PAPER III: SUBJECT SPECIALIZATION PAPER FOR TRADITIONAL MEDICINE (TECHNICAL)

**རྒྱལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།**

 **ཞི་གཡོག་བཙག་འཐུའི་ཆོས་རྒྱུགས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤།**

**དབྱེ་ཁག་ - ཁྱད་རིག།**

དྲི་ཤོགས་གསུམ་པ་ དམིགས་བསལ་རྩ་ཚན་ཤེས་ཡོན་ གསོ་བ་རིག་པ་༼ནང་པའི་སྨན༽

དབྱིན་ཚེས་ ༡༢/༡༠/༡༤ དུས་ཡུན་ ༢.༣༠

སྐུགས་བསྡོམས ༡༠༠ དྲི་བ་ལྷག་ནི་གི་དུས་ཡུན་ སྐར་མ་ ༡༥།

**སྤྱིར་བཏང་བཀོད་རྒྱ།**

* ལེན་འབྲི་ནི་འགོ་མ་བཙུག་པའི་ཧེ་མ་་ དུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༡༥་གི་རིང་ལུ་ དྲི་བ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྦེ་ལྷག་ཏེ་འབྲི་བའི་བཀོད་རྒྱ་དང་ འཁྲིལ་ཏེ་འབྲི་དགོཔ་ཁག་ཆེ།
* དྲི་བ་གི་ལེན་འདི་ཚུ་ དྲི་ཤོགས་ནང་མན་པར་ ལེན་ཤོགས་ནང་རང་འབྲི་དགོ།
* ལེན་དྲི་བའི་སྐབས་སུ་ དྲི་བའི་ཨང་གྲངས་ཚུ་ མ་འཛོལ་བར་བཀལ་དགོ།
* དྲི་བའི་ཨང་གྲངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལེན་ཧིང་སངས་སངས་སྦེ་འབྲི་དགོཔ་མ་གཏོགས་ དྲི་བ་འདྲ་བཤུས་བརྐྱབ་མིན་དགོ།
* ལེན་ཤོགས་ནང་ལུ་ཁྱོད་རང་གི་ **ངོ་རྟགས་ཨང་** མ་གཏོགས་ གཞན་མིང་དང་གསང་བའི་ཨང་རྟགས་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་བཀལ་མི་ཆོག།
* དྲི་ཤོགས་དང་ལེན་ཤོགས་ཚུ་ གཅིག་ཡང་ཧྲལ་མི་ཆོག།

**དྲི་བའི་ནང་དོན་བཅུད་བསྡུས།**

**སྡེ་ཚན་ཀ༽ ནང་དྲི་བ་དབྱེ་ཁག་མ་འདྲཝ་ ༢ ཡོད།**

༡༽ སྙོམས་གྲངས་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་དྲི་བ་༣༠་ལུ་སྐུགས་རེ་རེ་ ༣༠x༡ = ༣༠།

༢༽ དྲི་ལེན་ཐུང་སུ་སྦེ་དྲི་གི་དྲི་བ་ ༤་ལུ་སྐུགས་ལྔ་རེ། ༤x༥ = ༢༠།

**སྡེ་ཚན་ཁ༽ ནང་གནད་དོན་ཞིབ་འཇུག་ ༢་ཡོད་ས་ལས་གཅིག་གདམ་ཁ་བརྐྱབ་དེ་ དེའི་དྲི་བ་ཚུ་ཆ་ཚང་ལེན་བརྐྱབ་དགོ། སྐུགས་༥༠།**

**༼སྡེ་ཚན་ཀ༽**

**དྲི་བ་དང་པ། སྙོམས་གྲངས་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་དྲི་བ་ ་ ༣༠x༡ = ༣༠།**

༡༽ གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་བཟང་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ བསམ་འཕེལ་དབང་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་འདི་ སངས་རྒྱས་སྨན་གྱི་བླ་མས་གསུངས་པའི་སྐབས་སུ་ གསོ་བ་རིག་པའི་རྒྱུད་ཁོ་ནར་གོ་མི་ག་སྨོ?

ཀ༽ དྲང་སྲོང་ཡིད་ལས་སྐྱེས།

ཁ༽ དྲང་སྲོང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས།

ག༽ ལྷའི་འཁོར།

ང༽ ནང་པའི་འཁོར།

 ༢༽ གསུངས་བའི་སྤོབས་པ་ཞུམ་པ་མེད་པ་ ནམ་མཁའི་མཛོད་ལྟ་བུ་སྦེ་ཡོད་མི་དྲང་སྲོང་འདི་ག་སྨོ?

ཀ༽ དྲང་སྲོང་ཡིད་ལས་སྐྱེས།

ཁ༽ དྲང་སྲོང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས།

ག༽ དྲང་སྲོང་གསེར་སྐྱ་པ།

ང༽ དྲང་སྲོང་ཙ་ར་ཀ།

 ༣༽ དབྱིབས་ཀུ་བའི་མཇུག་མ་བཟུམ་ རོ་དྲུག་དང་ལྡན་པའི་ཨ་རུ་ར་འདི་ག་ཅི་ཟེར་མི་འདི་སྨོ།

ཀ༽ ཨ་རུ་ར་སྐེམ་པོ།

ཁ༽ ཨ་རུ་ར་འཇིགས་མེད།

ག༽ ཨ་རུ་ར་རྣམ་རྒྱལ།

ང༽ ཨ་རུ་ར་བདུད་རྩི།

༤༽ སྨན་ཆུ་རོ་ མངར་ཞིང་ མདོག་དང་ཉ་ལྕིབས་སྔོ་བ་ ནུས་པ་ལྕི་ལ་འཇམ་པ་ ཁ་ནུབ་ལུ་ལྟ་སྟེ་བབ་མི་སྨན་ཆུ་འདི་གིས་ཉེས་པ་ག་ཅི་ལུ་ཕནམ་སྨོ?

ཀ༽ འདུས་པ།

ཁ༽ བད་ཀན།

ག༽ མཁྲིས་པ།

ང༽ རླུང་།

༥༽ ལྕི་ལ་སྣུམ་པའི་ཟས་དང་སྤྱོད་ལམ་གྱིས།། དང་ག་མི་བདེ་ཁ་ཟས་འཇུ་བ་དཀའ།། སྐྱུག་ཅིང་ཁ་མངལ་ཕོ་བ་འཚིང་སྟེ་སྒྲེག། ལུས་སེམས་ལྕི་ལ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀ་གྲང་།། ཟོས་རྗེ་མི་བདེ་ཟས་སྤྱོད་དྲོ་ན་འཕྲོད།། ཟེར་མི་འདི་ག་ཅི་གི་སློང་རྐྱོན་སྨོ?

