

ཨ་ལཱའི་སྒྲི་སྒྲུ།

རྩ་གཞུང་དང་བྱུང་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

སྒྲི་སྒྲུ།

དཔེ་སྐྱུན་འབད་མི།

ཚུ་གཞུང་དང་ཁྱེད་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

སྣ་ཚོ།

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་ ༧༧༥-༥-༥༧༡༥༥༩། བར་འཕྲིན་ཨང་ ༧༧༥-༥-༥༧༡༧༧༡

ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སློ། www.rec.gov.bt

ཕར་དབང་ © ༢༠༡༩ ཚུ་གཞུང་དང་ཁྱེད་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

དཔེ་དེབ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་རྒྱལ་ཡོངས་ གཞི་རིམ་སློབ་གྲུབ་དོན་ལུ་ ཚུ་མ་སློག་དང་

དཔེ་སྐྱུན་འབད་ཡོད་པ་ལས་ ཚུ་གཞུང་དང་ཁྱེད་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས་ལས་ གནང་བ་

མེད་པར་ དཔེ་སྐྱུན་དང་ ཚོང་སྐྱར་སོགས་འབད་ནི་ཚུ་ལས་འཛུམ་གནང།

ཕར་སྐྱུན་དང་པ། ༡༧༧༤ ལྷ།

ལེགས་བཅོས་ཕར་སྐྱུན་ ༢༠༡༤, ༢༠༡༧, ༢༠༡༩, ༢༠༢༡

ཕྱི་ཤོག་དང་ནང་དོན་བཟོ་བཞོད།

དོ་ཚུ། ཚུ་གཞུང་དང་ཁྱེད་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

ཡར་ཡར་ལུང་པའི་སྐྱུ་ལྷ།

༣ ཡར་ཡར་ལུང་པའི་སྐྱུ་ལྷ།

གངས་ཆེན་རེ་རེ་ཆགས་ཡོད།

གངས་ཆེན་རེ་རེ་འོ་ལོགས་ལས།

ཚུ་མོ་རེ་རེ་བབས་ཡོད།

ཚུ་མོ་རེ་རེ་བབས་ཏེ།

མཚོ་མོ་རེ་རེ་འབྲིལ་ཡོད།

