདི་གིས་ དེ་གི་གོ་སྐོར་ཆེད་འདི་ ཉུང་ཤོས་ལྗོང་ ༣ གྱི་སྤ་
གོང་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལཱ་བཅུགས་ལཱ་འབད་དགོ།

༡༥.༨.༢ འགན་སྐྱོལ་གཏང་མའི་ལས་སྤར་གིས་ སྐབས་གཡོག་ནང་ཨིན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལཱ་ སྐབས་གཡོག་གི་
དུས་ཡུན་མཇུག་མ་བསྐྱབ་བའི་ལྗོང་ ༡ གི་སྤ་གོང་ལས་བན་ལན་འབད་དགོ།

༡༥.༨.༣ སྐབས་གཡོག་ལས་ལོག་འོང་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ དོན་ཚན་ ༡༤.༤.༡༠ པ་དང་ ༡༤.༤.༡༡ པའི་
དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྤྱུག་ཐོ། ཡང་ན་གནས་སྐབས་གནས་སོར་གྱི་སྤ་ནང་སྤོད་དགོཔ་ཡང་
འཐོན་འོང་།

༡༥.༨.༤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བྱངས་ལྷན་གྱི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་ཅིན་ སྐབས་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་
མ་ཚང་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ལས་ཚོགས་ ཡང་ན་ལས་སྤར་ལྗོང་ ༡ གི་རིང་ བན་ལན་ཚུལ་
མཐུན་སྤོལ་འབད་དེ་ སྤར་ལོག་འབོ་ཚོག

༡༥.༩ སྤར་ལོག་/དགོངས་ཁུའི་སྐབས་ཀྱི་གོ་གནས་དང་དངུལ་ཕོགས།

༡༥.༩.༡ སྐབས་གཡོག་ནང་ཨིན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་ལཱ་གཡོག་འདི་ སྤར་བཞག་འབད་ནི་ཨིན་རུང་ ཞི་
གཡོག་པ་དེའི་གོ་གནས་འདི་སྤར་བཞག་འབད་མི་ཚོག། སྤར་ལོག་སྐབས་ ཁོ་ར་ས་སྤོང་གི་གོ་གནས་དང་
འབྲེལ་ཏེ་ སྐབས་གཡོག་ནང་མ་འགྱུ་བའི་སྤ་གོང་གི་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དང་མཉམ་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་
རིམ་གཅིག་པའི་ནང་གཡོག་བསྐྱོལ་འབད་དགོ།

༡༥.༩.༢ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ཁུ་འབད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་དངུལ་ཕོགས་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་སྤོབ་
པའི་མཇུག་གི་དངུལ་ཕོགས་ལག་ཁྱེད་དང་འབྲེལ་དགོ། གལ་སྤོད་ དངུལ་ཕོགས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཡོད་

ན་ དངུལ་ཕོགས་འདི་ དགོངས་ཞུའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་ཅིས་རྒྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ གླམས་གཞུག་ནང་མ་འགྱུ་བའི་སྤྱི་
གོང་གི་གོ་གནས་གནས་རིམ་དེ་དང་འབྲེལ་ དངུལ་ཕོགས་ཚད་གཞི་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་མིའི་འགོ་བཙུགས་
དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་གཏན་འབེབས་འབད་དགོ།

ལེའུ་ ༡༤ པ། འགྲོ་འགྲུལ།

༡༤.༡ སྤྱི་བུས།

- ༡༤.༡.༡ ལཱ་གཡོག་ལུ་བརྟེན་པའི་འགྲོ་འགྲུལ་འབད་དགོཔ་འཐོན་པ་ད་ ཞི་གཡོག་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐབས་འབད་ནི།
- ༡༤.༡.༢ ཞི་གཡོག་ཚུ་ལུ་ འགྲོ་འགྲུལ་འགྲོ་སོང་གི་དོན་ལུ་ རྒྱ་འབྲུམ་སྤྱོད་ནི།
- ༡༤.༡.༣ མཐུན་རྒྱུ་ཡོད་མི་གུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་དང་དབྱེད་ཐུང་འབད་ནི། དེ་ལས་ མཐུན་རྒྱུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་སེམས་བྱུགས་བསྐྱེད་བཅུག་ནི།

༡༤.༢ བྱ་རིམ།

- ༡༤.༢.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འགྲོ་འགྲུལ་འབད་ནི་འདི་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ཅིག་ལས་ གནང་བ་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུ་མ་གཅིག་འགྱུར་དགོ།
- ༡༤.༢.༢ འགྲོ་འགྲུལ་འདི་ དམིགས་བསལ་དུས་ལུ་ཡུན་གྱི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་བཟོ་དགོཔ་དང་ གནང་བ་ལུ་བའི་སྐབས་ལུ་ འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་ལས་རིམ་ཡང་ལུ་དགོ།
- ༡༤.༢.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ བཀག་མ་ཚུགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་ལྷ་སྟོར་གྱི་ལས་རིམ་དང་འཁྲིལ་མ་ཚུགས་པའི་སྐབས་ ཡང་གཞུང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ ལྷ་སྟོར་གྱི་ལས་རིམ་འདི་བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོཔ་འཐོན་པ་ཅིན་ ལྷ་སྟོར་ལས་ལོག་སྟེ་ རང་སེམས་ལུ་གི་ས་གོའི་ནང་ལུ་ལྟོད་པ་ཅིག་ འདི་འཕྲོ་ལས་ རྩིས་གནང་གི་གནང་བ་གསར་པ་ལུ་དགོ། ཞིན་རུང་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལོག་སྟེ་མ་འོང་པའི་རྟེ་མ་ དབང་འཛིན་ལུ་ རག་ཐོག་ལས་ སྤྱིར་བཏང་གི་གནང་བ་ལུ་དགོ།
- ༡༤.༢.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་སྐབས་ལུ་ ཚུལ་མཐུན་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡིག་ཆ་ ཡང་ན་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ལས་ གནང་བའི་དབང་ཚད་ཡི་གུ་གཅིག་ཁར་འབག་དགོ།
- ༡༤.༢.༥ འགྲོ་འགྲུལ་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་བདག་སྐྱོང་པ་གིས་ འོས་ལྷན་གྱི་ལམ་སྟོན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཟོ་དགོ།
- ༡༤.༢.༦ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཕྱི་ཁའི་འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་རིགས་གར་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་གནང་བ་གནང་དགོ།

༡༤.༣ དབང་ཚད།

- ལས་སྟེ་གིས་ འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་དགོས་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་འགྲོ་འགྲུལ་འབད་དགོ་མི་འདི་ འབྲི་ཤོག་
- ༡༤/༡ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གནང་བ་གནང་ནིའི་དབང་ཚད་ཡོད། འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་འདི་གིས་ འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་ལས་རིམ་གནང་བ་གནང་ནི་ལུ་ རྒྱ་མཚན་ལུན་པའི་དབང་ཚད་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༤.༤ ཐོབ་ལམ།

- ༡༤.༤.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་གཡོག་གི་ས་གནས་ལས་ ཀེ་ལོ་མི་ཁྲར་ ༡༠ གྱི་ཕྱི་ཁར་ འགོ་འགྲུལ་འབད་མ་
ད་ ཅུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་ ༡ ལས་ལྷག་སྟེ་ ཕྱི་ཁར་སྟོད་དགོ་པའི་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལཱ་ ཉིན་འཐུས་
འཐོབ། གྲོང་གསེབ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལཱ་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ཐག་རིང་ཚད་ ཡང་ན་དོ་ལམ་འདི་
གཞུང་གིས་བཟོ་སྟེ་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་དགོ།
- ༡༤.༤.༢ ལཱ་གི་ཉིན་མ་འདི་ གཡོག་གནས་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལས་ འགོ་འགྲུལ་འབད་བའི་ཚུ་ཚོད་ལས་ཕྱིས་རྒྱབ་
དགོ་པ་དང་ འགོ་འགྲུལ་གྱི་ཉིན་གངས་འདི་ ལཱ་གཡོག་གི་ས་ཁོངས་ནང་ལཱ་མེད་པའི་ཅུས་ལས་ ཅུས་
ཡུན་ཚུ་ཚོད་ ༡༤ ལཱ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཕྱིས་རྒྱབ་དགོ།
- ༡༤.༤.༣ ལཱ་གཡོག་གི་ས་ཁོངས་ནང་ལཱ་མེད་པའི་ཅུས་ཡུན་ ཚུ་ཚོད་ ༡ ལས་ཚུ་ཚོད་ ༡༩ ནང་འཁོད་ནང་ཨིན་
པ་ཅིན་ ཉིན་འཐུས་ཕྱི་ཀ་སྟེ་སྟོད་ནི་དང་ ཅུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་ ༡༩ ལས་ལྷག་སྟེ་ཨིན་པ་ཅིན་ ཉིན་
འཐུས་ཇི་ལ་བུམ་སྟོད་དགོ།
- ༡༤.༤.༤ ས་ཁོངས་གཅིག་ནང་ལཱ་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ཉིན་གངས་ ༣༠ གླིག་གཡོག་ནང་སྟོད་དགོ་པའི་རིང་ལཱ་རྒྱང་མ་
གཅིག་ ཉིན་འཐུས་ཇི་ལ་བུམ་སྟོད་དགོ། ཉིན་གངས་ ༣༠ ལས་ལྷག་པའི་ཤུལ་ལཱ་ མཐོ་ཤོས་ལྷན་པ་ ༥
ཚུ་ཚོད་ལཱ་ ཉིན་འཐུས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ སྟོད་དགོ། འཕྲོ་མཐུད་དེ་ལྷན་པ་ ༤ ལས་ལྷག་སྟེ་སྟོད་དགོ་པ་ཅིན་
ཉིན་འཐུས་འདི་སྟོད་མི་ཚོག་
- ༡༤.༤.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་མཐུག་མ་བསྐྱུལ་ལས་ གནས་སྐབས་གྱི་ལཱ་གཡོག་ཅིག་གི་དོན་ལཱ་ འགྲོ་དགོ་པ་
ཐོན་མི་དང་ ལོག་སྟེ་ལཱ་གཡོག་གི་ས་ཁོངས་འདི་ནང་ར་ ལཱ་འདི་ར་འཕྲོ་མཐུད་དེ་འབད་ནིའི་དོན་ལཱ་
ལོག་སྟེ་ར་ ལཱ་བཤུལ་འགོ་བཙུགས་གྱི་ཆོས་གངས་ལས་ ལྷན་པ་ ༤ གི་ནང་འཁོད་ལོག་འོང་པ་ཅིན་ ལཱ་
གཡོག་འདི་ འཕྲོ་མཐུད་གྱི་ལཱ་གཡོག་ཨིན་མ་སྟེ་བཟོ་དགོ་པ་དང་ ཅུས་ཡུན་ལྷག་ལུས་ཡོད་མའི་དོན་ལཱ་
ཉིན་འཐུས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ རྒྱང་མ་གཅིག་སྟོད་དགོ།
- ༡༤.༤.༦ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་གཡོག་མཐུག་མ་བསྐྱུལ་བའི་རྟེ་མ་ལས་ ལྷན་སྐྱོར་གྱི་ས་གནས་འདི་ གནས་
སྐབས་ཅིག་གི་དོན་ལཱ་ བཞག་སྟེ་འགྲོ་དགོ་པ་འཐོན་པ་ཅིན་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལཱ་ གནས་སྐབས་གཡོག་
གནས་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལཱ་ འགོ་འགྲུལ་འབད་བའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་ ཇི་ལ་བུམ་ལེན་ནིའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།
- ༡༤.༤.༧ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཕྱི་རྒྱལ་ལཱ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ ཤུལ་མའི་གནས་གྱུའི་བརྒྱུད་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལཱ་ བསྐྱུགས་
ཏེ་སྟོད་དགོ་པ་ཅིན་ བརྒྱུད་འགྲུལ་ཁར་ལུས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དེའི་ཉིན་འཐུས་ཐོབ་ལམ་གྱི་ཚད་གཞི་དང་
འཁྲིལ་ བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ སྟོད་དགོ། ཨིན་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལཱ་ ཉིན་མ་གཅིག་གི་དོན་ལཱ་ ཉིན་འཐུས་
ཚར་གཉིས་སྟོད་མི་ཚོག་
- ༡༤.༤.༨ སྟོད་ཐམ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལཱ་འགོར་བའི་ཅུས་ཡུན་རོ་མ་འདི་གི་དོན་ལཱ་ གཞུང་གིས་བཟོ་ཡོད་མའི་ཚད་གཞི་
དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཉིན་འཐུས་སྟོད་དགོ།

- ༡༤.༤.༩ གཞུང་དོན་འགོ་འགུལ་གྱི་སྐབས་ བརྒྱད་འགུལ་གྱི་དོན་ལུ་སྐྱུག་སྟོང་དགོ་མི་འདི་མ་བཅིས་པར་ སྒོར་
སྟོང་གྱི་དོན་ལུ་སྐྱུག་སྟོང་པའི་ཉིན་འཐུས་འདི་ མ་དངུལ་འབྱུང་ས་གཏེ་ལས་ཡིན་རུང་ར་ ཉིན་གངས་
གཉིས་གྱི་དོན་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་འཐོབ་དགོ།
- ༡༤.༤.༡༠ གོ་གསལ་རམ་བྱིན་མི་འདི་གིས་ ཉིན་འཐུས་དང་གཞན་འགོ་སྤང་ཚུ་བྱིན་ཡོད་པའི་སྐབས་ གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་
ལས་སྦྱོང་བཅར་གྱི་སྐབས་ལུ་ ཉིན་འཐུས་དང་གཞན་འབྲེལ་ཡོད་འགོ་སྤང་ཚུ་བྱིན་མི་ཆོག
- ༡༤.༤.༡༡ འགོ་ཐོག་བསྐོ་བཞག་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཡོག་གནས་གྱི་ས་གནས་ཁར་འགོ་འགུལ་འབད་
བའི་སྐབས་ འགུལ་འཐུས་དང་ཉིན་འཐུས་ཐོབ་ལམ་གྱི་ཐོབ་བཞེད་བཞོད་མི་ཆོག
- ༡༤.༤.༡༢ གཞུང་འབྲེལ་འགོ་འགུལ་ནང་ལུ་ འགྲོ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་གི་འགོ་འགུལ་གྱི་འཐུས་ཚུ་
འབྲི་ཤོག་ ༡༤/༡ པའི་ནང་བཞོད་ཡོད་པའི་འབྲི་ཤོག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཐོབ་བཞེད་བཞོད་དགོ།

༡༤.༥ ཉིན་འཐུས་ཚད་གཞི།

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཡངན་བྱི་ཁ་ལུ་ གཞུང་དོན་ལུ་སྒོར་ལུ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ ཉིན་འཐུས་འདི་གཞུང་
གིས་གསལ་བཞོད་འབད་ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་འཐོབ་དགོ།

༡༤.༦ སྦྱེལ་འབྲེན་དང་སྡེ་རིམ།

- ༡༤.༦.༡ གཞུང་རྒྱུ་ཆེན་དང་ དེ་དང་དོ་མཉམ་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་མ་བཅིས་པར་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ རྒྱལ་ཁབ་ ༣
པ་ཚུ་ནང་ལུ་ འགོ་འགུལ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ འབྲེན་ལཱ་སྡེ་རིམ་ནང་འགྲོ་མི་ཆོག ཡིན་རུང་ གཞུང་
གི་སྤྱི་ཚབ་སྡེ་ ལུང་ཚུགས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནད་དོན་ཚུ་གི་ ཆེ་མཐོའི་གཞུང་འབྲེལ་ཞལ་འཛུམས་ཚུ་ནང་
སྡེ་ཆན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ འབྲེན་ལཱ་སྡེ་རིམ་ནང་འགྲོ་ཆོག
- ༡༤.༦.༢ གཞུང་དོན་ལུ་འགོ་འགུལ་འབད་དགོ་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ རང་འཁོད་གནས་གྲུའི་ཞབས་ཏྲིག་
བཅིས་ཏེ་ འགོ་འགུལ་འབད་མ་ད་ སྤང་ལམ་དང་ཡངན་ཁེ་ལམ་བདའ་སྟེ་འགྲོ་དགོ།
- ༡༤.༦.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འགུལ་འཐུས་གྱི་ཐོབ་བཞེད་ཚུ་ གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་འཐོབ་དགོ།

གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ།	ཐོབ་ལམ།
བཞོད་བྱུང་/མཁས་མཆོག་ ༡ པ་ལས་བྱུང་འཛིན་ ༥ པ་ཚུན་ དང་། ལྷ་བཞོད་གོང་མ་ ༡ པ་ ལས་ ༤ པ་ཚུན།	གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ སྤུམ་འཁོར་འཁོར་ལོ་བཞི་མ་/མི་ མང་འགུལ་འཁོར་གྱི་གྲྭ་ཆ།

ལྷ་སྐྱོར་ ༡ པ་ལས་ ༥ པ་ ཚུན།	གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ སྤྱི་འཁོར་འཁོར་ལོ་གཉིས་མ་ /མི་མང་འགྲུལ་འཁོར་གྱི་སྤྲོ་ཆ།
ལག་ལེན་ ༡ པ་ལས་ ༩ པ་ ཚུན།	གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་མི་མང་འགྲུལ་འཁོར་གྱི་སྤྲོ་ཆ།

དན་ཐོ། ནང་གསེས་གནས་རིམ་ཚུ་ནང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་འདི་དོན་ལུ་ འཐུས་དང་ཁེ་ཕན་ (འགྲུལ་འཐུས་
/ཉིན་འཐུས། སྤྱི་འཁོར་སྤྱོད་འཐུས། སྤྲོ་ཆ་སྤྱོད་འཐུས་འདེན་གྱི་སྤྲོ་ཆ། ཁང་སྤྱི་འཐུས་དང་བྱང་འཐུས།)
འདི་ གོ་གནས་དང་འཁྲུལ་བྱེད་དགོས་མ་གཏོགས་ དེའུ་ཕོགས་ནང་བསྐབ་མི་ཚོག

༡༩.༩.༩ སྤྱི་འཁོར་སྤྱོད་འཐུས་གྱི་ཐོབ་བཞེད་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཁོ་རའི་སྤྱི་འཁོར་ལག་ལེན་འཐབ་
དགོ་པའི་གནང་བ་གནང་བའི་སྐབས་ འགོ་འགྲུལ་རོ་མ་འབད་བའི་ལམ་ཚད་དང་འཁྲུལ་ཏེ་བྱེད་དགོ།

༡༩.༩.༡༠ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ་ལུ་འགོ་འགྲུལ་འབད་བའི་སྐབས་ གནས་ཐང་དང་ལཱ་ཁོངས་བར་ནིའི་
ཕར་ཚུར་འགོ་འགྲུལ་གྱི་སྤྱི་འཁོར་སྤྱོད་འཐུས་འདི་ ཐངས་གཅིག་རྒྱུ་མ་གཅིག་གི་ཐོབ་བཞེད་བཀོད་
ཚོག

༡༩.༩.༡༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སྤྱི་འཁོར་ཐོ་བཀོད་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་སྟོན་མ་དགོ་པར་ གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་
དང་འཁྲུལ་ སྤྱི་འཁོར་སྤྱོད་འཐུས་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད། ཡིན་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སྤྱི་འཁོར་
སྤྱོད་འཐུས་འདི་ ཐོབ་དབང་ཅིག་སྤྱོད་ཐོབ་བཞེད་བཀོད་མི་ཚོག། ལས་སྤྱོད་གིས་ ཟད་འགོ་མར་ཕབ་གྱི་དོན་
ལུ་ འགོ་འགྲུལ་གྱི་ཐབས་ཤེས་བཏོན་དགོས་དང་། འོས་འབབ་དང་འཁྲུལ་ གཞུང་འཁོར་ལག་ལེན་
འཐབ་ནིའི་ནང་ སེམས་བྱུགས་བྱེད་དགོ།

༡༩.༩.༡༢ འགྲུལ་འཁོར་ལམ་མེད་པའི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ ལྷ་སྐྱོར་ལུ་འགྱུ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ གཤམ་
གསལ་ལྟར་བཞེད་ཏེ་དང་ལཱ་ཏེ་སྤྱོད་འཐུས་ཚུ་འཐོབ་དགོ།

གོ་གནས།	བཞེད་ཏེ་དང་མཉམ་ཨ་རུང་།	ལཱ་ཏ།
བཀོད་བྱུང་ ༣ པ་ལས་ ༡ པ་/མཁས་མཚོག་ ༣ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན།	༡	༣
བྱང་འཛིན་ ༥ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན་/ལྷ་བཀོད་ གོང་མ་ ༩ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན།	༡	༥
ལྷ་སྐྱོར་ ༡ པ་ལས་ལག་ལེན་ ༩ པ་ཚུན།	༡	༡

༡༩.༩.༡ ལྷ་སྐྱོར་ ཡང་ན་སྤྱོད་བཟར་འདི་ ཚར་གཅིག་གནང་བ་གྲུབ་ཞིན་ལས་ཐོབ་དབང་དང་འཁྲུལ་བའི་སྤྱོད་

འདྲེན་ཡང་ན་སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་སྡེ་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འགོ་འགྲུལ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ གནང་བ་ལོགས་སུ་ཁྱེ་
མི་དགོ།

༡༤.༤.༩ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ལུ་ ཞལ་འཛོམས། གྲོས་བསྟུན། གོ་བསྟུར་ཞལ་འཛོམས་དང་སྦྱོང་བརྒྱུ་ལ་སོགས་
པ་གང་རུང་གི་དོན་ལུ་ འགོ་འགྲུལ་འབད་བའི་ཟད་འགོ་ཚུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་མིའི་ལས་སྡེ་གིས་གཏང་
དགོཔ་དང་། དེ་ཡང་ ལས་སྡེ་གར་ལུ་ཁ་གསལ་སྡེ་བད་སྦྱོད་འབད་དགོ།

༡༤.༤.༡༠ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུད་གིས་ དམིགས་བསལ་གནས་སྟངས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ སྐྱེལ་འདྲེན་ ཡང་ན་
སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་སྡེ་རིམ་ཚུ་ ཐོབ་དབང་ལས་ལྷག་པའི་གནང་བ་སྦྱོད་དགོ།

༡༤.༥ ལྷ་སྐོར་སྟན་ལུ་ཕུལ་དགོཔ།

ཞི་གཡོག་པ་གར་གིས་ ལྷ་སྐོར་ལས་ལོག་ཞིན་མ་ལས་ བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ ལྷ་སྐོར་སྟན་ལུ་འདི་ དེས་པར་
དུ་ཕུལ་དགོ།

༡༤.༦ འཕྲོ་མཐུད་བྱ་ལེན་གྱི་དམ་འཛིན་དང་ལྷ་རྟོག

༡༤.༦.༡ ལས་སྡེ་གིས་ འགོ་འགྲུལ་འཆར་དདུལ་གྱི་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ཟད་འགོའི་ རྒྱ་གསུམ་རེའི་དུས་མཐུན་བཟོ་
དགོ་མི་འདི་ འཆར་གཞི་གྲུ་གོས་བསྟུར་འབད་མི་དང་སྒྲགས་ འབྲེལ་ཡོད་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་
འཛོམས་ཀྱི་ཚོགས་རྒྱུད་ལུ་ (སྤྱི་དབུས། འཆར་གཞི་དང་ལས་རིམ་) སྟན་ལུ་ཕུལ་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་
དགོ།

༡༤.༦.༢ དམ་འཛིན་འགོ་དཔོན་འདི་གིས་ འགོ་འགྲུལ་གྱི་དགོས་དོན་འདི་ འགྱོད་གོཔ་དེས་བརྟན་ཡོད་པ་ཅིག་དང་
ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ དམིགས་པ་བསྐྱེད་པའི་དགོས་དོན་ཚུ་ འགྲུབ་ཚུགས་ནི་ཨིན་མ་དེས་བརྟན་བཟོ་
དགོ།

༡༤.༧ འགན་འཁྲི

༡༤.༧.༡ བཅའ་ཡིག་འདི་གི་དགོངས་དོན་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ འགོ་འགྲུལ་འབད་ཡོད་མི་འདི་ གནང་བ་མེད་པ་སྡེ་
བཅུ་དགོཔ་དང་ དེ་བཞིན་ འགོ་སྐོར་གནས་ཡོད་མི་ཚུ་ འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་ལས་ ལོག་སྟེ་ལེན་
དགོ།

༡༤.༧.༢ སྤྱི་གཡོག་ལུ་ཕེན་གྱི་འགན་འཁྲི་དང་འཁྲི་བ་འདི་ དེ་བརྩམ་མའི་འགོ་འགྲུལ་འབད་ཡོད་མིའི་ཞི་
གཡོག་པ་དང་ དམ་འཛིན་འགོ་དཔོན་ལུ་སོག་



འབྲི་ཤོག་ ༡༦/༡

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ལས་སྡེ།

འགོ་འགྲུལ་དབང་ཚད་འབྲི་ཤོག་

ལས་གཡོག་པའི་མིང་།

གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་འཕྲིམ་།

ཨང་།

སྤྱི་ཚེས།

འཐོན་ས།		འགྲོ་ས།		སྤྱེལ་འདྲེན།	ཞག་འབབ།	དགོས་དོན།
ས་གནས།	ཆོས་གྲངས།	ས་གནས།	ཆོས་གྲངས།			

འགོ་འགྲུལ་འགོ་སྤང་གི་ཆོད་ཅིས།	འགོ་འགྲུལ་སྤོན་ཕྱིན་ཅིས་ཆད།	སྤོན་ཕྱིན་དངུལ་ཁམ།
སྤོན་ཕྱིན་ལྷ་དགོཔ།	སྤྱི་ཚེས་ལས།	གནང་བ་སྤྱོད་ཡོད། ཡང་ན་རྒྱབ་སྤོན་བཀོད་ཡོད།

(ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།)	(དངུལ་ཅིས་འགོ་འཛིན་གྱི་མིང་རྟགས་དང་ཐིུ།)	(དམ་འཛིན་འགོ་དཔོན་གྱི་མིང་རྟགས་དང་ཐིུ།)
སྤྱི་ཚེས།	སྤྱི་ཚེས།	སྤྱི་ཚེས།

ལས་ཏེ།

ཀྱི་ཆེས།

৩৮৮

ལེའུ་ ༡༢ པ། ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་

༡༢.༡ སྤྱི་ཕྱུས།

- ༡༢.༡.༡ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་བདག་སྐྱོང་གི་སྤྱོད་སྤྲོད་ཁྱུ་ལ་ཡར་དྲག་གཏང་ནི།
- ༡༢.༡.༢ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་འདི་ སྤྱི་སྤྱི་དང་ཁྱད་རིག་ཅན་བཟོ་ནི།
- ༡༢.༡.༣ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་གི་སྤྱོད་སྤྲོད་ཁྱུ་ལ་དང་ཕན་ཤུགས་ལུ་ཕན་ཐབས་འབད་ནི།

༡༢.༢ ལག་ལེན།

- ༡༢.༢.༡ ཁྲིམས་ཡིག་འདི་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ ཡངན་ལས་ཚབ་སྤྱི་བཏང་ཡོད་པའི་འགོ་དཔོན་ ཡངན་རྒྱུ་ ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཕྱི་འབྲེལ་ལས་གཡོག་པ་ ཡངན་ཕྱི་ཁ་ལུ་སྤྱི་ཚབ་ ཡངན་གཞུང་ཚབ་ ཡངན་དོན་ གཙོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ལུ་ ས་གནས་ལས་གཡོག་བཙུགས་འབད་མི་དང་གནས་སྤོར་བཏང་ཡོད་མི། བསྐྱོ་བཞག་འབད་ཡོད་མི། དེ་ལས་ སྤྱི་བས་གཡོག་ནང་བཙུགས་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༢.༢.༢ ཕྱི་འབྲེལ་སྤྱི་སྤྱི་གི་ལས་གཡོག་པ་མེན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཞུང་གིས་ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ གཡོག་ གནས་ནང་བཏང་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ སྤྱི་ཚབ་ཀྱི་གནང་སྤྱི་དང་ ཁྲིམ་གཡོག་གི་ཐོབ་དབང་མ་བཅུས་ པར་ གཞན་འཐུས་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད།
- ༡༢.༢.༣ གཞུང་ཚབ་ ཡངན་སྤྱི་ཚབ་ ཡངན་དོན་གཙོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ལུ་ གཡོག་བཙུགས་འབད་ཡོད་པའི་ ས་གནས་ཀྱི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་དང་ འཁྲིལ་ཏེ་ དཔུལ་ཐོགས་དང་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད་དགོ།
- ༡༢.༢.༤ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་འགོ་དཔོན་ ཡངན་རྒྱུ་སྤྱི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་འུ་གནས་སྤོར་འདི་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ ཁག་གི་གནས་སྤོར་ལས་སྤྱི་དང་འཁྲིལ་དགོ།

༡༢.༣ དབང་ཚད།

- ༡༢.༣.༡ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་གི་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ དཔུལ་ ཅུས་ལྷན་ཁག་དང་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་དང་མཉམ་ བསྐྱོ་གོས་ཀྱི་ཐོག་ལས་གནང་བ་གནང་དགོ།
- ༡༢.༣.༢ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་གི་བཅའ་ཡིག་འདི་ དཔུལ་ཅུས་ལྷན་ཁག་དང་ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་ དེ་ ལས་རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་གསུམ་ མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལས་གནང་བ་གནང་དགོ།

༡༧.༤ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷ་གཡོག་གི་བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་སྦྱོང་།

ནི་གཡོག་པའི་བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་སྦྱོང་གི་ཐོག་ཁར་ འཕུས་མི་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།

༡༧.༤.༡ རྒྱལ་ཁབ་གི་ཕྱི་འབྲེལ་སྲིད་བྱུས་གི་དམིགས་ཡུལ་ཡར་ཕྱག་གཏང་དགོ།

༡༧.༤.༢ ཡིག་ཚང་ལཱ་འགན་གི་ལཱ་ཤུལ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་གི་འགན་ཁུར་ཅན་གི་མི་སེར་གི་སྦྱོང་ལམ་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་གི་སྐྱེ་ཚབ་འབད་དགོ།

༡༧.༤.༣ གནས་བཞིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་ལུ་ གྲུས་བཀྱར་འབད་དགོ།

༡༧.༤.༤ གཞུང་གི་རྒྱ་དོས་དང་མི་སྟོབས་ཚུ་ ཡིག་ཚང་གི་དོན་ལུ་རྒྱུམ་གཅིག་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༧.༤.༥ ཡིག་ཚང་གི་བདེ་དོན་གི་གསར་བ་ཚུ་ སྤང་སྦྱོབ་འབད་དགོ།

༡༧.༤.༦ རང་སེའི་བཟའ་ཚང་གི་བྱ་སྦྱོང་ཚུ་ རྒྱལ་ཁབ་གི་མིང་གཏམ་མེད་པ་གཏང་ནི་མེད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོཔ་ དང་།

༡༧.༤.༧ གཞུང་གི་སྐྱེ་ཚབ་ ཡང་ན་དོན་གཅོད་སྐྱེ་ཚབ་ཨིན་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཐོབ་པའི་ཁེ་དབང་ཚུ་ བྱང་བདེན་གི་ ཐོག་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༧.༥ གོ་གནས་གི་དབྱེ་ཁག་

༡༧.༥.༡ གོ་གནས་གི་མིང་གནས་དང་ གོ་གནས་གི་གནས་རིམ་འདི་ གོ་གནས་གི་མིང་དེབ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཨིན་ དགོ།

༡༧.༥.༢ མཉམ་སྐྱགས་ལས་བྱེད་པ་ཅིག་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་མ་བརྩིས་པའི་ལས་སྡེ་ཅིག་ནང་ལས་ སྐྱེ་ཚབ། གཞུང་ཚབ། ཡང་ན་དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ལུ་ གནས་སོར་གཏང་དགོ།

༡༧.༥.༣ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ སྐྱེ་ཚབ། གཞུང་ཚབ། ཡང་ན་དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་ནང་ལུ་ ལོ་རྩི་ ༣ གི་དུས་ ཡུན་རིང་ལུ་ གཡོག་གནས་ལུ་གཏང་དགོ། གཡོག་གནས་གི་དུས་ཡུན་འདི་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་གི་མཐའ་དོན་ལུ་བལྟ་སྟེ་ ཡར་སེང་ ཡང་ན་མར་ཕབ་འབད་ཆོག་

༡༧.༥.༤ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལྷན་ཁག་གིས་གོ་གནས་གི་མིང་དེབ་དང་ ལས་གཡོག་པ་དེ་རའི་ ད་ལྟོའི་གོ་ གནས་གི་གནས་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གནང་བ་གནང་མའི་གོ་གནས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཕྱག་ལུ་དགོ།

༡༧.༦ མཉམ་སྐྱགས་ལས་བྱེད་པའི་གནས་སོར།

༡༧.༦.༡ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ གཞུང་ཚབ། སྐྱེ་ཚབ། ཡང་ན་དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ ས་སྟོང་མ་བཟོ་བའི་སྤྲ་གོང་ ལས་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་དང་གཅིག་ཁར་འདྲི་བསྐྱེན་འབད་དགོ།

༡༧.༤.༡ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ སྐྱེ་ཚབ་ཡིག་ཚང་ཚུ་འི་ནང་ མཉམ་སྐྱེགས་ལས་བྱེད་པ་གི་ས་སྤྱོད་གི་དོན་ལུ་ གསལ་བསྐྱེགས་མ་འབད་བའི་སྤྱོད་ཤོང་ལས་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་དང་གཅིག་ཁར་ འབྲེལ་བསྐྱེན་འབད་དགོ།

༡༧.༤.༢ གཞུང་ཚབ། སྐྱེ་ཚབ། དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་། ཡང་ན་འབྲུག་གཞུང་གི་ཡིག་ཚང་གཞན་ཚུ་ནང་ གཡོག་གནས་གཏང་ནི་འདོན་ལུ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་ལས་མིན་པའི་ལས་སྡེ་ཚུ་འི་ཞི་གཡོག་པ་གི་གདམ་འཇུ་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་འི་མི་སྡེ་བས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་ཀུན་གཏོགས་འབྲུན་བསྐྱར་ཐོག་ལས་ཨིན་དགོ། དེ་བརྩམ་མའི་གཡོག་གནས་འདི་ མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་དོན་ལུ་ གནས་སོར་སྤེལ་བཅི་དགོས་དང་། གནས་ལུན་འདི་ཡར་སང་འབད་མི་ཚོག

༡༧.༤.༣ མཉམ་སྐྱེགས་ལས་བྱེད་པ་གི་གནས་སོར་བྱ་རིམ་ཚུ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་གི་གནས་སོར་ལམ་སྟོན་ནང་བཀོད་དགོ།

༡༧.༤.༤ དངུལ་ཕོགས་དང་འཇུག་

༡༧.༤.༤.༡ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དངུལ་ཕོགས་འཇུག་གཞན་ཚུ་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡༧.༤.༤.༢ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་གི་ཁེ་ཕན་འཐོབ་ནི་འདོན་ལུ་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ འབྲི་ཤོག་ ༡༧/༡ པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་ཕྱི་འབྲེལ་གཡོག་གནས་འབྲི་ཤོག་འདི་བཀང་སྟེ་སྤུལ་དགོས་དང་།

༡༧.༤.༤.༣ ལས་གཡོག་པ་འདི་ འབྲུག་ལུ་གནས་སོར་བཏང་བའི་ཆོས་གངས་ལས་ བཅའ་ཡིག་འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལེན་པའི་འཇུག་ཚུ་འཐོབ་ནི་མེད་པ་བཟོ་དགོ།

༡༧.༥ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་འཇུག་

ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གཡོག་གནས་ནང་བཏང་བའི་དུས་ཡུན་རིང་ལུ་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ལཱ་འཇུག་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད་དགོ།

༡༧.༦ སྐྱེ་ཚབ་གནང་སྒྲིལ་

༡༧.༦.༡ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྐྱེ་ཚབ་གནང་སྒྲིལ་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད་དགོ།

༡༧.༦.༢ གཞུང་ཚབ་གྱི་ངོ་ཚབ་སྤེལ་རོ་ ༡ ལས་ལྷན་སྟེ་ བསྐོ་བཞག་འབད་མའི་ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྐྱེ་ཚབ་ཡིག་ཚང་། གཞུང་ཚབ་ཡིག་ཚང་། ཡང་ན་དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་གི་འགོ་འཛིན་ཚུ་ལུ་ཐོབ་པའི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་བའི་སྐྱེ་ཚབ་གནང་སྒྲིལ་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད་དགོ།

༡༧.༩ ཨ་ལུའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་འཇུག་པ།

ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཨ་ལུའི་ཤེས་ཡོན་འཇུག་གི་ཐོབ་དབང་ ཡོད།

༡༧.༡༠ ས་ཡུལ་ངལ་གསེའི་ཐོབ་ལམ།

ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་དང་ཁོ་རའི་བཟའ་ཚང་ལུ་ ས་ཡུལ་ངལ་གསེའི་ཐོབ་ ལམ་ཡོད།

༡༧.༡༡ བཟའ་ཚང་ལུ་ཐོབ་པའི་ཁེ་སན།

བཟའ་ཚང་འཇུག་མི་ཅིག་ལུ་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་སྐབས་ དངུལ་ཐོགས་དང་གཞན་ཐོབ་ལམ་ཚུ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་ དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ་དགོ།

༡༧.༡༢ གློ་བུར་སློ་བཤུད་དང་འབྲང་སྟོར།

ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་འདི་དང་ ཁོ་རའི་བཟའ་ཚང་ཚུ་ གློ་བུར་གྱི་གནས་ རྟངས་བྱུང་སྟེ་སློ་བཤུད་འབད་དགོཔ་དང་ མི་ངོམ་ཡང་ན་ཁྱིམ་ནང་གི་ཅ་ཆས་འབྲང་སྟོར་ཤོར་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཟུད་འཇུག་ སྟོན་དགོ།

༡༧.༡༣ གསོ་བའི་སྒྲན་བཅོས།

ལས་གཡོག་པ་དང་ ཁོ་རའི་བཟའ་ཚང་ཚུ་ལུ་ གསོ་བའི་སྒྲན་བཅོས་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་གཞུང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ དང་འཁྲིལ་ཏེ་བྱིན་དགོ།

༡༧.༡༤ སྟོན་ཁྲིམ་དང་ཁྲིམ་ཆས།

ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་ ལུས་པ་དང་ལཱ་ན་སྟེ་འབག་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་ ལཱ་པའི་སྟོན་ཁྲིམ་དང་ཁྲིམ་ཆས་ཚུ་སྟོན་དགོ། སྟོན་ཁྲིམ་ཡང་ན་ཁང་སྒྲའི་ཚད་གཞི་འདི་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་ དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བྱིན་དགོ།

༡༧.༡༥ ཕན་ཆས།

ཕན་ཆས་དང་དེ་གི་སྒྲ་ཆ་ཚུ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ་དགོ།

༡༧.༡༤ ཁྱིམ་གཡོག་པ།

ཁྱིམ་གཡོག་པ་གི་ཐོབ་དབང་འདི་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ་དགོ།

༡༧.༡༥ འགོ་འགྲུལ་དང་འཇུག་ཁུགས་དུས་ཡུན།

ལས་གཡོག་པ་འདི་ལཱ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འགོ་འགྲུལ་གྱི་ཁེ་ཕན་དང་ འཇུག་ཁུགས་དུས་ཡུན་གྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡༧.༡༦ འགྲུལ་འཇུག་དང་ཉིན་ལྷུར་གྱི་འཚོ་འཇུག།

འགྲུལ་འཇུག་དང་ཉིན་འཇུག་འདི་ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་གཞུང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འཐོབ་དགོ།

༡༧.༡༧ གནས་སོར་གནང་སྒྲིན།

༡༧.༡༧.༡ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལཱ་ གནས་སོར་གྱི་གནང་སྒྲིན་ཟླ་ངོ་༡ གི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས་དང་འབྲེལ་ཁྱིམ་གྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡༧.༡༧.༢ ལྷ་སྐོར་སྐབས་གྱི་ཉིན་འཇུག་ཐོབ་པའི་གནས་སྐབས་གྱི་གནས་སོར་ལཱ་ གནས་སོར་གནང་སྒྲིན་གྱི་ཐོབ་དབང་སྤྱོད་མི་ཚོགས།

༡༧.༢༠ སྐོར་ཆས་སྒྲུལ་འདྲེན།

སྐོར་ཆས་སྒྲུལ་འདྲེན་གྱི་དོན་ལཱ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྒྲུལ་འདྲེན་སྐབས་ཆའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡༧.༢༡ སྐྱུམ་འཁོར་བརྟ་སྐྱུམ་འཁོར་སྤྱོད་འཇུག།

༡༧.༢༡.༡ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་འགུལ་ནིའི་དོན་ལཱ་ སྐྱུམ་འཁོར་ཡོད་པའི་སྐྱུམ་འཁོར་བརྟ་སྐྱུམ་འཁོར་སྤྱོད་འཇུག་གྱི་དངུལ་ཚབ་ལོག་ལེན་ནིའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡༧.༢༡.༢ སྐྱུམ་འཁོར་བརྟ་སྐྱུམ་འཁོར་སྤྱོད་འཇུག་གྱི་ཐོབ་བརྗོད་འདི་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་འཁྲིལ་དགོ།

༡༧.༢༢ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་དང་ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་བསྐྱར་ཞིབ།

ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་གིས་ དངུལ་རྩིས་ལྷན་ཁག་དང་རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་ བསྐྱར་གྲོས་གྱི་ཐོག་ལས་ དུས་མཚམས་དུས་མཚམས་ལཱ་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་དང་ ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་ཐོབ་དབང་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དུས་མཚམས་ལཱ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།

ཕྱི་འབྲེལ་གཡོག་གནས་འབྲི་ཤོག

ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་གི་ལས་གཡོག་པ་ཅིག་ ཡིག་ཚང་ལྟེ་བ་ལས་དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་ནང་ལུ་ གནས་སོར་བཏང་བའི་སྐབས་ལུ་
བཟའ་ཚང་འཐུས་མི་དང་ ཁྱིམ་གཡོག་པ་འབྱིད་ནི་ཨིན་མི་ཚུ་བཙུགས་ཏེ་ཕུལ་ནིའི་འབྲི་ཤོག
དན་ཐོ། འདྲ་གཉིས་ཕུལ་དགོ།

- ༡ མིང།
- ༢ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་གནས།
- ༣ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ།
- ༤ ཞི་གཡོག་རོ་རྟགས་ཨང།
- ༥ མི་ཁྲུངས་རོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང།
- ༦ གནས་སོར་བཏང་ས།
- ༧ གནས་སོར་བཏང་བའི་ཆོས་གྲངས།
- ༨ བཟའ་ཚང་འཐུས་མིའི་ཁ་གསལ།
- ༩ གྲུ་གཉེན་གྲོགས་ཀྱི་མིང།
- རོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང།
- ཁ། ཨ་ལཱ།

༡	མི་ཁྲུངས་རོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང།
༢	མི་ཁྲུངས་རོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང།
༣	མི་ཁྲུངས་རོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང།
༤	མི་ཁྲུངས་རོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང།
༥	མི་ཁྲུངས་རོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང།

དན་ཐོ། ཨ་ལཱའི་སྐྱེ་བའི་ལག་ཁྱེར་ཡངན་བྱ་ཆ་བ་ལེན་པའི་ཁྲིམས་མཐུན་ཡིག་ཆ་རྒྱུར་སྒྲགས་སྦྱར།

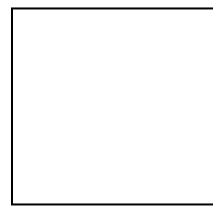
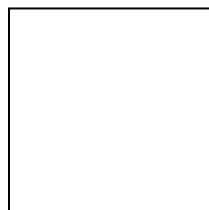
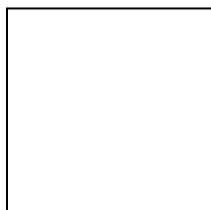
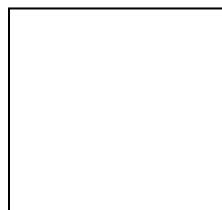
རོ་པར།

གཉེན་གྲོགས།

ཨ་ལཱ་དང་བ།

ཨ་ལཱ་གཉིས་བ།

ཨ་ལཱ་གསུམ་བ།



ཁྱིམ་གཡོག་པ།

༩ ཁྱིམ་གཡོག་པ་གཅིག་ཁར་ཡོད་པ་ཅིན།

ཀ།	ཁྱིམ་གཡོག་པའི་མིང་།
ཁ།	སྒྱེས་ཆོས།
ག།	མི་ཁྲལ་སྡོད་ལག་ཁྱེར་ཨང་།
ང།	གཡུས་དང་ཁམ་ཨང་།

.....

ཁྱེད་ཡིག་སྤུལ་མིའི་མིང་རྟགས།

.....

མིང་རྟགས།

མདོ་ཆེན། མདོ་ཆེན་ཡིག་ཚང་།

ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག

ལེབ་ ༡༥ པ། སྒྲུབ་ཚད་དང་ལཱ་གཡོག་

༡༥.༡ སྤྱི་བུས།

- ༡༥.༡.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་ཕྱག་ཁྱེད་འགན་ཁུར་འབག་པའི་སྐབས་ལུ་ འཛོན་ཐང་ཅན་དང་
ཕན་ལུ་ཅན་སྤེ་ ཕྱག་ཁྱེད་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༡༥.༡.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སྒྲུབ་ཚད་དང་ལཱ་གཡོག་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་ལས་དོན་ཚུ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་
ནི་མེད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༡༥.༡.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གྲང་བདེན་མེད་པ་དང་ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ཐོག་ལས་ རྒྱ་དངོས་བསྐྱབ་
ནི་མེད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ཐོག་ལས་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ ངན་ལྟད་མེད་པར་དམ་འཛིན་འབད་ནི།

༡༥.༢ རྒྱབ་ཚད་དང་དབང་ཚད།

བཅའ་ཡིག་འདི་གིས་ ཁག་འབག་པ་ལས་གཡོག་པ། སྤྱི་གཡོག་པ་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་བཅིས་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་
ག་ར་ལུ་ཁྱབ་དགོ།

༡༥.༣ ཁྲིམས་ལུགས་བསྟར་སྤྱོད་ཀྱི་དབང་ཚད།

ལས་གཡོག་པ་ལུ་ ཁྲིམས་ལུགས་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ནིའི་འགན་ཁུར་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་དང་ ལྷ་བཀོད་
པ་ལུ་ཁྲོག་དགོ།

༡༥.༤ སྤྱིར་བཏང་ལམ་ལུགས།

- ༡༥.༤.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ དེ་རའི་གཉེན་ཟླ་ ཡང་ན་བརྟེན་ཏེ་སྤྱོད་མི་ཚུ་གི་ཚོང་ལཱ་གི་སྒྲོར་ལས་ རང་གི་
ལས་སྡེ་ལུ་ ལོ་ལྷར་བཞིན་དུ་གསལ་སྤྱོད་འབད་དགོ། ལས་སྡེ་གིས་ དེ་རའི་ལས་གཡོག་པའི་གཉེན་ཟླ་
དང་ བརྟེན་ཏེ་སྤྱོད་མི་ཚུ་གི་ལུགས་མཐུན་དང་ ལུགས་མིན་གྱི་ཚོང་ལཱ་འབད་ནི་ཡོད་མི་ཚུ་གི་ཐོ་བཞག་
དགོ།
- ༡༥.༤.༢ ལས་གཡོག་པ་དེ་ར་ ལཱ་འབད་སའི་ལས་སྡེ་དང་ ཡང་ན་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ དབང་ཚད་ཡོད་པའི་
ལས་སྡེའི་ནང་ལུ་ ཅ་ཆས་བཟུམ་སྡེལ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་གཉེན་ཟླ་ ཡང་ན་བརྟེན་
ཏེ་སྤྱོད་མི་ཚུ་ གཤམ་གཏོགས་འབད་མི་ཚོག་
- ༡༥.༤.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ དེ་རའི་གཉེན་ཟླ་ཡང་ན་བརྟེན་ཏེ་སྤྱོད་མི། རང་གི་ཉེ་ཆན། མཉམ་རྒྱུ་རྒྱུ་
ཡང་ན་འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ རིན་བསྟར་ནང་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་མའི་སྤྱོད་ཚན་གང་
རུང་དང་གཅིག་ཁར་ ཐང་ཀར་དུ་ཁེ་ཕན་ཡོད་མི་དང་ འགན་བསྟར་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ལུ་

བརྟེན་ཏེ་ ཁོ་ར་ལུ་ཁེ་པན་ལྷག་སྟོན་ཡོད་པ་ཅིན་ རིན་བསྐྱར་ཚོགས་ཚུང་ནང་ལུ་ བཅའ་མར་གཏོགས་
ནི་ལས་འཛུལ་དགོ།

༡༥.༤.༤ རིན་གོང་འགན་བསྐྱར་ཚོགས་ཚུང་གི་འཇུག་མི་སྡེ་ གཤམ་གཏོགས་འབད་མིའི་ནི་གཤམ་གཏོགས་
གཞུང་དོན་ལུ་བདེ་དོན་ཚུ་ སྤུའ་དགོན་མ་གཏོགས་དེ་མིན་ རིན་བསྐྱར་པ་ཚུ་ལུ་ བདེ་དོན་ག་ཅི་ཡང་
སྤུའ་མི་ཚོགས་

༡༥.༤.༥ ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཅིག་གིས་ སྤེར་གྱི་ཚོང་སྡེའི་བཀོད་ཚོགས་འཇུག་མི་འབད་མི་ཚོགས་

༡༥.༤.༦ ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཚོགས་ལས་སྤེར་གི་གནང་བ་མེད་པར་ མི་མང་
ཚོང་སྡེ། གཞུག་སྡེ། གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས། ཚོས་སྡེ་དང་མི་སྡེའི་ལས་ཚོགས་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གི་བཀོད་
ཚོགས་འཇུག་མི་ ཡང་ན་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་མདོ་ཆེན་འབད་མི་ཚོགས་

༡༥.༤.༧ ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཅིག་གིས་ གསར་ཤོག་གང་རུང་དང། བན་བརྒྱད་གཞན་དང་ སྤྱི་མང་བན་བརྒྱད་ཚུའི་ལུན་
དག་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་མི་འབད་མི་ཚོགས་

༡༥.༤.༨ ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཅིག་གིས་ གོས་སྟོན་ལཱ་གཤམ་འབད་མི་ཚོགས་

༡༥.༤.༩ ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཚོགས་ལས་ རྒྱལ་མཐུན་གྱི་གནང་བ་མེད་པར་ སྟོབ་
སྟོན་པ་ཡང་ན་སྤྱི་མཐུན་ལེགས་བཤད་སྡེ་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚོགས་

༡༥.༤.༡༠ ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཅིག་གིས་ འཁྲབ་ཅེད་ ཡང་ན་སྟོན་བརྟན་བཟོ་སྐྱབ་དང་ གཞན་ཚོང་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོ་
སྟོན་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ལུ་ གཤམ་གཏོགས་འབད་མི་ཚོགས་

༡༥.༤.༡༡ ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཅིག་གིས་ ཚོང་སྡེ་གང་རུང་ནང་ལུ་ བཀོ་བཤའ་མང་ཤོས་འཆང་མི་ཚོགས་།

༡༥.༤.༡༢ ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཅིག་གིས་ ཡིག་ཚང་གི་དུས་ཚོད་དང་ རྒྱ་དངོས་ཚུ་སྤེར་གྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོགས་

༡༥.༥ འགན་འཁྲི།

༡༥.༥.༡ ཞི་གཤམ་གཏོགས་ཅིག་གིས་ བདེ་དོན་ཚུན་མ་སྟོན་ནི་དང་། ཡང་ན་བཅའ་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་དགོས་
མཁའི་བདེ་དོན་ཕུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཉེས་འགལ་སྤེལ་བཅི་དགོཔ་དང་ བདག་སྟོང་བྱ་ལེན་གྱི་འཁྲི་བ་
སོག་དགོ།

༡༥.༥.༢ བཅའ་ཡིག་བསྐྱར་སྟོན་འབད་མ་ཚུགས་པའི་བདག་སྟོང་བྱ་ལེན་གྱི་འཁྲི་བ་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལྷ་རྟོག་པ་ལུ་
སོག་དགོ།

ལེའུ་ ༡༩ པ། བདག་སྐྱོང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས།

༡༩.༡ སྤྱི་བུས།

- ༡༩.༡.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ ནངས་གསལ་དང་འགན་འཁུ། འཛོན་ཐང་ཚུ་ཡར་ཤྱག་བཏང་ཐོག་ལས་ ངན་ལྟང་ཙ་
མེད་དང་གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལུན་ཡར་ཤྱག་གཏང་ནི།
- ༡༩.༡.༢ ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་ལུགས་འདི་ ཆ་ཤས་གལ་ཅན་ཅིག་སྤྱི་བུ་བཀུར་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ བདག་སྐྱོང་གི་བྱ་
རིམ་དང་བྱ་ལེན་ཚུ་ གཅིག་མཚུངས། མངོན་གསལ་ཅན་དང་འབྲེལ་མཉམ་ཡོད་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༡༩.༡.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ གལ་གྲོགས་ཡོད་པའི་བདག་སྐྱོང་གི་ཚུད་གཞི་ཚུ་ བདེན་ཚུན་སྤྱི་བུ་ཞིན་ཡོད་མའི་ལས་
སྤྱི་ཚུ་ལུ་ ལམ་སྟན་བྱིན་ནི་དང་། ལས་སྤྱི་གིས་ ཉེས་ཅན་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ དེ་བཟུམ་མའི་སྒྲིག་
ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་ཚད་འདི་ ཁྲིམས་མཐུན་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ནིའི་ནང་ སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་བཟུག་ནི།
- ༡༩.༡.༤ བདག་སྐྱོང་གི་ཤང་ཁྲིམས་འདི་ མཐོགས་ཤྱགས་དང་འབྲེལ་མཉམ། ཟད་འཕྱོ་ཉུང་བའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་
ལས་བྱིན་ནི།
- ༡༩.༡.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་བཟུང་མཐོང་དང་ཀུན་སྤྱོད། བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི། དེ་ལས་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཚུ་དང་འཁྲིལ་བའི་ སྤྱོད་ལམ་ཀྱི་གནས་ཚད་ལུ་གནས་ཡོད་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༡༩.༡.༦ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ བདག་སྐྱོང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ ཤང་ཁྲིམས། ཤང་བདེན་
དང་འབྲེལ་མཉམ་ཡོད་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་ཐོག་ལས་ སེམས་ཤུགས་ཡར་ཤྱག་གཏང་ནི་དང་ རྒྱ་གཏང་
ཚུགས་པ་བཟོ་ནི། དེ་ལས་ ཉེན་སྲོལ་འབད་ནི།
- ༡༩.༡.༧ བཅའ་ཡིག་དང་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་ལུ་བྱུང་བའི་
སྐར་གྱི་འཁྲི་བ། ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན། ཡང་ན་འཛོག་འཛིགས་ཚུ་ལས་ཉེན་སྲུང་འབད་ནི།

༡༩.༢ ཞི་གཡོག་པའི་ཐོབ་དབང་།

སྒྲིག་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་དང་འཁྲིལ་དགོ་པའི་ཞི་གཡོག་པ་རེ་རེ་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

- ༡༩.༢.༡ ཁོ་ ཡང་ན་མོ་ལུ་ཐོག་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་གང་རུང་གི་དོན་ལུ་ གནད་དོན་ཚུ་ཡིག་ཐོག་ལུ་ཨིན་དགོ།
- ༡༩.༢.༢ དམིགས་བསལ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་བྱ་ལེན་གྱི་གནས་སྤངས་དང་གནད་དོན་ཚུ་ སྤྱི་གོང་ལས་བྱེད་ཚུགས་པ་
སྤྱི་བཟང་ལན་བྱིན་དགོ།
- ༡༩.༢.༣ ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པ་དང་ ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་ཤེས་ཚུགས་པའི་གོ་སྐབས་འོང་དགོ་པ་
དང་།
- ༡༩.༢.༤ སྒྲིག་ཁྲིམས་ཀྱི་གོས་ཐག་ལུ་མཐོ་གཏུགས་དང་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༡༩.༣

ཁྱབ་ཁོངས་དང་དབང་ཚད།

༡༩.༣.༡

ཁྲིམས་འདུན་གྱི་དབང་ཚད་ལོག་ལུ་ཨིན་མིའི་ཉེས་འགལ་བའི་བྱ་སྤྱོད་མ་གཏོགས་ བཅའ་ཡིག་འདིའི་
དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ ཞི་གཡོག་པ་རྒྱུ་གིས་ བདག་སྐྱོང་དང་སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཀྱི་གནད་དོན་ཚུ། དེ་
ལས་ ཞི་གཡོག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ཉེན་ཚུ་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྲོད་གསལ་པ་ལྟེ་ གྲོས་ཐག་
གཅད་དགོ།

༡༩.༣.༢

ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ཉེས་ཚད་ ཡང་ན་ཞི་ཚད་ཀྱི་ཉེས་བཟུགས་འབད་མིའི་
ཁྲིམས་བཞེར་མཇུག་བསྟུ་ཡོད་རུང་ འདི་གིས་ སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ བཅའ་ཡིག་འདི་གི་ལོག་
ལུ་དབང་ཚད་གནད་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ བསྟར་སྟོན་འབད་ནི་ལས་བཀག་མི་ཚོག

