

རྒྱལ་གཞུང་གི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།
 སྤྱི་ལོ་༢༠༢༡ ལོའི་ འབྲུག་གི་གཡོག་ཚོས་རྒྱགས།
 ཚོས་རྒྱགས་དབྱེ་བ་ ཟུང་རིག།

དྲི་ཤོག་.....གསུམ་པ། དམིགས་བསལ་ཚུ་ཚན་ཤེས་ཡོན་.....གསོ་བ་རིག་པ། ། རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ་སྤྱི་ལོ་༢༠༢༡ །

སྤྱི་ཚེས: ༢༡/༡༠/༢༠༢༡
 རྒྱགས་བསྐྱེད་མཁ: ༡༠༠།
 དྲི་ཞིའི་དུས་ཡུན: ཚུ་ཚོད་ ༢.༥ (སྐར་མ་༡༥༠)
 ལྷག་ཞིའི་དུས་ཡུན: སྐར་མ་ ༡༥།

སྤྱི་བཏང་བཀོད་རྒྱ།

- ❖ ལན་གྱི་ཞི་འགོ་མ་བཅུག་པའི་ཉེ་མ་ དུས་ཡུན་སྐར་མ་༡༥ གི་རིང་ལུ་དྲི་བ་རྒྱ་ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་ལྷག་ཏེ་དྲི་བའི་བཀོད་རྒྱ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་དྲི་དགོཔ་ཁག་ཆེ།
 - ❖ དྲི་བ་གི་ལན་འདི་རྒྱ་ དྲི་ཤོག་ནང་མིན་པར་ ལན་ཤོག་ནང་རང་གི་དགོ།
 - ❖ ལན་གྱི་བའི་སྐབས་ལུ་ དྲི་བའི་ཨང་གྲངས་རྒྱ་ མ་འཛོལ་བར་བཀའ་དགོ།
 - ❖ དྲི་བའི་ཨང་གྲངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལན་ཉིང་སངས་སངས་སྤེལ་གྱི་དགོཔ་མ་གཏོགས་ དྲི་བ་འབྲེ་བལུས་བརྒྱབ་མི་དགོ།
 - ❖ ལན་ཤོག་ནང་ལུ་ རྒྱུད་རང་གི་རོ་རྟགས་ཨང་མ་གཏོགས་ གཞན་མིང་དང་གསང་བའི་ཨང་རྟགས་ལ་སོགས་པ་ ག་ནི་ཡང་བཀའ་མི་ཚོགས།
 - ❖ དྲི་ཤོག་དང་ ལན་ཤོག་རྒྱ་གཅིག་ཡང་ཉམ་མི་ཚོགས་ དྲི་ཤོག་འདི་ནང་ བཀོད་རྒྱ་འདིའི་ཤོག་གྲངས་ཕྱིས་ཏེ་ ཤོག་གྲངས་༡༤ ཡོད།
 - ❖ དྲི་བའི་ནང་དོན་བཅུད་བསྐྱེད་ཞི།
 རྒྱ་ཚན་༡༧ རྒྱུ་ དྲི་བ་དབྱེ་ཁག་མ་འབྲུམ་༢ ཡོད།
 ༡༧ གཞན་མ་འབྲུམ་གྱི་དྲི་བ་ ༢༠ ལུ་ རྒྱགས་རེ་རེ་ ༢༠x༡=༢༠།
 ༢༧ དྲི་ལན་ལྷང་ལུ་སྤེལ་གྱི་དྲི་བ་ ༤༥ ལུ་ རྒྱགས་=༢༠།
- རྒྱ་ཚན་ཁྱོ་ རྒྱུ་ གཞན་དོན་ཞིབ་འཇུག་༢ ཡོད་ས་ལས་ གཅིག་གཞན་མ་འབྲུམ་དེ་ དེའི་དྲི་བ་ཚུ་ཚོང་གི་ལན་བརྒྱབ་དགོ།

རྒྱགས་༥༠།

སློབ་ཚན་གྱི་

དྲི་བ་དང་པ། གདམས་ཁ་ཅན་གྱི་དྲི་བ།

དྲི་བ་ག་པའི་ལན་གྱི་སྐབས་དགོ།

སྐབས་ ༢༠x? = ༢༠༡

དྲི་བ་འདི་གི་ལན་གྱི་བའི་སྐབས་སུ་ ལན་ཤོག་ནང་ དྲི་བའི་ཨང་གྲངས་དང་གདམས་ཁ་རྒྱབ་ཡོད་པའི་ལན་གྱི་གསལ་བྱེད་གྱིས། དཔེར་ན་ ༢༡ (༡) སློབ་ཤོད་གནང་།

༡༽ ཉེན་མ་དག་པ་ཅིག་གི་ཉེ་མ་ བྱེད་སྒྲིལ་བྱེད་པ་ནང་ལུ་ བྱེད་པ་གཅིག་ལུ་ལྷུང་འཚོ་གིས་ ལག་པའི་རྩ་བལྟ་བའི་སྐབས་ རྩའི་ལམ་ རྩལ་ཡང་ རྩ་རྒྱུད་ལྟ་བུ་ མགྲོགས་པར་ལམ་པ་ རྩུང་ལྟར་བཏག་མི་བྱུང་བར་གཤམ་བ་སློབ་ལམ་མ་མས་ཟེར་ཨོན་མས། རྩུང་གིས་འབད་བ་ཅིན་ རྩ་འདི་ག་ཅི་ནད་ཀྱི་རྩ་ཨོན་ན་?

- ༡. ཚོ་བ་སྤྲོན་པའི་རྩ།
- ༢. ལག་རྒྱུད་གི་རྩ།
- ༣. ཚོ་བ་མ་སྤྲོན་པའི་རྩ།
- ༤. ཚོ་བ་ལུས་ཀུན་རྒྱས་པའི་རྩ།

༢༽ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ སྤྱི་ཟླ་ ༩ པའི་སྤྱི་ཚེས་ ༢༣ ལུ་ ས་གནས་མཐའ་ལྷུང་ཅིག་ནང་ལུ་ ལྷུང་འཚོ་གཅིག་འབད་མར་ ཚོ་བ་ཚེན་གྱི་ནད་པ་གཅིག་འོང་སྟེ་ བྱེད་པ་ལྟགས་སྐབས་མི་ནང་ལུ་ བྱེད་པ་འདི་ ལྷེན་སྤྲོད་འོག་ལུ་ན་གཞུག་གྲུང་ཐབས་སུ་བྱུགས་སྟེ་རྒྱབ་མས་ཟེར་ཨོན་མས། རྩུང་གི་འབད་བ་ཅིན་ བྱེད་པའི་ག་ཅི་ཨོན་མས་?

