



བལྟམས་མ་ཐག་རྩུ་འགོ་ལ་སླིང་རྗེ་སྐྱེས། །བར་བསྟན་ཙམ་གྱིས་གསོ་དབྱང་མ་ལུས་མཁྱེན། །
 མངོན་ཤེས་རྩུ་འཕྲུལ་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེས། །གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོར་གུས་ཕྱག་འཚེལ། །

དཀར་ཆག

ཨང་	ཚདོན།	ཤོག་གྲངས།
༡	རང་སེའི་ཁ་བྱང་ཐོ་བཏོད།	༥
༢	ངོ་སྤྲོད།	༦
༣	འཆར་སྐྱང་དང་དམིགས་ལུལ།	༡༡
༤	སྒྲོབ་སྒྲུབ་གི་གནས་སྤྱངས།	༡
༥	སྒྲོབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཟུར་ཐེབས་ཚོས་ཚན།	༡༣
༦	དཔེ་མཚོན་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས།	༡༧
༧	བརྗོད་ཚུལ་འཕྲུལ་རིག།	༢༠
༨	པར་བཏབ་དང་ འབྲ་བུས་འཕྲུལ་ཆས།	༢༡
༩	དུལ་ལོགས་དང་ཉལ་ཁང་གི་སྐྱེ་འབྱས།	༢༡
༡༠	རྒྱུང་མཐོང།	༢༢
༡༡	སྒྲོབ་ཕྱག་ཚུ་ལས་ཤེ་འདོད།	༢༢
༡༢	སྤྱིར་བཏང་སྒྲོབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་ཚོད་ཤེ་རྩེ་ མིག།	༢༣
༡༣	སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་སྐྱིག་གཞི།	༢༤
༡༤	སྒྲོབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་རྒྱུན་གྱི་སྐྱིག་ལམ།	༢༤
༡༥	སྒྲོབ་སྒྲུབ་པའི་རལ་གསོལ་ཐོབ་ལམ།	༢༥
༡༦	སྒྲོབ་སྒྲུབ་པའི་ཀུན་སྒྲིབ་སྐྱིག་གཞི།	༢༥
༡༧	ཉལ་ཁང་དོ་དམ་གྱི་འགན་ཁུར།	༢༧
༡༨	ཡོངས་དཔོན་གྱི་འགན་ཁུར།	༢༧

༡༩	ཁྲིམས་འགལ་ཉེས་བྱ།	༣༢
༢༠	སྲ་ཕྱིའི་ཞལ་བུན་གྱི་ཉེས་ཆད།	༣༢
༢༡	མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷ་གི་ཉེས་ཆད།	༣༣
༢༢	ཉིན་ཚེས་སློབ་སྦྱོང་པའི་ལམ་ལུགས།	༣༤
༢༣	དབྱེ་ཞིབ་ལམ་སྟོན།	༣༤
༢༤	ལས་བྱེད་པའི་མིང་ཐོ་དང་རྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་།	༣༩
༢༥	སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས།	༤༢
༢༦	ཚོས་རྒྱགས་བཀོད་ཚོགས།	༤༣
༢༧	སློབ་སྦྱོང་སྲུང་ཚད་ཚོགས་པ།	༤༤
༢༨	ཞིབ་འཚོལ་བཀོད་ཚོགས།	༤༦
༢༩	སློབ་ཁྲིམས་ཚོགས་པ།	༤༧
༣༠	ཚུན་རིགས་ཚོགས་པ།	༤༨
༣༡	སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་པ།	༤༩
༣༢	སློབ་ཁང་གི་ལྷན་ཚོགས། ༢༠༢༡	༥༡

རང་སོའི་ཁ་བྱང་།

མིང་གསལ་ :

སློབ་སྦྱོང་པའི་ཐོ་བཀོད་ཨང་ :

ངོ་སློད་ལག་ཁྱེར་ཨང་ :

སློབ་སྦྱོང་:

ལོ་ངོ་ : སློབ་དུས་ :

སྐྱེས་ཚེས་ :

ལག་གི་སྤེ་ཚན་ :

ཕ་མའི་མིང་ :

ཕ་མའི་ལུ་འགན་ :

ད་ལྟོའི་སློད་གནས་ :

བརྗེད་འཕྲིན་དང་: འགྲུལ་འཕྲིན་:

གཏན་འཇགས་ཀྱི་ཁ་བྱང་ :

གཡུས་: ཆེད་འོག་: རྫོང་ལག་:

དོ་སློབ།

༡ སློབ་སྦྱོང་ས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ རང་ལུགས་ནང་པའི་སློབ་བཙུགས་ཀྱི་ལམ་
 ལུགས་འདི་ ཉེ་མ་ལས་ར་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་ལས་སློབ་ཁང་འགོ་དང་པ་
 འདི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལུ་རྒྱུང་མ་ཅིག་མི་དབང་ཞིང་ག་ཤེགས་འབྲུག་རྒྱལ་གསུམ་པའི་བཀའ་རྒྱ་
 བཞེན་ས་གནས་བདེ་ཆེན་ཚོས་སྤྱིང་ལུ་འགོ་འབྲེད་མཛད་གནང་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་གི་ཤུལ་ལས་
 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་ ༣༢ པའི་ནང་ལུ་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་
 སྦྱོང་ལྟེ་བ་གཅིག་ངེས་པར་དུ་གཞི་བཙུག་མཛད་དགོ་པའི་གྲོས་ཚེད་གནང་མ་བཞེན་དུ་སྤྱི་ལོ་
 ༡༩༥༡ ཟླ་ ༢ པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་ས་གནས་བདེ་ཆེན་ཚོས་སྤྱིང་པོ་བྲང་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་སློབ་པ་
 ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་འགོ་བཙུགས་གནང་ཅུག།

དེ་བརྒྱུམ་སྟེ་ བཀའ་འདི་ནི་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་དཔལ་འཛིགས་མེད་
 སང་གོ་དབང་རྒྱལ་མཚོག་གིས་གསོ་བ་རིག་པའི་བསྟན་པ་རྒྱ་བསྐྱེད་གནང་ནི་འི་མཐའ་དོན་ལུ་
 གཞིགས་ཏེ་མཁས་དབང་ལ་དུགས་ཨེམ་ཆིའམ་ཐུབ་བསྟན་ལེགས་པའི་སློབ་གསོ་གསོ་བ་རིག་སློབ་
 སྦྱོང་གི་དབུ་འཛིན་འབད་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་མ་བཞེན་དུ་ མཁས་དབང་མཚོག་གིས་
 ཡང་མི་དབང་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་རྒྱ་སྤྱི་བོར་བཀའ་ཏེ་ ཚོས་ཚོན་ཅུ་གཞུང་དེ་ཡང་ལྷ་ས་སློབ་
 ཅིས་ཁང་གི་ཅུ་གཞུང་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ཅུ་གཞུང་གསར་བསྐྱིགས་མཛད་དེ་དུང་འཚོ་ལོ་ལྔའི་
 སློབ་སྦྱོང་འདི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འགོ་དང་པ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ཟླ་ ༢ པའི་ནང་འགོ་བཙུགས་
 གནང་ཅུག།

དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༥ ལུ་གསོ་བའི་གཞུང་དང་ཨི་ཀ་ལི་འི་གཞུང་མིན་ཚོགས་པ་(དི་སི་བློ་)གི་གྲོགས་
 རམ་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ལས་སྟེལ་ཁང་གི་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཚས་རྒྱ་སྐྱེད་མཛད་དེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༢
 ལུ་གསོ་བའི་སློབ་སྦྱོང་འབད་སའི་ས་སློབ་འདི་ཡང་ས་གནས་ཀ་མང་སྤུང་སར་སློབ་བལྟད་མཛད་པ་

ལས་མིང་གནས་ཁུར་ཏེ་རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གསོལ་རིག་སློབ་ཁང་ཟེར་གོང་འཕེལ་དང་འགྲུར་བ་མཛད་ཅུག་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༥ ལུ་རྒྱལ་གཞུང་གི་བཀའ་རྒྱ་དང་འབྲེལ་འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་སློབ་སླེའི་མངའ་འོག་ལུ་འཇུག་ཅུགས་འབད་དེ་སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལུགས་ཚུ་མཐོ་རིམ་སློབ་བྲལ་གཞན་མཚུངས་ལེགས་བཅོས་དང་བསྐྱར་བཅོས་ཐོག་ལས་འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་སློབ་སླེ་གིས་ངོས་ལེན་དང་ཆ་འཛོག་གནང་ཡོད་པའི་ཁར་ ཕྱིའི་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་དང་ནང་གི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་ཡང་གསར་བསྐྱབས་མཛད་གནང་བའི་བཀོད་ལས་བརྟེན་སློབ་རིག་གི་སྒྲིབ་བྱིན་དང་ སློབ་སྦྱོང་པའི་ཉལ་ཁང་ག་ནི་བ་དགའ་བའི་ནང་ལུ་སློབ་བཤུན་འབད་དེ་ཡོད། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༡ ལུ་མཐོ་སློབ་གཞན་མཚུངས་རང་སྦྱོང་ལས་སླེ་ལུ་གྲུར་ཡོད་པའི་ཁར་ སྤྱི་ཚེས་༢༧/༡༡/༢༠༡༣ གཟའ་སྤུ་དགའ་བའི་ཉིན་ལས་གོ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོལ་རིག་གཙུག་ལག་སློབ་སླེའི་མངའ་འོག་ལུ་འཇུག་ཅུགས་འབད་དེ་མིང་ཡང་ ནང་པའི་གསོལ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས་ཟེར་མིང་གནས་བསྐྱར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ལག་དེབ་འདི་ནང་ལུ་སློབ་ཁང་གི་སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་རིམ་དང་སློབ་གཞི་ལ་སོགས་པ་ཆ་ཚང་སླེ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ལས་སློབ་སྦྱོང་པ་དང་སློབ་དཔོན་ཆ་མཉམ་གྱིས་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་གལ་ཅན་གྱི་ཉིན་དེབ་ཅིག་སླེ་ངོས་འཛིན་དང་ཆ་འཛོག་འབད་མ་ཨིན།

འཆར་སྣང།

འཆད་ཉན་དང་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཐོག་ལས་འབྲུག་རང་ལུགས་གསོལ་རིག་པའི་ཤེས་ཡོན་མཚོག་གྲུར་གྱི་ལྷོ་བ་ཅིག་སླེ་བཞག་ནི།

དམིགས་ཡུལ།

- འབྲུག་རང་ལུགས་གསོལ་རིག་པའི་ཤེས་ཚད་འདི་རྒྱལ་སློབ་གཙུག་ལག་སློབ་སླེའི་

གནས་ཚད་ལུ་བཟོ་ཚུགས།

- སློབ་སྦྱོང་མཐར་འཁྲུལ་མི་ཚུ་གིས་ཁྱད་རིག་དང་ལྷན་པའི་གསོལ་རིག་གི་སྒྲིབ་བཅོས་ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས།
- རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་རང་ལུགས་ནང་པའི་སྒྲིབ་དབྱུང་གི་ཐོག་ལས་མི་སྡེའི་འཕྲོད་བསྟེན་གོང་འཕེལ་གཏང་ཚུགས།
- རང་ལུགས་ནང་པའི་སྒྲིབ་བཅོས་གི་ཁྱད་ཚོས་བཟང་པོ་འདི་མི་ཉུང་མས་པར་གཅེས་སྦྱོང་འབད་ཚུགས།
- ལྷོགས་ལྷུབ་དང་ཁྱད་རིག་ཅན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཚུ་བདག་བཟུང་དང་སློབ་དཔོན་གྱི་ལཱ་འགན་ལུ་སློབ་སྦྱོང་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི།
- ཚན་རིག་གི་ཐོག་ལས་ཞིབ་འཚོལ་ཚུ་འབད་དེ་དང་རབས་མའི་སློབ་དང་འཚམས་པའི་དུས་མཐུན་བཟོ་ཚུགས།

༡ སློབ་སྦྱོང་གི་གནས་སྟངས།

ད་ལྟོ་ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྭ་གསལ་ནང་ལུ་སློབ་སྦྱོང་གི་དབྱེ་བ་ལས་རིམ་ཁག་བཞི་སྡེ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་མཐོ་རིམ་གཙུག་ལག་ཤེས་ཚད་གི་ལོ་ངོ་ལྔའི་དུང་འཚོའི་སློབ་སྦྱོང་དང་། གཙུག་ལག་འོག་མའི་སྒྲིབ་པའི་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་། དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་གཙུག་ལག་འོག་མའི་སྒྲིབ་བཟོ་ལས་འཛིན་པའི་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་། མཐོ་རིམ་མཐར་འཁྲུལ་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་གཙུག་ལག་མཐོ་རིམ་གོང་མ་ལོ་ངོ་གཉིས་དང་མཁམ་མཚོག་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ཚུ་ཡོད།

༡༡. དུང་འཚོའི་སློབ་སྦྱོང་བཅག་འཇུག།

དུང་འཚོའི་སློབ་སྦྱོང་གི་དོན་ལུ་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་སློབ་ལས་སློབ་རིམ་༡༢པ་

མཐར་འཁྲོལ་མི་ཚུ་དང་། ཚན་རིག་གི་ཚོས་ཚན་ལྟ་བུ་མི་སློབ་རིམ་ ༡༢ པ་མཐར་འཁྲོལ་
མི་ཚུ་ལུ་གོ་སྐབས་བྱིན་ཏེ་ཡོད།

༡.༡.༡ ལོ་ངོ་ལྗེའི་དཔེ་ཚན།

- གསོལ་རིག་འབྲུང་ཁུངས་ལུ་ཉིག་ཐོང་མཛེས།
- ཚ་བའི་རྒྱད།
- བཤད་པའི་རྒྱད།
- མན་ངག་རྒྱད།
- བྱི་མ་རྒྱུད་བཅས་རྒྱུད་བཞི།
- དེའི་འགྲེལ་པ་གསོལ་བ་རིག་པའི་བསྟན་བཅོས་སྟོན་སྒྲིའི་དགོངས་རྒྱུན་
རྒྱུད་བཞིའི་གསལ་བྱེད་བུ་རྒྱུར་སྟོན་པོ་དང་དང་སྟོང་དགེས་པའི་ཞལ་ལུང་
གཞན་ཡང་འགྲེལ་པ་སྤྲོ་ཚོགས།
- ཇི་མེད་ཤེལ་གོང་དང་ཤེལ་ཐོང་།
- གསོལ་རིག་ཟིན་ཉིག་གཙུག་བསྟུན།
- སྟན་སྦྱོར་གྱི་རུས་པ་ཕྱོགས་བསྟུན་པན་བདེའི་ལེགས་བཤད།
- ལྷ་ཐོ་འགོལ་བའི་ལྷེ་མིག་དང་འབྲུང་ཚུམ་སྟོན་འགོ།
- གཞན་ཡང་གཟུགས་ཁམས་གནས་ལུགས་དང་བྱེད་ལས། (ཚན་
རིག་ཞིབ་འཚོལ། དབྱིན་སྐད་(Academic Skills &
Analytical Skills) བརྗོད་འཕུལ་རིག་ སྟན་ཁང་གི་བདག་
སློང་དང་འཛིན་སློང་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ཡང་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ།

༡.༡.༢ ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་གྱི་སྦྱོང་བརྗོད།

སློབ་དུས་ ༥ པ་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་སློབ་དུས་ ༡༠ པ་ཚུན་ལག་ལེན་སློབ་

སྦྱོང་ནད་པ་བརྟག་དབྱེད་ཁང་དང་ དབྱེད་བཅོས་ཁང་ སྤྲོན་བཟོ་འཕྲུལ་ཁང་
ཚུ་དང་ འགྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ས་སྤོ་ཚུ་ནང་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་འབད་དགོ།

༡.༢ སྤྲོན་པའི་སློབ་སྦྱོང་བཅོག་འཇུག་

ཕྱི་ཚེན་རིག་གི་ཚུ་ཚན་སྟབ་མི་དང་། སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་སློབ་གྲྭ་ནང་ལས་
སློབ་རིམ་༡༢ པ་མཐར་འཁྲོལ་མི་ལུ་གོ་སྐབས་བྱིན་ཏེ་ཡོད།

༡.༢.༡ ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་དཔེ་ཚན།

- གསོལ་རིག་འབྲུང་ཁུངས་ལུ་ཉིག་ཐེང་མཛེས།
- ཚུ་བའི་རྒྱུད།
- བཤད་པའི་རྒྱུད།
- ཕྱི་མ་རྒྱུད་བཅས་རྒྱུད་གསུམ།
- དེའི་འགྲེལ་པ་གསོལ་བ་རིག་པའི་བསྟན་བཅོས་སྤྲོན་སྒྲིའི་དགོངས་རྒྱུན་
རྒྱུད་བཞིའི་གསལ་བྱེད་བེ་རྒྱུར་སྤོན་པོ་དང་དྲང་སྲོང་དབྱེས་པའི་ཞལ་ལུང་
གཞན་ཡང་འགྲེལ་པ་སྟུ་ཚོགས།
- གསོལ་རིག་བྱིན་ཏེག་གཅེས་བསྟན།
- སྤྲོན་སྦྱོང་གི་ལུས་པ་སྤོགས་བསྟན་པ་མན་བདེའི་ལེགས་བཤམ།
- ལྷ་ཐོ་འགོལ་བའི་ལྷེ་མིག་དང་འབྲུང་ཕྱིས་སྤོན་འགོ།
- དག་སྤོན།
- སྦྱོང་འཛིན། ས་བཅད་དང་དོན་འགྲེལ། ཞིབ་འཚོལ། བདེ་དོན་
འཕྲུལ་རིག་ སྤྲོན་ཁང་འཛིན་སྦྱོང་ཚུ་ཡང་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ།

༡.༢.༢ ལག་ལེན་སྦྱོང་བཟང་།

སློབ་དུས་ལ པ་ལས་ལ པ་ཚུན་འབད་དགོ།

༡.༣. སློན་བཟོ་ལས་འཛིན་པའི་སློབ་སྐྱོད་པའི་བཅག་འཇུག་

ཕྱི་ཚན་རིག་གི་ཚོས་ཚན་ལེན་མི་དང་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་སློབ་གྲྭ་ནང་ལས་སློབ་རིམ་ ༡, ༢ པ་མཐར་འཁྲུལ་མི་ལུ་གོ་སྐབས་བྱིན་ཏེ་ཡོད།

༡.༣.༡ ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་དཔེ་ཚན།

- གསོ་རིག་འབྲུང་ཁུངས་ལུ་ཉིག་ཐེང་མཛེས།
- ཙ་བའི་རྒྱུད།
- ཕྱི་མའི་རྒྱུད་ལས་ཞི་བྱེད་སློན་གྱི་མདོ།
- དེའི་འགྲེལ་པ་གསོ་བ་རིག་པའི་བསྟན་བཅོས་སློན་གླའི་དགོངས་རྒྱུན་རྒྱུད་བཞིའི་གསལ་བྱེད་བཞུར་སློན་པོ་དང་བྲང་སྲོང་དགེས་པའི་ཞལ་ལུང་གཞན་ཡང་འགྲེལ་པ་སློབ་ཚན་གསལ།
- གསོ་རིག་ཟིན་ཉིག་གཅེས་བསྟུན།
- ལྷ་ཐོ་འགོལ་བའི་ལྷེ་མིག་དང་འབྲུང་ཙུམ་སློན་འགོ།
- དག་སློན།
- ལྷོར་འཛིན། ས་བཅད་དང་དོན་འགྲེལ། ཞིབ་འཚོལ། བརྟེན་འཇུག་རིག་སློན་ཁང་འཛིན་སྐྱོང་ཚུ་ཡང་སློབ་སྐྱོད་འབད་དགོ།
- Academic skills, Pharmaceutics, Pharmacognosy, GMP&QA and Good (QC)Laboratory practices.

