



དེ་རིང་གཟའ་ག་རེ་རེད། What day is it today?



Objectives

1. You will be able to use numbers and some of their aspects, such as dates - both international and Tibetan calendar - asking and replying “what’s the time?”, numerals, divisions, etc.
2. You will be able to discuss about people’s plans for this week, month and year, somebody’s daily schedule including times, weekdays, people’s birthdays, etc.



DID YOU KNOW THAT...?

ལོ་རྒྱ་སྐད་དང་གནས་སྐོར།
...some of the Tibetan ལོ་རྒྱ་སྐད་ (*birth signs*),
such as སྦྱེ་ (*monkey*), ཉ་ (*horse*) and བྱ་ (*rooster*)
have a particular pilgrimage place which is recommended
to visit in that year.

So, in the སྦྱེ་ལོ་ people visit places related to
གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ (*Padmasambhava*),
in the ཉ་ལོ་ there are a lot of pilgrims visiting
གངས་རིན་པོ་ཆེ་ (*Mount Kailash*)
whereas in the བྱ་ལོ་, it is particularly popular to visit
བལ་ཡུལ་ (*Nepal*).

Tibetans consider Wednesday to be a special day:

ལྷག་དཀར་ “White Wednesday”.
(ལྷག་ = གཟའ་ལྷག་པ་ = Wednesday;
དཀར་ = དཀར་པོ་ = white)

It is considered one of the ལྷ་གཟའ་ (“soul” days)
of His Holiness the XIV Dalai Lama.

In order to keep alive the use of རྩུབ་ (*chupa*), he encourages Tibetans in exile to
wear Tibetan dress every Wednesday.



སྒྲིང་མཐུལ།

རི་ཁྲ། དགོན་མཆོག་ལགས། བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས།

དགོན་མཆོག་ བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས། མ་མཇལ་ཡུན་རིང་། བྱིད་རང་བདེ་པོ་ཡིན་པ། དེ་རིང་གཟུང་ག་རེ་
རེད།

རི་ཁྲ། ལགས་ཡིན། ང་བདེ་པོ་བདེ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་རིང་གཟུང་ལྷག་པ་རེད།

དགོན་མཆོག་ ཨ་ལས། བྱས་ན་གནངས་ཉིན་ཀ་ནས་བྱིད་རང་ཚོ་སྐྱབ་གཅིག་གི་རིང་གྲུང་སེང་རེད་པ།

རི་ཁྲ། ལགས་རེད།

དགོན་མཆོག་ ད་བྱིད་རང་གྲུང་སེང་གི་སྐབས་ལ་ག་རེ་བྱེད་ཡག་གི་འཆར་གཞི་ཡོད།

རི་ཁྲ། ང་སྤྱི་སྐྱབ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་པ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གསུམ་ལ་རྒྱ་གར་སྤྱི་སྐྱབ་ལ་འགོ་ཡག་ཡིན།

དགོན་མཆོག་ ཨ་ནི་སྤྱི་སྐྱབ་ལ་ཉི་མ་ག་ཚོད་བཞུགས་ཡག་ཡིན།

རི་ཁྲ། སྤྱི་སྐྱབ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་པ་ཉི་ཤུ་བརྒྱུད་ནས་སྤྱི་སྐྱབ་དང་པོའི་ཆོས་པ་བཅུ་བར་དུ་
གསུང་ཆོས་བྱ་གི་ཡིན།

དགོན་མཆོག་ བྱིད་རང་ལོ་གསར་ག་པར་གཏང་ཡག་གི་འཆར་གཞི་ཡོད།

རི་ཁྲ། སྤྱི་ལོ་ལོ་གསར་ཟེར་གྱི་ཡོད། ཡང་ན་བོད་པའི་ལོ་གསར་ཟེར་གྱི་ཡོད།

དགོན་མཆོག་ ངས་གཉིས་ཀ་ལ་བ་གྱི་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་དང་པོ་སྤྱི་ལོ་ལོ་གསར་འདི་སྐབས་གྱི་རེད་པ།
ཨ་ནི་དེའི་རྒྱུ་ལ་བོད་པའི་ལོ་གསར་རེད་པ།

རི་ཁྲ། ང་སྤྱི་ལོ་ལོ་གསར་དེ་སྤྱི་སྐྱབ་ལ་གཏང་ཡག་ཡིན། ཨ་ནི་བོད་པའི་ལོ་གསར་པལ་ཆེར་
རྩ་རམ་ས་ལ་ལ་གཏང་གི་ཡིན། མ་གཞི་ཆོས་པ་ག་ཚོད་ལ་བོད་པའི་ལོ་གསར་རེད།

དགོན་མཆོག་ ད་ལོ་བོད་པའི་ལོ་གསར་དེ་སྤྱི་སྐྱབ་གཉིས་པའི་ཆོས་པ་དགུ་ལ་རེད། བྱིད་རང་འདི་ནས་མར་
སྤྱི་སྐྱབ་ལ་ཆོས་པ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གསུམ་གྱི་དགོང་དག་འཛོམ་ཡག་རེད་པ།



- རི་ཏྲ།** ལགས་རེད། སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལོར་དགོང་དག་ཚུ་ཚོད་དུག་པ་ལ་འཛོན་གྱི་རེད།
ཡིན་ནའི་ཚུ་ཚོད་དུག་པ་ཟིན་པ་ལ་སྐར་མ་བཅོ་ལྔ་ལ་སློབས་པར་བྱེད་དགོས་རེད།
- དགོན་མཆོག་།** ཨ་ནི་ཞོགས་གས་ཚུ་ཚོད་ག་ཚོད་ལ་ལྷེ་ལེ་ལ་འབྱོར་གྱི་རེད།
- རི་ཏྲ།** བཅ་རྒྱུན་ཡིན་ན་ཚུ་ཚོད་དུག་པ་ལ་འབྱོར་གྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའི་མཚམས་མཚམས་ལ་
ལྷ་པོ་འབྱོར་གྱི་ཡོད་རེད། ཨ་ནི་སྐབས་སྐབས་ལ་བྱིས་པོ་ཡང་འབྱོར་གྱི་ཡོད་རེད།
- དགོན་མཆོག་།** བྱིད་རང་ལྷེ་ལེ་ནས་སྟོ་བྱོགས་བར་དུ་གནམ་གྱུ་ནང་ལ་ཕེབས་གྱི་ཡིན། ཡང་ན་མེ་འཁོར་
ནང་ལ་ཕེབས་གྱི་ཡིན།
- རི་ཏྲ།** མེ་འཁོར་ནང་ལ་འགོ་ཡག་ཡིན།
- དགོན་མཆོག་།** ད་བྱས་ན་མེ་འཁོར་ནང་ལ་ཉིན་མཚན་གསུམ་ཅམ་འགོ་དགོས་རེད་པ།
- རི་ཏྲ།** སྤྱིར་བཏང་བྱས་ན་མེ་འཁོར་གོང་ཁེ་བའི་ནང་ལ་འགོ་ན་ཉིན་མཚན་གསུམ་ཉག་ཉག་
འགོར་གྱི་རེད། ཡིན་ནའི་ང་མེ་འཁོར་ཡག་ག་དེའི་ནང་ལ་འགོ་ཡག་ཡིན། དེ་ཉིན་མཚན་
གཉིས་མ་གཏོགས་འགོར་གྱི་མ་རེད། ཨ་ནི་བྱིད་རང་གྲུང་སེང་གི་འཆར་གཞི་ག་རེ་ཡོད།
- དགོན་མཆོག་།** ང་གཅིག་བྱས་ན་རྩོ་རྩེ་གདན་ལ་ཉི་མ་བཅོ་ལྔ་ཕྱག་འཚལ་གར་འགོ་གི་ཡིན། ཡིན་ནའི་ད་ལྟ་
གཏན་འཁེལ་མ་སོང་། ལྟ་གིན་ལྟ་གིན་བྱེད་གྱི་ཡིན། ད་རི་ཏྲ་ལགས། ལམ་ག་ལ་ཅག་པོ་
བྱེད་ཨ།