- ༡. འོང་གི་གྲུང་ཐབས་ཨོན།
- ༢. རྒྱ་མའི་གྲུང་ཐབས་ཨོན།
- ༣. སོ་བའི་གྲུང་ཐབས་ཨོན།
- ༤. མཚེན་པའི་གྲུང་ཐབས་ཨོན།

༣༽ གཤོད་དང་ལུས་ཀྱི་བྱུག་མདངས་ཉམས་ རྒྱོ་སྤྲོད་མི་བདེ་བ་ ལྷག་པའི་ག་གིས་ཆད་དོ་བཟུམ་མའི་འཚོར་སྤྲུང་འབྱུང་བ། ལུས་ཀྱི་ལག་རྩ་རྩེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་བར་གྱུར་བ་ བཟུག་ཡོད་པ་ཅིན་.....

- ༡. རྩ་ལྷེན་གྱི་ནད་ཨོན།
- ༢. རྩུང་ལྷེན་གྱི་ནད་ཨོན།
- ༣. རྩེན་དཀར་གྱི་ནད་ཨོན།
- ༤. རྩེན་ནག་གི་ནད་ཨོན།

༥༧ ལུས་ཀྱི་གཞོགས་གཅིག་བཅ་མམ་བཅ་པོ་ལྟར་ཚོར་བ་དང་བུལ་བ་ ཡང་ན་སྐྱངས་པ་སྐྱམ་པ་ སྲི་རྒྱ་རང་དབང་མེད་པར་
 མོར་བ་ ཡང་ན་བཤད་གཅིན་གཉིས་ཀ་འགག་པ་ ལུས་ཀྱི་རེག་བྱ་མེ་ལྟར་ཚོར་ཡང་ན་རྡོ་ལྟར་བྱང་བ་ རྟེན་པ་སོགས་གཞུ་ལྟར་
 གུག་པ་འམ་ ཡང་ན་རྩེ་ལྟར་དགྱེ་ཞིང་ཀྲོག་པ་ ཡང་ན་དགྱེ་གུག་དང་བརྒྱུ་སོགས་མི་སྐབ་པ་ཤིང་ལྟར་རེངས་པ་ ཡང་ན་
 ཀོ་བ་གྲོང་པོ་ལྟར་འཁྲམས་ནས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ། སོགས་ནད་རྟགས་རེས་མེད་སྤྱོད་ཚོགས་སྟོན་མི་འདི་

- ཀ་ ཚད་ཀར་གྱི་ནད་ཡིན།
- ཁ་ རླུང་ནད་རེངས་པ་ཡིན།
- ག་ རླུང་ནད་འཁྲམས་པ་ཡིན།
- ང་ རླུང་ནད་ད་ཚེན་ཕྱིར་དགེ་ཡིན།

༥༨ མི་འདི་མིག་གིས་བལྟ་བའི་སྐྱབས་ ལུས་དབྱིབས་སྦྱར་བ་ །ཤ་སྐྱེམ་པ་ མདོག་སྡོ་བ་ སྦྱ་བ་མང་། བྱང་ལྷགས་མི་བཟོད་པའི་
 ཁར་འགོ་བའི་ཚོ་སྦྱ་དང་བཅས་འགོ་བ། རོར་མེད་པའི་ཁར་ཚོ་ཡང་སྐྱུང་བ། གཉིད་སྐབ་པ་དང་ལུས་བོངས་རྒྱུང་བ། ཞབས་བྲོ་དང་
 དགོག་བྲོ་འབད་ནི་ལུ་དགའ་བ་ དེ་མ་ཚད་འབབ་མོ་མདའ་ལ་དགའ་བའི་མི་མཐོང་པ་ཅིན་ མི་འདི་གཅིག་མཚན་ཉིད་ཤས་ཆེ་
 བའི་མི་སྤྱེ་རོས་འཛིན་ནི་?

- ཀ་ རླུང་དང་ལྡན་པའི་མི།
- ཁ་ མཁྲིས་པ་དང་ལྡན་པའི་མི།
- ག་ བད་ཀན་དང་ལྡན་པའི་མི།
- ང་ རླུང་མཁྲིས་དང་ལྡན་པའི་མི།

༥༩ རྒྱ་གི་མདོག་དམར་སེར་དྲི་དུགས་ཆེ་བའི་གུ་རྒྱངས་པ་ཡང་ཆེ་བ། མགོ་ན་བ་ །ཤ་ཚོ་བ་ ཁ་ལུ་རོ་སྦྱར་ཁ་བ། ལྷེ་སྟེང་ལུ་བད་
 ཀན་ཆེ་བ་ ལུ་འོ་སྐྱོ་སྐྱམ་པ། མིག་སྤྱིན་དམར་སེར་གཟེར་བ་གཅིག་ཏུ་འདྲིལ་བ། ལུབ་མོ་གཉིད་རྒྱུང་ལ་ ཉིན་པར་གཉིད་
 འོག་མི་སྐབ་པ། ལྷབས་ལུད་དམར་སེར་འབྱུང་བའི་ཁར་ དེའི་རོ་ཡང་ཚོ་བྲོ་ཆེ་བ་ རྐྱོམ་དད་ཆེ་བས་རྒྱ་འདོད་པ། ཟེར་བའི་
 རྟགས་འདི་ཉེས་པ་གསུམ་ལས་ག་འདི་འཁྲུགས་པའི་རྟགས་སྟོ་?

- ཀ་ རླུང་འཁྲུགས་པའི་རྟགས་ཡིན།
- ཁ་ མཁྲིས་པ་འཁྲུགས་པའི་རྟགས་ཡིན།
- ག་ བད་ཀན་འཁྲུགས་པའི་རྟགས་ཡིན།
- ང་ ལྷག་མཁྲིས་འཁྲུགས་པའི་རྟགས་ཡིན།

༡༽ ལྷོན་རྒྱ་གསུམ་འདི་ ལྷམ་ ༡ ༤ ༧ ཡིན་པ་ཅིན་ ལྷམ་འདི་ནང་ལུ་ཐ་མལ་ནང་མེད་ཀྱི་ཕྱི་འཕམ་ཚུལ་ག་དེ་སྡེ་སྡོེ་?