༡.༣.༢ ལག་ལེན་སློབ་བཟང་།

སློབ་དུས་ ༤ པ་ལས་ ༤ པ་རྒྱུན་འབད་དགོ།

༡.༤ མཐོང་མཁོ་གོང་མའི་སློབ་སྦྱོང་བཅག་འཇུག་

གསོལ་རིག་སློབ་ཚོགས་ལས་དབང་འཛུགས་སློབ་སྦྱོང་མཐར་འཁྲོལ་མི་དང་གསོལ་བའི་ནང་
ལུ་དེ་དང་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་གོ་སྐབས་ཡོད།

༡.༤.༡ ལོ་ངོ་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་ཚན།

- ཉེས་པ་དང་འདུས་ནད་སྐྱུག་པོ་གསོ་བ།
- བྱང་ལོག་ཡུལ་ཐིག་ཅུ་ཚིག་རྒྱས་པ།
- ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ་དང་གྲོས་འཆར་ ལས་འགུལ།
- སྦྱོང་བ་སྐྱེལ། དོན་སྤོང་གསོ་བ།
- གནད་སྤྱད་ཐབས་ལམ།
- ཅ་ཚུའི་འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་པ།
- འཇམ་རྩུབ་དབྱུང།
- ཚ་བ་སྦྱི་བཅོས་དང་། ཚ་གང་གལ་མདོ། རི་ཐང་མཚམས།
- སྦྱོང་བྱེད་ལས་ལྗ།
- གདོན་ནད་གསོ་བ།
- ཐོར་ནད་གསོ་བ།
- ཞིབ་འཚོལ་མཐའ་དབྱུང།
- རློང་འཛིན། ས་བཅད་དང་དོན་འགྲེལ། ལག་ལེན། བན་དོན་འཇུག་
རིག་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ།

༡.༤.༢ ལག་ལེན་སྦྱོང་བཅའ་

སློབ་དུས་ཀྱི་སློབ་ཚན་དང་འཁྲིལ་སློབ་དུས་, པ་ལས་༤ པ་རྩུན་འབད་དགོ།

༡.༥ མཁས་མཚོག་སློབ་སྦྱོང་པའི་བཅག་འབྲུ།

གསོལ་རྒྱུ་ཚོགས་ལས་དྲུང་འཛའི་སློབ་སྦྱོང་མཐར་འཁྲུལ་མི་དང་གསོལ་བའི་ནང་
ལུ་དེ་དང་འབྲ་མཉམ་གྱི་ཤེས་ཚད་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་གོ་སྐབས་ཡོད།

༡.༥.༡ ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་དཔེ་ཚད།

- གཡུ་ཐོག་སྡོན་འགྲོ།
- བྱང་ཁོག་ཡུལ་ཐིག་རྩ་ཚིག་རྒྱས་པ།
- ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ་དང་གྲོས་འཆར་ ལས་འགུལ།
- གནད་སྲུང་ཐབས་ལམ།
- འཇམ་རྩལ་དབྱུང།
- སྦྱོང་བྱེད་ལས་ལྷ།
- ཞིབ་འཚོལ་མཐའ་དབྱུང།
- སློང་འཛིན། ས་བཅད་དང་དོན་འགྲེལ། ལག་ལེན། བན་དོན་འབྲུལ་
རིག་སློབ་སྦྱོང་འབད་དགོ།

༡.༥.༢ ལག་ལེན་སྦྱོང་བཟུང།

སློབ་དུས་གྱི་སློབ་ཚན་དང་འཁྲུལ་སློབ་དུས་, བ་ལས་༧ བ་རྩུན་འབད་དགོ།

༡.༦ ཕྱིར་བསྦྱོང་སྦྱོང་བཟུང།

ཚོས་ཚན་རྩ་གཞུང་དང་འཁྲུལ་ཕྱིར་སྦྱོང་སློབ་སྦྱོང་དེ་ཡང་སྡོན་སྦྱོང་དང་། ཁོག་སྡོན་གྱི་ངོས་
འཛིན། ཚ་རྩུང་སྡོན་རྩུང་འཛིན་འབད་དགོཔ་མ་ཚད་སློབ་སྦྱོང་པ་གསར་པ་རྩུ་ཐིམ་སྲུག་
ནང་སྡོན་ལྷེ་བ་དང་སྡོན་ལྷེངས་གསོལ་རྒྱུ་བཟོ་བསྐྱུན་ཁང་། རང་སྡོན་གསོལ་རྒྱུ་ཚོགས།
སྡོན་གཡོག་དང་མི་མང་གསོལ་བའི་སློབ་ཚོགས་རྩུ་ནང་གོམས་འདྲིས་བལྟ་སྐྱོར་འགྲུ་དགོ།

༡. སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱུང་བེབས་ཚོས་ཚན།

ནང་པའི་གསོལ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་རིག་ངོ་མའི་ལས་རིམ་གྱིས་མ་ཚད་པར་
སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱུང་བེབས་ཚོས་ཚན། ཚོས་བཤད་ལས་རིམ། རྩེད་མོའི་རིགས་
དང་། གསལ་བཤད་ཀྱི་ལས་རིམ། རྩེད་བསྟར། ལྷན་སྒྲིའི་ཚོག་དང་ལམ་སོལ། གཙམ་སྐྱ་
འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་རིམ་རྒྱ་འགོ་འབྲེན་འབྲེལ་དོ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་སློབ་སྦྱོང་པ་རྒྱ་ཁྲོད་སྦྱོང་དང་།
ཀུན་སྦྱོང་ཡར་འཇག་བཟོ་ནི་དང་། སེམས་ཁམས་དང་། གཟུགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སྦྱིང་སྦྱིང་
བཞག་ཚུགས་ཐབས་དང་། ལས་རིམ་རྣམ་པ་སྐྱ་ཚོགས་ལུ་སྦྱང་བ་ཐོབ་སྟེ་ རིག་ཅུལ་དང་
སློབ་སྦྱོང་གྲུབ་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན།

༡.༡ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན།

ནམ་རྒྱུན་སྟེལ་ཁང་འདི་ནང་ལུ་སྤྲོན་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་ཤིང་དང་ མེ་རྟོག་གི་རིགས་འཇུགས་
སྦྱོང་དང་ བུག་བདར་ ལ་སོགས་པའི་གཙམ་སྐྱ་དང་ལྷན་པའི་ལུ་གི་ཞབས་རྟོག་རྒྱ་འབྲེལ་
དགོལ་མ་ཚད་ལྷག་པར་དུ་ དེས་གཟའ་ལྷག་པའི་ཉོ་པ་བྱུན་གྱི་དུས་ཚོད་ཁར་དང་དེས་གཟའ་
ཉིམ་ཨ་རྟག་ར་མཐའ་འཁོར་གཙམ་སྐྱ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལུ་འབྲེལ་དགོལ་ཨིན།

༡.༢ ཚོས་དང་ལམ་སོལ་གྱི་ལས་རིམ།

གསོལ་རིག་པའི་སྐར་སོལ་ལམ་ལུགས་ནང་ལུ་སྦྱིར་འགོ་བ་ནད་པའི་མཐའ་དོན་ལུ་དང་ལྷག་
པར་དུ་སྤྲོན་གྱི་ཉུས་པ་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་ སློབ་སྦྱོང་པ་རྒྱ་ལྷ་རིམ་བཞིན་དུ་
སངས་རྒྱས་སྤྲོན་གྱི་དུས་ཚེན་ཚོས་༥ ཀྱི་ཉོ་པ་ཨ་རྟག་ར་སྤྲོན་གྱི་མདོ་ཚོག་གི་ཚོག་བཏང་
སོལ་ཡོད་པ་དང་། ལོ་བསྟར་རང་རྒྱ་དང་པ་ཚོ་འཕུལ་བུ་བའི་གནམ་སྐང་ལུ་ཡུམ་ཚེན་མོ་ཤེས་
རབ་གྱི་ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དག་ཚར་ལྷག་གནང་མ་ཨིན། རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིང་དཔལ་
འཛོམས་ཀྱི་ལྷ་བ་དང་མཐུན་པའི་སེམས་ཞི་བར་གནས་ཐབས་ལུ་ དུས་རྒྱུན་སློབ་ཁང་དང་
ཚོགས་འདུའི་སྐབས་ཞི་གནས་སོལ་རྒྱབ་སོལ་ཡོད་མི་རྒྱ་རྒྱུན་སྦྱོང་འབྲེལ་དགོལ་མ་ཚད་ དེས་

གཟུང་ལུང་པ་ཨ་རྟལ་རང་རང་སོའི་དང་འདོད་དང་འཁྲིལ་ ཚེས་བཤད་དང་སློམ་གྱི་ལས་རིམ་
འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་ཡོད། དུས་ཚེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཚུ་ནང་ དགོ་བའི་ལུ་ཚོས་ལྷག་ནི་དང་
ཚོགས་འཁོར་བསྐྱོར་ནི། མཁན་སློབ་དང་ ཁྱད་རིག་ཅན་གྱི་སྐྱེ་མགོན་ཚུ་ལུ་ཐོག་ལས་གསལ་
བཤད་གནང་ནི་ལ་སོགས་པའི་ཚེས་ཚུགས་དང་། རང་ལུགས་ལམ་སློལ་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་འགོ་
འདྲེན་འཐབ་དགོ།

༡.༣ གསལ་བཤད་དང་ཚོད་བསྟར་གྱི་ལས་རིམ།

རིག་པའི་ནམ་དཔྱད་པ་ལྟའི་འདབ་ལྗང་རྒྱས་ནི་དང་། ཤེས་རབ་གྱི་སློབས་པ་ཐོབ་སྟེ་འཆད་
ཚོད་ཚོམ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡར་ཚེས་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་ཚད་ རེས་གཟུང་སྟེན་པ་ཨ་རྟལ་ར་ཕྱི་དོ་ཚུ་ཚོད་གསུམ་ལས་སློབ་སྦྱོང་པ་དང་སློབ་དཔོན་
ཚུ་འཛོམས་ཐོག་ལས་ཞི་གནས་སློམ་ནི་དང་གསལ་བཤད་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ་པ་
ཨིན།

༡.༤ ཚེད་རིགས་གྱི་ལས་རིམ།

ཚེད་མོ་ཚེ་སའི་ས་ཁོངས་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་མཐུན་རྐྱེན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་མེད་དེ་འབད་རུང་ བང་ན་
མཐུན་རྐྱེན་ཡོད་མི་དང་བསྟུན་ཚེད་རིགས་ལག་རིམ་(volleyball)སློབ་རིམ་(badminton) ཀྱང་རིམ་
(football) དྲ་རིམ་(Basket ball) གྱི་གྱི་(Table tennis)དང་ལུ་རུ་ཚུ་མ་གཏོགས་གཞན་མེད་རུང་
འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་སློབ་སྦྱེའི་ཚེད་རིགས་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་འདྲ་མཉམ་སྟེ་རང་
བཙའ་མར་གཏོགས་ཏེ་ཡོད།

༡.༥ སློབ་ཚོགས་ཚུགས་སྟེ།

སློབ་སྟོན་པ་ཚུ་གིས་རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་གཙུག་ལག་དང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།
དེ་ལས་སྦྱིར་བཏང་གི་སློབ་གྲྭ་ཚུ་ནང་ལུ་ཚུགས་སྟེ་གི་ལམ་ལུགས་ཡོད་དོ་བརྩམ་སྟེ་རང་

བཅས་རའི་སློབ་ཚོགས་ནང་ལུ་ཡང་འདི་བཟུམ་མའི་ལས་ལུགས་བཟོ་བ་ཅིན་སློབ་སྦྱོང་པ་
 ཚུ་གི་རིག་ཅུལ་ལ་སོགས་པའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་
 ཡིན་པའི་གོ་སྐབས་འཆར་སྤུལ་མི་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ གི་ལོ་མཇུག་སློབ་ཚོགས་ཡོངས་ཀྱི་
 དབུག་གནས་དང་ཞལ་འཛོམས་ཚོགས་པའི་སྐབས་སྦྱོགས་སྡེ་གི་ལས་ལུགས་བཟོ་དགོཔ་སྡེ་
 གོས་ཚོད་གྲུབ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་གཤམ་གསལ་ལྟར་སྡེ་ཚན་བཞི་དང་ སྡེ་ཚན་འགོ་འདྲེན་
 པ་བཞི་བསྐོ་བཞག་ཐོག་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།

༡.༥. ༡ སྡེ་ཚན་གྱི་དབྱེ་བ།

ཨང་	སྡེ་ཚན་གྱི་མིང་།	འགོ་འདྲེན་པ།
༡	འབྲིགས་བྱེད།	དུང་འཚོ་སྐལ་བཟང་ཚོ་རིང་། ལེགས་སྦྱར་བ།
༢	གངས་ཚན།	
༣	མ་ལ་ཡ།	
༤	སློབ་དད་ལྷན།	

༡.༥.༢ སྡེ་ཚན་གྱི་ལཱ་འགན།

སྡེ་ཚན་འགོ་འདྲེན་པ་གི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གཅོད་སྐྱེ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་
 འབྲེལ་བའི་སློབ་ཚོགས་ཀྱི་དུས་རྒྱུན་གྱི་ལཱ་རིགས་དང་ ཚུད་བསྐྱར་ སྡེ་ཚོགས་ལས་རིམ་
 ཚུད་རིགས་ གཞན་ཡང་སློབ་ཚོགས་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་ཡིན།

༡.༥ སློབ་ཚོགས་ཚོགས་ཕྱན། (Clubs)

ཚོགས་ཕྱན་འདི་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལུ་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་གོས་འཆར་སྤུལ་མི་འདི་དུ་སློབ་དཔོན་
 དང་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་མཉམ་གྱིས་ལས་རིམ་འདི་གལ་ཅན་ཡིན་པའི་ངོས་ལེན་འབད་དེ་ ཉག་
 པར་རེས་གཟའ་ལྷག་པ་ལུ་སློབ་ཁང་གི་དུས་ཚོད་མཇུག་བསྐྱེ་ཞིན་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་

དང་། དེ་ཡང་སློབ་སྦྱོར་པ་རང་སེའི་སྡེ་ཚོན་འགོ་བྱིད་པ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྡེ་འདི་ལུ་རྒྱུ་བ་
སྦྱོར་དང་བཟླ་རྟོག་ཚུ་རང་སེའི་སྡེ་ཚོན་གྱི་ལེགས་སྦྱར་བ་ཚུ་གིས་འབད་དགོཔ་ཨིན།

༡.༤. ༡ ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་ལེགས་སྦྱོར་བ།

ཨང་	ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་ལེགས་སྦྱོར་བ།	འགོ་འདྲེན་པ།
༡	སློབ་སྦྱོར་ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་ལེགས་སྦྱོར་བ།	དུང་འཚོ་སྐལ་བཟང་ཚེ་རིང་།
༢	ཚུམ་རིག་ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་ལེགས་སྦྱོར་བ།	བདེ་ཚེན་ཚོས་སློབ་པ།
༣	ལམ་སྲོལ་ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་ལེགས་སྦྱོར་བ།	དུང་འཚོ་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་འཕེལ།

༡.༤.༢ ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་འགན་འཁུར་བ།

ཀ་ སློབ་སྦྱོར་ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་འགོ་འདྲེན་པ་གི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལུ་སློབ་ཚོགས་ནང་ལུ་
སློབ་སྦྱོར་ཚོགས་པ་གིས་གཙོ་བོ་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་རིམ་ག་ཅི་ར་འགོ་འདྲེན་
འབད་དགོ་རུང་སློབ་སྦྱོར་ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་འགོ་འདྲེན་འབད་དགོཔ་ཨིན།

ཁ་ ཚུམ་རིག་ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་འགོ་འདྲེན་པ་གི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལུ་སློབ་ཚོགས་ནང་
ལུ་ཚུམ་རིགས་དང་ཞིབ་འཚོལ་ལ་སོགས་པའི་རིག་ཅུལ་གྱི་སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་
བའི་ལས་རིམ་ག་ཅི་ར་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ་རུང་ཚུམ་རིགས་ཚོགས་པ་ལྟུང་གིས་
འགོ་འདྲེན་འབད་དགོཔ་ཨིན།

ག་ ལམ་སྲོལ་ཚོགས་པ་ལྟུང་གི་འགོ་འདྲེན་པ་གི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལུ་སློབ་ཚོགས་ནང་
ལུ་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་ཚོགས་ལས་རིམ་དང་གཞན་ཡང་དགོས་མཁོ་ད
ང་འབྲེལ་ལས་རིམ་འདྲ་མིན་འགོ་འདྲེན་དང་རྒྱུ་སྦྱོར་འབད་དགོཔ་མི་ཚུ་ཚུལ་བཞི
ན་འགོ་འདྲེན་དང་བཅའ་མར་གཏོགས་དགོཔ་ཨིན།

