



ཨམ་ཨེན་ཌི་ཟེར་མི་འདི་ག་ཅི་སྟོན་?

ཨམ་ཨེན་ཌི་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱུ་འབྲེལ་ཚུ་སྤྱོད་ཀྱི་མཉམ་འབྲེལ་ལྟེང་། མི་འདི་མི་སྡེ་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱུ་འབྲེལ་ལས་གཞུགས་ལའི་ཤ་རྒྱུ་ཚུ་ལུ་ བད་འཕྲིན་འབྲེལ་མཉམ་

ཨམ་ཨེན་ཌི་འདི་གིས་གཞུགས་ཀྱི་བཅོམ་ཤུགས་ཚུ་ལུ་གཞན་དཔལ་བཟུམ་ཏེ་ རྒྱུ་རའི་ ཤ་རྒྱུ་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་ཚུ་ཉམས་བཅུག་སྟེ་ གཞུགས་ཟུར་མི་ཚུགས་ནི་ དེ་ལས་ བཞེས་སྟོན་མི་ཚུགས་ནི་དང་ དཔུགས་གཏོང་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ལྷ་ལག་བཅོམ་ཨིན།

ནད་གཞི་གི་རྟེན་མཚན་ཚུ་ཡང་།

- གཞུགས་སྟོབས་ཉམས་འགྱུ་ནི།
- མགུ་ལུ་འཁོར་ནི།
- ལ་སྐབ་མི་ཚུགས་ནི།

ད་ཚུན་གྱི་རིང་ ཨམ་ཨེན་ཌི་འདི་ལུ་ ལྷན་བཅོས་གྱིས་དུག་ཐབས་མེད། ནད་གཞི་འདི་རིམ་གྱིས་སྟེ་ ལྷོ་མི་སེལ་སྟེ་ མི་ཚུ་ལྷུང་གྱི་བཅོམ་ཨིན།

ཨམ་ཨེན་ཌི་འདི་གིས་།

- ཅ་ཆས་ཚུ་ལག་ལེན་གཞུགས་མི་ཚུགས་ནི།
- ལམ་འགྱུ་མི་ཚུགས་ནི།
- ལ་སྐབ་མི་ཚུགས་ནི།
- རྟོན་མར་གཏང་མི་ཚུགས་ནི།
- དཔུགས་གཏོང་ལེན་འབད་མི་ཚུགས་ནི།

མི་ལ་ལུ་ཅིག་གི་ ནད་གཞི་འདི་འོ་སྟོན་ལས་ མ་འདྲམ་མཚོ་སྟེ་ བྱ་སྟོན་མ་འདྲམ་ཚུ་ཡང་སྟོན་མཉམ་ཨིན།

ད་སྟོན་ ནད་འདི་ལུ་ ལྷན་བཅོས་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མེད་ཅུང་ ནད་གཞི་འདི་གཏོང་ལེན་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལྷན་སྟོན་འབད་མི་ལེ་ཤ་ར་ཡོད་པ་ཨིན། འདི་ལུ་བརྟེན་ ནད་གཞི་གི་རིམ་བཟུང་མ་འདྲམ་ཚུ་ བདེ་ འགྲིག་བཅོམ་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཚུགས།

ད་ལུ་ཨམ་ཨེན་ཌི་ཡོད་ག་མེད་ག་ ག་དེ་སྟེ་ཤེས་ནི་སྟོན་?

ཨམ་ཨེན་ཌི་ནད་བདའ་བུ་ནི་འདི་ ལྷ་ལག་གཅིག་ཨིན། རྒྱུ་ལུ་ ཨམ་ཨེན་ཌི་ཡང་ན་ གཞན་མི་ནད་གཞི་རེ་ཡོད་ག་མེད་ག་ བཟུང་ནི་དོན་ལུ་ རྟེན་མཚན་ཚུ་ལེ་ཤ་རྒྱུ་དགོ་

འཁྱེ་རྟེན་མཚན་ཚུ་མང་ཤོས་ར་ ལྷན་ལང་ནད་འབད་མ་ཨིན། རྟེན་མཚན་ཚུ་ལྷན་འདི་ ཉེན་མ་གཅིག་ཨིན་ཅུང་ འཕྲལ་འཕྲལ་རྒྱུང་ར་ ལྷན་ལང་ནད་འགོ་དུག་པ་ཅིག་ རྟོན་དགོས་ཡང་འཕྱོན་ སྟོན།