ཀ༽ བད་མཁྲིས་སློང་རྐྱེན།

ཁ༽ བད་རླུང་སློང་རྐྱེན།

ག༽ བད་ཀན་སློང་རྐྱེན།

ང༽ མཁྲིས་པའི་སློང་རྐྱེན།

༦༽ མཁྲིས་པ་གཤའ་རེངས་དང་རུ་ཐུང་འདོམས་པའི་རྩ་གཏར་དུས་ ཟས་ཀྱི་དང་ག་ཞེན་པ་དང་ མཁྲིས་སྐྲན་ལུ་ཕན་ཐོག་པའི་རྩ་འདི་ག་སྨོ?

ཀ༽ རུ་ཐུང་།

ཁ༽ མཆིན་མཁྲིས་འདོམས་རྩ།

ག༽ གློ་མཆིན་འདོམས་རྩ།

ང༽ མཁྲིས་པ་གཤའ་རེངས།

 ༧༽ འོག་གི་གཏར་རྩ་རྣམས་ལས་ངན་ཁག་སྦོམ་སྦེ་ཡོད་མི་ག་སྨོ?

ཀ༽ མཚོགས་གསང་།

ཁ༽ ཡོབ་གོང་།

ག༽ རྩེ་ཆུང་།

 ང༽ སྣ་རྩེ།

༨༽ མངལ་གནས་ཀྱི་བྱིས་པ་ལ་སྐྲ་དང་སེན་མོ་སོགས་བདུན་ཕྲག་ནམ་སྐྱེཝ་སྨོ?

ཀ༽ བདུན་ཕྲག་ ༢༠།

 ཁ༽ བདུན་ཕྲག་ ༢༡།

ག༽ བདུན་ཕྲག་ ༢༢།

ང༽ བདུན་ཕྲག་ ༢༣།

 ༩༽ མངལ་གནས་ཀྱི་བྱིས་པ་འདི་ མངལ་ནང་ལ་མངོན་པར་མི་དགའ་བ་སྐྱོ་བའི་འདུ་ཤེས་འདི་ཟླཝ་ནམ་སྐྱེཝ་སྨོ?

ཀ༽ ཟླཝ་ ༣།

ཁ༽ ཟླཝ་ ༦།

ག༽ ཟླཝ་ ༩།

ང༽ ཟླཝ་ ༨།

༡༠༽ གཉན་པ་གནས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པའི་གནད་ག་ཅི་ལུ་སྐྱོན་ཕོག་པ་ཅིན་རྐང་ལག་ལས་སུ་མ་རུངམ་འགྱོཝ་སྨོ?

ཀ༽ ཆུ་རྒྱུས་གནད།

ཁ༽ རུས་གནད།

ག༽ ཤ་གནད།

ང༽ ཚིལ་གནད།

 ༡༡༽ མཐོང་ཐོས་མྱོང་དང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་དང་།། གྲུབ་པ་ནད་ལས་འགྱུར་པ་རྣམ་པ་དྲུག། འདི་ག་ཅི་གི་རྒྱུ་སྨོ?

ཀ༽ ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་དྲུག།

ཁ༽ འགྲོ་བ་རིག་དྲུག།

ག༽ རྨི་ལམ་རྨིས་པའི་རྒྱུ་དྲུག།

ང༽ སྐར་མ་སྨིན་དྲུག།

༡༢༽ མི་གི་རང་བཞིན་བདུན་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་སྟག་སྤྲེལ་གནོད་སྦྱིན་མཚན་ཉིད་ལྡན་པའི་མི་འདི་ ཉེས་པ་ག་ཅི་གི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་མི་སྨོ?

 ཀ༽ རླུང་གི་རང་བཞིན་ཅན།

 ཁ༽ མཁྲིས་པའི་རང་བཞིན་ཅན།

 ག༽ བད་ཀན་གྱི་་རང་བཞིན་ཅན།

 ང༽ འདུས་པའི་རང་བཞིན་ཅན།

༡༣༽ ནད་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་ ལྟེ་བ་ཕོ་བ་ཁྲག་དང་རྔུལ་ལུ་གནས་པའི་ཉེས་པ་འདི་འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཉེས་པ་ཚུ་ལས་ག་ཅི་སྨོ?

 ཀ༽ རླུང་།

 ཁ༽ བད་ཀན།

 ག༽ མཁྲིས་པ།

 ང༽ ག་ར་ཨིན།

༡༤༽ རུ་ཐུང་གཞུ་མཆོག་སྣ་ནས་སོར་བཞི་གཏར་ཞེས་པའི་གཏར་རྩ་འདི་དོན་སྣོད་གང་གི་རྩ་ཡིན?

 ཀ༽ སྙིང་གི་རྩ།

 ཁ༽ གློ་བའི་རྩ།

 ག༽ མཆིན་པའི་རྩ།

 ང༽ ཕོ་བའི་རྩ།

 ༡༥༽ རྩ་འདོམས་ཤུགས་ཆེན་ཟེར་མི་འདི་ག་ཅི་སྨོ?

 ཀ༽ གླ་རྩི།

 ཁ༽ དོམ་མཁྲིས།

 ག༽ ཛཱ་ཏི།

 ང༽ གུར་གུམ།

༡༦༽ གསོ་ཐབས་ལག་ལེན་སུམ་རྒྱ་དྲུག་ཅུ་མདོར་བསྡུས་ན་གང་དུ་བསྡུས?

 ཀ༽ ཟས་སྤྱོད་སྨན་དཔྱད་བཞི།

 ཁ༽ བརྟག་ཐབས་གསོ་ཚུལ་གསོ་ཐབས་གསུམ།

 ག༽ བལྟ་རེག་དྲི་བ་གསུམ།

 ང༽ དུགས་ལུམས་བྱུག་པ།

༡༧༽ མཁལ་མ་གཡས་པའི་རྩ་སྨན་པའི་ལགཔ་གཡས་གཡོན་ག་སྟེ་ལུ་ཡོདཔ་སྨོ?

 ཀ༽ སྨན་པའི་ལགཔ་གཡོན་པ།

 ཁ༽ ཆག་རྩ་གཡས་པའི་ཡ་ཟུར།

 ག༽ སྨན་པའི་ལགཔ་གཡས་པ།

 ང༽ སྨན་པའི་ལག་པ་གཡོན་པའི་ཡ་ཟུར།

༡༨༽ བྱའི་རྒྱལ་པོ་ཁུ་བྱུག་སྐད་འབྱིན་དུས།། བདུན་ཅུ་རྩ་གཉིས་མེ་ཁམས་སྙིང་རྩ་རྒྱུ་ཟེར་བའི་ཟླཝ་ནམ་སྨོ?

