

རི་མོའི་སློབ་སྦྱོང་ལམ་འབྲིད།

སློབ་རིམ་ ༧ པ་ ༡༠ པའི་སློབ་དེབ།



བོད་སྐད་ཡིག་གི་སློབ་སྦྱོང་ལམ་འབྲིད།

ཤེས་རིག་

སློབ་གྲའི་ཤེས་ལྡན་ལས་ཁུངས།

ཤེས་རིག་དང་རིག་ཅུལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག།ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག།

དུམ་རྒྱུ་འབད་མི། སྲོལ་གྱི་ཤེས་ལྡོག་ལས་ཁུངས།

བརྒྱུ་འབྲིན་ལཱ། ༩༧༥-༢-༣༣༢༤༤༣

སྲོལ་འབྲིན་ལཱ། www.rec.gov.bt

མཚན་པར། © ༢༠༢༣ སྲོལ་གྱི་ཤེས་ལྡོག་ལས་ཁུངས།

དུམ་དཔེ་འདྲི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཡོངས་སྲོལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཚོམ་སྒྲིག་དང་ དུམ་རྒྱུ་འབད་ཡོད་པ་ལས། སྲོལ་གྱི་ཤེས་ལྡོག་ལས་ཁུངས་ལས་ གནལ་བ་མེད་པར་ བརྒྱུ་འབྲིན་དང་ ཚོམ་སྒྲིག་སོགས་འབད་ནི་ཚུ་ལས་འཛུམ་གནལ།

དུམ་རྒྱུ་མེད་ས་དང་པ། ༢༠༢༣

བཀྲིན་དག་འཚོས།

ཕྱག་ཚེ་དེ་གི་གཞུང་གི་དོན་ལུ་ ཚུ་གཞུང་འགོ་དཔོན་དང་ ཚུ་གཞུང་མཁའ་མཚན་གི་གཅིག་མཐུན་ཐོག་ལས་ ཚོམ་སྒྲིག་གི་ལུ་ རྣམ་ རྒྱུ་འབྲིན་ལཱ་འབྲས་ཆེ་བའི་སྲོལ་འབྲིན་ལཱ་འཛུམ་མེད་མི་ གཞུང་གི་ལུ་ སྲོལ་དོན་ཚུ་ལུ་ ཚུ་གཞུང་དང་འབྲུག་འགོ་དཔོན་འཛུམ་ལས་ཁུངས། རྣམ་ལས་བཀྲིན་དག་འཚོས་ཡོད།

སྲོལ་སྲོལ་པ།

- ༡. དུམ་པོ་བསྟན་འཛིན། སྲོལ་འཛིན། ཚུ་གཞུང་དང་འབྲུག་འགོ་དཔོན་འཛུམ་ལས་ཁུངས།
- ༢. བདེ་ཆེན་དཔེ་འདུས། ཚུ་གཞུང་ ཚོམ་སྒྲིག་འགོ་དཔོན། ཚུ་གཞུང་དང་འབྲུག་འགོ་དཔོན་འཛུམ་ལས་ཁུངས།

ཞིབ་འཚོལ་དང་ཚོམ་སྒྲིག་པ།

- ༡. བདེ་ཆེན་དཔེ་འདུས་ དེ་གི་གཞུང་གི་ཚུ་གཞུང་ ཚོམ་སྒྲིག་འགོ་དཔོན།
- ༢. བཀྲིན་བསྟན་འཛིན། ཕྱི་སྲིད་སྲོལ་གྱི་ཆེ་བ།
- ༣. བསམ་འགྲུབ་ཚོ་རིང་། སྲོལ་དོན། ལམ་གོ་དང་འབྲིད་འཛུམ་ལས་ཁུངས།
- ༤. མཚན་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ། ལུང་བསྟན་ཟམ་པ་འབྲིད་འཛུམ་སྲོལ་གྱི་བས།
- ༥. བསྟན་འཛིན་རྩོམ་སྲོལ། སྲོལ་དོན། སྲོལ་གྱི་ལོ་གི་དཔེ་འདུས་ལཱ་གཞི་བའི་སྲོལ་ཚོགས།
- ༦. རྒྱུ་འབྲིན་གོ་ལ། ལཱ་གསལ་པར་དང་། མཚན་ལཱ་འབྲིན་ལཱ་འཛུམ་སྲོལ་གྱི།

གཅེས་པ་ལྟོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟོགས་པ་

1. བསྟན་འཛིན་རྟོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟོགས་པ་
2. དགེ་སྐྱོན་ལྟོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟོགས་པ་
3. ལྷན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟོགས་པ་

ISBN: 978-7-309-05666-6

ལོ་རྒྱུས་ 2020



དཀར་ཆགས།

སྤྱི་ཚེ་༧༠པའི་སྤོ་སྤོ་སྤྱི་ཚེ་སྤྱི་ཚེ་

སྤྱི་ཚེ་དཔལ།	༡
སྤྱི་ཚེ་གཉིས་པ།	༣
སྤྱི་ཚེ་གསུམ་པ།	༧
སྤྱི་ཚེ་བཞི་པ།	༡༣
སྤྱི་ཚེ་ལྔ་པ།	༡༥
སྤྱི་ཚེ་དྲུག་པ།	༡༦
སྤྱི་ཚེ་བདུན་པ།	༣༡

སྤྱི་ཚེ་༡༠པའི་སྤོ་སྤོ་སྤྱི་ཚེ་སྤྱི་ཚེ་

སྤྱི་ཚེ་དཔལ།	༣༧
སྤྱི་ཚེ་གཉིས་པ།	༤༡
སྤྱི་ཚེ་གསུམ་པ།	༤༣
སྤྱི་ཚེ་བཞི་པ།	༥༤
སྤྱི་ཚེ་ལྔ་པ།	༦༧
སྤྱི་ཚེ་དྲུག་པ།	༧༡
སྤྱི་ཚེ་བདུན་པ།	༧༧
ཀྱི་ཚེ་དཔལ་དཔལ།	༩༡