ཆོག་གསར་དང་གནས་ཚུལ་འཕར་མ་བཅས། Vocabulary With Supplementary Information

མིང་ཆོག་དང་དུས་ཚིའི་སྐོར། Nouns and Expressions Relating to Time

དུས་ཚོད། time
དུས་ = time, as in: བཅ་དུས་བཞི་ = the four seasons



དུས་ད་ལྟ་བ།	the present དུས་ = time; ད་ལྟ་ = now
དུས་མ་འོངས་པ།	the future དུས་ = time; མ་ = དགག་སྒྲི་ = negation particle; འོངས་པ་ = arrival, to come
དུས་འདས་པ།	the past དུས་ = time; འདས་པ་ = past, from the verb འདའ་བ་ = to transcend, go beyond, as in: སངས་རྒྱལ་བཙུན་ལྷན་འདས་ = Buddha, the Transcendent Conqueror
ཁུ་ཚད།	hour, clock, o'clock, wristwatch ཁུ་ = water; ཚད་ = proportion, measure
སྐར་མ།	minute, star
སྐར་ཆ།	second
ཁུ་ཚད་ཕྱེད་ཀ་	half an hour ཁུ་ཚད་ = hour; ཕྱེད་ཀ་ = half
ལོ་ཐོ།	calendar, agenda ལོ་ = year, as in: ལོ་གསར་ = New Year; ཐོ་ = register, list, catalogue, as in: ཚལ་ཐོ་ = menu
གཟའ།	day of the week, planet
ཉིན་མ།	day (syn: ཉིན་མོ་)
ཞག་པོ།	one day and one night
གཟའ་ལྷ་བ།	Monday གཟའ་ = planet; ལྷ་བ་ = moon
གཟའ་མིག་དམར།	Tuesday གཟའ་ = planet; མིག་དམར་ = Mars, lit. red eye
གཟའ་ལྷག་པ།	Wednesday གཟའ་ = planet; ལྷག་པ་ = Mercury
གཟའ་ལྷ་ས།	Thursday གཟའ་ = planet; ལྷ་ས་ = Jupiter



གཟའ་པ་སངས།	Friday གཟའ་ = planet; པ་སངས་ = Venus
དེ་རིང་།	today དེ་ = that; རིང་ as in: རིང་ལ་ = during, while; རིང་པོ་ = long
སང་ཉིན།	tomorrow ཉིན་ = day
གནངས་ཉིན་(ཀ)	the day after tomorrow ཉིན་ = day
གཞིས་ཉིན་(ཀ)	three days from today ཉིན་ = day
ཁ་སང་།	yesterday, also spelled and pronounced: ཁ་རྩང་, ཁ་ས་
ཁ་སང་།	the other day, a few days ago
ཉི་མར།	recently, lately ཉི་ = close, as in: ཉི་རིང་ཆགས་པུང་མེད་པ་ = with no attachment or aversion towards close [ones] and distant [ones]
ཉིན་མཚན།	day and night ཉིན་མོ་ = day; མཚན་མོ་ = night
ཉིན་རྒྱུ་།	every day, daily, (syn: ཉིན་མ་རྟག་པར་) ཉིན་ = day
ཉི་མ་ཉིན་གང་།	all day long, whole day ཉི་མ་ = day; གང་ = full, filled, as in: རྩ་གང་ = a cup of tea
བདུན་ཕྲག།	week (syn: གཟའ་ལའོར་) བདུན་ = seven (days); ཕྲག་ = interval, particle after the number
ཟླ་བ།	month, moon as in: ཟླ་མཇུག་ = end of the month
བོད་ཟླ།	Tibetan (lunar) month བོད་ = Tibet; ཟླ་ = ཟླ་བ་ = month, moon
ཕྱི་ཟླ།	international month, almost syn: ཕྱི་ཟླ་: “month of the outsiders” ཕྱི་ = general, as in: ཕྱིར་བཏང་ = generally



སྟྱ་ཟླ་དང་པོ།	January སྟྱ་ཟླ་ = international month; དང་པོ་ = first
སྟྱ་ཟླ་གཉིས་པ།	February སྟྱ་ཟླ་ = international month; གཉིས་པ་ = second
ཆོས་པ།	date
ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་།	the auspicious days, the special days of the Tibetan lunar calendar ཆོས་པ་ = date; བཟང་ as in: སེམས་པ་བཟང་པོ་ = good, kind hearted; དུས་ = time, as in: རྣམ་དུས་བཞི་ = the four seasons
དུས་རབས།	century དུས་ = time, རབས་ = lineage, succession
མི་རབས།	generation མི་ = person, people; རབས་ = lineage, succession
ལོ་ལྷན་རེ་བཞིན།	every year, annually, every single year ལོ་ = year; ལྷན་ = every; རེ་ = each, as in: ཀེ་ལོ་རེ་རེ་ = each kilo
ལོ་རྟགས།	astrological sign of the year ལོ་ = year; རྟགས་ = sign, symbol, as in: ལག་རྟགས་ = gift, རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ = <i>Application of Genders</i>
སྟྱ་སྟོང་རྒྱུང་མ་འཁོར།	bus སྟྱ་ = general; སྟོང་ = conduct, use; རྒྱུང་མ་འཁོར་ = car
མེ་འཁོར།	train (syn: རི་ལེ་) མེ་ = fire; འཁོར་ = wheel
གནམ་གྲུ།	airplane གནམ་ = sky, space; གྲུ་ = ship
ཁ་པར་ཡང་གྲངས།	phone number ཁ་ = mouth; པར་ = photo; ཡང་གྲངས་ = number
བྱ་ཚིག།	Verbs
འགོ་ཚུགས་པ།	to start, to begin (ཐ་མེ་དད་པ།) འགོ་ = beginning; ཚུགས་པ་ = to pierce



