

ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག
 རྒྱ་སྐད་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མ། རུས་ཐང་།
 ལོ་འཁོར་ཚེས་རྒྱགས། ༡༩༠༢༡

ཚོས་ཚན་རྒྱུ་ལ།
 སློབ་རིམ་བཞི་པ།

སྐྱགས་བསྐོས་ ༠༠
 རུས་ལུན་རྒྱ་ཚོང་ ༡:༣༠ |

གསང་ཨང་.....

སློབ་དཔོན་རྒྱ་ལྷན་སྐྱགས་བསྐོས་འདི་ཤོག་ལས།

	སྡེ་ཚན་ཀ།		སྡེ་ཚན་ཁ།	
	འབྲི་ཚུལ།	ཡིག་འགྲུལ།	ཡིག་རྒྱུ་རྒྱ།	
			ཀ	ཁ
སྐྱགས་ཚད།	༡༠	༤	༩	༡༩
སྐྱགས་ཐོབ་པ།				

	སྡེ་ཚན་ ག									
	རྒྱ་རྒྱ།			འབྲི་ཚུལ།			སྐྱབ་ཚུལ།			ཡོངས་བསྐོས་ལས།
	ཀ	ཁ	ག	ཀ	ཁ	ག	ཀ	ཁ	ག	
སྐྱགས་ཚད།	༩	༤	༤	༩	༤	༤	༩	༩	༩	༦༠
སྐྱགས་ཐོབ་པ།										

འོག་ལུ་བསྐོས་ཡོད་མི་ བསྐོས་རྒྱ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྡེ་ལྷག།

- ༡) མི་ནི་ འགོ་མ་བཅུ་གསུམ་པའི་ཉེ་མར་ ལྷན་མ་༡༥ གི་རིང་ འདྲི་ཤོག་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སྡེ་ ལྷག་སྡེ་བཟུ། ལྷག་ཚར་བའི་བྱལ་ལས་ མི་ནི་གཉིད་ལུ་ རུས་ལུན་རྒྱ་ཚོང་ ༡:༣༠ ཡོད།
- ༢) འདྲི་ཤོག་ ལན་རྒྱ་གར་ ས་སྤོང་ནང་ལུ་ ཉིང་སངས་ས་སྡེ་ མི་དགོ།
- ༣) འདྲི་ཤོག་འདི་ནང་ འདྲི་ཤོག་ཚན་ ཀ་ ཁ་ ག་ གསུམ་སྡེ་ཡོད།
- ༤) སྡེ་ཚན་ཀ། འདྲི་བ་དང་པ། འབྲི་ཚུལ་འདི་ འདྲི་བ་ ༣ དང་། གཉིས་པ་ ཡིག་འགྲུལ་ལུ་ འདྲི་བ་ ༩ ཡོད་ས་ལས་ རེ་འེ་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ ལུ་ མི་དགོཔ་ཨིན།
- ༥) སྡེ་ཚན་ཁ། འདྲི་བ་གསུམ་པ། ཀ་ ལན་གདམ་ཁ་ཚན་དང་། ཁ་ ལན་ཐུང་གི་འདྲི་བའི་ལན་གར་ རེས་པར་བྲི་དགོ།
- ༦) སྡེ་ཚན་ག།

འདྲི་བ་ཐེ་མི་པ། སྐྱད་དང་གཏམ་རྒྱུད་ལུ་ རན་གསེས་ ཀ་ཁ་ག་ གསུམ་ཡོད་ས་ལས་ ཀ་ ལན་གདམ་ཁ་ཚན་གྱི་ འདྲི་བ་གར་འདྲི་ལན་ རེས་པར་བྲི་དགོ། ཁ་ ལན་ཐུང་གི་འདྲི་བ་ གར་གི་ལན་བྲི་དགོ། ག་ ལན་རིང་གི་ འདྲི་བ་ ༩ ཡོད་ས་ལས་ ༩ གྱི་ ལན་བྲི་དགོ། དེ་འབད་མཛད་ འདྲི་བ་དང་པ་འདི་ ཨིན་ཅི་ཨིན་ཅི་ མི་དགོ།

