

རྩི་བ་དང་པ།

འབྲི་ཚུམ།

སྐྱགས་ ༣༠ |

འོག་ལུ་བཀོད་མི་ འབྲི་ཚུམ་གྱི་དོན་ཚན་གཉིས་ལས་ ག་འབད་རུང་གཅིག་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ཚོག་འབྲུ་༤༠༠ འི་ནང་འཁོད་བྲིས།

འབྲི་ཚུམ་དབྱེ་ཞིབ་འབདམ་ད་ འོག་གི་ཚད་གཞི་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྐྱགས་བྲིན་ནི་ཨིན།

- བཟོད་དོན་ལུ་ སྐྱགས་ ༡༧། (ལན་འོས་འབབ་དང་ ཚོག་དོན་བཙུགས་ཐངས་ རྒྱབ་ཁྲུངས་ ལུང་འབྲེན་ཚུ་ལུ་བཟླ་ནི་)
- ཚོག་སྐྱོར་ལུ་ སྐྱགས་ ༢། (འོས་འབབ་ལྡན་པའི་ མིང་ཚོག་ལག་ལེན་དང་ སྐྱེན་ཚོག་ ཡིག་སྐྱོབ་ སྐྱོར་བ་ཚུ་ལུ་བཟླ་ནི་)
- འབྲི་བཀོད་ལུ་ སྐྱགས་ ༤། (ཚོག་མཚམས་དང་ དོན་མཚམས་བཞག་ཐངས་ཚུ་ལུ་བཟླ་ནི་)

༡༽ བ་གཞོན་སློབ་སྐྱེད་ཚུ་ལུ་ ཚོས་ཡོན་ཏན་ལས་ལྷག་སྟེ་ ས་མའི་ཡོན་ཏན་དང་ཁ་བཀོད་བསྐབ་བྱ་བྱིན་ནི་འདི་གལ་ཆེ། ཟེར་བའི་བཟོད་དོན་ཐོག་ལུ་ རྒྱབ་ཁྲུངས་གྱི་ལུང་རིག་ཚུ་བཙུགས་ཏེ་ ཚུད་སྐྱོང་འབྲི་ཚུམ་ཅིག་བྲིས།

ཁ༽ ཅ་བ་གསུམ་ལུ་ ཐང་མཚོག་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་གཙོ་བོར་བཏོན་ཏེ་ ལུག་ལུ་དགོ། ཟེར་བའི་བཟོད་དོན་ཐོག་ལུ་ རྒྱབ་ཁྲུངས་གྱི་ལུང་རིག་ཚུ་བཀོད་དེ་ རྒྱུད་སྐྱེད་འབྲི་ཚུམ་ཅིག་བྲིས།

རྩི་བ་གཉིས་པ།

ཡིག་སྐྱོར།

སྐྱགས་ ༢༠ |

འོག་གི་རྩི་བ་ ཀ་ ཁ་ ག་ གསུམ་བཀོད་ཡོད་མི་ ག་ར་གི་ལན་ བཀོད་རྒྱ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བྲིས།

༡༽ འོག་ལུ་རྩི་བ་ ༤ བཀོད་ཡོད་མི་ག་ར་གི་ལན་བྲིས།

སྐྱགས་ ༢༥-༢༧ |

- ༡- སུམ་ཅུ་པ་ལས། གང་མིང་མཐའ་ན་བརྒྱད་པ་གནས། །དེ་ལ་གཉིས་པ་ལུ་ཡང་སྐྱུར། །ཟེར་གསུང་མི་ལས་ ལ་དོན་གྱི་ཕྱད་ གཉིས་རོས་འཛིན་འབད།
- ༢- ཏྲགས་འཇུག་ལས། མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྷར་ཆེད། །ཟེར་གསུངས་མ་ད་ གཉིས་ཀ་ ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་ལུ་གོ་མ་ཨིན་ན་?
- ༣- འོག་གི་བྱེད་འབྲེལ་བྱ་ཚོག་བཞིའི་ བྱེད་མེད་ལས་ཚོག་བྲིས།
(ཀ) བཏོན། (ཁ) དཀྱུག། (ག) སྐྱུད། (ང) བཅག།
- ༤- ཕུ་ཡི་རྒྱ་དང་ ལྷོ་ཡི་རྒྱ་ གཉིས་ཀྱི་ རྣམ་གྲངས་བྲིས་?
- ༥- རྒྱན་སྐྱུད་ཀྱི་ཕྱད་ གྲུང་འང་ཡང་ གསུམ་ལས་ གཉིས་ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ ཚུམ་སྐྱོ་ཀ་གཅིག་རྒྱབ།