འབྱོར་བ།	to arrive, to reach, to get to, (syn: སླེབས་པ་) (ཐ་མི་དད་པ།) as in: དཔལ་འབྱོར་ = wealth, economy
(ཡར་) ལང་བ།	to get up, to stand up (ཐ་མི་དད་པ།) ཡར་ = up, as in: ཡར་ཕྱེས། = Come in (up)!; ལང་བ་ = to get up
(མར་) ཉལ་བ།	to go to sleep, to lay down (ཐ་མི་དད་པ།) མར་ = down; ཉལ་བ་ = to sleep
ཟིན་པ།	to be a certain time (ཐ་མི་དད་པ།) as in: ཟུ་ཚོད་བཞི་བ་ཟིན་པ་ལ་སྐར་མ་བརྒྱ་ = ten to four
འགོར་བ།	to last, to take time (ཐ་མི་དད་པ།)
དུས་མཉམ་དུ་འཁེལ་བ།	to coincide, to happen at the same time (ཐ་མི་དད་པ།) དུས་ = time; མཉམ་དུ་ = together, as in the Tibetan song: མཉམ་དུ་འགོ་; འཁེལ་བ་ = to fall on, to coincide
གཏན་འཁེལ་བ།	to be decided, to be settled, to be approved, agreed upon (ཐ་མི་དད་པ།) གཏན་ = right, constant, as in: བསམ་གཏན་ = meditative concentration; འཁེལ་བ་ = to fall on, to coincide
ལྷ་གིན་ལྷ་གིན་བྱེད་པ།	to go with the flow, to decide as one goes, to play by ear (ཐ་དད་པ།) ལྷ་ = to look, to watch; བྱེད་པ་ = to do
འཆར་གཞི་བཟོ་བ།	to make plans (ཐ་དད་པ།) འཆར་ = to arise, to appear, to dawn; གཞི་ = basis, foundation; བཟོ་བ་ = to make
ག་སྒྲིག་བྱེད་པ།	to make arrangements, to prepare (ཐ་དད་པ།) སྒྲིག་པ་ = to join, construct, coordinate; བྱེད་པ་ = to do
རྗེས་ལྷས་ཐེབས་པ།	to be (too) late, to be fallen, left behind (ཐ་མི་དད་པ།) རྗེས་ = after, as in: རྗེས་འཇུག་ = suffix; ལྷས་ = left behind, as in: སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མ་ལྷས་པ་ = all sentient beings without exception
འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས།	Miscellaneous



ཐུ་ཚད་ག་ཚད་ལ།	At what time?
	ཐུ་ཚད་ = time, hour; ག་ཚད་ = “How many?”, “How much?”
སྔོན་མ།	past, previous as in: སྔོན་འགྲོ་ = preliminary practices
རྗེས་མ།	coming, next as in: རྗེས་ལྷན་འབྲེལ་བ་ = to be too late
ལམ་སང་།	immediately ལམ་ = path; སང་ = in the future
ཅས་།	around, approximately, merely ཅས་ as in: བདེ་པོ་འོ་ཅས་ = so-so, not too bad; or as in: སེམས་ཅས་པ་ = <i>cittamatra</i> , Mind Only
ནས་.....བར་དུ་	from ... until ནས་ = from, as in: ག་ནས་ = from where; བར་དུ་ = until, between
ད་རེས།	this time, at present, nowadays, also used for: date ད་ = now, as in: ད་ལྟ་ = now; རེས་ = at times

ཆོག་གྲུབ་ཀྱི་དཔེ་རྒྱུ་དང་བཅས་པ།
With Example sentences

མིང་ཆོག་དང་དུས་ཚད། Nouns and Expressions Relating to Time

དུས་ཚད། = time

ཁྱེད་རང་ལ་དུས་ཚད་སྟོང་བ་ཡོད་པས། – Do you have free time?

དུས་ད་ལྟ་བ། = present

བོད་སྐད་ཀྱི་བརྗེས་སྔོན་ལ་དུས་ད་ལྟ་བ་དང་། དུས་མ་འོངས་པ་དང་།
དུས་འདས་པ་བཅས་དུས་གསུམ་ཡོད་རེད། – In the Tibetan grammar there are
three tenses: the present tense, the future tense, and the past tense.

དུས་མ་འོངས་པ། = future

མ་འོངས་པ་ལ་ང་དག་གི་ཞུན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། – In the future, I will become
(lit. do) a teacher.



དུས་འདས་པ། = past

འདས་པའི་ལོ་ཁ་ཤས་ནང་ལ་ངས་སློབ་སྦྱང་དུར་ཐག་བྱས་པ་ཡིན།

In the past few years, I studied hard.

ཆུ་ཚོད། = hour, clock, o'clock, wristwatch (noun)

ད་ཉི་མུ་ཚོད་ག་ཚོད་རེད། – What is the time now?

སྐར་མ། = minute, star

ད་ཉི་མུ་ཚོད་དང་པོ་ཟིན་པ་ལ་སྐར་མ་ལྔ་འདུག – It is five to one.

སྐར་ཆ། = second

སྐར་ཆ་དྲུག་ཅུ་ལ་སྐར་མ་གཅིག་རེད། – Sixty seconds are one minute.

ཆུ་ཚོད་ཕྱེད་ཀ། = half an hour

ཆུ་ཚོད་ཕྱེད་ཀའི་རིང་ལ་སློན་ལམ་བརྒྱབ་རོགས་གནང་། – Please do prayers for half an hour!

ལོ་ཐོ། = calendar, agenda

ང་ལ་བོད་པའི་ལོ་ཐོ་གཅིག་ཡོད། དེའི་ནང་ལ་ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་ཆང་མ་བྲིས་ཡོད་རེད། – I have a Tibetan calendar. All the auspicious days are written in it.

གཟའ། = day of the week, planet

གཟའ་སྐུག་པ་ལྷ སྐུ་མདུན་གྱི་སྐྱ་གཟའ་རེད། – Wednesday is the soul day of His Holiness.

ཉིན་མ། = day ང་ཉིན་མ་རྟག་པར་ལས་ཀ་ལ་འགོ་དགོས་རེད། – I have to go to work every day.

ཞག་པོ། = one day and one night

ང་ཕྱི་ལི་ལ་ཞག་པོ་གཅིག་མ་གཏོགས་བཟུང་མེད། – I only stayed one day and night in Delhi.

གཟའ་མཇུག་པ། = Monday

གཟའ་མཇུག་པ་རྗེས་མར་བྱིད་རང་ལ་འཆར་གཞི་ཡོད་པས། – Do you have plans for next Monday?

