ནང་སྨན/འཇམ༌དཔྱད/འཕྲུལ་འཁོར/སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར/༠༡:སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། ཤོག་གྲངས།1 of 6

ནང་སྨན་ལྟེ་བའི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། འཇམ་དཔྱད་ལས་ཁུངས། སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར།

འདྲ་ཨང་།

བདག་དབང་གི་ངག་བརྗོད: ཡིག་ཆ་འདི་ནང་ རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྨན་ལྟེ་བའི་འཇམ་དཔྱད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར་ཀྱི་སྤུས་ཚད་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལག་ལེན་གྱི་གནས་ཚད་ཚུ་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ཨིན། ཡིག་ཆ་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེདཔ་ཚུ་གི་བརྡ་དོན་དང་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་རྐྱངམ་ཅིག་མ་གཏོགས་ འདི་ནང་ཡོད་པའི་བདག་དབང་ཅན་གྱི་བརྡ་དོན་ཚུ་ གཤམ་འཁོད་དབང་འཛིན་ལས་ ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་མེད་པར་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་ ཞུན་དག་འབད་ནི་ པར་བཏབ་ནི་དང་འདྲ་བཟོ་སྟེ་སྤེལ་ནི་ ཡང་ན་ གསར་འཐེབ་དང་ཕྱིར་བཏོན་ཚུ་འབད་མི་ཆོག།

བྱ་བའི་གནད་སྤྱོད་ཨང་། བརྗོད་དོན། ཐོན་རིམ་ཨང་། ཤོག་གྲངས་བསྡོམས།ནང་སྨན/འཇམ༌དཔྱད/འཕྲུལ་འཁོར/སྣུམ་
དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར/༠༡

སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས།

༠༤ ༠༦

སྤྲོད་ཚེས། འགོ་བཙུགས་ཟླ་ཚེས། བསྐྱར་ཞིབ་གནས་ཡུན།
༠༢/༠༦/༢༠༢༦ ༠༡/༠༧/༢༠༢༦ ལོ་ངོ་༣།

ལས་འགན། འགན་འཛིན་པའི་མིང་། གོ་གནས། མཚན་རྟགསགྲ་སྒྲིག་འབད་མི། རྡོ་རྗེ་ཕུན་ཚོགས། སྨན་པ།འཕྲུལ་འཁོར་སྡེ་ཚན།

བདེན་ཁུངས་དཔྱད་མི།དྲུང་འཚོ་ཨྱོན་དབང་ཕྱུག། འཇམ་དཔྱད་འགོ་དཔོན།

དྲུང་འཚོ་བདེ་སྐྱིད་ཆོས་སྒྲོན། སྤུས་ཚད་ཁས་ལེན་ངོ་ཚབ།
ཆ་འཇོག་གནང་མི། དྲུང་འཚོ་ཀརྨ་དགེ་ལེགས། ཁྲི་འཛིན།སྤུས་ཚད་ཁས་ལེན་ཚོགས་ཆུང་།

བཀྲམ་སྤེལ། འཕྲུལ་འཁོར་སྡེ་ཕྲན།
མ་དཔེ་ངོ་མ། སྤུས་ཚད་ཁས་ལེན་ཡིག་ཚང་།རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྨན་ལྟེ་བ།

བསྐྱར་ཞིབ་བཅུད་བསྡུས།
ཐོན་རིམ་ཨང་། འགོ་བཙུགས་ཟླ་ཚེས། འཕྲི་སྣོན་འབད་དགོ་པའི་གནད་དོན། འཕྲི་སྣོན་ཁ་གསལ།
༠༤ ༠༡/༠༧/༢༠༢༦ ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས་ལྟར་བསྐྱར་ཞིབ་
འབད་ཡོད།

སྣུམ་དང་ཨོམ་གཅིག་ཁར་བསྡབ་སྟེ་བྱ་རིམ/བཟོ་
བཀོད/ཉན་སྲུང་ཚུ་འཕྲི་སྣོན་འབད་ཡོདཔ།

ནང་སྨན/འཇམ༌དཔྱད/འཕྲུལ་འཁོར/སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར/༠༡:སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། ཤོག་གྲངས།2 of 6

ནང་སྨན་ལྟེ་བའི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། འཇམ་དཔྱད་ལས་ཁུངས།
སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར།

དཀར་ཆག

༡. ཁྱབ་ཚད།
༢. དམིགས་ཡུལ།
༣. འགན་ཁུར།

༤. ངེས་ཚིག
༥. གཞི་རྩ།
༦. ངེས་པར་དུ་ཚང་དགོཔ།
༧. བྱ་རིམ་ཤོག་ཁྲམ།
༨. བྱ་རིམ།
༩. ཟུར་སྦྲགས།

