

དོན་ཚན་ལ་པའི་སྐྱགས།
 སྐྱགས་བསྐོམས་/ལས་སྐྱའི་བྱངས་ལ། =.....

བྲ་ཐོ། གནས་ཤིང་བཞི་ཆ་རའི་དམིགས་གཏང་གི་སྐྱགས་ཚད་འདི་བཀང་མ་དགོ་རུང་། གནས་ཤིང་ ༢ པའི་དམིགས་གཏང་སྐྱགས་ཚད་འདི་ངེས་པར་དུ་བཀང་དགོ།

དོན་ཚན་ ག་པ། བྱ་སྤྱོད་བཟླ་དཔུང། (བརྒྱ་ཆ་ ༣༠)

བྱ་སྤྱོད་བཟླ་དཔུང།	འབྲེལ་བཤད།	[༡.༠༠-༤.༠༠] གནས་ཤིང་ ༤ པ།	[༡.༠༠-༡.༧༧] གནས་ཤིང་ ༣ པ།	[༡.༠༠-༡.༧༧] གནས་ཤིང་ ༢ པ།	[<=0.༧༧] གནས་ཤིང་ ༡ པ།	བྱ་སྤྱོད་གི་སྐྱབ་བྱེད་དང་ལྟ་ རྟོག་པའི་སྐྱགས།
<p>༡. དབྱེ་དཔུང་རིག་ ཚལ།</p>	<p>ལས་ཚོགས་གི་དམིགས་ ཡུལ་འགྲུབ་ནི་དང་གྲུབ་ འབྲས་ཚུ་བཏོན་ནིའི་དོན་ལུ་ གཅིག་གིས་འབད་བའི་ལུ་ འདི་ལུ་ ངལ་རངས་དང་ ངོས་ལེན་གི་ཚོར་སྐྱར་སྟོན་ མི།</p>	<p>ཁོ་/མོ་གང་རུང་གི་ རྒྱུད་ལུ་ ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ལག་ལེན་ འཐབ་སྟེ་ རང་དབང་གི་ མཚོ་བསམ་བཏང་ཐོག་ལས་ ལས་ཚོགས་ལུ་ཕན་ལོགས་ འབད་མ་འབད་གི་ བཟླ་ དཔུང་འབད་མི།</p>	<p>ལས་སྐྱ་ཚུ་འབད་དགོ་བཟེ་ ལྷ་རྟོག་པ་ལས་ལམ་སྟོན་ ཐོབ་ཞིན་ལས་ ལུ་གི་ ཉམས་སྤོང་དང་འཁྲིལ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་དབྱེ་བ་ དཔུང་མི།</p>	<p>ལས་སྐྱ་གི་དོན་ལུ་ལུ་གི་ ཉམས་སྤོང་ཚད་ཅིག་ དང་ རུས་ཐོག་གི་ལྷ་ རྟོག་པའི་བཀོད་རྒྱ་ལག་ ལེན་འཐབ་སྟེ་དབྱེ་ དཔུང་འབད་མི།</p>	<p>དབྱེ་དཔུང་ག་ནི་ཡང་ མེད་པར་ལུ་འབད་ མི་དང་། ལུ་གི་ ཉམས་སྤོང་ཚུ་ ལག་ ལེན་འཐབ་ནི་མེད་ མི།</p>	
<p>༡. འཆར་གཞི་བརྩམ་ ནི་དང་འགོ་འདྲེན་ འཐབ་ནི།</p>	<p>མཐུན་རྐྱེན་དང་རུས་ཚོད་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ལག་ལེན་ འཐབ་སྟེ་ ལས་ཚོགས་ གི་དམིགས་ཡུལ་དང་ འཁྲིལ་ཏེ་ འཆར་གཞི་ བརྩམ་ནི་དང་ལས་སྐྱ་འགོ་</p>	<p>རུས་རྒྱུན་གི་ལས་སྐྱ་ཚུ་ ལུ་ གི་འཆར་གཞིའི་ལམ་སྟོན་ དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཡིན་མ་དང་ ལས་སྐྱའི་དམིགས་དོན་ཚུ་ འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་ལུ་ ཡོད་པའི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་དང་ རུས་ཚོད་འཛིན་སྟོང་གི་རིག་</p>	<p>ལས་སྐྱ་གུ་ གོ་ཤིང་ལུན་ པའི་ལས་འཆར་ གསལ་རི་ རི་བཟོ་སྟེ་ ལྷ་རྟོག་དང་ མཐུན་རྐྱེན་ལེ་གཏང་མ་ དགོ་བར་ ལུ་གི་སྐྱས་ཚད་ རྒྱུན་སྟོང་འཐབ་མི།</p>	<p>ལུ་གི་འཆར་གཞི་ བརྩམས་ཏེ་ཡོད་རུང་ འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་མ་ འབད་བར་ ལས་སྐྱ་ཚུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནིའི་ དོན་ལུ་མཐུན་རྐྱེན་</p>	<p>ལུ་གི་འཆར་གཞི་ དང་མ་འཁྲིལ་བར་ རུས་ལུན་མང་ཤོས་ ར་ རྒྱུ་རུང་གི་ལུ་ རིགས་ཚུ་ནང་བཅའ་ མར་གཏོགས་མི་ དང་ ལུ་ཚུ་རེ་བ་</p>	

