༄༅། །སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་དང་ཐབས་ལམ།

(ལེའུ་དང་པོ།)

སྔོན་བཤད།

བགྲང་བྱ་ཡི་སྐབས་དང་བསྟུན་རང་རེའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་བྱ་གཞག་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཀྱིལ་མཚམས་ལ་བརྟེན་ནས་འཕོ་འགྱུར་འགྲོ་བཞིན་མཆིས། མིའི་རིགས་ལ་འགྲོ་བ་གཞན་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་སློབ་གཉེར་བྱེད་ཐུབ་པའི་རྣམ་དཔྱོད་ལྡན་པ་དེ་ཡིན། དེས་སེམས་ཅན་གཞན་ལས་མངོན་དུ་འགྱུར་བའི་ངང་འཚོ་གནས་ཐུབ་པ་དང་། རང་རེའི་ཤེས་ཡོན་རིག་གཞུང་སོགས་ལ་འཕེལ་རྒྱས་དང་རྒྱུན་འཛིན་སོགས་སྲིད་པའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་སྒོ་མོའང་འབྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་། ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་ཞེས་པ་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་པའི་དཔལ་ཡོན་རྒྱུན་འཛིན་དང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་དང་། རིག་པའི་གནས་མཐའ་དག་ལ་སྒྲུང་བརྩོན་བྱེད་པའི་བློ་སྒོའང་ཡིན། དེའང་ཨིན་ཡིག་གི་ཚིག་དོན་ཁོ་ནར་དཔྱད་ན་སློབ་གསོ་ཅེས་པ་ནི་འཆར་ལོངས་སམ་སྦྱོང་བརྡར་སོགས་ལ་གོ་དགོས་པ་བཞིན། བདེན་པ་ཉིད་ར་སྤྲོད་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་ལམ་ལྟ་བུའོ།།

ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་འཕོ་འགྱུར་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོས་དང་བསྟུན་དགོས་ལ། འགྲོ་བ་མིའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ལ་ཡང་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན། སྐབས་རེར་སྤྱི་ཚོགས་སམ་སྲིད་དབང་གང་ཞིག་གི་དགོས་མཁོ་ལ་བསམས་ནས་སློབ་གསོའི་ལམ་ལུགས་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ཡང་ཡོད། གང་ལྟར་སློབ་གསོའི་བྱ་གཞག་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་འཇུག་པ་ལྷག་བསམ་གྱི་སྒོ་ནས་དར་སྤེལ་བྱེད་དགོས་ཆེ། ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོར་གཞི་འཛིན་གྱི་རྨང་གཞི་གསུམ་ལྡན་པ་ཡིན། དེ་དག་ནི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་ཡི་ལྟ་གྲུབ་རིག་པ་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ། སྤྱི་ཚོགས་རིག་པ་བཅས་ཡིན། རྨང་གཞི་འདི་གསུམ་པོ་ཟུར་གསུམ་གྱི་ཟུར་ཆ་རེ་དང་ཟུར་ཆ་དེ་གསུམ་པོ་གཞིར་འཛིན་པའི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་ནི་ཁྱད་འཕགས་ཅན་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། ལྟ་གྲུབ་མེད་པའི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་ནི་ལྡུན་ནག་མདའ་འཕེན་ལྟ་བུ་དང་། ཤེས་ཡོན་མེད་པའི་ལྟ་གྲུབ་ནི་དཔའ་བོ་ཡོང་ཞར་ལྟ་བུའོ། །

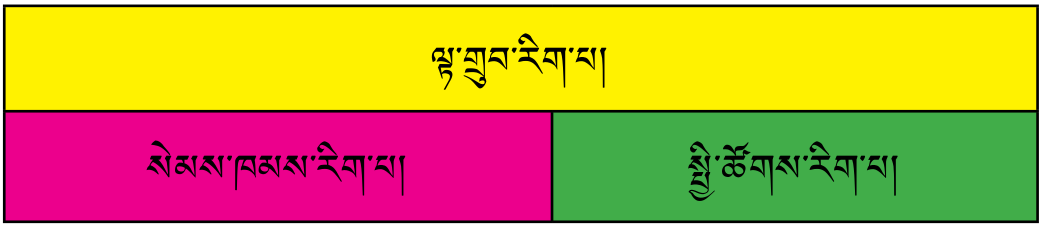

Figure 1 ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་རྨང་གཞི་གསུམ་པོའི་འབྲེལ་ལམ་རི་མོ།

ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་ཏུ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཔང་པོ་གཞིར་བཞག་ནས་བརྗོད་ན། རང་ཅག་གི་སྲོལ་རྒྱུན་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་བརྒྱུད་རིམ་ནི་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་འབབ་ཞིག་དང་། དེས་རང་རེའི་མེས་པོ་དག་གི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡང་མཚོན་ཐུབ། ནང་བསྟན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་ནི་བཞག་ན་ཞབས་རྟ་དང་བཀུག་ན་ལུང་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན། ཤེས་ཡོན་གྱི་རྒྱུན་བཟང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བློ་གྲོས་ཅན་གྱི་རྨད་བྱུང་མཁས་ཆེན་དམ་པ་ནམ་མཁའི་སྐར་ཚོགས་ལས་ཀྱང་མང་བ་སྐྱེད་སྲིང་བྱུང་། དེའང་ཆུ་མོ་གངས་ལ་ཐུག་པ་བཞིན། རང་རེའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་རྒྱུད་པ་ནི་གཙོ་ཆེར་འཕགས་ཡུལ་ན་ལེནྡྲའི་ནང་ཆོས་སློབ་གཉེར་ལམ་ལུགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་དང་། གྲྭ་བཙུན་ཐུགས་གསུམ་གྱི་ཆོས་སྡེ་ཁག་གི་དབུས་པའི་བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་སློབ་གཉེར་ཁང་རྣམས་ནི་སློབ་གཉེར་བ་གཙོ་བོར་འཛིན་པའི་སློབ་གསོའི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་དང་། སློབ་གཉེར་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་དཔྱོད་དང་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གནང་རྒྱུ་དང་། དེའི་རྣམ་འདྲེན་ལས་ནང་སེམས་ཀྱི་ཤེས་པའི་ནུས་པར་སད་སླེབ་རྫོགས་གསུམ་བྱས་ཏེ་སློབ་གཉེར་བའི་ཤེས་པའི་རིགས་པ་གོང་མཐོར་གཏོང་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་ཤེས་ཡོན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དགེ་བའི་གཤེས་གཉེན་ནི་མཐུན་འགྱུར་རོགས་རམ་གྱི་ཚུལ་ཙམ་ལས། གཙོ་བོ་སློབ་གཉེར་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་བརྩོན་ཟུང་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་བསླབ་གསུམ་གྱི་དམིགས་པ་བསྒྲུབ་དགོས་པ་ཡིན། དེའང་མདོ་ལས། ངས་ནི་ཁྱེད་ལ་ཐར་པའི་ལམ་བསྟན་གྱི། །ཐར་པ་རང་ལ་རག་ལས་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།།

རྨད་དུ་བྱུང་བའི་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་ཤེས་ཡོན་ལམ་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་དུ་མ་ལྡན་ནའང་། དེ་དག་ལ་དེང་སྐབས་ཀྱི་གྲགས་ཆེ་བའི་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་འཆར་འགོད་དང་ཐབས་ལམ་འདི་ཡིན་ཅེས་པའི་སྒྲོམ་གཞི་ཡིག་ཐོག་ལ་ཕབ་པ་ཕལ་ཆེར་མེད་སྟབས། རྗེས་རབས་སློབ་གསོ་བ་རྣམས་ལ་སྟེགས་དོར་བཙུད་ལེན་བྱེད་པའི་སྟོང་ཆ་ལྷག་ཡོད། དེས་ན་རླབས་ཆེ་བའི་རང་རེའི་༼བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྲིད་ཇུས་༽ ཀྱི་དོན་ཚན་དྲུག་པ་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལམ་སྲོལ་ནང་"བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ཤེས་ཡོན་གཙོ་བོ་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དེའི་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཟུང་འབྲེལ་བཟུང་བའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལམ་སྲོལ་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ།" ཞེས་གསལ་བ་བཞིན། འདིར་ཤེས་རྫོངས་ཁོ་བོས་ཀྱང་ནུབ་ཕྱོགས་པའི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་མཁས་ཅན་དུ་མས་མཛད་པའི་སློབ་ཚན་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་འཆར་འགོད་དང་ཐབས་ལམ་མི་འདྲ་བ་མང་དག་ཅིག་གསར་བཟོ་མཛད་པའི་ནང་ཆེས་སྤྱོད་སྒོ་ཆེ་བའི (5Es) ཞུགས་འཚོལ་འགྲེལ་རྒྱས་དཔྱད་ལྔའི་(Engagement, Explore, Explain, Elaborate & Evaluate ཐབས་ལམ་དེའི་གོ་དོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་བརྗོད་བདེའི་ཚུལ་དུ་༡) ཞུགས་པ།༢) འཚོལ་བ།༣) འགྲེལ་བ།) ༤) རྒྱས་པ།༥) དཔྱད་པ།བཅས་སུ་བསྡུར་ཡོད) སློབ་ཁྲིད་བྱེད་ཕྱོགས་དང་འཆར་འགོད་ཀྱི་གཙོས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་འགའ་སྟོང་ཆ་ཁ་སྐོང་ཙམ་གྱི་ཚུལ་དུ་གླེང་འདོད་ཆེ།

དེའང་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་བྱས་ནས་སྡེ་ཚན་འཆར་འགོད་བྱ་དགོས་པ་དང་། སྡེ་ཚན་འཆར་འགོད་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་བྱས་ནས་ལོ་འཁོར་སློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད་འགྲུབ་པ་ཡིན། སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་མཚན་ལ་གཞིགས་ནས་འདིར་སྡེ་ཚན་འཆར་འགོད་དང་ལོ་འཁོར་འཆར་འགོད་སྐོར་ལ་རགས་ཙམ་གླེང་ན་དེ་ལྟར་ཏེ།

ལོ་འཁོར་སློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད།

༡) ནང་དོན་རྣམས་སྡེ་ཚན་དང་ནང་གསེས་སོ་སོར་དབྱེ་དགོས།
⇓
༢) སྡེ་ཚན་རེའི་ཁྱབ་ཁོངས་དང་ནང་དོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཚོགས་ཐེངས་ཆ་བགོས་བྱེད་དགོས།
⇓
༣) དགོས་དམིགས་ལ་དཔྱད་ནས་ཤུགས་སྐྱོན་བྱེད་ཐབས་ལ་གསལ་ཆ་སྟོན་དགོས།
⇓
༤) དངོས་ཡོད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཐབས་ལ་འཆར་གཞི་འདིང་དགོས།
⇓
༥) ས་ཁུལ་དངོས་དང་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་སོགས་ལ་རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་འཆར་གཞི་འདིང་དགོས།
⇓
༦) ཡིག་རྒྱུགས་དང་ཚོད་རྒྱུགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་འདིང་དགོས།
⇓
༧) ལོ་འཁོར་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་འཆར་འགོད་གོ་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་སྒྲིག་དགོས།

གོང་འཁོད་གོ་རིམ་བདུན་པོར་རྒྱུན་གཏན་བསླབ་གཞི་འཆར་འགོད་སྐབས་ཀྱི་སློབ་གསོ་བ་དང་འབྲེལ་ཡོད་དགེ་རྒན་རྣམ་པས་ཐུགས་སྣང་འཇོག་དགོས། བརྒྱུད་རིམ་འདི་དང་མཐུན་པའི་ལོ་འཁོར་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་སྡེ་ཚན་རྣམས་ནང་གསེས་སོ་སོར་དབྱེ་ཡོད་ཅིང་། སྡེ་ཚན་སོ་སོའི་ཁྱབ་ཁོངས་ལ་དཔྱད་དེ་དུས་ཚོད་བགོད་དགོས་པ་དང་། སློབ་ཚན་སོ་སོའི་དགོས་དམིགས་ལ་གཞིགས་ནས་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་ཚན་འགའི་ནང་གསེས་ལ་ཤུགས་སྐྱོན་འཕར་མའང་བརྒྱབ་ཆོག དེ་བཞིན་ཤེས་པའི་སྦྱོང་བ་དངོས་ཀྱི་གོ་སྐབས་བསྐྲུན་ཆེད་སློབ་གཉེར་བ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་རྟོག་ཞིབ་དང་། སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་འཚོ་བ་དངོས་ཀྱི་ཉམས་གསོག་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེན་ཡིན། དེ་བཞིན་དགེ་རྒན་རང་ཉིད་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་ཐབས་ལ་དཔྱད་པ་དང་སློབ་མའི་ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྟོག་ཞིབ་ཆེད་ཡིག་རྒྱུགས་དང་ཚོད་རྒྱུགས་སོགས་ཀྱི་དུས་ཚོད་གཏན་འབེབས་དང་སྟངས་འཛིན་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་འཆར་གཞི་ངེས་པར་འདིང་དགོས། ལོ་འཁོར་སློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད་རྣམས་གོང་མ་གོང་མ་དང་འོག་མ་འོག་མ་འབྲེལ་དགོས་པ་མ་ཟད། གོང་འོག་ཕན་ཚུན་དབར་ལའང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་དགོས་ཤིང་། གཅིག་མཇུག་གཉིས་མཐུད་དང་ལུ་གུ་རྒྱུད་སྒྲིལ་དང་སློབ་མའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་འདིང་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་སྡེ་ཚན་དང་ནང་གསེས་དབྱེ་བའི་ལོ་འཁོར་སློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད་ནང་། བསླབ་གཞི་རྩ་འཛིན་དང་སློབ་དེབ་གསར་རྩོམ་སོགས་ལ་གཙོ་

ཚེར་འཛིན་ནའང་། འབྲེལ་ཡོད་དགེ་རྒན་དང་སློབ་གསོ་བའི་ངོས་ནས་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལྟ་གྲུབ་དང་སློབ་མའི་སེམས་ཁམས། དེ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་བཅས་གཞིར་བཟུང་བའི་ཐོག་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་སྒྲུ་རྩལ་དང་བྱེད་སྒོ་སོགས་འདེམས་སྒྲུག་བྱ་དགོས།

