



လမ်းလျှောက်ပေးရန်အတွက် လိုအပ်ချက်များ	၂၀၀၉				၂၀၂၀				၂၀၂၁				၂၀၂၂				၂၀၂၃			
	ဇူလိုင်လ		ဇူလိုင်လ		ဇူလိုင်လ		ဇူလိုင်လ		ဇူလိုင်လ		ဇူလိုင်လ		ဇူလိုင်လ		ဇူလိုင်လ		ဇူလိုင်လ			
	၁	၂	၁	၂	၁	၂	၁	၂	၁	၂	၁	၂	၁	၂	၁	၂	၁	၂		
<b>၇- လမ်းလျှောက်ပေးရန်အတွက် အခြေခံချက်များ</b>																				
အခြေခံအဆောက်အအုံနှင့် အခြားအဆောက်အအုံများ (အခြေခံအဆောက်အအုံ)																				
လမ်းလျှောက်ပေးရန်အတွက် အခြေခံအဆောက်အအုံများ (အခြေခံအဆောက်အအုံ)																				
လမ်းလျှောက်ပေးရန်အတွက် အခြေခံအဆောက်အအုံများနှင့် အခြားအဆောက်အအုံများ (အခြေခံအဆောက်အအုံ)																				
လမ်းလျှောက်ပေးရန်အတွက် အခြေခံအဆောက်အအုံများနှင့် အခြားအဆောက်အအုံများ (အခြေခံအဆောက်အအုံ)																				
အခြေခံအဆောက်အအုံများနှင့် အခြားအဆောက်အအုံများ (အခြေခံအဆောက်အအုံ)																				
အခြေခံအဆောက်အအုံများနှင့် အခြားအဆောက်အအုံများ (အခြေခံအဆောက်အအုံ)																				
အခြေခံအဆောက်အအုံများနှင့် အခြားအဆောက်အအုံများ (အခြေခံအဆောက်အအုံ)																				
အခြေခံအဆောက်အအုံများနှင့် အခြားအဆောက်အအုံများ (အခြေခံအဆောက်အအုံ)																				




<b>ག- དབྱེ་ཞིབ་དང་ཉུང་ཉུང་།</b>																			
ཕྱི་ལས་ཀྱི་གྲོ་སྟོན་ཕྱོད་པ་བཅུགས་པའི་སྐབས་ལུ་ ཉུང་ཉུང་གྲོ་སྟོན་ཕྱོད་པ་ལས་བརྒྱུད་དེ་བཅུགས་ནི་ཡིན།																			
ནང་ལའོད་ཉུང་ཉུང་།																			
ཕྱི་ལུ་ཉུང་ཉུང་། ལམ་ལམ་སྐབས་།																			
<b>ང- ལས་ལཱ་ལུ་བཟོ་བསྐྱུ་ན།</b>																			
ལོ་ངོ་དང་པའི་ལས་ལཱ་ལུ་ནང་ཚུད་པའི་བཟོ་བསྐྱུ་ལུ་ཚུ་ལགོ་བཅུགས་ནི་ཡིན།																			





					<p>འཁྲུག་པའི་ས་འདུན་གྱི་དང་ས་ཚབ་ཡང་ལྟོང་པ་སླེ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།</p>
<p>༢ མེ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ས་དང་ འབབ་ལྷོ་ས་ཅན་གྱི་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་ས་ཚ།</p>	<p>ལས་འགུལ་ལམ་གྱི་དབང་ཚད་ ནང་ཚུད་མི་འཛིན་ལོང་།</p>	<p>ས་ཚའི་ཚོང་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་</p>	<p>རྒྱ་ལྷོ་ས་འདུན་གྱི་ ཚབ་གསལ་དཔ་ གི་འདུན་འབྲེལ་གྱི་ཡིན།</p>	<p>ཕྱི་ལྷོ་ལྷོ་དང་། ལམ་སེལ་ལས་ལྷོ་དང་།</p>	<p>རྒྱ་ལྷོ་ས་ཚོགས་འདུ་ཚེ་མེ་ལྷོ་ས་ཚོད་ཉ་པ་དུ་ ས་ཚབ་གྱི་རྒྱ་ ལྷོ་ས་ཚོད་ཚད་ ༢༠༠༩ ཅན་མ་དང་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ ག་འདུམ་ཅིག་སློ་ རྒྱ་ལྷོ་ས་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ ལམ་ སེལ་ལས་ལྷོ་དང་གྱི་འོས་འབབ་གི་གྱོགས་འམ་འབྲེལ་གྱི་ཡིན།</p>

