

གསར་མང་། ༦

འདོན་མང་། ༣༩

སྒྲིམ་གྲུབ་

བོད་མི་མང་སྤྱི་འབྲུག་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་



སྐབས་བཅོ་ལྔ་པ།

ཆོག་ས་དུས་བདུན་པ།

གྲོས་ཆོག་ས་ལས་རིམ་གསར་ཤོག

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༡ ལྷ་ ༥ ཆོས་ ༤ གྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལྷ་ ༧ ཆོས་ ༥

ཕྱི་མ་སྒྲིག་ཚོགས་ཚུང་།

ཕྱི་མ་སྒྲིག་པ།

ལྷོ་བཟང་ཉི་མ།

ཕྱི་མ་སྒྲིག་ལས་རིགས།

ངག་དབང་ནམ་ཁྱེལ།

ཚོས་གྲགས།

གསར་འགོད་པ།

ཆེ་རིང་དོན་གྲུབ།

ཕུར་བུ་དོན་ལེན།

ལྷོ་བཟང་ཚོས་འབྱོར།

སྐལ་བཟང་དབང་འདུལ།

དོན་ལེན་ཕྱི་མ་སྒྲིག་པ།

དོན་གྲུབ་ནམ་ཁྱེལ།

ཀམ་སྐུ་ཁྱར་འགོད་འཇུག་པ།

བསྐྱེད་འཛིན་སྒྲོལ་མ།

Tibetan Parliament-in-Exile
Central Tibetan Administration
Gangchen Kyishong, Kangra
Dharamsala-176215, H.P. INDIA
Ph. :+91 1892 222481
Fax : +91 1892 224593

Web:

www.tibetanparliament.org

www.chithu.org

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལྷ་ ༣ ཆེས་ ༢༠ ཉིན་གྱི་ཐུན་དང་པོ།

ཆོག་གས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་སྐབས་བཙུ་ལ་པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱི་མྱོས་ཆོག་གས་ཆོག་གས་དུས་བདུན་པ། ༢༠༡༩། ༣། ༢༠ ལས་ཉིན་
དགུ་པ་དེ་ཆོག་གས་བསྟན་ཡོད། འི་བ་འིས་ལན་གྱི་དུས་ཆོད་མེད་པ་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་དང་པོ། གཞུང་འབྲེལ་གྱི་སྤྱི་ག་
གཞི་བསྐྱར་བཙུ་ལ་བཙོ་བཙུ་མཁུ་མཁུ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༢ པའི་ཀ་པ་དེར་གཞིགས་རོགས་གནང་། མཁུ་མཁུ་འདོན་
མཁུ་སྤྱི་འཐུས་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་ལགས། བཙོ་བཙུ་ཆོག་བཙོ་བཙུ་གཅིག་ཕུ་སྟོན་སྟོན་གནང་ན་འགྲིག་གི་འདུག

སྤྱི་འཐུས་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ གཞུང་འབྲེལ་སྤྱི་ག་གཞི་བསྐྱར་བཙུ་ལ་བཙོ་བཙུ་མཁུ་མཁུ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༢ པའི་ཀ་པ་དེ་
སྤྱི་ག་སྤྱང་ཁུ་ཆོག་པ་ལྟ། བཙོ་བཙུ་ཆོག་བཙོ་བཙུ་ དེས་ཅན་བསྟན་དུལ་པོགས་ཐོབ་བསྟན་ཆའི་འབབ་ཆད། རྒྱ་གར་དང་བལ་
ཡུལ། འབྲུག་གསུམ་ནང་གནས་སྟོད་བོད་མི་པོགས་ཡོད་ནམས་ཀྱིས་རང་གི་རྩ་པོགས་ཀྱི་བསྟན་ཆ་བཞེའམ། སྤང་པོགས་ཀྱི་
བསྟན་ཆ་གཉིས་གང་མང་བ་དེ་འབྲུལ་དགོས། རྩ་པོགས་དང་སྤང་པོགས་ཐ་སྟོན་གསལ་ཁ་མེད་པའི་ཉིན་སྟོན་དང་། ལས་དོད།
མཆོན་དོད་ཐོབ་མཁུ་ནམས་ཅིས་ལོ་དེའི་ནང་སོ་སོའི་ཡོང་འབབ་ཁྱོན་བསྟོམས་ཉིན་སྟོན་ ༣༠,༠༠༠ བསྟན་མཆོས་ལ་ཉིན་
སྟོན་དོད་དང་། ལས་དོད། མཆོན་དོད་འབབ་ནས་བསྟན་ཆ་ ༢་༢༠ འབྲུལ་དགོས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ད་ལྟ་འདི་བཙོ་བཙུ་ཀྱི་ཆོག་བཙོ་བཙུ་འཁྱེར་རྒྱ་དེ་བསྐྱར་བཙུ་ཆོག་བཙོ་བཙུ་དང་དེ་
བཞིན་ཆོག་བཙོ་བཙུ་པའི་ནང་དུ་ཡོད་བསྟན་པའི་བསྟན་ཆ་དེ་ག་རང་ལ་གཞི་བཙུ་ལ་པའི་ཐོག་ནས་ཁྱེར་བསྟན་པ་ཞིག་ཡིན།
བསྟན་ཆ་དེ་མཐོ་བ་དང་དེ་འབྲེལ་དགོངས་ཚུལ་ཕྱག་སྤྱེལ་སྤྱི་འཐུས་ནམས་པའི་ནང་དུ་ཡོད་ན་དེ་མར་པལ་རྒྱ་དང་དེ་འབྲེལ་གང་
གནང་བ་ཡིན་ནམས་ཆང་མར་ཐོས་ལེན་ལྟ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་ལྟ་རྒྱ་ཡིན། རྩ་པའི་རྩ་ཆོ་དེས་ཅན་བསྟན་དུལ་དང་པོགས་ཐོབ་བསྟན་
ཆའི་འབབ་ཆད་ལྟས་བསྟན་པ་དེ་བཙུ་ལྟོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་རེད། བཙུ་ལྟོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་དང་འབྲེལ་བའི་
གཞུང་འབྲེལ། དེ་བཞིན་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཆོག་གས་པ། དགོན་སྡེ་ཁག་ སྤྱི་ཐུག་ དེ་བཞིན་ཕྱེ་གནས་ཁག་དེ་འབྲེལ་མང་པོ་
ཞིག་ནས་ལོ་ལྷར་ལས་འཆར་འབྲེལ་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་ཉིན་སྟོན་ཐེན་ནམས་རེད། དེ་བཞིན་མཆོན་དོད་ཐེན་ནམས་རེད། དེ་བཞིན་
མཆོན་དོད་རང་མ་རེད་ཀྱང་ལས་དོད་དང་མཆོན་དོད། མཆོན་དོད་པལ་ཆེར་ཚུད་འགྲོ་ཡི་འདུག དེ་འབྲེལ་ཕྱུག་བསྟན་གྱི་
ཡོད་པ་རེད། ལྷག་དོན་དུ་ད་ལྟ་དེ་འབྲེལ་ནས་ཁ་སང་བསྟན་ཡོད་དུས། དཔེར་ན་རྩིས་སྤྱོད་འཛུགས་པ་ཡིན། ད་ལྟའི་
ཆར་ཉིན་རེར་སྟོན་ ༣༥༠ ཆད་གཞིའི་ཐོག་ནས་ཉིན་སྟོན་ཐེན་མཁུ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཆོ་ལོ་འཁོར་མ་གཅིག་གི་ནང་ལ་
ཉིན་མ་ ༣༤༥ ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ནས་གྲངས་ཅིང་དང་ཆང་མ་མར་གཅིག་བཏོན་ནས། དེའི་ཐོག་ལ་ད་དུང་ཉིན་མ་ལྟ་ཕྱག་
བདུན་ཅམ་ཞིག་མར་བཏོན་ནས་བྱས་ཡོད་དུས། ཉིན་མ་ ༢༩༣ ལ་ ༣༥༠ ཅིས་པལ་ཡོད་དུས་སྟོན་མོ་ ༥༧,༠༠༠ ཅམ་ཞིག་
པལ་ཡོད་པ་རེད། དེའི་རིགས་དེ་ད་ལྟའི་བསྐྱར་བཙུ་ཆོག་བཙོ་བཙུ་པའི་འབབ་གཅིག་ཀྱང་ཕྱུག་མི་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་
ཞིག་ཆོག་བསྟན་གྱི་འདུག འདིར་བསམ་སྟོན་བཏང་བ་གཅིག་ཡིན། དེ་བཞིན་ད་ལྟའི་བཙོ་བཙུ་ཀྱི་ནང་ལ་གལ་སྤྱིད་གཞིགས་

ཡོང་དུས། མཚན་དོད་ཀྱི་ཐ་སྟད་དེ་ཡང་སླེབས་ཡོང་དུས། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུ་པ་ས་ཀྱང་མཚན་དོད་གཅིག་བཞེས་
 བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་དམིགས་གཏིགས་ཀྱི་མེད་དམ་བསམ་པ་དེ་འབྲེལ་གྲུབ་གཞི་ཡོང་མི་སྲིད་པ་ཞིག་ཀྱང་མ་རེད། དེར་
 ག་རེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། ལོ་གཅིག་གི་ཡོང་འབབ་ཁྱོན་བསྟོམས་སྒྲིང་ ༣༠,༠༠༠ བཀའ་བའི་མཚན་མས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་
 བརྒྱ་ཆ་ ༥༧ ལྷན་ཆུ་རེད་ཅེས་འདི་ཞུས་བསྟན་དུས། ངས་ཚང་མ་ཞུ་བོད་ཀྱི་མི་འདུག་སྟེ། རེ་བྱང་ཡིན་སྲིད་པ་རེད། ལོ་ལ་
 བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཞབས་ཞུ་ཞུས་ནས་བྱུག་ལས་གནང་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོའི་ཡོང་འབབ་དམིགས་བསམ་པ་དེ་
 འབྲེལ་གང་ཡང་མེད་པ་བྱས་ནས་བྱུག་ལས་གནང་བསྟན་མཁན་དེ་འབྲེལ་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོའི་ནང་རང་ལ་བལྟས་ནས་བྱུག་ལས་
 གནང་བསྟན་མཁན་དེ་འབྲེལ་མ་འོངས་པར་ཡོང་མི་སྲིད་པ་དེ་འབྲེལ་པ་རེད། དམིགས་སྤྱི་ཡོང་འབབ་ཡོད་བསྟན་པ་དེ་འབྲེལ་སྤྱི་
 འཐུས་རྒྱུ་རྒྱུ་མེབས་བསྟན་པ་དེ་འབྲེལ་ཡོང་མི་སྲིད་པ་མ་རེད། དེ་འབྲེལ་གནས་བབ་ནང་ལ་རེ་བྱང་དེ་འབྲེལ་དེའི་ཆ་རྒྱུན་ནང་
 ལ་ཚུད་སྲིད་པ་རེད། གཞན་མང་ཆེ་བ་ཞིག་གསོལ་སོགས་བཞེས་བསྟན་གྱི་ཡོད་ནའང་རེད། དེ་བཞིན་བྱུག་ལས་སོ་སོའི་བྱང་
 ཚོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ Contact བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་བྱུག་ལས་གནང་བསྟན་གྱི་ཡོད་ནའང་རེད། བོད་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞུགས་
 ཁག་འབྲེལ་མིན་ལ། དེ་བཞིན་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་སྤྱི་གཞུགས་ཁག་འབྲེལ་མིན་ལ་དེ་འབྲེལ་དེ་ཆོ་ཚང་མ་ཅིས་གཅིག་པུ་ཡོང་
 དུས་སྒྲིང་སོ་སྟོང་ལྷག་ ༣༠ དེ་པལ་ཆེར་མང་ཆེ་བ་ཞིག་བཀའ་བསྟན་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་
 དེ་རིང་དེ་ལས་བདེ་པོ་ཞིག་དང་སྟབས་བདེ་པོ་ཞིག་དང་། རིགས་གཅིག་གིས་ལུས་བསྟན་པ། རིགས་གཅིག་གིས་མ་ལུས་བ་
 དང་། ལུས་མ་ལུས་པའི་དཀའ་ངལ་དེ་འབྲེལ་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བསྟན་དུས་དེ་ཆང་མ་ཆ་སྟོམས་བཟོ་རྒྱུའི་བསམ་སྟོ་
 ཞིག་དང་། དཔེར་ན་ང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཚོགས་པའི་ནང་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་བརྒྱུད་ལམ་
 ཀྱི་ཐོག་ནས་མང་པོ་ཞིག་ལ་མཚན་དོད་ཟེར་ནའང་རེད། Honorarium ལུས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། Honorarium ལུས་པའི་
 གྲུབས་སྤྱི་དེ་བཞེས་མཁན་དེའི་ལོ་གཅིག་གི་ཡོང་འབབ་དེ་སྟོང་ལྷག་སུམ་བཅུ་བཀའ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཀའ་ཡོང་དུས། ད་
 ལྟ་ངས་བོད་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་བརྒྱ་ཆ་ ༥ བཞག་གི་ཡིན་ནའང་རེད། བརྒྱ་ཆ་ ༥༧ བཞག་གི་ཡིན་ནའང་དེ་དགོངས་པ་
 བཞེས་རྒྱུ་རེད། ང་ཚོ་བྱུག་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུ་པ་ས་ཡིན་ནའང་དེར་རིགས་གཅིག་གིས་ལུས་དགོས་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་
 མོལ་མེབས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོའི་སྐང་ནས་མར་ཅིས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྟངས་འཛིན་གནང་མཁན་གྱིས་དེ་
 བཞེས་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་དེ་འབྲེལ་གྲུབ་མེབས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་ཚང་གཅིག་བྱ་ལམ་བྱེད་བདེ་ཡོང་ཐབས་དང་
 དེ་འབྲེལ་བསམ་སྟོ་ཞིག་ཆགས་བསྟན་གྱི་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་རྩ་བའི་ང་ཚོ་ད་ལྟ་གཞུང་དུས་ཀྱི་བསྟུ་འབབ་དང་གཞན་གྱི་
 སྤྱི་གཞི་དེའི་ནང་ལ་བཅན་གྱིས་བོད་མིའི་དང་སྐྱེས་དབྱེད་དང་བསྟུ་དབྱེད་གཞན་དག་གི་འབྲེལ་འབབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་
 དེའི་ནང་ལ་དབྱེད་དབྱེད་བསྟུ་སྟོགས་དང་དེ་ཆོ་ཚང་ལམ་སྟོན་ཁ་གསལ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་གལ་སྲིད་འཛིན་སྟོང་
 རས་མར་ལམ་སྟོན་མེབས་ནས་ད་ལྟའི་ཆར་དཔེར་ན་དབྱེད་སྟོན་ཁང་ཁག་རེད། གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ལས་ཁུངས་ཁག་རེད། འདི་ཆ་
 ཆང་གི་སོགས་ཇི་ཅུ་འབབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་ག་རེ་འབབ་ཀྱི་ཡོད་པ། དེ་ཆོ་ཚང་མ་བསྟུ་ཆ་ཞིག་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་རེད་དེ། གཞུང་
 འབྲེལ་མིན་པའི་ཚོགས་པ་ཁག་དེ་ཆོས་དེ་ཅུ་ཞིག་གནང་བྱུ་རྒྱུ་ལམ་སྟོན་ཟེར་ནའང་རེད། གནང་སྟོལ་དེ་ཅུ་གྱི་ལུགས་
 ཆེན་པོ་མེད་པ་ཞིག་ཁོ་རང་རང་བཞིན་གྱི་ད་ལྟ་བར་དུ་དེ་འབྲེལ་བྱས་ནས་གནས་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་

དཔེར་ན་གནས་ཚད་རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུ་འགོ་སྐྱོད་སེམས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། ང་ལས་ཀ་བྱེད་སའི་སྤྱི་ལོ་འཛུགས་འདུགས་འདྲ་པོ་ཞིག་གི་གང་ཟག་གཅིག་ལ་ལས་གཞི་ཞིག་ལས་བཅུག་རྒྱུ་འདྲ་བའི་ཆེད་དུ་བྱུག་དུལ་སྤུལ་གྱི་ཡོད་ན། དེའི་འབབ་དེ་སྒོར་སྒོར་ལྷག་ ༣༠ དེ་བཟུལ་སོང་ན། དེའི་བརྒྱ་ཆ་དེ་མཁ་ནས་དེའི་བརྒྱ་ཆར་མཁ་པའི་བྱུང་འཛིན་དེ་ཁོ་རང་ལ་སྤུལ་ནས་དེ་འདྲ་བྱེད་སྒོལ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་འདྲ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་མ་འོངས་པར་གནང་བའི་བ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་འདྲའི་བསམ་སྒོ་ཞིག་འབྱེད་བའི་ཐོག་ནས་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་དེ་འབྱེད་ཡོང་བ་ཡིན། གཞི་རྩའི་བརྒྱ་ཆ་གཉིས་བཞག་དགོས་འདུག་གཤམ། སྒོར་སྒོར་ལྷག་ ༣༠ བཞག་དགོས་འདུག་གཤམ། ང་རང་གིས་ལངས་པའི་ཞོར་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་རང་ཆོའི་གྲོས་ཆོག་ལས་འཐུས་མི་ནམས་ཀྱི་མོས་མཐུན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། སྒོན་ཅིས་ཀྱི་གསུང་བཤད་ཁོ་རང་རང་གི་ནང་ལ་ཐེབས་པ་ཡིན་ན། འོ་རེར་དཔེར་ན་བརྒྱ་ཆ་ཇི་ཅམ་ཞིག་བསྟར་རྒྱུ་ཡིན། བརྒྱ་ཆ་ཇི་ཅམ་བསྟར་རྒྱུ་མིན། གཞོད་ཡོང་འབབ་རེད་འདུག གཞོད་མ་རེད་འདུག དེ་ཆོ་གཅིག་ཐེབས་པ་ཡིན་ན་སྒོན་ཅིས་ཀྱི་དོ་སྣང་སྤེལ་ས། དེ་རིང་སྒོན་ཅིས་གསུང་བཤད་ཐེབས་ཡོང་གི་རེད། དེའི་ནང་དུ་ང་ཆོས་བརྒྱ་ཆ་གཞོད་སྤུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལོ་ང་ཆོ་གཞོད་ཆག་ཡང་རག་གི་ཡོད་དམ་ཟེར་བའི་དོན་བྱེད་ས་སྤེལ་ས་རྒྱུ་གཞི་རྩ་འདྲ་ཞིག་ལངས་པའི་ཞོར་ལ་ངས་ཁྱེད་ཀྱི་བསྟན་པ་ཞིག་ཆགས་བསྟན་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་གས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

བཟོ་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ལ་རྒྱུ་སྐྱོར་གནང་མཁན་སྤྱི་འཐུས་ཁྲོ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཁྲོ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༩ ཀ་བར་རྒྱུ་སྐྱོར་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཆོག་གས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཚུད་པར་དགག་ཆ། སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས། གསུང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དམ། གསུང་དགོས་ཀྱི་མེད་པ་ཡིན་ན་འོས་བསྟར་རྒྱུ་ཡིན། གསུང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་གོ་སྐབས་སྤུལ་གྱི་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ གཅིག་ནས་རྒྱལ་ལོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོན་ཏེ་གོ་ཐུབ་མ་སོང་། དེའི་ཆ་ནས་དགག་ཆ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱལ་ལོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོན་ཏེ་གོ་བ་དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་དུས། རེས་ཅན་ཉིན་དོད་ཡིན་པ་ཡིན་ན་འགྲིག་གི་འདུག རེས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཉིན་དོད་ཡོད་པ་རེད། འདི་རྒྱུ་བ་གཅིག་གི་ནང་ལ་སྒོར་ ༣༥༠༠ ཉིན་དོད་ལེན་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ན། དེ་དག་གི་ལག་ནས་བརྒྱ་ཆ་ ༣་༥ དེ་བསྟར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། བྱས་ཅང་གཞིས་ཆགས་ཁག་མའི་ལས་ཀ་ལས་

པར་འགོ་མཁམ། དེས་ཅན་མ་ཡིན་པ། དེ་རིང་དེར་སོང་ནས་ལས། སང་ཉིན་དེར་སོང་ནས་ལས། ཉིན་སྐྱེད་བསྐྱེད་མཁམ་དེ་
 དག་ལ་འད་བསྐྱེད་གོས་པ་བྱེད་ཀྱི་རེད། བྱས་ཅང་དེ་དག་བསྐྱེད་འགོ་རྒྱ་དེས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཉིན་དོད་ཐོབ་མཁམ་དེ་དག་དེའི་
 གཤམ་ལ་མེད་ན། རྒྱལ་སྐྱོར་བྱེད་ཐུབ་ས་རེད་མ་གཏོགས། དེ་དག་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་ཡོད་ན་ཁྲིམས་འཆར་དེ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན།
 ཡང་བསྐྱེད་ཁྲིམས་འགལ་བྱེད་རྒྱུ་མང་དུ་འགོ་རྒྱུའི་བཅོ་འདྲ་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། དེའི་ཆ་ནས་འདི་བྱེད་ཐུབ་མ་སོང་།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཆང་མར་ཁྱབ་ཀྱི་རེད། དེའི་སྐར་དེར་རྒྱ་གར་དང་། བལ་ཡུལ། འབྲུག་གསུམ་ནང་ཅེས་ལབ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆང་མར་ཁྱབ་ཀྱི་
 རེད། ཚུད་པར་དགག་ཆ་བྱེད་མཁམ་བྱུང་བ་ཡིན་སྟབས། ཚུད་པར་དགག་ཆ་གནང་མཁམ་ཆོ་སྟོན་ལ་ཕྱག་རྒྱུང་རྟོགས་གནང་།
 དགག་ཆ་གནང་མཁམ་ ༩ ཚུད་པར་རྒྱལ་སྐྱོར་གནང་མཁམ་ཆོ་ཕྱག་རྒྱུང་རྟོགས་གནང་། མི་ ༡༦ བྱུང་སོང་། དེ་ཚུད་པ་ཡིན།
 བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་འབའ་བ་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་འབའ་བ་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཅ་བའི་ད་ལྟ་དེར་བཅོ་བཙུག་ཁྲིམས་འཆར་དེར་རྒྱལ་སྐྱོར་ཞུས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེ་ནས་
 དངོས་སུ་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ལག་བསྟར་དོ་སྣང་བྱེད་དུས་དང་། གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་སྤྱིར་བཏང་ཁྲིམས་འཆར་
 བཅའ་ཁྲིམས་བཅོ་བཙུག་གནང་མཁམ་ནམ་པ་ཆོའི་དགོངས་པར་ཁུར་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ངས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་དཔེར་ན་མཆོན་
 དོད་ལྟ་བུ་བྱས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་ང་ཆོ་ཐོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོར་འཆོ་སྟོན་ལྟ་བུར་མཆོན་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་བ་
 བྱག་རེའི་འཆོ་སྟོན་གྱི་མཆོམས་ལ་རེ་རེ་ཕྱལ་བ་དང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་ཉེ་དུས་གང་ཡོད་པ་དེའི་ནང་དུ་ང་ཆོས་བརྒྱ་ཆ་ཞིག་
 ལེན་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་སྐོར་མོ་ཁྲི་གསུམ་དེ་གཏར་འབེབས་བཅོས་ཡོད་དུས། ང་ཆོའི་མཆོན་དོད་དེའི་ནང་
 དུ་བརྒྱ་ཆ་དེ་ཕྱལ་མི་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གཅིག་མཐོང་གི་འདུག གཉིས་པ་དེ་ད་ལྟ་གོང་དུ་ཁྲིམས་འཆར་འདོན་མཁམ་གྱིས་དེ་
 གང་འདྲ་ཡིན་པ་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ། བརྗོད་པ་དང་པོ་དེ་ཡིན་དུས། གཉིས་པ་དེ་ད་ལྟ་གོང་དུ་དགག་ཆ་གནང་
 མཁམ་གྱིས་གསུངས་པ་དེ་ག་རང་རེད། ཉིན་སྐྱེད་བརྒྱ་ཆ་ ༩.༢ ཆགས་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་ཁྲི་ ༩ གྱི་ལོ་གཅིག་གི་ཡོང་ཁུངས་
 ཞིག་གསུངས་སོང་། དེ་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དེའི་གནས་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་རེད་དམ། དཔེར་ན་ད་ལྟ་འི་
 གནས་སྟངས་དེ་རྒྱ་བ་གཅིག་གི་སྤྱི་ཆའི་ནང་དུ་ཁ་ཐུག་བཏོན་བཞག་གི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་
 སྐབས་སུ་རྒྱ་བ་བཞི་ལྟ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁམ་ཞིག་ལ་དང་པོ་རྒྱ་བ་དང་པོ་གཉིས་པ་གསུམ་པའི་ནང་དུ་བརྒྱ་ཆ་དེ་མ་བསྟོམས་པ་
 བྱས། རྒྱ་བ་ལྟ་བུ་ཅམ་ལ་སྟེབས་དུས། ཡོ་བརྒྱ་ཆ་ཁྲི་ ༥ བཀྲལ་སོང་། དེ་ནས་འགོ་བཙུགས་ནས་ཡང་དེའི་ཆང་མ་བསྐྱེད་རྒྱུའི་
 བཅོ་འདྲ་ལག་བསྟར་བྱེད་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འགོ་རྒྱུ་རེད། དམིགས་བསལ་ད་ལྟ་བརྒྱ་ཆ་ ༩.༢ གྱི་ཉིན་སྐྱེད་བརྒྱ་ཆ་
 དམའ་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཆོ་དངོས་སུ་ཅ་ཐོགས་དང་སྐར་ཐོགས་ཡོད་མཁམ་གྱི་ཁྲི་གཉིས་ལྟ་བུ་ལོན་མཁམ་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༩
 ཡོད་དུས། ཁྲི་ ༩ ཡོད་མཁམ་ལེན་མཁམ་ཞིག་གིས་དཔེར་ན་ཁྲི་ ༩ ཡོད་མཁམ་ཞིག་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༩.༢ ད་ལོ་གཅིག་ལ་འབྲུས་ ༩

ལྷག་འགྲོ་མཁན་ཞིག་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༩ མ་གཏོགས་མེད་པ་ཡིན་དུས། དེ་ཚོ་འགྲངས་ཀ་དེ་ཚོ་དགོངས་པར་བཞག་ད་ལྟ་གསུངས་
སོང་། དེ་ཚོ་དེ་ཙམ་གྱིས་ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱུ་དོགས་པ་ཞིག་བྱུང་སོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དེ་དངོས་གནས་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཁ་སང་ང་ཚོར་དཀའ་ངལ་འབྱུང་ས་དེ། ཉིན་སྐུའི་ལས་བྱེད་
ཚོར་དཀའ་ངལ་འབྱུང་པ་རེད། དེ་རིང་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་བསྐྱམས་ཡོང་དུས། ཉིན་སྐུ་འཕར་འདུག་ སྟོན་མ་ལག་ལེན་བསྟར་
བསྟན་པ་དེ་ཚོར་འགྱུར་བ་ཞིག་འགྲོ་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ལས་དོད། མཆོན་དོད་ཐོབ་མཁན་ཆང་མ་ལ་འགྱུར་བ་ཞིག་རང་
བཞིན་གྱི་ཡོད་གི་འདུག་ དེ་ཡིན་དུས་ངས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ད་ལྟ་གོང་དུ་གཅིག་གིས་གསུངས་པ་དང་ཉོག་ཙམ་འདྲ་པོ་ཡོད་པ་ལ་སྐྱེ་བུ་
ཞིག་མི་འདྲ་བ། དང་པོ་དེ་དཔེ་ཆ་བཞག་ན། དཔེ་དེ་རང་ལ་བཞག་ན་འགྲིག་གི་འདུག་ ངས་ཆེ་བ་གཅིག་གི་ནང་དུ་མཆོན་དོད་
དང་ལས་དོད་གཉིས་ཀ་ཞུས་བསྟན་དུས་དང་པོ་སྟོང་ཕྲག་ ༣༠ མ་སྟེ་བས་བར་དུ་ངས་གང་ཡང་སྟོན་དགོས་ཀྱི་མེད་པ་རེད་དམ་
ཞེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་ཆེ་བ་རེར་ག་དུས་རག་ནའང་བརྒྱ་ཆ་ ༩༧ དེ་གཙོག་གི་ཡོད་པ་རེད། སྟོང་ཕྲག་ ༣༠
མ་སྟེ་བས་བར་དུ་གང་ཡང་སྟོན་མི་དགོས་པ་དང་། སྟོང་ཕྲག་ ༣༠ ནས་ཡར་ལྷག་མ་ཇི་ཙམ་རག་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༩
༧ ཡིན་ནའང་ ༩༧༠ ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་འགྲོ་ཡི་རེད་དམ། དེ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་ན་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད།
དེ་གཅིག་རེད། དེ་ནས་དེའི་ནང་དུ་ལས་དོད་དང་མཆོན་དོད་ཐོབ་མཁན་ཞུས་ཐེར་བ་དང་། ཅིས་ལོ་དེའི་ནང་སོ་སོའི་ཡོང་
འབབ་ཐེར་བ་དེ་རེད། ང་ཚོས་དམིགས་རྒྱ་ཅི་ཞིག་ལ་དམིགས་ཡོད་པ་དེ་ང་ཚོས་ཉ་གོ་ཡི་རེད། ཡོང་འབབ་ཐེར་བ་དེ་མདོར་
བསྟུས་ན་སོ་སོར་ཉིན་སྐུ་སྟོན་གྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ། ལས་དོད་སྟོན་གྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ། མཆོན་དོད་སྟོན་གྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ་དེ་ཚོ་
ཡར་བསག་བཞག་པའི་ཡོང་འབབ་དེ་ཡིན་གྱི་རེད་མ་གཏོགས། གཞན་གྱི་ཡོང་འབབ་ཡིན་གྱི་མ་རེད། ཡིན་ནའང་སྟིག་གཞིའི་
ནང་དུ་ཡོང་འབབ་ཅིས་གཅིག་ཕུ་བྲིས་དུས། ཇེས་སུ་ག་རེ་ཁས་ལེན་གྱི་རེད། མི་ཉིན་སྐུ་ལེན་མཁན་དེས་དབྱར་ཁ་གངས་ཅན་
སྤྱིད་གཞོངས་ལ་ཡོང་ནས་ཉིན་སྐུ་བྱས། དགུན་ཁར་མ་གཏོག་བལ་གོས་བཅོང་དུ་བྱིན། ཁོ་ལ་དདུལ་བབས་ན་དེའང་ཡོང་འབབ་
རེད། དེ་འཇུག་མི་སྲིད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་འདྲར་དགོངས་བཞེས་ག་རེ་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ།

དེ་ནས་གཅིག་སྟབས་བདེ་མདོག་ཁ་པོ་གསུངས་སོང་། གལ་སྲིད་བརྒྱ་ཆ་དེར་མང་པོས་ན་འགྱུར་བ་བཏང་ན་འགྲིག་
གི་རེད་མདོག་མདོག་གསུངས་སོང་། དེ་འགྱུར་བ་གཏོང་རྒྱུ་དེར་ད་ལྟ་འི་གནས་སྐབས་སུ་གཙོ་བོ་དེ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ནམ་
པ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ནམ་པས་ལས་དོད་དང་མཆོན་དོད་འབབ་ནས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༧༠ དེ་ལེན་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། གཞན་པ་
མཛད་གཙོ་ནམ་པ་ཆང་མ་བརྒྱ་ཆ་ ༩ རེ་སྐར་པོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས། དེ་ཆ་ཆང་འགྱུར་བ་མཉམ་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་འདུག་ དེའི་ནང་
དུ་ཉིན་སྐུ་གཅིག་ཕུ་རེད་མི་འདུག་ དེའི་འགྱུར་བ་དང་ད་ལྟ་ནམ་པ་ཚོས་ཁྱེར་སྐངས་ནང་བཞིན་བྱས་པ་ཡིན་ན། བརྒྱ་ཆ་ ༩ དེ་

༡ བཟོ་ཡི་ཡིན། ༡ བཟོ་ཡི་ཡིན། ༡་༢༠ བཟོ་ཡི་ཡིན་ལ་བ་པ་ཡིན་ན། ཡང་གྲངས་ཤིག་འགྱུར་བ་གཏོང་རྒྱུར་ལས་སྤྱོད་པ་དེ་དེ།
 དངུལ་གྱི་གནས་སྒྲུབ་དང་། སྔོན་མ་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་རྩིས་ལོ་བསྐྱར་མང་པོ་བྱས། ཐོག་མར་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་བར་དེའི་ལས་
 རྒྱུ་མཆོད་དོན་གནང་སྐྱབས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་རྟོག་གྲུ་བཞག་བཞག་ནས། ཁོ་ཚོས་མི་ཚང་མར་སྤྱོད་དགོས་པ་
 བཟོ་ཡི་འདུག། ཁོ་རང་ཚོ་ཆད་ལྷན་བཟོས་མི་འདུག་ཟེར་དུས་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ལ་འོས་ཐོབ་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ག་རེ་ཡིན་
 ནའང་འདྲ། དོན་དག་མཐའ་མ་དེར་མང་བ་སྤྱོད་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་བཟོས་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་འགྲོ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་འགྱུར་
 བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཐེབས་ཡོང་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་དུས། འདྲིའི་ཡང་གྲངས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་རྒྱུར་ལས་སྤྱོད་པ་ཞིག་ངས་མཐོང་མ་
 སོང་། རྣམ་པ་ཚོས་འགྱུར་བ་བཏང་ན་བཏང་ཆོག་གི་རེད་མདོག་མདོག་གསུང་གི་འདུག་དེ། ཡིན་ནའང་དེ་ཡིན་དུས་གཙོ་བོ་དེ།
 སྔོན་མའི་གནས་སྒྲུབ་ཁ་གསལ་བསྐྱད་པ་དེ་རྩིས་ལོ་གསུང་སྐྱབས་ཐ་སྐྱད་གསལ་ཁ་མེད་པའི་ལས་དོན་དང་མཆོད་དོན་
 ཐོབ་མཁན་རྣམས་ཟེར་བ་དེར་འགྱུར་བ་མ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས། ཉིན་སྤྱོད་ཁོ་རང་ལ་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་གནང་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་
 རེད་དམ། དེ་རང་ལྟར་ཡིན། ཉིན་སྤྱོད་རང་ལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་གཞིགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་སྤྱིར་བཏང་དཔལ་འབྱོར་ལས་
 ཁུངས་ནས་སྤྱི་འཐུས་འགན་ཁུར་གྱི་ཡོད་ནའང་འགན་འཁུར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་ཀྱི་རེད། འདི་དོགས་པ་ཞིག་རེད། མི་གཅིག་དེ་རིང་ཅིས་
 ཞིབ་ལས་ཁུངས་ལ་འགྲོ། སང་ཉིན་ནང་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་ལ་འགྲོ། གནངས་ཉིན་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་ལ་འགྲོ། མདོར་
 བསྐྱུས་ན་གངས་ཅན་སྤྱོད་གཤོངས་ཀྱི་ལས་ཁུངས་ཆང་མ་བསྐྱོར་ནས་འགྲོ་བསྐྱད་ན། རྩིས་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་གང་ནས་ལེན་
 དགོས་ཀྱི་རེད་དམ། སྤྱིར་བཏང་ཐོགས་ཡོང་ས་དེ་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་ནས་རེད། དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནས་
 ལེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་ན། མི་དེའི་འབབ་ཡོང་དེ་ཅིས་རྒྱག་སྐྱབས་དེ་གང་ནས་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་རེད་དམ། སང་
 ཉིན་ཁོ་ལ་སྤྱད་པ་དེ་ལས་ཁུངས་གང་ནས་རྒྱར་འཕྲིད་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲིའི་གནས་སྒྲུབ་ཤིག་རང་བཞིན་གྱིས་མཐོང་བསྐྱད་
 ཀྱི་འདུག་ཅེས་དེ་ལྟར་ཡིན། སྔོན་མ་རྩིས་འཆར་གཞི་ཞིག་སྤུལ་བ་དེ་ལས་ཁུངས་གཅིག་གི་ནང་དུ་མི་ཉིན་སྤྱོད་མཁན་
 ཞིག་ཆོ་བ་གཅིག་ལྷག་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན། བརྒྱ་ཆ་ ༡ སྤུལ་རྒྱུ་ཟེར་བ་དེ་སྔོན་མ་འཆར་གཞི་ཞིག་སྤུལ་ནས་གྲོས་ཚོགས་ར་
 བ་འདི་ནས་ཐགས་ཆར་བ་རེད། གནས་སྐྱབས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟའི་དེ་ཡོང་གི་ཡོད་དུས། དོན་དག་དོག་དོག་དེ་
 སྔོན་མ་ཡོད་བསྐྱད་པ་དེ་འགྲུལ་བསྐྱོད་མ་བཏང་བ་གནང་ནས་ཉིན་སྤྱོད་རང་ལ་དམིགས་པའི་ལས་ཁ་གསལ་བ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་མི་
 འདུག་གམ་ཅེས་འདི་ལྟར་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྔོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཁ་སང་སྔོན་ལ་ཡིག་ཆ་ཡང་ ༡༩ སྐབས་སུ་བསྐྱར་བཅོས་ལ་བཀའ་ཚོལ་ཞུ་དུས། བཟོ་བཅོས་
 ཡོད་སྐབས་བཀའ་ཚོལ་ཞུ་རྒྱུའི་ལོ་སྐབས་མ་རྒྱུ་པ་རེད། དེ་རིང་བཟོ་བཅོས་ཐེབས་ཡོད་དུས་གོང་དུ་བྱུག་སྤྱོད་ཚོས་གསུངས་

བ་ནང་བཞེན་སྒྲིག་གཞི་དེ་འགྲུར་བ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་དོ་ཤོག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་རེད། སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ཕྱི་མ་
 རེད། མཆོན་དོད་བཞེས་མཁན་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་གི་ཆོག་མཆོག་མི་ཡོད་པ་རེད། ཁྱི་ ༣ མི་དགོས་ཁྱི་ ༣ ཡང་
 ཆགས་ཀྱི་མ་རེད། ཁོ་ཆོ་བསྐྱུ་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད། ལྷག་པར་དུ་བཀའ་འགྲུ་གིས་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་གནང་དགོས་
 བའི་དཀའ་ངལ་གཙོ་བོ་དེ་ག་རེ་རེད་ཞུས་ན། ཉིན་སྐྱ་བཞེས་མཁན་ཁག་ཅིག་གིས་བརྒྱ་ཆ་ཕྱུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཅིས་ཞིབ་
 ལས་ཁུངས་ནས་ཕྱུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁག་ཅིག་གིས་ཕྱུལ་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ལྷན་ཁང་ཕྱུལ་མཁན་ཁག་གཅིག་ཡོད་པ་རེད།
 མ་ཕྱུལ་མཁན་ཡང་ཡོད་པ་རེད། འབྲེལ་ཡོད་ཀྱིས་འབྲེལ་བ་འདད་བསྐྱོན་རྒྱ་ལ་ཉིན་སྐྱ་བཞེས་མཁན་ཆོར་ཐོབ་ཐང་དང་ཁེ་ཕན་
 གཞན་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱ་གུ་སྒོ་བ་འདུག་ཀྱས་ཤོགས། གསོག་དཔུལ་མེད་སྐབས་དེ་མིན་འགྲོ་དེ་འདྲ་བོ་ཞིག་གསུངས་བསྐྱེད་
 ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་སྐྱ་བཞེས་མཁན་ལ་ཐོབ་ཐང་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་མ་ཡིན་པའི་ལས་བྱེད་དང་མཆོན་དོད་བཞེས་
 མཁན་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཐོབ་ཐང་བཞེས་རྒྱུ་འདི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁོ་ལ་བརྒྱ་ཆ་ཕྱུལ་རྒྱ་བཅོས་པ་དང་ཉིན་སྐྱ་དེར་
 དམིགས་བསལ་གཏོར་རྒྱུ་དེ་འདི་འདྲ་མིན་ནམ་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་དོགས་པ་དེ། ད་ལྟ་དཀའ་ངལ་གཙོ་བོ་དེ་ཉིན་སྐྱ་ར་
 བརྒྱ་ཆ་ཕྱུལ་མཁན་ཞིག་འདུག་མ་ཕྱུལ་མཁན་ཞིག་འདུག་གཅིག་འགྲུར་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེ་བ་མཐོང་གི་འདུག་ང་ཆོས་སྒྲོན་
 མ་སྐྱོན་ཐོའི་ནང་དུ་གྲིས་པ་བཞེན་སྒྲིག་བསམ་པ་རེད། ད་ལྟ་དེར་བཅོ་བཅོས་ལ་དེ་ལས་དཀའ་ངལ་ཆེ་བ་ཆགས་བསྐྱེད་འདུག་གོང་
 དུ་ཕྱག་སྒྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞེན། མཆོན་དོད་བཞེས་མཁན་ད་ལྟ་གོས་ཆོགས་ཡོད་ཅང་སྒྲ་བ་དུག་བཞེས་ཀྱི་
 ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས། གཞན་སྒྲ་བ་སྒྲ་བ་ལ་མཆོན་དོད་བཞེས་མཁན་ཡིན་ན། ལོ་གཅིག་གི་མཆོན་དོད་བསྐྱོམས་ནས་ཁྱི་ ༣
 འཐོབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད། སྒྲ་བ་སྒྲ་བའི་མཆོན་དོད་ལ་བརྒྱ་ཆ་སྒྲ་བ་སྒྲ་བ་ལ་གཙོག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མི་དེ་སྒྲ་བ་དུག་
 མཆོན་དོད་བཞེས་པ་ཡིན་ན། སྒྲ་བ་རྗེས་མ་དེར་མི་དེ་སྒྲོད་ཀྱི་ཡོད་འགྲོ་མེད་འགྲོ། མ་བསྐྱེད་སྒྲོན་ནས་སྒྲོན་ཤེས་བྱས་ནས་
 མཆོན་དོད་དེ་སྒྲོན་ནས་བརྒྱ་ཆ་ ༡ བསྐྱུས་ནས་འབྲུལ་མཁན་དེའང་ཡོང་གི་མ་རེད། མི་དེའི་བརྒྱ་ཆ་དེ་ད་ལྟ་ནས་བལྟས་པ་
 ཡིན་ན་ལོ་གཅིག་མ་བསྐྱུགས་བར་དུ་ལེན་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱེད་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་དེའི་དཀའ་ངལ་རེད་འདུག་དེ་ཡིན་
 དུས་དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་རྩ་བ་ནས་གསལ་གྱི་མི་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་འདི་
 གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོག་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་འབའ་བ་སྐྱལ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་ལགས། ལས་རིམ་ནམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་འབའ་བ་སྐྱལ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ད་ལྟ་བཞེད་པ་དང་བོ་རེད། གལ་སྲིད་ཆོག་གཙོ་འཕམ་སྒྲོན་འོག་ལ་བཞེད་པ་དང་བོ་གཉིས་
 པ་མཉམ་དུ་འགྲོ་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཆང་མ་མཉམ་དུ་འགྲོ་བཞག་ན། མིན་ན་བཞེད་པ་དང་བོ་ཐོག་ནས་བསྐྱོང་འདྲ་ཆགས་འགྲོ་
 ཡི་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

གསུང་མཁན་ཆང་མ་སྤྱི་འཐུས་ཚན་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལགས་གསུང་རོགས་གནང་། བརྗོད་པ་དང་པོའི་
ཐོག་ལ།

སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གང་ལྟར་གྲོས་འཆར་བཏོན་མཁན་གྱིས་ཁྱིམ་ས་འཆར་འདི་འདོན་བཞེན་དུ་འགྱུར་བ་ཡོད་པའི་
ལམ་ཁ་མང་པོ་གསུངས་སོང་སྟེ། བཟོ་སྐྱེད་གི་འགྲོ་ས་ནས་བཀའ་མོལ་དེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དཀའ་ངལ་སེལ་རྒྱུའི་
དོན་དུ་ད་ལྟ་བཟོ་སྐྱེད་ནང་དུ་བཟོ་བཅོས་ཐོག་ལ་བཟོ་བཅོས་སླེབས་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཞིག་ཁྱིམ་ས་འཆར་འདོན་མཁན་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་
ནང་དུ་བཟོ་བཅོས་སླེབས་ནའང་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་ཞིག་གསུངས་སོང་། དེའི་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དོན་དག་ཡང་
སྟོང་གང་ལྟར་ཁྱིམ་ས་འཆར་དེས་ཁྱིམ་ས་སྤྱིག་གཞན་ལ་དཀའ་ངལ་འབྲུད་རྒྱུ་ཆགས་བསྐྱད་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་
བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཉིད་སྤྱི་འཐུས་མཁན་ཚོས་བརྒྱ་ཆ་འབུལ་རྒྱུའི་དཀའ་
ངལ་དེ་སེལ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་ཤག་གི་དགོངས་པ་དེ་ག་རང་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཚོས་སྐྱོང་དབང་ཕུག་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚོས་སྐྱོང་དབང་ཕུག་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ངས་ཕུག་རོགས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པས་གཏིང་ཟབ་པོ་དེ་འབྲུ་ཐེབས་ཀྱི་རེད་བསམས་མ་ཁྱུང་།
ཡིན་ནའང་བསམ་སྒྲུབ་དེ་ག་རེ་རེད་ཅེས་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅེ་ན། གང་ལ་དབྱ་དབྱུལ་ཕུལ་གྱི་ཡོད་ནའང་། འགྲོ་སྐྱེད་ས་ག་རེའི་ཐོག་ནས་
དབྱ་དབྱུལ་ཕུལ་གྱི་ཡོད་ནའང་། ཅིས་དེ་ལོ་གཅིག་གི་ཅིས་རྒྱག་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས་རྒྱ་བའི་འགྲོ་སྐྱེད་ས་ཤིག་ཡོད་པ་མ་
རེད། ང་རང་ཆོ་གོམ་པ་ཡང་མདུན་སྔོན་བྱས་དང་མ་བྱས་སོ་སོའི་འདོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་འཆོ་སྤྱི་འཐུས་
རྣམས་པས་མཆོན་སྟོན་ནས་གསུངས་བསྐྱད་རྒྱུ་དེའི་ནང་ལ་ངས་རེ་རྒྱུང་ཡོད་སྟེ་པ་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་མ་གཏོགས། མ་
འོངས་པར་རེ་རྒྱུང་སྟེ་བས་སྟེན་པ་ཅེས་ཞུ་དགོས་དོན་ནི། ཁ་ཤས་སྤྱི་ཚོགས་རང་གི་ནང་དུ་ཕུག་ལས་གནང་ནས། ཟུར་དུ་
དདུལ་མ་བཟོས་པར་སོ་སོའི་འཆོ་བ་སྐྱོང་རྒྱུ་དང་དེ་འབྲུའི་ཐོག་ལ་དེ་ཅུམ་གྱི་དོ་དམིངས་དང་ཤུགས་མ་བསྐྱོན་པར་སྤྱི་ཚོགས་
རང་གི་ནང་ལ་ཕུག་ལས་གནང་ནས་ཡོང་འབབ་དམིགས་བསལ་གཞན་མེད་པ་དེ་འབྲུ་ཡོད་མི་སྟེན་པ་མ་རེད། ད་ལྟ་དེར་ངས་
ཡོང་འབབ་ཞུ་དུས་རྒྱ་གར་ Company ཞིག་གི་ནང་དུ་ཕུག་ལས་གནང་ནས་ང་ཚོའི་བོད་མིའི་སྤྱིག་འཛུགས་དང་འབྲེལ་བ་
མེད་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཕུག་ལས་གནང་ནས་དེའི་ཡོང་འབབ་དེ་ང་ཚོས་ནམ་ཡང་དེར་གནང་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་ལ། འབད་བརྩོན་
བྱས་ནའང་ཉ་ཅང་ཁག་པོ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ག་རེ་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། ད་ལྟ་བོད་མིའི་སྤྱིག་འཛུགས་དང་

འབྲེལ་བའི་སྤྱེ་ཁག་དང་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ། དེ་བཞིན་སྤྱི་གཙུག་གས་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས་སྤྱི་ཁག དེ་
 ཚོའི་ནང་དུ་བྱུག་ལས་གནང་བསྐྱད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། གལ་སྲིད་དེ་དེ་གཉིས་གཉིས་བྱས་ནས་ཅིས་ཀྱང་ཉུ་ཕྱིན་
 པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་རང་གི་བསམ་སྒྲུབ་ནང་ལ་གལ་སྲིད་དེ་ལྟ་བུའི་གོམ་པ་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན། ཡོང་རྒྱ་དེ་འཕར་གྱི་རེད་
 མ་གཏོགས་ཆག་གི་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། གཅིག་ལ་ཕན་གྱི་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས། དེས་གཞོད་གྱི་རེད་
 ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། བོད་དུ་བཀའ་མོལ་ཞིག་ཐེབས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་བ་ལ་སྒྲོར་ ༣༥༠༠ གསོལ་ཐོགས་བཞེས་མཁན་དེ་
 ག་རེ་བྱེད་གྱི་རེད་དམ་ཅེས་ཟེར་དུས། རྒྱ་བ་ལ་སྒྲོར་ ༣༥༠༠ གསོལ་ཐོགས་བཞེས་ནས་དེ་དུས་ལམ་གསེང་གཅིག་རྒྱ་མ་རེད།
 ད་ལྟའི་ཅིས་དེའི་ནང་ལོགས་ལ། བྱས་ཅང་དེའི་དོན་དུ་ང་ཚོའི་འཛིན་སྐྱོང་དོན་ནས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ལག་བསྐྱར་
 གནང་དགོས་གྱི་འདུག་གམ། ཅ་བའི་དེར་བསྐྱས་ཚོགས་གྱི་ལམ་སྟོན་ཞིག་ཁྲིམས་ཡིག་ནང་དུ་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་དེ་མར་གང་
 འདྲ་བྱས་ནས་གནང་དགོས་གྱི་འདུག་གམ། དེ་དང་མ་ཆད་བརྒྱ་ཆ་ཡར་མར་སྤར་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ལོ་རེའི་སྟོན་ཅིས་ནང་ལ་གང་
 འདྲ་བྱས་ནས་ཚུད་སྐབ་པ་གནང་དགོས་གྱི་འདུག་གམ། དེ་གནང་བ་ཡིན་ན་མི་མང་གི་དོད་བྱེད་ས་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་ངས་གོང་
 དུ་ཞུས་པ་རེད། བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བསྐྱེད་ཆ་བརྒྱབ་ས་བྱེད་རྒྱ་དེ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་རྒྱུ་ངས་མཐོང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་
 ཡིན་ཞུས་ན་དེའི་ཐོད་མེའི་སྤྱི་གཙུག་གས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་བསྐྱད་པ། དེའི་ཐོད་མེའི་སྤྱི་གཙུག་གས་དང་འབྲེལ་བ་
 ཡོད་བསྐྱད་པའི་ཚོགས་སྤྱི་ཁག དེ་འདྲའི་བརྒྱད་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་བརྒྱད་ནས་མར་དེའི་བཞེས་མཁན་གྱིས་བཞེས་འགྲོ་
 དུས། ངས་ད་ལྟ་མཆོད་དོད་ Honorarium དེ་བཀའ་མོལ་གང་ཡང་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་བོད་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་དང་
 སྤྱི་བྱས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་ལས་ཁུངས་ནས། དཔར་བསྐྱར་གྱི་རིགས། དེ་བཞིན་གསར་འགྱུར་གྱི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་མཁོ་
 གྲུབ་བྱེད་རྒྱུའི་ལས་གཞིའི་རིགས། དེ་བཞིན་དེ་བུ་དག་གཏོང་རྒྱུའི་རིགས། དེ་འདྲའི་བྱུག་ལས་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ང་རང་
 ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་རང་གི་ནང་ལ་མཁས་དབང་ཁག་དང་སྤྱི་ཚོར་ཡོད་མཁན་རྣམ་པར་ང་ཚོས་སྤུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤུལ་ནས་
 དེའི་བརྒྱ་ཆ་ཞིག་ལོན་དགོས་གྱི་ཡོད་དང་མེད་ཟེར་བ་དེ། མགོ་སྤངས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་དེ་ལྟ་བུ་པལ་ཆེར་སྤེར་གྱི་
 ཚོགས་སྤྱི་ཁག ལྷག་དོན་དུ་དགོན་སྤྱེ་ཁག དེ་འདྲའི་ནང་དུ་དེ་ལྟ་བུའི་དེ་བུ་གྱུག་ལས་མང་པོ་ཞིག་བྱེ་ལོགས་ལ་འགྲོ་དུས།
 པལ་ཆེར་ངས་ལམ་སྟོལ་འདི་ཡོད་གྱི་མ་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་མོས་མཐུན་འདྲ་བུ་དང་བ་ཡིན་ན། ལམ་
 སྟོན་གསལ་པོ་ཞིག་ཆགས་སྐབ་པ་ཡིན་ན། དེ་རིང་དེའི་བརྒྱད་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་སྒྲོར་སྒྲོང་ལྷག་ ༣༠ དོ་བདག་དེས་བཞེས་
 པའི་རྗེས་སུ་དེ་ནས་ཡར་འཕར་བ་དང་བརྒྱ་ཆ་ ༣་༥ སྤུལ་ན་གང་འདྲ་བྱེད་གྱི་འདུག་གམ་ཟེར་བ་འདི་དེ་རིང་བཟོ་བཅོས་གྱི་ཐོག་
 ནས་ཞུས་བསྐྱད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་མི་གཅིག་གིས་ལས་ཁུངས་གཅིག་གི་ནང་དུ་བྱུག་ལས་གནང་། ལས་ཁུངས་གཞན་
 གྱི་ནང་དུ་བྱུག་ལས་གནང་། (དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། བརྗོད་པ་དང་པོ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། བརྗོད་པ་དང་པོའི་
 ཐོག་ལ་དོགས་གཞི་བསྐྱར་པ་དེ་ཚོར་ལན་བསྟོན། དེ་ནས་བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་ལ་རི་ཅམ་བཞོ་སྤེང་གནང་གི་ཡིན་ནའང་
 དུས་ཚོད་སྤུལ་གྱི་ཡིན། སང་ཉིན་དགོང་ཨོ་ཚུ་ཚོད་བཅུ་པ་བཅུ་གཅིག་བར་དུ་འགོར་འགྲོ་ཡི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག། བསྐྱར་སྐབ་
 མི་དགོས་པ་ཞིག་གནང་དོགས་གནང་། རྒྱ་མཆོད་ཞིག་གསུངས་ཆར་དུས་ཚང་མས་གསན་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་
 བསྐྱར་སྒྲོས་མི་དགོས་པ་གནང་ན། སྤུལ་པ་ན་གསོས་གྱི་མེད་དམ་བསམ་གྱི་འདུག། ཡིན་ནའང་ཚོགས་གཙོས་རི་ཅམ་ཞུས་

ནའང་གཙོ་བོ་མཉམ་སྦྲེལ་གྱི་ཡོད་མེད་ཉེ་མོ་ ལུ་མ་ཐུང་ནས་གསུང་རྟོགས་གནང་།) དེ་ཡིན་དུས་ངའི་བསམ་བཤད་ཕྱག་ལས་
 གནང་མཁན་དེར་དང་སྒྲུང་སྒྲུང་དབྱ་དབྱུང་ལག་དེབ་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཚད་གཞི་དེ་ Pan number དང་ཚད་གཞི་གཉིས་ལྟ་
 བོ་བྱས་ནས་བཟོ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། བསྐྱེད་ཆ་རྒྱུ་རྒྱུར་དཀའ་ངལ་གང་ཡང་འཕྲད་ཀྱི་མ་རེད་ཟུག་གི་འདུག དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་བུ་
 ང་ཚོས་གོ་བསྐྱེད་རྒྱུ་དང་བཤད་བསྐྱེད་པ་དེ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། གཙོ་བོ་དེ་ཙམ་གསུང་སྒྲུང་བོགས་གསལ་
 ཁ་མེད་པའི་ཉིན་སྐྱེ་བཞེས་བསྐྱེད་མཁན། མི་ཁ་ཤས་ཉིན་མ་བདུན་མ་གཏོགས་ཕྱག་ལས་གནང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་རྒྱ་གཞི་ཡོད་པ་
 མ་རེད། མི་ཁ་ཤས་ལ་སྒྲ་བ་གཅིག་མ་གཏོགས་ཕྱག་ལས་གནང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་རྒྱ་གཞི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེར་བརྟེན་དེའི་འགྲམ་
 ནས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བསྐྱེད་ཡི་ཡོད་ཟེར་དུས། སྒྲ་བ་གཅིག་ལ་ཉིན་སྐྱེ་བཞེས་བསྐྱེད་མཁན་གྱིས་སྒྲོར་སྒྲོར་ཕྱག་ ༣༠ པལ་ཆེར་
 སྒྲ་བ་གཉིས་དང་གསུམ་ལ་འང་བཞེས་ཐུབ་རྒྱུའི་དབྱུང་འཕྲོལ་གྱི་ཨེ་ཡོད་དམ་བསམ་གྱི་འདུག དེའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་འབྲེལ་ནས་
 མར་འཁོད་བསྐྱེད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྒྲ་བ་ཐུན་སྦྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒྲ་བ་ཐུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་གྱི་ཐོག་ནས་དོགས་གཞི་ཁག་ལ་བཀའ་ལན་དང་དགོངས་པ་ཡོད་པ་
 དེ་དག་ཞིབ་ཅིང་སྒྲ་བ་གསུངས་ཆར་བ་ཡིན་སྟབས། དེའི་སྤྱོད་ལ་རྩི་ཙམ་ཞིབ་ཅིང་སྒྲ་བ་གནང་གི་ཡོད་མེད་ཀྱི་གནས་སྟངས་དེ་
 ཆོད་དཔག་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པ་སོང་ཙམ་ངས་ལག་པ་བརྒྱངས་པ་ཡིན། ད་ལྟའི་ཆོད་ལ་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་གྱི་ངོས་ནས་དེ་
 དག་ཆར་མའི་ཐོག་ལ་གསལ་བཤད་གནང་སོང་། རྒྱུ་སྒྲོར་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་གཙོ་བོ་དེ་ང་རང་ཆོ་སྤྱོད་མའི་ལུགས་
 སྒོལ་ཐོག་ནས་མིན་པ་དང་། དེར་དུས་ཀྱི་ཁྲུལ་གྱི་ཐོག་ནས་གནས་ཆར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགྲོ་སྐྱེད་འགྲོ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་དཔེ་
 ཞིག་ལེན་ནས་གོམ་པ་བདུན་སྟོས་བྱ་རྒྱུའི་དགོངས་ཚུལ་དང་དགོངས་པ་ཐབ་མོ་ཞིག་འདུག་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་རྒྱུ་སྒྲོར་
 ཞུས་པ་རེད། དོགས་གཞི་བྱུང་བ་ཁག་ལ་གསལ་བཤད་གནང་སྐབས་སོང་། ངས་དམིགས་བསམ་ལ་ཞུ་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད། གང་ལྟར་
 གནད་དོན་དེའི་ཐད་ལ་བསྐྱར་བཅས་དང་བཟོ་བཅས་གཉིས་ཀ་ཐེབས་ཟེན་བ་ཡིན་སྟབས། གྲོས་ཆོགས་ཀྱི་གསོལ་ལྷོག་ཐོག་ལ་
 སྒྲ་སྐུལ་མེར་མཇུག་རྒྱུ་དང་ཆ་ཆར་གསལ་ཆར་བ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གསོལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐག་གཅོད་བཞག་ན་སྟབས་
 བདེ་པོ་རེད་ཟུག་གི་འདུག

ཆོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟེན་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན། བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་ལ་
 གསུང་མཁན་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀླུ་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཉིན་ཟླ་སྤྱད་ཅེས་ལབ་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་ཟླ་སྤྱད་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཁ་སང་ང་ཚོ་བཀའ་མོལ་བྱང་བ་ནང་བཞིན་ལས་ཁུངས་ནང་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཉིན་ཟླ་བཞེས་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། ཟླ་ཆ་དེ་ཆེན་པོ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་རེད་དམ། དེ་འདྲ་ང་རང་ཚོ་འོ་སྤྱི་ག་འཇུག་ནང་དུ་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་ཟླ་སྤྱད་ཟེར་དུས་དེ་དག་ཕུལ་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲའི་གང་ཟག་མང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་འོ་ཉིན་ཁ་མེད་པ་མ་རེད། གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་རེད། བཀའ་ཤག་ཀྱང་དེ་འོ་ནང་དུ་ཡོད་དུས་བཀའ་ཤག་གིས་ཀྱང་དགོངས་པ་གང་འདྲ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་ཟླ་སྤྱད་དུས་གངས་སྤྱིད་གཅིག་པོར་གོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་དམ། སྤྱི་ཡོངས་ནས་གོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་དམ། དེ་དག་ཆང་མ་སྤྱི་ག་གཞིའི་ནང་དུ་མེད་དུས། དེའི་ནང་དུ་གངས་སྤྱིད་ཡིན་མིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཉིན་ཟླ་བཞེས་མཁན་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ཆང་མའི་ཐོག་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་དགོས་པ་རེད་འདྲག་ དེ་ནས་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ད་ལྟ་ནི་ ༣ ཆད་བཀག་བཟོ་རྒྱུ་དེ་རྒྱ་གར་ནང་ལོགས་ལ་འབྱུང་ ༩ འབྱུང་ ༡ དང་ནི་ ༤ དེ་ག་ནང་བཞིན་བྱུང་མེད་དང་ལོ་ཆུན་པ་ཚོས་དམིགས་བསལ་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ཚོ་དེ་འདྲའི་ཡོངས་འབབ་ཆད་བཀག་གྱེད་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་ཁག་པོ་རེད། དེས་ཅན་བསྐྱེད་དུལ་ནང་དུ་སྤྱད་ཆོང་ཁག་ལ་ལོ་གཅིག་གི་ཡོང་འབབ་ཐོ་བྲིས་ཤོག་ཅེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤང་པོ་ཇི་ཅམ་ཕུལ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཆོང་རྒྱག་མཁན་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། བལ་ཆོང་རྒྱག་མཁན་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ཀྱི་ཆོང་རྒྱག་མཁན་ཡང་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་རིང་ཁ་སང་མང་དུ་བྱིན་པ་རེད། ཆང་མས་ཆད་གཞི་བཟོ་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་ཁག་པོ་རེད།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱི་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་བསྟན་འཛིན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུངས་རོགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་བསྟན་འཛིན་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ལྷན་ཁྲི་ཞིག་ལ། ད་ལྟ་གོང་དུ་དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་ག་རེ་བཀའ་གནང་སོང་ཟེར་ན། སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོ་དགོངས་བཞེད་གནང་། དགོངས་དག་རྒྱ་ཆོད་ ༡༠༡༡ བར་དུ་བསྐྱད་དགོས་ཁེལ་ནའང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡིན་གསུངས་སོང་། ཚོགས་གཙོ་དུས་ཆོད་སྤངས་འཛིན་གྱེད་མཁན་གྱི་ཚོགས་གཙོ་རེད། དུས་ཆོད་རྒྱས་བཅད་འདི་ཚོགས་བྱང་ལས་ཁུངས་ནས་སྤྱད་པ་རེད་མ་གཏོགས། སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ནས་སྤྱད་བཞག་པ་མ་རེད། འདི་སྤྱད་པ་གཞིར་བརྩམས་འགྲོ་ཐུབ་དགོས་པ་དེ་ཚོགས་གཙོའི་ལས་འགན་རེད། ད་ལྟའི་གོས་ཆོད་འདི་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། བོད་གཞུང་གི་འོས་མཆོམས་དང་མི་མང་གི་གནས་སྤངས་ལ་བསྟན་ནས་བརྒྱ་ཆ་དེ་ཅམ་ཞིག་གཏན་ལ་བབ་བཞག་པ་རེད། དེ་བསྐྱེད་ཐུབ་ན་བསྐྱེད་རྒྱུ་རེད། བསྐྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད་ན་མི་འདུག་ཅེས་སྟན་སོང་ལྷན་ཁྲི་ཡོང་མདོག་ཁ་པོ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཁྲོད་ཀྱི་ཁ་དང་ངའི་སྟེ་ཆོད་དགོས་པ་གང་ཡང་མི་འདུག་ ཚོགས་གཙོའི་ཕྱག་དེ་སྤྱི་འཐུས་སྤང་ལ་མང་ཕྱིས་མི་དགོས་པར་ཚོགས་གཙོའི་ལས་འགན་

གང་ཡིན་པ་དེ་གཞིར་བཟུང་ཐོག་ནས། ཚོགས་གཙོས་སྤངས་འཛིན་གནང་དགོས་པ་དེ་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་དེ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྤྲོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཚོགས་གཙོས་སྤངས་འཛིན་གྱི་ཡོད། ཉན་མཁན་ཡོད་པ་མ་རེད། ཉན་གྱི་མེད་པ་སོང་ཙང་ད་ལྟ་ཕྱག་ནས་བཤད་དགོས་པ་ཕྱག་གི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལགས་སུ་མཐུན་ནས་གསུང་རོགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཁ་སང་སྤྱི་འཐུས་ཆུང་པ་ཞིག་གིས་ཆོར་བ་དེ་པར་བཞག་གསུངས་སོང་། དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ད་ལྟ་ང་ཆོའི་ཁྱིམ་ས་དང་སྤྱིག་གཞི་གཏན་འབེབས་གྱི་ཡོད་སྟབས། ཁྱིམ་ས་ཐོག་ལ་གོ་བ་ཡག་པོ་ལེན། གོ་བ་སྤྱར་ཡག་པོ་གྱེད། སྤང་བཤད་ཡག་པོ་བྱས་ནས་བཟོ་སྐྱེད་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད། ང་འདིར་ལངས་པ་དེ་རྒྱ་ཆོད་བཅུ་པའི་བར་དུ་སྤྲོད་རྒྱུ་ཆེད་ལངས་པ་རྩ་བ་ནས་མིན། ད་ལྟ་ངས་ངེ་བ་ཁ་ཤས་ཕྱག་ལ་ཡིན། དེ་ཆོ་ལ་བཀའ་ལན་ཡག་པོ་བྱུང་ན་བཟོ་སྐྱེད་རིང་པོ་འགོ་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད། ཡང་སྤྱིང་གོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་དེ་ཁྱིམ་ས་སྤྱིག་གཏན་འབེབས་གྱི་རྒྱ་དེ་ཡིན་པས་ཁྱིམ་ས་སྤྱིག་སྤང་ལ་དེ་སྤང་ཡག་པོ་བྱས་ན་མ་གཏོགས། རྗེས་སུ་ཁྱིམ་ས་སྤྱིག་གཏན་འབེབས་བྱས་ནས་ང་རང་ཆོས་ལྟ་བུ་ཕྱག་ལ་པན་ཐོགས་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད། རྩ་བའི་ག་རེ་ཐག་གཅོད་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་སོ་སོ་རང་ཉིད་ལག་པ་རྒྱུང་པའི་དུས་ཆེད་སྤེལ་ས་དུས་རྒྱུང་གི་རེད་མ་གཏོགས། ངས་ལྷ་རྒྱ་དེ་ག་རང་ཡིན། ངས་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་ཤག་ལ་ངེ་བ་གཅིག་གཉིས་ཕྱལ་ཡོད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་གསལ་བཤད་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཐག་གཅོད་རྒྱུ་དགའ་ངའ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག

ཚོགས་གཙོ་སྤྲོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

བཟོ་སྐྱེད་གནང་བའི་སྐབས་སུ་ཁ་གསལ་པོ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་གོས་ཚོགས་ནང་ལ་བཟོ་སྐྱེད་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གོས་ཚོགས་མང་བ་མགོ་མོངས་པའི་ཆེད་དུ་བཟོ་སྐྱེད་གནང་བ་ཡིན་ན། ང་ཆོའི་བཟོ་སྐྱེད་མཆའས་ཆད་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། འདིའི་ནང་ལ་གསལ་པོ་ཞིག་ལ་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་འབྲུག་གསུམ་ཟེར་ནས་ལབ་ཡོད་པ་རེད། དེ་གསུམ་ག་ལ་བྱུང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལ་གཞུང་ཞབས་དང་གཞུང་ཞབས་མ་ཡིན་པའི་དབྱེ་བ་གང་ཡང་སྤྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། བཟོ་སྐྱེད་ནང་ལ་རྩ་མཐུན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་། བོད་མིའི་སྤྱིག་འཛུགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལ་བཤད་ཀྱི་འདུག ལག་ལེན་བསྟར་སྟབས་དང་མི་སྟུང་ཟེར་བ་དེ་གནས་ཚུལ་ཁ་ཤས་རེད། ཆང་མ་ལ་བྱུང་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་བར་དུ་ལག་ལེན་གཞོན་བསྟར་སྟབས་མིན་དེ་ཆང་མས་ཤེས་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བཟོ་སྐྱེད་གནང་བའི་སྐབས་སུ་བཀའ་མོལ་གསུངས་སྤངས་དེ་འདི་འདྲ་གསུང་བསྟན་པ་ཡིན་ན། འཇུན་ཐག་རྒྱག་རྒྱ་མ་གཏོགས་ཡོང་རྒྱ་མེད་པ་གསལ་པོ་རེད། འདིའི་བྱུང་ཆད་དེ་རྒྱ་གར་དང་