 ཀ༽ཟླཝ་ ༤ ༥ ༦།

 ཁ༽ཟླཝ་ ༧ ༨ ༩།

 ག༽ཟླཝ་ ༡༠ ༡༡ ༡༢།

 ང༽ཟླཝ་ ༡ ༢ ༣།

༡༩༽ རླུང་ཁྲག་གི་རྒྱུ་བའི་ལམ་ཉམས་པས་ ཞན་ཅིང་གང་དུ་ཡོད་པའི་རྩ་མི་གསལ་བར་ཞར་བ་འཕར་བའོ་ ཟེར་མི་འདི་འོག་གི་ནད་གཞི་ཚུ་ལས་ག་ཅི་གི་རྩ་སྨོ?

 ཀ༽རླུང་གི་རྩ།

 ཁ༽རླུང་ཚད་ཀྱི་རྩ།

 ག༽སྐྲན་གྱི་རྩ།

 ང༽བད་ཀྲན་གྱི་རྩ།

༢༠༽ ངད་ཡལ་དུས་སུ་ཀུ་ཡ་སྤྲིས་མ་བཏགས་ཟེར་བའི་སྐབས་སུ་ ངད་ཡལ་འདི་ག་ཅི་ལུ་གོ་ནི་སྨོ?

 ཀ༽ཚ་ཏོགམ།

 ཁ༽གནམ་མེད་ས་མེད་ཚ་ཏོགམ།

 ག༽ཁོལམ

 ང༽དྲོད་འཇམ།

༢༡༽ དྲི་ཆུ་བལྟ་བའི་སྐབས་སུ་ལྟར་སྣང་འཁྲུལ་སོ་འབྱུང་པ་ཅིན་མཐར་ཐུག་གི་འཁྲུལ་པ་འདི་ག་ཅི་གིས་སེལ་ནི་སྨོ?

 ཀ༽མདོག།

 ཁ༽ཀུ་ཡ།

 ག༽རླངས་པ།

 ང༽མེ་ཏོག།

༢༢༽ ཆུ་མདོག་གི་སྐབས་སུ་མེ་ཏོག་ཟེར་མི་འདི་ག་ཅི་ལུ་གོ་ནི་སྨོ?

 ཀ༽མདོག།

 ཁ༽ཀུ་ཡ།

 ག༽རླངས་པ།

 ང༽ལྦུ་བ།

༢༣༽ ཆུ་མདོག་དཀར་སྔོ་་ཡིན་པ་ལ་ཀུ་ཡ་ཐུག་པོ་ཡོད་པ་ཅིན་ནད་གཞི་ག་ཅི་སྨོ?

 ཀ༽ནད་མེད་ཀྱི་ཆུ།

 ཁ༽ལྟར་སྣང་གྲང་ལ་ངོ་བོ་ཚ་བ་ཡིན།

 ག༽རླུང་མཁྲིས་ཀྱི་ཆུ།

 ང༽བད་རླུང་གི་ཆུ།

༢༤༽ དེ་རྟགས་མགོ་བོ་ན་ལ་བརྗེད་ངེས་ཆེ།། ཤེས་པ་འཕྱོ་ཞིང་དོན་མེད་སྙིང་མི་དགའ།། རེས་འགའ་མ་དྲིས་པ་ཡང་མུ་ཅོར་སྨྲ།། རེས་འགའ་དྲིས་ཀྱང་དེ་ཡི་ལེན་མི་ལྡོན།། མི་སྙན་ཚིགས་གིས་དངངས་ཤིང་ཤུ་ཡིས་འདེབས།། ཟེར་བའི་རྩ་བ་འདི་གི་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད།

 ཀ༽སེམས་ཁམས་ཀྱི་ནད།

 ཁ༽སྙིང་རླུང་གི་ནད།

 ག༽སྙིང་འཕྱོས་ཀྱི་ནད།

 ག༽སྨྱོ་བྱེད་ཀྱི་ནད།

༢༥༽ འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ནད་གཞི་ཚུ་ལས་བྱུག་པ་མི་རུང་བའི་ནད་གཅིག་ངོས་འཛིན་འབད།

 ཀ༽རླུང་ནད་དར་རྒན།

 ཁ༽རླུང་ནད་བརླ་རེངས།

 ག༽མིག་རབ་རིབ་ཀྱིས་གྲིབ་པ།

 ག༽ཁྲག་དང་ཁུ་བ་ཟད་པ།

༢༦༽ བྱི་ལ་འཇབ་པ་ལྟ་བུའི་གསོ་ཚུ་གི་སྐབས་སུ་ རྒྱ་ཚྭ་༣་འདི་ཉེས་པ་ག་ཅི་གི་སད་མདའ་སྦེ་བཏངམ་སྨོ?

 ཀ༽རླུང་གི་སད་མདའ།

 ཁ༽མཁྲིས་པའི་སད་མདའ།

 ག༽བད་ཀན་གྱི་སད་འདའ།

 ང༽ཕོ་ལོང་གཉན་སྲིན་གྱི་སད་འདའ།

༢༧༽ སྤྱོད་ལམ་མེ་ཉི་གསོ་ཞིང་གོས་དྲོར་གྱོན།། སྐམ་སར་ལུས་སེམས་རྩོལ་སྤྱད་གཉིད་མི་ལོག། ཟེར་མི་འདི་ཉེས་པ་ ག་ཅི་གི་སྤྱོད་ལམ་སྨོ?

ཀ༽རླུང་གི་སྤྱོད་ལམ།

ཁ༽བད་མཁྲིས་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ།

ག༽བད་ཀན་གྱི་སྤྱོད་ལམ།

ང༽བད་རླུང་གི་སྤྱོད་ལམ།

 ༢༨༽ གཏར་རྩ་བདུན་ཅུ་དོན་བདུན་འདི་འོག་གི་རྩ་ག་ཅི་ལས་འགྱེསཔ་སྨོ?

ཀ༽རྩ་དཀར།

ཁ༽རྩ་དབུ་མ།

ག༽རྩ་རོ་མ་།

ང༽རྩ་རྐྱང་མ།

༢༩༽ རྨི་ལམ་མི་བཟང་བ་སྣ་ཚོགས་་མཐོང་དགོ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ག་ཅི་སྨོ?

