



Journal of Educational Action Research

ISSN2957-8051(Online) |ISSN2413-5992(Print)|1(6)|81-92

Journal homepage: journal.pce.edu.bt

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ཚོང་ཁ་ལྷག་ནི་འཛུགས་གཤམ་ཚུ་ད་ཐབས་ལུ་ སློབ་ལྟོ་ནང་ལུ་ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་ ལས་རིམ་གྱི་ཁེ་སྤོང་བཟླ་ཞིབ།

ཞིབ་འཚོལ་པ་མཁའ་འགྲོ།
འཕེལ་ཏེ་ཁ་སློབ་ལྟོ་ནང་བ།

<http://doi.org/10.17102/jear.23.1.6.88>|AcceptedOctober2022|PublishedNovember2022

སློབ་བརྗོད།

སློབ་བཟང་འབྲུག་པའི་མི་ཚུ་ལུ་ གོམས་གཤམ་གཞན་ཚུ་ཚུ་ཚུ་གསལ་པ་འཇམ་རུང་ ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་ལོང་ཚུ་ཚུ་གསལ་པ་ལུ་ཁག་ཡོད་པ་
ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱལ་ཡོངས་ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་ལས་རིམ་ནང་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་འབྲུག་ལུ་སློབ་བཟང་ འབྲུག་མི་ཚུ་ལུ་སློབ་
ཅིག་སློབ་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཟེ་བཟོ་དེ་འདྲུག། སློབ་དཔོན་རང་གིས་སློབ་སློབ་ལྷན་གྱི་ ཉམས་ཚུངས་དང་འབྲེལ་མཉམ་ད་དེས་ནངས་པའི་
སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ ཚོང་ཁ་ལྷག་ནི་ལུ་སློབ་པའི་བརྗོད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཚོང་ཁ་འབྲེལ་སློབ་འབད་བའི་སྐབས་ཚོང་ཁའི་མིང་ཚོག་ཚུ་ ལག་
ལེན་འཐབ་སྟེ་སློབ་དཔོན་སློབ་དཔོན་གྱི་ འབྲེལ་སློབ་འབད་ནི་ལུ་ གནོད་ལེན་བྱུང་མས།མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་གི་ ཐུགས་ཀྱི་
དགོངས་པ་ཡང་འབྲུག་གི་ བཟོ་ལེན་སློབ་ཕྲུག་རེ་རེ་ལུ་ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་
གསུངས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་དེ་གི་དོན་ཚན་ཡང་འབྲུག་པའི་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ ཚོང་ཁ་ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་སློབ་ཕྲུག་སློབ་
ཡོད་པ་ལས་ ལྷག་སློབ་ལུ་ལྷག་སློབ་ལུ་གོ་དེ་ལུ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ བཟླ་ཞིབ་འབད་དེ་ ལྷག་ནི་འཛུགས་གཤམ་ཡར་རྒྱས་གཏང་
ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ རྒྱལ་བཟོན་ཐབས་ལམ་ཐོག་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་གི་ཞིབ་འཚོལ་ནང་ལུ་ རང་གི་སློབ་ལྟོ་ནང་
ལས་ སློབ་དཔོན་ལྟ་དང་ སློབ་རིམ་དུག་པའི་སློབ་ཕྲུག་ ལྟ་ལྟ་དང་བཟོ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ བཟོ་ལྟ་སློབ་ཕྲུག་བཟུ་ཐམ་ལས་ སློབ་ལྟོ་ནང་ལུ་
ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ ལྷག་ནི་འཛུགས་ལུ་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ད་ཐབས་ལུ་ ཁེ་སྤོང་ཚུ་ག་དེ་སློབ་དང་འབྲུང་མ་ཡིན་ན་
གནད་བཟུང་ཚུ་བཟུ་ལེན་འབད་དེ་ བཟོ་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

ངོ་སྤྲོད།

ཞིབ་འཇོལ་དོན་ཚན་གྱི་ངོ་སྤྲོད། Introduction

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ རྫོང་ཁའི་སློབ་དེབ་དང་ཡིག་རྒྱུགས་ དེ་ལས་ལྷག་རིགས་ག་ཅི་རང་ལྷག་རུང་འདི་ཚུ་ལྷག་པའི་སྐབས་ལུ་ ཚོག་མཚམས་དང་དོན་མཚམས་ཚུ་བཅད་དེ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་མ་ཤེས་པའི་ཁར་ སྐད་ཀྱི་སང་པབ་དང་ བཀྲོགས་ཉིང་ཚུ་ ཡང་ རན་ཉོག་ཉོ་འབད་ ལྷག་མ་ཚུགས་པ་ལས་བརྟེན་ རྫོང་ཁ་ལྷག་སྤྱང་གི་གྲུབ་འབྲས་ལུ་ཐོ་ཐོག་དོ་ཡོད་པ་ལས་ རང་གི་སློབ་གྲྭ་ བཅུ་ལ་ལྷག་ནིའི་ལས་རིམ་འདི་གི་རྫོང་ཁ་ལྷག་ནིའི་གོ་མས་གཤེས་ཀྱི་ཐོག་ ཞིབ་འཇོལ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། དོན་ཚན་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ ཉེ་མ་ལས་མཁུ་མཚོག་ལེ་ཤ་ཅིག་གིས་ཞིབ་འཇོལ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ལས་ Hennings,(1989)གི་ ཞིབ་འཇོལ་སྟན་ལུ་དང་ འཁྲིལ་བ་ཅིན་ ང་བཅས་ར་ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་ སྤྱང་བ་འདི་འབད་མ་འབྲུག་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་ ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ དཀའ་ངལ་དང་ སྐབས་མ་བདེ་མ་ཚུ་མི་འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་ཚུ་ ལཱ་འདི་གྲུབ་འབྲས་ཅན་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནི་ཨིན་མ་ལས་ ལྷག་པའི་ སྐབས་ལུ་ཡང་ ཚོག་མཚམས་བཅད་ཐངས་དང་ རྫོང་སྐྱེ་མ་དགའ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་ མི་འཐོན་ནིའི་དོན་ལུ་ཉེན་བསྟར་ བཞེན་དུ་ ཡིག་རྒྱུགས་དང་གསར་ཤོག་ཡང་ན་ དཔེ་དེབ་ལ་སོགས་པའི་ལྷག་དེབ་ཚུ་དུས་ཚོད་བཟོ་བཤའ་རྒྱབ་སྟེ་ ལྷག་དགོལ་ཨིན་ ཟེར་བཤའ་དེ་འདུག།

འདི་བརྩམ་སྟེ་Cooper, H. (1977, p.420) གིས་ཡང་ལྷག་ནིའི་སྤྱང་བ་དང་རིག་ཅུལ་འདི་ཡོད་པ་ཅིན་མིང་ཚོག་མ་འབྲུག་ལེ་ ཤ་ ཤེས་ཚུགས་པའི་ཁར་ འབྲི་ནིའི་རིག་ཅུལ་ཡང་ ཡར་རྒྱས་བཏང་ཚུགས་ཟེར་བཤའ་མ་ཚུ་འཛུགས་གྲིང་ནང་ བྱང་སྟེ་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་གི་ སྐྱར་ལས་ཡང་ཉ་གོ་ཚུགས་པ་ལས་ ལྷག་ནིའི་གོ་མས་འདྲིས་དེ་གཞན་གྱིས་སྟོན་བྱིན་ནི་མེན་པར་ རང་གིས་སྤྱང་ བ་འབད་དེ་ ལྷག་ཅུལ་ ཡར་རྒྱས་གཏང་དགོལ་ཨིན་ཟེར་བཤའ་པ་ཨིན་པས།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་ལྷག་ནིའི་གོ་མས་གཤེས་ཀྱི་ ཐོག་ལུ་ཞིབ་འཇོལ་འབད་དགོ་མི་དེ་ཡང་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྱི་ཚད་ལེགས་ ཤོམ་འཐོན་དགོལ་ཅིན་ གཙོ་བོ་ར་ལྷག་སྤྱང་འབད་བའི་སྐབས་ཡིག་རྒྱུགས་དང་ འབྲི་ཚོམ་ལ་སོགས་པའི་ལྷག་རིགས་ཚུ་ ལྷག་པའི་ སྐབས་སུ་ཚོག་མཚམས་དང་དོན་མཚམས་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་འབད་བཅད་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ བཅུ་དོན་གྱི་གོ་བཅུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ལེན་མ་ ཚུགས་པ་ལས་ལྷག་སྤྱང་ལུ་བརྟེན་མཐོང་མེད་པར་འགྲོ་ནི་ ཨིན་མ་ཚུ་ཤེས་རིག་གི་སྤྱི་ཚད་ལུ་ཐོ་ཐོག་ནིའི་ཉེན་ཁག་ཡོད་པ་ ལས་ དེ་ཚུ་ལེགས་བཅོས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་དོན་ཚན་འདི་གཞན་ལ་རྒྱབ་ཡོད་པ་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

