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

འབྲུག་གི་བྱུང་རབས་དབྱེ་ཞིབ་འཆར་བཀོད།

གནས་རིམ་ ༨ པ། (སློབ་རིམ་ ༩ པ་དང་ བཅུ་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. ཆོས་ཚན་འདི་ ག་ཅི་སྦེ་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་དགོས་པ་སྨོ? ༡
༢. དབྱེ་ཞིབ་རྩོ་གཞུང་གི་བཅུད་བསྡུས། ༣
དམིགས་གཏད། ༣
ནང་དོན་བཅུད་བསྡུས། ༤
དབྱེ་ཞིབ་བཅུད་བསྡུས། ༥
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན། ༥
༣. ཆོས་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ཁ་གསལ། ༨
སློབ་རིམ་ ༩ པའི་ ནང་དོན། ༦
སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་ ནང་དོན། ༦
གནས་རིམ་གྱི་འགྲེལ་བཤད། ༨
༤. དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཁ་གསལ། ༩
ཆ་ཤས་གསུམ་པ། རང་སྤྱོད་སློབ་ཚན། ༡༠
བཀོད་རྒྱུའི་ཚིག། ༡༦
༥. ཤེས་དགོས་གཞན། ༣༠
འགོ་མ་བརྩོམས་པའི་ཧྲེ་མ། ༣༠
ཆོས་རྒྱུགས་ཐོ་བཀོད། ༣༠
སྐད་ཡིག། ༣༠
གོ་སྐབས་དང་འདྲ་མཉམ། ༣༡
རྩོ་གཞུང་དང་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་བཟོ་བཀོད། ༣༡
གོ་སྐབས་དང་བདེ་སྒྲིག། ༣༡
ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་བཤུལ་ལུ། ༣༣
གནས་རིམ་དང་སྐྱོན་ཁྲུ། ༣༣

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

འབྲུག་པའི་མི་ཅིག་ཨིན་པའི་ཆ་ལས་ ཆོས་སྲིད་གཉིས་དང་འབྲེལ་བའི་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ཤེས་ཞིནམ་ལས་ གཞན་ལུ་བརྡ་དོན་སྤེལ་ཚུགས་པའི་ མི་ཁྲུངས་ཅིག་ལུ་འགྱུར་དགོཔ་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ རང་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་ལྟ་ག་ཅི་འབད་རུང་ འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་ཀྱབ་སྟེ་ མ་འོངས་པའི་འཆར་གཞི་བཟོམས་ཏེ་ ལྟ་འབད་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ རང་གི་སྔོན་གྱི་བྱུང་བ་ཚུ་ ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོཔ་གལ་ཆེ་ལས་བརྟེན་ཨིན། ཧ་ག་པར་དུ་ ལམ་སྲོལ་གྱི་ཁྱ་ཞལ་ལམ་སྟོན་པ་ཅིག་འབད་ནི། ཡང་ན་ གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་དང་ མཐོ་རིམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྦྱོངས་ཏེ་ ལོ་རྒྱུས་སྨྲ་བ། ཡང་ན་ ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་ལམ་བདའ་སྟེ་ འགོ་ཉིའི་གཞི་འགྲམ་ཚུད་ཉིའི་དགོས་པ་ཡང་ སྦོམ་ཡོདཔ་ཨིན།

ཁེ་ཕན་གཙོ་བོ།

- **བློ་ཡོན་བསམ།** ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནད་དོན་དང་ ཇོད་རྟོགས་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་ འགྲེལ་བཤད། དེ་ལས་ བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི་གི་ རྟོགས་གྲུབ་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི།
- **འགན་འཁྲི་ཆེ།** གཞན་ལུ་མ་ཧྲོས་པར་ རང་གིས་ ཧྲག་ནི་དང་དྲི་དཔྱད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཤེས་ཡོན་དང་རིག་རྩལ་འཐོབ་ནི།
- **གསར་གཏོད།** ཧ་ཚུལ་མ་འདྲཝ་ཚུ་ལས་ འདས་པའི་བྱུང་རིམ་ཚུ་གི་ འབྱུང་ཁུངས་དང་ འགྲེལ་བཤད་ཚུ་དང་ འབྲེལ་བ་བཟོ་སྟེ་ རང་གི་ བྱུང་རབས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ཡར་དྲག་གཏང་ནི།
- **འབྲེལ་གཏོགས།** བྱུང་རབས་ལུ་སྤྱི་བ་གོང་འཕེལ་བཏང་སྟེ་ ཐབས་ཚུལ་དང་ ཧ་ཚུལ་མ་འདྲཝ་ཚུ་གི་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས་ རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་ནི།

དགོངས་དོན་གཙོ་བོ།

དགོངས་དོན་གཙོ་བོ་ཟེར་མི་འདི་ ཆོས་ཚན་གྱི་ ནང་དོན་དང་ གོ་བ་ལེན་དགོཔ་སྤྱི་བཏང་དང་ ཡང་ན་ རྒྱ་ཆེ་བ་དང་གཏིང་ཟབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཧ་གོ་དགོ་པའི་ ཆོས་ཚན་འདི་གི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཅིག་ལུ་སླབ་ཨིན། བྱུང་རབས་ཀྱི་དགོངས་དོན་གཙོ་བོ་འདི་ ཐོ་གཞུང་བཀོད་རིམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བཀོད་ཡོདཔ་ཨིན།

©BCSEA 2026

༡. ཕྱི་སྣོད་གཞི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་གྱི་བྱུང་རབས།

༢. ཕྱི་སྣོད་ཚགས་ཚུལ་དང་ ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱུང་རབས།

༣. ནང་བཅུད་ཚགས་ཚུལ་དང་ དབུ་འཛིན་པ་གི་བྱུང་རབས།

ངོས་ལེན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར།

རྒྱལ་ཡོངས་ནང་ངོས་ལེན།

འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་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་སྤུས་ཚད་ཅན་སྦེ་ འཐོབ་ཚུགསཔ་བཟོཝ་མ་ཚད་ ཤེས་ཚད་འདི་མཐར་འཁྱོལ་མི་ཚུ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ནང་ངོས་ལེན་ཡོད་པའི་ཤེས་ཚད་ལག་ཁྱེར་སྤྲོདཔ་ཨིན།

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

ཤེས་ཡོན་ཕན་ནུས་ཅན་འདི་ ཟ་གཞུང་དང་ སློབ་སྟོན་ ཉམས་སྦྱང་ དེ་ལས་ དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་ རིམ་སྒྲིག་འབད་ནི་ལུ་ རག་ལསཔ་ཨིན། འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐངས་ཚུ་ སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་སློབ་སྦྱོང་ཆོས་ཚན་གྱི་ དམིགས་གཏད་བསྒྲུབ་ནི་ ཉམས་སྦྱང་གི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་དང་ མཐུན་སྒྲིག་ཡོདཔ་ངེས་གཏན་བཟོཝ་ཨིན། འདི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གསལ་ཏོག་ཏོ་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། འདི་བཟུམ་གྱི་ རིམ་སྒྲིག་འདི་གིས་ ཉམས་སྦྱང་གི་སྤུས་ཚད་འདི་ སྒྲིང་སྒྲིང་བཟོཝ་མ་ཚད་ ཆོས་རྒྱུགས་ཕུལ་མི་ཚུ་ ཤེས་ཡོན་དང་རིག་རྩལ་ དེ་ལས་ ཟ་གོང་འཕེལ་བཏང་ནིའི་ དམིགས་ཡུལ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཧ་གོ་ཚུགསཔ་སྦེ་ ངེས་གཏན་བཟོཝ་ཨིན།