༡༩.༣.༣

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་ལས་སྡེ་གིས་འབད་དགོཔ་ཡང་།

༡༩.༣.༣.༡

འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་འབྲུག་གི་ཞི་ གཡོག་བཅའ་
ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི། དེ་ལས་ ཞི་གཡོག་པའི་སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ལུ་དབང་བའི་
ཁྲིམས་ལུགས་གཞན་ག་ར་གི་དགོངས་དོན་ཚུ་བསྟར་སྟོན་འབད་དགོ།

༡༩.༣.༣.༢

འོས་འབབ་དང་འབྲེལ་ མཐོག་གཞུགས་ཀྱི་དབང་ཚད་བསྟར་སྟོན་འབད་དགོ།

༡༩.༣.༣.༣

བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་བཅད་དང་འབྲེལ་བའི་འཛུམས་དཔང་། ཅུ་བོ་ཚུ་བཀའ་ཤོག་
བཏང་ཐོག་ལས་བཀྲུག་ནི། ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ལེན་ནི། ཡང་ན་འདི་བཟུམ་
མའི་དབང་ཚད་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཚོགས་ཚུང་། གཞུང་གི་ཡིག་ཆ་དང་། ཡང་ན་འོས་
འབབ་དང་སྟོགས་སྟུབ་ཡོད་པའི་གཞུང་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་དབང་
ཚད་སྟོན་དགོ།

༡༩.༣.༣.༤

བཀའ་ཤོག་བཏང་སྟེ་འབོད་བཀྲུག་འབད་མི་ལུ་ གནས་མ་ཚུགས་པའི་འཛུམས་
དཔང་ ཡང་ན་འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ཁྲིམས་ལུགས་ནང་གསལ་བཀོད་
འབད་དེ་ཡོད་པའི་ཉེས་བྱ་བཀའ་ནི་དང་ ཡང་ན་ཉེས་བྱ་བཀའ་ནིའི་རྒྱབ་སྟོན་འབད་
ནི།

༡༩.༣.༣.༥

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ འབྲེལ་གཏོགས་ཡོད་པའི་སྤྱི་གཞི་འགལ་བྱ་ལེན་གྱི་གྲོས་ཚད་བསྟར་
སྟོན་འབད་དགོ།

༡༩.༣.༤

སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་སྤེལ་འགན་འབག་མིའི་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་འདི་གིས་ སྤྱི་གཞི་
འགལ་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྤྱི་གཞི་འགལ་གྱི་བྱ་ལེན་ཚུ་སྤྲོད་གསལ་པ་ལྟེ་གྲོས་ཐག་གཅད་དགོ།

༡༩.༣.༥

སྤྱི་གཞི་འགལ་གྱི་ཉེས་བྱ་ཕྱག་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་རང་ ཡང་ན་གནོད་ཉེན་ཆེ་
བའི་མི་རང་འདི་ སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་དང་ ཞིབ་དཔྱད་ཚོགས་ཚུང་། ཡང་ན་མཐོག་གཞུགས་དབང་
འཛིན་གྱི་འཕྲུས་མི་སྡེ་བཟུགས་མི་ཚོག

༡༩.༣.༤

ཞི་གཤམ་ཅིག་ལུ་ ཉེས་བྱ་བཀལ་ནི་དབང་ཚད་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྟར་འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་
གྱིས་བསྟར་སྟོན་འབད་དགོ།

གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་།	ཉེས་བྱ་རྒྱུ་ཤིང་།	ཉེས་བྱ་ཆེ་ཤིང་།
བཀོད་བྱ་ ༡ པ་ལས་ ༣ པ་/མཁས་མཆོག་ ༡ པ་ལས་ ༣ པ་ཚུན།	ཞི་ལྷན།	ཞི་ལྷན།
བྱད་འཛིན་ ༡ པ་ལས་ལག་ལེན་ ༤ པ་ཚུན།	ལས་སྡེ།	ལས་སྡེ།

༡༩.༣.༥

སློབ་ཁྲིམས་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་གྲོས་ཐག་འདི་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་མིའི་མཐོ་གཏུགས་
དབང་འཛིན་ཚུ་ཡང་།

མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན།	
བདག་སྐྱོང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཚོགས་པ།	རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཐག་གུ་ མཐོ་ གཏུགས་འབད་བའི་གནད་དོན་ཚུ།
རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས།	ལྷན་ཁག་དང་ལས་སྡེ་རྒྱུ་ཁྲིམས་ཐག་གུ་ མཐོ་གཏུགས་འབད་ བའི་གནད་དོན་ཚུ།
ལྷན་ཁག་	ལས་ཁུངས་དང་རྫོག་ཁག་རྒྱུ་ཁྲིམས་ཐག་གུ་ མཐོ་གཏུགས་ འབད་བའི་གནད་དོན་ཚུ།

༡༩.༤ སློབ་འགལ་བྱ་ལེན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ།

ཞི་གཤམ་ཅིག་ལུ་ སློབ་འགལ་བྱ་ལེན་འདི་ཡང་ གཤམ་གསལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེས་སྟོན་ཚུ་ལུ་ཕོག་དགོ།

- ༡༩.༤.༡ ཞི་གཤམ་ཅིག་ལུ་འགལ།
- ༡༩.༤.༢ ལུ་ལྷན་དང་།
- ༡༩.༤.༣ ཞི་གཤམ་ཅིག་ལུ་བཅུ་མཐོང་དང་ཀྱན་སྟོན།

༡༩.༥ དངུལ་འབྲེལ་གྱི་འགན་ཁུར། འགན་འཁུལ། འཁུལ་བ།

- ༡༩.༥.༡ ཞི་གཤམ་ཅིག་གི་ ཡིག་ཚང་གི་ལུ་འགན་དང་འགན་ཁུར་དང་འཁུལ་ཏེ་གཞུང་གི་མ་དངུལ་དང་རྩིས་
ཁ་ ཅ་ཆས་ཚུ་གི་བདག་བཟུང་འབད་དགོ་མི་ཚུ་ ཉན་སྐྱུང་དང་ལྷན་སྡེ་བཞག་ནིའི་འཁུལ་བ་ཕོག་
- ༡༩.༥.༢ གཞུང་གི་མ་དངུལ་དང་ཅ་ཆས་ག་ར་དང་ ཡང་ན་ཁོ་རའི་དབང་བྱུང་གི་ནང་འཁོད་ལུ་དངུལ་རྩིས་དང་

སྤྱི་གཞིའི་མ་འདྲེས་པའི་ཆད་ལུས་ག་ཅི་ར་ཤོར་ཏེ་འབད་རུང་ དེ་གི་འགན་ཁུར་གཙོ་བོ་ ལས་སྡེའི་
འགོ་དཔོན་འདི་ལུ་ཕོག་དགོ།

༡༩.༥.༣

ཞི་གཞིའི་མ་འདྲེས་པའི་ཆད་ལུས་ག་ཅི་ར་ཤོར་ཏེ་འབད་རུང་ གཞུང་གི་ཅ་ཆས་སྤྱོད་ནིའི་འགན་ཁུར་
དང་འཁྲི་བ་ཕོག་པ་མཚན་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་ འབྲུག་གི་ཞི་
གཞིའི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཞིའི་ ཁྲིམས་ལུགས་གཞན་ཚུ་གི་དགོངས་དོན་ཚུ་ལས་འགལ་བའི་སྐབས་
དེ་གི་དོན་ལུ་ གོ་སྐབས་ཆད་དང་ ཡང་ན་བྱ་ལེན་གང་རུང་གི་འགན་ཁུར་དང་འཁྲི་བ་ཡང་ཕོག་དགོ།

༡༩.༥.༤

གཞུང་འཁོར་དང་འཕུལ་ཆས་ཚུ་ ཡང་ན་གཞུང་གི་ཅ་ཆས་གཞན་ག་ཅི་ར་ཤོར་ཏེ་འབད་རུང་ གཞུང་གི་ཚུ་
མཐུན་མ་སྤྱོད་པ་དང་། གནང་བ་མེད་པར་སྤྱོད་པ། ཁོ་གིས་ལོག་སྤྱོད་འབད་བ། ཡང་ན་གཞན་གྱིས་ལོག་
སྤྱོད་འབད་བའི་གནས་གོང་ག་ཞིན་མི་གི་འགན་འཁྲི་འདི་ ཞི་གཞིའི་མ་འདྲེས་པའི་ཆད་ལུ་ཕོག་དགོ། དེ་བཟུམ་མའི་
ཅ་ཆས་ཚུ་ སྤྲོད་མེད་དང་ ཡང་ན་ལོག་སྤྱོད་ལས་བརྟེན་དེ་ འབྲུང་སྤྱོད་ལུགས་པ། མེད་པ་བཏང་བཏང་མ་
དང་ མེད་པ་ཐལ་ཐལ་མུ་ ལོག་སྤྱོད་ཨ་རྟག་ཏེ་ལུགས་བཟོ་ནིའི་འགན་ཁུར་འདི་ཡང་ འབྲེལ་ཡོད་རང་
རང་སོ་སོ་ལུ་ཕོག་

༡༩.༥.༥

གཞུང་གི་མ་དདུལ་གྱི་འགན་འཁྲི་ཡོད་མི་ ཞི་གཞིའི་ག་ར་ཞིན་རུང་ ཁྲིམས་དང་མ་མཐུན་པའི་
གསོག་འཛུགས་འབད་བ་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་པ་ ཡང་ན་དེ་བཟུམ་མའི་ལག་ལེན་གཞན་དང་ མ་དདུལ་
སྤྲོད་མེད་སྤྱོད་བཞག་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་བའི་གྲོང་རྒྱུད་ཚུ་གི་འཁྲི་བ་ག་ར་འདི་ལུ་ཕོག་

༡༩.༥.༦

འགན་འཁྲི་ཡོད་པའི་ཞི་གཞིའི་མ་འདྲེས་པའི་ ཁོ་གིས་གོང་མ་གི་ལས་སྤྱོད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འབད་ཡི་ཟེར་སྐབས་སྤྱོད་
འབད་རུང་ ཁོ་གིས་ཁོ་རའི་གོང་མ་ལུ་ ཡིག་ཐོག་ལས་སྤྱོད་ དེ་བཟུམ་མའི་ལུ་ཚུ་ཁྲིམས་འགལ་ཞིན་ཟེར་
བཀོད་བཀོད་པ་མེད་པ་ཅིན་ ཁོ་འཁྲི་བ་འདི་ལས་འགན་གོལ་གཏང་ཐབས་མེད། ཁྲིམས་འགལ་བྱ་ལེན་
གང་རུང་གི་བཀོད་ཚུ་བྱིན་མི་གོང་མ་འདི་ དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་བའི་གྲོང་རྒྱུད་གང་རུང་ཕོག་མི་འདི་གི་
འགན་འཁྲི་གཙོ་བོ་ཕོག་དགོཔ་མཚན་ དགོས་ངེས་ཀྱི་གསལ་བསྐྲགས་འབད་མ་ཚུགས་པའི་འགན་འཁྲི་
ཅན་གྱི་འགོ་དཔོན་ ཡང་ན་ཞི་གཞིའི་མ་འདྲེས་པའི་ཆད་ལུ་ཡང་ འགན་འཁྲི་གཙོ་བོའི་འོག་གི་ཉེས་བྱ་འདི་ཕོག་

༡༩.༥.༧

ཞི་གཞིའི་མ་འདྲེས་པའི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྤྱོད་གི་དདུལ་སྤྱོད་ལེན། དདུལ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་པའི་
སྐབས་ རང་དོན་ ཡང་ན་དདུལ་འབྲེལ་གྱི་མཐའ་དོན་ག་ནི་ཡང་བསྐྱེད་མི་ཆོག་ གཞུང་གསལ་གྱི་ཚུ་
མཚན་ལུན་པའི་དོགས་པ་ལས་བཀལ་བའི་སྐབས་བྱེད་བཀོད་ནི་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་མི་ངོམ་འདི་ལུ་
བཅའ་ཡིག་འདི་ལས་འགལ་ཏེ་ ལུ་བྱ་འཐབ་པའི་འགན་ཁུར་གཙོ་བོ་ཕོག་དགོ།

༡༩.༥.༧.༡

ལུ་གཞིའི་གི་ཁོ་ཕན་བྱ་གཞི་དང་ ལུ་གཞིའི་གི་དོན་ལུ་ཐབས་མེད་འབད་དགོཔ་
ཐོན་ཡོད་པ།

༡༩.༥.༧.༢

རྒྱུན་དབང་ ཡང་ན་སྤྱོད་བྱེད་འབད་དགོཔ་ཐོན་ཡོད་པ།

༡༩.༥.༧.༣

གྲོང་རྒྱུད་ཉེར་སྐལ་ཕོག་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་དང་ གཞུང་གི་ལུ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་
འབད་ནི་ཡོད་པ་ དེས་བརྟེན་བཟོ་ཐབས་ལུ་འབད་དགོཔ་ཐོན་ཡོད་པ།

༡༩.༤ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ།

- ༡༩.༤.༡ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་ཐབས་ལམ་གྱི་དགོས་དོན་ཡང་ ལས་གཡོག་པ་དང་གཅིག་ཁར་སྤྱོད་ངན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ཚུ་ འདྲི་དབྱེད་འབད་དེ་ རོས་ལེན་འབད་མ་ཚུགས་པའི་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་འདི་ ལེགས་བཅོས་འབད་ནིའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ལས་རོས་འཛིན་འབད་ནི་འདི་ཨིན། གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་འདི་ ལེགས་བཅོས་དང་ཡར་བྲག་གཏང་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད་མིའི་ཆབས་ཆེན་མེན་པའི་སྤྱོད་ངན་གྱི་གནས་སྤངས་ཚུ་ནང་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། དེ་ཡང་ ཆད་སྤོང་ནི་དང་། ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་དང་ལཱ་བྱལ་ལཱ་གཞན་པའི་ལང་ཤོར་ཚུ་དང་མི་ཚུ་ཨིན།
- ༡༩.༤.༢ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་འདི་ སླིག་ཁྲིམས་གྱི་བྱ་ལེན་བཀའ་ནིའི་འོས་མེད་གནས་སྤངས་གྱི་སྐབས་སླིག་ཁྲིམས་གྱི་ཅུང་གཅོད་མ་བརྟེན་པར་ ལཱ་ཁོངས་གྱི་ཅུང་ཉོག་ཚུ་བསལ་ནི། མར་ཕབ་གཏང་ནི། དེ་ལས་ ཅུ་མེད་གཏང་ནིའི་ཐབས་ལམ་གྱི་ཐོག་ ལས་གཡོག་པའི་སྤྱོད་ངན་ལེགས་བཅོས་འབད་ནིའི་བརྟེན་འགས་ཅིག་ཨིན། བརྟེན་འགས་འདི་ མཐུན་འབྲེལ་ཅན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་བཏོན་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན།
- ༡༩.༤.༣ ཞི་གཡོག་ནང་གི་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་འདི་ བྱ་སྤྱོད་ལེགས་བཅོས་འབད་དགོཔ་ཡོད་པའི་ཁྲིམས་འགལ་ཆབས་ཆེན་མེན་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་དོན་ལུ་ ནང་འགྲིག་དང་བསྐྱབ་སྟོན། ལམ་སྟོན། ཡང་ན་སྤྱོད་བཅར་ཚུའི་ཐོག་ལས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༩.༤.༤ ལས་སྡེ་གིས་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་དགོ།
- ༡༩.༤.༥ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་གྱི་དོན་ལུ་ བཀོད་བྱུང་དང་མཁས་མཆོག་གི་སྡེ་རིམ། ཡང་ན་ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་གཏང་དགོ།
- ༡༩.༤.༦ ཐབས་ལམ་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་བཅའ་ཁྲིམས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༩.༤.༧ གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་ལཱ་ཡོད་ཆེས་མ་འདྲོངས་པ་ཅིན་ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་འདི་ཆ་མེད་བཏང་སྟེ་ ཅུང་གཞི་འདི་ སླིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་ལཱ་གཏང་དགོ།
- ༡༩.༤.༨ གལ་སྲིད་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་སྐབས་ ཉེས་འཛུགས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ངན་འདི་ ཐོག་མའི་ཤེས་རྟོགས་ལས་ གནས་སྤངས་ཆབས་ཅན་ཅིག་སྟེ་མངོན་གསལ་བྱུང་པ་ཅིན་ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་འདི་ ཆ་མེད་བཏང་སྟེ་ ཅུང་གཞི་འདི་ ལས་སྡེའི་སླིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་ལཱ་གཏང་དགོ།

༡༩.༩ སྤྲིག་ཁྲིམས་འདི་དཔྱད་ཀྱི་བ་སྟོན།

༡༩.༩.༡ སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་སྤེལ་འགན་འབག་མིའི་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་འདི་གིས་ སྤྲིག་འགལ་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྤྲིག་འགལ་གྱི་བྱ་ལེན་ཚུ་སྟོན་གསན་པ་བ་སྟོ་གོས་ཐག་གཅད་དགོ།

༡༩.༩.༢ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ རྩོད་གཞི་ཚུ་བསལ་ནིའི་དོན་ལུ་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདུམ་ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་འོས་འབབ་མེད་པ། ཡང་ན་མཐར་འཁྱོལ་ཅན་ཅིག་མེད་པ་སྟེ་ ཤེས་རྟོགས་བྱུང་པ་ཅིན་ གཤམ་གསལ་གྱི་རིམ་པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྤྲིག་ཁྲིམས་ཀྱི་འདི་དཔྱད་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་བཀོད་རྒྱ་གནང་དགོ།

༡༩.༩.༢.༡ རིམ་པ་ ༡ པ། འགན་འཁྲི་ཕོག་མི་ལུ་བན་སྐྱལ།

ཀ། སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ དེ་བཟུམ་མའི་རྩོད་ཉེག་འདི་ རེས་ཤེས་འདྲོང་རྟོགས་པའི་སྐབ་བྱེད་ཡོད་པའི་སྐབས་ འགན་འཁྲི་ཕོག་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་བཅུགས་འདི་ ཡིག་ཐོག་ལས་བན་སྐྱལ་འབད་དགོཔ་དང་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གིས་ བན་སྐྱལ་འབྱོར་བའི་ཉེས་མ་ལས་ ཉེན་གངས་ ༡༥ གི་ནང་འཁོད་ལུ་ ཁྲུངས་བཤད་ལུ་དགོ་པའི་བཀོད་རྒྱ་བྱིན་དགོ།

ཁ། འགན་འཁྲི་ཕོག་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ གལ་སྲིད་ཡོད་པ་ཅིན་ ཉེས་བཅུགས་ཚུ་ སྐབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཁྲུངས་བཤད་འབད་དགོ།

ག འགན་འཁྲི་ཕོག་མིའི་ཞི་གཡོག་པའི་ཁྲུངས་བཤད་འདི་གིས་ བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་འཛུགས་བཀལ་ཡོད་མི་ཚུ་ གཞི་རྟེན་མེད་པའི་དོགས་སེལ་རྒྱབ་པ་ཅིན་ སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ རྩོད་གཞི་འདི་ཆ་མེད་གཏང་ཆོག

༡༩.༩.༢.༢ རིམ་པ་ ༢ པ། ཞིབ་དཔྱད།

ཀ། ཞིབ་དཔྱད་མ་འབད་བར་ ཏང་བདེན་གྱི་གོས་ཚོད་བཏོན་མི་ཚུགས་ནིའི་ཡིད་ཆེས་འདྲོངས་པའི་སྐབས་ སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་ཆོག

ཁ། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ བདག་སྐྱོང་ཉེས་འཛུགས་ ཡང་ན་ཉེག་བཤད་བཀོད་མི་ཚུ་ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ། འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྲིག་གཞི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་གཞན་ཚུ་གི་དགོངས་དོན་དང་མཐུན་པ་སྟེ་འབད་དགོ།

- ག ཅོད་གཞི་ཚུ་རྟོག་བློ་མེད་མི་དང་། ཉེས་འཛུགས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་དེ་
ཚབས་ཅན་མེན་པ་ཅིན་ སྤྱི་ལོ་མེད་ཚུ་མེད་ཀྱི་འཕྲུལ་མི་བྱུང་ཆེན་
གྱིས་ ཞིབ་དཔྱད་དང་བདེན་དཔྱད་འབད་དེ་ སྤྱི་ལོ་མེད་ཚུ་མེད་ཀྱི་འཕྲུལ་
ཕུལ་དགོ།
- ང་། གཤམ་སྤྱོད་ གནད་དོན་ཅིག་ འགོ་ཐོག་ལུ་རྟོག་བློ་མེད་ ཡང་ན་ཚབས་ཆེན་
མེན་སྤྱོད་ཐོན་ཡོད་རུང་ ཞིབ་དཔྱད་གྱི་སྐབས་ གནད་དོན་འདི་རྟོག་
བློ་མེད་ཅན་དང་ཚབས་ཅན་ཡིན་པའི་མཛུགས་གསལ་བྱུང་པ་ཅིན་ གནད་
དོན་འདི་ ཞིབ་དཔྱད་ཚུ་མེད་ཀྱི་འཕྲུལ་གཏང་དགོ།
- ཅ། ཞིབ་དཔྱད་པ་ ཡང་ན་ཞིབ་དཔྱད་ཚུ་གསལ་བྱུང་གིས་ སྤྱི་ལོ་མེད་ཚུ་མེད་
ཀྱི་འཕྲུལ་ བཀོད་ཀྱི་ཐོབ་པའི་ཉིན་གྱི་ཁྱེད་སྤྱོད་ གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་ཞིབ་
དཔྱད་འབད་ནིའི་འགོ་བཙུགས་དགོ།
- ཆ། ཞིབ་དཔྱད་འདི་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་ནི་འགོ་བཙུགས་པའི་ཆེས་ལས་ ཉིན་
གྱི་ཁྱེད་སྤྱོད་ གྱི་ཁྱེད་འཁོད་ལུ་མཛུགས་བསྐྱུར་དགོ། སྤྱི་ལོ་མེད་ཚུ་
གསལ་བྱུང་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་གྱི་དུས་ཡུན་མཐོ་ཤོས་ཉིན་གྱི་ཁྱེད་སྤྱོད་ གྱི་ཁྱེད་སྤྱོད་
འབད་ཆོག
- ཇ། ཞིབ་དཔྱད་འབད་བའི་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་ག་ར་ བྱུང་མཉམ་དང་བྱུང་
བདེན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་ཐོག་ལས་ཆ་བཞག་འབད་དགོ།
- ཉ། ཞིབ་དཔྱད་པ་ ཡང་ན་ཞིབ་དཔྱད་ཚུ་གསལ་བྱུང་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་
བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ལས་འཕྲུལ་ཤོར་བྱུང་བ། ཡང་ན་ཉན་མ་བཟུབ་པའི་
གནས་སྤངས་གྱི་སྐབས་ སྤྱོད་ཐོན་ཡོད་མི་ཚུ་གཞི་བཞག་སྤྱོད་ བདེན་པ་
འཛུགས་ཆོག
- ཏ། ཅོད་གཞི་གི་སྤྱོད་ཐོན་འདི་ འཕྲུག་ཀྱི་ལམ་ལུ་སྤྱོད་ཐོན་བཅའ་ཁྲིམས་
དང་འཁྲིལ་དགོ།
- ཐ། ཞིབ་དཔྱད་པ་ ཡང་ན་ཞིབ་དཔྱད་ཚུ་གསལ་བྱུང་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་མཛུགས་
བསྐྱུར་བའི་ལམ་ལས་ ལཱ་དུས་གྱི་ཉིན་གྱི་ཁྱེད་སྤྱོད་ གྱི་ཁྱེད་སྤྱོད་ སྤྱི་ལོ་
མེད་ཚུ་མེད་ཀྱི་འཕྲུལ་ ཡིག་ཐོག་གི་སྤྱོད་ཐོན་ལུ་ཕུལ་དགོ།
- ད། ཞིབ་དཔྱད་གྱི་འོག་ལུ་ཡོད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ གསལ་སྤྱོད་འབད་
ནིའི་འོས་འབབ་མེད་པའི་བདེན་དོན་གང་རུང་མ་གཏོགས་ ཞིབ་དཔྱད་གྱི་
སྤྱོད་ཐོན་ཆ་ཚང་གི་འདྲ་ཅིག་བྱུང་དགོ།

ངེམ་པ་ ༣ པ། སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཞལ་འཛོམས།

༡༥། སྤྲིག་ཁྲིམས་ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་དགོས་དོན་ཡང་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ (འོས་
ལུན་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་སྒྲུ་ལུ་ ཡང་ན་དེའི་ཆ་གས་ཚུ་བརྩིས་ཏེ་) གནད་དོན་
གང་རུང་སྤྱོད་ནི་དང་། ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ རོས་ལེན་འབད་བཅུག་ནིའི་
དོན་ལུ་ཨིན།

༡༦། སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་འདི་གིས་ གོས་ཐག་ཚུ་འབྲེལ་མཉམ་དང་གོ་
མཚུངས་སྤྱོད་པ་ལེས་བརྟན་བཟོ་ནི་དང་། གནད་དོན་ལེ་ལེ་སྤྱོད་ཐུང་ཚུ་
གཟབ་གཟབ་སྤྱོད་བརྩི་འཛུགས་འབད་དགོ།

༡༧། སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་
བཅུད་གང་རུང་ཐོབ་ཡོད་པའི་སྒྲུ་ལུ་འདི་ བརྩི་འཛུགས་འབད་དགོ།

༡༨། ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཞིབ་དཔྱད་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནད་དོན་གང་རུང་
བཀོད་པའི་སྐབས་ ལན་རྒྱབ་ནིའི་གོ་སྐབས་བྱིན་དགོ།

༡༩། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་སྒྲུ་ལུ་འདི་བཟུའི་ལན་རྒྱབ་མ་
ཚུགས་པ་ ཡང་ན་སྤྱོད་ཐུང་གང་རུང་ཕུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ སྤྲིག་ཁྲིམས་
ཚོགས་ཚུང་གིས་ སྤྱོད་ཐུང་ཡོད་མི་གུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གོས་ཐག་གཅན་
ཚོག་

༢༠། སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་སྒྲུ་ལུ་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་ ཉིན་
གངས་ ༣༠ གི་ནང་འཁོད་ལུ་ དེའི་ཞལ་འཛོམས་མཚུགས་བསྟུ་དགོ།

༢༡། ཞིབ་དཔྱད་སྒྲུ་ལུ་དང་སྤྱོད་ཐུང་གུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ བདེན་ཚུན་ཕྱེས་
ཞིན་མ་ལས་ སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ བྱང་ན་གྱི་གནས་སྤངས་དཔྱེ་
ཞིབ་འབད་ནི་དང་། ཞི་གཡོག་དང་ གནད་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་
ཀྱི་ཁྲིམས་ཚུ་དང་འགལ་བ་གང་རུང་ཡོད་ན་ཐག་བཅད་ཞིན་མ་ལས་ ཞལ་
འཛོམས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་གུ་ཐག་གཅན་དགོ།

༢༢། སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཞལ་འཛོམས་
མཚུགས་བསྟུ་བའི་སྐབས་ དོན་ཚན་ ༡༩.༡༣ པ་དང་འབྲེལ་ ཉེས་བྱ་གང་
རུང་བཀའ་དགོས་ཡོད་ན་ཐག་གཅན་དགོ།

༢༣། སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་ཐབས་མེད་དགོངས་ལུ་
ཡང་ན་རྩ་བ་སྤྱོད་གཏང་ནི་བརྩིས་ཏེ་ ཉེས་བྱ་གང་རུང་མ་བཀའ་བའི་ཉེ་མ་
ཉེས་སྤྱོད་ཀྱི་གནས་ཤིང་ ཉེས་སྤྱོད་ཕྱིར་བཤོལ་ ཡང་ན་ཞིབ་དཔྱད་ལུ་

ཐུག་དགོ་པའི་གནས་སྟངས་དང་ འགན་འཁུ་ཕོག་མིའི་འདས་པའི་གཡེག་
 བོ་ཚུ་བཅི་འཛོག་འབད་དགོ།

༡༩.༩.༣.༤ རིམ་པ་ ༤ པ། གླིག་ཁྱིམ་ས་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚད་བསྟར་ཐུང་།

ག། སྒྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཀྱང་གི་གྲོས་ཚད་ཚུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཀྱང་ལུ་ཕུལ་
 ཞིན་མ་ལས་ གཞུང་འབྲེལ་བྱ་ཆ་འཛོག་འབད་དེ་ བསྟར་སྦྱོང་འབད་
 དགོ།

ལ། གྲོས་ཚད་འདི་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཆུང་གིས་ཆ་འཇོག་འབད་ཞིན་མ་ལས་
ལཱ་དུས་ཀྱི་ཉིན་གངས་ ཡ གི་ནང་འཁོད་ འགན་འཁུའི་ཅན་འདི་ལུ་བར་
ལན་འབད་དགོ།

ག གོས་ཆོད་ཡི་གུ་འདི་ ལས་སྤེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུད་གི་ཁྱིམ་ཁྱེད་གྱིས་
མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

ང་། གོས་ཆོད་ཡི་གུའི་འདྲ་ཅིག་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་མཁུ་ལུ་ཕུལ་
དགོ།

༡༩.༩.༣ མཐོ་གཏུགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཚུའི་སྐབས་ མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་གྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ཚེགས་ཀྱང་གིས་
 མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་གྱིས་གྲོས་ཚད་བཏོན་མི་འདི་ མཐོ་གཏུགས་ལས་ལྟེ་མི་སྟོབས་ཚེགས་ཀྱང་
 གིས་བསྐྱར་སྟོན་འབད་དགོས་ཟེ། བཀོད་ཀྱི་ཕྱིན་དགོ།

༡༩.༡༠ དགོངས་ལྷན།

༡༩. ༡༠. ༡ དགོངས་པོ་ག་ཟེར་མི་འདི་ རེས་པར་དུ་མེན་པར་ ཐག་གཅད་ཀྱི་དབང་ཚད་དང་འབྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་
དགོ་མི་ཅིག་ཡིན། དེ་ཡང་ མི་ངོས་འདི་ཡིག་ཚང་ནང་ར་སྤྱོད་པ་ཅིན་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་བཞིན་ཡོད་མི་
འདི་ལུ་གཞོད་ནི། ཡང་ན་སྤྱབ་བྱེད་ཚུ་ ཉེང་སྐལ་ར་ བསམ་བཞིན་ལོག་སྤྱོད། ཁྲིམས་འགལ། ཡང་ན་
གཞོད་རྒྱུ་འབྱུང་ནི་ལས་བཀག་ནི་འེ་ཐབས་ལམ་ཅིག་ཡིན།

༡༩.༡༠.༡ འབྲུག་གི་ངན་ལྷན་བཀྲ་སྒྲོམ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༡ ཅན་མའི་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་ལྟར་བྱ་
མ་གཏོགས་ བཀོད་བྱས་དང་མཁས་མཚོག་སྡེ་རིམ་གྱི་ཞི་གཡོགས་ དགོངས་ཕོག་གཏང་ནིའི་དབང་ཚད་
འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཨིན་དགོ།

༡༩.༡༠.༣ གྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་འདི་གིས་ དཔོངས་ཕོག་གཏང་མིའི་བདག་སྐྱོང་གི་འགན་ཁུར་འབག་མིའི་ནང་
གྲལ་གཏོགས་འབད་དགོཔ་དང་། བདག་སྐྱོང་གི་ཁྲིམས་དང་རང་བཞིན་གྱི་ཏང་ཁྲིམས། བྱ་སྐྱོའི་ལམ་
ལུགས་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ ཉེས་འཇུགས་ཅན་འདི་གིས་ དཔོངས་ཕོག་བཀའ་ཁྱུ་ལུ་ཆ་གནས་གྱི་གདོང་ལེན་

འབད་ནིའི་གོ་སྐབས་འདྲ་མཉམ་དང་ལངས་སྡེ་བྱིན་ནི་ལུ་ དགོངས་པོག་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་གསལ་འགོ་
འབྲེན་འཐབ་དགོ།

༡༩.༡༠.༤

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནས་སྤངས་ཚུ་དང་འབྲེན་ཏེ་དགོངས་པོག་གཏང་ཆོག

༡༩.༡༠.༤.༡ སྤྱི་མཐུན་ཀུན་སྤྱོད་ཚུ་དང་པའི་གནད་དོན་ཚུ།

༡༩.༡༠.༤.༢ ལཱ་འགན་བཀོ་བཞག་ནི་དང་སྤངས་མེད་བཞག་མི་ལས་བཞེན་ གཞུང་ལུ་སྤྱོད་ཀྱི་
བཀལ་མི།

༡༩.༡༠.༤.༣ ཉེས་འཛུགས་འདི་ མི་མང་ལས་གཡོག་པའི་གཞུང་འབྲེན་གོ་གནས་དང་འབྲེན་བ་
ཡོད་པ་ཅིན།

༡༩.༡༠.༤.༤ གཞུང་གཡོག་པ་ཅིག་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་རང་དབང་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་འགལ་བ། ཡང་
ན་ དབྱེ་རིམ་གཉིས་པ་དང་ དེའི་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཉེས་ཆེན་གྱི་ཉེས་འཛུགས་པོག་ཡོད་མི་
དང་།

༡༩.༡༠.༤.༥ དེ་བཟུམ་མའི་གནས་སྤངས་གཞན་གང་རུང་ཡོད་མི།

༡༩.༡༠.༥

ཉེས་འཛུགས་ཚུ་ཆར་གཅིག་བཀལ་ཞེན་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་དགོངས་པོག་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་
མང་གི་མཐའ་དོན་འདི་ ཐག་གཅད་ནིའི་ལམ་སྟོན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ཅིག་ཡིན་དགོ། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཁྲིམས་
མཐུན་ཅིག་ནང་ཉེས་འཛུགས་པོག་སྟེ་ ཞིབ་དཔྱད་བསྐྱར་བཞག་གི་སྐབས་ དགོངས་པོག་གཏང་ནིའི་
ཐད་ཁར་ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནས་སྤངས་ཚུ་བཅི་འཛོག་འབད་དགོ།

༡༩.༡༠.༥.༡ ཡིག་ཆར་ནང་འཕྲོ་མཐུད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ལས་བཞེན་ སྤྱི་མཐུན་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་
གཞོད་ཉེན་ཡོད་པ།

༡༩.༡༠.༥.༢ ཡིག་ཆར་ནང་འཕྲོ་མཐུད་མི་འདི་གིས་ ཡིག་ཆར་ ཡང་ན་ལས་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་
ཁྲིམས་མགོ་མཐུག་སྟོན་ཉེན་སྟོམ་ཡོད་པ།

༡༩.༡༠.༥.༣ ཡིག་ཆར་འཕྲོ་མཐུད་མི་འདི་གིས་ རྒྱ་ཆེ་བའི་མི་མང་གི་མཐའ་དོན་དང་འགལ་བ།
ཡང་ན་བྱ་རྒྱུ་དང་དན་ལྷན་ནང་གཤམ་གསལ་གྱི་ཡོད་མིའི་གཞུང་གཡོག་པ་དང་གཅིག་
ཁར་ ཞིབ་ཞིབ་སྡེ་འབྲེན་བ་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ གཞུང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་འགལ་ལེན་འཐབ་
དགོཔ་ཐོན་པའི་སྐབས།

༡༩.༡༠.༥.༤ དན་ལྷན། གཞུང་དབྱེ་མཉམ་ཟུང་ཚུལ་མིན་སྟོན་པ། འོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་དངོས་ཚུ་
འཆང་བ། སྤྱི་མཐུན་གྱི་དོན་ལུ་ གཞུང་དོན་གྱི་དབང་ཆ་དང་ལོག་སྟོན་འབད་བའི་
གནད་དོན་ཚུ་ཡོད་པ།

༡༩.༡༠.༥༥ ཉེས་འཇུགས་བཀལ་ཡོད་མི་ཚུ་ གཞུང་འབྲེལ་དུ་བཅོམ་ཁྲིམས་ནང་མཇུག་བསྟུ་བཀལ་ན་ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ་དང་ཚ་བསྐྱད་གཏང་ནི་བཅིས་ཏེ་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་ཕྱིར་བཏོན་འབད་བ་དང་།

༡༩.༡༠.༥༦ དེ་བཟུམ་མའི་གནས་སྟངས་གཞན་གང་རུང་ཡོད་མི།

༡༩.༡༠.༥ ལས་སྡེ་གིས་ དགོངས་ཕོག་ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་ཚང་བཀའ་ཁྱིལ་ཅིག་བཏོན་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་བན་སྐྱལ་འབད་དགོ།

༡༩.༡༠.༧ གལ་སྲིད་ དགོངས་ཕོག་བཀའ་ཁྱིལ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བཏོན་མ་ཞིན་པ་ཅིན་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་བན་སྐྱལ་འབད་དགོ།

༡༩.༡༠.༨ དགོངས་ཕོག་ནང་ཞིན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ དགོངས་ཕོག་མ་བཏང་བའི་སྤྱི་གོང་ལུ་ཐོབ་པའི་གཞི་རྒྱུ་དངུལ་ཕོགས་ལས་ཕྱིད་ཀ་ཅིག་ འཛོལ་ཐུག་སྡེ་འཐོབ་དགོ།

༡༩.༡༠.༩ མཇུག་གི་གཞི་རྒྱུ་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ འདི་ ཁྲིམས་ཁང་ ཡང་ན་སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ བྱ་རིམ་མཇུག་མ་བསྟུ་ཚུན་ཚེད་འཛོལ་ཐུག་སྡེ་སྤྱོད་དགོ། ཞིན་རུང་ ཁྲིམས་ཁང་ ཡང་ན་སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ བྱ་རིམ་ཚུ་མཇུག་བསྟུ་བའི་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ཉེས་པ་མེད་པ་སྡེ་ཐོན་པ་དང་ ཉེས་འཇུགས་ག་ར་གི་ཉེས་གོལ་གྲུབ་སྟེ་ དེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལཱ་གཡོག་ནང་ལོག་སྟེ་བཅུགས་པ་ཅིན་དགོངས་ཕོག་གི་དུས་ཡུན་ནང་སྤྱོད་རིང་གི་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ དང་ གཞན་ཁེ་ཕན་ཚུ་ག་ར་ཅིས་རྒྱབ་སྟེ་འཐོབ་དགོ།

༡༩.༡༠.༡༠ ཉེས་འཇུགས་ཕོག་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ཉེས་མེད་སྟེ་ཐོན་ཡོད་པ་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཉེས་འཇུགས་ག་ར་གོལ་ཏེ་ དགོངས་ཕོག་གི་དུས་ཡུན་འདི་ དགོངས་ཁུའི་གསོལ་ར་དང་ ལོ་ལྟར་དངུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་། དེ་ལས་གོ་གནས་ཡར་སེང་རྒྱང་མ་གཅིག་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་གཡོག་ངོ་མའི་དུས་ཡུན་གྱི་ཆ་ཤས་ཅིག་སྟེ་བཅུ་དགོ།

༡༩.༡༠.༡༡ དགོངས་ཕོག་གི་བཀའ་ཁྱིལ་འདི་ འོས་ལྷན་དབང་འཛིན་གྱིས་བསྐྱར་བཅོས་བཏང་བ་ ཡང་ན་ཆ་མེད་བཏང་ན་ མ་གཏོགས་དེ་མིན་ བཀའ་ཁྱིལ་འདི་ནང་ ག་བཀོད་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་གནས་དགོ།

༡༩.༡༠.༡༢ དགོངས་ཕོག་བཏོན་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་བྱ་རིམ་དང་ ཡང་ན་དེ་མིན་པའི་གནད་འབྲེལ་ཅིག་ལུ་བཞེན་ དགོངས་ཕོག་ནང་སྤྱོད་མི་འདི་ལུ་ སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་རིམ་གཞན་མི་ཅིག་གི་ཚུད་བཞེར་འདི་འགོ་ བཅུགས་པ་ཅིན་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་འདི་གིས་ བྱངས་ལྷན་གྱི་རྒྱ་མཚན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཚུད་བཞེར་གྱི་བྱ་རིམ་ག་ར་མཇོགས་ཚུན་གྱི་བར་ན་དགོངས་ཕོག་ནང་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་བཞག་དགོ་པའི་བཀའ་ཁྱིལ་ཕྱིན་ཆོག

༡༩.༡༠.༡༣ དགོངས་ཕོག་གི་སྐབས་ལུ་ ཉེས་འཇུགས་ཕོག་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་པ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་བཀལ་ཡོད་པའི་བདག་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ཚུད་གཞི་འདི་ འདི་འཕྲོ་ལས་གོས་ཐག་

གཅད་དགོ། དེ་ཡང་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་འཐོབ་དགོས་སྟེ་ ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་ཁོ་པ་ན་ཚུ་ ཁོ་རའི་
བཟའ་ཚང་ ཡང་ན་ཁྱིམ་ས་མཐུན་རྩི་ཆ་བ་ཀྱིས་འཐོབ་ཚུགས་ནི་དོན་ལུ་ཨིན།

༡༩.༡༠.༡༩

འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ དགོངས་ཐོག་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ བདག་སྐྱོང་གི་བྱ་རིམ་
ཡང་ན་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་བྱ་རིམ་ག་ར་མཚུག་བསྟུ་སྟེ་མཐའ་དཔུང་གི་གོས་ཚད་མ་གནང་ཚུན་ དགོངས་ཐོག་ནང་
ལུ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་ཚབ་མ་ ལས་གཡོག་པ་གསར་པ་གཡོག་བཙུགས་འབད་མི་ཚོག

༡༩.༡༡ ཚུད་བཞེར་བཙུད་བསྟུས།

༡༩.༡༡.༡

ལས་སྡེ་འི་མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུ་གི་རྒྱབ་སྐྱོན་འབྱོར་བའི་ཤུལ་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་
གཤམ་གསལ་གནད་དོན་གང་རུང་བྱུང་བའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ གཞུང་འབྲེལ་ཞིབ་དཔུང་འབད་མ་དགོ་
པར་ ཐབས་མེད་དགོངས་ཁྱུ་གཏང་དགོས་ཐོན་པ།

༡༩.༡༡.༡.༡

དུས་རྒྱུན་དུ་སྤྱོད་ལས་ངན་པ་དང་ ལཱ་ཤུལ་སྐྱོད་པ་སྟེ་སྟོན་པ་ཡང་ན།

༡༩.༡༡.༡.༢

ཉེས་སྤྱོད་ཚབས་ཆེན་འབད་ཡོད་པའི་འཁྲི་བ་བཀལ་ཡོད་པ་དང་ ཞི་གཡོག་པ་དེ་ར་
གིས་ཁ་བཟེད་ཡོད་པའི་ཁར་ ཐེ་ཚོམ་མེད་པའི་བདེན་སྐྱོར་ཐོབ་ཡོད་པ།

༡༩.༡༢ ཉེས་བྱ།

༡༩.༡༢.༡

བདག་སྐྱོང་སྤྱི་གཤམ་འགལ་བྱ་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ ཉེས་འཛུགས་རེ་ལུ་ ཉེས་བྱ་རེ་རེ་བཀལ་དགོ། ཨིན་རུང་ དེ་
གི་གངས་སུ་ ཉེས་བྱ་ཐག་གཅད་ནི་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་དགོས་མཁོ་བྱུང་ཡོད་པའི་བདག་སྐྱོང་གི་
བྱ་རིམ་མ་འདྲམ་ཚུ་མི་ཚུད།

༡༩.༡༢.༢

གནས་སྤངས་ཅོག་འཐད་པའི་ནང་ལུ་བྱུང་བའི་ཉེས་སྤྱོད་ཅོག་འཐད་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཉེས་བྱ་ཡང་
ཅོག་འཐད་པ་བཀལ་དགོ།

༡༩.༡༢.༣

བདག་སྐྱོང་ཚུད་གཞི་འི་ཉེས་བྱ་སྟེ་ བཙོན་ཁྲིམས་བཀལ་མི་ཚོག བཙོན་ཁྲིམས་འདི་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་
ས་ལས་རྒྱུང་མ་གཅིག་བཀལ་ཆུ་གནང་ཚོག གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཀལ་དགོས་ཐོན་པ་ཅིན་ རྒྱལ་
གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་སྤྱི་གཤམ་ཚོགས་རྒྱུ་གིས་ ཉེས་འཛུགས་ཐོག་མའི་ཞི་གཡོག་པ་
འདི་ལུ་ འོས་འབབ་ལཱ་ན་པའི་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཉེས་བཙུགས་འདི་ འབྲུག་གི་ཁྲིམས་འདུན་ལུ་བཙུགས་
དགོ།

༡༩.༡༢.༤

ཞི་གཡོག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་གཤམ་འགལ་གྱི་ཚུད་གཞི་ཚུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལུ་ ཁྲིམས་འགལ་ཁྲིམས་
དཔུང་འབད་དགོས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པ་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་ལས་སྡེ་གིས་ ཚུད་དཔོན་ཡོངས་
ཁྱབ་ཡིག་ཚང་བརྒྱད་དེ་ཁྲིམས་ཁང་ལུ་གཏང་དགོ།

༡༩.༡༢.༥ ཞེ་གཡོག་པ་ཅིག་ ཁྲིམས་ཁང་ལས་ ཡིག་ཚང་གི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེས་ཕྱ་དང་ དེའི་ཡན་ཆད་
ཀྱི་ཉེས་ཅན་སྟེ་བརྟོན་པ་ཅིན་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ ཞེ་གཡོག་ནང་ལས་རྩ་བསྐྱད་གཏང་དགོ།

༡༩.༡༢.༦ ཞེ་གཡོག་པ་ཅིག་ ཁྲིམས་ཁང་ལས་ ཡིག་ཚང་གི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ ཉེས་ཕྱ་དང་ དེའི་
ཡན་ཆད་ཀྱི་ཉེས་ཅན་སྟེ་བརྟོན་པ་ཅིན་ ཞེ་གཡོག་པ་འདི་ ཞེ་གཡོག་ནང་ལས་ དགོངས་ཁྱའི་ཁེ་ཕན་དང་
གཅིག་ཁར་ ཐབས་མེད་དགོངས་ཁྱེ་གཏང་དགོ།

༡༩.༡༢.༧ ཞེ་གཡོག་པ་འདི་ལུ་བཀལ་བའི་བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་བྱ་གང་རུང་ཅིག་ ཁོ་རའི་གཡོག་ཐོའི་ནང་བཀོད་དགོ།

༡༩.༡༢.༨ སྤྱི་ཁྲིམས་ཚུགས་ཆུང་གིས་ ཁྲངས་ལྷན་གྱི་བླ་མ་དཔྱད་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ གནས་སྤངས་རེ་རེའི་དོན་
ལུ་ འོས་འབབ་ཆེ་བའི་བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་བྱ་ཐག་གཅད་ནིའི་ནང་ འབྲེལ་ཡོད་རྒྱ་ཁྱེན་ཚུ་བརྩི་འཛིན་
འབད་དགོ།

༡༩.༡༢.༩ ཞེ་གཡོག་པ་ཅིག་ བཅའ་ཡིག་འདི་གིས་འགབ་མ་ཚུགས་པའི་ཉེས་སྤྱོད་གཞན་གང་རུང་གི་ཉེས་འཛུགས་
བཀལ་ཚུགས་དང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞེ་གཡོག་ལྷན་ཚུགས་ ཡང་ན་ལས་སྡེའི་སྤྱི་ཁྲིམས་ཚུགས་ཆུང་གིས་
བཅའ་ཡིག་འདི་ནང་ཡོད་པའི་ཉེས་སྤྱོད་ ཡང་ན་ཉེས་བྱ་ཚུ་དང་ག་བསྐྱར་འབད་དེ་ཐག་བཅད་པའི་
བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་བྱ་ཚུ་ཡང་ཕོག་དགོ།

༡༩.༡༢.༡༠ ཉེས་བྱ་བཀལ་ནིའི་ཐད་ལུ་ སྤྱི་ཁྲིམས་ཚུགས་ཆུང་གིས་ ཉེས་སྤྱོད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་ཚབས་ཆེ་ཉེང་ཚུ་
བཟླ་དགོཔ་མ་ཆད་ ཉེས་འཛུགས་ཕོག་མིའི་ཞེ་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཉེས་སྤྱོད་ཚབས་ཆེ་ཆུང་ག་ཅི་ལུ་
བརྟེན་ཏེ་ འབད་དགོཔ་བྱུང་བྱུང་ཨིན་ན་གི་གནས་སྤངས་ཚུ་ཡང་བཟླ་དགོ།

༡༩.༡༢.༡༡ གཤམ་གསལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཚུ་ཉེས་བྱ་ཆུང་རིམ་གྱི་གངས་སུ་ཚུད་པ་ཨིན།

༡༩.༡༢.༡༡.༡ བཀའ་བཏྲོན་གནང་སྟེ་བཞག་དགོ་པའི་སྤྱིར་བཏང་གནད་དོན་ཚུ་ཡང་།

ཀ། གྲིག་གི་སྟེ་མ་འོང་མི།

ཁ། སྤྱི་ཁྲིམས་ལམ་ལྗོངས་གཞག་མེད་མི།

ག སྤྱི་ཁྲིམས་མེད་དང་སྤྱོད་རན་ཐལ་མི།

ང། ལཱ་ལུ་སྤྱོད་ཤོས་དང་།

ཅ། ལཱ་གཡོག་སྤང་མེད་བཞག་མི་དང་བློ་མ་མ་བརྟོན་པར་འབད་མི།

༡༩.༡༢.༡༡.༢ ཟླ་རོ་གཅིག་གི་དངུལ་ཕོགས་ལས་མ་ལྷག་པའི་ཉེས་ཆད་བཀལ་ནི།

༡༩.༡༢.༡༡.༣ ཡུན་ཐུང་སྤྱོད་བཅར་བཀག་བཞག་ནི།

༡༩.༡༢.༡༡.༤ ལོ་ལྷམ་དངུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་གཅིག་ ཡང་ བཀག་ཉེས་མ་བྱིན་པར་བཞག་ནི།

༡༩.༡༢.༡༡.༢ བཀའ་བཏོན་ ཡང་ན་ཉེས་བྱ་ཆུང་རིམ་ཚར་གསུམ་ ཡང་ན་གསུམ་ལས་ལྷག་མི་
འདི་ལུ་ ཉེས་བྱ་ཆེ་རིམ་ཤོག

༡༩.༡༢.༡༢ གཤམ་གསལ་ཚུ་ཉེས་བྱ་ཆེ་རིམ་ཨིན།

- ༡༩.༡༢.༡༢.༡ ལོ་ངོ་ ༣ ལས་ ༥ ཚུན་གྱི་ལོ་ལྷན་དངུལ་ཤོགས་ཡར་སང་མ་བྱིན་པར་བཞག་ནི།
- ༡༩.༡༢.༡༢.༢ ད་ལྟོའི་དངུལ་ཤོགས་ཚད་གཞི་ལས་ མར་ཕབ་འབད་ནི། ཨིན་རུང་ ཅུས་ཚོད་
ཚངམ་ད་གི་སྦྱར་བཏང་ཡར་སང་གི་ཐོབ་དབང་ཡོད།
- ༡༩.༡༢.༡༢.༣ ལཱ་ལོག་སྟེ་འབད་བཅུག་ནི།
- ༡༩.༡༢.༡༢.༤ གོ་གནས་ཡར་སང་བཀག་བཞག་ནི།
- ༡༩.༡༢.༡༢.༥ གོ་གནས་ ཡང་ན་གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་དམའ་སར་ཕབ་ནི།
- ༡༩.༡༢.༡༢.༦ ཡུན་རིང་སྦྱོར་བཅར་བཀག་བཞག་ནི།
- ༡༩.༡༢.༡༢.༧ དགོངས་ཁུའི་ཁེ་ཕན་དང་བཅས་པའི་ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ་གཏང་ནི།
- ༡༩.༡༢.༡༢.༨ རང་སེའི་ཞལ་འདེབས་འདི་མ་བཅུས་པར་ དགོངས་ཁུའི་ཁེ་ཕན་དང་གཞན་ཁེ་
ཕན་ཚུ་ མ་ཐོབ་སྟེ་ཅ་བསྐྱད་གཏང་ནི།

༡༩.༡༣ མཐོ་གཏུགས་གྱི་དབང་ཆ།

༡༩.༡༣.༡ སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཚོགས་ཆུང་གིས་གོས་ཚོད་ཅིག་བཏོན་མི་འདི་གིས་ ཉམས་སྤྱད་བྱུང་བའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་
ལུ་ མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་ལུ་མཐོ་གཏུགས་ཁུ་མིའི་དབང་ཚད་ཡོད། ཉམས་སྤྱད་ཅན་གྱི་ཞི་
གཡོག་པ་ ཡང་ན་འགན་གནས་ལས་སྟེ་འདི་གིས་ སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་ལེན་ནང་ལུ་ ཤོ་མཚུངས་མེད་པའི་
གནད་དོན་རེ་མཐོང་པ་ཅིན་ ཚུད་གཞི་འདི་ མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་ལུ་མཐོ་གཏུགས་འབད་དགོ།

༡༩.༡༣.༢ ཉེས་འཇུགས་ཤོག་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཚོགས་ཆུང་གིས་གནང་བའི་གོས་ཚོད་འདི་ལུ་
ངལ་རངས་འབྱུང་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ གོས་ཚོད་འདི་འབྱོར་བའི་ཉིན་མ་ལས་ ལཱ་ཅུས་གྱི་ཉིན་གངས་ ༡༠
གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་ མཐོ་གཏུགས་འབད་དགོཔ་དང་ དེ་བཟུམ་མའི་མཐོ་གཏུགས་འདི་གཤམ་འཁོད་
གནད་དོན་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༡༩.༡༣.༣.༡ དབང་ཚད་སྟོམ་སྟེ་ལོག་སྦྱོད་འབད་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཏང་བདེན་མེད་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་
ཡོདཔ།

༡༩.༡༣.༣.༢ གོས་ཚོད་འདི་ ཏན་ཐོ་ནང་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱིས་རྒྱབ་རྟེན་མ་འབད་བ།

༡༩.༡༣.༣.༣ ཉེས་བྱ་བཀའ་བའི་སྐབས་ སྒྲིབ་བྱེད་ལུ་ཆ་གནས་མ་བཞག་པ།

༡༩.༡༣.༣.༤ གོས་ཚོད་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ འཇུར་བ་གཏང་ཚུགས་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་གསར་པ་དང་
ཡང་ན་འབྲེལ་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡང་ན།

༡༩.༡༣.༡.༥ ཉེས་འཇུགས་ཐོག་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ གནོད་ཉེན་ཆེ་བའི་བཅའ་
ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི། དེ་ལས་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་གོ་དོན་འབྲེལ་བཤད་ནང་ལུ་ འཛོལ་
བ་བྱུང་ཡོད་པ།

༡༩.༡༣.༣ མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་གྱིས་ མཐོ་གཏུགས་ཀྱི་ཞུ་བ་འདི་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ སྒྲིག་
ཁྲིམས་དབང་འཛིན་གྱིས་ ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབད་ཡོད་མེད་བརྟག་ཞིབ་འབད་དགོ།

༡༩.༡༣.༤ མཐོ་གཏུགས་འབྱོར་བའི་ཉིན་མ་ལས་ ཉིན་གངས་ ༣༠ གི་ནང་འཁོད་ལུ་ མཐོ་གཏུགས་འདི་གི་གོ་སྐོས་
ཆོད་ཅིག་གནང་དགོ།

༡༩.༡༣.༥ ཉམས་རྒྱུད་ཐོག་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ བདག་སྐྱོང་ཁྲིམས་ཞིབ་ཚོགས་པའི་མིང་ཐོག་ཡོད་པའི་ མཐར་
ཐུག་གི་མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་གྱིས་གནང་བའི་གོ་སྐོས་ཆོད་ལུ་ ཡིད་མ་རངས་པ་ཅིན་ ཆེ་མཐོ་ཁྲིམས་
འདུན་ ཡང་ན་མངོན་མཐོའི་ཁྲིམས་འདུན་ལུ་མཐོ་གཏུགས་འབད་ཚོག། མཐོ་གཏུགས་དབང་འཛིན་གྱིས་
གནང་བའི་གོ་སྐོས་ཆོད་འདི་ ལས་སྡེ་གིས་བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་དགོ།

༡༩.༡༣.༦ བདག་སྐྱོང་ཁྲིམས་ཞིབ་ཚོགས་པ་གིས་གནང་བའི་གོ་སྐོས་ཆོད་ལུ་ མཐོ་གཏུགས་ཞུ་མི་འདི་ ཆེ་མཐོའི་
ཁྲིམས་འདུན་ ཡང་ན་མངོན་མཐོའི་ཁྲིམས་འདུན་གྱིས་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ ཉེས་འཇུགས་
ཐོག་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ བཀའ་ཡོད་པའི་ཉེས་པ་ག་ར་ ཉེས་གྲོལ་བཏང་པ་ཅིན་ ཉེས་བྱ་བཀའ་
ཡོད་མི་རྩུ་ཆ་མེད་ཨིན་དགོ། ཨིན་རུང་ ཁྲིམས་ཁང་གིས་ཉེས་འཇུགས་ལ་ལུ་ཅིག་ མི་འདི་ལུ་ཐོག་པ་སྡེ་
མཐོང་པ་ཅིན་ ཉེས་ཅན་འདི་ལུ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་བྱ་བཀའ་དགོ།