བྱ་སྡོད་བརྟག་དཔྱད།	འབྲེལ་བཤད།	[༡.༠༠-༤.༠༠] གནས་ཤིང་ ༤ པ།	[༡.༠༠-༡.༩༩] གནས་ཤིང་ ༣ པ།	[༡.༠༠-༡.༩༩] གནས་ཤིང་ ༢ པ།	[<=0.༩༩] གནས་ཤིང་ ༡ པ།	བྱ་སྡོད་ཀྱི་སྐབས་བྱེད་དང་ལྟ་ རྟོག་པའི་སྐྱེལ་གས།
	འབྲེལ་འབྲེལ་ཞིན་ཕྱོགས་ གྲུབ་བརྟོན་མི།	ཕུལ་ཚུ་ ཚུལ་མཐུན་སླེ་ལག་ ལེན་འབྲེལ་སྟེ་ ལྷ་གི་སྐྱེས་ ཚད་ལུ་ཐོ་མ་ཕོག་པ་སླེ་གྲུབ་ འབྲས་བུ་བརྟོན་མི།		འབྲེལ་དགོས་མ་ཚད་ སྐྱེས་ཚད་ལུ་ཐོ་ཕོག་མི།	སྐྱེད་མིའི་སྐྱེས་ཚད་ དང་ལྷན་མ་སླེ་མེད་ མི།	
༡. ཐག་གཅད་ཐངས།	དཀའ་ངལ་དང་ཐབས་ཤེས་ ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་ཐབས་ ལུ་ བརྟག་ཞིབ་ལེགས་ ཤོམ་སྟེ་འབད་དེ་ འོས་ འབབ་ལྷན་པའི་དབང་ འཛིན་ལུ་སྤུལ་མི།	དཀའ་ངལ་དང་དེའི་སེལ་ ཐབས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོན་བཞོད་མི་ ཚུ་ ལྷ་རྟོག་པ་གིས་བར་ ལྷགས་འབད་ཞིན་དོན་ལུ་ ཉེ་མ་ལས་སྤུལ་མི།	ལྷ་རྟོག་པ་གིས་ལམ་སྟོན་ གནང་ཞིན་དོན་ལུ་ དཀའ་ ངལ་དང་དེའི་རྒྱབ་སྐྱོན་ བཞོད་མིའི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ དུས་ཚོད་ཁར་སྤུལ་མི།	དུས་ཐོག་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོན་ གང་ཡང་མེད་པའི་ དཀའ་ངལ་ཚུ་སྤུལ་མི།	དཀའ་ངལ་བསལ་ ཞིན་དོན་ལུ་ ལྷ་རྟོག་ པའི་བར་ལྷགས་འདི་ ལུ་ བསྐྱེད་ཉེ་སྟོན་ མི།	
༢. འགོ་ཁྲིད་དང་ སེམས་བྱུགས་ཀྱི་རིག་ ཚུལ།	རང་ལུ་ཕོག་པའི་ལས་སྐྱ་ཚུ་ འབྲེལ་མཐོ་དང་རང་ཤེས་ ཀྱི་ཐོག་ལས་ འགོ་ཁྲིད་ འབད་ནི་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ལུ་ མི།	རང་ལུ་ཕོག་པའི་ལུ་ཚུ་ དང་ ལེན་གྱི་ཐོག་ལས་ཚ་དེར་ བརྟོན་ཉེ་འབད་མི། ཁོ་མོ་ གང་རུང་གི་ ལྷ་གི་ས་གོའི་ ནང་གི་ ལྷ་བས་མ་བདེས་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ སེལ་ ཐབས་སྐྱིག་མི།	རང་ལུ་ཕོག་པའི་ལུ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་མཚུགས་བསྐྱེད་ ནི་ལུ་ འགན་ཁུར་སྐྱིད་སྐྱིད་ སྟེ་འབག་མི།	རང་ལུ་ཕོག་པའི་ལུ་ འགན་གང་རུང་གྲུབ་ ཡོད་རུང་ ད་རུང་ལྷ་ རྟོག་འབད་དགོས་ཡོད་ མི།	ལུ་སྟོན་མི་འདི་ འབྲེལ་གསེའ་འབད་པའི་ སྐབས་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ གཅིག་འབད་མི།	