བལ་ཡུལ་འབྲུག་གསུམ་ནང་གནས་སྡོད་པོད་མི་ཟེར་ནས་ལབ་ཡོད་པ་རེད། ཚང་མ་ལ་ཁྲབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཐོགས་
 ཡོད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཅུ་ཐོགས་སྒྲང་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༩ སྒྲང་ཐོགས་ལ་ ༡ ཟེར་བ་དེ་རེད། བསྐྱར་བཅོས་ཆོག་སྒྲིབ་ནང་ལ་
 མཚན་དོད་དང་ལས་དོད་སྒྲང་ལ་ཁུ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་བ་དེ་གསལ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་གྱི་ངོས་
 ལས་གཅིག་ག་རེ་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། Honorarium ཟུལ་རྒྱ་དེ་རེད། དེ་མཚན་དོད་ནང་ལ་བཅིས་པ་ཡིན་ན་མི་
 འགྲིག་པ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་བཞེས་མཁན་དང་ཟུལ་མཁན་གྱི་གང་འདྲ་གནང་མ་གནང་བྱུང་བར་རེད་མ་གཏོགས། དེ་
 མ་ཡིན་པའི་མང་ཆེ་བ་ཞིག་ཐོགས་བཞེས་མཁན་རེད། དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཉིན་སྤྲོ་ལ་འབྲུག་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་བཙོ་བཙོས་
 ཆོག་བརྗོད་ནང་ལ་ཁྲི་གསུམ་གྱི་ཆད་གཅིག་བཀག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་ཆད་བཀག་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིབ་གཅིག་ལ་
 སྒྲོར་ ༡༥༠༠ རག་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་བརྒྱ་ཆ་དེ་ཟུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་བ་གཅིག་ལ་སྒྲོར་མོ་ ༡༥༠༠ མ་གཏོགས་
 རག་གི་མེད་པ་ཡིན་ན་མི་དེར་དང་པོ་བཟའ་བུ་ཡང་འདད་གི་རེད་དམ། ཁང་སྤྲོ་འདད་གི་རེད་དམ། དེ་ཆོར་དགོངས་པ་
 བཞེས་རྒྱ་རེད། ཆོགས་གཙོས་དེའི་སྒྲང་ལ་བཙོ་སྒྲིབ་མང་པོ་འགྲོ་དགོས་པ་མཐོང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཀྱང་། གྲོས་འཆར་གནང་
 མཁན་གྱིས་རིང་པོ་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། གཞན་ཆོས་ཀྱང་དགོངས་རྒྱུ་ལ་རིང་པོ་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཅུ་བ་ཉིད་ནས་
 གསུངས་ཆོག་གི་མ་རེད་ལམ་ནས་བཀག་པ་ཡིན་ན། བཤད་མཁན་དེས་ཆོགས་གཙོ་ལ་སྒྲོན་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་རེད། རིང་ལྷག་
 འདུག་བསམ་པའི་ཉན་མཁན་དེ་ཆོས་ཆོགས་གཙོ་ལ་སྒྲོན་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་གྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་ཆོགས་གཙོ་
 ལ་རྒྱུར་སྤངས་འཛིན་བྱེད་མཁན་བྱུང་བ་རེད། དཀའ་ངལ་འབྲུག་གྱི་འདུག་ཆོགས་གཙོས་ཁུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། གྲོས་ཆོགས་
 འདིའི་ནང་ལ་ལམ་སྒྲོན་མང་ལྷག་གི་འདུག་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། བཤད་མི་དགོས་པ་བྱས་ནས་གསུང་མཁན་ཆོས་མདོར་བསྐྱུས་
 ལས་གསུངས་པ་ཡིན་ན། ཡག་པོ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཆོགས་གཙོས་གསུང་འབབ་ལ་ཆོར་བ་ནང་ལ་བཞག་
 དགོས་པ་རེད་ཟེར་ནས་གསུང་མཁན་སྤྱི་འཐུས་གཉིས་བྱུང་བ་རེད། ལྷབ་བཀྲ་གའི་སྒྲང་ལ་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་གང་
 འདྲ་འབྲུག་གྱི་ཡོད་མེད་ཉ་གོ་ཡི་རེད། ལུར་ནས་བལྟས་བསྐྱད་སྐབས་ལས་སྤྲོ་པོ་ཡོད་པ་རེད། ལུས་ཅང་འབོད་སྤྲུལ་ཁུ་ཡི་ཡོད་
 པ་རེད། ལུས་ནས་གསལ་གྱི་འདུག་གམ་མི་འདུག་ལྷག་རྒྱུ་ཆོང་མཁན་རྣམས་པ་ཆོས་གཞིགས་རྒྱ་རེད། སྤྱི་འཐུས་དག་བཞེས་སྒྲོན་
 ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དག་བཞེས་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ད་ལྟ་འགྲེལ་བཤད་ཅིག་བསྒྲུན་སོང་། གནད་འགག་ཁ་ཤས་ཤིག་ཁུ་རྒྱ་ཡོད་དེ། ལུས་པ་ཡིན་ན་
 ག་པར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་མེད་ཉ་གོ་ཡི་མི་འདུག་ངས་ཁུ་རྒྱ་ལ། ལས་དོད་མཚན་དོད་བཞེས་མཁན་ཆང་མ་སྤེལ་གཅིག་ལ་བཞག་ན་
 ཉག་ཉག་བསྐྱད་མ་སོང་། ཉིན་སྤྲོ་རང་ལ་གཅིག་བཙོ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཟེར་སྐབས་མེད་པ་ཡིན་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དགག་པ་
 རྒྱག་གི་ཡོད། དེའི་འོག་ནས་བཙོ་བཙོས་གྲོས་འཆར་དེ་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ། བསྐྱར་བཅོས་གྲོས་འཆར་དེ་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ་རེད།
 མཐའ་མ་མ་སོང་ནའང་ད་ལྟ་མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྲིའི་ཆོགས་རྒྱུར་སྐབས་གཅིག་གིས་ཉིན་སྤྲོ་ལ་སྒྲོད་དགོས་པ་མ་རེད་ཟེར་བའི་
 སྒྲང་ལ་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ང་ཆོས་དེ་ཐག་བཅད་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའི་སྒྲང་ལ་ཆོགས་གཙོས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཀྱི་ས་
 མཚམས་ཤིག་བཅད་ནས་བཞག་ན་འགྲིག་ས་རེད།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཚོས་སྐྱོད་དབང་ལྷན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚོས་སྐྱོད་དབང་ལྷན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ངས་ཤེས་ཚད་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཟླ་བ་ལ་སྟོར་མོ་ ༢༥༠༠ བཞེས་བསྐྱད་མཁན་པལ་ཆེར་སུ་གང་
ཞིག་ཡོད་ས་མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཁ་སང་ཅད་གཙོད་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཉིན་གྲུ་ལ་ཉུང་མཐར་སྟོར་ ༣༠༠ རེད་གསུང་གི་
འདུག་ཉིན་གྲུ་ལ་ཉུང་མཐར་བའི་བཟོ་བཅོས་ཀྱི་ཆོག་བཟོད་ནང་ལ་མེད་ཟེར་ནས་ཉུ་རྒྱ་ཡིན། ཚོར་སྐྱོད་དེ་དོན་ཆུན་ ༡༡ པའི་ནང་
ལ་ཟུར་དུ་ཁ་གསལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ལྷན་སྡེ་ལ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ཉིན་གྲུ་ཁོ་རང་རང་ལ་དམིགས་ནས་གཅིག་བཟོས་པ་རེད།
འདིའི་སྟོར་ལ་མགོ་མང་པོ་ཞིག་སྟོང་ས་འགྲོ་ཡི་འདུག་ བསམ་སྟོ་སྤྱི་མཚུངས་བྱས་ནས་མཉམ་དུ་བསྡེམས་བརྒྱབས་ནས་ཁུར་
བསྐྱད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་གནས་སྟོན་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཁུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་འདོན་མཁན་
དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཉུ་མཁན་གྱི་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནས་ཉུ་རྒྱ་ཡིན། དངོས་ཡོད་ཐང་སྤྱིངས་ཐོག་ལ་མར་རྒྱགས་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་
པའི་སྐབས་སུ་གཙོད་བྱེད་ལྷན་གྱི་ཡོད་དང་མེད་ཟེར་བ་དེ་ལ་བསམ་སྟོ་བཏང་ནས་གོམ་པ་འདི་རྒྱག་གི་ཡོད་ཟེར་ནས་ཉུ་རྒྱ་
ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ད་ལྟ་བཟོ་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་བསྐྱམས་ཐེབས་མཁན་གྱིས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་སྤངས་སྤང་ལ་
བལྟས་ཡོང་སྐབས། དབུས་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་དང་། གཞུང་འབྲེལ་དང་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་སྡེ་ཁག་གསུང་
བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་གསལ་ཁ་བཏོན་ན་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཐུབ་ས་རེད། གསལ་ཁ་བཏོན་པ་ཡིན་ན། གཞི་རིམ་མི་མང་
གིས་ལེན་བསྐྱད་པ་དེ་ཆོ་ལ་ཉིན་གྲུ་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁྲིམས་འགལ་བྱ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཁྲིམས་འཆར་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་མཐོང་གི་
ཡོད། རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ནང་ལ་ངས་ད་ལྟ་སྟོར་མོ་ ༢༥༠༠ རེད་ཟེར་བ་དེ། འཆོ་བ་བསྐྱུལ་བསྐྱད་མཁན་གྱི་མི་མང་དེ་ཆོ་ལ་
ཉིན་གྲུ་རེ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་གསལ་ཁ་བཏོན་ན་ལག་ལེན་བསྐྱར་མཁན་གྱིས་བསྐྱར་མ་ཐུབ་པ་དང་། ཁྲིམས་དེ་གཏན་
འཁེབས་བྱས་པའི་ཉེར་ལེན་ལ་བཏོན་ནས་ཟུར་ཞིག་ནས་གནས་རྒྱལ་གཞན་ཞིག་མཐོང་བའི་ཉིན་ཁ་འདུག་ འདིའི་སྤང་ལ་
གསལ་ཁ་བཏོན་པ་གནང་རྒྱུ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས། སུ་མ་སྐྱད་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཐུབ་ས་མ་རེད།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཚོས་སྐྱོད་དབང་ཕྱག་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚོས་སྐྱོད་དབང་ཕྱག་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་སྤྱི་དགའ་ལ་ཁ་བཏོན་ཟེར་ནས་ཕྱག་རོགས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ལ་མོས་པ་ཡོད་ན། ང་ཚོས་གསལ་ཁ་བཏོན་ཚོག་གོང་དུ་ཕྱག་སྟེལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ཉིན་སྟོན་བཞེས་མཁན་ཙམ་རང་ལ་དཔེ་གསལ་ནས་དེ་གནང་དགོས་ཟེར་ནའང་ང་ཚོས་མཁྱེགས་བཟུང་གང་ཡང་མེད། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་རག་སྒྲུབ་རྒྱ་ཞིག་དང་འདིའི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་བསྟན་པ་ཞིག་ཡིན། ཕྱག་སྟེལ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ཕྱོགས་གཞན་པ་ཞིག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་པ་ཡིན་ན། རྟོན་ཆེན་གསུམ་པ་འདི་ "རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་བཅས་སྤྱི་གནས་སྟོན་པོད་མི་ཕོགས་ཐོབ་མེད་པའི་ཆོང་ཁེ་ཡོང་འབབ་ཡོད་རིགས་རྣམས་ནས་སྒོས་བཅད་ཀྱིས་འབྲུལ་རྒྱ་ "ཟེར་སྐབས། འདི་ཡོད་ནའང་རུང་མེད་ནའང་རུང་བྱུང་ཁོངས་འདིའི་འོག་ནས་ཕྱལ་སའི་ལམ་ཁ་ཞིག་འདོན་མཁན་གྱི་དེ་འདྲ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཕྱགས་ཇེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

གསལ་ཁ་བཏོན་དགོས་ན་འདོན་གྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་གསུང་དུས། བཟོ་བཅོས་ཆེག་བརྗོད་ལ་ཡང་བསྐྱར་བཟོ་བཅོས་ཤིག་བསྐྱམས་ཐེབས་གྱི་ཡིན་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ། དེ་འདྲ་བསྐྱམས་ནས་ཐེབས་རྒྱ་ཡིན་ན། དེ་གོ་སྐབས་འབྲུལ་རྒྱ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དོན་གྲུབ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཟོ་བཅོས་ཆེག་བརྗོད་འདིའི་སྤྱིར་བཏང་དགོངས་པ་བཞེས་ཕྱོགས་དང་། དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་དངོས་གནས་རང་འགྲོ་སྐྱེད་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དང་པོ་བསམ་སྒྲོ་འཁོར་སྐྱེད་ལ་བཏུས་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་མི་མང་པོའི་སྒོ་གོས་བསྐྱར་ཡོང་དུས། དེ་ལ་ཐུན་བྱ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་བའི་བཟོ་འདྲའི་ཐོ་བྱས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ལག་བསྟར་བྱེད་ཕྱོགས་དང་དཔལ་ཀྱི་གངས་ཀ་བཅི་ཕྱོགས་དེ་ཉིག་ཙམ་ཞིག་གང་འདྲ་འདྲའི་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་བསམ་བསམ་ཞིག་ད་ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་དགོངས་ཚུལ་འདོན་མཁན་ཡང་བྱུང་སོང་། ལྷག་པར་དུ་ལས་དོད་དང་མཆོན་དོད་བཞེས་མཁན་ཚོས་དེ་ནས་མར་འདོན་འགྲོ་མཁན་འདྲ་པོ་བྱས་དུས། དེ་གང་འདྲ་འདྲའི་ཐོ་བྱས་ཡོང་བསམ་པའི་བསམ་ཚུལ་རེད། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་བཀའ་འཁྲོལ་དང་སྐྱགས་ནས་བཟོ་བཅོས་ཆེག་བརྗོད་དེ་ལ་བཟོ་བཅོས་གསར་པ་འབྲུལ་རྒྱའི་འདུན་པ་གང་ཡང་མེད། ཡིན་ནའང་མོས་མཐུན་དང་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་བཀའ་འཁྲོལ་བསྐྱགས་པ་ཡིན་ན། ཐབས་ལམ་གཞན་པ་ཞིག་འདོན་རྒྱ་མེད་དམ་བསམ་པ་རང་གི་སྤོངས་འཆར་རེད། དེའི་ནང་ལ་ཆེག་བརྗོད་རྒྱེད་པ་དེ་ལ། བསྐྱར་བཅོས་ཆེག་བརྗོད་དེ་ལ་ "ཉིན་སྟོན་ཕྱད་"ཟེར་བའི་ཆེག་དེ་རང་འདུགས་བཞག་ དེ་སྐད་

གི་འགྲོ་སྐྱབས་དེ། གཉིས་པ་དེ་ལ་"ཉིན་སྒྲིའི་ཐད་"ཡང་ཆོག་བརྗོད་གསར་པ་ཞིག་བསྟན་ནས། "ཉིན་སྒྲིའི་ཐད་ལས་ཁྱད་སྤངས་སམ་སྤེལ་ཆོག་གཅིག་གི་ནང་" གོང་དུ་ངས་ཉིན་གྲངས་བཞག་པ་ཡིན། ཉིན་གྲངས་དེ་ཉིག་ཅམ་མ་འབྲུགས་པ་མེད་དམ ".....ལས་ཁྱད་སྤངས་སམ་སྤེལ་ཆོག་གཅིག་གི་ནང་ཉིན་གྲངས་ ༣༡ ལས་མང་བའི་ཉིན་སྒྲིའི་རྒྱ་སྒྲོད་རིགས་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༡ འབབ་ལས་ཁྱད་སྤངས་སམ་སྤེལ་ཆོག་དེས་གཅོག་འཐེན་གྱིས་ཉིས་ཅན་བསྟུ་འབྲུལ་གྱི་ཐོགས་ཐོབ་བརྒྱ་ཆའི་ངོ་བོར་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁྱད་སྤངས་སྟུ་འབྲུལ་དགོས་" དེ་འདྲ་འདྲ་ཐོ་བྱས་པ་ཡིན་ན་འབྲུལ་མཁན་དེས་ཅིས་ཉག་ཉག་ཐེབས་འགྲོ་ཡི་རེད་མ་གཏོགས། ཁྱི་གསུམ་ ༣༠,༠༠༠ ཟེར་བ་དེ་པར་ཚུར་འགྲོ་དུས། གོང་དུ་སྒྲིའི་སྒྲོད་ནང་ལ་དཀའ་ལས་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྤེལ་ཆོག་དང་ལས་ཁྱད་སྤངས་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཉི་མ་ ༣༡ ལས་ཀ་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཉིན་སྒྲིའི་བརྒྱ་ཆ་མ་བསྟུས་པ་ཡིན་ན་འདྲ་ཅ་ཅང་གི་ཐུགས་ཁུལ་བཟོ་ཡི་མ་རེད་སྟེ། དེ་ལས་བརྒྱལ་བ་ཡིན་ན། ཉི་མ་གཅིག་བརྒྱལ་བ་ཡིན་ན་ཉི་མ་གཅིག་གི་སྒྲིའི་ཆ་དེ་ནས་བརྒྱ་ཆ་ ༡ གཅོག་རྒྱུ། དེས་ཐུགས་པན་གསོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་གང་ཞེས། དེ་ལ་ཡང་བསྒྲིའི་ཡོད་གི་རེད། དེ་ལྟར་ཡིན་དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཅོ་མཆོག་

ཆོགས་གཅོ་སྤོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཅོ་མཆོག་ འདི་བསྒྲིའི་མང་པོ་གནང་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། མ་ཞུས་རང་ཞུས་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཁ་སང་དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཅོ་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་རེད། སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་དང་གཏན་འབེབས་བྱེད་སྐབས་སོ་སོ་ལ་དོགས་པ་ཡོད་པ་དང་། ཁྱབ་ཆད་དེ་ཆོགས་ལ་ཐོ་མ་བཤད་ན་མཐུག་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་འདུག་གསུང་དུས། མ་ཞུས་རང་ཞུ་ཆགས་ཡོད་གི་འདུག ཡིན་ན་འདྲ་གནས་སྤངས་དེ་ཉིན་སྒྲིའི་གཅིག་སྤྱིའི་ཐོག་ལ་བཞག་ཐུབ་ཀྱི་རེད་དམ་ཟེར་ནས་གོང་དུ་ཞུ་དུས། གཞག་དགོས་པ་མ་རེད་གསུངས་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་པ་གི་ནས་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་ལ་ག་རེ་ཞུས་ན་འདྲེན་བསྟན་པའི་བཟོ་འདྲ་ཐོ་ཞིག་བསམ་བསྟན་པ་ཡིན་དུས། ངས་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་གང་ཡང་འདོན་རྒྱུ་མེད་དེ། ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སྟོན་ཆོག་གིས་གསུངས་པ་དེ། འགྲོ་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཡིན་ན། སྤོན་མ་ང་ཆོས་འཆར་གཞི་ལུལ་པ་དེ་རང་རེད། དེ་གྲོས་ཆོགས་རྩ་བ་འདི་ནས་བཀག་ནས་མ་ཕྱིན་པ་རེད། ང་ཆོས་ལུ་ཐུག་ནས་ཁ་སང་མི་དགོས་པ་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཆན་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་སྤེབས་པ་རེད། དེ་ནས་གཞན་པ་དེ་ཆོ། ད་ལྟ་ཁྱིམ་སྤངས་འཆར་འདོན་མཁན་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་ལམ་ཁ་ཡངས་པ་དང་ཆེ་བ་དང་། མང་བ་བསྟུ་བྱུ་བའི་གནས་སྤངས་ཤིག་གསུངས་འདུག་སྟེ། ཁོང་ནས་པས་འབྲུལ་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་དེ་གཞི་རྩ་ལ་བཞག་ནས་སྤོབས་པའི་ཐོག་ནས་གསུང་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས། སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་དེ་འདྲ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའི་ཉམས་སྤྱོད་དེ་ང་ཆོས་ཉ་གོ་ཡི་རེད། ད་ལྟ་དོན་ཆེན་དེའི་ཐོག་ལ་ཁོ་རང་གིས་དོན་ཆེན་ཞིག་བྱངས་སོང་། དེ་དོན་ཆེན་དེ་ལ་སྤོན་མ་ཤོག་ངོས་གཅིག་དང་བྱེད་ཀ་བརྒྱ་ཆ་སྤྱར་ཡོད་པ་རེད། དེ་སྤྱར་ནས་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མ་རག་ནས་ལུ་ཐུག་ནས་ཁོ་འབྲུལ་གཅིག་འཐོབ་ཀྱི་ཡོད་ན། ཁྱི་གཅིག་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད། འབྲུལ་གཉིས་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་ན་འདྲ་

ཁྱི་གཅིག་རྒྱ་གི་ཡོད་ལ་བ་ནས་མི་རེ་རེ་ཙུ་ནས་སྒྲོར་མོ་ ༩༥ མ་གཏོགས་མ་རྒྱུ་བ་བྱས་ནས་མཐའ་མ་དེ་ལ་མེད་པ་བྱེད་
དགོས་ཐུག་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ང་ཚོས་སོ་སོ་རང་སྤང་བ་དག་ནས་བྱེད་ཆོག་གི་རེད་དེ། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དེ་འདྲ་མི་འདུག
མཐུག་ལ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད་བསམ་མཁན་དེ་ཚོས་འགོ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་འདོན་ཆོད་དཔག་ཆོད་ཅིག་བྱས་ན་
ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་དེ་ལྟ་རྒྱ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

བཙོ་བཙུན་ལ་བཙོ་བཙུན་གྲོས་འཆར་ཡོད་པ་རེད་དམ། དཔལ་འབྱོར་བཀའ་བློན་གྱིས་གསུངས་བཞག་པ་དེ་བཙོ་བཙུན་གྲོས་
འཆར་བསྐྱེད་ནས་མ་ཐེབས་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས་འགྲོ་སྤངས་དེ་ཉག་ཉག་བསྟན་ཀྱི་མི་འདུག
གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཚོགས་མང་པོ་ཞིག་འཐུག་གི་ཡོད་པ་རེད། ཚོགས་གཅིག་གཉིས་འདྲ་པོ་དེ་འདྲ་ཡིན་ན་དེ་རེད། དང་པོ་བཙོ་བཙུན་
གྲོས་འཆར་གྱི་སྤང་ལ་ང་ཚོས་གོ་བསྟར་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས། བསྐྱར་བཙུན་ཆོག་བརྟོག་སྤང་ལ་གོ་བསྟར་ཞུ་ཡི་ཡོད་
པ་མ་རེད། དེ་ནས་བཙོ་བཙུན་འགྲོ་དང་མ་འགྲོ་དེ་གཉིས་ནང་ནས་འདེམས་ཀྱི་གཏོང་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་ནས་ཚུར་མང་པོ་ཞིག་
བཙོ་བཙུན་དུས། དེ་ཡང་ཚོགས་གཅིག་གཉིས་ཀྱི་སྤང་ཆ་མ་རེད། དོན་དག་རང་གི་སྤང་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བཙོ་
བཙུན་གྲོས་འཆར་ཡོད་པ་ཡིན་ན་བཙོ་བཙུན་གྲོས་འཆར་གྱི་གོ་སྐབས་འབྱུང་རྒྱ་ཡིན། བཙོ་བཙུན་གྲོས་འཆར་མེད་པ་ཡིན་ན།
དེ་ག་རང་གི་སྤང་ལ་ཐག་བཅད་ནས་འགྲོ་རྒྱ་ཡིན། བཙོ་བཙུན་གྲོས་འཆར་ཡོད་དམ་མེད་དེ་སྤང་ཆ་འདི་ཡི་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་ཆེ་
བ་ཐུན་སྤྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཐུན་སྤྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ གཅིག་གིས་འགན་ཁུར་ནས་ཡོད་དང་མེད་དེ་ལ་བ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་སོང་ཅང་། ངས་བཙོ་
བཙུན་གྲོས་འཆར་མེད། ཡོད་པ་དེ་ག་རང་གི་ཐོག་ནས་ག་བར་ཐུགས་ཐག་ཆོད་ནའང་གཅོད་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

བྱུག་རྒྱུ་མཁན་མང་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག སྤྱི་འཐུས་དག་བཞེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དག་བཞེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་སྤྱིར་བཏང་གང་བྱུང་མང་བྱུང་བཤད་ཆོག་གི་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཅི་
གྲོས་མོད་གྲོས་བཤད་སྤངས་དང་ག་བར་བཞུས་པ་ཡིན་ནའང་། དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་བློན་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་
དེ་ཆང་མས་ཡིད་ཆེས་འདྲ་པོ་བྱེད་དུས། ངས་འདོན་གྱི་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་འབའ་བ་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་འབའ་བ་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ངས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྲོད་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྲོད་བཀའ་སློན་རྒྱ་རི་སྒྲོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ངས་གང་ཡང་ཁྱེད་གོས་པ་བྱུང་མ་སོང་།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་ཚུ་ཆོད་ ༣ པའི་བར་གསལ་བར་དུ་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་དེ་ཚོགས་བྱུང་ལས་ཁུངས་སུ་བསྐྱུལ་བྱུང་བ་གནང་རོགས་གནང་། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པ་སྟོན་ཅེས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན། ཁ་སང་སྒོ་བྲེས་ནས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་གི་ལས་རིམ་གྱི་མཐུག་དེ་ལ་ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་གི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ན་བྱུང་བཞག་པ་དེ་དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་གསལ་བཤད་གནང་རོགས་ཞེས་ཁྱེས་ཡོད། དུག་རྒྱུ་མཁན་ཁ་སང་གཉིས་བྱུང་སོང་སྟེ། གཅིག་དེ་རིང་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་མེས་མུ་མེ་འདུག་ སྤྱི་འཐུས་སྟོན་པ་མཁའ་རབ་རྒྱ་མཆོ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྟོན་པ་མཁའ་རབ་རྒྱ་མཆོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་འཆར་སྤྱི་གཞི་སྒྲོལ་སྒྲོར་ལ་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་རེད། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་དོན་བྱེད་སྒྲོལ་དང་སྤྱི་གཞི་གཞིའི་དོན་ཆུང་ཁག་དང་། དེ་གནང་བཞིན་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དགོངས་གཞི་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་གི་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་དེའི་སྒྲོར་སྟོན་མེད་ཞིག་ཁྱེས་པ་ཡིན། ཁྱེས་པ་དེ་ལ་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་སློན་ཅམ་གཅིག་བྱ་མིན་པར། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་གནས་ཚུལ་དེ་གསལ་པོར་བཟོ་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་བའི་ཐོག་ནས་ཁྱེས་པ་ཞིག་ཡིན། ཡིན་ནའང་མདང་དགོང་དཔལ་ལྷན་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས་ཉོག་ཅམ་སྐབས་བདེ་པོ་བྱས་ནས་ལན་གནང་བ་འདྲ་བྱས་སོང་། དེ་ཆོ་ཆང་མ་གནང་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ལས་བསྟོམས་ནང་ལ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་པའི་བཀའ་གནང་བ་འདྲ་པོ་བྱས་སོང་བས། བསྐྱར་དུ་མི་ལངས་ཐབས་མེད་འདྲ་ཞིག་བྱུང་སོང་། ད་ལྟའི་བར་དུ་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལ་ཡོད་བསྟན་པའི་སྤྱི་གཞི་དོན་ཆུང་ཁག་འདི་དག་འཕྲོད་

བསྐྱེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་འགན་ཁུར་བཞིན་པ་ཡིན་ན། ངས་འདི་ནས་བསྐྱར་བཤད་དང་ཁྱར་བཤད་ཞུ་དགོས་
 བ་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་མེད་ལ། འདས་པའི་ལོ་རྒྱུ་ ༡༩ ལོ་ལ་ལྟ་བུ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་
 དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་བཀའ་གནང་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། འཆར་ཅན་གྱི་སྤང་ལ་འདི་ལྟར་གནས་བཞག་པ་ཡིན་ན། འདི་
 འགྲིག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་གསལ་པོར་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་གྱུར་གནང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་ཆགས་
 ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་གྱི་ཡིན། ཡིན་ནའང་གནས་ཚུལ་འདི་དག་འདི་ལྟར་ཁྲིམས་དང་སྤྲིག་གཞི་ཞིག་བཙོས། འདིའི་ནང་ལ་
 ལྷག་བསྐྱེད་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་ནས་འདིའི་སྒྲོར་ལ་གནང་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་མཁྱེན་ཉོགས་ཆེད་དུ་ཁ་སང་ཞུ་
 དགོས་དོན་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཆགས་སོང་ཞུ་གྱི་ཡིན། གཉིས་པ་དེ། ལས་བསྐྱེད་པ་ནང་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་དུས་ལས་
 བསྐྱེད་པ་ནང་ལ་གཞོན་ཅམ་ཡོད་དམ་མེད། ཅུ་བའི་ཆ་ནས་ཆང་མས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ལྷག་པར་དུ་
 ༢༠༡༣་་་༢༠༡༥ ལོའི་ལས་བསྐྱེད་པ་ནང་ལ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཆོགས་ལ་བུལ་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་གཞིགས་
 ཞིབ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་དེ་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་མཁུ་
 གྱིས་གཤམ་ནང་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་པས། བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལ་གསལ་བསྐྱེད་པའི་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་དེང་རབས་ཀྱི་གསོ་
 བ་རིག་པར། བན་ཚུན་གོ་བསྐྱར་དང་ཉམས་ཞིབ་ཟེར་བའི་ལས་དོན་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བསྐྱབས་ཡོད་དང་མེད་ཆང་མ་གསལ་
 པོ་རེད། ཡིན་ནའང་ལས་བསྐྱེད་པ་ནང་ལ་གསལ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ཆང་མ་གནས་སྤངས་གང་
 འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ལྷག་པར་མེ་ཆེ་གནང་།

ཆོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གོ་སྐྱབས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་གྱི་ཡིན། ཁ་སང་ནི་བཤག་ཅིག་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་སྒྲོན་
 ལ་ཡང་ཞུས་ཡོད་དེ་ལན་རག་མ་སོང་། ལན་རག་རྒྱུ་པར་ཞོག་གང་ཟག་ལ་ནག་ཉེས་ཆེན་པོ་ཞིག་སོགས་ཞེས་ཞུ་གྱི་ཡིན།
 ངའི་ནི་བའི་ནང་ལ་གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་གཞི་ཐོག་ལ་འཕྲོད་བསྐྱེན་ལྷན་ཁང་གི་དཔལ་འབོར་ཆ་ཆང་བཏང་དགོས་པ་རེད་
 ཅེས་ཞུ་གྱི་མ་བྱུང་། ནི་བའི་ནང་ལ་དཔལ་འབོར་བཏང་སྤྲིགས་ཐད་ལ་གང་ཡང་ཞུས་མེད། ངས་ཞུ་གྱི་དེ་གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་
 དཀའ་ངལ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་མང་ཆོགས་ནང་ནད་མནར་བསྐྱེད་པ་ཤག་ཅིག་གི་བྱ་སྤྱོད་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་རྒྱུ་འོན་ཏེ་ནས་གཤམ་ཆེན་
 པོ་འདུག་ཅེས་ཞུས་བཞག་པ་ཡིན། དེ་ཞུས་པ་དེ་ཡང་། ལོ་བདུན་ལྷག་ཙམ་ཞིག་ལ་སོ་སོས་གཉན་ནད་རེག་དུག་ལ་དོ་སྣང་བྱས་
 པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་སྒྲོན་ས་གནས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཡིན་པའི་སྐབས་ལ་ཡང་ཞུ་གྱི་བྱུང་།
 བཀའ་སྒྲོན་འཁོད་པའི་སྐབས་ཤིག་ནང་ལ་ལས་ཁུངས་ལ་ཐད་ཀར་བཅར་ནས་ཞུ་གྱི་བྱུང་། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་ནང་ལ་
 འགོ་བསྐྱེད་ཡོད་དུས། དེའི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཆགས་པ་རེད་ཅེས་ཉན་ཉན་ཞུས་པ་ཡིན།

དདུལ་འཁོར་གྱི་ཐོག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་གིས་དདུལ་ཆ་ཆང་འདྲ་པོ་གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་སྐང་ལ་གཏོང་དགོས་པ་རེད་
 ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡར་ཞོག་ དདུལ་གྱི་ཐོག་ལ་ཡང་གང་ཡང་ཞུས་མེད་ཅེས་དེ་རིང་འདི་གསལ་པོར་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། བད་གཞི་དེ་
 ར་དྲག་ཆགས་སྲིད་གྱི་རེད་ཅེས་བཀའ་སློབ་རབས་དང་རིམ་ལ། གཙོ་ཆེ་ཤོས་ལ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་འོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 བཀའ་མེབས་ཡོད་པ་རེད། བོད་ནང་དང་བཅན་བྱེད་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་གོ་བསྟན་གྱི་འདུག་པས། ད་ལྟ་ནས་
 གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཆགས་རྒྱ། ར་དྲག་ཆེན་པོ་ཆགས་མི་སྲིད་པ་མ་རེད་ཅེས་
 ལ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་སློབ་རབས་དང་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་མེབས་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་བཀའ་ཤག་སྟོན་མ་ཞི་
 ཟུར་ཟམ་གཏོང་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ནས་ཀྱང་དེའི་ཐོག་ལ་སློ་འཆབ་གྱི་བཀའ་སློབ་མེབས་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་ཤག་སྟོན་མ་ཞི་
 འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྟོན་ནས་ཀྱང་དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་སློབ་མེབས་པ་མ་ཟད། གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ཐོག་ལ་ལས་གཞི་ཆེ་བ་
 སྤེལ་གནང་ཡོད་པ་རེད། ལས་གཞི་ཁག་ཅིག་གི་ནང་ལ་དམིགས་བསལ་ནད་པ་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་ཉི་མ་གཅིག་
 ཆ་ཆང་ཁོ་རང་ཆོའི་མཉམ་དུ་བསམ་ཚུལ་བཞེ་ལེན་དང་གྲོས་བསྟར་ཡང་གནང་བའི་ལས་གཞི་ཞིག་བཙུམས་གནང་སོང་། ད་
 ལྟའི་བཀའ་ཤག་འོས་ནས་ཀྱང་རྒྱན་འབྲེངས་བྱས་ནས་གནང་དགོས་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་གི་ངོས་
 ནས་ཡིན་ནའང་ཉང་སངས་བའི་ཡག་པོ་གནང་གི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་ལས་དོན་ཡང་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པའི་
 གནད་དོན་དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུའི་འབད་བཅོལ་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན། ཁ་སང་སྐར་རྟགས་ཅན་གྱི་འི་བའི་སྐབས་ལ་ཡིན་
 ནའང་འཕྲོས་དོན་འི་བ་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། དེ་ལ་ཡང་ལན་དམིགས་བསལ་གྱིས་གང་ཡང་བྱུང་མ་སོང་། ཁ་སང་འི་བ་དེ་ལ་ཡང་ལན་
 ཐོབ་མ་སོང་། དེའི་སྐང་ལ་ནག་ཉེས་གཅིག་ གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་གཞི་ཐོག་ལ་གསུངས་པའི་སྐབས་ལ་ར་དྲག་ཆེན་པོ་
 ཞིག་དང་མི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དེ་གོ་ནིར་ཐེབས་གྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་སོང་། དེ་འདྲ་ཅ་བ་
 ནས་ཞུ་རྒྱུ་མ་བྱུང་། འདས་ཁྱོངས་སུ་འགྲོ་མཁན་ཉུང་དུ་བྱིན་པ་མ་ཟད་ཟབ་སྦྱོང་ཡང་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག་ མང་ཆོགས་
 ནང་ལ་བསམ་ཚུལ་འབྲེར་སྟངས་ཉ་ཅང་གི་འབྱུང་བ་བྱིན་འདུག་ དཀའ་ངལ་ག་རེ་འཕྲད་གྱི་འདུག་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ནད་པ་
 ཁག་ཅིག་གི་བྱ་སྲོད་ལ་བལྟས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱི་ཐོག་ནས་ན་ཆ་ན་མཁན་མང་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག་ དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་སློབ་གསོ་ལམ་
 སྟོན་བྱེད་དགོས་གྱི་འདུག་ ཇ་རམ་ས་ལའི་ནང་ལ་བཞུགས་བསྟན་མཁན་ང་རང་ཆོ་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་བསྟན་མཁན་ད་ལྟ་
 འདས་ཁྱོངས་སུ་བྱིན་ཆར་བ་རེད། འདས་ཁྱོངས་སུ་མ་བྱིན་ཅིམ་གྱི་སྟོན་ལ་ག་རེ་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུས་ན། མི་ལྷ་
 ཅོམ་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་ན་ཆ་བཀོས་པ་ཡིན་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ས་གནས་ག་བ་ག་ས་ནས་ནད་པ་ཁག་ཅིག་གིས་དེ་
 འདྲ་ལ་བ་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོ་དོ་བདག་ནས་འབྲེལ་བ་བྱས་ན་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། ཁ་སང་ཞུས་པ་ནང་
 བཞིན་རེད། གཞིས་འགོ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཁག་ཅིག་གིས་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་གནང་གི་འདུག་ ཡིན་ནའང་ལོ་གཅིག་གཉིས་གྱི་
 ནང་ལ་དེ་ཉིག་ཅིམ་ཆད་གྱི་མེད་དམ་བསམ་བསམ་འདུག་ ཉན་ཉན་ནད་པ་ལ་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་མང་ཅིམ་བྱེད་
 དགོས་གྱི་འདུག་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན། སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་བྱེད་རྒྱུ་ལ་འགྲོ་སོང་གང་ཡང་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་མ་རེད། དོ་སྤངས་སྤངས་ཅིམ་
 བྱེད་རྒྱུ་རེད། དམིགས་བསལ་སྟོན་ཁང་ནང་ལ་བྱག་ལས་གནང་མཁན་ལ་འགན་འདུལ་རྒྱུ་རེད། དེ་ཡིན་དུས། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་
 གསན་ཕྱོགས་མ་ཞོར་བ་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་ཡིན། ཁ་སང་ཉི་མ་ཁ་ཤས་སྟོན་ལ་བྱི་ཆེས་ ༡༢ དང་ ༡༣ དང་

༡༤ ནང་ལ་ནད་པ་ལ་འབྲེལ་བ་བྱ་རྒྱུའི་ལས་གཞི་ལོ་གཅིག་གི་ནང་ལ་གནད་རྒྱ་དེ་གནད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ངས་ཁ་སང་
 འཕྲོས་དོན་དེ་བའི་ནང་ལ་འདྲི་རྒྱ་དེ། འཕྲོ་སོང་དེ་འདྲ་ཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དོ་སྤང་ལྷགས་ཆེ་ཙམ་བྱེད་རྒྱ་མེད་དམ། ན་
 བློ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་ནད་པ་ཁོ་རང་ཆོས་ལྷ་རྒྱ་ལ། ང་ཆོས་བདེ་སྤྱད་པ་འདྲ་ས་དེ་ཙམ་གང་ཡང་རྒྱ་མ་སོང་། ཟབ་སྦྱོང་གནད་གི་
 འདུག ཟབ་སྦྱོང་དེ་ཡང་སྐད་ཡིག་མ་འདྲ་བ་ཞིག་གི་ནང་ལ་གནད་གི་འདུག དེ་ངས་དེ་ཙམ་མགོ་འཛོམས་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་ལམ་
 མཁན་བྱུང་སོང་། ད་ལོ་ཟབ་སྦྱོང་གནད་ས་རང་འཇགས་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད། ཉེ་མ་ཁ་ཤས་སྡོན་ལ་གནད་བ་རེད། ལེགས་པ་ཞིག་
 ལ་ཁོ་རང་ཆོས་ནང་ཆོས་རོ་སྦྱོད་གནད་སོང་། དེ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་གསུང་གི་འདུག དེ་དགོས་རྒྱ་ཞིག་རེད། སྡོན་མ་
 ནས་ང་ཆོས་ལྷས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་ཆོས་ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་དེ་ཆོའི་སྐོར་གསུངས་པ་ཡིན་ན། དེ་ག་གཞུང་གི་ཐོག་
 ནས་ནད་པའི་བཟང་སྦྱོད་ཡང་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་ལ་ལམ་ཁ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་ཞིག་ག་རེ་འདུག་ལྷས་པ་ཡིན་ན། ལོ་
 ༢༠༡༥ ཡི་ནང་ལ་ང་ཆོས་རེ་བ་ག་རེ་བྱས་པ་རེད་ཅེ་ན། ལྷན་ཁང་གི་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་ག་རང་རེ་བ་བསྐྱོན་ཡོད་པ་རེད་བསམ་
 ཀྱི་འདུག ནད་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་ Network འཇུགས་རྒྱུའི་འབད་བཅོམ་བྱེད་དགོས་པ་ Care and
 support system ནད་པ་ལྷ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བྱ་བ་ཉར་ནས། བཀའ་ཤག་སྡོན་མས་རེ་བ་བསྐྱོན་པ་ནང་བཞིན་
 ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ནད་པ་བྱུང་བྱུང་བྱས་ནས། ཁོ་རང་ཆོས་ར་བ་ཞིག་བཅུགས་ནས། བན་ཚུན་རོགས་པ་བྱེད་རྒྱ། ལྷན་ཁང་
 གི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་མར་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་བྱེད་དུས་སྟབས་བདེ་པོ་ཡོང་རྒྱ། དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཆོགས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་བཅུགས་
 པ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་ཆོའི་གསང་བ་ཉར་ནས་ཐད་ཀར་འགན་ཁུར་མཁན་ཞིག་གིས་གསང་བའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས།
 དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ངལ་དང་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་གྱི་དཀའ་ངལ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་སྡོན་མ་རེ་བ་བསྐྱོན་པའི་ཐོག་
 ནས་རིམ་བས་ནད་པ་མང་ཙམ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་ཐུབ་ན་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བཀའ་ཤག་སྡོན་མའི་སྐབས་
 ལ་ང་ཆོས་རྩ་རམས་ས་ལའི་ནང་ལ་གོ་སྐྱིད་བྱས་དུས། ནད་པ་བཅུ་ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། ན་མིང་ལོ་དེ་ག་རང་གནད་
 བའི་སྐབས་ལ་དེ་ཙམ་ཐེབས་ཐུབ་མི་འདུག ད་ལོ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་ནད་པ་བྱུག་མ་གཏོགས་ཐེབས་མི་འདུག འཕྲོ་སོང་དེ་ག་ཙམ་
 བཏང་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཆོའི་རེ་བ་ལ་དེ་རིམ་བས་རྒྱ་ཆེ་བྱ་བྱེད་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་རྒྱ་དེ་
 ཉར་དུ་འཕྲོ་རྒྱ་དང་ནད་པ་ཡིན་ནའང་སྤྱི་རྒྱ་སྤྱི་བས་སྤྱི་ས་ནས་འགན་ཁུར་རྒྱ། རིམ་བས་ང་ཆོས་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱ་དེ་བྱི་གསལ་
 ནད་གསལ་ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་འགན་ཁུར་བའི་ཐོག་ནས་ན་ཆ་དེ་ལ་གཏོང་ལེན་བྱེད་རྒྱུའི་འབད་བཅོམ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་
 འདུག་ཅེས་ལྷ་རྒྱ་དེ་ག་རང་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནད།

ཆོགས་གཙོ་སྡོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།
 དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་དོགས་འདི་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡིན། བཀའ་འོས་ཀྱི་འཕུས་གཅིག་ནས་ཁ་སང་ངས་
ལན་འདེབས་ཞུས་པ་དང་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་སློམ་ཁེངས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེའི་ཐད་ལ་ཞུས་པ་ཡིན་ན།
ང་ཆོ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་འཕྲུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཐོག་ནས་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དོན་ཆོན་བཅོ་བརྒྱད་ནང་
གསལ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དོན་ཆོན་གསུམ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་གཞིར་བཟུང་ཆ་ཆང་འགོ་ཡི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་
ཞུ་ཡིན། དང་པོ་གཙོ་བོ་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་གཙང་སྤྱོད་སྤྱོད་བཅོས། ཉན་པ་ཉམ་ཐག་གཙང་ནད་དེ་ཆོ་ལ་ལྟོག་བྱ་ཞུ་དེ་ཆོའི་
ཐོག་ལ་ཐུ་མ་ཐུང་ནས་འགོ་དང་འགོ་བཞིན་པ་རེད། ཁ་སང་ངས་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་འཕྲུགས་ཀྱིས་མང་ཆོགས་
ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྤྱོད་གཞིགས་ཉོག་གནང་ཞུ་དེ་འདབ་ཤོག་གཉིས་ལྷན་ཐོག་ནས་གནང་བཟུང་གི་ཡོད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་
ཞུས་དུས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་སྤྱོད་དང་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱོད་གཉིས་ཟུང་སྤྱོད་ཐོག་ནས། ཟུང་སྤྱོད་ཞུ་དུས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་
ཁུངས་ཀྱི་ཐད་ཀར་སྤངས་འཛིན་འོག་ལ་ཡོད་པའི་ཡན་ལག་སྤྱོད་ཁང་དེ་ཆོ་བརྒྱད་ནས་མང་ཆོགས་ལ་སྤྱོད་འགོ་འཕྲོད་བསྟེན་
ལྟ་སྤྱོད་དང་དེ་ནང་བཞིན་སྤྱོད་བཅོས་ཀྱི་ལྟ་སྤྱོད་ཐོག་ནས། སྤྱོད་བཅོས་རིམ་བཤུགས་པ་དང་གསུམ་པའི་ལས་གཞིའི་ཐོག་ལ་
ལས་གཞི་ཞིག་འགོ་ཐུས་ཆགས་བཟུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་འཕྲུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཁྲབ་
ཁོངས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཅིས་ཁང་གི་ཡན་ལག་སྤྱོད་ཁང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་
ཆོ་བརྒྱད་ནས་མང་ཆོགས་ལ་སྤྱོད་ཞུ་ལམ་ཀྱི་སྤྱོད་ཐོག་ནས། མང་ཆོགས་ལ་གཞིགས་ཉོག་གནང་དང་གནང་ཐུས་རེད། དེ་
ཡིན་དུས་དེའི་ཆེད་དུ་རང་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་གོང་འཕེལ་འགོ་ཞུ་དང་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཐོག་ནས་མང་ཆོགས་ལ་
འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྤྱོད་གནང་ཞུ་ཆེད་དུ། ཆེད་དུ་མངགས་ནས་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་འཕྲུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ཀྱི་ཁྲབ་ཁོངས་ཡིན་པ་
གཅིག་ལ་ཟུར་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོན་ཞེས་ཟུར་དུ་བཅུགས། ཁོ་རང་རང་ཕྱག་ལས་གནང་སྤངས་གནང་ཕྱོགས་ཐད་ལ་རང་དབང་གང་ལ་
གང་འཆམ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཕྱག་ལས་གནང་ཞུ་དང་ཡག་ཏུ་ཡོད་ཞུ་དེ་ཆོར་དམིགས་པའི་ཐོག་ནས་ཟུར་དུ་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་
ཅིས་ཁང་ཡན་ལག་མང་པོ་ཞིག་གི་བོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས། སྤྱོད་ཞུ་ལམ་ཀྱི་ལས་གཞི་མང་དག་གཅིག་འགོ་དང་འགོ་ཐུས་
རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཕྱག་ལས་ཉུར་ཐག་གནང་དང་གནང་ཐུས་རེད་ཅེས་ཞུ་ཞུ་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་
དེང་རབས་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་གཉིས་ཀྱི་དབར་ལ་མན་ཚུན་ཀྱི་བསྐྱེད་དང་གོ་བཟུང་དེ་འདྲ། ངས་ཤེས་ཆོད་ལ་ལས་གཞི་དེ་
དག་འགོ་དང་འགོ་ཐུས་ཤིག་རེད་འདུག་ཞུ་ཞུ་ཡིན། བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཅིས་ཁང་གིས་ལོ་ལྟར་ཕྱི་ཕྱགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དེ་འདྲ་སྤྱོད་བཟང་།
དེ་ནང་བཞིན་བོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཨེམ་ཆེ་ཆོ་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ལ་ཕེབས་པ་དང་ཉམས་ཞིབ་དེ་འདྲའི་ཕྱག་ལས་མང་པོ་ཞིག་གནང་
དང་གནང་ཐུས་རེད་ཅེས་ཞུ་ཞུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ཉན་ཉན་དེའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་གནང་བ་དེ་ཆོ་ཆ་ཆང་འདང་ངས་ཤིག་ཡོད་པ་
རེད་ཅེས་ངས་ཞུ་ཡི་མེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཉན་ཉན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཞུ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཟུན་ཀྱི་འདུག། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་
རིག་པའི་ཐོག་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་འཕྲུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རང་ནས་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུས་ན། དེའི་ཆེད་
དུ་འདི་འདྲ་རང་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཉན་ཉན་ཞུ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཆོས་གཙོ་བོ་དེ་མང་ཆོགས་ལ་འཕྲོད་
བསྟེན་གོ་རྟོགས་སྤྱོད་པའི་སྐབས་སུ་དང་ཐབ་སྤྱོད་དང་དེ་འདྲ་གོ་སྤྱི་ཞུས་པའི་སྐབས་སུ་གང་ཐུབ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་

ཨེམ་ཅི་ཆོ་གང་མང་མང་དེའི་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཐུབ་པར་འབད་བཅོལ་ཞུས་དང་ཞུ་ཐུས་ཡིན། འཕྲོད་བསྟེན་སྒོ་བ་གསེའི་ལས་འགུལ་དེ་འདྲ་སྟེལ་བའི་སྐབས་སུ། ཕྱི་ལུགས་སྤྲོད་ཀྱི་ཁྱད་ལས་པ་རེད། དེ་ནང་བཞུགས་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཐོག་ནས་ཨེམ་ཅི་ཆོ་གང་ན་འདྲེན་ཞུས་ནས་མང་ཆོགས་ལ་ལས་གཞི་དེ་ཆོ་སྟེལ་དང་སྟེལ་ཐུས་ཡིན་ཅེས་ཞུ་བྱ་ཡིན། དེ་ནང་བཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་ཕྱི་ལུགས་སྤྲོད་དེ་གཉིས་བར་ལ་བྱུང་བུ་ཆོགས་འདྲེན་འདྲེན་གོ་བསྟར་བྱས་པ་ཐེངས་གཅིག་བྱུང་བསྟར་འདྲེན་མ་འོངས་པ་ཡིན་ནའང་ང་ཆོས་དེའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱ་བྱ་ཞིག་རེད་འདྲེན་ཆ་ཆང་ཐོད་མེད་སྟེ་ཕྱི་ལུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཐོག་གནང་དགོས་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་ཡི་ཡོད་ན། ད་ལྟའི་ཆར་ཐོད་མེད་སྟེ་ཕྱི་ལུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་དགོས་མཁོ་གཞིགས་ཀྱི་མེད་ཞུ་ཡིན། དེའི་བྱུང་བུ་ཡན་ལག་ཁག་མང་པོ་ཞིག་བཅུགས་ཡོད་པ་རེད། ཐོད་མེད་སྟེ་ཕྱི་ལུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཡན་ལག་སྤྲོད་ཁང་དེ་ཆོའི་གཙོ་བོ་ཕྱི་ལུགས་སྤྲོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་མང་ཆོགས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྟོང་གནང་བསྟར་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཆོ་སྟེལ་ཡོད་པ་ནང་བཞུགས་པ་ལྟའི་ཆར་ཕྱག་ལས་སུ་མ་བྱུང་ནས་ཡག་ཐག་ཆེད་འགྲོ་ཐུས་རེད་ཅེས་ཞུ་བྱ་ཡིན།

དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ལས་བསྟོམས་ནང་ལ་ང་ཆོས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཅིག་ཕྱག་ལས་ལོ་ལྟར་གནང་བ་དེ་ཆོ་ཆ་ཆང་གསལ་བསྟར་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་དུས་ཆོད་ཆ་ནས་དེ་ཆོ་ཆ་ཆང་ཞིག་སྤྲོད་ཅིས་ཀྱི་གོས་ཆོགས་ནང་ལ་ཞུས་བསྟར་བ་ཡིན་ན། དུས་ཆོད་དང་དེ་འདྲའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཞུས་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདྲེན་ལས་བསྟོམས་ནང་ལ་དེ་ཆོ་ཆ་ཆང་གསལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཉན་ཉན་དེའི་ཐོག་ལ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བྱ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ངས་ངོས་ལེན་ཞུ་ཡི་ཡོད།

དོན་ཆོད་གསུམ་པ་དེའི་ཐོག་ལ་ཐོད་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྲོད་སྟོང་ལག་ལེན་བསྟར་སྟོགས་ཆད་ཐུན་ཡོང་ཐབས་སུ་ཁྱིམ་ལུགས་ལྟར། ལྟོག་སྟངས་འཛིན་བྱ་བྱ། དེའི་ཐོག་ལ་སྤྲོད་པ་ཁྱིམ་ལུགས་འཆར་དེ་བཅའ་ཁྱིམ་ནང་ལ་དེ་བཅུག་པའི་སྐབས་སུ་དང་ད་ལྟའི་གནས་སྟངས་ཉོག་ཅ་མ་འདྲ་ཆགས་པ་ཆང་མས་མཁྱེན་གསལ་རེད། དེའི་སྐབས་སུ་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དེ་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ངོས་ལེན་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྟར་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ཁྱིམ་ལུགས་ཐོག་ནས་ངོས་ལེན་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། Ayush Medical Council རྟེན་ཆོད་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ཅིས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་ཆ་ཆང་གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་ནས་ངོས་ལེན་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྟར་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གཙོ་བོ་རྒྱ་གར་གཞུང་ནས་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་སྟངས་འཛིན་བྱ་བྱའི་ལམ་ཁ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞུགས་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་ཆོགས་བཅུགས་ནས་ལོ་ ༡༠ ཅམ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཕྱག་ལས་གནང་དང་གནང་ཐུས་རེད་ཅེས་ཞུ་བྱ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ནས་ད་ལྟ་གཉན་ནང་རེག་དུག་གི་ནད་པ་དང་དེ་ཆོའི་སྤྱོད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ལ་བཀའ་གནང་སོང་། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཆོ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གཉན་ནང་རེག་དུག་གི་ནད་པ་ཆོ་ཡོད་མཁན་རེ་རེ་བྱས་ནས་གང་དུ་བསྟར་ཡོད་པ་དང་གང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་ཆང་མ་སྟངས་བསྟར་བྱའི་གནས་སྟངས་བཟོ་ཐུབ་བྱ་ཁག་པོ་གཅིག་ཆགས་བསྟར་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ང་ཆོ་ཐོད་མེད་སྟེ་ཕྱི་ལུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་སྤྲོད་ཁང་ཁག་ནང་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཡོད་པ་རེད། སྤྲོད་ཁང་ལས་བྱེད་ཆོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱི་ལྟ་སྟོང་དང་གཞིགས་ཉོག་གནང་བྱ་དེ་ཆོ་གནང་དང་གནང་ཐུས་རེད། དེ་སྤྲོད་ངས་སྐར་ཉགས་ཅན་ཀྱི་ཁྱི་བར་ལན་འདེབས་ཞུས་པའི་

24

ཁ་སང་ངས་ལན་འདེབས་ལྷན་པའི་སྐབས་སུ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལ་ནག་ཉེས་དང་དེ་འདྲ་བཙུགས་པ་གང་ཡང་
 མིན་ཞེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། འགན་ཁུར་མཁན་གྱིས་ངེ་བ་བཏང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་སོ་སོ་འགན་ཁུར་མཁན་གྱིས་
 ལན་འདེབས་གཅིག་རྒྱུ་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སོ་སོས་འགན་ཁུར་ནས་ལན་བརྒྱབས་པ་ཞིག་མ་གཏོགས། བན་ཚུན་
 གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ནག་ཉེས་འཛུགས་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་མིན་ཞེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་
 རང་ནས་ཉན་ཉན་གཉན་ནང་རེག་དུག་ཐོག་ལ་དུས་རྒྱུན་དུ་དོ་སྣང་གནང་བསྐྱད་མཁན། དེའི་སྡོན་ལ་ཆོགས་པ་གཅིག་བཙུགས་
 རྒྱས་ཆོགས་པ་དེ་བརྒྱད་ནས་དམིགས་བསལ་དེའི་ཐོག་ལ་བྱུག་ལས་མང་པོ་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ཆོགས་པ་དེ་
 ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་བྱུག་ལས་བྱུགས་ཆེན་པོ་གནང་བ་དང་དུས་རྒྱུན་དུ་དོ་སྣང་གནང་བསྐྱད་མཁན་གཅིག་
 ཡིན་པ་ང་ཚོ་འཛོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་ངོས་འཛིན་དང་བསྟུགས་བརྗོད་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ཉན་ཉན་མ་འོངས་པ་ལ་ང་
 ཚོའི་ལས་གཞི་དེ་འདྲའི་སྐབས་སུ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ལ་སྤྱི་མཐུན་ནས་དགོངས་འཆར་གནང་བ་
 ཡིན་ན་དགའ་བསུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་ཁ་སང་ལན་འདེབས་ཤིག་བྱེད་རྒྱུས་ལས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཐོའི་ནང་ལ་འཁོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ས་མ་རེད། སྤྱི་
 འཐུས་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ དེ་བྱུང་མཆར་འདྲ་ཞིག་ཆགས་དུས། ལན་མ་བརྒྱབས་ནའང་མ་འགྲིག་པའི་བཞོ་འདྲ་པོ་ཞིག་
 འདུག ད་ལྟ་ངས་གནད་དོན་འདི་ལྟ་པའི་སྐབས་སུ། རྒྱ་བ་རེ་རེའི་འགྲམ་དུ་བཅར་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་གང་ཡང་
 མ་བྱུང་། རྒྱ་བ་ཁག་ཅིག་འདུག དེའང་གཞིས་ཆགས་ནང་ནས་མཚུབ་མོའི་སྐང་ལ་གངས་ཀ་བརྒྱབ་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་རེད།
 དེའང་ལོ་མང་པོ་ནས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་གཞོན་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག རྒྱ་བ་མང་ཆེ་བ་ཉ་ཅང་གི་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད།
 སྟོན་བཅོས་དང་འགན་འཁུར། རང་མིས་བདག་པོ་བརྒྱབས་ནས་དྲག་སྤྱོད་ཡག་པོ་བྱིན་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་འགན་མ་ཁུར་
 མཁན་ཁག་གཅིག་འདུག་པས་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ན་གཞོན་སྟོན་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག རྒྱ་བ་རེ་རེ་ནས་བདག་པོ་རྒྱག་པ་ལ་
 ལྟན་ཁང་ནས་རེད། སྒྲེང་གི་སྤྱི་ན་བདག་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཆོགས་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད་པ་
 རེད། ཁོ་རང་ཆོས་རེ་བ་ག་རེ་བསྟོན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། རྒྱ་བ་དེ་ཡག་པོ་ཆགས་པ་མ་ཟད་ནད་པ་དེས་འགན་འཁུར་ནས་
 སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་གཞོན་སྟོན་མ་བྱུང་བ་དེ་ཁོ་རང་ཆོས་རེ་བ་ཆེ་ཤོས་རེད། དེ་འདྲ་བྱེད་མཁན་ཁག་ཅིག་འདུག དེ་ཆོས་སང་ཉིན་
 སྤྱི་ཆོགས་ལ་གཏོར་བཤེག་འགྲོ་བ་དང་། གཉིས་པ་དེ་ལ་ལྟན་ཁང་གི་འགྲོ་སོང་བཏང་བ་དེ་ཆོ་རྒྱུད་ཐོས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། སྤྱི་
 ལོགས་ནས་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཆོགས་པ་དང་། སྤྱི་ན་བདག་མང་པོ་ཞིག་གི་རེ་བ་བྱས་ནས་རོགས་རམ་བྱས་པ་དེ། ཉ་ལམ་
 ཁོ་ཆོས་གཞོན་སྟོན་ལ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་གསོ་སྦྱོང་བྱས་པ་འདྲ་པོ་ཆགས་ས་རེད། དེ་ཉུང་ཤས་ཤིག་རེད། དེ་བྱས་མ་བྱུབ་པ་གང་ཡང་

མི་འདུག་རང་ཉིད་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་ནད་པ་བཞི་ལྟའི་འགྲམ་ལ་ཐེངས་བཞི་ལྟ་སྟོབ་གསོ་རྒྱུ་ཏུ་འགྲོ་ཆར་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་འགན་
 ཁུར་མཁན་ཞིག་འགྲོ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ཐེ་བྱུས་ཆེན་པོ་གང་ཡང་བཅི་ཡི་མ་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལྟན་ཁང་ནས་འགྲོ་སོང་གཏོང་གི་
 ཡོད་པ་རེད། འཆོ་སྟོན་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་གཞུང་གི་རོགས་སྐྱོར་ཡོད་པ་རེད། དཀའ་ངལ་དེ་ག་རེ་རེད་ལམ་ན། ས་
 གནས་ཀྱི་རྒྱ་གར་སྐྱེ་ཁའ་གི་ཨིམ་ཆེ་ཆོས་ང་ཆོ་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ་དེ་འདྲ་འདུག་ཟེར་ནས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཁྱེ་ཡི་ཡོད་པ་
 རེད། ཨོ་མང་པོ་ཞིག་སོང་བ་ཡིན་ན་འདྲ་སྟོབ་གསོ་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་བ་ཞིག་ལས་གཞན་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ཟག་རེ་
 ཟུང་དེ་ཆོ་ལ་འདྲ་ང་ཆོས་དམིགས་བསལ་འགན་ཁུར་ནས་སྟོབ་གསོ་རྒྱུ་དགོས་ཀྱི་འདུག འགྲོ་སོང་ཆ་ཆར་གཏོང་གི་ཡོད་པ་
 རེད། ང་རང་ཆོ་ལྟན་ཁང་གི་འགན་བཞེས་ནས་སྤྱ་བོད་ཁྱིམ་སྟོབ་ལྟའི་ནང་ལ་བཅུག་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིན་བདག་
 འཆོལ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡག་ཐག་ཆོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ན་འདྲ་ཁོ་རང་ཆོས་འགན་ཁུར་གྱི་མི་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱེ་
 བཞིན་ཡོད། རོགས་སྐྱོར་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལས་གཞི་བཅུམས་སྐབས་ང་ཆོའི་ངོས་ནས་ནད་པ་ལ་རེ་བ་དང་འབོད་སྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་འོ་ཐོབ་
 ཐང་ཞིག་རྒྱུ་གི་འདུག ཐོག་མར་ང་ཆོའི་དམིགས་ལུལ་དེ་ག་རང་རེད། ནད་པ་འགྲམ་ནས་ང་ཆོའི་རེ་བ་ཞིག་ཞུ་ཆོག་གི་ཡོད་པ་
 རེད། དེའང་སྤྱི་པའི་དོན་ལ་རེད། འཐབ་ཚོད་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་འཐུས་ཤོར་མ་བཏང་
 རོགས་གནང་། ལུ་མ་ཐུད་ནས་ཕྱག་ལས་གནང་རོགས་གནང་། ཕྱག་ལས་གནང་མི་འདུག་ཟེར་ནས་ནས་ཡང་ཁྱེ་ཡི་མེད།
 བཀའ་འགན་སྟོན་མའི་ལས་གཞི་མང་ཆེ་བ་ད་ལྟོ་མཐུག་སྐྱོད་གནང་བཞིན་པ་རེད། (དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས།
 བསྐྱར་བཤད་མི་དགོས་པ་བྱས་ནས། སྐད་ཆ་གསར་བ་ཡོད་ན་གསུང་རོགས།) ཁྱིམ་མ་ཐུན་དང་བཟང་སྟོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐེ་
 བྱུས་ཏན་ཏན་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ནད་གཞི་དེའི་སྐད་ལ་ཁྱིམ་མ་ཐུན་གྱི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་
 རེད།

གཉིས་པ་སྐར་ཏྲགས་ཅན་གྱི་འི་བ་ནང་ལ་འི་བ་ག་རེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད་ཟེར་ན། ནད་ན་མཁན་དམིགས་བསལ་མང་ཆེ་བ་དེ་
 གཞོན་སྟེས་ལས་མེད་ཆོ་རེད་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་ལས་གཞི་ག་རེ་ཡོད་ཟེར་ནས་ཁྱེ་སྐྱབས། སྟོབ་ལྟ་དང་མཐོ་སྟོབ་ཁག་སྤྱད་
 ཆོང་ཁག་ལ་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གནང་གི་ཡོད་གསུངས་པ་རེད། གཉན་ནད་རེག་དུག་སྤྱད་བཅི་བྱེད་པའི་ཉིན་མོ་དེ་ལ་
 གཞོན་སྟེས་ལས་མེད་མང་ཆེ་བ་གཞིས་ཆགས་ནང་ལ་ཡོད་པ་རེད། ལས་འབྲལ་མང་ཐག་ཅིག་སྟེལ་གྱི་ཡོད་ཀྱང་། དེའི་ཉིན་མོ་
 ཡང་གཞོན་སྟེས་ལས་མེད་ཆོ་ལ་སྟོབ་བྱུང་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་གཞི་ག་རེ་སྟེལ་རྒྱུ་
 འདུག་གམ་ཅས་འི་བ་དེ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྟོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཛོད་བསྟན་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དབང་ལྷན་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ **སྤྱི་ཚུང་ཅམ་མི་གསལ།** གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་པ་ཁག་ཅིག་གཞིས་ཆགས་ཁག་གི་ནད་
གཞུང་གི་ལྟ་སྐྱོང་འོག་ལ་ཡོད་པ་དང་། སློབ་གྲྭ་དང་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཁག་ བོད་རིགས་སྤྱི་མ་གུན་ཆོག་གས་པ་ཁག་མང་པོ་ཞིག་གིས་
ལྟ་སྐྱོང་གནང་གི་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། དེ་དག་གི་གནས་སྡོད་ཡོད་ནའང་། ཁག་ཅིག་གིས་སོ་སོའི་སྤྱོད་པ་
སློག་མཁན་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཁྱེད་ཡི་མེད། ཉན་ཉན་ཡོད་སྲིད་པ་རེད། དེ་དག་ལ་འཛོད་བསྟན་ལས་ཁྲུངས་ཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་
གནང་ནས་ཁྲིམས་དང་མ་འགལ་བའི་ཐོག་ནས། ང་ཆོས་གང་ལུས་ན་ཆ་གཞན་དག་ལ་བྱུང་མ་ལུས་པ། གཙོ་བོ་ནད་པ་སྤྱོད་སློག་
ཆོས་ཤེས་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་མ་བྱུང་བའི་ཐོག་ལ་དམ་གཟབ་ཁྱེད་ཀྱི་དང་དེ་དག་གལ་ཆེན་པོ་གཟེགས་ཀྱི་ཡོད། གལ་ཆེན་དུ་
གཟེགས་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཐོག་དང་ཞིབ་འཇུག་སོགས་གནང་ནས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁྲུངས་ཁང་རེད། སླན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་
རེད། སླན་པ་རེད། འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཆ་མས་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་ཐོག་ནས་གང་ལུས་ཅི་ལུས་མ་གུན་སྤྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་ལུས་པ་
བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་ནས་སྐར་ཉག་མ་ཅན་གྱི་ཁྱི་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས། གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་པ་མང་ཆེ་བ་ལས་མེད་
རེད་འདུག དེ་ཉན་ཉན་རེད། ཡིན་ནའང་ལས་མེད་དང་ལས་ཀ་བྱེད་འདོད་མེད་པ་དེ་དབྱེ་བ་བྱེད་གོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་
འདུག གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་པ་ཁག་ཅིག་སྤྱིར་བཏང་ནས་གཟུགས་པོ་ཐང་ཐང་ཡིན་པ་དང་ཆོང་རྒྱག་ས་ལ་ཡང་འགོ་ལུས་
མཁན་དེ་འདྲ་ཡིན་ནའང་། ཀྱང་བཅུགས་ནས་བྱུག་ལས་གནང་དུ་མི་འགོ་བ་དེ་འདྲ་འདུག དེ་ཆོ་ལ་ང་ཆོས་ Counseling
དང་གོ་རྟོགས་ལས་འགྲུལ་སྟེལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ངས་གཞིས་ཆགས་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ལ་བཅར་ཆར་བ་ཡིན། བཅར་བའི་
སྐབས་སུ་གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་པ་དང་ཉམ་ཐག་དེ་ཆོ་ལ་གང་ལུས་ལུས་དུས་ཆོད་ལ་དཔག་པའི་ལུག་ཏུ་འགོ་བཞེན་ཡོད།
ལུག་ཏུ་འགོ་དུས་གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་པ་ཁག་ཅིག་སོ་སོའི་ངོས་ནས་སེམས་ལྷགས་མ་ཆག་པར་དཀའ་ལས་བརྒྱབས་
ནས་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དེ་འདྲ་འདུག གཞིས་ཆགས་གཅིག་ནད་དེ་འདྲ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ལ་ཆུ་ pump ཞིག་སྤྲད་རྟོགས་ཞེས་
འཛོད་སྐུལ་ཞུས་པ་བཞིན་འཛོད་བསྟན་ལས་ཁྲུངས་ནས་མ་གུན་ཆེན་སྤྱི་རྒྱ་བྱུང་སོང་། དེ་བཞིན་ན་ཁིང་ལོར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་
ན་དམིགས་བསལ་འཆོ་སློན་ཐངས་གཅིག་གནང་བ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་འཆོ་སློན་གནང་རྒྱ་དེ་དག་གི་ཐང་ལ་གནང་ཐབས་འབད་
བཅོན་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཉེ་ཆར་གཞིས་ཆགས་གཅིག་ལ་འགོ་བའི་སྐབས་སུ་གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་པ་གཟུགས་པོ་ཐང་
པོ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་བྱུག་ལས་གང་ཡང་གནང་གི་མི་འདུག ནང་ལ་བཞུགས་བསྐྱོད་ཀྱི་འདུག ཁྱོད་རང་སྤྱད་ཆོང་དུ་སོང་ན་
འགྲིག་གི་རེད། མི་སྐྱེ་ལ་འགོ་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་ང་ཆོས་སློབ་སྟོན་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་པ་
ཡིན་པ་ཅམ་གྱིས་ལས་ཀ་མ་བྱས་ནས་བསྐྱོད་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་ང་ཆོས་སེམས་ལྷགས་
སྤར་རྒྱ་དང་ལམ་སྟོན་བྱེད་རྒྱ་འགོ་དང་འགོ་ལུས་རེད། ལས་གཞི་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་ང་ཆོས་འཇུག་ཤོར་མི་འགོ་བར་གང་ལུས་
ཅི་ལུས་འབད་བཅོན་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་གཉན་ནད་རེག་དུག་གི་ནད་པ་ལས་མེད་དེ་འདྲ་ཡིན་ན། བོད་མིའི་སྤྱི་གཞི་
འཛུགས་ཀྱིས་ལག་ཤེས་སྤྱོད་བརྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་སྟེལ་བསྐྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་གི་ནད་ལ་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་རྒྱུ་འོ་ཐོབ་

ཐང་གཅིག་པ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་བ་གནང་ནས་དེ་
དག་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་དང་མཐུན་སྟེན་ཡོད་བསྟན་པ་ཞིག་རེད།

དེ་ནས་ཁ་སང་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་དོགས་འདྲི་ཞིག་གནང་སོང་། དེ་ཐོན་པ་བརྗེད་མེད། ཚིག་ཐོ་བརྒྱབ་
བཞག་ཡོད། དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཁྱས་པ་ཡིན་ན། སྤྱོད་པའི་ལྷན་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བའི་གཙོ་བོ་སྐུ་དེ་སྤྲོད་སྟེང་
མཆོག་དང་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་རེད། དེ་བཞིན་བཀའ་ལག་ནང་ལའང་དེའི་
ཐོག་ལ་གྲོས་བསྟུར་ལམ་ཅམ་བྱུང་སོང་། བར་སྐབས་ཤིག་ལ་བོད་མིའི་སློབ་འཇུག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་གཞི་
མང་པོ་ཞིག་ལ་བྲེལ་བ་ཆགས་སོང་། སྤྱོད་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དེ་དག་སྟོར་ལ་གོ་རྟོགས་དང་བྱུང་བསྐྱགས་ལྟགས་
ཆེན་པོ་བྱེད་དུས། བཀའ་རྒྱོན་རང་ས་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ལ་མ་བཅར་ཐབས་མེད་འདྲ་ཞིག་ཆགས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་གནས་སྟངས་
དེ་འདྲ་རེད། ཆང་མ་ལ་བྲེལ་བ་དང་དུས་ཚོད་ཀྱིས་མ་འདད་པའི་སྟེན་གྱིས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཚོགས་ཆུང་གི་ཐོག་ལ་གྲོས་བསྟུར་
ལྷག་པོ་ཞིག་བྱུང་མ་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་བཀའ་ལག་ལ་དེ་དག་སྟེན་མེད་ཞེས་ནས་བཀའ་ལག་ནས་ཀྱང་ན་ཞིང་
སྤྱོད་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་ཚོགས་ཆེན་གཅིག་ལ་བཀའ་གནང་བ་ནང་བཞིན། ད་ལྟའི་ཆར་ངོ་བོ་ཤིག་དཀའ་ངལ་
སྤྱོད་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱན་ཐོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་བཀའ་ལག་གིས་སྟོང་མིན་ཅམ་གནང་རྒྱུའི་ཞལ་བཞེས་གནང་བ་ང་
ཚོའི་སྟེན་ཅིས་ནང་ལ་བཅུག་བསྟན་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་ཚོགས་ཆུང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་བཀའ་ལག་དང་བོད་
མིའི་སློབ་འཇུག་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་བར་ལ་བྱག་ལས་ཞིབ་ཐུག་ཞིག་བྱུང་མ་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ཁ་སང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་བཀའ་ལམ་དང་སྐབས་ཞུགས་ཞུ་ཚོགས་
ཞུ། ཅི་བ་འདི་གནད་ལག་གཅིག་ཆགས་བསྟན་གྱི་འདུག ཁ་སང་འདི་ལ་བརྟེན་གཙོ་བོ་བཏང་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་ཞུས་པ་ཡིན།
སྤྱོད་ཅིས་ཁང་གི་ཡན་ལག་སྤྱོད་ཁང་ཁག་དེ་དག་གི་ནང་ལ་ལས་བྱེད་གསར་བསྐྱེད་བྱུག་ལས་ཞུ་དུས། Hepatitis B ཀྱི་ནད་
གཞི་ཡོད་པ་ལ་བྱུག་ལས་སྤྲད་མི་ཚོགས་པའི་གནས་སྟངས་དངོས་འབྲེལ་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ ༢༠༠༥ ནས་དེའི་སྟེན་
ཀྱི་ལག་འཛིན་སྐབས་སུ་བྱུགས་ཐག་བཅད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྟན་འདུག དེ་ལ་ང་ཚོས་སྤྱོད་ཅིས་ཁང་གི་འབྲེལ་ཡོད་ལག་
འཛིན་དང་བཀའ་མོལ་བྱུང་སོང་། དེ་དག་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་ཐབས་སྟོར་ལ་ང་ཚོའི་ལག་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ནང་ལ་གོ་བསྟུར་
བྱ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་མཆོན་པའི་གཉན་ཆོད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱོད་ཅིས་ཁང་ཡན་ལག་སྤྱོད་ཁང་ཁག་ལ་བརྟག་
དབྱེད་བྱེད་རྒྱུ་དེ་གཙོ་བོ་ཉམས་ཞིབ་རང་རེད་འདུག ཉམས་ཞིབ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་རྒྱ་གར་གྲོང་ཁྱེད་ཁག་བཞི་ཅམ་ལ་བྱེད་ཀྱི་འདུག
གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་མི་འདུག གཙོ་བོ་ཉམས་ཞིབ་རང་གི་ཆེད་དུ་མཆོན་པའི་གཉན་ཆོད་དང་འབྲེལ་བ་
ཡོད་པའི་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དག་གཙོ་བོ་སྤྲོད་ལོག་སྤྱོད་ཁང་ལ་རིན་མེད་ཀྱིས་གནང་བསྟན་པ་ཞིག་རེད་འདུག་ཞུ།

དེ་ནས་བཀའ་ཁོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ཉམས་ཐག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་ཁོས་ཞིག་གནང་སོང་། ཉམས་
ཐག་ཁ་བ། ག་བ། ང་བ། B C D བྱས་ནས་ཡོད་བསྟན་པ་རེད། ཁ་བ་དང་ང་བ་དེ་ནང་སྤྲོད་དང་བོད་མིའི་སློབ་འཇུག་ལ་འཕྲོད་
བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ལྷན་ཚོགས་གནང་རྒྱུའི་ཉམས་ཐག་ཆགས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁ་བ་ཟེར་དུས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་འགྲུལ་མེད། ད་
ལྟའི་ཆར་བསྐྱར་ཞིབ་བྱས་ཆར་ནས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་འགྲུལ་མེད་ཀྱི་གངས་ཀ་ ༡༡༢༤ རེད་འདུག ང་བ་དེ་ ༥༣༠ རེད་འདུག དེ་