ག་ཤམ་གསལ་ནི་དགེ་རྒན་ལ་མཁོ་བའི་ལོ་འཁོར་སློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད་རེའུ་མིག་གི་དཔེ་མཚོན་ཞིག་ཡིན།

ལོ་འཁོར་སློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞིའི་རེའུ་མིག།

སློབ་གྲྭ། _____________________________________

སློབ་ཚན། _____________________________________

འཛིན་རིམ། _____________________________________

ཁྲིད་བསྒོམས་ཚོགས་ཐེངས། ___________________________

ལོ་འཁོར་(སློབ་ཚན་གྱི་མིང) སློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད།							
		སྤྱིའི་དགོས་དམིགས།			ཚོགས་ཐེངས་ཆ་བགོས།		
ཟླ་ཚེས།	སྤྱི་ཚན་/ ནང་གསེས།	བརྗོད་བྱ།	བསྟན་བྱ།	སྒྲུ་རྩལ།	སློབ་ཁྲིད།	ཡིག་རྒྱུགས།	བྱེད་སྒོ།

སྤྱི་ཚན་འཆར་འགོད།

ག་ཤམ་གསལ་ནི་སློབ་ཁྲིད་སྤྱི་ཚན་གྱི་འཆར་འགོད་གོ་རིམ་ཡིན།

ཀུན་སློང་། / གྲ་སྒྲིག
འདས་པའི་ཤེས་ཡོན་ཉམས་མྱོང་ལ་དཔྱད་དགོས། ↓
ཤེས་བྱའི་ཉམས་མྱོང་གསར་པ་ངོ་སྤྲོད་བྱ་དགོས། ↓

ཤེས་ཡོན་ཉམས་སྦྱོང་གོ་རིམ་སྒྲིག་པ། ↓
ཤེས་ཡོན་ཉམས་སྦྱོང་ཐོགས་བསྡུས་བྱེད་པ། ↓
བསྐྱར་ཞིབ་དང་དཔྱད་པ་བྱེད་པ།

གོང་གསལ་བརྒྱུད་རིམ་འདི་ལ་གཞིགས་པའི་སྔེ་ཚན་སློབ་ཁྲིད་འཆར་གཞི་འདིང་དགོས། སྔེ་ཚན་གང་རུང་ཞིག་གི་ནང་དོན་ཕལ་མོ་ཆེ་ནི་བསླབ་གཞི་སྔོན་མ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད། དེའང་སློབ་དུས་སྔོན་མའི་བསླབ་གཞི་ཡིན་ཚོག་ལ་སློབ་དུས་འདི་རང་ཡང་ཡིན་ཚོག གང་ལྟར་ཡང་སྦྲུངས་ཟིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་སློབ་ཚན་ནམ་འཆོ་བ་དངོས་ཀྱི་སྦྱོང་བ་རྨང་གཞིར་བཟུང་བའི་ཐོག་ནས། སྐབས་བབ་ཀྱི་ཤེས་བྱ་གསར་པའམ་ད་ཡོད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་དག་གཏིང་ཟབ་ཟབ་ཏུ་གཏོང་རྒྱུའི་དགོས་དམིགས་འཛིན་པའི་སྔེ་ཚན་འཆར་འགོད་བྱེད་དགོས།

ཀུན་སློང་ལ་ཕྱི་ནང་མཁས་པའི་འགྲེལ་བརྗོད་དང་གཏན་ཚིགས་གཞི་ལྡན་གྱི་དབྱེ་བ་སོགས་དུ་མ་ཕྱེ་ཡོད། བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་རིག་པའི་འགྲེལ་བརྗོད་ནི་ཟབ་ཅིང་རྒྱས་ལ། ཕྱིའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བ་དང་སློབ་གསོ་བའི་འགྲེལ་པ་ནི་ཆེས་རགས་པའི་ཚུལ་ཁོ་ནའོ།།

དེའང་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་ལས་ཀུན་སློང་ཅེས་པ་ནི། བྱ་བ་གང་ཞིག་བསྒྲུབ་འདོད་པའི་སེམས་ཀྱི་དམིགས་པའམ། བསམ་ཚུལ། ཀུན་ནས་སློང་བ་སྟེ་སེམས་སྐྱེད་པ་སྟེ། ལས་བཟང་ངན་འབྲིང་གསུམ་གང་བརྩམས་ཀྱང་ཐོག་མར་ལས་དེ་བྱ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་ཞིག་སྐྱེས་ནས་ལས་དེ་རྩོམ་གྱི་ཡོད་པས། དེ་འདྲའི་བསམ་པ་དེ་ལ་ཀུན་སློང་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱིས་དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། རྒྱུའི་ཀུན་སློང་དང་། དུས་ཀྱི་ཀུན་སློང་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་རྒྱུའི་ཀུན་སློང་ཞེས་པ་ནི། བྱ་བ་དེ་མ་བརྩམས་གོང་གི་བྱ་བ་དེ་དང་དེ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་བསམ་བློ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། གཉིས་པ་དུས་ཀྱི་ཀུན་སློང་ཞེས་པ་ནི། བྱ་བ་དེ་དངོས་སུ་བྱེད་དུས་ཀྱི་བསམ་བློ་དེ་ལ་ཟེར། དེ་འདྲའི་ཀུན་སློང་རིགས་གཉིས་པོ་དེ་ཡི་ནུས་པ་མི་འདྲ་བ་ནི། རྒྱུ་ཡི་ཀུན་སློང་གིས་བྱ་བ་དེ་ལ་ཞུགས་པའི་འབད་བརྩོན་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་། དུས་ཀྱི་ཀུན་སློང་གིས་བྱ་བ་དེ་མཐར་སོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ལམ་རིམ་ནང་ཀུན་སློང་རིམ་པ་གསུམ་བསྟན་པ་སོགས་དབྱེ་བ་དུ་མ་ལྡན་ཡོད།

ནུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བས་ཀུན་སློང་ཞེས་པ་ནི་ཐུགས་བསམ་མམ་དམིགས་པའི་བྱ་བ་གང་ཞིག་སྒྲུབ་ཐབས་སུ་སྤེལ་བའི་བྱེད་སྒོའམ་ནུས་པ་ལ་གོ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་དབྱེ་ན་ནང་གི་རང་བཞིན་ཀུན་སློང་དང་། ཕྱིའི་རྐྱེན་གྱི་ཀུན་སློང་བཅས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཚོག་པ་ཡིན། ནང་གི་རང་བཞིན་ཀུན་སློང་ཅེས་པ་ནི་སློབ་གཉེར་བ་ཉིད་ཀྱི་རང་རྒྱུད་ནས་དམིགས་ཡུལ་གང་ཞིག་སྒྲུབ་ཐབས་སུ་བསྐྱེད་པའི་ནུས་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། སྦྱང་བྱའི་ཤེས་བྱར་སྤྲོ་སེམས་དང་འདོད་པ་སོགས་ཡིན་དགོས། ཕྱིའི་རྐྱེན་གྱི་ཀུན་སློང་གི་སྒྲུབ་ཚུལ་ནི་གཞོན་ཤུགས་གང་ཡང་

ཟུང་བའི་ཕྱིའི་རྐྱེན་ནམ་རྒྱུ་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་དགོས་དམིགས་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དཔེར་ན། སློབ་མའི་སྤྲོངས་འབྲས་ལ་གཞིགས་པའི་བྱ་དགའ་ལྟ་བུའོ། །

ཀུན་སློང་ཞེས་པར་དེང་རབས་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བས་ཞིབ་འཇུག་རྒྱས་པ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་བདུན་ཅུའི་ནང་སྤེལ་འགོ་བཙུགས་ཤིང་། སྤྱི་ཚོགས་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བ་རྔན་དང་རྡེ་སི་ཡི་(Ryan and Deci) ཤེས་རྟོག་དཔྱད་ཞིབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་(Cognitive Evaluation Theory)སོགས་ལས་དེའི་འགྲེལ་པ་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད།

དགེ་རྒན་གྱིས་སྔེ་ཚན་འཆར་འགོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་གསར་པ་ངོ་སྤྲོད་མ་བྱས་གོང་། ཤེས་བྱ་གསར་པ་དག་སློབ་མས་སྤྲང་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སློང་གོང་མཐོར་གཏོང་དགོས་པ་དང་། སྐོམ་པ་ཆུ་འདོད་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉུས་པ་དྲག་པོ་ཞིག་སློབ་མའི་རྒྱུད་ལ་སྐྲུན་ཐུབ་པར་བྱ་དགོས། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྲང་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སློང་གི་དབེན་ན་སྟོད་ཁ་སྦྱབ་པ་ལྟར་ཤེས་བྱའི་གནས་གསར་པར་འཇུག་རྒྱུའི་སྒོ་མོ་བརྒྱབ་པ་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་ཀུན་སློང་གི་ཧྲ་ཕོས་ཕྱོན་དུ་བསྒུས་ནས་ཤེས་བྱ་གསར་པའི་སྣ་གོན་ལ་འབད་དགོས། དེའི་ཚེ་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་མའི་འཚོ་བ་དངོས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་ལ་ཕྱིར་བསྒོམས་དང་སྤྲངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱར་རྒྱུས་ལོན། འཁྲིད་བྱའི་སྔེ་ཚན་གྱི་ཤེས་བྱར་འཚམ་པའི་འབྲེལ་ལམ་སྟོན་ཐུབ་པ་དགོས། སློབ་མ་དབུས་བཞག་གི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་གཙོ་བོར་བཟུང་བའི་ཐོག་སློབ་གཉེར་བ་རང་ངོས་ནས་ སྔར་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་། དེ་བཞིན་ཤེས་བྱ་གསར་པའི་བར་ལའང་འབྲེལ་ལམ་གྱི་ཟམ་པ་འཛུགས་ཐུབ་པ་དགོས་རྒྱུ། དེ་བཞིན་དགེ་རྒན་གྱི་མཐུན་འགྱུར་རོགས་རམ་འོག་སློབ་མ་རང་ངོས་ནས་འཁྲིད་བྱའི་ཤེས་བྱ་གསར་པ་འཚོལ་ཞིབ་བྱ་ཐུབ་པ་དགོས། འདི་ལྟ་བུའི་ཐབས་ལམ་ནི། དཔེར་ན། (Deductive Teaching Method) སྤྱིའི་གཏན་ཚིགས་སུ་བྲངས་ནས་བྱེ་བྲག་གི་ཤེས་བྱ་དཔོག་པའི་རྗེས་དཔག་གི་ཁྲིད་ཐབས་དང་། ཡང་ན། (Inductive Teaching Method) བྱེ་བྲག་གཏན་ཚིགས་སུ་བྲངས་ནས་སྤྱིའི་ཤེས་བྱ་དཔོག་པའི་རྗེས་དཔག་གི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་ལས་རྗེས་མ་སྟེ། བྱེ་བྲག་རྒྱུ་མཚན་དུ་བཀོད་ནས་སྤྱིའི་ཤེས་བྱ་དཔོག་པའི་ཐབས་ལམ་ནི་སློབ་མ་དབུས་བཞག་གི་ཁྲིད་ཐབས་ལ་འཚམ་པ་དང་ལེགས་པར་མངོན།

སློབ་གཉེར་བའི་བློ་ངོར་ཤར་བའི་ཤེས་བྱའི་སྤྱོད་ཚོར་དག་ལ་རིམ་པས་དགེ་རྒན་གྱི་ངོས་ནས་སྔེ་ཚན་རང་བཞིན་གྱི་གོ་རིམ་སྒྲིག་པ་དེ་བཞིན་འགྲིག་མིན་གྱི་བརྟར་ཤ་གཙོད་དགོས།

སྔེ་ཚན་འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་དཔེ་མཚོན་རེའུ་མིག་གཉིས།

སྔེ་ཚན་འཆར་འགོད་རེའུ་མིག

འགོངས་ཤོག་རེའུ་མིག ༡

སློབ་ཚན། ______________________

འཇོན་གྲྭ། __________________

སློབ་ཁྲིད་སྡེ་ཚན་གྱི་འགོ་བརྗོད།_________________________

སྤྱིའི་དམིགས་ཡུལ།

༡____

༢____

ཨང་།	བརྗོད་བྱ།	དགོས་ངེས་ཀྱི་ཆོགས་ཐེངས།	དགོས་ངེས་ཀྱི་དུས་ཚོད།	ནང་དོན་(ཁྱབ་ཚད)	བརྒྱུད་རིམ།	སློབ་ཁྲིད་རོགས་སྐྱོར།	དཔྱད་ཞིབ།

འགེངས་ཤོག ༡ བཀང་ཚར་རྗེས་གཞི་ནས་འགེངས་ཤོག ༢ རེའུ་མིག་བཟོ་འགོད་བྱ་དགོས།

འགེངས་ཤོག ༢

སློབ་ཚན།_____________________

འཛིན་གྲྭ།________________

སློབ་ཁྲིད་སྡེ་ཚན་གྱི་འགོ་བརྗོད།_________________________

སྤྱིའི་དམིགས་ཡུལ། ______________

སློབ་ཚན་ཨང་།_______________

གྲངས།	ནང་གསེས་བརྗོད་བྱ།	དམིགས་ཡུལ།	སློབ་ཁྲིད་བྱེད་སྒོའི་བརྒྱུད་རིམ།	དཔྱད་པ།

སློབ་ཚན་འཆར་འགོད།

སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ཅེས་པ་ནི་འཁྲིད་བྱའི་སློབ་ཚན་གང་རུང་ཞིག་གི་གལ་གནད་འབྲུ་དོན་གཙོ་བོར་འཛིན་པའི་ལམ་སྟོན་གྱི་སྒྲོམ་གཞི་ཞིག་སློབ་མར་གསལ་སྟོན་བྱེད་པའི་འཆར་གཞི་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་པས། དེ་ནི་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་སྟོན་འཁོར་ལོ་ལྟ་བུ་ཡིན། སློབ་ཁྲིད་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོང་བར་སྒྲོམ་གཞིའི་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་