༡༩.༡༤ བདག་སྐྱོང་དང་ཁྲིམས་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར།

༡༩.༡༤.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ བན་སྐྱེལ་མ་འབད་བར་ ཟུ་བོ་ག་གིས་ཡང་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་
ཁྲིམས་སར་བཀའ་མི་ཚོགས་མ་ཆད་ འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ཡང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་
ལྷན་ཚོགས་ལུ་ བན་སྐྱེལ་འབད་ནི་གི་འགན་ཁུར་ཡོད།

༡༩.༡༤.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལས་སྡེའི་འགན་དབང་། ཁྲིམས། བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་དང་ སྤྱིར་བཏང་
རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་འཆར་སྐྱར་གི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པའི་བྱ་ལེན་དང་ ཐ་དམ་ཚིག་བསྟེན་ཡོད་པའི་
གོ་སྐོས་ཆོད་ལུ་ ཉེས་བཅུགས་དང་ཁྲིམས་སར་བསྐྱེལ་ཡོད་པའི་སྐབས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་
ཡང་ན་ལས་སྡེ་གིས་ བདག་སྐྱོང་དང་ཁྲིམས་དོན་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་དགོ། རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་ཡང་ གཤམ་
གསལ་ལྷར་ཨིན།

༡༩.༡༤.༣.༡ གཞུང་ ཡང་ན་གཞུང་གི་ལས་སྡེ་གིས་ ཁྲིམས་སར་བསྐྱེལ་བསྐྱེལ་མ་ཨིན་པ་ཅིན་
ཉེས་པ་ལས་གྲོལ་བའི་སྐབས་ལུ་ རྩོད་ཉེག་བསལ་ནི་དང་འབྲེལ་བའི་འགོ་སྐོར་ག་ར་
གཞུང་ ཡང་ན་ལས་སྡེ་གིས་ལོག་སྟེ་ཆབ་སྐྱོད་དགོ། ཨིན་རུང་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་

འབྲུག་གི་ཁྲིམས་དོན་ཚོང་ལས་པ་ ཡང་ན་ཁྲིམས་ཚུད་པ་རྒྱུ་མ་གཅིག་གིས་ངོ་ཚབ་
འབད་དགོ།

༡༩.༡༤.༡.༡ གཤམ་སྤྱི་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་གུ་ གཞན་གྱིས་ཁྲིམས་
སར་བསྐྱལ་མ་ཞུ་བ་ཅིན་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཁྲིམས་དོན་འགོ་དཔོན་འདི་ རང་
ཚབ་སྤྱི་བཙུགས་དགོས་དང་ ཡང་ན་ཚུད་དཔོན་ཡོངས་ཁྱབ་ཡིག་ཚང་ལུ་ ལས་
གཤམ་པ་འདི་གི་ཚབ་མ་སྤྱི་ ཁྲིམས་ཁང་ནང་ལུ་འགྱུར་གོ་པའི་ཁྱབ་འབད་དགོ།

༡༩.༡༤.༡.༢ འབྲུག་གི་ཞི་གཤམ་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གཞུང་འབྲེལ་ལུ་
འགན་ཚུ་ དམ་ཚིག་དཔང་བཙུགས་སྤྱི་འབད་ནིའི་དཔང་བཅའ་མའི་ཞི་གཤམ་པ་ཚུ་ལུ་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་
ཚུད་བཞེར་ ཡང་ན་ཚུད་གཞི་བཙུགས་མི་ཚོགས། ཞི་གཤམ་པ་གང་རུང་ཅིག་གིས་ དེ་བཟུམ་མའི་ལུ་
འགན་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ ངན་ལྟ་འབད་མི། ཡང་ན་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་ལས་ཐོབ་པའི་རིན་
ཐང་ཅན་གྱི་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུའི་དོན་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མི་ཚུ་གས།

༡༩.༡༤.༡.༣ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ རང་མའི་ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་ལུ་བཀལ་ཡོད་པའི་ཉེས་འཛུགས་འདི་ ཁྲིམས་
འདུན་ལས་ཉེས་གོལ་སྤྱི་བཏོན་ཡོད་པའི་སྐབས་ བདེན་ཁུངས་འདི་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན་བན་བརྒྱད་ཀྱི་ཐོག་
ལས་ཁྱབ་སྤྱོད་འབད་དགོ།

༡༩.༡༤.༡.༤ ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་ལུ་ ངན་ལྟ་ཀྱི་ཉེས་བཙུགས་འབད་ཡོད་མི་འདི་ ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ཉེས་མེད་སྤྱི་
གྲུབ་པའི་སྐབས་ ལས་གཤམ་པ་འདི་གིས་ ཁྲིམས་དོན་བྱ་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ བཏང་ཡོད་པའི་འགོ་མོང་ཚུ་
ཡོག་སྤྱི་འཐོབ་དགོ།

༡༩.༡༥ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་པ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞི་གཤམ་པ་ཚུ་གི་ཉེས་ཐོག་གཤམ་གསལ་ལྷན་ཏུ་བཞག་དགོ།

༡༩.༡༥.༡ ཉེས་ཐོ་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ལུགས་ལས་འགལ་བ་འབད་དེ་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལས་ ཉེས་ཅན་
སྤྱི་ཉེས་བྱ་བཀལ་ཡོད་མི་དང་ ཡང་ན་འབྲུག་གི་ཞི་གཤམ་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་། ཡང་ན་
འབྲུག་གི་ཞི་གཤམ་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞིའི་དགོངས་དོན་ཚུ་ལས་འགལ་བ་འབད་དེ་ ཉེས་པ་ཆེ་བའི་
བདག་སྐྱོང་གི་ཉེས་བྱ་བཀལ་ཏེ་ཡོད་པའི་ ཞི་གཤམ་པ་ཚུ་གི་ཐོ་དེབ་དང་ ཡང་ན་ཐོ་ཡིག་ལུ་གོ།

༡༩.༡༥.༢ དམིགས་ལུ་ལ།

༡༩.༡༥.༢.༡ ཐ་དམ་ཚིག་ཅན་དང་ སྤྱོད་ལམ་བཟང་པོའི་མི་ཚུ་གིས་སྐྱོང་བའི་སྐྱོན་མེད་ངང་སྤྱོད་
ཀྱི་ཞི་གཤམ་པ་ཅིག་སྤྱི་གནས་ཐབས་ལུ།

༡༩.༡༥.༢.༢ མ་འོངས་པའི་མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་ལུ་ དམིགས་བསལ་ཏུ་ཆེ་རིམ་གོ་གནས་དང་ གཤམ་
གནད་ཅན་གྱི་གོ་གནས་ནང་ལུ་ བསྐྱོར་བཞག་འབད་ནིའི་ལམ་སྟོན་གྱི་དོན་ལུ།

༡༩.༡༥.༢.༣ ཉེས་ཅན་གྱི་ཞི་གཤམ་པ་ལུ་ འགྲིམ་སྤྱང་འབད་དེ་བཞག་ནི།

༡༩.༡༥.༣ ཚད་གཞི།

ཞིག་ཡོགས་ཅིག་ལུ་གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ཡོད་ན་ ཉེས་ཐོའི་ནང་བཙུགས་ནི།

༡༩.༡༥.༣.༡ ཁྲིམས་གྱི་འདུན་ས་ལས་ཉེས་པ་བཀལ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁོ་ཡང་ན་མོ་ རང་བཞིན་གྱིས་
ཉེས་ཐོའི་ནང་ལུ་བཙུགས་དགོཔ་དང་།

༡༩.༡༥.༣.༢ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ ཆེ་རིམ་བདག་སྐྱོང་གི་བྱ་ལེན་དང་ རྒྱུ་རིམ་བདག་སྐྱོང་
གི་བྱ་ལེན་ལོག་ཅི་ར་བཀལ་ཡོད་མིའི་མི་ངོམ་ ཁོ་ ཡང་ན་མོ་ རང་བཞིན་གྱིས་ཉེས་
ཐོའི་ནང་ལུ་བཙུགས་དགོ།

༡༩.༡༥.༤ ལས་སྡེའི་འགན་ཁུར།

ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ དོན་ཚན་ ༡༩.༡༥ པ་ནང་ལུ་ཚུད་པའི་ཞིག་ཡོགས་ཚུ་གི་བློ་ཐོ་འདི་ ཞིག་ཡོག་བརྟེན་
རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་ཚུན་སྐྱོང་འབད་དེ་བཞག་དགོ།

༡༩.༡༥.༥ གཞོད་པ།

ཉེས་ཐོའི་ནང་ལུ་མིང་ཐོ་ཚར་གཅིག་ཚུད་ཡོད་པའི་ཞིག་ཡོགས་འདི་ དེ་ལས་མཐོ་བའི་གོ་གནས་གྱི་གནས་
རིམ་ནང་ལུ་ཡར་སང་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་གོ་གནས་གཞན་ཅིག་ནང་བསྐོ་བཞག་འབད་ནིའི་ནང་ལུ་
དམིགས་བསལ་ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ།

༡༩.༡༥.༦ ཉེས་ཐོའི་དུས་ཡུན།

ཞིག་ཡོགས་ཅིག་ ཁོ་རའི་ཉེས་བྱ་གི་གནས་ཡུན་མ་རྩོགས་ཚུན་ ཉེས་ཐོའི་ནང་ཨིན་དགོ།

ལེའུ་ ༡༠ པ། གཤམ་བཟལ།

༡༠.༡ སྤྱི་བུས།

- ༡༠.༡.༡ ཞི་གཤམ་ཅིག་ དགོངས་ལུ་ལོ་ཚད་ལུ་ལྟོད་པའི་སྐབས་ བཙུ་མཐོང་དང་གུས་བཀྱར། ཕན་ཚུན་
ངལ་རངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་དགོངས་ལུ་གཏང་ནི།
- ༡༠.༡.༢ ཞི་གཤམ་ཅིག་ དགོངས་ལུ་འབད་བའི་སྐབས་ དགོངས་ལུ་ཁེ་ཕན་ཚུ་དང་ ཡང་ན་དགོངས་ལུ་
ལས་འཆར་གྱི་ཐོག་ལས་ དདུལ་འབྲེལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡར་དྲག་གཏང་ནི།
- ༡༠.༡.༣ ཞི་གཤམ་ཅིག་ འོས་འབབ་ལུན་པའི་དགོངས་ལུ་ལས་འཆར་དང་འཁྲིལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་ནི།

༡༠.༢ སྤྱི་བུས་ལས་ལུ་གསལ།

- ༡༠.༢.༡ ལོ་ཚད་དགོངས་ལུ།
- ༡༠.༢.༡.༡ ཞི་གཤམ་ཅིག་གིས་ གཤམ་འཁོད་ལོ་ཚད་ནང་ལྟོད་པ་ད་ ཞི་གཤམ་ནང་ལས་
དགོངས་ལུ་འབད་དགོ།

རིམ་ཨང་།	གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་ཁག་	དགོངས་ལུ་ལོ་ཚད།
༡	བཀོད་བྱེད་དང་མཁུ་མཆོག་གི་སྤྱི་རིམ།	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡
༢	བྱེད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོར་གི་སྤྱི་རིམ།	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢
༣	ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་སྤྱི་རིམ།	
	ཀ། ལྷ་བཀོད་གོངས་ ༤ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན།	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༣
	ཁ། ལྷ་སྐྱོར་ ༥ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན།	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༤
༤	ལག་ལེན་སྤྱི་རིམ།	སྤྱི་ལོ་ ༢༠༥

- ༡༠.༢.༡.༢ ཞི་གཤམ་ལུ་འཛིན་ ༡ པ་དང་ དེའི་འོག་རྒྱ་ཚུ་དགོངས་ལུ་ལོ་ཚད་ཚངས་ད་
ལས་སྤྱི་གིས་གཤམ་བཟལ་གྱི་བཀའ་རྒྱ་གནང་ནིའི་དབང་ཚད་ཡོད་དགོ།
- ༡༠.༢.༡.༣ དགོངས་ལུ་ཆོས་གྲངས་ཐག་གཅད་ནིའི་གཞི་རྒྱུ་ལོ་ཚད་ ཞི་གཤམ་ཅིག་ འགོ་
ཐོག་གཤམ་ནང་བསྐྱོར་བཞག་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ གཤམ་ཐོན་ནང་ལུ་ ཐོ་བཀོད་
གྲུབ་པའི་སྤྱི་ཆོས་ལུ་ཆ་བཞག་དགོ།
- ༡༠.༢.༡.༤ བཅའ་ཡིག་འདི་ནང་མིགས་བསལ་གྱིས་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་

མིན་ལོ་གངས་ཚང་བའི་དགོངས་ལཱ་རྩ་ལོ་མ་འདི་ དགོངས་ལཱ་ཚེས་གངས་འདི་གི་
 ལུལ་མའི་ལྷན་གྱི་ཚེས་ ༡ ལས་བཙུག་དགོ། དགོངས་ལཱ་ཁོལ་ར་དང་དགོངས་
 ལཱ་ཁོལ་ལྷན་གྱི་ཚེས་གངས་ཚང་འཛིན་འབད་བའི་ཉིན་མ་ཚུན་
 ཅིས་རྒྱབ་དགོ།

༣༠.༣.༡.༥ ཞི་གཡོག་པ་ག་ཡང་ ལོ་ཚད་ཚང་བའི་ལུལ་ལས་ གཏན་གཡོག་ ཡང་ན་ཁག་
 འབག་གི་ཐོག་ལས་བཞག་མི་ཚོགས། ལས་སྡེ་གིས་ དགོངས་ལཱ་གཏང་ནི་ལཱ་ལྷོ་རྩ་
 ལྷོ་གོང་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ བན་སྐྱལ་འབད་དགོ།

༣༠.༣.༡.༦ དགོངས་ལཱ་རྩ་ལོ་མ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ དབང་ཚད་གཏང་སྡེ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་
 ལས་སྡེ་གིས་ལས་གཡོག་པ་ལོ་ཚད་དགོངས་ལཱ་དོན་ལུ་ ཡིག་ཚང་བཀའ་རྒྱ་བཏོན་
 དགོ་བ་དང་།

༣༠.༣.༡.༧ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ དགོངས་ལཱ་འཁྱོམ་རན་པའི་ལོ་ཚད་ལས་ ལྷོ་རྩ་ ༡ གི་ཤ་སྐྱིག་
 ངལ་གསའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༣༠.༣ དགོངས་ལཱ་

༣༠.༣.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལས་སྐྱེད་དགོངས་ལཱ་ལཱ་ལུ་ལོ་མ་འདི་ལུ་ ཞི་གཡོག་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་
 ཁག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རོས་ལེན་འབད་ནི་དབང་ཚད་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྟར་སྤྲོད་ཡོད།

རིམ་ཨང་།	གོ་གནས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་།	དབང་འཛིན་།
༡	བཀོད་ཁྱབ་དང་མཁས་མཆོག་གི་སྡེ་རིམ་།	ཞི་ལྷན་།
༢	ཁྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་། ལྷ་བཀོད་དང་རྒྱབ་ སྐྱོར་ ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་།	ལས་སྡེ་འི་སྤྱོད་པ་ཚོགས་ཚུང་།

༣༠.༣.༡.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁྱིམ་ལུགས་གཞན་དང་བསྐྱུན་ཐོག་ལས་ ལཱ་གཡོག་ནང་
 ལས་ ཁོ་རའི་ལས་སྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ དགོངས་ལཱ་འབད་ནི་འདི་ ལྷ་ལོ་ལྷོ་རྩ་
 གི་སྡེ་གོང་ལས་ བན་སྐྱལ་ལཱ་ལྷོ་དགོངས་ལཱ་འབད་ཆོག

༣༠.༣.༡.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ དགོངས་ལཱ་དོན་ལུ་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་དུས་
 ལུན་གྱི་ནང་འཁོད་བན་སྐྱལ་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ བན་སྐྱལ་འབད་དགོ་པའི་
 གསལ་བཀོད་དུས་ལུན་རིང་གི་གཞི་ཉིན་དུལ་ཕོགས་ཀྱི་འདྲ་མཉམ་ལོག་བཙུགས་
 དགོ་པའི་འབྲེལ་བ་ཕོག

༣༠.༣.༡.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཙག་འཐུའི་ཁྱིམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་

འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་བཅག་འཐུ་གང་རུང་ནང་ལུ་ འདེམས་ངོ་སྤེམ་ཐོན་པའི་ཉེ་མ་
ཡང་ན་སྤྱི་ཚུགས་གང་རུང་ཅིག་ནང་ དངུལ་ཕོགས་ཐོབ་མི་དང་ ཡང་ན་མ་ཐོབ་
མིའི་གང་རུང་གི་གོ་གནས་མ་ལེན་པའི་སྤྲོ་གོང་ལས་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ལྷུ་
འབད་དགོ།

༢༠.༣.༡.༤ དགོངས་ལྷུའི་ལྷ་ཚོག་ལུ་ རྒྱབ་སྦྱོན་བྱིན་མི་དང་ངོས་ལེན་འབད་མིའི་དབང་འཛིན་
པ་འདི་གིས་ དགོངས་ལྷུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་འདི་ སྦྱོང་བརྟེན་དང་སྐབས་གཡོག
དེ་ལས་ཁྲིམས་ལུགས་གཞན་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ལྷ་གཡོག་གི་གན་ཚོག་ལུ་
གནས་ཡོད་པ་ངེས་བརྟེན་བཟོ་དགོ།

༢༠.༣.༡.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ དགོངས་ལྷུའི་ལྷ་ཡིག་འདི་ དབང་ཚད་ཕྱིར་སྤེལ་གནང་ཡོད་
མི་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ འབྲེལ་ཡོད་ལྷ་བཀོད་པ་དང་ ཡང་ན་ལས་སྤེའི་འགོ་འཛིན་བརྟུན་
དེ་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ལུ་གནང་བ་བཀོད་ནིའི་དོན་ལུ་ལུ་ལུ་དགོ།

༢༠.༣.༡.༦ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཁས་ཁྲུངས་དགོངས་ལྷུ་འདི་ བརྟུག་ལུ་འབད་བའི་ཆོས་
གངས་ལས་ མཐོ་ཤོས་དུས་ལུན་ལྷོ་ངོ་ ༣ གྱི་རིང་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་
བཀག་སྟེ་བཞག་ཚོག

༢༠.༣.༡.༧ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ལུན་རིང་མོ་སྤེམ་ན་སྟེ་ དུས་རྒྱུན་གྱི་ལྷ་འགན་འབག་མ་ཚུགས་པར་
ལོ་ངོ་ ༣ ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་པའི་སྐབས་ལུ་ དགོངས་ལྷུའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་དང་བཅས་པ་
སྤེ་ ལྷ་གཡོག་ནང་ལས་ སྤྲོ་གོང་དགོངས་ལྷུའི་ལས་འཆར་ཐོག་དགོངས་ལྷུ་འབད་
དགོས་དང་།

༢༠.༣.༡.༨ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ ལོ་ཚང་སྟེ་དགོངས་ལྷུ་འགྱུ་མི་དང་ ཐབས་མེད་དགོངས་ལྷུ་
འགྱུ་མི་ ཡང་ན་དགོངས་མ་ཙུ་བསྐྱད་བཏང་སྟེ་ཡོད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་གོལ་པ་
འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ གཡོག་བརྟུགས་ཀྱི་རིགས་ག་ཅིའི་ནང་ལུ་ཡང་ ལྷ་ཡིག་
བརྟུགས་ནིའི་འོས་འབབ་མེད།

༢༠.༣.༩ སྤྲོ་གོང་དགོངས་ལྷུའི་ལས་འཆར།སྤྲོ་གོང་དགོངས་ལྷུའི་ལས་འཆར་གྱི་དམིགས་ལུལ་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་
ལོ་གངས་མ་ཚང་བའི་སྤྲོ་གོང་ལས་དགོངས་ལྷུ་འབད་ནི་ལུ་ཕན་འདེབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཨིན།

༢༠.༣.༡.༡ འོས་ཚད།
ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་གང་རུང་ཚང་ན་ སྤྲོ་གོང་དགོངས་
ལྷུའི་ལས་འཆར་གྱི་འོས་འབབ་ཡོད།

༡༡། སྐྱེས་ལོ་ ༥༡ དང་དེ་ཡན་ཆད།

ལ། སྐྱེས་ལོ་ ༥༡ མན་ཆད་ལུ་གཤམ་གསལ་གྱི་གནས་སྤངས་ཚུ་ཚང་དགོ།

༡. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༡༠ ཟུག་ཁྱུ་ཡོད་མི།

༢. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཉུང་ཤོས་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་མེད་མི།

༣. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གཞུང་ལུ་འགན་འཁུ་བསྐྱབ་དགོ་པ་
མེད་མི།

ག། ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་སྤྲོན་བཅོས་ངལ་གསལ་ཐོབ་ལམ་ལེན་ཚར་མི།

ང་། དགོངས་ཁྱུ་ལོ་ཚད་རན་པའི་སྤྱོད་ལུ་ གཞུང་རྩུ་ཆེན་ཅིག་སྤྲོ་གནས་
ཡུན་ཚར་མི།

ཅ། ཕ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་ཚུ་འཇུག་མི་སྤྲོ་བསྟོ་བཞག་འབད་མི།

༡༠.༣.༡.༡

ཆ་མེད།

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་གང་རུང་ཡོད་པ་ཅིན་ སྤྱོད་
དགོངས་ཁྱུ་ལོ་ལས་འཆར་གྱི་འོས་འབབ་མེད།

ག། སྤྲོག་འགལ་ཡང་ན་ངན་ལྟ་གྱི་ཚུད་གཞི་འོག་ལས་པ་ཡོད་མི་དང་།

ལ། ཞི་གཡོག་པའི་རིག་ཕུལ་དང་མཁས་རིག་དཀོན་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གཞུང་ལུ་
དགོ་པ་སྤྲོ་བཞག་བཅད་ཡོད་མི།

༡༠.༣.༡.༢

ལཱ་གཡོག་ལས་སྤྲོ་གིས་ སྤྱོད་དགོངས་ཁྱུ་འབད་མི་ལུ་ཐོབ་མེད་ཁེ་ཕན་ཚུ་ལས་
ལས་སྤྲོ་དེ་རའི་ནང་ལུ་བདེ་སྤྲོག་འབད་དགོ་པ་ཚུ་བཏོགས་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་ལུ་སྤྱོད་
ནི་འུ་རིམ་བསྐྱུག་དགོ།

༡༠.༣.༡.༣

འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྤྲོ་མི་སྤྱོད་ཚུ་ཆོག་ཚུ་དང་ ཡང་ན་ཆོག་སྤྲོ་གིས་ སྤྱོད་
དགོངས་ཁྱུ་ལོ་ཁེ་ཕན་སྤྱོད་ནི་འོག་ལུ་ དབང་ཆ་ལྷན་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པའི་གོ་
གནས་ཅན་ཚུ་ལུ་ རོས་ལེན་འབད་ནི་དབྱེ་དབྱེ་འབད་ནི། དེ་ལས་གནང་བ་སྤྱོད་ནི་
ཚུ་འབད་དགོ།

༡༠.༣.༡.༤

སྤྱོད་དགོངས་ཁྱུ་ལོ་ཁེ་ཕན་ཚུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཕྱིས་རྒྱབ་ཐངས་ལུ་གཞི་བཞག་སྤྲོ་
རྒྱུ་འཇུག་བཟུམ་ཅིག་སྤྲོ་སྤྲོ་སྤྲོ་གཞི་ཁར་ ལག་སྤྱོད་སྤྲོ་སྤྱོད་དགོ།

ག། སྐྱེས་ལོ་ ༥༡ དང་དེ་ཡན་ཆད་འབད་མེད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ དགོངས་

ལྷུ་ལོ་གྲངས་མ་ཚང་ཚུན་གྱི་རིང་ལུ་ ལོ་རེ་ལུ་ཟླ་རོ་ ༩ རེ་ལོ་གཞི་རྟེན་
དངུལ་ཕོགས་འདི་ མཐོ་ཤོས་ཟླ་རོ་ ༡༥ ཚུན་ལུ་ཅིས་རྒྱལ་སྤྱོད་དགོ།

ལ། ཟླ་ལོ་ ༥༡ མན་ཆད་འབད་མེད་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ དགོངས་ལྷུ་ལོ་
གྲངས་མ་ཚང་ཚུན་གྱི་རིང་ལུ་ ལོ་རེ་ལུ་ཟླ་རོ་ ༩ རེ་ལོ་གཞི་རྟེན་དངུལ་
ཕོགས་འདི་ མཐོ་ཤོས་ཟླ་རོ་ ༡༥ ཚུན་ལུ་ཅིས་རྒྱལ་སྤྱོད་དགོ།

༣༠.༣.༡.༤ སྤྱོད་དགོངས་ལྷུ་ལས་འཆར་མ་བཅིས་པར་ གོང་འཁོད་སྤྱོད་མ་ཚུ་ འབྲུག་གི་
ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་དང་འབྲེལ་ གཞན་སྤྱིར་བཏང་དགོངས་ལྷུ་ལོ་
ཕན་ཚུ་འཛོམས་ཡོད།

༣༠.༣.༡.༥ ཟླ་རོ་ ༤ ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་སྤྱོད་མི་འདི་ ལོ་གྲངས་བསྐྱེམས་ཅིས་བཏོན་ནི་ལི་
དོན་ལུ་ ལོ་རེ་ལྷིལ་བུམ་སྤྱོད་ཅིས་ཁར་བཀལ་དགོ། དེ་ཡང་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་
སྤྱི་གཡོག་རོ་མེད་ནང་ ཉུང་མཐའ་ལོ་རོ་ ༡༠ གྱི་རིང་ལྷག་སྤྱོད་མི་ཅིག་ཡིན་
དགོ།

༣༠.༣.༢ དམིགས་བསལ་དགོངས་ལྷུ་ལས་འཆར།

ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གཞུང་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་ལི་གྲངས་ཁ་ ཚད་དང་
ལྷན་ཏོག་ཏོ་བཞག་ནི་དང་། ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ལྷོགས་སྤྱོད་དང་ ལཱ་ལྷུ་ཡར་བྱག་གཏང་ཐབས་ལུ་ མཁོ་
གལ་མེད་མི་ཚུ་ཕྱི་སེལ་རྒྱལ་ཐབས་ལུ་ ཅུས་རིམ་བཞིན་ཅུ་ དམིགས་བསལ་དགོངས་ལྷུ་ལས་འཆར་
ལག་ལེན་འཐབ་ཆོག

༣༠.༣.༣ ཐབས་མེད་དགོངས་ལྷུ་

༣༠.༣.༣.༡ གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཁྲིམས་ཁང་ལས་ ཡིག་ཚང་གི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་
བ་མེད་པ་ལི་ཉེས་སྤྱོད་དང་ དེ་ལོ་ཡན་ཆད་གྱི་ཉེས་ཅན་སྤྱོད་པ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་
འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ དགོངས་ལྷུ་ལོ་ཕན་དང་གཅིག་ཁར་ ཐབས་མེད་
དགོངས་ལྷུ་གཏང་དགོཔ་དང་།

༣༠.༣.༣.༢ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་ལས་སྤྱོད་གིས་ སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ལས་འགལ་
བའི་གནད་དོན་ཚུ་ནང་ཡོད་པ་ལི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ བདག་སྤྱོད་སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་
ཚན་ ༡༩.༡༢ པ་ཐབས་མེད་དགོངས་ལྷུ་གཏང་ཆོག་དང་། བཅའ་ཡིག་དེ་ལི་འབྲེལ་
ཡོད་དོན་ཚན་གྱི་ཁག་འགན་ལས་འགལ་བ། ཡང་ན་ལཱ་ལྷུ་གྲུབ་འབྲས་མེད་མི་ཚུ་
ཡང་ ཐབས་མེད་དགོངས་ལྷུ་གཏང་ཆོག

༡༠.༣.༥

ཙ་བསྐྱད།

༡༠.༣.༥.༡

གཤམ་སྲིད་ ཞི་གཤམ་ཅིག་ ཁྲིམས་ཁང་ལས་ ཡིག་ཚང་གི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་
བའི་ཉེས་ཕྱ་དང་ དེའི་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཉེས་ཅན་སྤྱོད་པ་ཅིན་ ཞི་གཤམ་ཅིག་འདི་ ཞི་
གཤམ་ནང་ལས་ ཙ་བསྐྱད་གཏང་དགོས་དང་།

༡༠.༣.༥.༢

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཤམ་ལྷན་ཆོག་མཁན་ ཡང་ན་ལས་སྡེ་གིས་ སྤྱི་གཞིམས་ལས་འགལ་
བའི་གནད་དོན་ནང་ཡོད་པའི་ཞི་གཤམ་ཅིག་ བདག་སྲོལ་སྤྱི་གཞིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་
༡༩.༡༢ པ་དང་འབྲེལ་ ཙ་བསྐྱད་གཏང་ཆོག་

༡༠.༣.༦

ལས་སྡེའི་འབྲེལ་བ་མཚུགས་ལྟར།

ཞི་གཤམ་ཅིག་ རང་སྤྱི་ལས་སྡེ་འདི་ ལས་འཛིན་ཡང་ན་སྤྱི་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་འབད་བའི་སྐབས་
ཞི་གཤམ་ཅིག་གི་ལཱ་གཤམ་འདི་ ཞི་གཤམ་ནང་ལུ་དགོས་མཁོ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ཞི་
གཤམ་ནང་ལས་ ཁ་བྲལ་གཏང་དགོ།

༡༠.༤ དགོངས་ཁྱའི་ཁེ་ཕན།

ཞི་གཤམ་ཅིག་གི་རྒྱུ་བྱུང་བའི་སྐབས་ རྒྱལ་གཞིམ་མིལ་བྱམ་གྱི་དངུལ་ཕོགས་སྤྱོད་དགོ།

༡༠.༤.༡

དགོངས་ཁྱའི་གསལ་ར།

༡༠.༤.༡.༡

འོས་ཚད།

ཀ། ཁག་འབག་གི་ལཱ་གཤམ་དང་ ལཱ་གཤམ་ནང་ལུ་གི་རྒྱུ་འབྱུང་མི་མ་
བཅུས་པར་ ཞི་གཤམ་ཅིག་གིས་ ཉུང་ཤོས་ལོ་རྩིས་ ༡༠ གྱི་རིང་ལུ་
ཕྱག་ཁྱུ་བའི་བྱལ་ལས་ གཤམ་བྲལ་བཏང་བའི་སྐབས་ དགོངས་ཁྱའི་
གསལ་རའི་ཐོབ་དབང་ཡོད་པ་དང་།

ཁ། ཞི་གཤམ་ནང་ལས་དགོངས་མ་ཙ་བསྐྱད་བཏང་བའི་ཞི་གཤམ་ཅིག་ལུ་
དགོངས་ཁྱའི་གསལ་རའི་ཐོབ་དབང་མེད།

༡༠.༤.༡.༢

དངུལ་བསྐྱོམས།

ཀ། བཅའ་ཡིག་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དགོངས་ཁྱའི་གསལ་རའི་དངུལ་བསྐྱོམས་
ཕྱིས་བཏོན་ནི་འདི་ ལཱ་གཤམ་ནང་ལུ་ ཕྱག་ཁྱུ་བའི་ལོ་གྲངས་མཐའ་
མཚུགས་གི་གཞི་ཉེན་དངུལ་ཕོགས་འདི་ ལཱ་གཤམ་ལོ་གྲངས་གང་སོང་དང་
གཅིག་ཁར་ དགུ་འཐབ་རྒྱུ་སྤྱི་ཕྱིས་བཏོན་དགོས་དང་།

ལ། ཡིན་རུང་ ཟླ་ངོ་ ༤ ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་པའི་ལཱ་གཡོག་ནང་ཕྱག་ལུ་མི་
འདི་ དགོངས་ལུ་གསོལ་ར་ཕྱིས་བརྟོན་ནིའི་དོན་ལུ་ ལོ་ངོ་གཅིག་སྟེ་
བརྟེན་གྱི། དེ་ཡང་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ སྤྲིག་གཡོག་ངོ་མའི་ནང་ཅུང་
མཐའ་ ལོ་ངོ་ ༡༠ ཕྱག་ལུ་མི་ཅིག་ཡིན་དགོ།

༢༠.༤.༡.༣ མཐོ་ཆད།

དགོངས་ལུ་གསོལ་རའི་ཐོབ་ཆད་ཀྱི་མཐོ་ཆད་འདི་ གཞུང་གིས་དུས་དང་དུས་སུ་
ཐག་གཅད་མི་དང་འབྲེལ་དགོ།

༢༠.༤.༡.༤ གནས་སྤངས།

ལས་སྟེ་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ དགོངས་ལུ་གསོལ་ར་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་
གིས་ ཕྱིས་ཞིབ་དང་ཁལ་གྱི་ཉོག་མེད་ལག་ཁྱེར་བརྟོན་པའི་སྐབས་དང་ ལས་སྟེ་
འདི་གིས་འགན་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་དུལ་འབྲེལ་ལས་སྟེ་ཚུ་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་
འདི་གིས་ལེན་ཡོད་པའི་བྱ་ལོན་གྱི་རིགས་དང་ ཡང་ན་ཡིག་ཆང་ལུ་ སྤྲོད་དགོ་པའི་
ཕྱིས་ཆད་མེད་པ་ཡིན་མ་གཏོན་འཁེལ་འགྲོཝ་ད་ རྒྱུ་མ་གཅིག་སྤྲོད་དགོ།

༢༠.༤.༡.༥ ཆད་སྟབ།

ཀ། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལས་ལེན་ནི་ཡོད་པའི་ དུལ་ཆད་འདི་ དགོངས་ལུ་
འབད་བའི་ནམ་དུས་ ཡང་ན་ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བ་དང་ གནད་དོན་ག་ཅིའི་ཐོག་
ལས་ཡང་ ལོག་སྟེ་འཐོབ་མ་ཚུགས་པའི་སྐབས་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ནི་
གཡོག་པ་ ཡང་ན་ཆབ་བརྟོན་མི་ངོམ་ ཡང་ན་ཁྲིམས་མཐུན་བྱ་རྒྱུ་ཚུ་ལུ་
སྤྲོད་དགོ་པའི་དགོངས་ལུ་གསོལ་ར་ལས་ བརྟོགས་ཏེ་ཆད་སྟབ་འབད་
དགོ།

ལ། ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་སྐབས་ལུ་ ལཱ་གཡོག་གི་འགན་འཁེལ་
ཐོག་པའི་ཆད་སྟབ་ལེན་དགོཔ་ཡོད་མི་དང་ ཡང་ན་ཉེས་བྱ་སྤྲོད་དགོཔ་
ཡོད་མི་ཚུ་ བདེན་སྟངས་དང་ལུས་མེད་ཡིན།

ག། འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༢༧.༣༤
པ་དང་ བཅའ་ཡིག་གི་དོན་ཚན་ ༢.༧.༧.༤ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འབྲེལ་
བཤད་རྒྱབ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་བཏན་དང་འབྲེལ་བའི་ཁག་འགན་གྱི་ཆད་སྟབ་
འབད་དགོཔ་ཡོད་མི་འདི་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་ སྤྲོད་དགོཔ་ཡོད་པའི་དགོངས་
ལུ་གསོལ་ར་དང་ དགོངས་ལུ་ཁེལ་ཚུ་ལས་བརྟོག་དགོ།

༡༠.༤.༡.༤

དབང་ཚད།

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ དགོངས་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལ་ར་འདི་ དདུལ་འབྲེལ་ལག་དེབ་ནང་ལུ་
དབང་ཚད་གནང་སྟེ་ཡོད་པའི་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་འདི་གིས་ འབད་
དགོངས་ཡོད་མིའི་རིམ་པ་ཚུ་ མཇུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ དེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་གནང་བ་
གནང་དགོ།

༡༠.༤.༡

དགོངས་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་

༡༠.༤.༡.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ ཉུང་ཤོས་ལོ་ ༡༠ ཡུག་ལུ་ཡོད་མི་དང་
ཟླ་རོ་ ༡༢༠ འི་ ཟླ་རིམ་ཞལ་འདེབས་དགོངས་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ཕྱི་ཕྱི་ལཱ་ཞུ་མཁོ་
བཅུགས་ཏེ་ཡོད་མི་ ཡངན་ཞི་གཡོག་དགོངས་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ལོ་གངས་ཚད་སྟེ་ ཞི་གཡོག་
ནང་ལས་དགོངས་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་དང་འཆོ་
རྟེན་མ་དདུལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཟླ་རིམ་བཞིན་བྱ་
དགོངས་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ཁོ་པ་ལྟ་བུ་འཐོབ་དགོ།

༡༠.༤.༡.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་ དགོངས་མ་ཚུ་བསྐྱད་བཏང་བཏང་མ་ཡིན་པ་
ཅིན་ དགོངས་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ཁོ་པ་ལྟ་བུ་འཐོབ། ཡིན་རུང་ དགོངས་ལཱ་
ཞུ་མཁོ་ལུ་ཕྱི་ཕྱི་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ ཁོ་པ་གིས་བཅུགས་ཡོད་མིའི་ཞལ་འདེབས་འདི་ལོག་
འཐོབ།

༡༠.༤.༢

འཆོ་རྟེན་མ་དདུལ།

༡༠.༤.༢.༡

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཉུང་མཐའ་ལོ་རྒྱུ་གཅིག་ཡུག་ལུ་སྟེ་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་
ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ཅིན་ཁོ་པ་གིས་བཅུགས་མིའི་ཞལ་འདེབས་དང་ གཡོག་སྒྲོད་པ་གིས་
བཅུགས་མིའི་ཞལ་འདེབས་གཉིས་དང་གཅིག་ཁར་ དགོངས་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ཕྱི་
ཕྱི་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ སྐྱེད་དང་སྐྱེད་བསགས་ཏེ་ཡོད་མི་དང་བཅས་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་
ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་དང་འཆོ་རྟེན་མ་དདུལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་
འཐོབ།

༡༠.༤.༢.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་ལཱ་གཡོག་འདི་ དགོངས་མ་ཚུ་བསྐྱད་བཏང་བཏང་མ་ཡིན་པ་ཅིན་
འཆོ་རྟེན་མ་དདུལ་གྱི་ཕྱི་ཕྱི་ལཱ་ཞུ་མཁོ་ལུ་ ལས་གཡོག་པའི་ཁ་ཐུག་ལས་ ཞལ་
འདེབས་བཅུགས་ཏེ་ཡོད་མི་དང་ སྐྱེད་དང་སྐྱེད་བསགས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་རྒྱུ་མ་
གཅིག་ལོག་འཐོབ།

༡༠.༤.༤ ཟླ་རིམ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ།
 དགོངས་ལུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་ཕ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ལུ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་
 གྱི་ཟླ་རིམ་ཟུར་ཕོགས་དང་ འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་གྱི་ཁེ་ཕན་ཐོག་ལས་ ཟླ་རིམ་བཞིན་ཏུ་སྤྱོད་དགོ་པའི་ཟུར་
 ཕོགས་གྱི་ཁེ་ཕན་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་འཐོབ་དགོ་པའི་དངུལ་བསྐྱམས་འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ལུ་
 ཟུར་ཕོགས་དང་ འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞིའི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྤྱོད་
 དགོ།

༡༠.༤.༥ གནས་སྤངས།
 ཞི་གཡོག་ཕ་ལུ་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་གཡོག་བྲལ་བཏང་བའི་བཀའ་རྒྱའི་འདྲ་གཅིག་ རྒྱལ་ཡོངས་
 དགོངས་ལུ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་ལུ་གཏང་དགོ་པ་དང་ བཀའ་རྒྱ་འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་
 དགོངས་ལུ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་གྱིས་ དགོངས་ལུ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་
 གྱི་ཁེ་ཕན་འདི་ གནང་བ་གྲོལ་མིའི་གཞི་རྟེན་འབད་དགོ།

༡༠.༤.༦ ཆད་སྤྱབ།
 རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ལུ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་གྱི་འཕུས་མི་ཅིག་ལུ་ བསགས་ཏེ་ཡོད་པའི་
 དངུལ་བསྐྱམས་འདི་ འཕུས་མི་འདི་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ལུ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་
 ཡང་ན་གཡོག་སྤྱོད་པ་ལུ་ དངུལ་སྤྱོད་འབད་དགོ་པ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ བཏོག་བཞག་ནི་དང་
 མ་སྤྱོད་པར་བཞག་ནི། ལཱ་བཀའ་མི་ ཡང་ན་གཞུང་བཞེས་གཏང་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོགས་

༡༠.༤.༧ དབང་ཚད།
 དགོངས་ལུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་ཕ་ལུ་ དགོངས་ལུ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་གྱི་ཁེ་ཕན་
 འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ལུ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་དང་
 འཁྲིལ་ཏེ་ རྒྱལ་ཡོངས་དགོངས་ལུ་ཟུར་ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་གྱིས་སྤྱོད་དགོ།

༡༠.༤.༨ ལཱ་གཡོག་གི་བདེན་དཔྱད།
 ༡༠.༤.༨.༡ བཅའ་ཡིག་འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དགོངས་ལུ་གསལ་ར་དང་ དགོངས་ལུ་ཟུར་
 ཕོགས་དང་འཛོལ་རྟེན་མ་དངུལ་གྱི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཐོབ་བརྗེ་ད་བཞེད་མིའི་ ཞི་གཡོག་ཕ་ལུ་འདི་
 གི་ལཱ་གཡོག་འདི་ རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་དབང་འཛིན་པ་ཅིག་གིས་ ཞི་
 གཡོག་ཕ་ལུ་འདི་གི་གཡོག་དེབ་དང་འཁྲིལ་ བདེན་དཔྱད་འབད་དེ་ གསལ་བཞེད་
 འབད་ཡོད་པའི་འབྲེལ་ཡོད་འབྲི་ཤོག་ནང་ལུ་བདེན་སྒྲིབ་འབད་དགོ།

༡༠.༤.༩ འགྲུལ་འཕུས།
 ༡༠.༤.༩.༡ ཞི་གཡོག་ཕ་ལུ་ ཅ་བསྐྱད་གཏང་ནི་མ་བཅུས་པར་ རྒྱ་མཚན་གང་རུང་ལུ་བཞེན་ཏེ་

ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ལྷན་འགྲོ་བ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་མཐའ་མའི་གཞི་
ཏེན་དངུལ་ཕོགས་དང་འབྲེལ་མཉམ་ལྷན་རྒྱ་ཆེན་གཅིག་གི་དངུལ་བསྐྱེམས་འདི་ འགྲུལ་
འཐུས་འཐོབ་དགོ།

༢༠༢༠.༡༠ གནས་སྤོང་གནང་སྤྱིན།

༢༠༢༠.༡༠.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཅུ་བསྐྱེད་གཏང་ནི་མ་བཅུས་པར་ རྒྱ་མཚན་གང་རུང་ལུ་བཏེན་ཏེ་
ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ལྷན་འགྲོ་བ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ གནས་སྤོང་
གནང་སྤྱིན་ལྷན་རྒྱ་ཆེན་གཅིག་གི་གཞི་ཏེན་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༢༠༢༠.༡༡ སྒྲེང་ཆས་སྤྱིལ་འབྲེལ་སྤྱི་མཁའ།

༢༠༢༠.༡༡.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཅུ་བསྐྱེད་གཏང་ནི་མ་བཅུས་པར་ རྒྱ་མཚན་གང་རུང་ལུ་བཏེན་ཏེ་
ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ལྷན་འགྲོ་བ་ཅིན་ ཟུར་དེབ་ ༡༤/༡༡་པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་
སྒྲེང་ཆས་སྤྱིལ་འབྲེལ་གྱི་སྤྱི་མཁའ་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༢༠༢༠.༡༢ སྤྱི་ཚན་ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར།

༢༠༢༠.༡༢.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ དགོངས་ལྷན་འགྲོ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ལས་གཡོག་པའི་སྤྱི་
ཚན་ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར་གྱི་ཁེ་ཕན་ལེན་ནིའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༢༠༢༠.༡༣ བཟའ་ཚང་ལུ་སྤྱོད་རུང་བའི་ཁེ་ཕན།

༢༠༢༠.༡༣.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཉམས་ཚད་ཀྱི་དུས་ཡུན་བཅུས་ཏེ་ ཞི་གཡོག་ནང་སྤྱོད་པའི་རིང་
ལུ་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བ་ཅིན་ ཁོ་རའི་བཟའ་ཚང་ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་མི་ངོམ་བཏོན་ཡོད་མི་
འདི་ལུ་ དགོངས་ལྷན་འགྲོ་ཁེ་ཕན་ག་རའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༢༠༢༠.༡༣.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཞི་གཡོག་ནང་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ལུ་ ན་ཚ་ ཡང་ན་སྤྱོད་པ་གྲུབ་
མེད་པ་འགྱུར་མི་ལུ་བཏེན་ཏེ་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ལྷན་འགྲོ་བ་ཅིན་ ཁོ་ར་
ཡང་ན་ཁོ་རའི་བཟའ་ཚང་ ཡང་ན་ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་མི་ངོམ་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ལུ་
དགོངས་ལྷན་འགྲོ་ཁེ་ཕན་ག་རའི་ཐོབ་དབང་ཡོད།

༢༠༢༠.༡༤ སྒྲེང་ཕོགས།

༢༠༢༠.༡༤.༡ རྟོན་ཚན་ ༡༡.༤ པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྒྲེང་ཕོགས་གང་རུང་ཡོད་ན་ དགོངས་ལྷན་འགྲོ་
ཕན་ཅེས་རྒྱུ་བཞིན་དོན་ལུ་ (དགོངས་ལྷན་གསལ་རུ། འགྲུལ་འཐུས་དང་གནས་སྤོང་
གནང་སྤྱིན་ལྷན་) གཞི་ཏེན་དངུལ་ཕོགས་དང་གཅིག་ཁར་བསྐྱེད་དགོ།

༡༠.༥ ཞོར་བྱང་དངུལ་སྤྱོད།

དགོངས་ལྷན་འགྲོ་ཚར་བའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ དགོངས་ལྷན་གསོལ་ར་དང་ གཞན་དགོངས་ལྷན་ཁེ་ཕན་ཚུ་སྤྱོད་དགོ།

༡༠.༥.༡ དགོངས་ལྷན་གསོལ་ར་དང་ གཞན་དགོངས་ལྷན་ཁེ་ཕན་ཚུ་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ དེ་རའི་མཐའ་མའི་ དངུལ་ཕོགས་ལེན་སའི་ལས་སྡེ་འདི་ལས་ལེན་དགོ།

༡༠.༥.༢ གཞུང་གི་ལས་སྡེ་དང་ མི་མང་གཡོག་སྡེའི་ལས་འཛིན་གཉིས་ཆ་རའི་ནང་ཕྱག་ལུ་ཡོད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ འདི་གི་དོན་ལུ་ དགོངས་ལྷན་གསོལ་ར་འདི་ ལཱ་གཡོག་གི་དུས་ཡུན་མི་བྱམ་རིང་ལུ་སྤྱོད་དགོ།

༡༠.༥.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་ལོ་ལྷན་དངུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་འདི་ དགོངས་ལྷན་ཆོས་གངས་ཀྱི་ཤུལ་མའི་ཉིན་མ་ འདི་ལུ་ཕོག་པ་ཅིན་ ལོ་ལྷན་དངུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་འདི་བྱིན་དགོཔ་དང་ དེ་ཡང་ དགོངས་ལྷན་ཁེ་ཕན་ ཕྱིས་རྒྱབ་ནིའི་བརྩི་འཛུགས་འབད་དགོ།

༡༠.༥.༤ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་སྤྱོད་པའི་རིང་ལུ་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་དགོངས་ལྷན་གསོལ་ར་དང་ གཞན་ཁེ་ཕན་ཚུ་ མི་ངོམ་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ལུ་སྤྱོད་ཆོག།

༡༠.༥.༥ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་སྤྱོད་པའི་རིང་ལུ་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གི་དགོངས་ལྷན་གསོལ་ར་དང་ གཞན་ཁེ་ཕན་ཚུ་ གཤམ་སྤྱོད་མི་ངོམ་བཏོན་ཏེ་མེད་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་འཁྲུལ་ཏེ་སྤྱོད་དགོ།

༡༠.༥.༦ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ འགྲུལ་འབྲུག་དང་གནས་སོར་གནང་སྤྱོད། སྤེལ་ཆས་སྤྱེལ་འབྲེན་སྒྲ་ཆ་ཚུ་ ལོགས་ སྤྱོད་གསལ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ དོན་ཚན་ ༤.༡༤.༡ པ་ ཡང་ན་དོན་ཚན་ ༥.༡༤ པའི་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཁག་འགན་ཚུ་ བསྐྱབས་ཡོད་པ་ཅིན་རྒྱུལ་མ་གཅིག་སྤྱོད་དགོ།

༡༠.༥.༧ གཤམ་འཁོད་ལྷན་དུ་ཨིན་མའི་དགོངས་ལྷན་འབད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ ཡང་ན་ཁོ་གི་མི་ངོམ་སྤྱོད་བཏོན་ཡོད་ མི་འདི་ལུ་ དགོངས་ལྷན་གསོལ་ར་དང་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་མི་འཐོབ།

༡༠.༥.༧.༡ གཞུང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ནང་ལུ་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་འགན་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེས་སྤྱོད་སྤྱོད་ ཐོན་ཡོད་མའི་ཚུང་གཞི་བསྐྱར་འགྲུལ་འབད་དེ་ཡོད་མི་དང་ ཉེས་བྱ་ཕོག་ཡོད་པ།

༡༠.༥.༧.༢ ཚུང་གཞི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ ཉེས་བྱ་ཕོག་ཡོད་པ་ ཡང་ན་ཕོག་ནི་ཨིན་མ་ཤེས་བཞིན་དུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་མ་འོངས་པར་བྱི་ཁར་སྤྱོད་པ།

༡༠.༥.༧.༣ གཞུང་གིས་བསྐྱོས་པའི་དབང་འཛིན་དང་ ཡང་ན་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་ས་ལུ་ མི་དེའི་ཉེ་ མ་དང་ ད་ལྟོའི་གནས་སྐབས་ལུ་ བྱི་རྒྱལ་གྱི་གཞུང་དང་ རོ་ཚབ་ལས་དོན་དང་ གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་དང་ ཁོ་ལཱ་འབད་མི་ཅིག་ཨིན་པའི་བློ་ཐོ་ དང་ཡིག་རིགས། ཡིག་སྐབ་དང་ཡིག་ཆ་ཚུ་སྤྱོད་མ་བཟུབ་པ་དང་ ཡང་ན་ཞིབ་ དཔྱད་འབད་མ་བཟུག་པ་དང་ མཐོང་སར་འོང་མ་བཟུབ་པ་ལ་སོགས་པའི་མི་དང་ ཡང་ན་གནད་དོན་དེ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་རང་བཙན་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་

སྤྱད་སྤྱོད་ལུ་གཞི་དེ་ཉམས་པ་འཕྲོ་ལས་ ལག་རྒྱུ་ཀྱི་གྲངས་སུ་གཏོགས་པ་
 ཡང་ན་དེ་ལུགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་བཟོ་བའི་གྲངས་སུ་གཏོགས་པ་ ཡང་ན་དེ་འབད་
 བའི་བཅའ་སྤྱི་ག་ སྤྱི་ག་མི་ལ་སོགས་པ་ཡིན་མི།

༡༠.༤ མིང་།

- ༡༠.༤.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ལུ་ ག་དམ་ཅིག་སྡེ་ ཁོ་ར་གི་རྒྱུ་ཐུང་བའི་སྐབས་ལུ་ ཁོ་
 ལུ་འཐོབ་ནི་ཡོད་པའི་དགོངས་ཀྱི་ཁོ་ལཱ་ཚུ་ མིང་ག་ཅིག་ ཡང་ན་དེ་ལས་མངམ་ཅིག་ལུ་སྤྱོད་ཆོག་
 པའི་དབང་ཚད་ཡི་གུ་འདི་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་འབྲེལ་ཤོག་སྤྱི་ག་ལས་བཀོད་དེ་ཕུལ་དགོ།
- ༡༠.༤.༢ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གོང་གསལ་དོན་ཚན་ ༡༠.༤.༡ པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ མིང་ག་ཅིག་ལས་སྤྱི་ག་སྡེ་
 བཏོན་ནི་གི་རེ་འདོད་ཡོད་པ་ཅིན་ མིང་རེ་རེ་ལུ་དངུལ་བསྐྱམས་ག་དེ་རེ་སྤྱོད་ནི་ཡིན་ན་གི་དབྱེ་བ་ཁ་
 གསལ་བཀོད་དགོ།
- ༡༠.༤.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ མིང་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ མཉམ་པ་འབད་རུང་ ཆ་མེད་གཏང་ཆོག་པ་མ་ཚད་ མི་
 རོམ་གསར་པ་བཏོན་ཆོག།
- ༡༠.༤.༤ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ མིང་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ གལ་སྲིད་གི་རྒྱུ་ཐུང་པ་ཅིན་ དེ་གི་སྐོབ་དབང་འདི་
 མིང་ག་ལུ་རང་བཞིན་གྱིས་འཐོབ་ནི་ཡིན་ན་ འདི་གི་དབྱེ་བ་ཁ་གསལ་རྒྱུ་སྤྱོད་དགོ།
- ༡༠.༤.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཏེ་མ་བཟའ་ཚང་མེད་མི་ཅིག་ ཡིན་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ལས་བཟའ་ཚང་འཐོན་མ་ད་ དེ་དང་
 འཁྲིལ་ཏེ་མིང་སྤྱོད་འབད་དེ་བཞག་དགོ། གལ་སྲིད་བཟའ་ཚང་སྤྱོད་འབད་དགོ་མི་དང་འཁྲིལ་
 ཏེ་ སྤྱོད་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁོ་ལཱ་ཚུ་ ཏེ་མ་ག་བཏོན་མི་འཕྲོ་ལུ་འབད་རུང་ ཡང་ན་
 སྐལ་བ་བཀོ་བཤའི་ཁྲིམས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་སྤྱོད་དགོ་པ་འཐོན་འོང་།
- ༡༠.༤.༦ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ མིང་བཏོན་མི་རེ་རེ་བཞིན་དང་ མིང་ཆ་མེད་བཏང་བའི་བན་སྐལ་རེ་རེ་བཞིན་ཏུ་
 འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་སྐོབ་པའི་ཆོས་གྲངས་ལས་ ཆ་གནས་སྡེ་བཞག་རིང་ལུ་ ཆ་གནས་ཡོད་པ་སྡེ་
 བཟོ་དགོ།

༡༠.༥ སྤྱི་ག་རིམ།

- ༡༠.༥.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ དགོངས་ཀྱི་འབད་བའི་སྐབས་ གཞུང་གི་རྒྱ་དངོས་དང་གཞུང་འབྲེལ་ལམ་ཡིག་ ཡིག་
 སྤྱོད་། ངན་སྤྱོད་བཅུ་པའི་གཞན་འགན་ཁག་ཅུ་སྤྱོད་ལེན་འབད་དགོ་མི་ཚུ་ ཚུལ་དང་མཐུན་པ་སྡེ་
 ཅུ་སྤྱོད་ལེན་མ་འབད་ཚུན་ཚོད་འགན་གོལ་གཏང་མི་ཆོག།
- ༡༠.༥.༢ ལས་སྡེ་གིས་ བཀོད་བྱུང་དང་མཁམ་མཆོག་སྤྱོད་རིམ་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་སྤྱོད་ཆོག་ས་
 ལུ་ ཅུ་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་རེས་བཏོན་བཟོ་དགོ།

༡༠.༡.༣ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ ལས་གཡོག་པའི་དགོངས་ཁུའི་ཁེ་ཕན་འདི་ ལོ་གངས་ཚང་བ་ཡང་ན་དགོངས་
ཁུ་འབད་བའི་སྐབས་ འདི་འཕྲོ་ལས་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་དགོངས་ཁུའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་སྟོན་ནིའི་བྱ་རིམ་
བསྐྱིག་དགོཔ་དང་ ཟླ་ངོ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ དངུལ་སྟོན་ཚུ་ག་ར་ཚང་སྐྱིག་སྟོན་ཚུ་གསལ་འབད་དགོ།

༡༠.༡.༤ སྟོན་མེད་གཡོག་ཐོའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ བརྩི་མཐོང་དང་ངལ་རངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་འགན་གོལ་གཏང་དགོ།

༡༠.༢ འགན་འཁུགས་

༡༠.༢.༡ བཅའ་ཡིག་འདི་གི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གཡོག་བྲལ་མ་གཏང་མི་འདི་ ཁྲིམས་འགལ་སྡེ་བརྩི་
དགོཔ་ལས་དེ་བརྩམ་མའི་གཡོག་བྲལ་གཏང་མིའི་འགན་འཁུགས་འདི་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ཕོག་

༡༠.༢.༢ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་པ་གིས་ གནང་བའི་ཡིག་ཚང་བཀའ་ཁྱུ་འདི་ལུ་བརྩི་བཀའ་མ་འབད་མིའི་
ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ སྐྱིག་འགལ་བྱ་ལེན་གྱི་འགན་འཁུགས་དང་འཁྲི་བ་ཕོག་དགོ།