- ཀ་ སྤང་ལ་རྩུབ་པར་འཕམ།
- ཁ་ ལྷོམ་ལ་རིང་བར་འཕམ།
- ག་ འཇམ་ལ་དལ་བར་འཕམ།
- ང་ སྤང་ལ་འཇམ་པར་འཕམ།

༢༽ རན་གཞི་གསང་རྟགས་ ༼ ༣༡༠༣ ༽ ཀྱི་ནང་ལུ་སྤྲན་བཅོས་ཀྱི་རིམ་པ་འགོ་ཐོག་.....།

- ཀ་ བྱག་སྤྲན་གྱིས་བཅོས་པ་ཡིན།
- ཁ་ ཟ་སྤྲན་གྱིས་བཅོས་པ་ཡིན།
- ག་ གཏར་གྱིས་བཅོས་པ་ཡིན།
- ང་ ཟས་སྤྲོད་གྱིས་བཅོས་པ་ཡིན།།

༣༽ དོམ་མཁྲིས་བརྒྱད་པ་སྤྱར་བའི་མཁུར་བཀའ་། ཡང་ན་ གླ་ཙྱི་ ཚེ་ལ། མཚུར་ནག་གསུམ་གྱི་མཁུར་བཀའ་། འབད་དེ་སྤྲན་བཅོས་འབད་འབདམ་ཡིན་པ་ཅིན་ འོག་གི་ནང་གཞི་འདི་ག་ཅི་ཡིན་མས་?

- ཀ་ ལྷེ་ནད།
- ཁ་ ལ་ནད།
- ག་ སོ་ནད།
- ང་ རྗིལ་ནད།

༡༠༽ སྤྱིས་ལོ་ ༢༥ ལངས་མི་ ཨེལ་དོག་པོ་ལ་གི་ནང་རྟགས་ནང་ལུ་ ལྷ་ནང་གི་དབུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་འགགས་པ། ལྷ་རྒྱ་ཉོག་པ་འཇག་པ། ལྷ་གིས་རྗི་མི་ཚོར་བ། མགོ་དང་གདོད་ལྷི་ཞིང་ནམ་མས་ཟེར་ཡིན་མས། རྒྱུད་ཀྱི་འབད་བ་ཅིན་ རན་གཞི་འདི་ག་ཅི་ཡིན་མས།

- ཀ་ ཡ་མ་མགོ་སྤིན།
- ཁ་ ལྷ་སྤྱབས་ཀྱི་ནད།
- ག་ ལྷ་ནད་འབྱུམ་འཐོར།
- ང་ ལྷ་འཆམ་སྤིན་པའི་དུས།

༡༡ ་ རྒྱ་མཚོ་གཅིག་ མཁུ་ཏེ་གི་སྐྱེ་འབྱུང་འགྲོ་དེ་ རྒྱུ་འབད་སར་སྤྲོན་བཅོས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་འཚོལ་བར་འོང་བ་ཅིན་ སྤྲོན་བཅོས་ག་དེ་སྤྲོ་འབད་ནི?

- ཀ་ ར་ཚོལ་གྱི་བྱུག་པ།
- ཁ་ ཐག་ཚོལ་གྱི་བྱུག་པ།
- ག་ མགོ་བོར་སྐྱམ་ཚུགས།
- ང་ སྤྱི་པའི་སྤྲོན་བཅོས་ལུ་མཐོ་གཏུགས།

༡༢ ་ ཡ་མ་ཡ་སྲིན་གྱི་རྒྱུ་ལུ་སྤྲོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་ལུ་ རྒྱུ་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་ལུ་ རྒྱུ་བཅོས་བཀོད་འཛིན་གསལ་རྟགས་འབད་བ་ཅིན་ ག་དེ་སྤྲོ་འབྱིན་ནི་སྤོ་?

- ཀ་ ༥༡༠༠༡
- ཁ་ ༥༡༠༠༢
- ག་ ༥༡༠༠༣
- ང་ ༥༡༠༠༤

༡༣ ་ རྒྱུ་སྤྲོ་བ་ནང་ལུ་ དེག་ནད་རོས་འཛིན་འབད་བའི་ཨ་ཁྲུ་སྤྲོས་ལོ་ ༢༠ དོན་གྲངས་ནང་འབད་མི་ཅིག་ལུ་ དེག་ནད་གྱི་སྤྲོན་ རྒྱ་མཚོ་མཁུ་གཅིག་ ཉིན་མ་མཁུ་གཅིག་ སྤྱི་ཚུ་མཁུ་གཅིག་སྤྲོ་བཏང་བ་ཅིན་ ཉིན་མ་གཅིག་ལུ་ཨ་ཁྲུ་འདི་གིས་ སྤྲོན་མི་ལི་གུ་རམ་ག་དེམ་ཅི་ཟེ་ནི་ཨིན་མས་?

- ཀ་ མི་ལི་གུ་རམ་༥༠༠༠༡
- ཁ་ མི་ལི་གུ་རམ་༥༥༠༠༡
- ག་ མི་ལི་གུ་རམ་༦༠༠༠༡
- ང་ མི་ལི་གུ་རམ་༦༥༠༠༡

༡༤ ་ རྒྱུ་སྤྲོན་ བཤད་ལམ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ལ། གནམ་སྤྲོ་མོར་བཅོམ་སྤྲུལ་འདུག་པ། བཤད་གཅི་དང་འབྲེན་ བཀག་པ་ལམ་ནན་གྱིས་བཅོམ་པ། ཀླང་འཁོར་ལ་ལུན་རིང་དུ་བཞོན་པ། འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ནད་ག་འདི་སྤྲོད་པ་སྤོ་?

- ཀ་ གཞན་འབྱུགས།
- ཁ་ གཞན་ལྷུགས།
- ག་ གཞན་སྲིན་གྱི་ནད།
- ང་ ལུང་མེར་རླུང་འབྱུགས།

༡༥༽ ལྷན་གཞུང་གི་ ༧ པ་འདི་མཁྲིམ་པའི་ནད་དང་མཁྲིམ་པ་ཀླ་ཡ་ནག་པོའི་ནད་ལུ་ཕན། གཙོ་བོས་ མཁྲིམ་པ་ཤ་སེར་
 མིག་སེར་རམ་ཀླ་ཡའི་ནད་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཡིན། ལྷན་འདི་བཟེ་མེད་དེ་འབད་ཅུང་བསིལ་ཡོད་པའི་ལྷན་གཅིག་ཡིན།
 ལྷན་ཚོད་འབད་བ་ཅིན་ ཐོ་ལེབ་/ཤུབ་ལྷན་རེ་གི་ གུ་རམ་ ༠.༥ རེ་ཡོད་པ་ཡིན། ལྷན་འདི་བཏང་ཐངས་ག་དེ་སྟེ་ཡིན་ན་?

