



ཤེས་རིག་རྒྱན་ལག
 རྒྱ་སྐད་སློབ་གྲྭ་ལྟེ་བ། རྩམ་ཐང་།
 ལོ་འཁོར་ཚོས་རྒྱགས། ༢༠༢༢



ཚོས་ཚན་.....རྫོང་ཁ་གཉིས་པ།

སྐྱགས་བསྐྱེམས་ ༥༠

སློབ་རིམ་བརྟན་པ།

རྩམ་ཡུན་རྒྱ་ཚིན་ ༢:༡༥ |

གསང་ཨང་།

འོག་ལུ་ བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ བཀོད་རྒྱ་རྒྱ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ ལྷག།

༡༽ ཟླ་མི་ འགོ་མ་བརྩུགས་པའི་ ཉེ་མར་ ལྷར་མ་༡༥ ལོ་རིང་ལུ་ འདྲི་ཤོག་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ ལྷག་སྟེ་ བཟུ། ལྷག་ཚར་ བའི་ རྩམ་ལས་ ཟླ་མི་གི་དོན་ལུ་ རྒྱ་ཚིན་༢ ཡོད།

༢༽ དྲི་བའི་ལན་རྒྱ་ ག་ར་ཉིང་སངས་ས་སྟེ་ ཟླ་མི་པའི་ ཁར། དྲི་བའི་ ཨང་རིམ་དང་ རང་གསེས་གྱི་ ཨང་རིམ་རྒྱ་ ཁ་ གསལ་འབད་བཀོད་དགོཔ་ཨིན།

༣༽ འདྲི་ཤོག་འདི་ནང་ལུ་ དྲི་བ་སྟེ་ཚན་ དྲི་བ་ ཀ་ཁ་ག་ གསུམ་སྟེ་ ཡོད། སྟེ་ཚན་ ཀ་ སྤྱད་དང་གཏམ་རྒྱུད། ཁ་ འབྲི་ ཚུམ། ག་ སྤྱད་ཚུམ་གསུམ་སྟེ་ བཀོད་ཡོད་པ་ཨིན། སྟེ་ཚན་ རེ་རེའི་ནང་ལུ་ ལན་གདམ་ཁ་ཅན་དང་། ལན་བྱུང་། ལན་རིང་ གསུམ་རེ་བཀོད་ཡོད་མི་ ག་རའི་ལན་ བཀོད་རྒྱ་དང་འབྲིལ་ཉེ་ ཟླ་མི།

༤༽ ཚོས་རྒྱགས་ཁང་ནང་ལས་ ཕྱི་ཁར་ཐོན་མ་འགྱུ་བའི་ཉེ་མར་ དྲི་བ་ག་ར་གི་ལན་རྒྱ་ གྲིག་གྲི་སྟེ་ རྒྱབ་མ་རྒྱབ་ བརྟག་ཞིབ་ འབད་དགོ།

སློབ་དཔོན་རྒྱ་གེས་ སྐྱགས་བཀོད་མིའི་ ཤོག་ཁམ།

སྐྱགས་ཚན།	སྤྱད་དང་གཏམ་རྒྱུད།			འབྲི་ཚུམ།			སྤྱད་ཚུམ།			སྟོམ།
	གདམ་ཁ་ ཅན།	ལན་ བྱུང།	ལན་རིང།	གདམ་ཁ་ ཅན།	ལན་ བྱུང།	ལན་ རིང།	གདམ་ཁ་ཅན།	ལན་བྱུང།	ལན་ རིང།	
	༥	༡༥	༡༠	༥	༡༥	༡༠	༣	༧	༤	༥༠
སྐྱགས་ཐོབ་ པ།										

ལྷོ་ཚོན་ཀླ།

སྲུང་དང་གཏམ་རྒྱུད།

སྐྱགས་ ༣༠ །

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ སྲུང་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་བྲིས།