ལ། འོག་གི་རྩི་བ་རེ་ལུ་ ལན་བཞི་རེ་ཡོད་མི་ལས་ ལན་ངོ་མ་ག་ཡིན་མི་འདི་ གདམ་ལ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་ཤོག་ནང་བྲིས།

སྐག་ས་ ༡༥=༥ |

- ༡- སྐ་དབྱངས་ ཐོག་མར་གསུངས་མི་
 - ༧ སྐ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་ཡིན།
 - ༨ འཇམ་པའི་དབྱངས་ཡིན།
 - ༩ སྐྱན་རས་གཟིགས་ཡིན།
 - ༡༠ དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ཡིན།

- ༢- བྱི་སྐྱ་ ཐ་དད་པ་ཅམ་དུ་དགར་བའི་ དཔེར་བརྗོད་ངོས་འཛིན་འབད།
 - ༧ ལུ་འཇུག་ནི་སྐྱ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བརྒྱལ་པོད་པའོ།
 - ༨ རིགས་རྣམས་ལས་ནི་གདོལ་པའི་རིགས་ཐ་དད་དོ།
 - ༩ མཐིང་ག་ནི་སྐྱོ་བསང་ལས་གཞན་འོ།
 - ༡༠ འཕྲུ་པ་ནི་རིགས་ཀྱི་མཚོག་གོ།

- ༣- དང་སྐྱ་ ཚོག་སྐྱ་ཕྱི་ཚོགས་གཅིག་ཏུ་སྐྱད་པའི་དཔེར་བརྗོད་ནི་
 - ༧ ཚོས་མང་དུ་ཐོས་པ་དང་ལྷག་མཐོང་འཕེལ་འོ།
 - ༨ འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ནི་ཚོས་སོ།
 - ༩ དུ་བ་མཐོང་བ་དང་མེར་ཤེས་སོ།
 - ༡༠ ཚོས་ནི་ལུང་དང་རྟོགས་པའོ།

- ༤- དེ་སྐྱའི་དཔེར་བརྗོད་ རབ་འབྱོར་དེ་དེ་བཞིན་འོ། ཟེར་མི་འདི་
 - ༧ བ་རོལ་པོ་འམ་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྟོན་པའི་དཔེ་ཡིན།
 - ༨ གསང་བའི་དངོས་པོ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་དཔེ་ཡིན།
 - ༩ བདག་གི་བའི་དངོས་པོ་སྟོན་པའི་དཔེ་ཡིན།
 - ༡༠ བདེན་པའི་དངོས་པོ་སྟོན་པའི་དཔེ་ཡིན།

- ༥- མ་ཞིང་གསུམ་ལས་ འགྱུར་བ་མ་ཞིང་ངོས་འཛིན་འབད།
 - ༧ འཛིན་ད། བརྒྱན་ད། འབྱོར་ད། བསལ་ད།
 - ༨ བསྟན་ད། བསྐྱོར་ད། བཅལ། འགྲུལ།
 - ༩ མཐུན། ཕྱིན་ད། འཁྲུལ། འཕྲུལ་ད།
 - ༡༠ འགོར། རྒྱན། རོལ་ད། འཐོར།

ག། འོག་ལུ་རི་བ་ལྔ་ བཀོད་ཡོད་མི་གར་གི་ལན་བྲིས།

སྐྱགས་ ༡༥༥༥ |

- ༡- བད་སྐྱོར་གྱི་སྐབས་སུ་ ཏུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ བཞག་དགོ་པའི་གནད་དོན་ག་ཅི་འོང་ནི་མས་?
- ༢- བྱ་ཚོ་ག་གཉིས་ཚེ་ག་ལས་འགྲུབ་པའི་ མིང་ ག་ཅི་ར་ཡོད་? གཉིས་བྲིས།
- ༣- ལོ་ངོ་བཅུ་ཐམ་གྱི་རྒྱབ་ལས་ ང་བཅས་རའི་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁ་འདི་ གནས་སྤངས་ག་བརྩམ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནི་མས་?
- ༤- “འགྲེས་ སྐྱེས་” ཟེར་མི་ ལས་ཚོག་གཉིས་ཀྱི་གོ་དོན་བྲིས།
- ༥- ཀེད་ཀེ་ཉང་ཉང་། ཡེ་ངེ་ཐེང་ངེ། ཐེ་རི་བ་རི། ཐུ་ཅེ་མ་ཅེ་མ། ཟེར་མི་མིང་ཚོག་བཞི་པོ་གི་ཡིག་སྐབ་བཅོ་ལ་རྒྱབ།

