འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ།

སྙན་ངག་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་འཆར་བཀོད།

གནས་རིམ་ ༥ པ། (སློབ་རིམ་ ༡༡ པ་དང་ ༡༢ པ།)

༢༠༢༦ – ༢༠༣༠

Contact Us

Bhutan Council for School Examinations and Assessment
Kawajangsa, Thimphu
Post Box No. 156

Email

bcsea@bcsea.bt

དཀར་ཆ།

༡. ཚོས་ཚན་འདི། ག་ཅི་སྦེ། གནམ་ཁ་རྒྱབ་དགོཔ་སྨོ? ༡
ཚོས་ཡིན་དང་རྒྱབ་སྐོར། ༢
སློབ་དཔོན་གྱིས་ འཐོབ་ཚུགས་པའི་མཐུན་རྐྱེན། ༢
དགེ་ཞིབ་ཀྱི་ཁྱད་རིག་གོང་འཕེལ། ༢
༢. དགེ་ཞིབ་རྩ་གཞུང་བརྗོད་སྡུད། ༢
དམིགས་གཏད། ༢
ནང་དོན་བརྗོད་སྡུད། ༤
དགེ་ཞིབ་བརྗོད་སྡུད། ༤
དགེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན། ༥
དགེ་ཞི་ཀྱི་ལས་དོན་དང་མཐུན་པའི་སྐུགས་ཀྱི་ཐིག་ཚད། ༦
དགེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་དང་མཐུན་པའི་ སྐུགས་ཀྱི་བགོ་བཀྲམ། ༦
གནས་རིམ་གྱི་འགྲེལ་བཤད། ༦
༣. ཚོས་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ཁ་གསལ། ༨
སློབ་རིམ་ ༡༡ པའི་ ནང་དོན། ༨
སློབ་རིམ་ ༡༢ པའི་ ནང་དོན། ༡༠
༤. དགེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཁ་གསལ། ༡༢
དགེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་གསུམ་པ། རང་སྦྱོང་སློབ་ཚན། ༡༤
རང་སྦྱོང་སློབ་ཚན་གྱི་ལས་རྟེན། ༡༦
སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལུ་འགོ་འཛིན། ༡༨
བཀོད་རྒྱའི་ཚིག། ༢༢
༥. ཤེས་དགོཔ་གཞན། ༢༢
འགོ་མ་བཙུགས་པའི་ཉིམ། ༢༤
གོ་སྐབས་དང་འདྲ་མཉམ། ༢༥
གོ་སྐབས་དང་བདེ་སྒྲིག། ༢༥
ཚོས་རྒྱུགས་ཀྱི་བཞུལ་ལྟ། ༢༦
གནས་རིམ་དང་སྐྱིན་ཁྲ། ༢༦

༡. ཚིག་ཚན་འདི་ ག་ཅི་སྦེ་ གནམ་ཁ་རྒྱབ་དགོཔ་སྨོ?

སྙན་ངག་གི་གཞུང་འདི་ བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས། སྙན་རྩོམ་གྱི་གཟུགས་སུ་ཡོད་པའི་ དེབ་ག་ར་ལུ་བརྟེ་བའི་མིག་ཏོ་བཟུམ་ཅིག་ཨིནམ་སྦེ་ རྒྱལ་བ་གོང་མ་མཆོག་གིས་གསུངས་ཡོདཔ་ཨིན། དེ་ཡང་ སྙན་ངག་མེ་ལོང་མ་ལས་ སྐྱེ་བོ་བསྟན་བཅོས་མི་ཤེས་པས། །ཡོན་ཏན་སྐྱོན་དག་ཇི་ལྟར་དབྱེ། །གཟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དམིགས་པའི་སྐབས། །ལོང་བ་དག་ལ་ཡོད་དམ་ཅི། །ཞེར་གསུངས་ཡོད། དེ་མ་ཚད་ རང་གིས་ གཞན་གྱི་ཡིད་ཁར་འོང་བའི་ཚིག་ཅིག་སླབ་ནི་ལས་འགོ་བཟུང་ ལེའུ་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་རྩོམ་ཚན་བྲི་དགོ་རུང་ སྙན་ངག་འདི་མེད་ཐབས་མེདཔ་ཅིག་ཨིན།

ཁེ་ཕན་གཙོ་བོ།

- རྒྱ་བོད་འབྲུག་གསུམ་གྱི་ སྙན་ངག་དང་འབྲེལ་བའི་འགྱུར་བ་དང་ རྩོམ་ཐངས་ཚུ་གི་ཤེས་ཡོན་འཐོབ་ཚུགས།
- སྙན་ངག་མེ་ལོང་མ་དང་འབྲེལ་བའི་ ལུས་རྒྱན་སྐྱོན་སེལ་ཚུ་ ཧ་གོ་སྟེ་ གནས་སྟངས་གཞན་མི་ནང་ལུ་ གཡོག་བཀོལ་ཚུགས།
- སྙན་རྩོམ་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ཡོད་པའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་དང་ རྩོམ་གཞན་མི་ཚུ་ ཧ་གོ་སྟེ་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་བ་ལེན་ནི་དང་ ལེགས་ཉེས་དབྱེ་བ་དཔྱད་ནི་གི་རིག་རྩལ་འཐོབ་ཚུགས།
- རྩོམ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཚད་སྦྱངས་ནི་གི་གོ་སྐབས་དང་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་ ཉམས་འགྱུར་ལྡན་སུམ་ཚོགས་པའི་ངག་སྙན་བརྩམ་ཚུགས།

དགོངས་དོན་གཙོ་བོ།

སྤྱིར་བཏང་སྙན་ངག་འདི་ལུ་ ལེའུ་གསུམ་ཡོད་རུང་ ཤེས་ཚད་གནས་རིམ་ ༥ པའི་དོན་ལུ་ ལེའུ་གསུམ་ལས་ ཆ་ཤས་རེ་ལས་ཁྱབ་ནི་མེདཔ་ཨིན།

༡. ལེའུ་དང་པ་ལས་ གཙོ་བོ་ ལུས་ཀྱི་སྐོར།

༢. ལེའུ་བར་པ་ལས་ རྒྱན་མང་ཆེ་བ།

༣. ལེའུ་བར་པ་ལས་གཙོ་བོ་ སྐྱོན་སེལ།

༤. སྙན་ངག་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་གི་མངོན་བརྗོད།

རྩིས་ལེན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར།

རྒྱལ་ཡོངས་ནང་རྩིས་ལེན།

འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གི་ཤེས་ཚད་འདི་ རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་དང་མཐུནམ་སྦེ་ བཟོ་བཀོད་འབད་ཡོདཔ་ལས་ ཤེས་ཡོན་ཚུ་གནས་ཚད་དང་སྤྱན་ཚད་ཅན་སྦེ་ འཐོབ་ཚུགསཔ་བཟོ་ནི་མ་ཚད་ ཤེས་ཚད་འདི་མཐར་འཁྱོལ་མི་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ནང་རྩིས་ལེན་ཡོད་པའི་ཤེས་ཚད་ལག་ཁྱེར་སྤྲོད་པ་ཨིན།

སློབ་དཔོན་གྱིས་ འཐོབ་ཚུགས་པའི་མཐུན་རྐྱེན།

ཤེས་ཡོན་ཕན་ནུས་ཅན་འདི་ རྩ་གཞུང་དང་ སློབ་སྟོན་ ཀྲབ་སྦྱུང་ དེ་ལས་ དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་ རིམ་སྒྲིག་འབད་ནི་ལུ་ རག་ལསཔ་ཨིན། འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐངས་ཚུ་ སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་སློབ་སྦྱོང་ཚོས་ཚན་གྱི་ དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་ནི་ ཀྲབ་སྦྱུང་གི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་དང་ མཐུན་སྒྲིག་ཡོདཔ་ངེས་གཏན་བཟོ་ནི་ཨིན། འདི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གསལ་རྟོག་རྟོ་དང་ དཔེ་སྟོན་མཁོ་ཆས་ དེ་ལས་ ཁྱད་རིག་གོང་འཕེལ་གྱི་གོ་སྐབས་ཚུ་ བྱིན་ཏེ་ དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་ ཆ་གནས་དང་ བློ་གཏད་ཅན། དེ་ལས་ དྲང་བདེན་གྱི་ དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་ བཟོ་བཀོད་དང་ འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་དོ་ཡོདཔ་ཨིན། རིམ་སྒྲིག་འདི་གིས་ ཀྲབ་སྦྱུང་གི་སྤུས་ཚད་ སྒྲིང་སྒྲིང་བཟོཝ་མ་ཚད་ ཚོས་རྒྱུགས་ཞུགས་མི་ཚུ་ ཤེས་ཡོན་དང་རིག་རྩལ་ཐོག་ ལུ་དབྱེ་ཞིབ་ནི་དང་ རྩ་གཞུང་བཟོ་དགོ་པའི་ དམིགས་ཡུལ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཏ་གོ་ཚུགསཔ་སྦེ་ ངེས་གཏན་བཟོཝ་ཨིན།

- **འཆར་གཞི་དང་ མཐུན་རྐྱེན་གྱི་གྲ་སྒྲིག།** རྩ་གཞུང་བཀོད་རིམ། ལས་འཆར། དྲི་བའི་དཔེ་ཚན་ སློབ་དཔོན་གྱི་ལམ་སྟོན།
- **ཀྲབ་སྦྱུང་དང་ བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་མཁོ་ཆས།** དཔེ་སྟོན་ལན་ཤོག་དང་ འདྲས་པའི་དྲི་བ། སློབ་ཕྲུག་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ ཚོགས་གྲུབ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ དཔེ་སྟོན།
- **གྲུབ་འབྲས་དབྱེ་དཔྱད་དང་ སྙན་ཞུ།** སློབ་སྟོན་ཐབས་ལམ་གྱི་ བརྡ་དོན་སྤྲོད་ནི་དང་ སློབ་ཕྲུག་གི་གྲུབ་འབྲས་ཡར་དྲག་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ དབྱེ་ཞིབ་ལས་ ཤེས་རྟོགས།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཁྱད་རིག་གོང་འཕེལ།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་བཀོད་ཚོགས་ཅིག་འབདཝ་ལས་ འབྲུག་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ གཙོ་བོ་དབྱེ་ཞིབ་དང་འབྲེལ་བའི་མཁས་རིག་གོང་འཕེལ་ཚུ་ ཕྱིན་ཆི་ལུ་དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་པ་ཨིན། འདི་གིས་ སློབ་དཔོན་དང་ ཆོས་རྒྱུགས་ལཱ་མི་ཚུ་ལུ་ གཞམ་འཁོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ རིག་རྩལ་འཕེལ་ཚུགས་པ་ངེས་གཏན་བཟོཝ་ཨིན།

- དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་ ཚད་གཞི་ཚུ་ ཉ་གོ་ནི།
- དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཚུ་ འབྲེལ་བཤད་དོན་འཁྲུལ་མེད་པར་རྒྱབ་ཚུགས་ནི་དང་ གཡོག་བཀོལ་ཚུགས་ནི།
- ཁྱབ་སྒྱུར་འབད་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་བཀོད་ནིའི་རིག་རྩལ་འཕེལ་ཚུགས་ནི།
- དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་གནས་ཚད་དང་ བྱ་རིམ་གྱི་འགྱུར་བ་ཚུ་ དུས་མཐུན་སྦེ་ བཞག་ནི།

ཐབས་ལམ་འདི་གི་ཐོག་ལས་ འབྲུག་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ སྤྱིར་ཚད་ཅན་གྱི་ དབྱེ་ཞིབ་དང་ ཐུང་བདེན། དེ་ལས་ བློ་གཏད་ཅན་ཚུ་ ངེས་གཏན་བཟོ་སྟེ་ སློབ་ཕྲུག་དང་ ཤེས་ཡོན་བྱིན་མི་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་ ཁྱད་འཕགས་ཅན་གྱི་ གྲུབ་འབྲས་འཐོན་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབདཝ་ཨིན།

༢. དབྱེ་ཞིབ་རྩ་གཞུང་བཅུད་སྡུད།

དམིགས་གཏད།

སློབ་ཚན་འདི་གི་དམིགས་ཡུལ་ཚུ་ཡང་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ གཞམས་འཁོད་བཟུམ་སྦེ་ འབད་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་འདི་ཨིན།

- སྙན་ངག་མེ་ལོང་འདི་བརྒྱུད་དེ་ སྔར་སྲོལ་གྱི་སྙན་རྩོམ་གྱི་གཏིང་ཟབ་ཚད་ལུ་སྤྲོ་བ་བསྐྱེད་དེ་ ངོས་ལེན་འབད་ནི།
- ཆོས་ཚན་འདི་ནང་ གསལ་བཀོད་འབད་མི་ ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་ མངོན་བརྗོད་ཚུ་ ཉ་གོ་སྟེ་ ཚིག་སྦྱོར་སྒྲིག་ཐངས་དང་ རྩོམ་ཐངས་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་ནི།
- རང་གི་ཚོར་སྣང་དང་ གནད་དོན་ཚུ་ སྙན་རྩོམ་གྱི་ཐོག་ལས་ བརྡ་དོན་སྤྲོད་ལེན་འབད་དེ་ རྩོམ་རྒྱབ་ཚུགས་ནི།
- སྙན་ངག་གི་ལམ་ལས་ ཚིག་དང་དོན་གྱི་ཆ་ལུ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་རིག་རྩལ་འཕེལ་ནི།

ནང་དོན་བརྗེད་ཐོ།

ཤེས་བྱའི་གནས།	སློབ་རིམ་ ༡༡ པའི་དོན་ཚན།	སློབ་རིམ་ ༡༢ པའི་དོན་ཚན།
༡. ལུས།	༡. ལུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ།	༡. ཚིགས་བཅད་ཀྱི་སྐོར།
༢. རྒྱན།	༢. རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ལས་ དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་ཚན།	༢. ཏོག་པ་ཅན་ལས་ ཡོངས་བརྗེས་ཀྱི་རྒྱན་ཚན།
༣. སྐྱོན་སེལ།	༣. གཅོད་ཉམས་པ་ལས་ འགལ་བའི་སྐྱོན་ཚན།	༣. དོན་ལས་ གཅོད་མཚམས་ཉམས་པ་ཚན།
༤. མིང་གི་རྣམ་གྲངས།	༤. དཔེར་བརྗོད་ནང་ཡོད་པའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཚོ།	༤. དཔེར་བརྗོད་ནང་ཡོད་པའི་མངོན་བརྗོད་ཚོ།

དབྱེ་ཞིབ་བརྗེད་ཐོ།

ཚོམ་རྒྱུགས།

ཚ་ཤས་དང་པོ།	ཚ་ཤས་གཉིས་པ།
དྲི་ཤོག་ ༡ པ། དུས་ཡུན་ཆུ་ཚོད་ ༡.༥ །	དྲི་ཤོག་ ༢ པ། དུས་ཡུན་ཆུ་ཚོད་ ༡.༥ །
སྐུགས་ ༦༠ ། བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ །	སྐུགས་ ༦༠ ། བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ །
དྲི་བའི་དབྱེ་ཁག། ལན་གདམ་ཁ་ཅན་དང་ ལན་ཐུང་། ལན་ཚད་ཅན། ལན་རིང་གི་དྲི་བ་ཚུ་བཀོད་དགོས་ཡིན།	དྲི་བའི་དབྱེ་ཁག། ལན་གདམ་ཁ་ཅན་དང་ ལན་ཐུང་། ལན་ཚད་ཅན། ལན་རིང་གི་དྲི་བ་ཚུ་བཀོད་དགོས་ཡིན།
འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོམ་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།	འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོམ་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

©BCSEA 2026

ཆ་ཤས་གསུམ་པ་   རང་སྦྱོང་སློབ་ཚན།
སྐུགས་ ༣༠ །   ནང་འཁོད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་དང་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོས་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ བདེན་དཔྱད་འབད་ནི།   སྐུགས་ཀྱི་ཐིད་ཚད་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༠% །

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ཚུ་ཡང་

༡. ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།

སྐད་ངག་གི་ལུས་དང་རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་ ངོ་བོ་ ངེས་ཚིག་ དབྱེ་བ་ ཁྱད་རྣམ་ཚུ་དང་ སྐད་ངག་གི་ཐོག་ལུ་ ཡོད་པའི་དེབ་ཚུ་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ གོ་རྟོགས་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་ འབྲི་སྟབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ རྣམ་པར་གསལ་བར་ སྟོན་ཚུགས་དགོ།

༢. དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།

- སྐད་ངག་གི་ལུས་རྒྱན་སྐྱོན་སེལ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚིག་དང་དོན་གྱི་ཆ་ལུ་ ཁུངས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཡང་དག་བཀོད་དེ དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཚུགས་དགོ།

༣. ལག་ལེན་གསར་རྩོམ།

- སྐད་ངག་གི ལུས་རྒྱན་སྐྱོན་སེལ་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ གཡོག་བཀོལ་ཏེ ཡུལ་དུས་གནས་སྐབས་དང་མཐུན་པའི ཞབས་ཁྲ། ཚང་མོ། བློ་ཟེ། སྐད་རྩོམ་གཞན་ཚུ་ སྐད་ཚིག་གི་ཉམས་འགྱུར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྦེ གསར་རྩོམ་འབད་དེ བརྡ་དོན་སྤྲོད་ལེན་ འབད་ཚུགས་དགོ།

དབྱེ་ཞི་ཀྱི་ལས་དོན་དང་མཐུན་པའི་སྐུགས་ཀྱི་ལྗིད་ཚད།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་རེ་རེ་ལུ་ བགོ་བཀྲམ་འབད་ཡོད་པའི་ སྐུགས་ཀྱི་ལྗིད་ཚད་ཀྱི་ བཅུད་བསྡུས་ཚུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཨིན།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན།	སྐུར་ཀྱི་ལྗིད་ཚད།
༡ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།	༣༠%
༢ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།	༣༠%
༣ ལག་ལེན་དང་གསར་རྩོམ།	༤༠%
ཡོངས་བསྡོམས།	༡༠༠%

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་དང་མཐུན་པའི་ སྐུགས་ཀྱི་བགོ་བཀྲམ།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན།	ཆ་ཤས་ཀྱི་སྐུགས། བརྒྱ་ཆ% །		
	དྲི་ཤོག་ ༡ པ།	དྲི་ཤོག་ ༢ པ།	རང་སྦྱོང་སློབ་ཚན།
༡. ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།	༣༠		༣༠
༢. དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།	༣༠		༣༠
༣. ལག་ལེན་དང་གསར་རྩོམ།	༤༠		༤༠
ཡོངས་བསྡོམས།	༡༠༠		༡༠༠

གནས་རིམ་གྱི་འགྲེལ་བཤད།

གནས་རིམ་འགྲེལ་བཤད་ཚུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་རིམ་འཐོབ་མི་ ངོ་རྒྱུང་ཚུ་ལུ་ རིབ་བསྐྱེད་པའི་ གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་གནས་ཚད་ཚུ་ གསལ་བཀོད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན། དེ་ཚུ་གིས་ གནས་རིམ་ ཁ་དང་ ག་ དེ་ལས་ ང་ཚུ་ནང་ འཐོབ་དགོ་པའི་ སློབ་སྦྱོང་གྲུབ་འབྲས་ སྤྱིར་བཏང་གི་བརྡ་སྟོན་བྱིན་མ་ཨིན། འགྲེལ་བཤད་ཚུ་ སྐུགས་བྱིན་ཐངས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་སྦེ་མེན་པར་ སློབ་ཚན་འདི་གི་ནང་དོན་དང་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ དེ་ལས་ སྦྱོང་ལྷ་ཚུ་ གནས་སྟངས་ག་ཅི་བཟུམ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ བསྒྲིགས་ཡོདཔ་ཨིན་ནའི་ སྐབས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་

གོ་བ་ལེན་དགོ། དེ་ཚུ་ཡང་ སློབ་དཔོན་དང་ ཆོས་རྒྱུགས་ལེན་མི་ཚུ་གིས་ སློབ་རིམ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ ཤེས་ཡོན་གྱི་གནས་ཚད་ཚུ་ ཏེ་གོ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དང་ ལཱ་གི་ཚད་གཞི་བཟོ་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ བཟོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

