

སླག་ཚེ་རིག་གཞུང་སློབ་གྲྭ།  
སློབ་རིམ་དགུ་པ་ལས་བཅུ་གཉིས་ཚུན།  
རྩ་གཞུང་བཀོད་རིས།



ཏཱ་ལའ་བོ་དོན་ཤེས་རིག་ཚོགས་པའི་

དཔེ་སྐྱུན།

རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ།

བརྒྱུན་འཕྲིན་ཨང་ ༧༧༥-༤-༣༧༡༣༣༤

པར་འཕྲིན་ཨང་ ༧༧༥-༤-༣༧༡༧༧༡

སྲོག་འཕྲིན་ཨིང་ www.rec.gov.bt

སྤར་དབང་ © ༢༠༢༠ རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ།

དཔེ་དེབ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཡོངས་ སློབ་གྲུའི་དོན་ལུ་ ཚུམ་རྒྱུག་དང་ དཔེ་སྐྱུན་འབད་

ཡོད་པ་ལས་ རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ་ལས་ གནང་བ་མེད་པར་ དཔེ་སྐྱུན་དང་ ཚོང་རྒྱུར་

སོགས་འབད་ནི་ཚུ་ལས་འཛུམ་གནང་།

འབྲུག་མི་སྲི་མཐུན་གྱི་བསོད་ནམས་ལས་ཐུབ་པའི་རྒྱལ་པོ།



དཔལ་མེད་བང་མའའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ། འཇིགས་མེད་གེ་སར་ནམ་རྒྱལ་དཔང་རྒྱལ་མཚོ་ག།

འབྲུག་ཅན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་། དཔལ་ལུགས་གཉིས་བསྟན་སྲིད་སྐྱོང་བའི་མགོ་ན།

འབྲུག་རྒྱལ་པོ་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ། །སྤྱི་འགྲུར་མེད་བརྟན་ཅིང་ཆབ་སྲིད་འཕེལ།

ཚོས་སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས། །འབངས་བདེ་སྲིད་ཉི་མ་ཤར་བར་ཤོག།

### བཀྲིན་དགའ་ཚོར།

རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེའི་ཁ་ཐུག་ལས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཆབ་སྲིད་ནང་ ཤེས་རིག་ལམ་ལུགས་དང་ སྤྱི་ཚད་ཡར་  
ངལ་གོང་འཕེལ་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མི་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་དགའ་ཚོར་ལུ་ཞི་དང་འབྲེལ་ ཅུས་ཅི་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ལུ་སྟག་  
ཚེ་རིག་གཞུང་གི་ རྩ་གཞུང་བཀོད་རིས་ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཚུམ་སྒྲིག་གི་ལཱ་ནང་ ལུང་རིག་ཕན་འབྲས་ཆེ་བའི་གྲོགས་  
རམ་མཛེད་མི་ གཤམ་གསལ་ ཤེས་ཡོན་མཁས་མཚོག་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེའི་ རྟོང་ལས་བཀྲིན་  
དགའ་ཚོར་ཡོད།

### སྤྱི་བཏང་བཀོད་ཁབ་དང་ལམ་སྟོན།

ཆབ་སྲིད་ འཕོ་འགྱུར་བ་དང་འབྲེལ་ཕྱ་ད་ ཚོས་ཚན་ག་རའི་ རྩ་གཞུང་བཀོད་རིས་ཚུ། དེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རྩ་གཞུང་མཁས་མཚོག་  
དང་ རྩ་གཞུང་འགོ་དཔོན་ གཅིག་མཐུན་ཐོག་ལས་ ཚོས་ཚན་ག་རའི་རྩ་གཞུང་བཀོད་རིས་ཀྱི་སྒྲིག་བཀོད་ གཅིག་མཚུངས་བཟོ་  
ནི་དོན་ལུ་ ལམ་སྟོན་གྱི་སྒྲིག་གཞི་ཅིག་བཟོ་ཡོད། དེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རིག་གཞུང་གི་རྩ་གཞུང་བཀོད་རིས་ཚུམ་སྒྲིག་འབད་ཡོད་པ་  
ཡིན།

### རྩ་གཞུང་བཀོད་རིས་ཚུམ་སྒྲིག་པའི་མིང་ཐོ།

༡. བདེ་ཆེན་དབང་འདུས། རིག་གཞུང་རྩ་གཞུང་ཚུམ་སྒྲིག་པ།རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ།ལམ་སྟོན་པ།
༢. རྣམ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་། སློབ་དཔོན། སྟག་ཚེ་ རིག་གཞུང་འབྲིང་རིམ་སློབ་ལྷན་གོང་མ།
༣. དབང་ལྷུག། སློབ་དཔོན། སྟག་ཚེ་ རིག་གཞུང་འབྲིང་རིམ་སློབ་ལྷན་གོང་མ།
༤. བཀྲིས། སློབ་དཔོན། སྟག་ཚེ་ རིག་གཞུང་འབྲིང་རིམ་སློབ་ལྷན་གོང་མ།
༥. བཀྲིས་བསྟན་འཛིན། སློབ་དཔོན། རྟེ་སྲིད་འབྲིང་རིམ་སློབ་ལྷན་གོང་མ།
༦. བཀྲིས་བསྟན་འཛིན། སློབ་དཔོན། བཀྲིས་ལྷིང་ཁ་འབྲིམ་རིམ་སློབ་ལྷན་གོང་མ།
༧. རྒྱ་མཚོ། སློབ་དཔོན། ཤར་རི་འབྲིང་རིམ་སློབ་ལྷན་གོང་མ།

ཚེད་བརྗོད།

ང་བཅས་རའི་ན་གཞོན་ཚུ་ མ་འོངས་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ལུ་མི་ གཙོ་ཅན་ཨིན་མ་ལས་བརྟེན་ ན་གཞོན་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ དགའ་  
རྒྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀ་ཚེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ རིག་གཞུང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་འབད་ནི་ཐབས་  
ལམ།

རང་གིས་རིག་གཞུང་ཤེས་ཡོན་རྒྱ་རྩལ་དང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་སྤུང་སྦྱོང་དང་ རྫོས་གར་ལས་འབྲུང་བའི་བྱུང་རིག་དང་  
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་ རྒྱ་རྩལ་ལས་གྲུབ་པའི་བཟོ་རིག་དང་ ནང་དོན་ལས་ཐོན་པའི་ཞི་བདེ་དང་ རྩོལ་རྒྱུན་ལས་ཡོད་པའི་  
ཐབས་ཤེས་རིག་རྩལ་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པ་ཨིན།

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ བྱུང་རིག་ཐོག་ལས་ ཕྱག་ལུ་ལྟུང་བཙོན་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱལ་སྤོན་འབངས་གསུམ་ བདེ་སྦྱིད་ཉི་མ་  
ཤར་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ རིག་གཞུང་རྩ་བའི་སྤོང་པོ་ལུ་བརྟེན་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་བསོད་ནམས་སྤྱི་མཐུན་གྱིས་ ལྷ་སྐལ་དབུ་ཁྲིད་བཞི་པ་  
དགོངས་གཏེར་ དམིགས་དོན་འགྲུབ་ནི་དང་ ཤེས་རིག་རོ་རྟགས་བྱུང་འཕགས་ཅན་ལུ་འགྲུར་ཚུགས།

སྤོན་འབྲོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ཚུ་གི་ མཛེད་བྱུལ་བཟང་པོ། ལག་ལེན་དངོས་སྤྱོད་ རིག་པ་གནས་བརྩམ་ལས་ཡང་ རྒྱ་ངན་ཚར་  
གཙོད་སྐྱོད་དང་ཚད། རྫོ་ལྷན་རྗེས་འཛིན་བཟོ་གསོ་བ། རང་ཉིད་ཀྱུན་ཤེས་ནང་རིག་པ། སྤར་སྤོལ་གྱི་ལམ་ལུགས་ ཕྱིའི་བཀའ་  
བཀོ་ལུ་བརྟེན་རྒྱུང་མ་ཅིག་མིན་པར་ འབྲུག་པའི་རོ་རྟགས་འདི་ནང་གི་ཤེས་ཡོན་ འཆད་ཚུད་རྩོམ་གསུམ་དང་ ཐོས་བསམ་བསྐྱོམ་  
གསུམ་ མཁའ་བཙུན་ལུ་གསུམ་ ལྷ་སྐོམ་སྤྱོད་གསུམ་ཚུ་ལུ་ ལྷ་བ་སྤུང་ལུ་བརྟེན་ ཀྱུན་སྤོང་དང་ཀྱུན་སྤྱོད་བཟང་པོའི་ ལམ་དུ་  
གྱུར་ཏེ་ དད་དམ་གཙང་མའི་ཐོག་ལས་ འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་ལུ་ཕྱག་ཕྱིད་ལུ་རྒྱ་རྩུགས་པའི་ ལྷོགས་གྲུབ་ཅན་གྱི་མི་ངོམ་ཅིག་ལུ་  
འགྲུར་ཚུགས་དོན་ལུ་ རྩ་གཞུང་བཀོད་རིམ་རྩོམ་སྤྱིག་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

ཀྱུན་དགའ་འབྲུག་པ།  
ཡོངས་བྱུང་མདོ་ཚེན།

### དཀར་ཆག

- ༡ རོ་སྤྲོད་དང་རྒྱབ་ཁྲུངས།..... ༡༢
- ༢ དགོས་དོན།..... ༡༣
- ༣ ལྷབ་སྤྱང་ག་ཅི་འབད་དགོས།..... ༡༤
  - ༣.༡ ག་ཅི་འབད་ ལྷབ་སྤྱང་དོན་ཚན།..... ༡༤
  - ༣.༢ ག་དེ་སྤེ་ ལྷབ་སྤྱང་འབད་དགོས།..... ༡༤
- ༤ དམིགས་ལུལ།..... ༡༥
- ༥ ལྷོགས་གྲུབ་གཙོ་ཅན།..... ༡༥
  - ༥.༡ བའ་པའི་ཚེས་དང་འབྲེལ་བའི་རྩིས་མཐོང་།..... ༡༥
  - ༥.༢ ལྷོག་ཡིག་དང་བརྗོད་སྤྲོད།..... ༡༥
  - ༥.༣ འཕོ་འགྱུར་ལྷོག་རིག།..... ༡༦
  - ༥.༤ འཕྲོད་སྤྲོད་དང་ཞི་བདེ།..... ༡༦
  - ༥.༥ ཚོང་རིག་དོན་གཉེར་..... ༡༦
  - ༥.༦ ལུན་བརྟན་འཚོ་བའི་སྤྲོད་སྤྲོད།..... ༡༧
  - ༥.༧ ལྷོག་ཐོག།..... ༡༧
- ༦ ལམ་སྤྲོད་གཞི་ཟ།..... ༡༧
  - ༦.༡ བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས།..... ༡༧
  - ༦.༢ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྤྲོད་དཔལ་འཛོམས།..... ༡༧
  - ༦.༣ རྒྱལ་ཡོངས་རྩ་གཞུང་བཀོད་རིམ།..... ༡༨
  - ༦.༤ ལྷབ་མི་གཙོ་བོ་དང་ བོང་འཕེལ་དང་འཕྲིལ་བའི་འོས་འབབ།..... ༡༨
  - ༦.༥ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལམ་སྐོལ་དང་རྩིས་མཐོང་།..... ༡༨
  - ༦.༦ རྒྱལ་རབས་༡༧པའི་རིག་རྒྱལ།..... ༡༨
  - ༦.༧ ཚེས་ཚན་འབྲེལ་མཐུན།..... ༡༩

6.1	རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་དང་ ཉམས་སྲུང་། .....	79
6.9	གྲལ་བཅུགས་ཤེས་ཡོན། .....	79
6.10	མ་འོངས་དམིགས་གཏད་ཅན། .....	79
6.11	བདེ་དོན་འཕུལ་རིག། .....	20
༧	རྩ་གཞུང་གཞི་བཀོད་དང་གོ་རིམ་སྒྲིག་ཐངས། .....	20
༧.1	ཤེས་བྱའི་གནས། ། རྒྱ་རིག་པ། ། .....	20
༧.2	ནང་དོན་རིག་པ། .....	21
༧.3	ལམ་སློལ། .....	21
༧.4	གནས་རིམ་བཞི་པ། .....	21
༧.5	གནས་རིམ་ལྔ་པ། .....	22
༧.6	ལྷོགས་གྲུབ་ལྟ་བུ་གནས་ཚད། ། རྒྱ་གནས་རིམ་བཞི་པའི་ སློབ་སྦྱོང་མཇུག་བསྟུན་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི། .....	22
༧.༧	གནས་རིམ་ལྔ་པའི་ སློབ་སྦྱོང་མཇུག་བསྟུན་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ .....	22
8	སློབ་རིམ་བཞིན་ ལྷོགས་གྲུབ་གཙོ་ཅན། སློབ་རིམ་༠༧ པ། .....	22
8.1	ཤེས་བྱའི་གནས་༡ པ་རྒྱ་རིག་པ། .....	22
8.2	ཤེས་བྱའི་གནས་2པ། རང་དོན་རིག་པ། .....	22
8.3	ཤེས་བྱའི་གནས་3པ་ལམ་སློལ། .....	22
9	སློབ་རིམ་ 10པ། .....	22
9.1	ཤེས་བྱའི་གནས་༡ པ་རྒྱ་རིག་པ། .....	22
9.2	ཤེས་བྱའི་གནས་2པ། རང་དོན་རིག་པ། .....	22
9.3	གནས་ཚད་3པ་ལམ་སློལ། .....	22
10	གནས་རིམ་4པ། སློབ་རིམ་བཅུ་གཅིག་པ། .....	22
10.1	ཤེས་བྱའི་གནས་1པ་རྒྱ་རིག་པ། .....	22
10.2	ཤེས་བྱའི་གནས་2པ། རང་དོན་རིག་པ། .....	22

10.2 བེས་བྱའི་གནས་ལ་ལམ་སྲོལ།.....	24
11 སློབ་རིམ་།.....	24
11.1 བེས་བྱའི་གནས་ཀྱི་པ་སྐྱེ་རིག་པ།.....	24
11.2 བེས་བྱའི་གནས། རང་དོན་རིག་པ།.....	24
11.3 བེས་བྱའི་གནས་ལ་ལམ་སྲོལ།.....	26
11.4 སློབ་སྦྱོང་ལས་དོན་རིག་ཕུལ་གཙོ་ཅན།.....	26
12 ལྷན་སྐྱེས་གི་ཐབས་ལམ།.....	42
12.1 རང་ལྷན་སྐྱེས་འཆད་ཉམ་གྱི་རྣམ་གཞག།.....	42
12.1.1 འཆད་ཐབས་ཡན་ལག་ལྔའི་སློབ་ཤད་པ།.....	42
12.1.2 དག་པ་གསུམ་ལྡན་གྱི་འཆད་ཐབས།.....	43
12.1.3 ལྷན་དབྱེ་བཤད་གསུམ་གྱི་འཆད་ཐབས།.....	43
12.1.4 ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་ལག་གསུམ་ལྡན།.....	44
12.1.5 ཉི་ལྗས་སྐོས་གསུམ་གྱི་འཆད་ཐབས།.....	44
12.2 འོག་གི་དུས་རབས་ཀྱི་པའི་ ལྷན་སྐྱེས་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ འོས་འབབ་དང་ གནས་སྣངས་བསྐྱེད་ཀྱི་ ལག་ལེན་འཐབ་གནང་།.....	44
12.2.1 ལྷན་ལྷན་འབད་བཅུག་ཞི།.....	44
12.2.2 ཞིབ་འཚོལ་འབད་བཅུག་ཞི།.....	44
12.2.3 ལྷན་སྐྱེས་འབད་བཅུག་ཞི།.....	44
12.2.4 ལྷན་སྐྱེས་འབད་བཅུག་ཞི།.....	44
13 དབྱེ་ཞིབ་དང་སྒྲིལ་ལུ་འབད་ཐངས།.....	44
13.1 དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དགོས་པ།.....	44
13.2 དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཐབས་རིག་ས།.....	44
14 དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་མཐོ་ཚལ།.....	46
14.1 ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་.....	46



༡༤.༣ དཔེ་སྟོན།..... ༤༦

༡༤.༣ དབྱེ་ཚད།..... ༤༦

༡༤.༤ དབྱེ་དཔྱད་ཐོ།..... ༤༦

༡༤.༥ བྱ་སྟོན་དབྱེ་རྒྱལ།..... ༤༦

༡༥ སྤང་རྒྱལ་དབྱེ་ཞིབ།..... ༤༧

    ༡༥.༡ ལོ་ཕྱེད་ཚོས་རྒྱལ།..... ༤༧

    ༡༥.༢ ལོ་འཁོར་ཚོས་རྒྱལ།..... ༤༧

༡༦ སྟན་ལུ་འབད་ཐངས།..... ༤༧

    ༡༦.༡ སྟོབ་ལྷ་དང་འབྲེལ་བའི་སྟན་ལུ།..... ༤༧

    ༡༦.༢ སྟོབ་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་སྟན་ལུ།..... ༤༨

༡༧ གནས་སྤངས་བསྟན་པའི་ལྷ་སྐྱེ།..... ༤༨

    ༡༧.༡ སྟོབ་ལྷའི་འགོ་འབྲིད་དང་འཛིན་སྐྱོང་།..... 48

    ༡༧.༢ ལྷ་རིག་གོང་འཕེལ།..... ༤༨

    ༡༧.༣ མཐུན་སྦྱོར།..... 49

    ༡༧.༤ མི་སྡེ་དང་མཐུན་འབྲེལ།..... ༤༩

༡༨ ཚོས་ཚན་ག་རའི་ནང་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་སྤྱང་།..... ༤༩

༡༩ མིང་ཚིག་ཐོ་ཡིག།..... ༥༠

༢༠ ཚོས་ཚན་དཔེ་ཐོ། སྟོབ་སྟོང་གི་རྩ་དོན།..... ༥༡

༢༡ ལུང་སྒྲུགས།..... ༥༢

    ༢༡.༡ ཚོས་ཚན་སོ་སོའི་སྟན་ཚད་དང་ ལུ་ཚོད་དཔྱ་བཤོ།..... ༥༢

    ༢༡.༢ ཚོས་ཚན་སོ་སོའི་སྟན་ཚད་དང་ལུ་ཚོད་དཔྱ་བཤོ།..... ༥༢

    ༢༡.༣ ཏུས་རྒྱལ་དབྱེ་ཞིབ་དང་ཚོས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་ཚེ་རིག་གྱི་ལྷན་ཚད་རེའུ་མིག།..... ༥༢

    ༢༡.༤ སྟོབ་རིམ་༠༩༡༠པའི། ཚོས་རྒྱལ་ལམ་ལུགས།..... ༥༣



༢༡.༥ མཐར་འཁྲུལ་ལམ་ལུགས།.....	༥༣
༢༡.༦ ཇི་བའི་བཀོད་རིམ། སློབ་རིམ་༠༧༡༠པའི།.....	༥༣
༢༡.༧ ཇི་བ་སྡེ་ཚན་ ག་པའི་ ལམ་སློབ་ཁ་གསལ།.....	༥༣
༢༡.༨ སློབ་རིམ་༡༡༡༢པའི། ཚོས་རྒྱགས་ལམ་ལུགས།.....	༥༤
༢༡.༩ ཇི་བའི་བཀོད་རིམ།.....	༥༤
༢༡.༡༠ ཇི་བ་སྡེ་ཚན་ ག་པ་ སླུགས་༡༠འབད་མའི་ཇི་བ་རྩ་གཞུང་གི་སླུགས་ཚད་བཤོ་བཀའ་རྒྱབ་ཐངས།.....	༥༤
༢༡.༡༡ སློབ་རིམ་༧ །༡༢པའི། སླུགས་ཀྱི་ལྗོངས་ཚད།.....	༥༤
༢༡.༡༢ སློབ་རིམ་༧ ར་གཞི།༡༢པའི། ཇི་བཀོད་འཆ་སྡེ་ཚན་ཀ་དང་ལ། དཔེ།.....	༥༤
༢༡.༡༣ སློབ་རིམ་༧ །༡༢པའི། ཇི་བཀོད་འཆར་གཞི།སྡེ་ཚན་ག་པ། དཔེ།.....	༥༥
༢༢ རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་དེབ།.....	༥༥
༢༢.༡ རྒྱ་རིག་པ།.....	༥༥
༢༢.༢ རྣམ་དོན་རིག་པ།.....	༥༦
༢༢.༣ ལམ་སྲོལ།.....	༥༧



### ༡ རོ་སྤོད་དང་རྒྱུ་ལུངས།

༡ ལོ་སྤྱི། རྩོམས་བཅུ་ལྔ་ལྟེ་སྲིད་ཅེ་རིག་གཞུང་གི་མཁུ་བཅེ་ལུས་གསུམ་དགོངས་གཏེར་ལས། །བུམས་དང་སྤྱི་རྒྱུ་གཞུང་།  
དོན་རོ་སྤོད་བདུད་རྩི་མཛོད་མངའ་བ། །ཆབ་སྤོད་ལུགས་གཉིས་མཛོད་འཕྲིན་བཟང་པོས་འབངས་རྣམས་སྤོད་མཛོད་པའི། །པད་  
འབྱུང་རྒྱུ་གཞིགས་བྱུང་གི་རྣམ་སྲུལ་ཚོས་རྒྱལ་ཆེན་པོར་བདུད། །ཟེར་མཚོད་པར་བཛོད་པའི་མེ་ཏོག་གི་ཕྱིང་བས་མཉུན་བསྐྱུས་ཏེ་  
སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་ འབྲིང་རིམ་སྤོབ་བྲ་བར་མའི་ རྩ་གཞུང་བཀོད་རིམ་གྱི་རོ་སྤོད་ལུ་བ་ཅིན།

འདི་ཡང་ སྤོད་ཕྱིངས་འབྲུག་གི་ རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་མོའི་རིག་གཞུང་སྤོབ་སྤོད་འབད་སའི་ སྤོབ་བྲ་འགོ་དང་པ་རབ་བྱུང་༡༤ པ་དང་།  
སྤྱི་ལོ་༡༩༤༡ ལོའི་ནང་། འབྲུག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་ རྒྱལ་རབས་གསུམ་པ་ དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་ འཛིགས་མེད་དོ་རྗེ་དབང་  
ཕུག་མཚོག་གི་ཞབས་ལས། རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དེད་དུས་གྱི་ རིག་གསར་ཤེས་ཡོན་སྤོབ་ཐབས་གྱི་འཆར་གཞི་ བརྩམས་གནང་མ་དང་  
གཅིག་ཁར་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ རང་ལུགས་རིག་གཞུང་དང་། སྐད་ཡིག། ལམ་སྲོལ་གྱི་ བྱད་ཚོས་རྒྱ་ མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་  
ཉམས་པ་སོར་རྒྱུ་ལུ་ དགོངས་ཏེ། ཟབ་དོན་དབང་འདུས་རྩེ་ལུ་ འགོ་བརྩམས་གནང་ལུག།

དེ་ལས་ ལོ་འདི་ནང་ར་ མཐུ་ཆེན་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ ཞབས་དུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ གདན་ས་ གསང་སྤྲུགས་ཟབ་དོན་པོ་  
བང་ངམ་ སེམས་རྟོགས་ལ་ལུ་ གནས་སྤོབ་གནང་མ་ལས་བཟུང་སྟེ། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༢ ཚུན་ དབུ་འཛིན་དང་པ་ སྤོབས་རྗེ་དེའི་མགོ་  
མཁུ་བཅེ་རིན་པོ་ཆེ་ འགྱུར་མེད་ཐེག་མཚོག་བསྐྱུན་པའི་རྒྱལ་མཚན་ལམ་ བཟ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་ དབུ་གཙོས་ཏེ། དེས་  
རྒྱུ་ཚོད་ དབུ་འཛིན་རིམ་འབྱོར་མང་རབས་ཅིག་གིས་ མི་ལོ་༤༡ དེ་ཅིག་གི་རིང་ལུ་ གཞུང་རིག་གནས་དང་ རང་ལུགས་སྤྲུ་  
སྲོལ་བཟང་པོའི་ བྱད་ཚོས་རྒྱ་ མི་ཉམས་རྒྱུ་སྤོད་མཛོད་པའི་ཁར། དེད་དུས་གྱི་ འགྱུར་བ་དང་བསྐྱུན་ཏེ། ཤེས་རིག་གོང་འཕེལ་  
གྱི་ དམིགས་ལུལ་དང་མཐུན་པའི་ ཕྱི་ནང་གཉིས་གྱི་ཤེས་ཡོན་རྒྱ། ང་བཅས་རའི་ མ་འོངས་གཞིན་ལུ་རྒྱ་ལུ་གིས་ འཐོབ་ཐབས་གྱི་  
ཕུག་ལུ་མཛོད་འཕྲོ་ རིམ་པ་བཞིན་དུ་གནང་མ་ལས། སྤོབ་བྲ་འདི་ནང་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཚོས་སྤོད་གྱི་ཕུག་ལུ་ གཅིག་ལས་  
གཅིག་དུག་པ་འབད་ ཕུག་ཕྱིད་ལུ་མི་ མང་རབས་ཅིག་ བྱུང་པའི་བྲུ་བ་འབྲས་རྒྱ་ཡང་ལེགས་ཤོམ་འབད་ ཐོན་དང་འཐོན་བཞིན་  
དུ་ཡོད་པ་ཨིན།

དེ་གུ་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ ལས་ རིག་གཞུང་འབྲིང་རིམ་གོང་མ་ལུ་ ཡར་སེང་གནང་སྟེ། རིམ་པ་བཞིན་མཐོ་རིམ་སྤོབ་བྲ་རྒྱ། ཡར་སེང་  
གནང་ཡོད་རུང་། སྤྱི་ལོ་༢༠༠༠ ལས་ རིག་གཞུང་སྤོབ་རིམ་༡༠ པ་རྒྱུ་ ལྷ་བ་འི་ཤོ་སྐབས་ གནས་སྤོབ་ཅིག་ མཐུག་བསྐྱུ་  
ལུག། དེ་གི་ལུལ་ལས་ སྤྱིར་བཏང་སྤོབ་རིམ་༡༠ པ་མཐར་འབྲེལ་མི་ རིག་གཞུང་གི་ ཚོས་ཚན་ལུ་སྤོབ་དང་། དང་འདོད་ཡོད་  
མི་ བཞིན་ལུ་གིས་ རིག་གཞུང་སྤོབ་རིམ་༡༡ པ་ནང་ འཛུལ་ལུགས་འབད་དེ་ཡོད་རུང་། རིག་གཞུང་ལུ་ སྤོབ་སྤོད་འབད་  
འི་དུས་ལུན་ ལོ་རོ་གཉིས་ལས་བཞུལ་ མེད་པ་ལས། རིག་གཞུང་གི་སྤྱི་ཚོད་ བསྐྱུར་གསོའི་དོན་ལུ། རྒྱལ་ཁབ་གྱི་མཁོ་གལ་  
དང་འབྲེལ། རྒྱལ་ཁབ་ནང་བྱུད་འཛིན་སྤོབ་བྲ་ མ་འདྲམ་ལྷ་ གཞི་བརྩམས་གནང་འི་ འཆར་གཞི་དང་འབྲེལ། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༢

ཟླ་ལྔ་པའི་ཚེས་ལྔ་ལུ་ རྩ་གཞུང་ཁྱད་རིག་སྲོལ་སྤོང་བཀོད་ཚོགས་ (CTAB) གྱི་ཞལ་འཛོམ་ནང་ལས་ གནང་བ་སྐབ་པ་ལྟར། རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ་གིས་ རིག་གཞུང་སློབ་རིམ་ ༧-༡༠ པའི་རྩ་གཞུང་འདི། དེང་སང་གི་ལམ་ལུགས་ གཞུང་གི་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ དམིགས་ལུལ་དང་ དགོས་དོན་ཚུ་འགྲུབ་ནི་ལུ་ དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་དེ། ཚོས་ཚན་སོ་སོའི་དོན་ཚན། དགོས་མཁོ། དམིགས་ལུལ། ལས་དོན། བུན་ཚན་དང་། ཚུ་ཚོད་དཔྱ་བཤོ། དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས་ཚུ་བཙུགས་ཏེ་ རིག་གཞུང་ཚོས་ཚན་རྩ་གཞུང་ ལ་གསལ་འབད་ བཀོད་དེ་ བཟོ་ཡོད་པ་ཨིན།

### ༢ དགོས་དོན།

ད་རེས་ཚུན་ཚོད་ གཞུང་རིག་གནས་དང་ རང་ལུགས་སྤར་སྲོལ་བཟང་པོའི་ཁྱད་ཚོས་ཚུ་ མི་ཉམས་རྒྱུན་སྲོང་མཛད་པའི་ལར། དེང་དུས་ ཤེས་རིག་གོང་འཕེལ་གྱི་ འགྲུར་བའི་གནས་སྤངས་དང་བསྟུན། ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ གཉིས་པོ་འདི། གཅིག་མེད་ན་ གཅིག་ཐབས་ཆག་འབད་ འགྲོ་ནི་མེན་པར། ཟུང་འཇུག་འབད། དཔེ་འབད་བ་ཅིན། བྱ་ཚོད་ཀྱིས་ གནམ་འཕང་ཚོད་པ་འབད་ འཕུར་དགོ་པ་ཅིན། གཡམས་གཡོན་གྱི་གཤེག་སློ་གཉིས་ཆ་ར་ དགོས་མཁོ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཨིན། དེ་བཟུམ་འབད། ང་བཅས་རའི་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡང་ གང་འདོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ ལེགས་ཤོམ་འབད་སློད་དཔ་ བཟུམ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན། ལག་ལེན་ག་འདི་འཐབ་ནི་ཨིན་ནམ་? དེ་གི་གདམ་ཁ་མ་གཏོགས། ལག་ཆ་མེད་པར་ ཐབས་ཆག་པའི་གཞི་ལུ་རྩ་ལས་ མི་འགྲུར།