- **འཆར་གཞི་དང་ མཐུན་རྐྱེན་གྱི་གྲ་སྒྲིག།** ཟ་གཞུང་བཀོད་རིམ། ལས་འཆར། དྲི་བའི་དཔེ་ཚད་ སློབ་དཔོན་གྱི་ལམ་སྟོན།
- **ཉམས་སྦྱང་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།

©BCSEA 2026

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཁྱད་རིག་གོང་འཕེལ།

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

- དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་ ཚད་གཞི་ཚུ་ ཧ་གོ་ནི།
- དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཚུ་ འགྲེལ་བཤད་ནོར་འཁྲུལ་མེད་པར་རྐྱབ་ཚུགས་ནི་དང་ གཡོག་བཀོལ་ཚུགས་ནི།
- ཉམས་སྦྱོང་འབད་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་བཀོད་ནིའི་རིག་རྩལ་འཛོམ་ཚུགས་ནི།
- དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་གནས་ཚད་དང་ བྱ་རིམ་གྱི་འགྱུར་བ་ཚུ་ དུས་མཐུན་བཟོ་ བཞག་ནི།

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

༢. དབྱེ་ཞིབ་རྩ་གཞུང་གི་བཅུད་སྡུད།

དམིགས་གཏད།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ གོང་འཕེལ་གཏང་ཚུགས་པའི་དམིགས་ཡུལ་ཚུ་ཡང་

- རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་སྦྱུག་པའི་ མིང་ཁྱེངས་ལུ་འགྱུར་ནི།
- འདས་པའི་བཟང་ངན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས་ཉམས་སྦྱོང་ ད་ལྟོ་དང་མ་འོངས་པའི་ འཆར་གཞི་སྒྲིང་སྒྲིང་ཅན་ བཟོ་ནི།
- སྔོན་ཕྱིན་རྒྱལ་བ་གོངམ་དང་ ཕ་མེས་ཚུ་གི་ དཀའ་སྤྱད་དང་ ལཱ་བཤུལ་ལུ་ ངལ་རངས་དང་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་ བཀའ་དྲིན་བསམ་ནི།
- བྱུང་རབས་ཀྱི་བསམ་གཞི། དཔེར་ན་ རྒྱུ་རྐྱེན་དང་འབྲས་བུ། འགྱུར་བ་དང་རྒྱུན་གནས། ཆ་འདྲ་བ་དང་ཁྱད་པར། གནད་དོན་ཙ་ཆེ་དང་འབྲེལ་བཤད་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ གོ་རྟོགས་ཐོབ་ཡོདཔ་བཟོ་ནི།

- སྦྱོང་རབས་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་མ་འདྲ་ཚུ་དང་ ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་མཁས་པ་ཚུ་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ལུ་ ངོས་ལེན་འབད་ནི།
- སྦྱོང་རབས་ཀྱི་གནད་དོན་མ་འདྲ་ཚུ་དང་ དམིགས་བསལ་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་གི་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཐང་མ་འདྲ་ཚུ་གི་ཐབས་ལམ་སྣ་ཚོགས་འཚོལ་ཞིབ་འབད་ནི།
- རང་དབང་ཅན་གྱི་མཛེ་བསམ་''གཏང་ཚུགས་ནི་དང་ གནད་དོན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཤེས་རྟོགས་ཡོད་པའི་ཐོག་ལས་ ཐག་བཅད་ཚུགས་ནི།
- སྦྱོང་རབས་དང་འབྲེལ་བའི་ མཐོ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་ གཞི་རྟེན་བརྟན་པོ་འཐོབ་ནི།

ནང་དོན་བཅུད་བསྡུས།

ཤེས་བྱའི་གནས།	སློབ་རིམ་ ༩ པའི་དོན་ཚན།	སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་དོན་ཚན།
༡. རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་གྱི་སྦྱོང་རབས།	༡. ཆོས་སྲིད་ཀྱི་བརྟན་པ། ༢. རྒྱལ་ཁབ་རང་བཙན་གནས་ཚུལ། ༣. རྒྱལ་ཡོངས་ངོ་རྟགས།	༡. རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་གྱི་འགྱུར་བ། (འབྲུག་རྒྱལ་དང་པ་ལས་ལྔ་པ་ཚུན། ཀྲོ་མོན་ཅན་དུ་བཀོད་པའི་ཇོངས། ཤེས་རིག་དར་ཚུལ།)
༢. ཕྱི་སྡོད་ཆགས་ཚུལ་དང་ ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྦྱོང་རབས།	༡. དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་ཚུལ། (ཕྱོན་རིན་པོ་ཆེ། ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ། གཏེར་བསྟོན་པདྨ་གླིང་པའི་སྐོར།)	༡. དབང་ཚད་ཕྱིར་སྤེལ། ༢. སྔོན་བོན་རྒྱལ་བ་གོང་མའི་མཛད་པ།
༣. ནང་བཅུད་ཆགས་ཚུལ་དང་ དབུ་འབྱེད་པ་གི་སྦྱོང་རབས།	༡. བསྟན་པ་སྔ་དར་གྱི་ལོ་རྒྱུས། (འབྲུག་པའི་བ་མ་གོང་མ་རྣམས་བོད་ཏེ་གདན་ས་བཀོས་ཚུལ།)	༡. རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབུ་འབྱེད་པ། (སྡེ་སྲིད་རིམ་བྱོན།) ༢. མི་དབང་རིམ་བྱོན། ༣. དབུ་འབྱེད་པ།

དབྱེ་ཞིབ་བཅུད་སྡུད།

སློབ་ཕྲུག་ག་ར་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་གསུམ་ཆ་ར་ རེས་པར་དུ་ ཡིན་དགོཔ་ཨིན།

ཆ་ཤས་དང་པ། (ཚོས་རྒྱུགས།)	ཆ་ཤས་གཉིས་པ། (ཚོས་རྒྱུགས།)
དྲི་ཤོག་ ༡ པ། དུས་ཡུན་ཆུ་ཚོད་ ༡.༣༥ ། སྐུགས་ ༨༦ ། བརྒྱ་ཆ་ ༨༠ ། དྲི་བའི་དབྱེ་ཁག། ལན་གནམ་ཁ་ཆེ་དང་ ལན་ཐུང་། ལན་ཚད་ཅན། ལན་རིང་གི་དྲི་བ་ཚུ་བཀོད་དགོཔ་ཨིན། འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོས་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།	དྲི་ཤོག་ ༢ པ། དུས་ཡུན་ཆུ་ཚོད་ ༡.༣༥ ། སྐུགས་ ༨༦ ། བརྒྱ་ཆ་ ༨༠ ། དྲི་བའི་དབྱེ་ཁག། ལན་གནམ་ཁ་ཆེ་དང་ ལན་ཐུང་། ལན་ཚད་ཅན། ལན་རིང་གི་དྲི་བ་ཚུ་བཀོད་དགོཔ་ཨིན། འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོས་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

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་ཧིད་ཚད་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༠% །

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན།

༡. ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།

- ཡི་སྡོད་ཀྱི་འཛིན་རྟེན་དང་ ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཉེ་ཆགས་ཚུལ། རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་གྱི་འགྱུར་བ། ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་པའི་བྱུང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ འཛོལ་བར་མེད་པར་དྲན་ནི་དང་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་བ་ལེན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཚུགས་པའི་ནུས་པ་ འབྲི་སླབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ གསལ་ཏོག་ཏོ་སྦེ་ བཏོན་ཚུགས་དགོ།

