འདྲ་མིར།

བཤད་དབང་གི་དགེ་བཤེར་: ཨིག་ཚ་འདོ་ནད། **རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྨན་ཀྱེབའི་རྩྭ་དཔྱད་ལས་འཁུར། འཁྲུག་ཐུམ་སྨན་བཅོས་ཞབས་རྟོག་གི། སྤུལ་ཚད་ཆུ་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁ་ཡོད་པ་ཨིན།** ཨིག་ཚ་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གི་ **བརྟ་དོན་དང་ཁག་ལས་ཀྱི་དོན་ལུ་རྒྱུན་ལྡན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཅིག་ཨ་ཁུར་ཡོད།** འདི་ནང་ཡོད་པའི་ **བཤད་དབང་ཆུ་ཀྱི་བརྟ་དོན་ཚུ་** གཤམ་འཁོད་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་པས་ ལག་ལེན་འཐབ་ཀི་དང་ ཁྱབ་བྱ་འབད་ཀི་ པར་བཏབ་ཀི་ དང་འབྲལ་བཅོ་ཁྱེ་ལེའི་ ཡང་ན་ གསར་འཛེའ་དང་ཐུམ་བཏོན་ཚུ་འབད་ལི་ཆོག།

བྱ་བའི་གནད་ཡིག་ཨང་།	བརྟེན་དོན།	ཐོན་རིམ་ཨང་།	ཤོག་གྲངས་ཡོངས་བསྡོམས།
ནང་སྨན/རྩྭ་དཔྱད/མེ་ཏོག/འཁྲུག་ཐུམ/০৫	འཁྲུག་ཐུམ་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཆེ་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས།	০২	০৬

སྒྲིག་ཚོམ།	འགོ་བཙུགས་ཟླ་ཚོམ།	བསྒྱུར་ཞིབ་གནས་ཡུག།
০২/০৬/২০২৫	০৭/০৯/২০২৫	ལེ་དེ་རེ།

ལས་འགན།	འགན་འཛིན་པའི་མིང་།	གོ་གནས།	མཚན་རྟགས།
བྱ་སྤྱིག་འབད་ལི།	དབུང་ཨས་ཆེན་ཀུ་མོ།	འགོ་འཛིན།	
བརྟེན་ཞུབ་དཔྱད་ཀི།	རྩྭ་འཚོ་འགེ་དབང་རྣམ་རྒྱལ	རྩྭ་དཔྱད་ལས་མཚོག	
	རྩྭ་འཚོ་བདེ་སྐྱིད་ཚོས་སྤྱོད།	སྤུལ་ཚད་ཁག་ལས་ལག་དེ་ཚབ	
ཆ་འཛོག་གནད་ཀི།	རྩྭ་འཚོ་ཀུམ་དཀོ་ལེགས།	ཁྱི་འཛིན། སྤུལ་ཚད་ཁག་ལས་ལག་ཚོགས་ཆུང་།	

བཀུམ་ཤེལ	མེ་ཏུམ་ཤེ་ཐུན།
མ་དུ་པེ་དེ་མ།	སྤུལ་ཚད་ཁག་ལས་ལག་ཡིག་ཚང་། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྨན་ཀུ་བ།

བསྒྱུར་ཞིབ་བཏུབ་བསྟུན།			
སྐོན་རིམ་ཨང་།	འགོ་བཙུགས་ཟླ་ཚོམ།	འགྱོལ་སྐྱོན་འབད་དུ་གོ་ཡའི་གནད་དོན།	འགྱོལ་སྐྱོན་ཁ་གནས།
০২	০৭/০৯/২০২৫	བྱ་རིམ་ཀྱི་ནང་ཁུལ་གོང་ཁ་ཏོག་ཏོར་འབྲུ་ཡོད་པ་ཡས།	ཉེན་སྲུང་དང་ལྡི་རྩེ། བྱ་རིམ་ནང་ཁུལ་འགྱོལ་སྐྱོན་ འབད་ཡོད། དཔྱད་བཅོས་ཀྱི་མིང་བསྒྲུར་ བཅོས་འབད་ཡོད།

དཀའ་ཆ།

1. ཁྲབ་ཚད།
2. དམིགས་ཡུལ།
3. འགྲེལ་བཤད།
4. ཐེམ་ཆོག
5. གཞི་རྩ།
6. ཐེམ་པར་དུ་ཚང་དགོ་པ།
7. བྱ་རིམ་ཤོག་གྲངས།
8. བྱ་རིམ།
9. ཟུར་སྣོན།
10. རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