དེ་གིས་འབད། རིག་གཞུང་གི་ ཚོས་ཚན་ལྟ་བུ་ལྟར་ འབད་དགོ་པའི་དགོས་དོན་ཡང་། ཇི་སྐད་དུ། རྒྱལ་ཚབ་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་ཞལ་ལས། རིག་པའི་གནས་ལྗང་དག་ལ་མཁས་པར་མ་སྦྱང་ན། །འཕགས་མཚོག་གིས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁུལ་ཉིད་འཐོབ་མི་འགྲུར། །དེ་བས་གཞན་དག་ཚར་གཅོད་རྗེས་གཟུང་བྱ་ཕྱིར་དང་། །རང་ཉིད་ཀུན་ཤེས་བྱ་ཕྱིར་དེ་ལ་འདིར་བཙོན་བྱ། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་དོ་བཟུམ། གནས་སྐབས། སྲིད་ཀྱི་བྱ་གཞག་ཚུ་ འཇིག་རྟེན་དོན་མཐུན་གྱི་ལྟ་བ་དང་ མཐུན་མཁུལ་འབད་ མི་ཚེའི་འཚོ་བ་ལེགས་ཤོམ་འབད་སློང་ཚུགས་ནི་དང་།

ཕུགས། ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་ དགོ་སྲིག་སྤང་བྱེད་གི་གནས་ཚུ་ལུ་ མཁས་ཏེ། མཐར་ཐུག་གཏན་གྱི་བདེ་བ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁུལ་པའི་གོ་འཕང་ འཐོབ་པའི་རྒྱལ་ལང་ རིག་གཞུང་གི་སྤྱད་བ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འགྲོ་དགོས་ལས། ཚོས་དང་ལམ་སྲོལ་གྱི་ རྩ་བ་ཨིན་མ་ཚད། དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་རང་བཙན་གྱི་གཞི་རྩ་ ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་བསྟུན་པའི་སྲོག་ཤིང་ ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་རོ་རྟགས་བཟང་པོ་ཚུ་ བྱ་ལམ་རྗེས་མེད་པ་འབད་ འགྲོ་མ་བཙུག་པར་ མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལྷ་སྦྱང་འབད་དེ་ ཚོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་བྱ་གཞག་ནང་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་ནི་གི་ གནང་དོན་ལུ་ བརྟེན་ཏེ་ ཨིན།

### ༣ ལྷ་བ་སྐྱུང་ག་ཅི་འབད་དགོ་པ།

གོང་ལུ་ ལུ་མི་བཟུམ་ཡིན་པའི་ཁར། གནས་སྐབས་ཀྱི་ཕན་པ་ཙམ་བསམས་ནས་ སྤྱི་གཞུང་ལུ་འདྲུན་མ་འདོར་བར། ཚོས་སྲིད་ཀྱི་བྱ་ གཞན་ཚུ་ལུ་ འཇུག་པའི་སྐབས། ལུ་གཅིག་གིས་ འབྲས་བུ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་ བཟའ་དོན་འགྲུབ་ཚུགས་པའི་ དགོས་པ་གིས་མ་ དོབར། མི་དབང་འགྲུག་ཀྱུལ་བཞི་པའི་ དགོངས་རྒྱུ་ལས་ འཇུང་མི། རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ ལུ་བའི་ལམ་ ཚེན་ལུ་ ལུགས་རྩས་པའི་ རྟེན་བཟང་ལུ་འགྱུར་གྱི་གི་ དགོས་པ་ཚད་མེད་ལྷན་མེད་པ་ལུ་བརྟེན། ལྷ་བ་སྐྱུང་འབད་དགོ་པའི་ རྒྱ་ རོ་མོ་འདི་ཡིན།

#### ༣.༡ དོན་ཚན་ ག་ཅི་འབད་ལྷ་བ་སྐྱུང་།

རིག་གནས་ཚེ་བ་ལྷ་ཤེས་ན་པར་ཚེ། རྒྱུང་བ་ལྷ་ཤེས་ན་པར་རྒྱུང་། ཟེར་དོ་བཟུམ་འབད། རིག་གནས་ཚེ་བ་ལྷ་ཤི། རྒྱ་རིག་པ་ཤེས་ན། ཚོག་གི་འཇུག་བ་ཚུ་སེལ་མི་ལུ་ བན་སྦྱོར་རིག་པ་ཡིན། ཚད་མ་རིག་པ་ཤེས་ན། དོན་གྱི་གནས་ ལུགས་འཇུག་བ་ཚུ་ གཏན་ཚིགས་སྒོ་ནས་ ཚར་གཅོད་ཚུགས་མི་ལུ་ ཚད་མ་རིག་པ། བཟོ་རིག་ཤེས་པ་ཅིན། རྒྱ་ རོར་ལོངས་སྦྱོར་ དགོས་འདོད་བཞིན་ཏུ་འབྱུང་བའི་ རིག་ཚུལ་ལུ་བཟོ་རིག་པ། གསེ་བ་རིག་པ་ལུ་ལྷུང་བཙོན་འབད་ བ་ཅིན། རན་གྱིས་བཏབ་པའི་ རན་ཞི་བར་འདོད་པའི་འགོ་བ་ཚུ་ལུ་ བན་འབྲས་འབྱུང་བའི་ རིག་ཚུལ་ལུ་ཚོས་ལུ་ གསེ་བ་རིག་པ། རན་དོན་རིག་པ་ལྷ་བ་སྐྱུང་འབད་ཚུགས་པ་ཅིན། ཤེས་བྱ་གནས་ལུ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ གནས་ སྐབས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་ བཟར་ཐུག་གི་གོ་འཕང་འཐོབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ལུ་ རན་དོན་རིག་པ་ལུ་ཚོས་ ཡིན།

རིག་གནས་རྒྱུང་བ་ལྷའི་ལུང་ཚོས་རིག་ཚུལ་ལྟི། ལྷ་བ་རྒྱུང་ཤེས་ན། ཚོག་རྒྱུན་ལ་མི་ཚོངས། མངོན་བརྗོད་ཤེས་ན། མིང་གི་རྣམ་གངས་ལ་མི་ཚོངས། རྒྱུང་ཤེས་གར་ཤེས་ན། རྒྱུང་རིགས་ལ་མི་ཚོངས། རྒྱུང་སྦྱོར་ཤེས་ན། ཚོགས་བཅད་ལ་ མི་ཚོངས། རྒྱུང་རྩིས་ཤེས་ན། གངས་ཀྱི་གནས་ལ་མི་ཚོངས་པ་ཡིན།

རིག་གཞུང་གི་ལུང་ཚོས། ཞི་བདེ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན། དཔེར་ན། རྒྱ་རིག་པ་ལྟི་ཚོས་དང་ལམ་སྐོལ་མི་ཉམས་པའི་ དགོས་པ་དང་། ཚད་མ་དང་རན་དོན་རིག་པ་གཉིས་ཀྱིས། གཞུང་སྦྱོང་ལེགས་ལྷན་ ལྷན་ཐབས་ཡོད་པའི་དགོས་པ། གསེ་བ་རིག་པ་ལྟི། རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་ མི་ཉམས་རྒྱུན་སྦྱོང་བསྐྱུང་བའི་དོན་སོགས། གཞན་དང་མི་འདྲ་ བའི་ལུང་ཚོས་བཟང་པོ་ཚུ་ རྒྱལ་གྱི་ལུ་བ་དང་མཐུན་མ་འབད་ཡོད་པ་ལས་ ཚོས་ཚན་ཚུ་བཙུགས་ཡོད།

#### ༣.༢ ག་དེ་སྦྱོར་ ལྷ་བ་སྐྱུང་འབད་དགོ་པ།

རིག་གནས་ཚེ་བ་ལྷ་དང་ རྒྱུང་བ་ལྷའི་སྒོ་ནས་རིམ་སྒྲིག་འབད་ནི། དེ་ཡང་ རིག་པའི་གནས་བཟུ་ཤེས་ནི་དོན་ལུ་ གནས་རིམ་དང་འཇུག་པའི་ལྷོགས་སྐབ་གཙོ་ཅན་དང་། གནས་ཚད། ལས་དོན། དེང་སང་ ཐབས་ལམ་དང་རིག་

རྩལ་ཁྱད་རིག་སྐོལ་ཚོགས་ཐོག་ལས་ གདམ་འབྲུ་འབད་མི་ཚོས་ཚན་འདི་འོག་ལུ་ རང་སྤྱོད་དང་ལུས་སྤྱོད་མ་ ཐིལ་  
ཕྱིན་ལྟ་བུ་ལྟུང་ འབད་བཅུག་ནི་ཨིན།

### ༤ དམིགས་ལུལ།

དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་གིས། “འབྲུག་པའི་ན་གཞོན་ཚུ་ འབྲུག་པའི་ཁྱད་ཚོས་ལྡན་པའི་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་  
དོ་འགྲན་ཚུགས་པའི་མི་ངོམ་ཅིག་དགོ” ཟེར་གསུངས་པའི་དགོངས་བཞེད་དང་འབྲེལ་ཏེ། རིག་གཞུང་གི་ཚོས་ཚན་འདི་གིས། གཙོ་  
རིམ་བཟུང་སྟེ། སྤོན་འབྲོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ཚུ་གི་ མཇེད་ལུལ་བཟང་པོ། སྤར་སྐོལ་གྱི་ལམ་ལུགས་ མི་ཉམས་རྒྱུ་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་།  
སྐད་ཡིག་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ངོ་རྒྱགས་ ཉམས་སྤུང་འབད་དེ། རང་དབང་རང་བཙན་འབད་ བཞག་ཚུགས་ནི་  
དང་། གུ་སྤོང་དང་གུ་སྤོད་བཟང་པོའི་གཤེས་ལུ་གྱུར་ཏེ། ཚོས་སྤྱིད་གྱི་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ ག་ཅི་ར་འབད་རུང་། དད་དམ་གཙམ་མའི་  
ཐོག་ལས་ འབྲུག་གི་རྩ་བ་གསུམ་ལུ་ ཕྱག་ཕྱིད་ལུ་ཚུགས་པའི་ ལྷོགས་སྤུབ་ཅན་གྱི་མི། རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་ལུ་ དོ་འགྲན་འབད་  
ཚུགས་པའི་ལྷོགས་སྤུབ་དང་ མིག་དཔེ་བཟང་པོ་སྤོན་ཚུགས་པའི་ མི་ངོམ་ཅིག་བཟོ་ཚུགས་ནི་ཨིན།

### ༥ ལྷོགས་སྤུབ་གཙོ་ཅན།

ལྷོགས་སྤུབ་ཟེར་མི་འདི། ཤེས་ཡོན་དང་རིག་རྩལ་ལས་ལྷག་པའི་ ཁྱད་ཚོས་ཨིན། དེ་ཡང་། ལྷོགས་སྤུང་མ་འབད་བཙུག་། སྤོབ་  
དེབ་ལས་གསུང་མི་འབྱོར།། ཟེར་དོ་བཟུམ་འབད། རང་བཞིན་རྣམ་དཔྱོད་གྱི་རིག་རྩལ་དང་ ལྷོགས་སྤུང་ལུ་བརྟེན་པའི་ རིག་རྩལ་  
གྱི་ཁྱད་ཚོས་ཚུ། ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ ལག་ལེན་དངོས་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་མི་ འཛོན་ཐངས་ཅན་ལུ་གོ་མ་ཨིན།

#### ༥.༡ རང་པའི་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་རྩིས་མཐོང་།

པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ ཐོས་པ་རྒྱ་མཚོ་ལུ་བརྟེན་ཏེ། ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་ དགེ་སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་གནས་ལུ་  
མཁས་ཤིང་། བྱམས་པ་ལ་སོགས་པའི་ ཚད་མེད་བཞི་གིས་གཞི་བཟུང་ཞེན་མ་ལས། ལྷོགས་སྤུང་དང་འབྲེལ་བ་ རིས་  
མེད་གྱི་ དང་བདེན། སྤྱི་པན་གྱི་སྐོལ་ས་ ཐ་དམ་ཚིག་དང་ལྡན་པའི་ མི་སྤོབས་ལུ་འགྱུར་ནི་གི་ དོན་ལུ་དང་། མཐར་  
ཐུག་ཡང་ བདེ་བའི་ལམ་སྐོལ་མཐོང་སྟེ། རང་མ་ཚད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ཡང་ མཚོ་བསམ་གཏང་ཚུགས་པའི་ ལྷོག་  
བསམ་གྱི་ སྤོ་སྤོབས་སྤྱོད་ནི་གི་ འོས་འབབ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཨིན།

#### ༥.༢ རྐྱད་ཡིག་དང་བརྟེན་སྤོད།

(ལུང་གི་འབྲུང་ཁྱད་སྤྱོད་གསུང་) མི་ཡི་སྤོབས་ནི་ཟས་དང་སྐོལ་ལ་བརྟེན། རིགས་གྱི་སྤོབས་ནི་སྐད་དང་གཤེས་ལ་  
བརྟེན། རྐྱད་དང་གཤེས་ཀ་ཉམས་པའི་མི་རིགས་ལ། རིང་དུ་གསོན་པའི་རེ་བ་ཡོད་མ་ཡིན།། ཟེར་གསུངས་ཡོད་དོ་  
བཟུམ་འབད། རང་གི་སྐད་ཡིག་ སྐོལ་རྒྱུན་མི་ཉམས་པར་གནས་ཏེ ང་བཙམ་པའི་ ཆབ་སྤྱིད་ལུགས་གཉིས་གྱི་  
བསྟན་པ་ ལྷོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན་ དུས་ཡུལ་རྒྱུ་རྟེ་ གནས་པའི་གཞི་འགུམ་  
ལུ་ ལྷོག་དག་དང་ ལུ་རྒྱགས། དག་སྤོབས། མཛོན་བཟོད་ཚུ་ ལྷོགས་སྤུང་ཚོས་ཚན་ ཚོས་སྐད་དང་ཡོད་དེ་འབད་

རུང་། སློབ་སློན་འབད་བའི་བསྐང་ལུ་ འཆད་ཚུད་ཚུམ་གསུམ་ རྐྱད་ཡིག་ རིག་ཚུལ་བཞི་འི་ཐོག་ལུ་འབད་ནི་ཡོད་པ་  
ལས། རྒྱལ་འབ་ནང་ཚོས་རྐྱད་ཐོག་ལུ་ ལག་ལེན་འབབ་ཡོད་མི་ ཡིག་ཆའི་རིགས་ ཁྲིམས་ཡིག་ གནས་ཡིག་  
ལུང་འབྲེན་ རྣམ་ཐར་དང་ རྟོགས་རྫོང་ཚུ་ཤེས་ནི་ ལྷན་ཐབས་འབད་མ་ཚད་ གཙུང་ དག་ གསལ་གསུམ་གྱི་  
སློལ་ས་ རྐྱད་ཡིག་ མི་ཉམས་རྒྱུན་སྐྱོང་དང་ ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་འབད་ཚུགས།

4.3 འཕྲོ་འགྲུར་བྱུང་རིག།

གཞན་སེམས་ལ་ འགྲུར་བ་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་ནི། (ལུང་འབྱུང་བྱུངས་བཅུགས་གནང་) བྱམས་བཅུ་ཡིན་པ་ཁོང་  
ལོ་མིན། ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ་འབད། བད་དོན་རིག་པ་དང་ སྐྱ་རིག་པ་ཚུ་ལྷབ་སྤྱང་ལས་ ཤེས་ཡོན་རིག་ཚུལ་ཐོབ་  
སྟེ། དུས་ཀྱི་འཕྲོ་འགྲུར་འབྲིལ་ གོང་འཕེལ་མདུན་དུ་སློབ་འི་ ཐབས་ལམ་རིག་ཚུལ་ འགྲུར་བྱུང་ཚན་ཚུ་ ཆིག་  
འབྲིལ་ཐོག་ལས། རིག་པའི་རྣམ་དཔྱོད་ ཚུལ་ལུ་བཏོན་ཏེ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།

4.4 འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཞི་བདེ།

རྒྱ་དང་ཤིང་གི་བསྟན་བཅོས་སོགས་ལྷབ་སྤྱང་ལས། ཤེས་ཡོན་རིག་ཚུལ་ཐོབ་སྟེ། ཕྱི་སློད་འབྱུང་བ་ལུ་བརྟེན་ ཕྱིའི་  
འཕྲོད་སྟེན་གྱི་འབྱུང་གནས་ སློ་ལུང་ཚུ་བདག་འཛིན་དང་སྤྱང་སྐྱོབ། འབྱུང་ལུའི་རང་བཞིན་གྱི་ལྷ་དང་། ས་ལ་གནས་  
པའི་ས་ལྷ་དང་། རི་ལ་གནས་པའི་གཞི་བདག་ ཡུལ་ལ་གནས་པའི་ཡུལ་ལྷ། རྒྱལ་གནས་པའི་ལྷ། བྲག་ལ་གནས་  
པའི་བཙན་སོགས་ལུ་ རྒྱུན་དུ་ལྷ་སྐྱེ་གཞི་བདག་སོགས་ལ་བསང་གསོལ་དང་ བསྟོད་མཚོད་འབད་བ་ཅིན། ཡུལ་ལ་  
བགྲིས་ལོ་ལེགས་དང་། ཆར་རྒྱུ་དུས་སུ་བབས་པ། ལོ་ལྷུགས་རྟོག་ཏུ་ལེགས་པ་སོགས་ ཕྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཞི་བདེ་  
དང་།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སློད་པ་ལ་འཇུག་པ་སོགས་སྤྱང་བཙོན་འབད་མི་ལས། ཤེས་ཡོན་བྱང་འཕགས་ ལྷ་བ་རྟེན་  
འབྱུང་དང་། སློད་པ་འཚོ་བ་མེད་པ། ཚོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀ་ལམ་སྟོན་པ་ ལྷམ་སློབ་དཔོན་དང་ ཐར་པའི་ཐབས་ལམ་  
ངེས་འབྱུང་སྐྱོང་ཤས། དག་བའི་རྩ་བ་ལ་བཙོན་འགྲུས་དང་ རྒྱུན་དུ་རང་ལས་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་ སེམས་  
བསྐྱེད་རྩ་བ་ བཅུ་བ་དང་ལྷག་བསམ་གྱིས་ཟིན་པའི་ ཀུན་སློང་བྱམས་པ་དང་སྟིང་རྗེ་ བ་གཞོན་ཚུ་གིས་རྒྱུད་ལུ་ལྷན་  
པའི་ རྒྱུ་རྒྱུན་ལས་བརྟེན་ རྒྱལ་སྤྱི་དང་རྒྱལ་ཡོངས་ མི་རྒྱུ་གི་ཡིད་དུ་འོང་བ་ བད་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ཞི་བདེ་ བཏོན་  
ཚུགས།

4.5 ཚོང་རིག་དོན་གཉེར

དཔལ་ལྷན་ལྷོ་བས། རྒྱུ་ཐོ་འདི་ཀུན་བདེ་ལ་མངོན་འདོད་ཅིང་། །མི་རྣམས་བདེ་བའང་ལོངས་སློད་མེད་མིན་ལ། ཟེར་  
གསུང་དོ་བཟུམ་འབད། བད་དོན་རིག་པ་སློད་འཇུག་ཤེས་ཡོན་ལས་བརྟེན། སྤྱིན་པའི་འབྲས་བུའི་ ལོངས་སློད་དང་།  
བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ དཔའ་མ་ལུས་པའི་སྟིང་སྟོབས་དང་། ལྷན་དག་ལས་བརྟེན་ དག་གི་རིག་ཚུལ་ཐོབ། ཡིད་  
དུ་འོང་བའི་སྤྱན་པའི་དབྱངས། སྐྱ་རིག་པ་ལས་ འབྲི་ལྷག་དང་ ཉན་སྐབ་ ཤེས་ཡོན་རིག་ཚུལ་འཕྲོད་པའི་ རྒྱུ་རྒྱུན་



ལས་ ཚོང་རིག་གི་ལམ་ལུགས་དང་ ཕྱིས་ཁྲ་བཞག་ཐངས་ ལ་སོགས་པ་མཁམས་པ་འགྲུར་ མི་ཚེའི་འཚོ་བ་དང་  
འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་རིག་ཚུལ་ལས་བརྟེན་ ཚོང་རིག་གོང་འཕེལ་ ལཱ་ལྗང་བཙོན་འབད་དེ་ ལོག་འཚོ་མེད་པའི་  
མཐུན་ཚུན་བསྐྱབ་པའི་སློལ་ལས་ དན་ལྷད་ཚུ་བཀག་སྟེ་ འཛོན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་ འགོ་འཁྲིད་ཀྱི་འགན་  
ཁུར་ཚུ་ལེན་ རང་འགོ་རང་འབྲོང་གི་མི་ཚེ་སྐྱོང་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ མི་སྡེ་ལུ་ཡང་ བན་ཐོགས་ཚུགས།

4.6 ཡུན་བརྟན་འཚོ་བའི་ཐབས།

སྤྱི་ལམ་དང་། འབྲུང་རབས། ལྷ་རིམ། ཕྱིས། སྤྱན་ཚས། སྐྱ་དང་ནང་དོན་ ལམ་སྤོལ་ཤེས་ཡོན་རིག་ཚུལ། ལྷན་  
རིག་གཞུང་ལུགས་ ལྷབ་སྐྱབ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རྣམ་དཔྱད་སྐྱུ་ཚུལ་ཚུ་ཉ་གོ་སྟེ་ རང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ འཕམ་གྱི་ཞི་  
བདེ་དང་ སྤུགས་ཀྱི་གནས་ཐབས་དོན་ལུ་ ཐ་དང་དམ་ཚིག་ བཟའ་བཅའ་འགོ་གསུམ་ བྱ་བ་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་  
སྤར་སྤོལ་ལས་དར་ཡོད་པའི་ལུགས་བཟང་ཚུ་ མི་ཉམས་རྒྱུན་སྐྱོང་ཕྱིས་མཐོང་བཞག་ཚུགས་ནི་དང་། རང་བཞིན་  
གནས་སྤངས་ལས་བརྟེན་པའི་ མཐའ་འཁོར་དང་། གནམ་གཤིས། འབྲུང་བ་ལཱ་ལས་གྲུབ་པའི་ བཟའ་ནི་དང་འབྲུང་  
ནི་རིགས། ཁང་ཁྱིམ། ཁྱོན་གོས། མིའི་སྦྱོད་ལམ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་རྒྱུན་སྐྱོང་དང་ བདག་འཛོན་འབད་ཚུགས།

4.7 སྤྱི་ལམ་སྤོལ་

སྐྱ་དང་ནང་དོན་ལམ་སྤོལ་ རིག་གཞུང་ཚོས་ཚན་ལུ་ལྷབ་སྐྱབ་ ལྷར་བཙོན་འབད་བའི་བསྐྱར་ལུ་ དེང་སང་འཕུལ་  
རིག་ལག་ལེན་དངོས་འབབ་ཐོག་ལས་ སྐྱབ་བཙོན་འབད་དེ་ རིག་གཞུང་ལྷབ་པའི་ཞོར་ཁར་ལུ་ བན་དོན་འཕུལ་  
རིག་གི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཉ་གོ་སྟེ་ རང་གི་ཤེས་ཡོན་ཡར་རྒྱས་གཏང་ཚུགས་ནི་དང་ འཕུལ་རིག་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་  
པའི་ ཁེ་སན་དང་ གཞན་ལུ་སྤེལ་ཚུགས་པ་མ་ཚད་པར་ དེང་སང་དུས་རབས་དང་ འབྲེལ་བའི་ འཕུལ་རིག་ཚུ་  
གོང་འཕེལ་གཏང་ཚུགས།

6 ལམ་སྤོལ་གཞི་ཅན།

6.1 བཀའ་དང་བསྟན་བཙུན་བཙུན་བཙུན་

རིག་གཞུང་གི་ཚོས་ཚན་འདི་ ཨ་ལོ་གི་གནས་ཚད་དང་རིག་སྟོབས་མཐུན་པར་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་ རྗེས་  
འཇུག་མཁམས་པའི་བསྟན་བཙུན་ལུ་ གཞི་བཞག་དགོ།

6.2 རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱོད་དཔལ་འཛོམས།

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱོད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ ཀ་ཚེན་བཞི་དང་ འཁོར་ལོ་དགུ་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཅིག་འོང་དགོ།  
དེ་ཡང་ གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལཱ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ རང་དོན་རིག་པའི་ཚོས་ཚན་སྦྱོད་འཇུག་དང་ཚུ་ཤིང་བསྟན་  
བཙུན། དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ སྐྱ་རིག་པའི་ཚོས་ཚན་ ལྷ་རིམ་ སྤྱན་ཚས་ ཕྱིས། རང་བཞིན་  
གནས་སྤངས་ཀྱི་ཀ་ཚེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ རང་དོན་རིག་པའི་ཚོས་ཚན་ ཚུ་ཤིང་དང་སྦྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ། ལམ་

སྐོལ་གྱི་ཀ་ཚེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ སྐྱེ་རིག་པའི་ཚོས་ཚན་ འབྲུང་རབས་དང་སྐྱིག་ལམ་ སྐྱེན་ཆ་ ལྷ་འབྲི་ ཕྱིས་ རྒྱ་ཡིན།

6.3 རྒྱལ་ཡོངས་རྩ་གཞུང་བཀོད་རིས།

ཤེས་རིག་སྐྱེན་ལག་ རྒྱལ་ཡོངས་རྩ་གཞུང་བཀོད་རིས་ནང་དོན་ ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིས་མཐོང་། སྐད་ཡིག་གོང་ འཕེལ་ཐབས་ ལམ། འཕོ་འབྲུར་བྱུང་རིག། རང་མགོ་རང་འབྲོང་དོན་ལུ་ ཚོང་རིག་དོན་གཉེར། འཕྲོད་སྐྱེན་དང་ ཞི་བདེ། ཡུན་བརྟན་འཚོ་ཐངས། སློག་ཐོག་རྒྱ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་འབད་ གཞི་བཞག་དགོ།

6.4 ལྷ་བ་མི་གཙོ་བཏོན་དང་ གོང་འཕེལ་དང་འཁྲིལ་བའི་འོས་འབབ།

རིག་གཞུང་ཚོས་ཚན་གྱི་ ལྷ་བ་སྐྱེན་ནང་ལུ་ ལྷ་བ་འི་དོན་ཚན་གྱི་ཐང་ཁར་ གདམ་ཁ་སྐོལ་འབད་མེད་རུང་། ལྷ་བ་ ཐངས་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐངས་གྱི་ཐང་ཁར་ སློབ་དཔོན་གྱིས་ཐག་བཅད་དེ་མེན་པར། ལྷ་བ་མི་ སློབ་ཕྱག་ཁོང་ར་གིས་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྐྱེ་ ལྷ་བ་མི་སློབ་ཕྱག་གི་རྒྱུད་ལུ་ བན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་སྐྱོགས་གྲུབ་རྒྱ་ཚུ་འཐོབ་ རྒྱུགས་པ་བཟོ་དགོཔ་དང་། ལྷ་བ་མི་སློབ་ཕྱག་གི་ རེ་འདོད་དང་ དོགས་པ་ དགོས་མཁོ་རྒྱ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སློབ་སྐྱེན་ ཐབས་ཤེས་རྒྱ་ལང་ ལེགས་སྦྱར་འབད་ཡི་ར་ལག་ལེན་འབབ་དགོཔ་དང་ མཐུན་རྐྱེན་རྒྱ་ལང་ ལྷ་བ་མི་རྒྱ་གི་ དགོས་ མཁོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ག་སྐྱིག་འབད་དེ་སྐྱོན་དགོཔ་ཡིན།

6.5 རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ལམ་སྐོལ་དང་ཕྱིས་མཐོང་།

རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ ལམ་སྐོལ་དང་ཕྱིས་མཐོང་གི་ ཤེས་ཡོན་གྱི་སྐྱོགས་གྲུབ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མི་འདི་ འབྲུག་མི་ཡིན་པའི་ རོ་ རྟགས་སྐོལ་རྒྱུགས་པ་མ་ཚད། རྒྱལ་ཁབ་རང་བཙོན་གྱི་རོ་རྟགས་ཡང་ ཉམས་སྲུང་འབད་རྒྱུགས་པ་ཡིན། དེ་འབད་ཕ་ ལས། རིག་གཞུང་རྩ་གཞུང་འདི་ནང་ཡང་ ཚོས་འཆད་ཉན་གྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱ་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ ལམ་སྐོལ་དང་ ཕྱིས་ མཐོང་རྒྱ་དང་མཐུན་དགོ་པའི་ཁར། རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ལམ་སྐོལ་འདི་ རང་པའི་ཚོས་དང་དབྱེ་བ་ལོགས་སུ་ཕིག་མེད་པ་ ལས་བརྟེན་ཏེ། རིག་གཞུང་གི་དོན་ཚན་རྒྱ་ ཐང་ཁའི་ཚོག་དང་ ལས་རྒྱ་འབྲས་གྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱ་ལུ་ གཙོ་བོ་བཏོན་ དགོཔ་དང་། རང་ལུགས་ལམ་སྐོལ་ཉམས་སྲུང་དང་གོང་འཕེལ་ལུ་ཕན་སྐྱབས་ཆེ་བའི་ དོན་ཚན་རྒྱ་ལུ་ གཙོ་བོ་ བཟུང་སྟེ་ རྒྱུད་དགོཔ་ཡིན།