༢. ལག་ལེན།

- འདས་པའི་ཉམས་མྱོང་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ ཐབས་བྱུས་ གཞི་རྩ་ཚུ་ འཆར་སྣང་ ཡང་ན་ དེང་སང་གི་གནས་སྟངས་ངོ་མའི་ དཀའ་ངལ་བསལ་ནི་ནང་ གཡོག་བཀོལ་ཚུགས་དགོ།

༣. དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།

- སྔོན་གྱི་བྱུང་རབས་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྗོད་དོན་ཚུ་ལུ་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཚུལ་མ་འདྲཝ་དང་ རྒྱབ་རྟེན་ངོ་མ་ཨིན་མེན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་རྫུན་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ རྒྱབ་ཁུངས་དང་ སྒྲུབ་བྱེད་བཀོད་ཚུགས་དགོ།

གནས་རིམ་ ༥ པའི་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་དང་མཐུན་པའི་སྐུགས་ཀྱི་རྗིད་ཚད།

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

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན།	སྐུགས་ཀྱི་རྗིད་ཚད།
༡ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།	༣༢%
༢ ལག་ལེན།	༣༠%
༣ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།	༣༨%
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་མྱོང་སློབ་ཚན།
༡. ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།	༣༠%	༣༠%	༤༠%
༢. ལག་ལེན།	༣༠%	༣༠%	༢༥%
༣. དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།	༤༠%	༤༠%	༣༥%
ཡོངས་བསྡོམས།	༡༠༠%	༡༠༠%	༡༠༠%

གནས་རིམ་གྱི་འགྲེལ་བཤད།

གནས་རིམ་འགྲེལ་བཤད་ཚུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་རིམ་འཐོབ་མི་ ངོ་རྒྱང་ཚུ་ལུ་ རིམ་བསྒྲིག་པའི་ གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་གནས་ཚད་ཚུ་ གསལ་བཀོད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན། དེ་ཚུ་གིས་ གནས་རིམ་ ཀ་དང་ ག་ ཅ་ དེ་ལས་ ཛ་ཚུ་ནང་ འཐོབ་དགོ་པའི་ སློབ་སྦྱོང་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ སྤྱིར་བཏང་གི་བརྡ་སྟོན་བྱེདམ་ཨིན། འགྲེལ་བཤད་ཚུ་ སླུགས་བྱིན་ཐངས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་སྦེ་མེན་པར་ སློབ་ཚན་འདི་གི་ནང་དོན་དང་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ དེ་ལས་ སྦྱོང་ལཱ་ཚུ་ གནས་སྟངས་ག་ཅི་བཟུམ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ བསྒྲིགས་ཡོད་པ་ཨིན་ནའི་ སྐབས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གོ་བ་ལེན་དགོ། དེ་ཚུ་ཡང་ སློབ་དཔོན་དང་ ཚོས་རྒྱུགས་ལེན་མི་ཚུ་གིས་ སློབ་རིམ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ ཤེས་ཡོན་གྱི་གནས་ཚད་ཚུ་ ཧ་གོ་ཚུགསཔ་བཟོ་ནི་དང་ ལཱ་གི་ཚད་གཞི་བཟོ་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ བཟོ་བཀོད་འབད་ཡོདཔ་ཨིན།

གནས་རིམ།	ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།	ལག་ལེན།	དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།
ཀ	ཐུང་རབས་ཀྱི་གཞུང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ འཛོལ་བ་མེད་པར་ཉན་ཏེ་ འབྲི་སླབ་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་ གོ་བ་ ལེན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་ ཁ་གསལ་སྦེ་ རྒྱབ་ཚུགས།	འདས་པའི་ཉམས་མྱོང་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ ཐབས་བྱུས་ གཞི་རྩ་ཚུ་ དེ་སང་གི་གནས་སྟངས་ངོ་མ་ཚུ་ནང་ གནམ་མེད་ས་མེད་ལེགས་ཤོམ་སྦེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།	སྔོན་གྱི་ཐུང་རབ་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྡ་དོན་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ མཐིལ་ཕྱིན་འབད་དེ་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཚུལ་མ་འདྲཝ་དང་ རྒྱབ་རྟེན་ ངོ་མ་ཨིན་མེན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་རྫུན་དབྱེ་བ་ ཕྱིས་ཏེ་ རྒྱབ་ཁྲེངས་དང་ སྒྲུབ་བྱེད་ཤང་དག་ བཀོད་ཚུགས།
ག	ཐུང་རབས་ཀྱི་གཞུང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ ཧ་ལམ་འཛོལ་བ་མེད་པར་ཉན་ཏེ་ འབྲི་སླབ་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་བ་ཧ་ལམ་ཅིག་ལེན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་ རྒྱབ་ཚུགས།	འདས་པའི་ཉམས་མྱོང་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ ཐབས་བྱུས་ གཞི་རྩ་ཚུ་ འཆར་སྣང་ ཡང་ན་ དེ་སང་གི་གནས་སྟངས་ངོ་མ་ཚུ་ནང་ ལག་ལེན་ཧ་ལམ་འཐབ་ཚུགས།	སྔོན་གྱི་ཐུང་རབ་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྡ་དོན་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ ཧ་ལམ་འབད་དེ་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཚུལ་མ་འདྲཝ་དང་ རྒྱབ་རྟེན་ ངོ་མ་ཨིན་མེན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་རྫུན་དབྱེ་བ་ ཕྱིས་ཏེ་ རྒྱབ་ཁྲེངས་དང་ སྒྲུབ་བྱེད་ཧ་ལམ་ བཀོད་ཚུགས།

༦	བྱུང་རབས་ཀྱི་གཞུང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ དག་པ་རི་ནང་ཏེ་ འགྲོ་སྐབ་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་ གོ་བ་སྤྱིར་བཏང་སྦེ་ ཡིན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཚུགས།	འདས་པའི་ཉམས་མྱོང་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ ཐབས་བྱུས་ གཞི་རྩ་ཚུ་ འཆར་སྣང་ ཡང་ན་ དེང་སང་གི་གནས་སྟངས་དོ་མ་ཚུ་ ནང་ དག་པ་རི་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།	སྔོན་གྱི་བྱུང་རབས་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྡ་དོན་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ སྤྱིར་བཏང་སྦེ་འབད་དེ་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཚུལ་མ་འདྲཝ་དང་ རྒྱབ་རྟེན་དོ་མ་ཨིན་མེན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་རྫུན་དབྱེ་བ་ཕྱེས་ཏེ་ རྒྱབ་ཁྱེངས་དང་ སྒྲུབ་བྱེད་སྤྱིར་བཏང་སྦེ་ བཀོད་ཚུགས།
༧	བྱུང་རབས་ཀྱི་གཞུང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ ཨ་ཙི་རེ་ འཛོལ་བ་མེད་པར་ནང་ཏེ་ འགྲོ་སྐབ་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་ གོ་བ་རྩལ་ཅིམ་རེ་ཡིན་ཏེ་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཚུགས།	འདས་པའི་ཉམས་མྱོང་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ ཐབས་བྱུས་ གཞི་རྩ་ཚུ་ འཆར་སྣང་ ཡང་ན་ དེང་སང་གི་གནས་སྟངས་དོ་མ་ཚུ་ ནང་ ཨ་ཙི་རེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།	སྔོན་གྱི་བྱུང་རབས་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྡ་དོན་ཚུ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ ཨ་ཙི་རེ་འབད་དེ་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཚུལ་མ་འདྲཝ་དང་ རྒྱབ་རྟེན་དོ་མ་ཨིན་མེན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་རྫུན་དབྱེ་བ་ཕྱེས་ཏེ་ རྒྱབ་ཁྱེངས་དང་ སྒྲུབ་བྱེད་ཚུལ་ཅིམ་རེ་ བཀོད་ཚུགས།

