



ཉན་རྒྱལ་སྤྱི་པའི་ཁྲིམས་འཁུར་གྱི་ཁྲིམས་འཁུར་

དུས་ཡུན་གྱི་སྤྱི་པའི་ཁྲིམས་འཁུར་ ༥༠།

སྤྱི་པའི་ཁྲིམས་འཁུར་གྱི་ཁྲིམས་འཁུར་ ༥༠།

༡༩ ཉན་ཞིབ་ཞིབ་ཞིབ་ ༡ པ།
ཐར་པ་སྤྱི་པའི་ཁྲིམས་འཁུར་

བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ།

བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ ག་ཅི་ཡོད་ཀ་མེད་ཀ་བྱི་བ་མེད།

ཀ། ཉི་ལྔ། ཁ། བརྒྱད་ལྔ་ལྔ། ག། དུས་ཚོད། ✓ ཅ། ཆེན་པོ།

ཉན་ཞིབ་ ༡ པ།

གདམས་ཁའི་བྱི་བ་

བཞོན་ཀྱི་སྤྱི་པའི་ཁྲིམས་འཁུར་ ཉན་ཞིབ་ཞིབ་ཞིབ་ ག་ཅི་ཡོད་ཀ་མེད་ཀ་བྱི་བ་མེད།

༡༩ བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་

ཀ། མོ་སྤྱི་པའི་ཁྲིམས་འཁུར་ ག། བཟུང་ལྔ་ལྔ། ཅ། གྲུ་སྤྱི་པའི་ཁྲིམས་འཁུར་

༢༩ བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་

ཀ། ༣། ཁ། ༤། ག། ༥། ཅ། ༦།

༣༩ བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ ག་ཅི་ཡོད་ཀ་མེད་ཀ་བྱི་བ་མེད།

ཀ། བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ ག། བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ ཅ། བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་

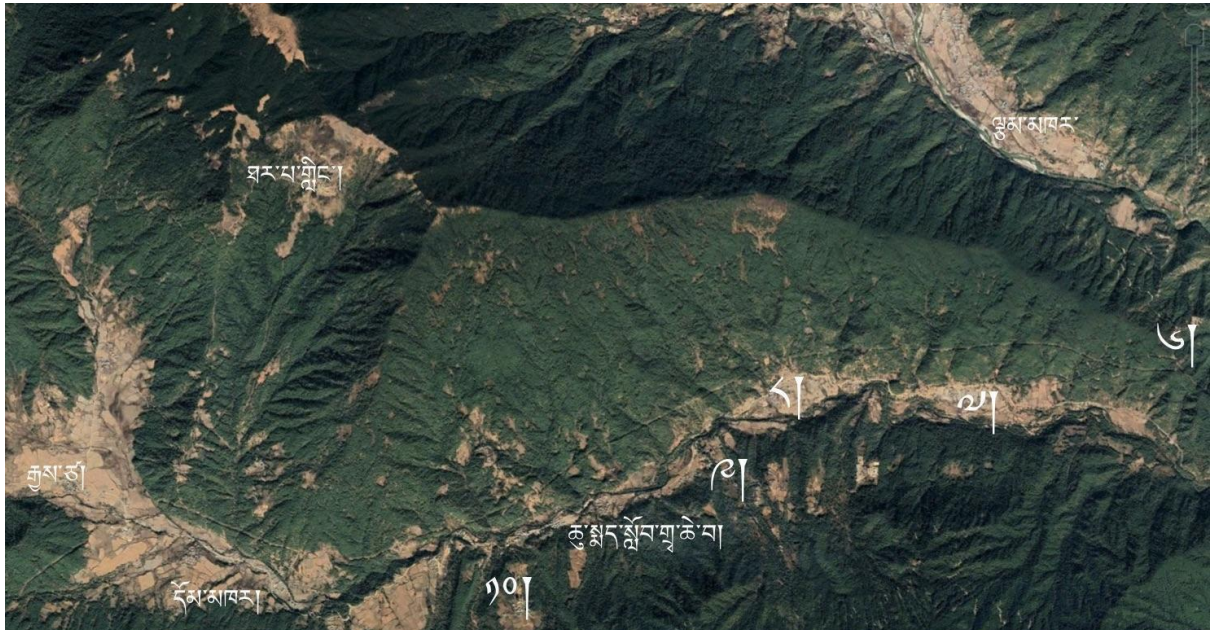
༤༩ བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་