6.6 རུས་རབས་༣། པའི་རིག་རྩུལ།

རུས་རབས་༣། པའི་ གནས་སྐྱདས་དང་མཐུན་པའི་ རྒྱུད་རིག་དོན་ཚན་རྒྱུད་དགོཔ་ཡིན། རྒྱུད་རིག་དོན་ཚན་རྒྱ་ ཡང་ བསམ་ཞིབ་མཚོ་རིག་ གསར་གཏོད་མཚོ་རིག་ མཐུན་འབྲེལ་མཚོ་རིག་ བརྟེན་སྐྱོད་ལེན་གྱི་མཚོ་རིག་ མི་སྡེ་ འགན་ཁུར་གི་མཚོ་རིག་ ལམ་སྐོལ་གི་མཚོ་རིག་རྒྱ་གཞི་བཞག་དགོ།

6.2 ཚོས་ཚན་འབྲེལ་མཐུན།

ཚོས་ཚན་གཞན་དང་ སན་ཚུན་ འབྲེལ་མཐུན་འབད་དེ་ རིག་པ་རྩ་ལེན་བརྟུབ་བཟོ་དགོ། དེ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གི་ ཚོས་ཚན་ཚོང་རིག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ ལྷ་འབྲི་ ཕྱིས་ སྤྱན་ཟ། ལང་རིག་ཚོས་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ འབྲུང་ རབས་དང་ལྷ་འབྲི། མི་ཚེ་རིག་རྩལ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ སྤྱོད་འཇུག་དང་རྒྱ་ཤིང་བསྟན་བཅོས་རྩ་ཨིན།

6.3 རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་དང་ ཉམས་སྲུང་།

རྫོང་ཁ་འདི་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་རྒྱལ་བཟང་པོ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ། ཉམས་སྲུང་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་དགོས་འདི་ འབྲུག་མི་ག་རའི་འགན་ཁག་ཅིག་ཨིན། དེ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རིག་གཞུང་ཚོས་ཚན་འདི་ནང་ཡང་ ལྷ་བ་ནིའི་དོན་ཚན་རྩ་ གཞི་ཚོས་སྐད་ཐོག་ལུ་ཡོད་པའི་ ལང་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཕྱིས་ མཐོང་དང་ སྤྱན་ཚོག་གི་རིག་རྩལ་རྩ་ཨིན་ཏེ་འབད་རུང་། དེ་རྩུ་ལྷ་བ་སྤོན་གྱི་ལཱ་དང་ལོར་ཁར་ རྫོང་ཁའི་མིང་ཚོག་ སྐད་ཡིག་རྩུ་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷ་བ་སྲུང་འབད་དགོ་པའི་དམིགས་ལུ་བསྐྱེད་དེ་ ལྷ་བ་སྤོན་གྱི་ལཱ་ལ་ སྐད་དང་ ཡིག་ཐོག་གི་ ལཱ་རྩུ་ རྫོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ལས་ཡང་ རྒྱལ་ཡོངས་འབྲེལ་བ་དགོས་དང་། ཚོས་སྐད་ཀྱི་ སྐད་ཡིག་རྩུ་ བརྒྱུ་ཚེ་༢༠ དེ་ཅིག་ རྫོང་ཁ་དང་མཐུན་ནི་དེ་གིས། ཚོས་སྐད་ལྷ་བ་སྲུང་གི་ལོར་ཁར་ རྫོང་ཁའི་སྐད་ ཡིག་དང་མིང་ཚོག་ཡིག་སྤེབ་རྩུ་ཡང་ རུས་མཉམ་གོང་འཕེལ་གཏང་རྒྱལ་ས་པའི་ དམིགས་གཏང་འབད་དེ་ ལྷ་བ་ སྤོན་འབད་དགོས་ཨིན།

6.4 གྲལ་བརྒྱུགས་ཤེས་ཡོན།

ཤེས་ཡོན་ལྷ་བ་སྲུང་གི་གོ་སྐབས་འདི་ ག་རུ་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་ཐོག་ལས་ ཕྱིན་དགོས་ཡོད་པའི་སྤོན་བྱས་དང་འཁྲིལ་ ཏེ། རིག་གཞུང་གཏམ་ཁའི་ཚོས་ཚན་ ལྷ་བ་སྲུང་གི་གོ་སྐབས་འདི་ཡང་ སྤོབ་རིམ་<sup>16</sup> པ་ལས་<sup>17</sup> པ་རྩུན་གྱི་ནང་ལུ་ ཡོད་པའི་ སྤོབ་ལྷུག་ གཞུགས་ཀྱི་ལྷོགས་གྲུབ་དང་ རིག་པའི་ལྷོགས་གྲུབ་སོགས་ ལྷ་བ་མི་གི་རྣམ་པ་ག་ཅི་བཟུམ་ར་ ཡོད་རུང་། ལོར་ར་ ཚོས་ཚན་འདི་ ལྷ་བ་ནིའི་དང་འདོད་ཡོད་པ་ཅིན། དེ་རྩུ་གི་ ལྷ་བ་སྲུང་འབད་རྒྱལ་ས་པའི་ ཐབས་ ལམ་དང་སྤོན་བྱས་ མཁོ་ཆས་རྩུ་གི་ཐོག་ལུ་ འོང་དགོས་ཨིན།

6.5 མ་འོངས་དམིགས་གཏང་ཅན།

རིག་གཞུང་གཏམ་ཁའི་ཚོས་ཚན་གྱི་ ལྷ་བ་སྲུང་ནང་དོན་དང་ ལང་དོན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ཐོབ་པའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལྷོགས་ གྲུབ་རྩུ་ འཕམ་གྱི་ཕན་ཐབས་དང་། ཡང་ན། འཕམ་གྱི་གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་བའི་ ཤེས་ཡོན་ རྒྱུང་ཅིག་གིས་ མ་ཚད་པར། མ་འོངས་ལོ་རྒྱུན་རིང་གི་བར་ན་ སན་ཐོགས་ཡོད་པ་འབད་ འོང་དགོས་མ་ཚད། ཚོ་འདི་གིས་མ་ ཚད་ མི་ཚེ་ཕྱི་མའི་གནས་སྤངས་ནང་ཡང་ སན་ཐོགས་རྩུགས་པའི་ དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་དེ་འོང་དགོས་མ་ཚད་པ་

རང་སོའི་མི་སྡེ་འདི་གི་ དཔལ་འབྱོར་དང་ སྲིད་བྱུས་ལུགས་སྐོལ་ ཡིད་ཆེས་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཚུ་དང་  
མཐུན་མ་འབད་དགོ།

6.2) བརྟེན་འཇུག་རིག་ཀུན་ལུ་

རིག་གཞུང་ཚོས་ཚན་འདི་ནང་ སློབ་རིག་བརྟེན་འཇུག་རིག་ལྟ་སྤྱད་འབད་ནིའི་ དོན་ཚན་ལོགས་སུ་བཀོད་  
དགོཔ་མེད་ཅུང་། སློབ་སློབ་ཐབས་རིག་གི་ནང་ལུ་ དོན་ཚན་ཚུ་འཕྲལ་འཕྲལ་ སློབ་རིག་བརྟེན་འཇུག་རིག་ལག་  
ལེན་ཐོག་ལས་ སློབ་སློབ་འབད་དགོཔ་འདི་ལང་། སློབ་སླུག་ཚུ་གིས་ སློབ་ཁང་སྤྱན་ལུ་དང་ ལས་འགུལ་སྤྱན་ལུ་ཚུ་  
སློབ་རིག་ཐོག་ལས་ སྤྱན་ལུ་དང་ ཕྱིས་སློབ་འབད་དགོཔ་འདི་ཡིན་པའི་ལང་། ཡོངས་འབྲེལ་ལག་ལེན་ཐོག་ལས་ དོན་  
ཚན་འཚོལ་ཞིབ་འབད་དེ་ལྟ་བུ་དགོཔ་འདི་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ཚུད་དགོཔ་ཡིན།

ལ རྩ་གཞུང་གཞི་བཀོད་དང་གོ་རིམ་སློབ་ཐབས།

རིག་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱུ་འདི། སློབ་གསར་ལས་སློབ་རིམ་བརྒྱུད་པ་ཚུན། རྫོང་ཁའི་ཐོག་ ལོགས་བཤད་ བསྐབ་བྱ་ དབྱེ་གཏམ་  
འབྲི་རྩོམ་ སྤྱང་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ལྟ་བུ་སྤྱད་འབད་ནི་ཡོད། གཞན་ཡང་ ཕྱིས་མཐོང་ཤེས་ཡོན་ཐོག་ལས་ ཀུན་སྲོང་ཀུན་སྲོད་ཀྱི་རྩམ་  
གཞག་ཚུ་ཡང་ཚུད་དེ་ཡོད། སློབ་རིམ་དགུ་པ་ལས་ བཅུ་གཉིས་ཚུན། རིག་གཞུང་གི་ཚོས་ཚན་ མོ་སོ་འབད་ ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ཡིན།  
རིག་གཞུང་སློབ་གྲུའི་རྩ་གཞུང་གི་ གོ་རིམ་འདི་ཡང་། ཤེས་བྱའི་གནས་དང་། གནས་རིམ། ལྟ་བུ་གནས་ཚད། སློབ་རིམ་རེ་  
རེ་བཞིན་གྱི་ ཚོས་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ལྟོགས་གྲུབ། ལྟ་བུ་ལས་དོན། **སློབ་སྲོད་དོན་ཚན་གྱི་དབྱེ་ཁག།** ལྟ་བུ་གི་ཐབས་  
ལམ། དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་སློབ་ལུ་འབད་ཐངས། གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུར་པའི་ག་སློབ་བཅས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ སློབ་བཀོད་འབད་དེ་  
ཡོད།

ལ.1) ཤེས་བྱའི་གནས། །སློབ་རིག་པ་།

འབྲི་ལྟག་དང་ ཚོག་རྒྱུན་ ཡིག་སྲོུར་ལོགས་ཤོམ་བཟོ་ཚུགས་མི་ལུ་གོམ་ཡིན། འདི་གི་ནང་ལུ་ ཚོས་ཚན་ ལྟ་བུ་དག་  
མངོན་བཟོད་ ལུ་ལྟགས་ དག་ཡིག་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན། ཚོས་ཚན་འདི་ཚུ་ལྟ་བུ་སྤྱད་འབད་བ་ལས་བརྟེན་ སློབ་ནི་ ཉན་  
ནི་ བཅུ་མ་ཞིའི་རིག་རྩལ་ཚུ་ཐོབ་སྟེ་ བརྟེན་སྲོད་ལེན་ལུ་ཐོགས་ཆགས་མེད་པ་འབྱོར་ཚུགས།

ཚོས་ཚན་འདི་ཚུ་ རང་ལུགས་སྤྱར་སྐོལ་གྱི་འཆད་ཉན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་ དེང་སང་དུས་རབས་ལྷན་ པའི་སློབ་སློབ་  
ཐབས་ལམ་ མཉམ་འབྲེལ་ལྟ་བུ་སྤྱད་དང་ ལྟ་བུ་བཟོན་ལྟ་བུ་ བརྟེན་འཇུག་རིག་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་སློབ་སློབ་  
འབད་དགོ།

### ལ.༢ རང་དོན་རིག་པ།

ལྷ་སྐོལ་སྤྱོད་གསུམ་ལུ་བརྟེན་ ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་ཞི་བདེ་བཟོ་རྒྱལ་མི་ལུ་གོམ་ཡིན། སྤྱོད་འཇུག་ རྒྱ་ཤིང་བསྟན་  
བཅོས་ རྒྱལ་སྐོལ་ལག་ལེན་དང་བཤེས་སྦྱོངས་(རྫོང་ཁའི་ཚོས་ཚན་ནང་ཚུད་ཡོད་)ཚུ་ རང་དོན་རིག་པའི་ནང་ཚུད་པ་  
ཡིན། ཚོས་ཚན་འདི་ཚུ་ལྷོ་བསྐྱེད་འབད་བ་བརྟེན་ ཕྱིའི་སྤྱོད་པ་དང་ རང་གི་བསམ་པ་སེམས་སྦྱོང་ལུ་ འགྲུར་བ་  
ཐེབས་ཏེ་ སྤྱིར་སེམས་ཚན་ཐམས་ཅད་དང་ ལྷག་པར་མི་སྡེ་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞི་བདེ་བཟོ་ནི་དང་ ཚོས་སྤོད་ཀྱི་ཕྱག་  
ལཱ་ག་ཅི་བརྩམ་ནང་ཡང་ རན་ལྷན་མེད་པ་དང་ ལྷག་བསམ་གྱི་ཐོག་ལས་ཕྱག་ལུ་རྒྱུགས།

ཚོས་ཚན་འདི་ཚུ་ རང་ལུགས་སྤར་སྐོལ་འཆད་ཉན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་ དེང་སང་དུས་རབས་༡༩ པའི་སྐོབ་སྐོན་  
ཐབས་ལམ་ དཔེར་ན། མཉམ་འབྲེལ་ལྷོ་བསྐྱེད་དང་ ལྷུང་བཙོན་ལྷོ་བསྐྱེད་ བརྟེན་འཇུག་རིག་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་  
སྐོབ་སྐོན་འབད་དགོ།

### ལ.༣ ལམ་སྐོལ།

མི་སྡེའི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྤོན་འབྲོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་དང་ བམ་བཀྱིན་ཚན་ཚུ་གིས་བཙུགས་བཞག་པའི་  
སྐོབ་རྒྱུ་ཚུ་ལུ་གོམ་ཡིན། སྤྱིག་ལམ། རྒྱལ་རབས། ལྷན་ཆ། ཕྱིས། ལྷ་འབྲི་ཚུ་ ལམ་སྐོལ་གྱི་ ཚོས་ཚན་ཡིན།  
གཞན་ལུ་རོམ་བརྟེན་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རོ་རྒྱགས་དང་ རང་དབང་བརྟེན་ཐབས་གྱི་སྤོན་ཤིང་ འབྲུག་པའི་ལམ་སྐོལ་  
ཉམས་སྲུང་འབད་མ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ། ལམ་སྐོལ་གྱི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་མི་འདི་ ག་ཏེ་སྤོད་སའི་ མི་སྡེ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་  
རྒྱལ་སྤྱི་ནང་ རང་གཞན་གྱི་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་བསྐྱབ་ནི་དང་། ལུས་སེམས་བདེ་བའི་གནས་ལུ་ བཀོད་རྒྱལ་པའི་  
ལེ་ཕན་ཚན་ཅིག་ཡིན།

ཚོས་ཚན་འདི་ཚུ་ རང་ལུགས་སྤར་སྐོལ་འཆད་ཉན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་ དེང་སང་དུས་རབས་༡༩ པའི་སྐོབ་སྐོན་  
ཐབས་ལམ་ དཔེར་ན། མཉམ་འབྲེལ་ལྷོ་བསྐྱེད་དང་ ལྷུང་བཙོན་ལྷོ་བསྐྱེད་ བརྟེན་འཇུག་རིག་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་  
སྐོབ་སྐོན་འབད་དགོ།

### ལ.༤ གནས་རིམ་བཞི་པ།

གནས་རིམ་འདི་ནང་ལུ་ སྐོབ་རིམ་༩ པ་དང་༡༠ པ་གཉིས་ཚུད་པ་ཡིན། དེ་ནང་ལུ་ སྤྱི་རིག་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་  
པའི་ཚོས་ཚན། ལེགས་བཤད་སྐོབ་དབང་དང་ དག་སྐོབ་ མངོན་བརྗོད་གསུམ་དང་ རང་དོན་རིག་པའི་ཁོངས་  
གཏོགས་ རྒྱ་དང་ཤིང་གི་བསྟན་བཅོས་ཚུ་ ལམ་སྐོལ་གྱི་ཁོངས་གཏོགས་ རྒྱལ་རབས་དང་ ཕྱིས་ ལྷན་ཆ་ ལྷ་འབྲི་  
ཚུ་ལྷོ་བསྐྱེད་ གཞི་འགྲུམ་ཚུད་པ་ཡིན།

༧.༥ གནས་རིམ་ལྟ་བུ།

གནས་རིམ་འདི་ནང་ལུ་ སློབ་རིམ་བརྒྱ་གཅིག་པ་དང་ བརྒྱ་གཉིས་པ་གཉིས་ཚུད་པ་ཡིན། དེ་ནང་ སློབ་རིག་པ་ལས་ སྤྱི་དག་དང་ སྤུས་ཉམས་ དག་ཡིག་ཚུ་ ལྷན་སྦྲུང་འབད་ཡིན། རང་དོན་རིག་པ་ བཤེས་སྤྱིངས་དང་ སློབ་འཇུག་ གཉིས་ཚུད་པ་ཡིན། ལམ་སྐོལ་ནང་ལུ་ འབྲུང་རབས་དང་ སློབ་ལམ་ ཚུམ་ སྤྱི་ཚེ་ཚུ་ལྷན་སྦྲུང་འབད་དེ་ ཤེས་པ་ མ་ཚད་ ལག་ལེན་དངོས་འབབ་འབད་ཚུགས།

༧.༦ རྩོམ་སྐད་ལྟ་བུ་སྦྲུང་གནས་ཚད། ༼གནས་རིམ་བཞི་པའི་ སློབ་སློབ་མཇུག་བསྟུན་ད་ སློབ་སྟུག་ཚུ་གི༽

- ཚུམ་རིག་གི་ རིག་ཚུལ་མ་འདྲམ་ཚུ་ གཡོག་བཀོལ་ཏེ་ གནས་ཚད་དང་མཐུན་པའི་ ཡིག་འགྲུལ་དང་ སྤྱང་ འབྲི་ཚུམ་ཚུ་ གསར་ཚུམ་འབད་ཚུགས་ནི།
- ཚུམ་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ལུ་ཡོད་པའི་ ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ མིང་ཚིག་ཚུ་གི་ གོ་བ་ལེན་ཏེ་ གཞན་ལུ་ བཤད་པ་རྒྱབ་ ཚུགས་ནི། རང་པའི་རིག་གཞུང་གི་ གཞི་རྩ་ལུ་ཡིད་ཆེས་དང་རལ་རངས་བསྐྱེད་དེ་ གཞན་ལུ་དེ་དང་འབྲེལ་ བའི་ལམ་སྐོལ་འབད་ཚུགས་ནི།
- སྤང་དོར་གྱི་གནས་ཚུ་ དབྱེ་བ་བྱེས་ཏེ་ སྤང་སྤང་འབད་ཚུགས་ནི།
- གཞན་གྱིས་བཀོད་པའི་ ཚུམ་ཤོག་ཚུ་ རང་གིས་ལྷག་སྟེ་གོ་བ་ལེན་ཞེན་ལས་ བརྒྱད་བསྟུ་ནི་དང་ གཞན་ ལུ་བད་སློབ་ འབད་ཚུགས་ནི།
- རིམ་དང་ཚོན་སློབ་ཀྱི་གཞི་རྒྱུ་ཐོབ་སྟེ་ གནས་ཚད་དང་བསྟུན་རིམ་དང་ཚོན་སློབ་འབད་ཚུགས་ནི།
- ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཚུམ་གྱི་གཞི་འགྲུལ་ཐོབ་སྟེ་ ཉེ་ཤི་སྐྱེ་ཆག་བལྟ་ནི་ རྒྱ་ལམ་བལྟ་ནི་དང་ སྤང་ལའི་རྩོམ་སྐད་ བལྟ་ཚུགས་ནི།
- རང་ལུགས་སྤྱི་ཚུལ་ལྷན་ཚུམ་དོན་དང་དབྱེ་བ་བྱེས་ཞེན་ན་ སྤྱི་ཚེ་དབྱངས་ཅན་བསྐྱོགས་ཏེ་ ཞབས་ཁྲ་འབྲེལ་ ཚུགས་ནི།
- རིག་གཞུང་གི་གཞི་རྒྱུ་ཐོབ་སྟེ་ བསམ་སློབ་ལེགས་བཅོས་འབད་ཚུགས་ནི།

༧.༧ གནས་རིམ་ལྟ་བུ་པའི་ སློབ་སློབ་མཇུག་བསྟུན་ད་ སློབ་སྟུག་ཚུ་གིས་

- ཚུམ་སྐད་དང་ཚོང་ལའི་ ཚུམ་རིག་གི་ རིག་ཚུལ་མ་འདྲམ་ཚུ་ཐོབ་སྟེ་ ཞབས་ཁྲ་ འཁྲབ་སྤྱང་ ཚུམ་ཚུ་ཚུམ་ སློབ་འབད་ཚུགས་ནི།
- ཚུམ་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ལུ་ཡོད་པའི་ ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ མིང་ཚིག་ཚུ་གི་གོ་བ་ལེན་ཏེ་ ཚུམ་རིག་ནང་ལག་ལེན་འབབ་ ཚུགས་ནི།
- རང་ལུགས་ལམ་སྐོལ་ཚུ་ཤེས་ཏེ་ ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་པའི་ཁར་ གཞན་ལུ་ཡང་དབེ་སྟོན་ཚུ་འབད་ཚུགས་ནི།

- བྱང་པའི་རིག་གཞུང་གི་གཞན་གཤམ་དང་། གཞི་རྩ་ལུ་ ཉམས་སྦྱང་དང་ཡིད་ཆེས་ངལ་རངས་བསྐྱེད་དེ་ གཞན་ལུ་རྒྱུད་སྦྲུལ་འབད་དེ་ ལེགས་པའི་ལམ་ལུ་བཀོད་ཚུགས་ནི།
- ཚོུམ་ཤོག་ཚུ་ རང་གིས་ལྷག་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ གཞན་ལུ་ཡང་ཐོགས་ཆགས་མེད་པར་བཤད་དེ་ གོ་བདེ་སྤོད་ཚུགས།
- སྤྱི་ཚེ་ཉམ་ནི་གི་རིག་རྩལ་ཐོབ་སྟེ་ མི་སྡེ་ནང་ལུ་ འཛོན་ཐང་ཅན་གྱི་ བདེ་དོན་སྤོད་ལེན་འབད་ཚུགས་ནི།
- རིག་གཞུང་ལྟམ་སྤྱང་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ཡ་རབས་གྱི་ཀུན་སྤོད་དང་ཀུན་སྤོད་བཟང་པོ་ལུ་རྒྱུར་ཏེ་ དཔེ་བཟང་སྤོན་ཚུགས་ནི།
- རི་མོ་དང་ཤིང་ཚོན་ཚུ་ཤེས་ཏེ་ རས་བྱང་དང་ ཤོག་ཀུ་ཚུ་གྱུ་བྲིས་ཏེ་ འཚོང་འབྲེལ་འཐབ་ཞིན་མ་ལས་ འོང་འབབ་བཟོ་ཚུགས་ནི།
- རང་ལུགས་སྟེ་ བྱ་ཆ་བསྐྱོག་ནི་དེ་ རིག་རྩལ་ཐོབ་སྟེ་ གདངས་དབྱེད་གསར་ཚོུམ་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་ སྤྱི་དབྱེད་ཀྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ སྤྱི་ཚེ་འབྲེལ་ཚུགས་ནི།
- སྐོ་གསུམ་དུལ་ཞིང་རྒྱུར་ཏེ་ ཐ་དང་དམ་ཚིག་ བཟའ་བཅའ་འགོ་གསུམ་ བྱ་བ་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་ སྤྱི་ཚེ་ལས་ཡོད་པའི་ལུགས་བཟང་ཚུ་ མི་ཉམས་རྒྱུན་སྤོད་ཚུ་མ་ཐོང་འབད་ཚུགས་ནི།
- ཚོུམ་གྱི་ནང་དོན་ཚུ་ ལྟམ་ཞིན་མ་ལས་ སྤྱི་ཚེ་དང་གཟུང་སྐར་བཟོ་ནི་ ལོ་མོ་བསྐྱོར་ནི་ མོ་བཏབ་ཚོུམ་བཏབ་ཚུ་འབད་དེ་ མི་སྡེ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཚུགས་ནི།

༤ སྤོབ་རིམ་བཞིན་ ལྷོགས་གྲུབ་གཙོ་ཅན། སྤོབ་རིམ་༠༧ པ།

༤.༡ ཤེས་བྱའི་གནས་༡ པ་སྤྱི་རིག་པ།

ཕྱང་དང་ རྣམ་དབྱེ་ ཡིག་སྟེབ་གྱི་ཤེས་ཡོན་ཐོབ་སྟེ་ གཞན་དོན་དང་ དོན་ཚོན་ཚུ་ལུ་གཞི་ བཞག་ཐོག་ལས་ ཚོུམ་སྤྱང་རྒྱ་རེ་བྲི་ ཚུགས།

༤.༢ ཤེས་བྱའི་གནས་༢ པ། བྱང་དོན་རིག་པ།

བྱང་པའི་རིག་གཞུང་གི་ གཞི་རྩ་ལུ་ཡིད་ཆེས་དང་ངལ་རངས་བསྐྱེད་ཞིན་ན། སྤྱི་དོན་གྱི་ གནས་འདི་ཚུ་ དབྱེ་བ་སྟེས་ཏེ་ སྤྱི་དབྱེད་འབད་ཚུགས། གཞན་ལུ་གཞོན་པའི་བྱ་བ་དང་ མགུ་སྐོར་ལ་སོགས་པ་ཚུ་སྤྱངས་ཏེ་ རང་གི་བྱ་སྤོད་ལེགས་བཅོས་འབད་ཚུགས།

༤.༣ ཤེས་བྱའི་གནས་༣ པ་ལམ་སྟོལ།

རིས་མོ་དང་ཚོན་སྤོར་ཚུ་དོས་འཛིན་ཚུགས་པའི་ཁར་ རི་མོ་མ་འདམ་ཚུ་བཀོད་ཞིན་མ་ལས། གསུམ་མདངས་ རྒྱབ་སྟེ་ ཚོན་གཏང་ཚུགས། གཞུང་སྤྱི་དང་ བོད་སྤྱི་འཇམ་སམ་གྱི་སྤྱང་བ་ཐོབ་སྟེ་ གདངས་དང་ ལེའུ་བསྐྱུར་ཚུགས།

ཉེ་བར་མཁོ་བའི་རྩིས་ཀྱི་གཞི་འགྲུམ་ཐོབ་སྟེ་ ས་བདག་བ་དན་དང་ མཁའ་འགྲོའི་རྒྱལ་ལམ་ བྱམ་པ་གང་སྟོང་གི་  
སྤྱོད་སྤྲོད་ཚུགས།

༩ སློབ་རིམ་ ༡༠པ།

༩.༡ ཤེས་བྱའི་གནས་༡ པ་སྐྱེ་རིག་པ།

ཚུམ་ཤོག་ཚུ་ རང་གིས་ལྷག་སྟེ་ ཚུམ་འབྲི་འབད་ཐངས་ཀྱི་རིག་ཚུལ་དང་ ཚུམ་པ་པོའི་བསམ་དོན་ཚུ་ དབྱེ་བ་དཔུང་  
དེ་ ལེགས་ཉེས་ཀྱི་བསམ་འཆར་བཀོད་ཚུགས།  
ཡིག་སྐྱར་གྱི་རིག་ཚུལ་ཐོབ་སྟེ་ གནད་དོན་དང་ དོན་ཚན་ཚུ་གི་ཐོག་ལུ་ སྤྲོད་ཚུགས་ལཱ་པའི་ ཚུམ་ཐུང་ཀྱི་རེ་བྲི་  
ཚུགས།

༩.༢ ཤེས་བྱའི་གནས་༢པ། རང་དོན་རིག་པ།

རང་པའི་རིག་གཞུང་གི་ གཞི་རྩ་ལུ་ཡིད་ཆེས་དང་བལ་རངས་བསྐྱེད་ཞེན་ན། རྒྱང་དོར་གྱི་གནས་འདི་ཚུ་ དབྱེ་བ་  
ཕྱིས་ཏེ་ རྒྱང་རྒྱང་འབད་ཚུགས་པའི་ཁར་ གཞན་ལུ་ཡང་ རྒྱུད་སྐྱུལ་འབད་ཚུགས།

༩.༣ གནས་ཚད་༣པ་ལམ་སྐོར།

ཚོན་སྐྱར་དང་ རིས་མོ་བཀོད་ནིའི་གཞི་རྒྱུ་རིག་ཚུལ་ཐོབ་སྟེ་ ཚོགས་སྐོར་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གྱུ་ ཤིང་ཚོན་གཏང་ཚུགས།  
ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ རྩིས་ཀྱི་གཞི་འགྲུམ་ཚུད་ཞེན་ལས། རྒྱ་ཐོ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ གཟའ་སྐྱར་བཟུ་ཚུགས།  
ཞབས་ཁྲའི་འབྲུང་ཁྲུངས་ཤེས་པའི་ཁར་ གཞུང་སྐྱེད་དང་ བོད་སྐྱེའི་གདངས་འཐེན་ནི་དང་ ལེའུ་བསྐྱར་ཏེ་ རང་གིས་  
ཁྱིད་དེ་ བཅའ་མ་གཏོགས་ཚུགས།