པའི་འཆར་འགོད་ལེགས་པོ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་དགོས། སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ནང་ཚང་དགོས་པའི་གནད་དོན་གལ་ཆེ་ཁག་ནི།

༡) དགོས་པ་གང་གི་ཕྱིར་སློབ་དགོས་པ།

༢) ནང་དོན་གང་ཞིག་སློབ་དགོས་པ།

༣) ཐབས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་རྟེན་ནས་སློབ་དགོས་པ།

༤) ཤེས་ཚད་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཇལ་དགོས་པ། བཅས་ཡིན།

དེ་རྣམས་ནི་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ནང་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བསམས་གཞིགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཀྱང་ཡིན།

ཧེར་བྷ་ཤན་གྱི་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ཐབས་ལམ།

སྐབས་འཇོགས་རང་བཞིན་གྱི་སྤྱིའི་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད།

ཧེར་བྷ་ཤན་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་ (Herbartian Approach lesson planning) གྱི་སྲོལ་གཏོད་པ་པོ་ནི་ ཧེར་བྷཊ་(J F Herbart)ཞེས་པའི་འཇར་མན་གྱི་སེམས་ཁམས་དང་ལྟ་གྲུབ་རིག་པ་བ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གི་ལྟ་གྲུབ་ལ་གཞིར་བཅོལ་བའི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་དེ་ནི་བོད་ནང་དང་། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སློབ་ཁག དེ་བཞིན་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་དགེ་རྒན་པལ་མོ་ཆེས་བེད་སྤྱོད་མང་ཤོས་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་འདིའི་ཐལ་ཆ་ནི་དགེ་རྒན་དབུས་བཞག་གི་ཁྲིད་ཐབས་མང་བ་དང་། སྒྲོམ་གཞི་འདིའི་ཁྱབ་ཚད་འོག་སློབ་མའི་བྱེད་སྒོ་མང་དག་ཅིག་ལ་བཀག་སྡོམ་བྱེད་པའི་ཞན་ཆ་ལྡན་ཡོད། སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་འདི་ལ་གཙོ་བོ་ཚང་དགོས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་དྲུག་དགོས།

གཤམ་དུ་འཀོད་པ་ནི་རིམ་པ་དྲུག་ཅན་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ཡིན།

༡ ངོ་སྤྲོད།

༢ གསལ་སྟོན།

༣ ཞིབ་བསྡུར་རམ་འབྲེལ་ལམ་བྱེད་པ།

༤ སྤྱི་བཤད་མདོར་བསྟན་པ།

༥ ཉམས་ལེན་བྱེད་པ།

༦ བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་པ།

བརྒྱུད་རིམ་དང་པོ། ངོ་སྤྲོད།

ཀ༽ སྔར་གྱི་ཤེས་བྱར་དཔྱད་པ།

ཁ༽ ཀུན་སློང་བཅོས་པ། (ངོ་དབྱིངས་ཡོང་བ་བྱེད་པ།)

ག༽ སློབ་ཚན་གྱི་བརྗོད་བྱ་གསལ་བསྒྲགས།

འཆར་འགོད་འདིའི་ནང་གི་བརྒྱུད་རིམ་དང་པོའི་སྟེ་ཚན་ཀ་པ་ནི་སྤྱར་གྱི་ཤེས་བྱར་དཔྱད་པ་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ཡིན། སློབ་ཚན་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་སློབ་ཕྲུག་གི་མིག་ལམ་དུ་མ་བསྟན་པའི་སྔོན་དུ་དགེ་རྒན་གྱི་ངོས་ནས་སློབ་མ་ཚོའི་རང་རྒྱུད་ལ་སྐབས་བབ་ཀྱི་སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་གོ་རྟོགས་གང་འདྲ་ལྡན་མིན་གྱི་དཔྱད་པ་བྱེད་དགོས། གཞལ་བྱའི་ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་སྒྲིང་བ་ལ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པ་དང་ལྷན་དུ་སྐབས་དོན་འཁྲིད་བྱའི་ཤེས་བྱ་གསར་པར་སྨྲང་འདོད་ཀྱི་སྤྲོ་བ་དང་ངོ་དབྱིངས་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྲོ་བ་འཕེལ་ཐབས་སུ་འཛིན་ཁང་ནང་སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་སྒོ་སྣ་ཚོགས་སྤེལ་བ་དང་། བསྟན་བྱ་ལྡན་པའི་སྒྲུང་ཐུང་ཤོད་པ་སོགས་དགེ་རྒན་གྱི་རྣམ་དཔྱོད་ལ་གཞིགས་པའི་སློབ་ཚན་ལ་རྒྱུ་དང་དུས་གཉིས་ཀྱི་ཀུན་སློང་དང་། ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་ཀུན་སློང་སོགས་སློབ་ཕྲུག་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་འཕེལ་ཐུབ་པ་དགོས། ཤེས་རྟོག་ལ་དཔྱད་པ་དང་རྒྱུས་ལོན་ཡོང་བ་དང་། སློབ་མའི་ཀུན་སློང་འཕེལ་འཚམས་སུ་སྐབས་དོན་འཁྲིད་བྱའི་སློབ་ཚན་གྱི་འགོ་བརྗོད་འཛིན་ཁང་ནང་བསྒྲགས་དགོས།

བརྒྱུད་རིམ་གཉིས་པ། གསལ་སྟོན། (སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་དང་བསྟན་བྱ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དང་དོགས་གནད་སེལ་བ།)

བརྒྱུད་རིམ་གོང་མའི་རྨང་གཞིའི་འོག་ད་ཡོད་སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་སློབ་ཕྲུག་ཚོར་དགེ་རྒན་གྱིས་གསལ་སྟོན་བྱེད་པ་དང་། དགེ་རྒན་དང་སློབ་མ་ལྷན་དུ་མཉམ་ཞུགས་ཀྱི་དྲི་བ་དྲིས་ལན་དང་། སློབ་གྲོགས་ཕན་ཚུན་དབར་གོ་བསྡུར་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་འདྲ་མིན་བརྒྱུད་ནས་སློབ་ཚན་གྱི་དོགས་གནད་སེལ་དགོས།

བརྒྱུད་རིམ་གསུམ་པ། ཞིབ་བསྡུར་རམ་འབྲེལ་ལམ་འཛུགས་པ།

བརྒྱུད་རིམ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གཞིར་བཟུང་བའི་ཐོག་སྐབས་བབ་ཀྱི་འཁྲིད་བྱའི་སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་དང་ཁྱད་ཆོས་སློབ་ཕྲུག་ཚོས་ཤེས་པ་དང་གོ་དོན་རྟོགས་ཟིན་རྗེས། སྔོན་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་དེ་བཞིན་སློབ་ཚན་ཕན་ཚུན་དབར་ལ་བསྡུར་བའི་གོ་སྐབས་འཛིན་ཁང་ནང་སྐྲུན་ཐུབ་པ་དགོས་ལ། ཤེས་བྱ་དང་ཤེས་བྱའི་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡང་སྟོན་ཐུབ་དགོས། དེའི་སྐབས་ངེས་པར་དུ་སློབ་ཚན་གཅིག་པ་ཡིན་དགོས་པའང་མེད་ལ། སློབ་དེབ་གཅིག་ཕྱུར་གཞི་བཅོལ་བའི་ངེས་པའང་མེད། དཔེར་ན། སློབ་ཚན་མི་འདྲ་བའི་དབར་ལ་འབྲེལ་བ་སྟོན་པ། སྤྱི་ཚོགས་དང་སློབ་ཚན་གྱི་བརྗོད་གཞིར་འབྲེལ་ལམ་སྟོན་པ། རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་སློབ་ཚན་དབར་འབྲེལ་བ་འཛུགས་ཐུབ་པ་བཅས་བྱེད་དགོས། སློབ་ཚན་མི་འདྲ་བའི་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི། དཔེར་ན། ཨང་རྩིས་དང་དངོས་ཁམས་སློབ་ཚན་དབར་ལ་འབྲེལ་བ་སྟོན་པ། དེ་བཞིན་སྐྱེ་དངོས་དང་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དབར་ལ་འབྲེལ་བ་སྟོན་པ། སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་དང་ནང་བསྟན་རིག་པ་སོགས་མདོ་བསམ་གྱི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཙམ་དང་ནས་འཚོ་བ་དངོས་ཀྱི་སྒྲིང་བ་དང་། སློབ་ཚན་དབར་འབྲེལ་ལམ་སྟོན་ཐུབ་པ་དགོས།

བརྒྱུད་རིམ་བཞི་པ། སྤྱི་བཤད་མདོར་བསྟན་པ།

གོང་གི་རྒྱུས་བཤད་དུ་སོང་བའི་སློབ་ཚན་གྱི་བརྗོད་བྱ་དག་དང་གོ་བསྡུར་འབྲེལ་ལམ་བྱུང་བ་སོགས་ལ་སྤྱིའི་ཕྱོགས་བསྡོམས་ཀྱི་རྣམ་པ་གསལ་བར་སྟོན་དགོས། བརྒྱུད་རིམ་འདིའི་ནང་གཙོ་བོ་སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད་དཔེ་དེབ་སོགས་ལ་གཞིར་བཅོལ་ན་ལེགས།

བརྒྱུད་རིམ་ལྔ་པ། ཉམས་ལེན་བྱེད་པ།

གོང་གསལ་བརྒྱུད་རིམ་ཁག་ནང་སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱ་དག་རྒྱུན་གཏན་གྱི་འཚོ་བ་དངོས་ནང་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས། དེའང་བོད་མིའི་བཤད་སྲོལ་དུ། བྱིས་པ་དག་ཡིག་ཁ་ནས་སྦྱོར། མ་དག་ཡི་གེ་ལག་པས་བྲིས། ཞེས་པ་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་ན། སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱར་ཉམས་ལེན་སོགས་མེད་པའི་སྐྱོན་དུ་སོང་བས། སློབ་ཕྲུག་རྣམ་པས་སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱར་ཉམས་ལེན་བྱས་ཚོག་ལ། དགེ་རྒན་གྱི་ངོས་ནས་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་དགོས། དཔེར་ན། སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་སྦྱོང་ཚན་དང་དཔེར་བརྗོད་སོགས་འཇོག་ཏུ་འཇུག་པ་ལྟ་བུའོ། །

བརྒྱུད་རིམ་དྲུག་པ། བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་པ།

གོང་འཁོད་བརྒྱུད་རིམ་ལྔ་པོ་ནས་སྤྱིའི་འཁྲིད་བྱེད་ཀྱི་སློབ་ཚན་མཇུག་བསྒྲིལ་བ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་། འཛིན་ཁང་ནང་ཁྲིད་ཟིན་པའི་སློབ་ཚན་དག་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། སྦྱོང་ཚན་སོགས་ལ་བརྡར་ཤ་གཅོད་པའི་ལམ་ནས་སློབ་མའི་གོ་རྟོགས་ལ་དཔྱད་པ་བྱེད་དགོས། གལ་ཏེ་སློབ་མ་རེ་ཟུང་གི་སློབ་ཚན་གོ་རྟོགས་ཞན་ཙམ་ཡོད་ཚེ་བྱེ་བྲག་གི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་(Micro Teaching) སྦྱར་ནས་ལམ་སྟོན་བྱེད་ཐུབ་ན་ལེགས་སྙམ།

ཧེར་ནྲ་ཤན་གྱི་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ཐབས་ལམ་མམ་ཡང་ན་སྐབས་འཛེགས་རང་བཞིན་གྱི་སྤྱིའི་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ནི། དགེ་རྒན་དང་སློབ་མའི་བསྡུར་ཚད་(Student Teacher ratio) མཐོ་བའི་ཤེས་ཡོན་སྡེ་གནས་སུ་སྤྱོད་སྲོལ་མང་བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཁྲིད་ཐབས་(Macro & Micro teaching Methods) ལས་སྤྱི་ཡི་ཁྲིད་ཐབས་མང་བ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད།

ཧེར་ནྲ་ཤན་གྱི་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ཐབས་ལམ་སྒྲོམ་གཞིའི་རེའུ་མིག

སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་གནང་སྟངས།			
སྟོན་འགྲོ་གླེང་བ།			
འཆར་འགོད་པའི་མིང་།		ཨང་།	
སློབ་གྲྭ།		སྡེ་ཚན།(ཚན་རིག་སྡེ་ཚན་ལྟ་བུ)	
ཟླ་ཚེས།༢༠༢༠ཟླ་XXཚེསXX			
སློབ་གྲྭ།			

སློབ་ཡུལ་འཛིན་རིམ།		སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད།	
སློབ་ཚན།		སྤྱོད་བྱའི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ།	
སྡེ་ཚན།		སློབ་ཁྲིད་སྐད་ཡིག	
སྡེ་ཚན་ནང་གསེས།			
སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།			
བརྗོད་བྱའི་ནང་དོན།			
བསྟན་བྱའི་ནང་དོན།			
ཁུངས་གཏུགས་དཔེ་དེབ་དང་ དྲ་ཚིགས།			

རིམ་པ་དྲུག་ཅན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་རེའུ་མིག

༡ ངོ་སྤྲོད།

༢ གསལ་སྟོན།

༣ ཞིབ་བསྡུར་རམ་འབྲེལ་ལམ་བྱེད་པ།

༤ སྤྱི་བསྡུད་མདོར་བསྟན་པ།

༥ ཉམས་ལེན་བྱེད་པ།

༦ བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་པ།

བརྒྱུད་རིམ།	ནང་དོན།	དགོས་དམིགས།	དགེ་རྒན་གྱི་བྱེད་སྒོ།	སློབ་ཕྲུག་གི་བྱེད་སྒོ།	TLM BB work སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད་དང་ནག་པང་གི་སྤྱོད་སྟངས།	དཔྱད་ཞིབ།
༡						
༢						

