

མཚན་བཟླ་།

༡༡། །འགོ་བ་མ་ལུས་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱལ་དཀར་འདི་ལས་ལྷུང་དུ་ནམ་མཁུན་གོ་འཕང་མཚོག་ལ་བགྱི་བའི་ཆེད། །
གཞན་པན་བྱང་ཆུབ་མཚོག་ཏུ་བྱུགས་བསྐྱེད་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་གཅེས་པའི་ལུས་སྲོག་བྱ་ཞོར་འཁོར་བཅས་སྒོ་ཡིས་བཏང། །
སྒོ་གསུམ་སྒོ་མ་ཞིང་བཟོད་པའི་གོ་ཁྱོན་བརྩོན་པས་དགེ་བའི་བཤེས་བསྟེན་དབེན་གནས་དམ་པར་ཏིང་འཛིན་ཟས་ལ་རོལ། །
བརྩོན་པས་བྱང་ཆུབ་མི་ཟད་མི་ཤིང་གོ་འཕང་མཚོག་བརྟེས་མཛད་པ་ཤུགས་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལ་གྱུས་ཕྱག་འཚལ། །

ཡེ་ནས་མ་བཅོས་རང་སྣང་དག་པའི་ཞིང། །སྒྲ་ཚོགས་སྟོན་དང་ཞོར་བྱས་བརྒྱན་པའི་དབུས། །
རྒྱལ་བའི་བྱུགས་སྒྲུལ་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང། །གསུང་སྒྲུལ་བྱང་སྟོང་མཛད་ལ་གྱུས་ཕྱག་འབུལ། །

གདོད་ནས་སྤངས་དང་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་སོན་སྟོབས་བརྩུ་མངའ་བའི་དབང་ཕྱག་མངོན་གྱུར་པས། །
མངལ་གྱི་རྒྱ་འཛིན་གྲོལ་དང་ལྟན་ཅིག་ཤེས་བྱའི་ཚོས་ཀྱན་བྱུགས་ལ་ལྟ་མེར་གསལ། །

ཀྱན་རྟོག་རྟོགས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་མ་གོས་མཁས་མང་གཙུག་གིས་ཡང་ཡང་བསྟེན་ཆུལ་མཛད། །
གཡུ་ཐོག་པ་ཞེས་གྲགས་པའི་མགོན་དེ་དང་ནས་ཆེ་རབས་ཀྱན་གྱི་སྒྱབས་སུ་མཚན། །

གཞུང་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་མཁས་བྱང་པ་དང། །ལག་ལེན་མན་ངག་སྟེལ་མཁས་བྱར་མཁར་བ། །
གསོ་དབྱེད་བསྟན་པ་སྟེལ་མཛད་སྒྲ་རའི་ཞབས། །ཞོར་བྱའི་མཚན་ཅན་མདེལ་དམར་སོགས་ལ་འདུད། །

མཁུན་པས་ཤེས་བྱའི་གནས་རྣམས་མ་ལུས་གཟིགས། །བཙེ་བས་འགོ་རྣམས་ངན་འགོའི་གཡང་ལས་སྒྱུབ། །
རུས་པས་སྒོལ་ངན་བསྟན་པའི་གཤེད་རྣམས་བསྐྱལ། །ངག་དབང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཞབས་ལ་འདུད། །

ཁུ་འུའི་ཡུལ་དུ་སྒྲེ་བའི་འཁྲི་ཤིང་བཟུང། །གངས་ཅན་ལྗོངས་སུ་ཐོས་བསམ་དོན་དུ་གཉེར། །
སྟོན་གྱི་ལྗོངས་འདིར་གསོ་དབྱེད་བསྟན་པ་སྟེལ། །མཁས་དབང་བྱབ་བསྟན་ལེགས་སྒོའི་ཞབས་ལ་འདུད། །

སྟོན་གྱི་ལྗོངས་འདིར་རང་ལུགས་གསོ་དབྱེད་གྱི། །དཔེ་ཁྲིད་ལག་ལེན་ཞུན་མ་ཞོར་བར། །
མ་འོངས་བྱ་བརྒྱུད་ཀྱན་ལ་སྟེལ་བའི་ཆེད། །ཚོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་འདི་ན་འགོད་པར་བྱ། །

ཞེས་མཚན་པར་བཟླ་དཔ་དང་བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བའི་མེ་ཏྲོག་སྟོན་དུ་འཐོར་བས་མདུན་ལམ་མཛོས་པར་བྱས་ནས་གསོ་རིག་
གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་གྱི་སྟོབ་ཚན་ཅུ་གཞུང་དངོས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བཤད་པར་བྱའོ། །

༡ སློབ་སྦྱང་གི་གཞི་རིམ་གནས་ཚུལ།

༡.༡ སློབ་ཚན་གས།

ནང་པའི་གསེབ་པའི་སློབ་ཚན་གས། ཐིམ་ཕུག་ཀ་མང་བྱང་ས།

༡.༢ ལས་རིམ་དང་གནང་ཆའི་མིང།

ལས་རིམ། དྲུང་འཛའ་འཛིན་སློབ་སྦྱང་ལས་རིམ།

གནང་ཆ། གསེབ་པའི་གཞུང་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད། (BTM)

༡.༣ སློབ་སྦྱང་གི་དུས་ཡུན་དང་ཐབས་ལམ།

དུས་ཡུན་ ལོ་ལྔ།

ཐབས་ལམ། སློབ་སློན་གསལ་བཤད་དང་སློབ་འཛིན་སློན་བཅས་ལག་ལེན་དེ་ལས་ལཱ་གཞི་མཉམ་སྤྲེལ་གྱི་
སློབ་སྦྱང་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡིན།

༢ སྦྱར་བཤད་སློབ་སྦྱང་གི་དམིགས་ཡུལ།

སློན་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ལྷན་པའི་ལམ་སྲོལ་གྱི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་སྤྲེལ་ཚན་པའི་རང་ལྷགས་སློན་བཅས་ཀྱི་ལམ་

ལྷགས་གསེབ་པའི་གཞུང་འདི་ཞིབ་འཛོལ་ཐོག་ལས་ཀྱི་སློབ་སྦྱང་དང་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི་དང་། མི་སེར་ལཱ་ཟས་སྦྱོང་

སློན་དཔུང་བཞི་གི་ཐོག་ལས་ན་བ་གསེབ་པའི་དང་ནད་གཞི་སློན་འགོག་གི་ཞབས་ཏོག་ཉུ་ནི་དང་། གཞན་ཡང་དེང་སང་

འཛམ་གླིང་གི་ས་ཁྱོད་ཡོངས་ལཱ་མེད་ཐབས་མེད་པའི་དབྱིན་སྐད་སླབ་ནི་དང་འབྲི་ནི་ དེ་ལས་བརྒྱུད་འཕུལ་རིམ་གྱི་

ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཐོགས་ཆགས་མེད་པར་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་ཡིན།

༣ བྱང་པར་གྱི་དམིགས་ཡུལ།

ལས་རིམ་འདི་མཁུག་བསྐྱུ་དང་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་གཤམ་གསལ་གྱི་རིག་རྩལ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།

- ནད་ཀྱི་སློབ་ཚུ་དང་ མཚན་ཉིད་རྟགས་ བན་གཞི་དཔྱད་པའི་ཐོག་ལས་ནད་རིགས་སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་སོ་སོའི་
བརྟག་ཐབས་མན་ངག་དང་བཅས་པའི་ནད་འཛིན་འབད་ཚུགས་པ་ཡིན།
- ནད་དང་གཉེན་པོ་སྦྱོང་པའི་གསེབ་ཚུལ་དང་གསེབ་ཐབས་ལག་ལེན་མན་ངག་དང་བཅས་པའི་ཐོག་ལས་ནད་རིགས་
ཀྱི་སློན་བཅས་འབད་ཚུགས་པ་ཡིན།
- གཏར་བསྐྱེད་སོགས་རྩལ་བཅས་དང་། དུགས་ལུ་མས་སོགས་འཛམ་པའི་དཔུང་། གཞན་ཡང་ལས་ལཱ་ལྷན་ལག་
ལེན་དང་བཅས་པའི་སློབ་ལས་ནད་རིགས་ཀྱི་ལཱ་ཚད་གཞི་ངེས་བརྟན་ཅིག་གྱུ་དཔུང་གྱི་ལག་ལེན་ཚུལ་བཞིན་
འཐབ་ཚུགས་པ་ཡིན།

- ཡན་ཟས་དང་གཞི་ཟས། དཀ་དལ་གྱི་སྤྱོད་ལམ་སོགས་ཟས་སྤྱོད་སྤང་བའི་བསྐྱེད་ཐོག་ལས་སྤྱོད་དཔྱད་གྱི་ལྷན་ཐབས་སྤྱོད་ཚུགས་པ་ཡིན།
- རྩ་དང་ཟས་སྤྱོད་གྱི་བསྐྱེད་ཐོག་དང་། གཞན་ཡང་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྣམ་གཞག་རིག་པའི་ཐོག་ལས་ནད་རིགས་ཚུ་སྤྱོད་འགོག་དང་བདེ་དོན་གསལ་བཤད་གྱི་གོ་བདེ་ཚུ་གསོ་བ་རིག་དགོངས་དོན་ལྟར་བྱེད་ཚུགས་པ་ཡིན།
- ནད་པ་གསོ་བའི་ཐབས་བསམ་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཀུན་སྤྱོད་དང་ལྷན་པའི་སྤྱོད་ལས་ཀུན་སྤྱོད་བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་དམ་ཚིག་ལས་མི་འགལ་བར་ནད་པ་ཀུན་ལུ་ཆགས་སྤང་ཕྱོགས་རིས་མེད་པའི་ཞབས་ཏྲིག་སྤྱོད་ཚུགས་པ་ཡིན།
- བྱངས་ལྷན་གྱི་ལུང་དང་རིགས་པའི་ཐོག་ལས་ཞིབ་འཛོལ་འབད་དེ་རང་ལུགས་གསོ་བ་རིགས་པ་འདི་གཅེས་སྤྱོད་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ཡིན།

༤ གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་སློབ་ཚན་ཙ་གཞུང་ནང་དོན།

ལོ་རིམ་ དང་སློབ་ རྩིས།	ཚན་ཚན།	Module CODE	སྤྱོད་མཐུས།	དཔེ་ཁྲིད། ཚུ་ཚོད།	འགྲེམས་སྤྱོད་དང་ སློབ་སྦྱོར་འབྲེལ་ བའི་ཚུ་ཚོད།	ལག་ལེན་ རང་སྤྱོད་ ཚུ་ཚོད།
ལོ་རིམ་ དང་པའི་ སློབ་རྩིས་ ༡༥།	གསོ་རིག་འབྱུང་ཁུངས། History of Sowa Rigpa	HIS101	༡༢(༡-༣-༠)	༡༠	༤༥	༠
	སྤྱི་དོན་དང་ཙ་ཆུང་། Introduction and Enumeration of Four Tantras	IET101	༡༢(༤-༣-༣)	༤༠	༤༥	༤༠
	ངག་སྒྲོན། I Ngagdon I	NGD101	༡༢(༥-༣-༤)	༥༠	༤༥	༢༠
	Academic skill སློབ་རིག་རིག་ཙུལ།	ACS101	༡༢(༦-༤-༢)	༤༠	༤༠	༤༠
	Information and Communication Technology བདེ་དོན་འཕུལ་རིག	ICT101	༡༢(༧-༤-༤)	༤༠	༤༠	༢༠
ལོ་རིམ་དང་པའི་སློབ་རྩིས་༡, པའི་ཚུ་ཚོད་བསྟོམས།				༣༠༠	༢༥༥	༢༤༠
ལོ་རིམ་ དང་པའི་ སློབ་རྩིས་	ཙ་བ་མདོ་དང་གྲུབ་པ་ལུས། Anatomy and Physiology	ANP101	༡༢(༨-༤-༠)	༢༠	༤༠	༠
	འཕེལ་འགྲིབ་ནད། Principles of Etiology	POE101	༡༢(༩-༠-༣)	༡༠	༠	༤༠

༡༥།	འབྲུ་ཕྱིས་ཕྱོན་འགྲོ། Introduction to Astrology	AST101	༡༢(༤-༣-༣)	༤༠	༤༥	༤༠
	རག་སྒྲོན། II Ngagdon II	NGD102	༡༢(༥-༣-༤)	༥༠	༤༥	༤༠
	Modern Anatomy and Physiology ཚན་རིག་ལུས་ཁམས་རིག་པ།	MAP101	༡༢(༡༠-༣-༠)	༤༠	༤༠	༤༠
ལོ་རིམ་དང་པའི་སློབ་དུས་༡ པའི་ཆུ་ཚད་བསྟོམས།				༣༢༠	༣༡༠	༣༤༠
ལོ་རིམ་གཉིས་པའི་སློབ་དུས་༡༥།	བྱ་སྤྱད་དང་འཚོ་བ་བསམ། Dietetics and Behavioral Science	DBS201	༡༢(༤-༣-༣)	༤༠	༤༥	༤༠
	སྒྱུར་བ་སྒྲུབ། Pharmacology	PHR201	༡༢(༥-༣-༤)	༥༠	༤༥	༤༠
	ཆ་བྱད་དཔྱད་དང་ཐ་མལ་ནད་མེད་རོས་འཛིན་རྟགས། Diagnostic and Preventive Methods	DPM201	༡༢(༡-༣-༣)	༡༠	༣༠	༤༠
	གསོ་བྱེད་ཐབས་དང་བྱ་བྱེད་སྒྲུབ་པའི་གནས། Treatment Methods and Clinical Ethics	TME201	༡༢(༤-༣-༠)	༤༠	༤༥	༠
	ཟླ་ཐོ་ཐེ་མིག Commentary on Lunar Calendar	CLC201	༡༢(༤-༣-༣)	༤༠	༣༠	༤༠
ལོ་རིམ་གཉིས་པའི་སློབ་དུས་༡, པའི་ཆུ་ཚད་བསྟོམས།				༣༠༠	༡༤༥	༣༤༠
ལོ་རིམ་གཉིས་པའི་སློབ་དུས་༡༥།	ཕ་མདོ། Sphygmology	SMG201	༡༢(༤-༣-༣)	༤༠	༤༥	༤༠
	ཞི་བྱེད་སྒྲུབ་ཆུ་མདོ་དང་རྩལ་པ་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ། Herbal Formulary and Essential Drugs	HFE201	༡༢(༤-༣-༣)	༤༠	༣༠	༤༠
	ཉེས་གསུམ་གསོ་བ། I Treatment of Three Humors Disease I	THD201	༡༢(༥-༣-༥)	༥༠	༣༠	༡༠༠
	ཁོང་ནད་གསོ་བ། Study of Internal Disease	SID201	༡༢(༡-༣-༣)	༡༠	༣༠	༤༠
	Analytical skill དཔྱད་རྟགས་རིག་རྒྱུ།	ANS201	༡༢(༤-༤-༠)	༤༠	༤༥	༤༠
ལོ་རིམ་གཉིས་པའི་སློབ་དུས་༡༥པའི་ཆུ་ཚད་བསྟོམས།				༣༢༠	༡༤༠	༣༢༠

ལོ་རིམ་ གསུམ་ པའི་སློབ་ དུས་ ༡ པ།	ལྷ་མོ་ Urinalysis	URA301	༡༢(༤-༣-༣)	༤༠	༤༥	༤༠
	ཉེས་གསུམ་གསེབ་ II Treatment of Three Humors Disease II	THD302	༡༢(༤-༣-༤)	༤༠	༣༠	༤༠
	འབྲུག་གི་ཁོག་སྒྲུབ། Materia Medica (Low Altitude Medicinal Plants of Bhutan)	MMC301	༡༢(༥-༡-༤)	༥༠	༡༥	༡༢༠
	སྦྱང་བྱེད་ལས་ཀྱི་མདོ། Eliminative Therapies	ELT301	༡༢(༤-༣-༣)	༤༠	༤༥	༤༠
	Research Methodology I ཞིབ་འཛོལ། I	RMS301	༡༢(༤-༣-༠)	༤༠	༤༥	༤༠
ལོ་རིམ་གསུམ་པའི་སློབ་དུས་ ༡ པའི་ཚུ་ཚོ་དྲུག་བསྟོན་པ།				༢༤༠	༡༢༠	༣༤༠
ལོ་རིམ་ གསུམ་ པའི་སློབ་ དུས་ ༢ པ།	ཆ་བ་སྦྱང་གཞུག་མདོ་རི་ཐང་ མཚན་པ། Distinguishing Hot and Cold Disorder	DHD301	༡༢(༤-༣-༤)	༤༠	༣༠	༤༠
	རིགས་ཀྱི་ཆ་བ་གསེབ་། Categorical Hot Disorders	CHD301	༡༢(༤-༣-༤)	༤༠	༣༠	༤༠
	རིམས་ཚད་གསེབ་། Epidemic Fever	EDF301	༡༢(༥-༡-༤)	༥༠	༡༥	༡༢༠
	ལུས་སྤྱོད་གསེབ་། Head and Neck Disorders	HND301	༡༢(༤-༣-༣)	༤༠	༤༥	༤༠
	Research Methodology II ཞིབ་འཛོལ། II	RMS302	༡༢(༤-༡-༥)	༣༠	༤༥	༡༢༠
ལོ་རིམ་གསུམ་པའི་སློབ་དུས་ ༢ པའི་ཚུ་ཚོ་དྲུག་བསྟོན་པ།				༢༤༠	༡༢༥	༤༤༠
ལོ་རིམ་ བཞི་པའི་ སློབ་དུས་ ༡ པ།	དོན་སྤྱོད་གསེབ་། Study of Internal Organs	SIO401	༡༢(༤-༣-༤)	༤༠	༣༠	༤༠
	ཐོར་ནད་གསེབ་། Study of Heterogenous Disease	SHD401	༡༢(༤-༣-༤)	༤༠	༣༠	༤༠
	ལྷན་སྐྱེས་མ་གསེབ་། Treatment of Endogenous Ulcers	TEU401	༡༢(༤-༣-༤)	༤༠	༣༠	༤༠
	འཇམ་དཔྱད་དང་ལུས་སྦྱོང་བྱུག་ པའི་ལག་ལེན། Non-invasive Therapies and Massage	NIT401	༡༢(༥-༣-༥)	༥༠	༣༠	༡༠༠

	རྩལ་དཔྱད། Invasive Therapies	IST401	༡༢(༤-༢-༤)	༤༠	༣༠	༢༠
ལོ་རིམ་བཞི་པའི་སློབ་དཔྱད་ཀྱི་འཕྲོ་ཆེན་བསྟན་མཁན།				༢༩༠	༡༥༠	༤༩༠
ལོ་རིམ་བཞི་པའི་སློབ་དཔྱད་ཀྱི་འཕྲོ་ཆེན་བསྟན་མཁན་ལྟ་བུ།	བྱིས་པ་དང་རྒྱུ་མེད་པའི་གསོ་བ། Pediatric and Geriatric Care	TGC401	༡༢(༤-༡-༥)	༤༠	༡༥	༡༠༠
	མོ་ནད་དང་གསལ་ནད་གསོ་བ། Gynecological and Genital Diseases	GGD401	༡༢(༤-༡-༥)	༤༠	༡༥	༡༠༠
	གདོན་ནད་གསོ་བ། Study of Evil Spirit	SES401	༡༢(༤-༡-༥)	༤༠	༡༥	༡༠༠
	ཟིན་ཏིག་གཅེས་བསྟན་བཅུ་དྲུག་ ཕྱི་ལོ་ཐེག་པ། I Condensed Treatise on Diagnosis and Treatment I	CDT401	༡༢(༥-༡-༥)	༥༠	༣༠	༡༠༠
	Basic Science (first aid, vital signs, pharmacokinetics and infection control) སྤྲུལ་སྐྱེལ་སྤྲུལ་བཅོས་དང་བརྟག་ དཔྱད་ཐབས་ལམ་འབྲུག་ནད་བཀག་ ཐབས།	BSS401	༡༢(༤-༤-༠)	༤༠	༤༠	༤༠
ལོ་རིམ་བཞི་པའི་སློབ་དཔྱད་ཀྱི་འཕྲོ་ཆེན་བསྟན་མཁན་ལྟ་བུ།				༢༩༠	༡༣༥	༤༢༥
ལོ་རིམ་ལྔ་པའི་སློབ་དཔྱད་ཀྱི་འཕྲོ་ཆེན་བསྟན་མཁན་ལྟ་བུ།	མི་སྤྱི་དང་མགོ་སྐྱེལ་མི་གསོ་བ། Head and Neck Wound Care	HNW501	༡༢(༤-༢-༤)	༤༠	༣༠	༢༠
	བྱང་ཁོག་སྤྱི་སྤྱད་ཀྱི་མི་གསོ་བ། Thorax and Abdomen Wound Care	TAW501	༡༢(༥-༢-༤)	༥༠	༤༥	༢༠
	ཡལ་ལག་གི་མི་གསོ་བ། Wound Care of Extremities	WCE501	༡༢(༥-༢-༥)	༥༠	༣༠	༡༠༠
	དུག་ནད་གསོ་བ། Toxicology	TXG501	༡༢(༧-༠-༥)	༧༠	༠	༡༠༠
	ཟིན་ཏིག་གཅེས་བསྟན་བཅུ་དྲུག་ ཕྱི་ལོ་ཐེག་པ། II Condensed Treatise on Diagnosis and Treatment II	CDT501	༡༢(༤-༤-༢)	༤༠	༣༠	༢༠
ལོ་རིམ་ལྔ་པའི་སློབ་དཔྱད་ཀྱི་འཕྲོ་ཆེན་བསྟན་མཁན་ལྟ་བུ།				༢༩༠	༡༣༥	༤༢༥

ལོ་རིམ་ལྔ་པ་ པའི་སློབ་ དུས་༢པ།	ལུས་ཁམས་རིག་པ་ཞིབ་སློང་། Advanced Anatomy and Physiology	AAP501	༡༢(༣-༣-༤)	༣༠	༤༥	༡༢༠
	ནད་ཁམས་དང་བརྟག་ཐབས་ རིག་པ་ཞིབ་སློང་། Advanced Pathology and Diagnosis	APD501	༡༢(༣-༣-༤)	༣༠	༤༥	༡༢༠
	སྒྲན་སྦྲེལ་རིག་པ་ཞིབ་སློང་། Advanced Pharmacopoeia	APM501	༡༢(༣-༣-༤)	༣༠	༤༥	༡༢༠
	སྒྲན་བཅོས་རིག་པ་ཞིབ་སློང་། Advanced Medical Treatment	AMT501	༡༢(༣-༣-༤)	༣༠	༤༥	༡༢༠
	དབྱད་བཅོས་རིག་པ་ཞིབ་སློང་། Advanced Therapeutic Treatment	ATT501	༡༢(༣-༣-༤)	༣༠	༤༥	༡༢༠
ལོ་རིམ་ལྔ་པའི་སློབ་དུས་༢པའི་ཆུ་ཚོད་བསྟོམས།				༡༥༠	༢༢༥	༦༠༠
ཆུ་ཚོད་ཡོངས་བསྟོམས།				༢༢༡༠	༡༢༣༠	༣༤༤༠

༥ འཇུལ་ཞུགས་ཁྱད་ཚད།

- རིག་གཞུང་འབྲིང་རིམ་གོང་མའི་ནང་ལས་སློབ་རིམ་༡༢པ་ཙ་ག་བའི་ཆོས་ཚན་(སློང་འཇུག་སྐུམ་ཉལ་སྒྲན་དག་
ཚོང་ཁ)ཆུ་ནང་ཉུང་ཤོས་བརྒྱ་ཆ་༤༠དང་ དབྱིན་སྐད་ནང་ཉུང་ཤོས་བརྒྱ་ཆ་༥༠ཐོབ་སྟེ་མཐར་འཁྱོལ་བྱུང་དགོས་
ཡིན།
- གཞུང་གྲྭ་ཚང་ནང་ལས་འཛིན་རིམ་དྲུག་པའི་སློབ་སྦྱོང་མཐར་འཁྱོལ་ཡོད་པའི་ཁར་དབྱིན་སྐད་སློབ་རིམ་བརྒྱད་
པ་མཐར་འཁྱོལ་ཡོད་པའི་དགེ་སློང་ རང་སོའི་གྲྭ་ཚང་འཛིན་སྦྱོང་ལས་བརྒྱད་དེ་འོང་དགོས་ཡིན།
- སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ཚན་རིག་གི་ཆོས་ཚན་ནང་ལས། ཚོང་ཁ་༡༠། དབྱིན་སྐད་༥༠། ཚན་རིག་ Biology ༤༠།
བཅས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠%ཐོབ་དགོ།

ལོ་རིམ་དང་པའི་སློབ་དཔུང་།

༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། གསེ་རིག་འབྱུང་ཁུངས།

༢ སློབ་ཚན་ཡང་རྟགས། HIS101

༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསེ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།

༤ སློབ་མཐུས། ༡༩ (༩-༩-༠)

༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་གསལ་ཐུགས་ཚས་འཕེལ།

༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་གསེ་བ་རིག་པའི་གཞུང་བཟང་ཆུ་མཚོ་ལྟ་བུ་འདི་ཐོག་མར་འབྱུང་བའི་ཁུངས་དང་དགོས་པ་ཤེས་ཆུགས་ནི་དང་། སློབ་ཕྱོད་མཁས་དབང་དམ་པ་ཚུ་གིས་གསེ་རིག་གི་གཞུང་འདི་ལུ་སྦྱངས་བཙོན་འབད་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་གིས་སློབ་ཕྲུག་གི་རྒྱ་ལུ་དད་པའི་ས་བོན་བསྐྱེད་ཆུགས་པ་ཨིན།

མ སློབ་སྦྱོང་གྲུབ་འབྲས།

ཆོས་ཚན་འདི་ལྟ་བུ་ཚར་ཕྱིན་ད་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས།

- གསེ་བ་རིག་པ་འགོ་དང་པ་ལྟ་བུ་ལས་ག་དེ་སྤེད་པའི་ཁུངས་སླབ་ཆུགས།
- བསྐྱེད་པ་རྒྱུགས་ལྟན་གྱི་དུས་ལས་འགོ་བཙུགས་མི་ལུ་ལུ་དར་བའི་ཁུངས་སླབ་ཆུགས།
- འཛིན་བྱའི་གྲིང་ལུ་སློབ་དང་དུག་རིགས་འགོ་དང་པ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་སླབ་ཆུགས།
- རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ལུ་ལུ་དར་ཚུལ་སླབ་ཆུགས།
- བོད་གར་ཚན་སྦྱོངས་ལུ་དར་ཚུལ་སླབ་ཆུགས།
- སློབ་སྦྱོངས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཉེ་མ་ལས་སློབ་བཅོས་གྱི་ལམ་ལུགས་ག་དེ་སྤེད་པ་ཨིན་ན་དང་ དུས་ནམ་ལས་བྱུང་ཡོད་པ་བཅས་གྱི་ཁུངས་སླབ་ཆུགས།
- འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་སློབ་ཁང་གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་གཞི་བཙུགས་འབད་བའི་ཁུངས་དང་ དུས་ཚོད་ཚུ་ཤེས་ཆུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགྲུལ་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༢༠།

སྦྱོང་ལཱ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

༡.༢ མཐུག་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། སྤྱི་དོན་དང་ཙ་ཁྱུང།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། IET101
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༢ (༤-༣-༣)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་བ་བཞུགས།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།

གསལ་རིག་པའི་རྒྱུད་སྤེལ་ཆེན་པོ་བཞི་གསུང་བ་པོ་དང་ཞུ་བ་པོ་ཇི་ལྟར་སྤྱུལ་པའི་ཚུལ་དང་ རྩོགས་བཞིའི་རིམ་ལས་སྤྲོད་རིགས་མ་འདྲཱ་འབྲུངས་ཚུལ། གནས་ལུགས་ནད་གཞི། རོས་འཛིན་རྟགས། གསལ་བྱེད་ཐབས་བཅས་ཙ་བ་བཞིའི་ཐོག་ལས་གསལ་རིག་གི་དོན་བཅུད་བསྟུ་ཚུགས།
- ༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།

མཆོད་བརྗོད་འདི་ལྟར་ཞེན་མ་ལས་ སློབ་ཤུག་ཚུ་གིས།

 - རྒྱུད་བཞི་གསུང་བ་པོ་དང་ཞུ་བ་པོའི་བྱེད་པར་ཕྱེ་ཚུགས།
 - རིམ་བཞི་ལས་སྤྲོད་རིགས་མ་འདྲཱ་འབྲུངས་ཚུལ་རོས་འཛིན་ཚུགས།
 - ཆ་ཚུ་རིགས་ལྔ་དང་སྤྲོད་རིགས་ལྔ་གི་དབྱེ་བ་དང་ནད་གཞི་སོ་སོ་ལུ་ཕན་ཚུལ་གྱི་བྱེད་པར་ཕྱེ་ཚུགས།
 - རྣམ་པར་མ་གྱུར་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཉེས་གསུམ་གྱི་བྱེད་ལས་དང་རྣམ་པར་གྱུར་དུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ཚུགས།
 - ནད་གཞི་ཚུ་བཟླ་ རེག་ ཅི་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་རོས་འཛིན་འབད་ཐངས་ཤེས་ཚུགས།
 - གཉེན་པོ་ཟུང་དང་ སྦྱོང་ལམ་ སྤྲོད་དབྱེ་བ་སོ་སོར་ཕྱེ་ཚུགས།
 - དཔེ་དོན་རྣམ་གྲངས་རྣམ་པར་བཀོད་པའི་ཙ་ཁྱུང་གི་སྦྱང་འགྲེམས་ཡང་དག་སྟེ་བཀའ་ཚུགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་(ཆ་ཚུ་དང་སྤྲོད་རིམ་འབྲུང་བྱེད་པ་ཕན་ལུ་གྱི་སྟོར་འབྲི་ནི)ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
སྟོར་འཛིན་འབད་ནི་དང་བཀའ་ནི་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠།
- ༨.༢ མཐུག་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་དུས་ཆོས་རྒྱུགས་འབྲི་རྒྱུགས་ ༣༠།
སྦྱང་འགྲེམས་བཀའ་ནི་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠།

༩ བཅའ་ཁྲིམས་བཅད།

ཏུས་ལྷན། ཚུ་ཚོད།	བཅའ་ཁྲིམས་བཅད།	སློབ་སྦྱོར་དང་ སློབ་སྦྱོར་ཐབས་ ལམ།	དབུ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༤༠	མཚན་པར་བཟོད་པ། མཚན་བཏགས་པའི་དགོས་པ། འགྱུར་བྱེད་ལོ་ པར་གྱི་ཕྱག་། སྤྱད་པ་པོའི་ཕྱག་། མཚན་རྒྱ་སྐད་དུ་སློབ་པ། མཚན་ བོད་སྐད་དུ་སློབ་པ། སྐད་གཉིས་ཤུག་སྦྱར་བ། མཚན་གྱི་དོན་བཤད་ པ། གནས་སྤྱན་སྤྱུང་ཚོགས་པ་བཤད་པ། སྦྱོར་པ་སྤྱན་སྤྱུང་ཚོགས་པ། འཁོར་སྤྱན་སྤྱུང་ཚོགས་པ། ཏུས་སྤྱན་སྤྱུང་ཚོགས་པ། ཚོས་སྤྱན་ སྤྱུང་ཚོགས་པ། གནས་ལུགས་ནད་གཞི་ལ་ རྣམ་པར་མ་གྱུར་པའི་དོན་ལ་ནད་དང་ ལུས་བྱངས་ ཅི་མ་བཤད་པ། རྣམ་པར་གྱུར་པ་ལ་ ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ འཇུག་སློབ་གནས་རྒྱ་ལམ་ལྟར་ཏུས་འབྲས་བུ་ལྟོག་རྒྱ་མདོ་དོན་བཅས་ བསྟན་པ། ངོས་བཟུང་རྟགས་ལ་ མིག་གིས་བལྟ་བ། སོར་མོས་རེག་པ། ངག་ གིས་ཅི་བ། གསོ་བྱེད་ཐབས་བཤད་པ་ལ་ རྒྱུ་མཁྲིས་བད་ཀན་གྱི་ཟས་དང་སྒྲོམ་ གྱི་གཉེན་པོ་བསྟན་པ། རྒྱུ་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་སྦྱོད་ལམ་གྱི་ གཉེན་པོ་བསྟན་པ། སྤྱན་དང་དཔྱད་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྟན་པ། དཔེ་དོན་རྣམ་གྲངས་རྣམ་པར་བཀོད་པས་མཇུག་བསྟུ་བ།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་དང་། ཕྱིར་བསྦྱོད་སྦྱོར་ བཟུང་། སྦྱོར་ འགྲེམས་དང་ངོས་ འཛིན་གྱི་ལག་ ལེན། སྦྱོར་འཛིན། ལས་འགུལ་ཐོག་ ལས་སྦྱོར་ནི།	སློབ་ཁང་ནང་དྲི་བ་དྲིས་ ལན་དང་ ལས་ འགུལ་ ལག་ལེན་ (ཁྱིམ་ལུ) གསལ་ བཤད་ སློབ་ཁང་གི་ རྒྱགས་ སློབ་ཏུས་ཀྱི་ རྒྱགས་རྒྱ་ལེན་ཐོག་ ལས་འབད་ནི།
༤༥	འགྲེམས་སྦྱོར། སྦྱོར་འགྲེམས་བཀའ་ཐངས། སྦྱོར་པོ་ལོ་མ་མེ་རྟོག་འབྲས་བུའི་ཁ་དོག།	སྦྱོར་འགྲེམས་ བཀའ་ཐངས་སྦྱོར་ ནི།	ཚོན་པ་རྒྱ་ཤེས་མ་ཤེས་ དབུ་ཞིབ་འབད་ནི།
༤༠	ལག་ལེན། སྦྱོར་འགྲེམས་བཀའ་ཐངས་ནི།	སྦྱོར་འགྲེམས་ བཀའ་ཐངས་ནི།	ཏུས་ཚོད་དང་ཚོན་ཁྲ་ རྒྱ་འཛོལ་མ་འཛོལ་ དབུ་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། ཅུ་བ་ཐུགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཅུ་བ།

༡༡ རྒྱལ་སྐྱེད་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་མགོན་ཆོ་རིང་། (༡༩༩༧) སྐྱེད་སྒྲུབ་ཀྱི་ས་པོན་དཔལ་ལྷན་ཅུ་བ་ཀྱི་འགྲེལ་པ། ཀན་སུའུ་མི་
རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།
- སྐ་མ་མཁུན་རབ། (༢༠༠༡) རྩ་ལྷན་སྐྱེད་ཅིས་ཁང་གི་ཆོས་སྒྲོན། ད་རམ་ས་ལ། སྐྱེད་ཅིས་ཁང་།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུབ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠

- ༡ སྦྱང་ཚན་གྱི་མིང། རག་སྦྱོན། I
- ༢ སྦྱང་ཚན་ཨང། NGD101
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༢ (༥-༩-༤)
- ༥ སྦྱོབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་སྐལ་བཟང་ཆེ་རིང།
- ༦ སྦྱོབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
བརྟེན་ཡིག་རག་གི་སྦྱོན་མ་འདི་ནང་པའི་རིག་གཞུང་ལུ་འཇུག་མི་ཚུ་གིས་ཤེས་དགོ་པའི་རིག་གནས་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་
ཆོས་ཚན་འདི་ལྟ་བུ་སྟེ་ ཡིག་སྒྲུབ་དང་ མིང་ཆོག་ བརྟེན་དང་ཐ་སྙད་ཀྱི་དོན་མ་ལུས་པ་སྦྱོན་མ་ཨིན།
- ༧ སྦྱོབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
ཆོས་ཚན་འདི་ལྟ་བུ་ཆ་རམ་ད་ སྦྱོབ་ཕྱག་ཚུ་གིས།
 - སྦྱོར་བཏང་ཡི་གེའི་སྦྱོར་ཚུལ་གཏན་ལ་ཐབ་ཚུགས།
 - ཆོག་འབྲུ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་གོ་དོན་འགྲེལ་ཚུགས།
 - རིག་གནས་ཀྱི་གོ་དོན་དང་འབྲེལ་གསལ་བ་རིག་པའི་དོན་རྟོགས་ཚུགས།
 - གཞུང་སྒྲེར་གྱི་ཡི་གུ་ག་ཅི་ར་བྲིས་རུང་དག་ཆ་དང་བཅས་པ་སྟེ་འབྲི་ཚུགས།
 - ཐོག་མའི་ཤེས་བྱ་མིང་ཆོག་ཀྱན་གྱི་སྒྲུབ་སྦྱོར་རྟོགས་ཚུགས།
 - ཀ་ལས་ན་ཚུན་གྱི་ཡི་གེའི་སྦྱོར་བ་རྟོགས་ཚུགས།
- ༨ དཔྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དཔྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།
སྦྱོབ་ཁང་གི་རྒྱགས་ནང་ལས་༢༠།
སྦྱོང་ལུ་དཔེར་བཞེད་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།
- ༨.༢ མཐུག་བསྐྱེད་དཔྱེ་ཞིབ་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༤༠།
སྦྱོབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱགས་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༤༠།

༩ བཅའ་ཁྲིམས་བཅད།

དྲུས་ལྟན། ཚུ་ཚོད།	བཅའ་ཁྲིམས་བཅད།	སློབ་སྦྱོར་དང་སློབ་ སྦྱོང་ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ ལུགས།
༥༠	ཐོག་མར་གཞུང་དོན་ངོས་འཛིན་གྱི་མཚན་སློབ་པ། བར་དུ་མཚན་ དོན་དེ་ལྟར་གྱི་གཞུང་བཅོལ་པ། མཐའ་མར་བཅོལ་པ་མཐར་ཕྱིན་གྱི་ མཛད་བྱ་སློབ་པ་དང་། གསུམ། བར་དུ་ མཚན་དོན་དེ་ལྟར་གྱི་གཞུང་བཅོལ་པ་ལ། ཐོག་མར་དགེ་ བ་ཁྲུང་གི་དོན། བར་དུ་དགེ་བ་གཞུང་གི་དོན། ཐ་མར་དགེ་བ་ འཇུག་གི་དོན་དང་གསུམ། བར་དུ་དགེ་བ་གཞུང་གི་དོན་ལ། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་གཞན་གྱི་ དང་། ཡན་ལག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། གཉིས་པ་ ཡན་ལག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། ཡི་གེའི་སྦྱར་ བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། སྦྱར་ཚུལ་ཆོག་པར་མཛད་པ་དབྱེ་ མདོར་ བསྟན་ཏེ་བཤད་པ། ཡི་གེའི་སྦྱར་བ་ལ་འབྲུལ་པ་སྦྱར་ཚུལ་བཤད་ པའོ། ཡི་གེའི་སྦྱར་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལས་ན་སྡེ་ཡན།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་དང་ སྦྱར་ འཛིན་འབད། སློབ་སྦྱོར་ཚུམས། པར་རིས་ ལས་ འགུལ། ཆོས་ རྒྱགས་བཅས་ཀྱི་ ཐོག་ལས་སློབ་སྦྱོར་ འབད་མ་ཡིན།	ཉིན་ལྟར་སློབ་ཁང་ ནང་སྦྱར་འཛིན་ རྒྱགས་ལེན་ནི་དང་ གོ་དོན་གསལ་ བཤད་ གི་བ་འཛིན་ ལན་ སློབ་ཁང་གི་ རྒྱགས་ སྦྱོང་ལུ་ (དཔེར་བཅོལ་བརྒྱབ་ ནི་) སློབ་དུས་ཀྱི་ རྒྱགས་ཚུ་ལེན་ཐོག་ ལས་འབད་ནི།
༥༥	འགྲེམས་སྦྱོར། སྦྱོར་མིང་དང་འགྲེམས་བའི་སྦྱོར་ཚུ་སྦྱོར་ནི།	སྦྱོར་ངོས་འཛིན་ འབད་བཟུག་ནི།	སྦྱོར་ཚུ་ངོ་མཉམ་མ་ མཉམ་དབྱེ་ཞིབ།
༥༠	ལག་ལེན། དཔེར་བཅོལ་བརྒྱབ་ནི།	དཔེར་བཅོལ་བརྒྱབ་ བཟུག་ནི།	དོན་དག་ཚུ་དབྱེ་ ཞིབ་འབད་ནི།

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- དཔལ་ཁང་ཆོས་མཛད་ལོ་རྒྱུ་བས་མཛད་པའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་སློབ་མ།

༡༡ རྒྱབ་སྦྱོར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- སློབ་པ་རྒྱ་རྒྱུ་མཚན། (༡༩༩༥) དག་སྦྱོར་འགྲེམས་པ་བྱིས་པའི་ཡང་གསལ། རབ་བྱུང་༡༧་པའི་ས་སྟག
- ལུ་ལུ་འཇུག་སྦྱོར་གྱི་འགྲེམས་པ་ཚུ་སྦྱོར་དགོ།

༡༢ བསྟན་ཞིབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཆོས། ༢༠༠༥/༢༠༢༠

1. **Title of the Module** : Academic Skills
2. **Module Code** : ACS101
3. **Program Title** : Bachelor in Traditional Medicine
4. **Credit Value** : 12 (6-4-2)
5. **Module Leader** : Dechen Choden
6. **Objective of the Module** :

This module aims to develop the knowledge and understanding of a range of academic skills required for study at university level. The module will focus on the development of academic writing, oral presentation, as well as listening skills to enable students to communicate effectively in both spoken and written forms. The module will enhance their learning throughout their studies at university and beyond, through close reading, discussions and critiquing of academic texts. Further, it will also enhance students' capacity to critically reflect on their own learning.

7. **Learning outcomes:**

On completion of the module, students will be able to:

- use effective note taking skills to extract relevant information from a range of academic texts
- lead and participate productively in group situations
- apply features of academic writing in academic discourses
- apply learned strategies to avoid the consequences of academic dishonesty
- employ a range of strategies and techniques to read academic texts
- demonstrate information retrieval and analysis skills by identifying, assessing and using appropriate sources i.e. author, publisher or website
- identify the content, viewpoint and relevance of articles and reports on a wide range of topics
- write academic papers using a process approach: planning, drafting, eliciting feedback and revising, following consistent academic standards
- construct a coherent and substantiated argument that integrates appropriate source material, and uses appropriate research and APA referencing conventions in clear and correct language in the form of an essay
- produce academic essays using process approach: planning, drafting, eliciting

feedback and revising using appropriate terminology and a consistent academic style

- plan, organize and deliver clear, well-structured academic oral presentations.

Approach	Hours per week	Total credit hours
Demonstrations/modelling	1	15
Practical exercises and group works	2	30
Academic essay writing	1	15
Oral presentation	0.5	7.5
Portfolio	1.5	22.5
Independent study and VLE discussions	2	30
Total		120

8. Teaching and Learning approaches:

Tutors will employ an interactive, student-centered approach, integrating language and critical thinking skills using the following strategies such as demonstrations/modelling, practical exercises and activities, group work (discussions, problem-solving activities, collaborative and individual tasks, peer feedback and debates), academic essay writing (process learning with diagnosis, feedback and remediation), oral presentation, portfolio, independent study and VLE discussions over the 120 credit hours.

9. Assessment Approach

Since the module is entirely assessed through continuous assessment, a student must complete all five components of the assessment outlined below and get an aggregate mark of 50% in order to pass. Assessment will be carried out on a continuous basis through the following tasks:

10. Academic Essay: Portion of the Final Mark (30%)

Students have to write one 800 to 1000-word academic essay following the rules of academic standards, essay writing, APA referencing and mechanics of language in order to practice and develop academic writing skills at the university level. The academic essay will be written in three

drafts; the first draft to be peer reviewed, the second and final essay to be assessed based on the following criteria:

Second Draft (10%)	Final Draft (20%)
Content (4%)	Content (10%)
Language (2%)	Language (4%)
References (2%)	References (4%)
Format (2%)	Format (2%)

Class Notes:

Completeness 5 %

Clarity and

organization 5 %

13. Class Test: Portion of the Final Mark (20%)

Students have to write one class test towards the end of Unit V. The test will mainly focus on features of academic writing and referencing skills.

14. VLE Discussion: Portion of the Final Mark (10%)

Students will contribute to VLE discussions on selected topics assigned by tutors.

Nature of discussion 4%

Content 3%

Language 3%

An overview of the assessment approaches and weighting:

Areas of assessment	Quantity	Weighting
Academic essay	1	30%
Oral presentation	1	15%
Portfolio	1	25%
Class test	1	20%
VLE discussion	2	10%

Subject Matter

Session Hours	Topics	Teaching and Learning Strategies	Mode of Assessment
5 hours	Academic Standards - Academic standards - Purpose of academic skills - Academic integrity and intellectual property	Discussion, Demonstration, Self-study	Presentation assessment

6 hours	Note-taking • Introduction to note taking • Tips to take notes • Types of notes-taking methods • The mind map method • The outlining method • Listening and note taking • Practicing listening with partners • Listening to podcasts • Listening to IELTS test samples		Class assessment
13 hours	Academic Reading • Definition • Text features, graphic, informational and organisational aids • Reading strategies • Skimming and scanning • SQ3R • Paraphrasing • Summarising		Class assessment
14 hours	Academic Writing • Definition and purpose • Features of academic writing • Types of academic writing • Academic Argument • Distinction between academic argument and informal argument • Facts, opinions and beliefs	Process learning, with diagnosis, feedback and remediation	
10 hours	APA Referencing Style • <u>Introduction to APA referencing style</u> • Using sources materials • Why and when to cite • Critical evaluation of sources • Referencing and academic integrity • Using sources as in-text citations • Direct and indirect voices	Discussion, Demonstration, Self-study	

	• Writing references • Basic rules for references • Preparing references for different sources • Basic of APA paper layout		
7 hours	Academic Essays • Academic essay • Understanding written assignments • Writing process • Pre-writing, drafting, revising, editing and publishing • Essay format • The introduction • The body • The conclusion	Discussion, Demonstration, Self-study	
5 hours	Oral Presentations • Introduction to academic argument in oral settings and presentations • Strategies for delivering an effective presentation i. structure, signposting	Individual, pair and group work Presentations	Presentation assessment
40 hours	<u>Laboratory</u>	Demonstrations/Modeling Task-based learning	Assignment, Practical exercises and activities

15 Reading List

Essential Reading

American Psychological Association. (2010). *Publication manual of the American Psychological Association* (6th ed.). Washington, DC: Author.

Department of Academic Affairs. (2019). *ACS101 Academic Skills: Students' materials*. Thimphu: Royal University of Bhutan.

Department of Academic Affairs. (2019). *ACS101 Academic Skills: Tutors' materials*. Thimphu: Royal University of Bhutan.

Additional Reading

Bailey, S. (2011). *Academic writing: A handbook for international students* (3rd ed.).

Abingdon, Oxford: Routledge.

Butler, L. (2007). *Fundamentals of academic writing*. New York, NY: Pearson Longman.

Gillet, A. (2013, January 15). *Using English for academic purposes (UEFAP): A guide for students in higher education*. Retrieved from <http://www.uefap.com>

Gillet, A., Hammond, A., & Martala, M. (2009). *Inside track successful academic writing*.

England: Pearson Education.

Hogue, A. (2007). *First steps in academic writing*. New York:

Pearson Education ESL. Oshima, A., & Hogue, A. (2005).

Writing academic English (4th ed.). White Plains, NY:

Pearson Education.

Oshima, A., & Hogue, A. (2006). *Introduction to academic writing* (3rd ed.). New York, NY: Pearson Longman.

Ramsey-Fowler, H., & Aaron, J. E. (2010). *The little brown handbook* (11th ed.). New York, NY: Pearson Longman.

Revised: December, 2020

1. Module Title	Information and Communication Technology
2. Module Code	ICT101
3. Program Title	Bachelor of Traditional Medicine
4. Credit Value	12 (4-4-4)
5. Module Leader	Tshering Lham

6. Objectives of the Module

- Upon successful completion of this course the learners will be able to:
- Define ICT and its impacts.
- Explain Computer Fundamentals.
- Use Internet and Email.
- Work with Microsoft Word to create and edit text documents
- Work with Microsoft PowerPoint to create effective presentation.
- Work with Microsoft Excel to organize and analyse data into logical format.

7. Learning Outcomes

- The Knowledge on application software, hardware, internet and email enables accessing and utilizing ICT more effectively for faster, efficient and productive delivery of work.
- This course is designed to provide applicable and hands-on skills way of learning using application software and basic hardware.
- It will enable them to acquire the skills and knowledge required for employability and workplace enhancement.
- The overall course includes contents that focus on computer system, internet and email, basic Microsoft Word, basic Microsoft PowerPoint and basic Microsoft Excel that are essential in the world of work.