རྟེན་མཚན་ཚུ་ལྷན་འབད་དགོས་མི་ཚུ་ཡང་།

- གསོ་བའི་རྟེན་མཚན་ཚུ་དཔུང།
- ལྷག་གི་རྟེན་མཚན་ཚུ་དཔུང།
- ཨེ་ལེག་ཤོ་མེ་ཨོ་གར་ལེ། རྟེན་མཚན་ཚུ་དཔུང།
- རྩ་ལམས་རྟེན་མཚན་ཚུ་དཔུང།
- རྒྱུང་པ་རྟེན་མཚན་ཚུ་དཔུང།
- ཨམ་ཨེན་ཌི་འདི་གི་རྟེན་མཚན་ཚུ་དཔུང།

ཨམ་ཨེན་ཌི་བརྟེན་མཚན་ཚུ་ འབད་ནི་དོན་ལུ་ དུས་ཚོད་འགོར་མ་ཨིན། རྒྱུ་རའི་རྒྱུང་འཚོ་གིས་ ནད་ཀྱི་རྟེན་མཚན་ཚུ་ག་དེ་སྟེ་འདུག་ག་ རྟེན་མཚན་ཚུ་ལྷན་འབད་དེ་ རྒྱུ་ལུ་ན་ཚ་ཕོག་མི་འདི་ ནད་ གཞི་གཞན་གཅིག་ཨིན་ན་མེན་ན་ གཏན་འཁེལ་འབད་འོང།

ཨམ་ཨེན་ཌི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཐོབ་ཨིན་ན།



ཁོང་གིས་ཨམ་ཨེན་ཌི་འདི་ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཐོབ་ཨེན་ན་མ་ཤེས་པར་ཡོད། རྒྱ་གཞི་འདི་མི་རང་རང་སོ་སོ་ལུ་སོ་སོ་འབད་འོང་གི། རྒྱ་འདི་མང་ཤོས་ར་འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཚུགས་མཉམ་སྦྲེན་ཐོང་མ་ཨིན།

- རྒྱུ་བའི་སྐབས་ལས་ར། རྒྱ་གསལ་མཚན།
- རྒྱུ་ར་ག་ཏེ་ཐོང་དོག་རྒྱ་རང་བཞིན་གནས་སྟངས།
- རྒྱུ་ར་ག་ཏེ་ཐོང་དོག་རྒྱ་འཛུགས་ལུ་གནས་སྟངས།

ག་ཅི་ཐོང་ལུ་ཐོབ་དགོས་སྟེ་?

རྒྱུ་ལུ་ཨམ་ཨེན་ཌི་འདི་འདུག་ཟེར་སྐབས་ནི་འདི་ན་ཟུག་ཅན་གཅིག་ཨིན།

རྒྱུ་ར་ག་ཏེ་:

- རྒྱ་རྟོག་ལང་ནི།
- ཡིད་མ་ཚེས་པར་ལས་མི་ལེན་ནི།
- ཅོག་པ་ཟ་ནི།
- ལེས་སྦྱོར་ནི་དེ་ལས་ལེས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་ལྷ་ལང་ལོག་ནི་ཚུ་འབྱུང་གི།

རྒྱ་གཞི་འདི་ལུ་ག་དོང་ལེན་འབད་དགོས་ཐུང་བའི་སྐབས་ལུ་རྒྱུ་རའི་ལེས་ཀྱི་ཚུ་རྒྱུ་ཡང་འབྱུང་འབྱོར་མི་འདི་རང་བཞིན་གཅིག་ཨིན། རྒྱུ་ལུ་འདི་བཟུམ་ཐུང་མི་འདི་ཏ་གོ་སྟེ་དོས་ལེན་འབད་ནི་ལུ་དུས་ཚོད་འགོར་འོང།

རྒྱུ་རྒྱུ་འབད་ནི་འདི་ཡོད།

གསོ་བའི་གཅེས་སྦྱོང་ཐོབ་མཉམ་འབྲེལ་བའི་འབྲེལ་གཞུང་། ཁོང་གིས་རྒྱུ་ལུ་གོགས་རམ་འབད་ནི་དོན་ལུ་སྦྱོགས་གྲུབ་ཅན་གྱི་མི་དོན་ཚུ་འཛུགས་ཐོང་འོང།

ཨམ་ཨེན་ཌི་གོགས་རམ་འགོ་འདྲན་པ་གིས་ཡང་ཆ་རོགས་འབད་འོང།

ང་ལུ་དགོས་པའི་བཅའ་དྲིལ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚུ་ག་ཏེ་ལས་ཐོབ་ཚུགས་ག་?