བརྒྱུད་རིམ་༣་༤་༥་༦་བར་རེའུ་མིག་ནང་སུ་མཐུད་ནས་འགོད་དགོས།

དཔེ་མཚོན་འཆར་འགོད། འཛིན་རིམ་བརྒྱད་པའི་བོད་སྐད་ཡིག་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད།

སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་གནང་སྟངས།			
སྔོན་འགྲོ་གླེང་བ།			
དགེ་འོས་སློབ་མའི་མཚན།	བཀྲ་ཤིས་ལོ་ལེགས།	སློབ་ཨང་།	XXX
མཐོ་སློབ།	བོད་ཀྱི་དགེ་འོས་སློབ་གཉེར་ཁང་།	དགེ་འོས་འཛིན་རིམ།	དགེ་འོས་འཛིན་རིམ་གཉིས་པ།
ཟླ་ཚེས།༢༠༢༠ ཟླ་XX ཚེསXX			
སློབ་གྲྭ།	བཀྲ་ཤིས་སློབ་གྲྭ།		

སློབ་ཡུལ་འཛིན་རིམ།	བརྒྱད་པ། (གསེར་ཉ)	སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད།	ས་སྨྱུག་བཟོ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་བརྙན་ཐུང་།
སློབ་ཚན།	སྐད་ཡིག	སྤྱོད་བྱའི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ།	སློབ་མ་དབུས་བཞག་དང་ICT བཀོལ་སྤྱོད།
སྡེ་ཚན།	རྩོམ་རིག་ཚན་པ།	སློབ་ཁྲིད་སྐད་ཡིག	བོད་སྐད།
སྡེ་ཚན་ནང་གསེས།	ང༽ བསྟུས་བརྗོད་ཀྱི་རྩོམ་དཔེ།		
སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།	ས་སྨྱུག		

བརྗོད་བྱའི་ནང་དོན།	བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་(ས་སྨྱུག) གི་རང་བཞིན་ནམ་ངོ་བོ་དང་། དེ་ཡི་ཡོན་ཏན། བྱ་བ་སོགས་ཡོད་པ་ལ་མེད་པ་དང་། མེད་པ་ལ་ཡོད་པར་སྒྲོ་སྐུར་དང་འཕྲོག་བཤད་ཀྱིས་གཏན་ནས་མ་འདྲེས་པར། རྩོམ་པ་པོས་དྲང་པོའི་ངག་གིས་གསལ་བར་བརྗོད་པ་སྟེ། རང་བཞིན་བརྗོད་པའམ་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་བསྟུས་བརྗོད་ཀྱི་རྩོམ་དཔེ་ཞིག་ང་ཚོའི་མིག་ལམ་དུ་བཀོད་ཡོད།
བསྟན་བྱའི་ནང་དོན།	རྩོམ་པ་པོས་ས་སྨྱུག་ཅེས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་ཆུང་ཆུང་ཞིག་དང་། རིག་གནས་སྤེལ་བྱེད་ཡོ་བྱད་ཐལ་བ་ཞིག་ལ་ཚིག་སྦྱོར་བདེ་ཞིང་ཁ་གསལ་བའི་དང་། ཆེ་གང་པོ་གཞན་ཕན་བྱ་བ་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པ་བཀོད་དེ། ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ལ་ས་སྨྱུག་ལྟ་བུའི་རང་ལས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་རང་གཤིས་བཟང་པོ་དང་སྙིང་སྟོབས་བཅས་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་། རྗེས་སུ་ཡི་རང་དགོས་པ་བསྟན་ཡོད།
ཁུངས་གཏུགས་དཔེ་དེབ་དང་དྲྭ་ཚིགས།	༡༽ འཛིན་རིམ་བརྒྱད་པའི་བོད་སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་དང་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས། ༢༽ རྩོམ་རིག་གི་རྩོམ་ལུས་རྣམ་གཞག་ལྷག་པ་ཚོས་འཕེལ་གྱིས་བརྩམས། མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། ༣༽ https://www.youtube.com/watch?v=TpbGZ7cWOjo

བརྒྱུད་རིམ།	ནང་དོན།	དགོས་དམིགས།	དགེ་རྒན་གྱི་བྱེད་སྒོ།	སློབ་ཕྲུག་གི་བྱེད་སྒོ།	TLM BB work སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད་དང་། ནག་པང་སྤྱོད་སྟངས།	དཔྱད་ཞིབ།
༡	ངོ་སྤྲོད་གོ་བསྡུར།	སྔོན་ཐོན་པའི་ཤེས་བྱར་དཔྱད་པ། ༡༽ སློབ་མར་འཚམས་འདྲི། ནག་པང་ལ་ཟླ་ཚེས་འབྲི་དགོས། ༢༽ རྩོམ་འབྲིའི་ཤེས་བྱར་དྲི་བ་བསྐྱལ་བ། དཔེར་ན། རྩོམ་ཡིག་གི་བརྗོད་དོན་སྙིང་པོ་གང་ཡིན། ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་གི་ངོ་བོ། དེ་བཞིན་སྔོན་གྱི་དོགས་གནད་སེལ་བ།	༡༽ རྒན་ལགས་ལ་འཚམས་འདྲི། ༢༽ སློབ་མ་རང་ངོས་ནས་རྒན་ལགས་ཀྱི་དྲི་བར་ཐུག་རྒྱུང་ནས་ལན་འདེབས་པ།	༢༠༢༠ཟླ་XX-ཚེསXX	སྔོན་ཐོན་པའི་ཤེས་བྱར་དཔྱད་པ། དེ་བས་སྐབས་དོན་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ལ་བསམ་གཞིག་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་རྟོགས་ཐུབ་པ་དགོས།	

		ཀུན་སློང་། (ངོ་དབྱིངས་ཡོང་བ་བྱེད་པ་) སློབ་ཚན་དངོས་མ་འཁྲིད་གོང་སློབ་ཚན་ལ་ངོ་དབྱིངས་ཡོང་བ་བྱེད་པ།	ས་སྐྱུག་བཟོ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་བརྟན་ཐུབ་སྟོན་རྒྱ། videoplayback.mp4 ཡང་ན། ཉེ་འཁོར་ལ་ས་སྐྱུག་བཟོ་གྲྭ་ཡོད་ཚེ་རྟོག་ཞིབ་ཆེད་སློབ་ཐུག་ཡོངས་ལྷན་དུ་བསྐྱོད་ཀྱང་ཆོག	སློབ་མ་རྣམས་ནས་བརྟན་ཐུབ་ལ་གསན་གཟིགས་གནང་བ།		ཀམ་པུ་ཊར་དང་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་རས་གཞི། བརྟན་སྟོན་འཕྲུལ་ཆས་བཅས་ཚང་ལྡན་ཡིན་མིན་དཔྱོད། གལ་ཏེ་མེད་ན་དང་ཐོག་ནས་གྲ་སྒྲིག་ཞུ་དགོས།
		འགོ་བརྗོད་ཁྲབ་བསྒྲགས།	སློབ་ཚན་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་ཅ་དངོས་ཚུང་ཚུང་འགག་ལ་འགྲེལ་བཤད་དང་། མཐའ་མ་སློབ་ཚན་གྱི་འགོ་བརྗོད་དང་ཤོག་གྲངས་གསུངས་དགོས་ལ་ནག་པང་སྟེང་འབྲི་དགོས།	སློབ་མའི་ངོས་ནས་ནག་པང་ལ་གཟིགས་པ།	སློབ་ཚན་བཅོ་བརྒྱད་པ། ས་སྐྱུག	

༢	གསལ་སྟོན། (སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་དང་བསྟན་བྱ་སྟོན་པར་བྱེད་པ)	སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་དང་བསྟན་བྱ་རྣམས་ལམ་སྟོན་གྱི་ངོ་བོའི་རྣམ་པ་ལས་དོན་དངོས་སློབ་མ་རང་ངོས་ནས་རྟོགས་ཐུབ་པ་དགོས།	སློབ་ཚན་དུམ་མཚམས་རེ་རེ་བཞིན་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་ཚོགས་ཆུང་བཞི་རུ་བགོས་ནས་ཚོགས་ཆུང་མཉམ་རུབ་ཀྱིས་ཀློག་པ། དུམ་མཚམས་རེ་བསྒྲུགས་ཟིན་རྗེས་ཚིག་སྦྱོར་གལ་གནད་ཅན་མ་ཤེས་པ་རྣམས་འགྲེལ་བཤད་གནང་རྒྱུ།	སློབ་མ་རྣམས་པས་དུས་མཚམས་རྣམས་ཚོགས་ཆུང་བཞིན་ཀློག་རྒྱུ།		
		སློབ་མ་རེ་རེའི་ཀློག་རྒྱལ་དང་གོ་དོན་ལ་དོ་སྣང་།	༡༽ སློབ་མ་རྣམས་ལ་ཡིད་ཀློག་གནང་དགོས་པའི་བཀོད་མངགས་གནང་དགོས། ༢༽ ལམ་སྟོན་གྱི་རྣམ་པའི་ངང་དགེ་རྒན་གྱིས་འཛིན་གྲྭའི་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་ཕེབས་ཏེ་སློབ་མ་རེ་རེའི་ཡིད་ཀློག་ལ་ལྟ་ཞིབ་དང་དཀའ་གནད་སེལ་དགོས།	༡༽ སློབ་མ་རེ་རེས་ཡིད་ཀློག་བྱ་རྒྱུ། ༢༽ དཀའ་གནད་ཅན་ལ་རྟགས་རྒྱག་དགོས་པ། ༣༽ དགེ་རྒན་འགྲམ་དུ་ཕེབས་སྐབས་དྲི་བ་ཕུལ་དགོས།		སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་སློབ་ཚན་གྱི་གོ་དོན་གང་འདྲ་རྟོགས་ཡོད་མིན་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས།

༣	ཞིབ་བསྡུར་རམ་འབྲེལ་ལམ་བྱེད་པ།	དགེ་རྒན་དང་སློབ་ཕྲུག་མཉམ་རུབ་ཐོག་ཁྲིད་བཞིན་པའི་སློབ་ཚན་དང་སྔར་གྱི་ཤེས་བྱ་དེ་བཞིན་འཚོ་བ་དངོས་དང་འབྲེལ་བ་སྟོན་པ།	༡ཚོགས་ཆུང་གི་སློབ་གྲོགས་ཕན་ཚུན་གོ་སྡུར་གྱིས་ས་སྨྱུག་དང་འདྲ་བའི་རང་ལས་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཅ་དངོས་དཔེ་འདྲེན་བྱེད་པ། ༢ དཔེར་དྲངས་པའི་ཅ་དངོས་དག་གི་ཁྱད་ཆོས་དང་ས་སྨྱུག་དབར་གྱི་ཁྱད་ཆོས་བསྡུར་བ། ༣ རྒྱུ་མཚན་ཡང་དག་གི་དཔེར་དྲངས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ནག་པང་གི་ཟུར་ཆ་ཞིག་ཏུ་དགེ་རྒན་གྱི་འབྲི་བ། (ནག་པང་སྦྱོད་དགོས།)	༡ཚོགས་ཆུང་ནང་གི་སློབ་མ་ཞིག་ཡར་ལངས་ནས་དཔེར་བརྗོད་པའི་ཅ་དངོས་ཀྱི་མིང་སྒྲོག་སྤྲད་བྱེད་པ། ༢ཚོགས་ཆུང་ཐུན་མོང་ནས་ཅ་དངོས་གང་ཞིག་ལ་ས་སྨྱུག་ལྟ་བུའི་ཁྱད་ཆོས་དང་དཔེར་བརྗོད་དུ་འཛོག་དོན་བརྗོད་པ།	༡སྐུམ་ཞུ། ༢ཡང་ལྟ ༣ཙག་སྒྲ ༤རྟེ་ཤིང་། ༥ཞ་སྨྱུག	སྤྲོ་ང་བྱ་འི་ཤེས་བྱ་ར་སློབ་ཕྲུག་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་སྟོན་ཐུབ་མིན་དཔྱད་པ། ཐུན་མོང་གི་འབད་བརྩོན་དང་མཉམ་རུབ་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ལྡན་མིན་དཔྱད་དགོས

	སྤྱི་བཤད་མདོར་བསྟན་པ།	དགེ་རྒན་དང་སློབ་མ་ལྷན་དུ་ས་སྨྱུག་གི་རང་བཞིན་ལ་སྒྲོ་སྐུར་མེད་པར་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དུ་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་ནས་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་སྤྱིར་སྟོན་དགོས།	དགེ་རྒན་དང་སློབ་མ་ལྷན་དུ་ས་སྨྱུག་གི་ཁྱད་ཆོས་ལ་སྤྱིའི་ཕྱོགས་བསྡོམས་དང་། སློབ་མའི་འགྲེལ་བཤད་ལ་གསལ་ཆ་སྟོན་དགོས། མཐའ་མ་༧རྒྱལ་བའི་གསུངགི་སྒྲ་འཇུག་གམ་བརྟན་འཕྲིན་སྐར་མ་༥ནས་༡༠ ཙམ་འཛིན་ཁང་དུ་བསྟན་ཏེ། བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེ་རྒྱུ་རུ་སོང་བའི་བཀའ་སློབ་ལས་རང་ལས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་བློ་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་དགོས།	༡སློབ་ཚན་ནང་གི་གསལ་ཆ་མེད་པའི་ཚིག་རྣམས་རྒན་ལགས་སུ་འདྲི་བ། བརྗོད་བྱ་དང་བསྟན་བྱ་སློབ་མའི་བློ་ངོར་ཤར་བ་བྱེད་དགོས།		སློབ་ཚན་གྱི་བརྗོད་བྱ་གསལ་དགོས་པ། བསྟན་བྱ་སློབ་མའི་བློ་ངོར་རང་བཞིན་གྱི་ཤར་ནུས་པ་བྱ་དགོས།