--	--	--	--	--	--





<p>4 ལང་གྲ་འོད་ཁྱིམ་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་དོན།</p>	<p>ལས་འགུལ་ལམ་གྱི་དབང་ཚད་ ནང་ཚུན་མི།</p>	<p>ལང་གྲ་ལས་འོད་མི།</p>	<p>རྒྱན་འབྲུས།</p>	<p>ཕྱི་ལོ་ ལམ་སེལ་ལས་ཁུངས།</p>	<p>1 ལྷོ་ལོ་ 200༤ ལོ་ལོ་ལྷོ་ ཁྱིམ་ལང་གྲ་ལཱ་བཞག་གི་ བཅའ་ཁྲིམས་ཉུང་ལཱ་ ལང་གྲ་ལས་ལཱ་ལས་ལོན་གྱི་ལོན་དེ་ལོན་ མི་དང་ལང་གྲ་ལཱ་ལས་ཀྱི་ཕྱི་ལོན་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ བཅའ་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ 2 འོད་ཁྱིམ་ཚུ་བཟུལ་བཞག་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ཁྱིམ་གྱི་ ཅེས་ཚུ་རང་སེལ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ 3 ལང་གྲ་གི་འོད་ཁྱིམ་དང་བཅོམ་ལོག་བཟུལ་གྱི་ དེ་ལས་ ཁྱིམ་ཚུ་ཅེས་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལམ་སེལ་ལས་ ཁུངས་ཀྱི་གོ་གནས་རམ་ལཱ་དེ་ལཱ་ལཱ་</p>
---	--	-------------------------	--------------------	------------------------------------	---

<p>6 ཚོང་ལུ་ལས་བརྟེན་པའི་  འོང་འབབ་དང་ཡང་ན་  ས་གནས་འདི་ལས་  གྲ་ཆ་ལེན་ཐོག་དང་  ལུ་གཡོག་གཞན་ལས་  འབྲུང་མི།</p>	<p>ལས་འགུལ་ལམ་གྱི་དབང་ཚད་  ནང་ཚུན་མིའི་གྲང་པ།</p>	<p>མིང་སོ་སོའི།</p>	<p>འོས་འབབ་རེན་ཉོག་ཉོ།</p>	<p>ལམ་སེལ་ལས་ཁུངས།</p>	<p>༡ ལས་འགུལ་གྱི་ལུ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ མིང་ཚུ་གི་ལུ་གཡོག་ལུ་  གནོད་ངན་བྱུང་མི་འདི་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱི་ལུ་འགོ་བཙུག་པ་དང་  ལོག་འདི་དང་ མིང་ཚུ་ལུ་ལུ་ཚབ་སྲོད་ནི་ཡིན།   2 ཡང་ན་གྲང་པ་འདི་གནི་བཙུག་གི་དོན་ལུ་ ཟླ་ངོ་3 གྱི་གྲ་  ཅིས་གྱིན་དུག་སྟེ་ཉོན་ནི་ཡིན།</p>
--	---	---------------------	----------------------------	------------------------	--