༡༠ གནས་རིམ་༤ པ། སློབ་རིམ་བཅུ་གཅིག་པ།

༡༠.༡ ཤེས་བྱའི་གནས་༡པ་སྐྱེ་རིག་པ།

ཚུམ་ཤོག་ཚུ་ རང་གིས་ལྷག་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ གཞན་ལུ་ཡང་ཐོགས་ཆགས་མེད་པར་ བཤད་ཚུགས། སྐབ་ནི་དང་  
ཉན་ནི་རིག་ཚུལ་ཐོབ་སྟེ་ ལེགས་ཉེས་ཀྱི་བསམ་འཆར་བཀོད་ཚུགས། ཚོས་སྐྱད་ཀྱི་མིང་ཚོགས་ཚུ་གི་ཤོ་དོན་ཤེས་ཏེ་  
འོས་འབབ་དང་བསྐྱུན་ རྒྱང་ལ་འབྲི་སྐྱབ་འབད་མ་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།

༡༠.༢ ཤེས་བྱའི་གནས་༢པ། རང་དོན་རིག་པ།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཤེས་ཞེན་ལས་ བྱང་སྐོར་ལེན་ནི་ལུ་ སློབ་བསྐྱེད་དེ་ བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་སྐོར་ལེན་  
ཚུགས།



གཉེན་པོ་སྟོབས་བཞིའི་སྐོལ་སྤྱི་གུ་པ་བཤག་ཐངས་ཉ་ལོ་ཞིན་མ་ལས་ གཞན་ལུ་ཡང་ ལོ་བད་སྟོན་ཚུགས། སྤང་  
སྤང་གི་གནས་ལུ་ བག་ཡོད་སྟེན་ཐངས་རེས་ཉེ་ དུས་རྒྱུན་དུ་ བག་དང་ལཱ་མ་འབད་ གནས་ཚུགས།

20.3 ཤེས་བྱའི་གནས་ལམ་སྐོལ།

རི་མོ་དང་ ཚོན་སྟོར་གྱི་རིག་ཚུལ་ཐོབ་སྟེ་ བགྱིས་ཉུགས་བརྒྱད་དང་རྫས་བརྒྱད་ ཝེ་བུ་ཆ་བདུན་ མེ་ཉོག་གི་  
4.9.3.3 རིགས་ཚུ་ རི་མོ་བྲི་ཚུགས་པའི་ཁར་ ཚོན་ཡང་གཏང་ཚུགས།

སྤྱི་གཞན་གྱི་ཁྱུངས་དང་དགོས་པ་ཤེས་ཉེ་ རང་ལུགས་གྱི་ སྤྱི་གཞན་ལུ་ ཕྱི་མཐོང་བསྐྱེད་ཚུགས། ཞབས་ཁྲའི་དབྱེ་  
བ་ཉོགས་ཉེ་ སྤྱི་ཚེ་དང་བཅས་པ་འབད་ ལེའུ་བསྐྱེད་ཚུགས། སྤྱི་ཚེ་སྤྱི་བསྐྱེད་འབད་ཞིན་མ་ལས་ གཞན་ལུ་རེ་  
མ་དགོ་པར་ སྤྱི་ཚེ་བཏོན་ཚུགས། སྤྱི་གསུམ་གྱིས་ ཚོས་དང་ལམ་སྐོལ་ལུ་ཕྱི་མཐོང་བསྐྱེད་ཚུགས།

21 སྐོབ་རིམ་༡,2 པ།

21.1 ཤེས་བྱའི་གནས་ལམ་སྐོལ་རིག་པ།

ཚོག་རྒྱུན་རིག་པའི་ཤེས་ཡོན་ཐོབ་སྟེ་ རྫོང་ཁ་དང་ ཚོས་སྤྱི་ཐོག་ལས་ ཞབས་ཁྲ་ འཁྲབ་སྲུང་ སྤྱི་ཚོམ་ཚུ་ཚོམ་  
སྤྱི་གུ་ འབད་ཚུགས།

དུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཚུ་ ཁོང་དུ་རྒྱུད་དེ་ ཡིག་སྟེབ་ཚུ་ དུས་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། སྤྱི་བ་ལི་  
ཉུན་ལོ་གི་རིག་ཚུལ་ཐོབ་སྟེ་ ལོ་ཤེས་ཉུན་ཤེས་ཕིག་ལུ་རྒྱུང་ཞིན་མ་ལས་ བདེན་རྒྱུན་གྱི་དབྱེ་བ་དབྱུད་དེ་ མཐུན་  
འབྲེལ་བཟོ་ཚུགས།

སྤྱི་བ་གུ་གི་རིག་ཚུལ་ལས་བརྟེན་ཉེ་ སྤྱི་བ་དེ་དང་ སྤྱི་གུ་བརྟེན་གྱི་འཁྲབ་སྲུང་ཚུ་ཚོམ་འབྲི་འབད་དེ་ བརྟེན་སྲུང་རེ་  
བཟོ་ཚུགས།

21.2 ཤེས་བྱའི་གནས་ལམ་སྐོལ་ནང་དོན་རིག་པ།

རིག་གཞུང་ལྷབ་སྤྱི་བ་འབད་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ ཡ་རབས་གྱི་ཀུན་སྟོན་དང་ཀུན་སྟོན་རང་གི་མི་ཚེ་ནང་ལུ་ གནས་  
སྤངས་དང་བསྐྱེད་ ཉམས་སུ་ལེན་ཚུགས། སར་ཕྱིན་གྱི་རྣམ་གཞག་ཚུ་ ལྷབ་སྤྱི་བ་འབད་མི་ལས་བརྟེན་ སྤྱི་བ་  
གཏང་ལི་དང་ ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱེད་ལི་ བཟོད་པ་བསྐྱོམ་ལི་ བཟོན་འགྲུས་བཟོམ་ལི་ཚུ་ གནས་སྤངས་དང་བསྐྱེད་ཉེ་  
ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱི་ཐོག་ལས་ རང་གི་སེམས་བདག་འཛིན་འཐབ་སྟེ་ བསྐྱེད་པ་  
བསྐྱེད་ཚུགས། བཟོད་པའི་སྐོལ་ལས་ཤེས་ཉེ་ དཀའ་སྤྱད་གྱི་གནས་ལུ་ བཟོད་པ་བསྐྱོམས་ཉེ། ལཱ་དང་ དུས་འཚུབ་  
གྱི་གནས་སྤངས་ ག་ཅི་བཟུམ་ཤར་རུང་ གཏོང་ལེན་འབད་ཚུགས། ལེ་ལོ་དང་བཟོན་འགྲུས་གྱི་ཁྱུང་པར་ཤེས་ཞིན་

ན། ལུས་ དག་ ཡིད་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་ གཞུང་དང་ མི་སེར་ལུ་ ལྷག་ བསམ་ནམ་དག་སྐོར་ལས་ ཡུག་ལུ་ནི་ ལུ་ བརྩོན་ལྷགས་བསྐྱེད་ཚུགས། དགེ་རྩ་བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་མ་བསྐྱེད་པའི་གཞོན་པ་ཤེས་ཏེ་ རང་གིས་བསྐྱབས་ པའི་དགེ་བའི་སྐྱེད་པ་ གཞན་སེམས་ཅན་གྱི་ རོན་ལུ་བསྐྱེད་ཚུགས།

11.3 ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་ པ་ལམ་སྲོལ།

སློབ་ལམ་ལྟ་བུ་ གོང་མ་དང་འོག་མ་གི་བར་ན་དང་ ཡ་དང་བྱ་ གཉེན་དང་གྲོགས་ ལྷ་སྟོ་ཚང་གི་བར་ན་ ཐ་དམ་ ཚིག་ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེད་ཚུགས། བར་ལམ་ལུགས་སྲོལ་གྱི་ སློབ་ལམ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ བཟའ་བཅའ་འགྲོགས་ལུ་གྱི་ སྦྱོང་ལམ་བཟང་པོ་བསྐྱེད་ཚུགས། ལྷག་ཅེས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཐོབ་སྟེ་ ལོ་མོ་བསྐྱར་ནི་ མོ་བཏབ་ཅེས་བཏབ་འབད་ནི་དང་ བག་ཅེས་བཏབ་ནི་ཉམས་སྦྱོང་འཐོབ་ཚུགས། ལྷན་ཚའི་ཤེས་ཡོན་ཐོབ་ཞེན་ལས་ གཞན་ གཞན་མོ་གི་ལུངས་དང་ དགོས་པ་ཚུ་ དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ་འབད་བཤད་ཚུགས་པ་མ་ཚད། གཞན་དང་གཞན་མོ་ཚུ་ ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་མི་ ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་སྐོར་འབད་ནི་ལུ་ སེམས་ལྷགས་བསྐྱེད་ཚུགས།

11.4 སྦྱོང་སྦྱོང་ལས་དོན་ དུག་རྩལ་གཙོ་ཅན།

ལས་དོན། L/Objectives(K.S.V)	དོན་ཚན། སྦྱོང་ཚན། བརྟེན་དོན། Core concepts	དུག་རྩལ་གཙོ་ཅན། Process/Essential Skills
<b>སྦྱོང་རིམ་དགུ་པ་ སློབ་རིམ་པ།</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རང་དབང་ཅན་དང་རྗེས་ལུ་སྟོན་པའི་ཕྱད་ཀྱི་དབྱེ་ བ་རྩེ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཕྱད་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྣམ་དབྱེ་བརྒྱུད་ དཔེར་བརྟེན་དང་བཅས་བྱི་ ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྣམ་དབྱེ་བརྒྱུད་པོ་ ཡིག་སྦྱོར་ནང་ལུ་ལག་ལེན་ འཐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མིང་ག་ཅིག་ལུ་ རྣམ་ཁྲུངས་མ་འབྲས་ཚུ་སྦྱོབ་ ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚིག་གི་རྒྱ་པ་སློབ་ལས་ཐོག་ལས་ ཚུམ་བུང་འཕེལ་ ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མིང་གི་རྣམ་ཁྲུངས་ཚུ་བརྩམས་བཞིན་ན་ ཚིག་སྦྱོར་ བརྩོ་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལེགས་བཤད་ལྟོན་དབང་ལས་ རྗེས་ འཇུག་ལུ་སྟོན་པའི་ཕྱད་དང་ ཕྱད་རང་ དབང་ཅན་ རྣམ་དབྱེ་ཚུ།</li> <li>→ ཀ་ལས་ ཐ་སྟེ་ཚུན་ སོ་སོ་འབད་བརྒྱུད་ བསྐྱེ་ ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ཡིན།</li> <li>→ མངོན་བརྟེན་སྟོན་དགོས་ སོ་སོ་འབད་ བརྒྱུད་བསྐྱེས་ཏེ་བཟོ་ཡོད་མི་དང་ འཁྲུལ་ཏེ་ ལྷ་བསྟོན་འབད་ནི་ཡིན།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ཕྱད་སེམས་ཁར་བྲན་ནི།</li> <li>→ ཚིག་གི་གོ་རིམ་བསྐྱིག་ནི།</li> <li>→ ཚིག་གི་གོ་རིམ་ བརྩམ་ནི།</li> </ul>
<b>སྦྱོང་རིམ་དགུ་པ་ རྣང་དོན་རིམ་པ།</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལུས་ཀྱིས་ འབད་བརྟེན་དང་ མ་བརྟེན་ཚུ་ རེ་རེ་ བཞིན་ བྱི་ཚུགས་ནི་དང་ སྦྱོབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དག་གིས་ བསགས་པའི་དགེ་སྲིག་ཚུ་ རྟོར་ལེན་ འབད་ཚུགས་ནི།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྒྱུ་བསྐྱེད་བཅོས་ལས་ གལ་ཆེན་སོ་སོ་ འབད་བཟོ་སྟེ་ ཡོད་མི་དང་འཁྲུལ་ཏེ་ སྦྱོན་ནི།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཞན་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་ཐངས།</li> <li>→ སྦྱོབ་ཐངས།</li> </ul>



<ul style="list-style-type: none"> <li>→ བོད་སྐད་དཀའ་བའི་ཉི་མ་ཤར་སོང་དང་ ཤར་རི་ཕྱོད་ལྔ་ལྔ་ལ་ ཆོས་ཆེན་བཙུན་ལྷོ་བ་གསུམ་གྱི་ ཆོག་སྒོ་ལས་སྐྱོར་རྒྱལ་མཉམ་ཉི་དང་གདངས་དབྱངས་ འཐེན་རྒྱལ་ཞེ་ ལེའུ་རྣམ་འགྱུར་དང་བཅས་པ་ འབད་རྒྱལ་རྒྱལ་དགོ།</li> <li>→ རིག་གསལ་གྱི་ཞབས་ཁྲ་གཉིས་ སློབ་ཆ་དང་ འཁྲིལ་ཏེ་གདངས་འཐེན་རྒྱལ་དགོ།</li> </ul>	<p>བ་གསུམ། རིགས་གསལ་ལས་སློབ་ཆ་དང་ གཅིག་ཁར་འཇམ་ཏྲོང་ཏྲོ་འབད་འཁྲོ་བའུ་བ་ མི་གང་ཅུང་གཉིས།</p> <p>→ སློབ་ཆ་ དབྱངས་ཅན། སྒྲིང་མ་འཕུ་ཐངས། ཞབས་ཁྲ་གི་ལེའུ་སྐྱར་རྒྱལ་།</p>	
<p><b>༡ ཕྱིས།</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྒྱལ་ཕྱིས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་བཤད་རྒྱལ་དགོ།</li> <li>→ རྒྱ་བོད་གཉིས་ལུ་དུས་འཁོར་གྱི་ཆོས་དར་རྒྱལ་འབྲི་ སྐབ་འབད་རྒྱལ་དགོ།</li> <li>→ རྒྱལ་ཕྱིས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་རྒྱ་མི་རྒྱལ་དགོ།</li> <li>→ གཟའི་མིང་དང་ཁམས་འོས་འཛུགས་འབད་རྒྱལ་ དགོ།</li> <li>→ འདས་གཟའ་དང་ད་ལྟ་བུའི་གཟའི་ལུད་པར་ཕྱེ་ རྒྱལ་དགོ།</li> <li>→ རྒྱལ་མའི་ཁམས་འོས་འཛུགས་འབད་རྒྱལ་དགོ།</li> <li>→ གཟའ་དང་རྒྱལ་མའི་འཕྲོད་རྒྱུ་བཙུན་རྒྱལ་དགོ།</li> <li>→ ས་བདག་བ་དན་དང་མཁའ་འགྲོའི་རྒྱུ་ལམ་རྒྱ་བཙུན་ རྒྱུ་དགོ།</li> <li>→ ཆོས་གཏངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གཞན་སྐྱོ་ག་ཅི་ཕོག་པ་ ཡིན་ན་ ཤེས་རྒྱལ་པའི་ཁར་ གཞན་སྐྱོ་བཙུན་ རྒྱལ་སྐྱེད་ལྷོང་གི་གཞན་རྒྱ་བཤད་པ་རྒྱལ་ རྒྱལ་ དགོ།</li> <li>→ བུམ་པ་གང་སྐྱོད་ལྟ་ཐངས་ཤེས་རྒྱལ་དགོ།</li> <li>→ དགུ་ཐབས་སྐོ་ལས་སྐྱོར་རྒྱལ་དགོ།</li> <li>→ རྒྱ་ནག་ལུགས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ལྟ་ཐངས་ཤེས་རྒྱལ་ དགོ།</li> <li>→ བསྐྱེད་ལུགས་རྒྱ་འོས་འཛུགས་འབད་རྒྱལ་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཟའ་དང་རྒྱུ་སྐྱར་དུས་ཚོད་བཙུན་གཉིས་ལུ།</li> <li>→ གཟའ་དང་རྒྱལ་མའི་རྒྱ་ཚོད་དང་སྤྱི་ལོ་ གཟའ་སྐྱར་འཕྲོད་སྐྱོར།</li> <li>→ ལོ་འགོ་ཕྱིས་ཐངས་དང་སྐྱར་སྐྱེའི་ཉིན་མ་ མཐུན་གསུམ་ལུ།</li> <li>→ ཆོས་ལ་རྒྱ་བའི་ས་བདག་ལུ།</li> <li>→ བུམ་སྐྱོད་དང་ རྒྱ་ཕྱིས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ ལྷོ་ གཟའ་སྐྱོག་གཟའ་ལུ།</li> <li>→ ཕྱིས་ཀྱི་རྟེན་དང་ གཟའ་སྐྱར་སྐྱིག་ཐངས།</li> </ul>	<p>→ ལང་ཕྱིས་ཀྱི་གོ་རིམ་དང་ རྒྱུར་ཐངས་ བཤོ་ཐངས་ཀྱི་རིག་ཅུམ།</p>

སློབ་རིམ་བཅུ་པ།

<p><b>ལས་དོན།</b> L/Objectives(K.S.V)</p>	<p>དོན་ཚན། སློབ་ཚན། བརྗོད་དོན། Core concepts</p>	<p>རིག་ཅུམ་གཞུང་། Process/Essential Skills</p>
<p>སློབ་རིམ་བཅུ་པ་ རྒྱ་རིག་པ། སློབ་དག་དང་སྐྱམ་རྒྱལ་།</p>		
<p><b>༡ སློབ་དག།</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ སློབ་དག་ཕྱིས་པ་པོའི་རྣམ་ཐར་འབྲི་སྐབ་འབད་ རྒྱུ་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལུས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སྐྱིར་བཏང་།</li> <li>→ རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ལས་གཅིག་ལས་ ཀུན་ཕན་གྱི་ རྒྱལ་རྒྱལ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ཆོག་འབྲུ་ཆ་ལ་དང་ གཅན་ མཚམས་ ཆོག་གི་གོ་རིམ་</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>→ སྤྲུལ་པའི་འབྲུང་ལུངས་ཚུ་ འབྲི་སྐབ་འབད་ ཚུའ་དགོ།</li> <li>→ ལུས་ཀྱི་ ལོ་རྒྱུ་ དབྱེ་བ་ཚུ་ བཤད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚེགས་བཅད་ཀྱི་ དབྱེ་བ་མ་འདྲམ་ཚུ་ གཤམ་ག་ བཀོལ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མཚུངས་གསལ་གྱི་སྐྱེ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་ དགོ།</li> <li>→ ལུས་ལུ་ རྒྱན་སྦྲུང་ཏེ་ བྲི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྒྱལ་སྐོལ་ཚུ་ དབྱེ་བ་ལྟེས་ཏེ་ ལག་ལེན་འབབ་ཚུའ་ དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ཚེགས་བཅད་ མ་ལས་ རྒྱལ་གྱི་ དབྱེ་བ་འདྲམ།</li> <li>→ རྒྱལ་སྐོལ་གྱི་རྣམ་གཞག་རག་ཅམ།</li> <li>→ ལུང་ལུན་གྱི་རྒྱལ་གྱི་དབྱེ་བ་བཅུན།</li> <li>→ མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ།</li> </ul>	<p>རྒྱལ་གྱི་ འབྲེལ་བ་བཟོ་ཚུགས་ པའི་ རིག་ཚུལ།</p>
<p><b>༡ སྤྲུལ་རྩིས་ཀྱི་གསལ་བཤད།</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྒྱལ་འཇུག་ལུ་ལྷོས་པའི་ བཅས་པའི་ ལོ་བ་ལེས་ཏེ་ རོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་གྱི་ དཔེར་བཅོལ་རྒྱབ་ཚུགས་ནི།</li> <li>→ བཅས་པའི་དབང་ཅན་ཚུ་ རོན་འཇུག་ཏེ་ རོན་གྱི་ དབྱེ་བ་ཚུ་གི་ དཔེར་བཅོལ་རྒྱབ་ཚུགས་ནི།</li> <li>→ རྒྱལ་སྐོལ་མ་འདྲམ་ཚུ་ བཟོ་ཞིའི་སྐབ་འབབ་ཚུགས་ ལོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ སྤྲུལ་རྩིས་ཀྱི་སྤྲུལ་ལས་ བཅས་པའི་ རྣམ་དབྱེ།</li> <li>→ དག་རྒྱལ་གྱི་ ད་སྤེལ་ས་ ཨ་ཚུན་ སོ་སོ་འབད་བཅུད་ བསྐྱེ་ ཡོད་མི་དང་འཇུག་ཏེ་ ཡིན།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ བཅས་པའི་འབྲེལ་ལམ།</li> <li>→ རྒྱལ་སྐོལ་གྱི་སྤེལ་གྱི་ འབྲེལ་ ལམ་ལྷོ་རྒྱུ།</li> </ul>
<p>སྤོབ་རིམ་བཅུ་པ་ བཅས་པའི་རིག་པ།</p>		
<p>༠</p>	<p>༠</p>	<p>༠</p>
<p>སྤོབ་བཅུ་པ་ ལམ་སྤོབ་ལ། ༡. འབྲུང་རབས། ༢. ཚོན། ༣. ཚུམ། ༤. རྒྱལ་ཚུལ།</p>		
<p><b>༡ འབྲུང་རབས།</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྒྱལ་པོ་འབྲུང་ཚུལ་དང་ རྒྱལ་པོ་ལྱི་གནས་སྤངས་ དང་ བོན་གྱི་བསྐྱེད་པ། བཅས་པའི་བསྐྱེད་པ། ལེས་ རིག་དང་ཚུལ་ཚུ་གི་སྤོབ་ རྒྱབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གཞུང་ཚོས་ཇི་ མཐུ་ཚེན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལེས་ རྒྱུང་མཚོག་གིས་ རྒྱུང་གཞིས་གསར་བཞེངས་ཚུ་གི་ རྒྱུང་ལས་འབྲི་སྐབ་འབབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྒྱལ་སྐོལ་གྱི་རབས་ལེ་ལེ་བཞེན་གྱི་ མཚན་རྣམ་ཚུ་ བསམ་ཞིབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ འབྲི་སྐབ་འབབ་ཚུགས་ དགོ།</li> <li>→ རྒྱལ་སྐོལ་ལ་བཞེན་ལུ་ རྒྱལ་ཚུལ་ རྒྱལ་ཚུལ་གྱི་འབྲུང་ ཚུལ་སྤོབ་ བཤད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྒྱལ་སྐོལ་དང་ རྒྱལ་བཅུད་ཀྱི་མཚན་རྣམ་གྱི་བྱེད་ པར་ལྟེ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རོན་ཚུལ་དེ་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ལྟེ་ ཞིབ་འཚོལ་དང་ གསར་ཚུལ་འབབ་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྒྱལ་པོ་ཚན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱུངས་ལས་ རྒྱལ་སྐོལ་གྱི་ བཅུ་ཚུལ།</li> <li>→ རྒྱལ་སྐོལ་གྱི་བཅུ་ཚུལ་གཞི་གཞི་ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་ལུ་ རྒྱུང་ ཚུལ།</li> </ul>	

<p>༡ ཚོམ།</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་དོས་འཛོལ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་གོ་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་བེ་ཚུའ་དགོ།</li> <li>→ གཏུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཁྱད་པར་ཕེ་ཤེས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་པོ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྡེ་ཕྱག་སྐུམ་དང་ གྲང་ཚུ་གྲུ་བཀོད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་ཀྱི་རོ་སྤོད་རྒྱབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་ཀྱི་དྲུང་དཀར་དང་ རྩམ་བརྒྱད་ཀྱི་དྲུང་དཀར་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཕེ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྩམ་བརྒྱད་པོ་ཚུ་གོ་རིམ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་བེ་ཚུའ་ དགོ།</li> <li>→ ཚོམ་སྤོད་ཐངས་དང་གཏང་ཐངས་ཚུ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་དང་རྩམ་བརྒྱད་ཚུ་རམ་བྱང་དང་ཤེག་ གྲུ་ཚུ་གྲུ་བེས་ཉེ་ཚོམ་གཏང་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་དང་ དར་དཔུང་མདོར་བསྐྱུལ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྩམ་བརྒྱད་དང་དཔུང་མདོར་སྤྱད་དང་བཅས་པ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་དང་རྩམ་བརྒྱད་ཚུ་ཚོམ་གྱི་འཐོབ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ ཚོམ་སྤོད་རྒྱབ་ཤི།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ཚོམ་སྤོད་གྱི་གོ་རིམ་དང་ ལྷ་རྟོག་གི་རིག་ཅུལ།</li> </ul>
<p>༢ ཚུམ།</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལྷ་རྟོག་གི་ལཱ་ལོན་བརྐྱེད་ཚུ་འབྲི་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྟ་ཤི་སྐ་ཆག་བཙུ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཉི་ལོག་གི་ཁྱད་པར་དང་དགོས་པ་བཤད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལྷ་རྟོག་གི་ལཱ་ལོན་བརྐྱེད་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྡེ་ཚོམ་ལོག་བེ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དན་པ་དགྲུ་འཛོམ་གྱི་སྐོར་བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལོ་འཁོར་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་འབྲུང་ཁྱད་པར་དང་ བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལྷ་རྟོག་འབབ་ཀྱི་འབྲུང་ཁྱད་པར་དེ་འུ་ལམ་འབད་དགོ་པ་ ཚུ་ཤེས་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མ་བུ་དགྲུ་ལོག་ལཱ་ལོན་ཐངས་ཤེས་ཉེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལྷ་རྟོག་དང་མཐུན་གསུམ་འཚོལ་ཐངས་བཤད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དང་སྤོད་ལན་ཀྱང་གི་ཚུམ་ཐངས་དང་དེ་འུ་སྤང་བྱ་ཚུ་བཤད་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་དུས་ཚོད་བཅུ་གཉིས་དང་ ཚུ་ཚོད་དང་སྤུའི་གཟའ་སྐར་འཕོད་སྤོད།</li> <li>→ ལོ་འཁོར་ཚུམ་ཐངས་དང་སྐར་སྤུའི་ཉེན་མ་མཐུན་གསུམ་ལཱ།</li> <li>→ ཚོམ་ལ་རྒྱ་བའི་ས་བདག་ལཱ།</li> <li>→ དུམ་སྤོད་དང་ རྒྱ་ཚུམ་གྱི་དུམ་ཚོད་ ལྷ་གཟའ་ལོག་གཟའ་ལཱ།</li> <li>→ ཚུམ་གྱི་དེ་ལཱ་དང་ གཟའ་སྐར་སྤྲིག་ཐངས་ལཱ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལང་ཚུམ་དང་ ལྷ་རྟོག་གི་སྤོམ་ཚུམ་ མཐུན་ལཱ་ལྷ་རྟོག།</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>→ བདུན་ཟུར་དང་ ལོ་སྐྱུལ་ཐོག་ཚུལ་ཚུ་འབྲི་སྐབ་ འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བདུད་ཚི་མཐུན་མཚམས་ལྷ་ཐངས་ཤེས་ཏེ་ལག་ ལེན་ འཐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤར་ལ་བརྒྱད་དོས་འཛིན་འབད་དེ་ བཙུ་ཚུགས་ དགོ།</li> <li>→ སྤར་ལའི་ལམས་དོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤར་ལའི་ཕྱོགས་དང་ འབབ་སྤར་ཚིས་ཐངས་ཚུ་ ཤེས་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤེ་བའི་དོས་འཛིན་དང་ སྤེ་བའི་ལ་དོག་བཤད་ཚུའི་ དགོ།</li> <li>→ སྤེ་བ་དགུའི་ཚུ་ལག་པའི་ཐོག་ལུ་བཙུ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ འདས་གཟུའ་དང་ད་ལྷ་བའི་གཟུའ་གི་ཁྱད་པར་ཕྱེ་ སྤེ་དོས་འཛིན་འབད་དེས་ཤེས་འདོད་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>		
<p><b>༤ ལྷན་ཚས།</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལྷ་གཞུལ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་ལུ་དར་ཚུལ་དང་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དར་ཚུལ་གྱི་སྐོར་ལས་ བཤད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལྷ་གཞུལ་ཡར་རྒྱས་ ག་དེ་སྤེ་ འཕྱོ་ཡི་ག་? ཤེས་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལྷ་གཞུལ་དང་ འབྲུག་གི་ལྷ་ གཞུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལྷ་གཞུལ་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་ ཡུལ་དུས་དང་བསྐྱུན་ ཏེ་རྒྱབ་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་འབྲི་སྐབ་འབད་ཚུགས་ དགོ།</li> <li>→ ལྷ་གཞུལ་ཡུལ་དུས་དང་རྒྱབ་པ་ཅིན་ཡོན་ཏན་དང་ མ་རྒྱབ་པ་ཅིན་སྐོར་ག་ཅི་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ཁྱད་པར་ཕྱེ་ ཚུའི་དགོ།</li> <li>→ ལྷ་གཞུལ་ཤེས་པ་ཅིན་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ ཐུག་གི་ བཞུ་པ་ག་ཅི་ཡོད་པ་ཨིན་ན་འབྲི་སྐབ་ འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལྷན་ཆ་སྐོར་དང་དབྱེ་བའི་ཚན་ གཉིས་གྱི་སྐོར་ སྐོར་ག་ཐངས་ཤེས་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དོ་རེ་མི་པ་གི་ཐོག་ལས་སྐོར་ཆ་བསྐོར་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གཞུང་སྐོར་ ཞུང་ཞུང་དཀར་མོའི་ལྷ་གཞུལ་ ལྷོ་ འབྲས་མ་ལྷོངས་གྱི་ཁྱུ་བྱུག། ཤར་ཕྱོགས་གོས་</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལྷ་གཞུལ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་ལུ་རིམ་པར་དར་ཚུལ། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལྷ་གཞུལ་དར་ཚུལ།</li> <li>→ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལྷ་གཞུལ་ཡར་རྒྱས།</li> <li>→ དབྱེ་བའི་ཤེས་པ་བདུན་གྱི་སྐོར།</li> <li>→ ལྷ་གཞུལ་ཡུལ་དུས་དང་བསྐྱུན་རྒྱབ་དགོ་པ་དང་ རྒྱབ་ ཚོགས་དང་མཚོགས་ དགོས་པ་ འབྲས་ལྷུགས་གྱི་ ཕན་ཡོན།</li> <li>→ ལྷ་ཐག་དོས་འཛིན་དང་སྐོར་སྐོར་ཐངས་ དོ་རེ་མི་པའི་ ཐོག་སྐོར་ཆ་བསྐོར་ཐངས་ ལྷ་གཞུལ་དང་སྐོར་ག་ཏེ་ སྐོར་ཆ་སྐོར་ཐངས།</li> <li>→ ལྷན་ཆ་ དབྱེ་བའི་ཚན། སྐོར་གྱི་ ལྷ་སྐོར་གསུམ།</li> <li>→ གཞུང་སྐོར་ ཞུང་ཞུང་དཀར་མོའི་ལྷ་གཞུལ། ལྷོ་འབྲས་ མ་ལྷོངས་གྱི་ཁྱུ་བྱུག། ཤར་ཕྱོགས་གོས་དཀར་ལ་མོའི་ ལ་གཞོལ་གསུམ།</li> <li>→ འབོད་སྐོར་ ཨ་ད་ལེ་ཨེ། ལྷོ་ལྷོངས་སྐོར་ལྷོངས་རང་ དབང་རྒྱལ་ཁབ། རྒྱ་ནག་ལྷོང་གི་མི་བཙུགས་གསུམ།</li> <li>→ རང་ལྷུགས་སྐོར་ཆ་དང་གཅིག་ཁར་འཕྱོ་བརྒྱབ་པའི་ རིག་གསར་འབས་ཁྲ་གཉིས།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལེའུ་གི་གོ་རིམ་དང་ གཞུངས་ གྱི་ འབྲུར་ཁྲུག་ལྟོ་རྒྱུ།</li> </ul>