༤ ཉེ་མ་ གཡུས་ཅིག་ནང་ ཡམ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ཟེར་ བསམ་པ་སེམས་སྐྱེད་བཟང་དྲགས་ཡོད་པ་མས། ཡམ་འདི་གིས་
བྱད་དོ་རིས་ལེགས་པའི་ཁར་ ཁོ་རའི་ མིག་གཞི་ད་མཐུན་པའི་ ཡམ་སྲུ་ཡིད་འཕྲོག་མ་ཟེར་མི་ཅིག་ འཚོ་ལ་རུག།

༥ གཞན་ལུ་ དགའ་བདེ་བྱིན་ནི་དེ་ རྒྱ་སྲུང་གི་ཐོག་ལས་ རྒྱུ་མ་གཅིག་མེད་པར་ ཐབས་ཤེས་གཞན་གྱི་ ཐོག་ལས་ཡང་ བྱིན་
རྒྱལ་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ ཉེ་མ་ མི་གཉིས་ཤྱགས་འབད་ན་སྟེ་ སྤྲོ་ཁང་ནང་ སོང་མ་ད་.....།

༦ ཉེ་མ་ མཚོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཅིག་གི་ སློ་ལོགས་ཁར་ རྫོག་མ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ བཏགས་མི་ ཤིང་བེལ་བ་གི་འོག་ལུ་ ཁོང་རི་བོང་དུག་
ཨ་རྟག་ར་ དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་ རང་ལུ་ སློ་བཏོན་ཉེ་ སྤྲོད་དོ་ཡོད་པ་མས།

སྲི་བ་དང་པ། ལན་གཏམ་ཁ་ཅན་གྱི་སྲི་བ། སྐྱགས་ ༡༧༥=༥ །

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ སྲི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ ཀ་ཁ་ག་ང་ འབད་ལ རེ་བཀོད་དེ་ ཡོད་ས་ལས། ལན་རོ་མ་༡ ཡོད་མི་འདི་ གཏམ་ཁ་
རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་གུ་ སློར་ཐིག་ ○ འདི་བཟུམ་བཀལ།

༡༽ སྲུང་རྩེད་ཡམ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་པ་ལུ་ ཨ་ལུ་ག་དེ་ཅིག་ འདུག་གོ་?

- ཀ༽ ༣ འདུག།
- ཁ༽ ༤ འདུག།
- ག༽ ༥ འདུག།
- ང༽ ༦ འདུག།

༢༽ རྫོགས་གཞི་ཟེར་མི་འདི་.....།

- ཀ༽ དགའ་ངལ་སེལ་ཐབས་འབད་མི་ལུ་ སླབ་ཨིན།
- ཁ༽ ལྷབས་མ་བདེའི་ དགའ་ངལ་ལུ་ སླབ་ཨིན།
- ག༽ བྱང་དོན་གཙོ་བོ་ལུ་ སླབ་ཨིན།
- ང༽ ལ་སླབ་རྣམ་འགྱུར་བཏོན་མི་ལུ་ སླབ་ཨིན།

༣༽ སེམས་ལུ་ དགའ་བ་འཕྲོག་ནི་དོན་ལུ་ ཐབས་ཤེས་བཏོན་དགོ་པ་འདི་ལག་ཆེ། བྱད་སློ་རྩུང་རྩུང་ སྤྲོད་མི་འདི་གིས་ ཆ་
རོགས་ལུ་དགའ་བ་བྱིན་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་ ག་དེ་སྟེ་ར་ བཏོན་རུག་?

- ཀ༽ ཕྱི་ཁར་ ག་ཅི་མཐོང་མི་འདི་ སླབ་རུག།
- ཁ༽ ཕྱི་ཁར་ ག་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་རུང་ མཐོང་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སླབ་རུག།
- ག༽ མིག་རྩོ་ཞུམ་ཅིག་འབད་རུང་ སེམས་ཀྱི་བཟོ་སྟེ་ སླབ་རུག།
- ང༽ སློ་སླབ་སྟེ་ དབང་མོ་ངལ་མ་བཟུག་པས།