8. Mode of Assessment

Continuous Assessment	40%
○ Theory Class Test	15%
○ Practical	15%
○ Assignment	10%
Summative Assessment	60%
○ Theory	30%
○ Practical	30%

9. Subject Matter

Session Hours	Topics	Teaching and Learning Strategies	Mode of Assessment
20 hrs	Theory Introduction to ICT • ICT and the components of it. • Use of ICT in everyday life • Impacts of ICT on various sectors. Computer Fundamentals • Components of computer system • Hardware and Software • Working principle of computer • System software and Application software • Operating System • Windows operating system	Lecture Interactive discussion Demonstration Guided Practice	Class Activity, Class test
20 hrs	Internet and Email • Internet • Web browser • Parts of Uniform Resource Locator (URL) • Creating and Managing email (Gmail)	Lecture Interactive discussion Demonstration Guided practice	Class Activity, Class test
60 hrs	Microsoft Office Microsoft Word • Explore the features available in MS Word • Format MS Word documents Microsoft PowerPoint • Create PowerPoint slides • Format Power Point slides	Lecture Interactive discussion Demonstration Guided practice	Presentation, Assessment, Assignment, Class test

	• Insert visual and effect on slides. Microsoft Excel • Explain MS Excel • Create and customize workbook		
80 hrs	Laboratory • Hands on practice in computer lab	Practical session	Practical test

10. References

<https://edu.gcfglobal.org/>

11. Date Revised: 30 April, 2020

ལོ་རིམ་དང་པའི་སྒྲིབ་བྱས་ནས།

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། ཙ་བ་མདོ་དང་གྲུབ་པ་ལུས།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། ANP101
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསེ་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༩ (༡-༤-༠)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་ཤེས་རབ་དོ་ཨ།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ལུལ།
སྦྱང་རིམ་འདི་གིས་བཤད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ ལུས་ཇི་ལྟར་ཆགས་པའི་ཚུལ་ ལུས་ཇི་ལྟར་འབྲ་བའི་དཔེ་ ལུས་ཀྱི་
གནས་ལུགས་ ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ ལུས་ཀྱི་ལས་དང་དབྱེ་བ་ ལུས་ཇི་ལྟར་འཇིག་པའི་ལྟས་བཅས་སྟོན་མ་ཡིན།
- ༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
སྦྱང་རིམ་འདི་མཐུག་བསྟུན་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།
 - བྱ་ཁག་སེམས་གསུམ་དང་ འབྲུང་ལྡེ་ཆ་ཤས་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་ཇི་ལྟར་ཆགས་པའི་ཚུལ་དང་། ཆགས་པ་འདི་
ཉིད་བར་དུ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ། འཕེལ་ཞིང་སློན་ནས་མཐར་བཙའ་བའི་རྟགས་བཅས་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་
ཚུགས།
 - ཕྱིའི་ཕུང་པོ་དང་ ནང་དོན་སྟོང་ གཉན་པའི་གནད་ཚུ་དཔེ་དོན་ཕྱིན་ཅིག་མ་ལོག་པར་སྦྱར་ཚུགས།
 - གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་ལྡང་ཚད། འབྲེལ་བ་ཙ་དང་ཤ་ཆོལ་རུས་པ་རྒྱ་ལམ་བུ་གའི་གནས་ལུགས་བཅས་རྒྱས་
པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - ལུས་དེའི་གཞོད་བྱ་ཁམས་དང་ གཞོད་བྱེད་ཉེས་པའི་མཚན་ཉིད་སྟོར་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - ལུས་ལ་རྟེན་དང་ ན་ཚོད་ ཁམས་ཀྱི་རང་བཞིན་བཅས་ཀྱི་སྟོན་ནས་དབྱེ་བ་བྱེད་ཚུགས།
 - མཐར་ལུས་འདི་ཉིད་འབྲུང་བ་ལྡ་པོ་གཅིག་གཤེད་གཅིག་གིས་བྱས་ཏེ་འཇིག་པའི་དོན་རྟོགས་ཚུགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ཙ་བ་སྟོར་འཛིན་ནང་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༥།
ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༥།
སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།
- ༨.༢ མཐུག་བསྟུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༦༠།
དེ་ཡང་སློབ་དུས་ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱུགས་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༥།
ཙ་བ་སྟོར་འཛིན་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥།

༩ བཅའ་ཁྲིམས་བཅད།

དྲུས་ལྟན། རྒྱུ་ཚད།	བཅའ་ཁྲིམས་བཅད།	སློབ་སྦྱོར་དང་ སློབ་སྦྱོར་ཐབས་ ལམ།	དབུ་ཞིབ་ལམ་ ལུགས།
༡༠	བཤད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆོག་བསྟན་པ། ལུས་ཆགས་པའི་རྒྱུ། འཕེལ་བའི་རྒྱུ། བཅའ་བའི་རྒྱུ། ཕྱི་ཕུང་པོ་འདྲ་བའི་དཔེ། བཅའ་ཁྲིམས་སྦྱོར་འདྲ་བའི་དཔེ། གཉན་པའི་ གནད་ཀྱི་དཔེ་དོན་བསྟན་ཏེ་བསྟན་པ། ལྡང་ཚད་ལུས་ཕུངས་ཀྱི་གནས་ལུགས། འབྲེལ་པ་ཕྱི་གནས་ ལུགས། གཉན་པ་གནད་ཀྱི་གནས་ལུགས། རྒྱུ་ལམ་བྱ་གཞི་གནས་ ལུགས། གཞོན་བྱ་ཁམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་ གཞོན་བྱེད་ཉེས་པའི་མཚན་ ཉིད། ལུས་ཀྱི་ལམ་བསྟན་པ། ལུས་ཀྱི་དབུ་བ་བསྟན་པ། ལུས་འཇིག་པའི་རིང་བའི་ལྟས་དང་ ཉེ་བའི་ལྟས་ མ་ངེས་པའི་ལྟས་ ངེས་པའི་ལྟས།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་དང་ སློབ་འཛིན་ འབད་བཅུག་ནི། སློབ་སྦྱོར་ཅམས། པར་རིས་ ལམ་ འགྲུལ། འགྲེམས་སྟོན་ སློབ་ལྷ་ སློབ་ དྲུས་ཆོས་རྒྱུགས་ བཅས་ཀྱི་ཐོག་ ལས་སློབ་སྟོན་ འབད་མ་ཞིན།	ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ བསྟན་པའི་ལེའུའི་ཙ་ བ་ཡོངས་རྒྱུགས་སློབ་ འཛིན་འབད་བཅུག་ ནི་དང་ ཅི་བ་ཅིས་ ལན་འབད་ནི་ གོ་ དོན་སླབ་བཅུག་ནི་ སློབ་ལྷ། རྒྱ་རིས་ སློབ་ཁང་གི་ཆོས་ རྒྱུགས་དང་ སློབ་ དྲུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ རྒྱ་ལེན་ཐོག་ལས་ དབུ་ཞིབ་འབད་ནི།
༤༠	འགྲེམས་སྟོན། ལྡང་ཚད་ལུས་ཕུངས་ཀྱི་གནས་ལུགས། འབྲེལ་པ་ཕྱི་གནས་ལུགས། གཉན་པ་གནད་ཀྱི་གནས་ལུགས།	གནས་ལུགས་ རྒྱ་གི་དཔེ་རིས་ འགྲེམས་སྟོན་ འབད་ནི།	ངེས་འཛིན་དང་ གསལ་བཤད་འབད་ ཐོགས་ལས་དབུ་ཞིབ་ འབད་ནི།

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེབ།

- གཞི་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། གྲུབ་པ་ལུས་ཀྱི་གནས་བསྟན་པའི་ཙ་བ།

༡༡ རྒྱུ་སྦྱོར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- ཁྲོ་རྩེ་རྒྱལ། དང་སྟོང་དབུ་པའི་ཞལ་ལུང་། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུག་ཁང་།

- རྩེ་སྤྱི་དཔལ་སྐྱུ་སྐྱུ་མཚོ། གསོ་བ་རིག་པའི་བསྟན་བཅོས་སྤྲོད་པའི་དགོངས་རྒྱུ་རྒྱུད་བཞིའི་གསལ་བྱེད་
ལྷོ་རྩེ་ལོ་མཁྱི་ཀླ། བོད་གཞུང་སྤྲོད་ཅིས་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་།
- སྐྱེམས་པ་ཆེ་དབང་། བཤད་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་ རྩེ་རམ་ས་ལ།
- དར་མོ་སྒོ་བཟང་ཆོས་གཤམ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་
སྤྲོད་ཁང་།
- མཁས་གྲུབ། (༢༠༡༤) གསོ་བྱ་ལུས་ཀྱི་ཐ་སྙད་མཛོད།

༡༩ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆོས་ ༢༠/༠༤/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། འཕེལ་འགྲིལ་ནད།
- ༢ སློབ་ཚན་ཡང་རྟགས། POE101
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསོ་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༩ (༩-༠-༣)
- ༥ སློབ་སྟོན་པ། དྲུང་འཛོལ་སྤྱི་མཐུན་དབང་ལོ།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
སྦྱང་རིམ་འདི་གིས་ནུས་ཁྱུར་ནད་ཀྱི་རྒྱ་དང་ བད་ཀྱི་རྒྱུན་ བད་འཇུག་ཚུལ་དང་གནས། འཕེལ་ཟད་ཀྱི་རྟགས། བད་
ཀྱི་དབྱེ་བ་བཅས་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས་པ་ཡིན།
- ༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
སྦྱང་རིམ་འདི་མཇུག་བསྟུན་ད་སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།
 - བད་རིགས་ཀྱི་རིང་བའི་རྒྱ་དང་ ཉེ་བའི་རྒྱའི་ཁྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས།
 - སྦྱེ་མཆེད་ གསོག་ལྡང་ སྦྱང་རྒྱུན་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་བད་སྦྱང་བའི་རྒྱུན་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - ལུས་ལ་ནད་ཅི་ལྟར་ཞུགས་པའི་ཚུལ་དང་ བད་དེ་ལུས་ཀྱི་གནས་གང་དུ་གནས་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་
ཕབ་ཚུགས།
 - འཕེལ་ཟད་འཇུགས་གསུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - བསྐྱེད་བྱ་རྒྱུ་མི་སྒྲིལ་དབྱེ་བ་དང་ གནས་སྐབས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲིལ་དབྱེ་བ་ རྒྱས་བསྟུས་ནུས་བའི་སྒྲིལ་དབྱེ་
བའི་ཐོག་ལས་བད་རིག་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་ རྒྱས་བསྟུས་འབྲིང་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
བད་ཀྱི་རྒྱུན་དང་མཆན་ཉིད་སྒྲོར་འཛིན་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠
སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་དང་སྦྱང་ལུ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
- ༨.༢ མཇུག་བསྟུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
སློབ་དུས་ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱུགས་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
སྒྲོར་འཛིན་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། འབྲུང་ཅིས་སློན་འགྲོ།

༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། AST101

༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།

༤ སློབ་མཐུས། ༡༩ (༤-༣-༣)

༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་གསལ་སྤྲུལ་ཆོས་འཕེལ།

༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།

སློབ་རིམ་འདི་གིས་གཞུག་ལག་ཅིས་ཀྱི་སློབ་འགོ་མ་འདྲུས་བརྒྱུད་ཁྱིལ་བཞི་སློབ་མོགས་ཀྱི་སློབ་འབྲེད་ལྗེ་མིག་དང་། ཅིས་གཞུང་འདི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཏེར་མ་གང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ཚུལ་དང་དུས་ནམ་གསུངས་པའི་སློབ་གསུངས་པའི་གནས་དང་གཞུལ་བྱ་ག་གི་དོན་ལུ་གསུངས་གནང་གནང་མ་ཡིན་ན་དང་གསལ་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་དམིགས་བསལ་གལ་ཆེ་བའི་རིགས་ཚུ་བརྒྱུད་བསྟུས་ཏེ་སློན་མ་ཡིན།

༧ སློབ་སློབ་གྲུབ་འབྲས།

ཆོས་ཚན་འདི་ལྟ་བུ་ཆར་ཕ་ད་ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་གིས།

- གནས་སྤྱི་ཆགས་གསུམ་གསེར་གྱི་རུས་སྤུལ་ལུ་དཔེར་མཚན་པར་བཟུ་ཚུལ་མདོ་ཙམ་ཤེས་ཚུགས།
- སློབ་བརྒྱུད་ཀྱི་ བྱང་དོར་ སྤྱི་པའི་ཆོས་ཚུལ་མ་འདྲེས་པར་བཅི་ཐབས་བརྒྱུད་བསྟུས་སྤུལ་ཚུགས།
- སློབ་འགོ་ཀྱན་གྱི་ཙ་བ་རུས་སྤུལ་ཕྱོགས་བཞིར་བྱལ་ཚུལ་དང་ལག་ཅིས་ཐོག་འབྲུང་བ་ལྔ་དང་ མ་བུ་དབྱ་གོགས་སློབ་ཐངས་དང་ ལོ་འགོས་བརྒྱ་གཉིས་པོ་མོ་ ར་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ལུ་དབྱེ་བ་ཕྱོགས་བཞིར་གནས་ཚུལ་བཅི་ཚུགས།
- སློག་ལུས་དབང་གྲུང་བླ་ཡི་ངོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་ནི་དང་ པོ་མོའི་ལོག་མེན་ ས་སློ་གནམ་སློ་ སྤར་སློ་སློར་ཚུལ་ བཟང་བཞི་ངན་བཞི་ སློ་བའི་འཕུར་ལུགས་དར་གྲུད་བརྒྱ་གཉིས་ཚུ་སློར་ཚུགས།
- ལོ་ལྷ་ཞག་དུས་བཞི་ལ་བཞག་ཚུལ་དང་ བདུན་བྱུར་ བཞི་བཞེད་ མཐུན་གསུམ་ ལྷགས་བཞི་མེ་བརྒྱུད་ དགུ་མིག་ དུར་མིག་ ལོ་གོས་བརྒྱ་གཉིས་ དུས་བཞིར་སྤྱར་ཐངས་ཤེས་ཚུགས།

༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྤྲུལ་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྤྲུལ་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྤྲུལ་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

སློབ་དུས་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྤྲུལ་བརྒྱུ་ཆ་ ༢༠།

༤.༡ མཐུག་བསྐྱེད་དཔེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

དེ་ཡང་སློབ་དུས་ཚས་རྒྱགས་འབྲི་རྒྱགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།

སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

༩ བར་དོན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། རྒྱུ་ཆོད།	བར་དོན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་ སྤྱིང་ཐབས་ལམ།	དཔེ་ཞིབ་ལས་ ལུགས།
༤༠	དུས་ལམས་ལྟ་བུ་སྟོན་པ། ལོ་འཁྱུང་ལོ་ལྔ། ལོ་ག་མེན་གྱི་སྟོར་འགོ། སྤར་ལའི་སྟོར་འགོ། སློབ་བཤད་པ། དར་རྒྱུད། ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས། ཞག་ཅིས་བཅུ་གཉིས། དུས་ཚོད་བཅུ་གཉིས། གཟའ་བདུན་དང་གཟའ་བརྒྱུད། རྒྱ་སྐད་ཉེར་བརྒྱུད། རྒྱ་བ་ཆེན་རང་གཤམ་དང་ བདུན་ཟུར་ལོ་རེ་བཞིན་ཕོག་ཚུལ་དང་ ཡར་ མར་གྱི་བཞི་གཤམ་བཅུ་ཐངས་ མཐུན་གསུམ་མམ་ཕུང་གསུམ་སྟོར། རན་པ་ཐ་མའི་ཐ་མ་གསུམ་ དབང་ཐང་ལུགས་བཞི་དང་མེ་བརྒྱུད་ཕོག་ ཚུལ་ སློབ་གཉིས་ནག་ལ་སྟེས་པ་སོགས་ཀྱི་དཔེ་བ། ལོ་འཁྱུང་མིག་དང་ སྤར་ལའི་དགུ་མིག་ སློབ་འཁྱུང་མིག་ཕོག་ཚུལ་ དང་ ལོ་འཁྱུང་མིག་ཕོག་ཚུལ་མ་འདྲ་བའི་སྟོར་དང་ སྤར་ལའི་དུར་ མིག་ དགུ་དུར་གཉིས་འཛོམས། ལོ་སྟོར་བཅུ་གཉིས་ དབུར་ དགུན་ སྟོན་ དཔྱད་ ར་འཕྲིང་ཐ་གསུམ་ ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་དང་ སྤར་རྒྱུད། ལོ་འཁྱུང་ཐང་ ཟླ་བའི་དབང་ཐང་ ཞག་གི་དབང་ཐང་ ལམས་ སོ་ སོ་བཞག་ཐངས་ སྟོར་འགོ་འཁྱུང་ཚུལ། ལོ་རེ་འཁྱུང་གི་དེའུ་དང་ བརྒྱུད་ཀྱི་དེའུ་ སྟེས་བག་གི་དེའུ་འཁྱུང་དཔེ་བ། གཟའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ལམས་དང་རྒྱ་སྐད་ཉེར་བརྒྱུད་ཀྱི་ལམས་ རྒྱ་སྐད་ ཕོགས་བཞི་དང་མཚམས་བཞི་ལུ་གནས་ཚུལ་སྟོར།	དཔེ་ཞིབ་གསལ་ བཤད་དང་ རྒྱ་བ་ སྟོར་འཛིན་ ཅིས་ ཐང་བཟམ་ནི་ སྤྱིང་ལུ་ ཟླ་རིམ་ སློབ་དུས་ཚས་ རྒྱགས་ཐོག་ལས་ སློབ་སྟོན་འབད་ནི།	རྒྱ་བ་སྟོར་འཛིན་ འབད་བཅུག་ནི་དང་ དེ་བཞིན་ལན་ འབད་ནི་ གོ་དོན་ སྤར་བཅུག་ནི་ སྤྱིང་ ལུ་ ཟླ་རིམ་སློབ་ ལང་གི་ཚས་རྒྱགས་ དང་ སློབ་དུས་ཀྱི་ ཚས་རྒྱགས་རྒྱ་ལེན་ ཐོག་ལས་དཔེ་ཞིབ་ འབད་ནི།
༤༥	འགྲེམས་སྟོན། མ་བུ་དག་གོགས།	བསྟོར་སྟོར་འབད་ ཐངས་དང་མ་བུ་	བསྟོར་སྟོར་འབད་ ཐངས་བཅུ་ཐངས་མ་

	འབྲུང་ཁམས་བརྩི་ཐངས། སློབ་བརྩི་ཐངས། སྤར་ཁ་བསྐྱོར་ཐངས། སློག་ལུས་དབང་རྒྱུད་བརྩི་ཐངས།	འཐབ་ཐངས་ཚུ་ འགྲེམ་སྟོན་འབད་ ནི།	བྱ་འཐབ་ཐངས་ཚུ་ ཤེས་མ་ཤེས་དབྱེ་ ཞིབ་འབད་ནི།
༤༠	ལག་ལེན། མ་བྱ་དག་གོགས། འབྲུང་ཁམས་བརྩི་ཐངས། སློབ་བརྩི་ཐངས། སྤར་ཁ་བསྐྱོར་ཐངས། སློག་ལུས་དབང་རྒྱུད་བརྩི་ཐངས།	བསྐྱོར་སློབ་འབད་ ཐངས་དང་མ་བྱ་ འཐབ་ཐངས་ཚུ་ ལག་ལེན་འབད་ བཅུག་ནི།	བསྐྱོར་སློབ་འབད་ ཐངས་བརྩི་ཐངས་མ་ བྱ་འཐབ་ཐངས་ཚུ་ གི་ལག་ལེན་ཤེས་མ་ ཤེས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ ནི།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དབ་ཀྱི་སྟོན་

- ཚང་ཁ་རིན་པོ་ཆེ། འབྲུང་རྩིས་སྟོན་འགྲོའི་རྩ་བ།

༡༡ རྒྱུ་རྐྱེན་དཔེ་དབ་ཀྱི་སྟོན་

- ཕུག་པ་ཡབ་སྲས་གསུམ། འབྲས་རྩིས་རབ་དཀར་རྒྱ་ཤེལ་མེ་ལོང་།
- སྡེ་སྤྱི་དཔེ་རྒྱུ་རྐྱེན་མཚོ། བེ་དཀར་སྟོན་ཆ་ སྤྱད་ཆ།
- གཞུང་གྲ་ཚང་གི་མཚན་སྟོན་ཏེ་མཁྱེན་ཆེ་དབང་། ལེགས་བཤད་བདེ་སྤྱི་དཔེ་རྒྱུ་རྐྱེན་ཆུ་བཟླ་དགོ།
- བྱམས་པ་ཕྱིན་ལས་དང་ཁོ་རུ་ཆེ་ནམ། རྩིས་རིགས་ཀྱན་འདུས།
- མི་པམ་རྒྱུ་མཚོ། རྩིས་རིགས་ཉེར་མཁོ།
- བསམ་གྲུབ་རྒྱུ་མཚོ། (༢༠༡༥) གནམ་རིག་སྐར་རྩིས།
- པདྨ་རྒྱལ་མཚན། རྩིས་དཔེ་གསལ་སྤྱི་གྲོང་པའི་མེ་ལོང་།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆེས་ ༠༩/༠༩/༢༠༢༠

- ༡ སྤྱོད་ཚན་གྱི་མིང། རག་སྤྱོད། II
- ༢ སྤྱོད་ཚན་ཨང། NGD102
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྤྱོད་མཐུས། ༡༩ (༥-༩-༤)
- ༥ སྤྱོད་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་སྐལ་བཟང་ཆེ་རིང།
- ༦ སྤྱོད་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
བད་ཡིག་རག་གི་སྤྱོད་མ་འདི་ནང་པའི་རིག་གཞུང་ལུ་འཇུག་མི་ཚུ་གིས་ཤེས་དགོ་པའི་རིག་གནས་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་
ཆོས་ཚན་འདི་ལྟ་བུ་སྟེ་ ཡིག་སྒྲུབ་དང་ མིང་ཆོག་ བད་དང་ཐ་སྙད་ཀྱི་དོན་མ་ལུས་པ་སྤྱོད་མ་ཨིན།
- ཉ སྤྱོད་སྤྱོད་ཐུབ་འབྲས།
ཆོས་ཚན་འདི་ལྟ་བུ་ཆ་རམ་ད་ སྤྱོད་ཐུག་ཚུ་གིས།
 - སྤྱིར་བཏང་ཡི་གེའི་སྤྱོད་ཚུལ་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - ཆོག་འབྲུ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་གོ་དོན་འབྲེལ་ཚུགས།
 - རིག་གནས་ཀྱི་གོ་དོན་དང་འབྲེལ་གསོ་བ་རིག་པའི་དོན་འཇམ་ཏྱེང་ཏྱེ་གོ་ཚུགས།
 - གཞུང་སྒྲེར་གྱི་ཡི་གུ་ག་ཅི་ར་བྲིས་རུང་དག་ཆ་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་འབྲི་ཚུགས།
 - ཐོག་མའི་ཤེས་བྱ་མིང་ཆོག་ཀྱན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཚུགས་ཚུགས།
 - པ་ལས་ཨ་ཚུན་གྱི་ཡི་གེའི་སྤྱོད་བ་ཚུགས་ཚུགས།
- ༩ དཔྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༩.༡ ཏུས་རྒྱན་དཔྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།
སྤྱོད་འང་གི་རྒྱགས་ནང་ལས་༢༠།
སྤྱོད་ལྷ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།
- ༩.༢ མཇུག་བསྟུན་དཔྱེ་ཞིབ་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༤༠།
སྤྱོད་ཏུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱགས་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༤༠།

༩ བར་དོན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། རྒྱུ་ཚད།	བར་དོན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོར་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༥༠	བར་དུ་དགེ་བ་གཞུང་གི་དོན་ལ། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ ལུས་གཞག་པ་དང་། ཡན་ལག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ གཉིས། གཉིས་པ་ ཡན་ལག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། ཡི་གེའི་སྦྱོར་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། སྦྱོར་རྒྱུ་ལ་ ཆོག་ཕྱད་ནམ་དབྱེ་ མདོར་བསྟུས་ཏེ་བཤད་པ། ཡི་ གེའི་སྦྱོར་བ་ལ་འབྲུལ་པ་སྦྱོར་རྒྱུ་ལ་བཤད་པ་འོ། ཡི་གེའི་སྦྱོར་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལས་པ་སྟེ་མན།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ དང་ དཔེར་བཞིན་ བརྒྱབ་ནི། སྟེ་ཆོན་གོ་ བསྟུར་དང་ ཇི་བ་ཇིས་ ལན་ཐོག་ལས་ལྟ་བུ་ནི། ཆོས་རྒྱལ་ས་བཅས་ཀྱི་ ཐོག་ལས་སློབ་སྟོན་ འབད་ཕ་ཨིན།	ཉིན་ལྟར་སློབ་ཁང་ནང་གོ་ དོན་གསལ་བཤད་ ཇི་བ་ ཇིས་ལན་ སློབ་ཁང་གི་ རྒྱལ་ས་ སྦྱོར་ལུ་ (དཔེར་ བཞིན་བརྒྱབ་ནི་) སློབ་དུས་ ཀྱི་རྒྱལ་ས་རྒྱ་ལེན་ཐོག་ལས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
༥༥	འགྲེམས་སྟོན། སྟོན་མིང་དང་འགྲེལ་བའི་སྟོན་རྒྱུ་སྟོན་ནི།	སྟོན་དོས་འཛིན་འབད་ བཅུག་ནི།	སྟོན་རྒྱུ་དོ་ཤེས་མ་ཤེས་དབྱེ་ ཞིབ།
༥༠	ལག་ལེན། དཔེར་བཞིན་བརྒྱབ་ནི།	དཔེར་བཞིན་བརྒྱབ་ བཅུག་ནི།	དོན་དག་རྒྱུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ ནི།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- དཔལ་ཁང་ཆོས་མཛད་ལོ་ལོ་རྒྱུ་བས་མཛད་པའི་བཟུང་ལག་གི་སྟོན་མ།

༡༡ རྒྱབ་སྦྱོར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- སློབ་པ་རྩ་རྒྱལ་མཚན། (༡༩༩༥) ངག་སྟོན་འགྲེལ་པ་བྱིས་པའི་ཡང་གསལ། རབ་བྱུང་༡༧་པའི་ས་སྟག་
- ལུ་ལུ་འི་ངག་སྟོན་ཀྱི་འགྲེལ་པ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་དགོ།

༡༢ བསྟུར་ཞིབ་ཀྱི་ཁྱེ་ཆོས། ༠༧/༠༩/༢༠༢༠

1. **Module Title** : Modern Anatomy and Physiology
2. **Module Code** : MAP101
3. **Programme Title** : Bachelor in Traditional Medicine
4. **Credit value** : 12 (10-2-0)
5. **Module Leader** : Namgay Lhamo

6. Objectives of the Module:

This module aims to provide students the opportunity to understand the anatomy and function of the human body in the modern context. The module will not only enable the trainees to integrate their understanding of *Sowa Rigpa* with Modern Medicine, but also equip them with the necessary knowledge and skills to face global challenges in the field of medicine.

7. Learning outcomes

On completion of the module, a student will be able to:

- Describe the structures and functions of the skeletal, digestive, respiratory, endocrine, cardiovascular, Excretory, reproductive, and nervous system
- Build a vocabulary of basic medical terminology to effectively communicate information related to anatomy and physiology.
- Use an understanding of how the human organ systems are interrelated to apply a holistic approach to health
- Understand some of the major diseases & disorders associated with each body system.
- Demonstrate the ability to draw connection between the knowledge gained from this module with that of *Sowa rigpa* teachings
- Appreciate the importance of an integrated approach (*Sowa rigpa* and modern) to the study of anatomy and physiology

8. Mode of Assessment:

Continuous assessment: 40%
Summative assessment: 60%

9. Subject Matter

Session Hours	Topics	Teaching and Learning Strategies	Mode of Assessment
10 hours	<u>Theory</u> Organization of Human Body - Definition of human anatomy and physiology - The importance of integrated approach to the study of human anatomy and Physiology - Concept of cell, tissues, organ and organ system	Lecture, Demonstration, Presentation, Self-study	Individual assignment, Viva-voce
10 hours	Skeletal System - Structure and function of bone - Axial skeleton - Appendicular skeleton - Type and function of major joints - General function of muscles - Common problems associated with bones	Lecture, Group work, Presentation, Video	Presentation assessment, Class test
10 hours	Digestive System - Basic structure and of major organs of digestive system - Structure of a tooth - Basic concept of digestion, absorption and assimilation - Acidity and other common digestive problems	Lecture, Demonstration, Presentation, E-learning	Individual assignment, Viva-voce
10 hours	Respiratory System - The major organs of respiration - Breathing: Inspiration and Expiration - Gas exchange and transport	Lecture, Demonstration, Presentation, Self-study	Individual assignment, Viva-voce

	Common respiratory ailments		
10 hours	Cardiovascular System - General structure of heart - The main blood vessels (arteries and veins) - Double circulation - Blood groups - Name of some cardio-vascular diseases	Lecture, Group work, Presentation, Video	Presentation assessment, Class test
10 hours	Excretory System - Homeostasis: organs concerned with homeostasis - Excretion meaning - The urinary system and its major organs - Skin and its role in excretion and temperature control - Some common health problems associated with urinary system	Lecture, Group work, Presentation, Self-study	Assignment, Viva-voce
5 hours	Nervous System - Central nervous system - Peripheral nervous system	Lecture, Presentation, Video	Presentation assessment, Viva-voce
5 hours	The Endocrine System - Name and function of some major glands - Name and function of some major hormones - Some common health problems associated with glands and hormones	Lecture, Demonstration, Presentation, Self-study	Presentation assessment, Quiz
10 hours	Reproductive System Male reproductive system- major	Lecture,	

	organs and their function - Female reproductive system- major organs and their function - Reproductive health- some common reproductive health problems	Group work, Presentation, Video	Presentation assessment, Module test
30 hours	Laboratory Anatomy and physiology of human body	Discussion, Demonstration, Observation	Project work, Practical assessment

10. Reading list

- Beckett, B.S. (1989). *Illustrated Human and Social Biology*. Oxford: Oxford University Press.
- Clark, Grosle, W.F. (1980). *The Tissue of the Body*. Oxford: Oxford University Press.
- Landau, R. (1980). *Essential Human Anatomy and Physiology*. U.S.A: Scott, Foreman & Co.
- Newman, G. (1977). *The Encyclopaedia of Health and the Human Body*. New York: Franklin Watts.
- Vidya, R. (1983). *Hand Book of Human Physiology*. Delhi: Taypee Brothers.
- Ross & Wilson. (1981). *Foundations of Anatomy & Physiology*. Hong Kong: Longman Group Ltd.
- Smith, A. (1985). *The Body*. London: George Allen and Un win Publishers Ltd.
- Watts, F. (1975). *The Encyclopaedia of Health and Human Body*. Manila: Grolier In. Corporation.
- Free internet resources may be used.

11. Date last reviewed: 7th March, 2020

ལོ་རིམ་གཉིས་པའི་སློབ་དཔུང་། ཡུལ།

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། བྱ་སྟོན་དང་འཛོལ་བ་ཟས།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། DBS201
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྟོན་མཐུས། ༡༢ (༤-༣-༣)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་ཁྱེད་པ་བཟླ་ཤིས།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
ནད་གྱི་གཉེན་པོ་ཟས་སྟོན་གྱི་སྤང་བྱེད་དང་ ཡན་ལུས་ཚུལ་བཞིན་ཤེས་ཐོག་ལུས་འདི་ཐ་མལ་ནད་མེད་གྱི་དང་ལུ་
བཞག་ཚུགས་པ་ཡིན།
- ཉ སློབ་སྟོན་གྲུབ་འབྲས།
སློབ་སྟོན་འདི་མཐུག་བསྐྱེད་ད་ སློབ་སྟོན་པ་ཚུ་གིས།
 - ཆོ་བསྐྱེད་བའི་ཐབས་དང་ འཛིན་ཉེན་མི་དང་ དམ་པ་ལྟ་ཆོས་ཀྱི་ལུགས་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས།
 - དུས་དུག་གི་མཚན་ཉིད་བཟོད་ཚུལ་དང་དུས་དུག་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་སྟོན་ལམ་སྐོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - གནས་སྐབས་ཀྱི་སྟོན་ལམ་བཅུ་གསུམ་རེ་རེ་བཞིན་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - འབྲུ་རིགས་སོགས་བཟའ་བཏུང་གི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡན་ལུས་ཚུལ་བཞིན་རྟོགས་ཚུགས།
 - དུག་ལྷན་གྱི་ཟས་དང་ མི་འཕྲོད་པའི་ཟས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཤེས་ཏེ་སྤང་བྱེད་འབད་ཚུགས།
 - བཟའ་བཏུང་ཐོས་ཚད་མང་ཉུང་དང་བསྟེན་ཚུལ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་ ༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
སྟོར་འཛིན་རྒྱུགས་ལེན་ནི་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
སློབ་འཇུག་ཚུགས་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
- ༨.༢ མཐུག་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
དེ་ཡང་སློབ་དུས་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༥།
སྟོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༥།

༤༥	འགྲེམས་སྟོན། སྤྱད་བ་བཅང་བ། བསྐྱ་བྱུག་བྱ་ཐབས། རྩལ་བ་སྤྱད་ཐབས། དྲིལ་ ཕྱིས་བྱ་ཐབས། འབྲུའི་རིགས་ཀྱི་སྟེ། ཤ་ཡི་རིགས་ཀྱི་སྟེ། སྤྱུམ་རིགས་ཀྱི་སྟེ། སྟོང་ད་ རིགས་ཀྱི་སྟེ། གཡོས་སུ་སྤྱར་བའི་རིགས་ཀྱི་སྟེ། བདུང་བའི་སྟེ།	ལག་ལེན་འགྲེམས་ སྟོན་དང་དང་དཔེ་ རིས་ཚུ་སྟོན་ཐོག་ ལས།	ལག་ལེན་ འགྲེམས་སྟོན་ དང་རོས་འཛིན་ འབད་བཅུག་ ནི།
༤༦	ལག་ལེན། བསྐྱ་བྱུག་བྱ་ཐབས། རྩལ་བ་སྤྱད་ཐབས། དྲིལ་ཕྱིས་བྱ་ཐབས།	སྟོབ་སྟོང་ནང་འཁོད་ ལག་ལེན་འབད་ནི།	རྒྱལ་ལེན་ནི།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བྱ་བ་སྟོན་ལམ་དང་འཛོལ་བཅས་གནས་ཀྱི་ཙ་བ།

༡༡ རྒྱུ་རྐྱེད་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྟོང་དཔེ་དེབ་ལུ་ལྷུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།
- སྟེ་སྟེད་སངས་རྒྱལ་རྒྱལ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁོར་ལ་བུ་རྩལ་སྟོན་པོ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- སྟེམས་པ་ཆོ་དབང་། བཤད་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཆོག་དོན་ཉིམ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- དར་མོ་སྟོ་བཟང་ཆོས་གསལ། རྒྱུད་བཞི་འཁོར་ལ་མེས་པོ་འཁོར་ལུ་ལྷུང་སྟོན་ཆ། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་
དཔེ་སྟེན་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྟོན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙུག་ཀྱི། གནས་ལུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།
- རྩལ་སྤྱད་ལུ་ཡོན་ཏན་ཁང་། གྲུང་གོ་འཁོར་ལ་ལྷུང་སྟོན་ཆ། མི་མང་དཔེ་སྟེན་ཁང་།
- ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༩༦/༡༩༩༧) བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་སྟོན་ཐོན་ལུ་འཕེལ་བཟུས། སི་ཁོན་མི་རིགས་
དཔེ་སྟེན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁོར་ལ་བུ་རྩལ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- གཡུང་འབྲུམ་རྒྱལ། (༢༠༠༩) བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་འཛོལ་བཅས་སྟོན་ལམ་སྟོང་ཆ་ལྱི་ཡན་ཡོན་དང་
ལག་ལེན། ད་རེས་ས་ལ། སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆོས་ ༠༡/༠༤/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། སློབ་བ་སྒྲུབ།
- ༢ སློབ་ཚན་ཡང་རྟགས། PHR201
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསེ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སློབ་མཐུས། ༡༩ (༥-༩-༤)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་སངས་རྒྱལ་དབང་འདུས།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
སློབ་རིམ་འདི་གིས་སྒྲན་གྱི་རོ་དང་ཁྱེས་སྒྲན་གྱི་རེ་རེ་བཞེན་གྱི་ནུས་པ་དང་རོ་སྒྲན་གྱི་སྒྲེ་ཚན་དང་ཚན་རིག་གི་མིང་
རྒྱུ་ཐབས་རོ་སློབ་པ་ལ་བཅས་རྒྱུས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་ཚུགས་པ་ཡིན།
- ༧ སློབ་སློབ་ཐུབ་འབྲས།
སློབ་རིམ་འདི་མཐུག་བསྟུན་ད་ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་གིས།
 - སྒྲན་གྱི་རོ་དང་ནུས་པ་ལྟ་རྒྱུས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཁྱེད་གང་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས།
 - བཞུ་བ་དང་མི་བཞུ་བའི་ཁམས་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲན་རིགས་དང་ ས་སྒྲན་དོ་སྒྲན་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས།
 - ཅི་སྒྲན་སྒྲེ་ཤིང་ལས་བྱུང་བའི་ན་རྒྱས་རེ་རེ་བཞེན་གྱི་རོ་བའི་ཕན་ནུས་དང་རྟོགས་བརྗོད་སློབ་ཚུགས།
 - རྒྱུ་ཐབས་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྒྲེ་བས་སུ་སློབ་བའི་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
 - སྒྲན་རེ་རེ་བཞེན་གྱི་ཚན་རིག་གི་མིང་དང་གསེ་བ་རིག་པའི་མིང་གི་ནུས་ཁྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས།
- ༨ དཔྱད་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དཔྱད་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།
ལས་འགྲུལ་(སྒྲན་གྱི་རྟོགས་བརྗོད་འབྲི་བཅུག་ནི)ནང་ལས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།
སློབ་འཛིན་འབད་ནི་ནང་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།
སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།
- ༨.༢ མཐུག་བསྟེན་དཔྱད་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།
སློབ་དུས་གྱི་འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༥༠།
སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

ཏུས་ཡུན། རྒྱུ་ཚད།	ནང་དོན།	སྟོབ་སྟོན་དང་སྟོབ་སྟོང་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༥༠	རོའི་རྟོན་བཤད་པ། རོའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། རོའི་རོ་བོ་ བཤད་པ། རོའི་སྡེ་ཚན་བཤད་པ། རོའི་བྱེད་ལས་ བཤད་པ། (ལུ་ཇེས་)ཇི་ལྟར་ལུ་བའི་ཚུལ། ལུ་བའི་རོ་ ལུ་ཇེས་ཀྱི་རུས་པ། སྟོན་སྟོང་རོ་རུས་བཤད་པ། རིན་པོ་ཆེའི་སྟོན། རོའི་ སྟོན། སའི་སྟོན། ཤིང་གི་སྟོན། ཕྱིའི་སྟོན། ཐང་སྟོན། སྟོ་སྟོན། སྟོག་ཆགས་ཀྱི་སྟོན། སྡེ་ཚན་དུ་སྦྱར་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་དང་ རོ་རུས་ཀྱི་ སྦྱར་ཐབས་བཤད་པ།	དཔེ་ཁྲིད་ སྡེ་ཚན་གྲོས་ བསྟར་ སྟོར་འཛིན་ རྒྱགས་འབུལ་ ལས་ འགྲུལ་(Latin names)ཐོག་ལས་འབྲི་ བརྒྱུ་ལྟེ་ ཕྱིར་སྦྱོང་སྦྱོང་ བརྟན་གྱི་ཐོག་ལས་སྟོབ་ སྟོན་འབད་ནི།	ཉིན་བསྟར་སྟོབ་ཁང་ནང་ ལུ་སྟོར་འཛིན་རྒྱགས་ ལེན་དང་ ཅི་བ་ཅིས་ ལན་འབད་ནི་ གོ་དོན་ སྟོབ་བརྒྱུ་ལྟེ་ སྟོབ་ཁང་ གི་ཆོས་རྒྱགས་དང་ སྟོབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱགས་ བཅས་ཀྱི་ཐོག་ལས་དབྱེ་ ཞིབ་འབད་ནི།
༥༥	འགྲེམས་སྟོན། སྟོན་རོས་འཛིན་	སྟོན་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གི་ སྟོན་གྱི་འགྲེམས་སྟོན་དང་ གསལ་བཤད་འབད་ཐོག་ ལས།	སྟོན་ཇེས་ཚུ་འགྲེམས་ སྟོན་འབད་བརྒྱུ་ལྟེ་
༥༠	ལག་ལེན། སྟོར་འཛིན། སྟོན་རོས་འཛིན།	སྟོར་འཛིན་དང་ཕྱིར་ བསྦྱོང་སྦྱོང་བརྟན་ཐོག་ ལས།	སྟོན་རོས་འཛིན་དང་ རྒྱགས་ལེན་ནི།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བདུད་རྩི་སྤྲིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། སྤྱོད་བ་
སྤྲོན་གྱི་གནས་བསྟན་པའི་རྩ་བ།

- ཁོ་རུ་ནམ། ཡང་སྲོང་དྲུམ་པ་འཛིན་པ་ལྟར་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- རྩེ་སྤྱང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཁོ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་བཞུགས་སྟོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་

ཁང་།

- སྐྱེམས་པ་ཆོ་དབང་། བཤད་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཚིག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྒོ་བཟང་ཆོས་གཤམ། རྒྱུད་བཞི་འཁོར་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། རྒྱུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྐྱེན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙུག་རྒྱུ་ལུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས། (༡༩༩༦) བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་སྤྱི་དོན་གཙུག་ལྷན་། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁོར་བཏོད་ནམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་རའི་ཕྱི་མཛེས་རྒྱུ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- གསེར་ཁང་བཀྲ་ཤིས། (༡༩༩༦) བཏུན་ཅི་སྐྱེན་གྱི་རྣམ་བཤད་སྒོ་གསར་དག་འཁྱོན། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ཆོ་རིང་ལོ་རྒྱུ། (༢༠༡༣) བོད་ལུགས་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱི་དོན་སྐྱེན་རྒྱུ་སྒོ་འབྲུམ་ཀྱན་བཏུས། ད་རམ་ས་ལ། སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- སྐྱེན་ཅིས་ཁང་། (༡༩༩༣) བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་སྐྱེན་རྒྱུ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། ད་རམ་ས་ལ།
- སྐལ་བཟང་ཚུལ་ཁྲིམས། (༢༠༠༤) བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་དང་ཨ་ཡུར་མེ་རྒྱུད་དེ་འཁྱེན་གཞུང་བཙུག་ལུ་ས་བསྟན་པའི་སྤྱི་དོན་སྐྱེན་རྒྱུ་གྱི་དཔར་རིས་དང་ལག་ལེན་གཙུག་ལྷན་། ད་རམ་ས་ལ། སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- དེ་ལྟ་དམར་བསྟན་འཛིན་ཐུན་ཚོགས། (༢༠༠༩) བཏུན་ནད་གཞོམ་པའི་གཉེན་པོ་ཅི་སྐྱེན་གྱི་ལྷན་པ་རྒྱུ་བཤད་གསལ་སྒོན་ཏི་མེད་ཤེལ་གོང་། ད་རམ་ས་ལ། སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- སྐལ་བཟང་དོན་གྲུབ། (༢༠༠༩) བོད་སྐྱེན་སྤྱི་དོན་སྐྱེན་རྒྱུ་རིག་པ།
- དག་འབའི་དོ་རྩེ། (༢༠༠༩) བོད་རྒྱུན་སྐྱེན་སྤྱི་དོན་རིག་པ།
- རྣང་སྐྱེན་གསོ་རིག་སྒོ་བཙུགས། (༢༠༡༩) འབྲུག་གི་སྤྱི་སྐྱེན་འབྲུངས་དཔེ་ཤེལ་གྱི་བུམ་བཟང་།

༡༩ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆོས་ ༠༡/༠༤/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། ཆ་བྱད་དཔྱད་དང་ཐ་མལ་ནད་མེད་རྩིས་འཛིན་རྟགས།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། DPM201
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསེ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༩ (ཧ-༩-༩)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་འཇམ་དབྱངས་ཡེ་ཤེས་དོ་ཨེ།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
སྦྱང་རིམ་འདི་གིས་ ཆ་བྱད་དཔྱད་གྱི་གནས་ ཐ་མལ་ནད་མེད་གྱི་གནས་ རྩིས་བཟུང་རྟགས་གྱི་གནས་བཅས་སྟོན་མ་
ཡིན།
- ༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
སྦྱང་རིམ་འདི་མཐུག་བསྟུན་ སློབ་སྦྱང་པ་རྩི་གིས།
 - ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནས་ནད་རྩིས་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྩལ་དཔྱད་གྱི་ཆ་བྱད་ཀྱི་རིགས་དང་ ཚད་གཞི་ དབྱེ་བ་རྩི་ཤེས་
རྟགས།
 - ལུས་དེ་ཉིད་མི་ན་བ་ཁོ་ནར་གནས་ཤིང་ཡུན་རིང་དུ་འཛོལ་བར་བྱ་བའི་ཐབས་ལམ་བསྟེན་རྟགས།
 - སྤང་རྩིས་ནད་རྟགས་སྤྱི་བྱེ་བྲག་པ་དབྱེ་ཞིབ་ཞིབ་འཇུག་གིས་ནད་ཀྱི་རོ་བོ་མ་འཁྲུལ་པར་གསལ་བར་རྟགས་པའི་
བརྟག་ཐབས་མན་ངག་དང་བཅས་པ་གཏན་ལ་ཐབ་རྟགས།
 - སྤྱི་མ་དང་ལུད་པ་འཁྲུ་སྦྱགས་དང་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ཁྲག་ལྷགས་ཆེ་ཆུང་བརྟག་དཔྱད་འབད་རྟགས།
 - རྟན་པས་སྤྲན་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་རྟགས་པའི་དོན་ལུ་ངན་གཡོ་སྦྱོན་གྱི་བརྟག་ཐབས་གོ་དོན་མ་
མོར་བར་རྟགས་རྟགས།
 - རྟན་པ་གསེ་བ་ལ་འཇུག་པའི་ཆེ་ཉེན་ཆེ་ཉེན་རྒྱུ་མཉམས་སྤྱི་མཉམས་ལ་བཞི་གཏན་ལ་ཐབ་རྟགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྦྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྦྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྦྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྦྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།
- ༨.༢ མཐུག་བསྟེན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྦྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
སློབ་དུས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྦྱགས་ ༥༠།
སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྦྱགས་ ༡༠།

༩ ནང་དོན་ས་བཅད།

དུས་ལུག་། རྒྱུ་ཚད།	ནང་དོན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་ སློང་ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༡༠	ཟུག་རྩ་བརྟག་པའི་ཆ་བྱད་ ཟུག་རྩ་འབྱིན་པ་སྐྱམ་པའི་ཆ་བྱད་ འབྲལ་ཞིང་ནད་ཁྲག་འབྱིན་པ་གཙགས་བྱའི་ཆ་བྱད་དབུག་པ་ ཐུར་མའི་ཆ་བྱད་ ཐུན་བུ་སྒྲ་ཚོགས་པའི་ཆ་བྱད། མི་ན་བར་གནས་པར་བྱ་བ་ལ་ རྒྱུན་སྤང་ན་ནད་མི་འབྱུང་བར་ བརྟན་པ་ རྒྱུན་སྤང་ཞིང་བསྐྱར་བའི་ཐབས་དང་། རིང་དུ་འཚོ་ བར་བྱ་བ་ལ་ སན་ཡོན་ གནས་ རྟེན་ བྱ་ཐབས་སོ།། ཉེས་པ་དངོས་སུ་སྟོན་པའི་བརྟག་པ་ལ་ སློང་བ་རྒྱ་ཡི་སྟོན་ས་ བརྟག་པ་དང་ མཚན་ཉིད་བརྟག་གི་སྟོན་ས་བརྟག་པ། སན་ གཞོད་བསྟེན་པའི་སྟོན་ས་བརྟག་པ། མཚན་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ་བ། མཚན་འབྱུང་བར་བྱ་བ། དུས་ བསྐྱིང་བ། སྤར་རྒྱུ་བཅད་པ། བརྟད་ལ་ལོར་བ། ཁ་བཅིང་ པ། སྟོ་ལ་གདོན་པ། ཐབས་འོག་གཞུག་པ། སྟོན་པའི་ཡན་ལག་གི་སྟོན་ས་གསེས་སྟོན་པ། སྟོན་གྱི་ཡན་ལག་ ནད་གཡོག་གི་ཡན་ལག་ ནད་ཀྱི་སྟོན་ས་གསེས་སྟོན་པ་ གསེས་དཀའ་བ་ གསེས་བ་ཙམ་ གསེས་བ་སྤང་བ་བྱ་བ།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་དང་ སློར་ འཛིན་རྒྱགས་འབྲལ་ ལས་འགྲུལ་འབྲི་ བརྟག་ནི། ཟླ་རིམ་ དང་སློབ་དུས་ཀྱི་ཚེས་ རྒྱགས་ཐོག་ལས་སྟོན་ ནི།	ཉིན་བསྟར་སློབ་ཁང་ ནང་ལུ་སློར་འཛིན་ རྒྱགས་ལེན་དང་ གྲི་ བ་དྲིས་ལན་འབད་ནི་ གོ་དོན་སྟོན་བརྟག་ནི། ལས་འགྲུལ། སློང་ལཱ་ ཐོག་ལས་དབྱེ་ཞིབ་ འབད་ནི།
༢༠	འགྲེམས་སྟོན། ཟུག་རྩ་བརྟག་པའི་ཆ་བྱད་ ཟུག་རྩ་འབྱིན་པ་སྐྱམ་པའི་ཆ་བྱད་ འབྲལ་ཞིང་ནད་ཁྲག་འབྱིན་པ་གཙགས་བྱའི་ཆ་བྱད་དབུག་པ་ ཐུར་མའི་ཆ་བྱད་ ཐུན་བུ་སྒྲ་ཚོགས་པའི་ཆ་བྱད།	ཆ་བྱད་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ འགྲེམས་སྟོན་དང་ གསལ་བཤད་འབད་ ཐོག་ལས།	ཆ་བྱད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་ ངོས་འཛིན་འབད་ བརྟག་ཐོག་ལས།
༤༠	ལག་ལེན། སློང་བ་རྒྱ་ཡི་སྟོན་ས་བརྟག་པ་དང་ མཚན་ཉིད་བརྟག་གི་སྟོན་ ས་བརྟག་པ། སན་གཞོད་བསྟེན་པའི་སྟོན་ས་བརྟག་པ།	ཐོས་པ་སྒྲ་རིག་དང་ མཐོང་བ་ཡུལ་རིག་གི་ བརྟག་ཐབས་ཀྱི་ལག་ ལེན་ཐོག་ལས།	ངག་གིས་དྲི་བའི་ བརྟག་ཐབས་དང་ མཚན་ཉིད་བརྟག་ ཐབས་ཀྱི་ལག་ལེན་

			འབད་བཅུག་ནི།
--	--	--	--------------

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བདུད་རྩི་སྤྱིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། ཆུབ་དབྱེད་དང་ ཐ་མལ་ནད་མེད། རོས་འཛིན་རྟགས་ཀྱི་གནས་བསྟན་པའི་རྩ་བ།

༡༡ རྒྱུ་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- དར་མོ་སློ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟན་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། སངས་ལོང་དབྱེས་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟན་ཁང་།
- རྩེ་སྤྱི་དཔེ་སྟན་ཁང་། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་བུ་རྩེ་སྟོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྟན་ཆེས་ཁང་།
- སྤྱེམས་པ་ཆོ་དབང་། བཤད་རྒྱུ་འཁྲུག་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྟན་ཆེས་ཁང་།
- རྩེ་སྤྱི་གཞུང་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འཁྲུག་པ་རིག་ཀྱན་འདུས་སྟོན་ཆ། མི་མང་དཔེ་སྟན་ཁང་།
- པད་ཁོ། (༢༠༡༥) ཐ་མལ་ནད་མེད། དར་མོ་སྟན་ཁང་།
- སློབ་བཟང་དཔེ་སྟན་ཁང་། (༢༠༡༥) ཆུབ་དབྱེད་དང་ དར་མོ་སྟན་ཁང་།
- བསམ་གྲུབ་རྒྱལ། (༢༠༡༥) རོས་བཟུང་རྟགས། དར་མོ་སྟན་ཁང་།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲིལ་ཆེས་ ༠༡/༠༤/༢༠༢༠

༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། གསལ་བྱེད་ཐབས་དང་བྱ་བྱེད་སྒྲན་པའི་གནས།

༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། TME201

༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།

༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༢ (༩-༩-༠)

༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་རྟེན་འབྲེལ་དབང་འདུས།

༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།

སྦྱང་རིམ་འདི་གིས་ མ་ཞུ་བ་སོགས་སྤྱི་དང་ བྱ་བ་ལྟ་བུ་གསལ་ཚུལ་དགྲ། དངོས་དང་ བརྟ་བྱ་ སྦྱང་བྱའི་གསལ་
ཐབས་གཉིས། གསལ་བ་པོ་སྒྲན་པའི་རྒྱ་དང་དོ་དམ་ཆོག་དབྱེ་བ་བཅས་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས་པ་ཡིན།

༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།

སྦྱང་རིམ་འདི་མཇུག་བསྟུན་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།

- སྒྲན་བཏང་བཅུ་རེ་རེ་བཞིན་བཅི་ཚུགས།
- མ་ཞུ་བ་དང་བཅས་ནད་སྤྱི་གསལ་བའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་རྟོགས་ཚུགས།
- བྱ་བ་ལྟ་བུ་གསལ་ཚུལ་དགྲ་པོ་རེ་རེ་བཞིན་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- གཉེན་པོ་གང་གི་གསལ་བའི་ཐབས་གཉིས་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- གསལ་བ་པོ་སྒྲན་པའི་རྒྱ་ སྒྲན་པའི་དོ་དམ་ རེས་ཆོག་ སྒྲན་པའི་དབྱེ་བ་ སྒྲན་པའི་ལས་ གནས་སྐབས་དང་མཐར་
ཐུག་གི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱང་ཡུལ་ལམ་བུ་བ་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པའི་འཇུག་ལྟ་བུ་དཔེ་སྒྲན་པའི་
གནས་དོན་ཚུ་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།

༨ དབྱེ་ཞིབ།

༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ཙ་བ་སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།

༨.༢ མཇུག་བསྟུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།

སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

- དར་མོ་སློབ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། རྒྱུད་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙེ་བརྒྱད། ཀན་སུ་ལུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- སྡེ་སྤྱིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་བཞུར་སྟོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་རྒྱལ། ཡང་སྟོང་དཀྲུས་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ཅོམ་སྒྲིག་ཁྱུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། རྒྱུད་གོའི་གསལ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞིའི་བད་བཀོལ་རྣམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་རའི་སྤེང་བའི་མཛེས་རྒྱན། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- སློབ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསལ་རིག་སྟོན་དེབ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- ཐུབ་བསྟན་སྟུན་ཆོགས། (༡༩༧༦/༡༩༨༦) གསལ་རིག་སྟེང་ཁོར་གཅེས་བུས། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- དཔལ་ལྷན་རྒྱ་མཚོ། (༢༠༠༩) གསལ་བྱེད་ཐབས།
- བན་དེ་ཆེ་མིང་། (༢༠༠༩) བྱ་བྱེད་སྟུན་པ།

༡༩ བསྐྱར་ཞིབ་ལྷ་ཆོས་ ༠༡/༠༥/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། ལྷ་ཐོ་ལྷ་མིག།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། CLC201
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསེ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སློབ་ཚན་མཐུས། ༡༩ (༡-༢-༣)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་གསལ་འཕྲིན་ཚན་པུན།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
དཀར་ནག་ཅིས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་དང་ གཟུགས་འཕྲོད་སྤྱི་བཟང་དཔེ་ལྷན་པོའི་དབྱེ་བ་བཅས་སྟོན་མ་ཞིག།

མ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།

སྦྱང་རིམ་འདི་མཐུག་བསྟུན་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།

- འདས་གཟུགས་དང་དུང་ལུ་བའི་གཟུགས་ཀྱི་དཔེ་དང་ཁམས་སྤྱི་ཚུ་གས།
- གཟུགས་དང་ སྤྱི་ལོ་གི་ཚུ་ཚོད་ཚུ་བཅི་ཚུ་གས།
- གཟུགས་དང་སྤྱི་མ་འཕྲད་པའི་འཕྲོད་སྤྱི་ལག་ཅིས་འཐབ་ཚུ་གས།
- འཕྲོད་ཆེན་དང་འཕྲོད་སྤྱི་པ། འཕྲུབ་སྤྱི་བདུན་ གྲུག་ཆེས་དང་གྲུག་སྤྱི་པ་འབྲས་མེགས་
བཅི་ཚུ་གས།
- ལྷ་ཐོ་འདི་ལྷ་མིག་སྤྱི་ཚུ་གས་ཐོག་ལས་སྤྱི་པ་དང་གཏུ་བ་གྲུག་སྤྱི་པ་འབྲས་
བཅི་ཚུ་གས།

༡ དབྱེ་ཞིབ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྤྱི་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྤྱི་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སྤྱི་པ་འཛིན་ནང་སྤྱི་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སྤྱི་པ་འཕྲུག་ནང་ལས་སྤྱི་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠།

༡.༢ མཐུག་བསྟུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྤྱི་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སྤྱི་པ་དུས་ཀྱི་འཕྲི་རྒྱུག་ནང་ལས་སྤྱི་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

༡ ནང་དོན་ས་བཅད།

དུས་ལུག་། རྒྱུ་ཚད།	ནང་དོན།	སྟོབ་སྟོན་དང་སྟོབ་སྟོང་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༡༠	འདས་གཟའ་དང་ ད་ལྟ་བའི་གཟའ་ཡང་ཡིག་སྟོར་ཚུལ་ སྐར་མ་དང་གཟའ་ཁམས་འཕྲོད་སྟོར་བཟང་ངན། ཟླ་ཉི་མའི་སྟོར་འབྲས་ སྤེལ་ཆོས་དང་ཡན་ཀོང་ རྟེན་ འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ལོ་དང་ཟླ་བའི་འགོ་འཛིན། གཟའ་དར་གུད་དང་ གཟའ་བདུན་སོ་སོའི་དམིགས་བསལ་ ཀྱི་སྤང་བུའི་སྟོར། སྐར་མའི་དར་གུད་དང་ བཟང་ངན་ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་ལ་སྐར་ མའི་མིང་སྟུར་ཚུལ། གཟའ་དང་ སྐར་མའི་འཕྲོད་རྒྱུ་དང་ འཕྲོད་ཆེན་གྱི་བཟང་ ངན་དབྱེ་བ། བཟང་ངན་འཕྲོད་སྟོར་བཅོ་ལྔ་དང་ ཟླ་ཉི་མའི་སྟོར་ འབྲས། བསྤེལ་ཆོས་དང་ རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་སྟོར་ ལོ་དང་ཟླ་ བའི་འགོ་འཛིན་སོ་སོའི་ལུགས། སྐར་མ་ཆོས་ལ་འཆར་ཚུལ་དང་ སྟོབ་ཆོས་ལ་འཁོར་ཚུལ་ ཆོས་ལ་རྒྱ་བའི་ས་བདག་སྟོར་གྱི་བཅོས་འབད་ཐངས། དུ་མེ་སོལ་གསུམ་སྟོར་དང་ ལྷ་ཐེབས་ སྟེ་ཐེབས་ལས་ ལམ་སོགས་ཀྱི་སྟོར། གནམ་སྟོང་བཅུ་ཡི་འཆར་ཚུལ་ བྱེད་པ་བཅུ་གཅིག་བཟང་ངན་ ཟླ་ནག་འཆར་ཚུལ། གཟའ་དང་ སྐར་མ་ ཆོས་བྱེད་པ་སོགས་ལུས་ལྷགས་ཆེ་ རྒྱུ་སྟོར་ ཕྱིས་འགོ་གང་དང་གང་ལ་ཡང་ དམིགས་བསལ་ གཙོ་དགོས་སྟོར།	དཔེ་ཁྲིད་ སྟོང་ལུ་ སྟོར་འཛིན་འབད་ནི་ ལས་འགུལ་ ལག་ཅིས་ སོགས་ཟླ་ཐོ་མཚུབ་ རྒྱགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ འབད་ནི།	དི་བ་དིས་ལན་ གསལ་བཤད་འབད་ བཅུག་ནི་ ལག་ཅིས་ ལས་འགུལ། སྟོབ་ ཁང་ཆོས་རྒྱགས་དང་ སྟོབ་དུས་ཀྱི་རྒྱགས་རྒྱ་ ལེན་ཐོག་ལས་འབད་ ནི།

	ཟླ་ཞག་དུས་ལ་འཆར་བའི་དུས་སྒྱུར་གལ་ཆེ་བའི་སྒོར།		
༣༠	འགྲེམས་སྟོན། ཟླ་ཐོ་བཟླ་ཐངས།	ཟླ་ཐོ་འོ་ནང་དོན་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་འགྲེམས་ སྟོན།	ནང་དོན་རེ་རེ་བཞིན་ དུ་འགྲེལ་བཤད་འབད་ བཅུག་ནི།
༤༠	ལག་ལེན། ཟླ་ཐོ་བཟླ་ཐངས།	ཟླ་ཐོ་ལག་ལེན་འཐབ་ སྟེ་དོགས་གསལ་དང་ ཁྱི་བ་ཁྱི་ལན་འབད་ནི།	ཟླ་ཐོ་བཟླ་ཐངས་ཤེས་ མ་ཤེས་དབྱེ་ཞིབ་ འབད་ནི།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་གྱི་ཐོ།

- མཚན་སྟོབ་རྟ་མགོན་ཆོ་དབང་། ཟླ་ཐོ་བཟླ་ཐངས་བདེ་སྦྱིད་དཔལ་ལྷན་ཁག་གི་ཞུས་ཀྱི།

༡༡ རྒྱུ་སྒྱུར་དཔེ་དེབ་གྱི་ཐོ།

- ལྷེ་སྦྱིད་སངས་རྒྱ་མཚོ། ཕྱིས་གཞུང་བློ་རྟེན་དཀར་པོ།
- ལྷམ་པ་ལྷ་མོ་རྒྱལ། ཕྱིས་རིགས་ལག་ལེན་ཉེར་མཁོ།
- རྟ་མགོན་ཆོ་དབང་། (༡༩༩༥) འབྲུག་ལུགས་ཟླ་ཐོ་བཟླ་ཐངས་དང་སྦྱེས་ཕྱིས་བཏོན་ཐངས་རི་མོ་འཛིན་པ་བླ་མ་ཐངས་བཙུང་གི་སྒྲོར་ཚོགས་ལེགས་བཤད་བདེ་སྦྱིད་དཔལ་ལྷན་ཁག་གི་ཞུས་ཀྱི། ཐུག་ཕུག་

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་ཟླ་ཆོས་ ༠༡/༠༤/༢༠༢༠

ལོ་རིམ་གཉིས་པའི་སློབ་དཔུང་༢༥།

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	ཙ་མདོ།
༢	སློབ་ཚན་ཡང་ཉམས་།	SMG201
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
༤	སྦྱང་མཐུས་།	༡༩ (༤-༣-༣)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	དྲུང་འཛོལ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ་།	རིག་པ་ཙ་ལ་བརྟག་ཐབས་སྤྱི་དོན་བརྩམས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ནད་ཅན་དང་ནད་མེད་ཀྱི་ཕྱི་འཕར་ཚུལ་དང་། ཕྱི་ ཐོག་ལས་ནད་གཞི་དོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་པ་ཡིན།
༧	སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས་།	ཙ་མདོ་འདི་ལྟ་བུ་ཆ་རུང་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས། • ཙ་བཟླ་བའི་སྐབས་ལུ་བྱུང་ཆོས་ག་ཅི་ར་ཆང་དགོཔ་ཡིན་ན་ཤེས་ཚུགས། • ཙ་བཟླ་མིའི་དོན་ལུ་ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ་སྤང་བཟང་ག་ཅི་ར་འབད་དགོཔ་ཡིན་ན་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། • ཙ་བཟླ་བའི་དུས་དང་ བཟླ་བའི་གནས། མནན་ཚད། བཟླ་ཚུལ་ཚུ་གཞུང་བཞིན་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། • སོ་ཙ་མོ་ཙ་མ་ཞིང་གི་ཙ་རྒྱུད་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་འཕར་ཚུལ་སོ་སོར་བྱེ་ཚུགས། • ཕྱི་དུས་བཞི་དང་ནད་དོན་ལཱ་འཕམས་དང་། དོན་ལཱ་ཙ་གསུམ་སོ་འབྱུང་བ་ལཱ་འཕམ་བཞིན་གཅིག་ཏུ་སྦྱར་ཏེ་ བཟླ་ཐངས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། • ནད་མེད་ཀྱི་ལག་པའི་ཙ་ལུ་བརྟགས་ཏེ་ལེགས་ཉེས་རྟོགས་ཤིང་ དེས་ཤེས་འདྲོངས་ཚུགས་པ་དང་ ལུང་བསྟན་ རྣམ་པའི་བྱུང་ཆོས་ཅན་གྱི་དོམ་ཆར་ཙ་བདུན་གྱི་ལེགས་ཉེས་སྐྱོར་ཤེས་ཚུགས། • ནད་མེད་ཐ་མལ་གྱི་ཕྱི་འཕར་གྲངས་དང་ ནད་ཅན་གྱི་བྱུང་པར་དབྱེ་བ་བྱེ་ཚུགས། • ཆ་བའི་སྤྱི་ཙ་དུག་དང་ གང་བའི་སྤྱི་ཙ་དུག་གི་བྱུང་པར་བྱེ་ཚུགས། • ཙ་རྒྱུད་སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་ནད་རྒྱུད་པ་དང་། ལྷན་པ། འདུས་པ། ཆ་གང་ག་ཅི་ཆེ་ཆུང་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་ ཚུགས། • འཆི་ཙ་གསུམ་དོས་འཛིན་འབད་དེ་ འཆོ་འཆིའི་ཁ་དམར་གདགས་ཚུགས། • རྣམ་རྟོག་གི་རྩིས་སུ་འབྲངས་པའི་འབྲུལ་སྤང་གིས་ཟིན་པའི་གདོན་ཚུ་ཙ་བརྟགས་ཏེ་གདོན་དོས་འཛིན་འབད་ ཐངས་ཤེས་ཚུགས། • ལྷ་ཕྱི་ཐོག་ལས་ཆོ་རིང་བྱུང་དང་། ཆོ་བརྟན་མི་བརྟན། དགེ་མི་དགེ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ཚུ་གསལ་བར་ བཤད་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སློབ་འཛིན་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།

༡.༢ མཚུགས་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་ ༤༠།

འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

འགྲེམས་སྟོན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༢ བཅུ་ལྟེན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། རྒྱུ་ཆ་ཚད།	ནང་དོན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱང་ཐབས་ ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༤༠	སློབ་འགྲོ་ཟུང་སྦྱོང་ལ་བསྐྱབ་པ། རྩ་བ་ལྟ་བུའི་དུས། བཟུང་བའི་གནས། མཐུན་ཚད། བཟུང་ཚུལ། བཅུ་ལྟེན་ཐ་མཐུ་གྱི་རྩ། ཁམས་ལྟེན་འབྱུང་བ་བརྩི་བ། རོ་ མཚར་རྩ་བ་དུན།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་དང་། རྩ་ བ་སློབ་འཛིན། ལས་འགུལ། སྦྱང་ལྟ། ལྷན་པོ་དང་སློབ་ཁང་ ཆོས་རྒྱུགས་ཐོག་ལས་སློབ་སྟོན་ འབད་ནི།	དི་བ་དིས་ལན། སློབ་ཁང་གི་ རྒྱུགས། རྩ་བ་སློབ་འཛིན། ལས་འགུལ་དབྱེ་ཞིབ། འགྲེམས་སྟོན། ལྷན་པོ་དང་ སློབ་དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་རྒྱ་ལེན་ ཐོག་ལས་འབད་ནི།
༤༥	འགྲེམས་སྟོན། རྩ་བ་ལྟ་བུའི་གནས་དེས་པ་ཅན་ མཐུག་གཉེར་དང་པོར་བཟུང་ཐངས། རྩ་བ་ལྟ་བུའི་གནས་ཀྱིས་མཐུན་ ཚད། རྩ་བ་ལྟ་བུའི་ལྟ།		འགྲེམས་སྟོན་གྱི་རྒྱུགས།

༤༠	ལག་ལེན། སྐྱེ་ཁང་ནང་ནད་པ་བཟུང་བར་གཏང་ ནི།		ལག་ལེན་གྱི་ངོ་འབྱོར་དབྱེ་ ཞིབ། ལག་ལེན་གྱི་རྒྱལ་ས་ལེན་ནི།
----	--	--	--

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་གྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བདུན་ཅི་སྤྱི་དཔོན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། དེག་པ་ཙ་ལ་
བརྟག་པའི་ཙ་བ།
- ཐུབ་བསྟན་ལེགས་པའི་སློབ་གྲོགས། (༢༠༠༩) བརྟག་པ་ཙ་ཙུ་བུ་གི་འབྲུ་འགྲེལ། ནང་སྐྱེན་གསོ་རིག་སློབ་ཆོག་མས།

༡༡ རྒྱུ་སྐྱེད་དཔེ་དེབ་གྱི་ཐོ།

- ལྷེ་ལྷིད་སངས་རྒྱུས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷེ་ལྷིད་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ཆེ་ནས། ཏང་སློབ་དཔེ་ལེ་ལྷེ་ལྷིད་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ལྷེ་ལྷིད་སངས་རྒྱུས་མཚོ། ཙ་ཙུ་འཁྲུག་ཐབས།
- དར་མོ་སློབ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ལྷེ་ལྷིད་ཆ། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ཅོམ་སྒྲིག་ཁྱུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འགྲོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ལྷེ་ལྷིད་སངས་རྒྱུས་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷེ་ལྷིད་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་
ཁང་།
- སློབ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སློབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- པདྨ་དོ་ཨེ། (༢༠༡༧) རྒྱུ་སྐྱེད་ཙ་ཙུ་འཁྲུག་ཐབས་ཀྱི་ཙ་འགྲེལ། ད་རམ་ས་ལ། སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠

༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། ཞི་བྱེད་སློན་གྱི་མདོ་དང་རུས་པ་ཕྱོགས་བསྒྲུས།

༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། HFE201

༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།

༤ སྦྱོང་མཐུས། ༡༢ (༡-༢-༢)

༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་སྐལ་བཟང་ཆེ་རིང་།

༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།

ཞི་བྱེད་སློན་གྱི་མདོ་འདི་ནང་ལས་ཐང་དང་ཕྱེ་མ་རིམ་བྱ་བྱེ་གྲུ་སློན་མར་ཐལ་སློན་ཁུ་སློན་ཆང་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་བཅས་ཞི་བྱེད་སློན་བཟོ་ཐངས་དང་ཕན་རུས་དང་བཅས་པ་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས་པ་ཡིན།

༧ སློབ་སྦྱོང་གྲུབ་འབྲས།

སྐབས་དོན་འདི་མཁུག་བསྒྲུས་ད་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས།

- ཐང་སློན་ལུ་ཆ་སེལ་དང་གང་སེལ་གྱི་ཁྱད་པར་དང་ཕན་རུས་ ཐང་སྦྱོར་བཟོ་ཐངས་སྐོར་བཅས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- ཕྱེ་མ་རིམ་ཆ་སེལ་དང་གང་སེལ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ཕན་རུས་སྦྱར་ཐངས་རྟོགས་ཚུགས།
- རིམ་བྱ་ལུ་ཆ་གང་གི་དབྱེ་བ་དང་རིམ་བྱའི་བཟོ་ཐངས་གྱི་ལག་ལེན་སྐོར་རྟོགས་ཚུགས།
- རྩེ་གྲུ་ཆ་གང་གི་སྦྱོར་བ་དང་ལག་ལེན་གྱི་སྐོར་རྟོགས་ཚུགས།
- སློན་མར་ཆ་སེལ་དང་གང་སེལ་གྱི་སྦྱོར་བ་དང་ སློན་མར་སྦྱར་ཐངས་གྱི་ལག་ལེན་སྐོར་རྟོགས་ཚུགས།
- ཐལ་སློན་ལུ་སྦྱར་ནོ་འཇམ་བར་མའི་སྦྱོར་བ་དང་ བྱེ་བྲག་གི་སྦྱོར་བ་ ཁ་འཐོར་སྦྱོར་བ་ རིན་ཆེན་ཐལ་བཟོ་སྦྱོར་བ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- ཁུ་གྲོགས་བསྐྱབས་ལསོགས་པའི་སྦྱོར་བ་དང་ བཟོ་ཐངས་ལག་ལེན་གྱི་སྐོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- སློན་ཆང་གི་སྦྱོར་བའི་སྐོར་ཤེས་ཚུགས།
- རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱོད་ཆུང་ལུ་ ཞི་བྱེད་ཀྱི་ལོག་གཞོན་ཡིན་པའི་ཚུལ་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་ཕན་ཡོན་ སྦྱོར་བ་བཅས་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- གཅེས་པའི་ལན་ལག་བདུན་དང་ ཆ་གང་སྤྱོད་སྦྱོར་གྱི་སྦྱར་ཐངས་སྐོར་རྟོགས་ཚུགས།
- མཁོ་ཆས་ཐོ་ནང་ཡོད་པའི་སློན་སྦྱོར་རུས་པ་ཕྱོགས་བསྒྲུས་སྐོར་ཤེས་ཚུགས།

༡ དཔྱེག་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དཔྱེག་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སྒྲོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥།

སྒྲོབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་ ༡༥།

༡.༢ མཚུག་བསྐྱེད་དཔྱེག་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སྒྲོབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།

སྒྲོར་འཛིན་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༢ བཤེད་ཆོས་བཅད།

དུས་ཡུན། རྒྱུ་ཆོད།	བཤེད་ཆོས།	སྒྲོབ་སྒྲོན་དང་སྒྲོབ་ སྒྲོང་ཐབས་ལམ།	དཔྱེག་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༡༠	ཐང་ ཆ་སེལ་ལུ་གནས་ཀྱི་ཆ་སེལ་བཅོ་བརྒྱད་ རིགས་ཀྱི་ཆ་སེལ་བརྒྱད་ ཁ་འཐོར་བ་བཅུ་གཅིག་ ཆིག་ཐང་བཅུ་བདུན་དང་། གང་སེལ་ཁ་འཐོར་གྱི་ སྒྲོར་བ་དང་ ཆིག་ཐང་བསྟན་པ། ཕྱེ་མ་ ཆ་སེལ་ལུ་ རྒྱལ་པོ་ག་བུར་གྱི་སྒྲོར་བ་ སྒྲོན་པོ་གུར་གུམ་གྱི་སྒྲོར་བ་ རྒྱུ་གཙོ་བོ་བརྒྱད་ པའི་སྒྲོར་བ་ ལྷ་ཆོགས་ཁ་འཐོར་དམངས་ཀྱི་སྒྲོར་ བ་དང་། གང་སེལ་ལུ་ རྒྱལ་པོ་སེ་འབྱུང་སྒྲོར་བ་ སྒྲོན་པོ་དེ་ལས་སྒྲོར་བ་ རྒྱུ་གཙོ་བོ་མ་འའི་སྒྲོར་བ་ ལྷ་ཆོགས་ཁ་འཐོར་དམངས་ཀྱི་སྒྲོར་བ་དང་ ཕྱེ་ མའི་སྒྲོར་ཐབས་བསྟན་པ། རིལ་བུ་ ཆ་སེལ་གཞན་ལས་ཁ་འཐོར་དམངས་ནས་ བསྟན་ཆུལ་དང་། གང་སེལ་བྱུང་ལུ་ཁ་སྒྲོར་དང་ བཅས་པ་བསྟན་པ། ཁ་འཐོར་གྱི་སྒྲོར་བ་བཅུ་	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་དང་། སྒྲོ་སྒྲོར་ གྱི་ཙ་བ་སྒྲོར་འཛིན། ནང་པའི་སྒྲོན་གྱི་མཁོ་ ཆས་སྒྲོན་གྱི་ཐོ་ནང་ ཡོད་པའི་སྒྲོན་གྱི་ལུས་ པ་སྒྲོར་འཛིན། སྒྲོ་ ཆན་གྲོས་བསྐྱར་ སྒྲོང་ལྷ་ཐོག་ལས་ སྒྲོབ་སྒྲོན་འབད་ནི།	ཉིན་ལྟར་སྒྲོབ་ཁང་ནང་སྒྲོར་ འཛིན་རྒྱུགས་ལེན་ནི་དང་། ཙ་བའི་ཐོག་ལུ་དོན་འགྲེལ་ རྒྱབ་བཅུག་ནི། ཅི་བ་ཅིས་ ལན་ དང་ལས་འགུལ། སྒྲོབ་ཁང་གི་རྒྱུགས། སྒྲོབ་ དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་ཚུ་ལེན་ཐོག་ ལས་འབད་ནི།

	གསུམ་བསྟན་པའོ། ཞེ་གུ་ ཆ་སེལ་གྱི་སྒྱུར་བ། གང་སེལ་གྱི་སྒྱུར་བ། ཞེ་གུའི་སྒྱུར་ཐབས་ལག་ལེན་ནོ། སྒྲན་མར་ཆ་སེལ་ཏིག་ཏིག་སྒྱུར་བ་དང་ཁ་འཐོར་གྱི་ སྒྱུར་བ། གང་སེལ་གྱི་སྒྱུར་བ། སྒྲན་མར་སྒྱུར་ ཐབས་ཀྱི་ལག་ལེན་ནོ། ཐལ་སྒྲན་ སྒྱུར་ནོ་འཇམ་བར་མའི་སྒྱུར་བ་བསྟན་ པ། བྱེ་བྲག་ཙེ་ནི་འཕྲུལ་ཐལ་གྱི་སྒྱུར་བ། ཁ་ འཐོར་གྱི་སྒྱུར་བ། དེ་ཆེན་ཐལ་བཟོའི་སྒྱུར་བའོ། ཁུ་ གྲོགས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྱུར་བ། ཁ་འཐོར་གྱི་ སྒྱུར་བ། སྒྲན་སྒྲན་མང་སྒྱུར། ཁུའི་ལག་ལེན་ བསྟན་པའོ། སྒྲན་ཆང་ རྒྱུང་དང་བད་ཀན་གཉིས་ལྡན་གང་སེལ་ གྱི་སྒྱུར་བ། རྒྱང་ཆང་སོགས་བཞི་བསྟན་པ། བྱར་ ཆང་སོགས་ལྡན་བསྟན་པ། རྒྱང་མཁྲིས་གཉིས་ལྡན་ ཆ་སེལ་གྱི་སྒྱུར་བ་བསྟན་པ། གང་རྒྱང་འཛོམས་ པའི་སྒྱུར་བ་བསྟན་པའོ། དེ་ལོ་ཆེ ཞི་བྱེད་ཀུན་གྱི་ལོག་གཞོན་ཡིན་པ་ བསྟན་པ། དེ་ལོ་ཆེའི་ཕན་ཡོན་བསྟན་པ། སྒྱུར་ བ་དངོས་བསྟན་པ། དེ་ཆེན་ཆ་སྒྱུར་གྱི་སྒྱུར་ཚུལ་ དང་ བསྟན་ཐབས་བསྟན་པ། དེ་ཆེན་གང་སྒྱུར་ བསྟན་ཐབས་དང་ སྒྱུར་བ། ལོག་གཞོན་བཅས་ བསྟན་པའོ། སྒྱུར་དགོས་ངེས་པའི་རང་བཞིན་བསྟན་པ། ཡན་ལག་བདུན་ལ་སོགས་ཆོག་བྱུང་པར་དགོས་ ཚུལ་བསྟན་པ། ཆ་སེལ་སྒྱུར་བསྟན་པ། གང་		
--	---	--	--

	སེལ་གྱི་སྤྱོད་བསྟན་པ་ལོ། མཁོ་ཆས་སྟན་གྱི་ཐོན་པ་ཡོད་པའི་སྟན་སྤྱོད་ཅུས་པ་ ཕྱོགས་བསྟན།		
༣༠	འགྲེམས་སྟོན། ཐང་ཕྱེ་རིལ་བྱའི་སྤྱོད་ཐབས་དང་ དེང་སང་དུས་ཀྱི་ འཇུག་བ་དང་བསྟན་ སྟན་བཟོ་འཕུལ་ཁང་ནང་ བཟོ་སྤྱོད་ཡོད་པའི་སྟན་ཚུ་སྟན་ཚུ་གི་སྤྱོད་ཐབས་ བསྟན་པ།	ལག་ལེན་དངོས་ བསྟན་དང་ འགྲེམས་སྟོན་ སྤྱོད་ ལཱ་ཐོག་ལས་སྤྱོད་ སྟན་འབད་ནི།	ལས་འགུལ་དང་གསལ་ བཤད་འབད་ཐོག་ལས་ འགྲེམས་སྟོན་འབད་དེ་གོ་བ་ ལེན་ཐངས་དང་ཕྱོགས་གྲུབ་ ཡོད་མེད་ཀྱི་སྟོ་ལས་དབྱེ་ཞིབ་ འབད་ནི།
༤༠	ལག་ལེན། ཐང་ཕྱེ་རིལ་བྱ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་ཐབས། ནད་དང་བསྟན་སྟན་སྤྱོད་ཐབས།	སྟན་བཟོ་འཕུལ་ཁང་ ནང་སྟན་གྱི་སྤྱོད་ ཐབས་དང་ སྟན་ ཁང་ནང་ནད་པ་དང་ ཅིག་ཁར་ལག་ལེན་ དངོས་བསྟན་ཐོག་ ལས་ནད་དང་བསྟན་ སྟན་སྤྱོད་ཐབས་སྟོན་ནི།	སྟན་བཟོ་འཕུལ་ཁང་ནང་སྟན་ སྤྱོད་ཐབས་དང་ སྟན་ཁང་ ནང་ནད་པ་དང་ཅིག་ཁར་ དངོས་བསྟན་སྟོན་ནད་དང་ བསྟན་སྟན་སྤྱོད་དེ་ལག་ལེན་ འབད་ནི་དང་ འཛོན་ཐངས་ དང་སྤྱོད་པའི་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྟོ་ ལས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྟོང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། ཞེ་སྟན་གྱི་མདོའི་ཙ་བ།

༡༡ རྒྱུ་སྤྱོད་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། ཤོག་ཁྲིལ་སྟོར་གསུམ་ལས་ངོས་འཛིན་མན་ངག་གསེར་གྱི་རྟེན་མིག།
- ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༩༤)གསོ་རིག་སྤྱི་དོན་གཙུག་ལྷན་། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་།
 - གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྟན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙུག་ཏུ། གསུམ་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་།
 - སྤེ་སྤྱོད་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཕྲུལ་པ་བཞུགས་སྟོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྟན་ཅེས་
ཁང་།
 - ཁྲོ་རུ་ནམ། སྤང་སྟོང་དཔེ་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་།

- སྐྱེམས་པ་ཆོད་བང་། མན་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཚིག་དོན་ཉིམ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སློབ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ཚུམ་སྒྲིག་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོའི་གསལ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞིའི་བད་བཀོལ་ནམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་རའི་ཕྱི་མཇུག་བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- སློབ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསལ་རིག་སློབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།

༡༩ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུབ་ཆེས་ ༠༡/༠༥/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། ཉེས་གསུམ་གསལ་བ། I
- ༢ སློབ་ཚན་ཡང་རྟགས། THD201
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སློབ་མཐུས། ༡༢ (༥-༩-༥)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་བ་བཞིས།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།

ཉེས་གསུམ་ལས་ལྷུང་དང་མཁུས་པའི་ཉེ་རྒྱ་རིང་རྒྱ་ སློབ་རྒྱུ་ རིགས་ གནས་ རང་ཆོག་དང་བཅས་པའི་དབྱེ་བ་
སློབ་རྒྱུ་མཚན་ཉིད་རྟགས་པན་གཞོད་བསྟེན་པ། གསལ་རྒྱལ་གསལ་ཐབས་དང་བཅས་པ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་
ཚུགས་པ་ཡིན།
- ༧ སློབ་སློབ་ཐུབ་འབྲས།

སྐབས་དང་པ་འདི་མཐུག་བསྐྱེད་ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་གིས།

 - ལྷུང་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་ དབྱེ་བ་ལྷུང་ནད་ ༤༩ གྱི་རྒྱུ་ལྷུང་པ་ཚུ་གིས།
 - སློབ་བ་རྒྱུ་འོ་སློ་ནས་བརྟག་ཐབས་དང་མཚན་ཉིད་རྟགས་ཀྱི་སློ་ནས་བརྟག་ཚུལ་པན་གཞོད་བསྟེན་པའི་བརྟག་པ་
གསུམ་གྱིས་ནད་རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས།
 - ལྷུང་ནད་ཟས་དང་སློད་ལམ་སྤྱད་དང་དབྱེ་བ་ཀྱི་སློ་ནས་བཅས་ཚུལ་སློར་གཏན་ལ་ཐབ་ཚུགས།
 - མཁུས་པའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནད་གཞི་དེ་དབྱེ་བ་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱེ་བྱེ་གི་དབྱེ་བ་བཅས་
མཁུས་ནད་དབྱེ་བ་ ༤༧ པོ་རེ་རེ་བཞིན་སྤྱད་ཚུགས།
 - མཁུས་ནད་ཀྱི་སློ་བྱེ་བྱེ་པའི་རྟགས་བཅས་ཐབས་ཟས་སློད་དང་བཅས་རྒྱས་པར་རྟོགས་ཚུགས།
 - རྟན་ཀྱི་ཡང་རྟགས་བཞོད་ཐབས་སློར་ཤེས་ཚུགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ།
- ༩.༡ དུས་རྒྱུ་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྤྱད་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྤྱད་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
ལྷུང་མཁུས་ཀྱི་ནད་རྟགས་སློར་འཛིན་ནང་ལས་སྤྱད་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
སློབ་འཛོལ་རྒྱུ་ནང་ལས་སྤྱད་པ་ ༢༠།

༤.༡ མཐུག་བསྐུལ་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་ ༤༠།

འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༤༠།

སྒོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

ལག་ལེན་འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་༡༠།

༤ བཤམས་པའི་ལས་ལྟུགས་

རྒྱུ་ལྷན་ རྒྱུ་ཆ་	ནང་དོན་།	སྒོར་སྒོར་དང་སྒོར་སྒོར་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལས་ལྟུགས་།
༥༠	གསོ་ཡུལ་མ་རིག་ལས་དང་ཉོན་མོངས་ནང་དང་སྐྱུག་བསྐུལ་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དུ་བསྟན་པ། བཅོམ་བྱ་ཡན་ལག་ བརྒྱད་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསྐྱུལ་པར་གདམས་པ། རྒྱུ་ཆ་དེ་སྐྱུགས་ བཅོམ་ལེན་སྒོ་ནས་དེ་བར་བསྐྱུལ་བ་བཅས། གསོ་ཡུལ་མ་ རིག་ལས་དང་ཉོན་མོངས་ནང་དང་སྐྱུག་བསྐུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ རྒྱ་རྒྱུ་དུ་བསྟན་པ། གསོ་ཐབས་ལན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་སྒོ་ ནས་དེ་བར་བསྐྱུལ་བ། རྒྱུ་ཆ་ཉོན་ལ་ རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་༢༠། གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ ༢༢། རྒྱུ་ཆ་ཉོན་ལ་དབྱེ་བ་༡༥། མཁྲིས་ནང་གསོ་བ་ལ་ རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ་དང་གནས་ ཀྱི་དབྱེ་བ། རྒྱུ་ཆ་ཉོན་ལ་དབྱེ་བ་ རྒྱུ་ཆ་ཉོན་ལ་གསོ་བའི་ནང་ཀྱི་ཨང་རྒྱུགས་།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ དང་དེ་བཞིན་ལན། སྒོ་ཆ་ཆ་སྐྱུག་བསྐུལ་ ལས་འགྲུལ། སྒོར་ འཛིན། སྒོར་ལྷན། སྒོར་ ཁང་དང་སྒོར་དུས་ཚོས་ རྒྱུགས་ཐོག་ལས་སྒོར་ སྒོར་འབད་ནི།	དེ་བཞིན་ལན། སྒོར་ ཁང་གི་རྒྱུགས་། རྒྱུ་ མཁྲིས་ཀྱི་ནང་རྒྱུགས་ སྒོར་འཛིན། ལས་ འགྲུལ་དབྱེ་ཞིབ། རྒྱ་ མཁྲིས་དང་སྒོར་དུས་ཀྱི་ རྒྱུགས་ཀྱི་ལེན་ཐོག་ ལས་འབད་ནི།
༩༠	འབྲེམས་སྒོར་། རྒྱུ་ཆ་ཉོན་ལ་དབྱེ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་	རྒྱ་རྒྱུ་ཉོན་ལ་དང་ མདོག་རྒྱ་རྒྱུ་བསྐུལ་ འབད་དེ།	རྒྱ་རྒྱུ་དབྱེ་བ་དང་ མོས་འཛིན་འབད་ བཅུག་ཐོག་ལས་།
༡༠༠	ལག་ལེན་། ནང་དང་འབྲེམས་པ།	སྐྱུག་ཁང་གི་དྲུང་འཛོལ་ དང་མཉམ་འབྲེམས་ཐོག་ ལས་།	ནང་གཞི་མོས་འཛིན་ དང་བཟུ་རིག་དེ་བཞིན་ ཐབས་ལམ་།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བརྟན་ཅི་སྤྱིང་པོ་ཡན་ལག་བརྟན་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྟེན་ལས། སྐབས་དང་པོའི་ཙ་བ།

༡༡ རྒྱུ་རྟེན་དཔེ་དབ་ཀྱི་ཐོ།

- སྐྱེམས་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྟེན་འགྲེལ་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་བློ་བཟང་ཆོས་གཤམ། རྟེན་བཞིའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། རྒྱུ་ཐོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤྲེལ་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྟན་། ཀའ་སྤྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- སྤེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ། རྟེན་བཞིའི་འགྲེལ་པ་བེ་རྩེ་ཐོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། སང་སྟོང་དུ་ཤེས་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- ཕྱོགས་སྤྱིག་ལུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། རྒྱུ་ཐོ་འོ་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- བློ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སྟོན་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༧༦/༡༩༨༦) གསོ་རིག་སྤྱིང་ཐོན་པ་གཅེས་བརྟན། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- དཀོན་མཆོག་པན་དར། ཉམས་ཡིག་བརྒྱ་ཙ་ལས་རྒྱུང་ནད་བཅོས་པའི་ཡིག་རྒྱུང་ནས་ཆང་ནད་བཅོས་པའི་ཡིག་རྒྱུང་བར། ད་རམ་ས་ལ། སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- པདྨ་དོ་ཇེ། (༢༠༡༥) ལྷ་རའི་ཐུགས་བརྟན་གསོ་རིག་རྟེན་ཆེན་མན་ངག་རྟེན་ཀྱི་དཀར་འགྲེལ། སྟོན་ཆ། ད་རམ་ས་ལ། སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྟེ་བ། (༢༠༠༤) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་ཉམས་ཀྱན་གསལ་སྤྲེལ་བ་གསར་པ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་ཁྲིའི་ཚོས་ ༠༡/༠༤/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། ཁོང་ནད་གསོ་བ།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། SID201
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༩ (ཡ-༡-༣)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་སྤྱི་མཐུན་དབང་མོ།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
ཁོང་ནད་ཀྱི་ཙ་གཞུང་ལ་དང་སྦྱང་བ་ འོར་ དམུ་ཚུ་ གཙུང་ཆེན་ཟད་ཕྱེད་ཚུ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་
རྟགས་བཅས་ཐབས་སྒྲོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས་པ་ཡིན།
- ༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
སྐབས་༤པ་འདི་མཚུག་བསྐྱེད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།
 - ཁོང་ནད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཕྱེད་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་རྒྱུ་དབྱེ་བ་འབྱུང་ཚུལ་སྒྲོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - སྟིགས་མ་མ་ཕྱེད་འབྱུང་བའི་རྟགས་ དང་སྐུ་མ་མ་ཕྱེད་འབྱུང་བའི་རྟགས་ མ་ཕྱེད་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ མ་ཕྱེད་བསྐྱེད་ནད་ཀྱི་
རྟགས་ མ་ཕྱེད་ཤིང་འབྱུང་བའི་རྟགས་ མ་ཕྱེད་དུག་འབྱུང་བའི་རྟགས་ གྲོགས་དང་དུས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་རྟགས་ཚུ་ངོས་འཛིན་
འབད་ཚུགས།
 - མ་ཕྱེད་གསར་པ་དང་རྒྱུ་དབྱེ་བ་སྦྱོང་བཞིན་སྒྲོ་ལས་བཅས་ཐབས་འབད་ཚུགས།
 - གཙུང་ཆེན་སྐུ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་སྐུ་ནད་སོ་སོར་འབྱུང་ཚུལ་སྦྱོང་བཞིན་ཆ་སྐུ་ནད་ཁྱེད་ཀྱི་རྟགས་
བཅས་རྟགས་ཚུགས།
 - ཟས་སྦྱོང་སྐུ་ནད་དབྱེ་བཞིན་སྒྲོ་ལས་བཅས་ཚུལ་དང་ཕྱི་སྐུ་ནད་སྐུ་ནད་བར་སྐུ་སོ་སོར་བཅོམ་ཚུགས།
 - སྦྱོང་བཞིན་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་ཚུ་རྟགས་ཚུགས།
 - སྦྱོང་བཞིན་ཀྱི་རྟགས་དང་ཕྱེད་ཐག་སྒྲོ་བ་མཆིན་པ་མཆེར་པ་ཚུ་སེར་སྦྱང་སྦྱོང་བཞིན་སོ་སོར་རྟགས་དང་སྦྱོང་བཞིན་ཐག་སོ་
སོར་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་བཅས་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - འོར་ནད་ཀྱི་རྒྱ་དང་རྒྱུ་དབྱེ་བ་སྦྱོང་བཞིན་ ཕྱེད་ཐག་སྦྱང་འོར་ མཆིས་འོར་ ཐག་འོར་ བད་འོར་ བསྐྱེད་འོར་ དུག་
འོར་སོ་སོར་རྟགས་དང་བཅས་ཐབས་སྒྲོར་རྟགས་ཚུགས།
 - གཙུང་ཆེན་དམུ་ཚུ་དབྱེ་བ་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་ ཚུ་རིགས་བཅོམ་སོ་སོར་འབྱུང་ཚུལ་ དམུ་ཚུ་དབྱེ་བ་
གཏུ་མ་ངོས་འཛིན་འབད་ཚུགས།
 - དམུ་ཚུ་དང་པོ་འཚུག་པའི་དུས་དང་བར་དུ་སྦྱོང་བཞིན་ ཐ་མ་རྒྱས་པའི་དུས་ལུ་ཆ་རྒྱུ་དང་ཐང་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱི་
རྟགས་དང་འཛོལ་ཆེན་སྦྱང་སྒྲོར་ཕྱེ་ཚུགས།

- སྤྱི་འཛུགས་ཚུལ་ རྒྱ་བོད་འོལ་ཁ་བསྐྱར་ཚུལ་ རྒྱ་མཚོ་གནས་སུ་སྤྲེལ་ཚུལ་ རྒྱ་མཚོ་ལོ་རྒྱུ་འཕེལ་ཚུལ་ མཚོ་མོ་ཡུར་དུ་བྱེད་ཚུལ་ ཙ་ལ་འགག་མིག་གཞུག་ཚུལ་བཅས་བཅས་ཐབས་ལྷན་སྤྲོད་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- གཙོ་ཆེན་ཟད་ཕྱེད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་ རྟགས་ལ་དང་པོ་སྤར་ཚུལ་དང་བར་མཐའ་གཉིས་ཀྱི་རྟགས་ བྱེ་བྲག་ རྒྱུ་མཁྲིས་བད་ཕྱི་འབྱུང་སྤྱི་དང་ཕྱེ་བྲག་སོ་སོའི་བཅས་ཐབས་བཅས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- ཁོང་ནད་ཀྱི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་བཀོད་ཐངས་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཤེས་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་ ༡༠།

སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

༡.༢ མཚུགས་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་ ༤༠།

སློབ་དུས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༥༠།

འགྲེམས་སྟོན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

༢ བཤུན་པོ་ལས་བཅད།

དུས་ཡུན། རྒྱ་ཆེད།	བཤུན་པོ།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོར་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༡༠	མ་ཞུ་བའི་ནད་ལ་ སྤྲེལ་མ་མ་ཞུ་བ་དང་ དངས་མ་མ་ཞུ་ བ་ འདྲིལ་བ་ཟགས་པ་ བྱེར་བ་འགྱུར་པ་བཞི། གཙོ་ཆེན་སྤྲོད་ནད་ལ་ བད་ཀའ་ཟས་ཀྱི་སྤྲོད་ རྟེན་སྤྲོད་ དོ་སྤྲོད་ རྒྱུ་མི་ལྷོད་སྤྲོད་ འག་སྤྲོད་ མཁྲིས་སྤྲོད་ ཙ་ སྤྲོད་ སྤྲོ་སྤྲོད་རྒྱ་སྤྲོད་ནག་སྤྲོད་བཅས་བཅུ་གཅིག། སྤྲོ་ཐབ་ཀྱི་ནད་ལ་ སྤྲོ་བའི་སྤྲོ་ཐབ་ མཆོན་པ་སྤྲོ་ཐབ་ མཆོན་པ་སྤྲོ་ཐབ་ རྒྱ་སྤྲོད་སྤྲོ་ཐབ་ རྒྱུ་ནད་སྤྲོ་ཐབ། འོར་ནད་ལ་ རྒྱུ་འོར་ མཁྲིས་འོར་ འག་འོར་ བད་འོར་ བསྐྱེད་འོར་ དུག་འོར་བཅས་དུག། དུམ་རྒྱུ་ལྷོད་ནད་ལ་ ཙ་ཁ་ལོག་པའི་འབྲེམས་རྒྱ་ འག་བྱེར་ཀྱི་ རྒྱ་ མཁྲིས་བྱེར་ཀྱི་རྒྱ་ རྒྱ་སྤྲོད་ཀྱི་བྱེར་རྒྱ་པོ་བའི་ཟགས་རྒྱ་	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ དང་ ཙ་བ་སྤྲོད་འཛིན་ ལས་འགུལ། རྒྱུ་ལྷོད་ འགྲེམས་སྟོན་གསལ་ བཤད། ཆོས་རྒྱུགས་ བཅས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ སློབ་སྟོན་འབད་ནི	དི་བ་དིས་ལན། སློབ་ ཁང་གི་རྒྱུགས། ལས་ འགུལ་དབྱེ་ཞིབ། རྒྱ་ འོར་དང་སློབ་དུས་ཀྱི་ རྒྱུགས་རྒྱ་ལེན་ཐོག་ ལས་འབད་ནི།

	ཡོང་གི་ཟགས་ཀྱི་ མཆིན་པའི་ཟགས་ཀྱི་ མཆེར་པའི་ཟགས་ཀྱི་ ཀྱི་ གྲོ་བའི་ཟགས་ཀྱི་ ཙ་སྐྱོན་ཟགས་པའི་ཀྱི་ ལྷག་སྐྱོན་ ཟགས་པའི་ཀྱི་ ལྷག་ཟགས་ཀྱི་ ལྷ་མའི་འོ་ལ་ཀྱི་ གདོན་ ལྷར་གྱི་ཀྱི་ དྲུག་ལྷར་གྱི་ཀྱི་བཅས་བཅོལ། གཙོང་ཆེན་ཟད་བྱེད་ཀྱི་ནད་ལ་ ལྷང་མཁྲིས་བད་ཀྱི་ནད་ལ་ གསུམ་དང་གཙོང་ཆེན་ནད་ཀྱི་སྤྱོད་གཉན་བཅས་དྲུག། ཁོང་ནད་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས།		
༣༠	འགྲེམས་སྟོན། བད་ཀྱི་དང་འདྲུས་ནད་སྤྱུག་པའི་ནད་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ཙ་ཀྱི།	ཙ་ལྷའི་འཕར་ལྷའ་དང་ མདོག་ཀྱི་གྲོས་བསྐྱུན་ འབད་དེ།	ཙ་ལྷའི་དབྱེ་བ་དང་ ནད་དོས་འཛིན་འབད་ བཅུག་ཐོག་ལས།
༤༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	སྤྱན་ཁང་གི་དྲུང་འཛོལ་ དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ ལས།	ནད་གཞི་དོས་འཛིན་ དང་བཟླ་རེག་གི་བའི་ ཐབས་ལས།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དབྱེ་གྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བུད་ཙ་སྤྱིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། ཁོང་
ནད་གསོ་བའི་ཙ་བ།

༡༡ ལྷ་སྐྱོན་དཔེ་དབྱེ་གྱི་ཐོ།

- ཐུབ་བསྐྱེད་ཐུན་ཚོགས། ༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྤྱིང་ཐོར་གཙུག་བུས། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤྱན་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱད། ཀམ་སྤུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- ལྷ་སྤྱིང་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། ལྷ་སྤྱིང་ལྷའི་འགྲེལ་པ་བུ་རྒྱུད་སྟོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྱན་རྟེན་
ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྟོང་དཔེ་པའི་ཞལ་ལྷུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- སྤྱེམས་པ་ཆེ་དབང་། མན་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྱན་རྟེན་ཁང་།
- དར་མོ་སྟོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། ལྷ་སྤྱིང་ལྷའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལྷུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་
སྐྱུན་ཁང་།
- ཙ་མ་སྤྱིག་ལྷུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་ལྷའི་འགྲེལ་པ་ལྷན་ཁང་། མི་མང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

- ལུང་རིགས་བསྟན་དང་། རྒྱུད་བཞིའི་བརྟུ་བཤུལ་ནམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་རའི་ཕྱེང་བའི་མཛེས་རྒྱུ། བོད་གཞུང་སྟོན་
ཅིས་ཁང་།
- སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསལ་རིག་སྟོབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྟོན་ཅིས་ཁང་།
- སྟོ་བས་རྒྱལ། (༢༠༠༩) ཁོང་ནད་གསོ་བ། ད་རམ་ས་ལ། སྟོན་ཅིས་ཁང་།
- བསྟོ་རྟོ་རྟེ། (༢༠༡༥) ལྷ་རའི་ཐུགས་བརྩུད་གསལ་རིག་རྒྱུད་ཆེན་མན་ངག་རྒྱུད་ཀྱི་དཀའ་འཁྲུག་། སྟོན་ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་བའི་གསལ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྟེ་བ། (༢༠༠༥) གསལ་རིག་དཀོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱན་གསལ་ལ་
སྟངས་བཀའ་བཀུར་བ།

༡༩ བསྟོ་རྟོ་བ་སྟོ་ཆེས་ ༠༡/༠༥/༢༠༢༠

- 1 **Module Title** : Analytical Skills
- 2 **Module Code** : ANS201
- 3 **Program Title** : Bachelor in Traditional Medicine
- 4 **Credit Value** : 12 (8-4-0)
- 5 **Module Leader** : Dechen Choden

6 **Objectives of the Module**

The GSE Curriculum strives to strengthen and develop the analytical, communication and self-learning skills to prepare individuals for personal and professional challenges in a global society.

This module aims to inculcate knowledge and skills in analytical thinking and personality development to enhance employability and continuous professional and personal growth.

7 **Learning Outcomes**

Upon successful completion of this module, the candidates will be able to:

- Apply the power of creative thinking
- Analyse issues and make informed decisions
- Design creative and appropriate solutions and spot unnoticed opportunities
- Integrate the use of problem-solving tools
- Adopt and apply acquired analytical skills
- Develop a positive and pleasing personality (value based)

8 **Mode of Assessment**

Sl.No	Approaches to Assessment	Weighting %
1	Pre Assessment*	
2	Mid Assessment*	
3	Post Assessment*	
4	Case study Analysis (Paper based/Audio visuals)	30
5	Assignments	20
6	Class participation and attendance	10
7	Mock sessions (interviews, organizational and social situations)	20
8	Role Plays	20
Total		100

- Pre-Assessment: - Pre assessment is a baseline study to diagnose the levels and standards of the participants.
- Mid Assessment: - Mid assessment serves as a feedback to the facilitator on the success of the teaching learning process, areas for improvement.
- Post assessment: - Post assessment provides an overview of the module from the perspective of the participants.

