



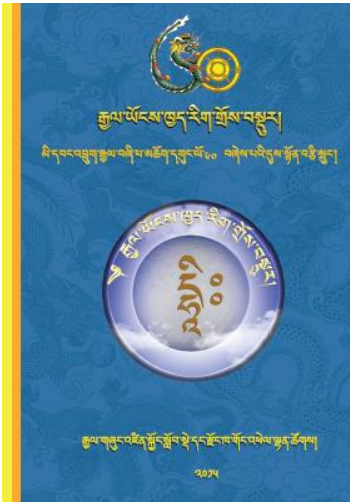
ਪਸ'ਬੇਦਨ' , ਪੜ

ಪ್ರತಿ 20/03/2021

ཡིག་ཡིང་ལའི་ཐོག་ལྟ་གསུམ་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་
སྐད་ཡིག་ཡིང་ལའི་ ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོག་གིང་ལོ་མ་ཡིན་
པའི་ལའ་ རྒྱལ་ལབ་རང་དབང་གི་དོན་གསུམ་བློ་མོང་མ་ཡིན་
པ་ཅིག་ཡང་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་ རོན་ཕྱོད་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ཚུ་
དང་ ཡུག་པར་དུ་ འབྲུག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་རིམ་ཕྱོད་
གྱི་བཀའ་དགོངས་ དེ་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚན་ས་འདུ་རིམ་
པའི་གྲོས་ཚད་དང་འཁྲུག་ཏེ་ འབྲུག་གི་ཕ་ཁྲིམས་ཆེན་མོའི་
ནང་ཡང་ གཞི་ལས་གཤམ་ཆེན་སྐུ་ཆ་འཛིན་གཞན་ཏེ་ཡོད།

འདི་གི་ནང་དོན་དེ་ཉི་ལམ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་ ཡིན་མཁུ་ལས་བརྟེན་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཡོང་ཁ་ ལམ་སྲོལ་དང་ཁ་སྐད་ དེ་ལས་ ཁུན་ཆས་བཟང་པོ་
བཞི་པའི་ཞབས་ལས་གནང་བའི་བཀའ་ཤོག་ནང་ གཅི་མོར་བརྟེན་དགོས་སྟེ་ཡོད། རྒྱུ་འབྲས་པ་བཞི་དེ་ཉི་ལམ་འབྲུག་ཡིན་པས།
དང་པ་ རང་དབང་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཚུ་ལྟ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འབྲུག་པ་དང་བསྟན་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ འདི་ལས་བརྟེན་ ང་བཅས་ འབྲུག་མི་གས་ཀྱིས་
རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རེ་སོ་སོ་སྟེ་ཡོད་པ་བཞི་དེ་ ཆོད་ནང་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་པའི་ཁ་སྐད་ ཡིང་ལེ་ཤི་ མཉོ་བསམ་འཕེལ་ཅིག་ར་བཟུང་ཏེ་ རང་གི་ཁོ་ཡན་
ང་བཅས་རའི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡང་ རྒྱལ་ཡོངས་ འདི་ཡང་ འབྲུག་ལུ་དར་ཁྲུབ་འགྱུར་ཏེ་ཡོད་པ་བཞི་དེ་ རྒྱུ་འབྲས་ལུ་མ་གཟིགས་པར་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཅིག་ངེས་པར་དུ་དགོས་སྟེ་ཡོད་པས། འཕྲུལ་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ ཕྱི་རྒྱལ་ལུ་སློབ་སྦྱོང་ དབང་དང་སྤྱད་ཆོད། ཞི་བདེ། དགའ་སྤྱོད། དེ་
ཏེ་ཡོད། གཉེས་པ་ ང་བཅས་རའི་ རྒྱལ་ཁབ་ དང་རྒྱུན་འབྲེལ་ ལཱ་གཞི་གཞི་དང་ཆོད་གི་གོ་སྐབས་ལུ་ ལས་ གཅིག་སྒྲིལ་གྱི་དོན་ལྟ་ ཟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
ཆུང་ཀྱི་ཅིག་ནང་མི་སྤྱོད་པའང་ རྒྱུ་འབྲས་ལས་ གི་གི་དོན་ལྟ་ཁ་སྐད་ཆེས་ལས་ རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཆོད་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོ་རྒྱུགས་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཡོང་
བཟུལ་ཏེ་མེད་པ་ད་ འདི་ནང་ལྟ་ ཁ་མ་འདྲུམ་ ནང་དགོ་པའི་ཁ་སྐད་སྟེ་བཞུག་པ་ཅིན་པན་ཐོགས་ ཁ་འདི་ ག་དེ་དག་དག་ལག་ལུ་འཕེལ་གནང་ཅེ་
མང་རབས་ཅིག་བཞུགས་ལོན་པ་ཅིན་ གཅིག་ འདུག་ ཡིན་ཅུང་ མི་ལུ་གསེལ་ ཁ་སྐད་འདི་ལུ་སློ་ ལུ་ཞི་ཡིན། ཡོང་ཁ་ལྟ་བུ་ཞི་དང་ཤེས་གི་དོན་ལྟ་
གསེལ་གཅིག་ལྟ་གོ་བཟུང་མཉམ་སྦྲེལ་པའི་དཀའ་ བ་དང་ཤ་ཞེ་འཕེལ་ལུ་མ་ལས་བརྟེན་ རང་ཁ་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྟ་ཆོགས་ཀྱི་ཁ་བྱུག་ལས་
ངལ་ཡོད་པ་མ་ཆོད་ གསུམ་པ་ ཁ་སོ་སོ་སྟེ་འགྱུར་ ལངས་ཏེ་ ཡིང་ལེ་ཤི་འདི་ལུ་རྒྱུ་བྱུང་གྱི་ཁ་སྟེ་ལག་ མཐུན་ཏེ་ཆོད་ ག་དེ་དག་དག་བཟུང་ཏེ་ཡོད་པ་
བའི་བསྐྱེད་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ལུ་མེས་དང་མཉོ་ ལུ་འཕེལ་གི་ཏེ་ཞི་ལྟ་འདུག་ རོགས་ཀྱི་ཁ་ ལས་ འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་གོ་སྐབས་ལུ་ཏེ་སྤྱོད་
བསམ་གཅིག་སྟེ་གཟུང་གི་དང་ མཐུན་ལམ་ ལས་བརྟེན་ སྤྱིའི་ལམ་སྲོལ་དང་ མཉོ་བསམ་གཟུང་ གནང་ཅེ་ལུ་ཞི་ཡིན།
གཅིག་སྒྲིལ་ཡང་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འགྱུར་མི་བརྟུབ་ནི་ ཟངས་ཚུ་རང་བཞིན་གྱིས་ལུ་ཏེ་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ རང་གི་