རི་བ་གསུམ་པ།

གོ་བ་ལེན་ནི།

སྐྱགས་ ༣༥ |

འོག་གི་ཡིག་རྒྱགས་འདི་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ལྷག་ཞིན་མ་ལས་ རི་བ་ ཀ་ ལ་ ག་ ང་ གི་ལན་བྲིས་ཤོག་ཡིན།

འབྲུང་ཁྲུངས་ (འབྲུག་གི་སློབ་དཔོན་ལྷན་རིག་གནས་ཚད)

། གནས་ཚད་དང་པ་འདི་གིས་ གཙོ་བོ་ར་ སློབ་དཔོན་གྱིས་སློབ་ཁང་ནང་ སློབ་ཕྱག་སྐྱོལ་ལུ་ རོས་ལེན་འབད་ཐངས་གྱི་ འགན་ཁུར་གྱི་སྐོར་ལས་སྟོན་མ་ཡིན། སློབ་ཕྱག་སྐྱོལ་ལུ་ཟེར་མི་འདི་ མི་ངོམ་རང་རྒྱུ་གི་ལྷོ་བ་སྤྱད་གི་ཕྱོགས་སྤུང་མ་འདྲམ་དང་། ལྷོ་བ་ སྤྱད་གི་དགོས་མཁོ་སོ་སོ་ཡོད་མི། དམིགས་བསལ་གྱིས་ དཔལ་འབྱོར། སྐད་ཡིག། ལམ་སྟོན། ཚོས་ལུགས། ཕྱི་གཞུགས། སློ་རིག། མི་སྡེ། དེ་ལས་ འདུ་ཤེས་གྱི་རྒྱབ་ཁྲུངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་སྐྱབ་ཡིན། སློབ་ཕྱག་ཚུ་གི་ལྷོ་བ་སྤྱད་གི་དགོས་མཁོ་སྐྱོལ་ལུ་ མི་ཚུ་ལུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤོངས་ལེན་འབད་ཚུགས་པའི་ ལྷོ་བ་སྤྱད་གི་ས་གོ་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ སློབ་དཔོན་ཚུ་སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་བཅུག་པ་ ཡིན། གནས་ཚད་འདི་གིས་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ ལྷོ་བ་སྤྱད་གི་ལྷོ་བ་དང་སློབ་ཕྱག་ཚུ་ལུ་འབྲེལ་བ་དང་མཐུན་པའི་ཐབས་ བྱས་ཚུ་ ལག་ལེན་དངོས་འབབ་གྱི་དཔྱེ་སྟོན་འབད་ནི་ལུ་གཙོ་བོར་སྟོན་མ་ཡིན།

གནས་ཚད་གཉིས་པ་འདི་ བན་རུས་ཅན་གྱི་ལྷོ་བ་སྤྱད་གི་དོན་ལུ་ བན་ཐབས་འབད་མི་འདི་ནང་སེམས་དང་ ཕྱི་ལུ་ལྱི་རྣམ་པ་ལུ་གོམ་ ཡིན། འདི་གིས་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་གནས་སྤངས་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ནི་ལམ་སྟོན་འབད་དེ་ རང་ཉིད་སེམས་ཤུགས། བན་ཚུན་མཐུན་པ། ཉེན་སྲུང་ལུན་པ། རྒྱབ་སྐྱོར་ཅན། དང་བདེན་དང་ བན་ཚུན་འབྲེལ་བ་འབབ་ཐོག་ལས་ སློབ་ཕྱག་གི་བྱ་སྤྱོད་ཚུ་ ལེགས་པའི་ཕྱོགས་ལུ་ ལམ་སྟོན་འབད་མ་ཡིན། སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ བན་ཐོགས་ཅན་གྱི་སློབ་ཁང་གནས་སྤངས་གསར་གཏོད་འབད་དེ་ སློབ་ཕྱག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ མཐོ་བའི་གནས་ཚད་གྱི་ཤེས་ཡོན། གོ་རྟོགས། དེ་ལས་ རིག་རྩལ་ཚུ་ཐོབ་ཐབས་གྱི་སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་བཅུག་དགོ།