ཀ། བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ ག། བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ ཅ། བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་

༥༩ བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་

ཀ། བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ ག། བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ ཅ། བྱི་བ་དང་ལན་གྱི་དཔེ་ལྟར་

བཀོད་ཀྱི། སྐྱ་གཟུང་ཉན་ཏེ། འོག་གི་ཐིག་ཁྲམ་ནང་ ཡོད་པའི་ས་ཆའི་མིང་རྩྭ་ལས་ ག་ཨིན་མི་འདི་གདམ་འབྲུ་འབད་དེ་ཀ་
རྟགས་བཀོད།



ཀ་། ཉང་སྐར། ཁ་། ལྷན་རྒྱུ། ག་། ཟུང་ངོ། ང་། ཡམ་ཁ། ཅ་། ཀི་ཀི་ལ།

2

3

ρ

70

བཀོད་སྒྱུ། སྒྲ་གཟུང་ཉན་ཞིན་མ་ལས་ འོག་གི་རྫོང་ཆེན་ཚུ་ཁ་སྒྲོང་གིས།

༡༡༽ ཐར་པ་སྒྲིང་དགོན་པ་སྟོད་པ་ད་ལུ་ རོ་ཤེས་.....

ཀ) ལེ་ཤ་མེད། ཁ) འདྲིས་ཤེས་ག་ཡང་མེད། ག) ཆེན་གསུམ་ཆ་ག་ཡང་མེད། ང) འཆམ་མཐུན་མ་ག་ཡང་མེད།

༡༢ ་ ལྷ་མ་འཁོར་བཞག་ས་གི་ས་གོ་ནང་སྟོད་པ་ཅིག་ གྲ་ཚང་གི་.....
 ༡) གཉེར་པ་འཛོལ་ཏེ་འགྲོ། ༢) ལྷ་མ་འཛོལ་ཏེ་འགྲོ། ༣) ལྷ་རྩུང་འཛོལ་ཏེ་འགྲོ། ༤) དབུ་མཛད་འཛོལ་ཏེ་འགྲོ།

༡༣ ་ རང་ས་པ་གནས་སྒོར་འགྲུ་རུང་ར་.....
 ༡) གནས་བཤད་པ་མི་འཐོབ། ༢) གནས་བཤད་པ་ལེ་ཤ་ཡོད། ༣) གནས་བཤད་པ་གྲ་ཚང་གིས་ཆོས་གསུང་མཛད་འོང། ༤) གནས་བཤད་པ་རང་གིས་འཛོལ་དགོ།

༡༤ ་ ཐར་པ་གླིང་དགོན་པ་འདི་.....
 ༡) གུན་མཁུན་སྒོ་སྒྲོལ་རིན་ཆེན་གྱི་གདན་ས་ཡིན། ༢) གུན་མཁུན་སྒོ་སྒྲོལ་རིན་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱི་གདན་ས་ཡིན།
 ༣) གུན་མཁུན་པར་དཀར་པོ་གི་གདན་ས་ཡིན། ༤) གུན་མཁུན་འཛིགས་མེད་གླིང་པ་གི་གདན་ས་ཡིན།

༡༥ ་ གྲོང་ཆེན་པའི་སྒོ་བ་མ་ལེ་ཤ་ཅིག་ཐར་པ་གླིང་ལུ་.....
 ༡) འཕུར་ཏེ་འགྲོ་འགྲོམ་ཡིན་ཟེར་སྒྲུབ་ནི་འདུག། ༢) བཞུགས་ཏེ་ཡོད་ཟེར་སྒྲུབ་ནི་འདུག། ༣) རྟོད་མ་ཚུགས་པར་ཡོད་ཟེར་སྒྲུབ་ནི་འདུག། ༤) རྩོན་འགྲུག་ཡིན་པས་ཟེར་སྒྲུབ་ནི་འདུག།