- ཀ་ རྩོམ་ལེབ་ ༣་རེ།
- ཁ་ ཉེན་མ་ལེབ་ ༣་རེ།
- ག་ སྤྱི་ཚུ་ལེབ་ ༣་རེ།
- ང་ ལྷོ་གི་ཤུབ་ལས་ལེབ་ ༣་རེ།

༡༦༽ རན་རྟགས་ནང་ལུ་ ཁ་ལྷེ་གྲོ་བ་སྐམ་ཞིང་ཡི་ག་མི་འོང་བ། ལྷེ་ལྷུལ་ལ་སྐད་འགགས་པ། ལྷོ་མ་ཇི་ཙམ་འབྲུང་ཀྱང་རིམས་པ་
 མེད་པ། འོག་ལས་ཡོད་པའི་ནད་འདི་རོས་འཛིན་འབད།

- ཀ་ ལྷོ་མ་ནད།
- ཁ་ གུ་རམ་གྱི་ནད།
- ག་ ལྐད་འགགས་གྱི་ནད།
- ང་ ཕུན་ཚོགས་གྱི་ནད།

༡༧༽ ལྷ་པ་བསུབས་ཏེ་ ལྷ་ཚུ་ཡང་ལས་ཡང་འཛིན་ནི་དང་ རིམ་གྱི་དབྱེ་བ་གསལ་ཏོག་ཏོ་མི་ཚོར་ནི་ཚུ་གི་ནད་རྟགས་ཚུ་འབྲུང་
 པ་ཅིན་ རན་འདི་ག་ཅི་ཡིན་ན་?

- ཀ་ ལྷ་ཚུ་གྱི་རྟགས།
- ཁ་ ཡ་ལྷག་ནད་གྱི་རྟགས།
- ག་ ཡ་སྟིན་ནད་གྱི་རྟགས།
- ང་ ལྷུང་སྐར་ལུགས་པའི་རྟགས།

༡༨༽ རན་རྟགས་ལུ་ ལྷ་ལྷུག་གི་ཚོར་བ་མེད་པར་གཞུགས་འགུལ་བསྐྱོད་འབད་ནི་གི་མཐུ་ཉམས་ནི་དང་ རིམ་གྱིས་གཞུགས་
 རྩོགས་གཅིག་སྐམ་འགྲོ་བའི་ནད་རྟགས་ཚུ་བྱུང་བ་ཅིན་ རན་འདི་ག་ཅི་ཡིན་ན་?

- ཀ་ ཚད་ཀར་གྱི་ནད།
- ཁ་ གཞོགས་ཕྱིད་སྐམ་པ།
- ག་ ལུས་ཀུན་སྐམ་པ།
- ང་ རྩོགས་གཅིག་གུག་པ།

༡༩། ཡལ་སངས་རྒྱ་ཀྲིས་སྐབ་མིའི་ རད་རྟགས་ནང་ལུ་ ཀྱང་ལག་སྐམ་ཁོལ་བྱེད་པ། ལྷང་དུབ་བྱེད་ཅིང་ཡང་ཡང་མེ་ལྷར་
 འབར་བ། བརྟེན་དང་རྟེན་པ། ལུས་མེའི་ཚོགས་དང་བྱིན་ཉུ་རྣམས་གཟེར་བ། གང་གཟེར་བའི་གནས་ལ་ཟ་འཕུག་འབྱུང་བ། འགུལ་
 བསྐྱོད་བྱེད་ཚོ་ཆག་སྐམ་བྱེད་ཅིང་ཚོར་བ་མེད་པ། ཉ་ལུག་ཀྱང་ལྷང་དུབ་བྱེད་པ། རྩོད་ཀྱི་རྩ་བལྟ་བའི་སྐབས་ རྩ་ནི་སྐྱ་ལྷང་མཁུང་ལ་
 གྲིམས་པར་འཕར་བ། རྩ་བརྟག་ནང་ལུ་འཕེལ་མེད་ཚོད་པ་འདྲ་བ་སྤེལ་ཞིན་མས། རྩོད་ཀྱི་འབད་བ་ཅིན་ རད་འདི་ག་ཅི་ཞིན་མས་?
 རོས་འཛིན་འབད།

- ཀ་ ལྷུམ་བུའི་ནད།
- ཁ་ དྲེག་གི་ནད།
- ག་ རྩ་མེར་གྱི་ནད།
- ང་ རྩ་དཀར་གྱི་ནད།

༢༠། རད་རྟགས་ནང་ལུ་ མགུ་ཉོག་ན་ནི་དང་། བརྟེན་ངས་ཆེ་ནི། ཤེས་པ་འཕྱོ་ཞིང་ལྷིང་ཟེར་ སེམས་བརྟན་ཉོག་ཉོག་མེད་པར་
 འཕྱོ་ནི། དོན་དག་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་སེམས་སྐྱོ་ནི། དེ་ཅིག་སྐབས་སྐྱོའོ་ག་ཅི་ཡང་མ་དྲིས་རུང་སྐྱོ་ཅོར་ཟེར་སྐྱོའོ་མར་སྐྱར་ལེ་ཤ་སྐབ་
 ནི། དེ་ཅིག་སྐབས་སྐྱོའོ་དྲིས་རུང་ལན་སྐབ་ནི་མེད་པ། མ་ཉན་པའི་སྐྱོའོ་དང་ཚོ་གོ་བའི་སྐབས་འདྲོགས་སྐྱང་འབྱུང་ནི་དང་ཤུ་ཡིས་
 འདེབས་ཟེར་རུབ་ཟེར་བའི་སྐྱོ་འཕོན་ནི། རད་འདི་ལྷི་སྐྱོ་སྐྱོ་སྐྱོ་འཕྱོ་ནི། དབུགས་སྐྱང་ཀྱུ་འཕྱོ་ནི། གཉིད་ལོག་མི་ཚུགས་ནི། དོན་ཉིང་
 རྟོང་མ་འཕྱོ་མ་བཟུམ་ཚོར་ནི། ཁོད་རྟོད་གང་ནི་དང་ལྷུང་པར་བྱང་གཞུང་དཀར་ནག་མཚམས་དང་ཚོས་པ་དུག་པ་བདུན་པ་ཚུ་ན་བ་
 ཅིན་ ལྷིང་ནད་ག་ཅི་ཟེར་མི་འདི་ཞིན་ན་?