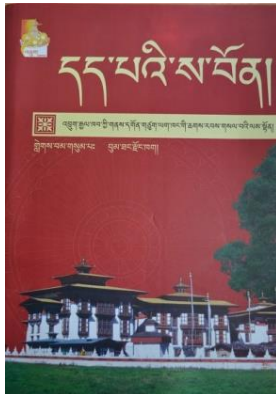
ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྟ་ཆོགས་ཀྱི་དཔེ་དེབ།



རྒྱལ་ཡོངས་ཁྱད་རིག་གྲྲིས་བསྐྱར་དཔེ་དེབ།

ལྷོ་ཆེས་ ༢༠༡༧ ཟླ་༩ པའི་ཆེས་ ༡༢ ལས་ ཟླ་ ༡༠ པའི་ཆེས་ ༡༤ རྒྱུ་འབྲས་ལྟ་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྟ་ཆོགས་
དང་རྒྱལ་གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སློབ་ཤེས་ཀྱིས་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་མཆོག་ དཀྱང་ལོ་ ༤༠ བཞེས་པའི་
དུས་ལོ་དེ་ལོ་སྤྱོད་ལུ་ཞི་ཡིན་ལྟ་ གཅིག་ལག་མཐོ་མཉམ་སྦྲེལ་གྱི་དང་བཟུང་གྱི་བསྐྱོད་པས་ ཀྱི་བཟུང་ རོན་ཆོད་
༣༢ ཀྱི་ཐོག་ལྟ་ འབྲུག་རྒྱུང་བསྐྱུགས་གཉེས་པའི་ནང་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཁྱད་རིག་གྲྲིས་བསྐྱར་ཅིག་དང་མཐོང་
སྟེ་འགོ་འདྲེན་འཕེལ་ཡོད་པ་ཡིན། གྲོས་བསྐྱར་སྐབས་ལུ་ཕུལ་བའི་གསལ་ལྟ་ཚུ་ བསྐྱོག་དང་ལུ་དག་འབད་དེ་
རྒྱལ་ཡོངས་ཁྱད་རིག་གྲྲིས་བསྐྱར་ཅེ་མཉམ་པེ་དཔེ་ཅིག་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྟ་ཆོགས་དང་ རྒྱལ་གཞུང་འཛིན་
སྐྱོང་སློབ་ཤེས་ཀྱིས་མཉམ་ཁུལ་ཐོག་ལས་ ལྷོ་ཆེས་ ༢༠༡༧ ནང་པར་སྐྱུར་འབད་ཡོད། དཔེ་དེབ་འདི་ནང་ དེ་སང་
གི་གནད་དོན་ཚུ་གྱ་ གྲོས་བསྐྱར་འབད་བའི་གསལ་ལྟ་ཁ་གསལ་ཚུ་འཁོད་དེ་ཡོད་པ་ལས་ ལྷོ་ཆེས་བཟུང་མི་དབང་ས་
དང་ ལྟ་པར་དུ་ སློབ་ཕུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལྟ་ ཤེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་དང་ལོ་མ་སྒྲིག་འབད་མི་ནང་པན་ཐོགས་ཡོད།
དཔེ་དེབ་འདི་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྟ་ཆོགས་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྒྲིག་ལས་འཕེལ་ཆོགས།