སྲོབ་རིམ་༡༧པའི་རིམ་འོ་སྲོབ་སྲུང་གི་སྲོབ་ཚན།

ပုစုခါခိးခါ



ခါခိးခါခါခါခါခါ



ပိးခါခါခါခါခါခါ



ပိးခါခါခါခါခါခါ



ལོ་འདུག་ཚེ་བདུན་མའི་དཔལ་འདྲིས།



ལྷན་གྲུ་འདུག་མའི་དཔལ་འདྲིས།



མོ་རྟོག་སྐྱབ་ཚུ་ལྷན་པའི་དཔལ་འདྲིས།



མོ་རྟོག་སྐྱབ་ཚུ་རྒྱས་པའི་དཔལ་འདྲིས།

རང་སྟོན།

1. ལྷན་མགོ་དཔལ་ ལོ་འདུག་གྲི་རིག་ས་མ་འདུལ་ ག་དེ་སྐོར་འདུག་ག་ དེ་བུ་དཔལ་འདུག་ག་ དེ་བུ་དཔལ་འདུག་གི་དཔལ་ མཐོང་ལ་ལྷན་མགོ་དཔལ་འདུག་དཔལ་འདྲིས་པའི་ ལྷན་མགོ་དཔལ་འདྲིས་པའི་དཔལ་འདྲིས།

སློབ་ཚན་གསུམ་པ།

པ་རྩེ་སྐྱོད།

པ་རྩེ་གསུམ་མ།

ལྷན་མགོ་༡ པ་དཔ་༢ པ་ལྷ་ རྒྱུ་པ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ཚུད་ཉིན་མ་ལས་ འདི་གྲུ་མགྲོ་རྩེ་གཞིག་འབྲེལ་
 བཀའ་ལྷན་དུ་ པ་རྩེ་གསུམ་པ་ ཟེ་སླབ་ཨིན། པ་རྩེ་གི་དུས་ཚུ་ལྷན་པ་འབད་དུ་གོ་མི་འདི་ཡང་ ལྷན་
 ལས་དེ་མོ་གཞན་ཀྱི་དུས་ཚུ་གི་འདི་སྐབས་ ལག་པ་འཛམ་ཚུ་ལྷན་པ་འབད་དུ་གོ་མི་འབད་ཚུད་ཚུགས་
 ཉིད་དོན་ལྷན་ཨིན།



པ་རྩེ་ལ་མ།

གོ་པ་གི་པ་རྩེ་གསུམ་མ་འདི་གྲུ་ ཡན་ལག་གཉིས་འབྲེལ་བཀའ་ལྷན་ འབྲི་མི་འདི་ལྷན་ པ་རྩེ་ལ་མ་ ཟེ་
 སླབ་ཨིན།

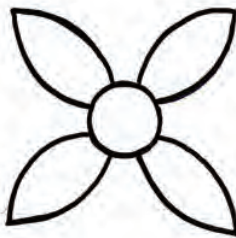


སློབ་ཚན་བཞི་པ།

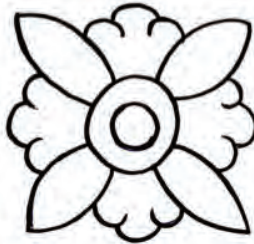
མི་རྒྱུ་གི་སྐོར།

སེའུ་མི་རྒྱུ་ག།

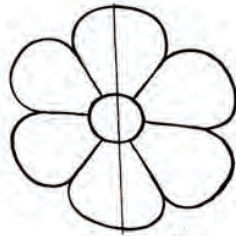
སེའུ་མི་རྒྱུ་ག་ཟེང་མི་འདི་ ང་བཅས་འདི་ རྗོད་གཞི་སེའུ་དུ་ ལྟ་ལུ་ དེ་ལས་ རྒྱུ་འདུ་མཚན་བཞུ་མ་
 ལ་སོགས་པའི་ རོག་གི་གདོད་དུ་ རྗོད་འདུ་ དེ་ལས་ འདུ་ག་འབྲུ་འག་མིག་གི་བཞི་སྐོར་ཚུ་ལུ་
 ཚོན་ འདུ་འདྲི་འག་སུ་མ་སོ་སོ་བཞི་ལས་ འདྲི་འག་འབྲུ་ག་འདུ་འདྲི་སྐོར་མ་ འུ་མི་རྒྱུ་ག་ཚུ་གི་སེའུ་
 རྗོད་ ཚོན་ག་འདུ་འདྲི་ལེ་ལེ་ལེ། སེའུ་མི་རྒྱུ་ག་འདི་ བའུ་འདུ་ མིག་ལས་མཚན་སེའུ་རྒྱུ་ག་མཚན་འདུ་འདྲི་ལས་
 ལུ་འབྲུ་འདུ་ལུ་ རྒྱ་སྐོར་འདུ་མཚན་ འདུ་རྒྱུ་འདུ་ལུ་འདྲི་ལེ་ལེ་ལེ།



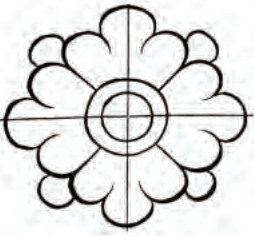
སེའུ་མི་རྒྱུ་སྐོར་ལ།



སེའུ་མི་རྒྱུ་རྒྱས་ལ།



སེའུ་མི་རྒྱུ་འདུ་མ་འབྲུ་འབྲུ་མི



སེའུ་མི་རྒྱུ་མཁུ་གསུམ་འབྲུ་མི

མེ་རྩོག་དེ་མོ་གྱི་བའི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་རིམ།

- ✓ ཚེས་ཐེག་འཛུགས་ཀྱི
- ✓ འཕྲོད་ཐེག་འཛུགས་ཀྱི
- ✓ རྟེན་གྱི་ཕད་འདུ་ལ་ཕར་བཅུ་མ་གྱི།
- ✓ གྱི་ཉི་ཕད་འདུ་ལ་ཕར་བཅུ་མ་གྱི།
- ✓ མེ་རྩོག་གི་རྒྱུ་ཕར་བཅུ་མ་གྱི།
- ✓ འདུ་བམ་གྱི་ཕར་བཅུ་མ་གྱི།
- ✓ དྲུག་མགོ་དཔེ་སྲུང་ལུ་ཕར་བཅུ་མ་གྱི།
- ✓ ཡིག་ཀྱི་གྲུ་གི་སྤྲུལ་འཛིན་གསུང་གྱི།
- ✓ ལྷན་དྲུག་འཛུགས་ཀྱི།
- ✓ བཅུ་རྒྱུ་གི།

རང་སྐྱོད།

༡. སྲིན་འཛིན་དང་ མེ་རྩོག་འཛུགས་མ་གྱི་རིགས་ བྲིས་ཏེ་ སྐྱ་མཚོ་སྐྱིག་སྲེ་ཚོན་གྲང་།

ရွှေဘိုကန်ရွှေရေ

အထွေထွေအချက်အလက် အကျဉ်းချုပ်အကျဉ်းချုပ် ခြုံငုံချုပ်ဆိုခြင်း

အထွေထွေအချက်အလက်

အထွေထွေအချက်အလက် အကျဉ်းချုပ်အကျဉ်းချုပ် ခြုံငုံချုပ်ဆိုခြင်း နေရာအချက်အလက် အကျဉ်းချုပ်အကျဉ်းချုပ် ခြုံငုံချုပ်ဆိုခြင်း

