

ཀྲུལ་གཞུང་ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས།

སྤྱི་ལོ་༢༠༡༡ ལོའི་ འབྲུག་ཞི་གཡོག་ཚོས་ཀྲུགས།

ཚོས་ཀྲུགས་དབྱེ་བ་ སྤྱི་ལོ་༢༠༡༡ ལོའི་ ཤེས་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ (སྤྱིར་བཏང་བོ་ཞེས་) མཐར་འཁྲོལ་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ།

ཨི་ཤོག་གཉིས་པ་	ཚོང་ལ།
སྤྱི་ཚེས་	༢༠/༡༠/༢༠༡༡
སྐྱགས་བཤེམས་	༡༠༠
ཨི་ཤོག་ལྷན་ཞིའི་དུས་ལུན་	སྐར་མ་ ༡༥
ལན་བེ་ཞིའི་དུས་ལུན་	ཚུ་ཚོད་ ༣:༠༠

སྤྱིར་བཏང་བཀོད་རྒྱ།

- ༡- ལན་ཤོག་ནང་ རྒྱུད་རའི་དོ་རྟགས་ཨང་མ་གཏོགས་ མིང་བེ་མི་ཚོགས། དེ་འབད་མ་ལས་ དོ་རྟགས་ཨང་འདི་ ལན་ཤོག་ནང་ལུ་ མ་འཛོལ་བར་གསལ་ཏོག་ཏོ་འབད་བེ་དགོ།
- ༢- ཨི་བའི་ལན་ ཟླ་ཞི་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་ཉེ་མར་ སྐར་མ་༡༥ འི་རིང་ལུ་ ཨི་ཤོག་འདི་ནང་བྱིན་ཡོད་པའི་བཀོད་རྒྱ་ཚུ་ ལེགས་ ཤོམ་འབད་ལྷན་སྟེ་ ཨི་ཤོག་གི་ཤོག་གྲངས་ཚང་མ་ཚང་བལྟ་དགོཔ་དང་ དོགས་པ་ཚུ་བསལ་དགོ། དུས་ཚོད་འདི་ནང་ལན་བེ་ བེ་ཚུ་ག་ཞི་ཡང་འབད་མི་ཚོགས།
- ༣- ཨི་ཤོག་འདི་ནང་ ཨི་བ་བཤེམས་ཏེ་ བཞི་ཡོད། ཨི་བ་དང་པ་ འབྲི་ཚོམ། ཨི་བ་གཉིས་པ་ ཡི་གུའི་སྦྱོར་བ། ཨི་བ་གསུམ་པ་ གོ་བ་ལེན་ནི། ཨི་བ་བཞི་པ་ སྐད་སྦྱར་ཚུ་ཨིན།
- ༤- ཨི་བ་ཚུ་ འབྲུག་མཐུན་པའ་སྤོད་པར་ ཨི་བའི་ཨང་གྲངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ལན་ཚུ་ཉིང་སངས་ས་འབད་བེ་དགོ།
- ༥- ཨི་བའི་ལན་གར་ ལན་ཤོག་ནང་ ཨི་བའི་ཨང་དང་ རང་གསེས་ཀྱི་ཨང་གྲངས་ཚུ་ མ་འཛོལ་བར་ལ་གསལ་འབད་བེ་དགོ། དེ་མེན་པར་ ཨི་བའི་ཨང་དང་ ཨི་བའི་ནང་གསེས་ཀྱི་ཨང་ཚུ་ འཛོལ་ཏེ་བེ་ནི་དང་། ཡང་ཅིན་ ཟླ་ཉེ་མེད་པ་ཅིན་ དབྱེ་ཞིབ་ མི་འབད་ནི་དང་ སྐྱགས་ཚུ་བྱིན་ནི་མེད།
- ༦- ཨི་ཤོག་དང་ ལན་ཤོག་ཚུ་ གཅིག་ཡང་ཉལ་མི་ཚོགས་མ་ཚད་ ལན་ཤོག་བྱིན་ཡོད་མི་འདི་ལས་ ཤོག་གུའི་རིགས་གཞན་ག་ཞི་ ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོགས།
- ༧- ཚོས་ཀྲུགས་འང་མིག་ནང་ལས་ འཐོན་མ་འབྱོ་བའི་ཉེ་མར་ རྒྱུད་ཀྱི་ལན་ཤོག་འདི་ ཚོས་ཀྲུགས་ལྷ་རྟོག་པ་ལུ་ ཚུ་སྤོད་ འབད་དགོ།