9 Subject Matter

Session Hours	Topics	Teaching and Learning Strategies	Mode of Assessment
5 hrs	<u>Theory</u> Unit I : Thinking process & Reflection Lateral versus Vertical Thinking, Mind mapping, Attitude towards life	Lecture, discussions, presentations	
8 hrs	Unit II: Creativity Introduction, Characteristics of a creative person, barriers to creativity, Methods of creativity, Creativity tools- Mensa test	Lecture, discussions, class exercises, presentations	
10 hrs	Unit III: Problem solving process Introduction, Conventional versus creative problem solving, Brain storming process, Questioning techniques for problem definition, Fishbone Analysis	Lecture, discussions, presentations, case studies, Role plays	
8 hrs	Unit IV: Decision making process Six Thinking Hats, Decision	Lecture, discussions, presentations, case studies, Role plays	

	Tree analysis, Pareto chart, What-if analysis		
15 hrs	Unit V: Personality Development & Team Work Introduction, Factors affecting personality development, Tips for developing a pleasing personality, Importance and tips on grooming and creating a positive first impression, Interpersonal skills, Etiquettes – corporate, national and international, Team building	Lecture, discussions, presentations, role plays, demonstrations, audio-visuals	
10 hrs	Unit VI: Interviews Interview facing techniques	Lecture, discussions, mock sessions, demonstrations, audio-visuals	
4 hrs	Unit VII: Adapting to Changes, Conflict and time management	Lecture, discussions, presentations, class exercises	

10 Reading List

1. Bono, Edward de (2005). *Thinking course (Rev Ed)*. -----: Barnes and Nobel
2. Bono, Edward de (2000). *Six thinking hats (2nd)*. New Delhi: Penguin India
3. Bono, Edward de (1993). *Serious Creativity: Using the Power of Lateral Thinking to Create New Ideas*. Harper Business
4. Bono, Edward de (2008). *Creativity workout: 62 exercises to unlock your most creative ideas*.-----:Ulysses Press
5. Nelson, J. (2005) *Cultivating judgment: Sourcebook for teaching critical thinking*. New Forums Press.
6. Mathews, S.R. et al. (2005) *Teaching and Learning Strategies for the Thinking Classroom*. International Debate Education Association.

- 11. Review Date: 30/04/2020**

ལོ་རིམ་གསུམ་པའི་སློབ་དཔུང་།

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། རྒྱ་མདོ།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། URA301
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སློབ་མཐུས། ༡༢ (༤-༣-༣)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
 རྒྱ་རྟགས་བཟླ་བ་ཐངས་ཀྱི་སྡོན་འགྲོ་དང་། བཟླ་དུས་བཟླ་སྡོད་འགྱུར་ཚུལ་ཐ་མལ་ནད་མེད་དང་ནད་ཚུ་འཆི་ཆུ་གཏོན་
 རྒྱལ་ཐངས་ས་བཅད་རྣམ་པ་བརྒྱུད་ཀྱི་སློལ་ས་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད་ཐངས་ཤེས་རྒྱལ་ས་ཡིན།
- ཉ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
 རྒྱ་མདོ་འདི་ལྟ་བུ་ཚར་མ་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་རྒྱ་གིས།
 - རྒྱ་རྟགས་བཟླ་བའི་སྐབས་ལུ་ཚང་དགོ་པའི་སྡོན་འགྲོ་འབད་དགོ་པ་ག་ཅི་ར་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཤེས་རྒྱལ་ས་པ།
 - དི་རྒྱལ་ལྟ་བུ་འདི་དུས་ལུ་མདོ་ག་དང་རྒྱུང་ས་པ་ཀྱ་ཡ་ལུ་བརྟག་ཐངས་ཤེས་རྒྱལ་ས།
 - སྤྱིར་བཏང་ནད་མེད་པའི་དི་རྒྱའི་མཚན་ཉིད་དང་ནད་ཅན་གྱི་རྒྱའི་བྱུང་པར་བྱེ་རྒྱལ་ས།
 - བྱུང་པར་ཚ་རྒྱུད་ཁྱུང་རྒྱུ་ཐོག་ལས་ནད་གཞི་ཚ་ཁྱུང་གི་དབྱེ་བ་གཏན་ལ་ཕབ་རྒྱལ་ས།
 - བཟླ་སའི་སྡོད་དང་དི་རྒྱུར་འགྱུར་ཚུལ་ཤེས་རྒྱལ་ས།
 - དི་དང་མེ་ཏྲོག་སྤྱིས་མ་ཀྱ་ཡ་རྒྱུ་ལུ་བཟླ་སྡོད་ནད་གཞི་སོ་སོར་དབྱེ་བ་བྱེ་རྒྱལ་ས།
 - དི་རྒྱུ་ཐོག་ཚུལ་དང་ལོག་རྩིས་རྒྱུ་ལུ་བཟླ་སྡོད་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་འབད་ཐངས་ཤེས་རྒྱལ་ས།
 - དི་རྒྱའི་ཁ་དོག་དང་ཐོག་དུས་མེ་ཏྲོག་སྤྱིས་མའི་ཐོག་ལས་ནད་གཞི་འབྱུང་སོ་བསལ་ཐངས་ཤེས་རྒྱལ་ས།
 - ཚ་བའི་ནད་ཀྱི་དི་རྒྱུད་ཁྱུང་བའི་ནད་ཀྱི་འཆི་རྒྱུ་ཐོག་ལས་འཆོ་འཆི་འཁྱུང་པར་གདགས་རྒྱལ་ས།
 - ལིང་ཆེ་དགའི་ཐོག་ལས་གཏོན་ངོས་འཛིན་འབད་ཐངས་ཤེས་རྒྱལ་ས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐམས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
 ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
 རྒྱུར་འཛིན་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
 སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱལ་ས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།

༡.༡ མཚུག་བསྐྱེད་དེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ ༤༠།

འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༤༠།

སྒོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

ལག་ལེན་འགྲེམས་སྒྲོན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

༢ བཤུགས་པ་བཅད།

དུས་ཡུན་ཁྱེད་ཆོད་།	དོན་ཚན།	སྒོར་སྒྲོན་དང་སྒོར་སྒྲོང་ཐབས་ལམ།	དེ་ཞིབ་ལས་ལུགས།
༤༠	སྒོན་འགྲོ་ཟས་སྒྲོན་ལ་བསྐྱབ་པ། རྒྱུགས་བཟུ་ནི་འོ་སྒོན་འགྲོ། རྒྱུ་བཟུ་བའི་དུས། བཟུ་སའི་སྒྲོན་གྱི་ ཁྱད་པར། རྒྱུགས་འགྲུར་རྒྱུ། ཐ་མལ་ནད་མེད་ཀྱི་རྒྱ། བཤུ་ཅན་གྱི་ རྒྱ། འཆི་རྒྱ། གདོན་རྒྱ།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་དང་། ཙ་ བ་སྒོར་འཛིན་ ལས་འགྲུལ་ སྒྲོང་ལུ་སྒྲོ་རིམ་དང་སྒོར་ཁང་ཆོས་ རྒྱུགས་ཐོག་ལས་སྒོར་སྒྲོན་འབད་ ནི།	དྲི་བ་དྲིས་ལན། སྒོར་ཁང་གི་ རྒྱུགས། ཙ་བ་སྒོར་འཛིན་ ལེན་ནི། ལས་འགྲུལ་དེ་ཞིབ། རྒྱ་ རིམ་དང་སྒོར་དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་ རྒྱ་ལེན་ཐོག་ལས་འབད་ནི།
༤༥	འགྲེམ་སྒྲོན། རྒྱུགས་བཟུ་ཐངས་དང་དུག་ ཐངས། རྒྱ་མདོག་དང་ལྷ་བའི་ མདོག་གི་ཁ་དོག་དཀར་མེར་དམར་ སོགས་འགྲེམ་སྒྲོན་འབད་ནི།		ལག་ལེན་རོ་འབྱེད། འགྲེམ་སྒྲོན་ཐོག་ལས་དེ་ཞིབ་ ཞིབ་འབད་དེ་རྒྱུགས་ལེན་ནི།
༤༠	ལག་ལེན། རྒྱུགས་ཁང་ནང་ལག་ལེན་དངོས་ བཟུར་འབད་ནི།		ལག་ལེན་རོ་འབྱེད་དེ་ཞིབ་ འབད་ནི། ལག་ལེན་ཆོས་རྒྱུགས་ལེན་ ནི།

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེ་ཞིབ་ཐོ།

- གཞུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བཅུད་རྩི་སྤྱིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། རྒྱ་
མདོའི་རྩ་བ།

- ཐུབ་བསྟན་ལེགས་པའི་སློབ་གྲོས། (༢༠༠༩) བརྟག་པ་ཙ་ཐུང་གི་འབྲུ་འགྲེལ། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་སྤེལ་ཁང་།

༡༡ རྒྱལ་སྤྱི་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ་

- སྡེ་སྤྱད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་བུ་རྩེ་ཐོན་པོ་མ་ཡི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ཆེ་ནམ། དང་སྟོང་དྲུག་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱི་ཁང་།
- སྡེ་སྤྱད་སངས་རྒྱས་མཚོ། ཙ་ཐུང་འཁྲུག་ཐབས།
- དར་མོ་སློབ་བཟང་ཚོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྱི་ཁང་།
- ཚོམ་སྒྲིག་ལུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འཁྲུག་པོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྱི་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་བུ་རྩེ་ཐོན་པོ་མ་ཡི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- སློབ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སློབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- པདྨ་དོ་ཇེ། (༢༠༡༧) ཕྱི་རྒྱུད་ཙ་ཐུང་འཁྲུག་ཐབས་ཀྱི་འགྲེལ། ར་རམ་ས་ལ། སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- ཐུབ་བསྟན་ལེགས་པའི་སློབ་གྲོས། (༢༠༠༩) བརྟག་པ་ཙ་ཐུང་གི་འབྲུ་འགྲེལ། རྒྱལ་ཡོངས་གསོ་རིག་སྤེལ་ཁང་།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲིག་ཚུལ་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	ཉེས་གསུམ་གསེབ་། II
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	THD302
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསེབ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
༤	སློབ་མཐུས།	༡༢ (༤-༢-༤)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	དྲུང་འཛོལ་བ་བཞུགས།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	

ཉེས་གསུམ་ལས་བད་ཀན་དང་འདུས་ནད་བད་ཀན་སྒྲིག་པོའི་ཉེ་རྒྱ་རིང་རྒྱ་སློབ་རྒྱུན་རིགས་གནས་ནང་ཆོག་ས་དང་བཅས་པའི་དབྱེ་བ་སློབ་བརྒྱ་མཚན་ཉིད་རྟགས་པན་གཞི་བཞུགས་པ། གསེབ་ལྟུང་གསེབ་ཐབས་དང་བཅས་པ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་པར་ཚུགས་པ་ཡིན།

མ) སློབ་སློབ་ཐུབ་འབྲས།

སྐབས་དང་པ་འདི་མཐུག་བསྐྱུལ་ད་ སློབ་སློབ་པ་རྒྱ་གིས།

- བད་ཀན་གྱི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་དང་སློབ་རྒྱུན་དབྱེ་བ་སློབ་དབྱེ་བཞག་གཉིས་ལས་རིགས་དང་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱེ་བཞག་གི་དབྱེ་བ་བཅས་རང་རྒྱུད་ཅན་དང་གཞན་རྒྱུད་ཅན་གྱི་ཁྱད་པར་བྱེ་ཚུགས།
- སློབ་བརྒྱ་དང་མཚན་ཉིད་རྟགས་པན་གཞི་གོམས་པའི་བརྟག་ཐབས་ཀྱིས་བད་ཀན་གྱི་ནད་རིགས་རྒྱ་རིམ་འཛིན་ཚུགས།
- བད་ཀན་གྱི་ནད་དེ་ཟས་དང་སློབ་ལམ་སྒྲན་དང་དབྱེ་བཞི་གི་སློབ་ལས་བཅོས་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- འདུས་ནད་བད་ཀན་སྒྲིག་པོའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་རྟགས་དང་བཅོས་ཐབས་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་པར་ཚུགས།
- བད་ཀན་འདུས་ནད་སྒྲིག་པོ་གསེབ་པའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཤེས་ཚུགས།

༩ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༩.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲིགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྒྲིགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྒྲིགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་སྒྲིགས་ ༢༠།

༩.༢ མཐུག་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲིགས་ ༤༠།

སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་སྒྲིགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་འཛིན་ལས་སྒྲིགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

ལག་ལེན་འབྲི་རྒྱལ་ལས་ ༡༠།

༩ ནང་དོན་ས་བཅད།

རྒྱུ་ཡུན། (རྒྱ་ཚད།)	དོན་ཚན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོར་ ཐབས་ལམ།	དབུ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༤༠	བད་ཀན་གྱི་ནད་གསོ་བ་ལ་རིགས་ཀྱི་དབུ་བ་དྲུག་གནས་ཀྱིས་དབུ་བ་ལ། ནང་ཆོགས་དབུ་བ་བཅོ་ལྔ། གཞན་རྒྱུ་ཅན་ལ་སེར་པོ་དང་སྐྱུག་པོ་གཉིས། འདུས་ནད་སྐྱུག་པོ་ལ་ ཆ་རྒྱུན་དང་གྲང་རྒྱུན་གཉིས། གནས་གཞན་བྱེར་བ་ལ་ཕྱི་རུ་བྱེར་བ་དང་ནད་རུ་བྱེར་བ་གཉིས། སྐྱུག་པོའི་དུས་ལ་ཆ་བའི་དུས་དང་བར་དུ་ ཆ་གྲང་འཐབ་པའི་དུས་ ཐ་མ་གྲང་བ་སྦྱང་ཆད་པ་དང་ གསུམ། སྐྱུག་པོའི་རིགས་ལ་བྱེར་རྒྱས་འབྱེད་འབྱེད་ བཞི། བྱེར་ལ་ཕྱི་བྱེར་ནད་བྱེར་ནམ་པ་གཉིས། སྐྱུག་ པོ་རྒྱས་ལ་རྩོལ་དང་མ་རྩོལ་གཉིས། སྐྱུག་པོ་འབྱེད་ལ་ གཤམ་དང་མ་གཤམ་གཉིས། སྐྱུག་པོ་འདྲིལ་ལ་གསར་ དང་རྩིང་པ་གཉིས། བད་ཀན་དང་འདུས་ནད་སྐྱུག་པོ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་ རྟགས།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ དང་རི་བ་རིས་ལན་ སྟེ་ ཆོན་གྲོས་བསྟར་ དཔེ་ རིས་ཐོག་ལས་འགྲེམས་ རྟོན། རྟགས་ཀྱི་ཙ་བ་ རྟོར་འཛིན། སྦྱོར་ལྡེ། ལས་འགུལ། སློབ་ཁང་ དང་སློབ་དུས་ཆོས་ རྒྱུགས་ཐོག་ལས་སློབ་ རྟོན་འབད་ནི།	རི་བ་རིས་ལན་ སློབ་ཁང་ གི་རྒྱུགས་ ལས་འགུལ་ དབུ་ཞིབ། གྲེམས་སྟོན་ རྒྱ་རིམ་དང་སློབ་དུས་ཀྱི་ རྒྱུགས་རྒྱ་ལེན་ཐོག་ལས་ འབད་ནི།
༣༠	འགྲེམས་སྟོན། ཉེས་གསུམ་སྦྱིར་བཏང་དང་བད་ཀན་འདུས་ནད་སྐྱུག་ པོའི་ནད་རྟགས་ཐོག་ལས་བརྟག་དཔྱད་འབད་ཐངས།	ཉེས་གསུམ་སྦྱིར་བཏང་ དང་བད་ཀན་འདུས་ནད་ སྐྱུག་པོའི་རྒྱ་རྒྱུན་རྟགས་ སོགས་གྲོས་བསྟར།	ཉེས་གསུམ་སྦྱིར་བཏང་དང་ བད་ཀན་འདུས་ནད་སྐྱུག་ པོའི་རྒྱ་རྒྱུན་རྟགས་སོགས་ རིས་འཛིན་འབད་བཅུག་ ཐོག།
༢༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	• དྲུང་འཛོལ་དང་མཉམ་ གོས་བསྟར།	• བཟླ་རེག་རི་བ་འབད་ ཐོག།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བཏུད་ཅི་སྤིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། སྐབས་དང་པོའི་ཙ་བ།

༡༡ རྒྱལ་སྤྱི་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- སྐྱེམས་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སློ་བཟང་ཆོས་གཤམ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤྲེལ་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱད་། ཀམ་སྤུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- སྤེ་སྤྱད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་བུ་རྩེ་སྤོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྤོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། ཡང་སྤོང་དྲེས་པའི་ཞལ་ལུང་སྤོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- ཕྱོམ་སྤྱི་ལུ་ཡོན་ཏན་ཁང་། གུང་གོའི་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- སློ་བཟང་བསྐྱན་འཛིན། གསོ་རིག་སློབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- ཐུབ་བསྐྱན་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྤིང་ཞོར་གཅེས་བཏུས། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- དཀོན་མཆོག་པན་དར། ཉམས་ཡིག་བརྒྱ་ཙ་ལས་རྒྱུད་ནད་བཅས་པའི་ཡིག་རྒྱུད་ནས་ཆང་ནད་བཅས་པའི་ཡིག་རྒྱུད་བར། ད་རམ་ས་ལ། སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- པུ་རྫོང་། (༢༠༡༥) ལྷ་རའི་བྱུགས་བཅུད་གསོ་རིག་རྒྱུད་ཆེན་མན་ངག་རྒྱུད་ཀྱི་དཀར་འགྲེལ། སྤོན་ཆ། ད་རམ་ས་ལ། སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྗོངས་(༢༠༠༥) གསོ་རིག་དཀོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱན་གསལ་སྤྲང་བ་གསར་པ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་ཁྱེ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། འབྲུག་གི་ཁྲོག་སླན་ཤེལ་གྱི་བྱམ་བཟང་།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། MMC301
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསེ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༢ (༥-༡-༦)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་སངས་རྒྱལ་དབང་འདུས།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
འབྲུག་གི་ཁྲོག་སླན་སླན་མུས་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་འབྲུང་ཁྲུངས་དང་འགྲེལ་བཤད་རོ་བོ་ངོས་འཛིན་པན་རུས་མིང་གི་རྣམ་
གངས་ཚུ་གི་སྐོར་སྟོན་མ་ཡིན།
- ༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
ཆོས་ཚན་འདི་ལྟར་ཆར་ཕྱིན་དུ་སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།
 - གཞེས་བྱ་ནད་དང་འཛོམས་བྱེད་སླན་གྱི་ཁྲུངས་ཁ་གསལ་སྤེལ་ཤེས་ཚུགས།
 - སླན་གྱི་འབྲུང་བའི་རུས་པ་དང་རོ་བོའི་རུས་པ་ནང་ཚན་དབྱེ་བ་བརྒྱུད་སོ་སོར་བྱེད་ཚུགས།
 - བཞུ་བ་དང་མི་བཞུ་བའི་ཁམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་ རིན་ཆེན་སྒྲ་ལྟ་དང་ སྒྲ་བརྟན་གྱི་དབྱེ་བ་ དེའི་ཡོན་ཏན་ཚུ་
རྒྱས་པར་བྱེད་ཚུགས།
 - ཁབ་ལེན་ལ་སོགས་པའི་བཞུ་བརྟན་པའི་དོ་རིགས་དང་ སྒྲ་ག་པོ་སྤེལ་རྒྱུ་ལ་སོགས་བཞུ་མི་བརྟན་པའི་དོ་
རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་པན་རུས་བཅས་རྟོགས་ཚུགས།
 - རང་བྱུང་དང་བཙུགས་མའི་སླན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་པན་རུས་ཀྱི་སྐོར་རྟོགས་ཚུགས།
 - ཅི་སླན་དང་ཅི་སླན་བྱུང་སའི་གཞི་གི་ཁྱད་པར་བྱེད་ཚུགས།
 - འབྲས་བུ་མེ་རྟག་ལོ་མ་སྤོང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཤིང་སླན་གྱི་རིགས་རྟོགས་ཚུགས།
 - ཕུ་བ་ལོ་མ་མེ་རྟག་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་ལྷུ་མ་བུ་ཐང་སླན་གྱི་སྐོར་རྟོགས་ཚུགས།
 - ཕུ་ལོ་མེ་འབྲས་སོགས་སྤྲོ་སླན་གྱི་སྐོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - རང་བྱུང་དང་བཙུགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བྱེད་ཚུགས།
 - རུ་ལ་སོགས་པ་སྤོང་ཆགས་སླན་རིགས་བརྟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་པན་རུས་བཅས་རྟོགས་ཚུགས།
 - ཁྲོག་སླན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་གསེ་རིག་དང་ཚན་རིག་གི་མིང་ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་ཤེས་ཚུགས།
 - ཁྲོག་སླན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གངས་དང་ཡུལ་མིང་སྐོར་རྟོགས་ཚུགས།
 - ཁྲོག་སླན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་རིགས་ཀྱི་སྤེད་དང་སའི་མཐོ་ཆད་ཚུ་ཁྱད་པར་བྱེད་ཚུགས་ནི་དང་རྟོགས་ཚུགས།
 - ཁྲོག་སླན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་རོ་དང་ཁྱུ་རྩེ་ཚུ་ཞིབ་ཞིབ་སྤེལ་རྟོགས་ཚུགས།

- ཁྲོག་སྒྲན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ངོ་བོ་འདི་བཤད་པ་ཤེས་ཚུགས།
- ཁྲོག་སྒྲན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་རྩ་བ་ལོ་མ་མེ་ཏྲོག་འབྲས་བྱ་སོགས་ཀྱི་འཕྱུ་རྒྱས་དང་ལག་ལེན་སྒོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུཌ།
- ཁྲོག་སྒྲན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་སྐད་པ་དང་རྒྱས་པ་ཚུ་ཡང་དག་ཤེས་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་ ༡༠།

སྒོ་བ་ཁང་གི་རྒྱལ་ས་ནང་ལས་སྒྲུག་ས་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠།

༡.༢ མཐུག་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་ ༤༠།

སྒོ་བ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་མ་ཉང་ལས་སྒྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

༩ ཉང་དོན་ས་བཅད།

དུས་ཡུག། (ཆུ་ཚོད།)	དོན་ཚན།	སྟོབ་སྟོན་དང་སྟོབ་ སྦྱང་ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༥༠	གཞོམ་བྱ་ནད་དང་འཛོམས་བྱེད་སྒྲན་གྱི་བྱངས། སྒྲན་གྱི་འབྱུང་བའི་རུས་པ་དང་ རོ་བོའི་རུས་པ། རིན་པོ་ཆའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཁམས་གཉིས་ཀྱི་བསྟན་པ། རྫོང་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཁམས་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་པ། ཅི་སྒྲན་ལ་ ཤིང་དང་ ལྷུ་ལ་ སྟོའི་ཅི་སྒྲན་དང་སྟོག་ ཆགས་དང་ རྫོང་ཅི་སྒྲན་བསྟན་པ། ཤིང་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་བདུན་བསྟན་པ། སྟོ་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཚན་ནང་གསེས་དུག་གིས་བསྟན་པ། ལན་ཚུའི་སྡེ་ཚན་ལ་སྤྱི་བྱེད་བྲག་གཉིས་བཤད་པ། སྟོག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲན་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་བཅུ་ གསུམ་བཤད་པ། ཁོག་སྒྲན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་གསོ་རིག་དང་ཚན་རིག་གི་	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་ སྒྲན་རྩིས་ འབྲེམས་སྟོན་ ལས་ འགུལ་ སྦྱང་ལཱ་ ཁོག་སྒྲན་རིགས་སྟེ་ སའི་ས་གནས་ཚུ་ནང་ ཕྱིར་བསྟོད་སྦྱང་བཤད་ ཐོག་ལས་སྟོབ་སྟོན་ འབད་ནི།	དྲི་བ་དྲིས་ལན། ཁོག་སྒྲན་ རོས་འཛིན་གྱི་ལས་འགུལ་ བྲིས་བཅུག་ནི། གསལ་ བཤད་འབད་བཅུག་ནི། སྟོབ་ཁང་དང་སྟོབ་དུས་གྱི་ རྒྱགས་ཚུ་ལེན་ཐོག་ལས་ འབད་ནི།

	མིང། སྤྱན་རྟེ་རྟེ་བཞིན་གྱི་མིང་གི་ནུས་གངས་དང་ཡུལ་མིང། སྤྱན་རིགས་གྱི་སྤྱེ་དང་སའི་མཐོ་ཚད། སྤྱན་རྟེ་རྟེ་བཞིན་གྱི་རོ་དང་ལྷ་རྩེས། སྤྱན་གྱི་ངོ་བོའི་བཤད་པ། སྤྱན་གྱི་འཕུ་དུས་དང་ལག་ལེན། སྤྱན་རྟེ་རྟེ་བཞིན་གྱི་ཕན་ལུས།		
༡༥	འགྲེམས་སྟོན། ཁྲོག་སྤྱན་རིགས་སྤྱེ་སའི་ས་གནས་ཚུ་ནང་ཕྱིར་བསྟོད་ སྟོང་བཅད།	སྤྱན་གྱི་ངོས་འཛིན་ དཔེ་རིས་དང་ཕྱི་ བསྟོད་སྟོང་བཅད་ཐོག་ ལས།	• སྤྱན་གྱི་འཕུང་བའི་ལུས་པ་ - དང་ངོ་བོའི་ལུས་པ་ནང་ - ཚན་དབྱེ་བ་བརྒྱད་སོ་སོར་ - ཕྱེ་བཅུག་ཐོག • རིན་ཆེན་སྤྱ་ལྡ་དང་ སྤྱ་ - བདུན་གྱི་དབྱེ་བ་ དེའི་ - ཡོན་ཏན་ཚུ་རྒྱས་པར་ཕྱེ་ - བཅུག་ཐོག • སྤྱན་གྱི་ངོ་བོ་དང་ལུས་པ། - འཕུ་དུས། རོ་དང་ལྷ་ - རྩེས། ཚན་རིག་གི་མིང་ - རྟེ་རྟེ་བཞིན་རྟོགས་བརྟུན་ - ཐོག་ཐོག
༡༩༠	ལག་ལེན། ཁྲོག་སྤྱན་རིགས་ངོས་འཛིན་འབད་བཅུག་ནི།	• ཆོས་ཚན་སྟོབ་ - དཔོན་གྲོས་ - བསྟན་ཐོག	དཔེ་རིས་ཐོག་ལས་སྤྱན་གྱི་ ཕན་ལུས་དང་རོ་ལུས་ཚུ་ངོས་ འཛིན་འབད་བཅུག་ནི།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- རྒྱལ་པོའི་གསོའི་ལོ་རྒྱུས་ཚོགས་ཀྱི་ (༢༠༡༤) འབྲུག་གི་ཁྲོག་སློན་གེལ་གྱི་བྱམ་བཟང་།

༡༡ རྒྱལ་སློན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བསྐྱར་འཛིན་ཕུན་ཚོགས་། (༡༩༩༩) སྤྱི་མེད་གེལ་གོང་དང་སྤྱི་མེད་གེལ་འཕྲེང་།
- ཀམ་ཆོས་འཕེལ་། བདུད་ཅི་སློན་གྱི་འཁྲུངས་དཔེ། བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- གསེར་ཁང་བཟུ་ཤིས་། བདུད་ཅི་སློན་གྱི་རྣམ་བཤད་སློབ་གསུང་དག་འཕྲོན་།
- མཁུན་རབ་ལོ་རྒྱུ། འཁྲུངས་དཔེ་འཛུགས་གསེར་གྱི་སྒྲེ་མ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་ལྷ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠།

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། སློབ་བྱེད་ལས་གྱི་མདོ།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། ELT301
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སློབ་མཐུས། ༡༢ (༤-༣-༣)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། བྱུང་འཆོ་དོ་ཕུག
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
གསུམ་པ་སློབ་བྱེད་ལས་གྱི་མདོ་འདི་ནང་ལས་ བཤལ་ སྐྱུགས་ སྒྲ་སྒྲན་ འཇམ་ཅི་ བློ་རྩ་ཉ་ལག་ལེན་འཐབ་
ཚུགས་པ་ཡིན།
- ༧ སློབ་བཟང་རྒྱུ་འབྲས།
མདོ་འདི་ལྟ་བུ་ཚར་མ་དུ་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས།
 - སྐྱུམ་འཆོས་འབད་བརྟུབ་དང་མི་བརྟུབ་པའི་ནད་གཞི་སྒྲོར་དང་སྐྱུམ་འཆོས་བསྐྱེན་ཐབས་ཕན་ཡོན་ཉེས་སྦྱོན་ལོག་
གཞོན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།
 - བཤལ་སྒྲན་ཉེ་རིང་གི་སྒྲན་འགོ་བསྐྱེན་ཐབས་ དངོས་གཞི་བཤལ་སྒྲན་གྱི་སྦྱོར་བ། སྒྲན་བཏང་ཐབས་དང་ལོག་
གཞོན་སྦྱོང་ཉེས་པའི་སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་བཅས་གྱི་སྒྲོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - སྐྱུགས་སྒྲན་བཏང་བརྟུབ་མ་བརྟུབ་ནད་གཞི་འདི་དབྱེ་བ་དང་ སྐྱུགས་སྒྲན་གྱི་སྦྱོར་བ། སྒྲན་བཏང་ཐབས། ཕྱི་རྒྱུ་
བཅད་ཐབས་གྱི་སྒྲོར་རྟོགས་ཚུགས།
 - སྒྲ་སྒྲན་དང་ སྒྲ་སྦྱོང་གི་བྱེད་པར་ བཏང་ཐབས་ ལོག་གཞོན་བཅས་ཕྱེ་ཚུགས།
 - འཇམ་ཅི་བཏང་བརྟུབ་མ་བརྟུབ་དང་སྦྱོར་བ། བཏང་ཐབས་ ཕན་ཡོན་ ཉེས་དམིགས་བཅས་ཤེས་ཚུགས།
 - བློ་རྩ་ཉའི་སྦྱོར་བ་དང་ བཏང་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
 - ཅ་སྦྱོང་ལུ་སྒྲ་སེལ་དང་ མདུང་སྒྲན་ བྱང་པའི་ཆོག་ སྦྱར་བའི་ཆད་ བཏང་ཐབས་ ལོག་གཞོན་ཚུ་རྟོགས་
ཚུགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།
སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་ ༢༠།

- ༡.༡ མཚུག་བསྐྱེད་དཔེ་ཞིབ་ནང་ལས་ ༤༠།
 འབྲི་རྒྱལ་ས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།
 ལག་ལེན་འགྲེམས་སྟོན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

༢ བཤུགས་པུ་མ་བཅད།

ཏུས་ཡུན། (རྒྱུ་ཆ་དུ།)	དོན་ཚན།	སྟོབ་སྟོན་དང་སྟོབ་སྟོབ་ ཐབས་ལམ།	དཔེ་ཞིབ་ལས་ལྷན་པ།
༤༠	སྐྱུ་མ་འཛོས་རུང་མི་རུང་། བསྟེན་ཐབས་ཕན་ཡོན་ ཉེས་སྟོན་ ལོག་གཞོན། བཤུལ་རུང་མི་རུང་གི་བརྟག་པ། བཏང་ཐབས་ སྟོན་ ཡོན་ཏན། སྐྱུགས་ཀྱི་སྟོན་འགོ་ དངོས་གཞི་ ཕྱི་རྒྱུ་བཅད་པ་ ཕན་ཡོན། སྐྱ་སྐྱུ་ལུ་ནད་ཞི་བྱེད་པ་དང་ རྟག་པོ་སྐྱ་ནས་སྟོབ་ བ། འཇམ་ཅི་ལུ་ རུང་མི་རུང་དང་ སྟོབ་བ་ བཏང་ ཐབས་ ཕན་ཡོན་ ཉེས་དམིགས། ནི་རུ་ཏུ་ལུ་ སྐྱུ་ལུ་དང་ ཕན་ཡོན་ སྟོབ་བ་ དངོས་ རི་ལྟར་བཏང་བའི་ཚུལ། ཙ་སྟོབ་ལུ་ སྟོན་འགོ་དང་ དངོས་གཞི་ རྒྱུ་ བཅད་ ཕན་ཡོན།	དཔེ་ཞིད་གསལ་བཤད་ དང་ སྟོབ་ལ་ ལས་ འགྲུལ་ འགྲེམས་སྟོན་ ལག་ལེན་དངོས་བསྟར། སྟོབ་ཁང་གི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ ཐོག་ལས་སྟོབ་སྟོན་ འབད་ནི།	སྟོབ་ཁང་ལས་འགྲུལ་དང་ སྟོབ་ལུ་ཚུ་གསལ་བཤད་ འབད་བཅུག་ནི་ ཅི་བ་ཅིས་ ལན་ སྟོབ་ཁང་དང་ སྟོབ་ ཏུས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ཚུ་ལེན་ཐོག་ ལས་འབད་ནི།
༤༡	འགྲེམས་སྟོན། ལས་ལུ་འགྲེམས་སྟོན་དངོས་ལྟར་འབད་ནི།	སྐྱུ་མ་འཛོས། བཤུལ། རྒྱལ་ས་ སྐྱ་སྐྱུ་ འཇམ་ ཅི་ ནི་རུ་ཏུ་ ཙ་སྟོབ་ འབད་བཏུབ་དང་མ་ བཏུབ་གོས་བསྐྱར་ཐོག་	སྐྱུ་མ་འཛོས། བཤུལ། རྒྱལ་ས་ སྐྱ་སྐྱུ་ འཇམ་ཅི། ནི་རུ་ཏུ་ ཙ་སྟོབ་འབད་ བཏུབ་དང་མི་བཏུབ་པའི་ནད་ གཞི་དོས་འཛིན་འབད་བཅུག་

		དང་ནང་བཞག་ནད་པ་ བཞག་སར་གཏང་ཐོག	ཐོག
༤༠	ལག་ལེན། ལས་ལཱ་ལག་ལེན་གཏང་ཐོག	སྒྱུར་བྱེད་མཁས་མཆོག་ དང་གྲོས་བསྟུན།	བཤའ་སྒྲན་ཉེ་རིང་གི་སྒྲོན་ འགྲོ་བསྟེན་ཐངས་ དངོས་ གཞི་བཤའ་སྒྲན་གྱི་སྒྱུར་བ། སྒྲན་བཏང་ཐངས་དང་ལོག་ གཞོན་སྒྱུར་ཉེས་པའི་སྒྲོན་དང་ ཡོན་ཏན་བཅས་ཀྱི་སྒྲོར་ཤེས་ མ་ཤེས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྒྲིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། སྒྱུར་བྱེད་ལས་མདོའི་ཙུ་བ།

༡༡ རྒྱུ་སྒྱུར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཚོགས། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྒྲིང་ལོ་རྒྱུས་བཏུས། སེ་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྒྲན་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱུད། ཀའ་སྤྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་།
- རྩེ་སྒྲིང་སངས་རྒྱས་རྒྱུ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྟུང་སྒྲོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྒྲོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྒྲན་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྒྲོང་དེམས་པའི་ཞལ་ལུང་སྒྲོན་ཆ། སེ་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་།
- དར་མོ་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། རྒྱུ་ལོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྒྲན་ཁང་།
- ཕྱོགས་སྒྲིག་ལུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། རྒྱུ་ལོ་འཁྲུག་པོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྒྲན་ཁང་།
- རྒྱལ་བ། (༢༠༡༣) སྒྱུར་བྱེད་སྒྲན་སྒྱུར་ཀྱན་འདུས་ལོ་རྒྱུས་བཏུས་པའི་མཛོད།
- རོན་གྲུབ། (༢༠༠༩) སྒྱུར་བྱེད་སྒྲན་སྒྱུར་རིག་པ།
- འཇམ་དབྱངས་ལྷན་གྲུབ། (༢༠༠༤) སྒྱུར་བྱེད་ལས།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲླེ་ཆོས་ ༢༠/༠༤/༢༠༢༠།

1. **Module Title** : Research Methods I
2. **Module Code** : RMS301
3. **Programme Title** : Bachelor in Traditional Medicine
4. **Credit Value** : 12 (9-3-0)
5. **Module Leader** : Namgay Lhamo

6. Objectives of the Module

This module aims to familiarize the students with basic knowledge and skills of research methodology with special focus on health research. It is designed to provide the students with an ability to understand, comprehend and apply the important components of a research project and appreciate the values of scientific enquiry.

7. Learning Outcomes

At the end of the module, students will be able to:

- Define research and explain its characteristics
- Identify different types of research with special emphasis on Health Research
- Identify the criteria for selecting a research topic and state the research problem clearly
- Develop appropriate research questions, objectives and hypothesis
- Demonstrate the ability to carry out literature review from a range of sources to support academic work
- Explain various methods of data collection appropriate to a given research study
- Describe various types of study designs, sampling methods and ethical issues in research
- Identify Bias and Errors in research.

8. Mode of Assessment

- a. Continuous assessment: 60%
- b. Summative assessment: 40%

9. Subject Matter

Session (Hours)	Topic	Teaching and Learning Strategies	Mode of Assessment
90	Definitions, characteristics, motivation and types of research (basic, applied,	Lecture and discusion, class	Class Presentation,

	qualitative, quantitative, etc.), health systems research and their types Concept of research proposal, problem identification, problem statement, research objectives The what, why and how of literature review, Literature search, Referencing and citations. Types of research design (Exploratory, Descriptive, Analytical, Cross-sectional, Cohort, RCT, Experimental, etc.) Concept of study population and variables, sampling methods (non-probability and probability sampling) Data collection tools and techniques (Questionnaires, Interviews, FGD, Observation, etc.), Bias in Data Collection Concept and application of ethical issues in research, understanding ethical rules and principles Work Planning and Budgeting Research report using scientific style	presentation, group work, individual assignments, self study.	Class Test, Group Work, Assignment and Exam.
45	Laboratory Class Presentation, Case Study, Data Collection and Case Presentation		

10. Reading List

1. Allen, A. K. (2012). *Introducing Research Skills for Medical students*. Sage Publications Ltd.

2. Black, T.R. (2002). *Understanding Social Science Research*. New Delhi: Sage Publications Ltd.,.
3. Bradburn N, Sudman S, Wansink B. (2004) *Asking Questions- The Definitive guide to questionnaire design-for market research, political polls, and social and health questionnaires*. San Francisco: Jossey-Bass.
4. Burns, R. (2000). *Introduction to Research Methods* (4th revised Edition). New Delhi: Sage Publications India Pvt Ltd.
5. Creswell, J.W. (2009). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed methods Approaches*. California: Sage Publications Ltd.
6. Creswell, J.W. (2003). *Research design :Qualitative, Quantitative and Mixed Method approaches* (2nd Edition). Sage Publications, Inc.
7. Degu, G., Yigzaw, T. (2006). *Research Methodology*, EPHTI, University of Gondar. Retrieved from http://www.cartercenter.org/resources/pdfs/health/ephti/library/lecture_notes/health_science_students/ln_research_method_final.pdf
8. Flick, U. (2011). *Introducing Research Methodology: A beginner's guide to doing a research project*. Germany: Sage Publications Ltd.
9. Kane, M. (2004). *Research made easy in Complementary and alternative Medicine*. Elsevier Limited.
10. Punch, K.F. (2002). *Developing Effective Research Proposal, Essential Resources for Social Research*. New Delhi: Sage Publications Ltd.
11. Research Ethics Board of Health. (2010). Ministry of Health. Thimphu Bhutan.
12. Robert A. D. (2006). *How to write and publish a scientific paper* (5th Edition). Cambridge: Cambridge University Press.
13. Thakur, D. (1993). *Research Methodology in Social Sciences*. New Delhi: DEEP & DEEP Publications.

11. Date last reviewed: 30th April, 2020

ལོ་རིམ་གསུམ་པའི་སློབ་དུས་༡༥།

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། ཆ་བ་སྤྱི་དང་གལ་མདོ་རི་ཐང་མཚམས།
 - ༢ སློབ་ཚན་ཡང་རྟགས། DHC301
 - ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
 - ༤ སློབ་མཐུས། ༡༢ (༤-༢-༤)
 - ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་བ་བཟླ་ཤིས།
 - ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
ཆ་བ་འི་ནད་རིགས་འབྱུང་བའི་ཁྱད་སྲོལ་དང་ཆ་བ་འི་ནད་རིགས་ཚུ་ཉེན་ལ་ཡོད་ལུགས་གལ་འགག་བཞིའི་སློ་ལས་འཁྲུལ་
སོ་བསལ་ཚུལ་དང། རི་ཐང་མཚམས་བྱུང་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་བཅས་རྟོགས་ཚུགས་པ་ཡིན།
- མ) སློབ་སྦྱོང་གྲུབ་འབྲས།
- སྐབས་དོན་འདི་མཁུག་བསྐྱེད་ད་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས།
- ཆ་བ་སྤྱིའི་རིང་རྒྱ་དང་ཉེ་རྒྱ་ ཅུས་གདོན་ཟས་སྦྱོང་གི་ཁྱེན་དང་ཆ་བ་འི་དོ་བོ་ངེས་ཚིག་ཚུ་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - ཁྱེན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ཅུས་གྱི་དབྱེ་བ་ཉེས་པ་གནས་རྒྱུད་གནས་སྐབས་རིགས་གྱི་བཅས་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་གསལ་བྱེ་
ཚུགས།
 - ཆ་བ་སྤྱིའི་རྟགས་དང་སློང་བ་རྒྱ་མཚན་ཉིད་རྟགས་ཕན་གཏོད་བསྟེན་པའི་སློ་ནས་བརྟག་ཐབས་འབད་ཚུགས།
 - ནད་དང་གཉེན་པོ་སློང་པའི་བཅོས་ཚུལ་དང་ཅུས་ལས་མི་འདའ་གནད་གྱི་གདམས་པ་ཆ་བ་འི་དོས་པོ་གཞོམ་པའི་
ཐབས་བསྟེན་ཚུགས།
 - ལྟར་སྤྲང་ལཱ་བྱུགས་གྱི་སློ་ནས་ཆ་གང་གལ་འགག་ནས་པ་བཞིའི་འཁྲུལ་སོ་རིམ་པ་བཞིན་སེལ་ཐབས་འབད་
ཚུགས།
 - རྒྱུ་གི་ཁྱུ་འབྲུགས་སྤྱོད་ནས་བསྐྱེད་དང་མཁུས་པའི་ཁྱུ་འབྲུགས་འཕྲང་ལ་བསྐྱུག་པ་དང་བད་ཀན་ཁྱུ་འབྲུགས་བྱི་
རྩིས་བཅད་ཚུལ་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 -
- ༧ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
 - ༧.༡ ཅུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠།
སློང་འཛིན་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠།
སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༢༠།

༤.༡ མཐུག་བསྐྱེད་དཔེ་ཞིབ་ནང་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་དུས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱུགས་ ༥༠།

སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༤ བཅུ་ལྔ་ལོ་སྤྱི་ལོ་བཅུ་ལྔ་།

དུས་ཡུན། (རྒྱ་ཆ་དུ།)	དོན་ཚན།	སློབ་སྦྱོར་དང་སློབ་སྦྱོར་ ཐབས་ལམ།	དཔེ་ཞིབ་ལས་ལྷན་ཁག་།
༤༠	ཆ་བ་སྤྱི་གསོ་བ་ལ་ རིང་བའི་རྒྱ། ཉེ་བའི་རྒྱ། ཆ་བའི་རྒྱ། དཔེ་བ། སྤྱི་གསོ་ཐབས། བྱེ་ བྲག་གི་གསོ་ཐབས། ཆ་གྲང་གལ་མདོ་ལ་ སྤྱང་གཞི་རྒྱགས་དང་རོ་བོ་ བསྟན་པ། སྤྱང་བྱེད་རོ་བོ་འཛིན་བརྒྱག་ཐབས་ ནམ་བུ་བསྟན་པ། སྤྱང་བྱེད་སྤྱང་སྤྱི་ འབྲུལ་སོ་བསལ་བ། རི་ཐང་མཚམས་བསྟན་པ་ལ་ རྒྱུ་གི་ལྷ་ འབྲུགས་སྤྱན་ནས་བསྟན་པ། མཁྲིས་པའི་ལྷ་ འབྲུགས་འཕྲང་ལ་བསྟན་པ། བད་ཀའ་ལྷ་ འབྲུགས་ཕྱི་རྒྱུ་བཅུ་ལྔ་པ།	དཔེ་ཞིབ་གསལ་བཤད་དང་ གལ་མདོ་དང་རི་ཐང་ མཚམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་སྤྱོད་ འཛིན་ འབྲུགས་སྤྱན་ཐོག་ ལས་ལག་ལེན་ ལས་ འབྲུལ་ སྤྱང་སྤྱི་ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱོར་འབད་ནི།	ཉིན་ལྷན་སློབ་ཁང་ནང་སློབ་ འཛིན་རྒྱུགས་ལེན་ནི་དང་ ཙ་ བའི་ཐོག་ལུ་དོན་འབྲེལ་རྒྱུ་ བཅུག་ནི་ རི་བ་རིས་ལན་ ལས་འབྲུལ་ སློབ་ཁང་གི་ རྒྱུགས་ སློབ་དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་ རྒྱ་ལེན་ཐོག་ལས་འབད་ནི།
༣༠	འབྲེལ་སྤྱོད་། ནད་རྒྱགས་ཐོག་ལས་བརྒྱག་དཔེ་དང་འབད་བཅུག་ ནི།	དཔེ་ཞིབ་དང་སྤྱོད་ཚན་ ཐོག་བསྟན་ཐོག་	ཆ་བ་སྤྱི་གསོ་དང་སྤྱོད་ བ་རྒྱ་མཚན་ཉིད་རྒྱགས་ པན་གཞི་དང་བསྟན་པའི་སློ་ ནས་བརྒྱག་ཐབས་འབད་ ཐབས་དཔེ་ཞིབ་ཐོག་
༢༠	ལག་ལེན། སྤྱན་ཁང་ནང་ནད་པ་བརྒྱག་དཔེ་དང་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་ ཐོག་	དྲུང་འཛོལ་དང་ཐོག་བསྟན་ ཐོག་	བཟླ་རེ་གི་རི་བ་དང་ཟས་སྤྱོད་ བསྟན་བྱ་འབད་བཅུག་ཐོག་

	ལེན་གཏང་ནི།		
--	-------------	--	--

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྒྲིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་སྐབས་གསུམ་པ་ཚད་གསོ་བ་ལས། ཚ་སྤྱི་དང་གལ་མདོ་དེ་མཚམས་ཀྱི་ཙ་བ།

༡༡ རྒྱུ་སྐྱེད་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙེ་བརྒྱད་། ཀན་སུ་ཁྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- རྩེ་སྤྱོད་སངས་རྒྱུས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་བུ་རྩེ་ཐོན་པོ་མ་ལི་ཀ་རྩོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྤྱོད་དྲེས་པ་འདི་ཞལ་ལྷུང་སྤྱོད་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- རྒྱུ་མས་པ་ཆེ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆེ་ག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སློབ་ཐང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོ་འདི་ཞལ་ལྷུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- ཕྱོགས་སྤྱོད་ལྷུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འདི་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- ལྷུང་རིགས་བསྐྱེད་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་བཙེ་བརྒྱད་པ་མེས་པོ་འདི་ཞལ་ལྷུང་། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- ཕྱོགས་ཁང་།
- སློབ་ཐང་བསྐྱེད་འཛིན། གསོ་རིག་སློབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྦྱོང་ལྷན་ཁང་། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྒྱུས་ཀྱན་གསལ་སྤྲུང་བ་གསར་པ།

༡༢ བསྐྱེད་ཞིབ་ཞུ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། རིགས་ཀྱི་ཚ་བ་གསོ་བ།
- ༢ སློབ་ཚན་ཡང་ཉགས། CHD301
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༩ (༤-༩-༤)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། བྱང་འཛོམས་སྡེ་གས་ཚོས་འཕེལ།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
ཚ་བ་མ་སློན་པ་དང་ རྒྱས་པའི་ཚ་བ་ སྦྱངས་ཚད་ གཤམ་པའི་ཚ་བ་ རྟོངས་ཚད་ རྟོགས་ཚད་ འགྲམས་ཚད་
འཕྲུགས་ཚད་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་ཉགས་དང་བཅོས་ཐབས་བཅས་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- ༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
སྐབས་དོན་འདི་མཐུག་བསྐྱེད་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་རྒྱ་གས།
 - མ་སློན་ཚ་བའི་ནད་དང་གཉེན་པོ་སྦྱང་ཚུགས།
 - རྒྱས་པའི་ཚ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་ཉགས་བཅོས་ཐབས་བཅས་ལེགས་པར་རྟོགས་ཚུགས།
 - སྦྱངས་ཚད་ཀྱི་ནད་ལུ་སློན་བཅོས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བསྟན་ཚུགས།
 - གཤམ་ཚད་ཀྱི་ནད་ཟེར་མི་འདི་ག་ཅི་བཟུམ་ཨོན་ན་དང་དེ་ལུ་སློན་བཅོས་འབད་ཚུགས།
 - རྟོངས་ཚད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་ཉགས་བཅོས་ཐབས་བཅས་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - རྟོགས་ཚད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་ཉགས་བཅོས་ཐབས་བཅས་རྟོགས་ཚུགས།
 - འགྲམས་ཀྱི་ཚད་པའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་ཉགས་བཅོས་རྒྱས་པར་རྟོགས་ཚུགས།
 - འཕྲུགས་ཚད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་ཉགས་བཅོས་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
 - རིགས་ཀྱི་ཚ་བའི་ནད་ཀྱི་ཡང་ཉགས་ཚུལ་བཞིན་བྱ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠།
སློབ་ཁང་ཚོས་རྒྱུགས་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠།
- ༨.༢ མཐུག་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
སློབ་དུས་ཚོས་རྒྱུགས་ནང་སྐྱུགས་ ༥༠།
ལག་ལེན་འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་ ༡༠།

