



༡ ལྷ་སྒྲོབ་པའི་གསེང་རིག་སྒྲོབ་ཚལ་ས། འོན་ཏེ་དུག་གསུམ་ནང་སེལ་སྒྲོབ་པའི་རྒྱལ། །
གསང་བ་ཀུན་འདུས་རིག་འཛིན་པསྒྲོབ་ཚལ་ས། འཕྲུལ་མེད་གཡུ་ཐོག་མགོན་ལ་གུས་ལྷག་འཛུལ། །

དཀར་ཆག

ཨང་	ཚདོན།	ཤོག་གྲངས།
༡	རང་སེའི་ཁ་བྱང་ཐོ་བཏོད།	༥
༢	ངོ་སྤྲོད།	༦
༣	འཆར་སྤང་དང་དམིགས་ལུལ།	༧
༤	སློབ་སྦྱོང་གི་གནས་སྤྱངས།	༨
༥	སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱུང་ཐེབས་ཚོས་ཚན།	༡༥
༦	དཔེ་མཛོད་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས།	༡༩
༧	བད་དོན་འཕུལ་རིག།	༢༡
༨	པར་བཏབ་དང་འབྲེལ་བའི་འཕུལ་འཕྱུལ་ཆས།	༢༣
༩	དངུལ་ཐོགས་དང་ཉལ་ཁང་གི་སྒྲིག་འཇུག།	༢༣
༡༠	རྒྱུ་མཐོང་གི་བེ།	༢༤
༡༡	སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལས་ཅེ་འདོད།	༢༤
༡༢	སྤྱིར་བཏང་སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་ཚོད་ཅེ་ཅུ་མིག	༢༥
༡༣	སློབ་དཔོན་གྱི་སྒྲིག་གཞི།	༢༦
༡༤	སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་རྒྱུན་གྱི་སྒྲིག་ལམ།	༢༧
༡༥	སློབ་སྦྱོང་པའི་རལ་གསེའི་ཐོབ་ལམ།	༣༠
༡༦	སློབ་སྦྱོང་པའི་ཀུན་སྦྱོང་སྒྲིག་གཞི།	༣༡
༡༧	ཉལ་ཁང་དོ་དམ་གྱི་འགན་ཁུར།	༣༣
༡༨	ཡོངས་དཔོན་གྱི་འགན་ཁུར།	༣༤

༡༩	ཁྲིམས་འགལ་ཉེས་བྱ།	༣༤
༢༠	སྤྱི་ཕྱི་ལོ་ལུ་ཐུན་གྱི་ཉེས་ཆད།	༣༥
༢༡	མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷ་གི་ཉེས་ཆད།	༣༦
༢༢	ཉིན་ཆོས་སློབ་སྦྱོང་པའི་ལམ་ལུགས།	༣༦
༢༣	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་སྟོན།	༣༧
༢༤	ལས་བྱེད་པའི་མིང་ཐོ་དང་བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་།	༤༣
༢༥	ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་སློབ་ཕྲུག་གི་གྲངས་ལ།	༤༥
༢༦	སློབ་རིག་བཀོད་ཆོགས།	༤༦
༢༧	ཆོས་རྒྱགས་བཀོད་ཆོགས།	༤༧
༢༨	སློབ་ཆོགས་སྤྲུལ་ཆད་ཆོགས་པ།	༤༨
༢༩	ཞིབ་འཇོལ་བཀོད་ཆོགས།	༥༡
༣༠	སྤྱི་གྲྭ་ཁྲིམས་ཆོགས་པ།	༥༢
༣༡	ཙ་གཞུང་ཆོགས་པ།	༥༣
༣༢	ཙུང་རིགས་ཆོགས་པ།	༥༤
༣༣	སྤྱི་ཕྱི་ལོ་ཆོགས་པ།	༥༥
༣༤	སྤྱི་ལོ་ཁང་གི་ལྷ་ཐོ། ༢༠༢༢	༥༦

རང་སོའི་ཁ་བྱང་།

མིང་གསལ་

སློབ་སྦྱོང་པའི་ཐོ་བཀོད་ཨང་

ངོ་སློད་ལག་ཁྱེར་ཨང་

སློབ་སྦྱོང་

ལོ་ངོ་ སློབ་རུས་

སྤྱི་ས་ཆེས་

ཁྲག་གི་སྡེ་ཆ་

ཕ་མའི་མིང་

ཕ་མའི་ལཱ་འགན་

ད་ལྟོའི་སྡོད་གནས་

བརྒྱུད་འཕྲིན་དང་ འགྲུལ་འཕྲིན་

གཏན་འཇགས་ཀྱི་ཁ་བྱང་

གཡུས་ བོད་འོག་ རྫོང་ཁག་

དོ་སློབ།

༡ སྤྱི་ལོ་༡༩༨༥་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ རང་ལུགས་ནང་པའི་སྤྱི་བཙུན་གྱི་ལམ་
 ལུགས་འདི་ འགོ་བ་མིའི་དགོས་མཁོ་དང་བསྟན་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོ་ལུ་ཉེ་མ་ལས་ར་ལག་
 ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་རུང་དར་བྱབ་སྤོངས་སྟེ་འགྲོ་མ་ཚུགས་པས། ཨིན་རུང་ ང་བཙུན་པའི་
 འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བགྱིན་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་གསུམ་པ་མཆོག་གི་བཀའ་
 རྒྱ་བཞིན་ གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་ལས་སྤྱི་ཁབ་འགོ་དང་པ་འདི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༢ ལུ་རྒྱུ་མ་ཅིག་
 གཞི་བཙུགས་མཛད་ཚུགས་ཅུག དེ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་ གསོ་བ་རིག་པའི་བསྟན་པ་ཡར་
 རྒྱས་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་འདི་སློབ་སྦྱོང་ལུ་རག་ལས་པ་ལས་བརྟེན་ རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་
 འདུ་ཆེན་མོ་ཐངས་༣༩ པའི་ནང་ལུ་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་སྦྱོང་སྟེ་བ་གཅིག་ངེས་པར་དུ་གཞི་
 བཙུག་མཛད་དགོ་པའི་གྲོས་ཆོད་གནང་མ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༧ ཟླ་༩ པའི་ཚེས་༡༥ ལུ་ས་
 གནས་བདེ་ཆེན་ཆོས་གླིང་ཕོ་བྲང་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་སྤྱི་བཙུན་པ་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་འགོ་
 བཙུགས་གནང་ཅུག

དེ་བརྒྱུ་སྟེ་ བཀའ་བློན་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་དཔལ་འཛིགས་མེད་
 སང་གོ་དབང་ལྷུག་མཆོག་གིས་གསོ་བ་རིག་པའི་བསྟན་པ་རྒྱ་བསྐྱེད་གནང་ནིའི་མཐའ་དོན་ལུ་
 གཞིགས་ཏེ་མཁས་དབང་ལ་དུགས་ཨེམ་ཆིའམ་ཐུབ་བསྟན་ལེགས་པའི་སློ་གྲོས་གསོ་རིག་སློབ་
 སྦྱོང་གི་དབུ་འཛིན་འབད་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་མ་བཞིན་དུ་ མཁས་དབང་མཆོག་གིས་
 ཡང་མི་དབང་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་རྒྱ་སྤྱི་བོར་བཀྱར་ཏེ་ ཆོས་ཚན་ཅ་གཞུང་དེ་ཡང་ལྷ་ས་སྤྱི་
 ཅེས་ཁང་གི་ཅ་གཞུང་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ཅ་གཞུང་གསར་བསྐྱེགས་མཛད་དེ་དྲུང་འཆོ་ལོ་ལྷའི་
 སློབ་སྦྱོང་འདི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འགོ་དང་པ་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༢ ཟླ་༩ པའི་ནང་འགོ་བཙུགས་
 གནང་ཅུག

དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༥ ལུ་གསོའི་གཞུང་དང་ཨི་ཀ་ལིའི་གཞུང་མིན་ཚོགས་པ་(རིམ་གྱི་)གི་སློབ་གསུང་
 རམ་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ལས་སྒྲེལ་ཁང་གི་གཞི་རྒྱུ་མཁོ་ཆས་རྒྱ་སྐྱེད་མཛད་དེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༢
 ལུ་གསོའི་གསྐྱོབ་སྦྱོང་འབད་སའི་ས་སྤོ་འདི་ཡང་ས་གནས་ཀ་མང་སྤྱང་སར་སྤོ་བཤུད་མཛད་པ་
 ལས་མིང་གནས་ཀྱར་ཏེ་རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོའི་གསྐྱོབ་ཁང་ཟེར་གོང་འཕེལ་དང་འགྱུར་
 བ་མཛད་ལུགས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལུ་རྒྱལ་གཞུང་གི་བཀའ་རྒྱ་དང་འཁྲིལ་འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་
 ལག་སློབ་སྡེའི་མངའ་འོག་ལུ་འཛུལ་ཞུགས་འབད་དེ་སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལུགས་ཚུ་
 མཐོ་རིམ་སློབ་ཤུལ་གཞན་མཚུངས་ལེགས་བཅོས་དང་བསྐྱར་བཅོས་ཐོག་ལས་འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་
 གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་གིས་རོལ་ལེན་དང་ཆ་འཛོག་གནང་ཡོད་པའི་ཁར་ ཕྱིའི་གཞི་རྒྱུ་མཁོ་
 ཆས་དང་ནང་གི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་ཡང་གསར་བསྐྱབས་མཛད་གནང་བའི་བཀྲིན་ལས་བརྟེན་
 སློབ་རིག་གི་སྤྱིང་ཁྱིམ་དང་ སློབ་སྦྱོང་པའི་ཉལ་ཁང་ག་ནི་བ་དགའ་བའི་ནང་ལུ་སྤོ་བཤུད་
 འབད་དེ་ཡོད། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལུ་མཐོ་སློབ་གཞན་མཚུངས་རང་སྦྱོང་ལས་སྒྲེལ་ཀྱར་ཡོད་པའི་
 ཁར་ སྤྱི་ཚེས་ ༢༩/༡༡/༢༠༡༣ གཟའ་ལྷན་དགའ་བའི་ཉིམ་ལས་གོ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོའི་གསུང་
 གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་མངའ་འོག་ལུ་འཛུལ་ཞུགས་འབད་དེ་མིང་ཡང་ ནང་པའི་གསོའི་གསུང་
 པའི་སློབ་ཚོགས་ཟེར་མིང་གནས་བསྐྱར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ལག་དེབ་འདི་ནང་ལུ་སྒྲེལ་ཁང་གི་སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་རིམ་དང་སྤྱིག་གཞི་ལ་
 སློབ་གསུང་ཆ་ཆང་སྤོ་བཤུད་དེ་ཡོད་པ་ལས་སློབ་སྦྱོང་པ་དང་སློབ་དཔོན་ཆ་མཉམ་གྱིས་འདི་དང་
 འཁྲིལ་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་གལ་ཅན་གྱི་ལག་དེབ་ཅིག་སྤོ་བཤུད་དང་ཆ་འཛོག་
 འབད་མ་ཨིན།

འཆར་སྒྲུང་།

འཆད་ཉན་དང་ཞིབ་འཛོལ་གྱི་ཐོག་ལས་འབྲུག་རང་ལྷགས་གསོལ་རྒྱུ་ལྟོས་པའི་ཤེས་ཡོན་
མཆོག་གྲུར་གྱི་ལྷོ་བ་ཅིག་སྤེལ་བཞག་ནི།

དམིགས་ཡུལ།

- འབྲུག་རང་ལྷགས་གསོལ་རྒྱུ་ལྟོས་པའི་ཤེས་ཚད་འདི་རྒྱལ་སྤྱིའི་གཙུག་ལག་སློབ་སྦྱོང་གི་གནས་ཚད་ལུ་བཟོ་ཚུགས།
- སློབ་སྦྱོང་མཐར་འཁྱམ་མི་ཚུ་གིས་ཁྱད་རིག་དང་ལྷན་པའི་གསོལ་རྒྱུ་ལྟོས་བཅོས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་རང་ལྷགས་ནང་པའི་སྤྱན་དམུད་གྱི་ཐོག་ལས་མི་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་གོང་འཕེལ་གཏང་ཚུགས།
- རང་ལྷགས་ནང་པའི་སྤྱན་བཅོས་གྱི་ཁྱད་ཆོས་བཟང་པོ་འདི་མི་ཉམས་པར་གཙུག་སྦྱོང་འབད་ཚུགས།
- ལྷོགས་གྲུབ་དང་ཁྱད་རིག་ཅན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཚུ་བདག་བབྱུང་དང་སློབ་དཔོན་གྱི་ལྷོ་འགན་ལུ་སློབ་སྦྱོང་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི།
- ཚན་རིག་གི་ཐོག་ལས་ཞིབ་འཛོལ་ཚུ་འབད་དེ་དེང་རབས་མིའི་སློབ་དཔོན་འཆམས་པའི་དུས་མཐུན་བཟོ་ཚུགས།

༡ སློབ་སྦྱོང་གི་གནས་སྤངས།

ད་ལྟོ་ནང་པའི་གསོལ་རྒྱུ་ལྟོས་པའི་སློབ་ཚུགས་ནང་ལུ་སློབ་སྦྱོང་གི་དབྱེ་བ་ལས་རིམ་ཁག་བཞི་
སྤེལ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་མཐོ་རིམ་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་གྱི་ལོ་ངོ་ལྔའི་དུང་འཛོའི་སློབ་སྦྱོང་།

དང་། གཙུག་ལག་འོག་མའི་སྒྲན་པའི་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་། དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་གཙུག་ལག་འོག་མའི་སྒྲན་བཟོ་ལས་འཛིན་པའི་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་། ཅུས་བྱང་སྦྱོང་དང་། མཐོ་རིམ་མཐར་འཁྱེད་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་གོང་མ་ལོ་ངོ་གཉིས་དང་མཁམ་མཆོག་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ཚུ་ཡོད།

༡༡. ཅུང་འཆོའི་སློབ་སྦྱོང་བཅག་འཇུག།

ཅུང་འཆོའི་སློབ་སྦྱོང་གི་དོན་ལུ་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྟེན་སློབ་གྲྭ་ལས་སློབ་རིམ་༡༥པ་མཐར་འཁྱེད་མི་ཚུ་དང་། ཚན་རིག་གི་ཆོས་ཚན་ལྷན་མི་སློབ་རིམ་༡༩ པ་མཐར་འཁྱེད་མི། བཤད་གྲྭ་གི་ནང་ལས་འཛིན་གྲྭ་༤ པ་ཨིང་སྐད་སློབ་རིམ་༥ པ་མཐར་འཁྱེད་མི་ཚུ་ལུ་གོ་སྐབས་བྱིན་ཏེ་ཡོད།

༡.༡.༡ ལོ་ངོ་ལྔའི་དཔེ་ཆ་དང་།

- གསོའི་རིག་འབྱུང་ཁྱད་པར་སྤྱི་གྲོ་བ་མཛེས།
- ཚ་བའི་རྒྱུད།
- བཤད་པའི་རྒྱུད།
- མན་ངག་རྒྱུད།
- ཕྱི་མ་རྒྱུད་བཅས་རྒྱུད་བཞི།
- དེའི་འགྲེལ་པ་གསོའི་བཅག་པའི་བསྐྱུན་བཅོས་སྒྲན་སྒྲའི་དགོངས་རྒྱུན་རྒྱུད་བཞིའི་གསལ་བྱེད་བེད་སྤྱོད་པོ་དང་བྱང་སྟོང་དབྱེས་པའི་ཞལ་ལུང་གཞན་ཡང་འགྲེལ་པ་སྤྲོ་ཆོགས།
- སྤྱི་མེད་ཤེལ་གོང་དང་ཤེལ་བྱེད།
- གསོའི་རིག་ཟིན་རྒྱུད་གཙུག་པོ་བསྐྱུས།

- སློབ་སྦྱོར་གྱི་རུས་པ་ཕྱོགས་བསྐྱུས་པ་ན་བདེ་འཇགས་བཤད།
- ཟླ་ཐོ་འགོལ་བའི་ལྷོ་མིག་དང་ འབྲུང་ཅིས་སློབ་འགོ།
- གཞན་ཡང་གཟུགས་ཁམས་གནས་ལུགས་དང་བྱེད་ལས། (ཚན་
རིག)ཞིབ་འཛོལ། དབྱིན་སྐད་(AcademicSkills &
Analytical Skills) བདེན་དོན་འཕུལ་རིག་ སློབ་ཁང་གི་བདག་
སྲིང་དང་འཛིན་སྲིང་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ཡང་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ།

༡.༡.༡ ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་གྱི་སྦྱོང་བརྩམས་པ།

ལོ་རིམ་^༣ པ་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ལོ་རིམ་^༤ པ་ཚུན་ལག་ལེན་སློབ་
སྦྱོང་ནད་པ་བརྟག་དཔྱད་ཁང་དང་ དཔྱད་བཅོས་ཁང་ སློབ་བཟོ་འཕུལ་ཁང་
ཚུ་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ས་སྤོ་ཚུ་ནང་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་འབད་དགོ།

༡.༢ སློབ་པའི་སློབ་སྦྱོང་བཅག་འཇུག་

ཕྱི་ཚན་རིག་གི་ཚོས་ཚན་ལྟ་བུ་མི་དང་། རྒྱ་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་སློབ་གྲྭ་ནང་ལས་
སློབ་རིམ་^{༡,༢} པ་མཐར་འཁྱོལ་མི། བཤད་གྲྭ་གི་ནང་ལས་འཛིན་གྲྭ་^༤ པ་ཡིང་
རྒྱ་སློབ་རིམ་^༥ པ་མཐར་འཁྱོལ་མི་ཚུ་ལུ་གོ་སྐབས་བྱིན་ཏེ་ཡོད།

༡.༢.༡ ལོ་རིམ་གསུམ་གྱི་དཔེ་ཚད།

- གསོ་རིག་འབྲུང་ཁུངས་ལུ་ཉིག་ཕྱེང་མཛེས།
- ཟ་བའི་རྒྱུད།
- བཤད་པའི་རྒྱུད།

- ཕྱི་མ་རྒྱུད་བཅས་རྒྱུད་གསུམ།
- དེའི་འགྲེལ་པ་གསོ་བ་རིག་པའི་བསྟན་བཅོས་སྟན་སྒྲིའི་དགོངས་རྒྱུན་རྒྱུད་བཞིའི་གསལ་བྱེད་བེད་མེད་པོ་དང་བྱང་སྟོང་དབྱེས་པའི་ཞལ་ལུང་གཞན་ཡང་འགྲེལ་པ་སྟོན་ཚེགས།
- གསོ་རིག་ཟིན་ཏིག་གཅེས་བསྟུས།
- སྟན་སྦྱོར་གྱི་ལུས་པ་ཕྱོགས་བསྟུས་པན་བདེའི་ལེགས་བཤད།
- ཟླ་ཐོ་འགོལ་བའི་ལྷེ་མིག་དང་འབྱུང་ཅིས་སྟོན་འགོ།
- ངག་སྟོན།
- སྟོར་འཛིན། ས་བཅད་དང་དོན་འགྲེལ། ཞིབ་འཛོལ། བད་དོན་འཕྲུལ་རིག་སྟན་ཁང་འཛིན་སྟོང་ཚུ་ཡང་སྟོབ་སྦྱོང་འབད་དགོ།

༡.༢.༡ ལག་ལེན་སྦྱོང་བཅུ་དེ།

ལོ་རིམ་^༣ པ་སྟོབ་དུས་^༡ པ་ལས་^༢ པ་རྒྱུན་ལག་ལེན་སྟོབ་སྦྱོང་ནད་པ་བརྟག་དཔྱད་ཁང་དང་། དཔྱད་བཅོས་ཁང་། སྟན་བཅོ་འཕྲུལ་ཁང་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ས་སྟོ་རྒྱ་ནང་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་འབད་དགོ།

༡.༣. སྟན་བཅོ་ལས་འཛིན་པའི་སྟོབ་སྦྱོང་པའི་བཅག་འཇུག་།

ཕྱི་ཚན་རིག་གི་ཚོས་ཚན་ལེན་མི་དང་། སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྟོལ་སྟོབ་གྲ་ནང་ལས་སྟོབ་རིམ་^{༡,༢} པ་མཐར་འཁྱོལ་མི་ལུ་གོ་སྐབས་བྱིན་ཏེ་ཡོད།

༡.༣.༡ ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་དཔེ་ཚད།

- གསལ་རིག་འབྲུང་ཁུངས་ལུ་ཉིག་ཐེང་མཛེས།
- ཅ་བ་བྲུགས་གྱི་རྒྱུད།
- ཕྱི་མའི་རྒྱུད་ལས་ཞི་བྱེད་སྤྲན་གྱི་མདོ།
- དེའི་འགྲེལ་པ་གསལ་བ་རིག་པའི་བསྟན་བཅས་སྤྲན་སྒྲའི་དགོངས་རྒྱན་
རྒྱུད་བཞིའི་གསལ་བྱེད་བེད་རྒྱུ་སྤྲན་པོ་དང་དང་སྤྲན་དགེས་པའི་ཞལ་
ལུང་གཞན་ཡང་འགྲེལ་པ་སྤྲ་ཚོགས།
- གསལ་རིག་ཟིན་ཉིག་གཅེས་བསྟུས།
- ལྷ་ཐོ་འགོལ་བའི་ལྷེ་མིག་དང་འབྲུང་ཅིས་སྤྲན་འགོ།
- བད་ཡིག་དག་གི་སྤྲན་མ།
- སྤྲན་འཛིན། ས་བཅད་དང་དོན་འགྲེལ། ཞིབ་འཛེལ། བད་དོན་
འཕྲུལ་རིག་ སྤྲན་ཁང་འཛིན་སྦྱོང་རྒྱ་ཡང་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ།
- Academic skills, Pharmaceutics,
Pharmacognosy, GMP&QA and Good
(QC)Laboratory practices.