འཇིག་རྟེན་པ།

འབྲི་ཚུམ།

སྐྱག་ལམ་ ༣༠ |

འོག་ལུ་བཀོད་མི་ འབྲི་ཚུམ་ རོན་ཚན་གཉིས་ལས་ གཅིག་གཤམ་འབྲུ་འབད་དེ་ ཚིག་འབྲུ་༤༠༠ གི་ནང་འཁོད་བྲིས།

འབྲི་ཚུམ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་མ་དང་ འོག་གི་ཚད་གཞི་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ སྐྱག་ལམ་བྱིན་ནི་ཨིན།

- བཟོན་རོན་ལུ་སྐྱག་ལམ་ ༡༧། (ལན་འོས་འབབ་དང་ ཚིག་རོན་བཙུགས་ཐངས་ རྒྱབ་ཁུངས་ ལུང་འབྲེན་ཚུ་ལུ་བཟུ་ནི)
- ཚིག་སྐྱོར་ལུ་སྐྱག་ལམ་ ༢། (འོས་འབབ་ལྟན་པའི་ མིང་ཚིག་ལག་ལེན་དང་ ལྷན་ཚིག་ ཡིག་སྟེབ་ སྐྱོར་བཙུགས་ལུ་བཟུ་ནི)
- འཇིག་རྟེན་ལུ་སྐྱག་ལམ་ ༤། (ཚིག་མཚན་པ་དང་ རོན་མཚན་པ་བཞག་ཐངས་ཚུ་ལུ་བཟུ་ནི)

༡༩ ཏུས་ཀྱི་འགྲུར་བ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བར་དོན་འཕྲུལ་རིག་དགོཔ་ཁག་ཆེམ་ལས་ རྩོད་ཀྱིས་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ སློབ་སྟོན་འབད་བའི་
སྐབས་ རྩོད་རའི་སློབ་སྟོན་དོན་ཚན་འདི་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ ཉ་དགོ་ཐབས་ལུ་ བར་དོན་འཕྲུལ་རིག་ གཤེ་
སྟེ་ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ སློབ་སྟོན་འབད་ནི་ཨིན་ན་གི་སྐོར་ལས་བྲིས།

༢༠ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འོང་མི་ བཟོ་བཤམ་པ་མང་རབས་ཅིག་གིས་ ལ་བཤམ་འགྲོ་ནི་ལུ་ དང་འདོད་བསྐྱེད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ བཟོ་བཤམ་
འགོ་འབྲེན་འབབ་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ ཁོང་གི་སློབ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འཆར་གཞི་བཙུམ་ཞིན་མ་ལས་ ལ་བཤམ་འགྲོ་ནིའི་ལས་རིམ་ནང་
ཕྱི་མི་རྒྱུང་མ་ཅིག་གིས་མ་ཚད་པར་ ང་བཅས་རའི་ནང་འཁོད་ཀྱི་མི་ཡང་ཡོད་པ་ལས་ ལ་ཁར་འགྲོ་མི་ བྱངས་ཁ་མང་པའི་བསྐྱང་
ལས་ ཕྲགས་སྟེགས་གཏོང་བཀོ་ནིའི་ཉེན་ཁ་སློབ་འདུག། རྩོད་ བཟོ་བཤམ་འགོ་འབྲེན་འབབ་མི་ཨིན་པ་ཅིན་ ཕྲགས་སྟེགས་
སྟོན་འགོག་དང་ འཛིན་སྐྱོང་གི་ཐབས་ལམ་ གཤེ་སྟེ་ར་སྟོན་ནི་སྟོ? རྩོད་རའི་བསམ་འཆར་བྲིས།