<p>དཀར་ལ་མོའི་ལ་གཞོལ་གསུམ་གྱི་ཚིག་ཚུ་སློབ་ལས་སློབ་ཚུ་གས་དགོ།</p> <p>→ གཞུང་སློབ་ལུང་ལུང་དཀར་མོའི་སློབ་གཞུམ་ཚུ་འབྲས་མ་སློངས་ཀྱི་ལུ་བྱུག། བར་ཚོུགས་གོས་དཀར་ལ་མོའི་ལ་གཞོལ་གསུམ་གྱི་གདངས་དབྱངས་འབྲེན་ཚུར་དགོ།</p> <p>→ གཞུང་སློབ་ལུང་ལུང་དཀར་མོའི་སློབ་གཞུམ་ཚུ་འབྲས་མ་སློངས་ཀྱི་ལུ་བྱུག། བར་ཚོུགས་གོས་དཀར་ལ་མོའི་ལ་གཞོལ་གསུམ་སློབ་སློབ་ནང་བཅུགས་ཏེ་འབྲེན་ཚུ་གས་དགོ།</p> <p>→ བོད་སློབ་ཨ་ད་ལེ་ཨེ། ཚོུ་སློངས་སློབ་སློངས་རང་དབང་རྒྱལ་ལབ། རྒྱ་ནག་ལུང་ཤིང་མི་བཅུགས་གསུམ་དང་རིག་གསར་གྱི་སློབ་གཞུམ་གཉིས་ཀྱི་ཚིག་ཚུ་ཐོག་ཆགས་མེད་པ་འབད་སླབ་ཚུ་གས་དང་རིག་གསར་གྱི་སློབ་གཞུམ་གཉིས་ཀྱི་ཚིག་ཚུ་ཐོག་ཆགས་མེད་པ་འབད་སླབ་ཚུར་དགོ།</p> <p>→ འབོད་སློབ་ཨ་ད་ལེ་ཨེ། ཚོུ་སློངས་སློབ་སློངས་རང་དབང་རྒྱལ་ལབ། རྒྱ་ནག་ལུང་ཤིང་མི་བཅུགས་གསུམ་དང་རིག་གསར་གྱི་སློབ་གཞུམ་གཉིས་ཀྱི་གདངས་དབྱངས་འབྲེན་ཚུ་གས་དགོ།</p> <p>→ སློབ་ཚུ་དབྱངས་ཚན་དང་སློབ་སློབ་གླིང་ལུ་གསུམ་ལག་ལེན་འབབ་སླེ་ཞབས་ལ་འབྲེན་ཚུ་གས་དགོ།</p>		
---	--	--

སློབ་རིམ་བཅུ་གཅིག་པ།

ལས་དོན། L/Objectives(K.S.V)	དོན་ཚན། སློབ་ཚན། བརྗོད་དོན། Core concepts	རིག་རྩལ་གཙོ་ཚན། Process/Essential Skills
སློབ་རིམ་བཅུ་གཅིག་པ་སློབ་རིག་པ། སློབ་དག་དང་སླུམ་རྟགས།		
<p>→ གཞུག་གྱི་མི་ཡོད་མི་ཚུ་ཚུ་རང་གིས་ལྷག་སླེ་གོ་བ་ལེན་ཚུ་གས་དགོ།</p> <p>→ ཡིག་སླེབ་གཅིག་གིས་གོ་དོན་སོ་སོ་ལུ་འཇུག་ཐངས་ཚུ་འབྲི་སླབ་འབད་ཚུ་གས་དགོ།</p> <p>→ ཚུ་ཚིག་ནང་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་ཚུ་ རྗོད་ཚིག་ནང་བཅུགས་ཏེ་ ལག་ལེན་འབབ་ཚུ་གས་དགོ།</p> <p>→ སྤང་གྱི་དབྱེ་བ་ཚུ་ཕྱེ་ཚུ་གས་དགོ།</p> <p>→ སྤང་ཚུ་ཚུ་ལ་བཞིན་ཏུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུ་གས།</p> <p>→ རྣམ་དབྱེ་བརྒྱུད་ དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་མི་ཚུ་གས་དགོ།</p>	<p>སློབ་དག།</p> <p>→ ལུས་རྣམ་གཞག་བཤད་པ།</p> <p>→ རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ལས་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ཚུ་ག།</p> <p>→ སླུམ་རྩུ་པ།</p> <p>→ སྤང་རང་དབང་ཚན།</p> <p>→ སྤང་གཞན་དབང་ཚན།</p> <p>→ རྣམ་དབྱེ།</p>	<p>→ ལུས་རྒྱུན་སློབ་གསུམ་དབྱེ་བ།</p>



<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྣམ་དབྱེ་བརྒྱུད་པོ་ཡིག་སྐོར་ནང་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྐུར་བྱའི་ཡི་གེ་རྣམ་གཞག་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གཞན་གྱི་ཚུམ་ཤོག་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཞིན་ན་ རང་གིས་ཚུམ་བྱི་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟོད་ལུལ་འདི་གི་ཁྱད་ཚུལ་རང་གཞིན་དང་པོའི་ལམ་ལས་སྐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དཔེ་ཚན་འདི་གསལ་པོར་ཤེས་ཚུགས་མིའི་དོན་ལུ་ ལུ་དཔེ་སྐུར་ཏེ་སྐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚུམ་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ལུ་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་གི་གོ་དོན་ཚུ་ལེན་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>		
--	--	--

སྐོབ་རིམ་བརྒྱ་གཅིག་པ་ རྣམ་དོན་རིག་པ། སྤྱོད་འཇུག།

<ul style="list-style-type: none"> <li>→ དལ་འཕྱོར་རྟེན་པ་དཀའ་ཚུལ་བསམ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མཚོན་བཟོད་དང་ བརྒྱམ་པར་དམ་བཅའ་བ་ ཁེངས་པར་སྐྱུང་བའི་དགོས་པ་ཚུ་སྐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་བཤད་པའི་དཔེ་དོན་དགུའི་ཐོག་སྐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་ཁྱད་པར་སྐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚོགས་བསགས་ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལས་ ལྷ་མ་བཞིའི་སྐོར་བཤད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གཉེན་པོ་སྐྱབས་བཞི་དོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གཉེན་པོ་སྐྱབས་བཞི་ མི་ཚེ་ནང་ལག་ལེན་བསྟར་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚོགས་བསགས་ཡན་ལག་ལྷག་མ་བཞིའི་ སྐོར་འབྲི་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཕྱི་ནང་སྐབས་འཕྲོའི་ཁྱད་པར་སྐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་པ་ལེན་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་པ་མི་ཉམས་པར་སྐྱུང་ཚུལ་འབྲི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དལ་འཕྱོར་རྟེན་པར་དཀའ་ཚུལ་དང་ དེ་ལ་བསམས་ཏེ་བག་ཡོད་པར་བྱ་དགོས་ཚུལ་སྐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤང་བྱ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་བསམས་ཏེ་ བག་ཡོད་པ་འབད་སྤོད་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན།</li> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་དབྱེ་བ།</li> <li>→ སྤྱི་གུ་པ་བཤག་ཚུལ།</li> <li>→ གཉེན་པོ་སྐྱབས་བཞི།</li> <li>→ སྐབས་སུ་འཕྲོ་བའི་ཡན་ལག།</li> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་པ་ལེན་ཚུལ།</li> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་པ་སྐྱུང་ཚུལ།</li> <li>→ བསྐྱུ་བྱ་བསྐབ་པ། རྟེན་དལ་འཕྱོར་རྟེན་དཀའ། ཉོན་མོངས་པ་སྤང་དཀའ་ཚུལ། མཉོན་བསམ་བཏང་སྟེ་ བག་ཡོད་པར་སྤོད་མི།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ཚུམ་མཐོང་།</li> <li>→ ཐ་དམ་ཚིག་དང་ ལས་རྒྱ་འབྲས་བུ་ལྟེ་ལྟེ།</li> <li>→ རང་གི་སྤྱི་གུ་པ་བཤག་ཚུགས།</li> <li>→ ཚོགས་བསགས་ཡན་ལག་བརྒྱུད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ཚོགས་བསགས་ཚུགས།</li> <li>→ དཀོན་མཚོག་གསུམ་ལུ་ཡིད་ཚེས་བསྐྱེད་ཚུགས།</li> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་པ་ལེན་ལྟེ།</li> <li>→ བྱང་རྒྱུ་མེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་པ་བསྐྱུང་ཚུགས།</li> </ul>
---	--	--

སྐོབ་བརྒྱ་གཅིག་པ་ ལམ་སྐོར། ༡. ཚོན། ༢. ཚུམ། ༣. རྣམ་ཚུལ། ༤. སྤྱི་གུ་ལམ། ༥. འབྱུང་རབས།

<p>༡ ཚོན།</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ མཉོན་གྱི་རིགས་མ་འདུལ་ཚུ་བྱི་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ མཉོན་གྱི་རིགས་མ་འདུལ། སྤྱི་གུ་ལམ་གྱི་ལུང་དུ་གི་རིམོ། རོ་རྒྱ་ཆ་བརྟུན།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རིས་མོ་བྱི་ནི་དང་ཚོན་གཏང་ནི།</li> </ul>
---	--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁུངས་དང་དགོས་པ་ཚུ་བྱི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱུད་མེ་མེ་བཞིན་གྱི་དགོས་དོན་ཤེས་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱུད་མེ་མེ་བཞིན་བྱི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱུད་དང་རྩལ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁུངས་དང་ཕྱི་ཁུངས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྩལ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁུངས་དང་དགོས་པ་འབྲི་སྐྱབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྩལ་བརྒྱུད་ཀྱི་མེ་མེ་འོང་དང་འདོད་ཡོན་ལྷའི་མེ་འོང་གི་ཁུངས་ཕྱི་ཁུངས་དགོ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྩལ་བརྒྱུད་མེ་མེ་བཞིན་གྱི་དགོས་དོན་འབྲི་སྐྱབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྟགས་བརྒྱུད་བྱུམ་གཟུགས་དང་རྩལ་བརྒྱུད་ཡོངས་རྫོགས་གཅིག་འར་བྱི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚོན་སྦྱོར་ཚུ་ཐོབ་ལམ་དང་འཕྲིལ་ཏེ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བྱ་ཚེ་རིང་དང་མ་བུ་ལུང་ལུང་ཚུ་གི་རི་མོ་བྱི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གོང་གི་བུ་གསུམ་གྱི་རི་མོ་གཞུ་གཏང་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚི་པ་ཏ་གི་རི་མོ་འབྱུང་ཁུངས་སྐྱབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚི་པ་ཏ་གི་རི་མོ་འཐོབ་ལམ་དང་འཕྲིལ་ཏེ་བྱི་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>བསེ་རུའི་རལ། གྲང་མོ་ཚེའི་མཚེ། ལུ་རུ་ཤིང། སེ་རྒྱའི་སྤྲུ། གསེར་གྱི་སྤྲུགས་ཤིང། རྒྱལ་པོའི་སྤྲུ་རྒྱལ། བརྩམ་མོའི་སྤྲུ་རྒྱུ་རྒྱ་དར་དཔུང་དང་བཅས་པ་འབད་འབྲི་ཐངས།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱུད་ལས་གཏུགས། གསེར་ཉ། བུམ་བ། པདྨ། ཏུང་དཀར། དཔལ་བེལ། རྒྱལ་མཚན། འཁོར་ལོ་རྩ་དར་དཔུངས་དང་བཅས་པ་ཡོངས་རྫོགས་དང་། རྟགས་བརྒྱུད་བྱུམ་གཟུགས་བཅས་འབྲི་ཐངས།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྩལ་བརྒྱུད་ལས་ལྷ་ཏུར་བ། གི་ཐང་། རྒྱུ་བལ་བ། མེ་འོང་། ཏུང་དཀར། ལི་ལྷ། ལུངས་དཀར་རྩ་དར་དཔུངས་དང་བཅས་འབྲི་ཐངས།</li> <li>→ བྱ་ཚེ་རིང་། མ་བུ། ལུང་ལུང་། ཚི་པ་ཏ།</li> <li>→ བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱུད་དང་རྩལ་བརྒྱུད་ཅོར་བུ་ཚ་བུ་ཚུ་གི་ཚོན་སྦྱོར།</li> </ul>	
<p>༡ ཚུམ།</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྟག་ཚུམ་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་གཟུའ་བུ་ཚུ་གི་ཞི་བྱ་ག་ལ་དབྱེ་སྤྱི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྒྱ་སྐར་ཉེར་བུ་ཚུ་དང་ཉེར་བརྒྱུད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་མིང་ལམས་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བཞིའི་སྐར་མ་དོས་འཛིན་འབད་དགོ།</li> <li>→ ཚུམ་གྱི་དུས་ཚོད་བཟུ་གཉིས་པོ་ལག་འཁོར་རྒྱ་ཚོད་ནང་ལུ་ལབ་སྤྱོད་དུས་རེར་རྒྱ་ཚོད་ལྷེ་མེ་ཚུམ་ཐངས་བཏོན་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚུམ་གྱི་ལོ་གི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ཚུམ་གྲངས་ཞིབ་ཞིབ་འབད་དེ་རྫོགས་མ་རྫོང་བཟུ་ཚུ་དགོ།</li> <li>→ གཟུའ་དང་སྐར་མའི་རྒྱ་ཚོད་ཞིབ་ཚུམ་གྱི་ཐོག་ལས་བཟུ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དགས་ཚུམ་དང་ཞིབ་ཚུམ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོད་ཚུམ་ཐངས་གསུར་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚུམ་གྲངས་ནང་གི་གཟུའ་སྐར་མའོད་སྤྱོད་སྤྱོད་མེ་ཚུམ་ཐངས་ལ་དན་སོར་མཚམས་རྒྱ་ཏ་གོ་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཟུའ་བུ་ཚུ་གི་མིང་ལམས།</li> <li>→ རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱུད་ཀྱི་དོས་འཛིན།</li> <li>→ ཚུམ་གྱི་དུས་ཚོད་བཟུ་གཉིས་པོ་ལག་འཁོར་རྒྱ་ཚོད་ནང་ལབ་ཐངས། གཟུའ་དང་སྐར་མའི་རྒྱ་ཚོད་བཟུ་ཐངས། སྤྱི་ལོ་འཕྲོད་སྤྱོད་བཟུ་ཐངས་དན་གྱི་དབྱེ་བ། ཉེར་དང་གཡུང་སྐར་དོས་འཛིན། ཉིན་ཞག་གཅིག་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་གཟུའ་སྐར་མའོད་སྤྱོད་ལོ་དང་ལྷ་བའི་འགོ་བརྩམས་ཐངས་ཉིན་མ་མཐུན་གསུམ། ལྷ་ཞག་འཆར་ཐངས། གནམ་སྤོ་ཕོག་ཐངས། བུམ་སྤོང་། བ་དན། ཞག་དན། དཔལ་ཉེ། དང་སོང་ཡན་གོང་། རྒྱ་ཚུམ་གྱི་དུས་ཚོད་བཟུ་ཐངས་དན་དང་བུ་ཚུམ་མཐུན་མཚམས། ལྷ་གཟུའ་སྤོ་གཟུའ་ཚུམ་གྱི་དེལ་དཀར་ཞག་གི་སྤོང་།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྒྱ་སྐར་དང་གཟུའ་སྐར་ཚུ་བཟུ་ཚུགས།</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཟུང་དང་སྐར་མའི་ལམས་འཚོལ་ཏེ་བཏོན་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གནམ་ལོ་དང་རྒྱལ་གསལ་པའི་བཏོན་བཏུགས་ཐངས་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལོ་རྒྱུས་སྤྲུལ་ལོ་པའི་ཉིན་མ་དང་མཐུན་གསུམ་བཅི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལོ་གཅིག་ལུ་རྒྱལ་གཅིག་གི་ཚེས་གཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་རྒྱ་ནག་དང་ཞག་ནག་དུས་ནག་གསུམ་ཐི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གཟུང་སྐར་འཕྲོད་སྐྱེར་བཟང་ངན་ག་དེ་སྟོ་ཡོད་ག་འཚོལ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྱན་ལུ་དང་བསམ་འཆར་གསལ་བཤད་ཚུ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྒྱ་ཐོ་ནང་གི་བསྐྱེད་ཡིག་དང་ས་བདག་ཚུ་གི་མིང་ཚུ་འཚོལ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཚེས་ཀྱི་དེ་ལྟ་དཀར་ནག་གི་སྐོར་ལས་བཤད་པ་རྒྱབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དོན་ཚན་དེ་ལས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ཞིབ་འཚོལ་དང་གསལ་རྩོམ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<p>མ་བུ་དབུ་ཐོགས། འབྲུང་བ་ལྷའི་ངོས་འཛིན་དང་ལ་དོག་གི་སྐོར། ས་བདག་གི་རྒྱལ་མཚན་སྐོར། ངན་པ་དགུ་འཛོམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས། ཁང་བཟང་རབ་གནས་ཀྱི་གཟུང་སྐར་སྤྲུལ་ཐངས། དུས་སྐྱེར་བཅུ་གཉིས།</p>	
<p><b>༩ སྤྲུལ་གཞལ་སྤྲུལ་ཚུ་ལཱ།</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་དོ་སྟོན་ཐི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་ཐོ་དོན་ཐི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཐེ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་འགོ་དང་པ་འབྲུང་ཚུལ་གྱི་སྐོར་ལས་འཕྲི་སྐྱབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་རྩ་བ་འབྲུང་ཚུལ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལྷ་དང་མི་གཉིས་ཀྱི་སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་ཚུལ་ཉ་གོ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་སྤྲུལ་བརྒྱ་ལུ་ལུ་འབྲུང་ཚུལ་ཐི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་དབྱེ་བ་མོ་མོར་འབྲེལ་ཚུལ་སྐོར་བཤད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་ལུ་རིམ་པ་བཞེན་དར་ཚུལ་གྱི་སྐོར་ལས་སྤྲུལ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དབྲངས་ཀྱི་ཐོ་དོན་དང་དབྱེ་བ་ཚུ་ཐེ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་རྩོམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལུང་ཚུ་འཕྲི་སྐྱབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ འབྲུག་པའི་སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་གདངས་དབྲངས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་གདངས་དབྲངས་ཀྱི་ལུང་པར།</li> <li>→ གཞལ་སྤྲུལ་ཐོ་དོན་སྤྲུལ་རིག་གསལ་གསུམ་གདངས་དབྲངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྤྲུལ་ཚུ་བསྐྱོག་ནི།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་དོ་སྟོན་དང་གོ་དོན་དབྱེ་བ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་འགོ་དང་པ་འབྲུང་ཚུལ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་རྩ་བ་འབྲུང་ཚུལ།</li> <li>→ ལྷ་དང་མི་གཉིས་ཀྱི་སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་ཚུལ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་སྤྲུལ་བརྒྱ་ལུ་ལུ་འབྲུང་ཚུལ་དབྱེ་བ་མོ་མོར་འབྲེལ་ཚུལ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་ལུ་རིམ་པ་བཞེན་དར་ཚུལ།</li> <li>→ དབྲངས་ཀྱི་ཐོ་དོན་དང་དབྱེ་བ།</li> <li>→ སྤྲུལ་གཞལ་རྩོམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལུང་ཚུ་ཚུ།</li> <li>→ འབྲུག་པའི་སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་གདངས་དབྲངས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་སྤྲུལ་གཞལ་གྱི་གདངས་དབྲངས་ཀྱི་ལུང་པར།</li> <li>→ གཞལ་སྤྲུལ་ཐོ་དོན་སྤྲུལ་རིག་གསལ་གསུམ་གདངས་དབྲངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྤྲུལ་ཚུ་བསྐྱོག་ནི།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཞལ་སྤྲུལ་ཐོ་དོན་སྤྲུལ་རིག་གསལ་གསུམ་གདངས་དབྲངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྤྲུལ་ཚུ་བསྐྱོག་ནི།</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཞུང་སྐྱོད་པོད་སྐྱོད་ རིག་གསལ་གསུམ་ གདངས་ དབྱངས་དང་འཕྲིལ་ཏེ་སྐྱོན་ཆ་འཕྲོག་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གཞུང་སྐྱོད་ རྒྱ་བཟའ་པོད་ལ་མི་འགྲོ། ས་ཡང་རིག་འཛིན་ གླིང་གི་ འབྲུག་པའི་སྤྱོད་པོད་ཆེན་གསུམ་གདངས་ དབྱངས་དང་བཅས་པ་འབད་རྒྱབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ པོད་སྐྱོད་ གཞུང་སྐྱོད་ལ་ཤིས་པའི། སྤྲུངས་ཐང་བདེ་ ཆེན་ཆགས་པའི་གསུམ་དབྱངས་ ཅན་དང་གཅིག་ཁར་ འཐེན་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རིག་གསལ་གྱི་སྤྲུལ་གཞུང་གཉིས་ སྐྱོན་ཆ་དང་གཅིག་ཁར་ སྤྲུང་བ་ཚུད་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཞུང་སྐྱོད་ རྒྱ་བཟའ་པོད་ལ་མི་འགྲོ། ས་ ཡང་རིག་འཛིན་གླིང་གི་ འབྲུག་པའི་སྤྱོད་ པོད་ཆེན་གསུམ་གདངས་དབྱངས་དང་ བཅས་པ།</li> <li>→ པོད་སྐྱོད་ གཞུང་སྐྱོད་ལ་ཤིས་པའི། སྤྲུངས་ཐང་བདེ་ཆེན་ཆགས་པའི་གསུམ་ དབྱངས་ ཅན་དང་གཅིག་ཁར་ འཐེན་ནི།</li> <li>→ རིག་གསལ་གྱི་སྤྲུལ་གཞུང་གཉིས་ སྐྱོན་ཆ་ དང་གཅིག་ཁར།</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ སྤྲུལ་ལམ་རྣམ་གཞག་ ལག་ཆེད་ཁྲུངས་དོན་བཀའ་ ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སྤྲུལ་ལམ་དང་འབྲུག་གི་ལམ་སྐོར་གྱི་དབྱེ་བ་ ཕྱེ་ཚུགས་ དགོ།</li> <li>→ རང་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཕྱོད་ཆས་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ དབྱེ་ བ་ཕྱེ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྒྱལ་ཡོངས་ཕྱོད་ཆས་ཀྱི་འབྲུང་ཁྲུངས་ བཤད་ཚུགས་ དགོ།</li> <li>→ ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་ལས་ ཡིད་ཀྱི་སྤྲུལ་ལམ་གཙོ་ཆེ་ བའི་ཁྲུངས་ བྱི་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཀའ་ལྟེ་དང་རགས་རྩུང་གི་འབྲུང་ཁྲུངས་ སྤྲུབ་ཚུགས་ དགོ།</li> <li>→ བཀའ་ལྟེ་དང་རགས་རྩུང་ སོ་སོར་ཕྱེ་ཚུགས་ དགོ།</li> <li>→ བཀའ་ལྟེ་དང་རགས་རྩུང་ བཀའ་ཐངས་ཀྱི་རིམ་པ་ འཐེན་སྐྱོན་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཕྱག་དབང་གཅེད་ལྷུ་ལྷུ་དབྱེ་བ་དང་ འཐོབ་ཐངས་ཚུ་ ལག་ལེན་དངོས་འབབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཀའ་ལྟེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ ཕྱག་དབང་གཅེད་ལྷུ་ དབྱེ་བ་ཕྱེ་ ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བསྐྱོད་ལྷུ་ལྷུ་རིམ་པ་ ལག་ལེན་དངོས་འབབ་འབད་ཚུགས་ དགོ།</li> <li>→ ཚོགས་ལྷན་གྱི་རོ་སྤྲོད་དང་ འཐོབ་ལམ་ཚུ་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མཚོད་བཤམ་དགོ་པའི་ཁྲུངས་དོན་བཤད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མཚོད་ཆས་ཀྱི་རིགས་མ་འདྲམ་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ སྤྲུབ་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྒྱལ་ཡོངས་ཕྱོད་ཆས་རྒྱལ་མཐུན་འབད་ ཕྱོད་ཚུགས།</li> <li>→ རོས་མ་ལོ་གནས་དང་བསྐྱོན་ ཕྱག་དབང་ གཅེད་ཚུགས།</li> <li>→ དགོ་རྩ་བསྐྱབ་པའི་མཐའ་མ་ བསྐྱོད་བ་ལུ་ ཚུགས།</li> <li>→ བལྟགས་ལྷུ་ལུ་སྤྲུལ་ཚོགས་པ་བསྐྱོག་ ཚུགས།</li> <li>→ མར་ཆང་གི་བཅའ་སྤྲུལ་རྒྱབ་ནི་དང་ བསྐྱོད་ནི། མར་ཆང་ལྷུ་གཏོར་ནི་ཚུ་འབད་ ཚུགས།</li> <li>→ མཚོད་བཤམ་ཚུ་བཤམ་ཚུགས།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རང་སྤྱོད་དང་ལུས་སྤྱོད་ལག་ལེན་ དངོས་སྤྱོད་འབད་ནི།</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལ་སྤྱན་དགོས་ལུ་བཙོན་དགོས་དང་ དར་ཤིང་འཕྱར་དགོས་འཁྲིལ་ལྷན་པོ་ བཀའ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཞུགས་གྲུལ་སྤྱན་སྤྲུལ་ཚོགས་པའི་ དགོས་དོན་སྤྲུལ་ཚུགས།</li> <li>→ རྟོན་འབྲེལ་སྐབས་ མོ་མ་དང་འི་བཟང་དགོས་འཁྲིལ་ ལྷན་པོ་ བཀའ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མོ་མ་དང་འི་བཟང་ དང་ཐངས་ཀྱི་རིམ་པ་ དཔེ་སྟོན་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྟོན་འབྲེལ་སྐབས་ལུ་ གསོལ་ཇ་དང་ཐངས་ཀྱི་རིམ་པ་ ལག་ལེན་དོན་འབབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཨམ་ཇི་གཙན་དགོས་འཁྲིལ་ ལྷན་པོ་བཀའ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མར་ཚང་གི་ལྷན་པོ་དང་དགོས་པ་སྤྲུལ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ མར་ཚང་ལུ་ཐངས་དང་ བསྐྱུ་ཐངས་ཚུ་ འཛོལ་བ་མེད་པར་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཐུགས་སྟོན་དར་ཤིང་གི་ ལྷན་པོ་བཀའ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ལྷན་པོ་གྲུལ་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་ལོ་རིམ་དང་ ལྷན་པོ་བཀའ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རབ་གནས་དང་ འགོ་འབྱེད་རྟོན་འབྲེལ་ འབད་དགོས་འཁྲིལ་ ལྷན་པོ་བཀའ་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>		
<p><b>༥ འབྲུག་རབས།</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ འབྲུག་པའི་རོ་རྟོགས་ཚུ་གི་བརྟེན་འབྲེལ་སྤྲུལ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ འབྲུག་གི་གནའ་དུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་རང་དབང་རང་བཙན་འབད་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་འབྲེལ་སྤྲུལ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་སྤྲུལ་ལུ་ཡིན་པའི་སྤྲུལ་བྱེད་བཀོད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལམ་སྐོལ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ཁུད་པར་ཕྱེ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་གཞན་རྒྱལ་ཁབ་གི་འོག་ལུ་ཡང་མེད་པའི་ལྷན་པོ་དང་སྤྲུལ་བྱེད་ཚུ་བཀོད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བསྐྱུ་པ་སྤྲུལ་ཚུ་གི་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་ཏེ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གཞུང་མིང་ཀྱི་ སྤྲུལ་བྱེད་ཚུ་གི་གནས་སྤངས་ག་དེ་སྤེ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གི་བསམ་འཆར་བཀོད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཚོས་མིང་ཀྱི་གཞུང་དབུ་ཆེད་ཚུལ་ཉ་གོ་སྟེ་ རང་གཞུང་ལུ་དེས་ཤེས་འདྲོད་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རྒྱལ་རབས་ཀྱི་རོ་སྟོན།</li> <li>→ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་རོ་རྟོགས་ རྒྱལ་དབུ་བཙན་བཞུགས། རོ་རྟོགས་གྲུལ། མདའ། མེ་རྟོག་ སེམས་ཚན། རྩ། རྩོན་ཆས། གཞུང་སྐད་ཚོང་ཁ་ལས་བསྐྱེད་མིང་ཀྱི་ཕུག་ལུ་མཇོད་མི་བྲུལ་དང་སྤེ་མིང་དཔོན་ལག་ཚུ་བསྐོས་ཏེ་ཐུགས་དམ་ལུ་བཞུགས་ཚུན།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ འབྲུག་ལྷན་པོ་ ཞིབ་འཚོལ།</li> </ul>