<p>བ རྒྱལ་ཚོད་དང་འཕྲིལ་ བའི་ལོ་ཐོག་</p>	<p>ལས་འགུལ་ལམ་གྱི་དབང་ཚད་ ནང་ཚུན་མིའི་གུང་པ།</p>	<p>གུང་པ།</p>	<p>ལོ་ཐོག་ཚུ་ཡོད་པ་ཅིན་བསྟུ་ནིའི་ དྲན་གསོ་དང་བརྟ་བརྟུལ།</p>	<p>ཕྱིང་ལག། ལམ་སེལ་ལས་ཁུངས། ས་ནམ་ལས་ཁུངས།</p>	<p>ས་ནམ་ལོ་ཐོག་དང་ དུལ་ཐོའི་རིགས་དང་ ཤིང་འབྲས་གྱི་ དུལ་ཐོ་ཚུ་ལྷ་གཞོན་དན་གྱུང་པའི་རྒྱུ་འབྲས་འདི་ ལྟེ་ལོ་ ༢༠༠༤ གྱི་རྒྱུ་འབྲས་སྒོང་ཚད་དང་འཕྲིལ་ཏེ་སློད་ནི་ཡིན།  ལོ་ཐོག་གི་རྒྱུ་འབྲས་དང་ཚང་འབྲེལ་གྱི་སྒོང་ཚད་བཟ་ན་ལྷན་པའ་ ཐོན་མི་ལཱ་ལ་སྒོང་ལོ་ཐོག་གི་སོན་རིགས་ཚུ་རིན་མེད་ཉོང་པ་སློ་བྱེ་ ནི་ཡིན།</p>
---	--	---------------	---	---	---

<p>◁ ཡུན་རིང་དུལ་ཚོ།</p>	<p>ལས་འགུལ་ལམ་གྱི་དབང་ཚད་ ནང་ཚུན་མིའི་གུང་པ།</p>	<p>གུང་པ།</p>	<p>རྒྱན་འབྲས་གཞུང་གི་ལམ་ ལྷགས་ཉམ་ཉུ་སྟོན་ནི།</p>	<p>ཕྱིང་ལག། ལམ་སེལ་ལས་ཁུངས། ས་ནམ་ལས་ཁུངས།</p>	<p>ཤིང་ཚོ་དུལ་ཚོ་གི་རིགས་ཚུ་ཡིན་པ་ཅེན་ ས་ནམ་ཉམ་ལག་ གི་སྐོན་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱན་འབྲས་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ གྱི་རྒྱན་འབྲས་ སྐོང་ཚད་དང་འཁྲིལ་ཉེ་སྟོན་ནི་ཡིན།</p>
--------------------------	--	---------------	--	---	--

<p>ལྷན་འཇུག་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་འདུག་པའི་ འབྲེན་པའི་</p>	<p>ལས་འགུལ་ལས་འགུལ་གྱི་དབང་ཚད་ ནད་ཚུན་མིའི་གྲངས་པ།</p>	<p>གྲངས་པ།</p>	<p>ས་ཆ་ལྷན་འཇུག་མིའི་བཅའ་ གྲངས་པ་འདི་མ་ཉུང་ཆུང་ཅིག་ ཡིན་པ་ཅིན་འོས་འབྲེན་བྱ་ ཉེ་གྲོགས་རམ་འབྲེན་གྱི་</p>	<p>ཕྱི་ལོ་གྲུ་ ལས་ལོ་ལས་ལྷན་པ།</p>	<p>གྲངས་པ་མ་ཉུང་ཆུང་ནད་ལས་ལྷན་འཇུག་ལང་ལྷན་ཅིག་ཡིན་པ་ ཅིན་གཞི་བཅའ་གཞི་དོན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་འཇུག་གི་ གྲོགས་རམ་འབྲེན་གྱི་ཡིན།</p>
---	--	----------------	--	--	---