༡.༣.༡ ལག་ལེན་སྦྱོང་བཅུང་།

ལོ་རིམ་ ༢ པ་ལས་ ༣ པ་རྒྱུན་འབད་དགོ།

༡.༤ མཐོ་རིམ་གོང་མའི་སློབ་སྦྱོང་བཅུང་འཕྲུ།

གསལ་རིག་སློབ་ཚན་གསལ་ལས་དྲུང་འཛིན་སློབ་སྦྱོང་མཐུར་འཁྱེལ་མི་དང་གསལ་བའི་ནང་
ལུ་དེ་དང་འབྲུ་མཉམ་གྱི་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་རྒྱ་ལུ་གོ་སྐབས་ཡོད།

༡.༤.༡ ལོང་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་ཚད།

- ཉེས་གསུམ་དང་འདུས་ནད་སྒྲིབ་པོ་གསོ་བ།
- བྱང་ཁོག་ཡུལ་ཐིག་ཅུ་ཚིག་རྒྱས་པ།
- ཞིབ་འཆོལ་ཐབས་ལམ་དང་གོས་འཆར་ ལས་འགུལ་།
- སྒྱུར་བ་སྒྲན། དོན་སྒྲོད་གསོ་བ།
- གནས་སྤྱད་ཐབས་ལམ།
- ཅུ་ཚུའི་འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་པ།
- འཇམ་རྩལ་དཔྱད།
- ཚ་བ་སྒྱི་བཅས་དང་། ཚ་གང་གལ་མདོ། རི་ཐང་མཚམས།
- སྒྱུར་བྱེད་ལས་ལྔ།
- གདོན་ནད་གསོ་བ།
- ཐོར་ནད་གསོ་བ།
- ཞིབ་འཆོལ་མཐའ་དཔྱད།
- སྒྱོར་འཛིན། ས་བཅད་དང་དོན་འགྲེལ། ལག་ལེན། བན་དོན་འཕྲུལ་
རིག་སྒྲིབ་སྒྲུང་འབད་དགོ།

༡.༤.༢ ལག་ལེན་སྒྱུང་བཅར།

སྒྲིབ་དུས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཚན་དང་འབྲེལ་ལོ་རིམ་^༡ བ་ལས་^༢ བ་ཚུན་འབད་དགོ།

༡.༥ མཁས་མཆོག་སློབ་སྦྱོང་པའི་བཅག་འཇུག།

གསེང་རིག་སློབ་ཆོག་མས་ལས་བྱུང་འཛིན་སློབ་སྦྱོང་མཐར་འཁྱོལ་མི་དང་གསེང་བའི་ནང་
ལུ་དེ་དང་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་གོ་སྐབས་ཡོད།

༡.༥.༡ ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་དཔེ་ཚད།

- གཡུ་ཐོག་སྒྲོན་འགྲོ།
- བྱང་ཁོག་ཡུལ་ཐིག་ཅུ་ཆོག་རྒྱས་པ།
- ཞིབ་འཛོལ་ཐབས་ལམ་དང་གོས་འཆར་ ལས་འགུལ།
- གནས་སྤྱད་ཐབས་ལམ།
- འཇམ་རྩལ་དབྱེད།
- སྦྱོང་བྱེད་ལས་ལྗ།
- ཞིབ་འཛོལ་མཐའ་དབྱེད།
- སྒྲོར་འཛིན། ས་བཅད་དང་དོན་འགྲེལ། ལག་ལེན། བན་དོན་འབྲུལ་
རིག་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ།

༡.༥.༢ ལག་ལེན་སྦྱོང་བཅར།

ལོ་ངོ་ཁྱིམ་༡ པ་ལས་ཁྱིམ་༣ པ་རྒྱུན་འབད་དགོ།

༡.༥.༣ ཕྱིར་བསྐྱོད་སྦྱོང་བཅར།

ཆོས་ཚན་ཅུ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ཕྱིར་བསྐྱོད་སློབ་སྦྱོང་དེ་ཡང་སྤྱི་སྒྲུན་དང་། ཁོག་སྒྲུན་གྱི་ངོས་
འཛིན། ཚ་རྒྱ་དང་སྒྲུན་རྒྱུ་འཛིན་འབད་དགོཔ་མ་ཚད་སློབ་སྦྱོང་པ་གསར་པ་རྒྱུ་ཐིམ་ཕྱག་

ནང་སྤྲུལ་ལྟེ་བ་དང་སྤྲུལ་སྦྱངས་གསོལ་རིག་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་། ནང་སྤྲུལ་གསོལ་རིག་སློབ་ཚྭ་གསལ།
སྤྲུལ་གཡོག་དང་མི་མང་གསོལ་བའི་སློབ་ཚྭ་གསལ་ཚུ་ནང་གོམས་འདྲིས་བལྟ་སྐོར་འཕྲོ་དགོ།

༡. སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱར་ཐེབས་ཚོས་ཚན།

ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྭ་གསལ་གྱི་སློབ་རིག་ངོ་མའི་ལས་རིམ་གྱིས་མ་ཆད་པར་
སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱར་ཐེབས་ཚོས་ཚན། ཚོས་བཤད་ལས་རིམ། ཅུང་མོའི་རིགས་
དང་། གསལ་བཤད་གྱི་ལས་རིམ། ཅུང་བསྐྱར། སྤྲུལ་སྦྱང་ཆོག་དང་ལམ་སྲོལ། གཙང་སྒྲ་
འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དོ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་ཀུན་སློང་དང་།
ཀུན་སྦྱོང་ཡར་ཤུག་བཟོ་ནི་དང་། སེམས་ཁམས་དང་། གཟུགས་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སྦྱིང་སྦྱིང་
བཞག་ཚུགས་ཐབས་དང་། ལས་རིམ་རྣམ་པ་སྤྲུལ་ཚྭ་གསལ་ལུ་སྦྱང་བ་ཐོབ་སྟེ་ རིག་ཅུལ་དང་
སྤྲུགས་སྒྲུབ་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ཨོན།

༡.༡ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན།

ནམ་རྒྱུན་སྟེལ་ཁང་འདི་ནང་ལུ་སྤྲུལ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ཤིང་དང་། མེ་ཏྲག་གི་རིགས་འཛུགས་
སྦྱང་དང་། ཡུག་བདར་ ལ་སོགས་པའི་གཙང་སྒྲ་དང་ལཱ་ན་པའི་ལཱ་གི་ཞབས་ཏྲག་ཚུ་འབད་
དགོཔ་མ་ཆད་ལྷག་པར་དུ་ རེས་གཟའ་ལྷག་པའི་ཚོ་པ་བྱུན་གྱི་དུས་ཚོད་ཁར་དང་རེས་གཟའ་
ཉིམ་ཨ་རྒྱག་ར་མཐའ་འཁོར་གཙང་སྒྲ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལཱ་འབད་དགོཔ་ཨོན།

༡.༢ ཚོས་དང་ལམ་སྲོལ་གྱི་ལས་རིམ།

གསེང་བ་རིག་པའི་སྤར་སྤོལ་ལམ་ལུགས་ནང་ལུ་སྦྱིར་འགྲོ་བ་ནད་པའི་མཐའ་དོན་ལུ་དང་ལྷག་
 པར་དུ་སྒྲན་གྱི་རུས་པ་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ཁྱེད་མ་བཞིན་དུ་
 སངས་རྒྱལ་སྒྲན་ལྷའི་དུས་ཆེན་ཆོས་༥ གྱི་ཤོ་པ་ཨ་རྟག་ར་སྒྲན་ལྷའི་མདོ་ཆོག་གི་ཆོ་ག་བཏང་
 སྤོལ་ཡོད། ལོ་བསྟར་རང་ལྷ་དང་པ་ཆོ་འབྲུལ་ལྷ་བའི་གནམ་སྤར་ལུ་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་གྱི་
 ཕ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དག་ཆར་ལྷག་གནང་མ་ཡིན། རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་ལྷ་
 བ་དང་མཐུན་པའི་སེམས་ཞི་བར་གནས་ཐབས་ལུ་ དུས་རྒྱུན་སློབ་ཁང་དང་ཆོགས་འདུའི་
 སྐབས་ཞི་གནས་སློམ་རྒྱུ་སྤོལ་ཡོད་མི་ཚུ་རྒྱུན་སྦྱོང་འཐབ་དགོས་མ་ཆད་ རེས་གཟའ་ལྷ་རལ་
 ཨ་རྟག་རང་རང་སའི་དང་འདོད་དང་འབྲིལ་ ཆོས་བཤད་དང་སློམ་གྱི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་
 འཐབ་ནི་ཡོད། དུས་ཆེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཚུ་ནང་ དགོ་བའི་ལཱ་ཆོས་ལྷག་ནི་དང་ཆོགས་འཁོར་
 བསྐྱར་ནི། མཁན་སློབ་དང་ ཁྱད་རིག་ཅན་གྱི་སྤྱི་མགོན་ཚུ་ལྷ་ཐོག་ལས་གསལ་བཤད་གནང་
 ནི་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཕྱོགས་དང་། རང་ལུགས་ལམ་སྤོལ་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་
 དགོ།

༡.༣ གསལ་བཤད་དང་ཚུད་བསྟར་གྱི་ལས་རིམ།

རིག་པའི་ནམ་དཔྱད་པ་དྲུའི་འདབ་ལྗང་རྒྱས་ནི་དང་། ཤེས་རབ་གྱི་སློབས་པ་ཐོབ་སྟེ་འཆད་
 ཚུད་ཚུམ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡར་ཆོས་གྱི་ལྷ་བ་བཞིན་འཕེལ་ནིའི་དོན་ལུ་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་
 གིས་སློབ་དུས་གཅིག་གི་ནང་ལུ་རིག་རྩལ་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་རིམ་འགོ་དྲེན་འཐབ་དོ་ཡོད་པ་
 མ་ཆད་ རེས་གཟའ་སྟེན་པ་ཨ་རྟག་ར་ཕྱི་ཤོ་ཆོད་གསུམ་ལས་སློབ་སྦྱོང་པ་དང་སློབ་དཔོན་
 ཚུ་འཛོམས་ཐོག་ལས་ཞི་གནས་སློམ་ནི་དང་གསལ་བཤད་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོས་
 ཡིན།

༡.༤ རྩོད་རིགས་ཀྱི་ལས་རིམ།

རྩོད་མོ་རྩོད་སའི་ས་ཁོངས་རྒྱ་ཆེས་སླེ་མེད་དེ་འབད་རུང་ ནང་ན་མཐུན་རྒྱུ་ཡོད་མི་དང་བསྟུན་ རྩོད་རིགས་སློ་རིམ་(badminton) ཀླང་རིམ་(football/futsal) དྭ་རིམ་(Basket ball) ཅམ་རིམ་(Table tennis) དང་ལུ་རུ་རྒྱ་འགོ་འདྲན་འཐབ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་གཙུག་ལག་གིས་འགོ་འདྲན་འཐབ་ ཡོད་པའི་འགྲན་བསྟུར་རྒྱ་ནང་ཡང་བཅའ་མར་གཏོགས་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན།

༡.༥ སློབ་ཚྭ་གསལ་ཕྱོགས་སྟེ།

སློབ་སྟོན་པ་རྒྱ་གིས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཆེད་ནང་ལུ་གཙུག་ལག་དང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ། དེ་ལས་སྤྱིར་བཏང་གི་སློབ་གྲྭ་རྒྱ་ནང་ལུ་ཕྱོགས་སྟེ་གི་ལམ་ལུགས་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ བཅས་རའི་སློབ་ཚྭ་གསལ་ནང་ལུ་ཡང་འདི་བཟུམ་མའི་ལམ་ལུགས་བཟོ་བ་ཅིན་སློབ་སྦྱོང་པ་ རྒྱ་གི་རིག་རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲན་འཐབ་པའི་སྐབས་པན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་ ཡིན་པའི་གྲོས་འཆར་ལུ་མི་འདི་ སྤྱི་ལོ་༢༠༡༤ གི་ལོ་མཇུག་སློབ་ཚྭ་གསལ་ཡོངས་ཀྱི་ དབེན་གནས་དང་ཞལ་འཛོམས་ཚྭ་གསལ་པའི་སྐབས་ཕྱོགས་སྟེ་གི་ལམ་ལུགས་བཟོ་དགོས་སྟེ་ གྲོས་ཆེད་གྲུབ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་སྟེ་ཆན་བཞི་དང་ སྟེ་ཆན་འགོ་འདྲན་ པ་བཞི་བསྐོ་བཞག་ཐོག་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།

༡.༥. ༡ སྟེ་ཆན་གྱི་དབེན་བ།

ཨང་	སྟེ་ཆན་གྱི་མིང་།	འགོ་འདྲན་པ།
༡	འབྲིགས་བྱེད།	རྒྱུང་འཛོལ་ཤེས་རབ་དོ་ཇེ།
༢	གངས་ཅན།	རྒྱུང་འཛོལ་སྐལ་བཟང་ཆེ་རིང་།
༣	མ་ལ་ཡ།	སློབ་བདེ་ཆེན་ཆོས་སྟོན།
༤	སྟོས་དད་ལྷན།	རྒྱུང་འཛོལ་གསང་སྟགས་ཆོས་འཕེལ།

༡.༥.༡ སྤྲེ་ཚན་གྱི་ལཱ་འགན།

སྤྲེ་ཚན་འགོ་འདྲེན་པ་གི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གཙང་སྤྱི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་
འབྲེལ་བའི་སློབ་ཆོག་གི་དུས་ཆུན་གྱི་ལཱ་རིགས་དང་ རྩོད་བསྐྱར་ སྤྲེ་ཚན་ལས་རིམ་
ཅེད་རིགས་ གཞན་ཡང་སློབ་ཆོག་ནང་ལུ་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོ་
པའི་ལས་རིམ་དང་ལཱ་རིགས་ཚུ་ནང་ཚུལ་བཞིན་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོཔ་ཨིན།

༡.༥ སློབ་ཆོག་ཆོག་མཁན་ཕྱན། (Clubs)

ཆོག་མཁན་ཕྱན་འདི་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༣ ལུ་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་གོས་འཆར་ཕུལ་མ་བཞིན་དུ་སློབ་དཔོན་
དང་སློབ་སྦྱོང་པ་ཆ་མཉམ་གྱིས་ལས་རིམ་འདི་གལ་ཅན་ཨིན་པའི་ངོས་ལེན་འབད་དེ་ ཉག་
པར་རེས་གཟའ་ལྷག་པ་ལུ་སློབ་ཁང་གི་དུས་ཚེད་མཇུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་
དང་། དེ་ཡང་སློབ་སྦྱོང་པ་རང་སའི་སྤྲེ་ཚན་འགོ་ཁྲིད་པ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་འདི་ལུ་རྒྱུ་
སྦྱར་དང་བཟླ་ཉིག་ཚུ་རང་སའི་སྤྲེ་ཚན་གྱི་ལེགས་སྦྱར་བ་ཚུ་གིས་འབད་དགོཔ་ཨིན།

༡.༥. ༡ ཆོག་མཁན་ཕྱན་དབྱེ་བ།

ཨང་	ཆོག་མཁན་ཕྱན་གྱི་མིང་།	འགོ་འདྲེན་པ།
༡	སྤྲེ་ཚན་འགོ་འདྲེན་པ།	དྲུང་འཛོ་ཆེ་དབང་རྒྱལ་མཚན།
༢	རྩོད་བསྐྱར་ཆོག་མཁན་ཕྱན།	སློབ་བདེ་ཆེན་ཆོས་སློན།
༣	ལས་སློབ་ཆོག་མཁན་ཕྱན།	དྲུང་འཛོ་གསང་སྤྲེ་ཆོས་འཕེལ།

༡.༤.༡ ཚུགས་ཕན་གྱི་འགན་ཁུར།

- ཀ་ སྒྲིབ་པའི་ཚུགས་ཕན་གྱི་འགོ་འདྲན་པ་གི་འགོ་འདྲན་ཐོག་ལུ་སྒྲིབ་ཚུགས་ནང་ལུ་
 སྒྲིབ་པའི་ཚུགས་ཕན་གྱི་ཚུགས་ཕན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་རིམ་ག་ཅི་ར་འགོ་འདྲན་
 འབད་དགོ་རུང་སྒྲིབ་པའི་ཚུགས་ཕན་གྱིས་འགོ་འདྲན་འབད་དགོཔ་ཨིན།
- ཁ་ ཚུམ་རིག་ཚུགས་ཕན་གྱི་འགོ་འདྲན་པ་གི་འགོ་འདྲན་ཐོག་ལུ་སྒྲིབ་ཚུགས་ནང་
 ལུ་ཚུམ་རིགས་དང་ཞིབ་འཇུག་ལ་སོགས་པའི་རིག་ཐུལ་གྱི་སྒྲིབ་རིག་དང་འབྲེལ་
 བའི་ལས་རིམ་ག་ཅི་ར་འགོ་འདྲན་འབབ་དགོ་རུང་ཚུམ་རིགས་ཚུགས་ཕན་གྱིས་
 འགོ་འདྲན་འབད་དགོཔ་ཨིན།
- ག་ ལམ་སྒྲིབ་ཚུགས་ཕན་གྱི་འགོ་འདྲན་པ་གི་འགོ་འདྲན་ཐོག་ལུ་སྒྲིབ་ཚུགས་ནང་
 ལུ་ལམ་སྒྲིབ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིབ་ཚུགས་ལས་རིམ་དང་གཞན་ཡང་དགོས་མཁོ་ད
 ང་འབྲེལ་ལས་རིམ་འབྲེལ་མཁོ་འདྲན་དང་རྒྱུ་རྐྱེད་འབད་དགོ་མི་ཚུ་ཚུལ་བཞི
 བ་འགོ་འདྲན་དང་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོཔ་ཨིན།