གནས་ཚད་གསུམ་པ་འདི་གིས་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ ཚོས་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ནང་ཤེས་ཡོན་ཅན་བཟོ་དགོས་ལག་ཆེས་དང་ ཅུ་གཞུང་ཉ་གོས་
བཟོ་ཏེ་ རང་སོའི་ཚོས་ཚན་འདི་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ དོན་དང་ལུན་མ་སྟེ་ བཟོ་ཚུགས་པའི་ལྷོགས་གྲུབ་ཡོད་པ་བཟོ་མ་ཡིན། སློབ་
དཔོན་ཚུ་གིས་ ཚོས་ཚན་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གསར་ཐོན་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ འོས་འབབ་ལུན་པའི་སློབ་སྟོན་ཐབས་
ཤེས་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། གནས་ཚད་འདི་གིས་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ རྫོང་ཁ་དང་ཡང་ན་ ཡིན་སྐད་ནང་ མཐར་ཕྱིན་དགོས་དང་
ཕན་ལུས་ཅན་གྱི་སློབ་སྟོན་བྱ་རིམ་ཚུ་ ལྟབས་བདེ་དགས་བཟོ་ནི་ལུ་ རེ་འདོད་ བསྐྱེད་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་ ལྟབ་སྐྱེད་ཡར་དགས་བཟོ་
ནིའི་དོན་ལུ་ བད་དོན་དང་འཕྲུལ་རིག་གི་ཐབས་བྱས་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་ནང་ འོས་འབབ་ལུན་པའི་རིག་ཅུལ་ཚུ་ གསལ་སྟོན་
འབད་མ་ཡིན།

གནས་ཚད་བཞི་པ་འདི་ རེ་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལྟབ་སྐྱེད་གྲུབ་འབྲས་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ ཅུ་གཞུང་གི་ནང་དོན་ཚུ་ དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ལྟབ་
སྐྱེད་སྐྱོང་ལུ་ བསྐྱེད་ཚུགས་པའི་ སློབ་དཔོན་གྱི་ལྷོགས་གྲུབ་ཅིག་ལུ་གོ་མ་ཡིན། སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ རང་དབང་ ཡང་ན་ མཉམ་
རྟེན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ བྱད་རིག་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ལས་ སློབ་སྟོན་འཆར་གཞི་དང་ཐབས་བྱས་ཚུ་བཟོ་སྟེ་ དཔེ་སྟོན་འབད་ཚུགས་
དགོ། སློབ་སྟོན་འཆར་གཞི་ནང་ལུ་ ལྟབ་སྐྱེད་གྲུབ་འབྲས་ཡར་རྒྱས་གཏང་ཐབས་ཀྱི་ རྒྱ་ཆེ་བའི་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་ཐབས་བྱས་ཚུ་ཚུད་དགོ།
སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ལྟབ་སྐྱེད་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ཉམས་སྦྱོང་ཚུ་ མི་སྡེ་ལས་ཡང་འཐོབ་ཚུགས་པ་ཡིན།

གནས་ཚད་ལྔ་པ་འདི་ནང་ སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ལྟབ་སྐྱེད་གྲུབ་འབྲས་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི་ལུ་ ཕན་པའི་ཐབས་ལམ་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་མཁོ་
ཆས་སྤྲོ་ཚོགས་ ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ གཙོ་བོ་བཏོན་ཏེ་ཡོད། སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ སློབ་ཕྲུག་ཚུའི་འཛོན་ཐངས་ཡར་རྒྱས་
ཀྱི་དོན་ལུ་ ལྟ་ཉོག་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཞིན་ན་ དེ་དང་བསྐྱེད་པའི་བསམ་ལན་ཚུ་ ཕམ་ ཡང་ན་ བདག་འཛིན་པ་ཚུ་ལུ་ ཕྱིན་ཚུགས་
དགོ་པའི་རེ་བ་བསྐྱེད་པ་ཡིན། སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ དབྱེ་ཞིབ་གནས་སྐྱེད་ཚུ་ སློབ་སྟོན་གྱི་འགོ་སྐྱེད་ས་ དབྱེད་ཞིབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་
འཐབ་སྟེ་ སློབ་སྟོན་གྱི་བྱ་རིམ་ཡར་རྒྱས་གཏང་མ་ཡིན།