༣ དཔེ་མཛོད་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས།

དཔེ་མཛོད་ཀྱི་ཞབས་རྟོག་མཐུན་རྐྱེན་འདི། དེང་སང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚུན་དང་འབྲེལ་མཉམ་སྦྲེ

བྱིན་ཏེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྤྲུལ་ཚད་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ལས་དཔེ་ཆ་སྟོན་ནི་དང་ལྟ་བུ་ནི། ཞིབ་
འཚོལ་འབད་ནི་གནས་ཚུལ་བསྐྱེད་ལེན་ལ་སོགས་པའི་ཞབས་ཏོག་མཐུན་ཀྱེན་ལུ་སློབ་སྦྱོང་རང་
ཕན་ཐོགས་འབྱུང་མ་ཡིན། གསོལ་རིག་འཛིན་སྦྱོང་ལྟེ་བའི་ལས་བྱེད་པ་དང་ སྤེལ་ཁང་གི་སློབ་
སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་དཔེ་མཛོད་ལག་ལེན་འབབ་ཐངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་འདི་ལུ་རོམ་ལེན་དང་།
ལམ་ལུགས་དང་འཇཉིལ་བེད་སྟོན་འབབ་དགོཔ་ཡིན།

༣.༡ དཔེ་མཛོད་བེད་སྟོན་གྱི་དུས་ཚོད།

- ༣.༡.༡ དེས་གཟུགས་མིག་དམར་ལས་སྟེན་པ་ཚུ་ན།
- ༣.༡.༢ གནས་དགུན་གྱི་དུས་ཚོད་ལུ་ངོ་པ་ཚུ་ཚོད་ ༧ ལས་ཕྱི་ངོ་ཚུ་ཚོད་ ༤ ཚུ་ན།
- ༣.༡.༣ གནས་བྱུར་གྱི་དུས་ཚོད་ལུ་ངོ་པ་ཚུ་ཚོད་ ༧ ལས་ཕྱི་ངོ་ཚུ་ཚོད་ ༥ ཚུ་ནསྟོ་
ཕྱི་སྟེ་བཞག་དགོ

༣.༢ དཔེ་ཆ་བརྟེན་ནི།

- ༣.༢.༡ དཔེ་མཛོད་ཁང་ལས་དཔེ་ཆ་ག་གིས་ར་བརྟེན་ལྟེ་འབག་རུང་མིང་ཐོ་བཀོད་
དགོཔ་ཡིན།
- ༣.༢.༢ སློབ་སྦྱོང་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་ཚོགས།
- ༣.༢.༣ དཔེ་ཆ་བརྟེན་འབག་ལྟེ་གོང་གི་ཉིན་གངས་ནང་འཁོད་སྟོན་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ལོག་
སྟོན་ནི་གི་དུས་ཚོད་མ་རན་པའི་ཉེ་མར་དུས་ལྡན་ཡར་སེང་གི་ཐོ་བཀོད་འབད་
དགོ།
- ༣.༢.༤ དཔེ་ཆ་བརྟེན་ལོག་སྟོན་ནི་གི་དུས་ཚོད་ཁར་སྟོན་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ཉིན་རེ་ལུ་
ཚད་འཇུག་དངུལ་ཀྱམ་ ༡༠ རེ་ཐོག་
- ༣.༢.༥ བྱངས་གཏུགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་དང་ དཔེ་རྙིང་དཀོན་མཆོག་སྤྲུལ་དུས་དེབ། གནས་

ཚུལ་ཡིག་ཆའི་རིགས་ཚུ་དཔེ་མཛོད་ནང་ལུ་ལྷག་ནི་མ་གཏོགས་ཕྱི་ཁར་ཅུ་ལས་
ར་འབག་མི་ཚོག

༣-༢-༤ བརྟེན་འབག་ཡོད་པའི་དཔེ་ཆ་ཚུ་བརྟེན་སྟོར་ཤོར་བ་དང་། ཡང་ཅིན་མེད་པ་
བཏང་ཡོད་པ་ཅིན་དེ་འཕྲོས་ལས་དཔེ་གཉེར་ལུ་སྟུན་ལུ་འབད་དེ་ཉེས་ཆད་
བཅུག་ནི་དང་། ཡང་ཅིན་དཔེ་ཆ་འདི་རང་ཚབ་བཅུག་དགོ་པ་ཡིན།

༣-༢-༥ སློབ་སྦྱོང་པ་དང་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གིས་གཞན་གྱི་དོན་ལུ་དཔེ་ཆ་བརྟེན་ཕྱིན་མི་
ཚོག

༣-༢-༦ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་སྤེལ་ཁང་ནང་ལས་ཚང་སྟེ་འབྱོལ་དང་། ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གནས་
སོར་འབྱོལ་ནི་ཡིན་པ་ཅིན་དཔེ་གཉེར་ལས་དཔེ་ཆ་ཚང་འགྲིགས་ཚུམ་སློབ་ཡོད་
པའི་ཉེགས་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་བ་བརྟེན་འབག་མི་ཚོག

༣-༢-༨ དཔེ་ཆ་ལོག་སྟེ་སློབ་ནི་གི་དུས་ཚོད་ལས་བདུན་པ་གསུམ་ལས་བཟང་ལ་ནི་དང་
ཡང་ཅིན་སློབ་རིག་མཚུག་བསྟུལ་ད་ལོག་མ་སློབ་པ་ཅིན་བརྟེན་སྟོར་ཤོར་བའི་
གངས་སུ་བཅུ་ནི་ཡིན་མ་མ་ཚད། དཔེ་ཆའི་གོང་ཚད་དང་འཁྲིལ་བའི་རིན་གོང་
སློབ་དགོ།

༣-༢-༩ དཔེ་མཛོད་ནང་ལུ་ལུ་སེམ་སེམ་སྟེ་དཔེ་ཆ་བརྟེན་ནི་མ་གཏོགས་སྐད་རྒྱ་བ་ནི་དང་
འགྲུལ་འཕྲིན་གྱི་རིགས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོག

༣-༢-༡༠ དཔེ་མཛོད་ཁང་ནང་ལུ་འཇུག་བའི་སྐབས་ལུ་ལག་ཆས་མད་ཅུང་ལ་སོགས་པའི་
རིགས་ག་ནི་ཡང་འབག་མི་ཚོག།

- ༣.༢.༡༣ སློབ་སྦྱོང་པ་རྒྱ་དཔེ་མཛོད་ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་སློབ་སྦྱོང་པའི་མིང་
དང་སྤྱི་ཚེས་དུས་ལུན་ དཔེ་ཆའི་མཚན་ཐོ་བཅས་དཔེ་གཉེར་གྱིས་ཁ་གསལ་
སླེ་བཀོད་བཞག་དགོ།
- ༣.༢.༡༤ ལེགས་སྦྱར་བ་དང་སློབ་སྦྱོང་པ་རྒྱ་དཔེ་མཛོད་བེད་སྤྱོད་འཐབ་ཀིའི་དོན་ལུ་
རྟགས་(card)འདི་ངེས་པར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༤ བན་དོན་འཕུལ་རིག།

སྤྱིར་བཏང་བན་དོན་འཕུལ་རིག་འདི་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་དང་འཁྲིལ་མཉམ་གཤམ་ཆེས་ཡིན་མ་མ་
ཚད་ ལྷག་པར་དུ་སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་གསལ་ཅན་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་གསོལ་རིག་
སློབ་ཚྭ་གསལ་ནང་ལུ་ཡང་བན་དོན་འཕུལ་རིག་དང་ རྒྱ་ཨེལ་ཨི་(VLE)གི་སློབ་སྦྱོན་ཐབས་ལས་
(wireless)གཞི་བཟུག་འབད་དེ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ སློབ་སྦྱོང་པ་རྒྱ་ལུ་སློབ་རིག་གི་རིག་
ཅུལ་དང་ཐབས་ཤེས་གོང་འཕེལ་བཏང་སྟེ་ཤེས་ཡོན་རྒྱ་བསྐྱེད་འབད་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་པ་ཡིན།

༤.༡ བན་དོན་འཕུལ་རིག་ལག་ལེན།

སློབ་སྦྱོང་པ་རྒྱ་གིས་བན་དོན་འཕུལ་རིག་འགོ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་སྟོན་འདི་ལུ་ངོས་ལེན་འབད་
དགོ།

༤.༢ འབད་མ་ཚོགས།

- ༤.༢.༡ སློབ་རིག་འདི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་མ་གཏོགས་དོན་དག་
མེད་པར་དགོའ་ནི།
- ༤.༢.༢ དོན་མེད་པའི་ཕྱིད་མེའི་རིགས་དང་སློབ་བརྟན་བལྟ་ནི་ སློབ་རིག་ཐོག་ལས་
བཤད་ཐོག་ཡི་གུ་འབྲི་ནི།
- ༤.༢.༣ སློབ་རིག་ནང་ལུ་རྒྱུལ་མིན་གྱི་སློབ་རིག་མཉེན་ཆས་(Software)རྒྱ་བཟུག་ནི།

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

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

༤.༢ དུས་ཚོད།

༤.༢.༡ བར་དོན་འཕུལ་རིག་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་དུས་ཚོད་འདི་གནམ་དགུན་ཉོ་པ་ཚུ་ཚོད་ ༧ ལས་
ཕྱི་ཚུ་ཚུ་ཚོད་ ༤ ཚུན་དང་གནམ་བུར་ཉོ་པ་ཚུ་ཚོད་ ༧ ལས་ཕྱི་ཚུ་ལ ཚུན་སྐོ་ཕྱེ་
སྟེ་བཞག་དགོ།

༤.༢.༢ གལ་སྲིད་ཐོང་གི་དུས་ཚོད་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་ལས་འགུལ་འབྲི་ནི་དང་གལ་ཆེ་བའི་ལུ་
འབད་དགོ་པ་རེ་ཡོད་པ་ཅིན་མི་ངོམ་རང་གིས་སློག་རིག་འཕུལ་ཆས་ཚུ་གི་ཉེན་ཁ་
འབག་ཐོག་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

༥ པར་བཟབ་དང་། འབྲེ་བཤུས་འཕུལ་ཆས། (Printing & Photocopy Services)

༥.༡ པར་བཟབ་དང་འབྲེ་བཤུས་འཕུལ་ཆས་ཚུ་གཞི་བཅུགས་འབད་ཡོད་མི་འདི་བདག་
གཉེར་པ་གིས་མ་གཏོགས་ གཞན་གྱིས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོགས།

༦ དདུལ་ཕོགས་དང་ཉལ་ཁང་གི་སློབ་འཐུས།

སློབ་སློང་པ་ཚུ་གིས་ལྷ་རིམ་བཞིན་དུ་དདུལ་ཕོགས་ ༢,༥༠༠ རེ་ཐོབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་རབ་
གསོ་བསྐྱེམས་ལྷ་རོ་གཉིས་ལུ་དདུལ་ཕོགས་མི་འཐོབ། དེ་ཡང་དུང་འཚོ་སློབ་སློང་པ་གི་དོན་ལུ་
ལོ་ངོ་ ༥ དང་ལྷ་རོ་ ༦ གི་རིང་དང་། ལྷན་པའི་སློབ་སློང་གི་དོན་ལུ་ལོ་ངོ་ ༣ གི་རིང་ཐོབ་ཨིན།
ཨིན་རུང་སློབ་སློང་པ་གང་རུང་གིས་རང་སོའི་སློབ་དུས་ནང་མཐར་མ་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་
དང་། གཞན་ཡང་སྟབས་མ་བདེ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ལས་བརྟེན་དུང་འཚོའི་སློབ་སློང་གི་དུས་

ཡུན་ལོ་ངོ་ ༥ དང་ཟླ་ངོ་ ༤ ལས་ ལྷག་སྟེ་ལུས་མི་དང་། སྐྱེ་པ་དང་སྐྱེན་བཟོ་ལས་འཛིན་
 པའི་སྐོབ་སྐོབ་པ་ངོ་ལོ་ ༣ ལས་ལྷག་སྟེ་ལུས་སོང་པ་ཅིན། དེ་གི་སྐབས་དངུལ་ཕོགས་ཀྱི་ཐོབ་
 ལམ་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ཟད་འགོ་རང་གིས་བཏང་ཐོག་ལས་སྐོབ་སྐོབ་འབད་དགོ་པ་ཨིན།
 ཉལ་ཁང་ནང་སྟོན་མི་ཚུ་གི་སྐྱེ་འབྱས་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠ རེ་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་སྐོབ་སྐོབ་
 པའི་ཡོངས་དཔོན་གི་ཐད་ཉལ་ཁང་སྐྱེ་འབྱས་དགོངས་ཡང་ཡོད། སྐོག་མེ་གི་སྐྱེ་འབྱས་སྐོབ་
 སྐོབ་པ་རེ་རེ་ལུ་དངུལ་ཀྲམ་བརྒྱ་རེ་ ༡༠༠ ཚུན་སྐོབ་ཚོགས་ཀྱིས་སྟོན་ནི་དང་། དེ་ལས་ལྷག་
 སོང་པ་ཅིན་སྐོབ་སྐོབ་པ་རང་རང་སོ་སོ་གིས་སྟོན་དགོ།

༡ རྒྱང་མཐོང་། (Television)

སྐོབ་སྐོབ་པ་ཚུ་གིས་སྤྱིར་བཏང་འཛམ་གླིང་གི་གནས་ཚུལ་དང་། ལྷག་པར་དུ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
 ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ཤེས་དགོ་པ་ག་ནི་བ་གལ་ཅན་ཨིན་མ་མ་ཚད། སྤྱིར་བཏང་ཤེས་ཡོན་དང་།
 འདི་གི་ནང་དོན་ལས་ནང་པའི་སྐྱེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཡང་རྒྱང་མཐོང་གི་ཐོག་ལས་
 ཤེས་ཚུགས་ནིའི་ཐབས་ལུ་གཞི་བཅུགས་ཏེ་ཟླ་རིམ་རྒྱང་མཐོང་གི་ཁྲལ་ཡང་སྟེལ་ཁང་གིས་
 སྟོན་དེ་ཡོད་སྟོན་འཐབ་བཞིན་དུ་ཡོད།

༡.༡ རྒྱང་མཐོང་གི་དུས་ཚོད།

- རེས་གཟའ་མིག་དམར་ལས་སྟེན་པ་ཚུན་ཕྱི་ལོ་ཚུ་ཚོད་ ༤ ལས་ཚུ་ཚོད་ ༡ ཚུན།
- རེས་གཟའ་ཉི་མ་ལུ་ལོ་ལོ་ཚུ་ཚོད་ ༤ ལས་ ༡ ཚུན། ཉི་མ་ཚུ་ཚོད་ ༡ ལས་ཕྱི་
 རུ་ཚུ་ཚོད་ ༡༠ ཚུན།
- རེས་གཟའ་ཟླ་བ་ལུ་ཕྱི་རུ་ཚུ་ཚོད་ ༩ ཚུན།

༢ སྐོབ་སྐྱེག་ཚུ་ལས་རེ་འདོད།

སྐོབ་སྐོབ་པ་ཚུ་འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་རིག་རྩལ་ཚུ་ལུ་ཉམས་ཚུང་འཐོབ་དགོ་པ་
 ཨིན།

- ༡.༡ ཡིད་ཆེས་སྐྱེད་རྒྱལ་ལས་པའི་བྱུང་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་དང་ མཐོང་བ་
རྒྱུད་པའི་ལག་ལེན་དམར་ཁྲིད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་རྒྱ་ལུ་གཏེང་འཐོབ།
- ༡.༢ བྱུང་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་ལུ་ཡིད་ཆེས་དང་ངལ་རང་སྐྱེད་རྒྱལ་ལས་ནི་དང་། རང་གི་བྱུང་
རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱུང་རིག་སོ་སོ་རྒྱ་ནང་ལུ་མཉམ་འབྲེལ་འབད་ནི། གཞན་ཡང་
མི་སྡེ་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ཉེག་དང་། གཞོན་ཉེན་ཆེ་བའི་རང་
བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་སྤྱད་སྒྲིབ་འབད་ནི།
- ༡.༣ རང་བཞིན་གྱི་མཛོད་ལུགས་ཡར་ཤུག་གི་ཐོག་ལས་རིག་རྩལ་ཡར་འཕར་གྱི་མཐུན་
རྒྱུན་རྒྱ་ཡང་རང་སྒྲིབས་ཀྱིས་འཚོལ་ནི་ལུ་གཏེང་འཐོབ་ནི་དང་། མི་ཚོ་གནས་སྤངས་
འདི་ཤེས་ཡོན་ལུ་བརྟེན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གྲུབ་ཅན་འགྲོ་ནི།
- ༡.༤ རང་རྒྱུད་གི་མཛོད་ལུགས་མིན་པར་གཞན་དང་ཅིག་ཁར་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ལཱ་འབད་ནི་
དང་། འགོ་འཁྲིད་པ་གི་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནི།
- ༡.༥ སྒོལ་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་རིག་རྩལ་གྱི་ཐོག་ལས་གནས་རྒྱལ་འཚོལ་ཞིབ་འབད་ནི་
དང་། ཚུམ་སྒྲིག་འབད་ནི། གསོ་བ་རིག་པའི་བྱུང་རིག་དང་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ལས་
གཞན་ལུ་བརྟེན་སྤྱོད་འབད་དེ་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་འབྱུང་བའི་ཐབས་དང་རྒྱལ་ཡོངས་
དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ལཱ་བ་རྒྱ་སྤྱོད་ནི།
- ༡.༦ ཤན་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལས་གསོ་བ་པོ་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་ཤུག་གི་ཀུན་སྤྱོད་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།

༧ སྤྱིར་བཏང་སྒྲིབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་ཚོད་རེའུ་མིག

ཡང་	ལས་རིམ།	རྒྱ་ཚོད།
༡	ནང་སྐྱོད།	༠༤.༠༠ ལས་ ༠༧.༢༠ ཚུན།
༢	དོ་པའི་ཞལ་ཐུན།	༠༧.༣༠ལས་ ༠༤.༠༠ ཚུན།