ལོ་བསྟར་རྫོང་ཁའི་དཔེ་དེབ་དྲག་ཤོས།

[illegible]

དད་པའི་ས་བོན།

ཞེས་འབད་ཡ་ད་ ཀུམ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
 ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
 ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
 ལྷོ་ ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ ལྷོ་
 ༢༠༡༥ ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

ཡོད་པ་ལས་ འུག་ཚེགས་ཡོག་ཚང་ལས་ གསོལ་ར་དུལ་རྒྱང་
 40,000 (ལ་ལྷི་ཟམ་པ་) དང་ལག་ཁྱེར་གནད་ཡོད་པ་མ་
 ཚད་ བཅའ་མར་གྲོགས་མི་གཞན་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་ ངལ་རངས་
 གྲི་ལག་ཁྱེར་གནད་ཡོད།
 དད་པ་ལིས་བོན་ཟེར་བའི་དཔེ་དབ་འདི་ནང་ གནས་གྲི་བཤད་པ་
 ཚུ་ཡོད་པ་ལས་ གནས་གྲིས་ཁོངས་དང་ དེ་ལི་གནས་ཚུ་ལུ་ཚུ་
 འཛོམ་ཤིལ་ཡན་པ་ཡོད། འདི་བཟུམ་མའི་ ལས་རིམ་འདི་གིས་
 ཡོང་ཁའི་ཡོམ་སྒྲིག་པ་མཁས་མཚན་ཚུ་ལུ་བརྒྱན་སྒྲུལ་འབད་དེ་
 ཡོམ་རིག་གོང་འཕེལ་གྱི་ཚུགས་པ་མ་ཚད་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡོང་
 ཁའི་ཉལ་དེ་བ་རྒྱ་བསྐྱེད་གྱི་ལུ་ཡང་ཡན་ཟེགས་སྒྲོམ་ཡོད།
 ལས་རིམ་འདི་ ཡོང་ཁ་གོང་འཕེལ་འུག་ཚེགས་དང་ ཇུ་ཡན་རྒྱལ་
 ཁབ་ནང་ཡོད་པ་ལི་ཨ་ཁྱོན་ཤུ་ཟེར་བའི་ཚོས་འུག་ཚེགས་པ་ལི་མ་
 དུལ་རྒྱུ་སྒྱུར་ཟེག་ལས་འགོ་འདྲེ་འཛམ་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ཚོང་ཁའི་ཡིག་སྒྲུབ་ལྷོར་བཅས་ཀྱི་ཞབས་ཏྲིག་

ཡིག་སྐབས་ཐོན་པའོས།	
འཛིལ་བ།	ངོས།
བརྒྱབ་བྱབས།	སྒྱབ་བྱབས།
བྱང་སྒྲོང་།	འབྱང་སྒྲོང་།
འངས་འབང་ཡོད།	འངས་སྒྲོབ་ཡོད།
སྒྲུ་ཉོག་	སྒྲུ་ཉོ།
གདོང་ལཱ།	གདོང་ལེན།
བད་རྒྱུད།	བད་བརྒྱུད།
མྱོག་བརྟེན།	མྱོག་བརྟན།
བརྒྱད་ཅ།	བྱད་ཅ།
དགྲ་ཚ།	དགྲ་བཅ།
རྒྱབ་བརྟེན།	རྒྱབ་སྒྲོན།

བརྒྱབ་སྒྲུག་གསར་ཤོག་རྒྱ་ནང་ ཡིག་སྐབས་ཐོན་པའོས་ཡོད་མི་རྒྱ་ནང་ཐོན་པའོས་འབང་དེ།
 བརྒྱབ་སྒྲུག་ཨ་རྒྱག་ར་རེས་གཟུབ་ཤིས་ཡུལ་ལམ་མེན།