ཡིན་མེད་དང་བདེན་ཚུན་གྱི་དྲི་བ།
 བཀོད་ཀྱི། སྒྲ་གཟུང་ཉན་ཞིན་ལས་ དྲི་བའི་ལན་ཚུ་ཡིན་མེད་དང་ བདེན། ཚུན། ལོ་རྒྱུས་མ་ཐོན། གསུམ་ལས་ལན་ག་ཡིན་མི་འདི་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་བྲིས།

༡༦ ་ ཐར་པ་གླིང་ལུ་གནས་ སྒྲ་བར་སྟོད་གསུམ་ཡོད་ཟེར་སྒྲུབ་དེས། བདེན། ཚུན། ལོ་རྒྱུས་མ་ཐོན།

༡༧ ་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་གྲོང་ཆེན་པའི་གདན་ས་གྲ་ཚང་འདི་ བར་ན་གི་དགོན་པ་ཟེར་སྒྲུབ་ཡིན། ཡིན། མེན། ལོ་རྒྱུས་མ་ཐོན།

༡༨ ་ ཐར་པ་གླིང་གི་བཤད་ཀྱི་འདི་ བྱང་རྒྱུབ་གླིང་ཟེར་ཞུས་ཡིན། ཡིན། མེན། ལོ་རྒྱུས་མ་ཐོན།

༡༩ ་ ཐར་པ་གླིང་གི་ལྷག་ལུ་ཆོས་བྲག་འདི་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆའི་གནས་ཡིན་པས། བདེན། ཚུན། ལོ་རྒྱུས་མ་ཐོན།

༢༠ ་ རྒྱལ་བ་ལོ་རས་པ་གི་ཡུམ་བོད་ལས་ཡིན་པས། ཡིན། མེན། ལོ་རྒྱུས་མ་ཐོན།

༼ཉན་ནི་འདོན་ཚན་ ༡ པ༽
ཚོང་ཁ་སྐད་ཡིག་སྒྲིང་།

ཉན་ཟིམ་ ༡ པ།

ས་སྤོང་བསུབ་ནི་འདི་བ།

བཀོད་ཀྱི། སྤྱི་གཟུང་ཉན་ཏེ་ འོག་གི་ལན་ཚུ་ལས་ ག་ཞིན་མི་འདི་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ག་རྟགས་བཀོད།

༡༡༽ འབྲུག་ལུ་ཁ་སྐད་མ་འབྲུག་འབྲུག་ཟེར་ཞིན་མས།

ཀ) ༡༠ | ཁ) ༡༡ | ག) ༡༢ | ང) ༡༣

༡༢༽ ཚོང་ཁ་འདི་དུས་དང་ཕུ་ལས་ར་ རུབ་ཕྱོགས་ཚོང་ཁག་ཚུ་ནང་ ཟེར་དར་ཏེ་འདུག།

ཀ) སྤྱི་ལོ་དང་པའི་ལ། ཁ) ཚོང་ལ། ག) གཞུང་ལ། ང) སྤོན་ལུང་པའི་ལ།

༡༣༽འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ འགོ་དང་པ་འཛམ་གླིང་གི་ཚོགས་ནང་འཇུག་ཞུགས་གནང་ཅུག།

ཀ) སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༢ ལ། ཁ) སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལ། ག) སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལ། ང) ༡༩༩༡ ལ།

༡༤༽ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ ལ། འགོ་དང་པ་ ཟེར་གཞི་བཙུགས་གནང་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་ཅུག།

ཀ) ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་གྱིས་ཚོགས། ཁ) ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་དབང་འཛིན། ག) ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཁག།
ང) ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

༡༥༽ གཞུང་དང་སྤེར་གྱི་ཡིག་ཚང་ཚུ་ནང་ཡང་ ཕྱག་ལུ་གནང་ནི་དེ་སྐད་ཡིག་འདི་ མང་ཤོས་ར་ལག་ལེན་
འཐབ་སྟེ་འདུག།