အထွေထွေအချက်အလက်

အထွေထွေအချက်အလက် အကျဉ်းချုပ်အကျဉ်းချုပ် ခြုံငုံချုပ်ဆိုခြင်း အထွေထွေအချက်အလက် အကျဉ်းချုပ်အကျဉ်းချုပ် ခြုံငုံချုပ်ဆိုခြင်း အထွေထွေအချက်အလက် အကျဉ်းချုပ်အကျဉ်းချုပ် ခြုံငုံချုပ်ဆိုခြင်း

အင်္ဂုလိယုဒါယနပုဒ် နှင့် နှစ်ပတ်ချိန်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပေးကြပါစို့

- ✓ နေ့စဉ်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပါ
- ✓ အစောင့်အရှောက်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပါ
- ✓ နှစ်ပတ်ချိန်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပါ
- ✓ နှစ်ပတ်ချိန်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပါ
- ✓ နှစ်ပတ်ချိန်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပါ
- ✓ နှစ်ပတ်ချိန်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပါ
- ✓ နှစ်ပတ်ချိန်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပါ
- ✓ နှစ်ပတ်ချိန်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပါ
- ✓ နှစ်ပတ်ချိန်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပါ



အားပေးပါ

၁. အင်္ဂုလိယုဒါယနပုဒ် နှင့် နှစ်ပတ်ချိန်အား ခြုံငုံရေးဆွဲပေးကြပါစို့

སློབ་ཚན་བརྒྱུད་པ།

འདོད་ཡོན་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་སྐོར།

གཞུགས་མཛེས་པ་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས།

ཇི་སྐད་ཀྱི་གཞུགས་མཛེས་པ་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་མི་རུང་། གཞུགས་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་ཀྱི་སྐོར་ལེགས་འདི་
 གི་ ལམ་མཐོང་འདོད་ལུ་ལེགས་དཔེ་ལྟར། ཟེ་གསུངས་པའི་དོན་ཡང་ རང་གི་མིག་རྩོམ་གཞུགས་
 མཛེས་རྩོག་རྩོག་ ག་ཅི་བཟུམ་མཐོང་པུ་ རྟེ་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པ་བསྐྱེད་མི་བརྟུབ་ཨོན། ག་དེ་མ་ཅིག་འབད་
 རྟེ་ལྷན་ སེམས་ཆགས་རྟེ་ ལོངས་སྤོང་ཉི་མོ་སྐྱེ་བའི་ལུ་ རང་གི་ ཚེ་དཔེ་སྤོང་ལྷན་ ཉེས་ལུ་འབྱུང་གི་
 ཨོན།

རྟེ་ཡང་ དཔེ་ཉེས་ སྤོང་ཆགས་ཀྱི་ལུ་གི་མིག་རྩོམ་ དུ་གསེང་འདོད་འདི་ ག་ཉི་བམ་མཛེས་རྩོག་རྩོག་
 མཐོང་ལུ་ རྟེ་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ཀྱིས་ དུ་གསེང་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་ རྟེ་ལུ་ ལེ་སེམས་ལུ་
 ཡང་མེད་པའི་ལུ་ མཐོང་མཐོང་ལྷན་ ལོངས་སྤོང་སྤོང་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་ སྤོང་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་
 ཅིག་ཨོན། ཟེ་གསུངས་ཉེས་ཨོན།

རྟེ་འབད་ལུ་ལུ་ མཛེས་པའི་དཔེ་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་ལུ་ ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་
 མེད་ཀྱིས་ ཡིད་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ རྟེ་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་
 ཡང་བདེ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ཨོན། ཟེ་དཔེ་ ཇི་སྐད་ཀྱི་ རྟེ་
 རྟེ་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ རྟེ་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ ལུ་
 བདེ་ལུ་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ ཡིད་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་
 མཐོང་པུ་ གཞུགས་མཛེས་པའི་ཉེས་ལྷན་ཁྲུ་ཆགས་པའི་ཉེས་ འཛེས་རྩོག་རྩོག་ མཐོང་པུ་

སྲོབ་ཚན་ལྷན་པའི་ལྷན་གྱི་སྲོབ་ཚན།

སློབ་ཚན་དང་པ།

གཡུང་རྩུལ་གི་རྒྱམ་པའདྲད་དཔ་ ཡུ་ཚོམ་གྱི་སློབ་

གཡུང་རྩུལ་གི་རྒྱམ་པའདྲད་

གཡུང་རྩུལ་ཟེར་མིའདྲི་ རྩུག་བརྩུག་འཕོ་འགྲུས་མེད་པའི་ དོན་སྟོན་ཚུགས་པའི་ སི་མོ་ཅིག་ལུ་གོ་ལ་ཨིན། དེ་ཡང་ བོན་གྱི་ལུགས་ལས་འབད་བའི་ གཡུང་ཟེར་མིའདྲི་ དོན་ལས་མི་ཡེ་ཤེས་པ་དཔ་ རྩུལ་ཟེར་མིའདྲི་ རྩུགས་ལས་མིའདྲུས་བའི་ དོན་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་འབད་ བཤད་པའི་ཁར་ གཞན་ཡང་བོན་གྱི་ དཔེ་ཚུ་ལས་ ལོ་ཤེས་སྐྱེ་གཞེས་ལྷ་འོད་དཀར་གྱི་ ཡོན་ཏུན་བཟོད་པའི་སྐབས་ མིའདྲུས་བའི་གཡུང་རྩུལ་གི་བོན་ (ཚོས) བཅུ་ཐམ་ཡོད་པ་འབད་ བཤད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་

- ✓ རྩུལ་སྲིད་མིའདྲུས་བའི་ གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།
- ✓ བོན་(ཚོས) མིའདྲུས་བའི་ གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།
- ✓ སེམས་མིའདྲུས་བའི་ གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།
- ✓ ལྷ་མིའདྲུས་བའི་ གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།
- ✓ གནས་མིའདྲུས་བའི་གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།
- ✓ ལའོ་གཤམ་མིའདྲུས་བའི་ གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།
- ✓ ཡེ་ཤེས་མིའདྲུས་བའི་ གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།
- ✓ རྩུལ་འཛིན་མིའདྲུས་བའི་ གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།
- ✓ དུག་ཤེས་པ་མིའདྲུས་བའི་ གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།
- ✓ འབྲས་བུ་མིའདྲུས་བའི་གཡུང་རྩུལ་ཐོབ་པ།