ཚད་གཞི/གནས་རིམ།	ཀ	ཁ	ག
ཤེས་ཡོན་གོ་རྟོགས།	ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་གསུམ་གྱི་ ངོ་བོ་ ངེས་ཚིག་ དབྱེ་བ་དང་ ནང་དོན་ཚུ་ ཆ་ཚང་བ་དང་ འཐོལ་བ་མེད་པར་ དྲན་ནི་དང་ གོ་བ་གཏིང་ཟབ་པ་སྦེ་ ལེན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་དོན་དང་ལྡན་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྦེ་ རྒྱབ་ཚུགས།	ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་གསུམ་གྱི་ ངོ་བོ་ ངེས་ཚིག་ དབྱེ་བ་དང་ ནང་དོན་ཚུ་ ཏ་ལམ་དྲན་ཚུགས་ནི་དང་ གོ་བ་སྤྱིར་བཏང་སྦེ་ལེན་ཚུགས་པའི་ཁར་ འགྲེལ་བཤད་ མང་ཆེ་བ་ཁ་གསལ་བ་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྦེ་ རྒྱབ་ཚུགས།	ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་གསུམ་གྱི་ ངོ་བོ་ ངེས་ཚིག་ དབྱེ་བ་གོ་བ་ཚུ་ དཀའ་པ་དྲན་ཚུགས་ནི་དང་ གོ་བ་ཚུལ་ཙམ་རེ་ལེན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་ རག་ཙམ་རེ་ རྒྱབ་ཚུགས།
དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།	• ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་སྒོར་ལས་ གཏིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྒོ་ལས་ དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཚུགས་པའི་དཔེ་སྟོན་འབད་ཡོདཔ། • ཁྱེངས་དང་རྒྱུ་མཚན། སྒྲུབ་བྱེད་ བཀོད་ཡོད་མི་ཚུ་ ཚོམ་འབབ་དང་ ཡིད་ཆེས་ གནམ་མེད་ས་མེད་ བསྐྱེད་ཚུགས་པའི་ དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ།	• ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་གྱི་ རྣམ་གཞག་གི་སྒོར་ལས་ གཏིང་རྒྱ་ཏ་ལམ་ཡོད་པའི་ དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ། • ཁྱེངས་དང་རྒྱུ་མཚན། སྒྲུབ་བྱེད་ བཀོད་ཡོད་མི་ཚུ་ ཚོམ་འབབ་དང་ ཡིད་ཆེས་ཏ་ལམ་བསྐྱེད་ཚུགས་པའི་ དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ།	• ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་གྱི་ རྣམ་གཞག་གི་སྒོར་ལས་ དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ ཉམས་ཚད་གཏིང་རྒྱ་ཆུང་བ། • ཁྱེངས་དང་རྒྱུ་མཚན། སྒྲུབ་བྱེད་ བཀོད་ཡོད་མི་ཚུ་ ཐད་ཀར་དུ་ སྒྲུབ་བྱེད་སྦེ་ འགྲོ་མ་བཏུབ་སྦེ་བཀོད་ཡོདཔ།
ལག་ལེན་དང་གསར་རྩོམ།	• ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་གྱི་ནང་དོན་ཚུ་ ཡུལ་ དུས་ གནས་སྐབས་དང་བསྟུན་ཏེ་ དོན་སྨིན་ཅན་སྦེ་ གཡོག་བཀོལ་ཚུགས།	• ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་གྱི་ནང་དོན་ཚུ་ ཆ་འདྲ་བའི་གནས་སྐབས་ནང་ འཐོལ་བར་མེད་པར་གཡོག་བཀོལ་ཚུགས།	• ལུས་ རྒྱན་ སྐྱོན་སེལ་ཚུ་ ཆ་འདྲ་བའི་གནས་སྐབས་ནང་ ཨ་ཙི་རེ་གཡོག་བཀོལ་ཚུགས། • ཞབས་ཁྲ་ལ་སོགས་པའི་སྙན་རྩོམ་ཚུ་ ལུས་ལུ་སྐྱོན་ཡོད་པ་

	• ཚིག་དོན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ ཞབས་ཁྲ་དང་ རྩང་མོ་ལ་སོགས་པའི་ སྙན་ཚོམ་དང་ ཚོམ་རིག་ གཞན་མི་ཚུ་ ཡུལ་དུས་གནས་སྐབས་དང་མཐུན་མ་སྦེ་ ཉམས་འགྱུར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་སྒོ་ལས་ གསར་སྒྲོམ་འབད་ཚུགས།	• ཞབས་ཁྲ་དང་ རྩང་མོ་ལ་ སོགས་པའི་ སྙན་ཚོམ་འཛམ་ སམ་ཚུ་ སྙན་ཚིག་དང་ཉམས་ སྦེ་ གསར་སྒྲོམ་འབད་ཚུགས།	དང་ རྒྱན་ཚུ་ ཨ་ཙི་རི་ཡོགཔ་ སྦེ་ གསར་སྒྲོམ་འབད་འོང་།

༣. ཚེས་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ཁ་གསལ།

སློབ་རིམ་ ༡༡ པའི་ ནང་དོན།

༡. ལུས།

སློབ་སྦྱོང་འབད་མི་ཚུ་གིས་ ལུས་སྒྲི་དང་ ནང་གསེས་དབྱེ་བ་ཚུ་གི་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས། དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ། ལག་ལེན་དང་ འགྲེལ་བའི་རིག་རྩལ་འཐོབ་ཚུགས་དགོ།

- ཚིགས་བཅད།
- ཚིག་ལྷུག་པ།
- སྤེལ་མ།

༢. རྒྱན།

སློབ་སྦྱོང་འབད་མི་ཚུ་གིས་ རྒྱན་སྒྲི་དང་ ནང་གསེས་དབྱེ་བ་ཚུ་གི་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས། དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ། ལག་ལེན་དང་ གསར་སྒྲོམ་དང་འགྲེལ་བའི་རིག་རྩལ་འཐོབ་ཚུགས་དགོ།

- རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་བཞི།
- དཔེ་རྒྱན་ཟླ་གཞུང་བཞིན།

- མཚུངས་གསལ་གྱི་སྒྲ།
- གཟུགས་རྒྱན་རྩ་གཞུང་བཞིན།
- གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་རྩ་གཞུང་བཞིན།
- འགོག་པའི་རྒྱན་ རྩ་གཞུང་བཞིན།
- དོན་གཞན་བཀོད་པ་རྩ་གཞུང་བཞིན།

༣. སྐྱོན་སེལ།

ཀློབ་སྦྱོང་འབད་མི་ཚུ་གིས་ སྐྱོན་སེལ་སྤྱི་དང་ ནང་གསེས་དབྱེ་བ་ཚུ་གི་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས། དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ། ལག་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་རྩལ་འཐོབ་ཚུགས་དགོ།

- གཏོང་མཚམས་ཉམས་པ།
- སྦྱོར་ཉམས་པ།
- ཡུལ་དང་འགལ་བ།
- དུས་དང་འགལ་བ།
- འཇིག་རྟེན་དང་འགལ་བ།

༤. མིང་གི་རྣམ་གྲངས།

- དཔེར་བརྗོད་ནང་ཡོད་པའི་ མིང་དང་ཚིག་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས།
- མིང་ཚིག་ཚུ་གི་གོ་དོན་དང་ ངེས་ཚིག་ གནས་སྐབས་དང་བསྟུན་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་པའི་ ཤོགས་གྲུབ་འཐོབ་ཚུགས་དགོ།

སློབ་རིམ་ ༡༢ པའི་ ནང་དོན།

༡. ལུས།

ཇུབ་སྒྲུང་འབད་མི་ཚུ་གིས་ ལུས་སྐྱིད་དང་ ནང་གསལ་དབྱེ་བ་ཚུ་གི་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས། དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ། ལག་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་རྩལ་འཐོབ་ཚུགས་དགོ།

ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཚུ་ལས་

- རིགས།
- གྲོལ་བ།
- མཛོད།
- འདུས་པ།
- སྤེལ་མ།

༢. རྒྱན།

ཇུབ་སྒྲུང་འབད་མི་ཚུ་གིས་ རྒྱན་སྐྱིད་དང་ ནང་གསལ་དབྱེ་བ་ཚུ་གི་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས། དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ། ལག་ལེན་དང་གསར་སྒྲོམ་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་རྩལ་འཐོབ་ཚུགས་དགོ།

- ཇོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་རྩ་གཞུང་བཞིན།
- གྲིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་རྩ་གཞུང་བཞིན།
- རྒྱུ་རྒྱན་རྩ་གཞུང་བཞིན།
- ཕྲ་མོའི་རྒྱན་རྩ་གཞུང་བཞིན།
- ཚའི་རྒྱན་རྩ་གཞུང་བཞིན།
- རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྩ་གཞུང་བཞིན།
- དགའ་བའི་རྒྱན་རྩ་གཞུང་བཞིན།

- ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱན་རྩོ་གཞུང་བཞིན།
- གཟི་བརྗིད་ཀྱི་རྒྱན་རྩོ་གཞུང་བཞིན།
- རྣམ་གྲངས་བརྗོད་པའི་རྒྱན་རྩོ་གཞུང་བཞིན།
- ཀུན་ཕན་གྱི་རྒྱན་རྩོ་གཞུང་བཞིན།
- རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་རྩོ་གཞུང་བཞིན།
- ཆོས་ལ་བསྔོན་ངོར།
- ཡོན་ཏན་མ་ཚང་བའི་ཁྱད་པར་བརྗོད་པ།
- བསྟོད་པའི་མཚུངས་སྦྱོར།
- སྐབས་མིན་བསྟོད་པ།
- ཟོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན།
- མཆོག་གི་ངེས་བསྟན་གྱི་རྒྱན།
- ཡོན་ཏན་ལྡན་ཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱན།
- ཡོངས་བརྗེས་ཀྱི་རྒྱན།
- ཤིས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱན།
- སྟོབས་མཚུངས་རབ་སྤལ།

༣. **སྐྱོན་སེལ།**

- དོན་ཉམས་པའི་སྐྱོན།
- དོན་འགལ་བའི་སྐྱོན།
- དོན་གཅིག་པའི་སྐྱོན།
- རིམ་པ་ཉམས་པའི་སྐྱོན།
- སྡེབ་སྦྱོར་ཉམས་པའི་རྒྱན།

- གཅོད་མཚམས་ཉམས་པའི་རྒྱུན།

༤. མིང་གི་རྣམ་གྲངས།

- དཔེར་བརྗོད་ནང་ཡོད་པའི་ མིང་ཚིག་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས།