རྫོང་ལ་གོང་པའེལ་བྱ་ན་ཚོས།

གྲུག་གསལ་ནང་ཞེ་བཅོས་སྒྲིབ་ལས་
བརྩམས་ཡིད་པའི་དཔེ་བཞེད།

ཡོད་ཁ་གོང་འཕེལ་ཏུ་ཆོག་སྒྲིལ་བྱ་གཞུག་ལས་ མི་
 དམངས་ལུ་ཡན་ཟབས་དང་ ཉམ་པར་དུ་ ཡོད་ཁ་གོང་
 གནས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་དང་ ཡིག་པེའི་འཛུགས་པེའི་མི་སྒྲིལ་ ཆད་
 ལྟན་གྱི་དག་པོས་འབད་དེ་ མི་དམངས་ལུ་གོ་བ་པར་
 སྤོད་བྱེད་ཀྱི་ལས་རིམ་ཅིག་ ཡུལ་ལྗོངས་ ༢༠༡༦ ཟླ་ ཡ་
 ལས་འགོ་བཙུགས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ ཡོད་ཁ་གོང་
 གསར་ཤོག་ཟེན་རིམ་སྒྲིལ་ཉམ་པར་ལས་ ཡིག་པེའི་
 འཛུགས་པེའི་མི་སྒྲིལ་ དག་པོས་འབད་དེ་ ལྟན་པར་སེལ་
 གཟུགས་ཀྱི་མཉམ་ཡོད་ཁ་གོང་གྲུག་གསལ་འཛུགས་རིམ་དང་གཟུགས་
 རྩོད་ཡོད་དང་ ཡིག་ཆ་དག་པོས་འབྲེལ་འཆར་སྒྲིལ་དང་
 ཡང་བཙུགས་པ་ཡིན།

ཐོང་ཁའི་ཚིག་གསལ།

၎င်း၏	Web page
အထူးအသုံးပြု	Internship
အသုံးပြု	Caption
အသုံးပြု	Sign Language
အထူးအသုံးပြု	Front Desk
အသုံးပြု	Civics
အသုံးပြု	Blog
အသုံးပြု	CCTV

3'3'4'4'5'5'

མི་སྟོབས་སྟོགས་གྲུབ་གོང་འཕེལ་གྱི་སྦྱང་བརྒྱུད།

୨	ଏକ unit
୧୦	ଦଶ ten
୧୦୦	ସହସ୍ର hundred
୧୦୦୦	ହଜାର thousand
୧୦,୦୦୦	ଦଶ ten thousand
୧୦୦,୦୦୦	ଲକ୍ଷ hundred thousand
୧,୦୦,୦୦୦	କୋଟି million
୧୦,୦୦,୦୦୦	ଦଶକୋଟି ten million
୧୦୦,୦୦,୦୦୦	ହଜାରକୋଟି hundred million
୧,୦୦,୦୦,୦୦୦	ଏକଲକ୍ଷକୋଟି one billion
୧୦,୦୦,୦୦,୦୦୦	ଦଶଲକ୍ଷକୋଟି ten billion
୧୦୦,୦୦,୦୦,୦୦୦	ହଜାରକୋଟିକୋଟି hundred billion
୧,୦୦,୦୦,୦୦,୦୦୦	ଏକହଜାରକୋଟିକୋଟି one trillion
୧୦,୦୦,୦୦,୦୦,୦୦୦	ଦଶହଜାରକୋଟିକୋଟି ten trillion



ཆིག་མཛོད་རིག་པའི་སྒྱུང་བཅུ།

ལྷ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལས་བྱེད་པ་དེ་ཆོད་
 གཏིས་ རྒྱལ་གཞུང་ཞིག་ཡོག་ཅུ་ཆོག་ཀྱིས་དུལ་རྒྱལ་གྱི་ཐོག་ལས་ རྒྱ་
 གར་ཕུ་ཉེ་ལུ་ཡོད་པའི་སྤྲུལ་འཛིན་སྤྱོད་ལུ་ཁང་ནང་དོན་ཁ་དང་ཆོག་མཛོད་རིག་
 པའི་སྤྱོད་བདུན་ནང་བདུང་ཡོད། དེ་ལས་ཕན་གཞུང་གི་སྤྱི་ཐུས་དང་འབྲེལ་ གཞུང་
 འབྲེལ་ཞལ་འཛམས་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ གཞུང་བཤད་ཚུ་མོང་ཁའི་ནང་གཞུང་
 དགོ་པ་དང་ ཕྱི་མི་མེ་ཡོད་ཅུང་ ཁོང་གི་དོན་ལུ་དོན་ཁའི་ནང་ས་རྒྱལ་ཤྱིའི་ལས་
 ལུགས་འགོ་བཙུགས་ནི་ཡིན།

ཐོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ལས་མི་དམངས་ཞབས་ཏྲུག་

[illegible]