༼གནས་སྤངས་དབྱེ་དཔྱད༽Situational Analysis

ང་བཅས་རའི་མིའི་རྒྱུད་ལུ་ཡོན་ཏན་གྱི་ གཞི་རྩ་འདི་ལྷག་ཐོག་ལས་ཐོབ་ཨིན།འདི་འབད་མ་ལས་ སྤྱིར་གཏང་ལུ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ འདི་ལེགས་ཤོམ་འབད་ ལྷག་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ཤེས་ཅི། འདི་འབད་མ་ལས་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡང་ ལྷག་ བེ་ལུ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ཚུ་ལེན་བྱུང་ཡི།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ མ་འོངས་རྒྱུལ་ཁབ་ཀྱི་སྟོན་ཤིང་བརྩམ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱུལ་ཁབ་ཀྱི་ངོ་རྒྱུག་དང་ལམ་སྟོན་བཅུ་འཛིན་འབད་མི་ཅིག་

ཨིན་མ་ལས་ སློབ་ཡུག་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁ་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ རྒྱུ་སྦྱོང་འབད་ཚུ་གས་
འི་དོན་ལུ་ ལྷག་ཅི་ཞོམས་གཤིས་ཐོག་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་ཨིན། གཤམ་སྤྱི་དང་སློབ་ཡུག་ཚུ་གི་རྒྱུ་ལུ་ལྷག་ཅི་དང་གོམས་གཤིས་
ཚུ་མ་ཚུ་གས་པ་ཅིན་མ་འོངས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ རོ་རྟལ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ལུ་ ཐོ་ཐོག་ཅི་ཞི་ ཉེན་ལག་འབྱུང་སྤྱི་ཞི་མས།
རྒྱུ་མཚན་འདི་འབད་མ་ལས་ང་བཅས་ཚུ་གིས་ མ་འོངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལུ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ ལྷག་དགོ་པ་ཅིན་འདི་
ཐབས་ཤེས་ག་ཅི་བཟུམ་འབད་དགོ་པ་ཡོད་ག་དང་ ག་ཅི་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་འབད་ག་ཐབས་ལམ་ཚུ་ ག་དེ་འབད་འཚོལ་ནི་དང་
དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ང་བཅས་ཚུ་གིས་ རྫོང་ཁ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་ཚུ་གས་ཅི་ཞི་ དོན་ལུ་དོན་ཚན་
ཞིབ་འཚོལ་འདི་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ དེ་ཅིན་ ལྷ་མ་པའི་དེ་ཅིན་ཚེས་ ༢ ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཉེན་གངས་གཅིག་དང་ རྒྱུ་ཚོད་ ༥ གི་རིང་ལུ་དུས་
ལུན་ལྷམ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་འབད་ནི་ཨིན།

ཞིབ་འཚོལ་ཀྱི་དོན་ཚན་འདི་ལྷག་ཅི་ཞི་གོམས་གཤིས་ཟེར་མི་ཐོག་ལུ་ བརྟལ་ཞིབ་འབད་དགོ་མི་དེ་ཡང་ སློབ་ཡུག་མང་ཤོས་
ཀྱིས་རང་ ལྷག་ཅི་ཞི་གོམས་གཤིས་མེད་མི་དང་ ལྷག་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ངལ་ ལེ་ག་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལྷག་རིག་ཡར་
རྒྱས་གཏང་ཐབས་ལུ་ དམིགས་ཏེ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡི་རྫོང་ཁ་ལྷག་ཅི་གོམས་གཤིས་མེད་པ་ལས་ ལྷག་ཅི་ལུ་སློབ་མ་བསྐྱེད་པའི་
ཁར་བརྫོང་སྤྱི་མ་དག་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་ལུགས་ཚུ་ སློབ་དཔོན་དང་ཆ་རོགས་ཚུ་ལས་བསམ་ལན་ལེ་ག་ཐོབ་མི་འདི་ད་རེས་ནངས་
པའི་སློབ་ཡུག་མང་ཤོས་ཀྱིས་ར་ རྫོང་ཁ་ལྷག་ཅི་ལུ་ཉམས་ཚེར་ཏེ་ སྤོད་པ་ལས་བརྟེན་ཨིན་མ་སྟེ་ བཤད་པ་མས། ག་ཅི་འབད་ཨིན་ན་
ཟེར་བ་ཅིན་སློབ་དཔོན་དང་ཆ་རོགས་ཚུ་གིས་དེ་བ་བཀོད་པའི་སྐབས་སློབ་ཡུག་ཚུ་གིས་ལན་ག་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པས། ང་བཅས་
ཚུ་ མནོ་བསམ་ལེགས་ཤོམ་འབད་གཏང་བཟུམ་ད་ ང་བཅས་རའི་ཁ་སྐད་རྫོང་ཁ་འདི་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཤེས་དགོ་པ་ལས་བདེན་དང་
མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཨིན་མ་ཤེས་པ་ལས་བརྟེན་ དཀའ་ངལ་འདི་སེལ་ཐབས་ལུ་བཙོན་ལུགས་བསྐྱེད་ནི་ཨིན། འདི་ཡང་སློབ་དཔོན་
དང་སློབ་ཡུག་ཚུ་གིས་བསམ་ལན་དང་ འཕྲིལ་མ་ད་སློབ་ཡུག་ཚུ་གིས་རྫོང་ཁ་ལྷག་སྤྱི་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ཁོང་རའི་བརྒྱུད་ལུ་རྫོང་ཁའི་
ཤེས་ཡོན་འཐོབ་མ་ཚུ་གས་པའི་ཁར་ རྫོང་ཁ་འབྲི་སྤྱི་བ་ནང་ལུ་ཡང་གཏོང་ལེན་སྤོམ་བྱུང་མ་ལས་ གྲུབ་འབྲས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འཐོན་མི་
ཚུ་གས་པས་ཟེར་ཨིན་མས།

སློབ་ཡུག་ཚུ་གིས་ལྷག་ཅི་གོམས་གཤིས་ཚུ་པ་ཅིན་ རྫོང་ཁའི་རིག་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་ཐོབ་ནི་དང་གཤམ་སྤྱི་དང་ལྷག་ཅི་
ནང་ གོམས་གཤིས་མེད་པ་ཅིན་རྫོང་ཁའི་རིག་ཚུལ་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི་ལུ་ གཏོང་ལེན་འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་ལས་གྲུབ་འབྲས་ཅན་ཅིག་
འཐོན་ཚུ་གས་པ་ལུ་ལག་ཡོད་པ་ལས་བདེན་ཨིན་མས།

ཚུམ་གྲིས་བསྐྱར་ཞིབ།

སྤྱི་བཏང་ཚུམ་རིག་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་གཞུང་དོན་དངོས།

ང་བཅས་ག་རང་འབད་རུང་མི་ཚོ་ནང་སྤྱོད་པ་གྲུབ་ཚུ་ཅན་དང་ ཡོན་ཏན་ཅན་ཅིག་སྟེ་སྤོད་ནི་འདི་ག་ར་གི་རེ་འདོད་བསྐྱེད་པ་ཨིན། དེ་སྟེ་
སྤོད་དགོ་པ་ཅིན་ཡོན་ཏན་སྤྱི་བཏང་ཚུལ་འབད་དགོ་པ་ཨིན། དེ་ཡང་སྐབས་ཐོབ་ཅིག་ལུ་མེན་པར་ དུས་རྒྱུན་དུ་གནས་དགོ་པ་འདི་ལྷག་ཅི་
གོམས་གཤིས་ལུ་བསྐྱེད་དགོ་པ་ཨིན། རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ལྷག་ཅི་གོམས་གཤིས་ཡོད་པ་ཅིན་ ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་མ་ཚང་ཐོས་

ཀྱི་ཡང་ཀྱི་ཆེ་བྱ་གྲུ་ཐོབ། འདི་གིས་ཡང་མ་དོ་བར་བརྟེན་ལྷ་ཡང་ སན་ཐོག་པའི་ཁར་འབྲི་ནི་ལྷ་ཡང་སན་སྲོམ་ཐོག་ཚུགས་པའི་
རུས་པ་ཡོད་པ་ཡིན། Anderson(1997) བཀོད་མི་ནང་ལྷག་ནི་འདི་ བརྟེན་རྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་རུས་ཤོས་ཆེ་བྱ་ཅིག་ཡིན། དེ་
ཡང་ཁ་སྐད་ཚུལ་མཐུན་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཉན་མི་ཚུ་སྲོ་བ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་དང་མཐོ་བསམ་བཏང་ལུགས་དེ་ལས་ ཤེས་ནི་ལྷ་སྐྱད་
བཅོམ་འབད་འོང་འདི་འབད་མ་ལས་ལྷག་ཐོག་ལས་ གོམས་གཤིས་ཚུད་དགོ་ཡིན། Jeanne(2009)ཡང་ ལྷག་མི་ལས་བརྟེན་
ང་བཅས་གྱི་བརྒྱུད་ལྷ་ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་དང་ ཚོག་དང་བརྗོད་ཚོག་འབྲི་ལུགས་ཚུ་སེམས་ཁ་ངེས་ཏེ་ འབྲི་བའི་སྐབས་
ལེགས་ཤོམ་འབད་འབྲི་ཚུགས། Andrey(2003)གིས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ན་ཚུང་གི་མི་ཚོ་སྐྱོར་བཤད་མི་ནང་ ཀི་དེ་གོ་
མིག་ལུ་སྲོ་བ་བསྐྱེད་དེ་སམ་གྱིས་ག་དེ་ཅིག་བཀག་རུང་ ཨ་ལོ་འདི་གིས་ཉན་མ་བཏུབ་པ་འཕྲོ་མཐུད་ལྷབ་སྟེ་ལུལ་ལས་ ཨ་ལོ་གི་
བརྒྱུད་ལྷ་མིང་ཚོག་གསར་པ་ལེ་ཤེས་པའི་ཁར་མིའི་བསམ་སྲིད་ཤེས་རུག། དེ་ལས་གོ་མིག་ནང་ཁྲབ་ཅེད་པ་བཟང་ངན་ཡོད་མི་འདི་
དབྱེ་བ་འབྲི་ཚུགས་ཏེ་བསམ་སྲིད་ཀྱི་སྲོལ་ལུ་སན་ཐོག་རུག།