ཟེར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ བཅུ་བསྐྱེ་བའི་ གཡུང་རྩུལ་ཟེར་མིའདྲི་ མིའདྲུས་བའི་རྩུག་བརྩུག་ འཕོ་འགྲུས་མེད་པའི་ དོན་སྟོན་དོ་བཟུམ་ཅེ་ ད་བཅས་ར་ རྩུལ་འདི་ཚོས་གྱི་རྩུག་ལས་ཡང་ མིའདྲུས་

སློབ་ཚན་གཉིས་པ།

དུས་དཔྱད་རྒྱས་པ་སྐད་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་

དུས་དཔྱད་གི་དཔེ་རིས་།



དུས་དཔྱད་དཔྱད་སྐད་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་



ཚོམ་ཆུ་ལྷན་སྐྱེས་པའི་དུས་དཔྱད་སྐད་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་



དུས་དཔྱད་ཚོམ་ཆུ་ལྷན་སྐྱེས་པའི་དུས་དཔྱད་



དུས་དཔྱད་རྒྱས་པ་སྐད་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་

སློབ་ཚན་གསུམ་པ།

བཀྲ་ཤིས་རྩལ་བརྒྱུད་ཀྱི་གོ་དོན་ འབྲུལ་ཁུངས་ འབྲི་བཤེས་ཀྱི་བྱ་སྤེལ་གྱི་སྐོར།

བཀྲ་ཤིས་རྩལ་བརྒྱུད་ཟེའམ་མི་འདི་ སིམོ་འམ་དུ་བྱི་བས་གཟུགས་ཀྱི་སྐོ་ལས་ མཛེས་མཆེ་བའི་དོན་པོ་ དུ་ལུ་དཔ་དུས་ཚོ་དྲི་གནས་སྤེས་ག་པའི་ནུཔ་ ཚོ་སིའི་ཞིའི་ནུཔ་མེད་པ་དཔ་ རྒྱལ་ཁམས་བདེ་ཞིའི་ལོ་ལྷན་གས་ རྩལ་ལུ་ལེགས་པ་ལུ་སོགས་པའི་ བཀྲ་ཤིས་པའི་རྩེ་འབྲེལ་ལུ་ལྷན་སྤེལ་ཚོགས་པའི་ ལེགས་ཚོགས་འབྲུལ་ རྩལ་པའི་བདེ་སྐྱོད་མི་སིམོ་ མ་འདྲེས་བརྒྱུད་ལུ་སྤེལ་ཡིན།

བཀྲ་ཤིས་རྩལ་བརྒྱུད་ཀྱི་འབྲུལ་ཁུངས།

བཀྲ་ཤིས་རྩལ་བརྒྱུད་ཀྱི་ འབྲུལ་ཁུངས་འདི་ བོན་ལུ་སོགས་པའི་ཚོས་ལུགས་སོ་སོ་ཚུ་ལས་ མ་འདྲེས་ འབད་བཞུད་ནི་ཡོད་པུ་ པ་བཅའ་པའི་ནུཔ་པ་ སེའམ་རྒྱས་པའི་ལུགས་ཀྱི་འབད་བཞུད་མེན་ བསྐྱེད་བཟུང་ གི་རྣམ་འདྲེན་དཔ་པ་ སེའམ་རྒྱས་འཁོར་བའི་འཛིན་ འཛིན་རྩེ་གི་ཁམས་ཀྱི་ རྩེ་པའི་སྤེལ་ལུ་བྲུལ་ཡོད་པ་ དུ་ བསྐྱེད་པའི་གི་དཔེ་པུ་ བཟུང་བཞུད་པའི་མེན།

རྩེ་མ་ བདག་ལཱ་གི་སྐོར་པ་ རྒྱུ་བཟུང་པ་མཚོག་ མཛོག་པའི་ཚོགས་པ་སེའམ་རྒྱས་ཀྱི་ ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ ལོ་བསྐྱོར་བའི་སྤེལ་ལུ་ རྩེ་པའི་དཔེ་པུ་བརྒྱུད་དུ་ འཛིན་རྩེ་གི་ མེས་པོ་ཚེས་པའི་ཚུ་གིས་ ཚེ་བའི་ གུའམ་བསྐྱེད་ནིའི་དོན་ལུ་ སེའམ་རྒྱས་ཀྱི་དུའི་ རྩེ་པའི་གུའམ་སྤེལ་པའི་ཁམས་ བསྐྱེད་བཟུང་དུ་ མཚོད་པའི་ཚུ་ལུ་འབད་ བཀྲ་ཤིས་པའི་རྩལ་བརྒྱུད་ཚུ་ལུ་མི་ འདི་ལས་བརྩེ་རྩེ་ འབྲུལ་བྲུལ་པ་ བཀྲ་ཤིས་པའི་དུག་མཚན་མཛེས་པའི་ཁམས་ སེའམ་རྒྱས་ཀྱིས་ཡེ་ དེ་ཚུ་བཞེས་ཞིན་མ་ལས་ འཛིན་རྩེ་གི་ཁམས་ག་པའི་ནུཔ་ བཀྲ་ཤིས་པའི་ལེགས་ཚོགས་འབྲུལ་ཚོགས་པའི་ རྩལ་སོ་སོ་མཛོད་ གནའ་མ་མཚན་ མ་འཛེས་པའི་དུས་ལུ་ཡེ་ བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་འབྲུལ་ནིའི་རྩེས་སེའི་ རྩེ་གིས་བཟུངས་

ဤအခန်းကဏ္ဍတွင် ရွှေသီရိရာဇာ၏ နန်းတက်ပွဲနှင့် ပတ်သက်သည့် အထွေထွေအချက်အလက်များကို ဖော်ပြပါမည်။ ရွှေသီရိရာဇာသည် နန်းတက်ပွဲကို နန်းတော်တွင် နေ့စဉ်ကျင်းပခဲ့ပြီး နန်းတော်အတွင်း၌ နန်းတော်အဖွဲ့များကို ဖွဲ့စည်းခဲ့သည်။ နန်းတော်အဖွဲ့များသည် နန်းတော်အတွင်း၌ နန်းတော်အဖွဲ့များကို ဖွဲ့စည်းခဲ့သည်။ နန်းတော်အဖွဲ့များသည် နန်းတော်အတွင်း၌ နန်းတော်အဖွဲ့များကို ဖွဲ့စည်းခဲ့သည်။