༣ ། སྲུང་གི་ ལྷན་མུ་ ལྷོད་ཀྱིས་ ཤེས་དགོས་འདུག་གམ་? ག་ཅི་འབད་? བསམ་འཆར་བྲིས།

ལན

སྡེ་ཚན་ལ།

འབྲི་ཚུམ།

སྐྱགས་ ༣༠ ། བཀོད་རྒྱ།

འོག་གི་ འབྲི་ཚུམ་འདི་ ལྷག་ཞིན་མ་ལས་ དེ་བ་ཚུའི་ལན་བྲིས།

༣ ། ཕྱགས་རྟེན་གས་ཟེར་མི་འདི་ རང་ལུ་ མ་དགོ་པའི་ཅ་ལ་ རག་རོག་ཚུ་ཨིན། རང་ལུ་མ་དགོ་པའི་ ཕྱགས་རྟེན་གས་རག་རོག་ཚུ་
རོགས་ལུ་ཡང་ མི་དགོ་ཟེར་བའི་ མཚོ་བསམ་ཅིག་ བཏང་དགོ། ང་བཅས་ར་ མི་ཟེར་མི་འདི་ རང་རྒྱུང་མ་ཅིག་གི་ མཚོ་བསམ་
མེན་པར་ མི་སྡེའི་མི་སེར་སྤྱིར་བཏང་ལུ་ སན་པའི་ མཚོ་བསམ་ཅིག་བཏང་དགོ། གཞན་པར་ལོག་མའི་ སེམས་མཐོང་ཚུགས་པའི་
མི་དེ་ལུ་ སྤྱི་སེམས་ཅན་གྱི་ མི་ཟེར་ སྐབ་ཨིན། སྤྱི་སེམས་ཡོད་མི་ མི་འདི་གིས་ མི་སྡེ་ཡར་རྒྱས་གཏང་ཚུགས་པ་ཨིན།

ང་བཅས་རའི་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ འཛམ་གླི་ནང་ ས་གཙང་ཤོས་ཅིག་ཨིན། ཨིན་རུང་ ང་བཅས་ར་ མི་འདི་ཚུ་གིས་ ས་ཆ་
གཙང་ཉོག་ཉོ་འདི་ བདག་འཛིན་འཐབ་མ་ཚུགས་པར་ མི་འགྲོ་སའི་ ལམ་བདའ་སྟེ་དང་ སྐྱུ་འཁོར་ལམ་བདའ་སྟེ་
རྒྱུའི་ཡུར་བ་ན་ལས་པར་ སྤང་དགའ་ཉོག་ཉོ་ཡོད་ས་ལས་པར་ རང་སོའི་ཁྱིམ་གྱི་ མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ་ ཤོག་གྲུ་དང་ གྱིབ་ རྒྱ་ཤོག་
དམ་སྦྱིས་སྟོང་མ་ ལྷགས་རོ་ ཤིང་འབྲས་དང་ ཚོད་བསྟེ་རུལ་རུལ་ལ་སོགས་པའི་ ཕྱགས་རྟེན་གས་རག་རོག་གིས་ ག་ཏེ་གྲུ་ཏེ་མེད་
པར་ རྟེན་ལྟེ་འབད་བཀོ་སྟེ་ འདུག།