༡༠.༣ གཞུང་པ་བསྟོན་

༡༠.༣.༡ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཉུང་ཤོས་ལོ་གངས་ ༡༠ གི་རིང་ལུ་ གཡོག་ཐོའི་ནང་སྟོན་མེད་པ་སྡེ་ ཞབས་ཏོག་ཁུ་
སྟེ་དགོངས་ཁུ་འབད་བ་ཅིན་ དབང་ཚད་ཕྱིར་སྟེལ་གནང་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་གཡོག་པ་འདི་གི་
ལཱ་གཡོག་ལུ་ ངལ་རངས་ཀྱི་གཞུང་པ་བསྟོན་ལག་ཁྱེར་གནང་དགོ། (བྱུར་དེབ་ ༡༠/ཀ་པ་དང་བྱུར་དེབ་
༡༠/ཁ་པ།)



ཟླ་རྒྱུ་ ༡༠/༡༡

རྒྱལ་ཁུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ངལ་རངས་ཀྱི་གཞུང་སྐྱོང་ལག་ཁྱེར།

༣ ད་ལན་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁུང་གི་སྐྱོ་ཚབ་སྤེལ་ རྒྱལ་ཁུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ མི་ངོས་
.....འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་ནང་ལོ་ངོ་ རིང་ལུ་ ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གི་སྒོ་ལས་
ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་མངོན་གསལ་ཆེ་བའི་ཞབས་ཏོག་ལྷུ་ཡོད་མི་ལུ་ ངོས་འཛིན་དང་བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚོར་གྱི་དོན་ལུ་
ངལ་རངས་ཀྱི་གཞུང་སྐྱོང་ལག་ཁྱེར་འདི་གནང་མ་ཡིན།

སྤྱི་ཚོས།

ཁྱི་འཛིན།

རྒྱལ་ཁུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

ངལ་རངས་ཀྱི་གཟེངས་བསྟོད་ལག་ཁྱེར།

༣ ད་ལན། འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་སྐྱེ་ཆ་བ་སྟེ་ (ལས་སྡེའི་མིང་བརྟགས།) མི་
ངོམ་ འདི་གིས་ཞི་གཡོག་ནང་ལོ་ངོ་ རིང་ལུ་
ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གི་སྒོ་ལས་ ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་མངོན་གསལ་ཆེ་བའི་ཞབས་དྲོག་ལྷ་ཡོད་མི་ལུ་ངོས་འཛིན་དང་
བཀའ་ རིན་དགའ་ཚོར་གྱི་དོན་ལུ་ངལ་རངས་ཀྱི་གཟེངས་བསྟོད་ལག་ཁྱེར་འདི་གནང་མ་ཡིན།

སྤྱི་ཚེས།

ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན།

(ལས་སྡེའི་མིང་།)



འབྲི་ཤོག་ ༡༠/༡

རྒྱལ་ཁུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ལས་སྡེ།

གཡོག་གྲོལ་གྱི་ཁེ་ཕན་ཚུ་དང་དགོངས་ལཱ་གསོལ་ར་/ལྷ་ཡིག་འབྲི་ཤོག་

༡. མིང་།
༢. གོ་གནས་གྱི་མིང་དང་གནས་རིམ།
༣. མི་ཁྲིམས།
༤. གཏན་འཇགས་གྱི་ཁ་བྱང་།
༥. ད་ལྟོའི་ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་/ས་གནས།
༦. གཡོག་དེབ་ནང་གི་སྐྱེས་ཆེས།
༧. ཞི་གཡོག་ནང་འགོ་ཐོག་གཡོག་བསྐོས་གྱི་ཆེས་གྲངས།
༨. དགོངས་ལཱ་ ལོ་ཆང་དགོངས་ལཱ་ ཅ་བསྐྱད། གནས་ཆད་བསྐྱར་བཅོས་གྱི་ཆེས་གྲངས།
༩. ལཱ་གཡོག་གི་ལོ་གྲངས།
༡༠. ལས་ཆོགས་གཞན་ནང་ཕྱག་ལུ་བའི་ལོ་གྲངས་བསྐོས་མས།
༡༡. གཡོག་གྲོལ་སྐབས་གྱི་དངུལ་ཕོགས་ཆད་གཞི།
༡༢. དགོངས་ལཱ་ཞི་ཆེས་གྲངས་སྐབས་གྱི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས།
༡༣. སྐར་ཕོགས། (གང་རུང་།)
༡༤. དགོངས་ལཱ་ཞི་གསོལ་ར་བསྐོས་མས། (རིམ་ཨང་ ༩X(༡༢+༡༣))
༡༥. གསོལ་ར་དངུལ་བསྐོས་མས། (གང་རུང་།)
༡༦. གནས་སོར་གྱི་འབྲུལ་འབྲུས། (ཟླ་རོ་ ༡ གི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས།)
༡༧. གནས་སོར་གནང་སྤྱོད། (ཟླ་རོ་ ༡ གི་གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས།)
༡༨. སྐར་ཆས་སྐྱེལ་འདེན་གྱི་གྲ་ཆ།
༡༩. གསོག་འཛོག་ངལ་གསོ།
༢༠. ཐོབ་བཞེད་གྱི་དངུལ་བསྐོས་མས། (རིམ་ཨང་ ༡༤+༡༥+༡༦+༡༧+༡༨+༡༩)

ཐོབ་བཞེད་བཀོད་མིའི་མིང་།

མིང་རྟགས་དང་སྤྱི་ཆེས།

གོང་འཁོད་བདེན་ཚུ་ དགོངས་ཁྱ་འབད་མི་ནི་གཡོག་པའི་གཡོག་དེབ་དང་འཁྲིལ་ བདེན་པ་ཨིན་པའི་བདེན་སྦྱོར་འབད་ཡོད།

ད་ལན་ འགན་འཁྲིམ་བསྐྱབས་པར་ཆད་ལུས་གང་རུང་ཡོད་པ་ཅིན་ དདུལ་སྦྱོད་འདི་མ་བཏང་བའི་ཉེ་མ་ བདེ་སྤྱིག་འབད་ནིའི་ཁས་
བྲལ་ས་ཕུལ་ཤ་ཨིན།

གཡོག་གོལ་གྱི་ཁེ་པན་ཚུ་དང་ དགོངས་ཁྱ་གསོལ་རའི་དདུལ་འདི་ གཤམ་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་རྩིས་ཁྲའི་ནང་བཙུགས་ཏེ་བཀའ་ངེན་
བསྐྱར་གནང་།

རྩིས་ཁྲ་ཨང་།

ལག་ལེན་འཐབ་མི།

ས་གནས།

བདེན་སྦྱོར་འབད་མི།

(མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན།)

(དདུལ་རྩིས་འགོ་དཔོན།)

གནང་བ་གནང་མི།

(མིང་རྟགས།)

ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན།

སྤྱི་ཚེས།

ས་གནས།

བཅ་ཐོ། འབྲི་ཤོག་འདི་དང་གཅིག་ཁར་ དགོངས་ཁྱ་བཀའ་རྒྱ་དང་མཇུག་གི་དདུལ་ཕོགས་ལག་ཁྱེར་གྱི་འབྲེ་རེ་འོང་དགོ། ཡོངས་
འབྲེལ་ཐོག་ལས་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་ཨིན་མའི་ རྒྱལ་གཞུང་རྩིས་ཞིབ་དབང་འཛིན་གྱིས་གནང་མའི་ ཆ་གནས་ཅན་གྱི་རྩིས་ཞིབ་ཉེ་ག་
མེད་ལག་ཁྱེར་ངེས་པར་བྱ་དགོ།

ལེའུ་ ༡༡ པ། ཞི་གཡོག་གི་བད་དོན་དང་བད་དོན་རིམ་ལུགས།

༡༡.༡ སྤྱི་བུས།

- ༡༡.༡.༡ ཞི་གཡོག་གི་བད་དོན་དང་ཐོ་ཚུ་ ༡ན་༡ན་དང་དུས་མཐུན་སྒྲེ་བཞག་ནི།
- ༡༡.༡.༢ ཞི་གཡོག་གི་བད་དོན་དང་ཐོ་ཚུ་བཞག་སའི་གཏན་མཛོད་བཟུམ་ཅིག་སྒྲེ་ཕྱག་ལུ་ནི།
- ༡༡.༡.༣ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བད་དོན་གྱི་གསང་བུ་ཚུ་བསྐྱུང་ནི་དང་ བཏན་ཏོག་ཏོ་སྒྲེ་བཞག་ནི།
- ༡༡.༡.༤ གློག་ཐོག་གཞུང་གློད་གི་ཐོག་ལས་ མི་སྟོབས་ཀྱི་གྲོས་ཐག་གཅད་ནི་ཚུ་ནང་ འཛོན་ཐང་དང་དྲངས་གསལ་ཡར་བྱག་གཏང་ནི།

༡༡.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡༡.༢.༡ གློག་ཐོག་ཡོངས་འབྲེལ་ཞི་གཡོག་བད་དོན་རིམ་ལུགས་དང་ གཞན་རྒྱབ་སྐྱོར་རིམ་ལུགས་ཚུ་ རྒྱ་སྐྱེད་དང་འབྲེལ་མཐུན་བཟོ་དགོ།
- ༡༡.༢.༢ མི་སྟོབས་བད་དོན་འཛོན་སྐྱོང་གི་གནས་ཚད་ལག་ལེན་ལམ་སྟོན་ཚུ་དང་ ཡང་ན་ལག་དེབ་གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ།
- ༡༡.༢.༣ ལས་སྡེ་ག་ར་ལུ་ ཞི་གཡོག་བད་དོན་རིམ་ལུགས་དང་ གཞན་བད་དོན་འཕུལ་རིག་གི་རིམ་ལུགས་ཚུ་ འགན་ཁག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལག་ལེན་གྱི་གོ་སྐབས་བྱིན་ནི།
- ༡༡.༢.༤ ཞི་གཡོག་གི་ཐོ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་འགན་མཛོད་ནང་ལུ་བཞག་དགོ།
- ༡༡.༢.༥ དགོས་མཁོ་ལྷན་པའི་བད་དོན་ཉེན་སྲུང་ངེས་བཏན་བཟོ་དགོ།

༡༡.༣ སྤྱི་བཏང་ལམ་ལུགས།

- ༡༡.༣.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞི་གཡོག་ཚུའི་ཐོ་ཚུ་ གློག་ཐོག་གཏན་མཛོད་ ཡང་ན་ཡིག་ཐོག་གི་འདྲ་ཚུ་ བད་དོན་འཕུལ་རིག་གི་རིམ་ལུགས་བཟོ་ཡོད་མི་དང་ རོ་རྒྱུད་གི་སྤྱི་སྟོན་ནང་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དགོ།

༢༡.༣.༣ ཞི་གཡོག་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་བདེ་དོན་འཕྲོ་ས་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན་
དགོ།

༣༡.༣.༣ ཞི་གཤམ་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འདི་ གཤམ་གསལ་གྱི་ལྟ་དང་འགན་ཁུར་དང་འཁྲིལ་
དགོ།

ལྷ་འགན།	ཞི་གཡོག་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོབ་དབང་།
ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན།	ལས་ཚོགས་ཀྱི་དོན་ལུ་སྟན་ཟུ་བཟླ་ནིའི་ཐོབ་དབང་།
མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན། (ལས་སྡེ།)	ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲིལ་ཏེ་ སྟན་ཟུ་ཚུ་བཅུས་པའི་ཞི་གཡོག་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་གི་མི་སྟོབས་བྱ་རིམ་ག་རའི་ཐོབ་དབང་།
མི་སྟོབས་ལས་རོགས། (ལས་སྡེ།)	ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲིལ་ཏེ་ སྟན་ཟུ་ཚུ་བཅུས་པའི་ཞི་གཡོག་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་གི་མི་སྟོབས་བྱ་རིམ་ག་རའི་ཐོབ་དབང་།
མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན། (ཞི་ལྷན།)	ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་འབྲིལ་ཏེ་ སྟན་ཟུ་ཚུ་བཅུས་པའི་ཞི་གཡོག་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་གི་མི་སྟོབས་བྱ་རིམ་ག་རའི་ཐོབ་དབང་།
ཁྲིམས་དོན་འགོ་དཔོན། (ཞི་ལྷན་) ཡང་ན་ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན།	ཁྲིམས་དོན་གྱི་རིམ་ཚན།
ཐོ་བཀོད་ལས་རོགས། (ཞི་ལྷན།)	བད་དོན་འཛིན་སྐྱོང་ཞབས་ཏྲུག་སྡེ་ཚན་གྱི་ཐོ།
བདག་སྐྱོང་།	བདག་སྐྱོང་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཐོབ་དབང་།
ཞི་གཡོག་པ་རོ་རྒྱུད་།	རོ་རྒྱུད་གི་ཁ་གསལ།

༢༡.༣.༤ ཞི་གཤམ་ག་བདདོན་ཟིམ་ལུགས་དང་ གཞན་མི་སྟོབས་ཟིམ་ལུགས་ནང་ རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་བའི་བདདོན་
འདི་ མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་གཞི་བཞག་ས་ཅིག་ཨིན་དགོ།

གཤིབ་དེས་འདི་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་སྒྲིག་བཀོད་དང་འཁྲིལ་དགོས་དང་ རྩུལ་གཞུང་ནི་
གཤིབ་ལྟོན་ཚོགས་ཀྱིས་ གནང་བ་གནང་གནང་མ་ཅིག་དགོ།

གཤམ་བཟུགས་ལྷ་ཡིག་འབྲི་ཤོག་ (འབྲི་ཤོག་ ༩/༡) ནང་ཡོད་པའི་བརྗོད་ནང་གཤམ་དེབ་གྲ་ ཞི་གཤམ་གསེང་རྟགས་བཀོད་ཡོད་མི་དང་ ཞི་གཤམ་ནང་ལུ་འཛུལ་ལྷགས་འབད་བའི་དུས་ལུ་བདེན་དཔྱད་འབད་ཡོད་མི་འདི་ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་ཡིག་ཆ་ཅིག་ཨིན།

༢༡.༣.༧ ཞི་གཤམ་བདེ་དོན་མེ་ལུགས་ནང་གི་གནས་སྤྱད་དང་ བསྐྱར་བཅོས་ཚུ་ གཤམ་གསལ་ལྟར་དབྱེ་བ་ཕྱེ་
དགོས་དང་ཆ་གནས་བཞག་དགོ།

གནས་སྐབས་དེའི་ཁག	ཁ་གསལ།	བསྐྱར་བཅོས་དབང་ཚད།
དོན་ཆེན་གནས་སྐབས།	༡ ཞི་གཡོག་ངོ་རྒྱལ་ཨང་། ༢ མིང་། ༣ སྤྱི་ཚེས། ༤ བསྐྱར་བཅོས་ཁ་གསལ། ༥ གོ་གནས་ཡར་མེད་གི་ཁ་གསལ། ༦ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་དང་གོ་གནས་ཀྱི་ མིང་། ༧ ལུ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྱི་ཚེན་དང་ནང་གསེས་སྤྱི་ཚེན། ༨ ཡུན་རིང་སྦྱོང་བཅུང་དང་ཤེས་ཚད་ཀྱི་ཁ་གསལ། ༩ ད་ལྟོའི་ལུ་གཡོག་ལས་སྤྱེ།	འབྲི་ཤོག་ ༡༡/༡ པ་དང་ འཁྲིལ་ཏེ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ སྤྱི་ལས་འཕྱོར་བའི་སྐབས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་ བཅོས་འབད་ནི།
དོན་ཚུང་གནས་སྐབས།	༡ འབྲེལ་ཨང་། ༢ ཁ་བྱང་ཁ་གསལ། (གཏན་འཇགས་ཁ་བྱང་།) ༣ མིང་གཙོ་བོ། ༤ ལུ་གཡོག་ལས་སྤྱེ། ༥ མི་ཁྲུངས་ངོ་སྤྱོད་ལག་ཁྱེར། ༦ གནས་མོང་ལོ་རྒྱུས། ༧ བཟའ་ཚང་གི་ཁ་གསལ། ༨ ཡུན་རྒྱུང་སྦྱོང་བཅུང་།	ཞི་གཡོག་པ་རང་གིས་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་ཆོག འབྲེལ་ཡོད་མི་སྣ་བས་འགོ་ དཔོན།

༡༡.༣.༤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞི་གཡོག་གི་སྐོར་ལས་ཞི་གཡོག་གི་ཕྱིས་དབྱེད་དང་གཞན་བཅུ་
 དོན་ཚུ་ ལོ་ལྷན་སྤྱི་ལུ་དང་ ལོ་ལྷན་ཞི་གཡོག་ཕྱིས་དབྱེད་སྤྱི་ལུ་དང་ དཔེ་སྤྱི་ལུ་འབད་དགོ།

༡༡.༣.༥ སྤྱི་གཞོན་ (འབྲི་ཤོག་ ༡༡/༡) པ་དང་འཁྲིལ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བ་ཕུལ་མི་འདི་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་
 ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞི་གཡོག་གི་བཅུ་དོན་ཚུ་གཏམ་ཁ་རྒྱུ་སྤྱེ་ ལུ་བ་ཕུལ་མི་ལས་སྤྱེ་གིས་ གཞུང་དོན་
 ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་འཐོབ་ཚུགས་པ་ཡང་བཟོ་ཆོག། བཅུ་དོན་གྱི་མི་ཚུ་ ལུ་བ་འབད་མི་འདི་གཞན་དོན་གྱི་
 དོན་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༡.༣.༡༠ བཅུ་དོན་དག་བཅོས་ཀྱི་བྱ་རིམ།
 ཞི་གཡོག་བཅུ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་གི་བཅུ་དོན་ཚུ་དག་བཅོས་འབད་ནི་འདི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་བྱ་

རིམ་ཚུ་དང་འཁྲིལ་དགོ།

ཀ། ཞི་གཤམ་གསུམ་ཅིག་གིས་ མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་/ལས་ཚན་ལུ་ གཤམ་གསུམ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་དང་
སྒྲགས་ཏེ་ བན་དོན་དག་བཅོས་འབྲི་ཤོག་ (འབྲི་ཤོག་ ༢༡/༣) པ་འདི་ཕུལ་དགོ།

༡. ཞི་གཤམ་གསུམ་བན་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ལས་བཞུག་པའི་བྱ་ཡིན་ཐོག་འབྲུག་ དག་
བཅོས་འབད་དགོ་མི་ཚུ་ཁ་གསལ་སྡེ་བཞུག་དགོཔ་དང་།

༢. འབྲེལ་ཡོད་རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཁ། མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་བན་དོན་ཚུ་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་དང་ དོན་ཚན་ ༢༡.༣.༤ པའི་
ནང་ དབང་ཚད་ཕྱིར་སྟོན་འབད་མི་དང་འཁྲིལ་ དང་ལེན་འབད་དགོ།

༢༡.༣.༡༡

ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ ཞི་གཤམ་གསུམ་ག་རའི་སྐར་སྟོན་དང་གཤམ་དེབ་གྱི་འབྲུག་འདི་ ཡིག་ཐོག་རྒྱུན་སྐྱོད་འབད་
དགོཔ་དང་། གཤམ་གསུམ་འབད་མའི་ཞི་གཤམ་གསུམ་གི་དོན་ལུ་ གཤམ་བཞུག་གི་དུས་ལུ་དང་འཁྲིལ་
རྒྱུན་སྐྱོད་འབད་དགོ།

གོ་གནས་གྱི་སྡེ་རིམ།	ལོ་གྲངས།
བཞུག་བྱ་དང་མཁུམ་མཆོག་གི་སྡེ་རིམ།	ལོ་རྩ་ ༡༥།
བྱ་དེག་དང་འཛིན་སྐྱོད་གི་སྡེ་རིམ།	ལོ་རྩ་ ༡༠།
ལྷ་སྐྱོར་དང་ལག་ལེན་སྡེ་རིམ།	ལོ་རྩ་ ༥།

༢༡.༣.༡༢

ལས་སྡེ་གིས་ བཞུག་བྱ་དང་མཁུམ་མཆོག་སྡེ་རིམ་གྱི་ཞི་གཤམ་གསུམ་ཚུ་ གཤམ་གསུམ་འབད་ཞིན་མ་ལས་
སྐར་སྟོན་དང་གཤམ་དེབ་ག་ར་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་གསུམ་ཚོགས་ལུ་ ཅུས་སྟོན་འབད་དགོ།

༢༡.༣.༡༣

ལས་སྡེ་གིས་ བྱ་དེག་དང་འཛིན་སྐྱོད་། ལྷ་སྐྱོར་དང་ལག་ལེན་སྡེ་རིམ་གྱི་ཞི་གཤམ་གསུམ་ཚུ་ གོང་འཁོད་
གྱི་དུས་ལུ་ཚང་མ་ད་ སྐར་སྟོན་དང་གཤམ་དེབ་ཚུ་ཆ་མེད་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ ཚོགས་རྒྱུ་ཅིག་གཞི་
བཟུགས་འབད་དགོ།

༢༡.༤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་གསུམ་ཚོགས་གྱི་འགན་ཁུར།

༢༡.༤.༡

རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་གསུམ་ཚོགས་གྱི་འགན་ཁུར་ཚུ་ཡང་།

༢༡.༤.༡.༡ ཞི་གཤམ་གསུམ་པའི་བན་དོན་དང་ཐོ་བཞག་སའི་གཏན་མཛོད་ཅིག་ཨིན་དགོ།

༢༡.༤.༡.༢ མི་སྟོབས་གྱི་བན་དོན་འདི་ དུས་མཐུན་དང་བརྟན་ཏོག་ཏོ་སྡེ་བཞག་དགོ།

༢༡.༤.༡.༣ འོས་འབབ་ལཱ་པའི་བན་དོན་ཉེན་སྲུང་ཅེས་བརྟན་ཡོད་པ་བཟོ་དགོ།

- ༡༡.༤.༡.༤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤེག་ལྷན་ཚོགས་ནང་ རྒྱན་སྐྱོང་འབད་བའི་མི་སྟོབས་བདེ་དོན་རིམ་
ལུགས་ག་རའི་དུས་མཚམས་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་འདུ་བཞག་དགོ།
- ༡༡.༤.༡.༥ ལག་ལེན་པ་གིས་རིམ་ལུགས་འདི་ འཐོབ་ཚུགས་པའི་རྒྱན་སྐྱོང་ཐོག་ལུ་བཞག་དགོ།
- ༡༡.༤.༡.༦ འཇམ་རྟེང་རྟེ་སྟེ་འཐོབ་ཚུགས་པ་དང་ རུས་ལུགས་ཅན་གྱི་འཚོལ་ཞིབ་ལམ་ལུགས་
ལཱ་པའི་སྐྱེར་གྱི་ཡིག་སྟོན་བཞག་དགོ།
- ༡༡.༤.༡.༧ ལོ་ལྟར་ཞི་གཤེག་གི་ཕྱིས་དབྱུང་བསྐྱ་སྒྲིག་དང་དཔེ་སྐྱུན་འབད་དགོ།
- ༡༡.༤.༡.༨ མི་སྟོབས་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་དང་ཐོ་བཞག་ནི་ལུ་ འཕུལ་རིག་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་སྐྱོང་
བདར་བྱིན་དགོ།
- ༡༡.༤.༡.༩ ལོ་ལྟར་སྐྱུན་ཁུ་དང་ལོ་ལྟར་ཞི་གཤེག་གི་ཕྱིས་དབྱུང་སྐྱུན་ཁུ་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་
སློ་ཚུའི་ཐོག་ལས་ བདེ་དོན་ཚུ་བྱབ་སྤེལ་གཏང་དགོ།
- ༡༡.༤.༡.༡༠ རིམ་ལུགས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚུ་ བདག་སྐྱོང་དང་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་དགོ།

༡༡.༥ ཞི་གཤེག་ཅིག་གི་འགན་ཁུར།

- ༡༡.༥.༡ ཞི་གཤེག་པ་ཅིག་གིས་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།
- ༡༡.༥.༡.༡ ཁོ་རའི་བདེ་དོན་ཚུ་ ཞི་གཤེག་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ ཉན་ཉན་དང་དུས་མཐུན་
ཡོདཔ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༡༡.༥.༡.༢ ཞི་གཤེག་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་ རང་སེའི་བྱུང་ཡོན་གྱི་ཐོ་ཚུ་བཟླ་ཞིན་མ་ལས་
ངེས་པར་དུ་བཅོ་ཁ་རྒྱབ་དགོཔ་གང་རུང་ཡོད་ན་ ཆ་གནས་ཅན་གྱི་རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ་
དང་སྒྲགས་ཏེ་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་ལུ་བདེ་སྐྱེལ་འབད་དགོཔ་དང་།
- ༡༡.༥.༡.༣ ཁོ་རའི་མི་ངོ་གཙོ་ཅན་གྱི་ཁ་གསལ་ཚུ་ (ཞི་གཤེག་པའི་སྐད་བདེ་ལས་འཆར་དང་
དགོངས་ཞུའི་ཁེ་སྐད་གྱི་དོན་ལུ་) དུས་མཐུན་ཡོདཔ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༡༡.༦ ལས་སྤེའི་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་འགན་ཁུར།

- ༡༡.༦.༡ མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་ག་རའི་བདེ་དོན་ཚུ་ ཞི་གཤེག་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་དང་སྐྱེར་སྟོན་ནང་ ཉན་ཉན་དང་
དུས་མཐུན་སྤེ་རྒྱན་སྐྱོང་འབད་དགོ།
- ༡༡.༦.༢ རིམ་ལུགས་ཐོག་ མི་སྟོབས་བཀའ་རྒྱ་ཚུ་བཏོན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཤེག་བདེ་དོན་རིམ་ལུགས་ལག་ལེན་
འཐབ་ཡོདཔ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

- ༡༡.༤.༣ ཞི་གཡོག་བད་དོན་རིམ་ལུགས་ཀྱི་ལག་ལེན་དོན་སྤྲོད་ཅན་སྤྱི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་དང་ མི་སྟོབས་དང་
འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་གི་བད་དོན་ཉན་ཉན་བཟོ་ནི་དང་ རང་བདེན་གྱི་འགན་ཁུར་ཡོད།
- ༡༡.༤.༤ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་སྤྱི་ལག་སྟོན་དང་ གཡོག་དེབ་ཚུ་དུས་མཐུན་རྒྱུ་སྤྱོད་
འབད་དགོ།
- ༡༡.༤.༥ ཞི་གཡོག་ཅིག་གིས་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་འགོ་ཐོག་འཇུག་བའི་སྐབས་ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་གསལ་སྟོན་ཅིག་
སྤྱི་གནས་ནི་ཨིན་པའི་གཡོག་དེབ་ཀྱི་དོན་ཚན་ ༡ པ་དང་ ༩ པ། གཡོག་བཙུགས་འབྲི་ཤོག་ནང་ལུ་
རང་སེའི་ངོ་བཤད་ཚུ་ བདེན་པའི་ཐོག་ལས་གསལ་སྟོན་འབད་ཡོད་པ་ངེས་བཟན་བཟོ་དགོ།
- ༡༡.༤.༦ དོན་ཚུང་གནས་སྤྱད་ལེགས་བཅོས་འབད་ཆོག། ཨིན་རུང་ དོན་ཚེན་གནས་སྤྱད་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་ཐད་
ཆ་གནས་ཅན་གྱི་རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ་དང་སྒྲགས་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་གཏང་དགོ།
- ༡༡.༤.༧ ལཱ་དང་འགན་ཁུར་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ ངོ་ཚབ་ཅིག་ངོས་འཛིན་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་ཆོག་
པའི་གནད་བ་སྟོན་དེ་ བསྐྱར་བཅོས་གང་རུང་འབད་མི་འདི་ འདི་འབྲོ་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ལུ་བད་ལན་འབད་དགོ།
- ༡༡.༤.༨ ནམ་དགོས་མཁོ་ཐོན་ཅིག་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་དུས་ཚོད་ནང་ ལས་གཡོག་པའི་བད་དོན་ཚུ་
ཡིག་ཐོག་གི་འབྲ་དང་བཅས་པ་སྤྱི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།
- ༡༡.༤.༩ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་བཙུགས་ཡོད་པའི་མི་སྟོབས་ཀྱི་གོས་ཚོད་ཚུ་ག་ར་པར་སྐྱུན་འབད་དེ་ མིང་རྟགས་
བསྐྱུས་པ་བཀོད་དེ་ ཐོ་བཞག་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤྱི་སྟོན་ནང་ལུ་བཙུགས་དགོ།
- ༡༡.༤.༡༠ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་དང་མི་སྟོབས་ལས་རྟགས་ཚུ་གིས་ རང་སེའི་ལག་ལེན་པའི་ངོ་རྟགས་དང་གསང་
ཡིག་རུབ་སྟོན་འབད་མི་ཆོག།
- ༡༡.༤.༡༡ མི་སྟོབས་སྤྱི་ཚན་/ལས་ཚན་ཚུ་གིས་ ལག་ལེན་པའི་ངོ་རྟགས་གསང་བཟོ་ཡོད་མི་འདི་ གློག་འཕྲིན་
ཐོག་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༡༡.༥ འགན་འཁུག

- ༡༡.༥.༡ མི་སྟོབས་བད་དོན་དང་ཐོ་ཚུ་ དུས་མཐུན་དང་ཉན་ཉན་ཡོད་པ་ངེས་བཟན་བཟོ་ནིའི་འཁྲི་བ་འདི་ རྒྱལ་
གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་ལས་སྤྱིའི་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན། དེ་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་ཞི་གཡོག་པ་དེ་
ལུ་ཐོག་



འབྲི་ཤོག་ ༡༡/༡

རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་ལས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།
བདེ་དོན་ལྷ་ཡིག་འབྲི་ཤོག་

ལས་སྡེའི་མིང་།
བདེ་དོན་གྱི་དགོས་དོན།
བདེ་དོན་ལྷ་བའི་སྒྲིག་བཀོད། (དགོ་པའི་གནད་དོན་ཚུ་བཀོད།)
ལ་མི་བཟེད་པའི་ངག་བརྗོད། བདེ་དོན་ལྷ་མི་འདི་ གོང་ལུ་བཀོད་མིའི་དོན་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

མིང་རྟགས།

མིང་།

གོ་གནས་གྱི་མིང་།

ག ཡུན་རིང་སྒྱུར་བཅར་དང་ཤེས་ཚད་དག་བཅས་ཀྱི་དོན་ལུ།

༡. གཡོག་ཐོག། རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གནང་ཆའི་ཡི་གུ་དང་ འབྲེལ་ཡོད་སྒྱུར་བཅར་ལག་
ཁྱེར་ཚུ།

༢. སྤྱི་གོང་ལཱ་གཡོག། སྒྱུར་བཅར་གྱི་ལག་ཁྱེར་ཚུ།

(ཞུ་ཡིག་ཕུལ་མིའི་མིང་རྟགས་ཡངན་ནི་གཡོག་པའི་ཆབ་ལུ་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་མིང་རྟགས།)

ལཱ་གཡོག་སྒྱུར་མི་གིས་བཀའ་དགོས།

ང་གིས་ རོ་མིང་ འདི་གི་དོན་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་བཅད་དོན་ཚུ་ བདེན་པ་ཨིནམ་དང་ འདི་ཚུ་ག་ར་ ཡིག་ཚང་
ནང་ལུ་རྒྱན་སྒྱུར་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ ཁོ་ ཡང་ན་མོ་གི་ཡིག་ཆ་རོ་མའི་འབྲེལ་བཅུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བདེན་དཔྱད་
འབད་འབདམ་ཨིན་པའི་རོ་སྒྱུར་འབདམ་ཨིན།

མིང་རྟགས་དང་ཐེལ།

མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན།

རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བཀའ་དགོས།

བདེན་སྒྱུར་དང་དུས་མཐུན་བཟོ་མི།

(མིང་དང་མིང་རྟགས།)

ལེའུ་ ༡༩ པ། ཞི་གཡོག་རྟགས་མ།

༡༩.༡ སྤོང་བྱས།

- ༡༩.༡.༡ ལཱ་ཤུལ་གྲུབ་འབྲས་ཁྱད་འཕགས་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ རོས་འཛིན་དང་རྟགས་མ་གནང་ནི།
- ༡༩.༡.༢ ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་ཐ་དམ་ཆོག་བསྟེན་ཏེ་ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ རོས་འཛིན་དང་རྟགས་མ་གནང་ནི།
- ༡༩.༡.༣ གཞན་གྱིས་དཔེ་བལྟ་བརྟུབ་པའི་ལཱ་གཡོག་གི་དཔེ་སྟོན་ཅིག་སྟེ་བཟོ་ནི།
- ༡༩.༡.༤ ལཱ་ནང་ལུ་ གནས་ཚད་མཐོ་བའི་ལཱ་ཤུལ་གྱི་ལམ་ལུགས་བཙུགས་ནི།
- ༡༩.༡.༥ ལཱ་ཤུལ་སྒྲོམ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཡིད་བཀྱག་ནི། བདག་འཛིན་འབད་ནི་དང་སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་བཙུག་ནི།
- ༡༩.༡.༦ གྲུབ་འབྲས་བཏོན་ནིའི་ཆོར་ཤུགས་དང་ ཞི་གཡོག་པ་ཨིན་པའི་དཔའ་ཉམས་ཡར་དྲག་གཏང་ནི།

༡༩.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡༩.༢.༡ ཐ་དམ་ཆོག་དང་ཁྱད་འཕགས་ཅན་གྱི་ཕན་འདེབས་ཐོག་ལས་ ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ངལ་རངས་གྱི་གསོལ་ར་བྱིན་དགོ།
- ༡༩.༢.༢ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་ གཞེངས་ཐོན་ལུ་གཞི་བཞག་པའི་དྲངས་གསལ་ཅན་དང་འགན་འཁུན་ཅན་གྱི་གསོལ་རའི་ལམ་ལུགས་གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ།
- ༡༩.༢.༣ གསོལ་ར་ཚུ་སྤྱོད་འབྲས་དང་གཅིག་ཁར་བྱིན་ཆོག

༡༩.༣ རོས་ཚད།

ཁག་འབག་ལས་གཡོག་པ། སྤྱི་གཡོག་པ་ ཡང་ན་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པ་བརྩིས་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ ལྷག་བསམ་ནཱ་དག་དང་ཆོ་གང་ལཱ་གཡོག་རྟགས་མའི་དོན་ལུ་རོས་འབབ་ཡོད།

༡༩.༤ རྟགས་མའི་དབྱེ་ཁག།

ཞི་གཡོག་རྟགས་མ་འདི་ གཤམ་གསལ་གྱི་དབྱེ་ཁག་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་བྱིན་དགོ།

༡༩.༤.༡ ལྷག་བསམ་ནཱ་པར་དག་པའི་ལཱ་གཡོག་གི་ཞི་གཡོག་རྟགས་མ།

༡༩.༤.༡.༡ གསོལ་ར་འདི་ ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་ལྷག་བསམ་ནཱ་དག་དང་ ཐ་དམ་ཆོག་གི་ཐོག་ལས་

ཕྱག་ཕྱིད་ལྷ་སྟོན་མེད་གཡོག་ཐོ་ཡོད་མེད་ཞི་གཡོག་པ་རྩ་ལུ་གནང་དགོ།

༢༢.༤.༡.༢

གསོལ་ར་འདི་གཙོ་བོ་ར་གཤམ་གསལ་ལྟར་གྱི་ཞི་གཡོག་ནང་ཕྱག་ལུ་ལོ་གྲངས་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་གནང་དགོ།

སྤྱི་གཡོག་རོ་མེད་ལོ་གྲངས།	གསོལ་ར་འདི་དབྱེ་བ།
ལོ་རོ་ ༡༠།	ལག་ཁྱེར་ལི་རྟགས་ཅན་མ།
ལོ་རོ་ ༢༠།	ལག་ཁྱེར་དངུལ་རྟགས་ཅན་མ།
ལོ་རོ་ ༣༠།	ལག་ཁྱེར་གསེར་རྟགས་ཅན་མ།

༢༢.༤.༢

ཆོ་གང་ལཱ་གཡོག་གི་ཞི་གཡོག་རྟགས་མ།

༢༢.༤.༢.༡

ཆོ་གང་ལཱ་གཡོག་གི་རྟགས་མ་འདི་འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཡོག་གཞི་ནང་ལུ་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་དགོངས་ལུ་ལོ་ཚད་ཚང་སྟེ་སྟོན་མེད་གཡོག་ཐོ་ཐོག་ལས་དགོངས་ལུ་འབད་མི་འདི་ལུ་གནང་དགོ།

༢༢.༤.༢.༢

རྟགས་མ་འདི་ལག་ཁྱེར་ཅིག་དང་གཅིག་ཁར་རྟགས་མ་ཅིག་ཡིན་དགོ།

༢༢.༤.༣

བྱད་འཕགས་ལཱ་གཡོག་གི་ཞི་གཡོག་རྟགས་མ།

༢༢.༤.༣.༡

རྟགས་མ་འདི་ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་གདམ་འཐུ་འབད་བའི་ལཱ་གི་བཟོད་དོན་ཅིག་ལུ་ཞི་གཡོག་ཅིག་གིས་གཞེངས་ཐོན་དང་བྱད་འཕགས་ཀྱི་ལཱ་ལྷན་ཐོན་པའི་ངོས་འཛིན་ལུ་གནང་དགོ།

༢༢.༤.༣.༢

རྟགས་མ་འདི་གཏན་འཇགས་ཀྱི་ཞི་གཡོག་པ་རྩ་ལུ་གནང་དགོ།

༢༢.༤.༣.༣

ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་བྱད་འཕགས་ལཱ་ལྷན་ཅན་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་ ༡༠ ལས་ ༡༥ ཚུན་ལུ་གནང་དགོ།

༢༢.༤.༣.༤

སྤྱི་བཏང་གི་བཟོད་དོན་ཚུ་ལྟན་ཚུགས་ཀྱིས་བཟོ་དགོ།

༢༢.༤.༣.༥

རྟགས་མ་འདི་ཁོ་ཕན་དང་གཅིག་ཁར་གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་གནང་དགོ།

རྟགས་མའི་དབྱེ་བ།	ལཱ་གཡོག་གི་ཁེ་ཕན།	དན་གསོ།
ལི།	ཡར་སངས་གཅིག	དདུལ་ཕོགས་ཡར་སངས་འདི་ ཞི་གཡོགས་འདི་ལུ་ དགོངས་ལུ་མ་འབད་ཚུན་གྱི་རིང་ ཟླ་རིམ་བཞིན་ཏུ་ ཕྱིན་དགོ། ཡར་སངས་འདི་ སྤྱིར་བཏང་ཡར་སངས་གི་ གངས་སུ་མེན་པའི་ཁར་ དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་ཕྱིན་དགོ།
དདུལ།	ཡར་སངས་གཉིས།	དདུལ་ཕོགས་ཡར་སངས་འདི་ ཞི་གཡོགས་འདི་ལུ་ དགོངས་ལུ་མ་འབད་ཚུན་གྱི་རིང་ ཟླ་རིམ་བཞིན་ཏུ་ ཕྱིན་དགོ། ཡར་སངས་འདི་ སྤྱིར་བཏང་ཡར་སངས་གི་ གངས་སུ་མེན་པའི་ཁར་ དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་ཕྱིན་དགོ།
གསེར།	རིགས་བསྐྱེམས་གོ་ གནས་ནང་འཁོད་ལུ་ ཨིན་པ་ཅིན་ དེ་ལས་ མཐོ་བའི་གོ་གནས་ཀྱི་ གནས་རིམ་ལུ་ཡར་ སངས་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་དདུལ་ཕོགས་ ཡར་སངས་གསུམ་ གནང་ནི།	གསོལ་ར་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཀྱིས་ གཞུངས་ཐོན་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སངས་གནང་མི་ དང་གཅིག་ཁར་བསྐྱེམ་ཚོག དདུལ་ཕོགས་ཡར་སངས་གི་ཐད་ དདུལ་བསྐྱེམས་ འདི་ ཞི་གཡོགས་ལུ་ཟླ་རིམ་བཞིན་ཏུ་ དགོངས་ལུ་ མ་འབད་ཚུན་གནང་དགོ། ཡར་སངས་འདི་ སྤྱིར་ བཏང་ཡར་སངས་གི་གངས་སུ་མེན་པའི་ཁར་ དེ་ལས་ ལྷག་སྟེ་ཕྱིན་དགོ།

༢༢.༤.༤

མིང་བཏོན་ནིའི་བྱ་རིམ།

ཞི་གཡོག་རྟགས་མའི་འོས་ཚད་ཀྱི་ལོ་གངས་རྩིས་རྒྱུ་བཞི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་དལ་གསོ་རྒྱུ་མ་
གཅིག་རྩིས་རྒྱུ་མི་ཚོག

༢༢.༤.༤.༡

ལྷག་བསམ་ནུམ་པར་དག་པའི་ལཱ་གཡོག་གི་ཞི་གཡོག་རྟགས་མ།

ཀ། ལོ་དེ་གི་སྤྱི་ཟླ་ ༡༡ པའི་སྤྱི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་ རྟགས་མ་ཐོབ་པའི་ཞི་གཡོགས་
ཚུ་གི་ཐོ་འདི་ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ སྤྱི་ཟླ་ ༡ ལུ་ཕུལ་དགོ།

ཁ། མིང་འོ་ཐོ་ཚུ་འབྱོར་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་
རྟགས་མ་འཐོབ་མིའི་ཐོ་ཚུ་བདེན་དཔྱད་འབད་དེ་མཐའ་དཔྱད་འབད་དགོ།

༢༢.༤.༤.༢

ཚོགས་ལཱ་གཡོག་གི་ཞི་གཡོག་རྟགས་མ།

ཀ། ལས་སྡེ་གིས་ ལོ་ལྷན་བཞིན་ཏུ་ སྤྱི་ཟླ་ ༡ པ་དང་སྤྱི་ཟླ་ ༡ པའི་ནང་

ལོ་གངས་ཚང་སྟེ་དགོངས་ལུ་འབད་ནི་ཨིན་མི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ཐོ་ ཟླ་
ངོ་རྟལ་གི་སྟེ་གོང་ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྤུལ་དགོ།

ལ། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ རྟགས་མ་འཐོབ་མི་ཐོ་ཚུ་
བདེན་དཔྱད་འབད་དེ་མཐའ་དཔྱད་འབད་དགོ།

༡༡.༤.༤.༣

བྱད་འཕགས་ལཱ་གཡོག་གི་ཞི་གཡོག་རྟགས་མ།

ཀ། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞི་གཡོག་པ་གསོལ་རའི་མི་ངོ་
སྟེ་བཏོན་ཐངས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གནང་དགོ།

ལ། ལས་སྡེ་ག་ར་གིས་ རང་སའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་བརྒྱད་དེ་ རང་
སའི་ལས་སྡེ་ནང་ལས་ངེས་བདེན་ལུ་འཐོབ་དགོ་པའི་ཞི་གཡོག་པ་དང་
བྱད་འཕགས་ཅན་གྱི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ཐོ་ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་ སྟླ་ཟླ་ ༧
པའི་ནང་འཁོད་ལུ་སྤུལ་དགོ།

ག སྟླ་ཟླ་ ༩ པ་དང་ ༩ པའི་ནང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་
ལས་སྡེ་ཚུ་ལས་བཏང་བའི་མི་ངོམ་ཚུ་གུ་ ཞིབ་འཇོལ་དང་བདེན་དཔྱད་
འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

ང། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གཙོ་རིམ་བསྐྱིག་ནི་དེ་དོན་ལུ་ མི་
ངོ་ཐོ་ཚུ་ད་རུང་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ཆ་འཛིག་གནང་དགོ།

ཅ། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་མཐའ་དཔྱད་གྲོས་འཆར་འདི་ སྟླ་
ཟླ་ ༡༠ པའི་ཟླ་མཇུག་ལུ་ གཟིགས་ཞིབ་དང་ཆ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་
པོ་རྒྱུ་ཆེན་ཡིག་ཚང་ལུ་སྤུལ་དགོ།

ཆ། ཞི་གཡོག་གི་བྱད་འཕགས་ལཱ་གཡོག་གི་གསོལ་ར་འདི་ ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་
སྟླ་ཟླ་ ༡༩ པའི་སྟླ་ཆེས་ ༡༧ ལུ་རྒྱལ་ཡོངས་དུས་ཆེན་སྐབས་ལུ་གནང་
ནི་ཨིན།

༡༡.༤.༥ འགན་འཁུགས་

༡༡.༤.༥.༡ ཞི་གཡོག་རྟགས་མའི་ལམ་ལུགས་འདི་ རུས་པ་དང་ལྷན་སྟེ་ངེས་བཏོན་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་ནི་གི་
འགན་ཁུར་འདི་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ཤོག

༡༡.༤.༥.༢ ལས་འཆར་བཀོད་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དུས་ཐོག་ལུ་མི་ངོ་བཏོན་ནི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་དང་ མི་ངོ་
མིང་ཐོ་སྤུལ་ནི་འགན་ཁུར་འདི་ ལས་སྡེ་མི་སྟོབས་སྟེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་གིས་འབག་དགོ།

༡༡.༤.༥-༣

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་སྤྱད་ཀྱི་དགོངས་བཞེད་འགྲུབ་ཐབས་
ལུ་འཐོབ་དགོས་ངེས་བདེན་ཡོད་པའི་ནི་གཡོག་ཚུ་མི་ངོམ་སྟེ་བཏོན་ནི་དང་གདམ་འཇུ་འབད་ནིའི་
འགན་ཁུར་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་པ་དང་ལས་སྟེ་ལུ་ཕོག

ལེའུ་ ༡༩ པ། མི་སྟོབས་རྩིས་ཞིབ།

༡༩.༡ སྤྱད་བྱས།

- ༡༩.༡.༡ གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྷན་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།
- ༡༩.༡.༢ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་
དེ་ལས་ཞི་གཡོག་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིམས་ལུགས་གཞན་ཚུ་གི་ལག་ལེན་གཅིག་མཚུངས་ཡོད་པ་བཟོ་ནི་
དང་ དེ་ཚུ་ལུ་གནས་ཡོད་པ་ངེས་བརྟེན་བཟོ་ནི།
- ༡༩.༡.༣ ཞི་གཡོག་ལས་སྡེ་ག་རའི་ནང་ མི་སྟོབས་ཀྱི་གནས་ཚད་དང་ལག་ལེན་ཚུ་ ལེགས་བཅོས་དང་ཡར་ཕྱག་
གཏང་ནི།
- ༡༩.༡.༤ མི་སྟོབས་དང་ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ཚུ་ ཚད་ལྡན་སྡེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་ངེས་བརྟེན་བཟོ་ནི།

༡༩.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡༩.༢.༡ ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ལག་ལེན་དང་ མི་སྟོབས་རྩིས་ཞིབ་ཀྱི་ལག་དེབ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་གི་
ལས་སྡེ་ག་རའི་ནང་ ཏུས་མཚམས་ལུ་མི་སྟོབས་རྩིས་ཞིབ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
- ༡༩.༢.༢ མི་སྟོབས་རྩིས་ཞིབ་ཀྱི་ཚུད་སྟོན་ཚུ་མར་ཕབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཀྱི་ལས་གཡོག་པ་སྟོགས་གྲུབ་
ཅན་ཅིག་བཟོ་ནི་དང་། མི་སྟོབས་རྩིས་ཞིབ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནིའི་ནང་ ཟུང་རིག་དང་ལྷན་མ་ངེས་བརྟེན་
བཟོ་ནི།
- ༡༩.༢.༣ མི་སྟོབས་རྩིས་ཞིབ་གལ་ཆེ་ཏེ་དང་ ཚུད་སྟོན་ཚུ་ལོག་ཅི་ར་བྱུང་བའི་སྐོར་ལས་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་ཚུ་
ལུ་ གོ་བ་བཅུ་སྟོན་འབད་ནི།

༡༩.༣ སྤྱི་བཏང་བྱ་རིམ།

- ༡༩.༣.༡ ཟུང་པར་དང་སྟོན་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ཐབས་ལམ་ཀྱི་རྒྱབ་སྟོན་བཀོད་ནི།
- ༡༩.༣.༢ ཞི་གཡོག་ནང་ མི་སྟོབས་ཀྱི་གནས་ཚད་དང་ལག་ལེན་བཟང་ཤོས་ཚུ་ ག་ཨིན་སྡེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་
དང་ངེས་བརྟེན་བཟོ་ནི།
- ༡༩.༣.༣ རྒྱབ་སྟོན་དང་བར་འཛུལ་ཚུ་ ཚུལ་བཞིན་ཏུ་བསྟར་སྟོན་འབད་དེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་ངེས་བརྟེན་བཟོ་
ནི།

༡༣.༤ མི་སྟོབས་ཕྱིས་ཞིབ་ཀྱི་གནས་ཁོངས།

མི་སྟོབས་ཕྱིས་ཞིབ་ཀྱི་གནས་ཁོངས་འདི་ གཤམ་གསལ་གནད་དོན་ཚུ་ནང་ཨིན་དགོ།

- ༡༣.༤.༡ ལས་གཡོག་པའི་འཆར་གཞི་དང་ལག་ལེན།
- ༡༣.༤.༢ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་དང་ལག་ལེན།
- ༡༣.༤.༣ མི་སྟོབས་སྤྱད་ཐངས།
- ༡༣.༤.༤ གཡོག་བཙུགས་དང་གདམ་འཐུ། བསྐོ་བཞག་གི་བྱ་རིམ།
- ༡༣.༤.༥ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་མ་མཐུན་དང་ལཱ་གཡོག་སྤྱད་ཐངས།
- ༡༣.༤.༦ ལཱ་ཤུལ་འཛིན་སྐྱོང་རིམ་ལུགས།
- ༡༣.༤.༧ གོ་གནས་ཡར་སེང་།
- ༡༣.༤.༨ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུང་ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་གྲོས་ཚད།
- ༡༣.༤.༩ གནས་སོང་།
- ༡༣.༤.༡༠ ངལ་གསོ།
- ༡༣.༤.༡༡ བདག་སྐྱོང་སྤྱི་གཤམ་བྱ་རིམ། གྲོས་ཐག་གཅད་ཐངས་དང་ལག་ལེན།
- ༡༣.༤.༡༢ གཡོག་གྲོལ།
- ༡༣.༤.༡༣ ལཱ་གི་གནས་སྟངས།
- ༡༣.༤.༡༤ ཞི་གཡོག་བན་དོན་དང་ཐོ་ཚུ་དང་།
- ༡༣.༤.༡༥ མི་སྟོབས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་གཞན་གང་རུང་།

༡༣.༥ ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཕྱིས་ཞིབ།

- ༡༣.༥.༡ ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཕྱིས་ཞིབ་འདི་གིས་ ཚ་ངེར་བཏོན་ནི་དང་ དབྱེ་སྟེ་ཡོད་པའི་མི་སྟོབས་ཀྱི་གནད་དོན་ ཚུ་བརྟག་དབྱད་འབད་ཐོག་ལས་ མི་སྟོབས་སྡེ་ཚན་ ཡང་ན་ལས་ཚན་ཚུ་ཡར་འགྱུར་གྱི་ཨིན།
- ༡༣.༥.༢ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་ཚུ་འི་ལཱ་གཡོག་འབྲེལ་བཤད་ལས་བཟུལ་བའི་མི་སྟོབས་ཀྱི་བར་འཛུལ་འདི་གིས་མི་ སྟོབས་ཀྱི་ཞབས་ཏྲིག་ཡར་འགྱུར་བཏང་སྟེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་བཅུ་མཐོང་ཡོད་པ་ཚོར་བཅུག་ནི།
- ༡༣.༥.༣ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་ཚུ་ ནང་འཁོད་སྤྱོད་བནར་གྱི་ཐོག་ལས་ ལྷོགས་གྲུབ་ཅན་བཟོ་སྟེ་ ཐབས་བྱས་ཅན་ ཀྱི་ཕྱིས་ཞིབ་འབད་ནིའི་ནང་ གཤམ་གསལ་འབད་བཅུག་ནི།
- ༡༣.༥.༤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་དང་ལས་སྡེ་ཚུ་ལུ་ བསམ་ལན་ ཡང་ན་རྒྱབ་སྐྱོན་ཚུ་བྱིན་ནི།

༡༣.༦ འགན་ཁུར།

- ༡༣.༦.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།
- ༡༣.༦.༡.༡ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ ཞི་གཡོག་གི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་འབྲེལ་ མི་

སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༢༣.༤.༡.༢ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་འཆར་གཞི་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༢༣.༤.༡.༣ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ལག་དབང་དང་འཁྲིལ་ ཞི་གཡོག་ལས་སྡེ་ག་རེ་ནང་ ཉུས་
རྒྱན་གྱི་མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༢༣.༤.༡.༤ རྒྱ་དགོས་མཁོ་ཐོན་མ་ཅིག་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཕྱི་ཁྱེད་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༢༣.༤.༡.༥ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚད་དང་ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ལག་དབང་། དེ་ལས་
ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཚུ་ རྒྱ་དགོས་མཁོ་ཐོན་མ་
ཅིག་ལེགས་བཅོས་འབད་དགོ།

༢༣.༤.༡.༦ ཕྱི་ཁྱེད་ཐངས་རེ་འགོ་འདྲན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་སྡེ་ཚན་ཅིག་
གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ།

༢༣.༤.༡.༧ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་དང་ ཡང་ན་ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲན་
འཐབ་ནི་ལུ་ ལས་སྡེ་ཚུ་ལས་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་ ཡང་ན་འབྲེལ་ཡོད་ཞི་
གཡོག་པ་ཚུ་འབྲེལ་སྟེ་ག་སློག་འབད་དགོཔ་དང་།

༢༣.༤.༡.༨ ལོ་ལྟར་སྟན་ཉུང་ནང་ ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་བཙུན་བསྐྱས་གཙོ་ཅན་ཚུ་བཙུགས་དགོ།

༢༣.༤.༢ ལས་སྡེ་གིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༢༣.༤.༢.༡ མི་སྟོབས་འཛིན་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྡེ་ནང་གི་བན་དོན་དང་ཐོ་ཚུ་ག་ར་ འཇམ་
ཏོང་ཏེ་སྡེ་འཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་སྟེ་བྱིན་དགོ།

༢༣.༤.༢.༢ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་སྡེ་ཚན་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་
ལུ་ འཛུལ་ཆོག་པའི་མཐུན་སྦྱོར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར། བན་དོན་ཚུ་བྱིན་དགོ།

༢༣.༤.༢.༣ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་འགོ་འདྲན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ཕྱི་ཁྱེད་སྡེ་ཚན་ལུ་མཉམ་
འབྲེལ་དང་ རྒྱབ་སྐྱོར་མཉམ་བུམ་གནང་དགོ།

༢༣.༤.༢.༤ ཕྱི་ཁྱེད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ གལ་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ག་ར་ ག་སློག་སྟེ་བཞག་དགོ།

༢༣.༤.༢.༥ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་འབད་མི་འདི་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་དང་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ལུ་ བསམ་ལན་བྱིན་དགོཔ་དང་།

༢༣.༤.༢.༦ མི་སྟོབས་ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་བཙུན་བསྐྱས་ལུ་གནས་ཏེ་ དེའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་
དགོ།

༡༣.༤.༣

མི་སྟོབས་ཕྱིས་ཞིབ་སྡེ་ཚན་གྱིས་འབད་དགོཔ་འདི་ཡང་།

༡༣.༤.༣.༡ མི་སྟོབས་ཕྱིས་ཞིབ་འདི་ འདྲོག་འཇིགས་དང་ཕྱོགས་ལུང་། ཡངན་ཉེ་རིང་སོགས་
མེད་པའི་སྒོ་ལས་འབད་དགོ།

༡༣.༤.༣.༢ ཁྱད་རིག་ཅན་ཅིག་སྡེ་འབད་དགོཔ་དང་ ཞི་གཡོག་པའི་བརྩེ་མཐོང་དང་ཀྱན་སྦྱོད་ལུ་
གནས་དགོ།

༡༣.༤.༣.༣ ཕྱིས་ལས་དང་ཐོ་ཚུ་ལས་བྱུང་བའི་བད་དོན་གང་རུང་གི་དོན་ལུ་ ཞིབ་དབྱད་དང་འདྲི་
དབྱད་འབད་དགོཔའི་སྐབས་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་འབོ་དགོ།

༡༣.༤.༣.༤ མི་སྟོབས་ཕྱིས་ཞིབ་ཀྱི་བཅུད་བསྐྱས་འདི་ ལས་སྡེ་ཚུ་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༡༣.༤.༣.༥ ལྷན་ཆོགས་ལུ་ཕུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོན་བསམ་འཆར་དང་བཅས་པའི་མི་སྟོབས་
ཕྱིས་ཞིབ་ཀྱི་སྟན་ཉུ་བཟོ་དགོཔ་དང་།

༡༣.༤.༣.༦ ཕྱིས་ཞིབ་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོན་ཚུ་བསྐྱ་ནི་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡོདཔ་ངེས་བརྟན་བཟོ་
ཐབས་ལུ་ མི་སྟོབས་ཕྱིས་ཞིབ་སྟན་ཉུ་ཚུ་ དང་ལེན་འབད་མ་འབད་བཟུ་དགོ།