༣. ཚིས་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ཁ་གསལ།

སློབ་རིམ་ ༩ པའི་ ནང་དོན།

རྩ་གཞུང་གི་གནས་སྡུད་ཁོང་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཚུ་གི་ དུས་མཐུན་དང་ཁ་གསལ་ཚུ་ སློབ་གྲྭའི་རྩ་གཞུང་ལྟེ་བ་གཞིས་བཟོ་ཡོད་པའི་ རྩ་གཞུང་གི་ བཀོད་རིམ་ནང་གཟིགས་དགོ།

སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་ ནང་དོན།

རྩ་གཞུང་གི་གནས་སྡུད་ཁོང་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ཚུ་གི་ དུས་མཐུན་དང་ཁ་གསལ་ཚུ་ སློབ་གྲྭའི་རྩ་གཞུང་ལྟེ་བ་གཞིས་བཟོ་ཡོད་པའི་ རྩ་གཞུང་གི་ བཀོད་རིམ་ནང་གཟིགས་དགོ།

༤. དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཁ་གསལ།

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

ཚེས་རྒྱུགས། དུས་ཡུན་ ཆུ་ཚོད་ ༡.༣༥ །				
དྲི་བའི་སྡེ་ཚན།	དྲི་བའི་གྲངས་ཁ།	སྐུགས།	ཡོངས་བསྡོམས།	ལས་དོན།
ཀ-གདམ་ཁ་ཅན།	༤	༤×༡=༤	༤	ཤེས་ཡོན་དང་ གོ་རྟོགས།
ཁ-ལན་ཐུང་།	༤	༤×༢=༨	༨	ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།
ག-ལན་ཚད་ཅན།	༣	༣×༤=༡༢	༡༢	ལག་ལེན།
ང-ལན་རིང་།	༣	༣×༨=༢༤	༢༤	དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ།
བསྡོམས།	༡༤		**༤༨**	
བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་ཚེས་རྒྱུགས་སྐབས་ སློབ་རིམ་ ༩ པའི་ ནང་དོན་ལས་ ཐུང་མཐའ་བརྒྱ་ཆ་ ༢༥-༣༠ ཚུན་ བཀོད་དགོ།				
དབྱེ་ཞིབ་འབད་མི་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚེས་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ།				
སྐུགས་ཀྱི་ཚིད་ཚད། བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ །				

དྲི་ཤོག་དང་པའི་ཁ་གསལ།

སྐུགས་ ༤༨ །

དུས་ཡུན། ཆུ་ཚོད་ ༡.༣༥ །

དྲི་ཤོག་འདི་ནང་ འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་པ་བཟུམ་ དྲི་བ་སྡེ་ཚན་བཞི་སྦེ་བཀོད་ནི།

སྡེ་ཚན་ཀ་ནང་ ལན་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་དྲི་བ་ ༤ བཀོད་ནི་དང་ དྲི་བ་རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༡ རེ་དང་ ཡོངས་བསྡོམས་སྐུགས་ ༤ ། དེ་གིས་ གཙོ་བོ་ཚེས་ཚན་རང་སོའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

སྡེ་ཚན་ཁ་ནང་ ལན་ཐུང་གི་དྲི་བ་ ༤ བཀོད་ནི། དྲི་བ་རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༢ རེ་སྦྱིན་ནི་ཨིན། ཡོངས་བསྡོམས་ སྐུགས་ ༨ ཨིན། དེ་གིས་ གཙོ་བོ་ཚེས་ཚན་རང་སོའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ཨིན།

©BCSEA 2026

སྣ་ཚན་ག་ནང་ ལན་ཚད་ཞེ་གྱི་དྲི་བ་ ༣ བཀོད་དེ། དྲི་བ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༤ ། ཡོངས་བསྡོམས་སྐུགས་ ༡༢ ། དེ་གིས་གཙོ་བོ་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ ལག་ལེན་དབྱེ་ཞིབ་འཐབ་དགོཔ་ཨིན།

སྣ་ཚན་ང་ནང་ ལན་རིང་གི་དྲི་བ་ ༣ བཀོད་དེ། དྲི་བ་ རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༨ ཡོངས་བསྡོམས་ སྐུགས་ ༢༤ ། དེ་གིས་ གཙོ་བོར་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འཐབ་དགོཔ་ཨིན།

ལན་གདམ་ཁ་དང་ ལན་ཐུང་གི་དྲི་བ། ལན་ཚད་ཞེ་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་ ༡༦ གི་ལན་ བྲི་དགོ།

དྲི་ཤོག་དང་པའི་ཡོངས་བསྡོམས་ཀྱི་ སྐུགས་ ༤༠ ཨིནམ་ལས་ ཡང་བསྐྱར་བཀྱག་ཚ་ ༤༠ ནང་ ཐབ་མི་དགོ།

སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་ཚོས་རྒྱུགས་ནང་ དྲི་བ་ཅུང་མཐའ་བཀྱག་ཚ་ ༢༥-༣༠ གི་བར་ན་ སློབ་རིམ་ ༦ པའི་ནང་དོན་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ བཀོད་དགོཔ་ཨིན།

དྲི་ཤོག་གཉིས་པའི་ཁ་གསལ།

སྐུགས་ ༤༨ །

དུས་ཡུན། ཆུ་ཚོད་ ༡.༣༥ །

དྲི་ཤོག་འདི་ནང་ ཚིག་ལུ་བཀོད་ཡོད་པ་བཟུམ་ དྲི་བ་སྣ་ཚན་བཞི་ལྟོ་བཀོད་དེ།

སྣ་ཚན་ཀ་ནང་ ལན་གདམ་ཁ་ཞེ་གྱི་དྲི་བ་ ༤ བཀོད་དེ་དང་ དྲི་བ་རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༡ རེ་དང་ ཡོངས་བསྡོམས་སྐུགས་ ༤ ། དེ་གིས་ གཙོ་བོ་ཚོས་ཚན་རང་སོའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འཐབ་དགོཔ་ཨིན།

སྣ་ཚན་ཁ་ནང་ ལན་ཐུང་གི་དྲི་བ་ ༤ བཀོད་དེ། དྲི་བ་རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༢ རེ་བྱིན་ནི་ཨིན། ཡོངས་བསྡོམས་ སྐུགས་ ༨ ཨིན། དེ་གིས་ གཙོ་བོ་ཚོས་ཚན་རང་སོའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འཐབ་དགོཔ་ཨིན།

སྣ་ཚན་ག་ནང་ ལན་ཚད་ཞེ་གྱི་དྲི་བ་ ༣ བཀོད་དེ། དྲི་བ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༤ ། ཡོངས་བསྡོམས་སྐུགས་ ༡༢ ། དེ་གིས་གཙོ་བོ་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ ལག་ལེན་དབྱེ་ཞིབ་འཐབ་དགོཔ་ཨིན།