ཡོད་ཁ་གོང་འཕེལ་ཏུ་ཕྱི་མཁོ་གསུམ་ མི་དམངས་ལུ་ཡོད་ཁ་ཀྱི་ཞབས་རྟོག་ཡུལ་གྱི་མི་ལས་མི་མ་འདི་ སྤྱི་ལོ་
 ༢༠༡༤ ཟླ་ ༥ པ་ལས་འགོ་བཅུགས་ཡོད། ཞབས་རྟོག་འདི་ནང་ གཞུང་དང་སྐྱེ་དེ། དེ་ལས་མི་ངོམ་ག་ར་
 འབད་ཅུང་ ཁ་སྐད་གཞན་ནང་ཡོད་པ་ལི་མིང་མིག་དང་ ཡིག་ཚང་གི་མིང་། མོ་གཞན་གྱི་མིང་། ཅ་ཆས་གྱི་
 མིང་། རས་བྱུང་། བན་བྱུང་། དེ་ལས་གཞན་མིག་བྱུང་གཞུང་ལྟ་བུ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཡོད་ཁ་ཀྱི་ནང་བཟོ་དགོ་པ་དང་
 གསལ་ཅོམ་འབད་དགོ་པ་ཡོད་མི་ཚུ་ བཟོ་བྱེ་ཡུལ་དེ་ཡོད་པ་ཡོད། ཞབས་རྟོག་འདི་ལཱ་འདོད་ཡོད་པ་ཅེ་
 ཡིག་ཚང་གི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྒྲིག་དང་ཡོད་པ་ལི་ཞབས་རྟོག་གི་འབྲི་རྟོག་བཀའ་བྱེ་བཅུགས་དགོ།

ཤེལ་སྒྲོན་འགྲུལ་བརྒྱུ།



མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་མཆོག་གིས་ ཤེལ་སྒྲོན་འགྲུལ་བརྒྱུ་འབྲེང་གནང་བའི་བསྐྱེད།

ཡོད་ལའི་ནང་འཕེལ་འགྲུལ་གྱི་ཁྲི་འཛིན་ མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་མཆོག་གིས་ཟའི་
ལེན་པ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ཤེལ་འཕེལ་སྒྲོན་ལས་ཁང་ལས་ ཤེལ་སྒྲོན་ཟེར་མིའི་
འགྲུལ་བརྒྱུ་ཐོན་རིམ་བལྟམས་ ལ་ རིན་མེད་འོད་པ་སྒྲེ་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན།
མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་མཆོག་གིས་འགྲུལ་བརྒྱུ་འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་ལ་སྐད་ཡིག་ཡོད་ལའི་
ནང་བཟོ་དགོས་སྒྲེ་བཀའ་གནང་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ ལཱ་འདི་ཡོད་ལའི་ནང་འཕེལ་
འགྲུལ་བརྒྱུ་དང་ འབྲུག་རྒྱུ་བསྐྱེད་ལས་འཛིན་ དེ་ལས་ འབྲུག་གི་སྒྲིག་

བརྒྱུ་ཆོག་པ་པོས་ ལས་ཤེ་ རྒྱུ་མཉམ་འབྲེལ་ལས་འབད་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན།
འདི་ནང་ ཡོད་ལའི་ནང་འཕེལ་འགྲུལ་གྱིས་ འཕྲུལ་ཕྱིན་ཆུ་ཡོད་སྐད་
ལས་ ཡོད་ལའི་ནང་སྐད་རྒྱུ་རྒྱུ་ཕྱིན་དོ་ཡོད་པ་དང་ འབྲུག་གི་སྒྲིག་
བརྒྱུ་ཆོག་པ་གིས་ འཕྲུལ་ཕྱིན་ཆུ་ཡོད་ཆུ་ཕྱིན་ སྒྲེ་ཡོད་ལའི་ནང་ཡོད་
སྒྲིག་ཐུང་ནི་ དེ་ལས་ འབྲུག་རྒྱུ་བསྐྱེད་ལས་འཛིན་གྱིས་འཕྲུལ་ཆས་
ཐོན་ རྒྱུ་དག་འབད་དེ་རྒྱུ་བསྐྱེད་ལས་འབད་དེ་འགན་ཁུག་ཡོད་པ་
ཡིན། འགྲུལ་བརྒྱུ་འདི་ སྤྱི་ཟླ་ ༢ པའི་ཆེས་ ༥ ལཱ་འབྲུག་གི་མི་དབང་
རྒྱལ་ལས་ འཛིན་མེད་ནམ་རྒྱལ་དབང་ལཱ་མཆོག་གི་འཕྲུལ་སྐད་
འོད་དང་པ་བཅི་ཕྱིན་ལཱ་དང་འབྲེལ་ མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་མཆོག་གིས་འགོ་
འབྲེད་གནང་དེ་རྒྱུ་བསྐྱེད་ལས་འབད་དེ་འགོ་བཙུགས་ཡོད། འགྲུལ་བརྒྱུ་
འདི་ཡང་ མི་དབང་རྒྱལ་ལས་མཆོག་གིས་ འབྲུག་པའི་ནུ་རྒྱུ་ཆུ་ལཱ་
གསོ་ལ་སྒྲེ་གནང་མ་ཡིན།