༩ བཤམ་པོ་མཁུ་བཤམ་པོ་

ཏུས་ཡུན། (རྒྱ་ཚད།)	དོན་ཚན།	སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་ སྒྲིབ་སྒྲིབ་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༤༠	མ་སྒྲིབ་ཚ་བ་གསོ་བ་ལ་རང་བཞིན་མ་སྒྲིབ་པ་ནད་ཁམས་ཀྱིས་མ་ སྒྲིབ་པ་ རྒྱུན་གྱིས་མ་སྒྲིབ་པ། བཅོས་པའི་རྒྱལ་ལ་ རིམས་ཀྱི་ ཚ་བ་ཆད་ལྟར་སྒྲིབ་པ་ འགྲམས་འཁྲུགས་ཚ་བ་དག་ཟེན་ལྟ་ བུར་དབྱེ་བ། རྒྱས་ཚད་གསོ་བ་ལ་ རང་བཞིན་གྱིས་རྒྱས་པ་ ཏུས་ཀྱིས་རྒྱས་ པའི་རྒྱུན་ རྒྱུན་གྱིས་རྒྱས་པ། ཏུས་ཀྱིས་དབྱེ་ན་རིམས་རྒྱས་དང་འཁྲུགས་རྒྱས། སྒྲིབས་ཀྱི་དབྱེ་ བ་སྒྲིབས་ཆེན་སྒྲིབས་རྒྱུད། བབས་སྒྲིབ་དབྱེ་བ་སྒྲིབ་དང་བྱེ་བྲག། སྒྲིབས་ཚད་གསོ་བ་ལ་ རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲིབས་པ་ རྒྱུན་གྱིས་ སྒྲིབས་པ་ གནས་ཀྱིས་སྒྲིབས་པ། གཤམ་ཚད་ལ་ རང་བཞིན་གྱིས་གཤམ་པ་ གནས་ཀྱིས་གཤམ་པ་ རྒྱུན་གྱིས་གཤམ་པ་གསུམ། རྒྱུདས་ཚད་ལ་ རང་བཞིན་གྱིས་རྒྱུདས་པ་ རྒྱུན་གྱིས་རྒྱུདས་པ་ སྒྲིབ་བ་དམན་པས་རྒྱུདས་པ་བཅས་གསུམ། རྒྱུགས་ཚད་ལ་ རང་བཞིན་གྱིས་རྒྱུགས་པ་ རྒྱུན་གྱིས་རྒྱུགས་པ། འགྲམས་ཚད་ལ་ བཤམ་པོ་སྒྲིབ་འགྲམས་པ་ བྱི་ཡུལ་བཞི་ འགྲམས་པ། འཁྲུགས་ཚད་ལ་ རྒྱས་འཁྲུགས་དང་སྒྲིབས་འཁྲུགས་ འཇམ་ འཁྲུགས་གསུམ། རིགས་ཀྱི་ཚ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྒྱགས།	དཔེ་ཁྲིད་ གསལ་བཤད་ དང་ ལས་ འགུལ་ སྒྲིབ་ ཁང་ལག་ལེན་ སྒྲིབ་ལྟ་ཐོག་ ལས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ འབད་ནི།	སྒྲིབ་ཁང་ནང་དྲི་བ་དྲིས་ ལན་འབད་ནི་ལས་འགུལ་ འགྲམས་སྒྲིབ་ལག་ལེན་ སྒྲིབ་ཁང་དང་སྒྲིབ་ཏུས་ཀྱི་ རྒྱགས་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ འབད་ནི།
༥༠	འགྲམས་སྒྲིབ། ནད་རྒྱགས་ཐོག་ལས་བརྒྱུད་དབྱེ་འབད་བཅུག་ནི།	དཔེ་ཁྲིད་དང་སྒྲིབ་ ཚན་གྲོས་	ཚ་བ་མ་སྒྲིབ་པ་དང་ རྒྱས་ པའི་ཚ་བ་ སྒྲིབས་ཚད་ གཤམ་པའི་ཚ་བ་ རྒྱུདས་

		བསྐྱར་ཐོག	ཚད་ རྟོགས་ཚད་ འབྲམས་ཚད་ འབྲམས་ ཚད་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དབྱེ་ བ་རྟགས་དང་བཅས་ ཐབས་ཤེས་མ་ཤེས་དབྱེ་ ཞིབ་ཐོག
༡༠	ལག་ལེན། སྤྲོད་ཁང་ནང་ནད་པ་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་གཏང་ནི།	དྲུང་འཛོལ་དང་ གྲོས་བསྐྱར་ ཐོག	བཟླ་རེག་དྲི་བ་དང་བས་ སྤྱོད་བསྐྱབ་བྱ་འབད་བཅུག་ ཐོག

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་རྩི་སྤྱི་ཐོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། ལྷ་བས་གསུམ་པ་ཚད་གསོ་བའི་རྩ་བ།

༡༡ རྒྱུ་རྐྱེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- ཐུབ་བསྐྱར་ཕྱན་ཆོགས། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྤྱི་དོན་གཙུག་ལྷན་། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- གཞུག་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤྲོད་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱུད་། ཀན་སུ་ཁུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- སྤྱི་མིང་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷོ་རྒྱུ་མོ་མ་ལི་ཀ་སྤྱོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་རྩིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྤྱོད་དེབ་པའི་ཞལ་ལུང་སྤྱོད་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- རྒྱུ་མས་པ་ཚེ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཚིག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་རྩིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྤྱོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- རྩོམ་སྤྱི་ལྷ་ཡོན་ཕྱན་ཁང་། གྲུང་གོ་འོ་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྐྱར་དང་། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷོ་རྒྱུ་མོ་མ་ལི་ཀ་སྤྱོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་རྩིས་ཁང་།
- སྤྱོ་བཟང་བསྐྱར་འཛིན། གསོ་རིག་སྤྱོད་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་རྩིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྤྱོད་ལྷོ་བ། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱན་གསལ་སྤྱད་བ་
གསར་པ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	རིམ་སློབ་ཚད་འཕེལ་གསལ་བ།
༢	སློབ་ཚན་ཡང་རྟགས།	EDF301
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
༤	སློབ་མཐུས།	༡༩ (༥-༡-༦)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	དྲུང་འཛོལ་འཇམ་དབྱངས་ལེ་ཤེས་དོ་རྩེ།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	རིམ་སློབ་ནད་སྤྱི་དང་འབྲུམ་པ་རྒྱ་གཞུང་གཞུག་སྟོན་ཆམ་པའི་རིམ་སློབ་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་སྟོན་གཏན་ལ་ཐབས་རྒྱལ་པ་ཞིན།
༧	སློབ་སློབ་སྒྲུབ་འབྲས།	སྐབས་དོན་འདི་མཐུག་བསྐྱེད་ད་ སློབ་སློབ་པ་རྒྱ་གཞི། • རིམ་སློབ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དབྱེ་བ་སྤྱི་དང་དབྱེ་བཀ་སོ་སོའི་རྟགས་ཟས་སྤྱོད་སྒྲན་དབྱེ་བཞིའི་སློབ་ནས་བཅས་ཚུགས། • འབྲུམ་རིམ་སློབ་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དབྱེ་བ་སྤྱི་དང་དབྱེ་བཀ་སོ་སོའི་རྟགས་ཟས་སྤྱོད་སྒྲན་དབྱེ་བཞིའི་སློབ་ནས་བཅས་ཐབས་འབད་ཚུགས། • རྒྱ་གཞུང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་དབྱེ་བ་སྤྱི་དང་དབྱེ་བཀ་སོ་སོའི་རྟགས་ཟས་སྤྱོད་སྒྲན་དབྱེ་བཞིའི་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། • གཞུག་སྟོན་གི་རྒྱ་རྒྱུན་དབྱེ་བ་སྤྱི་དང་དབྱེ་བཀ་སོ་སོའི་རྟགས་ཟས་སྤྱོད་སྒྲན་དབྱེ་བཞིའི་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། • ཆམ་རིམ་སློབ་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དབྱེ་བ་སྤྱི་དང་དབྱེ་བཀ་སོ་སོའི་རྟགས་ཟས་སྤྱོད་སྒྲན་དབྱེ་བཞིའི་བཅས་ཐབས་འཐབ་ཚུགས། • རིམ་སློབ་ནད་གསལ་བའི་ནད་ཀྱི་ཡང་རྟགས་རྒྱལ་བཞིན་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། •
༨	དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།	
༨.༡	རྒྱ་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།	
	ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།	
	སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།	

༤.༡ མཐུག་བསྐྱེད་དེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།

འབྲེམས་སྟོན་ལག་ལེན་ནང་ལས་༡༠།

༤ བྱང་དོན་ས་བཅད།

རྒྱུ་ལྷན། (རྒྱ་ཆ་དེ།)	དོན་ཚན།	སྟོབ་སྟོན་དང་ སྟོབ་སྟོང་ཐབས་ ལས།	དེ་ཞིབ་ལས་ལྷན།
༥༠	འཛམ་གྱི་ཆ་བ་བལ་ནད་ལ་ བབས་ས་གནས་དང་སྐྱུར་ཏེ་དེ་ཞིབ་ བ་དང་འཛམ་པ་རྒྱུ་དང་སྐྱུར་ཏེ་དེ་ཞིབ་ བྱང་གཞི་རིགས་དང་ སྐྱུར་ཏེ་དེ་ཞིབ་གསུམ། འབྲེམ་བྱེད་འཛམ་ལ་ འབྲེམ་པ་ནག་པོ་སྐྱེད་པ་སྐྱེད་གཉེན་ དང་ཁྱེད་སྐྱེད་ཆེ་ཏེ་བཅས་གཟེར་སྐྱེད་ཀྱི་ཅན་དང་། འབྲེམ་པ་ དཀར་པོ་མོག་མགོ་སྐྱེད་སྐྱེད་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཅན་དང་། འབྲེམ་པ་ སྐྱེད་ཀྱི་ཅན་དང་། དོན་འབྲེམ་བ་དང་སྟོན་འབྲེམ་བ་ སྟོབས་ཆེན་ སྟོབས་ཆུང་རྣམས་པ་བཞི། གཞི་སྟོན་གསལ་བ་ལ་ གྲྲ་གཟེར་དང་གཞི་པ་ གཉེན་སྐྱེད་ སྐྱེད་ཀྱི་ཅན་ མེད་པལ་ མེན་བྱ་ ཉེན་སྟོན་པ་བཅས། ཆམ་འཛམ་གསལ་བ་ལ་ བྱེད་ཆམ་ སྟོན་ཆམ་ འཛམ་ཆམ་ སྐྱ་ ཆམ་བཅས་བཞི། འཛམ་ནད་གསལ་བའི་ནད་ཀྱི་ཡང་རྒྱུགས།	དཔེ་ཁྱིད་གསལ་ བཤད་དང་ ལས་འགུལ་ ལག་ལེན་དངོས་ ལྟར་ སྟོན་ལྟ་ ཐོག་ལས་སྟོབ་ སྟོན་འབད་ནི།	ཉིན་ལྟར་སྟོབ་ཁང་ནང་དེ་ བ་དེས་ལན་ བྱང་པ་ བཟླ་དཔྱད་འབད་ནི་ སྟོབ་ཁང་གི་རྒྱུགས་ སྟོབ་ རྒྱུ་གི་རྒྱུགས་ཆུ་ལེན་ ཐོག་ལས་འབད་ནི།
༡༥	འབྲེམས་སྟོན། ནད་རྒྱུགས་ཐོག་ལས་བཟླ་དཔྱད་འབད་བཅུག་ནི།	• དཔེ་ཁྱིད་ དང་སྟོན་ཆུ་ ཐོག་བསྐྱེད་ ཐོག	• འཛམ་ནད་སྐྱེད་དང་ འབྲེམ་པ་སྐྱེད་ཀྱི་ཅན་ གཞི་སྟོན་ཆམ་པའི་ འཛམ་བཅས་ཀྱི་རྒྱུ་

			ཀྱིན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་ བཙོས་ཐབས་ཤེས་མ་ ཤེས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ ཐོག
༡༣༠	ལག་ལེན། སྤྲུལ་ཁང་ནང་ནད་པ་བརྟག་དཔྱད་གྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་གཏང་ནི།	• བྱང་འཛོ་ - དང་ཕྱོས་ - བརྟུན་ཐོག	• བཟླ་མེག་ཇི་བ་དང་ - ཟས་སྦྱོད་བསྐབ་བྱ་ - འབད་བརྟུག་ཐོག

ྱྱ གཞི་རྟེན་དཔེ་དབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྒྲིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མནང་ག་གི་རྒྱུད་ལས། གླུ་བས་གསུམ་པ་ཚད་གསོ་བའི་རྩ་བ།

༡༩ རྒྱལ་སྐྱོར་དཔེ་དེབ་གྱི་ཐོ་

- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྐུན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙེ་བརྒྱད། ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང།
- སྡེ་མིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་བཞི་འཁྲུག་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྐུན་ཕྱིས་ཁང།
- ཁོ་རུ་ནམ། འདས་པའི་ཁྲིམས་པའི་ཁྲིམས་པ་ལྟར་སྟོན་ཆ། མི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང།
- སྐྱེམས་པ་ཆོ་དབང། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྐུན་ཕྱིས་ཁང།
- དར་མོ་སྒོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཁྲིམས་པ་ལྟར་སྟོན་ཆ། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱུན་ཁང།
- ཕྱི་མ་སྒྲིག་ཀྱུ་ཡོན་ལྷན་ཁང། གྲུང་གོ་འཁྲུག་པོ་རིག་ཀྱི་ཁྲིམས་པ་ལྟར་སྟོན་ཆ། མི་ཁང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང།
- པདྨ་དོ་ཨ། (༢༠༡༥) ལྷ་པོའི་ཐུགས་བརྒྱད་གསོ་རིག་རྒྱུད་ཆེན་མན་རྒྱུད་ཀྱི་དཀར་འཁྲུག་སྟོན་ཆ། དར་མ་སྐུན་ཕྱིས་ཁང།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱི་གསལ་སྤྲོད་པ་

གསར་པ།

१३ **བསྐྱར་ཞིབ་བླ་མོས་** 30/06/2020

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། ལུས་སྟོད་གསོ་བ།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། HND301
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༢ (༤-༣-༣)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། བྱང་འཛོམས་ལ་བཟང་ཚེ་རིང།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
ལུས་སྟོད་དབང་པོ་མགོ་དང་མིག་ན་བ་སྒྲ་ཁ་ཕྱ་བའི་ནད་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་ཚུགས།
རྟགས་རྒྱགས་པ་ཨིན།

མ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།

སྐབས་ ༤ པ་འདི་མཐུག་བསྐྱེད་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།

- མགོ་བོའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་ཚུགས།
- མིག་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་ཚུགས།
- ན་བའི་ནད་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་སྟོར་རྟགས་རྒྱགས།
- སྒྲ་འི་ནད་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་ཚུགས།
- ཁའི་ནད་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་ཚུགས།
- ཕྱ་བའི་ནད་ན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་ཚུགས།
- ལུས་སྟོད་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།

སློབ་ཁང་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་སྐྱགས་ ༢༠།

༡.༢ མཐུག་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༤༠།

འབྲི་རྒྱགས་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།

ལག་ལེན་འབྲི་རྒྱགས་ལས་ ༡༠།

༡༡ ནང་དོན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། (རྒྱུ་ཚད།)	དོན་ཚན།	སློབ་སྟོན་དང་ སློབ་སྦྱོང་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༤༠	གཙོ་བོའི་ནད་དང་ རླུང་ མཁྲིས་པ་ བད་ཀན་ བད་མཁྲིས་ལྷན་ པ་ རླུང་མཁྲིས་ལྷན་པ་ བད་རླུང་ལྷན་པ་སྟེ་ལཱ། སལ་པ་ལ་རླུང་ མེན་འབྲས་ སློག་པ་ཅན་ སྐྱ་ཕྱི་ སྤྱི་ཐེར་ སྐྱ་དཀར་དང་དུག། མིག་རྩེ་ནད་ལ་རླུང་ མཁྲིས་ གྲག་ བད་ཀན་ འདུས་པའི་ སྤྱན་བྱ་སྤྱད་ནད་བདུན། མིག་ཚག་ལ་སྐྱམ་ཚག་དང་གཤེར་ ཚག་གཉིས། གཏུང་གྲུར་ལ་རླུང་མཁྲིས་ཁྲག་དང་བད་ཀན་བཞི། ཡིང་རྟོག་རླུང་མཁྲིས་ཁྲག་དང་བད་ཀན་བཞི། རབ་རིབ་རླུང་ མཁྲིས་ཁྲག་དང་བད་ཀན་བཞི། འགྲིབ་ལ་སྤྱོད་ཡོང་། ཕྱི་འགྲིབ་ ལ་ཤ་མཛེར་ ཙ་ག་ སྤྱི་རིབ་ ཡིང་རོས་ཁབས་པ་ལཱ། ནང་ འགྲིབ་ལ་རྒྱ་འབྲུགས་པ་དང་རྩ་ཉམས་པ་གཉིས། བར་འགྲིབ་ལ་ རླུང་མཁྲིས་བད་ཀན་འདུས་པ་བཞི། ན་བའི་ནད་ལ་ རླུང་ མཁྲིས་ཁྲག་དང་བད་ཀན་བཞི། འདུས་པའི་ ནག་འཇག་པ་དང་འབྲུམ་ཐོར་གཉིས་ཏེ་དུག། སྤྱ་སྦྱུབ་ འབྲུམ་ ཐོར་ ཤ་ལུ་ ནག་འཇག་ ཁྲག་འཇག། གེ་རྒྱ་ ཤོ་རེ་ བད་ཀན་ གཅེན་ ཁྲག་རྒྱས་ ཁ་ལུ་ རྟིལ་ནད་ སོ་ནད་ སོ་འབྲས་ སོ་སྤྱན་ གེ་ནད་ སྟེ་རྒྱུང་། རླུང་མཁྲིས་ཁྲག་བད་ཀན་ཚིལ་འདུས་པ་གཡང་ཕྱ་བྱར་ཕྱ་སྟེ་ བརྒྱུད། ལུས་སྟོད་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས།	དཔེ་ཁྲིད་ གསལ་བཤད་ དང་ སྟེ་ཚན་ གྲོས་བསྐྱར་ དཔེ་རིས་ཐོག་ ལས་འགྲེམས་ སྟོན་གསལ་ བཤད་ ལག་ ལེན་དངོས་ བསྟར་ སྦྱོང་ ལཱ་ ལས་ འགུལ་ཐོག་ ལས་སློབ་སྟོན་ འབད་ནི།	ཉིན་ལྷར་སློབ་ཁང་ནང་ དེ་བ་དེས་ལན་ལས་ འགུལ་དབྱེ་ཞིབ་ལག་ ལེན་དབྱེ་ཞིབ་སློབ་ཁང་ དང་སློབ་དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་ རྒྱ་ལེན་ཐོག་ལས་འབད་ ནི།
༤༡	འགྲེམས་སྟོན། ནད་རྟགས་ཐོག་ལས་བརྟག་དབྱད་འབད་བཅུག་ནི།	དཔེ་ཁྲིད་དང་ སྟེ་ཚན་གྲོས་ བསྐྱར་ཐོག་	ལུས་སྟོད་དབང་པོ་མགོ་ དང་མིག་ན་བ་སྤྱ་ཁ་ཕྱ་ བའི་ནད་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་ རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་ བཅོས་ཐབས་ཤེས་མ་ ཤེས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐོག་

ལོ	ལག་ལེན། སྒྲིག་ཁང་ནང་ནད་པ་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་གཏང་ནི།	དྲུང་འཛོལ་ གྲོས་བསྡུན་ ཐོག	བཟུང་ལེན་གྱི་བ་དང་ཟས་ སྤྱོད་བསྐབ་བྱ་འབད་ བཟུག་ཐོག
----	---	----------------------------------	---

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྤྱི་པོ་ཡན་ལག་བརྟུན་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུ་ལས། ལུས་སྤྱོད་གསོ་བའི་ཙ་བ།

༡༡ རྒྱུ་སྤྱོད་དཔེ་དབ་ཀྱི་ཐོ།

- རྒྱུ་བསྐྱེད་ལུ་ཆོག་ལ། གསོ་རིག་སྤྱི་ཤོར་གཅེས་བཏུས། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲིག་ཁང་།
- སྤྱི་ལོ་༡༩༩༦/༡༩༩༧ལུ།
- གཞུང་གི་གསང་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤྱི་ཤོར་གཅེས་བཏུས་བཅོ་བརྟུན། གནས་ལུ་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲིག་ཁང་།
- ཁམས་གཙང་འབྲུག་རྒྱལ། གསོ་རིག་མན་ངག་ཐོང་བྱང་ཐོག་སྤྱི་ཤོར་བཟུང་ལེན་གྱི་སྤྱོད་མ། མཚོ་སྤྱོད་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲིག་ཁང་།
- སྤྱི་ལོ་མཉམ་མཐུན་རྒྱུ་རྒྱུ་མཚོ། རྒྱུ་བཞེད་འགྲེལ་པ་བྱེད་སྤྱོད་པོ་མ་ལི་ཀ་སྤྱོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཤོར་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནས། དང་སྤོང་དེ་ཤེས་པའི་ཞལ་ལུང་སྤྱོད་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲིག་ཁང་།
- སྤྱི་བཟང་བསྐྱེད་འཛིན། གསོ་རིག་སྤྱོད་དབ་བོད་གཞུང་སྤྱི་ཤོར་ཁང་།
- སྤྱི་མས་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྒྱུ་འགྲེལ་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཤོར་ཁང་།
- དར་མོ་སྤྱོད་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུ་བཞེད་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུ་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྒྲིག་ཁང་།
- རྒྱུ་སྤྱོད་ལུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུ་གོ་ཤོ་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྒྲིག་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྐྱེད་དར། རྒྱུ་བཞེད་བཟང་བཏོལ་རྒྱུ་ལ་ཨ་རུ་པའི་ཕྱོང་བའི་མཛེས་རྒྱུ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཤོར་ཁང་།
- རྒྱུ་སྤྱོད་ཁང་།
- པལ་དོ་ཐེ། (༢༠༡༥) ལུ་པའི་ཐུགས་བརྟུན་གསོ་རིག་རྒྱུ་ཆོན་མན་ངག་རྒྱུ་ཀྱི་དཀའ་འགྲེལ། སྤྱོད་ཆ། དར་མ་ས་ལ། སྤྱི་ཤོར་ཁང་།
- རྒྱུ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྤྱོད་ལ། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱན་གསལ་སྤྱང་བ་གསར་པ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠།

1. **Module Title** : Research Project Work II
2. **Module Code** : RMS302
3. **Program Title** : Bachelor in Traditional Medicine
4. **Credit Value** : 12 (6-1-5)
5. **Module Leader** : Nominated supervisors

6. Objectives of the Module

The aim of this module is to enable the students to develop their knowledge and skills in preparing a research proposal and executing the research project work by incorporating the characteristic features of a research process.

7. Learning outcomes

Upon successful completion of the module students will be able to:

- Identify a relevant research problem/topic to carry out the research project work
- Develop a good research proposal by incorporating the major components of a research proposal
- State the research problem, objectives, research questions and hypothesis appropriately
- Carry out a literature review on the selected topic
- Select appropriate research design and data collection tools, collect good data and analyse them for accurate findings
- Address ethical issues, design work plan and budgeting for her/his research project
- Write a good report for their research project work and disseminate the findings through presentation/or publication

8. Assessment Approach

Ongoing assessment: 60%

Final project work report: 40%

9. Subject matter of the module

Session (Hours)	Topic	Teaching and Learning Strategies	Mode of Assessment
60	Research proposal writing which includes all the important components, such as problem statement, objective writing,	Interactive Lecture, Individual consultation,	Class Presentation, Class Test,

	literature review, Questionnaire design, data collection, data analysis, addressing ethical issues Research project execution which includes planning and preparing for data collection, data handling, etc. Data analysis using appropriate software and statistical packages Report writing using scientific methods Dissemination of the research findings through presentations and publications in journals.	independent study, field work, class presentation, group discussion, etc.	Group Work, Assignment and Exam.
15	Laboratory Class Presentation, Research Proposal Writing.		
100	Clinical Practice Case Study, Data Collection, field work and Case Presentation.		

10. Reading List

- Allen, A. K. (2012). *Introducing Research Skills for Medical students*. Sage Publications Ltd.
- Black, T.R. (2002). *Understanding Social Science Research*. New Delhi: Sage Publications Ltd.,.
- Bradburn N, Sudman S, Wansink B. (2004) *Asking Questions- The Definitive guide to questionnaire design-for market research, political polls, and social and health questionnaires*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Burns, R. (2000). *Introduction to Research Methods* (4th revised Edition). New Delhi: Sage Publications India Pvt Ltd.
- Creswell, J.W. (2009). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed methods Approaches*. California: Sage Publications Ltd.
- Creswell, J.W. (2003). *Research design :Qualitative, Quantitative and Mixed Method*

approaches (2nd Edition). Sage Publications, Inc.

- Degu, G., Yigzaw, T. (2006). *Research Methodology*, EPHTI, University of Gondar. Retrieved from http://www.cartercenter.org/resources/pdfs/health/ephti/library/lecture_notes/health_science_students/ln_research_method_final.pdf
- Flick, U. (2011). *Introducing Research Methodology: A beginner's guide to doing a research project*. Germany: Sage Publications Ltd.
- Kane, M. (2004). *Research made easy in Complementary and alternative Medicine*. Elsevier Limited.
- Punch, K.F. (2002). *Developing Effective Research Proposal, Essential Resources for Social Research*. New Delhi: Sage Publications Ltd.
- Research Ethics Board of Health. (2010). Ministry of Health. Thimphu Bhutan.
- Robert A. D. (2006). *How to write and publish a scientific paper* (5th Edition). Cambridge: Cambridge University Press.
- Thakur, D. (1993). *Research Methodology in Social Sciences*. New Delhi: DEEP & DEEP Publications.

11. Date last reviewed: 30th April, 2020

ལོ་རིམ་བཞི་པའི་སློབ་དུས་༡༥།

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། རྟོན་སྟོན་གསེབ།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། SIO401
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསེབ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༢ (༤-༢-༤)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་རྟོགས།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
རྟོན་སྟོན་དང་སློབ་མཆོན་པ་མཆེར་པ་མཁལ་མ་བཅས་ལྟ་དང་སྟོན་པོ་བ་རྒྱ་མ་ལོང་ག་སྒྲུང་པ་བསམ་སེའུ་ནད་རིགས་སོ་སོའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་ཚུ་གཏན་ལ་ཐབ་རྒྱུགས་པ་ཨིན།
- ༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
སྐབས་༤པ་འདི་མཐུག་བསྟུན་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་རྒྱ་གིས།
 - རྟོན་ལྟེན་ནད་གསེས་སྟོན་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས།
 - སློབ་པའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས།
 - མཆོན་པའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས།
 - མཆེར་པའི་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས།
 - མཁལ་མའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས།
 - པོ་བའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས།
 - རྒྱ་མའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས།
 - ལོང་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅོས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས།
 - རྟོན་སྟོན་གསེབ་པའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་ལག་ལེན་འཐབ་རྒྱུགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠།
སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠།
- ༨.༢ མཐུག་བསྟུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་ ༤༠།
སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།
ལག་ལེན་འགྲེམས་སྟོན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༩ བྱུང་འཛོལ་ཆོས་ཚན་ཙ་གཞུང་།

བྱུང་འཛོལ་ (ཆུ་ཚོད།)	དོན་ཚན།	སྐོབ་སྐྱོན་དང་སྐོབ་ སྐྱོང་ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ ལུགས།
༤༠	སྐྱིད་ནད་ལ་སྐྱིད་འཕྱོས་དང་སྐྱིད་གཟེར་སྐྱིད་ཆད་སྐྱིད་ཆུ་སྐྱིད་ འཕྱོས་སྐྱིད་སྐྱིད་སྐྱིད་ནད་ལ་ལེ་ནག་པོ་བཅས་བདུན། སྐྱོ་ནད་ལ་ཐང་པོ་སྐྱུ་ཐབ་ཆ་སྐྱུ་ཐབ་ཆ་སྐྱུ་ཐབ་ཆ་སྐྱུ་ཐབ་ཆ་སྐྱུ་ཐབ་ཆ་ བྱུང་ཆད་ཅན་དང་བརྒྱུད། མཆིན་ནད་ལེ་བཟན་ལྷེ་བྱ་དུག་ཐབས་ཆུ་ཤོར་རྒྱན་བྱ་ཤོར་རྒྱན་ལ་ ལུད་གཞུང་རེངས་མཆིན་འབྱུང་ནག་པོ་ཉལ་སྐྱེ་མཆིན་ཇི་དཀར་ པོ་ནག་པོ་གནད་མཆིན་ཙ་བྱེར་མཆིན་རྒྱུང་མཆིན་རྒྱུང་མཆིན་གྱི་སྐྱུ་ རྒྱུ་གྱུང་སྐོབ་ཏེ་བཅོ་བརྒྱུད། མཆིར་ནད་ཆ་བ་ཁྲག་སྐོབ་མཆིར་རྒྱུང་མཆིར་པའི་བད་ཀན་རྒྱགས་ པ་སྐྱེ་ལ། མཁལ་རྒྱུང་མཁལ་གཅོད་ཤོར་རྒྱུང་ཆུ་ཤོར་མཁལ་ཆད་མཁལ་ འགྲམས་མཁལ་གྱུ་ད་རྒྱན་དང་བརྒྱུད། པོ་ནད་ཆ་བ་དང་གྱུང་གཉིས་ལས་འགྲམས་བཅས་འབྱུགས་ བཅས་དུག་ཐབས་གཉན་སྐྱུང་པོ་བ་སྐྱུ་པ་མཁལ་པ་ལུད་པ་མཆིན་ པ་ལུད་པ་བཅས་བདུན། གྱུང་བ་ལ་རྒྱུང་དང་མ་ལུ་བ་ལྷགས་ཐེག་ སྐྱེན་མེ་ཉམས་རྩི་སྐྱེན་དུ་སྐྱེན་ཐེག་འབྱས་ཏེ་དག། ལོང་ནད་གྱུང་སྐོབ་གྱུང་འགྱུངས་ཆ་རྩིང་འབྱུང་སྐྱེན་རྒྱུངས་པ་ཅན་ དང་ལ། དོན་སྐོབ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྒྱགས།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་དང་ཙ་བ་ སྐོར་འཛིན་དཔེ་ རིས་ཐོག་ལས་ འགྲམས་སྐོབ་གསལ་ བཤད་ལག་ལེན་ དངོས་བསྟར་ལས་ འགྲལ་སྐྱོང་ལུ་ཐོག་ ལས་སྐོབ་སྐོབ་འབད་ ནི།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་ལག་ ལེན་ལས་ འགྲལ་སྐྱོང་ལུ་ སྐོབ་ཁང་གི་ཆོས་ རྒྱགས་སྐོབ་ དུས་ཀྱི་རྒྱགས་ཆུ་ ལེན་ཐོག་ལས་ འབད་ནི།
༥༠	འགྲམས་སྐོབ། ནད་རྒྱགས་ཐོག་ལས་ནད་དོས་འཛིན་དང་དཔེ་རིས་ཐོག་ལས་ འགྲམས་སྐོབ་གསལ་བཤད།	དཔེ་ཁྲིད་དང་སྐྱེ་ཆན་ གྲོས་བསྟར་ཐོག་	དོན་ལྟ་དང་སྐོབ་ དུག་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ དང་དབྱེ་བ་ རྒྱགས་བཅོས་ ཐབས་ཆུ་ཤེས་མ་ ཤེས་དབྱེ་ཞིབ་ འབད་ཐོག་

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང།	ཐོར་ནད་གསོ་བ།
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	SHD401
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང།	གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
༤	སྦྱོང་མཐུས།	༡༢ (༤-༢-༤)
༥	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	ཐོར་ནད་སྐད་འགགས་ ཡི་ག་འཁྱུས་པ་ རྒྱུ་མ་དད་ རྒྱུགས་བྱ་ དབུགས་མི་བདེ་བ་ གླུང་ཐབས་ རྒྱུགས་པ་ འཁྱུ་བ་ ཅི་མ་དང་གཅིན་འགགས་པ་ གཅིན་སྟེ་བ་ ཚད་འཁྱུ་ ཅིག་ནད་ གླུ་བྱ་ ལྷ་མེར་ ཙ་དཀར་ པགས་ བད་ ཐུན་བུའི་ནད་བཅས་ཀྱི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་བཅས་རྟགས་རྒྱུགས་པ་ཡིན།
༦	སྦྱོང་བཅའ་གྲུབ་འབྲས།	སྐབས་ ༤ པ་འདི་མཐུག་བསྐྱུ་ད་ སློབ་སྦྱོང་པ་རྒྱ་གིས། • རྒྱུ་མ་དད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་ཅོས་འཛིན་དང་ བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འབད་རྒྱུགས། • ཡི་ག་འཁྱུས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་ཅོས་བཟུང་སྟེ་ བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འབད་རྒྱུགས། • རྒྱུ་མ་དད་དང་རྒྱུགས་བྱའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་ཅོས་འཛིན་དང་ བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • དབུགས་མི་བདེ་བའི་ནད་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་ཅོས་མེར་ཅོས་བཟུང་སྟེ་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • གླུང་ཐབས་གསོ་བའི་ནད་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • ལྷ་མེར་ནད་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • རྒྱུགས་པའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • འཁྱུ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • ཅི་མ་འགགས་པ་བཅས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • ལྷ་མེར་གསོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • གཅིན་སྟེ་གསོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • ཚད་འཁྱུ་གསོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • ཅིག་ནད་དང་གླུ་བྱའི་ནད་གསོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • ལྷ་མེར་གྱི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • ཙ་དཀར་དང་ཐགས་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་རྒྱུགས། • ཐུན་བུའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་ཅོས་བཟུང་སྟེ་ལས་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འབད་རྒྱུགས། • ཐོར་ནད་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་ལག་ལེན་འབད་རྒྱུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།

སློབ་ཁང་གི་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།

༡.༢ མཚུགས་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལག་ལེན་འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༢ བཤུགས་བཅད།

དུས་ཡུན། (རྒྱ་ཆ་དུང་ཁུ་)	དོན་ཚན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་ སྤྱི་ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ ལུགས།
༤༠	སྐད་འགགས་ནད་ལ་རླུང་ལས་ཀྱུར་པ་དང་མཁུམ་པ་ཁྲག་བད་ཀན་ ལས་ཀྱུར་པ་དང་ཟད་བྱེད་ཆོལ་ཀྱུར་དཔེ་ཆ་བཅས་བདུན། ཡི་ག་འཁྲུམ་པ་ལ་རླུང་མཁུམ་བད་ཀན་འདུས་པ་བཞི། སྐྱོམ་དད་ལ་རླུང་མཁུམ་བད་ཀན་འདུས་པ་བཅུད་ཟད་དང་ལྷ། སྐྱུགས་བྱེད་ནད་ལ་ཟས་བྱུང་ཕྱན་ཆོགས་བྱུང་བྱུང་ཆེན་པོ་ཟེ་མོ་ དང་ལྷ། དབུགས་མི་བདེ་བ་ལ་ཕྱན་ཆོགས་ཕྱན་ཅན་དབུགས་ཆད་ཆེན་པོ་ བྱེད་བྱུང་། གྲང་ཐབས་ནད་ལ་དོན་གྲང་མཆིན་གྲང་མཆེར་གྲང་ནམ་པ་གཉིས། སྟོད་གྲང་པོ་བ་རྒྱ་མ་ལོང་དང་གསུམ། ཅ་གྲང་ཕྱི་ཅ་ནང་ཅ་ལི་གྲང་ ཐབས་གཉིས། རིགས་ལ་ཆ་གྲང་སྟོན་དང་གཉིད་གྲང་བཞི། སྟོན་བྱེད་ནད་ལ་བད་ཀན་རླུང་སྟོན་མཁུམ་སྟོན་ཁྲག་སྟོན་དང་བཞི། སྐྱུགས་པའི་ནད་ལ་རླུང་མཁུམ་བད་ཀན་འདུས་པ་བཞི། འཁྲུ་བའི་ནད་ལ་མེ་འོད་ཉམས་པ་དང་རྒྱ་ལོང་ནམས་སུ་གྲང་བ་ སྟོན་པ་མཁུམ་པ་སྟོད་དུ་བྱུང་བ མཆིན་ཆད་བྱུང་དུ་བཅས་པ། དེ་ཡང་རླུང་མཁུམ་བད་ཀན་འདུས་	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་དང་ ལག་ ལེན་དངོས་བསྟར་ འགྲུལ་སྟོན་ ལས་ འགུལ་ སློབ་ལྟ་སྟོན་ ལས་སྟོན་སྟོན་འབད་ ནི།	ཉིན་ལྟར་སློབ་ཁང་ ནང་བྱི་བྱིས་ ལན་འདབ་ནི་དང་ འགྲུལ་སྟོན་ ལག་ལེན་ སློབ་ ལྟ་དང་ལས་ འགུལ་དབྱེ་དཔྱད་ སློབ་ཁང་གི་ རྒྱུགས་ སློབ་ དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་རྒྱ་ ལེན་སྟོན་ལས་ འབད་ནི།

	པ་བཞིར་འདུས། དྲི་མ་འགགས་པ་ལ་རྒྱུད་ལས་གྱུར་པ་དང་མཁྲིས་པ་བད་ཀན་སྟོན་ སྐར་སེལ་གྱི་རྒྱུད་གྱེན་ལ་ལོག་པ་དང་ལྷ། གཅིན་འགགས་ལ་རྒྱུད་གིས་སྟོན་པ་མཁྲིས་པས་སྟོན་པ་བད་ཀན་གྱིས་ སྟོན་པ་འདུས་པས་སྟོན་པ་བཅས་བཞི། གཅིན་སྟོན་པ་ལ་བད་ཀན་བཟུང་དང་མཁྲིས་པའི་བཟུང་རྒྱུད་གྱུར་ བཅས་གསུམ། རྒྱ་ནང་ཚད་འཁུལ་རྒྱུད་དང་མཁྲིས་པ་ཁྲག་བད་ཀན་དང་བཞི། དྲེག་ནད་ལ་རྒྱུད་མཁྲིས་ཁྲག་བད་ཀན་དང་བཞི། གྲུམ་བུའི་ནད་ལ་ཤ་ཏེམ་དང་རུས་ཏེམ་རྩ་ཏེམ་རྩ་ཏེམ་ཏེམ་དཀར་ ཏེམ་ནག་བཅས་ནམ་པ་དྲུག། རྩ་སེར་གྱི་ནད་ལ་རྩ་སེར་དཀར་པོ་དང་ནག་པོ་གཉིས་ལས་དཀར་ པོ་བད་རྒྱུད་གྲང་བ་དང་བསྐྱེད་པ་དང་ནག་པོ་ཁྲག་མཁྲིས་ཚ་བ་ དང་བསྐྱེད་ས། དགས་ལ་གམས་པ་ ཤ་ལ་རྒྱས་པ་ རྩ་རྩ་རྒྱག་པ་ རུས་ལ་ཞེན་པ་ རོན་ལ་བབས་པ་ སྟོན་དུ་སྐྱེད་བ་བཅས་དྲུག། རྩ་དཀར་ནད་ལ་རྩ་དཀར་གྱི་གྱེས་རྩལ་དང་རྩ་རྩེན་རྟགས་རྒྱུད་དང་ ལྷན་པ་ མཁྲིས་པ་དང་ལྷན་པ་ འདུས་པ་དང་ལྷན་པ་བཅས་བཞི། སྐྱགས་ནད་ལ་ཤ་བཀ་སྐྱང་བྱ་མཛེར་པ་བཟོད་བྱ་བ་སྟོན་ཐོར་པོ་ ཤིག་ཁབས་ཁྱེ་མ། ཕན་བུའི་ནད་ལ་ ཉུ་ལོག་དང་འཁུ་སྐྱགས་ མེས་འཛོག་མ་ ཁབ་ བམ་མདེའུ་ཁོང་དུ་ཤོར་བ་ ཤའམ་བཟན་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱུད་པ་ གྲེ་བར་ག་མ་བྱག་པ་ ཉུ་རུས་བྱག་པ་ སྟོན་སྟོན་སོགས་ཁོང་དུ་ སོང་བ་ ཆང་ནད་ སྟོན་རྟགས་པ། ཐོར་ནད་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས།		
༣༠	འགྲེམས་སྟོན། ནད་རྟགས་དང་བཅས་ཐབས།	ནད་རྟགས་སྟོན་ལས་ བརྟག་དཔྱད་དང་	བརྟག་དཔྱད་ འབད་ཐབས་

		བཙུག་ཐབས་འབད་ ཐབས་ཐོས་བསྟུན།	འགྲེམས་སྟོན་ འབད་བཟུག་ཐོག
༡༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	བྱུང་འཆོ་དང་ཐོས་་ བསྟུན་ཐོག	བཟུ་རེག་ཁྱི་བ་ དང་ཟས་སྟོན་ བསྐྱབ་བྱ་འབད་ བཟུག་ཐོག

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དབ་གྱི་ཐོ།

- བདུད་ཚི་སྤྱི་པ་ལོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། མོར་ནད་གསོ་བའི་ཙུ་བ།

༡༡ རྒྱལ་སྐྱོར་དཔེ་དེབ་གྱི་ཐོ་

- ཁྲོ་རུ་མ་། འདྲ་མཉམ་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོང་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང།
- ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༩༤) གསལ་རིག་སྤྱི་བཟོ་བའི་གཙུག་ལྷན་། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྟན་པ་ལྷན་ཁང་ལག་བཟོ་བརྒྱུད། ཀན་སུ་ཁྲོ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང།
- སྡེ་སྤྱི་དཔེ་སྟུན་ཁང་། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོང་ཆ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང།
- སྐྱེ་མས་པ་ཆོད་བང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང།
- དར་མོ་སྒོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ཆོས་པོ་འཁྲུག་པ་ལྷན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོང་ཆ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང།
- ཚོ་མ་སྒྲིག་ལྷན་པོ་ལྷན་ཁང། རྒྱུད་པོ་འཁྲུག་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་ཁང། མི་མང་དཔེ་སྟུན་ཁང།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷན་པོ་ལྷན་ཁང། རྒྱུད་པོ་འཁྲུག་པོ་ལྷན་ཁང། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང།
- ཅིས་ཁང།
- སྒོ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསལ་རིག་སྤྱི་བཟོ་བའི་གཙུག་ལྷན་པོ་ལྷན་ཁང། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང།
- པདྨ་དོ་མེ། (༢༠༡༥) ལྷ་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་ཁང། རྒྱུད་པོ་འཁྲུག་པོ་ལྷན་ཁང། རྒྱུད་པོ་འཁྲུག་པོ་ལྷན་ཁང། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསལ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་པོ། (༢༠༠༤) གསལ་རིག་དགོངས་དོན་ནང་ལྷན་པོ་ལྷན་ཁང། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང།

१३ བསྐྱར་ཞིབ་ལྷ་ཆས་ ३०/०८/२०२०

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་མ་གསོ་བ།
- ༢ སློབ་ཚན་ཡང་རྟགས། TEU401
- ༣ ཤེས་ཚད་ཀྱི་མིང། གསོ་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༢ (༤-༢-༤)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་འཇམ་དབྱངས་ལེ་ཤེས་དོ་རྩེ།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
ལྷན་སྐྱེས་མ་འབྲས་དང་ གཞང་འབྲུམ་ མེ་དབལ་ སུཅ་ མེན་བུ་ འྱིག་རྒྱལ་ས་ ཀང་འབམ་ བཙུག་བར་དོལ་
བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་དང་བཙུག་ཐབས་རྒྱ་རྒྱུས་པར་སྦྲོམ་ཨིན།
- ཉ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
སྐབས་ ༡ པ་འདི་མཐུག་བསྐྱུང་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་རྩེ་གིས།
 - འབྲས་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་དོས་འཛིན་འབད་ནི་དང་བཙུག་ཐབས་ལག་ལེན་འབྲེལ་རྒྱུ་གིས།
 - གཞང་འབྲུམ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་དོས་འཛིན་འབད་ནི་དང་བཙུག་ཐབས་ལག་ལེན་བསྐྱར་རྒྱུ་གིས།
 - མེ་དབལ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་དོས་འཛིན་འབད་དེ་བཙུག་ཐབས་ལག་ལེན་འབྲེལ་རྒྱུ་གིས།
 - སུཅ་འེ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་དོས་བཟུང་དང་བཙུག་ཐབས་འབད་རྒྱུ་གིས།
 - མེན་བུ་འེ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་དོས་གཟུང་ནི་དང་བཙུག་ཐབས་འབད་རྒྱུ་གིས།
 - འྱིག་རྒྱལ་ས་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་དོས་འཛིན་དང་བཙུག་ཐབས་འབད་རྒྱུ་གིས།
 - ཀང་འབམ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་དོས་འཛིན་དང་བཙུག་ཐབས་འབད་རྒྱུ་གིས།
 - བཙུག་བར་དོལ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་དོས་བཟུང་སྟེ་བཙུག་ཐབས་ལག་ལེན་འབྲེལ་རྒྱུ་གིས།
 - ལྷན་སྐྱེས་མ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཡང་རྟགས་ལག་ལེན་འབྲེལ་རྒྱུ་གིས།
- ༩ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༩.༡ རྩལ་རྒྱུ་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།
སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།
- ༩.༢ མཐུག་བསྐྱུང་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
སློབ་རྩལ་གྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

			ཤེས་དབྱེ་ཞིབ་ འབད་ཐོག
༡༠	ལག་ལེན། སྤུན་ཁང་ནང་ནད་པ་བརྟག་དཔྱད་གྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་གཏང་ནི།	བྱུང་འཆོ་དང་གྲོས་་ བསྟུན་ཐོག	བརྟུ་ཤེག་ཀྱི་བ་ དང་ཟས་སྦྱོད་ བསྟུབ་བྱ་འབད་ བརྟུག་ཐོག

༡༠ བཞི་རྟེན་དཔེ་དཔ་གྱི་ཐོ།

- བདུ་ཅི་སྒྲིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསར་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། ལྷན་སྒྲེས་མ་གསོ་བའི་རྩ་བ།

༡༡ རྒྱལ་སྤྱིར་དཔེ་དེའི་ཁྱི་ཐོ།

- ཁོ་རུ་ན་མ། སངས་པོ་དང་གུས་པ་འཛིན་པ་ལུང་སྟོང་ཆ། སི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེ་ཁང་།
- ཁམས་གཙང་འབྲུག་རྒྱལ། གསོ་རིག་མན་ངག་ཁྱོད་བྱང་ཁྱོད་གས་བསྐྱིགས་མན་བདེན་པ་བྱེད་སྟེ་མ། མཚོ་སྟོན་མི་
རིགས་དཔེ་སྐྱེ་ཁང་།
- ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྟིང་ནོར་གཅེས་བཅུ་ལྔ། སི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེ་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྟན་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱད། ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེ་ཁང་།
- སྡེ་སྡིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁོར་ལ་བཤུར་སྟོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོང་ཆ། བོད་གཞུང་སྟན་ཅིས་ཁང་།
- སྟེམས་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁོར་ལ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྟན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྟོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁོར་ལ་མེས་པོ་འཛིན་པ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱེ་ཁང་།
- ཅོམ་སྒྲིག་ཁྱུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འཛིན་པོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྐྱེ་ཁང་།
- སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སྟོན་པ་དེ་བ། བོད་གཞུང་སྟན་ཅིས་ཁང་།
- པདྨ་དོ་རྩེ། (༢༠༡༥) ལྷ་པོ་འཛིན་པ་བཅུད་གསོ་རིག་རྒྱུད་ཆེན་མན་ངག་རྒྱུད་ཀྱི་དཀར་འཁོར་ལ། སྟོང་ཆ། དར་མ་ས་
ལ། སྟན་ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྟེ་བ། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱན་གསལ་སྒྲུང་བ་
གསལ་པ།

१२ བསྐྱུར་ཞིབ་ལྷ་ཆོས་ ३०/०८/२०२०

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། འཇམ་དབྱང་དང་ལུས་སྦྱང་བྱུག་པའི་ལག་ལེན།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། NIT401
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༢ (༥-༩-༥)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་གསལ་སྤྲེལ་སྐོར་ཆོས་འཕེལ།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ལུལ།
འཇམ་དབྱང་གྱི་མདོ་འདི་ནང་ལས་ རྟགས་ལུམས་བྱུག་པ་བཅས་ཀྱི་དབྱང་གྱི་ལག་ལེན་ཚུ་ཕྱ་ཞིབ་ཕྱ་བའི་ཐོག་ལས་
སྟོན་མ་ཡིན།
- ༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།
མདོ་འདི་སྟབ་ཚར་མ་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།
 - རྟགས་ལུ་ བསྟེན་བརྟུབ་མི་བརྟུབ་པའི་ནད་གཞི་སྟོར་ཤེས་ཚུགས།
 - བསེལ་རྟགས་རྩོད་རྟགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཕན་ཡོན་ཚུ་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - རྟུམས་ལུ་ རང་བྱུང་རྟུམས་དང་ བཅོས་པའི་རྟུམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཚུ་ཤེས་ཚུགས།
 - རྟུམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།
 - རྟགས་པ་རུང་མི་རུང་གི་ནད་གཞི་སྟོར་ཁ་གསལ་ཤེས་ཚུགས།
 - སྦྱུལ་བྱུགས་ཀྱི་ལག་ལེན་འབྲབ་ཚུགས།
 - རྟེ་གུའི་བྱུགས་པའི་ཁྱད་པར་ ཕན་ཡོན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།
 - སྦྱིར་བཏང་གསོ་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་བྱུག་པའི་ལག་ལེན་ཚུ་ཕྱ་བཞིན་བྱ་འབད་ཚུགས།
 - གསོ་རིག་ཞི་གནས་ལུས་སྦྱང་ལག་ལེན་འབྲབ་ཚུགས།
- ༨ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།
- ༨.༡ རྟུམ་རྒྱན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་ ༡༠།
ལག་ལེན་དོན་བསྟར་དང་འབྲེམས་སྟོན་ནང་ལས་ ༡༠།
སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།
- ༨.༢ མཐུག་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
སློབ་དུས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
ལག་ལེན་འབྲེམས་སྟོན་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།

༡༡ གཞི་རྟེན་དཔེ་དབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྒྲིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། འཇམ་རྩལ་དཔྱད་ཀྱི་མདོ།

༡༢ རྒྱལ་སྐྱོད་དཔེ་དབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། ཤོག་ཤིལ་སྐོར་གསུམ་ལས་ངོས་འཛིན་མན་ངག་གསེར་གྱི་ཕྱེའུ་མིག།
- ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྤྱི་དོར་གཅེས་བུས། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྟན་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱད། ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- སྡེ་སྤྱོད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷུ་ར་སྟོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྟོང་དཔེ་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- སྐྱེམས་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆོག་དོན་ཉིམ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་གློ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- ཕོ་མ་སྐྱེག་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འགྲོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷུ་ར་སྟོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- ཕྱིས་ཁང་།
- གློ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སྐོར་དེབ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།