- ཀ་ ལྷིང་འཕྱོ་ས།
- ཁ་ ལྷིང་ཚུའི་ནད།
- ག་ ལྷུང་གི་ལྷིང་གཟེར།
- ང་ ལྷིང་ལ་ཚོ་བ་རྒྱས་པ།

༢༡། ཉིན་མ་གཅིག་རུང་འཚོ་ལྱོད་འབད་སར་ རད་པ་གཅིག་ ལྷོ་བྱར་དུ་ཕོ་བ་ན་ལུག་ཆེ་ཞིང་ཕོ་བའི་ཤ་སྐྱིམ་པ་དང་། འཕར་རྩའི་
 ཤེད་དང་རྣ་བའི་མཁུང་ཆ་ཉམས་པ། མིག་གི་རྩི་མ་ལྷུང་དུ་ཞོམ་པ། ལྱེན་དུ་སྐྱུགས་ཅིང་ལྷུང་དུ་བཤལ་བ། ཉུ་རྣམས་འབྲོས་ཤིང་བ་
 ལྷུ་ལྷོག་པ་བཅས་ཀྱི་རྟགས་བྱུང་རུག་ རད་འདི་ག་ཅི་ཞིན་ཟེར་རོས་འཛིན་འབད་ནི་?

- ཀ་ ཕོ་བའི་སྐྱང་འཕལ།
- ཁ་ ཕོ་བའི་གཉན་སྐྱང་ཆེ་བ།
- ག་ ཕོ་བའི་གཉན་སྐྱང་འབྲིང་།
- ང་ ཕོ་བའི་གཉན་སྐྱང་ཚུང་བ།

22) མ་ལྷ་བའི་ནད་རྟགས་ནད་ལུ་ ཟས་ཀྱི་རོ་ལྷེར་མི་ཚོར་བ། ཕོ་བ་འཚོངས་ལ་སློབ་ཅིང་སྐྱབ་པ། ཟས་གང་མ་ལྷ་བའི་རིགས་
ཀྱིས་སྐྱབ་པར་ན་བ། གོང་གི་མ་ལྷ་བའི་ནད་རྟགས་འདི་……

- ཀ་ དུངས་མ་མ་ལྷ་བའི་རྟགས་ཡིན།
- ཁ་ སྟིགས་མ་མ་ལྷ་བའི་རྟགས་ཡིན།
- ག་ མ་ལྷ་སླེ་སྐྱབས་ཀྱི་རྟགས་ཡིན།
- ང་ མ་ལྷ་བསྐྱད་ནད་ཀྱི་རྟགས་ཡིན།

23) རྒྱལ་གཅིག་གིས་སྐྱབ་པའི་ནད་རྟགས་ནད་ལུ་ ཕོ་མ་སློ་ནི་དང་སྟོང་སློབ་ལངས་ནི། ལྷགས་ལ་སོགས་པ་གིས་འབྲབ་དོ་
བཟུམ་བཟོད་མ་ཚུགས་པ་སླེ་ན་ནི། སྟོང་སྐྱབ་ལངས་ནི། ཡང་ཅིན་ཕོ་མ་སློ་དང་བཅས་པ་སླེ་ལུར་འཁྲོག་འབད་དེ་བཤལ་ནི་ཚུ་
བྱུང་པ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞི་ག་ཅི་གི་སྐྱབ་གཏང་ནི་སློ་?

- ཀ་ ཕོ་རྒྱུད།
- ཁ་ ཕོ་བའི་བད་ཀན།
- ག་ ཕོ་བ་དུག་ཐབས།
- ང་ ཕོ་བར་མཁྲིས་པ་ལྷུངས་པ།

24) སྤྱི་ལོ་ 2012 སྤྱི་ཟླ་ 10 པའི་སྤྱི་ཚེས་ 2 ལུ་སྤྱི་ལོ་ 60 རེ་གངས་ནད་འབད་མི་ཨལ་གཅིག་ སྤྱི་པའི་སྐྱབ་བཙོས་
འབད་དེ་འབད་རུང་དྲག་མ་ཚུགས་པར་རྒྱལ་ཡོངས་ནད་པའི་སྐྱབ་ཁང་ནད་ལུ་འོང་ཅུག། རུང་འཚོ་གིས་བཟླ་ཤེག་དྲི་བའི་
ཐོག་ལས་བརྟག་དབྱེད་འབད་བའི་སྐྱབས་ བཟུགས་རྟགས་ལུ་ ལག་པའི་སོར་མོའི་ཚུ་བ་ཚུ་བཀུམས་ཏེ་ལག་པ་སྐར་ནི་གི་
བྱ་བ་ཉམས་འཁྲོ་ནི་དང་ དེའི་རྩ་དང་ཚུ་བ་བརྒྱུད་དེ་ན་ལུག་འབྱུང་མ་ཡིན་མས། རྒྱུད་ཀྱིས་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱལ་གཞི་འདི་ག་
ཅིག་གི་ནད་ཡིན་ན?

- ཀ་ དེག་ནད།
- ཁ་ ལྷུམ་བུའི་ནད།
- ག་ རྒྱུད་ནད་གི་ཤུམ་ཅི།
- ང་ རྩ་དཀར་ཀྱི་ནད།

25) བྱེད་པ་གཅིག་སྐྱོན་ཡིག་རྒྱུ་མ་གཅིག་འབྲེལ་སྟེ་ རྒྱུ་འབྲེལ་སར་འོང་ལྟར། སྐྱོན་ཡིག་དེ་ནང་ལུ་ ཉེ་མའི་རྩུང་འཚོ་
གཅིག་གིས་རྩོམ་སྐྱོན་ཐང་ཆེན་ 25 ལྷན་གཅིག་དང་ ཉིན་མ་བྲག་ལྷན་ 4 པ་ལྷན་གཅིག་ ལྷི་རུ་ཉ་ 6 པ་དང་ལྷུང་ལུ་
སྐྱོན་གཉིས་སྟེ་འབྲེལ་སྐྱོན་གཅིག་བཏང་ལྟར། ཨིན་རུང་རྩུང་འཚོ་འདི་གིས་ བྱེད་པ་ལུ་འདི་ག་ཅི་ཨིན་ན་སྐྱོན་ཡིག་ནང་
བཀོད་ དེ་མེད་པ་ལས་ རྒྱུད་ཀྱིས་ནད་གཞིའི་ཨང་རྟགས་བཀོད།

ཀ་ ཅལ་ 00།

ཁ་ ཅཆ་ 00།

ག་ ཅམ་ 00།

ང་ ཅཙ་ 00།

26) བྱེད་པ་རྟགས་ནང་ལུ་རུ་ཉ་ལྷན་ལྷན་ན་ནི་དང་། ཚོགས་ཚུན་སྟེ་བརྒྱུང་བསྐྱེད་དང་ལམ་འགྲོ་ནི་ དེ་ལས་སྟོན་ནི་ལུ་དཀའ་
ངལ་འབྱུང་ནི་ ཚོགས་པའི་ལ་ཚུ་སྟོན་སྟེ་གཡེལ་ནི་དང་ལྷན་ཐོང་འབྱུང་པ་ཅིན་ བྱེད་པ་ལུ་ཅི་ཨིན་ན་?