དག་གཉིས་ཀར་བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་འཛོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྤྲོན་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་ཤིང་དེ་རིན་མེད་ཐོག་ནས་སྤྲོད་ཀྱི་
 ཡོད། བསྐྱར་ཞིབ་མ་བྱས་སྟོན་ལ་ཉམ་ཐག་ཁ་བ་དེ་ ༣༣'༤ དང་། དེའི་སྟོན་ལ་ང་བ་དེ་ ༡༡༦ དེ་འབྲེལ་བྱས། ཉམ་ཐག་འཛོ་
 སྟོན་དང་སྤྲོན་བཅོས་ལེན་མཁན་ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཆགས་བསྟན་འདུག བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ངེ་བ་དེ་ཉམ་
 ཐག་ནས་སྤྲོན་བཅོས་ལྟ་སྦྱོང་མི་དགོས་ཟེར་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་མཁན་གཞོན་བྱུང་འདུག་ཅེས་པ་འདི་རེད་འདུག དེའི་ཐད་ལ་
 བཀའ་གཙོ་འགྲུལ་མེད་ཀྱི་ཉམ་ཐག་ཁ་བ་ནས་ ༡ བྱུང་འདུག ཉམ་ཐག་ང་བ་ནས་ ༦ བྱུང་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བལ་ཆེར་དེ་
 ག་རང་ཡིན་ས་རེད། སྤྲུགས་ཇི་ཆེ་གནང་།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་བ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྤྲོན་བ་མཐེན་རབ་རྒྱ་མཆོ་ལགས་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྤྲོན་བ་མཐེན་རབ་རྒྱ་མཆོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ གནད་དོན་ཞིག་གི་སྐང་ནས་ཁ་སང་དཔལ་ལྷན་བཀའ་སྟོན་མཆོག་ལ་ངེ་བ་ཞིག་དང་འབོད་
 སྤྱི་འཐུས་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན་ཡང་། ལན་འདེབས་དེ་གཞན་ཞིག་གི་སྐང་ལ་འགྲོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག བྱས་ཅང་ཡར་མ་ལངས་རང་
 ལངས་ཆགས་སོང་། ངས་གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དོན་ཆོན་གཉིས་བ་དེའི་སྐང་ལ་
 འབྲེལ་ཡོད་སྤྲོན་ཅིས་ཁང་ནས་བྱེད་ཀྱི་འདུག་གསལ་པོ་འདུག་གང་ཡང་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་མ་རེད། འཛོད་བསྟེན་རང་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་
 སྐང་ལ་ལས་འཆར་དང་འགན་འཁུ། ལམ་སྟོན། དེ་སྤྱི་བར་ག་རེ་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་དམ། གནང་འཆར་གང་ཡོད་དམ། གནང་
 སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་རེད་དམ་མ་རེད། ངས་གསལ་པོ་དེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་ལན་དེ་གཞན་བ་ཞིག་གི་སྐང་ལ་འགྲོ་བསྟན་སོང་། དེ་ཞུ་
 རྒྱུ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་བ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བྱ་མོ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བྱ་མོ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་ལྷན་འཛོད་བསྟེན་བཀའ་སྟོན་མཆོག་ལ་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་། སྤྱིར་བཏང་ཐབ་སྤྱོད་ཐོན་
 ཆེན་པོ་ཞིག་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། བསྟན་པ་བརྟེན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཉན་པ་ན་བསྟན་མཁན་དེ་ཆོ་ལ་སྟོབ་གསོ་ལམ་སྟོན་མང་པོ་
 ཞིག་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་སྤྲུགས་ཁུངས་གནང་མཁན་ཆོས་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། མི་
 མང་སྤྱི་ཡོངས་ལ་བཀའ་སྟོབ་གནང་བའི་སྐབས་སུ་ནད་གཞི་དེ་ཆོ་དང་འབྲེལ་བའི་འགོས་སྐྱངས་གང་འདྲ་ཡིན་མིན། ཁ་གསལ་
 ནས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་མཐོང་སྐྱང་ལ་དེ་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་མ་བྱས་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐྱངས་ཞིག་ཡོད་བསྟན་པ་རེད།

སྤྱོད་མ་སྤྱོད་ཅིས་ཁང་ནས་མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་ལ་སྤྱག་ལས་མ་གནང་བ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དེ་འདྲི་གོ་
 རོར་ཞིག་ཐེབས་ནས་ཁོ་ཆོ་འཇམ་དུ་བཀའ་མོལ་ག་རེ་གནང་བ་ཡིན་ནའང་འབྲལ་དུ་ན་ཆ་དེ་འགོས་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་
 བོ་ཞིག་དང་། རྒྱུ་རིང་པོར་སྤྲོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནད་འགག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པའི་གོ་རྟོག་ཞིག་ཐེབས་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུག མི་
 མང་ལ་མར་བཀའ་སློབ་གནང་བའི་སྐབས་སུ་ན་ཆ་དེ་འདྲ་མིན་སྤྱི་ཚོགས་ནས་འགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མཆོམས་རེ་ཁྲག་ལེན་
 པའི་སྐབས་སུ་དང་། ཨ་ར་ཐེགས་སྐབས་དང་། སོ་ཁྲུས་དང་། སྐྱ་བཞུར་སྐབས་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ནས་འགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
 དཔེར་ན་གཉན་ནད་རིག་དྲུག་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། HIV VIRUS ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་མེད་པ་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་
 ཡག་པོ་བྱས་ནས་བསྐྱེད་ན་ལོ་མང་རིང་ཐང་པོར་བསྐྱེད་སྐབས་དང་། གཞན་ལ་ལས་སྤྱོད་པོར་མི་འགོས་པ་སོགས་དང་། ང་ཆོ་
 རང་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཐབ་སྤྱོད་དང་འཆོམས་གཞིགས་སྐབས་སུ་བྱམས་དང་སྤྱིང་རྩེ་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་གནང་གི་ཡོད་
 འག་རེད། དེ་སྤྱི་མཐུན་ནས་ལྷགས་ཆེ་ཙམ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་གནང་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་འཛོད་སྐྱལ་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། ལྷགས་རྩེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློབ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློབ་ཆེ་རིང་དབང་སྤྱག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་ནས་འཛོད་སྐྱལ་གནང་བར་སྤྱགས་རྩེ་ཆེ། དེའི་ཐོག་ལ་བོད་མིའི་
 སྤྱི་ག་འཛུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་གང་གཟབ་བྱེད་རྒྱ་དང་། སྤྱིར་བཏང་མང་ཚོགས་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་
 སྤེལ་བའི་སྐབས་སུ་ན་ཆ་དེའི་རིགས་ཆང་མ་ག་རེ་བྱེད་པ་ཙམ་གྱིས་འགོས་ནད་མིན་པའི་གོ་རྟོགས་ལྷགས་ཆེན་པོ་སྤེལ་དང་
 སྤེལ་བཞིན་པ་ཡིན། གོ་རྟོགས་སྤེལ་བའི་སྐབས་སུ་མི་མང་ཆང་མ་ལ་སྤྱོད་པ་དང་མ་སྤྱོད་པ་ཐེར་བ་དེ་ང་ཆོ་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོང་
 གི་འདུག དེ་ཆོ་ལ་ང་ཆོ་འཇམ་ནས་མོས་མཐུན་ཁྱེ་བཞིན་ཡོད། ཁ་སང་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་འཛོད་སྐྱལ་གནང་
 སོང་། གོ་རྟོགས་སྤེལ་བའི་སྐབས་སུ་ཚོགས་ཁང་ཞིག་གི་ནང་དུ་མི་མང་པོ་འཛོམས་པ་གཅིག་བྱ་མ་ཡིན་པར་གསར་གཏོད་
 ལམ་ཐོག་ནས་སྤེལ་རྒྱ་འདུག དེ་ཆོ་འཇམ་ལ་འཆར་གཞི་མང་པོ་ཞིག་བར་བསྤྲིགས་ནས་ཡོད། སྤྱི་ག་བརྟན་ཐུང་ཐུང་དེ་འདྲ་མང་
 བོ་ཞིག་བཟོ་བ་དང་། དེ་བ་རྒྱུད་བར་སྐྱོན་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ལས་གཞི་འགྲོ་སྤྱོད་ཡིན། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་འཛོད་བསྐྱལ་
 གནང་བ་ནད་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་སེམས་ལ་འཛོག་རྒྱ་ཡིན།

གོང་དུ་འདིར་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསོ་བ་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་སོང་། བོད་
 མིའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རང་ནས་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྲང་ལ་ག་རེ་གནང་བ་ཡིན་ཟེར་ན་མང་པོ་དེ་འདྲ་གང་
 ཡང་ཁྱེ་རྒྱ་མེད། བྱེད་ཐབས་ཡོད་པ་ལ་ངོས་འཛིན་ཙམ་ལས་ཆང་མ་ང་ཆོས་བྱེད་སྐབས་རྒྱ་དེ་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྐྱེད་ཀྱི་མིན་འདུག
 དེའི་ཆེད་དུ་ཆེད་མངགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཁྲབ་ཁྲིངས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་ཅིས་ཁང་ཡན་ལག་
 སྤྱོད་ཁང་རྒྱར་སྤྱོད་དེ་འདྲ་རྒྱར་དུ་བཞག་ཡོད་ཙམ་། སྤྱོད་ཅིས་ཁང་ཡན་ལག་རང་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ལྷན་དཔྱད་ཅུལ་དུ་བཏོན་

ནས་ལས་གཞི་མང་དག་ཅིག་འགོ་དང་འགོ་ཐུས་རེད། ད་ལྟ་བར་དུ་ལས་གཞི་མང་པོ་བསྟན་རྒྱ་མེད་ཟེར་སྐབས་ཁྱོད་ནས་མ་
བྱས་པ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མིན། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་སྟེན་ཅིས་ཁང་དང་གོ་བསྟར་བྱས་ནས་མ་འོངས་པར་ག་
རེ་བྱེད་རྒྱ་འདུག་བསམ་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཐུབ་བསྟན་ལུང་རིགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཐུབ་བསྟན་ལུང་རིགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་ཁ་སང་ངས་བཀའ་འདྲི་ཞུས་བཞག་པའི་ལན་
ཡིན་པ་འདྲ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་སྟེན་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པའི་མི་བརྒྱུད་ཅམ་ཞིག་ཉུང་དུ་བྱིན་ཡོད་ཅེས་
བཀའ་གནང་སོང་། ངས་ཁ་སང་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུར་མི་དེ་ཆོའི་མཆོན་གསུང་རོགས་གིས། མི་དེ་ཆོ་ས་གནས་གང་དང་གང་
ནས་རེད་དམ་ཟེར་བ་དེ་གཅིག་དེ་ཡིན། བརྒྱུད་ཉུང་དུ་བྱིན་སོང་ཟེར་བ་དེ་ས་གནས་ཉམ་ཐག་ཞིབ་འདུག་ཚོགས་རྒྱུང་ཡང་ན་
ནང་སྤྱི་དམ་ཐག་ཞིབ་འདུག་ཚོགས་རྒྱུང་ནང་ནས་མར་བཏོན་བཞག་པ་རེད་དམ། ཁོ་རང་ཆོ་དོ་བདག་རང་ནས་མར་ཐོན་སོང་
བ་རེད་དམ་ཟེར་ནས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ངེ་བ་གནང་བ་ནང་བཞིན་གྱི་མིང་དེ་ཆོ་ཞུ་ཐུབ་པ་མི་འདུག་ཀྱང་།
ས་གནས་གཅིག་ཁ་སང་ནས་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན། ལ་དྲགས་བསོད་ནམས་སྤྱི་དགའི་ཆགས་ནས་རེད། གཉིས་པ་དེ་རྩ་རམ་ས་
ལ་ནས་རེད། དེ་དོ་བདག་རང་གིས་སོ་སོའི་མཐུན་རྐྱེན་ཡག་པོ་ཆགས་ཡོད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་བྱིར་འཐེན་བྱས་པ་ཞིག་རེད་འདུག་
ཉམ་ཐག་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུང་གི་ discontinue བྱེད་པ་རེད་མིན་འདུག་ སོ་སོ་རང་ནས་ withdraw བྱས་པ་ཞིག་
རེད་འདུག

ཚོགས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱི་དགའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྲོད་བཀའ་སློན་གྱི་རི་སྒྲོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ང་ཉཱ་དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་བཀའ་གནང་བ་དེའི་ནང་ལ་ཀླས་གཅོང་
ཉམ་ཐག་གི་སློང་ནས་བཀའ་གནང་གི་ཡོད་ན། བཀའ་སྤྲོད་ཀྱིས་ཉཱ་སློང་བྱེད་དགོས་པའི་ཉམ་ཐག་གྲལ་ནས་རང་མོས་ཀྱིས་མར་
ཐོན་འགོ་མཁན་ཁ་ཤས་ཞིག་ཡོད་པས། ང་ཉཱ་སློན་སློན་མ་ཁུས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་ས་རེད།

ཆོག་གས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་དམིགས་བསལ་ཁྱོན་བསྟོམས་པའི་ཉིན་སྟོང་ ༡,༤༠༠,༩༠༠ གྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་
ལ་དགག་བྱ་ཡོད་དམ། དགག་བྱ་མེད་པ་སོང་ཅང་། གྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན། བྱུག་ཆོད་ ༡༡༡༥ བར་དུ་གསོལ་
འདི་བར་གསེང་ཡིན།

བྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ཟླ་ ༣ ཆེས་ ༢༠ ཉིན་གྱི་ཐུན་གཉིས་པ།

ཆོག་གས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་ཁུ་མཐུད་ཀྱི་ཡིན། ཅ་བའི་ད་ཉཱ་ལས་རིམ་འགོ་བཞེན་བ་དེ་སྟོན་ཅིས་ཀྱི་ལས་རིམ་རེད། ཡིན་ནའང་ལས་རིམ་ལ་ཐུན་
བྱ་འགྱུར་བ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས། ཁྲིམས་བཅོམ་ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་འགོ་ཀྱི་ཡིན། གཞུང་འབྲེལ་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་
བཅོ་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ལ་བཅོ་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༢ ལ། དེ་ལ་གཞིགས་རོགས་གནང་། ཁྲིམས་འཆར་
འདོན་མཁན་གྱི་འཐུས་དག་གིས་ཁྲིམས་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དག་གིས་ཁྲིམས་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༢ ལ།

༡༢༡ །གཞུང་འབྲེལ་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བཅོ་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ལ་བཅོ་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར།

དོན་ཆེན།	ཆོག་བཅོམ་སྤྲོད་པ།	བསྐྱར་བཅོས་ཆོག་ བཅོམ།	བཅོ་བཅོས་ཆོག་བཅོམ།	བཅོ་བཅོས་ལ་བཅོ་བཅོས་ཆོག་ བཅོམ།	རྒྱུ་ བཅོམ།
བརྒྱ་ གཅིག་ པ། ནང་ གསེས་ ༡	ངེས་ཅན་བསྐྱར་དུལ་ ཐོགས་ཐོབ་བརྒྱ་ཆའི་ འབབ་ཆད། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ། འབྲུག་གསུམ་ནང་ གནས་སྡོད་བོད་མི་ ཐོགས་ཡོད་རྣམས་	ངེས་ཅན་བསྐྱར་དུལ་ ཐོགས་ཐོབ་བརྒྱ་ཆའི་ འབབ་ཆད། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ། འབྲུག་གསུམ་ནང་ གནས་སྡོད་བོད་མི་ ཐོགས་ཡོད་རྣམས་	ངེས་ཅན་བསྐྱར་དུལ་ ཐོགས་ཐོབ་བརྒྱ་ཆའི་ འབབ་ཆད། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ། འབྲུག་གསུམ་ནང་གནས་ སྡོད་བོད་མི་ཐོགས་ཡོད་ རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ཅ་	ངེས་ཅན་བསྐྱར་དུལ་ཐོགས་ ཐོབ་བརྒྱ་ཆའི་འབབ་ཆད། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ། འབྲུག་ གསུམ་ནང་གནས་སྡོད་བོད་ མི་ཐོགས་ཡོད་རྣམས་ཀྱིས་ རང་གི་ཅ་ཐོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ བཞིའམ། སྤྱང་ཐོགས་ཀྱི་བརྒྱ་	

གྲིས་རང་གི་ཅུ་ཕོགས་ གྲི་བརྒྱ་ཆ་བཞི་འཕམ། སྒྲང་ཕོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ གཉིས་གང་མང་བ་དེ་ འབྲུལ་དགོས། ཅུ་ ཕོགས་དང་སྒྲང་ ཕོགས་ཐ་སྙད་གསལ་ ཁ་མེད་པ་ལས་དོད་ དང་མཆན་དོད་ཐོབ་ མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ ལས་དོད་དང་མཆན་ དོད་འབབ་ནས་བརྒྱ་ ཆ་ ༡་༥༠ འབྲུལ་ དགོས།	གྲིས་རང་གི་ཅུ་ཕོགས་ གྲི་བརྒྱ་ཆ་བཞི་འཕམ། སྒྲང་ཕོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ གཉིས་གང་མང་བ་དེ་ འབྲུལ་དགོས། ཅུ་ ཕོགས་དང་སྒྲང་ ཕོགས་ཐ་སྙད་གསལ་ ཁ་མེད་པ་ལེ་ཉིན་སྒྲུ་ སྤྱད་ལས་དོད་དང་ མཆན་དོད་ཐོབ་མཁན་ རྣམས་ཀྱིས་ལས་དོད་ དང་མཆན་དོད་འབབ་ རྣམ་བརྒྱ་ཆ་ ༡་༥༠ འབྲུལ་དགོས།	ཕོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་བཞི་འཕམ། སྒྲང་ཕོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ གཉིས་གང་མང་བ་དེ་ འབྲུལ་དགོས། ཅུ་ཕོགས་ དང་སྒྲང་ཕོགས་ཐ་སྙད་ གསལ་ཁ་མེད་པ་ལེ་ཉིན་སྒྲུ་ དང་། ལས་དོད། མཆན་ དོད་ཐོབ་མཁན་རྣམས་ <u>ཉིས་ལེ་དེའི་ནང་སོ་སོའི་</u> <u>ཡོང་འབབ་ཁྱོན་བསྟོམས་</u> <u>ཉིན་སྟོང་ ༣༠,༠༠༠</u> <u>བརྒྱལ་མཆའ་ལ་ཉིན་</u> <u>སྒྲིའི་དོད་དང་།</u> ལས་དོད། མཆན་དོད་འབབ་ནས་ བརྒྱ་ཆ་ ༡་༥༠ འབྲུལ་ དགོས།	ཆ་གཉིས་གང་མང་བ་དེ་ འབྲུལ་དགོས། ཅུ་ཕོགས་དང་ སྒྲང་ཕོགས་ཐ་སྙད་གསལ་ཁ་ མེད་པ་ལས་དོད་དང་མཆན་ དོད་ཐོབ་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ ལས་དོད་དང་མཆན་དོད་ འབབ་ནས་བརྒྱ་ཆ་ ༡་༥༠ འབྲུལ་དགོས། <u>ཉིན་སྒྲིའི་ཐང་</u> <u>ལས་ཁྲངས་སམ་སྡེ་ཆན་</u> <u>གཅིག་གི་ནང་ཉིན་གྲངས་</u> <u>༣༡ ལས་མང་བ་ཞུ་སྟོན་བྱ་</u> <u>དགོས་རིགས་ནས་ཉིན་སྒྲིའི་</u> <u>ཐོབ་ཀྱི་འབབ་ནས་བརྒྱ་ཆ་ ༡</u> <u>འབྲུལ་དགོས།</u>
--	---	---	---

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

རྒྱུ་ཕྱོར་གནང་མཁན་སྤྱི་འཐུས་འབའ་པ་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཆན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་འབའ་པ་སྐལ་བཟང་རྒྱལ་མཆན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ གཞུང་འབྲེལ་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༢ ཁ ལ་རྒྱུ་ཕྱོར་ཞུ་ཡི་
 ཡོད།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཚུད་པ་ལ་དགག་བྱ། མེད་པ་སོང་ཅང་། ཚུད་པ་ཡིན། དེའི་བརྗོད་པ་དང་སྟོ། བརྗོད་པ་དང་སོ་ལ་གསུང་མཁན་མེད་པ་ཡིན་ན།
 བརྗོད་པ་དང་སོ་ཟེན་པ་ཡིན། བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་ལ། གསུང་མཁན་མེད་པ་སོང་ཅང་། འདི་ལ་དགག་བྱ་གནང་མཁན་
 ཡོད་དམ། དགག་བྱ་བྱེད་མཁན་མེད་ན། འདིའི་རིམ་པ་ཆ་ཆང་ཞིག་འགྲོ་མི་དགོས་པ་བྱས་ནས། བཟོ་བཅོས་ལ་བཟོ་བཅོས་
 ཆོག་བརྗོད་འདི་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པར་དགག་བྱ། མེད་པ་སོང་ཅང་། འདི་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན།

སྒྲིབ་ཅིས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཐོག་ལ་བསྐྱར་ལོག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཟུར་བཀོལ་སྒྲིབ་ཅིས་སྒྲིབ་སྒྲོན་གནང་
རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དབལ་ལྗན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཟུར་བཀོལ་སྒྲིབ་ཅིས་དེ་ཁྱོད་བསྐྱེམས་ཉིན་སྐོར་
༡༠༠,༩༣༥,༥༩༣ བཀའ་ཤག་གིས་རྒྱབ་གཏིར་གནང་བ་རེད། ང་ཆོས་དེ་ལ་སྤར་གཙོག་གང་ཡང་མེད།

ཆོགས་གཙོ་སྒྲིབ་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཁ་སང་འདི་སྐར་ལ་གསུང་གི་ཡིན་ཟེར་མཁན་གཉིས་ཡོད། གཅིག་སྤྱི་འཐུས་འཇམ་དབྱངས་བཅོད་པ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་འཇམ་དབྱངས་བཅོད་པ་ལགས་ནས།

དབལ་ལྗན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ མང་པོ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་མེད། མང་ཆེ་བ་འཕྲོ་ཆར་སོང་། ཅིས་འགོ་། ག་། འདུག་ཟླ། སྤྱོས་རྩས་
ངན་གོམས་དང་བཅོས་ཐབས་ཟེར་རྒྱུ་དེ། ཁ་སང་དེའི་སྐར་ལ་སྐར་ཉགས་ཅན་གྱི་རི་བ་དང་འབྲེལ་ནས་གཅིག་ཞུ་དགོས་
བསམས་སོང་སྟེ། དབལ་ལྗན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་དེའི་ཐོག་ལ་གསུང་བཞག་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། དེ་
ནས་སྒྲོང་པའི་དུས་ཆོད་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ནས། ང་ལ་མང་པོ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་མེད། དང་པོ་དེ་སྤྱོས་རྩས་ངན་གོམས་སྒྲོན་འགོག་
དང་ཟེར་བ་དེའི་ཟུར་འཇར་དེའི་ནང་ལོགས་སུ་སྒྲོན་འགོག་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་རྒྱུའི་ཆོགས་འདུ་ཞིག་ལ་འཕྲོ་སོང་འཕྲོལ་བ་
ཞིག་ཆགས་འདུག ངས་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་དེ། ངའི་ཤེས་ཆོད་ལ་སྤྱོས་རྩས་ངན་གོམས་བྱེད་མཁན་གྱི་རིགས་
གཅིག་དང་པོ་ནས་ངན་གོམས་ཆགས། རྩས་ལ་ས་གནས་གཞིན་ཅུ་དང་དེ་འབྲས་སྒྲན་ཁང་ལ་པར་བསྐྱེལ། ཉོག་ཅམ་ཡར་བྲག་
སྟེ་གཏོང་བ་དེ་ཆོ་ཡང་སྐྱམ་པོ་འབྲས་པོ་ཆགས། དེ་ནས་མར་སྒྲོད་ཡོང་དུས། རྒྱ་བ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རྩས་སུ་བསྐྱར་དུ་ན་ཆ་དེ་ཡར་
ལངས་ནས་ཡང་ཁྲིམ་དཀྱིལ་ལ་འབྱམས་ནས་འཕྲོ་མཁན་དེ་འབྲས་པོ་ཡོད་པ་རེད། ཞུ་རྒྱུ་དོག་དོག་དེ་སྤྱོས་རྩས་ངན་གོམས་
དེ་སྒྲན་ཁང་ལ་ཁྲིད་ནས་ཐངས་གཅིག་བྲག་ཆར་བའི་རྩས་ལ་ཡང་བསྐྱར་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་སྒྲོད་པའི་སྐབས་ལ། ན་ཆ་དེ་བསྐྱར་
ལྡབ་མ་ཡོང་བ་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཅིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག གལ་སྲིད་ན་ཆ་དེ་ཡང་བསྐྱར་བསྐྱར་ལྡབ་བསྐྱར་ལྡབ་བྱེད་བསྐྱར་བ་
ཡིན་ན། འཕྲོ་སོང་འཕྲོལ་བ་དང་། དེ་འབྲའི་དཀའ་ངལ་གྱི་རིགས་ཤིག་ཡོང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ར་རམ་ས་ལ་དང་གང་ས་གང་
ལ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གལ་སྲིད་དེ་འབྲས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཡོང་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན་འཕྲོ་སོང་འཕྲོལ་བ་
རེད། དེ་ཁ་སང་གོང་དུ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་བྱས་ནས། རྒྱུན་དུ་གཙོད་རྒྱུ་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་
འདུག་མ་གཏོགས། མི་ཆེ་གང་པོར་འཕྲོ་སོང་གཏོང་བསྐྱད་ན་ཁག་ཅམ་ཞིག་བཅོ་མི་ཡོང་ངམ་བསམས་སོང་ཟེར་ནས་ངས་དེ་
གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

གཉིས་པ་དེ་སྤྱི་མཁའ་ལོ་མཁའ་ཀྱི་གནས་སྤངས་གསུངས་སྤངས་གཅིག་ལ་མི་འབྲུམ་གཅིག་དང་ཁྱིམ་ལས་ཞིག་
 ཡོད་ཀྱི་ལོ་ལོ་དེ་ག་པར་བསྐྱར་བཞག་གི་ཡོད་ན། ཤེ་མཁན་གྱི་གངས་ཆོད་ཀྱི་བཟོ་འདྲ་པོ་དང་། ཡང་སྐད་ཆ་ཞེད་སྤང་ཆ་པོ་
 དེ་འདྲ་གོ་ཡོད་གི་འདུག དེ་འདྲ་གོ་བའི་སྐབས་ལ་ཡང་གང་འདྲ་འདྲ་པོ་ཡིན་ནམ། ཡིན་ནམ་ཞིག་འདྲུག་གྱེད་དགོས་ཀྱི་ཞིག་ལ།
 གོང་དུ་སྤྱོད་པའི་དུས་ཆོད་ཐོག་མ་བཞེས་མཁན་དེས་གསུངས་སོང་། སྤྱི་མཁའ་ལོ་མཁའ་ཡོད་མཁན་མང་ཆེ་བ་དེ་རྒྱུད་དུས་
 ཉམས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཐུན་ཀྱིན་གང་ལ་གང་འཆོམ་ཡོད་མཁན། རྒྱུ་འབྱོར་དེ་འདྲ་གང་ལ་གང་འཆོམ་ཡོད་མཁན་དེ་འདྲའི་
 རིགས་དེ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་བསྟན་གྱི་འདུག དེ་ཆོ་ལ་ཞིག་འདྲུག་གཅིག་བྱས་ནས། ཡག་ཤོས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ནང་མི་དང་གཉིན་
 འབྲེལ་དེ་ཆོ་ཐུག་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་ན་ཡག་པོ་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་མེད་བ་ཡིན་ན་འཆོར་ལོངས་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་སྐར་
 གྱིས་འགྲོ་སོང་བཏང་ནས་སྐྱག་ལང་དུ་བཏང་། དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་ལ་གཞུང་གིས་འགྲོ་སོང་བཏང་ནས་དེ་འདྲ་གྱེད་
 དགོས་པ་ཡིན་ན་ལས་ཀ་འཛོལ་བ་རེད། དེ་ལ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་དོ་སྤང་གྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་ལས་མང་བ་གང་ཡང་ཉུ་
 རྒྱ་མེད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འབྲུམ་གངས་ལྷ་མོ་ལགས།

སྤྱི་འབྲུམ་གངས་ལྷ་མོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཟུར་བཀོལ་རྩིས་འགོ་ཡང་ ༡༥ སྤྱི་ཆོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་གཞིའི་ནང་ལ། ཆགས་པའི་མ་
 དང་བྱིས་པའི་བྱད་མེད་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཟུར་འཛར་དེ་ ༦ དེ་བྱས། ༦ ནང་གི་གངས་རྒྱུད་ ༩ པའི་ནང་ལ། བྱད་
 མེད་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་སྤྱུམ་མ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་ནས་ཉུ་རྒྱ་ཞིག་ལ། ང་རང་གིས་སོ་སོའི་
 བསམ་མོ་འདྲ་པོ་བཏང་ནས། འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཕན་མིན་ཆེ་རྒྱུ་ལ་མ་སྟོས་པར་ལས་འཆར་གསར་བ་ཞིག་མཁོ་འདོན་ཡོང་ཀྱི་
 ལ་ཉུ་ཡི་ཡིན། དང་པོ་དེ་ག་རེ་ཡིན་ཟེར་ན། ང་ཆོ་བྱད་མེད་སྟོར་ལ་བཤད་ཡོང་དུས། ནང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཐོའི་ནང་ལ་བྱད་མེད་ལ་
 མཐོང་བཞག་ཡོད་པ་དེ་ཆོང་མས་ངོས་འཛིན་ཡོད་པ་རེད། ཉེ་དུས་ལྷ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ཨ་རིར་ཕེབས་དུས་སུ་གྲུ་བཅུ་བཞི་
 ཡོད་པའི་ཨ་མ་ཞིག་ལ་སྐྱག་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་འདུག གནས་ཚུལ་དེའི་ཐོག་ནས་ང་རང་གི་བླ་སྤང་འདྲ་པོ་དེ་ག་རེ་བྱུང་
 སོང་ཟེར་ན། ང་ཆོ་དམིགས་བསལ་ཆོགས་ཆེན་ཐེངས་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ། ཆོགས་རྒྱུད་མང་པོའི་ནང་ལ་ག་རེ་བྱུང་ཡོད་པ་
 རེད་ལམ་ན། སྤྱི་ལྷ་གསུམ་སྤང་ལ་ཡོད་པའི་བྱད་མེད་དེ་ཆོ་ལ་ང་ཆོས་གཅིག་གྱེད་ཀྱི་ཡིན་ལམ་དུས། དེ་དུས་ང་རང་གི་བླ་
 ལུལ་ནང་ལ་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་སྟོར་མཆོག་གི་མཐུག་བསྟེན་ལས་ཀྱི་བཟོ་འདྲ་པོའི་གསུང་བཤད་དེའི་ནང་ལ། དེ་ལ་ངོ་བཞེས་ཀྱི་
 བཟོ་འདྲ་པོ་གནང་ནས་དེ་ལ་རྒྱུ་འབྱོར་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེའི་སྟོར་ལ་གཅིག་གྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་སོང་།
 དེ་ཡིན་དུས་ང་རང་གི་ལས་གཞི་འབྲུལ་ཀྱི་གསར་བ་དེ་ག་རེ་ཡིན་ཟེར་ན། ཨ་མ་བཟང་མོ་དེ་ཆོ་ལ་གཞེངས་གསོལ་གྱི་གཞེངས་
 ཉམས་བཟོ་འདྲ་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་སྤྱོད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་སྤྱོད་ཀྱི་རེ། སྤྱིར་བཏང་བྱད་མེད་ཀྱི་སྟོར་ལ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། ང་རང་

འདྲ་པོ་ཡིན་ན་བྱད་མེད་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ག་རེ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། བྱད་མེད་ཆོ་ལ་འདྲ་མཉམ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར།
 ཐོབ་ཐང་ཡང་ཚེད་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར། ཡིན་ནའང་དམིགས་བསལ་མི་དགོས་ཟེར་ནས་བཤད་མཁན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཟེར།
 ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་ཆར་ཨ་མ་བཟང་མོ་དེ་ཆོ་ལ། ཨ་མ་བཟང་མོ་ཟེར་བ་དེ་ལ་ཆད་གཞི་གང་འདྲ་ཞིག་འདྲིན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་
 བ། སོ་སོ། ང་ཆོའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤེར་དུ། ཨ་མ་བཟང་མོ་ཟེར་རྒྱ་དེ་སོ་སོའི་བཟའ་ལྗེ་ལ་བཅི་བཀྲམ། སྤྱ་སྤྱག་ལ་གཅེས་སྦྱོར། བྱིས་
 ཆང་ཆ་ཆ་རྒྱག་རྒྱག་བཟོ་མཁན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཨ་མ་དེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་པ་རེད་ཟེར། དེ་ནས་དེ་ཆོ་ལ་སྤྱ་གྲུ་ལྷ། བཟླ། བཙོ་ལྷ། ག་
 ཆོད་ཡོད་ནའང་དེ་ཆོས་དངོས་གནས་བྱང་གནས་སོ་སོའི་སྤྱ་གྲུ་དེ་ཆོ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དོག་ཁྲིས་མིན་པར། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྗེས་
 འདྲིན་པ་ཆད་ལྷན་དེ་འདྲ་གསོ་སྦྱོར་བྱེད་སྤྱབ་མཁན་ཀྱི་ཨ་མ་དེ་ཆོར་གཟེངས་གསོལ་ཞིག་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་དགོས་ཀྱི་
 འདུག དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དངོས་གནས་བྱང་གནས་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། སྤྱིར་བཏང་ང་ཆོ་མི་རིགས་ལ་རབས་དང་
 གོམས་གཤེས་བཟང་པོ་དང་། གཅིག་ཡིན་ལས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། (དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། འགྲིག་སོང་འགྲིག་
 སོང་། ད་དེ་གོ་བརྟ་འཕྲོས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད།) ལགས་སོ་ལགས་སོ། དེ་ནས་མ་ཡུམ་ཆོ་ལ་གྲུས་ཞབས་བྱེད་རྒྱ་དེ་ང་
 རང་གིས་ཡིན་ཤིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དམིགས་སྤྱ་བཀར་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱ་འབྱར་དུ་བཏོན་ནས། དཔེར་ན་ཨ་མ་རྒྱ་སྤྱོན་
 ལགས་ལ་སྤྱ་གྲུ་བཙོ་ལྷ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར། སྤྱ་གྲུ་བཙོ་ལྷ་ཆང་མ་ང་ཆོའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་པན་ཐོགས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱང་བ་ཡིན་ན་
 དཔེ་ཡག་པོ་འདུག བྱས་ཅང་དེ་ལས་གཞི་གསར་པ་ཞིག་ལ་ང་རང་གིས་ངོས་འདྲིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་དེ་ག་ཅུ་ཞིག་མིན་
 ཟེར། བྱད་མེད་ལ་དངོས་གནས་བཅི་མཐོང་ཆད་ལྷན་བྱེད་རྒྱ་དེ་འདྲའི་ལས་གཞི་ཞིག་ཡིན་ཟེར། དེ་གཞུང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་
 དངོས་ཤུགས་བརྒྱད་གསུམ་ནས་ཁོང་ཆོ་ཨ་མ་དེ་ཆོ་ལ་རོགས་པ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་
 གོང་བཀྲར་བྱེད་རོགས་གནང་ཟེར། དཔེར་ན་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ང་ཆོས་ཁྲོམ་གཞུང་ནང་དུ་མཐོང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱབ་ལ་ཁུར་
 མཐུན་དུ་ཁྱིད་དེ་འདྲ་བྱེད་མཁན་དེ་ཆོ་ཅི་མ་སོང་ན། ཁོ་རང་ཆོ་རེད་མདོག་མདོག་འདྲ་པོ་ཞིག་བྱས་ནས། དེ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་
 རེད་ཟེར། བྱས་ཅང་དེ་འདྲའི་གཟེངས་གསོལ་ཞིག་དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྐྱེན་བཀའ་ལློན་གྱི་མཆོན་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་འདྲ།
 གང་ལྟར་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ཨ་མ་བཟང་མོ་ཟེར་རྒྱ་ཞིག་གི་གཟེངས་གསོལ་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོ་ལ་པན་པོ་ཞིག་དངོས་
 འབྲེལ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག སྤྱགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཚོགས་གཙོས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཞུས་པ་ཡིན། གོ་བརྟ་འཕྲོད་རོགས་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་དེ་རྒྱན་ཐོན་གྱི་སྐབས་སྤྱ་
 གསུང་རོགས་གནང་ཞེས་དང་། མར་འབབ་ཡོང་དུས་ཅིས་རང་གི་ཐོག་ལ་གསུང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུས་པ་ཡིན་ཡང་། འབབ་
 སྤྱབ་ཀྱི་མི་འདུག ཚོགས་གཙོས་ཞུ་སྐྱངས་འདྲ་པོ་དེ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྐྱེན་བཀའ་ལློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་གོང་དུ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཞིག་གིས་བེ་བ་གནང་བ་དེ་མཁུག་སྐྱོད་ཞིག་གི་ཕྱི་ཕྱོད་ཐུབ་པའི།
དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་གི་བཀའ་འཕྲོལ་གནང་རྟོགས་གནང་བེད་ནས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། ཉམ་ཐག་ཁྲིམ་པ་དང་ཁྲིམ་པ་དེ་
སྤྲོད་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་སྦྲེན་དེ་དཔལ་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག གནས་སྐྱེད་པ་ཡག་པོ་ཆགས་ཡོད་ཟེར་ནས་དང་དུ་སྤངས་ནས་ཕྱིར་
འཐེན་གྱིད་མཁན་གྱི་གྲངས་ཀ་དེ་ཁྱེ་རྒྱ་པ་ཡིན་ན། ཉམ་ཐག་ཁྲིམ་པ་དེ་དེ་འདྲེད་འདུག ས་གནས་གང་དང་གང་ནས་བྱུང་
འདུག་ཟེར་ན། ར་རམ་ས་ལ་ནས་ལྷ་བྱུང་འདུག ར་རམ་ས་ལ་ནས་མཆོན་འབོད་བཞག་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་ན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་
དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་(དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ནས། དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་གས་བཀའ་འཕྲོལ་
སྤྲད་པ་རེད། གསུང་རྟོགས་གནང་།) ར་རམ་ས་ལ་ནས་ལྷ་བྱུང་འདུག ར་རམ་ས་ལ་ནས་ལྷ་མོ། ཆེ་རིང་གཡང་འཛོམས། ཁོར་
བྱ་ཆེ་རིང་། བཟ་ཞིས་སྒྲོལ་མ། ཉི་སྒྲོལ། དེ་འདྲ་བྱུང་འདུག དེ་ནས་ཀ་སྤྲུག་ནས་གཉིས་བྱུང་འདུག ཆོས་བཅུ་སྒྲོལ་མ་དང་། ཆེ་
རིང་བདེ་སྤྱིད། ཉམ་ཐག་ཁྲིམ་པ་དེ་འདྲེད་ཐེན་པ་ལེ་ཞེས་ལྷ་སྒྲོལ། དེ་ནས་ཉམ་ཐག་ཁྲིམ་པ་དེ་དེ། གོང་དུ་ཁྱེ་རྒྱ་པ་དེ་ཉམ་
ཐག་ཁྲིམ་པ་དེ་ཡིན། ད་ལྟ་དེ་ཁྲིམ་པ་དེ་དེ། ད་ལྟ་དེ་ཁྲིམ་པ་དེ་དེ་ཆས་གཙོ་མཆོག་མེད་ཆོ་ལ་དེ་ཆོས་སྤྲོད་བཅོས་སྤྲུང་
བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཉམ་ཐག་ཁྲིམ་པ་དེ་ཡོ་གཞོན་མི་སྤྱི། ད་ཉམ་ཐག་ཁྲིམ་པ་དེ་ནང་གི་ཕྱིར་འཐེན་གྱིད་མཁན་ས་
གནས་བརྒྱུད་ནས་བྱུང་འདུག མི་སྤྱི་བརྒྱུད་བྱུང་འདུག དང་པོ་དེ་སྤྲོད་ཐེན་པ་གཡང་ཀ་དེ་ནས་སྤྲོད་ར་རམ་ས་གཅིག་བྱུང་
འདུག བཟ་ཞིས་དབང་འདུག། Clementown ནས་དོན་སྒྲོལ་པ་རྒྱ་ཞིག་བྱུང་འདུག དེ་ནས་ར་རམ་ས་ལ་ནས་མིག་དཔལ།
དེ་ནས་ཀ་སྤྲུག་ནས་བྱུངས་པ། ལ་དྲགས་བསོད་ནམས་སྤྱིང་ནས་ཆེ་རིང་ལྷ་སྤྱིད། ཞིམ་ལ་ནས་ཕྱར་བྱ་ཆེ་རིང་། ར་རམ་ས་ལ་
ནས་འཐེན་ཆེན་བཟང་མོ། དེ་ཆོ་བྱུང་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁག་གཉིས་ཀྱིས་དོགས་འདི་དང་དགོངས་འཆར་གནང་བ་དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཁྱེ་རྒྱ་
དང་། གཙོ་མོ་དེ་དེ་ཆེ་རྒྱ་སྤྲོད་ཐེན་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལོ་ལྷར་དེ་ཆོས་སྤྲོད་འགོ་གི་བསྐྱེད་ཞིབ་ཆོག་ས་
ཆུང་ཞིག་ཆོག་གས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཙོ་མོ་དེ་སྤྲོད་ཐེན་པ་ལ་དམིགས་སུ་བཟུང་ནས་ལས་གཞི་དེ་སྤྲོད་ཐེན་པ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་
རེད། ལས་གཞི་འདི་དེ་ཆོས་གཡང་འགྲུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བཅི་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལ་སྤྲོད་ཐེན་པ་འགྲུལ་འཛིན། སྤྲོད་
སྤྱི། མཐུན་ལས་སྤྲོད་ཐེན་པ། སྤྲོད་ཐེན་པ་འཕྲོད་བསྟེན་ཆོག་ས་ཆུང་གི་ཆོག་གས་མི། གཏན་སྤྲོད་ཐེན་པ་གི་པོ་དེ་དག་དེ་ཆོ་གདན་
འཕྲོད་ཁྱེ་རྒྱ་པ་འདི་ཐོག་ནས། དེ་ཆོས་སྤྲོད་ཐེན་པ་དེ་དག་འདུག་དེ་སྤྲོད་ཐེན་པ་ལ་ལོང་བའི་ཆེད་དུ་གོ་བསྐྱེད་སྤྲུང་
བཤད་གྱིད་རྒྱ་དང་། ལོ་ལྷར་ཆོག་གས་འདུ་དང་གཟབ་སྐྱོང་གཅིག་ལྟོགས་པེ་གྱིད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་
ད་ལན་སྤྲོད་ཅིས་ནང་ལ་ཉོག་ཅམ་ཞིག་འཕར་བསྐྱེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཆོས་གཡང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཅི་བའི་ཐོག་ནས་དེའི་ནང་
ལ་ལོ་ལྷར་སྤྲོད་ཐེན་པ་ལ་ལས་ཆོག་གས་མི་མང་པོ་ཞིག་བཅར་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྲོད་ཐེན་པ་ ༣༥ ཅམ་ནས་བཅར་བསྐྱེད་པ་
ཞིག་རེད་འདུག དེ་ནས་སྤྲོད་ཐེན་པ་དེ་དག་འདུག་དེ་དངོས་གནས་དག་འདུག་ཆེན་པོ་དང་། མགོ་རྒྱ་ལ་ལོ་ལྷར་ལྱང་
རེད་འདུག མ་འོངས་པ་ལ་དགོས་མཁོ་ག་པེ་ཡོད་མེད་དང་། དག་འདུག་དེ་སེལ་རྒྱུ་འདི་ཐོག་ལ་དེ་ཆོ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་
ནས་ཉམ་ཐག་ཞིབ་ཅིག་གྱིད་དགོས་རྒྱ་ཞིག་ལ་གཞིགས་ཀྱི་ཡོད། མ་འོངས་པ་ལ་འདུག་པས་ཞིབ་གྱིད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཁྱེ་རྒྱ་

ཡིན། དཀའངལ་སེལ་རྒྱུ་ལ་ང་ཚོ་ Need assessment ལ་བ་རྒྱུ་བྱེད་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཡིན་དུས། དེ་ལ་ང་ཚོས་
ལས་ཁུངས་ནང་ལ་གོ་བསྟར་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པ་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་ནས་བཀའ་ཁོལ་གྱི་འཕུས་ཤིག་ནས་བྱད་མེད་ཨ་མ་བཟང་མོ་ཆགས་རྒྱུ་འོས་ལ་གསུང་གི་ཡོད་ས་རེད། ཨ་མ་
བཟང་མོ་སྤྱ་གྲུ་གསུམ་ལས་མང་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཚོ་ལ་གཟེངས་གསོལ་གནང་ན་ཅེས་ནས་གསུང་གི་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཡིན་
དུས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། འདི་སྤྱིར་བཏང་དམིགས་བསལ་ཚོགས་ཆེན་གྱི་སྟེན་ཐོན་ལ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན། མི་འཁོར་
འཕེལ་རྒྱས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཀྱང་ཆགས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲི་ཐོག་ནས། དེ་སྟོན་ལ་དཔལ་
ལྷན་སྤྲོད་སྐྱོད་གི་ལན་འདེབས་གནང་བའི་སྐབས་སྟེ། འདིའི་ཐད་ལ་ང་ཚོ་བཀའ་ཤིག་ནང་ལ་གྲོས་བསྟར་བྱེད་ཐུས་ཡིན་ཅེས་
ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། འདིའི་ཐད་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ལུ་འཕུགས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་ག་རེ་གནང་རྒྱུ་ཡོད་ནའང་རེད། འཕྲོད་
བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་ག་རེ་གནང་རྒྱུ་རེད། དེ་ཚོ་ད་ལྟ་གོས་བསྟར་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་རེད་ཅེས་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། ལྷགས་
ཇི་ཅི།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཕུས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྟོན་ལགས།

སྤྱི་འཕུས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྟོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གོ་སྐབས་གནང་བར་ལྷགས་ཇི་ཅི། ངའི་དོགས་འདི་ལྟར་གཅིག་དེ་སྟོན་ཇུས་འདུག་གོ་མས་སྟོན་
འགོ་གི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་གཅིག་གསུངས་གནང་སོང་། སྟོན་འགོ་གི་བསྟར་ཞིབ་ཚོགས་ཆེན་དང་དེ་འདྲ་ཞིག་ཚོགས་གནང་གི་
ཡོད་ཅེས། དེ་ལ་འབོད་སྐུལ་ཞིག་ལྟར་ཡིན། སོ་སོའི་བསམ་འཆར་ཞིག་ལྟར་ཡིན། གང་ཡིན་ཅེས་ན་ཟབ་སྦྱོང་དེ་འདྲ་གནང་།
ཉི་ཆར་ Mumbai དེ་བར་ལ་སྟོན་གྱི་འདྲ་ཡིས། སྟོན་གྱི་རང་གི་ནང་ལ་སྤྱ་གྲུ་དེ་འདྲ་བྱེད་རྒྱུ་ཞིག་ དེ་ནས་གཞུང་
འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ཁོང་ཚོས་བཅོས་ཉེ་ཐར་ནས། སྤྱ་གྲུ་དེ་ག་རང་གིས་སྟོན་གྱི་འདྲ་ལ་པར་བྱིན་ནས་གོ་རྟོགས་
སྟེལ་རྒྱུ་དེ་ལྷགས་ཆེན་པོ་པན་ཐོགས་ཡོད་གི་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དེ་གང་ཡིན་ཅེས་ན་ང་ཚོས་ཉམས་སྦྱོང་ལ་བལྟས་
ནས་ཀྱང་ Connect བྱེད་ཐུབ་པ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་འདུག བྱས་ཅང་དེ་འདྲི་ཐོག་ལ་དགོངས་འཆར། མ་འོངས་པར་འཆར་
གཞི་ཡོད་ན་ཅེས་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེར་ཟབ་སྦྱོང་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་སྟོན་གནང་དུས། དེའི་ཐོག་ན་དགོངས་བཞེས་གནང་ཐུབ་
ན་ཅེས་ནས་འབོད་སྐུལ་ལྟར་གཅིག་དང་། དེ་ནས་བྱད་མེད། མ་དང་བྱིས་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྟོན་ཅིས་ནང་ལ། སྟོན་ཅིས་ཀྱི་
ཟུར་འཇར་དུག་པའི་ནང་ལ། བདུན་པ་དེ་ལ་བྱ་སྟོན་སྟེན་ནང་ Cancer ཀྱི་སྟོན་འགོ་གི་ལ་བ་རྒྱུ་ཞིག་འདུག དེ་དངོས་གནས་
གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ང་ཚོ་བྱད་མེད་ཀྱི། ད་ལྟ་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་བསྟན་དུས་ལ། ལོ་བཞི་བཅུ་ཞེ་གངས་སྟེབས་
དུས་བྱ་སྟོན་གྱི་ Cancer ནད་པ་མང་པོ་ཞིག་འདུག བྱས་ཅང་དེ་ཚོའི་སྟོན་འགོ་གི་དཀའ་བ་གནང་རྒྱུ་ཡིན་ནམ་ཅེས། སྟོན་
ཅིས་དེ་འདུག བྱས་ཅང་བཀའ་འདི་ལྟར་གཅིག་བྱས། གལ་ཆེ་ཤོས་ང་རང་གིས་བཀའ་འདི་ལྟར་ག་རེ་ཡིན་ཅེས་ན། ཟུར་

བཀོལ་གྱི་༼ཁ་པ༽དེ་བུད་མེད་སྒྲོན་བཙུག་ལྟ་སྒྲོང་ལས་གཞིའི་ཟུར་འཛར་བཅུ་བ་དེའི་ནང་ལ། མང་ཆོག་ལས་ལོ་སྤེལ་དང་།
 དར་ཁུབ་གསལ་བསྒྲགས་ཟེར་ནས་བཀོད་གནང་འདུག ལོ་དེ་དཔལ་ལྷན་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་ནས་ཁ་སངས་རྒྱལ་ཉག་ཅན་གྱི་
 རྗེ་བའི་ལན་འདེབས་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། ད་ལྟ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མང་པོ་ཞིག་གིས་རྗེ་བ་གནང་བའི་སྐབས་ལ་ལན་
 འདེབས་ནང་ལ་ག་རེ་གསུངས་སོང་ལ་བ་ན། སྤྱད་ཆོང་ཁག་ལ་མེབས་ནས་གོ་རྟོགས་སྤེལ་གྱི་ཡོད་ཟེད། ཡིན་ནའང་དེའི་གོ་ཐོས་
 ལ། ཉེ་བའི་ཆར་བཀའ་སྒྲོན་རེད། དེ་དེ་བཞིན་དུ་ས་གནས་ཁག་གི་སྒྲོན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་རྣམས་ལ་དེ་ཆོས་ས་གནས་སྤྱད་ཆོང་
 གང་སར་བགོ་བཤའ་གནང་ནས་མེབས་ཏེ། གོ་རྟོགས་སྤེལ་བའི་ལས་གཞི་ཞིག་གནང་འདུག དེ་གནང་བའི་སྐབས་ལ་ད་དུང་
 བཀོད་ཁུབ་གྱི་འདི་ཡོད་ས་རེད། སོ་སོས་ས་གནས་ག་སར་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་ཡིན་ནའང་། གོ་རྟོགས་སྤེལ་ས་དེ་ནས་དཔུལ་ག་
 ཆོད་བསྐྱུ་རུབ་བྱེད་ཐུབ་ན་བྱོས་ཟེར་ནས། དེའི་ཐོག་ལ་སྒྲོན་བཙུག་ལྟ་སྒྲོང་གི་ཐོག་ལ། འཇུག་ཞུགས་ག་ཆོད་བྱེད་མཁན་ཡོད་
 བ། གང་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་བསྐྱུ་རུབ་བྱོས་ཟེར་ནས་བཀོད་ཁུབ་བྱས་ཡོད་ས་རེད། ངས་བཀའ་འདི་ལྷ་རྒྱུ་ལ་སྤྱད་ཆོང་ཁག་ལ་
 མེབས་དུས། སྤྱད་ཆོང་གི་ས་ཆ་ཞིག་ལ་སྤྱད་ཆོང་གནང་མཁན་དེ་ས་གནས་ག་ས་ག་ས་ནས་མེབས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། བྱས་
 ཅང་དཔེར་ན་གོ་ལི་རྟལ་གྱི་སྒྲོན་པའི་འགན་འཛིན་ཞིག་ས་གནས་ཤིག་ལ་མེབས་ནས། དེ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱ་གནང་། དེ་ནས་
 དཔུལ་བསྐྱུ་རུབ་གནང་བ་ཡིན་ན། དེ་ནས་མི་རྣམས་ས་ལ་ནས་ཡོང་མཁན་ཡོད་པ་རེད། ལ་དྲགས་ནས་ཡོང་མཁན་ཡོད་པ་
 རེད། ག་པ་ག་ས་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཅིས་དེ་གང་འདྲ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཁེལ་གྱི་ཡོད་དམ་ཟེར་ནས་ངས་དོགས་འདི་ལྷ་རྒྱུ་
 གཅིག་དེ་དེ་ཡིན།

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེ་ལ་སྤྱད་ཆོང་ཁག་ལ་མེབས་མཁན་ཆང་མ་གཞིས་ཆགས་ཁག་དུ་བོད་པའི་སྤྱི་གཞུགས་ཤིག་གི་
 བུ་ལ་ཡོད་བཞིན་པ་ཞིག་རེད། འདི་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱ་དེ་བཞག་ནས་སྤྱད་ཆོང་ཁག་ལ་མེབས་དགོས་པའི་གནད་འགག་དེ་
 ག་རེ་གཟེགས་གྱི་ཡོད་དམ་ཟེར་ནས་ལྷ་རྒྱུ་གཅིག་ཡིན། དེ་ནས་འདི་དེ་འདྲ་སྤེལ་ནས་དེ་ལ་དམིགས་བསལ་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་
 ཡོད་དམ་ཟེར་ནས་བཀའ་འདི་ལྷ་རྒྱུ་གཅིག་དེ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ང་ཆོ་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ལ་ཆོ་ས་བགོས་བྱས་ནས་འགྲོ་
 དགོས་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོ་ཡིན་ནའང་སྤྱད་ཆོང་ཁག་ལ་ལོ་གཉིས་ཙམ་ལ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་བཅར་མེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་
 གཞིས་ཆགས་དཀྱིལ་ལ་བསྐྱད་དུས་མི་མང་ཆོས་ཟེར་གྱི་འདུག ང་ཆོ་ཆོང་ལྗེ་བའི་སྐབས་ལ་མེབས་ཡོང་དུས་དཀའ་ངལ་
 ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག་ཟེར་ནས་དེ་འདྲ་ལ་གྱི་འདུག བྱས་ཅང་དཀའ་ངལ་ཡོད་དུས་ཁོང་ཆོས་དགོས་གྱི་ཡོད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་འདྲར་མེབས་གྱི་མི་འདུག་ཟེར་ནས་གཅིག་ཁྲོམ་ས་མ་རག་པ་དང་དེ་འདྲ། དེ་མིན་པའི་སྤྱད་ཆོང་ལྗེ་བའི་སྐབས་ལ་ང་ཆོ་དེ་འདྲ་
 ཞིག་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་ཡིན་ན། དེས་རྩས་པ་ཐོན་རྒྱ་ཞིག་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ་བསམས་ནས་སོ་སོར་དོགས་པ་ཞིག་འདུག བྱས་
 ཅང་དེའི་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བྱོགས་རེད། དར་ཁུབ་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱའི་ཆེད་དུ་སྒྲོན་ཅིས་ལ་ས་ཡ་གཅིག་དང་པལ་ཆེར་འབུམ་
 གྲུག་མ་ཟེན་ཙམ་ཞིག་རེད། གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུ་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། མའི་འཇུག་ཞུགས་དེ་ད་ལྟ་བར་དུ་ང་ཆོས་
 བལྟས་པ་ཡིན་ན། སྒྲོན་མ་རིམ་པས་གཟེགས་གྱི་རེད། དེ་ལ་མང་པོ་ཞིག་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བ་ཞིག་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མཐོང་གི་མི་
 འདུག དེར་དང་པོ་ནས་དགོངས་བཞེས་གནང་ནས་མར་བྱས་ནས། དེ་ནས་ངས་ཟབ་སྦྱོང་དང་དེའི་ཐོག་ལ་རིམ་པས་ཆོགས་
 འདུ་ནི་མང་པོ་ཞིག་འཆོགས་གནང་སོང་། བྱས་ཅང་དེ་འདྲའི་པན་རྒྱབས་བྱས། ད་ལྟ་ཟབ་སྦྱོང་དང་དེ་འདྲའི་གོ་སྤྱི་གཞུགས་རྒྱ་

འགྲོ་སོང་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་འགྲོ་བ་ཞིག་མཐོང་བསྟན་གྱི་འདུག ངས་བཀའ་འདི་ལྟར་ཞིག་ལ། གོ་ཏོགས་དེ་སྤེལ་ནས་
 བཞུགས་པའི་ཐོ་ཞིག་ག་རེ་གཟུགས་གྱི་ཡོད་དམ། དེ་དུང་ཡིན་ནའང་སྤྱི་མཐུན་ནས་དེ་འདྲའི་གོ་ཏོགས་སྤེལ་རྒྱུ་འཆར་གཞི་
 འདུག གོ་ཏོགས་སྤེལ་རྒྱུ་འཆར་གཞི་མ་འདྲ་བ་འདྲ་པོ་ག་རེ་ཡོད་དམ་ལྟར་ཡིན། དེ་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་སྤེལ་བསྟན་པའི་རིམ་པ་
 དེས་པན་རྒྱབས་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་མ་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་མ་འོངས་པ་ལ་ཡང་བསྐྱར་གོ་ཏོགས་སྤེལ་རྒྱུ་ལ་སྟོན་མའི་འཆར་
 གཞི་དང་མ་འདྲ་བ་ཞིག་ག་རེ་ལས་འཆར་བསྐྱེགས་ཡོད་དམ། དེ་ལྟར་གཅིག་ཡིན། གཉིས་པ་དེ་ག་རེ་ལྟར་ཡིན་ཟེར་ན། ཁ་
 སང་ལན་འདེབས་གནང་བའི་སྐབས་ལ་མི་མང་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་གྱི་གངས་འཕོར་ཞིག་གསུངས་སོང་། དེ་
 ནས་སྤྱོད་བཅོས་ལྟར་མཁན་གྱི་གངས་འཕོར་ཞིག་གསུངས་སོང་། ངས་བཀའ་འདི་ལྟར་དེ་ག་རེ་ཡིན་ཟེར་ན། དེའི་ནང་ལ་འཇུག་
 ཞུགས་གནང་བའི་སྐབས་ལ། དུས་ཚོད་ཅིག་གཏན་འབེབས་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། ངས་རིམ་བས་ག་རེ་མཐོང་སོང་ཟེར་ན།
 མི་ཞིག་གིས་བཟུང་སྟེ་བྱས་ནས་ཁོད་རང་སྤྱོད་ཁང་ལ་འགྲོ་ནས་གཤག་བཅོས་བྱེད་དགོས་པ་འདུག་ཟེར་དུས། ལམ་སང་འདིའི་
 སྐང་ལ་འཇུག་མཁན་ངས་གཅིག་གཉིས་གོ་སོང་། དེ་འདྲ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་འདི་རང་ཁ་རང་གསོ་ཡོང་རྒྱུ་དམིགས་ཡུལ་དང་དེ་
 ཚོ་སྐྱབ་གྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། ང་ཚོ་འཕྲོད་བསྟེན་སྟེན་ཁང་ནས་དུལ་འཕོར་ཆེན་པོ་ཞིག་དུས་རྒྱུན་དུ་སྤྱོད་གྱི་སྐང་ལ་
 གཏོང་རྒྱུ་དེ་མི་དགོས་པ་བྱས་ནས། མི་མང་ཆང་མས་འགན་ཁུར་ནས། མི་མང་གི་དཀའ་ངལ་དེ་མི་མང་གིས་སེལ་སྟབས་
 བསམས་ནས་ Insurance གི་ concept དེ་རེད། དེ་ཉག་ཉག་མ་བསྟན་པ་བྱས་ནས། དེ་དུང་གཞུང་གིས་ཚུར་བྱུང་བ་
 ལས་པར་མང་བ་ཞིག་འགྲོ་བསྟན་དུས། དེ་ལ་སྤྱི་མཐུན་ནས་དེ་འདྲ་པོ་གནང་བ་ཡིན་ན། གང་འདྲ་ཞིག་མཐུག་སྐྱོང་ཡོང་སྟབས་
 རྒྱུ་འདི་རེ་འདུན་གནང་གི་ཡོད་དམ་ཞེས་བཀའ་འདི་ལྟར་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྟོན་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྟོན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཁྱོས་རྣམས་ངན་གོམས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཐོག་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་འཕྲོད་སྐྱེལ་གནང་བ་
 བཞིན། དེ་སྟོན་ང་ཚོས་ཁྱོས་རྣམས་ངན་གོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་དུས། ཁྱོས་རྣམས་ངན་གོམས་
 གྱི་དཀའ་ངལ་ལས་ཐར་བའི་དོ་བདག་རང་གདན་འདྲན་ཞུས་ནས་སྟོབ་བྱའི་འབྲེལ་ཡོད་དང་། ཚོགས་ཆེན་དང་ཟབ་སྦྱོང་སྐབས་
 སུ་གོ་བསྟར་སྦྱངས་བཤད་དང་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱུ་རྒྱུ་འདི་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་བྱུང་སོང་། དེ་བཞིན་དེ་ལོ་ལང་ང་ཚོས་དེ་འདྲ་བྱ་
 རྒྱུ་འཆར་གཞི་ཡོད་ཅེས་ལྟར་ཡིན། ཁྱོས་རྣམས་ངན་གོམས་གྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་སྟོབ་བྱ་ཁག་གི་ནང་ལ་པན་
 ཚུན་བསྟོ་སྟེང་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཉན་ཉན་དེས་བྱུང་པར་བཟོ་གི་ཡོད་པ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་གནང་དང་གནང་
 ཞུས་དང་མ་འོངས་པར་ཡང་དེ་ལས་མང་བ་གནང་སྟབས་རྒྱུ་འདི་འབད་བཅོན་ལྟ་གི་ཡིན།

བཀྲར་ལོས་སྤྱི་འཐུས་ནས། མ་དང་བྱིས་པ་དང་བྱུང་མེད་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་
 འབྲས་ནད་དབྱེས་སྐད་དུ་ཁྱེས་ན་ Cervical cancer དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་གཞི་དེ་ཉི་ལམ་ལོ་གཉིས་ཙམ་གྱི་ནད་ནས་འགོ་
 བརྒྱགས་ཡོད་པ་རེད། ལས་གཞི་དེའི་ནད་གི་གཙོ་ལོ་དེ་བརྟག་དབྱུང་རིན་མེད་བྱེད་རྒྱ་དང་། གཉིས་ཐད་ནས་ནད་གཞི་དེའི་
 ཐོག་ལ་སྡོན་འགོག་ཁབ་རྒྱག་རྒྱ། སྡོན་འགོག་ཁབ་དེར་ཉ་ཅང་གོང་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ཁབ་ཐེངས་གསུམ་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་
 འདུག་ལ་རེ་རེར་སྒྲོར་ ༡༠༠༠ ལྷག་ཙམ་བྱེད་ཀྱི་འདུག ཁབ་རྒྱག་དགོས་པ་དེ་དག་ཀྱང་བྱ་མོ་ལོ་རྒྱུད་དེ་ཆོར་རེད་འདུག
 གཞིས་ཆགས་ཆང་མ་སྡེབས་གཅིག་ལ་སྡོན་འགོག་རྒྱག་པར་ང་ཚོས་འགྲོ་བཞུག་དང་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཆགས་ཀྱི་
 འདུག གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་དང་གོ་རིམ་བཞིན་ང་ཚོས་ལས་གཞི་དེ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེ་སྡོན་ང་ཚོས་ཉོན་མུར་གཞིས་
 ཆགས་སུ་བྱ་མོ་ལོ་རྒྱུད་བ་ ༩-༡༧-༡༩ བར་ལ་ཁོ་རང་ཚོ་སྡོན་འགོག་ཁབ་རྒྱག་འདོད་ཡོད་པ་དག་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༧༥ ཆག་ཡང་
 གི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་དེ་སྤེལ་བ་རེད། གྱི་ལོ་ ༢༠༡༣-༢༠༡༤ ནང་ལ་མེའོ་གཞིས་ཆགས་ལ་སྤེལ་བསྐྱད་པ་ཞིག་ཆགས་
 བསྐྱད་ཡོད། ད་ལོར་མཆོན་ན་ང་ཚོས་གོ་ལི་ལྷལ་གཞིས་ཆགས་སུ་ལས་གཞི་དེ་སྤེལ་རྒྱ་ཡིན། སྡོན་འགོག་ཁབ་དང་འབྲེལ་བ་
 ཡོད་པ་དེ་དག་རེད།

དེ་བཞིན་འབྲས་ནད་དང་འབྲེལ་བ་དེ་བརྟག་དབྱུང་བྱེད་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ལོ་ན་གཞོན་པའི་བྱུང་མེད་དང་
 དམིགས་བསལ་ལོ་ ༣༥-༤༠ བཀྲལ་བའི་བྱུང་མེད་ནམས་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྡོན་པར་བསྟེན་གཏུག་བྱས་པའི་ཐོག་ནས། ད་ལྟ་
 PAP Smear ཞེས་བརྟག་དབྱུང་བྱ་རྒྱ་འདུག དེ་དག་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོར་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ང་ཚོས་
 སྡོན་ཁང་བརྒྱད་ནས་མཐུན་རྒྱུན་སྦྲུའི་ལས་གཞི་འདི་སྤེལ་བཞིན་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། སྡོན་འགོག་ཁབ་རྒྱག་རྒྱ་དེ་གཞིས་
 ཆགས་སྤྱི་ལ་བྱས། གཉིས་པ་དེ་ནད་གཞི་བརྟག་དབྱུང་བྱེད་རྒྱ་དེ་རིན་མེད་དམ་ཡང་ན་ཆག་ཡང་གི་ཐོག་ནས་མཐུན་རྒྱུན་
 རྒྱུའི་འབད་བརྩོན་བྱས་བསྐྱད་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

སྡོན་བཙོས་ལྟ་སྐྱོད་ལས་གཞི་དེ་ཁ་སང་ངས་གོང་དུ་ཁྱེས་པ་བཞིན། བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་
 ཁུངས་ཀྱི་ལས་གཞི་གལ་ཆེ་ལོས་ལཱའི་ནད་ནས་གཅིག་དེ་སྡོན་བཙོས་ལྟ་སྐྱོད་གི་ལས་གཞི་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད། སྡོན་བཙོས་ལྟ་
 སྐྱོད་གི་ལས་གཞི་དེ་མི་ཆང་མར་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག རྒྱ་གར་གྱི་མི་འབོར་ནང་ལ་ང་ཚོའི་མང་
 ཆོགས་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བའི་སྐབས་སུ། རྒྱ་གར་ནང་བཙོན་ཁྲོལ་ལ་བཞུགས་མཁན་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠ ཙམ་འཕྲོད་བསྟེན་ཉོན་སྦྲུང་
 མི་འདུག སྡོན་མ་ཡིན་ན་རྩ་བ་སྡོན་བཙོས་ཀྱི་མཐུན་རྒྱུན་སྦྲུའི་ཡོད་པ་རེད། རྩ་བ་སྡོན་བཙོས་དེས་ང་ཚོའི་དཀའ་ངལ་དེ་
 ཙམ་སེལ་བྱུང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། སྡོན་བཙོས་ལྟ་སྐྱོད་ལས་གཞི་འདི་དམིགས་ལུ་ཟེན་པའི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་ཞིག་སྤེལ་
 ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྩ་བ་སྡོན་བཙོས་དང་མི་འབྲ་བར་ལས་གཞི་འདིར་མི་མང་གི་མཉམ་ཞུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མི་
 མང་གི་མཉམ་ཞུགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཆང་མར་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་པན་པའི་ལས་གཞི་
 གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

སྦྱང་ཆོང་རྒྱག་སར་འགྲོ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གཙོ་ལོ་དེ་ཆང་མས་མཁྱེན་གསལ་རེད། གཞིས་ཆགས་ཁག་ནད་དུ་
 ལོ་གཅིག་གི་རྒྱ་བྱུག་བདུན་ཙམ་མང་ཆེ་བ་གནས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་ཆོགས་ནད་བོད་པའི་བཙོན་ཁྲོལ་སྤྱི་

ཆོགས་འདི་འགྲུལ་བསྐྱོད་མང་ཤོས་ཤེད་མཁན་ཞིག་རེད། གནས་ཚུལ་དེ་ཐོད་མིའི་སྤྲིག་འཇུགས་ཀྱི་ལས་གཞི་གོ་རྟོགས།
 ཁྱབ་བསྐྱགས། ཆོགས་འདྲ་སོགས་ག་རེ་སྤེལ་ཡང་དགའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ས་གནས་གཅིག་ལ་
 ལོ་གཅིག་གཏན་མཐོང་ཤེད་ཤེད་མཁན་ཏེ་ཅང་དགོན་པོ་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་པར་ཕྱིན་པས་ཁྱེད་རང་ཆོའི་
 སྤྲོ་བཙུག་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞི་དེའི་ནང་འཇུག་ཀྱི་ཞུགས་ཤེད་རྒྱ་རག་མ་སོང་། ཆོགས་དངུལ་བསྐྱ་རྒྱ་རག་མ་སོང་ཞེས་མང་པོ་
 ཞིག་གིས་བཤད་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག་ལ་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་བཤད་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག གཉིས་ཐད་ནས་སྤྲོ་བཙུག་ལྟ་སྤྱོད་གི་
 ལས་གཞི་དེ་མི་མང་གང་མང་མང་ལ་བསྐྱབ་ཐབས་ཤེད་རྒྱ་དེ་རེད། ཁ་སང་ཞུས་པ་བཞིན་སྤྲོ་བཙུག་ལྟ་སྤྱོད་གི་ལས་གཞི་དེའི་
 རང་དམིགས་བསལ་འཇུག་ཀྱི་ཞུགས་ཤེད་མཁན་ལ་མཆོན་ན་འབྲིང་བ་དང་ཀན་པ་ཆོ་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག དེའི་ནང་འཇུག་
 ཞུགས་གནང་མཁན་མི་མང་ནང་ནས་ནང་མི་གཞོན་པ་དང་ལོ་གཞོན་པའི་ནང་ནས་འཇུག་ཀྱི་ཞུགས་གནང་མཁན་ཏེ་ཅང་ཉུང་ཉུང་
 ཆགས་བསྐྱད་འདུག སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་ས་དང་མཐོ་སྤོ་བཀག་གི་ནང་ལ་གང་མང་འགོ་སྐྱབ་རྒྱུ་འདི་འབད་བཅོམ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་
 སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་སར་ལས་འགྲུལ་སྤེལ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་ས་ནས་ཆོགས་དངུལ་
 བསྐྱ་འདོད་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ཚུར་ཕྱི་རྒྱ་ ༣ ཆེས་ ༡༥ སྤོན་ལ་ལོག་མ་སྐབ་མཁན་ཀྱི་དགའ་ངལ་དེ་འདྲ་ཡོད་རིགས་ལ་ཡིན་
 གཅིག་མིན་གཉིས་སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་ས་ནས་དངུལ་དེ་ཡང་དགོས་ཀྱི་ཞེས་ཞུ་གི་མེད། གང་སྐབ་འབད་བཅོམ་ཤེད་རོགས་ཞེས་ཞུ་
 གི་ཡོད། ཡང་ང་ཆོས་སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་སར་བསྐྱར་ཞིབ་ཆོགས་འདྲ་ཆོགས་པའི་སྐབས་སྤྱད་ཤེད་ཞིག་བསམ་ཚུལ་བྱུང་སོང་།
 གཞིས་ཆགས་ནང་ལ་ཡོད་དུས་སྤྱད་ཆོང་བརྒྱབས་ནས་ཚུར་ལོག་དུས་དངུལ་མང་བ་དངུལ་ཁང་ལ་བཙོམ་ཐེན་པ་དང་། སྤྱད་
 ཆོང་རྒྱག་སར་ཁེ་བཟང་ཉིན་རེར་འབྲུམ་འབྲུམ་ཡོད་དུས། སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་སར་ལས་འགྲུལ་སྤེལ་ནས་ཆོགས་དངུལ་བསྐྱ་རྒྱ་
 དང་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་པངས་སེམས་མེད་པ་དང་ལམ་སེང་བསྐྱ་སྐབ་པའི་ཁྱད་པར་དེ་འདྲ་མེད་འགོ་ཞེས་པའི་བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་
 བྱུང་སོང་། དེ་ཡང་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན་སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་ས་ནས་ཉིན་རེའི་ཁེ་བཟང་མང་པོ་
 ཞིག་རག་ཡོད་དུས། དེ་འདྲའི་འཇུག་ཀྱི་ཞུགས་ཤེད་པར་འདུན་པ་སྤེལ་སྤྱད་པར་དང་། གཉིས་ཐད་ནས་སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་སར་
 འགོ་དགོས་པ་དེ་ལོ་གཞོན་པ་གང་མང་ཞིག་ལ་བསྐྱབ་སྐབ་རྒྱ་དང་། ཆོགས་དངུལ་བསྐྱ་རྒྱ་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱ་སོགས་ཆོང་
 མར་གང་མང་ཁྱབ་སྐབ་པའི་གནས་ཚུལ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད། སྤྱ་རོ་ལ་ཆ་བཞག་ན་སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་མཁན་གང་ས་ནས་སྤེལ་ས་
 ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་སྤེལ་གོ་བ་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་སྤྱད་ཆོང་རྒྱག་མཁན་ཀྱི་མི་ཞིག་གི་ཆོགས་དངུལ་བསྐྱས་པ་ཡིན་ན། བསྐྱ་
 མཁན་དེ་ང་ཆོ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཤེད་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཐོག་ནས་དངུལ་ཀྱི་བྱང་འཛིན་དེ་མར་གནང་། བྱང་འཛིན་དེའི་རོ་བཤུས་
 གཅིག་དོ་བདག་ལ་གནང་། རོ་བཤུས་གཅིག་ང་ཆོའི་ལས་ཁུངས་ལ་ཉར། ང་ཆོས་ཉར་བ་དེ་ས་གནས་ས་ཐོག་གི་སྤོན་ཁང་
 འགན་འཛིན་ལ་བཏང་ནས། སྤོན་ཁང་འགན་འཛིན་ནས་སྤོན་བཙུག་ལྟ་སྤྱོད་དངོས་གཞི་དེ་ས་གནས་རང་ལ་གནང་རྒྱ་ཞིག་འགོ་
 བཞིན་པ་རེད། དངུལ་དེ་ཉག་ཉག་སྤོན་ཁང་གི་བཙུག་པ་བརྒྱད་ནས་ཐད་ཀར་འགོད་བསྐྱེན་ལས་ཁུངས་ལ་སྤེལ་ས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་
 ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