༢ དཔེ་མཛོད་ལག་ལེན་འབབ་ཐངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས།

དཔེ་མཛོད་ཀྱི་ཞབས་ཏྲུག་མཐུན་ཆུན་འདི། དེང་སང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་དང་འབྲེལ་མཉམ་སྤྱོད་
 བྱེད་ཏེ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ སྤྱི་ཚད་དང་ལྷན་པའི་ཐོག་ལས་དཔེ་ཆ་སྤྱོད་ནི་དང་ལྷན་ནི། ཞིབ་
 འཇུག་འབད་ནི་གནས་ཚུལ་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པའི་ཞབས་ཏྲུག་མཐུན་ཆུན་ལུ་སྒྲིབ་སྤྱོད་རང་
 ཡན་ཐོགས་འབྱུང་མ་ཨིན། གསེང་གི་འཛིན་སྐྱོང་ལྟེ་བའི་ལས་བྱེད་པ་དང་ སྤྱི་ཁབ་གི་སྒྲིབ་
 སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས་དཔེ་མཛོད་ལག་ལེན་འབབ་ཐངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་འདི་ལུ་ངོས་ལེན་དང་།
 ལམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་བེད་སྤྱོད་འབབ་དགོཔ་ཨིན།

༣.༡ དཔེ་མཛོད་བེད་སྤྱད་ཀྱི་དུས་ཚོད།

༣.༡.༡ དེས་གཟུང་མིག་དམར་ལས་སྒྲིབ་པ་ཚུན།

༣.༡.༢ གནམ་དགུན་གྱི་དུས་ཚོད་ལུང་པ་ཚུ་ཚོད་^༩ ལས་ཕྱི་ངོ་ཚུ་ཚོད་^༤ ཚུན།

༣.༡.༣ གནམ་བྱར་གྱི་དུས་ཚོད་ལུང་པ་ཚུ་ཚོད་^༩ ལས་ཕྱི་རུ་ཚུ་ཚོད་^༥ ཚུན་སྒྲིབ་
ཕྱི་སྒྲིབ་བཞག་དགོ།

༣.༢ དཔེ་ཆ་བརྟེན་ནི།

༣.༢.༡ དཔེ་མཛོད་ཁང་ལས་དཔེ་ཆ་ག་གིས་ར་བརྟེན་སྒྲིབ་འབག་རུང་མིང་ཐོ་བཀོད་
དགོ་པ་ཡིན།

༣.༢.༢ སྒྲིབ་སྒྲུང་པ་ཚུ་གིས་དཔེ་ཆ་བརྟེན་ནི་གི་དུས་ཚོད་ཉིན་གངས་^{༡༤} དང་ལས་
བྱེད་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཉིན་གངས་^{༣༠} འི་རིང་བརྟེན་ཆོག།

༣.༢.༣ དཔེ་ཆ་བརྟེན་འབག་སྒྲིབ་གོང་གི་ཉིན་གངས་ནང་འཁོད་སྒྲིབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ལོག་
སྒྲིབ་ནི་གི་དུས་ཚོད་མ་རན་པའི་ཉི་མར་དུས་ལུན་ཡར་མེད་གི་ཐོ་བཀོད་འབད་
དགོ།

༣.༢.༤ དཔེ་ཆ་བརྟེན་ལོག་སྒྲིབ་ནི་གི་དུས་ཚོད་ཁར་སྒྲིབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ཉིན་རེ་ལུ་
ཆད་འཇུག་དངུལ་ཀྲམ་^{༡༠} དེ་ཕོག།

༣.༢.༥ ཁྱད་སྤངས་གཞུགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་དང་ དཔེ་རྟིང་དཀོན་བླགས། དུས་དེབ། གནམ་
ཚུལ་ཡིག་ཆའི་རིགས་ཚུ་དཔེ་མཛོད་ནང་ལུ་ལྷག་ནི་མ་གཏོགས་ཕྱི་ཁར་རྩ་ལས་
ར་འབག་མི་ཆོག།

༣.༢.༦ བརྟེན་འབག་ཡོད་པའི་དཔེ་ཆ་ཚུ་བརྟེན་སྒྲིབ་ཤོར་བ་དང་། ཡང་ཅིན་མེད་པ་
བཏང་ཡོད་པ་ཅིན་དེ་འཕྲོས་ལས་དཔེ་གཉེར་ལུ་སྟན་ཅུ་འབད་དེ་ཉིས་ཆད་
བཅུག་ནི་དང་། ཡང་ཅིན་དཔེ་ཆ་འདི་རང་ཆབ་བཅུག་དགོ་པ་ཡིན།

- ༣.༢.༥ སློབ་སྦྱང་པ་དང་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གིས་གཞན་གྱི་དོན་ལུ་དཔེ་ཆ་བརྟེན་ཕྱིན་མི་
 ཚོགས།
- ༣.༢.༦ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་སྤེལ་ཁང་ནང་ལས་ཚང་སྟེ་འགྲོ་མི་དང་། ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གནས་
 མཐོང་འགྲོ་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་དཔེ་གཉེར་ལས་དཔེ་ཆ་ཚང་འགྲིགས་ཕྱིས་སློབ་ཡོད་
 པའི་ཉོགས་མེད་ལག་ཁྱེར་ལེན་དགོ།
- ༣.༢.༧ དཔེ་ཆ་བརྟེན་འབག་སྟེ་ལོག་སློབ་ནི་གི་དུས་ཚོད་ལས་ལྷག་སོང་པ་ཅིན་ཉེས་ཆད་
 དང་། དཔེ་ཆ་དེ་ལོག་མ་སློབ་པའི་རིང་ལུ་དཔེ་ཆ་གསར་པ་བརྟེན་སྟེ་འབག་མི་ཚོགས།
- ༣.༢.༡༠ དཔེ་ཆ་ལོག་སྟེ་སློབ་ནི་གི་དུས་ཚོད་ལས་བདུན་པ་ལྷག་གསུམ་ལས་བཞུལ་ནི་དང་
 ཡང་ཅིན་སློབ་རིག་མཚུག་བསྐྱམ་ད་ལོག་མ་སློབ་པ་ཅིན་བརྟེན་སྟེ་ཤོར་བའི་
 གངས་སུ་བཅུ་ནི་ཨིན་མ་མ་ཚད། དཔེ་ཆའི་གོང་ཚད་དང་འཁྲིལ་བའི་རིན་གོང་
 སློབ་དགོ།
- ༣.༢.༡༡ དཔེ་མཛོད་ནང་ལུ་ཁུ་སིམ་སིམ་སྟེ་དཔེ་ཆ་བཟུ་ནི་མ་གཏོགས་སྐད་རྒྱ་བཞི་དང་
 འགྲུལ་འཕྲིན་གྱི་རིགས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོགས།
- ༣.༢.༡༢ དཔེ་མཛོད་ཁང་ནང་ལུ་འཛུལ་བའི་སྐབས་ལུ་ལག་ཆས་པད་ཅུང་ལ་སོགས་པའི་
 རིགས་ག་ནི་ཡང་འབག་མི་ཚོགས།
- ༣.༢.༡༣ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་དཔེ་མཛོད་ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་སློབ་སྦྱང་པའི་མིང་
 དང་སྤྱི་ཚེས་དུས་ཡུན་ དཔེ་ཆའི་མཚན་ཐོ་བཅས་དཔེ་གཉེར་གྱིས་ཁ་གསལ་
 སྟེ་བཀོད་བཞག་དགོ།
- ༣.༢.༡༤ ལོགས་སྐར་བ་དང་སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་དཔེ་མཛོད་བེད་སྤྱོད་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་རོ་
 ཏྲགས་(card)འདི་ངེས་པར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༤ བརྟེན་འཕུལ་རིག།

སྤྱིར་བཏང་བརྟེན་འཕུལ་རིག་འདི་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་དང་འཁྲིལ་ཕྱ་ད་གཤམ་ཆེས་ཡིན་མ་མ་
ཚད་ ལྷག་པར་དུ་སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་གཤམ་ཅན་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་གསལ་རིག་
སློབ་ཚྭ་གསལ་ནང་ལུ་ཡང་བརྟེན་འཕུལ་རིག་དང་ རྒྱ་ཡི་ཡི་ཨི་(VLE)གི་སློབ་སྟོན་ཐབས་ལམ་
(wireless)གཞི་བཙུག་འབད་དེ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་ལུ་སློག་རིག་གི་རིག་
ཙུལ་དང་ཐབས་ཤེས་གོང་འཕེལ་བཏང་སྟེ་ཤེས་ཡོན་རྒྱ་བསྐྱེད་འབད་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་པ་ཡིན།

༤.༡ བརྟེན་འཕུལ་རིག་ལག་ལེན།

སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས་བརྟེན་འཕུལ་རིག་འགོ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་སྟོན་འདི་ལུ་ངོས་ལེན་འབད་
དགོ།

༤.༡ འབད་མ་ཚྭ་གསལ།

༤.༡.༡ སློག་རིག་འདི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་མ་གཏོགས་དོན་དག་
མེད་པར་དགོའ་ནི།

༤.༡.༢ དོན་མེད་པའི་ཕྱིན་མེད་རིགས་དང་སློག་བརྟན་བཟུ་ནི་ སློག་རིག་ཐོག་ལས་
བཤད་ཐོག་ཡི་གུ་འབྲི་ནི།

༤.༡.༣ སློག་རིག་ནང་ལུ་རྒྱལ་མིན་གྱི་སློག་རིག་མཉམ་ཆས་(Software)ཚུ་བཙུག་ནི།

༤.༡.༤ བརྟེན་འཕུལ་རིག་གི་ཁང་མིག་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ལག་དེབ་དང་ གཞན་ཅ་ཆས་
ཚུ་ཕྱི་ཁར་འབག་ནི།

༤.༡.༥ བརྟེན་འཕུལ་རིག་གི་ཁང་མིག་ནང་ལུ་བཟའ་འཐུང་གི་རིགས་འབག་ནི་དང་
དོན་མེད་པའི་བཤད་ཐོག་ཐོག་ལས་སྐད་བརྒྱབ་ནི།

ཅིན། དེ་གི་སྐབས་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཐོབ་ལམ་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ཟད་འགོ་རང་གིས་བཏང་ཐོག་ལས་སློབ་སྦྱང་འབད་དགོཔ་ཨིན།

༤.༢ ཉལ་ཁང་ནང་སྡོད་མི་ཚུ་གི་སྒྲིལ་འཐུས་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠ རེ་སྡོད་དོ་ཡོདཔ་ཨིན་རུང་སློབ་སྦྱང་པའི་ཡོངས་དཔོན་གྱི་ཐད་ཉལ་ཁང་སྒྲིལ་འཐུས་དགོངས་ཡང་ཡོད།

༤.༣ སློག་མེ་གི་སྒྲིལ་འཐུས་སློབ་སྦྱང་པ་རེ་རེ་ལུ་དངུལ་ཀྲམ་བརྒྱ་རེ་༡༠༠ ཚུན་སློབ་ཚྭ་གསལ་གྱིས་སྡོད་ནི་དང་། དེ་ལས་ལྷག་སོང་པ་ཅིན་སློབ་སྦྱང་པ་རང་རང་སོ་སོ་གིས་སྡོད་དགོ།

༥ རྒྱུ་མཐོང་གི་བི། (Television)

སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས་སྤྱིར་བཏང་འཛམ་གླིང་གི་གནས་ཚུལ་དང་། ལྷག་པར་དུ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ཤེས་དགོཔ་ག་ནི་བ་གལ་ཅན་ཨིནམ་མ་ཚད། སྤྱིར་བཏང་ཤེས་ཡོན་དང་། འདི་གི་ནང་དོན་ལས་ནང་པའི་སྤྲན་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཡང་རྒྱུ་མཐོང་གི་ཐོག་ལས་ཤེས་ཚུགས་ནི་འབྲས་ལུ་གཞི་བཟུགས་ཏེ་ཁྱེད་རིམ་རྒྱུ་མཐོང་གི་ཁྲལ་ཡང་སྤེལ་ཁང་གིས་སྡོད་དེ་བཟུང་སྡོད་འཐབ་བཞིན་དུ་ཡོད།

༥.༡ རྒྱུ་མཐོང་གི་རུས་ཚོད།

- རེས་གཟའ་མིག་དམར་ལས་སྤེན་པ་ཚུན་ཕྱི་རོ་ཚུ་ཚོད་ ༤ ལས་ཚུ་ཚོད་ ༥ ཚུན།
- རེས་གཟའ་ཉི་མ་ལུ་རོ་པ་ཚུ་ཚོད་ ༤ ལས་ ༥ ཚུན། ཉི་མ་ཚུ་ཚོད་ ༡ ལས་ཕྱི་རུ་ཚུ་ཚོད་ ༡༠ ཚུན།
- རེས་གཟའ་ཁྲོ་བ་ལུ་ཕྱི་རུ་ཚུ་ཚོད་ ༩ ཚུན།

༡ སློབ་ཕྱག་ཚུ་ལས་རེ་འདྲ།

སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་རིག་ཕུལ་ཚུ་ལུ་ཉམས་སྦྱང་འཐོབ་དགོས་ཡིན།

- ༡.༡ ཡིད་ཆེས་སྐྱེད་ཚུགས་པའི་བྱད་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་དང་ མཐོང་བ་
རྒྱུད་པའི་ལག་ལེན་དམར་ཁྲིད་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ལུ་གདེང་འཐོབ།
- ༡.༢ བྱད་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་ལུ་ཡིད་ཆེས་དང་ལལ་རང་སྐྱེད་ཚུགས་ནི་དང་། རང་གི་བྱད་
རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱད་རིག་སོ་སོ་ཚུ་ནང་ལུ་མཉམ་འབྲེལ་འབད་ནི། གཞན་ཡང་
མི་སྡེ་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ཉལ་དང་། གཞན་ཉེན་ཆེ་བའི་རང་
བཞིན་གནས་སྤངས་གྱི་སྦྱང་སྦྱོབ་འབད་ནི།
- ༡.༣ རང་བཞིན་གྱི་མཐོ་ལུགས་ཡར་ཤུག་གི་ཐོག་ལས་རིག་ཕུལ་ཡར་འཕར་གྱི་མཐུན་
ཀྱེན་ཚུ་ཡང་རང་སྤོབས་ཀྱིས་འཛོལ་ནི་ལུ་གདེང་འཐོབ་ནི་དང་། མི་ཆེ་གནས་སྤངས་
འདི་ཤེས་ཡོན་ལུ་བརྟེན་པའི་ཕྱོགས་སྒྲུབ་ཅན་འགྱུར་ནི།
- ༡.༤ རང་རྒྱུད་གི་མཐོ་ལུགས་མིན་པར་གཞན་དང་ཅིག་ཁར་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ལཱ་འབད་ནི་
དང་། འགོ་འཁྲིད་པ་གི་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནི།
- ༡.༥ སློག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་རིག་ཕུལ་གྱི་ཐོག་ལས་གནས་ཚུལ་འཛོལ་ཞིབ་འབད་ནི་
དང་། ཚུམ་སྤྱིག་འབད་ནི། གསེབ་རིག་པའི་བྱད་རིག་དང་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ལས་
གཞན་ལུ་བརྟེན་སྦྱོང་འབད་དེ་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་འབྱུང་བའི་ཐབས་དང་རྒྱལ་ཡོངས་
དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་ལྷ་བ་ཚུ་སྦྱབ་ནི།
- ༡.༦ ཤུལ་ཤེས་ཀྱི་སློལ་ས་གསེབ་བོ་སྤྲོན་པའི་རྒྱ་ཐུག་གི་ཀྱུན་སྦྱོང་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།

༩ སྦྱིར་བཏང་སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་ཚད་རེའུ་མིག

ཨང་	ལས་རིམ།	ཚུ་ཚྭ།
༡	ནང་སྦྱོང་།	༠༦.༠༠ ལས་ ༠༢.༣༠ ཚུན།
༢	དྲོ་པའི་ཞལ་བུན།	༠༢.༣༠ ལས་ ༠༤.༠༠ ཚུན།
༣	དྲོ་མཇར།	༠༤.༡༠ ལས་ ༠༤.༥༠ ཚུན།
༤	སློབ་ཁང་ནང་སློབ་སྟོན།	༠༩.༠༠ ལས་ ༡༢.༤༠ ཚུན།
༥	ཉི་མའི་གསོལ་ལཱ།	༡༢.༤༠ ལས་ ༠༡.༤༠ ཚུན།
༦	སློབ་ཁང་ནང་སློབ་སྟོན།	༠༡.༤༠ ལས་ ༤.༠༠ ཚུན།
༧	ཕྱི་དྲོའི་ཞལ་བུན།	༠༤.༡༠ ལས་ ༠༥.༠༠ ཚུན།
༨	ཅུང་མའི་རིགས་ཅུང་ནི།	༠༥.༠༠ ལས་ ༠༢.༠༠ ཚུན།
༡༠	ཕྱི་དྲོའི་ཚྭ་གསལ།	༠༢.༠༠ ལས་ ༠༤.༠༠ ཚུན།
༡༡	ནང་སྦྱོང་།	༠༤.༠༠ ལས་ ༠༩.༣༠ ཚུན།
༡༢	སློག་མེ་བསད་དེ་ཉལ་དགོ།	༡༠.༠༠ ལས།
༡༤	གཟའ་ཉིམ་མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་ བསྟེན་གྱི་ལྷ།	༠༩.༠༠ ལས་ ༡༢.༠༠ ཚུན།

༡༠ སློབ་དཔོན་གྱི་སྒྲིག་གཞི།

སློབ་དཔོན་ཟེར་མི་འདི་ ནང་མེམས་གྱི་ཀུན་སྦྱོང་དང་ ཕྱི་ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྦྱོང་བཟང་པོའི་
 ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ལུ་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྱུས་ཚད་ལེགས་ཤོམ་སྟོན་བྱེད་པའི་ཁར། སློབ་
 དཔོན་གྱི་ཁྱད་རིག་གི་ལཱ་སྤྱུས་ཚད་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ལས་གོང་འཕེལ་བཏང་སྟེ་ཚུལ་ལྡན་གྱི་
 ཐོག་ལས་བཞག་པ་ཅིན། སློབ་དཔོན་གྱི་ཁྱད་རིག་གི་ལཱ་ལུ་དཔའ་ཉམས་འབྱུང་ནི་དང་། སློབ་

དཔོན་ལུ་ངོས་ལེན་དང་ཆ་འཇོག་འབདཝ་ཨིན། དེ་འབདཝ་ལས་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་མཉོ་
བསམ་བཏང་ཐངས་ཡར་ཤྱག་བཟོ་སྟེ། ཕན་ཚུན་ག་ཅིག་བསྐྱེལ་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལས་
ལཱ་ལུ་བརྩོན་ལུགས་བསྐྱེད་དེ་སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་བྱམས་སེམས་དང་ལཱ་ན་པའི་ཁར་ལྷོགས་གྲུབ་ཅན་
བཟོ་དགོ།

