

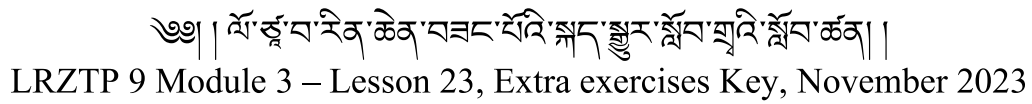


སློབ་ཚན་གྱི་ཤུ་ཅུ་གསུམ་པའི་རང་སྤྱོད་།

Exercise 1 – འོག་གི་པལ་སྐད་ཚིག་དེ་ཚོའི་ཞེ་སའི་ཚིག་ག་གི་ཡིན་མིན་བཅའ་ནས་སོ་སོའི་
ཨང་གི་རྒྱམས་མ་ལོར་བར་ཞེ་སའི་གྲག་རྟགས་ནང་བྲིས།

In the boxes below find the honorific version for each ordinary word and write the correct number in the brackets:

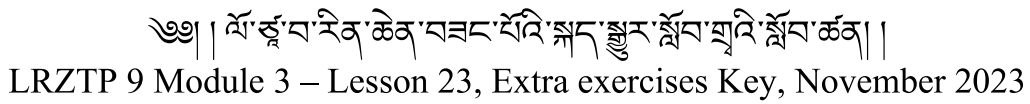
པལ་སྐད་གྱི་ཚིག་ Ordinary words							
(1)	གཟུགས་པོ།	(9)	རྒྱུགས་པ།	(17)	ན་ཚ་དྲག་ པ།	(25)	ལྷ་ཁྱུང་/ལྷ།
(2)	ལ།	(10)	རྒྱུང་ཐང་།	(18)	ན་བ།	(26)	མེག
(3)	མགོ།	(11)	རྒྱགས་པ།	(19)	མགོ་འཛོམ་ པ།	(27)	སྒྲ།
(4)	ལག་པ།	(12)	ངལ་གསོ་བརྒྱབ།	(20)	ཏུ་བ།	(28)	སོ།
(5)	གདོང་པ།	(13)	གཉིད་ཁྱུག་པ།	(21)	དྲིན་ཆེན་ པོ།	(29)	ལྷེ།
(6)	ཐང་པོ།	(14)	ན་ཚ།	(22)	ཁོང་སྒོ་ ཟ་བ།	(30)	སྐད་ཆ་བཤད་པ།
(7)	འདོད་པ་སྤྱོད་འདོད།	(15)	བྲེལ་བ།	(23)	འཁྱུག་པ་	(31)	གཏམ་བཤད།



ཞེ་སའི་ཆོག་ Honorific words

Rewrite these ordinary sentences using honorific language:

Page 2



Exercise 3 – དྲི་བ་ཚང་མ་པལ་སྐད་ཀྱི་ནང་ལ་བྲིས་ཡོད་པེད། ལན་རྣམས་ཞེ་སེའི་ཚོག་གྲུབ་ནང་ལ་བྲིས་ཡོད་པེད། བྱེད་རང་གིས་དྲི་བའི་ལན་ག་རེ་ཡིན་ཅིན་བཙལ་ནས་དྲི་ཚོག་ཀྱི་ཡང་གི་རྣམས་དྲི་བ་སོ་སེའི་ལན་ནང་བྲིས།



All the below questions are written in ordinary language and the answers to these are written in honorific language. Please match the answers with the appropriate question by writing sentence number.