<p>༡༠ གནད་པ་མེད་པར་ ཟག་རང་བཅད་གཞི་བཅག་ ལོན་ཁྱིམ།</p>	<p>ལས་འགུལ་ལམ་གྱི་དབང་ཚད་ ནད་ཚུན་མིའི་གྲང་པ།</p>	<p>གྲང་པ།</p>	<p>ས་ཆ་ལུ་རྒྱན་འཕུས་མེད་ཚོང་། ཁྱིམ་གྱི་རྒྱན་འཕུས་འདི་གི་ འཕུས་གསར་ཚབ་ཀྱི་འཕུས་ ལུ་བྱིན་ནིའི་ཁར་གྲོགས་རམ་ གཞན་ཡང་བྱིན་ནི་ཡིན།</p>	<p>ཕྱི་ལག། ལམ་སེལ་ལས་ཁུངས།</p>	<p>༡ གནད་པ་མེད་པའི་གཞི་བཅག་ལོན་ཁྱིམ་ཚུ་བདུ་ལུ་དང་ཁང་ ཆས་ཚུ་རང་སོར་ལུ་འབག་ཟག་ཚོད།                   ༢ ལོན་ཁྱིམ་ལོག་བརྒྱུ་བཞུག་ནི་དང་ཁྱིམ་ཆས་ཅུ་ལུ་བརྒྱུ་ལུ་ འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལམ་སེལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གྲོགས་རམ་འབད་ ནི་ཡིན།                   ༣ གྲང་པ་མཉམ་ཚུང་ནད་ལས་ལུ་ཕྱག་ཡང་ལྷ་གཅིག་ཡིན་ པ་ཅིན་ གཞི་བཅག་གི་དོན་ལུ་ ཟླ་ལོ་ ༣ གྱི་གུ་མི་སྡེ་ལུ་གི་ གྲོགས་རམ་བྱིན་ནི་ཡིན།</p>
--	--	---------------	--	------------------------------------	---

<p>༡༡ འོང་འབབ་གཙོ་བོ་གི་ འབྱུང་ཁུངས།</p>	<p>ལས་འགུལ་ལམ་གྱི་དབང་ཚད་ ནང་ཚུན་མིའི་གྲང་པ།</p>	<p>མིང་སོང་སོ།</p>	<p>ལས་གཞི་ཡིན་གྱི་འོང་འབབ་ གྲོགས་རམ།</p>	<p>ཕྱིང་ལག། ལམ་སེལ་ལས་ཁུངས།</p>	<p>༡ གྲང་པ་མཉམ་ཚུང་ནང་ལས་ཁུར་ལྷན་ཡང་ལྷ་གཅིག་ཡིན་པ་ ཅིན་ གཞི་བཅུག་གི་དོན་ལུ་ ཟླ་ལོ་༢་གྱི་གཙོ་བོ་ལྱིན་ལྷན་གི་ གྲོགས་རམ་བྱིན་ནི་ཡིན།</p> <p>༢ ལས་འགུལ་འདི་ནང་ མི་སེང་མཉམ་ཚུང་དང་ ལམ་སྐྱེ་ཚུ་ ལུ་ དམིགས་བསལ་གདམ་ལ་ཚོག་ལས་ལུ་གཞི་བཅུག་བྱིན་ནི་ཡིན།</p>
--	--	--------------------	--	-------------------------------------	---

<p>༡༢ མི་དྲེ་གི་གཞི་རྒྱུ་དང་ མཐུན་ཀློན།</p>	<p>ལས་འགུལ་ལམ་གྱི་དབང་ཚད་ ནང་ཚུན་མི།</p>	<p>མི་སྲེ།</p>	<p>གསར་ཚལ།</p>	<p>རྗོང་ལག། ལམ་སེལ་ལས་ཁུངས།</p>	<p>༡ ལམ་སེལ་གྱི་གཞི་ས་ཁང་རྒྱ་ཤོར་ཚུ་ མི་དྲེ་དང་འབྲུན་གྲོས་ ཐོག་ས་ཁོངས་འོས་འབབ་ཡོད་ས་ ཉམས་སྤང་འབད་བཞག་ནི་ ཡིན།</p> <p>༢ ས་ཁོངས་འདི་ནང་གྲེས་ ཤིང་མེད་པ་བརྟུང་མི་ཚུ་ ལངས་ག་ཡིན་ གྱི་ཤིང་ཚབ་བཅུགས་ནི་ ཡིན།</p>
---	--	----------------	----------------	-------------------------------------	--



