

སྐྱེ་དབྱུངས་ཀྱི་ལམ་འབྲིང།

སློབ་རིམ་ ༡༡ བ་ ༡༢ བའི་སློབ་དེབ།



ཤེས་རིག

སློབ་གྲུབ་ཤེས་ལྡན་ལས་ཁུངས།

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

དུམ་རྒྱུ་འབད་མི། སློབ་གྲིལ་གི་ལོ་ལྟོ་ལས་ལཱ་ལ།

བརྒྱུ་འབྲིལ་ལཱ་། ༩༧༥-༢-༢༢༢༤༤༤

སློབ་གྲིལ་ལཱ་། www.rec.gov.bt

མཚན་ལཱ་། © ༢༠༢༢ སློབ་གྲིལ་གི་ལོ་ལྟོ་ལས་ལཱ་ལ།

དུམ་དུམ་འདྲི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཡོད་ས་ སློབ་གྲིལ་དོན་ལཱ་ ཚོམ་སྒྲིག་དང་ དུམ་རྒྱུ་འབད་ཡོད་ལཱ་ལས། སློབ་གྲིལ་གི་ལོ་ལྟོ་ལས་ལཱ་ལས་ གནའ་བ་མེད་པས་ བརྒྱུ་འབྲིལ་དང་ ཚོམ་སྒྲིག་ལོ་ལྟོ་ལས་ལཱ་ལས་འཛུགས་གནང་།

དུམ་རྒྱུ་འབད་མི་དུམ་ལ། ༢༠༢༢

བཀྲིན་དུག་འཛུགས།

ཕྱག་ཚུ་རིག་གཞུང་གི་དོན་ལཱ་ ཚུ་གཞུང་འགོ་དཔོན་དང་ ཚུ་གཞུང་མཁའ་མཚན་ག་ གཞིག་མཐུན་ཐོག་ལས་ ཚོམ་སྒྲིག་གི་ལཱ་ ལཱ་ རྒྱུ་འབྲིལ་ལཱ་ལས་མེད་པའི་སློབ་གྲིལ་ལཱ་ལས་ སློབ་གྲིལ་ལཱ་ ཚུ་གཞུང་དང་འབྲུག་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ལཱ་ལས། རྒྱུ་འབྲིལ་བཀྲིན་དུག་འཛུགས་ལོ་ལྟོ་ལས་ལཱ་ལས།

གྲོས་འོན་ལཱ།

- ༡. དུམ་ལོ་བཟུལ་འཛུགས་ལཱ་ གཞུག་ལག་སྒྲིག་འཛུགས། ཚུ་གཞུང་དང་འབྲུག་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ལཱ་ལས།
- ༢. བདེ་ཆེན་དུམ་ལཱ་ལས། རིག་གཞུང་གི་ཚུ་གཞུང་ ཚོམ་སྒྲིག་འགོ་དཔོན། ཚུ་གཞུང་དང་འབྲུག་རིག་གོང་འཕེལ་ལས་ལཱ་ལས།

ཞུག་འཛུགས་དུམ་ཚོམ་སྒྲིག་ལཱ།

- ༡. བདེ་ཆེན་དུམ་ལཱ་ལས། རིག་གཞུང་གི་ཚུ་གཞུང་ ཚོམ་སྒྲིག་འགོ་དཔོན། གྲོས་འོན་ལཱ།
- ༢. བཀྲིལ་གི་བཟུལ་འཛུགས། སྤེལ་སྤྱོད་སློབ་གྲྭ་མེད།
- ༣. ལྷན་དུམ་ལཱ་ལས། ལཱ་བཟུལ་ཟུང་ལཱ་ལས་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ལཱ་ལས།
- ༤. ལྷན། བདེ་ཆེན་ཚོམ་གྲིང་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ལཱ་ལས།
- ༥. བསོད་ནམས་བཟུལ་འཛུགས། དུམ་ལཱ་ལས་ལཱ་ལས་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་ལཱ།
- ༦. ཚོམ་ལཱ་ལས་ལཱ། རྒྱ་ལཱ་ལས་ལཱ་ལས་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ལཱ་ལས།
- ༧. ཡོ་གི་ཚོམ་སྒྲིག་ ཕྱག་ཚུ་རིག་གཞུང་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་ལཱ།

ཆེད་བཅོམ་

འོད་སྤོང་ཟེར་གྱིས་ཕྱེ་བའི་གྲུང་གུམ་གཟུགས། །དང་བའི་མེ་ལོང་དཀྱིལ་ན་གསལ་བ་བཞིན།།

འགྲིང་ལེགས་དབང་པོའི་གཞུང་བཞིན་རབ་བཏུག་བའི། །སྤོན་མཛེད་མུ་དབྱངས་དག་གི་དབང་ཕྱུག་སྟོལ།།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནུལ་ལུ་ ལོན་ཕྱོད་རྒྱལ་བ་གོང་མ་དཔལ་མཐུན་པོའི་མཛེད་ལུ། །ལམ་སྲོལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལེ་ལྡོལ་པོ་དཔལ་པའི་
གསལ་ལས་ ལྷན་ཆ་དཔལ་གཞུག་གི་རིགས་ཚུ་ཡེལ་ ལྷ་ལྷ་མི་གསུམ་དུ་གྱུས་པའི་མཛོད་ཚོགས་དཔལ་ དཔལ་གསལ་ལམ་སྲོལ་མཐུན་པོ་འདྲི་རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དཔལ་སྲོག་གི་པོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན།

དབྱུ་མ་ཚུ་བ་ཤེས་རབ་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲུལ་འབྲུལ་མ་ཡིན་པའི། །ཚོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞོ། །དེ་ལྟར་ལྷོད་ཀྱི་མ་ཡིན་པའི། །ཚོས་
འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞོ། །ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ་མོ། སྤྱི་པལ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་དཔལ་ ཞི་བ་ལྷ་པོ་ལས་འདུས་པའི་ཚོས་གུ་པ་ཡན་ཚུ་
ལོས་ཀྱུ་བ་མོ་འབྲུམ་མ་གཏོགས། གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་མ་བརྟེན་པར། དཔལ་ཞེན་གྱིས་ཀྱུ་བ་ཀྱུ་བ་པའི་ཚོས་ཅིག་གུ་ཉེ་ཡེལ་མེད་པ་ཡིན།
དཔེར་ན། རྟེན་སྤོང་གི་འཛིན་རྟེན་ལུ་བརྟེན་ཏེ། བརྟེན་པ་བཟུང་གི་སེམས་ཅན་དཔལ། རྟེན་ཅུ་མ་འཁལ་ལུ་བརྟེན་པ་ཉེ་བྱ་བླ་སྐར་གསུམ་ལུ་སོགས་
པའི་གཟུང་ལྷན་ཚུ་གཞུས་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན།

འདྲི་དཔལ་འབྲུམ་མོ། པལ་ཅེས་ས་འཛིན་རྟེན་འཛེམ་གྱི་པལ་འདྲི་ས་ མི་རྟུག་པའི་དཔལ་ཞེན་ཅིག་ཡིན་མཁལ་ལས། འདྲི་རྟུག་གསུམ་མི་ པལ་ཅེས་ས་
འགྲོ་བ་མི་དཔལ། མཛོད་མེད་དུ་འགྲོ་བུ་གི་སེམས་ཁབ་ དགའ་སྤྱོད་པལ་བཤེས་ལུ། ག་བཟུམ་ཅིག་ཡེལ་ལྡན་སྤྱི་པལ་ཡིན། དེ་བཟུམ་མའི་དགའ་སྤྱོད་
དཔལ། བཤེས་གི་རྟུག་མ་ཚུ་སེམས་ལྡན་ཏེ་འོང་མེད། དེ་དཔལ་བཤེས་པའི་ཚོགས་ཚུ་ཡེལ། ག་དཔལ་དབྱུངས་ཀྱི་ཐོག་ལས། དཔལ་ཞེན་གྱིས་ཐོག་
འོང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡེལ། དཔེར་ན། དཔལ་གི་མཛོད་དོན་ཚུ་གྱུ་བ་སྟེ་འོང་བའི་སྐབས་ལུ། དགའ་བའི་ཚོགས་ག་དཔལ་དབྱུངས་མོ་ལེན་མི་ལུ།
དགའ་སྤྱོད་དཔལ། དཔལ་གིས་བཟོ་མས་པའི་ལུ་དཔལ་ལྷན་གྱི་ ག་ཅི་ས་ཡིན་པུ། མཛོད་དོ་བཟུམ་མོ་འབྲུག་མ་ཚུ་གསུམ་པའི་སྐབས། དཔལ་གི་སེམས་ཁབ་
སྤྱོད་མེད་པལ་ལྷན་དེ་འོང་མེད། སྤྱོད་མེད་སྤྱོད་ལུ་གསུམ་ཚུ་དབྱུངས་མོ་འཐོག་མི་འདྲི་ལུ། སྤྱོད་སྤྱོད་ ཟེར་སྤྱོད་ཡིན།
དེ་ལས་པལ་ཅེས་ས་མི་ཚུ། སེམས་དགའ་དཔལ་པའི་ལྡན་གསུམ་ ཀུ་པལ་དཔལ་ཚུ་སྤེལ་ཏེ། ལྷན་པའི་ཚོགས་ཚུ་དཔལ་ཞེན་གྱིས་ཐོག་ཏེ།
དེ་ཚུ་ག་དཔལ་དབྱུངས་བསྐྱེད་མེད་མོ། འཐོག་མི་ལུ་སྤྱོད་ཟེར་སྤྱོད་ཏེ། གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་དགའ་བ་དཔལ་བཟོ་བའི་སྤོང་ལས། ཚོགས་གི་ག་དཔལ་
དབྱུངས་དཔལ། ལེ་ལེ་བསྐྱེད་མཁལ་པལ་སོགས་པའི་སྤོང་ལས། འཐོག་མི་ལུ་སྤྱོད་གཞུགས་ཟེར་སྤྱོད་པལ་དཔལ་ལྷན་གྱི།

བཀྲིས་རྟུམ་རྒྱལ།

མེད་ཆེན།

དཀར་ཆགས།

སྲིབ་མིའ་༡༡པའི་གྲུ་དྲུངས་ཀྱི་སྲིབ་ཚན།

སྲིབ་ཚན་དཔལ།	༡
སྲིབ་ཚན་གཉིས་པ།	༡༧
སྲིབ་ཚན་གསུམ་པ།	༢༧
སྲིབ་ཚན་བཞི་པ།	༣༣
སྲིབ་ཚན་ལྔ་པ།	༣༩
སྲིབ་ཚན་དྲུག་པ།	༤༩

སྲིབ་མིའ་༡༢པའི་གྲུ་དྲུངས་ཀྱི་སྲིབ་ཚན།

སྲིབ་ཚན་དཔལ།	༥༩
སྲིབ་ཚན་གཉིས་པ།	༧༡
སྲིབ་ཚན་གསུམ་པ།	༩༧
སྲིབ་ཚན་བཞི་པ།	༡༡༡
སྲིབ་ཚན་ལྔ་པ།	༡༣༣
སྲིབ་ཚན་དྲུག་པ།	༡༣༩
སྲིབ་ཚན་བདུན་པ།	༡༥༧
སྲིབ་ཚན་བརྒྱད་པ།	༡༥༡
ཉམ་ཐབས།	༡༥༣
རྒྱལ་རྒྱུ་དཔེ་དེ།	༡༥༣





སྲོབ་རིམ་༡༡ པའི་སྐད་ཀྱི་སྲོབ་ཚན།

སློབ་ཚན་དང་པ།

རང་ལུགས་གྲུ་གཞུང་གི་སློབ་གྲྭ།

གྲུ་གཞུང་གི་གོ་དོན།

ཚོགས་གཉིས་ཨོན་ཏུ་ སྐྱེ་ཚུལ་གྱི་ལམ་ལས་ ཉུག་པའི་དག་གི་དབྱེད་སྟེང་ལྟ་བུ་དཔལ་ཏེ་ འབྲེན་མི་ཅིག་ལུ་
གྲུ་གཞུང་ཟེར་སྐབ་ཨོན། དེ་ཡང་ རང་གི་སེམས་ལུ་དག་ལ་བཟུང་སྟེ་ སྐྱེ་བའ་དཔལ་ལྷན་ལུ་
གཤམ་བའི་སྐབས་ལུ་ ཉུག་ཉུག་མི་དག་ལ་སྐྱེ་ལུ་མེད་པའི་ལུ་ རྩོད་བྱེད་གྱི་ཚོགས་ལུ་བསྐྱེད་ལོན་མེད་པའི་ ལ་
ལས་ཉུམས་འགྲུ་སྐྱེ་གཞུང་དབྱེད་སྟེང་ལུ་ ཡི་ལས་འབྲེན་མི་འདི་ལུ་ གྲུ་གཞུང་ཟེར་
སྐབ་ཨོན་པས།

གྲུ་གཞུང་དཔལ་ལྷན་ལུ་

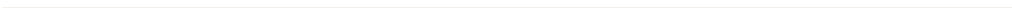
བཤད་མཛོད་ཡིད་བཞིན་ཉོན་པུ་ལུ་བཅུ་གསུམ་པ་ལས། ཉུག་པའི་གྲུ་ཡི་མཛོད་འདི་ནི། །སྐད་བའི་ག་པའི་
བསྟན་བཅོས་ཡིན། ། སློབ་དཔལ་ལྷན་ལུ་འཇམ་དཔལ་གྱིས། །དོན་ཚུན་ཉུ་དུ་ཉུ་མིན་གཉིས།
།འབྲེན་མི་འདི་དོན་ལུ་མཛོད། །ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ་མེ་ གྲུ་གཞུང་འདི་འགོ་དཔལ་པ་ ཇེ་བཅོན་འཇམ་
པའི་དབྱེད་སྟེང་ །ཉུ་དུ་ཉུ་མེ་ཡིན་གཉིས་འབྲེན་མི་འདི་དོན་ལུ་ གསུངས་གཉེད་གཉེད་མེ་ཨོན་པས།
དེ་ཡང་ མཛོད་པའི་མཛོད་ལས། །ལས་ལས་འཇམ་ཉུ་ཉུ་མེ་ཚོགས་སྐྱེ། །ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ་ འགོ་བའ་དཔལ་
རང་སོ་སོའི་ །ལས་ལུ་ཉུ་མེ་པའི་མིན་པ་ལས་བཟུན་ཏེ་ །སྐྱེ་བའི་ལུ་ ཉུ་མེ་མེ་ཚོགས་སྐྱེ་དཔལ་ལྷན་ལུ་འདི་
རང་བཞིན་ཅིག་ཨོན། དེ་གི་ཉུ་ལས་ཡང་ །ཉུ་དུ་ཉུ་མིན་གཉིས་མེ་མཚུན་མི་འདི་ རང་སོ་སོའི་ལས་ལས་
བཟུན་ཏེ་འགྲུ་དོ་ཡིད་ལུ་ཨོན་ཏུ་ རྒྱ་ཉུ་ དེ་མེ་ཅིག་པའི་ །འགྲུ་ལུ་བཞོད་དེ་ཡིད་མི་ཚུ་ལས་བཟུན་ཏེ་
འགྲུ་དོ་ཡིད་ལུ་ཨོན་པས།

བཞི་པ། མཛེས་རྒྱུ་ཡོན་ཏན་ལྟ་བུ་ཟེར་མི་འདི་ ཡོ་མོ་ཡན་ཚུན་བརྟེན་པའི་མིག་གཞི་མཐུན་ མཚོན་བའི་སེམས་
ལས་འབབ་པའི་དབང་གིས་ གཞིག་གིས་གཞིག་ལུ་ མཛེས་བཟོ་འཛིན་མཐུན་ལམ་གྱི་སེམས་སྟོབ་ཏེ་ བས་ན་
འབྲེལ་བ་བཟོ་ཚུགས་པའི་རྒྱ་གཞུང་ལྟ་སྟབས་ལྟར་ཡིན།

ལ་པ། དཔེ་སྣང་སྣང་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ ས་དང་རྟོ་ ཤིང་དཔ་མེ་རྟོ་ག་ མི་དཔ་དུད་འགྲོ་སེམས་ལྟེ་
རྒྱ་དཔ་གྲིའུ་ལུ་སོགས་པ་ ང་བསལ་པའི་མིག་གིས་མཐོང་ཚད་དཔ་ སེམས་ལས་དཔ་ཚད་ཤིག་ཤི་དཔེ་སྣང་གྲུ་
ཏེ་ མོ་བདུ་འཇུག་རྟོ་རྟོ་འབད་སྟོད་ཚུགས་མི་ དཔེ་ལྟ་ ང་བསལ་པའི་རྒྱལ་ལས་ལྟེ་ ཡོ་མོ་གྲགས་སེ་
དཔ་ལྲུ་སོང་སྟེ་ཡོད་མི་ ཚེ་མོ་དཔ་ རྩོ་བེ་ ལ་བཅའ་དཔ་ དཔེ་གྲུ་ལུ་སོགས་པ་ལུ་སྟབས་ལྟར་ཡིན།