ལྷག་ནི་གོམས་གཤིས་འདི་མེད་པ་ཅིན་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ མི་འདི་ཡོན་ཏན་དང་སྲོགས་སྲུབ་ཅན་ཐོས་ཀྱི་དང་ ལྷན་ནི་འདི་ལྷ་ཁག་
ཡིན། འདི་འབད་ཡིན་དགོ་མི་འདི་ སྲོབ་རིམ་བརྒྱུད་པའི་ནང་སྲོབ་སྲོན་འདབ་མ་དང་ སྲོབ་སྲུག་ཚུ་གིས་དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ སྲི་
བ་བཀོད་པ་ད་ལན་གསལ་ཏོག་ཏོ་འབད་སྲོབ་མ་ཚུགས། དེ་ཡང་ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤིས་མེད་པ་ལས་ ཐོས་ཀྱི་དང་ཡོན་ཏན་ཚུང་བའི་
རྟགས་ཚན་ཡིན་མས། དེ་དང་འབྲེལ་འབད་སྲོབ་སྲུག་ཚུ་གིས་ཡང་ འདི་དང་སྲོག་འབད་པ་ངོས་འཛིན་འབད་ཡི། རྒྱ་མཚན་འདི་
འབད་མ་ལས་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ དོན་ཚན་ལྷག་ནི་གོམས་གཤིས་ཚུད་ཐབས་དང་ ཐབས་ལམ་སོ་སོའི་སྲོལ་ལས་ཡར་རྒྱས་བཏང་ཐབས་ལུ་
ཚོམ་རིག་བརྒྱུད་ཞིབ་གྱི་ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་མཁས་པ་ཚུ་གི་ རྒྱུ་ལུངས་དང་བཅས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡོད་པ་ཡིན།

སྲིར་བཏང་ལྷ་ཡོན་ཏན་སྐྱུང་མི་དང་ ཡོན་ཏན་ལྷབ་མི་ཚུ་ལྷག་ནི་གོམས་གཤིས་འབྲེལ་མཉམ་འབད་འོང་དགོ་ཡིན། འདི་འབད་མ་དག་
ར་ཤོས་མཉམ་མེད་པའི་ རྒྱ་རྒྱུ་འདི་ག་ཅི་ཡིན་ན་ཟེར་བ་ཅིན་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ མཁས་པ་ཚུ་གིས་ལེ་ཤེས་བཀོད་དེ་
འདུག།Christine(1982)གིས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ལྷག་ནི་གོམས་གཤིས་མེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་འདི་ དང་པ་སྲོབ་དཔོན་གྱིས་
རེ་འདོད་དེ་སྲོབ་སྲུག་གི་སྲོགས་སྲུབ་ ཡར་རྒྱས་བཏང་ནིའི་དོན་ལུ་སྲོབ་དཔོན་ཁོ་ར་བཅོམ་ལུགས་བསྐྱེད་དེ་སྲོབ་སྲུག་ཚུ་ལུ་ ཁོང་ར་
གིས་བཅོམ་ལུགས་བསྐྱེད་བཏུག་ནི་ལུ་དམིགས་གཏང་མ་འབད་བའི་སྲོན་ཡིན། གཉིས་པ་མི་མང་ཆེ་བ་ཅིག་གིས་སྲོབ་མི་ནང་ སྲོབ་
དཔོན་གྱིས་དཔེ་ཆ་སྲོན་ནི་མི་འོང་སྲོབ་སྲུག་ཚུ་གིས་ཁོང་ར་གི་ སྲོབ་ལེན་ཏེ་ལྷབ་དགོ་ཟོར་མི་འདི་ལུ་སྲོན་ཐོག་པ་ཡིན། ག་ཅི་འབད་
ཟེར་བ་ཅིན་སྲོབ་དཔོན་གྱིས་ལྷག་ཐབས་དང་ ཐབས་ཤེས་མ་སྲོན་པ་ཅིན་སྲོབ་སྲུག་ཚུ་ ཡར་རྒྱས་འབྱོམ་ཚུགས་པའི་སྲོན་ཐོག་པ་ཡིན།
གསུམ་པ་ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ལྷག་མིའི་དོན་ཚན་འདི་ རིང་མོ་འབད་ཡོད་པའི་བསྐྱང་ལས་ལྷག་ནི་ལུ་ སྲོབ་མ་ལེན་པར་བཀོ་བཞག་པ་
ལས་ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤིས་མ་ཚུད་པའི་སྲོན་ཡིན། བཞི་པ་སྲོབ་དཔོན་གྱི་བརྒྱུད་ལྷ་ལྷག་ཐབས་གྱི་ ཐབས་ཤེས་མེད་པའི་སྲོན་དང་
རྒྱུ་སྲོར་འབད་ཐབས་མ་ཤེས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་ བརྟེན་ཡིན།(p.22) Doloves(1983)ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ ལྷག་ནིའི་
གོམས་གཤིས་མེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་འདི་དང་པ་སྲོབ་སྲུག་ཚུ་གིས་ སྲོབ་དཔོན་གྱིས་ལྷབ་དེ་སྲོབ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་དང་ ཉན་དགོ་མཐོ་སི་སི་
འབད་ཡོད་པ་ལས་སྲོབ་དཔོན་ལུ་སྲོབ་ལེན་མ་ཡིན་མཁས་ལས་ ཁོང་ར་གིས་ལྷག་ནི་ལུ་སྲོབ་མ་བསྐྱེད་པ་ལས་ ལྷག་ནི་གོམས་གཤིས་མེད་
པའི་སྲོན་ལུགས་ཡིན། གཉིས་པ་སྲོབ་དཔོན་གྱིས་སྲོན་ཡིན་པའི་དོན་ཚན་འདི་ སྲོབ་དེ་བའི་འབྲིམ་ཅིག་ར་ལྷག་ནི་གོ་སྐབས་ཁོ་ར་གིས་

ལེན་ཏེ་མཚུགས་པ་བསྐྱུ་ཚན་ཚད་དབང་ཚེ་ལོ་ར་གིས་སྤྱོད་དེ་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ལྷག་ནི་ལོ་གོ་སྐབས་མ་ཐོབ་པའི་སློབ་ཡིན།

མི་ལ་ལུ་གིས་ལྷག་ནི་འདི་སློབ་དཔོན་ལུ་ རྒྱུ་མ་ཅིག་ཁག་ཆེན་འབད་བཅིམ་ལས་བཟུ་བ་དན་པ་འདི་གིས་ ལྷག་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་

བཙོན་ལྷགས་མ་འབབ་འཇུ་བའི་སློབ་ཡིན། (p.27) རྒྱ་མཚན་འདི་འབད་མ་ལས་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་བརྒྱུད་ལུ་ བཟུ་བ་དན་པ་དང་སློབ་

དཔོན་གྱིས་ལྷག་ནི་ལུ་ཚུ་མ་ཤེས་མི་དང་ མི་སྲེའི་བསམ་སྤྱོད་ལོག་པར་འཛིན་པའི་སློབ་ཡིན། Clay(1972)གིས་ཞིབ་འཚོལ་

འབད་མི་ནང་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ སློབ་དཔོན་གྱིས་དོན་ཚན་གང་རུང་གཅིག་གི་ཐོག་ལུ་ལྷག་བཅུག་པ་ད་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ ང་གིས་

འཛོལ་མ་ ང་གིས་མ་ཤེས་ འབད་མི་ཚུ་གསལ་ཟེར་བའི་ དཔལ་ལུ་སྲེ་རོ་ཚར་སྲེ་ གོ་སྐབས་མ་ལེན་པའི་ཐོ་ཐོག་པ་ཡིན། (p.71)

དེལས་ Aebersold(1997) གིས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ སློབ་དཔོན་གྱིས་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ལྷག་ནི་གོ་སྐབས་སྤྱོད་དེ་

མིང་ཚིག་གི་ དོན་དག་འབྲི་ནི་དང་ བཟོད་ཚིག་ བཟོ་ནི་ལས་འགལ་ གཞན་ལྷག་ནི་གོ་མས་གཤེས་ཚུད་ཐབས་ལུ་ སློབ་ལུ་འབད་དོ་