སྤྱི་ཚན་ང་ནང་ ལན་རིང་གི་དྲི་བ་ ༣ བཀོད་ནི། དྲི་བ་ རེ་རེ་ལུ་ སྐུགས་ ༨ ཡོངས་བསྡོམས་ སྐུགས་ ༢༤ ། དེ་གིས་ གཙོ་བོར་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ་པ་ཨིན།

ལན་གནམ་ཁ་དང་ ལན་ཐུང་གི་དྲི་བ། ལན་ཚད་ཅན་གྱི་དྲི་བ་ཚུ་ལུ་ གནམ་ཁ་མེད་པར་ ག་ར་གི་ལན་བྲི་དགོ། ལན་རིང་གི་ དྲི་བ་ ༣ ལས་ ༢ གདམ་ཁ་རྐྱབ་སྟེ་ སྐུགས་ ༡༦ གི་ལན་ བྲི་དགོ།

དྲི་ཤོག་དང་པའི་ཡོངས་བསྡོམས་ཀྱི་ སྐུགས་ ༤༠ ཨིནམ་ལས་ ཡང་བསྐྱར་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ ནང་ ཐབ་མི་དགོ།

སློབ་རིམ་ ༡༠ པའི་ཚོས་རྒྱུགས་ནང་ དྲི་བ་ཅུང་མཐའ་བརྒྱ་ཆ་ ༣༥-༣༠ གི་བར་ན་ སློབ་རིམ་ ༩ པའི་ནང་དོན་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ བཀོད་དགོ་པ་ཨིན།

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་ བརྟེན་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་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས། ལག་ལེན། དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ གཉིས་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་སྦྱོང་ལཱ་བཟོ་དགོ། སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ བྱུང་རབས་ཀྱི་དོན་ཚན་ གང་རུང་གཅིག་ ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ བཟོ་ཡོད་པའི་ ལས་འགུལ་གཅིག་འབད་དགོ་པ་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་དགོ་པ་མ་ཚད་ གཞུང་དོན་ལུ་ ཤེས་ཡོན་དང་ གོ་རྟོགས། དབྱེ་དཔྱད་ དབྱེ་ཞིབ་ཚུ་ བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི་གི་ལཱ་ཚུ་ཡང་ ཚུད་དགོ་པ་ཨིན།

ལས་འགུལ་འདི་གི་དོན་ལུ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ བདུན་ཕྲག་ ༢ ལས་ ༣ ཚུན་གྱི་དུས་ཡུན་བྱིན་དགོ་པ་དང་ དེ་ཡང་ ཆུ་ཚོད་ ༡༠ ལས་ ༡༥ ཀྱི་རྩིས་རྐྱབ་དགོ་པ་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་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 ལུ་ ཐབས་ཏེ། མཐའ་དཔྱད་ཀྱི་སྐུགས་ཀྱི་ གྲངས་སུ་བཙུགས་པ་ཨིན།

ལས་འགྲུལ་འདི་ སློབ་ཕྲུག་གཱ་ར་ལུ་ངོ་ར་གཅིག་པ་སྦེ་ཡོད་པའི་ཁར་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐངས་ཡང་ གཅིག་མཚུངས་སྦེ་ དགོ།

གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་གནས་རིམ་ག་ར་འདི་ནང་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གྲུབ་ཐབས་ལུ་ སློབ་ཕྲུག་གི་ཁམས་དབང་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྦྱིང་ལཱ་སྟ་ཁ་ལངམ་སྦེ་དགོཔ་མ་ཚད་ ལས་འགྲུལ་ག་ར་འདི་ནང་ གནམ་ཁ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབད་ནི་འདི་གོ་སྐབས་བཟོ་དགོ།

སློབ་ཚན་གྱི་ལས་འགྲུལ་འདི་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་ཡོད་པའི་ ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ནང་དོན་གྱི་སྣུད་ཚད་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ཨིན། སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ སློབ་ཚན་སྦྱིང་ལཱ་གི་ དུས་ཚོད་ཚུ་ཡང་ ཡོངས་བསྡོམས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆའི་ཚིད་ཚད་དང་འཁྲིལ་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།	༡༢
༢. ལག་ལེན།	༩
༣. དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།	༩

སློབ་ཚན་སྦྱིང་ལཱ་གི་ལམ་སྟོན།

སྦྱིང་ལཱ་གི་རང་བཞིན།

སློབ་ཚན་སྦྱིང་ལཱ་འདི་ སྐུགས་ ༣༠ འབད་མི་ ལས་འགྲུལ་གཅིག་དགོཔ་ཨིན། སྦྱིང་ལཱ་འདི་གིས་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ བྱུང་རབས་ཀྱི་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས་ དབྱེ་དཔྱད་དང་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་འཇོན་ཐངས་སྟོན་ཚུགས་པའི་གོ་སྐབས་བྱིན་དགོ།

ཆོས་འབབ་ཡོད་པའི་གྲོས་འཆར་གྱི་ལས་འགུལ།

༡. བྱུང་རབས་དང་འབྲེལ་བའི་ས་གནས།

- ས་གནས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་དོན་དག་ལུ་ ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་རིམ།
- ལམ་སྒྲོལ། མི་སྣ། ཡང་ན་ ཁྱབ་སྲིད་ཀྱི་གལ་གནད།

༢. སྐུ་ཁང་དང་ རྫོང་གཞི།

- སྐུ་ཁང་དང་ རྫོང་གཞི་བཞེང་གནང་མི།
- ཉམས་བཙོས་དང་ རྒྱ་བསྐྱེད་ག་དེ་སྦེ་ འབད་ཡོད་ག།
- དུས་སྟོན་དང་ མཆོད་སྒོ། དེ་ལས་ ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ བྱ་སྒོ།

༣. བྱུང་རབས་ནང་ཚུད་པའི་ མི་སྣ་གལ་ཅན།

- མི་སྣ་རང་གི་ལོ་རྒྱུས། ཆུང་དུས། ཤེས་རིག། ཤེས་ཡོན་དང་ཉམས་མྱོང་།
- མཛའ་ཚང་གི་ལོ་རྒྱུས། ཕ་མེས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ། བཟའ་ཚང་གི་ཤུགས་རྐྱེན།
- ཕྱག་རྟེས་དང་ བྱིན་རྟེས།

༤. ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་རིམ།

- བྱུང་རིམ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་ཚིགས་ཀྱི་ གོ་རིམ།
- བཅའ་མར་གཏོགས་མི་གཙོ་བོ་དང་ དེ་ཚུ་གི་འགན་ཁུར།
- རྒྱུ་རྐྱེན་དང་ མི་སྣ་དང་ ལམ་སྒྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱག་རྟེས།

༥. རྣམ་ཐར་དང་རྟོགས་བརྗོད།

- དྲན་ཐོའི་ནང་བཀོད་པའི་བྱུང་རིམ་གྱི་དུས་ཚོད།
- རྩོམ་པ་པོའི་མི་ཚེའི་སྐབས་དོན། མི་སྒེར་གྱི་ཉམས་མྱོང་དང་བཟའ་ཚང་གི་རྒྱབ་ཁུངས།
- མི་སྣ་དང་ ལམ་སྒྲོལ་ མི་སྣ་གོང་འཕེལ་གྱི་འགྱུར་བ་ཚུ་ ཧ་གོ་ཐབས་ལུ་ བྱུང་རབས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དང་ ཕན་འདེབས།