མཚོ་མོ་རེ་རེ་ནང་ལས།

མེ་ཏོག་རེ་རེ་ཤར་ཡོད།

ང་བཅས་སུ་དང་སུ་མོ།

མེ་ཏོག་རེ་རེ་འབག་སྟེ།

སྟོ་དང་སྟོ་མོ་ཚུ་ལྷ།

མཚོ་ད་པ་སུལ་བར་འཛུམས་ཡོད།



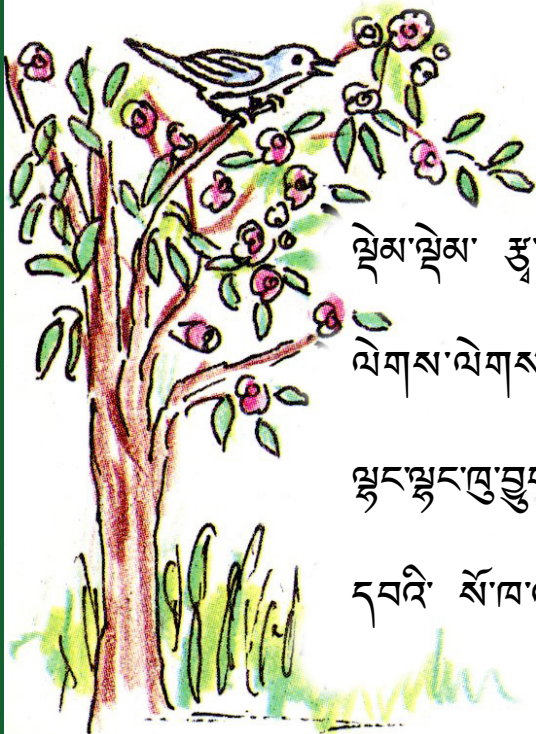
བེམ་བེམ།

བེམ་བེམ་ ལ་བའི་བལ་འདབ་མས།།

ལ་ཚུ་ བྱང་མས་སྒོ་རུང་བསྐྱམ།།

འཕུ་འཕུ་ མེ་ཅིག་འཕུ་ད་གོ།

དབའི་ནམ་དགུན་འཐོན་མ་མེན་ན་སྒོ།



ལྷེམ་ལྷེམ་ ཚུ་དང་སྒོ་ཤིང་རྟོན་མོ།

ལེགས་ལེགས་མེ་རྟོག་བཀྱག་ལེགས་པས།

ལྷང་ལྷང་ལུ་བྱུག་སྐད་ཉན་པས།

དབའི་ སོ་ལ་འཐོན་མ་མེན་ན་སྒོ།



ཙ་ཙ་ ཉིམ་གིས་ཚད་པ་འཚོག་མས།

ཡོམ་ཡོམ་ ཤིང་གི་འདབ་མ་མས།

ལུར་ལུར་ འབྲུག་གི་སྐད་ཡིན་མས།

དབའི་ གནམ་གྱུར་འཐོན་མ་མེན་ན་

སྒོ།

སེར་སེར་ ཤིང་གི་འདབ་མ་སེར།

སོག་སོག་ ས་ཁར་བུད་མ་ར་མས།

ལྷེམ་ལྷེམ་ ས་ཞིང་ལོ་ཐོག་གང།

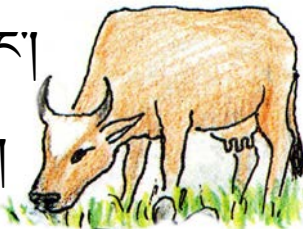
དབའི་ སེར་ལ་འཐོན་མ་མེན་ན་སྒོ།



བ་གི་སྐད་ཡིན།



བ་གི་ སྐད་ཡིན་ བང་བང།



ཐོ་ཅུང་ སྐད་ཡིན་བེ་བེ།



བྱི་ལི་སྐད་ཡིན་སྒྲེའུ་སྒྲེའུ།



བྱི་ཙི་སྐད་ཡིན་ཙིག་ཙིག།



བྱ་པོད་སྐད་ཡིན་གོ་ག་རི་གོང།



ཕག་པ་སྐད་ཡིན་ སོ་འོད་སོ་འོད།



རོ་བྱི་སྐད་ཡིན་ ཅུ་ཅུ་ཅུ།



རྩ་གི་སྐད་ཡིན་ ཡི་རྩིང།



ཨོ་ལ་སྐད་ཡིན་ཨ་ཨ།



ར་གི་སྐད་ཡིན་སྒྲེ་སྒྲེ།



སྦྱ་གི་སྐད་ཡིན་ ཀྱ་ཙོ།



ཀ་ཤ་སྐད་ཡིན་ རྩོད་པ་རྩོད་པ།

ཀ་ཤ་རི་ལས་འོང་ཚོ།