༤. དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཁ་གསལ།

འོག་གི་ཐིག་ཁྲམ་འདི་ དྲི་ཤོག་གཉིས་ཚ་རའི་དོན་ལུ་ཨིན།

ཚོས་རྒྱུགས། དུས་ཡུན་ ཆུ་ཚོད་ ༡.༤༥ །				
དྲི་བའི་སྡེ་ཚན།	དྲི་བའི་གྲངས་ཁ།	སྐུགས།	ཡོངས་བསྡོམས།	ལས་དོན།
ཀ-གནམ་ཁ་ཆེན།	༥	༥×༡=༥	༥	ཤེས་ཡོན་དང་ གོ་རྟོགས།
ཁ_ལན་ཐུང་།	༥	༥×༢=༡༠	༡༠	ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།
ག-ལན་ཚད་ཅན།	༣	༣×༥=༡༥	༡༥	ལག་ལེན།
ང_ལན་རིང་།	༣	༣×༡༠=༣༠	༣༠	དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ།
བསྡོམས།	༡༦		༦༠	
ནང་དོན་ལས་ ཉུང་མཐའ་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠ སློབ་དེབ་ ༡༡ པ་ལས་བཀོད་དགོ།				
དབྱེ་ཞིབ་འབད་མི་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོས་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ།				
སྐུགས་ཀྱི་ཛིད་ཚད། བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ ।				

དྲི་ཤོག་དང་པའི་ཁ་གསལ།

སྐུགས་ ༦༠ །

དུས་ཡུན། ཆུ་ཚོད་ ༡.༤༥ །

དྲི་ཤོག་འདི་ནང་ ཚོག་ལུ་ཁ་གསལ་སྡེ་བཀོད་ཡོད་པ་བཟུམ་ དྲི་བ་སྡེ་ཚན་བཞི་སྡེ་བཀོད་ནི།

སྟེ་ཚན་ཀ་ནང་ ལན་གནམ་ཁ་ཚེ་ཀྱི་དྲི་བ་ ༥ བཀོད་ནི་དང་ དྲི་བ་རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༡ རེ་དང་ ཡོངས་བསྡོམས་སྐུགས་ ༥ ། དེ་གིས་ གཙོ་བོ་ཚོས་ཚན་རང་སོའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

སྟེ་ཚན་ཁ་ནང་ ལན་ཐུང་གི་དྲི་བ་ ༥ བཀོད་ནི། དྲི་བ་རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༢ རེ་བྱིན་ནི་ཨིན། ཡོངས་བསྡོམས་ སྐུགས་ ༡༠ ཨིན། དེ་གིས་ ལས་དོན་དང་པ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

སྟེ་ཚན་ག་ནང་ ལན་ཚད་ཚེ་ཀྱི་དྲི་བ་ ༣ བཀོད་ནི། དྲི་བ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༥ ། ཡོངས་བསྡོམས་སྐུགས་ ༡༥ ། དེ་གིས་གཙོ་བོ་ ལས་དོན་ ལག་ལེན་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

སྟེ་ཚན་ང་ནང་ ལན་རིང་གི་དྲི་བ་ ༣ བཀོད་ནི། དྲི་བ་ རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༡༠ ཡོངས་བསྡོམས་ སྐུགས་ ༣༠ ། དེ་གིས་ གཙོ་བོར་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

ལན་གནམ་ཁ་དང་ ལན་ཐུང་གི་དྲི་བ། ལན་ཚད་ཚེ་ཀྱི་དྲི་བ་ཚུ་ལུ་ གདམ་ཁ་མེད་པར་ ག་ར་གི་ལན་བྲི་དགོ། ལན་རིང་གི་ དྲི་བ་ ༣ ལས་ ༢ གདམ་ཁ་རྐྱབ་སྟེ་ སྐུགས་ ༣༠ གི་ལན་ བྲི་དགོ།

དྲི་ཤོག་དང་པའི་ཡོངས་བསྡོམས་ཀྱི་ སྐུགས་ ༦༠ འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ ནང་ བབ་དགོ།

སློབ་རིམ་ ༡༢ པའི་ཚོས་རྒྱུགས་ནང་ དྲི་བ་ཉུང་མཐའ་བརྒྱ་ཆ་ ༢༥-༣༠ གི་བར་ན་ སློབ་རིམ་ ༡༡ པའི་ནང་དོན་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ བཀོད་དགོཔ་ཨིན།

དྲི་ཤོག་གཉིས་པའི་ཁ་གསལ།

སྐུགས་ ༦༠ །

དུས་ཡུན། ཆུ་ཚོད་ ༡.༤༥ །

དྲི་ཤོག་འདི་ནང་ ཚོག་ལུ་ཁ་གསལ་སྦེ་བཀོད་ཡོད་པ་བཟུམ་ དྲི་བ་སྟེ་ཚན་བཞི་སྦེ་བཀོད་ནི།

སྟེ་ཚན་ཀ་ནང་ ལན་གནམ་ཁ་ཚེ་ཀྱི་དྲི་བ་ ༥ བཀོད་ནི་དང་ དྲི་བ་རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༡ རེ་དང་ ཡོངས་བསྡོམས་སྐུགས་ ༥ ། དེ་གིས་ གཙོ་བོ་ཚོས་ཚན་རང་སོའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

སྤྱི་ཚན་ཁ་ནང་ ལན་ཐུང་གི་དྲི་བ་ ༥ བཀོད་ནི། དྲི་བ་རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༢ རེ་ཐོབ་ནི་ཨིན། ཡོངས་བསྡོམས་ སྐུགས་ ༡༠ ཨིན། དེ་གིས་ ལས་དོན་དང་པ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

སྤྱི་ཚན་ག་ནང་ ལན་ཚད་ཉེ་གྱི་དྲི་བ་ ༣ བཀོད་ནི། དྲི་བ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༥ ། ཡོངས་བསྡོམས་སྐུགས་ ༡༥ ། དེ་གིས་གཙོ་བོ་ ལས་དོན་ ལག་ལེན་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

སྤྱི་ཚན་ང་ནང་ ལན་རིང་གི་དྲི་བ་ ༣ བཀོད་ནི། དྲི་བ་ རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༡༠ ཡོངས་བསྡོམས་ སྐུགས་ ༣༠ ། དེ་གིས་ གཙོ་བོར་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

ལན་གདམ་ཁ་དང་ ལན་ཐུང་གི་དྲི་བ། ལན་ཚད་ཉེ་གྱི་དྲི་བ་ཚུ་ལུ་ གདམ་ཁ་མེད་པར་ ག་ར་གི་ལན་བྲི་དགོ། ལན་རིང་གི་ དྲི་བ་ ༣ ལས་ ༢ གདམ་ཁ་རྐྱབ་སྟེ་ སྐུགས་ ༣༠ གི་ལན་ བྲི་དགོ།

དྲི་ཤོག་དང་པའི་ཡོངས་བསྡོམས་ཀྱི་ སྐུགས་ ༦༠ འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ ནང་ ཕབ་དགོ།

སློབ་རིམ་ ༡༢ པའི་ཚོས་རྒྱུགས་ནང་ དྲི་བ་ཉུང་མཐའ་བརྒྱ་ཆ་ ༢༥-༣༠ གི་བར་ན་ སློབ་རིམ་ ༡༡ པའི་ནང་དོན་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ བཀོད་དགོཔ་ཨིན།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་གསུམ་པ། རང་སྦྱོང་སློབ་ཚན།

སྐུགས་ ༣༠ །

སློབ་གྲྭ་ནང་འཁོད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་དང་ འབྲུག་གི་ཚོས་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ བདེན་དཔྱད་འབད་དེ་ མཐའ་དཔྱད་ སྐུགས་ཀྱི་ གྲངས་སུ་བཙུགས་ནི་ཨིན།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ ༣ པ་ སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལཱ་འདི་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ལས་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས། དབྱེ་ཞིབ་དང་དབྱེ་དཔྱད། ལག་ལེན་དང་གསར་རྩོམ་གསུམ་ཆ་ར་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་སྦྱོང་ལཱ་བཟོ་དགོ། སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ ཁྱུས་དང་རྒྱུན་ཚུ་གཡོག་བཀོལ་ཏེ་ དཔེར་བརྗོད་རྐྱབ་ནི་དང་ རྒྱུན་ཚུ་གཅིག་ཁར་བཙུགས་ཏེ་ སྔན་སྒོམ་ཐུང་ཀུ་གཅིག་གསར་སྒོམ་འབད་ནི། གཞུང་གི་གནད་འགག་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནིའི་ ལས་འགུལ་གཅིག་འབད་དགོཔ་ཨིན། ལས་འགུལ་འདི་གིས་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ རྩ་གཞུང་གི་དམིགས་ཡུལ་

དང་བསྟུན་པའི་ ཤེས་ཡོན་དང་རིག་རྩལ་ག་དེ་སྦེ་ཐོབ་ཡོད་ག་ གསལ་སྟོན་འབད་བཅུག་དགོཔ་མ་ཚད་ གཞུང་དོན་ལུ་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས། ལག་ལེན། དབྱེ་དཔྱད་ དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་ བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི་གི་ལཱ་ཚུ་ཡང་ ཚུད་དགོཔ་ཨིན།

ལས་འགྲུལ་འདི་གི་དོན་ལུ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ བདུན་ཕྲག་ ༢ ལས་ ༣ ཚུན་གྱི་དུས་ཡུན་བྱིན་དགོཔ་དང་ དེ་ཡང་ ཆུ་ཚོད་ ༡༠ ལས་ ༡༥ གི་རྩིས་རྐྱབ་དགོཔ་ཨིན། དུས་ཡུན་འདི་གི་རིང་ལུ་ སློབ་སྟོན་པའི་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ རང་ལུ་ཐོབ་ཡོད་པའི་དོན་ཚན་གྱི་ཐོག་ལུ་ འཚོལ་ཞིབ་འབད་ནི་དང་ དབྱེ་བ་དཔྱད་ནི་ ཟིན་བྲིས་བཏབ་ནི། མཐའ་དཔྱད་བྲི་དགོཔ་ཨིན། ལས་འགྲུལ་འདི་ལུ་བགོ་བཀྲམ་འབད་ཡོད་པའི་ཡོངས་བསྡོམས་ཀྱི་སྐུགས་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༠ མཐའ་དཔྱད་ཀྱི་སྐུགས་ཀྱི་ གྲངས་སུ་བརྩིགཔ་ཨིན། ལས་འགྲུལ་འདི་ སློབ་ཕྲུག་ག་ར་ལུ་ཁོ་ར་གཅིགཔ་སྦེ་ཡོད་པའི་ཁར་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐངས་ཡང་ གཅིག་མཚུངས་སྦེ་ དགོ། གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་གནས་རིམ་ག་རའི་ནང་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གྲུབ་ཐབས་ལུ་ སློབ་ཕྲུག་གི་ཁམས་དབང་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྤྱིར་ ལཱའི་སྐ་ཁ་ལངམ་སྦེ་དགོཔ་མ་ཚད་ ལས་འགྲུལ་ག་རའི་ནང་ གནམ་ཁ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འབད་ནིའི་གོ་སྐབས་བཟོ་དགོ།