ཀ༽འཆི་ལྟས།

ཁ༽ནད་ཀྱིས་ཟིན་པའི་རྟགས།

ག༽ཡིད་འཇུག་པའི་བུ་ག་ནད་ཀྱིས་བཀག་པའི་རྟགས།

ང༽རང་ལུ་བར་ཆད་འོང་བའི་རྟགས།

༣༠༽ རྒྱུ་ནི་ཁྲག་གནས་དུག་ཅན་སྲིན་བུ་བདུན།། ཟངས་ལྟར་དམར་ཞིང་ཕྲ་ལ་བལྟས་མི་མངོན།། སྐད་ཅིག་ཙམ་ལ་མགོ་ རྐང་ཁྱབ་པར་ནུས་ཞེས་པ་ནད་གང་གི་རྒྱུ་ཡིན?

ཀ༽ གཉན་རིམས་ཀྱི་རྒྱུ།

ཁ༽ གག་ལྷོག་གི་རྒྱུ།

ག༽ སྲིན་གྱི་རྒྱུ།

ང༽ ཡ་མའི་རྒྱུ།

 **དྲི་ལེན་ཐུང་སུ་སྦེ་དྲི་གི་དྲི་བ་ ༤་ལུ་སྐུགས་ལྔ་རེ། ༤x༥ = ༢༠།**

༡༽ ལོ་ལྟར་བཞིན་ན་མི་གྱངས་ཁ་ཡར་སེང་འགྱོ་མི་ སྙིང་ནད་བདུན་གྱི་དང་པོ་སྙིང་འཕྱོས་ཀྱི་ རྟགས་དང་བཅོས་ཐབས་ སྨན་དང་དཔྱད་ཀྱི་སྐོར་བྲིས།

༢༽ ཆང་གི་ཡྟོན་དང་ཐལ་དྲགས་པའི་སྐྱོན་སོགས་རྒྱུད་གཞུང་གི་དགོངས་པ་དང་མ་འགལ་བར་བྲིས།

༣༽ མདོ་གཉིེས་པ་་ ཞི་བྱེདསྨན་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་ ཐང་ཕྱེ་རིལ་བུ་ལྡེ་གུ་སྨན་མར་ལྔ་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱི་གོ་དོན་རྒྱུད་གཞུང་ལྟར་འགྲེལ།

༤༽གསོ་བྱའི་ནད་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་གསོ་ཡུལ་ནད་ལ་བཞི་བརྒྱ་རྩ་བཞིར་གསུངས།། རྒྱས་པར་ཕྱེ་ན་སྟོང་དང་ཉི་བརྒྱ་ཡོད།། མདོ་རུ་བསྡུས་ན་བཅོས་དགོས་བརྒྱ་རྩ་གཅིག་ཞེས་གསུངས་པའི་འགྲེལ་བཤད་གཞུང་བཞིན་རྒྱས་པར་འཁོད།།

**སྡེ་ཚན་ཁ༽ ནང་གནད་དོན་ཞིབ་འཇུག་ ༢་ཡོད་ས་ལས་གཅིག་གདམ་ཁ་བརྐྱབ་དེ་ དེའི་དྲི་བ་ཚུ་ཆ་ཚང་ལེན་བརྐྱབ་དགོ། སྐུགས་༥༠།**

**ཞིབ་འཇུག་གི་དྲི་བ་དང་པ།**

ཀ༽ ངོ་མིང་རྡོ་རྗེ་རིན་ཆེན་ གཡུས་སྤུ་ན་ཁ་ སྐྱེས་ལོ་༤༠་ འབད་མི་འདི་ དབྱིན་ཚེས་༡/༡/༢༠༡༤ལུ་ཕོཝ་དང་མཆིན་པ་གཉིས་ཁ་འཁོར་

དུ་ན་བ་དང་ རོ་སྟོད་རྒྱབ་མདུན་སྦྲག་ནས་ན་བ། ལུས་ལྕི་ཞིང་རྐང་པའི་བྱིན་ཤུགས་ཤོར་ནས་ལུས་མི་ཐེག་པ་དང་སྒལ་ཚིག་གི་གནས་ལུགས་ན་བ། དེ་བཟུམ་སྦེ་རང་་དང་ག་མི་བདེ་བ་དང་ཟས་མི་འདོད་པ་ ཁ་མངལ་བ་ ཁ་ནས་ཉ་དྲི་བྲོ་བ། བྲང་ཚ་ཞིང་སྐྱུག་སྙམ་བྱས་ཀྱང་དངོས་སུ་སྐྱུགས་པ་དཀའ་བ། སྐབས་སྐབས་སུ་ཁོང་པ་ཚ་བ་དང་ མགོ་དང་མིག་རུས་ན་བ། ལུས་རྔུལ་ནས་གྲང་བའི་རྗེས་ལ་རྒྱུ་མ་གླང་ཐབས་ལྡང་བ། དྲི་མ་སྨུག་ལ་ནག་པ་ངོ་བོ་སྐམ་ཞིང་ཤ་བའི་རིལ་མ་འདྲ་བ། ལྟོ་བ་ལྟོགས་ཀྱང་ན་ལ་ འགྲངས་ཀྱང་ན་བ། ལུས་གྲང་ཡང་ན་ལ་དྲོ་ཀྱང་ན་བ། རེས་ཚེ་སྨན་དཔྱད་གང་ཡང་མ་བྱས་ཀྱང་དྲག་པ་དང་ རྐྱེན་གང་ཡང་མེད་པ་ན་བ་སོགས་འབྱུངམ་ལས་ སྤུ་ན་ཁ་སྨན་ཁང་ནང་ལུ་འགྱོ་བའི་སྐབས་སུ་ དྲུག་འཚོ་གིས་ ཁོ་གི་ནད་གཞི་འདི་ ཕོ་རླུང་འབད་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་༼ཅཆ ༠༡༽ སྨན་་ དྲོ་པ་ཞི་བྱེད་༦། ཉི་མ་་ཅོང་༦། ཕྱི་རུ་བརྒྱད་ལྔ། ཚུ་ཟླ་ངོ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་བཏང་ཞིནམ་ལས་བཅོས་རུང་ཕན་བསྐྱེད་མ་འབྱུངམ་མ་ཚད་ཁ་ལས་ཁྲག་སྐྱུགས་ནི་ཡང་འགོ་བཙུག་ད་ནུག། དེ་འབདཝ་ལས་ དབྱིན་ཚེས་ ༡/༢/༢༠༡༤ ལུ་ནང་སྨན་ལྟེ་བ་ནང་ལུ་འོང་ཞིནམ་ལས་དྲུང་འཚོ་གསརཔ་གཅིག་དང་ཕྱེད་དེ་ དྲུང་འཚོ་འདི་གིས་ནད་གཞི་འདི་བད་ཀན་༼ཀག་༠༠༽སྦེ་ངོ་འཛིན་འབད་དེ་ སྨན་ དྲོ་པ་བདེ་སྙོམས། ཉི་མ་རྡོ་རབ་། ཕྱི་རུ་ སེ་འབྲུ་བཞི་པ་སྦེ་བདུན་ཕྲག་གཅིག་གི་རིང་ལུ་བཏང་རུང་ཕན་བསྐྱེད་མེདཔ་ལས་གཙོ་འཛིན་ལུ་མཐོ་གཏུགས་ཞུ་ནུག།