སྤོན་བཙུག་ལྟ་སྤྱོད་གི་ལས་གཞི་དེའི་ནང་མང་ཆོགས་ལ་གོ་སྤེལ་དང་ཁྱབ་བསྐྱགས་དེ་གཙོ་ཐོ་ང་ཆོ་རོགས་ཆོགས་
 དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་འདུག རོགས་ཆོགས་ཀྱིས་དེའི་ཐོག་ལ་དངུལ་གནང་རྒྱའི་སྤོན་ཅིས་ཀྱི་དུས་ཆོད་དེ་ཉོག་ཅམ་མི་འདྲ་

བ་ཆགས་འདུག ལོ་ལྷན་གྱི་ཆུ་ ༡༥༡ བར་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག ང་ཚོའི་འདིའི་སྔོན་རྒྱུ་འདི་རྗེས་མའི་གྱི་ཆུ་ ༥༧ བར་
 ཆགས་བསྐྱད་དུས་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱ་དང་ཁྲབ་བསྐྱགས་དེའི་ནང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་
 རྒྱ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཆོར་ཟབ་སྤྱོད་སྤྱོད་རྒྱ་དང་། དེའི་ནང་ལ་སྤྲོད་བཅས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞིའི་འབྲེལ་ཡོད་
 ལས་བྱེད་ཆོར་གསོལ་ཐོགས་དེ་དག་ཀྱང་དེའི་ནང་ཚུད་བསྐྱད་བ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྲོད་
 བཅས་ལྟ་སྤྱོད་གི་ལས་གཞི་འདི་ཁ་སང་ངས་ཞུས་པ་བཞིན་ཁྲིམ་རའི་ནང་ཡོད་པའི་ཉེན་སྲུང་རེད། རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་གནང་
 བའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཉེན་སྲུང་གི་བར་ལ་ཁྲུང་པར་ས་དང་གནམ་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོའི་འདི་ཁེ་ཕན་ཆེ་བ་ཡོད་པ། ཁྲུང་པར་དང་མི་
 མང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཡོད་གི་ཡོད་པ་ཞུས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད། ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཡོད་གི་ཡོད་པའི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་དེ་སྔོན་ནས་
 རྣམ་ཆོས་ཡོད་མེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱེ་ཡི་མེད་པ་རེད། འཇུག་ཞུགས་གནང་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་དེ་ལོ་གཅིག་ལ་ཐེངས་གཅིག་རེད། ལོ་ལྷན་
 གྱི་ཆུ་ ༥༧ བར་འཇུག་ཞུགས་གནང་ནས། ང་ཚོས་གྱི་ཆུ་ ༥ ཆེས་ ༡༥ བར་དུས་ཚོད་བཀག་ཡོད་པ་རེད། ད་ལན་ང་ཚོས་ས་
 གནས་ལ་འབོད་སྐྱེལ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་གྱི་ཆེས་ ༥༥ བར་འགྱུར་བ་ཞུགས་ཡོད། དུས་ཚོད་དེ་ལོ་ལྷན་གཅིག་བཅོས་བཞག་
 ཡོད། དེ་ལ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་གསུངས་པ་བཞིན། རྣམ་པ་ཡིན་པ་ཞིག་སང་ཉེན་སྲུང་ཁང་དུ་འགྲོ་ཆེད་དེ་རིང་སྤྲོད་
 བཅས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞིའི་ནང་འཇུག་ཞུགས་ཡོད་རྒྱུའི་གནད་དོན་མི་ཡོང་བ་རེད། གཅིག་ནས་ང་ཚོ་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་བའི་
 དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོད་བསྐྱད་པ་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས། དེའི་ནང་འཇུག་ཞུགས་གནང་རྒྱུ་དེ་ལོ་གཅིག་དུས་གཅིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་
 ཡོད། འདི་ལ་སྤྲོད་བཅས་ལྟ་སྤྱོད་གི་ལས་གཞིའི་ཁེ་ཕན་གཅིག་ནི་སྔོན་ནས་ནད་ཡོད་ཀྱང་རེད་མེད་ཀྱང་རེད། ལོ་ཆུག་གཞོན་
 གང་ཡིན་ཡང་དེའི་ནང་འཇུག་ཞུགས་གནང་རྒྱུའི་མ་ཐུན་རྒྱུ་དང་ཆ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། སྤྲོད་བཅས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞི་
 འདིའི་ནང་སོ་སོ་སྔོན་ནས་རྣམ་ཆོས་ཡོད་ཀྱང་། དེའི་ནང་འཇུག་ཞུགས་གནང་འདོད་ཡོད་ན་གནང་ཆོག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་
 སྤྲོད་བཅས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞིའི་ཁེ་ཕན་གཅིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

སྤྲོད་བཅས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞི་དེ་མ་འོངས་པར་གནས་མི་གནས་དེ་རྩ་བ་སྤྲོད་བཅས་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན། དཀའ་
 ངལ་དེ་དེ་ཙམ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་མི་འདུག སྤྲོད་བཅས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞིར་ཉན་ཉན་ཉམས་ཞིབ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་བསྐྱར་
 དུ་བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་ང་ཚོས་གཟིགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད། ད་ལོའི་ལོ་འདིར་སྤྲོད་བཅས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞི་འདིར་དབུལ་
 མོན་ཆེན་དང་རྒྱས་སྤྱོད་དང་དེ་འདྲ་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་མང་ཆོགས་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱ་རེད། དེའི་ཁེ་ཕན་དང་ཆ་ཤས་ཁ་
 ཤས་ཤིག་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་རྒྱ་རེད། དཔེར་ན་སྤྲོད་ཁང་དུ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཉལ་ཁྲི་དེ་སྔོན་མ་ཡིན་ན་ Semi private
 བཅོས་ཡོད་པ་རེད། ད་ལོ་དེ་རྟོག་ཙམ་འགྱུར་བ་བཏང་ནས་ General ward ནང་ལ་བཅོས་བཞག་ཡོད། General ward
 སྤྲོད་ཁང་ཆེ་ཁག་ལ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་སྤྲོད་བཅས་ཀྱི་འགྲོ་གྲོན་དེ་ཉལ་ཁྲིར་རག་ལུས་འདུག དེ་དག་ཉལ་ཁྲིར་རག་ལུས་ཀྱི་
 འདུག ཉལ་ཁྲི་ General ward, Semi private, Deluxe, Super deluxe, དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་འདུག དེ་ང་ཚོས་དེ་
 སྔོན་ Semi private ཡོད་པ་དེ་ནས་ད་ལྟ་ General ward བཅོས་ཡོད། དེར་སྤྲོད་བཅས་ལྟ་སྤྱོད་གི་ཆོགས་དབུལ་བསྐྱེད་
 ཆ་དང་མར་ཐོབ་ཆ་གནང་རྒྱུའི་དེ་དག་གི་འཕར་ཕྱོན་དེ་འབྲུམ་ ༢༠༡༥ སྤེབས་རྒྱུའི་ཆོད་དབག་ཅིག་བྱས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་
 རེད། དེ་དག་མི་ཡོང་བའི་ཐེབས་ལམ་གཅིག་ང་ཚོས་ General ward དེ་བཅོས་རྒྱ་དང་། གཉིས་ཐད་ནས་སྤྲོད་ཁང་ཁག་ལ་

འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་འགྲོ་སོང་གང་ཉུང་རག་ཐུབ་ཆུང་དང་། གང་ཐུབ་ཀྱིས་ང་རང་ཚོའི་སྤྲོད་ཁང་རང་ལ་བཅོས་ཐུབ་ཆུང་ཐབས་ཤེས་བྱེད་པ། དེ་ཡང་སྤྲོད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་དུས་སྤྲོད་པ་གང་མང་ཐབས་ཤེས་བྱེད་ཆུ། སྤྲོད་པ་དེ་དག་ཐུ་མ་ཐུད་གནས་ཐབས་དང་གསོ་སྦྱང་བྱེད་ཐུབ་ཆུ། མ་འོངས་པར་སྤྲོད་བཅོས་ལྟ་སྦྱང་ལས་གཞི་འདི་ཡུན་རིང་གནས་པར་དེའི་ཅ་འཛིན་ལམ་སྟོན་ཐོག་ལ་འགྱུར་བཅོས་གཏོང་ཆུང་ཐོག་ལ་གཞིགས་བསྟན་གྱི་ཡོད། འོ་རྗེས་མ་ནས་སྤྲོད་བཅོས་ལྟ་སྦྱང་ལས་གཞིའི་དེའི་ཐོག་ལ་ཁེ་སྤོང་རང་འཇགས་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ཁེ་སྤོང་བཞེས་སྤངས་བཞེས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འགྱུར་བ་གཅིག་གཏོང་ཆུང་གྲོས་བསྟུར་བྱས་དང་བྱེད་ཐུས་ཡིན། སྤྲོད་བཅོས་ལྟ་སྦྱང་གི་ལས་གཞི་འདིའི་ཐོག་ལ་མ་དངུལ་ Reserve fund ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ད་ལྟའི་ཆར་མེད་པ་རེད། དེ་དག་ཐབས་ཤེས་བྱེད་ཆུ་རེད། གལ་ཆེ་ཤོས་དེའི་ནང་ཚོགས་མི་མང་པོ་འཇུག་དགོས་ཀྱི་འདུག མི་གཞི་མང་པོ་འཇུག་ནའང་དེ་ཅས་ཀྱིས་ཁྱད་པར་བཟོ་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ང་ཚོས་མང་ཚོགས་ནང་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བསྟན་གྱི་ཡོད། དེ་རིང་འདིར་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་སྤངས་ཆ་འདི་གོ་སྐབས་ཟེན་པའི་ཐོག་ནས། བོད་མིའི་སྤྲིག་འཇུགས་ཀྱི་མཛད་གཙུག་ལྟ་ལ་གང་དུ་ཐེབས་ཀྱང་མང་ཚོགས་ལ་གོ་རྟོགས་གང་མང་སྤེལ་ཐབས་གནང་རོགས་ཞེས་འཇོན་སྐུལ་ཞུ་གི་ཡོད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

ཚོགས་གཙོ་སྤྲོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཐུན་ཚོགས་ལགས་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཐུན་ཚོགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ རོན་ཆུང་ཁག་ཁ་ཤས་ཐོག་ལ་བཅར་འཇུག་ཆུ་ཡིན། ཅ་བའི་སྟོན་ཅིས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་རོན་ཆུ་རེ་ཞིག་ལ་བཀའ་ལན་ནན་པོ་ཡོང་བའི་རེ་བ་ཞུ་ཆུ་ཡིན། གནས་ཚད་ཆུ་གར་གྱི་བཀའ་སྟོན་གཅིག་གིས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་གསུམ་བརྒྱ་བཞི་བརྒྱ་ལ་ཤོག་འཇར་མ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་ལན་རྒྱག་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་འདིར་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཁ་ཤས་ཤིག་ལ་ཤོག་འཇར་གཏོང་གིན་གཏོང་གིན་ལན་རྒྱག་བསྟན་དུས། མདོག་ངན་པ་འབྲེལ་འདུག་ཆུ་ཡིན། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འཛིན་སྦྱང་ལ་ཞུ་ཡི་ཡོད།

ད་ལྟ་འདིར་བྱར་འཇར་དང་པོ་ནས་བཟུང་བྱར་འཇར་བདུན་པའི་བར་ཡོངས་རྫོགས་ནང་ལ་ལས་འཆར་ལས་གཞིའི་ནང་ལ་སློབ་གསོ་དང་གོ་རྟོགས་ཞེས་ལས་གཞི་ཆང་མའི་ནང་ལ་ཐུག་དངུལ་ཞུས་གནང་འདུག གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་ལ་རྩ་བའི་རིགས་མ་འབྲེལ་བ་མ་འབྲེལ་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱི་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་དེ་བསྟོན་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་སློབ་གསོ་དང་གོ་རྟོགས་ཞེས་ལོགས་སུ་ཞུ་མ་ཐུབ་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ་ཞེས་དེ་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཏ་ལམ་ཅིས་འགོ་ཆང་མའི་ནང་ལ་འདུག

དེ་ནས་ད་ལྟ་ཅིས་འགོ་གཉིས་པ་དེའི་ནང་ལ་གང་ཟེར་དགོས་པ་རེད། རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཉིན་མོ་སྤང་བཅི་ཞུ་དགོས་ཡོད་ཅེས་གསུངས་གནང་འདུག དེ་ནང་བཞིན་གྱིས་འོག་དེ་ནས་མར་ཤོག་འཇར་ཆང་མའི་ནང་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་དང་འབྲེལ་

བཤོད་པའི་ཉིན་མོ་ཆང་མ་སྤང་བཅི་ཞུ་གནང་གི་འདུག རྒྱལ་སྤྱིའི་ཉིན་མོ་སྤང་བཅི་ཞུས་པ་དེ་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་
འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁང་མཉམ་དུ་ང་ཚོས་ག་ཆོད་ཅིག་འབྲེལ་བ་གནང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་དེ་གཅིག་སྤང་བཅིའི་ཉིན་མོ་དེ་ཆོ་
དང་འབྲེལ་བ་འདོགས་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན་ག་ཆོད་ཅིག་འབྲེལ་འཛིག་གནང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་དེ་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་ནས་ད་ལྟ་འདིའི་ཟུར་འཇར་ ༥ པ་ནང་ལ་པལ་ཆེར་ད་ལྟ་འདི་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་འཆོ་སྐྱོན་གསུངས་གནང་འདུག
འཆོ་སྐྱོན་དེ་གང་འདྲ་འབྲལ་གྱི་ཡོད་དམ། དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་ཆོ་ལ་འཆོ་སྐྱོན་སྤུལ་བ་དེས་ག་ཆོད་ཅིག་སྤྲུགས་པན་གསོས་ཀྱི་
ཡོད་པ་རེད་དམ། དེ་ང་ཚོས་སྤྱིར་བཏང་ཞིག་དང་བསྟར་ཆགས་འདྲ་ཞིག་འབྲལ་བསྐྱད་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པ། དེ་གཅིག་བཀའ་ལན་
གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱིས་འདིར་ཅིས་འགོ་ཁྲུང་ ༩ པ་དེ་རིག་འཆོ་མ་ཟེན་པ་ལ་སྤྲུག་ཐོན་མ་སྤྲུག་རྒྱུ་གསུངས་འདུག
རིག་འཆོ་མ་ཟེན་པ་དང་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་སྤྲུག་མ་སྤྲུག་འཆབ་བྱས་ཏེ་བཀའ་འདི་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་པལ་ཆེར་བཀའ་ལན་
གསལ་པོ་འདྲ་ཞིག་གང་ཡང་བྱུང་མ་སོང་། རིག་འཆོ་མ་ཟེན་པའི་གངས་གང་འདྲ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་
ཡོངས་ཀྱིས་དེ་ཆོ་ལ་མ་སྤྲུག་རྒྱུ་གནང་བས་ག་ཆོད་ཅིག་ད་ལྟ་བར་དུ་ཡང་སྤྲུགས་པན་གསོས་སྤུལ་བ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་དམ།
སྤྲུག་མ་ལས་ད་ལོ་མང་བ་ཞུས་གནང་འདུག གཅིག་བྱས་ན་མཛད་དཀའ་མང་བ་ཡོད་པ་རེད་དམ།

དེ་ནས་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སྦྱོང་དང་དབྱུང་ཞིབ། དེ་ག་ནང་བཞིན་གོང་དང་གཅིག་པ་
རེད། སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཟེར་དུས་དེར་སང་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་གཞོན་སྤྱེས་ཐོན་བསྐྱད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་གིས་
ང་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ལ་ཐོན་བསྐྱད་པ་ཡིན། ངས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ཁག་ལ་ངས་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱས་ལས་གནང་
འདོད་ཡོད་ཅེས་སྟན་ཞུ་བརྒྱབས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་ལན་ལ་ལན་གང་ཡང་མ་བྱུང་ཞེས་སྤྱི་ཚོགས་གཞན་
དག་ནང་ལ་བྱས་ལས་གནང་མཁན་དེ་འདྲ་སོ་སོས་ཤེས་རྟོགས་ལ་དེ་འདྲ་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ནམ་པ་ཆོས་འབྲེལ་
ལམ་ག་ཆོད་ཅིག་གནང་གི་ཡོད་དམ། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟ་འདིའི་ནང་ལ་ཟབ་སྦྱོང་དང་དབྱུང་ཞིབ་གསུངས་གནང་འདུག ཟབ་སྦྱོང་
དབྱུང་ཞིབ་དེ་ན་ནིང་ཉ་ཅང་ཐོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཞུས་གནང་ཡོད་པ་རེད། ད་ལོ་དེ་ནང་བཞིན་ཞུས་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་བྱུབ་
འབྲས་དེ། ཟབ་སྦྱོང་དེ་ཟབ་སྦྱོང་རེད་དེ་དབྱུང་ཞིབ་ཞེས་པར་འཕྲོན་རྒྱུ་འདྲ་པོ་དགོས་ཀྱི་རེད། དབྱུང་ཞིབ་འདི་ད་ལྟ་ ད་ལོ་
འདིའི་རྗེས་ལ་པལ་ཆེར་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་མང་འབྲེམས་སྤེལ། དབྱུང་ཞིབ་གནང་པའི་ཐོག་ནས་བྱུབ་འབྲས་འདྲ་ཞིག་འཕྲོན་རྒྱུ་
ཡོད་དམ། དེ་གཅིག་ཟུར་འཇར་ ༥ པ་ནང་ལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཟུར་འཇར་ ༦ དེའི་ནང་ལ་ཅིས་འགོ་ ༡ དང་ ༩ གཉིས་པལ་ཆེར་གཅིག་པའི་བཅོ་འདྲ་པོ་ཞིག་ སོ་སོས་དེ་མཛོང་
བསྐྱད་ཀྱི་འདུག གྱིས་པ་ལོ་ ༥ མན་ཞེས་པ་དེ་མ་གཏོགས་སྤྱི་སྤྱེས་མ་སྤྲུག་མ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྦྱོང་ལས་གཞི་ཞེས་
གསུངས་གནང་འདུག དུལ་འབོར་ཆེན་པོ་ཞུས་གནང་འདུག ༩ པ་དེ་ལས་བྱུང་མེད་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་སྤྲུག་མ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲོད་
བསྟེན་ལྟ་སྦྱོང་ལས་གཞི་ཞེས་གསུངས་གནང་འདུག དེར་བརྟེན་དེ་གཉིས་ཅིས་འགོ་ཁྲུང་གཅིག་ཞུ་གང་ཡང་མི་
འདུག ལས་གཞི་པལ་ཆེར་གཅིག་པ་རེད་འདུག དེར་བརྟེན་དེ་མཛོངས་རེ་ང་ཚོར་ཅིས་འགོ་མང་པོ་ཞིག་བཟམས་བྱས། ༩
ལམ་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་གནང་གི་ཡོད་པའི་བཅོ་འདྲ་པོ་ཞིག་ དེ་དགོས་པ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་འབྲེལ་བའི་པོ་དང་ཞུ་བའི་

པོའི་ཐོག་ནས་ཁྱེས་པ་ཡིན་ན། ཡིག་རྟོག་དང་ལས་རྟོག་མ་ཆགས་པ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ངས་དེ་གཅིག་བཅར་འདི་ཞུ་འདོད་བྱུང་།
དེ་ནས་ཟུར་འཛེར། ཟུར་འཛེར་པལ་ཆེར་ ༥ རང་ལ་ནད་པ་རྣམས་ལ་སྤྲོད་བཅོས་མ་སྤྲོད་ཆེན་ཞེས་པ་དེ།

ཆོག་གཙོ་སྤྲོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཏྲོག་ཙམ་ཞིག་མཆོམས་འཛོག་རོགས་གནང་། ཇི་བ་མང་དྲགས་ནས་རྗེས་ཐེན་ས་མ་རེད། འོག་འཛེར་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཆོག་ས་
གཙོ་ལོ་བཀའ་འཁོལ་གྱིས་ཐོག་ནས་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཇིས་ལན་གསལ་པོ་ཡོང་རྒྱ་དང་ནན་པོ་ཡོང་རྒྱ་ལེ་ཆེད་དུ་བཀའ་
འཁོལ་བཏང་བ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྤྲོད་མཆོག་ ད་ལྟ་བར་དུ་ཇི་བ་གནང་བཞག་པ་དེ་ཆོ་ལ་
ལན་བསྟོན་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་མོག་དུ་བསྟེན་པ་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་མོག་དུ་བསྟེན་པ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ ངས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དེ་ཙམ་པའི་དུས་ཆོད་ཐོག་ནས་བཤད་ན་ང་
ཆོ་རྩ་དྲག་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། སང་ཉིན་མ་གཏོགས་ལྷག་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ནས་ནང་སྤྲོད་དང་ཤེས་རིག་གཉིས་དེ་དངོས་གནས་
ལྷན་ཁང་ནང་ནས་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་རེད། ཉིན་མ་མང་པོ་རྒྱ་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་བྱེད་དུས་ཟླ་གཙོ་སྤྲོད་སྤྱི་འཐུས་དེ་
ཆོས་ཇི་བ་གཅིག་གནང་བཞག་དུས་ཆང་མ་ཇི་བ་གནང་བསྟེན་གྱི་འདུག ཇི་བ་གནང་བ་ཡིན་ན་ཇི་བ་བཞོས་པ་ཡིན་ན་འདི་ཆ་
ཆང་ཇི་བ་རེད། ཅིས་འགོ་རེ་རེའི་ཐོག་ལ་གང་རེད། གང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། གང་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་མཐའ་བསྟོམས་
དེར་གང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན་ཇི་བ་རེད། ཁ་ཤས་ཤིག་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་གྲོས་ཆོག་ས་ར་བའི་ནང་ལ་དངོས་
གནས་གྱིས་གནད་དོན་གསལ་པོ་མ་ཆགས་པའི་རིགས་སུ་གྱུར་བ་དེ་ཇི་བ་འགྲོ་དགོས་གྱི་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཡིན་དང་ཡིན། འདི་
དགོས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁ་ཤས་ཤིག་འཁྲིམ་ལ་ཡོད་བསྟེན་པའི་པར་སོང་ནས་ལྷན་ཁང་ཐོག་ལ་ཇི་བ་ཞུ་དགོས་པ།
སྒྲིལ་གྱི་ཐོག་ནས་གསལ་པོ་མ་ཆགས་པའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་བྱས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་ཀྱི་རེད་སྟེ། དེ་དོན་
དག་གཅིག་ཡིན།

གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མར་བཀའ་ལན་རྒྱག་དུས་ཉར་རེ་སྒྲོར་རེ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྟེན་གྱི་འདུག དེ་འདྲ་བྱེད་དུས་
སྒྲིལ་ལ་དངོས་གནས་གྱིས་གཅིག་ ཇི་བ་གང་བཏང་བ་ཡིན་ནའང་ལན་སྟབས་བདེ་པོ་འདུམ་བདེ་པོ་གསལ་པོ་ཞིག་ཁ་གསལ་པོ་
ཞིག་བྱེད་ན་མ་གཏོགས་ང་ཆོ་འཛོམས་བསང་བསྟེན་ཡོད་པ་དེ་ཉོན་འཇུག་རྒྱ་བཞོ་བ་སྐབས་སྐབས་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག དེར་
བརྟེན་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་སྦྱང་ཞིག་གནང་དགོས་གྱི་འདུག་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན། དུས་ཆོད་བསྐྱེད་ཆགས་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན། ཁ་
སང་དེ་ཆོར་ཡིན་ན་ཡང་བཤད་མ་ཤེས་པ་དང་ཇི་བ་འདི་མ་ཤེས་པ་ཙམ་བཞིན་ནས་མིན་དངོས་གནས་མིན། ཇི་བ་འདི་རྒྱ་ཡོང་གི་
འདུག དུས་ཆོད་བསྐྱེད་ཆགས་རང་གི་ཆེད་དུ་ཡིན། ཆོག་གཙོ་སྤྲོད་སྤྱངས་པར། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་
གསུང་རོགས་གནང་། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ཐུ་མ་ཐུད་པར། དེ་གནང་བཞིན་དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་ཐོག་ནས་ཡིན་

ནའང་ཁོ་གཅིག་སྐྱེས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་ལམ་ལུགས་ཤིག་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཁོ་སྐྱེས་མ་ལུ་ཡིན་ན་ལྷ། བཅུ་ཡིན་ན་བཅུ། ཉི་ཤུ་ཡིན་ན་ ཉི་ཤུ་སྐྱེས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲ་བྱས་བཏང་བཞག་པ་ཡིན་ན་འགྲིག་གི་མི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་ཚོགས་གཙོ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། རྒྱལ་བཀའ་སྤྱད་ལ་སྟོན་མཁན་དེ་གཅིག་རེད། ལས་རིམ་རྣམས་ གཞག་འདོན་མཁན་ཆང་མ་ཚོགས་གཙོ་རེད། སོ་སོས་འཆད་དགོས་དུས་སོ་སོའི་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད། གཞན་པས་འཆད་དུས་དེ་ལ་ཡང་དགའ་ངལ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་ཆང་མ་ཁོང་ཡུག་གཅིག་གི་ནང་ལ་ལོ་ཁ་ཤས་ ཤིག་མཉམ་དུ་བསྐྱད་ཆར་བ་རེད། ཆང་མ་གཅིག་གིས་གཅིག་ཆ་རྒྱས་མེད་མཁན་ཡོད་པ་མ་རེད། ཚོགས་གཙོས་གཙོ་ཆུང་ལྷན་ པ་ཡིན་ནའང་གསན་མཁན་གཙོ་ཆུང་ལྷན་ཞེས་ཚོགས་གཙོ་ལྷན་ལྷན་ནས། ལྷག་པར་དུ་དེས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་ དུས་འདིའི་ནང་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཞུ་དགོས་པའི་གནས་སྐྱེས་བྱུང་བ་རེད། ད་ལྟ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་དེ་ ཚོགས་གཙོས་མ་ཤེས་པ་དེ་འདྲ་ཅ་ཉིད་ནས་མ་རེད། ཁྱེད་ལ་ཆོར་བ་ཡོད་པ་བཞིན་ང་ཚོ་ཆང་མ་ལ་ཆོར་བ་གཅིག་པ་ཡོད་པ་ རེད་སྟེ། ཡིན་ནའང་ཞུས་དང་། གསན་མཁན་དང་། ཆང་མར་སོ་སོ་སོ་སོའི་དེར་སྤྱད་དུས། སོ་སོའི་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་ སེམས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དུས་ཚོད་ཀྱི་ཆ་ནས་ད་ནངས་ཞོགས་པ་ཚོགས་གཙོས་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན། སང་ཉིན་ལས་རིམ་ཡོད་པ་ རེད། གནངས་ཉིན་ལས་རིམ་ཡོད་པ་རེད། སང་ཉིན་སྟོན་ཅིས་གཏན་འབེབས་ཆར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ གནངས་ཉིན་གཏོང་ལེན་ཁྲིམས་ཡིག་བཙོས་ཆར་བ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཏན་འབེབས་བྱས་ཆར་བ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ཡན་ཆད་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ཞུས་པའི་རྗེས་ལ་འང་སོ་སོ་སོ་སོའི་དེ་གལ་ཆེན་པོར་ཅིས་ཀྱི་ཡོད་དུས། ཚོགས་གཙོས་ སྐྱེས་འཛིན་བྱས་པ་དེར་གསན་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་གསལ་པོ་རེད། ཚོགས་གཙོས་སྐྱེས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་ལམ་ལུགས་ཡོད་ཀྱི་ རེད་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། བཞུ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ན་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་ནས་པོ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་དེ་འགྲིག་ གི་མི་འདུག་ཅེས་བཤད་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག གང་ལྟར་དོན་དག་དོན་དོན་དེ། ཚོགས་ཁང་འདིའི་ནང་། ར་བ་འདིའི་ནང་ ཡོད་མཁན་ཆང་མས་སོ་སོ་སོ་སོའི་འགན་བཞེས་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཚོགས་གཙོས་སང་ཉིན་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ འགོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་དང་མི་འདུག ད་དུང་དམ་དུ་གཙོ་བོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དང་མེད། ལྷོ་པོ་གཙོ་བོ་ཚོགས་དགོས་ཀྱི་ ཡོད། དེར་ཚོགས་གཙོས་སྐྱེས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། གང་ལྟར་སང་ཉིན་སྟོན་ཅིས་གཏན་འབེབས་ཆར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གོང་དུ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ལྷན་ཁང་ཆེ་བ་གཉིས་ལྷག་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས། དེ་ཚོ་ ལ་ཡང་ཆ་ཤས་བཞེས་ཀྱི་རེད། གཙོ་བོ་བཀའ་པ་ཡིན་ནའང་ཆ་ཤས་བཞེས་ཀྱི་རེད། དེ་ཤོད་མི་དགོས་པ་རེད། དེ་དེ་བཅིས་ ཀྱིས་བཀའ་ལློན་རྣམས་པ་ཚོས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ལན་གསལ་པོ་མ་བརྒྱབ་ཡིན་ན། ལན་གསལ་པོ་རག་གི་མི་འདུག ལན་ནན་པོ་ རག་གི་མི་འདུག་ཅེས་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་ཁང་འདི་ག་རང་ནང་དུ་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། གསལ་པོ་དང་ནན་པོ་བརྒྱབ་རྒྱུའི་ འབད་བཅོད་བྱེད་དུས། ཡང་དེས་ཀྱང་འགྲིག་གི་མི་འདུག་ཅེས་ལབ་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན། མར་བསྐྱད་ན་རྒྱལ་བཞུགས་ཡར་ལངས་ ནའང་མགོ་བཞུགས་ནས་སྟོན་རྒྱུ་མ་རེད་དམ། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་ལློན་མཆོག་གསུང་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུ་མཉམས་ནས་ཐི་བ་གནང་བ་ལྟར་དེ་ལ་ལན་འདེབས་གང་སྤངས་སྤངས་དང་གང་སྤངས་སྤངས་གསལ་ལོ། དུས་ཚོད་སྤངས་སྤངས་ལྷན་སྤྱོད་ལ་འབད་བཅོམ་ཞུ་ཡིན། ད་ལྟ་ཅིས་འགོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་བཏང་ནས་ཁོ་ཅིས་འགོ་ཁྲིར་སྤངས་ཤིག་ཆགས་བསྟན་གྱི་འདུག ང་ཚོའི་ལས་གཞི་ཆང་མ་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ་དང་སྤྱོད་བཅུད། ཁག་ཅིག་ལ་ཡང་ལས་གཞི་དེ་ག་རང་ཆེད་དུ་བྱུང་དུ་ཟུང་སྤྱོད་དང་གོ་རྟོགས་ཁ་ཁར་སྤྱོད་དགོས་པ་དེ་འབྲེལ་བའི་གསལ་བསལ་ཆ་ནས། ཁག་གཅིག་དཔེར་ན། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ང་ཚོ་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ་གཅིག་ཡོད་པ་རེད། ལས་གཞི་གཅིག་ཁ་ཁ་ཡོད་པ་ཟེད། དེ་ནང་བཞུགས་དཔེར་ན་སྤྱོད་ཐུག་ཐུག་ཐོག་མས་རེད། གཉན་ཉན་རེག་དུག་ཐོག་ལ་བྱུང་དུ་ཅིས་འགོ་ཁ་ཁ་གཅིག་ཡོད་བསྟན་དུས། དེ་ལ་ཡང་ཟུང་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་གསོ་ཁ་ཁ་ཡོད་པ། ཅིས་འགོ་ཁྲིར་སྤངས་དང་དཔལ་བའོ་སྤངས་དེ་འབྲེལ་བ་ཆ་ནས་བཞག་པ་ཞིག་ཆགས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་ཡིན། སལ་ཆེར་དེ་འབྲེལ་བ་ལྟར་བས་བརྒྱབས་ན་འགྲིག་གི་མིན་འགོ་སྟུང་།

དེ་ནས་ང་ཚོའི་གོ་རྟོགས་སློབ་གསོའི་ཅིས་འགོ་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ་དང་སྤྱོད་བཅུད་དེའི་ནང་ལ་གལ་ཆེ་ཤོས་གཅིག་དེ་ད་ལྟའི་འདི་ཆགས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ས་གནས་ཁག་ལ་འཛམ་གླིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་གས་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱིས་གཉན་འབེབས་བྱས་པའི་ཉིན་མོ་ཁག་ ༡༠ ཡས་མས་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཆོ་ཆང་མ་ལ་སྤངས་བཅི་ཞུ་དགོས་པ་དེ་འབྲེལ་བའི་ཡིན་ནའང་ཁོ་དུས་ཚོད་དང་འགོ་སོང་གང་ཅིའི་ཆ་ནས་གལ་ཆེ་ཆུང་དང་མང་པོ་ཅིས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་ཁག་ ༡༠ ཡས་མས་འདེམས་སྒྲིག་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་དེ་ཆོ་ང་ཚོས་སྤངས་བཅི་གང་སྤངས་ཅི་སྤངས་ལྷན་ཆོག་གས་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱིས་གཉན་འབེབས་བྱས་ནས་ཁག་ལྟ་བུ་གཅིག་ང་ཚོས་གལ་ཆེན་པོ་བཅིས་པའི་ཐོག་ནས་དེ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཡང་ཤུགས་སྤོན་མང་བ་བརྒྱབ་སྤྱོད་དེ་འབྲེལ་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་འཛམ་གླིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་གས་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཆོག་གས་དང་ང་ཚོ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་མཉམ་སྦྲེལ་ཐད་ཀར་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་འབྲེལ་བ་དེ་འབྲེལ་བ་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་འཛམ་གླིང་གང་དུ་ཡིན་ནའང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་གས་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱི་ཅ་འཛིན་ཆོས་བསྐྱབ་བྱ་གང་རྒྱག་གི་ཡོད། དེ་ཆོ་ང་ཚོ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་སྤྱོད་ཐད་ཁག་གིས་བཅི་སྤངས་དང་དེ་ཆོ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བྱུང་ལྟའི་འབད་བཅོམ་ཞུ་བསྟན་གྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་ཡིན། དེ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་ལས་གཞི་དེ་ཆོ་སྤེལ་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ནས་དབང་པོ་སྤྱོད་ཅན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས། དབང་པོ་སྤྱོད་ཅན་ད་ལྟའི་ཆར་ང་ཚོས་འཆོ་སྤོན་སྤོད་ས་ ༡༩༩ ཆགས་བསྟན་གྱི་འདུག དེ་ཆོ་ལ་ང་ཚོའི་འཆོ་སྤོན་སྤོན་མ་ཡིན་ན་ ༢༥༠ སྤོད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཡར་སྔར་ནས་ ༡༥༠༠ དེ་འབྲེལ་གནང་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འཆོ་སྤོན་དེ་མེད་པ་དང་ཡོད་པ་བྱས་ན་ཡོད་པ་བྱས་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཞིག་གཞིགས་བསྟན་གྱི་ཡོད། དེས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཆང་མ་འགོ་སོང་ཆ་ཆང་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་ང་ཚོས་གཞིགས་ཀྱི་མེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁོ་མེད་པ་ལས་ཡོད་པ་ཤུག་ཆགས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞུགས་ཡང་དབང་པོ་སྤྱོད་ཅན་ལ་འཆོ་སྤོན་སྤོད་རྒྱ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཁོང་ཆོ་ལ་ཡོ་ཆས་ཀྱི། སོ་སོས་དུས་རྒྱུ་དུ་ཤུག་ལས་གནང་སྤངས་གནང་བྱུགས་སྤོར་ལ་ལས་སྤྱོད་སོ་སོའི་

མི་ཆེ་འཕེལ་སྐྱེད་ཀྱི་དེ་ཆོ་ལས་སྤྱི་ལོ་གཏང་རྒྱུ་ཆེད་དུ་ན་མཆོག་གོ་ཡི་མེད་ན་ན་མཆོག་གོ་རྒྱུ་ཆེད་དུ་ཉན་རྒྱུ་འབྲུལ་
ཆས་དང་རྒྱུ་ལ་དང་ལག་པ་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཡིན་ན། ཡང་གཅིག་ལག་ཆ་བ་དང་རྒྱུ་ཆ་བ་དེ་འདྲ་འབྲུལ་བ་དེ་འདྲའི་ལས་གཞི་
ཞིག་འགོ་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཉན་ཉན་མན་ཐོགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་གཅིག་གཞིགས་བསྟན་གྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་
ཡིན།

དེ་ནང་བཞིན་རིག་འཆོ་མ་ཟེན་པའི། ད་ལྟ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་རིག་འཆོ་མ་
ཟེན་པ་དེ་ལས་དུས། དེའི་ནང་ལ་སྟོན་ཅིས་ནང་ལ་ལོ་ལྟར། སྤྱིར་བཏང་རིག་འཆོ་མ་ཟེན་པ་རེད། ཡང་ཁྱད་པའི་ན་ཆ་ཡོད་
མཁན་དཔེར་ན་གཟུང་ཡི་ན་ཆ་རེད། ཡང་མགོ་བཟར་རྒྱུ་ Parkinson disease དེ་འདྲའི་ནད་གཞི་ཡོད་པ་དང་ཆེད་ཁྱད་ས་
ཐོག་ཞིར་བཟུང་བྱས་པ་ཡིན་ན་ ༣༠༠ ལྷག་ཅིག་འདུག དེ་ཆོ་ལས་སྤྱི་བཅོས་འགོ་སོང་མཐུན་རྒྱུ་ ༥༠% ཆག་ཡང་གནང་
བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་སེམས་དཀའ་ངལ་ཡོད་མཁན་དང་ཁྱད་པའི་ན་ཆ་ཡོད་མཁན་རིགས་ཡིན་ན་དང་རང་ཆོ་འཕྲོད་
བསྟེན་བྱེད་ཁོངས་སྤྱི་ཁབ་གང་དུ་ཐེབས་པ་ཡིན་ནའང་། ཉམ་ཐག་ཡིན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པ། སྤྱི་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞིའི་
ཆོགས་མི་ཡིན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པ་ཆང་མ་ལ་ ༥༠% ཆག་ཡང་གནང་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་བཅོས་ཀྱི་ཐོག་ལ་དེ་ནང་བཞིན་
ཕྱི་ལོགས་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱ་རྒྱུ་དང་དེ་ཆོ་ཐོག་ལ་གང་སྤྱི་བཅོས་ཐབས་ཤེས་ཅིག་བྱེད་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་
བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཀྱིས་དེ་ཆོར་ལྟོག་གང་སྤྱི་བཅོས་འབད་བཅོན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ལོ་ལྟར་སྤྱི་བཅོས་ཐབས་དང་
ཆོས་ཆོད་དཔག་ལ་ ༡༣༠ ཡས་མས་ཡོང་བསྟན་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཆོ་ལས་སྤྱི་བཅོས་འབྲུལ་རྒྱུ་དང་ཆང་མས་བཞེས་གྱི་
ཡོད་མེད་དེ་གནས་སྟངས་གཅིག་ཆགས་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ཉམ་ཐག་ཡིན་ན་ཉམ་ཐག་ལ་ ༡༠༠% ཆག་ཡང་
ཞིག་གནང་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སེམས་ཁམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་ན་ཆ་དེ་ཆོ་ལ།

སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཟབ་སྦྱོང་ལོ་ལྟར་དང་ཆོས་ཚུགས་སྤྱི་བཅོས་འབད་བཅོན་
བྱེད་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ད་ལོ་ཡང་དང་ཆོ་ལས་གཞི་དེ་བྱེད་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལ་ན་ནིང་ལོར་ཆ་
བཞག་པ་ཡིན་ན། དང་ཆོས་ལོ་མང་པོའི་རྗེས་ལ་བལ་ཡུལ་ནང་ལ་ཡོད་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་འཕྲོད་ལས་པ་ཆང་མ་ཡང་། གང་མང་
སྐད་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་དེ་ཆོ་ལ་དང་ཆོས་ཟབ་སྦྱོང་གཅིག་སྤྱོད་སྤྱི་བཅོས་ཐབས་ལྟར་ཡོད། དེ་ནང་བཞིན་ད་ལོ་ཡང་ཟབ་སྦྱོང་སྤྱོད་རྒྱུ་དང་
དེའི་ནང་ལ་ད་ལོ་དམིགས་བསལ་གྱིས། ད་ལོའི་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཟབ་སྦྱོང་དེའི་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་
མཁན་དང་རང་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱི་ཁབ་གི་འཕྲོད་ལས་རེད་སྤྱི་བཅོས་ཐབས་རེད། དེ་ནང་བཞིན་བལ་ཡུལ་ནང་ (དཔལ་ལྷན་ཆོགས་
གཙོ་མཆོག་ནས། ཅི་བ་གང་འདྲི་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན་སེམས་ཁམས་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་སྤྱི་བཅོས་ཐབས་ལྟར་བོད་པ་དེ་འདྲ་ཡོད། དེ་
ཆོས་འབྲེལ་བ་བྱས་ཀྱང་སྤྱི་ཆོགས་གཞན་པ་ལ་ཚུད་གྱི་མི་འདུག དེར་བརྟེན་དེ་ག་རང་ཐོག་ལ་འདེབས་གྱིན་འདེབས་གྱིན་
འགོ་བ་ཡིན་ན། ལས་དོན་ལས་གཞི་རེ་རེ་རེའི་ཆ་ཆང་ལ་འབྲེལ་བ་ཤད་རྒྱག་བསྟན་པ་ཡིན་ན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་
གཅིག་སྤྱི་བཅོས་ཐབས་ལས་མས་འགོར་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་དེ་ཡོད་ཡོད་པ་རེད།) སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་
པའི་ཐོག་ནས་ཁྱད་ལས་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་ན། དང་ཆོ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ལ་སྟོན་སོང་དེ་འདྲ་སྤྱི་བཅོས་པ་
འདྲ་པོ་ཡིན་ན། ཉན་ཉན་དང་ཆོ་ལ་དགོས་པེས་གཅིག་ཆགས་བསྟན་གྱི་ཡོད། སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་

ཐོག་ནས་ལམ་སྟོན་ Counsellor (དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། འདིར་གསུང་རྒྱ་དེ་གང་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད་
 ཟེར་ན། དེ་འདྲ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ལ་འབྲེལ་བ་ཞུས། གོ་སྐབས་མ་རག་པ་དེ་འདྲ་ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་གསུང་གི་ཡོད་པ་
 རེད། དངོས་གནས་བྱས་ན་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དེ་དང་དེ་འདྲུག་ཅེས་གསུང་བ་ཡིན་ན། དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ལ་
 འབྲེལ་བ་བྱུང་སྐོང་བྱུང་མ་སྐོང་གསུངས་པ་ཡིན་ན་ལན་ཉག་ཉག་དེ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།) དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་བསྐྱར་ཞིབ་
 བྱས་པའི་ཐོག་ནས་བསམ་ཞིབ་བྱ་རྒྱ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ནས་མ་དང་གྱིས་པའི་དེ་རྗེས་ལ་ཞུས་ན་འགྲིག་
 གི་མེད་དམ། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ངེ་བ་ཆ་ཆ་ང་གྲུབ་མ་སྐོང་།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ངེ་བ་ཆ་ཆ་ང་ཆེ་མེད་ན་ལན་གང་འདྲ་འདེབས་དགོས་པ་རེད་དམ། དགོངས་པ་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་། ལས་རིམ་རྣམས་
 གཞག་མང་པོ་ཐོན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་ངེ་བ་བཅོ་ལྔ་བཏང་ན། གོས་ཚོགས་འཐུས་མི་གཞན་རྣམས་དགོས་
 པ་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སུ་ཚོགས་ལགས། ལུ་མ་ཐུང་ནས་གསུང་རོགས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སུ་ཚོགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ལས་རིམ་རྣམས་གཞག་པལ་ཆེར་ང་ལ་ཡིན་རྒྱ་མ་རེད། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ལ་
 གཏོང་གི་ཡོད་རྒྱ་རེད་ཀྱང་། ལས་རིམ་རྣམས་གཞག་ལྔ་བཅུ་བཏོན་ནས་ལངས་པའི་གོ་སྐབས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། འདིའི་དོན་དུ་ང་ཚོ་
 འདིར་ཉི་མ་བཏང་ནས་སྟེབས་པ་རེད། གོས་ཚོགས་བྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མ་
 དབང་ཆའི་ཐོག་ནས་ཉི་མ་འགྲུངས་ཆོག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོབ་དང་མཉམ་དུ་ཞུས་པ་ཡིན། ཟུར་ཟ་མིན། ངས་ད་ལྟ་ཅིས་འགོ་
 གཉིས་འདྲ་པོ་འདུག་ཟེར་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། བཀའ་ལན་དེ་ཐང་ཀར་མ་བཟུང་པར་ངེ་བ་གང་ཞུས་པ་དེ་ལ་ལན་གནང་རོགས།
 སྐར་ཉིག་དང་། ལྷི་ལི་དེ་ཆོ་ནས་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སློབ་སྦྱོང་ཐོན་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་འབྲེལ་བ་ཞུས་ཡོད་མེད་ཉ་གོ་མ་
 སྐོང་། འཛིན་སྐྱོང་ལ་འབྲེལ་བ་ཞུས་པ་ཡིན། ཡ་ལན་མ་བྱུང་བར་རྒྱ་གར་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། སློབ་ཡོན་
 ཡང་འདི་ནས་མ་ཞུས་པར་འདི་ནས་མ་སྤུལ་བ་དེ་འདྲའང་བྱུང་བསྟན་ཀྱི་འདུག་ཟེར། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ནས་གང་གོ་བ་དེ་འདིར་
 ཞུས་པ་ཡིན། ཟུར་འཛར་དགུ་པ་དེ་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་གཞི་གཉིས་པ་དེ་རེད། རྒྱ་དང་གཙང་ཞུས་ཟེར་བ་དེ་
 རེད། དངོས་གནས་བྱས་ན་ལས་གཞི་དེས་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ཀ་ལ་སྟོབ་དགོས་ཀྱི་རེད། འདིའི་ནང་ལ་ཅིས་འགོ་ཁ་ཤས་
 ཤིག་མ་གཏོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། ན་ནིང་ལ་དྲགས་ལ་སྒྲོར་བ་རྒྱུ་བ་དགོས་འདུག དཀའ་ངལ་འདུག་ཟེར་ནས་བསམ་འཆར་ངག་
 ཡིག་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ནས་སྤུལ་ཡོད། བྱང་ཐང་ལ་རྒྱ་འཐེན་དགོས་འདུག་ཞུས་ཡོད་པ་མ་རེད་ཀྱང་ལག་སྟོམ་དགོས་འདུག་ཞུས་
 ཡོད་པ་རེད། དེ་རིང་འབྲེལ་མེད་རེད། བཀའ་ལན་ནང་ལ་འདི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཡོད་པ་
 མ་རེད་ཟེར་བ་དེ་རེད། དེ་རིང་ཡང་སྟོན་ཅིས་དེ་ནང་སྤིང་ལས་ཁུངས་ནང་དུ་པར་བསྟེབས་བསྟན་པའི་བཅོ་འདྲ་ཞིག་འདུག
 བཀའ་ལན་དང་སྟོན་ཅིས་གཉིས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་གོ་སྐབས་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་བསྐྱར་འདི་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་འཛོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཛོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གོང་དུ་མ་དང་གྱེས་པའི་དྲི་བ་དེ་ཆ་ཆང་ངས་མཐུག་སྐྱོང་གྲེང་ཆར་ཡོད་པ་མ་རེད་ཞུས་ཀྱང་དེ་
ཆར་ཡོད་པ་འདྲ། དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ལན་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འུད་མེད་སྐྱུ་མ་ནམས་ཀྱི་ལྷ་རྟོག་ལས་གཞི་
དེའི་ནང་དུ་སྤྱ་གྲུ་ལོ་ལྷ་མན་ཆད་ལ་སྤྱ་གྲུ་ཆགས་པ་ནས་བསྐྱེད། བརྟག་དབྱང་རིན་མེད་མཐུན་སྐྱོར་སྐྱར་བ་རེད། སྐྱུ་མ་དེ་ཆོ་
ལ་ཁག་སྟོན་རེད། རུས་བ་སྟོབས་རྒྱས་སྟོན་རེད། སྤྱ་གྲུ་སྐྱེས་ཆར་ནས་སྤྱ་གྲུ་དེ་ཆོ་ལ་ལོ་ལྷ་མན་ཆད་ལ་སྟོན་འགོག་ཁབ་རྒྱབ་
རྒྱ་དེ་ཆོ་འདིའི་ནང་ལ་གསལ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཅིས་འགོ་གཞན་པ་དེའི་ནང་ལ་གསལ་བསྐྱེད་པ་དེ་ལ། འཛོད་བསྟེན་ལྷ་
སྐྱོང་ལས་གཞི་དེའི་ནང་ལ་དམིགས་བསལ་ལྷ་སྐྱོང་ཞིག་ལ་གཞིས་ཆགས་ཁག་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྟོན་བསྐྱེད་
བཏང་ནས་ལྷ་སྐྱོང་གྲེང་རྒྱུ་ལས་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་རེད། ལས་གཞིའི་འགྲོ་ཐོན་དེ་ཆོ་འདིའི་ནང་ལ་གསལ་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་
ཡིན། རྒྱ་དང་གཙང་སྤྱད་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ཆང་མ་ལ་ཅིས་ལོ་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་ཡོང་ཐུབ་པ་
དེ་དཔལ་འབྱོར་རེད། གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཆགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཀའ་ངལ་ཆེ་ཆུང་དང་དཀའ་ངལ་ལ་བར་
རིམ་གཞིགས་པའི་ཐོག་ནས། ལོ་རེ་ལོ་རེ་ལ་འབྲེལ་ཐུབ་པའི་འཆར་གཞི་ཡོད། ད་ལོ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་རྒྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་
ལ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ཁག་མང་པོ་ཞིག་འདིའི་ནང་ལ་འཁོད་བསྐྱེད་ཡོད། Dalhousie རེད། ཆེ་རིང་དོན་ལྷན་གྲིང་རེད། མན་
རྩ་མ་རེད། བྱང་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ཁག་ཁག་ལས་འདིར་འཁོད་བསྐྱེད་ཡོད། ན་ནིང་ལོར་ལ་དྲགས་བྱང་ཐང་ལ་ཡོད་
པའི་ས་གནས་ཁག་དྲུག་ལ་ལག་སྟོན་རྒྱ་ཡི་མཐུན་རྟེན་སྐྱར་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ད་ལོ་ཡང་བྱང་ཐང་ལ་ཕྱོགས་བསྐྱོད་འགོ་
བའི་སྐབས་སུ་དཀའ་ངལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་ཞུས་བསྐྱེད་འདུག མ་འོངས་བར་དེ་ཆོ་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་
བྱེད་ཐུས་ཡིན། བྱང་ཐང་གི་དཀའ་ངལ་དེ་བྱང་ཐང་ས་ཁག་རེ་རེ་ལོ་གཅིག་ལ་ཐང་ས་ལྷ་ཅན་སེམས་ཅན་ཁྱིད་ནས་སྐྱོར་བ་
རྒྱབ་ཀྱི་འདུག མཆོམས་རེ་ཐངས་བཅུ་གཉིས་བཅུ་གསུམ་ཅན་ལ་སྐྱོར་བ་བརྒྱབས་ནས་འགོ་བཞུག་འདུག སེམས་ཅན་ཁྱིད་
ནས་འགོ་ས་ཆང་མ་ལ་ང་ཆོས་རྟོགས་པ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ང་ཆོས་ཞུས་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ས་
གནས་གལ་ཆེ་བ་དེ་ཆོ་ལ་ང་ཆོས་ཐབས་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཁས་ལེན་ན་ནིང་ཞུས་པ་དེ་ཆོ་བསྐྱབས་ཆར་བ་ཆགས་
བསྐྱེད་ཡོད། ད་ལོ་སྟོན་ཅིས་ནང་ལ་ཁུར་མེད་ཀྱང་བར་བཞག་བཀའ་འཁོལ་བརྒྱད་ནས་དེ་ཆོ་ལ་ང་ཆོས་ཐབས་ཤེས་བྱས་ནས་
བསམ་གཞིགས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྐོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒྲིལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཟུར་འཛར་ལྔ་པའི་ཅིས་འགོ་ཁྲིམ་དུག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དེའི་ནང་
ལོགས་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དབང་པོ་སྒྲོན་ཅན་གྱི་ལྟོག་མཁན་ལམ་སྒྲོན་པ་ཆོར་ཟབ་སྤྱོད་ཟེར་འདུག དེའི་ལམ་སྒྲོན་པ་ཆོར་
ཟེར་བ་དེ་སྤྱི་ལ་གོ་དགོས་ཀྱི་རེད། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དབང་པོ་སྒྲོན་ཅན་དང་ཆས་འཁོགས་ཆོར་ཟེར་སྐབས། དབང་པོ་སྒྲོན་ཅན་
སྤྱད་དེ། སྤྱི་ཞུགས་མ་ཡིན་པའི་ཆས་འཁོགས་སྤྱད་སྤྱོད་པ་རེད། ཡོངས་རྫོགས་ལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད་ཟེར་
བ་དེ་ནི་བ་གཅིག་ཡིན། གོང་དུ་ནི་བ་ལྟེན་པ་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་གིས་ཀོ་ལི་རྩལ་གྱི་བྱ་མོ་ནད་པ་དེའི་ཚོགས་
འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ནང་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་གི་ཡིན་གསུངས་སོང་། ཟུགས་ཇེ་ཆེ་ཞུ། དེ་དང་སྐབས་ནས་བྱ་མོ་དེ་དབྱུས་
སྒྲན་ཅིས་ཁང་ལ་ཡིག་རྒྱགས་འཕྲོད་ཀྱང་བྱུང་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན་སྐབས། དབྱུས་སྒྲན་ཅིས་ཁང་ལ་ལས་ཀ་དེ་རང་འཇགས་རག་
པའི་ཆེད་དུ་གསོལ་འདེབས་ཞུ། བྱུང་མེད་ཀྱི་སྒྲོན་འགོག་བཟྱག་དབྱུང་དེ་ཆོ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག ང་ཆོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་
དེའི་སྒྲོར་ནས་གོ་རྟོགས་སྤྱོད་པ་རེད། ཀོ་ལི་རྩལ་ལ་ལས་གཞི་དེ་སྤེལ་གྱི་ཡིན་གསུངས་སྐབས། སྐབས་དེར་བྱུང་མེད་གང་མང་
མང་གནས་པའི་སྐབས་དང་བསྟུན་ནས་དགོངས་བཞེད་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཟུགས་ཇེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ འདིའི་ཟུར་བཀོལ་ནང་ལ་ཡོད་བསྐྱད་པའི་ཟུར་བཀོལ་གྱི་ ༡་༤ ཅིས་འགོ་ཁྲིམ་དང་། ༡། འདི་
གཉིས་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། མ་གཞི་ཅིས་འགོ་འདི་གཉིས་ཀའི་ནང་ལ་ཡོད་བསྐྱད་པའི་ཆོན་པ་གཅིག་
དམིགས་བསལ་ཅིས་འགོ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ། གསུམ་པའི་ནང་ལ་རང་འཇགས་བསྐྱད་འདུག ཟུར་འཛར་ལྔ་པའི་ཅིས་འགོ་
གསུམ་པ་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་དབང་པོ་སྒྲོན་ཅན་ཟེར་ནས་གཅིག་འདུག ཡང་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་དམིགས་
བསལ་དབང་པོ་སྒྲོན་ཅན། འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ག་རེ་རེད་ཟེར་ནས་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཟུར་འཛར་བརྒྱད་པའི་ནང་
ལོགས་ལ་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་ཆོ་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་རེད། འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་སྤེ་ཆོན་གྱི་ཁ་པར་འབྲུལ་ཆས་བཟོ་འཆར་
ཟེར། འདི་སྒྲོན་འཇུག་གཅིག་དགོས་ཀྱི་འདུག ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་ལ་ཁ་པར་དང་འབྲུལ་ཆས་འདི་གང་འདྲ་ཞིག་རེད། དེ་
བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་

དབལ་ལྷན་འཛོད་བསྟན་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དབལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཁྱི་བ་དང་པོ་དེ་གསལ་པོ་བྱུང་མ་སོང་། བསྐྱར་དུ་གསུང་རོགས་གནང་།

ཆོགས་གཙོ་སྟན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཁྱི་བ་དང་པོ་དེ། འདིའི་ཟུར་བཀོལ་ནང་ལ་ཡོད་པའི་ཆེས་འགོ་ཙམ་ ༡་༢་ ༩་དང་། ༩། འདི་གཉིས་དམིགས་བསལ་ཆེས་འགོ་དང་པོ་གཉིས་པ་གསུམ་པའི་ནང་ལ་རང་འཇགས་འདུག འདི་དམིགས་བསལ་གྱི་ནང་དུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་། ཟུར་བཀོལ་གྱི་ནང་དུ་འང་ཆེས་འགོ་སོ་སོ་སོ་སོ་གཏོང་དགོས་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ་ཟུ་རྒྱ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྟན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དབལ་ལྷན་འཛོད་བསྟན་བཀའ་སློན་མཆོག་

དབལ་ལྷན་འཛོད་བསྟན་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དབལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་ལོས་སྤྱི་འཐུས་ཞིག་ནས་གོང་དུ་ཟུར་སྤྱོད་ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་བཀའ་འདི་ཞིག་གནང་སོང་། དེ་སྤྱི་ཆོགས་དབང་པོ་སློན་ཅན་དང་ཀླས་གཙོང་ལྟ་ཞིག་ལས་སྟོན་པ་ཆོ་དང་། འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ནམས་ལ་ཟུར་སྤྱོད་ཞིག་འཆོགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོར་ལོ་གནངས་འཆར་ཕུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་གཙོ་བོ་དེ་འཛོད་བསྟན་སྟན་ཁང་ཁག་དེ་ཆོའི་ནང་ལ་ཀླས་འཁོགས་རེད། དབང་པོ་སློན་ཅན་ཆོ་ལ་ལྟ་ཞིག་བྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་ཆོའི་སྐྱོར་ལ་ཟུར་སྤྱོད་ཞིག་རེད་ཅེས་ཟུ་རྒྱ་ཡིན། ད་གིན་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་ཁྱེས་པ་དེ་འཛོད་བསྟན་སྟན་ཁང་ལ་མ་ཡིན་པར་བྱེ་ལོགས་ཀྱི་མི་དེ་འདྲ་མ་རེད། སྟན་ཁང་རང་གི་ལས་མིར་ཟུར་སྤྱོད་ཕུལ་བ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཟུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཞིན་འབོད་སྐྱེལ་གནང་བ་བཞིན་མཆོན་ནད་ཡོད་མཁན་ཞིག་ལ་སྟན་ཆེས་ཁང་གི་ནང་དུ་ཕྱག་ལས་མ་རག་པ་དེ། ང་ཆོ་འགན་འཛིན་ལྷན་ཆོགས་ནང་ལ་བཀའ་བསྐྱར་བྱས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་དང་། ཁྱིམ་སྤྱིག་བསྐྱར་བཅས་ཁྱིམ་རྒྱ་སོགས་ག་རེ་ཡིན་ནམང་འགན་འཛིན་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ནང་དུ་གོ་བསྐྱར་ཟུ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་ཟུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྟན་ནད་ཀྱི་ནད་གཞི་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་ལས་གཞི་གཉིས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། བརྟག་དབྱེད་བྱེད་པ་དང་། སྟན་འགོག་ཁབ་རྒྱ་རྒྱ་རེད། དེ་གང་བྱས་བྱུང་ས་གནས་ཀྱི་མི་མང་གང་མང་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ་ང་ཆོས་འབད་བཅོན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཟུ་རྒྱ་ཡིན།

བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ནས་འཆོ་སྟོན་གཉིས་ལ་བྱང་པར་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་བ་དེ་རེད། དེ་གཉིས་མིང་
བཏགས་སྤངས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་རེད་ཀྱང་། གཉིས་ཀ་དབང་པོ་སྟོན་ཅན་ལ་འཆོ་སྟོན་ཆགས་བསྐྱད་འདུག དབང་པོ་སྟོན་ཅན་ནང་
ནས་ཀྱང་དམིགས་བསལ་ཅན་གྱི་རིགས་དེ་རེད། ཅིས་འགོ་དང་པོ་དེ་དབང་པོ་སྟོན་ཅན་ནས་ལ་འཆོ་སྟོན་གནང་རྒྱ་དེ་དང་།
གཉིས་བ་དེ་དབང་པོ་སྟོན་ཅན་ནས་ལ་ཡོ་ཆས་དེ་འདྲ་རེད། ལྷག་ལས་གནང་རྒྱར་སྟབས་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་འཐུས་ཆས་དེ་
འདྲའང་སྟོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེས་ཅིས་འགོར་འཁོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ནས། ཟུར་འཛར་བརྒྱད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སྡེ་ཆོན་འདི་ག་རེ་ཡིན་
ནས་གསུང་གི་འདུག སྡེ་ཆོན་དེ་ཆབ་སྲིད་བཅོན་པ་དང་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྡེ་ཆོན་འདིའི་ཁ་བར་དང་། འཐུས་ཆས་
ཀྱི་བཟོ་བཅོས་ཐོག་ལ་འབྲེལ་བ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། འདིའི་ཆེད་དུ་རྟོགས་ཆོགས་རང་གི་དདུལ་ཞིག་གནང་གི་ཡོད་པ་
རེད། དེར་བརྟེན་ཟུར་དུ་སྟོན་ཅིས་ནང་ལ་སྤྱིར་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལྷགས་ཇེ་ཆེ་གནང་།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་མོག་རུ་བསྟན་པ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་མོག་རུ་བསྟན་པ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཇི་བ་གལ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་དུས་ཆོད་བསྐྱེད་ཆགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཞད་ཀྱི་མིན།
རྗེས་སུ་ཇི་བ་གསལ་པོ་མ་ཆགས་ན་ལས་ཁུངས་ལ་ཡར་བཅར་རྒྱ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟན་འཛིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟན་འཛིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ང་འདིར་དོགས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད། དམིགས་བསལ་གང་ཡང་མེད། ཟུར་བཀོལ་དེའི་ནང་
ཆོན་ཅ་ལ། དེ་ལ་དབང་པོ་སྟོན་ཅན་དང་། མཛེན་དུ་སྟོང་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག ཟུར་བཀོལ་ལྟ་པའི་ནང་ལ་མཛེན་དུ་སྟོང་དང་།
མཐུན་ཆེན་སྟོར་བ་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག ཟུར་བཀོལ་ནང་ལ་རོགས་རམ་ཐོབ་བཞིན་དུ། གོང་དུ་དམིགས་བསལ་ནང་ལ་དེ་བཞིན་
འདུག གཅིག་ལ་འབྲམ་ ༩ ལྷག་ཅམ་ཞིག་དང་། གཅིག་ལ་སྟོང་ལྷག་ ༡༩ ལྷག་ཅམ་ཞིག་འདུག ཟུར་བཀོལ་ནང་ལ་རོགས་
རམ་ཐོབ་བཞིན་དུ་དམིགས་བསལ་ནང་ལ་ཁྱེད་དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བྱ་མོ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བྱ་མོ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཇི་བ་དེ་ལ་ལན་ཐེབས་སོང་། ཟུགས་རྩེ་ཆེ། བསྐྱར་སྒྲོས་ཁྱུ་ཀྱུ་མིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྒྲོན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་དབང་པོ་སྟོན་ཅན་དང་མཛེན་དུ་གྱི་འཆོ་སྟོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་
ཐོག་ནས་ ཟུར་བཀོལ་དང་དམིགས་བསལ་ནང་ལ་ཁུར་སྤངས་དེ། སྟོན་ཅིས་རང་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་བསྟན་གྱི་ཡོད། དམིགས་
བསལ་ནང་ལ་ཁུར་བ་དེ་བང་མཛོད་ནང་རག་གི་ཡོད་པའི་དདུལ་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཟུར་བཀོལ་ནང་ལ་ཁུར་བ་དེ་འཕྲོད་
བསྟེན་ལས་ཁུངས་རང་གིས་ཐབས་ཤེས་གནང་བ་ཞིག་དང་། དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་བརྒྱད་ནས་རག་པ་ཞིག་རེད།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ ཟུར་བཀོལ་སྟོན་ཅིས། བཀའ་ཤག་ནས་རྒྱབ་གཉེར་གནང་བ་ཉིན་སྟོར་ ༡༠༠,༩༣༥,༥༤༣ སྤྱི་
མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལ་དགག་བྱ། མེད་པ་སོང་ཅང་དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་པབ་པ་ཡིན། འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱབ་
ཁོངས་ཀྱི་ཕྱོགས་བསྟོམས་ ཟུར་བཀོལ་དེ་སྟོན་སྟོན་གནང་རོགས། སྤྱི་འཐུས་དག་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དག་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱབ་ཁོངས་སྟོན་ཁང་ཁག་གཉིས་དང་། མཛོན་དགའ་སྟོན་གྲ་བཙས་ཀྱི་ ཟུར་
བཀོལ་དེ་ལ་ཁྱོན་བསྟོམས་ཉིན་སྟོར་ ༡༩,༠༦༩,༩༡༩ བཀའ་ཤེས་རྒྱབ་གཉེར་གནང་འདུག ང་ཚོའི་ངོས་ནས་དེར་སྤར་
གཙོག་གང་ཡང་མེད་ཅེས་ཁྱུ་ཀྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

འཕྲོད་བསྟེན་ཁྲབ་ཁོངས་འཆོ་བྱེད་སྟོན་ཁང་། ཕྱི་མི་སྟོན་ཁང་། མངོན་དགའ་བོད་སྤྱད་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་
སྟོན་བྲུ་བཅས་ཀྱི་ཟུར་བཞོལ་བྱིན་བསྟོམས་ཉིན་སྟོར་ ༡༩, ༠༦༩, ༩༡༩ སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་བར་དགག་བྲ། སྤྱི་
འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཆང་མས་དུས་ཆོད་བསྐྱི་ཚགས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ལ་དེའི་ཐོག་ལ་གནད་
འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དུས་ཆོད་ཉོག་ཅམ་འགོར་བ་ཡོད། གང་འདྲ་དགོས་ས་རེད་དང་པོ་དགོངས་བཞེད་གནང་
རོགས་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སང་སྤྱི་ཟླ་བཅའ་ ༥། ༣༠ བར་དུ་ཚོགས་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༣ ཆེས་ ༢༡ ཉིན་གྱི་སྤྱད་དང་པོ།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་སྐབས་བཙུ་པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་བདུན་པ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥། ༣། ༢༡
ལས་ཉིན་བརྒྱུ་པ་དེ་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད། དེ་རིང་ལས་རིམ་འགོ་བརྩམས་མ་ཞུས་གོང་དུ་ཁ་སང་དང་ཁས་ཉིན་ཚོགས་གཙོས་
ཆོར་བ་ལྷགས་ཆེན་བཏོན་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་བཞག་པ་དེ་ཆོར་གྲོས་ཚོགས་སྤྱི་ཡོངས་ལ་དགོངས་སེལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་རིང་
ལས་རིམ་གྱི་ཐོག་ལ་ཁ་སང་ཚོགས་གཙོས་སྐད་ཆ་གཅིག་རྩོགས་པ་ཡིག་པོ་རེད་ཟེར་བ་ཞིག་བཤད་ཡོད་པ་རེད། དེ་གྲོས་
ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ནས་བྱིར་འཐེན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཅིག་བྱས་ན་ཕྱི་སྤྱི་པོ་འགྲོ་དགོས་ཐུབ་མི་ཡོང་
ངམ་བསམ་བསམ་ཞིག་འདུག ཡིན་ནའང་བཟླ་རྒྱུ་ཡིན། གལ་སྲིད་གང་ཅམ་བྱིས་པོ་ཆགས་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོས་
ད་ལྟ་སྟོན་ཁང་ལྷག་མ་དེ་ཆོའི་ནང་དུ་སྤར་ཆ་དང་གཙོག་ཆའི་རིགས་ཡོད་ན་མ་གཏོགས། སྟོན་ཅིས་སྟོན་ལ་གཏན་འབེབས་
བྱས། ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་དེ་བའི་རྒྱ་ལྷག་པ་ཡིན་ན། སང་ཉིན་གྱི་ལས་རིམ་ནང་དུ་བར་སྤྱི་གཙོག་པ་ཞུ་ཅིས་འདི་ད་ལྟ་སྟོན་
ཚུད་ནས་གཅིག་ཞུས་བཞག་ན་བསམས་བྱུང་། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་ནང་དེ་བའི་སྤྱི་པོ་ལན་གྱི་དུས་ཆོད་མེད་པ་ཡིན། ལས་ཁུངས་
གོ་རིམ་བཞེན་སྟོན་ཅིས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཟོ་སྐྱེད་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་སྟོན་ཅིས་འགྲོ་བཞེན་པ་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ཁྲབ་ཁོངས་ཀྱི་སྟོན་
ཁང་ཁག་དེ་དག་རེད། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ངས་ལྷ་རྒྱ་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་བྱས་ཁོངས་སྤེལ་གོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྤྱན་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་
གནད་དོན་ཞིག་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་ངས་ད་ལྟ་དེར་ལྷ་རྒྱ་འཕྲོད་བསྟེན་དོན་དེ་གཙོ་བོ་བཀའ་ཤག་རེད། གྲོས་ཚོགས་དེ་ཆོས་གནད་
དོན་དེ་མཁུན་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། གཤམ་སྤྱིད་གནད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་
ཁུངས་ནས་ཅིས་ཞིབ་དང་དེ་འདྲ་གནད་ནས་ད་ལྟ་ངས་ལྷ་རྒྱ་འཕྲོད་བསྟེན་དོན་དེ་ཉག་ཉག་བསྡད་མེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཡར་ལྷ་མཁན་
ཞིག་འདུག དེའི་སྐོར་དེ་དངོས་གནས་ཁ་སང་སྒོ་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རྩལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་པའི་གནས་སྤངས་
ཞིག་རེད་འདུག ཡིན་ནའང་ཐོག་མར་ལྷ་རྒྱ་རང་ས་དེ་རིང་དེར་སྤྱི་བྱས་པ་དེར་དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྒྲོན་
མཆོག་གིས་གསལ་བཤད་ལན་འདེབས་ཤིག་གནང་སྤྱིད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་རོབ་ཙམ་ཞིག་གང་འདྲ་གནད་གི་ཡོད་མེད་མ་
གཏོགས། དེའི་གནད་དོན་དེ་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་མ་འོངས་པར་ཕྱི་ཟླ་ ༥ པའི་ནང་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་
ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་སྐབས་སུ་ང་ཡར་ལངས་པ་དང་དེའི་ཐོག་ལ་བྱུང་འབྲས་ཅི་ཞིག་ཐོན་ཡོད་ཅེས་དྲིས་ཡོང་བ་གཞི་
བཞག་གི་ཐོག་ནས་ཟླ་བ་དུག་གི་ནང་དུ་ཉམས་ཞིབ་མཐེལ་ཕྱིན་པ་གནང་ནས་བྱུང་དོན་དེ་བཏོན་རོགས་གནང་ཞེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།
དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་ལྷ་རྒྱ་དེ་སྤེལ་གོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྤྱན་ཁང་གི་སྤེལ་གོ་བ་ས་གནས་འཆོ་བྱེད་སྤྱན་ཁང་བརྟག་དབྱུང་ཁང་གི་ལས་
བཅར་བ་བསོད་ནམས་ཆེ་རིང་ཟེར་བ་དེས་དཔལ་ལྷན་ལུགས་བདེ་གཉིས་ཀྱི་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་འཁུན་སྤྱན་ཁང་གི་
འགན་འཁུན་སྤྱན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་ས་དབྱུས་པའི་ཚོགས་མི་རྣམས་པར་ཕུལ་བའི་ཡིག་ཆ་ཞིག་གི་གནད་དོན་དེ་ཡིན། ཡིག་
ཆ་དེ་དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་ འཕྲོད་བསྟེན་བྱང་ཆེ་མཆོག་ སྤེལ་གོ་བ་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱན་ཁང་གི་སྤྱན་པ་
མཆོག་ ས་གནས་སྤྱན་ཅིས་ཁང་གི་སྤྱན་པའི་འགན་འཁུན་མཆོག་ ལུགས་བདེ་གཉིས་ཀྱི་རང་བདེན་ཚོགས་རྒྱུད་གི་ཚོགས་གཙོ་
གཉིས། ལུགས་བདེ་གཉིས་ཀྱི་མཉམ་བྱུང་མཆོག་ སྤེལ་གོ་བ་ས་གནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་དེ་ཆོ་ཆང་མར་ཕུལ་བཞག་
པའི་ཡིག་ཆ་ཞིག་ངའི་ལག་དུ་སྤེབས་སོང་། མ་གཞི་ནས་དུས་ཚོད་མང་པོ་མེད་སྟབས་མང་པོ་བཤད་དགོས་པ་གང་ཡང་མི་
འདུག གནད་དོན་བསྐྱུས་བསྐྱུས་ནས་མར་ཤོད་ཀྱི་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་བདེ་སྟག་ལྷ་མཁན་མང་པོ་
ཡོང་གི་འདུག རམ་རྒྱུ་ར་ཆོ་གྲོས་ཚོགས་ནང་དུ་ཁ་དེ་ཙམ་བསྡད་རྒྱ་མེད་མཁན་འདྲ་ཡིན་དུས། ཆང་མ་བཤད་གཏོང་གི་རེད་
བསམས་ནས་ལྷ་བསྡད་མཁན་མང་པོ་ཡོང་གི་འདུག་སྟེ། དེ་ཆང་མའི་གནད་དོན་ཅད་གཅོད་མཐེལ་ཕྱིན་གནང་ནས། སྐབས་སུ་
བབ་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་ཁག་རེད། བྱང་ཆེ་རེད། བཀའ་སྒྲོན་རེད། གང་དུ་ལྷ་དགོས་པ་ཆང་མར་ལྷ་ཡི་ཡོད། ཡིན་ནའང་
དེ་རིང་ལྷ་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག ཁོ་རང་ལྷ་མཁན་དེས་དེའི་ནང་དུ་གང་ལྷས་པ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་
ཚུལ་དང་བདེན་པ་བདེན་རྒྱུད་ཡིན་ཞེས་འདི་གསུངས་བཞག་འདུག དེ་ཡིན་དུས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ད་ལྟ་བར་
དུ་གནད་དོན་གང་འདྲ་བྱས་ཡོད་པ་དེ་རེད་མ་གཏོགས། ཞིབ་མཐེད་རྩལ་སྤྱི་གཞིགས་ཞིབ་གནད་རོགས་ཅེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། དེ་
ཡིན་དུས་དོན་ཆོན་བརྒྱུད་འདུག