ཀ) ཚོང་ལེག། ཁ) ཚོང་ལ། ག) ཞིང་ལེག། ང) ཞིང་ཚོང་།

༡༦༽ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཚོང་ཁ་འདི་ཡལ་ཏེ་ ཡར་སོ་པ་ཅིན་ ང་བཅས་རའི་ཚུ་ཡང་ ག་ར་བསྐྱར་
བཅོས་འགྱུར་ནི་ཉེན་ཁ་སྤོང་ར་འདུག།

ཀ) གཡུས་སྐད། ཁ) སྤྱི་གཡུས་ལམ་ལྷན་གཞག། ག) ཚོས་དང་ལམ་སྒོལ། ང) སྤྱི་སྒོལ་བཟང་པོ།

༡༧༽ ཐ་སྙད་བཟླ་པའི་བསྐྱར་ལས་ ཐ་སྙད་དེ་དང་ཕྱན་པའི་དངོས་པོ་དང་ཚུ་ཟིམ་གྱིས་ཡལ་ཏེ་འགྱུར་འོང།

ཀ) འགྲོ་ལུགས་སྤོད་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག། ཁ) རང་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག། ག) ལ་སྐད་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས།
ང) བཟའ་བཅའ་འགྲོ་གསུམ།

༢༩ ་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་འདི་.....རྫོགས་རིམ་ཅིག་ཡིན།
ཀ) ཚོས་དང་ལམ་སྒོལ་གྱི། ཁ) རྒྱལ་ཁབ་རང་དབང་གི། ག) རྒྱལ་ཁབ་བྱུང་བ་འཕགས་པའི། ང་) གཞན་དང་
མ་འདྲ་བའི།

ལན་བྱུང་གི་ངོ་བོ།

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ངོ་བོའི་ལན་ཚུ་ སྐྱ་གཟུང་ཉན་ཏེ་བློས།

- ༢༩ ་ རྫོང་ཁ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ ག་ཅི་ཆགས་པའི་བསྐང་ལས་ར་དར་ཅུག།
- ༣༠ ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ ལུ་ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་ འབྲུག་ལུ་བྱོན་ཞིན་མ་ལས་ ག་ཅི་གི་བསྟན་པ་དབྱ་བཙུགས་གནང་ཅུག།
- ༣༡ ་ ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ཕྱག་ལུ་ག་ཅི་ར་དབྱ་བཙུགས་གནང་བུང་ དང་པ་ག་ཅི་ལུ་གཟིགས་གནང་དོ་ཡོད་པ་སྟོ།
- ༣༢ ་ འབྲུག་གི་སྤེ་སྤྱི་དང་མཁན་ཁྲི་རིམ་བྱོན་ཚུ་གིས་ཡང་ ག་ཅི་གི་ཕྱག་ལུ་ཚུ་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་གནང་པའི་སྐབས་ལུ་ རྫོང་ཁ་ལག་
ལེན་འཐབ་གནང་ཅུག།
- ༣༣ ་ རྒྱལ་བརྒྱུད་ཀྱི་རིང་ལུགས་ནམ་དབྱ་བ་རྟེས་ཅུག།
- ༣༤ ་ རྒྱལ་པོ་ཡབ་སྐུ་གཉིས་ཀྱིས་ རྫོང་ཁ་འདི་སྐད་ཡིག་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་ བཀའ་ཤོག་དང་ག་ཅི་མང་རབས་
ཅིག་གནང་སྟེ་ཡོད།
- ༣༥ ་ ང་བཅས་མི་སེར་ཕལ་པ་གི་མཉམ་ཐངས་དང་ མི་དབང་ཚོས་རྒྱལ་ཚུ་གིས་ ག་ཅི་གནང་ཐངས་མ་འདྲུལ་ཡོད་པ་སྟོ།