©BCSEA 2026

དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཚད་གཞི།

- སྐུགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་དང་ཚད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཏེ། སྐུགས་ཕྱིན་ནི་མ་གཏོགས། སྐུགས་བརྟག་ནི་མི་འོང་།
- སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་ སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལྷ་འདི་ སློབ་གྲྭ་ནང་འཁོད་ཁུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་དང་ འབྲུག་ཚོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དབྱེ་ཚད་ཁུ་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།	ཁྱད་འཕགས། (༡༠-༡༢)	རབ། (༧-༩)	འབྲིང་། (༤-༦)	མཐའ། (༡-༣)
ཤེས་ཡོན་དང་གོ་རྟོགས།	གོ་བ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལེན་ཏེ་ འབྲེལ་བཤད་འཛོལ་བར་མེད་པར་ འབྲི་སླབ་འབད་ཚུགས།	གོ་བ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལེན་ཏེ་ འབྲེལ་བཤད་ཨ་ཙི་རེ་འཛོལ་ཏེ་ འབྲི་སླབ་འབད་ཚུགས།	གོ་བ་སྤྱིར་བཏང་སྦེ་ ལེན་ཏེ་ འབྲེལ་བཤད་ཧ་ལམ་འཛོལ་ཏེ་ འབྲི་སླབ་འབད་ཚུགས།	གོ་བ་རག་ཙམ་ལེན་ཚུགས་རུང་ འབྲེལ་མང་ཤོ་བ་འཛོལ་ཏེ་ འབྲི་སླབ་འབད་ཚུགས།
ཚད་གཞི།	(༧-༩)	(༥-༦)	(༣-༤)	(༡-༢)
ལག་ལེན།	བྱུང་རབས་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་དང་ རིག་རྩལ་ཚུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ནང་ དོན་སྨིན་ཅན་སྦེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།	བྱུང་རབས་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་དང་ རིག་རྩལ་ཚུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་མང་ཤོ་བ་ནང་གཡོག་བཀོལ་ཚུགས་པའི་དཔེ་སྟོན་འབད་ཡོདཔ།	བྱུང་རབས་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་དང་རིག་རྩལ་ཚུ་ ཚུ་ ཆ་འདྲ་བའི་གནས་སྟངས་ནང་ གཡོག་བཀོལ་ཚུགས་པའི་བདེན་དཔང་སྟོན་ཡོདཔ།	བྱུང་རབས་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་དང་རིག་རྩལ་ཚུ་ ཆ་འདྲ་བའི་གནས་སྟངས་ནང་ ཨ་ཙི་རེ་གཡོག་བཀོལ་ཚུགས་པའི་དཔེ་སྟོན་འབད་ཡོདཔ།
ཚད་གཞི།	(༧-༩)	(༥-༦)	(༣-༤)	(༡-༢)
དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ།	-གཞུང་དོན་ཚུ་ ག་ར་རྒྱུ་མཚན་ལྡན་པའི་གོ་རིམ་ཡོད་པ་དང་ གཏིང་རྒྱ་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྒོ་ལས་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ། -ཁུངས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཚོས་འཐབ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོདཔ་སྦེ་ བཀོད་ཡོདཔ།	-གཞུང་དོན་ཚུ་ མང་ཤོ་བ་ རྒྱུ་མཚན་ལྡན་པའི་གོ་རིམ་ ཡོད་པ་དང་ གཏིང་རྒྱ་ཧ་ ལམ་ཡོདཔ་སྦེ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ། -ཁུངས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་ ཚོས་འཐབ་དང་འབྲེལ་བ་ ལེགས་ཤོམ་ཡོདཔ་སྦེ་ བཀོད་ཡོདཔ།	-གཞུང་དོན་ དག་པ་རེ་རྒྱུ་ མཚན་ལྡན་པའི་གོ་རིམ་ཡོད་པ་ དང་ སྤྱིར་བཏང་སྦེ་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོདཔ། -ཁུངས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་ ཚོས་འཐབ་དང་འབྲེལ་ཧ་ལམ་ཅིག་ ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་ཡོདཔ།	-གཞུང་དོན་ཚུ་ ཨ་ཙི་རེ་རྒྱུ་ མཚན་ལྡན་པའི་གོ་རིམ་ཡོད་པ་ དང་ དབྱེ་དཔྱད་དང་དབྱེ་ཞིབ་ རག་ཙམ་འབད་ཡོདཔ། -ཁུངས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཚུ་ ཨ་ཙི་རེ་ ཐད་ཀར་དུ་ སྒྲུབ་བྱེད་ སྦེ་ འགྲོ་བཏུབ་སྦེ་བཀོད་ ཡོདཔ།

©BCSEA 2026

ཟླ་གསོ། སྐུགས་ ༣༠ འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༠ ལུ་ ཐབ་དགོ། དཔེར་ན་ ག་དེམ་ཅིག་སྦེ་ སློབ་ཕྲུག་ཅིག་གིས་ སྐུགས་ ༣༠ ལས་ ༣༠ ཐོབ་ཡོད་པ་ཅིན་ (20÷30) × 20 = 13.33 དེ་བཟུམ་སྦེ་ ཐབ་དགོཔ་ཨིན།

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

སློབ་ཚན་སྤྱིར་ལྟ་འགོ་འདྲེན།

སློབ་སྟོན་པའི་ལམ་འགན།

- སློབ་སྟོན་པ་གིས་ སློབ་ཚན་གྱི་སྤྱིར་ལྟ་ཚུ་ སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ནང་འཁོད་ལས་ བཀོད་དགོཔ་མ་ཚད་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ ག་ར་ལུ་ ཁྱབ་ཚུགསཔ་སྦེ་ བཟོ་དགོ།
- སློབ་ཚན་སྤྱིར་ལྟ་ཚུ་ རིགས་གྲུབ་སྣ་ཚོགས་ཅན་གྱི་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་བར་ན་ ཁྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས་པའི་ དགོས་མཁོའི་གནས་རིམ་དང་ མཐུན་སྦེ་འོང་དགོ།
- སློབ་དཔོན་གྱིས་ ལས་འགུལ་དོན་ལས་ དགོས་མཁོའི་སྐོར་ལས་ ལམ་སྟོན་འབད་ཚོག་རུང་ སྤྱིར་ལྟ་ཚུ་ ཟིན་བྲིས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་ བསམ་ལན་ཁ་གསལ་སྦེ་བཀོད་དེ་ སྐུགས་མཐོ་དྲག་འཐོབ་ཐབས་ཀྱི་ བདེ་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་སྤྱིར་ལྟ་འདི་ སློབ་གྲྭ་ནང་འཁོད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཞིནམ་ལས་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཚོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ ཏྭ་རྟོག་འབདཝ་ཨིན། སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ཚོགས་སྡེ་གི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྐུགས་དང་དཔེ་ཚད་ཚུ་ བསྡུ་ལེན་ འབད་དེ་ སྤྲོད་དགོ།

ཆོས་རྒྱུགས་ཞུལ་མིའི་ལམ་འགན།

- དགོས་མཁོ་དང་རེ་འདོད་ཁ་གསལ་སྦེ་ ཧ་གོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱི་བཀོད་རྒྱ་དང་ ལམ་སྟོན་ ཚད་དབྱེ་ཚུ་ ཟུན་ཤེས་དང་ ཧན་པའི་ཐོག་ལས་ ཧག་དགོ།