དོན་ཆོན་དང་པོ་དེ་འགན་འཁུན་རྩིང་པ་དེ་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སྒྲོག་རྩལ་ battery དེ་ཆོ་ཉ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་རིན་
ཆད་འགན་ཤོག་བསྐྱུས་ནས་ཁོ་རང་ཆོས་པར་སྤྱད་བཞག་པ་དང་། འགན་འཁུན་གསར་པ་དེས་འདིར་གཞི་རྩལ་བཞག་པའི་

གནས་སྐྱདས་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། དེའི་རིན་ཆེད་འགྲན་ཤོག་དེ་ཆང་མ་དེར་ཡོད། རོན་ཆོན་གཉིས་པ་དེ་འགན་འཛིན་གསར་པ་
དེས་ཁོ་རང་རང་ཕྱིན་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁང་གི་འབྲེལ་ཡོད་དང་མཉམ་ཁུ་གོ་བསྐྱར་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་ཁོ་རང་ཕྱིན་ནས་
ཉོས་བཞག་པའི་སློབ་ཁྲིམ་དེ་ཆོའི་གནད་དོན་འདི་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་རེད་འདུག རོན་ཆོན་གསུམ་པ་དེ་ཁོང་གིས་ཉོས་པ་དེ་ཆོ་
གོང་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ཡོད་པ་དང་། སློན་མའི་རིན་ཆེད་འགྲན་ཤོག་དེའི་གནས་སྐྱདས་དེ་ཉེ་འགྲམ་ས་གནས་ཀྱི་འི་ན་སྐར་ནས་གང་
འདྲ་བྱས་ནས་རག་གི་ཡོད་མེད་ཀྱི་གོང་ཆེད་མཉམ་སྐྱར་ཡོད་པ་དེ་རེད་འདུག རོན་ཆོན་བཞི་པ་དེ་ས་ཆ་ཞིག་ནས་ཅ་དངོས་
ཉོས་པ་ཡིན་ན་ཆང་མ་གོང་ཆེད་གཅིག་པ་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་རེད་དེ། ཁོང་གི་དེར་གོང་ཆེད་དམིགས་བསལ་ཕྱིན་ཡོད་པ་དང་།
དེའི་གནས་སྐྱདས་དེ་འདྲ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་རེད་འདུག རོན་ཆོན་ལྔ་པ་དེ་རེད། སློབ་ཁྲིམ་གྱི་འབྲེལ་ཆ་ཁག་ཁ་ཤས་འིག་སྟེ་
ཆོན་གཅིག་ནས་ཆང་ ༡༩ དང་གཅིག་ནས་ ༩ གཅིག་ནས་ ༡ མི་འདྲ་བ་ཉོ་དུས། མཐའ་མ་དེར་ཁོང་གིས་གཟིགས་བཞག་པ་
དང་། ཁྱིམ་རའི་གནས་སྐྱདས་རིན་ཆེད་དང་དེ་འདྲའི་སྟོག་ལ་མདོར་བསྐྱས་ན་སྟོར་མོ་ ༡༩༧, ༠༩༩ གྱི་བར་ཁྱད་ཕྱིན་འདུག་
ཅེས་གནད་དོན་དང་པོ་འདི་རེད་འདུག གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་སྟོར་མོ་ ༡༩༧, ༠༩༩ གྱི་བར་ཁྱད་འགོ་དགོས་པའི་གནས་སྐྱདས་དེ་
འདྲ་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཆུང་ཆུང་རེད་མི་འདུག་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཟེར་བ་དེ་རེད།

དོན་ཚན་བརྒྱད་པ་དེ་ཁོང་གིས་ལས་ཁུངས་ནས་བཞོད་འདོམས་གནང་སྐབས་དང་དེ་འབྲེལ་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་
ཡོད་པ། དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་དེ་འདྲ་རྒྱུ་འཛར་དང་བཅས་པ་ཆ་ཆང་ཞིག་དེར་འབྱུག། དོན་ཚན་དགུ་པ་དེ་ཁོང་
གིས་ལས་བཅར་ཞུ་སྐབས་དང་དེ་ཆོའི་སྐོར་ལ་རེད་འབྱུག། ལས་བཅར་ཞུ་སྐབས་དང་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ལས་བཅར་ཡང་ཞུ་དུས། དུས་

ཆོད་དེ་འབྲེ་འབྲེ་ལྷ་ས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་དང་། དམིགས་བསལ་གྱི་ ༡༠༡༣།༡༤ དང་ ༤ གཡས་གཡོན་ལ་ཞོགས་པ་རྒྱ་ཆོད་
 ༡།༣༠ ནས་བྱི་རྩོ་རྒྱ་ཆོད་ ༥ བར་དུ་ལས་བཅར་ལྷ་ས་པའི་འབྲོར་ཐོ་ཆ་ཆང་བཞོད་ནས་མཐའ་མ་དེར་ཁོང་གིས་རེ་དེ་བ་དེ་
 འབྲེ་ནང་དུ་ཁོང་མའེ་སོར་ལ་གཟིགས་མོ་གཟིགས་བསྟན་པའི་བར་དང་དེ་ཆོ་མཐོང་གི་ཡོད་པའི་དབང་ཉགས་དང་བཅས་པ་
 ཆང་མ་དེར་སྦྱར་ནས་འདུག གཞི་རྩ་འབྲེ་པོ་འདི་དེ་རེད། འདི་རེ་རེ་བྱས་ནས་ལྷ་མི་དགོས་པ་དང་། རོན་དག་དེ་དེ་འབྲེ་བྱས་
 ནས་ང་ལ་འབྲོར་སོང་། གནད་དོན་དེར་བལྟས་པ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་གིས་ཁྱངས་སྤྱེལ་ར་སྤྱོད་ཆ་ཆང་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་ཅེས་འདི་བྱས་
 འདུག དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་ངས་གྲོས་ཆོགས་ར་བ་དེའི་ནང་དུ་མིང་ཡང་འབོད་བཞག་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ངས་འགན་འཛིན་དེའང་
 ཤེས་ཀྱི་མེད་ལ་མི་གཞན་དེའང་ཤེས་ཀྱི་མེད། ཡིན་ནའང་དེ་འབྲེ་གནས་སྟངས་དེར་བལྟས་པ་ཡིན་ན། རྒྱུ་རྒྱུ་རྩ་བ་ཉིད་
 ནས་རེད་མི་འདུག གཞི་རྩ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ད་ལྟ་ཞོད་དུ་ལྷ་ས་པ་ནང་བཞིན་རེད། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་གྱིས་
 ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བཟླ་དབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་གསུང་མདོག་ཁ་པོ་རེད་དེ། དངོས་གནས་ཀྱི་ཁོ་རང་གིས་དེའི་ནང་དུ་གང་
 གྲེས་པ་དེ་དོན་ཆོན་རེ་རེ་བཞིན་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཆ་ཆང་ཞིག་བྱི་རྒྱ་དགུ་པ་ཚུན་ཆད་ལ་ངེས་པར་དུ་གནང་རོགས་
 ཅེས་འདི་ལྷ་ཡི་ཡོད། རྣམ་པ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གནང་རོགས་གནང་། ངས་ཀྱང་བར་མཆམས་མི་འཛོག་པར་ཐག་ཆོད་རྒྱ་ཡིན་
 ཅེས་འདི་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དེ་ལ་དམིགས་བསལ་ལན་འདེབས་ད་ལྟ་དགོས་པ་འདུག་གས། གནང་གི་ཡིན་ནམ། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དབང་ལྷག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ སྤེལ་གོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྟོན་ཁང་གི་སྟོར་ལ་ད་ལྟ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་མར་སྟོག་པ་ནང་
 བཞིན་དེའི་ངོ་བཤུས་ཞིག་ང་ཆོ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་དང་། སྤང་ཆེར་འབྲོར་བསྟན་ཡོད། ཉེ་བའི་ཆར་འབྲོར་ནས་ཉིན་མ་
 བཅུ་ལྷག་ཙམ་བྱིན་ཡོད་པ་རེད། ཡི་གེ་དེ་གཙོ་པོ་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆོགས་རྒྱུད་གི་འགན་འཛིན་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་
 གཙོ་ར་བཏང་བཞག་པ་ཞིག་རེད་འདུག ངོ་བཤུས་དེ་ང་ཆོ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྱངས་ལ་བཏང་འདུག དེ་ནང་བཞིན་གཞན་ལའང་
 དེ་འབྲེ་བྱས་ནས་བཏང་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་དག་ད་ལྟ་ཆར་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་དེ་དག་ཞིབ་འཇུག་འབྲོ་དང་འབྲོ་བཞིན་པ་
 ཡིན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་སྟོན་གྱི་སྟོར་ཞིག་སྟེབས་སོང་། དེར་ཆོག་གཅིག་ལྷ་ས་ན་བསམས་སྤྱང་། སྟོན་དེའི་སྟོར་ལ་སྤྱིར་བཏང་
 ངས་ལན་འདེབས་དེ་འབྲེ་གང་ཡང་མིན། འགྲེལ་བཤད་ཞིག་ལྷ་ས་ན་བསམས་སྤྱང་། གྲོས་ཆོགས་ར་བ་དེའི་ནང་དུ་གསལ་པོ་
 ཞིག་བཟོ་ཐུབ་ན་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེར་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྱངས་ཀྱི་སྟོན་ཁང་ཁག་ལ་སྟོན་གང་འབྲེ་
 ཞིག་ཉོ་ཡི་ཡོད་མེད་ཀྱི་དོགས་པ་ཡོང་མི་སྲིད་པ་མ་རེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྱངས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་སྟོན་ཁང་
 དེ་དག་ནང་ལ་སྟོན་གྱི་སྟེས་ཆད་ཡག་པོ་ཡོད་ཅེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། སྤྱི་ཡོངས་ནས་གོང་དུ་སྟོན་དེ་དག་ལ་དབྱེ་བ་ཁག་གཉིས་ཙམ་

ལ་ཕྱེ་ཡི་འདུག སྒྲན་གཅིག་པ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་སྒྲན་ Generic ནང་ Branded ཟེར་བ་ཁྲོམ་རེ་ནང་དུ་མིང་འབོད་རྒྱ་ཞིག་
 ཡོད་པ་རེད། དེ་གཉིས་བར་ལ་སྤྱད་ཆོད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལྷགས་ཆེན་པོ་དེ་ཙམ་ཡོད་པ་མ་རེད། གཙོ་བོ་ཁྱད་པར་དེ་གོང་ཆོད་ལ་
 ཁྱད་པར་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་མཁུན་རྟོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཅིག་ཁྱུས་ན་བསམས་བྱུང་། དེ་ཡིན་དུས་ Generic སྒྲན་
 ཡིན་པ་ཙམ་གྱི་སྤྱད་ཀ་སྤྱད་པ་ཡིན་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། སྒྲན་ཡིན་དུས་ཁྲོམ་རེ་ནང་དུ་དཔེར་ན་ Cipla
 company ལ་དཔེ་མཆོན་བཞག་པ་ཡིན་ན། Cipla company གྱིས་སྒྲན་ Branded ཡང་བཟོ་ཡི་རེད་ལ་ Generic
 ཡང་བཟོ་ཡི་རེད། དཔེ་བཞག་ན་ཟུག་བཅག་སྒྲན་ཞིག་ Cipla company གྱིས་ Branded མིང་ཐོག་ལ་བཟོ་ཡི་རེད་ལ།
 དེ་ནང་བཞིན་ Generic མིང་ཐོག་ལ་འང་བཟོ་ཡི་རེད། དཔེ་བཞག་ན་ཆུ་ Bisleri ཡོད་པ་རེད། Aquafina ཡོད་པ་རེད།
 ཡིན་ནའང་ཆུ་ཁོ་རང་རེད། དེ་བཞིན་སྒྲན་ཁོ་རང་ལ་མིང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་བཏགས་པ་མ་གཏོགས། སྒྲན་གྱི་རྒྱས་པ་དེ་གང་ལ་གང་
 འཆམ་གཅིག་པ་ཡིན་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། Company འདྲ་མིན་སྒྲན་ཆོགས་ཡོང་གི་འདུག ཡིན་ནའང་རྒྱ་
 གར་གྱི་ནང་ནས་ཅེ་ལུང་གྱི་ Cipla Company ནང་ Ranbaxy ལྟ་བུ་ཡིན་ན། Generic ཡིན་ནའང་ཁོ་སྤྱད་ཆོད་སྤྱད་
 པ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ནད་པ་ལ་ཕན་རྒྱུ་དང་ཟུག་མར་གཅོག་རྒྱ། ཁྲག་ཤེད་ཡིན་ན་ཁྲག་ཤེད་མར་གཅོག་རྒྱ། སྒྲན་
 ལ་རྒྱས་པ་དེ་གཅིག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འཕྲོད་
 བསྟེན་བྱུང་ཁོངས་སྒྲན་ཁང་ཁག་དེ་དག་གི་ནང་དུ་སྒྲན་དེ་ Generic ཡོད་པ་རེད་ལ་ Branded ཡང་ཡོད་པ་རེད། དེར་
 དམིགས་བསམ་ཀྱི་རྒྱས་པ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྒྲན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

Branded དེ་དག་ Company གཅིག་གིས་ཉམས་ཞིབ་བྱས་ནས་འགྲོ་སོང་མང་པོ་གཏོང་གི་ཡོད་དུས། ཐོག་མར་བཙོངས་
 པའི་སྐབས་སུ་རིན་པ་དེ་ཚུར་ལོག་རྒྱུ་འཆད་དུ་གོང་དེ་ཆེ་བ་ཡོད་པ་རེད། Generic ཟེར་བ་དེ་སྒྲན་དེ་ག་རང་ཡིན་པ་གང་
 ཞིག་ལ་ལོ་དུས་རྒྱས་བཅད་དེ་ཆར་ནས་ Company གཞན་གྱིས་ཀྱང་བཟོ་ཆོག་རྒྱུ་འཇོག་ཐང་དེ་སྤྱད་ཡོང་དུས། ཡིན་རྒྱ་
 སྒྲན་གཅིག་པ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ། གལ་སྲིད་ Branded ནང་ Generic བ་ཡིན་པའི་ཁྲོམ་རེ་ནང་ལོགས་ལ་ནག་ཆོང་གི་
 སྒྲན་དེ་འདྲ་ཡོད་ན། སྒྲན་གྱི་རྒྱས་པ་ལ་ཉན་ཉན་ཁྱད་པར་ཡོང་སྲིད་པ་རེད། branded ནང་ generic གྱི་རྒྱས་པར་ཁྱད་
 པར་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། ཆོགས་གཙོ་སྒྲན་དེའི་སྐོར་དེ་སྒྲོག་སྤྱོད་། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་གོས་ཆོགས་ནང་དུ་བཀའ་
 མོལ་དེ་བྱུང་སྐབས། འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྒྲོན་གྱི་གསལ་བཤད་དེའི་ཐོག་ལ་འཛོལ་བ་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་དེ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཡི་
 ཤེས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཡི་ཤེས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ནང་པོ་ཐོག་མར་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ལ་མ་ཞུས་སྒྲན་ལ་གོང་དུ་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་གོ་
 བཅུགས་པ་བཞིན། རང་ཉིད་ངོས་ནས་ཀྱང་དགོངས་པའི་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ་ཁ་སང་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་ཆོར་བ་ལྷགས་

ཆེན་པོ་དང་སྐད་ལྟགས་ཆེ་བླ་ས་མེད་དམ་བསམ་པ་ཞིག་ཏན་ཏན་བྱང་སོང་། དགོངས་སེལ་ཁྱ་རྒྱ་ཡིན། གནད་དོན་དེའི་ཐོག་
 ལ་ས་གནས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་ཁག་ཅིག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་བསོད་ནམས་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་འབྲེལ་བ་གནང་སོང་། གནང་བ་མ་ཟད་
 རྒྱ་བ་མང་པོའི་གོང་ནས་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ལ་ཁོ་རང་གིས་སློང་བསྟན་གྱི་འདུག ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ཁྱ་རྒྱ་ར་གནད་དོན་ག་རེ་
 ཡིན་པ་དེ་གང་ཟག་ཅིག་གིས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་ན། མཁྱེན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ནས་འགན་འཁུར་ནས་དབང་ཉམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
 ཡར་ཁྱ་གཏུགས་བྱེད་ས་ཡོད་པ་རེད། བཅན་གྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་མེད་པའི་སློབས་པ་ཞིག་ང་ཚོས་བྱེད་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་
 རེད། གང་ཟག་གི་འགན་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་ཡིག་ཆ་དང་དབང་ཉམས་འདོན་རྒྱ་ཡོད་ན་ཏན་ཏན་ཡར་ཁྱ་ས་ཡོད་པ་རེད། འབྲེལ་
 ཡོད་ལྟན་ཁང་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་ཏན་ཏན་ཞིབ་འཇུག་གནང་གི་རེད་ཅེས་ང་ཚོས་ཁྱ་རྒྱ་བསྟན་གྱི་ཡོད། མཐའ་མ་དེར་ཁོ་རང་
 ལྟན་ཁྱ་དེ་འགྲིག་ནས་འབྲེལ་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཚོར་ཕུལ་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོ་རང་ཉིད་ལའང་དེ་སྤྱིར་སོང་། ཡིན་ནའང་ད་
 ལན་གྱི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་དེ་སློང་སློང་མ་བྱང་ན་བསམ་བསམ་བྱས་ནས་གང་ཡིན་ཁྱ་རྒྱ་ན། དུས་ཚོད་དེས་ཅན་ཞིག་གི་ཐོག་
 ལ་ས་ལྟན་ཁང་གིས་ཞིབ་འཇུག་ཅིག་འགོ་ཡི་རེད། རྗེས་སུ་བྱུང་བ་འབྲས་གང་འབྲེལ་ཐོན་ཡོད་མེད་ཀྱི་གཞི་བཟུང་བྱི་བ་སྤྱུལ་རྒྱ་
 རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་སློང་སློང་ཡོང་གི་རེད་བསམས་བྱུང་། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་བརྗོད་གཞི་དེ་སློབས་པའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཚུལ་
 གན་ཅན་ཞིག་ཁྱ་རྒྱ་བ་ཡིན་ན། གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ཐོག་ལ་ཁོ་རང་ལ་དབང་ཉམས་ཡིག་ཆ་ཆ་ཆ་ཆ་ཞིག་འདུག ཡིག་ཆ་དེ་
 ཚོའི་ནང་དུ་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ཏན་ཏན་སངས་རྒྱ་རེད་འདུག ཡིག་ཆ་ཁོ་རང་ལ་གཞི་བཅོལ་བ་ཡིན་ན། དེ་སློག་ཟ་རུལ་སྤངས་ཀྱི་
 བརྗོད་གཞི་ཆེན་པོ་ཞིག་འགོ་བསྟན་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སོ་སོའི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་སློ་མས་ཏན་ཏན་བྱང་སོང་། ང་ཚོ་ལྟན་
 ཁང་ཁག་ཁ་ཤས་ལ་ལས་བྱེད་ཀྱིས་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་ཞོར་འཐུལ་ཤོར་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་དེ་འབྲེལ་བསྟན་གྱི་
 ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་འགན་འཁུར་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན། གནས་ཚུལ་དེ་གསར་བ་གང་ཡང་རེད་མི་འདུག སློན་མ་ཕྱག་
 ལས་གནང་ས་དེར་དེ་འབྲེལ་གནས་ཚུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ཁོ་རང་གནས་སྤྱོད་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་འབྲེལ་
 བྱུང་མེད་དམ་བསམ་བསམ་ཞིག་འདུག གང་ལྟར་དེར་མ་ཐེབས་པའི་སློན་ལ། དེའི་སློན་གྱི་ས་གནས་ལ་ཡིན་ནའང་དགའ་ངལ་
 ཞིག་ཏན་ཏན་འཕྲད་འདུག གཉིས་པ་དེར་གནས་དོན་དེའི་ཐོག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ས་གནས་ཀྱིས་འགན་འཁུར་གྱི་ལྟན་ཚོགས་ནང་
 ལ་ཁོ་རང་ལ་ལྟར་ཅན་ཞིག་ཏན་ཏན་གནང་འདུག དམིགས་བསམ་སྤྲོད་གྱི་ཐོག་ལ་ Branded དང་ Generic ཐོག་ལ་ལྟར་
 ཅན་གནང་ཡོད་དུས། ཁོ་རང་གིས་ལན་ག་རེ་བསྟོན་འདུག་ཁྱ་རྒྱ་བ་ཡིན་ན། Generic ཉོ་རྒྱུའི་ཚོག་མཆན་དེ་ང་ཚོའི་ཐོག་
 ལ་ས་ཡོད་པ་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་གྱིས་ Generic ཉོས་ཤོག་གསུང་གི་འདུག་ཅེས་ཁོ་རང་གིས་སྐད་ཆ་དེ་བཤད་
 ལ་ས། མ་གཅིར་འགན་འཁུར་ལྟན་ཚོགས་ནང་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཚོས་སྤྲོད་གྱི་ཐོག་ལ་དེ་ཅན་ཤེས་ཀྱི་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་
 གྱི་ཁོ་རང་ལ་ལན་འདེབས་དམིགས་བསམ་ལ་གང་ཡང་བྱུང་མི་འདུག རིམ་བཞིན་ཞིབ་འཇུག་ཞིག་འགོ་རྒྱ་ཏན་ཏན་རེད། ད་ལྟའི་
 ཆར་སྤྲོད་ཁྱ་རྒྱ་དེའི་ནང་དུ་ག་རེ་འཁོད་འདུག་ཁྱ་རྒྱ་བ་ཡིན་ན། འཕྲོད་བསྟེན་ལྟན་ཁང་ནས་ Branded དང་ Generic ཐོག་ལ་
 སྤྱིད་བྱས་འཛིན་སྟངས་དེ། ངས་དངོས་འབྲེལ་གང་ཡིན་མིན་ཤེས་ཀྱི་མེད་དེ་ཁོ་རང་ཚོས་ཁྱ་རྒྱ་ལ། Branded སྤྲོད་མང་བ་
 ཉོ་རྒྱུ་ཞིག་དང་ Generic དེ་གང་ཅུང་ཅུང་ཉོ་རྒྱུ་ཏན་ཏན་སྤྱིད་བྱས་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། འདི་གོ་ཐོས་བྱས་པ་ཡིན་ན་
 Generic དེ་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠ ལྷ་བྱ་ཉོ་དགོས་པ་རེད། Branded དེ་ཐུན་བྱ་མང་བ་ཉོ་དགོས་པ་རེད་ཟེར་བ་དེ་འབྲེལ་ལམ་སྟོན་

ཞིག་ཡོད་པ་ངས་གོ་ཐོས་བྱུང་སོང་། དངོས་སུ་ཅི་ཞིག་ཡིན་མེན་ངས་ལྟ་རྒྱུ་མེད། ད་ལྟ་དེའི་ནང་ལ་ཁོ་རང་གི་ག་རེ་བཞོད་ཡོད་
 པ་རེད་དམ་ལྟས་ན། དུས་ཚོད་དེས་ཅན་ཞིག་གི་ནང་ལ་ Generic དེ་འབྲུམ་ ༡༥ དང་ཁྱི་ ༤ Branded དེ་འབྲུམ་ ༦ ཟེར་
 དུས་བརྒྱ་ཆ་བསྟོམས་སྐབས་མང་བ་ཉོ་རྒྱ་དེ་ཉུང་བ་ཉོས། ཉུང་བ་ཉོ་རྒྱ་དེ་མང་བ་ཉོས། ད་ལྟ་ཁོ་རང་གིས་འབྲུམ་བཞད་བསྟོན་
 རྒྱུར་སྟེན་ཁང་ནང་ལ་དཔལ་འབྱོར་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་ Generic ཉོས་པ་ཡིན་ན་སྟེན་ཁང་ལ་ཐུགས་པན་
 གསོས་རྒྱུའི་དདུལ་དེ་བཟོ་ཐུབ་རྒྱ་འདུག་ཅེས་དེ་འདྲའི་བཀའ་མོལ་ཞིག་གནང་འདུག། དེ་དངོས་གནས་ཡིན་མེན་ང་ཚོས་ཞིབ་
 འཇུག་བྱེད་རྒྱ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེའི་བརྒྱ་ཆ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ Generic དང་ Branded གྱི་ཐོག་ལ་བསམ་ཚུལ་
 ལྟ་ཆོགས་ཉན་ཉན་འདུག། ད་ལྟ་ང་ཚོ་མ་གཅིག་ས་གནས་རང་གི་སྟེན་ཁང་ཞིག་གིས་ང་ཚོས་ Generic ཅུ་བ་ཉིད་ནས་ཉོ་ཡི་
 མེད། ང་ཚོས་དེར་ branded མ་གཏོགས་ཉོ་ཡི་མེད། དེ་འདྲ་ཡིན་སྟབས་ང་ཚོའི་དེར་སྟེན་གོང་ཆེ་བ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་
 བསྟན་གྱི་འདུག། ཁོ་རང་ཚོས་རྒྱ་མཚན་བཞད་རྒྱུར་དེ་རང་གཉིས་གྱིས་བསྟར་བ་ཡིན་ན་ཉན་ཉན་ Branded དེ་ཡག་པ་ཡོད་
 པ་རེད། གཉིས་པ་དེར་ང་རང་ཚོའི་མ་གཅིག་ས་གནས་ཁང་ནང་དུ་ནད་པ་ཁག་གཅིག་གིས་སྟེན་མང་པོ་བཟས་པ་ཡིན། བན་མ་སོང་
 ཟེར་མཁན་གྱི་རིགས་གཅིག་འདུག། གཅིག་བྱས་ན་ Generic ལས་སྟོབས་སྟེན་ཞིག་དེའི་ནང་དུ་སྟེབས་མི་སྲིད་པ་མ་རེད།
 རྒྱ་གར་ནང་ལ་ཡིན་ན་སྟེན་བརྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་ཅུ་མ་ཞིག་རྩལ་ལྟར་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་བའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པ་
 རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ཞིབ་འཇུག་ནན་ཉན་བྱས་ནས་མ་འོངས་པར་ཡོང་རྒྱུ་བསྟན་པའི་གྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་
 ཞིབ་འཇུག་མཐེལ་བྱིན་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ནག་ཉེས་ཐོག་ནས་དངོས་འབྲེལ་ཡིན་ན། ཉེས་པ་ཆད་ལྡན་ཞིག་གཏོང་རྟོགས་
 གནང་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཚན་གནས།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྟོན་མཚན་ག

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྟོན་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱག་མཚན་གནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཚན་གྱི་ར་བཏང་ལན་འདེབས་དམིགས་བསལ་ལྟ་རྒྱུ་མི་འདུག། ཡིན་ནའང་གསལ་བཞད་ཞིག་ལྟས་
 ན་འབྲས་སོང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་སྟེན་ཁང་དེའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཞིབ་འཇུག་མཐེལ་བྱིན་པ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་འགྲོ་བཞིན་པ་
 རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ས་གནས་ལ་ས་གནས་སྟེན་ཁང་འགན་འཁུན་གིས་སྟེན་དེ་ generic ཉོས་
 ཅེས་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྟོན་གྱིས་ལབ་གྱི་འདུག་ཟེར་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་གསལ་བཞད་ཐན་བུ་ཞིག་ལྟས་ན་བསམ་བྱུང་། སྤྱི་ཡོངས་
 ནས་ང་སྟེན་ཁང་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསྐྱོར་བསྐྱོད་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་ཆང་མས་མཁུན་གསལ་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མ་
 དདུལ་གནས་སྟངས་དང་ས་གནས་སྟེན་ཁང་ཁག་གི་མ་དདུལ་གནས་སྟངས་ཞན་པོ་ཡིན་པ་དེ་གསལ་པོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ང་
 ཚོ་སྟེན་གྱི་གོང་ཆད་ཐོག་ལ་བྱི་ལོ་ ༢༠༡༡/༡༡ ནང་དུ་འབྱུང་བ་བཏང་བ་རེད། འབྱུང་བ་བཏང་ནས་སྟེན་གྱི་གོང་ཆད་དེ་ MRP
 ཐོག་ལ་བཅོངས་ན་ཞེས་ང་ཚོས་ལམ་སྟོན་ཞིག་བཏང་བ་རེད། དེ་ནས་ ༢༠༡༢ ལྷ་ ༤ པ་ ༤ པ་ཞིག་གི་ནང་ལ་གཙོ་བོ་བཀའ་

འགན་ཁུངས་ལ་མཁས་པ་ལྟར་བཞུགས། ས་གནས་ནས་བདེ་སྤྱད་མང་པོ་ཞིག་ཞུས་ཡོད་དུས། དེ་དག་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་
 དགོངས་པ་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས། སྤྱོད་དེ་ MRP ཐོག་ལ་མིན་པ་བྱས་ MRP ལྟར་བརྒྱུ་ཆ་བཅུ་མར་གཅིག་རྒྱུའི་ལམ་སྟོན་
 ཞིག་མར་བཏང་བསྟན་ཡོད། ལམ་སྟོན་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་བཏང་ཡོད་པ་རེད་ལམ་ན། སྤྱོད་ Branded ཡིན་ན་བརྒྱུ་ཆ་བཅུ་
 Generic ཡིན་ན་བརྒྱུ་ཆ་ཉི་ལྔ། སྤྱོད་བཅོས་བཟུ་སྟོང་ལས་གཞིའི་ཆོག་ས་མི་ཡིན་ན་ Branded ལ་བརྒྱུ་ཆ་ ༥༠ དང་
 Generic ལ་བརྒྱུ་ཆ་ ༩༠ དེ་འདྲ་ཞིག་བཏང་ཡོད་པ་རེད། སྤྱོད་ཁང་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་འདྲའི་འདྲི་ཅད་གཏོང་གི་འདུག་ སྤྱོད་
 Generic ཡིན་ Branded ཡིན་ང་ཆོས་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག་ སྤྱོད་ཁང་མང་པོ་ཞིག་ལ་དེ་ཁག་ཡོད་པ་མ་རེད། ག་རེ་བྱས་ནས་
 ཞུས་ན་ Branded དང་ Generic དེ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་ཁང་རང་གི་བྱ་གཞི་ལས་གནང་མཁན་ཡིན་ནའང་རེད། སྤྱོད་པ་
 ཡིན་ནའང་རེད། Pharmacy རང་གིས་མི་ཤེས་པ་ཡོང་སྤྱིད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་ང་ཆོས་མར་ལམ་སྟོན་ཞུ་རྒྱུ་བརྒྱུ་ཆ་
 དེ་ ༥༠ དང་ ༡༠ ལ་གཞི་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་གནང་ཞེས་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། དེ་
 ལས་སྤྱོད་ཁང་ལ་ད་ལྟ་ང་ཆོས་ཞུ་རྒྱུ་དེ། ང་ཕྱོགས་མཐའ་ཁག་ལ་ཕྱོགས་བསྟོན་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་གཙོ་བོ་སྤྱོད་ཁང་ནས་སྤྱོད་
 ག་རེ་འདེམས་དགོས་མེད་དེ་ཨེ་ཆེའི་སྤྱོད་བང་རེད་ཅེས་འདི་གཅིག་ལམ་སྟོན་ཞུས་ཡོད། འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་རང་གིས་
 ཁྱེད་རང་ཆོས་སྤྱོད་ Generic བརྒྱུ་ཆ་ ༥༠ ཉོས་ལམ་ནས་ཁ་ཐུག་ཐག་བཅད་བཞག་པ་ཞིག་མིན། དེ་ཡིན་དུས་སྤྱིར་བཏང་
 ལས་གང་ཐུབ་ཐུབ་བརྒྱུ་ཆ་ ༥༠༧༩༠ སྤྱོད་ Generic ཉོ་རྒྱུར་གཙོ་བོ་ཉོ་བྱས། དེའང་ Company ལག་པ་ Cipla དང་དེ་
 འདྲའི་ Generic སྤྱོད་ཡིན་ན། སྤྱོད་ཆད་དེའང་གང་ལ་གང་འཆོམ་གཅིག་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་
 དེ་འདྲ་ཞིག་ལམ་སྟོན་བྱས་ནས་བཞག་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་སྤྱིར་བཏང་ནས་སྤྱོད་ཉོ་སྤྱོད་ཉོ་བྱས་ཐོག་ལ་ད་ལྟའི་ཆར་སྤྱིར་
 བྱས་དེ་འདྲ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ད་ལྟ་ང་ཆོས་ལམ་སྟོན་དེ་གཙོ་བོ་བཀའ་སློན་མར་འགྲོ་དུས་ངག་ཐོག་ནས་ཞུས་བཞག་
 ཡོད། གཙོ་བོ་དེ་སྤྱོད་ཁང་རང་ནས་ཐག་གཅོད། སྤྱོད་ག་རེ་འདེམས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་སྤྱོད་པའི་འགན་དབང་རེད། སྤྱོད་
 པས་ཐག་གཅོད་ཀྱིས་བརྒྱུ་ཆ་བརྒྱུ་ཆ་སྤྱོད་ ཉོ་ཡི་ཡིན་ཟེར་ན་བརྒྱུ་ཆ་བརྒྱུ་ Branded ཉོས། སྤྱོད་པ་རང་གི་སྤྱོད་
 དབང་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་ལམ་སྟོན་ཞུས་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱོད་ཡོངས་ནས་ MRP ལམ་བྱས། དེའི་ཐོག་ལ་གོང་
 ཆད་ཀྱིས་བཞག་པ་དེ་རེད། དེ་ནས་མར་བཅག་ནས་སྤྱོད་ཁང་ལ་ Income ཉུང་ཉུང་ཞིག་ཡོང་རྒྱུ་དང་། དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་ཞུས་
 བསྟན་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ནད་པ་ལའང་དོ་ཤོག་མི་འགྲོ་བ། ང་ཆོས་ཐབས་ལམ་དེ་དབུ་མའི་ལམ་ལྟ་བུ་ཞིག་འཆོལ་བའི་
 ཐོག་ནས་ནད་པ་ལའང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ། སྤྱོད་ཁང་ལའང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ། དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་
 ཆེ།

ཆོག་ས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱབ་ཁོངས་སྤྱོད་ཁང་གཉིས་དང་། འཆོ་བྱེད་སྤྱོད་ཁང་། བདེ་ལེགས་སྤྱོད་ཁང་། སྤྱོད་དགོག་སྤྱོད་ཁང་བཅས་ཀྱི་
 ཟུར་བཀོལ་སྤྱོད་ཅིས་ཁྱོད་བསྐྱོམས་པའི་བཀའ་འགྲུ་གིས་རྒྱ་བ་གཉེར་གནང་བཞག་པ་ཉིན་སྟོར་ ༡༩,༠༦༩,༩༡༩ དེ་སྤྱི་མོས་
 ཀྱི་གཏན་ལ་འབེབས་པར་དགག་བྱ། མེད་སྐབས་དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དེ་ཡན་ཆོད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་

ཁུངས་ཀྱི་སྡོན་ཅིས་དེ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་བྱས། སྡེ་ལེན་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་གི་བྱར་བཞོལ་དེ་སྟུན་སྟོན་གནང་རོགས་གནང་།
སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ སྡེ་ལེན་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་གི་བྱར་བཞོལ་བསྐྱོམས་ཉིན་སྟོར་ ༣༣, ༧༥༣, ༧༧༩ ང་ཚོས་སྤར་
གཙོག་གང་ཡང་ཞུས་མེད།

ཚོགས་གཙོ་སྟུན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ སྡེ་ལེན་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་གི་བྱར་འཛར་གཉིས་པ་དང་། བྱར་འཛར་དུག་པར་སྡོན་ཅིས་བཀའ་
འཁོལ་ཞུས་གནང་འདུག དེ་ལས་ཆེད་སྡེ་ལེན་ཁང་གི་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་བའི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་སོ་
སོའི་ངོས་ནས་མཇུག་གི་མི་འདུག བྱར་འཛར་དུག་པར་ཟབ་སྦྱོང་ཅེས་ཟབ་སྦྱོང་ག་རེ་ཡིན་མེད་གསལ་བཤད་མི་འདུག་ཏེ། ས་
ཡ་ ༡ ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཞུས་གནང་འདུག བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་བའི་སྡེ་ལེན་ཁང་གི་དཔལ་དེ་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་
མཁན་རང་གི་ཆེད་དུ་སྤུལ་བ་ཞིག་ལ་སྤྱི་ཐུན་གཞིར་བཟུང་ཞིག་ལ་སོ་སོས་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད། བྱར་འཛར་གཉིས་པའི་ནང་
དུ་གཞུང་འབྲེལ་གི་ཟབ་སྦྱོང་གི་ཆེད་དུ་འབྲུལ་ཆས་ཉོ་རྒྱུ་ཅེས་གསུངས་འདུག དེའང་སྡེ་ལེན་ཁང་གི་ཕྱག་དཔུལ་རོགས་
ཚོགས་ཀྱི་གང་གནང་བ་དེ་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་མཁན་ཚོའི་ལས་འཆར་དང་མཐུན་ཆུན་ཡིན་སྟབས་དེ་དག་འཛིན་སྦྱོང་
ནང་དུ་བཀའ་འཁོལ། (དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། བྱར་འཛར་དང་པོ་རེད་འདུག བྱར་འཛར་དང་པོའི་ཁ་བ་དེ་གཞུང་
འབྲེལ་ཟབ་སྦྱོང་ཆེད་དུ་འཛིན་ཆས་ཟེར་བ་དེ་རེད་དམ། འབྲུལ་ ༤ ཙམ་ཡོད་པ་དེ་) གཞུང་འབྲེལ་གི་ཟབ་སྦྱོང་གི་ཆེད་དུ་
འབྲུལ་ཆས་གསར་ཉོ་བྱར་འཛར་གཉིས་པའི་ནང་ལ་སྟོག་ཁྲད་སྟོག་བརྟན་བཞུག་ཆེད་ཀྱི་འབྲུལ་ཆས་བརྒྱུད་སྤྲོད་དང་ཡོ་
ཆས་རྒྱུ་ཞེས་དེ་དག་གི་ནང་ལ་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་དཔལ་ལྷན་གནང་འདུག བྱར་འཛར་ ༤ པར་ཟབ་སྦྱོང་ཅེས་ད་བཤེར་ས་ཡ
༡ ཞུས་གནང་འདུག དེ་གཉིས་སྡེ་ལེན་ཁང་གི་དཔལ་དེ་ང་ཚོ་འཛིན་སྦྱོང་རང་དང་འབྲེལ་མོལ་གིས་ཞུས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། མ་
འོངས་པར་ལམ་ལུགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་འགོ་ཡི་རེད་དམ། ཟབ་སྦྱོང་ག་རེ་སྤུལ་རྒྱ་རེད། ག་པར་སྤུལ་རྒྱ་རེད། སྤུལ་སྤུལ་
རྒྱ་རེད། བོད་ནས་ཡོང་མཁན་ཚོར་སྤུལ་རྒྱ་རེད་དམ། ལས་གཞི་གང་རེད་དམ་དེ་དག་གསལ་བོ་ཞིག་གནང་རོགས་གནང་ཅེས་
ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཚོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་འབའ་བ་སྐྱལ་བཟང་རྒྱལ་མཚན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་འབའ་བ་སྐྱལ་བཟང་རྒྱལ་མཚན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཚོག་སྤྱི་ལོན་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་གི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ། ཅ་བའི་ངས་གྲོས་ཚོགས་ནང་དུ་མང་པོ་ཞུས་སྤྱོད་བཞིག་རེད། ལས་ཀ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། དམིགས་བསལ་བོད་ནས་ཡོང་མཁན་མང་པོ་ཞིག་གིས་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུགས་ཀྱི་ཐུག་ལས་གནང་སྐད་སྤངས་དང་། དེའི་ཟུར་གྱི་རྣམ་པ་གང་འདྲ་ཡོད་པའི་བལྟ་སའི་སྤེལ་ཁུངས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་སྤྱོད་མ་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་བར་ལམ་ཞིག་ནས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡག་པོ་ཐོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་ཐུ་མ་ཐུད་ནས་དམིགས་བསལ་བལ་ཡུལ་སྤྱི་ལོན་ཁང་གི་འགན་འཁུན་དང་ལས་བྱེད་བསྐྱོད་སྐད་སྤངས་ཆང་མའི་ཐོག་ལ་ད་དུང་དེ་ལས་ཡག་པོ་བསྐྱོད་ཐུང་ངས་འབོད་སྐུལ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཉིས་པ་དེ་སྤྱི་ལོན་ཁང་གི་ཅིས་འགོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ། ཅ་བའི་སྤྱི་ལོན་ཁང་ནང་དུ་ང་ཚོས་ཤེས་གསལ་ལ་ཉེ་བའི་ལོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རིང་ལ་བོད་ནས་ཡོང་མཁན་དེ་ཉུང་དུ་ཉུང་དུ་འགྲོ་བཟུང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ངས་དེར་རྒྱུན་ཤོད་དང་ཅིས་འགོ་པར་བལྟས་ཡོང་དུས། དེ་ནས་ད་སྤྱི་ལོན་ཁང་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་ཡིན་ནའང་འདྲ། རྒྱེ་ལིའི་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་ནས་ཐོགས་དང་རྒྱུན་ཤོད་ཀྱི་ཡིག་ཆའི་དཔར་བསྐྱུན་ཆང་མ་ཉ་ཅང་མཐོ་པོར་སྤེལ་བ་བཟུང་བཞིག་འཆོར་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྤྱོད་ཅིས་ཆོད་དཔག་འཆར་ཅིས་ཚོགས་ཚུངས་ཡིན་ནའང་འདྲ། འབྲེལ་ཡོད་བདེ་སྐྱེད་བཀའ་སློན་ཡིན་ནའང་འདྲ། སྤྱི་ལོན་ཁང་གི་སྤྱོད་མ་ལོ་རེར་མི་ ༣༠༠༠། ༤༠༠༠ ཡོང་བའི་སྐབས་ཀྱི་ལས་བྱེད་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟ་ལོ་རེར་མི་མང་པོ་ཡོད་དང་མེད་ཀྱི་བར་དུ་ལས་བྱེད་རང་འཇགས་རེད་དམ་འཇགས་བ་ཕྱིན་ཡོད་དམ། དཔེར་ན་ད་སྤྱི་ལོན་ཁང་གི་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་ལྟ་བུར་མཚོན་པ་ཡིན་ན་ཐོགས་དེ་ཉིན་སྟོར་ ༤༣༩,༠༠༠ ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཞུས་འདུག དེ་ཡིན་དུས་པལ་ཆེར་ལས་བྱེད་དང་སྤྱི་ལོན་ཁང་ནང་དུ་ཡོང་མཁན་གཉིས་གང་མང་བ་སྤྱི་ལོན་པ་ཉ་མི་གོ་བའི་བཟོ་འདྲ་པོ་དང་དེ་མང་པོ་ཡོད་ས་རེད་བསམ་བསམ་གྱི་ཆོར་བཞིག་སྤེལ་བའི་ཀྱི་འདུག དེ་བཞིན་སྤྱོད་མ་དང་སྤྱི་ལོན་ཁང་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་ཡིན་ནའང་འདྲ། རང་ཁོངས་ལས་བྱེད་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་ཐུ་མ་ཐུད་དེ་ལྷག་བཟུང་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཡང་ན་བོད་ནས་ཡོང་མཁན་ཉུང་དུ་ཕྱིན་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཉུང་དུ་བཏང་ཡོད་པ་རེད་དམ་དེ་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

གཉིས་པ་དེ་ཅིས་འགོ་བཞེས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཔེར་ན་རྒྱེ་ལི་སྤྱི་ལོན་ཁང་ལྟ་བུར་མཚོན་པ་ཡིན་ན། བོད་ནས་ཡོང་མཁན་ཆོ་བར་བཞུལ་གྱི་ཡོང་ས་ཙམ་རེད། ཡིན་ནའང་ཐོགས་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ས་ཡ་ ༡ ལྷག་ཙམ་ཆགས་བཟུང་འདུག དེ་ནས་ད་ལྟ་ཟུར་འཛར་བཞི་པའི་ནང་དུ་ཡིག་ཆ་དཔར་བསྐྱུན་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། རྒྱེ་ལི་སྤྱི་ལོན་ཁང་དུ་ ༡༩༠༠༠ ཙམ་ཆགས་བཟུང་འདུག རྒྱེ་ལི་སྤྱི་ལོན་ཁང་གི་ཡིག་ཆ་དཔར་བསྐྱུན་གྱི་ལས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་གཤེག་དེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ། ངས་གོང་དུ་ཞིག་བལྟས་པ་ཡིན། དཔེར་ན་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོད་ལྟ་བུར་ཉེ་ཆར་གསུམ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཆེར་ལས་ཁུངས་ཚུགས་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ཁ་སང་སྤྱོད་ཅིས་བཀའ་འཁྲོལ་ནང་དུ་སྟོར་ ༢༠,༠༠༠ ཙམ་ཞིག་མ་གཏོགས་མི་འདུག

དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དེ་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོད་ལྟ་བུ་ལས་ཁྱད་པར་བཞེས་དགོས་པ་ཞིག་དང་། དཔེར་ན་ཕྱི་མི་སྣེ་
ལེན་ཁང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། ཡིག་ཆ་དཔར་བསྐྱུན་ ༡༩༠༠ དེ་འདྲའི་ཕོན་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། ཅིས་ཞིབ་ལས་ཁང་ལྟ་བུར་ཆ་མཆོན་
པ་ཡིན་ན། ཁ་སང་ང་ཚོའི་ཡིག་ཆ་དཔར་བསྐྱུན་ཁྱི་ ༥ གློ་ལ་ང་ཚོ་སྐད་ཆ་མང་པོ་བྱུང་བ་རེད། དེ་ལས་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་རེད།
ལས་བྱེད་མང་པོ་རེད། ལས་ཀ་མང་པོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྡོན་ཅིས་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ལྟ་བུར། དེ་ནས་ལས་བྱེད་གང་འདྲ་
ཞིག་ཡིན་ནམ་བསམ་བསམ་ཞིག་ང་རང་ལ་དོགས་པ་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཞིག་ངོས་རྒྱ་ཡིན། དེའི་འོག་ལ་ཅིས་
འགོ་ཁྲུང་བྱུག་པ་ཟབ་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་གོང་དུ་བྱུག་འབྲེལ་སྦྱི་འཕུས་ཀྱིས་ངོས་ཚར་སོང་། ངས་ཟུར་འཇར་དང་པོའི་
ནང་དུ་གཞུང་འབྲེལ་ཟབ་སྦྱོང་ཁག་གི་ཆེད་དུ་འཛིན་ཆས་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག དེ་ད་ལྟ་རྒྱ་སྣེ་ལེན་ཁང་དེ་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་
འཇུགས་བསྐྱུན་བྱས་ཟིན་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཐོད་ནས་ཡོང་མཁན་ཉུང་ཉུང་ཡིན་དུས་དེ་ཡང་སྣེ་ལེན་ཁང་གི་ལས་ཁྱད་པར་དེའི་
ངོ་པོ་ལ་ནམ་པ་ཞིག་འཁྱུར་ནས་ལས་བྱེད་ཀྱི་ཟབ་སྦྱོང་ཁང་དང་དེ་ཚོའི་ཆེད་དུ་བཅུགས་རྒྱ་རེད་དམ་གང་འདྲ་རེད། དེ་གཞུང་
ཞབས་ཀྱི་ཟབ་སྦྱོང་ཁག་གི་ཆེད་དུ་འཛིན་ཆས་གསར་བ་ཉི་རྒྱའི་ཅིས་འགོ་དཔར་འབྲེལ་བ་གད་གང་འདྲ་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཅིས་
ངས་དེ་ཙམ་ཞིག་ལྟ་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན། ལྷགས་རྩེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྡོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་བདེ་སྐྱབས་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་བདེ་སྐྱབས་བཀའ་སློན་འགྲོང་ཆུང་དངོས་བྱུང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ སྣེ་ལེན་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་བཀྱར་ཁོས་སྦྱི་འཕུས་ནམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་བཀའ་
བཅུད་གནང་བ་དེའི་ཐོག་ལ་སྡོན་གསེང་ལྟ་རྒྱུར་ཟབ་སྦྱོང་དེ་འདི་རེད། མ་གཞི་ཆང་མས་མཁུན་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདས་
པའི་ལོ་གསུམ་བཞིའི་ནང་ལ་ཐོད་ནས་ཆུར་སྡོན་མ་ནང་བཞུགས་པ་དེ་པོའི་ངང་ནས་ཕེབས་སུ་མཁན་དེ་ཉུང་དུ་བྱིན་
བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲས་རྒྱུན་པས་སྣེ་ལེན་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་གི་འགྲོ་སོང་གནང་མཁན་དེ་ནམ་པ་ཆོ་ཆང་མས་མཁུན་གྱི་
རེད། ང་རང་ཚོའི་གཞུང་བརྒྱུད་ནས་ཨ་རིའི་རོགས་དཔལ་ནས་ཡོང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བར་ལམ་ཞིག་ལ་གྲོས་ཚོགས་ནང་
ལའང་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་རེད་ལ། བརྒྱུད་ལམ་ཁག་གི་ནང་དུ་འང་སླེབ་སློང་སྐྱབས་བྱུང་བསྐྱད་པ་རེད། རོགས་
དཔལ་སློང་མཁན་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་བེད་མེད་བཞག་ནས་ལུས་ན་འགྲིག་མིན་གསུང་གི་ཡོད་པ་ནམ་པ་ཆོས་མཁུན་གྱི་རེད།
སྣེ་ལེན་ཁང་གསར་པ་འཇུགས་བསྐྱུན་བྱས་ཆར་མ་ཐག་ཐོད་ནས་ཆུར་ཕེབས་མཁན་དེའང་ཉུང་དུ་བྱིན་པའི་སྐྱབས་ཁེལ་བ་རེད།
དེ་འདྲའི་རྒྱུན་གྱིས་མ་གཏོག་ཡོད་བསྐྱད་པའི་སྣེ་ལེན་ཁང་ལ་འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་བཏང་ནས་ཁང་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་བེད་མེད་བྱིན་
ན་འགྲིག་གི་མི་འདུག དེ་ངས་པར་དུ་སྒྲིག་འཇུགས་གིས་བེད་སྦྱོང་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅིས་དགོངས་ཆུལ་ལྷགས་
ཆེན་པོ་བཀའ་གནང་སོང་། གྲོས་ཚོགས་ནང་དུ་འང་དེའི་སྐོར་སླེབ་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྒྲིག་འཇུགས་ཀྱིས་ལས་
བྱེད་ཆོར་ཟབ་སྦྱོང་གནང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལས་ཁྱད་པར་ཁག་གིས་དུས་ཟུང་གི་ཟབ་སྦྱོང་མང་པོ་ཞིག་ཆུགས་བསྐྱད་ཀྱི་

ཡོད་པ་རེད། མཚམས་རེ་རང་ཆོ་གངས་ཅན་སྤྱིད་གཤོངས་ཀྱི་ཆོགས་ཁང་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཟབ་སྦྱོང་ཁག་གཉིས་ཙམ་དུས་
 གཅིག་ལ་འཁེལ་བ་བྱུང་བསྐྱད་པའི་སྤྱིངས་ཡང་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བར་ལམ་དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་བསྟར་གནང་ནས་
 བེད་སྦྱོང་ཡོད་པ་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་བྱས་པ་རེད། མ་གཏིག་ཉལ་ཁང་ཁག་གཅིག་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་མཁན་རང་གི་ཆེད་དུ་
 དམིགས་མཁོ་རང་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་དགོས་པ་རེད། སྤྱིང་པ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་སྤྱི་འཕྲོལ་ཟབ་སྦྱོང་བྱེད་ས་ཞིག་བཅོས་བཞག་
 པ་ཡིན་ན། སྤྱི་སྤྱིར་གཉིས་ལ་ཕན་རྒྱུ་ཞིག་དང་དེའང་ལས་ཁུངས་ཆེན་པ་སྤྱི་ཁག་སོ་སོའི་ཟབ་སྦྱོང་གི་འགྲོ་སོང་ཐོག་ལའང་ཕན་
 རྒྱུ། མ་གཏིག་གཞུང་གི་སྤྱོད་ཁང་ཡོད་བསྐྱད་པ་དེ་དག་བེད་མེད་ལ་མི་འཕྲོ་བ། ཁང་པ་བེད་སྦྱོང་ཡོད་བསྐྱད་པ་ཞིག་དེ་འདྲའི་
 གནས་བབ་ཐོག་ནས་ཟབ་སྦྱོང་སྤྱོད་རྒྱུ་མ་གཏིག་གྲ་སྤྱིག་བྱ་རྒྱུ་བྱས་པ་རེད། མ་གཞི་སྤྱོད་ཅིས་དེ་ལས་ཁུངས་སྤྱི་ཁྱེར་ཡོང་དང་
 སྤྱི་ལེན་ཁང་ནང་རེས་པར་དུ་ཁྱེར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དམ་མེད་གོ་བསྐྱར་བྱས་ནས་ཁྱེར་བ་རེད། ས་ཆ་མ་གཏིག་ཡོད་པ་དང་ཁང་པ་
 མ་གཏིག་ཡོད་དུས། མ་འོངས་པར་དེས་ཁང་བདག་ཐོབ་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དེར་བདག་གཅེས་ཁྱེད་གོས་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་
 ཆོ་ཆང་མ་སྤྱི་ལེན་ཁང་ནས་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས། དེའི་བར་ནས་ཆེན་པ་གཞན་ཞིག་བྱིན་ནས་དེ་རན་སོ་
 ཞིག་དང་མཚམས་སོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྤྱི་ལེན་ཁང་ལ་ང་ཆོ་སྤྱིག་འཕྲུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་
 དང་འཆར་གཞི་འདི་ཡིན། དེར་གཞིགས་པའི་འཆར་གཞི་བཀོད་ནས་ཡར་འཁྱེར་ཤོག། དགོས་དངུལ་དེ་ཡར་ཁྱུས་ཤོག་ཅེས་
 ཁྱུས་པ་རེད། དགོས་དངུལ་དེ་སྤྱི་ལེན་ཁང་གི་བོད་ནས་ཆེད་དུ་ཕེབས་པའི་གསར་འབྱོར་ཆོའི་མ་དངུལ་ཐོག་ནས་བཏང་གནང་
 གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་བྱུང་དུ་ཐབས་ཅོལ་ཁྱུས་སྤྱི། སལ་ཆེར་ཅིས་ཤོག་གི་ནང་དུ་གསལ་ཡོང་གི་རེད། གལ་སྤྱིད་ངས་འདི་
 གསལ་སོ་ཆགས་ཀྱི་མེད་ན། དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས་གསལ་བ་ཤད་གནང་དགོས་ནའང་གནང་རོགས་
 ཅེས་སྨྲ་གསེང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། གང་ལྟར་མ་དངུལ་ནས་གཏོང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའང་བྱུང་དུ་འཆར་གཞི་རང་པར་བཏང་ནས་
 དེའི་ཐོག་ལ་དངུལ་ཡོང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་སྨྲ་གསེང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཟབ་སྦྱོང་དང་འཛིན་ཆས་དེ་ཆོ་ཆང་མ་འབྲེལ་བ་
 ཡོད་པ་རེད། ཟབ་སྦྱོང་ཆོགས་དུས་བཀོད་རྒྱུའི་འབྲེལ་ཆས་དེ་ཆོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཞབས་བཀྲ་གཤོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
 ཟབ་སྦྱོང་གནང་མཁན་གྱི་མི་ཆོ་ལའང་མ་སྤྱོད་རྒྱུ་སྤྱིར་དགོས་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་ཆང་མ་དེའི་ནང་དུ་ཆུད་བསྐྱད་ཡོད་
 པ་རེད་ཅེས་འདི་སྨྲ་གསེང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། རྒྱེད་དུས་བེད་སྦྱོང་ཡོད་པ་ཞིག་བཅོ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་པ་དེ་རེད། དེ་ནས་
 འབྲེལ་ཆས་ཉི་རྒྱུ་དང་དེ་ཆོ་ཆང་མ་ཟབ་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་འབྲེལ་ཆས་རེད་མ་གཏོགས། སྤྱི་ལེན་ཁང་ལ་འབྲེལ་ཆས་
 གསར་དུ་ཉི་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད།

དེ་ནས་ལས་བྱེད་བསྐྱོ་གཞག་སྤྱད་ཆས་བྱ་གཏོང་རྒྱུ་དང་དེ་ཆོའི་སློང་ལ་བཀའ་གནང་སོང་། ཡིན་དང་ཡིན། དམ་
 གོན་ཁྱེད་ཡི་ཡོད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་ལེན་ཁང་གི་ལས་བྱེད་དེ་ཆོའི་གནས་སྤངས་དེ་དམིགས་བསལ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་པ་རེད།
 གཞུང་གི་སྤྱིག་འཕྲུགས་ཤིག་གི་ནང་དུ་ལས་བྱེད་བྱེད་བཞིན་པ་དང་། དེའང་ང་ཆོས་ད་ལྟ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བཤད་བསྐྱད་པའི་
 རང་ཁོངས་ལས་བྱེད་ཟེར་བའི་ངོ་ཐོ་ལའང་མ་བསྐྱད་པར། གང་ལྟར་འབྲེལ་སེལ་རང་གི་ལས་བྱེད་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་གནས་ནས་
 དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་གཞུང་ཁོངས་ལས་བྱེད་ཡིན་ནའང་འདྲ་རང་ཁོངས་ལས་བྱེད་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཆ་རྒྱུན་མང་
 སོ་ཞིག་ཆང་བའི་ཐོག་ནས་བསྐྱོས་བཞག་པའི་རིམ་པ་འགྲོ་སྤངས་ཤིག་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད། མ་གཞི་ཆང་མས་མཁྱེན་གྱི་རེད། སྤྱི་

ལེན་ཁང་དེ་ག་རང་ལས་ཁུངས་འབྲེལ་མེལ་བ་ཞིག་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་སྒྲེ་ལེན་ཁང་ལ་སླིག་གཞི་དང་དེ་ཚོ་ཆང་མ་བཟོ་རྒྱ་
 བྱས། བཀའ་ཤག་ལ་སྒྲུབ་གསེང་ཞུས། གོ་བསྐྱར་མང་པོ་གནང་བ་རེད་དེ། མཐའ་མ་ལས་ཁུངས་རང་གི་ངོ་པོ་དེ་འབྲེལ་མེལ་བ་
 ཞིག་ལ་ཐོག་མ་ནས་བཞག་བ་ཡིན་དུས། སླིག་གཞི་དང་དེ་ཚོ་བྱར་དུ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས། ལས་བྱེད་ཡིན་པའི་སླིག་
 འཇུགས་གང་འབྲེལ་དགོས་པ་དེ་གཞུང་གི་སླིག་གཞིའི་ནང་དུ་ལས་བྱེད་ཆེད་སྒྲུབ་དོར་སླིག་གཞི་ཡོད་པ་དེ་བྱུང་དགོས་ཀྱི་རེད།
 ཐོབ་ཐང་གི་ཆ་ནས་དེ་དང་དེ་ཐོབ་ཀྱི་རེད། འདི་དང་འདི་ཐོབ་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་ཤག་གིས་ཐག་གཅོད་ཞིག་གནང་ནས་དེ་
 འདི་གནས་སྐྱེད་སྐྱོང་ནང་དུ་ད་ལྟ་བར་དུ་བྱིན་བསྐྱེད་བ་རེད། སྐབས་སྔོན་མའི་ཆོག་ལས་དུས་དྲུག་པའི་སྐབས་སུ་འད་དགོངས་འཆར་
 བྱུང་བ་རེད། ལྷག་པར་དུ་མང་ཆོག་ས་ཅིས་ཁྲིའི་ཆོག་ས་ཆུང་གི་སྒྲུབ་ཐོབ་ནང་དུ་འད་ཁ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་བཀོད་ཡོད་བ་རེད།
 བར་ལམ་གྱི་བྱུང་རིམ་དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་སྒྲེ་ལེན་ཁང་གི་ལས་བྱེད་ད་ལྟ་ཡོད་བཞིན་པ་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཉུང་འཕྲི་གནང་གི་རེད་
 དམ་མ་རེད། གནང་རྒྱུ་འབད་བཅོལ་འབྲེལ་གནང་གི་རེད་དམ་མ་རེད། བྱེད་ཐུབ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་ཡང་
 གནང་མཁན་བྱུང་སོང་། འཛིན་སྐྱོང་གི་ལས་བྱེད་གནས་ཡོད་དེ་འབྲེལ་ས་གནས་ལ་ཐེབས་ནས་བལ་ཡུལ་ལ་ཡང་དེ་འབྲེལ་
 གཞིགས་ཚུལ་དེ་ག་རང་བྱུང་ནས། བཀའ་ཤག་ལ་འད་སྒྲུབ་ཐོབ་ཐོང་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ཆང་མ་བྱོགས་བསྐྱོམས་པའི་
 ཐོག་ནས་གནས་བབ་དེ་འཛིན་ས་མཆམས་པོ་དང་ཡག་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ཡོང་བུ་རྒྱུར་མ་གཏོགས་སྒྲེ་ལེན་ཁང་གི་འཆར་གཞི་
 སླིག་དོ་བདག་ཆང་མ་ལ་འད་གོ་བསྐྱར་ཞུས། དེ་རིང་དེ་ནས་མར་ཅིས་འགོ་གང་དུ་ཡོད་ནའང་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཡོད་པ་རེད།
 ལས་བྱེད་བཞེས་སོང་དེ་འབྲེལ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ལོ་ ༢༠༡༢་ལོ་ནང་དུ་ཐེབས་པ་དེ་ཚོ་དེ་སྔ་ནས་གཞུང་གི་དགོས་པ་
 ཞིག་དང་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་སྒྲེ་དམིགས་བསལ་བྱས་ནས་སྒྲེ་ལེན་ཁང་གི་ལས་ཀ་བྱས་ནས་བཞུགས་པ་རེད། དེའི་ནང་དུ་
 བརྒྱུད་ལམ་ཁག་དང་བྱི་རྒྱལ་གྱི་ཆབ་སྲིད་མི་སྣ། གཞུང་གི་གནད་ཡོད་མི་སྣ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་ལམ་ཅན་རམས་པ་ལ་བྱི་ལོགས་ནས་
 བོད་པའི་གནས་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ནས་ཐེབས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། སྒྲེ་ལེན་ཁང་དུ་མ་བཅར་བ་ཞིག་ཏུ་ལམ་ཡོང་གི་ཡོད་
 པ་མ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་སྒྲེ་ལེན་ཁང་གི་གནས་བབ་དང་གནས་སྐྱེད་སྐྱོང་གཅིག་པོ་གཅིག་གི་སྐྱད་ཆ་གང་ཡང་བྲིས་
 ཡོད་པ་མ་རེད། བོད་ནང་གི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་སྐྱད་ཆ་བྲིས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདས་པའི་ཁོ་རང་ཆོའི་སྤྱིང་འཆོར་དང་
 དཀའ་སྤྱད་འབྲེལ་ག་རེ་སྤྱངས་ཡོད་མེད་དེ་འབྲེལ་མང་པོ་ཞིག་བྲིས་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་གནས་བབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་སྔ་དགོས་མཁོ་
 དང་བསྐྱེད་ནས་ལས་བྱེད་མང་པོ་ཞིག་མ་གཏོགས་པའི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོར་ཐོགས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱེད་དུས་བར་ལམ་
 ཞིག་ལ་ཉུང་འཕྲི་དགོས་པའི་གནས་སྐྱེད་སྐྱོང་དེ་ཆང་མའི་ཐོག་ནས་བཀའ་གནང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་དུས། འདི་ལོ་ལས་བྱེད་གང་ལ་
 གང་འཆམ་ཞིག་ལ་གུན་གསལ་བཞིག་གནང་བའི་ཐོག་ནས་ལས་མཆམས་འཛིན་རྒྱུར་བར་སླིག་ཡོད། གུན་གསལ་གྱི་དུལ་
 འཁོར་དེ་ཡང་དེར་ཡོད་པ་རེད། ངས་གངས་ཀ་དེ་ད་ལྟ་ཞུ་ཆོག་ཆོག་ཞིག་མི་འདུག་དེ་ལྟའི་གནས་སྐབས་ལ་པལ་ཆེར་ལས་བྱེད་
 ༡༠ ཅམ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡོད། དེའི་ནང་དུ་རེ་བཟུང་ཞིག་གུན་གསལ་བཞིན་པའི་ཐོག་ནས་ལས་མཆམས་འཛིན་རྒྱུ་དོ་བདག་
 གིས་མོས་མཐུན་ཞུས་པ་དེ་འབྲེལ་དེའི་ནང་ལ་ཡོང་བ་ཡོད། བྱེད་དུས་རིམ་བཞིན་སྔ་འཕྲོས་ཞིག་དེ་འབྲེལ་བྱས་ནས་བྱིན་ཏེ་ལས་
 བྱེད་ཉུང་འཕྲི་བྱེད་རྒྱུའི་གནས་བབ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་བར་དུ་དཀའ་ལས་རྒྱུ་ནས་པོ་མང་
 པོ་ཞིག་དེའི་ནང་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་འད་བྲིན་རྒྱུ་ལ་མི་འཕྲོ་བའི་དོན་དུ་དེ་ཚོ་མང་པོ་ཞིག་བོད་ནང་དུ་དཀའ་ལས་

ཀླུ་པ། ལོ་མང་པོ་བཙོན་ཁང་ནང་དུ་བསྐྱད་པའི་ལས་བྱེད་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ཆེ་མཐུག་དེར་ལོ་ཁྲི་ལྔ་ཡོང་དུས་སྤྲོན་བཙོན་གྱི་མ་སྤྲོན་ཆེན་དེ་ཚོ་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་རེད་དམ། ཁང་པ་མེད་པ་དེ་ཚོ་ལའང་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་རེད་དམ། དེ་ཚོ་ཆང་མ་གཞུང་གི་འགོ་ལྷགས་ཞིག་ཡོད་དུས་ཆོན་པ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་འགན་འཁུར་རྒྱ་དང་། ལས་བྱེད་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་མར་གུན་གསལ་ཞིག་གནང་ནས་ལས་མཆོམས་འཛོགས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་ཞིག་བར་སྤྲིན་ནས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་སྤྲོན་གསལ་འཁུར་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན།

ཅིས་འགོ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལྷོ་མི་སྤྱོད་ལེན་ཁང་གི་ཡིག་ཆའི་དཔར་བསྐྱུན་དེ་མཐོ་པོ་ཞིག་སྤྲིབས་བསྐྱད་འདུག དེ་དགོས་པ་རྒྱ་མཆོན་ཇི་ཡིན་བཀའ་གནང་སོང་། ལྷོ་མི་སྤྱོད་ལེན་ཁང་དེ་བལ་ཡུལ་ནས་མར་འབྱོར། ར་རམ་ས་ལར་ཡར་གཏོང་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཤིག་མ་གཏོགས། མང་པོ་ཞིག་ལས་ཇོ་བོ་ཆེན་པོ་དང་། དེའི་ནང་དུ་ཡིག་ཆ་དང་དེ་འདྲའི་ལས་ཀ་ཉུང་བ་ཞིག་ཉན་ཉན་ཉུང་ཉུང་རེད། ཡིན་ནའང་སྤར་ལོའི་སོང་གི་ནང་དུ་སྟོང་ཐུག་ ༡༠ ཅུ་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲ། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ངས་གཅིག་དང་གཉིས་ཀྱིས་ཤོག་བྱ་དང་སྤྲོན་ཆ་དཔར་བསྐྱུན་དེའི་ཐོག་དེ་འདྲ་ཞིག་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ངས་ད་ལྟ་གསལ་པོ་ཞིག་ཞུ་བའི་ཀྱི་མི་འདུག གསལ་པོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་ངས་བཀའ་ལོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ལ་རྒྱ་བ་ལྟོངས་ཀྱི་གནས་སྟངས་གསལ་པོ་ལས་ཁུངས་ནས་ཇེས་སྤྲོན་གསལ་འཁུར་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན། ཡིན་ནའང་གང་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཉན་ཉན་ཞུས་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག སྟོན་མའི་འགོ་སོང་བྱིན་པར་ཆ་འཛོགས་གི་ཡིན་ནའང་། དེ་འདྲ་ཞིག་བྱིན་འདུག ཏ་ཅང་གི་འཕྲོལ་པ་བྱིན་ཡོད་དམ་མེད་དམ་བསམ་པ་ཞིག་ངས་དེ་ཆོད་དཔག་ཐིག་པ་ཞིག་ད་ལྟ་ཞུ་བའི་མ་སོང་། གལ་སྲིད་དེ་ཡང་གསལ་པོ་ཆགས་མེད་ན། འོགས་འདྲི་ཡང་བསྐྱར་གནང་རོགས་གནང་། ཅིས་ཀྱི་སྟོར་དེ་གསལ་པོ་ཆགས་མེད་ན། དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་ལློན་མཆོག་ནས་གསལ་པོ་བཙོན་གནང་ཞེས་སྤྲོན་གསལ་འཁུར་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་ཇེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྤྲོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱོད་ལེན་འབྲེལ་མ་སྤྲད་ཁང་གི་ཟུར་བཀོལ་བཀའ་འགག་གིས་རྒྱ་བ་གཉེར་གནང་བཞག་པ་ཉིན་སྟོར་ ༣༣, ༢༥, ༣, ༢༥ གྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབབས་པར་དགག་བྱ། མེད་སྟབས་དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན། དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་སྤྱོད་ལེན་ཁང་གི་སྟོན་ཅིས་གཏན་འབབས་ཐིག་པ་ཡིན། དེ་ནས་ཤེས་རིགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་སྟོན་ཅིས་སྤྲོན་སྟོན་གནང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་བཀའ་འགག་གིས་རྒྱ་བ་གཉེར་བཀའ་འཁྲོལ་ ༡༣, ༣༥, ༤, ༤༤ རེད་འདུག ང་ཚོས་སྤར་གཙོག་གང་ཡང་མེད།

ཆོགས་གཙོ་སྤྲོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒྲ་བ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཅིས་འགོ་ལྷོད་ལ་གང་ཡང་ཉུ་རྒྱ་མེད། སྤྱིར་བཏང་ཁ་སང་བལ་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་
ཚུལ་བཀའ་མོལ་གནང་བའི་ཞོར་ལ་སྤྱོད་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་ག་རེ་གསུངས་སོང་ཉུས་ན། བལ་ཡུལ་གྱི་གནས་
སྤངས་ལ་བལྟས་པའི་ཐོག་ནས་ Full Bright Seat ཞིག་དམིགས་བསལ་བྱས་ནས་བཞག་ཡོད་གསུངས་སོང་། བྱས་ཅང་
དེ་གསུངས་པ་དང་ངས་སློབ་དུ་ག་རེ་བྲན་སོང་ཉུས་ན། བལ་ཡུལ་གྱི་གནས་སྤངས་ཐོག་ལ་དེ་འདྲ་བཞག་པ་དེ་ཡིག་པོ་བྱང་
འདུག དགོངས་པ་ཆེན་པོ་བཞེས་འདུག དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་འབྲུག་སྤྱི་ཚོས་སྤྱོད་མ་ཡང་དཀའ་ངལ་མང་པོ་སྤངས་ཡོད་པ་
རེད། ད་ལྟ་ཡོད་པ་ཆོར་ཡང་དཀའ་ངལ་ནང་དུ་ལྷག་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱ་བྱང་ཡོད་པ་མ་
རེད་དམ། མ་འོངས་པར་དེ་འདྲའི་དགོངས་པ་བཞེས་ཅིས་ཡོད་དམ་ཞེས་བཀའ་འདི་ཉུ་རྒྱ་གཅིག་དེ་ཡིན། ད་ལྟ་བོད་སློབ་འཛིན་
སྤྱི་ཚོགས་པ་དེས་སློབ་གྲྭ་ཁག་ཇི་ཅམ་ཞིག་ཚུར་ཅིས་ལེན་ཟེན་པ་རེད། གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད་དམ་
ཅེས་དོགས་འདི་གཉིས་པ་འདི་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་སློབ་མཐུན་མེད་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བལ་ཡུལ་ Full Bright Seat གྱི་དམིགས་བསལ་རྒྱབ་སྐྱོལ་གནང་དགོས་དོན་དེ་ཨ་རིར་
ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཁུངས་ཁོང་ཚོའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་། བལ་ཡུལ་དུ་ཐེབས་ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་
སྤངས་རེད་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་མི་འཕོར་གྱི་ཆ་ནས་ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཅིས་སྤངས་དེ་ ༡༣༠༠༠ ལས་
༡༩༠༠༠ བར་ཅིས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། གཞི་ཅིའི་བལ་ཡུལ་དུ་མི་འཕོར་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རྒྱབ་སྐྱོལ་གཤམ་གྱི་འདུག་
ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་དམིགས་བསལ་མི་འདྲ་བ་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། ཡིག་ཆ་དག་ཏོང་བའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་ལ་ཡིག་
ཆ་དག་ཏོང་བ་དང་བལ་ཡུལ་ལ་ཡིག་ཆ་དག་ཏོང་སྤངས་དེ། རྒྱ་བ་ལྷ་ཕྱི་ཤོར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁོང་ཚོ་ཐོན་ལུང་ཐོན་
ལུས་ཐེབས་ཡོང་དུས། སྤྱོད་ཉུ་འབྲུལ་རྒྱ་དང་བཅས་དུས་ཐོག་ཏུ་ཡོང་གི་མི་འདུག་ཅེས་ཨ་རིའི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ནས་
གསུངས་པ་རེད། ང་ཚོ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནང་དུ་འདྲུལ་བ་སྤྱད་བྱས་ཏེ་མི་འཕོར་དང་དམིགས་བསལ་གནས་སྤངས་གང་
ཅིའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རྒྱབ་སྐྱོལ་གཅིག་འོས་ཤིང་འཆོམས་པ་རེད་འདུག་ཅེས་ཕུལ་བ་ཡིན། འབྲུག་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་སློབ་
ཤུག་མང་ཆེ་བ་ང་ཚོའི་བྱང་ཤེད་ཁུལ་གྱི་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་མ་སྤྱོད་རྒྱུན་བསྐྱོད་ནས་ཁོང་ཚོ་རྒྱ་གར་ལ་ཐེབས་ནས་སློབ་སྦྱོང་
གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་འགའ་ཤས་པ་གིར་འབྲུག་གི་སློབ་གྲྭའི་ནང་དུ་འཇུག་པ་དེ་འདྲའི་གནས་སྤངས་དང་མི་འཕོར་གྱི་
གནས་སྤངས་ཐོག་ནས་ད་ལྟའི་ཆར་པ་གིར་དམིགས་བསལ་རྒྱབ་སྐྱོལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་མཐོང་མ་སོང་ཞེས་ཉུ་རྒྱ་ཡིན། བོད་
སློབ་འཛིན་སྤྱི་ཚོགས་པས་སློབ་གྲྭ་ཚུར་ཅིས་ལེན་རྒྱ་དེའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟའི་ཆར་སློབ་གྲྭ་ Pre Primary སློབ་གྲྭ་ ༣༣ དང་།