༣	དོ་མཛད།	༠༥.༡༠ ལས་ ༠༥.༥༠ ཚུན།
༤	སློབ་ཁང་ནང་སློབ་སྟོན།	༠༢.༠༠ ལས་ ༡༥.༤༠ ཚུན།
༥	ཉི་མའི་གསོལ་ལཱ།	༡༥.༤༠ ལས་ ༠༡.༤༠ ཚུན།
༦	སློབ་ཁང་ནང་སློབ་སྟོན།	༠༡.༤༠ ལས་ ༤.༠༠ ཚུན།
༧	ཕྱི་དྲོའི་ཞལ་ཐུན།	༠༤.༡༠ ལས་ ༠༥.༠༠ ཚུན།
༨	ཕྱི་མའི་རིགས་ཕྱི་ནི།	༠༥.༠༠ ལས་ ༠༧.༠༠ ཚུན།
༡༠	ཕྱི་དྲོའི་ཚྭ་གསལ།	༠༧.༠༠ ལས་ ༠༥.༠༠ ཚུན།
༡༡	ནང་སྦྱོང་།	༠༥.༠༠ ལས་ ༠༢.༣༠ ཚུན།
༡༢	སློག་མེ་བསད་དེ་ཉལ་དགོ།	༡༠.༠༠ ལས།
༡༤	གཟའ་ཉིམ་མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་ བསྟེན་གྱི་ལྷ།	༠༢.༠༠ ལས་ ༡༥.༠༠ ཚུན།

༡༠ སློབ་དཔོན་གྱི་སློག་གཞི།

སློབ་དཔོན་ཟེར་མི་འདི་ ནང་སེམས་གྱི་ཀུན་སྦྱོང་དང་ ཕྱི་ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྦྱོང་བཟང་པོའི་
 ཐོག་ལས་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ལུ་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྐྱུ་ཚད་ལེགས་ཤོམ་སྟོན་བྱིན་པའི་ཁར། སློབ་
 དཔོན་གྱི་ཁྱད་རིག་གི་ལུ་སྐྱུ་ཚད་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ལས་གོང་འཕེལ་བཏང་སྟེ་ཚུལ་ལྡན་གྱི་
 ཐོག་ལས་བཞག་པ་ཅིན། སློབ་དཔོན་གྱི་ཁྱད་རིག་གི་ལུ་ལུ་དཔའ་ཉམས་འབྱུང་ནི་དང་། སློབ་
 དཔོན་ལུ་རོས་ལེན་དང་ཆ་འཛིག་འབད་མ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་མཉམ་
 བསམ་བཏང་ཐངས་ཡར་དྲག་བཟོ་སྟེ། བན་ཚུན་གཅིག་བསྐྱེལ་དང་མཉམས་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལས་
 ལུ་ལུ་བཙུན་ལྷགས་བསྐྱེད་དེ་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་བྱམས་སེམས་དང་ལྡན་པའི་ཁར་ལྷོགས་གྲུབ་ཅན་
 བཟོ་དགོ།

༡༠.༡ སློབ་དཔོན་ཚུ་གི་འགན་ཁུངས།

- ༡༠.༡.༡ སློབ་སྦྱོང་པའི་ཡོན་ཏན་སྦྱང་སའི་ས་སློའོས་འབབ་དང་ལྡན་མ་བཟོ་ནི།
- ༡༠.༡.༢ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ལུ་བྱུང་རིག་གི་གནས་ཚད་དང་ལྡན་པའི་ཤེས་ཡོན་དང་
ཉམས་སྦྱང་ཐོབ་བཅུག་ནི།
- ༡༠.༡.༣ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ལུ་ལམ་སྟོན་དང་། བསྐྱབ་བྱ་བཟང་པོའི་ཐོག་ལས་སྦྱོང་པ་
བཟང་པོའི་ལམ་ལུ་བརྩམས་ནི།
- ༡༠.༡.༤ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ལུ་བརྗེ་མཐོང་དང་། རྩང་བདེན་གྱི་ཐོག་ལས་སྦྱོང་ནི།
- ༡༠.༡.༥ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་སློབ་གཏུང་གི་ཐོག་ལས་མཐུན་ལམ་ཡང་དྲག་བཟོ་
ནི།
- ༡༠.༡.༦ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་བྱང་ན་དང་། འཇིགས་སྐྱུག་ 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་སློབ་ལས་ཤེས་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི།
- ༡༠.༡.༨ བདག་གཞན་གཉེས་ལུ་ཕན་ཐོགས་པའི་མཐོ་བསམ་གཏང་ནི་དང་། དགའ་སྦྱིད་
འབྱུང་བའི་ཐབས་ བྱས་བཀུར་དང་། བཀའ་བྱིན་བསམ་ཤེས་ནི། རྒྱལ་ཁབ་
ལུ་ཕན་ཐོགས་པའི་བྱ་སྦྱོང་ཚུ་སློབ་སྦྱོང་པའི་རྒྱུད་ལུ་བརྩམས་ནི།
- ༡༠.༡.༩ སློབ་སྟོན་འགོ་མ་བརྩམས་པའི་ཉེ་མར་སློབ་དུས་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཚུ་བཟོ་སྟེ་སློབ་
རིག་མདོ་འཛིན་འོག་མ་ལུ་སྤུལ་ནི།
- ༡༠.༡.༡༠ གལ་སྲིད་གཞུང་འབྲེལ་དང་གནད་དོན་གལ་ཅན་ལས་བརྟེན་ རྒྱ་རོལ་ས་སྐྱུག་
སྟེ་སློབ་སྟོན་ལག་ལེན་འབབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་རང་སོའི་སློབ་ཚན་འཆར་གཞི་ཚུ་
བཟོ་སྟེ། འབྲེལ་ཡོད་སློབ་སྟོན་པ་གཅིག་ལུ་འགོ་འདྲེན་འབབ་བཅུག་དགོ།

༡༠.༡.༡༡ རང་སོའི་ཚོས་ཚན་སྐོབ་དཔོན་ཚུ་གིས་སྐོབ་ཁང་གི་ཐོ་དེབ་ཚུལ་བཞིན་བཞག་
ཐོག་ རོ་འབྱོར་གྱི་ཐོ་ཚུ་སྐོབ་རིག་སྐྱིག་འཛིན་འོག་མ་ལུ་སྐོབ་དགོ།

༡༠.༡.༡༢ སྐོབ་སྐོབ་པ་ལྟོགས་སྐབ་ཅན་དང་བྱ་སྐོབ་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་མི་མི་ངོམ་ངོས་འཛིན་
འབད་ཐོག་ལས་ སྐོབ་སྐོབ་པ་ཚུ་གིས་གསང་བའི་ཚོགས་རྒྱན་བཙུག་བཙུག་སྟེ་
ངག་ཤོས་བུ་གཅིག་དང་བུམ་གཅིག་ཡོངས་དཔོན་སྟེ་བཙག་འཐུ་འབད་དགོ།

༡༡ སྐོབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་རྒྱུན་གྱི་སྐྱིག་ལམ།

༡༡.༡ སྐོབ་སྐོབ་པ་ཚུ་འོ་པ་ཚུ་ཚོད་ལུ་ཀྱིག་ཀྱི་སྟེ་སྐོབ་ཁང་ནང་ལྟོད་དགོ།

༡༡.༢ སྐོབ་ཁང་ནང་ སྐོབ་སྐོབ་འགོ་བཙུགས་ཏེ་སྐར་མ་ ༡༠ ལས་འབྲེལ་ཏེ་སྐོབ་མི་ཚུ་
རོ་འབྱོར་གྱི་གངས་སུ་བརྩེ་འཛོག་མི་འབད།

༡༡.༣ སྐོབ་ཁང་ནང་དུས་རྒྱུན་བཅའ་མ་གཏོགས་དགོཔ་ལས། གལ་སྲིད་སྐོབ་བུར་ནང་
གཞི་ལས་བརྟེན་སྐྱེན་ཁང་ནང་འགྱོད་གོཔ་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་སྐྱེན་བཙོམ་བཀོད་འཛིན་
ངེས་པར་བཏོན་དགོ།

༡༡.༤ དུས་ཚོད་རེ་ལུ་མིག་དང་འཁྲུལ་རང་སོའི་ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་
ནང་དུས་ཐོག་ལུ་སྐོབ་དགོཔ་མ་ཚད། ཚོས་ཚན་སྐོབ་དཔོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་འགོ་
དཔོན་ཚུ་ལས་གནང་བ་མེད་པར་སྐོབ་སྐོབ་པ་ཚུ་རང་སོའི་ལཱ་འགན་གྱི་ས་ཁོངས་
ལས་ཕྱི་ཁར་འགྱོམ་ཚོག།

༡༡.༥ བམ་རྒྱུན་སྟེལ་ཁང་ནང་རང་ལུགས་ཀྱི་སྐོན་ཆས་ཚུལ་མཐུན་ལག་ལེན་འཐབ་
དགོ།

༡༡.༦ སྟེལ་ཁང་གི་ལེགས་སྐྱར་བ་དང་གཞན་འབྲེལ་ཡོད་སྟེ་ཚན་སོ་སོའི་འགོ་དཔོན་
ཚུ་གིས་ལཱ་འགན་ག་ཅི་ར་སྐོབ་དུང་དུས་ཚོད་ཁར་སྐབ་རྒྱུགས་པ་འབད་དགོ།

- ༡༡.༡ སློབ་དུས་དང་མཐའ་དཔུང་ཚོས་རྒྱགས་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནིའི་དོན་ལུ་དབྱེ་
ཞིབ་ལམ་སྟོན་ལྟར་ ཅུ་དོ་འབྱོར་ཚང་དགོས་དང་། གལ་སྲིད་ན་ཚ་དང་སྐྱུག་
བསྐལ་དེ་ཕོག་སྟེ་དོ་འབྱོར་ཚང་མ་རྒྱགས་པའི་གནད་དོན་དེ་འཕྲོན་ཚེ་ཚོས་རྒྱགས་
བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་དབྱེ་ཞིབ་ཐོག་ལས་འོས་འབབ་གཟིགས་དགོ།
- ༡༡.༢ བཟའ་སྦྱོང་གི་མ་དངུལ་ཡར་སེང་འབད་བའི་སྐབས་ཉུང་ཤོས་དངུལ་ཀམ་ ༡༠༠
འབད་དགོས་དང་ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ཕྱིར་སྦྱོང་སྦྱོང་བཟར་ནང་འབྱོ་བའི་སྐབས་
བཟའ་སྦྱོང་གི་མ་དངུལ་ནང་ལས་འོག་བཏོན་འབག་མི་ཚོག
- ༡༡.༣ སྤེལ་ཁང་གི་དབེ་དེབ་དང་ཅ་དངོས་མཐུན་རྐྱེན་གཞན་ག་ཅིར་ཨིན་རུང་ཆག་
དཀྱུམ་དང་བརྒྱུག་སྟེར་ཤོར་བ་ཅིན་སློབ་སྦྱོང་པ་དེ་གིས་རང་ཚབ་བཅུག་ནི་དང་
ཡང་ཅིན་དེའི་རིན་གོང་ག་ཨིན་མི་འདི་སྦྱོང་དགོ།
- ༡༡.༡༠ སློབ་དུས་ཀྱི་ཚོས་ཚན་བར་གསེང་ངལ་གསོ་ལས་འོག་དུས་ཚོད་ཁར་སྤེལ་ཁང་
ནང་ལྟོད་རྒྱགས་པ་སྟེ་འོང་དགོ། གལ་སྲིད་དུས་ཚོད་ཁར་མ་ལྟོད་པ་ཅིན་གཅོང་སྐྱ་
འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཉེས་ཆད་ལམ་ལུགས་དང་དབྱེ་ཞིབ་ལམ་སྟོན་གྱི་དོ་འབྱོར་ལྟར་དུ་
ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༡.༡༡ སློབ་ཁང་དང་ཚོས་རྒྱགས་ཁང་། དེ་ལས་ཚོགས་འདུ་འབད་བའི་བསྐང་འགྲུལ་
འཕྲིན་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོག
- ༡༡.༡༢ དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཡོད་པའི་སྐབས་མ་གཏོགས། སློབ་ཁང་དང་ཞལ་
འཛོམས་ཁང་གིས་གཙོས་པའི་གཞུང་འབྲེལ་ལཱ་གི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་མཚོན་ཆའི་
རིགས་འབག་མི་ཚོག
- ༡༡.༡༣ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་ སྤྱིར་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་དམངས་ ལྷག་པར་གསོ་བ་རིག་པའི་
བསྟན་པ་ལུ་ཕན་ལུགས་ཅན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ལྟར་པར་ཅན་བྱུང་མི་ཚུ་ལུ་ སྤེལ་

ལང་སླླིག་ཁྲིམས་ཚོགས་པ་གིས་ མི་ངོམ་དེ་ལུ་གཟེངས་བསྟོན་གྱི་ལག་ཁྱེར་
གནང་ནི། དེ་མ་ཚད་ཡོངས་དཔོན་གོང་འོག་གཉིས་དང་ སྲ་ཕྱིའི་ཞལ་མཐུན་གྱི་
དབུ་མཛད། ཚོགས་ཕན་འགོ་འདྲེན་པ། གཟུང་སླེན་མ་གི་གསལ་བཤད་པ་དྲག་
ཤོས་གཉིས། སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་གདམ་འཐུ་འབད་ཡོད་པའི་གཉེར་པ་ཚུ་ལུ་ལོ་
བསྟར་ལོ་མཇུག་ལུ་གཟེངས་བསྟོན་གྱི་ལག་ཁྱེར་གནང་ནི།

༡༢ སློབ་སྦྱོང་པའི་ངལ་གསོའི་ཐོབ་ལམ།

- ༡༢.༡ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་སྤྱིར་བཏང་ངལ་གསོའི་འཐོབ་ལམ་མེད་པ་ཨིན་རུང་ ཚབས་ཚེན་
སྤྱིད་སྤུག་ལས་བརྟེན་གྱོ་བྱུར་ངལ་གསོ་འགྱོད་གོཔ་འཐོན་པ་ཅིན་
ངལ་གསོ་ལུ་ཐངས་
གྱི་ལམ་ལུགས་འདི་ག་ཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ་ཨིན།
- ༡༢.༢ ལུ་ཡིག་འདི་ངལ་གསོ་མ་འགྱོ་བའི་ཉེ་མ་བཅུག་དགོ།
- ༡༢.༣ ངལ་གསོ་ཉིན་གྲངས་གསུམ་གྱི་ནང་འཁོད་ཨིན་པ་ཅིན། མདོ་འཛིན་འོགམ་ སློབ་
ཕུག་ལས་འབྲེལ་ལས་གནང་བ་ལུ་དགོ།
- ༡༢.༤ ངལ་གསོ་ཉིན་གྲངས་གསུམ་ལས་ལྷག་སྟེ་འགྱོད་གོཔ་ཅིན། མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན་
ལས་གནང་བ་ལུ་དགོ།
- ༡༢.༥ སློབ་བཅོས་ལས་བརྟེན་པའི་ངལ་གསོ་ཨིན་པ་ཅིན་གསོ་བའི་ལག་ཁྱེར་བཏོན་དགོཔ་
དང་སྤྱིར་བཏང་སློབ་བཅོས་ཨིན་པ་ཅིན་སློབ་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ཚུ་དགོས་མཁོ་
དང་འཁྲིལ་འབྲེལ་ཡོད་ལུ་བཏོན་དགོ།
- ༡༢.༦ ངལ་གསོའི་གནང་བ་ཡོད་རུང་ངོ་འབྱོར་མ་ལང་པ་ཅིན་ཚོས་རྒྱགས་ནང་བཅའ་མར་
གཏོགས་མི་ཚོག

༡༩ སློབ་སློང་པའི་ཀུན་སློང་སྒྲིག་གཞི།

༡༩.༡ སློབ་སློང་པ་ཚུ་གིས་རང་སོའི་ཁང་མིག་དང་ཆབ་གསང་ཚུ་གཅིང་སྤྱུ་ཚུ་པ་
མཐུན་བཞག་དགོ།

༡༩.༢ ཉལ་ཁང་ནང་ཁག་ཆེ་བའི་སྤང་བརྟན་དང་ལྷ་ཐོ་རེ་གཉིས་མ་གཏོགས་གཞན་པར་
གྱི་རིགས་ཚུ་ལས་སྤར་མི་ཚོག་

༡༩.༣ སྤེལ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་ཚུ་ནམ་རྒྱུན་ཉིང་སངས་ས་དང་སྤོ་ལྡང་གཡུ་ལའི་རྣམ་
པར་བཞག་ནིའི་དོན་ལུ་སྤོ་ཤིང་མེ་ཏོག་གི་རིགས་འཇུགས་སློང་འབད་ནི་ལུ་བརྩོན་
དགོ།

༡༩.༤ ཉལ་ཁང་དོ་དམ་དང་སློབ་ཡུག་སྒྲིག་འཛིན་འོག་མ་ལུ་གནང་བ་མེད་པར་ ཁང་
མིག་གཅིག་ལས་གཅིག་ལུ་མི་དང་ཅ་ཆས་ག་ནི་ཡང་སྤོ་བཤུད་འབད་མི་ཚོག་

༡༩.༥ བཞེས་སློ་ཚུ་ཉག་པར་སློབ་སློང་བཟའ་ཁང་ནང་བཟའ་བཟོ་དང་བཟའ་ཁྲི་ཚུ་ཉིང་
སངས་ས་སྤོ་བཞག་དགོ།

༡༩.༦ སློབ་སློང་པ་ཚུ་གིས་རང་སོའི་ཉལ་ཁང་ནང་ཕྱི་ཁའི་མཚུ་མོ་ཚུ་བཞག་མི་ཚོག་

༡༩.༧ དུས་རྒྱུན་ཆང་དང་ཉམ་ཁུ་སློ་རྣམས་དང་སེམས་ཁམས་འཇུགས་རྣམས་གྱི་རིགས་ཚུ་
ཚུ་གཏན་ནས་ལག་ལེན་འབབ་མི་ཚོག་

༡༩.༨ དོན་མེད་རག་འབྲལ་གྱི་གཏེར་སློ་ཕྱེ་བ་དང་སྤྲོད་རན་འདོན་ཏེ་གཞན་སློབ་སློང་
འབད་མི་ཚུ་ལུ་གཞོན་པའི་སློད་ཚིང་བག་མེད་གྱི་རིགས་འབད་མི་ཚོག་

༡༩.༩ རང་སོའི་ཁང་མིག་ནང་སློག་ཚོད་ཉི་ལྔར་དང་མེ་རླུང་གུ་སི་ལ་སོགས་པ་བཅད་སློད་
འབབ་ཐོག་ལས་བཟའ་འཐུང་གི་རིགས་གང་ཡང་བཟོ་མི་ཚོག་