**དྲི་བ་ག་ར་ལེན་རྐྱབ་དགོ། ༡༠x༥= ༥༠**

༡༽ ཁྱོད་རང་ནང་སྨན་ལྟེ་བའི་གཙོ་འཛིན་ཅིག་ཨིནམ་ལས་ཁྱོད་ཀྱི་ནདཔ་འདི་ལུ་ རྩ་བལྟ་བའི་སྐབས་སུ་ ནད་པའི་རྩ་འདི་སྦོམ་ཁེངས་ཀན་རྩ་ཞར་བ་སྦེ་ཡོད་ད་ ཆུ་མདོག་སྨུག་དུགས་སྐ་ལ་རྙོགས་མ་ཅན་འབད་ཡོདཔ་མཐོང་ཅི། ནདཔ་འདི་གི་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད་ཞིནམ་ལས་ཁྱོད་ཀྱི་ངོས་འཛིན་འབད་མི་ནད་གཞི་གི་མི་འགྱུར་བའི་རྟགས་བཞི་བྲིས།

༢༽ ནདཔ་འདི་ཧེ་མ་སྤུ་ན་ཁ་དང་ནང་སྨན་ལྟེ་བའི་དྲུང་འཚོ་གསརཔ་གཅིག་གིས་བཅོས་པའི་སྐབས་སུ་ ག་ཅི་སྦེ་དྲག་མ་ཚུགསཔ་ཨིན་གི་ཁུངས་བཀལ་ཞིནམ་ལས་ཁོང་གི་འབད་མི་སྨན་བཅོས་འདི་ནང་འཛོལ་བ་ག་ཅི་བཟུམ་འདུག་འདི་ལུ་སྐྱོན་བརྗོད་འབད།

༣༽ འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཁྱད་རིག་ཀྱི་ཚིག་འདི་ཚུ་འབྲེལ་བཤད་རྫོང་ཁ་ནང་སྦེ་བྲིས།

 ༡ བྲང་ཚ་ཞིང་སྐྱུག་སྙམ་བྱས་པ།

 ༢ རོ་སྟོད་བདུན་རྒྱབ་སྦྲག་ནས་ན་བ།

 ༣ ཁ་མངལ་བ།

 ༤ དྲི་མ་སྨུག་ལ་ནག་པ་ངོ་བོ་སྐམ་ཞིང་ཤ་བའི་རིལ་མ་འདྲ་བ།

 ༥ ཁ་ནས་ཉ་དྲི་བྲོ་བ།

༤༽ ཁྱོད་ཀྱི་གོང་གི་རྩ་ཆུའི་ཐོག་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད་མི་འདི་གི་རྒྱུ་རྐྱེན་དང་འདི་ལུ་ཕན་པའི་སྨན་ ༣ དང་དཔྱད་བྲིས།

༥༽ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཁྱོད་ཀྱི་ངོས་འཛིན་འབད་མི་ནད་གཞི་འདི་མང་སུ་ན་མི་འཐོན་དགོ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ག་ཅི་སྨོ?

**ཞིབ་འཇུག་་དོན་ཚན་༢་པ།**

**མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་སམ་ཧེ་པ་ཀྲ་ཡེ་ཀྲི་སི་སྦི་གི་སྐོར་དཔྱད་གཞི་གླེང་བ།**

དེ་ཡང་གཅོང་ནད་ཀུན་གྱི་རྒྱུ་མ་ཞུ་བའི་ནང་གསེས་ དྭངས་མ་མ་ཞུ་བ་གཙོ་བོ་བྱེད་པའི་ མཆིན་ནད་མཆིན་ནད་རིག་བཅོ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་དང་ལས་ ཚ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་མཆིན་ནད་ ༡༣། གྲང་བ་དང་འབྲེལ་བའི་མཆིན་ནད་ ༥་ཡོད་པའི་ནང་ལས་་ད་རེས་གཞི་ཚ་གྲང་གང་རུང་དང་འབྲེལ་ཆེ་བའི་མཆིན་ནད་། ད་རེས་ནང་པའི་དུས་ལུ་ མཆིན་པའི་གཉེན་ནད་རིགས་ལྔའི་ནང་ལས་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་ ཧེ་པ་ཀྲ་ཡེ་ཀྲི་སི་ཁ་པ་ (Hepatitis B) ཟེར་སླབ་མི་ནད་གཞི་ འདི་་གཙོ་བོ་ཁྲག་དང་ཆུ་སེར་བརྒྱུད་དེ་འབུ་མི་ཅིག་ཨིན། ནད་གཞི་འདི་མ་གཞི་ཐོབ་ཚར་ཞིནམ་ལས་སྨན་བཅོས་མེད་མི་ཅིག་ཨིན་རུང་། ལོ་ངོ་༢༥༠༠་གོང་ལས་དར་བའི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་་ ནད་བཅོས་ཉམས་མྱོང་གྱིས་ཕྱུག་པའི་ གཞུང་བཟང་རྣམ་སྲས་ཀྱི་བང་མཛོད་ནང་ལུ་ ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་ན་ཚ་ག་ཅི་རང་ཨིན་རུང་ འདུ་བ་གསུམ་ཟད་ན་མ་གཏོགས་ གསོ་བའི་ཐབས་ཤེས་ཡོདཔ་སྦེ་གསུངས་ཏེ་ཡོད།

 གང་ལྟར་ཡང་ནད་རིག་འདི་ འཛམ་གླིང་ནང་ མི་འབོར་ ས་ཡ་༣༥༠་ལྷག་ཙམ་ལུ་འགོས་ཁྱབ་ཀྱི་ཐར་་མཆིན་པའི་་འབྲས་ནད་ལུ་འགྱར་ཏེ་ མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལུ་ ཧ་ཅང་འཇིགས་སྣང་ཆེ་བའི་གཞི་ལུ་སོང་ཡོདཔ་ཨིན།