སློབ་ཚན་གྱི་ལས་འགྲུལ་འདི་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་ཡོད་པའི་ ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནང་དོན་གྱི་སྤྱད་ཚད་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ཨིན། སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལཱ་གི་ དུས་ཚོད་ཚུ་ཡང་ ཡོངས་བསྡོམས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆའི་ཐིག་ཚད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གཏན་འབེབས་བཟོ་དགོ། (བརྒྱ་ཆ་ ༣༠ །)

སློབ་ཚན་གྱི་ལས་འགྲུལ་གྱིས་ གཤམ་གསལ་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་གི་ཆ་ཤས་ཚུ་ལུ་ ཁྱབ་ཚུགས་པ་སྦེ་ བཟོ་དགོ།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཚད་གཞི།	སྐུགས་ཀྱི་བགོ་བཤའ།
༡. ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།	༩
༢. དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།	༩
༣. ལག་ལེན་དང་གསར་རྩོམ།	༡༢

རང་སྦྱོང་སློབ་ཚན་གྱི་ལམ་སྟོན།

སྦྱོང་ལཱ་གི་རང་བཞིན།

སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལཱ་འདི་ སྐུགས་ ༣༠ འབད་མི་ ལས་འགུལ་གཅིག་དགོཔ་ཨིན། སྦྱོང་ལཱ་འདི་གིས་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ སྐད་ངག་གི་ནང་ དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་དང་ ལག་ལེན་དང་གསར་སྒྲོམ་གྱི་འདོན་ཐངས་སྟོན་ཚུགས་པའི་གོ་སྐབས་བྱིན་དགོ།

ཚེས་འཐབ་ཡོད་པའི་གྲོས་འཆར་གྱི་ལས་འགུལ།

- རྒྱན་ཚུ་གི་ཁྲིད་རྣམ་དང་ ཁྲིད་ཚོས་ ཚིག་སྒྲིག་ཐངས་ཚུ་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་བཅུག་ནི།
- སྐད་ངག་གི་རྩོམ་ཐངས་དང་ འབྲུག་གི་སྐད་རྩོམ་ཚུ་ལུ་ ཁྲིད་པར་ག་དེ་སྦེ་འདྲེག་ག? དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་བཅུག་ནི།
- རྒྱན་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་ དཔེར་བརྗོད་ བསྟོད་རྩོམ་ མཆོད་བརྗོད་ མཇུག་རྩོམ་ལ་སོགས་པ་ ཚིགས་བཅད་རེ་སྦེ་ བྲིས་བཅུག་ནི།
- རྒྱན་མ་འདྲཝ་ཚུ་གཡོག་བཀོལ་ཏེ་ ཚིགས་བཅད་དང་ ཚིག་ལྷུག་ སྤེལ་མའི་རྩོམ་ཐུང་ཀུ་རེ་བྲིས་བཅུག་ནི།
- རྒྱན་མ་འདྲཝ་ཚུ་བསྡེབས་ཏེ་ ཀ་རྩོམ་བྲི་ནི།
- དོན་ཚན་གཅིག་གི་ཐོག་ལུ་ རྒྱན་མ་འདྲཝ་ཚུ་བསྡེབས་ཏེ་ རྩོམ་སྒྲིག་འབད་བཅུག་ནི།
- གཞན་ཡང་ ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ ལས་འགུལ་ཚུ་ སློབ་སྟོན་པ་རང་གིས་བཟོ་སྟེ་ སྦྱོང་ནི།

དྲན་གསོ། འདི་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་དོན་ཚན་ལུ་ར་གཞི་བཞག་སྟེ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་མེདཔ་ཨིན། གཙོ་བོ་ར་ ལེའུ་ ༡༠ ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ ལས་དོན་འགྲུབ་མ་འགྲུབ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཚད་གཞི།

- སྐུགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་དང་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྐུགས་བྱིན་ནི་མ་གཏོགས་ འབྲེལ་མེད་ཀྱི་སྐུགས་བཏོག་ནི་མི་འོང་།
- སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་ སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལཱ་འདི་ སློབ་གྲྭ་ནང་འཁོད་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་དང་ འབྲུག་ཚོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དབྱེ་ཚད་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ བསྐྱར་ཞིབ་ནི་ཨིན། དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐངས་དང་ བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་ལུགས་འདི་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ གཅིག་མཚུངས་སྦེ་ར་ བཞག་དགོཔ་ཨིན།

ཚད་གཞི།	མཐོ་ཤོས་འགྱུར། (༨-༩)	རབ། (༦-༧)	འབྲིང་། (༤-༥)	མཐའ། (༠-༣)
ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།	ཁྱེས་རྒྱན་སྐྱོན་སེལ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་ནང་དོན་ཚུ་ཆ་ཚང་འཛོལ་བ་མེད་པར་ དྲན་ཏེ་ འབྲི་སྣབ་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་བ་ གཏིང་ཟབ་པ་སྦེ་ལེན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་ཁ་གསལ་བ་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྦེ་རྒྱབ་ཚུགས།	ཁྱེས་རྒྱན་སྐྱོན་སེལ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་ནང་དོན་ཚུ་ཉ་ལམ་འཛོལ་བ་མེད་པར་ དྲན་ཏེ་ འབྲི་སྣབ་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་བ་ སྤྱིར་བཏང་སྦེ་ལེན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་ཉ་ལམ་ཁ་གསལ་བ་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྦེ་རྒྱབ་ཚུགས།	ཁྱེས་རྒྱན་སྐྱོན་སེལ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་ནང་དོན་ཚུ་ མང་ཆེ་བ་འཛོལ་བ་མེད་པར་དྲན་ཏེ་འབྲི་སྣབ་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་བ་ཉ་ལམ་ཅིག་ལེན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྦེ་ རྒྱབ་ཚུགས།	ཁྱེས་རྒྱན་སྐྱོན་སེལ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་ནང་དོན་ཚུ་ ཨ་ཙི་རེ་ འཛོལ་བ་མེད་པར་དྲན་ཏེ་འབྲི་སྣབ་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་བ་ཨ་ཙི་རེ་ལེན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་འབྲེལ་བ་ཨ་ཙི་རེ་ཡོད་སྦེ་ རྒྱབ་ཚུགས།
	མཐོ་ཤོས་འགྱུར། (༨-༩)	རབ། (༦-༧)	འབྲིང་། (༤-༥)	མཐའ། (༡-༣)
དཔེ་དཔྱད་དང་དཔེ་ཞིབ།	-གཞུང་དོན་ཚུ་ གཱ་ར་རྒྱུ་མཚན་ཇུན་པའི་གོ་རིམ་ཡོད་པ་དང་ གཏིང་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྒོ་ལས་ དཔེ་དཔྱད་དང་དཔེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ། -ཁྱེངས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་ གནམ་མེད་ས་མེད་ངོས་འཛབ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་ཡོདཔ།	-གཞུང་དོན་ཚུ་ མང་ཆེ་བ་རྒྱུ་མཚན་ཇུན་པའི་གོ་རིམ་ཡོད་པ་དང་ ཉ་ལམ་གཏིང་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྒོ་ལས་ དཔེ་དཔྱད་དང་དཔེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ། -ཁྱེངས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་ ངོས་འཛབ་དང་འབྲེལ་བ་ལེགས་ཤོམ་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་ཡོདཔ།	-གཞུང་དོན་ཚུ་ དག་པ་རེ་རྒྱུ་མཚན་ཇུན་པའི་གོ་རིམ་ཡོད་པ་དང་ གཏིང་རྒྱ་ཚུང་བའི་སྒོ་ལས་ དཔེ་དཔྱད་དང་དཔེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ། -ཁྱེངས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་ ངོས་འཛབ་དང་འབྲེལ་ཉ་ལམ་ཅིག་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་ཡོདཔ།	-གཞུང་དོན་ཚུ་ ཨ་ཙི་རེ་རྒྱུ་མཚན་ཇུན་པའི་གོ་རིམ་ཡོད་པ་དང་ གཏིང་རྒྱ་མེད་པར་དཔེ་དཔྱད་དང་དཔེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ། -ཁྱེངས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་ ཨ་ཙི་རེ་ ཐད་ཀར་དུ་ སྒྲུབ་བྱེད་སྦེ་ འགོ་བཙུགས་སྦེ་བཀོད་ཡོདཔ།
	མཐོ་ཤོས་འགྱུར། (༡༠-༡༢)	རབ། (༧-༩)	འབྲིང་། (༤-༦)	མཐའ། (༡-༣)
ལག་ལེན།	སྙན་ངག་གི་ཁྱེས་ཁྱུ་སྐྱོན་ ༡༠ ལས་ གཅིག་ཡང་མེད་པ་དང་ རྒྱན་ཐད་ཀར་དུ་ཕོག་པའི་ཁར་ ཚིག་གི་ཉམས་	སྙན་ངག་གི་ཁྱེས་ཁྱུ་ སྐྱོན་ ༡༠ ལས་ གང་རུང་ཕོག་ཡོད་པ་དང་ རྒྱན་ཐད་ཀར་དུ་ཕོག་པའི་ཁར་ ཚིག་གི་ཉམས་འགྱུར་ཉ་ལམ་ཡོདཔ།	སྙན་ངག་གི་ཁྱེས་ཁྱུ་ སྐྱོན་ ༡༠ ལས་ གང་རུང་ཕོག་ཡོད་པ་དང་ རྒྱན་ཐད་ཀར་དུ་ ཕོག་ཡོད་པའི་ཁར་ ཚིག་གི་ཉམས་འགྱུར་ཨ་ཙི་རེ་ཡོདཔ།	སྙན་ངག་གི་ཁྱེས་ཁྱུ་ སྐྱོན་ ༡༠ ལས་ གང་རུང་ཕོག་ཡོད་པ་དང་ རྒྱན་ཐད་ཀར་དུ་ མ་ཕོག་པའི་ཁར་ ཚིག་གི་ཉམས་འགྱུར་ཡང་མེདཔ།