འཇིག་གཉིས་པ།

ཡི་གུའི་སྐྱོར་བ།

སྐྱག་ལམ་ ༣༠ |

འོག་གི་རྩི་བ་ ཀ་ ཁ་ ག་ གསུམ་བཀོད་ཡོད་མི་ རང་གསེས་དོན་ཚན་ག་ར་ བཀོད་རྒྱ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བྲིས།

༡༩ འོག་གི་རྩི་བ་ ༤ འི་ལན་བྲིས།

སྐྱག་ལམ་ ༢༥-༣༠ |

- ༡- བྱེད་པ་པོའི་རྣམ་དབྱེ་བེར་སྐབ་དགོ་པའི་ གོ་དོན་བྲིས།
- ༢- བཟོན་པ་ཆ་ཚང་བ་ ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ལུ་སྐབ་སྟོ?
- ༣- ཏུས་གསུམ་ཆ་ར་ལུ་ ཡིག་སྟེབ་ཅོག་འབད་པ་སྟེ་ཡོད་པའི་ བྱ་ཚིག་ ༢ བྲིས།
- ༤- དཔལ་འབྱོར་གྱིས་ཤིང་བཏོག། ཟེར་མི་དཔེར་བཟོན་ལུ་ བཟོག་དབྱེད་འབད་དེ་ བྱ་བྱེད་ གཉིས་ལོས་འཛིན་འབད།
- ༥- ཡི་གུའི་སྐྱོར་བ་ ལྷབ་དགོ་པའི་དོན་དག་ག་ཅི་ཨིན? རྩོད་རའི་བསམ་འཆར་ བྱལ་ཐིག་གཉིས་ནང་ བཙུན་བསྐྱེད་སྟེ་བྲིས།

ཁ། འོག་གི་བྱི་བ་རེ་ལུ་ ལན་ ཀ་ ཁ་ ག་ ང་ སྐྱེ་བཞི་རེ་བཀོད་ཡོད་མི་ལས་ ལན་ཐད་རི་བ་རི་ཕོག་མི་འདི་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་
ལན་ཕོག་ནང་བྱིས།
སྐབས་ ༡༥༥ = ༥ |

༡- བྱ་ལས་དང་ལྷན་ཚོས་ ག་ནི་ཡང་མ་སྟོན་མི་འདི་

- ཀ བྱེད་པ་པོ་ཡིན།
- ཁ དགོས་ཚེད་ཡིན།
- ག ལས་སུ་བྱ་བ་ཡིན།
- ང རོ་བོ་ཚམ་སྟོན་པ་ཡིན།

༢- ཐེ་ཚོམ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་འདི་

- ཀ ཅིང་ ཅེས་ ཅེའོ་ ཅེན་ ཅིག་ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན།
- ཁ པ་ པོ་ མོ་ མཁན་ ལྟན་ཟེར་མི་ཚུ་ཡིན།
- ག སོང་ ག་ སྟོ་ བ་ ས་ཚུ་ཡིན།
- ང ཅིང་ ཞིང་ ཤིང་ཚུ་ཡིན།

༣- མ། མི། མེན། གསུམ་ཆ་ར་

- ཀ བྱི་སྐྱེ་ཡིན།
- ཁ གང་སྐྱེ་ཡིན།
- ག བདག་སྐྱེ་ཡིན།
- ང དགག་སྐྱེ་ཡིན།

༤- ལ་དོན་གྱི་ཕྱད་ བ་ར་ལུ་ གསུམ་པོ་འདི་ རྣམ་དབྱེ་

- ཀ གཉིས་པ། བདུན་པ། བརྒྱད་པ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན།
- ཁ གཉིས་པ། བཞི་པ། བདུན་པ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན།
- ག དང་པ། གཉིས་པ། རྩལ་པ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན།
- ང གསུམ་པ། ལྷ་པ། རྩལ་པ་ལུ་འཇུག་པ་ཡིན།