ཀ་ཤ་རི་ལས་འོང་ཚོ། །ཁ་བརྒྱུད་སྒྲོད་པར་མི་བརྟུབ། །

ག་ར་རུབ་སྟེ་བདེ་ལ་གཏང། །ང་བཅས་ཚོད་བསྟེ་བེ་འོང། །



ཅ་ལ་འདི་ཚུ་འབག་སྟེ། །ཆ་རོགས་ཚུ་དང་གཟིག་ཁར། །

ཇ་ཅིག་འཐུང་པའི་ཤུལ་ལས། །ཉ་ཅིག་ཉ་བར་འགྱུ་གོ།

ཏ་ལ་ཤིང་གི་འོག་ལུ། །ཐ་ལ་ཅིག་ཡང་བཞག་རུག།

ད་སྟོང་གིས་མི་འཐུ། །ན་འཐན་བལྟ་སྟེ་བཞག་གོ།

ཨ་ལོ་ཚུ་སྤང་ན་མ་སོང།

ཨ་ལོ་ཚུ་སྤང་ན་མ་སོང། |

ག་ཅི་སྣོ་ཟེར་ན་ཉིམ་ཤར་མས།།

ཉིམ་གིས་ང་བཅས་འཚིག་པ་མས།།

ཉིམ་འདི་དགོ་ར་མི་དགོ།



ཨ་ལོ་ཚུ་སྤང་ན་མ་སོང།།

ག་ཅི་སྣོ་ཟེར་ན་ཆར་པ་རྒྱབ་མས།།

ཆར་པ་གིས་ང་བཅས་སྣོ་ན་མ་བཟོས་མས།།

ཆར་པ་འདི་དགོ་ར་མི་དགོ།

ཨ་ལོ་ཚུ་སྤང་ན་མ་སོང།།

ག་ཅི་སྣོ་ཟེར་ན་ཁམ་རྒྱབ་མས།།

ཁམ་གིས་ང་བཅས་གྲང་མ་མས།།

ཁམ་འདི་དགོ་ར་མི་དགོ།



ཁ་ཙང་བཤལ་བར་སོང་ཡི།



ཁ་ཙང་བཤལ་བར་སོང་ཡི།།

ད་རེས་དཔེ་ཆ་བལྟ་གོ།

ལྷ་མ་སྣོ་ཅིག་བཟུང་སྟེ།།

ཕྱི་རུ་ཁྱིམ་ནང་འགྲོ་ནི།།

གནངས་ཚོས་དུས་སྟོན་ཨིན་མས།།

ནངས་པར་བཅའ་སྒྲིག་རྒྱབ་དགོ།

ད་རེས་ངལ་གསོ་ཨིན་མས།།

གོ་ལ་འཁྱུ་སྟེ་སྟོན་གོ།



ཅི་ལུ་ཅི་ལུ།

ཅི་ལུ་ཅི་ལུ། སྐད་ཅིག་དེ་རང་རྒྱུ་བ་དེས་ཟེར་ན།།
བྱ་ཨའི་ཚང་ནང་མི་རུག་ལོ།།



ཉལ་ཉལ། སྐད་ཅིག་དེ་རང་རྒྱུ་བ་དེས་ཟེར་ན།།
ཕྱི་ལས་མ་གྲོན་མ་ཅིག་འོང་དེས་ལོ།།

སྐྱེ་ལུ་སྐྱེ་ལུ། སྐད་ཅིག་དེ་རང་རྒྱུ་བ་དེས་ཟེར་ན།།
ངའི་བྱི་ལི་སྟོགས་ཏེ་སྟོང་རུག་ལོ།།



