



RABSEL: the CERD Educational Journal

ISSN 2957-8019(Online) | ISSN 2077-4966(Print) |

23(2) 1-22

Journal homepage: Journal.pce.edu.bt



མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུབ་སློབ་སྦྲུག་ཚུ་ལུ་ གཡུས་ཀྱི་དག་གཤིས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱ་ལུ་ དཀའ་ངལ་གྱི་བྱུང་པར་ འཚོལ་ཞིབ།

བསམ་གཏུན་མཐར་ཕྱིན།

སྤེལ་སྤྱོད་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུབ་ལེགས་བཤད་པ།

<http://doi.org/10.17102/rabsel.23.1.14> | Accepted November 2022 | Published November 2022

བསྐྱེད་ཐོག།

ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྫོང་ཁག་དང་ ལུང་ཕྱོགས་ཁག་ལས་པར་ གཡུས་སྐད་མ་འདུལ་ ཤར་ཕྱོགས་པ་ ལྟོ་མཚམས་
ཁངས་ཁ་ཟེར་ ལེ་ཤར་སྐབ་སློབ་ཡོད་པའི་དག་གཤིས་ཚུ་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཁ་སྐད་རྫོང་ཁ་འདི་ སྐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ རྫོང་སྐྱ་མ་དགལ་
ག་དེ་སླེ་ར་འབྲུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཐོག་ལས་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་བཀོད་པ་མི་འདུག། དེ་འབད་མ་ལས་ གཡུས་སྐད་སོ་སོ་
ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་གསལ་བྱེད་དང་མགོ་འདོགས། སློན་འཇུག་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མིང་ཚིག། རྫོང་ཁའི་འཇུག་ལུ་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་
དང་ དམིགས་བསལ་རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱ་སོ་སོ་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་ཚུ་འི་རྫོང་སྐྱ་མ་དགལ་ ག་དེ་སླེ་ར་ཡོད་ག་ ཁ་གསལ་སླེ་ཏ་གོ་ཚུགས་ནིའི་
དོན་ལས་ མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུབ་སློབ་སྦྲུག་ཚུ་ལུ་ གཡུས་ཀྱི་དག་གཤིས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱ་ལུ་ དཀའ་ངལ་གྱི་བྱུང་པར་
འཚོལ་ཞིབ་ཟེར་བའི་ དོན་ཚན་ཐོག་ལུ་ གཡུས་སྐད་ཁག་མ་འདུལ་བརྒྱུད་ལས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་སློབ་སྦྲུག་ མོ་མོ་ཡོངས་བསྐྱོམས་
༥༠ ལུ་ རྒྱུངས་བཅོན་ཐབས་ལས་ ལྷ་རྟོག་དང་ཡིག་ཆ་དབྱེ་དབྱེ་གཉིས་ ལག་ལེན་འབབ་སྟེ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ སྤྱིར་
བཏང་ སློབ་སྦྲུག་གོ་ར་ལུ་བྱབ་མཉམ་སྟེ་ ཡོད་པའི་རྫོང་སྐྱའི་དཀའ་ཚིག་དང་། དམིགས་བསལ་ གཡུས་སྐད་སོ་སོ་སྐབ་མི་ལུ་ཡོད་པའི་
རྫོང་སྐྱའི་དཀའ་ངལ་ཚིག་སྟེ་ དཀའ་ངལ་ཁག་གཉིས་ཡོད་པ་སྟེ་ ཐོན་ཏེ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཞིབ་འཚོལ་སྤྲོད་འདི་ནང་ལུ་ ཁ་གསལ་སླེ་བཀོད་དེ་
ཡོད་པ་ཨིན།

དུས་རྒྱུ

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ས་རྒྱ་དང་མི་འཕྲོད་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལས་རྒྱུ་རུང་ ལ་སྐད་མ་འདྲམ་ལེ་ག་ཅིག་ཡོད་པ་ ལས་ ལ་སྐད་ཀྱིས་ཕྱག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན། དེ་སྤེལ་ཞིན་པའི་ཁྲུང་ས་ཡང་ རུབ་ཕྱོགས་རྫོང་ལག་རྩེ་ནང་ལུ་ སྤེལ་ལོང་པའི་ལ་ སྤེལ་ཕྱག་ པའི་ལ་ དྲངས་རྒྱ་པའི་ལ་ ཡོ་ལེ་པའི་ལ། དུས་ཕྱོགས་རྫོང་ལག་ནང་ལུ་ བུམ་ཐང་པའི་ལ་དང་ ཁེངས་ལ། འཕར་ཕྱོགས་རྫོང་ལག་ནང་ལུ་ འཕར་ཕྱོགས་པའི་ལ་(ཚངས་ལ་) ཀྱར་སྟོད་པའི་ལ་ ཀྱར་སྐད་པའི་ལ་ རོ་ལའི་ལ་ ཁེངས་ལ་ རྩ་མང་པའི་ལ་ རྩ་ལི་པའི་ལ་ དགོངས་ འདུས་པའི་ལ། བྱང་ཕྱོགས་རྫོང་ལ་ནང་ལུ་ ལ་ཡ་པའི་ལ་དང་ འབྲོག་ལ། ལྷོ་ཕྱོགས་རྫོང་ལག་ནང་ལུ་ ལྷག་པ་འགྲམ་སྤོང་པའི་ལ་དང་ ལྷོ་ མཚམས་པའི་ལ་ (ནེ་པ་ལི) རྒྱ་སྐབ་སྤོང་ལོད་པ་ཡིན། དེ་སྤེལ་ཞིན་པའི་ཁྲུང་ས་ཡང་ རྫོང་ལའི་བདེ་གཞུང་ གསར་པ་ (༢༠༠༢) དང་ བདེ་གཞུང་སྤང་བའི་སྟོན་མེ་ (༢༠༡༣) ལ་ལུ་ ལ་སྐད་མ་འདྲམ་ལག་ ༣༠ དེ་ཅིག་ཡོད་རུང་རྒྱུ་བ་ཕྱི་ལོ་ རྫོང་ལ་(སྤེལ་ལོང་པའི་ལ་) འཕར་ཕྱོགས་པའི་ལ་ བུམ་ཐང་པའི་ལ་ ལྷོ་མཚམས་པའི་ལ་བཞི་ནང་ལུ་བསྐྱམས་ཡིན་མེ་འདུག།

ལ་སྐད་གཙོ་བོ་བཞི་འདི་ནང་ལས་ སྤེལ་ལོང་པའི་ལ་དེ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཞུང་ལ་སྤེལ་གདམ་འཐུ་འབད་དེ་ མིང་ཡང་རྫོང་ལ་ཟེར་ བཏགས་ལུགས། དེ་ཡང་ བདེ་གཞུང་གསར་པ་ (༢༠༠༢) ལ་ལུ་བཀོད་མི་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ འཕར་ཐང་སྤེལ་གསུམ་ལུ་ སྤེལ་སྤོང་ལོད་པའི་ སྤེལ་ལོང་པའི་ལ་དེ་ དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པའི་ནང་ལུ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་ལབས་དྲུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཕྱོགས་ཀྱིས་ ཚོས་སྤོང་གཉིས་ ཀྱི་ཕྱག་ལུ་གནང་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལ་སྐད་སྤེལ་ ཆ་འཛེག་མཛད་དེ་ རྫོང་གཞི་ལག་ལུ་སྤེལ་ལས་ མིང་ཡང་རྫོང་ལ་ཟེར་བཏགས་གནང་ཞིན་ལ་ ལས་ ལག་ལེན་འཐབས་ལུགས། དེ་ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་གསུམ་པ་ འཛིགས་མེད་དོ་རྗེ་དབང་ཕྱག་མཚོག་གིས་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༡ ལུ་ རྒྱལ་ ཁབ་ཡང་རྒྱས་ཀྱི་འཆར་གཞི་འགོ་བཙུགས་པ་དང་བསྟུན་ རྫོང་ལ་དེ་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤེལ་ལོང་ལེན་མཛད་གནང་ལུགས་ (རྫོང་ལ་གོང་ འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ ༢༠༡༣)། རྫོང་ལ་ལམ་སྟོན་གྱི་དཔེ་དེབ་ཡང་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༡ ལུ་ བཞུ་ཚོ་དབང་གིས་ རྫོང་ལའི་སྤེལ་བཀོད་རབ་གསལ་ སྤྱི་ལོ་དངས་དང་པ་བཅུ་མས་ཏེ་ སྤོབ་གྲ་ལག་ལུ་བཀའ་ཞིན་ལ་ལས་ ལྷག་སྟོན་གྱི་ལམ་ལུགས་བཙུགས། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༦ ལུ་ རྫོང་ལ་གོང་ འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་གསར་བཙུགས་གནང་(རྫོང་ལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ ༢༠༡༣)། སྤེལ་ རྫོང་ལའི་བདེ་གཞུང་གསར་པ་བཅུ་མས་ཏེ་ ད་སྟོ་ རྒྱུ་རྫོང་ལ་དེ་གོང་འཕེལ་འགྲུ་བའི་བསྐྱར་ར་ཡོད་པ་ཡིན།

འབྲུག་པའི་ལ་སྐད་རྫོང་ལ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོ་རྟགས་གལ་ཅན་རྒྱུ་ལོ་གསལ་ལས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ འབྲུག་རྩ་ ཁྲིམས་ཆེན་མོ་ ༢༠༠༥ རྩ་ཚན་ ༤ པ་ནང་ལུ་ མི་ཁྲུངས་ཡིན་པ་ཅིན་ རྫོང་ལ་སྤེལ་ཤེས་པ་དང་འབྲི་ཤེས་པ་དགོ་པ་སྤེལ་བཀོད་དེ་འདུག། རྫོང་ལ་སྤེལ་ད་དང་ ལྷག་པ་ད་གི་སྤེལ་ཚད་ཡོད་མེད་འདི་ ཅིག་རྫོང་སྤེལ་སྤེལ་ལོ་ལུ་རག་ལས་པའི་ལར་ དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་རྒྱལ་ས་ཐང་ ཐིམ་གཉིས་ཀྱི་རྫོང་གཞིས་ནང་ལུ་ སྤེལ་སྤོང་ལོད་པའི་རྫོང་ལའི་རྫོང་སྤེལ་འདི་དག་ཤོས་ཡིན་ལས་ དེ་དང་མཐུན་སྤེལ་བཀོད་ཟེར་ རྫོང་ ལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ (༢༠༠༢) དང་ (༢༠༡༣) ལ་ལུ་བཀོད་དེ་འདུག། ཡིན་རུང་ ད་ལེས་ནངས་པར་ རྫོང་ལ་འདི་ འབྲུག་མི་མང་ ཤོས་ཀྱིས་སྤེལ་རྒྱུ་ལུ་ རྫོང་སྤེལ་གཞིས་ལག་གཉིས་ནང་ལུ་ སྤེལ་དོ་བཟུམ་སྤེལ་ དག་མ་རྒྱུགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཅིག་ རང་མའི་གཞུགས་ སྐད་ལུ་བཞེན་ཏེ་ཡིན་མེ་སྤེལ་ ཀྱུ་ལེགས་རྒྱལ་མཚན་ (༢༠༠༦) དཔལ་འབྱོར་ (༢༠༠༩) ལུ་བཟང་དོ་རྗེ་དབང་བདེ་ཆེན་དབང་དྲག

(2016) ལྷ་གིས་བཤད་པ་ཡིན་མས། དེ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ ད་ལྟོ་གི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱ་དག་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་
ངལ་ཡོད་པ་ དེས་གཏེན་ཡིན་མས།

ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱ་གི་སྐོར་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་ཁག་གཉིས་འབད་ཡོད་རུང་ འབྲུག་ལུང་པའི་གཡུས་སྐད་སོ་སོ་ལུ་
བརྟེན་ རྫོང་ཁ་དབྱེས་གསལ་དང་ མགོ་འདོགས་ལས་གྲུབ་པའི་མིང་ཚིག་ཚུའི་རྫོང་སྐྱ་ ག་དེ་སྤེལ་དག་པ་ཡིན་ན་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་
འབད་མ་མི་འདུག དེ་ཡང་ དཔལ་འབྱོར་ (2008) གིས་ ལག་ལེན་ཞིབ་འཚོལ་ཅིག་འབད་ཡོད་མི་ནང་ལུ་ རྫོང་སྐྱ་མ་དག་པ་འདི་
གཡུས་སྐད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་མ་སྤེལ་ བཤད་ཡོད་པའི་ཁར་ རྒྱ་དང་སྤྱ་རོལ་ བུང་ཐང་དང་ཤར་ཕྱོགས་པའི་འཚོལ་བ་ དཔེ་དག་པ་རེ་
བཀོད་དེ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ གཡུས་སྐད་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ རྫོང་སྐྱ་ག་ཅི་རེ་ དག་མ་ཚུགས་པ་ཡིན་ན་ མ་བཀོད་པས། དེ་བཟུམ་སྤེལ་ རྒྱལ་
བཟང་དོ་རྗེ་དང་ བདེ་ཚེན་དབང་བླག་ (2016) གིས་ ཐབས་ལམ་བརྟེན་ཞིབ་དང་རྒྱ་བ་རྒྱ་ས་ལན་ལག་ལེན་འཐབ་སྤེལ་ རུབ་ཕྱོགས་རྫོང་
ཁག་བཞིའི་རྫོང་སྐྱ་ཚུ་གི་ རྫོང་སྐྱའི་གནས་ཚད་བརྟེན་ཞིབ་འབད་ཡོད་མི་ནང་ལུ་ གཡུས་སྐད་ལྟ་ལྟ་གསལ་ཏེ་སྤེལ་དོ་ཡོད་པ་སྤེལ་ བཀོད་དེ་
ཡོད་རུང་ གཡུས་སྐད་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ དབྱེས་གསལ་དང་མགོ་འདོགས་ལས་གྲུབ་པའི་མིང་ཚིག་ ག་ཅི་རེ་མ་དག་པ་ཡིན་ན་ མ་བཟུམ་བས།
དེ་ལས་ཡིང་སྐད་ནང་ལུ་ཡང་ དོན་ཚན་དེ་གི་ཐོག་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་འབད་མ་མི་འདུག། དེ་འབད་མ་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་ནང་ལུ་
ཐབས་ལམ་ཡིག་ཆ་དབྱེ་དབྱེ་དང་ལྟ་རྟོག་གཉིས་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་ གཡུས་སྐད་ཁག་བརྟེན་ དབྱེས་གསལ་སྤོན་རྗེས་
དང་མགོ་འདོགས་ལས་གྲུབ་པའི་ མིང་ཚིག་ཚུའི་རྫོང་སྐྱ་མ་དག་པ་ ག་དེ་སྤེལ་རེ་འཐོམ་ཡིན་ན་ གནས་སྤུད་བསྐྱེད་དང་དབྱེ་དབྱེ་
འབད་དེ་ བཀོད་ཡོད་པ་ལས་ མ་འོངས་པའི་ཞིབ་འཚོལ་པ། སྤོབ་གྲ་ཁག་གི་རྫོང་ཁ་སྤོབ་དཔོན་དང་སྤོབ་ལུག། སྤོབ་གྲའི་འཆར་གཞི་དང་
སྤོབ་ལུག་བཟོ་མི་ཚུ་ལུ་ སན་ཐོགས་སྤོབ་རེ་ འབྲུང་ཚུགས་པའི་རེ་བ་བསྐྱེད་པ་ཡིན།

ལས་དོན།

གཡུས་སྐད་ཀྱི་རག་གཞིས་ཁག་བརྟེན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱ་ལུ་ལྷུང་པར་ ག་དེ་སྤེལ་རེ་འདུག་ག་ ཞིབ་འཚུགས་
འབད་དེ་ཡོད་པའི་ལས་དོན་ཚུ་ཡང་

- སྤོབ་ལུག་ཚུ་ལུ་ གཡུས་ཀྱི་རག་གཞིས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ སྤྱིར་བཏང་རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱ་ལུ་དཀའ་ངལ་ག་དེ་སྤེལ་རེ་འདུག་ག་ ཉ་གོ་
ཚུགས་ནི།
- གཡུས་ཀྱི་རག་གཞིས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དབྱེས་གསལ་ཀྱི་རྫོང་སྐྱ་ལུ་ དཀའ་ངལ་ག་དེ་སྤེལ་རེ་འདུག་ག་ ཤེས་ཚུགས་ནི།
- གཡུས་ཀྱི་རག་གཞིས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ སྤོབ་འཚུགས་དང་རྗེས་འཚུགས་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་ཚུའི་རྫོང་སྐྱ་མ་དག་མི་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་
ཚུགས་ནི།
- གཡུས་ཀྱི་རག་གཞིས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མགོ་འདོགས་ལས་གྲུབ་པའི་མིང་ཚིག་ཚུའི་ རྫོང་སྐྱ་མ་དག་མི་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་ནི།

- སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ཚོང་ཁའི་སློབ་དཔོན་དང་ མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ ཚོང་ཁའི་ཚོད་སྲུང་དག་པ་དང་ མ་དག་པའི་ལྷན་པར་ཕྱེ་སྟེ་ སློབ་སྟོན་འབད་ནི་ལུ་ཡང་ ལམ་སྟོན་དང་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ཚུགས་ནི་འདོན་ལུ་ཨིན།

ཞིབ་འཚོལ་བྱི་བ།

དྲི་བ་གཙོ་བོ། ། ཤེས་རིག་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་གཞི་འཇུགས་ཚོང་ཁའི་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ གཡུས་སྐད་ཀྱི་དག་གཤིས་ཁག་བརྒྱད་ལུ་བརྟེན་ ཉེ་ ཚོང་ཁའི་ཚོད་སྲུང་ལུ་ མ་དག་པའི་དཀའ་ངལ་ ག་དེ་སྟེ་ར་འདུག་གོ་?

ཡན་ལག་བྱི་བ།

- ༡) གསལ་ལྟེན་ ༣༠ རེ་རེ་བཞིན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོད་སྲུང་ལུ་ དཀའ་ངལ་ག་དེ་སྟེ་ར་འདུག་གོ་?
- ༢) གསལ་ལྟེན་ལུ་ སྟོན་འཇུག་ཞུགས་པ་ད་གི་མིང་ཚིག་གི་ཚོད་སྲུང་ལུ་ དཀའ་ངལ་ག་དེ་སྟེ་ར་འདུག་གོ་?
- ༣) གསལ་ལྟེན་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ཞུགས་པ་ད་གི་མིང་ཚིག་གི་ཚོད་སྲུང་ལུ་ དཀའ་ངལ་ག་དེ་སྟེ་ར་འདུག་གོ་?
- ༤) མགོ་འདོགས་ལས་གྲུབ་པའི་ མིང་ཚིག་ཚུ་འི་ཚོད་སྲུང་ལུ་ དཀའ་ངལ་ག་དེ་སྟེ་ར་འདུག་གོ་?
- ༥) དམིགས་བསལ་ཚོང་ཁའི་དག་གཤིས་ལུ་ཡོད་པའི་ཚོད་སྲུང་ལུ་ དཀའ་ངལ་ག་དེ་སྟེ་ར་འདུག་གོ་?

ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཁེ་ཕན། :

དང་པ་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ སྐད་ཡིག་གི་སྲུང་གདངས་སློབ་སྟོན་འབད་ནི་ལུ་ བན་ཐོགས་འབྱུང་ཚུགས་འོང་། དེ་ཡང་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ རྒྱབ་འབྲས་དེ་ལུ་བརྟེན་ཉེ་ སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་སློབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ གཡུས་སྐད་ལུ་བརྟེན་ཉེ་ ཚོད་སྲུང་མ་དག་པའི་དཀའ་ངལ་ རེ་ཡོད་པ་ཅིན་ རྒོགས་རམ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་ནི་ལུ་ ལམ་སྟོན་འབད་ཚུགས་པ་ཨིན།

གཉིས་པ་ ཚོང་ཁའི་གཞུག་ལག་མཐོ་རིམ་གྱི་སྐད་ཡིག་སྲུང་ཚན་ནང་ལུ་ ལྷག་ཤོག (Reading materials) མ་ ལང་པའི་དཀའ་ངལ་བསལ་ནི་ལུ་ཡང་ རྒོགས་རམ་འབད་ཚུགས་ ད་སྟོའི་གནས་སྤངས་ནང་ལུ་ ཚོང་ཁའི་གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་དང་མཐོ་ རིམ་སློབ་སྲུང་ཚུ་ནང་ལུ་ ཚོད་སྲུང་སློབ་སྟོན་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་བྱིས་ཡོད་པའི་ལྷག་ཤོག (Reading materials) ཚུ་ མེད་པའི་དཀའ་ངལ་དང་གདོང་ལེན་བྱུང་སྟེ་ཡོད་མི་དེ་ བསལ་ནི་ལུ་བན་ཐོགས་འབྱུང་ཚུགས།

གསུམ་པ་ རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཚོང་ཁའི་ གོང་འཕེལ་ལུ་ཡང་བན་ཐོགས་འབྱུང་འོང་། དེ་ཡང་ སྐད་ཡིག་ལེགས་ཤོམ་འོང་ དགོ་པ་ཅིན་ཚོད་སྲུང་དག་པའི་གཡུ་མེ། ཚོད་སྲུང་དག་པ་སྟེ་སྲུབ་ཚུགས་ནི་འདོན་ལུ་ གཡུས་སྐད་ཀྱི་ཚོང་ཁའི་ཚོད་སྲུང་ལུ་ཡོད་པའི་དཀའ་ ངལ་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ བསལ་དགོ་པ་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་ལུ་བརྟེན་ཉེ་ དཀའ་ངལ་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་བསལ་ནི་ལུ་ ལམ་སྟོན་ འབད་ཚུགས་པའི་རེ་བ་ཨིན།

ཚུམ་གྲིས་བསྐྱར་ཞིབ།

ཚོད་སྐྱོད་དག་པ་སྡེ་སྐབ་དགོས་ལག་ཆེས།

ཚོད་ཁ་ལུ་ཡང་ གཡུས་ཕྱོགས་སོ་སོའི་དག་གཤིས་དང་ ཁ་ལྷེ་མི་བདེ་བའི་རྒྱུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཚོད་སྐྱོད་དག་པ་མཚུགས་པ་ཡང་ཐོན་དོ་ ཡོད་པ་ལས་ དཀའ་དལ་དེ་རྒྱ་བསལ་དགོས་འདི་ གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན་མས། ཀུན་ལེགས་རྒྱལ་མཚན་ (༢༠༠༤) ནང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་ སྡེ་བ་ཅིན་ ཚོད་སྐྱོད་དག་པ་ཟེར་མི་དེ་ ཚོད་ཁའི་མིང་ཚིག་བརྒྱུད་པ་རྒྱུ་ ལྷག་སྐབ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ གོ་བཅུ་འཕྲོད་རྒྱུགས་པ་དང་ མིང་ ཚིག་རྒྱ་སྐྱོད་དག་ཏེ་ག་ཏེ་སྡེ་ སྐབ་རྒྱུགས་མི་ཅིག་ལུ་ སྐབ་ཡིན་ཟེར་བཤད་དེ་འདུག པརྒྱ་ལགས་ (༡༩༤༡) ནང་ལུ་བཀོད་དོ་ཡོད་མི་དང་ འཁྲིལ་བ་ཅིན་ རྒྱ་ རྒྱ་ ལྷག་པོ་ ལྷག་མམ་ ལ་སོགས་པ་རྒྱུ་ ཚོད་ཁའི་དག་གཤིས་དང་འཁྲིལ་སྐབ་དགོ་ལག་ཆེ་ཟེར་ཡིན་མས། དེ་བཟུམ་ སྡེ་ ཚོད་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ (༢༠༠༢) དང་ (༢༠༡༣) རྒྱ་ནང་ལུ་ཡང་ ཡི་གུ་གསལ་བྱེད་རྒྱུ་ལའི་ཚོད་སྐྱོད་ རྩོན་འཇུག་གིས་ འཕུལ་བའི་ཚོད་སྐྱོད་ རྩོན་འཇུག་ལྷགས་པའི་ཚོད་སྐྱོད་རྒྱུ་ རྒྱུད་པར་ཕྱེ་སྡེ་སྐབ་ཤེས་དགོས་འདི་ གལ་ཆེས་སྡེ་འདུག། དཔལ་འབྱོར་ (༢༠༠༩) གིས་ཡང་ དཔེར་ན་ ར་བརྟུང་ཟེར་བའི་ཚིག་གི་ཚོད་སྐྱོད་འདི་ ར་བརྟུང་ཟེར་སྐབ་པ་ཅིན་ གོ་དོན་འཛོལ་མི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལས་ ཚོད་སྐྱོད་ དག་དགོས་འདི་ ལག་ཆེས་སྡེ་ཡིན་མས།