	འགྱུར་ལེགས་ཉོམ་ཡོདཔ། གནས་སྟངས་དང་མཐུན་པར་བཀོད་ཡོདཔ།	གནས་སྟངས་དང་ཅ་ལམ་མཐུན་པར་བཀོད་ཡོདཔ།	གནས་སྟངས་དང་ཨ་ཙི་རེ་མཐུན་པར་བཀོད་ཡོདཔ།	
གསར་སྟོམ།	སྐྱན་སྟོམ་འདི་ དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་བ། གནས་སྟངས་དང་མཐུན་པར་ཡོད་པའི་ཁར་ ཚིག་སྦྱོར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ། རྒྱུན་མ་འདྲཱ་ལེ་ཤ་ཅིག་གཅིག་ཁར་བཙུགས་ཏེ་ བློ་རིག་བརྟོན་ཏེ་ གསར་སྟོམ་འབད་ཡོདཔ།	སྐྱན་སྟོམ་འདི་ དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཁར་ གནས་སྟངས་དང་ཡང་ཅ་ལམ་མཐུན་པའི་ ཚིག་སྦྱོར་མང་ཆེ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ། རྒྱུན་མ་འདྲཱ་ ༥ ལས་ ཀྲག་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ བློ་རིག་ཅ་ལམ་བརྟོན་ཏེ་ གསར་སྟོམ་འབད་ཡོདཔ།	སྐྱན་སྟོམ་འདི་ དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཁར་ གནས་སྟངས་དང་ཡང་ཨ་ཙི་རེ་མཐུན་པ། རྒྱུན་མ་འདྲཱ་ ༣ ལས་ཀྲག་སྟེ་གཅིག་ཁར་བཙུགས་ཏེ་ གསར་སྟོམ་འབད་ཡོདཔ།	སྐྱན་སྟོམ་འདི་ དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་རུང་ གནས་སྟངས་དང་མ་མཐུན་པ། རྒྱུན་རེ་གཉིས་རེ་བཙུགས་ཏེ་ གསར་སྟོམ་འབད་ཡོདཔ།

ཉན་གསོ། སྐུགས་ ༣༠ འདི་ བཅུ་ཆ་ ༢༠ ལུ་ ཐབ་དགོ། དཔེར་ན་ གཞི་རིམ་ཅིག་གི་ སློབ་ཕྲུག་ཅིག་གིས་ སྐུགས་ ༣༠ ལས་ ༢༠ ཐོབ་ཡོད་པ་ཅིན་ (20÷30) × 20 = 13.33 དེ་བཟུམ་སེ་ ཐབ་དགོཔ་ཨིན།

སྐུགས་ཕྱེད་ཀ་སེ་ (༠.༥) སེ་ཡོད་མི་ཚུ་ སྒྱུར་ཚུལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཧྲིལ་བུམ་ལུ་བསྒྱུར་དགོཔ་ཨིན།

སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལྷ་འགོ་འདྲེན།

སློབ་སྟོན་པའི་ལས་འགན།

- སློབ་སྟོན་པ་གིས་ སློབ་ཚན་གྱི་སྦྱོང་ལྷ་ཚུ་ སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ནང་འཁོད་ལས་ བཀོད་དགོཔ་མ་ཚད་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ག་ར་ལུ་ ཁྱབ་ཚུགསཔ་སེ་ བཟོ་དགོ།
- སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལྷ་ཚུ་ ལོག་ས་གྲུབ་སྟ་ཚོགས་ནང་གི་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་བར་ན་ ཁྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས་པའི་ དགོས་མཁོའི་གནས་རིམ་དང་ མཐུན་སེ་འོང་དགོ།

- སློབ་དཔོན་གྱིས་ ལས་འགུལ་དོན་ལས་ དགོས་མཁོའི་སྐོར་ལས་ ལམ་སྟོན་འབད་ཚོག་ཏུང་ སྦྱོང་ལཱ་ཚུ་ ཟིན་བྲིས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ནང་ བསམ་ལན་ཁ་གསལ་ལྷབ་བཀོད་འདི་ སྐུགས་མཐོ་དྲགས་འཐོབ་ཐབས་ཀྱི་ བརྡ་སྟོན་མི་ཚོག།
- འདི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་ དབྱེ་ཚད་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་མ་ཚད་ སྐུགས་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་གྲོས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་ སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་གིས་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དགོ།
- སློབ་ཚན་གྱི་སྦྱོང་ལཱ་འདི་ སློབ་གྲྭ་ནང་འཁོད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཞིནམ་ལས་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ ཁ་རྗེ་འབད་ནུག་ཨིན། སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ཚོགས་སྡེ་གི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྐུགས་དང་དཔེ་ཚད་ཚུ་ བསྟུ་ལེན་འབད་དེ་ སྤྲོད་དགོ།

ཆོས་རྒྱུགས་ཁྲལ་མིའི་ལས་འགན།

- དགོས་མཐོ་དང་རེ་འདོད་ཁ་གསལ་ལྷབ་ ཧ་གོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱི་བཀོད་རྒྱ་དང་ ལམ་སྟོན་ ཚད་དབྱེ་ཚུ་ དྲན་ཤེས་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ལས་ ལྷག་དགོ།
- ལཱ་ཚུ་ དུས་ཚོད་ཁར་ཚུད་ནིའི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་བཟོམ་ནི་དང་ དུས་ཚོད་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་དགོཔ་ཁག་ཆེ།
- ཆོས་རྒྱུགས་ཁྲལ་མི་ཚུ་གིས་ སློབ་ཚན་གྱི་ལཱ་འདི་ རང་གིས་ར་འབད་ཡོད་པའི་བདེན་དཔང་སྟོན་དགོ། ཐོམ་ཡིག་ཀྲུ་བཤུས་དང་ ཡང་ན་ ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འདྲ་བཤུས་ཚུ་ ངོས་ལེན་མི་འབད།
- ཆོས་རྒྱུགས་ཁྲལ་མི་ཚུ་གིས་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ གསལ་ཏོག་ཏོ་དང་ ཁྲུངས་ལྡན་ ཁྱད་རིག་ཅན་ལྷབ་ གསལ་བཀོད་འབད་དགོཔ་མ་ཚད་ འོས་འབབ་ཡོད་སར་ ཐིག་ཁྲམ་དང་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ཡང་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- གཞན་གྱི་བརྡ་དོན་དང་གནས་ཚུལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་ཅིན་ གནས་ཚད་དང་ལྡན་པའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལག་ལེན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ངོས་ལེན་འབད་དགོ།

ནང་འཐོབ་བསྐྱར་ཞིབ།

ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་བའི་ནང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་མི་ སློབ་དཔོན་གཅིག་ལས་ཀྱག་ཀྱི་ཡོད་པ་ཅིན་ བདག་སྐྱོང་གིས་ བསྐྱར་ཞིབ་ ཡང་ན་ གནས་ཚད་དང་ཉནམ་སྦེ་བཟོ་ནིའི་ ཅ་སྒྲིག་ཀྲབ་ཀྱི་ ཆོས་རྒྱུགས་ཕུལ་མི་ཚ་མཉམ་ སྤྱིར་བཏང་གི་གནས་ཚད་ནང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཚུགསཔ་བཟོ་དགོ།

དབྱེ་ཞིབ་འབད་མི་ སློབ་དཔོན་གཅིག་ལས་བརྒལ་མེད་པ་ཅིན་ ནང་འཐོབ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོཔ་མེད།

ནང་འཐོབ་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་བྱ་རིམ་གྱི་སྐོར་ལས་ བརྡ་དོན་ཁ་གསལ་ཚུ་ ལག་ལེན་ལམ་སྟོན་གྱི་ ནང་འཐོབ་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་ལེའུ་ནང་ལས་ (OGEA) ཡོངས་འབྲེལ་ཁ་བྱང་ www.bcsea.bt ཐོག་ལས་ འཐོབ་ཚུགས།

བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་བསྐྱར་ཞིབ།

སློབ་ཚན་སྤྱིར་ལྟ་ཚུ་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭ་དང་ཆོས་རྒྱུགས་བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ཨིན། དེ་གིས་ ནང་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཡོད་མི་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོད་མི་ཚུ་ རྒྱལ་ཡོངས་གནས་ཚད་དང་ རེ་འདོད་བསྒྲུབ་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འབད་ཡོདཔ་ངེས་བརྟན་བཟོཝ་ཨིན། སློབ་ཕྲུག་གིས་འབད་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ལྟ་གི་དཔེ་ཚད་དང་གཅིག་ཁར་ སློབ་གྲྭ་གིས་བྱིན་ཡོད་པའི་སྐུགས་ཚུ་ བརྟན་བརྟན་ཨིན་མིན་དང་ སློབ་གྲྭ་ག་ར་ནང་ གཅིག་མཚུངས་དང་ དྲང་བདེན་ཡོདཔ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ དགོས་མཁོ་ཡོད་སར་ སྐུགས་ཚུ་ བདེ་སྒྲིག་བཟོ་ཡོད་མེད་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབདཝ་ཨིན། བྱ་རིམ་འདི་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚད་ནང་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ བློ་གཏད་དང་ ཆ་གནས་ བརྩི་མཐོང་ཚེ་ཡོདཔ་ ངེས་བརྟན་བཟོཝ་ཨིན།

བདེན་ཁུངས་དང་ཤེས་ཡོན་གྱི་དྲང་བདེན/རྩོམ་ཡིག་ཀྲུ་བཤུས་འབད་ནི་ལས་འཛེམ་ནི།

འབྲེལ་ཡོད་ལུ་ ཕུལ་ཡོད་པའི་ སློབ་ཚན་ལས་འགྲུལ་ཚུ་ ཆོས་རྒྱུགས་ཕུལ་མི་རང་སོའི་ལཱ་དོམ་ཨིནམ་ངེས་གཏན་བཟོ་ནི་འདི་ སློབ་གྲྭ་གི་ འགན་ཁུར་ཅིག་ཨིན། ཆོས་རྒྱུགས་ཕུལ་མི་ཚུ་གིས་ གཞན་གྱི་ལཱ་ཚུ་ རང་སོའི་ལཱ་ཨིནམ་སྦེ་ གསལ་སྟོན་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་ གཞན་གྱི་བདག་དབང་ཅན་གྱི་ བློ་རིག་རྒྱུ་དངོས་ཚུ་ ཁུངས་གཏུག་ཚུལ་མཐུན་སྦེ་མ་བཀོད་པར་ ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཆོག། སློབ་དཔོན་གྱིས་ ཆོས་