དུག་པ། རྒྱ་གྲུ་འགྲུ་ཤོག་ལྟ་བུ་ཟེར་མི་འདི་ སྤིང་ཤེ་གིས་རྒྱལ་པོ་འཛིན་དཔ་ དུ་མ་ཡ་ཉལ་གྲུ་ལྟེ་
མཚུ་རྩ་རྟེན་དཔ་ ཡུ་འཛིན་དཔ་བཟུ་གིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་ཚུ་བཟུ་སེ་ ཡོ་མོ་གསལ་མའི་དཔེ་ལྲུ་ལྟེ་དཔ་གཞིག་
ལས་དཔ་གྲུ་ལྟེ་ དཔེ་མོ་ཚུ་ལུ་ཡབ་པའི་སྟབས་ལུ་ རྒྱ་ཏན་རྟོ་རྟོ་འབད་འབྲེལ་གྱི་ཏན་ དཔེ་ལྲུ་ལྟེ་
ཚུ་གི་སེམས་ལུ་སྟེ་མཐུ་སྟོན་རྒྱུ་ལྟེ་དཔ་ རེ་གི་སྟོབས་དཔ་ གཞི་བཟོ་དེ་མས་པའི་སྟོ་ལས་ ཡོ་མོ་གསལ་
འཛིན་བཟུ་གི་ རེ་གི་དཔ་གྲུ་ལྟེ་ རྩོ་སྟོབས་དཔ་སེམས་ལྟེ་གསལ་སྟེ་བཟུ་ཀྱི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་
འདི་ལུ་སྟབས་ལྟར་ཡིན།

བདུན་པ། བཟུ་གིས་སྟོན་ལམ་ལྟེ་རྒྱ་ཟེར་མི་འདི་ ཚོས་བཟུ་ལྟེ་འབྲེལ་ལུ་རྒྱ་ལས་པ་ལས་ ང་
བསལ་པ་ ལོགས་པའི་ དཔེ་ལྟེ་ཏན་ཏན་འབྲེལ་བཟོ་སྟེ་ལུ་བའི་སྟབས་དཔ་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚན་ལུ་
ཏེ་མཐུ་ག་བསྟེ་བའི་སྟབས་ རྒྱ་དཔ་གཞུང་གི་མཚན་པ་ལུ་ཚུ་ལུ་ལོ་ཏན་ལས་ འདི་ལྟེ་འཛོམ་མི་ག་པ་ལུ་
ལུ་ལྟེ་དཔ་སེམས་ལུ་སྟེ་ག་བསྟེ་ལུ་མཚན་པ་ བདེ་སྟེ་ལུ་སྟབས་ལྟེ་ལས་ ལོ་དུས་ཀྱི་དཔེ་ལུ་སེང་
ཡོད་སྟེ་ གཞི་སེ་ཡོད་མའལ་བཟུ་ལུ་སེང་ལས་ཡུ་ཚུ་གསལ་གི་དཔ་ དེ་གིས་ཡུ་མའལ་དོ་བཟུ་ རེ་གིས་བཟོ་མས་
པའི་ལུ་དཔ་ལྲུ་ལྟེ་ བསལ་ཚད་དོན་ལུ་འགྲུ་ མཚོན་ལུ་ལུ་འཛོམ་ཏེ་ དཔེ་ལྟེ་ལྟེ་སྟེ་ལྟེ་ལྟེ་
ལུ་ སྟོད་བཟུ་ག་ ཟེར་སྟོན་ལམ་བརྟེན་པའི་རྒྱ་གཞུང་ལྟ་སྟབས་ལྟར་ཡིན།



ཚིག་འབྲུ་བརྒྱུ་མ་ཚིག་ཀླ་པ་གསུམ་འབད་མི།

༡	༡	༡	༡
དཔལ་ཕྱུག་	འབྲུག་གི།	རྒྱལ་ཁབ་	འདྲི།
ལྷ་ཡི།	གཡུས་དང་	ཚོག་འབྲུལ་	ལས།
རང་སེམས་	ཉིང་ལས་	དྲག་འཕྱི།	ཡོད།

ཚིག་འབྲུ་བརྒྱུ་མ་ཚིག་ཀླ་པ་བཞི་འབད་མི།

༡		༡	༡	༡
དཔལ་	ཚོས་ཕྱུག་	འབྲུག་གི།	རྒྱལ་ཁབ་	ཉེད།
དཔལ་	ཚོས་སྐྱེད་	རྒྱལ་པོའི།	སྐྱེད་ཉི།	ལས།
དཔལ་	འབྲུག་པའི།	མི་སེང་	ཡོ་མོ།	ཚུ།
དཔལ་	དྲག་འཕྱི།	ཡུན་སུམ་	ཚོགས་ཀྱི།	ཡོད།

ཚིག་འབྲུ་དྲུག་མ་ཚིག་ཀླ་པ་ལྔ་འབད་མི།

༡	༡	༡	༡	༡
ཉིང་ལས་	དྲག་འབའི།	སྐལ་ལྡན་	ཡིད་འོང་	ཡ།
ཉིང་ལས་	དྲག་འབའི།	ཉིང་གཏུམ་	ཚིག་གསུམ་	འདྲི།
སེམས་ཀྱི།	གཉིང་ལས་	སྤུལ་དཀོ།	མཉེན་ལས་	བརྟེན།
དཔེས་	སྲ་གསལ་	མེད་པར་	སྤུལ་མི།	འདྲི།
དྲག་འབའི།	སྐྱོ་ལས་	ཉུག་པའི།	རེ་བ་	ཞིན།

ཚིག་འབྲུ་དྲུག་མ་ ཚིག་ཀླ་པ་དྲུག་འབད་མི།

༡	༡	༡
གཞུང་ལྷོ།	བློ་དྲུག་	མེད་པར།
བུ་མོ་ཕྱིར་	སེམས་ཁབ་	དྲུག་མ་ལས།
རྫོང་	ལྷི་ཕུ།	མེད་པར།

དུམ་ཆུལ་གྲི་ཚོགས་ལས་གྲུ་གཞུང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་འཇུག་པོ་

དུམ་ཆུལ་གྲི་ཚོགས་ལས་འཇུག་པོ་ལའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་འཇུག་པོ་ དུམ་པ་པ་ དུམ་དཔ་དུམ་ཆུལ་གྲི་ཚོགས་ རྩིས་འཇུག་ལེན་པོ་ལོ་མ་
མེ་ འབད་ཤེས་དཔོན་པ་འདི་ལག་ཆེ་ རྟེ་ཡེ་

- ✓ དུམ་ཆུལ་ཟེར་མི་འདི། དུམ་འགོ་དྲུ་སའི་གཞི་འདི་ལུ་ ལྷ་བ་ཨིན་མ་དཔ་།
- ✓ དུམ་ཟེར་མི་འདི། དུམ་ཆུལ་དེ་ལོ་ཤེས་ཤི་འདི་ལུ་ ཡེ་ལྷ་དུམ་ཆུལ་གྲི་ཚོགས་ཆུ་ ལྷ་མོ་
ཤི་འདི་ལུ་ ཤི་དཔ་མེ་ཉོག་ ལྷ་མ་དུམ་སྐུ་མ་ལ་སོགས་པ་ འགོ་དྲུ་མི་འདི་ལུ་སྐབ་
ཨིན།

དུམ་ཆུལ་གྲི་སྐབས་ལུ་ མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ཆུ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཤེས་དཔོན་པ་འདི་ཡེ་ ལག་ཆེ་
ཤོས་ཤིག་ཨིན། དུམ་པ་ན།

ཡིད་འོང་ལལ་རས་ལྷ་བ་འབྲ། །གསུང་སྐད་ལུ་བྱུག་ཚོན་མོ་བཟུམ།།

གཟུགས་གཤེས་རྩ་རི་སྐྱུག་མ་འདེ། །བྱུགས་སེམས་བྱང་ཚུབ་སེམས་མ་བཞིན།།

ཟེར་མི་འདི་གི་ དུམ་དུ་གཉེན་པ་ཨིན།

- ✓ དུམ་ཆུལ། ལྷ་མོ་འུ་ལུ་པས་དཔ་ གསུང་སྐད་ གཟུགས་གཤེས་ བྱུགས་སེམས་ཆུ་དཔ་
།
- ✓ དུམ། ལྷ་བ་དཔ་ ལུ་བྱུག་ཚོན་མ་ རྩ་རི་སྐྱུག་མ་དཔ་ བྱུང་ཚུབ་སེམས་མ་ཆུ་ཨིན།
- ✓ མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ འདྲ་ བཟུམ་ འདེ་ བཞིན་ ཆུ་ཨིན།

གཞུང་ལུ་

རྩ་རི་བྱུག་གི་སྐྱུག་མ་བཟུམ། །ཡིད་འོང་ཚོད་ཀྱི་གཟུགས་གཤེས་མཛེས།།

ལྷ་མ་རའི་མེ་ཉོག་པ་སྐྱེ་བཟུམ། །སྤྱིང་མཐུན་ཚོད་ཀྱི་ལལ་འཇུག་མཚར།།

ཟེར་དོ་བཟུམ། གཤེས་ལུ་ལྷ་བ་བཟུམ་ཨིན།

ཨིན་ལུ་

ཡིད་འོང་བུ་མོ་འུ་བཞིན་རས་འདི། །རི་བོང་བཟུམ་སྐྱེ་དཀར་མི་དཀར།།

གང་བ་ལེགས་པའི་གཟུགས་གཤེས་འདི། །དར་ཤིང་ཚོགས་ར་འབྲེལ་སྐྱེ་འདུག།

ཟེར་དོ་བཟུམ་དཔ།

སྐྱག་ཤར་གཞོན་པའི་གཟུགས་གཤེས་འདི། །རྩོམ་སྐྱུག་མ་འདྲ་བའི་ཁར།།

གང་བ་ཉན་པའི་གསུང་རྒྱད་འདི། །དབྱངས་ཅན་ལྷོ་དང་དབྱེ་བ་མེད།།

ཟེར་དོ་བཟུམ་ དུམ་རྒྱན་གྱི་སྐབས་ དུམ་དཔ་དོན་གཉིས་ རྒྱུ་ཐངས་མ་ཤེས་པ་ཅིན། རྩོམ་ལུ་འགྲུ་མ་གྲིའི་
ཉེན་ལ་ཡོད་པ་ལས་ སེལ་ཐངས་འབད་དེ་ཤོ་པ་གཤེས་ཅི།

གཟུགས་རྒྱན་གྱི་ཐོག་ལས་གྲུ་གཞུགས་བཅོམ་ཐངས།

མོ་པ་ལུ་དུམ་རྒྱན་གྱི་ཚོམ་ ལེགས་ཤོམ་མེ་རྒྱུ་ཤེས་པ་ཅིན། གཟུགས་རྒྱན་ཉེ་དཔ་དཔ་དཔ་ལ་ལ་མི་འོང།
གཟུགས་རྒྱན་ཟེར་མི་འདི་ དུམ་ཅན་འདི་དུམ་འི་གཟུགས་སུ་བཀོད་དེ་ཤོ་པ་ལས་ དུམ་རྒྱན་གྱི་སྐབས་ལུ་ཡོད་
མི་ མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ཚུ་ བརྟེན་པ་བཞག་པ་ཅིན། གཟུགས་རྒྱན་ལུ་ཐུང་ཐུང་ཨོན། དུམ་ཉེ་
ཐོན་ལུ་མོ་རྟོག་པ་ལྟ། རྒྱུ་ཐངས་ལུ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ དེ་མེས་པ་གསེལ་སྤེལ་བྱེད་པ། དཔལ་འབྱོར་ཅིན།
འཕྲུལ་འོང།། ཟེར་བའི་སྐབས་ དུམ་ཅན་བུ་མོ་འོང།ལུ་འདི་ དུམ་མོ་རྟོག་པ་ལྟ་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད།
རྒྱུ་ཐངས་པ་འདི་ དུམ་ལྷོ་ལྷོ་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད། དཔ་གི་སེམས་འདི་ དུམ་གསེལ་སྤེལ་བའི་
གཟུགས་སུ་བཀོད། དུམ་དཔ་དུམ་ཅན་གཉིས་ སོ་སོ་མེ་མེ་པར་ དུམ་ཅན་འདི་ དུམ་འི་གཟུགས་སུ་
བཀོད་དེ་ཡོད་མི་བཟུམ་ཨོན།

ཁ་གསལ་ལ་མེ་བཞུགས་པ་ཅིན། དུམ་རྒྱན་གྱི་སྐབས།

སྐྱེ་གཟུགས་ལྷོ་མི་སྐྱུག་མ་འདྲ། །ཞུལ་པས་དཀའ་པ་གསལ་བཟུམ།། ཟེར་ཡོད་མི་དུམ་རྒྱན་འདི་
གཟུགས་རྒྱན་ཉེ་པ་བསྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་གཟུགས་ལྷོ་མི་སྐྱུག་མ། །ཞུལ་པས་དཀའ་པ་གསལ་བཟུམ།། ཟེར་དུ་ ཡཔ་
ཅིན། ལྷོ་མི་སྐྱུག་མའི་སྐྱེ་གཟུགས། །དཀའ་པ་གསལ་བཟུམ་འོང།ལུ་འདས།། ཟེར་ མཚུངས་གསལ་གྱི་སྐྱེ་ཚུ་
བརྟེན་པ་ཏེ་ བཟོ་བཟུབ་དོ་བཟུམ་མེ་ རྒྱུ་ཐངས་འབད་དེ་ཤོ། རྒྱུ་ཐངས་ལས་གྲུ་གཞུགས་བཅོམ་ཐངས།
རྒྱུ་ཐངས་ཟེར་མི་འདི་ ཚིག་ཀླུ་པ་གི་ཐོག་མཐའ་བཟུམ་ལུ་ བྱ་ཚིག་དཔ་ཐུད་ཚིག་ གཤེས་ཨོན་ལུ་ མ་
མེ་བསྐྱིགས་ཏེ་ བཀོད་མི་ཅིག་ལུ་སྤེལ་ཨོན། དེ་ཡཔ་ བྱ་ཚིག་དཔ་ཐུད་ཚིག་ གཤེས་ཨོན་ལུ་ མ་
བསྐྱིག་པའི་སྐབས་ རྒྱ་ཚུགས་རྒྱུ་ཐངས་ལུ་བསྐྱིག་གི་མེ་མེ་པར་ དཔ་བཞུགས་ཀྱིས་ མ་འབད་འགྲུ་བཟུབ་མའི་

སློབ་ཚན་གསུམ་པ།



སྐྱུ་མའི་གོ་དོན།

སྐྱུ་མ་ཟེར་མི་འདི་ སེམས་དྲག་ལ་སྤྲུག་གི་རྣམ་པ་ གྲི་ལས་འབྲོལ་པའི་སྐད་ཀྱི་གདམས་དབྱེས་ཚུ་ མི་གཞན་གྱི་རྣམ་ཅོལ་ལས་ རྒྱ་པའི་བྱུ་ཚེས་འབྲེལ་བརྟོན་བཟང་ལུ་ དབྱེས་འོག་སེམས་ལྟོ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་མི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན།

ཡང་ལྟ་ སྐྱུ་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱ་པའི་སྐད་ཀྱི་ མ་ཟེར་མི་འདི་ ལྟོ་བས་སུ་འབྲེལ་པ་ དེ་སེམས་ལྟོ་ལུ་གོ་ལྟོ་ ལས་ དེ་ཚུ་ལུ་བརྟོན་ཏེ་ གྲུ་བ་པའི་དེ་སེམས་ལྟོ་ དབྱེས་ཅན་ སྐྱུ་མ་ གྲི་ལས་ལུ་སོག་པའི་སྐད་ཀྱི་ ལུ་སྤྲོ་བ་ཡིན།