ཐག་ཐག། སྐད་ཅིག་དེ་རང་རྒྱུ་བ་དེས་ཟེར་ན།།
ངའི་ཁྲོམ་ཚོད་བཟང་གོ་འཐག་དེས་ལོ།།

གྲོག་གྲོག། སྐད་ཅིག་དེ་རང་གོ་དེས་ཟེར་ན།།
རང་དགའ་བའི་མཐུན་ཤེས་འོང་དེས་ལོ།།



ང་བཅས་གཟུགས་ཁར།

ང་བཅས་གཟུགས་ཁར་གྱོན་ཆས་དགོ།

གོ་དང་ ལག་རྒྱན་བཀའ་ཞེ་གསུམ།

དགྱི་ར་སྟོང་གོ་འོན་ཏེ་གསུམ།

སྐྱམ་དང་སྐྱེད་རགས་ཨོམ་སོ་གསུམ།

དོ་རམ་དང་ཁེན་ཇ་ལུ་མོ་གསུམ། |

རྒྱུང་རྒྱུང་ང་བཅས་གྱོན་དགོ་པས། |

ཨ་པ་ང་ལུ་གྱོན་ཆས་གནང།



ཆར་པ་ཅིག་རྒྱབ་དེས།

ཆར་པ་གཅིག་རྒྱབ་དེས་ཆེབ་ཆེབ་ཆེབ།

ཚེད་མོ་ཅིག་ཚེ་གོ་ཤོག་ཤོག་ཤོག།

མགུ་ཉོ་ཡོད་རུང་ཚུ་སྤང།

གོ་རུང་ཡོད་རུང་ཚུ་སྤང།

ལྷམ་རུང་ཡོད་རུང་འདམ་བཀང།



ཉམ་ཐག་འོང་དོ་ཉོག་ཉོག་ཉོག།

བྱོག་སྟེ་འབྱོ་གོ་ལྷིག་ལྷིག་ལྷིག།

ཨ་པ་ང་ལུ་མ་བྲངས།

ཨ་ཡི་ང་ལུ་མ་བྲངས།

ང་གིས་དབྱེ་ཆ་ཤེས་ལགས།

གཅིག་རྒྱུ་ལྷོ།

གཅིག་རྒྱུ་གཉིས་རྒྱུ་གསུམ་རྒྱུ་འབྲུག་པ།

བཞི་རྒྱུ་འབྲུག་པའི་ཨ་ལོ།

བཞི་རྒྱུ་ལྷ་རྒྱུ་དྲུག་རྒྱུ་འབྲུག་པ།

བདུན་རྒྱུ་འབྲུག་པའི་བྱ་ཚུ།

བདུན་རྒྱུ་བརྒྱད་རྒྱུ་དགུ་རྒྱུ་འབྲུག་པ།

བརྒྱ་ཐམ་རྒྱུ་འབྲུག་པའི་བྱ་མོ།



ཉེ་ཚེན་ཕོག་ལམ།

ཉེ་ཚེན་ཕོག་ལམ་བཤད་དགོ་པས།

ཨ་པ་ ཨའི་དང་ ཕོ་ཚུ་མ།

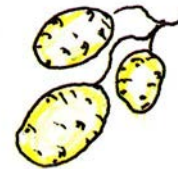
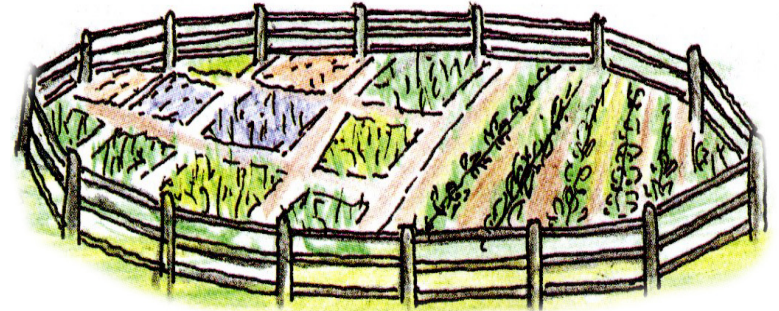
བྱ་གཙུང་ སྲིང་མོ་ཨ་ཞེ་མ།

ཨ་ཞང་ ཨ་ལྷ་ ཨ་ཞེ་ཚུ།

ཚུང་ཚུང་དེ་གི་ནང་མི་ཡིན།



སོ་ནམ་ལས་ཁུངས།



སོ་ནམ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གསུང་ཚོ།

ཚོད་བསྐྱེ་ལྷུ་མ་ར་བཟོ་དགོ་ལོ།

ཚོད་བསྐྱེ་གེ་བ་ལ་ལུག།

དོ་ལོ་མ་འདི་ཚུ་བཙུགས་དགོ།



འདི་ཚུ་བཙུགས་ཅི་འི་ལག་ཁ།

ཉོག་ཅེ་ཐོང་མ་དང་གོ་ཉི།



ཚོད་བསྐྱེ་སོན་དང་ལུང་ཚུ།

ཀྱིག་ཀྱིག་འབད་རང་དགོ་པས།



ཨང་དང་རྩིས་ཀྱི།

ཨང་དང་རྩིས་ཀྱི་ཞབས་ཁྲ་ཤེས།
 བཞི་གསུམ་བརྩུ་གཉིས་མ་སོང་མ་ལས།
 ལྷ་གསུམ་བཙོ་ལྷའི་སྐད་ཡིག་ཤེས།
 རྩུག་གསུམ་བཙོ་བརྩུད་ལང་པའི་ཚོ།
 མཚོ་བསམ་ཉི་ཤུ་རྩ་ལྷ་གཏང།
 དབྱངས་གསལ་སུམ་རྩུ་སོ་བཞི་ལས།
 མིང་ཚིག་བཞི་བརྩུ་ཞེ་ལྷ་ཤེས།
 རྩོད་ཚིག་ལྷ་བརྩུ་ཐམ་པ་བཟོ།