ཀ་ རྒྱུང་རུས་ལ་ཞེན་པ།

ཁ་ རྒྱ་སེར་རུས་ལ་ཞེན་པ།

ག་ བད་ཀའ་རུས་ལ་ཞེན་པ།

ང་ མཁྲིས་པ་རུས་ལ་ཞེན་པ།

27) བཞུགས་ཀྱི་པགས་ཀོ་གི་མདོག་གཞན་ལུ་གྱུར་ཉེ་དཀའ་ཐིག་ལྷན་སྟེ་འཕྲོན་པ་ཅིན་ པགས་ནད་ག་ཅི་ ཨིན་ན་?

ཀ་ ཅཚ་ 00།

ཁ་ ཅཛ་ 01།

ག་ ཅཛྷ་ 02།

ང་ ཅཞ་ 03།

28) ལྷན་གནས་ཐོག་པའི་སྐབས་ བཏར་ ལ་སོགས་པའི་དཔྱད་ཀྱི་རིགས་རྒྱུ་མ་བཏུབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན། དཔེར་ན་ ཚོས་བཞི་
ལུ་དཔྱད་བཅོས་འབད་དགོ་པ་ཅིན་ བཞུགས་ཀྱི་གནས་ག་ཉེ་ལུ་འཛུམ་དགོ་པ་ཨིན་ན་?

ཀ་ དཔྱི་མིག།

ཁ་ ལག་ངམ།

ག་ རྟོན་པམ།

ང་ ཀླུང་པའི་ཐོལ་གོང་།

༢༩༽ ནད་རྟགས་ནང་ལུ་ གཞུགས་གཡའ་སྟེ་པགས་ཀོ་གི་བཀྲག་སྟོ་ནག་ལུ་འབྱུང་བ། རྐྱ་དང་མིག་རྩིམ་ཚུ་འབྱུང་འགྲོ་བ། གཞུགས་ཀྱི་སྟོབས་ཉམས་ཏེ་ཤ་སྐྱམ་འགྲོ་བ། སེམ་མོ་གུ་ནག་ཐིག་ཆགས་ཆགས་པའི་ནད་པ་གཅིག་ཚྱོད་འབད་སར་འོང་བ་ཅིན་ ཚྱོད་ཀྱིས་བཟླ་ཤེག་ཀྱི་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལས་བརྟག་དབྱེད་འབད་དེ་ནད་ག་ཅིག་ཟེར་མི་འདི་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་སྟེན་སྟོན་ནི་སྟོན་?

- ཀ་ མཁྲིས་ཤལ་རྒྱས་པ།
- ཁ་ མཁྲིས་རུས་ལ་ཞེན་པ།
- ག་ མཁྲིས་པ་ཀླ་ཡ་ནག་པོ།
- ང་ མཁྲིས་པགས་ལ་འབྲམས་པ།

༣༠༽ ཐོག་མར་སྟོོ་བར་ཁྲག་དང་རྩ་མེར་རྒྱས་ནས་མ་འདོན་པ། ཐོར་པ་མང་པོ་སྐྱེས་ནས་ཡུན་ལོན་པ་ན་ རྟག་ཏུ་སྟོན་པ། སྟོོ་མིག་ནས་རྟག་གི་ལུང་པ་ཤ་རུལ་དང་རྟག་ཏུ་འབྱུང་བ། ཡང་ན་སྟོན་པོ་ལྷུ་བ་ཅན་ལུ་བ། ནད་རྟགས་དེ་ཚུ་ཚང་མ་སྟོོ་ཡོད་པ་ཅིན་ སྟོོ་ནད་ག་ཅི་ཟེར་མི་འདི་ཨིན་ན་?

- ཀ་ སྟོོ་གཙོང་གི་རྟགས།
- ཁ་ སྟོོ་རྒྱས་ཀྱི་རྟགས་ཨིན།
- ག་ སྟོོ་ནད་ཐེས་པོའི་རྟགས་ཨིན།
- ང་ སྟོོ་ནད་བྱང་ཚང་གི་རྟགས་ཨིན།

༼དྲི་བ་གཉིས་པ༽ ལན་བྱང་སྟེ་སྟེ་གི་དྲི་བ་༥ ལུ་ རྐྱགས་༢༠ ཡོད། དྲི་བ་ག་རའི་ལན་རྒྱབ་དགོ།

- ༡༽ མ་ལུ་བའི་ནད་དག་ཚུགས་པའི་སྟེན་ལུ་གི་མིང་གིས། (རྐྱགས་ ༥)
- ༢༽ ཚོ་གང་འབྲུགས་པའི་ནོར་འབྲུལ་བསལ་ཐབས་ སྟོོང་བྱེད་བརྟག་ཐབས་རྣམ་བཟུ་ག་ཅི་ར་ཨིན་ན་? དེ་ལེ་བཞེན་གིས། (རྐྱགས་ ༥)
- ༣༽ གཞུང་ལས་གསུངས་པའི་འདུས་མོ་གསུམ་དེ་ལེ་བཞེན་གིས། (རྐྱགས་ ༥)
- ༤༽ འཇམ་རྩི་བཏང་རུང་བའི་ནད་གཞི་གང་རུང་ ༥ གི་མིང་གིས། (རྐྱགས་ ༥)