སྐྱུ་མའི་འགྲུ་ལུ་ལུ་སྤྲོ་བ་ལུ་

ལུ་ལས་ དབྱེས་དཔེ་སྐྱུ་མའི་འགྲུ་ལུ་གནས་མཁོ། ཟེར་དོ་བཟུམ་སེམས་ གཏོ་བོ་པ་ རྒྱལ་བ་ཚོ་གསུམ་པའི་སེམས་རྒྱས་ཀྱི་ལུ་བསྐྱུ་དཔེ་མཛད་པའི་འགྲུ་ལུ་བརྟོན་ཏེ་ འཛམ་གླིང་གུ་དཔེ་སྤྲུལ་པའི་སེམས་ལུ་བཞུགས་ཏེ་ སྐྱུ་མ་ཡང་ མ་འདྲེས་ལུ་གྲུ་ལུ་ཡོད་པའི་མཛད་ཏེ་ ལྟོ་བས་སུ་གྲུ་ལུ་ཡོད་པའི་འདི་ཡང་ འཛམ་

- ༡. ས་འཛིན།
- ༢. བས་མ།
- ༣. ལ་ལྟ།
- ༤. རྫོགས་ལ།
- ༥. འཁོར་ཉུན་བསུ་བཤུ་ལོ།

དབྱེས་འདི་ཚུ་ཡེ། དཔེ་དཔྱད་སྐྱུ་ལྟ་བུ་ལོ།

- ༡. དུག་སྐྱེ་འདི་ བྱ་མ་བྱའི་སྐྱུ་བཟུམ་ འབྱུང་ལུག་ འདེགས་འཛིན་ རྫོགས་ལ་བསུ་ དབྱེས་ གྱི་བྱུ་ཚོས་དུག་དཔ་ལྟ་མི་ཅིག་དཔ།
- ༢. དཔ་སྐྱེ་འདི་ འཁོར་ཉུན་ལས་མཚོག་ཏུ་གྱུ་པ་ བ་གྲང་གི་སྐྱུ་བཟུམ་དཔ།
- ༣. ས་འཛིན་འདི་ ཚོ་ཚོ་འདི་སྐྱུ་བཟུམ་དཔ།
- ༤. བས་མ་འདི་ བྱ་ལུང་ལུང་། ཡེ་ལྟ། དཔ་པའི་སྐྱུ་བཟུམ་དཔ།
- ༥. ལ་ལྟ་འདི་ བྱ་ལུང་གི་སྐྱུ་བཟུམ་དཔ།
- ༦. རྫོགས་ལ་འདི་ ཏུ་འདི་སྐྱུ་བཟུམ་དཔ།
- ༧. འཁོར་ཉུན་འདི་ གྲུ་མོ་ཆེ་གི་སྐྱུ་བཟུམ་ལོ། ཟེ་གསུངས་ལུག།

དབྱེས་འདི་ཚུ་ དབྱེས་ཚིག་དཔ་སྐྱུ་ལྟ་བུ་ བཞོ་དཔ་ལོ།

- ༡. དུག་སྐྱེ་ སྐྱུ་བཟུམ་གི་དབྱེས་ཚིག་ (ས) དཔ་ ད་བསུ་འབྱུག་པའི་དབྱེས་ཚིག་ (དྲོ) ལོ།
- ༢. དཔ་སྐྱེ་ སྐྱུ་བཟུམ་དབྱེས་ཚིག་ (འི) དཔ་ འབྱུག་པའི་དབྱེས་ཚིག་ (འེ) ལོ།
- ༣. ས་འཛིན་ སྐྱུ་བཟུམ་དབྱེས་ཚིག་ (ག) དཔ་ འབྱུག་པའི་དབྱེས་ཚིག་ (མི) ལོ།
- ༤. བས་མ་ སྐྱུ་བཟུམ་དབྱེས་ཚིག་ (མ) དཔ་ འབྱུག་པའི་དབྱེས་ཚིག་ (ཡ) ལོ།
- ༥. ལ་ལྟ་ སྐྱུ་བཟུམ་དབྱེས་ཚིག་ (ལ) དཔ་ འབྱུག་པའི་དབྱེས་ཚིག་ (ལོ) ལོ།

སྐོབ་ཚན་བཞི་པ།



སྐྱུ་མ་ དབྱུང་སྐྱེ་བའི་སྐྱོད་ཀྱི་སྐོར།

དབྱུང་སྐྱེ་བའི་འབྲུག་ལྗང་ལུང་།

སྐྱུ་མ་དབྱུང་སྐྱེ་བའི་དེ་ རྒྱ་ནག་གི་སྐད་ཀྱི་ལུང་ལས་ ལྷ་མོ་དང་ བོད་སྐད་ཀྱི་ལུང་ ཡང་མིན་ ཟེ་མི་འདི་
 ཡིན་པས། སྐྱུ་མ་འདི་པར་སོགས་དང་ ཨ་རབ་ཀྱི་ལྷ་པོ་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་ཚུ་དང་ ལོ་འཕྲོད་ལྷ་སྐྱེ་གི་སྐོར་ལས་ དེ་
 རྒྱ་བོ་མ་ཡོད་པའི་གནའ་རབས་ཀྱི་སྐྱུ་མ་ཅིག་ཡིན་པས། དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པ་དེ་ཅིག་དང་ རྒྱ་ནག་གི་
 རྒྱ་སྐད་ཀྱི་མཚོ་རྒྱ་དུ་གྱི་སྐད་ཀྱིས་ ཀོད་དུ་ཟེ་མི་འདི་དང་ འགོ་དུ་པ་དུ་སྐོར་དུ་ དེ་ལས་འཕྲུ་
 བཞིན་ བེ་མི་དང་ སོ་ལོ་དྲན་ ཡུན་ལྷན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་ནག་གི་ལྷ་པོ་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་ཚུ་དང་ དེ་ལྷ་སྐྱེ་མ་ལུང་
 ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེ་གི་ལྷ་ལུང་ལས་ དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་དང་ རྩོད་འཕྲུ་ལུང་ ལྷ་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
 རྩོད་ རྒྱ་ནག་ལས་ བོད་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ དེ་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལྷ་
 ལྷ་ལྷ་ སྐྱེ་ལྷ་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ ཡིན་པུ་ དེ་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱེ་
 པར་ སྐྱུ་མ་དབྱུང་སྐྱེ་བའི་ འབྲུག་པའི་སྐྱུ་མ་ཅིག་སྐྱེ་ལྷ་ དུས་སྐྱེ་སྐྱེ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
 ཡོད་པ་ཡིན།

၂. ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန

ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန

ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန

၃. ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန

ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန



ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန



ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန



၄. ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန

ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန၊ ရွှေဘိုနက္ခတ္တပညာရေးဌာန

༡༥. མི་ཆེ་བ།

༡༥. ནེ་ཆེ་བ།

༡༦. དྲོ་ཆེ་བ་ལོན།

དེ་བཟུམ་སྐོ་སྐྱོག་མི་དང་གི་གཡས་དང་། དྲུང་སྐྱེལ་གྱི་གཡོན་ལ་ཐུག་ལུ་ཡོད་མི་
ཚཱོ་བ་ལས་ཡང་དེ་མ་པ་བཞིན།

༡. ཡ་ཆེ་བ།

༢. སོ་རྒྱུ་བ།

༣. ལ་ཆེ་བ།

༤. སྤི་ཆེ་བ།

༥. དྲོ་རྒྱུ་བ།

༦. ནེ་རྒྱུ་བ།

༧. མི་རྒྱུ་བ།

༨. ཡ་རྒྱུ་བ་དེ་རྒྱུ་བ་ལོན།

ཚཱོ་བ་ལས་ཡང་དེ་མ་པ་བཞིན།

༩. དྲོ་རྒྱུ་བ་དེ་རྒྱུ་བ།

༡༠. སྤི་རྒྱུ་བ།

༡༡. ལ་རྒྱུ་བ།

༡༢. སོ་རྒྱུ་བ།

༡༣. ཡ་རྒྱུ་བ།

༡༤. མི་ཆེ་བ།

༡༥. ནེ་ཆེ་བ།

༡༦. དྲོ་ཆེ་བ་ལོན།

སྐྱེལ་ཅེ་དྲུང་སྐྱེལ་གྱི་གཡས་ལ་ཐུག་ལུ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་དྲུང་སྐྱེལ་དེ་མ་པ་གསུམ་ཅེ་དང་
གཡོན་ལ་ཐུག་ལུ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་དྲུང་སྐྱེལ་དེ་མ་པ་གསུམ་སྐོ་ཕྱི་ཏེ་ཡོད་པ་ལོན།

སྐོབ་ཚན་ལ།

སྐྱུག་མ་ སྐྱུག་གྱི་སྐོར།

སྐྱུག་གྱི་པོ་སྐོར།

སྐྱུག་ཟེང་མི་འདི་ ལེགས་ལྗང་གྱི་སྐྱུག་ལས་ ཏུ་ལྷ་པ་ བོད་སྐྱུག་ལས་
 རྒྱ་ལམ་ལས་ཟེང་སྐྱུག་པོ་ལོད་པ་དཔ་ རྟེ་ཡེང་ སྐྱུག་གྱི་རྒྱ་ལོ་ ལེ་གཞུང་གི་
 འདི་གིས་རྒྱ་ལམ་ལས་དཔ་ བསྐྱོད་ལས་པའི་སྐྱུག་ལས་ སྐྱུག་གི་བུ་ལྟ་ཏེ་པོ་
 ཡོད་པ་ལས་སྐྱུག་ སྐྱུག་འབྲུལ་བའི་གཞུགས་བརྒྱུ་འབད་ལས་ སྐྱུག་བརྒྱ་
 ཟེང་ཡེང་སྐྱུག་པོ་ལོད་པ་ཨིན།

སྐྱུག་གྱི་འབྲུལ་ལུང་ས།

སྐྱུག་གྱི་འབྲུལ་ལུང་འདི་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་པོ་དཔ་ཅིག་མེད་པུ་ ཡམ་ཚུག་
 སྐོས་ཚུ་གི་ཡག་རྒྱུ་ཏུ་འབད་བའི་ རྟེ་མ་ རྟེ་མ་ལུ་ཡའི་གཞུང་ལོང་ས་
 ལུ་ ཚགས་ཏེ་ཡོད་པའི་མཚོ་ཅིག་གི་ལས་ ཡུག་ལུ་སྐྱུག་བསྐྱུག་ཏེ་
 ཡོད་མི་ ཏུ་མོ་དབྲུང་ས་ལྟེ་མ་ཅིག་ཐོག་ལོན་ལས་ སྐྱུག་བསྐྱུག་
 ལུ་ལས་ལྟེ་ལྟེ་ཏེ་ཏེ་ལོ་ འབྲུལ་ལུ་ རྟེ་མ་ལས་མི་ཚུ་གིས་ རྒྱུ་ ག་
 ཟེང་མི་འདི་སྐོ་ རྒྱུ་གྱི་ཡབ་དཔ་ལུ་ག་སྐོ་ ཟེང་ལུ་ལྟེ་ ཏུ་མོ་གིས་
 པ་ཏུ་མོ་དབྲུང་ས་ལྟེ་མ་ ཟེང་མི་འདི་ཨིན། པའི་ཡབ་འཇིག་རྟེ་གྱི་ལྟེ་ལོ་ཏུ་
 ཚེས་པ་དཔ་ ལུ་མ་རྒྱ་མཚོ་ཨིན། པ་ སྐྱུག་ཡག་གི་ ཏུ་ཨིན་མ་མཚན་ སྐྱུ་
 དཔ་དབྲུང་ས་གྱི་ཏུ་ཡེང་ཨིན་ལས་ རྒྱུ་གྱིས་ སྐྱུག་བསྐྱུག་ཏེ་ ལུ་
 དབྲུང་ས་དཔ་བསེལ་ལོ་ པ་ལུ་གསོལ་ལྷན་བཏུ་བའི་ མཚོག་དཔ་ལུ་མོ་ལོ་



- ဗဟုစုပဿနာ

 - ✓ မာတိကပုဂ္ဂိုလ်တို့အားလုံး ဗဟုစုပဿနာ အားလုံးကို ထိန်းသိမ်းရန် အလေးပေး ဆောင်ရွက်ရန်
 - ✓ ဥပမာအားဖြင့် အိမ်ထောင်ရေး၊ စီးပွားရေး၊ စာပေရေးရာ၊ အခြားပညာရပ်များကို သုံးသပ် စုံစမ်းရန်
 - ✓ အိမ်ထောင်ရေး၊ စီးပွားရေး၊ စာပေရေးရာ၊ အခြားပညာရပ်များကို ထိန်းသိမ်းရန် အလေးပေး ဆောင်ရွက်ရန်
 - ✓ ဥပမာအားဖြင့် အိမ်ထောင်ရေး၊ စီးပွားရေး၊ စာပေရေးရာ၊ အခြားပညာရပ်များကို သုံးသပ် စုံစမ်းရန်
 - ✓ စာပေရေးရာ၊ စာရေးဆရာများ၏ စာပေရေးရာ အရပ်ရပ်ကို သုံးသပ် စုံစမ်းရန်

ဒုတိယ

၁. မာတိကပုဂ္ဂိုလ်တို့အားလုံး အားလုံးကို ထိန်းသိမ်းရန်
၂. စီးပွားရေး၊ စာပေရေးရာ၊ အခြားပညာရပ်များကို သုံးသပ် စုံစမ်းရန်

အိမ်ထောင်ရေး၊ စာရေးဆရာများ

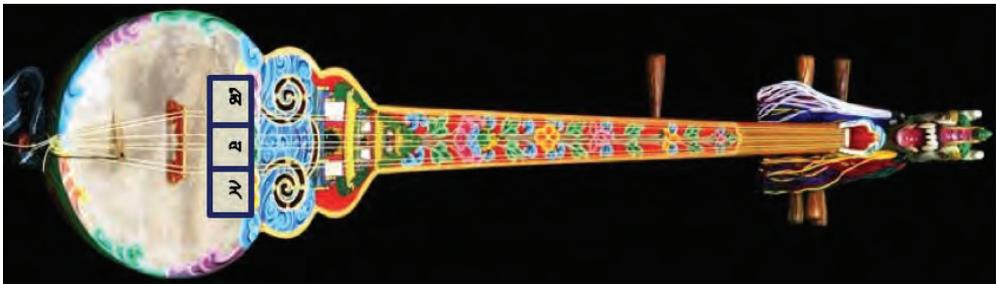
အိမ်ထောင်ရေး၊ စာရေးဆရာများသည် မာတိကပုဂ္ဂိုလ်တို့အားလုံး အားလုံးကို ထိန်းသိမ်းရန် အလေးပေး ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

- ✓ ဥပမာအားဖြင့် အိမ်ထောင်ရေး၊ စာရေးဆရာများ၏ စာပေရေးရာ အရပ်ရပ်ကို သုံးသပ် စုံစမ်းရန်
- ✓ ဥပမာအားဖြင့် အိမ်ထောင်ရေး၊ စာရေးဆရာများ၏ စာပေရေးရာ အရပ်ရပ်ကို သုံးသပ် စုံစမ်းရန်

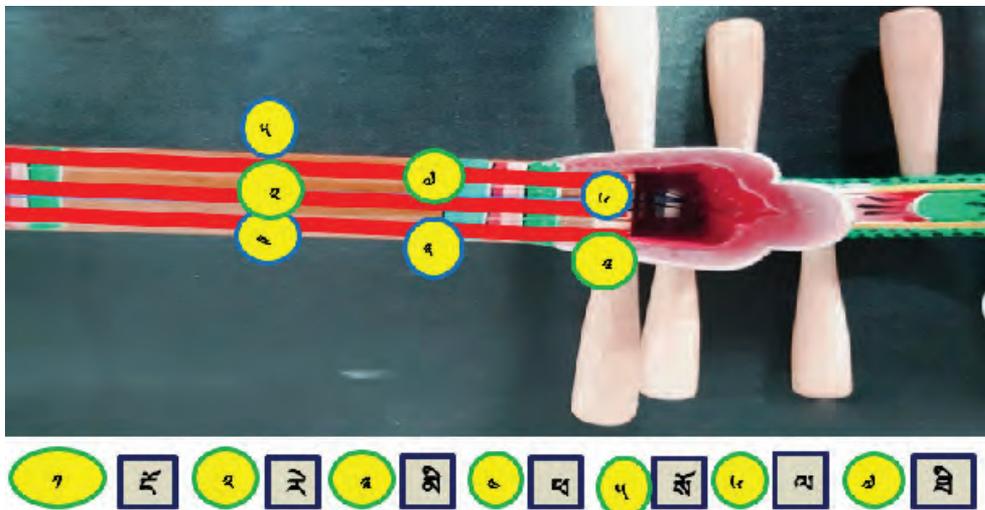
- ✓ དེ་ལྟར་མེ་མེ་བ་དེ་གྲུང་ ལག་པའི་གྲུང་མོ་གིས་ཨེ་བ་ལྷོ་གྲུང་པའི་སྐབས་ ཡ་ཆེ་བའི་རྒྱ་ འཕྲོན་མ་ཡིན།
- ✓ དེ་ལས་ཡ་ཆེ་བ་ལས་ སོ་ལྟར་བ་དེ་རྒྱ་དེ་མ་པ་གཞིག་གིས་ལྷ་ལྷ་ལོ་བསྐྱོག་དགོ།
- ✓ དེ་བཟུང་ལོ་ ལ་ལྟར་བའི་རྒྱ་དེ་ སོ་ལྟར་བ་ལས་ དེ་མ་པ་གཞིག་གིས་ལྷ་ལྷ་ལོ་བསྐྱོག་ དགོ་པ་འདྲི་ཡིན།

དེ་ལོ་བསྐྱོག་ས་ཏེ་བསྐྱོག་པ་ཅིན་ རྒྱ་དེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་འབྲུང་ནི་འདྲི་པ་བཞིན་ཡིན།

རྒྱ་སྐྱོག་བཤམ་གྱི་དཔེ།



རྒྱ་ཕྱག་རྒྱ་འཕྲོ་སྒྲིག་པ།



මාචයී දුටුදින පුළුල් කළායැයි කියා ඇත. මෙහිදී දැනට පවතින සුභසුභ ශ්‍රී ලංකා වර්ධනය වන බවට අප විශ්වාස කරමු. මෙහිදී දැනට පවතින සුභසුභ ශ්‍රී ලංකා වර්ධනය වන බවට අප විශ්වාස කරමු.