1	ཁོང་ཚོ་ད་ལྟ་ག་རེ་བྱས་བསྐྱད་བཞག / འདུག	14	མི་དགོས། ད་ཁྱེད་རང་སྐྱེ་ཐང་མཉེལ་གྱི་རེད། སྤྱགས་རྩེ་ཆེ་གནང་།
2	བགྱིས་ཤིས་སྟོང་སྒྲུལ་ན་གི་ཡོད་རེད་པས།	10	ངའི་ཨ་མ་ལགས་མགུལ་ཆམ་བཞེས་མི་འདུག
3	ཨ་མ་ད་ལྟ་ག་རེ་བྱེད་གྱི་འདུག	11	ཁོང་ད་ལྟ་བོད་ལ་ཕེབས་ཡག་སྤྱགས་གཏན་འཁེལ་ཡོད་མ་རེད།
4	དེ་རིང་གནམ་གཤིས་ག་འདྲས་འདུག	12	ཁོང་གིས་ངའི་སྐྱེ་ལ་སྤྱགས་རྒྱས་ཡོད་རེད།
5	དེ་རིང་ང་རང་གཉིས་དགོང་དག་སྟོག་བརྟན་ལྟ་གར་འགྲོ་གས།	13	མོ་རང་ལ་སྤྱགས་ཁག་ཡོད་མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་བོད་སྐད་སྤྱངས་ནས་ཟླ་གཅིག་མ་གཏོགས་འགྲོ་གི་ཡོད་མ་རེད།
6	སྟོང་རང་གི་ཨ་མ་ཆམ་པ་བརྒྱབ་འདུག་གས།	5	སྟོང་རང་དགོངས་པ་མ་འཆོམས་རོགས་གནང་། དེ་རིང་ང་ལ་དུས་ཚོད་སྟོན་ནས་མེད།
7	ཁོའི་ཕ་བ་བདེ་བོ་རེད་འདུག་གས།	8	ཡོད་དང་ཡོད། ཁོང་གིས་ང་ལ་སྤྱགས་བཅེ་ཆེན་བོ་གནང་གི་ཡོད་རེད།
8	རིན་པོ་ཆེས་སྟོང་རང་ལ་བཅེ་བ་ཡོད་རེད་པས།	7	བརྟན་འཛིན་གྱི་ཕ་ལགས་སྐྱེ་གཟུགས་གསལ་ཐང་རེད་འདུག
9	དེ་རིང་དགེ་བཤེས་ལགས་ལ་ཁོམ་པ་ཡོད་ན་ང་ཚོ་འཆམ་འཆམ་འགྲོ་གས།	9	ཁོང་དེ་རིང་སྤྱགས་སྟོགས་གྱི་ཡོད་མ་རེད།
10	སྟོང་རང་གི་ཨ་མ་ཆམ་པ་བརྒྱབ་འདུག་གས།	2	ལགས་རེད། ཁོང་སྐྱེ་སྟོང་སྐྱེ་གི་ཡོད་རེད།
11	ཁོ་བོད་ལ་འགྲོ་ཡག་གཏན་འཁེལ་སོང་ངས།	3	ཨ་མ་ལགས་ད་ལྟ་ཞལ་འབྱུང་བསྟོན་(གནང་)གྱི་འདུག
12	ཁོས་སྟོང་རང་གི་སྐྱེ་ལ་རྒྱས་ཡོད་རེད་པས།	4	དེ་རིང་གནམ་གཤིས་ཉོག་ཅམ་གང་མོ་རེད་བཞག བྱས་ཅང་ནམ་བཟའ་སྤྱག་ཅམ་



			མ་མཚོ་དྭ་སྐྱ་བསེལ་ས་རེད་ད།
13	ག་རེ་བྱས་ནས་སློབ་མས་བོད་སྐད་རྒྱག་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད།	6	ངའི་ཨ་མ་ལགས་མགུལ་ཆམ་བཞེས་མི་འདུག
14	ངས་དེ་རིང་ལས་ཀ་མང་པོ་བྱས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་ང་ལ་དུས་ཚོད་ཉོག་ཅི་ཡོད། བྱིད་རང་ལ་རོགས་པ་བྱེད་དགོས་པས།	1	ཁོང་ནམ་ཚེ་ད་ལྟ་བཞག་འཁོལ་གནང་གིན་བཞུགས་བཞག

Exercise 4 – བྱིད་རང་གིས་འོག་གི་ཚིག་གྲུབ་དེ་ཚོའི་ནང་ connectives བྱས་དང་། བྱས་ནས་ཀྱི་ལ་སོགས་པ་ག་རེ་འཚམས་པ་དེ་བྱིས་ནས་ཚིག་གྲུབ་དེ་གོ་བདེ་བོ་ཡོང་བ་བཟོ་ཐབས་བྱེད།

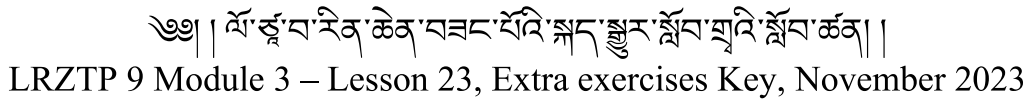
Find the suitable connectives for each of the following sentences and then make sentences understandable:

[བྱས་/བྱས་ནས་/བྱིས་/ལ་/ཏི་/དེ་/ལྟ་/]