	ཉམས་ལེན་བྱེད་པ།	རང་ལས་གཞན་གཅེས་འཚོ་བ་དངོས་ནང་ཇི་ལྟར་སྤེལ་ཚུལ་དང་། ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་འབྲི་རྩོམ་ལ་ཤུགས་སྣོན།	ས་སྐྱུག་དང་སློབ་མས་བཞག་པའི་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་ཅ་དངོས་རྣམས་ཐུན་མོང་གི་ཁྱད་ཆོས་གཞིར་བཟུང་སྟེ་རང་ལས་གཞན་གཅེས་འཚོ་བ་དངོས་ནས་ལག་ལེན་ཐུབ་པ་དགོས་ཀྱི། ཟུར་དུ་ནག་པང་སྟེང་བྲིས་པའི་སློབ་ཕྲུག་གི་དཔེར་བརྗོད་བརྗོད་བྱར་བཟུང་ནས་ནང་སྦྱོང་བསྐུལ་བ།			

༣	སྙིང་བསྡུས་བརྗོད་པ།	བརྗོད་དོན་གསལ་བར་སྟོན་པ།	རྒྱན་ལ་གས་དང་སློབ་མ་ཐུན་མོང་ནས་ཕྱོགས་བསྡོམས་བྱས་པའི་སློབ་ཚན་གྱི་སྙིང་བསྡུས་དགེ་རྒན་གྱིས་ནག་པང་དུ་འབྲི་དགོས།(དེའི་སྐབས་སློབ་མས་རམ་འདེགས་ཀྱང་བྱས་ཆོག་) ནག་པང་སྦྱོད་དགོས།	ནག་པང་ནས་སྦྲོང་ཚན་དེབ་ཐོག་ཕབ་དགོས།	བརྗོད་དོན། "དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། གནས་སྐབས་སྣ་ཚོགས་དངོས་གསལ་བྱེད། དེ་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་སྟེ།" འདིར་བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་(ས་སྨྱུག) གི་རང་བཞིན་ནམ་ངོ་བོ་དང་། དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་དང་། བྱ་བ་སྣ་ཚོགས་པ་རྣམས་ཡོད་པ་ལ་མེད་པ་དང་། མེད་པ་ལ་ཡོད་པར་སྒྲོ་སྐུར་དང་འཁྲུག་བཤད་གཏན་ནས་མ་འདྲེས་པར། རྩོམ་པ་པོས་དྲང་པོའི་ངག་གིས་གསལ་བར་བརྗོད་པ་སྟེ་རང་བཞིན་བརྗོད་པའམ་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་བསྡུས་བརྗོད་ཀྱི་རྩོམ་དཔེ་ཞིག་སློབ་མ་ཚོའི་མིག་ལམ་དུ་བཀོད་ཡོད།	

		བསྟན་དོན་གསལ་སྟོན་བྱེད་པ།		རྩོམ་པ་པོས་སྨྱུག་ཅེས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་ཆུང་ཆུང་ཞིག་དང་རིག་གནས་སྤེལ་བྱེད་ཡོ་བྱད་ཕལ་བ་ཞིག་ལ་ཚིག་སྦྱོར་བདེ་ཞིང་ཁ་གསལ་བའི་ངང་ཁོ་བོའི་ཚེ་ཐུང་ཐུང་གང་པོ་གཞན་ཕན་བྱ་བ་ཁོ་ན་ལ་འཛུག་པ་བཀོད་དེ། གློག་པ་པོ་རྣམས་ལ་ས་སྨྱུག་ལྟ་བུའི་རང་ལས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་རང་གཤིས་བཟང་པོ་དང་སྙིང་སྟོབས་བཅས་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དགོས་པ་བསྟན་ཡོད།		

༤	བསྐྱར་ཞིབ	སྤྱི་ཡོངས་སློབ་མའི་ངོས་ནས་སློབ་ཚན་༡ པ་སྤྱིའི་བརྗོད་དོན་དང་བསྡན་དོན་ཤེས་མིན་ལ་དཔྱད་པ།		༡ ༽ སློབ་དེབ་ཤོག་གྲངས་༡༠༦སྦྱོང་ཚན་བཞི་པ་འཛིན་གྲྭའི་ནང་དུ་མཉམ་དུབ་ཐོག་ལན་སྒྲོན་པ། ༢ ༽ སྦྱོང་ཚན་ནང་གསེས་༦རྩོམ་ཐུང་ཞིག་འབྲི་དགོས་པ།	ཁྱིམ་སྦྱོང་། རང་གི་ཉེར་སྤྱོད་ཅ་དངོས་སམ་ནག་པང་སྙེང་བྲིས་པའི་ཅ་དངོས་ཀྱི་མིང་གང་རུང་ཞིག་གི་ཁྱད་ཆོས་ལ་སྦྱར་ནས་མི་སྣ་མཚོན་ཐབས་ཀྱི་བསྡུས་བརྗོད་རྩོམ་ཐུང་ཞིག་འབྲི་དགོས།	སྤྱི་ཡོངས་སློབ་ཕྲུག་གི་ངོས་ནས་སློབ་ཚན་༡ པ་ཡི་སྤྱིའི་ནང་དོན་དང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་བྱར་དཔྱད་པ།

མཆན། ༡ སློབ་ཁྲིད་སྐབས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཆ་བགོས་ནི་སློབ་ཚན་དངོས་གཞི་དང་བསྟུན་ནས་བསྒྲིག་དགོས་ལ། ཚོགས་ཐེངས་གཅིག་ནང་སློབ་ཁྲིད་འགྲུབ་དགོས་པའི་ངེས་པའང་མེད།

༢ གོང་འཁོད་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ནི་སྤྱིའི་སྒྲོམ་གཞིར་དཔེའི་ཚུལ་དུ་བཀོད་པ་ལས་ངེས་པར་དུ་དེ་ལྟར་དགོས་པའི་ངེས་པའང་མེད་ལ། དགེ་རྒན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་དཔྱོད་ཀྱི་སྒྱུ་རྩལ་དཔྱད་ནས་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ཀྱི་གཞི་མ་འདིང་དགོས་སོ། །

(ལེའུ་གཉིས་པ།)

(5Es) ཞུགས་འཚོལ་འགྲེལ་རྒྱས་དཔྱད་ལྔའི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་དང་འཆར་འགོད།

5Es སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ། (དེའང་ཐབས་ལམ་དེའི་གོ་དོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་བརྗོད་བདེའི་ཚུལ་དུ་༡ ཞུགས་པ། ༢ འཚོལ་བ། ༣ འགྲེལ་བ། ༤རྒྱས་པ། ༥ དཔྱད་པ་བཅས་སུ་བསྒྱུར་ཡོད།)

ཞུགས་འཚོལ་འགྲེལ་རྒྱས་དཔྱད་ལྔའི་ཁྲིད་ཐབས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་རྨང་གཞི།

5Es ཞེས་པ་དང་དེ་བཞིན་3 Es, 7 Es སོགས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་མང་དག་ཅིག་ནི་ཉེ་བའི་སློབ་གསོ་བ་དུ་མས་རང་ཉིད་ཀྱི་སློབ་གསོའི་ལྟ་གྲུབ་ལ་གཞི་བཅོལ་བའི་ཐོག་ནས་གསར་གཏོད་བྱས་ཡོད། འདིར་ཁོ་བོས་དེ་དག་ལས་ཆེས་ཡུལ་དུ་བྱུང་བའི་5Es ཡི་ཐབས་ལམ་ལ་མདོར་ཙམ་གླེང་རྒྱུ་ཡིན།

ལོ་རབས་ཉི་ཤུའི་དུས་རབས་བཅུ་དགུ་པའི་(དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་ལོ་རབས་དགུ་བཅུ་པའི་)ནང་ཤེས་ཡོན་ཉམས་ཞིབ་པ་མང་དག་ཅིག་གིས། སློབ་གཉེར་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་དུ་མར་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་པ་

བརྒྱུད་སློབ་གཉེར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་(Leaning Cycle) དང་། དེ་བཞིན་སློབ་གཉེར་གྱི་སྟངས་ཐབས་(Learning Style) ཅེས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་མ་ལག་དང་སྒྲོམ་གཞི་མང་དག་ཅིག་གཏན་ལ་ཕབ་ཡོད། ཕྱི་ལོ་༡༩༦༢ ལོར་སློབ་གསོ་ཉམས་ཞིབ་པ་མྱི་རོན་ཨཏ་ཀིན་དང་རོབ་ཊ་ཀར་པ་ལྷུས་(J. Myron Atkin and Robert Karplus) ཡི་སློབ་གཉེར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཅེས་པའི་ནང་། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་མ་ལག་ཏུ་སློབ་ཁྲིད་ཡན་ལག་གསུམ་དུ་ངོས་འཛིན་བྱས་པ་དེ་དག་ནི།

༡) ཤེས་བྱ་འཚོལ་བ་བྱེད་པ།

༢) ཤེས་བྱ་གསལ་སྟོན་བྱེད་པ།

༣) ཤེས་བྱ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ། བཅས་ཡིན།

ཤེས་བྱ་འཚོལ་བ།	
ཤེས་བྱ་གསལ་སྟོན།	ཤེས་བྱ་ཉམས་ལེན།

Figure 2 སློབ་གཉེར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར།

ཁོང་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་ཉམས་ཞིབ་གྲུབ་དོན་ཏེ། སློབ་གཉེར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་མ་ལག་གསུམ་པོ་གཞིར་འཛིན་པའི་ཐོག་ཕྱི་ལོ་༡༩༨༧ ལོར་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་5Es ཞེས་པ་སྐྱེ་དངོས་རིག་པའི་བསླབ་གཞི་ཞིག་གི་ནང་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་གནང་འགོ་ཚུགས་པ་ཡིན།

ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དགེ་རྒན་གྱི་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་ཕྱོགས་ཐད་ཆེས་གལ་གནད་ཆེ་བ་ནི་སློབ་སྦྱོང་སྤྲོད་པའི་ཐབས་ལམ་མམ་ཁྲིད་ཐབས་ཡིན།

སློབ་མར་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཉམས་མྱོང་གསར་པ་ཞིག་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་འཛུག་པར་བྱེད་པ་དང་། ཤེས་ཡོན་གྱི་རྨང་གཞི་གོང་མཐོར་གཏོང་སླད་སློབ་མ་རང་ཉིད་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་ཡིན། སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་སློབ་ཕྲུག་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་སློབ་གཉེར་ནང་དངོས་སུ་ཞུགས་དགོས། བསླབ་གཞིའི་སློབ་ཚན་ལ་སྤྲོ་བ་ཡོང་བར་བྱེད་པ་དང་། ཤེས་འདོད་ཀྱི་བློ་ངོ་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱས་ཏེ་སློབ་ཕྲུག་གིས་སློབ་ཚན་སྦྱང་འདོད་ཀྱི་བློ་ངོ་ཤར་ཐུབ་པ་དགོས། སྦྱང་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སློང་བསྐྱེད་པ་དང་སྙོམ་པ་ཚུ་འདོད་ལྟ་བུར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོང་ལས་རྒྱ་ཆེར་རྒྱས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དགོས། སློབ་མས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་དཔྱོད་ལེན་སྤྱོད་དེ་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བྱེད་སྒོའི་ནང་དངོས་སུ་འཛུལ་ཞུགས་ཡོང་བ་བྱེད་པར་དགེ་རྒན་གྱིས་ཁོར་ཡུག་བཟང་པོ་བསྐྲུན་དགོས། ཁོར་ཡུག་ནི་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་སྦྱང་པ་འཕེལ་སའི་ཞིང་ས་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། དགེ་རྒན་གྱིས་ཞིང་ས་འདིའི་སྐྱེ་སྟོབས་ལ་ཕན་ངེས་ཀྱི་ལམ་ཁ་བསྐྲུན་དགོས། སློབ་ཁྲིད་སྐབས་དགེ་རྒན་དང་སློབ་མ་ལྷན་དུ་སློབ་

ཁྲིད་ཀྱི་སྤྱོད་བ་དང་ཕན་ཚུན་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་ཀྱི་ལམ་ནས། སློབ་མས་བརྗོད་བྱའི་དོན་རྟོགས་ཐུབ་པའི་སྙིངས་ཆ་ཞིག་གསར་བཞེངས་ཐུབ་པ་དགོས། སློབ་མ་རྣམས་སློབ་ཁྲིད་དངོས་ནང་མཉམ་ཞུགས་ཀྱིས་བརྗོད་བྱའི་སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་རིག་པའི་གནས་གསར་པར་རང་ཉིད་ནས་འཚོལ་ཞིབ་བྱུང་འཚམས་དགེ་རྒན་གྱིས་དྲི་བ་དྲིས་ལན་སོགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོའི་ཐབས་ལམ་བེད་སྤྱད་དེ། འཚོལ་ཞིབ་བྱུང་བའི་ཤེས་བྱ་རྣམས་ལ་གོ་བསྡུར་བྱེད་པ་དང་། གོ་བསྡུར་སྐབས་དུས་རན་འཚམས་ལ་དགེ་རྒན་གྱིས་འཕྲིད་བྱའི་ཤེས་བྱ་གསར་པ་ངོ་སྤྲོད་དང་འགྲེལ་བཤད་བྱ་དགོས།