**བརྗོད་གཞི་ནད་ཀྱི་མིང།**

རང་ལུགས་གསོ་བ་རིག་པའི་བརྒྱུད་བཞི་ནང་ དུག་ཐབས་སམ། མཆིན་པའི་ཁྲག་སྲིན། གཞན་ཡང་མཆིན་པའི་གཉེན་ཁ། ཕྱི་ལུགས་རིག་གསར་གྱི་ ཧེ་པ་ཀྲ་ཡེ་ཀྲི་སི་སྦི་ཡང་ཟེར།

**འཇུག་་པའི་ཡུལ།**

དོན་ལྔའི་ནང་ལས་བཙུན་མོ་ལྟ་བུའི་མཆིན་པ་ལ་ཡིན།

**མཆིན་པའི་ངོ་བོ།**

མདོག་སྨུག་ཁམ་ཡིན་པ་དང། དབྱིབས་སྟོད་མཐུག་ཅིང་སྨད་སྲབས་པ་རྟའི་རྨིག་པ་འདྲ་བ། ངོ་བོ་ཁྲག་འབའ་ཞིག་གིས་ཁེངས་ཞིང་སྲ་སྙི་རང་གི་ལྕེ་དང་འདྲ་བ་་ཡིན།

**མཆིན་པའི་བྱེད་ལས།**

ཁ་་ཟས་ཀྱིདྭངས་མ་ རྣམས་རང་གི་གནས་སུ་དྲངས་ནས་ ཁྲག་གི་རྟེན་བྱེད་དང་།་ལུས་ཟུངས་གྱི་མདོག་འགྱུར་བ། པགས་པའི་བདོག་གསལ་བ། མིག་གི་ག་ཟུགས་མཐོང་བའི་རྟེན་བྱེད་པ། ཁ་ཟས་ལས་འབྱུང་བའི་དུག་གསལ་བར་བྱེད་པ། ལུས་ཀྱི་སྟོབས་དང་དྭངས་འཕེལ་བ་དང་བསྲུང་རྩི་བྱེད་པ་དང་ཚེ་སྲོག་གནས་པའི་རྟེན་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་ལས་ལེ་ཤཱ་ཅིག་ཡོདཔ་ཨིན།

**མཆིན་ནད་ཀྱི་རྒྱུ།**

སྤྱི་ཁྱབ་རླུང་མཁྲིས་བད་ཀན་ཁྲག་དང་ཆུ་སེར་ཡིན།

**མཆིན་ནད་ཀྱི་རྐྱེན།**

དང་པོ་ཟས། རོ་ཚ་བ་དང་སྐྱུར་བའི་རིགས་ཏེ། དཔེར་ན་ ཆང་རག་དང་ཤིང་ཐོག་སྐྱུར་མོའི་རིགས། གཞན་ཡང་སྣུམ་ནང་མང་དུ་བརྔོས་པའི་ སི་པན། ཤ་དང་གློ་བ་རྒྱུ་མ་དེ་མིན་ལུག་ཤ་དང་མར་། བུ་རམ་དང་མར། བུ་རམ་དང་ཐུད། ཕྱུར་བ་དང་ཕྱུགས་ཀྱི་འོ་མ། དེ་མིན་ཇ་གར་པོ། རྗེན་ཟས་ཀྱི་རིགས། མ་ཚོས་པ། ཁེངས་པོ། ཞོ་མ་ལངས་པ་དང་འཚིག་པའི་རིགས་སོགས་ཡིན།

**གཉིས་པ་སྤྱོད་ལམ།**

སེམས་ལ་ཞེ་སྡང་དྲག་པོ་སྐྱེས་ནས་ལུས་ཁམས་འཁྲུག་པའམ་ ཡང་ན་དལ་བར་འདུག་པ་དང་མྱ་ངན་སེམས་ལས་ཀྱིས་དུབ་པས་ ལུས་ཁམས་ཀྱི་ནད་འགོག་དུས་ཆུང་དུ་ཕྱིན་པའི་དུས་སུ་མཆིན་ཁྲག་སྲིན་གྱི་ནད་འབུ་ཡོད་པའི་དང་འབྲེལ་ཐུག་ དངོས་སུ་འབྱུང་བ་འམ་ ཡང་ན་བརྒྱུད་ནས་འབྱུང་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ལས་ ཁྲག་སྲིན་འདི་ནི་ཁྲག་གམ་ལུས་ཀྱི་ཆུ་སེར་གང་རུང་གི་ རྨ་ཁ་དང་རྩ་ལམ་བརྒྱུད་ནས་གཅིག་ནས་གཅིག་ལ་འགོས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་་ལྷན་སྐྱེས་སུ་གནས་པའི་སྲིན་དང་ལྡོང་ནས་གནོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན།་

**ལུས་ལ་ལྷན་སྐྱེས་སུ་གནས་པའི་སྲིན་བུའི་ངོ་སྤྲོད།**

ལུས་ལ་ལྷན་སྐྱེས་སུ་གནས་པའི་སྲིན་བུའི་རིགས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཡོད་པ་ དེ་དག་ཐོག་མར་མི་རྣམས་ དང་པོ་མའི་མངལ་ནང་ཆགས་ནས་ ཞག་བདུན་ལོན་པ་དང་སྲོག་ཆགས་སྲིན་བུའི་རིགས་ ལུས་ལས་སྐྱེས་ནས དེ་ལས་ཟ་བར་བྱེད་པ་དང་ ལུས་འཚོ་བར་བྱེད་པ་དང་ ནད་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་སོགས་ལུས་ཀྱི་མི་བདེ་བའི་བྱ་བ་ཐ་དག་སྲིན་རིགས་དེ་དག་གིས་བྱེད་པ་ཡིན།

**གཉེན་གྱི་ཁྲག་སྲིན་གྱི་ངོ་བོ།**

རྐང་མེད་ཟླུམ་་ལ་དམར་བ། ཁྲག་ནང་གནས་ཤིང་རྩ་ནང་ཀུན་ཏུ་་རྒྱུ་བ་། གཉན་ནད་ཀུན་གྱི་རྒྱུ་དང་མཛེ་ནད་བྱེད། ཅེས་པའི་དུག་ཅན་སྲིན་བུ་རྣམ་པ་བདུན། ཟངས་བལྟར་དམང་ཞིང་ཕྲ་ལ་ལྟར་མི་མངོན། སྐད་ཅིག་ཙམ་ལ་མགོ་རྐང་ཁྱབ་པར་བྱེད་པའི་ནུས་པ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོད།