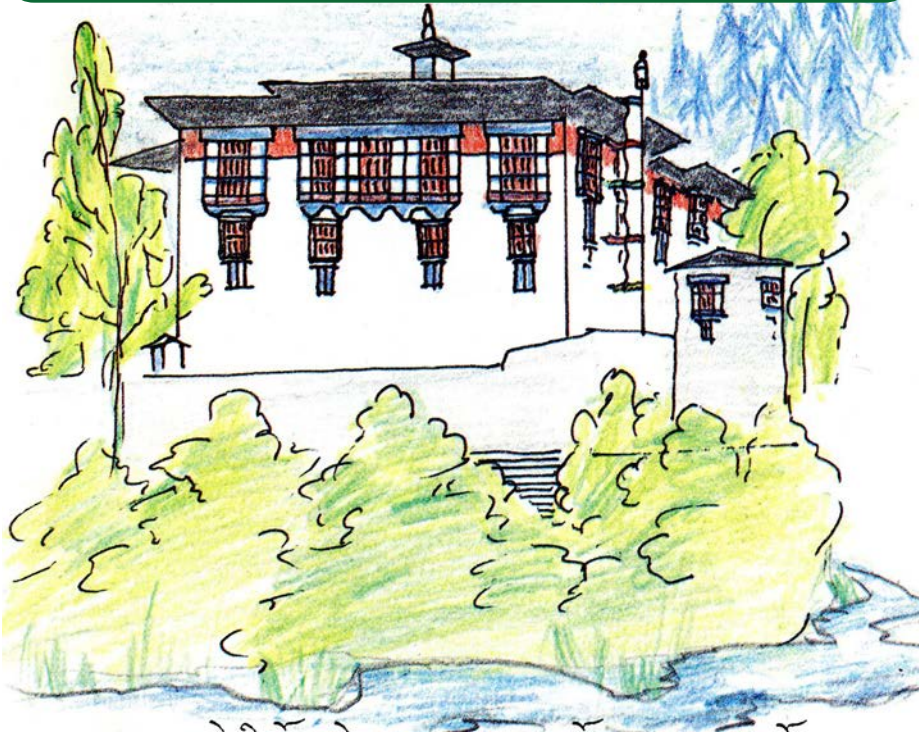


གོ་ལ་ལྷུ་མ་པ།

གོ་ལ་ལྷུ་མ་པ་མ་འདྲཱ་ཡོད།
 དམར་ཁྲ་སེར་ཁྲ་ལུང་སེར་མ།
 རྩུ་ཕྱིང་གོས་ཚེན་ཨའི་ཀ་སྐྱར།
 འབྲུ་རས་སྤང་ཙུ་ཐེར་མ་དང།
 བཀའ་ཞེ་དཔའ་རྟགས་ལྷུ་ཨོམ་སོ།
 ལྷག་ཤར་གཞོན་པའི་རྩུ་ཆ་ཨོན།
 དཀྱི་ར་ལྷུ་མ་པ་མ་འདྲཱ་ཡོད།
 འཇའ་ལོག་རྩོ་ཁྲ་སྤོ་ཤམ་དང།
 ཐག་རས་མོན་ཐག་འཇའ་འགྲིགས་མ།
 དཀྱི་ར་སྤོད་གོ་འོན་འཇུ་དང། སིན་རུང་གོ་མ་བྱུ་རུ་ཚུ།
 ལྷན་རྩུང་བུ་མོའི་རྩུ་ཆ་ཨོན།



ང་བཅས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ།



ལྷན་གྲུབ་ཅེ་གི་རྫོང་ཆེན། །འཕུར་འགྲོ་ཆགས་པ་འདྲ་དོ།
 དཀར་གསལ་ལྷ་ཁང་ཆུ་མོ། །གསེར་གྱི་ཐིག་པ་འདྲ་དོ།
 ལེགས་པ་སྐང་གི་ཚན་དན། །མན་ཁལ་ཕུལ་བ་འདྲ་དོ།
 ཆུ་མོ་ཀུ་རེ་ཆུ་མོ། །ཡོན་ཆབ་ཕུལ་བ་འདྲ་དོ།

ཕོར་པ་དང་བང་ཕུང་ཐ་ལི་ཐུར་མ།

ཕོར་པ་དང་བང་ཕུང་ཐ་ལི་ཐུར་མ།
 བུམ་རང་འབད་རུང་ཁག་ཆེ་བས།
 གཟར་རུ་གཟན་སྐྱ་ཀ་ལ་རྩམ།
 བཞེས་སྒོ་འབད་མ་ད་ཁག་ཆེ་བས།
 ར་སྐྱུག་ར་སྐྱུམ་ར་སྐྱིས་དང།
 ར་བཅག་སྲི་པ་བ་ཆས་རྩོ།
 ར་འཕུར་རན་མ་ད་ཁག་ཆེ་བས། །བ་ཆས་དེ་རྩོ་བསྐྱིག་བཞག་དགོ།