සුභසුභ ශ්‍රී ලංකා වර්ධනය වන බවට අප විශ්වාස කරමු

සුභසුභ ශ්‍රී ලංකා වර්ධනය වන බවට අප විශ්වාස කරමු. මෙහිදී දැනට පවතින සුභසුභ ශ්‍රී ලංකා වර්ධනය වන බවට අප විශ්වාස කරමු. මෙහිදී දැනට පවතින සුභසුභ ශ්‍රී ලංකා වර්ධනය වන බවට අප විශ්වාස කරමු.

දිනෙන් දින සුභසුභ ශ්‍රී ලංකා වර්ධනය වන බවට අප විශ්වාස කරමු. මෙහිදී දැනට පවතින සුභසුභ ශ්‍රී ලංකා වර්ධනය වන බවට අප විශ්වාස කරමු. මෙහිදී දැනට පවතින සුභසුභ ශ්‍රී ලංකා වර්ධනය වන බවට අප විශ්වාස කරමු.

ප්‍රධානීන්ගේ අධ්‍යයනය සඳහා දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ. එමෙන්ම මාතෘකා පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ. ඉන්ද්‍රියානු ඉතිහාසය පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ.

පුස්තකාලයකට මාතෘකා පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ. එමෙන්ම මාතෘකා පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ. ඉන්ද්‍රියානු ඉතිහාසය පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ.

දිවයිනේ ඉන්ද්‍රියානු ඉතිහාසය පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ. එමෙන්ම මාතෘකා පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ. ඉන්ද්‍රියානු ඉතිහාසය පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ.

දිවයින

1. ඉන්ද්‍රියානු ඉතිහාසය පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ. එමෙන්ම මාතෘකා පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ.
2. ඉන්ද්‍රියානු ඉතිහාසය පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ. එමෙන්ම මාතෘකා පිළිබඳව දැනට පුස්තකාලයක් තිබේ.



སྐྱོ་ཚན་དུག་པ།



གཞུང་སྐྱོ་གི་སྐྱོ་སྐྱོ།

གཞུང་སྐྱོ་འོ་ལོ་ལོ།

གཞུང་སྐྱོ་ཟེར་མི་འདི་ འབྲུག་ཀྲུལ་འབ་ཀྱི་གཡུས་ཀྱི་གཞུང་ཉེ་བ་ ཀྲུལ་ས་ཐིམ་ཡུ་དཔ་ སྐྱུ་ལྷ་ལ་ལས་ དཔ་ནི་དེ་གིས་ གཞུང་སྐྱོ་ཟེར་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷ་གཞུང་འདི་ ཉེ་མ་གི་དུས་ལྷ་མཔ་ལོ་ས་པ་ གཞུང་འབྲེལ་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མཚན་སྐོ་འོ་སྐྱོ་བས་ ཀྲུལ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ཡཔ་ གཞུང་སྐྱོ་ཟེར་བའི་མི་དཔ་ཡོད་པ་ སེ་བཞད་པ་ཨོན་པས།

གཞུང་སྐྱོ་གི་འབྲུང་པས།

ཉེ་མ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༩ གི་ལོ་ལྷ་ མཐུ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ཀྲུལ་ལོ་ལྷ་བས་དུཔ་པ་དག་དཔ་རྣམ་ཀྲུལ་མཚོ་ག་ ལྷ་དཔ་ ལྷ་མའི་ལྷ་པ་གིས་བསྐྱུ་ལྷ་ཉེ་ ཆོས་ལ་ལོ་ལྷ་བསྐྱུ་ལོ་ལྷ་ལས་ ལྷ་པ་གི་ལས་སེ་ འབྲུག་ཆེན་པ་

སྲོབ་འཛིན་ ༡༣ 'པའི་གྲུ་དྲུངས་ཀྱི་སྲོབ་ཚན།

Blank page content.

སློབ་ཚན་དང་པ།



རང་ཕྲག་ས་གྲུ་གཞས་ཀྱི་སྒོ་སྤྱོད།

གཞུང་སྐྱོམ་ལོ་འོ་ཞུ།

གཞུང་སྐྱོམ་ཟེང་མི་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཞུང་གི་གཞུང་ཉེ་བ་ རྒྱལ་ས་ཐིམ་ཕུ་དང་ སུ་ལྷ་ཁ་ཁ་ལས་ དུ་མ་ཉི་དེ་གིས་ གཞུང་སྐྱོམ་ཟེང་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གྲུ་གཞས་འདི་ ཉེ་མ་གྱི་དུས་ལུ་མཇུག་གིས་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་རྩི་ལྷན་ལམ་ཚད་སྒོ་འཛིན་སྐབས་ རྒྱལ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ཡང་ གཞུང་སྐྱོམ་ཟེང་བའི་མི་དུ་མ་ཡོད་པ་ སེ་བཤད་པ་ལོ་ཞུ་པས།

གཞུང་སྐྱོམ་གྱི་འབྲུག་རབས།

ཉེ་མ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༩ གི་ལོ་ལུ་ མཐུ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷན་ལྷན་དུ་ཡུལ་དུ་བཟུམ་རྒྱལ་མཚན་ ལྟ་དུ་ སྐྱེ་མའི་ལུ་ལོ་ལོ་བསྐྱེད་པའི་ལོ་ལུ་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལོ་ལུ་ སྤྱི་གཞི་ལས་སེ་ འབྲུག་ཆེན་པོ་

དབང་ཚོས་རྒྱལ་གྱི་གདུགས་ མའའ་མེ་ཟམ་པ་ལམ་ལུ་འབྲུག་ལོ་བུ་སྟེངས་ལུ་མེས་དུ་ ཏུ་མགོ་གེ་ཚོས་རྗེ་ཚོ་
 དབང་བསྟན་འདྲིལ་ལོ་སྟེངས་པའི་ འབྲུག་པའི་ཚོས་རྒྱུད་དཔལ་རྒྱུད་འདྲིལ་མི་བླ་མ་དཔ་ འབྲུག་པའི་སྤྱི་
 བདུན་དཔལ་ལྟེ་ཚུ་གིས་ མེས་བསུ་ལུ་འདྲིལ་ལམ་ལུ་འབྲུགས་གཤམ་བསྐྱོགས་པའི་སྐབས་ མཚན་ཏུ་
 ཚོགས་པའི་ཚོགས་གྲུ་ཤེས་མི་དམོ་ ཟེ་མི་གཞུང་སྐྱོ་འདྲི་སྤྱི་ལུ་འབྲུག་པའི་ལུ་ཏེ་ ཏེ་ཏེ་འབྲུག་པའི་སྤྱི་ལུ་མཚན་
 ཡོད་པ་འབད་བཞུ་ལུ་འདྲིལ་པས། དེ་གི་ལུ་ལམ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༣༤ ལུ་ རྒྱ་འདྲིལ་གཏོ་སའ་ སྤྱི་ལུ་
 ཐང་བདེ་བ་ཚེ་ལོ་འདྲིལ་ཚེ་ གསལ་པ་བཞུངས་ཚན་ཏེ་ བཟུ་ཤིས་རབ་གཞུས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ཏེ་འབྲུག་པའི་
 སྤྱི་ལུ་བའི་སྐབས་ རྒྱ་གོས་མི་གཤམ་ལུ་ལམ་ལུ་འདྲིལ་པའི་ འབྲུག་མི་མིག་པ་ལྟེ་ཚུ་གིས་ འབྲུག་པའི་སྤྱི་
 ལུ་བདེ་ཚེ། བཟུ་ཤིས་སྐྱོ་མའའ་འདྲིལ། ཟེ་ཐམ་ལུ་སྟེངས་པའི་ཕྱི་ལུ་བསུ་ལྟེ་གྲུ་གཞུས་ཚུ་ རྒྱལ་
 བསྐྱོགས་འདྲིལ་ལམ་ གདུངས་འདྲིལ་སྟེ་འབྲུག་ཏེ་ ལུ་འདྲིལ་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་སྟེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུགས་པའི་ལུ་
 ལམ་ མི་མའའ་བཞུངས་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འདྲིལ་པས།

གཞུང་སྐྱོ་གི་ལུ་འདྲིལ་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འདྲིལ་པས།

གཞུང་སྐྱོ་གི་ལུ་འདྲིལ་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་སྟེ་ རྒྱལ་དཔལ་དམོ་མཚན་ལུ་སྟེངས་པའི་
 ལུ་ གདུངས་ལུ་འདྲིལ་ལམ་ ལུ་སྤྱི་ལུ་འདྲིལ་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུགས་པའི་སྤྱི་ལུ་ ལུ་འདྲིལ་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་
 དཔལ་ཏེ་ ལུ་སྤྱི་ལུ་འདྲིལ་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་ འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་
 ཡའ་ འདྲིལ་སྟེ་ གཤམ་ལུ་སྟེངས་པའི་འབྲུག་ཏེ་ འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་
 ཏེ་གི་གྲུ་གཞུས་དཔལ་འདྲིལ་ མའའ་ལུ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་
 འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་
 འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་
 འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་

གཞུང་སྐྱོ་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འདྲིལ་པས།

གཞུང་སྐྱོ་གི་ཚོགས་ཚུ་ མའའ་ཤེས་པའི་ འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་ མིག་པའི་གཞུས་ལུ་མའའ་པའི་
 མའའ་པའི་ཚོགས་ཚུ་གིས་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་ དམ་པའི་ཚོགས་ཚུ་གིས་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་
 འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་ འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་ འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་
 མའའ་ཤེས་པའི་སྤྱི་ལུ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་ འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་འབྲུག་ཏེ་

འབོད་སྐྱོན་གི་དཔལ་དཔལ།

ཚོའི་འདྲི་དག་ལ་འདྲི་མེ་བའི་བམོ་བའི་ཞོགས། །སེམས་ལུས་གཞིག་རྒྱ་འཕྲེས་ལྟེ་ལོ་མའཔ་སོང།།
 དུ་ལོ་ཡུན་དེའི་གཤམ་པའི་དུག་ལ་སྣོ་འདྲི། །གཤམ་ཁྱུ་འབྲུལ་བའ་མ་གཟུང་ཚེ་གསུམ་ལ།།
 ཚོའི་སྣོད་དུག་ལ་སྣོད་འཛོམས་པའི་དཔལ་ལས་ཡང། །ཚོས་སྣོད་འབྲུམ་པའ་མ་གཟུང་དཀོན་མཚོན་གསུམ།།
 བམོ་བའི་ཞོགས་དཔལ་དུག་ལ་བའི་སྣོད་གི་བྲ། །སྐྱེ་ལུས་སྐྱེ་མ་གཞི་མེད་པའ་བཞུགས་ཟེད་ན།།
 དཔལ་ཡེད་ས་ཟག་དེའི་ས་མི་འགོ་བཟ། །ཡ་ཡུལ་བུམ་ཟེད་བསྐྱོད་ལྟེ་ལོ་གཟུང་ལོང་།།
 གཟུན་དུ་བཟེ་སྣོད་འཛོམས་པའི་དུག་ལ་སྣོ་འདྲི། །ཉལ་ལ་ཡེད་ཡེད་མའལ་བའི་སྣོད་ལམ་ལྷ།།

འབོད་སྐྱོན་འདྲི་པའི་གཉེས་པ།

མེད་དུག་ལ་ལུན་ལྟ་ཡི་མོ་བཟེན། །རྗེ་བྱམས་པའི་བྱུགས་ལས་འཁྲུངས་པའི་ཚོས།།
 དེ་འབྲེགས་པ་ཐོགས་མེད་མ་ལགས་པ། །གཞན་མའམས་དཔལ་བའ་མ་ལུས་མེད།།
 འོག་རྒྱ་མཚོ་ཚེ་ལོའི་ནུང་འོག་ལྟེ། །མེན་ལྟེ་དཀའ་ལྟེ་མོའི་མའི་མེད།།
 ཁུ་དུག་ལ་བོ་འཛོག་པའི་ལགས་པ། །གཞན་པའལ་པ་ལྟེ་མས་ཀྱིས་སྣོད་དཔལ་མེད།།
 བཟེ་འཛོམས་སྣོད་མི་ལོན་ལྱུང། །དཔལ་མི་དཔལ་འཛིགས་མེད་སྣོད་འཁྲུངས།།
 འོད་པའི་བཞི་སྐྱེ་འགོ་མའལགས་པ། །མི་གཞན་ལ་དེ་འཕྲི་སྐྱུ་བའ་མེད།།
 ལྟ་དུག་ལ་འདྲི་ལོངས་སྣོད་དཔལ་གསལ་གིང། །ཁུ་སྣོད་པའི་འཁྲུངས་གཟུངས་ཡིད་བཞིན་འོན།།
 མིའི་དུག་ལ་སྣོད་དཔལ་འཛོམས་འཁྲུངས་པའི་ཁུངས། །དེ་སྐྱུ་ལའི་ཚོས་རྒྱལ་ལྟེ་གཞིག་ཡིན།།
 སྐྱེ་ལྟེ་བའི་གཞི་གི་བཟུང་སྟེ། །གསུང་སྣོད་པའི་དུ་གི་དུག་ལོན་ཡིན།།
 བྱུགས་མའཁྲུངས་མཚོ་ཉི་མའཔེ་ལྟེ་གིས། །འབྲེས་བཟེ་ལ་བཞོད་པའི་ལྟེ་མེད།།
 དེའི་ལྟེ་ལའ་འོམ་བཟེས་མའཛེས་ཀྱང། །དུག་དུག་ལྟེ་མེད་པའི་དུག་ལོན་ལ།།
 ཡིད་དུང་པའི་དམ་ཚོན་འབྲུལ་མེད་དང། །སྐྱེ་འབྲུམ་མེད་ལོངས་པའི་བཟུན་པའི་གསོལ།།
 དུས་དུ་ལྟེ་གསེབ་མའི་བཞུགས་ཀྱང། །སྤོབ་མའལ་བཟུག་འཛིགས་མེད་གོས་པའི་བཞུགས།།
 ལྟེ་ཡའ་སྤོབ་གཉེས་ལ་ལྷན་པའམེད། །བཟུགས་པའི་སྣོད་ལམ་ལྟེ་བཟུང་ལྷ།། །།
 (སྤོབ་པའི་མི་དབང་༡༠པ་སྐྱུ་ལྟེ་འཛིགས་མེད་ཚོས་གསུངས་མཚོན་གིས་ དཔལ་མི་དཔལ་འཁྲུངས་ཀྱུ་ལ་བཞི་
 པ་དུག་ལོངས་ལྟེ་བཞུགས་པའི་དུག་ལོན་བཟོ་སྣོད་གི་སྤོབ་པའི་མའཛོན་གཟུང་བའོ)

ရဟန်းတို့၏အကျိုးကို ဖြည့်ဆည်းပေးရန်အတွက် အလှူဒါနများကို လှူဒါန်းပေးရန်၊
 နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်သူများအား နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက်
 နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက် နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက်