འདྲི་བ་ལྷག་པ། འབྲི་ཚུལ་ལུ་ རན་གསེས་ ཀ་ཁ་ག་ གསུམ་ཡོད་ས་ལས་ ཀ་ ལན་གདམ་ཁ་ཚན་གྱི་འདྲི་བ་གར་འདྲི་ལན་ རེས་པར་བྲི་ དགོ།

ཁ་ ལན་ཐུང་གི་འདྲི་བ་ གར་གི་ལན་བྲི་དགོ། ག་ ལན་རིང་གི་ འདྲི་བ་ ༩ ཡོད་ས་ལས་ ༩ གྱི་ ལན་བྲི་དགོ། དེ་འབད་མཛད་ འདྲི་ བ་དང་པ་འདི་ ཨིན་ཅི་ཨིན་ཅི་ མི་དགོ།

འདྲི་བ་རྒྱག་པ། སྐྱབ་ཚུལ་ལུ་ རན་གསེས་ ཀ་ཁ་ག་ གསུམ་ཡོད་ས་ལས་ ཀ་ ལན་གདམ་ཁ་ཚན་གྱི་འདྲི་བ་གར་འདྲི་ལན་ རེས་ པར་བྲི་དགོ། ཁ་ ལན་ཐུང་ལུ་ འདྲི་བ་ ༩ གར་གི་ལན་བྲི་དགོ། ག་ ལན་རིང་གི་འདྲི་བ་ ༩ ཡོད་ས་ལས་ ༩ གི་ལན་བྲི

སྡེ་ཚན་ལ།

སྐད་ཡིག་དང་ཡི་གུ་འཛིན་སྲོལ་བ།

སྐྱུག་མ་ ༡༥།

༡༽ འོག་གི་རྩི་བ་རྩུ་ལུ་ལན་ ཀ་ལ་ག་ང་ བཞི་རེ་ཡོད་མི་ལས་ ལན་ངོ་མ་ག་ཡིན་མི་འདི་ གདམ་ལ་རྒྱབ་སྟེ་
སྒྲོར་བྱིན་བཀའ།

༼ སྐྱུག་མ་ ༡X=༩ ༽

༡༽ ཀ་ལས་ཨ་ཚུན་ཚོད་ལུ་

 ༡༽ གསལ་ལ་བྱེད་ ༣༠ ཟེར་སྐྱབ་ཡིན།

 ༢༽ སྒོན་འཇུག་ ༥ ཟེར་སྐྱབ་ཡིན།

 ༢༽ རྩེ་འཇུག་ ༡༠ ཟེར་སྐྱབ་ཡིན།

 ༣༽ ཡང་འཇུག་ ༣༠ ཟེར་སྐྱབ་ཡིན།

༢༽ ཡང་འཇུག་གི་ཡི་གུ་

 ༡༽ གཉིས་ཡོད།

 ༢༽ གཅིག་ཡོད།

 ༣༽ བརྩ་བམ་ཡོད།

 ༤༽ ལྷ་ཡོད།

༣༽ ལོ་དང་མོ་འདི་

 ༡༽ མིང་ཡིན།

 ༢༽ མང་ཚོག་ཡིན།

 ༣༽ མིང་ཚབ་ཡིན།

 ༤༽ བྱ་ཚོག་ཡིན།

༤༽ འོག་གི་རྩི་བ་རྩུ་གི་ལན་བྲིས།

༼ སྐྱུག་མ་ ༡༩ ༽

༡༽ འོག་གི་ མིང་ཚོག་རྩུ་ ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་སྟེ་ མགོ་ཡིག་དང་ འཁྲིལ་ཏེ་ ཐིག་སྒྲོམ་ནང་བྲིས།

༼ ༤ ༽

སྒོ་བ་སྟོན། བྱི་ལི། བྱང་ཤིང། ལོ།

མི་དང་སེམས་ཅན་གྱི་མིང།	ཅ་ལའི་མིང།	ལྷ་གི་མིང།	མིང་ཚབ།

༢༽ མཐུག་པའི་ཡི་གུ་ ག་དེམ་ཅིག་ ཡོད་གོ? རེ་རེ་བཞིན་བྲིས། ༼ ༥ ༽

ལན་.....