༡༠. རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

༡. ཁྱབ་ཚད།
༡.༡ ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས་འདི་གིས་སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ༌འཁོར་གྱི་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་སྟོནམ་ཨིན།

༢. དམིགས་ཡུལ།
༢.༡ ཁྱད་རིག་ལྡན་པའི་སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ༌འཁོར༌སྨན་བཅོས་ཞབས་ཏོག་ཕུལ་ནི།

༣. འགན་ཁུར།
ཨང་ ལས་འགན། འགན་འཁྲི།
༡ འཕྲུལ་འཁོར་སྡེ་ཕྲན་གྱི་ལས་བྱེདཔ། ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས་ལྟར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༢ འཇམ༌དཔྱད་འགོ་འཛིན/འགོ་དཔོན།

ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས་བསྟར་སྤྱོད་དང་ ལམ་སྟོན་བྱ་རིམ་ཚུ་ལྟ་རྟོག་འབད་དེ་སྤུས་ཚད་ཁས་ལེན་ཚོགས་ཆུང་ལུ་གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།

ནང་སྨན/འཇམ༌དཔྱད/འཕྲུལ་འཁོར/སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར/༠༡:སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། ཤོག་གྲངས།3 of 6

ནང་སྨན་ལྟེ་བའི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། འཇམ་དཔྱད་ལས་ཁུངས།
སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར།

༤. ངེས་ཚིག
༤.༡ སྣུམ་གྱི་འཕྲུལ༌འཁོར།ནདཔ་གང་རྐྱལ་སྦེ་ཉལ་ཞིནམ་ལས་དཔྱལཝ་གི་ཐད་ཕྲང་སྟེ་ཟངས༌ཀྱི༌སྣོད༌བུམ༌པའི༌དབྱིབས༌ལྟར་
དཔྱངས༌ཏེ༌ཡོད༌མི༌འདི༌ནང༌ལས༌ཏིལ་སྣུམ་དྲོད་འཇམ་ནདཔ༌གི༌དཔྱལཝ་ལུ་བླུགས་ཏེ་སྨན་
བཅོས་འབད་མི་ལུ་གོ་དགོ།
༤.༢ འོ་མའི་འཕྲུལ༌འཁོར།ནདཔ་གང་རྐྱལ་སྦེ་ཉལ་ཞིནམ་ལས་ དཔྱལཝ་གི་ཐད་ཕྲང་སྟེ་ཟངས༌ཀྱི༌སྣོད༌ བུམ༌པའི༌དབྱིབས༌ལྟར་
དཔྱངས༌ཏེ༌ཡོད༌མི༌འདི༌ནང༌ལས༌ ཨོམ་དྲོད་འཇམ་ ནདཔ༌གི༌དཔྱལཝ་ལུ་བླུགས་ཏེ་ སྨན་
བཅོས་འབད་མི་ལུ་གོ་དགོ།

༥. གཞི་རྩ།
༥.༡ ཁྱད་རིག་དང་ལྡན་པའི་སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ༌འཁོར་གྱི་ཞབས་ཏོག་ སྤུས་ཚད་དང་ལྡནམ་སྦེ་ཕུལ་ནི།

༦. ངེས་པར་དུ་ཚང་དགོཔ།
༦.༡ ཟུར་སྦྲགས་ཨང་ (༩.༡) ཅན་མ་ལྟར་དུ་ཚང་དགོ

༧. བྱ་རིམ་ཤོག་ཁྲམ།
༧.༡ དགོས་མཁོ་མེད།

༨. བྱ་རིམ།
༨.༡ སྔོན་འགྲོ།
༨.༡.༡ འགྲུལ་སྐྱོད་ཤོག་འཛིན་ལེན་ཏེ་གློག་ཐོག་ནད་པའི་བརྡ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་/ནད་པའི་
ཁ་གསལ་ཐོ་བཀོད་མ་ཡིག་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་དུས་ཚད་རུའི་མིག་བཟོ་དགོ།
༨.༡.༢ འཕྲུལ་འཁོར་སྨན་བཅོས་ཀྱི་སྐོར་ནདཔ་ལུ་གོ་བརྡ་སྤྲོད་དགོ།
༨.༡.༣ འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཅ་ཆས་ཚུ་གྲ་སྒྲིག་འབད་དགོ།

ནང་སྨན/འཇམ༌དཔྱད/འཕྲུལ་འཁོར/སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར/༠༡:སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། ཤོག་གྲངས།4 of 6