ཚོགས་གཙོ་སློབ་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཐུན་ཚོགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཐུན་ཚོགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གནད་དོན་ཁག་ཁ་ཤས་ཤིག་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དང་པོ་དེར་བོད་སློབ་འཛིན་ཚོགས་ཀྱི་ད་
ལྟ་ཅ་པའི་ཅིས་བཞེས་ཀྱི་ཐོག་ལ་གོང་དུ་བཀའ་ཐེབས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བོད་སློབ་འཛིན་ཚོགས་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཅིས་བཞེས་
ཡོངས་རྫོགས་མ་སྐྱབ་བར་དུ་སློབ་གྲྭ་ཁག་གཅིག་གི་ནང་དུ་དགེ་ཆེན་མེད་པའི་སྤྱི་འཐུས་འབྲུང་བསྐྱེད་པ། ལྷག་བར་དུ་ས་ཆ་རང་
མིང་འབོད་བྱས་པ་ཡིན་ན་བསྐྱེད་འཛིན་སྐྱང་ལ་སློབ་ཆེན་ཁག་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཆེ་བ་གསུམ་བཞི་ལྟ་དགེ་ཆེན་མེད་པའི་ཐོག་
ནས་དགེ་ཆེ་འདུག་སྐད་སྐད་ལོར་བསྐྱེད་པ་དེ་འདྲ་འདྲ་ག་ ཅིས་སློབ་ལམ་སེང་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནའང་དེའི་བར་དུ་དགེ་ཆེན་རྒྱུན་
མི་ཆད་པར་ཐེབས་སྐབས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་དེའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་འགན་རྒྱ་ཆེན་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ། དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་ལྷག་བསྐྱེད་ཀྱི་
ཡོད་པ་རེད་དམ་ཅེས་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། དེ་ནས་བར་ལམ་ཅིས་སློབ་བཞེས་ཆར་བའི་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་དུ་ཡིན་ནའང་
རེད། ཡིག་རྒྱགས་ཤིག་བཏང་གནང་། སློབ་བཟུང་ཕྱི་གནང་། དེའི་རྗེས་སུ་ལས་ཁུངས་གཏོང་གནང་མཁན་མང་པོ་ཞིག་མ་གཅིག་
ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ། ལས་འཆར་ཡང་ཉག་ཉག་ཆད་ཐུན་མེད་པ། དེ་བཞིན་དགེ་ཆེ་ཆོས་ཀྱི་བདག་གཉེར་གནང་གི་མེད་པ།
ལྷག་བར་དུ་ ༢༠༠༦ ནས་དེ་རིང་སངས་ཉིང་བསྐྱོད་གཞག་གནང་རྒྱུའི་ཆུ་ལགས་ནས་པ་ཆོ་དགྲུང་གསེང་ཆོ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་
སུ་ལྟོ་ཐོགས་ཡང་མེད་པ། casual leave ཡང་མེད་པ། བྱས་ཅང་དེ་འདྲའི་གནས་བབ་གཅིག་ཆགས་བསྐྱེད་དུས། དེ་ཆོའི་
ཐོག་ལ་བོད་སློབ་འཛིན་ཚོགས་དང་བཅས་པའི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་ག་རེ་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ། འབྲུང་བྱུང་ད་ལྟ་ཆོད་
དཔག་འཆར་ཅིས་ཚོགས་ཚུངས་ཀྱིས་དེའི་ནང་དུ་དམིགས་བསམ་ལ་གན་རྒྱ་ཡིག་ཆ་གང་ཡང་མི་འདུག་ ཡིན་ནའང་བོད་སློབ་འཛིན་
ཚོགས་ཀྱི་སློབ་ཅིས་ད་ལྟ་དེར་བྱུང་འཛུལ་ནང་དུ་ཐེབས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ན་ནིང་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། དེའི་
འཆར་འགོད་དེ་གནང་འཆར་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་དམ། ད་ལྟ་དེའི་འཆར་འགོད་དེ་སྤྱིར་རྒྱུ་སྐྱེས་ཞིག་མ་གཏོགས་
མངལ་རྒྱ་མི་འདུག་ དེའི་སློབ་ལ་གསལ་བཤད་གནང་རོགས་གནང་།

དེ་བཞིན་ན་ནིང་འབོད་སྐུལ་ཞུས་པ་ཡིན། ང་ཆོས་སློབ་ཡོན་ཕུལ་རྒྱུ་དེ་རྒྱ་ཆེ་བུ་ཕུལ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཉ་ཅང་ཡག་པོ་
རེད། ཡིན་ནའང་ Chennai རེད། ས་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ལ་བོད་པའི་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཆོ་ཐོར་ནས་བཞུགས་མི་དགོས་པར་
སླང་ལོར་དང་ལྷི་ལི་ནང་བཞིན་ཀྱི་སློབ་སྐྱེད་ཆོའི་མཛོན་འདོད་ང་ཆོའི་དགོངས་པ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་ཆར་མང་པོ་ཞུས་པ་རེད།
དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་འབྲུང་བྱུང་སློབ་སྐྱེད་ཆོ་བ་བྱུང་ཡོད་པ་ནང་མཉམ་དུ་བཞུགས་རྒྱུའི་སྤྱོད་ཁང་བསྐྱེད་རོགས་ཅེས་གསུངས་
ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་བར་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། ཁག་གཅིག་ལ་སློབ་དཔུལ་ཞུས། ལས་

འཆར་མད་བཏོན། ཁག་གཅིག་ལ་ཡར་ཁུས་པ་དེ་དག་ལས་འཆར་ཡང་མཇུག་མེད་པ། སློམ་དངུལ་ཡང་ཁྱུ་ཟེད་པ། དེ་དག་དགོངས་པའི་ནང་དུ་གལ་ཆེན་པོ་ཅིས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་འདི་གཅིག་ཁྱུ་ཟེད་པ།

དེ་ནས་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུས་སྒྲོར་ལ་ཁ་སང་གང་ལ་གང་འཆོམ་ཞིག་གསུངས་གནང་བ་རེད། ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུས་གལ་ཆེན་པོ་བཅི་ཡི་ཡོད་གསུངས་ཀྱི་འདུག་ཀྱང་། ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུས་དེ་ལག་བསྟར་གནང་ས་དེ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་གོས་ཆོགས་ད་ལྟ་བར་དུ་མིང་འབོད་གནང་རྒྱུ་འདི་ས་ཆ་ཁ་གསལ་ཤིག་མ་གཏོགས་མི་འདུག དེ་འདྲ་བྱེད་དུས་ད་ལྟ་སློབ་གྲྭ་ཁག་ ༡༩ རྒྱུ་ལེན་ཆར་བ་ཡིན། སློབ་གྲྭ་ཆུང་བ་དེ་དག་བཞེས་ཆར་བ་ཡིན་གསུངས་པ་ཡིན་སྟབས། རི་ཅམ་ཞིག་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུས་དེ་མང་གཞི་སྤྱི་བརྟན་ཏུ་འགྲོ་ཡི་རེད་དམ་ཅེས་འདི་འདྲི་ཅད་ཁྱུ་ཟེད་པ། དེ་བཞིན་སློབ་གྲྭ་མང་བགས་ཀྱི་འདུག སློབ་གྲྭ་ཆུང་ཆེ་བསྐལ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ལོ་མང་པོའི་སྡོན་ལྷན་ཁུས་བསྟན་པ་ཡིན། སློབ་གྲྭ་མེད་པ། སློབ་གྲྭ་མང་པ། དེ་འདྲའི་ཆེ་སྐལ་གནང་རྒྱུ་དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། ད་ལྟ་བར་དུ་ཁུས་པ་དེ་དག་ཐོག་ལ་བསམ་བཞེས་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་དག་ངེས་པར་དུ་གསལ་བ་ཤད་ཡོད་པ་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་དོན་ཆོན་དེ་དག་ཁྱུ་ཟེད་པ། ལྷག་པར་དུ་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་ཡོན་ནང་དུ་རིགས་གཅིག་རྒྱུ་འདྲི་ན་གནང་མཁན། ང་ཚོ་དམིགས་བསལ་གྱི་ད་ལྟ་ University Grant Commission ཅེས་ཟུར་དུ་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་ཆོའི་སློབ་ཡོན་འབྲུལ་ཕྱོགས་སྒྲོར་གྱི་ཅིས་འགོ་མཇུག་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ཟུར་དུ་བཟོ་རོགས་གནང་ཅེས་ཁུས་པ་ཡིན། དེ་གལ་ཆེན་པོར་མ་ཅིས་པ་ཡིན་ནམ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་སློབ་བཟང་མང་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ཤེས་ཡོན་ཐོག་ལ་དུས་རྟག་ཏུ་ཐུགས་སྦྱང་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་ལ། ཐུག་ཐིས་བརྒྱུད་ནས་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལག་བསྟར་གནང་དགོས་འདུག་ཅེས་དུས་རྟག་ཏུ་གོས་ཆོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་དུ་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཐུག་ཐིས་ཀྱང་འགྲོར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ཁས་ལེན་གནང་བ་གཞིར་བཟུང་གནད་དོན་ཁ་གསལ་ཁུས་པ་དེ་དག་ལ་སློམ་དངུལ་དང་བཅས་པ་འདུག ཁ་གསལ་ལ་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་དེར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཁྱུ་ཟེད་པ། དེ་བཞིན་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་པ་དང་མི་མང་ནས་རེ་འདུན་མང་པོ་ཞིག་བཏོན་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་འོས་ཤིང་འཆོམས་པ། གཞན་དབང་སྟབས་བསྟན་ཡིན་དུས་ཕྱི་ནས་རོགས་དངུལ་ག་རེ་རག་པ་ཡིན་ནའང་དེ་གཞི་བཟུང་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དམིགས་བསལ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོས་འབད་བཙོན་བྱས་ནས་ཁ་གསལ་ཤིག་ཐུབ་ཐུབ་པ་ཡོང་གི་འདུག ཁ་གསལ་ཤིག་འབྲུབ་ཐུབ་པ་ཡོང་གི་མི་འདུག དེ་འགྲོ་སྐྱེད་རང་རེད། ཡིན་ནའང་བཀའ་འོས་སྤྱི་

འཕུས་ཀྱི་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རེད། ཁ་ཤས་ཤིག་བྱང་འདུག་ཅེས་ངོས་ལེན་གནང་བ་དེ་ཡང་རྒྱས་ཀྱི་ནུས་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་
ཡིན།

ད་ལྟ་བུལ་འཛིན་སྐྱོད་སྐྱོར་ལ་གསུངས་པ་རེད། ང་ཉི་མའི་ཆར་ཨ་རུ་ན་ཅལ་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་བུལ་
འཛིན་སྐྱོད་སྐྱོར་གྱི་ཕྱིན་པ་ཡིན། དེ་དུས་སྐོབ་བྱ་སྐོབ་བརྒྱབ་འདུག། ཡིན་ནའང་གནས་སྡོད་གཞིས་ཆགས་མི་མང་ཆོས་
གསུངས་ཀྱི་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་གནས་སྡོད་པ་ལ་སྐྱོབ་སྐྱོར་ཡོད་པ་རེད་ཞུས་ན། བོད་སྐོབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པའི་འོག་
ལ་ཡོད་པའི་སྐོབ་བྱ་ཁག་དེ་དག་ཚུར་ཅིས་ལེན་རྒྱ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་དགེ་ཆན་དང་ལས་བྱེད་མང་པོ་ཞིག་ཁོང་ཆོ་གནས་སྐོ་འགྲོ་
ཡི་ཡིན་ཞེས་ཁོང་ཆོས་འགྲུབ་ཤོག་བརྒྱུད་ཆར་བ་དང་། བོད་སྐོབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པ་ལྷོ་མིའི་དབུས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ནང་
དུ་ཁོང་ཆོ་གནས་སྐོ་གཏོང་རོགས་ཅེས་འགྲུབ་ཤོག་ཅུ་དགོངས་ཞུས་པ་དང་གནས་སྐོ་བྱིན་པ་དེ་འདྲ་བྱང་འདུག། བོད་སྐོབ་
འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པའི་དབུས་ལས་ཁུངས་ནང་དུ་སྤྱོད་པ་གཅིག་ནས་དུས་རྒྱུ་དུ་བོད་སྐོབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པའི་བྱུང་
ཁོངས་ལ་ཡོད་པའི་སྐོབ་བྱ་དེ་དག་གི་སྐྱེད་སྐྱོང་འཛིན་དང་འཛིན་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུའི་ཐོག་ བོད་སྐོབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པས་སྐོབ་བྱ་ཁག་
དེ་དག་ཅིས་སྐྱོད་རྒྱུའི་ཐུག་ལས་གནང་རྒྱ། བོད་སྐོབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པ་དབུས་ལས་ཁུངས་ནས་ལས་བྱེད་ཁ་ཤས་གནས་
སྐོ་བྱིན་པ་དང་ཅུ་དགོངས་ཞུས་པ། ལས་ཁུངས་གཞན་ལ་ཕེབས་རྒྱ་བྱས་ནས་ལས་བྱེད་ཅུ་དུ་འགྲོ་རྒྱུའི་གནས་སྐྱེད་དེ་
ཆགས་འདུག དེ་ཡིན་དུས་བུལ་འཛིན་སྐྱོང་ནང་བཞིན་རེད། སྐོབ་བྱ་ཁག་གི་དགེ་ཆན་བསྐོ་རྒྱ་དེ་དག་ལ་དུས་ཚོད་ཡིན་ནའང་
ཡུན་རིང་པོ་འགོར་རྒྱ་ཞིག་ད་ལྟའི་ཆར་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་འདུག། དེའི་དཀའ་ངལ་རེད་མ་གཏོགས་ས་གནས་ནས་དགེ་
ཆན་གཅིག་ཆད་འདུག་ཅེས་ལབ་ནས་ཆབ་ཤིག་གཏོང་རོགས་ཟེར་དུས། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་སེམས་འཆབ་དང་
སྒྲགས། བོད་སྐོབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པར་ཡིག་ངག་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ནས་ཞུས་ཏེ་འབད་བཅོལ་བྱས་དང་བྱེད་སྒྲུས་ཡིན། ཡིན་
ནའང་གནས་སྡོད་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་ ༢༠༠༦ ལོ་ནས་དགེ་ཆན་བསྐོས་པ་ཁ་ཤས་ལ་དགྲུང་གསེང་
དང་ཐོགས་མེད་པའི་སྐོར་གསུངས་ཡོད་དུས། བལ་ཆར་ ༢༠༠༣ ཟླ་ལ་ཡིན་པ་ཡོད། དེ་དག་ལ་གནང་དོན་ཁ་ཤས་ཤིག་ང་
ཆོས་སེལ་སྐབས་པ་ཡོད་གི་འདུག དཔེར་ཆ་བཞག་ན། སྤོམ་མ་བོད་མི་ཡིན་ན་རྒྱ་གར་གྱི་མི་སེར་མ་ཡིན་དུས་གཏན་འཇགས་
བསྐོ་ཆོག་གི་མ་རེད། ཁོང་ཆོ་བསྐོ་རྒྱ་དེ་ལོ་རེ་རེའི་མཆོམས་སུ་ཆོད་གན་ནང་བཞིན་བསྐོས་ཏེ། ལོ་རེ་རེའི་མཆོམས་སུ་བསྐོ་
གཞག་གནང་རྒྱ་དེ་འདྲ་བོད་སྐོབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པ་བརྒྱུད་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ན་ནིང་ང་ཆོ་གན་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་
སུ་བཅར་ནས་ལོ་རེ་རེ་མཆོམས་འཛོག་རྒྱ་དེ་ཏ་ཅང་གི་དཀའ་ངལ་འདུག། བསྐོ་གཞག་གནང་བ་དེ་ཐེངས་གཅིག་བསྐོས་པ་ཡིན་
ན་ལོ་ལྷ་བསྐོས་པ་སྐྱེད་ངོས་འཛིན་གནང་རོགས་གནང་། ཡིན་ནའང་ལས་བྱེད་དང་དགེ་ཆན་དེ་དག་ལ་དོགས་པ་དང་ཐུག་ལས་
གནང་སྐྱེད་མ་འགྲིག་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ལོ་མཆོམས་རེ་རེར་བསྐྱར་དུ་བྱེད་ཆོར་སྐྱོན་ཞུ་བུལ་དགོས་མཁན་འདྲ་ཡོད་ན་མ་
གཏོགས་ལོ་ལྷ་བསྐོས་པར་ངོས་འཛིན་གནང་རོགས་གནང་། ཁོང་ཆོས་ལོ་རེར་ Renew བྱེད་རྒྱུ་དེ་རང་བཞིན་ཡིན་པ་
གཅིག་ལ་ཅིས་རོགས་གནང་ཞེས་དེ་འདྲ་ཞུས་དུས། འགན་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་ནས་ཞལ་བཞེས་གནང་སོང་དེ། ཡིན་ནའང་ལག་
བསྐྱར་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཁོང་ཆོ་ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་གྱི་གནས་སྡོད་དེའི་ཐོག་ནས་སེལ་རྒྱུའི་འབད་བཅོལ་བྱས་དང་བྱེད་
སྒྲུས་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟའི་ཆར་བོད་སྐོབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པའི་རོགས་དུལ་གསལ་པོ་མི་འདུག་གསུངས་པ་དེ་ག་

རང་རེད། ཡར་དབུས་གཞུང་ནས་བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོག་པ་དེའི་ཁྱབ་ཁོངས་འོག་ལ་ཡོད་པའི་སློབ་གྲ་དེ་དག་ལོ་གསུམ་
 གྱི་ནང་དུ་ཅིས་སྤྲད་ཆར་བ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་ལོ་གསུམ་གྱི་དུས་ཚོད་དེ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་ནས་གསལ་
 བསྐྱགས་ཐེབས་ནས་ལོ་གཅིག་དང་ཆེ་བ་གཉིས་ཙམ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་དུ་དེས་ང་ཚོས་དབུལ་ཁུངས་
 དེ་ལས་ཆེར་ Crore ༥༣ དེ་མཐའ་ལྗོངས་ཁྲི་འཕྲིན་གྱི་དགོས་དོན་དེ། གལ་ཏེ་ལོ་དེའི་ནང་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དབུལ་
 འཕོར་འདི་གཞིར་བསྐྱང་འགྲོ་དགོས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་བྱུང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཚོད་དཔག་རང་བྱས་ཏེ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་
 ཞེས་དེ་འདྲ་མ་བཅུགས་ཐབས་མེད་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ང་ཚོའི་རེ་བ་ལ་ཡོང་རྒྱའི་འབད་བཅོན་བྱེད་ཀྱི་
 ཡོད། སློབ་གྲ་ཚུར་ཅིས་ལེན་རྒྱ་ཆར་མར་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་འབད་བཅོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ། ཆང་མས་མཁྱེན་ཀྱི་རེད། གསར་
 འགྱུར་བརྒྱད་ལས་ཁག་ཏུ་ཡིན་ནའང་ཐོན་ཡོད་པ་རེད། ཤེས་རིག་སློན་ཆེན་ཀན་པ་ཁོ་རང་ Andhra Pradesh གྱི་
 Telengana མངའ་སྡེ་བཅོས་དང་མ་བཅོས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་གིས་དགོངས་པ་ཞུས་ཀྱང་སྤྲོད་སློན་ནས་
 དགོངས་པ་མ་གནང་། བར་མཆམས་དེའི་དཀྱིལ་ལ་ལྷག་ཡོང་དུས། བྱག་ལས་གནང་བྱོགས་ཐད་ལ་ཡིན་ནའང་རང་བཞིན་
 གྱིས་ཐན་བྱའི་དོ་ཐོག་འགྲོ་ཡི་འདུག དེ་བཞིན་སློན་ཆེན་གཞིན་པ་ Shashi Tharoor ང་རང་སྤེར་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁོང་རྒྱས་
 མངའ་ཡོད། ཁོང་ཡང་སྤེར་ཀྱི་གནད་དོན་ཆགས་ཡོད་པ་ཆང་མས་མཁྱེན་ཀྱི་རེད། སློན་མ་ང་ཚོ་བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོག་པ་
 པའི་ལས་བྱེད་འགན་འཁུར་མཁན་ནམས་ཆགས་ཚུད་པོ་དང་། ལས་བྱེད་རྒྱུ་དང་བྱས་ཏེ་ཉམས་སྦྱང་ཡག་པོ་ཡོད་ཀྱང་། ད་ཆ་
 ཆོག་པ་གཙོ་དང་འགན་འཛིན་གཉིས་ཀ་གསར་བ་གསར་རྒྱུ་ཐེབས། གོང་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་རེད། བོད་སློབ་འཛིན་ཆོག་པ་
 གྱི་ཆོག་པ་གཙོ་དེ་ Kendriya Vidyalaya ནང་ Navodaya གཉིས་ཀའི་འགན་འཛིན་ཡིན་དུས། ཁོང་གི་འོག་ལ་དགེ་
 ཀན་དང་སློབ་སྒྲིག་ས་ལ་གཅིག་དང་འབྲམ་གསུམ་བཞི་དེ་འདྲའི་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་ལས་གཞི་ཏ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་འགན་ཁུར་
 མཁན་ཞིག་ཡིན་དུས། རང་བཞིན་གྱིས་དུས་ཚོད་འགོར་སྤངས་ཐོག་ནས་གཅིག་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག ཡང་སྤྱི་ཅེད་དང་སྤྱིགས་
 ཆར་གཅིག་ཁོང་གི་བྱུང་དུ་བཅར་ནས་ཞུ་རྒྱ་བྱུང་སོང་། ང་ཚོ་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་ནས་གསལ་བསྐྱགས་གནང་ཏེ་ལོ་གཅིག་
 འཁོར་གྲམས་འདུག ཏ་ཅང་མང་པོ་འགོར་ཀྱི་འདུག དུས་ཚོད་གཅིག་བཅོས་ཏེ་མགྲོགས་ཙམ་གནང་རོགས་ཞེས་ཞུས་པ་ཡིན།
 གཅིག་གི་ཁྱེད་རང་ཆོར་ལོ་གསུམ་གྱི་དུས་ཚོད་ཡོད་པ་རེད། ལོ་གཅིག་གང་ཡང་མ་རེད། ང་ཚོ་རྒྱ་གར་གྱི་འགྲོ་སྤངས་ནང་དུ་
 ལོ་གཅིག་གང་ཡང་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོང་དུས། ལས་བྱེད་སོ་སོའི་བྱག་ལས་གནང་སྤངས་དང་དགོངས་པ་བཞེས་སྤངས་
 རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་ཐོག་ནས་འབད་བཅོན་ཞུས་དང་ཞུ་སྤྱི་ཡིན། ཉིན་མ་གཉིས་གསུམ་སློན་ལ་ཤེས་རིག་བྱུང་ཆེ་ལྷོ་ལིར་
 ཆེད་བསྐྱགས་དེའི་ཆེད་དུ་ཆོག་པ་འདྲར་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། ལྷོ་ལི་དོན་གཙོ་དུས་ཀྱང་གནང་དང་གནང་སྤྱི་རེད། ཤེས་
 རིག་བཀའ་སློན་ཡིན་ནའང་ལྷོ་ལིར་འགྲོ་ཞོར་དུ་དེའི་དོན་དུ་འབད་བཅོན་བྱས་དང་བྱེད་སྤྱི་ཡིན།

མཐོ་སློབ་སློབ་སྒྲིག་ཆོར་སྤྲོད་ཁང་རྒྱག་དགོས་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་རེད། ཡིན་ནའང་གོང་ཁྱེད་ཆེ་ཁག་ནང་དུ་
 ས་ཆ་གོང་ཆེ་བྲགས། ཁང་པ་རྒྱག་རྒྱ་དེ་དཔལ་འབྱོར་རང་གི་ཐོག་ནས་གོང་ཆེན་པོ་ཡིན་སྤྱབས། དེའི་དཀའ་ངལ་ད་ལྟ་རང་
 བཞིན་གྱིས་ལས་གཞི་དེའི་ཐོག་ལ་ལག་ལེན་མ་བྱུང་པའི་རྒྱ་མཆན་དེ་ག་རང་ལ་གནས་བསྐྱད་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཁོང་ཚོར་སློབ་
 ཡོན་འབུལ་རྒྱ་དེ་ཆེད་བསྐྱགས་སྤར་བ་ཡིན་ན། མཐོ་སློབ་ལ་ཐེབས་མཁན་ཆོ་སློབ་ཡོན་སྤར་ཡོད་པ་དེས་ཁང་གྲ་དང་གང་ཅིའི་

ཐོག་ནས་ཐུགས་པན་གསོས་ཀྱི་རེད་བསམ་ནས་སྤར་བཞག་ཡོད་ཞུ་ཡིན། ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུང་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཆ་བཞག་པ་
 ཡིན་ན། ད་ལྟ་སློབ་ལྷན་ཁག་དེ་དག་ Pre primary ༣༣ དང་ primary ༥ ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུང་གཏན་འབེབས་དང་དམའ་
 རིམ་སློབ་ལྷན་བར་དུ་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུང་གཞིར་བཟུང་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པ་དེ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སམ་རྩོ་
 ར་འཛིན་སློང་འགན་འཛིན་རང་སློབ་ལྷན་ཁག་ལ་ཕེབས་ནས། ལམ་སྟོན་གནང་ནས་ང་ཚོས་ལག་བསྟར་གནང་རྒྱུ་འབད་བཅོན་
 བྱས་དང་བྱེད་ཐུས་རེད། ད་ལྟ་བར་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་དགེ་ཆན་ ༦ ཁོང་ཚོ་གནས་སྡོད་གཏོང་དགོས་བྱུང་བ་རེད། དེའི་ཆབ་ལ་བོད་
 བའི་དགེ་ཆན་དང་ལས་བྱེད་ ༦ བསྐྱོས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོ་ས་ཆ་གསར་པར་ཕེབས་དུས་བཞུགས་ཁང་ཐོག་ནས་
 དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྤྱི་དབྱུང་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཐོགས་དེའི་ནང་ནས་ཁང་སྤྱི་དབྱུང་བཅས་ཆ་ཆ་བསྐྱོས་ཡོད་དུས་རིམ་བཞིན་
 དཀའ་ངལ་དེ་དག་སེལ་འགོ་བའི་རེ་བ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུང་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེའི་ཐོག་ནས་དེའི་སྟོན་གྱི་
 གྲོས་ཆོག་ནང་དུ་པལ་ཆེར་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱི་བ་བརྒྱ་མིན་ཅམ་བྱུང་འདུག མང་ཆེ་བ་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་
 དབྱུང་ལག་བསྟར་བྱས་པའི་སློང་རེད། ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུང་ལག་བསྟར་བྱས་པ་མ་ཆད་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་གི་ཡོད་ཅེས་ཞུས་
 པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་བཀུར་ཤོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དཔེ་བྱངས་རྒྱ་གཅིག་གཉིས་གསུམ་ཅམ་ལས་མི་འདུག དེ་དག་མ་སྤྱི་
 དང་། ལ་དྲགས། བལ་ཡུལ་རེད་གསུངས་སོང་། སྤྱི་དབྱུང་ཞེས་པ་དེ་ལག་བསྟར་བྱས་ཡོད་དུས། དམིགས་བསལ་ཤེས་ཡོན་
 ལག་བསྟར་བྱས་ཡོད་དུས། རིམ་བཤིག་པར་བྱས་ནས་ཕེབས་རྒྱུ་མ་གཏོགས། དེ་སློག་ཁྲད་འབྲུལ་ཆས་ལྟ་བུ་དེ་འདྲ་འགྲོག་རྒྱ་
 ཡིན་པ་ཡིན་ན། ས་ཆ་བརྩལ་སྤེལ་གཅིག་ལ་འགྲོག་པ་ཡིན་ན། སང་ཉིན་རང་བེད་སློང་གཏོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། གཉིས་ནས་པར་
 གྲོགས་ཀྱི་འདོད་པར་བསྟུན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཞན་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་ལ་ཡོད་པའི་སློབ་ལྷན་སམ་རྩོ་
 ཞག་གི་ནང་དུ་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཆང་མས་མཁྱེན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་སྤྱི་འཐུང་ནས་ལག་བསྟར་དང་གོང་འཕེལ་
 གཏོང་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཙོ་ཆེ་ཤོས་སྟུན་ཐར་བརྒྱུད་ནས་རེད་ཅེས་ངས་ཞིབ་ཅིང་སྤྱི་བ་ཞུས་ཡོད། ད་རེས་ཡིན་ནའང་ཤེས་
 ཡོན་སྤྱི་དབྱུང་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སློག་དེབ་བསྟར་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ། དེ་བཞིན་ཐབས་སྤྱོད་གནང་རྒྱུ། སྤར་བཞིན་རྒྱུ་མི་
 ཆད་པའི་ཐོག་ནས་འགོ་དང་འགོ་ཐུས་ཡིན།

སློབ་ལྷན་མང་དགས་འདུག སློབ་ལྷན་དེ་དག་རྒྱལ་ཁྱིམ་དགོས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ཤེས་རིག་
 ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་དཔེར་ཆ་བཞག་ན། སྤང་ཉྱེད་ལ་ཡོད་པའི་དམའ་རིམ་སློབ་ལྷན་དེའི་སློབ་
 ཐུག་དེ་དག་ཡིན་ནའང་ཕྱི་ལོགས་ནས་ཡོང་མཁན་མང་བ་རེད་འདུག སྤང་ཉྱེད་ནས་སློབ་ཐུག་ཉུང་ཤས་ཤིག་ལས་མེད་དུས།
 ལས་བྱེད་དང་དགེ་ཆན་གྱི་སྤྱི་གྲུ་དང་། ཕྱི་ནས་ཡོང་མཁན་སློབ་ཐུག་ལུང་པའི་སྤང་ཉྱེད་རང་ནས་ཡོང་མཁན་ཉུང་ཤས་ཤིག་
 རེད་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སློབ་ཐུག་དེ་དག་སློབ་ལྷན་གཞན་ལ་བཏང་། དེ་ནས་སློབ་ལྷན་དེ་རིམ་བཞིན་ང་ཚོས་བསྟུས་ན་ཐུབ་པ་
 འདུག་ཅེས་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་བོད་སློབ་འཛིན་སློང་ཁོངས་ནས་ཡིན་ནའང་མན་སྤར་གཞིས་ཆགས་སྟོན་མ་ཡིན་ན་
 འཛིན་སྤྱི་བརྒྱུད་པ་བར་དུ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་འཛིན་སྤྱི་ལྷན་པ་བར་དུ་མར་གཅོག་དགོས་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞིས་
 ཆགས་ནང་དུ་སྤྱི་གྲུ་ཉུང་བ་ཡོད་སྟབས་འཛིན་སྤྱི་ལྷན་པ་བར་དུ་མར་གཅོག་དགོས་དོན་དེ་རེད། ད་ཆ་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་འགོ་
 དུས་འཛིན་སྤྱི་ལྷན་པ་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་འཛིན་སྤྱི་བརྒྱུད་པ་བར་སྤར་རོགས་ཞེས་དང་བརྒྱུད་པ་ཡོད་པ་བརྩམས་སྤར་རོགས་ཞེས་

བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་འདོན་མཁན་མང་པོ་ཡོད་གི་འདུག། དེ་གཉིས་བར་དུ་རང་ཆོས་ག་རེ་ཞུས་ཡོད་ཅེ་ན། སློབ་ཕྲུག་གི་གྲངས་ཀ་
 ཡོན་པ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་ཞུས་དང་ཞུ་བ་ཞིན་པ་རེད། སློབ་ཕྲུག་གི་གྲངས་ཀ་ཉ་ཅང་ཉུང་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། རང་བཞིན་གྱིས་
 བསྐྱེད་གོས་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་སློབ་ཡོན་ཕྱུལ་བའི་ནང་དུ་ཉམས་ཞིབ་པར་གནང་
 གི་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། དེའི་ཆེད་དུ་དེར་ཅིས་འགོ་བཙལ་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་དུ་ཉམས་ཞིབ་པར་དམིགས་
 བསལ་ Informal བོད་ཡིག་རྒྱུ་པའི་ཐོག་ནས་ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་ཡིན་ནའང་སུམ་ཅུ་ཐམས་པར་ཞིབ་འཇུག་བྱས། ས་
 གནས་ས་ཐོག་ལ་ཐེབས་ནས་ཞིབ་འཇུག་གནང་། ཁོང་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་སྟངས་ཀྱི་སྒྲིང་བཅར་སྤྲད། དེའི་ཐོག་ལ་ཁོང་ཆོར་
 ར་ཆོས་འདྲང་ངེས་བཞིན་པ་གང་སྟབ་ཅི་སྟབ་ཀྱིས་དདུལ་གནང་ཉེ་ཉི་ཤུ་ཐམས་པ་ཁོང་ཆོར་ཉམས་ཞིབ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་
 རེད། བཅུ་ལ་ཡང་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཟབ་སྒྲིང་སྤྲད་ཆར་བའི་རྗེས་སུ་ཉམས་ཞིབ་པར་ཐེབས་རྒྱུ་བྱེད་བསྐྱེད་
 ཀྱི་ཡོད། སྤྱི་བྱས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་དུ་ཁ་སང་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་རེད། ཉམས་ཞིབ་པ་ཐེབས་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འབུམ་
 རམས་པའི་ལག་འབྲེར་ཞུས་ནས་ཐེབས་མཁན་ཡོད་ནའང་ལམ་ཁ་ཞིག་བསྟན་བཞག་ཡོད། དེ་བཞིན་ M phil དང་འབུམ་
 རམས་པ་རང་གི་སློབ་སྒྲིང་གནང་མཁན་ཡིན་ན། མཐོ་སློབ་ལ་ཚུད་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཁོང་ཆོར་ར་ཆོས་སློབ་ཡོན་ཡོད། སློབ་གྲྭ་
 རང་གི་ནང་དུ་ཐེབས་ནས་ཉམས་ཞིབ་པ་གནང་མཁན་ཆོར་སློབ་ཡོན་གང་སྟབ་ཅི་སྟབ་ཕྱུལ་དང་འབུལ་བཞིན་པ་ཡིན་ཅེས་ཞུ་
 རྒྱུ་ཡིན། ཕྱགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ག་ཟེ་ཆེ་རིང་པོ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ག་ཟེ་ཆེ་རིང་པོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་དོན་བྱེད་ཚུགས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས། གནད་འགག་གཅིག་ལ་
 རས་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་རང་ཆོས་ཐག་ཉེ་པོ་ལ་ཡོད་པའི་ཤེས་རབ་དགའ་ཆལ་སློབ་གླིང་ལ་འགྲོ་
 ལམ་དེ་སྒྲོ་བའི་ཞིག་རེད་འདུག། རྟོགས་གཅིག་ནས་མར་ཚུའི་འགྲམ་དང་རྟོགས་གཅིག་ནས་ཡར་རི་འགྲམ་དུ་རེད་འདུག། དེའི་
 ཐེབས་ལམ་དེ་བཙོ་དགོས་པ་འདུག་ཅེས་སྟོན་མ་གྲོས་ཆོགས་ནང་དུ་སླེང་སྒྲིང་བྱུང་བ་རེད། ལྷན་དེ་དུས་རྒྱ་གར་གཞུང་ཡིན་
 དང་རྒྱ་གར་གྱི་ལས་འཆར་དེ་འདྲ་ཞིག་ཕྱགས་གཏན་འཁེལ་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་དེས་ལམ་ཁ་གང་ལ་གང་འཆམ་བཙོ་
 དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་དེ་ནས་གནས་སྟངས་དེར་ཐུག་ཆར་རྗེས་རང་ཆོས་ཕྱགས་བསམ་བཞིས་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་དེ་འདྲ་ཞིག་གོ་
 བསྐྱེད་སོང་། དེ་འདྲ་བྱེད་དུས་རྒྱ་གར་གཞུང་ཡིན་ནའང་འདྲ། རྒྱ་གར་སླེར་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཁོ་རང་ཆོས་ལམ་ཁ་དེའི་ལས་
 འཆར་འགོ་བཙུགས་ཉེ་མཇུག་སྤྱིལ་ནས་དེའི་བར་དུ་ལམ་ཁ་ཆར་མ་བཙོས་ཟིན་འདུག་ལ། ལམ་ཁ་དེ་ཁྲག་ཁྲག་བཙོས་ཆར་
 འདུག། དེ་ནས་སློབ་གྲྭ་བར་དུ་ལམ་ཁ་དེར་འགྱུར་བ་ཅི་གང་སོང་མི་འདུག། དེའི་ཐོག་ལ་རི་ནས་ས་མར་ཉིལ་ནས་ལམ་ཁ་དེ་གྲུ་
 དོག་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱེད་འདུག། ལམ་དེར་འགྲོ་དགོས་ནའང་ཐུན་བུའི་ཞེད་སྐར་སྤྱིས་དགོས་པ་ཞིག་འདུག། བྱེད་དུས་གཅིག་

བཟོ་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་ཡོང་ས་རེད། ཐག་རིང་པོ་གང་ཡང་རེད་མི་འདུག དེ་ར་རང་ཚོ་ཚང་མས་འདིར་སྐྱོད་བཤའ་འདྲ་བུས་བསྐྱད་
ན་ཡག་པོ་ཞིག་མི་འདུག རྒྱུ་ལྡན་མི་ཚང་མས་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ལ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཐག་ཉེ་པོ་དཀའ་ངལ་ཐུན་
བྱ་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་སྐྱོད་བཤའ་ལྟ་བུར་མི་གཟིགས་པར་དཀའ་ངལ་དེ་ཚོ་དཀའ་ངལ་ནི་རེད་འདུག བཟོ་མི་ཐུབ་པ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་
རེད་མི་འདུག དེ་བྱེད་དུས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་དེའི་དཀའ་ངལ་དེ་གསལ་དགོས་པ་འདུག དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་སྐྱོད་
འདྲ་བྱུང་ཡོད་དམ་མེད། ཐུགས་སྐྱོད་འདྲ་བྱུང་མེད་ན་ཐུགས་སྐྱོད་གནང་དགོས་ས་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་གངས་ལྷ་མོ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་གངས་ལྷ་མོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ངའི་དེར་ལན་འདེབས་བྱུང་སོང་། བྱིར་འཐེན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ལུན་སྤྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ལུན་སྤྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ཡོད། ཐོག་མ་
དེར་དེ་རིང་ཁ་སང་ར་རང་ཚོའི་སློབ་བླ་ཁག་གི་ནང་དུ་སློབ་མ་ཚོའི་ཀྱན་སྐྱོད་སྟོན་མ་ལས་ཞན་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དེ་དངོས་
གསལ་དོད་པོ་ཞིག་རེད། དེས་རྒྱུན་པས་སློབ་བླའི་ནང་དུ་དགོ་ཆེན་ཁག་གཅིག་གིས་སློབ་སྦྱོང་ལ་ཉེས་བརྒྱུངས་བཏང་ནས་ལག་
པ་ཆག་པ་དང་དེ་མིན་གྱི་བྱ་མོ་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་འདྲར་ཆ་བཞག་ན་གཅིན་པ་གཏོང་ས་དེ་འདྲར་རྟོག་རྒྱག་ཞུས་ནས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་
པའི་གནས་བབ་དེ་འདྲ། ལུ་གྱུར་ཉེས་བརྒྱུངས་ཆ་བས་ཆེན་བཏང་བའི་གནས་སྐྱེད་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ཐོས་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ལུ་
གྱུར་ཉེས་བརྒྱུངས་འཕྲོག་མཁན་ཚོར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་བཅེ་བའི་ཐོག་ནས་ཉེས་བརྒྱུངས་རག་པ་དང་དངོས་གནས་ཁོ་རང་
རྒྱུད་ལངས་ནས་བརྒྱུངས་པ་གཉིས་རང་བཞིན་གྱི་བྱེ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། བཅེ་བའི་ཐོག་ནས་ཉེས་བརྒྱུངས་བཏང་བ་ཡིན་ན།
ཀར་ཆག་ལག་ཆག་དེ་འདྲ་ཡོད་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ལྟར་ངས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ར་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་དེའི་རིགས་དེ་མང་དུ་མང་
དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སློབ་བླ་ཁག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ལམ་སྟོན་དེ་འདྲ་ཡོད་དམ་མེད།
དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བའི་རིགས་ལ་གནས་སྐྱེད་སྐྱེད་གཤམ་ཡོད་དང་མེད། བཀའ་རྒྱུད་དེ་འདྲ་གནང་ཡོད་དང་མེད་ཀྱི་ཐད་
ལ་ངེ་བ་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་དེ་ཡིན། བརྒྱུད་ལམ་མང་པོའི་ནང་དུ་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཐོན་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ངས་ཞིབ་ཤེས་ཞུ་
མིན། གང་ལྟར་གོང་དུ་ཞུས་པའི་ངེ་བ་གཅིག་དེ་ཡིན།

གཉིས་པ་དེར་བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་པ་ནས་ང་ཚོའི་སློབ་ཟུར་ཅེས་བཞེས་སྐྱའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ཡོད་པ་རེད།
དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ཞིག་ཡུན་རིང་བྱུག་ལས་གནང་མཁན་གྱི་དགེ་ལས་ནམ་པ་ཁག་གཅིག་ཅ་དགོངས་ཞུས་
པ། ཁག་གཅིག་གནས་སློབ་ཕྱིན་པ། དེ་འདྲའི་རྒྱུ་གྱིས་སློབ་ཟུར་ཁག་ནང་དུ་དགེ་ཆུན་གྱི་གྲངས་ཚད་ཉུང་རྒྱུ་གྱིས་སྐྱ་གྱའི་
སློབ་སྐྱོང་ལ་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་དང་འགྲོ་བཞིན་པ་རེད། དེ་འདྲའི་འཐུས་ཤོར་དེ་དུས་ཡུན་རིང་ཅས་ནང་དུ་གསལ་ཐུབ་སྐྱའི་
དགོངས་གཞི་ཡོད་མེད་ཐོག་ལ་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་དེ་ཡིན།

གཞན་ཞིག་དེ་དབལ་ལྡན་སྤྲིད་སྐྱོང་མཆོག་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་གྱི་མཛད་འགན་བཞེས་པ་དང་། དབལ་ལྡན་སྤྲིད་
སྐྱོང་མཆོག་གིས་གང་ལྟར་སྐྱེ་ལས་བསྐྱོན་སའི་གཞི་འཛིན་ས་གཤམ་ཆེ་ཤོས་གཅིག་དེ་ཤེས་ཡོན་སྒྲོར་ལ་རེད། ཤེས་ཡོན་ཐོག་
ལ་ཡིན་པ་ནང་བཞིན་ཤེས་ཡོན་ཐོག་ལ་རོགས་དུལ་ཡང་ཐབས་འཚོལ་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་ཡོངས་གྲགས་
རེད། ཨ་རིའི་གཞུང་ནས་ཁོ་ལར་ས་ཡ་ ༡ གྱི་གནས་དོན་དེའི་ཐད་ལ་དབལ་ལྡན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས་དེའི་ཐད་ལ་
གང་ལྟར་སློབ་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐད་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་བ་སོང་ཅང་། དེའི་ཐད་ལ་མང་པོ་གཅིག་གསུངས་བསྐྱད་པ་རེད།
སྤྲིན་ཚོགས་ནང་དུ་འང་ས་ཡ་གཉིས་ཙུར་བཞེས་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་སྤྲིན་མ་དང་མི་འདྲ་བར་བོད་ཀྱི་ཐེབས་ཅ་
བརྒྱད་ནས་ཙུར་བཞེས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེ་འདྲའི་བཀའ་མོལ་ཞིག་བྱུང་བསྐྱད་པ་སོང་ཅང་། སོ་སོ་ཡིན་ནའང་དེའི་དུལ་
དེ་བོད་པ་རང་ལ་ཉག་ཉག་གཅིག་པན་ཐོགས་སྐྱའི་ཆེད་དུ་བོད་ཀྱི་ཐེབས་ཅ་བརྒྱད་ནས་ཡོང་ཐུབ་སྐྱའི་དཔལ་པོ་ཞིག་འདུག་
ཅས་པའི་གནད་དོན་ཐད་ལ་བསྐྱུགས་བརྗོད་ཡང་ཞུ་སྲོང་། དེར་སང་མི་མང་མང་པོ་ཞིག་གི་ཁོ་ལར་ས་ཡ་ ༡ དེ་བཀའ་མོལ་
གནང་ནས་གང་ཅམ་ཕྱིན་ཆར་བ་རེད་དེ། དེས་སྤྱི་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཁོ་ལར་ས་ཡ་ ༡ དེ་ཨ་རིའི་གཞུང་ནས་དུང་རྒྱ་
སྐྱའི་དེ་ཅས་སྐད་ཆ་དེ་མང་པོ་ཞིག་ཁྱབ་འགྲོ་ཡི་འདུག་དེའི་གནས་བབ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་ཐོག་ལ་གསལ་བཤད་གཅིག་
གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྤྲིན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དབལ་ལྡན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་

དབལ་ལྡན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་སློབ་ཐང་སང་གི་མཆོག་ནས།

དབལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ཤེས་རབ་དགའ་ཚལ་སློབ་གླིང་གི་ལམ་ཁད་སློར་ལ་གསུངས་པ་
རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་གནས་སྤངས་རི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་རྟོག་ཞིབ་བྱས་རྗེས་ཞུ་ཚོགས་པ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
གཞི་ཅའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་དང་གང་དུ་ཡིན་ནའང་ལམ་ཁ་བཅོས་སྐྱའི་ཐོག་ལ་གནས་སྐྱེལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་རྒྱ་གར་
གཞུང་གི་ས་ཆ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་གཞུང་གི་སྤྱི་གཙུག་གཞི་བཞག་ནས་ལམ་ཁ་བཅོས་མ་གཏོགས། ཐེངས་གཅིག་ང་ཚོས་
སླེར་གྱི་ཐོག་ནས་རྒྱལ་བ་ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་རེད་ཅེས་གནས་སྐྱེལ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་

སྒྲུབ་ཀྱི་གར་གཞུང་ལ་ཞུས་ཡོད་དུས། ཚོག་མཆན་གནང་བ་ཡིན་ནའང་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ་དུས་ཚོད་དེ་འདྲ་ལོར་བསྟན་གྱི་
འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་སྤྱོད་པ་དང་ཉེས་བརྒྱུད་ཀྱི་འོར་ནས་གསུངས་པ་རེད།
སློབ་སྒྲུག་གི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད། སྤྱོད་པ། དེ་དག་དེ་ཚོས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་མི་ཉམས་རྒྱུན་འབྲེངས་ཡོད་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་
ཡིན་པར་བརྟེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ཚོ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་སློབ་སྦྱོང་དེ། དགོ་ཆེན་རེད། ལས་བྱེད་རེད། ཟབ་སྦྱོང་
ག་དུས་གནང་བ་ཡིན་ནའང་དེ་ཚོས་ཞུས་བསྟན་གྱི་ཡོད། ཉེས་བརྒྱུད་གཏོང་རྒྱུ་དེའི་འོར་ནས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཞུས་བསྟན་གྱི་
ཡོད། དམིགས་བསལ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དོན་ནས་ཆུན་བདག་ཚོར་ཟབ་སྦྱོང་སྤྱད་པའི་སྐབས་སུ་ཉེས་བརྒྱུད་གཏོང་
རྒྱུའི་སྐོར་ལ་བརྟེན་གསོ་ཉལ་ཏུ་ཞུས་ཡིན། ཉེས་བརྒྱུད་གཏོང་རྒྱུ་དེ་སྤོང་མའི་ཅིས་བྱས་ན་དེང་སང་མང་དུ་དང་ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡི་
ཡོད་པ་དེའང་ཚོད་གཞི་རང་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ད་ཚོ་ཡིན་ནའང་ཐོད་མའི་སློབ་སྒྲུག་བྱས་ནས་ཐོན་ཡོང་དུས། དེ་དུས་སྐབས་
ཀྱི་ཉེས་བརྒྱུད་དེ་བརྟེན་བྱས་ནས་བཏང་བ་ཡིན་པར་དོས་འཛིན་བྱས་ནས་མང་ཉུང་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེ་དུས་ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡི་
ཡོད་པ་ཞིག་ལ་དོས་འཛིན་བྱས་ན་མ་འགྲིག་པ་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཉེས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚོགས་གི་མེད་
ཅེས་ཁ་གསལ་པོ་ཡོང་བར་བརྟེན་ནས་ཉེས་བརྒྱུད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཐོན་པ་ཞིག་ལ་དོས་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་
ཉེས་བརྒྱུད་གཏོང་རྒྱུ་དེ་དེ་ཚོས་མ་གཏོང་རོགས་ཞེས་དུས་ཉལ་ཏུ་ལས་སྤོང་ཞུས་དང་ཞུ་བཞིན་པ་ཡིན།

ད་ལྟའི་ཆར་བོད་སློབ་འཛིན་སྦྱོང་ཚོགས་པ་ཚུར་ཅིས་ལེན་པའི་སྐབས་སུ། རང་བཞིན་གྱིས་དགོ་ཆེན་དང་ལས་བྱེད་
གནས་སྤོང་རྒྱུ་དང་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་རྒྱུའི་སྐོར་གྱི་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་ཞུས་པ་ཡིན། བོད་སློབ་འཛིན་སྦྱོང་ཚོགས་པ་
སློབ་གྲྭ་ཚུར་ཅིས་ལེན་རྒྱུ་དེ། ད་ལྟའི་བཀུར་འཕགས་དང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱུ་དང་། འབད་བརྩོན་
གནང་དགོས་དོན་དེ་ལོ་སྤྱི་ལྟའི་ནང་ཚུར་ཅིས་ལེན་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ཡག་པོར་ས་མཆོག་དཔུས་པའི་བཀུར་འཕགས་རིས་
པ་དང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་རིས་པས་འབད་བརྩོན་བྱས་བཞག་པ་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ད་རེས་
འབད་བརྩོན་ཞུས་པ་ཡིན། ཅིས་ལེན་པའི་སྐབས་སུ་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་སྤྱོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་མ་བྱུང་། རང་བཞིན་གྱི་འགྲོ་ཡི་
རེད། གང་ཡིན་ཞུས་ན་དགོ་ཆེན་གནས་སྤོང་མང་པོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་དགོ་ཆེན་ཚོ་ཡིན་ནའང་གནས་
སྤོང་གང་དུ་འགྲོ་ཡི་རེད་ཅེས་ད་སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་བཅར་བའི་སྐབས་སུ་དེས་པར་དུ་རྒྱ་གར་དགོ་ཆེན་ཚོས་ཟུར་དུ་དུས་ཚོད་གནང་
རོགས་གསུངས་ནས་དེ་ཚོ་གནས་སྤོང་ག་དུས་གཏོང་གི་ཡིན། གང་དུ་གཏོང་གི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག རང་བཞིན་གྱིས་
འཐུས་ཤེས་པ་རེད་ལ་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་དེ་དང་སྤོང་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་འགྲོ་སྤྱངས་རང་རེད།
ཡིན་ནའང་འཐུས་ཤོར་དེ་གང་ཉུང་ཉུང་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། དགོ་ཆེན་དང་ལས་བྱེད་ཡིན་ནའང་གནས་སྤོང་བའི་སྐབས་སུ་དེའི་ཆ་བ་
ལ་དེ་ཚོ་བོད་པའི་ལས་བྱེད་གང་མགྱོགས་གཏོང་ཐུབ་རྒྱུའི་འབད་བརྩོན་དེ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཐོག་ནས་བྱས་དང་བྱེད་
བཞིན་པ་ཡིན། བཀུར་འཕགས་ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་འཆབ་ཆེན་པོའི་རང་ཐུགས་སྤྱང་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་ལ། འབད་
བརྩོན་ཞུས་དང་ཞུ་བཞིན་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ད་ལྟ་ཨ་རིའི་གཞུང་ནས་ས་ཡ་ ༩ རག་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་ནས་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་དུ་བཤད་
 ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་བཤད་ཡོད་ཀྱང་། རོན་དངོས་ཐོག་དདུལ་གཅིག་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་
 བའི་བཤད་ཚུལ་དེར་ངས་ཉག་ཏུ་གསལ་བཤད་ཞུས་བསྟན་གྱི་ཡོད། ར་རམ་ས་ལ་འདི་བཀའ་མོལ་གྱི་བཟོ་བྲལ་ཡིན་དུས་བཟོ་བྲལ་
 བརྒྱུད་ནས་དེ་འབྲེལ་བཟོས་ཡོད་དུས། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ག་རེ་ཡིན་པ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ལ་བཀའ་འདྲི་གནང་ནའང་
 འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། ན་ནིང་ལོའི་སྡོན་ཅིས་ལ་གཞིགས་ནའང་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལོའི་སྡོན་ཅིས་ལ་གཞིགས་ནའང་
 འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། ཆང་མ་མིག་མཐོང་ལག་འཛིན་རེད། བབ་ཡོད་པ་དེ་སྡོན་ཅིས་ནང་དུ་འཁོད་ཡོད་པ་རེད། ན་ནིང་ལོར་ཞུ་
 རྒྱ་བྱང་སོང་། སློབ་ཡོན་གནང་རྒྱ་དེ་མང་དུ་འགྲོ་དགོས་དོན་དེ་དག་གཙོ་བོ་ས་པའི་ཆ་ཆང་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ང་ཚོ་བཀའ་
 འགག་གི་འགན་དེ་ལས་ཀ་བྱས་པས་མ་ཟད་བཀའ་མོལ་བཟོ་བྲལ་དེ་ལའང་གཏོང་ལེན་བྱེད་དགོས་དུས། ད་ལན་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་
 འདིའི་ནང་ལ་གསལ་བཤད་ཞུ་རྒྱུ་དུ་དེ་རག་གི་ཡོད་པ་རེད། ན་ནིང་ལོ་ལའང་བཏང་ཡོད་པ་རེད། ད་རེས་སྡོན་ཅིས་ནང་
 དུ་ཐུགས་ནས་འགྲོ་དང་འགྲོ་ཐུས་ཡིན། ཐུགས་ཁུལ་མ་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྡོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དབུ་དཀར་ཆང་གཡུ་སྡོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དབུ་དཀར་ཆང་གཡུ་སྡོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་བརྒྱུད་ནས་དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་འི་བ་
 དང་མཐོང་ཚུལ། གསོལ་འདེབས་ཁ་ཤས་ཞུ་རྒྱུ་འདུག དང་པོ་འི་བ་དེ་སྤྱིར་བཏང་ནས་སྡོན་འགྲོའི་ལོ་རིམ་དེ་གནང་འགག་ཆེ་
 ཤོས་ཡིན་པ་དེ་ང་ཚོ་ཆང་མས་མཐུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་མཐུན་གྱི་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་གྱིས་
 ད་ལྟའི་ཆར་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་སློབ་བྱའི་ནང་དུ་ང་རང་ཚོར་རང་དབང་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་སྡོན་འགྲོའི་སློབ་གཞི་དང་དེ་
 བཞིན་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་གནང་སྐྱེད་སྐྱོང་གི་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་རྒྱ་ག་རེ་འདུག་གཞིགས་ཀྱི་འདུག་གས།

དེ་བཞིན་མཐོང་ཚུལ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ཞུ་དགོས་བསམ་བློང་། སྤྱིར་བཏང་ནས་དེ་ཁ་ཤས་ཤིག་རེད། ཆང་མ་ཞུ་ཡི་
 མེད། མཐོང་ཚུལ་ཞིག་ལ་སོ་སོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་དེ་འབྲེལ་བསྟན་གྱི་འདུག ང་ཚོའི་སློབ་ཕྱག་ཁ་ཤས་སྤྱིར་བཏང་ནས་དམིགས་
 ཡུལ་མེད་ནའང་སློབ་ཡོན་རག་གི་ཡོད་ལྟམས་སུ་མ་སྟེད་ནས་སློབ་སྦྱོང་གནང་བསྟན་མཁན་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ང་
 རང་ཚོས་ག་རེ་གནང་རྒྱ་ཡོད་དམ་གཅིག་བསམ་ཞིབ་གནང་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཁ་ཤས་
 ཤིག་རེད། ངས་ཆང་མ་ཞུ་ཡི་མེད། སློབ་ཡོན་རག་གི་ཡོད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་དམིགས་ཡུལ་ཡོད་ནའང་མེད་ནའང་ཁོ་འགྲོ་བསྟན་
 རྒྱ་ཞིག་ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱུའི་འགན་དེ་མ་ཐུར་བར། དེ་བཞིན་པ་མའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱ་བྱ་དེ་ཡག་པོ་ཡོང་རྒྱུར་ཤེས་ཡོན་
 དང་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་ས་མར་འགན་ལུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་དུས། ས་མར་སློབ་གསོ་རྒྱག་རྒྱུའི་ལས་འགུལ་ཞིག་ད་ལྟའི་ཆར་ངས་
 ཡོད་མེད་ཤེས་ཀྱི་མེད། ཡོད་སྟེད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་དགོས་རྒྱ་དེ་གནང་འགག་ལུགས་ཆེན་པོ་རེད་འདུག དེ་གསོལ་འདེབས་ཞུ་

རྒྱུ་ཡིན། ཀླན་ལགས་གཅིག་ཕྱི་ཕྱི་ལས་གནང་ཐུབ་རྒྱུ་མེད་པ་དེ་རང་རང་ཆོ་ཆང་མས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་པ་
 མས་ལགས་ཁྱེད་རྒྱུ་དང་སློབ་གསོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་ལྷན་ཞིག་བཅུ་མས་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདྲི། དེ་བཞིན་མདུན་
 ལམ་སློབ་སློབ་པ་སློབ་གྲྭ་ཁ་ཤས་ལ་ཡོད་པ་རེད། སློབ་གྲྭ་ཁ་ཤས་ལ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཀླན་ལགས་ཆོ་ཆང་པོ་གསེང་དེ་ད་
 ལྟའི་ཆར་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཞིག་ཡར་སྤར་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤར་བའི་ཐོག་ལ་ཀླན་ལགས་ཆོང་མར་ལམ་སློབ་གནང་རྒྱུ་ལི་
 ལགས་དེ་འཁྲིད་དགོས་ཀྱི་འདྲི། དགེ་ཀླན་གཅིག་ཕྱི་ཕྱི་ལས་ལམ་སློབ་གནང་མཁན་དང་ཀླན་ལགས་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ནས་
 ཕྱག་ལས་གནང་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདྲི། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་གསུམ་གཙོ་སློབ་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གསུམ་གཙོ་མཆོག་ ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་རྩིས་འགོ་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་ཤེས་
 རིག་བཀའ་སློབ་ལ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་དོན་གྱི་དམིགས་དང་འབྲེལ་ནས་གསལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཁ་ཤས་དང་།
 དོགས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་དེ་དག་རེ་བཟུང་ཞིག་བྱུང་འདྲི། གསལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ་རང་རང་ཆོ་ཆང་མས་མཁྱེན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་
 རེད། རང་རང་ཆོ་ཆང་མ་ཅད་ཤེས་ཡོད་ན་མེད་ན་དེ་ད་ལྟ་སློབ་སློབ་བྱས་བསྐྱེད་མཁན་མི་རབས་གསར་པ་དེ་དག་རེད། དེ་དག་
 ཐོག་ཤེས་ཡོན་གྱི་མ་ཅད་ཞིག་འདྲི། དེ་མ་གཏོགས་རང་རང་ཆོ་ཆང་པ་མེད་དུས་སའི་ཐོག་ལ་མ་ཅད་གཞིག་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་
 རེད་ལ། རྒྱ་ནིང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཐོག་ལ་མ་ཅད་འདྲི། རྒྱ་ནིང་པ་མ་རེད། རང་ཆོས་མ་ཅད་འདྲི། དེ་ཤེས་ཡོན་ཐོག་ལ་འདྲི།
 དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མ་འོངས་པའི་མི་རབས་དེའི་ཐོག་འདྲི། དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་མཐོང་གི་ཡོད།
 སྤྱི་ཆོག་སྤྱི་ཆོག་ཡོངས་ནས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་གཟིགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཡིན་དུས་དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་
 སློབ་གྱིས་ད་ལྟ་བཀའ་ཤེས་འདིའི་སྐབས་སུ་རེད། སྐབས་སློབ་པ་རེད། ཆ་ཆང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་གཟིགས་པ་རེད། སྐབས་
 འདིའི་སྐབས་སུ་སློབ་པ་ཆེན་པོ་འདྲི། ལས་དོན་གྱི་དམིགས་རེད། གང་ཅིའི་ཐད་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་གཟིགས་ནས་
 ཕྱག་ལས་གནང་གི་ཡོད་པ་དེ་སོ་སོ་དོ་བདག་སྐྱེད་ཀྱི་རོས་ནས་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་དང་། ཕྱག་ལས་གནང་སྐབས་
 ཀྱི་ཐོག་ནས་པ་གིར་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུ་ལ་དཔལ་དེ་དག་འཛོལ་སྐྱབ་གྱི་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་འདྲི། ཡིན་ནའང་སློབ་
 མའི་ཆོག་སྤྱི་སྐབས་ཤིག་ལ་འདྲི། སློབ་གྲྭ་ཁག་ཆ་ཆང་ཞིག་འདྲི། གཅིག་གྱི་དགོས་ཀྱི་མེད་དམ། ཞིབ་འདྲི།
 ཟེར་བ་དེ་རས་ཤེས་ཡོན་ཐོག་ལ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཆེད་ལས་མཁན་པ་དེ་འདྲི། གནད་དང་སྤངས་ནས་ཞིབ་འདྲི། གྱི་དགོས་
 ཀྱི་མེད་དམ་ཅས་རས་དེ་གཅིག་བསམ་གྱི་ཡོད། རྒྱུ་མཆོན་རང་རང་ཆོ་ཆང་གི་ནས་བབ་དེ་ཐད་ཞིག་རེད། སྐབས་བཅོལ་བ་
 ཆགས། ད་ལྟ་པ་མ་དེ་དག་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་རེད། བསམ་སློབ་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་རེད། འཛོལ་པའི་ཐོག་ལ་འདྲི། དཀའ་
 འདྲི། ཡོད་པ་རེད། བསམ་སློབ་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་མཁན་ཞིག་དང་འཛོལ་པའི་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་མཁན་དེ་སློབ་སློབ་

བྱེད་མཁན་སྤྱ་གྲུ་ཚོའི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལ་དཀའ་ངལ་དང་དོགས་འདི་ཞིག་སྒྲེབས། དེའི་གནས་སྐབས་སུ་དེ་དག་ཡག་པོ་བྱས་ནས་འཆར་ཡོངས་བྱུང་བར་དེ་འདྲའི་དམིགས་བསམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བསྐྱེད་མཁན་ལ་ཆོན་པ་ཞིག་གིས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྟབས་ཡིན་ན། ང་ཚོས་ལམ་ཁ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་རྒྱ་གཞི་མེད་དམ། ང་ཚོའི་ཤེས་ཡོན་ཐོག་གྲུབ་འབྲས་ཡག་པོ་ཐོན་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུར་དངོས་ཡོད་ཀྱི་ཆེད་གཞི་དེ་དག་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད་ཅེས་དེ་གསལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ང་རང་ཚོས་གཏན་འཁེབས་བྱས་བཞག་པའི་སློབ་འཁྲིད་བྱེད་ཚུགས་དང་ག་རེ་ཡིན་ནའང་གཏན་འཁེབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལག་ལེན་བསྟར་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གྲུབ་འབྲས་ཀྱང་ཐོན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་རང་རང་ཚོའི་དམིགས་ལྷུ་ལ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་ཡར་རྒྱས་ཞིག་ཏུ་ལམ་སྒྲེབས་སྟབས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡོངས་གྲགས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འཕྲད་པའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་རེད། དེ་སྔོན་མ་དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་དེའི་ཐོག་ལ་ལན་ཆ་ཆང་གནང་སོང་། སློབ་གྲུའི་ནང་གི་ལས་བྱེད་དེ་དག་མ་བཞུགས་པ་བྱས་ཐེབས་འགྲོ་རྒྱུ་དེ་རེད། དེར་གཞོན་ལེན་བྱེད་ཚུགས་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དམ། བསྐྱར་ཞིབ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་མེད་དམ་ཅེས་སོ་སོར་སྒྲུང་བ་ནམ་རྟེན་ཞིག་ཤར་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུག དེ་གཅིག་གསལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་འདི་བ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ལ། ཉེ་བའི་ཆར་ང་ཡོད་ས་དེར་ཚོས་དགེ་ཚུངས་ཐུབ་སྟོང་ཞིག་སྤྲད་སོང་། ཐོག་མའི་ཆར་གོ་ཡོང་དུས་ཚོས་དགེ་ཚུངས་ཨང་ཅིས་དང་ཆོན་རིག་གི་ཐུབ་སྟོང་སྟོང་ཀྱི་རེད་ཟེད། དེ་དུས་ནམ་རྟེན་དང་འཆོར་སྤང་འདྲ་གང་ཡང་འཆར་མ་སོང་། དངོས་སུ་ཐེབས་ཡོང་དུས་ཆོན་རིག་པར་ཞོག་ཨང་ཅིས་ཀྱི་ཆེད་གཞི་མེད་མཁན་དེ་འདྲ་ཐེབས་འདུག སོ་སོར་དོགས་པ་ཞིག་སྒྲེབས་སོང་། ཨང་ཅིས་དང་ཆོན་རིག་གི་ཆེད་གཞི་རྩ་བ་ནས་མེད་མཁན་དེ་འདྲར་སྒྲིབ་པ་གཅིག་གི་ཐུབ་སྟོང་ནང་ཨང་ཅིས་དང་ཆོན་རིག་རྩི་ཅམ་ཞིག་ཤེས་ཀྱི་རེད་དམ། ང་རང་ཚོས་གསལ་པོ་ཞིག་ཤེས་སྟབས་ཀྱི་རེད། བྱེད་དུས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཚོས་དགེ་ཚུངས་ཨང་ཅིས་དང་ཆོན་རིག་གི་ཐུབ་སྟོང་ཞིག་སྤུལ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དང་དགོས་པ་གང་དུ་གཟིགས་པ་རེད་དམ། དགོས་པ་ཞིག་ཏན་ཏན་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོས་དགོས་པ་དེ་ག་རེ་ཡིན་མིན་མཐོང་སྟབས་མ་སོང་ཞེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ལར་ནས་གསལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ་ང་ཚོའི་ལས་ཀ་ག་རེ་ཡིན་ནའང་རེད། ཐུབ་སྟོང་ག་རེ་སྤུལ་བ་ཡིན་ནའང་ཆེད་གཞི་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། གལ་ཆེན་པོ་མ་རེད་ཅེས་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཞུ་ཡི་མེད། ཡིན་ནའང་ཆེད་གཞི་ཡོད་མཁན་དེ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་ངའི་བླ་སྤྱོད་ཀྱིས་དང་ངའི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་འཆར་སྤྱོད་ལ་ཆོས་དགེ་དེ་དག་ནང་ཆོས་རྩི་སྟོང་བྱེད་སྟངས་དང་དེ་བཞིན་ཕྱི་ལ་ཡོད་མཁན་གྱི་ཀྱན་སྟོང་རིག་པ་དང་། ཀྱན་སྟོང་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་སྦྱོང་སྟོང་སྟངས་ཉམས་སྟོང་ཡོད་མཁན་ཆེད་ལས་པ་དེ་འདྲ་གདན་འདྲན་ཞུས་ནས། ཁོང་ནམ་པར་ཐུབ་སྟོང་ཞིག་སྤུལ་སྟབས་ལ། ངའི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཁོང་དུ་ཁོང་ནམ་པའི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་ནས་ཉམས་སྟོང་གིས་ད་ལྟའི་ཐུབ་སྟོང་དེ་གནད་ལ་སྤྲོན་པ་མ་ཟད། ཁོང་ནམ་པ་པར་སློབ་གྲུ་ཐེབས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་འདྲེན་སྟོང་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ནང་དུ་དེ་འདྲ་ཞིག་འཆར་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་འདི་མཉམ་དུ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སློན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཕྱག་ཚོད་ ༡༡༡༥ བར་དུ་གསོལ་ཇའི་བར་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལྷ་ ༣ ཚེས་ ༢༡ ཉིན་གྱི་ཐུན་གཉིས་པ།

ཚོགས་གཙོ་སློན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་སྤྱོད་མཐུན་རྒྱ་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགོ་བཞེན་པ་དེ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་སློན་ཅིས་ཐོག་ལ་འགོ་བཞེན་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་སློ་བཟང་སང་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀྱར་ལོས་སྤྱི་འཐུས་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་ཀ་ལས་སྐྱེད་ལག་ལོ་འདུག་ཅེས་བསྐྱེད་པ་བཞུགས་པ་བཞུགས་པ་ལ་སྤྱོད་པ་ཆེ་ལྟ་ཡིན། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་ཚོ་ཡིན་ནའང་ཉན་ཉན་ཕྱག་ལས་གནང་བ་དེ་ལ་ལོས་ལེན་གནང་བར་དགའ་སློབས་ཡོད་གི་རེད་ཅེས་ལྟ་ཡིན། དཔལ་རིམ་སློབ་གྲྭ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེའི་ཐོག་ནས་མཁས་པ་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ། དཔེར་ན། རྒྱ་གར་སྤྱི་ཡོངས་ནས་དགེ་ཆེན་ཆེན་མོ་ཨ་ཀ་ཤེན་ཀུ་མར་ལྟ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་ལ་ཡིན་ནའང་སྤྱི་ཡོངས་ནས་ཤེས་པོ་ལེན་ཞེས་པ་དེས་སློབ་སྤྱོད་སྤྱི་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་སྤྱོད་པ་ནས་མཐུན་འཁྱོལ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་པ་དེ། དཔལ་རིམ་འཛིན་གྲྭ་དང་པོ་གཉིས་པ་རང་ནས་ཐག་ཆོད་ཀྱི་རེད་ཅེས་ཁོང་གིས་ཐག་ཆོད་པོའི་སློ་ནས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། མཁས་པ་མང་པོ་ཡིན་ནའང་བསམ་ཚུལ་འདྲ་མིན་སྒྲིལ་ཆོག་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་རིམ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། ཐོག་མ་ནས་མང་གཞི་གདིང་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་དག་སེམས་ལ་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་ Pre Primary རེད། དེའི་དགེ་ཆེན་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ང་ཚོས་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་འབྲུལ་བཞེན་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་ Education Aid ཁོ་རང་ཆོ་ལ་ཅེད་མོ་ཅེད་རྒྱ་དང་། དེ་ཆོ་སློབ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཤེས་རིག་གི་སློན་ཅིས་ནང་ལ་འབྲུམ་ཉི་ཤུ་འགོ་སོང་བཏང་ནས་དགེ་ཆེན་ཁོ་རང་ཆོ་ལ་ཟབ་སྦྱོང་ཆ་ཆང་འབྲུལ་རྒྱུའི་འབད་བཅོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་སློབ་གྲྭའི་ནང་ལ་པ་མས་འགན་ཁུར་གནང་དགོས་པ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། གོས་ཚོགས་དུ་བ་འདི་བརྒྱད་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། ང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་པ་མ་ཆོས་ཤེས་ཡོན་ཟེར་དུས། སོ་སོའི་སྤྱ་གྲུ་སློབ་གྲྭ་ལ་བཅོལ་ནས་ལྷ་བ་དགྲ་དང་བརྩེ་རྩེས་སྤྱ་ལེན་དུ་འགོ་དུས། པ་གི་ནས་ཐོན་ཡོང་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡར་རྒྱས་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་པ་ཅི་མིན་པར། དུས་རྒྱུན་ནས་པ་མ་ཆོ་ཡིན་ནའང་འགན་ཁུར་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སོ་སོའི་སྤྱ་གྲུ་ལ་ཡིན་ནའང་ཞལ་པར་དང་ཡིག་འབྲེལ་བརྒྱུད་ནས་སྤྱ་གྲུའི་གནས་སྐྱེད་པ་ལ་ཡིན་རྫོགས་དགོས་པ། སློབ་གྲྭ་ལ་ཐེབས་པའི་སྐྱབས་སྤྱད་དགེ་ཆེན་ལ་དངོས་སྤྱ་མཇུག་ནས་སོ་སོའི་སྤྱ་གྲུའི་གནས་སྐྱེད་པ་གང་ཡིན་ཤེས་རྫོགས་བྱེད་དགོས་པ་དེ་དག་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སློབ་གྲྭ་ཁག་ནང་ལ་པ་མའི་ཆོག་སྤྱོད་ཡོད་པ་དང་མེད་པ། ཆོག་སྤྱོད་པོ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་འདུག་ དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་འགན་ཁུར་གནང་དགོས་པ་རེད་ཅེས་ང་ཚོས་ཞུས་དང་ཞུ་བཞིན་པ་ཡིན། རིམ་བསམ་མཐུན་རྒྱུ་ཆང་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་