གཟའ་མིག་དམར། = Tuesday

ང་གཟའ་མིག་དམར་རྟག་པར་ཆོས་ཆོག་ལ་སློན་ཀླག་གར་འགོ་གི་ཡོད། – I go to meditate at the Dharmacenter every Tuesday.



གཟའ་ལྷག་པ། = Wednesday

བོད་པ་ཁ་ཤས་གཟའ་ལྷག་པ་ལ་ཤ་མེད་ཁ་ལག་གཅིག་ཕུ་བ་གི་ཡོད་རེད། – Some Tibetans eat only vegetarian food on Wednesdays.

གཟའ་ལུས་བྲ། = Thursday

བྱིད་རང་གཟའ་ལུས་བྲ་སྡོན་མར་སློག་བརྟན་ཁང་ལ་ལྟ་མོ་ལྟ་གར་ཕེབས་མེད་པས། – Did you not go and see the movie at the cinema last Thursday?

གཟའ་པ་སངས། = Friday

ང་ཚོ་གཟའ་པ་སངས་དགོང་དག་ཚུ་ཚོད་དྲུག་པ་ལ་འཕྱོན་ཡག་ཡིན། – We will be leaving on Friday night at 6 a.m.

དེ་རིང་། = today

དེ་རིང་བྱིད་རང་ནང་ལ་བསྐྱད་གི་ཡིན་པས། – Will you stay home today?

སང་ཉིན། = tomorrow

སང་ཉིན་ངའི་སྤྱི་སྐར་རེད། – Tomorrow is my birthday.

གནངས་ཉིན་(ཀ) = the day after tomorrow

གནངས་ཉིན་ང་ཚོ་གྲུང་སང་རེད། – The day after tomorrow, we have a holiday.

གཞིས་ཉིན་(ཀ) = three days from today

གཞིས་ཉིན་ཀ་ང་ཉིན་རྟོག་ལས་ཁྱང་ལ་འགྲོ་གི་ཡིན། – After three days, I'll go to the police office.

ཁ་སང་། = yesterday

ཁ་སང་ང་འཛིན་གྲྭ་ལ་སླེབས་མེད། ཡིན་ནའི་དེ་རིང་ཡོང་བ་ཡིན། – Yesterday, I did not come to class. But I came today.

ཁ་སིང་། = the other day, a few days ago

ཁ་སིང་བྱིད་རང་བལ་ཡུལ་ལ་བྱིན་པ་རེད་པ། – You went to Nepal the other day, right?

ཉེ་ཆར། = recently, lately

ཉེ་ཆར་ང་ཚོ་མཚོ་པརྩ་ལ་བྱིན་པ་ཡིན། – Recently, we went to Tso Pema.



ཉིན་མཚན། = day and night

ཉིན་མཚན་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་ངས་ཁ་ལག་ཡག་པོ་བཟས་མེད། – Three days and nights I haven't eaten well.

ཉིན་ལྔ། = every day daily

ངས་ཉིན་ལྔ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་གྱི་ཡོད། – I study every day.

ཉི་མ་ཉིན་གང་། = all day long, whole day

ཁ་སང་ཉི་མ་ཉིན་གང་ཆར་བ་བཏང་སོང་། བྱས་ཅང་བྱི་ལོགས་ལ་བྱིན་མེད། – Yesterday, it rained all day long, so I did not go outside.

བདུན་པ། = week

བདུན་པ་གཅིག་གི་རྗེས་ལ་ང་ཚོ་ལ་ཡིག་ཚད་ཡོད་རེད། – After one week we have an exam.

ཟླ་བ། = month, moon

ལོ་གསར་རན་པ་ལ་ཟླ་བ་གཉིས་ཡོད་རེད། – There are two months until New Year. (lit. until it is time for *losar*)

བོད་ཟླ། = Tibetan (lunar) month

ད་ལྟ་བོད་ཟླ་ག་ཚེད་རེད། – What Tibetan month is now?

ཕྱི་ཟླ། = international month

ཕྱི་ཟླ་གཉིས་པའི་ཚེས་པ་གསུམ་ལ་ངའི་སྐྱེ་སྐར་རེད། – My birthday is on the 3rd of February.

ཕྱི་ཟླ་དང་པོ། = January

གཅིག་བྱས་ན། ཕྱི་ཟླ་དང་པོའི་ནང་གངས་གཏོང་གི་རེད། – Maybe in January it will snow.

ཕྱི་ཟླ་གཉིས་པ། = February

ཕྱི་ཟླ་གཉིས་པ་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་ལྔ་བ་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་ཚམས་ཡོད་རེད། – In February, there is a teaching by His Holiness the Dalai Lama.

ཚེས་པ། = date

དེ་རིང་ཚེས་པ་ག་རེ་རེད། or: དེ་རིང་ཚེས་པ་ག་ཚེད་རེད། – What date is today?



ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་། = the auspicious days, the special days of the Tibetan lunar calendar

ང་ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་ལ་སྐོར་རར་འགྲོ་གི་ཡོད། – On the auspicious days, I go to (do) *kora*.

དུས་རབས། = century

ང་ཚོ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་པའི་ནང་བ་བྱེད་དགོས་རེད། – We have to be (lit. do) 21st century Buddhist!

མི་རབས། = generation

རྒྱ་མོར་དེ་ཚོ་མི་རབས་མང་པོའི་རིང་ལ་བསགས་པ་རེད། – This wealth has been accumulated in many generations. (lit. during)

ལོ་ལྟར་རེ་བཞིན། = every year, annually, every single year

ང་ལོ་ལྟར་རེ་བཞིན་ནང་ལ་གྲུང་སང་འགྲོ་གི་ཡོད། – I go home for my holidays every single year.

ལོ་རྟགས། = astrological sign of the year

ཁྱེད་རང་གི་ལོ་རྟགས་ག་རེ་རེད། – What is your astrological sign?

སྤྱི་སྤྱད་རྒྱངས་འཁོར། = bus

ཁྱེད་རང་སྤྱི་སྤྱད་རྒྱངས་འཁོར་ནང་ལ་(or: རྒྱུད་ནས་)ཁྱེ་ལི་བར་དུ་འགྲོ་ཡག་ཡིན་པས། – Are you going to Delhi by bus?

མི་འཁོར། = train

ང་མི་འཁོར་ནང་ལ་འགྲོ་ཡག་ལ་དགའ་པོ་ཡོད། – I like to go by train.

གནམ་གྲ། = airplane

གནམ་གྲ་ནང་ལ་(or: རྒྱུད་ནས་) འགྲོ་ན་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་གྱི་རེད། – It is harmful for the environment to go by airplane.

ཁ་པར་ཨང་གྲངས། = phone number

ཁྱེད་རང་གི་ཁ་པར་ཨང་གྲངས་ང་ལ་གཅིག་གླེང་ཐོགས་གནང་། – Please give me your phone number!