ရွှေဘုံကျမ်းအကျဉ်းချုပ်

ရွှေဘုံကျမ်းအကျဉ်းချုပ်သည် ရဟန်းတို့၏အကျိုးကို ဖြည့်ဆည်းပေးရန်အတွက် အလှူဒါနများကို လှူဒါန်းပေးရန်၊
 နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်သူများအား နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက်
 နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက် နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက်

၎င်းအပြင် ရွှေဘုံကျမ်းအကျဉ်းချုပ်သည် ရဟန်းတို့၏အကျိုးကို ဖြည့်ဆည်းပေးရန်အတွက် အလှူဒါနများကို လှူဒါန်းပေးရန်၊
 နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်သူများအား နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက်
 နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက် နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက်

၎င်းအပြင် ရွှေဘုံကျမ်းအကျဉ်းချုပ်သည် ရဟန်းတို့၏အကျိုးကို ဖြည့်ဆည်းပေးရန်အတွက် အလှူဒါနများကို လှူဒါန်းပေးရန်၊
 နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်သူများအား နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက်
 နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက် နေရာအရပ်ရပ်တွင် နေထိုင်ရန်အတွက်

ຂອງການຮ່ວມຊື່ຊາຊົນຊຸມຊົນ



ຂອງການຮ່ວມຊື່ຊາຊົນຊຸມຊົນ ຂໍສະຫຼຸບສູງ ຫຼັງການຂຽນສຽງປະດິດສ້າງແຕ່ ຈາກການ
 ຫຼວງເຂົາໂອ້ນສູງສູງສູງ ຂອງການເຮັດສຽງສູງຂອງການຂຽນ ຈຶ່ງເປັນ ວັດຖຸບັນຍັດຂອງປະດິດສ້າງ
 ພາສາ ສິ່ງໃຫຍ່ທີ່ ເຮັດສຽງຂອງການຂຽນຂອງການຂຽນ ທີ່ເປັນການສ້າງການເຮັດສຽງ
 ສູງສູງ ສູງສູງ ຂອງການຂຽນຂອງການຂຽນ ທີ່ເປັນການສ້າງການເຮັດສຽງ
 ຈຶ່ງເປັນ ສູງສູງ ຂອງການຂຽນຂອງການຂຽນ ທີ່ເປັນການສ້າງການເຮັດສຽງ
 ຫຼວງເຂົາໂອ້ນສູງສູງສູງ ຂອງການເຮັດສຽງສູງຂອງການຂຽນ ຈຶ່ງເປັນ ວັດຖຸບັນຍັດຂອງປະດິດສ້າງ
 ພາສາ ສິ່ງໃຫຍ່ທີ່ ເຮັດສຽງຂອງການຂຽນຂອງການຂຽນ ທີ່ເປັນການສ້າງການເຮັດສຽງ
 ສູງສູງ ສູງສູງ ຂອງການຂຽນຂອງການຂຽນ ທີ່ເປັນການສ້າງການເຮັດສຽງ
 ຈຶ່ງເປັນ ສູງສູງ ຂອງການຂຽນຂອງການຂຽນ ທີ່ເປັນການສ້າງການເຮັດສຽງ

ຈຶ່ງເປັນ ຂອງການຂຽນສູງສູງສູງສູງ ຂອງການເຮັດສຽງສູງຂອງການຂຽນ ການຂຽນ
 ຈາກການຂຽນຂອງການຂຽນ ທີ່ເປັນການສ້າງການເຮັດສຽງ
 ສູງສູງ ສູງສູງ ຂອງການຂຽນຂອງການຂຽນ ທີ່ເປັນການສ້າງການເຮັດສຽງ
 ຈຶ່ງເປັນ ສູງສູງ ຂອງການຂຽນຂອງການຂຽນ ທີ່ເປັນການສ້າງການເຮັດສຽງ

སེམས་ལྷན་པའི་གནས་ཀྱི་འབྲུང་རབས།

སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པ་ རབ་བྱུང་བཞི་པའམ་ལ་པ་དེ་ཅིག་ལས་ བཀའ་བཞི་འཛིན་ཆེན་པོས་མ་
གཏུག་དཔལ་བཟང་ ཟེས་ལུ་མི་དེ་གི་མཉམ་ལུ་ལམ་ཉལ་མཁའ་འགོ་མ་གསེང་ མོན་སེམས་སྤོང་བྲག་ལ་གི་གནས་
སྤོང་གྱི་དཔོན་པའི་ལུང་བསྟན་གནད་དོན་བཟུང་སྟེ། བོད་ལྗང་མི་བྱུང་ལ་བྲག་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་ བྱུང་འབྲོག་
སྟན་གསེང་དཔོན་པ་ལུ་སྐྱེ་འབྲུང་མི་ བྱུང་བྲོ་བ་མགོན་པོ་རྗེ་ཟེས་ལུ་མི་འདི་ལུ་ ཉལ་བཟང་བའི་ཡུལ་གཞིག་དཔ་
སེམས་ཀྱི་སྐྱེ་གཞིག། རྒྱ་མི་སྐྱེ་གཞིག་དེ་འདི་ལུ་བྲག་ཞིག་ མཁའ་སྤྱོད་ཀྱི་རལ་གྲི་གཞིག་དཔ་ དུང་དཀར་
གཞིག་བསེམ་ལ་གནད་འཛིན་ལས་ སེམས་ལུ་གནས་སྤོང་གྱི་བའ་བྱུང་ལུ་ག།

སྤྱི་ལོའི་བཀའ་བཞི་པའི་ བྱུང་བྲོ་བ་མཚན་གསེང་ལུ་སྐྱེ་བའི་གནས་འཚོལ་སྟེ་འབྲོག་མ་དུ་ དུ་ཏྲོ་སེམས་སྤོང་ཟེས་
སྤྱི་ལོའི་སེམས་ཉལ་ཉལ་ལུ་ བྱུང་ལུ་ལུང་བསྟན་གནད་སེམས་ཉལ་ཉལ་འདི་ ག་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་ནུ་?
གཞིགས་ཏེ་བཞུགས་པ་དུ་ རྒྱའི་མཐའ་མཁའ་ལས་འདོན་ཅིག་གསེང་ ལམ་སྟོན་ཏེ་ཡུལ་ལས་ སེམས་
འདི་གི་མིང་མཚན་ཟེས་བྲག་སེམས་གནད་ཡོད་པུ་ དུ་མེས་ཉལ་ལས་སྐྱེ་བྱུང་ཏུ་མེས་ཏེ་ ལྷན་ཟེས་དུ་ལུ་ལས་
སོ་ལུ་ག།

དེ་ལུ་ལས་ལས་འབྲོག་པའི་འབྲོག་ལམ་ ལུང་པའི་གཡམས་ལ་བྲག་ལས་འཛིན་ཏེ་ བྲག་གི་ཚུ་བའི་གཡམས་
ཚན་ཅིག་ཉལ་ཉལ་ལུ་ ལ་སྐབ་མ་ཤེས་པའི་བྲག་གོ་ཅིག་གསེང་ བྱུང་བྲོ་བ་མཐའ་ལྷན་ཅིག་ དེ་འབྲུག་ལས་
ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ དེ་ལུ་ལས་ལུ་ལུ་ལུ་ རྒྱ་མི་དེ་གི་མཉམ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ དུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ཟེས་སྐྱེ་
ཀྱི་ལུ་ལས་ ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ དུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་
དུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ གཡམས་དེ་གི་མིང་ལུ་དུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་
ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ དུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ དུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ དུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ དུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་
གདུལ་བྲག་ ཟེས་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེ་ལུ་ བྱུང་བྲོ་བ་མཚན་ གཡམས་ཚན་དེ་ཉལ་ལས་ལས་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་
ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་
ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་

ཡོད་པ་དང་། སམ་གྲོ་ལུ་ཕུ་པའི་གཞུང་། ལེ་ལུ་བཅོམ་རྒྱུ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་ རྟེན་སྐྱེ་ རྩིས་ཤེད་པའུ་འབྲོམ་
གྱི་གདུག་སེམས་ལྟེན་མཚན་མི་འདི་གི་ བཀའ་ཤིས་རབ་གནས་འབད་བའི་སྐབས་ སམ་གྲོ་ ལུ་
གཤིས་ཀྱི་སྒྲིབ་བདག་ཚུ་གིས་ ཁོ་པ་ཡབ་སྐུ་གཤིས་དང་ གནས་ལུ་བསྟོད་པའི་ཚཱ་བཟུམ་ཅིག་སེ
བཅོམ་སྟེ་ཡུལ་མི་དེ་ལས་ དྲུག་ལྷུ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལུ་ཕུ་པའི་གཞུང་ཟེམ་སྐབ་དུ་མོ་པའི་ལུངས།

རྩིས་ཤེད་པའུ་འབྲོམ་གྱི་གདུག་སེམས་འདི་ གསལ་སྐྱབ་མཚན་པའི་བཀའ་ཤིས་རབ་གནས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་དང་
འབྲེལ་ རྩིས་བཟུམ་ལ་གི་ རྩིས་བཟུམ་གསལ་བའི་སྐབས་ལུ་ ལུངས་ཀྱིས་པའི་སྒྲིབ་བདག་ རྩིས་བཟུམ་གི་
རྩིས་དང་ལྟན་མི་ཚུ་གིས་ གསལ་བཅོམ་འབད་དེ་ ཡུལ་བའི་ལུངས་ལུ་ ལོ་བསྟར་བའི་ལུངས་ ལུངས་ཀྱིས་
པའི་སྒྲིབ་བདག་ཚུ་གིས་ཀྱབ་སྐྱོལ་ཡོད་དུང་ དེ་ལྟེན་མཚན་བཟུམ་ལོ་བཟུམ་གི་ ལུངས་དུང་པ་ཟེམ་ལུ་མི་དེ་གིས་
མཉམ་སྟེ་བཟུམ་གི་དེ་གིས་ གཞུང་གི་མི་ལུ་ཡང་ལུ་ཕུ་པའི་གཞུང་ཟེམ་དྲུག་ལྷུ་ཡོད་པ་ཨིན་ལུ་
ལུངས་དུང་པ་གཞུང་གི་ལུངས་ལུ་ རྩིས་བཟུམ་ལུ་གི་སྐབས་ལུ་ རྩིས་ལོ་བཟུམ་ལུ་ལུངས་ཀྱིས་ལྟོ་དུང་ རྩིས་
བཟུམ་ལུ་ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་ ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་ ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་ ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་
འདི་ ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་ ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་ ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་ ལུངས་ལུ་ལུངས་ལུ་

ལུ་ཕུ་པའི་གཞུང་ལུ་སྒྲིབ་བདག་ཚུ་གི་ལུངས།



པས་ འཛོལ་སྐྱེལ་སྤོང་མི་ བྱ་ཡུག་རྟོན་/ཡུ་ཁྱུ་གི་སྤུ་མདོག་ལས་དུམ་ལེན་ཏེ་བཟོ་བཟོ་ལ་ཨིན་པས།
དེ་ཡང་ ཡུག་རྟོན་/ཡུ་ཁྱུ་གི་ མགྲོན་གཤམ་གསལ་ལོ་འདི་གི་མཚོན་བྱེད་ལུ། གནས་ཀྱི་མཚོན་གྱི་མགྲོན་གསལ་
བྱེད་ཏེ་ལྷན་ལྷན་ཏེ་/ལེ་མའི་ཉོ་མ་འདྲ་བ་ཀྱི་ས་བཟོ་བཟོ་བའི་མགྲོན་གྱི་བཅུ་གསལ་ཨིན།

ཡུ་ཁྱུ་ཚུ་ རོ་ལྷ་སྤོང་གྱི་བྱ་གཤམ་གསལ་ལོ་འདི་གི་མཚོན་བྱེད་ལུ། གནས་པ་གསལ་སྤོང་གི་
གསལ་ལོ་འདི་ལྷན་ལྷན་ཏེ་ཨིན།

ཡུ་ཁྱུ་གི་ཡུག་ཏུ་གསལ་ ཚོན་དམར་ལུ་ལྷན་ལྷན་ཏེ་ལོ་འདི་གི་མཚོན་བྱེད་ལུ། བཀ་བཀ་ལུ་ལྷན་ལྷན་ཏེ་
སྤོང་བཀ་བཀ་ཏེ་ཨིན།

ཡུ་ཁྱུ་གི་བྱེད་ཏེ་ལྷན་ལྷན་ཏེ་ལོ་འདི་གི་མཚོན་བྱེད་ལུ། གོ་ལུ་དུག་སྤོང་གི་ཨིན།
ཀུ་མ་སྤོང་གཤམ་གསལ་ལོ་འདི་གི་མཚོན་བྱེད་ལུ། ལྷན་ལྷན་ཏེ་ལྷན་ལྷན་ཏེ་ཨིན་པས།

གནས་ཀྱི་ལེན།

སྤྱི་བཟང་ གནས་ཀྱི་རིགས་གཤིས་ཨིན་ཏུ་ དེ་ལུ་ ལེན་མ་འདྲམ་ལེ་ལྷན་ལྷན་ཏེ་ ས་གོ་ ལུ་
ཚུ་པའི་གནས་འདི་ལུ་ ལེན་ བཅོམ་བྱེད་ཏེ་ཨིན། དེ་ཡང་། ༡ པ། ལམ་འགྲོས། ༢ པ།
ལྷན་ལྷན་ཏེ་ལྷན་ལྷན་ཏེ། ༣ པ། ལུ་ལུ་བཟུན་པ། ༤ པ། རོ་ལྷ་ལུ་ལུ་ལུ་བཟུན་པ། ༥
པ། ཚོས་འཁོར་ལྷ། ༦ པ། རོ་ལྷ་ལུ་ལུ་ལུ་བཟུན་པ། ༧ པ། ལྷན་ལྷན་ཏེ་ལྷན་ལྷན་ཏེ།
༨ པ། ལྷན་ལྷན་ཏེ་ལྷན་ལྷན་ཏེ། ༩ པ། མཚོན་ལུ། ༡༠ པ། མཚོན་ལུ་ལྷན་ལྷན་ཏེ།
༡༡ པ། གནས་འཁོར་ལུ་ལྷན་ལྷན་ཏེ། ༡༢ པ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལྷན་ལྷན་ཏེ། ༡༣ པ། ལུ་
ལུ་ལུ་ལུ་ལྷན་ལྷན་ཏེ། ༡༤ པ། ལུ་ལུ་ལྷན་ལྷན་ཏེ། ༡༥ པ། ལུ་ལུ་ལྷན་ལྷན་ཏེ།
པ། ལྷན་ལྷན་ཏེ། ༡༦ པ། མཚོན་ལུ། ༡༧ པ། ལྷན་ལྷན་ཏེ།



རྩ་མགོ་ལས་ ཚོས་ཇི་འབྲུག་པ་ཀྱུ་ལེགས་ཀྱི་གཏུང་རྒྱུད། ཡེ་ལོ་འབྲུག་སྐོམ་ཞིག་པོ་འུ་མ་སྤུལ་ རྩ་
 མགོ་འོ་ཚོས་ཇི་མི་ཡམ་ཚོ་དབང་བསྟན་འཛིན་དཔ། ཡེ་སྐད་ལ་འབྲུག་པ་བུ་ཆེན་ཡུག་ ལྷོ་ལྟ་རྒྱུ་པོ་འུ་གཏུང་རྒྱུད་
 འཛིན་མི་ཚུ་དཔ། དུག་པ་སྤྱི་མཐུན་པ་དཔ། ཡེ་ ཀྱེ་ལ་ལ་སོགས་པའི་ཐིམ་ཡུ་གི་ཡུ་གས་ལུ་ གནས་
 བཤམས་ཏེ་སྟོད་མི་དཔལ་ལྟ་འབྲུག་པའི་ཚོས་བརྒྱུད་འཛིན་མི་དཔ།
 དུག་ལྟ་ཀྱི་སྤྱི་བདག་ཚུ་གིས་འབྲུག་པ་དཔ་བསམ་པ་སེ ཞབས་རྩུ་འུ་པོ་ཆེ་ལྷོ་མ་དུ་ལུ་ ཡུག་དབང་
 བཤམ་བའི་སྐབས་ དེ་ཚུ་ལུ་ རུ་སོའི་འམས་དབང་བསམ་པ་དཔ་མཐུན་པའི་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་བདུ་མོ་གིས་
 འདྲོད་པའི་འུ་བསྐྱེད་ཏེ་ འབྲུག་པའི་ཚོས་བརྒྱུད་འཛིན་མི་བྲམ་ག་ས་ ཚས་གཤིག་ གཤིག་འཇམ་གཏུན་
 འཛོམས་ཏེ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ལུ། དུག་ལྟ་ཀྱི་སྤྱི་བདག་ཚུ་གིས་ དེ་ལྟ་འཛོམས་ཏེ་ཡོད་པའི་དཔལ་
 ལྟ་འབྲུག་པའི་བྲམ་སྤྱི་དཔ། ལྟ་ག་པ་སུ ཞབས་རྩུ་འུ་པོ་ཆེ་ལུ་ དུག་པ་དཔ་དུག་སྤུང་འབྲུག་པ་མེད་པའི་
 བདེ་མཚོན་ལུ་ གནས་ཀྱི་རྩ་ལས་དཔ་པ་ཡུག་འཚལ་མ་ ཡེ་བྲམ་མ་རྣམས་ལུ་ཡུག་འཚལ་ལོ། ། ཟེ་མི་
 འདི་ མཚོན་པའི་ཚུ་ལུ་སེ་ཡུལ་ཞུག།