རྒྱུགས་ཞུགས་མི་ཚུ་ལུ་ ངོས་ལེན་ཚེ་གི་ རྒྱབ་རྟེན་བཀོད་ཐངས་དང་ ལྷུང་འདྲེན་དང་ ཁྱེངས་གནུག་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ གོ་བརྡ་སྤྲོད་དགོཔ་མ་ཚད་ དེ་ཚུ་ ནོར་འཁྲུལ་མེད་པར་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་ ལམ་སྟོན་བྱིན་དགོ།

མི་གཞན་གྱི་ལྟ་དང་གནས་སྐབས་ཚུ་ རང་གི་ཨིནམ་བཟོ་སྟེ་ སྤྱོད་མི་འདི་ རྩོམ་རིག་ཀྱུ་བཀྲམ་ཀྱི་གྲངས་སུ་ཚུད་པ་ཨིན། སློབ་སྟོན་ཚུ་གིས་ རྩོམ་ཡིག་ཀྱུ་བཀྲམ་ལས་ བཀག་ཐབས་འབད་ནི་དང་ གནས་སྟངས་ག་ཅི་བཟུམ་བྱུང་རུང་ བརྟག་དཔྱད་འབད་ནིའི་འགན་ཁུར་བསྣམ་དགོཔ་ཨིན།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ ལས་འགྱུལ་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ རང་གི་ལྟ་ངོ་མ་ཨིན་པའི་ཐེས་ལེན་གྱི་བཀང་ཤོག་འདི་བཀང་ཞིནམ་ལས་ གསལ་བསྒྲགས་འབད་དགོ། སློབ་ཕྲུག་རེ་རེ་གིས་ ཞུགས་ཡོད་པའི་ལས་འགྱུལ་ཚུ་ རང་གི་ངོ་མ་ཨིན་ཟེར་ ངེས་གཏན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ མཚན་རྟགས་བཀོད་དགོཔ་མ་ཚད་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ཡང་ ལྟ་དེ་ ངོ་མ་ཨིནམ་སྦེ་ ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་ གསལ་བསྒྲགས་འབྲི་ཤོག་ བཀང་དགོཔ་ཨིན།

སྐྱུད་ཚད་ཀྱི་རྟོག་ཐབས་ལམ།

- སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་འཁོར་རིམ་རེ་རེ་གི་ཧེ་མར་ སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལྟ་གི་དབྱེ་ཞིབ་གནས་ཚད་དང་ བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ སྐོར་ལས་ གོམས་འདྲིས་དང་སྦྱོང་བརྡར་ཚུ་ འཐོབ་དགོ།
- འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དུས་མཚམས་ལུ་ ཚོས་ཞིབ་དང་ སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལྟ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་དང་ བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་ལག་ལེན་ཚུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ཨིན།
- སློབ་གྲྭ་ཚུ་གིས་ ནུས་གསལ་དང་ འཚོལ་ཞིབ་འབད་ཚུགསཔ་བཟོ་ཐབས་ལུ་ ཡིག་ཆ་དང་ གྲོས་ཐག་བཅད་ཡོད་པའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་ བདག་འཛིན་འཐབ་དགོ།
- བསྐྱར་ཞིབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞབས་ལན་ཚུ་ སྐྱུད་ཚད་དང་ ནུས་བརྙེན་ཡར་དྲག་དང་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སློབ་གྲྭ་དང་བརྗེ་སོར་འབད་འོང་།

བཀོད་རྒྱུའི་ཚིག།

བཀོད་རྒྱུའི་ཚིག།	འགྲེལ་བཤད།
ཐོ་བཀོད།	ཅ་དངོས་ཀྱི་མིང་དང་ ཁ་ཐན་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་ ཨང་གྲངས་བཀོད་དེ་ གོ་རིམ་བཞིན་བྲི་ནི།
གོ་དོན།	མིང་ཚིག་འདི་གི་ དོན་དག་ག་ཅི་སྟོནམ་ཨིན་ན་བཤད་མི་ལུ་གོ་སླ་ཨིན།
འགྲེལ་བཤད།	མིང་དང་ཚིག་ལ་སོགས་པའི་ བཤད་པ་ཁ་གསལ་སྦེ་ རྐྱབ་པའི་དོན།
བཤད་པ།	འགྲེལ་བཤད་དང་ ཚོག་ར་གཅིག།
དཔེ།	དོན་ཁ་གསལ་ ཡང་ན་ ལེགས་ཤོམ་སྦེ་ ཧ་གོ་ནིའི་དོན་ལུ་བཀོད་པའི་ ཆ་འདྲ་བའི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་པའི་རིགས།
སྤྱི་དོན།	གཞུང་ལུགས་གནད་འགག་བཅུད་བསྡུས་ཏེ་ བཤད་པ།
བཅུད་དོན།	སྤྱི་དོན་དང་འདྲ།
གཡོག་བཀོལ།	ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
ལག་ལེན།	གཡོག་བཀོལ་དང་འདྲ།
བེད་སྤྱོད།	གཡོག་བཀོལ་དང་འདྲ།
ག་ཅི་སྦེ།	རྒྱུ་མཚན་བཀོད་པའི་དོན།
ག་དེ་སྦེ།	འབད་ཐངས་ཚུ་སྟོན་པའི་དོན།
གནད་འགག།	གལ་ཆེ་བ། ཁག་ཆེ་བའི་དོན།
དཀའ་གནད།	གོ་བ་ལཱ་ཁག་ཡོད་པའི་ཚིག་དང་ གནད་དོན་གལ་ཆེ།
ཕྱི་སེལ།	སོ་སོ་སྦེ་བརྗོད་ནི། ཡང་ན་ སླ་སྒྲི་སྦེ་ཡོད་མི་ཚུ་ སོ་སོ་སྦེ་ཕྱི་ནི།
སྡེ་ཚན།	ལེ་ཤ་གཅིག་ཁར་བསྡུས་ཏེ་ཡོད་པའི་དོན། དཔེར་ན་ སློབ་ཕྲུག་སྡེ་ཚན་གཅིག། ཕྱོགས་ཁག་བསྒྲིག་ནི།
མཐུན་སྒྲིག།	མིང་དང་དོན། དཔེ་དང་དོན་ལ་སོགས་པ་ཚོག་ར་གཅིག་མི་གཉིས་ གཅིག་ཁར་བསྒྲིག་ནི།
ཀ་རྟགས།	གོ་རིམ་མི་འཛོལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ གསལ་བྱེད་ ཀ་ཁའི་གོ་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྟགས་བཀལ་ནི།
སྐོར་ཐིག།	ཐིག་སྐོར་སྐོརམ་སྦེ་བཀལ་ཡོད་མི་ལུ་གོ་ནི། དཔེར་ན། (○)
གདམ་ཁ།	

དབྱེ་བ་དཔྱད། / དབྱེ་དཔྱད།	རྒྱུ་མཚན་བཀོད་ནིའི་དོན་ལུ་ བརྟག་ཞིབ་དཔྱད་ནི། ཆ་ཤས་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ འབྲེལ་བ་བཀོད་ནི།
དབྱེ་ཞིབ།	ཐག་དཔྱད་ནི་དང་ བསམ་ཞིབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ རྒྱབ་ཁྱེངས་བཀོད་ནི།
ག་བསྡུར།	ཚོག་ར་གཅིག་པ་དང་ མ་འདྲཝ་ཚུ་ བཟང་ངན་ཚུ་ ཁྱད་པར་བཀྱ་བའི་དོན།
ཁྱད་པར།	ཚོག་ར་གཅིག་པ་དང་ མ་འདྲཝ། ཡང་ན་ བཟང་ངན་ཚུ་ག་བསྡུར་འབད་དེ་ རྒྱུ་མཚན་བཀོད་ནི།
ངོས་འཛིན།	ངོ་བཀྱ་ནི། ངོ་སྤྲི་ནི།
བདེན་ཁུངས།	ཁུངས་དང་རྒྱུ་མཚན་ལྡན་པའི་ སྒྲུབ་བྱེད་བཀོད་ནི།
གྲོས་འཆར་བཀོད།	བསྟུན་གྲོས་ཀྱི་དོན་ལུ་ བཀོད་པའི་ཐབས་འཆར། ཡང་ན་ འཆར་གཞི་དང་རྒྱབ་སྐྱོན་བཀོད་ནི།
སྒྲུབ་བྱེད།	རང་བསམ་འཆར་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ ཆ་བཞག་ཡིད་ཚེས་ཀྱི་དོན་ལུ་བཀོད་པའི་ ཁུངས་དང་ རྒྱུ་མཚན།
དགག་སྒྲུབ།	གཞན་གྱི་འདོད་པ་མི་འཐད་ཟེར་བཀག་ནི་དང་ རང་གི་འདོད་པ་ཚུ་ ཁུངས་བཀལ་ཏེ་ བསྒྲུབ་ནི།
ལུང་འདྲེན།	གཞན་གྱིས་སླབ་མི་དང་ བྲིས་ཡོད་མི་ཚུ་ རང་གི་བསམ་འཆར་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་སྦེ་བཀོད་པའི་དོན།
རང་ཚིག།	གོ་བ་ལེན་ཞིནམ་ལས་ འབྲི་བའི་སྐབས་ གཞན་གྱིས་ག་བཀོད་མི་ཚིག་འདི་མེན་པར་ ཚིག་རང་གིས་བཟོ་སྟེ་ བྲི་ནི་ལུ་གོཝ་ཨིན།
རང་སྟོབས་ཀྱིས།	མིང་ཚིག་གི་དོན་ཚུ་ གཞན་ལུ་རྟོས་མ་དགོ་པར་དང་ འདྲ་བཤུས་མེན་པར་ རང་གིས་སྦེ་ར་ བྲི་དགོ་པའི་དོན།