༡༩.༡༠ ཤོ་དང་ཉག་སེ་ཀེ་རོལ་པ་སོགས་པའི་ཕྱེད་མེའི་རིགས་ཚུ་ལས་ཕྱེ་མི་ཚོག་

༡༩.༡༡ སློབ་ཁང་གི་དུས་ཚོད་ནང་ དུས་མིན་གྱི་ཕྱེད་མོ་ག་ནི་ཡང་ཕྱེ་མི་ཚོག་

- ༡༣.༡༩ སློག་བརྟན་སྟོན་འཕུལ་གྱི་རིགས་ཚུ་ཅ་གཏན་ནས་ལག་ལེན་འཐབ་མ་ཚོག་པའི་
ལར་ སྐ་འཛིན་འཁོར་ལོ་དང་སྐྱ་སྐྱོམ་དེ་ལས་སྟན་ཆ་གི་རིགས་སྐད་ལྷགས་སྟེ་
བཏང་སྟེ་ གཞན་ལུ་ནམ་གཡང་དང་ བར་ཆད་བརྒྱབ་མི་ཚོག
- ༡༣.༡༩ བགོ་ལ་དང་གྲོན་ཆས་ཀྱི་རིགས་ག་ཅི་ཡང་ སློ་སྐྱིག་དང་བྱམས་ར་ཚུ་ནང་
བདལ་ནི་དང་སྐྱམ་ནི་ཚུ་ཅ་ལས་ར་མི་ཚོག
- ༡༣.༡༤ ཨར་རྒྱན་འདི་འགྲོ་བ་མིའི་གནས་སྤངས་ནང་ལུ་ཁྲིམས་འགལ་ཨིན་མ་མ་ཚད་
མ་བྱིན་པ་ལེན་པའི་བྱ་ངན་སྟོམ་ཤོས་ཅིག་སྟེ་ཅེས་ཨིན།
- ༡༣.༡༥ གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚཱགས་འདི་བྱད་འཕགས་ཀྱི་ཤོས་ཡོན་སྤྱད་སའི་ས་གནས་
ཅིག་ཨིན་མ་ལས་བརྟེན་ སྟེ་ཚན་བཟོ་སྟོག་ལས་འཐབ་འཛིང་ལ་སོགས་པའི་བྱ་
ངན་འབད་ནི་ཚུ་སྤང་དགོ།
- ༡༣.༡༦ འདོད་སྦྱོང་ཀྱང་སྤོང་གི་སློལ་ས་ཨམ་སུའི་རང་དབང་ལུ་ཅེས་མེད་ཀྱི་བསུན་
བཅོར་དང་བརྟམ་བཅོས་འབད་མི་འདི་ཁྲིམས་འགལ་སྟོམ་ཤོས་ཅིག་ཨིན།
- ༡༣.༡༧ དལ་གསོལ་སྐབས་ཉལ་ཁང་ལས་བྱི་ཁར་འགྲོ་ཚོག་པའི་དུས་ཚོད་འདི་ རེས་
གཟའ་ཉིམ་ལུ་ཉི་མའི་ཚུ་ཚོད་ ༡༢ ལས་བྱི་རུ་ཚུ་ཚོད་ ༢.༠༠ ཚུན་དང་ རེས་
གཟའ་ལྷན་དང་གཞུང་གི་དལ་གསོལ་སྐབས་བྱི་རུ་ཚུ་ཚོད་ ༢.༠༠ ལུ་ཉལ་ཁང་ནང་
སྦྱོང་དགོ།
- ༡༣.༡༨ ཉལ་ཁང་ནང་ལུ་བྱི་མི་ཅུ་ལས་ར་འོང་མ་ཚོགས་མ་ཚད་ སློབ་སྦྱོང་པ་མོ་མེ་ཚུ་ཕན་
ཚུན་ཁང་མིག་ནང་ལུ་འཇུལ་མི་ཚོག
- ༡༣.༡༩ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ བྱ་ངན་གྱི་ཉེས་འཇུགས་ཤོག་སྟེ་སྟན་ལུ་མྱོད་པའམ་ སློབ་སྦྱོང་
འབད་སྟོན་པའི་གནས་སྐབས་ལུ་གཉེན་སྦྱོར་དང་མངལ་ཆགས་ལས་བརྟེན་པའི་

དཀའ་ཉེགས་ཅེ་འབྱུང་ཚེ་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་ཚོག

༡༣.༢༡ ཅན་སྟོན་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ཉལ་ཁང་ནང་མ་སྟོན་མི་ཚུ་ལུ་ཉེན་ཚབས་ཚེ་རྒྱང་དང་
བསྐྱུན་ཉལ་ཁང་དོ་དམ་གྱིས་ཉེས་ཆད་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་འབད་
བརྩལ་དགོ།

༡༣.༢༢ གལ་སྲིད་ལོ་ངོ་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ཞག་གངས་ལེམས་ལྷག་སྟེ་ཉལ་ཁྲིམ་ནང་མ་
སྟོན་པ་ཅིན་སློབ་ཁྲིམས་ཚྭ་གསལ་པའི་ཁྲི་འཛིན་ལུ་ཡིག་ཐོག་ལུ་སྟུན་ལུ་འབད་དགོ།

༡༤ ཉལ་ཁང་དོ་དམ་གྱི་འགན་ཁུར།

༡༤.༡ ཉལ་ཁང་དོ་དམ་གྱིས་ལྷ་རྟོག་ཐོག་ ཅན་རྒྱུན་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ཉལ་ཁང་གི་གཞི་
དང་གཙུག་ལྷན་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་བཞག་དགོ།

༡༤.༢ གཉེར་ཚང་གི་འཛིན་སྐྱོང་དང་བཞེས་སྟོའི་སྤྲུལ་ཚད་ཚུ་བཟླ་རྟོག་དང་གོགས་
རམ་འབད་དགོ།

༡༤.༣ ཞབས་རྟོག་གི་ལཱ་དང་ཉལ་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་ཚུ་བཟླ་རྟོག་དང་འགོ་
འདྲན་འབད་དགོ།

༡༤.༤ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་སློབ་གཞི་ལུ་གནས་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་བྱ་སྤྲུལ་མ་
བདེམ་ཅེ་འཐོན་ཚེ་དེ་འཕྲོས་ལས་སློབ་ཕྲུག་མདོ་འཛིན་འོག་མ་ལུ་སྟུན་ལུ་འབད་
དགོ།

༡༤.༥ སྤྱི་ལོ་ཞུན་དང་དུས་དང་དུས་སུ་བཟླ་རྟོག་འབད་དེ་ཉལ་ཁང་གི་ངོ་འབྱོར་ཚུ་
ཀྱིག་ཀྱི་སྟེ་བདག་གཉེར་འབད་དགོ།

༡༥ ཡོངས་དཔོན་གྱི་འགན་ཁུར།

- ༡༥.༡ ཡོངས་དཔོན་གྱིས་བཟུ་རྟོག་ཐོག་ བམ་རྒྱུན་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་ཉལ་ཁང་སློག་གཞི་
དང་གཙང་སླ་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་ལག་ལེན་འབྲེལ་དགོ།
- ༡༥.༢ གཉེར་ཚང་གི་འཛིན་སྦྱོང་དང་བཞེས་སློབ་འོན་ཏེ་ལུ་གཉེར་པ་ལུ་གོགས་རམ་
འབད་དགོ།
- ༡༥.༣ ཞབས་རྟོག་གི་ལཱ་དང་ཉལ་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་ཚུ་ལུ་བཟུ་རྟོག་འབད་དེ་
ཉལ་ཁང་དོ་དམ་ལུ་སྤྲོད་ལུ་འབད་དགོ།
- ༡༥.༤ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་སློག་གཞི་ལུ་གནས་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་བྱ་སྤྲོད་མ་
བདེཝ་ལེ་འཐོན་ཚེ་དེ་འཕྲོས་ལས་དོ་དམ་ལུ་སྤྲོད་ལུ་འབད་དགོ།
- ༡༥.༥ སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱུང་བེབས་ལས་རིམ་ཚུ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དགོ།

༡༦ ཁྲིམས་འགལ་ཉེས་བྱ།

- ༡༦.༡ གོང་གསལ་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཚན་ཚུ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྲེངས་དང་པར་
ཚོས་ཚན་སློབ་དཔོན་དང་ཉལ་ཁང་དོ་དམ་ ཡང་ན་སློབ་ཁང་སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་
ཉེས་ཚབས་ཚེ་རྒྱུད་དང་བསྐྱུན་ངག་ཐོག་གི་ཉེན་བརྟུན་མི་དང་། ཉེས་སྦྱོང་གི་ར་
ཁུངས་ཚུ་ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་སྤྲོད་བྱས་བཟོད་གསོལ་དང་ བྱིན་ཚད་དམ་
བཙའི་ཡི་གུ་ལེན་ཏེ་སློབ་སྤྲོད་མཛུགས་འོན་ཏེ་འོག་མ་ལུ་བཅུག་དགོ།
- ༡༦.༢ ཁྲིམས་ལུགས་དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྲེངས་གཉིས་པ་ལུ་ སློག་ཁྲིམས་ཚོགས་
པ་གིས་མཐའ་མཐུག་གི་ཉེན་བརྟུན་སྦྱོང་དགོ།
- ༡༦.༣ ཡང་བསྐྱར་ སློབ་སྦྱོང་པ་དེ་གིས་ཁྲིམས་ལུགས་ལུ་རྒྱབ་འགལ་བེངས་གསུམ་པ་
འབད་བ་ཅིན་ སློག་ཁྲིམས་ཚོགས་པ་གིས་ཉེས་ཚབས་ཚེ་རྒྱུད་དང་བསྐྱུན་སྦྱོང་
བརྟུན་མ་ཚོམས་འཛིན་བཞག་མི་དང་ ཡང་ན་བཏོན་གཏང་དགོ།

༡༩.༤ གལ་སྲིད་སློབ་བྱུང་ཚབས་ཆེན་གྱི་ཉེས་པ་འབད་མི་རེ་འཕྱོན་པ་ཅིན་ སྲེལ་ཁང་
སློབ་ཁྲིམས་ཚཱགས་པ་གིས་དབྱེ་ཞིབ་ཐོག་ལས་ ལོང་གི་གོ་རིམ་དང་མ་འཁྲིལ་
བར་ཉེན་བརྟེན་དང་ཉེས་བྱ་བཀའ་ཚཱག

༡༩ སྲ་ཕྱིའི་ཞལ་ཐུན་གྱི་ཉེས་ཆད།

༡༩.༡ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚཱགས་ སྲ་ཕྱིའི་ཞལ་ཐུན་བཏང་དགོས་འདི་ གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན་མ་
ལས་ཆད་སྡོད་མ་ཚཱགས་ཅིག་ཡིན་རུང་ གལ་སྲིད་ཆད་ལུད་རེ་ཐོན་པ་ཅིན་དངུལ་ཀྲམ་
༣༠ རེ་དང་ དེ་ཡང་དུས་ཚོད་གྲུ་མ་ལྟོད་པར་སྐར་མ་ལྷ་ལས་འབྲིས་སོང་པ་ཅིན་
ཉེས་ཆད་ཐོག་ སློབ་དུས་༡༩ནང་ཆད་༡༥ལས་ལྷག་སོང་པ་ཅིན་ཉལ་ཁང་དོ་དམ་
གྱིས་སློབ་ཕྱག་སློབ་འཛིན་ལུ་སྟོན་ལུ་འབད་དགོ།

༡༩.༢ སྲ་ཕྱིའི་ཞལ་ཐུན་གྱི་སྐབས་ལུ་གི་ལམ་ལུགས་ཅུ་གཏན་ནས་མེད་པ་ཡིན་རུང་
དམིགས་བསལ་སྦྱིད་སྦྱག་གི་སྦྱག་བསལ་རེ་ཐོག་པ་ངེས་བདེན་ཡིན་པ་ཅིན་
དགོངས་ཡང་ཐོབ།

༡༩.༣ ཞལ་ཐུན་ལས་འབྲུང་བའི་དངུལ་ཚཱག་ཡོངས་དཔོན་གྱིས་སྟོན་ལུ་ཐོག་སློབ་ཕྱག་རང་
སོའི་ལྷ་རིམ་གྱི་དངུལ་ཐོགས་ལས་ཚཱག་འཛིན་པ་གིས་བསྐྱེལ་ལེན་འབད་དེ་ལུ་གི་
སྐབས་བསལ་ཚཱག་ལ་སོགས་པ་དང་ནི་དང་གལ་སྲིད་ལྷག་ལུས་རེ་ཡོད་པ་ཅིན་སྟོན་
སྲེལ་ཞལ་འདེབས་གྱི་གསོག་འཛིན་ནང་བཅུག་དགོ།

༡༩ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལུ་གི་ཉེས་ཆད།

༡༩.༡ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྐབས་ལུ་ལུ་སྦྱང་མེད་བསྐྱུར་ཏེ་ཆད་སྡོད་མི་རེ་ཐོན་
པ་ཅིན་ཉེས་ཆད་དངུལ་ཀྲམ་༡༠༠ རེ་དུས་ཐོག་ལུ་བཅུགས་དགོ།

༡༥.༡ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལྡེན་ལྡེན་གི་སྐབས་ལྷུ་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་གཏན་ནས་མེད་པ་
ཨིན་རུང་དམིགས་ བསལ་སྦྱིད་སྦྱུག་ཕོག་པ་དེས་བདེན་ཨིན་པ་ཅིན་དགོངས་ཡང་
ཐོབ།

༡༥.༢ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལྡེན་གི་ཉེས་ཆད་དུས་ཐོག་ལུ་བརྩམས་ཏེ་མ་དདུལ་འདི་
ལྡེན་འབད་བའི་སྐབས་སུ་བསེལ་ཚུ་ལ་སོགས་པ་གང་རུང་གཏང་ནི་དང་ ལྷག་ལུས་
རེ་འཐོན་པ་ཅིན་སྟེལ་ཁང་གི་ཕན་བདེ་མ་དདུལ་གྱི་གསོག་འཛུགས་བརྩམ་དགོ།

༡༧ ཉིན་ཚེས་སློབ་སྦྱོང་པའི་ལམ་ལུགས།

༡༧.༡ ཁས་ལེན་འབད་མི་ཉིན་ཚེས་སློབ་སྦྱོང་པ་དང་ ཉལ་ཁང་གི་ ལམ་ལུགས་ལུ་
མ་གནས་པར་ཐོན་མི་ཉིན་ཚེས་སློབ་སྦྱོང་པ་ཆ་མཉམ་གྱིས་རང་སེའི་བདག་
འཛིན་པ་མི་ངོམ་ཁྱིད་དེ་ དེ་ལོག་ཐོག་གི་ངོས་ལེན་འབད་དགོ།

༡༧.༢ སློབ་སློན་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ ནང་སྡོད་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་དང་སྦྱི་མཚུངས་སློབ་ཁང་
གི་སྦྱིག་གཞི་ཚུ་ལ་བཞིན་ལག་ལེན་འབབ་དགོ།

༡༧.༣ རེས་གཟའ་ཉི་མའི་མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལྡེན་མ་གཏོགས། གཞན་སློབ་
ཁང་དུས་ཚོད་ནང་འཁོད་གྱི་ལྡེན་དང་། དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་གཟའ་
ཟླཱ་དང་གཞུང་གི་ངལ་གསོ་ཨིན་རུང་འཇུག་ཤོར་མེད་པར་བཅའ་མ་གཏོགས་
དགོ།

༡༧.༤ སློབ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་མཐུན་ཆུན་ཚུ་ཤོ་མཚུངས་ལག་ལེན་འབབ་ཚོག་རུང་
ཉལ་ཁང་དང་བཟའ་ཁང་གི་མཐུན་ཆུན་ཚུ་ཉལ་ཁང་དོ་དམ་ལས་གནང་བ་མེད་
པར་ལག་ལེན་འབབ་མི་ཚོག་

༡༧.༥ ཉིན་ཚེས་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་ཉལ་ཁང་དོ་དམ་པ་དང་གཉེར་ཚང་འགོ་འདྲེན་པ་
གཉིས་ལུ་ལུ་ཐོག་ཉིན་ལྟེ་དོན་ལུ་དདུལ་འཇུག་བརྩམས་ཏེ་བེད་སྤྱོད་འཐབ་ཚོགས་

༡༠ དབྱེ་ཞིབ་ལམ་སྟོན།

- ༡༠.༡ སློབ་དུས་ཡར་ལང་དང་མཐའ་དབུད་མཐའ་འཁྲུལ་གྱི་ཚད་གཞི།
- ༡༠.༡.༡ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་དང་སློབ་དུས་ཚེས་རྒྱུགས་ཚུ་རང་རང་སོ་སོའི་སློབ་ཚན་དང་
འཁྲུལ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ༡༠.༡.༢ རང་སོའི་ཚེས་ཚན་སློབ་དཔོན་གྱིས་སློར་འཛིན་གྱི་རིགས་དང་སྤོང་འགྲེམས་གྱི་
སློར་འཛིན་ཚུ་སློབ་དུས་ཚེས་རྒྱུགས་འགོ་མ་བརྩམས་པའི་ཉེ་མ་ལེན་ཚར་དགོ།
- ༡༠.༡.༣ མཇུག་བསྟུ་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཚ་གཞུང་ནང་ཚུད་ཡོད་པའི་སློར་འཛིན་ཚུ་
གདམ་འཇུག་ཅི་བ་བཟོ་སྟེ་ལེན་དགོ།
- ༡༠.༡.༤ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལུ་སྐྱུགས་༤༠%དང་། མཇུག་བསྟུའི་ཚེས་རྒྱུགས་
ནང་ལུ་སྐྱུགས་༤༠%སྟེ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི། སྤྱིར་བཏང་མཐའ་འཁྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་སྤྱི་
སྟོམས་སྐྱུགས་ཚད་༥༠%ཐོབ་དགོ་པའི་ཁར། དུས་རྒྱུན་དང་མཇུག་བསྟུ་དབྱེ་ཞིབ་གཉིས་
ཚ་ར་ལས་ཉུང་མཐའ་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཚ་༥༠%རེ་དེས་པར་དུ་ཐོབ་དགོ། ཨིན་རུང་མཐོ་རིམ་
གོང་མའི་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ནང་ལུ་སྐྱུགས་༤༠%དང་། མཇུག་
བསྟུའི་ཚེས་རྒྱུགས་ནང་ལུ་སྐྱུགས་༤༠%སྟེ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི། སྤྱིར་བཏང་མཐའ་འཁྲུལ་
གྱི་དོན་ལུ་སྤྱི་སྟོམས་སྐྱུགས་ཚད་༥༠% ཐོབ་དགོ།
- ༡༠.༡.༥ ཚེས་ཚན་བརྒྱ་ཚ་༥༠ནང་འཁོད་མཐའ་འཁྲུལ་མ་རྒྱུགས་པ་ཅིན་ལྷོ་རོ་, གི་རྒྱུབ་
ལས་སྤྱིར་ལོག་ཚེས་རྒྱུགས་སུལ་དགོ། ཨིན་རུང་འདི་ལས་ཡང་མཐའ་འཁྲུལ་
མ་རྒྱུགས་པ་ཅིན་སྤྱིར་ལོག་སློང་བཟུར་འབད་དགོ།