གོ་བསྡུར་འགྲེལ་བཤད་སྐབས་སུ་འཕྲིད་བྱའི་ཤེས་བྱ་དག་རྒྱས་པ་དང་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏད་ནས་སློབ་ཚན་གྱི་བརྗོད་གཞིའི་གོ་དོན་རྣམས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དུ་རྟོགས་ཐུབ་པ་དགོས། དེའི་རྗེས་སུ་སློབ་ཕྲུག་རྣམ་པས་སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱ་གསར་པ་རྒྱུན་གཏན་འཚོ་བའི་ཁྲོད་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ནུས་པ་ཡོད་བ་དང་། སྐབས་བབ་ཀྱི་འཕྲིད་བྱའི་ཤེས་བྱ་དང་ཤེས་བྱ་གཞན་དབར་འབྲེལ་བ་སྟོན་ཐུབ་པ་དགོས་རྒྱུ། སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་གསར་པ་ཁ་སྐོང་བྱེད་པ་དང་། སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱར་ཁྱོན་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་ཞིབ་དང་སློབ་ཕྲུག་གི་བློ་ངོར་ཤེས་བྱའི་གོ་རིམ་བསྒྲིག་དགོས། མཐའ་མའི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་སློབ་མའི་ངོས་ནས་སློབ་ཚན་གྱི་གོ་དོན་རྟོགས་པ་ལ་རང་ཚིག་བེད་སྤྱད་ནས་འགྲེལ་པ་དང་གསལ་བཤད་བྱེད་དགོས། སློབ་མ་དབུས་བཞག་གི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་ནང་ཆེས་གལ་གནད་ཅན་ནི་སློབ་ཁྲིད་སྐབས་སློབ་མའི་ངོས་ནས་སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཡར་རྒྱས་ལ་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པ་དགོས། སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱོགས་དང་བསྟུན་རང་ཉིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་དང་བརྟར་ཞ་གཅོད་ཐུབ་པ་དང་། གལ་ཏེ་འཁྲིད་བྱའི་སློབ་ཚན་གྱི་གོ་དོན་རྟོགས་རྒྱུར་སློབ་ཕྲུག་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་ཚེ། དགེ་རྒན་རྣམ་པས་སྐབས་བབ་ཀྱི་ཁྲིད་ཐབས་ཐད་ལ་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ཏེ་དགོས་ངེས་སྐབས་དེ་བས་གོ་བདེ་བའི་ཐབས་ལམ་གཞན་དང་ཡང་ན་བྱེད་སྒོ་གཞན་སོགས་སྤྱོད་དགོས། དཔེར་ན། སྤྱི་ཁྲིད་སྐབས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཚེ་བྱེ་བྲག་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལ་འབབ་པ་ལྟ་བུའོ།།

སྐབས་རེར་འཕྲིད་བྱའི་བརྗོད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་འགྲེལ་བཤད་འཕར་མའང་དགོས། སྦྱངས་འབྲས་ལེགས་པའི་སློབ་ཕྲུག་རྣམ་པར་དེ་བས་མང་བ་ཤེས་འདོད་ཀྱི་འདུན་པ་ཡོད་ཚེ། འབྲེལ་ཡོད་དཔེ་དེབ་གྱི་མིང་དང་བཅས་པ་གསལ་སྟོན་བྱེད་གལ་ཆེ།

ཞུགས་འཚོལ་འགྲེལ་རྒྱས་དཔྱད་ལྟ་ཡི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་ནི་དེང་དུས་སྤྱོད་སྒོ་ཆེ་ལ། རྒྱལ་སྤྱིའི་སློབ་གསོ་བ་མང་པོས་ཚད་མཐོའི་གདེང་འཇོག་གནང་ཡོད། ཐབས་ལམ་དེ་ནི་གཙོ་བོ་སློབ་མ་དབུས་བཞག་གི་སློབ་ཁྲིད་ལམ་ལུགས་རམ་འདེགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྐྲུན་ཐུབ་པ་དང་། སློབ་མའི་རྨང་གཞིའི་ཤེས་བྱ་གོང་མཐོར་འགྲོ་མགྱོགས་པ། སློབ་མ་སོ་སོས་རང་འགུར་རང་གཅེས་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཐོས་པ་གསོག་པ། སློབ་ཚན་གྱི་བརྗོད་གཞིར་བསམ་ཆོད་བྱེད་ཐོད་པ་དང་། སྟོན་དཔག་གི་གོ་བ་ལོན་པར(སྔ་བསམ་ཕྱིས་དྲན་གྱིས) དཔྱད་པ་བྱེད་ཐུབ་པ། མཐའ་མ་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒོ་མོར་ཞུགས་ཐུབ་པ་སོགས་ཚད་མཐོའི་རིག་རྩལ་གྱི་ཆ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་ཐུབ་པའི་ལེགས་ཆ་མང་པོ་ལྡན་ཡོད། གཤམ་དུ་འཁོད་པ་ནི་དགེ་འོས་སློབ་མའི་ཆེད་དུ་ཞུགས་འཚོལ་འགྲེལ་རྒྱས་དཔྱད་ལྟའི་སློབ་ཚན་འཆར་

འགོད་སྐབས། དགེ་རྒན་དང་སློབ་མ་རྣམ་པས་དངོས་ཡོད་སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱེད་རུང་བ་དང་མི་རུང་བའི་སྒོ་གསུམ་བྱེད་སྒོ་རྣམ་པར་གསལ་བར་བཀོད་ཡོད།

(5Es) ཞུགས་འཚོལ་འགྲེལ་རྒྱས་དཔྱད་ལྔའི་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་ཕྱོགས་དང་འཆར་འགོད། (Engage, Explore, Explain, Extend/ Elaborate) , Evaluate) 5Es teaching method			
སྔོན་འགྲོ་གླེང་བ།			
དགེ་འོས་སློབ་མའི།		སློབ་ཨང་།	
མཐོ་སློབ།		དགེ་འོས་འཛིན་རིམ།	
ཟླ་ཚེས།	༢༠༡༨ ཟླ་XXཚེས་XX		
སློབ་གྲྭ			
སློབ་ཁྲིད་འཛིན་གྲྭ		སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད།	
སློབ་ཚན།		སྤྱོད་བྱའི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ།	
		སློབ་ཁྲིད་སྐད་ཡིག	
སྡེ་ཚན			
སྡེ་ཚན་ནང་གསེས།			
སློབ་ཚན་གྱི་མིང་།			
བརྗོད་བྱའི་ནང་དོན།			
བསྟན་བྱའི་ནང་དོན།			
ཁུངས་གཏུགས་དཔེ་དེབ་དང་དྲ་ཚིགས།			

འཕེལ་རིམ་དང་པོ། ཞུགས་པ། (Engage)	
འགྲེལ་བཤད། སློབ་ཚན་ངོ་སྤྲོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསླབ་གཞིའི་སློབ་ཚན་ལ་སྤྲོ་བ་ཡོང་བར་བྱེད་པ་དང་། ཤེས་འདོད་ཀྱི་བློ་ངོ་འཕེལ་བར་བྱས་ཏེ་སློབ་ཕྲུག་གིས་སློབ་ཚན་སྦྱངས་འདོད་ཀྱི་ལས་ལ་ཞུགས་སུ་བཅུག་པ། སྐབས་དེའི་བྱེད་སྒོ་ནི། དྲི་བ་བསྐུལ་བ་དང་དོ་དབྱིངས་ཡོང་བ་བྱས་ནས་སློབ་ཚན་དངོས་གཞི་སྦྱངས་འདོད་ཀྱི་བློ་ངོ་འཕེལ་བ་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ།།	
སློབ་ཕྲུག་གི་བྱེད་སྒོ།	དགེ་རྒན་གྱི་བྱེད་སྒོ།

<table>
<tr><td>སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་དང་མཐུན་རྐྱེན།</td><td>དགེ་རྒན་གྱིས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་གོམ་པ་རྗེས་མ་སྒྲིག་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས།
གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཕེལ་རིམ་མཚམས་སྦྱོར་བྱ་དགོས།</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།</td><td colspan="2">དགེ་རྒན་ངོས་ནས་བྱེད་དགོས་པ།</td></tr>
<tr><td rowspan="2">ཞུགས་པ།</td><td>5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།</td><td>5Esསློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།</td></tr>
<tr><td>ངོ་དབྱིངས་ཡོང་བ་བྱེད་པ།
ཤེས་འདོད་ཡོང་བ་བྱེད་པ།
དྲི་བ་བསླུལ་བ།
སློབ་མས་སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་དུ་འཇུག་པ།</td><td>ཐད་ཀར་གོ་དོན་འགྲེལ་བ།
ཐད་ཀར་ལན་འདེབས་གནང་བ་དང་འགྲེལ་པ་བསྐྱོན་པ།
ཆ་མི་ཚང་བའམ་རགས་བསྡུས་ཀྱི་ལན་སློབ་མར་གནང་བ།
དཔེ་ཁྲིད་ཀྱི་ངོ་བོར་བསྐྱོད་པ།</td></tr>
<tr><td>འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།</td><td colspan="2">སློབ་ཕྲུག་ངོས་ནས་བྱེད་དགོས་པ།</td></tr>
<tr><td rowspan="2">ཞུགས་པ།</td><td>5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།</td><td>5Esསློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།</td></tr>
<tr><td>གཤམ་འོག་ལྟ་བུའི་དྲི་བ་ཕྱུལ་དགོས་པ།
• དེ་འདྲ་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་བྱུང་བ་རེད་དམ།
• ངས་དེའི་སྐོར་གྱི་ཤེས་བྱ་གང་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་དམ།
• ངས་དེ་སྦྱངས་ཏེ་གང་ཤེས་སམ།</td><td>• ཐད་ཀར་དྲི་བའི་ལན་ལ་འབད་པ་ལས་བརྒྱུད་རིམ་ལ་དབྱིངས་མེད་པ་བྱེད་པ།
• བརྗོད་གཞི་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ལན་ཐད་ཀར་འདེབས་གནང་བ།
• ལན་ནམ་ཐབས་ལམ་གཅིག་ཁོ་ནར་འབད་པ།</td></tr>
</table>

འཕེལ་རིམ་གཉིས་པ། འཚོལ་བ། (Explore)

འགྲེལ་བཤད། འཕེལ་རིམ་འདིའི་ནང་སློབ་མ་རྣམས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་དཔྱོད་བེད་སྤྱོད་ལྡན་པའི་བྱེད་སྒོ་བརྒྱུད་དེ། ཞིབ་བྱ་འཚོལ་རྒྱུའི་ཁོར་ཡུག་བསྐྲུན་དགོས། དེས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་སྦྱོང་བ་དང་ཕན་ཚུན་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་ཀྱི་ལམ་ནས་སློབ་མ་རྣམ་པས་བརྗོད་བྱའི་ནང་དོན་དག་རྟོགས་ཐུབ་རྒྱུའི་སྲིངས་ཚ་ཞིག་གསར་བསྐྲུན་བྱ་ཐུབ་པ་དགོས་རྒྱུ།   བློ་ལ་འཆར་དགོས་པའི་དྲི་བ།   རྣམ་དཔྱོད་བེད་སྤྱོད་ལྡན་པའི་བྱེད་སྒོ་གང་སྤེལ་དགོས་སམ།   དགེ་རྒན་གྱི་ངོས་ནས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་བསམ་ཚུལ་གང་གི་ཐོག་ནས་སློབ་མའི་ཞིབ་བྱ་འཚོལ་བའི་བློ་སྒོ་འབྱེད་ཐུབ་བམ།

སློབ་ཕྲུག་གི་བྱེད་སྒོ།	དགེ་རྒན་གྱི་བྱེད་སྒོ།
སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད་དང་མཐུན་རྐྱེན།	གང་འདྲ་བྱས་ནས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་གོམ་པ་རྗེས་མ་སྤོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་སམ། གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཕེལ་རིམ་དབར་མཚམས་སྦྱོར་བྱེད་དགོས་སམ།

འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།	དགེ་རྒན་ངོས་ནས་བྱེད་དགོས་པ།	
	5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།	5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།
འཚོལ་བ	• ཐད་ཀར་ཟེ་ཐུས་མེད་པར་སློབ་མ་ནང་ཁུལ་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ལས་ལ་འཇུག་རྒྱུའི་སྐུལ་མ་བྱེད་དགོས། • སློབ་མ་རྣམས་གོ་བསྡུར་ཀྱི་ལས་ལ་འཇུག་སྐབས་འགྲམ་ནས་རྟོག་ཞིབ་དང་གསན་འཛོག་གནང་དགོས། • དགོས་ངེས་སྐབས་དྲི་བ་བསྐུལ་བའི་རྣམ་པ་སོགས་ཀྱི་གོ་བསྡུར་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་བརྟན་པོ་ཡོང་བ་བྱ་རྒྱུ།	• ཐད་ཀར་ལན་འདེབས་གནང་བ། • སློབ་མ་རང་ངོས་ནས་རྟོགས་གཞི་སེལ་བ་ལས་ཐད་ཀར་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པ། • སློབ་མ་རྣམས་ལ་ཐད་ཀར་ནོར་བཅོས་བྱེད་པ། • དྲི་བ་དང་དོགས་གཞིར་ཐད་ཀར་ལན་ཁོ་ན་གནང་བ་ལས་སློབ་མར་མནོ་བསམ་གྱི་གོ་སྐབས་མི་བསྐྲུན་པ།

	• སློབ་མའི་བློ་ངོར་དྲི་བ་འཁོར་བ་དག་ལ་སློབ་མ་རང་ཉིད་ནས་ལན་འདེབས་བྱ་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་སྤྲོད་དགོས། • སློབ་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་བཟུང་དགོས། • ཤེས་དགོས་པའི་རྣམ་པ་བསྟུན་དགོས།	• སྔེ་ཁྲིད་ཀྱི་རྣམ་པ་བཟུང་སྟེ་སློབ་མར་ལན་འདེབས་བྱས་ཏེ་སློབ་མ་ཚོར་ཤེས་བྱ་འཚོལ་མི་འཇུག་པ།
འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།	སློབ་ཐུག་ངོས་ནས་བྱེད་དགོས་པ།	
འཚོལ་བ	5Esསློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།	5Esསློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།
	• བྱེད་སྒོའི་ངོ་བོ་གཞིར་བཟུང་གི་ལམ་ནས་གྱུ་ཡངས་ཀྱི་མཐོ་བསམ་གཏོང་དགོས། • རྒྱུ་མཚན་ལྡན་པའི་སྟོན་དཔག་ལ་དཔྱད་དགོས། • རྒྱུ་མཚན་ལྡན་པའི་སྟོན་དཔག་གསར་པ་བསྐྲུན་དགོས། • སྟོན་དཔག་དག་ལ་ཕན་ཚུན་གོ་བསྡུར་བྱེད་དགོས། • ཤེས་རྟོགས་དང་བསམ་ཚུལ་གསར་པ་རྣམས་ཟིན་ཐོར་འགོད་དགོས། • འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དྲི་བ་འདོན་དགོས།	• སློབ་མ་གཞན་ཁོ་ན་མཐོ་བསམ་དང་། འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་པ་ལས་རང་ཉིད་ཟུར་ཉན་གྱི་ངོ་བོར་སྡོད་པ། • ཁ་གཡེང་མིག་གཡེང་དང་སློབ་གྲོགས་དབར་དབྱེ་བ་འབྱེད་པ། • ལན་གཅིག་དང་ཐབས་ལམ་གཅིག་ལ་གཞི་བཅོལ་བ།