ང་བཅས་ར་ མི་དེ་ཚུ་གིས་མཚོ་བསམ་ བཏང་ར་མ་བཏང་པར་ ཕྱགས་རྟེན་གས་དེ་སྟེ་ བཀོ་ནི་འདི་གིས་ དང་པ་ལུ་ ཕྱིའི་རྒྱལ་
ཁབ་ལས་འོང་མི་ ཕྱི་མི་དང་ བརྟ་བཤའ་པ་ཚུ་གི་ མིག་ཉོ་ཁར་ མཛེས་ཆ་མེད་པར་ ཁམས་ལོག་སི་སི་ འབད་མཐོང་ནི་དང་།
གཉིས་པ་ལུ་ རུལ་ཏེ་ འགྲོ་བཏུབ་མི་ ཕྱགས་རྟེན་གས་ཚུ་ རུལ་ཏེ་ འབྲུལ་དང་སྤྱུང་མ་དེ་ཚུ་གིས་ ང་བཅས་ར་ མི་ལུ་ བད་གཞི་མ་
འབྲམ་ཚུ་ བཀའ་ལན་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ གྱིབ་དང་ རྒྱ་ཤོག་ཚུ་ རུལ་མ་ཚུགས་པའི་ ཕྱགས་རྟེན་གས་ཚུ་གིས་ ས་ཁ་ལས་པར་བྱུང་
སྟེ་ ས་ཁ་ལས་ ཤིང་དང་སྟོ་ཤིང་ ལོ་ཐོག་ཚུ་ ག་ནི་ཡང་སྟེ་མ་ཚུགས་པར་ ས་སྟོང་མ་འབད་ལུས་ནི་དང་། ལྷགས་གཟེར་ གཟུན་
གཟེར་ ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་རུམ་ཚུ་གྲུ་ བཙག་ཆགས་ཏེ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཀངས་དང་ལག་པར་བྱུག་སྟེ་ མ་བཏོན་པ་ཅིན་ མ་འདི་ འག་མ་

བདུབ་པར་ ཀེན་སར་ལུ་ འགྱུར་ཅི་ཉེན་ལ་ཡོད། དེ་ལས་ ཤེལ་དེ་ཚུ་གིས་ ཨ་ལོ་ཚུ་ རྩེད་མོ་རེ་རྩེ་འབདམ་ད་ གཟུགས་ལར་ མ་སྒྲོམ་འབད་ བཏོན་ཅི་ཉེན་ལ་ཡོད།

འདི་འབདམ་ལས་ ང་བཅས་ར་ ཆ་བྱབ་ཀྱིས་ ཕྱགས་རྟེན་ལུ་ ག་མནོ་སར་མ་བཀོ་བར་ རུལ་བདུབ་པའི་ ཕྱགས་རྟེན་ལུ་ ས་དོང་ཅིག་གི་ནང་ ལྷགས། དེ་ལས་ རུལ་མ་བདུབ་ཀྱི་དང་ ཚུ་ཤོག་ཚུ་ ལོགས་གཅིག་ལུ་སྤྲུངས་ཏེ་ བཞག་ཞིན་ན་ ཚུ་ཤོག་ བསྐྱར་བཟོ་འབད་ཅི་ཉེན་ལུ་ བསྐྱལ་བདུབ། དེ་ཉེན་ལས་ ཤེལ་དང་ལྷགས་ཀྱི་ རག་རོག་ཚུ་ མི་འགྲོ་སའི་ལམ་ལར་དང་ ཨ་ ལོ་འབྱུམས་སའི་ ས་གོ་ནང་ལས་པར་ མ་བཀོ་བར་བདག་འཛིན་འབབ་དགོ། དེ་གིས་ དང་པ་ རང་གི་གཡུས་ རྩོམ་ དེ་ལས་ བྱིས་ཀྱི་མཐའ་བསྐྱར་ཏེ་ ཉིང་སངས་ས་མཐོང་པའི་ལར་ བ་ཚེ་ལས་ བཀག་ཚུགས་པ་ལས་ རང་གཞན་གཉིས་ཆ་ལུ་པན་ཚུགས་པ་ ཡིན།

ཇི་བ་དང་པ། **ལན་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་ཇི་བ།** **སྐྱགས་ ༡༫༥=༥ |**

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ ཇི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ ཀ་ལ་ག་ང་༤ རེ་བཀོད་དེ་ ལྷོད་ས་ལས་ ལན་ངོ་མ་། ཡོད་མི་འདི་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ རྟེ་ ཀ་ཉུགས་གུ་ རྫོང་ཐིག་། ○ འདི་བཟུམ་བཀལ།