མེད་པ་ཡིན་ མས།(P.29)

ལྷག་ནི་གོ་མས་གཤེས་མེད་པ་ཅིན་ ཐབས་ཤེས་བཏོན་དགོ་པ་འདི་ཁག་ཆེ། ཐབས་ཤེས་འདི་མེད་པ་ཅིན་ ལྷག་ནི་གོ་མས་གཤེས་ཚུད་

པའི་དཔེ་མི་སྲིད། གོ་མས་གཤེས་ཚུད་དགོ་པ་ཅིན་ ག་ཅི་འབད་རུང་དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་པའི་ལུ་ ངམ་ངམ་ལྷགས་ཀྱིས་

གོ་མས་འདྲིས་ཚུད་ནི་ཡོད་འདི་ལུ་ གོ་མས་གཤེས་ཟེར་སླབ་ཡིན། ལྷག་ནི་གོ་མས་གཤེས་ཚུད་དགོ་པ་ཅིན་ གོ་མི་དང་འབད་ཐངས་

ཤེས་དགོ། Jeanne(2009)གིས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ དང་པ་ལྷག་ནི་འདི་སློབ་ཅན་ཅིག་ཡིན་ཟེར་མནོ་དགོ། གཉིས་པ་དུས་

ཚོད་གཏོན་དགོ་ དེ་ཡང་དུས་ཨ་ཉག་ར་སྐར་མ་ལས་༡༠རིང་ལུ་ལྷག་དགོ། གསུམ་པ་རང་ག་ཏེ་འཇུ་རུང་ རང་དང་མཉམ་ལྷག་ནི་

ཅ་ཆས་འབག་དགོ། དེ་ལས་རང་སྤྱོད་སའི་ལྷག་ནི་ ཅ་ཆས་སློབ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཚུ་བཞག་དགོ། ལྷག་པའི་སྐབས་སུ་དོན་ཚན་སྤྱད་ཀྱི་

ལས་ འགོ་བཅུགས་དགོ། (p.4)ལྷག་ནི་གོ་མས་གཤེས་ཚུད་ཐབས་ལུ་ མཁས་པ་སོ་སོའི་ཐབས་ཤེས་མ་འདྲམ་ཚུ་

བཏོད་འདི་འདུག། འདི་ལུ་Chached(2010)གིས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ ལྷག་ནི་ལུ་གནས་སྤྱིད་ཏོང་ཏོ་ཅིག་ནང་སྤྱོད་དགོ།

ལྷགས་ད་དམིགས་ལུ་ཅིག་བསྐྱེད་དགོ། ཨ་ལོ་ཚུ་ལུ་ལྷག་བྱིན་དགོ། སློབ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་དཔེར་ན་ སློག་བཞེད་དང་སློག་རིག་དོན་མེད་

ཚུ་ མར་འབབ་འབད་དགོ། ལྷགས་ད་སློབ་དང་དོན་ཚན་འདི་ ལྷག་ཚར་མ་འབད་དགོ། (para.2) དེ་མ་ཚད

Singh(2009)གིས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ལྷག་ནི་གོ་མས་གཤེས་ཚུད་ཐབས་ལུ་ ཐབས་ཤེས་ཁག་ལུ་འདྲི་སློབ་ལས་བཏོད་མི་ནང་

འགོ་ཐོག་དོན་ཚན་ཚུ་ལུ་འགོ་བཅུགས་དགོ། དུས་ནམ་རང་འབད་རུང་ གི་དེབ་དང་གསར་ཤོག་ཚུ་མཐའ་སྐོར་ཏེ་བཞག་དགོ།

ལྷགས་ད་སློབ་ཡོད་མའི་སྐོར་ལས་ལྷག་དགོ། ལྷག་ཚར་ཞིན་མ་ལས་དོན་ཚན་གྱི་སྐོར་ལས་ མནོ་བསམ་བཏང་དགོ་པ་དང་རབ་ཏུ་བྱུང་

པ་ཅིན་འབྲི་དགོ་ཡིན། མཚུགས་གནས་སྤངས་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་དགོ། དེ་ཡང་ རྐྱད་ཀྱི་རིག་མེད་པ་བཟོ་དགོ། (para.1)འདི་གི་

ཡང་མ་ཚད་པར་ Dekonty(2011)གིས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ ལྷག་ནི་གོ་མས་གཤེས་ཚུད་ཐབས་ལུ་ སློབ་སློབ་འབད་མི་

གིས་ཨ་ལོ་ཚུ་ སློབ་བསྐྱེད་བཅུག་ནི་ཐབས་ཤེས་སྤྲིག་དགོ། དེ་ལས་ཨ་ལོ་ཚུ་ལྷག་ནི་གནས་སྤངས་བཟོ་དགོ། (para.1)དེ་ལས་

Kaye(1994)གིས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ ལྷག་ནི་གོ་མས་གཤེས་ཚུད་ཐབས་ལུ་ ལྷག་ཐངས་ཐབས་ཤེས་ ཤེས་དགོ་པ་ཡིན།

བརྒྱུད་བཀའ་འབད་ནི་ཁག་ཆེ་ དེ་ལས་ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་རང་གིས་འབད་སློབ་བསྐྱེད་བཅུག་དགོ། དེ་ལས་ལྷག་བཅུག་དགོ། ཚིག་

བསྐྱུ་རྒྱུ་སྲེ་ལྷག་བཅུག་ནི། ཚིག་གི་རྣམ་གངས་འཚོལ་བཅུག་ནི། ག་ཅི་ཤེས་ཅི་ག་བཅུད་བསྐྱུ་སླབ་བཅུག་ནི། མ་ཤེས་པ་ཅིན་ལོག་

ལྷག་བཅུག་ནི། ཚེས་ལྷག་གི་ཚེ་འབད་དགོ་ག་ སྤོ་བ་བཀོད་ནི་དང་དེ་ལས་ལྷག་པའི་གཞན་ག་ཚེ་ཤེས་ཟེར་ སྤོ་བ་ཡང་བཀོད་དགོ་པ་
ཡིན། (p.28-29) དེ་ལས་འདིའི་ལྷན་དུ་ White(1980)གིས་ཞིབ་འཇོལ་འབད་མི་ནང་ ལྷག་ནི་གོམས་གཤེས་ཚུན་དགོ་པ་
ཅིན་ དང་པ་ལྷག་ནི་ལུ་བཙོན་ལྷག་ས་བསྐྱེད་དགོ། དེ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་ར་ གོམས་གཤེས་ཟེར་མི་ མིང་གི་མཐའ་སྟངས་དཔེ་
ཡིན། ལྷག་མི་དང་སློབ་སློན་གཉིས་ཆ་རའི་ལ་ཐུག་ལས་ ལག་པའི་སློབ་དགོ་པ་ཅིན་ ལག་པ་གཉིས་ཆ་ར་དགོ་དོ་བཟུམ་ཡིན།
(p.121)འདི་འབད་མ་ལས་ སློབ་བསྐྱེད་དེ་ལྷག་དགོ་པ་འདི་ བཙོན་ལྷག་ས་བསྐྱེད་དགོ་པ་ཡིན།

དེ་ལས་ Hasan(2002)གིས་ བཀོད་མི་ནང་ལྷག་ནི་གོམས་གཤེས་ཚུན་ཐབས་ལུ་ ཕ་གཞུང་འདི་ཡང་ལག་ཆེ། སློབ་སློན་གྱི་ལམ་
སློན་པའི་ཀི་དེ་བཅུ་ ཐབས་ཤེས་དང་ཐབས་ལམ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་བཀོད་པ་ཅིན་ འདི་གི་སློབ་སློན་འབད་མ་ད་ སློབ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་
འབད་སློབ་སླུག་ཚུ་གིས་ ལྷག་ནི་ནང་སློབ་བསྐྱེད་ཚུགས། ཕ་གཞུང་ནང་མ་བཀོད་པ་ཅིན་ རང་གིས་སློབ་ལེན་ཞིན་མ་ལས་ ཞིབ་
འཇོལ་འབད་ནི་འདི་ ཉུང་སུ་ཅིག་ལས་འགལ་མེད་པ་ཡིན།(p.67-69) 'Ward(1990)གིས་ ལྷག་ནིའི་བདེན་ཁྲུངས་ཞིབ་འཇོལ་
འབད་དེ་ཡོད་མི་ རིག་ཅུལ་བཞིན་ཞིབ་འཇོལ་འབད་མི་ནང་ བརྒྱ་ཆ་༡༠ལས་༥༠ཚུན་བརྒྱ་ཆ་ཐོ་ཤོས་འདི་ བདེན་དོན་འདི་ཡིན་མ་
དོས་འཇིན་འབད་ཅུག། དེ་ལས་བརྒྱ་ཆ་༤༥འདི་ཉན་ནི་དང་བརྒྱ་ཆ་༣༠འདི་སློབ་ནི། དེ་ལས་བརྒྱ་ཆ་༡༤འདི་ལྷག་མི་དང་ བརྒྱ་ཆ་
༧འདི་འབྲི་མི་འབད་དོས་འཇིན་འབད་ཡི། (p.3).འདི་འབད་མ་ལས་ ལྷག་མི་འདི་བརྒྱ་ཆ་ཉུང་ཤོས་ཅིག་ལས་ མེད་མི་འདི་ལྷག་ནི་
གོམས་གཤེས་མེད་པའི་ཉུགས་ཚན་སྟོན་མ་ཡིན།