༡༠.༡ སློབ་དཔོན་ཚུ་གི་འགན་ཁུར།

- ༡༠.༡.༡ སློབ་སྦྱང་པའི་ཡོན་ཏན་སྤངས་པའི་ས་སྤོ་འོས་འབབ་དང་ལཱ་ན་པ་བཟོ་ནི།
- ༡༠.༡.༢ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་ལུ་བྱུང་རིག་གི་གནས་ཚད་དང་ལཱ་ན་པའི་ཤེས་ཡོན་དང་
ཉམས་སྦྱང་ཐོབ་བཅུག་ནི།
- ༡༠.༡.༣ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་ལུ་ལམ་སྟོན་དང་། བསྐྱབ་བྱ་བཟང་པོའི་ཐོག་ལས་སྦྱོང་པ་
བཟང་པོའི་ལམ་ལུ་བརྩུག་ནི།
- ༡༠.༡.༤ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་ལུ་བརྩི་མཐོང་དང་། ཤང་བདེན་གྱི་ཐོག་ལས་སྦྱོང་ནི།
- ༡༠.༡.༥ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་དང་ག་ཅིག་ཁར་སློ་གཏད་གྱི་ཐོག་ལས་མཐུན་ལམ་ཡར་ཤྱག་བཟོ་
ནི།
- ༡༠.༡.༦ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་བྱ་ངན་དང་། འཛིགས་སྒྲག་ ཚོག་ངན་ལ་སོགས་པའི་གནས་
སྤངས་ངན་པ་ཚུ་ལས་ཉེན་སྲུང་འབད་ནི།
- ༡༠.༡.༧ རང་སོའི་ལམ་ལུགས་བཟང་པོ་དང་། མི་སྡེ་གི་གནས་སྤངས་ལམ་ལུགས་ཚུ་
གི་སྟོར་ལས་ཤེས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི།
- ༡༠.༡.༨ བདག་གཞན་གཉིས་ལུ་ཕན་ཐོགས་པའི་མཉོ་བསམ་གཏང་ནི་དང་། དགའ་སྦྱིད་
འབྱུང་བའི་ཐབས་ གྲུས་བཀུར་དང་། བཀའ་ངོན་བསམ་ཤེས་ནི། རྒྱལ་ཁབ་
ལུ་ཕན་ཐོགས་པའི་བྱ་སྦྱོང་ཚུ་སློབ་སྦྱང་པའི་རྒྱུད་ལུ་བརྩུག་ནི།

- ༡༠.༡.༩ སློབ་སྟོན་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་ཉེ་མར་སློབ་དུས་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཚུ་བཟོ་སྟེ་སློབ་
རིག་མདོ་འཛིན་འོག་མ་ལུ་སྤུལ་ནི།
- ༡༠.༡.༡༠ གཤམ་སྤིད་གཞུང་འབྲེལ་དང་གནད་དོན་གཤམ་ཅན་ལས་བརྟེན་ ཟླ་ངོ་ལས་ལྷག་
སྟེ་སློབ་སྟོན་ལག་ལེན་འཐབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་རང་སའི་སློབ་ཚན་འཆར་གཞི་ཚུ་
བཟོ་སྟེ། འབྲེལ་ཡོད་སློབ་སྟོན་པ་གཅིག་ལུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་བཅུག་དགོ།
- ༡༠.༡.༡༡ རང་སའི་ཆོས་ཚན་སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་སློབ་ཁང་གི་ཐོ་དེབ་ཚུལ་བཞིན་བཞག་
ཐོག་ རོ་འབྱེར་གྱི་ཐོ་ཚུ་སློབ་རིག་སྒྲིག་འཛིན་འོག་མ་ལུ་སྦྱོང་དགོ།
- ༡༠.༡.༡༢ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གསལ་གྲུབ་ཅན་དང་བྱ་སྦྱོང་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་མི་མི་ངོམ་ངོས་འཛིན་
འབད་ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས་གསལ་བའི་ཆོགས་རྒྱན་བཅུག་བཅུག་སྟེ་
དག་ཤོས་བྱ་གཅིག་དང་བུམ་གཅིག་ཡོངས་དཔོན་སྟེ་བཅག་འཐུ་འབད་དགོ།

༡༡ སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་རྒྱུན་གྱི་སྒྲིག་ལམ།

- ༡༡.༡ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་རོ་པ་ཚུ་ཚོད་ལུ་ཀྱིག་གི་སྟེ་སློབ་ཁང་ནང་སྟོང་དགོ།
- ༡༡.༢ སློབ་ཁང་ནང་ སློབ་སྟོན་འགོ་བཅུགས་ཏེ་སྐར་མ་༡༠ ལས་འཕྱིས་ཏེ་སྟོང་མི་ཚུ་
རོ་འབྱེར་གྱི་གངས་སུ་བཟུ་འཛིན་མི་འབད།
- ༡༡.༣ སློབ་ཁང་ནང་དུས་རྒྱུན་བཅའ་མ་གཏོགས་དགོཔ་ལས། གཤམ་སྤིད་སློ་བུར་ནད་
གཞི་ལས་བརྟེན་སྤྱན་ཁང་ནང་འགྱུ་དགོཔ་འེ་ཐོན་པ་ཅིན་སྤྱན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་
ངོས་པར་བརྟོན་དགོ།
- ༡༡.༤ དུས་ཚོད་འཕྲུ་མིག་དང་འབྲེལ་རང་སའི་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་
ནང་དུས་ཐོག་ལུ་སྟོང་དགོཔ་མ་ཚད། ཆོས་ཚན་སློབ་དཔོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་འགོ་

དཔོན་ཚུ་ལས་གནང་བ་མེད་པར་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་རང་སེའི་ལཱ་འགན་གྱི་ས་ཁོངས་
ལས་ཕྱི་ཁར་འབྱོར་མི་ཆོག།

༡༡.༥ ཅམ་རྒྱུ་སྤེལ་ཁང་ནང་རང་ལུགས་ཀྱི་ཁྱོད་ཆས་ཚུལ་མཐུན་ལག་ལེན་འཐབ་
དགོ།

༡༡.༦ སྤེལ་ཁང་གི་ལེགས་སྦྱར་བ་དང་གཞན་འབྲེལ་ཡོད་སྤེལ་ཆན་སོ་སོའི་འགོ་དཔོན་
ཚུ་གིས་ལཱ་འགན་ག་ཅི་ར་སྤྱོད་རུང་དུས་ཚོད་ཁར་སྦྱབ་ཚུགས་པ་འབད་དགོ།

༡༡.༧ སློབ་དུས་དང་མཐའ་དབྱེད་ཆོས་རྒྱལ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་དོན་ལུ་དབྱེ་
ཞིབ་ལམ་སྟོན་ལྟར་ ཅུ་རོ་འབྱོར་ཆང་དགོཔ་དང་། གལ་སྲིད་ན་ཆ་དང་སྤྱུག་
བསྐྱེད་ཅེ་ཅོག་སྟེ་རོ་འབྱོར་ཆང་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན་ཅེ་འཕྲོད་ཆོ་ཆོས་རྒྱལ་
བཀོད་ཆོགས་ཀྱིས་དབྱེ་ཞིབ་ཐོག་ལས་འོས་འབབ་གཟིགས་དགོ།

༡༡.༨ བཟའ་སྦྱོད་ཀྱི་མ་དངུལ་ཡར་མེད་འབད་བའི་སྐབས་ཅུང་ཤོས་དངུལ་ཁྲ་༡༠༠
འབད་དགོཔ་དང་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ཕྱིར་སྦྱོང་སྦྱོང་བཅར་ནང་འབྱོར་བའི་སྐབས་
བཟའ་སྦྱོད་ཀྱི་མ་དངུལ་ནང་ལས་ལོག་བཏོན་འབག་མི་ཆོག།

༡༡.༩ སྤེལ་ཁང་གི་དཔེ་དེབ་དང་ཅ་དངོས་མཐུན་རྒྱུ་གཞན་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་ཆག་
དཀའ་དང་བསྐྱུག་སྟེར་ཤོར་བ་ཅིན་སློབ་སྦྱོང་པ་དེ་གིས་རང་ཆབ་བཅུག་ནི་དང་
ཡང་ཅིན་དེའི་ཅིན་གོང་ག་ཨིན་མི་འདི་སྤྱོད་དགོ།

༡༡.༡༠ སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་ཆན་བར་གསེང་ངལ་གསོ་ལས་ལོག་དུས་ཚོད་ཁར་སྤེལ་ཁང་
ནང་སྟོན་ཚུགས་པ་སྤེལ་དགོ། གལ་སྲིད་དུས་ཚོད་ཁར་མ་སྟོན་པ་ཅིན་གཙང་སྤྱུ་
འཕྲོད་བསྐྱེན་གྱི་ཉེས་ཆད་ལམ་ལུགས་དང་དབྱེ་ཞིབ་ལམ་སྟོན་གྱི་རོ་འབྱོར་ལྟར་དུ་
ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

- ༡༡.༡༡ སློབ་ཁང་དང་ཚོས་རྒྱགས་ཁང་། དེ་ལས་ཚྭ་གསལ་འདུ་འབད་བའི་བསྐྱང་འགྲུལ་
འཕྲིན་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོག
- ༡༡.༡༢ དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཡོད་པའི་སྐབས་མ་གཏོགས། སློབ་ཁང་དང་ཞལ་
འཛེམས་ཁང་གིས་གཙོས་པའི་གཞུང་འབྲེལ་ལཱ་གི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་མཚོན་ཆའི་
རིགས་འབག་མི་ཚོག
- ༡༡.༡༣ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས་ སྤྱིར་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་དམངས་ ལྷག་པར་གསེང་རིག་པའི་
བསྟན་པ་ལུ་ཕན་ཉུགས་ཅན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ཁྱད་པར་ཅན་བྱང་མི་ཚུ་ལུ་ སྤེལ་
ཁང་སྤྱིག་ཁྲིམས་ཚྭ་གསལ་པ་གིས་ མི་ངོམ་དེ་ལུ་གཟེངས་བསྟོད་གི་ལག་ཁྱེར་
གནང་ནི། དེ་མ་ཚད་ཡོངས་དཔོན་གོང་འོག་གཉིས་དང་ སྤྱི་ཕྱི་འཕེལ་མཐུན་གྱི་
དབུ་མཛད། ཚྭ་གསལ་ཕན་འགོ་འདྲེན་པ། གཟེངས་བསྟོན་མ་གི་གསལ་བཤད་པ་དྲག་
ཤོས་གཉིས། སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས་གདམ་འབུ་འབད་ཡོད་པའི་གཉེར་པ་ཚུ་ལུ་ལོ་
བསྟར་ལོ་མཇུག་ལུ་གཟེངས་བསྟོད་གི་ལག་ཁྱེར་གནང་ནི།

༡༢ སློབ་སྦྱང་པའི་ངལ་གསེའི་ཐོབ་ལམ།

- ༡༢.༡ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་སྤྱིར་བཏང་ངལ་གསེའི་འཐོབ་ལམ་མེད་པ་ཨིན་རུང་ ཚབས་ཆེན་
སྤྱིད་སྤྱག་ལས་བརྟེན་གྱི་བྱུར་ངལ་གསེའི་འགྲོ་དགོང་འཐོན་པ་ཅིན་
ངལ་གསེའི་ལུ་ཐངས་གྱི་ལམ་ལུགས་འདི་གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་
ལག་ལེན་འཐབ་དགོང་ཨིན།
- ༡༢.༢ ལུ་ཡིག་འདི་ངལ་གསེའི་མ་འགྲོ་བའི་ཉེ་མ་བཅུག་དགོ།
- ༡༢.༣ ངལ་གསེའི་ཉིན་གངས་གསུམ་གྱི་ནང་འཁོད་ཨིན་པ་ཅིན། མདོ་འཛིན་འོགམ་ སློབ་
སྤྱག་ལས་འབྲེལ་ལས་གནང་བ་ལུ་དགོ།

༡༢.༤ ངལ་གསོའི་ཉིན་གྲངས་གསུམ་ལས་ལྷག་སྟེ་འགྲོ་དགོ་པ་ཅིན། མཐོང་མ་མཛོད་འཛིན་
ལས་གནང་བ་ལྷ་དགོ།

༡༢.༥ སློན་བཅས་ལས་བརྟེན་པའི་ངལ་གསོའི་ན་ཅིན་གསོའི་ལག་ཁྱེར་བཏོན་དགོ་པ་
དང་སྤྱིར་བཏང་སློན་བཅས་ཉིན་པ་ཅིན་སློན་བཅས་བཀོད་འཛིན་ཚུ་དགོས་མཁོ་
དང་འཁྲིལ་འབྲེལ་ཡོད་ལུ་སྟོན་དགོ།

༡༢.༦ ངལ་གསོའི་གནང་བ་ཡོད་རུང་ངོ་འབྱོར་མ་ལང་པ་ཅིན་ཆོས་རྒྱལ་ནང་བཅའ་མར་
གཏོགས་མི་ཆོག།

༡༣ སློབ་སྦྱང་པའི་ཀྱན་སྦྱོང་སྒྲིག་གཞི།

༡༣.༡ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས་རང་སོའི་ཁང་མིག་དང་ཆབ་གསང་ཚུ་གཙང་སྦྱ་ཚུལ་
མཐུན་བཞག་དགོ།

༡༣.༢ ཉལ་ཁང་ནང་ཁག་ཆེ་བའི་སྤང་བརྟེན་དང་ལྷ་ཐོ་ལེ་གཉིས་མ་གཏོགས་གཞན་པར་
གྱི་རིགས་རྩ་ལས་སྤང་མི་ཆོག།

༡༣.༣ སྤེལ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་ཚུ་ནམ་རྒྱུན་ཉིང་སངས་ས་དང་སྤྱོད་ལུ་ལོའི་ནམ་
པར་བཞག་ནིའི་དོན་ལུ་སྤྱོད་མེ་ཏོག་གི་རིགས་འཛུགས་སྦྱོང་འབད་ནི་ལུ་བརྩོན་
དགོ།

༡༣.༤ ཉལ་ཁང་དོད་མ་དང་སློབ་ཕྱག་སྒྲིག་འཛིན་འོག་མ་ལུ་གནང་བ་མེད་པར་ ཁང་
མིག་གཅིག་ལས་གཅིག་ལུ་མི་དང་ཅ་ཆས་གཉི་ཡང་སྤྱོད་བཟུང་འབད་མི་ཆོག།

༡༣.༥ བཞེས་སློ་ཚུ་ཉག་པར་སློབ་སྦྱང་བཟུང་ཁང་ནང་ཟ་དགོ་པ་དང་བཟུང་ཁྱི་ཚུ་ཉིང་
སངས་ས་སྤྱོད་བཞག་དགོ།

༡༣.༦ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས་རང་སོའི་ཉལ་ཁང་ནང་ཕྱི་ཁའི་མགྱོན་མོ་ཚུ་བཞག་མི་ཆོག།

- ༡༣.༡ ཏུས་རྒྱན་ཆང་དང་ཏམ་ཁུ་སྟོ་རྒྱས་དང་སེམས་ཁམས་འབྲུགས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཚུ་
 ཅ་གཏན་ནས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོག
 ༡༣.༢ རོན་མེད་ངག་འབྲུལ་གྱི་གཏེར་སྟོ་ཕྱེ་བ་དང་སྐད་ངན་འདོན་ཏེ་གཞན་སློབ་སྦྱང་
 འབད་མི་ཚུ་ལུ་གཞོན་པའི་སྦྱོང་ཅིང་བག་མེད་ཀྱི་རིགས་འབད་མི་ཚོག
 ༡༣.༣ རང་སེའི་ཁང་མིག་ནང་སྟོག་བྱོད་ཏི་ཁར་དང་མེ་རླུང་གཤེད་ལ་སོགས་པ་བཟུང་སྦྱོད་
 འཐབ་ཐོག་ལས་བཟའ་འཐུང་གི་རིགས་གང་ཡང་བཟོ་མི་ཚོག
 ༡༣.༡༠ ཤོ་དང་ཏག་སེ་ཀེ་རོམ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱེད་མེའི་རིགས་ཅུ་ལས་ཕྱེ་མི་ཚོག
 ༡༣.༡༡ སློབ་ཁང་གི་ཏུས་ཚོད་ནང་ ཏུས་མིན་གྱི་ཕྱེད་མོ་ག་ནི་ཡང་ཕྱེ་མི་ཚོག
 ༡༣.༡༢ སྟོག་བརྟན་སྟོན་འཕུལ་གྱི་རིགས་ཚུ་ཅ་གཏན་ནས་ལག་ལེན་འཐབ་མ་ཚོག་པའི་
 ཁར་ སྒྲ་འཛིན་འཁོར་ལོ་དང་སྒྲ་སྟོམ་དེ་ལས་སྟན་ཆ་གི་རིགས་སྐད་ལྷགས་སྟེ་
 བཏང་སྟེ་ གཞན་ལུ་ནམ་གཡང་དང་བར་ཆད་བརྒྱབ་མི་ཚོག
 ༡༣.༡༣ བགོ་ལ་དང་གྲོན་ཆས་ཀྱི་རིགས་ག་ཅི་ཡང་ སྟོ་སྟོག་དང་བྱམས་ར་ཚུ་ནང་
 བདལ་ནི་དང་སྐམ་ནི་ཚུ་ཅུ་ལས་ར་མི་ཚོག
 ༡༣.༡༤ ཡར་རྒྱན་འདི་འགྲོ་བ་མེའི་གནས་སྤངས་ནང་ལུ་ཁྲིམས་འགལ་ཡིན་མ་མཚན་
 མ་བྱིན་པ་ལེན་པའི་བྱ་ངན་སྟོམ་ཤོས་ཅིག་སྟེ་ཅིམ་ཡིན།
 ༡༣.༡༥ གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྭ་གསལ་འདི་བྱད་འཕགས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་སྤྱང་སའི་ས་གནས་
 ཅིག་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་ སྟེ་ཆན་བཟོ་ཐོག་ལས་འཐབ་འཛིང་ལ་སོགས་པའི་བྱ་
 ངན་འབད་ནི་ཚུ་སྤང་དགོ།
 ༡༣.༡༦ འདོད་སྦྱོང་ཀྱན་སྦྱང་གི་སྟོ་ལས་ཡམས་སུའི་རང་དབང་ལུ་ཅིས་མེད་ཀྱི་བསུན་
 བཅོར་དང་བརྟན་བཅོས་འབད་མི་འདི་ཁྲིམས་འགལ་སྟོམ་ཤོས་ཅིག་ཡིན།

༡༣.༡༧ དལ་གསེང་སྐབས་ཉལ་ཁང་ལས་ཕྱི་ཁར་འགྲོ་ཆོག་པའི་དུས་ཚོད་འདི་ རེས་
གཟའ་ཉིམ་ལུ་ཉི་མའི་ཚུ་ཚོད་༡༢ ལས་ཕྱི་རུ་ཚུ་ཚོད་༢.༠༠ ཚུན་དང་ རེས་
གཟའ་ལྷུ་ལ་དང་གཞུང་གི་དལ་གསེང་སྐབས་ཕྱི་རུ་ཚུ་ཚོད་༢.༠༠ ལུ་ཉལ་ཁང་ནང་
སྟོད་དགོ།

༡༣.༡༩ ཉལ་ཁང་ནང་ལུ་ཕྱི་མི་རྩ་ལས་ར་འོང་མ་ཆོག་པ་མ་ཆད་ སློབ་སྦྱང་པ་ཕོ་མོ་ཚུ་ཕན་
ཚུན་ཁང་མིག་ནང་ལུ་འཇུག་མི་ཆོག།

༡༣.༡༩ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་ བྱ་དན་གྱི་ཉེས་འཇུག་ས་ཕོག་སྟེ་སྟན་ལུ་སྟོད་པའམ་ སློབ་སྦྱང་
འབད་སྟོད་པའི་གནས་སྐབས་ལུ་གཉེན་སྦྱོར་དང་མངལ་ཆགས་ལས་བརྟེན་པའི་
དཀའ་ཉེག་ས་རེ་འབྱུང་ཆེ་ཁྲིམས་འགལ་ཉེས་བྱ་ཨང་༡༤.༤ པ་ཅན་མ་ལྟར་ལག་
ལེན་འཐབ་དགོ།