ཨིང་སྐད་ནང་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ཡོད་མི་རྒྱ་དང་འཁྲིལ་རུང་ ཚོད་སྐྱོད་རིག་རྩལ་དགོས་འདི་ གལ་ཆེས་སྡེ་འདུག། Rajadurai (2016) གིས་ཡང་ ཚོད་སྐྱོད་རིག་རྩལ་ལེགས་ཤོམ་མེད་པ་ཅིན་ སྐབ་ཐངས་ཀྱི་རིག་རྩལ་ནང་ལུ་ རྩོན་སྤོམ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་ ཟེར་ བཤད་དེ་འདུག། Zhang and Yin (༢༠༠༩) གིས་ རྩོན་སྤོམ་གི་སྤོ་སྤོམ་ལུ་གཞོན་པའི་ཁར་ ལྷག་སྐབ་གི་སྐབ་འབྲས་ལུ་ ཡང་གཞོན་པ་སྡེ་ཡིན་མས། དེ་ཡང་ དང་པར་ གཞན་གྱིས་སྐབ་མི་འདི་ཉ་གོ་མི་རྒྱུགས་ གཉིས་པར་ ཉ་གོ་རུང་ ཚོད་སྐྱོད་དག་པ་རྒྱུགས་ པའི་འདྲེགས་མཚར་ལུ་བརྟེན་ སྐབ་མི་འདི་སྤོམ་པ་མི་ཐོབ་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། བརྟུང་བསྐྱེད་པ་ཅིན་ ཚོད་ཁ་སྐབ་མི་དང་ ལྷག་གི་གཉིས་ཀྱི་ སྐབས་ལུ་ ཚོད་སྐྱོད་དག་ཏེ་ག་ཏེ་སྡེ་སྐབ་དགོས་འདི་ གཚེ་ཆེས་སྡེ་བཤད་པ་ཡིན་མས།

ཚོད་སྐྱོད་དག་པ་མཚུགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་

ཉེ་མའི་ཞིབ་འཇུག་རྒྱ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ ཚོད་སྐྱོད་དག་པ་མཚུགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཅིག་ གཡུས་སྐད་ཀྱི་སྐྱོད་དང་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཚོད་ ཁའི་སྐྱོད་དང་ལུ་གཞོན་པ་སྡེ་ཡིན་མས། དེ་ཡང་ དཔལ་འབྱོར་ (༢༠༠༩); Wei and Zhou (2002); Gilbert (2012) རྒྱ་གིས་ ཚོད་སྐྱོད་དག་པའི་ཁྲུང་ས་དེ་ གཡུས་སྐད་ལས་རྟེན་ཡིན་མ་སྡེ་བཤད་པའི་ཁར་ སྐལ་བཟང་དོ་རྗེ་དང་བདེ་ཆེན་དབང་ཤལ་ (༢༠༡༤) གིས་ ཚོད་ཁག་ ༩ ནང་གི་ ཚོད་སྤོམ་རྒྱ་གིས་ ཚོད་ཁའི་ཚོད་སྐྱོད་ལུ་གཡུས་སྐད་ ལྷན་ལྷགས་ཏེ་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༥༥.༧ དང་ སྐབ་མ་ཤེས་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༠.༤༥ ཡོད་པ་སྡེ་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་འབད་མ་ལས་ ཚོད་ཁའི་ཚོད་སྐྱོད་དག་པ་སྡེ་སྐབ་མི་ལུ་ རང་སོའི་ཁ་སྐད་དང་པ་ གཡུས་ སྐད་ཀྱིས་གཞོན་པ་ཡོད་པ་སྡེ་ཡིན་མས།

ཞིབ་འཚོལ་དང་འཁྲིལ་མ་དང་ སྐད་ཡིག་ལྷག་མི་རྒྱུ་ ཚོད་སྐྱོད་དག་པ་སྡེ་སྐབ་མི་འདི་ལྷོགས་སྐབ་མེད་པ་ཅིན་ གཞོན་པ་ལེ་ག་ར་

ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་མས། Zhang and Yin (2009) གིས་ རྒྱ་ནག་གི་ཨིང་སྐད་ལྟ་བུ་མིའི་ཚོད་སྡེའི་དཀའ་ངལ་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ དེ་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ ཚོད་སྡེ་དག་མ་ཚུགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལེ་ཤ་འདུག། དང་པར་ རྐྱད་ཡིག་དང་པའི་ཚོད་སྡེ་དང་ གདངས་ མེང་ སེང་གི་གོམས་གཤིས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྐྱད་ཡིག་གཉིས་པའི་ཚོད་སྡེ་ལུ་གོད་པ་སྟེ་ཨིན་མས། གཉིས་པར་ ཚོད་སྡེ་ལྟ་བུ་འདི་ ལོ་ན་རྒྱུང་གུ་ དང་འཕུད་པ་ད་ཀས་ཤོས་རྩེ་ ལཱ་ཁག་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་མས། གསུམ་པར་ སློབ་ཚུགས་གི་ ཚོད་སྡེ་ལྟ་བུ་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྲོང་དང་སེམས་ལྷན་གས་ ཡོད་མེད་ལུ་ཡང་ རག་ལས་པ་སྟེ་ཨིན་མས། བཞི་པར་ སློབ་ཚུགས་སྟེ་སྟོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་སློབ་སྟོན་པ་འདི་ཚོད་སྡེ་དག་མ་ཚུགས་མི་ཅིག་ ཨིན་པ་ཅིན་ ལུ་ལས་ ཁོ་གི་སློབ་ཚུགས་རྩེ་གིས་ཡང་ ཚོད་སྡེ་དག་མ་ཚུགས་པ་སྟེ་ཨིན་མས། གོང་གི་ཞིབ་འཚོལ་རྩེའི་བཅུད་དང་ འཁྲིལ་མ་ད་ རྐྱད་ཡིག་དང་པ་གཞུས་རྐྱད་ཀྱི་ཚོད་སྡེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཚོད་སྡེ་མ་དག་ཨིན་མ་ དེས་བདེན་ཨིན་པའི་ཁར་ ལོ་ན་རྒྱུ་གཞོན་ སེམས་ལྷན་གས་ སློབ་སྟོན་པའི་ཚོད་སྡེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཚོད་སྡེ་དག་མ་ཚུགས་སྟེ་ཨིན་མས། དེ་འབད་མ་ལས་ གཞུས་རྐྱད་མ་འབྲམ་སླབ་མི་རེ་ རེ་བཞིན་གྱིས་ ཚོད་ཁའི་ཚོད་སྡེ་ག་ཅི་མ་དག་ཨིན་ན་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ མ་འོངས་སློབ་དཔོན་རྩེའི་ཚོད་སྡེ་ བཅོམ་རྒྱུ་དགོས་གཤམ་ཆེ་ བས།

ཚོད་སྡེ་དག་མ་ཚུགས་མིའི་ཐབས་ཤེས།

སློབ་ཚུགས་རྩེ་ལུ་ གསལ་བྱེད་རྒྱུ་དང་ སྟོན་འཇུག་དང་རྗེས་འཇུག་ མགོ་འདོགས་ལྷན་གས་པའི་ཚོད་སྡེ་རྩེ་ རེ་བཞིན་བྱེད་པར་ ཚེ་སྟེ་སློབ་སྟོན་དང་སྐྱུང་བ་ ཕྱིན་དགོས་ཨིན་མས། ཐབས་ལམ་དེ་རྩེ་ཡང་ ཀུན་བཟང་ཚོ་རྗེ་ (2012) ལང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ དང་པར་ ཡི་གུ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་སྐྱེ་གནས་དང་སྡེ་རྩེ་ རོས་འཛིན་དང་སྐྱུང་བ་འབད་བཅུག་དགོས་མཚན་ གསལ་བྱེད་རྒྱུ་པའི་ཚོད་སྡེ་ གསལ་བྱེད་ལུ་སྟོན་འཇུག་དང་རྗེས་འཇུག་ལྷན་གས་པའི་ཚོད་སྡེ་ མགོ་ཚན་དང་འདོགས་ཚན་གྱི་ཚོད་སྡེ་རྩེ་ རེ་བཞིན་སྐྱུང་བ་འབད་བཅུག་ དགོས་ཨིན། དེའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་སྦྱོར་གྲོགས་གི་ཚོད་སྡེ་དང་དམིགས་བསལ་ ཚོད་ཁའི་རག་གཤིས་ལུ་ཡོད་པའི་ཚོད་སྡེ་གཉིས་ཀྱི་ རྒྱུད་པར་ དཔེར་ན་ ལཱ་དང་བྱ་བ་གི་བྱ་དང་ གནམ་ལས་འཕུར་པའི་བྱ་ གཉིས་ཀྱི་ཚོད་སྡེའི་རྒྱུ་རྩེ་ཡང་ཚེ་སྟེ་ སྐྱུང་བ་ཕྱིན་དགོས་ཨིན་ མས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཐབས་ལམ་ཅིག་ ཀུན་ལེགས་རྒྱུ་མཚན་ (2006) ལང་ལུ་ བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ གསལ་བྱེད་ག་དང་དགའ་ བ་འབའ་གི་ཚོད་སྡེ་ལ་སོགས་པ་རྩེ་ མང་ཤོས་གྱིས་ དག་མ་ཚུགས་པ་ལས་ ཚོད་ཚིག་བཟོ་སྟེ་ལྷན་བཅུག་སྟེ་ སྐྱུང་བ་ཕྱིན་ཚུགས་པ་ཅིན་ འག་ཞི་མས། དཔེར་ན་ ང་ག་ལུ་ཡང་ མི་དགའ། བ་འབའི་རྩེ་བར་སྟོད་ལུ་ ཟེར་དོ་བཟུམ་གྱི་ཚོད་ཚིག་ཡང་ཡང་སྐྱུང་བ་ཕྱིན་དགོས་ཨིན་ མས། དཔལ་འབྱོར་ (2009) ལང་ལུ་ བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ སྟོན་འཇུག་དང་ མགོ་འདོགས་ཀྱིས་ཚོད་སྡེ་འགྲུར་བའི་མིང་ཚིག་རྩེའི་ ཐོ་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ དཔེ་སྟོན་དང་སྐྱུང་བ་འབད་བཅུག་སྟེ་དག་རྒྱགས་ལེན་པ་ཅིན་དེ་གིས་ཡང་ སན་ཐོགས་བྱུང་ནི་མས། དེ་དང་འབྲམ་སྟེ་ ཚོད་སྡེ་དག་ཏྲི་ག་ཏྲི་གི་ཐོག་ལས་ མིང་ཚིག་གི་ཚོད་སྡེ་ སྐྱ་བཟུང་འབད་དེ་ (Mp3)བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ ཉན་བཅུག་པ་ཅིན་ དེ་གིས་ཡང་ སན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་ཨིན་མས།

སློབ་ཚུགས་ལེ་རྩེ་དང་འཕུད་པ་ད་ ཀན་ཤོས་རྩེ་ལུ་ སྐྱུང་བ་མང་སུ་འབད་བཅུག་དགོས་མཚན་ སེམས་ལྷན་གས་དང་བཙོན་པ་ཡང་ མང་སུ་བསྐྱེད་བཅུག་དགོས་ཨིན་མས། Zhang and Yin (2009) གིས་ ལོ་ན་རྒྱུ་ཤོས་རྩེ་ལུ་ སེམས་ལྷན་གས་དང་བཙོན་པ་མང་