བྱ་ཚིག་ Verbs



འགོ་བཅུགས་པ། = to start, to begin (ཐ་མི་དད་པ།)

ཁྱེད་རང་གི་གུང་སེང་ག་དུས་འགོ་ཚུགས་གི་རེད། – When will your holidays start?

འབྱོར་བ། = to arrive, to reach, to get to (syn: སླེབས་པ་) (ཐ་མི་དད་པ།)

ནམ་རྒྱུན་སྤྱི་སྟོན་རྒྱུ་མཆོད་ཕྱི་དང་ཕྱི་ཀ་ལ་འབྱོར་གི་རེད། – Usually, the bus reaches at 5.30 in the morning.

(ཡར་) ལངས་པ། = to get up, to stand up (ཐ་མི་དད་པ།)

ནམ་རྒྱུན་ཁྱེད་རང་ཞོགས་གས་རྒྱུ་མཆོད་ག་མཆོད་ལ་ཡར་ལང་གི་ཡོད། – What time do you usually get up in the morning?

(མར་) ཉལ་བ། = to go to sleep, to lay down (ཐ་མི་དད་པ།)

བླ་གྲ་རྒྱུ་མཆོད་དེ་མོ་དགོང་དག་རྒྱུ་མཆོད་བརྒྱུད་པ་ལ་ཉལ་དགོས་རེད། – Small kids have to sleep at 8 p.m.

ཟིན་པ། = to be a certain time (ཐ་མི་དད་པ།)

ད་ལྟ་རྒྱུ་མཆོད་བཅུ་པ་ཟིན་པ་ལ་སྐར་མ་བདུན་འདུག། – Now it is seven to ten.

འགོར་བ། = to last, to take time (ཐ་མི་དད་པ།)

ཁྱེད་རང་ཞེ་དྲག་འགོར་སོང་། ག་རེ་བྱེད་གིན་བཟང་པ་ཡིན། – You took very long. What were you doing?

དུས་མཉམ་དུ་འཁེལ་བ། = to coincide, to happen at the same time (ཐ་མི་དད་པ།)

ན་ནིང་བོད་པའི་ལོ་གསར་དང་ངའི་སྐྱེས་སྐར་དུས་མཉམ་དུ་འཁེལ་སོང་། – Last year, the Tibetan New Year and my birthday happened to be on the same date.

གཏན་འཁེལ་བ། = to be decided, to be settled, to be approved, agreed upon (ཐ་མི་དད་པ།)

གུང་སེང་སྐབས་ལ་ང་ག་པར་འགོ་དགོས་ཡིན་མིན་གཏན་འཁེལ་མ་སོང་། – It has not been decided (yet) where I'll be going in my holidays.

ལྷ་གིན་ལྷ་གིན་བྱེད་པ། = to go with the flow, to decide as one goes, play it by ear

(ཐ་དད་པ།)

ཁྱེད་རང་ན་བཞོད་ལ་འགོ་དགོས་འདུག་མི་འདུག་ལྷ་གིན་ལྷ་གིན་བྱེད། – Decide as you go whether you need to go to Dharamsala or not!



འཆར་གཞི་བཟོ་བ། = to make plans (ཐ་དད་པ།)

དང་པོ་ང་ཚོ་འཆར་གཞི་ཡག་པོ་གཅིག་བཟོ་དོ། – First, let us make a good plan!

ག་སྒྲིག་བྱེད་པ། = to make arrangements, to prepare (ཐ་དད་པ།)

ང་ཉིན་གུང་གི་ཁ་ལག་ག་སྒྲིག་བྱེད་གི་ཡོད། – I am preparing lunch.

རྗེས་ལུས་ཐེབས་པ། = to be (too) late, to be left, fallen behind (ཐ་མི་དད་པ།)

ཁ་སང་ཚོའི་ཤན་ལགས་འཛིན་གྲུ་ལ་རྗེས་ལུས་ཐེབས་སོང་། – Yesterday, our dear teacher got late for class.

འདྲ་མིན་སྒྲ་ཚོགས། Miscellaneous

མུ་ཚོད་ག་ཚོད་ལ། = at what time?

ཉིན་གུང་ཁ་ལག་མུ་ཚོད་ག་ཚོད་ལ་གཏང་གི་རེད། – What time do they serve lunch?

སྔོན་མ། = past, previous

ལོ་སྔོན་མར་དབྱར་ཀའི་སྐབས་ལ་ང་ཚོ་ཚང་མ་སྤང་ག་གཏང་གར་བྱིན་པ་ཡིན། – Last year, in the summer we all went on a picnic.

རྗེས་མ། = coming, next

ག་ཟེའ་མཇུག་རྗེས་མར་བྱིད་རང་ག་རེ་བྱེད་ཡག་གི་འཆར་གཞི་ཡོད། – What are you planning to do next weekend?

ལམ་སང་། = immediately

ང་ད་ལྟ་ལམ་སང་འགྲོ་གི་ཡིན། – I am now immediately going.

ཅས་། = around, approximately, merely

དེ་རིང་ག་ཚུག་ལག་ཁང་ལ་མི་བརྒྱ་ཅས་འདུག – Today, there were about 100 people at the temple.

ནས་...བར་དུ། = from ... until

ལོ་གསུམ་གི་སྔོན་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་ངས་ནང་ཆོས་སྦྱངས་པ་ཡིན། – From three years ago until now, I studied Buddhism.

ད་རེས། = this time, at present, nowadays, also used for: date

ད་རེས་ཀྱི་ ཉུག་ལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་གྱིད་པོ་ཞེ་དག་བྱུང་སོང་། – This time, the birthday celebration of His Holiness was very nice.