དེ་གི་ལུ་ལས་ཀྱི་དུག་སྟེ་སྤྱི་གཏུང་པ་ཡུག་ཚོགས་རྣམ་རྒྱུ་བཅུ་མོ་དཔ་བསམ་པ་ ལྷོ་མ་གཤིག་གི་རྟེ་
 བསྐྱེད་གཏུང་མ་མཚན་ གསལ་བའི་དུག་ལྟ་སྤྱི་བདག་རྒྱུ་ཀྱི་ཚོ་འབྲུག་ ལྷོ་མ་གསལ་འབྲུག་མི་དེ་ལས་རྒྱུ་ཏེ་

བཤིས་རྟེ་ལེའུ་མ་འདྲམ་བུའུ་བཞི་ཡོད་པ་སེ། བཞད་མི་ཚུ་གཤམ་གསལ་ཉུང་ཤུ་ཨིན།

- ✓ ལེའུ་ ༡ པ། རྒྱ་གཞུང་ལ་མ། མ་གྲུ་མ་རྣམས་ལ་ཡུ་གཞུང་ལ་ཡོ།
- ✓ ལེའུ་ ༢ པ། ས་བཅའ། རྟེ་ཡོ་བལྟ་ཉུ་པའི་ས་བཅའ་གཉིད་ ཞུ་མི་ལས་ཤི།
གཞུགས་ཉུ་མ་ཡེ་ཞུ་གཉིས།
- ✓ ལེའུ་ ༣ པ། བཞུགས་གཤམ་གསལ་སྐྱེ་ཡོ་ཡོ།
- ✓ ལེའུ་ ༤ པ། ས་ཡེ་གཉི་དྲུ་དྲུ་ལྷོ་ས་བཞེ་མོ།
- ✓ ལེའུ་ ༥ པ། ས་ཉོ་ལྷུ་ལྷུ་དྲུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ།
- ✓ ལེའུ་ ༦ པ། ས་ཉུ་གསལ་ཉོ་ལྷུ་གཞི་རྒྱ་གཞུ་གཞུ།
- ✓ ལེའུ་ ༧ པ། ས་བོ་དྲུ་གཉི་བྱ་ཆེ་དེ་པ།
- ✓ ལེའུ་ ༨ པ། གཡས་སུ་གཡས་ལས་འོ་མི།
- ✓ ལེའུ་ ༩ པ། ས་བོ་དྲུ་གཉི་ཡེ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ།
- ✓ ལེའུ་ ༡༠ པ། ས་མས་ལས་སྐྱེ་བའི་ས་ཚུ་དེ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ།
- ✓ ལེའུ་ ༡༡ པ། ལྷུ་ས་འོ་བའི་གསལ་རྟེ་ག།
- ✓ ལེའུ་ ༡༢ པ། འཛམ་གྲུ་གཉི་ལྷུ་གསལ་སྐྱེ་བ།
- ✓ ལེའུ་ ༡༣ པ། སི་མགོ་ཨིན་ཅི་མིན་ཅི། རྟེ་ལས།
- ✓ ལེའུ་ ༡༤ པ། བཏུ་ཤིས་བཏུ་ཤིས་ ཟེ་མི་ཚུ་ཨིན།

ལུ་བཞུགས་ཀྱི་འབྲུལ་རབས།

པ་བཅས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདྲི་ ལམ་སྲོལ་གྱིས་ཡུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་འབད་ནི་དེ་གིས་ ལུ་ཡུགས་སོ་སོ་ ལས་ཡེ་ གཞུགས་དེ་གཞུགས་མོ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་མ་འདྲམ་ ལེ་ཞུ་དེ་ཡོད་པ་བཟུམ་ སེ་ཁྲོད་གསལ་རྗེ་པའུ་ མེ་སྐྱེ་ཚོ་བཞི་པའི་གཡུས་ཚན་ཚུ་ཉུ་ཡེ་ གཞུགས་དེ་གཞུགས་མོ་འི་རིགས་མ་ འདྲམ་ཚུ་ རྟེ་རྟེ་ཡོད་མི་ཉུ་ལས་ གཉི་བཞུ་རྒྱ་རྒྱ་བས་ཆེ་བའི་ལུ་བཞུགས་ཟེ་མི་འདྲི་ ལུ་བཞུགས་ཀྱི་ འོག་ལས་དེ་ཡོད་པའི་ སེ་ལྷུ་གསལ་སྐྱེ་ལ་གྱི་གཞུགས་རིགས་བཞི་ཡོད་མི་ཉུ་ལས་ གཞིག་ཨིན་པས། ལུ་བཞུགས་ཟེ་སྐྱེ་བའི་ལས་ལས་བཞི་ལྷུ་ ཁྲོད་གསལ་རྗེ་ལས་བཞི་ལྷུ་ ལུ་བཞུགས་ལྷུ་ལྷུ་གསལ་རྗེ་ཡོད་མི་ སྐྱིས་དེ་སེ་སྐྱིས་གཡུས་ཚན་ཚུ་ཉུ་ལས་ རྟེ་བའི་གཞུགས་ཅིག་འབད་ནི་དེ་གིས་ ལུ་བཞུགས་ཟེ་བའི་བཞུ་

ཉུག་པས་དུ་ ཚོས་མེད་པོ་ལྟོས་པ་ མི་ཇི་འདེགས་མེད་རྣམ་རྒྱུ་ལས་འགོ་བཟུང་ དཔལ་ལྷན་པ་བརྒྱ་ལྷན་ཀྱི་
ཚོས་རྒྱུ་ལེན་འབྱོར་ཚུ་གི་སྐུ་རིེ་ལུ་ ཉུམས་པ་སོས་ཚུ་མེད་དེ་ ལུ་ལས་ཉུག་པ་སོ་མོ་དེ་འཕུལ་བཟུང་
གནད་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལུ་གནས་ཀྱི་ཆས།

རྒྱུ་ལེན་པ་ལྟེ་ཡོད་པའི་གནས་རིགས་གཞན་ཚུ་དཔོན་ལེན་འབྲེལ་པ་སེ ལུ་གནས་རྒྱུ་ལེན་སྐབས་སུ་
ཡང་ རང་སོའི་གཡུས་ཀྱི་ལུ་གནས་སྤོལ་དཔལ་གནས་ཀྱི་ཚོན་དཔལ་འབྲིལ་ཏེ་ ཚས་སྐྱིག་ཟེངས་ཚུ་ཡང་མ་འདྲུམ་
ཡོད་པ་ཨིན་པས། མ་གཞི་ལུ་གནས་ཀྱི་ཚས་སྐྱིག་ཟེངས་འདྲི་ རྟེམ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་ཀྱི་གྲུ་ཆས་
ཟེངས་ལྟགས་སུ་མེད་པར་ ལེ་རྩ་གྲོན་མི་གོ་དེ་རྩ་གྲོན་ཞུ་མ་ལས་ བཀའ་ཉེ་དཀའ་པོ་བཀའ་དགོ་པ་མ་ཚད་
རྟེང་མ་རྩུམ་མ་བཅུགས་པར་ རྟེང་མ་སྟོང་མ་སེ་རྒྱུ་སྤོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ཨིན་དུ་ འབྲུག་རྒྱུ་
ལབ་ནུང་ བཀའ་ཉེ་སྤྲུལ་ལུ་མ་ཚེས་པའི་གོ་ཚུ་མི་དཔལ་ལོད་གཞུགས་དམ་པ་ འདེགས་མེད་རྩི་
དཔལ་ལྷན་མཚོན་གི་སྐུ་རིེ་ལུ་ གནས་ཀྱི་ཆས་ཚུ་ ཚོན་དཔལ་མཐུན་མ་སེ་འབྲུག་བཅོས་སོམ་བཟུང་གནད་ཡོད་
མི་ཚུ་ འོག་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་ཨིན།

- ✓ གྲི་ལྷན་གསལ་གསུམ་གྱི་རྒྱུ་སྤེལ་ལོ་ལོ་བའི་གཞུགས་པའི་ཟེངས་ལོ་འདི་ཚུ་ རང་གི་རྒྱུ་ལུ་ཚད་སྟེ་
རྒྱུ་སྤེལ་ཚུ་པའི་བདེ་མཚན་ལུ་ རྒྱུ་ཟློབ་ཀྱི་ཆས་སེ མཁྲ་རྩི་གྲུ་ཟློབ་རྒྱུ་ལོ།
- ✓ འབྲུག་པའི་མི་སེའི་གསལ་ ལྷན་པའི་སེའི་རྒྱུ་ལུ་བརྟུན་པ་ལུ་ དུ་ལུ་དཔལ་ལོས་གསལ་སོམ་
ཡོད་པའམ་ ཡང་ན་ རྒྱ་སོམས་ཚོས་དཔལ་མཐུན་མ་སེ་ཡོད་པའི་བདེ་མཚན་ལུ་ གཟུགས་
ལས་གོ་དཔལ་པོ་གྲུ་ལོ།
- ✓ འབྲུག་རྒྱུ་ལེན་པའི་སྤྱི་མི་སོ་ལོད་འདི་ཚུ་གསལ་ ལྷན་པའི་གསལ་བའི་བརྒྱུ་ལོ་བའི་ འདོམས་
ཚུ་གསལ་པའི་སོ་སྤྱི་ བཟོ་བཟུང་མི་ལོད་ཡོད་པ་ལས་ བཅོམ་ལྷན་སྤྱི་གྲུ་མའི་སྐུ་
མེད་གི་མེད་གི་མཚོན་གྲུ་དཔལ་ ཡང་ན་ སོ་སྤྱི་གྲུ་མའི་ཚོན་གྲུ་ལུ་ རྩི་ལོ་
རྩི་ལོ་གྲུ་ལོ།
- ✓ དུ་ལུ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ལོ་མེ ལུ་ལས་དུང་དག་དཔལ་ལྷན་རྒྱུ་མཚོན་ གྲི་སོ་ཟེངས་ཀྱི་
སོམ་པའི་སྤོལ་བཟུན་ ལྷན་གྲུ་ལུ་སོམས་ཀྱི་སྟོང་པོ་རྒྱས་ གསལ་བ་སྤྱི་གྲུ་སོམ་

པོ་འཛིན་གྱི་སྒྲུབ། ལེའུ་ ༡༩ པ། འཇགས་བཤའ་དུ། ལེའུ་ ༢༠ པ། བསྟན་པ་ཡོད་པ། ལེའུ་ ༢༡
པ། མཐོ་ལུ་ཡངས་པ། ལེའུ་ ༢༢ པ། བཀྱ་ཤིས་ཚུ་ལོན་པས།

གནས་མོ་གི་སྐོར་དེ་དུང་འབྲུང་ལུངས།

གནས་མོ་ཟེ་མ་མི་འདི་ཚོ་གི་ག་ཅི་ས་ལོན་པུ་ དེ་ཚུ་སྐྱེ་ཚེ་ལ་གྲི་ལམ་ལས་ ཉུག་པ་འི་པག་གི་དབྱེད་ས་ཏྱ་ལུ་
རྩེད་ས་ཏྱ་ ལམ་སྐུ་ཚུ་གིས་ དཀའ་སྟོན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་མཚོན་ཞི་འདི་ཏྱ་ལུ་ གྲུ་ལ་གདུང་འི་མོ་སོ་བསྟན་
ལོན་མ་ལས་ གདུང་ས་དབྱེད་ས་འི་མོ་སོ་ འབྲེན་ཏྱ་ རྒྱ་མ་མི་ཅིག་ལུ་སྤྲུལ་ལོན།

གནས་མོ་གི་ཚོ་ག།

གནས་ཀྱི་འཛིན་ག་ཅི་ས་ལོན་པུ་ དེ་ནུ་གི་བརྗོད་ཏྱ་དུ་དོན་ཚོག་གཏོ་བོ་ས་ བསྐྱུལ་པ་ག་དེ་སོ་ཆེན་མ་ཡི་
ག་? དུ་ བྲམ་དུ་ཚོས་ལུགས་འབྲུང་རབས། ལེགས་པ་འི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་ཚུ་ལ། བསོད་ནམས་ཅན་གྱི་
གོ་ཤམ་དུ་ བྲིན་རྩལ་ཅན་གྱི་བྲམ་ལུ་སོགས་པ་འི་ སྤྱི་གསུང་བུགས་ཡོན་ཏྱ་དུ་གིན་ལས་ཚུ་ལུ་བསོད་དུ་
དུ་ བཀྱ་ཤིས་པ་འི་སྐོན་ཚོགས་ལུ་སོགས་པ་ བརྗོད་བྲུ་དུ་ རྗོད་བྲུ་ཡུན་སྐུ་མཚོགས་པ་འི་ཚོག་འཛིན་
ཡོད་པ་ལོན།

གནས་མོ་གི་ཆས་དུང་རྒྱ་བས་འི་ཡུ་ལ།

གནས་མོ་འི་འཛིན་ག་ཅི་ས་ལོན་པུ་ དེ་ཚུ་སྤྱི་ས་བཏང་ག་ལུ་སྐྱེ་གི་སྤྱི་གནས་ཚུ་དུ་ མ་འདུམ་ག་གི་ཡང་
མེད་པ་ལོན། དེ་ཡང་གཏོ་བོ་ས་ཚོད་གཞིས་འག་དུ་ ལྷ་འཇུག་དུ་སྟོན་ཏྱ་ཚུ་ནུ་ ལེ་འུ་གི་ཚོས་བུ་དུ་
རྒྱུ་ཡོད་ས་འུ་ཆེན་དུ་ རྒྱུ་ཡོད་འུ་འུ་སྐུ་དུ་སྐུ་ཆེན་ལུ་སོགས་པ་འི་ དཀའ་སྟོན་རྟེན་འབྲེལ་བཏོ་སྤྲུང་ལུ་
བའི་སྐུ་བས་དུ་ གནས་ཡང་ ལོ་ཚོག་མཇུག་བསྐྱེད་པ་འི་སྐུ་བས། བྲིམ་གསུང་སྤྱི་བཀྱི་རབ་གནས་འབད་བའི་
སྐུ་བས་རྒྱ་བས་ཡོད་པ་ལོན།

གནས་མོ་འི་གདུང་ས་དབྱེད་ས་དུ་ལེའུ།

གནས་མོ་འི་གདུང་ས་དབྱེད་ས་ཚུ་ཡང་ མའུ་ཤོས་འུ་འི་མོ་སོ་འབྲེན་དོ་ཡོད་པ་དུ་ གནས་མོ་ལུ་འི་ནུ་ལོན་
པ་འི་ འི་ལུ་སྐུ་ལུ་ཏྱ་ཡང་ འབྲེན་སྐོ་ལུ་ཡོད་པ་ལོན་པས། དེ་བཟུམ་སོ་ ལེའུ་ཡང་གདུང་ས་དབྱེད་ས་
དུ་འགྲིལ་ཏྱ་ རྗོད་ཏྱ་སོ་སོ་རྒྱ་བས་ཡོད་པ་ལོན།

ရာဇာဓိရာဇာ

ဗဟိုဝန်ထမ်းများ၏အကျိုးစီးပွားနှင့် အကျိုးခံစားခွင့်များကို ထိန်းသိမ်းပေးရန်အတွက် အစိုးရက အရေးယူမည်ဖြစ်ကြောင်း ဝန်ကြီးဌာနက ပြောကြားခဲ့သည်။

ကျွန်းပေါ်ဒေသများ

ကျွန်းပေါ်ဒေသများတွင် အစိုးရက အရေးယူမည်ဖြစ်ကြောင်း ဝန်ကြီးဌာနက ပြောကြားခဲ့သည်။ အစိုးရက အရေးယူမည်ဖြစ်ကြောင်း ဝန်ကြီးဌာနက ပြောကြားခဲ့သည်။