སྐྱ་རེ་དོམ་གྱི་ཐག་པ་དང་གྱི། །ཐབ་ཤིང་འབྲུམ་ད་ཁག་ཆེ་བས།



དོབ་དང་བངས་གཞོང་ལྷགས་གཟར་ཀུ།

ཆུ་དཔོག་རན་མ་ད་ཁག་ཆེ་བས།



མགུ་རྟོ་རྒྱུ་

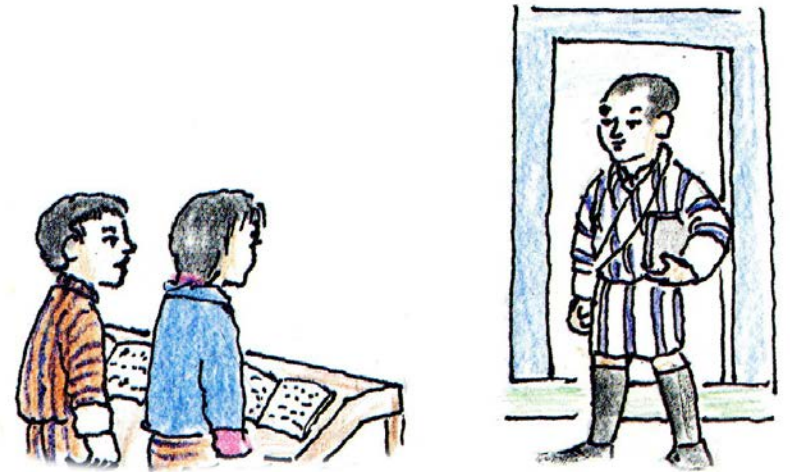


མགུ་རྟོ་རྒྱུ་གཅིག་ལྟུ།
 མིག་རྟོ་རྒྱུ་གཉིས།།
 ལྷ་པ་རྒྱུ་གཅིག་དང།།
 རྣམ་ཚེ་རྒྱུ་གཉིས། །



ཕུས་མོ་རྒྱུ་གཉིས།
 ཨ་ལོ་རྒྱུ་དེ་གི། །
 བཤད་པ་རྒྱུ་ཨིན་ནོ།།

ཨ་ལོ་དབའི།



ཨ་ལོ་དབའི་ཨ་ལོ། ལྷོ་བ་དཔོན་འགྲོ་ནམ་དུ་ཡར་ལོང་སྟེ།།

སྐྱུ་གཟུགས་བཟང་པོ་ལགས་ཟེར་ལྟུ།།



ལྷོ་བ་དཔོན་གྱིས་ཅལ་ག་ཅིར་གནང་རུང།

ཁྱེད་ཚུ་གིས་ལགས་གཉིས་གྱིས་བཟེད་

དེ། བཀའ་རྒྱུ་ཆེ་བཟེར་ལྟུ་སྟེ།

ད་རུང་དབའི་ཨ་ལོ། ལྷོ་བ་སྟེ་ཕྱི་ནང་འགྲོ་མ་དུ། ལྷོ་བ་དཔོན་ང་

ཕྱི་ཁར་འགྲོ་ཆོག་ག། ལྷོ་བ་དཔོན་ང་ནང་ན་འོང་ཆོག་ག།

ལག་པ་གཉིས་ལུ།



ལག་པ་གཉིས་ལུ་མཚུབ་མོ་བཟུ།
 ཀང་མ་གཉིས་ལུ་མཚུབ་མོ་བཟུ། །
 ལྷ་པ་གཅིག་དང་མིག་ཉོ་གཉིས། །
 རྣམ་ཅོག་གཉིས་འདི་གྲོང་གྲོང་འབད། །
 ལ་ནང་བཞེས་སྒོ་ཟམ་ད་ལུ། །
 ཕྱག་ཕྱག་ཕྱག་ཕྱག་ མ་འབད་དབའེ།

བཞེས་སྒོ་མ་བཟུའ་བའི་ཉེ་མར།

བཞེས་སྒོ་མ་བཟུའ་བའི་ཉེ་མར།
 མོ་རལ་དང་ཐ་ལི་འཁྱུ་དགོ།
 སྒོ་བ་ལྷ་ནང་ལུ་འོང་མ་ད། །
 གོ་ལ་ལེགས་ཤོམ་གྱོན་དགོ། །



གོ་ལ་ཚུ་གིས་འཁྱུ་སྟེ། །
 ཉིང་སངས་ས་འབད་སྟོན་དགོ། །
 རང་གི་སྟོན་སའི་ཁྱིམ་ཡང།
 ཕྱགས་བདར་འཕྲལ་འཕྲལ་རྒྱབ་དགོ།