༥- མིང་ཚིག་ “བསྐྱབས” ཟེར་མི་འདི་

- ཀ ད་ལྟ་བ་ཡིན།
- ཁ འདས་པ་ཡིན།
- ག སྐྱལ་ཚིག་ཡིན།
- ང མ་འོངས་པ་ཡིན།

ག། འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ རི་བ་རྩ་གི་ལན་གྱིས།

སྐྱགས་ ༡༥༥ |

- ༡- རྩོན་འཇུག་ མོ་བ་དང་ མོ་འ་གིས་འཇུག་པའི་ དཔེར་བརྗོད་རེ་རེ་རྒྱབ།
- ༢- སྤང་ བ་དང་མོ་ གཉིས་ཀྱིས་བདག་སྐྱེ་ལུ་འཇུག་པའི་ དཔེར་བརྗོད་རེ་རེ་གྱིས།
- ༣- དཔོན་ཆེད་ཀྱི་སྤང་ ར་དང་ལུ་ གཉིས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ དཔེར་བརྗོད་རེ་རེ་གྱིས།
- ༤- འབྲེལ་སྐྱེའི་སྤང་ ཀྱི་ དང་ བྱེད་སྐྱེའི་སྤང་ ཀྱིས་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ དཔེར་བརྗོད་རེ་རེ་གྱིས།
- ༥- ལ་དོན་གྱི་རྩེན་ བ་དང་ལུ་ གཉིས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ལས་སྐྱེ་བུ་ལུ་འཇུག་པའི་ དཔེར་བརྗོད་རེ་རེ་གྱིས།

རི་བ་གསུམ་པ།

གོ་བ་ལེན་ནི།

སྐྱགས་ ༣༥ |

འོག་གི་ཡིག་རྒྱགས་འདི་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་ཞེན་ལས་ རི་བ་ ཀ་ ལ་ ག་ ང་ གི་ལན་གྱི་དགོས་ཡིན།

༣ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ འི་ལོ་འགོ་བཙུགས་པའི་བསྐྱང་ལས་ འཛམ་གླིང་ནང་ གདོང་ལེན་ཆེ་ཤོས་འདི་ར་ རྒྱ་ནག་ལུ་རྒྱུ་ལས་ཐོན་མི་ ཀོ་མི་ཏེ་༡༩ གི་ནད་ཡམས་འདི་ཡིན་མ་ལས་ མི་མང་ཤོས་འདྲོག་འབྲེལ་འཐབ། རྒྱལ་ཁབ་ནང་དཔལ་འབྱོར་དང་ གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་སྐྱ་ རྩེན་ གདོང་ལེན་དང་ མི་སེར་ལུ་ དཀའ་ངལ་སྤོམ་ཐོན་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ ང་བཅས་ར་ག་ར་གིས་ཤེས།

འཛམ་གླིང་ནང་ རྒྱལ་ཁབ་སྟོབས་ཤུགས་ཡོད་མི་རྩེ་ཡང་ འབད་ཐབས་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ ནད་ཡམས་ཀྱི་འཛིགས་པ་གིས་ མི་སེར་ག་ ར་ལུ་བྱེལ་འཐབ་སྟེ་ འཛམ་གླིང་ནང་ མི་ས་ཡ་ལས་བཅད་དེ་ ཤི་རྩེན་དང་ བ་ཚོའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་ མ་ཤིམ་ལས་ དཔལ་བའི་ སྐྱག་བསྐྱེལ་དངོས་སུ་སྤོང་དགོས་བྱུང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ཡང་ ང་བཅས་འབྲུག་པའི་མི་སེར་ ག་ར་གིས་ཤེས་ར་ཤེས།

ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནི་ ནད་ཡམས་ཐོན་པའི་ཉིན་མ་ལས་ ང་བཅས་རའི་སྤྱི་གཙུག་གི་ཉི་ལྗེ་ དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ ཆེ་ འཛིགས་མེད་གོ་སར་རྣམ་རྒྱལ་དབང་ཕུག་མཆོག་གིས་ མི་སེར་རྩེ་འཛིགས་པ་ལས་སྤོབ་ཞིའི་དོན་ལུ་ བྱམས་པའི་རལ་ཕྱི་ལས་ བསྐྱོད། ནང་ལས་ རྒྱབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ དཔལ་ལཱ་ན་འབྲུག་པའི་ལྷ་ ཆོས་སྤོང་སྤྱང་མ་རྩེ་ལུ་འཕྱིན་བཅོལ་གནང་སྟེ་ སྤྱིང་རྗེའི་ མལ་ཆ་བཀའ་གནང་མ་ལས་ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ འཛམ་གླིང་ནང་ རྐྱད་ཤགས་ཐོན་ཏེ་ཡོད་པ་ཡང་ ང་བཅས་ར་ ག་ར་གིས་ ཤེས། དེ་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་མི་སེར་རྩེ་ གཞུང་གིས་ཐབས་ལམ་ག་དེ་སྟེ་སྟོན་རུང་ འབད་ཐབས་མེད་པ་ལས་ སྐྱག་བསྐྱེལ་སྤོང་ སར་ལྷན་ད་ ང་བཅས་འབྲུག་པའི་མི་རྩེ་ཡང་ བ་ཚོ་གི་དཀའ་ངལ་མེད་རུང་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་མི་རྩེ་ལུ་ལྷ་སྟེ་ སེམས་ཁར་འཛིགས་ སྤྱང་ཅིག་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ རང་ལུ་ སྐྱག་བསྐྱེལ་དངོས་སུ་མ་སྤོང་མ་ལས་ དཀའ་ལྷན་ལུ་ལུ་ཟེར་རུང་ འདི་ལས་སྐྱག་སྟེ་མེད་པ་ ཡིན་མ་ཡང་ ང་བཅས་ར་ག་ར་གིས་ན་འཐབ་ར་ཏེ་གོ་དགོ།

ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ མི་སེར་ལུ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་བཙུག་ནི་འདི་ ཕར་ར་བཞག་ ཐ་ན་ དུང་འགྲོ་སེམས་ཅན་གཅིག་ལུ་ཡང་ སྐྱག་བསྐྱེལ་སྤོང་མ་བཙུག་པར་ མཐའ་སྤོང་འཐབ་མི་ ང་བཅས་རའི་ལྷ་སྐལ་ལུ་བྱོན་མི་རྒྱལ་པོ་ལུ་ བཀའ་རིན་བསམ་དགོ་པ་ཅིན་ ཆེ་

གཉིས་མཐུན་རྒྱུ་རུང་ དྲིན་ལན་འཇལ་མི་ཚུགས་ ཟེར་མི་འདི་ཡང་ ང་བཅས་ར་ག་ར་གིས་ཤེས་དགོ། མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་
ཆེ་གིས་ མི་སེར་ལྟོགས་པ་ལུས་སོང་པའི་ ཐུགས་ཀྱི་ཚ་གུང་གིས་མི་སེར་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲུང་སྐྱོབ་ལུ་ རྒྱལ་པོའི་བང་མཛོད་ཡང་སྤོང་མ་
བཏོན་ཏེ་ མི་སེར་གྱི་མཐའ་སྤོང་མཛོད་གནང་མིའི་རྒྱལ་པོ་ འབྲུག་ལུ་མ་གཏོགས་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཁར་རྩ་ལས་ར་མི་འོང་ ཟེར་མི་འདི་
ཡང་ ང་བཅས་ར་ ག་ར་གིས་ཏ་གོ་དགོ།