ཨམ་ཨེན་ཌི་རྒྱ་གཞི་དོས་འཛུགས་འབད་ཡོད་མི་ལུ་དུས་ཚོད་དགོས་པའི་ཐོབ་ཐོན་ལུ་འབད་དགོས་པའི་ཐོབ་ཐོན་ལུ་འདི་གི་དྲི་བ་ཚུ་ཡང་ལེ་ཤ་ར་ཡོད་པའོང།

ཨམ་ཨེན་ཌི་ཨེས་ཨེ་གིས་ཨམ་ཨེན་ཌི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་དང་རྒྱུ་ལུ་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་འདྲམ་ཐོབ་ནི་ཡོད་མི་ཚུ་འདི་སྐོར་ལས་བཅའ་དྲིལ་ཐོང་མི་ཨིན།

ཨམ་ཨེན་ཌི་ཨེས་ཨེ་གོགས་རམ་པ་ཚུ་མོ་ཁར་ནི་མ་རོན་རྒྱ་གཞི་འདི་ནང་མཁས་མཚོགས་སྐབས་ཨིན། ཁོང་ཚུ་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་རའི་བཟུམ་ཚང་མཉམ་ག་ཏེ་སྦྱོར་ཚུགས་ནི་སྦྱོར་བ་ཅན་ལུ་:

- རོམ་འབད་ཨ་དི་ལེ་གི་སྐུ་ཨེན་ཏ་ནང་ཡོད་པའི་ཡིག་ཚང་ནང།
- རྒྱུ་རའི་ཁྱིམ་ནང།
- བརྒྱུད་འཕྲིན་ཡང་ན་ཡོངས་འབྲེལ་བརྟེན་སྦྱོར་ཞུ་འཛུགས་ཐོག་འཕུད་ཚུགས།

ཨམ་ཨེན་ཌི་ཨེས་ཨེ་གོགས་རམ་པ་ཚུ་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་རའི་བཟུམ་ཚང་དེ་ལས་རྒྱུ་རའི་གསོ་བའི་གཅེས་སྦྱོང་པ་མཉམ་ཆ་རོགས་འབད་ནི་ལུ་གཙོ་རིམ་བཟུང་སྟེ་ཡོད་པའོང།

སྦྱོར་ལེ་ལེ་ཡི་མོ་ཁར་ནི་མ་རོན་ནང། རྒྱུ་ཨེན་ཏེ་ཨེས་ཨེ།

༤༤ ཏ་གིས་ཁྱོད་ལམ། ཨེས་ཨེན་ཏེ། ཨེས་ཨེ ༥༠༩༧

འབྲེམས་སྦྱོར་ ༢༠༡༧ ཏེ་ལེ་ལོན་ སྤམ་ཟ། ཨེས་ཨེ ༥༠༩༩

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་། ༠༡ ༩༢༩༤ ༩༤༤༩

རིན་མེད་བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་། ༧༩༠༠ ༧༧༧ ༧༧༧



ཚོགས་འགོ་མཉམ་པུ་: admin@mndsa.org.au

ཨམ་ཨེན་དྲི་ནད་མཉམ་སྐྱོད་མི་འདི་ ད་འབདན་ག་དེ་སྤེལ་ནི་སློེ་?

ནད་ཉགས་ཚུ་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ལས་ར་ འཛིན་སྐྱོད་འཐབ་ནི་འདི་གས་ཆེ། འདི་གས་ཆེ། རན་གཞི་འདི་ རེ་མ་པ་བཞེན་ཏུ་ ག་དེ་སྤེལ་བདག་འཛིན་འཐབ་ནི་ཨེན་ན་ཤེས་ཚུགས།
ཁྱོད་རའི་གསོ་བའི་སྤེལ་ཚན་དང་ ཨམ་ཨེན་དྲི་གྲོགས་རམ་པའི་ འགོ་འདྲན་པ་མཉམ་ འབྲེལ་བ་འཐབ་མི་ལུ་བརྟེན་ ད་ལས་པར་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་ལུ་ ཆ་རོགས་འབད་འོང་།