ཡོད་ལའི་ནང་འཕེལ་འགྲུལ་ལས་ཁང་གི་སྒྲིག་པ་པོ་



ཡོད་ལའི་ནང་ཆེན་གྱིས་གསོལ་རའི་དབུ་འཛིན་ འབྲུག་སྒྲིག་བརྒྱུ་
ཆོག་པ་པོ་འབྲེལ་མཐོང་ཆེན་མེ་ཤེས་རྒྱུ་གནང་ཡོད།

ཡོད་ལའི་ནང་འཕེལ་འགྲུལ་གྱིས་ གཞུང་སྐྱེད་ལས་ཤེ་སོ་སོ་གིས་
ཡོད་ལའི་དང་ལྷན་དང་རྒྱུ་ཕྱིན་ལཱ་ལཱ་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེ་འབྲེལ་མི་
ཆུ་ལཱ་ གསོ་ལ་འདི་དོ་ལཱ་ མ་དབུ་ལ་སྒྲིག་པ་པོ་གནང་ཡོད་པ་ཡིན།
འཆར་ལོ་འདི་ནང་ དེ་ལྟ་སྒྲིག་ཆེན་ ལས་ཤེ་ལག་ཕྱུག་ལཱ་སྒྲིག་པ་པོ་
ཡོད་པ་ཡིན།
དེ་ཆུ་ལང་།



ཡོད་ལའི་ནང་ཆེན་གྱིས་གསོལ་རའི་དབུ་འཛིན་ འབྲུག་གི་ལ་པོ་
ཀའི་ལས་རིམ་འགོ་འཛིན་པ་སྐལ་བཟང་ཕུན་ཆོག་ལཱ་གནང་ཡོད།

1. རྒྱུ་ཕྱིན་ཆུ་ཕྱིན་ལཱ་ལཱ་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེ་འབྲེལ་མི་
2. ལཱ་ཕྱིན་ཆུ་ཕྱིན་ཆུ་ཕྱིན་ལཱ་ལཱ་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེ་འབྲེལ་མི་
3. འབྲུག་གི་དེ་ལྟ་ཆུ་ཕྱིན་ལཱ་ལཱ་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེ་འབྲེལ་མི་
4. ཡོད་ལའི་དེ་ལྟ་ཆུ་ཕྱིན་ལཱ་ལཱ་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེ་འབྲེལ་མི་
5. འབྲུག་གི་ལ་པོ་ཀ་ལཱ་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེ་འབྲེལ་མི་
6. འབྲུག་གི་ལ་པོ་ཀ་ལཱ་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེ་འབྲེལ་མི་

ཡོད་ལ་གོང་འབྲེལ་ཕྱུ་ཚུགས་དང་། གཞུང་ལས་
 མི་མེད་ལྷན་ཁྲིམས་ཡིག་ཚང་གཉིས་ མཉམ་
 འབྲེལ་ཐོག་ལས་ འགྲུལ་འཕྲིན་དང་ ལག་ལུ་
 འཐབ་བརྒྱུ་པའི་དེམ་ལྷགས་ལག་ ༣ བཟོ་
 ཡོད་པ་ཡིན། དེམ་ལྷགས་འདི་ཚུ་ ཡུལ་ཚོས་
 ༩/༢/༢༠༡༧ ལྷ་གཞུང་གི་དེམ་ལྷགས་
 གཞན་ ༡༢ དང་གཅིག་ལ་སྤོ་ མི་ཇེ་སྒྲོན་ཆེན་ཆོ་
 རིང་རྟོགས་རྒྱུ་མཚན་གསེལ་ཐོག་ཕྱག་ལྷ་སྤོ་འགོ་

[illegible]

རྒྱུ་མཐུད་ཀྱི་ མི་མང་གིས་ཀུན་དུ་བློ་བྱིན་གྱི་ཕྱིན་ལྷ་ ཡིག་ཚང་གི་
 ཡོངས་འབྲེལ་ཀུན་གྱི་རྒྱུ་ཐུགས་ཡོད། ཡོངས་འབྲེལ་རྒྱུ་ ཡོང་ལའི་རྒྱུ་
 མཐུད། ཡོང་ལ་ཡིད་ལོ་ཤིག་མཐུད། ཡིད་ལོ་ཤིག་ཡོང་ལ་རྒྱུ་ཐུགས་