→ རོན་ཚན་དེ་ལས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ གསར་རྩོམ་འབད་ཚུགས་དགོ།		
--	--	--

སློབ་རིམ་བརྒྱ་གཉིས་པ།

ལས་དོན། L/Objectives(K.S.V)	རོན་ཚན། སློབ་ཚན། བརྗོད་དོན། Core concepts	རིག་ཅུལ་གཙོ་ཅན། Process/Essential Skills
--------------------------------	--	---

སློབ་རིམ་བརྒྱ་གཉིས་པ་ སློབ་རིག་པ། སློབ་དཔུང་དང་རྟེན་གསུམ་འབྲུག།		
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཞན་གྱིས་བྲིས་ཡོད་མི་ཚོམ་ཚུ་རང་གིས་ལྷོག་སྟེ་གོ་བ་ལེན་ཚུགས།</li> <li>→ ཡིག་སྐབ་གཅིག་གིས་ གོ་དོན་སོ་སོ་ལུ་འཇུག་ཐངས་ཚུ་འབྲི་སྐབ་འབད་ཚུགས།</li> <li>→ ཚ་ཚིག་ནང་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་ཚུ་ རྫོང་ཚིག་ནང་བཅུགས་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།</li> <li>→ གཞན་གྱི་ཚོམ་ཤོག་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཞིན་ན་ རང་གིས་ ཚོམ་འབྲི་འབད་ཚུགས།</li> <li>→ བརྗོད་པའི་ནང་ལུ་ སློབ་དཔུང་གི་རྒྱུ་མ་འབྲུག་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།</li> <li>→ སློབ་རྗེས་གཉིས་པོ་རང་གི་འཇུག་ལུལ་མིང་གཞི་ལུ་འཇུག་དགོ་པའི་དགོས་པ་འབྲི་སྐབ་འབད་ཚུགས།</li> <li>→ ཅུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ སློབ་དཔུང་ སློབ་པ་ཚན་གྱི་རྒྱུ་མ་ལས་ རབ་སྐྱེལ་ཚུག།</li> <li>→ སློབ་སེལ།</li> <li>→ རྟེན་གསུམ་གྱི་འཇུག་པ།</li> <li>→ སློབ་རྗེས་རྟེན་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ།</li> <li>→ བྱེད་པ་བཞི།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ བརྒྱུ་ལྡིག་</li> <li>→ སྐབ་ལྡིག་</li> <li>→ ལྷག་ལྡིག་</li> </ul>

སློབ་རིམ་བརྒྱ་གཉིས་པ་ རྫོང་དོན་རིག་པ། རྫོང་འཇུག།

<ul style="list-style-type: none"> <li>→ སེམས་བསྐྱེད་དགོ་པའི་དགོས་པ་སྐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སང་ཕྱིན་རྒྱལ་པོ་ སེམས་གཅིག་གི་སྟེང་ཅུ་ རྫོགས་ཚུལ་ཤེས་ཏེ་ ཉམས་སུ་ལེན་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཤེས་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།</li> <li>→ དན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་ཐོག་ལས་ རང་གི་སེམས་འདྲི་བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རྫོང་ལམ་རྣམ་པ་བཞི་བསྟེན་ཐངས་ ལག་ལེན་དངོས་འཐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ད་རྒྱལ་བདུན་དང་ རྒྱལ་པ་ལྟ་སྲོང་ཚུལ་འབྲི་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ རང་གི་ལུས་ལུ་ཆགས་པ་སྲོང་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཁོང་ཁོའི་ཉེས་དམིགས་སྐབ་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ ཞེ་སྦང་གི་རྒྱ་དང་ཟས་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ སློབ་བསྐྱེད་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ་ ཚོས་ལ་རེས་པར་སེམས་པའི་བཟོད་པ་གཞོན་ཕྱེད་ལ་ཇི་མི་སྐྱམ་པའི་ཚུ་ རྒྱད་པར་ཕྱེས་ཏེ་ བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བཟོད་ལུལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བཟོད་པ་བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ གངས་ཚན་པ་དང་རིགས་པ་ཚན་པའི་ལྷ་བ་མདོར་སྦྱད་མེ་འབྲི་སྐབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</li> <li>→ བསྐྱེད་པ་དང་གྲགས་པའི་རིམ་གྱི་ལུ་ཞེན་སེམས་སྐྱང་ཚུགས་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ཤེས་བཞིན།</li> <li>→ བཟོད་པ།</li> <li>→ བཟོན་འགྲུལ།</li> <li>→ བསྐྱེད་པ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་སུ་ དན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྟེན་ཚུགས།</li> <li>→ མི་སྟེ་ནང་ལུ་བཟོད་པ་བསྐྱེད་ཚུགས།</li> <li>→ དགོ་བའི་ལུ་ལུ་བཟོན་ལྡིག་</li> <li>→ དགོ་བ་གཞན་དོན་ལུ་བསྐྱེད་ལྡིག་</li> </ul>
--	--	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>→ བཙུན་འབྲུམ་གྱི་མི་མཐུན་ཚུགས་ལེ་ལོ་སྤང་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ ལེ་ལོ་གི་རྒྱ་དང་འབྲུམ་བུ་རྩེ་འབྲེལ་འབད་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ རྩོམ་ལས་འཛིན་པའི་ལེ་ལོ་ བྱ་བ་ངན་ཞེན་གྱི་ལེ་ལོ་ རྩིད་ལྷག་བདག་ ཉིད་བརྒྱུ་པའི་ལེ་ལོ་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་ཕྱེས་ཏེ་སྤང་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ དཔུང་བཞི་དང་ རྩོམ་གཉིས་གྱི་གོ་དོན་དང་ཁྱད་པར་རྩེ་འབྲེལ་རྒྱུ་གསལ་ དགོ།</li> <li>→ བསྐོ་བ་དང་སྐོན་ལས་གྱི་ཁྱད་པར་ཕྱེ་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ རང་གིས་བསྐྱབས་པའི་དགེ་བ་རྩེ་ རྒྱ་ཆེར་ལེ་ལོ་ཉིད་དོན་ལུ་ སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་ལུ་བསྐོ་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> </ul>		
<p>སྤྱོད་བཟུལ་ཅིག་པ་ ལམ་སྐོལ། 1 ཚོན། 2 ཚུམ། 3 རྩོན་ཚུམ། 4 རྩིས་ལམ། 5 འབྲུང་རབས།</p>		
<p><b>1 ཚོན།</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ མི་མཐུན་རྣམ་ཏུག་གི་ཁྱད་པར་དང་དགོས་པ་འབྲེལ་འབད་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ མི་མཐུན་རྣམ་ཏུག་གི་རིམ་གྱི་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ རང་མཚོ་རལ་གྱི་གི་ཁྱད་པར་བཀལ་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ རང་མཚོ་རལ་གྱི་གི་རིམ་གྱི་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ རྩྭ་མེད་ལྷུང་འབྲུག་གི་ཁྱད་པར་དང་དགོས་པ་བཤད་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ རྩྭ་མེད་ལྷུང་འབྲུག་རེ་རེ་བཞེན་གྱི་དགོས་དོན་འབྲེལ་འབད་རྒྱུ་གསལ་ དགོ།</li> <li>→ རྩྭ་མེད་ལྷུང་འབྲུག་གི་རིམ་གྱི་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ རི་དྲགས་ཚེས་འཁོར་གྱི་འབྲུང་ཁྱད་པར་བཤད་པ་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ རི་དྲགས་ཚེས་འཁོར་གྱི་རིམ་གྱི་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ མཐུན་པ་སྤྱོད་བཞི་གི་འབྲུང་ཁྱད་པར་བཤད་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ མཐུན་པ་སྤྱོད་བཞི་གི་དགོས་དོན་གྱི་སྤྱོད་འབད་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ མཐུན་པ་སྤྱོད་བཞི་གི་ཁྱད་པར་དང་དགོས་པ་དེ་ལུ་དཔུང་པ་གཏང་རྒྱུ་གསལ་ དགོ།</li> <li>→ མཐུན་པ་སྤྱོད་བཞི་གི་རིམ་གྱི་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ མཐུན་པ་སྤྱོད་བཞི་ཚོན་གཏང་ཐངས་རྩེ་ཤེས་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ ཚོ་རིང་རྣམ་ཏུག་གི་འབྲུང་ཁྱད་པར་བཤད་པ་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ ཚོ་རིང་རྣམ་ཏུག་གི་རིམ་གྱི་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ ཚོ་རིང་རྣམ་ཏུག་དང་མཐུན་པ་སྤྱོད་བཞི་གི་ཁྱད་པར་ཕྱེ་རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> <li>→ ཚོ་རིང་རྣམ་ཏུག་གི་རིམ་གྱི་ཚོན་གཏང་ཐངས་རྩེ་ཤེས་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་ རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ མི་མཐུན་རྣམ་ཏུག་ རང་མཚོ་ རལ་གྱི།</li> <li>→ རྩྭ་མེད་ལྷུང་འབྲུག། རི་དྲགས་ ཚེས་འཁོར། མཐུན་པ་སྤྱོད་བཞི།</li> <li>→ ཚོ་རིང་རྣམ་ཏུག་ གོང་འཁོར་གྱི་ ཚོན་སྤྱོད་ཐངས་དང་གཏང་ ཐངས།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ རིམ་གྱི་</li> <li>→ ཚོན་གཏང་གི།</li> </ul>
<p><b>2 ཚུམ།</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ འབྲུང་བ་ལྷ་དང་རྩོགས་ཁམས་ ལོ་འཁོར་བཟུ་གཉིས་རྩེ་བཤད་པ་རྒྱུ་ རྒྱུ་གསལ་དགོ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་ཏུས་ཚོད་བཟུ་ གཉིས་ལུ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ ལོ་ལོ་བསྐོར་གི།</li> <li>→ མོ་བཏབ་གི།</li> </ul>







<p>→ སྐྱོན་ཚ་སྤོང་སྐྱོན་དང་གྲིང་པུ་གི་འབྲུང་ཁུངས་འབྲི་སྤྲོད་འབད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>༤ གྲླིག་ལམ།</p> <p>→ འབྲུག་མའི་བྱ་སྤྱོད་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ ཐང་མ་ཚེག་བསྐྱེན་དགོ་པའི་ ཁུངས་དོན་སྤྲོད་ཚུགས།</p> <p>→ ལས་རྒྱ་འབྲས་ཟེར་མི་འདི་ ག་དེ་མ་ཅིག་ལུ་སྤྲོད་ཡིན་ན་ ཁུངས་བཀའ་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ གཞན་ལུ་ཕན་ཐོགས་པའི་ ལཱ་འབད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ དན་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་ལུ་ དོགས་ཚོན་བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ རང་གྲླིག་རང་ཚོར་གྱི་ཐོག་ལས་ འགན་འཁུན་འབབ་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ ལུས་ཀྱི་གྲླིག་ལམ་ལས་ འགོ་བ་སྤོད་ལུགས་ཀྱི་གྲླིག་ལམ་ཚུ་ ལག་ལེན་དངོས་འབབ་འབད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ རྫོང་གཞིས་ཉེ་འདབས་ལུ་ འབད་ཚོག་པའི་གྲླིག་ལམ་ཚུ་ གཞན་ལུ་བཤད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ བཟའ་བ་བཟའ་གྱི་གྲླིག་ལམ་ ལག་ལེན་དངོས་འབབ་འབད་ཚུགས།</p> <p>→ བཅའ་བ་འབབ་གཞག་ བཅའ་གཞག་གི་གྲླིག་ལམ་ཚུ་ དབྱེ་བ་སོ་སོར་ཕྱེས་ཏེ་ སྤྲོད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ རྫོང་ཚུ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ གྲླིག་ཐངས་གཞན་ལུ་སྤོད་ཚུགས།</p> <p>→ ཕྱག་དབང་གཅེར་ཞུའི་དབྱེ་བ་ དཔེ་སྤོན་འབད་ཚུགས།</p> <p>→ བསྐྱེད་ལུ་གཞེར་སྤོད་དང་ འཛིབ་གཏམ་གྱི་འབྲུང་རབས་ ཁུངས་བཀའ་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ གསེར་སྤོད་དང་འཛིབ་གཏམ་གྱི་ལོ་རྒྱུ་རིམ་ རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་འབད་བསྐྱེད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ ལོ་གནས་གསལ་བསྐྱོར་གྱི་ དར་གྱི་འཛིབ་ལམ་སོ་སོར་ཕྱེ་ཚུགས།</p> <p>→ གཉེན་སྦྱོར་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་ འཛིབ་ཐངས་སྤྲོད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ སྤྱི་སྤོན་གྱི་རིམ་པ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཚུམ་སྤྱང་འབད་ཚུགས་དགོ།</p>	<p>→ ཅན་སེམས་ཀྱི་གྲླིག་ལམ།</p> <p>→ ཕྱི་ལུས་རག་གི་གྲླིག་ལམ།</p>	<p>→ ཅན་སྤོད།</p> <p>→ ལུས་སྤོད།</p>
<p>༥ འབྲུང་རབས།</p> <p>→ བསྐྱེད་པ་བར་དར་སྤེ་སྤོད་ཁྱི་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཏེ་ལོ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་སྤོན་འབྲོན་རྒྱལ་བ་ལོང་མའི་ཕྱག་རྒྱེས་ རི་ལྷུང་བཞག་ཚུལ་གྱི་ལོ་དང་སྤྲོད་ཏེ་གཉིས་ཆ་རང་འབད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ སྤེ་སྤོད་ཁྱི་རབས་དང་པ་ལས་བཞི་པ་ཚུན་གྱི་བསྐྱེད་སྤོད་བསྐྱུང་ཚུལ་སོགས་ཤེ་ཤེ་བཞིན་དུ་སྤོད་ལུགས་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཤེས་ཚུའ་དགོ།</p> <p>→ ལོང་གསལ་དཔོན་སྤོད་འཛིགས་མེད་ནམ་རྒྱལ་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་འབྲུག་རྒྱལ་ལུ་པ་མི་དབང་མངའ་བདག་རྒྱལ་སྤྲོད་ལུ་ལས་འཛིགས་མེད་ནམ་རྒྱལ་དབང་ལུགས་བར་གྱི་རྒྱལ་སྤོད་བསྐྱུང་ཚུལ་སྤོད་འབད་ཚུགས་དགོ།</p> <p>→ སྤེ་སྤོད་དང་རྒྱལ་ལོ་རིམ་འབྲོག་གི་ཚབ་སྤོད་བསྐྱུང་ཐངས་ཀྱི་ལུང་པར་ཕྱེ་ཚུགས་དགོ།</p>	<p>→ སྤེ་སྤོད་སྐབས་ཀྱི་ཚབ་སྤོད་གནས་སྤོད་དང་ཁྱི་རབས་རིམ་འབྲོག་གི་རྒྱུད།</p> <p>→ སྤེ་སྤོད་ཁྱི་རབས་དང་པ་གིས་བསྐྱེད་སྤོད་བསྐྱུང་ཚུལ།</p> <p>→ སྤེ་སྤོད་ཁྱི་རབས་གཉིས་པ་གིས་བསྐྱེད་སྤོད་བསྐྱུང་ཚུལ།</p> <p>→ སྤེ་སྤོད་ཁྱི་རབས་གསུམ་པ་གིས་བསྐྱེད་སྤོད་བསྐྱུང་ཚུལ།</p> <p>→ སྤེ་སྤོད་ཁྱི་རབས་བཞི་པ་གིས་བསྐྱེད་སྤོད་བསྐྱུང་ཚུལ།</p>	<p>→ ཞིབ་འཚོལ་ཁུངས་གཞུགས་འབད་དགོ།</p> <p>→ ཞིབ་འཚོལ་ཁུངས་གཞུགས་འབད་དགོ།</p>

<p>→ རོན་ཚན་དེ་ལས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་ ཞིབ་འཇོལ་དང་གསར་ཚུལ་འབད་ཚུགས་དགོ།</p>	<p>→ གོང་གསར་དཔོན་སློབ་འཇིགས་མེད་རྣམ་ཚུལ་གྱི་རྟོགས་བཞེད།</p> <p>→ བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་རབས་དང་པ་གོང་ས་ཨོན་པུ་ལྷན་གྱི་རྟོགས་བཞེད།</p> <p>→ བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་རབས་གཉིས་པ་འཇིགས་མེད་དབང་ལྷན་གྱི་རྟོགས་བཞེད།</p> <p>→ བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་རབས་གསུམ་པ་འཇིགས་མེད་རྩི་དབང་ལྷན་གྱི་རྟོགས་བཞེད།</p> <p>→ བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་རབས་བཞི་པ་འཇིགས་མེད་སྐྱེ་དབང་ལྷན་གྱི་རྟོགས་བཞེད།</p> <p>→ བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་རབས་ལྔ་པ་འཇིགས་མེད་གེ་སར་རྣམ་ཚུལ་དབང་ལྷན་གྱི་རྟོགས་བཞེད།</p>	
---	--	--

༡༢ ལྷན་སྐྱོད་གི་ཐབས་ལམ།

ལྷན་སྐྱོད་ཐབས་ལམ་ཟེར་མི་འདི་ རིག་གཞུང་གདམ་ཁའི་རྩ་གཞུང་གཞི་བཞག་གི་དོན་ཚན་ཚུ་ སློབ་སློབ་འབད་བའི་སྐབས། འབད་ཐབས་གི་ཐབས་དང་གནས་སྐབས་ཚུ་ ག་དེ་སླེར་ འབད་དགོཔ་ཨིན་ནེ? དེའི་སྐོར་ལས་བཤད་མི་ལུ་གོམ་ཨིན། རིག་གཞུང་ཚོས་ཚན་གྱི་ ལྷན་སྐྱོད་ཐབས་ལམ་འདི་ འགོ་མཚན་བཞེད་དང་ རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་བཅུགས་ཏེ་ མཇུག་བསྡུ་བ་དང་ བཟ་ཤིས་དང་བཅས་པའི་ ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དགོ་བའི་ཐོག་ལས་ སློབ་སློབ་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ གཙོ་བོ་ནང་པའི་ལུགས་གྱི་ སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་གྱིས་ ཚོས་ཇི་ལྟར་འཆད་ཚུལ་དང་། སློབ་དཔོན་དག་བཙུག་པའི་ཚོས་ཇི་ལྟར་འཆད་ཚུལ། དེ་ལས་ སློབ་དཔོན་མཁས་པ་པརྱི་ཏས་ ཚོས་ཇི་ལྟར་འཆད་པའི་ཚུལ་ཚུ་ལས་རྟ་བུས་ཏེ་ ལྷན་སྐྱོད་འབད་དགོ་པའི་ཁར། རིག་གཞུང་གི་སློབ་ཚན་ཚུ་ འཆད་ཉན་གྱི་སྐབས་ ལྷན་སྤོལ་རང་ལུགས་འཆད་ཉན་གྱི་ཐབས་ཤེས་གྱིས་ མང་གཞི་བཟུང་སྟེ། དེང་སང་དུས་རབས་ ༡༡ པའི་ ཐབས་ལམ་ཚུ་གིས་ ལྷན་བཟུན་ཏེ་ ཚོས་ཉན་འབད་དགོཔ་གལ་ཆེ།

༡༢.༡ རང་ལུགས་ཚོས་འཆད་ཉན་གྱི་རྣམ་གཞག།

༡༢.༡.༡ འཆད་ཐབས་ཡན་ལག་ལྷན་སྐྱོད་བཤད་པ།

དགོས་དོན། ལྷན་དོན། ཚོག་དོན། མཚམས་སྦྱར། བརྒྱལ་ལན་ཏེ་ འཆད་ཐབས་ཡན་ལག་ལྷན་སྐྱོད་ཐོག་ལས་བཤད་ནི།

༡༢.༡.༢ དག་པ་གསུམ་ལྟན་གྱི་འཆད་ཐབས།

མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་སློབ་དཔོན་གྱིས། བསམ་པ་བཟང་ཞིང་ཀུན་སློང་དག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་སློབ་མ་ལུ། བརྗོད་བྱ་དོན་དང་རྗོད་བྱེད་ཚིག་རྗོད་ཚུལ་གྱི་ཐབས་ཚུ་ ག་ར་དག་པའི་སློབ་ལས་བཤད་དགོ།

༡༢.༡.༣ སྤང་དབྱེ་བཤད་གསུམ་གྱི་འཆད་ཐབས།

སློབ་དཔོན་གྱི་ཐོག་མར་སང་གའི་ ལྷ་སྤངས་དང་འདྲ་བའི་ ལྷ་སྤངས་ཀྱིས་བལྟས་ཏེ། འཆད་བྱ་བདག་གིར་འཛིན་ནི། བར་དུ་འཆད་བདེ་བ་དང་ འཛིན་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་ **སྤལ་བའི་འཕར་བ་དང་** འདྲ་བའི་རྣམ་པ་ལུ་བརྟེན་ནས་ཚན་པ་སོ་སོར་དབྱེ་དགོས། མཇུག་ལུ་སློབ་སྤྲུག་གི་རྒྱུད་ལུ་བཞག་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལས་རུས་སྤལ་གྱི་འགྲོས་དང་འདྲ་བའི་སློབ་ལས་ ལྟན་པའི་རག་གིས་ཚིག་དོན་ དེ་དེ་བཞིན་བཤད་ནི།

༡༢.༡.༤ ལྷུ་མོན་སྤྲུགས་གསུམ་བསལ་བའི་འཆད་ཐབས།

ལྷུ་ལ་གཟེངས་བསྟོད་ཟེར་མི་ འཆད་ཐབས་འདི། སློབ་སྤྲུག་ཚུག་དཔའ་ལྷུ་མ་བཅུག་པར་ སེམས་གསོ་སྟེ་སློབ་སློང་གི་ཕྱོགས་ལུ་འགྲོ་ཚུགས་ཐབས་ལུ་ གཟེངས་བསྟོད་འབད་དེ། སློབ་སྟོན་འབད་མི་འདི་ ཐབས་ཤེས་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཅིག་ཨིན། འདི་ཡང་ ཨ་ལོ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱ་བསྟོད་པ་ལ་དགའ་ཕྱ་མ་ཟད། དར་མ་དང་ལོ་ལོན་གན་པ་ཡང་ བསྟོད་པ་ལུ་དགའ་ཕྱ་ལས་བརྟེན་ བསྟོད་པའི་སློབ་ལས་ དགའ་བཅུགས་སྟེ་ སློབ་སྟོན་འབད་ཐངས་ཅིག་ལུ་ སྤྲུབ་ཨིན།

མོན་ཟེར་མི་ འཆད་ཐབས་འདི། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ལེགས་པར་བཤད། ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ་འབད་སློབ་སློང་གི་ཕྱོགས་ལུ་ ལྷུ་བཙོན་འབད་མ་ཚུགས་མི་ སློབ་སློང་པ་རྒྱ་ལུ་ འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བཤད་དེ་ སློབ་གསོ་འབད་དགོ། དེ་ཡང་ ཐར་པ་གོ་འཕང་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བཤད་དགོཔ་དང་། ལྷུ་སྤྲུང་ལུ་ སློབ་ཞན་མི་འབད་བ་ཅིན། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་ཉེས་དམིགས་བཤད་ན་འོས་སོ། གང་ལྟར་སློབ་གསོའི་དགོས་མཁོ་ཡོད་དུས། ཐབས་ ལྷ་ཚོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ སློབ་གསོ་འབད་དེ་ ལྟན་ཐངས་ཅིག་ལུ་སྤྲུབ་ཨིན།

སྤྲུགས་པ་ཟེར་མི་ འཆད་ཐབས་འདི། ལུས་སེམས་ལས་སྤུ་མི་རུང་བའི་ སློབ་སྤྲུག་ལེ་ལོ་ཅན་རྒྱ་ལུ་འབད་བ་ཅིན། རོ་མཚར་བའི་ གཏམ་བཤད་དེ་སྤྲུགས་པ་སངས་ནི་ ཐབས་ཤེས་འབད་དགོཔ་དང་། སྤྲུགས་པ་སངས་བའི་ལུ་ལས་ འཕྲོ་མཐུད་སློབ་སྟོན་འབད་དེ་ ཉན་བཅུག་དགོ། སློབ་དཔོན་རྒྱ་གོ་རྟོངས་ལས་ རོ་མཚར་བའི་གཏམ་བཤད་པའི་སྐབས་ལུ་ རག་ཉུང་ དོན་སྤྲད། ཉན་དགོ་མནོ་སི་སིའི་ཐོག་ བཤད་དགོཔ་ལུ་ སྤྲུབ་ཨིན།

12.2.4 འཆད་ཐབས་ཡན་ལག་གསུམ་ལྟར།

ཚིག་དོན་ངེས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་ མིང་ཚིག་གི་གོ་དོན་སྟོན་ན། གནད་དོན་ངེས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་ སྤྱི་དོན་བཤད་ནི། ཚུད་པ་འཕེལ་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་ མཐའ་དཔྱོད་སློབ་ འཕེལ་བཅུག་ནི་ཚུ་གི་ ཐོག་ལས་ཡང་ སློབ་སྟོན་འབད་དགོ།

12.2.6 ཉི་ལྷན་སྐར་གསུམ་གྱི་འཆད་ཐབས།

སློབ་ཚན་གྱི་ཁོག་སྤྱོད་པ་སྟེ་ སྤྱི་དོན་ལེན་ནི། གཞུང་བཟུང་བ་སྟེ་ སློབ་ཚན་བདག་ཏུ་འཛིན་ནི། མཐའ་བཅད་པ་སྟེ་ ཨིན་མེན་སོགས་གྱི་ མཐའ་བཅད་པ་ལུ་བརྟེན་ནས། སློབ་མའི་རྒྱུད་ལུ་ཡོན་ཏན་བྱིན་ཏེ་ སློབ་མའི་ཉན་སླབ་ འབྲི་ལྷག་ལྷོགས་གྲུབ་ ཡར་རྒྱས་གཏང་དགོཔ་ཨིན།

12.3 འོག་གི་དུས་རབས་༢། པའི་ ལྷན་སྐར་གི་ཐབས་ལམ།

12.3.1 ལྷན་ལུ་འབད་བཅུག་ནི།

སློབ་སྤྲུལ་རྒྱུད་ལུ་ ཡོན་ཏན་གྱི་སློབས་པ་འཐོབ་ནི་དོན་ལུ། སློབ་དཔོན་གྱིས་ སློབ་ཚན་ནང་གི་དོན་ཚན་ཚུ་གདམ་འཐུ་འབད་དེ་ སློབ་སྤྲུལ་ རང་རྒྱུང་དང་། ཡང་ན། སྤེ་ཚན་ལུ་སློབ་དེ་ ལྷན་ལུ་འབད་བཅུག་ནི། སློབ་འཇུག་སོགས་ གཞུང་རིག་གནས་གྱི་རིགས་ དེབ་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས། ཁོང་ར་གིས་ ཞིབ་ཚོལ་འབད་ཞིན་མ་ལས། བཅུད་དོན་བྲིལ་ཏེ་ དམངས་ཁར་ ལྷན་ལུ་འབད་བཅུག་ནི་ཨིན།

12.3.2 ཞིབ་འཚོལ་འབད་བཅུག་ནི།

སློབ་སྟོན་པས་ དོན་ཚན་དང་ འཕྲིལ་བའི་ཚིགས་བཅད་ཚུ་འབྲམ་ཚུ་ སློབ་ཞིན་མ་ལས། རྒྱན་དང་ཉམས་སོགས་ ངོས་འཛིན་འབད་དེ། དེ་ནང་ རྒྱན་གྱི་སྟོན་ཡོན་དང་ རྒྱུ་ཚད་ཚང་ཡོད་མེད་ ཚིགས་བཅད་སྤྲིལ་ཐངས་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་བཅུག་ནི།