ཉེས་མཁའི་ཆོག་གྲུབ། Phrasebook

- བྱེད་རང་ག་རེ་བྱེད་ཡག་གི་འཆར་གཞི་ཡོད།
What plans do you have? (lit. you have plans of doing what)
- ང་ང་རང་གི་སྤྱན་ཀྱག་ཐུག་གར་འགྲོ་ཡག་གི་འཆར་གཞི་ཡོད།
I have plans to go and see my relatives.
- བྱེད་རང་དབྱར་ཀའི་གྲང་མེད་གི་འཆར་གཞི་བཟོས་ཚར་ཡིན་པས། བཟོས་མེད། ང་ལྟ་གིན་ལྟ་གིན་བྱེད་གི་ཡིན།
Have you already made plans for the summer break? I have not. I'll play it by ear.
- བྱེད་རང་ཡེ་ཤུའི་འཁྱུངས་སྐར་དུས་ཆེན་ག་པར་གཏང་ཡག་གི་འཆར་གཞི་ཡོད།
- Where do you plan to celebrate Christmas? ད་དུང་གཏན་འཁེལ་མ་སོང་། It's not been decided yet.
- བྱེད་རང་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ཐོན་ཚར་པའི་རྗེས་ལ་ག་རེ་བྱེད་ཅིས་ཡོད།
What are you planning to do after having graduated from university?
- མ་འོངས་པར་ང་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཡིན་མིན་ད་ལྟ་ཉ་གོ་གི་མེད།
I do not know now what I'll do in the future.
- སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་འཁོར་ཚུ་ཆོད་དུག་པ་ལ་ཐོན་ན་ཚུ་ཆོད་བྱེད་ཀ་སྟོན་ལ་སླེབས་པར་བྱེད་དགོས་རེད།
If the bus leaves at 6, one has to make sure to be there half an hour before.
- མེ་འཁོར་ནང་ལ་ཚུ་ཆོད་ག་ཆོད་འགོ་དགོས་རེད། ཉེན་མཚན་གཉིས་ཙམ་འགོར་གྱི་རེད།
How many hours does one need to go by train? It takes about 2 days and 2 nights.
- ཡ་མ་མ། ཐག་རིང་ང་ལ།
Oh my dear! How far (this is!)
- གན་མ་སྤྱི་རྗེས་ལུས་མ་ཐེབས་ན་ང་ཞོགས་གས་ཚུ་ཆོད་བདུན་དང་བྱེད་ཀ་ལ་འབྱོར་གྱི་རེད།
If the plane is not late, I'll reach at 7.30 a.m.



མང་གྲངས། Numbers The Cardinal Numbers

0	༠	སྐད་ཀྱི་རྒྱུ་						
1	༡	གཅིག	10	༡༠	བརྒྱ་	11	༡༡	བརྒྱ་གཅིག
2	༢	གཉིས་	20	༢༠	ཉི་ཤུ་	21	༢༡	ཉི་ཤུ་ ཙ གཅིག ཙ
3	༣	གསུམ་	30	༣༠	སུམ་ཅུ་	31	༣༡	སུམ་ཅུ་ ས གཅིག ས
4	༤	བཞི་	40	༤༠	བཞི་བརྒྱ་	41	༤༡	བཞི་བརྒྱ་ ཞ གཅིག ཞ
5	༥	ལྔ་	50	༥༠	ལྔ་བརྒྱ་	51	༥༡	ལྔ་བརྒྱ་ ང གཅིག ང
6	༦	དྲུག་	60	༦༠	དྲུག་ཅུ་	61	༦༡	དྲུག་ཅུ་ ར གཅིག ར
7	༧	བདུན་	70	༧༠	བདུན་ཅུ་	71	༧༡	བདུན་ཅུ་ དྲ གཅིག དྲ
8	༨	བརྒྱད་	80	༨༠	བརྒྱད་ཅུ་	81	༨༡	བརྒྱད་ཅུ་ བྱ གཅིག བྱ
9	༩	དགུ་	90	༩༠	དགུ་བརྒྱ་	91	༩༡	དགུ་བརྒྱ་ མ གཅིག མ
10	༡༠	བརྒྱ་	100	༡༠༠	བརྒྱ་			

The Teens

The numbers from 10 to 20 do not have any connecting syllable in between the ten and the units, but there are a couple of cases where the spelling varies:

༡༡	བརྒྱ་གཅིག	11	༡༢	བརྒྱ་དྲུག་	16
༡༢	བརྒྱ་གཉིས་	12	༡༣	བརྒྱ་བདུན་	17
༡༣	བརྒྱ་གསུམ་	13	༡༤	བརྒྱ་བརྒྱད་	18
༡༤	བརྒྱ་བཞི་	14	༡༥	བརྒྱ་དགུ་	19
༡༥	བརྒྱ་ལྔ་	15	༢༠	ཉི་ཤུ་	20

Tens

20	30	40	50	60	70	80	90
༢༠	༣༠	༤༠	༥༠	༦༠	༧༠	༨༠	༩༠
ཙ	ས	ཞ	ང	ར	དྲ	བྱ	མ



Hundreds བརྒྱ

ཆིག་བརྒྱ / བརྒྱ	ཉིས་བརྒྱ	གུས་བརྒྱ etc.
༡༠༠	༢༠༠	༣༠༠
100	200	300

There is always a དང་ between the hundreds and the tens:

བརྒྱ་དང་བཙུ་ལྷན་	བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཉིས་ etc.
༡༡༥	༡༢༢
115	122

However, the དང་ falls away when there are also thousands involved:

གུས་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་ལྷན་བརྒྱ	༣༢༥༠	3,250
----------------------------	------	-------

Thousands སྟོང་།

ཆིག་སྟོང་།	ཉིས་སྟོང་།	or:	སྟོང་གཅིག	སྟོང་གཉིས་
༡༠༠༠	༢༠༠༠		༡༠༠༠	༢༠༠༠
1,000	2,000		1,000	2,000

Ten Thousand བུ་ཁྲི

ཆིག་བུ་ཁྲི	ཉིས་བུ་ཁྲི	གུས་བུ་ཁྲི	or:	བུ་ཁྲི་གཅིག	བུ་ཁྲི་གཉིས་	བུ་ཁྲི་གསུམ་
------------	------------	------------	-----	-------------	--------------	--------------

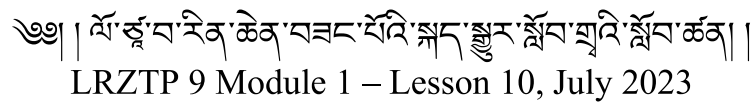
One Hundred Thousand འབྲུམ་

འབྲུམ་གཅིག འབྲུམ་གཉིས་

The Syllable ཤྭག་: *Set of, Unit of, Multiples of*

The syllable ཤྭག་ can be added after བརྒྱ་, སྟོང་, བུ་ཁྲི་ or འབྲུམ་, – in order to denote full hundreds, thousands, etc. For example:

བརྒྱ་ཤྭག་ཉིས་དང་ལྷན་བརྒྱ	༢༥༠	250
--------------------------	-----	-----



This also applies to **uneven** numbers.

ས་ཡ་གསུམ།

བྱེ་བ་གསུམ།

དུང་ཕྱུར་གསུམ།

1, 008: ཆིག་སྟོང་བརྒྱ་མཉམ་བཅུ་མཉམ་བཅུད།
2, 304: ཉེས་སྟོང་སྲུལ་བརྒྱ་བཅུ་མཉམ་བཞི།
7, 052: བདུན་སྟོང་བརྒྱ་མཉམ་ལྔ་བཅུ་དག་ཉེས།

བརྒྱད་ཅུ་ཐམ་པ་



བརྒྱ་ཐམ་པ་

བཞི་བརྒྱ་ཐམ་པ་

བདུན་བརྒྱ་ཐམ་པ་

Percentages, Fractions, Enumerations, Months

Percentages and Fractions

To form percentages and fractions, the syllable ཆ་(lit. *part*) is added to the number:

བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ།	100%
བརྒྱ་ཆ་སྲུང་རུ།	30% (lit. 30 parts of 100)
གསུམ་ཆ་གཉིས།	2/3 (lit. two parts of three)
བཞི་ཆ་གསུམ།	3/4 (lit. three parts of four)

The Ordinal Numbers

Apart from the special case of “first”, the syllable ད་ is simply added to the number:

དང་པོ། first གཉིས་པ། second གསུམ་པ། third བཞི་པ། fourth བརྒྱ་གཅིག་པ།
eleventh

Months

The ordinal numbers give the names to the months of the year. If one just says ལྷ་བ་, it refers to the Tibetan month. To specify which calendar applies, one can say: བོད་ལྷ་(Tibetan month) or སྤྱི་ལྷ་(international month).