དེ་སྐྱེ་ རྒྱལ་ཁབ་འདི་ མི་དབང་མཚོག་གི་བཀྲིན་ལས་ ཞི་བདེའི་ངང་ལུ་སྤོང་ནི་ཐོབ་པའི་སྐབས་ དགའ་བས་ཟེར་ འཆམ་རྒྱུ་སྤོང་ནི་
མེན་པར་ རྒྱལ་པོའི་བཀྲིན་ག་དེ་སྐྱེ་བསམ་པ་ཅིན་དུག་ག་ ཟེར་བའི་མནོ་བསམ་གཏང་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ལུ་ རྒྱལ་གཅེས་ཤུ་ཞེན་གྱི་ཐོག་
ལས་ ཞབས་ཏོག་ལུ་ཞིའི་མནོ་བསམ་འདི་ ང་བཅས་ཆ་མཉམ་གྱིས་གཏང་དགོ།

ལེགས་བཤད་ལས། རྗེ་དཔོན་བཟང་པོའི་བཀྲིན་གྱིས། གཡོག་འཁོར་མངའ་ཐང་དར་བར་འགྱུར། ལྗོན་པ་ཆེ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིས། འཕྲི་
ཤིང་ཅེ་མོ་དགུང་ལ་བསྟེགས། ཟེར་ གསུངས་དོ་བཟུམ་དང་ མི་དབང་རྒྱལ་པོའི་བཀྲིན་གྱིས་ ང་བཅས་མི་སེར་ཚུ་ དབྱེ་གཏམ་ལས་
དགའ་བའི་བོ་འཕྲབ། རྒྱུད་པའི་སྲུ་ལེན། ཟེར་སྐབས་སོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཚ་གུང་དང་སྲུག་བསྐྱེད་ཟེར་མི་འདི་ མ་པ་ལས་མེད་པར་
རང་སོའི་བཟང་ཚང་དང་གདོད་སྐོར་རྒྱུ་སྟེ་ ཏ་ཏ་ཏི་ཏི་ཟེར་ སྤོང་ནི་ཡོད་མི་འདི་ མི་དབང་རྒྱལ་པོའི་བཀྲིན་ཡིན་མ་ལས་ དུས་ལ་ཏྲག་
ར་ བཀྲིན་སེམས་ལས་ཡལ་མ་བཅུག་པར་ རྗེས་སུ་དཔྱད་དགོ།

ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དབང་རྒྱུག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་བརྒྱུད་འདི་ མེད་པ་འདྲམ་ཅིག་སྟེ་བ་ཅིན་ ད་ལྟོ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་
སྤངས་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ཐོག་ལུ་སྤོང་འོང་ག་ ང་བཅས་ར་ ག་ར་གིས་ཤེས་ས་དང་མཐོང་ས་ཡིན། དེ་འབདམ་ལས་ ང་བཅས་
འབྲུག་མི་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གིས་འབད་དགོ་ཟེར་རུང་ མི་དབང་མཚོག་སྐྱེ་ཚེ་ཞབས་པད་བརྟན་ མཛོད་པ་དང་ཕྱིས་རྒྱུས་བཅུག་ཟེར་བའི་
སྟོན་འདུན་དང་། རྒྱབས་རྗེ་མཚོག་ཡང་ རྒྱེ་ཚེ་ཞབས་པད་བརྟན་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་འདི་ སྲུང་ལས་
དར་ཞིང་རྒྱས་བཅུག། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བཀའ་སྲུང་རྒྱ་གི་ མཐུ་དང་རུས་པ་འདི་ ད་ལྟོ་ལས་ལྷག་སྟེ་རྒྱས་བཅུག། ཟེར་བའི་མནོ་
བསམ་གཏང་སྟེ་ ཕྱག་དང་ཞབས་ཏོག་ དམ་ཚིག་དཔང་ལུ་བཅུགས་ཏེ་ལུ་ཞིའི་ཡིན།