ཕྱགས་སྒྲིགས་རག་རོག་འདི་ཚུ།
 ག་སྟོན་བཀོ་ནི་མི་འོང།



ཕ་མ་བཟུང་པོའི་བྱ་ཚུ།

ཕ་མ་བཟུང་པོའི་བྱ་ཚུ་ང་རང་།

མ་རབས་ཆང་དང་ཉམ་ཁྲ་མི་དགོ།



ཕ་མ་བཟུང་པོའི་བྱ་ཚུ་ང་རང་།

མ་རབས་ཆ་རོགས་ངན་པ་མི་དགོ།

ཕ་མ་བཟུང་པོའི་བྱ་ཚུ་ང་རང་།

ཡ་རབས་ཚོས་དང་ཡོན་ཏན་དགོ་ནི།

ཕ་མ་བཟུང་པོའི་བྱ་ཚུ་ང་རང་།

ཡ་རབས་འབད་བཞག་བཅའ་བཞག་དགོ་ནི།



ཀ་ར་སྐྱུག་གུ།

ཀ་ར་སྐྱུག་གུ་བཞེད་དེ་གིས།

ཁ་ཚ་ལྷབ་མི་སེམས་ཁར་བྱ།

ག་མེད་གུ་མེད་མ་སྲོད་པར།

ང་བཅས་ཡོན་ཏན་ལྷབ་གེ་མས།

ཅ་ལ་རག་རོག་དགོ་པ་རང་མེད།

ཆ་མཉམ་ག་ཅིག་ཁར་འཛོམས་ཏེ་གིས།

ང་ཅིག་འབྲུང་སྐྱེ་ངལ་འཚོ་གོ།

ཉ་ཡི་ཕྱང་ཚུ་སྐྱར་ད་གོ།

ཏ་ལའི་ཤིང་གི་གྲིབ་མའི་འོག།

ཐ་ར་ར་འབད་ཚོས་ལྷབ་སྟེ།

ད་རེས་ཐོགས་ཆགས་མེད་པ་བཟོ་གོ།

ན་མཉམ་ཆ་རོགས་སེམས་མ་ཡེངས།

ཀ་ལ་ག་ང།

ཀ་ལ་ག་ང་ ཉ་སག་ལོང།

ཅ་ཆ་བ་ཉ་ ལ་ལག་འཇུ།



ཉ་ཐ་ད་ན་ གོ་ལ་གྲོན།

བ་ས་བ་མ་ ལྷམ་ཅིག་བཅུགས།

ཅ་ཆ་ཇ་ས་ རྩོ་མཇར་བ།

ཞ་བ་འ་ཡ་ བེག་ཅིག་འབག།

ར་ལ་ཤ་ས་ ལྷོ་བ་སྲ་ནང།

ཉ་ཨ་ཡོན་ཉ་སྐྱུང་པར་འགྲོ།

མགུ་ཉོ་ཕུག་ལྷག།

མགུ་ཉོ་ ཕུག་ལྷག།

མགུ་ཉོ་ ཕུག་ལྷག།

ཕུས་མོ་དང་མཇུབ་མོ།

ཕུས་མོ་དང་མཇུབ་མོ།

མིག་ཉོ་ རྣམ་ཅོག་ ལྷ་པ་ ལ།

མིག་ཉོ་ རྣམ་ཅོག་ ལྷ་པ་ ལ།

ཕུས་མོ་དང་མཇུབ་མོ།

ཕུས་མོ་དང་མཇུབ་མོ།



མགུ་རྟོ་ལུ་དབུ།

མགུ་རྟོ་ལུ་དབུ་དང་རྒྱུ་ལུ་ཞབས།།

ལྷ་པ་ལུ་ཤངས་དང་ཁ་ལུ་ཞལ།།

མིག་རྟོ་ལུ་སྐྱེན་དང་སྐྱེ་ལུ་དབུ་སྐྱ།།

དེ་ཚུ་ཕལ་སྐད་ཞེ་ས་ཡིན།།

རྣམ་ཚེ་ལུ་སྐྱེན་དང་སོ་ལུ་ཚེམས།།

ལྷེ་ལུ་ལྷགས་དང་གཟུགས་ལུ་སྐྱ་གཟུགས།།

གདོང་ལུ་ཞལ་དང་ལག་པ་ལུ་ལྷག།

དེ་ཚུ་ཕལ་སྐད་ཞེ་ས་ཡིན།།