- ༡༽ ང་བཅས་མི་ཚུ་ལུ་ ག་ཅི་ཡང་ དགོ་ དེ་འབདམ་ད་ མ་དགོཔ་འདི་ར་.....
 - ཀ༽ ཕྱགས་རྟེན་ལུ་རག་རོག་ཚུ་ཡིན།
 - ཁ༽ ཚོད་བསྐྱེ་ཚུ་ཡིན།
 - ག༽ ཤིང་འབྲས་ཚུ་ཡིན།
 - ང༽ འབྲུ་སྒྲ་ཚུ་ཡིན།
- ༢༽ ཡར་རྒྱས་ཟེར་མི་འདི་....
 - ཀ༽ བདེ་བ་ལུ་ གོམ་ཡིན།
 - ཁ༽ གོང་འཕེལ་ལུ་ གོམ་ཡིན།
 - ག༽ ལྷག་བསྐྱེལ་ལུ་ གོམ་ཡིན།
 - ང༽ འགྱུར་བ་མེད་མི་ལུ་ གོམ་ཡིན།
- ༣༽ མིང་ཚིག་ཚུ་གི་ དོན་དག་ཤེས་དགོཔ་འདི་ ལག་ཆེ་བས། མཛེས་ཏོག་ཏོག་ཟེར་མི་འདི་.....
 - ཀ༽ ལེགས་ཤོམ་ལུ་ སྐྱབ་ཡིན།
 - ཁ༽ འཇའ་ཚི་ཚི་ལུ་ སྐྱབ་ཡིན།
 - ག༽ བཟང་པོ་ལུ་ སྐྱབ་ཡིན།
 - ང༽ ངན་པ་ཅིག་ ལུ་སྐྱབ་ཡིན།
- ༤༽ ང་བཅས་ཚུ་གིས་ ཕྱགས་རྟེན་ལུ་ག་དེ་སྟེ་ བདག་འཛིན་འབད་ནི་ཡིན་ན་?
 - ཀ༽ ཕྱགས་རྟེན་ལུ་རུལ་བདུབ་མི་དང་ མ་བདུབ་མི་ས་སྤོང་ སོ་སོར་བཟོ་ནི།
 - ཁ༽ ཕྱགས་རྟེན་ལུ་ ག་སྟོད་བཀོ་བཞག་ནི།
 - ག༽ ཕྱགས་རྟེན་ལུ་ག་ར་ ས་སྤོང་གཅིག་ནང་ ལྷགས་ནི།
 - ང༽ ཕྱགས་རྟེན་ལུ་ག་ར་ མེ་གཏང་ནི།

༥༽ ཤེལ་དང་ལྷགས་ཀྱི་ རག་རོག་ཚུ་ མ་བཀོ་བར་ བདག་འཛིན་འཐབ་དགོ། མ་འཐབ་པ་ཅིན་.....
 ༡༽ ཀངས་དང་ལག་པར་བྱུག་སྟེ་ མ་བཏོན་ནི་ ཉེན་ལ་ཡོད།
 ༢༽ མཐའ་འཁོར་ཉིང་སངས་ས་ མ་མཐོང་མཉམ།
 ༣༽ བཙུག་ཆགས་འོང།
 ༤༽ རྟ་གཞི་མ་འདྲམ་ཚུ་ བཀའ་མཉམ་ཉམ།

དྲི་བ་གཉིས་པ།

ལན་སླུང་གི་དྲི་བ།

སྐབས་ ༣༥༥=༡༥ |

འོག་གི་ དྲི་བ་ལ་ ཡོད་མི་ག་ར་གི་ ལན་བྲིས།

༡༽ འབྲི་ཚུ་མ་འབྲིས་ད་ ལྷན་ཚོས་ག་ཅི་ར་ ཚང་དགོ་པ་སྟེ་ རེ་རེ་བཞེན་དུ་ བྲིས།

ལན

༢༽ ལྷོད་ཀྱིས་ དོན་མཚམས་གཉིས་པ་ལས་ ག་ཅི་བཟེང་མི་འདི་ ཉ་གོ་ཡི་གོ་ རྫོང་ཚོག་གཉིས་བྲིས།