༡༣ བསྐྱར་ཞིབ་ཆེས་ ༢༠/༠༤/༢༠༢༠།

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	རྩུབ་དཔྱད།
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	IST401
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
༤	སྦྱང་མཐུས།	༡༢ (༤-༢-༤)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	བྱང་འཛོམས་ཚན་ཅའ་བཅས་ཀྱི་དཔྱད་གཞི་ལག་ལེན་ཚུ་སྤྱོད་པའི་ཐོག་ལས་
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	རྩུབ་དཔྱད་ཀྱི་མདོ་འདི་ནང་ལས་གཏར་ག་དང་མེ་བཙའ་བཙས་ཀྱི་དཔྱད་ཀྱི་ལག་ལེན་ཚུ་སྤྱོད་པའི་ཐོག་ལས་
		སྦྱོར་མ་ཡིན།
༧	སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།	
	མདོ་འདི་ལྟར་ཚར་ཤ་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།	
	• ལྷག་བཙག་ནི་གི་མཁོ་ཆས་གཙགས་བྱའི་དབྱེ་བ་དང་ལེགས་ཉེས་ ལྷག་བཙག་བརྟུབ་མི་བརྟུབ་ནད་གཞི་ལུ་	
	བརྟག་དཔྱད་འབད་ནི་དང་ བཙག་རན་མི་རན་གྱི་དུས་ཚོད་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།	
	• གཙགས་བྱ་གདབ་ཐངས་ ཅུ་གནད་སོར་སོ་ལས་ལྷག་བཙག་ཐངས་དང་ མགོ་དང་ལག་པ་ ཀླང་མ་ལ་	
	སོགས་པའི་ལྷག་བཙག་སའི་གནས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་དང་གཏར་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།	
	• ལྷག་མང་ཅུང་བརྟན་ཚད་ གཏར་གའི་ལོག་གཞོན་ གཏར་དམན་ལྷག་ལོག་གསལ་གྱི་ཉེས་སྦྱོན་ གཏར་	
	ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།	
	• མེ་བཙའ་ སྤྱོད་པའི་དུས་ཚོད་ བཟོ་ཐངས་སྦྱོད་པའི་ཚད་གཞི་དང་ མེ་བཙའ་རྩུབ་བརྟུབ་མི་བརྟུབ་པའི་	
	ནད་གཞིའི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ཚུགས།	
	• ནད་ཀྱིས་རྩུབ་བསྟན་པའི་མེ་དམིགས་དང་ རྩུབ་གསང་ཉི་ཤུ་ མདུན་གསང་ཉེར་གཉིས་ མཚུབ་ཚུགས་ཀྱི་	
	གསང་དམིགས་ཉེར་དགུ་བཙས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་དང་མན་ཅུས་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།	
	• མེ་བཙའ་གདབ་ཐབས་དང་ ཕྱི་རྗེས་ སན་ཡོན་ཚུ་ཤེས་ཚུགས།	
	• གསེར་ཁབ་དང་དཔྱལ་ཁབ་ མེ་བཙའི་ལག་ལེན་དང་ གསང་དམིགས་ཚུ་ནང་མེ་བཙའ་ལག་ལེན་འཐབ་	
	ཚུགས།	
	• རྩུབ་མ་འཕང་རུང་མི་རུང་གི་ནད་གཞིའི་དབྱེ་བ་ཤེས་ཚུགས།	
༨	དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།	
༨.༡	དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།	
	ལས་འགུལ་ནང་ལས་ ༡༠།	

སྒྲོ་འཛིན་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།

སྒྲོ་བ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༡.༢ མཚུགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སྒྲོ་བ་དུས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠།

སྒྲོ་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།

ལག་ལེན་འགྲེམས་སྒྲོ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༤ བཅོམ་པ་བཅད།

དུས་ཡུན། (རྒྱུ་ཆ་དུང་ཡི།)	དོན་ཚན།	སྒྲོ་བ་སྒྲོ་ནང་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་ ཐབས་ལམ།	དཔེ་ཞུགས་ལམ་ ལུགས།
༤༠	གཏུར་གཏེ་ཆ་བྱང་དང་ རུང་མི་རུང་གི་བརྟག་པ་ བརྟག་ པའི་ཐབས་ ལོག་པའི་སྒྲོ་ནང་ ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ བཤད་པའོ།། མེ་བཙའ་ལུ་ སྒྲོ་བ་དུས་སུ་བརྟུ་ཞིང་བཙུང་པའི་པའི་ ཐབས་དང་ མེ་བཙའ་རུང་བ་དང་མི་རུང་བ་ གདབ་ དམིགས་གདབ་ཐབས་ ཕྱི་རྒྱུ་དང་ སུ་ཡོན་ཏན་།། ཐུར་མ་འཕང་རུང་མི་རུང་དང་། རྒྱུང་མཁུ་བ་དང་ཀན་མ་ལྷ་ སྒྲོ་ནང་སྐྱུ་རྒྱུ་རྒྱུང་ས་འཁྱིམས་ཤལ་རྒྱུ་སེར་བེམ་པ་ཐུར་མའི་ གསང་སྤྱི་གསང་དང་བྱེ་བྲག་གི་གསང་།	དཔེ་ཞིང་གསལ་བཤད་ དང་ སྒྲོ་ཚན་གྲོས་བསྐྱར་ གཏུར་སྐྱེ་ཙ་བ་སྒྲོ་བ་ འཛིན་ དཔེ་རིས་ཐོག་ ལས་འགྲེམས་སྒྲོ་ན་ གསལ་བཤད་ སྒྲོ་བ་ལུ་ ལས་འགྲུལ་ ལག་ལེན་ དངོས་བསྐྱར་འབད་ བཅུག་ཐོག་ལས་སྒྲོ་བ་ སྒྲོ་ན་འབད་ནི།	ཉིན་ལྷར་སྒྲོ་བ་ཁང་ ནང་སྒྲོ་འཛིན་ རྒྱུགས་ལེན་ནི་དང་ གོ་དོན་གསལ་བཤད་ འགྲེམས་སྒྲོ་ན་འབད་ ནི་ སྒྲོ་བ་ཁང་གི་ རྒྱུགས་ སྒྲོ་བ་དུས་ཀྱི་ རྒྱུགས་རྒྱུ་ལེན་ཐོག་ ལས་འབད་ནི།
༣༠	འགྲེམས་སྒྲོ་ན། གཏུར་གྱི་གསང་དམིགས་ངོས་འཛིན། མེ་བཙའི་གསང་དམིགས་ངོས་འཛིན། ཐུར་མའི་ནད་དམིགས་ངོས་འཛིན། གཏུར་གདབ་ཐབས། མེ་བཙའ་གདབ་ཐབས། ཐུར་ལག་ལེན་འཐབ་ཐབས།	གཏུར་དང་མེ་བཙའི་ གསང་དམིགས་རྒྱ་ འཛོལ་ཐབས་དང་ གདབ་ཐབས་ལག་ ལེན་ཐོག་ • ཐུར་མ་བཤེད་ཐབས་ དང་གདབ་ཐབས་ འགྲེམས་སྒྲོ་ན་ཐོག་	གཏུར་དང་མེ་བཙའི་ གསང་དམིགས་རྒྱ་མི་ ངོ་མའི་གཞུགས་ལུ་ ངོས་འཛིན་འབད་ བཅུག་ཐོག། ཐུར་མ་བཤེད་ཐབས་ དང་གདབ་ཐབས་ འགྲེམས་སྒྲོ་ན་འབད་ བཅུག་ཐོག་

༤༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	• རྩལ་དཔྱད་མཁུ་མཆོག་དང་བྱང་འཛོམས་མཉམ་གྲུབ་བསྐྱེད་ཐོག་	བཟླ་རིག་ཏི་བ་དང་ ཟས་སྦྱོར་བསྐྱེད་པ་ འབད་བཅུག་ཐོག་ གཏར་དང་མེ་བཙའ། ཐུར་མ་ཚུ་གདབ་པའི་ སྐབས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་རིམ་ པ་ཚུལ་མཐུན་སྡེ་ ལག་ལེན་འཐབ་མ་ འཐབ་དབྱེའི་བ།
-----------	-------------------------------------	---	--

༡༡ གཞི་རྒྱ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་རྩི་སྤྱི་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། འཇམ་རྩལ་དཔྱད་ཀྱི་མདོ།

༡༢ རྩལ་སྦྱོར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། ཤོག་ཏིལ་སྒོར་གསུམ་ལས་ངོས་འཛིན་མན་ངག་གསེར་གྱི་ཕྱེད་མིག།
- ཐུབ་བསྐྱེད་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྤྱི་དོན་གཙུག་ལྷན་སེམས་ཀྱི་ཐོ་མཉམ་པའི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསང་བ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤྱན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙུག་པོ། གཞུང་ཕྱི་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།
- ཐེ་མེད་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་པའི་འགྲེལ་པ་བཞུགས་པོའི་མཉམ་པའི་ཀྱོང་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེད་རྩལ་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ཅུ། བྱང་འཛོམས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལྷན་སྦྲེལ་ཆ། སེམས་ཀྱི་ཐོ་མཉམ་པའི་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།
- སྐྱེམས་པ་ཆེ་དབང་། མན་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཆོག་དོན་ཉིམ། བོད་གཞུང་སྐྱེད་རྩལ་ཁང་།
- དར་མོ་སྒོ་བཟང་ཆོས་གཤམ། རྒྱུད་བཞི་པའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་འགྲེལ་པ། རྒྱུད་ཐོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།
- ཕྱི་མཁུ་ལུ་ཡོན་ཏན་ཁང་། རྒྱུད་ཐོ་ཤེས་རིག་ཀྱི་འདུས། མེས་པོ་ཐེང་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།
- ལྷན་རིགས་བསྐྱེད་དར། རྒྱུད་བཞི་པའི་བདེ་བའོལ་རྣམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་པའི་ཕྱི་མཉམ་པའི་རྒྱུད། བོད་གཞུང་སྐྱེད་
- ཕྱིམ་ཁང་།
- སྒོ་བཟང་བསྐྱེད་འཛིན། གསོ་རིག་སྒོ་བ་དེབ། བོད་གཞུང་སྐྱེད་རྩལ་ཁང་།
- བསྐྱེད་འཛིན་མཐའ་ཡས། (༢༠༠༤) སྐུ་ཁབ་དང་མེ་བཙའ་བཙུག་པོའི་ཐོ་མཉམ་པའི་ལ། སྐྱེད་རྩལ་ཁང་།

༡༣ བསྐྱེད་ཐོ་ཆོས་ ༢༠/༠༤/༢༠༢༠

ལོ་རིམ་བཞི་པའི་སློབ་དཔུང་༢༥༥

ཚུགས།

- བྱང་མེད་བཅའ་བ་ལ་འདུ་བ་འབྲུགས་པའི་རྟགས་དང་བཅས་ཐབས་སྐོར་རྟགས་ཚུགས།
- བྱིས་པ་དང་ཀས་པ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།

༡ དཔྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དཔྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

༡.༢ མཚུགས་སྤྱི་དཔྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

༢ བཅོམ་པ་བཅད།

དུས་ཡུན། (རྒྱུ་ཆོད།)	དོན་ཚན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་ སྤྱི་ཐབས་ལམ།	དཔྱེ་ཞིབ་ལམ་ ལུགས།
༩༠	བྱིས་པ་ཉི་ཤུ་ལ་ ཉི་ཤུ་སྟོན་དང་པོ་བར་དང་ཐ་མ་གསུམ་ལས་ དང་པོ་བཅས་དུས་ཤིས་དང་མི་ཤིས་བརྟག་པ་ བཟུ་ཤིས་བརྟོན་ ཅིང་ཉེ་བ་བཅད་ཐངས་ རྟོན་འབྲེལ་བྱ་ཞིང་ཁུ་མ་བསྐྱུན་ཐབས། བར་གྱི་བྱ་བ་ལ་ ལྷ་གསོལ་བ་ གཏའ་གཟུགས་པ་ སྤྱང་བའི་ཆོ་ ག་བྱ་བ་ ལྷ་ཕྱད་བཏང་བ་ མིང་གདགས་པ་ རྩ་བ་དབྱག་པ་ ཟས་དང་སྟོད་ལམ་བྱ་ཐབས། ཐ་མའི་བྱ་བ་ལ་སོ་སྟེའི་ནད་བསལ་ བ་གཏའ་བཀོལ་བ་ གཏང་རག་བཏང་བ། བྱིས་པའི་ནད་ལ་ ལྷ་སྐྱེས་ནད་དང་སྟོ་བྱར་གཉིས་ལས་ མ་ ནད་བྱ་ལ་ལྷང་བ། སྟོ་བྱར་གྱི་ནད་ལ་ ཕ་རགས་ཞིབ་ཚགས་ གསུམ་ལས་ རགས་པ་བྱང་དང་སྟོ་བའི་ནད་ མཆིན་ནད་ འབྲུ་ བ་ སྐྱག་པ་ དེམས་ནད་ ལྷ་བའི་ནད་ དེའུའི་ནད་དང་བརྒྱད། ཕ་བ་ལ་མགོ་སྐྱངས་པ་ བྲེ་བ་འགགས་པ་ མཆེར་ནད་ མཁྲིས་ ནད་ ཐོ་ནད་ ལོང་ནད་ ས་ཟོས་པའི་ནད་ ཞོ་རས་པའི་ནད་ དང་བརྒྱད།	དཔེ་ཁྲིད་ གསལ་བཤད་ སྟེ་ཆོན་གྲོས་ བསྐྱར་ སྟོང་ལྷ་ ལས་འགུལ་ཐོག་ ལས་སྟོན་སྟོན་ འབད་ནི།	དྲི་བ་དྲིས་ལན་ ལས་འགུལ་དཔྱེ་ དབྱེད་ སྟོན་ཁང་གི་ རྒྱལ་ས་ སྟོན་དུས་ ཀྱི་རྒྱལ་ས་ལེན་ ཐོག་ལས་འབད་ནི།

	ཞིབ་ཚགས་ལ་ མིག་ནད་ རྩ་བའི་ནད་ ལ་ནད་ མེན་བྱའི་ནད་ རྩོག་ཅའི་ནད་ཤ་ནད་སྤྲོད་མོལ་ནད་དང་བརྒྱད། བྱིས་པའི་གདོན་ལ་ རླེན་བྱེད་གཞོན་ལུ་གདོང་དྲུག་གི་སྤྱལ་པ་ རླེན་བྱའི་གཟུགས་ཅན་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་རླེན་བྱེད་ ས་ག་ ལུག་ བྱི་ ཡི་དྲུགས་ཀྱི་གདོན་ཅན་ལྟ་དང་། བྱད་མེད་གཟུགས་ཅན་ བདུན་བེར་བྱ་གདོང་ སྤྱལ་མོ་གྲང་བའི་སྤྱལ་མོ་ སྤྱལ་མོ་ལོང་མ་ བཞེན་རྒྱས་ནམ་གྱུ་ རྣམ་གྱུ་རླེན་པོ་བཅས་བཅུ་གཉིས། རྣམ་པ་གསོ་བ་ལ་ བཅུད་ལེན་གྱི་པན་ཡོན་ བཅུད་ལེན་འབད་ སའི་གནས་ རྟེན་ བསྟེན་ཐབས་ རྒྱུར་ཐབས་ ར་མོ་ཤའི་ བཅུད་ལེན་ མེ་རྟོག་གི་བཅུད་ལེན་ སའི་བཅུད་ལེན་ ཅོང་ཞིའི་ བཅུད་ལེན་ བདུད་ཅིའི་བཅུད་ལེན་ ཞར་བྱུང་བཅུད་ལེན། རོ་ཅ་གསོ་བ་ལ་ རོ་ཅའི་ངོ་བོ་ རོ་ཅའི་གཙོ་བོ་ རོ་ཅའི་ཡན་ ལག་ རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ རྩོགས། བྱད་མེད་བཅའ་བ་ལ་ འདུ་ བ་འཁྲུགས་པའི་རྟགས་ བཅོས་ཐབས། རོ་ཅ་གསོ་བ་ལ་ རོ་ ཅའི་ངོ་བོ་ རོ་ཅའི་གཙོ་བོ་ རོ་ཅའི་ཡན་ལག་ རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ རྩོགས། བྱད་མེད་བཅའ་བ་ལ་ འདུ་བ་འཁྲུགས་པའི་རྟགས་ བཅོས་ཐབས། བྱིས་པ་དང་རྣམ་པ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས།		
༡༥	འགྲེམས་སྟོན། བྱིས་པ་ལྟེ་བ་བཅད་ཐངས་དང་ཉེར་སྟོད་འབད་ཐངས། བྱིས་པའི་རྩ་བ་ལྟེ་བ་ཐངས།	བྱིས་པའི་ལྟེ་བ་ བཅད་ཐངས་དཔེ་ རིས་ཐོག་འགྲེམས་ སྟོན། བྱིས་པའི་ཉེར་སྟོད་ འབད་ཐངས་གྲོས་ བསྐྱར་ཐོག་ བྱིས་པའི་རྩ་བ་ལྟེ་	བྱིས་པའི་ལྟེ་བ་བཅད་ ཐངས་དང་ཚད་གཞི་ འཇལ་ཐངས་འབད་ བཅུག་ཐོག་ བྱིས་པའི་རྩ་བ་ལྟེ་ ཐོག་ལས་ནད་གཞི་ རོས་འཛིན་འབད་ བཅུག་ཐོག་

		ཐངས་དཔེ་དེབ་ གཞན་ལས་འཛོལ་ ཉེ་ལོས་བསྐྱུན་ འབད་ཐོག	
༡༠༠	ལག་ལེན། ནད་དང་འབྲེལ་བ།	ཕྱང་འཛོད་དང་གྲོས་ བསྐྱུན་ཐོག	བཟླ་རེ་གཟི་བ་དང་ ཟས་སྦྱོད་བསྐྱུར་བ་ འབད་བརྒྱུག་ཐོག

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དབ་གྱི་ཐོ།

- བདུད་མི་སྒྲིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། ཕྱིས་པ་དང་མོ་ནད་གསོ་བ།

༡༡ རྒྱལ་སྤྱིར་དཔེ་དཔེ་གྱི་ཐོ།

- ཁྲོ་རུ་ན་མ། སངས་པོ་དང་གྲུས་པ་འདི་ཞལ་ལུང་སྟོང་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ཁམས་གཙང་འབྲུག་རྒྱལ། གསོ་རིག་མན་ངག་ཁྱོང་བྱང་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་པན་བདེན་པ་བྱེད་སྤྱི་མཁའ་མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཆོགས། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྤྱི་དཔྱད་གཙུག་པོ་དང་སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྟན་པ་ལྷན་ཚུལ་ག་བཅོ་བརྒྱད། ཀའ་སྤྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- སྤེ་སྤྱི་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་བྱེད་སྟོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོང་ཆ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- སྟེམས་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་གློ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོ་འདི་ཞལ་ལུང་། གྲུག་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ཅོ་མ་སྒྲིག་ཁྱུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུག་གོ་འདི་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷན་པུ་རེ་མེད་པ་འདི་མཛེས་རྒྱན། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- སྟེམས་ཁང་།
- གློ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སྟོན་དཔེ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་ཁང་། (༢༠༠༤) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱན་གསལ་སྤྱང་བ་གསལ་པ།

१२ བསྐྱར་ཞིབ་ལྷ་ཆས་ ३०/०८/२०२०

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	མོ་ནད་དང་གསང་ནད་གསོ་བ།
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	GGD401
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།
༤	སློབ་མཐུས།	༡༩ (༤-༡-༥)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	བྱུང་འཛོམས་རབ་ཏུ་རྒྱུ།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	མོ་ནད་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ མོ་ནད་ཕལ་པ་དང་ཕོ་མོའི་གསང་ནད་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་ཀྱི་ སྐོར་སྟོན་མ་ཡིན།
༧	སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།	སྐབས་དོན་འདི་མཁུག་བསྐྱེད་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་རྒྱ་གཞི། • མིའི་ལུས་འདི་ལ་ཕོ་མོ་མ་ཞིང་དུ་སྒྲུབ་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་ཁམས་དཀར་དམར་གྱི་ཁྱུང་ས་འབྲེན་ཚུགས། • བྱད་མེད་ཀྱི་མངལ་ནད་ལྷ་དང་ཅ་ནད་བཅུ་དྲུག་སྐྱོན་ནད་དགུ་སྟོན་བྱའི་ནད་རིགས་དགུ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་ གངས་བཙུང་ཚུགས། • མོ་ནད་ཁྱག་ཚབས་དང་རྒྱུང་ཚབས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སོ་སོར་བྱེ་ཚུགས། • མོ་ནད་ཁྱག་ཚབས་ཁྱུང་གཞེས་ཀྱིས་བཅས་ཚུལ་དང་རྒྱུང་ཚབས་བཅུད་ཤོར་གྱིས་བཅས་ཐབས་གཏན་ལ་ཕབ་ ཚུགས། • མོ་ནད་བྱེ་བྲག་གི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་རིམ་འཛིན་དང་བཅས་ཐབས་འབད་ཚུགས། • མོ་ནད་དེ་རྒྱ་སྐྱོན་བཅས་ཀྱིས་མ་དྲག་པ་ཅིན་གཏར་སྟོན་དུགས་ལུམས་ཀྱི་ཐོག་ལས་བཅས་ཐབས་འབད་ ཚུགས། • མོ་ནད་ཕལ་པ་ལ་མཚན་མའི་ནད་དང་བྱ་མ་ཕྱིན་པ་ མགོ་མཁུག་ལོག་པ་རོགས་མ་ཕྱིན་པ་བྱ་སྟོན་ལུག་པ་ཁྱག་ མཚན་པ་ནད་གཞུག་ལུས་པ་དུག་ཐབས་ལས་རྒྱུར་པ་བཅས་ཀྱི་བཅས་ཐབས་འབད་ཚུགས། • ཕོ་མཚན་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་ཚུགས། • མོ་མཚན་གྱི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་ཚུགས། • མོ་ནད་དང་གསང་ནད་གསོ་བའི་ ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
༨	དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།	
༨.༡	དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།	
	ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།	

- སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱལ་ཞུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠།
- ༡.༢ མཚུག་བསྐྱེད་དཔེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
- སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ཞུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
- ༢ བར་དོན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། (རྒྱུ་ཆོད།)	དོན་ཚན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོང་ ཐབས་ལམ།	དཔེ་ཞིབ་ལས་ ལུགས།
༤༠	མོ་ནད་གསོ་བ་ལ་ མོ་ནད་རྒྱུ་ཚབས་དང་མོ་ནད་ཁག་ ཚབས་ཀྱི་ཉུགས་བཅོས། མོ་ནད་བྱེ་བྲག་ཁག་ཚབས་ལ་ སློབ་དང་ སྟིང་ མཆིན་ པ་ མཆེར་པ་ མཁྲིས་པ་ མཁལ་མ་ རྒྱ་མ་ འོ་མ་ ལུ་ མ་ གོར་པ་བཅས་བཅུ། མོ་ནད་རྒྱུ་ཚབས་ལ་ མགོ་དང་ དུས་པ་ སྟིང་ མཁལ་མ་ ཐོ་བ་ རྒྱ་མའི་ཚབས་དང་ དུག། ཚབས་སྐྱོན་རྒྱ་བུར་ཅན་ ཁག་སྐྱོན་ཤེས་པོ་ ཤ་ སྐྱོན་པེམ་པོ་ མེན་སྐྱོན་ ཐོ་སྐྱོན་ སྐྱོན་རོ་ནག་པོ་ ཅ་ སྐྱོན་ལིང་པ་ ས་བོན་སྐྱོན་ ཁག་སྐྱོན་ཟེ་ཁྱ་བཅས་དག། མོ་ནད་ཕལ་པ་ལ་ མཚན་མའི་ནད་དང་ བུ་མ་ཕྱིན་པ་ མགོ་མཚུག་ལོག་པ་ རོག་མ་ཕྱིན་པ་ བུ་སྟོད་ལུག་པ་ ཁག་མ་ཆོད་པ་ བད་གཞུག་ལས་པ་ དུག་ཐབས་སུ་གྱུར་ པ་དང་བརྒྱུད། ཐོ་མཚན་གྱི་ནད་སོས་ཟིན་དང་རྒྱུ་ཚབས་ཁག་བད་ཀན་ འདུས་པ་འབྱུང་པ་མཐུད་འདྲ་སྐྱབས་འབྱར་གྲ་མ་ཅན་ཏེ་ དག། མོ་མཚན་གྱི་ནད་ལ་རྒྱུ་ཚབས་ཁག་བད་ཀན་འདུས་པ་ ལས་གྱུར་པ་སྟེ་ལ། མོ་ནད་དང་གསང་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས།	དཔེ་ཁྲིད་ གསལ་ བཤད་ སྟེ་ཚན་གྲོས་ བསྐྱར་ སྦྱོང་ལུ་ ལས་ འགུལ་ཐོག་ལས་སློབ་ སྟོན་འབད་ནི།	དྲི་བ་དྲིས་ལན་ ལས་འགུལ་དཔེ་ དཔྱད་ སློབ་ཁང་གི་ རྒྱལ་ས་ སློབ་དུས་ཀྱི་ རྒྱལ་ས་ཚུ་ལེན་ཐོག་ ལས་འབད་ནི།
༡༥	འགྲེམས་སྟོན། མོ་ནད་སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་ སལ་པ་ཚུ་གི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དཔེ་བ་ རྟགས་རོས་འཛིན། གསང་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དཔེ་བ་རྟགས་རོས་འཛིན།	མོ་ནད་དང་གསང་ ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དཔེ་ བ། རྟགས་བཅོས་ ཐབས་ཚུ་གྲོས་	མོ་ནད་དང་གསང་ནད་ ཀྱི་ནད་རྟགས་ཐོག་ ལས་ཐད་ཀར་གྱི་ནད་ གཞི་རོས་འཛིན་

	བཅོས་ཐབས་འབད་ཐངས།	བསྐྱར་འབད་ཐོག	འབད་བཅུག་ཐོག
༡༠༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	དྲུང་འཛོལ་མཉམ་གྲོས་བསྐྱར་ཐོག	- བཟླ་རིག་ཁྲི་བ་འབད་བཅུག་ཐོག - བཅོས་ཐབས་དང་ཟས་སྦྱོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་འབད་བཅུག་ཐོག

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ་

- བདུན་ཅི་སྟིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། བྱིས་པ་དང་མོ་ནད་གསོ་བ།

༡༡ རྒྱུ་སྦྱར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ་

- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྟོང་དྲུག་པ་འེ་ཞལ་ལུང་སྟོང་ཆ། སི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ཁམས་གཙང་འབྲུག་རྒྱལ། གསོ་རིག་མན་ངག་ཐོང་བྱང་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་པན་བདེ་ནོར་བྱའི་སྟེ་མ། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ཐུབ་བསྐྱར་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྟིང་ནོར་གཙུག་པོ་སྟེ་མ། སི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསང་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྐྱན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙུག་པོ། ཀན་སུ་བྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- སྟེ་སྟོང་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་བུ་རྒྱུད་ཐོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོང་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- སྐྱེམས་པ་ཚོ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཚོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྟོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོ་འེ་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ཚུམ་སྐྱིག་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འེ་ཞལ་ལུང་ལྷན་ཁང་། མི་མང་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྐྱར་དང་། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷན་ཁང་ལ་ལུང་པོ་འེ་ཞལ་ལུང་ལྷན་ཁང་། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- ཅིས་ཁང་།
- སྟོ་བཟང་བསྐྱར་འཛིན། གསོ་རིག་སྟོན་པ་དེབ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྦྱོང་ཁྲུང་ཁྲེ་བ། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྒྱུགས་ཀྱི་གསལ་སྒྲུང་བ་གསང་བ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་ཁྲི་ཚོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠།

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	གདོན་ནད་གསོ་བ།
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	SES401
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསོ་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།
༤	སྦྱང་མཐུས།	༡༩ (༤-༡-༥)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	དྲུང་འཛོལ་རྩིས་ཀྱི་པུ་ཤི་ལཱ་
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ལུལ།	
	འབྲུང་པོ་སློབ་ཤིང་དང་མེད་ཤིང་གཟུང་ནད་ལྷུ་གཤོན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དཔྱད་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་ཚུ་སྟོན་མ་ཞིག་།	
༧	སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།	
	སྐབས་དོན་འདི་མཐུག་བསྐྱེད་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།	
	• འབྲུང་པོ་གདོན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་མཚན་ཉིད་དཔྱད་བ་རྟགས་དང་བཅས་ཐབས་རྟོགས་ཚུ་གས། • རྣམ་ཤེས་སློབ་ཤིང་ནད་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དཔྱད་བ་རྟགས་བཅས་ཐབས་འབད་ཚུ་གས། • བཟུང་ཤིང་ནད་གྱི་རྟགས་དང་བཅས་ཐབས་རྟོགས་ཚུ་གས། • གཟུང་ནད་ལ་འཛིན་པའི་དུས་དང་བརྟག་ཐབས་རང་དང་ནད་པ་བསྐྱེད་བ་འབད་ཐབས་གཏན་ལ་ཐབ་ཚུ་གས། • གཟུང་ནད་གྱི་བཅས་ཐབས་བཅོན་དུ་བཟུང་བ་དང་དངས་སུ་གཞུག་པ་ཟེས་དང་སྦྱོང་ལམ་ཁྲུང་གཟུང་ཆོག་བྱ་ཐབས་ཚུ་འབད་ཚུ་གས། • ལྷུ་གཤོན་དང་འགྲམ་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་དཔྱད་བ་ཚུ་རྟོགས་ཚུ་གས། • ཅི་ཉི་ལྷོ་ལའི་ནད་གྱི་མཛེན་ཚུ་མི་ལམ་གྱི་རྟགས་དང་མཚན་ཉིད་ལུས་ངག་ཡིད་ལ་བརྟག་ཐབས་སྒྲིབ་འབད་ཚུ་གས། • ཉེས་པའི་སྒྲིབ་པ་ཅི་ཉི་ལྷོ་ལའི་ནད་རིགས་བཅོ་བརྒྱད་སྒྲིབ་རྟོགས་ཚུ་གས། • སྦྱིར་ན་ནད་འདི་སྟོན་གྱི་ལས་སུ་བསམས་ཏེ་བདག་མེད་སྟོང་པའི་ལྷ་བ་བསྒྲིབ་དགོས་ཚུ་ལ་སྒྲིབ་བཅས་རྟོགས་ཚུ་གས། • གདོན་ནད་གསོ་བའི་ནད་གྱི་ཨང་རྟགས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུ་གས།	
༨	དཔྱད་ཞིབ་ཐབས་ལམ།	
༨.༡	དུས་རྒྱུན་དཔྱད་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།	
	ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།	
	སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།	
༨.༢	མཐུག་བསྐྱེད་དཔྱད་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།	

སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ཞུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།

ལག་ལེན་འགྲེམས་སྟོན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

༩ བཅའ་ཁྲིམས་བཅད།

དུས་ཡུན། (རྒྱུ་ཆོད།)	དོན་ཚན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོང་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ ལུགས།
༤༠	འབྲུང་པའི་གདོན་ལ་ ལྷ་མ་ཡིན་དང་བྱི་བ་དང་ལྷ་ གཞོན་ སྦྱིན་ ཆངས་པ་ སྦྱིན་པོ་ ཤ་བ་ ཡི་དུགས་ གྲུལ་བྱུལ་ བྱང་སྟེམས་ གཡེང་བྱེད་ རོ་ལངས་ མཚུན་ལྷ་ སྤུལ་ བྱང་སྟེང་ གན་པོ་ གྲུབ་པ་བཅས་བཅོ་བརྒྱད། སློབ་ཕྱེད་ལ་ རྒྱུང་གྲུང་དང་ མཁྲིས་པ་ལས་གྲུང་པ་ བད་ ཀའ་ལས་གྲུང་པ་ འདུས་པ་ལས་གྲུང་པ་ ཡིད་གཏུངས་ ལས་གྲུང་པ་ དུག་ལས་གྲུང་པ་ གདོན་ལས་གྲུང་པ་ བཅས་བདུན། བརྗེད་བྱེད་ནད་ལ་རྒྱང་ལས་གྲུང་པ་མཁྲིས་པ་ལས་གྲུང་པ་ བད་ཀའ་ལས་གྲུང་པ་ དུག་ལས་གྲུང་པ་ གདོན་ལས་ གྲུང་པ་བཅས་ལྔ། གཟའི་ནད་ལ་ འཛིན་དུས་ སྤྱང་བ་ མེ་གཟའ་དང་རྒྱ་ གཟའ། ལྷ་གདོན་གྱི་ནད་ལ་ དུས་དང་དུས་ཀྱི་སྦྱོན་ གདོན་དང་ འགྲུས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ གཞོན་བྱེད་གདོན་གྱི་བྱེད་པ་ དེས་ བྱིན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་གནས་རྒྱལ། གནས་ཀྱིས་དབྱེ་ན་ པགས་པའི་ཕྱི་ལྷན་དང་པགས་པ་དང་ཕྱི་སྟེ་མཉམ་དངས་མ་ དང་མདོག་དང་སྟོབས་དང་ཤ་དང་ཆོལ་དང་རྒྱུ་བ་དང་རྩ་ དང་ཁྲག་དང་རྒྱ་སེར་དང་རྩས་པ་དང་ཆོགས་དང་ལྷ་བ་དང་ ལྷ་པ་དང་རྒྱ་དང་ལྷ་བ་དང་དོན་ལྷ་ལ་ཞུགས་པ་དང་ བཅོ་བརྒྱད། རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་ རྒྱུང་དང་མཁྲིས་པ་ དང་བད་ཀའ་གསུམ་དང་། རྒྱང་མཁྲིས་ལྷན་པ་ བད་ མཁྲིས་ལྷན་པ་ བད་རྒྱང་ལྷན་པ་ འདུས་པ་བཅས་བདུན། གདོན་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ གསལ་བཤད་ སྦྱོང་ལྷ་ ལས་འགྲུལ་ཐོག་ལས་ སློབ་སྟོན་འབད་ནི།	སྟེ་ཆོན་གྲོས་བསྐྱར་ སྦྱོང་ལྷ་དང་ལས་ འགྲུལ་དབྱེ་ཞིབ་ སློབ་ཁང་དང་སློབ་ དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་རྒྱ་ ལེན་ཐོག་ལས་ འབད་ནི།
	འགྲེམས་སྟོན།	གདོན་རིགས་རྒྱ་དཔེ་རིས་	ནད་རྟགས་ཀྱི་ཐོག་

༡༥	གདོན་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དབྱེ་བ་མཚན་ཉིད་ཉགས་ཚུ་ངོས་འཛིན།	ཀྱི་ཐོག་ལས་ངོ་སྤྲོད་དང་སྟོབ་སྟོན་འབད་ཐོག	ལས་གདོན་ངོས་འཛིན་འབད་བཅུག་ཐོག
༡༠༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	དྲུང་འཛོལ་མཉམ་གྲུབ་བསྟན་ཐོག	བཟླ་རིག་ཁྱི་བ་འབད་བཅུག་ཐོག བཅོས་ཐབས་དང་ ཟས་སྤྲོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་འབད་བཅུག་ཐོག

༡༠ གཞི་རྒྱ་དཔེ་དབྱེ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྤྲོད་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། གདོན་ནད་གསོ་བ།

༡༡ རྒྱུ་རྒྱུ་དཔེ་དབྱེ་ཀྱི་ཐོ།

- གཞུང་ཐོག་གསང་མ་ཡོན་ཉན་མགོན་པོ། སྤྲོད་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱུད། ཀུན་སྤྲུལ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲོད་ཁང་།
- ཁམས་གཙང་འབྲུག་རྒྱལ། གསོ་རིག་མན་ངག་ཚུ་བྱང་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་པན་བདེ་ཤོར་བྱེད་སྤྲོད་མ། མཚོ་སྤྲོད་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲོད་ཁང་།
- སྤྲོད་སྤྲོད་སངས་རྒྱུས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷོ་རྒྱུ་སྤྲོད་པོ་མ་ལི་ཀ་སྤྲོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྤྲོད་དེམ་པའི་ཞལ་ལུང་སྤྲོད་ཆ། སི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲོད་ཁང་།
- སྤྲོད་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སྤྲོད་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་།
- སྤྲོད་པ་ཆེ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆེ་ག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྤྲོད་བཟང་ཆོས་གསལ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཞེས་རིག་དཔེ་སྤྲོད་ཁང་།
- ཕྱོགས་སྤྲོད་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འཁྲུག་པ་ཉི་མ་ལྷན་ཁང་། མི་མང་དཔེ་སྤྲོད་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷན་ཁང་། ལུང་པའི་ཕྱོད་བའི་མཛེས་རྒྱུ། བོད་གཞུང་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་།
- ཕྱོགས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྤྲོད་ལྷེ་བ། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དཔེ་དབྱེ་དོན་ཉིད་ཉགས་ཀྱི་གསལ་སྤྲོད་བ་གསང་པ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲིལ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	ཟིན་ཏིག་གཅེས་བསྟུས་བརྟན་ཅི་འཕྲིན་ལྟེ་བུ། I
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	CDT401
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།
༤	སློབ་མཐུས།	༡༢ (༥-༩-༥)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	བྱང་འཛོམས་སྤྱི་བོ།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	

དུས་རྒྱུན་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་པའི་ནད་རིགས་ཚུ་གི་གསོ་ཐབས་ཀྱི་ལག་ལེན་ཟིན་ཐོར་བཞོད་དེ་ཡོད་མི་ཟིན་ཏིག་གཅེས་བསྟུས་འདི་གིས་ སྤྲན་པ་ལས་དང་པོ་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ནད་དང་པོ་སློབ་བའི་རྒྱུན་ འདི་གི་རྟགས་དེ་ལས་ འདི་གི་བཅས་ཚུ་ལ་ཚུ་ག་ར་བརྟན་བསྟུས་ཏེ་སྟོན་མ་ཞིན།

མ སློབ་སློབ་གྲྭ་འབྲས།

སློབ་རིམ་འདི་མཐུག་བསྟུལ་ད་ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་གིས།

- ཉེས་གསུམ་གྱི་སློབ་རྒྱུན་རྟགས་གསོ་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- གཅོད་ནད་ཀྱི་སྤྲན་བཅས་འབད་ཚུགས།
- ཚ་བའི་ནད་དང་ རིམས་ནད་ཀྱི་རྟགས་དང་གསོ་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- གཉན་ནད་ཀྱི་སྤྲན་བཅས་འབད་ཚུགས།
- ལུས་སྟོད་ནད་ལུ་སྤྲན་བཅས་འབད་ཚུགས།
- དོན་ལྡ་དང་ སྟོད་དུག་ལུ་གསོ་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།

༡ དཔྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དཔྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

ཕྱིར་བསྟོད་སློབ་བཅུ་གི་ལས་འགྲུལ་ལས་ ༢༠།

སློབ་ཁང་གི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

༡.༢ མཐུག་བསྟུལ་དཔྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་དུས་ཀྱི་ཚེས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༥༠།

ལག་ལེན་འབྲི་རྒྱུགས་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

༩ བྱང་དོན་སྐྱོབ་བཅའ་།

ཏུས་ཡུན། (རྒྱུ་ཚད།)	དོན་ཚན།	སློབ་སྦྱོར་དང་སློབ་སྦྱོར་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༥༠	ཉེས་གསུམ་གྱི་སློབ་རྒྱུ་རྒྱལ་ཁབ་ཐབས། གཙོ་བོ་ནི་དཔེ་མཛན་ལུགས་ལྟར་། ཚེ་བའི་ནད་དང་ རིམ་མཐོང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་བཅས་ ཐབས། གཉན་ནད་གསོ་བའི་སློབ་ལས་བརྒྱུད་བསྐྱེད་ལུགས་ ལུས་སྦྱོང་ནད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་བཅས་ཐབས། དོན་ལྡན་དང་ སློབ་དཔེ་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་གསོ་བའི་ཐབས།	དཔེ་མཛན་གསལ་བཤད་ དང་ སློབ་ཚན་གྱི་སློབ་སྦྱོར་ སློབ་ལུགས་དང་ལས་ལྟར་། ཕྱི་ལོ་སློབ་སྦྱོང་བཅུ་ཕྲག་ གི་ཐོག་ལས་སློབ་སྦྱོར་ འབད་ནི།	དེ་བའི་ལམ་ལུགས་ སློབ་ལུ་ དང་ལས་ལྟར་དབྱེ་ཞིབ་ ལུགས་ལེན་དཔེ་མཛན་གྱི་ དོན་ལྡན་བཅུ་ཕྲག་སློབ་ བཅུ་དང་ སློབ་ལུ་དང་ སློབ་དཔེ་གི་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ ལེན་ཐོག་ལས་འབད་ནི།
༦༠	འགྲེམས་སྦྱོར། ཉེས་གསུམ་གྱི་སློབ་རྒྱུ་རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་དང་གསོ་ ཐབས་། གཙོ་བོ་ནི་དཔེ་མཛན་ནད་དང་འཛིན་དང་གསོ་ཐབས། ཚེ་བའི་ནད་དང་རིམ་མཐོང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་བཅས་ ཐབས་དང་འཛིན། ལུས་སྦྱོང་ནད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་དང་བཅས་ཐབས། དོན་ལྡན་དང་སློབ་དཔེ་གི་རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་དང་གསོ་ ཐབས།	ཉེས་གསུམ་གྱི་སློབ་རྒྱུ་ གཙོ་བོ་ནི་དཔེ་མཛན་ ནད། ཚེ་བའི་ནད་དང་ རིམ་མཐོང་གི་ ལུས་སྦྱོང་། དོན་ལྡན་དང་སློབ་དཔེ་གི་ རྒྱལ་ཁབ་དང་བཅས་ཐབས་ ཚུ་གཞུང་གཞན་དང་ག་ བསྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་	ནད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ནད་གཞི་དང་འཛིན་འབད་ བཅུག་ཐོག་ལས་དབྱེ་ཞིབ།
༡༠༠	ལུགས་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ། ཕྱི་ལོ་སློབ་སྦྱོང་བཅུ་ཕྲག་	བྱང་འཛོམས་མཉམ་ཁུངས་ བསྐྱེད་ཐོག་ ཉིན་གྲངས་ ༡༥ རིང་ལུགས་ ནད་ཕྱི་ལོ་སློབ་སྦྱོང་བཅུ་ཕྲག་ འབད་ཐོག།	བཟླ་དེག་དེ་བའི་འབད་ བཅུག་ཐོག་ ནད་གཞི་དེ་ཚུ་དང་བསྐྱེད་ པའི་སློབ་དང་ཐུག་སྦྱོང་གི་ བསྐྱེད་བྱ་འབད་བཅུག་ཐོག་

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེ་གི་ཐོ་

- ཟླ་ཉིག་གཙུག་ལྷན་པུན་ཅི་ཐོག་ལ།

༡༡ རྒྱལ་སྤྱི་དཔེ་དེབ་གྱི་ཐོ།

- རྩི་མེད་སངས་རྒྱལ་རྒྱལ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་བཞི་རྩེ་ཐོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- རྩི་མེས་པ་ཆེ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆེན་ཏོན་ཏི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- ཕྱི་མ་སྤྱི་གུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འུ་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྲེལ་ཁང་།
- བསམ་གཏན། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་རྩིང་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལས་ཀྱི་ལུས་པ། བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་བསྤྲེལ་ཁང་།
- གོང་སྤྲེལ་དཀོན་མཆོག་འཕམ་དར། (༡༩༩༧) ཉམས་ཡིག་བརྒྱ་ཅན། བོད་གཞུང་སྤྲེལ་ཅིས་ཁང་།
- འཇུ་མི་ཕམ་འཇམ་དབྱངས་རྩི་རྒྱལ་རྒྱལ་མཚོ། (༡༩༩༩) རྩི་མེས་ཡིག་ཕྱོགས་བསྐྱེད། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་བསྤྲེལ་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྤྱོད་ལྷན་ཁང་། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྩིས་ཀྱན་གསལ་སྤྲེལ་བ་གསལ་པ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་ཁྲི་ཚོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠།

- 1 **Module Title** : Basic Science (vital signs, infection control, Pharmacokinetics, prescription writing and first aid)
- 2 **Module Code** : FCI401
- 3 **Program Title** : Bachelor of Traditional Medicine
- 4 **Credit value** : 12 (6-6-0)
- 5 **Module Leader** : Program Leader
- 6 **Objectives of the module**
 - Take proper history from the patient
 - Perform basic clinical examination on the patient to come up with a diagnosis for further management
 - Learn and practice aseptic measures while attending the patient and control infection
 - Learn and correlate the pharmacokinetic processes in traditional medicine
 - Practice standard prescription writing
 - Attend and help people or patient in distress by providing first aid before the arrival/provision of medical care to the casualties
- 7 **Learning outcomes**

On completion of the module, a student will be able to:

 - Take proper history and interact with the patient appropriately
 - Perform basic general and clinical examination on patients
 - Measure the blood pressure of the patients following the standard method
 - Diagnose the condition of the patient as per the findings of the examination
 - Manage the patient and refer if indicated
 - Maintain environmental and hand hygiene
 - Understand and perform the steps of hand washing appropriately
 - Perform all the procedures in aseptic condition and control infection
 - Understand the processes of what the body does to the medicine by applying and correlating the pharmacokinetic processes in traditional medicine
 - Write the prescription clearly, legibly and following the standard format

- Provide immediate help (first aid) to the people in distress and provide necessary arrangement and treat or transfer the casualties for further management
- Save life

8 Mode of Assessment

Continuous assessment: 40%

Summative assessment: 60%

9 Subject matter

Session Hours	Topics	Teaching and Learning Strategies	Mode of Assessment
20	Theory I. Clinical Examination Interaction with the patient • Reasons for encounter • Clinical environment • Opening the encounter • Gathering information • Handling sensitive information and third parties • Managing patient concerns • Showing empathy • Showing cultural sensitivity • Addressing the problem • Concluding the encounter • Professional and personal responsibilities of medical personnel • General aspects of history taking • General information to take a clear history • General aspects of examination Inspection	Lecture, Demonstration, Practical, Group work, Class presentation, Individual assignment, self-study, Scenario based study	

	Palpation Percussion Auscultation • Blood pressure measurement • Pulse (if relevant), temperature and respiration		
20	II. Infection Control How infection spreads Standard precaution • Hand hygiene. • Use of personal protective equipment (e.g., gloves, masks, eyewear). • Respiratory hygiene / cough etiquette. • Sharps safety (engineering and work practice controls). • Safe injection practices (i.e., aseptic technique for parenteral medications). • Sterilization of instruments and devices. • Cleaning and disinfection of environmental surfaces	Lecture, Demonstration, Practical, Group work, Class presentation, Individual assignment, self-study, Scenario based study	
20	III. First Aid • What is First Aid • Skills of a First Aider: Reassurance, communication, situational awareness, critical thinking • Safety and security: Safety First First Aider Casualty Bystanders • First Aid in a) Unconscious person with breathing b) Unconscious person without without	Lecture, Demonstration, Practical, Group work, Class presentation, Individual assignment, self-study, Scenario based study	

	breathing c) Bleeding d) Fracture, dislocation, sprain and strain e) Choking f) Thermal, chemical injury and cold injury g) Minor cuts, wounds and bites h) High altitude sickness i) Spinal injury j) Transportation or moving of the victim k) Medical conditions: Stroke, Hypoglycemia, poisoning First aid kit and training materials IV. Pharmacology - Pharmacokinetics - Absorption - Distribution - Metabolism - Excretion		
90	Laboratory Hands on practice	Prescription writing Problems with prescription writing Standard prescription writing	Practical test

12 Reading list

1. Macleod's Clinical Examination, 14th Edition, Elsevier
2. International first aid and resuscitation guidelines 2016, International Federation of Red Cross and Red Crescent Society
3. WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care: a Summary, World Health Organization 2009

4. National Guideline on Infection Control And Medical Waste Management, Health Care & Diagnostic Division, Department of Medical Services, Ministry of Health, Bhutan
5. Guide to good prescribing, World Health Organization, Action Programme on Essential Drugs, Geneva
6. Maharashtra model medicine prescription format, Food and Drug Administration, Maharashtra State, India, 2014

13 **Date last reviewed:** 21st January , 2021

ལོ་རིམ་ལྟ་པའི་སློབ་དཔུང་།

[illegible]

ངོས་འཛིན་འབད་ཚུགས།

- ས་བཅད་ཡུལ་གྱི་གནས་ལུགས་ལ་དོན་ལྡན་དུག་སོ་སོའི་གནས་སྤྱོད་ཚན་ཆག་མཁྱེད་མཚུབ་སོགས་ཀྱིས་གཞལ་ཐོག་ལས་གནས་ངོས་འཛིན་ཐངས་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- གནད་དེ་ཚུ་ལུ་ཐོག་པ་ཅིན་འཆོ་འཆི་སོ་སོའི་ཁ་དམར་གདགས་ཐངས་འབད་ཚུགས།
- བཅོས་ཐབས་ལ་ ཟས་ཀྱིས་གཞི་བབྱུང་དུགས་ཀྱིས་གཟེར་བ་བཅག་ཐངས་ ཆས་ཀྱིས་དོད་བསྐྱེད་འབྱེད་ཀྱིས་འགགས་པ་བསལ་བ་ སྤྱོད་ཀྱིས་དོན་སྤོང་ཆ་བ་བསལ་བ་གཏར་ཀྱིས་ཁྲག་ངན་ཙ་རུ་དབྱེད་བ་ བཤལ་ཀྱིས་ཆད་འོར་དུ་བསྐྱར་བ་ མེ་ཡིས་ཙ་འཕྲང་བསྐྱུལ་ཚུ་ལ་སྒྲོར་འབད་ཚུགས།
- མ་སྤྱི་དང་མགོ་སྐྱེ་མའི་ཨང་ནད་ཀྱི་ཨང་ཉགས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སློབ་ཁང་གི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

༡.༢ མཚུགས་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

༢ བཅད་དོན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། (རྒྱ་ཚུལ།)	དོན་ཚན།	སློབ་སྤྱོད་དང་སློབ་ སྤྱོད་ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༩༠	སློ་བུར་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱུན་གྱི་མ་དེ་ལ་ རིགས་དང་གནས་གཉིས་ལས་ རིགས་ཀྱིས་དབྱེ་ན་པགས་པ་བཤུས་པ་ རྒྱུན་བྱུང་དུ་གཤམས་པ་ ཤ་འཕྲེད་ལ་བཅད་པ་ རུས་ལ་ ཐུག་པའི་བར་རྣམ་པར་བཅད་པ་ རུས་པ་བཅད་ནས་ཤ་ རབ་དུ་ལྟ་བ་ལྟ་བ་པོར་འཕྲང་བ་ ཤ་རུས་གཉིས་ཀ་བཅད་ བས་ལྟ་ཆོགས་བྲལ་བ་ལྟུང་བ་ རུས་པ་སོགས་བྲལ་པ་ མཚོན་ཅེས་ཐུག་པ་དང་བརྒྱུད། གནས་ཀྱིས་དབྱེ་ན་ མགོ་ དང་སྐྱེ་དང་བྱང་ཁོག་ཡན་ལག་གི་མ་བཅས་དང་། གནད་ ལ་སོང་བ་དང་མ་སོང་བ་རེད་པ་དང་མ་རེད་པ་བཟླ་དགོས། མགོ་མ་ལ་ མི་རིགས་ཀྱི་མགོ་དབྱིབས་དང་ གླུང་པ་རྒྱ་ མཚོའི་གནས་ལུགས་ གླུང་ཁྱིམ་རུས་པའི་གནས་ལུགས་	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་ བཤད་ རྟེན་ རྟེན་ ཐོས་བསྐྱར་ དཔེ་ རིས་ཐོག་ལས་ འགྲེམས་སྤྱོད་ གསལ་བཤད་ སྤྱོད་ལྟ་དང་ལས་ འགུལ་ཐོག་ལས་ སློབ་སྤྱོད་འབད་ནི།	དེ་བཞིན་ལན་ གསལ་བཤད་སློབ་བཟུགས་ནི་ སྤྱོད་ལྟ་དང་ལས་འགུལ་ དབྱེ་ཞིབ་ སློབ་ཁང་དང་ སློབ་དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་རྒྱ་ལེན་ ཐོག་ལས་འབད་ནི།