བུ་སྲོད་བརྟག་དཔྱད།	འབྲེལ་བཤད།	[༡.༠༠-༤.༠༠] གནས་ཤིང་ ༤ པ།	[༡.༠༠-༡.༩༩] གནས་ཤིང་ ༣ པ།	[༡.༠༠-༡.༩༩] གནས་ཤིང་ ༢ པ།	[<=0.༩༩] གནས་ཤིང་ ༡ པ།	བུ་སྲོད་ཀྱི་སྐབས་ལྟེན་དང་ལྟ་ རྟོག་པའི་སྐྱེགས།
༥. ཕན་ཚུན་མཐུན་ འབྲེལ་རིག་ཚུལ།	སྡེ་ཚན་ནང་ལཱ་འབད་ནི་དང་ རྒྱབ་སྐྱོར་ལཱ་ལྱུ་ལྱེད་གསུམ་ ལྷན་བཏོན་མ་མ་ཚད་ མཐུན་ལམ་བཟོ་ནི་དང་ལཱ་ གི་གནས་སྤངས་སྤབས་ བདེ་ཉེ་གཏོ་བཟོ་མི།	ལས་སྡེའི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཆ་ རའི་ནང་ འཆམ་མཐུན་བཟོ་ བའི་སྐབས་ལཱ་ མི་དོ་རང་ སོའི་ལཱ་གི་དམིགས་གཏང་ཚུ་ སྐྱབ་མི།	རང་སོའི་ལས་སྐྱ་སྐྱབ་པའི་ སྐབས་ལཱ་ བྱང་འཁོད་ཀྱི་ མཐུན་ལམ་ལེགས་ཤོམ་ ཡོད་ཅུང་ ཕྱི་ཁའི་ལས་སྡེ་ དང་མཐུན་འབྲེལ་བཞག་ མིའི་རིག་ཚུལ་འདི་ཉུང་སུ་ སྡེ་ཡོད་མི།	ལས་སྡེའི་ཕྱི་ནང་གི་ མཐུན་ལམ་ཉུང་ཅུང་ རང་སོའི་ལཱ་རིགས་སྐྱབ་ མི།	རང་གི་མཐའ་དོན་ དང་དམིགས་དོན་ཚུ་ འགྲུབ་ནི་རྒྱུའམ་ གཅིག་གི་ལཱ་འབད་ མི།	
༦. རག་ཐོག་ ཡང་ན་ ཡིག་ཐོག་གི་བད་དོན་ སྲོད་ལེན།	རང་གི་གནས་སྐབས། བསམ་འཆར་དང་གྲོས་ འཆར་ཚུ་ རྒྱུ་ལཱ་འཕྲོལ་ འཕྲོལ་དང་བཅུད་བསྐྱེད་ རག་ཐོག་དང་ཡིག་ཐོག་ གཉིས་ཆ་རའི་ཐོག་ལས་ གསལ་ཉེ་གཏོ་སྡེ་སྐབས་ནིའི་ ནང་སྲོལ་སྐབས་བཏོན་མི།	གཞན་ལཱ་བད་དོན་སྲོད་པའི་ སྐབས་ལཱ་ གསལ་ཉེ་གཏོ་ དང་ མདོར་བསྐྱེད་ ཉེ་གཏོས་འཇམ་མིའི་ཁ་སྐད་ ཐོག་ལས་སྐབས་མི།	གཞན་གྱིས་ཉེ་གཏོས་འཇམ་ མིའི་ཁ་སྐད་ཐོག་ལཱ་ བད་ དོན་སྲོད་མི།	ཁོ་ ཡང་ན་ མོའི་ གནས་ཚད་ཁར་ ཉེ་གཏོ་ ཚུགས་མིའི་ཁ་སྐད་ ཐོག་ལས་ གཞན་ལཱ་ བད་དོན་སྲོད་མི།	བད་དོན་ གསལ་ ཉེ་གཏོ་དང་རྒྱུ་ལཱ་ འཕྲོལ་འཕྲོལ་སྡེ་མ་ སྐབས་མི།	
བསྐྱོམས།						
དོན་ཚན་ག་པའི་སྐྱེགས། སྐྱེགས་བསྐྱོམས་/སྲོལ་སྐབས་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་གྲངས་ཁ།						