- ལཱ་ཚུ་ དུས་ཚོད་ཁར་ཚུད་ནི་འདི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་བཟོམ་ནི་དང་ དུས་ཚོད་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་དགོཔ་ཁག་ཆེ།
- ཆོས་རྒྱུགས་ཤུལ་མི་ཚུ་གིས་ སློབ་ཚན་གྱི་ལཱ་འདི་ རང་གིས་ར་འབད་ཡོད་པའི་བདེན་དཔང་སྟོན་དགོ། ཛོལ་ཡིག་ཀྲུ་བཤུས་དང་ ཡང་ན་ ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འདྲ་བཤུས་ཚུ་ ངོས་ལེན་མི་འབད།
- ཆོས་རྒྱུགས་ཤུལ་མི་ཚུ་གིས་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ གསལ་རྟོག་རྟོ་དང་ ཁྲུངས་ལྡན་ ཁྱད་རིག་ཅན་སྦེ་ གསལ་བཀོད་འབད་དགོཔ་མ་ཚད་ འོས་འབབ་ཡོད་སར་ ཐིག་ཁྲམ་དང་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ཡང་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- གཞན་གྱི་བརྗོད་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་འཁོད་བསྐྱར་ཞིབ།

ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་བའི་ནང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་མི་ སློབ་དཔོན་གཅིག་ལས་ལྷག་སྦེ་ཡོད་པ་ཅིན་ བདག་སྐྱོང་གིས་ བསྐྱར་ཞིབ་ ཡང་ན་ གནས་ཚད་དང་ལྡནམ་སྦེ་བཟོ་ནིའི་ ཅ་སྒྲིག་རྒྱབ་སྟེ་ ཆོས་རྒྱུགས་ཤུལ་མི་ཆ་མཉམ་ ཕྱིར་བཏང་གི་གནས་ཚད་ནང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཚུགསཔ་བཟོ་དགོ།

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

ནང་འཁོད་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་བྱ་རིམ་གྱི་སྐོར་ལས་ བརྗོད་དོན་ཁ་གསལ་ཚུ་ ལག་ལེན་ལམ་སྟོན་གྱི་ ནང་འཁོད་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་སྦྱོང་ལཱ་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་བསྐྱེད་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབད་ཡོདཔ་ངེས་བདེན་བཟོཝ་ཨིན། སློབ་ཕྲུག་གིས་འབད་ཡོད་པའི་སྦྱོང་ལཱ་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་བདེན་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ དགོས་མཁོ་ཡོད་སར་ སྐུགས་ཚུ་ བདེ་སྒྲིག་བཟོ་ཡོད་མེད་ཚུ་ བསྐྱར་

ཞིབ་འབད་ལྟ་ཡིན། 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་བདེན་བཟོ་ལྟ་ཡིན།

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

འབྲེལ་ཡོད་ལུ་ ཕྱུལ་ཡོད་པའི་ སློབ་ཚན་ལས་འགུལ་ཚུ་ ཆོས་རྒྱུགས་ཕྱུལ་མི་རང་སོའི་ལཱ་དོ་མ་ཨིནམ་ངེས་གཏན་བཟོ་ནི་འདི་ སློབ་གྲྭ་གི་འགན་ཁྲར་ཅིག་ཨིན། ཆོས་རྒྱུགས་ཕྱུལ་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་ཕྱུལ་མི་ཚུ་ལུ་ ངོས་ལེན་ཅན་གྱི་ རྒྱབ་རྟེན་བཀོད་ཐངས་དང་ ལུང་འདྲེན་དང་ ཁུངས་གཏུག་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་ལཱ་དང་གནས་སྐབས་ཚུ་ རང་གི་ཨིནམ་བཟོ་སྟེ་ སྤྱོད་མི་འདི་ རྫོམ་རིག་ཀྲུ་བཤུས་ཀྱི་གྲངས་སུ་ཚུདཔ་ཨིན། སློབ་སྟོན་ཚུ་གིས་ རྫོམ་ཡིག་ཀྲུ་བཤུས་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་འགུལ་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ རང་གི་ལཱ་དོ་མ་ཨིན་པའི་ཁས་ལེན་གྱི་བཀང་ཤོག་འདི་བཀང་ཞིནམ་ལས་ གསལ་བསྒྲགས་འབད་དགོ། སློབ་ཕྲུག་རེ་རེ་གིས་ ཕྱུལ་ཡོད་པའི་ལས་འགུལ་ཚུ་ རང་གི་དོ་མ་ཨིན་ཟེར་ ངེས་གཏན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ མཚན་རྟགས་བཀོད་དགོཔ་མ་ཚད་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ཡང་ ལཱ་དེ་ དོ་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་ལཱ་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་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ དུས་མཚམས་ལུ་ རྩིས་ཞིབ་དང་ སློབ་ཚན་སྦྱོང་ལཱ་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་བསམ་ལན་ཚུ་ སྲུང་ཚད་དང་ ནང་བདེན་ཡང་དག་དང་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སློབ་གྲྭ་དང་བརྗེ་སོར་འབད་འོང་།

བཀོད་རྒྱའི་ཚིག

བཀོད་རྒྱའི་ཚིག	འགྲེལ་བཤད།
ཐོ་བཀོད།	ཚ་དངོས་ཀྱི་མིང་དང་ ཁ་ཕྱན་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ རིམ་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་སྐབས་ཨིན།
འགྲེལ་བཤད།	མིང་དང་ཚིག་ལ་སོགས་པའི་ བཤད་པ་ཁ་གསལ་སྦེ་ རྒྱབ་པའི་དོན།
བཤད་པ།	འགྲེལ་བཤད་དང་ ཚིག་ར་གཅིག།
དཔེ།	དོན་ཁ་གསལ་ ཡང་ན་ ལེགས་ཤོམ་སྦེ་ ནུ་གོ་ནི་འདི་དོན་ལུ་བཀོད་པའི་ ཚ་འདྲ་བའི་ཕྱད་ཚོས་ཡོད་པའི་རིགས།
སྤྱི་དོན།	གཞུང་ལུགས་གནད་འགག་བཅུད་བསྡུས་ཏེ་ བཤད་པ།
བཅུད་དོན།	སྤྱི་དོན་དང་འདྲ།
གསོག་བཀོལ།	ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
ལག་ལེན།	གསོག་བཀོལ་དང་འདྲ།
བེད་སྤྱོད།	གསོག་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་ལྷ་ཁག་ཡོད་པའི་ཚིག་དང་ གནད་དོན་གལ་ཅན།
ཁྱོ་སོ།	སོ་སོ་སྦེ་བརྗོན་ནི། ཡང་ན་ སླ་སྲེ་སྦེ་ཡོད་མི་ཚུ་ སོ་སོ་སྦེ་ཕྱེ་ནི།