ག་རང་འབད་རུང་ལྷག་ནི་ལུ་ བཙོན་ལྷག་ས་བསྐྱེད་པ་ཅིན་ རང་བཞིན་གྱིས་གོམས་གཤེས་ཚུན་པ་ཡིན། ལྷག་ནི་ལུ་གོམས་གཤེས་
ཚུན་པ་ཅིན་ རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོན་ཏན་དང་སྟོགས་སྲུབ་ཡང་རྒྱས་འགྲོ་བའི་ ཐབས་ལམ་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཡིན། འདི་གི་ཡང་མ་ཚད་
པར་ལྷག་ནི་འདི་གིས་གཞན་མི་ནང་ཡང་ཕན་ཐོག་ དཔེར་ན་འབྲི་ནི་དང་སློབ་ནི་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་གཞི་ཅ་དོ་མ་ཅིག་ཡིན་མ་ཤེས་
དགོ་པ་ཡིན། འདི་དང་འབྲེལ་མཁའས་པ་སོ་སོའི་ ཞིབ་འཇོལ་འབད་དེ་གོང་ལུ་བཀོད་མིའི་ཐབས་ལམ་དང་ སློན་ཚུ་རང་གི་སེམས་ལུ་
དེས་ཏེ་ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤེས་འདི་ མེད་ཐབས་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་འབྲུང་རབ་ཅིག་ཡིན་མ་ཤེས་དགོ་པ་ཡིན་ལགས།

སློབ་གཏང་དང་ཆ་གནས་ཀྱི་སློབ་ཚན་གཞན་གཞུག་

སྲུབ་འབྲས་ཚུ་ ཆ་གནས་དང་སློབ་གཏང་བསྐྱེད་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ གནས་སྟངས་བསྐྱེད་ལེན་མ་འབད་བའི་ཉེ་མར་ བཟླ་ཞིབ་གྱི་
དི་ཤོག་ཚུ་ དོན་ཚན་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ ཞིབ་འཇོལ་གྱི་ཚུམ་ཡིག་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་ལུ་བཟོ་ནི་དང་ཞིབ་འཇོལ་མཁའས་མཚོག་ཚུ་
ལུ་ དག་བཙོན་འབད་བཅུག་ཞིན་ན་ དེ་ནང་ཡོད་པའི་སློབ་ཚུ་ཡང་བསྐྱེད་དག་བཙོན་འབད་དེ་ མཁོ་ཆས་ལུ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་
ཚུ་མེད་པ་འབད་བཟོ་སྟེ་ ལག་ལེན་འབྲེལ་ཅིག་གནས་སྟངས་བསྐྱེད་ལེན་འབད་ཚར་ཡོད་མི་ཚུ་ རྩོགས་ལྷུང་དང་ གཞི་སྐྱོ་ཐོག་ལས་མེན་
པར་ གནས་སྟངས་གཞན་མེད་པའི་གནས་སྟངས་དང་བདེན་ཐོག་ལུ་བཙོན་ལྷག་ས་བསྐྱེད་དང་ དབྱེ་དབྱེད་སྲུབ་འབྲས་གསལ་སྟོན་ཚུ་འབད་ཡི།
ཞིབ་འཇོལ་འདི་སྲུས་ཚད་ཅན་ཅིག་དང་ ཚུལ་བཞིན་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཞིབ་འཇོལ་མཁའས་མཚོག་དང་མཉམ་རྟེན་ལས་ རྒྱབ་
སྐྱོར་དང་ལེགས་བཙོན་འབད་ཡི།

ཞིབ་འཇོལ་གྱི་ལུ་འདི་འགོ་བཙུགས་ཞིན་མ་ལས་ མཇུག་མ་བསྐྱེད་ཚུན་གྱི་དིང་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་སློབ་གཞི་དང་གནང་བ་ གསལ་བ་ སློ

གཏང་གསུམ་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་ལས་འབད་ཡི།།

དང་པ་ རང་གི་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དྲི་བའི་ལན་ངོ་མ་འདི་ འཐོབ་ཐབས་ལུ་དཔེ་ཚད་བཟོ་སྟེ་ཡོད་མི་ དང་འབྲེལ་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་
དང་ ས་ཁོངས་ངོས་འཛིན་འབད་ཡི། གཉེན་པ་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ ས་ཁོངས་དང་མི་ངོས་དང་ཕྱད་ནིའི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་
བ་ཡོད་པའི་མི་ངོས་དང་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལས་གནང་བ་ལེན་དགོས་ཚུ་ བ་ལེན་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ རང་གི་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དྲི་བའི་ལན་ངོ་
མ་འཐོབ་ཐབས་ལུ་ གནས་ཚུལ་ག་བརྒྱུམ་བསྐྱུ་ལེན་འབད་ནི་ཨིན་ནའི་བསམ་ཞིབ་འབད་དགོ་ བཞི་པ་འདི་དང་གཅིག་ཁར་ རང་གི་
ཞིབ་འཚོལ་གྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་བསྐྱུ་ལེན་འབད་ཐབས་ལུ་ དགོ་པའི་ཅ་ཆས་ཚུ་ མཁོ་སྐྱབ་དང་ གནས་སྤྱད་བསྐྱུ་ལེན་འབད་དེ་ཡོད་
པའི་ ཅ་ཆས་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ བདག་འཛིན་འབད་དེ། འདི་དང་འབྲེལ་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བྱངས་བཅའ་
ཐབས་ཤེས་གྱི་མཁོ་ཆས་ ལྷ་རྟོག་དང་ དྲི་བཀོད་ཚུ་ལག་ལེན་འབྲེལ་སྟེ་གནས་སྤྱད་ཚུ་བསྐྱུ་ལེན་འབད་ཡི།

༡ ་) ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དྲི་བ་གཙོ་བོ་དང་ཡན་ལག་དྲི་བ།

དྲི་བ་གཙོ་བོ།

སློབ་གྲྭ་ནང་ལུ་ ལྷག་ནིའི་ལས་རིམ་འདི་ལས་བརྟེན་ སློབ་སྐྱུག་ཚུ་ལུ་རྫོང་ལ་ ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤེས་ཚུན་ཐབས་ལུ་ བན་པ་ག་དེ་སྟེ་
རང་འདུག་ག།

ནང་གསེས་གྱི་དྲི་བ།

- ༡ ་) སློབ་གྲྭ་ནང་ལུ་ ལྷག་ནིའི་ལས་རིམ་འདི་གི་ བན་པ་གཅི་རང་འདུག།
- ༢ ་) ལྷག་རིགས་ཡར་རྒྱས་བཏང་ཐབས་ལུ་ ཐབས་ལམ་དྲག་ཤོས་ག་འདུག ག་ཅི་འབད།
- ༣ ་) རྫོང་ལ་ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤེས་ཚུན་ཐབས་ལུ་ ཐབས་ལམ་ག་ཅི་རང་དགོས་འདུག།

ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཐབས་ལམ།

ཞིབ་འཚོལ་འདི་ནང་ལུ་ བྱངས་བཅའ་ཐབས་ཤེས་འདི་ལག་ལེན་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཨིན། ཐབས་ཤེས་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ མཁོ་ཆས་གཙོ་བོ་
ལྷ་རྟོག་དང་ དྲི་བཀོད་ཆ་མ་ཚང་བ་འདི་ལག་ལེན་འབྲེལ་སྟེ་ སློབ་སྐྱུག་ཚུ་གི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ དབྱེ་དབྱེད་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལྷ་རྟོ་
གཅིག་གི་རིང་ལུ་ ལྷག་ནིའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲན་འབྲེལ་སྟེ་ རྫོང་ལ་ལྷག་ནི་ནང་ལུ་གོམས་གཤེས་དང་ ལྷག་ནི་ཡར་རྒྱས་ཚུ་ ལྷ་
རྟོགས་དང་ སློབ་དཔོན་ཚུ་ལས་ བསམ་ལེན་ཚུ་ལེན་སྟེ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡི།

འགོ་ཐོག་གནས་ཐོ་དབྱེ་དཔྱད་དང་བཤད་པ། (Base-line data)

དབྱེ་བ་ལྷ་ལྷ་པའི་ལྷ་རྟོག་ལུ་ ཉེན་མ་རེ་ལུ་དུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༣༠ ་གི་རིང་ལུ་ ར་བཅས་ཚུ་གིས་གནས་ཚུལ་འགོ་ཐོག་བསྐྱུ་ལེན་གྱི་
སྐབས་སློབ་དཔོན་ཚུ་རོགས་དང་ སློབ་སྐྱུག་ཁོང་ར་ནང་དོག་ལྷ་རྟོག་འབད་བའི་བསམ་ལན་ཚུ་ ཟུར་བྲག་བཀོད་མི་འདི་ དུས་ཡུན་
སྐར་མ་བརྒྱ་ཐམ་གི་རིང་ལུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་སྟེ་ གོ་བ་ལེན་ཡི།རྫོང་སློབ་ཚ་རོགས་མ་ཤོས་ཀྱིས་ ལྷ་རྟོག་འབད་མི་བསམ་
ལན་ནང་ལུ་སློབ་སྐྱུག་མང་ཤོས་ར་ སློབ་ས་འགྲུགས་མེད་པའི་རང་བཞིན་(weakness)བཀོད་མི་ཚུ་.....