	རུས་མིག་པོ་མོ་མ་ནིང་ གཡོགས་པ་ཤི་གནས་ལུགས་ འབྲེལ་པ་རྩེ་གནས་ལུགས་ ཐོག་ས་བཟང་ངན་ ཐོག་ ཚུལ་ རེག་མུང་མ་ལ་བརྟག་པ་ རྩེ་པ་བྱིན་ནས་བྱིད་པའི་ བཅོས་ཚུལ་ གྲོང་བྱེད་མེ་ཡིས་གཞོམ་པའི་བཅོས་ཚུལ་ མཁར་ལ་འོབས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་བཅོས་ཚུལ། སྒྲིམ་གསོ་བ་ལ་ རྩ་གནད་དང་འཕར་རྩ་ ཞུག་རྩ་ རང་ རྩ་ ཤ་གནད་ རྩ་རྩུས་ཀྱི་རྟགས་བཅོས། མགོ་སྒྲིམ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས།		
༣༠	འབྲེམས་སྟོན། མི་རིགས་ཀྱི་མགོ་དབྱིབས་ངོས་འཛིན། ལྟངས་པ་རྩ་མཚའི་གནས་ལུགས། ལྟངས་ལྱུང་རུས་པའི་ གནས་ལུགས། རུས་མིག་པོ་མོ་མ་ནིང་ གཡོགས་པ་ཤི་ གནས་ལུགས། འབྲེལ་པ་རྩེ་གནས་ལུགས། རྩ་གནད་དང་འཕར་རྩ། ཞུག་རྩ། རང་རྩ། ཤ་གནད་རྩ་ ངོས་འཛིན། ལྟག་པ་མཁར་དང་མཁར་མཚམས་བྱ་འདབས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ དང་སྒྲིའི་བྱ་རྩ་རྩ་སོ་སོར་ངོས་འཛིན།	མགོ་དབྱིབས། ལྟངས་པ་རྩ་མཚའི་ གནས་ལུགས། ལྟངས་ལྱུང་རུས་པའི་ གནས་ལུགས། རུས་མིག་པོ་མོ་མ་ ནིང་ གཡོགས་པ་ ཤི་གནས་ལུགས། འབྲེལ་པ་རྩེ་ གནས་ལུགས་རྩ་ དཔེ་རིས་ཐོག་ལས་ སྒྲིའི་སྟོན།	མགོ་དབྱིབས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ ཚུགས་པ་མ་ཚུགས་པ་དབྱེ་ ཞིབ། ཐོག་ས་བཟང་ངན་འབྲིང་ གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་བརྟག་ ཐབས་རྩ་འབད་ཐོག་ལས་ དབྱེ་ཞིབ། ཤ་གནད་རུས་གནད་དོན་ གནད་སྟོད་ནད་རྩ་གནད་ཀྱི་ ཉེན་ཁ་ཆེ་རྩེ་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ ཚུགས་པ་མ་ཚུགས་པ་དབྱེ་ ཞིབ།
༤༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	རྩེ་འཛོམ་མཉམ་ གྲོས་བསྟུན་ཐོག	བརྟ་རེག་རྩི་བ་འབད་བརྟག་ ཐོག མི་རིགས་ཀྱི་མགོ་དབྱིབས་ དང་གནས་ལུགས་ངོས་ འཛིན་འབད་བརྟག་ཐོག རྩ་གནད་དང་འཕར་རྩ། ཞུག་རྩ། རང་རྩ། ཤ་ གནད་རྩ་ངོས་འཛིན་འབད་ བརྟག་ཐོག

			ལྷག་པ་མཁར་དང་མཁར་ མཚམས་བྱ་འདབས་ཀྱི་དབྱེ་ བ་དང་སྒྲིལ་བྱེ་ཅན་ནང་སོ་ སོར་ངོས་འཛིན་འབད་ བཅུག་ཐོག་
--	--	--	---

༡༠ གཞི་རྒྱ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྒྲིལ་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། མཚོན་མ་གསོ་བ།

༡༡ རྒྱུ་སྐྱེད་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙེ་བརྒྱད། ཀན་སུ་འུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- རྒྱེ་སྤྱོད་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷུ་རྩེ་ཐོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྟོང་དྲུག་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སྟོན་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- སྤྲུལ་སྐྱེད་པ་ཆེ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆེ་ག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྟོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- ཕོ་མ་སྤྲུལ་ལྷ་ཡོན་ལྷ་ཁང་། གྲུང་གོ་འུ་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷུ་རྩེ་ཐོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- ཕྱིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྟེ་བ། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱན་གསལ་སྤྲུང་བ་
གསར་པ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུབ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠།

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང།	བྱང་ཁོག་སྟོང་སྟོང་གྱི་མ་གསལ་བ།
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	TAW501
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང།	གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ཤེས་ཚད།
༤	སློབ་མཐུས།	༡༩ (༥-༩-༤)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	བྱང་འཛོམས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	
	དོན་སྟོང་གྱི་ཆེ་ཆུང་དང་གནས་ལུགས་བྱང་ཁོག་སྟོང་སྟོང་ལུ་མཚན་སོགས་ཕོག་པ་ཅིན་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཆུང་དང་རྟགས་དང་བཅས་སྟོར་བསྟན་མཁོ།	
༧	སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།	
	སྐབས་དོན་འདི་མཐུག་བསྟན་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།	
	• ཉེན་པ་རུས་པའི་མཁར་གྱིས་གནས་ལུགས་ཀྱི་སྟོར་རྟགས་ཚུ་གས། • གཞུགས་པ་ཤ་བགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཀྱི་སྟོར་རྟགས་ཚུ་གས། • ཅན་ན་དོན་ལྡན་དང་སྟོང་དུག་ཚུ་ལུ་མཚན་ལ་སོགས་པ་ཕོག་པ་ཅིན་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཆུང་དང་གཉན་པའི་ཁྲུང་སྟེན་ཚུ་གས། • དོན་ལྡན་དང་སྟོང་དུག་ཚུ་ས་བཅད་ཡུལ་གྱི་སྟོར་ལས་དབྱེ་བ་མཚུགས་སུ་བྱེ་སྟེ་ གནས་འདི་ལས་ཚན་དང་ཕུན་སོར་ཁྲུང་གཞུག་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ལས་ཚད་འཇལ་ཏེ་ གནས་འདི་དང་འདི་ནང་དོན་ལྡན་དང་སྟོང་དུག་འདི་ཡོད་ཅེར་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་སྟོན་ཚུ་གས། • དོན་ལྡན་དང་སྟོང་དུག་གི་ཚད་དང་ཆོགས་གསལ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ཚད་དང་བཅས་པ་སྟོན་སྟོན་ཚུ་གས། • ཅན་ཅ་སྟོན་ཅ་དཀར་ནག་གི་གནས་ལུགས་དང་ རྒྱུ་ཁྲག་འབྲས་པའི་ཅ་ ཅི་ཅ་བྱང་ཁོག་སྟོང་གྱི་སྟོང་ཅ་དུག་དོས་འཛིན་འབད་ཚུ་གས། • ཅ་འདི་ཚུ་བཅད་པ་ཅིན་ཉེན་ཁ་ག་དེ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ན་རྟགས་ཚུ་གས། • རང་གསལ་དང་མདའ་གསལ་ཕོག་གསལ་དབྱེ་བའི་གསལ་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་ཐངས་དང་འདི་ཚུ་ལུ་མཚན་ལ་སོགས་པ་ཕོག་པ་ཅིན་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཆུང་སྟོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུ་གས། • ཕོག་ས་ཡུལ་ལ་བརྟག་ལ་མཁར་དང་མཁར་མཚམས་གཞུག་རུས་ཚུ་ལུ་གཉན་པའི་ཁྲུང་སྟེན་ཚུ་གས། • ཕོག་ས་དེས་མེད་གར་ཕོག་ཀྱང་གནད་ལ་སྟེན་པ་དང་གནད་མེད་འཆོབས་པ་ཡོད་པའི་ཁྲུང་སྟེན། • ཅན་དུ་བརྟེན་པའི་རྟགས་དང་ དོན་སྟོང་ཅིན་པའི་རྟགས་ཚུ་རྟགས་ཚུ་གས། • དོན་སྟོང་ཅིན་དང་མ་ཅིན་ འཛོམས་འཛིན་ལ་ཤན་ མདོར་བསྟན་ལ་དམར་གདགས་ཐངས་ཚུ་རྟགས་ཚུ་གས།	

- ཤ་གནད་འཛིབས་ལུམས་ཞུན་ནན་དང་སྒྱུར་གྱིས་བཅོས་ཚུལ་དང་མ་གསར་དང་པོ་ཨ་སས་བདུག་ཚུལ་ ཉེལ་གཏི་འཇག་གིས་དྲིས་ཐངས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- ཅ་ཆད་མེ་ཡིས་འབྱད་ཚུལ་དང་སྒྲན་གྱིས་བཅོས་ཚུལ་ ཅའི་རྒྱལ་པོ་སྒྲག་ཅ་བཅོས་ཚུལ་བཅས་རྟོགས་ཚུགས།
- དང་པོ་ཞག་ལྷག་དུས་བམ་ཟེ་ལྟ་བུའི་བཅོས་ཚུལ་དང་ བར་དུ་ཞག་ལྷག་སྟེ་དག་སྒྲིང་ལྟ་བུར་བཅོས་ཚུལ་ ཐ་མ་ཞག་ལྷག་གི་དུས་སྟེ་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་བཅས་གྱིས་བཅོས་ཚུལ་བཅས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- བྱང་ཁོག་མ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དཔྱེའི་བ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྒྲུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

སྒྲོབ་ཁང་གི་རྒྱགས་ནང་ལས་སྒྱགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༢༠།

བྱང་ཁོག་ཡུལ་ཐིག་གསལ་བཤད་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

༡.༢ མཐུག་བསྐྱེད་པའི་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༦༠།

སྒོ་བ་དུས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱལ་ས་ནང་ལས་སྒྲུག་ས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།

བྱང་ཁོག་ཡུལ་ཐིག་གསལ་བཤད་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠

༩ ནང་དོན་ས་བཅད།

རྒྱུ་ལྟན། (རྒྱུ་ཚུལ།)	དོན་ཚན།	སྟོབ་སྟོན་དང་སྟོབ་སྟོང་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༥༠	བྱང་ཁོག་སྟོད་སྤྱང་གི་གནས་ལུགས་དང་དེ་ལ་མཚོན་ སོགས་ཐོག་པའི་རྟགས་ དེའི་གསེ་ཐབས་ རྗེས་ བཅད་དང་བཞི། རྟེན་པ་རྩས་པའི་གནས་ལུགས། གཤམས་པ་ཤ་ ལུགས་གནས་ལུགས། གཉན་པ་དོན་སྟོད་གནས་ ལུགས། ས་བཅད་ལྟལ་གྱི་གནས་ལུགས། འབྲེལ་པ་ ཅའི་གནས་ལུགས། རྒྱ་སྐར་གསེང་གི་གནས་ལུགས་ བཅས་རྩུག། ཐོག་ས་ལྟལ་ལ་བརྟག་ཐབས་དང་མཚོན་གྱི་བཞུད་	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ དང་ སྟེ་ཚན་གྲོས་བསྟར་ ཅུ་བ་སྟོར་འཛིན་ བྱང་ ཁོག་ལྟལ་ཐིག་གསལ་ བཤད་ དཔེ་རིས་ཐོག་ ལས་འབྲེལ་སྟོན་ གསལ་བཤད་ སྟོང་ལྟ་ ཐོག་ལས་སྟོབ་སྟོན་འབད་ ནི།	དྲི་བ་དྲིས་ལན་ སྟོར་ འཛིན་རྒྱུགས་ལེན་ནི་དང་ གོ་དོན་གསལ་བཤད་སྟལ་ བཅུག་ནི་ བྱང་ཁོག་ལྟལ་ ཐིག་གསལ་བཤད་འབད་ བཅུག་ནི། སྟོབ་ཁང་དང་ སྟོབ་རྩས་གྱི་རྒྱུགས་ཐོག་ ལས་འབད་ནི།

	ལམ་ལ་བརྟག་ཚུལ་དོན་སྟོན་ཟིན་དང་མ་ཟིན་ འཆོ་ འཆིའི་ལ་ཤན་ མདོར་བསྐྱུས་ཁ་དམར་གདགས་ཚུལ། ཟུག་རྩ་མཆོན་དང་སྐྱུར་ལ་བཅས་པ་ སོགས་གནས་ དང་སྐྱུར་ལ་བཅས་པ་ སྟོན་སྐྱུར་ཡུལ་དང་སྐྱུར་ལ་ བཅས་པ། བྱང་ཁོག་སྟོན་སྐྱུར་གསོ་བ་ལ་ གནས་ ལུགས་དང་བརྟག་ཐབས་ གསོ་ཐབས་ རྩིས་བཅད་ བཞི། བྱང་ཁོག་མ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས།		
༢༥	འགྲེམས་སྟོན། རྩས་པའི་གནས་ལུགས་དང་གཡོགས་པ་ཤ་པགས་ཀྱི་ གནས་ལུགས་ངོས་འཛིན། དོན་ལྡན་དང་སྟོན་དྲུག་ཚུ་ས་བཅད་ཡུལ་གྱི་སྟོ་ལས་དབྱེ་ བ་ཕྱེ་ཚུལ། དོན་ལྡན་དང་སྟོན་དྲུག་གི་ཆད་དང་ཆོགས་གསང་ལ་ སོགས་པ་ངོས་འཛིན། ནང་ཙ་སོག་ཙ་དཀར་ནག་གི་གནས་ལུགས་དང་ རྒྱུ་ ཁྲག་འབྲེས་པའི་ཙ་ ཕྱི་ཙ་བྱང་ཁོག་སྟོན་ཀྱི་སྟོང་ཙ་ དྲུག་ངོས་འཛིན།	དོན་ལྡན་དང་སྟོན་དྲུག་ཚུ་ ས་བཅད་ཡུལ་གྱི་སྟོ་ལས་ དབྱེ་ཚུལ་དཔེ་རིས་ཐོག་ རྩས་པའི་གནས་ལུགས་ དང་གཡོགས་པ་ཤ་ པགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ ཚུ་དཔེ་རིས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ངོས་འཛིན།	དོན་ལྡན་དང་སྟོན་དྲུག་ཚུ་ས་ བཅད་ཡུལ་གྱི་སྟོ་ལས་ དབྱེ་བ་དཔེ་རིས་ཐོག་ལས་ ཕྱེ་ཚུལ་དབྱེ་ཞིབ། དོན་ལྡན་དང་སྟོན་དྲུག་གི་ ཆད་དང་ཆོགས་གསང་ལ་ སོགས་པ་ངོས་འཛིན་ འབད་བཙུག་ཐོག
༢༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	དྲུང་འཆོའི་མཉམ་གྲུབ་ བསྐྱུན་ཐོག	དོན་ལྡན་དང་སྟོན་དྲུག་ཚུ་ས་ བཅད་ཡུལ་གྱི་སྟོ་ལས་ དབྱེ་བ་མཚུགས་སུ་ཕྱེ་སྟེ་ ཆད་དང་ཆོགས་གསང་ལ་ སོགས་པ་ཚུ་ཆད་དང་ བཅས་པ་སྟེ་ppt ཐོག་ ལས་གསལ་བཤད་འབད་ བཙུག་ཐོག

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་རྩི་སྤྲོད་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསལ་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། མཚོ་མ་གསེབ་།

༡༡ རྒྱལ་སྤྱི་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- ཐུབ་བསྟན་ཕུན་ཚོགས། (༡༩༩༤) གསེང་རིག་སྤྲིང་ཞོར་གཙུག་བུས། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་།
- གཡུ་ཐོག་གསལ་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤན་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱུད། ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་།
- ལམས་གཙང་འབྲུག་རྒྱལ། གསེང་རིག་མན་ངག་མཛུགས་བསྐྱིགས་པན་བདེ་ཞོར་བུ་འུ་སྟེ་མ། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་།
- ཐུ་ལྷིང་སངས་རྒྱལ་རྒྱལ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷོ་རྩེ་ཐོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྟན་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། བྱང་ཕྱོད་དཔེ་སྟེང་པ་འུ་ལྷོ་རྩེ་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་།
- སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསེང་རིག་སྟོན་དེབ། བོད་གཞུང་སྟན་ཅིས་ཁང་།
- སྟེམས་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྟན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྟོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོ་འུ་ལྷོ་རྩེ་ཆ། གྲུག་པོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟླན་ཁང་།
- ཅོ་མ་སྟེག་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུག་པོ་འུ་གསེང་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྟླན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ཆོག་པ་ལྷོ་རྩེ་ཆ། བོད་གཞུང་སྟན་ཅིས་ཁང་།
- ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསེང་རིག་འཛིན་སྟོང་ལྟེ་བ། (༢༠༠༥) གསེང་རིག་དཔེ་སྟེང་པ་འུ་ལྷོ་རྩེ་ཆ། གསེང་རིག་ཀྱན་འདུས་ཀྱི་གསལ་ལྷན་བ་གསལ་པ།

༡༢ བསྟར་ཞིབ་ལྷ་ཆོས་ ༢༠/༠༩/༢༠༢༠།

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	ཡན་ལག་གི་མ་གསོ་བ།
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	WCE501
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
༤	སྦྱང་མཐུས།	༡༩ (༥-༩-༥)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	དྲུང་འཛོལ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	ཡན་ལག་གི་གཉན་པའི་གནད་དང་ཡན་ལག་ཚུ་ལུ་མདའ་མདྲུང་རྩ་ཤིང་མཆེ་བ་རྩོལ་སོགས་པ་ཕྱག་པ་ཅིན་འདིའི་ ཉེན་ཁ་ཆེ་ཆུང་གི་རྟགས་རིས་བཟུང་བཅས་དང་བཅོས་ཐབས་ཚུ་སྟོན་མ་ཡིན།

མ) སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།

སྐབས་དོན་འདི་མཐུག་བསྟུན་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།

- ཡན་ལག་གི་མ་ལ་ ཉན་གནད་ མེན་བུའི་གནད་ ཅའི་གནད་ རྒྱུ་ལྟུང་གི་གནད་ཚུ་རིས་འཛིན་འབད་ཚུགས།
- ཉེས་བྱེད་དུས་དང་སྦྱར་ཏེ་བཅོས་པའི་ཚུལ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།
- ཕྱག་ས་གནས་དང་སྦྱར་ཏེ་བཅོས་ཚུལ་དང་ རིམ་པ་བྱུགས་དང་སྦྱར་ཏེ་བཅོས་ཚུལ་རྟོགས་ཚུགས།
- དུས་གསུམ་དཔེ་དང་སྦྱར་ཏེ་བཅོས་ཚུལ་གཉན་པ་གནད་དང་སྦྱར་ཏེ་བཅོས་ཚུལ་རྟོགས་ཚུགས།
- མན་ངག་སྐབས་དང་སྦྱར་ཏེ་བཅོས་ཚུལ་བཅས་ཀྱི་སྟོར་འབད་ཚུགས།
- ཡན་ལག་གི་མ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སློབ་ཁང་གི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

༡.༢ མཐུག་བསྟུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།

ལག་ལེན་འབྲེམས་སྟོན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༩ བཤེད་མཁུ་བཅད།

རྒྱུ་ལྗན། རྒྱུ་ཚེད།	མཁུ་ལྗན།	སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལྟགས།
༥༠	ཡན་ལག་གི་མ་གསོ་བ་ལ་ ཉུང་གནད། མེན་བྱུང་གནད། རྒྱུ་ཚེད་གནད། ལྷག་ཚེད་གནད། རྒྱུ་ལྷག་གཉིས་ བསྐྱེམས་འཕར་ཚེད་གནད། རྒྱུ་ཕེད་གནད། རྒྱུ་རྒྱུ་ ཀྱི་གནད། ཡན་ལག་གི་མེད་ཉུགས། ཡན་ལག་གི་མེད་བཅོས་ཐབས། ཡན་ལག་གི་མེད་ལོག་གཞོན་བསྐྱེད་པ། ཡན་ལག་གི་མ་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་ཉུགས།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ དང་ སྤེ་ཚན་གྲོས་ བསྐྱེས་ དཔེ་རིས་ འགྲེམས་སྒྲིབ་ སྒྲིབ་ལྟ་ དང་ལས་འགྲུལ་ཐོག་ ལས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་འབད་ནི།	སྒྲོར་འཛིན་རྒྱུགས་ ལེན་ནི་དང་བྱི་བ་བྱིས་ ལན་ ག་བསྐྱེད་ སྒྲིབ་ཁང་དང་སྒྲིབ་ རྒྱུ་ཀྱི་རྒྱུགས་རྒྱ་ལེན་ ཐོག་ལས་འབད་ནི།
༩༠	འགྲེམས་སྒྲིབ། ཉུང་གནད། མེན་བྱུང་གནད། ཚེད་གནད། རྒྱུ་ཕེད་ གནད། རྒྱུ་རྒྱུ་ཀྱི་གནད།	དཔེ་རིས་ཐོག་ལས་ སྒྲིབ་ཐོག་གྲོས་བསྐྱེད་ དང་བྱི་ལན་འབད་ནི།	གནད་རྒྱ་རོས་འཛིན་ འབད་བཅུག་ཐོག་ ལས།
༡༠༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	སྒྲིབ་ཁང་གི་དྲུང་འཛོལ་ དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ ལས།	ནད་གཞི་རོས་འཛིན་ དང་བསྐྱེད་ཀྱི་བའི་ ཐབས་ལམ།

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དཔེ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཆེ་སྤྱི་དཔེ་ཡན་ལག་བསྐྱེད་པ་གསལ་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུ་ལས། མཛོན་མ་གསོ་བའི་སྐབས།

༡༡ རྒྱུ་སྒྲིབ་དཔེ་དཔེ་ཀྱི་ཐོ།

- ཐུབ་བསྐྱེད་ཐུན་ཚོགས། (༡༩༩༤)གསོ་རིག་སྤྱི་དཔེ་དཔེ་གཙུག་པོ་སྤྱི་ལོ་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲིབ་ཁང་།
- གཞུང་ཐོག་གསལ་བ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤེ་མཉམ་འབྲེལ་བཅོ་བརྒྱད། གནས་ལྷན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲིབ་ཁང་།
- ལམས་གཙུག་ལྷན་གྱིས། གསོ་རིག་མན་ངག་ཐོབ་བྱེད་ཐོབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་བདེ་ལྷན་ལྷན་པོ། མཛོན་མི་
རིགས་དཔེ་སྒྲིབ་ཁང་།
- སྤེ་སྤྱི་སངས་རྒྱུ་རྒྱ་མཛོ། རྒྱུ་བཞེད་འགྲེལ་བ་བྱེད་པོ་མ་ལི་ཀ་སྤྱི་ལོ་ བོད་གཞུང་སྤེ་མི་ཁང་།

- ཁོ་རུ་ནས། བྱང་མོང་དུ་གྱེས་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- སློབ་ཐང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སློབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- སྐྱེམས་པ་ཆེ་དབང་། མན་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཆོག་དོན་ཉིམ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སློབ་ཐང་ཆོས་གསལ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ཅོམ་སྒྲིག་ལུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོའི་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞིའི་བད་བཀོལ་ནམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་པའི་ཕྱིང་བའི་མཛེས་རྒྱུན། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྗེ་བ། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱན་གསལ་སྒྲུང་བ་གསར་པ།

༡༩ བསྐྱར་ཞིབ་ཁྲིའི་ཆོས་ ༠༡/༠༤/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། རྒྱལ་ནད་གསོ་བ།
- ༢ སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས། TXG501
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསོ་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༢ (༧-༠-༥)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་བ་བཀྲིས།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
རྒྱལ་ནད་འབྱུང་བའི་ཁྲུང་ས་དང་རྒྱལ་རིགས་ངོས་འཛིན་འབད་ཐངས་དང་དེའི་གསོ་བའི་ཐབས་བཅས་ཀྱི་སྐོར་སྟོན་མ་
ཞིན།
- ༧ སྦྱང་བཅའ་གྲུབ་འབྲས།
སྐབས་དོན་འདི་མཚུག་བསྐྱུ་ད་ སློབ་ཕྲག་ཚུ་གིས།
 - རྒྱལ་རིགས་གང་ལ་བསྐྱར་བའི་རྟའི་དབྱེ་བ་དང་གང་བསྐྱར་བའི་སོ་སོའི་ངོ་བོའི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ཚུགས།
 - བསྐྱར་བ་ཏ་ཡི་སློ་ནས་འཇུག་ཚུལ་དང་བབས་གནས་ཀྱི་སློ་ནས་འཇུག་ཚུལ་མདོ་དོན་བྲིལ་བའི་སློ་ནས་འཇུག་
ཚུལ་སྐོར་རྟོགས་ཚུགས།
 - སྤྱི་རྒྱལ་འབྲུལ་མེད་ངོས་བཟུང་བ་དང་ནད་རིགས་བབས་ས་སོ་སོའི་བརྟག་པ་མི་འཚོ་འཆི་ལྟས་བརྟག་ལ་སྤང་
བ་གསུམ་ཀྱི་སྐོར་འབད་ཚུགས།
 - རྒྱལ་ནད་སྤོང་གིས་གསོ་བ་དང་ རྒྱལ་ནད་རྒྱལ་གིས་གསོ་བ་ རྒྱལ་ནད་སྤྲུགས་ཀྱིས་གསོ་བའི་སྐོར་རྟོགས་
ཚུགས།
 - ལྷུང་རྒྱལ་གི་ངོ་བོ་དང་མི་འཕྲོད་པའི་རྒྱ་ དེའི་རྟགས་ཏ་གོ་ཚུགས།
 - ལྷུང་རྒྱལ་བཅོས་ཐབས་ལ་གཞི་བཟུང་བ་དང་བསྐྱུ་བ་བསད་པ་སྦྱང་བའི་སློ་ལས་བཅོས་ཐབས་འབད་ཚུགས།
 - དངོས་རྒྱལ་འབྱུང་བའི་ཁྲུང་ས་རྟོགས་ཚུགས།
 - མི་རྒྱ་བའི་རྒྱལ་གི་རྟགས་དང་བཅོས་ཐབས་མཁས་མི་མཁས་ཀྱི་བྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས།
 - ཐང་ཕྱོག་བསེ་གིང་ཏ་སྤྱི་རྒྱལ་གི་རྟགས་བཅོས་འབད་ཚུགས།
 - རྒྱ་བའི་རྒྱལ་ལ་ཁྱེ་རྒྱལ་དང་སྤྱུལ་རྒྱལ་སྤྱི་པའི་རྒྱལ་སྤོང་བྱའི་རྒྱལ་བཅས་ཀྱི་རྟགས་བཅོས་འབད་ཚུགས།
 - རྒྱལ་ནད་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྟགས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སློབ་ཁང་གི་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

༡.༢ མཚུགས་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

༢ བཤུགས་ཐབས་ལམ།

དུས་ཡུག་། རྒྱུ་ཆོད།	བཤུགས་ཐབས་ལམ།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོར་ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༡༠	སྐྱུར་དུག་ལ་ དུག་རིགས་གང་ལ་བསྐྱར་བའི་རྒྱ་གར་ བསྐྱར་སོ་སོའི་དབྱེ་བ་ ཡུལ་དང་རྒྱུ་སྐྱེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ རྒྱ་ རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ ལྷན་པའི་དུས་ བརྒྱུ་པའི་ཐབས་ འཛི་ བའི་ལྷན་ སྐྱེད་ཀྱིས་གསོ་ཐབས། ལོག་གཞོན། གྲུང་དུག་ལ་ རོ་བོ་མི་འཕྲོད་པའི་རྒྱ་ དངས་མ་མ་སྐྱེན་ ཟུངས་སྐྱེད་པའི་རྒྱ་ འཕྲོད་དུག། རང་བཞིན་ཀྱི་དུག་ལ་ རྒྱ་བ་དང་མི་རྒྱ་བ་གཉིས་ལས་ ཐང་ཕྱོག་ བསེ་ཤིང་དང་ རྒྱ་བའི་དུག་ལ་ཁྱི་དུག་ སྐྱུལ་དུག་ སྐྱེད་པའི་དུག་ སྐྱེན་ བའི་དུག། དུག་ནད་གསོ་བའི་ནད་ཀྱི་ཨང་རྒྱུགས།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ དང་ སྤེལ་ཆ་གསོ་ བསྐྱེད་ སྦྱོར་ལྷན་དང་ ལས་འགུལ་ཐོག་ལས་ སློབ་སྟོན་འབད་ནི།	དེ་བཞིན་ལན་ ག་ བསྐྱར་ སློབ་ཁང་དང་ སློབ་དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་རྒྱ་ ལེན་ཐོག་ལས་འབད་ ནི།
༡༠༠	ལག་ལེན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	སྐྱེད་ཁང་གི་དྲུང་འཛོལ་ དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ ལས།	ནད་གཞི་དོས་འཛིན་ དང་བཟླ་རིག་དེ་བའི་ ཐབས་ལམ།

༣ གཞི་རྒྱུན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུན་ཅི་སྟོང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསལ་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། དུག་དང་རྒྱུ་པ་རོ་ཅ་བ་གསོ་བ།

༡༡ རྒྱལ་སྤྱི་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤན་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱད། ཀན་སུ་འུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།
- ཁམས་གཙང་འབྲུག་རྒྱལ། གསོ་རིག་མན་ངག་ཚྱོད་བྱང་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་པན་བདེན་ཅོར་བུ་འུ་སྟེ་མ། མཚོ་སྤྱོད་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།
- སྤེ་སྤོད་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷོ་རྒྱུད་པོ་མ་ལི་ཀ་རྟོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྤན་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དྲུང་སྤོད་ཀྱི་པའི་ཞལ་ལྷུང་རྟོད་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།
- གློ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སྤོབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྤན་ཅིས་ཁང་།
- སྤྱེམས་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་གློ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལྷུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།
- ཅོ་མ་སྤྱིག་ཁུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འུ་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།
- ལྷུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷོ་རྒྱུད་པོ་མ་ལི་ཀ་རྟོད་ཆ། སྤན་ཅིས་ཁང་།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུབ་ཆེས་ ༠༡/༠༤/༢༠༢༠།

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	ཟིན་ཏིག་གཅེས་བསྐྱུས་བརྟན་ཅིའི་ཐིག་པ།	II
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	CDT501	
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།	
༤	སློབ་མཐུས།	༡༩ (༤-༤-༡)	
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	དྲུང་འཛོལ་རྩིས་ཀྱི་པ།	
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ལུལ།		

དུས་རྒྱུན་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་པའི་ནད་རིགས་ཚུ་གི་གསལ་བསྐྱུས་ཀྱི་ལག་ལེན་ཟིན་ཐོར་བཞག་དེ་ཡོད་མི་ཟིན་ཏིག་གཅེས་བསྐྱུས་འདི་གིས་སྤྲོད་པ་ལས་དང་པོ་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ནད་དང་པོ་སློབ་བའི་རྒྱུ་འདི་གི་རྟགས་དེ་ལས་འདི་གི་བཅས་ཚུ་ལ་ཚུ་ག་ར་བརྟན་བསྐྱུས་ཏེ་སྤྲོད་མ་ཡིན།

མ) སློབ་སློབ་གྲུབ་འབྲས།

སློབ་རིམ་འདི་མཐུག་བསྐྱུས་ད་ སློབ་སློབ་པ་ཚུ་གིས།

- ཐོར་བུའི་ནད་ཀྱི་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- ལྷན་སྐྱེས་མའི་བཅས་ཐབས་འབད་ཚུགས།
- བྱིས་པ་དང་མོ་ནད་ཀྱི་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- གཟའ་ནད་དང་མཛེ་ནད་ཀྱི་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- མཚོན་མ་གི་རྟགས་དང་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- དུག་ནད་ཀྱི་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- གཉན་ནད་ཀྱི་སྤྲོད་བཅས་འབད་ཚུགས།
- བྱིས་པ་དང་མོ་ནད་ཀྱི་རྟགས་དང་གསལ་བསྐྱུས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- བརྟན་ལེན་བསྐྱུས་ཏེ་ཆས་པ་གསལ་ཚུ་ལ་དང་རོ་ཅ་སློབས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྲོད་བསྐྱུས་ཚུ་ལ་གྱི་སློབ་ལས་ག་ར་གཏན་ལ་ཐབ་ཚུགས།
- རང་སྤྲོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོ་བཞག་འབད་ཐངས་དང་སྤྲོད་ཐངས་ཀྱི་སློབ་ཤེས་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྤྲོད་བཞག་པ་ཚུ་ཆ་ ༤༠།

ལས་འགྲུལ་ནང་ལས་བཞག་པ་ ༡༠།

སློབ་ཁང་གི་རྟགས་ནང་ལས་སྤྲོད་བཞག་པ་ ༡༠།

- ༤.༡ མཐུག་བསྐྱེད་དཔེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།
 སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠།
 ལག་ལེན་འབྲི་སྐྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༤ བྱང་དོན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། རྒྱ་ཆ་དོ།	ནང་དོན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོར་ ཐབས་ལམ།	དཔེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༤༠	ཐོར་བུའི་ནད་ཀྱི་སྐྱོར་ལས་སློབ་རྒྱུན་དང་རྟགས་གསལ་ཐབས། ལྷན་སྐྱེས་མ་གསལ་བའི་རྟགས་དང་གསལ་ཐབས། གཉན་ནད་ཀྱི་རྟགས་དང་གསལ་ཐབས། བྱིས་པ་དང་མོ་ནད་ཀྱི་སྐྱོར་ལས་རྟགས་དང་གསལ་ཐབས། གཟའ་ནད་དང་མཛེ་ནད་ཀྱི་སྐྱོར། མཚོན་མ་གཤིས་རྟགས་དང་གསལ་ཐབས། དུག་ནད་ཀྱི་སྐྱོར་ལས་བཅུད་བསྐྱེད། བཅུད་ལེན་བསྐྱེད་ཀྱི་ ཆས་པ་གསལ་ཚུལ་དང་ རོ་ཙ་སྟོབས་ སྦྱོང་ཀྱི་སྐྱེས་བསྐྱེད་ཚུལ་ཀྱི་སྐྱོར། བྱང་སྐྱེས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོ་བཀོད་དང་སྟན་ལུ་འབད་ཐངས་ ལམ་ལུགས།	དཔེ་ཁྱིད་གསལ་བཤད་ དང་ སྟེ་ཚན་གྲོས་ བསྐྱེས་ སྦྱོང་ལུ་དང་ ལས་འགུལ་ཐོག་ལས་ སློབ་སྟོན་འབད་ནི། འབྲེལ་ཡོད་མི་ངོམ་ གཅིག་གིས་གསལ་ལུ་ དང་སློབ་སྟོན་འབད་ནི།	དྲི་བ་དྲིས་ལན་ ག་ བསྐྱེས་ སློབ་ཁང་དང་ སློབ་དུས་ཀྱི་སྐྱུགས་རྒྱ་ ལེན་ཐོག་ལས་འབད་ བྱི། ཤེས་མ་ཤེས་དཔེ་ཞིབ་ འབད་ནི།
༣༠	འབྲེམས་སྟོན། བྱང་རིགས་རྒྱ་གཤིས་བཟླ་རེག་དྲི་བ་འབད་ཐངས་དང་ཙ་རྒྱུའི་ འབྲེམས་སྟོན།	གྲོས་བསྐྱེད་དང་དྲི་ལན་ འབད་ནི།	བྱང་རིགས་ཀྱི་རྟགས་ རྒྱ་ངོས་འཛིན་འབད་ བཅུག་ཐོག་ལས།
༢༠	ལག་ལེན། བྱང་དང་འབྲེལ་བ།	སྐྱེས་ཁང་གི་བྱང་འཛིན་ དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ ལས།	བྱང་གཞི་ངོས་འཛིན་ དང་བཟླ་རེག་དྲི་བའི་ ཐབས་ལམ།

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- ཟིན་ཏིག་གཅེས་བསྐྱུས་བདུན་ཅི་ཐིག་པ།

༡༡ རྒྱལ་སྐྱེད་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- ལྷོ་མིང་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུ་བཞི་འཁྲུང་པ་བྱེད་པོ་མ་ལི་ཀ་རྟོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེད་ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ས་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྒྱུ་འཁྲུང་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྐྱེད་ཅིས་ཁང་།
- ཕོ་མ་སྤྲིག་ཁུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོ་འུ་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།
- བསམ་གཏན། (༡༩༩༤) གསོ་རིག་སྤྱི་བསྐྱེད་སྐྱེད་ཅེས་གསར་པ། བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་བསྐྱེད་ཁང་།
- གོང་སྐྱེད་དཀོན་མཆོག་འཕམ་དང་། (༡༩༩༧) ཉམས་ཡིག་བརྒྱ་ཅ། བོད་གཞུང་སྐྱེད་ཅིས་ཁང་།
- འཇུ་མི་ཕམ་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་རྒྱུ་མཚོ། (༡༩༩༩) ལྷན་ཡིག་ཕྱོགས་བསྐྱེད། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་བསྐྱེད་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་ཁང་། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དགོངས་དོན་ནད་རྟགས་ཀྱན་གསལ་སྒྲུང་བ་གསར་པ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆོས་ ༠༡/༠༥/༢༠༢༠

ལོ་རིམ་ལྟ་པའི་སློབ་དུས་ ༣ པ།

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	ལུས་ཁམས་རིག་པ་ཞིབ་སྦྱང་།
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	AAP501
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསལ་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ།
༤	སྦྱང་མཐུས།	༡༢ (༣-༣-༤)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	དྲུང་འཛོལ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	

སྦྱང་རིམ་འདི་གིས་ ལུས་ཇི་ལྟར་ཆགས་པའི་ཚུལ་ ལུས་ཇི་ལྟར་འབྲ་བའི་དཔེ་ ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ ལུས་ཀྱི་
མཚན་ཉིད་ ལུས་ཀྱི་ལས་དང་དབྱེ་བ་ ལུས་ཇི་ལྟར་འཇིག་པའི་ལྟ་སྟངས་དང་བྱང་ཁོག་ཡུལ་ཐིག་། མགོ་སྐྱེ་བྱང་ཁོག་ཡན་
ལག་གི་གཉན་པའི་གནད་ཚུ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་སྟོན་མ་ཡིན།

༧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།

སྦྱང་རིམ་འདི་མཐུག་བསྟུན་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།

- ལུས་འདི་ཉིད་ཆགས་པའི་རྒྱུ། འཕེལ་བའི་རྒྱུ། བཅོམ་བའི་རྟགས་ཚུ་མཐིལ་ཕྱིན་སྟེ་ཤེས་ཚུགས།
- ཕྱི་ཕུང་པོ་དང་འབྲ་བའི་དཔེ་བཤད་པ། བྱང་ཁོ་སྟོན་འབྲ་བའི་དཔེ་བཤད་པ། གཉན་པའི་ནད་ཀྱི་དཔེ་དོན་བསྟུས་
ཏེ་བསྟན་པའི་སྐོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- གཞོན་བྱ་ཁམས་དང་གཞོན་བྱེད་ཉེས་པ་སོགས་ཀྱི་རང་རང་གི་ལྡང་ཆད། ལུས་སྟོན་སྟངས་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་ཀྱང་
ལ་བྱབ་ཅིང་འབྲེལ་བ་འབྲེལ་བ་རྩ་ཡི་གནས་ལུགས། ཤ་ཆོལ་རུས་པ་ལ་སོགས་དེ་དག་ལས་གནད་ཆེ་ཞིང་བཀའ་
བཅན་པ་གཉན་པའི་ནད་ཀྱི་གནས་ལུགས། ཕྱི་ནང་གང་དང་གང་དུ་གནས་ཤིང་རྒྱ་བའི་ལམ་བུ་ག་རྒྱ་ལམ་བུ་གའི་
གནས་ལུགས་བསྟན་པའི་སྐོར་ཡང་དག་སྟེ་ཤེས་ཚུགས།
- ལུས་དེའི་གཞོན་བྱ་ཁམས། གཞོན་བྱ་དབྱེ་བ་ལུས་བྱུངས་དང་བྱི་མ་གསུམ། གཞོན་བྱའི་བྱེད་ལས། ཕོ་བའི་མེ་
བྱོད། མེ་བྱོད་དེ་ཡིས་ཁ་ཟས་འཇུ་ཚུལ། ལུ་བའི་ཡོན་ཏན། ཟས་སྟོམ་གྱི་འགྱུར་ཚུལ། འབྲས་བུ་རྩྭ་གས་པའི་
དུས་དང་། གཞོན་བྱེད་ཉེས་པའི་མཚན་ཉིད་བཤད་པར་དབྱེ་བ་བཤད་པ། མངལ་དུ་ཇི་ལྟར་གྲུབ་པའི་ཚུལ། ལུས་
ཀྱི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ། ལུས་ཀྱི་མེ་བྱོད་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བའི་ཚུལ། ལྟོ་བ་སྤྱི་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བའི་ཚུལ།
ཉེས་པ་གསུམ་གྱི་གནས་ས། ཉེས་པའི་ལས་བཅས་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- རིང་བའི་ལྟས། ཉེ་བའི་ལྟས། མ་ངས་པའི་ལྟས། ངས་པའི་ལྟས། རིང་བའི་ལྟས་ལ། ཕོ་ཉ། མི་ལམ། ལྷ་མ་
གྱུར་དང་། ཉེ་བའི་ལྟས་ལ། ཉེ་བ་དང་། ཤིན་ཏུ་ཉེ་བ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ཡང་དག་སྟེ་ཤེས་ཚུགས།
- མགོ་རུས་ལ་ཕོ་རུས་དང་མོ་རུས་མ་ནིང་རུས་པའི་གནས་ལུགས་དང་ ལྷག་པ་མཁར་དང་མཁར་མཚམས་བྱ་

འདབས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་སྒྲིའི་ཕྱི་རྩ་ནང་ཙ་སོ་སོའི་གནད་དང་གནས་ལུགས་ཡང་དག་སྟེ་ངོས་འཛིན་འབད་ཚུགས།

- བྱང་ཁོག་སྟོད་སྟོད་ཀྱི་གནས་ལུགས་དང་ རྟོན་ལུ་སྟོད་དུག་གི་གནས་ལུགས་དང་བྱེད་ལས་རྟོགས་ཚུགས།
- ཡན་ལག་གི་གནས་ལུགས་སྟོར་ཤེས་ཚུགས།
-

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

ཉིན་བསྐྱར་སྟོབ་ཁང་ནང་ལུ་སྟོར་འཛིན་ཚུགས་ལེན་དང་ ཇི་བ་ཇིས་ལན་འབད་ནི་ གོ་དོན་སྟོབ་བཅུག་ནི་ ཟླ་ཤིང་སྟོབ་ཁང་གི་ཆོས་ཚུགས་དང་ དཔེ་ཤིས་ཐོག་ལས་གནད་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་བཅུག་ནི་ ཐོག་བཀའ་བཅུག་ནི་སྟོབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་ཚུགས་ཚུ་ལེན་ཐོག་ལས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ཨིན།

༡.༡ དུས་ཚུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སྟོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སྟོབ་ཁང་ཆོས་ཚུགས་ནང་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

ལས་འགུལ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༡.༢ མཚུགས་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སྟོབ་དུས་ཆོས་ཚུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༥།

བྱང་ཁོག་ཡུལ་ཐོག་དང་སྟོར་འགྲེམས་བཀའ་ནི་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠།

སྟོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཆ་ ༥།

༢ གནད་དོན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། རྒྱ་ཆ་ཅིན།	གནད་དོན།	སྟོབ་སྟོན་དང་སྟོབ་སྟོར་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལས་ ལུགས།
༩༠	ལུས་འདི་ཉིད་ཆགས་པའི་རྒྱ་ འབེལ་བའི་རྒྱུ་ བཅའ་བའི་ རྟགས། ལུས་འདི་ཉིད་འབྲུ་བའི་དཔེ་དོན། ལྷང་ཚད་ལུས་བྱུངས། འབེལ་པ་ཙ་ གཉན་པ་གནད་དང་ རྒྱ་ལས་བྱ་གའི་གནས་ལུགས། གནོད་བྱ་ཁམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་ གནོད་བྱེད་ཉེས་པའི་	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་དང་ སྟེ་ཚན་གྲོས་བསྐྱར་ བད་ཀྱི་ མཚན་ཉིད་སྟོར་འཛིན་འབད་ ནི་ ལས་འགུལ་འབྲི་བཅུག་ ནི་རྒྱ་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་	ཇི་བ་ཇིས་ལན་ ག་བསྐྱར་ སྟོབ་ ཁང་དང་སྟོབ་ དུས་ཀྱི་རྒྱུགས་ ཚུ་ལེན་ཐོག་

	མཚན་ཉིད། ལུས་ཀྱི་ལས་དང་དབྱེ་བ། ལུས་འཇིག་པའི་རིང་ལྟས་ ཉེ་བའི་ལྟས་ མ་ངེས་པའི་ལྟས་ ངེས་པའི་ལྟས། མགོ་མ་ལ་མི་རིགས་ཀྱི་མགོ་དབྱིབས་དང་ཁྲད་པ་རྒྱ་མཚོའི་ གནས་ལུགས་ཁྲད་ཁྱིམ་རྩས་པའི་གནས་ལུགས་རྩས་མིག་པོ་ མོ་མ་ནིང་གཡོགས་པ་ཤའི་གནས་ལུགས་འབྲེལ་པ་རྩའི་ གནས་ལུགས། སྒྲེ་མ་གསོ་བ་ལ་རྩ་གནད་དང་འཕར་རྩ་ཁྲག་རྩ་ནང་རྩ་ ཤ་ གནད་ རྩ་རྒྱས་ཀྱི་གནད། བྱང་ཁོག་སྟོད་སྟོད་ཀྱི་རྟེན་པ་རྩས་པ། གཡོགས་པ་ཤ་ ལྷགས། གཉན་པ་དོན་སྟོད། ས་བཅད་ཡུལ། འབྲེལ་པ་རྩ་ དང་རྒྱ་སྐར་གསེང་གི་གནས་ལུགས། ཡན་ལག་གི་ཉ་མེན་བྱ་རྩ་རྩ་རྒྱས་རྩས་གནད་བཅས་ལྷ།	ལས་སྟོབ་སྟོན་དང་སྟོབ་སྟོང་ འབད་ནི།	ལས་འབད་ནི།
༤༥	འབྲེམས་སྟོན། དཔེ་རིས་རྩ་འབྲེམས་སྟོན།	འཕུལ་ཆས་ལག་ལེན་འཐབ་ ཐོག་ལས་ལུས་ཀྱི་དཔེ་རིས་ རྩ་གི་སྟོར་ལས་དངོས་མཐོང་ གསལ་བཤད་དང་གྲོས་ བསྟུན།	གནད་དམིགས་ ངོས་འཛིན་ འབད་བཅུག་ ཐོག་ལས།
༡༡༠	ལག་ལེན། གནད་དམིགས་ངོས་འཛིན། བྱད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	འཇལ་ཚད་དང་ཐིག་བཀལ་ བྱི་རྩ་དངོས་བསྟར་བཅས་ཀྱི་ ཐོག་ལས། སྟོན་ཁང་གི་དྲུང་ འཛོ་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ ལས།	གནད་དམིགས་ གསལ་བཤད་ དང་ བྱད་གཞི་ངོས་ འཛིན་དང་བཟླ་ རིག་བྱི་བའི་ ཐབས་ལམ།

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དཔེ་གྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྤྱི་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསལ་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། ཐུབ་པ་ལུས་གནས་གསོ་བ། མན་ངག་རྒྱུད་མཚན་མ་གསོ་བ།

༡༡ རྒྱུ་རྒྱུ་དཔེ་དཔེ་གྱི་ཐོ།

- རྩོམ་རྒྱུ་རྒྱུ་ བཤད་རྒྱུ་དཔེ་པ་འབྲུམ་ནག་གསལ་སྤོན།
- རྩོམ་པ་སངས་རྒྱུ་ཤུ་ཐུབ་པ། དག་འ་བོ་མངལ་འབྲུག་གི་མདོ།
- རྩོམ་དཔེ་ལྷ་སྤྱུ་བ། སྤྱན་དཔེ་སྤྱུ་བའི་རྒྱལ་པོ།
- ཁོ་རུ་ནམ། བྱང་སྤྱི་དཔེ་པ་འཛིན་ལུང་སྤོན་ཆ། སེ་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱུ་ཁང་།
- རྩོམ་སྤྱི་སངས་རྒྱུ་རྒྱུ་མཚོ། རྒྱུ་བཞི་འཛིན་པ་འཛིན་སྤོན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྤོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཅིས་ཁང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོ་རིག་འཛིན་སྤོན་ཆེ། (༢༠༠༥) གསོ་རིག་དཔེ་པ་དོན་ནད་རྒྱུ་ཀྱན་གསལ་སྤྱུང་བ་གསལ་པ།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲིལ་ཆེས་ ༠༡/༠༥/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། འད་ཁམས་དང་བརྟག་ཐབས་རིག་པ་ཞིབ་སྦྱང།
- ༢ སློབ་ཚན་ཡང་རྟགས། APD501
- ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསོ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
- ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༩ (༣-༣-༤)
- ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་འཇམ་དབྱངས་ཡེ་ཤེས་དོ་ཨེ།
- ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།

འད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་། འཕེལ་ཟད་འཁྲུགས་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད། འད་ལྷགས་ཚུལ་དང་གནས་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་འད་ཁམས་རིག་པའི་ཤེས་བྱ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཐམས་ཅད་དང་། སྤང་ཚུལ་འད་རྟགས་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་པ་སོ་སོར་དབྱེ་ཞིབ་ ཞིབ་འཇུག་གིས་ འད་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་འཁྲུལ་པ་གསལ་བར་རྟོགས་ཚུགས་པའི་བརྟག་ཐབས་མན་ངག་དང་བཅས་པ་རྒྱས་པར་སྟོན་མ་ཞིན།

ཧ སློབ་སྦྱང་གྲུབ་འབྲས།

ཆོས་ཚན་འདི་ལྟར་ཚར་ཅང་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་རྩེ་གིས།

- འད་རིགས་ཀྱི་རིང་བའི་རྒྱ་དང་ ཉེ་བའི་རྒྱ། རྒྱུ་མཆེད་ གསོག་ལྡང་ སྦྱང་རྒྱུ་། འད་རི་ལྟར་ལྷགས་པའི་ཚུལ་དང་ འད་དེ་ལུས་ཀྱི་གནས་གང་དུ་གནས་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- འཕེལ་ཟད་འཁྲུགས་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད། བསྐྱེད་བྱ་རྒྱུ་འོ་ནས་དབྱེ་བ་དང་ གནས་སྐབས་བསྐྱེད་ཀྱི་སློ་ནས་དབྱེ་བ་ རྒྱས་བསྐྱུས་ནས་བའི་སློ་ནས་དབྱེ་བའི་ཐོག་ལས་འད་རིག་ཀྱི་ནམ་པ་དང་ རྒྱས་བསྐྱུས་འབྲིང་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་བྱེ་ཚུགས།
- སྤྱིར་བཏང་ཉེས་པ་གསུམ་པོ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་པ་དངོས་སུ་ལུང་སྟོན་པར་ལུས་པའི་བརྟག་ཐབས་དང་ ངན་གཡོ་སྟོན་དང་ སྤང་སྤང་ལུ་བཞི་འོ་ནས་བརྟགས་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- སྤང་གཞི་ཆ་གང་རྟགས་དང་ངོ་བོ་ སྤང་བྱ་ལྟར་སྤང་ལུ་འཁྲུལ་སོ་ སྦྱང་བྱེད་ངོས་འཛིན་བརྟག་ཐབས་ནམ་པ་བཅུ་སྤྱངས་འབྲས་མ་ཞོར་རི་བཞིན་རྟོགས་ཚུལ་རྒྱ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- འད་པ་དང་སྤྲན་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་བརྩ་སྦྱར་བའི་འཕྲིན་སྦྱེལ་བ་པོ་ལྟ་བུའི་རིག་པ་རྩ་ལ་བརྟག་པའི་ཐབས་རྟོགས་ཚུགས།
- མེ་ཁོང་དངས་བ་ལ་བལྟ་སྟེ་གདོང་གི་ལེགས་ཉེས་གསལ་བ་བཞིན་ རྒྱལ་བརྟེན་ནས་ངི་རྒྱུའི་ཁ་དོག་དང་ལུ་བ་སྤྱིས་མ་ཀྱ་ཡ་ལས་འད་ཡོད་མེད་ཆ་གང་གང་ཡང་མ་བསྐྱིབས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- ཉེས་གསུམ་དང་འདུས་པ་སྤྲུག་པོ་ཁོང་ནད་ཀྱི་འད་རྟགས་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་པ་དང་།