བ། ས་མ་ཁོང་ཚོ་ལ་ཡིན་ནའང་ཟབ་སྒྲིབ་འབྲུལ་རྒྱུ་ཡིན། མདུན་ལམ་སློབ་སློན་པའི་ཚྭ་གཞི་ཐོག་ནས་
 རེད། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་དབྱུས་ལ་གཉིས་དང་། སློ་སྤྲོས་ལ་གཉིས། དེ་བཞིན་བོད་ཁྱིམ་ལ་ཡིན་ན་ཁོང་ཚོའི་ལས་གཞི་ལ་
 མདུན་ལམ་སློབ་སློན་པ་བརྒྱུད་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོའི་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་བྱང་ཤར་ཁུལ་མདུན་ལམ་སློབ་
 སློན་པ་འཇུགས་རྒྱུ་འབད་བཅོམ་ཞུས་དང་ཞུ་སྟེ་ཡིན། ཁོང་ཚུམ་པ་ཚོས་གང་སྟབས་ཅི་སྟབས་གནང་ནས་གཞི་ཚའི་ཆ་ནས་སློབ་
 བློ་འཁྱེད་སྟངས་རེད། སློབ་སྤྲོས་ཚོ་ལ་ལམ་སློན་གནང་རྒྱུ་རེད། དེ་དག་ཐོག་ལ་གང་སྟབས་ཅི་སྟབས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་
 བཞིན་སློབ་སྒྲིབ་བྱེད་སྟངས་ཐད་ནས། མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ། འཚོ་བའི་ཐོག་ནས། དེ་བཞིན་སྒྲིབ་པ་དང་བསམ་སློབ་གཏོང་
 སྟངས། འགན་ཁུར་གནང་སྟངས་བཅས་ག་རེ་གནང་དགོས་པ་རེད། དེ་དག་ཆང་མའི་ཐོག་གང་སྟབས་ཅི་སྟབས་གནང་གི་འདུག་
 ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དགོ་ཆུན་གྱི་ཐོགས་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་སྤར་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཉེ་ཆར། ད་ལྟའི་གྲོས་ཚོགས་གཅིག་ལྟ་བུ་རེད།
 སློན་ནས་བཀའ་མོལ་མང་པོ་ཞིག་འགྲོ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། ཉེ་སའི་དགོ་
 ཆུན་ཚུམ་པར་སྤུལ་ཡོད་པ་རེད། དགོ་ཆུན་གྱི་ཐོགས་ཡིན་ནའང་ཆད་གཞི་བཟུང་བའི་ཐོག་ནས་སྤྲོ་ཐོ་ཞིག་འབྱོར་བསྐྱད་ཀྱི་
 ཡོད་པ་ལ་ད་ལྟ་བཀའ་བསྐྱར་རིམ་པས་ཡོང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་དགོ་ཆུན་དང་སློབ་སྤྲོ་ཆད་མཐོ་ཤོས་བོད་མིའི་
 སྤྱི་གཤམ་འཇུགས་ནང་ལ་ཡིན་ན། སལ་ཆར་བྱུང་བྱུང་གི་ཐོགས་ནང་བཞིན་ཞིག་འབྲུལ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་སམ་རྩོ་
 རའི་འགན་འཛིན་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། བྱུང་འཕར་གྱི་ཐོགས་འདྲ་པོ་དང་། དེ་བཞིན་སློབ་སྤྲོ་ཚོ་ལ་བྱུང་འཕར་གྱི་ཐོགས་དེ་འདྲ་ཞིག་
 འབྲུལ་རྒྱུ་ཡིན་པ་འབད་བཅོམ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་གིས་གསལ་འདེབས་རང་རེད།
 གསལ་འདེབས་སྤུལ་བ་དེ་དག་ཆང་མ་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད། ཤེས་ཡོན་ལ་མ་ཅུ་ཚུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་མཁས་པའི་
 ཚོགས་ཚུང་བསྐྱོང་བའི་ཐོག་ནས་སློབ་སྤྲོས་ཚོས་མང་གཞིའི་གནས་སྟངས་ག་རེ་ཡིན་མིན། ཤེས་ཡོན་གྱི་གནས་སྟངས་གང་
 འདྲ་བྱས་ནས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་མིན། སྤྲུ་ཚོའི་བསམ་སློབ་གཏོང་སྟངས་གང་འདྲ་ཡོད་མེད། དེ་དག་ཆང་མ་དབྱེད་ཞིབ་
 བྱས་པའི་ཐོག་ནས། ཤེས་ཡོན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་འབད་བཅོམ་བྱེད་དགོས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པར་སྟུགས་ཟླ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་
 ཡིན། དེའི་ཐོག་ལ་མཁས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཁག་འགའ་ཤས་ཤིག་བསྐྱོང་ནས་ཁོང་ཚོའི་དགོངས་ཚུལ་ཡོད་པ་དེ་དག་སྤྲོས་
 བསྤྲོས་བྱས་ཏེ་སློབ་སྤྲོས་ཁག་ལ་བཏང་ནས། སློབ་སྤྲོ་དང་འགན་འཛིན་ཚུམ་པས་ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱུའི་འབད་བཅོམ་བྱས་དང་
 བྱེད་སྟུགས་རེད། མཐའ་མའི་བྱི་བ་དེ་ཚོས་དགོ་ཐབས་སྤྱོད་གི་སྒྲོར་ལ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་རང་ནས་གཞིགས་སོང་ཞེས་གསུངས་
 སོང་། ཚོས་དགོ་ཚོ་ལ་ཨང་ཅིས་དང་ཆུན་རིག་ལྷ་བ་གཅིག་ལ་ཟབ་སྒྲིབ་གནང་ནས་ཁོ་རང་ཚོ་ལ་ག་རེ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
 དམ་སྟུམ་པའི་སྟུགས་འཆབ་དང་སྟུགས་རང་བཞིན་གྱི་བྱི་བ་ཞིག་སྟེབས་སོང་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་སྟུགས་ཁག་མི་འདུག་
 ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ང་ཚོ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཚོས་དགོ་ཚོ་ཆུན་རིག་དགོ་ཆུན་དང་ཨང་ཅིས་དགོ་ཆུན་བཟོ་རྒྱུའི་
 འབད་བཅོམ་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེ་འདྲ་བཟོ་རྒྱུར་ལྷ་བ་གཅིག་གི་འབད་བཅོམ་གནང་བས་ཡོང་གི་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་
 ནའང་ཚོས་དགོ་ཚུམ་པ་ཚོས་ཆུན་རིག་དང་ཨང་ཅིས་ཀྱི་སློབ་ཆུན་དེ་དག་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་རྟོགས་སྟབས་ན་ཐོག་ཐོག་པོ་
 འདུག། གང་ཡིན་ཞེ་ན་རིགས་ལམ་ཐོག་ནས་འཁྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ཆུན་རིག་དང་ཨང་ཅིས་ཀྱི་འགྲོ་སྟངས་གང་ལ་གང་འཆམ་
 མཁྱེན་པ་ཡིན་ན། ཨང་ཅིས་དང་ཆུན་རིག་གི་ཐ་སྤྱད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རིགས་ལམ་གྱི་བསམ་སློབ་གཏོང་སྟངས་དེ་སློབ་སྤྲོ་བ་དང་

འཁྲིད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཁོང་ཚོ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བར་པན་ཐོགས་ཡོང་གི་རེད་པས་མ་པའི་ཐོག་ནས་ཁོང་ཚོས་ཀྱང་ཡར་རྒྱས་པ་
 རེད། ང་ཚོས་ཀྱང་ཚན་རིག་དང་ཨང་ཅིས་ཀྱི་མང་གཞི་ཞིག་འདྲིན་གྲ་དང་པོ་ནས་ལྷ་པའི་བར་དུ་དེ་དག་གཅིག་འཁྲིད་ཐུབ་པ་
 ཡིན་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་རྒྱས་པ་ནང་བཞིན། རིགས་ལམ་ཐོག་སློབ་ཚན་ཁྲིད་མཁན་གྱི་ཚོས་དགེ་ཚའི་མཉམ་དུ་ཚོགས་འདུ་
 ཚོགས་པའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་ཁོང་རྣམས་ལ་པལ་ཆེར་བརྟེན་གཞི་མ་འདྲ་བ་ ༡༧ ཐོག་ལ་ཤོག་ལྟེ་བརྒྱ་ཙམ་བྱས་པའི་ཡིག་ཆ་
 ཕྱོགས་བསྐྱེགས་བྱས་ཏེ། དེའི་ནང་བརྟེན་གཞི་མ་འདྲ་བ་ ༡༧ ནང་ལ་ཤོག་སློབ་མེ་མོང་ཟེར་དགོས་པ་རེད། ཚན་རིག་གི་ཐ་སྙད་
 དེ་འདྲ་ pressure འཐེན་ལྷགས། རྩས་རིགས། དེ་འདྲའི་བརྟེན་གཞི་མ་འདྲ་བའི་ཐོག་ལ་ཡོད་ཅེས་ཐུགས་པན་གསོས་པའི་
 ཆེད་དུ་སྤུལ་བཞག་ཡོད་ཅེས་ཁྱུ་ཡིན། རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་སློབ་སྦྱོང་ཆོ་ལ་ཐུགས་པན་གསོས་པ་ཡོང་གི་འདུག་ཅེས་
 མང་པོ་ཞིག་གིས་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཆེད་དུ་ཟབ་སྦྱོང་གནང་བ་རེད་ཅེས་ཁྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སློབ་མ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སློབ་མ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གནད་དོན་སྤྱི་ཡོངས་ཐོག་ནས་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ཁྱུ་ཡོད། དང་
 པོ་དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས་ཤེས་རིག་གིས་ཐུག་ལས་ཡག་པོ་གནང་བ་དེ་ལ་བསྐྱགས་བརྟེན་གནང་བས།
 ལས་བྱེད་ཆོའི་ཐུགས་ལྷགས་དེ་གོང་དུ་འཕེལ་གྱི་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། དངོས་གནས་ཐུག་ལས་ཡག་པོ་གནང་བ་
 དེ་འདྲ་དངོས་སུ་མཐོང་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་ཅེས་ཁྱུ་ཡིན། དཔེར་ན། མདུན་ལམ་སློབ་སྟོན་པ་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། བདེ་སྤྱིད་
 སླིང་གི་སློབ་གྲྭ་ལ་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་འདྲིན་གྲ་མཐོན་པོ་ཡིན་དགོས་པ་མི་འདུག སྤྱ་གྲུའི་སེམས་
 ནང་ལ་སོ་སོའི་རྒྱས་པ་ལ་དཔག་པའི་མདུན་ལམ་ཟེར་བ་ཞིག་གནས་ཁྱུ་ཡོད་པ་མཐོང་ནས། ང་རང་ཚོས་ཁྱོད་ནས་བསམ་སློབ་
 མ་འཁོར་བའི་དེ་བ་སྐྱ་མེན་སྐྱ་ཚོགས། དེ་བ་ལ་མཚན་དེ་འདྲ་བཀོད་ནས་མ་འོངས་པར་གྱ་སྒྲིག་བྱེད་དགོས་པའི་ཁྱད་པར་ཞིག་
 ཉན་ཉན་བཟོ་བཞིན་འདུག དེ་ཡིན་དུས་བདེ་སྤྱིད་སླིང་ལ་དབུས་ཀྱི་མདུན་ལམ་སློབ་སྟོན་པ་ཕེབས་སོང་། སོ་སོས་དེའི་སྐབས་
 སུ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་བ་ཞིག་མཐོང་སོང་ཞེས་ཁྱུ་ཡིན། དེ་དེ་བཞིན་གྱིས་སྟོ་ཕྱོགས་མོན་རྩྭ་ནས་མདུན་ལམ་གྱི་ཆོང་
 འདུས་ཞེས་རྣམ་པ་མ་འདྲ་བའི་ཐོག་ནས། ཡར་འཇུལ་ཡོང་དུས་ནས་ནས་རྒྱན་དང་མ་འདྲ་བའི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་གཅིག་བྱེད་
 ཡོང་དུས། པ་མ་དང་སྤྱ་གྲུ་སྤྱ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་འང་མཉམ་ཞུགས་ཀྱིས་དེ་བ་དེས་ནས་མ་འོངས་སྤྱ་གྲུའི་མདུན་ལམ་འདེམས་
 ཕྱོགས་ལ། མདུན་ལམ་སློབ་སྟོན་ཙམ་མིན་པར་པ་མ་དང་སྤྱན་ཉེ་རེད། དེ་ཆང་མའི་ཐོག་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཉན་ཉན་
 བྱུང་སོང་ཞེས་དེ་དག་ལ་བསྐྱགས་བརྟེན་ཁྱུ་ཡིན། ཡིན་ན་འང་ང་ཚོས་ད་ལྟ་གོས་ཚོགས་འཚོགས་དགོས་པ་འདི་ག་རང་ང་
 རང་ཚོ་ནང་ཁུལ་གྱི་གནད་དོན་དེ་དག་ལ་ཞིབ་ཚགས་པའི་ཐོག་ནས་སྐད་ཆ་འདི་དགོས་པ་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས།
 ང་རང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན་ཤེས་རིག་གི་སྐབས་སུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འདྲེས་ཁྱུ་འདི་དགེ་ཀན་ཀན་མོ་འདྲ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་དུས་

སོ་སོ་ཕྱན་བྱེད་སྤང་དང་དབྱིངས་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་ངེས་པ་ཞིག་ཡིན། འདི་
 དང་པོ་གསལ་བ་ཤད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན། གོང་དུ་དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་བཀའ་ཤེབས་པ་རེད། ཤེས་ཡོན་སྤྱི་
 བྱས་དེ་ལག་ལེན་བསྟར་དང་བསྟར་བཞིན་པ་ཡིན། གོང་འཕེལ་ལ་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན་ཟེར། སྤྱགས་ཇེ་ཆེ་ཞེས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན། བར་
 ལམ་ང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་བྱས་དེ་ལག་ལེན་བསྟར་རྒྱུ་འདི་ཐོག་ལ་ནུས་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་པོ་ཞིག་
 ཐོན་ཡོང་དུས། དེའི་ཐོག་ལ་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ཆོག་ཐག་ཆོད་པོའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་། སྤྱགས་ཇེ་
 ཆེ་ཞེས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན། ངས་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་བྱས་དང་འབྲེལ་བའི་ངེ་བ་ག་རེ་ཡིན་ཞེས། ཤེས་ཡོན་སྤྱི་བྱས་ལག་ལེན་བསྟར་གྱི་
 ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་དཔག་པའི་སློབ་གྲུའི་སློབ་དེབ་ཙམ་སྤྲིག་ཆོགས་ཚུང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཆོགས་ཆོན་རིག་
 ལ་སོགས་པའི་སློབ་དེབ་མང་པོ་ཞིག་བར་བསྐྱེད་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ནས་འཛིན་གྲུ་ལྟ་བུའི་བར་དུ་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་བྱས་
 གཏན་འཁེབས་མེད་པའི་སྐབས་ནས་བོད་ཡིག་ཐོག་ནས་བསྐྱབས་ནས་ཀྱི་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་སློབ་དེབ་ཙམ་སྤྲིག་
 ཆོགས་ཚུང་གིས་གཞན་དག་པར་ཞོག་སྤྱི་ཆོགས་ཆོན་རིག་ལྟ་བུ་ཞིག་ སྤྱག་པ་བདུན་པ་བརྒྱད་པའི་བར་དུ་སོ་སོས་ཆ་ཆང་
 མཐོང་སོང་། བལྟས་པ་ཡིན། དེའི་ནང་དུ་སྤྱི་བྱས་བལྟས་ན་སྤྱི་སྤང་འཕེལ་བའི་རི་མོ་ཡག་པོ་ཡོད་པ། ཡི་གེ་ཉ་ཅང་མང་པོ་མེད་
 པ། མཐོང་བདེ་པོ་ངེ་བ་ངེས་ལན་རེད། ཆང་མ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་དུས། སྤྱི་ཆོགས་ཆོན་རིག་གི་སློབ་དེབ་དེ་འཛིན་གྲུ་
 སྤྱག་པའི་ནང་དུ་ལག་བསྟར་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་དཔེ་ངེ་བ་གཅིག་ཡིན། དེ་ཀླད་གོས་པའི་རྒྱ་
 མཆོན་གང་ཡིན་ཞེས། གཅིག་བསྐྱས་ཡར་རྒྱས་འཆར་གཞིའི་ནང་ལ་འཆར་འགོད་ལྷན་ཁང་གིས་ཤེས་རིག་གི་ལམ་ཡིག་ཡོད་
 པ་དེའི་ནང་ལ། ༡༠༡༣ བར་དུ་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲུའི་ནང་ལ་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་བྱས་ལག་ལེན་ཐུབ་པ་དགོས་རྒྱུའི་ལམ་ཡིག་
 བཟོས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ནས་ཆ་ཆང་ཤེབས་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པ་ཡིན་ནའང་འཛིན་གྲུ་སྤྱག་པའི་བར་དུ་སྤྱི་ཆོགས་
 ཆོན་རིག་དེ་ཤེབས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ངེ་བ་གཅིག་དེ་ཡིན། དེ་ནས་གོང་དུ་བཀའ་གནང་བ་རེད།
 སློན་འགྲོའི་སློབ་གྲུ་ ༣༣ དམའ་རིམ་སློབ་གྲུ་ ༩ ཅིས་བཞེས་ཐུབ་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་ཤེབས་པ་རེད། དེ་ཅིས་བཞེས་དགོས་པ་
 ང་རང་ཆོ་ཆང་མས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སློན་མ་དང་མ་འདྲ་བའི་ལེགས་བཅོས་དང་ཡར་རྒྱས་ཤིག་གཏོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་
 དགོངས་པ་བཞེས་ནས། ཤུགས་སློན་རབས་དང་རིམ་པ་བསློན་པའི་འབྲས་བྱ་ཆགས་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་སློན་མ་ཡིན་
 ནའང་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་རེད། དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས་ལོ་གསུམ་ནང་ལ་འཐུས་ཤོར་ལ་འགྲོ་གི་རེད་དོ་
 ཞེས་པའི་སྐབས་ལ། དེས་ང་ལ་སེམས་ནང་ལ་ཉ་ཅང་དཀའ་ངལ་ཆགས་སོང་། དེ་ཅིས་ལེན་རྒྱུ་དེས་སྤྱི་བྱས་ཞིག་གི་མི་ཆོའི་ནང་
 ལ་ཆང་གཞི་བཏོང་བའི་ལོ་གསུམ་ཞིག་འཐུས་ཤོར་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེའི་གྲོང་ཁ་དེ་ཆབས་ཆེ་ལོས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་
 རེད་དམ། དེའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་གི་རེད་དོ་ཞེས་གསུང་རྒྱུའི་ཆབ་ལ། དེ་གྲོང་ཁ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་
 གིས་དེ་ལ་དཔག་པའི་གྲོང་ཁ་མི་རག་པར་ཐབས་ཤེས་གནང་བ་ག་རེ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཐབས་ཤེས་བྱ་ཐུབ་པ་ག་རེ་བྱུང་
 ཡོད་པ་རེད་དམ། ཐབས་ཤེས་གནང་ནས་མ་གྲུབ་པ་ག་རེ་བྱུང་ཡོད་དམ། དེ་ལ་ང་རང་ཉ་ཅང་གི་སེམས་འཆབ་འདྲ་པོ་ཞིག་
 སྤྲེས་སོང་། དེ་ནས་གསུམ་པ་དེ་ལ། བཅའ་ཁྲིམས་རིན་པོ་ཆའི་དོན་ཆོན་ ༡༢ པའི་ནང་ལ་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་དགེ་ཆུན་ཟེར་བ་
 ཆེ་མཐོང་རེད། གནས་སྤངས་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་ཉམ་ང་བ་མེད་པ་བཟོ་དགོས་པ་ཞིབ་ཐ་གསལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་བསྐྱར་རྒྱས་

གང་ཡང་ཉུ་རྒྱ་མིན། ང་རང་ཆོ་ཆང་མས་བཅའ་ཁྲིམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་གཅིག་གས་ཆེར་འཛིན་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་
 བོད་སློབ་འཛིན་ཆོག་གས་ཀྱི་སློབ་གྲུ་དེ་དག་ཚུར་བཞེས་པའི་སྐོར་གྱིས་བོད་སློབ་འཛིན་ཆོག་གས་ཀྱི་དགེ་ཆན་ཆོ་དང་སམ་མ་རྩོུའི་
 སློབ་གྲུའི་ནང་གི་དགེ་ཆན་ཆོའི་བར་གྱི་སྒྲ་ཐོག་ས་ལ་བར་བྱ་ཆེན་པོ་འགྲོ་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ལས་ཀ་གཅིག་པ་རེད། སྒྲ་
 ཐོག་ས་ལ་གཞུང་གིས་གནང་རྒྱུའི་བྱ་ལས་ས་དང་གནས་ལ་བཞུགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་འདྲ་
 ཞིག་འགྲོ་གི་ཡོད་དུས། དགེ་ཆེ་ཆོའི་ཆོག་གས་འདུའི་སྐབས་ལ་བོད་སློབ་འཛིན་ཆོག་གས་ཀྱི་དགེ་ཆན་ཆོའི་སྒྲ་ཐོག་ས་དེ་གཅིག་རྒྱ་
 ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ཁྲིམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁྱོད་རང་ཆོ་ལ་འདི་རང་འཇགས་རྒྱ་གི་རེད། ཡིན་
 བའང་ཁྱོད་རང་ཆོ་སྟོན་མ་སྒྲ་ཆ་ཉུང་བའི་སྐབས་ནས་སྒྲ་ཆ་ཉུང་བ་དེ་ག་རང་ངོས་བཞེས་གནང་ནས་ཡོང་བས་སྒྲ་ཆ་ལས་སེང་
 འཕར་རྒྱ་མེད་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་མོལ་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་འདུག ཡིན་མིན་དང་བཀའ་མོལ་ག་རེ་
 གནང་ཡོད་མེད་ལ་མ་རྟོགས་པར། ད་ལྟ་སམ་མ་རྩོུའི་སློབ་གྲུ་ནང་ལ་ཡོད་པའི་དགེ་ཆན་ཆོས་སྒྲ་ཐོག་ས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ལས་སེང་སྒྲར་
 རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། སྟོན་ཅིས་ཤིག་བཞག་སྐྱེད་ལ་ཞིག་བསྟོན་ནས་ཐབས་འཆོལ་ཞིག་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། གང་
 ལ་གང་འཆོལ་ཞིག་སྒྲར་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་དེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས། འདི་ང་རང་གི་འབོད་སྒྲུལ་གསོལ་འདེབས་
 ཡིན། འབོད་སྒྲུལ་གསལ་འདེབས་གཉིས་པ་དེ། གོང་ལ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་ Chennai ལ་ཡོད་པའི་སློབ་སྤྱུག་
 ཆོ་ལ་སྟོད་ཁང་རྒྱ་རྒྱུ་ལུགས་སྟོན་བསྟོན་རོགས་གནང་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལ་རྒྱ་བསྟོར་ཞུ་གི་ཡོད། ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱ་
 མཆོན་གང་ཡིན་ཞུས་པ་ཡིན། སོ་སོ་ས་བགོས་ལ་ཕྱིན་པའི་སྐབས་སུ་ Chennai ལ་སླེབས་པ་རེད། དེར་སླེབས་པའི་སྐབས་
 སུ་སློབ་སྤྱུག་ཆོས་སྟོན་ནས་སླེབས་ཀྱི་ཡོད་པའི་བརྟུ་ཁ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་སློབ་སྤྱུག་ཆོ་ནང་ལ་བསྟན་སྟངས་གང་འདྲ་བྱས་
 བས་བསྟན་གྱི་འདུག སྟོ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ལངས་ཀྱི་འདུག བརྟ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ང་ཆོ་ཞོགས་པ་རྒྱ་ཆོད་ལྔ་པ་བྱུག་པ་ནས་
 མཉམ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན། སློབ་སྤྱུག་དེ་དག་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་ཞལ་བའི་སྒྲ་ལ་གདན་བཏིང་། སློབ་དེབ་དེ་དག་ཆང་མ་པར་
 བཀའ་སྒྲུ་ཆུར་བཀའ་སྒྲུ་ནས་ཁང་ཆུང་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་བསྟན་འདུག དེས་ག་རེ་སྟོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། མཆོན་ལ་ཕྱི་པོར་སློབ་
 སྟོང་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་དང་དེའི་ཆོར་སྒྲ་དེ་རྩེད་སོང་། སྟོན་སའི་ཁང་པ་ལས་ཆེ་བ་དེ་ག་རེ་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། མི་
 ཆང་མའི་ཁང་པའི་ཐོག་ཆེའི་ཐོག་དམའ་པོ་སྒྲ་གི་ལྷགས་ཤོག་ཆང་མ་ Asbestos དེས་འབྲོད་བསྟེན་ལ་གཏོད་གྱི་ཡོད་པ་
 དང་། གཟུགས་པོ་ལ་ Cancer ན་ཆ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་བ། ཆ་བ་ཞིག་སླེབས་ཡོང་དུས་ཆ་བ་ལ་བཟོད་ཐབས་མེད་པ་
 དེ་འདྲའི་ནང་ལ་ཁང་སྒྲ་སྒྲས་ནས་མང་ཆེ་ཤོས་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་བསྟན་འདུག རྒྱ་སློབ་ཡོད་པ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་འདུག་མ་
 གཏོགས་དེ་མིན་པའི་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བརྒྱ་པོ་དགུ་དེ་འདྲ་ནང་ལ་བསྟན་བསྟན་ཡོད་དུས། ཁོང་ཆོ་ལ་དེ་འདྲའི་མ་ཐུན་སྐོར་ཞིག་སྐྱར་
 ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་ Chennai ལ་ཡོད་པའི་སློབ་སྤྱུག་ཆོས་སློབ་སྟོང་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཁྱོན་ཆས་ལ་དོ་
 སྒྲ་མི་འདུག་ Jeans རལ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་གྱོན། བསིལ་ལྷམ་ཞིག་གྱོན་ནས་སློབ་སྟོང་ཞིག་བྱེད་ཡོང་དུས། ང་རང་ཡིན་པ་ཡིན་
 བའང་ TCV ལ་ཆེད་མངགས་ཕྱིན་ནས་མ་འོངས་པར་སློབ་སྤྱུག་ཆོ་ Chennai ལ་གཏོང་རྒྱུའི་འབད་བཅོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་
 འདུག དམིགས་ཉེན་ཁོ་རང་སློབ་སྟོང་གི་དམིགས་ཉེན་འདུག སྟོང་ལོར་ནས་མདུན་ལས་སློབ་སྟོན་པ་ལ་ཞུས་པ་ཡིན། འདིའི་
 སྒྲ་ལ་ཡང་ཞུས་པ་ཡིན། བྱས་ཅང་ཁོང་ཆོ་འདྲ་པོ་དེ་དག་ལ་སྟོད་ཁང་ཞིག་བརྒྱུ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཏ་ཅང་སྤྱུགས་པན་སོས་པ་

ཡོང་ས་རེད། དེ་དེ་བཞིན་གྱིས་ Mangalore ལ་ཡང་སློབ་སྦྱོང་ཉ་ཅང་མོན་ཆེན་པོ་རེད། ཉིས་བརྒྱ་ལྷ་མ་བརྒྱ། དེ་དག་ལ་
ཡང་རྒྱལ་ས་ཆེན་པོ་རེད་དེ་དངོས་གནས་སྐྱེད་ལ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཐབས་འཛོལ་གྱི་ཐོག་ནས་འབད་བཅོམ་ཞིག་གནང་
བ་ཡིན་ན། ཉམ་ཞིག་འབྲུག་རྒྱུ་འེ་བཞིག་མེད་དམ། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་ཡིན།
ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་གཙོ་སྤྲོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་མོག་རུ་བསྟན་པ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་མོག་རུ་བསྟན་པ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དབྱེད་མཆོག་ དམིགས་བསལ་གྱིས་བཀའ་ལན་དེ་མ་གནང་ན་ཡང་འགྲིག་མས།
ཡིན་ནའང་ཐུགས་ལ་བཞག་རོགས་གྱིས་ལབ་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཞུ་རྒྱུ་དང་པོ་དེ། ཅ་བའི་ཆ་ནས་ཤེས་རབ་དགའ་ཚལ་སློབ་སྦྱོང་
ལ་སློབ་སྦྱོང་གི་གངས་འཁོར་ཉུང་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ཉན་ལ་ཡང་ཡོང་མཁན་དེ་ཉ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཆགས་
བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ཉན་དུ་འཇུག་ཞུགས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་གྱི་སྤང་ལ་གྲུ་ས་ཁག་ནས་ཡོང་བ་རེད། སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་སོང་ནས་ལོ་
གསུམ་སོང་བའི་རིགས་ལ་མི་ཆོག་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་བཞག་འདུག དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས། ཁ་ཤས་ཤིག་ལོ་རྒྱུད་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ས་ལ་
སོགས་ནས་སྒྲོར་བ་བརྒྱབས་འགྲོ་ས་མ་རག་ནས་དཀའ་ངལ་འབྲུད་བསྐྱད་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གྱིས་ཡོང་གི་འདུག
མ་འོངས་པར་སློབ་གྲྭའི་གནས་ཚུལ་ཐོག་ནས་རེད། ཁོ་རང་ཆོའི་མདུན་ལ་མ་གྱི་ཐོག་ནས་རེད། གང་ཅིའི་ཆ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་
ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དེ་འདྲའི་རིགས་ལ་དགོངས་བཞེས་ཤིག་གནང་རྒྱུ་ཡོད་ན་ངེས་པར་དུ་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་
དང་པོ་དེ་ཡིན། གཉིས་པ་དེ་ལ། ང་ཆོའི་སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་ཡི་གེ་འབྲི་རྒྱུ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ཚུགས་རིང་རེད་འདུག ཅ་བའི་ཆ་ནས་
འགྲོ་སྤངས་དེ་སློབ་རྒྱུན་འདྲ་པོ་ཡིན་པ་འདྲ། སྤྲོད་མ་ཡིན་ན་དབུ་ཅན་འབྲི་དུས་ཨ་མ་དོའི་ཡི་གེ་ལ་བ་གྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་བ་དེ་
འདྲ་གོ་རྒྱུ་འདུག གང་ལྟར་ཁྱད་པར་མི་འདུག སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་ལ་ཡིག་གཟུགས་ཚུགས་རིང་འབྲི་རྒྱུ་དེ། དེར་སང་ང་ཆོས་
བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་མང་ཞོས་དབུ་ཅན་རང་གི་སྤང་ལ་འགྲོ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་བཀའ་འགྱུར་བསྟན་
འགྱུར་དང་ཆང་མ་དབུ་ཅན་སྤང་ལ་འགྲོ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ནང་ཁུལ་ནས་གཞུང་ཡིག་པན་ཚུན་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ཡང་དབུ་
ཅན་གྱི་སྤང་ལ་འགྲོ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་ཚུགས་རིང་བཏང་བ་དེས་དཀའ་ངལ་ཞིག་འབྲུད་
བསྐྱད་ཀྱི་འདུག དཔེ་མཆོན་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཉེ་བའི་ཆར་མ་སུ་རི་ནས་འཛིན་རིམ་བཅུ་གཉིས་ཐོན་པའི་བྱ་
མོ་ཞིག་ནང་བསྟན་སྤྱི་ཞུ་ཁང་ལ་ཡིག་ཆ་དང་བཏང་ནས་འཕྲོད་འདུག སང་ཉིན་སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་ཆུན་ལགས་དེ་ཆོ་ལ་བོད་ཡིག་བསྐྱབ་
དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག གཞི་ནས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་པ་རེད་ངས་དབུ་ཅན་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས། དབུ་ཅན་གཞི་ནས་ནང་
སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་འདུག གཞི་ནས་ཀ་ཁ་ག་ང་ཟེར་ནས་དབུ་ཅན་གཞི་ནས་ནང་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་འདུག འདི་འདྲའི་ཐོག་དཀའ་ངལ་ཞིག་
འདུག ང་རང་ཡིན་ནའང་སྤྲོད་མ་སློབ་སྦྱོང་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་ཆོ་ལ་ཆོད་ལྟ་ཞིག་བྱས་སྤྱོད། འཛིན་གྲྭ་ཞིག་ནས་པང་ལེབ་སྤང་ལ་ཡི་གེ་
འབྲི་ཡོང་དུས། ང་ཆོས་དབུ་ཅན་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག ངས་ཚུགས་རིང་འབྲི་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ང་ཆོ་

གོ་བཅུ་མ་འཛོད་པ་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས། ངས་རྩ་བའི་དབུ་མེད་དང་ཚུགས་རིང་དེ་འདྲའི་དགོས་
 པ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ལ་བ་གྱི་མེད། ཡིན་ནའང་སློབ་བྱ་ཁག་ལ་ཚུགས་རིང་མེད་སྟོང་བཏང་བསྐྱད་པ་དེའི་ཐོག་ལ་ཡང་དགོངས་
 བཞེས་ཤིག་གནང་རྒྱུ་ཡོད་དམ་མེད། གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ནི་ཆགས་བསྐྱད་གྱི་འདུག་ཅེས་ཁྱེ་རྒྱ་གཉིས་པ་དེ་ཡིན། གསུམ་པ་དེ་
 ལ། དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དུང་ལ་ཆ་བཞག་ན་དངོས་གནས་ལྷག་དཀར་གྱི་ལས་གཞི་ཐོག་ནས་ཉ་ཅང་གིས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད།
 ལྷག་དཀར་གྱི་དགོངས་དོན་གཙོ་བོ་གཅིག་མོད་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་རིག་གཞུང་སྤྱང་སྟོབ་ཟེར་རྒྱུ་དེ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་སློབ་
 བྱ་ཁག་གི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། དགེ་ཆན་རྣམས་པ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་བཞིན་ལས་བྱེད་རྣམས་པའི་ཐོག་ནས་ཡིན་
 ནའང་རེད། སྐགས་སྐད་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་བསྟོན་ཡོང་གི་འདུག སྐགས་སྐད་ཟེར་བ་དེ་སྤྱིར་བཏང་བཅན་ཁྱོལ་སྤྱི་ཆོགས་ནང་
 གི་ནད་ཡམས་ཤིག་རེད། བོད་ནང་ལ་ཡིན་ན་སྤྱིར་གྱི་ཐོག་ནས་ཆོགས་རྒྱུང་བཅུགས་ནས་སྐགས་སྐད་མི་ཡོང་བའི་ཐོག་ལ་
 ཐབས་ལམ་ཉ་ཅང་གི་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཁྱོགས་གཅིག་ནས་སྐགས་སྐད་བསྟོན་པ་དེས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ལ་གཞོད་
 སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་གཏོང་བསྐྱད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སློབ་བྱ་ཁག་གི་ནང་ལ་བཀའ་སློབ་གནང་དུས། སྐགས་སྐད་ལ་
 འཛེམ་བོན་གྱི་ཆེད་དུ་བཀའ་སློབ་གཞི་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་གནང་རོགས་ཞེས་ཁྱེ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱོས་
 ཆོགས་ནང་ལ་འདྲ་སྐགས་སྐད་ཏོག་ཙམ་ཏོག་ཙམ་གསུང་གི་འདུག སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་སྐགས་སྐད་གནང་
 རོགས་ཞེས་འཛོད་སྐུལ་ཁྱེ་རྒྱུ་གཅིག་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་མཐའ་མ་དེ་ལ། ཤེས་རིག་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་མི་
 འདུག་སྟེ། སྤྱི་དུང་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྐགས་སྐད་གཞན་བསྐུལ་གཅིག་ཡོད། ད་ལྟ་ཁྱེ་རྒྱུས་བཞག་ན་མ་གཏོགས་
 རྗེས་ལ་གོ་སྐབས་མི་རག་པའི་བཅོ་འདྲའི་ཐོག་འདུག་པས། ད་ལྟ་ཁྱེ་རྒྱུ་ཆོག་པར་མཁུན་ཞེས་ཁྱེ་རྒྱུ་ཡིན། ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་
 མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དགྲུང་གངས་ ༥ ལ་ཐེབས་པའི་སྤྱི་དུང་གི་གསུང་འཕྲིན་ནང་དུ། ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་
 པོ་མཆོག་དགྲུང་གངས་ ༥ ལ་ཐེབས་སྐབས་གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ཁྱེ་རྒྱུས་པ་དང་། དགྲུང་གངས་ ༡༥ ལ་ཐེབས་སྐབས་རྒྱལ་
 སྤྱི་ཆོས་སྤྱི་དུང་གི་སྐགས་འགན་བཞེས་པ། དགྲུང་ལོ་ ༡༩ ཐེབས་དུས་བཅན་ཁྱོལ་དུ་ཐེབས་དགོས་བྱུང་བ་ཟེར་བའི་དགྲུང་
 གངས་ཀྱི་ཐད་ནས་འདི་འདྲའི་ཐོག་འཛོད་བཞག་འདུག དེ་འདྲའི་དུས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལ་གོང་ས་མཆོག་དགྲུང་ལོ་
 ༦ ལ་ཐེབས་སྐབས་གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་གནང་བ་དང་། དགྲུང་གངས་ ༡༦ ལ་ཐེབས་སྐབས་རྒྱལ་སྤྱི་ཆོས་སྤྱི་དུང་གི་
 སྐགས་འགན་བཞེས་པ། དགྲུང་ལོ་ ༡༩ ལ་བཅན་ཁྱོལ་ལ་ཐེབས་པ་དེད་ཅེས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་མང་པོའི་ནང་ལ་
 གསལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ལ་གོང་ས་མཆོག་གི་ངོས་ཀྱི་ཡུལ་དང་ངོས་ཀྱི་མི་མང་ནང་དུ་ཡང་བོད་ཤར་སྤྱོད་སྐུགས་སུ་ཤིན་
 ཏུ་སྤྱག་པོ་དེ་ལྟར་ཡོང་སྐབས། ལྷ་སར་བོད་གཞུང་ནས་ལྷ་དང་ལྷ་མ་ཆེ་ཁག་སོགས་ལ་སློབ་སྟོན་ཁྱེ་རྒྱུས་ཏེ་ཁོང་ཆོའི་བསྐུལ་བའི་
 ལམ་སྟོན་གྱིས་བཀའ་འགན་ནས་བོད་ཀྱི་འགན་དབང་འཕུལ་ནས་འཛིན་དགོས་པ་བྱུང་། ལྷ་སྤྱི་ལུང་བསྐྱར་དེ་ལྟར་བྱུང་ན་ཡང་
 སྐབས་དེར་ང་རང་ལོ་ ༡༦ ལས་མ་བྱིན་ཞིང་ཞེས་པ་དེ་འདྲའི་དགྲུང་གངས་ ༡༦ ཡིན་པ་ཞེས་ནས་གསལ་བོ་གསུངས་ཡོད་པ་
 རེད། དེ་འདྲའི་དུས་གནས་སྐབས་ལ་བྱུང་པར་མི་འདུག་སྟེ། མ་འོངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐད་ལ་སོང་དུས། ལོ་དུས་མཐུན་དང་
 མི་མཐུན་བྱུང་བ་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་མི་ཡོང་ངམ་བསམ་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ཡོད་བསྐྱད་གྱི་འདུག དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་སྐགས་
 སྐད་གནང་རོགས་ཀྱིས་ཞེས་འཛོད་སྐུལ་ཁྱེ་རྒྱུ་ཡིན། སྐགས་རྗེ་ཆེ།

བྱས་པ་ཡིན་ན། ཤེས་ཡོན་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་གི་རེད་པས་མ་པའི་གདེང་ཚིང་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། གདེང་ཚིང་
 ཡོད་དགོས་དོན་དེ་བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་པའི་འོག་ལ་ཡོད་པའི་སློབ་གྲྭ་དེ་དང་། བོད་བྱིས་གཙུག་པའི་མ་སྤྱི་རིའི་བོད་
 བྱིས་གཙུག་པའི་སློབ་གྲྭ་གཞན་ཁག་འཛིན་གྲྭ་ ༡༠ བ་ ༡༣ གི་ཡིག་ཆ་དང་བཏང་ནས། དེ་དག་གི་གྲུབ་འབྲས་བསྟར་ཡོད་དུས་
 རང་བཞིན་གྱིས་བོད་མི་རང་གིས་འགན་ཁུར་ནས་བཏང་འཛིན་བྱས་པ་དེ་དག་གི་གྲུབ་འབྲས་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་
 རེད། གངས་ཀ་སྐྱོར་རྒྱ་ཡོད་པ། དཔེར་ན། ན་ཉིང་ལོ་འཛིན་གྲྭ་ ༡༣ ནང་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠ ཐོན་པའི་སློབ་ཕྲུག་ ༡༣༣ ཡོད་པའི་
 ནང་ནས། བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་པའི་བྱུང་ཁྲིམས་ཀྱི་སློབ་གྲྭ་ཁག་ནས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠ ཐོན་མཁན་པལ་ཆེར་སློབ་ཕྲུག་ ༡༩
 རེད། ཡང་ད་ལྟོ་ངས་དྲན་ཤེས་ལ་ཡོད་པ་ལས་ཡིག་ཆ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་ཁྱུ་ཡི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཉར་སྲོང་འགྲོ་ཡོད་དུས་
 སྐབས་ལ་ར་ཆོ་རང་གིས་སྤངས་འཛིན་བྱས་པ་ཡིན་ན། རང་བཞིན་གྱིས་སློབ་གྲྭ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུ་འདྲི་གདེང་སློབ་པའི། སློབ་
 གྲྭ་གཞན་དག་གི་འགྲོ་སྤངས་ལ་གཞི་བཞག་ནས་ཡིན་དུས་ཕྱགས་ནས་ཉན་ཉན་ཆགས་རྒྱུ་པོ་ཡོད་གི་རེད་པས་མ་པའི་གདེང་
 ཚིང་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཁྱུ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ནའང་མ་འོངས་པ་ལས་དུས་མ་འོངས་པའི་གནས་སྤངས་ལ་གཞིགས་ནས་ལག་
 བསྟར་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༡༢ པའི་དགོངས་དོན་ལྟར་དགོ་ཀན་ལ་གྲུས་བཅི་བྱེད་
 དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། ད་རེས་བཀའ་འགག་འདིའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་ཤེས་ཡོན་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་ཞེས་ཁྱུ་དགོས་
 དོན། ཤེས་ཡོན་གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པའི་མཁུག་ལ་ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱག་ལས་གནང་མཁན་ཆང་མ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་
 པ་བྱུང་གི་ཡོད་པ་རེད། ལ་གོང་ས་མཆོག་གིས་ཡིན་ནའང་ལོ་སྤྱི་ཅུ་ཅུ་ཀྱི་རིང་ལ་ཤེས་ཡོན་འཕུས་ཤོར་བྱིན་འདུག་ཅེས་
 ༢༠༠༩ ལོ་ཐེངས་གཉིས་བཀའ་གསལ་པོར་ཐེབས་སོང་། ལ་གོང་ས་མཆོག་འཕུས་ཤོར་བྱིན་པ་གཞིགས་པ་འདི་ཡར་རྒྱས་
 གཏོང་དགོས་པ་དེ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་འགན་ཁུར་ནས་བཀའ་འགག་ཡིན་ནའང་གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་ཞེས་ཁྱུ་བསྟན་གྱི་
 ཡོད། དེ་ལ་དབག་པའི་མ་ཐུན་རྒྱུན་བསྐྱར་རྒྱ་ཡིན་ནའང་ར་ཆོས་འབད་བཅོམ་བྱས་དང་བྱེད་སྤྱད་པ་རེད། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཕུས་
 ནས་གསར་གཏོད་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་ག་རེ་གནང་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་འདྲི་གནང་ཡོད་པའི་སྐབས་ལ། གྲོས་ཚོགས་གོང་
 མའི་ནང་གསར་གཏོད་ཀྱི་སྐོར་ཡིག་ཆ་ཕྱལ་བའི་ནང་ལ། བཀའ་འགག་གིས་གསར་གཏོད་ལས་གཞི་ ༤༢ འདུག་ཅེས། ༢༠༡༣
 ཕྱི་ཟླ་ ༣ ཆེས་ ༡༤ ཉིན་གྲོས་ཚོགས་འཕུས་མི་རང་ནས་ངོས་ལེན་གནང་གཏན་འཁེབས་བྱས་བཞག་པ་ཞིག་རེད། དེའི་ནང་
 ནས་ ༢༢ ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡོད། འདི་ཁྱུ་དགོས་དོན་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ར་ཆོའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་འབད་
 བཅོམ་རིམ་པས་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་དགོ་ཀན་ལ་ཟབ་སྦྱོང་རེད། མ་ཐུན་རྒྱུན་བསྐྱར་རྒྱ་རེད། སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་མ་ཐུན་རྒྱུན་བསྐྱར་
 རྒྱ་རེད། གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན། སམ་རྩོུའི་དགོ་ཀན་གྱི་ཕོགས་དང་བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་
 པའི་དགོ་ཀན་གྱི་ཕོགས་གཉིས་བསྟར་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཁྱུ་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་པ་རྒྱ་
 གར་གཞུང་གི་ཁྲིམས་སྤྱི་ཡོད་དུས་ཕོགས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་ཐོ་བ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ཉེ་ཆར་བོད་བྱིས་
 གཉིས་ཀྱི་ཕོགས་སྤར་བ་རེད་མ་གཏོགས་བོད་བྱིས་གཉིས་དང་ཕོགས་རང་བསྟར་བ་ཡིན་ན། སམ་རྩོུའི་དགོ་ཀན་ལས་བྱེད་
 ཀྱི་ཕོགས་དེ་བོད་བྱིས་གཉིས་ལས་མང་བ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཉེ་ཆར་བོད་བྱིས་གཉིས་ཀྱིས་རྩ་ཕོགས་རང་སྤར་བ་རེད། ར་
 ཆོས་བར་བཞུག་ངལ་ཐེལ་སྤར་ཡོད་དུས་ཉོག་ཅུ་མ་འདྲ་བ་ཆགས་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེའི་སྤང་ལ་ཅོད་གཞི་རེད།

92

སྤྱོད་དང་། སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་གནང་བ་དེ་ལ་བསྐྱུགས་བརྗོད་ལྷན་ལྷན་ཡིན། ཡང་བཀྲའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས། སློབ་ཕྲུག་
 རྒྱ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པའི་སློར་གསུངས་སོང་། དེ་དག་དགོངས་འཆར་རང་ཡིན་བཀའ་འདྲི་མིན་གསུངས་སོང་། དགོངས་
 འཆར་ཡིན་གསུངས་སོང་སྟེ་དེ་བ་གཅིག་འདི་གསུངས་སོང་། ཤེས་རབ་དགའ་ཆའ་སློབ་སྦྱོང་ལ་གོ་སྐབས་གཉིས་པ་དེ་འབྲུལ་
 བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཆ་རྒྱུན་གཅིག་དགོན་པ་ཁག་ཏུ་ལོ་གསུམ་ནང་ཁུལ་ལ་བཞུགས་པ་ཞེས་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་གོ་
 རོར་མི་ཐེབས་པར་འདིར་གསལ་པོར་ཞུ་རྒྱུ་ལ། ཁྱབ་ཆད་དེ་གཙོ་བོ་ལྟར་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། བཞེད་པོ་རེད། རྒྱ་
 ཆེས་བྲན་གྱི་མི་འདུག ཡིན་ནའང་བཀའ་ཤག་ནས་གསལ་བསྐྱུགས་ཤིག་གནང་ཡོད་པ་རེད། གསལ་བསྐྱུགས་གནང་བའི་རྗེས་
 ལ་བོད་ནས་ཐེབས་མཁན་ཆོ་ལོ་གསུམ་གྱི་ནང་ཁུལ་དགོན་སྡེ་ཁག་ལ་བཞུགས་འདོད་མེད་ན་གོ་སྐབས་གཉིས་པ་ཞུ་ཆོག་གི་
 ཡོད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན། དེའི་གོང་ལ་དགེ་འདུན་པ་ཡོད་ན་ཁོང་ཆོ་གོ་སྐབས་གཉིས་པ་བཞེས་འདོད་ཡོད་ན་ཤེས་རབ་དགའ་
 ཆའ་སློབ་སྦྱོང་ལ་ལོ་གསུམ་གྱི་ཆ་རྒྱུན་དེ་གསལ་བསྐྱུགས་དེའི་རྗེས་ལ་ཁྱབ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྔོན་ལ་ཐེབས་མཁན་ཞིག་
 ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཐེབས་པམ་ཞིག་བཅོས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་སྙན་ཞུ་ལྟར་བའི་ཐོག་ནས་ང་ཆོ་ལོ་འདི་ལ་ཆ་རྒྱུན་དེ་
 ཅམ་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ་དེ་དག་ཆང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཞུས་པ་དང་སྐྱེས་ཀྱི་དབྱེ་ཅན་དང་དབྱེ་མེད་ཀྱི་བཟོ་སྦྱང་
 དེ་ཉ་ཅང་ཤུགས་ཆེན་པོ་རེད། རྒྱ་གར་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ག་པར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དགེ་ཆེན་ཆོས་ཤེས་
 རིག་ལས་ཁྲུངས་ལ་སྙན་མེད་ཞུ་རྒྱུ་དབྱེ་མེད་རང་སློབ་མཁན་དེས་དབྱེ་མེད་རང་བསྐྱེད་རོགས་གནང་། དེ་བ་དབྱེ་མེད་རང་ལ་
 བཅོ་རོགས་བྱེད་མ་གཏོགས། སློབ་རྒྱུན་གྱི་འགྲོ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་ག་རང་རེད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག བཀྲའ་འོས་སྤྱི་
 འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རེད། ཨ་མདོ་ཁུལ་དང་གཞན་ས་ཆ་ཁག་ནས་དབྱེ་ཅན་རང་ཐད་ཀར་འགྲོ་བཞག་པ་ཡིན་ན་
 ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད། དཔེ་ཆ་དང་ཕྱག་རིས་གནང་བ་ཆ་ཆང་དབྱེ་ཅན་རང་གི་ཐོག་ནས་རེད་ཅེས་གསུངས་འདུག བཟོ་སྦྱང་གི་
 བརྗོད་གཞི་རང་རེད། དེ་ལ་ང་ཆོ་ཤེས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་དབྱེ་མེད་པམ་འཆོལ་རྒྱ་དེ་ཡང་ཁག་པོ་འདུག ཡིན་ནའང་
 ང་ཆོ་ལོ་སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་ད་ལྟའི་འགྲོ་སྐྱེད་ས་བཞིན་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དགོངས་ཚུལ་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་བོད་ཀྱི་
 རིག་གཞུང་སྐད་ཡིག་གསལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་ནས་ཐུགས་སྦྱང་གཞིན་སྐྱེལ་ལ། པམ་ཆེར་ན་ནིང་ལོ་
 འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་གྱི་བཀའ་ཤག་གི་གཏམ་བཤམ་ནང་གི་དགྲུང་ལོ་དེ་ཉིག་ཅམ་མི་འདྲ་བ་འཁོད་བཞག་ཅེས་གསུངས་པ་
 རེད། དེ་པམ་ཆེར་བོད་ལོ་དང་ཨིན་རྟེན་ལོ་ཅིས་སྐྱེད་ཤིག་ཡོད་པ་དེ་ཆང་མས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ལོ་འོ་ལོ་ལོ་ས་
 མཆོག་གི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་དེ་འབྱུང་འབྱུང་གི་སྟེ་ ༦ པའི་ཆེས་ ༡༥ ལ་གནང་རྒྱ་དེ། བོད་ལོ་ཅིས་པ་ཡིན་ན་བོད་སྟེ་ ༥
 པའི་ཆེས་ ༥ ལ་འཁྲུངས་པ་ཡིན་དུས་ཕྱི་སྟེ་ ༦ པ་ལ་འཁེལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དགྲུང་ལོ་ཡང་ ༡༡ ལ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
 རྗེས་མའི་ལོ་ལ་ ༡༠ ཟེན་ནས་ ༡༡ ལ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བོད་ལོ་ཅིས་སྐྱེད་དང་ཨིན་རྟེན་ལོ་ཅིས་སྐྱེད་ས་
 ཐོག་ནས་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་གསལ་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེན་པོ་ལྷན་སྐྱེད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་ ང་ཡར་ལངས་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱུ་ཡི་གནད་དོན་དེ། རོབ་ཅམ་ཞིག་འབྲུམ་རམས་པ། ཤེས་
རིག་བཀའ་བློན་མཆོག་ མཁས་དབང་ཞིག་ཡིན་པས་མཁུན་གྱི་རེད་བསམ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཁྱས་བསྟན་གྱི་ཡོད། གྲོས་ཆོག་ས་
འཐུས་མི་ཆོ་ཡིན་ནའང་མཁུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། ངས་བཀའ་འདི་ལྷན་ཆུ་དེ་ཤེས་རིག་བཀའ་བློན་གྱིས་བཀའ་ལན་
གནང་བ་ལ་འཕྲོས་པའི་ཐོག་ནས་དེ་བུ་ལྷན་ཁག་ཅིག་ཡོད། དེའི་གོང་ལ་ངས་ག་རེ་ལྷན་འདོད་བྱུང་ཞེ་ན། ང་ཤེས་རིག་བཀའ་
བློན་འགྲམ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་བ་དེ་དགོས་ཀྱི་མེད་པས། ཤེས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་མང་པོ་ཞིག་འདིར་ཐེབས་
འདུག དེར་བྱུག་ལས་གནང་བ་ལ་ངས་བསྟགས་བརྗོད་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་དེ་འབྲ་གང་ཡང་ལྷན་གི་མིན། ཁོང་ནམ་པས་ད་བར་བྱུག་
ལས་གནང་བ་དེ་ཐུ་མ་ཐུད་ནས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པའི་ཡིད་ཆེས་ལྷན་ཆུ་འདོད་ཅེས་གཅིག་ལྷན་འདོད་
བྱུང་། གཉིས་བཅེ་ལ། ག་རེ་བཀའ་འདི་ལྷན་ཆུ་ཡོད་གསུངས་པ་ཡིན་ན། བཀའ་ལན་གནང་བའི་སྐབས་སུ། སྡོན་མ་བཀའ་བློན་
གྱི་ག་རེ་གསུངས་སོང་ཞེ་ན། རྩ་རམ་ས་ལ་འདི་སྐད་ཆའི་བཟོ་བྲལ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་རིང་བཀའ་མོལ་གནང་བའི་
སྐབས་སུ་འགྲུར་བཀྟག་ཅམ་ཞིག་ཕྱིན་པ་རེད། དོན་དག་ལ་ཁྱད་པར་ཕྱིན་ཡོད་པ་མ་རེད། རྩ་རམ་ས་ལ་འདི་བཀའ་མོལ་གྱི་
བཟོ་བྲལ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། རྩ་རམ་ས་ལ་འདི་ས་ཆ་ཞིག་ཡིན་པས་འདི་ནས་བཀའ་མོལ་གནང་ཐབས་གང་ཡང་ཡོད་པ་
མ་རེད། ཡིན་ནའང་། འདིའི་ནང་ལ་གང་ཟག་ཁག་ཅིག་འདུག སྐད་ཆ་བཟོ་བཞིན་འདུག ཁ་ཚུམས་ཞེས་པའི་གོ་བཅོམ་ཞིག་མིན་
འགྲོ་བསམ་པ་ཞིག་ འོན་ཀང་ཟག་དེ་སུ་སུ་རེད། ལངས་ནས་བཤད་མཁན་འདི་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཡིན་པ་ཡིན་ན་
ཁྲུངས་སྤྱེ་ལ་རོགས་གྱིས། མིན་པ་ཡིན་ན་ཆོག་འདི་དག་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་དགོས། ཡིན་པ་ཡིན་ན་འདིའི་ནང་ལ་ཁྲུངས་སྤྱེ་ལ་
དགོས་ཀྱི་ཡོད། འདིའི་ནང་ལ་ཡར་ལངས་མཁན་འདིས་ཡིན་ནའང་གཅོང་མ་བཟོ་རྒྱུ་དང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་རྒྱུ་ལ་འབད་བཅོན་
བྱེད་གྱི་ཡིན། དེ་མ་གཏོགས་སོ་སོ་ལ་ཉེ་ཕྱོགས་ཤིག་ལ་ལན་རྒྱག་སྐད་གཅིག་དང་། སོ་སོ་ལ་དགའ་ཡི་མི་འདུག་བསམ་པའི་
ཆོར་སྤང་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་མི་དེ་དག་དམའ་གཙོག་རྒྱུ་ཡི་ཆེད་དུ་ལན་ཞིག་བརྒྱབས་པ་ཡིན་ན་དེ་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྟན་གྱི་མི་
འདུག སྤྱིར་བཏང་ནས་བཀའ་མོལ་དེ་ཆོའི་རིགས་དེ་གྲོས་ཆོག་ས་ཀྱི་བཀའ་མོལ་མ་རེད། Parliament language མ་
རེད། ཁ་སང་ཡིན་ནའང་བཀའ་མོལ་གནང་བའི་སྐབས་ཤིག་ག་རེ་བཀའ་གནང་སོང་ཞེ་ན། ལས་བྱེད་དེ་ཉ་ཅང་རྩ་བཅོན་པོ་
རེད། རྩ་བཅོན་པོ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། ངས་བཏང་འཛིན་ཞིག་གནང་གི་རེད་བསམས་སོང་། བསྐྱུགས་བསྟན་པ་ཡིན།
གནང་མ་སོང་། ཡིན་ནའང་ལས་བྱེད་དེའི་སེམས་ནང་ལ་སེམས་འཆབ་ག་ཆོད་ཡོད་མེད་དེ་ནམ་པ་ཆོས་ཆོད་དཔག་ཐུབ་ཀྱི་
ཡོད་ཀྱི་མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་སོ་སོ་མ་རེད་པ། ཡིན་ནའང་ཆོད་དཔག་འཆར་ཅིས་ཆོག་ས་ཆུང་གི་ཆོག་ས་གཙོའི་ཐོག་ནས་
འབོད་སྒྲུལ་ཁྱས་སོང་། ལས་བྱེད་ལ་གང་ཡང་མ་གནང་རོགས་གྱིས། དེ་འབྲ་རང་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། གྲོས་ཆོག་ས་
འཐུས་མིའི་བཀའ་འདི་ལྷན་ཆུ་དང་སྤྱི་བརྗོད་རང་དབང་ལ་དོ་སྟོན་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། ཁྱིམ་སྤྱོད་པའི་སློབ་སྦྱོང་
གནང་བ་ཡིན་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བུ་བཀོད་རྒྱུ་དེ་ལས་འགན་རེད་དམ་མ་རེད། ངས་དེ་བུ་དུས་ག་རེ་བསམ་པ་
རེད་ཅེ་ན། འདི་བཀའ་ཤག་གམ་ཤེས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་གནང་བར་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་སའི་སྤྱིངས་ཆ་ཞིག་བསྐྱར་
པ་ཡིན་ཟེར་བ་རེད། ན་ནིང་གི་སྡོན་ཅིས་ནང་ལ་འདི་ག་ཅམ་འདུག་པ་ཁྱོད་རང་གིས་ཀྱང་མཁུན་གྱི་ཡོད་རྒྱུ་རེད། འདི་ནང་ལ་

འདུག་པ་ད་ལོ་ཡང་འདི་ག་ཅམ་འདུག་པ། དེ་འབྲུག་སྤང་མཁན་དེ་བདེན་པ་མ་རེད་དོ། དེ་ཡོད་དོ། བད་ཤག་རག་ཡོད། འགྲོ་
 སོང་གཏོང་གི་རེད་ཅེས་སློབ་ས་པའི་ངང་ནས་གསུང་གི་རེད་བསམས་སོང་། ཡིན་ནའང་དེ་གསུང་རྒྱུ་འཆ་བ་ལ་དོ་བདག་སྤྱི་
 འཐུས་ལ། གང་ཟེར་དགོས་པ་རེད། ཆོག་རྒྱགས་ཡིན་འགྲོ། མཐོང་ཆུང་ཡིན་འགྲོ། མ་འོངས་པར་སྐད་ཆ་མ་བཤད་པའི་ཆེད་དུ་
 འབད་བཙོན་གནང་གི་ཡོད་འགྲོ་དེ་ཞུ་ཆོད་ཐེགས་མ་སོང་། དེའི་ཐོག་ལ་ཆོག་ས་གཙོ་འཇོག་ནས་ཡིན་ནའང་ལས་སྟོན་གནང་
 རོགས་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལྷགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་ས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྟོན་པ་མཁུན་རབ་རྒྱ་མཆོ་ལགས་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྟོན་པ་མཁུན་རབ་རྒྱ་མཆོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་ས་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་བློ་བཟང་གཅིག་དང་འབོད་སྐྱལ་གཅིག་ཡོད། བློ་བཟང་
 མོན་རྟོ་ཅེ་ས་གནས་གཏན་སྟོབ་ཀྱི་སྟོབ་སྤྱི་འཐུས་སྟོན་པ་ཡིན། དེ་ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དང་འབྲེལ་བ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་
 རེད་ཅེ་ན། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ས་བགོས་ཕྱོགས་བསྐྱོད་སྐབས་ལ་གྲུས་པ་དང་གྲུས་པའི་ཕྱག་སྤྱེལ་སྤྱི་འཐུས་སྤྱོད་ཆོག་ས་གཙོ་
 མཆོག་དང་མཉམ་དུ་བྱེ་རྒྱ་ ༡༢ པའི་ཆེས་ ༡༧ ནས་བྱེ་རྒྱ་ ༡ པའི་ཆེས་ ༡༩ བར་དུ་ཕྱོགས་བསྐྱོད་བྱས་པ་ཡིན། (དཔལ་ལྷན་
 ཆོག་ས་གཙོ་མཆོག་ནས། ཆོག་ས་གཙོ་བྱར་པ་ཡིན་རྒྱུ་རེད།) འོ་དེ་རེད། ཆོག་ས་གཙོ་བྱར་པ། སྐབས་དེར་ས་གནས་ལ་འགྲོ་
 དུས་མོན་རྟོ་ས་གནས་གོས་ཆོག་ས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཡིན་བསྐྱད་པ་ཞིག་གིས་གཤམ་ཆེན་པོ་བྱས་ནས་དེའི་སྐོར་ལ་གསུང་གི་འདུག
 སྟོབ་སྤྱི་མེད་ནས་རྒྱ་བ་བཞི་ལྔ་བྱེན་སོང་། སྟོབ་སྤྱི་མེད་ནས་རྒྱ་བ་དེ་འབྲེལ་མང་པོ་འགྲོ་དུས། ས་གནས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོབ་
 བྱའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་སྐོར་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་དང་དངངས་སྒྲག་ཅིག་ཡོད་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་འབྲེལ་ཡོད་ལ་ཡང་ཞུས་ཡོད།
 ཡིག་ཐོག་ནས་ཀྱང་སྟོན་སོང་ཞུས་ཡོད་དེ་ད་ལྟོ་བར་བསྐྱོ་གཞག་ཀྱང་གང་ཡང་བྱུང་མ་སོང་། ད་རེས་རེད་གཉིས་སྟངས་ཅེ་
 བཙོང་པའི་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་སྟེབས་ཡོང་དུས། དེ་རིང་གཤམ་པོ་ཆེ་ལ་ནན་ཏན་ཏན་གྱིས་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅེས་ནས་ཡིག་ཐོག་ནས་
 གནང་སོང་། དེ་ནས་རེད་གཉིས་འདི་ལ་ཡང་བཙུང་བ་དང་ལས་བསྟོམས་ཀྱི་མཉམ་དུ་གཤམ་པོ་ཆེ་ལ་ནན་ཏན་ཇ་འག་གི་ཐོག་
 ནས་ལས་བསྟོམས་ནང་དུ་ཕྱལ་ཡོད་དེ། ད་ལྟོ་ཆར་དེའི་སྐོར་གཅིག་གནང་བཞག་པའི་ཡིག་ལན་དང་དེ་དག་གང་ཡང་བྱུང་མ་
 སོང་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་གནས་སྤངས་དེའི་སྐོར་ལ་གང་འབྲེལ་ཆགས་ཡོད་ན་གསལ་བཤད་ཅིག་གནང་རོགས་
 ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་དེ་ཡིན། རོན་དག་གཉིས་པ་འབོད་སྐྱལ་གཅིག་ག་རེ་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཅེ་ན། བོད་ནས་ཕྱག་སྤྱེལ་སྤྱི་འཐུས་
 གཅིག་གིས་གསུངས་སོང་། སྟོབ་བྱ་ཁག་གི་ནང་ལ་ཡ་རབས་བཟང་སྟོང་ཡར་རྒྱས་ལ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་
 གཤམ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་གསུང་གི་འདུག དེས་གནས་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡང་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག ངས་དེ་དང་འབྲེལ་
 ནས་ག་རེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་ཞེས་པ་ཡིན་ན། རྒྱུ་བས་མགོན་ཡེན་པོ་ཆེས་འགྲོ་བ་མི་ཡི་བཟང་སྟོང་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཕྱག་དེབ་
 གསར་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། བོད་སྐད་དུ་འཛིན་ཏེ་གྲི་མཆོམས་ལ་བཀྲལ་བའི་འགྲོ་བ་སྤྱི་ལ་ཕན་པའི་བཟང་སྟོང་པལ་ཆེར་

ཡིན་པ་ཡོད། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཡིན་ཟིའི་སྐར་ལ་གཅིག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། Beyond the Religion ཟེར་བ་དེ་
 རེད། དེ་ར་ཆོའི་རྩ་རམ་ས་ལའི་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་བོད་སྐད་དུ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས།
 དེ་བ་དེ་དང་སང་གོ་རྒྱ་ལ་སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་སློབ་ཁྲིམས་ཀྱི་སློབ་དཔེ་བཟོ་བའི་བཀའ་མོལ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་པ་གོ་རྒྱུ་ལྡན།
 ར་རང་ཆོ་ཡིན་ནའང་སློབ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཁྲིམས་ལ་ཁྲིམས་པོ་ཡོད་རྒྱུ་རེད་དེ། ཆེ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཟབ་སྦྱོང་ཡིན་ནའང་རེད། གོ་རྟོགས་སྤེལ་
 རྒྱུ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་དག་ཆང་མའི་སྐར་ལ་གནང་ལུགས་གནང་སྐྱེད་སའི་གཞི་ཡོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད་དམ་མ་རེད། གལ་སྲིད་གནང་
 ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། རྟོགས་གཅིག་ནས་འཕྲོ་བ་མའི་བཟང་སྦྱོང་ལ་པན་པ། རྟོགས་གཅིག་ནས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་པོ་པོ་
 ཆེས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་དུ་འཕྲོ་བ་མི་སྤྱིའི་བཟང་སྦྱོང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཤོག་སྤྱོད་ཀྱི་མཁུན་རྟོགས་ཐུབ་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་མེད་
 དམ། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གནང་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡོད་ན་གནང་རོགས་ཀྱིས་ཞེས་འབོད་སྐྱེལ་ཞུས་པ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་སློབ་ཐང་སང་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་ཤེས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་བཀའ་མོལ་བཟོ་བྱའི་སྐོར་ནས་བཀའ་མོལ་གནང་བ་རེད།
 རས་བཀའ་ཤེས་སྤྱི་འཐུས་རང་གི་བྱི་བ་དེ་ལ་གཞི་བཞག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། ཨ་རི་གཞུང་ནས་ཁོ་ལར་ས་ཡ་གཉིས་ཤེས་རིག་
 ལས་ཁུངས་ལ་ཐོབ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ཀྱི་འདུག དེ་སྤྱི་སྤྱོད་གིས་ཐུགས་མཐའ་ཁྲིམས་ལ་བཅར་དུས་དང་གྲོས་ཚོགས་རྩ་བ་འདྲིའི་
 རང་ལ་བཤད་ཡོད་པ་རེད་དེ། གོ་ཐོས་ལ་དངོས་ཡོད་གནས་སྐྱེད་སའི་ཁོ་ལར་གཅིག་ཀྱང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ལ་རག་ཡོད་པ་མ་
 རེད་ཅེས་ཟེར་དུས། བཀའ་མོལ་དེ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། སྤྱི་སྤྱོད་གིས་ཐུགས་མཐའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཐོས་ཚོགས་རྩ་བའི་ནང་ལ་
 དདུལ་རག་སོང་། ར་ཞིང་ལོའི་སྤྱོད་ཅིས་ནང་ལ་དདུལ་དེ་གཏོང་གི་ཡིན་ཞེས་ཞུས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ད་དུང་ཁོ་ལར་གཅིག་ཀྱང་
 རག་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ལབ་དུས། བཀའ་མོལ་གཉིས་པོ་དེ་ཏ་ཅང་སོང་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བལྟས་ནས། བཀའ་མོལ་བཟོ་
 མཁན་ཞིག་གིས་བཟོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ལ་ཁ་བར་བཏང་བ་ཡིན་ནའང་རེད། ར་ཞིང་གྲོས་
 ཚོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཅིས་ལ་གཞིགས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། ད་ལོའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཅིས་ལ་གཞིགས་པ་ཡིན་ནའང་ཏ་ཅང་གསལ་
 པོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བཀའ་མོལ་བཟོ་མཁན་དེ་ལ་བཀའ་མོལ་བཟོ་བྱ་ཡིན་དང་། རྩ་རམ་ས་ལའི་བཀའ་མོལ་བཟོ་བྱ་ནས་བཀའ་
 མོལ་བཟོ་བཞིན་འདུག ཁོ་ལར་ས་ཡ་གཉིས་རག་པའི་ཐོག་ལག་ལེན་བསྐྱར་བྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཡིན་བཞིན་དུ། ད་དུང་ཁོ་
 ལར་གཅིག་ཀྱང་རག་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་གྲོས་ཚོགས་རྩ་བ་འདྲིའི་ནང་སྤེལ་སྤོང་ན། མི་མང་གིས་གོ་བ་ཡིན་ན་ག་རེ་བསམ་
 ཀྱི་རེད། སྤྱི་སྤྱོད་གིས་དེ་ག་ཅམ་བཤད་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་པས། བཀའ་མོལ་བཟོ་བྱ་ཡིན་པའི་ཁུངས་སྤེལ་དེ་དདུལ་རག་
 རས་ལག་ལེན་བསྐྱར་བཞིན་དུ་ད་དུང་ཁོ་ལར་གཅིག་ཀྱང་རག་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་བཤད་ཡོང་དུས། བཀའ་མོལ་ཏ་ཅང་སོང་ཏ་
 ཅང་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ལ་བལྟས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་མ་གཏོགས་བཀའ་མོལ་བཟོ་མཁན་སུ་ཡིན་དང་མ་ཡིན་ངས་མགོ་འཛུགས་ཀྱི་

མེད། སྤྱི་ཡོངས་ནས་ང་འདི་ལ་སླེབས་ནས་ལོ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀ་འགོ་བཤེས་སྐབས་རིམ་བས་བཀའ་མོལ་གོ་ཐོས་ཡོང་བའི་
སྐབས་སུ་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ་བསམ་བསམ་འདྲ་སླེབས་ཡོང་གི་འདུག་ལྟ་སྒྲུ་མ་གཏོགས། བཀའ་མོལ་གནང་མཁན་དང་བཟོ་
མཁན་སུ་ཡིན་དང་མིན། དེ་ལ་གཏམ་བཟོན་གྱི་རང་དབང་ལ་དོ་ཐོག་འགྲོ་གི་ཡོད་དམ་མེད་ལྟ་གི་མེད་ཅེས་ལྟ་སྒྲུ་ཡིན།