༡ གྲོག་ཚོག་དག་ཉོག་ཉོག་མ་ལྟག།

༢ གྲོག་ཚོག་མཚམས་མ་བཅད་པ།

༣ གྲོག་དག་སྤང་མ་བཞོད་པ།

༤ གྲོག་བརྗོད་སྤྲོ་ལེགས་ཤོམ་མ་སྟོན་པ།

གནས་ཚུལ་འགོ་ཐོག་བསྐྱེད་ལེན་འབད་མི་ལྟར་དུ་ གནས་བསྐྱེད་བྱེད་པུད་འབད་བའི་སྐབས་ སློབ་ཕྲུག་བཅུ་ཐམ་ལས་ སློབ་ཕྲུག་མང་
ཤོས་ཀྱིས་ར་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་མ་ཚུགས་མི་འདི་ལུ་ དཀའ་ངལ་ལེ་ཤ་ཡོད་རུང་བཅུད་བསྐྱེད་བཅུ་བཅོན་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་
ཚོང་ལ་ལྷག་པའི་སྐབས་ལུ་ བརྗོད་སྤྲོ་དག་ཉོག་ཉོག་འབད་ལྷག་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་ ཚོག་མཚམས་དང་ཚོང་མཚམས་ ལ་
སོགས་པའི་ལྷག་ཕུལ་མེད་མི་འདི་ཚོང་ལའི་ཡིག་རིགས་ལྷག་ནི་ལུ་གོམས་གཤེན་དང་ སློབ་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ཨིན་མས་ཟེར་ ཤེས་
རྟོགས་བྱུང་ཡི།

(དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་གདོང་ལེན་ཐབས་ཤེས)

གནས་བསྐྱེད་བྱེད་པུད་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ ཚོང་ལ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་མ་ཚུགས་མི་ གནད་དོན་གཙོ་བོ་འདི་ལྷག་ནི་ལུ་ གོམས་གཤེན་
མེད་པ་ལས་བརྟེན་ཨིན་མས། འདི་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་རང་གིས་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ མཁས་པ་སོ་སོའི་ཞིབ་འཚོལ་འབད་
ཡོད་མི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་ཅི། དེ་ཡང་..... ལྷག་ནི་དགོམ་གཤེན་ཚུད་ནིའི་དོན་ལུ་ མཁས་པ་Shaman
(༢༠༠༤)གིས་འབད་བཅུ་བཅོན་ རང་སྟོན་པའི་གནས་ཁང་དཔེར་ན་སློབ་ཁང་ཡང་ན་ རང་གི་ཁྱིམ་ལ་སོགས་པ་ག་ཉེ་རང་ཨིན་རུང་ རང་
གི་ལྷ་བའ་འདོད་ཡོད་མི་ གི་དེབ་དང་ཕན་ཐོག་ཡོད་མི་ཚུ་ དཔེ་མཚོན་རྒྱུ་ལུ་མཁོ་གྲུབ་འབད་དེ་བཞག་དགོ་ཟེར་ཨིན་མས།
༡༩ ཤོག་༢༡ གྲོག་མཁས་པ་འདི་གིས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་འདི་ལུ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ཁོང་རང་གི་དཀའ་ངལ་གི་དེབ་ཚུ་ བསྐྱེད་ལྷག་འབད་
བཅུག་སྟེ་ཁོང་རང་གི་ཁྱིམ་ནང་ལུ་ བཞག་ཐོག་ལས་དབྱིན་ལྷ་པའི་དབྱིན་ཚོས་༡༢ ལས་༡༩ ཚུན་ བདུན་ཕྲག་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལུ་རྩོ་པ་
ཕྱི་རུ་དུས་ཡུན་སྐར་མ་༤ ལས་༡༠ གི་རིང་ལུ་ ལྷག་ནི་ལུ་སློབ་བསྐྱེད་དེ་ལྷག་སྐྱེད་འབད་དགོཔ་སྟེ་སྐབ་ཅི། དེ་ལས་སློབ་ཁང་སློབ་སྟོན་
འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ ལྷག་ནི་ལུ་དཀའ་ངལ་ཡོད་མི་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ ལྷག་ནི་གི་གོ་སྐབས་མང་སུ་ཅིག་བྱིན་ཐོག་ལས་ ལྷག་ནི་
གོམས་གཤེན་ཚུད་ཐབས་ལུ་འབད་བཅོན་འབད་ཡི།

མཁས་པ་Jeanne(2009)གིས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ ལྷག་ནི་འདི་སློབ་ཅན་ཅིག་ཨིན་ཟེར་མཚོ་དགོ། ལྷག་པའི་
སྐབས་སུ་དོན་ཚན་རྒྱུད་ཀྱི་ལས་ འགོ་བཅུགས་དགོ་ཟེར་ཨིན་མས། (p.4) རང་བཅས་ཚུ་གིས་མཁས་པ་འདི་གི་ལྷ་བའ་ལུ་ གཞི་
བཞག་སྟེ་ཡིག་གུའི་གཟུགས་བརྟན་བཞོད་མི་ ག་བརྩམ་མཐོང་མ་ཅིག་ག་ཅི་སྐོར་ལས་ཨིན་ན་ཟེར་བའི་ སློབ་སྐྱེད་དེ་དུམ་དག་
ཅིག་ཨིན་རུང་ ལྷག་བཅུག་ཅི་དེ་ལས་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ ཉིན་མ་གཅིག་ལུ་དུས་ཡུན་སྐར་མ་༤ ལས་༡༠ དེ་ཅིག་ དོན་མཚམས་སློབ་ཡོད་
མི་གཅིག་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཐོག་ལས་ ལྷག་དགོཔ་སྟེ་སྐབ་ཅི།མཁས་པ་Chached(2010)གིས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ལྷག་ནིའི་
ས་གནས་སྐྱིད་ཉོང་ཉོ་ཅིག་ནང་སྟོན་དགོ། ལྷག་པ་ད་དམིགས་ཡུལ་ཅིག་བསྐྱེད་དགོ་ཟེར་ཨིན་མས། (para.2)འདི་ལུ་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་
གིས་ཉིན་མ་གཅིག་ནང་ལུ་ དུས་ཡུན་སྐར་མ་༤ རེ་སྟེ་ མི་འཚོམས་ས་མ་ཡིན་པའི་ས་སྐོ་ནང་སྐྱིད་ཉོང་ཉོ་ཅིག་ནང་གཏང་སྟེ་ དོན་

མཚམས་གཅིག་གི་ཁྲིམས་ལྟར་སྟེ་ རྟོན་མཚམས་འདི་དོན་དག་གི་ཚིག་མཚན་ཡིན་ན་ ཤེས་ཚུགས་པ་འབད་ལྷག་ནི་ལུ་བཙོན་འགྲུལ་
བསྐྱེད་ཅི།

ཤུལ་མའི་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་གནས་སྟངས་སྟེ་བསྟུ་ལེན་གྱི་དབྱེད་ཕྱད།

ཤུལ་མའི་ལེགས་བཅོས་གནས་སྟངས་སྟེ་བསྟུ་ལེན་གྱི་ སྐབས་ཀྱི་ལྷག་ནི་གོམས་གཤེན་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཤེས་ཐབས་ལུ་ བརྗོད་སྟེ་འདི་ཤེས་
དགོམ་འདུག་ཟེར་ བཀོད་ཡོད་པའི་ཁར་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་བརྗོད་སྟེ་དག་ཉོག་ཉོ་འབད་ སྐབས་ཚུགས་དགོམ་ཚིན་ཚུ་ཁ་གོང་འཕེལ་
ལྷན་ཚུགས་༡༩༩༩ གཤེས་ བཀོད་མི་ནང་ཚོང་ཁའི་སྐད་དང་ ཡི་གུ་སྐྱོད་གསལ་གསལ་འབད་ལྷག་ཚུགས་མི་ཚུགས་དང་ སྐབས་
ཚུགས་མི་ཚུགས་འདི་ ཡི་གུ་འདི་སྐྱོད་གསལ་གྱི་གནས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ ཤེས་མི་ཤེས་ལུ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། །ཤོག་
༤༡ གྱི་འདི་འབད་མ་ལས་དབྱིན་ལྷོ་ཡའི་དབྱིན་ཚེས་༡༩༩༥-༡༩༩༩ ལུ་ལྷག་ནི་དབྱེ་ཞིབ་འབད་མ་དུ་ སློབ་ཤིམ་དུག་པའི་སློབ་ཕྲུག་
བཅུ་ཐམས་གར་གིས་ ཡི་གུ་འདི་སྐྱོད་གསལ་དང་ཡི་གུ་འདི་ཕྱེད་ཚུ་ལེ་ལས་ བརྗོད་སྟེ་དབྱེ་བ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་ཚུགས་
འབད། དེ་འབད་སྐབས་འབྲུག་འབྲུག་མི་དེ་ཡང་ ཉིན་མ་རེ་ལུ་དུས་ཡུན་སྐར་མ་༣༠ གི་རིང་ལུ་ གསར་ཤོག་ལྷག་པའི་སྐབས་ཡི་གུ་འདི་སྟེ་
གནས་ལུ་གཙོ་བོ་སྟེ་ཐོག་ལས་ སྐྱོད་བའབད་བཅུག་ཡི།