ལྷ་བ་དང་པོ། first (Tibetan) month ལྷ་བ་གཉིས་པ། second (Tibetan) month

བོད་ལྷ་བརྒྱ་གཅིག་པ། eleventh (Tibetan) month

སྤྱི་ལྷ་བཞི་པ། April སྤྱི་ལྷ་བདུན་པ། July སྤྱི་ལྷ་བརྒྱུ་པ། October

Dates

In order to express dates, we use the cardinal numbers. For example:

སྤྱི་ལྷ་གཉིས་པའི་ཆེས་པ་བཞི། 4th of February

སྤྱི་ལྷ་བརྒྱུ་གཅིག་པའི་ཆེས་པ་དྲུག། 6th of November

སྤྱི་ལྷ་བརྒྱད་པའི་ཆེས་པ་ཉི་ཤུ་ཙ་བདུན། 27th of August

© 2023 LRZTP



སྟེ་ཟླ་གསུམ་པའི་ཆོས་པ་སུམ་རུ།

30th of March

Note that some Tibetans say ཟྱེ་ - meaning *the month of the outsiders* - instead of ཟྱེ་ཟླ།.

Telling the Time མུ་ཆེད་ག་ཆེད་རེད།

The time is expressed in Tibetan using the **ordinal** numbers for **full hours**, **some minutes past** and for “a quarter **to/before**...” (The exceptions to this rule will be listed below).

མུ་ཆེད་བརྒྱད་པ་ཉག་ཉག་རེད། It is exactly eight o'clock.

མུ་ཆེད་བཞི་པ་ཡོལ་ནས་སྐར་མ་བརྒྱ་རེད། It is ten past four.

མུ་ཆེད་དགུ་པ་བེན་པར་སྐར་མ་བཙེ་ལྷ་འདུག It is 8:45 / a quarter to nine. (lit. there are fifteen minutes left until nine o'clock)

Whenever there are **halves**, **quarters** or **minutes** involved, one uses the **cardinal numbers**:

མུ་ཆེད་གཉིས་དང་ཕྱེད་ཀ་རེད། It is 2:30 / half past two.

མུ་ཆེད་ལྔ་དང་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་རེད། It is 5:20 / twenty past five.

མུ་ཆེད་བརྒྱ་དང་སྐར་མ་བཙེ་ལྷ་རེད། It is 10:15 / a quarter past ten.

Note that there are two ways of saying a few minutes “past”– and, almost as if it was to confuse the student, one uses the cardinal and one the ordinal number:

མུ་ཆེད་བྱུག་དང་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་རེད། It is twenty past six. (cardinal number)

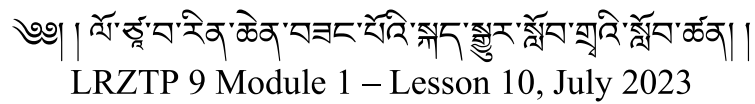
མུ་ཆེད་བྱུག་པ་ཡོལ་ནས་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་རེད། It is twenty past six. (ordinal number)

Also, be aware that when you say, for example, “twenty to five,” you use འདུག rather than རེད། at the end of the sentence. This is because you are actually saying: “There are twenty minutes (left) until it will be five”.

ད་ལྟ་མུ་ཆེད་ལྔ་པ་བེན་པ་ལ་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་འདུག Now, it is twenty to five.

Time-Table དུས་ཆེད་ཀྱི་རེུ་མིག

Since telling the time in Tibetan is a little tricky, please find below an overview of **all exceptions**:



So, to Conclude...

Cardinal numbers (mere number) = གཅིག་ གཉིས་ གསུམ་ ལ་ཕྱགས་པ།

All ordinal numbers (with \aleph) – except for 11 and 12

ད་ལྟ་ཆུ་ཚོད་བརྒྱ་གཉིས་རེད།

© 2023 LRZTP



All cardinal numbers (mere number) – **except for 1**

ད་ཉི་མཱ་ཆེད་གསུམ་དང་སྐར་མ་བཅུ་རེད།

ད་ཉི་མཱ་ཆེད་དགུ་དང་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་རེད།

ད་ཉི་མཱ་ཆེད་དང་པོ་རེད།

3) ཡོལ་ནས་སྐར་མ་...past...

All ordinal numbers (with བ་) – **except for 11 and 12**

ད་ཉི་མཱ་ཆེད་བཞི་བ་ཡོལ་ནས་སྐར་མ་བཅུ་ལྔ་རེད།

ད་ཉི་མཱ་ཆེད་བདུན་བ་ཡོལ་ནས་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་ཙ་ལྔ་རེད། ད་ཉི་མཱ་ཆེད་བཅུ་གཉིས་ཡོལ་ནས་སྐར་མ་ལྔ་རེད།

4) དང་ཕྱེད་ཀ་...half past...

All cardinal numbers (mere number) – **except for 1**

ཆུ་ཆེད་ལྔ་དང་ཕྱེད་ཀ་རེད།

ཆུ་ཆེད་བཅུ་དང་ཕྱེད་ཀ་རེད།

ཆུ་ཆེད་དང་པོ་དང་ཕྱེད་ཀ་རེད།

5) ཟེན་པ་ལ་སྐར་མ་...to...

All ordinal numbers (with བ་) – **except for 11 and 12**

ཆུ་ཆེད་བཅུ་པ་ཟེན་པ་ལ་སྐར་མ་བཅུ་ལྔ་འདུག

ཆུ་ཆེད་དང་པོ་ཟེན་པ་ལ་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་འདུག

ཆུ་ཆེད་བཅུ་གཅིག་ཟེན་པ་ལ་སྐར་མ་ལྔ་འདུག

1 is always in its ordinal number form, meaning: We always say: དང་པོ་, never: གཅིག་. Actually: ཆུ་ཆེད་གཅིག་ means “one hour” or “a watch”.