༥༽ འོག་གི་ མིང་ཚོག་གཉིས་ཀྱི་ སྟེན་བཙོ་ལ་རྒྱབ་སྟེ་བྲིས། ༼ ༦ ༽

༦༽ བྱུ་.....། ༧༽ ཆ་རགས།.....།

༡༽ རྒྱུ་འདི་ནང་ སྔོན་དགོས་བྱུང་མི་འདི་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་སྟོན་། །༡༽

ལན་.....
.....
.....

༢༽ འོག་གི་མིང་དང་ བྱ་ཚིག་ཚུ་ སོ་སོར་བྲིས། །༢༽

འདྲེ།	འཛོགས།	བྱུང་ཆ།	འཚོལ།
-------	--------	---------	-------

མིང།	བྱ་ཚིག།

ག༽ ལན་རིང་གི་དྲི་བ། ལན་རིང་འདི་ སྤྱང་རོ་ཁྱི་དམ་ཚིག་ཅན་ རང་ལས་ཡོད་པ་ལས་ ལན་མནོ་བསམ་གཏང་སྟེ་བྲིས། སྐྱགས་ ༢x༡=༢ །
བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ དྲི་བ་༡, པའི་ལན་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་བྲི་དགོ། དྲི་བ་༢ པ་དང་༢ པ་ལས་ །ག་ཅི་ག༽ གདམ་ལ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་བྲིས།

༡༽ རྒྱུ་ཀྱིས་ སྤྱང་ཚེད་པ་རོ་ཁྱི་དང་ རོ་བདག་གཉིས་ལས་ ག་འདི་ལུ་དགའ་ཡི་? ག་ཅི་འབད་ བསམ་འཆར་གཉིས་བྲིས།

ལན་.....
.....
.....

༢༽ རོ་ཁྱི་དམ་ཚིག་ཅན་གྱི་ རྒྱང་ཚོས་ག་གི་ར་སྟོན་? ཐོ་བཀོད་འབད།

ལན་.....
.....
.....

༣༽ རོ་བདག་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ ཚུགས་ཟ་རུག་གོ།

ལན་.....
.....
.....

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་འབྲི་ཚུལ་འདི་ལྷག་ཞིན་མ་ལས་དྲི་བ་ཚུལ་ལན་གྱིས།

༤ དེའི་ཨའི་ལོ་སྐྱུམ་རྩུ་ཡར་སོ་ཡི། མོ་གི་མིང་དོ་རྗེ་བྱ་དར་ཡིན། མོ་ཚུ་སྦད་ལས་ཡིན། ཚུ་སྦད་འདི་ བུམ་ཐང་རྫོང་ལག་ནང་
 ཡིན། མོ་བྱིམ་ནང་གི་ རྣང་གི་ཨམ་ཡིན། མོ་ལུ་ཨ་ལོ་གསུམ་ཡོད། ཨ་ལོ་ག་ར་བུ་ཚུ་ཡིན། བུ་སྦོམ་ཤོས་དོ་རྗེ་ཚོ་རིང་ཡིན། བར་
 རྣ་སྐོར་མ་དཔལ་འབྱོར་དང་རྒྱུང་ཤོས་ང་ཡིན། དེ་གི་མིང་ཀུན་ལས་ཡིན།
 དེ་གི་ཨའི་གིས་ རྫོང་པ་ཉ་སག་ལོང་སྤེ་ ང་བཅས་ལུ་ རྫོང་མཛེར་འབད་མ་ཡིན། མོ་གིས་ ང་བཅས་ཀྱི་ གོ་གྲོན་བྱིན་མ་ཡིན། ང་
 བཅས་ རྫོང་མཛེར་བཟའ་ཚར་ཉེ་ སྤོབ་ལྷ་ནང་རྒྱུ་ཐལ་མ་ད་ བ་ལས་ཨོམ་བཞོམ་ཡིན། དེ་ལས་བ་ཞིང་ཁར་བཏང་ ལྷ་བཟའ་
 བཅུག་པ་ཡིན། མོ་གིས་མོར་པ་ཐལ་ལི་འབྲུ་སྟེ་ སྟོ་འབད་ གོ་ལ་འབྲུམ་ཡིན།
 དེ་གི་ཨའི་ མེ་ཉོག་གི་ལཱ་འབད་ནི་ལུ་དགའ། མོ་གིས་བྱིམ་གྱི་ སྐོ་ཁར་མེ་ཉོག་མ་འདམ་ལེ་ཤ་བཅུག་ཉེ་ཡོད། མེ་ཉོག་ལ་ལུ་
 བྱི་རྒྱལ་གྱི་མེ་ཉོག་ཡིན། མོ་གིས་མེ་ཉོག་བཅུག་མ་ཚར་མ་ད་ ང་བཅས་ལུ་རྫོང་པ་དང་ བྱི་རུ་ཨ་ཉག་ར་ ཚུ་སྐྱུག་མ་བཅུག་པ་ཡིན།
 མོ་གིས་ ཆ་ལོག་སྦྲོད་སར་འབྲུམ་ད་ རྒྱུམ་མ་ཡང་མེ་ཉོག་འབག་པ་ཡིན།
 དེ་གི་ཨའི་གིས་ རྫོང་པ་དང་བྱི་རུ་ མཚོད་བཤམ་ནང་ ལྷག་འཚལ་ནི་ཡོད། མོ་གིས་བུན་ཡང་བཏང་མ་ཡིན། ཨའི་གིས་ ང་བཅས་
 ལུ་རྩུ་ལས་ ཅང་ནི་མེད། ང་བཅས་ག་ར་གིས་ ཨའི་ལུ་དགའ་མ་ཡིན།