- ༡༠.༡.༤ ཚེས་ཚན་བརྒྱ་ཚ་༥༠ལྷན་སྟེ་མཐར་འཁྱོལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། ལུལ་མའི་སྟེ་
ཚན་དང་གཅིག་ཁར་སླར་ལོག་སློབ་བཅར་འབད་དགོ།
- ༡༠.༡.༥ སླར་མ་འབྲས་གསལ་བསྐྱགས་འབད་ཚར་བའི་རྒྱབ་ལས་མཐར་མ་འཁྱོལ་མི་
སློབ་སྐྱེ་ཚུ་གིས་སླར་ལོག་ཚེས་རྒྱུགས་སྤུལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ལུ་ཡིག་དང་
བཅས་པ་སྟེ་ཚེས་རྒྱུགས་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲི་འཛོན་ལུ་ཡིག་ཐོག་ལུ་ལུ་བ་
སྤུལ་དགོ།
- ༡༠.༡.༦ སློབ་དུས་གཅིག་ནང་སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གིས་ཐངས་གཅིག་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་སླར་
ལོག་ཚེས་རྒྱུགས་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚོག
- ༡༠.༡.༧ སླར་ལོག་ཚེས་རྒྱུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཚེས་ཚན་གཅིག་ལུ་རྒྱུགས་འབྲས་དཔུལ་ཀྱམ་
༣༠༠༠ལྷོད་དགོ།
- ༡༠.༡.༨ སླར་ལོག་སློབ་བཅར་འབད་མ་ད་ སློབ་སྦྱོང་པ་རང་གི་ལྷན་རིམ་གྱི་དཔུལ་
ཕོགས་མ་ཐོབ་མ་ཚང་མཐར་མ་འཁྱོལ་མི་ཚེས་ཚན་ཚུ་གི་འབྲས་སློབ་སྦྱོང་
པ་རང་ལོ་གིས་སློབ་དགོ།

༡༠.༢ སླར་ལོག་སློབ་བཅར།

- ༡༠.༢.༡ སློབ་ཁང་ནང་ངོ་འབྱོར་གྱི་བརྒྱ་ཚ་ཚེད་བཀོད་འབད་ཡོད་མི་ལང་མ་ཚུགས་པ།
- ༡༠.༢.༢ སླན་བཅོས་ཀྱི་གནད་དོན་གང་རུང་ལས་བརྟེན་ཏེ་སློབ་དུས་ཀྱི་ཚེས་ཚན་
མཇུག་བསྟུ་མ་ཚུགས་པར་ལུས་ཡོད་པ།
- ༡༠.༢.༣ ཚེས་རྒྱུགས་སྐབས་ཚུལ་མིན་བཅུད་སློབ་ལས་བརྟེན་ཚེས་རྒྱུགས་རྒྱབ་འཕྲོ་
མཚམས་འཛོག་འབད་བཞག་མི།
- ༡༠.༢.༤ གནད་དོན་གཞན་གང་རུང་ལས་བརྟེན་ ཕྱིར་འབྲེན་འབད་ཡོད་པ།
- ༡༠.༢.༥ ཚེས་ཚན་བརྒྱ་ཚ་༥༠ ལས་མཐར་འཁྱོལ་མ་ཚུགས་པ།

༡༠.༣ ལན་ཤོག་སྐྱར་ལོག་དབྱེ་ཞིབ།

༡༠.༣.༡ མཐའ་དབྱུང་ཚོས་རྒྱགས་ནང་ལས་མཐར་འཁྱོལ་མ་བྱུང་མི་ཚོས་ཚན་གྱི་ལན་
ཤོག་སྐྱར་ལོག་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་སྐྱངས་འབྲས་གསལ་བསྐྱགས་འབད་བའི་དུས་ལུན་
བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ལན་ཤོག་གཅིག་གི་དོན་ལུ་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་གིས་
བཀོད་ཡོད་པའི་སློབ་རིག་སྒྲིག་གཞི་དང་འཁྲིལ་འབྲས་བུལ་སྟེ་ཚོས་རྒྱགས་བཀོད་
ཚོགས་ཀྱི་ཁྲི་འཛིན་ལུ་ཁུ་བ་ཡུལ་ཞིན་མ་ལས་མཐར་འཁྱོལ་མ་བྱུང་མི་ལན་ཤོག་ནང་
སྐྱགས་བསྐྱོམས་ལུ་འཛིན་བ་ཡོད་མེད་དུས་ལུན་སྐར་མ་ ༡༥ འི་རིང་སྐྱགས་ཀྱི་བསྐྱོམས་
ཚུམ་བུ་ཚོགས།

༡༠.༤ ལག་ལེན་དབྱེ་ཞིབ།

༡༠.༤.༡ སྐན་བཙུག་དང་དབྱུང་བཙུག་གི་རིག་ཅུལ་ལྷོགས་གྲུབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ཉུང་
མཐའ་
མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་ལག་ལེན་གྱི་ངོ་འབྱོར་བརྒྱ་ཆ་ ༧༥ རེས་པར་དུ་ཚང་
དགོ།

༡༠.༤.༢ གལ་སྲིད་ལག་ལེན་སྦྱོང་བརྗེས་ཀྱི་ངོ་འབྱོར་བརྒྱ་ཆ་མ་ལང་པ་ཅིན་རང་སེའི་
ལས་རིམ་འགོ་འཛིན་གྱིས་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་ཉེ་མ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ངོ་འབྱོར་
ཚད་འབྲས་སུབ་བཅུག་དགོ།

༡༠.༤.༣ བཟླ་རེག་རྩི་བ་གསུམ་གྱི་སློབ་ལས་ནད་པ་ངོ་མ་དང་། འབྲེམས་སྟོན་ཐོག་ལས་
བརྟག་དབྱུང་འབད་ཐངས་དང་། སྐན་བཙུག་བཀོད་འཛིན་ལག་ལེན་འབབ་
ཐངས་ཚུ་སློབ་ཁང་སློབ་དཔོན་གྱིས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

༡༠.༤.༤ སློབ་དུས་ཚེས་རྒྱགས་ནང་། བཟང་ལྷོ་འཕེལ་བའི་བཀའ་སློབ་ཀྱི་ཐོག་ལས་ནང་གཞི་བརྟུག་དཔུང་འབད་ཐངས་དང་། སློབ་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཚུ་ཚེས་རྒྱགས་བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱགས་ལེན་དགོ།

༡༠.༤.༥ ལག་ལེན་ཚད་གཞི་ཐོ་དེབ་(Log Book)ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་དེས་པར་དུ་ཚང་དགོ།

༡༠.༥ ལག་ལེན་སྦྱོང་བརྟུན་གྱི་མཐར་འཁྲོལ་སྐྱགས་ཚད།

༡༠.༥.༡ ལག་ལེན་སྦྱོང་བརྟུན་གྱི་མཐར་འཁྲོལ་སྐྱགས་ཚད་བརྒྱ་ཆ་༥༠ ཐོབ་དགོ།

༡༠.༥.༢ མཐར་འཁྲོལ་སྐྱགས་ཚད་ལྷོ་ཕྱོག་གི་དོན་ལུ་ཉེ་མའི་སློབ་དུས་ཚུ་ལས་ཚ་སློམས་སྐྱགས་ཚད་བཀའ་ཐངས་གཤམ་གསལ།

༡༠.༥.༣ དུང་འཚོའི་སློབ་སྦྱོང་པ།

- ༡༡ ། སློབ་དུས་དང་པ་ལས་དུག་པ་ཚུན་ ≡ ༥%ཟེ། ༣༠
- ༡༢ ། སློབ་དུས་བདུན་པ་ལས་དགུ་པ་ཚུན་ ≡ ༡༠%ཟེ། ༣༠
- ༡༣ ། སློབ་དུས་བརྒྱ་པ་ལུ། ≡ ༤༠%

༡༠.༥.༤ སློབ་པའི་སློབ་སྦྱོང་།

- ༡༡ ། སློབ་དུས་དང་པ་དང་གཉིས་པ། ≡ ༥%ཟེ། ༡༠
- ༡༢ ། སློབ་དུས་གསུམ་པ་ལས་ལྷུ་པ་ཚུན།≡ ༡༥%ཟེ། ༤༥
- ༡༣ ། སློབ་དུས་དུག་པ་ལུ། ≡ ༤༥%

༡༠.༦ ཚེས་རྒྱགས་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཞིའི་དོན་ལུ་ངོ་འཕྲོར།

- ༡༠.༦.༡ སློབ་སྦྱོང་པ་ལུ་ལེན་གྱིས་སློབ་དུས་ལུ་སློབ་ཁང་ནང་བརྒྱ་ཆ་༧༠ དང་། ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་ནང་ངོ་འཕྲོར་བརྒྱ་ཆ་༧༥ དེས་པར་ཚང་དགོ།

༡༠.༤ ཚོས་རྒྱལ་སྐབས་ཚུལ་མིན་བེད་སྤྱོད།

- ༡༠.༤.༡ ཚོས་རྒྱལ་སྐབས་འགོ་བརྩམས་པའི་དུས་ཡུན་ལས་སྐར་མ་ ༣༠ གྱི་ནང་འཁོད་
 ཚོས་རྒྱལ་སྐབས་ཁང་ནང་མ་སྟོད་པ་ཅིན་ ཚོས་ཚན་གྱི་ཚོས་རྒྱལ་སྐབས་ནང་བཅའ་
 མ་གཏོགས་མི་ཚོགས།
- ༡༠.༤.༢ ཚོས་རྒྱལ་སྐབས་ཁང་ནང་འགྲུལ་འཕྲིན་ལ་སོགས་པ་སྟོག་འཕུལ་དང་འབྲེལ་བའི་
 ཅ་ཆས་ཀྱི་རིགས་དང་ཡི་གུ་ཡོད་པའི་ཤོག་དེབ་དང་ཀི་དེབ་གང་རུང་འབག་
 བྱི།
- ༡༠.༤.༣ ཆ་རོགས་ཚུལ་ལས་འདྲ་བཤུས་བརྒྱབ་ཞི་དང་ ཡང་ན་གྲོས་མོལ་འབད་བྱི།
- ༡༠.༤.༤ ཚོས་རྒྱལ་སྐབས་བལྟ་རྟོག་པ་ལས་གནང་བ་མེད་པར་སྟོབ་སྐྱོང་པ་སོ་སོའི་མིང་
 ཐོག་ཡོད་པའི་སྟོད་ཁྲི་པར་ཚུར་བརྗེ་སོར་འབད་བྱི།
- ༡༠.༤.༥ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ལན་ཤོག་པར་ཚུར་དང་སྐྱུ་གུའི་རིགས་བརྗེ་སོར་
 འབད་བྱི།
- ༡༠.༤.༦ ཚོས་རྒྱལ་སྐབས་ཁང་ནང་ལས་ལན་ཤོག་ཕྱི་ཁར་འབག་བྱི།

༡༠.༥ ཚུལ་མིན་བེད་སྤྱོད་ལུ་ཉེས་ལྷིམས།

- ༡༠.༥.༡ ཚུལ་མིན་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཉེས་ཚབས་ཆེ་ཚུང་དང་བསྐྱུན་ཏེ་བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་
 དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་རྒྱབ་འཕྲོ་ཡོད་པའི་ཚོས་རྒྱལ་སྐབས་ཆ་མེད་བཏང་བྱི་དང་།
 ཡང་ན་ མཚམས་འཛོག་འབད་བྱི།
- ༡༠.༥.༢ སྤྱོད་བཟུང་མཚམས་འཛོག་དང་ཕྱིར་བཏོན།
 ༡༠.༥.༢.༡ སྤྱིར་ལོག་སྤྱོད་བཟུང་ནང་ལས་མཐར་འཁྱོལ་མ་བྱུང་མ།

༢༠.༡༠.༡ རྩུལ་མིན་བྱ་ངན་གང་རུང་ལས་བརྟེན་ བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་གྲོས་ཐག་བཅད་
ཡོད་པ།

༢༠.༡༠.༢ རྩོགས་སྐབ་མེད་པའི་སྤྲོན་བཅོས་ལག་ཁྱེར་ཡོད་མི།

༡༡ ལས་བྱེད་པའི་མིང་ཐོ་དང་བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་།

PABX: ༣༣༡༧༡༣/༣༣༧༣༧༡ Fax: ༣༣༡༧༡༣

ཨ ང་	མིང་གསལ།	གོ་གནས།	བརྒྱུད་འཕྲིན།	འགྲུལ་འཕྲིན།	ཅན་ གསོ།
༡	རྩུང་འཚོ་སངས་ རྒྱལ་དབང་འདུལ།	མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན།	༣༣༧༧༧༧ Ext: ༡༧༧	༡༧༧༧༧༧༧༧	
༢	རྩུང་འཚོ་བསྟན་པའི་ རྒྱལ་མཚན།	མདོ་འཛིན་འོགས། སློབ་རིག་ལས་འབྲེལ།	༡༧༠	༡༧༥༢༣༧༧༧	
༣	རྩུང་འཚོ་རྟེན་འབྲེལ་ དབང་འདུལ།	མདོ་འཛིན་འོགས། སློབ་སྦྱོང་ལས་འབྲེལ།	༡༠༧	༡༧༧༧༧༧༧༧	
༤	རྩུང་འཚོ་རྟོ་ཕུག།	ཞིབ་རྟོགས་མཁུ་ དབང།	༡༣༠	༡༧༧༡༥༣༥༣	
༥	རྩུང་འཚོ་ལྷ་བ་ བཀྲིས།	ཞིབ་རྟོགས་མཁུ་ དབང།	༡༧༣	༡༧༧༢༡༣༡༣	
༦	ཅམ་རྒྱལ་ལྷ་མོ།	ཞིབ་རྟོགས་མཁུ་ དབང།	༡༠༧	༡༧༣༧༥༠༠༧	
༧	རྩུང་འཚོ་ཤེས་རབ་ རྩོ་རྒྱ།	ལེགས་སྦྱར་བ།		༡༧༧༣༠༧༠༧	

༡	རྒྱུང་འཚོ་སྲིད་མཐར་ དབང་མོ།	ལེགས་སྐྱུར་བ།		༡༤༧༢༡༧༠༧	ངལ་ གསོ།
༧	བདེ་ཚེན་ཚོས་སྒྲོན།	ལེགས་སྐྱུར་བ།	༡༡༠	༡༧༤༡༠༩༣༥༥	
༡༠	རྒྱུང་འཚོ་འཇམ་ དབྱུངས་ཡེས་རྗེ།	ཞིབ་རོགས་ལེགས་ སྐྱུར་བ།	༡༡༥	༡༧༤༣༡༡༤༣	
༡༡	རྒྱུང་འཚོ་སྐལ་བཟང་ ཚོ་རིང་།	ཞིབ་རོགས་ལེགས་ སྐྱུར་བ།	༡༡༡	༡༧༣༧༣༥༧༣	ཉལ་ཁང་ དོ་དམ།
༡༢	རྒྱུང་འཚོ་གསང་ སྐགས་ཚོས་འཕེལ།	ཞིབ་རོགས་ལེགས་ སྐྱུར་བ།	༡༣༤	༡༧༧༧༤༡༤༧	
༡༣	བསྐྱེད་རྒྱལ་མཚན།	བདག་སྐྱོང་འགོ་ དཔོན།	༡༠༡	༡༧༤༡༥༥༤༥	
༡༤	ཚེ་རིང་ལྷ་མོ།	བརྟམ་འཕྲུལ་ལས་ རོགས།	༡༡༤	༡༧༣༤༣༧༤༤	
༡༥	བདེ་ཚེན་མཚོ་མོ།	རྩིས་འཛིན་པ།	༡༠༣	༡༧༥༧༤༧༤༤	
༡༦	ཀམ།	མཛོད་གཉེར།	༡༣༧	༡༧༤༤༧༤༤༡	
༡༧	བླ་རྒྱལ་ཏུ་མང།	བདག་སྐྱོང་ལས་རོལ།	༡༣༤	༡༧༣༧༤༤༤༥	
༡༨	ཞུམ་བཟང་མོ།	དཔེ་གཉེར་ལས་རོལ།	༡༣༣	༡༧༣༤༣༣༣༡	
༡༩	བསྐྱེད་འཛིན་དབང་ མོ།	སྒྲིག་འཕྲུལ་ལས་ འཛིན་པ།	༡༣༧	༡༧༤༧༣༤༠༣	
༢༠	རྒྱུང་འཚོ་ཚེ་དབང་ རྒྱལ་མཚན།	འགྲེམས་སྒྲོན་འགོ་ འཛིན་པ།		༡༧༤༧༠༤༤༤	
༢༡	བསྐྱེད་པ་རྒྱ་མཚོ།	རྒྱ་འཕྲུལ་ལས་འཛིན་ པ།	༡༣༧	༡༧༤༤༤༤༠༥	