ရာဇာဓိရာဇာအဖွဲ့

ကျွန်းပေါ်ဒေသများတွင် အစိုးရက အရေးယူမည်ဖြစ်ကြောင်း ဝန်ကြီးဌာနက ပြောကြားခဲ့သည်။ အစိုးရက အရေးယူမည်ဖြစ်ကြောင်း ဝန်ကြီးဌာနက ပြောကြားခဲ့သည်။

၎င်းတို့သည် အတိအကျတို့ကို အကြောင်းပြောရာတွင် သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်
အထူးတော်ကောင်းများကို ရရှိစေပြီး သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်
အထူးတော်ကောင်းများကို ရရှိစေပြီး သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်

အတိအကျတို့ကို အကြောင်းပြောရာတွင် သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်
အထူးတော်ကောင်းများကို ရရှိစေပြီး သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်
အထူးတော်ကောင်းများကို ရရှိစေပြီး သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်

အထူးတော်ကောင်းများ

အထူးတော်ကောင်းများသည် သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်
အထူးတော်ကောင်းများကို ရရှိစေပြီး သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်
အထူးတော်ကောင်းများကို ရရှိစေပြီး သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်

၁။

- ၁။ အထူးတော်ကောင်းများသည် သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်
- ၂။ အထူးတော်ကောင်းများကို ရရှိစေပြီး သောဓာတ်တို့ကို ကြွယ်ဝစေခြင်းဖြင့်

སློབ་ཚན་བཞི་པ།

སྐྱུང་གྲུ་དྲུང་མགྲུ་སྐུ་མཉམ་པོ་དོན་དུ་དྲུང་བའི་འབྲུག་ལུང་ས།

ཉེ་མ་ ཉེ་མ་ལུ་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དྲུང་ དུ་མ་པའི་ཚོས་མ་དུ་ས་བའི་སོན་མ་ས་ ཚབ་སྤྱོད་སྐྱུང་དྲུང་བོན་གྱིས་
 བསྐྱེད་ས་པའི་སྐྱབས་ སྐྱུང་མ་འདྲུལ་རྣམ་པ་སྐྱོ་ཚོགས་དྲུང་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ སྐྱུང་འདྲི་ཚུ་གི་རྣམ་པས་གྲུ་གི་
 རིག་པ་ཡང་ མ་འདྲུལ་བཞུད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་དྲུང་འདྲུལ་སའི་ ས་བཤེས་པའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདྲི་
 རྣམ་ཡང་ ཉེ་མ་མོན་ཡུལ་སའི་སོན་པའི་སྐྱབས་ ཡུལ་ཁབ་སའི་ཚུ་རྣམ་ ཉུ་དྲུང་འདྲི་ཚུ་གིས་དུ་བུ་སྟེ་ ཁོ་པ་
 གི་རིགས་བརྒྱད་སྟེ་སྟེ་བའི་སྐྱབས་ ཁོ་པ་གི་རིགས་རྒྱུ་ཚུ་དྲུང་འཛུལ་དུ་སྟེ་བས་ལྷན་པས་ གཞན་དྲུང་མ་
 འདྲུལ་ཡོད་པའི་ཡོ་རྒྱས་ཚུ་ རྒྱལ་འབྲུག་ཚུ་རྣམ་པ་ཞུ་དེ་བཟུམ་ཨིན་མ་ལས་ དེ་དེ་སྐྱབས་དྲུང་མི་གྲུ་གཞན་ས་
 ཚུ་ལུ་ སྐྱུང་གྲུ་ཟེར་སྐབ་ཨིན་པས།

སྤྱི་མཉམ་པ་སྐྱུང་ལུ་ སྤེལ་ཉུ་ལུ་གི་སྐྱུང་། ཨ་ལུ་བསྟན་པའི་སྐྱུང་། སྤྱི་མཉམ་པ་སྤྱི་སྐྱུང་། ཟེར་སྐྱུང་མ་
 འདྲུལ་ལུ་འགྲོ་ཡོད་པའི་རྣམ་པས་ སྤྱི་མཉམ་པ་རྒྱལ་པོའི་སྐྱུང་འདྲི་ བཟོ་དྲུང་གི་དོན་དུ་དེ་དྲུང་ཚོགས་གི་སྐྱབས་
 ཚུ་ གཞན་ལས་ལུ་དྲུང་པས་འཕགས་པའི་ཁབ་ འདྲི་རྣམ་གི་གྲུ་ཚུ་ཡང་ འགོ་བཟོ་གས་ཐངས་དུ་བས་གི་བཟོ་དྲུང་
 དོན་ བཟོ་སྤྱོད་འབད་ཐངས་ མཚུགས་བསྟོ་ཐངས་ཚུ་ གྲུ་གཞན་གཞན་དྲུང་ མ་འདྲུལ་སའི་ཡོད་པ་ཨིན།
 དེ་ཡང་ རུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཚུ་ སེམས་ཤེད་གི་རྒྱུ་གཞན་ལུ་འདྲི་དོན་ལུ་ ཐངས་མཁས་པའི་གྲུ་
 ཐུགས་ཤེ་དུང་ལྟ་ཉི་དེ་གིས་ གུ་ལུ་གུ་ལུ་འདྲུལ་གི་སྐུལ་པ་རྣམ་པ་སྐྱོ་ཚོགས་གི་སྐྱོ་ལས་བརྒྱུ་དོ་ཡོད་པ་
 བཞིན་དུ་ སྤྱི་ཡོད་པའི་རུས་འབྲུག་པའི་རྣམ་ རུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་གུ་མ་གི་སྤྱི་གཞན་གས་ ཨོ་རྒྱུ་གི་
 སྤྱི་བུ་དོན་ཚེ་ལོ་པ་ལྷོ་འབྲུག་གཞན་མཚོག་ ཉེ་མ་ལུ་ཡའི་ཡུལ་ཁོ་པས་ཚུ་རྣམ་པ་ཞུ་དེ་ལྟ་བུ་ལྟེ་ལྟ་བུ་གིས་བཤེས་
 བྱིན་གྱིས་བཟུམས་སའི་ ལྷོ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལྷོ་རྣམ་པ་སྐྱོ་ལས་ སེམས་ཤེད་གི་དོན་མཛད་དེ་
 ཡོག་ལྟོ་རུབ་སྤོ་ལོ་ཡུལ་ལུ་བྱོན་སོ་རྒྱལ།

ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်

ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်သည် ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်သည် ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်သည်... (The text continues with a detailed legal explanation of the 'ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်' in Burmese.)

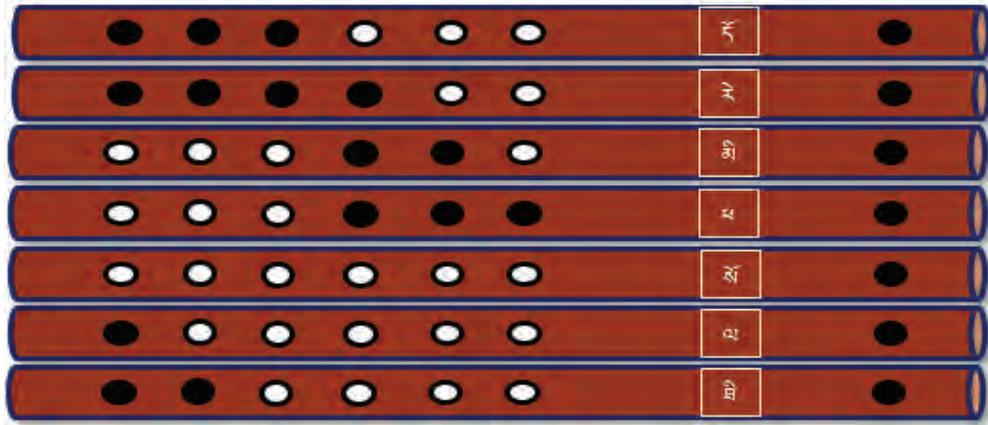
ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်သည် ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်သည်... (The text continues with a detailed legal explanation of the 'ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်' in Burmese.)

ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်သည် ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်သည်... (The text continues with a detailed legal explanation of the 'ပစ္စည်းတရားနာယကအကျဉ်းချုပ်' in Burmese.)

- ✓ နီၣ်တၢ်တၢ်သးဃာ်အ်သးသးတၢ် နုၣ်တၢ်တၢ်သးသးနုၣ်တၢ်တၢ်သးသးအ်သးသးတၢ် နီၣ်တၢ်တၢ်သးသး
နုၣ်တၢ်တၢ်သးသးနုၣ်တၢ်တၢ်သးသး
- ✓ နီၣ်တၢ်တၢ်သးဃာ်အ်သးသးတၢ် နီၣ်တၢ်တၢ်သးသးနုၣ်တၢ်တၢ်သးသးတၢ် နုၣ်တၢ်တၢ်သးသး
နုၣ်တၢ်တၢ်သးသး နီၣ်တၢ်တၢ်သးသး
- ✓ နီၣ်တၢ်တၢ်သးဃာ်အ်သးသးတၢ် နုၣ်တၢ်တၢ်သးသးနီၣ်တၢ်တၢ်သးသးနုၣ်တၢ်တၢ်သးသး
နုၣ်တၢ်တၢ်သးသး နီၣ်တၢ်တၢ်သးသးနီၣ်တၢ်တၢ်သးသး

နီၣ်တၢ်တၢ်သးဃာ်အ်သးသးတၢ် နီၣ်တၢ်တၢ်သးသးနီၣ်တၢ်တၢ်သးသးနုၣ်တၢ်တၢ်သးသး
နုၣ်တၢ်တၢ်သးသး နီၣ်တၢ်တၢ်သးသး နီၣ်တၢ်တၢ်သးသးနီၣ်တၢ်တၢ်သးသး
နုၣ်တၢ်တၢ်သးသး နီၣ်တၢ်တၢ်သးသးနီၣ်တၢ်တၢ်သးသး

နုၣ်တၢ်တၢ်သး



ဒါး

၁. နုၣ်တၢ်တၢ်သးဃာ်အ်သးသးတၢ် နီၣ်တၢ်တၢ်သးသးနီၣ်တၢ်တၢ်သးသး
နုၣ်တၢ်တၢ်သးသး နီၣ်တၢ်တၢ်သးသး
၂. နုၣ်တၢ်တၢ်သးဃာ်အ်သးသးတၢ် နီၣ်တၢ်တၢ်သးသးနီၣ်တၢ်တၢ်သးသး
နုၣ်တၢ်တၢ်သးသး နီၣ်တၢ်တၢ်သးသး

ལྷོ་བོ་

༡. ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་ ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་ ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་
༢. ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་ལྷོ་བོ་

ལས་འོད་ནི་དཔ་ མཐུན་བྱ་གཉེན་གྱི་བདེ་བ་ རྗེས་པ་ལེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕེད་འབྲོག་འཛིན་ལྟ་ཡོད་ཚུ་
ཡོད་པ་ཨོལ་པས།

དྲི་བ།

1. རྩོད་ཀྱིས་འབད་བའི་ སྐྱུ་མ་འདི་མེད་པ་འི་ འགྲོ་བ་སེམས་འཇུག་ལུ་གཞོན་དུ་པ་གཉེན་འོད་ནི་
མས་ རྩེས་བཀའ།
2. བྱི་ལ་ལ་བསྐྱོན་སྲི་གུ་འབྲེན་མི་ལུ་བརྟེན་མཐུན་བྱ་གསལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕེད་འབྲོག་ཚུ་གས་ཟེད་མི་
འདི་ལུ་རྩོད་ཀྱིས་རྒྱ་བསྐྱོན་འབད་དེ་རྩེས་བཀའ།

གཞུང་སྐྱུ་གི་དུགས།



མོ་བྲུང་དུ་པ་མི་ཆགས།

མོ་བྲུང་དུ་པ་མི་ཆགས་དུ་པ་ཆགས། མོ་བྲུང་དུ་པ་སི་ཡི་མི་ལུ་ཆགས། རྫོང་མོ་ཤེས་སྐྱོ་ལྷོ་བའི་ཉུང་ཉུང་དུ་
། དེ་ཤེས་གཞུང་པོ་ཚེས་རམ་བཅུགས་ཉུང་བའུག རྩེད་དུ་མི་བརྒྱ་ཤོད་བའི་གཞུང་པོ་གཞིག་བརྒྱ། དེ་ག་
ལུ་རྩེད་བརྒྱ་ཤོད་བའི་རྩེད་བརྒྱ། རྩེད་དུ་མི་བརྒྱ་དེ་མས་པ་འི་པེ་ལོ་ལུ། དེ་ག་ལུ་རྩེད་བརྒྱ་འགྲུངས་པ་འི་སྐྱ་
པོ་ལུ། རྩེད་དུ་མི་བརྒྱ་ཤོད་བའུག་འདྲི་མེ། དེ་ག་ལུ་རྩེད་བརྒྱ་ཤོད་བའུག་འདྲི་མེ། རྩོད་ཀྱི་བཟུང་ཡས་

ལུས་དྲག་འབད་ཡང་འུ་བསྐྱུ་བའི་ཚོ། རྒྱུ་བས་ཚད་ལ་གྱི་མེད་པ་དྲག་ལ།
 ཡས་སྐྱེད་ཚུལ་མཛེས་པའི་ལུ་མ་ས་ནད། རྣམ་དཔེ་མེ་བའི་མེ་རྩྭ་སྣ་ཚོ་གསུམ་གསུམ།
 ས་འཛེམ་གྱི་དེ་དྲི་ཞི་མ་གཤམ་པའི་ཚོ། རྒྱུ་བས་ཚད་བམོ་མེད་པ་དྲག་ལ།
 གཡུ་ས་མུ་ལྷོ་དཔེ་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ནད། དྲམ་ལ་མི་དབང་ཚེས་རྒྱལ་མཉེན་བཅོམ་ཆེ།
 རྒྱལ་ས་བཅོམ་པའི་མི་དབང་མའལ་བདུག་མཚེག། རྒྱུ་བས་ཚད་འབྲུག་ཚོད་མེད་པ་དྲག་ལ།

དྲི་བ།

༡. རྒྱ་གཞུང་གི་ལས་འབྲེན་གྱི་སེམས་འཇམས་ལུ་ ཡན་ཚེགས་ཚུལ་གྱི་སྐོར་ དེ་དྲུག་ལྟར་འབད་དེ་བྲིས།

སློབ་ཚན་བརྒྱུད་པ།



དེག་གསུམ་གྱི་དེག་གསུམ།

འདོད་ཡོན་ལེ་ཡི་མཚན་པ།

རྗེ་ལྷན་ལས་པུ་ཉུ་བའི། རྒྱུ་གསུམ་མཛེས་པའི་མེ་རྒྱ་ལྷ་ཚོགས།
 མཚན་པ་མི་ཡུལ་མཚན་པ་ཡུལ། རྒྱུ་གསུམ་གྱི་མཚན་པ་ཡུལ།
 རྒྱ་ལྷན་ལས་པུ་ཉུ་བའི། རྒྱ་ལྷན་ལས་པུ་ཉུ་བའི་ལྷ་ཚོགས་པའི།
 ལྷན་པའི་སྐུ་ཡི་མཚན་པ་འདི། རྒྱུ་གསུམ་མཛེས་པའི་ཡུལ།
 རྒྱུ་གསུམ་གྱི་ལས་པུ་ཉུ་བའི། རྒྱུ་གསུམ་གྱི་ལས་པུ་ཉུ་བའི།
 མཚན་པ་མི་ཡུལ་མཚན་པ་ཡུལ། རྒྱུ་གསུམ་གྱི་ལས་པུ་ཉུ་བའི།
 རྗེ་ལྷན་ལས་པུ་ཉུ་བའི། རྒྱུ་གསུམ་མཛེས་པའི་ཡུལ།
 རྗེ་ལྷན་ལས་པུ་ཉུ་བའི། རྒྱུ་གསུམ་མཛེས་པའི་ཡུལ།
 རྗེ་ལྷན་ལས་པུ་ཉུ་བའི། རྒྱུ་གསུམ་མཛེས་པའི་ཡུལ།

ယိုးဒယားပြည်ထောင်စုတို့၏ အကျိုးအမြတ်ကို အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိစေရန်၊ ဗြိတိသျှတို့၏ အကျိုးအမြတ်ကို အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိစေရန်၊ ဗြိတိသျှတို့၏ အကျိုးအမြတ်ကို အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိစေရန်။