༡༽ འོག་གི་རྩི་བ་རེ་ལུ་ ལན་བཞི་རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་རོ་མ་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་ཤོག་ནང་བྲིས། སྐྱགས་ ༡x༥=༥ |

- ༡- ལམ་སོའི་གྱི་རྒྱབ་ཁུངས་ ཟེར་མི་འདི་
 - ༧ བཟའ་ཚང་དང་ གཡུས་སྐྱེའི་ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་འདི་ཡིན།
 - ༨ སློབ་ཕྲུག་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་བརྗེ་མཐོང་འདི་ཡིན།
 - ༩ རང་སོའི་ཁྱིམ་ནང་ལག་ལེན་འཐབ་དོ་ཡོད་པའི་ཁ་སྐད་འདི་ཡིན།
 - ༡༠ ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིད་ཆེས་དང་ མཐོ་ལུགས་འདི་ཡིན།

१- སློབ་ཡུལ་ཚུ་གིས་ ཁོང་ར་དང་ ཁོང་གིས་འབད་བའི་ལཱ་ལུ་ དཔའ་ཉམས་བསྐྱེད་ཚུགས་མི་ལུ་

- ༧ དུས་རྒྱུན་མེམས་ཤུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་རྩོམ་སྤྱད་གནས་སྤངས་ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན།
- ༨ སྤྱད་སློབ་ལཱ་པའི་རྩོམ་སྤྱད་གནས་སྤངས་ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན།
- ༩ རྒྱབ་སྐྱོར་ཅན་གྱི་རྩོམ་སྤྱད་གནས་སྤངས་ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན།
- ༡༠ ཉེན་སྲུང་ལཱ་པའི་རྩོམ་སྤྱད་གནས་སྤངས་ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན།

२- བད་དོན་ཤེས་ཡོན་ ཟེར་མི་འདི་

- ༧ རྩོམ་སྤྱད་གི་གཞི་ཡང་ན་ ཚོས་ཚན་གྱི་གཞི་ ལག་མ་འདྲམ་ཚུ་ སློབ་སློབ་དང་རྩོམ་སྤྱད་འབད་མི་ལུ་གོམ་ཨིན།
- ༨ སློབ་སློབ་འབད་བའི་ཚོས་ཚན་ནང་ སློབ་ཁང་འཛིན་སློབ་དང་ སློབ་སློབ་ཐབས་ཤེས་ཡོད་ཉིང་ལུ་གོམ་ཨིན།
- ༩ བན་ལུས་ཅན་སླེ་ སློབ་སློབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཚོས་ཚན་ནང་སྤྱད་བ་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་ཉིང་ལུ་གོམ་ཨིན།
- ༡༠ སློབ་སློབ་ཐབས་བྱས་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐངས་ཚུ་གཡོག་བཀོལ་ནིའི་ལྷོགས་གྲུབ་ལུ་གོམ་ཨིན།

३- སློབ་ཡུལ་ཚུ་གིས་ཐོབ་མི་ཤེས་ཡོན་དང་རིག་ཅུམ་ དེ་ལས་བསམ་སློབ་ཚུ་གསལ་སློབ་འབད་མི་ གྲུབ་འབྲས་དང་ དམིགས་གཏང་གི་ལཱ་ལུ་

- ༧ འོས་འབབ་ལཱ་པའི་རྩོམ་སྤྱད་གྲུབ་འབྲས་ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན།
- ༨ རྩོམ་སྤྱད་ལྷོགས་གྲུབ་དང་འབྲེལ་མཐུན་ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན།
- ༩ རྩོམ་སྤྱད་ཚུགས་པའི་རྩོམ་སྤྱད་གྲུབ་འབྲས་ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན།
- ༡༠ རྩོམ་སྤྱད་གྲུབ་འབྲས་ཟེར་སྒྲུབ་ཨིན།

४- སློབ་སློབ་མ་འབད་བའི་ཉེ་མར་ སློབ་ཡུལ་རེ་རེ་བཞིན་ལུ་ཡོད་པའི་ སློབ་དང་ཡོན་ཏན། ཤེས་ཡོན་དང་རིག་ཅུམ་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་ནིའི་ དབྱེ་ཞིབ་འདི་