༥. ཤེས་དགོས་གཞན།

ཚན་པ་འདི་གིས་ ཐོ་གཞུང་དང་ བདག་སྐྱོང་གི་བྱ་རིམ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ བརྡ་དོན་གཙོ་བོ་ཚུ་ བྱིནམ་ཨིན། སློབ་དཔོན་དང་ སློབ་ཕྲུག་ དེ་ལས་ ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱེ་བ་ཚུ་གིས་ ཐོག་བཀོད་དང་ དབྱེ་ཞིབ་ དེ་ལས་ གྲ་སྒྲིག་འབད་ཐངས་ཚུ་ ཏ་གོ་ཐབས་ལུ་ ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་གི་ དོན་ལུ་ཨིན། བརྡ་དོན་ཁ་གསལ་ཚུ་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གི་ཡོངས་འབྲེལ་ (www.bcsea.bt) དང་ ལག་ལེན་ལམ་སྟོན་ཡིག་ཆ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ འཐོབ་ཚུགས།

འགོ་མ་བརྩོགས་པའི་ཉེ་མ།

ཉེ་མའི་ཞིས་ཡོན།

སློབ་ཚན་འདི་འགོ་བརྩོགས་མི་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ འབྲིང་རིམ་ཞིས་ཡོན་ལག་ཁྱེར་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་ ཚོས་དང་འཛིན་རྐྱེན་གྱི་བསླབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིས་ཡོན་ཚུ་ ཉེ་མ་ལས་ ཏབ་སྦྱོང་འབད་དགོཔ་སྦེ་ གྲོས་འཆར་བཀོད་པ་ཨིན།

སློབ་ཚན་གཞན་དང་མཉམ་སྦེ་འབད་ནི།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ སློབ་ཚན་འདི་ བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་ཚན་གཞན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ སློབ་ཚན་གྱི་མིང་དང་གནས་རིམ་གཅིག་མཚུངས་ཡོད་མི་ ཀྲུངམ་གཅིག་དང་མཉམ་ ལེན་ཚོག།

ཚོས་རྒྱུགས་ཐོ་བཀོད།

ཚོས་རྒྱུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སློབ་ཕྲུག་གི་ཐོ་བཀོད་འབད་ནི་འདི་ སློབ་གྲྭ་རང་སོའི་འགན་ཁུར་ཨིན། དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་རྩ་གཞུང་གི་ཆ་ཤས་ཚུ་ འཛོལ་བར་མེད་པར་ ངེས་གཏན་བཟོ་སྟེ་ ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ། ཐོ་བཀོད་ལམ་སྟོན་ཚུ་ www.bcsea.bt ནང་ཡོད་པའི་ ཚོས་རྒྱུགས་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལག་ལེན་ལམ་སྟོན་ནང་ལས་ འཐོབ་ཚུགས།

ཚོས་རྒྱུགས་བསྐྱར་ལོག།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ མཁོ་དགོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གནས་རིམ་ ༥ པའི་ དྲི་ཤོག་གི་ནང་དོན་ཆ་ཤས་ཚུ་ ལོག་སྟེ་ཚོས་རྒྱུགས་རྒྱབ་ཚོག།

སྐད་ཡིག།

རྩ་གཞུང་འདི་དང་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་བརྗོད་དོན་དང་གནས་ཚུལ་གཞན་མི་ཚུ་ རྫོང་ཁ་སྐད་ཡིག་ཐོག་ལུ་ཀྲུངམ་གཅིག་འཐོབ་ཚུགས།

གོ་སྐབས་དང་འདྲ་མཉམ།

ཇོ་གཞུང་དང་ དགེ་ཞིབ་ཀྱི་བཟོ་བཀོད།

- འབྲུག་གི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དམིགས་བསལ་ཤེས་ཡོན་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་ཚུ་བརྩིས་ཏེ་ སློབ་ཕྲུག་ག་ར་ལུ་ ཆགས་སྡང་ཕྱོགས་རིས་བཀག་ཐབས་འབད་ནི་དང་ ཆོས་ལུགས་ ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་ ཡང་ན་ གཞན་མི་ཉམས་ སྲུང་འབད་ཡོད་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཚུ་ བཙུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་པ་ཨིན།
- མཁོ་ཆས་ཚུ་ གོ་བ་ཁ་གསལ་ཅན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་ བཟོ་བཀོད་ཀྱི་གཞི་ཇོ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ག་ར་ལུ་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་སྦེ་ བཟོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

གོ་སྐབས་དང་བདེ་སྒྲིག།

- འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དམིགས་གསལ་ཤེས་ཡོན་དགོས་མཁོ་ཡོད་མི་ (SEN) དང་ དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་ ན་ཚ་ཡོད་མི་ ཡང་ན་ རྨ་སྐྱོན་བྱུང་ཡོད་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཡང་ དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཆོས་རྒྱུགས་རྒྱབ་ཚུགས་པའི་བདེ་སྒྲིག་བཟོཝ་ཨིན།
- གྲ་སྒྲིག་ཚུ་ ཆོས་རྒྱུགས་ཡུལ་མིའི་དུས་རྒྱུན་ལྷབ་སྦྱང་འབད་ཐངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བདེ་སྒྲིག་འབད་དགོ། བདེ་སྒྲིག་ཚུ་ ཨ་ལུའི་དགོས་མཁོ་རྐྱངམ་གཅིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལྷག་ཆད་མེད་པ་མ་ཚད་ ཟད་འགྲོ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཅན་ དེ་ལས་ དགེ་ཞིབ་ཀྱི་དྲང་བདེན་ལུ་ གནོད་སྐྱོན་མེདཔ་ ངེས་གཏན་བཟོ་དགོ།
- སློབ་ཕྲུག་གི་དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་པའི་བདེ་སྒྲིག་ཚུ་ ལྷབ་སྦྱང་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ལས་ར་ འཐོབ་ཚུགསཔ་ ངེས་གཏན་བཟོ་དགོ། དམིགས་གསལ་བདེ་སྒྲིག་ཚུ་ ཆོས་རྒྱུགས་དང་དགེ་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ནང་མ་ཚུད་མི་ཚུ་ འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་དང་ གཞུང་འབྲེལ་དུ་འབྲེལ་བ་འཐབ་སྟེ་ གནང་བ་ལེན་དགོ།
- དགེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ག་ར་ནང་ གོ་སྐབས་ལེན་མཚུངས་པ་ཅིག་ དགེ་ཞིབ་འབད་ཚར་ཡོད་མི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྐུགས་ཚུ་བྱིན་ནི་ཨིན།

ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་བཞུལ་ལུ།

གནས་རིམ་དང་སྙན་ཞུ།

- གནས་རིམ་གྱི་གནས་ཚད་ ཀ་ ལས་ ང་ ཚུན་ཨིནམ་དང་ ཀ་འདི་ གནས་རིམ་མཐོ་ཤོས་དང་ ང་འདི་ གནས་རིམ་དམའ་ཤོས་ཨིན།
- མཐའ་དཔྱད་ཀྱི་ གནས་རིམ་འདི་ ཆོས་རྒྱུགས་དང་ ནང་འཁོད་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཚུ་ གཅིག་བསྡོམས་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་འོང་།
- ཆོས་རྒྱུགས་དང་ ནང་འཁོད་དབྱེ་ཞིབ་གཉིས་ སོ་སོ་སྦེ་སྡེ་རིམ་བྱིན་ནི་མེད་པ་ཨིན། ཆོས་ཚན་རང་སོའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་བཟོ་བཀོད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཆ་ཤས་གཉིས་སྦྱིར་བསྡོམས་དང་ སླགས་ཀྱི་ལྗིད་ཚད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཡོངས་བསྡོམས་ཀྱི་གནས་རིམ་གཅིག་བཏོན་ནི་ཨིན།
- དམའ་མཐའ་ སྡེ་རིམ་ངའི་གནས་ཚད་ནང་ཚུད་ཚུགས་པ་ཅིག་ སློབ་ཕྲུག་འདི་ མཐར་འཁྱོལ་གྱི་གནས་ཚད་ ཉུང་མཐའ་ཐོབ་ཡོདཔ་སྦེ་ བརྩི་འཇོག་འབད་ནི་ཨིན།
- གནས་རིམ་མེད་མི། སྡེ་རིམ་དམའ་ཤོས་ཀྱི་གནས་ཚད་མ་ཚང་མི་ གནས་རིམ་མ་ཐོབ་མི་ (U) ཟེར་སྙན་ཞུ་འབདཝ་ཨིན།
- གནས་རིམ་ཚུ་ ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་ལོ་དུས་ག་ར་ནང་ གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་གནས་ཚད་གཅིག་མཚུངས་ རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་དེ་བཞག་ཐབས་ལུ་ ལོ་བསྐར་བཞིན་དུ་ སྡེ་རིམ་གྱི་ཚད་གཞི་གཏན་འབེབས་བཟོ་ཡོད་མི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ བྱིནམ་ཨིན།
- སྡེ་རིམ་གྱི་ཚད་གཞི་ཚུ་གིས་ གནས་རིམ་རེ་རེ་ལུ་དགོ་པའི་ གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་གནས་ཚད་དམའ་ཤོས་ཀྱི་ ངོ་རྟགས་བསྟནམ་ཨིན། སྡེ་རིམ་ ཚད་གཞི་ཚུ་ ལོ་བསྐར་བཞིན་ ཆོས་རྒྱུགས་རེ་རེ་གི་ཤུལ་ལས་ གནས་སྡུད་དབྱེ་དཔྱད་དང་ མཁས་མཆོག་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་བྱ་རིམ་བརྒྱུད་དེ་ ཐག་གཅདཔ་ཨིན།
- ཆོས་རྒྱུགས་ཤུལ་མ་རེ་ལུ་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ བཏོན་ཡོད་པའི་ གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་རྒྱུས་ཐོ་རེ་ འཐོབ་ཨིན།
- རྒྱུས་ཐོ་འདི་གིས་ སློབ་ཚན་གྱི་ལཱ་དང་ ཡིག་ཐོག་ཆོས་རྒྱུགས་གཉིས་མཉམ་སྡེབ་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ལས་ཐོབ་ཡོད་པའི་ སྦྱིར་བསྡོམས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་ (ཀ–ང) ཀྲང་པ་ཅིག་ སྙན་ཞུ་འབདཝ་ཨིན།