



༣༡། ཁྱིལ་ ༢༠༡༩ ལོའི་ལ་རི་མ་རི་མ་མེ་སྒོའ་ཤུ་མི་འཕྲོ་འདེམས་སྒྲུབ་གི་ཁོད་ཡིག་འོག་མ།

དུས་ལྟན་མཆོད། ༡༡༣༠

ཁྱེད་བསྐྱེད་པ་བརྒྱ་ཆ། ༥༠

༡༧ བོ་རྟོག་ས་རྒྱ་ཆུ་ ༡༠

ར་ར་ཚོ་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་འདི་དག་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་ཞིག་རེད། རིག་གཞུང་འདི་
རྒྱ་ཆེན་ཉམ་ཚགས་ཐུབ་པའི་ཚོད་ཀྱིས་བོད་པ་ཟེར་བའི་མིང་ལོགས་སུ་ཡོད་པའི་མི་རིགས་འདི་གནས་ཐུབ་པ་དང་། རིག་གཞུང་དེ་དང་
འབྲེལ་བའི་གོམས་གཤིས་བརྒྱལ་བ་ཡིན་ན་མོ་མོ་མོ་མོ་ག་དཀར་པོ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཏེ་དཀར་ངལ་འབྲད་རྒྱ་རེད། དེང་སང་བོད་མི་རིགས་
རིག་གཞུང་དང་བཅས་པ་ཅ་བརྒྱལ་འབྲེལ་རྒྱའི་ཉིན་ཁའི་དྲིས་མཚམས་ལ་སླེབས་ཡོད་པར་བརྟེན། བོད་པ་གཅིག་ཡིན་ན་ཡང་། ནང་པ་
སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་བོད་པའི་ནམ་པ་མ་བརྒྱལ་བར་ཟིན་ཐུབ་པ་བྱེད་རྒྱུ་འདི་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་བྱིད་
ར་ཚོ་ཚང་མས་ཤེམས་ལ་ངེས་པ་བྱེད་དགོས།

གཤམ་གསལ་དྲི་བ་རྣམས་ལ་ལན་གྱིས།

- ༡། བོད་ཀྱི་ཚེས་མིག་དེ་གང་དང་འབྲེལ་བའི་མིག་གཞུང་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ༣༥
 ༢། བོད་མི་མིག་ས་གནས་ཐུབ་པར་གང་ཕྱིན་དགོས་སམ། ༣༥
 ༣། བོད་ཀྱི་མིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་གོམས་གཤིས་མེད་ན་གང་འབྱུང་ཕྱིན་དམ། ༣༥
 ༤། བོད་ཀྱི་མིག་གཞུང་ཙམ་ཐུག་འཁོར་ཆེ་བའི་སྐབས་དང་ཚེས་གང་ཕྱིན་དགོས་པར་གསུངས་ཡོད། ༣༥

ཁ། རྒྱལ་རབས་དང་ཆབ་སྲིད། ༡༠

- ၁။ ကံစားခြင်းဖြင့် ပစ္စည်းများကို စုဆောင်းပြီး ယင်းတို့ကို အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် ၁
 ၂။ ကံစားခြင်းဖြင့် ပစ္စည်းများကို စုဆောင်းပြီး ယင်းတို့ကို အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် ၂
 ၃။ ပစ္စည်းများကို စုဆောင်းပြီး ယင်းတို့ကို အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် ၃
 ၄။ ယင်းတို့ကို စုဆောင်းပြီး ယင်းတို့ကို အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် အသုံးပြုရန် ၄