1. ཁྲབ་ཚད།

1.1 ཚད་གཞི་ཨན་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་འདི་ནི། འཁྲུག་ཐུམ་འབབས་ཉོག་ཡུལ་བའི་སྐབས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཨན་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་རིམ་པ་སོ་ནམ་ཡིན།

2. དམིགས་ཡུལ།

2.1 ཁྲད་རིག་གི་ཐོབ་ལས་སྤུས་ཚད་དང་ཡོན་ཏན་པའི་འཁྲུག་ཐུམ་ཀྱི་འབབས་ཉོག་ཡུལ་ཞི།

3. འགྲེལ་བཤད།

ཨང་།	ལས་འགན།	འགྲེལ་འཕྲིན།
1	མེ་ཏོག་སོ་ཐོན་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ།	ཚད་གཞི་ཨན་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་ཀྱང་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།།
2	རྩིབ་དཔྱད་འགེ་འཛིན/འགེ་དགོན།	ཚད་གཞི་ཨན་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་བསྟར་སྡུད་དང་ལམ་སོར་ནས་ བྱ་རིམ་ཚུ་ཀྱ་རྟེག་འབད་དེ་སྤུས་ཚད་ཆོགས་ཚུང་ལུ་གསལ་སོན་འབད་དགོ།།

༨. ཐེས་ཚིག

འཐུག་བཙན་ ཟེར་ན་འདི་རྒྱུ་ཀིལ་ལས་ཀྱབ་པའི་བཙན་པ་ཁ་རྒྱབ་པ་ དབང་བཅུའི་གྲངས་ཡུན་སྐར་ཚ་གཅིག་བཀལ་ཏེ་ ནུབ་དུམིག་སྐ་རྩེ་དུ་བཏུབ་ཅི་ཚུན་ལོག་ཅན་ དཔུང་ལོག་ཅི་དུས་ཡུན་སྐར་མ་༡༠-༡༤བར་ནུ་འཕྲོ་མཐུད་ དབང་ཚི་ བཙན་པའི་བཅོས་ཐབས་ཅིག་ལུ་གོ་དུ་གོ།།

༢. གཞི་རྩ།

༢.༡ ཁྲུ་ཤིག་ལྟུབ་པའི་སྤུས་ཚད་ཅན་གྱི་འཐུག་བཙན་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་ཡུལ་ཤི།

༣. ཐེས་པར་དུཚོང་དགོཔ།

༣.༡ ཟླུར་ཤོག་(དཔེ་ ༩.༡) ནས་མ་ཀྱར་དུཚོང་དགོ།།

༤. བྱ་རིམ་ཤོག་ཁྲམ།

༤.༡ དགོས་མཁོ་མེད།

༥. བྱ་རིམ།

༥.༡ སྔོན་འགྲོ།

༥.༡.༡ འབྲུག་སྨྱོད་ཤོག་འཛིན་ལེན་ཏེ་ སྒོག་ཐོག་ནང་པའི་བརྡ་དོན་རིམ་ཁྲམ་ནང་ལུ་བཀོད་དུཔྱད་འབད་ཀི/ནང་ པའི་ཁ་གསལ་ཐོ་བཀོད་མ་ཡིག་ནང་ལུ་བཀོད་ཏེ་རེའུ་མིག་བཟེ་དགོ།།

༥.༡.༢ ཁ་ཤས་དང་ཡན་ལག་བརྟག་ཐོག་ལས་ཅ་ཚམས་གྱི་སྒྲིག་འབད་དགོ།།

༥.༢ དཔེར་ཁག

༥.༢.༡ ནུབ་པ་འདི་ཤུ་གྲི/ཉལ་གྲི་གུ་བདེ་རྐྱེག་རྐྱེ་ལྷེ་སོ་དུ་བཏུག་དགོ།།

༥.༢.༢ དཔུང་ཀྱི་ལས་ཁུངས་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་ལེ་ཤ་བཀོད་བྱིན་དགོ།།

༥.༢.༣ གསར་དུ་མིག་ལ་དང་དུ་མིག་གཅིག་འཁེལ་བཟེ་དགོ།།

༥.༢.༤ ནུབ་དུམིག་གུར་ཀིལ་སྐུམ་དུབྱར་དགོ།།

༥.༢.༥ ཤོལ་བྱམ་འབས་བཅིག་གུར་ཡུན་སྐར་ཚ་ ༡༠-༡༤ བར་ནུ་འཕྲོ་མཐུད་ཅི་བསྐོར་བའི་ཚུལ་གྱིས་ ནུབ་དུམིག་སྐ་རྩེ་དུ་བཏུབ་ཅི་ཚུན་ལོག་ཅན་ དཔུང་ལོག་ཅི་དུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༡༠-༡༤ བར་ནུ་འཕྲོ་མཐུད་ཅི་འབད་དུགི