ལུ་འབད་དགོ་པའི་བསྐབ་བྱ་དང་ ལྷུང་བ་མང་ལུ་འབད་བཅུག་པ་ཅིན་ རྫོང་སྐྱ་དག་ཞི་ལུ་ཕན་པའི་ཁར་ སྐྱ་གདངས་ཀྱི་ལྷུང་པར་ཚུ་
ལེགས་ཤོམ་སྟོན་དགོ་བསྐྱེ་བཞེད་དེ་ཡོད་པའི་ཁར་ Wei and Zhou (2002), Murphy དང་ Baker (2015) ཚུ་གིས་ སྐྱོང་
བརྗེ་ དཔེ་སྟོན་ ལྷུང་བ་ཚུ་མང་ལུ་འབད་བཅུག་སྟེ་ ལད་སྲོལ་རྒྱབ་བཅུག་དགོ་བསྐྱེ་ཨིན་མས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ Huang (2018) མིང་
ཚིག་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་སྐྱ་གདངས་ལུ་ དམིགས་གཏང་འབད་དེ་ སྐྱོབ་སྟོན་དང་སྐྱོང་བ་འབད་བཅུག་དགོ་པ་མ་ཚད་ རྫོང་སྐྱ་དག་ཏོག་ཏོ་ཡོད་
པའི་གསལ་བཤད་ཚུ་མང་ལུ་ ཉན་བཅུག་པ་ཅིན་ རྫོང་སྐྱ་དག་ཞི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ཟེར་བཤད་དེ་འདུག མཁས་མཚོག་ Gilbert
(2008) དང་འཇུག་བ་ཅིན་ སྐྱོབ་ཕྱག་ཨ་ལོ་ཚུ་ལུ་ ལྷན་ཚིག་དང་ཞབས་ཁྲ་གི་ཐོག་ལས་སྟོན་ནི། པར་ལུ་ཚོས་གཞི་བཏང་སྟེ་ཚིག་ལུ་
དམིགས་གཏང་འབད་སྟོན་ནི་ སྐྱ་གདངས་དྲག་ཞན་དཔེ་དང་ནམ་འགྱུར་གྱི་ཐོག་ལས་སྟོན་ནི། བསྐྱར་བཞེད་འབད་དེ་ཉན་བཅུག་ནིའི་
ཐབས་ལམ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་ཟེར་བཞེད་དེ་འདུག ཞོང་ལུ་བཞེད་མི་ ཨིང་སྐྱ་དག་གི་ཐོག་ལུ་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ཐབས་
ལམ་ཚུ་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱོབ་སྟོན་ནང་ལུ་ཡང་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་ལས་ དེ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ གལ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཨིན་
མས། དེ་ལས་ ང་རང་གི་ཉམས་སྦྱོང་དང་འཇུག་བ་ཅིན་ རྫོང་སྐྱོབ་སྟོན་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ སྐྱོབ་ཕྱག་ཚུ་ལུ་ ཁ་དང་ལྷེ་ཚུ་ ག་དེ་སྟེ་
སྐར་དགོ་པ་ཨིན་ན་ བཟོ་ཏོག་འབད་དེ་ ལྷུང་བ་འབད་བཅུག་པ་ཅིན་ ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ཅི།

ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ།

ཞིབ་འཚོལ་ལཱ་ལུགས་ལས་ མི་སྡེའི་ཉམས་སྦྱོང་ལས་གྲུབ་པའི་ལྷ་བ་Social constructivist (Creswell, 2009, p. 8)
གི་ཐོག་ལུ་ ལུངས་བཅོན་ཐབས་ལམ་Qualitative (Creswell, 2009, p. 13) གྱི་ཐོག་ལས་འབད་ཡི། དེ་སྟེ་འབད་དགོ་མི་དེ་ཡང་
འདུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ གཡུས་སྐད་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་རྫོང་སྐྱ་ག་ཅི་དང་ག་ཅི་ མ་དག་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་ ག་དེ་སྟེ་
འདུག་ག་ གཏིང་དབྱེད་འབད་ནི་ཨིན་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན། མཁོ་ཆས་ཡང་ ལུངས་བཅོན་གྱི་མཁོ་ཆས་ལྟོག་དང་ མཐོང་ཐོས་ཅ་ཆས་
ལས་ སྐྱ་བཟུང་གཉིས་ལག་ལེན་འཐབ་ཅི་(Creswell, 2009, p. 15)། དེ་ཡང་ ཞོ་རིམ་དང་པར་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚུ་མིང་ཚིག་
ཚུ་ ལྷག་བཅུག་ཞིན་མ་ལས་ཉན་ཏེ་ཐོ་བཞེད་ཅི། ཞོ་རིམ་གཉིས་པ་ནང་ལུ་ སྐྱ་བཟུང་འབད་བཞག་ཞིན་མ་ལས་ ལུལ་ལས་སྐྱ་བཟུང་འབད་
དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་ཉན་ཞིན་མ་ལས་ རྫོང་སྐྱ་དག་མ་ཚུགས་མི་ཚུ་ ཐོ་བཞེད་རྒྱབ་ཐོག་ལས་ གནས་སྐད་བསྐྱེལ་འབད་དེ་
ཡོད་པ་ཨིན།

དཔེ་ཚད།

དཔེ་ཚད་ (Sample) འདི་ ལྷ་ཏོག་དང་ཡིག་ཆ་དབྱེད་བྱེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ དམིགས་གཏང་དཔེ་ཚད་Purposeful sampling
(Ary et al., 2019, p. 177) སྟེ་ གདམ་འབྲུའབད་ཡི། དཔེ་ཚད་ཀྱི་དོན་ལུ་ མཐོང་ཐོས་སྐོབ་གྲུའི་སྐོབ་སྐྱུག་ལོ་རོ་དང་པ་དང་གཉིས་
པ་ཚུ་ལས་ སྟེ་ཚན་ཁག་བརྒྱད་སྟེ་བཞེད་སྟེ་ གདམ་འབྲུའབད་ཡི། དེ་ཚུ་ཡང་ སྟེ་ཚན་དང་པ་ ཤར་ཕྱོགས་པའི་ཁ་སྐབ་མི། སྟེ་ཚན་གཉིས་
པ་ ལྷོ་མཚམས་པའི་ཁ་སྐབ་མི། སྟེ་ཚན་གསུམ་པ་ ཁེངས་ཁ་སྐབ་མི། སྟེ་ཚན་བཞི་པ་ མང་སྟེ་པའི་ཁ་སྐབ་མི། སྟེ་ཚན་ལྔ་པ་ བུམ་ཐང་

པའི་ཁ་སྐབས་མི། སྡེ་ཚན་རྒྱག་པ་ མེ་རག་སག་སྟེང་པའི་ཁ་སྐབས་མི། སྡེ་ཚན་བདུན་པ་ ཀྱང་སྟོན་པའི་ཁ་ རྩོད་རྒྱུང་རྒྱུང་སྐབས་མི། སྡེ་ཚན་
བརྒྱད་པ་ སྡེ་ལོང་པའི་ཁ་སྐབས་མི་ཚུ་ཡིན། སྡེ་ཚན་རེ་ནང་ལུ་ མི་དོ་ སོ་ལཱ་དང་མོ་ལཱ་ ༡༠ རེ་ འཇུ་ཞིན་མ་ལས་ ལྷག་བཅུག་ཡི།
ཡོངས་བསྟོམས་དཔེ་ཚད་མི་གངས་ ༥༠ ལས་ གནས་སྟུང་ཚུ་ སྐྱ་བཟུང་གི་ཐོག་ལས་ བསྐྱེ་ལེན་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། དཔེ་ཚད་ཀྱི་དོན་
ལུ་ གཞུང་སྐྱོང་མ་འདྲུ་སྐབས་མི་སྡེ་ཚན་ ༥ སྡེ་ བཟོ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ཁ་སྐྱོད་གཞུང་ཚུ་ལྷན་གསུམ་ཚུ་ ༡༥ ལས་དེ་ཚུ་དང་ཆ་འདྲེ་བའི་
ཁར་ གནད་སྟུང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་ཡང་ ལྷག་པོ་བཟོ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན། རྩོམ་ཚུ་མས་པ་ལུ་ཡང་ རང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལེ་གཡོད་
དེ་འབད་རུང་ དག་གཞིས་ཀྱི་རྫོང་སྐྱེ་ཚུ་ གཙོ་བོ་དབྱུངས་གསལ་ལས་བརྟེན་ཏེ་གྲུབ་དོ་ཡོད་པ་དང་ དབྱུངས་གསལ་ཚུ་སྡེ་ཚན་མས་པ་གེ་ར་
༡༥ ལས་འདྲེ་སྤྱོད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན། དེ་ལས་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ སོ་ལཱ་དང་མོ་ལཱ་སྡེ་ གནས་འཇུག་འབད་དགོ་མི་དེ་ཡང་ སོ་དང་
མོ་འི་ཚུ་གསུམ་རིས་དང་ དཔེ་ཚད་ཀྱི་སྐྱེ་ལག་ཚང་ཚུ་གསུམ་རི་དོན་ཡིན་ཡིན། ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དམིགས་ལུ་འདི་ རང་སོའི་གཞུང་སྐྱོང་མ་འདྲུ་
སྐབས་མི་ཚུ་ལུ་ རྫོང་སྐྱེ་འདྲེ་ལུ་ ག་དེ་སྡེ་ར་འདུག་ག་ བཟོ་ནི་ཡིན་མ་ལས་ རྫོང་ཁག་དང་ས་གོ་ལུ་གཞི་མ་བཞག་པར་ ཁ་སྐྱོད་སྐྱེ་
གནངས་ཆ་འདྲུ་ཚུ་ སྡེ་ཚན་སྡེ་ བསྟོམས་བསྟོམས་པ་ཡིན།

ཀུན་སྟོན་རྣམ་གཞག།

ཞིབ་འཚོལ་འདི་ འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ འགོ་ལས་མཇུག་ཚུན་ སྤྱིར་བཏང་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཀུན་སྟོན་རྣམ་གཞག་དང་འཁྲིལ་
ཏེ་འབད་ཡི། དེ་ཡང་ དང་པར་ མཐོ་རིམ་སློབ་གྲིའི་ཞིབ་འཚོལ་ཚོགས་ཚུང་ལས་ ཉམས་མེད་ཀྱི་གནང་བ་ལེན་ཡི། གཉེན་པ་ འབྲེལ་
ཡོད་ལྷན་ཁག་གི་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཚོག་པའི་གནང་བ་ལུ་ཡི། གསུམ་པ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེའི་འགོ་དཔོན་ཚུ་ལས་
ཡང་ གནང་བ་ལེན་ཡི། མཇུག་ར་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚུ་ལས་ གནད་སྟུང་བསྐྱེ་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་གནང་བ་ལེན་ཏེ་ཡོད་པ་དང་ བཅའ་
མར་གཏོགས་མི་ཚུ་ལུ་ དཔེ་ཚད་ནང་ལས་ སྤྱིར་འཐོན་སྡོལ་དོད་བཤད་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་ ཀུན་སྟོན་རྣམ་གཞག་གི་ལམ་ལུགས་ལྟར་ སྤྱིར་
འཐོན་འབད་བཅུག་ཡི། བཅའ་མར་གཏོགས་མི་འིང་དང་ གནད་སྟུང་ཚུ་གསལ་བའི་ཐོག་ལུ་བཞག་སྟེ་ཡོད། བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ལས་
ཐོབ་པའི་གནད་སྟུང་ཚུ་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་གིས་ བཟོ་བཅོས་མ་འབད་བར་ དང་བདེན་སྟེ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་སྟུང་བསྐྱེ་ལེན་དང་དབྱེ་དབྱུང་འབད་ཐངས།

དང་པར་ ལྷག་ཤོག་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ མི་དོ་ལཱ་ལས་ གནས་སྟུང་ལེན་དང་དབྱེ་དབྱུང་གི་མོ་བཏང་འབད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ མོ་
བཏང་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ རྒྱུང་ཡོད་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ལྷག་ཤོག་ཚུ་ལོག་སྟེ་ ལཱ་དག་འབད་ཡི། དཔེ་ཚད་གནས་
འཇུག་འབད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ལྷག་ཤོག་བཟོ་སྟེ་ལྷག་བཅུག་ཞིན་མ་ལས་ རྫོང་སྐྱེ་མ་དག་མི་ཚུ་ཐོ་བཀོད་འབད་ཡི། དེ་དང་གཅིག་ཁར་
ཤུལ་ལས་ལོག་ཉམ་ཏེ་དབྱེ་ཞིབ་ཐེལ་ཕྱིན་འབད་ནི་དོན་ལས་ སྐྱ་བཟུང་ཡང་འབད་ཡི།

དབྱེ་དབྱུང་གོ་རིམ་དང་པ་ནང་ལུ་ ལྷག་ཤོག་ལྷག་བཅུག་པའི་སྐབས་ལུ་ ཟེན་ཐོ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་ལོག་ཅིར་ལྷག་
ཞིན་མ་ལས་ བརྫོང་དོན་ཚུ་གསུམ་སྟེ་Thematic coding (Ary et al., 2019, p. 461) གི་ཐོག་ལས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡི། གོ་

རིམ་གཉིས་པར་ སྡེ་ཚན་སོ་སོ་སྡེ་ སྐྱབ་བྱུང་འབད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་ཉན་ཞིན་མ་ལས་ བརྗོད་དོན་ཚུགས་སྡེབ་(Thematic coding) གྱི་ཐོག་ལས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ སྐྱབ་འབྲས་ཚུ་ བརྒྱ་ཆ་ལུ་ཕབ་སྟེ་ འགྲེལ་བཤད་ཁ་གསལ་ ཐིག་ཁྲམ་དང་བཅས་ཏེ་ གསལ་བཏོན་འབད་ཡི།