ལེའུ་ ༡༤ པ། སན་བདེའི་ཞབས་ཏྲག་

༡༤.༡ སྤྱི་བུས།

༡༤.༡.༡

འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༢༧ (ཆ) པའི་ནང་གསལ་ལྟར། “རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་འདི་ གཞུང་གི་ལས་གཡོག་པའི་ལས་སྡེ་ལྟ་བུ་བཅིག་སྡེ་ ཞི་གཡོག་གི་མིང་གཏམ་དང་སེམས་ལྷགས། དེ་ལས་ སན་བདེ་ཚུ་རྒྱ་རྒྱུང་དང་ཡར་ཤལ་གཏང་དགོ།” ཟེར་བཀོད་ཡོད་མི་འདི་གིས།

༡༤.༡.༡.༡

ཞི་གཡོག་པའི་སན་བདེ་ཡར་ཤལ་གཏང་ནི།

༡༤.༡.༡.༢

ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་དགོངས་ཀྱི་འབདཱ་ད་ ཁོ་རའི་བརྩི་མཐོང་དང་དདུལ་འབྲེལ་གྱི་བདེ་ཐབས་ཡར་ཤལ་གཏང་ནི།

༡༤.༡.༡.༣

ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་ལྷ་གི་གནས་སྤངས་འདི་ ཉེན་སྲུང་ཅན་དང་བདེ་ཏྲག་ཏོ། འོས་མཐུན་སྡེ་རྒྱ་རྒྱུང་འཐབ་ནི།

༡༤.༡.༡.༤

བསྐྱབ་སྟོན། གསལ་ར་དང་ རྟོག་སེལ་ལམ་ལུགས་ཚུའི་ཐོག་ལས་ ཞི་གཡོག་པའི་སྤྱོད་སྲུང་གྲུབ་ཡོངས་རྒྱུ་གསལ་བཏོན་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི།

༡༤.༡.༡.༥

དགོངས་ཀྱི་འབད་ནི་ལུ་ སྤབས་བདེ་ཏྲག་ཏོ་སྡེ་འགྲོ་ནིའི་ནང་ སན་ཐབས་འབད་ནི་དང་།

༡༤.༡.༡.༦

དགོངས་ཀྱི་འདྲེ་འུ་སྐབས་ལུ་ དོན་སྤྲོད་ཅན་གྱི་ལྷ་ནང་གཞལ་གཏོགས་ཡར་ཤལ་གཏང་ནི།

༡༤.༢ ཐབས་ལམ།

༡༤.༢.༡

ཞི་གཡོག་སན་བདེའི་ལས་འཆར་ནང་ དེས་པར་བྱ་འབྲུས་མི་སྡེ་འཛུལ་ནི།

༡༤.༢.༢

འབྲེལ་ཡོད་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་ནི་དང་ ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་བསྐྱབ་སྟོན་ལས་རིམ་ཚུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།

༡༤.༢.༣

མི་རིམ་ཚུ་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གསལ་ར། ལག་ཁྱེར། ཡང་ན་གཞེངས་བསྟོད་རྟགས་མ་ཚུའི་དོན་ལུ་གདམ་ཁ་རྒྱུ་ནི།

༡༤.༢.༤

ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་དཀའ་ངལ། ཡང་ན་རྟོག་འཛིང་བསལ་ནིའི་ནང་སན་ཐབས་འབད་ནི།

༡༤.༢.༥

དགོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་གྲོས་བསྟུན་འབད་ནི་དང་ འཆར་གཞི་བརྩམ་ནིའི་ནང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གོ་སྐབས་ཚུ་བྱིན་ནི།

༡༤.༢.༦

ཞི་གཡོག་པ་དང་ ལོ་ཚང་དགོངས་ཀྱི་འབད་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ ལས་སྤངས་འབད་ནིའི་ནང་སེམས་ལྷགས་བསྐྱེད་བཟུག་ནི།

༡༤.༢.༧

སན་བདེའི་ལས་རིམ་ཚུ་ ཡུན་བརྟན་སྡེ་གནས་ནི་དང་ གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཐབས་ཤེས་གསར་པ་ཚུ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་བརྩམས་ཏེ་ ལྷན་ཐབས་འབད་ནི།

༡༤.༢.༨

ཞི་གཡོག་པ་ག་རའི་དོན་ལུ་ལོ་ལྷན་གསོ་བའི་བརྟག་དཔྱད་གཞི་བརྩུགས་འབད་ནི།

༡༤.༣ ཡན་བདེའི་ལས་རིམ།

༡༤.༣.༡ ཞི་གཡོག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་འབྲེལ་སྟེགས།

༡༤.༣.༡.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ ཞི་གཡོག་རྒྱབ་སྐྱོར་འབྲེལ་སྟེགས་འདི་གིས་
དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བསྐྱབ་བྱ། བསྐྱབ་སྟོན། ཡང་ན་སྤྲོད་བཅས་དང་རྟོག་
སེལ་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་ནི།

༡༤.༣.༡.༢ རྒྱབ་སྐྱོར་རྒྱ་ཡང་གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་རྒྱ་ཡོད།

༡. བསྐྱབ་བྱ།

བསྐྱབ་བྱ་ཟེར་མི་འདི་ ནད་གཞི་དྲག་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་བཙུགས་སྤྲོད་
བཅས་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ བྱད་རིག་གི་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་ནི་ལུ་གོ་དགོ། དེ་གིས་
མི་ཆེ་བསྐྱར་གསེབ་ལ་ཅིག་ནང་སྤྱོད་དགོ་དང་མི་དགོའི་ངེས་པ་མེད།
བསྐྱབ་བྱའི་ཞབས་ཏྲུག་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་རེ་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་
དཀའ་ངལ་རྒྱ་བསལ་ནིའི་དོན་ལུ་ཡིན།

ཀ། ལུ་གཡོག་
ཁ། ལུ་ནང་ལས་ ཡུན་རིང་མོ་སྟེ་ཆད་ཆད་པ།
ག རྒྱན་མ་ཆད་པར་ལུ་བྱལ་སྟེ་དྲགས་སྟེ་ཡོད་པ།
ང་། ཆང་དང་སྟོ་རྩལ་སྟོད་པའི་དཀའ་ངལ།
ཅ། བཟའ་ཆང་དང་ནང་འཁོད་རྩལ་སྟོད་དང་།
ཆ། གཞན།

༢. བསྐྱབ་སྟོན་ཞབས་ཏྲུག་

བསྐྱབ་སྟོན་ཟེར་མི་འདི་ ངོས་འཛིན་ཅན་གྱི་མི་ངོས་ཅིག་གི་ཕྱོགས་གྲུབ་
ཡོངས་རྫོགས་བཏོན་ནིའི་དོན་ལུ་ ག་སྟེག་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་ཐབས་ལུ་
བྱད་རིག་གི་ལམ་སྟོན་བྱིན་ནི་ལུ་གོ་དགོ། བསྐྱབ་སྟོན་གྱི་ཞབས་ཏྲུག་འདི་
རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ངོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་
དགོངས་ཁུ་འབད་མའི་བཀོད་བྱ་གོང་མ་རྒྱ་གིས་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་
སྐྱོར་སྟེ་རིམ་གྱི་ཞི་གཡོག་རྒྱ་ ཞི་གཡོག་ནང་འཛུལ་ཞུགས་འབད་བའི་
སྐབས་དང་ ཡང་ན་འཛུལ་ཆར་མ་ཅིག་ ལམ་ལུགས་ལྟར་བྱ་བྱིན་དགོ།

༣. རྟོག་སེལ།

རྟོག་སེལ་ཐབས་ལམ་འདི་ ཞི་གཡོག་རྒྱའི་རྟོག་བཤད་ ཡང་ན་རྟོག་

འཛིང་ཚུ་ཉ་གོ་སྟེ་ སེལ་ཐབས་འབད་ནིའི་བྱ་རིམ་ཅིག་ཨིན། དེ་ནང་ལུ་
ནང་འགྲིག་འབད་ནི་དང་ དཀའ་ངལ་བསལ་ནིའི་རིག་ཅུལ་ཡོད་པའི་སྟེ་
ཚན་ཚུང་ཀླ། ཡང་ན་མི་ངོམ་ཅིག་འོང་དགོ། འདི་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་
ཉེས་འཛུགས་ཚན་གྱི་སྟོན་ངན་ཚུ་ནང་ལྟ་ཞིབ་འབད་ནི་ཨིན།

- ཀ། ལཱ་སར་རྩོད་ཉོག་ཐོན་ཐོན་མ།
- ཁ། ལཱ་སར་ཉེ་རིང་བྱས་ཡོད་པ།
- ག། ལཱ་སར་འཆལ་དགོག་འབད་ཡོད་པ།
- ང། ལཱ་ནང་ལས་ཡུན་རིང་མོ་སྟེ་ཆད་ཆད་པ།
- ཅ། རྒྱ་མ་ཆད་པར་ལཱ་བྱལ་སྟོང་གསལ་ཡོད་པ།
- ཆ། ཆང་ ཡང་ན་སྟོང་སྟོང་སྟོན་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ།
- ཉ། བཟའ་ཚང་གི་དཀའ་ངལ།
- ཏ། ནང་འཁོད་རྩལ་སྟོན་དང་།
- ཐ། གཞན།

༤. ཁ་གསལའི་སྟོང་བརྒྱུད་དང་སྤྲོད་ལོག་བཀའ་བཅུགས།

ཁ་གསལའི་སྟོང་བརྒྱུད་དང་སྤྲོད་ལོག་བཀའ་བཅུགས་འདི་ནང་ རིག་ཅུལ་
གསར་པ་ཚུ་སྟོན་ནི་དང་ ལས་སྟེ་གསར་པ་གཞན་ཅིག་ནང་ ལཱ་གཡོག་སྟོ་
སོར་འབད་ནི་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ འགན་འཁུའི་འབག་མའི་ཞི་གཡོག་པ་
འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་ནང་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ཕྱག་ལུ་ཐབས་ལུ་ གོ་སྐབས་
ཐེངས་གཉིས་པ་བྱིན་ནི་ལུ་ཕན་བདེའི་ཐབས་ཤེས་ཅིག་ཨིན།

༥. ལོ་ལྟར་གསོ་བའི་བརྟག་དཔྱད།

ཞི་གཡོག་གི་ཕན་བདེ་དང་གྲུབ་འབྲས་ལུ་ལྟན་ཐབས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་
གཟུགས་ཁམས་སྤྱིང་སྤྱིང་ འཛོ་བའི་གནས་སྤངས་བདེ་རྟག་རྟོ་ཡོད་པ་
ཡར་ཅུག་གཏང་ཐབས་ལུ་ ལོ་ལྟར་གསོ་བའི་བརྟག་དཔྱད་འབད་ནི་ལུ་
སེམས་བྱུགས་བསྐྱེད་བཅུག་ནི།

༡༤.༣.༡.༣ བསྐྱབ་སྟོན་ཞབས་རྟོག་ཕྱིར་གཏུགས་གྱི་ལམ་ལུགས།

- ༡. ལཱ་གཡོག་ལས་སྟེ་གིས་ངོས་འཛིན་འབད་བའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ངོ་སྟོར་
ཚན་གྱི་ལྟེ་བ་ཅིག་ལས་ རྟུན་མཐུན་ཡོད་པའི་སྤྲོད་བཅོས་གྱི་རྟུན་ཡུན་
ཡོད་རུང་ ཡང་ན་མེད་དེ་འབད་རུང་ བསྐྱབ་སྟོན་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་
གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྟན་ཚོགས་ལུ་ཕྱིར་གཏུགས་འབད་མི་འདི་ (ལེའུ་ ༡༠
པ་) དང་འཁྲུལ་ སྤྲོད་བཅོས་འབད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཅིག་སྟེ་བཅོ་

དགོ། ཟུར་དེབ་ ༡༤/༡༡་པའི་གནས་ཚིག་ཚུ་ངེས་པར་དུ་ཚང་ན་ ལཱ་ནང་
ལས་ཆད་སྔོན་པའི་དུས་ཡུན་འདི་ སྤུན་བཅོས་ངལ་གསོ་ཅིག་སྟེ་བཙུང་དགོ།

༡. ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ བསྐྱབ་སྟོན་གྱི་ལས་རིམ་མཐོ་ཤོས་ཐངས་ ༡ གྱི་གོ་
སྐབས་བྱིན་དགོཔ་དང་། དེ་ལས་བཞུལ་བ་ཅིན་ ཉེས་ཅན་ཞི་གཡོག་པ་
འདི་ལུ་ བདག་སྟོང་ ཡང་ན་སྤྲིག་ཁྲིམས་གྱི་བྱ་ལེན་ཚུ་བཀའ་ཚིག་

༡༤.༣.༡ ཞི་གཡོག་ལས་དགོངས་ཁུ་འུ་ཞབས་ཏོག

༡༤.༣.༡.༡ ལོ་ཚང་དགོངས་ཁུ་རན་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་
གཡོག་གོལ་གྱི་སྤྲོ་གོང་ལས་ ལེའུ་ ༡༠ པ་དང་འཁྲིལ་ ལྷོ་འོ་ ༡ གི་ཤ་
སྤྲིག་ངལ་གསོ་བྱིན་དགོ།

༡༤.༣.༡.༢ དགོངས་ཁུ་འབད་ནིའི་དུས་ཡུན་ ལོ་འོ་ ༡༠ ལས་ཉུང་མ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཞི་
གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ དགོངས་ཁུ་འཆར་གཞིའི་ལས་རིམ་བྱིན་དགོཔ་ཨིན་རུང་
འདི་ངེས་པར་དུ་བྱིན་དགོཔ་ཅིག་ཨིན།

༡༤.༣.༡.༣ ལོ་ཚང་དགོངས་ཁུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ བཀོད་ཚུགས་དང་ངེ་
བཀོད་འཐུས་མི། བསྐྱབ་སྟོན། གོས་སྟོན་ལས་རིམ། ཡང་ན་རྒྱུལ་གཞུང་
ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་གྱིས་འོས་འབབ་ཡོད་པ་མཐོང་ན་ ལས་རིམ་གཞན་
ཚུ་ནང་གི་འཐུས་མི་སྟེ་ཕྱག་ཁུ་ནིའི་གདན་འདྲེན་ཁུ་དགོ།

༡༤.༣.༡.༤ འབྲེལ་ཡོད་གཞུང་གི་ལས་སྟེ་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚང་དགོངས་ཁུ་འབད་མིའི་ཞི་
གཡོག་པ་ཚུ་ རང་སོའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ རྒྱལ་ཡོངས་དུས་སྟོན་བཙུང་སྤྱང་
ཚུ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་བཅུག་ནིའི་ནང་ ལྷན་ཐབས་འབད་དགོ།

༡༤.༣.༡.༥ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་ལས་སྟེ་གིས་ ལོ་ཚང་དགོངས་
ཁུ་འབད་བའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ འབྲེལ་ཡོད་ཐབས་ལམ་ཚུ་འོ་སྤོལ་ ཞི་
གཡོག་དང་སྤྱི་མཐུན་གྱི་མཐའ་དོན་ཚུ་འོ་སྤོལ་ ཤེས་རྟོགས་འབྱུང་བཅུག་
ནིའི་ནང་བཙུན་ལྷགས་བསྟེན་དགོ།

༡༤.༣.༢ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར།

༡༤.༣.༢.༡ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་འདི་ རྩ་རྒྱུ་ལས་ལྷན་རིམ་བཞིན་དུ་ དཔུལ་གྱི་
ཞལ་འདེབས་འབད་ཐོག་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་མཉམ་འགྲུལ་ཚུ་དགོས་མཁོ་ཐོན་པའི་
སྐབས་ལུ་ ཁྱོགས་རམ་འབད་དེ་ ཡུན་བརྟན་སྟེ་གནས་ཚུགས་པའི་རང་ཕན་གྱི་ལས་
འཆར་ཅིག་ཨིན། ལས་འཆར་དེའི་འོས་འབབ་དང་ཁུབ་ཚད་འདི་ དགོས་མཁོ་ཐོན་
པའི་སྐབས་དང་། དེ་ཡང་ འོས་འབབ་དང་འཁྲིལ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་

ཚོགས་ ཡང་ན་སློ་གཏང་བཀོད་ཚོགས་ཅིག་གིས་ཆ་འཛིག་འབད་དགོ།

༡༧.༣.༣.༡

ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་མ་དདུལ་གྱི་ཡུན་བརྟན་འཛིན་སྐྱོང་དང་འཐུས་
མི་ཚུ་ལུ་ སྤུས་ཚད་ཅན་གྱི་ཞབས་ཏོག་གང་ཅག་བྱིན་ཐབས་ལུ་ སློ་གཏང་བཀོད་
ཚོགས་ཅིག་གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ། སློ་གཏང་བཀོད་ཚོགས་ཅིག་གཞི་བཙུགས་
མ་འབད་བའི་ནམ་དུས་ལུ་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་མ་དདུལ་འདི་
རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་དགོ།

༡༧.༣.༣.༢

རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་སློ་གཏང་བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞལ་
འདེབས། ཁེ་ཕན། ཡང་ན་དདུལ་ལོག་བཅིས་ཏེ་ ལས་འཆར་གྱི་བདག་སྐྱོང་དང་
འཛིན་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་ལས་ཁྲིམས་ཚུ་ དུས་དང་དུས་སུ་སྤྱོད་དགོ།

༡༧.༣.༣.༣

སྤྱིར་བཏང་དགོངས་དོན།

ཀ། ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་འདི་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་
བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འཐུས་མི། ཡང་ན་དེའི་ཐད་ཀར་རྟེན་མི་ཚུ་གི་རྒྱུ་
བྱུང་བའི་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པའི་ཚུ་དང་ དེའི་ཐད་ཀར་རྟེན་མི་ཚུ་ལུ་ དདུལ་
གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་དགོ།

ཁ། གཏན་གཡོག་ཨིན་མའི་འཐུག་པའི་ཞི་གཡོག་པའི་རྒྱུང་མ་གཅིག་གིས་ ཞི་
གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འཐུས་མི་འབད་ཚོག

ག། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ སྤྱི་ཟླ་ ༡༡ པའི་ཤུལ་ལས་བསྐོ་བཞག་འབད་མའི་ཞི་
གཡོག་པའི་ཚུ་ ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་འཐུས་མི་ཅིག་འབད་དགོཔ་དང་། ཐོ་
བཀོད་འབྲི་ཤོག་ ༢༤/༡ པའི་ནང་བཀོད་དགོ་པའི་ཁ་གསལ་ཚུ་བྱིན་དགོ།

ང། ཞལ་འདེབས་ཐོག་ལས་གསོག་འཛིག་འབད་བའི་དདུལ་བསྐྱེམས་ ལས་
བརྒྱུ་ཆ་ ༡༥ འདི་ འཐུས་མི་འདི་ལུ་ལོག་སྤྱོད་དགོཔ་དང་། དེ་ཡང་
གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་གུ་ ཐོབ་བརྗེད་ཚར་གཅིག་ཡང་མ་བཀོད་
ཅིག་ཨིན་དགོ།

༡. སློ་འདོད་ཐོག་དགོངས་ཁུ་འབད་བའི་སྐབས།
༢. སྤྱོད་དགོངས་ཁུའི་ལས་འཆར་གྱི་སྐབས།
༣. ཡང་ན་ལས་སྡེ་འདི་ ཞི་གཡོག་ལས་ཐ་དད་འབྱོར་བའི་
སྐབས།

ཅ། ལོ་ཚང་དགོངས་ཁུ་འབད་བའི་འཐུས་མི་འདི་ལུ་ ཆོ་གང་གི་འཐུས་མིའི་
ལག་ཁྱེར་ཐོག་ལུ་ ཞལ་འདེབས་མ་ཐོག་པའི་འཐུས་མི་ཅིག་སྤྱོད་བཞག་

དགོ། དེ་འབདམ་ད་ ལུ་ཚད་འདི་འཐུས་མི་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་ཨིན།

ཆ། རང་སེའི་ལྷ་རིམ་གྱི་ཞལ་འདེབས་བསྟུ་ཐོག་ལས་ ལས་འཆར་དང་ཁེ་ཕན་
ཚུ་འཐུས་མིའི་ནང་འཁོད་ལུ་སྒྲོར་རྒྱུ་སྤྱོད་འཐོབ་འོང་། ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་
འཐུས་མི་འདི་ རམ་ཤུགས་ཀྱིས་འཐུས་མིའི་སྤྱོད་ལས་ཆ་མེད་འགྱུ་འོང་།

ཇ། ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་འཐུས་མིའི་ཆ་བཞག་འདི་ ཞི་
གཡོག་ནང་འཛུལ་ཞུགས་འབད་བའི་ཆོས་གངས་མེན་པར་ འཛུལ་ཞུགས་
ཀྱི་ལྷན་འདི་ལས་འགོ་བཙུགས་དགོ།

ཉ། གཉེན་ལྷ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོབ་བཞེད་འདི་ གཉེན་ལྷའི་གུངས་ཁ་ལུ་མ་
བཅིས་པར་ གཅིག་རྒྱུ་མ་གཅིག་གི་དོན་ལུ་བཀོད་ཆོག

ཏ། ཉེན་མི་གཅིག་ཨིན་པའི་ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འཐུས་མི་
ཚུ་གིས་ ཐོབ་བཞེད་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་བཀོད་མི་ཆོག། དཔེར་ན། ས་
གཅིག་མ་གཅིག་ཨིན་པའི་སྤྱོད་ཆ་ཚུ་གིས་ ས་ ཡང་ན་མ་གང་རུང་ཤི་རྒྱུན་
བྱུང་བའི་སྐབས་ ཆར་གཅིག་ལུ་ཐོབ་བཞེད་ལེ་ག་བཀོད་མི་ཆོག

ཐ། གལ་སྲིད་ འཐུས་མི་གང་རུང་ཅིག་ འཐུས་མི་གཞན་ཅིག་གི་ཉེན་མི་ཨིན་
མི་འདི་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་གནད་དོན་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ག་མཐོ་མིའི་དདུལ་
སྲོད་གཅིག་རྒྱུ་མ་གཅིག་སྲོད་དགོ།

ད། ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འཐུས་མི་ཅིག་ དདུལ་ཕྱགས་
མེད་པའི་ངལ་གསོ་ཞུ་བ་ཅིན་ གཤམ་གསལ་གྱི་གདམ་ཁ་ཚུ་དང་འཁྲུལ་
དགོ།

༡. འཐུས་མིའི་གངས་སུ་གནས་ཐབས་ལུ་ ཆད་སྲོད་པའི་དུས་ཡུན་
ཡོངས་ཚོགས་ཀྱི་ཞལ་འདེབས་འདི་ རོས་འཛིན་ཅན་གྱི་ཕྱིས་
ཁའི་ནང་ རང་གིས་ལྷ་རིམ་བཞེན་དུ་སྲོད་དགོ། ཡང་ན་སྲོན་
ཕྱིན་གྱི་ཐོག་ལས་ སྐབས་སྲོད་ཞལ་འདེབས་སྤྱོད་དགོ། གལ་
སྲིད་ འཐུས་མི་འདི་ ཞལ་འདེབས་ཀྱི་ལུ་ཚད་དུས་ཡུན་གྱི་སྤྱོད་
གོང་ལས་ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བ་ཅིན་ འཐོབ་ནི་ཨིན་པའི་སེམས་གསོའི་
འཐུས་དང་སྤྱགས་ཏེ་ ཞལ་འདེབས་ལྷག་ལུས་འདི་ལོག་སྲོད་
དགོཔ་དང་།

༢. ཆད་སྲོད་པའི་དུས་ཡུན་གྱི་རིང་ གནས་སྐབས་ཅིག་འཐུས་མིའི་
གསལ་ལས་ འཕྲོ་གཙང་འབད་ནིའི་གདམ་ཁ་ཡོད། གནས་

སྐབས་ཀྱི་འཕྲོ་གཅད་རྩལ་ཡུན་སྐབས་ དེའི་བྱ་བ་ཆད་ཀྱི་ཉེན་ལ་
 འབག་མི་ཚུགས། ཡིན་རུང་ ཡིག་ཚང་ནང་ལོག་འཇུག་བའི་
 སྐབས་ ལོག་སྟེ་ར་འབྲས་མིའི་གངས་སུ་འཇུག་ཆོག

ན། འབྲེལ་ཡོད་འབྲས་མི་འདི་ འབྲས་མིའི་གངས་སུ་གནས་ཐབས་ལུ་ ལཱ་
 གཡོག་ལས་འཕྲོ་གཅད་མ་འབད་བའི་ཁྱེལ་ ཉ གི་ནང་འཁོད་ རྒྱལ་
 གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཡིག་ཐོག་ལས་འབྲེལ་བ་འཐབ་དགོ།

པ། ཐད་ཀར་ཉེན་མི་མེད་པའི་འབྲས་མི་ཚུ་གིས་ ཁོ་ར་གི་རྒྱུ་འབྱུང་མ་ད་ཐོབ་
 པའི་སེམས་གསའི་འབྲས་འདི་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་ངོ་གང་རུང་ཅིག་
 གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཆོག། དེ་འབདམ་ད་ མི་ངོ་འདི་ ལས་འཆར་གྱི་འོག་ལུ་མི་
 ཚུ་ད།

ཕ། ལོ་ཚང་དགོངས་ཁུའི་འབྲས་མི་གི་ཐོབ་བརྗོད་འདི་ ཁོ་ར་ ད་ཚུན་ཕྱག་ཁུ་
 བའི་ལས་སྟེ། ཡང་ན་མི་ངོ་གཙོ་ཅན་གྱི་ད་ལྟོའི་སྟོན་གནས་དང་སྐབས་
 བདེ་བའི་ལས་སྟེ། ཡང་ན་ཐད་ཀར་དུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་
 ལས་བརྒྱད་དགོ།

བ། ཁྱེའི་བཞེན་གྱི་ཞལ་འདེབས་ ཡང་ན་དདུལ་སྟོན་འདི་ ཟུར་དེབ་
 ༡༤/ཁ་པ་དང་འཁྲིལ་དགོ། ཡིན་རུང་ དགོས་མཁོ་དང་དུས་ཚོད་ཀྱི་
 འགྱུར་བ་དང་མཐུན་མ་སྟེ་བཟོ་ཐབས་ལུ་ ཞལ་འདེབས་ ཡང་ན་དདུལ་
 སྟོན་འདི་ ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་སྟོན་གཏད་བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བཅོས་
 འབད་ཆོག

མ། ཐོབ་བརྗོད་ཀྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་ག་ར་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་
 ལག་དེབ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཟོ་དགོ།

༡༤.༣.༣.༥ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འབྲས་མི་ཆ་མེད།

གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་དང་འཁྲིལ་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་
 འཆར་གྱི་འབྲས་མི་ལས་ཆ་མེད་གཏང་དགོ།

༡. གཡོ་སྐྱུ་ཅན་གྱི་མི་ངོ།
༢. གཡོ་སྐྱུ་ཅན་གྱི་ཐོབ་བརྗོད།
༣. ཤེས་བཞེན་དུ་ཞལ་འདེབས་མ་སྟོན་མི།
༤. ཞི་གཡོག་ནང་ལས་རྩ་བསྐྱུད་བཏང་ཡོད་མི།

- ཡ. ཞེ་གཡོག་ལས་ཐབས་མེད་དགོངས་ལུ་འབད་ཡོད་མི་དང་།
- ཧ. རོན་ཚན་ ༡༤.༣.༣.༤ (༡) པ་དང་མ་འཁྲུལ་མི།

༡༤.༣.༣.༤

ལས་འཆར་སློབ་སྦྱོང་མ།

གཡེ་སྤྱིད་ ལས་འཆར་འདི་སློབ་སྦྱོང་མས་པ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞུང་ཞེ་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ཀྱིས་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།

༡. གཡེ་སྤྱིད་ མ་དངུལ་ལྷན་ལུ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁོང་གིས་ཞལ་
འདེབས་འབད་ཡོད་མིའི་དངུལ་ལྷན་ལུ་འདི་ ཕྱིས་རྒྱབ་སྤྱོད་
འཐུས་མི་ཚུ་ལུ་དངུལ་ཚབ་སློད་དགོ། ཨིན་རུང་ དེ་བཟུམ་མའི་
དངུལ་ཚབ་འདི་ ཚར་གཅིག་ཡང་ཐོབ་བཟོད་མ་བཏོད་མིའི་
འཐུས་མི་ཚུ་ལུ་འོས་འབབ་ཡོད།

༢. ལས་འཆར་སློབ་སྦྱོང་མ་ཞེ་ནམ་ལས་ ལྷན་ལུ་ཀྱི་ཐོབ་བཟོད་
གང་རུང་གི་དོན་ལུ་ཕྱིས་རྒྱབ་ཞི་དང་ ཡང་ན་ཁྲིམས་གཏུགས་
འབད་མི་ཚོགས་དང་།

༣. ལས་འཆར་སློབ་སྦྱོང་མ་ནིའི་སློབ་ལས་ འཐུས་མི་ཚུ་ལུ་བཟང་ལན་
འབད་དགོ།

༡༤.༤ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་འགན་ཁག

༡༤.༤.༡ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་འབད་དགོཔ་ཚུ་ཡང་།

༡༤.༤.༡.༡ ཡོ་ཚང་དགོངས་ལུ་འབད་མིའི་ཞེ་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ དགོངས་ལུ་ཁེ་ཕན་ཚུ་ག་སྤྱིག་
རྒྱབ་ནིའི་ནང་ ཕན་ཐབས་དང་ཆ་རྒྱུས་འབད་དགོ།

༡༤.༤.༡.༢ ཞེ་གཡོག་པ་ཅིག་ ཡོ་ཚང་དགོངས་ལུ་འབད་བའི་ལྷན་རྒྱུ་ གི་ཤུལ་ལས་ ཕན་བདེའི་
ལས་ཚན་ལུ་འབྲེལ་གོག་ ༡༤/༣ པ་ཕུལ་དགོ།

༡༤.༤.༡.༣ ཞེ་གཡོག་བཟང་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ འབྲེལ་གོག་ ༡༤/༡ པ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་
ལས་ ཞེ་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འཐུས་མིའི་ཁ་གསལ་དང་། འབྲེལ་
གོག་ ༡༤/༣ པ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་ རྟེན་མིའི་ཁ་གསལ་ཚུ་དུས་མཐུན་བཟོ་
དགོ།

༡༤.༤.༡.༤ ཞེ་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འཐུས་མི་ག་ར་གིས་ ཞེ་གཡོག་བཟང་དོན་
རིམ་ལུགས་བརྒྱུད་དེ་ ལུང་ཡོན་ཐོན་ལུ་ ཁོང་རའི་མི་ངོ་གཙོ་ཅན་འདི་ དུས་
མཐུན་འབད་ཡོད་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

- ༡༤.༤.༡.༥ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འཇུག་མི་ ཡང་ན་རྟེན་མི་འདི་ ཤི་རྒྱུན་བྱང་
 བའི་སྐབས་ ཐོབ་བཅོལ་བཞུགས་མི་ལས་ འབྲི་ཤོག་ ༡༤/༤ པ་འདི་ལེན་ཏེ་ ཡིག་
 ཆ་རྒྱ་བདེན་དབྱེད་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་ལག་
 དེབ་དང་འབྲེལ་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་ཐོབ་བཅོལ་བྱ་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༤.༤.༡.༦ གཤམ་སྤྱད་ ཉོན་ཆན་ ༡༤.༣.༣.༤ པ་དང་འབྲེལ་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་གཡོག་གོལ་
 འབད་བའི་སྐབས་ རྒྱུད་འཇུག་སྤྱད་སྤྱོད་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ འབྲི་ཤོག་ ༡༤/༥
 པ་འདི་ ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་ལུ་ཕུལ་དགོས་དང་།
- ༡༤.༤.༡.༧ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་
 འཇུག་མི་ལུ་ ལོ་ཚང་དགོངས་ཁུའི་ཤུལ་ལས་ ཆོ་གང་རིན་མེད་ལག་ཁྱེར་སྤྱོད་ནིའི་
 ཉོན་ལུ་ ལོ་ཚང་དགོངས་ཁུ་མ་རན་པའི་ལྗོངས་ ༡ གི་སྤྱོད་ལས་ འབྲི་ཤོག་ ༡༤/༦
 པ་འདི་ ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་ལུ་ཕུལ་དགོ།

ཆང་དང་སྒྲིུ་རྩམ་ལུ་ལང་ཤོར་གྱི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་གནས་ཚད་ལག་ལེན་བྱ་རེམ།

༡. དགོས་དོན།

- ༡.༡ སྒྲིུ་རྩམ་སྒྲིད་ནི་ལས་བཀག་ནིའི་ནང་ཆ་རྒྱུ་གས་འབད་ནི་དང་། སྒྲིུ་རྩམ་རྩ་ལས་མེད་པའི་ཞི་གཡོག་ཅིག་སྤེལ་ རྒྱབ་བན་སྒྲིད་འབད་ནི།
- ༡.༢ ལཱ་གི་ས་ཁོངས་འདི་ སྒྲིུ་རྩམ་མེད་པའི་ས་གོ་ཁམས་དང་ས་ཏྲུག་ཏྲོ་དང་ཉེན་སྲུང་ཅན། གྲུབ་འབྲས་ཅན་ཅིག་སྤེལ་ རེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༡.༣ ཆང་དང་སྒྲིུ་རྩམ་ལུ་ལང་ཤོར་ཐལ་བའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་དཀའ་ངལ་བསལ་ནིའི་ནང་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།
- ༡.༤ ཆང་དང་སྒྲིུ་རྩམ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ག་དོང་ལེན་འབད་ནིའི་ནང་ ལས་སྤེལ་ལམ་སྟན་འབད་ནི།
- ༡.༥ རང་བཅོས་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་རེ་རེ་བཞིན་ལུ་ལམ་སྟན་འབད་ནི།
- ༡.༦ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ འོས་མཐུན་གྱི་བར་འཇུལ་འབད་ནིའི་ནང་ བན་ཐབས་འབད་ནི། ཡང་ན་འགོ་འདྲེན་ འཐབ་ནི།

༢. འོས་འབབ།

གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ག་ཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ནང་ཨིན་པ་ཅིན་ གནས་ཚད་ལག་ལེན་གྱི་བྱ་རེམ་འདི་ལག་ ལེན་འཐབ་དགོ།

- ༢.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འོག་ལུ་ སྒྲིུ་རྩམ་བརྟག་དཔྱད་བྱ་རེམ་དང་འབྲེལ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་སྒྲིུ་ རྩམ་བརྟག་དཔྱད་གྱི་སྐབས་ སྒྲིུ་རྩམ་སྒྲིད་ཡོད་པ་ཐོན་པ་ཅིན།
- ༢.༢ ལཱ་གི་ས་ཁོངས་ནང་ ཆང་དང་སྒྲིུ་རྩམ་གྱི་དབང་ལུ་ཐལ་ཡོད་པ་མཐོང་པ་ཅིན།
- ༢.༣ ཁྱིམ་ས་ལུགས་བསྐྱར་སྒྲིད་ལས་སྤེལ་ཅིག་གིས་ ལས་སྤེལ་ ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཕྱིར་གཏུགས་ འབད་ཡོད་པ་ཅིན།
- ༢.༤ ཡང་ན་ཁས་བླངས་ཐོག་ལས་སྐྱོན་བཅོས་གྱི་དོན་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འཇོལ་བ་ཅིན།

༣. རེས་ཚིག།

- ༣.༡ དབྱེ་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུང་། ཚོགས་རྒྱུང་འདི་ནང་ རྒྱུང་འཇོ་ཅིག་ཨིན་མའི་ཁྲི་འཛིན་གྱིས་འགོ་ཁྲིད་ཐོག་ འཐུས་མི་ཉུང་ མཐའ་བཞི་འོང་དགོཔ་དང་། འཐུས་མི་ཚུ་ཡང་ འཐུག་གི་སྒྲིུ་རྩམ་བཀག་དམ་དབང་འཛིན་ལས་ བསྐྱབ་སྟོན་པ། ཁྱིམ་ས་དོན་འགོ་དཔོན་དང་ ལས་རིམ་འགོ་དཔོན་ཚུ་ཨིན་དགོ། ཁོང་གིས་སྒྲིད་པའི་ལག་ཁྱེར་འདི་ ལྷ་ལོ་ ༡ ལས་ ལྷག་པའི་སྐྱོན་བཅོས་ངལ་གསོ་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་རོམ་ལེན་འབད་དགོ།

- ༣.༢ སློཾ་མཆོག་དབྱང་ལས་རིམ། ལས་རིམ་འདི་ གནས་ཚད་ལག་ལེན་གྱི་བྱ་རིམ་དང་འབྲེལ་ ལྷ་སའི་སློཾ་མཆོག་
བརྟག་དབྱང་དང་ ལས་གཡོག་པ་རྒྱབ་སྐྱོར་ལས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ཨིན།
- ༣.༣ གསལ་བཀོད་ཅན་གྱི་སློན་བཅོས་འཆར་གཞི། གསལ་བའི་དྲུང་འཛོཾ་འདི་གིས་ ཉན་པ་གི་གནས་སྤངས་དང་བྱ་རིམ་
བསྐྱབ་དགོས། སློན་བཅོས་འབད་དགོ་པའི་ཁ་གསལ་དང་ སློན་བཅོས་དུས་ལུན་གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་ཚུའི་
སྐོར་ལས་བཤད་པའི་བཅོ་ཐབས་འཆར་གཞི་ཅིག་ཨིན།
- ༣.༤ ཉན་སྟོན་སློན་བཅོས། ཉན་སྟོན་སློན་བཅོས་འདི་ ཆང་དང་སློཾ་མཆོག་ལུ་ལང་ཤོར་ཐལ་མའི་སློན་བཅོས་བྱ་རིམ་གྱི་
ལས་རིམ། ཡང་ན་སེམས་ཁམས་འཕྱོད་བསྟེན་གྱི་མཐུན་ཁྱེན་ཚུ་ ཉན་པ་ཚུ་ལུ་ སྟོན་གནས་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་སྟེ་
བྱིན་མི་ལུ་གོ་མ་ཨིན། དེ་ཡང་ སློཾ་མཆོག་སྟོན་དང་ ཆང་ལུ་ལང་ཤོར་ཐལ་མི། གཞན་སེམས་ཁམས་གྱི་དཀའ་
ངལ་ཡོད་པའི་ཉན་པ་ཚུའི་དོན་ལུ་ ཚུ་ཚོད་ ༡༤ གི་རིམ་པ་དང་བསྟུན་ཏེ་ ཉན་པ་གཞན་དང་སློན་པ་ཚུ་དང་གཅིག་
ཁར་ མཐུན་ཁྱེན་དང་སློན་བཅོས་ཚུ་ལེན་ཏེ་སྟོན་པའི་སློན་བཅོས་ཅིག་ཨིན།
- ༣.༥ ལས་སྟེ། ཆང་དང་སློཾ་མཆོག་ལག་ལེན་འཐབ་མའི་ཞི་གཡོག་པ་གི་ལཱ་གཡོག་ལས་སྟེ་ལུ་གོ་མ་ཨིན།

༤. འགན་ཁག་

- ༤.༡ ཞི་གཡོག་པའི་ལྷ་རྟོག་པ། ཁོ་ ཡང་ན་མོ་གིས་ ཆང་དང་སློཾ་མཆོག་གི་དབང་ལུ་ཐལ་མའི་ཞི་གཡོག་པའི་གནད་དོན་
འདི་ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་ལུ་གཏང་ནིའི་འགན་ཁུར་ཕོག་པ་ཨིན།
- ༤.༢ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན། ལས་སྟེའི་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ གནད་དོན་འདི་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་ གནས་ཚད་ལག་
ལེན་བྱ་རིམ་ནང་གི་བྱ་རིམ་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབད་དགོ།

༥. ཆང་དང་སློཾ་མཆོག་གི་དབང་ལུ་ཐལ་བའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སློན་བཅོས་གྱི་དོན་ལུ་ཐོ་བཀོད་འབད་ནིའི་བྱ་རིམ།

- ༥.༡ ལས་སྟེ་གིས་ ཆང་དང་སློཾ་མཆོག་ལོག་སྟོན་འབད་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་གི་གནད་དོན་འདི་ བསྐྱར་ཞིབ་དང་བརྟག་
ཞིབ་འབད་དེ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ལེགས་བཅོས་འཆར་གཞིའི་ནང་གཏང་ནིའི་འོས་འབབ་བལྟ་དགོ།
- ༥.༢ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ དེ་བཟུམ་མའི་གནད་དོན་ཚུ་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྟེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ཐུལ་ཏེ་ ཞི་
གཡོག་པ་འདི་ ལེགས་བཅོས་འཆར་གཞིའི་ནང་བཞག་ནི་དང་ སློན་བཅོས་གྱི་དོན་ལུ་འབྲེལ་གཏུག་འབད་ནིའི་
རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལས་ལེན་དགོ།
- ༥.༣ ལས་སྟེ་གིས་ འབྲུག་གི་སློཾ་མཆོག་བཀག་དམ་དབང་འཛིན། ཡང་ན་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་གསལ་བའི་དབང་འཛིན་གྱི་རྒྱབ་
སྐྱོན་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ སློན་ཁང་། ཡང་ན་མི་ཚེ་བསྐྱར་གསེབ་ལུ་བཅོས་འཛིན་འབད་ཞིན་མ་ལས་ གནས་ཚད་ལག་
ལེན་བྱ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་བྱིན་དགོ།
- ༥.༤ ལས་སྟེ་གིས་ དོན་ཚན་ ༡.༡ པ། ༡.༢ པ། ༡.༣ པའི་གནད་དོན་ཚུའི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་
དང་སྒྲིག་གཞིའི་ལུ་ ༡༩ པ་དང་འབྲེལ་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ བཀའ་བཀྲོན་གྱི་ཡི་གུ་དང་སྒྲགས་ཏེ་ ཉེན་བད་
འབད་དགོ།

- ༥.༥ ལས་སྡེ་གིས་ གནད་དོན་དེའི་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་ཚུ་ ཐོ་བཀོད་ཀྱི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་ལུ་བཏང་སྟེ་ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་ལུ་བན་ལན་འབད་དགོ།
- ༥.༦ ལས་སྡེ་གིས་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་འོག་གི་ ཞི་གཡོག་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་འབྲེལ་ རྟེན་ལུ་འདྲི་བསྐྱུན་འབད་དགོ།
- ༥.༧ སྤྱན་བཙུག་འཆར་གཞི་ལེན་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ སྤྱན་བཙུག་པའི་གསལ་འོག་ལུ་ ངལ་གསལ་བྱིན་དགོཔ་དང་། དེ་ཡང་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ཡོད་པའི་སྤྱན་བཙུག་པའི་གསལ་འོག་བསྐྱོམས་དང་གཅིག་ཁར་ སྤྲོམ་སྤྱི་གཞི་འབད་དགོཔ་ དང་།
- ༥.༨ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཉུང་མཐའི་འབྲུག་པོ་ག་མི་རྩུ་སྤྱོད་དགོ།

༦. སྤྱན་བཙུག་བྱ་རིམ།

༦.༡ ཆང་གི་གནད་དོན།

- ༦.༡.༡ རྒྱབ་སྐྱོན་འབད་ཡོད་མི་ ཡང་ན་ཁས་བླངས་ཐོག་གི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ སྤྱན་བཙུག་ཀྱི་དོན་ལུ་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་གསལ་འོག་དབང་འཛིན། སྤྱན་ཁང་། ཡང་ན་མི་ཆེ་བསྐྱར་གསལ་ལྟེ་བ་གིས་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་སྤྱན་བཙུག་འཆར་གཞི་དང་འབྲེལ་དགོ།
- ༦.༡.༢ གསལ་འོག་སྤྱན་བཙུག་རྒྱུ་འཆོག་གིས་ (འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཙུག་པའི་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་ ༢༠༡༤ ཅན་མའི་ལེའུ་ ༡༠ པ་) དང་འབྲེལ་ ཟླ་རོ་ ༡ ཚུན་གྱི་སྤྱན་བཙུག་པའི་གསལ་འོག་རྒྱ་ བྱིན་ཆོག་ གནད་བ་བྱུ་བའི་སྤྱན་བཙུག་པའི་གསལ་ཡང་ གསལ་འོག་རྒྱུ་འཆོག་གིས་བཀོད་རྒྱ་ བྱིན་པའི་ཉིན་གུང་དང་འབྲེལ་དགོ།
- ༦.༡.༣ ལས་སྡེ་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ སྤྱོད་པའི་བཀག་ཐབས་སྤྱན་བཙུག་ཀྱི་དོན་ལུ་ རོ་སྤྱོར་ཅན་གྱི་ ལྟེ་བ་ ཡང་ན་བསྐྱབ་སྤྱོན་པ་རྩུ་ལུ་འབྲེལ་གཞུག་འབད་ནིའི་ནང་ཆ་རོགས་འབད་དགོ།
- ༦.༡.༤ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ སྤྱོད་པའི་བཀག་ཐབས་སྤྱན་བཙུག་འབད་པའི་ཤུལ་ལས་ ད་རུང་ ཆབས་ ཆེན་གྱི་སྤྱན་བཙུག་འབད་དགོཔ་ཡོད་ན་ ལས་སྡེ་གིས་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ དགོ།
- ༦.༡.༥ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ སྤྱན་བཙུག་པའི་གསལ་འོག་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་ འབྲེལ་བ་འཐབ་དགོ། ལས་སྡེ་གིས་ ཟླ་རོ་ ༡ ཚུན་གྱི་འགོ་ཐོག་སྤྱན་བཙུག་པའི་གསལ་མ་ཆང་ བའི་སྤྱོད་པའི་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ཐུལ་དགོ། དེ་ ཡང་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ཆབས་ཆེན་གྱི་སྤྱན་བཙུག་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་ ཡང་ན་ཕན་ བདེའི་ལས་ཆན་གྱིས་ རྒྱུ་འཆོའི་བཀོད་ཆོགས་ལས་ སྤྱན་བཙུག་པའི་གསལ་འོག་ཡོད་པ་པོས་ བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན།

༤.༡.༤ གོང་འཁོད་ཚབས་ཆེན་གྱི་སྤྲོད་བཅས། ཡང་ན་དེ་དང་འདྲ་བའི་གནས་སྤངས་སྤྲོད་བཅས་ཀྱི་
དོན་ལུ་ ཟླ་རོ་ ༡ ལས་ལྷག་པའི་ངལ་གསོ་གི་མཐའ་དབྱེད་གནང་བ་ལུ་ནི་ལུ་ ལས་སྡེ་གིས་
རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་ལུ་འབྲེལ་གཏུག་འབད་དགོ།

༤.༡.༥ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ རོ་སྤྱོད་ཅན་གྱི་ལྷེ་བ་ཅིག་ནང་ ཚབས་ཆེན་སྤྲོད་བཅས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་
ལས་སྡེ་གིས་ གསོ་བའི་སྤྲོད་བཅས་བྱུང་འཆོ་ལས་ ཡིག་ཐོག་གི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། ཚབས་ཆེན་
གྱི་གོ་རིམ་དང་བསྐྱར་ རོ་སྤྱོད་ཅན་གྱི་ལྷེ་བ་གིས་ སྤྲོད་ཁང་ནང་བཞག་དགོ་པའི་ཡི་གུ་གནང་
མི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྤྲོད་བཅས་ངལ་གསོ་གྱི་སྤྲོད་འབད་དགོ། ཨིན་རུང་ སྤྲོད་བཅས་མི་
འབྲེལ་ནིའི་དོན་ལུ་ གནས་སྤྲོད་བཅས་ཅིག་གི་ཐབས་ཤེས་ཅིག་ཨིན།

༤.༡.༦ ལས་སྡེ་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་བདེའི་
ལས་ཆན་ལུ་ཕུལ་དགོ། ཡིག་ཆ་ཚུ་ཐོབ་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་གྱིས་ སྤྲོད་
བཅས་ངལ་གསོའི་ (ཟླ་རོ་ ༡-༤) དོན་ལུ་ བྱུང་འཆོའི་བཀོད་ཚོགས་ལས་ ཁོ་ ཡང་ན་མོ་
གི་སྤྲོད་བཅས་ལག་ཁྱེར་བཏོན་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དགོ།

- ༡. གསོ་བའི་བྱུང་འཆོ་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ རོ་སྤྱོད་ལྷེ་བ་ཅིག་ནང་ ཚབས་ཆེན་གྱི་
སྤྲོད་བཅས་ནང་གཏང་དགོཔ་སྟེ་བདེན་སྤྱོད་འབད་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡི་གུ།
- ༢. རོ་སྤྱོད་ཅན་གྱི་ལྷེ་བ་གིས་ སྤྲོད་ཁང་ནང་བཞག་དགོ་པའི་ཡི་གུ་གནང་མི་དང་།
- ༣. དགོཔ་ཐོན་ན་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་གཞན།

༤.༡.༧ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ གསལ་བཀོད་ཅན་གྱི་སྤྲོད་བཅས་འཆར་གཞི་མཐུག་བསྐྱེད་ཞུ་ཞུ་མ་ལས་ ཡིག་
ཚང་ནང་ལོག་འཇུལ་ཏེ་ལཱ་འགན་འཕྲོ་མཐུད་དགོ།

༤.༡.༨ ལས་སྡེ་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་འཇུལ་ཞུགས་བཀའ་རྒྱའི་འདྲ་ཅིག་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་
ཚོགས་ཀྱི་ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༤.༢ སྤྱོད་ཆས་ཀྱི་གནད་དོན།

༤.༢.༡ འབྲུག་གི་སྤྱོད་ཆས་བཀག་དམ་དབང་འཛིན་གྱིས་ བསྐོ་བཞག་འབད་བའི་དབྱེ་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུང་
འདི་གིས་ སྤྱོད་ཆས་བཟོ་བྱེད་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་སྤྱོད་
ཆས་སྤྱོད་ཡོད་མེད་ཀྱི་བཟོ་བྱེད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་གིས་ འོས་འབབ་དང་འབྲེལ་
ངལ་གསོ་བྱེད་དགོ།

༤.༢.༢ གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ འབྲུག་གི་སྤྱོད་ཆས་བཀག་དམ་དབང་འཛིན་གྱི་དབྱེ་ཞིབ་ཚོགས་
རྒྱུང་གིས་ སྤྱོད་ཆས་བཟོ་བྱེད་འབད་བའི་ཤུལ་ལུ་ སྤྲོད་བཅས་འབད་དགོ་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་
ལག་ཁྱེར་སྤྱོད་ཡོད་ན་ ལས་སྡེ་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྲོད་ཆས་གཞི་ ༢༠༡༢
ཅན་མ་ལྟར་དུ་ སྤྲོད་བཅས་ངལ་གསོའི་གནང་བ་བྱེད་དགོ།

- ༤.༢.༣ ལས་སྡེ་གིས་ སྤྲོན་བཅོས་དུས་ཡུན་གྱི་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ གྲོགས་རམ་དང་ལྟ་རྟོག་འབད་དགོ།
- ༤.༢.༤ ལས་སྡེ་གིས་ སྤྲོན་བཅོས་མཚུག་བསྟུ་བའི་ལག་ཁྱེར་ལེན་དགོཔ་མ་ཚད་ ཁོ་ འབྲུག་གི་སྤྱི་ཚུས་བཀག་དམ་དབང་འཛིན་གྱིས་བྱིན་པའི་སྤྲོན་བཅོས་འདི་ ཡོངས་རྫོགས་སྡེ་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད་པའི་སྤྱི་བཟུང་ལུ་ འཛུམས་ཐོ་ཡང་ལེན་དགོ།
- ༤.༢.༥ རང་སྤྱོད་སྤྲོན་བཅོས་ནང་ཨིན་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ གསལ་བཀོད་ཅན་གྱི་སྤྲོན་བཅོས་འཆར་གཞི་མཚུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ ལཱ་འགན་འཕྲོ་མཐུད་དགོ།
- ༤.༢.༦ ལས་སྡེ་གིས་ གོང་གི་ཡིག་ཆའི་འདྲ་ཚུ་དང་ ཞི་གཡོག་པ་དེའི་འཛུལ་ཞུགས་བཀའ་བྱ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་ལུ་གཏང་དགོ།

༥. **སྤྲོན་བཅོས་དང་པའི་བྱལ་མིམ། (ཆང་དང་སྤྱི་ཚུ་ཚུན་པའི་གནད་དོན།)**

- ༥.༡ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་གྲོས་ཚད་དང་བསྟུན་ ལས་སྡེ་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ཉེ་མ་ཕྱག་ཞུ་བའི་གོ་གནས། ཡང་ན་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་མིམ་གཅིག་པའི་གོ་གནས་སོ་སོ་ཅིག་ནང་གཏང་དགོ།
- ༥.༢ བད་ཀར་ལྟ་རྟོག་པ་གིས་ ལྷ་རེ་ ༤ གི་རིང་ ལྟ་རྟོག་ནང་བཞག་པའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ལྟ་རྟོག་དམ་དམ་སྡེ་འབད་དགོ།
- ༥.༣ བད་ཀར་ལྟ་རྟོག་པ་གིས་ ལཱ་ཁོངས་ནང་ ཞི་གཡོག་པའི་ལྷ་རེམ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་སྤྲོན་ཞུ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་ལུ་བུལ་དགོ།
- ༥.༤ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ སྤྲོན་བཅོས་དང་པ་རྫོགས་ཞིན་མ་ལས་ དུས་ཚད་ངེས་མེད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུ་ཚུན་བཟུང་དཔུང་འབད་བཅུག་དགོ།
- ༥.༥ གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལོག་སྟེ་འཛུལ་བ་ཅིན་ དུས་ཡུན་ཁ་སྐོང་ཆར་གཅིག་བྱིན་དགོ།

༦. **སྤྲོན་བཅོས་འཆར་གཞི་གཉིས་པའི་གོ་སྐབས། (ཆང་དང་སྤྱི་ཚུ་ཚུན་པའི་གནད་དོན།)**

- ༦.༡ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ གལ་སྲིད་ ཁོ་ ཡང་ན་མ་ལོག་སྟེ་ར་འཛུལ་བ་ཅིན་ སྤྲོན་བཅོས་འཆར་གཞི་ཐེངས་གཉིས་པ་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་དང་གོ་སྐབས་ཚུ་བྱིན་དགོ།
- ༦.༢ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ལས་སྡེ་ལས་མཐའ་དཔུང་གི་བཀའ་བཞུན་བཀའ་བྱ་དང་སྒྲགས་ཏེ་ ཉེན་བརྩ་འབད་དགོ།
- ༦.༣ མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་ ལོག་སྟེ་འཛུལ་མི་འདི་ ལས་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ལུ་ ལོག་སྟེ་ཅིས་སྤྱོད་འབད་དགོཔ་དང་ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ ད་རུང་ གནས་ཚད་ལག་ལེན་བྱ་རིམ་གྱི་དོན་ཚན་ ༤ པའི་ནང་ གསལ་བཀོད་ཀྱི་སྤྲོན་བཅོས་བྱ་རིམ་དང་འཁྲུལ་དགོ།

༤.༤ གལ་སྲིད་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་ ལོག་སྟེ་ར་ཐེངས་གསུམ་འཛོལ་བ་ཅིན་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ཐབས་མེད་དགོངས་ལྷ་
གཏང་དགོ། (འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༡༠༡༥ ཅན་མའི་ལེའུ་ ༡༩ པ།)

༤.༥ ལས་སྡེ་གིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༡༠༡༥ ཅན་མའི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་
པའི་གཡོག་གོལ་བྱ་རིམ་དང་འཁྲུལ་དགོ།

༩. གསང་བྱ།

༩.༡ ལས་སྡེ་གིས་ ཞི་གཡོག་པའི་སྒྲེར་གསང་གི་དབང་ཆ་འདི་ བརྩི་བཀྱར་འབད་དགོཔ་དང་། ཡིག་ཐོག་གི་ཐོ་གང་
རུང་དང་ ལཱ་འབད་བའི་ཟིན་ཐོ་ཚུ་ ཉེན་སྲུང་ཅན་དང་གསང་བ་སྟེ་བཞག་དགོ།

༩.༢ ཕན་བདེའི་ལས་ཆན་ནང་ཐོ་བཀོད་འབད་བའི་གནད་དོན་དང་ཆ་ཁྱད་ཚུ་ག་ར་ གསང་བ་སྟེ་བརྩི་འཛོག་འབད་དགོ།

༩.༣ འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་པ་གཞན་ཚུ་གིས་ གནད་དོན་ཚུ་གསང་བ་སྟེ་བཞག་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་ཞལ་འདེབས།

གོ་གནས་གྱི་སྡེ་རིམ།		ཞལ་འདེབས། (དབུལ་གྲུ་མ།)
བཀོད་བྱ་དང་མཁས་མཆོག་སྡེ་རིམ།		༩༠༠
བྱ་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ།		༩༠༠
ལྷ་བཀོད་དང་བྱ་སྐྱོར་སྡེ་རིམ།	ལྷ་བཀོད་གོང་མ་ ༡-༧ པ་རྒྱུ།	༩༠༠
	ལྷ་སྐྱོར་ ༡-༥ པ་རྒྱུ།	༡༠༠
ལག་ལེན་སྡེ་རིམ།		༧༥

འོས་མཐུན་གྱི་སེམས་གསོ་སྤྱོད་རྒྱུ།

སྒོ་བ་བརྗོད།	དབུལ་སྤྱོད། (དབུལ་གྲུ་མ།)
ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འབྲུས་མི།	༧༥༠༠༠
དགོངས་ཁུ་འབད་མའི་ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འབྲུས་མི།	༥༠༠༠༠
རྟེན་མི།	༩༥༠༠༠



འབྲི་ཤོག་ ༡༥/༡

རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་ཐོ་བཀོད་འབྲི་ཤོག (གསར་བཙུགས་གྱི་དོན་ལུ།)

ཞི་གཡོག་ནང་གཡོག་བསྐྱོས་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ང་ ཞི་གཡོག་རྒྱགས་ཨང་
 ཅན་མ་འཆར་མི་ (ལས་སྡེ་) འོག་ལུ་ལྷ་འབད་མི་གིས་ རྒྱལ་
 ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་གྱི་ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འབྲུག་མི་སྡེ་ སྤྱི་ཚོས་ལས་འཛུལ་
 ཞུགས་འབད་ཨ་ཨིན།

ང་གིས་ ལས་འཆར་གྱི་ཁ་ཚིག་དང་འགན་ཚིག་ལུ་གནས་ནིའི་ཁས་བླངས་ཕུལ་ཨིན།

ས་གནས།

སྤྱི་ཚོས།

(ཁྲིམས་རྒྱགས།)

མིང་རྒྱགས།

མི་སྡེ་བས་འགོ་དཔོན་གྱིས་བདེན་སྦྱོར་འབད་ཡོད།

སྤྱི་ཚོས།

མིང་།

མིང་རྒྱགས།

གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།

ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་གྱིས་གནང་བ་གྲུབ་ཡོད།

སྤྱི་ཚོས།

མིང་།

མིང་རྒྱགས།

གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།



འབྲི་ཤོག་ ༡༧/༡

རྒྱལ་ཁུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

དགོངས་ཁུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་གནས་སྤངས་དུས་མཐུན།

དགོངས་ཁུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་པའི་ཁ་གསལ།

༡. མིང་གསལ།
༢. ཞི་གཡོག་རྒྱུ་ཆ་གསལ།
༣. ལས་སྡེ།
༤. འབྲེལ་ཡང་།
༥. སློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་།
༦. ལས་སྡེ་ལས་འགན་སློལ་འབད་བའི་ཆོས་གྲངས།
༧. མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་ལུ་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཚང་སློག་སླེ་སྤུལ་ནིའི་ཆོས་གྲངས།

དགོངས་ཁུ་འབད་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་དགོངས་ཁུའི་ཁེ་ཕན་ཚུ་སྤྱོད་ཡོད་མེད་གྱི་ཐོ།

དཔྱད་ཐོ།

	ཡིན།	མེན།	མེན་ན་རྒྱ་མཚན་བཀོད།
༡. དགོངས་ཁུའི་གསོལ་ར།	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
༢. འབྲེལ་འབྲུག་	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
༣. གནས་སྤངས་གནང་སློན།	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
༤. སློལ་ཆས་སློལ་འདྲན་གྱི་སློ་ཆ།	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
༥. གསོག་འཛིག་ཅན་གྱི་ངལ་གསོའི་དདུལ་འབྲུག་	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
༦. ལུ་ཕོགས།	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
༧. འཛོ་རྟེན་མ་དདུལ།	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
༨. སྤེ་ཚན་ཉེན་བཅོལ་ལས་འཆར།	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

(མིང་རྟགས།)

མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱི་མིང་།

(མིང་རྟགས།)

ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་གྱི་མིང་དང་གོ་གནས།



འབྲི་ཤོག་ ༡༧/༣

རྒྱལ་ཁབ་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་གདམ་འབྲུ་/དུས་མཐུན་འབྲི་ཤོག

༡. འཐུས་མིའི་ཁ་གསལ།

མིང་གསལ།

གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དང་གནས་ཤིང་།

ལས་སྡེ།

སློག་འཕྲན་ཁ་བྱང་།

ཞི་གཡོག་ངོ་རྒྱལ་མང་།

མོ་མའི་དབྱེ་བ།

མི་ཁྲུངས་ངོ་སློད་ལག་ཁྱེར་མང་།

འབྲེལ་མང་།

༢. ཐད་ཀར་རྟོན་མིའི་ཁ་གསལ།

སློབ་པའི་ཕམ་དང་གཉེན་སྒྲིག་སྤྱི་བུ་གཞི་རྒྱ་དང་། གལ་སྲིད་འཐུས་མི་འདི་ལུ་ ཤ་རུས་ལས་མཆེད་པའི་ཨ་ལུ་མེད་པ་ཅིན་ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་བྱ་ཆ་བ་ཚུ་ ཐད་ཀར་རྟོན་མི་སྡེ་ཚུ་དཔ་ཨིན།

(རིམ་མང་ ༡ པའི་ནང་ཡོད་པའི་རྟོན་མི་འདི་ མི་ངོ་གཙོ་ཅན་ཨིན་དགོ།)

རིམ་མང་།	མིང་།	མི་ཁྲུངས་ངོ་སློད་ལག་ཁྱེར་མང་།	སློབ་ཆོས།	འབྲེལ་བ།
༡.				
༢.				
༣.				