འཕེལ་རིམ་གསུམ་པ། འགྲེལ་བ། (Explain)

འགྲེལ་བཤད། འཕེལ་རིམ་འདིའི་ནང་དགེ་རྒན་གྱིས་དྲིས་ལན་གྱི་ཐབས་ལམ་བེད་སྤྱད་དེ། འཚོལ་ཞིབ་འཕེལ་རིམ་སྐབས་ཀྱི་སྟོན་དཔག་གི་ཤེས་བྱ་རྣམས་ལ་གོ་བསྡུར་བྱེད་པ་དང་། གོ་བསྡུར་སྐབས་ཀྱི་དུས་རན་འཚམ་ལ་རྒྱན་ལག་ས་ཀྱིས་འཁྲིད་བྱའི་ཤེས་བྱ་གསར་པ་ངོ་སྤྲོད་དང་འགྲེལ་བཤད་བྱ་དགོས།

བརྗོད་བྱའི་དོན་དང་འབྲེལ་བ། སློབ་མ་དང་དགེ་རྒན་གྱིས་འཁྲིད་བྱའི་ནང་དོན་ཕན་ཚུན་གོ་བསྡུར་དང་རིམ་བཞིན་སློབ་མའི་སྒྲུང་སྟོབས་ལ་གཞིགས་ཏེ། བརྗོད་དོན་འགྲེལ་བཤད། བརྗོད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་གསར་པ་ཡང་རིམ་བཞིན་བརྩེགས་ཐུབ་པ་དགོས།

༄། སློ་ལ་འཆར་དགོས་པའི་དྲི་བ།

ཐབས་ལམ་དང་དྲི་བ་གང་གིས་སློབ་མ་རྣམས་འཚོལ་ཞིབ་ཀྱི་རྣམ་པའི་ལམ་ནས་བརྗོད་དོན་འགྲེལ་བཤད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་འདྲེན་དགོས་སམ།

དགེ་རྒན་གྱིས་ཚད་མཐོའི་བསམ་གཞིགས་(HOTS) དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བས་སློབ་མ་རང་ངོས་ནས་ངོས་བཟུང་བའི་བརྗོད་དོན་ལ་འགྲེལ་བཤད་ལ་བརྟར་ཞ་གཙོད་ཐུབ་བམ།

སློབ་ཕྲུག་གི་བྱེད་སྒོ།	དགེ་རྒན་གྱི་བྱེད་སྒོ།
སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད་དང་མཐུན་རྐྱེན།	གང་འདྲ་བྱས་ནས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་གོམ་པ་རྗེས་མ་སྤོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཕེལ་རིམ་གོང་མ་དང་མཚམས་སྦྱོར་བྱ་དགོས་སམ།

འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།	དགེ་རྒན་གྱི་ངོས་ནས་བྱེད་དགོས་པ།	
འགྲེལ་བ	5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།	5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།
	• སློབ་མ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་ནས་གོ་དོན་ལ་འགྲེལ་བཤད་གནང་རྒྱུའི་ཀུན་སློང་སྤེལ་ཐུབ་པ་བྱ་དགོས། • སློབ་མའི་འགྲེལ་བཤད་ལ་རྒྱུ་མཚན་དང་གསལ་བཤད་ཡོང་བའི་རེ་བ་བཏོན་དགོས། • དགེ་རྒན་གྱིས་གོ་རིམ་ལྡན་པའི་འགྲེལ་བཤད་དང་སྐབས་བབ་ཀྱི་ཚིག་གསར་རྣམས་གསལ་སྟོན་བྱ་དགོས། • སློབ་མས་སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱ་རྨང་གཞིར་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས་གསལ་སྟོན་བྱ་དགོས། • སྔོན་གྱི་བྱེད་སྒོ་དང་འབྲེལ་ལམ་འཛུགས་དགོས། • སློབ་མའི་སྦྱང་སྟོབས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ལ་དཔྱད་པ་བྱ་དགོས།	• རྒྱུ་མཚན་དང་གསལ་བཤད་མེད་པའི་འགྲེལ་བཤད་ཁས་ལེན་པ། • སློབ་མའི་འགྲེལ་བཤད་ལ་བརྩི་མཐོང་མེད་པ། • འབྲེལ་མེད་ཀྱི་བརྗོད་བྱར་ཁ་བསྒྱུར་བ།
འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།	སློབ་ཕྲུག་ངོས་ནས་བྱེད་དགོས་པ།	

	5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།	5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།
འགྲེལ་བ	• སྔོན་དཔག་གི་འགྲེལ་བཤད་གཞན་དང་གོ་བསྡུར་བྱ་དགོས། • གཞན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་ལ་བསམ་གཞིག་བྱ་དགོས། • སློབ་གྲྭགས་གཞན་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཉན་པ་དང་འབྲེལ་དགེ་རྒན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་བཅས་ལ་བྲྗེན་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱོགས་བསྡོམས་བྱ་དགོས། • སྔོན་གྱི་བྱེད་སྒོ་དང་འབྲེལ་བ་འཇུགས་དགོས། • ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་ལ་གཞིགས་ཏེ་འགྲེལ་བཤད་བྱ་དགོས། • སློབ་མ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གོ་དོན་ཤེས་རྟོགས་ལ་བརྟར་ཞ་གཙོད་དགོས།	• སྔོན་སྦྱང་ཤེས་བྱ་དང་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད་དམན་པ། • འབྲེལ་མེད་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་དང་སྤྱོང་བ་སྤྱོང་བ། • རྒྱུ་མཚན་མེད་པའི་འགྲེལ་པ་ལ་ཁས་ལེན་པ། • གཞན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་ལ་སྣང་ཆུང་འཛིན་པ།

འཕེལ་རིམ་བཞི་པ། རྒྱས་པ། (Extend/Elaborate)

འགྲེལ་བཤད། འཕེལ་རིམ་འདིའི་ནང་དགེ་རྒན་དང་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་གོ་བསྡུར་འགྲེལ་བཤད་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དང་། བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ནུས་པ་ཡོང་བར་བྱེད་པ། ཤེས་བྱ་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོང་བར་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་བསྐྱལ་མ་གཏོང་ཐུབ་པ་དགོས། དེའི་སྐབས་ཀྱི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ནི་སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་གསར་པ་ཁ་སྐོན་བྱེད་པ་དང་སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱར་བྲྗེན་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་གཞིག་དང་སློབ་ཕྲུག་གི་བློ་ངོར་ཤེས་བྱའི་གོ་རིམ་སྒྲིག་དགོས།

བློ་ལ་འཆར་དགོས་པའི་དྲི་བ།

གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཞིབ་ཅིང་ཕྲ་བའི་ངང་ནས་སློབ་ཚན་གྱི་བརྗོད་དོན་རྟོགས་དགོས་སམ།

དགེ་རྒན་ཞིག་གིས་ཚད་ལྡན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་གང་འདྲ་སྤྱད་དེ་སློབ་མའི་ཤེས་བྱ་གཏིང་ཟབ་པ་དང་རྒྱས་པར་བྱེད་ཐུབ་བམ།

གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཤེས་བྱ་གསར་པ་དག་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་འབྲེལ་དགོས་སམ།

སློབ་ཕྲུག་གི་བྱེད་སྒོ།	དགེ་རྒན་གྱི་བྱེད་སྒོ།
སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད་དང་མཐུན་རྐྱེན།	ངས་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་གོམ་པ་རྗེས་མ་སྤོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་མཚམས་སྦྱོར་བྱེད་དགོས།

འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།	དགེ་རྒན་ངོས་ནས་བྱ་དགོས་པ།

རྒྱས་པ།	**5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།** • སློབ་མས་གོང་གི་འཕེལ་རིམ་ནང་སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཚད་ལྡན་གྱི་འགྲེལ་བ་དང་ཚིག་སྦྱོར་སྤྱོད་རྒྱུའི་རེ་བ་བྱ་དགོས། • སློབ་མས་ཤེས་བྱ་གསར་པ་གང་སྦྱངས་པ་རྣམས་བཀོལ་སྤྱོད་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བའི་ཀུན་སློང་སྐྱེལ་དགོས། • སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱར་གཞིགས་ཏེ་སློབ་མ་རྣམས་ལ་དྲི་བ་འདོན་དགོས། དཔེར་ན། (ཁྱེད་ཚོས་གང་ཤེས་སོང་ངམ། ཁྱེད་ཚོས་སློབ་ཚན་འདིར་སྤྱིའི་བསམ་ཞིབ་གང་འདྲ་བྱུང་སོང་ངམ།) • འཕེལ་རིམ་གོང་མ་དང་འབྲེལ་བ་བྱ་དགོས།	**5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།** • ཐད་ཀར་ཚད་ལྡན་གྱི་ལན་འདེབས་པ། • སློབ་མར་ཐད་ཀར་ནོར་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ནས་སློབ་ཕྲུག་གི་མནོ་བསམ་གྱི་སྒོ་མི་རྒྱག་པ། • དཔེ་ཁྲིད་ཀྱི་ངོ་བོ་འཛིན་པ། • སྔེ་ཁྲིད་ཀྱི་རྣམ་པ་བཟུང་སྟེ་སློབ་མར་ལན་འདེབས་རིམ་བཞིན་བྱེད་པ་ལས་སློབ་མ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་འཚོལ་ཞིབ་ཀྱི་ལམ་བུ་བཀག་པ།
འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།	སློབ་ཕྲུག་ངོས་ནས་བྱ་དགོས་པ།	
རྒྱས་པ།	**5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།** • བརྒྱུད་རིམ་གཅིག་མཚུངས་དང་སློབ་མའི་ངོས་ནས་ཚད་ལྡན་གྱི་འགྲེལ་པ་དང་ཚིག་སྦྱོར་སྤྱོད་དགོས། • སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱར་དཔྱད་དེ་དོགས་འདྲི་བསྐྱལ་བ་དང་འཕྲིག་ནོར་གྱི་ཐག་གཅོད་བྱ་དགོས། • ཤེས་བྱའི་རྒྱུ་ཆ་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཕྱོགས་བསྡུས་བྱ་དགོས།	**5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།** • དམིགས་ཡུལ་མེད་པར་གང་བྱུང་དུ་ཁ་གཡེང་བ། • སྦྱངས་ཟིན་པའི་སྟེར་གྱི་ཤེས་བྱ་སྣང་མེད་དུ་བཞག་པ། • རྒྱུ་མཚན་ཡང་དག་མེད་པར་ཕྱོགས་བསྒོམས་བྱེད་པ། • རང་ཉིད་ཀྱི་མནོ་བསམ་མེད་པར་རྒྱན་ལགས་ནས་གསུངས་པའི་ཚིག་སྦྱོར་བློར་འཛིན་པ།

འཕེལ་རིམ་ལྔ་པ། དཔྱད་པ། (Evaluate)

འགྲེལ་བཤད། འཕེལ་རིམ་འདིའི་ནང་སློབ་མའི་ངོས་ནས་སློབ་ཚན་གྱི་གོ་དོན་རྟོགས་པ་ལ་འགྲེལ་བ་རྒྱག་པ་དང་དོགས་གནད་ལ་གསལ་བཤད་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

སློབ་མ་དབུས་བཞག་གི་སློབ་ཁྲིད་ཐབས་ལམ་ནང་ཆེས་གལ་གནད་ཅན་ནི་སློབ་ཁྲིད་སྐབས་སློབ་མའི་ངོས་ནས་སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཡར་རྒྱས་ལ་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པ་དང་། དུས་ཚོད་ཀྱི་རྐྱབས་དང་བསྟུན་ནས་སློབ་མའི་སྦྱངས་སྟོབས་ཀྱང་རིམ་བཞིན་གོང་མཐོར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྐབས་རེ་སློབ་ཁྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་གོ་དོན་འགྲེལ་བཤད་འཕར་མ་ཡང་བྱ་གལ་ཡོང་སྲིད།

ཐོ་ལ་འཆར་དགོས་པའི་དྲི་བ།

ཐབས་ལམ་ཇི་ལྟར་སྤྱད་དེ་སློབ་མས་སློབ་ཚན་གྱི་དགོས་དམིགས་བསྒྲུབ་པ་བསྟན་ཐུབ་བམ།

སློབ་ཁྲིད་སྐབས་དང་སློབ་ཚན་རྫོགས་མཚམས་སུ་དགེ་རྒན་གྱིས་ཐབས་ལམ་ཅི་ཞིག་སྤྱད་དེ་དཔྱད་ཞིབ་གནང་ཐུབ་བམ།

སློབ་ཕྲུག་གི་བྱེད་སྒོ	དགེ་རྒན་གྱི་བྱེད་སྒོ།
སློབ་ཁྲིད་ཡོ་བྱད་དང་མཐུན་རྐྱེན།	སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པའི་གྲུབ་འབྲས་གང་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ། ལེགས་ཆ་དང་ཞན་ཆ་གང་ཡང་མིན་པ་དཔྱད་པ་བྱེད་དགོས།

འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།	དགེ་རྒན་ངོས་ནས་བྱ་དགོས་པ།	
	5Esསློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།	5Esསློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།
དཔྱད་པ།	• སློབ་མས་སྦྱངས་ཟིན་པའི་ཤེས་བྱ་གསར་པ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས་ཞིབ་དཔྱད་བྱ་དགོས། • སློབ་མའི་ཤེས་རྟོགས་དང་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟར་ཞ་གཙོད་དགོས། • སློབ་མ་རང་ཉིད་ནས་མནོ་བསམ་དང་རྩོལ་བ་བྱེད་པའི་ཁྲུངས་སྐྱེལ་བྱ་དགོས། • སློབ་ཕྲུག་ཕན་ཚུན་དབར་དང་སློབ་ཕྲུག་རང་ཉིད་ཀྱི་སློབ་གཉེར་ལ་དཔྱད་པ་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བསྐྲུན་དགོས།	• གོ་དོན་མི་དཔྱད་པར་ཚིག་སྦྱོར་ཐོག་དོ་སྣང་ཤུགས་ཆེ་བྱེད་པ། • འབྲེལ་མེད་ཀྱི་བརྗོད་གཞི་གསར་པ་ངོ་སྤྲོད་ཀྱིས་སློབ་ཕྲུག་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་སུ་ལྷུང་བ། • རྒྱུ་མཚན་འདྲེན་རྒྱུ་ཡོད་པའི་དྲི་བ་ཡིན་ཡང་སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ།

	• རྒྱུ་མཚན་འདྲེན་རྒྱུ་ཡོད་པའི་དྲི་བ་བཏོན་དགོས་པ། དཔེར་ན། གནས་སྟངས་འདི་ལྟ་བུ་ཇི་ལྟར་བྱུས་ཏེ་ཡོང་གི་ཡོད་དམ། ཁྱེད་རང་གིས་གང་འདྲ་བསམས་ཀྱི་འདུག་གམ། ལྟ་བུ།	
འཆར་འགོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།	སློབ་ཐུག་ངོས་ནས་བྱ་དགོས་པ།	
དཔྱད་པ།	5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་རུང་བ།	5Es སློབ་ཁྲིད་སྐབས་བྱ་མི་རུང་བ།
	• ཤེས་རྟོགས་ཟིན་པ་དང་ཁས་བླངས་པའི་འབྲེལ་བ་སོགས་གཞི་ལ་བརྩོལ་ནས་རྒྱུ་མཚན་ལུང་འདྲེན་གྱི་དྲི་བར་ལན་འདེབས་དགོས། • རང་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱངས་པའི་ཤེས་བྱ་རྣམས་བེད་སྤྱོད་ཐུབ་པ་དགོས། • རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ལ་བརྟར་ཞིབ་གཅོད་ཐུབ་པ་དགོས། • མ་འོངས་པའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་གོ་རྟོགས་ལ་དོ་དབྱིངས་ཡོང་ཆེད་སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བ་འཕར་མ་འདོན་དགོས།	• རྒྱུ་མཚན་གང་ཡང་མེད་པར་ཕྱོགས་བསྡོམས་བྱེད་པ། • གོ་དོན་མི་རྟོགས་པར་ངག་རྒྱུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཁོ་ནར་གཞི་ལ་བརྩོལ་བ། • རང་ངོས་ཀྱི་ཚིག་སྦྱོར་སྤྱད་ནས་རྒྱུ་མཚན་ཡང་དག་མེད་པའི་ལན་འདེབས་པ།

གོང་གསལ་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ལས་ཚད་མཐོའི་རིག་རྩལ་གྱི་ངོ་བོར་སླན་པའི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཞིག་རང་རེའི་དགེ་སློབ་ཡོངས་ལ་ངེས་པར་དགོས་གལ་ཆེ། དེའང་སློབ་སྦྱོང་(Teaching Learning) ཞེས་པའི་ཚིག་རིས་ལས་རང་བཞིན་དུ་འཛིན་ཁང་ཞིག་དང་སློབ་གྲྭ་ཞིག་གི་ཁོར་ཡུག་བློ་ངོར་འཆར་སྲིད། སློབ་སྦྱོང་ཞེས་པ་ནི་སྐྱེ་འགྲོ་ཀུན་སྐྱེས་པ་ནས་མ་ཤི་བའི་བར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་ལས། འཛིན་ཁང་དང་སློབ་གྲྭ་ཁོ་ནར་སྤེལ་བའི་བྱེད་སྒོ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱུན་མི་ཆད་པའི་མིའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིམ་པ་གོང་འཕེལ་ཡོང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་ཡིན། འཛིན་ཁང་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་དགོས་དམིགས་ནི་དགེ་རྒན་གང་ཞིག་གི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཟབ་མོའི་ཤུགས་རྐྱེན་འོག་སློབ་མའི་འགྲོ་འདུག་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་རང་གཤིས་ལ་ཁ་ཕྱོགས་སྟོན་པ་དང་དགོས་འདུན་བསྒྲུབ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ཁ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་འཛིན་དུ་ངེས་པའི་ཕྱོགས་སྟོན་གྱི་སློབ་སྟོན་པ་ནི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་པའི་དགོས་དམིགས་ཀྱང་ཡིན། དེར་བརྟེན་དགེ་རྒན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཤེས་ཡོན་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་འཕྲུལ་ཤུགས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ཡིད་ལ་ངེས་པར་བཅངས་ནས། སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་འཆར་འགོད་དང་ཁྲིད་ཐབས་ཐད་ལ་ཤེས་ཡོན་གྱི་དགོས་དམིགས་དག་གཞིར་འཛིན་དགོས། དེའང་དང་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་འཁྲིད་བྱའི་སློབ་

ཚན་མི་འདྲ་བའི་དགོས་དམིགས་ལ་དཔྱད་དེ་བསླབ་གཞིའི་སྡེ་ཚན་གྱི་གོ་རིམ་དང་སློབ་ཚན་གྱི་སྒྲོམ་གཞི་བསྒྱུར་དུ་བསྒྲིག་དགོས། སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་དང་ཁྲིད་ཐབས་གཅིག་ཁོ་ན་མིན་པར་དུ་མར་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན། གཉིས་པ་སློབ་ཁྲིད་སྐབས་དགེ་རྒན་གྱིས་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་དང་སློབ་མའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྦྱོང་བ་སྤུངས་གསོག་དང་གོ་རིམ་སྒྲིག་དགོས། མཐའ་མ་དགེ་རྒན་གྱིས་ཕན་ནུས་ལྡན་པའི་འབྲེལ་ལམ་བརྒྱུད་སློབ་མའི་རྒྱུད་ལ་སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་པའི་དམིགས་ཡུལ་གྱི་ཆ་ག་ཚོད་སྒྲུབ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དཔྱད་པ་བྱེད་དགོས་པ་བཅས་ནི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ངེས་པར་དུ་ཚང་དགོས་པའི་ཆ་རྐྱེན་ཡིན།

བོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་ནི་རང་རིགས་འཚོ་གནས་བྱེད་ཐུབ་པ་ཙམ་གྱི་ཆེད་དུ་མིན་པར། རང་རེའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་སོགས་འཕེལ་རྒྱས་དང་རྒྱུན་འཛིན། དེ་བས་རང་ཅག་གངས་ཅན་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་པའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་རྒྱུན་མི་ཆད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་སྟབས། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྲིད་ཇུས་ཆེད་དུ་གཏན་འབེབས་གནང་ཡོད། དེའང་ཤེས་ཡོན་སྲིད་ཇུས་ལས་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་པའི་དམིགས་ཡུལ་ལ་གཞིགས་པའི་སློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད་དང་ཐབས་ལམ་ཐད། ༼བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ཤེས་ཡོན་གཙོ་བོ་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དེའི་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཟུང་ཟླར་བཟུང་བའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལམ་སྲོལ་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ།༽ ཞེས་གསལ་བ་བཞིན་སྐབས་དོན་གྱི་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ཀྱང་དགོས་པ་དེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་ཡིན་ཅིང་། ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་ཐབས་ལམ་དང་འཆར་འགོད་ཀྱི་ལེགས་ཆ་བླང་འོས་བླངས་ཡོད། དེ་བཞིན་ཤེས་ཡོན་སྲིད་ཇུས་དོན་ཚན་ལྔ་པར་སློབ་སྦྱོང་སྤྱོད་པའི་དམིགས་ཡུལ་ནི།

༼སློབ་ཕྲུག་རྣམས་རང་རང་གི་རྣམ་འགྱུར་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་སད་དེ་བླང་དོར་གྱི་གནས་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་ནུས་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་ནུས་པའི་བསམ་སྤྱོད་ཀྱི་རང་དབང་དང་། འཚོ་བ་དགོས་མཁོ་དང་འཚམས་པའི་ཐོག་གཞན་ཁོ་ནར་བརྟེན་པའམ་གཞན་ལ་བལྟ་གཞོལ་བྱེད་མ་དགོས་པར། རང་གི་འབད་རྩོལ་གྱིས་བསྒྲུབས་པའི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཡང་དག་པར་འཚོ་ནུས་པའི་འཚོ་བའི་རང་དབང་། འཚེ་མེད་ཞི་བའི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་དང་རང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རང་དབང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་ནུས་པའི་སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་རང་དབང་བཅས་"རང་དབང་"དང་།

རང་ལས་གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་སྟེ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་རང་ཉིད་བློས་བཏང་ནས་སྲི་ཞུ་སྒྲུབ་ནུས་པའི་"གཞན་ཕན།"

འབྱུང་འགྱུར་མི་རབས་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་ཁོར་ཡུག་དང་ཐོན་ཁུངས་ལ་གནོད་སྐྱོན་མི་གཏོང་བར་ས་ཡི་གོང་བུ་འདི་ཞི་བདེ་རྒྱུན་གནས་ཐུབ་པ་དང་། རང་གི་ཕ་མེས་ནས་བྱུང་བའི་རིག་གཞུང་བཟང་པོ་རྣམས་བརྒྱུད་འཛིན་བྱེད་ནུས་པའི་"རྒྱུན་འཛིན།"

འཇིག་རྟེན་སྤྱིའི་ཕན་བདེ་དང་འབྲེལ་ཞིང་ཡུལ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཚམས་པའི་ལྟ་གྲུབ་དང་ལམ་ལུགས། དངོས་པོ། ལས་འགུལ་སོགས་གསར་གཏོད་བྱེད་ནུས་པའི་"གསར་གཏོད་"བཅས་བཞི་དང་ལྡན་པའི་ཡུལ་མི་བསྐྲུན་རྒྱུ་དེ་ཡིན།༽ ཞེས་གསལ་བར་བཀོད་ཡོད།

གོང་གསལ་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་སྤྲོད་པའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ། “རང་དབང་”དང་། “གཞན་ཕན།” “རྒྱུན་འཛིན།” “གསར་གཏོད་”བཅས་བཞི་པོའང་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་འཆར་འགོད་དང་ཐབས་ལམ་ལས་སློབ་མའི་རྒྱུད་དུ་རང་ཤུགས་སུ་སྐྱེད་འཕེལ་ཡོང་བར་ཕན་ནུས་ལྡན་པ་བྱེད་དགོས། སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞིའི་ངོ་བོ་ནི་སློབ་མའི་རྣམ་དཔྱོད་བེད་སྤྱོད་ནས། བསླབ་གཞིའི་སློབ་ཚན་ལ་ཀུན་ནས་དང་བས་བླངས་ཏེ་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དངོས་སུ་སློབ་མ་རང་ཉིད་ཞུགས་པ་དང་། དགེ་རྒན་སོགས་ཀྱི་ཕྱིའི་མཐུན་འགྱུར་གྱི་རོགས་རམ་འོག་རང་དབང་དང་སློབ་མ་ཕན་ཚུན་གོ་བསྡུར་སྦྱངས་བཤད་དང་། སྤོབ་དཔག་གི་ཤེས་བྱར་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་སྙོ་མོ་འབྱེད་དུ་འཇུག་པ་ཡིན། ཐབས་ལམ་དེ་དག་ལས་གཙོ་བོ་སློབ་ཕྲུག་ཕན་ཚུན་མཉམ་རུབ་ཀྱི་བསམ་བློ་ལྡན་པའི་དང་། རང་དོན་རང་གཅེས་དང་གཞན་དོན་ལྷག་བསམ་གྱི་གཞི་མ་བཏིང་ནས། སྐབས་བབ་སློབ་ཚན་གྱི་བསྟན་བྱ་དང་བརྗོད་བྱ་ཉིད་སློབ་མའི་བློ་ངོར་འཆར་བའི་དགེ་ཕན་ལྡན་ཡོད། ཚད་ལྡན་གྱི་སློབ་ཁྲིད་འཆར་འགོད་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་སློབ་མ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་སྒྲོང་བ་གསར་པ་དང་། ཡང་ན། ཤེས་བྱ་གསར་པ་དག་རྒྱུན་གཏན་གྱི་འཚོ་བའི་ཁྲིད་དང་། དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་སློབ་ཚན་གཞན་ལ་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་སྟོན་ཐུབ་ཅིང་། ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་ནུས་པ་དག་ཉམས་ལེན་དང་བརྒྱུད་འཛིན་གོང་འཕེལ་ཡོང་བ་བྱེད་ཐུབ། དེ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ལེན་ལྡན་པའི་ཤེས་ཡོན་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལམ་ལས། སློབ་མའི་མདོ་བསམ་ཀྱི་ཡོལ་བ་གསལ་བར་ཕྱེ་ནས་རང་དབང་དང་གསར་གཏོད་ཀྱི་ལམ་བུར་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་ཞུགས་ཐུབ་བོ།།

གོང་གསལ་སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་དང་ཐབས་ལམ་དེ་བཞིན་ཉེ་སྔོན་དགེ་འོས་སློབ་མ་འགར་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་འཛིན་སྐྱོང་དོ་དམ་དང་། སློབ་ཚན་འཆར་འགོད་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཞིག་རང་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་སྩལ་སྐབས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས། མཁྱེན་ཡངས་དགེ་བའི་གཤེས་གཉེན་རྣམ་པས་ཤེས་རྫོངས་ཁེ་བོའི་སྐྱུབ་བྱེད་དག་ལ་ནོར་འཁྲུལ་དང་སྐྱོན་བརྗོད་སོགས་གནང་ཆེ་འདིར་གྲུས་པས་སྙིང་དབུས་ནས་དགའ་བསུ་ཞུའོ།། །།