སྐྱབ་འབྲས་གསལ་བཤད།

བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ མོ་ ༤༠ དང་ མོ་ ༤༠ ཡོངས་བསྟོན་མས་ ༥༠ ལས་ གནད་སྤྱད་སྐྱབ་བྱུང་གི་ཐོག་ལས་ བསྐྱེལ་ལེན་ འབད་ཞིན་མ་ལས་ དབྱེ་དབྱུང་འབད་ཡོད་པའི་སྐྱབ་འབྲས་ཚུ་འོག་ལས་མར་ ཁ་གསལ་སྟེ་བཀོད་དེ་ཡོད། སྐྱབ་འབྲས་ཚུ་ཡང་ སྡེ་ཚན་ བརྒྱ་ཆ་རེ་རེ་བཞིན་ སོ་སོ་སྡེ་ བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།

༡) གཞུགས་སྐད་ཤར་ཚུགས་པ་སྐབ་མི་ལུ་ ཡོད་པའི་རྫོང་སྐྱའི་དཀའ་ངལ།

ཤར་ཚུགས་རྫོང་ཁག་ བཟུ་ཤིས་སྐད་ མོང་སྐད་ པདྨ་དགའ་ཚེལ་ བསམ་གྲུབ་སྡེ་ལས་ཁར་ བཞི་ནང་ལས་ བཅའ་མར་ གཏོགས་མི་སྟོབ་སྐྱུག་ མོ་ ༥ མོ་ ༥ བསྟོན་མས་ ༡༠ ལས་ གནད་སྤྱད་ཚུ་ སྐྱབ་བྱུང་གི་ཐོག་ལས་ བསྐྱེལ་ལེན་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ ཡོད་པའི་སྐྱབ་འབྲས་ཚུ་ འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་ཡོད།

གསལ་བྱེད་ ༣༠ ལས་ ཡི་གུ་ (ག་ར་ད་བ་ཚ་ཞ་ཟ) བདུན་ལུ་སྟོན་འཇུག་མེད་པ་ད་གི་རྫོང་སྐྱ་ཚུ་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠༠% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སྟོན་འཇུག་ཡོད་པའི་སྐབས་ མེད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སྟོན་འཇུག་མེད་པའི་སྐབས་ ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% | ཡི་གུ་ ཉ་ལུ་ བ་ཟེར་ རྫོང་སྐྱ་མ་དག་པར་ སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༥༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་ ལས་ བྱ་བུ་ གཉིས་གྱི་རྫོང་སྐྱ་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠% | ར་བཏགས་བཅུ་བཞི་ལས་ བྱ་བུ་ བྱ་ གསུམ་གྱི་རྫོང་སྐྱ་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠% | ར་བཏགས་བཅུ་བཞི་ལས་ (སྐ་) ལུ་ (མི་ ར་) ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༥༠% | འདོགས་ཅན་ (སྐ་སྐ་སྐ་སྐ་སྐ) ལུ་ ལ་ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༥༠% | མགོ་ཅན་ (ར་རྩ་ན་མ་ལུ་སྐ་སྐ་སྐ་སྐ་སྐ) ལུ་ མགོ་ཅན་མེད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠% |

རྫོང་ཁའི་དམིགས་བསལ་གྱི་རྫོང་སྐྱ་ལས་ རྗེས་འཇུག་ (ག་ར་ར་ལ་) བཞིའི་རྫོང་སྐྱ་ལུ་གསལ་བཏོན་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་དག་གཤིས་ དང་མ་མཐུན་སྟེ་ སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠% | མིང་ཚིག་ (སྐྱ་ ལུ་གསལ་ བྱ་ བྱག་)ཚུ་ མ་དག་པར་ (ཅ་ ཆའམ་ རྩ་ རྩའ་) ཟེར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༥༠% | དམིགས་བསལ་གྱི་རྫོང་སྐྱ་སྟེ་ སྐབ་མ་དགོ་པའི་མིང་ཚིག་ (སྐོ་བྱེ་ ལུ་ག་འཚེལ་ བྱ་སྟོད། བྱ་བུ་ སྐྱི་ལུ་ག་ སྐྱི་མི་) ཚུ་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་རྫོང་སྐྱ་བཏོན་ཏེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༤༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ བྱ་ བྱ་གཉིས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ད་ན་ལ་ས་བཞི་ ལུ་གསལ་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་གི་རྫོང་སྐྱ་ དཔེར་ན་ བརྒྱད་གྱི་རྫོང་སྐྱ་ ལུ་ཟེར་མེན་པ་ ལུ་ ཟེར་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠% ཡོད་པའི་མཛོན་གསལ་བྱུང་ཡི། ཁ་གསལ་ ཐིག་ཁྲམ་ཨང་ ༡ ནང་ལུ་གཟིགས་ཚུགས།

ཚ་ཚ་ཐ་མ་ཟེར་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ལས་ ༤༠%།

རྫོང་ཁའི་དམིགས་བསལ་གྱི་རྫོང་སྐྱ་ལས་ རྗེས་འཇུག་ (ག་ང་ར་ལ་) བཞིའི་རྫོང་སྐྱ་ལུགས་བཏོན་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་དག་གཤིས་ དང་མ་མཐུན་མ་སྐྱ་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ལས་ ༡༠༠% ། མིང་ཚིག་ (སྐྱ་ ཕྱགས་མ་ བྱ་ བྱག་)ཚུ་ མ་དག་པར་ (ཅ་ ཚའམ་ཚའམ་ རྗེ་ རྗེའ) ཟེར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ལས་ ༡༠༠% ། ཡ་བཏགས་བཏུན་ལས་ གྲ་གྲ་གཉིས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ད་ན་ལ་ས་ བཞི་ལུགས་ཡོད་ པའི་མིང་ཚིག་གི་རྫོང་སྐྱ་ དཔེར་ན་ བརྒྱད་ཀྱི་རྫོང་སྐྱ་ རྒྱུད་ཟེར་མེན་པ་ རྒྱུད་ཟེར་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ལས་ ༩༠% ཡོད་པའི་ མཛོན་གསལ་བྱུང་ཡི། ཁ་གསལ་ ཐིག་ཁྲམ་ཨང་ ༢ རང་ལུ་གཟིགས་ཚུགས།

ཐིག་ཁྲམ་ཨང་ ༢

གཡུས་སྐད་ལྟོ་མཚམས་པའི་ཁ་སྐབ་མི་ལུ་ཡོད་པའི་རྫོང་སྐྱ་འདི་དཀའ་ངལ།

འཛོལ་གཞིའི་ཡི་གུ་དང་མིང་ཚིག་	རྫོང་སྐྱ་འཛོལ་བ།	འཛོལ་བའི་བརྒྱ་ཚ།
ག་ང་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ།	དགའ། མཇའ། མདའ། འབའ། མཛའ། གཞའ། བཟའ།	༡༠༠%
དུལ། གཉིས། དབང། གཞང། དམར། སྐྱ། གཡོན་	དུལ། ཉིས། བང། བྲང། མར། མོན།	༡༠༠%
ངམ། ཉིན། བཏམ། མོན། ལམ། ལུག་ བང། བཏམ།	མམ། གཉིན། གཏམ། མོན། ལམ། བཏམ། དབང། གཏམ།	༩༠%
ཉོ་ཚོང་རྒྱུ།	ཉོ་ཚོང་རྒྱུ།	༩༠%
གྲ་བྱ།	འགྲ་བྱ། འབྲ་བྱ།	༡༠༠%
གྲ་བྲ་བྱ།	འགྲ། འབྲ། འབྲ།	༡༠༠%
མྱ། མྱང། མྱམ། མྱབ།	ལ། ལང། ལམ། ལབ།	༩༠%
པ། ལ། མ།	པ། མ།	༩༠%
ལྷག་ ལྷན་ལག་	ཏྷག་ ཏྷན་ལག་	༩༠%
ཅ་ལ། འཚོལ། ཚུ། ར། ཞག་ ཞིས། ལུ། བཤལ། གཤམ།	ཅ་ལ། འཚོལ། ཚུ། ར། ཟག་ ཟིས། ལུ། སེལ། སམ།	༩༠%
ཅིབ། འཚོལ། རྫོང། ཟིས། ཟམ། གཟིག་ སྐབ།	ཅིབ། འཚོལ། རྫོང། ཞིས། གཞམ། གཞིག། བེབ།	༡༠%
བཀག་ ཞག་ དཀར། དར། བསལ། བཤལ། དབང། ཚང།	ཀག་ དར། སེལ། ཚང། (རྗེས་འཇུག་གི་སྐྱ་ལུགས་ཡོད་པ་སྟེ་)	༡༠༠%
སྐྱ། བྱ། བྱག་ ཕྱགས་མ།	ཅལ། ར། རྗེའ། ཚའམ་ཚའམ།	༡༠༠%
བརྒྱད།	རྒྱད།	༩༠%

༣) གཡུས་སྐད་ཁེངས་ཁ་སྐབ་མི་ལུ་ ཡོད་པའི་རྫོང་སྐྱ་འདི་དཀའ་ངལ།

གཞལ་སྐད་རྫོང་ཁག་གི་གཡུས་ ཁོམ་ཤར་ ལྷི་ས་ རྫོང་ཕུ་ སྐྱ་ལི་ གཞོབ་ལིང་། གྲོང་གསར་རྫོང་ཁག་གི་གཡུས་ རྗེ་སྒྲིང་ བཅས་ ཁེངས་ཁ་སྐབ་མི་གཡུས་སྐྱོ་ ༤ རང་ལས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་སྐོབ་སྐྱུག་ མོ་ ༥ མོ་ ༥ བསྐྱོམས་ ༡༠ ལས་ གནས་ སྐད་ཚུ་ སྐྱ་བཟུང་གི་ཐོག་ལས་ བསྐྱེལ་ཏེ་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་ཡོད།

གསལ་བྱེད་ ༣༠ ལས་ ཡི་གུ་ (ག་ང་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ) བཏུན་ལུ་སྐོན་འཇུག་མེད་པ་ད་གི་རྫོང་སྐྱ་ཚུ་ སྐོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ལས་ ༡༠༠% ། མིང་གཞི་ (ང་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སྐོན་འཇུག་ཡོད་པའི་སྐབས་ མེད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་

དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལཱ་ལུ་ སྲོན་འཇུག་མེད་པའི་སྐབས་ ཡོད་པ་བརྒྱམ་སྟེ་ མ་དག་
 པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༥༠% | ཡི་གུ་ ཉ་ལུ་ བ་ཟེར་ རྫོང་སྐྱེ་མ་དག་པར་ སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༤༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་
 ལས་ གྲ་བུ་ གཉིས་ཀྱི་རྫོང་སྐྱེ་ སྲོན་འཇུག་ཡོད་པ་བརྒྱམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠% | ར་བཏགས་བརྒྱ་བཞི་ལས་ གྲ་བུ་
 གྲ་ གསུམ་ཀྱི་རྫོང་སྐྱེ་ སྲོན་འཇུག་ཡོད་པ་བརྒྱམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠% | ར་བཏགས་བརྒྱ་བཞི་ལས་ (སྤ) ལུ་ (མ་
 ར) ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠% | ར་མགོ་ ༡༥ ལས་གྲུབ་པའི་མིང་ཚོག་ (རྫོང་) ལུ་ (ཟོང་) ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་
 བརྒྱ་ཆ་ ༤༠% | མིང་གཞི་ཞ་ལས་གྲུབ་པའི་མིང་ཚོག་ (གཞན་ ཞག) ཟེར་མི་ཚུ་ལུ་ ཤའི་རྫོང་སྐྱེ་བཏོན་ཏེ་ (ཤན་ ཤག) ཟེར་མ་
 དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༤༠% | འདོགས་ཅན་ (ལྷ་སྐྱེ་བཟོ་སྐྱེ) ལུ་ ལ་ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༤༠% | མགོ་
 ཅན་ (ར་རྩ་ན་མ་ལཱ་སྐྱེ་སྐྱེ) ལུ་ མགོ་ཅན་མེད་པ་བརྒྱམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠% | མིང་གཞི་ཅ་དང་ཆ་
 ལས་གྲུབ་པའི་མིང་ཚོག་ (ཕྱི་བ་ བཅོང་ ཚུ) ཟེར་མི་ཚུ་ལུ་ སའི་རྫོང་སྐྱེ་བཏོན་ཏེ་ (སི་བ་ སོང་ སུ) ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་
 ༥༠% | དེ་བརྒྱམ་སྟེ་ཡི་གུ་ས་ལུ་ (ཅ) ཟེར་ ཅའི་རྫོང་སྐྱེ་བཏོན་ཏེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༤༠% |