**གཉེན་གྱི་ཁྲག་སྲིན་གྱི་རྐྱེན་ནི།**

རླུང་མཁྲིས་བད་ཀན་འདུས་པ་དང་ གཞན་ཡང་སྐྱེད་བྱེད་ཡུལ་དུས་ཟས་སྤྱོད་གདོན་རྐྱེན་གྱིས།། སྲིན་འཁྲུགས་ལུས་ཟུངས་ཟད་པ་གཉན་ནད་བྱུང་།། དེ་ཕྱིར་དཀར་མངར་གཅོད་ཅིང་དུག་གིས་འཇོམས།། དབྱེ་བ་བབ་ས་མིང་གི་ཐ་དད་དེ།། མགོ་ལ་འབབ་ན་ཀླད་གཟེར་ཞེས་ཀྱང་ཟེར།། གསོ་བྱེད་རྣམས་རྣམས་ཀྱང་རང་ལ་ འགོ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས། ནད་ངོས་ཐམས་ཅད་ བལྟ་རེག་དྲི་བས་བཟུང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ *ཐོག་མར་ཆུ་ལ་བལྟ་བ་ནི།* ཆུ་ནི་མར་ནག་འདྲ་བ་སྨུག་ཤས་ཡོད་པ་ གཞན་ཡང་དམར་སེར་དྲི་དུགས་སོགས་ཀྱང་འབྱུང། *བར་དུ་རྩ་ལ་བལྟ་བ་ནི།* རྩའི་འཕར་ཤུག་དྲག་པ་དང་ འབུར་བ་དང་ དལ་བ་དང། སྟོང་པ་གང་ཡང་༼གཙོ་བོ་ཀན་རྩ་མངོན༽ ལྷག་པར་འཁྱུག་ཅིང་ཞེང་དུ་ལེབ་མོ་འཕར་ན་ངེས།

**ཐ་མ་ནད་རྟགས་ལ་བརྟག་པ་ནི།** *དུས་རིམ་དང་པོའི་སྐབས།* ནད་དེ་ཐོག་མར་ཕོག་པའི་སྐབས་ ནད་པ་དེ་ལ་ལུས་མི་བདེ་བའམ་ན་བའི་འཚོར་བ་དེ་ཙམ་མེད། *དུས་རིམ་གཉིས་པ་།* འོན་ཀྱང་ཁ་ཟ་བཅུད་ཅན་རུལ་སྐྱུར་དང་། ཆང་མང་སོགས་མཆིན་པར་ཕོག་ཐུག་ཤོར་བས་ གཉན་ཁ་རྒྱས་ཏེ་ན་ཟུག་ཆེ་བ་ལ་ཐུག་ཚབས་ཆེ་བའི་ནད་ཅིག་ཨིན། དེའི་རྐྱེན་གྱིས་ མཆིན་པའི་མེ་ཏོག་ཏུ་འགྱུར་པའི་མིག་སྤྲིན་གྱི་མདོག་དམར་བ་དང་སེར་བ་། གདོང་པ་སྔོ་བ། རྩིབ་སྟེང་དུ་གཟེར་ཟུག་ཆེ་བ། ཕོ་མཆིན་གང་བ་སྙམ་དུ་སེམས་པ། ཟས་འཇུ་དཀའ་བས་ཟས་ཟོས་པའི་སྐབས་སུ་ན་བ་ཞེ་ལོག་དང་སྐྱུགས་སྡང་བྱེད་པ། བྲུན་སྐམ་པོ་འགྱུར་བ་སོགས་མངོན། *དུས་རིམ་གསུམ་པ།* རྙིང་ནས་ཡུན་རིང་སོང་ཚེ་མཆིན་ཕ་གཉེན་ཁ་རྒྱས་ཞིང་ སྨུག་ཐིག་ཆགས་ནས་ གཞུག་ཏུ་མཆིན་པ་རུལ་ནས་དུད་ཁུ་ལྟ་བུ་བཤལ་བ་དང་སྐྱུགས་པ། སྣ་ཁྲག་འཛག་པ། སྒྱིད་ལུག་པ་ཟས་ལ་དང་ག་མེད་པ། གྲོདཔ་ན་བ། བཞིན་མདངས་ཉམས་པ། ཤ་སྐམ་པ།་ཁོག་པ་ཆུ་བསགས་པ། ཟུངས་ཁྲག་ཟད་པ་སོགས་ཁང་ཡང་ ནད་གཞི་ཚབས་ཆེ་ཆུང་ལ་བལྟས་ནས་ནད་རྟགས་མི་འདྲ་བ་ཡོངས་སྲིད་པ་ཡིན།

**བཅོས་ཐབསནི།**

གསོ་བྱས་མ་བྱེད་མཉམ་པོར་བྱ་མི་རིགས།། འཚོ་འཆི་ཀུན་ལ་སྨན་ཡོད་མ་ཡིན་ཏེ།། ཀུན་ཏུ་སྨན་མེད་ཅེས་སྨྲ་དེ་མ་ཡིན།། མེ་སྟེང་ཆུ་བླུག་མི་གསོད་ག་ལ་སྲིད།། དེ་ཡང་དམན་ན་གསོད་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ།། རྩམ་པས་ལྟོག་པ་མི་སེལ་ག་ལ་སྲིད།། ཆུ་ཡིས་སྐོམ་པ་མི་སེལ་ག་ལ་སྲིད།། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དོན་ལ་གནས་སོ།།

**དང་པོ་ཟས་ནི།**

ཤ་གསར་པ། མར་གསར་པ། ར་ཤ། བ་རའི་ཞོ། དར་བ་གསར་བ། ཚག་ཚེ། ཞོ་ཁོག། ཏིག་ཚ། འབྲས། མེ་ཏོག་ཚལ། ལོ་འཁོར་པད་ཚལ། མཛུབ་ཚལ། སྲན་མའི་རིགས། ཆབ་ཚ། ཆུ་བསིལ། བསྐོལ་གྲང་། ཤིང་ཐོག་སོགས་ཟས་འཇུ་བདེ་ལ་ཆ་སྙོམས་པ་་དུས་སུ་ཟ་དགོས།

**གཉིས་པ་སྤྱོད་ལམ་ནི།**

ལུས་སེམས་མི་འཁྲུགས་པ་དལ་བར་སྡོད་པ་དང་། ཉི་མ་དང་མེ་མི་བསྲོ་བར་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད་ ཆུ་འགྲམ་དང་ རླུང་བུ་བསིལ་སར་ལུས་བག་ཕེབས་པར་སྡོད་དགོས་པ་གལ་ཆེ།