ནང་སྨན་ལྟེ་བའི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། འཇམ་དཔྱད་ལས་ཁུངས།
སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར།

༨.༢ དངོས་གཞི།
༨.༢.༡ ནདཔ་འཕྲུལ་འཁོར་ཉལ་ཁྲི་གུར་གན༌རྐྱལ༌སྦེ༌ཉལ་བཅུག་དགོ།
༨.༢.༢ ནད་པའི་མིག་ཏོག་འདི་ཀ་བལ་ དེ་ལས་རས་ཀྱི་སྦེ་བསྡམ་དགོ།
༨.༢.༣ བུམ་པ་འདི་ནདཔ་གི་གདོང་གི་ཟུར་ཁར་འབད་སྤྱངས་དགོ།
༨.༢.༤ ཏིལ་སྣུམ/ཨོམ་མི་ལི་ལི་ཀྲར་༦༥༠་འདི་གཟུགས་ཀྱི་དྲོད་ཚད༼༣༧༽དྲོད་བཏག་དགོ།
༨.༢.༥ དྲོད་བཏག་ཡོད་མི་སྣུམ/ཨོམ་འདི་ ནད་པའི་དཔྱལ་བར་མ་བླུག་པའི་ཧེ་མ་ཚ་དྲོད་ལས་བྱེད་པའི་ལག་པར་བལྟ་དགོ།
༨.༢.༦ ཏིལ་སྣུམ་/ཨོམ་ འདི་ནད་པའི་དཔྱལཝ་གུར་འཛག་བཅུག་དགོ།
༨.༢.༧ དེ་ལས་སྣུམ་བླུག་བུམ་པའི་ནང་ལས་སྣུམ་/ཨོམ་འཛག་ཚར་བཞིནམ་ལས་དོ་རུང་ལོག་དྲོད་བཏག་སྟེ་ཚར་གསུམ་བཏང་དགོ།༨.༢.༨ མཇུག་བསྡུ་ཞིནམ་ལས་སྐར་མ་༣ བྱུག་པ་འབད་དགོ།
༨.༢.༩ མིག་ཏོག་གུ་ ཀ་བལ/རས་ དཀྱི་བཞག་མི་འདི་ཕུད་དེ་དཔྱལཝ་གི་སྣུམ/ཨོམ་འཕྱག་དགོ།
༨.༢.༡༠ ནདཔ་གི་མགུ་ཏོའི་འོག་ལུ་ཨ་ཅོ་ལྟོ་རས་བཙུགས་ཏེ་ནདཔ་འགྲོས་གེ་འབད་ཡར་ལྷོང་སྟེ་སྣུམ་ཚུ་འཕྱག་དགོ།
༨.༢.༡༡ ཏིལ་སྣུམ་འདི་ནདཔ་རང་རང་སོ་སོའི་ མིང་དང་ལོ་འབྲི་ཡོད་མི་ སྣུམ་བཀང་ལྷོད་ནང་བླུག་བཞག་དགོ།
༨.༢.༡༢ གལ་སྲིད་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོལ་ཨིན་པ་ཅིན་ཨོམ་ཉིན་ལྟར་བཞིན་དུ་སོར་དགོ།
༨.༣ ཕྱི་རྗེས།
༨.༣.༡ གལ་སྲིད་ ནདཔ་འདི་མགོ་ཡུ་འཁོར་ནི་ལ་སོགས་བྱུང་པ་ཅིན་ ངལ་འཚོ་ནི་དང་རླུང་སྨན་ཚུ་གཏང་དགོ།
༨.༣.༢ འཕྲུལ་འཁོར་འབད་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ འདི་འཕྲོ་ལས་མགུ་ཏོ་འཁྱུ་མ་བཏུབ་པའི་ བསླབ་བྱ་བྱིན་དགོ།
༨.༣.༣ སྨན་བཅོས་ཉིན་གྲང་ཚངམ་སྦེ་འབད་དགོ་པའི་སླབ་བྱ་འབྱིན་དགོ།
༨.༣.༤ ཉིནམ་གཉིས་པའི་སྨན་བཅོས་ནང་འོངམ་ད་ ཨ་ཅོ་ལྟོ་རས་འབག་འོང་དགོཔ་འབད་བསླབ་དགོ།
༨.༣.༥ སྨན་བཅོས་འབད་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ ལོག་དྲུང་འཚོ་འབད་སར་བཏང་དགོ།
༨.༤ ཉེན་སྲུང་།
༨.༤.༡ འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཅ་ཆས་ཚུ་གནོད་ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལྟར་འཕྱག་དགོ།
༨.༤.༢ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ ལག་ལེན་སྦྱོང་བརྡར་སྐབས་ སྨན་པའི་ལམ་སྟོན་མེད་པར་ རང་དབང་གི་ཐོག་ལས་འབད་བཅུག་ནི་མི་འོང། ༨.༤.༣ འཕྲུལ་འཁོར་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ནད་པའི་མིག་ཏོ་ཉེན་སྲུང་འབད་དགོ།
༨.༤.༤ སྣུམ་བླུག་བུམ་པ་དཔྱངས་བའི་སྐབས་ལུ་ ནད་པའི་མགུ་ཏོག་དང་གདོང་ཉེན་སྲུང་འབད་དགོ།
༨.༤.༥ ཏིལ་སྣུམ་དང་ཨོམ་དྲོད་བཏག་ནི་དྲག་པ་ཅིན་ ནད་པའི་པགས་ཀོ་བཤུར་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད།
༨.༤.༦ ཏིལ་སྣུམ་དང་ཨོམ་འདི་ནད་པའི་མགུ་ཏོག་མ་ཏོགས་གཞན་ཡན་ལག་ཚུ་ལུ་རེག་བཇུག་ནི་མི་འོང་།