ལན

༣༽ ལྷག་གི་ འབྲི་ཚུ་མ་འདི་གི་ བཅུད་དོན་ག་ཅི་ ཉམ་མས་ རྫོང་ཚོག་གཉིས་བྲིས།

ལན

༡༽ འབྲི་ཚུམ་འདི་ནང་ལས་ རྒྱུ་ལུ་ ཡོན་ཏན་གསར་པ་ ག་ཅི་ར་ཐོབ་ཅི་དགོ་? རྫོང་ཚིག་༣ བྲིས།

ལན

༢༽ རྒྱུ་ཀྱི་ མི་ཚེ་ནང་ ཕྱགས་རྟེན་གས་ག་དེ་སྟེ་ བདག་འཛིན་འབད་ནི་སྟོ་? བསམ་འཆར་བྲིས།

ལན

སྡེ་ཚན་ག།

སྟོན་ཚུམ།

སྐྱགས་ ༡༠ |

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ སྟོན་ཚུམ་འདི་ ལྷག་ཞིན་མ་ལས་ ཅི་བ་རྒྱུའི་ལན་བྲིས།

ཚེ་སྟོན་མ་བསོད་ནམས་བསགས་བསགས་པ་ལས།། རུས་ད་རེས་སྟོབ་བྱ་གཅིག་ཏུ་འཛོམས།།

རོགས་མཁས་པའི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་འོག། ཨའེ་སྐབ་ཕྱག་པོ་མོ་སྦྱིད་ཉམས་སྦྱོངས།།

ཕྱི་རྒྱལ་སྦྱིའི་ཁ་སྐད་ཡིན་སྐད་དང་།། བྱང་རང་གི་སྐད་ཡིག་རྫོང་ལ་ཐོག།

སྦྱིག་ལམ་དང་བསམ་སྦྱོང་ཤེས་ཡོད་རྒྱ།། ཕྱགས་མཁས་པའི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ལས་ལྷ།།

རུས་ད་རེས་ཤེས་ཡོན་ཐོབ་པའི་བྱལ།། ཅིན་ཅན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་རྒྱ།།

ང་བཅས་ཀྱི་སེམས་ལས་བརྗེད་མ་སོང་།། 'ཐ་དམ་ཚིག་སེམས་ཁར་བཞག་སྐྱ་རེ།།

ནང་སྟོབ་ཁང་མཛེས་པའི་ནང་ན་ལུ།། སེམས་བརྗེ་གཏུང་ཅན་གྱི་ཆ་རོགས་འཛོམས།།

རང་ཉིང་ཁར་མཛེས་པའི་མེ་ཉོག་ཡང་།། དགའ་མ་སྟོབ་ཁང་འདི་ནང་འཕར་དེ་སྟོ།།

ཨའེ་སྐབ་སྟོན་མ་མ་གཅིག་རུང་།། སྐྱེས་སྟོན་མའི་ལས་དང་སྟོན་ལམ་ལས།།

བལྟམ་མི་གཞི་མཐུན་ཉེ་སེམས་དགའ་བས།། སེམས་དགའ་བའི་དམ་ཚིག་ཉམས་མ་བཅུག།།

རུས་ཉམས་བུ་མཉམ་བུ་སྟོན་སྟོན་ཡོད།།

ཀ།

ལན་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་རི་བ།

སྐྱགས་ ༡X༣=༩ |

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ རི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ ཀ་ཁ་ག་ང་ འབད་ལུ་ རེ་བཀོད་རེ་ ལྷོད་ས་ལས་ ལན་ངོ་མ་, ཡོད་མི་འདི་ གདམ་ ལ་རྒྱབ་སྟེ་ ཀ་རྟགས་གུ་ སྐྱོར་ཐིག་ ○ འདི་བཟུམ་བཀལ།

༡༽ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ལམ་སྲོལ་གྱིས་ ལྷུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན། ཞབས་ཁྲ་འདི་ཡང་ ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཡིན་མཁས་ལས་ འདི་ ལུ་ སྤྱིར་བཏང་གི་ དབྱེ་བ་ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་?