༢༢	བསྟན་འཛིན་དབང་མོ།	བསྟུ་ལེན་པ།	༩	༡༧༤༢༡༢༤༤	
༢༣	ཚེ་རིང་དབྱངས་སློོན།	ཡིག་སྐྱེལ་པ།	༡༠༤	༡༧༤༥༢༣༥༥	
༢༤	སྐུ་རྟོ་རྗེ།	དེད་གཡོག་པ།		༡༧༤༧༢༡༩༢	
༢༥	ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ།	དེད་གཡོག་པ།		༡༧༤༠༧༢༠༡	
༢༦	མོ་ར་བྱ་དབང་འདུས།	ཐབ་ཚང་པ།		༡༧༩༢༠༧༩༤	
༢༧	སངས་རྒྱས།	ཐབ་ཚང་པ།		༡༧༤༢༢༣༢༣	
༢༨	ཚེ་རིང་བབབ་མོ།	ཕྱག་བརྟམ་པ།		༡༧༧༧༥༥༤༢	
༢༩	བརྩ་ཚེས་སློོན།	ཕྱག་བརྟམ་པ།		༡༧༤༤༩༢༥༣	
༣༠	སངས་རྒྱས་ལྟོ་མོ།	ལྷུ་མ་གཉེར་མོ།		༡༧༤༥༤༧༢༤	
༣༡	ལྷུ་ལྷུང་།	ཁང་སྤྱང་པ། ལྟོང་སྟོང་འཕེལ། སྤྱང་ཐལ།		༡༧༥༤༣༤༡༣	
༣༢	བསམ་གཏན་གྲུབ་ལྷ།	ཡོངས་དཔོན།		༡༧༩༢༠༡༡༤	
༣༣	ལྷོན་སློོལ་མ།	ཡོངས་དཔོན།		༡༧༣༥༢༥༤༤	

༢༢ སློབ་རིག་བཀོད་ཚྭ་གསལ།

༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། ལྷི་འཛིན།
༢. སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འགོ་འདྲེན་པ།
༣. སློབ་སྦྱོང་མདོ་འཛིན་འོག་མ་འབྲུས་མི།
༤. ལྷོང་བརྟམ་འགོ་འཛིན་པ། འབྲུས་མི།

- ༥. ཚོས་རྒྱགས་འགོ་འདྲེན་པ། འཇུག་མི།
- ༦. སྤྲོན་ཁང་སྡེ་འཛིན། འཇུག་མི།
- ༧. སྤྲོན་བཟོ་འགོ་དཔོན། འཇུག་མི།
- ༨. རྣམ་རྒྱལ་ལྷ་མོ། ཞིབ་རྟོགས་མཁམས་དབང་། འཇུག་མི།
- ༩. དྲུང་འཚོ་རྒྱ་བ་བཟླ་ཤིས། ཞིབ་རྟོགས་མཁམས་དབང་། འཇུག་མི།
- ༡༠. སློབ་སྦྱོང་པའི་འཇུག་མི།

༡༡.༡ དམིགས་ལུལ།

ཚོགས་པ་གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ་དེ་ཡང་སྤེལ་ཁང་ནང་ལུ་ སྦྱིར་བཏང་ཤེས་
 རིག་གི་ལམ་ལུགས་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ ཚོས་ཚན་ཚུ་གཞུང་ནང་ལུ་ལག་ལེན་
 ཡར་དྲག་དང་གོང་འཕེལ་ སྤོན་ཐངས་ བཟོ་བཀོད་ཚུ་གི་སྤྱུལ་ཚད་དང་ སློབ་
 རིག་ཚད་གཞི་ཚུ་ གཙུག་ལག་སློབ་སྦྱོང་གི་སྤྱི་བུས་དང་འབྲེལ་འགན་ཁག་
 འབག་ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན།

༡༡.༢ སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཁུར།

- ༡༡.༢.༡ གཙུག་ལག་སློབ་སྦྱོང་པ་གསར་བཙུག་གི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
- ༡༡.༢.༢ སློབ་སྦྱོང་པ་ཚུ་གི་ཤེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་དང་ སྤྲིག་ལམ་ རྒྱབ་སྦྱོར་ཚུ་ལུ་
 བཟུ་རྟོག་འབད་ནི།
- ༡༡.༢.༣ གཙུག་ལག་སློབ་སྦྱོང་གི་ལས་རིམ་ནང་མ་ཚུད་མི་ཚུ་གི་འགན་ཁུར་འབག་ནི།
- ༡༡.༢.༤ གཙུག་ལག་སློབ་སྦྱོང་གིས་བཀོད་པའི་ལས་རིམ་ཚུ་འཛིན་སྦྱོང་འཐབ་ནི།
- ༡༡.༢.༥ ལོ་བསྟར་བཞིན་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་གི་གྲུབ་འབྲས་སྤྲོད་ལུ་ཐོག་ དང་ལེན་
 དང་རོས་ལེན་ དེ་ལས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གདོང་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་གྲུབ་
 འབྲས་ཚུ་གཙུག་ལག་སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས་ལུ་སྤྲོད་ལུ་འབད་ནི།

- ༡༡.༡.༤ ཚོས་རྒྱགས་ལེན་ཐངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་གཞི་བཙུག་འབད་བའི་ཐོག་ལུ་ཚོས་རྒྱགས་བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་ཚུལ་དང་མཐུན་མ་སྤེལ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་འཐབ་བཟླ་ནི།
- ༡༡.༡.༥ སློབ་ཚོགས་ཀྱི་ལོ་བསྟར་གོང་འཕེལ་འཆར་གཞི་བཙུག་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།
- ༡༡.༡.༦ གསོལ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་ལུ་ངོས་ལེན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་ནི།
- ༡༡.༡.༧ མི་སྡེ་བས་གོང་འཕེལ་གྱི་འཆར་གཞི་ལས་ངེས་བཙུག་སྤེལ་སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས་ལུ་སྟན་ལུ་འབད་ནི།
- ༡༡.༡.༨ བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་ལོ་ལྷན་བར་ན་སྟན་ལུ་ཐངས་གཉིས་ལེ་གཙུག་ལག་སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས་ལུ་སྟན་ལུ་ཕུལ་ནི།

༡༢ ཚོས་རྒྱགས་བཀོད་ཚོགས།

- ༡. མདོ་འཛིན་འོག་མ། སློབ་རིག་ལས་འབྲེལ། གྲི་འཛིན།
- ༢. དུང་འཚོ་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་འཕེལ། ཚོས་རྒྱགས་འགོ་འབྲེན་པ།
- ༣. སློབ་སྤྲུག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འཇུག་མི།
- ༤. སློབ་བཅར་འགོ་འཛིན་པ། འཇུག་མི།
- ༥. བདེ་ཆེན་ཚོས་སློབ། ལེགས་སྦྱར་བ། འཇུག་མི།

༡༣ ཚོགས་པའི་ལུ་འགན།

- ༡༣.༡.༡ ཚོས་རྒྱགས་ཚུལ་དང་མཐུན་མ་སྤེལ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
- ༡༣.༡.༢ ཚོས་རྒྱགས་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྤངས་འབྲས་གསལ་བསྐྱགས་འབད་ནི།

- ༡༩.༡.༣ ཚོས་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་འབྲས་ལས་བརྟེན་པའི་བྱ་སྤྱོད་མ་བདེ་མ་རེ་
ཐོན་ཚེ་སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས་དང་འབྲེལ་གཏུགས་འབད་ནི།
- ༡༩.༡.༤ སློབ་དུས་དང་མཐའ་དཔུང་ཚོས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་མཐའ་དཔུང་དང་ཆ་
འཇོག་འབད་ནི།
- ༡༩.༡.༥ སློབ་སྦྱོང་པ་ལུ་ན་ཚ་དང་པམ་ལུ་ཤི་ཤེན་གྱི་སྤྱི་དུག་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ཚོས་
རྒྱལ་སྤྱོད་མ་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་གནད་དོན་རེ་འཐོན་པ་ཅིན་ འོས་བབས་ཅན་
གྱི་སྤྱོད་ཁང་ལག་ཁྱེར་དང་ཉེན་བཅོལ་སོགས་ཡིག་ཆའི་རིགས་ཚོས་རྒྱལ་སྤྱོད་
བཀོད་ཚོགས་ལུ་སྤྱོད་ཏེ་འོས་བབས་བཟུ་ནི།
- ༡༩.༡.༦ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་ཞལ་འཇོག་མས་འཚོགས་ནི།
- ༡༩.༡.༧ ཚོས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་གནད་དོན་ལུ་འབྲེལ་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་དོན་
ལུ་ཡིག་སྤྱོད་ནང་བཞག་ནི།
- ༡༩.༡.༨ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་སྤྱོད་ལོག་ཚོས་རྒྱལ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་ལོག་སྤྱོད་བཟུ་
འགོ་འབྲེན་འབབ་ནི།

༡༩ སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་ཚོགས་པ།

- ༡. སློབ་རིག་མདོ་འཇོག་འོག་ལ། ཞི་འཇོག།
- ༢. སློབ་སྤྱོད་མདོ་འཇོག་འོག་ལ། འབྲས་མི།
- ༣. སྦྱོང་བཟུ་འགོ་འཇོག་པ། འབྲས་མི།
- ༤. དུང་འཚོ་རྩོམ་གྱི་ཞིབ་རྟོགས་མཁུ་དབང་། འབྲས་མི།
- ༥. རྣམ་རྒྱལ་ལྟ་མོ། ཞིབ་རྟོགས་མཁུ་དབང་། འབྲས་མི།
- ༦. ཚོས་རྒྱལ་སྤྱོད་འགོ་འབྲེན་པ། འབྲས་མི།

༡༤.༡ ཚོགས་པའི་འགན་འཁུར།

༡༤.༡ སློབ་ཚོགས་ནང་ལུ་ཤེས་ཡོན་གནས་ལྟངས་བཟོ་རྟོག་འབད་ནི།

༡༤.༢ སློབ་སློན་ཚུ་དུས་ཐོག་ལུ་མཇུག་བསྟུ་ཡོད་མེད་དང་ཚད་ལྡན་སློབ་སློན་འབད་ཡོད་མེད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༤.༣ སྦྱོང་ལཱ་དང་ལས་འགུལ་ཚུ་འོས་ལྡན་སློད་ཡོད་མེད་དང་སྐྱགས་ཚུ་འོས་ལྡན་བྱིན་མ་བྱིན་བཟོ་ནི།

༡༤.༤ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་དང་སློབ་དུས་ཚོས་རྒྱགས་ཀྱི་བྱི་བ་དང་སྐྱགས་ཚུ་འོས་ལྡན་དང་བྲང་ལྡན་ཡོད་མེད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༤.༥ སློབ་ཚན་གྱི་རིགས་གནས་ཚད་དང་ལྡན་མི་ལྡན་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༤.༦ སློབ་སྦྱོང་གི་རིགས་མཐའ་དབྱུང་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༤.༧ སློབ་སྦྱོང་པའི་འཇུག་ཞུགས་ཁུང་ཚོས་ཚུ་འོས་འབབ་ལྡན་མི་ལྡན་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༤.༨ ཚོས་ཚན་རྩ་གཞུང་གི་རིགས་སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་མཐའ་དབྱུང་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་བསྐྱར་ཞིབ་ཚུལ་མཐུན་ཡོད་མེད་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

༡༤.༩ དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་དུས་དང་དུས་སུ་འཛོམས་ཐོག་ལས་དབྱེ་ཞིབ་དང་ལེགས་བཅོས་འབད་ནི།

༡༤.༡༠ སློབ་སློན་དང་ལས་རིམ་ཚུ་དགོས་མཁོ་དང་འོས་ལྡན་ཡོད་མེད་སློབ་དཔོན་དང་སློབ་ཕྱག་ཚུ་ལས་བསམ་འཆར་ཚུ་ལེན་ཉེ་སློབ་རིག་བཀོད་ཚོགས་ལུ་ཕུལ་ནི།

༡༥ ཞིབ་འཚོལ་བཀོད་ཚོགས།

- ༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། ལྷི་འཛིན།
- ༢. སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོག་མ། འགོ་འབྲེན་པ།
- ༣. རྣམ་རྒྱལ་ལྷ་མོ། ཞིབ་རོགས་མཁམ་དབང་། འབྲུས་མི།
- ༤. སྦྱོང་བཟུང་འགོ་འཛིན་པ། འབྲུས་མི།
- ༥. དྲུང་འཚོ་ལླ་བ་བགྲིས། ཞིབ་རོགས་མཁམ་དབང་། འབྲུས་མི།
- ༦. བདེ་ཚེན་ཚོས་སློན། ལེགས་བཤད་པ། འབྲུས་མི།

༡༥.༡ ཞིབ་འཚོལ་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཁུར།

- ༡༥.༡.༡ སྤེལ་ཁང་གི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་གཞི་རྟེན་ལག་དེབ་བཟོ་ནི།
- ༡༥.༡.༢ ཞལ་འཛོམས་འཚོགས་ནི་ལ་སོགས་པའི་བྱ་སྤྲིའི་རིམ་པ་ཚུ་དུས་ཐོག་ལུ་འགོ་འབྲེན་དང་ལམ་སྟོན་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༣ འབྲུག་གསོལ་རིག་གཙུག་ལག་སློབ་སྤྲེ་གི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་འབྲེལ་གཏུགས་འབད་ནི་དང་རྒྱལ་སྤྱི་གི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་ཡང་རིག་པ་བརྗེ་སོར་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་འཚོལ་ཞིབ་འབད་ནི།
- ༡༥.༡.༤ རང་སོའི་ཁྱད་རིག་ནང་ལུ་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་གི་སློ་སྣང་བསྐྱེད་བཅུག་ནི།
- ༡༥.༡.༥ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་གོས་འཆར་དང་སྟན་ལུ་ཚུ་ཚུལ་དང་ལཱ་ནམ་སྤེལ་ཡོད་མེད་གྱི་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ཆ་འཛོག་འབད་ནི།

༡༥.༡.༤ བླ་པའི་སྐྱེན་བཅོས་ཀྱི་ཞབས་ཏྲོག་ལས་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ ཅུས་དེབ་དང་
གནས་དེབ་ལ་སོགས་པའི་གི་དེབ་པར་བསྐྱེན་འབད་དགོ་མི་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་
འབད་དེ་པར་བསྐྱེན་འབད་ནི།

༡༤ སློབ་ཁྲིམས་ཚོགས་པ།

- ༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། བླ་འཛིན།
- ༢. སློབ་ཕྱུག་མདོ་འཛིན་འོག་ལ། འགོ་འབྲེན་པ།
- ༣. སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོག་ལ། འཇུག་མི།
- ༤. ཉལ་ཁང་དོ་དམ། འཇུག་མི།
- ༥. བདག་སྲོང་འགོ་དཔོན། འཇུག་མི།
- ༦. རྩེ་འཚོ་སྐལ་བཟང་ཚེ་རིང། འཇུག་མི།
- ༧. ཡོངས་དཔོན། འཇུག་མི།

༡༤.༡ སློབ་ཁྲིམས་ཚོགས་པའི་དམིགས་ཡུལ།

སློབ་ཕྱུག་ཚུ་གི་ཀུན་སྲོང་དང་ཀུན་སྲོད་ཚུ་སྲེལ་ཁང་གི་སློབ་གཞི་ལམ་ལུགས་དང་
འཁྲིལ་ཚུལ་མཐུན་གྱི་སློབ་ལས་ངན་པ་ཚར་གཙོད་དང་བཟང་པོ་གཟེངས་བསྟོད་
འབད་དེ་སློབ་ཕྱུག་གི་བྱ་གཞག་བསམ་སྲོད་ཡང་དག་བཟོ་ནི་འདི་ཨིན།

༡༤.༢ སློབ་ཁྲིམས་ཚོགས་པའི་འགན་འཁུར།

- ༡༤.༢.༡ དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱེན་ཞལ་འཛོམས་འཚོགས་ནི།
- ༡༤.༢.༢ སློབ་ཕྱུག་ཚུ་གི་སློབ་གཞི་དང་འགལ་བའི་དོན་ཚན་གྱི་སློབ་བསྐྱར་དང་།
བདེན་ཚུན་གྱི་དབྱེ་ཞིབ་སྟེ་ནི།
- ༡༤.༢.༣ སློབ་གཞིའི་ལམ་ལུགས་འདི་དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི།

- ༡༤.༡.༤ མོས་མཐུན་གྱི་སློབ་ལས་མཐའ་དཔུང་གི་གོས་ཚོད་བཏོན་ནི།
- ༡༤.༡.༥ ཐག་བཅད་གནང་མི་གོས་བཅུད་འདི། ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་འབྲེལ་ཡོད་
མི་ངོམ་དང་འདི་གི་བདག་འཛིན་པ་ལུ་སྦྱོང་ནི།
- ༡༤.༡.༦ མི་ངོམ་སོ་སོའི་ཁེ་སྒྲུབ་དང་འཁོན་འཛིན་ལུ་གཞིར་བཞག་ཐོག་མིན་པར་
ངང་བདེན་གྱི་སློབ་ལས་གོས་ཚོད་བཏོན་ནི།
- ༡༤.༡.༧ སྤེལ་ཁང་གི་སྤྲིག་གཞི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་འཁྲིལ་ ཉེས་
འགལ་འབད་མི་ལུ་ཚོགས་པ་གིས་འོས་འབབ་དང་བསྐྱུན་པའི་ཉེས་ཁྲིམས་
བཀའ་ནི།
- ༡༤.༡.༨ ཚོགས་པ་གིས་གོས་ཚོད་འདི་ མཐའ་དཔུང་གི་གོས་ཚོད་སྤེལ་ལེན་དང་
ཆ་འཛོག་འབད་ནི།

༡༥ ཕྱེད་རིགས་ཚོགས་པ།

- ༡. སློབ་སྦྱོང་མདོ་འཛིན་འོག་མ། ལྷི་འཛིན།
- ༢. རྒྱུང་འཚོ་ཤེས་རབ་དོན་མེད། འགོ་འབྲེན་པ།
- ༣. ཀམ་མཛོད་གཉེར། འཇུག་མི།
- ༤. ལྷ་རྒྱལ་ཏུ་མང་། བདག་སྦྱོང་ལས་རོགས། འཇུག་མི།
- ༥. སློབ་སྦྱོང་པའི་ཕྱེད་རིགས་འགོ་འབྲེན་པ།

༡༥.༡ ཚོགས་པའི་འགན་ཁུར།

- ༡༥.༡.༡ སྤེལ་ཁང་གི་ཕྱེད་རིགས་ཚོགས་པ་གིས་ཕྱེད་རིགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཚུ་གཙུག་
ལག་སློབ་སྦྱོང་ལམ་སྟོན་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་འབབ་ནི།
- ༡༥.༡.༢ ཚོགས་པ་གིས་སྤེལ་ཁང་གི་ཕྱེད་རིགས་ཀྱི་ལས་རིམ་འགོ་འབྲེན་འབབ་ནི།