12.3.3 གྲོས་སྤྲོད་འབད་བཅུག་ནི།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ སྟོན་འབྲོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ལ་སོགས་པ་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ། སྤེ་ཚན་གྲོས་སྤྲོད་གྱི་ཐོག་ལས་ ཚིགས་བཅད་ཚུ་གི་ བཅུད་དོན་བཏོན་ཏེ་ འབྲི་སྟོན་འབད་ནི་སོགས།

12.3.4 རན་དོག་སྐྱོར་སྐྱུང་འབད་བཅུག་ནི།

སློབ་ཁང་ནང་ལས་ དོན་ཚན་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ཤེས་མི་སློབ་སྤྲུལ་ཚུ་གིས་ སློབ་སྤྲུལ་གཞན་ཚུ་ལུ་ སློབ་སྟོན་འབད་བཅུག་ནི།

### 13 དབྱེ་ཞིབ་དང་སྐྱོད་ལུ་འབད་ཐངས།

དབྱེ་ཞིབ་ཟེར་མི་འདི། རིག་གཞུང་ལྟུབ་སྐྱུང་པའི་ཤེས་ཚད་ཉ་གོ་སྟེ་ ཡར་རྒྱས་གཏང་ཚུགས་པའི་བྱ་རིམ་ཅིག་ཡིན། དེ་ཡང་ རིག་གཞུང་གི་ ཤེས་བྱའི་གནས་ སྐྱོད་རིག་པ་ རང་དོན་རིག་པ་ ལམ་སྐོལ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་ ལྟུབ་སྐྱུང་འབད་ཡོད་མི་འདི། སྐོབ་ཕྱུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་གནས་ཚད་ ག་དེ་སྟེ་ཡོད་ག? སྐོབ་དཔོན་དང་ཕམ་གིས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་བཞིན་ན། འདིའི་སྐབ་འབྲས་དང་བསྐྱོད་ རྒྱུ་སྐྱོར་ཚུ་བྱིན་ཚུགས་ནིའི་ དོན་ལུ་ཡིན།

དབྱེ་ཞིབ་ལུ་ཡང་དབྱེ་བ་ཅིན། ཅུས་རྒྱུན་དང་། སྐྱུང་རྒྱུགས་དབྱེ་ཞིབ་གཉིས་ཡོད། འདི་གཉིས་པོ་ ལྟུབ་སྐྱུང་གི་ལས་དོན་དང་ ལྟུབ་སྐྱུང་གི་གནས་ཚད་དང་འབྲེལ་ གཤམ་གསལ་དབྱེ་ཞིབ་གི་ཐབས་རིགས་དང་ མཁོ་ཆས་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་དགོཔ་ཡིན།

#### 13.1 དབྱེ་ཞིབ་གི་དགོས་པ།

དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ་མི་འདི་ཡང་ སྐོབ་ཕྱུག་ཚུ་གི་ ལྟུབ་སྐྱུང་འབད་ཐངས་དང་ ཤེས་ཡོན་གྱི་གནས་ཚད་དང་བསྐྱོད་པའི་ རིག་ཚུལ་ ལྷོགས་སྐབ་དང་ ཕྱིས་མཐོང་ཚུ་ ལྟན་མི་ལྟན་ཉ་གོ་ནི། མཁོ་ཆས་དང་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་ དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་ མི་མཐུན་ཤེས་ཉེ་ བསམ་ལེན་བྱིན་ཐོག་ལས་ སྐོབ་ཕྱུག་ཚུ་གི་གདོང་ལེན་དང་འབྲེལ་ ཐབས་ཤེས་གསར་པ་བཏོན་ཉེ་ རྒྱུ་སྐྱོར་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན།

#### 13.2 དབྱེ་ཞིབ་གི་ཐབས་རིགས།

ཅུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་དང་སྐྱུང་རྒྱུགས་དབྱེ་ཞིབ་ཟེར་གཉིས་ཡོད་ས་ལས་ ཅུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་

དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་གི་རྒྱུད་གཞི།	མཁོ་ཆས།
རྒྱུན་ལུ།	དོན་ཚན། བཅའ་རྒྱུག་ རྒྱུན་འབྲུལ། ཞིབ་འཚོལ། གཤམ་གཏོགས། རྐྱོད་ཐངས། ཉན་ཐངས། རྐྱོད་ཐངས། ལུངས་གཟང། ཚིག་དོན་སྤྱིའི་འབྲེལ་བ། དགག་ལན། རྫོང་སྐྱོད།	དབྱེ་ཚད། དབྱེ་དཔྱད་ཐོ།
རྫོང་སྐྱུར་	དོན་ཚན། རྐྱོད་ཐངས། ལུངས་གཟང། ཚིག་དོན་སྤྱིའི་འབྲེལ་བ། དགག་ལན། ཞིབ་མནོ་རིག་ཚུལ། གསར་ཚུལ་མནོ་རིག་ བདེན་དཔྱད། རྫོང་སྐྱོད།	དབྱེ་དཔྱད་ཐོ། དབྱེ་ཚད།
སྐོབ་ལང་སྐྱོད་ལུ།	དོན་ཚན། བཀོད་རྒྱ། གཅོད་རྒྱ། གཤམ་གཏོགས། ཡིག་བཟོ། ལྷུང་བཟོན། མཉམ་འབྲེལ་རང་སྐྱོབས། ཅུས་ཚོད།	རྒྱུས་ཐོ། <b>བཟོ་སྐྱོད་དབྱེ་ཉགས།</b>
ལྷོ་ལུ།	ཅུས་ཚོད། དོན་ཚན། གཅོད་རྒྱ། རང་སྐྱོབས། རྒྱུག་བཀོད། ལྷོ་བཟོ་སྐྱོར་བ། ཡིག་བཟོ། བཀོད་རྒྱ། ཅུས་ཚོད། དོགས་མེལ།	དབྱེ་དཔྱད་ཐོ།
ལྟུག་ནི།	རྫོང་སྐྱོད་ ཚིག་གི་གཅོད་མཚམས། སྐད་ཀྱི་མེད་པལ། མཚོགས་ལྟོད།	དབྱེ་ཚད། རྒྱུས་ཐོ།
མཚོགས་པལ།	སྟེན་ ཡིག་བཟོ། གཅོད་རྒྱ།	དབྱེ་ཚད་ཐོ།
སྐོབ་ཚན་ཚོས་རྒྱུགས།	ལན་ཕོག་ཉིད། གཅོད་རྒྱ། ཡིག་བཟོ། ཅུས་ཚོད།	དི་བ་དི་ལན།

### ༡༤ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་མཁོ་ཆས།

དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་མཁོ་ཆས་ཟེར་མི་འདི་ སློབ་སྦྱོང་ཚུ་གི་ཉིན་བསྟར་ཞིན་ཏུ་ ལྷན་སྐྱེད་གི་སྐབ་འབྲས་ཚུ་ ག་དེ་སླེ་འབྲུང་དོ་ག་ གནད་སྦྱང་ཚུ་བསྐྱེ་ལེན་འབད་ཞིན་ན་ དབྱེ་དབྱུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་མཐུན་རྐྱེན་ཅིག་ཡིན།

#### ༡༤.༡ རྒྱུས་ཐོ་

རྒྱུས་ཐོ་འདི་ ལྷན་སྐྱེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ལྟ་ཉེན་ཐོག་ཐོག་ལས་ བཅུད་བསྐྱེད་ཏེ་ ཐོ་བཀོད་བཞག་མི་ལུ་སྒྲིབ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྐབས་བདེ་ཉིང་དང་འཁྲིལ་ཐ་ད་ མང་ཤོས་ཀྱིས་ སློབ་དཔོན་རང་གི་ ཉིན་དེབ་ནང་ བཞག་སྐོལ་ཡོད། ཡིན་རུང་ ཨ་ལོའི་དོན་ལུ་ རྒྱུས་ཐོ་འདི་ དཔེ་དེབ་སོ་སོ་ཅིག་ནང་བཞག་རྒྱུགས་པ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་འོང་ནི་དང་། ཡང་ན། ཤོག་རྒྱུང་ག་ཅིག་གུ་བྲིས་ཡི་ར་ དཔེ་སློད་ནང་ བཅུགས་བཞག་རུང་འབྲས།

#### ༡༤.༢ དཔེ་སློད།

དཔེ་སློད་ཟེར་མི་འདི་ ཨ་ལོ་གི་ལུ་ཤུལ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོད་པའི་སྐབ་འབྲས་བསྐྱེད་ཀྱི་འབད་ཡོད་མི་ལས་ ཨ་ལོའི་ ཤེས་ཡོན་དང་ རིག་ཚུལ་ ལྷོགས་སྐབ་ཚུ་ ཡར་རྒྱས་ཡོད་མེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཉ་གོ་ཚུགས། དེ་ལས་ ཨ་ལོ་ ཁོང་ར་དང་མམ་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་ཚུགས་ནི་དོན་ལུ་ བཞག་པའི་ཡིག་ཆ་ཅིག་ལུ་སྒྲིབ་ཡིན།

#### ༡༤.༣ དབྱེ་ཚད།

དབྱེ་ཚད་ཟེར་མི་འདི་ སློབ་ལས་གདམ་ཁ་རྒྱབ་མི་ཚད་གཞི་འདི་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཤེས་ཡོན་དང་ རིག་ཚུལ་ ལྷོགས་སྐབ་ཀྱི་དབྱེ་ཞིབ་ དཔེར་ན། གཞི་འཛུགས་ ཉེར་འབྲེལ་ རེ་མཐུན་ མད་བྱུང་གི་བར་ གཞི་ག་ཅི་ལུ་བརྟེན་ ཉེ་ཐོབ་ཅི་ག། དབྱེ་ཞིབ་གི་བཤད་པ་རྒྱབ་ཡོད་མི་ཅིག་ལུ་སྒྲིབ་ཡིན། བཅུད་བསྐྱེད་བཅིན་གཙོ་བོ་ར་ སྐྱེས་ཚད་ཀྱི་སྐྱོར་ ལས་འགྲུལ་བཤད་རྒྱབ་མི་ཅིག་ཡིན།

#### ༡༤.༤ དབྱེ་དབྱུང་ཐོ།

སྤྱིར་བཏང་ དབྱེ་དབྱུང་ཐོ་ཟེར་མི་འདི་ ཨ་ལོའི་རྒྱུད་ལུ་ གོ་དོན་ རིག་ཚུལ་ བྱ་སྤྱོད་ འབད་ཐངས་ མཐོ་ལུགས་ ཚུ་ ག་དེ་སླེ་ཚང་སྟེ་ཡོད་ག? དབྱེ་དབྱུང་འབད་ནིའི་ ཐོ་ཞུགས་ལ་ཅིག་ཡིན། དཔེར་ན། ཉེ་ཚོང་རྒྱབ་པར་འགྱོ་ བ་ཅིན་ ག་ར་ཚངས་འབད་ཉེ་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ ཉེ་ཚོང་གི་ཐོ་བཟོ་སྟེ་ དེ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། དབྱེ་ དབྱུང་ཐོ་འདི། འབད། མ་འབད་དང་། ཡོད། མེད། ཡིན། མེན་ རྟགས་བཀལ་ནི་ཅིག་ཡིན།

#### ༡༤.༥ བྱ་སྤྱོད་དབྱེ་རྟགས།

སློབ་སྟོན་པ་གིས་ སློབ་ཁང་གི་ཕྱི་ནང་ ག་ཉེ་ལུ་འབད་རུ་ ཨ་ལོ་ཚུ་གི་ བྱ་སྤྱོད་ཚུལ་མཐུན་ཀྱི་ཐོག་ལས་ འབད་མ་ འབད་དང་ གོ་མས་འདྲིས་ཡོད་མེད་ ལྟ་ཉེན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འབབ་མི་ཅིག་ལུ་གོ་སྐྱོལ་ཡིན། དཔེར་ན།

ཨ་ལོ་གི་བྱ་སྤྱོད་ཚུ་ ལྷ་རྩོལ་འབད་དེ་ དབྱེ་ལག་ དུས་རྒྱུན་ འཕམ་འཕམ་ རྒྱ་ལམ་ སྤང་མེད། ག་ཅི་ནང་ཚུད་པ་ ཡིན་ནམ་? རོ་བཞག་སྟེ་ ལེགས་འགྱུར་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱུ་སྤྱོད་བྱིན་ནི་ཅིག་ལུ་སྒྲུབ་ཡིན།

༡༥ རྒྱུ་རྒྱུ་གསར་དབྱེ་ཞིབ།

༡༥.༡ ལོ་ཕྱེད་ཚེས་རྒྱུ་གསལ།

སློབ་སྦྱོར་འབད་དེ་ ལོ་ཕྱེད་ལངས་ད་ འདི་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ སློབ་སྤྲུལ་ཚུ་གིས་ ག་དེ་ཅིག་ཤེས་ཅུག་ག་? འདིའི་ རྒྱུ་འབྲས་དབྱེ་དབྱུད་འབད་དེ། འདི་དང་འཁྲུལ་ རྒྱུ་སྤྱོད་བྱིན་ཚུ་གསལ་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ལུ་ སྤྲུ་ རྒྱ་བྱིན་ཚུ་གསལ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འབབ་པའི་ཐབས་ལམ་ཅིག་ཡིན།

༡༥.༢ ལོ་འཁོར་ཚེས་རྒྱུ་གསལ།

ལོ་ག་ཅིག་གི་རིང་ལུ་ ལྷ་བ་སྤྱང་འབད་ཡོད་པའི་སློབ་སྤྲུལ་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ རིག་ཚུལ་ རྩོགས་སྤྱུབ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ ཞེན་ན། སློབ་སྤྲུལ་འདི་ གནས་རིམ་ཡར་སེང་འབད་ནི་དང་ ཚེས་ཚན་འཇུག་སྟེ་ གདམ་ཁ་རྒྱུ་ལེན་མོ་སྤྲུལ་སྤྱོད་ བྱིན་དོན་ལུ་ཡིན། དེ་ལས་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ཨ་ལོ་ཚུ་གི་ ཤེས་ཡོན་དང་ རྩོགས་སྤྱུབ་ཀྱི་སྤྲུ་ལུ་སྤྱོད་ཚུ་གསལ་ བྱིན་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འབབ་པའི་ཐབས་ལམ་ཅིག་ཡིན།

སློབ་དུས་དང་པ།		སློབ་དུས་གཉིས་པ།		
ཚེས་རྒྱུ་གསལ།	སྟོན།	ཚེས་རྒྱུ་གསལ།	སྟོན།	ཡོངས་སྟོན།
༩༠%	༩༠	༥༠%	༩༠	༡༠༠
ལོ་ཕྱེད།		ལོ་འཁོར།		

༡༦ སྤྲུ་ལུ་འབད་ཐངས།

སློབ་སྤྲུལ་གི་ ཤེས་ཡོན་ རིག་ཚུལ་ རྩོགས་སྤྱུབ་ དེ་ལས་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཚུ་ འབྲེལ་ཡོད་མི་རིམ་ཚུ་གིས་ཤེས་བྱི་དོན་ལུ་ བད་དོན་སྤྱོད་མི་ཅིག་ལུ་སྒྲུབ་ཡིན། བད་དོན་འདི་གིས་ སློབ་སྦྱོར་པ་དང་ བམ་ཚུ་གིས་ སློབ་སྤྲུལ་ཚུ་ལུ་ རྒྱུ་སྤྱོད་བྱིན་ཚུ་གསལ་ པའི་གནས་སྤངས་བཟོ་མ་ཡིན།

༡༦.༡ སློབ་སྤྱུ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྲུ་ལུ།

སློབ་སྤྲུལ་གི་ རྒྱུ་འབྲས་ལེགས་ཉེས་ ག་ཅི་ཡིན་རུང་། བསམ་ལན་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་དོན་ལུ་ རོ་རྒྱུང་དང་ ཡིག་ ཐོག་ ཡོངས་འབྲེལ་ མི་སྡེ་བདེ་བརྒྱུད་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ སྤྲུ་ལུ་འབད་དགོ་པ་ཡིན། འདི་གིས་ བམ་དང་སློབ་སྤྱུ་ མཉམ་རུབ་ཐོག་ལས་ སློབ་སྤྲུལ་གི་ ཤེས་ཡོན་ རིག་ཚུལ་ རྩོགས་སྤྱུབ་ བྱ་སྤྱོད་ཚུ་ རྒྱུར་བཅོས་འབད་ནི་གི་ཐབས་ ལམ་སྟོན་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཡིན།





མེན་པའི་ལྷ་བ་སྟོན་གྱི་རྒྱུ་ལམ་ཐོག་ལས་ ཤེས་ཡོན་དང་ རིག་རྩལ་འཐོབ་ཚུགས་ནིའི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་  
དང་ འགོ་དཔོན་རྩེ་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་ལེན་དགོས་གཤམ་ཞེ། ལྷག་པར་དུ་ སྟོབ་དཔོན་རང་གིས་ཡང་ ཚབས་ཆེན་གྱི་  
གནས་སྟངས་རྩེ་ནང་ སྟོབ་སྟོན་འབད་ཚུགས་པའི་ཐབས་ལམ་རྩེ་ རུས་མཐུན་བཟོ་སྟེ་ སྟོབ་སྟོན་འབད་ཚོག་ཚོག་  
འབད་སྟོན་དགོས་ཨིན།

༡༧.༩ མཐུན་རྐྱེན།

སྟོབ་སྟོན་ནང་ལུ་ སྟོབ་དཔོན་གྱི་སྟོབ་སྟོན་དང་ སྟོབ་ལྷན་གྱི་ལྷན་སྐྱུང་སྐྱུང་སྐྱུང་འབྲས་ཚན་ཅིག་འོང་ནི་དོན་ལུ་ མཐུན་རྐྱེན་  
དང་མཁོ་ཆས་རྩེ་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཨིན། མཐུན་རྐྱེན་འདི་རྩེ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་སློག་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་  
རྩ་གཞུང་གི་བཀོད་རིམ་ སྟོབ་དེབ་ ལྷག་དེབ་ གཞི་རྟེན་དང་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་དཔེ་དེབ་ ཤོག་ཐང་ ལག་ཤོག་ ཚོག་  
མཛོད་རྩེ་ འབྲེལ་ཤོག་དང་ མཉམ་འབྲེལ་གཉིས་ཆ་རའི་ཐོག་ལུ་མཁོ་སྐྱབ་འབད་དེ་ འཐོབ་ཚོག་ཚོག་འོང་དགོས་ཨིན།  
ལྷག་པར་དུ་ རིགས་གཞུང་སྟོབ་སྟོན་ནང་ལུ་ ཚོས་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་མཁོ་ཆས་ སྐྱ་སྟོན་ བྱི་མང་ དབྱངས་ཚན་  
སྒྲིངས་ ཐགས་ཆས་ ཚོན་སྐྱོར་གྱི་ཅ་ཆས་རྩེ་ མཁོ་སྐྱབ་འབད་དགོ།

གདོང་ཐུག་དང་ གདོང་ཐུག་མིན་པའི་ལྷ་བ་སྟོན་ག་ཅི་ནང་ལུ་ཡང་ མཁོ་ཆེ་བའི་ དེང་སང་གི་མཐུན་རྐྱེན་ སྟོག་རིག་  
ཕང་སྟོག་ ལག་སྟོག་ སར་འཕྲུལ་ རྐབས་འཕྲིན་ འགྲུལ་འཕྲིན་ལ་སོགས་པ་དང་ སྟོག་བརྟན་བཟོ་ཆས། དཔེར་  
ན། པར་ཆས་དང་མཉམ་ཆས་ རྒྱང་མཐོང་གསལ་སྟོམ་ ལ་སོགས་པའི་མཐུན་རྐྱེན་རྩེ་གི་ བཅའ་སློག་བརྒྱབ་དགོ།

༡༧.༡༠ མི་སྡེ་དང་མཐུན་འབྲེལ།

མི་སྡེ་འདི་རིག་གཞུང་ཤེས་ཡོན་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་དང་ ལག་ལེན་དངོས་འབབ་འབད་ས་ཨིནམ་ལས་ འདི་  
བཟུམ་གྱི་ ཤེས་ཡོན་ རིག་རྩལ་ ལྷོགས་སྐྱབ་རྩེ་སྟོབ་སྟོན་གྱི་གིས་འཐོབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་སྡེ་དང་མཐུན་ལམ་བཞག་  
ཐོག་ལས་ རིག་པ་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལེན་དགོས་ཨིན། སྟོབ་སྟོན་མིན་བྱུས་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་  
གཞུང་སྐྱོད་དང་འབྲེལ་སྐྱོད་ལ་སོགས་པའི་ལམ་སྟོལ་གྱི་དོན་ཚན་རྩེ་ སྟོབ་སྟོན་འབད་བར་ མི་སྡེ་ནང་གི་ ལྷོགས་སྐྱབ་  
ཚན་གྱི་མི་རོམ་རྩེ་ གནས་སྐབས་གྱི་སྟོབ་སྟོན་པ་འབད་ལུ་དགོས་ཨིན།

༡༨ ཚོས་ཚན་ག་རའི་ནང་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་སྐྱུང་།

ཨང་།	ཚོས་ཚན།	འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་ཚན།	བརྗོད་དོན།
༡	སྟོན་འཇུག	རྫོང་ཁའི་ལྷན་རིག་དང་རྩོམ་རིག	བསྐྱབ་བྱ།
		སྐྱེ་བུ་རིག་པ་དང་མཐུང་འཁོར་གནས་སྟངས་རིག་པའི་ ཚོས་ཚན།	འབྲུང་བ་བཞེ།
		མི་ཚེ་རིག་རྩལ།	བྱ་བ་སྟོན་ལམ།
༢	སྟོན་དག	རྫོང་ཁའི་ལྷན་རིག་དང་རྩོམ་རིག	སྟོན་རྩོམ།

		སློབ་དཔེ་སྤྲོད་པོ་གསལ་པའི་ལྷན་ཚུལ་།	ལུས་རྒྱན་སྤྲོད་སེལ།
༩	རྟོགས་ཀྱི་འཇུག་པ།	སློབ་རྟོགས་བསྐྱེད་སྤོངས།	ཕན་དང་ནམ་དུམ་ལྟེ་ ཅུས་གསུམ།
		རྫོང་ཁའི་སྐད་ཡིག་དང་ཡིག་སྐྱོད།	ཡི་གུའི་སྐྱོད་བ།
༡༠	སློབ་ཚུ་པ།	ལེགས་བཤད་སྤོངས་དབང་།	རྫོང་ཁའི་འཇུག་བཅུད་དོན།
		སློབ་རྟོགས་བསྐྱེད་སྤོངས།	ཕན་དང་ནམ་དུམ་ལྟེ་ ཅུས་གསུམ།
༡༡	དག་ཡིག	དག་སྤོངས།	མིང་ཚིག་དང་ཡིག་སྤྲེལ།
༡༢	འབྲུང་རབས།	འབྲུག་གི་འབྲུང་རབས།(མིང་སྐད།)	ཚོས་སྤྱོད་གཉེས་ཀྱི་འབྲུང་རྒྱུ།
		རྒྱལ་རབས།	རྒྱལ་སྤྱོད་འབྲུང་རྒྱུ།
༡༣	རྒྱལ་རབས།	འབྲུག་གི་འབྲུང་རབས།(མིང་སྐད།)	ཚོས་སྤྱོད་གཉེས་ཀྱི་འབྲུང་རྒྱུ།
༡༤	ཕྱི་སྤྱོད།	མིང་སྐད་ཀྱི་ཕྱི་སྤྱོད།	སྤྱི་ཕྱི་སྤྱོད། སུམ་ཕྱི་སྤྱོད། བཞོ་ཕྱི་སྤྱོད།
༡༥	སྤྱོད་སྤྲོད།	སྤྱི་ཚུལ་རིག་པ།	པར་རིས་བྲི་ཞི། ཚོན་སྤྱོད་རྒྱུ་བྲི།
		དཔལ་འབྱོར་རིག་པ།	ཚོན་སྤྱོད་འབྲུང་ཞི།
༡༦	སློབ་ཆ།	སློབ་ཆའི་ཚོགས་པ།	རང་ལུགས་ཀྱི་སློབ་ཆ་དང་ དེང་སང་གི་སློབ་ཆ།

༡༧ མིང་ཚིག་སྤོངས་ཡིག

- ༡ རོ་སྤྱོད། Introduction
- ༢ རྒྱལ་འབྲུངས། background
- ༣ རྩོགས་གྲུབ་གཙོ་བོ། Key competencies
- ༤ ལམ་སྤོངས་གཞི་ཚུ། Guiding Principles
- ༥ ཤེས་བྱའི་གནས། Strand
- ༦ ཚུ་གཞུང་གཞི་བཀོད་དང་གོ་རིམ་སྤྱི་གཞི་ཐངས། Curriculum Structure and Organization
- ༧ ལྷན་སྤྱོད་གནས་ཚད། Learning standards
- ༨ སྤྱོད་རིམ་བཞིན་ལྷོགས་གྲུབ་གཙོ་བོ། Class-wise competencies for each Subjects
- ༩ སྤོངས་སྤྱོད་ལས་དོན། Learning objectives
- ༡༠ རྒྱུན་སྲོལ་གསར་པའི་ཚུ་གཞུང་བཀོད་རིམ། New Normal Curriculum Frameworkdy.
- ༡༡ འབྲུག་ལོ་གསལ། Hard Copy
- ༡༢ མཉམ་ལུས་ལོ་གསལ། Soft Copy
- ༡༣ སྤྱོད་རིག། Computer
- ༡༤ སུམ་སྤྱོད། Laptop
- ༡༥ ལམ་སྤོངས། Tablet

- ༡༤ བར་འཕྲུལ། Projector
- ༡༥ རྒྱབ་སྤྱོད། Wi-fi
- ༡༦ མཉམ་ཆས། Software
- ༡༧ རྒྱང་མཐོང་གསལ་སྒྲིམ་TV Screen
- ༢༠ བསམ་ཞིབ་མཚོ་རིག།
- ༢༡ གསར་གཏོད་མཚོ་རིག།
- ༢༢ མཐུན་འབྲེལ་མཚོ་རིག།
- ༢༣ བར་དོན་སྤོང་ལེན་གྱི་མཚོ་རིག།
- ༢༤ མི་སྡེ་འགན་ཁུར་གི་མཚོ་རིག།
- ༢༥ ལམ་སྲོལ་གི་མཚོ་རིག།
- ༢༦ རྩ་གུ་གཞི་བཞག་དགོ།
- ༢༧ དག་ཞན་དབྱེ་རྟགས། Rating scale
- སླེ་ལྡན་རིག་པ།
- མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་རིག་པ།

༢༠ ཚོས་ཚན་དཔེ་ཐོ། སློབ་སྦྱོང་གི་ཚད་དོན།

སློབ་རིམ་༠༧ པའི།	སློབ་རིམ་༡༠ པའི།	སློབ་རིམ་༡༡ པའི།	སློབ་རིམ་༡༩ པའི།
རྫོང་ལ། ཨིང་ལི།	རྫོང་ལ། ཨིང་ལི།	རྫོང་ལ། ཨིང་ལི།	རྫོང་ལ། ཨིང་ལི།
༡ ལེགས་བཤད་ཚུན་དབང། ༢ དག་སློབ། ༣ རྒྱ་དང་ཡིང་གི་བརྟན་བཅོས།	༡ སྤུལ་རྟགས་སྤྱད་སློབ། ༢ དག་སློབ། ༣ སློབ་དག།	༡ རྫོན་འཇུག། ༢ སློབ་དག། ༣ སྤུལ་རྟུལ། ༤ དག་སློབ།	༡ རྫོན་འཇུག། ༢ སློབ་དག། ༣ རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ། ༤ དག་སློབ།
<b>གདམ་ཁ་ཚོས་ཚན།</b>			
༤ མཐོན་བཞེད། ༥ སློབ་ཚ། ༦ ཚིས། ༧ ལྷ་རིས།	༤ རྒྱལ་རབས། ༥ སློབ་ཚ། ༦ ཚིས། ༧ ལྷ་རིས།	༥ རྒྱུག་ལམ། ༦ སློབ་ཚ། ༧ ཚིས། ༨ ལྷ་རིས། ༩ འབྲུང་རབས།	༥ རྒྱུག་ལམ། ༦ སློབ་ཚ། ༧ ཚིས། ༨ ལྷ་རིས། ༩ འབྲུང་རབས།