མི་དབང་མཚོག་ ང་བཅས་མི་སེར་ཚུ་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ གསོལ་མཚོགས་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་མ་བཞེས་པའི་གུར་ མནལ་ཡང་
ལེགས་ཤོམ་སྟེ་མ་གཟིམ་ལས་ རྒྱ་ཉམས་ཤོར་ཏེ་ སངས་སེ་སེ་ཡར་སོང་མ་ཡིན་མ་ཡང་ ང་བཅས་ཀྱིས་ཤེས་ར་ཤེས། མི་དབང་མཚོག་
གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཐུགས་བཞེད་དེ་སྟེ་གནང་སྟེ་ ཕྱག་ལུ་མཛོད་པ་དེ་འདི་ ང་བཅས་མི་སེར་ཚུ་གིས་ འདི་བ་མེན་པའི་
ཕྱག་ཕྱིད་ཞབས་ཏོག་ལུ་དགོ་པ་འདི་ ལག་ཆེ་ར་ཆེ། དེ་འབདམ་ལས་ ག་ར་ཡིན་རུང་ ཡིག་རྒྱུགས་འདི་ལྷག་ཚར་མ་ཅིག་ དེ་འཕྲོས་
ལས་ འབྲུག་གི་རྩ་བ་ལུ་ དད་དམ་སྟོན་མེད་ཀྱི་སྟོན་ལས་ ཕྱག་དང་ཞབས་ཏོག་ལུ་ཞིའི་ ལས་སྤངས་མཛོད་གནང་ཟེར་ ལུ་ཞིའི་ཡིན།

༡༽ འོག་གི་དྲི་བ་ལའི་ལན་བྲིས། སྐུགས་ ༤X4=16 །

༡- འཛོམ་གླིང་ནང་ བད་ཡམས་གོ་མེད་ཏེ་ ཐོན་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ ག་ཅི་འོང་འོང་ར་འདྲ་བས་? རྗེད་རའི་བསམ་འཚར་ གནད་
དོན་ལུ་ བྲིས།

- ༡- བླ་ཡམས་འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འཛམ་གླིང་ནང་ ལྷབས་མ་བདེམ་ག་དེ་སྟེ་ར་ཐོན་ལུག་?
- ༢- ར་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ བླ་གཞི་དར་བྱུང་སྟེ་སྟེ་མ་འགྲོ་མི་འདི་ རྒྱ་མཚན་ངོ་མ་ར་ ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་ན་? ལུངས་ཁ་གསལ་སྟེ་སྟེ་ལ།
- ༣- དགའ་བའི་ཐོ་འཁྲབ། རྒྱུད་པའི་སྐྱེ་ལེན། ཟེར་མིའི་དབྱེ་གཏམ་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ དབྱེ་གཏམ་ཚིག་རྒྱུ་ལྟ་ གསར་ཚོམ་འབད།
- ༤- གོང་གི་ཡིག་རྒྱུགས་འདི་ལྷག་སྟེ་མཚུགས་ལུ་ལྟོད་པ་ད་ ལྷོད་ཀྱི་ སེམས་ཁབ་བཞག་དགོ་པའི་གནད་དོན་ ག་ཅི་ར་འོང་ཡི? གནད་དོན་ལྔ་ བྲིས།
- ཁ) འོག་གི་རྒྱ་བའི་ལུ་ ལན་ ཀ་ ཁ་ ག་ ར་ ལྟེ་བཞི་རེ་ཡོད་ས་ལས་ ལན་ངོ་མ་ག་ཡིན་མི་འདི་གདམ་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་ ལན་ཤོག་ནང་ལུ་བྲིས། སྐྱགས་ ༡༥=༥ |
- ༡- ཀོ་མིའ་ ༡༩ འདི་ འགོ་དང་པ་
 ཀ རྒྱ་གར་ལས་ཐོན་ལུག།
 ཁ ཀོ་ན་ཏ་ལས་ཐོན་ལུག།
 ག ལུ་ཨེས་ཨེ་ལས་ཐོན་ལུག།
 ར རྒྱ་གར་ལུ་རྒྱ་ལས་ཐོན་ལུག།
- ༢- ལྷོ་བས་ལུགས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་ཡང་འདྲོགས་དགོ་མི་འདི་
 ཀ བླ་འཁྲུག་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་པས།
 ཁ བླ་ཡམས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་པས།
 ག དམག་ལུག་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་པས།
 ར དཔལ་འབྱོར་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་པས།
- ༣- འཇུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ བླ་ཡམས་དར་བྱུང་སྟེ་སྟེ་མ་འགྲོ་མི་འདི་
 ཀ མི་དབང་རྒྱལ་པོའི་བཞིན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན།
 ཁ ལྷན་ཁབ་བཙུགས་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན།
 ག མི་སེར་གྱི་མཉམ་འབྲེལ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན།
 ར གསོ་བའི་ལྷན་ཁག་གི་བཞིན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན།
- ༤- ལྷག་བསྐྱེད་ཟེར་མི་འདི་
 ཀ དགའ་བ་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།
 ཁ ཞི་བདེ་ཡོད་མི་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།
 ག སེམས་ཀྱི་ཚ་རྒྱུད་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།
 ར དགའ་བལ་མེད་མི་ལུ་སྐྱབ་ཡིན།