༧༽ འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་ལུ་ ལན་ཀ་ཁ་ག་ང་ བཞི་རེ་ཡོད་མི་ལས་ ལན་ངོ་མ་ག་ཡིན་མི་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ སྐོར་ཐིག་
བཀལ།

༼སྐྱུག་མ་༽

༡༽ འབྲི་ཚུལ་འདི་.....

༧༽ ཨ་པ་གི་སྐོར་ལས་ཡིན།

ཁ༽ ཨ་རྒྱས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ཡིན།

ག༽ ཨའི་གི་སྐོར་ལས་ཡིན།

ང༽ ཨང་རྒྱས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ཡིན།

༢༽ འབྲི་ཚུལ་འདི་ནང་དོན་མཚམས་.....

༧༽ གསུམ་འདུག

ཁ༽ བཞི་འདུག

ག༽ རྒྱུ་འདུག

ང༽ ལྷ་འདུག

ཁ། ལན་ཐུང་གི་རི་བ།

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ རི་བ་རྩ་གི་ལན་བྲི་ནི།

༡། ཡའི་གི་གཡུས་དང་ རྫོང་ལག་ག་ཏེ་ལས་ ཡིན་མས་གོ་? །༡།

ལན་.....
.....

༢། བུ་སློམ་ཤོས་དང་ རྩུང་ཤོས་ཀྱི་མིང་ ག་ཅི་སྐབ་སློ་? །༡།

ལན་.....
.....

༣། རྫོང་ཏུ་སག་ ལོང་མི་འདི་ ག་ཡིན་མས་གོ་? །༡།

ལན་.....
.....

༤། ཡའི་གིས་ཆ་རོགས་རྩུ་ལུ་ རྩུས་མ་ག་ཅི་ འབག་ནི་ཡོད་གོ་? །༡།

ལན་.....
.....

ག། ལན་རིང་གི་རི་བ།

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ རི་བ་༡ པའི་ལན་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་བྲི་དགོ། རི་བ་༢ པ་དང་༣ པ་ལས་ །ག་ཅི་ག། ག་དམ་ལ་རྩུབ་སྟེ་
ལན་བྲིས།

༡། རང་གི་ཡམ་ཟེར་ སྐབ་དགོ་པའི་དོན་དག་ ག་ཅི་སྟེ་ཡིན་ན་? རྩུངས་བྲིས།

ལན་.....
.....
.....

༢། ཡའི་འདི་གིས་ རྩུམ་ནང་གི་ལུ་ག་ཅི་ར་ འབད་ནི་འདུག་གོ་? བཞི་དེ་ཅིག་ཐོ་བཏོན་ཏེ་བྲིས།

ལན་.....
.....
.....

༣། རྩུང་གི་ཡའི་གི་ རྫོང་ལས་ དོན་མཚམས་ག་ཅིག་བྲིས།

ལན་.....
.....
.....