༡༣.༢༠ སློབ་ཁང་གི་དུས་ཚོད་ནང་ འགྲུལ་འཕྲིན་ལ་སོགས་པའི་འཕྲུལ་ཆས་དང་འབྲེལ་
བའི་སེམས་གཤེད་གི་རིགས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཆོག།

༡༣.༢༡ རང་སྟོད་སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་ཉལ་ཁང་ནང་མ་སྟོད་མི་ཚུ་ལུ་ཉེན་ཆབས་ཆེ་ཆུང་དང་
བསྐྱུན་ཉལ་ཁང་དོ་དམ་གྱིས་ཉེས་ཆད་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་འབད་
བཅུག་དགོ།

༡༣.༢༢ གལ་སྲིད་ལོ་ངོ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ཞག་གངས་ལུ་ལས་ལྷག་སྟེ་ཉལ་ཁྲིམ་ནང་མ་
སྟོད་པ་ཅིན་སླྱིག་ཁྲིམས་ཆོགས་པའི་ཁྲི་འཛིན་ལུ་ཡིག་ཐོག་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་དགོ།

༡༤ ཉལ་ཁང་དོ་དམ་གྱི་འགན་ཁུར།

༡༤.༡ ཉལ་ཁང་དོ་དམ་གྱིས་ལྷ་རྟོག་ཐོག་ བླ་མ་རྒྱུན་སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་ཉལ་ཁང་སླྱིག་གཞི་
དང་གཙང་སྤྱ་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་བཞག་དགོ།

- ༡༤.༡ གཉེར་ཚང་གི་འཛིན་སྐྱོང་དང་བཞེས་སློབ་ཚད་ཚུ་བཟླ་རྟོག་དང་གོགས་
རམ་འབད་དགོ།
- ༡༤.༢ ཞབས་རྟོག་གི་ལཱ་དང་ཉལ་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་ཚུ་ལུ་བཟླ་རྟོག་དང་འགོ་
འབྲེན་འབད་དགོ།
- ༡༤.༣ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་སླིག་གཞི་ལུ་གནས་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་བྱ་སྤྲུགས་མ་
བདེཝ་རེ་འཐོན་ཆེ་དེ་འཕྲོས་ལས་སློབ་ཕྱག་མདོ་འཛིན་འོག་མ་ལུ་སྙན་ཞུ་འབད་
དགོ།
- ༡༤.༤ སྤྱི་མཉམ་ཞུན་དང་དུས་དང་དུས་སུ་བཟླ་རྟོག་འབད་དེ་ཉལ་ཁང་གི་རོ་འབྱོར་ཚུ་
ཀྱིག་ཀྱི་སླེ་བདག་གཉེར་འབད་དགོ།

༡༥ ཡོངས་དཔོན་གྱི་འགན་ཁུར།

- ༡༥.༡ ཡོངས་དཔོན་གྱིས་བཟླ་རྟོག་ཐོག་ནས་རྒྱུན་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ཉལ་ཁང་སླིག་གཞི་
དང་གཙང་སྤྱི་ཚུ་ལུ་མཐུན་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༥.༢ གཉེར་ཚང་གི་འཛིན་སྐྱོང་དང་བཞེས་སློབ་དོན་ལུ་གཉེར་པ་ལུ་གོགས་རམ་
འབད་དགོ།
- ༡༥.༣ ཞབས་རྟོག་གི་ལཱ་དང་ཉལ་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་ཚུ་ལུ་བཟླ་རྟོག་འབད་དེ་
ཉལ་ཁང་དོ་དམ་ལུ་སྙན་ཞུ་འབད་དགོ།
- ༡༥.༤ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་སླིག་གཞི་ལུ་གནས་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་བྱ་སྤྲུགས་མ་
བདེཝ་རེ་འཐོན་ཆེ་དེ་འཕྲོས་ལས་དོ་དམ་ལུ་སྙན་ཞུ་འབད་དགོ།
- ༡༥.༥ སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱུང་བཅའ་ལས་རིམ་ཚུ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དགོ།

༡༥.༤ ཡོངས་དཔོན་གཉིས་ལུ་འགྲུལ་འཕྱིན་ཅིས་ཤོག་གི་འཇུག་ལྷ་རིམ་བཞིན་སློ་གཏང་
མ་དདུལ་ནང་ལས་དདུལ་ཀམ་༢༠༠ རེ་ཐོབ།

༡༤ ཁྲིམས་འགལ་ཉེས་བྱ།

༡༤.༡ གོང་གསལ་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཚན་ཚུ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་ཐེངས་དང་པར་
ཚོས་ཚན་སློབ་དཔོན་དང་ཉལ་ཁང་དོ་དམ་ ཡང་ན་སློབ་ཁང་སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་
ཉེས་ཚབས་ཆེ་ཆུང་དང་བསྐྱུན་ངག་ཐོག་གི་ཉེན་བརྟེན་ཅི་དང་། ཉེས་སྦྱོང་གི་ར་
ཁུངས་ཚུ་ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་སྤར་བྱས་བཟོད་གསལ་དང་ ཕྱིན་ཆད་དམ་
བཅའི་ཡི་གུ་ལེན་ཏེ་སློབ་ཕྱག་མདོ་འཛིན་འོགམ་ལུ་བཅུག་དགོ།

༡༤.༢ ཁྲིམས་ལུགས་དང་འགལ་བའི་ཉེས་ཐེངས་གཉིས་པ་ལུ་ སླིག་ཁྲིམས་ཚྭ་གསལ་
པ་གིས་མཐའ་མཇུག་གི་ཉེན་བརྟེན་སྤྱིང་དགོ།

༡༤.༣ ཡང་བསྐྱར་ སློབ་སྦྱོང་པ་དེ་གིས་ཁྲིམས་ལུགས་ལུ་རྒྱབ་འགལ་ཐེངས་གསུམ་པ་
འབད་བ་ཅིན་ སླིག་ཁྲིམས་ཚྭ་གསལ་པ་གིས་ཉེས་ཚབས་ཆེ་ཆུང་དང་བསྐྱུན་སྦྱོང་
བརྟེན་མཚམས་འཛིག་བཞག་ཅི་དང་ ཡང་ན་བཏོན་གཏང་དགོ།

༡༤.༤ གལ་སྲིད་སློ་བྱར་ཚབས་ཆེན་གྱི་ཉེས་པ་འབད་མི་རེ་འཐོན་པ་ཅིན་ སྤེལ་ཁང་
སླིག་ཁྲིམས་ཚྭ་གསལ་པ་གིས་དབྱེ་ཞིབ་ཐོག་ལས་ གོང་གི་གོ་རིམ་དང་མ་འཁྲིལ་
བར་ཉེན་བརྟེན་དང་ཉེས་བྱ་བཀལ་ཆོག

༡༥ སྤྱི་འཇུག་ལུ་ཐུན་གྱི་ཉེས་ཆད།

༡༥.༡ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་ སྤྱི་འཇུག་ལུ་ཐུན་བཏང་དགོཔ་འདི་ གལ་ཅན་ཅིག་ཨིནམ་

ལས་ཆད་སྟོད་མ་ཆོག་པ་ཅིག་ཡིན་རུང་། གཤམ་སྲིད་ཆད་ལུང་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་དངུལ་
ཀྲམ་ ༣༠ རེ་དང་ དེ་ཡང་དུས་ཚོད་གྲུ་མ་ལྟོད་པར་སྐར་མ་ལྔ་ལས་འཕྱིས་སོང་
པ་ཅིན་ཉེས་ཆད་ཐོག་སློབ་དུས་༡ ནང་ཆད་༡༥ ལས་ལྷག་སོང་པ་ཅིན་ཉལ་ཁང་
དོ་དམ་གྱིས་སློབ་ཕྲུག་སླིག་འཛིན་ལུ་སྟན་ཞུ་འབད་དགོ།

༡༧.༢ སྤྱི་ཚེ་ཞལ་ཐུན་གྱི་སྐབས་ཞུ་གི་ལམ་ལུགས་ཙ་གཏན་ནས་མེད་པ་ཡིན་རུང་
དམིགས་བསལ་སྦྱིད་སྤྱུག་གི་སྤྱུག་བསལ་རེ་ཐོག་པ་ངེས་ཡིན་པ་ཅིན་
དགོངས་ཡང་ཐོབ།

༡༧.༣ ཞལ་ཐུན་ལས་འབྱུང་བའི་དངུལ་རྒྱ་ཡོངས་དཔོན་གྱིས་སྟན་ཞུ་ཐོག་སློབ་ཕྲུག་རང་
སོའི་ཁྱེ་རིམ་གྱི་དངུལ་ཐོགས་ལས་ཚུ་འཛིན་པ་གིས་བསྐྱེལ་ལེན་འབད་དེ་ལཱ་གི་
སྐབས་བསལ་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་ངང་ནི་དང་གཤམ་སྲིད་ལྷག་ལུས་རེ་ཡོད་པ་ཅིན་སྟན་
སྤྱི་ཚེ་ཞལ་འདེབས་གྱི་གསལ་འཛིན་ནང་བཅུག་དགོ།

༡༨ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལཱ་གི་ཉེས་ཆད།

༡༨.༡ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྐབས་ལཱ་ལུ་སྤྱང་མེད་བརྒྱུར་ཏེ་ཆད་སྟོད་མི་རེ་ཐོན་
པ་ཅིན་ཉེས་ཆད་དངུལ་ཀྲམ་༡༠༠ རེ་དུས་ཐོག་ལུ་བཅུགས་དགོ།

༡༨.༢ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལཱ་གི་སྐབས་ཞུ་གི་ལམ་ལུགས་ཙ་གཏན་ནས་མེད་པ་
ཡིན་རུང་དམིགས་བསལ་སྦྱིད་སྤྱུག་ཐོག་པ་ངེས་ཡིན་པ་ཅིན་དགོངས་ཡང་
ཐོབ།

༡༨.༣ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལཱ་གི་ཉེས་ཆད་དུས་ཐོག་ལུ་བཅུགས་ཏེ་མ་དངུལ་འདི་
ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་སུ་བསལ་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་གང་རུང་གཏང་ནི།

༡༩ ཉིན་ཚེས་སློབ་སྦྱང་པའི་ལམ་ལུགས།

- ༡༩.༡ ལས་ལེན་འབད་མི་ཉིན་ཚེས་སློབ་སྦྱང་པ་དང་ ཉལ་ཁང་གི་ ལམ་ལུགས་ལུ་
མ་གནས་པར་ཐོན་མི་ཉིན་ཚེས་སློབ་སྦྱང་པ་ཆ་མཉམ་གྱིས་རང་སེའི་བདག་
འཛིན་པ་མི་ངོམ་ཁྱིད་དེ་ ཡིག་ཐོག་གི་ངོས་ལེན་འབད་དགོ།
- ༡༩.༢ སློབ་སློན་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ ནང་སྡོད་སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་དང་སྤྱི་མཚུངས་སློབ་ཁང་
གི་སྤྲིག་གཞི་ཚུ་ལ་བཞིན་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༩.༣ རེས་གཟའ་ཉི་མའི་མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལཱ་མ་གཏོགས། གཞན་སློབ་
ཁང་དུས་ཚོད་ནང་འཁོད་ཀྱི་ལཱ་དང་། དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་གཟའ་
ཟླཱ་དང་གཞུང་གི་ངལ་གསོ་ཨིན་རུང་འཐུས་ཤོར་མེད་པར་བཅའ་མ་གཏོགས་
དགོ།
- ༡༩.༤ སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་མཐུན་ཁྱེན་ཚུ་ཤོ་མཚུངས་ལག་ལེན་འཐབ་ཆོག་རུང་
ཉལ་ཁང་དང་བཟའ་ཁང་གི་མཐུན་ཁྱེན་ཚུ་ཉལ་ཁང་དོ་དམ་ལས་གནང་བ་མེད་
པར་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཆོག།
- ༡༩.༥ ཉིན་ཚེས་སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གིས་ཉལ་ཁང་དོ་དམ་པ་དང་གཉེར་ཆང་འགོ་འདྲན་པ་
གཉིས་ལུ་ཞུ་ཐོག་ཉིན་ལྗོངས་དོན་ལུ་དདུལ་འཐུས་བཅུགས་ཏེ་བེད་སྤྱོད་འཐབ་ཆོག།

༢༠ དབྱེ་ཞིབ་ལམ་སྟོན།

- ༢༠.༡ སློབ་དུས་ཡར་སེང་དང་མཐའ་དབྱེད་མཐའ་འཁྱུལ་གྱི་ཚད་གཞི།
- ༢༠.༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་དང་སློབ་དུས་ཚོས་རྒྱགས་ཚུ་རང་རང་སེའི་སློབ་ཚན་དང་
འབྲེལ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༢༠.༡.༢ རང་སེའི་ཚོས་ཚན་སློབ་དཔོན་གྱིས་སྤྱོད་འཛིན་གྱི་རིགས་དང་སྤྱོད་འབྲེལ་གྱི་

- སློབ་འཛིན་ཚུ་སློབ་དུས་ཚས་རྒྱགས་འགོ་མ་བཅུག་པའི་རྟེ་མ་ལེན་ཚར་དགོ།
- ༡༠.༡.༣ མཇུག་བསྟུན་དཔྱད་ཞིབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཅ་གཞུང་ནང་ཚུད་ཡོད་པའི་སློབ་འཛིན་ཚུ་
གདམ་འཐུའི་བྱི་བ་བཟོ་སྟེ་ལེན་དགོ།
- ༡༠.༡.༤ མཇུག་བསྟུན་དཔྱད་ཞིབ་ཀྱི་སྐབས་སློབ་འཛིན་ངེས་པར་དུ་ཕུལ་དགོས་དང་། གལ་
སྲིད་ཕུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་སླར་ལོག་ཚས་རྒྱགས་སྟེ་ཕུལ་དགོ།
- ༡༠.༡.༥ དུས་རྒྱུན་དཔྱད་ཞིབ་ནང་ལུ་སྐྱགས་༤༠%དང་། མཇུག་བསྟུན་འཛིན་ཚས་རྒྱགས་ནང་ལུ་
སྐྱགས་༤༠% སྟེ་དཔྱད་ཞིབ་འབད་ནི། སྤྱིར་བཏང་མཐར་འཁྱུལ་གྱི་དོན་ལུ་སྤྱི་
སྟོམས་སྐྱགས་ཚད་༥༠% ཐོབ་དགོ་པའི་ཁར། དུས་རྒྱུན་དང་མཇུག་བསྟུན་དཔྱད་ཞིབ་
གཉིས་ཆ་ར་ལས་ཉུང་མཐར་སྐྱགས་བརྒྱ་ཆ་༥༠% རེ་ངེས་པར་དུ་ཐོབ་དགོ།
- ༡༠.༡.༦ མཐོ་རིམ་གོང་མའི་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་དུས་རྒྱུན་དཔྱད་ཞིབ་ནང་ལུ་སྐྱགས་
༤༠%དང་། མཇུག་བསྟུན་འཛིན་ཚས་རྒྱགས་ནང་ལུ་སྐྱགས་༤༠% སྟེ་དཔྱད་ཞིབ་འབད་ནི།
སྤྱིར་བཏང་མཐར་འཁྱུལ་གྱི་དོན་ལུ་སྤྱི་སྟོམས་སྐྱགས་ཚད་༥༠% ཐོབ་དགོ།
- ༡༠.༡.༧ ཚས་ཚན་བརྒྱ་ཆ་༥༠ནང་འཁོད་མཐར་འཁྱུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ལྷོ་རོ་, གི་
རྒྱབ་ལས་སླར་ལོག་ཚས་རྒྱགས་ཕུལ་དགོ། ཞིན་རུང་འདི་ལས་ཡང་མཐར་འཁྱུལ་
མ་ཚུགས་པ་ཅིན་སླར་ལོག་སྦྱོང་བཅར་འབད་དགོ།
- ༡༠.༡.༨ ཚས་ཚན་བརྒྱ་ཆ་༥༠ལྷག་སྟེ་མཐར་འཁྱུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། བུལ་མའི་སྟེ་
ཚན་དང་གཅིག་ཁར་སླར་ལོག་སྦྱོང་བཅར་འབད་དགོ།
- ༡༠.༡.༩ སྦྱངས་འབྲས་གསལ་བསྐྱགས་འབད་ཚར་བའི་རྒྱབ་ལས་མཐར་མ་འཁྱུལ་མི་
སློབ་ཕུག་ཚུ་གིས་སླར་ལོག་ཚས་རྒྱགས་ཕུལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ཁྱུ་ཡིག་དང་བཅས་པ་སྟེ་
ཚས་རྒྱགས་བཀོད་ཚུགས་ཀྱི་ཁྱི་འཛིན་ལུ་ཡིག་ཐོག་ལུ་ཁྱུ་བ་ཕུལ་དགོ།
- ༡༠.༡.༡༠ སློབ་དུས་གཅིག་ནང་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་ཐངས་གཅིག་ལས་བརྒྱལ་རྟེ་སླར་

ལོག་ཆོས་རྒྱལ་ས་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཆོག།

༡༠.༡.༡༡ སྤར་ལོག་ཆོས་རྒྱལ་ས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཆོས་ཚན་གཅིག་ལུ་རྒྱལ་ས་འབྲས་དངུལ་ཀྲམ་
༣,༠༠༠ རེ་སྤྱོད་དགོ།

༡༠.༡.༡༢ སྤར་ལོག་སྦྱང་བཅར་འབད་མ་ད་ སློབ་སྦྱང་པ་རང་གི་ཁྱེ་རིམ་གྱི་དངུལ་
ཕོགས་མ་ཐོབ་མ་ཆད་མཐར་མ་འབྲེལ་མི་ཆོས་ཚན་ཚུ་གི་འབྲས་སློབ་སྦྱང་
པ་རང་སོ་གིས་སྤྱོད་དགོ།

༡༠.༢ སྤར་ལོག་སྦྱང་བཅར།

༡༠.༢.༡ སློབ་ཁང་ནང་ངོ་འབྱེད་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ཆེད་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་ལང་མ་རྒྱལ་སལ།

༡༠.༢.༢ སྤན་བཅོས་ཀྱི་གནད་དོན་གང་རུང་ལས་བརྟེན་ཏེ་སློབ་དུས་ཀྱི་ཆོས་ཚན་
མཇུག་བསྟུ་མ་རྒྱལ་ས་པར་ལུ་སྤྱོད་པ།

༡༠.༢.༣ ཆོས་རྒྱལ་ས་སྐབས་ཚུལ་མིན་བེད་སྤྱོད་ལས་བརྟེན་ཆོས་རྒྱལ་ས་རྒྱབ་འཕྲོ་
མཚམས་འཛོག་འབད་བཞག་མི།

༡༠.༢.༤ གནད་དོན་གཞན་གང་རུང་ལས་བརྟེན་ སྤར་འཐེན་འབད་ཡོད་པ།

༡༠.༢.༥ ཆོས་ཚན་བརྒྱ་ཆ་༥༠ ལས་མཐར་འབྲེལ་མ་རྒྱལ་སལ།

༡༠.༣ ལན་ཤོག་སྤར་ལོག་དབྱེ་ཞིབ།

༡༠.༣.༡ མཐའ་དཔྱད་ཆོས་རྒྱལ་ས་ནང་ལས་མཐར་འབྲེལ་མ་བྱུང་མི་ཆོས་ཚན་གྱི་ལན་
ཤོག་སྤར་ལོག་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་སྦྱང་ས་འབྲས་གསལ་བསྐྱུགས་འབད་བའི་དུས་ལུན་
བདུན་ཕྲག་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ལན་ཤོག་གཅིག་གི་དོན་ལུ་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་གིས་
བཀོད་ཡོད་པའི་སློབ་རིག་སྒྲིག་གཞི་དང་འབྲེལ་འབྲས་བཙུག་སྟེ་ཆོས་རྒྱལ་ས་བཀོད་