(དགོས་ཡོད་ན་ གུལ་རིམ་ཁ་སྐོང་བཀའ།)

འཐུས་མི་འདི་གིས་ གསལ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆའི་འདྲ་ཚུ་མཉམ་སྒྲིག་སྤྱི་བུ་དགོ།

༡. འཐུས་མིའི་མི་ཁྲུངས་ངོ་སློད་ལག་ཁྱེར་།

༢. འཐུས་མིའི་གཉེན་ཐམ།

༣. རྟོན་མིའི་ཁྲུངས་ངོ་སློད་ལག་ཁྱེར། (ཨ་ལུ་སློབ་ལོ་ ༡༥ མན་ཆད་ཨིན་ན་ མི་དགོ།)

༤. ཞི་བའི་ཐོ་བོད་དང་མི་ཕྱིས་ལས་ཁྲུངས་ལས་ སློབ་ལོ་ ༡ ཡན་ཆད་དང་ ༡༥ མན་ཆད་ཀྱི་ཨ་ལུ་ཚུའི་མི་ཁྲུངས་ངོ་སློད་ལག་ཁྱེར་མང་།
བོད་ཡོད་པའི་བརྒྱུད་ཁྲུང་དང་།

༥. ཨ་ལུ་ཚུའི་སློབ་ཆོས་ལག་ཁྱེར་ ཡང་ན་གསོ་བའི་ལག་ཁྱེར། (སློབ་ལོ་ ༡ མན་ཆད།)

༣. འགན་ལེན།

ང་གིས་ ད་ལས་པར་ གོང་འཁོད་གྱི་མི་ངོ་མ་ཚུ་ ང་པའི་རྟོན་མི་ངོ་མ་ཨིན་པའི་ཁས་ལེན་འབད་མ་ཨིན།

ས་གནས།

སྤྱི་ཚེས།

(ཁྲིམས་རྒྱས།)

མིང་རྒྱས།

གཞུང་དོན་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལཱ།

མི་སྒྲོལ་འགོ་དཔོན་གྱིས་བདེན་སྒྲུར་འབད་ཡོད།

སྤྱི་ཚེས།

མིང་།

མིང་རྒྱས།

ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་གྱིས་གནང་བ་བྱུང་ཡོད།

སྤྱི་ཚེས།

མིང་།

མིང་རྒྱས།

གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།

གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།



འབྲི་ཤོག་ ༡༧/༧

ཀྱུལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆེན་པོ།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་ཐོབ་བརྗོད་འབྲི་ཤོག

༡. ཆེ་འདས་གྱི་ཁ་གསལ།

མིང་གསལ།

མི་བྱངས་དོ་སྤྱོད་ལག་བྱེར་མང་།

གྱུངས་པའི་ཆོས་གྲངས། (ཆོས་/ཟླ་/ལོ།)

གཤམ་སྲིད་ འཕུས་མི་ཡིན་ན་ ཁ་གསལ་འདི་གཤམ་ལྷ་བཀོད།

མི་བྱངས་དོ་སྤྱོད་ལག་བྱེར་མང་།

ལས་སྒྲེ།

འོས་འབབ་ཡོད་མི་གཅིག་རྒྱུང་མ་གཅིག་གུ་ཨིན་རྟགས་བཀལ།

୨. ରସୁଷ'ଖି।

༡. དགོངས་ལྷུ་འབད་མིའི་འབྱུང་མི།

3. རྟོག་མི། ༡ ཡང་ན་ ༢ ཡོད་སྔ་ལས་ ༡ རྒྱུ་མ་གཅིག་།

२. ཐོབ་བརྗེད་བཀོད་མིའི་ཁ་གསལ།

མིང་གསལ།

མི་བྱངས་དེ་སྤྱོད་ལག་བྱེར་ཅང་།

འགྲུལ་འཕྲིན་ཨང་།

ཆེ་འདས་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ།

དདུལ་ཁང་/ཡན་ལག་དདུལ་ཁང་གི་མིང་།

དངུལ་ཁང་གི་རྩིས་ཁྲིའི་ཨང་།

གལ་སྲིད་ འཇུས་མི་ཡིན་པ་ཅིན་ཁ་གསལ་གཤམ་ལྷ་བོད།

ཞི་གཡོག་དོ་རྟགས་ཅང་།

ལས་སྒྲུ།

3. སྐད་ལས་ ཆོ་འདས་ཡིན་མཁྱེད་ལྟེན་འབད་བའི་ཆོ་འདས་ལག་ཁྱུར། ཡང་ན་དག་བརྗོད་ཡི་གུ་མཉམ་སྦྱགས་འབད།

༤. འགན་ལེན།

ང་གིས་ གོང་འཁོད་བརྟེན་ཅུ་ ང་འདི་ཤེས་རྟོགས་དང་བསྐྱེད་ བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཁས་ལེན་འབདཝ་ཡིན། གལ་སྲིད་ གོང་འཁོད་
གྱི་གསལ་སྟོན་ཅུ་རྟེན་མ་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ང་ལུ་ སྤུལ་ཁབ་གྱི་ཁྲིམས་དང་འཁྲིལ་བའི་བྱ་ལེན་གྱི་འཁྲི་བ་ཕོག།

ས་གནས།
སྤྱི་ཚེས།

(ཁྲིམས་ཏྲགས།)
མིང་ཏྲགས།

གཞུང་དོན་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ།

མི་སྣ་བས་འགོ་དཔོན་གྱིས་བདེན་སྟོན་འབད་ནི་དོན་ལུ།

འོས་འབབ་དང་འཁྲུལ་གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་བདེན་དཔྱད་འབད།

༡. ཐོབ་བཞེད་བཀོད་མི་མི་ཁྲུངས་རྩིས་ལག་ཁྲུལ།
༢. ཆེ་འདས་གྱི་མི་ཁྲུངས་རྩིས་ལག་ཁྲུལ།
༣. གལ་སྲིད་ ཐོབ་བཞེད་འདི་ གཉེན་ཁྲིམ་གྱི་དོན་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ གཉེན་ཐམ་དང་། ཡང་ན་ ཁྲིམས་ཁང་ལས་གཉེན་ཐམ་ཆ་བ་ ཡིག་གི་འདུ།
༤. གལ་སྲིད་ ཐོབ་བཞེད་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༡ ཡན་ཆད་དང་ ༡༥ མན་ཆད་གྱི་ཨ་ལུ་གི་དོན་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ ཞི་བའི་ཐོབ་བཀོད་ དང་མི་རྩིས་ལས་ཁྲུངས་ལས་ མི་ཁྲུངས་རྩིས་ལག་ཁྲུལ་ཨང་བཀོད་ཡོད་པའི་བརྒྱུད་ཁྲུལ།
༥. གལ་སྲིད་ ཐོབ་བཞེད་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༡ མན་ཆད་གྱི་ཨ་ལུ་འདི་དོན་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ སྤྱི་ཚེས་ལག་ཁྲུལ་། ཡང་ན་གསོ་བའི་ ལག་ཁྲུལ།
༦. (བྱ་ཆ་བ་གྱི་དོན་ལུ་) རྒྱལ་ཡོངས་ཨམ་སྤྱ་དང་ཨ་ལུ་འདི་ལྷན་ཆོགས་ལས་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་བྱ་ཆ་བ་ཡི་གྲ།
༧. གལ་སྲིད་ ཐོབ་བཞེད་འདི་ དགོངས་ཏུ་འབད་མི་འཐུས་མི་གིས་འབད་མ་འབད་མ་དང་། ཁོ་རའི་དོན་ལུ་འབད་མ་ཨིན་པ་ ཅིན་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེ་འོས་འཆར་གྱི་ཆེ་གང་འཐུས་མི་འལ་ཁྲུལ།

སྤྱི་ཚེས།
མིང་།
མིང་ཏྲགས།
གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།

ལས་སྡེ་འགོ་འཛིན་གྱི་གནང་བ།

སྤྱི་ཚེས།
མིང་།
མིང་ཏྲགས།
གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།



འབྲི་ཤོག་ ༡༧/༥

རྒྱལ་ཁུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེ་ལས་འཆར་གྱི་དངུལ་ཚབ་ལོག་སྒྲོན་འབྲི་ཤོག

འབྲི་ཤོག་འདི་ ཐོབ་བརྗོད་ཚར་གཅིག་ཡང་མ་འབད་མིའི་འབྲུག་མི་ཚུའི་དོན་ལུ་རྒྱུ་ཚུ་གཅིག་ཨིན།

༡། འབྲུག་མིའི་ཁ་གསལ།

མིང་གསལ།

གོ་གནས་གྱི་མིང་དང་གནས་ཤིང་།

ཞི་གཡོག་རོ་རྟགས་ཨང་།

མི་ཁྲུངས་རོ་སྒྲོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་།

ལས་སྡེ།

འབྲུལ་འཕྲིན་ཨང་།

འབྲུག་མིའི་དུས་ལུ་། / / ལས་ / /

ཕྱིར་བཏོན་འབད་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན། (འབྲེལ་ཡོད་གཅིག་གྱི་ཨིན་རྟགས་བཀལ་ཏེ་ ཡིག་ཚང་བཀའ་རྒྱ་མཉམ་སྒྲགས་འབད།)

༡. རྒྱོ་འདོད་དགོངས་ལུ།

༢. སྤྱ་གོང་དགོངས་ལུའི་ལས་འཆར།

༣. ལས་སྡེ་ལས་བླ་དད་སོང་བ།

ས་གནས།

སྤྱི་ཚེས།

(ཁྲིམས་རྟགས།)

མིང་རྟགས།

ཁ། དངུལ་ཚབ།

རིམ་བསགས་དངུལ་བསྐྱེམས། དངུལ་ཀྲམ།/-

དངུལ་ཚབ་གྱི་དངུལ་བསྐྱེམས། དངུལ་ཀྲམ།/- (རིམ་བསགས་གྱི་དངུལ་བསྐྱེམས་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༥)

དངུལ་ཁང་གི་ཁ་གསལ།

○ ཕྱིས་ཁྲའི་ཨང་།

○ མིང་།

○ ཡན་ལག

མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་བདེན་སྒྲུར་འབད་ནིའི་དོན་ལུ།

སྤྱི་ཚེས།

མིང་།

མིང་རྟགས།

གཞུང་འབྲེལ་གྱི་བྱི་ལུ།



འཕྲིན་ལྷན་ ༡༧/༦

རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་ཚེ་གང་འཐུས་མིའི་ལག་ཁྲམ་།

ཅུ་བ་གསུམ་ལུ་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གི་སྒོ་ལས་ ཚེ་གང་ལྷག་ཁྲམ་ལོད་པའི་ངོས་འཛིན་ལུ་ རྒྱལ་ཁཚུངས་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་
དགའ་ཚེར་དང་བཅས་ (ལས་སྡེ་) ལས་དགོངས་ཁྱུ་འབད་མིའི་མི་ངོམ་.....
..... རོ་སྤྱོད་ལག་ཁྲམ་ཨང་ ཅན་མ་འཆར་མི་འདི་ སྤྱི་ཚེས་.....ལུ་
ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་ནང་ ཚེ་གང་གི་འཐུས་མི་སྡེ་བཅུ་འཛོག་འབད་མ་ཨིན།

དགོངས་ཁྱུ་འབད་མིའི་འཐུས་མི་གི་འབྲེལ་ཨང་།

ཚེ་གང་འཐུས་མི་འདི་ ཞལ་འདེབས་འབད་མ་དགོ་པའི་འཐུས་མི་ཨིན་མ་ལས་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་ནམ་གནས་གྱི་
བར་དུ་ རྒྱུད་ར་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱིས་དབང་མ་ཨིན།

ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་འདི་འཕྲི་སྤྱོད་འབད་དེ་ འཐུས་མིའི་ཁ་ཚིག་དང་འགན་ཚིག་ཚུ་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་བྱུང་པ་ཅིན་
ཁྲིམས་འདི་ འཐུས་མི་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་བཏུག།

དགོངས་ཁྱུ་འདི་ དགའ་སྤྱོད་དང་ལྷན་མ་སྡེ་ མཐར་བསྐྱལ་ཚུགས་པའི་རེ་བ་ཡོད།

མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གྱིས་བདེན་དཔྱད་འབད་ཡོད།

སྤྱི་ཚེས།

མིང་།

མིང་ཉགས།

གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།

ལེའུ་ ༡༥ པ། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁས་བླངས་ལས་རིམ།

༡༥.༡ སྤྱི་བུས།

- ༡༥.༡.༡ ཤེས་ཚད་དང་ཉམས་སྦྱང་། རིག་ཅུལ་དཀོན་པ་ལས་ཡོད་པའི་ས་གོ་ཚུ་ནང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁས་བླངས་པ་ཚུ་
གཡོག་བཅུགས་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༢ འབྲུག་གཞུང་དང་གོང་འཕེལ་མཉམ་འབྲེལ་པ་ཚུ་གི་བར་ན་ ཟུང་ཚུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཅ་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༡༥.༡.༣ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ལྷོགས་གྲུབ་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་། ཐབས་ཤེས་དང་ཡོན་ཏན་བརྩེ་སོར་འབད་ནི།

༡༥.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡༥.༢.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་འབྲུག་གཞུང་གི་ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ ཁས་བླངས་པའི་ཡིག་ཚང་
དང་གཅིག་ཁར་འགོ་འདྲན་འཐབ་ཐོག་ལས་ འབྲུག་གཞུང་གིས་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁས་བླངས་པའི་གོ་བདེའི་
ཆིངས་ཡིག་གུ་མཚན་རྟགས་བཀོད་དེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
- ༡༥.༢.༢ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཁས་བླངས་པའི་ཡིག་ཚང་ལོགས་སུ་སྡེ་
ངོས་འཛིན་འབད་དེ་མེད་མེད་དོན་ལུ་ ཁས་བླངས་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲན་འཐབ་མི་སྡེ་ལུ་འབད་ནི།
- ༡༥.༢.༣ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁས་བླངས་པའི་དགོས་མཁོ་
གཡོག་བཅུགས་དང་གཡོག་གནས་ནང་གཏང་ནི་ཚུ་ཐག་གཅད་ནི།
- ༡༥.༢.༤ ཟུང་རིག་དང་མཁས་མཆོག་དགོཔ་ཁག་ཆེ་བའི་ས་གོ་ཚུ་ནང་ལུ་ གཙོ་རིམ་བྱིན་ནི།

༡༥.༣ སྤྱིར་བཏང་ཁྱོམ་ཆེན་པོ།

- ༡༥.༣.༡ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁས་བླངས་པ་ཚུ་ འབྲེལ་ཡོད་གོ་བདེའི་ཆིངས་ཡིག་གི་ཁྱོམ་ཆེན་པོ་དང་འགན་ཆེན་གིས་དབང་
དགོ།
- ༡༥.༣.༢ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཁས་བླངས་པ་ཚུ་གཙོ་རིམ་བསྐྱོགས་ཡོད་མི་དང་། ཡང་ན་གོ་
བདེའི་ཆིངས་ཡིག་ནང་བཀོད་ཡོད་མེད་ས་གོ་ཚུ་ནང་ གཡོག་བཅུགས་དང་གཡོག་གནས་ནང་བཏང་
ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༡༥.༣.༣ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཕྱི་འབྲེལ་ལྷན་ཁག་ལུ་ ཁས་བླངས་ལས་རིམ་ཚུའི་གོ་བདེའི་
ཆིངས་ཡིག་ནང་ དོན་ཚན་གསལ་པ་དང་འཕྲི་སྟོན་འབད་ཡོད་མི་གུ་ བསམ་ལན་བྱིན་དགོ།
- ༡༥.༣.༤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཁས་བླངས་པའི་གོ་མས་འདྲིས་ལས་རིམ་འགོ་འདྲན་འཐབ་ནི།
ཡང་ན་ ལས་རིམ་འགོ་འདྲན་འཐབ་སར་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཆོག་

- ༡༥.༣.༥ ཁས་བླངས་པའི་གོ་བདེའི་ཆེད་སྒྲིག་ནང་ལོགས་སུ་སྡོད་གསལ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་
 མིན་ བྱད་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་རིམ་གྱི་ནི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ཐོབ་ལམ་དང་འབྲེལ་ ཁས་བླངས་པ་ཅིག་
 གིས་ གློ་བུར་ངལ་གསོ་འཐོབ་དགོས་དང་། འབྲུག་ནང་འཁོད་ལུ་འབྲུལ་སྐྱོད་འབད་བའི་སྐབས་ ཉིན་
 འབྲུས་དང་འབྲུལ་འབྲུས་ཚུ་འཐོབ་དགོ།
- ༡༥.༣.༦ འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཚང་ ཡང་ན་ལས་སྡེ་གིས་ ཁས་བླངས་པའི་གནས་ཡུན་ཚང་མ་ད་ ཡང་ན་ཁས་བླངས་
 གི་ལཱ་མཁུག་བསྟུ་བའི་སྐབས་ལུ་ བསམ་ལན་ཕུལ་དགོ།
- ༡༥.༣.༧ གོ་བདེའི་ཆེད་སྒྲིག་ནང་ལུ་གསལ་བཀོད་འབད་མི་དང་ ཡང་ན་ཁས་བླངས་པའི་གནས་ཡུན་ཚང་ནིའི་
 དུས་ཡུན་ཁྱེད་ ༣ གི་སྒྲོ་བའི་ལས་ གནས་ཡུན་ཕར་འབྱང་གི་ཞུ་བ་ཕུལ་དགོ།
- ༡༥.༣.༨ ཁས་བླངས་པ་གིས་ ལཱ་འགན་མཁུག་མ་བསྟུ་བའི་རྟེན་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལས་མ་འབྱོར་བའི་རྟེན་
 རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྟན་ཞུ་འབད་དགོ།

༡༥.༤ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་ཁུར།

- ༡༥.༤.༡ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འབད་དགོས་ཚུ་ཡང་།
- ༡༥.༤.༡.༡ ལས་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་འབད་དེ་ ཁས་བླངས་པ་དགོས་མཁོ་ངོས་
 འཛིན་འབད་དགོ།
- ༡༥.༤.༡.༢ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་ལུ་ ཁས་བླངས་པ་དགོ་པའི་ཞུ་ཡིག་བཅུགས་དགོ་པའི་བན་
 ལན་འབད་དགོ།
- ༡༥.༤.༡.༣ དགོས་མཁོའི་ཞུ་ཡིག་བཅུགས་མི་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་གཙོ་རིམ་བསྒྲིག་དགོ།
- ༡༥.༤.༡.༤ གྲོས་འཆར་བཅུགས་མིའི་ལས་སྡེ་ཚུ་ལུ་ ཁས་བླངས་པའི་ཁ་གསལ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་
 ནང་ཕྱོད་ནིའི་ཆོས་གངས་ཚུ་ བན་ལན་འབད་དགོ།
- ༡༥.༤.༡.༥ ཕྱི་རྒྱལ་མཉམ་འབྲེལ་ལས་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ ཁས་བླངས་པའི་ལས་རིམ་གྱི་སྐོར་
 ལས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོས་དང་།
- ༡༥.༤.༡.༦ ཁས་བླངས་པ་ཚུ་ བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷ་རྟོག་འབད་དགོས་དང་ དུས་མཚམས་ཀྱི་བསམ་
 ལན་ཚུ་ལེན་དགོ།

༡༥.༥ ཁས་བླངས་པ་ལེན་མི་དང་གྲོས་འཆར་བཅུགས་མིའི་ལས་སྡེ་གི་འགན་ཁུར།

- ༡༥.༥.༡ ཁས་བླངས་པ་ལེན་མི་དང་གྲོས་འཆར་བཅུགས་མིའི་ལས་སྡེ་གིས་འབད་དགོས་ཚུ་ཡང་།

- ༡༥.༥.༡.༡ ཁས་བླངས་པ་དགོས་མཁེའི་ལམ་སྟོན་གྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་
དུས་ཚོད་ནང་འཁོད་ ཁས་བླངས་པ་དགོས་མཁེའི་ཁྱེད་ལྟུགས་དགོ།
- ༡༥.༥.༡.༢ ཁས་བླངས་པ་འི་དབྱེ་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཁས་བླངས་པ་འི་འགྲོ་འགྱུལ་དང་བྱིམ་གྱི་ཁང་
སྒྲིའི་ཟད་འགྲོ་ཚུའི་དོན་ལུ་ འཆར་དདུལ་བཟོ་དགོ།
- ༡༥.༥.༡.༣ ཁས་བླངས་པ་ཚུ་མ་སྟོན་པ་འི་སྤྲོ་གོང་ལས་ (གལ་སྲིད་དགོ་པ་ཡོད་ན་ སྟོན་ས།
ཡིག་ཚང་གི་ས་གོ། སྟོན་ཐམ། ལཱ་གི་ཚག་ཐམ་དང་སྐྱེལ་ལེན་འབད་ནི་ཚུ་) བཅའ་
སྒྲིག་རྒྱུ་དགོ།
- ༡༥.༥.༡.༤ ཚུལ་མཐུན་ལཱ་གི་འཆར་གཞི་དང་ཁ་ཚིག་འགན་ཚིག་ཡོད་པ་འི་ (ཁས་བླངས་པ་དང་
མཉམ་འབྲེལ་པ་གཉིས་ཆ་ར།) ཁས་བླངས་པ་འི་མཉམ་འབྲེལ་པ་རོས་འཛིན་འབད་
དགོ།
- ༡༥.༥.༡.༥ ཁས་བླངས་པ་ཚུ་ལུ་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་རོ་སྟོན་གོམས་འདྲིས་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་
འཐབ་དགོ།
- ༡༥.༥.༡.༦ ཁས་བླངས་པ་ཚུ་ལུ་ ཁག་ཆེ་བའི་རྒྱུ་རྐྱེད་ལོད་པ་དང་ དུས་མཚམས་ལུ་ཞལ་
འཛོམས་འཛོགས་ཡོད་པ་རོས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༡༥.༥.༡.༧ ཁས་བླངས་པ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་མའི་ལས་རིམ་ཚུ་ ཡུན་བརྟན་སྟེ་གནས་ཡོད་པ་
དང་ཡོན་ཏན་ཚུ་ལེན་ཡོད་པ་རོས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༡༥.༥.༡.༨ ཁས་བླངས་པ་འི་ལཱ་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ་པ་དང་ ལཱ་མཇུག་བསྟུ་བའི་ཤུལ་ལས་
བསམ་ལན་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞུང་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་དགོ་པ་དང་།
- ༡༥.༥.༡.༩ ཁས་བླངས་པ་འི་ལཱ་དང་དུས་ཡུན་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞི་གཞུང་ཚོགས་དང་གཅིག་
ཁར་ རོ་འཛོམས་འབད་དེ་ མཇུག་བསྟུ་དགོ།

༡༥.༦ ཁས་བླངས་པ་འི་འགན་ཁུར།

- ༡༥.༦.༡ ཁས་བླངས་པ་གིས་ ཁ་ཚིག་འགན་ཚིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལཱ་འགན་འབག་དགོ།
- ༡༥.༦.༢ ཁས་བླངས་པ་གིས་ གོ་བཟུང་ཆེད་སྒྲིལ་ནང་བཀོད་ཡོད་མའི་ཁ་ཚིག་འགན་ཚིག་ལུ་གནས་དགོ་པ་མ་
ཆད་ ཞི་གཞི་པ་འི་བརྩི་མཐོང་དང་ཀུན་སྟོན་ལུ་ཡང་གནས་དགོ།

༡༥.༧ ཁས་བླངས་པ་གཞན་དང་གོམས་གཞིགས་པ།

ལས་སྡེ་ཅིག་གིས་ མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་མཐར་འཁྱོལ་མི་ཚུ་ གནང་བ་རྒྱུ་བའི་དམིགས་བསལ་དང་དུས་བཀག་གི་ལས་སྡེ་

ཚུ་བཅིས་ཏེ་ མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༡ གི་དོན་ལུ་གཡོག་བཙུགས། གནས་སྐབས་ཅིག་གི་མཉམ་སྦྲལ་གས། ཡང་ན་གོམས་གཡོག་པ་
བཙུགས་ཆོག་ ཡིན་རུང་ དེ་བཟུམ་མའི་གཡོག་བཙུགས་དང་གཡོག་གནས་ནང་གཏང་ནི་ཚུ་ མི་སྟོབས་ཆོགས་ཚུང་གི་གནང་
བ་དང་འཁྲིལ་དགོ།

༩༥.༥ དབང་ཚད།

རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྟན་ཆོགས་འདི་ འབྲུག་གཞུང་གི་ལས་གཡོག་ལས་འབྲེལ་ལྟེ་བ་ཅིག་འབདམ་ལས་ ཁས་སྒྲུངས་པ་
འགོ་འདྲེན་འཐབ་མིའི་ལས་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་འབད་དེ་ ཁས་སྒྲུངས་པའི་གནང་བ་དང་གཡོག་བཙུགས།
ཏུས་ཡུན་ཡར་སང་དང་ ལཱ་འགན་སོར་མའི་མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་དབང་འཛིན་ཅིག་ཡིན།

ལེའུ་ ༡༤ པ། བཀོད་ཁྱབ་དང་མཁས་མཆོག

བཀོད་ཁྱབ།

༡༤.༡ སྡིད་བྱུས།

- ༡༤.༡.༡ འགོ་ཁྲིད་པ་སོར་སྐྱར་གྱི་སྐབས་ དཀའ་ངལ་དང་བར་གཅད་མེད་པའི་འགོ་ཁྲིད་པ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་འཐོབ་
ནིའི་དོན་ལུ་ བཀོད་ཁྱབ་ཀྱི་རིམ་འབྱུང་འཆར་གཞི་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་ནི་དང་། གཙོ་ཅན་གོ་གནས་
ཀྱི་དོན་ལུ་ ཟླ་གསུམ་གྱི་བཀོད་ཁྱབ་ཚུ་ག་སྤྲིན་འབད་ནི།
- ༡༤.༡.༢ ཞི་གཡོག་ནང་ འགོ་ཁྲིད་པ་ལུ་དགོ་པའི་ཟླ་གསུམ་གྱི་ཚུ་བཟོ་ནི་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི།
- ༡༤.༡.༣ འགན་ཁུར་ཚུ་འབག་ནིའི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་མངའ་ཁོངས་མཁས་ཚུལ་ཡར་དྲག་གཏང་ནི།
- ༡༤.༡.༤ བཀོད་ཁྱབ་ཚུའི་ལཱ་ཤུལ་ལྟ་རྟོག་འབད་ནི་དང་འཛིན་སྐྱོང་འབབ་ནི།
- ༡༤.༡.༥ འགོ་ཁྲིད་པའི་བྱ་ཆོས་དང་ཟླ་གསུམ་གྱི་ཡོད་པའི་བྱ་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་བྱ་ཆ་འཛིན་ ། པའི་ཞི་
གཡོག་པ་ཚུ་ བཀོད་ཁྱབ་ཀྱི་གོ་གནས་ལུ་གདམ་འབྱུང་འབད་ནི།

༡༤.༢ ཐབས་ལམ།

བཀོད་ཁྱབ་ཚུ།

- ༡༤.༢.༡ ཀྱན་གཏོགས་འགན་བསྐྱར་ཐོག་ལས་ བྱ་རིག་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་བྱ་ཆ་འཛིན་ ། པའི་སྤྲེ་ཆན་ནང་ལས་
གདམ་འབྱུང་འབད་དགོ་པ་དང་། ཡང་ན་ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་བཀོད་ཁྱབ་ཚུ་ལས་ གོ་གནས་སོ་སོ་ཚུ་ནང་བསྐྱོ་
བཞག་འབད་དགོ།
- ༡༤.༢.༢ ལས་སྤེའི་འགན་དབང་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ མངའ་ཁོངས་མཁས་ཚུལ་ཡར་དྲག་གཏང་ནི་དང་ འགོ་ཁྲིད་པའི་
ཟླ་གསུམ་གྱི་ཚུ་ འགོ་ཁྲིད་པའི་ཟླ་གསུམ་གྱི་གཞི་བཀོད་དང་འཁྲིལ་ཡོད་པ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ དེས་པར་བྱ་
དགོ་པའི་སྐྱོང་བཅར་ཚུ་བཅུས་ཏེ་ དམིགས་གཏང་ཅན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་པའི་སྐྱོང་བཅར་བྱིན་དགོ།
- ༡༤.༢.༣ བཀོད་ཁྱབ་ཚུ་གི་ལཱ་ཤུལ་དང་འགོ་ཁྲིད་པའི་ཟླ་གསུམ་གྱི་ཐང་ཁར་ ལྟ་རྟོག་དམ་གཟབ་སྤྲོ་འབད་དགོ།

༡༤.༣ འདེམས་བསྐྱོས།

- ༡༤.༣.༡ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྟན་ཚོགས་ཀྱིས་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་ དོན་ཆན་
༤༡ པ་དང་ ༤༢ པའི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་བཀོད་ཁྱབ་ཀྱི་གོ་གནས་ཚུའི་དོན་ལུ་ མི་ངོ་ཚུའི་རྒྱལ་སྤྱོན་
འབད་ནི་དང་། ཡང་ན་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེའུ་ ༥ པ་དང་ ༥ པའི་དོན་ཆན་ ༤༡ དང་ ༤༢
པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བཀོད་ཁྱབ་ཀྱི་གོ་གནས་ཁར་གདམ་འབྱུང་འབད་དེ་འདེམས་བསྐྱོས་འབད་དགོ།

༡༤.༣.༡

འདེམས་བསྐོས་དགེ་བ།

གཤམ་གསལ་བཀོད་ཁྱབ་ཀྱི་འདེམས་བསྐོས་ཚུ་ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཅིམ་ཚུ་དང་
འབྲེལ་ཏེ་འབད་དགོ།

༡༤.༣.༡.༡

གཞུང་བླང་ཆེན།

འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་ཅུ་ཚན་ ༡ པའི་དོན་ཚན་ ༡༩ (མ་) པ་དང་། འབྲུག་
གི་ཞི་གཤམ་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༤༢ (ཀ་)པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་
གཞུང་མཐོན་དང་ཆུལ་ཅིམ། འབྲེལ་ཡོད་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་གཞན་ཚུ་དང་
འབྲེལ་ཏེ་ གློན་ཆེན་གྱིས་ མི་ངོ་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ལས་ལེན་ཏེ་
གོས་འདེབས་སྤུལ་མི་གུ་ འབྲུག་རྒྱལ་པོ་མཆོག་གིས་ གཞུང་བླང་ཆེན་ཚུ་འདེམས་
བསྐོས་གནང་དགོ།

༡༤.༣.༡.༢

འབྲུག་གི་ཞི་གཤམ་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་ ༥༠ པ་དང་འབྲེལ་ གཞུང་བླང་ཆེན་
འདི་ ཞི་གཤམ་ནང་སྤེ་ཅིམ་ (བཀོད་ཁྱབ་ ༡ པ་) མཐོ་ཤོས་ཅིག་ཨིན་དགོཔ་
དང་། གནས་ཡུན་མཐོ་ཤོས་ལོ་ངོ་ ༥ ལྷག་ཉུང་གོ། ཡང་ན་དགོངས་ཁུའི་ལོ་ཚད་
ལོན་མི་གཉིས་ལས་ ག་ཏ་མི་འདི་ལུ་གནས་དགོ།

༡༤.༣.༡.༣

ཚོང་བདག་

འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་ ཅུ་ཚན་ ༡ པའི་དོན་ཚན་ ༡༩ (ཅ་)པ་དང་འབྲུག་གི་
ཞི་གཤམ་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༤༢ (ག་)པའི་དགོངས་དོན་
དང་འབྲེལ་ཏེ་ གློན་ཆེན་གྱིས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ལས་གདམ་ངོ་ཚུ་
ལེན་ཏེ་ གོས་འདེབས་སྤུལ་མི་གུ་ འབྲུག་རྒྱལ་པོ་མཆོག་གིས་ ཚོང་བདག་ཚུ་
འདེམས་བསྐོས་གནང་དགོ།

༡༤.༣.༢

འབྲུག་གི་ཞི་གཤམ་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༡༢ པའི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་
བླང་ཆེན་དང་ཚོང་བདག་ཚུ་ ལྷན་རྒྱུ་གཞུང་ཚོགས་ཀྱིས་ ལྷན་ཁག་དང་ཚོང་ཁག་ཚུའི་བར་ན་ གོ་
གནས་གཅིག་པའི་གནས་མོང་གཏང་ནིའི་ཐད་ཁར་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་དང་གཅིག་ཁར་
གོས་བསྐྱུན་ཐོག་ལས་གནང་བ་འགྲོལ་དགོ།

༡༤.༣.༣

གཞུང་བླང་ཆེན་དང་ཚོང་བདག་གི་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ མི་ངོ་ཚུ་ལུ་ ཉུང་མཐའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་
དང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་པའི་ཚད་གཞི་ཚུ་ཆང་དགོ།

༡༤.༣.༤

ཚོགས་ཁང་གཉིས་ཀྱི་ཡོངས་ཁྱབ་བླང་ཆེན་འདེམས་བསྐོས།

འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་ ཅུ་ཚན་ ༡ པའི་དོན་ཚན་ ༡༩ (མ་)པ་དང་འབྲུག་གི་ཞི་གཤམ་བཅའ་
ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༤༢ (ཁ་)པའི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་

ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གོས་འདེབས་ཕུལ་མི་གྲ་ འབྲུག་རྒྱལ་པོ་མཚོག་གིས་ ཚོགས་ཁང་གཉིས་ཀྱི་ཡོངས་བྱབ་
བྱང་ཆེན་འདེམས་བསྐྱོས་གནང་དགོ།

༡༤.༤ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་བཀོད་བྱས་འདེམས་བསྐྱོས།

༡༤.༤.༡ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༤༡ པ་དང་ ༤༢ པའི་དགོངས་དོན་ཚུ་
དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རང་སྤྱོད་ལས་སྡེ་དང་ལས་ཁུངས་ཚུའི་འགོ་འཛིན་ཚུ་གདམ་འཐུ་འབད་དེ་འདེམས་བསྐྱོས་
འབད་དགོ། བཀོད་བྱས་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་ཚུ་ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཨིན་དགོ།

༡༤.༤.༢ གལ་སྲིད་ བཀོད་བྱས་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཚད་གཞི་ཚང་མི་དང་འོས་འབབ་ཡོད་མི་མེད་པ་ཅིན་
གཡོག་བཅུགས་ཀྱི་བྱ་ཤིང་འགོ་འཛིན་འཐབ་མ་དགོ་པར་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་
འདེམས་བསྐྱོས་འབད་དགོ།

༡༤.༤.༣ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་དོན་ཚན་ ༥༩ པའི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་
ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་ཚུ་དང་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཀྱན་
གཏོགས་འབྲན་བསྐྱར་གྱི་གདམ་འཐུའི་བྱ་ཤིང་ཐོག་ བཀོད་བྱས་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་ ༣ པ་ཀ་ཚུན་
འདེམས་བསྐྱོས་འབད་དགོ།

༡༤.༤.༣.༡ ས་སྤྱོད་གསལ་བསྐྱགས།

གཡོག་གི་ས་སྤྱོད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གོ་གནས་ཡར་མེང་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྷར་ཀྱན་
གཏོགས་བསྐྱར་ནང་འཁོད་ཀྱི་ས་གོ་ཚུ་ནང་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

ཀ། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གཡོག་གི་ས་སྤྱོད་ནམ་ཐོན་མ་
ཅིག་ ཞི་ལྷན་གྱི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤོའི་ནང་ ཡང་ན་བདེ་བརྒྱད་ཚུ་ནང་
དུས་ལུན་བདུན་ཕྲག་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལུ་ མི་ངོ་ཚུ་གིས་ཁྱུ་ཡིག་བཅུགས་ནིའི་
དོན་ལུ་ གསལ་བསྐྱགས་འབད་དགོ།

ཁ། ས་སྤྱོད་གསལ་བསྐྱགས་ནང་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཁ་གསལ་ཚུ་ཚང་དགོ།

༡. གོ་གནས་དེའི་བཅུད་བསྐྱར་ལོ་རྒྱུ།

༢. གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དང་གནས་ཤིང།

༣. གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དེབ་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་ཕྱང་མཐའི་ཤེས་ཚད།
གོ་གནས་དང་འཁྲིལ་བའི་ཁ་སྐོང་ཡོན་ཏན་དང་རིག་ཅུལ་དང་།
ཚུགས་གྲུབ་ཡོད་མི་ཚུ་ བྱི་སེལ་གྱི་དོན་ལུ་གདམ་ཁ་བྱིན་དགོ།

༤. དགོ་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ལཱ་གི་ཉམས་ཚུང་།

པ. གཡོག་བཙུགས་འབད་སའི་ལས་ཁྲུངས། ལས་སྡེ་དང་གཡོག་གནས་གི་ས་གནས།

ག བཀོད་བྱ་དང་མཁས་མཆོག་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན་གྱིས་ སྐྱོད་མིའི་སྒྲིག་བཀོད་དང་འབྲེལ་ ལྷ་ཡིག་བཙུགས་མི་ཚུ་གིས་ ལྷ་ཡོན་ཐོ་བཙུགས་དགོ།

༡༩.༤.༣.༡

ཕྱི་སེལ་གྱི་དོན་ལུ་འོས་ཚད།

ཀ། ཚད་གཞི་གཙོ་རིམ་དང་པ།

༡. གོ་གནས་གི་མིང་དེ་བ་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལྷ་མཐའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཤེས་ཚད།

༢. ད་ལྟོ་འཛིན་སྐྱོང་གོ་གནས་གྱི་ལྷ་འཛིན་ ༡ པ་ཀ་ནང་ཨིན་མི།

༣. གསལ་བསྐྱགས་འབད་བའི་ལྷ་ཡིག་བཙུགས་ནིའི་མཇུག་གི་ཆོས་གངས་ལུ་ ད་ལྟོ་འོ་གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་ཁར་ སྒྲིག་གཡོག་རོ་མའི་ནང་ལྷ་མཐའ་ལོ་རོ་ ༡ ཚད་ཡོད་པ།

༤. ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ཐོག་ལས་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་མིའི་ད་ལྟོ་འོ་གོ་གནས་ཁར་ གསལ་བསྐྱགས་འབད་བའི་ལྷ་ཡིག་བཙུགས་ནིའི་མཇུག་གི་ཆོས་གངས་ལུ་ སྒྲིག་གཡོག་རོ་མའི་ནང་ལྷ་མཐའ་ལོ་རོ་ ༡ ཚད་ཡོད་པ།

༥. སྐྱོན་མེད་གཡོག་ཐོ།

༦. ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ཡུན་རིང་སྐྱོང་བདེར། དམིགས་བསལ་གྱི་ངལ་གསོ། སྐབས་གཡོག་དང་ ལྷ་འོ་ ༤ ལས་ལྷ་ག་པའི་སྐྱོན་བཅོས་ངལ་གསོ་ཐོག་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་འོས་འབབ་མེད།

༧. ལས་སྡེ་ཅིག་གིས་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྐྱར་ལས་བརྟེན་ཏེ་མཁས་མཆོག་འབྱུང་ནི་དང་། མཁས་མཆོག་སྐྱོང་མིའི་ཡོན་ཏན་དང་རིག་ཕུལ་ཡོད་པའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་ འབྲེལ་བ་མེད་པའི་གོ་གནས་ཚུ་ནང་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་མི་ཆོག།

༨. མཁས་མཆོག་སྐྱུངས་ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཚུ་ འཕྲོ་བརྒྱུག་མི་འགྱེ་ནིའི་དོན་ལུ་དང་། འབྲེལ་རིག་དང་ལྷ་འོ་གི་ས་གོ་ཚུ་ནང་ཕན་ཐོགས་ཅན་སྡེ་སྐྱོད་ནི་ལུ་ མཁས་དབང་གི་ཤེས་ཚད་ཡོད་མིའི་མི་ངོམ་ཚུ་ ཕྱི་སེལ་མ་འབད་བར་བཞག་དགོ།

༧. ལས་སྒྲེའི་དབྱེ་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་སྒྲེ། ཡང་ན་ལས་ཁྲལ་གྱི་སྐྱགས་ཚད་ཐོག་ལས་ ལྷ་ཤུལ་བརྟག་ཞིབ་འབད་མིའི་ནང་ ཕྱང་མཐའ་གནས་ཤིང་ “རབ” ཐོབ་ཡོད་པ།
༡༠. འགོ་ཁྲིད་པའི་བསམ་ལན་ཤིང་ལུགས་ཀྱི་སྐྱགས་ཚད་ནང་ ཕྱང་མཐའ་གནས་ཤིང་ “རབ” ཐོབ་ཡོད་པ།
༡༡. ཞི་གཡོག་ནང་ ཕྱང་མཐའ་ཕྱག་ལུ་དགོ་པའི་ལོ་གྲངས་འདི་ (དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ་མ་བཅུས་པར།) ལོ་ངོ་བཅུ་དྲུག་ཨིན་ དགོ།
༡༢. སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་དང་འབྲེལ་ ཕྱི་སེལ་འབད་ནི་འདི་ བཀོད་ཁྱབ་གཞི་བཀོད་ཀྱི་ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་སྤྱི་སོར་གྱི་གཞི་ བཞག་དགོ།
༡༣. གོ་གནས་གཅིག་གི་ས་སྤྱོད་གསལ་བསྐྱགས་འབད་མི་འདི་ལུ་ ལུ་ཡིག་བཅུགས་མིའི་མི་ངོམ་བཅུ་ཐམ་ཕྱི་སེལ་འབད་དགོ། (དཔུ་བགོ་ ༡:༡༠)
༡༤. གལ་སྲིད་ ལུ་ཡིག་བཅུགས་མིའི་མི་ངོམ་ ༡༠ ལས་ལྷག་སྟེ་ ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་ཐོན་པ་ཅིན་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ མི་ངོམ་ ༡༠ ཕྱི་སེལ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ དང་པ་ར་ཕྱི་སེལ་འོས་ཚད་གཙོ་ ཤིང་དང་པ་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་། ད་རུང་ ཁྱངས་ཁ་ ༡༠ ལས་ལྷག་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཚད་གཞི་གཙོ་ ཤིང་གཉིས་པ་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

ཁ། ཚད་གཞི་གཙོ་ཤིང་གཉིས་པ།

དགོས་མཁོའི་དཔུ་བགོ་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཚད་གཞི་ གཙོ་ཤིང་གཉིས་པ་འདི་གོ་ཤིང་སྤྱི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡. ལྷ་ཤུལ་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་སྐྱགས་ཚད་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ དང་ འགོ་ཁྲིད་ པའི་བསམ་ལན་ཤིང་ལུགས་ཀྱི་སྐྱགས་ཚད་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།
༢. གཡོག་གི་རྒན་ཤིང་།
༣. ཐོ་དང་མོ་ལས་ མི་ངོམ་མོ་ལུ་གདམ་ཁ་བྱིན་དགོ།
༤. མཐའ་ཟུར་གྱི་ས་གནས་ནང་ གཡོག་གནས་ཀྱི་དུས་ཡུན་འདི་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ པའི་གོ་གནས་འཆང་བའི་དུས་ཡུན་རྒྱུང་མ་གཅིག་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༥. ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གྲོས་ཐག་བཅད་པའི་ཚད་གཞི་གཞན་གང་
རུང་།

ག ཕྱི་སེལ་མ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ ཕྱི་སེལ་མ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་
སྒྲགས་ཏེ་བཟང་ལན་འབད་དགོ།

ང་། འོས་འབབ་ལྷན་པའི་མི་ངོམ་མེད་པ། ཡང་ན་འོས་འབབ་ལྷན་པའི་མི་ངོམ་
གཅིག་རྒྱུང་མ་གཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་ཚུ་གིས་ཞུ་ཡིག་བཙུགས་ནིའི་
དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ བདུན་ཕྲག་གཉིས་ཀྱི་
རིང་ རྒྱལ་ཡུན་ཡར་འབྱུང་འབད་དེ་གསལ་བསྒྲགས་འབད་དགོ།

ཅ། ལྷག་པར་དུ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་མི་ངོམ་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་ཡོད་རུང་
བསམ་པ་མ་རྒྱུགས་པ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ ཞུ་
ཡིག་བཙུགས་ནིའི་ཞག་དུས་ཡར་འབྱུང་འབད་ནིའི་གདམ་ཁ་ཡོད།

ཆ། རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གལ་སྲིད་འོས་འབབ་ལྷན་པའི་མི་
ངོམ་གཅིག་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལས་བརྒྱལ་མེད་རུང་ གསལ་བསྒྲགས་ཡང་
བསྐྱར་འབད་མ་དགོ་པར་ གདམ་འཐུའི་བྱ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འགོ་
འབྱོར་འཐབ་དགོ།

༢༩.༤.༣.༣

གདམ་འཐུའི་རྩི་བ་རྩིས་ལན།

༡། རྩི་བཀོད་འཐུས་མི་ཚུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལྷན་འཛིན་
བཞིཔོ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་ངོ་ཚབ་ཅིག་ཨིན་དགོ།

ལ། ཕ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་འདུས་ཚོགས་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ རྩི་བཀོད་འཐུས་མི་ལྔ་ཡོད་
ས་ལས་ གཉིས་རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ཨིན་དགོ་པ་དང་།
ཡང་ན་འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ལས་སྡེའི་ངོ་ཚབ་ཚུ་ཚུད་དགོ།

ག ཞུ་ཡིག་བཙུགས་མི་ཚུ་ མངའ་ཁོངས་མཁས་རྩལ་དང་འགོ་ཁྲིད་པ་ལྷོགས་
གྲུབ་གྲུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

ང་། གཡོག་གི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་མེད་ཤེས་ནིའི་དོན་ལུ་ གསལ་
བསྒྲགས་འབད་བའི་གཡོག་གི་ཁ་ཚིག་འགན་ཚིག་འདི་ རྩི་བཀོད་འཐུས་
མི་རེ་རེ་ལུ་སྤྲོད་དགོ།

ཅ། མངའ་ཁོངས་ཡོན་ཏན་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ལཱ་འདི་དཔེ་
ཚད་ཐབས་ལམ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡. དུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༡༠ གི་རིང་ལུ་གསལ་ཁུ་འབད་ནི།

༢. དུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༢༠ གི་རིང་ལུ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་ནི།

ཆ། ཟུ་ཡིག་བཅུ་གསུམ་མི་ཚུ་གི་ མངའ་ཁོངས་མཁམས་ཅུལ་ (བརྒྱ་ཆ་ ༢༥) ནང་། འགོ་ཁྲིད་པའི་རིག་ཅུལ། (བརྒྱ་ཆ་ ༡༥) གུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

ཇ། གཤམ་སྤེད་ མི་ངོམ་ཅིག་ལུ་ དྲི་བ་ཀོད་འཐུས་མི་མང་ཤོས་ (༩ ནང་དེ་ཡན་ཆད་) གྱིས་ སྐྱགས་ཚད་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠ ལས་འོག་རྒྱ་བྱིན་ཏེ་ ཡོད་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་འདི་ གནམ་འཐུའི་དྲིས་ལན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན་འབད་བའི་ཆོས་གངས་ལས་རྩིས་རྒྱབ་སྟེ་ ཡོ་ངོ་ ༡ གི་རིང་ལུ་ ཀུན་གཏོགས་འགྲན་བསྡུར་གྱི་གནམ་འཐུའི་དྲིས་ལན་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཆོག

༨། དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་སྐབས་ དྲི་བ་དང་ལན་ཚུ་ སྐད་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ ཐོག་ལས་ཨིན་དགོ། (རྫོང་ཁ་དང་ཨིང་ལེ།)

༢༦.༤.༣.༤

གྲུབ་འབྲས།

༡། དྲི་བ་ཀོད་འཐུས་མི་གིས་སྐྱགས་བྱིན་ཡོད་མི་ཚུ་བསྐྱེད་འབད་དགོ།

༢། དྲི་བ་ཀོད་འཐུས་མི་གཅིག་གིས་ མི་ངོམ་གཉིས་ ཡང་ན་དེ་ལས་ལྷག་པའི་ མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ སྐྱགས་ཅོག་ར་འབད་པ་བྱིན་མི་ཆོག

༣། སྐྱགས་ཚད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཨང་རིམ་བཟོ་དགོ།

༤། དྲི་བ་ཀོད་འཐུས་མི་ ༥ ཡོད་ས་ལས་ འཐུས་མི་ ༣ ཡང་ན་ དེ་ལས་ ལྷག་པའི་ཨང་རིམ་དང་པ་འཐོབ་མའི་མི་ངོམ་འདི་ གནམ་འཐུ་འབད་དགོ།

༥། རོན་ཚན་ ༢༦.༤.༣.༤ (ང་)པ་དང་འཁྲིལ་ གནམ་འཐུ་མ་གྲུབ་པ་ཅིན་ ཨང་རིམ་ག་རའི་བསྟོམས་འདི་བརྩི་འཛོག་འབད་དགོཔ་དང་། ཨང་རིམ་གྱི་བསྟོམས་ཉུང་ཤོས་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་འདི་ གནམ་འཐུ་འབད་དགོ།

ཆ། ཨང་རིམ་གྱི་བསྟོམས་བཏོན་མ་ད་ འབྲན་འབྲས་སྟེ་ཐོན་པའི་སྐབས་ འབྲན་འབྲས་ཡོད་པའི་མི་ངོམ་གཉིས་གྱི་སྐྱགས་ཀྱི་དཔྱ་སྟོམ་འདི་ མཐའ་དཔྱད་གྱི་ གནམ་འཐུ་ཐག་གཅད་ནིའི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

ཉ། མཐའ་མཇུག་ལུ་ གོང་འཁོད་གདམ་ཁ་གསུམ་ཆ་ར་མཇུག་བསྟུར་ཅུང་
འབྲན་འབྲས་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ དེ་ལུ་ གདམ་འབྲུལ་ཚུགས་ཆུང་གིས་ མོས་
མཐུན་གྱི་སྟོ་ལས་མི་ངོམ་གདམ་འབྲུལ་འབད་དགོ།

༢༩.༤.༣.༥ མི་ངོམ་གདམ་འབྲུལ།

ཀ། ཁྲི་འཛིན་གྱིས་ མཉམ་སྡོམ་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ཇི་བཀོད་འབྲུས་མི་གཞན་ཚུ་
ལུ་ གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།

ཁ། ཇི་བཀོད་འབྲུས་མི་ཚུ་གིས་ མཉམ་སྡོམ་གྲུབ་འབྲས་འདི་ རྒྱབ་རྟེན་སྐྱགས་
ཤོག་དང་ ཇི་བཀོད་འབྲུས་མི་འི་རྒྱབ་རྟེན་ཤོག་ལེབ་དང་གཅིག་ཁར་ དབྱེ་
དབྱེ་འབད་དགོ།

ག མཉམ་སྡོམ་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ཇི་བཀོད་འབྲུས་མི་གིས་ ཐིུ་དང་བཅས་
མིང་ཉགས་བཀོད་དགོ།

༢༩.༤.༣.༦ གྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན།

ཀ། གྲུབ་འབྲས་འདི་ གདམ་འབྲུའི་བྱ་རིམ་མཇུག་བསྟུར་ཞིན་མ་ལས་ བདུན་
ཕག་ ༡ གྱི་ནང་འཁོད་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ རྒྱལ་
གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤེལ་ནང་ གསལ་
སྟོན་འབད་དགོ།

ཁ། གདམ་འབྲུལ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཕུལ་
ནི་དོན་ལུ་ གྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན་འབད་ཞིན་མ་ལས་ མཐོ་ཤོས་བདུན་
ཕག་ ༡ བྱིན་དགོ།

༡. གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ་ལས་ ཉམ་མེད་ལག་ཁྱེར།

༢. ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་རྩིས་ཞིབ་ཉམ་མེད་འབྲ།

༣. ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་ཉམ་སྤྱད་ཉམ་མེད་འབྲ།

ག གལ་སྲིད་ གདམ་འབྲུལ་གྲུབ་པའི་མི་ངོམ་འདི་གིས་ ཡིག་ཆ་ཚུ་གསལ་
བཀོད་འབད་བའི་དུས་ཚོད་ཁར་སྟོན་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ གཟེངས་ཐོན་གྱི་
ཨང་རིམ་དང་འབྲེལ་ བུལ་མའི་མི་ངོམ་འདི་ གདམ་འབྲུའི་དོན་ལུ་བརྩི་
འཛིག་འབད་ཆོག།