ရွှေသီရိရာဇာ၏ နန်းတော်အဖွဲ့များ

ရွှေသီရိရာဇာသည် နန်းတော်အဖွဲ့များကို ဖွဲ့စည်းခဲ့ပြီး နန်းတော်အဖွဲ့များကို ဖွဲ့စည်းခဲ့သည်။ နန်းတော်အဖွဲ့များသည် နန်းတော်အတွင်း၌ နန်းတော်အဖွဲ့များကို ဖွဲ့စည်းခဲ့သည်။ နန်းတော်အဖွဲ့များသည် နန်းတော်အတွင်း၌ နန်းတော်အဖွဲ့များကို ဖွဲ့စည်းခဲ့သည်။ နန်းတော်အဖွဲ့များသည် နန်းတော်အတွင်း၌ နန်းတော်အဖွဲ့များကို ဖွဲ့စည်းခဲ့သည်။



༦ ཡུལ་སྐྱེས་པ་དཔལ་བོ།

བཀྲ་ཤིས་བཅོམ་པ་ལས་ རྒྱགས་ལ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་གྱི་བོད་པ་གསལ།། ཟེ་གསུམ་དོ་བཟུམ་ རྗེས་པ་
པའི་སངས་རྒྱལ་ཚུ་གི་རྒྱགས་ལུ་ དེ་ཉེ་བ་དང་དེ་སྟེ་པ་མ་ལྟོ་པའི་ཡོ་ཤིས་དང་ སེམས་ཅན་བམས་ཅན་ལུ་
བྱ་གཞི་པོ་འཇུག་བཟུམ་བཅོམ་པའི་སྟེ་དེ་ མི་བསྐྱེད་ལོག་པ་ལྟ་བུའི་དག་བག་གསུམ་ཚུ་མེད་མེད་པའི་བཅོམ་ཚུགས་
པའི་རྒྱལ་པའི་མཐུ་སྟོ་བས་གྱི་ཡོན་ཏུ་རྟུག་ཚད་མེད་པ་མངའ་བའི་སྐོ་ལས་ ལྷ་མ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་
ཚུ་ལུ་ རུས་རྟུག་པ་རྒྱུ་དུ་བས་མ་ཚད་པ་ར་ག་བྱིས་གཞུང་དོ་བཟུམ་འབད་ ཡུལ་སྐྱེས་པ་པའི་དཔལ་
གྱི་བོད་དེ་ཡང་ རྗེས་མཐའ་དང་བུ་བུ་སོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱགས་ལུ་དཔེ་མཚན་ཚུགས་པའི་
ཡོན་ཏུ་དང་ཡང་ལྷ་ནི་འདྲི་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱགས་ལུ་ཡུལ་ཕྱོ་ཨིན།

ཡུལ་སྐྱེས་པ་པའི་དཔལ་བོ་ཡུལ་བའི་མན་ཡོན།

དེ་སྐད་ལུ་ དཔལ་བོ་ཡུལ་གྱི་བཀྲ་ཤིས་ཏེ། །འདྲེན་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱགས་ལགས་ཏེ། །བྲམ་མེད་བས་
ལམ་དཔལ་བའི་ཡིན། །རྒྱགས་ལུ་དཔལ་བོ་འདི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཟེ་གསུམ་དོ་བཟུམ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱགས་
ཟུག་པ་མེད་པའི་ཡོ་ཤིས་འདྲི་ལུ་ ཡུལ་སྐྱེས་པ་པའི་དཔལ་གྱི་བོད་ཡུལ་བའི་མན་ཡོན་གྱིས་ གནས་
སྐབས་ དཔལ་གཞན་སེམས་ཅན་གསུམ་ ཚོ་དེ་ལྟེ་བྲོ་དེ་ག་བཀྲ་བ་དང་ ཀྱུ་དང་མཐུན་པའི་འབ་ འགྲུ་བ་
མེད་པའི་བཅོམ་གསུམ་དང་ མཚའ་བཅོམ་མཐུན་ཡོད་ཏེ་པའི་མེད་པ་མེད་པ་མེད་པ་གསུམ་ཚུགས་ནི་ བསམ་ཚད་ལག་པ་ས་
འཁོར་ མཚན་དོན་ལུ་འགྲུབ་ཚུགས་ནི་དང་ མཐའ་བཟུག་ སྤྱི་ལོ་ཡོན་ཏུ་གསུམ་མཐའ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་
བའི་ ཡོ་ཤིས་འདི་བཟུག་ཏེ་ལུ་ལྷུ་ཚུགས་པ་ ལོ་སོགས་པ་བཀྲ་ཤིས་པའི་ དགོ་མཚན་འབྱུང་ནི་ལི་
རྟུགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་ཚུགས་པའི་ དགོས་པ་ཡོད་པ་ཨིན།



ပုဂ္ဂလိကအဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း

- ✓ နိုင်ငံရေးအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း

ပုဂ္ဂလိကအဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း

- ✓ နိုင်ငံရေးအဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း ၂၀၂၀ နှင့် အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း ၂၀၂၀ အဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း

အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း

- ✓ နိုင်ငံရေးအဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း
- ✓ အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်း

- ✓ ལྷན་ཀྱི་འཇམ་མེས་དཔལ་ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ཡུ་བ་དཔལ་ལྷན་ཉི་གཞུང་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ དུས་དཔལ་ལྷན་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ཡིག་ཀྱི་གཞུང་ལྷན་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་ཀྱི་འཇམ་མེས་དཔལ་ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་ཀྱི་འཇམ་མེས་དཔལ་ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི

འཇམ་མེས་ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི་གཞུང་པར་བཅའ་ཉི

- ✓ ཚེས་ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི
- ✓ ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི

དཔལ་ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི

༡. དཔལ་ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི ལྷན་པུ་པར་བཅའ་ཉི

སློབ་ཚན་བཞི་པ།

བོད་པུ་མ་བརྟན་གྱི་གོ་དོན་ འབྲི་བའམ་གྱི་བྱ་རིམ།

བོད་པུ་མ་བརྟན་ཟེར་མི་འདི་ རིན་ཆེན་སྣ་བརྟན་དཔ་ རྒྱ་ཚོས་འདུ་བའི་དེ་སྔོ་པོ།

- ✓ བསའ་ཕུའི་རྩ་ལྷ་དཔ་།
- ✓ གྲུ་མོ་ཆེ་གི་མཆོ་ལ།
- ✓ བྱ་ཕུའི་ཤིང་།
- ✓ སེ་རྒྱུ་ལྷ་པ།
- ✓ གསེར་གྱི་གྲི་གསེར་ཤིང་།
- ✓ རྒྱལ་པོའི་སྣ་རྒྱ་ལྷ་དཔ་།
- ✓ བཅོམ་མོའི་སྣ་རྒྱ་ལྷ་བསའ་བརྟན་ལུ་སྤེལ་ཡིན།