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་སྟན་ཚམས་འདི་ལྷག་ཞིན་མ་ལས་དི་བ་རྟུག་ལན་བྲིས།

༤ སྐོ་ཚོར་སེམས་ཚན་ཏྲ་དང་ཚོར། ། སམ་དང་འབྲ་བའི་དྲིན་ཚན་ཡིན།།

ཨོམ་དང་མར་དང་དར་ཚོལ་ཚུ། ། བརྟུད་ཚན་བཞེས་སྐོའི་འབྲུང་ཁྲུངས་ཡིན།།

ས་ཞིང་ཡོད་ཚད་གྲང་གིས་ཚོ། ། ལྷུང་ཆ་ཡོད་ཚད་ཏྲ་གིས་འབག།

དོ་རྩུང་ཏྲ་དང་ཚོར་གྱི་ལུང། ། ཞིང་ནང་ལོ་ཐོག་དོན་ལུ་དགོ།

བྱ་ལས་སྐོར་དོག་ལུག་ལས་བལ། ། བྱི་དང་བྱི་ལི་བྱིམ་སྲུང་པ་འབད།།

ལ་སྐབས་མ་ཤེས་སེམས་ཚན་ཡང་། ། མཚོ་ཚན་མི་ལས་ཕན་ཐོགས་ཆེ།།

ཕན་ཐོགས་ཆེ་བའི་སེམས་ཚན་ཚུ། ། མཚོ་མེད་རྩུབ་སྐྱོད་མཚན་མ་གནང་།།

བྱམས་དང་བརྟེ་བའི་སེམས་གྱིས་འབད། ། གསོ་སྐྱོང་ལེགས་ཤོམ་འཐབ་དགོཔ་ཡིན།།

༥ འོག་གི་ དི་བ་རྟུག་ལུ་ ལན་ཀ་ལ་ག་ང་ བཞི་རེ་ཡོད་མི་ལས་ ལན་རོ་མ་ག་ཡིན་མི་འདི་ གདམ་ལ་རྒྱབ་སྟེ་ སྐོར་བྲིག་

བཀལ།

༼ སྐྱགས་ ༡X༡=༡ ༽

༡ ། སྟན་ཚམས་འདི་ལུ་.....

༡ ། ཚོགས་བཅད་གསུམ་འདུག

ལ ། ཚོགས་བཅད་ལྔ་འདུག

ག ། ཚོགས་བཅད་བཞི་འདུག

ང ། ཚོགས་བཅད་དྲུག་འདུག

༢ ། སྟན་ཚམས་འདི་ ག་ཅི་གི་སྐོར་ལས་ ཡིན་མས་གོ?

༡ ། ཤིང་འབྲས་གྱི་སྐོར་ལས་ཡིན་མས།

ལ ། སྐོ་ཚོར་སེམས་ཚན་གྱི་སྐོར་ལས་ཡིན་མས།

ག ། གཙང་སྐྱ་གི་སྐོར་ལས་ཡིན་མས།

ང ། གུས་ཞབས་གྱི་སྐོར་ལས་ཡིན་མས།

ལ། ལན་ཐུང་གི་རི་བ།

སྐྱགས་ ༡X༡=༡ |

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ རི་བ་ ༡ གྱི་ལན་གྱི་ནི།

༡། འོག་གི་ མིང་ཚིག་ཚུ་གི་ རྫོང་ཚིག་བཟོ།

༡། མོ།.....

༡། བལ།.....

༡། བཅུད་ཅན་གྱི་ བཞེས་སློ་གཉིས་ཐོ་བཀོད་འབད།

ལན་.....

.....

ག། ལན་རིང་གི་རི་བ།

སྐྱགས་ ༣X༡=༣ |

བཀོད་ཀྱི། འོག་གི་ རི་བ་ ༡ ལས་, གདམ་ལ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་གྱི་ནི།

༡། སློ་ལོར་སེམས་ཅན་ཚུ་གི་ ག་དེ་སྟེ་ སན་ཐོགས་པ་ཡིན་ན་? དེ་དེ་བཞིན་གྱིས།

ལན་.....

.....

༡། ཞབས་ལྷ་ ཚིགས་བཅད་གཅིག་གྱིས།

ལན་.....

.....

.....

.....