དོན་ཚན་ ང་པ། རྩོམ་འགྲོའི་ལུ་ལྷན་དབྱེ་དཔྱད་ཀྱི་སྐྱགས་ (དོན་ཚན་ ལ་དང་ག།)

གནད་དོན།	སྐྱགས་ཐོབ་ཡོད་པ།	རྩོམ་འགྲོའི་སྐྱགས།	གང་རུང་ཡོད་ན་ ལྷ་རྟོག་པའི་བསམ་འཆར།
ལ། ལུ་ལྷན།		སྐྱགས་ཚད་ལ་པ་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠། =	
ག བྱ་སྤྱོད་བརྟག་དཔྱད།		སྐྱགས་ཚད་ག་པ་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༠། =	
བསྐྱོམས།			

ལས་གཡོག་པའི་མིང་རྟགས།

སྤྱི་ཚེས།

ལྷ་རྟོག་པའི་མིང་རྟགས།

སྤྱི་ཚེས།

སྤྱིར་བཏང་སྐྱགས་ཀྱི་ཐིག་ལྷན།

ལུ་ལྷན་གྱི་སྤྱི་ཚེས།	ངེས་ཚིག།	སྐྱགས་ཀྱི་ཚད་གཞི།
༡. གནས་ཤིང་ ༤ པ།	ལུ་ལྷན་གྱུ་འབྲས་གཞན་དང་མ་འདྲམ་སྤྱོད་ཡོད་པ།	༣.༠༠-༤.༠༠
༢. གནས་ཤིང་ ༣ པ།	འགྲུབ་དགོ་པའི་གནས་ཤིང་ལས་མཐོ་སུ་སྤྱོད་ཡོད་པ།	༢.༠༠-༣.༠༠
༣. གནས་ཤིང་ ༢ པ།	ལས་གཡོག་པ་གིས་ལུ་གཡོག་གི་དགོས་མཁོ་གྱུ་ཡོད་པ།	༡.༠༠-༢.༠༠
༤. གནས་ཤིང་ ༡ པ།	གྱུ་འབྲས་ ཡང་ན་བྱ་སྤྱོད་འདི་དགོས་མཁོ་ལས་ཉུང་སུ་སྤྱོད་ཡོད་པ།	<=0.༠༠

དཔྱད་ཐོ། རྩོམ་འགྲོའི་ལུ་ལྷན་དབྱེ་དཔྱད་ཀྱི་སྐྱགས་འདི་ མཐའ་དཔྱད་ཀྱི་སྐྱགས་བྱིན་ཞིའི་དོན་ལུ་ ཚོད་བརྟག་ལག་ལེན་གྱི་ནང་འདེབས་ཅིག་ཡིན།