ནང་སྨན/འཇམ༌དཔྱད/འཕྲུལ་འཁོར/སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར/༠༡:སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། ཤོག་གྲངས།5 of 6

ནང་སྨན་ལྟེ་བའི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། འཇམ་དཔྱད་ལས་ཁུངས།
སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར།

༩. ཟུར་སྦྲགས།

༩.༡ ངེས་པར་དུ་ཚང་དགོཔ།ཟུར་སྦྲགས་(༩.༡)དང་བསྟུན་དགོ

༡༠. རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།
༡༠.༡ ནང་སྨན་ཞབས་ཏོག་གི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས།འཐོན་རིམ་དང་པ།རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་སྨན་ཁང་ལྟེ་བ།
༢༠༡༢ ཅན་མ།

༡༠.༢ སྤྱིར་བཏང་ཕྱིར་གནས་ནད་པའི་ལས་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ། འཇིགས་མེད་རྡོ་རྗེ་དབང་ཕྱུག་ རྒྱལ་
ཡོངས་གཙོ་བསྟེན་སྨན་ཁང་། འཐོན་རིམ་དང་པ། ༢༠༡༨ ཅན་མ།
༡༠.༣ སྤྱིར་བཏང་ཕྱིར་གནས་ནད་པའི་ལས་ཁུངས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། སྒྱིད་དག་གོངམ་ནང་སྨན་སྡེ་ཕྲན།
འཐོན་རིམ་དང་པ། ༢༠༡༨ ཅན་མ།
༡༠.༤ ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན། གསོ་བ་ལྷན་ཁག

ནང་སྨན/འཇམ༌དཔྱད/འཕྲུལ་འཁོར/སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར/༠༡:སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། ཤོག་གྲངས།6 of 6

ནང་སྨན་ལྟེ་བའི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྒོའི་ལམ་ལུགས། འཇམ་དཔྱད་ལས་ཁུངས།
སྣུམ་དང་ཨོམ་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར།

ཟུར་སྦྲགས་༩.༡།

ངེས་པར་དུ་ཚང་དགོཔ།
༡ གློག་རིག་ཀཱམ་པིའུ་ཀྲཱར་ཆ་ཚང་།
༢ འཕྲུལ༌འཁོར༌གྱི༌ཉལ༌ཁྲི་དང་ཐེམ་སྐས།
༣ ཟང་གཞོང་དང་བཏེག་ཤིང་།
༤ ལགཔ་འཁྱུ་ནི་མཐུན་རྐྱེན་ཆ་ཚང་།
༥ ལག༌བཤལ༌སྨན༌རྫས།
༦ ལག་ཤུབས།
༧ དྲོད་བཏགས་འཕྲུལ་ཆས།
༨ ཨ་ཅོ་ལྟོ་རས།
༩ ཁ་རས།

༡༠ ཟངས་སྣོད་ཆ་ཚང་།༼སྣུམ་བླུག་བུམ་པ། ཁྲོ་ཆུང་། ཟངས་གཞོང་།༽
༡༡ ཏིལ་སྣུམ/ཨོམ།
༡༢ ཀ་བལ་/རས།
༡༣ འཕྱག་རས།

༡༤ སྣོད་གཟུང་ནིའི་ལྕགས་ཐག།
༡༥ གླུ་སྒྲོམ་ཆ་ཚང་།
༡༦ སྣུམ་བཀང་རྒྱ་རྗི།
༡༧ བཤུད་འཁོར་མདུན་ཅོག།