- ༧ སྤྱད་ཚུགས་དབྱེ་ཞིབ་ཨིན།
- ༨ ངོས་གཞུང་དབྱེ་ཞིབ་ཨིན།
- ༩ གཞི་བཟོ་དབྱེ་ཞིབ་ཨིན།
- ༡༠ དུས་རྒྱུན་དབྱེ་ཞིབ་ཨིན།

ལ། འོག་གི་རི་བ་ལྔ ག་ར་གི་ལན་བློས། སྐྱག་སྐུ་ ༧༥༥=༡༠ |

- ༡- སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་དགོས་མཁོ་དང་བསྟུན་པའི་ ལྷོ་བྱུང་གི་ས་གོ་ག་དེ་སླེ་བཟོ་དགོས་འདུག་?
- ༢- ཕན་ལུས་ཅན་གྱི་སློབ་སྟོན་བྱ་རིམ་ཚུ་ སྟབས་བདེ་དགས་ག་དེ་སླེ་བཟོ་ཚུ་གས་ནི་སློ་?
- ༣- སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ལྷོ་བྱུང་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ཉམས་སྲུང་ཚུ་ མི་སྡེ་ལས་ཐོབ་ནིའི་གོ་སྐབས་འདུག་ག་? ག་ཅི་འབད་?
- ༤- ཕན་ལུས་ཅན་གྱི་བསམ་ལན་ ཟེར་མི་འདི་ ག་དེ་སླེ་བྱིན་ནི་སློ་? འདི་གིས་ཕན་པ་ག་ཅི་ཡོད་?
- ༥- འབྲུག་གི་སློབ་དཔོན་ཁྱད་རིག་གནས་ཚད་ཀྱིས་ སློབ་དཔོན་དང་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ ཕན་ཐོགས་ནི་ཡིན་པས་ག་? ག་ཅི་འབད་?

ག། འོག་གི་མིང་ཚིག་གི་ནམ་གངས་ བོང་གི་ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ལས་འཚོལ་ཏེ་བློས། སྐྱག་སྐུ་ ༡༥༥=༥ |

- ༡) འབད་བཞག། ༢) མ་འདྲམ་ལེ་ག། ༣) སློ་སྟོབས། ༤) ལུ་ཤུལ། ༥) མཚུག་བསྟུ།

ང། འོག་གི་མིང་ཚིག་ལྔ གི་རྫོང་ཚིག་བཟོ། (ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ལས་ འདྲ་བཤུས་པ་བ་མི་ཚོག་) སྐྱག་སྐུ་ ༡༥༥=༥ |

- ༡) དམིགས་བསལ། ༢) ཐབས་བྱས། ༣) གསར་གཏོད། ༤) བྱ་རིམ། ༥) དགོས་མཁོ།

རི་བ་བཞི་པ། རྟེན་རྒྱུ་རྩུ་ སྐྱག་སྐུ་ ༡༥ |

འོག་ལུ་དབྱིན་རྟེན་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་འདི་ རྫོང་ཁའི་ནང་རྟེན་རྒྱུ་རྩུ་འབད། གནད་དོན་ཕོག་མ་ཕོག་དང་ བོ་རིམ་ སླེབ་སྐྱོར་ལུ་བལྟ་སྟེ་
སྐྱག་སྐུ་བྱིན་ནི་ཡིན།

Bhutanese culture and values

Values are an integral component of basic education and are needed for an individual “to survive, to live and work in dignity, and to continue learning”. Values are “the basic learned motivators of human behaviour”. Values are defined as attitudes, beliefs, convictions, principles, or virtues.

Bhutanese culture refers to the ways of life of Bhutanese people, their behaviours, beliefs, values, dress, architecture, music and dance, food, language, and customs that identify Bhutanese and that are passed from one generation to the next through practice and imitation.

Bhutanese etiquette: *Driglam namzha* is the Bhutan’s code of etiquette. *Drig* denotes order, norm and conformity, *lam* means the way of having order and conformity and *namzha* refers to a concept or system. *Driglam namzha* deals with avoiding crude and bad physical, verbal and mental behaviours and adopting civil and courteous conducts of the body, speech and mind.

(Source: BPST. Illustrations of Practice, 2021)

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།