༡༤.༥ གནས་སོར།

- ༡༤.༥.༡ འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་ལེའུ་ ༥ པ་དང་འཁྲིལ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་
ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ བཀོད་བྱབ་ཚུའི་གནས་སོར་འདི་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་དགོ།
- ༡༤.༥.༢ བཀོད་བྱབ་ཀྱི་གནས་སོར་ཐག་གཅད་ནིའི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཚད་གཞི་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༤.༥.༣.༡ ད་ལྟོའི་གོ་གནས་ནང་གི་ལོ་གྲངས། བཀོད་བྱབ་ཚུ་ གཡོག་གནས་གསར་པ་ཅིག་
ནང་ལོ་ངོ་ ༣ ལས་ ༥ གི་ནང་འཁོད་གནས་སོར་གཏང་དགོ།
- ༡༤.༥.༣.༢ རིམ་འབྱུང་འཆར་གཞི་དང་འཁྲིལ་ ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་བཀོད་བྱབ་གནས་སོར།

༡༤.༦ གོ་གནས་ཡར་སེང་།

- ༡༤.༦.༡ འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་གི་ལེའུ་ ༥ པའི་དོན་ཚན་ ༤༣ པ། ༤༤ པ་དང་
༤༥ པ་དང་འཁྲིལ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ བཀོད་བྱབ་ཚུའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་
འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་དགོ།
- ༡༤.༦.༢ གནས་ལུན་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་བཀོད་བྱབ་གོ་གནས་ཚུའི་གོ་གནས་ཡར་སེང་ཚུ་ག་ར་ གཟེངས་ཐོན་གོ་
གནས་ཡར་སེང་སྤེལ་བཅུ་དགོ།
- ༡༤.༦.༣ བཀོད་བྱབ་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་བཀོད་བྱབ་གོ་གནས་ཡར་སེང་
དབྱེ་ཞིབ་གཞི་བཀོད་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༤.༦.༣.༡ ལཱ་ལུལ་སྒྲུགས་ཚད།
- ༡༤.༦.༣.༢ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་འགོ་ཁྲིད་བསམ་ལན་རིམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ བསམ་ལན་
ལེགས་ཤོམ།
- ༡༤.༦.༣.༣ སྐྱོན་མེད་གཡོག་ཐོ།
- ༡༤.༦.༣.༤ གོ་གནས་འཆར་ཡོད་པའི་དགོས་མཁོ་དང་།
- ༡༤.༦.༣.༥ ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་པའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་གཞན་གང་རུང་།

༡༤.༧ སྐྱོང་བནར།

- ༡༤.༧.༡ བཀོད་བྱབ་ག་ར་ལུ་ འགོ་ཁྲིད་པ་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་དང་འཁྲིལ་ འགོ་ཁྲིད་པ་ལུ་དམིགས་པའི་སྐྱོང་
བནར་ཚུ་བྱིན་དགོ།
- ༡༤.༧.༢ འགོ་ཁྲིད་པའི་གོ་གནས་ཁར་ཡོད་པའི་ནི་གཡོག་པ་ག་ར་ལས་ རེ་འདོད་ག་ཅི་བསྐྱེད་པ་ཨིན་ན་ གསལ་

རྟོག་རྟོ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་ཕུགས་པའི་བཙུན་ཕུགས་འདི་ངེས་བརྟན་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ འགོ་ཁྲིད་པའི་ཕྱོགས་གྲུབ་
གཞི་བཀོད་དང་། བསྐྱོ་བཞག་འབད་བའི་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་བྱ་རིག་གི་ས་གོ་དང་འབྲེལ་
དགོ་མཁོ་ཅན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་པའི་བྱ་རིག་ཆོས་གོང་འཕེལ་གཏང་ཐབས་ལུ་ གཤམ་ཆེ་བའི་སྤྱོད་བཟར་ཚུ་ལེན་
དགོ།

༢༩.༢.༣ དོན་ཚན་ ༢༩.༢ པའི་ནང་ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བའི་སྤྱོད་བཟར་ཚུ་ ལཱ་ ༧ པ་དང་འབྲེལ་དགོ།

༢༩.༢.༤ གཤམ་གསལ་གྱི་དོན་ལུ་ སྤྱོད་བཟར་གྱི་ཁག་འགན་བཀལ་མི་ཆོག

༢༩.༢.༤.༡ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཤམ་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་གདམ་འབུ་འབད་བའི་དམིགས་བསལ་གྱི་
ལཱ་ཐུང་སྤྱོད་བཟར་དང་།

༢༩.༢.༤.༢ ངེས་པར་དུ་འབད་དགོ་པའི་སྤྱོད་བཟར་།

༢༩.༣ གཤམ་གསལ་གྱི་ལཱ་

༢༩.༣.༡ རྒྱལ་ཆེན་མོ་ནང་ ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་གོ་གནས་འཆང་མའི་ནི་གཤམ་གསལ་ཚུ་དགོངས་ལཱ་འདི་
གཤམ་གསལ་གྱི་བྱ་རིག་ཚུ་དང་འབྲེལ་དགོ།

༢༩.༣.༡.༡ ལྷན་རྒྱལ་གཞུང་ཆོགས་ཀྱི་དྲུང་ཆེན་།

དགོངས་ལཱ་འདི་དོན་ལུ་ སྤྱོད་བཟར་ལུ་ཕུལ་ཡོད་མི་འདི་ མཐའ་དཔུང་གྱི་གནང་བའི་
དོན་ལུ་ འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༢༩.༣.༡.༢ སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་ཁང་གཉིས་ཀྱི་ཡོངས་ཁབ་དྲུང་ཆེན་།

དགོངས་ལཱ་འདི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཆོགས་འདུའི་ཆོགས་དཔོན་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་
ཆོགས་སྤེའི་ཁྲི་འཛིན་ལུ་ཕུལ་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཤམ་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཁྲི་
འཛིན་ལུ་གཏང་དགོ། དེ་ལས་ མཐའ་དཔུང་གྱི་གནང་བའི་དོན་ལུ་ ཞི་ལྷན་ཁྲི་
འཛིན་གྱིས་ མཐའ་དཔུང་གནང་བའི་དོན་ལུ་ འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ལུ་ཕུལ་
དགོ།

༢༩.༣.༡.༣ དོན་གཙོ་གཞུང་ཆེན་། (ནི་གཤམ་གསལ་རྒྱལ་པོ་ལུ་གཙོ་གཞུང་)

དགོངས་ལཱ་འདི་དོན་ལུ་ ཕྱི་འབྲེལ་སྤྱོད་བཟར་ལུ་ཕུལ་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཤམ་
ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཁྲི་འཛིན་ལུ་གཏང་དགོ། ཞི་ལྷན་ཁྲི་འཛིན་གྱིས་ སྤྱོད་བཟར་ལུ་ཕུལ་
དགོ་པ་དང་། དེ་ལས་ མཐའ་དཔུང་གྱི་གནང་བའི་དོན་ལུ་ སྤྱོད་བཟར་གྱིས་ འབྲུག་
མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༡༤.༡.༡.༤

གཞུང་བྱང་ཆེན།

དགོངས་ཁྱའི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་པོ་ལུ་སྤུལ་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་
གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཁྱི་འཛིན་ལུ་གཏང་དགོ། དེ་ལས་ ཞི་ལྷན་ཁྱི་འཛིན་གྱིས་
སློན་ཆེན་ལུ་སྤུལ་དགོཔ་དང་། མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་གནང་བའི་དོན་ལུ་ སློན་ཆེན་གྱིས་
འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ལུ་སྤུལ་དགོ།

༡༤.༡.༡.༥

རྫོང་བདག

དགོངས་ཁྱའི་དོན་ལུ་ ནང་སྤྱིད་དང་སྤོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག་ལུ་སྤུལ་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱལ་
གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཁྱི་འཛིན་ལུ་གཏང་དགོ། ཞི་ལྷན་ཁྱི་འཛིན་གྱིས་
སློན་ཆེན་ལུ་སྤུལ་དགོཔ་དང་། མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་གནང་བའི་དོན་ལུ་ སློན་ཆེན་གྱིས་
འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ལུ་སྤུལ་དགོ།

༡༤.༡.༢

གཞུང་བྱང་ཆེན་ཚུ་ གནས་ཡུན་ཚང་ཞིན་མ་ལས་ དགོངས་ཁྱའི་སྤྱོད་ལས་འཆར་ཐོག་ལས་གཡོག་
གྲོལ་འབད་དགོ།

༡༤.༡.༣

དབྱེ་ཁག་གཞན་ཚུ་འི་གཡོག་གྲོལ་གྱི་དོན་ལུ་ ལེའུ་ ༡༠ པ་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

མཁའ་མཆོག་

༡༤.༢ སྤྱི་བྱས།

༡༤.༢.༡

བྱད་གཡོག་པ་ཚུ་ ཁོང་རའི་མཁའ་མཆོག་གི་ས་གོ་དེ་ནང་ར་འཕྲོ་མཐུད་ནི་དོན་ལུ་ བདག་འཛིན་
འབད་བཞག་ནི་དང་གསོལ་ར་གནང་ནི། སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་བཅུག་ནི།

༡༤.༢.༢

མཁའ་མཆོག་ཚུ་ ཁོང་རའི་མཁའ་མཆོག་གི་ས་གོ་དེ་ནང་ སྤྱོད་འཐུས་སྤྱོད་ཐོག་ལས་ ཞི་གཡོག་པ་བཟང་
ཤོས་དང་སྤྱོད་ཐོག་ཚན་ཚུ་ལུ་ གཡོག་གི་མདུན་ལམ་ལེགས་ཤོམ་གྱི་གོ་སྐབས་སྤྱོད་ནི།

༡༤.༢.༣

མཁའ་མཆོག་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་མཁའ་རིག་ལུ་བརྟེན་ནི་འདི་ མར་
ཕབ་འབད་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི།

༡༤.༣ ཐབས་ལམ།

༡༤.༣.༡

མཁའ་མཆོག་ཅིག་གི་ལུ་ཤུལ་དང་དགོས་མཁོ་འདི་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་གཞི་བཞག་ས་ཅིག་
ཨིན་དགོ།

༡༤.༣.༢

མཁའ་མཆོག་ངེས་པར་དུ་དགོ་མི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ མཁའ་མཆོག་གི་གོ་གནས་ནང་།

ཡང་ན་མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ནང་འཁོད་ལུ་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་ཐད་ཁར་ རྒྱལ་གཞུང་གི་
གཞུང་ལྷན་ཆོག་གིས་ གདམ་ཁ་དམ་དམ་སྤེལ་བཅུ་ཞེ་

༡༩.༡༠.༣ ལས་སྤེལ་གིས་ བྱད་རིག་གི་སྤེལ་ལུ་ཐུག་པའི་ནང་ཨིན་མིའི་འབྲེལ་ཡོད་མཁས་མཆོག་ཚུའི་དོན་ལུ་
གནས་རིམ་སོ་སོའི་ནང་ (མཁས་མཆོག་ ༣ པ། ༡ པ་དང་ ༡ པ་) ལྷོགས་བྱུང་གི་གནས་རིམ་ཚུ་
བཟོ་ནི་དང་།

༡༩.༡༠.༤ ཞི་གཞུང་ལུ་ཐུག་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་འོས་ཚད་ཚད་པ་ཅིན་ མཐོ་བའི་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ དོ་འབྲལ་
འབད་མ་དགོ་པར་ མཁས་མཆོག་ ༣ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན་གོ་གནས་ཡར་སང་འབད་ནི།

༡༩.༡༡ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ཡར་སང་།

༡༩.༡༡.༡ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ཚུ་ནང་དང་། མཁས་མཆོག་གོ་གནས་ནང་འཁོད་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་
དོན་ལུ་ གཞུང་གསལ་གི་མཁས་མཆོག་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དབྱེ་ཞིབ་གཞི་བཀོད་འདི་ ལག་ལེན་
འཐབ་དགོ།

༡༩.༡༡.༡.༡ མཁས་མཆོག་ ༣ པ་ལས་ ༡ པ་ཚུན་གི་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ ད་ཚུན་
གི་ལོ་རྒྱུ་ ༣ གི་ཉུང་མཐའི་ལཱ་ལུ་ “རབ” ཐོབ་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན་དགོ། ཨིན་རུང་
བྱད་འཛིན་ ༡ པ་ཀ་ལས་མཁས་མཆོག་ ༣ པ་ཀ་ཚུན་གི་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་
དོན་ལུ་ ད་ཚུན་གི་ལོ་རྒྱུ་ ༣ གི་ཉུང་མཐའི་ལཱ་ལུ་ “འབྲིང་” ཐོབ་ཡོད་མི་ཅིག་
ཨིན་དགོ།

༡༩.༡༡.༡.༢ ད་ལྟོ་གོ་གནས་གནས་རིམ་གི་སྤྱི་གཞུང་གི་འོས་ཚད་ ཉུང་མཐའ་ལོ་རྒྱུ་ ༤ ལུ་
ཞུ་ཡོད་པ།

༡༩.༡༡.༡.༣ ལས་བྱེད་པའི་བཀོད་རིམ་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་བའི་མཁས་མཆོག་གི་དགོས་
མཁོ་དང་འབྲེལ་ མཁས་མཆོག་གོ་གནས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡོད་མེད་དང་འབྲེལ་དགོ།

༡༩.༡༡.༡.༤ གོས་འཆར་བཀོད་པའི་མཁས་མཆོག་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལཱ་གཞུང་གི་
ནང་ ཉུང་མཐའ་གཞུང་ལག་མཐོ་རིམ་གོང་མའི་ཤེས་ཚད་དགོ། དེ་མ་ཆད་ ཁོ་གིས་
གཞུང་ལག་གོང་མའི་ཤེས་ཚད་མ་སྤྲོད་པའི་ཉེ་མ་ གཞུང་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་
ཚད་སྤྲོད་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན་དགོ།

༡༩.༡༡.༡.༥ གཞུང་ལག་གོང་མའི་ཤེས་ཚད་མེད་པའི་ལཱ་གཞུང་གི་ བྱད་གཞུང་ཚུའི་གོ་
གནས་ཡར་སང་གི་དོན་ལུ་ ལྷན་ཆོག་གིས་གནང་བ་གནང་ཆོག་ ཡང་ན་དགོས་
མཁོ་གཞན་ཚུ་བཟོ་ཆོག་

- ༡༤.༡༡.༡.༤ ད་ལྟའི་ལུ་གཡོག་གི་འགན་ཁུར་དང་གཅིག་ཁར་ ག་བསྐྱར་འབད་ཡོད་པའི་འགན་
 ཁུར་འཐེབ་གསལ་རི་རི་ཅིག་དང་། ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་
 སྤྱིར་བཏང་ལུ་གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་གྲུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ བསྐྱོ་བཞག་གི་སྤྲོ་གོང་ལུ་
 དགོས་མཁོ་ཡོད་མེད་གཏན་འཁེལ་བཟོ་ནི་དང་ རྒྱལ་བཞིན་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་
 དེས་བརྟན་བཟོ་ནི་ལུ་ རོ་རྒྱུང་མཁས་མཆོག་ཚུའི་དོན་ལུ་བཟོ་ཡོད་པའི་དམིགས་
 བསལ་གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་འདི་དགོ།
- ༡༤.༡༡.༡.༥ ལུ་འགན་འདི་ནང་ འགན་ཁུར་དང་རང་དབང་མཐོ་ཤོས་དགོས་ཡོད་པ་ལས་ མཐོ་
 བའི་གོ་གནས་གནས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ རོས་འཛིན་འབད་བའི་ཉུང་མཐའི་གནས་རིམ་
 གྱི་ཡོན་ཏན་དང་རིག་ཅུལ་གྱི་སྒྲུབ་བྱེད།
- ༡༤.༡༡.༡.༦ ལུ་གཡོག་འདི་ནང་ ཤོ་མཚུངས་སྟེ་འབད་ཡོད་པ།
- ༡༤.༡༡.༡.༧ སྒྲིན་མེད་གཡོག་ཐོ།
- ༡༤.༡༡.༡.༨ བུལ་མའི་ལོ་རོ་ ༣ གྱི་ལས་འཆར།
- ༡༤.༡༡.༡.༩ མཉམ་སྡེ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་ཡིག་ཆ་དང་པར་སྐྱུན་དཔེ་དེབ་གང་རུང་ཡོད་ན་ གོ་
 གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་སྒྲུགས་བྱིན་དགོ།
- ༡༤.༡༡.༡.༡༠ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་གཞན་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་འོས་ཆ་ད།
- ༡༤.༡༡.༡ གསལ་བའི་དྲུང་འཛོད་དང་སྟོན་སྟོན་ལུ་གཡོག་ཚུའི་དོན་ལུ་ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ནང་དང་ མཁས་
 མཆོག་གི་གོ་གནས་ནང་འཁོད་ཀྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་ དམིགས་བསལ་
 གྱི་སྤྱི་བྱས་བཟོ་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དུས་དང་དུས་སུ་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གནང་བ་
 བསྐྱབས་ཏེ་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་དགོ།
- ༡༤.༡༡.༢ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ མཐའ་ཟུར་གྱི་ས་གནས་ཚུ་ནང་གཡོག་གནས་ནང་བཏང་ཡོད་མི་ཚུ་
 རྒྱལ་མཐུན་གྱི་རོས་ལེན་འབད་དགོ།
- ༡༤.༡༡.༣ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ཁར་ཡར་སེང་འབད་མའི་ནི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ རང་སའི་གོ་གནས་ཀྱི་
 གཡོག་གི་འགྲེལ་བཤད་དང་འབྲེལ་དགོ།
- ༡༤.༡༡.༤ མཁས་མཆོག་གི་གོ་གནས་ཁར་གོ་གནས་ཡར་སེང་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཆང་
 དགོ།
- ༡༤.༡༡.༤.༡ མཁས་མཆོག་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་གྲོས་འཆར་འབྲི་ཤོག། འབྲི་ཤོག་ ༡༤/༡ པ་

དང་།

༢༤.༡༡.༥-༢ འགན་ལེན། འབྲི་ཤོག་ ༢༤/༢ པ།

༢༤.༡༡.༤ ཞི་གཡོག་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་ལཱ་གཡོག་འདི་ནང་ར་འཕྲོ་མཐུད་ནིའི་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཟུང་འཛིན་ གཤམ་མཁས་མཆོག་དང་ དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་དོན་ལུ་ གོ་གནས་ཡར་སང་ལེན་པ་ཅིན་ འཛིན་སྐྱོང་གོ་གནས་ ཅིག་གི་དོན་ལུ་ ཀུན་གཏོགས་འབྲུན་བསྐྱར་བྱ་རིམ་གྱི་འོས་འབབ་མེད། ཁོ་གིས་ དེ་ཚུན་གྱི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་འགན་ལེན་གུ་མིང་རྟགས་བཀོད་དགོ།

༢༤.༡༡.༧ ཟུང་འཛིན་ གཤམ་མཁས་མཆོག་དང་ དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་གོ་གནས་ནང་ཨིན་མིའི་ཞི་གཡོག་ཅིག་གིས་ གོ་གནས་ཡར་སང་གི་ཆད་གཞི་ཚུ་ཆང་ན་ ཁོ་རའི་ལཱ་གཡོག་གི་མཁས་མཆོག་ཅིག་གི་གོ་གནས་ནང་འགྱུ་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད།

༢༤.༡༢ མཁས་མཆོག་གི་གཡོག་གནས།

༢༤.༡༢.༡ མཁས་མཆོག་ཚུ་གཤམ་གསལ་དང་འབྲེལ་ ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་གཏང་ཆོག

༢༤.༡༢.༡.༡ ལྷན་ཁག་དང་རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་ཆེ་བ་ཚུ་ནང་།

ཀ། ལས་ཁུངས་འོག་གི་སྡེ་ཆན་ཚུ་ལུ་ ཟུང་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་ནི་དང་། ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་གྱི་གོས་སྟོན་པ་སྟེ་ འགན་ཁུར་འཐབ་འབག་ནིའི་ དོན་ལུ་ ལས་ཁུངས་རེ་རེ་ལུ་མཁས་མཆོག་རེ་གཏང་ཆོག

ཁ། རྟེན་བ་དང་ལས་རིམ། སྤེལ་ཁང་། ལས་འགུལ་ཚུའི་འགོ་འཛིན་སྟེ་གཏང་ཆོག

ག། ཁོང་རའི་མཁས་མཆོག་གཡོག་བཀོལ་ནིའི་དོན་ལུ་ མཁས་མཆོག་མང་ཤོས་ ལུང་ཚུགས་གྱི་གནས་རིམ་ནང་ལས་ཡར་གཏང་ཆོག

༢༤.༡༢.༢ རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ།

ཀ། ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན་གྱི་གོས་སྟོན་པ་སྟེ་མཁས་མཆོག་རེ་གཏང་ཆོག

ཁ། ཟུང་རིག་ལས་སྡེ་གིས་ མཁས་མཆོག་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་ལེན་ཆོག

༢༤.༡༢.༣ ཕ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆང་།

ཀ། ལས་ཁུངས་རེ་ལུ་ མཁས་མཆོག་རེ་ (ལཱ་འགན་གཙོ་བོའི་དོན་ལུ་) གཏང་ཆོག

ཁ། སྡེ་ཆན་རེ་ལུ་ མཁས་མཆོག་རེ་ (ལཱ་འགན་གཙོ་བོའི་དོན་ལུ་) གཏང་ཆོག

༢༤.༡༢.༡ མཁམ་མཚོག་ག་ར་ མཁམ་མཚོག་གི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ ལཱ་གཡོག་ལས་སྡེ་གིས་གནས་སོར་
གཏང་ཚོག

༢༤.༡༢.༢ མཁམ་མཚོག་གནས་སོར་གྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་དགོ།

༢༤.༡༢.༣.༡ ཟླ་བ་དང་ལས་རིམ། སྤེལ་ཁང་། ཡང་ན་ལས་འགུལ་ཚུ་འོག་སྟོན་པ་དང་འགོ་
འཛིན་སྡེ་མཁམ་མཚོག་གི་གདམ་འབུ་འདི་ ཀུན་གཏོགས་འབྲན་བསྐྱར་ཐོག་ལས་
ཡིན་དགོས་དང་། དེ་ཡང་ ལས་སྡེ་གིས་ གསལ་བསྐྱགས་མ་འབད་བའི་སྡེ་གོང་
ལས་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལས་ རྒྱལ་མཐུན་གྱི་གནད་བ་ལེན་དགོ།

༢༤.༡༢.༣.༢ གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་དགོ།

ཀ། གོ་གནས་གྱི་མིང་། མཁམ་མཚོག (འགོ་འཛིན།) ཡང་ན་མཁམ་མཚོག
(གྲོས་སྟོན་པ།)

ཁ། གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ། མཁམ་མཚོག་ ༣ པ། ༡ པ་དང་ ༡ པ།

ག ལོ་ངོ་ ༣ གྱི་གནས་ལུན་དང་། གནས་ལུན་པར་འབྱུང་འབད་བརྟུབ་མི།

ང། གོ་གནས་ཡར་སང་མེད་པའི་ཀུན་གཏོགས་འབྲན་བསྐྱར། (ཕྱོགས་མཐུན་
གནས་སོར་) དང་།

ཅ། འོས་འབབ་ལཱ་པའི་སྡེ་ཚན། མཁམ་མཚོག་ ༣ པ་དང་དེ་ཡན་ཆད།

༢༤.༡༢.༤ རྒྱ་ཆའི་གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད་ (ཟུར་དེབ་ ༢༤/༣་པ) དང་། འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གིས་བཟོ་བའི་མཁམ་
མཚོག་གི་ཕྱོགས་གྲུབ་གཞི་བཀོད་གུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ མཁམ་མཚོག་ག་རའི་དོན་ལུ་
དམིགས་བསལ་གྱི་ཁ་ཚིག་འགན་ཚིག་ཅིག་བཟོ་སྟེ་ འདི་ལུ་གནས་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།

༢༤.༡༢.༥ མཁམ་མཚོག་གི་གོ་གནས་ཚུ་ནང་ གོ་གནས་ཡར་སང་འབད་བའི་སྐབས་ ལས་སྡེ་གིས་གཟབ་གཟབ་
འབད་དགོས་དང་། ཚར་གཅིག་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་གནད་བ་གྲུབ་ཞིན་མ་ལས་ ཁོང་རའི་ཞབས་རྟེན་
ཚུ་ཆད་ལྷན་སྟེ་སྟོན་ཡོད་པ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་འགན་ཁུར་ཅིལ་བུམ་ ལས་སྡེ་གིས་འབག་དགོ།

༢༤.༡༢.༦ ལས་སྡེ་གིས་ མཁམ་མཚོག་གཡོག་བཀོལ་ནིའི་འགན་འབྲེལ་འབབ་འབག་དགོ།

༢༤.༡༢.༧ ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ མཁམ་མཚོག་ཚུ་གིས་ འོས་འབབ་དང་འབྲེལ་ ཟླ་བ་དང་ལས་རིམ། སྤེལ་ཁང་། ལས་
འགུལ་གྱི་འགོ་འཛིན་སྡེ་ གྲོས་སྟོན་པའི་འགན་ཁུར་འབབ་འབག་དགོ། དེ་འབདམ་ད་ དྲངས་གསལ་
ཅན་དང་ གནས་ལུན་གཞིར་བཞག་གི་གདམ་འབུ་འདི་ལམ་ལུགས་ཅིག་དང་འབྲེལ་དགོ།

༢༤.༡༢.༨ མཁམ་མཚོག་ཚུ་ ཁོང་རའི་མཁམ་མཚོག་གཡོག་བཀོལ་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་རྒྱུང་དང་འབྲེལ་
ཡོད་འདྲི་བཀོད་འབྲུས་མི། ཡང་ན་ཚོགས་རྒྱུང་གི་འབྲུས་མིའི་གངས་སུ་བརྟུགས་ཚོག

༡༤.༡༣ ལྷན་ཁྱེད་འབད་དགོ།

མཁས་མཆོག་ག་ར་གིས་ ལས་སྤེའི་བཀོད་བྱ་བ་ལུ་ལྷན་ཁྱེད་འབད་དགོ། ཨིན་རུང་ མཁས་མཆོག་གིས་འགོ་བྱེད་འབད་བའི་
ལྷན་ཁྱེད་འབད་ལས་རིམ་ སྤེལ་ཁང་། ཡང་ན་ལས་འགུལ་ཚུ་ནང་ཕྱག་ཁྱེད་མིའི་མཁས་མཆོག་གཞན་གང་རུང་ཡོད་ན་ མཁས་
མཆོག་དེ་ལུ་ལྷན་ཁྱེད་འབད་དགོ།

སྤྱི་བཏང་གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད།

༡. ལྷ་གཡོག་དོན་འཛིན།

༡.༡	གོ་གནས་ཀྱི་མིང་།	མཁུ་མཆོག་ ༡ པ། ༡ པ་དང་ ༣ པ།
༡.༢	ལྷ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྲེལ་ཆ།	བཀོད་ཀྱི་དང་མཁུ་མཆོག་ལྷ་གཡོག་སྤྲེལ་ཆ།
༡.༣	ནང་གསེས་སྤྲེལ་ཆ།	མཁུ་མཆོག་ལྷ་གཡོག་
༡.༤	གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་།	མཁུ་མཆོག་ ༡ པ། ༡ པ་དང་ ༣ པ།

གཤམ་གསལ་གྱི་སྤྱི་བཏང་གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད་འདི་ བཀོད་ཀྱི་དང་མཁུ་མཆོག་ལྷ་གཡོག་འོག་གི་མཁུ་མཆོག་ཚུའི་དོན་ལུ་
ཡིན། རྒྱ་ཆེའི་གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད་ཀྱི་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལས་སྤྲེའི་འགན་དབང་གི་ནང་དོན་དང་མཐུན་པའི་ དམིགས་བསལ་གཡོག་གི་
འབྲེལ་བཤད་ཅིག་བཟོ་དགོ། དེ་ཡང་ འབྲེལ་ཡོད་མཁུ་མཆོག་གིས་ ལས་སྤྲེའི་འགོ་འཛིན་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བཟུགས་ཀྱི་ཐོག་
ལས་བཟོ་སྟེ་ ཆ་འཛིན་གི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཆོག་ལུ་ཕུལ་དགོ།

༢. ལྷ་དང་འགན་ཁུར།

གཙུག་སྤྲེའི་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྲེལ་བྱས་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ཕན་འདེབས་འབད་ནིའི་ནང་ མཁུ་མཆོག་གི་ལྷ་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་དོན་
འཛིན་འབད་ནིམ་ལས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ལྷ་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་བཟོ་སྟེ་ཡོད།

ལྷ་དང་འགན་ཁུར།	
༡. རྒྱ་རིག་གོས་སྤྲེལ་པ།	
༡.༡	ལས་ཁུངས་དང་ལས་སྤྲེའི་འགོ་འཛིན་ལུ་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་ནི་དང་རྒྱུ་སྤྲེལ་འབད་ནི།
༡.༢	རྒྱ་རིག་གི་གཡོག་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྤངས་སྟོན་པའི་ལུ་རྒྱ་རིག་གོས་འཆར་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་རྒྱུ་སྤྲེལ་ འབད་ནི།
༡.༣	ལུང་ཕྱོགས་དང་རྒྱུ་ལག་ ལས་ཁུངས་གཞན་དང་ལྷན་ཁག་ཚུ་ལུ་ རྒྱ་རིག་གི་རྒྱུ་སྤྲེལ་བྱིན་ནི།
༡.༤	འོས་འབབ་དང་འཁྲུལ་ ཆོག་ཚུ་ལུ་ ལས་བྱེད་ཆོག་ཚུ་ལུ་ ཡང་ན་ལྷ་གཡོག་སྤྲེལ་ཆ་དང་། བཀོད་ཆོག་ལག་ཚུ་ནང་ འཐུས་མི་སྤྲེལ་བྱ་ནི།
༡.༥	ལས་སྤྲེའི་འགོ་འཛིན་གྱིས་ཆ་འཛིན་མ་འབད་བའི་སྤྲེལ་གོང་ལས་ མཁུ་མཆོག་ལྷ་གཡོག་ཅིག་གི་གོས་འཆར་འདི་བཟླ་ག་ ཞིབ་འབད་ནི།
༡.༦	སྤྲེལ་བྱས་སྤྲེལ་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱ་རིག་པ་ཅིག་སྤྲེལ་འབད་ནི།

དན་པོ། འབྲེལ་ཡོད་ཁྱད་རིག་གི་གྲོས་འཆར་ཚུ་ ལས་སྒའི་འགོ་འཛིན་གྱིས་ཆ་འཛིག་མ་འབད་བའི་སྤྲ་གོང་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོན་གྱི་དོན་ ལུ་འབྲེལ་ཡོད་མཁས་མཆོག་བརྒྱད་དེ་འོང་དགོ།

༡. ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་མཉམ་འབྲེལ་པ།

- ༡.༡ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱིད་བྱས། འཆར་གཞི་དང་ཐབས་བྱས་ཚུ་བཟོ་ནི་དང་ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་ནང་ ལས་སྐྱོན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ འབད་ནི།
- ༡.༢ གནས་བཞིན་ཡོད་པའི་སྤྱིད་བྱས། འཆར་གཞི་དང་ལས་རིམ་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་བཅས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོན་འབད་ནི།
- ༡.༣ ཞལ་འཛོམས། གོ་བསྐྱར་ཞལ་འཛོམས་དང་གོས་ཆོགས་ནང་གྲལ་གཏོགས་ཚུ་བཅུས་པའི་ཁྱད་རིག་གི་གྲོས་གནས་ཚུ་ནང་ ལས་སྒའི་རོ་ཆབ་སྤེལ་འབད་ནི།
- ༡.༤ འོས་འབབ་དང་འཁྲིལ་ མི་སྟོབས་ཆོགས་རྒྱུ་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་རྒྱུ་གི་ འཐུས་མི་སྤེལ་ འོས་འབབ་དང་འཁྲིལ་ སྐོར་རྒྱབ་སྤེལ་བྱ་ཞུ་ནི།

༢. ཞིབ་འཇོལ་པ།

- ༢.༡ འཆར་གཞི་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ ཞིབ་འཇོལ་འགོ་བཟོ་འབད་ནི།

༤. འོས་འབབ་དང་འཁྲིལ་ རྟེན་དང་ལས་རིམ། སྤེལ་ཁང། ཡང་ན་ལས་འགྲལ་གྱི་འགོ་འཛིན་ཅིག་སྤེལ་འབད་ནི།



འབྲི་ཤོག་ ༡༦/༡

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

མཁུ་མཆོག་གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་གྲོས་འཆར་འབྲི་ཤོག

རིམ་ ཨང་།	གནད་དོན།	དམིགས་བསལ་གྱི་བདེ་དོན་དགོས།
༡.	གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་གྲོས་འཆར་བཙུགས་མིའི་མཁུ་མཆོག་གི་མིང་། ཞི་གཡོག་རྒྱ་ཏགས་ཨང་། གོ་གནས་ཀྱི་མིང་། གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་།	
༢.	མི་ངོའི་སློབ་རིག་ཤེས་ཚད་དང་སྦྱོང་བཟུང་།	
༣.	གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ མཁུ་མཆོག་གོ་གནས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དམིགས་བསལ་མཁུ་མཆོག་གི་ལུ་གཡོག་ནང་རྒྱབ་སྐྱོན་འབད་ཡོད་པ། (སློབ་རིག་ལག་ཁྱེར་གྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།)	
༤.	འགན་ཁུར་གསར་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ད་ལྟོའི་འགན་ཁུར།	འགན་ཁུར་འཐེབ། (འགན་ཁུར་འཐེབ་འདི་ ད་ལྟོའི་འགན་ཁུར་ལས་སོ་སོ་སྤྱོད་གནང་།)
༥.	མི་ངོའི་གཡོག་གནས་ཀྱི་ས་གནས།	གལ་སྲིད་ མཐོ་བའི་གོ་གནས་ཁར་ གོ་གནས་ཡར་སེང་འབད་ཡོད་ན་ མི་ངོའི་གཡོག་གནས་གསར་པ་གི་གྲོས་འཆར་བཀོད་པའི་ས་གནས།
༦.	མཁུ་མཆོག་གཅིག་པའི་ལུ་གཡོག་ནང་གནས་བཞུགས་ཡོད་པའི་མི་ངོའི་གྲངས་ཁ།	<div>ལས་སྡེ་འདི་ནང་ མཁུ་མཆོག་གི་ལུ་གཡོག་གཅིག་པའི་ནང་མི་ངོའི་གྲངས་ཁ། (ལས་སྡེ་པའི་བཀོད་རིས་དང་། མི་སྡེ་བས་གོང་འཕེལ་འཆར་གཞི། ཡང་ན་ལས་སྡེའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་</div> <div>ད་ལྟོའི་བར་ཡུན། (གནས་བཞུགས་པའི་དགོས་མཁུ་མཆོག་གི་གྲངས་ཁ།)</div>

		གཙོ་ཅན། ལས་ཚན་གྱི་ གྲུབ་འབྲས་གཙོ་ཅན། ལས་ཁུངས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ གཙོ་ཅན། དམིགས་ གཏང་གྱི་གྲུབ་འབྲས་གཙོ་ ཅན་ཚུ་དང་འབྲེལ་མཐུད་ འབད་ནི།)	
ཧ.	གནས་བཞིན་པའི་ལྟ་རྟོག་པ། (མིང་དང་གོ་གནས།)	ལྟ་རྟོག་པ་གསར་པ། (བསྐྱོ་བཞག་འབད་ཡོད་ན།)	
༤.	ལཱ་བྱལ་དབྱེ་དཔྱད་འབྲི་ཤོག་ནང་ ལཱ་མའི་ལོ་རྩིས་ གྱི་ ལས་འཆར།	(ཟུར་དེབ་ལོགས་སུ་སྤྲེལ་མཉམ་སྒྲགས་འབད།)	
༥.	གོ་གནས་ཡར་མང་གི་དོན་ལུ་གྲོས་འཆར་བཀོད་དགོ་པའི་ དགོས་དོན་ག་ཅི་སྟོ།		
༡༠.	མི་རིམ་འདི་གིས་ མཐོ་བའི་འགན་ཁུར་འབག་ནིའི་ནང་ ཚུགས་གྲུབ་ཡོངས་རྒྱུགས་ཡོད་མེད་དང་ ཚུགས་གྲུབ་འདི་ ཡོངས་རྒྱུགས་སྤེལ་ག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་པའི་སྐྱོར་ལས་ མི་ སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ཆ་ཆར་སྤེལ་ཤེས་ག།		
༡༡.	སྟོན་མེད་གཡོག་གོ།		
༡༢.	ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤེལ་ཚན་གྱི་ཚུགས་གྲུབ་གཞི་བཀོད་དང་ འཁྲིལ་བའི་ཚུགས་གྲུབ་གྱི་གནས་ཤིང་།		
༡༣.	འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྤེའི་འབྲེལ་ཡོད་སྤྱིད་བྱུས་གང་རུང་ཡོད་མི་ དང་འཁྲིལ་བའི་འོས་འབབ།		



འབྲི་ཤོག་ ༡༤/༡

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།

འགན་ལེན།

མི་ཁྲུངས་ངོ་སྟོན་ལག་ཁྱེར་ཨང་ ཅན་མ་དང་ ཞི་གཡོག་ངོ་རྟགས་ཨང་
 ཅན་མ་འཆར་མིའི་མི་ངོམ་ ཏཱ་ལྷོ་ (ལྷན་ཁག་
 /ལས་སྡེའི་མིང་བཀོད་) ནང་ཕྱག་ཁྱུ་མི་འདི་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་ སའི་ནང་
 (གོ་གནས་ཀྱི་མིང་བཀོད་) སྤེ་གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་གྱ་གཏན་འཁེལ་འབདཝ་ཨིན།

༡. ང་གིས་ འགན་ལེན་འདི་གིས་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་ སའི་ནང་
 (གོ་གནས་ཀྱི་མིང་བཀོད་) ལུ་གོ་གནས་ཡར་མེང་འབད་མི་འདི་ སྤྱི་ཚེས་
 (གོ་གནས་ཡར་མེང་འགོ་བཙུགས་སའི་ཚེས་གྲངས་) ལས་འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིནམ་ཏཱ་གོ་ཡི།

༢. ང་གིས་ ལཱ་གཡོག་འདི་ནང་ མཁས་མཆོག་སྤེ་འཕྲོ་མཐུན་ནི་མ་གཏོགས་ བཀོད་ཁྱབ་སྤེ་ཤིང་འོག་ལུ་ གོ་གནས་ཀྱི་མིང་
 དང་གོ་གནས་བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ གྲུག་གཏོགས་འབྲུག་བསྐྱར་གང་རུང་ནང་བཅའ་མར་མི་གཏོགས་ནི་དང་།
 ལྷན་ཁག་ ལས་སྡེ། ཡང་ན་རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ གོ་གནས་ཡར་མེང་གི་དུས་སྐབས་ལུ་ གོ་གནས་དང་
 འགན་ཁུར་གང་རུང་ བཀོད་ཁྱབ་ནང་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཞུ་བ་མི་ཕུལ་ནིའི་ཁྱོེ་གྱ་ངོས་ལེན་འབདཝ་ཨིན།

༣. ང་གིས་ གལ་སྲིད་ གོང་འཁོད་གནད་དོན་ལུ་གནས་མ་ཚུགས་སའི་གནས་སྐབས་ཤིང་ཤར་ཆེ་ ང་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་
 གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཚུལ་མཐུན་གྱི་བདག་སྐྱོང་བྱ་ལེན་བཀའ་ནི་ཨིནམ་ཏཱ་གོ་ཡི།

༤. ང་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་དཔང་པོ་རྩེ་ལོ་འཛུགས་ཐོག་ལས་ ཡིག་ཆ་འདི་གུ་མིང་རྟགས་བཀོད་ཡོད།

ས་གནས།
 སྤྱི་ཚེས།

དཔང་པོ། མིང་རྟགས། (ཁྲིམས་རྟགས།)

༡. ལས་སྡེའི་དོན་ལུ།

༢. ཞི་ལྷན་གྱི་དོན་ལུ།

(ལྷན་ཁག་གི་དུང་ཆེན་/ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན།) (ཞི་ལྷན་བཀོད་ཁྱབ་དང་མཁས་མཆོག་འཛིན་སྐྱོང་སྤེ་ཚན་གྱི་མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན།)

(མིང་རྟགས།)

(མིང་རྟགས།)

མིང།

མིང།

གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།

གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐིུ།

ལེའུ་ ༡༧ པ། མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་།

༡༧.༡ སྤྱད་བྱས།

- ༡༧.༡.༡ མི་སྟོབས་ཀྱི་ལཱ་འགན་ཚུའི་དབང་ཚད་ཕྱིར་སྤེལ་འབད་ནི་དང་ ལས་སྡེ་ཚུ་ལཱ་དབང་ཚད་སྤྱོད་ནི།
- ༡༧.༡.༢ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་གི་གོ་སྐབས་མང་སུ་བཟོ་ནི་དང་ གཞེངས་ཐོན་གཞིར་བཞག་ཐོག་ ཕན་ལུ་ཅན་གྱི་མི་སྟོབས་ཀྱི་གོས་ཚོད་ཚུ་ འབྲེལ་མཉམ། གྲངས་བདེན། གྲངས་གསལ་ཅན་དང་སྤྱོད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་རེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༡༧.༡.༣ མི་སྟོབས་ཀྱི་བྱ་ལེན་ཚུ་ འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ། འབྲུག་གི་ཞི་གཞུག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ། འབྲུག་གི་ཞི་གཞུག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི། གཞུང་གི་སྤྱད་བྱས། བརྒྱུལ་དང་ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ་གྱི་དམིགས་གཏང་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཡོད་པ་བཟོ་ནི།

༡༧.༢ ཐབས་ལམ།

- ༡༧.༢.༡ ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་ག་ར་ལམ་སྟོན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ཅིག་གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ།
- ༡༧.༢.༢ མི་སྟོབས་ཀྱི་བྱ་ལེན་ག་ར་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་འདི་ནང་གོས་བསྐྱར་འབད་དེ་ཐག་གཅད་དགོ།
- ༡༧.༢.༣ མི་སྟོབས་ཀྱི་གོས་ཚོད་ག་ར་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་ འབྲུག་གི་ཞི་གཞུག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་གིས་ལམ་སྟོན་འབད་དགོ།

༡༧.༣ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་།

- ༡༧.༣.༡ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་འདི་ ལས་སྡེའི་ནང་ བཀོད་བྱུང་དང་མཁས་མཆོག་གི་སྡེ་རིམ་མ་གཏོགས། གཞན་མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་ཚུ་གི་གོས་ཐག་གཅད་མེད་དབང་ཚད་ཅན་གྱི་ཚོགས་ཚུང་ཅིག་ཨིན།
- ༡༧.༣.༢ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ནང་ ཁྲི་འཛིན་བཅུ་ཉེ་ཉུང་མཐའ་འབྲུས་མི་ལཱ་འོང་དགོ། ལྷག་པར་དུ་ གལ་གནད་ཅན་གྱི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་གཞུག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཚོགས་ཚུང་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་དབང་ཚད་ཡོད།
- ༡༧.༣.༣ འབྲུས་མི་ཚུ་གིས་ མི་སྟོབས་ཀྱི་བྱ་ལེན་ཚུ་ཐག་གཅད་ནིའི་ནང་ གྲངས་གསལ། འགན་འཁུ། འགན་ཁག་ཅན་གྱི་འགོ་ཁྲིད་དང་བསམ་དཔྱད་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༧.༣.༤

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ མི་སྟོབས་ཀྱི་མཐུན་ཁྱེན་ཚུ་ དམ་གཟབ་དང་དོན་སྤྲོད་ཅན་གྱི་དམ་འཛིན་
འབད་དགོ།

༡༧.༤ ཚོགས་ཚུང་བཟོ་ཐངས།

༡༧.༤.༡

ལྷན་ཁག་དང་ལས་སྡེ་ཁག་གི་གནས་ཤིང་ཚུ་ནང་ ཚོགས་ཚུང་འདི་ གཤམ་གསལ་ལྷན་བཟོ་དགོ།

ལས་སྡེ།	ཚོགས་ཚུང་བཟོ་ཐངས།
༡. ལྷན་ཁག་	<p>ཀ། གྲི་འཛིན། ནུང་ཆེན། ཁ། འཐུས་མི།</p> <ol style="list-style-type: none"> མདོ་ཆེན་དང་ཡོངས་ཁྱབ་མདོ་ཆེན། མཁས་མཆོག་གཅིག་* འཆར་གཞི་གཙོ་འཛིན་འགོ་དཔོན། ཁྲིམས་དོན་འགོ་དཔོན་གོང་མ། མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གྲི་འཛིན་གྱིས་ ཐག་བཅད་པའི་འབྲེལ་ཡོད་འགོ་དཔོན་གཞན་ཚུ། མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གོང་མ། འཐུས་མིའི་དབང་ཆེན།
༢. ནང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ།	<p>ཁྲིམས་སྡེ་ཚོགས་སྡེ་གིས་འགབ་མ་ཚུགས་པའི་མི་སྟོབས་བྱ་ལེན་གྱི་ལག་ལེན་བསྐྱར་སྤྱོད་གྱི་ དོན་ལུ་ ནང་ཁྲིམས་གྱིས་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ཅིག་གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ།</p>
༣. རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ ཡིག་ཚང་།	<p>ཀ། གྲི་འཛིན། རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་གི་འགོ་འཛིན། ཁ། འཐུས་མི།</p> <ol style="list-style-type: none"> མདོ་ཆེན་ཚུ། སྡེ་ཆན་དང་ལས་ཆན་ཚུའི་འགོ་འཛིན། ཚོགས་ཚུང་གྲི་འཛིན་གྱིས་ ཐག་བཅད་པའི་འོས་འབབ་ཅན་གྱི་འགོ་དཔོན་གཞན་ཚུ། མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གོང་མ། འཐུས་མིའི་དབང་ཆེན། <p>ཨིན་རུང་ རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་འགོ་འཛིན་གྱིས་ ལྷན་འཛིན། མདོ་ཆེན་དང་རྩིས་ཞིབ་ ཡོངས་ཁྱབ་འོག་མ་ཚུ་ ཚོགས་ཚུང་གི་གྲི་འཛིན་སྡེ་འགན་སྤྱོད་འབད་ཆོག</p>
༤༽ རང་སྤྱོད་ལས་སྡེ།	<p>ཀ། གྲི་འཛིན། ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན། ཁྲིམས་སྡེའི་དོན་ལུ་ བཀོད་ཁྱབ་དབང་ཆེན། ཁ། འཐུས་མི།</p> <ol style="list-style-type: none"> སྡེ་ཆན་དང་ལས་ཆན་ཚུའི་འགོ་འཛིན།

	<p>༡. མཁས་མཆོག་གཅིག་ (ལས་སྡེ་ནང་གཅིག་ཡོད་པ་ཅིན།)</p> <p>༢. ཆོགས་རྒྱུང་ཁྲི་འཛིན་གྱིས་ཐག་བཅད་པའི་འབྲེལ་ཡོད་འགོ་དཔོན་གཞན་ཚུ།</p> <p>༣. མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན། འཕུས་མིའི་དྲུང་ཆེན།</p>
༥༽ རྫོང་ཁག	<p>ཀ། ཁྲི་འཛིན། རྫོང་བདག</p> <p>ཁ། འཕུས་མི།</p> <p>༡. རྫོང་རབ།</p> <p>༢. འཆར་གཞི་འགོ་དཔོན་གོང་མ།</p> <p>༣. ཁྲིམས་དོན་འགོ་དཔོན་གོང་མ།</p> <p>༤. ཆོགས་རྒྱུང་ཁྲི་འཛིན་གྱིས་ཐག་བཅད་པའི་འབྲེལ་ཡོད་འགོ་དཔོན་གཞན་ཚུ།</p> <p>༥. མི་སྟོབས་འགོ་དཔོན་གོང་མ། འཕུས་མིའི་དྲུང་ཆེན།</p>

* ལས་སྡེ་ཚུ་ནང་ མཁས་མཆོག་གཅིག་རྒྱུང་མ་གཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ ཆོགས་རྒྱུང་ཁྲི་འཛིན་གྱིས་ འཕུས་ཚབ་སྡེ་གཅིག་གུ་
ཐག་གཅད་ནི་དང་། གལ་སྲིད་ མཁས་མཆོག་གཅིག་ལས་སྡེ་གཅིག་སྡེ་ཡོད་ན་ ཁོང་རའི་ནང་ལས་ མཁས་མཆོག་གཅིག་འཕུས་
ཚབ་སྡེ་ གནམ་འབྲུ་འབད་བཅུག་དགོ།

༢༧.༤.༡.༡ དོན་ཚན་ ༢༧.༤.༡ པའི་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་དུ་ མི་སྟོབས་ཆོགས་རྒྱུང་། ཡང་ན་གནམ་འབྲུའི་ཆོགས་
རྒྱུང་བཟོ་ཐངས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དགོ་མི་ཚུ་ཚང་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ལས་
ཚུལ་མཐུན་གྱི་གནང་བ་ལེན་ཏེ་ ད་ལྟོ་ཡོད་མིའི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གནམ་འབྲུ་འབད་དེ་ གཞི་བཅུགས་
འབད་དགོ།

༢༧.༥ ཁེ་སྤྱོད་ལྷན་སྡོད།

༢༧.༥.༡ འཕུས་མི་ཚུ་གིས་ ཁེ་སྤྱོད་ལྷན་སྡོད་རོ་མ་བྱུང་ཡོད་པ། འབྲུང་ཉེན་ཡོད་པ། ཡང་ན་འབྲུང་ནི་ཨིན་མ་ཏེ་
གོ་མི་ཚུ་སྤང་ནིའི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ཐབས་ཤེས་བསྒྲིག་དགོ།

༢༧.༥.༢ འཕུས་མི་ཚུ་གིས་ ཁེ་སྤྱོད་ལྷན་སྡོད་རོ་སྡེ་ཡོད་པ། འབྲུང་ཉེན་ཡོད་པ། ཡང་ན་འབྲུང་ནི་ཨིན་མ་ཏེ་གོ་
བ་ཅིན་ འབྲི་ཤོག་ ༣/༢ ཅན་མ་བཀའ་སྟེ་ གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།

༢༧.༥.༣ མི་སྟོབས་ཆོགས་རྒྱུང་གིས་ ཁེ་སྤྱོད་ལྷན་སྡོད་གྱི་དབྱེ་བ་དང་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་ འཕུས་མི་འདི་
ཆོགས་རྒྱུང་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ལས་བཀག་ཆ་འབད་ནི་ཨིན་ན་མེན་ནིའི་ཐག་གཅད་དགོ།

༢༧.༦ ཁྲི་འཛིན་གྱི་འགན་ཁུར།

ཁྲི་འཛིན་གྱིས་འབད་དགོ་པ་ཚུ་ཡང་།

- ༢༧.༤.༡ མི་སྟོབས་ཚྲོལ་སྤྱོད་གི་ཞལ་འཛོམས་འདི་ ཅུས་རྒྱུན་དུ་འཛིན་ནིའི་འགན་འཁུན་འབག་དགོ།
- ༢༧.༤.༢ ཚྲོལ་སྤྱོད་འགོ་ཁྲིད་འབད་ནི། གནས་ཚད་མཐོ་བའི་གཞུང་སྐྱོང་ཡར་ཤུག་གཏང་ནི་དང་ ཚྲོལ་སྤྱོད་གི་ ལཱ་རྒྱ་ སྤུངས་ཅན་དང་དཀའ་ངལ་མེད་པར་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འབད་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་འགན་ ཁུར་འབག་དགོ།
- ༢༧.༤.༣ སྤྱིང་སྤྱི་དང་དམིགས་གཏང་ཅན་གྱི་ནུམ་གཞག་ཐོག་ལས་དབུ་ཁྲིད་འབད་དགོཔ་དང་ ཚྲོལ་སྤྱོད་གི་ འཐུས་མི་གར་ སྟོན་བའི་ཐོག་ལས་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༢༧.༤.༤ ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་གྲོས་གཞི་གཏང་འཁུལ་བཟོ་ནི་ནུམ་ལས་ ཞལ་འཛོམས་ནང་འགོ་ཁྲིད་འབད་དེ་ གཏན་ འབབས་འབད་ཡོད་མའི་གྲོས་གཞི་གར་གུ་ སྤུངས་ཅན་གྱི་གྲོས་བསྐྱར་འབད་ཡོད་པ་དང་། བཅའ་ མར་གཏོགས་ནིའི་བཙོན་ལུགས་སྤྱོད་ཐབས་ལུ་ ཅུས་ཚད་ལངས་སྟེ་བྱིན་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།
- ༢༧.༤.༥ ཞལ་འཛོམས་ནང་གསུང་གྲོས་གནང་མའི་གནད་དོན་རྒྱ་ འཛོལ་བ་མེད་པར་ཐོ་བཞོན་འབད་དེ་ གྲོས་ ཚོད་རྒྱ་བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་དགོཔ་དང་།
- ༢༨.༤.༤ ཁོ་ར་ ཡིག་ཚང་ནང་ར་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་སྟོབས་ཚྲོལ་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིན་གྱི་དབང་ཆ་འདི་ གཞན་ལུ་སྤྱོད་མི་ ཚོག

༢༧.༥ འཐུས་མིའི་བྱང་ཆེན་གྱི་འགན་ཁུར།

འཐུས་མིའི་བྱང་ཆེན་གྱིས་འབད་དགོཔ་རྒྱ་ཡང་།

- ༢༧.༥.༡ གྲོས་གཞི་བཟོ་དགོ།
- ༢༧.༥.༢ ཞལ་འཛོམས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།
- ༢༧.༥.༣ ཞལ་འཛོམས་རྒྱའི་གྲོས་ཚོད་དང་ཐོ་བཞོན་དགོ།
- ༢༧.༥.༤ མི་སྟོབས་ཚྲོལ་སྤྱོད་གི་གྲོས་ཚོད་རྒྱ་ དང་ལེན་དང་སྟན་ལུ་འབད་ནི་རྒྱ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ།

༢༧.༦ མི་སྟོབས་ཚྲོལ་སྤྱོད་གི་འགན་ཁུར།

༡. སྤྱིང་བཏང་།	<p>ཀ། ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ། འཐུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ། འཐུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་ དང་སྤྱིག་གཞིའི་དགོངས་དོན་དང་། རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ བཞོན་རྒྱ་གནང་མི་གཞན་ གང་རུང་རྒྱ་ དོན་སྤྱོད་ཅན་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་དགོ།</p> <p>ཁ། མི་སྟོབས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་རྒྱ་བཞོན་ནི་དང་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི།</p> <p>ག། མི་སྟོབས་ཀྱི་བྱ་ལེན་གུ་ མཐོ་གཏུགས་སྟོན་མི་རྒྱ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།</p> <p>ང། ལཱ་ལུགས་དབྱེ་དབྱུང་འཁོར་རིམ་གུ་ མཐོ་གཏུགས་སྟོན་མི་རྒྱ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ།</p>
----------------	---

	<p>ཅ། སྤྲིག་འགལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་བདེན་ཚུན་བསལ་དགོ།</p> <p>ཆ། གཡོག་བཙུགས་དང་ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟུང་གི་དོན་ལུ་ གནམ་འཕྱུའི་ཚོགས་ཚུང་ཅིག་བཟོ་སྟེ་ ཕྱི་སེལ་འབད་ནི་དང་གནམ་འཕྱུའི་ངོ་བོ་བྲིས་ལན། ཡང་ན་ཚོས་རྒྱགས་ཚུ་འགོ་འབྲེན་འཐབ་ནི་འཕགས་ཁག་སྤྱོད་དགོ།</p> <p>ཇ། གནམ་འཕྱུའི་ཚོགས་ཚུང་གིས་ གཡོག་བཙུགས་དང་ཡུན་རིང་སྤྱོད་བཟུང་གི་དོན་ལུ་ གནམ་འཕྱུའི་འབད་བའི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ཆ་འཛུགས་འབད་དགོ།</p> <p>༨། མི་སྟོབས་ཚུང་གིས་ སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་ཅིག་སྟེ་ལཱ་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྤྲིག་ཁྲིམས་ཚོགས་ཚུང་ཅིག་བཟོ་དགོ།</p> <p>༩། མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ བདག་སྤྱོད་སྤྲིག་ཁྲིམས་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་མ་གཏོགས། ལག་ལེན་སྟེ་རིམ། སྤྱི་གཡོག་པ་དང་གཞི་རིམ་ལས་གཡོག་པའི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་འགན་གྱི་དབང་ཚད་ཚུ་ མི་སྟོབས་སྟེ་ཚན་དང་ ཡང་ན་མི་སྟོབས་ལས་ཚན་ཚུ་ལུ་སྤྱོད་ཚོག་</p> <p>ཐ། ཚད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ མཐོ་གཏུགས་གྱི་ཚོགས་ཚུང་ཅིག་ཨིན།</p>
<p>༩. དམིགས་བསལ།</p>	<p>༡། མི་སྟོབས་ཀྱི་འཆར་གཞི་བཅུམ་ནི། བསྐྱར་ཞིབ་དང་རྒྱབ་སྟོན་འབད་ནི།</p> <p> ༡. གཞི་བཀོད། ལས་གཡོག་པའི་བཀོད་རིས་དང་ལས་གཡོག་པའི་གྲངས་འབོར།</p> <p> ༢. མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི།</p> <p>༢། གཡོག་བཙུགས། གནམ་འཕྱུའི་དང་གཡོག་བསྐྱོས།</p> <p> འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྲིག་གཞི་འདི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ཤེས་ཚད་ཅན་གྱི་མི་དོམ་ཚུ་གནམ་འཕྱུའི་འབད་དེ་ གཡོག་བཙུགས་དང་གཡོག་བསྐྱོས་འབད་དགོ།</p> <p>༣། གོ་གནས་ཡར་སེང་།</p> <p> ༡. རིགས་བསྟོམས་གོ་གནས་ནང་འཁོད་གྱི་གོ་གནས་ཡར་སེང་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ གནང་བ་བྱིན་དགོ།</p> <p> ༢. གཞེངས་ཐོན་དང་མགྱོགས་འགྲོས། མཁས་མཚོག་གི་གོ་གནས་ཡར་སེང་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ རྒྱབ་སྟོན་འབད་དགོ།</p> <p> ༣. གཡོག་གི་སྤྱོད་དང་འཁྲིལ་ གོ་གནས་ཡར་སེང་གི་དོན་ལུ་ ལྷ་ཡིག་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ འོས་ཚད་ལྷན་པའི་མི་དོམ་ཚུ་ ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་དགོ།</p> <p> ༤. གནམ་འཕྱུའི་ངོས་ལན་འགོ་འབྲེན་འཐབ་སྟེ་ གནང་བ་འབྲུབ་ནི་དང་། ཡང་ན་དབང་ཚད་སྤྱོད་ཡོད་</p>