གཏེ བཅ་སྤྱོད། ༡༠

- १। १४॥ १५॥ १६॥ १७॥ १८॥ १९॥ २०॥ २१॥ २२॥ २३॥ २४॥ २५॥ २६॥ २७॥ २८॥ २९॥ ३०॥ ३१॥ ३२॥ ३३॥ ३४॥ ३५॥ ३६॥ ३७॥ ३८॥ ३९॥ ४०॥ ४१॥ ४२॥ ४३॥ ४४॥ ४५॥ ४६॥ ४७॥ ४८॥ ४९॥ ५०॥ ५१॥ ५२॥ ५३॥ ५४॥ ५५॥ ५६॥ ५७॥ ५८॥ ५९॥ ६०॥ ६१॥ ६२॥ ६३॥ ६४॥ ६५॥ ६६॥ ६७॥ ६८॥ ६९॥ ७०॥ ७१॥ ७२॥ ७३॥ ७४॥ ७५॥ ७६॥ ७७॥ ७८॥ ७९॥ ८०॥ ८१॥ ८२॥ ८३॥ ८४॥ ८५॥ ८६॥ ८७॥ ८८॥ ८९॥ ९०॥ ९१॥ ९२॥ ९३॥ ९४॥ ९५॥ ९६॥ ९७॥ ९८॥ ९९॥ १००॥

༡། རྗེས་ལག་པས་རིམ་གྱིས། ཞེས་པ་ལས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་། བྱེད་པ་པོ་གཙོ་པོ་གཉིས། དངོས་པོ་བདག་གཞན་
བཅས་ངོས་རྒྱུད། ༡༥

༡། གཤམ་གསལ་དུས་གསུམ་རེ་བྱ་བ་གི་བར་སྟོང་ནམས་མ་ནོར་བར་རྒྱུད། ༤

བྱ་ར།	མ་འོངས་པ།	ད་ལྟ་བ།	འདས་པ།	སྐུ་ལ་ཆིག
ཡི་གེ།	-----	ཐོག	-----	ཐོགས།
ལྟ་མོགས།	བསྐྱབ།	-----	བསྐྱབས།	-----
སྒྲིག་པ།	-----	སྟོང་།	-----	སྟོངས།
ཤིང་།	གཅད།	-----	བཅད།	-----

ང། སྐར་བཏང་ཞེས་བྱ། ༡༠

༡། སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྟོ་འདས་དགྲུང་ལོ་ག་ཚོད་སྟོང་གནས་གང་དུ་སངས་རྒྱས་པ་རེད། ༡

༢། ལོ་གཅིག་གི་ནང་བོད་མི་མང་གི་སྤྱི་འབྲུས་ཁྲོས་ཚོགས་ཐངས་ག་ཚོད་འཚོགས་ཀྱི་ཡོད་དམ། ༡

༣། རྒྱལ་དབང་རྒྱ་བྱེད་གང་གི་རྒྱ་དུས་སྤྱི་འབྲུས་གཉིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐུགས་འགན་ཐོག་མར་བཞེས་པ་རེད་དམ། ༡

༤། ཏུ་ལའི་སྤྱི་མ་ཞེས་པའི་མཚན་བསྟོད་ཐོག་མར་གསོལ་མཁན་སྤྱི་ཡིན་ནམ། ༡

༥། སྤྱི་མ་ཏུགས་ཀྱི་རྩ་བ་མཐོང་པ་པོ་སྤྱི་ཡིན། ༡

༦། རྒྱལ་པོ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ལས་གཙོ་ག་ལག་ཁང་བཞེངས་པ་རེད། ༡

༧། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལྟ་སྟོན་གཉིས་གང་དང་གང་ཡིན། ༡

༨། བོད་ཀྱི་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ཆེ་ཁག་གང་རུང་གཉིས་ཀྱི་མིང་གིས།

ཅ། འབྲི་ཚོམ། ༡༠

གཤམ་གསལ་བརྗོད་གཞི་གཉིས་ནས་གང་རུང་གཅིག་ལ་རང་རྩོམ་ཡིག་བྲིང་བཅུ་ལས་མི་ཉུང་བར་བྲིས། ༡༠

འགོད་ས་རྒྱ་བྱེད་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བོད་མི་ནམས་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལྟོ་སྟོར། ཡང་ན། ད་ལྟའི་བོད་ནང་གི་ང་

དག་གཞན་སངས་སྟོར།