རྫོང་ཁའི་དམིགས་བསལ་གྱི་རྫོང་སྐྱེ་ལས་ རྗེས་འཇུག་ (ག་ང་ར་ལ) བཞི་འི་རྫོང་སྐྱེ་ཤུགས་བཏོན་ཏེ་ རྫོང་ཁའི་ངག་གཤིས་
 དང་མ་མཐུན་མ་སྟེ་ སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠% | མིང་ཚོག་ (སྤ) ཕུགས་མ་ བུ་ བུག)ཚུ་ མ་དག་པར་ (ཅ ཆའམ་ རྫ་ རྫའ)
 ཟེར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་བུ་གཉིས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ད་ན་ལ་ས་ བཞི་ཞུགས་ཡོད་པའི་མིང་
 ཚོག་གི་རྫོང་སྐྱེ་ དཔེར་ན་ བརྒྱུད་ཀྱི་རྫོང་སྐྱེ་ ལྷན་ཟེར་མེན་པ་ ལྷན་ཟེར་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༤༠% ཡོད་པའི་མངོན་
 གསལ་བྱུང་ཡི། ཁ་གསལ་ ཐིག་ལམ་ཨང་ ༥ ནང་ལུ་གཟིགས་ཚུགས།

ཐོག་ཁྲིམ་མང་ ༩

གཡུས་སྐད་ཁེངས་ལ་སྐབ་མི་ལུ་ཡོད་པའི་ཚོད་སྒྲིའི་དཀའ་ངལ།

འཛོལ་གཞིའི་ཡི་གུ་དང་མིང་ཚིག།	ཚོད་སྒྲིའི་འཛོལ་བ།	འཛོལ་བའི་བརྒྱ་ཚ།
ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ།	དགའ། མཇའ། མདའ། འབའ། མཛའ། གཞའ། བཟའ།	100%
མཉམ། གནས། གནང། དམར། དབང། གཡོན་	ཉམ། ཉས། ཉང། མར། མང། ཡོན།	100%
ཉིམ། ཉངས། ཡངས། ངམ།	གཉིམ། གནང། གཡང། མངས།	100%
ཉ། ཉོ། ཉན། ཉིན། ཉམས།	ན། ཉོ། ཉན། ཉིན། ཉམས།	100%
འབྲ།	འབྲ།/འབྲ། འབྲ།/འབྲ།	100%
འབྲ་བ།	འབྲ། འབྲ། འབྲ།	100%
མ།	མ་ར།	100%
མོང།	མོང།	100%
གཞན། ཞག	གན། ཞག	100%
མྱ། མྱམ། མྱབ།	ཡ། ཡམ། ཡབ།	100%
པ། ལ། མ།	པ། མ།	100%
ལ་ཅ། ཅ་བ། བ་ཅོང། ཅུ། ལྷན་ཚོགས། ཡིག་ཚང།	ལ་ས། ས་བ། སོང། ཅུ། ལྷན་ཚོགས། ཡིག་སང།	100%
མ།	ཅ།	100%
ལྷག་ ཞག དཀར། པར། བཤལ། དབང།	ལྷག་ ཞག་ ཀར། པར། བཤལ། དབང། (ཚེས་འཇུག་གི་སྐྱོ་ལྷག་ས་ཡོད་པ་སྟེ།)	100%
ལྷ། ལྷ། ལྷག་ ལྷགས།	ལ། ལ། ལལ། ལལས།	100%
ལྷོད།	ལྷོད།	100%

ཅ) གཡུས་སྐད་ མང་སྟེ་པའི་ལ་སྐབ་མི་ལུ་ ཡོད་པའི་ཚོད་སྒྲིའི་དཀའ་ངལ།

དབང་འདུས་དང་ གྲོང་སར་ཚོང་ལག་ ༩ རང་ལས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་སྟོབ་ཕྱག་ ཐོ་ ༥ མོ་ ༥ བསྟོམས་ 10 ལས་ གནས་སྐད་ཚུ་ སྐྱབ་བཟུང་གི་ཐོག་ལས་ བསྐྱེལ་ལོན་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་སྐབ་འབྲས་ཚུ་ འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་ཡོད།

གསལ་བྱེད་ 30 ལས་ ཡི་གུ་ (ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ) བདུན་ལུ་སྟོན་འཇུག་མེད་པ་ད་གིས་ཚོད་སྒྲིའི་ཚུ་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ལས་ 100% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སྟོན་འཇུག་ཡོད་པའི་སྐབས་ མེད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ལས་ 30% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སྟོན་འཇུག་མེད་པའི་སྐབས་ ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ལས་ 100% | ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་བྲ་ གཉིས་ཀྱི་ཚོད་སྒྲིའི་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ 100% | ར་བཏགས་བཟུ་བཞི་ལས་ གྲ་བྲ་ གསུམ་གྱི་ཚོད་སྒྲིའི་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ 100% | ར་བཏགས་བཟུ་བཞི་ལས་ (མ་) ལུ་ (མ་ར་) ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཚ་ 100% |

ཚོང་ལའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ཚོད་སྒྲིའི་ལས་ ཚེས་འཇུག་ (ག་ང་ར་ལ) བཞིའི་ཚོད་སྐྱོ་ལྷག་ས་བཏོན་ཏེ་ ཚོང་ལའི་ངག་གཞིས་

དང་མ་མཐུན་མ་སྐྱེ་སྐབ་མི་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༤༠% | མིང་ཚིག་ (སྤྱི་ཕུགས་མ་བུ་བྱག་)ཚུ་མ་དག་པར་ (ཅ་ཚའམ་རྩ་རྩེ)
 ཟེར་སྐབ་མི་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% | ཡ་བཏགས་བརྟུན་ལས་ བྱ་བྱ་གཉིས་ལུ་རྩེ་འཇུག་དཀ་ལ་ས་བཞི་ལྷགས་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་
 གི་རྩོད་སྐྱོད་དཔེར་ན་བརྒྱ་དྲུག་གི་རྩོད་སྐྱོད་སྤྱོད་ཟེར་མེད་པ་རྩོད་ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༧༠% ཡོད་པའི་མཚོན་གསལ་
 བྱུང་ཡི། ལ་གསལ་ཐིག་ལྷན་ལམ་ ༤ རྣམ་ལུ་གཟིགས་ཚུགས།
 ཐིག་ལྷན་ལམ་ ༤

གཡུས་སྐད་མང་སྤེ་པའི་ལ་སྐབ་མི་ལུ་ཡོད་པའི་རྩོད་སྐྱོད་དཀའ་ངལ།

འཛོལ་གཞིའི་ཡི་གུ་དང་མིང་ཚིག་	རྩོད་སྐྱོད་འཛོལ་བ།	འཛོལ་བའི་བརྒྱ་ཆ།
ག་རྩ་བ་ཇ་ཞ་ཟ།	དགལ། མཇལ། མདལ། འབལ། མཇལ། གཞལ། བཟལ།	༧༠%
དུལ། དམར། གཡོན། གཡང། གནང།	དུལ། མར། ཡོན། ཡང། རང།	༩༠%
ཡོན། མོན།	གཡོན། མོན།	༩༠%
ལུ།	འལ།/ལུ། འལ།/ལུ།	༧༠%
ལྷ་ལྷ།	འལ། འལ། འལ།	༩༠%
ལ།	མ་ར།	༩༠%
ལྷག་ལྷག་དཀར། པར། བཤལ། དབང།	ལྷག་ལྷག་ཀར། པར། ཤལ། དབང། (རྩེ་འཇུག་གི་སྐྱོད་ལྷགས་ཡོད་པ་སྤེ)	༩༠%
ལྷ། ལ། ལྷག་ལྷགས་མ།	ཅ། ར། རལ། ཚའམ།	༡༠%
བརྒྱད།	རྩྱད།	༧༠%

པ) གཡུས་སྐད་ བུམ་ཐང་པའི་ལ་སྐབ་མི་ལུ་ ཡོད་པའི་རྩོད་སྐྱོད་དཀའ་ངལ།

བུམ་ཐང་རྩོད་ལག་ནང་ལས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་སྤོབ་ཕྱག་ མོ་ ༥ མོ་ ༥ བཟོམས་ ༡༠ ལས་ གནས་སྤྱད་ཚུ་ ལྷ་
 བརྒྱད་གི་ཐོག་ལས་ བསྐྱེ་ལེན་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་ཡོད།

གསལ་བྱེད་ ༣༠ ལས་ ཡི་གུ་ (ག་རྩ་བ་ཇ་ཞ་ཟ) བརྟུན་ལུ་སྤོབ་འཇུག་མེད་པ་ད་གི་རྩོད་སྐྱོད་ཚུ་ སྤོབ་འཇུག་ཡོད་པ་བརྒྱམ་སྤེ་
 མ་དག་པར་སྐབ་མི་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སྤོབ་འཇུག་ཡོད་པའི་སྐབས་ མེད་པ་བརྒྱམ་སྤེ་ མ་དག་
 པར་སྐབ་མི་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༣༠% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སྤོབ་འཇུག་མེད་པའི་སྐབས་ ཡོད་པ་བརྒྱམ་སྤེ་ མ་དག་པར་
 སྐབ་མི་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༣༠% | ཡ་བཏགས་བརྟུན་ལས་ བྱ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་རྩོད་སྐྱོད་ སྤོབ་འཇུག་ཡོད་པ་བརྒྱམ་སྤེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་
 བརྒྱ་ཆ་ ༤༠% | ར་བཏགས་བརྟུན་ལས་ བྱ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་རྩོད་སྐྱོད་ སྤོབ་འཇུག་ཡོད་པ་བརྒྱམ་སྤེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་བརྒྱ་ཆ་
 ༤༠% | ར་བཏགས་བརྟུན་ལས་ (ལྷ) ལུ་ (མ་ར) ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠% |

རྩོད་ལའི་དམིགས་བསལ་གྱི་རྩོད་སྐྱོད་ལས་ རྩེ་འཇུག་ (ག་ར་ར་ལ) བཞིའི་རྩོད་སྐྱོད་ལྷགས་བཏོན་ཏེ་ རྩོད་ལའི་དག་གཞིས་
 དང་མ་མཐུན་མ་སྐྱེ་སྐབ་མི་བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༤༠% | མིང་ཚིག་ (སྤྱི་ཕུགས་མ་བུ་བྱག་)ཚུ་མ་དག་པར་ (ཅ་ཚའམ་རྩ་རྩེ)

ཟེར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་གྲ་གཉིས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ད་ན་ལ་ས་ བཞི་ཞུགས་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་ གི་རྗོད་སྐྱོད་ དཔེར་ན་ བརྒྱད་ཀྱི་རྗོད་སྐྱོད་ རྒྱུད་ཟེར་མེན་པ་ རྒྱུད་ཟེར་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༧༠% ཡོད་པའི་མངོན་གསལ་ བྱུང་ཡི། ལ་གསལ་ ཐིག་ཁྲམ་ཨང་ ༥ རང་ལུ་གཟིགས་ཚུགས།

ཐིག་ཁྲམ་ཨང་ ༥

གཡུས་སྐད་བུམ་ཐང་པའི་ལ་སྐབ་མི་ལུ་ཡོད་པའི་རྗོད་སྐྱོད་ཀྱི་དཀའ་ངལ།

འཛོལ་གཞིའི་ཡི་གུ་དང་མིང་ཚིག་	རྗོད་སྐྱོད་འཛོལ་བ།	འཛོལ་བའི་བརྒྱ་ཆ།
ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ།	དགལ། མཇལ། མདལ། འབལ། མཛལ། གཞལ། བཟལ།	༡༠%
དུལ། དམར། གཡོན། གཡང། གནང།	དུལ། མར། ཡོན། ཡང། རང།	༣༠%
ཡོན། མོན།	གཡོན། མོན།	༣༠%
ལྷ་བ།	འགྲ་བ། འབྲ་བ།	༡༠%
ལྷ་བ་བ།	འགྲ། འབྲ། འབ།	༡༠%
ལ།	མ་ར།	༡༠%
ལྷག ལག དཀར། པར། བཤལ། དབང།	ལྷག ལག་ ཀར། པར། ཤལ། དབང། (རྗེས་འཇུག་གི་སྐྱོད་ལུགས་ཡོད་པ་སྟེ)	༡༠%
ལྷ། ལ། ལྷག ལྷགས།	ཅ། ཇ། ཇལ། ཆལ།	༡༠%
བརྒྱད།	རྒྱད།	༧༠%