ཡི་གུ་ལྷག་པའི་སྐབས་བརྗོད་སྟེ་དག་ཉོག་ཉོ་འབད་ སྐབས་དགོམ་ཚིན་དག་དབང་དོར་༡༩༩༩ གྱི་འདི་བཀོད་མི་ལྷན་དུ་ འབད་བ་ཚིན་
སྟེན་འཇུག་ལུ་ཅིག་གིས་བཅུགས་འདོགས་ལུ་ མ་གཏོགས་རྒྱུ་པ་ལུ་མ་འཇུག་མི་དང་ ལུ་ཅིག་གིས་རྒྱུ་པ་ལུ་མ་གཏོགས་
བཅུགས་འདོགས་ལུ་ ཡང་མི་འཇུག་དོ་ཡོད་པ་ལས་དེ་ཚུ་གི་ དབྱེ་བ་ཤེས་དགོམ་འདི་ག་ནི་བ་གལ་ཆེམ་འབད་ བཀོད་དེ་
འདུག། །ཤོག་༡༡ གྱི།

དབྱེ་དབྱེད་གཉིས་ག་བསྟུ་

ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་གིས་གནས་སྟངས་སྟེ་བསྟུ་ལེན་གྱི་ དབྱེ་དབྱེད་དང་ཤུལ་མའི་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་གནས་སྟངས་སྟེ་བསྟུ་ལེན་གྱི་ དབྱེ་དབྱེད་ག་
བསྟུ་འབད་བལྟམ་ད་ལྷན་གཅིག་གི་རིང་ལུ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ལྷག་ནི་གོམས་གཤེན་འདི་འགྱུར་བ་ག་དེ་འབད་ འགྲོ་ཚུགས་
ཅི་ག་དབྱིན་ལྷོ་ཡའི་དབྱིན་ཚེས་༡༩༩༥ ལས་༡༩༩༩ ཚུན་ག་བསྟུ་འབད་ཡི། དེ་ཡང་དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་༣ གི་རིང་ལུ་འབད་ཡི། སློབ་ཕྲུག་
བཅུ་ཐམས་གར་གིས་ བརྗོད་སྟེ་འདི་ ཉེ་མ་དང་ཕྱད་པ་ད་ ལེགས་ཤོམ་འབད་དག་པ་སྟེ་ལྷག་ཚུགས་པས། དེ་ཡང་ལྷག་ནི་གོམས་
གཤེན་འདི་མཁས་པ་ཚུ་གིས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ཡོད་མི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཅི། དེ་ཡང་སློབ་ཕྲུག་ཁོང་རང་སྟོན་མའི་
ས་སྟོན་ ཀི་དེ་བ་ཚུ་བཞག་ནི་དང་ རྟོན་མཚམས་ཐུང་ལུ་ལྷག་ཐོག་ལས་དོན་དག་ཤེས་པ་བཟོ་ནི་ དེ་ལས་ཨ་ལོ་ཁོང་རང་གིས་
དག་འམི་དོན་ཚན་འདམ་ཁ་རྒྱུ་ཐོག་ལས་ ལྷག་བཅུག་མི་ལས་བརྗོད་སྟེ་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ ལྷག་ནི་གོམས་གཤེན་དུ་མ་དག་པེ་ ཚུད་
ཚུགས་མི་འདི་ཐབས་ཤེས་དེ་ཚུ་ལས་བརྗོད་ཡིན་མས།

འདི་འབད་མ་དང་བཅས་ཚུ་གིས་ གནས་སྟངས་སྟེ་དབྱེད་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ དཀའ་ལཱ་གཉིས་འཐོན་ཡོད་མི་ ལྷག་ནི་གོམས་གཤེན་
ཚུད་ཐབས་དང་ བརྗོད་སྟེ་དག་པ་སྟེ་མ་ཤེས་པའི་དཀའ་ལཱ་འཐོན་ཡོད་རུང་ བརྗོད་སྟེ་གི་དཀའ་ལཱ་འདི་ལེགས་ཤོམ་འབད་མེལ་
ཚུགས་ཅི།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ སློབ་དེབ་དང་ཡིག་རྒྱུགས་ དེ་ལས་ལྷག་རིགས་ག་ཅི་རང་ལྷག་རུང་འདི་ཚུ་ ལྷག་པའི་སྐབས་ལུ་ཚིག་མཚམས་
དང་དོན་མཚམས་ཚུ་བཅད་དེ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་མ་ཤེས་པའི་ཁར་སྐད་ཀྱི་སང་ཕབ་དང་ བསྐྱོགས་སྟོན་ཚུ་ཡང་རན་ཏོག་ཏོ་
འབད་ ལྷག་མ་ཚུགས་པ་ལས་བརྟེན་ གོ་བ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ལེན་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་དེ་ཡང་ ལྷག་
ནིའི་གོམས་གཤིས་ཚུན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཐབས་ཤེས་ག་ཅི་ར་བརྟོན་དགོས་འདུག་ག་ཟེར་བའི་དོན་ཚན་ཐོག་ལུ་ཞིབ་འཚོལ་འབད་
ཡི། སློབ་བཏང་ཚུ་ཁའི་སྐད་ཡིག་འདི་ ཡར་རྒྱས་འགྱུར་གོ་པ་ཅིན་ ལྷག་ནིའི་རིག་ཅུལ་འདི་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཁག་ཆེ་བས་ཟེར་
། སློབ་དཔོན་༡༡ ལྟེ་ སློབ་ཕྲུག་༣༤ ལྟེ། གིས་ཡང་བཤད་པ་མས།

ཞིབ་འཚོལ་དེ་ཡང་ ཞིབ་འཚོལ་པ་གཞན་གྱིས་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དང་བསམ་འཚར་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་
ཐོག་ལས་ ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤིས་ཚུན་ནིའི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ལག་ལེན་འབྲེལ་སྟེ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་བའི་ཤུལ་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་
གྲུབ་འབྲས་ཅན་ཅིག་ལུ་བྱུང་ཡོད་པ་ལས་ ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤིས་ཚུན་པ་ཅིན་འབྲི་ནི་དང་ སློབ་ནིའི་རིག་ཅུལ་ལུ་ཡང་ཁེ་ཕན་
ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ཡི།

། སློབ་དཔོན་༣༡ ལྟེ། གིས་ རང་གི་མི་ཚེ་ནང་ལུ་ལྷག་ནི་ལུ་ གོམས་འདྲིས་ཚུན་དེ་སློབ་བསྐྱེད་ཚུགས་པ་ཅིན་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་
ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྲུམ་ཚད་ཡར་རྒྱས་འགྱུར་ཚུགས་པའི་ ཁེ་ཕན་སྲོམ་སྟེ་རང་ཡོད་པ་སྟེ་བྱུང་ཡི། དེ་དང་འབྲེལ་སྟེ་ ལྷག་ནི་འདི་གིས་མིང་
ཚིག་རྒྱ་བསྐྱེད་དང་གནས་ཚུལ་མ་འབྲེལ་འདི་ཚུ་ ཤེས་ཚུགས་པའི་ཁར་ཚོམ་སྤྲིག་པ་དང་ལྷག་མི་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ འབྲེལ་བ་བཟོ་སྟེ་
ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱུན་འདི་གཅིག་གི་གཅིག་ལུ་སྟེལ་ཚུགས་པའི་ཁར་ མི་གི་མཐོ་བསམ་གཏང་ཐངས་དང་ བྱ་སྟོན་ཡང་འགྱུར་བཅོས་
གཏང་ཚུགས་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤིས་འདི་གིས་ དཔེ་དེབ་ག་ཅི་བཟུམ་ར་ལྷག་རུང་ དོན་དག་ཚུ་ལེགས་
ཤོམ་སྟེ་ཤེས་ཚུགས་པའི་ཁར་ རང་གི་མི་ཚེ་གནས་སྤངས་ནང་ལུ་ ཉིན་བསྟར་བཞུགས་ཏུ་མཁོ་བའི་ ལམ་སྟོལ་དང་བརྩི་མཐོང་ལ་
སོགས་པའི་ བསམ་སྟོན་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་པ་ལས་ བན་ཐོགས་ཡོད་པ་སྟེ་གྲུབ་འབྲས་བྱུང་ཡི་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།
འདི་འབད་མ་ལས་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་བརྒྱུད་ལུ་ ལྷག་ནིའི་རིག་ཅུལ་ཚུ་ཡར་རྒྱས་ བཏང་ཐབས་ལུ་ སློབ་གྲྭ་ཁག་ལས་པར་ ལྷག་དེབ་
དང་ སློབ་དེབ་ཚུ་ ལངས་སྟེ་སྟོན་དགོས་མ་ཚད་ ཤེས་རིག་གི་རྩ་གཞུང་ཚུ་ཡང་ལེགས་མཚོས་འབད་དེ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ ལྷག་ནིའི་
གོ་སྐབས་མངམ་ སློབ་ཚུགས་པའི་ རྩ་གཞུང་དང་ ལམ་སྟོན་ཚུ་ཚུན་དགོས་འདུག།