༢) རྩུ་སྤྱོད།

༢.༡ ཚོས་ཚན་སོ་སོའི་སྤྱོད་ཚད་དང་རྩུ་ཚོད་དཔྱ་བཤོ།

ཨང་	ཚོས་ཚན།	སྤྱོད་ཚད།	སྤྱོད་ཚད།	སྤྱོད་ཚད་ <sup>༡</sup> བ།	སྤྱོད་ཚད་ <sup>༢༠</sup> བ།
༡	རྫོང་ཁ་ <sup>༡</sup> བ། རྫོང་ཁ་ <sup>༢</sup> བ།	རྫོང་ཁ་ <sup>༡</sup> བ། རྫོང་ཁ་ <sup>༢</sup> བ།	སྤྱོད་ཚད།	༥	༥
			རྩུ་ཚོད།	༤-༩	༤-༩
༢	ཨིང་ལིལ་ <sup>༡</sup> བ། ཨིང་ལིལ་ <sup>༢</sup> བ།	ཨིང་ལིལ་ <sup>༡</sup> བ། ཨིང་ལིལ་ <sup>༢</sup> བ།	སྤྱོད་ཚད།	༤	༤
			རྩུ་ཚོད།	༥	༥
༣	དག་སྤྱོད་ཀ-ཐ།	དག་སྤྱོད།	སྤྱོད་ཚད།	༥	༥
			རྩུ་ཚོད།	༤-༩	༤-༩
༤	ལེགས་བཤད་སྤྱོད་དབང་།	སྤྱོད་རྒྱུ་སྤྱོད་ལྷོ་མ།	སྤྱོད་ཚད།	༥	༤
			རྩུ་ཚོད།	༤-༩	༥
༥	རྩུ་ཤིང་གི་བསྐྱོད་བཅོས།	སྤྱོད་དག།	སྤྱོད་ཚད།	༤	༤
			རྩུ་ཚོད།	༥	༥
༦	གདམ་ཁ།	གདམ་ཁ།	སྤྱོད་ཚད།	༥	༤
			རྩུ་ཚོད།	༤-༩	༩-༩
༧	རྒྱུ་ཕན་ཞབས་རྒྱུ་དཔེ་མཛོད།	རྒྱུ་ཕན་ཞབས་རྒྱུ་དཔེ་མཛོད།	སྤྱོད་ཚད།	༩	༩
			རྩུ་ཚོད།	༩-༩	༩-༩

༢.༢ ཚོས་ཚན་སོ་སོའི་སྤྱོད་ཚད་དང་རྩུ་ཚོད་དཔྱ་བཤོ།

ཨང་	ཚོས་ཚན་གྱི་མིང་།	སྤྱོད་ཚད་ <sup>༡</sup> བ།		སྤྱོད་ཚད་ <sup>༢༠</sup> བ།	
		སྤྱོད་ཚད།	རྩུ་ཚོད།	སྤྱོད་ཚད།	རྩུ་ཚོད།
༡	ཨིང་སྐད་ <sup>༡</sup> བ/ཨིང་སྐད་ <sup>༢</sup> བ།	༤	༤	༤	༤
༢	རྫོང་ཁ་ <sup>༡</sup> བ/ རྫོང་ཁ་ <sup>༢</sup> བ།	༤	༤	༤	༤
༣	སྤྱོད་ལུགས།	༤	༤	༤	༤
༤	སྤྱོད་རྒྱུ་སྤྱོད་ལྷོ་མ།	༤	༤	༤	༤
	སྤྱོད་དག།	༤	༤	༤	༤
༥	གདམ་ཁ།	༤	༩-༩	༤	༩-༩

༢.༣ རྩུ་སྤྱོད་དཔྱ་ཞིབ་དང་ཚོས་རྩུ་གསལ་གྱི་སྤྱོད་ཚད་དཔྱ་ཞིབ།

སྤྱོད་རྩུ་དང་བ།			སྤྱོད་རྩུ་གཉིས་བ།		
རྩུ་སྤྱོད་དཔྱ་ཞིབ།	ཚོས་རྩུ་གསལ།	སྤྱོད་ཚད།	རྩུ་སྤྱོད་དཔྱ་ཞིབ།	ཚོས་རྩུ་གསལ།	སྤྱོད་ཚད།
༡༠%	༩༠%	༤༠%	༡༠%	༥༠%	༤༠%
དཔེ་སྤྱོད།			དཔེ་སྤྱོད།		
ལྷོ་མ་ལྷོ་མ།	ལྷོ་མ།		ལྷོ་མ་ལྷོ་མ།	ལྷོ་མ་ལྷོ་མ།	
སྤྱོད་ལང་གི་ལྷོ་མ།			སྤྱོད་ལང་གི་ལྷོ་མ།		

ལས་འགུལ།			ལས་འགུལ།			
----------	--	--	----------	--	--	--

21.3 སློབ་རིམ་ 0-10 པའི་ ཚོས་རྒྱུགས་ལམ་ལུགས།

སློབ་རིམ་ 0 པའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་རིགས་ སློབ་ལྷན་འཁོར་ འབད་དགོཔ་ཨིན།

སློབ་རིམ་ 10 པའི་ ལོ་འཁོར་དབྱེ་ཞིབ་འདི་ འབྲུག་གི་སློབ་ལྷན་ཚོས་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ཚོགས་སྡེ་གིས་ལེན་ དགོ།

21.4 མཐར་འཁྲུལ་ལམ་ལུགས།

སློབ་རིམ་ 1-10 པའི་མཐར་འཁྲུལ་ལམ་ལུགས་འདི་ཡང་ ཡིང་ལིའུ་དང་རྫོང་ཁ་བརྩིས་ཏེ་ ཚོས་ཚན་ལུ་ནང་མཐར་ འཁྲུལ་དགོཔ་དང་།

ཚོས་ཚན་ ག་ར་ནང་ལུ་ མཐར་འཁྲུལ་སྐྱུགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ བརྒྱ་ཆ་34% རེས་པར་འཐོབ་དགོ།

མི་སྡེའི་ཞབས་ཏྲུག་གི་ལཱ་ SUPW ལྟེ་རིམ་ )ང( grade )D) རེས་པར་འཐོབ་དགོ། གལ་སྲིད་ ལྟེ་རིམ་ (ང) མ་འཐོབ་པ་ཅིན་ ཚོས་རྒྱུགས་ནང་ མཐར་མ་འཁྲུལ་བའི་ གསལ་སྤྱོད་བརྩི་ནི་ཨིན།

སློབ་རིམ་ 10 པའི་ལོ་འཁོར་ཚོས་རྒྱུགས་འདི་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་20ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ འབྲུག་གི་སློབ་ལྷན་ཚོས་རྒྱུགས་དང་ བརྟག་ཞིབ་ ཚོགས་སྡེ་གིས་ ལེན་ནི་ཨིནམ་ལས། སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་20 སློབ་ལྷན་འཁོར་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ སྐྱུགས་ཐོ་ ཚུ་ ཚོགས་སྡེ་ལུ་སྤུལ་དགོཔ་ཨིན།

21.6 ཇི་བའི་བཀོད་རིམ། སློབ་རིམ་ 0-10 པའི་

ཇི་བ་སྡེ་ཚན་ ཀ་ལ་ག་ གསུམ་འབད་མི།

ཀ ལྟེ་ཚན་ ཀ། ལན་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་ཇི་བ་ 10 10) \* 10(10 =

ཁ ལྟེ་ཚན་ ཁ། ལན་ཐུང་གི་ཇི་བ་ 10(10) \* 10(10 =

ག ལྟེ་ཚན་ ག། ལན་རིང་གི་ཇི་བ་ 20 ལས་ 4 གདམ་ཁ། 10)\*4(40 =

21.7 ཇི་བ་སྡེ་ཚན་ ག་པའི་ ལམ་སྟོན་ཁ་གསལ།

ཇི་བ་རེ་ལུ་ རང་གསེས་ ཀ་དང་ཁ་འབད་ དབྱེ་བ་གཉིས་རེ་བཀོད་དགོ།

ཇི་བ་ཀ་དང་ཁ་བརྩིས་ཏེ་ སྐྱུགས་ 10 རེ་འབད་མི་ 2 བཟོ་དགོ།

1- སྐྱུགས་ 10 ལས་ཇི་བའི་ རང་གསེས་ ཀ་ལུ་སྐྱུགས་ 3 དང་ཁ་ལུ་སྐྱུགས་ 2 བཀོད་ནི།

2- སྐྱུགས་ 10 ལས་ཇི་བའི་ རང་གསེས་ ཀ་ལུ་སྐྱུགས་ 4 དང་ཁ་ལུ་སྐྱུགས་ 6 བཀོད་ནི།

3- སྐྱུགས་ 10 ལས་ཇི་བའི་ རང་གསེས་ ཀ་ལུ་སྐྱུགས་ 4 དང་ཁ་ལུ་ཡང་སྐྱུགས་ 4 བཀོད་ནི།

22.4 སློབ་རིམ་19-22པའི། ཚོས་རྒྱགས་ལམ་ལུགས།

སློབ་རིམ་19པའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་རིགས་ སློབ་གྲུབ་ནང་འཁོད་ འབད་དགོས་ཨིན།

སློབ་རིམ་22པའི་ལོ་འཁོར་ཚོས་རྒྱགས་འདི་སྤྱི་གསལ་བརྒྱ་ཚ་100 ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་འབྲུག་གི་སློབ་གྲུབ་ཚོས་རྒྱགས་དང་བརྟམ་ཞིབ་ཚོགས་སྟེ་གིས་ལེན་ནི་ཨིན་མ་ལས་ རང་འཁོད་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་སྤྱི་གསལ་ཐོ་རྒྱུ་ཚོགས་སྟེ་ལུ་ལུལ་མིན་དགོ།

22.5 ངི་བའི་བཀོད་རིམ།

ཀ། ལན་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་ངི་བ་10། ངི་བ་ལུ་སྤྱི་གསལ་ལུ་བསྐྱོམས་10།

ཁ ལྷེ་ཚན་ ལ། ལན་ཐུང་གི་ངི་བ་10། ངི་བ་ལུ་སྤྱི་གསལ་3ལུ་བསྐྱོམས་30།

ག ལྷེ་ཚན་ ག། ལན་རིང་གི་ངི་བ་12ལས་12གདམ་ཁ་རྒྱུ་བ་དགོ། ངི་བ་ལུ་སྤྱི་གསལ་10ལུ་བསྐྱོམས་20།

22.6 ངི་བ་སྟེ་ཚན་ ག་པ་ སྤྱི་གསལ་10འབད་མིའི་ངི་བ་རྩུ་གི་སྤྱི་གསལ་ཚད་བཤོ་བཟམ་རྒྱུ་བ་ཐངས།

ངི་བ་ཀ་དང་ཁ་བསྐྱོམས་ཉེ་ སྤྱི་གསལ་10 རེ་འབད་མི་12བཟོ་དགོ།

ངི་བའི་ རང་གསེས་སྤྱི་གསལ་3འབད་མི་གཅིག་དང་12འབད་མི།

ངི་བའི་ རང་གསེས་སྤྱི་གསལ་12འབད་མི་དང་12འབད་མི།

ངི་བའི་ རང་གསེས་ཀ་དང་ཁ་ གཉིས་ཆ་ར་ལུ་ སྤྱི་གསལ་12ལུ་འབད་མི་སོགས་གོང་གི་དང་རིགས་བསྐྱོམས་ཉེ་བཟོ་དགོ།

22.7 སློབ་རིམ་12-22པའི། སྤྱི་གསལ་གྱི་སྤྱི་ཚད་དང་། དཔེ།

ཨང།	དོན་ཚན།	སྤྱི་གསལ་བཤོ་བཟམ།	འབད་གསོ།
1	སློབ་ཚན་1 པ་དང་2 པ།	15	
2	སློབ་ཚན་3 པ་དང་4 པ།	15	
3	སློབ་ཚན་5 པ་དང་6 པ།	20	
4	སློབ་ཚན་7 པ་དང་8 པ།	15	
5	སློབ་ཚན་9 པ་དང་10 པ།	20	
6	སློབ་ཚན་11 པ་དང་12 པ།	15	
སྤྱི་གསལ་སྟེ་མ།		100	

22.8 སློབ་རིམ་12-22པའི། ངི་བཀོད་འཆར་གཞི། ལྷེ་ཚན་ཀ་དང་ཁ། དཔེ།

ཨང།	དོན་ཚན།	100%	30%	འབད་ཤེས།	གོ་རྟོགས།	ལག་ལེན།	དབྱེ་དཔྱད།	ངི་བ།	སྤྱི་གསལ།
1	སློབ་ཚན་1-2 པ།	15	5	1གདམ་ཁ། (1)	2ལན་ཐུང་། (2)		12གདམ་ཁ། (1)	3	5
2	སློབ་ཚན་3-4 པ།	15	5		3གདམ་ཁ། (1)	12ལན་ཐུང་། (2)	12 ལན་ཐུང་། (2)	3	5
3	སློབ་ཚན་5-6 པ།	20	6	12ལན་ཐུང་། (1)	4གདམ་ཁ། (1)	12གདམ་ཁ། (1)	12 ལན་ཐུང་། (2)	5	6

༤	སློབ་ཚན་མ-༤ པ།	༡༥	༥	༡གདམ་ཁ། (༡)	༤ལན་སྤྱང་། (༡)	མལན་སྤྱང་། (༡)		༣	༥
༥	སློབ་ཚན་༧-༡༠ པ།	༡༠	༤	༡ལན་སྤྱང་། (༡)	གདམ་ཁ། ༥	མགདམ་ཁ། (༡) ༡ལན་སྤྱང་། (༡)		༤	༤
༦	སློབ་ཚན་༡༡-༡༢ པ།	༡༥	༤		༥ལན་སྤྱང་། (༡)	༡གདམ་ཁ། (༡)	༡༠གདམ་ཁ། (༡)	༣	༤
སློབ་སློབ་སྤྱི་ལོ།		༡༠༠/	༣༠	༤	༤	༤	༤	༡༠	༣༠

༢༡.༡༣ སློབ་རིམ་༧-༡༢པའི་ རྩ་བཀོད་འཆར་གཞི། སློབ་ཚན་གཤམ་ དཔེ།

ཨང་	དོན་ཚན།	༡༠༠%	མ༠%	ངན་ཤེས།	གོ་རྟོགས།	ལག་ལེན།	དབྱེ་ དཔྱད།	དབྱེ་ ཞིབ།	གསར་ ཚུལ།	ཇི་ བ།	སྤྱོད།
༡	སློབ་ཚན་༡ ༡-༥།	༡༥	༡༠	༡ ཀ (༥)			༤ ལ(༥)			༡	༡༠
༢	སློབ་ཚན་༢ ༤-༥།	༡༥	༡༠		༡ ཀ(༥)		༥ ལ(༥)			༡	༡༠
༣	སློབ་ཚན་༣ ༤-༥།	༡༠	༡༥		༡ ཀ (༥)	༤ ཀ (༥)	༤ ལ(༥)			༡	༡༥
༤	སློབ་ཚན་༤ ༡-༥།	༡༥	༡༠			༥ ཀ (༥)		༡ ལ(༥)		༡	༡༠
༥	སློབ་ཚན་༥ ༡༠-༥།	༡༠	༡༥			༤ ཀ(༥)	༡ ལ(༥)		༡ ལ(༥)	༡	༡༠
༦	སློབ་ཚན་༦ ༡༡-༥།	༡༥	༡༠			༡ ཀ(༥)		༡ ལ(༥)		༡	༥
སློབ་སློབ་སྤྱི་ལོ།		༡༠༠	མ༠	༥	༡༠	༡༠	༡༠	༡༠	༥	༡༤	མ༠

༢༢ རྒྱལ་རྒྱུན་དཔེ་དེབ།

༢༢.༡ རྒྱ་རིམ་གཤམ་

ཤེས་བྱའི་གནས།	ཚོས་ཚན་ཐོ།	མཛད་པ་ཤོ།
གཞི་རྒྱུན་དཔེ་དེབ།	༡ སྤུལ་རྒྱལ་སྤུལ་རྒྱ་བ། ༢ སྤུལ་རྒྱལ་སྤུལ་སི་རྒྱ་དགོངས་རྒྱུན། ༣ དག་སྤོལ་རྒྱ་བ། ༤ དག་སྤོལ་འགྲེལ་པ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།	༡ སམ་རྩོལ། ༢ རྩོལ་དགོངས་འདུན་རིན་ཚེན། ༣ དཔལ་ལང་ལོ་རྩོལ། ༤ དག་དབང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ།
རྒྱལ་རྒྱུན་དཔེ་དེབ།	༡ ལེགས་བཤད་འཕྲུལ་གྱི་སྤྲེལ་མིག། ༢ ལེགས་བཤད་སྤྱང་བ་དམ་པ། ༣ སི་རྒྱ་འགྲེལ་ཚེན། ༤ སྤུལ་རྒྱལ་སྤུལ་སྤོལ། ༥ རྩོལ་ལའི་བརྗོད་གཞུང་། ༦ བརྗོད་གསར་རྩོལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ།	༡ རྒྱལ་སྤུལ་གཞུང་པན་མཐའ་ཡས། ༢ རྩོལ་སྤུལ་ལྷན་བསམ་བསྐྱོན་པའི་རྒྱལ་མཚོ། ༣ གཞུང་ལག་ཚོས་ཀྱི་སྤྱང་བ། ༤ རྒྱ་མཚོལ་བ་ཉི་མ། ༥ རྩོལ་ལའི་བརྗོད་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས། ༦ ལེགས་ཤེས་བསྐྱོན་དཔེ།

	<ul style="list-style-type: none"> <li>མ ས་མཐའི་རྣམ་དབྱེ།</li> <li>༤ ལྷན་ཅུ་པའི་རྣམ་བཤད།</li> <li>༥ ལྷ་མི་དགོངས་རྒྱན།</li> <li>༦ ཕད་དཀར་རྒྱན་པོ།</li> <li>༧ དུས་གསུམ་རབ་གསལ།</li> <li>༨ བརྟ་དག་འཕུལ་གྱི་ལྷ་མིག།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>མ གཏེར་བཏོན་ཤེས་རབ་འོད་ཟེར།</li> <li>༤ སློབ་བྱམས་པ་ཚོས་རྒྱལ།</li> <li>༥ ཚོ་བཏོན་ཞབས་དུང།</li> <li>༦ བདུད་འཛུམས་རིན་པོ་ཆེ།</li> <li>༧ མཁན་པོ་ཚོ་དབང་བསོད་ནམས།</li> <li>༨ མཁས་དབང་དགོ་འདུན་རིན་ཆེན།</li> </ul>
གཞི་རྟེན་དཔེ་ཆ།	<ul style="list-style-type: none"> <li>༡ ལྷན་དག་མི་ལོང་མའི་རྩ་བ།</li> <li>༢ ལྷན་དག་མེ་ལོང་མ་དཀྱིའི་དགོངས་རྒྱན།</li> <li>༣ ལྷན་དག་ལེའུ་བར་པའི་དཔེར་བཞིན།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>༡ སློབ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན།</li> <li>༢ བོད་མཁས་མི་ཕམ་དགོ་ལེགས།</li> <li>༣ སློབ་དཔོན་པོ་རྣམས་འཛིན།</li> </ul>
རྒྱལ་རྟེན་དཔེ་དེབ།	<ul style="list-style-type: none"> <li>༡ དབྱངས་ཅན་དབྱེས་པའི་རོལ་མཚོ།</li> <li>༢ དབྱངས་ཅན་དག་གི་རོལ་མཚོ།</li> <li>༣ མེ་ལོང་ལ་འཇུག་པའི་ཤན་སྐྱར་དན་འཛིན་དགོངས་རྒྱན།</li> <li>༤ མའོན་བཞིན་པད་འཕྲེང།</li> <li>༥ མའོན་བཞིན་མཁས་པའི་རྩ་རྒྱན།</li> <li>༦ ལྷན་དཔེར་ཕྱོགས་བསྐྱེགས།</li> <li>༧ ལྷན་དག་ཚོག་འབྲེལ།</li> <li>༨ ལྷན་དཔེར།</li> <li>༩ ལྷན་དག་གི་ལེའུ་བར་པའི་འབྲེལ་པ་དང་དཔེར་བཞིན།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>༡ འཇམ་མགོན་མི་ཕམ་རིན་པོ་ཆེ།</li> <li>༢ འཕམས་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེ།</li> <li>༣ མི་ཕམ་དགོ་ལེགས།</li> <li>༤ དཔལ་ཁང་ཚོས་མཛད་ཅུ་བ།</li> <li>༥ དག་དབང་འཇིགས་མེད་དབང་ལྷུག།</li> <li>༦ མི་རིགས་དཔེ་བསྐྱེད་ཁང།</li> <li>༧ སློབ་དཔོན་འོར་བུ་དབང་ལྷུག།</li> <li>༨ རྗེ་དགོ་འདུན་རིན་ཆེན།</li> <li>༩ ལྷམ་མ་འོར་བུ་དབང་ལྷུག།</li> </ul>

### ༢༢.༢ རྣམ་དོན་རིག་པ།

ཤེས་བྱའི་གནས།	ཚོས་ཚན་པོ།	མཛད་པ་པོ།
གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ།	<ul style="list-style-type: none"> <li>༡ སློབ་འཇུག་རྩ་བ།</li> <li>༢ སློབ་འཇུག་མཚན་འབྲེལ།</li> <li>༣ རྩ་ཤིང་བསྟན་བཅོས།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>༡ རྒྱལ་སྐོལ་ཞི་བ་ལྷ།</li> <li>༢ གཞན་ཕན་སྐྱེད་བ།</li> <li>༣ དཀོན་མཚོག་བསྟན་པའི་སློབ་མེ།</li> </ul>
རྒྱལ་རྟེན་དཔེ་དེབ།	<ul style="list-style-type: none"> <li>༡ འཇམ་དབྱངས་སྐྱ་མའི་ཞལ་ལུང།</li> <li>༢ སློབ་འབྲེལ་དབྱེས་པའི་ལྷ་སྐྱོལ་མ།</li> <li>༣ གུན་བཟང་སྐྱ་མའི་ཞལ་ལུང།</li> <li>༤ དུགས་པོ་ཐར་རྒྱན།</li> <li>༥ རྒྱལ་སྐོལ་ལག་ལེན།</li> <li>༦ སློབ་སློབ་དོན་བདུན་མ།</li> <li>༧ ལྷན་པོ་མེས་རྣམ་གཞག།</li> <li>༨ བཤེས་སྤྱིངས།</li> <li>༩ རྩལ་པར་འཕགས་བསྟོད།</li> <li>༡༠ སློབ་འཇུག་འབྲེལ་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོ།</li> <li>༡༡ སངས་རྒྱལ་གྱི་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་དང་སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་འཕྲོན་རྒྱལ་གྱི་ལེའུ།</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>༡ གུན་དཔལ།</li> <li>༢ གུན་མཁུན་པད་ཀར།</li> <li>༣ འཇིགས་མེད་ཚོས་གྱི་དབང་པོ།</li> <li>༤ དུགས་པོ་ལྷ་རྗེ།</li> <li>༥ དུལ་རྒྱ་ཐོགས་མེད།</li> <li>༦ དགོ་བཤེས་པོ་ཏོ་བ།</li> <li>༧ རྗེ་དགོ་འདུན་རིན་ཆེན།</li> <li>༨ མགོན་པོ་ལྷ་རྒྱུབ།</li> <li>༩ ཐོ་བཅུན་གྲུབ་རྗེ།</li> <li>༡༠ དུལ་རྒྱ་ཐོགས་མེད།</li> <li>༡༡ འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ་ལྷ་དབང་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་རྩ་བོ་ཆེ་སྐྱ་དབྱངས།</li> </ul>



༢༢.༣ ལམ་སྐོལ།

ཤེས་བྱའི་གནས།	ཚོས་ཚན་ཐོ།	མཛད་པ་པོ།
གཞི་རྩེན་དཔེ་དེབ།	འབྲུག་གི་རྒྱལ་རབས་འབྲུག་གསལ་བའི་སྐོལ་མེ། ༡༩༩༤། སྤྲེལ་ལྷི་རབས།	སྐོལ་དཔོན་པངྩ་ཚེ་དབང་། ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག།
རྒྱལ་རྩེན་དཔེ་དེབ།	༡ དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་མཐུ་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་དབང་རྣམ་ རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱིང་པོ། རྒྱ་གར་དེ་སྤྱི། འབྲུག་ གཞུང་དཔེ་མཛད་ཡིག་ཚང་། ༡༩༢༧། ༢ འབྲུག་དཀར་པོ། ༡༩༢༤ ༣ འབྲུག་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤྲེལ་ལྷི་རབས་རྒྱལ་རབས། སྤྱི་ལོ་༡༩༤༩། ༤ བྱམས་མཁོན་རྒྱལ་དབང་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྣམ་ཐར། ༥ དབང་པོའི་རྒྱ་འཛིན། ༦ ཚོས་རྗེ་ཤེས་རབ་དབང་ལྷུག་གི་དགེ་བའི་ཚོགས་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་ ལུ་ཏྲི་གོ་དོ་ཤེལ། ༧ སྐོལ་རབ་གསལ་བའི་སྐོལ་མེ། ༨ པངྩ་དཀར་པོའི་ཚོས་འབྲུང་། ༩ སྤྲེལ་ལྷི་རབ་བཟུ་པ་མི་ཡམས་དབང་པོའི་རྣམ་ཐར། ༡༠ ཉེ་མཁོར་རྣམ་བཤད། ༡༡ སྤྱི་གཤམ་དེབ་ཐེར་ནོར་བུའི་སྤྱིང་བ། ༡༢ རྩོད་ཁའི་བརྟེན་གཞུང་གསལ་པ།	༡ སྐབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན། ༢ སྐོལ་དཔོན་གནས་མདོག ༣ ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག ༤ མཁན་རབས་དགུ་པ་ཤུ་རིན་ཆེན། ༥ རྒྱལ་བཟུན་ཨ་ཞེ་རྗེ་དབང་མོ་དབང་ལྷུག། ༦ མཁན་རབས་༡༣ ལྷོན་མཐའ་ཡས། ༧ དཔོན་སྐྱེས་གསལ་སྤྲེལ། ༨ ཀུན་མཁྱེན་པངྩ་དཀར་པོ། ༩ རྗེ་མཁན་ཤུ་རིན་ཆེན། ༡༠ ཀུན་བཟང་འཕྲིན་ལས། ༡༡ རྒྱལ་གཟིམ་རོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན། ༡༢ རྩོད་ཁའི་བཟུང་ལེལ་ལྷན་ཚོགས།
གཞི་རྩེན་དཔེ་ཆ།	༡ ལྷ་ཐོ་འགྲེལ་བའི་ལྷེ་མིག ། ༢ འབྲུང་རྩིས་ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་ལ་སྐོར་བཙོ་མ་གསེར་མདོག། ༣ འབྲུང་རྩིས་ལྷ་བའི་འོད་ཟེར། ༤ རྩོད་རྩིས་སྐོལ་འགྲོ།	༡ ལྷ་མ་ནོར་བུ་དབང་ལྷུག ༢ .....། ༣ ལོ་ཆེན་རྣམ་ཤི། ། ༤ ལྷ་མ་ནོར་བུ་དབང་ལྷུག
རྒྱལ་རྩེན་དཔེ་ཆ།	༡ རྩིས་གཞུང་གནད་དུས་མཐུན་མོང་། ༢ རྩིས་གཞུང་ཉིན་འབྲེན་སྤང་བ། ༣ གསེར་གྱི་ཤིང་རྟ། ༤ རྩིས་གཞུང་སྤང་འགྲེལ། ༥ གཡང་འཆར།	༡ རྒྱལ་བའི་དཔེ་པོ། ༢ ལོ་ཆེན་རྣམ་ཤི། ༣ ལོ་རྩེ་བ་ལམས་པ་ལྷ་མོ། ༤ མཁས་པ་ལྷུང་ནག། ༥ མི་ཡམས་རིན་པོ་ཆེ།
གཞི་རྩེན་དཔེ་ཆ།	༡ ལྷ་དེབ་སྐོར་གསལ་དགའ་སྐོར། ༢ གཞན་ཡང་མཁས་པའི་གསུང་རྩིས་རིག།	༡ ཀུན་བཟང་འཕྲིན་ལས། ༢ .....།
གཞི་རྩེན་དཔེ་དེབ།	༡ སྤྱི་གཤམ་རྣམ་གཞག་གི་དེབ།	༡ སྐོལ་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་འབད་མི།
རྒྱལ་རྩེན་དཔེ་དེབ།	༡ སྐོར་འབྲུག་ཚོས་འབྲུང་། ༢ ས་སྐུ་ལེགས་བཤད། ༣ ལེགས་བཤད་རྒྱང་དོར། ༤ སྤྲེལ་ལྷི་རབ་ལྷན་འཛིན་འབྲུག་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར། ༥ རྒྱལ་རབས་མི་ལྷེར་སྤང་བ།	༡ རྗེ་ལྷི་རབས་༤༩པ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན། ༢ ས་སྐུ་པན་ཆེན། ༣ སྐོལ་དཔོན་པངྩ་ཚེ་དབང་། ༤ རྗེ་དབང་དབང་ལྷུན་གྲུབ། ༥ སྐོལ་དཔོན་པངྩ་ཚེ་དབང་།

	<p>༤ དགོངས་འདུས་ནམ་བཤད། ༥ མཐོང་བ་ཡིད་ཀྱི་སྟུན་སེལ། ༦ སྒྲ་མ་ལྷ་བརྩུ་བ། ༧ སྒོམ་གསུམ་འགྲེལ་པ་ལེའུ་༡ བ་༢ བ་༣ བ། ༨ ཀུན་བཟང་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུ་ལེའུ་༥ བ།</p>	<p>༤ རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་གླིང་བ། ༥ རྩེ་ལྷ་རིན་ཆེན། ༦ སྒོམ་དཔོན་དཔའ་བོ། ༧ ཀུན་མཚུན་པད་དཀར། ༨ དཔལ་སྐྱལ་རིན་པོ་ཆེ།</p>
--	---	--