ཚོགས་ཀྱི་ཁྲི་འཛིན་ལུ་ཁུ་བ་ཡུལ་ཞིན་མ་ལས་མཐར་འཁྱེད་མ་བྱུང་མི་ལན་ཤོག་ནང་
སྐྱུགས་བསྐྱེམས་ལུ་འཛིན་བ་ཡོད་མེད་དུས་ལུན་སྐར་མ་༡༥ འི་རིང་སྐྱུགས་ཀྱི་བསྐྱེམས་
ཅིས་བཟུང་གོ།

༡༠.༤ ལག་ལེན་དབྱེ་ཞིབ།

- ༡༠.༤.༡ སྐན་བཅས་དང་དཔུང་བཅས་ཀྱི་རིག་ཅུལ་སྐྱོགས་གྲུབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ཉུང་
མཐར་མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་ལག་ལེན་གྱི་ངོ་འབྱེད་བརྒྱ་ཆ་༥༥ རེས་པར་དུ་
ཚང་དགོ།
- ༡༠.༤.༢ གལ་སྲིད་ལག་ལེན་སྦྱོང་བརྒྱུད་ཀྱི་ངོ་འབྱེད་བརྒྱ་ཆ་མ་ལང་པ་ཅིན་རང་སེའི་
ལས་རིམ་འགོ་འཛིན་གྱིས་ཆོས་རྒྱུགས་ཀྱི་ཉེ་མ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ངོ་འབྱེད་
ཆད་འཐུས་སུབ་བཅུག་དགོ།
- ༡༠.༤.༣ བཟླ་རེག་བྲི་བ་གསུམ་གྱི་སློལ་ས་ནད་པ་ངོ་མ་དང་། འགྲེམས་སྟོན་ཐོག་
ལས་བརྟག་དཔུང་འབད་ཐངས་དང་། སྐན་བཅས་བཀོད་འཛིན་ལག་ལེན་
འཐབ་ཐངས་ཚུ་སློབ་ཁང་སློབ་དཔོན་གྱིས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།
- ༡༠.༤.༤ སློབ་དུས་ཆོས་རྒྱུགས་ནང་། བཟླ་རེག་བྲི་བ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་ནད་གཞི་
བརྟག་དཔུང་འབད་ཐངས་དང་། སྐན་བཅས་བཀོད་འཛིན་ལག་ལེན་འཐབ་
ཐངས་ཚུ་ཆོས་རྒྱུགས་བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱུགས་ལེན་དགོ།
- ༡༠.༤.༥ ལག་ལེན་ཆད་གཞི་ཐོ་དེབ་(Log Book)ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་དགོས་
མཁོ་ཚུ་རེས་པར་དུ་ཚང་དགོ།

༡༠.༥ ལག་ལེན་སྦྱོང་བརྒྱུད་ཀྱི་མཐར་འཁྱེད་སྐྱུགས་ཆད།

- ༡༠.༥.༡ ལག་ལེན་སྦྱོང་བརྒྱུད་ཀྱི་མཐར་འཁྱེད་སྐྱུགས་ཆད་བརྒྱ་ཆ་༥༠ ཐོབ་དགོ།

༡༠.༤ མཐའ་དཔྱད་སྒྱུངས་འབྲས་སྒྱུགས་ཤོག་གི་དོན་ལུ་ཉེ་མའི་སློབ་དུས་ཚུ་ལས་ཆ་
སློམས་སྒྱུགས་ཚད་བཀལ་བ་དང་མཐའ་གཤམ་གསལ།

30.6.7 ལྷ་འཛིན་སྒྲོབ་སྒྲོང་པ།

ཀ་། སློབ་དུས་དང་པ་ལས་རྒྱག་པ་ཚུན་ ≡ ༥%རེ། ༣༠

ཁ་། སློབ་དུས་བདུན་པ་ལས་དགུ་པ་ཚུན་ = 70%རེ། 30

གཞི་སྒྲིབ་དུས་བརྒྱུ་པ་ལྟ། = ༤༠%

༣༠.༦.༣ སྒྲན་པའི་སྒྲོབ་སྒྲོང་།

ཀ་། སྒོ་བ་རྣམ་དང་པ་དང་གཉིས་པ། $\equiv$ ༥%ཟེ། ༡༠

ཁ་སྤོང་གི་སྒོ་བ་དུས་གསུམ་པ་ལས་ལྷ་པ་ཚུན།= 74%རེ།

ག་། སྒོ་བ་རུས་རྒྱལ་པ་ལྟ། ≡ ༤༥%

༣༠.༡ ཆོས་རྒྱལ་ས་བཅའ་མར་གཏོགས་མིའི་དོན་ལུ་ངོ་འབྱེད།

30.ཐ.7 གློབ་གློད་པ་རེ་ལྟོན་གྱིས་གློབ་དུས་ལུ་གློབ་ཁང་ནང་བརྒྱ་ཆ་ ༩0 ནང་།
ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་ནང་ངོ་འབྱེར་བརྒྱ་ཆ་ ༩4 རེས་པར་ཆང་དགོ།

༣༠.༡ ཆོས་རྒྱལ་སྐབས་ཚུལ་མིན་པེད་ལྟོད།

༢༠.༤.༡ ཆོས་རྒྱལ་ལ་ཤོ་བཅུགས་པའི་དུས་ལྟན་ལས་ ལྷར་མ་^{༣༠} གྱི་ནང་འཁོད་
 ཆོས་རྒྱལ་ཁང་ནང་མ་ལྟོད་པ་ཅིན་ ཆོས་ཚན་གྱི་ཆོས་རྒྱལ་ནང་བཅའ་
 མ་གཏོགས་མི་ཆོག།

- ༡༠.༡.༡ ཚོས་རྒྱགས་ཁང་ནང་འགྲུལ་འཕྲིན་ལ་སོགས་པ་སློག་འཕུལ་དང་འབྲེལ་བའི་
ཅ་ཆས་ཀྱི་རིགས་དང་ཡི་གུ་ཡོད་པའི་ཤོག་དེབ་དང་ཀི་དེབ་གང་རུང་འབག་
ནི།
- ༡༠.༡.༢ ཆ་རོགས་ཚུ་ལས་འདྲ་བཤུས་བརྒྱབ་ནི་དང་ ཡང་ན་གྲོས་མོལ་འབད་ནི།
- ༡༠.༡.༣ ཚོས་རྒྱགས་བཟུ་རྟོག་པ་ལས་གནང་བ་མེད་པར་སློབ་སྦྱོང་པ་སོ་སོའི་མིང་
ཐོག་ཡོད་པའི་སྤྲོད་ཁྲི་པར་ཚུར་བཟུ་སོར་འབད་ནི།
- ༡༠.༡.༤ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ལན་ཤོག་པར་ཚུར་དང་སྦྱ་གུའི་རིགས་བཟུ་སོར་
འབད་ནི།
- ༡༠.༡.༥ ཚོས་རྒྱགས་ཁང་ནང་ལས་ལན་ཤོག་བྱི་ཁར་འབག་ནི།

༡༠.༢ ཚུལ་མིན་བཅུད་སྦྱོང་ལུ་ཉེས་ཁུ་ལཱ་སྤྲོད་པའི་ཁྲི་པར་ཚུར་བཟུ་སོར་འབད་ནི།

- ༡༠.༢.༡ ཚུལ་མིན་བཅུད་སྦྱོང་ཀྱི་ཉེས་ཁུ་ལཱ་སྤྲོད་པའི་ཁྲི་པར་ཚུར་བཟུ་སོར་འབད་ནི་དང་
དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་རྒྱབ་འཕྲོ་ཡོད་པའི་ཚོས་རྒྱགས་ཆ་མེད་བཟུ་སོར་འབད་ནི་དང་།
ཡང་ན་ མཆོམས་འཛུགས་འབད་ནི།

༡༠.༣ སློབ་བཅུར་མཆོམས་འཛུགས་དང་བྱིར་བཏོན།

- ༡༠.༣.༡ སློབ་ལོག་སློབ་བཅུར་ནང་ལས་མཐར་འཁྱོལ་མ་བྱུང་མ།
- ༡༠.༣.༢ ཚུལ་མིན་བྱ་རན་གང་རུང་ལས་བཟུ་སོར་ བཏོན་ཚོགས་ཀྱིས་གྲོས་ཐག་བཅད་
ཡོད་པ།
- ༡༠.༣.༣ རྒྱུགས་གྲུབ་མེད་པའི་སྤྲོད་པའི་ཁྲི་པར་ཚུར་བཟུ་སོར་འབད་ནི།

༡༡ ལས་བྱེད་པའི་མིང་ཐོ་དང་བརྒྱད་འཕྲིན་ཡང་།

PABX: ༣༣༡༧༡༣/༣༣༧༣༧༡ Fax: ༣༣༡༧༡༣

ཡང་ .	མིང་གསལ།	གོ་གནས།	བརྒྱད་ འཕྲིན།	འགྲུལ་འཕྲིན།
༡	རྩེ་འཛོལ་སངས་རྒྱལ་ དབང་འདུས།	མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན།	Ext: ༡༧༩	༣༣༧༩༧༧/ ༡༧༩༧༩༧༩༧
༢	རྩེ་འཛོལ་རྟོག་འབྲེལ་ དབང་འདུས།	མདོ་འཛིན་འོག་མ། སློབ་ ཕྲུག་ལས་འབྲེལ།	༡༠༩	༡༧༩༩༩༩༧༧
༣	རྩེ་འཛོལ་ཤེས་རབ་རྟོ་ རྟོ།	མདོ་འཛིན་འོག་མ། སློབ་ རིག་ལས་འབྲེལ།		༡༧༩༩༩༩༧༧
༤	རྩེ་འཛོལ་རྟོ་ཕྲུག།	ཞིབ་རྟོགས་མཁུ་དབང།	༡༣༠	༡༧༩༩༩༩༧༧
༥	རྩེ་འཛོལ་བརྟན་པའི་ རྒྱལ་མཚན།	ཞིབ་རྟོགས་མཁུ་དབང།	༡༤༠	༡༧༩༩༩༩༧༧
༦	རྩེ་འཛོལ་བ་བཀྲིས།	ཞིབ་རྟོགས་མཁུ་དབང།	༡༥༣	༡༧༩༩༩༩༧༧
༧	རྩེ་འཛོལ་ཕྱ་མོ།	ཞིབ་རྟོགས་མཁུ་དབང།	༡༠༩	༡༧༩༩༩༩༧༧
༨	བདེ་ཆེན་ཆོས་སློབ།	ལེགས་སྦྱར་བ།	༡༡༠	༡༧༩༩༩༩༧༧
༩	རྩེ་འཛོལ་འཇམ་ དབང་ལེས་རྟོ།	ལེགས་སྦྱར་བ། རྩེ་འཛོལ་ ལས་རིམ་འགོ་འཛིན།	༡༡༥	༡༧༩༩༩༩༧༧
༡༠	རྩེ་འཛོལ་སྐལ་བཟང་ ཆོ་རིང་།	ལེགས་སྦྱར་བ།	༡༡༦	༡༧༩༩༩༩༧༧
༡༡	རྩེ་འཛོལ་གསང་ སྐགས་ཆོས་འཕེལ།	སྐུན་པའི་ལས་རིམ་འགོ་ འཛིན། ཉལ་ཁང་དོ་དམ།	༡༡༧	༡༧༩༩༩༩༧༧

༡༢	དྲུང་འཆོ་བསོད་ ནམས་ཕུན་ཚོགས།	ཞིབ་རོགས་ལེགས་སྦྱར་བ།		༡༧༧༤༢༤༢༩
༡༣	པར་རྒྱལ་མཆོན།	བདག་སྒྲུང་འགོ་དཔོན།	༡༠༡	༡༧༤༡༥༥༤༥
༡༤	ཆོ་རིང་ལྷ་མོ།	བདེ་འཕུལ་ལས་རོགས།	༡༡༤	༡༧༣༤༢༧༤༤
༡༥	བདེ་ཆེན་མཆོ་མོ།	ཕྱིས་འཛིན་པ།	༡༠༢	༡༧༥༧༢༩༤༤
༡༦	ཀམ།	མཛོད་གཉེར།	༡༣༩	༡༧༤༤༩༤༤༡
༡༧	བླ་དཔལ་ཏ་མང།	བདག་སྒྲུང་ལས་རོཌ།	༡༣༤	༡༧༢༧༢༢༢༥
༡༨	ཞུམ་བཟང་མོ།	དཔེ་གཉེར་ལས་རོཌ།	༡༢༣	༡༧༣༤༢༢༢༡
༡༩	བསྟན་འཛིན་དབང་ མོ།	སྒྲོག་འཕུལ་ལས་འཛིན་པ།	༡༣༧	༡༧༤༧༢༤༠༣
༢༠	དྲུང་འཆོ་ཆོ་དབང་ རྒྱལ་མཆོན།	འགྲེམས་སྟོན་འགོ་འཛིན་པ།	༡༤༠	༡༧༤༧༠༤༢༢
༢༡	བསྟན་པ་རྒྱལ་མཆོ།	ཆུ་འཕུལ་ལས་འཛིན་པ།	༡༢༧	༡༧༤༤༤༤༠༥
༢༢	བསྟན་འཛིན་དབང་ མོ།	བསྐྱེད་པ།	༩	༡༧༤༢༡༢༤༢
༢༣	ཆོ་རིང་དབང་སྒྲོན།	ཡིག་སྒྲུལ་པ།	༡༠༤	༡༧༤༥༢༢༤༥
༢༤	སྒྲི་རྩོམ།	དེད་གཞིགས།		༡༧༤༧༢༡༩༢
༢༥	ཡེ་ཤེས་དཔེ་སྒྲུབ།	དེད་གཞིགས།		༡༧༤༠༧༢༠༡
༢༦	ཞོར་བུ་དབང་འདུས།	ཐབ་ཚང་པ།		༡༧༩༢༠༧༩༤
༢༧	སངས་རྒྱལ།	ཐབ་ཚང་པ།		༡༧༢༢༢༢༢༢
༢༨	པར་ཆོས་སྒྲོན།	ཕྱག་དར་པ།		༡༧༤༢༩༢༤༢
༢༩	བཀྲིས་དབང་མོ།	ཕྱག་དར་པ།		༡༧༢༢༠༢༡༢
༣༠	སངས་རྒྱལ་ལྷ་མོ།	ལྷ་མ་ར་གཉེར་པ།		༡༧༤༥༤༧༢༢

༣༡	ལུ་ཅུ་ཅུང་།	ཁང་སྤང་པ། སྦྱོང་སྦྱོང་ འཕེལ། གླུང་ཐལ།		༡༧༥༤༣༤༡༣
༣༢	སྤུན་ཚྭ་གསལ་དབང་ འདུས།	ཡོངས་དཔོན།		༡༧༥༠༢༧༧༩
༣༣	བསོད་ནམས་ཚེས་ སྦྱོན།	ཡོངས་དཔོན།		༡༧༥༤༤༩༢༩

༤༢ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་སློབ་སྦྱོང་གི་གྲངས་ལ།

ཨང་	སློབ་སྦྱོང་།	ཕོ།	མོ།	བསྟོམས།
༡	རྒྱ་རྒྱུ་འཛོམས་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ^༥ པ།	༤	༣	༧
༢	རྒྱ་རྒྱུ་འཛོམས་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ^༤ པ།	༥	༣	༨
༣	རྒྱ་རྒྱུ་འཛོམས་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ^༣ པ།	༩	༢	༡༡
༤	རྒྱ་རྒྱུ་འཛོམས་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ^༢ པ།	༦	༣	༩
༥	རྒྱ་རྒྱུ་འཛོམས་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ^༡ པ།	༧	༤	༡༡
༦	སྤུན་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ^༣ པ།	༨	༦	༡༤
༧	སྤུན་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ^༢ པ།	༦	༧	༡༣
༨	སྤུན་པའི་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ^༡ པ།	༣	༡༡	༡༤
༩	རྒྱ་རྒྱུ་འཛོམས་སློབ་སྦྱོང་ལོ་རིམ་ ^༡ པ།	༠	༡	༡
༡༠	འཇམ་དབྱང་མཁས་མཆོག་ལོ་རིམ་ ^༡ པ།	༡	༠	༡
	བསྟོམས།	༤༩	༤༠	༨༩

༡༩ སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས།

༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། ཁྲི་འཛིན།
༢. སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འགོ་འདྲེན་པ།
༣. སློབ་ཕྱག་མདོ་འཛིན་འོག་མ་འཐུས་མི།
༤. སྦྱང་བཅུ་འགོ་འཛིན་པ། འཐུས་མི།
༥. ཚེས་རྒྱགས་འགོ་འདྲེན་པ། འཐུས་མི།
༦. སླན་ཁང་སྡེ་འཛིན། འཐུས་མི།
༧. སླན་བཅོམ་འགོ་དཔོན། འཐུས་མི།
༨. རྣམ་རྒྱལ་ལྟ་མོ། ཞིབ་རྟགས་མཁས་དབང་། འཐུས་མི།
༩. དྲུང་འཆོ་རྒྱ་བ་བཀྲ་ཤིས། ཞིབ་རྟགས་མཁས་དབང་། འཐུས་མི།
༡༠. བདག་སྦྱང་འགོ་དཔོན། འཐུས་མི།
༡༡. ལས་རིམ་འགོ་དཔོན། རང་སླན་ལས་ཁུངས། འཐུས་མི།
༡༢. ཡོངས་དཔོན། སློབ་སྦྱང་པའི་འཐུས་མི།

༡༩.༡ དམིགས་ལུལ།

ཚོགས་པ་གཞི་བཙུགས་འབད་དགོཔ་དེ་ཡང་སྤེལ་ཁང་ནང་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་ཤེས་
 རིག་གི་ལམ་ལུགས་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ ཚེས་ཚན་ཚུ་གཞུང་ནང་ལུ་ལག་ལེན་
 ཡར་ཤུག་དང་གོང་འཕེལ་ རྟོན་ཐངས་ བཅོམ་བཀོད་ཚུ་གི་སྤྱི་ཚད་དང་ སློབ་
 རིག་ཚད་གཞི་ཚུ་ གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་སྤྱི་ཚད་དང་འབྲེལ་འགན་ཁག་
 འབག་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