གྲུབ་འབྲས།

ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་གིས་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ དོན་ཚན་ཚོང་ལ་ལྷག་ནི་གོམས་གཤིས་དང་ བརྟེན་སྐྱེད་པ་སྟེ་ལྷག་མ་ཚུགས་པའི་ དཀའ་
ངལ་བྱུང་མ་ལས་དཀའ་ངལ་དེ་ཚུ་ སེལ་ཐབས་གྱི་དོན་ལུ་ བརྟེན་ཞིབ་འབད་ཡོད་མི་འདི་ གནས་སྤུན་ཚུ་དབྱེ་དབྱུད་འབད་ཡི། འདི་
འབད་མ་ལས་དུས་ཡུན་རྒྱུལ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་འདི་ལུ་གྲུབ་འབྲས་ག་དེ་སྟེ་བྱུང་ཡི་ག་ཟེར་བ་ཅིན་ ཚོང་ལ་ལྷག་
ནི་གོམས་གཤིས་ཚུན་ཐབས་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་འདི་གྲུབ་འབྲས་ཉ་ལམ་ཅིག་ཐོན་ཚུགས་ཅི། ཞིབ་འཚོལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་འདི་
གིས་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ ལྷག་ནིའི་གོམས་ཚུན་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ཚུགས་པ་འོང་མཐོ་བའི་རེ་བ་ཡོད། འདི་འབད་མ་དང་མཁས་
པ་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ ལྷག་ནི་གོམས་གཤིས་མེད་མི་ཚུ་གོམས་གཤིས་ཚུན་ནི་འདི་ རང་གི་སློབ་ལེན་ཐོག་ལས་ལྷག་སྤུང་འབད་

དགོ་པའི་ཁར་ ཏུས་ཚོན་འགོ་རྩུལ་ཡིན་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་མས།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ལྷག་པའི་སྐབས་བརྗོད་སྐབས་དག་མི་དགའ་བའ་དེ་ མཁས་པ་ཚུ་གིས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ལག་ལེན་
འབབ་བལྟམ་ད་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ སན་སློབ་སླེ་ཐོག་ཚུགས་ཅི། དེ་སླེ་ཤེས་མི་འདི་ཡང་སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ བཟླ་ཉེན་འབད་བའི་ཤུལ་
ལུ་བསམ་ལན་བཀོད་པའི་སྐབས་ ཉེས་པའི་ཆ་མེད་པ་ལས་ལེགས་པའི་ཆ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སླེ་བཀོད་མི་འདི་དང་འབྲེལ་མཉམ་ད་ ཐབས་
ལམ་དེ་ཚུ་གིས་བརྗོད་སྐབས་ལུ་དགའ་བའ་མེད་པ་སླེ་ འགྱུར་བ་འགྲོ་ཚུགས་ཅི་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན། ཞིབ་འཚོལ་འདི་གིས་རང་ལུ་ཡོད་པའི་
དགའ་བའ་ ག་ར་སེལ་མ་ཚུགས་རུང་ལ་ལུ་སེལ་ཚུགས་པའི་རུས་པ་ སློབ་འབད་ཡོད་ལུགས་ཚུ་ཉ་གོ་ཡི་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

ལེའུ་ཚན་བརྩམ་བསྐྱུས།

སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ སློབ་དེབ་དང་ཡིག་རྒྱུགས་ དེ་ལས་ལྷག་རིགས་ག་ཅི་རང་ལྷག་རུང་འདི་ཚུ་ལྷག་པའི་སྐབས་ལུ་ ཚོག་མཚམས་
དང་དོན་མཚམས་ཚུ་བཅད་དེ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་མ་ཤེས་པའི་ཁར་སྐད་ཀྱི་སང་ཐབ་དང་ མཚོགས་སྟོན་ཚུ་ཡང་རན་ཉེན་ཉེ་
འབད་ ལྷག་མ་ཚུགས་པ་ལས་བརྟེན་ གོ་བ་ལེགས་ཤོམ་སླེ་ལེན་མ་ཚུགས་པའི་དགའ་བའ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་གི་ཞིབ་འཚོལ་དེ་
ཡང་ ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤིས་ཚུན་ནིའི་དོན་ལུ་ ཐབས་ཤེས་ག་ཅི་ར་བརྟེན་དགོས་འདུག་ག་ཟེར་བའི་དོན་ཚན་ཐོག་ལུ་ཞིབ་འཚོལ་
འབད་ཡི། ཞིབ་འཚོལ་དེ་ཡང་ ང་གིས་ ཞིབ་འཚོལ་པ་གཞན་གྱིས་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དང་བསམ་
འཆར་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་ལས་ ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤིས་ཚུན་ནིའི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་སླེ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་བའི་ཤུལ་
ལུ་ དེའི་ཞིབ་འཚོལ་འདི་གྲུབ་འབྲས་ཅན་ཅིག་ལུ་བྱུང་ཡོད་པ་ལས་ ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤིས་ཚུན་པ་ཅིན་འབྲི་ནི་དང་སྐབས་ནིའི་རིག་
རྒྱལ་ལུ་ཡང་ཁེ་སྤོང་ཡོད་པ་སླེ་མཐོང་ཡི། སྤྱིར་བཏང་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་བརྩམ་དོན་བཤད་པ་ཅིན་ རང་གི་མི་ཚོ་ནང་ལུ་ལྷག་ནི་ལུ་གོམས་
འདྲིས་ཚུན་དེ་སློབ་བསྟེན་ཚུགས་པ་ཅིན་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྱིས་ཚད་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཚུགས་པའི་ ཁེ་སྤོང་སློབ་སླེ་
རང་ཡོད་པ་སླེ་བྱུང་ཡི། དེ་དང་འབྲམ་སླེ་ ལྷག་ནི་འདི་གིས་མིང་ཚོག་རྒྱ་བསྟེན་དང་གནས་ཚུལ་མ་འདྲམ་འདི་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་པའི་ཁར་
ཚུམ་སྒྲིག་པ་དང་ལྷག་མི་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ འབྲེལ་བ་བཟོ་སྟེ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱུན་འདི་གཅིག་གི་གཅིག་ལུ་སྟེལ་ཚུགས་པའི་ཁར་ མི་གི་
མནོ་བསམ་གཏང་ཐབས་དང་ བྱ་སྟོན་ཡང་འགྱུར་བཅོས་གཏང་ཚུགས་པའི་རུས་པ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷག་ནིའི་གོམས་གཤིས་འདི་
གིས་ དཔེ་དེབ་ག་ཅི་བཟུམ་ར་ལྷག་རུང་ དོན་དག་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སླེ་ཤེས་ཚུགས་པའི་ཁར་ རང་གི་མི་ཚོ་གནས་སྤངས་ནང་
ལུ་ ཉེན་བསྐྱར་བཞུག་དུ་མཁོ་བའི་ ལམ་སྟོལ་དང་བཟི་མཐོང་ལ་སོགས་པའི་ བསམ་སྟོན་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཤེས་ཚུགས་པ་ལས་ སན་
ཐོགས་ཡོད་པ་སླེ་གྲུབ་འབྲས་བྱུང་ཡི་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་ཐོ། References

ཕུག་དོར་དབང་། ༢༠༠༥ ། ལེགས་བཤད་རྒྱུན་དབང་གི་འགྲེལ་བཤད་། རྫོང་ཁ་ ། ཀྱི་ཕུན་ཚོགས་སྤྱི་ལེ་ཨེམ
རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་། ༢༠༠༡ ། རྫོང་ཁའི་བརྗོད་གཞུང་གསར་པ་ཐིམ་ཕུག་ : ཀེ་ཨེམ་གྱི་
Aebersold.A(1997). *From Reader to Reading Teacher*.UnitedKingdom:Cambridge.

- Andrey.F.(2003). *The Early Detection of Reading Difficulites*.Wested:Jossey-Boss.
- Christine.N.(1982). *Teaching reading skills in a foreign language*.Londen:Nuttall,Christine.
- Clay (1972). *The early detection of reading difficulties*. Heinemann.
- Dolores (1983). *Teaching them to read*. Londen:Allyn and bacon.C.
- Evelyn.D(1985). *Study skills for reading teachers guide*. Wgitney,Norman.
- Jeanne.G (2009). *How to use your readers in your essays*.Paris:
- Kaye.L (1994). *Growing Into Readers*.Primary English.
- Rechard,t.Vacca (2002).*Content Area reading*.Londen:Allyn and Bacon.