། རྩེ་ཚན་ལ་པ། །

གནད་དོན་ཞིབ་འཇུག་གཉིས་ཡོད་ས་ལས་ གཅིག་གདམ་ལ་རྒྱབ་སྟེ་ལན་གྲིས། ། རྒྱགས་པ་༥༠ །

ཞིབ་འཇུག་དང་པ།

༣ རྒྱུས་ལོ་ ༤༠ འགྲོ་མི་ཨ་རྒྱས་ཀལ་འདི་ བྱི་པའི་སྤྲན་ལང་ནང་ལུ་ སྤྲན་བཅོས་ཡུན་རིང་མ་སྟེ་བསྟེན་ཏེ་སྤྲན་བཅོས་འབད་དེ་
འབད་ཅུང་ དྲག་བསྟེན་རྒྱང་ནི་འདི་གིས་ ནང་སྤྲན་སྟེ་བའི་སྤྲན་ལང་ནང་ལུ་འོང་པའི་སྐབས་ ཅུང་འཚོ་གིས་བཟླ་དེག་དྲི་གཟུམ་གྱི་
ཐོག་ལས་ཞིབ་དཔྱད་འབད་ཅུག། དྲི་བའི་ཐོག་ལས་བརྟག་པའི་སྐབས་ ཀལ་གིས་སྤྲབ་མི་ནང་ ལོ་གནས་གཅིག་ནང་ལུ་སྟོན་མ་
རྒྱགས་པར་ སྟོ་ཡི་སྟོ་ཡི་འགྲོ་དགོ་མཐོ་བས་ལར་ལུས་འདེབས་ཏེ་དབུགས་རིང་མོ་འཐོན་པ། ཤེས་པ་ཡང་ཞིང་གཏད་མེད་དུ་འཕྲོ་བ་
མགུ་ལུ་འཁོར་ཏེ་རྣམ་ཅོ་ལུར་འཁོག་པའི་སྐད་འདོན་པ། ན་ལུག་གནས་དེས་མེད་དུ་སྟོ་སྟེ་ན་བ། གཞུགས་གྲང་སྟེ་བཅེ་འདར་དང་
འགྲུལ་བསྟོན་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་གཞུགས་ག་ར་ལུ་ན་ལུག་གིས་ཁྱབ་སྟེ་ན་བ། ཀར་མ་ལག་ལུ་རྒྱ་རིང་ཏེ་འཁྲུམས་པ། ཤ་དང་
པགས་ཀོ་རྒྱ་སོ་སོར་ལ་སྟེ་དོ་བཞུམ་སྟེ་ན་བ། ཅུ་ཏོ་དང་རྒྱུ་ཆག་དོ་བཞུམ་གྱི་ཚོར་བ་འོང་བ། གཞུགས་པར་རྒྱུར་སྤྲམ་ད་ལྷག་
པར་དུ་ན་ལུག་ཆེ་བ་དང་བ་སྤུ་བཅེ་ཅུམ་ཅུམ་འབད་བ། ཅུབ་མོ་གཉིད་ལོག་མི་བཏུབ་པ། ཉལ་འཕྱར་བ། བྱ་རྒྱུང་ཟེར་རྒྱུ་ལག་
ཡང་ཡང་བརྒྱུད་དགོ་མཐོ་བ། དོན་དག་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ཅོག་པ་བ། དཔྱི་རྟེན་དང་ཅུས་ཚོགས་རྒྱ་བརྒྱུད་དོ་བཞུམ་སྟེ་ན་མ་
མས་ཟེར་སྤབ་ཅུག།

གོང་གི་གནད་དོན་ཐོག་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ འོག་གི་དྲི་བ་རྒྱུགས་ལན་གྲིས། ། རྒྱགས་པ་༥༠ །

༡། རྒྱོད་གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ ཨ་རྒྱས་ཀལ་འདི་ ནད་ག་ཅི་གིས་ན་དོ་བཞུམ་ཅི་འདུག་? ནད་འདི་གི་གསང་རྟགས་གྲིས།
(རྒྱགས་པ་༥༢)

༢། ཨ་རྒྱས་ཀལ་ལུ་པན་ཐོགས་པའི་སྤྲན་ ༥ གི་མིང་གྲིས། (རྒྱགས་པ་༥༤)

༣། ཨ་རྒྱས་ཀལ་གི་ཕའི་འཕར་རྒྱུ་དང་ལྷོ་ལུ་བཟླ་བ་ཅིན་ག་དེ་སྟེ་འོང་? དྲི་རྒྱ་བརྟག་པ་ཅིན་ དྲི་རྒྱ་ག་དེ་སྟེ་འོང་? དེ་སྟེ་
འོང་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་རེ་རེ་བཀོད། (རྒྱགས་པ་༥༦)

༤། ཨ་རྒྱས་ཀལ་གི་ན་ཚོད་དང་རང་བཞིན་ག་ཅི་ཨིན་མས་? (རྒྱགས་པ་༥༨)

༤༽ ཨ་རྒྱལ་གྱི་ནད་གཞི་འཛམ་ས་རྒྱ་ལོ་ལོ་དཔྱད་གཅི་རྒྱུ་? ༢ གྲིས། (སྐྱབས་ལོ་༤)

༥༽ ཨ་རྒྱལ་གྱི་ནད་དཔྱད་ནི་ལུ་ཕན་པའི་ཟས་དང་གཞན་པའི་ཟས་གཅི་རྒྱུ་? བཞི་རེ་གྲིས། (སྐྱབས་ལོ་༤)

༦༽ ཨ་རྒྱལ་གྱི་ནད་འདི་ལས་དཔྱད་དགོ་པ་ཅིན་ རྒྱུ་ལྷན་ཟས་སྤྱད་སྤྱང་སྤྱང་གི་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱ་གཅི་བཟུམ་བུ་ནི་སྣོ་? ལྷ་རེ་གྲིས། (སྐྱབས་ལོ་༧༠)

༧༽ ཨ་རྒྱལ་གྱི་ནད་བཅོས་ནི་དོན་ལུ་ བཤད་རྒྱུ་སྟེ་གསུངས་པའི་སྤྱན་བཅོས་འབད་ཐངས་ལམ་ལུ་གསུངས་ཀྱིས་འགོ་རིམ་མ་འཛོལ་བར་བཞོད། (སྐྱབས་ལོ་༤)

༨༽ ཨ་རྒྱལ་གྱི་ལུ་ཕན་ཐོགས་པའི་དཔྱད་མ་འབྲུག་རྒྱུ་ལོ་གསུང་དམིགས་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ནད་ལས་ གསུང་དམིགས་ལེ་གི་མིང་མ་འཛོལ་བར་གྲིས། (སྐྱབས་ལོ་༧༠)

ཞིབ་འཇུག་གཉིས་པ།

༩ འཛམ་གླིང་ནད་ལུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ མི་ས་ཡ་༧.༦ དེ་ཅིག་ཁག་ཤུགས་མཐོ་བའི་ནད་གཞི་ལུ་བརྟེན་གྱི་ལྷན་རྒྱུ་དོ་ཡོད་པ་དང་ བརྒྱ་ཆ་ལས་འབད་བ་ཅིན་ འཛམ་གླིང་གི་མི་སྡེ་བས་༧༣.༥% དེ་ཅི་ཨིན་མས། ལོ་བསྟར་གསོ་བའི་གནས་དེབ་དང་འཁྲིལ་མ་ད་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནད་ལུ་ཡང་ ཁག་ཤུགས་ཀྱི་ནད་ཐོབ་མི་འི་གྲངས་ཁ་འདི་ འདས་པའི་ལོ་དག་པ་རྒྱ་ནད་ལུ་ ཡར་སངས་ལོ་དཔྱད་དང་ དེ་ཡང་ སྤྱི་ལོ་༢༠༡༢ ལོ་ནང་ ཁག་ཤུགས་མཐོ་བའི་མི་གྲངས་༢༧༠༢༣ ཡོད་ས་ལས་ སྤྱི་ལོ་༢༠༡༦ ནང་ གྲངས་ཁ་འདི་༣༠༢༦༠ ལུ་ཡར་སངས་ལོ་དཔྱད་དུ་ ད་ལྟོ་ ཁག་ཤུགས་ཀྱི་གནས་ཚད་འདི་ གཞན་ནད་གཞི་རྒྱུ་དང་འབྱུང་པ་ད་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༥.༧% སྤོ་ཡོད་པ་ཨིན། ནད་པའི་སྤྱན་ཁབ་ནད་ལུ་ཡང་ ཁག་ཤུགས་མཐོ་བའི་ནད་པའི་མི་གྲངས་ཁ་དེ་ཡང་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ཡར་སངས་ལོ་དཔྱད་ལོ་ཨིན། གནད་དོན་འདི་ལུ་བརྟེན་ གསོ་བའི་ལས་ཁུངས་དང་ འབྲུག་གཞུང་ལུ་ ཟད་འགོ་ཐོབ་སྤོམ་ལོ་དཔྱད་ལོ་ཨིན།