༡༣-༡ སློབ་རིག་བཀོད་ཚྭ་གསལ་གྱི་འགན་འཁུར།

- ༡༣-༡-༡ གཙུག་ལག་སློབ་སྦྱང་པ་གསར་བཙུག་གི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
- ༡༣-༡-༢ སློབ་སྦྱང་པ་ཚུ་གི་ཤེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་དང་ སླིག་ལམ་ རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་ལུ་
བཟུ་རྟོག་འབད་ནི།
- ༡༣-༡-༣ གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་ལས་རིམ་ནང་མ་ཚུད་མི་ཚུ་གི་འགན་ཁུར་འབག་ནི།
- ༡༣-༡-༤ གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་གིས་བཀོད་པའི་ལས་རིམ་ཚུ་འཛིན་སྦྱོང་འཐབ་ནི།
- ༡༣-༡-༥ ལོ་བསྟར་བཞིན་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་གི་གྲུབ་འབྲས་སྟན་ལུ་འཕྲི་ཐོག་ དང་ལེན་
དང་ངོས་ལེན་ དེ་ལས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གདོང་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་གྲུབ་
འབྲས་ཚུ་གཙུག་ལག་སློབ་རིག་བཀོད་ཚྭ་གསལ་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་ནི།
- ༡༣-༡-༦ ཆོས་རྒྱལ་ལེན་ཐངས་གྱི་ལམ་ལུགས་གཞི་བཙུག་འབད་བའི་ཐོག་ལུ་ཆོས་
རྒྱལ་བཀོད་ཚྭ་གསལ་གྱིས་ཚུལ་དང་མཐུན་མ་སྤྱོད་ལག་ལེན་འཐབ་མི་འཐབ་
བཟུ་ནི།
- ༡༣-༡-༧ སློབ་ཚྭ་གསལ་གྱི་ལོ་བསྟར་གོང་འཕེལ་འཆར་གཞི་བཅུམ་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་
འབད་ནི།
- ༡༣-༡-༨ གསོ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་ལུ་ངོས་ལེན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་
མཛད་ནི།
- ༡༣-༡-༩ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི་ལས་རིམ་བཅུམ་སྤྱོད་སློབ་རིག་བཀོད་
ཚྭ་གསལ་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་ནི།
- ༡༣-༡-༡༠ བཀོད་ཚྭ་གསལ་གྱིས་ལོ་རེའི་བར་ན་སྟན་ལུ་ཐངས་གཉིས་རེ་གཙུག་ལག་
སློབ་རིག་བཀོད་ཚྭ་གསལ་ལུ་སྟན་ལུ་ཕུལ་ནི།

༡༥ ཆོས་རྒྱལ་སྐོད་ཆོགས།

༡. མདོ་འཛིན་འོག་མ། སློབ་རིག་ལས་འབྲེལ། གྲི་འཛིན།
༢. རྩལ་འཛོམས་སྐྱེས་ཆོས་འཕེལ། ཆོས་རྒྱལ་སྐོད་འབྲེལ་པ།
༣. སློབ་ཕྱག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འཕུས་མི།
༤. སྦྱང་བརྩམས་འགོ་འཛིན་པ། འཕུས་མི།
༥. བདེ་ཆེན་ཆོས་སྦྱོན། ལེགས་སྦྱར་བ། འཕུས་མི།

༡༥.༡ ཆོགས་པའི་ལྷ་འགན།

- ༡༥.༡.༡ ཆོས་རྒྱལ་སྐོད་འཕུན་མཛུགས་སྤེལ་ག་ལེན་འཐབ་ནི།
- ༡༥.༡.༢ ཆོས་རྒྱལ་སྐོད་ཞིན་མ་ལས་སྦྱངས་འབྲས་གསལ་བསྐྱེད་འབྲེལ་ནི།
- ༡༥.༡.༣ ཆོས་རྒྱལ་སྐོད་སྦྱངས་འབྲས་ལས་བརྟེན་པའི་བྱ་སྤྲེལ་མ་བདེམ་རེ་
ཐོན་ཆེ་སློབ་རིག་བཀོད་ཆོགས་དང་འབྲེལ་གཏུགས་འབྲེལ་ནི།
- ༡༥.༡.༤ སློབ་དུས་དང་མཐའ་དབྱེད་ཆོས་རྒྱལ་སྐོད་ཀྱི་བྱ་སྤྲེལ་མཐའ་དབྱེད་དང་ཆ་
འཛིན་འབྲེལ་ནི།
- ༡༥.༡.༥ སློབ་སྦྱོང་པ་ལུ་ན་ཆ་དང་ཕམ་ལུ་ཤི་རྒྱུན་གྱི་སྦྱོང་སྤྲེལ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ཆོས་
རྒྱལ་སྐོད་ལས་མ་ཆུགས་པའི་གནད་དོན་རེ་འཐོན་པ་ཅིན་ འོས་བབས་ཅན་
གྱི་སྤྲེལ་འང་ལག་ཁྱེར་དང་ཉེན་བཅོལ་སོགས་ཡིག་ཆའི་རིགས་ཆོས་རྒྱལ་སྐོད་
བཀོད་ཆོགས་ལུ་སྤྲེལ་ཏེ་འོས་བབས་བཟླ་ནི།
- ༡༥.༡.༦ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་བཀོད་ཆོགས་ཀྱི་ཞལ་འཛོམས་འཛོགས་ནི།
- ༡༥.༡.༧ ཆོས་རྒྱལ་སྐོད་ཀྱི་བྱ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་གྱི་འབྲེལ་ཆུང་གཏན་འཇགས་ཀྱི་དོན་
ལུ་ཡིག་སྦྱོང་ནང་བཞག་ནི།

༡༤.༡.༡ དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་སྒྲར་ལོག་ཚེས་རྒྱལ་སྤྱོད་སྒྲར་ལོག་སྦྱང་བཟང་
འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།

༡༥ སློབ་ཚན་གསལ་སྤྱོད་ཚད་ཚེགས་པ།

༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། ཁྲི་འཛིན།
༢. སྤྱང་འཛོལ་ཤེས་རབ་དོན་རྗེ། འགོ་འདྲེན་པ།
༣. སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འཐུས་མི།
༤. སློབ་ཕྲུག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འཐུས་མི།
༥. སྦྱང་བཟང་འགོ་འཛིན་པ། འཐུས་མི།
༦. སྤྱང་འཛོལ་དོན་ཕྲུག་ཞིབ་རྟགས་མཁུ་སྤྱོད་པ། འཐུས་མི།
༧. རྣམ་རྒྱལ་ལྟ་མོ། ཞིབ་རྟགས་མཁུ་སྤྱོད་པ། འཐུས་མི།
༨. ཚེས་རྒྱལ་སྤྱོད་འགོ་འདྲེན་པ། འཐུས་མི།
༩. བདག་སྦྱང་འགོ་དཔོན། འཐུས་མི།

༡༥.༡ ཚེགས་པའི་འགན་འཁུར།

- ༡༥.༡.༡ སློབ་ཚན་གསལ་ནང་ལུ་ཤེས་ཡོན་གནས་སྤྱང་སྤྱོད་ལྟ་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༢ སློབ་སྦྱོར་ཚུ་དུས་ཐོག་ལུ་མཛུགས་བསྟུ་ཡོད་མེད་དང་ཚད་ལྡན་སློབ་སྦྱོར་
འབད་ཡོད་མེད་དེ་ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༣ སྦྱང་ལཱ་དང་ལས་འགུལ་ཚུ་འོས་ལྡན་སྦྱོད་ཡོད་མེད་དང་སྤྱོད་ཚུ་འོས་
ལྡན་བྱིན་མ་བྱིན་བཟང་ནི།

- ༡༥.༡.༤ ཏུས་རྒྱན་དབྱེ་ཞིབ་དང་སློབ་ཏུས་ཚས་རྒྱགས་ཀྱི་དྲི་བ་དང་སྐྱགས་ཚུ་འོས་
ལྷན་དང་བློན་ལོན་མེད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༥ སློབ་སྦྱོང་གི་རིགས་མཐའ་དཔུང་མ་འབད་བའི་རྟེ་མ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༦ སློབ་སྦྱོང་པའི་འཇུལ་ཞུགས་བྱུང་ཚེས་ཚུ་འོས་འབབ་ལྷན་མི་ལྷན་བརྟག་
ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༧ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ཏུས་དང་ཏུས་སྤུ་འཛུམས་ཐོག་ལས་དབྱེ་ཞིབ་དང་
ལེགས་བཅས་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༨ སློབ་སློན་དང་ལས་རིམ་ཚུ་དགོས་མཁོ་དང་འོས་ལྷན་ལོན་མེད་སློབ་དཔོན་
དང་སློབ་ཕྱག་ཚུ་ལས་བསམ་འཆར་ཚུ་ལེན་ཏེ་སློབ་རིག་བཀོད་ཚྭ་གསལ་ལུ་
ཕུལ་ནི།
- ༡༥.༡.༩ སློབ་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་དང་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་འོས་ལྷན་
ལོན་མེད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༡༠ སློབ་ཚྭ་གསལ་ཀྱི་ལཱ་དང་འབྲེལ་བའི་མི་སྣ་བས་ཚུ་ལ་བཞིན་ལོན་མེད་དབྱེ་
ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༡༡ སློབ་སྦྱོང་པའི་ཞབས་རྟོག་དང་མཐུན་རྐྱེན་ལངས་སྤོལ་ལོན་མེད་དབྱེ་ཞིབ་
འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༡༢ སློབ་ཚྭ་གསལ་ནང་ཉེན་སྲུང་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་གནས་ཚད་ཁར་ལོན་མེད་
དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༡༣ སློབ་ཚྭ་གསལ་ཀྱི་ནང་ལུ་གཞོན་ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ལ་
བཞིན་ལག་ལེན་འཐབ་མ་འཐབ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

༣༥.༡.༡༧ སྤྱི་ཚད་ཚོགས་པའི་འགོ་འདྲན་པ་གིས་སློབ་དུས་ཅེ་ནང་སྤྱི་ཚད་དབྱེ་

ཞིབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞལ་འཛོམས་ཚར་ཅེ་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༡༥.༡.༡༥ སྤྱི་ཚད་ཚོགས་པའི་འགོ་འདྲན་པ་གིས་ལོ་ལྟར་སྤྱི་ཚད་དབྱེ་ཞིབ་ཚར་

རེ་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༢༩ ཞིབ་འཆོལ་བཀོད་ཆོགས།

༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། ཁྱི་འཛིན།
༢. སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འགོ་འབྲེན་པ།
༣. རྣམ་རྒྱལ་ལྟ་མོ། ཞིབ་རོགས་མཁས་དབང་། འཇུག་མི།
༤. སྦྱང་བཟུང་འགོ་འཛིན་པ། འཇུག་མི།
༥. འཇུང་འཆོ་ལྷ་བ་བཀྲིས། ཞིབ་རོགས་མཁས་དབང་། འཇུག་མི།
༦. བདེ་ཆེན་ཆོས་སློན། ལེགས་བཤད་པ། འཇུག་མི།

༥༦.༡ ཞིབ་འཆོལ་བཀོད་ཆོག་ས་ཀྱི་འགན་འཁུར།

- ༡༩.༡.༡ སྤེལ་ཁང་གི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་ཞིབ་འཛེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་
 གཞི་རྟེན་ལག་དབ་བཟོ་ནི།
 ༡༩.༡.༢ ཞལ་འཛོམས་དང་གྲོས་འཛོམས་ཆོགས་ནི་ལ་སོགས་པའི་བྱ་སྤྱོད་རིམ་པ་རྩ་
 རྩས་ཐོག་ལུ་འགོ་འབྲེན་དང་ལམ་སྟོན་འབད་ནི།
 ༡༩.༡.༣ འབྲུག་གསོ་རིག་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་གི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་ཞིབ་འཛེལ་གྱི་
 འབྲེལ་གཏུགས་འབད་ནི་དང་ རྒྱལ་སྤྱི་གི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་ཡང་རིག་པ་
 བརྗེ་སོང་གྱི་ཐབས་ལམ་རྩ་འཛེལ་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༩.༡.༤ རང་སེའི་བྱད་རིག་ནང་ལུ་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་གི་སློབ་སྦྱང་བསྐྱེད་བཅུག་
ནི།

༡༩.༡.༥ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་གོས་འཆར་དང་ སྙན་ལུ་ཚུ་ཚུལ་དང་ལཱ་ནམ་སྤྲོ་ཡོད་མེད་གྱི་
དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ཆ་འཛུགས་འབད་ནི།

༡༩.༡.༦ རང་པའི་སླུན་བཅོས་གྱི་ཞབས་ཏྲུག་ལས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ ཅུས་དེབ་དང་
གནས་དེབ་ལ་སོགས་པའི་གི་དེབ་པར་བསྐྱུན་འབད་དགོ་མི་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་
འབད་དེ་པར་བསྐྱུན་འབད་ནི།

༡༥ སླིག་ཁྲིམས་ཚྭ་གསལ་པ།

༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། ཁྲི་འཛིན།
༢. སློབ་ཕྱག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འགོ་འདྲེན་པ།
༣. སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འཇུག་མི།
༤. ཉལ་ཁང་དོ་དམ། འཇུག་མི།
༥. བདག་སྐྱོང་འགོ་དཔོན། འཇུག་མི།
༦. ཡོངས་དཔོན། འཇུག་མི།

༡༦.༡ སླིག་ཁྲིམས་ཚྭ་གསལ་པའི་དམིགས་ཡུལ།

སློབ་ཕྱག་ཚུ་གི་ཀླན་སྤོང་དང་ཀླན་སྤྱོད་ཚུ་སྤེལ་ཁང་གི་སླིག་གཞི་ལས་ལུགས་དང་
འཁྲིལ་ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་ངན་པ་ཚར་གཅོད་དང་བཟང་པོ་གཟེངས་བསྟོད་
འབད་དེ་སློབ་ཕྱག་གི་བྱ་གཞག་བསམ་སྤྱོད་ཡང་དག་བཟོ་ནི་འདི་ཨིན།

༡༧-༡ སླིག་ཁྲིམས་ཆོགས་པའི་འགན་འཁུར།

- ༡༧-༡-༡ དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱུན་ཞལ་འཛུམས་འཆོགས་ནི།
- ༡༧-༡-༢ སློབ་ཕྱག་ཚུ་གི་སླིག་གཞི་དང་འགལ་བའི་དོན་ཚན་གྱ་ གྲོས་བསྐྱར་དང་།
བདེན་ཚུན་གྱི་དབྱེ་ཞིབ་ཕྱེ་ནི།
- ༡༧-༡-༣ སླིག་གཞིའི་ལམ་ལུགས་འདི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༧-༡-༤ མོས་མཐུན་གྱི་སློ་ལས་མཐའ་དཔུང་གི་གྲོས་ཆོད་བཏོན་ནི།
- ༡༧-༡-༥ ཐག་བཅད་གནང་མི་གྲོས་བཅུད་འདི། ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་འབྲེལ་ཡོད་
མི་ངོམ་དང་འདི་གི་བདག་འཛིན་པ་ལུ་སྦྱོང་ནི།
- ༡༧-༡-༦ མི་ངོམ་སོ་སོའི་ཁེ་ཕན་དང་འཁོན་འཛིན་ལུ་གཞིར་བཞག་ཐོག་མིན་པར་
ངང་བདེན་གྱི་སློ་ལས་གྲོས་ཆོད་བཏོན་ནི།
- ༡༧-༡-༧ སྤེལ་ཁང་གི་སླིག་གཞི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲིལ་ ཉེས་
འགལ་འབད་མི་ལུ་ཆོགས་པ་གིས་འོས་འབབ་དང་བསྐྱུན་པའི་ཉེས་ཁྲིམས་
བཀལ་ནི།
- ༡༧-༡-༨ ཆོགས་པ་གིས་གྲོས་ཆོད་འདི་ མཐའ་དཔུང་གི་གྲོས་ཆོད་སྤེལ་ལེན་དང་
ཆ་འཛིག་འབད་ནི།

༡༨ ཅ་གཞུང་ཆོགས་པ།

- ༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། ཁྲི་འཛིན།
- ༢. སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོགམ། འཐུས་མི།
- ༣. ཡུང་འཛིན་སྦྱང་བཅུར་འགོ་འཛིན་པ། འཐུས་མི།
- ༤. སློབ་པའི་སྦྱང་བཅུར་འགོ་འཛིན་པ། འཐུས་མི།

༥. བདེ་ཆེན་ཚོས་སློན། འཇུག་མི།
༦. ཚོས་རྒྱལ་མཉམ་འགོ་འདྲེན་པ། འཇུག་མི།
༧. བྱང་འཛོལ་སྒྲེད་བར་མོ། ཕྱི་འཇུག་མི།

༡༡.༡ ཚོགས་པའི་འགན་ཁུར།

- ༡༡.༡.༡ ཚོས་ཚན་ཅད་གཞུང་གི་རིགས་སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་མཐའ་དཔྱད་མ་
འབད་བའི་རྟེན་མ་བསྐྱར་ཞིབ་ཚུལ་མཐུན་ཡོད་མེད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༡.༡.༢ སློབ་ཚན་གྱི་རིགས་གནས་ཚད་དང་ལྷན་མི་ལྷན་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༡.༡.༣ དུས་དང་དུས་སྡུམ་ཚོས་ཚན་ཅད་གཞུང་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་དུས་མཐུན་བཟོ་ནི།
- ༡༡.༡.༤ དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱར་ཚོས་ཚན་ཅད་གཞུང་གསར་བཙུམ་འབད་ནི།

༡༢ ཟུང་རིགས་ཚོགས་པ།

༡. སློབ་ཕྱག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། ཁྱིམ་འཛིན།
༢. བྱང་འཛོལ་སྒྲེད་བར་ཚུལ་མཚན། འགོ་འདྲེན་པ།
༣. ཀམ། མཛོད་གཉེར་ལས་རིགས་པ་གོང་མ། འཇུག་མི།
༤. རྩ་རྒྱལ་ཏུ་མང་། བདག་སྐྱོང་ལས་རིགས། འཇུག་མི།
༥. སློབ་སྦྱོང་པའི་ཟུང་རིགས་འགོ་འདྲེན་པ།

༡༢.༡ ཚོགས་པའི་འགན་ཁུར།

- ༡༢.༡.༡ སྤེལ་ཁང་གི་ཟུང་རིགས་ཚོགས་པ་གིས་ཟུང་རིགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཚུ་གཙུག་
ལག་སློབ་སྤྱིའི་ལམ་སྟོན་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།

- ༡༩.༡.༡ ཚོགས་པ་གིས་སྤེལ་ཁང་གི་ཅུད་རིགས་ཀྱི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲན་འཐབ་ནི།
- ༡༩.༡.༢ ཟ࿉་དང་ནང་འཁོད་ཅུད་རིགས་འགྲན་བསྐྱར་ནང་བཅའ་མ་གཏོགས་ནིའི་
དོན་ལུ་བཅག་འཐུ་བརྒྱུ་སྤྱི་གླིང་འབད་ནི།
- ༡༩.༡.༣ ཚོགས་པ་གིས་གཙུག་ལག་སློབ་སྤྱི་གི་ཅུད་རིགས་ཚོགས་པ་དང་གཅིག་
ཁར་འབྲི་བསྐྱར་འབད་དེ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཅུད་རིགས་ཚོགས་པ་ཚུ་
དང་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ནི།
- ༡༩.༡.༤ རྒྱལ་ཡོངས་དང་ལུང་ཕྱོགས། རྒྱལ་སྤྱི་གི་འགྲན་བསྐྱར་ནང་བཅའ་མར་
གཏོགས་ནི་གི་དོན་ལུ་གཙུག་ལག་སློབ་སྤྱི་གི་ཅུད་རིགས་སྤྱི་ཚན་བཟོ་ནི་
ནང་རྒྱབ་སྦྱོར་འབད་ནི།
- ༡༩.༡.༥ སྤེལ་ཁང་ནང་ལུ་ཅུད་རིགས་ཀྱི་མཐུན་རྒྱུ་ཚུ་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི།
- ༡༩.༡.༦ ཅུད་རིགས་འདི་གཟུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྐྱེད་ལུ་ཁག་ཆེན་ཨིན་མ་
སེམས་ལུ་ངེས་བཅུག་ནི།
- ༡༩.༡.༧ རང་ལུགས་ཀྱི་ཅུད་མའི་རིགས་ཚུ་འགོ་འདྲན་འཐབ་དགོ།

༣༠ སྐྱོན་སྒྲའི་ཚོགས་པ།

༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། ཁྱི་འཛིན།
༢. རྒྱང་འཛོ་སྐལ་བཟང་ཆེ་རིང་། འགོ་འདྲན་པ།
༣. རྒྱང་འཛོ་རྩོ་ཕུག་ འཐུས་མི།
༤. བདེ་ཆེན་མཚོ་མོ། ཕྱིས་འཛིན་པ།
༥. རྒྱང་འཛོ་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་འཕེལ། འཐུས་མི།
༦. བསྐྱར་རྒྱལ་མཚན། འཐུས་མི།

