འབྲེལ།

**བཤད་དབང་གི་དགའ་བརྗོད:** ཨིག་ཨ་འདོ་ཤུང་ **རྒྱལ་ཡོངས་ཤུང་སྨན་ཀྱེབའི་ ལས་ལུའི་སྨན་འཚོལ་ཁྲབས་རྟོག་གི་** སྒྲུབ་ཚད་ཞུན་ཞིབ་ལག་ལེན་གྱི་གནས་ཚད་ཚུ་བགོད་དུ་ཡོད་པ་ཨིན། ཨིག་ཨ་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་པ་ཚུ་གི་ བརྩི་དེན་དུ་ལག་ལེན་གྱི་དེན་ལུ་རྒྱུར་ཕེབ་ས་གཅིག་ལས་ འདི་ཤུང་ཡོད་པའི་བཏུག་དུ་བར་ ཤུན་གྱི་བརྩི་ཚུ་ སྐབས་འཚོད་དུ་བར་འཛིན་ལས་ ཨིག་ཐོག་གི་གནད་བ་ཚེའུ་པས་ ལག་ལེན་འཐབ་གི་དུང་ ཞུན་དུ་ག་འབད་ཀྱི་ པར་ཐུབ་གི་དུང་འབྲལ་ཐེ་ རྟེ་སྡེའི་ཀྱི་ ཡང་ན་ གསར་འཛོའི་དུང་ཚུའི་ཁོངས་བཅོག་ཚུ་འབད་ཀི་ཆོག

| བྱ་བའི་གནད་སྡུར་ཨང་། | བརྗེད་དོན། | ཐོག་ངོས། | ཚོགས་གྲུངས་ཡོངས་བསྡོམས། |
|---|---|---|---|
| ལས་ལུ/སྨན་འཚོས/০৫ | ལས་ལུ་སྨན་འཚོས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ལས་ཁུགས། | ০৫ | ০৭ |

| སྤྱི་ཚེས། | འགོ་བཙུགས་ཟླ་ཚེས། | བསྒྲུབ་ཞིབ་གནས་ཡུན། |
|---|---|---|
| ০২/০৫/২০২৫ | ০৭/০৯/২০২৫ | ལོ་དེ་རེ། |

| ལས་འགན། | འགན་འཛིན་པའི་མིང་། | གོ་གནས། | མཚན་རྟགས། |
|---|---|---|---|
| བུ་སྦྱིག་འབད་མི | བསྟན་འཛིན་རྡོ་རྗེ | འགོ་འཛིན། | |
| བདེན་ཁུངས་དཔྱད་མི | རྒྱུ་འཚོ་སེང་གི་དབང་ཕོ | ལས་ལུ་འགོ་དཔོན | |
| | རྒྱུ་འཚོ་བདེ་སྐྱིད་ཚོས་སྒོའི | སྒྲུབ་ཚད་ཁས་ལེན་ངོ་ཚབ | |
| ཆ་འཛོག་གནད་མི | རྒྱུ་འཚོ་ཀུམ་དཀའ་ལེགས | ཁྲི་འཛིན། སྒྲུབ་ཚད་ཁས་ལེན་ཚོགས་ཆུང་། | |

| བཀྲམ་སྤེལ | ལས་ལུ་ རྒྱུ་བཤད་ཁ་བའང་། |
|---|---|
| མ་དུ་པེ་ཏེ་མ། | སྒྲུབ་ཚད་ཁས་ལེན་ཡིག་ཚང་། རྒྱལ་ཡོངས་ནུབ་སྨན་ཀྱེ་བ། |

| བསྒྲུབ་ཞིབ་བཤུད་བསྡུས། | | | |
|---|---|---|---|
| སྤྱི་ཚེས་ | འགོ་བཙུགས་ཟླ་ཚེས | འགྲེལ་སྦྱོན་འབད་དེ་གོ་བའི་གནད་དོན། | འགྲེལ་སྦྱོན་པ་གསལ། |
| ০৫ | ০৭/০৯/২০২৫ | ཚད་ཁ་ཞིབ་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལས་ཁུགས་ཀྱར་བསྒྲུབ་ཞིབ་འབད་ཡོད། | བྱ་ཨིམ/བཟོ་བཅོད་དེ/ཉན་ས་སྤུང་ཚུ་འགྲེལ་སྦྱོན་འབད་ཡོད་པ། |

## དཀའ་ཆ།


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


## 1 ཁྲབ་ཚད།

1.1 ཚད་གཞི་ཞན་ཏྲི་བྱ་སྐོའི་ལམ་ལུགས་འདི་ སྒྲུབ་འཚོལ་གྱི་ཁབས་ཀྱི་གཡུ་བའི་སྐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཀྱི།