- ༡ དེང་སང་ང་ནང་ལ་བོད་སྐད་རྒྱུད་ བྱས་ནས་སྐྱུང་གི་ཡོད།
- ༢ དེ་རིང་ངའི་གྲོགས་པོ་བཀྱིས་ཀྱིས་ང་ཚོ་ལ་ཁ་ལག་བཟོས་ བྱས་སྐྱུག་བཟང་གི་རེད།
- ༣ སློབ་མ་བྱ་མོ་སྤྱིང་རྩེ་མོ་ཏ་ཡོད་རེད་ ཏི་ཁོང་གི་སེམས་པ་ག་འདྲས་ཡོད་མེད་ཤེས་ཀྱི་མེད།
- ༤ བྱ་གུ་རྒྱུང་རྒྱུང་དེ་ཁ་ཁུ་སེམ་པོ་ བྱས་ནས་ཆེད་མོ་ཆེ་གི་འདུག
- ༥ ད་ནང་ཞོགས་པས་ང་ནང་ནས་སློབ་གྲྭར་བར་དུ་བསམ་སློབ་བྱང་གིན་བྱང་གིན་བྱས་ནས་ཡོང་བ་ཡིན།
- ༦ བཀྱིས་ལགས་བྱིད་རང་ཉིན་དགུང་ཞལ་ལག་མཚོད་ བྱས་ཐེབས་རོགས་གནང་།
- ༧ ཁ་སིང་ང་ཆམ་པ་བརྒྱབ་བྱུང་། ལྷན་ཐེངས་མ་ཁ་ཤས་བཟས་པ་ཡིན་ ཏི་ད་དུང་ཡག་པོ་དྲག་གི་མི་འདུག
- ༨ བཟུན་འཛིན་དེ་རིང་སློབ་གྲྭར་མ་བྱིན་པ་ བྱས་ཨ་མ་ལགས་ཀྱིས་གཤེགས་པ་བྱང་སོང་།
- ༩ ང་ཁ་ལག་ཟ་ཡག་མང་དྲགས་ བྱས་ད་ལྟ་ང་གོད་ཁོག་ན་གི་འདུག
- ༡༠ དེ་རིང་ཉི་མ་གང་ཆར་པ་བྱང་བྱས་ངའི་དུག་སློག་དེ་ཚོ་སྐམ་ཐུབ་མ་སོང་།

Exercise 5 – ག་ཤམ་གྱི་ཚིག་གྲུབ་དེ་ཚོ་ལ་དབྱིན་ཇིའི་བྱ་བའི་རྒྱན་ཚིག་འཚམས་པ་རེ་འདེམས་ནས་དེ་ཚོ་བོད་ཚིག་ནང་རྒྱུར་བྱས་ཚིག་གྲུབ་ནང་སྒྲགས།

For each of the below sentences, find a suitable adverb from the box, translate it into Tibetan, and then add it to the sentence.



1. ཁོང་གིས་སྐད་ཆ་སྟོང་ཇེ་པོ་བྱས་ནས་བཤད་ཀྱི་འདུག (beautifully)
2. བྱིད་རང་གསོལ་ང་སྟོང་སྟོང་བྱས་ནས་མཆོད་རོགས་གནང་། (comfortably)
3. ངས་བྱིད་རང་ལ་སྐད་ཆ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་བཤད་ཀྱི་འདུག (clearly)
4. ཐུགས་རྗེས་གཟེགས། བཀའ་མོལ་ག་ལེར་བྱས་ནས་གསུངས་དང་། ངས་ཡག་པོ་གོ་གི་འདུག (slowly)
5. བྱིད་རྣམ་གུང་སངས་སྐྱིད་པོ་བྱས་ནས་གཏོང་རོགས་གནང་། (happily)
6. ངས་ལས་ཀ་བྱེད་དུས་སྤང་བ་སྐྱིད་པོ་བྱས་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། (joyfully/ happily)
7. ཁོང་གིས་བྱིད་རང་ལ་སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱས་ནས་རོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། (kindly)
8. ཁ་ལག་མགྱོགས་པོ་བྱས་ནས་བཟོ་དགོས་རེད། (quickly)
9. བྱིད་རྣམ་ཆོ་ཡར་མར་ལེབས་དུས་ཟབ་ཟབ་བྱས་ནས་ལེབས་རོགས་གནང་། (carefully)
10. ཁོས་སྐད་ཆ་ཚང་མ་དང་པོ་བྱས་ནས་བཤད་ཀྱི་འདུག (honestly)
11. མ་ཏ་གཏོང་དུས་སྤང་མེད་བྱས་ནས་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་མ་རེད། (carelessly)
12. ད་བྱིད་རང་སེམས་ཁྲལ་བྱས་ནས་མ་བཞུགས་ན་ཕན་ཐོག་ཡོད་མ་རེད། (anxiously)