- ཡ. ཡོངས་དཔོན། འཇུག་མི།
༤. སློབ་སློབ་ཚྲིག་སློབ་མཉེན་པ། འཇུག་མི།

༣༠.༡ ཚྲིག་སློབ་པའི་འགན་ཁུར།

- ༣༠.༡.༡ སློབ་སློབ་མཉེན་པ་ལྟ་མཁན་གསལ་དང་སློབ་སློབ་ཚྲིག་པའི་དོན་ལུ་མ་དངུལ་བཟོ་ནི།
༣༠.༡.༢ འགོ་འདྲེན་པ་ནས་སློབ་པའི་མཉེན་སློབ་སློབ་ཚྲིག་པའི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
༣༠.༡.༣ སློབ་སློབ་མཉེན་པ་ལྟ་མཁན་ཆེ་བའི་ཅ་ཆས་མཁོ་སྤྲོད་འབད་ནི།
༣༠.༡.༤ གསལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྲིག་སློབ་པ་ནང་ལུ་དབང་བསྐྱར་ཆོས་བཤད་དང་འབྲེལ་བའི་གཤམ་ཅན་གྱི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
༣༠.༡.༥ གསལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྲིག་སློབ་པ་དང་གཞན་ཡང་དང་མོས་ཅན་ཚུ་ལུ་སློབ་སློབ་ཚྲིག་པའི་ཕན་ཡོན་སྤྲོད་པའི་བཤད་དེ་གཞན་ཕན་གྱི་ཀུན་སློང་དང་ཀུན་སྦྱོང་གོང་འཕེལ་འགྱུར་བཟུགས་ནི།
༣༠.༡.༦ འགོ་འདྲེན་པ་གིས་དུས་ཐོག་ལུ་བཟུང་འཇུག་ཏུ་ཆོང་བརྒྱབ་སྟེ་ཐབ་ཚང་པ་ལུ་ཕྱིས་སྦྱོང་ནི་དང་ ལོ་བསྟར་སྟེན་ཏུ་སྤྲོད་ནི།
༣༠.༡.༧ སློབ་སྦྱོང་ཚུ་སློབ་སློབ་པའི་མཉེན་པ་ལྟ་མཁན་ཐོག་ལུ་སྤྲོད་ནི།
༣༠.༡.༨ འགོ་འདྲེན་པ་གིས་དགོས་མཁོ་དང་བསྟུན་ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
༣༠.༡.༩ སློབ་སློབ་མཉེན་པ་གི་དགོན་གཉེར་དང་དགོན་གཉེར་ལས་རྒྱུ་གཉེན་པའི་འགན་ཁུར་ལས་བརྟེན་པའི་འཇུག་མི་ཨིན་མ་ལས། ཁོང་གཉེན་གྱིས་དུས་ཀྱི་ཕྱག་བཟུང་དང་ཕྱག་མཆོད་སྤྲོད་ནི། སློབ་སྦྱོང་ལེན་ནི། ཉེ་ཆོང་འགོ་འདྲེན་པ་ལུ་ལས་རྒྱུ་འཐབ་ནི།

༣༠.༡.༡༠ གཞི་རྟེན་མ་དངུལ་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་སྟོན་ནི།

༣༠.༡.༡༡ ཕྱིས་འཛིན་པ་གིས་ལོ་ལྟར་བསྐྱོན་འགྲུལ་གྱི་སྐྱེད་དང་ངོ་བོ་བསྐྱུ་ལེན་
འབད་ནི།

སྤེལ་ཁང་གི་ཁྲི་ཐོ། ༢༠༢༣

འབྲུག་ཁྲི་བརྩམས་པ་དང་བརྩམས་པ་

JANUARY 2023

ཁྲི་ཐོ། SUN	མིང་། MON	ལྷན་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྤེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
1 ༡༠	2 ༡༡	3 ༡༢	4 ༡༣	5 ༡༤	6 ༡༥	7 ༡༦
8 ༡༧	9 ༡༨	10 ༡༩	11 ༡༩	12 ༢༠	13 ༢༡	14 ༢༢
15 ༢༣	16 ༢༤	17 ༢༥	18 ༢༦	19 ༢༧	20 ༢༨	21 ༢༩
22 ༡	23 ༢	24 ༣	25 ༤	26 ༥	27 ༦	28 ༧
29 ༨	30 ༩	31 ༡༠				

2 - དགུན་ཉིན་ལོག་པའི་གསལ། Nyilo (Winter Solstice)

22 - སྤར་སློབ་འབྲུལ་བ་སྤུལ་བའི་ལོ་གསར་པའི་གསལ། Traditional Day of Offering

29 - སློབ་སྦྱོང་པ་རྩེ་སྤར་ལོག་འཛུལ་ཞི།

འབྲུག་ཁྲི་བརྩམས་པ་དང་དང་པ།

FEBRUARY 2023

ཁྲི་ཐོ། SUN	མིང་། MON	ལྷན་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྤེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
			1 ༡༡	2 ༡༢	3 ༡༣	4 ༡༤
5 ༡༥	6 ༡༦	7 ༡༧	8 ༡༨	9 ༡༩	10 ༢༠	11 ༢༡
12 ༢༢	13 ༢༣	14 ༢༤	15 ༢༥	16 ༢༦	17 ༢༧	18 ༢༨
19 ༢༩	20 ༣༠	21 ༡	22 ༢	23 ༣	24 ༤	25 ༥
26 ༦	27 ༧	28 ༨				

3 - རེས་གཟའ་སྤེན་པའི་གསལ་བཤད་ལས་རིམ་འགོ་བརྩམས་ཞི།

16 - སློབ་ཚྭ་སྤུལ་ཚད་ཚྭ་སྤུལ་པའི་ཞལ་འཛུལ་འཛུལ་ཞི།

21-22 - རང་ལུགས་གནས་ལོ་རྒྱུ་མོ་ལོས་ལོའི་ལོ་གསར་པའི་གསལ། ༢༠༢༣།

21-23 - མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་སྤེན་པའི་གསལ།

འབྲུག་ཁྱེད་པ་དང་གཉིས་པ།

MARCH 2023

ཁྱེད་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྟེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
			1 ༡༠	2 ༡༠	3 ༡༡	4 ༡༢
5 ༡༣	6 ༡༤	7 ༡༥	8 ༡༦	9 ༡༧	10 ༡༨	11 ༡༩
12 ༢༠	13 ༢༡	14 ༢༢	15 ༢༣	16 ༢༤	17 ༢༥	18 ༢༦
19 ༢༧	20 ༢༨	21 ༢༩	22 ༣	23 ༤	24 ༥	25 ༦
26 ༧	27 ༨	28 ༩	29 ༡༠	30 ༡༡	31 ༡༢	

21 - སྟོབ་ཚོགས་ཀྱི་སྐུ་རིམ་འབྲུག་དག་ཚར་ལྷག་ནི། འགོ་འདྲེན་པ། སྟེན་པ་ཚོགས་པ།

27 - ཕྱི་རྒྱལ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི། ཕྱི་རྒྱལ་འགོ་འདྲེན་པ།

འབྲུག་ཁྱེད་པ་དང་གཉིས་པ།

APRIL 2023

ཁྱེད་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྟེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
30 ༡༠						1 ༡༡
2 ༡༢	3 ༡༣	4 ༡༤	5 ༡༥	6 ༡༦	7 ༡༧	8 ༡༨
9 ༡༩	10 ༢༠	11 ༢༡	12 ༢༢	13 ༢༣	14 ༢༤	15 ༢༥
16 ༢༦	17 ༢༧	18 ༢༨	19 ༢༩	20 ༣༠	21 ༣	22 ༤
23 ༥	24 ༦	25 ༧	26 ༨	27 ༩	28 ༡༠	29 ༡༡

19 - སྟོབ་རིགས་བཞུད་ཚོགས་ཀྱི་ཞལ་འཛོམས། སྟོབ་རིགས་མདོ་འཛོམས།

28 - རིག་ཅུལ་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ། ཕྱི་རྒྱལ་འགོ་འདྲེན་པ།

30 - མཐུ་ཆེན་བདུད་འཛོམས་རྩི་ཆེན་དགོངས་ཆོག་སྐུ་བྱུང་བའི་གསལ་བསྐྱོད་པ།

འབྲུག་ཁྲི་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ།

MAY 2023

ཟླ་བ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྟེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
	1 ༡༡	2 ༡༢	3 ༡༣	4 ༡༤	5 ༡༥	6 ༡༦
7 ༡༧	8 ༡༨	9 ༡༩	10 ༢༠	11 ༢༡	12 ༢༢	13 ༢༣
14 ༢༤	15 ༢༥	16 ༢༦	17 ༢༧	18 ༢༨	19 ༢༩	20 ༣
21 ༤	22 ༥	23 ༦	24 ༧	25 ༨	26 ༩	27 ༡༠
28 ༡༡	29 ༡༢	30 ༡༣	31 ༡༤			

2 - འབྲུག་རྒྱལ་ཁྲི་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ངན་དལ་གསོ།

15 - མཐའ་དཔྱད་དང་སློབ་དུས་ཚེས་རྒྱུགས་ཀྱི་ཞལ་འཛུམས། ཚེས་རྒྱུགས་འགོ་འདྲེན་པ།

26 - ལུང་རིག་ཅན་གྱི་མི་ཚེས་ལྷ་ཐོག་ལས་གསལ་བཤད་གནང་བཅུག་ནི། སློབ་ཕྲུག་མདོ་འཛིན་འགམ།

འབྲུག་ཁྲི་བཞི་པ་དང་ལྔ་པ།

JUNE 2023

ཟླ་བ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྟེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
				1 ༡༤	2 ༡༥	3 ༡༦
4 ༡༧	5 ༡༨	6 ༡༩	7 ༢༠	8 ༢༡	9 ༢༢	10 ༢༣
11 ༢༤	12 ༢༥	13 ༢༦	14 ༢༧	15 ༢༨	16 ༢༩	17 ༣༠
18 ༣༡	19 ༡	20 ༢	21 ༣	22 ༤	23 ༥	24 ༦
25 ༧	26 ༨	27 ༩	28 ༡༠	29 ༡༡	30 ༡༢	

4 - བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་དུས་ཚེན་ལྷ་ཐོག་ལས་འཛུམས་དལ་གསོ། Lord Buddha's Parinirvana

- ཇི་བདེ་ལྟེ་ཞིབ་འབད་དེ་གཙུག་ལག་སློབ་སྦྱོང་དུས་ཚེན་དང་འཁྲུངས་ཚེས་རྒྱུགས་འགོ་བཅུག་ནི། ཚེས་རྒྱུགས་འགོ་འདྲེན་པ།

- གཙུག་ལག་སློབ་སྦྱོང་དུས་ཚེན་དང་འཁྲུངས་ཚེས་རྒྱུགས་མཐུག་བསྐྱེད་ཞུ་ཞིན་མ་ལས་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་དལ་གསོ་གཏང་ནི།

13 - ལོ་ཕྱིད་ཀྱི་ཐུན་མཐུག་བསྐྱེད་ནི།

28 - ལྷ་ཐོག་རིན་པོ་ཆའི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཚེན།

JULY 2023

ཟླ་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ཟླ་ག་པ། TUE	སྤར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྤེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
30 ༡༩	31 ༡༥					1 ༡༩
2 ༡༥	3 ༡༥	4 ༡༦	5 ༡༡༧	6 ༩	7 ༡༩	8 ༩༠
9 ༢༩	10 ༢༩	11 ༢༥	12 ༢༥	13 ༢༦	14 ༢༧	15 ༢༩
16 ༢༩	17 ༣༠	18 ༡	19 ༩	20 ༩	21 ༥	22 ༥
23 ༥	24 ༦	25 ༧	26 ༩	27 ༩	28 ༡༠	29 ༡༡

- 7 - གྲོ་བ་ཚོགས་ལས་ཕྱིར་པའི་ཞལ་འཛོམས།
- གཞུག་ལག་སློབ་མེད་དུས་ཚོད་དང་འབྲེལ་སློབ་སྦྱོང་པ་གསལ་རྟེན་ཚུ་འཛོམས་ནི།
- གྲོ་བ་སློང་པ་གསལ་རྟེན་འཛོམས་ཚར་པའི་ཤུལ་མ་གཙང་སྒྲུ་འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱིལ། དཀི་ཤུལ་སློབ་སྟོན་འགོ་བཙུག་ནི།
- གྲོ་བ་སློང་པ་གསལ་པ་ཚུ་ཉིན་གྲངས་༥ཉིན་པར་བརྒྱུ་མཐོང་ཤེས་ཡོན་ཁྱིམ་གསལ་བསྐྱར།
- 21 - གྲོ་བ་སླབ་པའི་དབང་པོ་གསལ་ལྟར་རྒྱུ་ལ་བཀའ་བཀའ་བཞེད་ཚེས་འཁོར་བསྟོན་པའི་དུས་ཆེན་དལ་གསོ།

AUGUST 2023

ཇེ་ཤེ། SUN	མིག་དམར། MON	ཟླ་ག་ཤེ། TUE	ལུང་ལུ། WED	པ་སངས། THUR	ཁྲིན་ཤེ། FRI	ཉི་མ། SAT
		1 ༡༥	2 ༡༦	3 ༡༧	4 ༡༨	5 ༡༩
6 ༢༠	7 ༢༡	8 ༢༢	9 ༢༣	10 ༢༤	11 ༢༥	12 ༢༦
13 ༢༧	14 ༢༨	15 ༢༩	16 ༣༠	17 ༡	18 ༢	19 ༣
20 ༤	21 ༥	22 ༦	23 ༧	24 ༨	25 ༩	26 ༡༠
27 ༡༡	28 ༡༢	29 ༡༣	30 ༡༤	31 ༡༥		

- [illegible]

འབྲུག་ཁྱིམ་པ་དང་བརྒྱུད་པ།

SEPTEMBER 2023

ཟླ་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ཡུག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྤེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
					1 ༡༢	2 ༡༣
3 ༡༤	4 ༡༥	5 ༡༦	6 ༡༧	7 ༡༨	8 ༡༩	9 ༢༠
10 ༢༡	11 ༢༢	12 ༢༣	13 ༢༤	14 ༢༥	15 ༢༦	16 ༢༧
17 ༢༨	18 ༢༩	19 ༣༠	20 ༣༡	21 ༣༢	22 ༣༣	23 ༣༤
24 ༣༥	25 ༣༦	26 ༣༧	27 ༣༨	28 ༣༩	29 ༤༠	30 ༤༡

15 - ལྷ་ཚོགས་ལས་རིམ། ལམ་སྲུང་འགོ་འདྲེན་པ།

21 - རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བདེའི་ཉིན་འཚམས་སྤྱོད་པ།

20 - ཐེམ་ཕུག་ལྷ་མོ་གཙོ་མཆོད་སྤྱོད་པ། Thimphu Drubchoe

24 - རྒྱལ་འབབ་དུས་འཚམས་སྤྱོད་པ།

24-26 - ཐེམ་ཕུག་ཚེས་བཅུ། Thimphu Tshechu

འབྲུག་ཁྱིམ་པ་དང་དགུ་པ།

OCTOBER 2023

ཟླ་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ཡུག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྤེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
1 ༡༢	2 ༡༣	3 ༡༤	4 ༡༥	5 ༡༦	6 ༡༧	7 ༡༨
8 ༡༩	9 ༢༠	10 ༢༡	11 ༢༢	12 ༢༣	13 ༢༤	14 ༢༥
15 ༢༦	16 ༢༧	17 ༢༨	18 ༢༩	19 ༣༠	20 ༣༡	21 ༣༢
22 ༣༣	23 ༣༤	24 ༣༥	25 ༣༦	26 ༣༧	27 ༣༨	28 ༣༩
29 ༤༠	30 ༤༡	31 ༤༢				

02 - ཉིན་གསུང་༡༠འི་དྲུང་སྤྱོད་པ་དང་ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་པ་དང་ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་པ་དང་ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་པ།

21 - ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་མཆོད་པ། ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་པ་དང་ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་པ།

24 - ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་མཆོད་པ།

30 - ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་པ་དང་ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་པ་དང་ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་པ་དང་ལྷ་ཚོགས་སྤྱོད་པ།

འབྲུག་ཆེན་གུ་པ་དང་བཅུ་པ།

NOVEMBER 2023

ཆེན་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྤེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
			1 ༡༩	2 ༢༠	3 ༢༡	4 ༢༢
5 ༢༣	6 ༢༤	7 ༢༥	8 ༢༦	9 ༢༧	10 ༢༨	11 ༢༩
12 ༣༠	13 ༣༡	14 ༡	15 ༢	16 ༣	17 ༤	18 ༥
19 ༦	20 ༧	21 ༨	22 ༩	23 ༡༠	24 ༡༡	25 ༡༢
26 ༡༣	27 ༡༤	28 ༡༥	29 ༡༦	30 ༡༧		

- 1 - གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་གྱི་དུས་སྟོན་དལ་གསོ། Coronation Day of His Majesty the King
 4 - ལྷ་བབས་དུས་ཆེན་དལ་གསོ། Descending Day of Lord Buddha
 6 - ཆོས་རྒྱལ་པ་བཀོད་ཆོག་གི་ཞལ་འཛུམས། ཆོས་རྒྱལ་པ་འགོ་འདྲེན་པ།
 9 - སློབ་འགྲོ་བཀོད་ཆོག་གི་ཞལ་འཛུམས།
 11 - འབྲུག་རྒྱལ་ལྷན་པའི་འབྲུངས་སྐར་དུས་སྟོན་དལ་གསོ།
 24 - རེས་གཟའ་སྤེན་པའི་གསལ་བཤད་ལས་འཛུམས་མཇུག་བསྟུན། སློབ་ཕྲུག་མདོ་འཛིན་འོགས།
 27 - སྤྱི་ལོ་ལྷན་མཇུག་བསྟུན། རོ་དམ།

འབྲུག་ཆེན་བཅུ་པ་དང་བཅུ་གཅིག་པ།

DECEMBER 2023

ཆེན་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྤེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
31 ༡༩					1 ༡༩	2 ༢༠
3 ༢༡	4 ༢༢	5 ༢༣	6 ༢༤	7 ༢༥	8 ༢༦	9 ༢༧
10 ༢༨	11 ༢༩	12 ༣༠	13 ༡	14 ༢	15 ༣	16 ༤
17 ༥	18 ༦	19 ༧	20 ༨	21 ༩	22 ༡༠	23 ༡༡
24 ༡༢	25 ༡༣	26 ༡༤	27 ༡༥	28 ༡༦	29 ༡༧	30 ༡༨

- གཞུག་ལག་སློབ་སྦྱོར་དུས་ཆེན་དང་འབྲུལ་སློབ་དུས་ཆོས་རྒྱལ་པ་འགོ་བཅུག་ནི། ཆོས་རྒྱལ་པ་འགོ་འདྲེན་པ།
 - ཆོས་རྒྱལ་པ་མཇུག་བསྟུན་ཞུས་ལས་གཙང་སྤྱོད་འཕྲུལ་གྱི་ལྷ། དེ་གི་ལྷལ་ལས་གནས་དགུན་གྱི་དལ་གསོ་བཤད་ནི།
 17 - བརྒྱུད་འཛིན་རྒྱལ་སྤྱི་དོན་མ་དགུ་བརྒྱུད་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་དུས་ཆེན་དལ་གསོ། National Day
 28 - ལོ་བསྐྱར་ལས་ལྷན་པའི་ཞལ་འཛུམས།