༥.༢.༦ ནུབ་དུམིག་འཕྱག་དགོ།།

༧.༣ ཕྱི་རྟེའི།

༧.༣.༡ ནུབ་པ་ལྟ་ཆས་སྤྱོད་ལམ་བརྟག་ཏིག་གི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ཀྱི་ཤོག།

༧.༣.༢ བྱམ་པའི་བཅོམ་ཐབས་ཀྱི་ཤུལ་ལུ་ཤ་མདོག་དམར་པོ་འཆྱོ་ཀི་དང་ ཚ་ཤྲན་དང་གཡེར་ཐབས་ཤྱིར་ཡ་ཐྱིན་འབབ་ཀི་ཚུ་རང་བཞིན་ཚམིམ་ཚེ་སྐབ་དགོ།

༧.༤ ཉེན་སྐྱེང་།

༧.༤.༡ སྐོབ་སྤྱོང་པ་ཚུ་ ཁཀ་ལེན་སྤྱོང་བརྟན་སྐབས་ སྣ་ཤའི་ཁམ་ཤོ་ཤེ་མེད་པར་ རང་དབང་གི་ཐོག་ཏུ་ བཏུག་ཀི་ཝི་ཀེང་།

༧.༤.༢ ཅ་ཚས་ཚུ་གཏོད་ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ཁམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་འཐུག་དགོ།

༩. ཟླར་སྐྱག།

༩.༡ ཤེས་པར་དུ་ཚོང་དགོ་པ། ཟླར་སྐྱག་ (༩.༡) དུ་བསྡུན་དགོ།

༡༠. རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

༡༠.༡ ནང་སྣ་ཁབས་ཅོག་གི་ཚད་གཞི་ཅན་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས། ཐོག་རིམ་དུ་པ། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྣ་ཁ་ཤེས་ ༢༠༡༤ ཅན་མ།

༡༠.༢ སྐྱིར་བཏང་སྐྱིར་གནས་ནད་པའི་ལས་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཚད་གཞི་ཅན་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་རིམ་པ། འཛིགས་མེད་རྡོ་རྗེ་བང་སྡུག་རྒྱལ་ཡོངས་གཏི་བསྡེན་སྣ་ཁ་ཤེས་ གཞི་དུག་གོང་མ། ༢༠༡༥ ཅན་མ།

༡༠.༣ སྐྱིར་བཏང་སྐྱིར་གནས་ནད་པའི་ལས་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཚད་གཞི་ཅན་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས། སྐྱིད་དུག་གོང་མ། རྣ་ཐག་ ཐོག་རིམ་དུ་པ། ༢༠༡༥ ཅན་མ།

༡༠.༤ ཚད་གཞི་ཅན་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ལམ་སྐོན། གསོ་བའི་ཉམ་གླེན་གཞ།

ཨེམ་པར་དུ་ཚོང་དཀོར།

༡ ཀུད་པའི་ཐོ་འབེ།

༢ སྒོག་རིག་ཀྱམ་པ་ཡིད་ངར་ཆ་ཚང་།

༣ ཁག་པ་འཁྲུ་ཤིའི་མཐུན་ཏྲེ་ཆུ་ཤ་ཚང་།

༤ ཐུན་སྐོད།

༥ ཟངས་བྱམ་དང་དེ་དུས་ཀྱི་ཆ་བྱད།

༦ མེ་ཀྱོག (Lighter)

༧ ཁག་ཤུབས།

༨ ཁ་ར།

༩ ཚང་བཙུད། (Spirit)

༡༠ མཁན་སྐོད་དབྱིབས་ཆེ་ཆུང་།

༡༡ ཀ་བཁ།

༡༢ གཅོག་བྲ་ཨང་།།

༡༣ ཉིན་གྱང་ཁབ་སྐོད།

༡༤ འཇིམ་རྩི།

༡༥ བཀྲིས་རྩོ།

༡༦ གཅང་ར།

༡༧ འཇིས་ཁྱོ།

༡༨ བཀྲིས་ཁྱོ།

༡༩ ཉིན་གྱང་ཁབ་སྐོད།

༢༠ གྲིན་གསོད་སྐ།

༢༡ རྡོ་ཤིང་བྱམ། (Dressing Drum)

༢༢ གྲིན་གསོད་ཆ་བྱད་ཆ་ཚང་། (Sterilized Set)

༢༣ ཆུ་དུམ་བཙོག (Distilled water)

༢༤ འཇིས་གདུག(Mackintosh)