༦) གཡུས་སྐད་ མེ་རག་སག་སྟེང་ལ་སྐབ་མི་ལུ་ ཡོད་པའི་རྗོད་སྐྱོད་ཀྱི་དཀའ་ངལ།

བཀྲ་ཤིས་སྐད་རྗོད་ལག་ མེ་རག་དང་སག་སྟེང་ ༩ རང་ལས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་སྟོབ་སྐྱུག་ མོ་ ༥ མོ་ ༥ བསྟོམས་ ༡༠ ལས་ གནས་སྐད་ཚུ་ སྐྱ་བཟུང་གི་ཐོག་ལས་ བསྐྱེལ་ནང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་ ཡོད།

གསལ་བྱེད་ ༣༠ ལས་ ཡི་གུ་ (ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ) བདུན་ལུ་སྟོན་འཇུག་མེད་པ་ད་གི་རྗོད་སྐྱོད་ཚུ་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠༠% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སྟོན་འཇུག་ཡོད་པའི་སྐབས་ མེད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༤༠% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སྟོན་འཇུག་མེད་པའི་སྐབས་ ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་བྲ་ གཉིས་ཀྱི་རྗོད་སྐྱོད་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠% | ར་བཏགས་བཅུ་བཞི་ལས་ གྲ་བྲ་བ་ གསུམ་ཀྱི་རྗོད་སྐྱོད་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠% | ར་བཏགས་བཅུ་བཞི་ལས་ (མ་) ལུ་ (མ་ར་) ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠% |

རྗོད་ལའི་དམིགས་བསལ་གྱི་རྗོད་སྐྱོད་ལས་ རྗེས་འཇུག་ (ག་ང་ར་ལ་) བཞིའི་རྗོད་སྐྱོད་ལུགས་བཏོན་ཏེ་ རྗོད་ལའི་དག་གཤིས་ དང་མ་མཐུན་སྟེ་ སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% | མིང་ཚིག་ (སྐྱ་ ལྷགས་མ་ ལྷ་ ལྷག)ཚུ་ མ་དག་པར་ (ཅ ཆལ་ ཇ ཇལ)

ཟེར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༥༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་གྲ་གཉིས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ན་ན་ལ་ས་ བཞི་ཞུགས་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་
གི་རྗོད་སྐྱོད་ དཔེར་ན་ བརྒྱད་ཀྱི་རྗོད་སྐྱོད་ རྒྱུད་ཟེར་མེན་པ་ རྒྱུད་ཟེར་ མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༧༠% ཡོད་པའི་མངོན་གསལ་
བྱུང་ཡི། ལ་གསལ་ ཐིག་ཁྲམ་ཨང་ ༤ རང་ལུ་གཟེགས་ཚུགས།

ཐིག་ཁྲམ་ཨང་ ༤

གཡུས་སྐད་མེ་རག་སག་སྟེང་ལ་སྐབ་མི་ལུ་ཡོད་པའི་རྗོད་སྐྱོད་དཀའ་ངལ།

འཛོལ་གཞིའི་ཡི་གུ་དང་མིང་ཚིག་	རྗོད་སྐྱོད་འཛོལ་བ།	འཛོལ་བའི་བརྒྱ་ཆ།
ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ།	དགའ། མཇའ། མདའ། འབའ། མཇའ། གཞའ། བཟའ།	༡༠༠%
དུལ། དམར། གཡོན། གཡང། གནང།	དུལ། མར། ཡོན། ཡང། རང།	༩༠%
ཡོན། མོན།	གཡོན། མོན།	༡༠%
གྲ་བ།	འགྲ་བ། འབྲ་བ།	༡༠༠%
མང་བ།	འམ། འབ། འམ།	༡༠༠%
མ།	མ་ར།	༥༠%
ལྷག་ ལག་ དཀར། པར། བཤལ། དབང།	ཏག་ ལག་ ཀར། པར། ཤལ། དབང། (རྗེས་འཇུག་གི་སྐྱོད་ལུགས་ཡོད་པ་སྟེ)	༡༠%
སྐྱ། བྱ། བྱག་ བྱགས་མ།	ཅ། ཇ། ཇའ། ཇའམ།	༥༠%
བརྒྱད།	རྒྱད།	༧༠%

མ) གཡུས་སྐད་ གུར་སྐད་ལ (ཚུད་རྒྱུང་ར་རྒྱུང་) སྐབ་མི་ལུ་ ཡོད་པའི་རྗོད་སྐྱོད་དཀའ་ངལ།

རྒྱན་ཅེ་དང་ མོང་སྐར་ དབྱངས་ཅེ་ རྗོད་ལག་གསུམ་ནང་ལས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་སློབ་ཚུགས་ མོ་ ༥ མོ་ ༥ བསྐྱོམས་
༡༠ ལས་ གནས་སྐད་ཚུ་ སྐྱ་བཟུང་གི་ཐོག་ལས་ བསྐྱེལ་ལེན་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་
ཡོད།

གསལ་བྱེད་ ༣༠ ལས་ ཡི་གུ་ (ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ) བདུན་ལུ་སློན་འཇུག་མེད་པ་ད་གི་རྗོད་སྐྱོད་ཚུ་ སློན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་
མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སློན་འཇུག་ཡོད་པའི་སྐབས་ མེད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་
པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠% | མིང་གཞི་ (ར་ཉ་ན་མ་ཡ) ལུ་སློན་འཇུག་མེད་པའི་སྐབས་ ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ མ་དག་པར་
སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༩༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་བ། གཉིས་ཀྱི་རྗོད་སྐྱོད་ སློན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་
བརྒྱ་ཆ་ ༥༠% | ར་བཏགས་བཅུ་བཞི་ལས་ མང་བ། གསུམ་ཀྱི་རྗོད་སྐྱོད་ སློན་འཇུག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་
༥༠% | ར་བཏགས་བཅུ་བཞི་ལས་ (མ།) ལུ་ (མ་ར་) ཟེར་མ་དག་པར་སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠% |

རྗོད་ལའི་དམིགས་བསལ་གྱི་རྗོད་སྐྱོད་ལས་ རྗེས་འཇུག་ (ག་ང་ར་ལ་) བཞིའི་རྗོད་སྐྱོད་ལུགས་བཏོན་ཏེ་ རྗོད་ལའི་དག་གཤིས་
དང་མ་མཐུན་སྟེ་ སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༥༠% | མིང་ཚིག་ (སྐྱ་ བྱགས་མ་ བྱ་ བྱག་)ཚུ་ མ་དག་པར་ (ཅ ཇའམ་ ཇ་ ཇའ) ཟེར་
སྐབ་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་གྲ་གཉིས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ན་ན་ལ་ས་ བཞི་ཞུགས་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་

སྤྱི་ལུགས་སྤྱི་མི་) ལྷོ་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཚོད་སྡེ་བཏོན་ཏེ་ མ་དག་པར་སྤྲོད་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% | ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་གཉིས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ད་ན་ལ་ས་ བཞི་ལྷགས་ཡོད་པའི་མིང་ཚོག་གི་ཚོད་སྡེ་ དཔེར་ན་ བརྒྱད་ཀྱི་ཚོད་སྡེ་ སྤྱད་ཟེར་མེན་པ་ རྗེད་ མ་དག་པར་སྤྲོད་མི་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༠% ཡོད་པའི་མངོན་གསལ་བྱུང་ཡི། ལ་གསལ་ ཐིག་ལྷན་ཨང་ ༥ རྣམ་ལུ་གཟིགས་

ཚུགས།

ཐིག་ལྷན་ཨང་ ༥

གཡུས་སྐད་ཚོང་ལ་སྤྲོད་མི་ལུ་ཡོད་པའི་ཚོད་སྡེ་འདྲ་ལུ་

འཛོལ་གཞིའི་ཡི་གུ་དང་མིང་ཚོག	ཚོད་སྡེ་འཛོལ་བ།	འཛོལ་བའི་བརྒྱ་ཆ།
ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ།	དགའ། མཇའ། མདའ། འབའ། མཇའ། གཞའ། བཟའ།	༡༠%
གཡང་། གཡོན། གནས་ཡུན།	ཡང་། ཡོན། རས་ཡུན།	༡༠%
ཉ། ཉོ། ཉན། ཉིན། ཉམས།	ན། ཉོ། ཉན། ཉིན། ཉམས།	༡༠%
གྲ་བ།	འགྲ་བ། འབྲ་བ།	༡༠%
ག་ཏ་བ།	འག་ཏ་བ། འབ་ཏ་བ།	༡༠%
ཉམ། ཉམས། ཉམ་ཚོགས།	ཉ། ཉན་འཇིན།	༡༠%
དགའ། བཤལ།	གའ། བཤལ། (རྗེས་འཇུག་གི་སྤྱི་ལུགས་ཡོད་པ་སྟེ།)	༤༠%
གྲ། བ། བྲ། བྲགས་མ།	བ། བ། བ། ཆའམ།	༡༠%
ཕ་ཕ་བ་ མོ་ཕུ། སྤྱི་ལུགས་ བྲག་འཚལ། བ་སྤྱོད། བ་བ།	ཕུ་ ཕུ་ བུ། མོ་ཕུ་ བུ་འཚལ། བུ་ཆབ།	༡༠%
བརྒྱད།	རྒྱད།	༡༠%

ཐོས་བསྐྱེད།

ཞིབ་འཚོལ་འདི་འདྲི་གྲུབ་འབྲས་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ ཚོད་སྡེ་མ་དག་པའི་དཀའ་ངལ་ལག་གཉིས་སྟེ་འདུག། དེ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གཡུས་སྐད་མ་འདྲམ་སྤྲོད་མི་གོ་ར་ལུ་ཡོད་པའི་དཀའ་ངལ་ཅིག་དང་ དམིགས་བསལ་ གཡུས་སྐད་མོ་མོ་ལུ་ཡོད་པའི་ དཀའ་ངལ་ཅིག་སྟེ་ ལག་གཉིས་འདུག། དང་པར་ སྤྱིར་བཏང་ གཡུས་སྐད་ཀྱི་སྟེ་ཚན་ལག་བརྒྱད་ གོ་ར་གིས་དག་པ་མ་ཚུགས་པའི་ཚོད་སྡེ་འདྲ་ལུ་ཚུ་ ཡང་ གསལ་བྱེད་སུ་མུ་ལས་ ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ་ བདུན། ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་བ་ གཉིས། ར་བཏགས་བཅུ་བཞི་ལས་ ག་ཏ་ བ་ གསལ་ལུ་ སྟོན་འཇུག་མེད་པའི་སྐབས་ སྟོན་འཇུག་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷག་པའི་དཀའ་ངལ་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༥༡.༥%། ཀུན་བཟང་དོ་ རྗེ (༢༠༡༡) དང་ ཀུན་ལེགས་རྒྱལ་མཚན་ (༢༠༠༤) ཚུ་ནང་ལུ་ བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཚོང་ལ་སྤྲོད་པའི་སྐབས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ག་ད་ང་ར་ལ་ ལུ་ལྷགས་པའི་མིང་ཚོག་ཚུ་ལུ་ རྗེས་འཇུག་གི་སྤྱི་ལུ་མ་བཏོན་པར་ སྤྲོད་དགོ་པ་ཨིན་ཅུང་ རྗེས་འཇུག་གི་སྤྱི་ལུགས་སྟེ་ བཏོན་ཏེ་སྤྲོད་པའི་དཀའ་ངལ་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༡༥.༡༥% དང་། བ་སྤྱོད་ལུ་ སྤྱིར་གྲོག་གི་ཚོད་སྡེ་བཟུམ་སྟེ་མེན་པར་ དམིགས་

བསལ་ ལྷོ་ ལྷོ་ ལྷོ་ ཟེར་སྐབ་མ་ཤེས་པའི་དཀའ་ངལ་ བརྒྱ་ཚེ་ ༡༡.༢༥% ། ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ གྲ་གྲ་གཉིས་ལུ་ དབྱངས་ ཞབས་ཀྱང་ བཟོ་ཞུགས་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་ཚུ་ལུ་ རྩེ་འཇུག་ ད་ན་ལ་ས་ ཞུགས་པའི་རྩོད་སྐྱེ་མ་དག་ དཔེར་ན་ བརྒྱད། བརྒྱད་ ཚུ་ལུ་རྩོད་སྐྱེ་ (ཆས་རྒྱས་)ཟེར་ སྐབ་དགོང་ཨིན་རུང་ མ་དག་པར་ (རྩེ་རྩེ་ས་) ཟེར་ སྐབ་པའི་དཀའ་ངལ་ བརྒྱ་ཚེ་ལས་ ༡༢.༥% འདུག། མ་གཞི་གཡུས་སྐད་ རྩོད་ཁ་སྐབ་མི་ མི་ནག་པ་དང་པམ་རྒྱས་ཤོས་ཚུ་ལུ་ དཀའ་ངལ་དེ་ཚུ་མེན་རུང་ སློབ་ཕྱག་ཚུ་ལུ་ཡོད་མི་དེ་ Zhang and Yin. (2009) གིས་ བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སློབ་ལྷན་གྱི་རྩོད་ཁ་སྐབ་དཔོན་ཚུ་མང་ཤོས་ར་ གཡུས་སྐད་ཤར་ རྩོད་ཁ་སྐབ་མི་ཚུ་ ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འོང་ནི་ཨིན་མས།