གོང་གི་གནད་དོན་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ འོག་ལས་ཡོད་པའི་དྲི་བ་རྒྱ་གཉིས་ལན་གྲིས། (སྐྱབས་ལོ་༥༠༽

༡༽ ནད་པའི་གསོ་བ་རིག་པ་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ཁག་ཤུགས་མཐོ་མི་ནད་གཞི་འདི་གི་མིང་ག་ཅི་སྟེ་ ནད་གཞི་འདི་གི་གསུང་རྒྱལ་འབད་བ་ཅིན་ག་དེ་སྟེ་འཁྲི་ཞི་ཡོད། (སྐྱབས་ལོ་༧༠)

༢༽ ནད་པའི་རྒྱུ་འཚོ་རྒྱུ་གིས་ ནད་གཞི་འདི་དོས་འཛོན་འབད་བའི་སྐབས་ ཅུ་གི་འཕར་རྒྱུ་རྒྱ་གཉིས་ལོ་དཔྱད་ལོ་ཨིན་ན་? སྤྱན་གཅི་རྒྱུ་དོན་ག་? (སྐྱབས་ལོ་༧༠)

3) ལྷག་ཤྲགས་ཀྱི་ནད་ཡོད་པ་ཅིན་ གཞན་མི་ནད་ག་ཅི་ར་ཐོབ་སྲིད་ག? ནད་གཞི་ལྷ་གི་མིང་གིས། (སྐྱགས་.....5)

4) ལྷག་ཤྲགས་ཡོད་པའི་མི་ལུ་ འཚོ་བ་ཟས་ཀྱི་ནད་ལས་ ཟས་དང་སྲོད་ལས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཚུ་ག་དེ་སླེ་ར་བྱིན་ནི་སྟོ? གསུམ་གསུམ་ལས་མ་ཉུང་མ་ཅིག་གིས། (སྐྱགས་.....6)

5) ལྷག་ཤྲགས་ཡོད་པ་ཅིན་ ན་བའི་རྟགས་ཚུ་ག་དེ་སླེ་ར་འཐོན་ནི་ཡོད་པ་སྟོ? ཡ གིས། (སྐྱགས་.....7)

6) ལྷག་ཤྲགས་ཀྱི་ནད་འདི་ག་ཅི་སླེ་ཐོབ་ཡིན་ན? ཡ གིས། (སྐྱགས་.....8)

7) ལྷག་ཤྲགས་མཐོམ་སླེ་ཡོད་པ་ཅིན་ག་ཅི་སླེ་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་སྟོ? རྒྱབ་ཁྲུངས་གསུམ་བཀའ། (སྐྱགས་.....9)

8) སྦྱིར་བཏང་ལྷག་ཤྲགས་མཐོམ་བའི་ནད་པ་གི་ལྷུ་ སྲི་ཚུ་ མིག་ཉོ་ གདོད་ཚུ་ལུ་བཏུ་བ་ཅིན་ མདོན་རྟགས་ཚུ་ག་དེ་སླེ་ར་འོང? དེ་དེ་ལས་མ་ཉུང་མ་སླེ་གིས། (སྐྱགས་.....10)

9) ལྷག་ཤྲགས་མཐོམ་བའི་ནད་འདི་ གསོ་བ་རིག་པ་ལས་ ཚ་གྲང་གཉིས་ག་གི་འོངས་སུ་གཏོགས་པ་སྟོ? (སྐྱགས་.....11)

10) འོག་ལས་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ ཡིན་ $\sqrt{}$ མིན་ \times ། རྒྱ་རྟགས་བཀའ། སྲི་བ་འདྲ་བཤུས་བརྒྱབ་མི་དགོ། (སྐྱགས་.....12)

- ཀ) ལྷག་ཤྲགས་ཟེར་མི་འདི་ ལྷག་གི་ལྷང་ཚད་ལས་ལྷག་འགྲོ་མི་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།
- ཁ) ལྷག་ཤྲགས་ཟེར་མི་འདི་ ལྷག་རྩ་གི་འཕར་ཚད་ཡར་སེང་འགྲོ་མི་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།
- ག) ལྷག་ཤྲགས་ཀྱི་ནད་འདི་ གཅིག་གི་གཅིག་ལུ་མ་འབྲུ་བའི་ནད་གཅིག་ཡིན།
- ང) ལྷག་ཤྲགས་ཀྱི་ནད་འདི་ མང་ཆེ་བ་ལོ་ན་ཤར་ཤོས་ཚུ་གི་ཐོབ་ཡིན།
- ཅ) ལྷག་ཤྲགས་ཀྱི་ནད་ཡོད་པ་ཅིན་ ཉོན་ཚོད་ཟ་ནི་མི་འོང།
- ཆ) ཚད་ལྡན་གྱི་ལྷག་ཤྲགས་འདི་ 120/80 (120/80mm Hg) ཡིན།
- ཇ) མཁལ་མའི་ནད་ཡོད་ཅུང་ ལྷག་ཤྲགས་མཐོམ་སླེ་འོང།
- ཉ) ལྷག་ཤྲགས་འདི་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད།
- ད) ཚ་གྲང་དང་སྦྱག་བསྐྱེད་གྱིས་ལྷག་ཤྲགས་འཛོགས་པ་ཡིན།
- མ) གཞུགས་ཁར་ཚོལ་ལུ་བཏགས་མི་ལུ་རྟེན་ལྷག་ཤྲགས་ཀྱི་ནད་ཐོབ་ཡིན།

བཀྲིས་བདེ་ལེགས།