སྤེལ་བཅོས། སྐྱོད་བཞག་དང་ གཅེས་སྐྱོད་།

ཨམ་ཨེན་དྲི་ནད་ཀྱི་དོན་ལས་ ཐང་ཀར་དུ་ རེ་ལུ་ཟོལ་ཟེར་མི་ སྤེལ་བཅོས་གཅིག་ལས་གཞན་མེད། ཨེན་ཅུང་ ཁྱོད་རའི་ནད་ཉགས་ལུ་ཕན་ནི་དོན་ལས་ སྤེལ་བཅོས་གཞན་མི་ཚུ་ཡང་འབད་དགོཔ་ འོང་། ཁྱོད་རའི་མི་ཚོ་བདེ་འགྲོག་དང་ ལཱ་གས་ཤོམ་བཟོ་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་མི་ སྤེལ་བཅོས་གཞན་ཚུ་ཡང་ཡོད་པ་ཨིན། སྤེལ་བཅོས་ཀྱི་གདམ་ཁ་ མ་འདྲམ་ཚུ་བཞག་མི་ལུ་བརྟེན་ ཁྱོད་རའི་གསོ་བའི་ལམ་ འགོ་གདམ་ཁ་ཀྱི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཚུགས།

དང་སང་གི་ཕྱི་གཞུགས་སྤེལ་བཅོས་དང་ སྤེལ་བཅོས་ཀྱི་སྤེལ་བཅོས།

ཁྱོད་རའི་ གསོ་བའི་གཅེས་སྐྱོད་དོ་མ་ལས་གཞན་ སྤེལ་བཅོས་ཀྱི་སྤེལ་བཅོས་དང་ དང་སང་གི་ཕྱི་གཞུགས་སྤེལ་བཅོས་འབད་མི་ལུ་ཡང་ ཕན་ཐོགས་འོང་།

འཁྱི་ཕྱི་གཞུགས་སྤེལ་བཅོས་ཚུ་གིས་ རན་སེམས་དང་ཕྱི་ལུ་སྤེལ་ཡོད་མི་ཚུ་ མར་ཕབ་འབད་དེ་ བདེ་བ་བྱིན་མི་ལུ་བརྟེན་ མི་ཚེའི་གནས་སྤངས་ཡར་དྲག་འགྱུ་འོང་།

བདེ་སྐྱིད། རོས་ལེན་དང་ ཞི་བདེ།

ཨམ་ཨེན་དྲི་སྤེལ་སྤེལ་ཚུ་ལུ་ རན་གཞི་འདི་གས་ ཤུལ་ལས་ག་དེ་སྤེལ་གོད་པ་བཀའ་འོང་ག་ཟེར་ ཆ་གྲུང་ལེ་ག་ར་ལྷུང་འོང་།

ཨམ་ཨེན་དྲི་གིས་ མི་ཚོ་ལུ་འཇུག་ཡོད་མི་ཨེན་ན་དང་ འདི་ལུ་ད་ལྟོ་སྤེལ་བཅོས་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན།

ཁྱོད་ར་ ཤུལ་ལས་ག་དེ་སྤེལ་ཤི་བའི་ལམ་ལུ་ཐུབ་འོང་ག་གི་སྐོར་ལས་ མནོ་བསམ་གཏང་ནི་འགོ་བཙུགས་བཙུགས་པ་འོང་། ཤི་ནི་གི་བསམ་སྐོར་འདི་ ཡང་རྒྱུང་ཨེན་ཅུང་ འདི་ཚུ་གཞན་མི་གི་དབང་དུ་ ཐུབ་མི་ཡང་ལེ་ཤར་ཡོད། གདམ་ཁ་ལེགས་ཤོམ་རྒྱབ་སྤེལ་ སེམས་གཞུང་ནི་འདི་ གསེང་དྲགས་གཅིག་ཨིན།

ཁྱོད་རའི་འཛིགས་སྤེལ་དང་ ཆ་གྲུང་ཚུ་བཞག་ནི་ལུ་ སེམས་ཤུགས་བྱིན་དགོཔ་དང་ ཤུལ་ལས་ཁྱོད་རའི་ནད་འདི་ ག་དེ་སྤེལ་འཛིན་སྐྱོད་འཐབ་ནི་ཨེན་ན་ཤེས་སྤེལ་སྤེལ་ནི་འདི་ཡང་གསེང་ཆེ། ཁྱོད་ལུ་ གྲོགས་རམ་ ཐོབ་ནི་ཨེན་མི་ཚུ་ཡང་།:

- ཟས་བཅུང་གི་སྐོར།
- རྒྱུ་ལཱ་གི་སྐོར།
- དན་པ་བསྐྱར་གསོ་གི་སྐོར།
- སེན་སྤེལ་ལག་ལེན་གི་སྐོར།

ཁྱོད་ལུ་ རན་གཞི་ལྡན་མི་ ག་བཞག་ནི་ཨེན་ན་དང་ ཁྱོད་ར་ལ་གནས་ག་ཉེ་ལུ་ཤི་ནི་ཨེན་ན་ཚུ་ སྤེལ་ནི་འདི་ཡང་གསེང་ཆེ།

ཁྱོད་རའི་ མི་ཚོ་མཇུག་གི་ཤོས་ ཐོབ་ཚུང་ཡོད་མི་ཚུ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་ལ་གསལ་བཀོད་དགོཔ་མ་ཚད་ གསོ་བའི་གཅེས་སྐྱོད་པ་དང་ རྒྱབ་སྐྱོར་སྤེལ་ཚུ་ལུ་སྤེལ་དགོ།

རང་རྒྱུང་གི་གཅེས་སྐྱོད་ལམ་སྐོར་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་ཨིན།

ཁྱོད་རའི་ན་བྱུག་འཚུབ་དྲགས་སོང་མི་ལུ་བརྟེན་ བསམ་སྐོར་མ་འདྲམ་ར་གཏང་ནི་འོང་། ཁྱོད་རའི་མནོ་ཐངས་ཀྱི་གདམ་ཁ་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་ནི་དོན་ལུ་གོ་སྐབས་དགོ།

ཚད་བཅད་བཅད་པའི་མི་ཚོ་ནད་སྤྱོད་དེ་ མ་འོངས་པའི་མི་ཚོ་མེད་པ་ ཐུབ་མི་འདི་ སྤྱོད་ཅན་ཅིག་ཨིན། རང་དབང་རང་བཙོན་བཟོ་ནི་དང་ གཅེས་སྐྱོད་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ལས་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་ བཟོ་འདི་གསེང་ཆེ། ཁྱོད་ལུ་རྒྱུང་ཡོད་པའི་ན་བྱུག་ཚུ་ རོས་ལེན་འབད་ཚུགས་ནི་ལུ་ ཆ་རོགས་འབད་འོང་། འདི་ཚུ་ག་ར་ ཁྱོད་རའི་མི་ནང་ ལེ་ཕན་ལེགས་ཤོམ་འོང་ནི་དང་ མི་ཚོ་རིང་མོ་འབད་སྤོང་ཚུགས་ནི་ལུ་ དམིགས་གཏང་བསྐྱོད་དེ་འབད་འབད་མ་ཨིན།



རྒྱུ་ཤོག་ཡང་ན་གདོང་ཤོག

ཨམ་ཨན་གྱི་ཚོགས་པ་འདི་ ལྷན་སྒྲིལ་ལེ་ཡེ་ས་གནས་ཚུན་གཅེས་སྤྱོད་ཡར་དྲག་གཏང་ནི་ཞེས་འཚུལ་དང་བཟུང་སྐུལ་ཁབ་སྤེལ་འབད་ནི་ལུ་བཙེན་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན། ང་བཅས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་འདི་ཨམ་ཨན་གྱི་ནང་ཐོབ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ཆ་རོགས་འབད་ནི་དོན་ལུ་ཨིན་མ་དང་ཁོང་རའི་གཅེས་སྤྱོད་པ་དང་བཟུང་ཚུ་རྒྱུ་ཤོག་ག་དེ་དྲག་དྲག་ལཱ་གས་ཤོམ་ཐོབ་ནི་དོན་ལུ་ང་བཅས་དང་མཉམ་སྦྲོག་འགྲུམ་འདི་བཙུགས་ཏེ་འབྲེལ་བ་འཐབ་གནང་། བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་། ੦੪ ੧੨੩੯ ੧੯੯੧།

ཨམ་ཨན་འདི་ལམ་སྟོན་དང་ང་བཅས་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་གི་དོན་ལུ་ཡོངས་འབྲེལ་ www.mndsau.org.au གཞིགས་གནང་།