- རིགས་དང་རིམས་ཀྱི་ཆ་བའི་ནད་རིགས་ཀྱི་རྟགས་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་པ།
- ལུས་སྟོད་ནད་རིགས་ཀྱི་རྟགས་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་པ།
- རོན་ལུ་སྟོད་དྲུག་ནད་རིགས་ཀྱི་རྟགས་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་པ།
- ཐོར་བུ་དང་ལྟན་སྤྱོད་ཆ་རིགས་ཀྱི་ནད་རྟགས་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་པ།
- བྱིས་པ་དང་མོ་ནད་རིགས་ཀྱི་རྟགས་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་པ།
- གདོན་ནད་ཀྱི་རྟགས་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་བཅས་གསལ་བར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- མི་རིགས་རྒྱ་མཐིམ་བད་ཀན་ལུ་འདུས་བདུན་དང་ཤ་ཁྲ་མར་ཁྲ་བུང་ཆང་ཁྲ་པ་ལུ་ཁྲ་ཞོ་ཁྲ་འོ་ཁྲ་ཚུ་
ཁྲ་བདུན་གྱི་དབྱེ་བ་དོས་འཛིན་འབད་ཚུགས།
- ཐོ་རུས་མོ་རུས་མ་ནིང་རུས་པ་ཁྲ་ཙ་རུས་ཙ་ཤ་ཙ་སོ་སོའི་གནས་དོས་འཛིན།
- ཐོག་ས་བཟང་ངན་འབྲིང་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་བརྟག་ཐབས་ཚུ་འབད་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སྒོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སྒོ་བ་ཁང་ཆོས་རྒྱགས་ནང་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༡.༢ མཚུགས་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སྒོ་བ་དུས་ཆོས་རྒྱགས་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ནད་གཞི་དོས་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སྒོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༢ བཤུན་པ་བཅད།

དུས་ལུག་ རྒྱུ་ཆོད།	ནད་དོན།	སྒོ་བ་སྟོན་དང་སྒོ་བ་སྒྱུར་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༡༠	རིང་བའི་རྒྱ། ཉེ་བའི་རྒྱ། སྒྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྒྱུན་བསྟན་པ། གསོག་ལུང་གི་རྒྱུན་བསྟན་པ། ཁྲ་པར་གྱི་སྒྲིང་རྒྱུན་དངོས་བསྟན་པ། ནད་ཇི་ལྟར་འཚུགས་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ དང་ སྒྲེ་ཆན་གྲོས་ བསྐྱར་ ཙ་བ་སྒོར་ འཛིན་ ཞིབ་འཆོལ་	ཉིན་ལྟར་སྒོ་བ་ཁང་ནང་ སྒོར་འཛིན་རྒྱགས་ ལེན་ནི་དང་ གོ་དོན་གསལ་བཤད་

	པའི་གནས་བསྟན་པ། འཕེལ་ཟད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ། འབྲུག་པའི་རྟགས་ བསྟན་པ། རྟ་ཀྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ། སོ་སོའི་དོན་བསྟན་པ། རོས་བཟུང་རྟགས་ལ་ སྟོང་བ་རྒྱ་ མཚན་ཉིད་རྟགས་ བན་ གཞོད་བསྟན་པ་དང་ རན་གཡོ་སྟོན་ སྤང་སྤང་མུ་བཞི་དང་། ཚ་གང་གལ་མདོ་ལ་ གལ་འགག་བཞི་ འབྲུལ་སོ་ལྷ། རེག་པ་རྩ་ལ་ སྟོན་འགྲོ་ལྷ་ དངོས་གཞི་བརྒྱད། མཐོང་བ་རྒྱལ་ སྟོན་འགྲོ་དང་ བརྟག་པའི་དུས་གསུམ་ བརྟག་ཚུལ་དགྲ། ཞར་བྱུང་བསྐྱུས་དོན་རྩ་རྒྱུའི་བྱད་པར་ བསྟན་པ། མན་རྒྱུད་སྐབས་བཙོ་ལའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུད་དབྱེ་བ་རྟགས་ཚུལ།	དང་ འབྲི་རྩོམ་ སྟོང་ ལཱ་ཐོག་ལས་སྟོང་སྟོན་ འབད་ནི།	སྟོབ་ཁང་དང་སྟོབ་ དུས་ཀྱི་རྒྱགས་ ལག་ ལེན་དངོས་བསྟར་རྒྱ་ བརྟག་ཞིབ་ཐོག་ལས་ འབད་ནི།
༤༥	འགྲེམས་སྟོན། བལྟ་བའི་བསྐྱར་ཞིབ་ ཞིབ་སྟོང་། རེག་པའི་བསྐྱར་ཞིབ་ ཞིབ་སྟོང་། གྲི་བའི་བསྐྱར་ཞིབ་ ཞིབ་སྟོང་།	གྲི་བ་གྲི་ལན་དང་གྲོས་ བསྐྱར་ཐོག་ལས།	ནད་འཁོད་འགྲེམས་ སྟོན་འབད་བཅུག་ནི།
༡༡༠	ལག་ལེན། བལྟ་རེག་གྲི་བ། རྟལ་དང་འབྲེལ་བ།	སྟོན་ཁང་གི་དྲུང་འཛོལ་ དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ ལས།	ནད་གཞི་རོས་འཛིན་ དང་བལྟ་རེག་གྲི་བའི་ ཐབས་ལམ།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་རྩི་སྟོང་པེ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། འཕེལ་གནས་དང་ རོས་འཛིན་རྟགས། ཙ་
 རྒྱུའི་མདོ།

༡༡ རྒྱབ་སྟོར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- སྟེ་སྟེད་སངས་རྒྱས་མཚོ། མཛད་པའི་རྩ་རྒྱུའི་རྟེན་ཐབས།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། ཤོག་འཕྲིལ་སྒྲོལ་གསུམ་ལས་ངོས་འཛིན་མན་ངག་གསེར་གྱི་ཕྱེའུ་མིག། གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤྲན་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོམ་རྒྱུ། ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲན་ཁང་།
- སྡེ་སྤྱོད་སངས་རྒྱལ་གྱི་མཆོ། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷུ་རྩེན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲན་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྟོང་དྲུག་པ་འེལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སེ་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲན་ཁང་།
- སྤྱུ་མས་པ་ཆོད་བང་། མན་རྒྱུད་འཁྲུག་པ་ཆོག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྲན་ཁང་།
- ཕྱི་མ་སྤྱི་ལུ་ཡོན་ཏན་ཁང་། གྲུང་གོའི་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྲན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་འཁྲུག་པ་ལྷུ་རྩེན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲན་ཅིས་ཁང་།
- སྒྲོ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སྒྲོ་བ་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྲན་ཅིས་ཁང་།

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	སློབ་སྦྱོར་རིག་པ་ཞིབ་སྦྱོང་།
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	APM501
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསལ་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ།
༤	སྦྱོང་མཐུས།	༡༢ (༣-༣-༤)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	དྲུང་འཛོལ་སངས་རྒྱལ་དབང་འདུས།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	

སློབ་སྦྱོར་རིག་པ་དེ་ནང་ལུ་ སློབ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གི་རོ་ ཉུ་རྩེས་ ལུས་པ་ ཡོན་ཏན་དང་ དེ་ལས་ ཐང་ བྱེ་མ་ རིལ་བུ་ རྩེ་གུ་ སློབ་མར་ ཐལ་སློབ་ ལན་ང་ སློབ་ཆང་ རིན་པོ་ཆེ་འོ་སྦྱོར་སྡེ་ སྦྱོར་གྱི་སྡེ་ཆོན་ཚུ་གཅེས་པའི་ ཡན་ལག་བདུན་ལྔ་གི་ ཐོག་ལས་སློབ་བསྟུ་སྦྱོབ་འབད་ཐངས་དང་ འདི་ཚུ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གི་སློབ་སྦྱོར་ཐངས་ཚུ་ སློབ་མ་ཨིན།

ཉ སློབ་སྦྱོང་གྲུབ་འབྲས།

ཆོས་ཚན་འདི་ལྟ་བུ་ཆར་ཐ་ད་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས།

- སློབ་གྱི་རོ་དང་ཉུ་རྩེས་ རོ་འི་བཞེན་ བྱང་བ་སོ་སོའི་ཡོན་ཏན་ འབྱུང་བ་སློབ་དུ་འབྱུར་ཚུལ་རྟོགས་ཚུགས།
- ལུས་པ་བརྒྱུད་ཡོན་ཏན་བཅུ་བདུན་ས་རྟོ་ལ་སོགས་པའི་སྡེ་ཆོན་བརྒྱུད་སོ་སོར་བྱེ་ཚུགས།
- ཐང་སློབ་ལུ་ཆ་སེལ་དང་གང་སེལ་གྱི་ཁྱད་པར་དང་ཕན་ལུས་ ཐང་སྦྱོར་བཟོ་ཚུགས།
- བྱེ་མའི་ཆ་སེལ་དང་གང་སེལ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ཕན་ལུས་སྦྱར་ཚུགས།
- རིལ་བུ་ལུ་ཆ་གང་གི་དབྱེ་བ་དང་རིལ་བུའི་བཟོ་ཐངས་གྱི་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།
- རྩེ་གུ་ཆ་གང་གི་སྦྱོར་བ་དང་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།
- སློབ་མར་ཆ་སེལ་དང་གང་སེལ་གྱི་སྦྱོར་བ་དང་ སློབ་མར་སྦྱར་ཐབས་གྱི་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།
- གཅེས་པའི་ཡན་ལག་བདུན་དང་ སྦྱོར་གྱི་སྦྱར་ཐབས་སྟོར་བཅས་རྒྱལ་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྦྱགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

སྟོར་འཛིན་ནང་ལས་སྦྱགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

སློབ་ཁང་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་ལས་བརྒྱུ་ཆ་ ༣༠།

༡.༡ མཐུག་བསྐྱེད་དེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་དུས་ཚེས་རྒྱུགས་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་

སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱུགས་བརྒྱུ་ཆ་

༤ བྱང་དོན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། རྒྱུ་ཆ་	བྱང་དོན།	སློབ་སློན་དང་ སློབ་སློང་ཐབས་ ལམ།	དེ་ཞིབ་ལས་ལུགས།
༣༠	རོའི་རྟེན་དེ་ལྟེ་བ་དོ་ལྟེ་ཆེན་ལས་བཤད་པ། རིན་པོ་ཆའི་སློབ་ རྟེན་སློབ་ ས་སློབ་ ཤིང་སློབ་ ཅི་སློབ་ ཐང་སློབ་ སློབ་སློབ་ སློབ་ཆུག་གི་སློབ་དང་བཅས། ཐང་ ཆ་སེལ་ལུ་གཞན་གྱི་ཆ་སེལ་བཅོ་བརྒྱད་ དེ་གས་གྱི་ཆ་སེལ་ བརྒྱད་ ལ་འཐོར་བ་བཅུ་གཅིག་ ཆིག་ཐང་བཅུ་བདུན་དང་། གང་ སེལ་ལ་འཐོར་གྱི་སློབ་བ་དང་ ཆིག་ཐང་བསྟན་པ། ཕྱེ་མ་ ཆ་སེལ་ལུ་ རྒྱལ་པོ་ག་བྱུར་གྱི་སློབ་བ་ སློབ་པོ་ག་བྱུར་གྱི་ སློབ་བ་ རྟེན་གཅིག་པོ་བརྒྱད་པའི་སློབ་བ་ སློབ་ཆུགས་ལ་འཐོར་དམངས་ གྱི་སློབ་བ་དང་། གང་སེལ་ལུ་ རྒྱལ་པོ་སེལ་ལུ་འབྱུང་གི་སློབ་བ་ སློབ་པོ་ད་ ལས་སློབ་བ་ རྟེན་ཆེན་མ་ལའི་སློབ་བ་ སློབ་ཆུགས་ལ་འཐོར་དམངས་ གྱི་སློབ་བ་དང་ ཕྱེ་མའི་སློབ་ཐབས་བསྟན་པ། རིལ་བུ་ ཆ་སེལ་གཞན་ལས་ལ་འཐོར་དམངས་ནས་བསྟན་ཚུལ་དང་། གང་ སེལ་ལུ་ལྷན་ལ་སློབ་དང་བཅས་པ་བསྟན་པ། ལ་འཐོར་གྱི་སློབ་བ་བཅུ་ གསུམ་བསྟན་པའོ། ཕྱེ་གུ་ ཆ་སེལ་གྱི་སློབ་བ། གང་སེལ་གྱི་སློབ་བ། ཕྱེ་གུའི་སློབ་ཐབས་ ལག་ལེན་ནོ།། སློབ་མར་ ཆ་སེལ་ཏིག་ཏིག་སློབ་བ་དང་ ལ་འཐོར་གྱི་སློབ་བ། གང་	དངོས་མཐོང་ གསལ་བཤད་ སློབ་ཆུག་གི་ བསྟན་ ཅི་བ་ སློབ་འཛིན་ ལག་ ལེན་ འགྲེམས་ སློབ་གསལ་ བཤད་ སློབ་ལུ་ ལས་འགྲུལ་ཐོག་ ལས་སློབ་སློབ་ འབད་ནི།	སློབ་འཛིན་སློབ་ རྒྱུགས་ལེན་ནི་དང་ གོ་དོན་གསལ་བཤད་ སློབ་ལང་གི་རྒྱུགས་ དེ་བ་དེས་ལན་ ལས་ འགྲུལ་གསལ་བཤད་ འབད་ཐོག་ལས་འབད་ ནི།

	སེལ་གྱི་སྦྱར་བ། སྦྱོར་མར་སྦྱར་ཐབས་གྱི་ལག་ལེན་ལོ། ཐལ་སྦྱོར་ སྦྱར་ནི་འཇམ་བར་མའི་སྦྱར་བ་བསྟན་པ། བྱེ་བྲག་ཅོང་ནི་ འཕྲུལ་ཐལ་གྱི་སྦྱར་བ། ལ་འཐོར་གྱི་སྦྱར་བ། རིན་ཆེན་ཐལ་བཟེའི་ སྦྱར་བའོ། ལུ་ གོགས་བསྐྱེད་པའི་སྦྱར་བ། ལ་འཐོར་གྱི་སྦྱར་བ། སྦྱོར་སྦྱོར་ མང་སྦྱར། ལུ་འི་ལག་ལེན་བསྟན་པའོ། སྦྱོར་ཆང་ རྒྱུ་དང་བད་ཀན་གཉིས་ལྡན་གྱི་སྦྱར་བ། སྦྱར་ ཆང་སོགས་བཞི་བསྟན་པ། སྦྱར་ཆང་སོགས་ལྡན་བསྟན་པ། རྒྱུ་མཁྲིས་ གཉིས་ལྡན་ཆ་སེལ་གྱི་སྦྱར་བ་བསྟན་པ། གྲང་རྒྱུ་འཛོམས་པའི་སྦྱར་ བ་བསྟན་པའོ། རིན་པོ་ཆེ་ ཞི་བྱེད་ཀྱན་གྱི་ལོག་གཞོན་ཡིན་པ་བསྟན་པ། རིན་པོ་ཆེའི་ ཕན་ཡོན་བསྟན་པ། སྦྱར་བ་དངོས་བསྟན་པ། རིན་ཆེན་ཆ་སྦྱར་གྱི་ སྦྱར་ཚུལ་དང་ བསྟན་ཐབས་བསྟན་པ། རིན་ཆེན་གྲང་སྦྱར་བསྟན་ ཐབས་དང་ སྦྱར་བ། ལོག་གཞོན་བཅས་བསྟན་པའོ།		
༤༥	འགྲེམས་སྟོན། སྦྱོར་གྱི་དཔེ་རིས་ཚུ་འགྲེམས་སྟོན།	སྦྱོར་གྱི་དཔེ་རིས་ ཚུ་གི་སྟོར་ལས་ དངོས་མཐོང་ གསལ་བཤད་ དང་གྲོས་བསྟུན།	སྦྱོར་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ ངོས་འཛིན་འབད་ བཅུག་ཐོག་ལས།
༡༡༠	ལག་ལེན། སྦྱོར་སྦྱར་ཐབས། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	སྦྱོར་ལང་གི་དུང་ འཛོ་དང་མཉམ་ འབྲེལ་ཐོག་ལས།	སྦྱོར་ངོས་འཛིན། ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་ དང་བཟུ་རེག་གི་བའི་ ཐབས་ལས།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དབུ་གྱི་ཐོ།

- བདུད་རྩི་སྟོང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསལ་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། ཞི་བྱེད་སྦྱོར་གྱི་མདོ།

༡༡ རྒྱལ་སྤྱི་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- སྤྱི་མཐུན་པ་ཆོ་དབང་། མན་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཚིག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- དར་མོ་སློབ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞི་པའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྱི་ཁང་།
- སྤེ་སྤྱི་སངས་རྒྱལ་མཚོ། མཛད་པའི་ཅུ་ཆུང་ལྟན་ཐབས།
- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། ཤོག་བྲི་ལ་སློབ་གསུམ་ལས་ངོས་འཛིན་མན་ངག་གསེར་གྱི་ལྗེ་ལྟ་མིག།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤྱི་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱུད་། གནས་ལུང་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱི་ཁང་།
- སྤེ་སྤྱི་སངས་རྒྱལ་མཚོ། རྒྱུད་བཞི་པའི་འགྲེལ་པ་བློ་རྒྱུ་ལྟན་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོན་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ཆོ་ནམ། བྱང་སྟོང་དཔེ་མཉམ་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོན་ཆ། སེ་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱི་ཁང་།
- ཕྱོག་སྤྱི་ལྷ་ཡོན་ལྟན་ཁང་། གྲུང་གོ་ཤོག་སོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྱི་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞི་པའི་བདེ་བཀོལ་ནམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་པའི་ཕྱིང་བའི་མཛེས་རྒྱུ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།
- སློབ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སློབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྱི་ཚུལ་ཁང་།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆོས་ ༠༡/༠༤/༢༠༢༠

- ༡ སློབ་ཚན་གྱི་མིང། སློན་བཅས་རིག་པ་ཞིབ་སྦྱང།
 - ༢ སློབ་ཚན་ཡང་རྟགས། AMT501
 - ༣ ཤེས་ཚད་གྱི་མིང། གསལ་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ།
 - ༤ སྦྱང་མཐུས། ༡༩ (༣-༣-༤)
 - ༥ སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ། དྲུང་འཛོལ་བ་བཞིས།
 - ༦ སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།
ནད་གཞི་རེ་རེ་བཞེན་ལུ་བཅས་ཐབས་ཚུ་ག་ར་ཕན་ཟས་གཞོན་ཟས་བྲང་བྱའི་སྦྱོང་ལམ་དང་སྤང་བྱའི་སྦྱོང་ལམ་ སློན་བཅས་བཅས་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་སློ་ལས་བཅས་ཐབས་ཚུ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་སྟོན་མ་ཡིན།
- མ) སྦྱང་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་ལྟ་བུ།
- ཆོས་ཚན་འདི་མཐུག་བསྟུན་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས།
- ཉེས་པ་རྒྱུ་དང་མཁུས་པ་བད་ཀན་གསུམ་ལུ་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་སློན་གྱི་སློ་ལས་བཅས་པའི་ཐབས་ག་ར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - བད་ཀན་སྒྲུག་པའི་ནད་འདི་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་སློན་གྱིས་བཅས་པའི་ཐབས་ཀྱི་རིམ་པ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
 - ཁོང་པའི་ནད་རིགས་མ་ལུ་སྒྲན་སྒྲ་བབ་འོར་དུ་ཚུ་གཙོ་ཆེན་ཟད་བྱེད་ཚུ་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་སློན་གསུམ་གྱིས་བཅས་པའི་ཐབས་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
 - ཆ་བ་སྦྱི་དང་གལ་མདོ་རི་ཐང་མཚམས་དང་ མ་སྒྲིན་རྒྱས་སྦྱངས་གཤམ་རྟིང་རྟོགས་པ་འགྲམས་འཁྲུགས་རིམས་ཚད་བཅས་ལ་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་བསྟེན་ཐངས་དང་སློན་བཅས་ཚུ་ནད་དང་བསྟུན་ལག་ལེན་བསྟར་ཚུགས།
 - ལུས་སྦྱོང་དབང་པོ་མགོ་བོ་དང་མིག་ན་བ་སྒྲ་ཁ་ལྟ་བ་བཅས་ལ་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་བསྟེན་ཐབས་དང་སློན་བཅས་འབད་ཐངས་སྒྲོར་རྟོགས་ཚུགས།
 - རོན་སྦྱིང་དང་སྒྲོ་བ་མཆོན་པ་མཆོར་པ་མཁུལ་མ་ལྟ་དང་ སྦྱོང་པོ་བ་རྒྱ་མ་ལོང་ག་བཅས་ཀྱི་ནད་ལ་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་བསྟེན་ཐབས་དང་སློན་བསྟེན་ཐབས་ཀྱི་རིམ་པ་མ་ཞོར་བར་རྟོགས་ཚུགས།
 - གསང་ནད་པོ་མཚན་དང་མོ་མཚན་གྱི་ནད་ལ་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་སློན་གྱིས་བཅས་ཐབས་རྟོགས་ཚུགས།
 - ཐོར་ནད་སྤྲད་འགགས་ཡིད་འཆུས་སྒྲོམ་དང་སྦྱིགས་བྱ་དབྱགས་མི་བདེ་བ་སྤྲང་ཐབས་སྟོན་ནད་སྒྲུགས་འཁྲུ་བྱི་མ་འགགས་པ་ཚུ་འགགས་གཅིན་སྦྱི་ཚད་འཁྲུ་བྱེད་ནད་གུམ་བྱ་ཚུ་མེར་ཙ་ད་ཀར་ལྷགས་ནད་ཕན་བྱའི་ནད་བཅས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ཟས་ཀྱི་སློ་ལས་བཅས་ཐབས་དང་སྦྱོང་ལམ་གྱི་སློ་ལས་བཅས་ཐབས་ སློན་གྱིས་སློ་ལས་བཅས་པའི་ཐབས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།

- ལྷན་སྐྱེས་མ་འབྲས་དང་གཞན་འབྲས་མེད་པའི་སྐྱེས་ལྷན་གྱི་ལྷན་པོ་མཚན་བར་དོལ་བ་བཅས་ལ་
ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་གྱི་ཐོག་ལས་བཀག་ཐབས་དང་སྦྱོང་གིས་བཅས་པའི་ཐབས་ཚུ་གཏན་ལམ་བཟུགས།
- བྱིས་པ་ཉིད་སྦྱོང་འབད་ཐངས་དང་བྱིས་པའི་ནད་ལུ་ཟས་སྦྱོང་སྦྱོང་བཞེན་ཐངས་ བྱིས་པའི་གདོན་ནད་ལུ་ཟས་
སྦྱོང་པའི་སྦྱང་ཐངས་འབད་ཐངས་ སྦྱོང་བཞེན་ཐངས་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་འབད་ཚུགས།
- མོ་ནད་གཙོ་བོ་དང་བྱེ་བྲག་པལ་པ་གསུམ་ལུ་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་གྱིས་སྦྱོང་འགོག་འབད་ཐངས་དང་སྦྱོང་གིས་
བཅས་པའི་ཐབས་ལག་ལེན་བསྟར་ཚུགས།
- འབྲུང་པའི་གདོན་དང་སྦྱོང་བྱེད་ཐངས་ལེན་འགོག་གདོན་བཅས་ཀྱི་སྦྱོང་འགོག་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་བཞེན་ཚུལ་
དང་སྦྱོང་གིས་བཅས་པའི་མི་པ་མ་ཞོར་བར་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་འབད་ཚུགས།
- མ་སྦྱི་དང་མགོ་མ་སྦྱི་ལམ་གྱི་མ་སྦྱི་གི་བཅས་ཐབས་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།
- སྦྱར་དུག་དང་ལྷན་དུག་ཚུ་བ་དང་མི་ཚུ་བའི་དུག་བཅས་ཀྱི་བཅས་ཐབས་སྦྱོང་བཞེན་ཐབས་སྦྱོར་ཉེགས་ཚུགས།
- ཆོ་བདེ་ཀླུ་པའི་ནད་ལམ་གསོ་ཐབས་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།
- མ་རིགས་མི་འབྲུ་བའི་སྦྱོང་བཅས་བཞེན་ཚུལ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།
- མ་འབྲུ་བས་རེད་པ་དང་ཟས་སྦྱོང་གིས་རེད་པ་ཉི་ལྷགས་གཉིད་དང་ཆགས་པས་རེད་པ་སོ་སོར་སྦྱོང་བཅས་འབད་
ཚུགས།
- འཛིགས་པ་དང་ཞེ་སྤང་དུག་ལུ་ཉི་ཟེན་གདོན་གྱིས་འགྲམས་པའི་ཤ་གཞན་ལུ་གཞན་ཤ་སྦྱོང་ལག་སྦྱོང་ལུ་ཟན་
ཚུ་མ་གསར་སྤང་མས་འབྲུལ་ཐངས་ཁྲག་ཤེད་སྦྱང་ཐབས་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོང་བཅས་འབད་ཚུགས།
- དོན་སྦྱོང་ཟིན་དང་མ་ཟིན་ འཛོ་འཛིན་ལ་ཤན་ མདོར་བསྟུས་ཁ་དམར་གདགས་ཚུགས།
- ཤ་གཞན་འཛིན་ལུ་མས་ཉུན་ནན་དང་སྦྱར་གྱིས་བཅས་ཚུལ་དང་མ་གསར་དང་པོ་ཨ་སས་བདུག་ཚུལ་ ཉེལ་
གའི་འཇག་གིས་དཀྱིས་ཐངས་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།
- དང་པོ་ཞག་ལྷ་ཁྲག་དུས་བཅའ་ཟེ་ལྷ་བྱའི་བཅས་ཚུལ་དང་ བར་དུ་ཞག་ལྷ་ཁྲག་དུས་སུ་དགོ་སྦྱོང་ལྷ་བྱར་བཅས་
ཚུལ་ ཐ་མ་ཞག་ལྷ་ཁྲག་གི་དུས་སུ་ཁྲུལ་པོ་ལྷ་བྱ་ཟས་གྱིས་བཅས་ཚུལ་བཅས་ལག་ལེན་འབབ་ཚུགས།

༡ དེ་ཅི་ཞིག་

༡.༡ དུས་ཚུན་དེ་ཅི་ཞིག་ནང་ལས་སྐྱེགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༤༠།

སྦྱོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱེགས་བརྒྱུ་ཆ་ ༡༠།

སྦྱོབ་ཁང་ཚོས་སྐྱེགས་ནང་ལས་བརྒྱུ་ཆ་ ༣༠།

༡.༡ མཐུག་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སློབ་དུས་ཆོས་རྒྱལ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

ལག་ལེན་སྐྱོན་བཅོས་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

སློབ་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༡༠།

༤ བཤེད་ན་ས་བཅད།

དུས་ཡུན། རྒྱུ་ཆོད།	ནང་དོན།	སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོར་ ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༣༠	ཉེས་པ་རྒྱུ་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ་དང་འདུས་ནད་བད་ཀན་ སྐྱག་པོ་གསེ་བ། ཁོང་ནད་ཀུན་གྱི་མ་ཁུ་བ་དང་སྐྱོན་སྐྱུ་བཅའ་ལོར་དུ་རྒྱ་གཅོད་ ཆེན་ཅད་བྱེད། ཆ་བ་མ་སྤྲོད་རྒྱུ་སྟོངས་གཤེད་སྟོངས་སྟོགས་འགྲམས་ འཇུགས་ཤིམས་འབྱུང་པ་རྒྱ་གཟེར་གཤེད་སྟོངས་ཆམས་ ཤིམས། ལུས་སྟོད་མགོ་བོ་མིག་མིག་ན་བ་སྤྲ་ཁ་ལྷ་བའི་བཅོས་ཐབས། དོན་ལྷ་དང་སྟོད་དུག། པོ་མཚན་དང་མོ་མཚན་གྱི་ནད། སྐད་འགགས་ཡིད་འཇུས་སྟོམ་དད་སྐྱིགས་བྱ་དབྱགས་མི་ བདེ་བ་སྤངས་ཐབས་སིན་ནད་སྐྱགས་འཇུ་བྱི་མ་འགགས་པ་རྒྱ་ འགགས་གཅིན་སྟེ་ཆད་འཇུ་བྱིག་ནད་གྲུམ་བྱ་རྒྱ་མེར་ཙ་ དཀར་ལྷགས་ནད། འབྲས་དང་གཞན་འབྲུམ་མེད་བལ་སྐྱུང་ཡ་མེན་བྱ་ཆེག་ རྒྱགས་རྒྱུ་མཚན་བར་དོལ་བ། བྱིས་པ་ཉེར་སྦྱོད་དང་བྱིས་པའི་ནད་བྱིས་གདོན། མོ་ནད་གཙོ་བོ་དང་བྱེ་བྲག་པལ་པ་གསུམ། འབྲུང་བའི་གདོན་དང་སྦྱོ་བྱེད་ཆེད་བྱེད་སྟོངས་གདོན་འོག་གདོན། མ་སྦྱི་དང་མགོ་མ་སྟེ་ཡན་ལག་གི་མ། སྐྱར་དུག་དང་སྐྱར་དུག་རྒྱ་བ་དང་མི་རྒྱ་བའི་དུག་ནད། ཆོ་ཅད་ཀྱས་པའི་ནད་གསོ་བ་དང་བཅུད་ལེན།	དཔེ་ཁྲིད་གསལ་བཤད་ དང་སྟེ་ཆེན་གྱིས་ བསྐྱར་སྟོར་འཛིན་ འབད་ནི་ལས་འགྲུལ་ འབྱི་བཅུག་ནི་རྒྱ་ལག་ ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་ སློབ་སྟོན་དང་སློབ་སྦྱོར་ འབད་ནི།	སྟོར་འཛིན་སྐྱུངས་ རྒྱགས་ལེན་ནི་དང་ གོ་དོན་གསལ་བཤད་ སློབ་ཁང་གི་རྒྱགས་ སྐྱོན་བཅོས་བཀོད་ འཛིན་གྱི་ཟུང་སྦྱོད་ སྤངས་སྟོངས་དང་སྐྱོན་ འབྱི་བཅུག་ནི་མཐའ་ དབྱེད་ཀྱི་རྒྱགས་རྒྱ་ ལེན་ཐོག་ལས་འབད་ ནི།

༤༥	འབྲེམས་སྟོན། སྤྲུལ་བཅས་བཀོད་འཛིན།	སྤྲུལ་བཅས་བཀོད་ འཛིན་འབྲི་ཐངས་ཚུ་གི་ སྟོར་ལས་དངོས་མཐོང་ གསལ་བཤད་དང་གྲོས་ བསྟུན།	བཀོད་འཛིན་ལག་ ལེན་འཐབ་ཐངས།
༡༩༠	ལག་ལེན། སྤྲུལ་བཅས་བཀོད་འཛིན། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ།	བཀོད་འཛིན་འབྲི་ཐོག་ ལས། སྤྲུལ་ཁང་གི་དྲུང་ འཛོལ་དང་མཉམ་འབྲེལ་ ཐོག་ལས།	ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་ དང་བལྟ་རིག་གི་བའི་ ཐབས་ལས།

༡༠ གཞི་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- བདུད་ཅི་སྟིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསལ་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། སྐབས་བཅོ་ལྔའི་བཅས་ཐབས།

༡༡ རྒྱུ་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- སྤྲེ་སྤྲེད་སངས་རྒྱས་མཚོ། ཙ་རྒྱུའི་རྟེན་ཐབས།
- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། ཤོག་དྲིལ་སྟོར་གསུམ་ལས་ངོས་འཛིན་མན་ངག་གསེར་གྱི་ལྷེ་ལྷ་མིག།
- གཡུ་ཐོག་གསལ་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤྲུལ་གཞུང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱུད། ཀན་སྤྱུའི་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- སྤྲེ་སྤྲེད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་བློ་རྩེད་ཐོ་མ་ལི་ཀ་སྟོར་ཆ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། དང་སྟོང་དྲུག་པའི་ཞལ་ལྷུང་སྟོར་ཆ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- སྤྲེམས་པ་ཚོ་དབང་། མན་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཚིག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྟོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལྷུང་། གྲུང་གོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- ཅོམ་སྤྱི་ལུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོའི་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞིའི་བདེ་བཀོལ་རྣམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་རའི་ཕྱིང་བའི་མཛེས་རྒྱུ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།
- ཅིས་ཁང་།
- སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན། གསོ་རིག་སྟོབ་དེབ། བོད་གཞུང་སྤྲུལ་ཅིས་ཁང་།

༡༢ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆོས་ ༠༡/༠༤/༢༠༢༠

༡	སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	དབྱེད་བཅས་རིག་པ་ཞིབ་སྦྱོང་།
༢	སློབ་ཚན་ཨང་རྟགས།	ATT501
༣	ཤེས་ཚད་གྱི་མིང་།	གསལ་རིག་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ།
༤	སྦྱོང་མཐུས།	༡༩ (༣-༣-༤)
༥	སློབ་ཚན་འགོ་འཛིན་པ།	དྲུང་འཛོལ་རྟེན་འབྲེལ་དབང་འདུས།
༦	སློབ་ཚན་དམིགས་ཡུལ།	

ནད་གཞི་རེ་རེ་བཞིན་ལུ་ བཤལ་ སྐྱུགས་ སྒྲ་སྒྲན་ འཇམ་ཅི་ བི་རུ་ཉ་སྦྱོང་གི་ལག་ལེན་དང་། དུགས་ ལུམས་ ཐུག་པ་བཅས་འཇམ་དབྱེད་གྱི་ལག་ལེན། གང་ར་ སྤྲེག་གི་དབྱེད་ཚུ་ཐོགས་རྟུགས་དང་ཉམ་ངམེད་པར་གཞུང་བཞིན་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་ནི།

༧ སྦྱོང་བཅུ་གྲུབ་འབྲས།

ཆོས་ཚན་འདི་མཐུག་བསྐྱེད་ད་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས།

- སྐྱུམ་འཛོས་འབད་བརྟུབ་དང་མི་བརྟུབ་པའི་ནད་གཞི་སྒྲོར་དང་སྐྱུམ་འཛོས་བསྐྱེད་ཐབས་ བན་ཡོན་ ཉེས་སྦྱོན་ ལོག་གཞོན་ཚུ་གང་ན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- བཤལ་སྒྲན་བརྟུབ་དང་མི་བརྟུབ་པའི་ནད་གཞི་དེ་དབྱེ་བ། དུས་ཚོད་རན་དང་མ་རན། ལུས་ཤེད་གྱིས་ སྦྱོགས་མི་སྦྱོགས།
- ཉེ་རིང་གི་སྒྲན་འགྲོ། དངོས་གཞི་དུག་སྦྱོར་དང་འཇམ་སྦྱོར་གྱི་སྦྱོར་བ། སྒྲན་བརྟུང་ཐངས།
- ལོག་གཞོན་ སྦྱོང་ཉེས་པའི་སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་བཅས་གྱི་སྒྲོར་གང་ན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- སྐྱུགས་སྒྲན་བརྟུབ་དང་མི་བརྟུབ་ནད་གཞི་དེ་དབྱེ་བ་དང་ སྐྱུགས་སྒྲན་གྱི་སྦྱོར་བ། སྒྲན་བརྟུང་ཐངས། ཕྱི་རྒྱུ་ བཅད་ཐངས་གྱི་སྒྲོར་རྟོགས་ཚུགས།
- སྒྲ་སྒྲན་དང་ སྒྲ་སྦྱོང་གི་བྱེད་པར་ བརྟུང་ཐངས་ ལོག་གཞོན་བཅས་རྟོགས་ཚུགས།
- འཇམ་ཅི་བརྟུང་བརྟུབ་མ་བརྟུབ་དང་ སྦྱོར་བ། བརྟུང་ཐངས་ བན་ཡོན་ ཉེས་དམིགས་བཅས་རྟོགས་ཚུགས།
- བི་རུ་ཉ་སྦྱོར་བ་དང་ བརྟུང་ཐངས་ རྟོགས་ཚུགས།
- ཙ་སྦྱོང་ལུ་སྒྲ་སེལ་ མདུང་སྒྲན་ བྱང་པའི་ཆོག་ སྦྱར་བའི་ཚད་ བརྟུང་ཐངས་ ལོག་གཞོན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།
- ལྷག་བཅག་ནི་གི་མཁོ་ཆས་གཅགས་བྱའི་དབྱེ་བ་དང་ལེགས་ཉེས་ ལྷག་བཅག་བརྟུབ་མི་བརྟུབ་ནད་གཞི་ལུ་ བརྟུང་དབྱེད་འབད་ནི་དང་ བཅག་རན་མི་རན་གྱི་དུས་ཚོད་ཚུ་གང་ན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- གཅགས་བྱ་གདབ་ཐངས་ ཙ་གནད་སོར་སོ་ལས་ལྷག་བཅག་ཐངས་དང་ མགོ་དང་ལག་པ་ རྒྱུང་ལ་སོགས་

པའི་ཁྲག་བཅག་སའི་གནས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།

- ཁྲག་མང་ཉུང་བཏོན་ཚད་ གཏར་གའི་ལོག་གཞོན་ གཏར་དམན་ལྷག་ལོག་པའི་ཉེས་སྦྱོན་ གཏར་ལེགས་པའི་ ཡོན་ཏན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།
- མེ་བཅའི་སྤྱ་བ་འཐུ་བའི་དུས་ཚོད་ བཟོ་ཐངས་སྦྱོད་པའི་ཚད་གཞི་དང་ མེ་བཅའ་རྒྱབ་བཏུབ་མི་བཏུབ་པའི་ནད་ གཞིའི་སྐོར་གཏན་ལ་ཕབ་ཚུགས།
- ནད་ཀྱིས་ཚུར་བསྟན་པའི་མེ་དམིགས་རྒྱབ་གསང་ཉི་ཤུ། མདུན་གསང་ཉེར་གཉིས། མཚུབ་ཚུགས་ཀྱི་གསང་ཉེར་ དགྲ་བཅས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་དང་ཕན་ལུས།
- མེ་བཅའ་གདབ་ཐབས། ཕྱི་རྒྱུ་ཕན་ཡོན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།
- དུགས་བསྟེན་བཏུབ་མི་བཏུབ་པའི་ནད་གཞི་བསེལ་དུགས་ཤོད་དུགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཕན་ཡོན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།
- རྒྱུ་ལུམས་ལུ་ རང་བྱུང་རྒྱུ་ལུམས་དང་ བཟོས་པའི་རྒྱུ་ལུམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ ཕན་ཡོན་ཚུ་རྟོགས་ཚུགས།
- བྱགས་པ་ འབད་བཏུབ་མི་བཏུབ་པའི་ནད་གཞི་དང་ སྤྱུམ་བྱགས་ རྩེ་གུའི་བྱགས་པའི་ཁྱད་པར་ ཕན་ཡོན་ ཕན་ཡོན་བཅས་ཀྱི་སྐོར་རྟོགས་ཚུགས་ཨིན།

༡ དབྱེ་ཞིབ་ཐབས་ལམ།

༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སྒོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

སྒོ་བ་ཁང་ཆོས་རྒྱགས་ནང་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༡.༢ མཚུགས་བསྐྱེད་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སྒོ་བ་དུས་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠།

སྒོར་འཛིན་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་ནང་ལས་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠།

༩ བཤད་ཀྱི་སྐབས་བཅད།

རྒྱུ་ལྗན། ཚུ་ཚོད།	བཤད་ཀྱི་སྐབས་བཅད།	སློབ་སློན་དང་སློབ་སློང་ཐབས་ལམ།	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་ལུགས།
༣༠	སྐྱུ་མ་འཛོལ་དང་བཤུལ། སྐྱུ་གསལ། སྐྱ་སྐྱུ། འཇམ་མེ་མི་འུ་ཏ། གཏང་། བསྐྱེག དུག་ ལུམ་སུ། ལུག་པ།	དཔེ་མཛད་གསལ་བཤད་དང་ སྐྱེ་ཚན་གྲོས་བསྐྱེད་ སློབ་ འཛིན་འབད་ནི་ ལམ་འགྲུལ་ འབྲི་བཅུག་ནི་ཚུ་ལག་ལེན་ འཐབ་ཐོག་ལས་སློབ་སློན་དང་ སློབ་སློང་འབད་ནི།	སློབ་འཛིན་སྐྱུངས་སྐྱུ་གསལ་ ལེན་ནི་དང་ གོ་དོན་གསལ་ བཤད་ སློབ་ཁང་གི་སྐྱུ་གསལ་ སྐྱུ་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གྱི་ ཟས་སློབ་སྐྱུང་སྐྱུང་སློབ་དང་ སྐྱུ་འབྲི་བཅུག་ནི་ མཐའ་ དཔུང་གི་སྐྱུ་གསལ་ཚུ་ལེན་ ཐོག་ལས་འབད་ནི།
༤༥	འགྲེམས་སློན། གཏང་། བསྐྱེག ལུག་པ།	གསལ་དམིགས་ངོས་འཛིན་ དང་གཏང་བསྐྱེག་ལུག་པའི་ ལག་ལེན་འཐབ་ལམ་ཚུ་ འགྲེམས་སློན་དང་སྐྱུང་བ་ འབད་ཐོག་ལས།	གསལ་དམིགས་ངོས་འཛིན་ དང་སློན་འགྲོ་དངོས་གཞི་ ཕྱི་རྒྱུ་ལག་ལེན་འབད་ ཐངས་དབྱེ་ཞིབ་ཐོག་ལས།
༧༠	ལག་ལེན། གསལ་དམིགས་ངོས་འཛིན། དཔུང་བཅོས་ལག་ལེན།	སྐྱུ་ཁང་གི་དྲུང་འཛོལ་དང་ མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ལས་གསལ་ དམིགས་འཇུག་ཚུ་དངོས་ གཞི་འབད་ཐངས་བཅས་ཀྱི་ ཐོག་ལས།	ནད་པ་དང་དངོས་སྐྱུ་འབྲེལ་ བ་འཐབ་པའི་སྐྱུ་བས་ལག་ ལེན་འབད་ཐངས་ཚུ་དབྱེ་ ཞིབ་འབད་ནི།

༡༠ གཞི་རྒྱུ་དཔེ་དབྱེ་གི་ཐོ།

- བདུད་རྩི་སྤྱི་དཔོན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསལ་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས། སློབ་བྱེད་ལས་ཀྱི་མདོ་དང་། འཇམ་
རྩེ་དཔུང་གི་མདོ།

༡༡ རྒྱུ་སློབ་དཔེ་དབྱེ་གི་ཐོ།

- སྤྱི་མཐུན་སངས་རྒྱུས་མཚོ། མཛད་པའི་རྩ་རྒྱུ་འཛིན་ཐབས།

- གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། ཤོག་ཤིལ་སྒོར་གསུམ་ལས་ངོས་འཛིན་མན་ངག་གསེར་གྱི་ཕྱེའུ་མིག།
- གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། སྤན་གཞུང་ཆ་ལག་བཙོ་བརྒྱད། ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- སྡེ་སྤྱང་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་བློ་རྩེད་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- ཁོ་རུ་ནམ། བྱང་ཕྱོད་དྲུག་པའི་ཞལ་ལུང་སྟོད་ཆ། སེ་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- རྒྱུམས་པ་ཆེ་དབང། མན་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཆོག་དོན་ཉིམ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- དར་མོ་སྒོ་བཟང་ཆོས་གྲགས། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོ་བོད་གྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ཕོ་མ་སྒྲིག་ཁུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་། གྲུང་གོའི་གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས། མི་མང་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- ལུང་རིགས་བསྟན་དར། རྒྱུད་བཞིའི་བད་བཀོལ་རྣམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་པའི་ཕྱོད་བའི་མཛེས་རྒྱན། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།

༡༩ བསྐྱར་ཞིབ་སྒྲུ་ཆོས་ ༠༡/༠༥/༢༠༢༠

ཙ་བ་སྒྲོར་འཛིན་གྱི་ཚད་གཞི།

- ༡ སྒྲོར་འབྲེམས།
- ༢ ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།
- ༣ ནད་ཀྱི་རྒྱུ།
- ༤ ནད་ཀྱི་མཚན་ཉིད།
- ༥ འབྱུང་ཕྱིན་སྒྲོན་འགྲོ། (གདམ་ཁའི་ཐོག་ལས)
- ༦ ཟས་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱ་བ།
- ༧ རུས་པ་རྒྱུ་མེད།
- ༨ ཉེས་པ་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་བརྟག་པ།
- ༩ ཟླ་ཐོ་ལྷེ་མིག་(གདམ་ཁའི་ཐོག་ལས་ཤོག་གངས་ལ)
- ༡༠ བྱད་པར་གྱི་གསོ་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ།
- ༡༡ བྱ་བྱེད་སྟན་པའི་གནས།
- ༡༢ ཉེས་གསུམ་རྟགས་ཀྱི་ཙ་ཆོག།
- ༡༣ ཆ་གང་གལ་མདོ།
- ༡༤ རི་ཐང་མཚམས།
- ༡༥ ཙ་མདོ།
- ༡༦ ཚུ་མདོ།
- ༡༧ བྱང་ཁོག་ཡུལ་ཐིག།
- ༡༨ གཏར་ག
- ༡༩ མེ་བཙའ།
- ༢༠ སྟན་སྒྲོར་གྱི་རུས་པ་ཕྱོགས་བསྟུས།

དན་གསེང་། ཡོངས་རྒྱུགས་ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་སྒྲོར་འཛིན་ཚད་གཞི་ཆོས་རྒྱུགས་བཞུགས་ཀྱིས་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་དགོས་ཡིན།

མཁུག་བསྟུན་སྒྲོན་ཆོག

ཚན་རིག་སྒྲན་བཙུག་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས། ། མ་བསལ་ནད་ངན་མཚན་མོའི་སྒྲག་གི་གཤེད། །
 རང་ལྷགས་སྒྲན་བཙུག་ལྷ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདི། ། སྤྱི་མཐུན་སྤྱི་འགྲོའི་བསོད་ནམས་དཔལ་ལས་གྲུབ། །
 ཕྱི་ནད་སྒྲན་དབྱང་ལམ་ལྷགས་བྱུང་འབྲེལ་གྱིས། ། རྟན་གྱི་གདུང་བ་གཞོམ་པའི་ཐབས་མཁས་ཅན། །
 ཆོས་རྒྱལ་གསུམ་པའི་ཐུགས་གྱི་མཁའ་རྒྱ་ལས། ། མིན་པ་སྤྱི་བོ་ཡིས་གཤེད་པ་བསྐྱུན། །
 གང་གི་ཐུགས་དགོངས་ཕྱག་པས་འདེགས་བཟོད་པའི། ། སྟིང་སྟོབས་རབ་བསྐྱིད་སྒྲོ་བློས་ལྷ་མེད་པ། །
 འཚོ་བྱེད་པསྤྱི་བོ་ལ་སོགས་པའི། ། བཀའ་བློན་ནམ་མཁའི་མཐའ་དེ་ཅི་ལྟར་གཞལ། །
 དེ་ཕྱིར་གནའ་བཟང་དེད་སྤྱོད་སྒོལ་འདི་ཉིད། ། མི་རུབ་བསྐྱུན་པའི་བར་དུ་གནས་པའི་ཆེད། །
 སྤྱིལ་ཁང་མདོ་ཆེན་སྤྱི་གའི་འཛིན་སྤྱོད་དམངས་ནས། ། ཆོས་ཚན་ཅ་གཞུང་སྤྱི་ཡང་བསྐྱུར་ཞིབ་བྱས། །
 བསྐྱུར་བྱ་གཅིག་ལ་སྤྱོན་མཁན་སྤྱོན་ཐབས་དང། ། དགོས་ཆེད་བསྐྱུར་ཡུན་གྲུབ་འབྲས་རེ་འདོད་སོགས། །
 གཙུག་ལག་སྤྱོད་སྤྱིའི་དགོས་མཁོ་ཀྱན་ཚང་བའི། ། ཅ་གཞུང་འདི་ནི་བསྐྱུར་པའི་གཞི་ཅ་ཡིན། །
 དེ་ཡང་སྤྱོན་རབས་མཁས་པའི་དགོངས་གཞིར་བཞག། ། དེང་སང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་ཀྱན་དང་བསྐྱུར། །
 མཁས་མང་ཆོགས་པས་ཞུན་མཐར་དབྱེད་པ་འདི། ། སྤྱོད་གཉེར་བྱེད་འདོད་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་དུ་བསྐྱུབས། །
 ཆོས་སྤྱི་ལྷགས་བརྒྱའི་གཟིགས་པར་སྤྱོད་ཡངས་ཤིང། ། ཕྱི་ནད་ཤེས་བྱ་ཀྱན་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཐབས། །
 རྒྱུད་དུལ་བྱམས་བཅེ་ལྷན་པའི་མཁས་ནམས་ཀྱིས། ། ཉག་དུ་སྤྱིལ་ཁང་འདི་ཉིད་སྤྱོད་བར་ཤོག། །
 སྤྱིལ་ཁང་འདི་ཉིད་དཔག་བསམ་སྤྱོད་པ་འདྲ། ། མཁས་སྤྱོད་འདབ་ཆགས་འཕུར་ལྷིང་བསྐྱོད་ས་ཡིན། །
 འཆད་ཉན་སྤྱི་སྤྱོད་འགྲོའི་བའི་དབྱངས་སྤྱོད་ཀྱིས། ། ཀྱན་གྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་དཔལ་གྱུར་ཅིག། །
 སྤྱོད་བསགས་མཐུ་ཡིས་གསོ་རིག་གཞུང་བཟང་འདིར། ། འཕྲུག་པའི་སྤྱིལ་བས་འབྱོར་པའི་སྤྱོད་ལྷན་ནམས། །
 མི་མཐུན་ནམ་གཤེད་དག་དབང་མ་ཤོར་བའི། ། དད་བཙོན་ཤེས་རབ་ལྷན་པས་གང་གྱུར་ཅིག། །
 གོང་འོག་པན་ཚུན་བཅེ་གདུང་དད་དམ་དང། ། རིས་མེད་ཀྱན་དང་མཛའ་མཐུན་ཉི་བར་འབྲེལ། །
 ཤེས་བྱར་ཐོགས་མེད་གཞན་དོན་བསྐྱུར་པའི་སྤྱོད། ། དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་མོའི་མདངས་བཞིན་རྒྱས་པར་ཤོག། །

དགེའོ།།