༢༡.༡.༣ མྱི་དང་ནང་འཁོད་ཅེད་རིགས་འགྲན་བསྟར་ནང་བཅའ་མ་གཏོགས་ནིའི་
དོན་ལུ་བཅག་འཇུག་སྟེ་ག་སྒྲིག་འབད་ནི།

༢༡.༡.༤ ཚོགས་པ་གིས་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་སྟེ་གི་ཅེད་རིགས་ཚོགས་པ་དང་གཅིག་
ཁར་འདྲི་བསྟུན་འབད་དེ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཅེད་རིགས་ཚོགས་པ་ཚུ་
དང་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ནི།

༢༡.༡.༥ རྒྱལ་ཡོངས་དང་ལུང་ཕྱོགས། རྒྱལ་སྤྱི་གི་འགྲན་བསྟར་ནང་བཅའ་མར་
གཏོགས་ནི་གི་དོན་ལུ་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་སྟེ་གི་ཅེད་རིགས་སྟེ་ཚན་བཟོ་ནི་
ནང་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།

༢༡.༡.༦ སྟེལ་ཁང་ནང་ལུ་ཅེད་རིགས་ཀྱི་མཐུན་ཞུན་ཚུ་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི།

༢༡.༡.༧ ཅེད་རིགས་འདི་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ལུ་ཁག་ཆེམ་ཨིན་མ་
སེམས་ལུ་ངེས་བཅུག་ནི།

༢༡.༡.༨ རང་ལུགས་ཀྱི་ཅེད་མེད་རིགས་ཚུ་འགོ་འདྲེན་འབབ་དགོ།

༡༤ སྐྱེན་སྒྲུབ་ཚོགས་པ།

- ༡. མཐོ་རིམ་མདོ་འཛིན། ལྷི་འཛིན།
- ༢. རྒྱུང་འཚོ་སྐལ་བཟང་ཚེ་རིང། འགོ་འདྲེན་པ།
- ༣. རྒྱུང་འཚོ་དོ་ཕུག་ འཇུག་མི།
- ༤. བདེ་ཆེན་མཚོ་མོ། ཕྱིས་འཛིན་པ།
- ༥. རྒྱུང་འཚོ་གསང་སྟགས་ཚོས་འཕེལ། འཇུག་མི།
- ༦. པར་རྒྱལ་མཚན། འཇུག་མི།
- ༧. ཡོངས་དཔོན། འཇུག་མི།

༡༤.༡ ཚོགས་པའི་འགན་ཁུར།

- ༡༤.༡.༡ སློབ་སློབ་ལྟ་ཁང་ཉམས་གསོ་དང་སློབ་སློབ་ཚོགས་པའི་དོན་ལུ་མ་དདུལ་བཟོ་ནི།
- ༡༤.༡.༢ འགོ་འདྲེན་པ་ནས་སློབ་རིམ་བཞིན་སློབ་སློབ་ཚོགས་པའི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
- ༡༤.༡.༣ སློབ་སློབ་ལྟ་ཁང་ནང་འག་ཆེ་བའི་ཅ་ཆས་མཁོ་སྦྱབ་འབད་ནི།
- ༡༤.༡.༤ གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས་ནང་ལུ་དབང་བསྐྱར་ཚོས་བཤད་དང་འབྲེལ་བའི་གལ་ཅན་གྱི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
- ༡༤.༡.༥ གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས་དང་གཞན་ཡང་དད་མོས་ཅན་ཚུ་ལུ་སློབ་སློབ་ཚོགས་པའི་ཕན་ཡོན་སོགས་བཤད་དེ་གཞན་ཕན་གྱི་ཀུན་སློང་དང་ཀུན་སྦྱོང་གོང་འཕེལ་འགྲོ་བཟུག་ནི།
- ༡༤.༡.༦ འགོ་འདྲེན་པ་གིས་དུས་ཐོག་ལུ་བཟུང་འཐུང་ཉེ་ཚོང་བརྒྱབ་སྟེ་ཐབ་ཚང་པ་ལུ་ཕྱིས་སློང་ནི་དང་ ལོ་བསྟར་སྟེན་ལུ་སྦྱུལ་ནི།
- ༡༤.༡.༧ སློབ་སྦྱོང་ཚུ་སློབ་སློབ་ལྟ་ཁང་ནང་དུས་ཐོག་ལུ་སྦྱུལ་ནི།
- ༡༤.༡.༨ འགོ་འདྲེན་པ་གིས་དགོས་མཁོ་དང་བསྟན་ཞལ་འཛོམས་གྱི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
- ༡༤.༡.༩ སློབ་སློབ་ལྟ་ཁང་གི་དགོན་གཉེར་དང་དགོན་གཉེར་ལས་རོགས་གཉིས་འགན་ཁུར་ལས་བརྟེན་པའི་འཐུས་མི་ཨོན་མ་ལས། ཁོང་གཉིས་གྱིས་དུས་རྒྱུན་ལྷན་བཟུང་དང་ལྷན་མཚན་སྦྱུལ་ནི། སློབ་སྦྱོང་ལེན་ནི། ཉེ་ཚོང་འགོ་འདྲེན་པ་ལུ་ལས་རོགས་འབད་ནི།
- ༡༤.༡.༡༠ གཞི་རྟེན་མ་དདུལ་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་སྟོན་ནི།
- ༡༤.༡.༡༡ ཕྱིས་འཛོན་པ་གིས་ལོ་ལྟར་བསྐྱོན་འགྲུལ་གྱི་སྦྱང་དང་རོ་བོ་བསྐྱེད་ལེན་འབད་ནི།

སྐལ་འབང་གི་ཟླ་མོ། ༢༠༢༡

འབྲུག་ཟླ་བཟུ་གཉིས་པ་དང་བཟུ་གཉིས་པ།

JANUARY 2021

ཟླ་པ། SUN	མིང། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བུ། WED	པ་སངས། THUR	སྟེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
31 ༡༤					1 ༡༧	2 ༡༨
3 ༢༠	4 ༢༡	5 ༢༢	6 ༢༣	7 ༢༤	8 ༢༥	9 ༢༦
10 ༢༧	11 ༢༨	12 ༢༩	13 ༣༠	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

- 2 - དགུན་ཉིན་ལོག་ངལ་གསོ། Nyilo (Winter Solstice)
- 14 - སྐར་ཚོལ་འབྲུལ་བ་ཕྱུལ་བའི་ལོ་གསར་ངལ་གསོ། Traditional Day of Offering

འབྲུག་ཟླ་བཟུ་གཉིས་པ་དང་ ༡༥པ།

FEBRUARY 2021

ཟླ་པ། SUN	མིང། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བུ། WED	པ་སངས། THUR	སྟེན་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						

- 12-13 - རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ལྷགས་མོ་གླང་ལེའི་ལོ་གསར་ངལ་གསོ། Losar, Female Iron Ox Year 2021
- 21-23 - མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་ འཁྲུངས་སྐར་དུས་སྟོན་ངལ་གསོ།
- 23 - སློབ་སྐྱོད་པ་ཚུ་ངལ་གསོ་ལས་སྐར་ལོག་འཛོམས་ནི།
- 24 - གཙང་སྐྱ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལྷ།

འབྲུག་ཟླ་དང་པ་དང་། གཉིས་པ།

MARCH 2021

ཟླ་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྟེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
	1 ༡༧	2 ༡༨	3 ༡༩	4 ༢༠	5 ༢༡	6 ༢༢
7 ༢༣	8 ༢༤	9 ༢༥	10 ༢༦	11 ༢༧	12 ༢༨	13 ༢༩
14 ༣༠	15 ༣༡	16 ༣༢	17 ༣༣	18 ༣༤	19 ༣༥	20 ༣༦
21 ༣༧	22 ༣༨	23 ༣༩	24 ༤༠	25 ༤༡	26 ༤༢	27 ༤༣
28 ༤༤	29 ༤༥	30 ༤༦	31 ༤༧			

- 5 - གསལ་བཤད་ལས་རིམ་འགོ་བཙུགས་ནི།
- 13 - ནང་པའི་གསོལ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱེ་རིམ་འབྲུག་དག་ཚར་ལྷག་ནི། འགོ་འདྲེན་པ། ལྷན་སྐྱེ་ཚོགས་པ།
- 25 - སློབ་ཚོགས་སྐུས་ཚད་ཚོགས་པའི་ཞལ་འཛོམས་ཚོགས་ནི།
- 31 - ཕྱི་རིགས་འགོ་འདྲེན་འབྲུག་ནི། ཕྱི་རིགས་འགོ་འདྲེན་པ།

འབྲུག་ཟླ་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་པ།

APRIL 2021

ཟླ་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བྲ། WED	པ་སངས། THUR	སྟེན་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 ༣༢	15 ༣༣	16 ༣༤	17 ༣༥
18 ༣༦	19 ༣༧	20 ༣༨	21 ༣༩	22 ༤༠	23 ༤༡	24 ༤༢
25 ༤༣	26 ༤༤	27 ༤༥	28 ༤༦	29 ༤༧	30 ༤༨	

- 9 - ལུང་རིག་ཚན་གྱི་མི་རིམ་ལྷ་མོག་ལས་གསལ་བཤད་གནང་བཙུག་ནི། སློབ་སྐྱོད་མདོ་འཛིན་འོག་མ།
- 22 - མཐུ་ཚེན་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེའི་དགོངས་ཚོགས་དུས་ངན་དལ་གསོ།
- 28 - སློབ་རིགས་བཀོད་ཚོགས་ཀྱི་ཞལ་འཛོམས། སློབ་རིག་མདོ་འཛིན།
- 30 - རིག་ཕུལ་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ། ཕྱི་རིགས་འགོ་འདྲེན་པ།

འབྲུག་རྒྱ་གསུམ་པ་དང་ བཞི་པ།

MAY 2021

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

- 2 - འབྲུག་རྒྱལ་པོ་ལྷན་པའི་ འཇུག་སྐར་རྩམ་པའི་གསོལ།
Birth Anniversary of Third Druk Gyalpo
- 25 - མཐའ་དབྱེད་དང་སློབ་རྩམ་ཚུགས་ཀྱི་ཞལ་འཛོམས། ཚུགས་ཀྱི་འགོ་འདྲན་པ།
- 26 - བདག་ཅག་གི་སློབ་པའི་རྩམ་ཚེ་ལྷན་པའི་ འཛོམས་པའི་གསོལ། Lord Buddha's Parinirvana

འབྲུག་རྒྱ་བཞི་པ་དང་ ལྷ་པ།

JUNE 2021

ཟླ་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བྲུ། 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 ༣༡	22 ༣༢	23 ༣༣	24 ༣༤	25 ༣༥	26 ༣༦
27 ༣༧	28 ༣༨	29 ༣༩	30 ༤༠	31 ༤༡		

- ཚུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་འདྲི་བ་དང་འབྲུག་གི་གཞུག་ལག་སློབ་སྤྲེའི་རྩམ་ཚེ་དང་འཇུག་ཚུགས་ཀྱི་འགོ་འདྲན་པ། ཚུགས་ཀྱི་འགོ་འདྲན་པ།
 - གཞུག་ལག་སློབ་སྤྲེའི་རྩམ་ཚེ་དང་འཇུག་ཚུགས་མཇུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞལ་འཛོམས་ཀྱི་འགོ་འདྲན་པ། ཚུགས་ཀྱི་འགོ་འདྲན་པ།
- 20 ལྷ་རྩམ་པའི་ཉིན་དེབ་འཇུག་སྐར་རྩམ་པའི་གསོལ། Birth anniversary of Guru Rinpoche

འབྲུག་རྒྱ་མཚན་དང་དུག་པ།

JULY 2021

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

- སློབ་སྐྱོད་པ་ཚུ་དཔལ་གསོ་བཏང་ཚར་བའི་ཤུལ་ལས་ སློབ་ཚུགས་ལས་ཕྱེད་པའི་ཞལ་འཛུམས།
 - གུ་ཚུག་ལག་སློབ་སྟེའི་དུས་ཚོད་དང་འབྲེལ་སློབ་སྐྱོད་པ་གསལ་རྟེན་ཚུ་འཛུམས་ནི།
 - སློབ་སྐྱོད་པ་གསལ་རྟེན་འཛུམས་ཚར་བའི་ཤུལ་མ་གཙང་སྐྱ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལྷ། དེ་གི་ཤུལ་ སློབ་སྟེན་འགོ་བཙུག་ནི།
 - སློབ་སྐྱོད་པ་གསལ་རྟེན་ཚུ་ཉིན་གངས་༥ཉིན་འཛུམས་ཤིང་བཟུང་ཤིང་ཉེས་ལོན་གྱི་གྲས་བསྟར། GNH Values
- 14 - ཉིན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་ལོ་གསལ་ མར་རྒྱ་སེ་ལུ་ བདེན་པ་བཞིའི་ཚུས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་ དུས་ཚོད་དཔལ་གསོ།

འབྲུག་རྒྱ་མཚན་དང་ བུམ་པ།

AUGUST 2021

ཟླ་པ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བུ། WED	པ་སངས། THUR	སྟེན་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	31 ༡༨				

- 9 - དུང་སྐྱོད་སློབ་དུས་༥པ་ཚུ་ཉིན་གངས་༡༧འི་རིང་ སློབ་གཞི་ལུ་སློབ་ཚུ་འཛུམས་ཤིང་གྱི་ལས་འཛུམས། སློབ་རིག་མདོ་འཛུམས་ལོགས།
- 26 - སློབ་རིག་སྐྱོད་ཚད་ཚུགས་པའི་ཞལ་འཛུམས། སློབ་རིག་མདོ་འཛུམས་ལོགས།

འབྲུག་ཁྲི་བརྒྱན་པ་དང་བརྒྱན་པ།

SEPTEMBER 2021

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

- 11 - ཐུག་ཕུག་ལྷ་མོ་གཙོ་མོའི་སློབ་མཚན་ངལ་གསོ། Thimphu Drubchoe
- 15-17 - ཐུག་ཕུག་ཚེས་བཅུ། Thimphu Tshechu
- 21 - རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བདེའི་ཉིམ་བཅུ་སྤྱང། Rover Scouts
- 23 - ལུས་བབས་ངལ་གསོ། Blessed Rainy Day
- 25 - ལྷ་ཚོགས་ལས་རིམ། ལས་སྲོལ་འགོ་འདྲེན་པ།

འབྲུག་ཁྲི་བརྒྱན་དང་དགུ་པ།

OCTOBER 2021

ཁྲི་བ། SUN	མིག་དམར། MON	ལྷག་པ། TUE	ཕུར་བུ། WED	པ་སངས། THUR	སྤེན་པ། FRI	ཉི་མ། SAT
31 ༢༥					1 ༢༥	2 ༢༦
3 ༢༧	4 ༢༨	5 ༢༩	6 ༣༠	7 ༣༡	8 ༡	9 ༢
10 ༣	11 ༤	12 ༥	13 ༦	14 ༧	15 ༨	16 ༩
17 ༡༠	18 ༡༡	19 ༡༢	20 ༡༣	21 ༡༤	22 ༡༥	23 ༡༦
24 ༡༧	25 ༡༨	26 ༡༩	27 ༢༠	28 ༢༡	29 ༢༢	30 ༢༣

- 9 - སློབ་ཚོགས་ཀྱི་མཛད་ཅུམ། ཉལ་ཁང་དོན་མཁའ་དང་སློབ་སྐྱོད་པའི་ཡོངས་དཔོན།
- 11 - ཉིན་གྲངས་ ༡༠ རིང་དུང་སྐྱེན་སློབ་དུས་ལས་ཚུ་ལོག་སྐྱེན་ངོས་འཛིན། སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོགས།
- 15 - རྟ་སའི་ངལ་གསོ།
- 25 - དུང་སྐྱེན་སློབ་དུས་ ༡ པ་ཚུ་ཉིན་གྲངས་ ༧ རིང་ཚ་ཚུ་དང་སྐྱེན་སྐྱེད་ངོས་འཛིན་སྐྱོད་བཟུང། སློབ་རིག་མདོ་འཛིན་འོགས།
- 27 - ལྷ་བབས་དུས་ཚེན་ངལ་གསོ། Descending Day of Lord Buddha

འབྲུག་རྒྱ་དགུ་པ་དང་ བརྒྱ་པ།

NOVEMBER 2021

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

- 1 - གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་གྱི་དུས་སྟོན་དལ་གསོ། Coronation Day of His Majesty the King
- 4 - སློབ་རིག་བཀོད་ཚྭ་གསལ་གྱི་ཞལ་འཛོམས།
- 11 - འབྲུག་རྒྱལ་ལེ པའི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་སྟོན་དལ་གསོ།
- 19 - གསལ་བཤད་ལས་རིམ་མཚུག་བསྟུ་ནི། སློབ་ཤུག་སློག་འཛིན་འོགས།
- 26 - ཚོས་རྒྱགས་བཀོད་ཚྭ་གསལ་གྱི་ཞལ་འཛོམས། ཚོས་རྒྱགས་འགོ་འདྲེན་པ།
- 29 - ལྷ་ཕྱིའི་བྱམ་མཚུག་བསྟུ་ནི། རོ་དམ།

འབྲུག་རྒྱ་བརྒྱ་པ་དང་ བརྒྱ་གཅིག་པ།

DECEMBER 2021

ཟླ་པ། SUN	མིག་དམར། MON	སྟག་པ། TUE	ཕུར་བྲུ། WED	པ་སངས། THUR	སྤེན་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 ༣༢
20 ༣༣	21 ༣༤	22 ༣༥	23 ༣༦	24 ༣༧	25 ༣༨	26 ༣༩
27 ༤༠	28 ༤༡	29 ༤༢	30 ༤༣	31 ༤༤		

- གུ་ལུག་ལག་སློབ་སླེའི་དུས་ཚོད་དང་འབྲེལ་སློབ་དུས་ཚོས་རྒྱགས་འགོ་བརྒྱུག་ནི། ཚོས་རྒྱགས་འགོ་འདྲེན་པ།
- ཚོས་རྒྱགས་མཚུག་བསྟུ་ཞེས་ལས་གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལྷ། དེ་གི་ཤུལ་ལས་གནམ་དགུན་གྱི་དལ་གསོ་བཟང་ནི།
- 17 - བརྒྱུད་འཛིན་རྒྱལ་སྤྱི་དྲུག་མ་དགུ་བརྟེན་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་དུས་ཚོད་དལ་གསོ། National Day
- 21 - ལོ་བསྟར་ལས་བྱེད་པའི་ཞལ་འཛོམས།