## 2 དམིགས་ཡུལ།

2.1 སྒྲུབ་འཚོལ་གྱི་སྡུག་བཅོལ་ཁབས་ཀྱི་འདི་སྤྱས་ཚད་དུ་འཁྲམ་ཤེ་སྡུད་ཀིའི་རྗེན་ལུ།

## 3 འགྲེལ་བཤད།

| ཨང་ | ལས་འགན། | འགྲེལ་འཕྲིན། |
|---|---|---|
| 1 | ནང་བཞག་ཁང་གི་ལས་བྱེད་པ། | ཚད་གཞི་ཞན་ཏྲི་བྱ་སྐོའི་ལམ་ལུགས་ཀར་ལག་ལེན་འཐབ་ཀྱི། |
| 2 | ལས་འོག་འཛིན་/འགོ་དོན། | ཚད་གཞི་ཞན་ཏྲི་བྱ་སྐོའི་ལམ་ལུགས་བསྐར་སྡུད་དང་ལམ་སྟེགས་ བྱ་རིམ་ཚུ་ཀར་རྟོག་བཟང་གི་དང་སྤྱས་ཚད་ཁང་ཁག་ལས་ཚོགས་ཆུང་ལུ་ཁག་ལས་སྟེན་འབད་དགོ། |

## ༣ ཐེག་ཆོག

**༣.༡ སྨན་འཚོང།** ནུད་པའི་ཁོང་ལུ་ཞུན་མར་བཏང་ཡོ་ ཁས་ཟུངས་གསོ་ནི་དུ་ལས་འཛིའི་ཞབས་ཏོག་སྒྲུབ་ཀི་རྟེན་ལུ་ ནུད་པ་ཀུ་སྐྱིག་འབད་ལི་ཀི་ སྣུན་བཅོས་རིམ་པ་ཅིག་ལུ་གོ་དགོ།།

## ༤ གཞི་རྩ།

༤.༡ སྨན་འཚོང་ཞབས་ཏོག་གི་ ཨན་པ་ཐད་ཀར་འབྲུང་ཐབས་ལུ་ ཁྱད་རིག་དང་ལྡན་པའི་སྣུན་བཅོས་ཞབས་ཏོག་སྒྲུབ་ཐབས།

## ༥ ཐེག་པར་དུ་ཚང་དགོ་པ།

༥.༡ ཟླུར་སྒྲགས་ཡང་ [༩.༡] ཀུ་མ་ཀུར་དུ་ཚང་དགོ

## ༦ བྱ་རིམ་ཤོག་གྲངས།

༦.༡ དགོས་མཁོ་མེད།

## ༧ བྱ་རིམ།

༧.༡ ནུད་པ་ཏོས་འཛིན་བཏང་ཞིམ་ཡས་བྱ་རིམ་ཀྱི་རྟེན་ལུ་ གོ་བརྡ་སྒྲུབ་དགོ།།

༧.༢ ཐོ་འགེལ་/སྒོག་ཐོག་ནུད་པའི་བརྡ་དོན་རིམ་ལུགས་ནང་ལུ་ ནུད་པའི་ཁ་གསལ་ཚུ་བཀོད་དགོ།།

༧.༣ ཁྲན་མར་འདི་ཐོ་ཡིག་ཚད་དུ་ཀུན་སྐོ་བཅོ་དགོ།།

༧.༤ ཁྲན་མར་འདི་ཐོ་ཡིག་ཚུ་ཚོགས་ཆུང་ [༦] ལུ་ ཟླུར་སྒྲགས་ ༩.༣ ནང་ལུ་བཀོད་པའི་ཚད་གཞི་དུ་བསྟུན་བྱེད་དགོ།།

༧.༥ ཁྲན་མར་འཐུད་བའི་ཤུལ་ལུ་ ཆུ་བསྐོལ་འཐུད་བཏུན་དགོ།།

༧.༦ ཁྲན་མར་འབྲི་ཤོག་བཀྲ་དགོ།།

༧.༧ ཁྲན་མར་འདི་ ཉིམས ༥ དང་ཡང་ན་ ༡ གཅིར་དགོ།།

## ༩ རྒྱུ་གཞི།


༩.༡ ཤེས་པར་དུ་ཚོད་དགོས་ རྒྱུ་གཞི་༩.༡།

༩.༢ ཁུག་མར་ཚད་གཞི་རྒྱུ་གཞི་༩.༢།


## ༡༠ རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།


༡༠.༡ ནང་སྐན་ཁབས་ཉོག་ཞི་ཚད་གཞི་ཞུ་གྲྭ་སྨོན་ལམ་ལུགས། ཐོག་རིམ་དུ་བ། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྐན་ཀྱི་བ། ༢༠༢༢ ཞེ་ས།

༡༠.༢ བསལ་ཡུལ་ཚད་གཞི་ཞུ་གྲྭ་སྨོན་ལམ་ལུགས། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྐན་ཀྱི་བ། ཐོག་རིམ་དུ་བ། ༢༠༡༨ ཞེ་ས།

༡༠.༣ བསལ་ཡུལ་སྐན་བཅོས་ལམ་ལྷོག། ཐོག་རིམ་དུ་བ། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྐན་ཀྱི་བ། ༢༠༡༨ ཞེ་ས།

## ཁྲུག་མར་ཚད་གཞི།

| ཉིམ | ༡ | ༢ | ༣ | ༥ | ༤ | ༦ | ༧ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ཁྲུག་མར། | ༣0ml | ༦0ml | ९0ml | ༡༢0ml | ༡༤0ml | ༡༥0ml | ༢༡0ml |