ཡོད། ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་ཚིག་མཛེན་འདི་ལག་ལུན་འཐབ་ཤིའི་དོན་ལུ་
 ཡོངས་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྟན་ཚིགས་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤྱིའི་དཀར་ཆག་
 རང་ཚིག་མཛེན་ཟེར་མི་གྲ་ལེ་ཏུ་ **ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ཟེར་མི་གྲ་ལེ་**
 དགོ། འདི་ལེ་ཏུ་ ཚིག་མཛེན་གྱི་འཆར་ཤོག་འཐོན་འོང་། འཆར་ཤོག་གི་
 མགྲ་ལུ་འཆིལ་སྒྲིམ་དཀར་པོ་སྤེ་ཡོད་མའི་ནང་ རྒྱུ་ར་ལུ་དགོ་པའི་ཚིག་
 འདི་བཅུགས་ཏུ་ དེའི་ཟུར་ཁར་ཡོད་པའི་**འཆིལ་**ཟེར་མི་ལེ་ཏུ་ ཚིག་ཏུ་
 དང་གོ་དོན་འབྲེལ་བཤད་ཚུ་འཐོན་འོང་། ཚིག་མཛེན་འདི་ལག་ལུན་འཐབ་
 ཤིའི་དོན་ལུ་ འགྲུལ་འཕྲིན་ ཡང་ན་ གྲོག་རིག་ནང་ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་
 མཐུན་ཁྱེད་དང་ ཡོངས་ཁ་གོ་སྤེ་ཚུ་དགོ་པ་ཡིན།

A photograph of two Buddhist monks standing side-by-side. The monk on the left is wearing a colorful, patterned robe with a white collar and a white shawl draped over his shoulders. The monk on the right is wearing a solid orange robe. They are both looking directly at the camera. In the background, there is a large, colorful Buddhist painting or tapestry featuring various figures and symbols. A white shawl with red stripes is draped over the monk on the left.



སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ རྩེ་ ༥ པའི་ཚེས་, ལས་ ཡོང་ལ་གོང་འཕེལ་ཉམས་ཚུགས་ཀྱི་ལས་
 རིམ་གཙུག་ལྷན་ཁོངས་ རིམ་རྒྱ་མཐོན་རྒྱུ་ལ་དེ་ ཉམས་ཚུགས་ཡིག་ཚང་ནང་ལོ་
 ཡུལ་ཁུ་བའི་མཐའ་ལ་ བཀྲིས་གཡང་ཅེ་ཡོང་ལག་གི་ཡོང་འབ་གོང་མ་སླེ་བསྟོ་བཞག་
 གནང་ཡོད། ཁོ་གིས་ ཡོང་འབ་གོང་མའི་གོ་གནས་ལ་དེ་ཀླུ་མ་རྟོགས་ལ་ཐུན་བསུ་
 གྱི་ཐོག་ལས་བཅག་ལ་བྱ་བ་ཡོད་པ་ཡིན།
 ཡོང་ལ་གོང་འཕེལ་ཉམས་ཚུགས་ཡིག་ཚང་གི་ བཟའ་ཚང་འབྲས་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ རྒྱ་
 མཐོན་རྒྱུ་ བཀྲིས་བདེ་ལེགས་དང་བཅས་ ལཱ་ལག་ཞུ་གསར་པའི་དང་ལཱ་ བྱ་བ་
 ལས་ལ་གྲོ་ཚུ་ལེགས་སྟོམ་ལ་བྱུང་ཏེ་ གོ་གནས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ལེགས་
 རིམ་ཡོད།

གྲིལ་འཛུགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་འཛིན་པ་སྒྲུབ་དཔལ་འདུས་འདི་ ཡོང་ལ་
 མོང་འཕེལ་ལྟ་བུ་ཆོས་ལ་ཡིག་ཚང་ནང་ལུ་འགན་ཁུ་ཆོས་ཀྱི་
 རྩིས་ལུ་ ལོ་ལོ་ ༡༩ ཀྱི་རིང་ཡུག་ལྷ་པའི་བྱལ་ལུ་ ༢༠༡༧
 ལྷོ་ཟླ་ ༡ པའི་ནང་ མཁས་དཔལ་སྤོང་ལྷོ་ལྷོ་འབད་མི་དོན་
 ལུ་དགོངས་ལྷ་འབད་ཡོད། ད་ཆུན་ཡོང་ལ་མོང་འཕེལ་དང་དཔལ་
 ལྷ་པའི་ལུ་འགན་ཁུ་ལུ་བུམ་འབག་ཏེ་ཡུག་ཡིན་ལྷ་མི་ལུ་བཀའ་
 དེ་ཏེ་དག་འཛུགས་དང་ ད་ལས་ལཱ་ ཁོ་རའི་ལུ་དང་བྱ་བ་གཅི་
 འབད་ཅུང་ ལམ་འགོ་ཆུ་ལུགས་ཤོམ་འབྱུང་བཅུག་བཟེ་པའི་མེ་
 མོན་ཡོད།