မြန်မာ့အလင်းစာတိုက်

အလင်းစာတိုက်သည် မြန်မာ့အလင်းစာတိုက်ကို အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိစေရန်၊ ဗြိတိသျှတို့၏ အကျိုးအမြတ်ကို အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိစေရန်၊ ဗြိတိသျှတို့၏ အကျိုးအမြတ်ကို အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိစေရန်။

ཨོ་ཏོ་གཞོན་པ་མི་ཉེན་གཞོན་པ་ཉེན།

ཨོ་ཏོ་གཞོན་པ་མི་ཉེན་གཞོན་པ་ཉེན། གཞོན་པ་སྟེ་ཉེན་སྲུང་ལྟ་བུ་ཉེན། ལྷ་ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་ཉེན་ལུག་
ཇིག་མཇུག། ལྷ་ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་ཉེན་ལུག་གཉིས་མཇུག། ལྷ་ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་ཉེན་ལུག་གསུམ་མཇུག།
ཤར་ལུ་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་བཅུགས། གསེར་གྱི་ཟམ་པ་འགྲུ་འོླ་མེད། རྩེ་ལུ་གཡུ་ཡི་ལུ་མ་ར་
བཅུགས། གཡུ་ཡི་ལུ་མ་ར་རྒྱ་ཆད་མེད། ཨོ་ཏོ་གཞོན་པ་མི་གཞོན་པ་ཉེན། གཞོན་པ་བར་ཉེན་སྲུང་
བཅུགས། བཅུག་ཡ་བ་སྤྲུལ་བུ་ལུག་གཞིག་མཇུག། བཅུག་ཡ་བ་སྤྲུལ་བུ་ལུག་གཉིས་མཇུག།
བཅུག་ཡ་བ་སྤྲུལ་བུ་ལུག་གསུམ་མཇུག། ཤར་ལུ་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་བཅུགས། གསེར་གྱི་ཟམ་པ་འགྲུ་
འོླ་མེད། རྩེ་ལུ་གཡུ་ཡི་ལུ་མ་ར་བཅུགས། གཡུ་ཡི་ལུ་མ་ར་རྒྱ་ཆད་མེད། ཨོ་ཏོ་གཞོན་པ་མི་
གཞོན་པ་ཉེན། གཞོན་པ་འོླ་ཉེན་སྲུང་ལྟ་བུ་ཉེན། ལྷ་གཞོན་པ་མི་ཉེན་ལུག་གཞིག་མཇུག། ལྷ་གཞོན་
པ་མི་ཉེན་ལུག་གཉིས་མཇུག། ལྷ་གཞོན་པ་མི་ཉེན་ལུག་གསུམ་མཇུག། ཤར་ལུ་གསེར་གྱི་ཟམ་པ་
བཅུགས། གསེར་གྱི་ཟམ་པ་འགྲུ་འོླ་མེད། རྩེ་ལུ་གཡུ་ཡི་ལུ་མ་ར་བཅུགས། གཡུ་ཡི་ལུ་མ་ར་
རྒྱ་ཆད་མེད།

ནམ་མཁའ་སྤྲིན་མེད་དུངས་པ་སེམས་འེད་གཤམ།

ནམ་མཁའ་སྤྲིན་མེད་དུངས་པ་སེམས་འེད་གཤམ། བློ་གྲུབ་སྤྲིན་མེད་ལུག་གསུམ་པ་མཇུགས། ལྷ་སྤྲིན་
ཚོགས་ཡོངས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་རྟེན་འབྲེལ་བཟུང་། ལྷ་ལྟ་ཡལ་མཇུགས་ཀྱི་དོ་སྤྲུལ་མཇུག། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་
མཇུགས་བའི་སྤོ་ལུ་ལུ་ལྷ། རྩེ་ལུ་གཡུ་ཡི་ལུ་མ་ར་བཅུགས། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་པ་
མཇུགས་ལྷ། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་ལྷ། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་ལྷ། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་ལྷ།
ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་ལྷ། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་ལྷ། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་ལྷ། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་
མཇུགས་ལྷ། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་ལྷ། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་ལྷ། ལྷ་ལྟ་ཡལ་ཡལ་མཇུགས་ལྷ།
ལྷ།

མཁའ་འགྲོའི་ལུང་བསྟན། །བདུ་ཡུལ་གྲུང་ལུ་ཐེབས་པ་བཞིན། །མི་དབང་འཛིན་སེའི་མཚན།
།དུལ་ཉན་འབྲུག་པའི་གདུག་སེའི་། །དེ་ལྟར་འཛིན་མོ་བུང་། །འབྲུང་བའི་ཉན་མོ་ལུག། །མིའི་དུག་ལྷ་
བའ་ཡམ་ཚེས་ལ། །ཚིབས་ལའོ་ཉན་ལྷ་སྐྱེས་ཉན་ཐེབས། །དེ་ཚེ་ལུལ་དུལ་པ། །ཡུམ་སྐྱེས་བཅའ་མོ་བློན་
འབའས་བཤེས། །མའ་དུང་འབྲུག་བའི་ཡུག་གུ་བཞིན། །སེམས་སྤྲུལ་ལུ་པའི་ཐེང་ལུ་འབྲུམས། །བྲུམས་
ཤིང་བཅོ་བའི་གདུང་སེམས། །འབྲུག་མི་མོད་པའི་སྤྱང་བའི་ཉན། །མའ་དུག་འབྲུག་པའི་ཉན་ལུགས།
།བསམ་བཞིན་ལུ་ཡམ་འགྲོ་མོད་ཀྱི། །ཡམ་དུག་དོན་ལུ་དུལ་ཉན། །དཔ་གི་སེམས་ལུ་འདི་འདྲ་ཤད། །

དུལ་ལུ་མི་དབང་འཛིན་སེའི་གོ་སེའི་མཚན།

དུལ་ལུ་མི་དབང་འཛིན་སེའི་གོ་སེའི་མཚན། །འབྲུག་བའི་ཉན་ལུ་འབྲུང་བའི་ཉན་ལུ་ཡིན། །སྤྲུལ་ལུ་ཉན་ལུ་
པད་བརྟན་པ་དུག། །བྲུགས་བའི་བའི་དཔལ་བའི་ལུ་བའི་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །སྤྲུལ་ལུ་མཁའ་མཚན་འཛིན་སེའི་མཚན་གཟུགས་
མཚན། །ཚོས་བཀའ་ལྷན་ལུ་བའི་ཉན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །སྤྲུལ་ལུ་མཚན་ལུ་འཛིན་སེའི་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ། །བྲུགས་
ལུ་བའི་དཔལ་བའི་ལུ་བའི་ལུ་ལུ་ལུ། །སྤྲུལ་ལུ་མཚན་ལུ་འཛིན་སེའི་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ། །འབའས་མི་སེའི་ཡེངས་ཀྱི་སྤྲོ་
གདུང་ལུ་ལུ། །བཀའ་ལུ་ཉན་ལུ་སྤྲུལ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །འབའས་བའི་ཉན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །མཚན་ལུ་
ལུ་ལུ་ལུ། །བསམ་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཚོ་
འདི་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །འབའས་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །

ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།

ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།
།མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།
ལ། །ཚོ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།
།ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།

ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།
།ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ།
ལ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །ཉན་ལུ་མཚན་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ། །

၂၅၅

၂၅၅

၂၅၅

၂၅၅

རིན་ཆེན་གསེར་ལས་ཉལ་པའི་ཡོན་ཏན་གནད་བའི་སློབ་དཔེ་ལྟར་། །སྐྱེ་ཆོ་ལུས་རིམ་བུལ། །དུག་འཁྱིད་གོ་དེ་
དུ་འཕུལ་བར་ཤོག །ཀུམ་གཅིག་ལས་ཉལ་པའི་ཚོས་གྲོགས་དེ། །རྒྱུ་སྤྲུལ་མཉམ་གཅིག་མཉམ་བའི་ཆ་
རོགས་ཚུ། །མི་ཚོ་འདྲི་ནད་བར་ཆད་མ་འདྲུང་ན། །འོག་སྟེ་འཕྲུད་པའི་སློབ་ལམ་དཔལ་སྡོམ་དུ། །ལའི་
སྤྲུལ་མཉམ་ལྟེ། །སྤྲུལ་མཉམ་ལྟེ། །བདེ་ལེ་མི་བདེ། །ཟེ་སྤྲུལ་མཉམ་ལྟེ། ༢

འཕྲུལ་བཟུང་མི་ཡི་ལུས་སྤྲུལ་སྐྱེ་བ་ཅིན།

འཕྲུལ་བཟུང་མི་ཡི་ལུས་སྤྲུལ་སྐྱེ་བ་ཅིན། །གསེར་རིས་མོ་ཟེ་བའི་ཚོག་ཡེལ་མ་འདྲུང་འོད།

དེའི་གསེར་རིས་མོ། །དེའི་གསེར་རིས་མོ། ༢

འཕྲུལ་བཟུང་མི་ཡི་ལུས་སྤྲུལ་སྐྱེ་བ་ཅིན། །འཇམ་རིས་མོ་ཟེ་བའི་ཚོག་ཡེལ་མ་འདྲུང་འོད།

དེའི་འཇམ་རིས་མོ། །དེའི་འཇམ་རིས་མོ། ༢

སེམས་ཆགས་པའི་ཡུལ་ཀྱུ། །སྤྲུལ་ལུ། །ལེགས་པས་ས། །གཡུགས་དུས།

སེམས་ཤོར་བའི་ཉེར་གཏུམ། །སྤྲུལ་ལུ། །རྟུ་པས་ས། །བཞད་དུས།

ཡུལ་ཀྱུ་གཡུགས་ས། །སྤྲུལ་ལྟེ།

ཉེར་གཏུམ་བཞད་དུས། །སྤྲུལ་གསེར་གཞོན་མ།

སེམས་མེ་ཏོག། །ལེགས་པའི་སྤྲུལ་ལྟེ། །གསེར་སེམས་འཇམ་དུས། །དུས་ལུ་ཡལ་བ་ཡེལ།

འཕྲུལ་སྤྲུལ། །ལེགས་པའི་མེ་ཏོག་འདྲི། །གསེར་གྲུ་དུག་ལ། །མེ་ཏོག་འདྲུལ་མས་སྤོ།

འཕྲུལ་སྤྲུལ། །ལེགས་པའི་མེ་ཏོག་འདྲི། །གསེར་གྲུ་དུག་ལ། །མེ་ཏོག་འདྲུལ་མས་སྤོ།

སེམས་མེ་ཏོག། །ལེགས་པའི་སྤྲུལ་ལྟེ། །གསེར་སེམས་འཇམ་དུས། །དུས་ལུ་ཡལ་བ་ཡེལ།

འཕྲུལ་སྤྲུལ། །ལེགས་པའི་མེ་ཏོག་འདྲི། །གསེར་གྲུ་དུག་ལ། །མེ་ཏོག་འདྲུལ་མས་སྤོ།

འཕྲུལ་སྤྲུལ། །ལེགས་པའི་མེ་ཏོག་འདྲི། །གསེར་གྲུ་དུག་ལ། །མེ་ཏོག་འདྲུལ་མས་སྤོ།

འཕྲུལ་དེ་འཕྲུལ་བའི་ལམ་ལས། །མ་འཕྲུལ་པའི་ལྟེ། །འཇམ་རིས་ལྟེ་དུག་འཇམ་བའི། །དུག་འཕྲུལ་མཉམ་ལྟེ།

འཕྲུལ་གཟུགས་བཏུ་བའི། །མིག་ལས་མཉམ་ལྟེ་པའི་ལྟེ། །དེའི་སེམས་ཆགས་པའི། །རྟུ་གཟུགས་མཉམ་ལྟེ།

དེའི་གསེར་རིས་མོ། །དེའི་གསེར་རིས་མོ། ༢

དེའི་འཇམ་རིས་མོ། །དེའི་འཇམ་རིས་མོ། ༢

སེམས་ཆགས་པའི་ཡུལ་ཀྱུ། །སྤྲུལ་ལུ། །ལེགས་པས་ས། །གཡུགས་དུས།

འགྲོ་ས་མ་མཐོང་། རྟོན་ལྟ་རྟོན་ས་མ་མཐོང་། ཉམ་ཆེ་བའི་འཛེམ་གྲིང་འདི་ཉེད། ༢

ཉམ་མཐའ་ཡངས་པའི་མོ་བྲལ་ལས།

ཉམ་མཐའ་ཡངས་པའི་མོ་བྲལ་ལས། ཟིམ་ཟིམ་ཆར་པ་གི་བདུ་ཚི་བབས། རྒྱ་གསུམ་གྱི་མ་བྲལ་། ཉི་ལས་དགའ་བའི་བྲོ་ཅིག་འཆམས། རྣམ་ལུགས་པའི་མ་བྲལ་འདི། མདོད་ས་སྐྱོ་ལུགས་མི་ལུགས། ལུགས་པའི་མདོད་ས་སྐྱོ་འདི། ལྷ་ལ་ལྷ་སྐྱུ་མ་སོང་།

ཆོ་རབས་རྩེ་མའི་ལས་ཅིག་གིས། དེའི་སེམས་གསལ་པའི་མེ་ལོང་ཉེད། ཉལ་ཉལ་འཁོར་རྩེ་འོང་མ་དུ་ལུ། སེམས་ཀྱི་གདོང་ལས་དགའ་མི་དགའ། ཆོ་རྩེ་མའི་སྐྱོ་ལུགས་ཀྱིས། འཛོལ་ས་པ་སྐྱུ་ལ་བ་བཟུང་། བྲལ་གི་སེ་ཆེ་འདི། འཕྲོ་བརྒྱ་གཞུག་པས་སྐྱོ།

སྐྱབས་གནས་བྲམ་དཔ་དཀོལ་མཚོག་གསུམ། བཟོ་བའི་སྐྱུ་ཉལ་གྱིས་གཟིགས་རྩེ་གིས། དམ་ཚིག་གཏེར་མའི་སྐྱོ་ལུགས་ཀྱིས། གཅིག་ལ་འཛོལ་མི་པ་བསུ་གཏིས། ལྟ་དཔ་སེམས་མོ་བཟུང་། འབྲལ་ས་མེད་པ་ལས་བརྟེན། ཆོ་གཅིག་གི་གཏེན་གྱོགས་འབད། རྟོན་ཐབས་མཛད་གཏེར་ལྟ།

ལྟོད་དགའ་བའི་མཚུ་མ་མདུངས་འཛེམ་ཆེ་ཆེ།
 ལྟོད་དགའ་བའི་མཚུ་མ་མདུངས་འཛེམ་ཆེ་ཆེ། གནམ་ལུ་མོ་ཉི་མ་ལྟ་དེ་བཟུང་། སུ་འཛེམ་གྲིང་གསུམ་འོད་ཀྱིས་གད། །

ལྟོད་དགའ་འཛེམ་གདོང་ལས་ཡལ་མ་བུམ།

ལྟོད་སྐྱའི་རལ་པ་གནམ་ཆེམ་ཆེམ། རྒྱུ་མ་གིས་ཉལ་ཉལ་གཡབས་རྩེ་གིས། ལྟོད་ལུགས་པའི་གདོང་འདི་འགབ་པའི་ཚོ། །

དེའི་མཚོ་བའི་སེམས་འདི་བག་མ་ཆགས།
 མི་པ་བསུ་གཏིས་ལས་དགའ་ལྷ་མེད། མི་པ་བསུ་གཏིས་ལས་འཛེམ་ཅིག་མེད།
 བྲམ་པའི་ཉི་མའི་སེ་བའདི། བྲམ་གསུམ་གྱི་རྩེ་ལྟོད་བཟུང་ཅིག། ཨའེ་དེ་པ་བསུ་གཏིས་ལུ་ཡོད་པ་ཅིག།
 །
 བྲམ་པའི་གི་བསམ་པ་འདི་གིས་རྗོགས།
 བྲམ་པའི་སེམས་ཀྱི་སེ་བའདི། བྲམ་གསུམ་གྱི་མོ་རྩེ་གཏེར་བཟུང་ཅིག། ཨའེ་དེ་པ་བསུ་གཏིས་ལུ་ཡོད་པ་ཅིག། །

བྱེད་ཀྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།

སེམས་པ་བསེ་གཏིས་ལས་མཐུན་མ་ཅིག་མེད། ཁ་པ་བསེ་གཏིས་ལས་བསྐྱེད་པ་ཅིག་མེད།

སེམས་དཔལ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ལེ་ལོ་དེ་ དཔལ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། །

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ། ལེ་ལོ་དེ་ ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ།

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ། ལེ་ལོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ།

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ།

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ།