༡ བསའ་ཕུའི་རྩ་/བསའ་ལི་རྩ་ལ།

བོད་པུ་བསའ་ལི་འདི་ འཛོ་བ་རྩུ་ལུ་བརྟན་ཏེ་ རྩོད་
 མི་དེ་རི་རྩ་གསའ་ཤིག་ཡིན་པུ་ རྩོད་བསའ་ལྷ་གསའ་འགྲུ་ཟེ་
 དཔ་བྲལ་བའི་འབར་ ཁོང་གི་པགས་ཀོ་འདི་ མཚོ་ནུ་ཆ་
 ག་དེ་མ་ཤིག་རྩོས་ལེག་ལེ་ཡོད་པུ་ གཤམ་མ་ཚུ་གསའ་
 སྤེལ་བའི་རྒྱ་ཚོས་དཔ་ལྷ་རྟམ་ལས་ དཔ་ལུ་ དམག་
 རྒྱལ་པོའི་འགྲོ་ལྷ་དཔ་གི་ གོ་འབྲེལ་ཡེ་དེ་གིས་ བཅོམ་
 ཡིན་པས། སེམས་ཤེད་ལུ་ རྩ་ལྷ་གཤིག་ཀླུ་པ་
 ཤིག་ཡོད་པ་དཔ་ དེ་ཡེ་ ལྷ་པ་མཁྲུ་ལས་སྣོ་དོ་



6 རྒྱལ་པོ་འཛིན་སྐྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་འཛུགས་

རྒྱལ་པོ་ཟེངས་མིའདྲི་ ཚེ་རབས་ལཱེ་ཤཱ་ཅིག་གི་རིམ་ བསོད་དུ་ཉམས་ཀྱི་
 ཚོན་གསུམ་དཔལ་ལུ་མེད་པའི་ཅིག་བསམ་གསུམ་པའི་མཐུ་ལུ་བརྟེན་ དུ་རེས་
 འཛམ་གྲུ་གྲིང་/རྒྱལ་པོ་ཅིག་གི་ སུ་རྟེ་རི་བྲག་དཔལ་མི་དཔ་ མི་
 མ་ཡིན་པ་གསུམ་ དཔལ་སྐྱེད་མི་སྐྱེད་བསོད་དུ་བཟུང་དུ་ གཟི་བའི་དྲི་
 ཉི་མའི་འོད་ཟེངས་དཔལ་ཉམས་མི་གཏོ་འཛིན་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱལ་
 པོ་འཛིན་སྐྱེད་ལུ་བརྟེན་གསུམ་མི་སྐྱེད་ཀྱི་འདྲི་ཡེ་ ཁོ་རའི་བསོད་དུ་ཉམས་
 ཀྱི་མཐུ་ལས་གྲུ་བའའི་ རྒྱ་རིན་པོ་མེ་སྐྱེད་ཚོན་གསུམ་ལས་གྲུ་བའའི་
 དེས་པོ་ སྤྱི་པའི་ཁམས་ཀྱི་ དུ་ཀོན་ཤོས་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་
 མི་ཡོད་ཚད་གཅིག་པོ་གསུམ་ འཛོམས་མཚུགས་ཉི་དེ་གསུམ་ རི་མོ་
 འདྲི་སྐྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་འཛུགས་འབད་ ལག་ལུ་ཉམས་ཨིན།



7 བཅོམ་མོ་འཛིན་སྐྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་འཛུགས་

བཅོམ་མོ་འཛིན་པོ་མེའདྲི་ རྩོ་སྐྱེད་མཁའ་ལྷན་གྱི་ སྤྱི་ལོ་བསམ་ཚུལ་བ་ མོ་སྐྱེས་གཞན་གྱི་དཔལ་ལུ་ བསྐྱེད་འཛམ་པ་
 སེར་སྐྱེ་མེ་བ་ ད་རྒྱལ་མེ་བ་བསམ་བློ་མེད་ཀྱི་སྐྱོན་ལ་སྦུངས་ཨིན་མ་ལས་ བསམ་པའོས་དཔལ་མཐུན་པ་ རྩ་
 དཔལ་མེ་བ་ རིགས་དཔལ་མཐུན་པ་ ཚལ་སྤྱི་དྲི་མེད་འཛམ་མཐོ་བ་ རྩོ་གཞན་ལུ་ཡག་ཤོག་ མ་འབད་ཡ་
 ལཱ་སོགས་པའི་ མཛེས་མའི་ཡོན་ཏན་ལ་དཔ་ དུ་ཉམས་ཅིག་ཨིན། བཅོམ་མོ་འཛིན་སྐྱེད་ཀྱི་འདྲི་ཡེ་ མོ་
 རའི་བསོད་དུ་ཉམས་ཀྱི་ སྤྱི་བསམ་ལས་གྲུ་བའའི་ རིན་ཐང་ལེན་གྱི་རྣམ་ཐུག་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ དེ་
 བཟུམ་མའི་ རྒྱུ་མེད་བསམ་ཡལ་པ་གསུམ་ འཛོམས་མཚུགས་པ་ལས་ སྐྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་འཛུགས་ ཚལ་འབད་རི་མོ་འདྲི་
 ལག་ལུ་ཉམས་ཨིན།



- ✓ ဆွေမိဖွယ်ကားပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ ဇာတိကား ပေးပေးပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ ယခင်ကားပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ ခေတ်ကားပေးပေးပေးပေး

ရန်ကင်းကြီးကြီးကြီးကြီးကြီးကြီးကြီး

- ✓ ဆွေမိကားပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ ရန်ကင်းကြီးကြီးကြီးကြီးကြီး
- ✓ ရန်ကင်းကြီးကြီးကြီးကြီးကြီး
- ✓ ဇာတိကား ပေးပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ ယခင်ကားပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ ခေတ်ကားပေးပေးပေးပေး

အိမ်ထောင်ရေးအိမ်ထောင်ရေးအိမ်ထောင်ရေး

- ✓ ဆွေမိကားပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ ရန်ကင်းကြီးကြီးကြီးကြီး
- ✓ အိမ်ထောင်ရေးအိမ်ထောင်ရေး
- ✓ ဇာတိကား ပေးပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ ယခင်ကားပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ ခေတ်ကားပေးပေးပေးပေး

အိမ်ထောင်ရေးအိမ်ထောင်ရေးအိမ်ထောင်ရေး

- ✓ ဆွေမိကားပေးပေးပေးပေးပေး
- ✓ အိမ်ထောင်ရေးအိမ်ထောင်ရေး
- ✓ ဇာတိကား ပေးပေးပေးပေးပေးပေး