བསྟན་སྲུང་དམག་སྡེ་ནང་རྫོང་ཁའི་སྤྱིང་བཅར།

१ ॐ श्रुतं शोभां देवैर्ज्ञातं कथं तद्वैदिकं यमनाश्रुतं यं
 २ ॐ श्रुतं
 ३ ॐ शोभां देवैर्ज्ञातं कथं तद्वैदिकं यमनाश्रुतं यं
 ४ ॐ श्रुतं
 ५ ॐ शोभां देवैर्ज्ञातं कथं तद्वैदिकं यमनाश्रुतं यं
 ६ ॐ श्रुतं
 ७ ॐ शोभां देवैर्ज्ञातं कथं तद्वैदिकं यमनाश्रुतं यं
 ८ ॐ श्रुतं
 ९ ॐ शोभां देवैर्ज्ञातं कथं तद्वैदिकं यमनाश्रुतं यं
 १० ॐ श्रुतं



བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚུ།

ཡོད་ཁ་ནས་བྱང་དང་ལག་ལེན་དོན་ལྟ་ བརྩན་སྤང་
 དམག་པོ་གིས་སྐྱོང་བརྩན་ལག་ ༥ འགོ་འདྲེ
 འབྲུག་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ ༡༢ སྤྱི་ཚེས་ ༡-
 ༢༡/༡༠/༢༠༡༩ ཚུན་ གསལ་ཁང་དང་ཕྱེ་ཚུན་
 ལག་གི་ཏྲ་བཀོད་དཔྱད་རིམ་གྱི་ རྒྱུད་ཡིག་སློབ་མི་
 གྲངས་ ༢༠ ལུ་ཡོད་ཁ་སྤང་བརྩན་དང་གསལ་ལ་བཞད་
 ལམ་ཉོན་སྐྱོང་བརྩན་བྱིན་ལུག་ ༢༣ སྤྱི་ཚེས་ ༩-
 ༢༣/༡༢/༢༠༡༩ ཚུན་རྒྱུད་ཡིག་དམག་སློབ་མི་
 གྲངས་ ༡༥ ལུ་བརྩན་གཞུང་དང་སྤང་རྩགས་གཞི་རིམ་
 གྱི་སྐྱོང་བརྩན་བྱིན་ལུག་ ༣༤ སྤྱི་ཚེས་ ༩-

२२/१२/२०१७ ལྷོ་རྩུང་ཡིག་
 དམག་སློབ་མི་གྲངས་ ༡༥ ལཱ་ཡོང་ཡིང་
 སྐད་རྒྱུ་གཞི་རིམ་གྱི་སློང་བཟུང་བྱེད་
 རྒྱལ ལ། སྤྱི་ཚེས་
 २५/१/२०१८ ལས་
 १०/२/२०१८ ལྷོ་རྩུང་ རྩུང་ཚབ་
 དམག་སློབ་མི་གྲངས་ २० ལཱ་གཞུང་
 འབྲེལ་ཡིག་སྐུར་རྒྱུ་མ་གཞག་སློང་
 བཟུང་བྱེད་རྒྱལ
 འབྲེལ་གི་བཟུང་བྱུང་ནང་ ཡོང་ལ་འདི་
 ཡོངས་གྲགས་སླེ་ལག་ལེན་འཐབ་དོ་
 ཡོད་པ་དང་ དེ་རིམ་གྱི་སློང་བཟུང་ཚུ་
 གིས་ གསལ་ཁང་དང་དེ་ཚེས་ལག་གི་
 རྩུང་ཡིག་སློབ་དང་རྩུང་ཡིག་དམག་སློབ་
 ལྷོ་རྩུང་ཡིག་གི་སྐོར་ཡོད་འདི་ཉེ་མ་བ་
 དག་པ་དང་ ཉེ་མ་བ་ཉེ་མ་བ་སླེ་ཡས་
 བསྐྱེད་འགྲོ་བའི་མེ་བ་སློབ་ཡོད།

འབྲེལ་བ་འཐབ་ས།

ཐོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

ཀ་ཁ་ག་ང་ས། ཐེམ་ལྷུག།

འགྲེམས་སྟོན་ཡང་། ༡༣༣ བརྒྱ་ཁྲི་ཡང་། ༩༧༥-༠༣༣༣༣༩༩༣ ཡར་ཁྲི་ཡང་། ༠༣-༣༣༣༩༩༣

ཐོག་འཕྲིན།

ddc@dzongkha.gov.bt

ཡོངས་འཇགས།

www.dzongkha.gov.bt

[illegible]

“Change your language and you change your thoughts.” Karl Albrecht