**གསུམ་པ་སྨན་ནི།**

ནད་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ཁམས་་ཀྱི་སྟོབས་ཆེ་ཆུང་དང་རང་བཞིན་ ཚ་གྲང་སོགས་ གཙོ་བོར་གཞི་བཟུང་སྟེ་མཆིན་པ་གསོ་བ་དང། ཁྲག་སྲིན་འཇོམས་པ།་ལུས་སྟོབས་རྒྱས་པ། ཕོ་དྲོད་ལེགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་གྱི་ གཉེན་པོའི་སྨན་དཔེར་ན། ཟླ་ཤེལ་ ༣༧། གསེར་མདོག་༡༡། གུར་གུམ་༡༣། ཨ་གར་༣༥།་སོགས་གང་ལ་གང་དགོས་བཏང་དགོས།

**བཞི་པ་དཔྱད་ནི།**

ནད་ཀྱི་ཚ་གྲང་ལ་བལྟས་ནས་ གཏར་བསྲེག་རུང་ཡང་ ནད་འདི་གཙོ་བོ་གཏར་ངེས་པ་ཡིན།

**སྨན་བཅོས་ཀྱི་དུས་ཡུན་ནི།**

སྤྱིར་ནད་གཞི་ག་དང་གང་ཡིན་ཡང་ དུས་འགྱངས་མེད་པར་་ཐོག་མ་ནས་ སྨན་བཅོས་བྱ་དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེ་བ་མ་ཟད་་ ནད་གཞི་འདིའི་རིགས་ལ་དེ་བས་ཀྱང་་སྔ་ས་ན་སྨན་བཅོས་བྱེད་ན་ནད་མྱུར་དུ་འཇོམས་པ་དང་། ནད་རྙིང་པ་མི་འགྲོ་བ་མ་ཟད་ འགོས་ཁྱབ་མི་འགྲོ་བའི་དགོས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ནད་ཚབས་ཆེ་ཆུང་དང་གསར་རྙིང་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་ཀྱང་ ནད་འདིའི་རིགས་ལ་ ཉུང་མཐར་སྨན་བཅོས་ལོ་ལྔ་ཙམ་བར་མཚམས་མ་ལུས་པར་བྱ་དགོས་པའི་ཐོག་ གནོད་པའི་ཟས་ཀྱི་སྤངས་བླང་ཡང་ཡུན་བསྲིང་ནས་བསྟེན་ན་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཆེ་བ་ཡོད།

**དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ།**

དེང་གི་དུས་སྔར་དང་མི་འདྲ་བ་རིག་གསར་གྱི་ཐོག་ནས་ འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་ལེགས་པར་སོང་། དེའི་ཕྱིར་རང་ལ་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་ཀྱི་བརྟག་དཔྱད་གནང་དགོས་པ་དང་། མེད་ན་སྔོན་འགོག་གི་ཁབ་རྒྱབ་དགོས། ཡོད་པ་རྣམས་སྨན་བཅོས་དང་ཟས་སྤྱོད་ རང་གི་ནད་འདི་མི་གཞན་ལ་མི་འགོས་པ་ ནད་གཞི་མེད་པའི་མི་དང་འབྲེལ་ཐུག་མི་བྱེད་པ་ གལ་སྲིན་བྱེད་ཀྱང་རང་གི་ཁྲག་དང་ཆུ་སེར་རིགས་མི་འགོས་པ་བྱེད་པ། ལྷག་པར་དི་ཁ་ནང་རྨ་ཡོད་དུས་གཞན་དང་ཁ་མ་འདྲེས་པ་དང་ དེ་བཞིན་ལག་པའི་རྨ་དང་ ཁྲག་སོགས་གཞན་ལ་མི་འགོས་པ། མངས་མི་ཆགས་པ་བྱེད་པ། རྩ་ཁབ་ཀྱི་སྨན་བཅོས་བྱེད་དུས་དུག་སེལ་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་སྲོག་བསྲུང་བ་དང་ཚེ་ལ་བར་ཆེད་མི་ཡོང་བ་སོགས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ།།

**དྲི་བ་ག་ར་ལེན་རྐྱབ་དགོ། ༡༠x༥= ༥༠**

༡༽ ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་ཧེ་པ་ཀྲ་ཡེ་ཀྲི་སི་སྦི་ཟེར་་བའི་ནད་གཞི་གང་བ་ཚབས་ཆེན་འདི་ལུ་ རང་ལུགས་གསོ་བ་རིག་པའི་བརྒྱུད་བཞི་ནང་གི་ མཆིན་ནད་ཀྱི་དབྱེ་བ་༡༨ ཡོད་པའི་ནང་ལས་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཟེར་མི་འདི་ཨིན་དགོ་པའི་བདེན་ཁུངས་བཀལ།

༢༽ ཧེ་པ་ཀྲ་ཡེ་ཀྲི་སི་སྦི་ཟེར་་བའི་ནད་གཞི་གང་བ་ཚབས་ཆེན་འདི་ལུ་ བཅོས་ཐབས་ཡོད་དམ་མེད་ ནད་གཞི་འདི་མ་ཐོབ་ནི་གི་དོད་ལུ་སྔོན་འགོག་ག་ཅི་བཟུམ་རང་ཡོདཔ་ཨིན་ན་?

༣༽ འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཁྱད་རིག་ཀྱི་ཚིག་འདི་ཚུ་འབྲེལ་བཤད་རྫོང་ཁ་ནང་སྦེ་བྲིས།

༡ སི་པན།

༢ ཆུ་ནི་མར་ནག་འདྲ་བ།

༣ ཆག་ཚེ།

༤ དུད་ཁུ་ལྟ་བུ་བཤལ་བ་དང་སྐྱུགས་པ།

༥ འདུ་བ་གསུམ་ཟད་པ།

༤༽ གསོ་བ་རིག་པའི་དང་ལུ་ཡོད་པའི་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ལུ་ཕན་པའི་སྨན་ ཟླ་ཤེལ་བདུད་རྩི་མ། གསེར་མདོག་༡༡། གུར་གུམ་༡༣། ཨ་གར་༣༥། སོགས་ཀྱི་ནུས་པ་དང་བསིལ་དྲོད་བཟི་ཆེ་ཆུང་གི་དབྱེ་བ་ཁ་གསལ་སྦེ་བྲིས།

༥༽ རང་གི་ལུས་ལ་མའི་མངལ་དུ་སྡོད་པའི་སྐབས་ལས་རང་ལྷན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པའི་སྲིན་བུའི་ངོ་སྤྲོད་དང་ཁྲག་སྲིན་གྱི་ངོ་བོ་ག་ཅི་སྨོ?

 **བཀྲིས་བདེ་ལེགས།**