སློབ་ཚན་ ལཱ་པ།

བཀྲ་ཤིས་ཚུལ་བཟུང་གྱི་གོ་དོན་ འབྲུང་ལུངས་ དུགས་པ་ འབྲི་བཟངས་གྱི་བྱ་རིམ།

བཀྲ་ཤིས་ཚུལ་བཟུང་བཟུང་བའི་འདྲི་ སེམ་འཇམ་དུ་བྱིས་མ་གཟུགས་གྱི་སྐོར་ལས་ ཚོས་དཔ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ག་
ཅིར་ལོན་ཅུང་ དེ་ཚུ་དག་ཀྱི་འཇམ་བཀྲ་ཤིས་པ་འབྲུང་གི་དེ་ རྟོག་འབྲེལ་མཚོན་བྱེད་གྱི་ སེམ་མ་འབྲས་བུ་དུང་
སྤུང་ལོན།

བཀྲ་ཤིས་ཚུལ་བཟུང་གྱི་འབྲུང་ལུངས།

བཀྲ་ཤིས་ཚུལ་བཟུང་གྱི་འབྲུང་ལུངས་འདི་ཡང་ རྟེ་མ་བཟུང་གཞུག་གི་སྟོན་པ་ མཉམ་མཉེ་གྲུག་འུ་ལུ་པོ་
མཚོག་ དཔ་པོ་བྱུང་ཚུ་བམཚོག་ཏུ་བྱུགས་བསྐྱེད། བས་དུ་བསྐྱུ་མཚོན་གཏུགས་མཉེ་གསུམ་གྱི་དེ་ཚོགས་བསགས་
མཉམ་མཉེ་བསྐྱུ་ལུ་པ་བཟུང་པོ་དེ་སེམ་ཚུས་སྟོང་ སེམ་ཚུས་སེམ་ཚུས་ འཇོག་གཏུགས་ལུ་འབྲུང་མ་བྱས། བཟུང་གི་
རྟོ་ཇི་གཟུང་ལུ་མཚོན་པ་སེམ་ཚུས་སྟོང་ ཟུང་གི་སྤྱི་སྤྱི་བཟུང་གསུམ་ལུ་འབྲུང་མ་བྱས། བཟུང་གི་
ཏུ་བྱུང་ཚོས་ཤིག་ལོ་བོས་རྟེད། སྤྱི་ལུ་སྟོན་གྲུང་གོ་བས་མི་ཚུས་པས། ཤི་སྤྱི་གསུམ་འབྲུང་གི་དུ་གཟུང་
པས་བ། ཟུང་གསུངས་ཏེ་ ཞུག་གཏུགས་བཞི་བུ་ཞེ་དུ་གཏུགས་ལུ་འབྲུང་མ་བྱས། བཟུང་གི་
གྱི་སྟོན་ལུ་མ་གྱིས་མཉམ་ལུ་འབྲུང་པོ་བཟུང་གི་དུང་ ཚེས་པ་གཏུགས་གྱིས་གཚོས་པའི་ ལས་དུང་སྐྱུ་
བ་དུ་མི་ཏུ་ལུ་མི་གསུམ་གྱི་འཁོར་ཚུ་གིས་ ཚོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོད་བས་བསྐྱུ་གི་དེ་དོན་ལུ་ ཚུས་
བཟུང་པོ་ཚུ་ལུ་མི་འདྲི་ སེམ་ཚུས་གྱིས་བཀྲ་ཤིས་པའི་ ཚུས་འབྲུང་གི་གྱིས་བསྐྱུ་གསུམ་གཏུགས་མ་ཚད་
ཚུས་འདྲི་ཚུ་ལས་བཟུང་ འཇོག་བཟུང་གཏུགས་ བཀྲ་ཤིས་པའི་ལུ་གསུམ་ཚོགས་འབྲུང་ཚུ་གསུམ་པའི་ བྱུགས་
སྟོན་མཚོན་གཟུང་པོ་དུ་ལས་ དུ་ཏུ་གི་བས་ལུ་ཡང་ ཚོས་དཔ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ག་ཅིར་བཟུང་ཅུང་ བཀྲ་
ཤིས་པའི་རྟོག་འབྲེལ་བསྐྱིག་གི་དེ་སྤྱི་ལུ་མ་ཉམས་པས་ཡོད་པ་ལོན།

༥ བྱིལ་བའི་ཁྲུང་ས་དཔེ་དཀོས་ལ།

དེ་སྐད་དུ་ བྱིལ་བ་རྒྱ་རྒྱུ་འབྲས་ཕྱ་བསེ་པའི་ཚེས། །འཛིན་རྒྱུ་འཛིན་རྒྱུ་འདུས་པའི་སྟོན་པ་ཀྲུ།
 །བྲལ་ཚུབ་སྟེང་པོ་མཚོན་ཏུ་གྲུ་པ་ཡི། །བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དོན་ཀྲུ་གྲུ་གྲུ་ལེ། །ཟེ་གསུལ་དོ་བཟུམ་
 །སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ །འཛམ་དུལ་དུ་བྲུང་ས་དཔེ་ །ཡུག་ཉེ་དོ་མེ་ །སྐྱུ་རྒྱུ་ལ་གཟིགས་ལ་སོགས་པའི་བྲལ་ཚུབ་
 །སེམས་དཔེ་འཇུ་ལུ་ “ཀྱེ་འགས་ཀྱི་ཕྱ་ །བྲལ་ཚུབ་སེམས་དཔེ་འཛིན་ལ་བསྐབ་པ་འདོད་ཉེ་ །ཡོ་འལ་ཏུ་ཡིན་པ་
 །དུག་ལ་བསྐབ་པ་པ་བྲུའོ” །ཟེ་གསུལ་དོ་བཟུམ་ །སྐྱུ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་ཡོ་འལ་ཏུ་ཡིན་པ་དུག་དཔེ་ །བསྐྱེ་
 །བའི་དོས་པོ་བཞུ་ལ་སོགས་པ་ །འཛིན་རྒྱུ་དཔེ་འཛིན་རྒྱུ་ལས་འདུས་པའི་ །ཟེ་གསུལ་གཉིས་མེད་
 །བྲལ་ཚུབ་སྟེང་པོ་འབྲོབ་ཀྱི་ཉེ་བ་དཔེ་སྟོན་པ་ཚུ་རེ་གི་ །རྒྱུ་ལུ་ལྟ་ཀྱི་འཛིན་པ་མཚོན་ལུ་ །ཤིང་གི་ལྟ་མོ་འོད་
 །འཇུ་མ་གསེས་ཤིང་ཐོག་བྱིལ་བ་ཡུལ་མི་འདྲི་བཞུས་ཏེ་ །བཀྲ་ཤིས་པའི་ཚུལ་སྟེ་ །བྱིན་གྱིས་བསྐབས་གཉེད་
 །ཡོད་པ་ཨོན་པས། །རྒྱ་རྒྱུ་འབྲས་ཕྱ་ཡུན་ཚོགས་བྱིལ་བའི་ཚུལ། །ལྟ་མཚོན་ཚེས་པས་རྒྱལ་དཔེ་ལ་ཡུལ་
 །བས། །བྲུབ་པའི་སྟེང་པོས་འགོ་ལ་ཤིས་མཛད་ཏུ་ར། །བདག་ཀྱང་འབྲུལ་གྱི་དོན་ཀྲུ་གྲུ་གྲུ་ལེ། །ཟེ་
 །གསུལ་དོ་བཟུམ་ །ཉེ་མ་ཤིང་གི་ལྟ་མོ་འོད་འཇུ་མ་དཔེ་ །ལྟ་འི་རྒྱལ་པོ་ཚེས་པ་གསེས་ །ཤིང་ཐོག་བྱིལ་བ་ཡུལ་
 །མི་འདྲི་བཞུས་ཏེ་ །བཀྲ་ཤིས་པའི་ཚུལ་སྟེ་བྱིན་གྱིས་ །བསྐབས་གཉེད་ཡོད་པ་བཟུམ་ །པ་བསེ་ཀྱིས་
 །སངས་རྒྱས་དཔེ་ །བྲལ་ཚུབ་སེམས་དཔེ་འཛིན་གསུལ་ལུ་ །བྱིལ་བའི་ཚུལ་ཡུལ་བ་ལས་ །བྲལ་ཚུབ་གྱི་སྟོན་པ་རྒྱ་
 །མཚོའི་ཡ་མཐའ་སོག་ཏེ་ །རྒྱ་རྒྱུ་གྱིས་བསྐབས་པའི་ཤིས་བྲའི་ཚུལ་ཚུ་གི་དོན་རྒྱུ་གསུལ་ཚུགས་པའི་དཀོས་པ་
 །ཡོད་པ་ཨོན།