Afternoon Times

Please note also that the Tibetans do not use 14 o'clock, 20 o'clock, etc. In order to avoid the ambiguity, they say: ཉིན་གུང་ཆུ་ཆེད་གཉིས་པ། (2 o'clock in the afternoon), དགོང་མ་ཆུ་ཆེད་བརྒྱད་པ། (8 o'clock in the evening) or: མཚན་མོ་ཆུ་ཆེད་བརྒྱད་པ། (8 o'clock in the night). And if it is before noon, they'll say: རོགས་གས་ཆུ་ཆེད་བཅུ་པ། (10 o'clock in the morning), unless it is already clear from the context.



Frequently Used Questions & Answers About Numbers and Times

ཆེས་པ།

Dates

- དེ་རིང་ཆེས་པ་ག་ཚེད་རེད།
What date is today?
- དེ་རིང་སྟེ་ཟླ་ལྔ་པའི་ཆེས་པ་བཅུ་རེད།
Today is the 10th of May.
- དེ་རིང་གཟའ་ག་རེ་རེད།
What day is today?
- དེ་རིང་ལྷག་དཀར་རེད།
Today is White Wednesday.
- དེ་རིང་བོད་ཟླ་གཉིས་པའི་ཆེས་པ་ག་ཚེད་རེད།
Today is what day of the 2nd Tibetan month?
- དེ་རིང་བོད་ཟླ་གསུམ་པའི་ཆེས་པ་བཙེ་ལྔ་རེད།
Today is the full moon day of the 3rd Tibetan month.
- གནམ་གང་ཆེས་པ་ག་ཚེད་ལ་རེད།
On which date is new moon?
- ད་རེས་གནམ་གང་སྟེ་ཟླ་ལྔ་པའི་ཆེས་པ་ཉི་ཤུ་ཙུ་ལ་འཁེལ་གྱི་རེད།
This new moon will fall on the 25th of May.

ཉིན་རེའི་བྱེད་སྒྲུབ།

Daily Routines

- བྱིད་རང་ནམ་སྐྱེན་ཆུ་ཚོད་ག་ཚེད་ལ་ཡར་བཞེངས་གྱི་ཡོད།
What time do you usually get up? (H)
- དབྱར་ཀའི་སྐབས་ལ་ང་ཆུ་ཚོད་ལྔ་དང་བྱེད་ཀ་ལ་ལང་གི་ཡོད།
In the summer, I get up at 5.30 a.m.



- དགྲན་ཁ་ལ་ཚུ་ཚོད་བདུན་པ་བར་དུ་ཉལ་གྱི་ཡོད།
In the winter, I sleep until 7 o'clock.
- བྱིད་རང་གི་འཛིན་གྲྭ་ཚུ་ཚོད་ག་ཚོད་ལ་འགོ་ཚུགས་གྱི་ཡོད་རེད།
At what time does your class start?
- ངའི་འཛིན་གྲྭ་དེ་མང་ཆེ་བ་ཚུ་ཚོད་དགུ་པ་ལ་འགོ་ཚུགས་གྱི་ཡོད་རེད།
My class mostly starts at 9 o'clock.
- བྱིད་རང་ཚུ་ཚོད་ག་ཚོད་ནས་ག་ཚོད་བར་དུ་ལུས་ཅལ་ཅེ་གི་ཡོད།
From what time to what time do you do exercise?
- ནམ་རྒྱུན་ཚུ་ཚོད་བདུན་པ་ནས་ཚུ་ཚོད་བདུན་དང་སྐར་མ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་ལྔ་བར་དུ།
Usually from 7 o'clock to 7:45.
- བྱིད་རང་ནམ་རྒྱུན་ཚུ་ཚོད་ག་ཚོད་ལ་ཉལ་གྱི་ཡོད།
At what time do you usually sleep?
- ནམ་རྒྱུན་ཚུ་ཚོད་བརྒྱ་པ་བརྒྱ་གཅིག་ཙམ་ལ་ཉལ་གྱི་ཡོད།
Usually, I sleep around 22, 23 o'clock.

སོ་སོའི་སློབ་སྐར་གྱི་སྐོར་ལ་སྐགས་པ།

Personal Data

- བྱིད་རང་གི་འཁྲུངས་སྐར་ག་དུས་རེད།
When is your birthday? (H)
- བྱིད་རང་ག་དུས་སླེས་པ་རེད།
When were you born?
- ངའི་སློབ་སྐར་ཟླ་གསུམ་པའི་ཆེས་པ་ཉི་ཤུ་ཅུ་དགུ་ལ་རེད།
My birthday is on March 29th.
- བྱིད་རང་གི་ཁ་པར་ཨང་གྲངས་ག་རེ་རེད།
What is your phone number?
- ངའི་ཁ་པར་ཨང་གྲངས་གསང་བ་རེད།



My phone number is secret!

- བྱིད་རང་ལོ་ག་ཚེད་ཡིན།
How old are you?
- ང་ད་ལྟ་ལོ་སྟམ་བུ་སོ་བདུན་ཡིན།
I'm 37 now.
- བྱིད་རང་གི་ལོ་རྟགས་ག་རེ་རེད།
What is your birth sign?
- ངའི་ལོ་རྟགས་སྟེལ་རེད།
My birth sign is monkey.

འཆར་གཞི་དང་དུས་ཆེན།

Personal Plans and General Festivals

- བྱིད་རང་བྱིད་རང་གི་ཡུང་བ་ལ་ག་དུས་ལོག་གི་ཡིན།
When will you return to your country?
- ལྟ་གིན་ལྟ་གིན་བྱེད་གྱི་ཡིན། གཅིག་བྱས་ན་སྟོ་ཟླ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཟླ་མཇུག་ལ་འགོ་ཡག་ཡིན།
I'll play it by ear. Maybe I'll go at the end of December.
- བྱིད་རང་ལོ་ག་ཚེད་རྗེས་ལ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་འཕོན་གྱི་རེད།
After how many years will you graduate from university?
- ལོ་གོང་ས་སྐུ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་ག་དུས་རེད།
When is the birthday celebration (lit. festival) of His Holiness the Dalai Lama?
(H)
- མཁྱེན་གྱི་མེད་པས། སྟོ་ཟླ་བཅུ་དྲུག་པའི་ཆོས་པ་དྲུག་རེད།
Don't you know? (H) It is on July 6th.
- ད་ལོ་བོད་པའི་ལོ་གསར་སྟོ་ཟླ་ག་ཚེད་ལ་འཁེལ་གྱི་རེད།
On which international month falls the Tibetan New Year this year?
- ད་ལོ་བོད་པའི་ལོ་གསར་སྟོ་ཟླ་གཉིས་པའི་ཆོས་པ་བཅུ་དྲུག་ལ་འཁེལ་གྱི་རེད།
This year, the Tibetan New Year will fall on the 16th of February.



Test Yourself at the End of the Lesson:

- Am I able to keep my conversation fluent when including numbers precisely - up to ten million?
- Am I able to describe in detail, including times and dates a future plan and answer questions about it using the numbers at an understandable level?