སྙེ་ཚན།	ལེ་ཤ་གཅིག་ཁར་བསྡུས་ཏེ་ཡོད་པའི་དོན། དཔེར་ན་ སློབ་ཕྲུག་སྙེ་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།	ཀོ་ཊིམ་མི་འཛོལ་ནི་འདི་དོན་ལུ་ གསལ་བྱེད་ ཀ་ཁའི་ཀོ་ཊིམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྟགས་བཀལ་ནི།
སྐོར་ཐིག།	ཐིག་སྐོར་སྐོརམ་སྦེ་བཀལ་ཡོད་མི་ལུ་གོ་ནི། དཔེར་ན། (○)
གནམ་ཁ།	
དཔྱེ་བ་དཔྱད།/དཔྱེ་དཔྱད།	རྒྱུ་མཚན་བཀོད་ནིའི་དོན་ལུ་ བརྟགས་ཞིབ་དཔྱད་ནི། ཆ་ཤས་རེས་འཛིན་འབད་དེ་ འབྲེལ་བ་བཀོད་ནི།
དཔྱེ་ཞིབ།	ཐག་དཔྱད་ནི་དང་ བསམ་ཞིབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ རྒྱབ་ཁྱུངས་བཀོད་ནི།
གཞི་བསྡུར།	ཚོག་ར་གཅིགཔ་དང་ མ་འདྲཝ་ཚུ་ བཟང་ངན་ཚུ་ ཁྱད་པར་བཀྱ་བའི་དོན།
ཁྱད་པར།	ཚོག་ར་གཅིགཔ་དང་ མ་འདྲཝ། ཡང་ན་ བཟང་ངན་ཚུ་ག་བསྡུར་འབད་དེ་ རྒྱུ་མཚན་བཀོད་ནི།
དོན་འཛིན།	དོ་བཀྱ་ནི། དོ་སྒྲི་ནི།
བདེན་ཁུངས།	ཁུངས་དང་རྒྱུ་མཚན་ཊན་པའི་ སྒྲུབ་བྱེད་བཀོད་ནི།
གྲོས་འཆར་བཀོད།	བསྟུན་གྲོས་ཀྱི་དོན་ལུ་ བཀོད་པའི་བསམ་འཆར། ཡང་ན་ འཆར་གཞི་དང་རྒྱབ་སྐྱོན་བཀོད་ནི།
སྒྲུབ་བྱེད།	རང་བསམ་འཆར་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ ཆ་བཞག་ཡིད་ཆེས་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་ཉིནམ་ལས་ འབྲི་བའི་སྐབས་ གཞན་གྱིས་ག་བཀོད་མི་ཚིག་འདི་མེན་པར་ ཚིག་རང་གིས་བཟོ་སྟེ་ བྲི་ནི་ལུ་གོ་སླ་ཨིན།
རང་སྟོབས་ཀྱིས།	མིང་ཚིག་གི་དོན་ཚུ་ གཞན་ལུ་ཉོས་མ་དགོ་པར་དང་ འདྲ་བཤུས་མེན་པར་ རང་གིས་སྦེ་ར་ བྲི་དགོ་པའི་དོན།

༥. ཤེས་དགོས་པ་གཞན།

ཚན་པ་འདི་གིས་ རྩ་གཞུང་དང་ བདག་སྐྱོང་གི་བྱ་རིམ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཚུ་ བྱིན་མ་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་ ཧ་གོ་ཐབས་ལུ་ ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་གི་ དོན་ལུ་ཨིན། བརྗོད་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་བཙུགས་པའི་ཧེ་མ།

ཧེ་མའི་ཤེས་ཡོན།

སློབ་ཚན་འདི་འགོ་བཙུགས་མི་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ འབྲིང་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལག་ཁྱེར་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་ ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བསླབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ ཧེ་མ་ལས་ ཧྲབ་སྦྱང་འབད་དགོཔ་སྦེ་ གྲོས་འཆར་བཀོད་པ་ཨིན།

སློབ་ཚན་གཞན་དང་མཉམ་སྦྲེལ་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་རྐྱངམ་གཅིག་དང་མཉམ་ ལེན་ཚོག།

ཆོས་རྒྱུགས་ཐོ་བཀོད།

ཆོས་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་བ་མེད་པར་ ངེས་གཏན་བཟོ་སྟེ་ ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ། ཐོ་བཀོད་ལམ་སྟོན་ཚུ་ www.bcsea.bt ནང་ཡོད་པའི་ ཆོས་རྒྱུགས་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལག་ལེན་ལམ་སྟོན་ནང་ལས་ འཐོབ་ཚུགས།

སྐད་ཡིག།

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

གོ་སྐབས་དང་འདྲ་མཉམ།

ཇོ་གཞུང་དང་ དབྱེ་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་སྟང་ཕྱོགས་རིས་བཀག་ཐབས་འབད་ནི་དང་ ཆོས་ལུགས་ ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་ ཡང་ན་ གཞན་མི་ཉམས་སྦྱང་འབད་ཡོད་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཚུ་ བརྩེགས་ནིའི་དོན་ལུ་ དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་པ་ཨིན།
- མཁོ་ཆས་ཚུ་ གོ་བ་ཁ་གསལ་ཅན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་ བཟོ་བཀོད་ཀྱི་གཞི་རྫ་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་ ཐ་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་ཀྱབ་སྒྲུང་འབད་ཐངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བདེ་སྒྲིག་འབད་དགོ། བདེ་སྒྲིག་ཚུ་ ཨ་ལུའི་དགོས་མཁོ་རྐྱངམ་གཅིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཀུག་ཆད་མེདཔ་མ་ཚད་ ཟད་འགྲོ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཅན་ དེ་ལས་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དྲང་བདེན་ལུ་ གནོད་སྐྱོན་མེདཔ་ ངེས་གཏན་བཟོ་དགོ།
- སློབ་ཕྲུག་གི་དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་པའི་བདེ་སྒྲིག་ཚུ་ ཀྱབ་སྒྲུང་འགོ་བརྩེགས་པའི་སྐབས་ལས་ར་ འཐོབ་ཚུགསཔ་ ངེས་གཏན་བཟོ་དགོ། དམིགས་གསལ་བདེ་སྒྲིག་ཚུ་ ཆོས་རྒྱུགས་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ནང་མ་ཚད་ མི་ཚུ་ འཐོབ་ཨིནམ་ལུ་ འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ཆོས་རྒྱུགས་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་དང་ གཞུང་འབྲེལ་དུ་འབྲེལ་བ་འཐབ་སྟེ་ གནང་བ་ལེན་དགོ།
- དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ག་ར་ནང་ གོ་སྐབས་ལེན་མཚུངས་པ་ཅིག་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཚར་ཡོད་མི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལྷུགས་ཚུ་ཕྱིན་ནི་ཨིན།

གནས་རིམ་དང་སྟན་ཐོ།

- གནས་རིམ་གྱི་གནས་ཚད་ ཀ་ ལས་ ཞ ཚུན་ཨིནམ་དང་ ཀ་འདི་ གནས་རིམ་མཐོ་ཤོས་དང་ ཞ་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་ སྐུགས་ཀྱི་ཐིད་ཚད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཡོངས་བསྡོམས་ཀྱི་གནས་རིམ་གཅིག་བཏོན་ནི་ཨིན།
- དམའ་མཐའ་ སྡེ་རིམ་ཅ་གི་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་སྟན་ཐོ་འབདཝ་ཨིན།
- གནས་རིམ་ཚུ་ ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་ཡིག་དུམ་ག་ར་ནང་ གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་གནས་ཚད་གཅིག་མཚུངས་ རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་དེ་བཞག་ཐབས་ལུ་ ལོ་བསྟར་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་བཏོནམ་ཨིན། སྡེ་རིམ་ཚད་གཞི་ཚུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་ ཆོས་རྒྱུགས་རེ་རེ་གི་ཤུལ་ལས་ གནས་སྡུད་དབྱེ་དཔྱད་དང་ མཁས་མཆོག་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་བྱ་རིམ་བརྒྱུད་དེ་ ཐག་གཅད་པ་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་ལྷ་དང་ ཡིག་ཐོག་ཆོས་རྒྱུགས་གཉིས་མཉམ་སྡེབ་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ལས་ཐོབ་ཡོད་པའི་ སྤྱིར་བསྡོམས་ཀྱི་སྡེ་རིམ་ (ཀ–ཞ) ཀྲང་པ་ཅིག་ སྟན་ཐོ་འབདཝ་ཨིན།

©BCSEA 2026