အခြေခံအုတ်မြစ်အရည်အသွေးစံနှုန်း

- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်

အခြေခံအုတ်မြစ်အရည်အသွေးစံနှုန်း

- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်

အခြေခံအုတ်မြစ်အရည်အသွေးစံနှုန်း

- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်
- ✓ အခြေခံအုတ်မြစ်



འབྲུག་ཕྱིར་

ཕྱིས་བརྒྱུད་དུ་བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས། དེ་ལྟར་ཞིབ་འདེད་ རྒྱུ་ཚན་ལྟེ་ལྟེ་བཞིན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་གི་གྲུབ་འབྲས་དུ་
 སྦྱོང་ལུ་ ལས་འགུལ་ དུས་རྒྱུན་དུ་བྱེད་པའི་ ལུ་གི་རིག་ཚུལ་འགྲེམ་སའི་རྒྱུ་ རྒྱུ་ཐོ་དུ་ དུ་ཕོ་སྦྱོང་
 དག་རྒྱུགས་དུ་འབྲི་རྒྱུགས་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ལེན་ནི་ལོ།

རྣམ་སྦྱོང་།

1. རྣམ་ཐོག་གི་བཟོ་བྲུ་བའི་ལམ་ལུགས་ཉེས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྣམ་ཐོག་ལྟར་བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ ཡོད་
 མེད་པ་དུ་བྱེད་པ་དུ་ཕྱད་དེ་བྲིས།

མཚུགས་སློབ།

རྣམ་ཐོག་གི་ལམ་ལུགས་ཉེས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྣམ་ཐོག་ལྟར་བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ ཡོད་
 མེད་པ་དུ་བྱེད་པ་དུ་ཕྱད་དེ་བྲིས།

ཐུབ་རྟེན་དཔེ་དེབ།

དུ་ཀོ་རྟེན་མཚན་པ་བསྟན་འཛིན། (༡༩༩༥) བཟོ་གནས་སྐྱེ་ལོ་ལྷན་ལྷན།
 མཁུ་པོ་ཡུ་རྟེན་ཚོགས་པ་ཀྱང་གིས། (༢༠༠༣) འབྲུག་གི་བཟོ་རིག་བཅུ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པའདྲ་མཁུ་པོ་ཡུ་རྟེན་ལ་
 རྟོན།
 ག་ཟེ་ཐུབ་པ་བསྟན་འཛིན་དོན་ཡོད། (༢༠༡༥) ཐོད་གཤམ་ཆུ་པའི་སྤྲོ་ལོ་གོ་མས་གཞི་སྤྲོ་ལོ་ལྷན་ལྷན།
 ཐོད་གཤམ་ཆུ་པའི་རིག་དཔེ་ལེན། (༡༩༩༡) ཐོད་གཤམ་ཆུ་པའི་རྟེན་གསུམ་ལྷན་ལྷན་གྱི་མ།
 བྲམ་སྐྱེ་ལོ་བཟུང་ཚོས་འཕུལ། (༢༠༠༣) བཟོ་རིག་བཅུ་གསུམ་གྱི་སྤྲོ་ལོ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན།
 རིག་འཛིན་པོ་ཡུ་རྟེན་ལྷན་ལྷན་གྱི་རིག་ལྷན་ལྷན། ལུ་ལྷན་ལྷན་གྱི་བསམ་པ་མཚན། (༢༠༡༤) བཀའ་བརྒྱ་དཔེ་སྤྲོ་ལོ་ལྷན་ལྷན།
 སྤྲོ་ལོ་ལྷན་ལྷན་གྱི་བཟུང་ཚོས་ལྷན་ལྷན། (༢༠༠༡) རྟེན་མཚན་ལྷན་ལྷན་གྱི་རིག་ལྷན་ལྷན། ཀེ་ལོ་ལྷན་ལྷན།
 སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་ལྷན། མཚན་ལྷན་ལྷན་ལྷན། (༢༠༠༣) ལྷན་ལྷན་གྱི་བཀའ་ལྷན་ལྷན། ཀེ་ལོ་ལྷན་ལྷན།
 འབྲུག་ལྷན།
 སྤྲོ་ལོ་ལྷན་ལྷན་གྱི་དཔེ། (༡༩༩༥) འཛོམས་ལྷན་ལྷན་གསུམ། འབྲུག་ལྷན་ལྷན།
 ཡོ་གིས་རྣམ་རྒྱུ་ལྷན། ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱིས་ལྷན། (༢༠༡༦) ལྷན་ལྷན་གྱི་བཟོ་རིག་བཅུ་གསུམ་སྤྲོ་ལོ་ལྷན་ལྷན།