ཉན་ཅིམ་ ༤ པ།

མཐུན་སྒྲིག་གི་ངི་བ།

བཀོད་བྱ། སྐྱ་གཞུང་ཉན་ཞིན་མ་ལས་ ཐ་སྙད་ཀྱི་འཕྲོ་མཐུད་ ག་ཨིན་མི་ལན་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ཀ་ཏྲགས་བཀོད།

༣༤ ་ མ་ཁི་དང་བཟླ་གུ་རུ།	༣༥ ་ བུམ་ཐང་པའི་ལ།
༣༦ ་ དངོས་ཅན་དང་དངོས་མེད།	༣༧ ་ ཨིང་ལིཤ་གི་ལ།
༣༨ ་ ཀང་ཏ་དང་ཐ་ལི།	༣༩ ་ མིང་ཚིག་གསར་བཟོ།
༤༠ ་ ལ་རང།	༤༡ ་ རྒྱ་གར་གྱི་ལ།
༤༢ ་ བུ་ཏ་དང་ཡ་ལ།	༤༣ ་ ཚངས་ལའི་ལ།
༤༤ ་ ཀོ་མི་དང་ཨེ་ཤུལ།	༤༥ ་ རོར་འབྲུལ་གྱི་ཐ་སྙད།
༤༦ ་ འདེམས་ཁོངས་དང་འདེམས་ངོ།	༤༧ ་ ཚོས་སྐད།
༤༨ ་ བུ་ར་དང་བུ་ཇར།	༤༩ ་ ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐད།

དོན་ཚན་བཅུད་བསྐྱས་ཀྱི་ངི་བ།

བཀོད་བྱ། སྐྱ་གཞུང་ཉན་ཏེ་ འོག་གི་ཐིག་ཁྲམ་ནང་ལས་ ལན་ག་ཨིན་མི་འདི་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ས་སྟོང་ནང་བཅུགས།

༣༥ ་ འབྲེལ།	༣༦ ་ བསམ་འཆར།	༣༧ ་ བྱུང་ཚེས།	༣༨ ་ ཕྱི་སྒྲིང་པ།	༣༩ ་ རྟིང་ཤོས།
༤༠ ་ སྐད་ཡིག།	༤༡ ་ ལོ་རྒྱུས།			

༣ འབྲུག་མི་ལ་ལུ་གིས་༤༤.....འབྲེལ་འབྲེལ་བཀོད་དེ་ རྫོང་ཁའི་ནང་མིང་ཚིག་པར་ལས་འབྲུ་ རྫོང་ལས་འབྲུ་འབད་ཡོད་
པའི་སྟོན་བཟློང་འབད་རུང་། འཛམ་གླིང་ནང་གི་.....༤༥.....ག་ཅི་ར་འབད་རུང་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱུན་ཏེ་ མིང་ཚིག་ཁ་སྟོང་འབད་
དེ་ཡོད་པ་ལས། ང་བཅས་རའི་རྫོང་ཁའི་ནང་ཡང་ རུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་.....༤༦.....བཅུགས་ནི་དང་ པར་དང་

ཚུར་བཙུགས་པ་ལུ་བྱད་མེད། བོད་སྐད་དང་རྒྱ་སྐད། ཚེས་སྐད་ཚུ་ལས་བྲངས་བྲངས་མ་ཡིན་ཟེར་བའི་.....༤༡.....སྐབ་
 དགོཔ་མེད། ང་བཅས་ཀྱི་ཚྱོང་ཁ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁ་སྐད་རྟིང་པ་ལས་བརྩི་བ་ཅིན་.....༤༢.....མི་རབས་ཆགས་
 པའི་བསྐྱང་ལས་ཡོད་པ་སྤེ་ཆ་བཞག་གོ། སྐད་ཡིག་གི་ལམ་ལུགས་ལུ་བལྟ་བ་ཅིན་ ཕྱི་ཁ་ལས་.....༤༣.....ཞིབ་འཇོལ་མཁས་
 པ་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཚྱོང་ཁ་ལུ་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་.....༤༤.....ལེ་ག་འདུག་ཟེར་ངོས་ལེན་འབད་དེ་ཡོད།