ཀ༽ གཉིས་ཡོད། ཁ༽ གསུམ་ཡོད།

ག༽ བཞི་ཡོད། ང༽ ལྔ་ཡོད།

༢༽ སྤྱི་གཤམ་དང་བསམ་སྦྱོད་ཤེས་ཡོད་རྒྱ།། ཟེར་བའི་སྐབས་ལུ་ ཤེས་ཡོན་ཟེར་མི་འདི་.....

ཀ༽ ཕྱི་ནང་གི་ བསྐྱབ་བྱ་ལུ་ གོམ་ཨིན། ཁ༽ ཕྱི་ནང་གི་ ཡོན་ཏན་ལུ་ སྐབ་ཨིན།

ག༽ ཕྱི་ནང་གི་ བསམ་སྦྱོད་ལུ་ གོམ་ཨིན། ང༽ གོང་མ་ལུ་དགོང་ས་སྐྱོར་ལྷོ་ནི།

༣༽ བ་གཞེན་རྒྱ་གིས་ ཤེས་ཡོན་སྤང་ཚར་བའི་ ལུལ་ལུ་.....

ཀ༽ སློབ་དཔོན་སེམས་ལས་ བརྗེད་ནི་མི་འོང། ཁ༽ ཕམ་སེམས་ལས་ བརྗེད་ནི་མི་འོང།

ག༽ ཆ་རོགས་སེམས་ལས་ བརྗེད་ནི་མི་འོང། ང༽ སྤྱི་ཆ་སེམས་ལས་ བརྗེད་ནི་མི་འོང།

རི་བ་གཉིས་པ།

ལན་ཐུང་གི་རི་བ།

སྐྱགས་ ༢X༣=༦ |

བཀོད་རྒྱ། འོག་གི་ རི་བ་ ༣ གྱི་ལན་ག་ར་བྲི་དགོ།

༡༽ ལྷན་ཚུམ་ཟེར་བའི་ རོན་དག་ ལ་གསལ་སྟེ་བྲིས།

ལན

༢༽ དབྱེ་རོགས་ལུ་བཟུ་ཚེ་བཏུབ་འབད་བ། རོན་རང་ལུ་འཁོར་ཚེ་མཉོ་མ་རྒྱུགས། ཟེར་བའི་དབྱེ་གཏམ་གྱི་ དཔེ་གཅིག་བཀོད།

ལན

༡༽ ཕྱིན་ཤེས་ཡོན་ལྷན་གྱི། གཞུང་ལུ་ཞབས་རྟོག་ལུ་དགོ། ཟེངས་ད་ གཞུང་ལུ་ཞབས་རྟོག་ ག་དེ་སྡེ་ར་ལུ་ནི་སྟོ་?

ལན

ག༽ ལན་ཟིང་གི་དྲི་བ། སྐྱགས་ ༢༠༢༠ ལ།
 བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ དྲི་བ་༣ པའི་ལན་ ཨིན་ཅི་མེན་ཅི་བྱི་དགོ། དྲི་བ་༡, པ་དང་༢ པ་ལས་ ། ། གཅིག་༽ གདམ་ ཁ་རྒྱབ་སྟེ་
 ལན་བྲིས།
 ༡༽ ལྷན་ཚུམ་ལྷན་དགོ་པའི་ལུངས་ ༣ བྲི་?

ལན

༢༽ འོག་གི་རྩེ་མོའི་ ཚོག་གི་དོན་དག་དང་འབྲེལ་ཏེ་ པར་༢ བྲིས།
 ལ་སྤུ་འདབ་མ་ལེགས་རུང་།། རྩ་བ་ཆེ་རྒྱང་མི་ཤེས།། སློན་རྒྱང་ཞལ་རོ་ལེགས་རུང་།། ལྷགས་སེམས་བཟང་དན་མི་ཤེས།།

ལ་སྤུ།	སློན་རྒྱང་།