- ༤- བོང་གི་ཡིག་རྒྱལ་གྱི་བརྗོད་པ་རྒྱ་ལོ་མ་རྒྱ་
- ༡- བཀའ་ལྷན་པའི་ཡིག་རྒྱལ་གྱི་སྐོར་ལས་ཡིན་པས།
- ༢- བཀའ་ལྷན་པའི་ཡིག་རྒྱལ་གྱི་སྐོར་ལས་ཡིན་པས།
- ༣- མི་མེད་ལག་ཆེ་བའི་སྐོར་ལས་ཡིན་པས།
- ༤- རྒྱལ་པོ་ལུ་བཀའ་འདྲིན་བསམ་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་ཡིན་པས།

༡༧ རོག་གི་མིང་ཚིག་རྒྱ་གི་ རོག་དག་ཆ་འདྲམ་ བོང་གི་ཡིག་རྒྱལ་ནང་ལས་འཚོལ་ཏེ་བྲིས། སྐུགས་ ༡༥=༥ |

 ༡- བཀའ་སྐབས། ༢- བདག་འཛིན། ༣- བཀྲིད། ༤- མཚོ་བསམ། ༥- རྒྱུ་རྒྱུ་

༡༨ རོག་གི་ མིང་ཚིག་རྒྱ་གི་ བོ་དོན་བྲིས། སྐུགས་ ༡༥=༥ |

 ༡- འདྲི་བཤེས། ༢- བང་མཛོད། ༣- མཐའ་སྐྱོད། ༤- རྒྱལ་གཅེས། ༥- ལས་བྱེད།

འོ་བ་བཞི་པ། སྐད་རྒྱུ་ སྐུགས་ ༡༥ |

འོག་ལུ་དབྱིན་སྐད་ནང་བཀོད་ཡོད་མི་འདི་ རྗོང་ལའི་ཐོག་ལུ་སྐད་རྒྱུ་འབད། བཀའ་དོན་ཐོག་མ་ཐོག་དང་ བོ་རིམ་ རྗོང་རྗོང་ལུ་བལྟ་
སྐྱེ་སྐུགས་བྲིན་ནི་ཨིན།

Creative thinking

The teacher employs divergent thinking strategies which encourage learners to think “out of the box” by asking them to define a problem, provide solutions and explain the implications of the solution. Learners think of many different and unusual ideas and points of view, then adds details to improve those ideas.

The teacher uses instruction that is designed to aid learners in finding meaning in academic material and keep it by connecting it to their daily lives, e.g., providing opportunities for open-ended questions and questions with multiple responses finding relationships between two seemingly unrelated ideas.

The teacher uses visualization strategies where learners are tasked to create mental image of something that cannot be seen or that does not exist.

Teacher employs Creative Dramatics where learners explore ideas through physical activities.

The teacher uses an analogy where learners compare similar objects or abstract processes or write about something from another’s perspective.

(Source: BPST. Illustration of Practice, 2021)

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།