1	འགོག་པ་(འི་བདེན་པ་)ཟེར་དུས་སྐབས་འདི་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་ཚང་མ་མེད་པ་བཟོ་བ་དེ་ལ་ཟེར་ གྱི་ཡོད་རེད། (The “truth of) cessation” refers a time when all suffering is eliminated.
2	སྐབས་འདི་ལ་ལམ་(གྱི་བདེན་པ་)ཟེར་ཡག་དེ་སྤྱག་བསྐྱལ་མེད་པ་བཟོ་བྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་དེ་ལ་ ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། In this context the “(truth of) path” refers to wisdom that eliminates suffering.



3	<p>སེམས་ཅན་ཚང་མ་འཁོར་བ་ལས་ཐར་ན་ག་འདྲས་ཡག་པོ་ཡོད་མ་རེད།</p> <p>It would so great if all sentient beings were free from <i>samsara</i>/cyclic existence.</p>
4	<p>སྐབས་འདི་ལ་སྤངས་ལས་འདས་པ་དང་འཁོར་བ་ལས་ཐར་པ་གཉིས་དོན་དག་གཅིག་པ་རེད།</p> <p>In this context <i>nirvana</i>/going beyond all misery and being liberated from <i>samsara</i>/cyclic existence refer to the same thing.</p>
5	<p>ངས་ལོ་གཉིས་དང་ཕྱེད་ཀའི་རིང་ལ་ཤ་སྤངས་པ་ཡིན།</p> <p>I have given up meat for two and a half years/I gave up meat for two and a half years.</p>
6	<p>ཉམས་ལེན་གཙོ་བོ་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་དེ་རེད།</p> <p>The main practice is the perfection of wisdom.</p>
7	<p>འབྲས་བྱ་ཚང་མ་རྒྱུ་ལས་བྱུང་པ་རེད།རྒྱུ་མེད་ན་འབྲས་བྱ་ཡོད་མ་རེད།</p> <p>All results arise from causes. Without a cause, there is no result.</p>
8	<p>བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་སྤྲོད་རྗེ་དེ་ཙམ་ཉམས་སུ་སྤངས་བྱ་རེད།</p> <p>Bodhicitta and compassion are what is to be practiced.</p>
9	<p>བཀའ་བར་པའི་སྐབས་སུ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པ་རེད་ཟེར་གསུངས་པ་རེད།</p> <p>In the context of the middle set of teachings the Buddha taught/stated that all phenomena are not established by their own essence/not intrinsically established/existent.</p>
10	<p>སྤྲོད་པ་དེས་ཚོས་གསུང་དུས་རྒྱུས་བཤད་ཞེ་དྲགས་གནང་གི་རེད།</p> <p>When this lama teaches, he provides (very) extensive explanations.</p>
11	<p>སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་དག་དེ་དཔེ་མི་སྤྲོད་པའི་གཏིང་ཟབ་པོ་རེད་འདུག</p> <p>The meaning of emptiness is incredibly profound.</p>
	<p>སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཤེས་རབ་སྤྲོད་པོ་གསུངས་དུས་འཁོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མང་པོ་ཡོད་ས་རེད།</p>



12	There was probably a great retinue of bodhisattvas when the Buddha taught the <i>Heart Sutra</i> .
13	མདོ་སྡེ་ཟེར་ཡག་དེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུངས་རབ་ཅིག་རེད། དེས་གཙོ་བོ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ བསྐྱབ་པ་བསྟན་གྱི་ཡོད་རེད། The set of sutras are one of the sets of teachings given by the Buddha. These teachings mainly address higher training in concentration.
14	བྱེད་རང་གིས་ཆོག་གྲུབ་གྱི་གོ་རིམ་མ་ཚོར་བ་བྱས་ནས་བྲིས་རྒྱུ་གནང་། Please right down a sentence without making a mistake in its sequence.