གཉིས་པར་ དམིགས་བསལ་གཡུས་སྐད་སོ་སོ་ལུ་ཡོད་པའི་ རྩོད་ཁ་སྐབ་མ་དག་པའི་དཀའ་ངལ་ཅིག་ཡང་འདུག། དེ་ཚུ་ ཡང་ ཤར་རྩོད་ཁ་སྐབ་ སློབ་འཇུག་དང་མགོ་འདོགས་ཡོད་པའི་མིང་ཚིག་དང་ སློབ་འཇུག་དང་མགོ་འདོགས་མེད་པའི་མིང་ཚིག་གི་རྩོད་ སྐྱེ་ཚུ་ སྐབ་ཚུ་འཇོལ་ཏེ་མ་དག་པའི་དཀའ་ངལ། ཞབས་པ་གིས་ ཅ་ཚ་དང་ སའི་རྩོད་སྐྱེ་དང་ ཞ་དང་ཤའི་རྩོད་སྐྱེ་ཚུ་ སྐབ་ཚུ་འཇོལ་ ཏེ་ མ་དག་པའི་དཀའ་ངལ། སློབ་མཚམས་པ་གིས་ ཅ་ཚ་ཇ་ཞ་ཤ་དང་ ཅ་ཚ་ཇ་ཟ་སའི་རྩོད་སྐྱེ་ཚུ་ སྐབ་ཚུ་འཇོལ་ཏེ་ མ་དག་པའི་དཀའ་ ངལ། ཞབས་པ་ བུམ་ཐང་པ་ མེ་རག་སག་སྟེང་པ་ ཀྱར་སྐད་ཚུ་གིས་ ར་བཏགས་བཅུ་བཞི་ལས་ ལྷ་ལུ་ མ་ར་ ཟེར་ མ་དག་པར་ སྐབ་པའི་དཀའ་ངལ། ཤར་རྩོད་ཁ་སྐབ་ སློབ་མཚམས་པ་ ཞབས་པ་ རྩོད་ཁ་སྐབ་མི་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ ཉ་ལུ་ བ་ཟེར་ མ་དག་པར་ སྐབ་པའི་ དཀའ་ངལ། རྩོད་ཁ་སྐབ་སློབ་མཚམས་པ་སྐབ་མི་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ ལྷ་ལུ་ ཉ་ཟེར་ མ་དག་པར་སྐབ་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་ཡོད་པ་སྟེ་ ལྷོ་ འབྲས་མཛོད་གསལ་བྱུང་ཡི། ཞབས་པ་ཐིག་ལྷན་ཨང་ ༩ པ་ནང་ལུ་ གཟིགས།

ཐིག་ལྷན་ཨང་ ༩

གཡུས་སྐད་གེར་ལུ་ཡོད་པའི་རྩོད་སྐྱེ་པའི་དཀའ་ངལ་བཅུད་བསྟུས།

རྩོད་སྐྱེ་པའི་དཀའ་ངལ	ཤར་རྩོད་ཁ་སྐབ་	སློབ་མཚམས་པ་	ཞབས་པ་	མང་སྟེ་པ་	བུམ་ཐང་པ་	མེ་རག་སག་སྟེང་པ་	ཀྱར་སྐད།	རྩོད་ཁ་	སློབ་མཚམས་པ་
གསལ་བྱེད་སློབ་འཇུག་མེད་པའི་རྩོད་སྐྱེ་མ་ དག་པ། (ག་ར་ད་བ་ཇ་ཞ་ཟ་)	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
གསལ་བྱེད་སློབ་འཇུག་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྩོད་སྐྱེ་མ་ ཚུ་ལྟོ་ལོ་ལ། (ར་ཉ་ན་མ་ དབང་)	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
ཉའི་རྩོད་སྐྱེ་མ་དག་པ། (ཉ་ལུ་ བ་)	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
ཡ་བཏགས་སློབ་འཇུག་མེད་པའི་རྩོད་སྐྱེ་ མ་ དག་པ། (ལྷ་བྱ་ལུ་ འཇའ་)	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
ར་བཏགས་སློབ་འཇུག་མེད་པའི་རྩོད་སྐྱེ་ མ་ དག་པ། (མ་ར་ཟ་ལུ་ འབྲས་འབྲས་)	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
ར་བཏགས་ལས་སློབ་འཇུག་མེད་པའི་རྩོད་སྐྱེ་ལོ་ར་བ་ མ་ར་	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
ལ་བཏགས་དང་ ལའི་རྩོད་སྐྱེ་མ་ཚུ་ལྟོ་ འཇོལ་བ། ལྷ་ལུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ ལ།	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
མགོ་ཚན་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྩོད་སྐྱེ་མ་ཚུ་ལྟོ་ལོ་ལ།	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

སློབ་ཕྲུག་གི་རྫོང་སྤྲོ་མ་དག་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཅིག་ སློབ་སྟོན་འབད་མི་ སློབ་དཔོན་གྱི་རྫོང་སྤྲོ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་མ་ལས་ སློབ་གྲྭ་ལག་
ལུ་ཡོད་པའི་ གཞི་རིམ་རྫོང་ལའི་སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ རྫོང་སྤྲོ་དགའ་སྤེ་ སློབ་ཚུགས་ཤིའི་སློབ་བཅར་ཕྱིན་ཏེ་ རྫོང་སྤྲོ་སློབ་སྟོན་འབད་ནི་ལུ་
ཚུགས་གྲུབ་ཡོད་པ་བཟོ་ཚུགས་པ་ཅིན་ དག་ནི་མས།

མཚུགས་བསྟུན།

མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ གཞུམ་གྱི་དག་གཞིས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རྫོང་ལའི་རྫོང་སྤྲོ་ལུ་ དཀའ་ངལ་གྱི་ཁྱད་པར་
འཚོ་ལེན་ ཟེར་བའི་དོན་ཚན་གྱི་ཐོག་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་མང་ད་ སྤྱིར་བཏང་ གཞུམ་སྐད་སོ་སོ་སློབ་མི་སློབ་ཕྲུག་
གེར་ལུ་ གསལ་བྱེད་གྱི་ཡི་གུ་ ག་ར་ད་བ་ཇ་ཉ་ཟ་ བདུན། གཉིས་པར་ ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ བྱ་བྱ་ གཉིས། ར་བཏགས་བཅུ་བཞི་
ལས་ བྱ་བྱ་ གསལ་ལུ་ རྫོན་འཇུག་མེད་པའི་སྐབས་ རྫོན་འཇུག་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷག་པའི་དཀའ་ངལ་ བརྒྱ་ཆ་ལས་ ༤༧.༥%
འདུག།

དེ་བཟུམ་སྟེ་ རྫོང་ལ་སློབ་པའི་སྐབས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ག་ད་ང་ར་ལ་ ལཱ་ལྷགས་པའི་མིང་ཚོག་ཚུ་ལུ་ རྗེས་འཇུག་གི་སྤྱི་ལོ་བུ་
མ་བཏོན་པར་ སློབ་དགོས་ཡིན་རུང་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གིས་ རྗེས་འཇུག་གི་སྤྱི་ལོ་བུ་བཏོན་ཏེ་ སློབ་པའི་དཀའ་ངལ། བྱ་བྱ་བྱ་ གསལ་
ལས་གྲུབ་པའི་མིང་ཚོག་ལ་ལུ་ཅིག་ལུ་ སྤྱིར་སྟོན་རྒྱབ་ད་གི་རྫོང་སྤྲོ་བཟུམ་སྟེ་མེན་པར་ དམིགས་བསལ་གྱི་རྫོང་སྤྲོ་ ལྷག་ ལྷག་ ལྷག་
ཟེར་སློབ་དགོས་ཡིན་རུང་ དེ་སྟེ་དག་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ། དེ་ལས་ ཡ་བཏགས་བདུན་ལས་ བྱ་བྱ་གཉིས་ལུ་ རྗེས་འཇུག་ ད་ན་ལ་
ས་ ལྷགས་པའི་རྫོང་སྤྲོ་ དཔེར་ན་ བརྒྱད། བརྒྱད་ཟེར་མི་ཚུ་ལུ་ རྫོང་སྤྲོ་ གས་ ལྷག་ ཟེར་ སློབ་དགོས་ཡིན་རུང་ མ་དག་པར་ རྗེས་
རྗེས་) ཟེར་ སློབ་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་ རྒྱ་ཆེ་བཟུམ་སྟེ་འཐོན་ཏེ་ཡོད་པའི་གྲུབ་འབྲས་བུར་ཡི། དེ་འབད་མ་ལས་ རྫོང་ལའི་སློབ་སྟོན་པ་དང་
སློབ་ཕྲུག་གེར་གིས་ གདོང་ལེན་འབད་དེ་བསལ་དགོས་འདུག།

རྒྱབ་རྟེན་གྱི་ཐོ་

ཀུན་བཟང་དོ་མེ། (༢༠༡༣) རྫོང་ལའི་རྫོང་སྤྲོ་དག་རྒྱུན་དག་པའི་ལྷན་ཚུ། རྫོང་ལ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།
ཀུན་ལེགས་རྒྱལ་མཚན་ (༢༠༠༤) རྫོང་ལའི་རྫོང་སྤྲོ། ཚུ་མ་པ་པོ།
སྐལ་བཟང་དོ་མེ་དང་བདེ་ཚེན་དབང་པོ། (༢༠༡༤) ལུ་བཟོགས་རྫོང་ལག་བཞིའི་རྫོང་སློབ་ཚུའི་ རྫོང་སྤྱི་གནས་ཚད་བཟླ་ཞིབ།
RABSEL the CERD Educational Journal 17(2) 96-107
པདྨ་ལགས་ (༡༩༤༡) རྫོང་ལའི་སྤྱི་བཟླ་དང་རབ་གསལ་སྤྱི་ལོ་དང་པོ། ཤེས་རིག་ལྷན་ལག
དཔལ་འབྱོར་ (༢༠༠༩) སློབ་སྤྱིར་པ་མང་ཆེ་ཤོས་རྫོང་ལ་ལྷགས་ད་བྱུང་བའི་རྫོང་སྤྱི་དཀའ་ངལ་ངོས་འཛིན་དང་དེའི་སེལ་ཐབས། *Rig-
Gter Academic Journal of College of Education*, 6 80-93

ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ (༢༠༠༢) ཚོང་ཁའི་བད་གཞུང་གསར་པ། ཚུམ་པ་པོ།

ཚོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ (༢༠༡༣) ཚོང་ཁའི་བད་གཞུང་སྐང་བའི་སློབ་མཉམ་ཚུམ་པ་པོ།

Ary, D., Jacobs, L. C., Walker, D., & Sorensen Irvine, C. K. (2019). *Introduction to Research in Education*. Cengage Learning.

Creswell, J. W. (2009). *Research design*. (3rd edit) SAGE Publications.

Huang, L. S. (2018). Tasks for teaching pronunciation to advanced learners. *The TESOL Encyclopedia of English Language Teaching*, 1-9.

Gilbert, J. B. (2012). *Clear speech teacher's resource and assessment book: Pronunciation and listening comprehension in North American English*. Cambridge University Press.

Gilbert, J. B. (2008). *Teaching pronunciation*. Cambridge University Press.

Murphy, J., & Baker, A. (2015). History of ESL pronunciation teaching. *The handbook of English pronunciation*, 36-65.

Rajadurai, J. (2016). Pronunciation issues in non-native contexts: A Malaysian case study. *Malaysian Journal of ELT Research*, 2(1), 18.

Wei, Y., & Zhou, Y. (2002). Insights into English pronunciation problems of Thai students.

Zhang, F., & Yin, P. (2009). A study of pronunciation problems of English learners in China. *Asian Social Science*, 5(6), 141-146.