	<p>མི་དང་འབྲེལ་ རྒྱལ་སྤྱོད་འབད་དགོ།</p> <p>ང། གནས་སོར།</p> <p>༡. གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དང་ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྱི་ཚན་ལུ་བསྐྱར་བཙོས་མེད་མི། ཡང་ན་སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་གཅིག་པའི་ལས་སྤྱི་ནང་འཁོད་ཀྱི་གནས་སོར་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་གནང་བ་བྱིན་དགོ།</p> <p>༢. གོ་གནས་ཀྱི་མིང་། ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྤྱི་ཚན་དང་ནང་གསལ་སྤྱི་ཚན་ལུ་བསྐྱར་བཙོས་ཡོད་མི། དེ་འབདཝ་ད་ སྤྱི་གཡོག་སྤྱི་ག་བཀོད་གཅིག་པའི་ལས་སྤྱི་ནང་འཁོད། ཡང་ན་ལས་སྤྱིའི་བར་ཀྱི་གནས་སོར་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་རྒྱལ་སྤྱོད་འབད་དགོ།</p> <p>ཅ། རོསྤྱོད།</p> <p>ལས་སྤྱི་ནང་གསར་འཛུལ་འབད་མིའི་མི་རྩམ་ཚུའི་དོན་ལུ་ ཚུལ་མཐུན་རོསྤྱོད་དང་བསྐྱབ་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་རིམ་ཚུ་གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ།</p> <p>ཆ། སྤྱོད་བཅར།</p> <p>༡. མི་སྤྱོད་ཚོགས་ཚུང་འདི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་ག་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་སྤྱི་ནང་འཁོད་ཀྱི་སྤྱོད་བཅར་གྱི་གནང་བ་གནང་མིའི་དབང་ཚད་མཐོ་ཤོས་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན།</p> <p>༢. ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་འགོ་འགྲུལ་ཚུ་ མི་སྤྱོད་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་བ་འགྲུབ་དགོ།</p> <p>ཇ། ངལ་གསོ།</p> <p>དབང་ཚད་ཡོད་མི་དང་འབྲེལ་ མི་སྤྱོད་ཚོགས་ཚུང་གིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་ངལ་གསོ་ཚུའི་གནང་བ་བྱིན་དགོཔ་དང་རྒྱལ་སྤྱོད་འབད་དགོ།</p> <p>༡. དམིགས་བསལ་ངལ་གསོ།</p> <p>༢. ཟླ་རོ་ ༡ ལས་ལྷན་པའི་སྤྱོད་བཙོས་ངལ་གསོ་དང་།</p> <p>༣. སྤོབ་སྤྱོད་ངལ་གསོ།</p> <p>༨། སྤྱོད་དགོངས་ཁུའི་ལས་འཆར།</p> <p>སྤྱོད་དགོངས་ཁུའི་ལས་འཆར་གདམ་ཁ་རྒྱལ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ གནང་བ་བྱིན་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་རྒྱལ་སྤྱོད་འབད་དགོ།</p>
--	---

༡༢.༩ བྱ་རིམ།

མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ གྲོས་གཞིའི་གྲངས་ཁ་དང་ དགོས་མཁོ་གཤམ་ཆེ་ཉེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་
ཚོགས་ཐེངས་ཀྱི་གྲངས་ཁ་ ཐག་གཅད་དགོས་དང་། མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གིས་ བྱ་རིམ་ཚུའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་ཡང་བཟོ་ཆོག

༡༢.༡༠ གྲོས་ཐག་གཅད་ནི།

༡༢.༡༠.༡ གྲོས་ཐག་གཅད་ནི་འདི་ མང་མོས་ཐོག་ལས་འབྲུབ་ནི་དང་ གཤམ་སྲིད་མང་ཉུང་འབྲན་འབྲ་ཡོད་པ་ཅིན་
ཁྲི་འཛིན་གྱིས་ ཐག་བཏོག་ཚོགས་ཀྱི་བཅུགས་བཅུག་དགོ།

༡༢.༡༠.༢ གཤམ་སྲིད་ ལས་སྒའི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ནང་ བཀོད་བྱ་བྱི་གོ་གནས་འཆར་མི་གཅིག་རྒྱུང་མ་གཅིག་
ཡོད་མིའི་བསམ་འཆར་འདི་ འཇུག་མི་གཞན་གྱི་བསམ་འཆར་ལས་མ་འབྲས་སྤེལ་ཡོད་ན་ དེ་ལུ་ཆ་གནས་
འབད་དགོས་དང་། བཀོད་བྱ་བྱིས་བཀོད་མིའི་ཆ་འཛིན་ཅན་གྱི་བསམ་འཆར་འདི་ འཇུག་མི་གཞན་
ཚུའི་བསམ་འཆར་མ་འབྲས་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གྲོས་ཚད་ནང་གསལ་ཏོག་ཏོ་སྤེལ་བཀོད་འབད་དེ་
བཞག་དགོ། ལྷག་པར་དུ་ གྲོས་ཚད་དེའི་འགན་འཁུ་ བཀོད་བྱ་བའི་ར་གིས་འབག་དགོ།

༡༢.༡༡ གྲོས་ཚད།

གྲོས་ཚད་ཚུ་ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་ཞལ་འཛུམས་ཀྱི་ཡིག་ཐོག་གི་ཐོ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ རལ་གསའི་གནང་བ་ཐོབ་སྟེ་ཆད་སྟོད་
མིའི་འཇུག་མི་མ་གཏོགས། ཞལ་འཛུམས་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མིའི་འཇུག་མི་རེ་རེ་གིས་ གྲོས་ཚད་གུ་མིང་རྟགས་བཀོད་
དགོ།

༡༢.༡༢ ལས་སྒེལ་དབང་ཚད་ཕྱིར་སྟོན།

རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཤམ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ དེའི་ལཱ་འགན་ཚུ་ ཡིག་ཐོག་ལས་ཕྱིར་སྟོན་འབད་ཆོག དེ་བཟུམ་མའི་གནས་སྟངས་
འདི་ བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་དེ་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་དེ་ མི་རིམ་ ལས་སྒེལ་ དབང་འཛིན། ཡང་ན་རང་སྟོང་པ་དང་
དེའི་ཡིག་ཚང་ལུ་ འོས་འབབ་དང་འབྲེལ་ དུས་དང་དུས་སྟུ་ཕྱིར་སྟོན་འབད་ཆོག

༡༢.༡༣ འགན་འཁུ།

༡༢.༡༣.༡ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་འཇུག་མི་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་འགན་འཁུ་ཚུ་ཐོག་དགོ།

༡༢.༡༣.༡.༡ དུས་ཐོག་དང་དོན་སྤྲོད་ཅན་གྱི་མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་འགོ་འབྲེན་འཐབ་དགོ།

༡༢.༡༣.༡.༢ མི་སྟོབས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཞལ་འཛུམས་ནང་ལུ་ དུས་རྒྱུན་དུ་བཅའ་མར་གཏོགས་
དགོ།

༡༢.༡༣.༡.༣ འཛིན་ཐང་ཅན་དང་དོན་སྤྲོད་ཅན་གྱི་མི་སྟོབས་འཛིན་སྟོང་འབད་དགོ།

ངེས་ཚིག་

- ༡ གློ་བྱར་གྲོགས་རམ། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་བྱང་ཕྱོགས་དང་། ཡང་ན་སྤྱི་མང་གིས་སྤྱོད་བཅར་མ་དངུལ་གྲོགས་རམ་ཆ་ཤས་ ཅིག་ ཡང་ན་ཕྱི་ལ་བུམ་གནང་མི་ལུ་གོ།
- ༢ བདག་སྐྱོང་ཉེས་འགེལ། ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཙའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་ འབྲུག་གི་ནི་གཡོག་བཙའ་ ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི་ ༢༠༡༢ ཅན་མའི་དགོངས་དོན་དང་འགལ་བའི་ཉེས་སྤྱོད་འབད་མི་ལུ་གོ།
- ༣ འོས་ཅན་གྱི་ཐོབ་བཅོམ། ཟེར་མི་འདི་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་སྤྱོད་དགོ་པའི་མ་དངུལ། ཡང་ན་ཐོབ་ བཅོམ།
- ༤ ལས་སྡེ། ཟེར་མི་འདི་ ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་སྡེ། ངང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ། ལྷན་ཁག་ ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་། རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ། རྫོང་ཁག་ ཆེད་འོག་ ཁྲིམས་སྡེ། རྒྱལ་གཞུང་གི་བཙའ་ཁྲིམས་འདུས་ཚོགས་ཚུ་ལུ་གོ།
- ༥ ལས་སྡེ་དབྱེ་བའི་གཞི་བཀོད། ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་ལུལ་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལས་སྡེ་ཚུ་དབྱེ་ཁག་སོ་སོ་ལུ་དབྱེ་ བའི་གཞི་བཀོད་ཅིག་ཡིན།
- ༦ སྤྱི་དོན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ། ཟེར་མི་འདི་ སྤྱི་དོན་ཚོགས་པ་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དང་ ཡང་ན་སྤྱི་ཀྱི་ལས་དོན་གང་ རུང་ནང་ བཙའ་མར་མ་གཏོགས་མི་ལུ་གོ།
- ༧ མཐོ་གཞུགས་དབང་འཛིན། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་མཐོ་གཞུགས་འབད་ནི་ཡིན་པ་ཅིན་ བདག་སྐྱོང་ཁྲིམས་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་ཡིན་མ་དང་། ལྷན་ཁག་དང་ ལས་སྡེ་ཚུ་ལས་མཐོ་གཞུགས་འབད་ནི་ཡིན་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ གཞུང་ནི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས། ལས་ཁུངས་དང་ རྫོང་ཁག་དེ་ཚུ་ལས་ མཐོ་གཞུགས་འབད་ནི་ཡིན་པ་ཅིན་ ལྷན་ཁག་ལུ་གོ།
- ༨ དབྱེ་དཔྱད་འཁོར་རིམ། ཟེར་མི་འདི་ ལས་གཡོག་པའི་ལཱ་ལུལ་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ལོ་ངོ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ རྒྱལ་མཐུན་ ཀྱི་དབྱེ་དཔྱད་ཚད་གཞི་འཐོབ་ཐབས་ལུ་ ཐད་ཀར་དུ་ཞིབ་རྟོག་འབད་ནི། ཡང་ན་བདེན་དཔྱད་འབད་ནིའི་དུས་ཚོད་ཀྱི་སྒྲིག་ བཀོད་ལུ་གོ།
- ༩ གནང་གྲུབ་ལམ། ཟེར་མི་འདི་ ཐད་ཀར་གྱི་ཕྱང་ལམ་དང་ ཁེ་ལམ་ལུ་གོ།
- ༡༠ དམག་སྡེ་ཁག་ ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་འབྲུག་གི་བསྟན་སྲུང་དམག་སྡེ་དང་རྒྱལ་པོའི་སྐུ་སྲུང་ལུ་གོ།
- ༡༡ བདོག་གཏད། ཟེར་མི་འདི་ ས་གཞི། རྒྱ་དངོས། བཟོ་བཤམ། དངུལ་གན། པར་དབང་། དངུལ་ཁང་ནང་དངུལ་བརྩམས། ཡང་ན་ཚོང་གི་མཐུན་འབྲེལ་རིན་འབབ་དངུལ་ཀྲམ་ ༥༠༠༠༠/- ཐམ་པ་དང་ དེ་ལས་མང་མི་ཚུ་བརྩིས་པའི་གནས་གོང་ཅན་ ཀྱི་དངོས་པོ་ཚུ་ལུ་གོ།
- ༡༢ གནང་གྲུབ་ཐོབ་བཅོམ། ཞི་གཡོག་པའི་ཕད་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འབྲས་མི་ཅིག་ ཤི་རྒྱུན་བྱུང་བའི་སྐབས་ མི་ངོ་གཙོ་ཅན། ཡང་ན་མི་ངོའི་ཆབ་སྡེ་ འོས་ཅན་སེམས་གསོའི་མ་དངུལ་ལེན་མི་གནང་བ་ན་གྱི་མི་ངོམ་ཅིག་ཡིན།
- ༡༣ རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཁྲིམས། ཡང་ན་ འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཤོག་ འཛིན་སྐྱོང་

བཀའ་གྲ། སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ རང་དབང་སྤེལ་འགན་བསྐྱབ་ནིའི་འགན་དབང་གནང་ཡོད་པའི་
འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྡེའི་འོག་ལུ་ གཞི་བཙུགས་འབད་ཡོད་པའི་ལས་སྡེ་ཚུ་ལུ་གོ།

༡༤ གཞི་རྟེན་དངུལ་ཕོགས། ཟེར་མི་འདི་ རྩ་ཚད་ཅིག་ནང་ ཚད་གཞི་གཏན་འཁེལ་བཟོ་སྟེ་ཡོད་པའི་དངུལ་ཕོགས་ལུ་གོ།

༡༥ དེགས་བསྐྱམས་གོ་གནས། ཟེར་མི་འདི་ རྩང་མཐའི་ཤེས་ཚད། དམིགས་ལུ་ལ། ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་ ཅོག་གཅིག་པ་
དགོ་པའི་ཁར་ ལཱ་གཡོག་གི་སྡེ་ཚན་གཅིག་པའི་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་ཤིང་གཅིག་དང་གཉིས་ཀྱིས་མཐོམ་དང་། ཡང་ན་དམའ་
བའི་འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་གནས་ཤིང་ཚུ་ལུ་གོ།

༡༦ གཞུང་ཚབ་ཀྱི་རོ་ཚབ། ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་འཐུས་ཀྱི་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱིག་གཞི་ནང་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱབ་སྟེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་
གཞུང་ཚབ་ཡིག་ཚང་གི་འགོ་འཛིན་མེད་པའི་སྐབས་ ཚབ་མ་སྟེ་འགན་ཁག་འབག་མིའི་ཕྱི་འབྲེལ་ལཱ་གཡོག་འགོ་དཔོན་
གོང་མ་འདི་ལུ་གོ།

༡༧ ཞི་གཡོག་པ། ཟེར་མི་འདི་ ཁ་གསལ་སྟེ་སོ་སོར་བཀོད་དེ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ ལྷན་ཚོགས་ནང་ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་
ཡོད་པའི་བྲང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ་དང་ ཁྲིམས་བཟོའི་ལྷན་སྡེ། གཞུང་སྐྱོང་ལྷན་སྡེ། རྩ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་ཡིག་ཚང་། རྒྱལ་གཞུང་གི་
རང་སྐྱོང་ལས་སྡེ་ཚུ་གི་ནང་ལུ་ གཡོག་བཙུགས་འབད་དེ་ཡོད་པའི་མི་རོ་ལུ་གོ།

༡༨ ཞི་གཡོག་ ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མའི་འདི་གི་དབང་ཁྱབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ལཱ་གཡོག་ཚུ་ལུ་གོ།

༡༩ ཀྱན་སྦྱོང་། ཟེར་མི་འདི་ འཐུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་དང་ འཐུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱིག་
གཞིའི་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཀྱན་སྦྱོང་ནམ་གཞག་དང་བརྩི་མཐོང་ཚུ་ལུ་གོ།

༢༠ རྟེན་མི་གཅིག་པ། ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འཐུས་མི་གཅིག་ལས་ལྷན་སྟེ་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ རྟེན་མི་སྟེ་གསལ་
སྟོན་འབད་མིའི་རྟེན་མི་ཅིག་

༢༡ ལྷོགས་གྲུབ་བརྟག་དཔྱད། དེག་རྩལ་དང་ཡོན་ཏན། བསམ་སྦྱོང་། རང་སྟོབས་ཚུའི་ཐོག་ལས་ དམིགས་བསལ་གོ་གནས་ཀྱི་
ལཱ་འགན་ཚུ་ཡོད་ཆེས་ཚུགས་པའི་ལཱ་ཤུལ་གྱི་གནས་ཤིང་སྟོན་ནིའི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་གལ་ཅན་གྱི་ལྷོགས་གྲུབ་ཚུ་ལུ་གོ།

༢༢ ལྷན་ཚོགས། ཟེར་མི་འདི་ འཐུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་གཞི་བཙུགས་འབད་མིའི་རྒྱལ་གཞུང་གི་
གཡོག་ལྷན་ཚོགས་ལུ་གོ།

༢༣ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན། ཟེར་མི་འདི་ ལོགས་སུ་སྟེ་སྦྱོང་ཡོད་པའི་ལཱ་འགན་ཅིག་འབག་ནིའི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་མཐུན་
གྱི་དབང་ཆ་ ཡང་ན་དབང་ཚད་ཕྱིར་སྦྱོང་འབད་ཡོད་པའི་མི་རོ་མ་ ཡང་ན་ལས་སྡེ་ལུ་གོ།

༢༤ ཐབས་མེད་དགོངས་ཁུ། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་ དགོངས་ཁུའི་ཁེ་ཕན་དང་གཅིག་ཁར་ མི་འདོད་བཞིན་ཏུ་
དགོངས་ཁུ་འབད་དགོ་མི་ལུ་གོ།

༢༥ ཁེ་ཕན་ལྷན་སྦྱོང་། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པའི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་སྤྱིག་གཡོག་དང་ སྤྱི་མཐའ་དོན་བར་ན་ཁེ་ཕན་ལྷན་
སྦྱོང་ དེ་ཡང་ རང་གི་མཐའ་དོན་ཉམས་རྒྱུ་གིས་མ་དོ་བར་ རང་སེའི་བཟའ་ཆང་གི་ཁེ་ཕན་ཡོད་པའི་ལས་དོན་ཚུ་ལུ་གོ།

- ༢༦ ཙྱུག་གི་ཙྱུ་ཁྲིམས། ཟེར་མི་འདི་ ཙྱུག་གི་ཙྱུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་འདི་ལུ་གོ།
- ༢༧ ལག་འབག་ཡུན་སེང་། ཟེར་མི་འདི་ ལ་ཚིག་འགན་ཚིག་ཚུ་ག་ཅི་ཡང་བསྐྱར་བཅོས་མ་བཏང་བར་ ལག་འབག་གི་དུས་ཡུན་ ཡར་སེང་འབད་མིའི་བྱ་རིམ་ལུ་གོ།
- ༢༨ ལག་འབག་བསྐྱར་གསོ། ཟེར་མི་འདི་ ལག་འབག་མི་ངོམ་གི་ག་ཟེངས་ཐོན་དང་ ཁོ་གི་ལཱ་གཡོག་དགོས་མཁོ་ལུ་གཞི་བཞག་ ཐོག་ལས་ ལག་འབག་གི་ལ་ཚིག་འགན་ཚིག་ཚུ་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་མིའི་བྱ་རིམ་ལུ་གོ།
- ༢༩ བཅོམ་ཁྲིམས། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ཉེས་འགོལ་གྱི་གཞོད་འགོལ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཉེས་ཁྲིམས་ཐོག་མི་ལུ་གོ།
- ༣༠ རྫོང་གྲང་དུས་ཡུན། ཟེར་མི་འདི་ སྤྱད་དོན་པ་ཅིག་གིས་ ཞི་གཡོག་གང་རུང་ནང་འཛུལ་ནིའི་འོས་ཚད་ཅན་ལུ་མ་འགྱུར་བའི་ ཏེ་མ་ ཚང་དགོ་པའི་དུས་ཡུན་ཅིག་ལུ་གོ།
- ༣༡ རན་ལྟངས། ཟེར་མི་འདི་ ཙྱུག་གི་རན་ལྟངས་བཀག་སྡོམ་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ དེས་ཚིག་འགྲེལ་ཡོད་མི་དང་ཅིག་འབྲེལ།
- ༣༢ ཉེས་ཅན་གཞོད་འགོལ། ཟེར་མི་འདི་ ཙྱུག་གི་ཉེས་འགོལ་ཁྲིམས་དེབ་ནང་ གཞོད་འགོལ་སྟེ་བཙུ་མི་གང་རུང་ཅིག་ལུ་གོ།
- ༣༣ འབྲེལ་གནད་ལས་སྟེ། ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་འགན་གྱི་རིགས་ ལས་སྟེ་མ་ཆེ་བའི་ནང་ལུ་སྤྱིར་བཏང་དང་དངོས་སུ་གནས་ཏེ་ཡོད་ པའི་གོ་གནས་གྱི་རིམ་པ་ ཁྲིམས་ཚུ་དཔ། བཟོ་རིག་པ། ཕྱིས་འཛིན་པ། མི་སྟོབས་དང་བརྟེན་བརྟུང་གི་ཁྱད་རིག་ལས་གཡོག་པ་ ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལུ་གོ།
- ༣༤ ཉིན་འཇུག། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གྱི་ཡིག་ཚང་ལྟ་བུལ། ཡང་ན་འགོ་འགྲུལ་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་ལུ་ ཉིན་ བསྐྱར་བཞིན་དུ་སྤྱོད་དགོ་པའི་འཇུག་ལུ་གོ།
- ༣༥ ཉིན་བསྐྱར་འཆོ་འཇུག། ཟེར་མི་འདི་ དུས་མུང་སྤྱོད་བརྟེན་སྐབས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁ་ལུ་ ཡིག་ཚང་ལྟ་བུལ། ཡང་ན་ འགོ་འགྲུལ་སྐབས་ ཞི་གཡོག་པ་ལུ་ ཉིན་བསྐྱར་བཞིན་དུ་སྤྱོད་དགོ་པའི་འཇུག་ལུ་གོ།
- ༣༦ གཡོ་ཅན་མི་ངོ་བོ་ཅོན་ནི། ཟེར་མི་འདི་ ཐད་ཀར་རྟེན་མི་གི་མི་ངོ་བོ་ཅོན་ནིའི་ཁྲིམས་ལུགས་ལས་འགལ་ཏེ་མོ་ངོ་བོ་ཅོན་ནི་ལུ་གོ།
- ༣༧ གཞུང་ཚབ། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ཁའི་གཞུང་ཚབ་དང་སྤྱི་ཚབ་ཡིག་ཚང་ནང་ ལཱ་འབད་མིའི་གོ་གནས་གྱི་གནས་རིམ་ ཁྱད་འཛིན་ ༥ པ་དང་ དེ་ལས་མཐོ་མིའི་ཞི་གཡོག་པ་ལུ་གོ།
- ༣༨ ཐད་ཀར་རྟེན་མི། ཟེར་མི་འདི་ འཇུག་མི་གི་སྤྱི་བའི་ཕམ་དང་གཉེན་གྲོགས། བྱ་གཞི་ཚུ་ (ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་བྱ་ཚབ་ཚུ་) ལུ་ གོ།
- ༣༩ ཁྲིམ་གཡོག། ཟེར་མི་འདི་ མཁའ་འགྲུལ་གྱི་འཇུག། ཁང་འཇུག། སྤྱན་འཇུག་གི་ཟད་སོང་ཚུ་ག་ར་ གཞུང་གིས་གནང་སྟེ་ ཡོད་པའི་གཞུང་ཚབ་དང་ སྤྱི་ཚབ་འགོ་འཛིན་གྱི་དོན་ལུ་བཞག་པའི་ཙྱུག་མི་ཁྲིམ་གཡོག་འབད་མི་ལུ་གོ།
- ༤༠ སྤྱི་གཡམ་རྣམས་གཞག། ཟེར་མི་འདི་ ཐད་མ་ཚིག་དང་ལས་རྒྱ་འཇུག། དེ་ལས་ སྤྱི་གཡམ་ལུ་བཙུ་མཐོང་དང་ མཐུན་ལམ་ གྱི་ཐོག་གནས་ནི་ལུ་ བརྟེན་གྱི་སྤྱོད་ལས་བཅོམ་ལུགས་བསྐྱེད་ནི་ལུ་གོ།

- ༤༡ བཅག་འཇུ་ལས་གྲུབ་པའི་འཇུས་མི། མི་ཟེར་མི་འདི་ སྤྱི་ཚེགས་དང་ ས་གནས་གཞུང་གི་འཇུས་མི་ཚུ་ལུ་གོ།
- ༤༢ ལོག་སྤྱོད། ཟེར་མི་འདི་ གཞུང་གི་རྒྱ་དངོས་དང་མ་དདུལ་ཚུ་ རང་གི་སྒྲེར་དབང་གི་དོན་ལུ་གཡོ་སྤྱོད་འབད་ནི་ལུ་གོ།
- ༤༣ དེས་སྤྱོད། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ ལམ་འགྲུལ་འབད་བའི་སྐབས་ གནམ་གྱི་ཤོག་འཛིན་མེད་མི་དང་ གནམ་གྱ་ འཕུར་སྤྱོད་ཆ་མེད་བཟང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཐབས་མེད་བར་ཞག་དེས་སྤྱོད་འབད་དགོ་མི་ལུ་གོ།
- ༤༤ ལཱ་གི་གནས་གོང་དང་མཐུན་པའི་འདྲ་མཉམ་གྱི་དདུལ་ཕོགས། ཟེར་མི་འདི་ ལས་གཡོག་པ་འདི་ལུ་ ལཱ་གཡོག་དབྱེ་ཞིབ་བྱ་ རིམ་ཐོག་ལས་ ཐག་བཅད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་མའི་ཤེས་ཚད་དང་ཉམས་ཐྱོང་། དེ་ལས་ དེ་ཚུ་དང་འདྲ་བའི་ལཱ་གཡོག་ཚུ་ཡང་ ཅོག་འཐད་པ་འབད་དགོ་པ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ དདུལ་ཕོགས་དང་རྒྱུད་འཇུས་ཡང་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོག་ལས་ ཅོག་འཐད་པ་སྤྱོད་ དགོ་མི་ལུ་གོ།
- ༤༥ བཟའ་ཚང་འཇུས་མི། ཟེར་མི་འདི་ བཟའ་བླ་དང་ཨ་ལུ་ཚུ་ལུ་གོ།
- ༤༦ ཉེས་ཆེན། ཟེར་མི་འདི་ འཇུག་གི་ཉེས་འགལ་ཁྲིམས་དེབ་ནང་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་ཉེས་ཆེན་གྱི་རིགས་ལུ་གོ།
- ༤༧ རྒྱུན་དབང་། ཟེར་མི་འདི་ བཀག་མ་ཚུགས་པ་དང་ ཚོད་དཔག་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན་དང་། ཡང་ན་གཞོད་པ་ལུ་གོ།
- ༤༨ ཕྱི་འབྲེལ་གྱི་འཇུས། ཟེར་མི་འདི་ དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་ ཡང་ན་གཞུང་ཚབ་ཡིག་ཚང་གི་གཡོག་གནས་ནང་གི་ལས་གཡོག་པ་ ཚུ་ལུ་འཚོ་རྟེན་བཟང་འགྲོའི་དོན་ལུ་སྤྱོད་པའི་འཇུས་ལུ་གོ།
- ༤༩ གཡོ་ཚན་ཐོབ་བརྗོད། ཤི་རྒྱུན་རྒྱས་མ་དང་རྟེན་མི་རྒྱས་མ་ལུ་ཐོབ་བརྗོད་བཀོད་མི། ཡང་ན་ཐོབ་བརྗོད་ཐེངས་གཉིས་བཀོད་མི་ ལུ་གོ།
- ༥༠ སྤྱི་བསྐྱམས་དདུལ་ཕོགས། གཞི་རྟེན་དདུལ་ཕོགས་དང་གཅིག་ཁར་ འཇུས་ཚུ་བསྐྱམས་ཡོད་པའི་དདུལ་ཕོགས་ལུ་གོ།
- ༥༡ ལས་སྡེའི་འགོ་འཛིན། ཟེར་མི་འདི་ ལྷན་ཁག་གི་རྒྱུ་ཆེན་དང་རང་སྤྱོད་ལས་སྡེའི་བཀོད་ཁྲབ་གཙོ་འཛིན་འགོ་དཔོན། རྫོང་ བདག་ཚུ་ལུ་གོ།
- ༥༢ དོན་གཅོད་འགོ་འཛིན། ཟེར་མི་འདི་ འཇུག་གཞུང་གིས་ ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ ཡང་ན་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་སྡེའི་ནང་ལུ་ སྤྱི་ ཚབ་གྱི་གནས་ཚད་ཁར་བཟང་བའི་འཇུས་མི་ལུ་གོ།
- ༥༣ ཕ་ཁྲིམས་ཚན་གྱི་གོ་གནས་འཆང་མི། ཟེར་མི་འདི་ ཕ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་བཟུམ་ལུ་གོ།
- ༥༤ གཡུས་སྤྱོད་ལས་གཡོག་པ། ཟེར་མི་འདི་ ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་དོན་གཅོད་ཡིག་ཚང་གི་དོན་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་གནས་རིམ་གྱི་ལས་གཡོག་པ་ སྤྱོད་པའི་ལུ་གོ།
- ༥༥ མི་སྟོབས་བྱ་ལེན། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ གཡོག་བཙུགས་དང་བསྐོ་བཞག་ ལས་གཡོག་པའི་གྲངས་འཛོམས་ སྤྱོད་བཟང་། གནས་མེད་། གོ་གནས་ཡར་མེད་། སྐབས་གཡོག་ གཡོག་བྲལ། བདག་སྤྱོད་སྤྱི་གཞི་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་དང་ འབྲེལ་བའི་བྱ་ལེན་གང་རུང་ལུ་གོ།

- ༥༦ མི་སྟོབས་ཅིས་ཞིབ། ཟེར་མི་འདི་ ཅུ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་དང་ ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས། འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་
སྒྲིག་གཞི་དང་། གཞན་འབྲེལ་ཡོད་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་གི་དགོངས་དོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་སྡེ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་མི་
སྟོབས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་ལེན་ཚུ་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ དང་བདེན་དང་དམིགས་དོན་ཅན་ལུ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་ཞིབ་དཔྱད་
འབད་ནི་ལུ་གོ།
- ༥༧ མི་སྟོབས་ཆོགས་འཛུམས། ཟེར་མི་འདི་ དང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེའི་མི་སྟོབས་ཆོགས་ཚུང་ལུ་གོ།
- ༥༨ གཡོག་ཐོག་ ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་ཕྱག་ལུ་བཞིན་ཡོད་མི་ལུ་གོ།
- ༥༩ རང་སའི་ལས་འཆར། ཟེར་མི་འདི་ ལས་སྡེའི་ལོ་ལྟར་གྱི་དམིགས་དོན་ཚུ་འབྲུབ་ནིའི་ནང་ དོན་སྤྲོད་ཅན་སྡེ་ཕན་འདེབས་
འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་ཅིག་གིས་རང་སའི་ལས་སྡེ་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་དང་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནིའི་ལག་ལེན་འཆར་གཞི་
གསལ་ཏྲོག་ཏྲོག་ཡོད་མི་འདི་ལུ་གོ།
- ༦༠ རལ་གསའི་འགྲུལ་འབྲུས། འབྲུས་མི་དང་བཟའ་ཚང་། ཁྲིམ་གཡོག་པ་ཚུ་ འབྲུག་དང་། ཡང་ན་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ས་གནས་
ཀྱི་ཁྲིམ་ནང་འགྱུལ་ད་གི་འགྲུལ་འབྲུས་བཞག་ཡོད་མི་ལུ་གོ།
- ༦༡ ལས་རྒྱ་འབྲས། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་མཐུན་འབྲེལ་ལུ་གོ།
- ༦༢ ས་གནས་གྱི་གཡོག་བརྩམས། ཟེར་མི་འདི་ གཞུང་གིས་དུས་རིམ་བཞིན་ ལམ་ལུགས་གྱི་གནང་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་
དོན་གཅོད་དང་གཞུང་ཚབ་ཡིག་ཚང་གིས་ཐད་ཀར་དུ་ གཡོག་བརྩམས་འབད་བའི་དོན་གཅོད་པ་མེན་པའི་ལས་གཡོག་པ་
ལུ་གོ།
- ༦༣ ལཱ་རིགས་གཙོ་བོའི་སྡེ་ཚན། ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་གཡོག་གཞི་བཀོད་གི་སྡེ་ཚན་གཙོ་བོ་ཅིག་ ལཱ་གཡོག་ཆོགས་པའི་སྡེ་ཚན་
གཅིག་ནང་བསྟུ་མི་ལུ་གོ། དཔེར་ན། ཅིས་ཞིབ་དང་དབྱེལ་འབྲེལ་སྡེ་ཚན། བཟོ་བཀོད་དང་བཟོ་རིག་སྡེ་ཚན་ལ་སོགས་པ་
བརྩམ།
- ༦༤ འགལ་འཛུལ། འཛུལ་བ། ཡང་ན་ཁྲིམས་དང་མ་མཐུན་པའི་བྱ་བ་ལུ་གོ།
- ༦༥ རྒྱུག་ཟ་དང་རྟམ་ཟ། ཟེར་མི་འདི་ ཡིག་ཚང་གི་ལཱ་དང་འབྲེལ་བའི་རན་ལྟ་ལུ་གོ།
- ༦༦ ཕྱི་འབྲེལ་ལས་གཡོག་འབྲུས་མི། ཟེར་མི་འདི་ ཕྱི་འབྲེལ་དོན་གཅོད་ལས་གཡོག་པ་དང་ ཕྱི་འབྲེལ་དོན་གཅོད་པ་མིན་པའི་
ལས་གཡོག་པ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་སྤྱོད་མི་ལུ་ཡང་གོ།
- ༦༧ འཛིན་སྐྱོང་པ། ཟེར་མི་འདི་ ལས་སྡེའི་བཀོད་རྒྱའི་འབྲེལ་མཐུད་ནང་གི་ལྟ་རྟོག་པའི་ལྟག་གི་ཞི་གཡོག་པ་འདི་ལུ་གོ།
- ༦༨ མཆོག་གྱུར་འཛིན་སྐྱོང་། ཟེར་མི་འདི་ རང་སའི་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་དམིགས་དོན་ཚུ་ ལས་ཆོགས་ཀྱི་ཐབས་བྱས་ཚུ་དང་གཅིག་
ཁར་འབྲེལ་ནི་དང་། གཙུག་སྡེ་ཚུའི་འགན་འཁུའི་ གནས་རིམ་ཁག་ཚུ་ལུ་བགོ་བཟམ་འབད་དེ་ ལས་ཆོགས་ཀྱི་འཛིན་ཐང་
ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི་དང་། གྲུབ་འབྲས་བཏོན་མི་དང་ བཏོན་མ་ཚུགས་མིའི་ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ཁྱད་པར་ཕྱེས་ཏེ་ ལས་སྡེའི་གྲུབ་
འབྲས་ཡར་དྲག་གཏང་ནིའི་ལཱ་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་ཅིག་ལུ་གོ།

- ༤༩ གཞུང་སྐོར་གཞི་བཞག་ ཡང་ན་གཞུང་སྐོར་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་ ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༠ ཅན་མ་
དང་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་ཡིག་གི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འོས་འབབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཆ་ཚད་གཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་
གོས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་མི་སྟོབས་ཀྱི་གོས་ཚད་ལུ་གོ།
- ༥༠ གཡོ་སྟོད། ཟེར་མི་འདི་ གཞན་གྱི་རྒྱ་དངུལ་རང་དོན་ལུ་གཡོ་སྟོད་འབད་མི་ལུ་གོ།
- ༥༡ ཉེས་ལྔ། ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་གི་ཉེས་འགེལ་ཁྲིམས་དེབ་ནང་བཀོད་མི་དང་འདྲ།
- ༥༢ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན། ཟེར་མི་འདི་ ལས་སྡེ་དབྱེ་བའི་གཞི་བཀོད་གུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུའི་ཨང་རིམ་དང་འཁྲིལ་
ཏེ་ ལཱ་ཤུལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དབྱེ་ཁག་སོ་སའི་ནང་བརྟགས་ནི་ལུ་གོ།
- ༥༣ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་ཚོགས་རྒྱུ། ཟེར་མི་འདི་ ལས་གཡོག་པ་ཚུ་ ལཱ་ཤུལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དབྱེ་ཁག་སོ་སའི་ནང་ཨང་རིམ་
བྱིན་ནིའི་ཚོགས་རྒྱུ་བཟོ་ཡོད་མི་ལུ་གོ།
- ༥༤ མི་ངོ། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་ཆ་བ་མ་སྟེ་ ཁོ་ཕན་ཚུ་ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་ངོ་བཏོན་མི་ཅིག་ལུ་གོ།
- ༥༥ རྩོགས་བྲལ། ཟེར་མི་འདི་ སྤྱད་དོན་ཚོགས་པ་ག་ལུ་ཡང་ རྒྱབ་སྐྱོར་མ་འབད་བ་དང་ བར་གནས་སྟེ་སྤྱད་མི་ལུ་གོ།
- ༥༦ ཁས་སྦངས་དམ་བཅའ་དང་གསང་བ། ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་གཡོག་ལུ་ཁས་སྦངས་དང་ཀུན་སྟོན་ནམ་གཞག་ལུ་གནས་ནིའི་
ཁས་སྦངས་འབད་མི་ལུ་གོ།
- ༥༧ ཀུན་གཏོགས་འགན་བསྐྱར། ཟེར་མི་འདི་ མི་ངོ་མ་གང་རུང་ཅིག་གིས་ འོས་ཚད་ཚུ་ཆ་བ་ཅིན་ ས་སྟོང་ཡོད་པའི་གོ་གནས་
ཅིག་ ཡང་ན་སྟོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་དོན་ལུ་ ཞུ་ཡིག་བརྟགས་ནི་དང་དོ་འགན་འབད་ནིའི་གོ་སྐབས་ཅིག་ཨིན། དེ་ཡང་
འདྲ་མཉམ་དང་དྲངས་གསལ་ཅན་གྱི་བྱ་རིམ་བསྐྱབས་ཡོད་པ་དེས་བརྟན་བཟོ་ནི་ལུ་གོ།
- ༥༨ ཀུན་གཏོགས་སྟོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ལུ་གྲངས་ཁ་དང་མ་དངུལ་གྱི་ཐོག་ལས་གཞི་བཟོ་པ་གང་ཡང་
མེད་པའི་སྟོབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ལུ་གོ།
- ༥༩ ལས་ཚོགས་གོང་འཕེལ། ཟེར་མི་འདི་ ལས་ཚོགས་ཅིག་གིས་ དེས་བདེན་གྱི་གོས་ཐག་ཚུ་གཅད་ནི་དང་ ལཱ་ཤུལ་ཡར་ཕྱག་
གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་བཏོན་ནི། དེ་ཁར་ རྒྱལ་གཞུང་དང་མི་མང་ལུ་ སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་ཞབས་ཏྲིག་བསྐྱབ་ནི་ཚུ་
གི་དོན་ལུ་ ཅུས་རྒྱན་རང་སའི་འགན་དབང་དང་རྩོགས་གྲུབ་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་བཙོན་ཤུགས་སྟེད་མི་ལུ་གོ།
- ༦༠ འདྲིས་སྦྱང་ལས་རིམ། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ལུ་ ལས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱད་བྱས། བརྩེ་མཐོང་། འགན་དབང་། ལཱ་གི་
གནས་སྤངས། འཆར་གཞི། ལས་རིམ། གོ་གནས། ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུར། གཡོག་གི་འབྲེལ་བཤད། འབྲུག་གི་ཞི་
གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་གཞི། དངུལ་འབྲེལ་བཅའ་ཡིག་ཚུ་དང་ གཞན་ལས་ཚོགས་ཀྱི་རེ་འདོད་ཚུ་གོམས་འདྲིས་ཚུད་
བརྟག་ནི་ལུ་གོ།
- ༦༡ གཞི་འཛིན་ལས་སྡེ། ལྷན་རིག་གོང་འཕེལ་དང་ལས་སྡེ་གཞན་ལུ་ལྷན་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་ནིའི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་ལཱ་
གཡོག་གི་སྟེ་ཆ་བ་ཅིག་བཟུ་ནི་ལུ་ འོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་ལས་སྡེ་ཅིག་ལུ་གོ།

- ༡༢ ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔུང། ཟེར་མི་འདི་ ལྷ་ལུལ་གྲུབ་འབྲས་ག་དེམ་ཅིག་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཐོན་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ ཐག་བཅད་དེ་དབྱེ་
དཔུང་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་སྐྱགས་ཕྱིན་ནིའི་ལྷ་ལུལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ཡིག་ཐོག་བཀོད་ནིའི་བྱ་རིམ་ལུ་གོ།
- ༡༣ ལྷ་ལུལ་དབྱེ་ཞིབ། ཟེར་མི་འདི་ ལྷ་ལུལ་དབྱེ་དཔུང་དང་ལས་གཡོག་པ་སོ་སོའི་ལྷོགས་གྲུབ་དང་རུས་འོས་བརྟག་ཞིབ་འབད་
ནི་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་གོ།
- ༡༤ མི་ངོ་མ། ཟེར་མི་འདི་ མི་གཅིག་ རྩོད་རྒྱུ་ལས་འཛིན། ལས་ཚོགས། རྩོད་ལས། ལས་སྟེ། ལས་ཁུངས། ཡན་ལག་
སྟེ་ཚན། ཡང་ན་གཞན་ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་ལས་སྟེ། གཞུང། ཡང་ན་སྐྱེར་སྟེ་གང་རུང་མ་ཚད་ དེ་ཚུ་གི་རྒྱུ་འཛིན། རོ་ཚབ་
ཡང་ན་དེ་ཚུ་གི་ལས་ཚབ་ལུ་གོ།
- ༡༥ ཉེས་པ་ཡངས་པ། ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་གི་ཉེས་འགོལ་ཁྲིམས་དེབ་ནང་བཀོད་མི་དང་འདྲ།
- ༡༦ གོ་གནས། ཟེར་མི་འདི་ མི་ངོ་ཅིག་གིས་ལཱ་དང་འགན་ཁུར་འབག་ནི་བཅིས་ཏེ་ གོ་གནས་ཅིག་གི་གཞི་རྟེན་སྟེ་ཕན་ལུ་གོ།
- ༡༧ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ། ཟེར་མི་འདི་ གནད་བ་གྲུབ་པའི་གོ་གནས་དང་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ལཱ་
གཡོག་གི་དབྱེ་ཞིབ་དང་ གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་རེ་རེ་བཞིན་ལུ་ དེ་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་དདུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ལྷན་པའི་
ཞི་གཡོག་གོ་གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ལུ་གོ།
- ༡༨ གོ་གནས་ཀྱི་མིང། ཟེར་མི་འདི་ གོ་གནས་འདི་གི་རྒྱ་ཆེའི་ལཱ་འགན་བཅུ་མཚན་སྟོན་ནི་དང་ དེ་ལས་རྒྱས་ན་ ཞི་གཡོག་གི་
རིམ་པ་ནང་ གོ་གནས་དེའི་གནས་རིམ་སྟོན་མི་ལུ་གོ།
- ༡༩ འགོ་མཐོང། ཟེར་མི་འདི་ འགོ་ཐོག་མཐོང་མ་ཅིག་གསལ་རི་རི་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ལུ་གོ།
- ༢༠ མི་ངོ་གཙོ་ཅན། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པའི་ཕན་བདེའི་ལས་འཆར་གྱི་འཇུག་མི་གིས་ གལ་སྲིད་ཁོ་ར་གི་རྒྱུ་བྱང་པ་ཅིན་
ཐོབ་བརྗེད་བཀོད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཁོ་རའི་རྟེན་མའི་གསལ་ལས་ གདམ་འཇུ་འབད་བའི་མི་ངོ་ཅིག་ལུ་གོ།
- ༢༡ སྐྱེར་གྱི་ཚོང་སྟེ། ཟེར་མི་འདི་ རྩོད་ལས་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཡོད་མི་ལྟར་དུ་ མི་མང་ཚོང་སྟེ་མེན་མའི་
ཚོང་སྟེ་ཅིག་ལུ་གོ།
- ༢༢ བཀག་དམ་ཅན་གྱི་མཐུན་རྒྱུན། ཟེར་མི་འདི་ ཁྲིམས་ཀྱི་བཅའ་ཡིག་ནང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཡོད་མི་ལུ་གོ།
- ༢༣ གོ་གནས་ཡར་མེད། ཟེར་མི་འདི་ གནས་རིམ་གོང་མར་འགྱུར་མའི་ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གི་གཡོག་རིམ་ལས་ གོ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་
བ་གསལ་དང་ དེ་གི་དདུལ་ཕོགས་དང་བཅས་པ་སྟེ་ གོ་གནས་གོང་མའི་ས་སྟོང་སྤྱབ་མི་རྩུ་ལུ་གོ།
- ༢༤ ཚོས་ལུགས་སྐྱར་སྐྱལ། ཟེར་མི་འདི་ གློ་འདོད་མེད་རུང་དོན་ཆེད་ར་གཞན་གྱི་ཚོས་ལུགས་འབད་བཅུག་པ་དང་དད་པ་བསྐྱེད་
བཅུག་མི་ལུ་གོ།
- ༢༥ མི་མང་ཚོང་སྟེ། ཟེར་མི་འདི་ཚོང་ལས་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་ དེ་རའི་བགོ་བཤའ་རྩུ་མི་མང་
ལུ་བྱིན་ནིའི་དོན་ལུ་ དེའི་དགོངས་དོན་གྱིས་དབང་ཆ་སྟོན་པའི་ཚོང་སྟེ་ཅིག་ལུ་གོ།
- ༢༦ ཞི་ལྷན་གྱིས་གདམ་འཇུག་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་གནས་རིམ་གྱི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་

ཅན་གྱི་གཡོག་བཅུགས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཐོག་ལས་ གངས་འབྲུ་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ། ཡང་ན་དེ་བཟུམ་མའི་
ཆོས་རྒྱལ་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་རྟེ་མ་ ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་གཡོག་བཅུགས་འབད་མའི་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་ཅན་ཚུ་ལུ་གོ།

༩༧ སྤྱི་ཚབ་གནང་སྤྱི། ཟེར་མི་འདི་ གཞུང་ཚབ་ཅིག་ལུ་ ཁོ་རའི་གོ་གནས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རང་དང་འབྲམ་ཅུ་གི་སྤྱི་མཐོན་
ཐུགས་སྤྱི་དོན་ལུ་གཏང་ནིའི་འགོ་སང་མ་དངུལ་ལུ་གོ།

༩༨ འཛོ་རྟེན་གོང་ཚད། ཟེར་མི་འདི་ གཞུང་གིས་གནང་བ་གྲུབ་པའི་ས་གོ་ཅིག་ནང་གི་ཁྱེ་རིམ་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་མ་དངུལ་
གི་ཚད་གཞི་ལུ་གོ།

༩༩ བཀག་འཛིན་ཅན་གྱི་གསལ་བསྒྲགས། ཟེར་མི་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་ཞི་གཡོག་པ་རྒྱུ་མ་གཅིག་གིས་ ལྷ་ཡིག་ཕུལ་ནིའི་
འོས་འབབ་ཡོད་པའི་སྤྱིང་བཅར་གོ་སྐབས་ཀྱི་གསལ་བསྒྲགས་ལུ་གོ།

༡༠༠ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ། ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་ས་སྤྱོད་། ཡང་ན་ཐོབ་ཚད། ཡང་ན་མ་
དངུལ། ཡང་ན་ལས་འགུལ་གྱི་ཐོག་ལས་གནང་བའི་སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་ལུ་གོ།

༡༠༡ རྒྱལ་གཞུང་། ཟེར་མའི་གངས་སུ་ ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་སྡེ་དང་བྲང་ཁྲིམས་ལྷན་སྡེ་ འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་སྡེ་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན།

༡༠༢ རྩོད་གསེབ་གཡོག་གནས། ཟེར་མི་འདི་ རྩོད་ཁག་ ཡང་ན་བྲུང་ཁག་ལྟེ་བ། བློ་འོག་དང་གཡུས་སློ་ཚུ་བཅུས་པའི་ས་
གནས་ཚུ་ནང་བཏང་བའི་གཡོག་གནས་ལུ་གོ།

༡༠༣ སློབ་གཉེར་གྲོགས་རམ་གྱི་ཟད་འགོ། ཟེར་མི་འདི་ མི་ངོམ་ཅིག་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་ཡུན་རིང་སྤྱིང་བཅར་མཆུག་བསྐྱུ་ཚུགས་
ནིའི་དོན་ལུ་ སྤྱིང་འཐུས། འཛོ་འཐུས། སྤྱིང་འཐུས་ཡང་ཆག འཐུས། ཐོབ་སྐལ་ཚུ་ཅིལ་བུམ་ ཡང་ན་ཕྱེད་ཀའི་ཟད་འགོ་
གཞན་ཚུ་ལུ་གོ།

༡༠༤ སྐབས་གཡོག་ ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་ལས་གཡོག་ནང་ ལས་གཡོག་པའི་ཆ་རྒྱུ་ལུ་མ་གཞོད་པ་སྟེ་ མི་སྟོབས་ལྷོགས་
གྲུབ་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་གི་ནང་འཁོད་དང་ཕྱི་ཁ་གཉིས་ལུ་ གནས་སྐབས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་བཏང་བའི་གནས་
སོང་ལུ་གོ།

༡༠༥ བྲང་ཆེན་ཡིག་ཚང་། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་བྲང་ཆེན་ཡིག་ཚང་ལུ་གོ།

༡༠༦ གཞུང་བྲང་ཆེན། ཟེར་མི་འདི་ ཕ་ཁྲིམས་ཆེན་མའི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབྲུག་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་མཆོག་གིས་
བསྐྱོ་བཞག་གནང་བའི་ལྷན་རྒྱུ་གཞུང་ཆོགས་བྲང་ཆེན་ཡིག་ཚང་གི་འགོ་འཛིན་ ཡང་ན་ལྷན་ཁག་གི་བྲང་ཆེན་ཡིག་ཚང་གི་
འགོ་འཛིན་ལུ་གོ།

༡༠༧ དམིགས་བསལ་ལས་ཚན། ཟེར་མི་འདི་ དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་སྡེའི་ལས་གཡོག་པ། དཔེར་ན། སློབ་སྟོན་པ་དང་བྲང་འཛོ་
ལ་སོགས་པ་ལུ་གོ།

༡༠༨ རིག་ཅུལ། ཟེར་མི་འདི་ གོ་གནས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་གནང་ཡོད་པའི་ལཱ་དང་ལཱ་འགན། འགན་ཁུར་ཚུ་འབག་ནིའི་ ལས་
གཡོག་པ་ཅིག་གི་ལྷོགས་གྲུབ་ལུ་གོ།

- ༡༠༩ ལས་གཡོག་པའི་བོད་རིས་དང་གངས་འབོད། ཟེར་མི་འདི་ ལས་སྒེའི་ནང་ལུ་ མཐུན་འབྲེལ་དང་འགན་ཁུར། འགན་འཁུ་
ཚུ་བཅིས་པའི་གནང་བ་གྲུབ་པའི་གཡོག་གནས་ཚུ་ལུ་གོ།
- ༡༡༠ འབོད་བཀུག ཟེར་མི་འདི་ ཁྲིམས་ཁང་ ཡང་ན་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སར་འབོད་བཀུག་འབད་མི་འདི་དང་འགལ་ཏེ་ མ་བཅར་
བའི་རིགས་ལུ་ཉེས་ཁྲིམས་ཐོག་པའི་ཡིག་ཐོག་བཀའ་ཤོག་ལུ་གོ།
- ༡༡༡ འབོད་བཀུག་བཀའ་ཤོག ཟེར་མི་འདི་ འཛོམས་དཔང་ཅིག་ལུ་ ཆེད་མངག་གི་ཡིག་ཆ་དང་ ཡང་ན་ཅ་ཆས་ཚུ་འབག་སྟེ་
བཅར་དགོ་པའི་བཀའ་ཁྱུ་ལུ་གོ།
- ༡༡༢ ལྟ་བོད་པ། ཟེར་མི་འདི་ ལས་སྒེའི་ནང་ལུ་ ལས་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་གི་བསྐྱབ་སྟོན་མང་ཤོས་ལེན་ས་དང་ བད་ཀར་
དུ་སྟན་ཏུ་ལུ་སའི་ལྟག་གི་འགོ་དཔོན་འདི་ལུ་གོ།
- ༡༡༣ ཅ་བསྐྱད། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ཁྱའི་ཁེ་ཕན་མེད་པར་བཏོན་བཏང་བ། ཨིན་རུང་ཁོ་རའི་འཛོ་རྟེན་མ་
དུལ་དང་སྤེ་ཆན་ཉེན་བཅོལ་མ་དུལ་གྱི་དོན་ལུ་བཏོགས་པའི་རིགས་ སྤྱད་དང་སྤྲུགས་ཏེ་ཐོབ་ནི་དང་ གཡུས་ལོག་འགྲུལ་
འཐུས་ཡང་ཐོབ་ནི་ལུ་གོ།
- ༡༡༤ བ་དམ་ཆོག ཟེར་མི་འདི་ ཡིད་ཆེས་དང་སྒོ་གཏང། དེས་ཤེས་དང་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད། ཡ་རབས་སྤྱད་བཟང་གི་འགན་ཁུར་ལུ་
གོ།
- ༡༡༥ བཅའ་ཡིག། ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་གི་ཞི་གཡོག་བཅའ་ཡིག་དང་སྤྱི་གཞི་ ༡༠༡༥ ཅན་འདི་ལུ་གོ།
- ༡༡༦ ཁྲིམས་འཐུས། ཟེར་མི་འདི་ བཙོན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆབ་ལུ་ འཐུས་སྤྱོད་མི་ ཡང་ན་དུལ་འབྲེལ་གྱི་ཉེས་བྱ་སྤྱོད་མི་ལུ་གོ།
- ༡༡༧ གནས་སོར། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་གིས་ གནས་རིམ་འདྲ་མཉམ་ནང་ལུ་ ས་གནས་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་ ཡང་
ན་ལས་སྤེ་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་ ཡང་ན་ལཱ་འགན་གཅིག་ལས་གཅིག་ནང་ལུ་འབྱོར་མི་ལུ་གོ།
- ༡༡༨ བརྒྱུད་འགྲུལ་སྤྱུག་སྤྱོད། ཟེར་མི་འདི་ ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྤྱོད་བཟང་ ཡང་ན་གཞུང་འབྲེལ་ལྟ་སྟོར་ལུ་འབྱོར་བའི་སྐབས་ ས་གནས་
ཡང་ན་གནས་ཐང་ནང་ལུ་ ཉུང་ཤོས་དུས་ལུན་ཚུ་ཆོད་བརྒྱུད་ཚུན་བསྐྱུགས་སྤྱོད་ནི་ལུ་གོ།
- ༡༡༩ འགྲུལ་འཐུས། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་ཅིག་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་གཞུང་དོན་ལྟ་སྟོར་ལུ་འབྱོར་བའི་སྐབས་ འབྱོར་འགྲུལ་
འབད་བའི་འབྲོ་སང་གི་རྒྱུ་འཐུས་སྤེ་སྤྱོད་མི་ལུ་གོ།
- ༡༢༠ ཅ་བ་གསུམ། ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱལ་ཁབ། མི་སེར་གསུམ་ལུ་གོ།
- ༡༢༡ ས་སྤྱོད། ཟེར་མི་འདི་ གནང་བ་གྲུབ་པའི་གོ་གནས་ནང་ ད་ལྟོ་གཡོག་གི་ས་སྤྱོད་སྤེ་ཡོད་མི་ལུ་གོ།
- ༡༢༢ སྒོ་འདོད་དགོངས་ཁྱུ། ཟེར་མི་འདི་ རང་གིས་དང་འདོད་ཀྱི་ཐོག་ལས་དགོངས་ཁྱའི་ཁེ་ཕན་དང་གཅིག་ཁར་དགོངས་ཁྱུ་
འབད་མི་ལུ་གོ།
- ༡༢༣ ལཱ་གཡོག་ལས་སྤེ། ཟེར་མི་འདི་ ཞི་གཡོག་པ་འདི་གིས་ ལཱ་འབད་བཞིན་ཡོད་པའི་ལས་སྤེ་ལུ་གོ།