**ཐབས་ལམ་གྱི་སྒྲིག་ལུགས།**

**སྒྲིག་ཁང་དང་བསྐྱེད་ལུགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ།**

ལས་འགུལ་འཆར་གཞི་གི་ལུ་ཚུ་ལག་ལུ་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ལུ་ ས་ཁོངས་འདི་ནང་ཡོད་པའི་མི་ལྔ་དང་བསྐྱེད་ལུགས་ཐོག་ལུ་འབད་དགོ་མི་འདི་ གཞོན་ཉན་གྱི་རྒྱུ་འབྲས་ཚུ་ལུ་མ་བརྟམ་མེད་པའི་གོ་སྐབས་ཐོག་ལུ་ མི་ལྔ་ལས་རྒྱ་བསྐྱེད་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ལས་འབད་ནི་ཡིན། ཡིན་རུང་མི་འདི་གཉེན་གཉེས་དང་ལཱ་ཚན་ལུ་བསྐྱེད་མ་བདེ་ལུ་འབྲེལ་ཅིན་ དེ་ཚུ་གི་དུམ་ལུ་སོལ་ ནི་དང་བཏུ་ཞིབ་འབད་ནི་འདི་དོན་ལུ་ ཆེད་འོག་ཡར་རྒྱས་ཚུགས་ཚུང་དང་ ཡོང་ཁག་ཡར་རྒྱས་ཚུགས་འདུ་ དེ་ལས་ཡོང་ཁག་གི་ཐོག་ལུ་འབད་ནི་ཡིན། དེ་ལུ་ཡང་ཁོ་རྒྱུ་མ་བརྟམ་པའི་སྒྲིག་ལུགས་ཀྱི་ སོལ་དགོ་པ་འབྲེན་པ་ཅིན་ ས་གནས་བཞོན་འཛིན་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན་ལས་བརྒྱུད་དེ་ལམ་སོལ་ལས་ཁུངས་ལུ་སྒྲིག་ལུགས་ལྷོ་ཚུགས་ཡིན། ག་དམ་ཅིག་འབད་སྒྲིག་ལུགས་ཀྱི་ལམ་བཟོ་ཡོད་ཡོད་མི་འདི་ མ་པ་ལས་སོལ་ཐབས་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ གཞུང་ལུ་སྒྲིག་ལུགས་ལྷོ་ཚུགས་ཡིན།

**སྒྲིག་ལུགས་གི་ལམ་ལུགས་དང་དུས་ཚོད།**

གྲོང་རྒྱུན་ལོག་མི་ལེས་བདེ་ཚུ་ལུ་འདྲ་མཉམ་དང་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཐོག་ལས་ སྒྲིག་ལུགས་སོལ་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འོག་ལུ་བཞོན་དེ་ཡོད་པའི་སྒྲིག་ལུགས་འབྲུལ་རིམ་གྱི་ པར་རིས་དང་ཐབས་ཤེས་གོ་ རིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གོ་ས་འཆར་བཅུ་ནི་ཡིན།





འབྲེལ་བ་འཐབ་སའི་ལ་བྱང་། ལས་འགུལ་འགོ་འདྲེན་པ།

ལས་ལེན་པུ།

ལས་སེལ་ལས་ལྷན།

ལས་ལྷན་ལྷན་ལག།

ལས་ལྷན།

བརྒྱན་འཕྲིན་ལང་། ༡༧༦༡༢༧༧ - ལང་ལེན་ལང་། ༡༠༩