བཀའ་མོལ་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་གིས་ག་རེ་གསུངས་སོང་ཞེས། མོན་ལྟ་སློབ་སྤྱི་ཐོག་ལ་དངོས་གནས་རང་དགའ་
ངལ་ཞིག་འཕྲད་འདུག ང་ཚོ་ནས་འབད་བཅོམ་ལྟས་དང་ལྟ་སྒྲུས་ཡིན། བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་པར་སློབ་སྤྱི་ཞིག་དགོས་
གྱི་འདུག དེའི་སྟེན་ལ་སློབ་སྤྱི་ཡོད་པ་དེ་དཔེ་ཡག་པོ་ཡོད། མོན་ལྟ་སློབ་བྲུ་ཡིན་ནའང་ཉ་ཅང་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་དེ་ཆང་མས་
རྒྱས་མངའ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་མ་གཟིགས་སྤྱི་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་པ་དང་མཉམ་དུ་བཀའ་
མོལ་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་ཡིན། དེ་ནས་ཡར་བས་བཟང་སྤྱོད་གྱི་ཐོག་འགྲོ་བ་སྤྱི་ལ་པན་པའི་ཡལོང་ས་མཆོག་གི་ཕྱག་
དེབ་དེ་ངས་ཀྱང་མངལ་སྤྱོད་ཡོད། ཡལོང་ས་མཆོག་གིས་ཉེ་བའི་ཆར་བཀའ་སློབ་གནང་ས་དེ་ནས་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། ན་
མེད་ལོའི་འཁྲུངས་སྐར་གྱི་བཀའ་ལག་གི་གསུང་འཕྲིན་ནང་དུ་ཡིན་ནའང་ཡང་དེབ་དེ་གཙོ་བོ་གཞི་ནས་སློབ་བྲུ་ཁག་ལ་ཡ་
རབས་བཟང་སྤྱོད་གྱིས་སློབ་དེབ་རེད། སློབ་ཚན་ཞིག་བཟོས་པའི་ཐོག་ནས་སློབ་བྲུ་ཁག་ལ་འགྲེམས་སྤེལ་བྱེད་གྱི་ཡིན་ཞེས་
ལྟས་པ་ཡིན། དེའི་འགན་གཙོ་བོ་ཁུར་གནང་མཁན་དེ་ Mind and life Institute ཞེས་པ། དགེ་བཤེས་རྣམས་པ་ཐུབ་
བསྟན་སྤྱི་ན་པ་ལགས་ཚོགས་གཙོ་ཡིན་པའི་ཆོན་རིག་པ་དང་ནང་པའི་བར་བཟོ་སྤྱོད་གནང་མཁན་གྱི་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་
རེད། ཁོང་ཚོས་འགན་ཁུར་ནས་སློབ་བྲུ་ཁག་ནང་ལ་སློབ་དེབ་རང་དང་མ་རེད། སློབ་བྲུ་ཁག་གི་ནང་མང་གཞིའི་འགྲོ་སྐྱེད་ཀྱི་
སློམ་གཞི་ཞིག་བཟོ་ཡི་ཡིན་ཞེས། དེའི་ཐོག་ནས་སློབ་དེབ་བཟོ་སྒྲུ་ཡིན་ནའང་རེད། སློབ་ཚན་བཟོ་སྒྲུ་དེ་ས་གནས་སོ་སོ་དང་
ལུང་པ་སོ་སོའི་སློབ་བྲུས་འགན་ཁུར་ནས་བྱེད་དགོས་གྱི་རེད་ཅེས་ཐོག་མའི་ཚོགས་འདུ་དེ་ Minnesota ལ་གཉེར་ནས་
ཡལོང་ས་མཆོག་ཆེབས་བསྐྱར་བསྐྱུངས་པའི་སྐབས་སུ་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་གནང་བ་ལྟར་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་ནས་སློམ་ཞིག་
བཟོ་སྒྲུའི་འབད་བཅོམ་གནང་གི་འདུག དེ་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཨ་རིའི་ནང་གི་མངའ་སྡེ་ North Carolina སློབ་བྲུ་ཁག་ཅིག་
གི་ནང་དུ། ཡོ་རོབ་ནས་སློབ་བྲུ་ཁག་ཅིག་དང་། འབྲུག་གི་སློབ་བྲུ་ཁག་ཅིག་གི་ནང་། རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་བྲུ་ཁག་ཅིག་གི་ནང་
བཅས། ང་ཚོས་རེ་འདུན་ལྟས་ཡོད། བོད་མའི་སློབ་བྲུའི་ནང་དུ་དེའི་སློམ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ་ད། དཔེ་སྟེན་
སློབ་བྲུས་གཙོ་ས་པའི་སློབ་བྲུ་གཞན་པའི་ནང་དུ་དང་མྱུངས་བྱེད་མཁན་ཡོད་ན། ང་ཚོས་མཐུན་ཤིན་བསྟན་རྒྱ་འབད་བཅོམ་བྱེད་
གྱི་ཡིན། དེའི་ཐོག་ལ་གལ་ཆེན་པོ་བཅིས་ནས། ད་ལྟ་དཔེ་མཛོན་ནས་བསྐྱར་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། སློབ་ཚན་འཁྲིད་སྐྱེད་ཁ་
ཁག་ཡིན་དུས། སློབ་ཚན་འཁྲིད་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་དེའི་ཐོག་ལ་འབད་བཅོམ་བྲུས་དང་བྱེད་སྒྲུས་ཡིན་ཞེས་
ལྟ་སྒྲུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཕུན་སྤྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཕུན་སྦྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ རྗེ་མཆོག་གཙོ་མཆོག་གསལ་བཤད་མེ་བས་རྒྱུ་བཞེན་ཡོད། ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་གྱི་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གསལ་བཤད་གནང་བའི་སྐབས་སུ་སྐད་ཆ་དེ་ལ་ཉ་ཅང་ཉེ་བཟུང་བྱེད་སོང་། ཉེ་བཟུང་བྱེད་པས་སྐད་ཆ་འདི་བཟོ་བྲལ་རེད། སྐད་ཆ་བཟོ་བཞེན་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། དེ་མ་རེད། ངས་ག་རེ་ལྟ་བཞེན་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། མི་མང་ནང་ལ་སྐད་ཆ་དེ་འདྲ་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག ང་མགོ་མ་འཆོས་པའི་གལ་མ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཡར་ལངས་མཁན་འདི་ཐུགས་ལ་བབས་ན་འདྲ་རེད་མ་བབས་ན་འདྲ་རེད། རིག་པ་ཉོག་ཅམ་གྱི་པོ་ཞིག་དང་གནད་དོན་ཉོག་ཅམ་མགོ་འཆོས་མཁན་ཞིག་ལ། མིས་བརྩི་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ང་རང་གིས་ཀྱང་བརྩི་ཡི་ཡོད། དེང་སང་དེ་འདྲ་ལ་བ་དགོས་ཀྱི་འདུག དེང་སང་དེ་འདྲ་ལ་བ་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་མ་ལ་བ་ན་སོལ་རྒྱུ་གི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཉམ་ཚུང་རང་བྱས་ནས་བསྐྱད་ན་འཐུས་ཤོར་བྱེད་གཞན་གྱི་འདུག བྱས་ཅང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲ། ག་རེ་རེད་ཅེ་ན། མི་མང་ནང་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་འདུག དེ་ཆོ་གསལ་པོ་མེད་པ་དེ་འདྲིན་སྤྱོད་བཀའ་ལག་གི་ཐོག་ནས་ཁྱུང་མ་བཟོས་པའི་ཐོག་ནས། སྤྱི་ཆོན་སྤྱི་ཡིན་ན་འདྲ་གནད་དོན་འདི་མ་རེད། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་འདི་རེད་ཞེས་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་དེ་རེད་མ་གཏོགས། བཟོ་བྲལ་ནས་ཡོང་གི་འདུག་དང་ཁོས་བཟོ་བཞེན་འདུག དེ་བཅད་གཙོ་དག་གཏོང་རྒྱུ་དེ་མ་རེད་བསམ་པ་བྲན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། གནད་དོན་དེ་གཙང་མ་བཟོ་རྒྱུ་དང་དེ་ཡིན་དང་མ་ཡིན་བཀའ་མོལ་གནང་རྒྱུ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས། དེ་ཡིན་དུས་ག་རེ་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། ཁ་སྤྱོད་ངས་གོ་སྐབས་སྤངས་ནས་ལྷན་པ་ཡིན། འོས་བསྐྱུ་ལས་ཁྱུངས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འོས་བསྐྱུ་ལས་ནས་བདམས་པའི་གང་ཟག་དེ་ཆོའི་བྱེད་བབ་སྐྱོར་ལ་ངས་ལྷན་པ་ཡིན། ཡར་མེ་བས་ཆར་བའི་རྗེ་མཆོག་འོས་ལ་རྒྱ་བ་སྤྱོད་མི་བྱེད་མཁན་དེ་ཆོ་ལ་གཞིགས་ཚུལ་ཞིག་འདུག ངས་ཆོག་སྤྱི་ལ་ལ་གཞོད་ཀྱི་རེད་བསམས་ནས་ལྷན་པ་ཡིན། རྗེ་ཅམ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་གཅིག་འདུག བྱས་ཅང་ཆོར་བ་དེ་ཡོད། དེར་བརྟེན་ངས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ལྷན་པ་ཡིན། བཀའ་མོལ་དེ་ཉག་ཉག་ཅིག་མ་རེད། ངས་བཤད་པ་མ་རེད། མི་མང་གིས་བཤད་པ་རེད། མི་མང་གིས་བསམ་ཚུལ་གང་ཡང་ཡོང་གི་རེད། ང་ཆོ་མི་མང་གི་སྤྱོད་པ་རེད། (དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། བསྐྱར་སྤྱོད་མི་དགོས་པ་གྱིས།) འོ་ལགས་སོ། གོ་བཞུ་འཕྲོད་ཡོད་ཀྱི་རེད། ང་མར་སྤྱོད་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

གོས་ཆོགས་ནང་ཁ་སང་ཁ་ཉིན་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གྱི་ད་ནངས་ལྷན་པ་ཡིན། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཆོའི་ངོས་ནས་རེད། བཀའ་སྤྱོད་རྣམས་པ་ཆོའི་ངོས་ནས་རེད། མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་ཅམ་དམའ་ཅམ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་ཆང་མ་རེ་རེ་ལ་བཏང་འདྲིན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡང་དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་འདྲིན་སྤྱོད་གི་ངོས་ནས་ཡིན་ན་འདྲ་རེད། སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཆོའི་ངོས་ནས་ཡིན་ན་འདྲ་རེད། སོ་སོའི་གསུངས་བབ་དེ་གཞན་གཞན་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ལྟ་རྒྱུ་མ་གཏོགས། དེ་དང་འདི་ཡིན་ཞེས་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ཐག་བཅད་དེ་ལམ་སྟོན་ལྟ་རྒྱུ་དེ་ཁག་པོ་རེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཆང་མས་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ལ་དམིགས་བསམ་དཔལ་ལྷན་གྱི་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གསལ་བཤད་དགོས་པ་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག་སྟེ། རྗེ་བ་དང་གསལ་བཤད་དེ་དག་ཞེན་པའི་

རྗེས་ལ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་སྡོན་ཅིས་བཀའ་ཤག་གིས་རྒྱབ་གཉེར་གནང་བ་ཉིན་སྟོར་
༡༣, ༣༧, ༤༤, ༤༤ དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པར་དགག་བྱ། མེད་པས་དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་བབ་པ་ཡིན། ཤེས་
རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཟུར་བཀོལ་སྡོན་ཅིས་སྟོན་གནང་རོགས། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྡོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྡོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཟུར་བཀོལ་སྡོན་བསྐྱེད་ཉིན་སྟོར་ ༡༩༩༠, ༡༩༩༡, ༡༩༩༢ བཀའ་ཤག་
གིས་བཀའ་ཤེས་རྒྱབ་གཉེར་གནང་བ་དེ་རེད། ང་ཚོས་དེ་ལ་སྤྲོད་གཙོག་གང་ཡང་མེད།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་གངས་ལྷ་མ་མོ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་གངས་ལྷ་མོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཅིས་འགོ་ཁྲུང་ ༡༩༩༡ ལོ་ནས་ མཐུན་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་གཞི་ཞེས་པ་དེའི་སྟོར་ལ་བསམ་
ཚུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཞུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་བྱ་ཡིན། ད་ལྟའི་ཆར་ཤེས་རིག་གི་ཁྲབ་ཁོངས་ལོག་གི་སློབ་གྲྭ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱ་
ལས་ཀྱི་ནང་ལ་སྤྱོད་གཞིས་ཀྱི་སློབ་ཆ་དངོས་སུ་འཇུག་པས་མཐུན་ལམ་གྱི་སྟོར་ལ་ང་རང་གིས་གཅིག་བཞུགས་པ་དེ་ཞུ་བྱ་ཡིན། སྤྱིར་
བཏང་སྤྱོད་གང་དང་སྤྱོད་གཞིས་ཀྱི་སློབ་ཆ་དེ་འདྲ་ཟུར་དུ་ཡོད་པ་མཐོང་སོང་། དཔེར་ན་འཁྲུངས་སྐར་གྱི་སྐབས་སུ་སྤྱོད་གང་འཁྲུངས་
སྟོན་བྱས་པ་སྤྱོད་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། ཆོས་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་གང་སོགས་ལ་ཕན་ཡོན་ཡོད་མེད་ག་རེ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད་པ་མ་ཤེས། ཡིན་ནའང་མོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ནང་གི་ཆ་ཤས་ངོ་མ་གཅིག་རེད། ང་ཚོ་མོད་མི་རིགས་འདི་ལ་སྤྱོད་གང་གི་རྒྱ་
མཆོ་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། བ་ཡུལ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་བཅོན་ཁྲོལ་ནང་ལ་ཡོད་པ་བཞིན། དང་པོ་ནས་གཡུག་སྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་འཁྲུངས་
སྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་འཁྲུངས་ཆར་མ་བསྐྱབས་པ་དེ་འདྲ་བྱེད་དགོས་ཡོད་པ་མ་རེད། བ་ཡུལ་གྱི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན། སྤྱོད་པ་མོ་མོ་
ཀྱན་གཞོན་ཆར་མ་དུས་ཆེན་འདྲ་ཞིག་ཚོགས་པ་ཡིན་ན། མཉམས་དུ་འགྲོ་ནས་སྤྱོད་གང་དེ་ཆོ་སོ་སོ་སྤྱོད་ཁོངས་དུས་པའི་གཉིང་
ནས་གོམས་གཤེས་མི་རེ་རེ་བྱས་ནས་ཐེམས་བསྐྱེད་ཡོད་དུས། སྤྱོད་གང་གི་སྤྱོད་ཅུང་དང་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་པ་ཡིན། མིའི་
སེམས་ཁམས་གསོ་བྱེད་དང་བདེ་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཀྱི་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ལྷ་མོས་སྤྱོད་པ་ལས་ཀ་
དེ་མི་འདྲ་བ་རེད་དེ། གྲིས་པའི་གོ་རིམ་ནང་སོ་སོའི་སེམས་ཁམས་ལ་ཕན་པ་སོགས་དམིགས་བསལ་བ་རེད། ང་ཚོའི་རིག་
གཞུང་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཁྲད་ཆོས་ལྷན་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ག་ཅུམ་མ་རེད། ཇི་ཅུམ་ང་ཚོའི་སློབ་ཆ་དངོས་གཞི་
ནང་ལ། དཔེར་ན། ད་ལྟའི་ཆར་སྤྱོད་ཡིག་ལ་མོད་ཡིག་དང་ཨིན་ཡིག་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོའི་དངོས་གཞི་སློབ་ཆ་ནང་སྤྱོད་
གང་གི་སློབ་དཔེ་དང་འགོ་དུ་རྒྱ། སྤྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་སྤྱོད་གཅིག་པ་དང་གར་གཅིག་པ་སོགས་དེ་འདྲའི་
དབྱེ་བ་བྱེད་སྤྱོད་ཆེད་ལས་ཀྱི་མཁས་དབང་ཡོད་པ་རེད། རིགས་གཅིག་རྒྱ་ཁྲོད་ཡོད་པ་རེད། ཇི་ཅུམ་ང་ཚོའི་མ་འོངས་པའི་

བརྒྱུད་འཛིན་ཆོ་ལ་གདམ་ག་ཁེར་རྒྱུ་མེན་པར་སྒྲུ་ཆོག་པ་ཡོད་པ། མཐུ་བ་མོ་ལ་རིང་ཐུང་ཡོད་པ་བཞིན་མི་ཆང་མའི་འདོད་
 མོས་གཅིག་པ་མེན་པས། སློབ་ཆན་ནང་ལ་སྤྱི་གར་དངོས་སུ་འཛུགས་ཐབས་གནང་རོགས་ཞུ། ད་ལྟ་མེད་པ་རེད་ལ་བ་ཀྱི་མེད།
 དེ་གཅིག་ཡིན། དེ་ནས་ཟུར་བཞུག་སྤྱི་ཆེས་ཀྱི་ཟུར་འཛར་ ༩ པའི་ནང་གི་ཆེས་འགོ་མང་ ༩ པའི་བྱིས་པའི་དཔེ་ཆོག་པས་
 ཆོས་སྤྱི་གདང་དཔར་སྤྱི་ཆེས་པ་དང་། ༤ པའི་ནང་ལ། སློབ་དཔེ་ཆོས་སྤྱི་ཆེས་པ་མེས་པ་གཅིག་དང་། ཆེས་འགོ་མང་ ༡༩
 པ་ལ་འཛིན་རིམ་ ༡༩ ཀྱི་ཆན་རིག་སློབ་དཔེ་བོད་བརྒྱུར་ཞེས་པ་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ག་རེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད་ཅེ་ན། ཡིག་
 བརྒྱུར་གྱི་སྤྱི་ཆན་དེ་དག་ཏུ་ལས་ཉོན་ཐོར་བའི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་དང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པས། དཔལ་ལྷན་
 ཞེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་སྐབས་བདེ་པོ་ཡོད་ན། མ་འོངས་ང་ཚོའི་རྗེས་རབས་པ་ཚོའི་བརྒྱན་འཕྲིན་གྱི་མདུན་ལ་ཐོན་
 རྒྱུ་དང་། མངོན་ཆན་ཆེན་པོ་དང་གསར་འགྱུར་ཤོག་སྤྱི་ཆེས་པ་ཐོན་རྒྱུ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མེད་པ་རེད། ལོ་རྒྱུ་བའི་རིགས་ཁོ་ཆོ་
 ཏུ་ལས་ཉོན་འཐོར་བའི་གལ་ཆེན་པོ། མི་རབས་རྗེས་འཛིན་བའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་བཟོ་མཁན་དེ་ཁོ་རང་ཆོ་རེད་བསྐྱད་ཡོད་
 དུས། སྐབས་བདེ་པོ་ཡོད་ན་ལོ་རྒྱུ་བ་ཁོ་རང་ཆོ་སུ་དང་སུ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་པ་གཙོ་སྤྱི་ཆེས་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འབྲུས་སློབ་པ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འབྲུས་སློབ་པ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་ ཟུར་བཞུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཆེས་འགོ་ ཟུར་འཛར་ ༡ པའི་ ༩ པའི་ལ་རི་བ་འབྲུལ་གྱི་ཡོད།
 བཅན་གྱོལ་བོད་མའི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་པ་ཀྱི་འགྲོ་བྱེད་ཞེས་འཁོད་འདུག ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་པ་དེ་ཞེས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་
 ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ། དེའི་འགྲོ་བྱེད་དེ་སྤྱི་ཆེས་པ་ཉུང་དུ་བཏང་བཞག་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་ སྤྱི་ཆེས་པ་འབྲུལ་གསུམ་དང་ལྷག་ཅུ་ཡོད་
 བསྐྱད་པ་ཞིག་ལ། ད་ལྟ་འབྲུལ་གཉིས་ཅུ་མ་གཏོགས་མི་འདུག དེའི་གནས་སྐབས་དེ་ག་རེ་ཆགས་པ་རེད་དམ། ཤེས་ཡོན་
 ལྷན་ཆོག་པ་ཀྱི་ལས་དོན་དེ་ག་རེ་རེད་ཅེས་རྒྱུ་གཅིག་ཡིན། གཉིས་པ། ཟུར་འཛར་ ༩ པའི་ནང་ལ། ཁ་སང་དེ་དང་
 འབྲེལ་བའི་སྐར་ཏྲགས་ཅན་གྱི་རི་བ་ཞིག་ཕུལ་བ་རེད། མཐོ་རིམ་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྱི་ཆེས་པ་དེ་གཅིག་བསྐྱུས་ཡང་རྒྱས་ཀྱི་འཆར་
 གཞི་ནང་ལ་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྱི་ཆེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་གཏན་འབེབས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་
 ཕུལ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་དེ་ལོའི་སྤྱི་ཆེས་པ་ནང་ལ་མི་འདུག སྤྱི་ཆེས་པ་ནང་ལ་ཉོན་སྤྱི་ཆེས་པ་ ༤༥༥, ༠༦༠ ཞིག་
 གསལ་བསྐྱད་འདུག བྱས་ཅང་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྱི་ཆེས་པ་དེ་ལ་ཕྱག་ལས་ག་རེ་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ། དེའི་
 སྤྱི་ཆེས་པ་གཏན་འབེབས་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཡང་ན་ཕྱག་ལས་ག་རེ་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཞེས་ཁ་སང་རྒྱུ་བའི་
 སྐབས་ལ། སྤྱི་ཆེས་པ་དང་ལྷ་གྲུབ་ཟེར་བའི་ཆོག་སྤྱི་ཆེས་པ་དེ་དག་ཤེས་ཀྱི་མེད་གསུངས་སོང་། དེ་དག་ཆང་མ་ང་ཆོ་བོད་མའི་
 སྤྱི་གཞུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཆེས་པ་ནང་ལ་བཅད་སྤྱི་ཆེས་པ་ཞིག་ཡིན་དུས། ངས་ཁ་སང་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་ཆེས་པ་དེ་

འགྲོ་མ་སྤྱོད་མཐོ་རིམ་དེ་གང་འདྲ་འགྲོ་གི་ཡོད་དམ་སྤྱོད་པའི་སོ་སོའི་སྒོ་དོགས་བྱས་ནས་ཕུལ་བ་རེད། དེ་འདི་ལ་གསལ་བསྟན་གྱི་འདུག་པས། དེའི་བྱ་གཞུང་གང་འདྲ་གནང་གི་ཡོད་དམ་ཅེས་འདི་འདོད་བྱུང་། སྤྱགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སྒྲོན་སྒོ་བཟང་སང་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་སྤྱི་གར་འཁམས་སྟོན་གྱི་སློབ་དཔེ་སྐོར་བྱུང་ན་པན་ཐོགས་ཡོང་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་གསུངས་སོང་། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་སྒོ་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོ་ལགས་ལ་རོགས་དཔུལ་ཞུས་ནས་ TIPA ལ་ལྷ་བ་ ༡༣ གྱི་ཟབ་སློང་ཞིག་སྤྲད་པ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག་ཅེས་ལྷ་བ་ ༡༩ བར་བསྟན་ནས་ཟབ་སློང་སྤྲད། གཞས་སྒྲ་ཁག་མང་པོ་ཞིག་བསྐབས་ནས་དགེ་ཆེན་ལ་གཉོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་དུས་རྒྱུ་དུ་གནང་རྒྱུ་ལྟེ་བྱ་གཞུང་གི་ཆུང་མ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱད་པ་ཆེན་པོ་དེ་དག་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ང་ཚོས་འབད་བཙོན་བྱས་དང་བྱེད་སྤྱོད་ཡིན་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ང་ཚོས་སློབ་དཔེ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་སྒོ་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོ་ཁོང་ཚོར་ཞུ་ཡི་ཡོད། ད་ལྟ་སློབ་ཁྲིམས་ལ་སློབ་དཔེ་རང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཡོང་དུས། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་གནས་སྐབས་གཤམ་པ་ལེན་མིན་རྗེས་ལ་གསལ་བཤད་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་གནང་བཞིན་སྟོན་དཔེ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཡིག་བསྐྱར་ཡང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། མོ་ཏུ་བ་དེ་འདྲ་ཡང་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་། དེའི་སྐོར་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཡིན་རྗེས་སློབ་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་བཅི་ཡི་ཡོད་ལ། དེ་ག་རང་གི་ལས་གཞི་ཐོག་ང་ཚོས་དཔུལ་འཛོམས་ཞིག་ཀྱང་བཞག་ཡོད། བསྐྱར་སྤྲས་ཁག་གཅིག་གི་འགན་ཁུར་མཁན་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ལ་ཡོད་པའི་ལས་བྱེད་ཡོད་པ་རེད། གཅིག་ང་ཚོས་སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དགེ་ཆེན་ཚོ་འདིར་ཐེབས་རོགས་བྱེད་ཞེས་ཞུས་ནས། སློབ་ཚན་དེ་བསྐྱར་བར་ཁོང་ཚོའི་དགོངས་ཚུལ་ལེན་རྒྱུ་རེད། མཆོག་མས་མཆོག་མས་སྤྱད་པའི་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་བསྐྱར་རྒྱུའི་འགན་དེ་དགེ་ཆེན་ཁོ་རང་ལ་ཕུལ་ནས་ང་ཚོས་ལས་གཞི་སྟེལ་དང་སྟེལ་སྤྱོད་པ་ལེན་ཞུས་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་གིས་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དཔུལ་འཛོམས་ཏོག་ཅན་མང་ཆུང་འདུག་གསུངས་པ་དེ། གཞི་ཅིའི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བྱ་གཞུང་གིས་གནང་རྒྱུ་ལས་བྱེད་དང་མཐུན་ཆེན་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་འཐུས་འོར་བྱིན་པ་གང་ཡང་མེད། ད་ལན་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ལ་ག་རེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་འབྲེལ་སྤྱོད་ཐེབས་བྱས་དང་བྱེད་སྤྱོད་པ་ལེན། མཆོག་མས་མཆོག་མས་ལ་འདིའི་ནང་དུ་མ་འཁོད་པ་ཡིན་ནའང་བར་བཞུགས་ནང་ནས་ཞུས་བསྟན་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་འདུག ཡིན་ནའང་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་འཐུས་འོར་ལ་བྱིན་བཞག་པ་གང་ཡང་མེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭའི་སྤྱི་དབྱུས་ཐོག་ལ་གསུངས་པ་རེད། དེའི་སྐོར་ན་ནིང་ལོར་སྟོམས་དཔུལ་ཞུས་པ་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་བཀའ་བསྟན་མང་པོ་གནང་བ་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་གང་གནང་བྱུང་བ་དེ། སློབ་ཁྲིམས་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་

ཁྲབ་ཁྲིའི་ལ་ཡོད་པ་དེའི་ཐོག་ལ་སྤྱོད་བྱས་ཡིན་ནའང་རེད། མཐུན་ཤིང་ཡིན་ནའང་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་དམིགས་ན་ཞེས་ད་
 མོའི་མོ་འདི་ལ་ཐག་གཅོད་དེ་བྱུང་བ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་ང་ཚོས་ཤེས་ཡོན་གྱི་མཁས་པའི་སློབ་སྟོན་པ་དེ་འདྲ་གདན་འདྲེན་
 ལུས་ནས། ཁྲིའི་ལ་མཐོ་རིམ་གྱི་སྤྱོད་བྱས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ན་ལས་སྟོན་གནང་རོགས་ཞེས་ཆོག་པ་འདྲའི་བརྗོད་གཞི་ནང་ལ་
 ཡོད། དེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ཁྲིའི་ལ་ལས་སྟོན་གནང་རྒྱ་དེ་དཔལ་རིམ་སློབ་བྲལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། དེ་ནས་འབྲིང་བ་དེ་དག་
 སྐར་ལ་མང་ཆེ་བ་གསུངས་སོང་། ད་ལྟ་ཤེས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ཁྲབ་ཁྲིའི་ལ་མཐོ་སློབ་མེད་དུས། ད་ལྟ་ཡོད་པ་དེ་ལྷ་རྩ་
 རྩ་སི་མཐོ་སློབ་གཅིག་ལུ་རེད། ཉེ་བའི་ཆར་སྤང་ཡོར་དུ་རྩ་ལའི་སྒྲ་མ་ཞེས་ཡུལ་གྲོང་ས་མཆོག་གི་མཆོན་ཐོག་ནས་ཡོད་པའི་མཐོ་
 སློབ་རེད། ས་རྒྱར་ལག་བསྟར་གནང་བཞིན་པ་ཡིན་དུས། རིམ་བས་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་སློབ་ཞིག་ཐོན་ཡོང་གི་རེད། དེ་
 དུས་ཤེས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་མཐུན་ཤིང་བསྐྱུར་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་དུས་སྐབས་སུ་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱ་
 དེ་འདྲ་མེད་འགོ་ཞེས་ད་མོའི་མོར་སྟོན་ཅིས་ནང་ལ་ཁྲུང་མི་དགོས་པ་དེ་ཡིན་ལུ་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན། ཡིན་ནའང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་
 བཀའ་ཤག་ནང་ལ་དགོངས་ཚུལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། སློབ་ཡོན་ལུ་བ་ཡིན་ནའང་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འབུལ་དགོས་པ་རེད།
 སྤྱི་གཞི་འཇུག་པ་ཤིག་ལ་དགོས་ངེས་ཞེས་འབུལ་དགོས་པ་དེ་དག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། བཟོ་སྐྲུང་ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་འགོ་དང་འགོ་
 ལུས་ཡིན་ཞེས་ལུ་རྒྱ་ཡིན། ལུགས་རྩེ་ཆེ།

ཆོག་པ་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཤར་སྤྱོད་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་སྟོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཤར་སྤྱོད་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་སྟོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་ ཤེས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ལུང་བཀོལ་ཅིས་འགོ་ཨང་ ༧ པའི་ཅ་བ། དེ་ཡིན། དཔེ་དེ་བ་དཔར་
 བསྐྱུར་དང་འགྲེམས་སྤེལ་ལས་གཞི་ཟེར་ནས་འབུམ་ ༡༥ ཙམ་ཞིག་འཁོད་འདུག སྤྱི་ཡོན་ཡིན་ན་འབུམ་ ༧༩ དང་བསྟར་ན་ད་མོ་
 ཉུང་དུ་འགོ་འདུག ལས་འཆར་དེ་ཆོ་ལ་ཡག་པོ་འདུག བསྐྱུར་བཞིན་ལུ། ཅ་བའི་ཤེས་ཡོན་ཡར་རྒྱས་དང་འབྲེལ་བ་རེད་འདུག
 ཅ་བ་དེ་ཡིན་ན། དཔེ་གོ་བ་ལྟར་བྱས་ན་ལུགས་ཆེ་ཤོས་དེ་ན་གཞོན་དང་བྱིས་པའི་ལས་གཞི་འདྲ་པོ་རེད་འདུག སྐད་ཡིག་བདག་
 གཉེར་གྱི་ལས་གཞི་དང་འདྲ་པོ་འདུག ཅི་བ་དེ་འགྲེམས་སྤེལ་བྱེད་སྤངས་དེ་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན། དེ་བ་ཁ་ཤས་ནི་
 ལུས་ཉོས་ནའང་ཉོ་ལུ་བ་དེ་འདྲ་རེད་འདུག བྱི་རྒྱལ་ལ་ཡིན་ན་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཆོག་པ་སོགས་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་
 པའི་ཆོག་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་འབད་བཅོལ་བྱེད་བྱས་རེད། བོད་པ་ལུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་ལ་བོད་ཡིག་སློབ་པ་དང་།
 བོད་པའི་རིག་གཞུང་སྐོར་ཡིན་ནའང་རེད། དཔེ་སྤྱད་སི་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་གཟུང་ཉི་མ་རྟག་པར་བོད་ཡིག་སྟན་གཅིག་སློབ་ཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད། ཡང་སྤྱད་སི་ནས་བོད་ཡིག་སློབ་བྲའི་བར་ལ་སྐད་ཡིག་འགྲན་བསྟར་དེ་འདྲ་གནང་གི་འདུག ཉར་སང་བའི་ཆད་མཐོན་
 པོ་རེད་འདུག སྐར་གྱི་ཉམས་སྤྱོད་ལ། བྱི་ལོགས་སུ་འགོ་སྐབས། སྤྱི་མཐུན་ལ། དེ་བ་དེ་ཆོ་ཁྲུང་ཡོང་རོགས་གསུང་གི་འདུག
 གནས་ཐང་ལ་དེ་བ་ཀྱི་སྤྱི་ཁྲིའི་ཤེས་ཁྲུང་གི་མི་འདུག ཅ་བའི་ཅི་བ་རང་ཡིན་ནའང་། འཛོད་སྤུལ་ཞིག་ལ་འགྲེམས་སྤེལ་དེ་རྒྱ་

བལ་འབྲུག་གསུམ་དང་། ཤེས་རིག་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་སློབ་གྲྭ་ཁག་དང་། གཙུག་ལྷན་གྱི་ལོགས་ལ་ཡོད་བསྟན་པའི་བོད་ཡིག་སློབ་གྲྭ་
 ཆོ་ལ་མ་ཐུན་སྒྱུར་རོགས་རམ་དང་སྒྲགས། འགྲེམས་སྤེལ་ཐོག་ལ་མ་ཐུན་སྒྱུར་དང་། ཁོ་རང་ཆོའི་ངོས་ནས་སྐྱབས་འབྲུག་ལྷ་སྐྱ་
 དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་ལྷག་གི་ཡོད་མེད་དེ་གཙུག་ལྷན་གྱི་བསྐྱབས་ཀྱི་འདུག སྤྱི་ལོགས་ལ་བོད་ཡིག་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་བསྟན་པ་དེ་ཆོ་
 ལ་སྤྱིག་འབྲུགས་རང་ངོས་ནས་མ་ཐུན་སྒྱུར་རོགས་རམ་དེ། རྒྱལ་སློབ་ཀྱི་ནམ་པའི་ཐོག་ནས་དང་། རིན་འབབ་དེ་ཁོ་ཆོས་ཕུལ་
 འདོད་ཡོད་པ་དེ་གསལ་པོ་ཞིག་རེད་ཅེས་ལྷ་སྐྱ་ཡིན། གཉིས་པ། ཟུར་འཛར་ཨང་ ༩ པའི་ཅིས་འགོ་ཨང་ ༩ པ་དེ་ལ། ལྷ་མོའི་
 གཞུང་འགྲེམ་སྤེལ་ལས་འཆར་རེད་འདུག འགྲེམས་སྤེལ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་གནང་འཆར་ཡོད་དམ་སྐྱུ་པའི་དམིགས་བསལ་དོ་
 སྤང་ཞིག་བསྐྱབས་སོང་། སྐད་ཡིག་སློབ་ལ་ང་ཆོ་ལ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་རྐྱེན་ནས་འབྲས་ཤོར་སོང་བའི་གང་
 ཟག་གཅིག་ཡིན། སྤྱ་གྲུ་ལོ་བཞི་དང་ལྷ་ཅན་ཆོའི་མཉམ་དུ་ཅེད་མོ་ཅེད་པ་ཡིན་ན། ཨ་ཅག་སྤྱོད་རང་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ང་
 Chotta Beem ཡིན་དོ་ཞེས་ལབ་པ་འདྲ་པོ་དང་། ཡང་ང་ཆོ་སྤྱི་ལོགས་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ན། ང་ Hello kitty
 ཡིན། ང་ Little nomads ཡིན། དེ་དུས་ cartoon བོད་སྐད་ནང་ལ་ཆོག་དེ་ངས་ཆེད་མ་སོང་། ཡང་དེ་ང་སང་ལག་ཐོག་
 སློག་སྐད་དེ་ཆོའི་བར་གི་སློག་བརྟན་དེ་ཆོ་ལ་སེམས་སྦྱར་ནས། ང་ཆོ་བོད་པའི་ནང་ལ་དེ་འདྲ་ག་རེ་བྱས་ནས་བལྟ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་
 རེད་ཅེས་ང་རྒྱུ་རྐྱེན་ནས་བསམ་གྱི་ཡོད། ལྷ་མོའི་ནང་ལ་ཨ་ཅག་སྤངས་སྤོང་འབྲུམ་དང་། འགྲོ་བ་བཟང་མོ་སོགས་སྤྱིང་ཐོ་
 དེ་འདྲ་མང་པོ་འདུག ང་རང་ཆོས་བདག་པོ་མ་བརྒྱབས་ནས་སྤྱག་སོང་བ་འདྲ་པོ་མཐོང་སོང་། ལྷ་མོ་བལྟ་བར་ཤོག་ལབ་ན་མང་
 པོ་ཞིག་ཉོབ་གྱི་ཡོད། རྒྱུ་ཆོད་རྒྱུ་ཆོད་ལྷག་གི་རེད། ད་ལྟ་དཔེ་དེ་བ་ཀྱི་དཔར་བསྐྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་འབྲུམ་ ༡༥ གཏོང་གི་ཡོད་
 པ་རེད། ཅིས་འགོ་སྒྲོན་མ་ཡིན་ན་འབྲུམ་ ༩༡ ཅམ་ཞིག་བཏང་འདུག ལྷན་ཁང་རང་ནས་གནང་དགོས་པ་རེད་ལྷ་ཡི་མེད་ཀྱང་།
 དུལ་ཞིག་ལོགས་སུ་བཞག་ནས་བོད་པའི་ཆེད་ལས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་ལ་ང་ཆོའི་ལས་འཆར་པར་གཏོང་ནས་
 བོད་པའི་སྤྱང་སྐྱུ་པོ་དེ་ཆོ་དང་འབྲེལ་བའི་པར་ལྷག་པ་དང་། ཅེད་མོ་ཅེད་རྒྱུ། དཔེར་ན་ལག་འཁྱར་སློག་སྐད་དེ་ཆོའི་ནང་ལ་
 ཅེད་རྒྱུ་ཡོད་པ། སྒྲོན་མ་བོད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱང་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཀྱང་། དེ་ང་སང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱུ་རྐྱེན་
 ནས་དབྱིངས་བསྐྱབ་ཐབས། Chotta Beem དེ་འདྲ་ལབ་པ་ལས་བོད་པའི་སྤྱང་དང་འབྲེལ་བ་དང་། བཟང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་
 བ། ད་ལྟའི་ཆར་འབྲུལ་ཆས་དང་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་རེད་ཀྱང་། འབད་བཙོན་བྱས་ནས་བྱུ་བ་འབྲས་ཤིག་ཐོན་པ་
 ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་ང་རང་ཆོའི་གཞོན་སྤྱོད་དང་། གཞོན་སྤྱོད་གཞན་དག་ཀྱང་བོད་པའི་སྤྱང་ལ་དབྱིངས་སྐྱབས་ནས་བོད་
 པའི་སྐད་ཡིག་སྤྱོད་ཐུབ་པ་ལ་ཉན་ཉན་པན་གྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག རི་བ་གོང་དུ་ཁྱུས་ཆར། དེ་ཆོ་བསམ་འཆར་རང་ཡིན།
 ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙུག་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།
 སྤྱི་འབྲས་རྒྱ་བ་ཐུན་སྒྱུར་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེན་པ་ཐུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཟུར་བཀོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཅིས་འགོ་ཁྲིམ་ ༡༩༡༥༡༩ ཟང་ལ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་གང་ཡང་མི་འདུག་དེ་ཅིས་འགོ་ཁྲིམ་ ༡༩ པ་དེའི་ནང་ལོགས་ལ། (དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ བསུ་འཛར་དེ་ག་རེ་རེ་དང་མཉམ་ ཅིས་འགོ་ཁྲིམ་ ༡༩༡༥ དེ་འབྲེལ་མཐོང་མ་སོང་།) ཟུར་འཛར་ ༡ དེའི་ནང་གི་ ༡༩ ཡི་ བསུ་འཛར་འཁོད་འདུག་ སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་ཀམ་སུ་ཁར་འབྲུལ་ཆས་སྦྱོར་བཅར་སློབ་འབྲིད་ཀྱི་ལས་གཞི་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག་ འོག་ དེར་ ༡༥ དེའི་ནང་ལ་གཏན་ཉིན་སློབ་གྲྭ་ཁག་ནང་ལ་སློབ་སྦྱང་སྦྱོར་བཅར་ཀྱི་ལས་གཞི་ཅེས་འདུག་ ༡༩ དེའི་ནང་དུ་ཀམ་སུ་ ཁར་གསར་ཉལ་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག་ དབྱིན་སྐད་སྦྱོར་བཅར་དང་ཀམ་སུ་ཁར་གསར་ཉལ་ཞེས། (དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ བསུ་འཛར་དེའི་ནང་དུ་མི་འདུག་ དོན་དག་དེའི་ཐོག་གསུང་རོགས་གནང་།) ཟུར་འཛར་དེའི་ནང་དུ་ ༡༩༡༥༡༩ དེ་ དག་ཆང་མའི་ནང་དུ་ཁག་གཅིག་ལ་སློབ་སྦྱང་ཅེས་བཀོད་འདུག་ ༡༩༡༩ བསུ་འཛར་ཀྱི་ཁར་ཅེས་བཀོད་འདུག་ བྱས་ཅང་དེ་ ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཆོག་མཐོན་ནང་དུ་ Computer ལ་ཀམ་སུ་ཁར་རང་རེད། བྱས་ཅང་དེར་སློབ་སྦྱང་ཟེར་བ་དེ་ གཞན་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་ Computer རང་ལ་གོ་དགོས་ཀྱི་རེད་དམ་ཞེས་བཀའ་འདི་ལྟ་སྟེ་ཡིན།

ཆོག་གས་གཙོ་སྤྱན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཕྱག་ཆོད་ ༡༡༣༠ བར་དུ་དགྲུང་ཆོག་གས་བར་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལྷ་ ༣ ཆེས་ ༢༡ ཉིན་གྱི་ཐུན་གསུམ་པ།

ཆོག་གས་གཙོ་སྤྱན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་ཐུ་མ་ཐུང་སྟེ་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགོ་བཞེན་པ་དེ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཟུར་བཀོལ་སྤྱན་ཅིས་ཐོག་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་སློབ་ཐང་སང་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཉིས་ནས་ལྷ་མོ་དང་། རྒྱུ་ལྷན་གས་གཙོ་མཆོག་དེ་ཆོའི་སློབ་ལ་བྱི་བ་ གནང་བ་ཡིན་ཅང་། ལྷ་མོའི་སློབ་རྒྱུ་ལས་ཤིག་གས་ཐུགས་སྤྱིག་བྱས་པའི་དེ་བ་མ་ཐུག་ཐག་ཆོད་ཡོད་པ། ད་རེས་ང་ཆོ་ཤེས་རིག་ ལས་ཁུངས་ནས་འབྲེལ་སྦྲུའི་འཆར་གཞི་ཡོད། བྱས་ཅང་སྤྱན་ཅིས་གསལ་དགོས་དོན་དེ་རེད། དེ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ལྷ་མོ་སྤྱི་ ཡོངས་ཀྱི་སློབ་ནས་སློབ་གྲྭ་ཆང་མའི་མཁུན་ཉིག་ཆེད་ཐུགས་པན་གསོས་ཀྱི་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག་ རྒྱུ་ལྷན་དང་གཏམ་ བཅོམ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཐུགས་སྤྱིག་བྱས་པ་འདི་ན་གྲང་པོ་ནས་བཅུ་པའི་བར་དུ་རྒྱུ་ལྷན་ སོགས་གང་འདྲ་བསྐབ་དགོས་མིན་དེ་བ་དེ་འདྲ་སྤྱན་མ་ནས་སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་བཀའ་ཡོད་པ་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་བོད་ཡིག་སྦྱོར་ ཆེད་དེ་བ་དང་། དྲ་རྒྱ། བརྒྱུ་འཕྲིན་སོགས་ཀྱི་སློབ་བཀའ་འདི་གནང་བ་རེད། སུང་མི་ནས་དང་དུ་སྒྲུངས་ནས་ཞལ་འདེབས་

ཡིན་གསུངས་སོང་། དེ་མགོ་གས་ཙམ་བསྐྱོད་རོགས་གནང་། གང་ཡིན་ཟེར་ན། བ་གིར་མདུན་ལམ་སློབ་སྦྱོན་མེད་ནས་ལོ་
གཅིག་ལྷག་ཙམ་འཁྲོ་ཆར་ཡིན་ས་རེད།

ཆོག་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དདུལ་འབོར་དེ་མཐོ་རིམ་ཤེས་ཡོན་ལས་གཞི་ལ་ས་ཡ་ ༣༩ དང་བདུན་འབྲུམ་ལྷག་ཙམ་རེད། མདུན་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་
ལས་གཞི་དེ་ལ་ས་ཡ་ ༣ དང་གཅིག་འབྲུམ་ལྷག་ཙམ་རེད་ཟེར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ན། དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་སློབ་ཐང་སང་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་མཁའ་དབང་གི་ཐ་སྙད་དེའི་སྐོར་ལ་ཁྱེད་སོང་། དེའི་སྐོར་དེ་རྗེས་
ལ་ཁྱེད་ཆོག་པ་ཁྱེད་ མཐོ་རིམ་ཤེས་ཡོན་གྱི་སློབ་ཡོན་དེ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་དེ་བུ་ལྷང་ཁྱེད་ཞིག་སློབ་གྲྭ་ཁག་སྤྱི་ཡོངས་ལ་
བཀའ་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལ་ཐུགས་སྐྱོལ་གསོལ་གྱི་ཡོད་ན། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་དེ་བུ་ལྷང་ཁྱེད་སྤུལ་
ཆོག་ སློབ་ཆོན་ག་རེའི་ཐོག་ལ་སློབ་ཡོན་གནང་གི་ཡོད་མེད་སྐོར་བཀའ་འདི་གནང་སོང་། ལོ་ལྷུང་པ་ལ་ཐུན་བུའི་འགྲུང་བ་
གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས། གཞི་རྩའི་སློབ་དེ་གཅིག་པ་རེད། གཙོ་བོར་ཆོས་མང་བ་དེ་ཡང་ཅིས། སྤྱི་ཆོག་མཆོན་རིག་
སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཡོད་པ་དང་། མཐོ་སློབ་ཁག་ལ་ཐེབས་པ་ཡིན་ན་ཆ་རྒྱུན་གང་འདྲ་དགོས་གྱི་ཡོད་མེད། དེ་ཆོ་ཆ་ཆང་ཤེས་རིག་
ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུའི་ནང་ལ་སྤྲུགས་ཡོད། གཙོ་ཆེར་དེ་བུ་ལྷང་ཁྱེད་ནང་ལ་ཡོད། འོག་ལྷེ་གཅིག་ཙམ་ལ་བྱི་རྒྱལ་ཁག་གང་དང་
གང་དུ་སློབ་ཡོན་རྒྱ་གྱི་ཡོད་མེད་དེ་གསལ་ཡོད་པ་རེད། སློན་ཅིས་ནང་ལ་བྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་སློབ་ཡོན་སྤུལ་གྱི་ཡོད་མེད་དེ་
འཁོད་ཡོད་པ་མ་རེད། སློན་མའི་གྲོས་ཆོག་ལ་འདྲ་ཁྱེད་ཡོད། ཨ་རི་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སྐབས་མཐོ་སློབ་ཁག་གསལ་ནས་རིན་མེད་
ཐོག་བོད་པའི་སློབ་སྤྲུལ་ལེན་གྱི་ཡིན་ཁྱེད་ནས། བཞི་ལོར་སློབ་སྤྲུལ་གཅིག་བཏང་ཐུབ་པ་རེད། སློན་མ་ཡང་ཁྱེད་པ་ཡིན། ད་
རེས་ཀྱང་ཁྱེད་པ་ཡིན། གྲོས་ཆོག་ར་བ་འདི་བརྒྱུད་ནས་མི་མང་གིས་མཁའ་དབང་གོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སློན་མ་ག་རེ་
ཁྱེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། འཛིན་གྲ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སློབ་སྤྲུལ་ཆོ་ཡིག་ཆད་བཏང་བའི་སྐབས་སུ། ཨ་རི་ལ་སློབ་སྦྱོང་གནང་མཁན་ཡིན་
ན། SAT ཞེས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ལ་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བཅུ་ལྷག་ལོན་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། ང་ཆོའི་སློབ་སྤྲུལ་དགའ་
ལྷན་པོ་བྱང་གི་གསོལ་རས་རྒྱ་མཁན་ཡིན་ན་འདྲ་བརྒྱ་ཆ་ལྷུང་གངས་ལས་མ་ཐོབ་པ་དང་། བཞི་ལོར་བརྒྱ་ཆ་དྲུག་ཅུ་རེ་
གངས་ཐོབ་པ་བྱུང་བ་རེད། ད་རེས་དམིགས་བསལ་བྱས་ནས་བོད་པའི་སློབ་སྤྲུལ་ SAT དེ་གཏོང་མི་དགོས་པ་བྱེད་རོགས་
ཁྱེད་སྤྲུལ། དམིགས་བསལ་གནང་བ་རེད། ཨ་རིའི་མཐོ་སློབ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ན་འདྲ་ SAT མེད་ན། ཚུད་གྱི་ཡོད་
པ་མ་རེད། དེ་མི་དགོས་པར་ང་ཆོས་བྱས་ཐུབ་པ་རེད། ད་རེས་ང་ཆོས་ག་རེ་ཁྱེད་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་མི་ཆོའི་ཡིག་ཆད་ Toefl
གཏོང་ཆོག་པ་དང་། དེ་མི་ཆོའི་གཅིག་བུའི་ཡིག་ཆད་བཏང་ནས་ཡག་པོ་ཡོད་ན་བཅུ་གསལ་རོགས་ཤོད་སྐབས། མཐོ་སློབ་ཁག་ཁ་
ཤས་ཀྱིས་ཁས་སྤངས་པ་རེད། དེའི་ནང་ནས་མཐོ་སློབ་གསུམ་གྱིས་ཁས་སྤངས་ནས་ད་ལོ་ང་ཆོ་བོད་པའི་སློབ་སྤྲུལ་རེ་རེ་བདམ་
གྱི་ཡིན་ཞེས་ང་ཆོས་ཡིག་འབྲེལ་བྱས་ནས་ཁས་ལེན་ཆ་ཆང་བྱུང་ཆར་བ་རེད། དེ་ལ་ཡིག་ཆད་དེ་མི་ཆོའི་རང་རེད། SAT ནང་

མདུན་ལམ་སློབ་སྟོན་པ་དབྱུང་དང་སྟོ་སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་རེད། བྱང་ཤར་སྟོགས་སུ་བསྐྱོས་དང་བསྐྱོ་ལུས་ཡིན། མདུན་ལམ་སློབ་སྟོན་པ་མཐོ་སློབ་ཐོན་པ་ཡོད་ན་འདུག་ཅིག་ལས་ཁྲུངས་སུ་སྟུན་ཞུ་ལ་མཁན་མི་འདུག། བྱང་ཤར་ཁུལ་ལ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གསུང་རོགས་གནང་། བསྐྱོ་བ་ལ་གཞི་ཅིའི་ཆ་སྟེན་ཆ་ངད་གོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཀྱང་ང་ཆོས་འབད་བཅོམ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། དབྱུང་ནས་མདུན་ལམ་སློབ་སྟོན་པ་བྱང་ཤར་ཁུལ་སྤྱི་ཚུ་ ༡༡༡༢ ལ་ཐེབས་ནས་གང་སྐབ་ཅི་སྐབ་གནང་དང་གནང་ལུས་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་ན་འདུག་ཅི་ལྟོ། ཉི་ལྟོ། བསྟུན་འཛིན་སྐྱོང་སོགས་སུ་སློབ་བྱ་འཆོག་པ་འདི་སྐབས་སུ་སྐོར་བསྐྱོད་ཅིག་རྒྱུ་ཆ་ངར་ཅམ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ལྷག་རྒྱུད་མཁན་སྤྱི་འཐུས་གཉིས་ཡོད། དེའི་རྗེས་སུ་གོ་སྐབས་ལྷན་མི་དགོས་པ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ལྷན་
ཚོགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ འོག་གྲངས་ ༣༡༩ ཟུར་འཛར་ཨང་བཞི་བ་དེའི་ནང་ལ། ད་ལོ་སྤྱིར་བཏང་ལས་འཆར་གསར་བ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་ལས་འཆར་གསར་བ་དེ་གནད་འགག་ཅིག་རེད། བུན་གཡར་དང་སྤྱི་འདོན་ཆེད་སྒྲོར་ས་ཡ་གསུམ་ཙམ་ཞིག་པལ་ཆེར་ཁུས་གནང་འདུག བུན་གཡར་དང་སྤྱི་འདོན་དེ་ཚུར་རག་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ག་རེ་བསྐྱུན་གྱི་ཡོད་དམ། གལ་སྲིད་དེ་བསྐྱུན་ནས་མ་རག་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ལས་སླེང་ཞིག་ལྷག་གི་ཡོད་པ་རེད། ལས་གཞི་ཡག་པོ་རེད་ཀྱང་རྗེས་མ་དཀའ་རྙོག་མ་འབྲུད་པའི་ཐབས་ལམ་གང་ཡོད་དམ།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དེ་སམ་རྟོ་ཤེའི་བྱུང་ཁོངས་ཡིན་ཅང་སམ་རྟོ་ཤེའི་སྐབས་སུ་འདི་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་རོང་པོ་སྟོ་བཟང་སྟོན་གསལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་རོང་པོ་སྟོ་བཟང་སྟོན་གསལ་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཟུར་བཀོལ་ཅིས་འགོ་ཨང་ ༣༥ བ་དེའི་ནང་དུ་དགོ་ཁྱོད་གིས་སྟོན་ཕྱག་ཡར་རྒྱས་ལས་གཞི་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག དེ་ལ་སྟོར་འབྲུམ་ ༡༥ ལྷག་ཞིག་ཁུས་འདུག དེ་དང་འབྲེལ་ནས་གཅིག་ཁུས་པ་ཡིན་ན། ཅ་བའི་ཟུར་འཛར་དེའི་ནང་ལ་ལས་གཞི་འདི་སྟོན་ཁྲིད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྟོར་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོན་ཁྲིད་ཀྱི་ཐབས་ཀྱི་སྟོར་ལ་ཐབ་སྟོང་སྟོན་རྒྱ་དང་། དེའི་ཐོག་ནས་དགོ་ཁྱོད་ཚོའི་ལམ་གྲོན་དང་། ཐབ་སྟོང་སྟོན་མཐའ་གྱི་སྟོན་ཆ། དེ་ཚོའི་གསལ་རེད་འདུག སྤྱིར་བཏང་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་དེ་བོད་མི་རིགས་ཆབ་སྲིད་དང་བཅས་པའི་གཞི་ཅ་དང་། སྟོན་ཐོག་ཅིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་ལྷ་སྐབས་མགོན་ཡེན་པོ་ཆེའི་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ཐོག་ལ་བཀའ་སྟོན་གནང་བའི་དགོངས་དོན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། དེའི་སྟོར་ནས་ག་རེ་ཁྱེད་ཀྱི་ཟུར་ཟེར་ན། དགོ་ཁྱོད་ཚོ་ཚུར་བསྟོངས་ནས་སྟོན་ཁྲིད་ཀྱི་ཐབས་ཀྱི་ལས་གཞིའི་ཐོག་ཏུ་ཐབ་སྟོང་སྟོན་པ་དང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་བོད་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཅ་བ་རྒྱལ་སྤྱི་དེ་སྟུམ་རྟགས་དང་དེ་ཚོའི་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་སྟོར་རེད། དེ་ནང་བཞིན་སྟོན་དང་གསལ་དང་ཅོམ་རིག་གི་སྟོན་དེ་ཚོའི་ཁྲིད་རྒྱུན་གང་ཡོད་པ་དེ་རྒྱུན་འབྲེངས་ཀྱི་དུ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་འཁུགས་བསྟོན་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་མཐོང་ཞིང་། དེའི་ཐོག་ནས་དགོ་ཁྱོད་གིས་སྟོན་ཁྲིད་ཡར་རྒྱས་ལས་གཞི་ཟེར་བའི་ཐོག་འབད་བཅོམ་གནང་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག་པས་མ་སོང་། ཟུར་འཛར་ཨང་བཞི་བའི་ནང་དུ་སྟོན་དེ་བཅོམ་བསྐྱར་གྱི་ལས་གཞི་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག དེ་ལ་འབྲུམ་ ༡ ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཁུས་འདུག སྟོན་དེ་བཅོམ་བསྐྱར་ཀྱི་མཐའ་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དང་། ཡིག་བསྐྱར་བའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲུད་བསྟོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་གལ་ཆེའི་ཡིག་ཆ་དང་། རང་བཞིན་གྱི་ཡིག་ཆ་དེ་ཚོ་བསྐྱར་བ་དེ་འོས་ཤིང་འཆོམས་པ་རེད་ལ། དེའི་སྟོར་ནས་ལས་འཆར་འབྲེལ་ཡོད་དམ་ཟེར་ནས་འདི་འདོད་བྱུང་། དེ་སྟོན་ཡང་གྲོས་ཚོགས་ཐོག་ཁུས་སྟོང་། སྤྱི་སྐྱེད་ལོ་རྒྱུ་བའི་སྟོན་ཆ་ཞིག་འཇུགས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེའི་ཐོག་ཕྱག་ལས་འབྲུག་གནང་འཆར་ཡོད་དམ་ཞེས་ཁྱེད་ཀྱི་འདོད་བྱུང་། ཡང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ལངས་ཕྱོགས་ཤིག་

བཤད་པ་ཡིན་ན། སྐད་ཆ་ཡོང་སའི་གཙོ་བོ་དང་། འབྲུན་ཐེབས་སའི་གཙོ་བོ་དེ་དྲུ་ལམ་ཁག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དྲུ་
ལམ་ཁག་ལ་དུས་ནས་དུས་སུ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་ཐུབ་ན་གནད་འགག་ཅིག་མེད་དམ་སྟེ། མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་གཏམ་བཤད་
བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དྲུ་ལམ་ནས་སློང་ཕྱོགས་དེ་པར་རྒྱ་ནག་ཕྱོགས་སུ་ཁ་བསྐྱོར་ཐུབ་ན་བསམ་པ་འདྲ་ཞིག་བྲན་སོང་། ང་རང་དེ་
ཅམ་དྲུ་ལམ་ལ་དོ་སྣང་ཡོད་མཁན་དང་འབད་བཙོན་བྱེད་མཁན་ཞིག་མིན་ཡང་། སྐབས་དང་དུས་སུ་སློང་ཕྱོགས་ཆེ་བའི་སྐབས་
སུ་དྲུ་ལམ་ལ་ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ། འདི་ཆོ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ་བསམ་པ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག ལས་འགན་ཁུར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་
མ་འདང་བ་ཡིན་ནམ། ལམ་སྟོན་གྱི་ཆ་ནས་མ་འགྲིག་པ་ཡིན་ནམ་བསམ་པ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག སྐྱུ་གུ་འཛིན་མཁན་ཆོ་ལ་གོ་
སྐབས་འདི་བརྒྱད་ནས། ང་ཆོའི་དག་དེ་པར་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས། རང་ལ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱ་ནག་
གཞུང་གིས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཡ་རྫས་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། ཕྱོགས་གང་
ཅིའི་ཆ་ནས་སྟོན་བཞིན་ཅིག་བྱེད་བསྐྱད་པ་དེ་ལ་དྲུ་ལམ་བརྒྱད་ཁ་པར་ཕྱོགས་ནས་ལན་འདེབས་ཤིག་བྱེད་ཐུབ་ན་བྱད་པར་
མེད་འགོ་བསམ་པ་འདྲ་བྲན་སོང་། དེ་བཞིན་བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་དང་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་རེད། ལས་དོན་གནད་ཕྱོགས་ཐུན་
ཆེགས་ཤིག་གི་ཐོག་ལ་སྟོ་བཏགས་བསྐྱད་ན་ཡག་པོ་མི་འདུག་ཅེས་ངས་བརྒྱད་ལམ་འདི་ནས་བཤད་འདོད་བྱུང་། ཅ་བའི་སྟེ་
བཞིན་རང་དབང་རེད། རྣམ་པ་པོ་ལ་རང་དབང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། རྣམ་དཔྱད་བེད་སྟོད་གཏོང་བའི་ལམ་ཁ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།
ཡིན་ནའང་དུས་རབས་འདི་ལ་དཔག་པའི་རྩོམ་ཡིག་གི་ཁ་ཕྱོགས་སྐྱངས་དེ་པར་རྒྱ་ནག་གཞུང་ལ་ཁ་བསྐྱོར་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་བྱད་
པར་ཞིག་མེད་དམ་བསམས་སོང་། མཛད་གཙོ་རྣམ་པས་གཏམ་བཤད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་ལམ་སྟོན་གནད་དགོས་པ་དེ་
གཤམ་ཆེན་ཞིག་རེད་ཅེས་ངའི་དོན་ཆེན་དེ་གསུམ་ཐོག་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། ཕྱགས་རྩེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སྟོན་མཆོག

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སྟོན་སྟོ་བཟང་སང་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཅེས་འགོ་ཁྱང་ ༡༩ ལ། སྟོ་བཟང་ཡར་རྒྱས་ལས་གཞི་དེ། གཙོ་བོ་དག་ཀྱིས་སྟོ་བ་བྲའི་
ནང་ལ་སྟོ་བ་འཁྲིད་བྱེད་སྐྱངས་གཞིར་བཞག་ནས་ལས་གཞི་སྟེལ་བ་ཞིག་རེད། ཁེ་ན་ཁ་ནས་བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་སྐྱང་ལ་ཉམས་
ཞིབ་གནད་མཁན་དང་། བོད་དོན་ལ་དོ་སྣང་ཡོད་མཁན་ལྷ་རྒྱུ་བ་ཁོང་གིས་དེ་བའི་འདྲ་ཞིག་བཙམས་གནད་ཡོད་པ་རེད།
དགེ་ཀན་ཆོའི་སྟོ་བ་ཆོན་ཁྲིད་གནད་སྐྱངས་སྟོར་ལ་རེད། ཤེས་ཡོན་སྟོད་བྱས་གཞིར་བཟུང་ནས། སྟོ་བ་སྤྲུག་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་
སྟོ་བཟང་གནད་རྒྱ་རེད། འདིའི་ནང་ལ་དགེ་ཀན་གྱིས་འགན་ཁུར་གནད་སྐྱངས་ཐོག་ནས་སྟོ་བཟང་གནད་རྒྱ་གསུངས་ནས་
བསམ་སྟོ་གཏོང་ཕྱོགས་དེ་རེད། གཞི་རྩའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་འགོ་སྐྱངས་ལ་མང་པོ་ཞིག་གིས་གོང་ནས་སྟོ་བཟང་འདི་འདྲ་འཁྲིད་
དགོས་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་སྟོ་བ་དང་། ལམ་སྟོན་གནད་བཞིར་བཟུང་དགེ་ཀན་གྱིས་སོ་སོའི་འཛིན་གྲུབ་སྟོ་བཟང་གནད་བ་
གཅིག་དང་། འདིའི་འགྲུར་བ་འདི་ག་རེ་རེད་ཅེས་ཁྱས་ན། གོང་ནས་བཀའ་སྟོ་བ་དང་ལམ་སྟོན་མི་དགོས་པར་ས་གནས་ཁག་ལ་

སློབ་གྲྭ་མི་འདྲ་བ་དང་སློབ་སྒྲུབ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རེད། སློབ་སྒྲུབ་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་དགེ་ཆེན་གྱིས་མང་བ་མཐུན་གྱི་ཡོད་
 སྟབས། དགེ་ཆེན་གྱིས་འགན་ཁུར་གཙོ་བོ་གནང་སྟངས་ཐོག་སློབ་འཁྲིད་གནང་བ་ཡིན་ན། ལེགས་པ་མེད་དམ་སྟེ་མ་པའི་ཐོག་
 རས་ལས་གཞི་འདི་སྟེ་ལ་བ་རེད། སློབ་ཚན་ཁྲིད་པའི་ནང་ལ་སློབ་ཚན་ག་རེ་འཁྲིད་དགོས་སམ། གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཁྲིད་དམ།
 དགེ་ཆེན་རང་ལ་ཐག་གཅོད་པའི་རང་དབང་དེ་ཆེན་པོ་བྱས། དེ་བཞིན་དགེ་ཆེན་ནང་ཁུལ་ལ་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་ལེན་དང་བཀའ་
 བསྟར་གནང་བའི་ཐོག་ནས། དེ་ཆོ་ཆང་མ་ལ་གང་ལ་གང་འཆམ་གྱིས་རང་དབང་གནང་ནས་སློབ་ཁྲིད་གནང་རྒྱ་རེད། ཁ་སྤྱོད་
 ཤེས་ཡོན་ཆོག་མ་ཆེན་འཆོག་པའི་སྐབས་སུ་བཀའ་བསྟར་རིམ་བར་གནང་། རོན་ཆེན་གལ་ཆེ་ཞིག་འདིའི་སྤང་ལ་དགེ་ཆེན་
 དང་སློབ་སྤྱིའི་དགོངས་པ་གང་ཡོད་པ་དེ་སྟོགས་བསྐྱེགས་བྱས། དགེ་ཆེན་མང་ཆེ་བས་འདི་ཡག་པོ་འདུག་གསུངས་པ་ལྟར་
 ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུའི་འབད་བཅོལ་འདི་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། ཆོས་དང་རིག་
 གཞུང་། སྤྱད་ཡིག་དང་སྟན་འགྲུལ་སྤྱད་པའི་ཁྲིད་རྒྱུའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་སྟོལ་རྒྱུ་གྱི་གཞི་འཛིན་ས་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་
 འཕྲོ་དགོས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེར་ང་ཆོས་ཀྱང་འབད་བཅོལ་བྱས་དང་བྱེད་སྟེ་ལེན། རིགས་ལམ་འདྲ་འཛོམས་དང་།
 ཟབ་སྦྱོང་། འོས་སྦྱོང་། ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དབྱུང་དང་མཐུན་པའི་སློབ་དེབ་བསྟར་ཞིབ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་བོད་ཡིག་དགེ་ཆེན་གྱིས་
 སློབ་འཁྲིད་གནང་སྟངས་རེད། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཟབ་སྦྱོང་གནང་རྒྱུའི་མཐུན་རྐྱེན་བསྟར་དང་བསྟར་བཞིན་པ་ཡིན། དེ་
 བཞིན་ཆོས་བསྟར་ལས་གཞི་དེ་འང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ལོ་རྒྱུ་བ་ནམས་ལ་མཐུན་རྐྱེན་བསྟར་རྒྱ་སོགས་ལ་གོང་དུ་ཞུས་པ་ཡིན་
 ལ། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འབད་བཅོལ་བྱེད་སྟེ་ལེན། སློབ་དེབ་ཆོས་སྤྱད་མཐུན་དང་བསྟར་སྤྱད་མཐུན་ལག་པོ་ཡིན་པ་
 རོས་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད། དགོན་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐོག་ལ་སྤྱད་མཐུན་ནས་ལས་གཞི་སྟེ་ལ་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་བཞིན་
 བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་དུ་ལམ་བརྒྱུད་དེ་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་དགོངས་པ་གསལ་པོ་གསུངས་
 སོང་། ཏ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དུ་རྒྱ་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཆོས་གང་འདྲ་ཞིག་གིས་པ་ཡིན་ནའང་སྟུག་ཅེ་གཏོང་ས་དེ་
 རིའི་པར་སྟོགས་སུ་གཏོང་དགོས་པ་ལས། རང་དུ་ག་ཆོད་གིས་བསྟན་པ་ཡིན་ནའང་འཇུག་དང་། རང་དུ་བསམ་ཚུལ་འདྲ་མིན་
 འབྱུང་གཞི་ཅུ་ལས་པན་ཐོགས་པ་གང་ཡང་ཡོང་གི་མ་རེད། རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་མཐུན་འཛིན་སྤྱི་དབྱུང་ཟེན་པ་དེ་དག་གི་
 འབད་བཅོལ་བྱེད་པའི་ཐོག་དང་། རོལ་རྒྱལ་བསྟན་མཐུན་གྱིས་འབད་བཅོལ་བྱེད་བཞིན་པ་དེའི་ཐོག་ལ། ང་ཆོའི་ནང་ལ་ཆོས་
 ཡིག་འབྲི་ཤེས་གྱི་ཡོད་ཟེར་མཐུན་དེ་ཆོས་ང་ཆོ་ནང་ཁུལ་ལ་ག་ཆོད་གིས་བསྟན་པ་ཡིན་ནའང་ནང་ལ་གཞོན་རྒྱུ་མ་གཏོགས་
 པན་གྱི་མེད་པ་དེ་ཆང་མས་མཐུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཆང་མས་སྤྱད་པའི་གཏོང་ས་དེ་མ་ཞོར་བ་བྱ་དགོས་པ་ཆོས་པ་པོ་ཆོའི་
 འགན་རེད། ཅེས་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་དེ་ག་རང་ལ་མཐུན་གཅིག་ཏུ་མོས་མཐུན་ཡོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
 གཞི་རྒྱུ་ཆའི་བཅོན་ཁྲོལ་ནང་ལ་མི་འཁོར་འབྱུང་གཅིག་དང་བྱེད་ཀ་ལས་ཡོད་པ་མ་རེད། བོད་ནང་དང་བྱི་གཉིས་བཅིས་ན་བརྒྱ་ཆ་
 གཉིས་དང་བྱེད་ཀ་ལས་ཡོད་པ་མ་རེད། བརྒྱ་ཆ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀའི་འགན་དེ་བོད་ལ་ཡོད་པའི་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བཅུ་གོ་བདུན་དང་
 བྱེད་ཀའི་མཐོན་འདོད་བསྟོན་པ་ལ། རོག་ཅ་གཅིག་སྤྱི་ལ་གྱིས་འགན་ཁུར་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱར་བཞོལ་བཀའ་ཤག་གིས་རྒྱབ་གཉེར་བཀའ་འཁོལ་གནང་བཞག་པ་ཉིན་སྟོར་ ༢༩, ༢༠༧, ༧༩༡
སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལ་དགག་བྱ། མེད་པ་སོང་། སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན། སམ་རྩོལ་པོ་བོད་སྟོབ་
ཆོགས་པའི་བྱར་བཞོལ་སྟོན་སྟོན་གནང་རོགས། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས། ཤོག་གངས་ ༣༠༩།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ སམ་རྩོལ་པོ་བོད་སྟོབ་ཆོགས་པའི་བྱར་བཞོལ་དེ་ལ་ཉིན་སྟོར་ ༥༩༠, ༩༩༩, ༩༩༩ ལ་བཀའ་
ཤག་གིས་བཀའ་འཁོལ་རྒྱབ་གཉེར་གནང་འདུག ང་ཆོས་སྤར་གཙོག་གང་ཡང་མེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཆོགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཆོགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ དོན་ཚན་གཉིས་སྐར་ལ་བཀའ་འདི་ཞུ་ཆོག་པ་གིས། དང་པོ་དེ་ལ་བྱར་འཛར་ ༧ པའི་ཕུན་
གཡལ་དང་སྤྱི་འདོན་ཆེད་སྟོར་ས་ཡ་གསུམ་ཅམ་ཞིག་པལ་ཆེར་ཞུས་གནང་འདུག ལས་འཆར་ཡག་པོ་རེད་དེ། མ་འོངས་པར་
ལས་གཞི་འདི་སྐར་ལ་ཉག་ཉག་ཅིག་འགོ་ཐུབ་མིན་དང་། སྤྱིར་བཏང་ང་ཆོད་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་བཏང་ཐིན་པའི་ཐེས་ལ་ཚུར་མ་
བྱང་པའི་གནས་ཚུལ་ཡོང་བསྟུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་ལས་འཆར་འདི་གཞི་བཟུང་འགོ་རྒྱུ་འེགས་ལ་བཤད་ཐུང་ཅམ་
གནང་རོགས་གནང་། ཕུན་གཡལ་དང་སྤྱི་འདོན་དེ་ཚུར་རག་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ག་རེ་བསྐྱུན་གྱི་ཡོད་དམ། གཤམ་སྤྱི་དེ་
བསྐྱུན་ནས་མ་རག་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོད་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ལ་ལབ་སྐྱེད་ཞིག་ལྷག་གི་རེད། ལས་གཞི་ཡག་པོ་རེད་ཀྱང་ཐེས་མ་དཀའ་
རྟོག་མ་འབྲུད་པའི་ཐབས་ལམ་གང་ཡོད་དམ།

ཤོག་གངས་ ༣༡༥ ནང་ལ་བྱར་འཛར་གཉིས་པའི་ཁ་པ་ལ། ད་ལོ་སྤྱིར་བཏང་ནང་ལ་དདུལ་ཕོན་ཆེན་པོ་མང་པོ་ཞིག་
ཞུ་བསྟུན་པ་མཐོང་བསྟུན་འདུག ཤོག་གངས་ ༣༡༥ ནང་ལ་འཐུས་ ༡༥ ལྷག་ཅམ་ཞིག་ཞུས་འདུག དེ་ཆོ་ལས་གཞི་ལས་ལྷག་
པའི་ཕྱིས་འགོ་མཐོང་ཡོང་བའི་སྐབས་སྟེ། དེ་ལ་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་ཅིག་གནང་རོགས་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། གནད་དོན་གཅིག་འབོད་
སྤྱུལ་ཡིན། ཆོས་དགེ་རྣམ་པ་ཆོ་བསྟོན་གཞག་གནང་སྐྱེད་སྤོང་ལ་ལོ་རེ་འཆམས་ནས་ཡིག་ཆ་དེ་རེ་གཏོང་དགོས་པ་དེ།
ཁོང་རྣམ་པ་བཞུགས་འདོད་ཡོད་ནའང་ཡིག་ཆ་དེས་ཐུགས་བསྐྱུན་སྤར་གནང་གི་འདུག ཡང་སེ་ཡིག་ཆ་དེ་གཏོང་མི་དགོས་པ་
དང་ཆོས་དགེ་ཆོ་སྤྱི་མཐུན་ནས་གནས་རྒྱུ་འེགས་ལ་དགོངས་བཞེད་གནང་རོགས་ཞེས་འབོད་སྤྱུལ་རང་ཡིན། ཐུགས་རྒྱུ་ཆེ།

ཆོས་འབད་བཅོན་གནང་དང་གནང་ཐུས་ཡིན། ད་ལྟའི་ཆར་ཆོས་དགེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་སྡོན་
 ཅིས་གཅིག་ནང་ལ་ག་རེ་ཞུས་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། ཆོས་དགེ་གནང་འདོད་ཡོད་ན། དགེ་བཤེས་ཡིན་ནའང་རེད། མིན་ནའང་རེད།
 ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནས་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་འབྲུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཟབ་སྦྱོང་གནང་ཆར་བའི་རྗེས་སུ་མ་འོངས་པར་ཆོས་
 དགེ་གནང་རྒྱུ་འདི་དབྱིངས་ཡོད་ན། མཐུན་ཆེན་བསྐྱུན་གྱི་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གལ་ཏེ་བོད་སློབ་འཛིན་སྦྱོང་ཆོགས་པ་ཚུར་ཅིས་
 སྒྲུངས་པ་ཡིན་ན། སམ་རྩོམ་ཁྱེད་འགན་འཛིན་ལྷན་ཆོགས་ནས་ཐུགས་ཐག་ཆོད་པོ་འཛིན་ནས་སློབ་གྲྭ་ཁག་དེ་ཆོ་ཐག་ཆོད་ཡོང་
 གི་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་འདི་གནང་བ་རེད། དེའི་སྐོར་བཀའ་མོལ་འགྲོ་དང་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན། སྡོན་ཅིས་དང་འབྲེལ་བ་
 དེ་དག་ཤེས་རིག་དང་བཀའ་ཤུགས་ གྲོས་ཆོགས་བརྒྱུད་ནས་འགྲོ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་བརྟན་པོ་ཡོད་པ་དང་། སྒྲུངས་འཛིན་གནང་བ་
 ཡིན་ནའང་ཤེས་རིག་དང་། སམ་རྩོམ་ཁྱེད་གཉིས་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ནས་གནང་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག གཞི་རྒྱུ་འགན་
 འཛིན་ལྷན་ཆོགས་ནང་དུ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་གནང་སྒྲུངས་ལ་སྤྲོ་བ་སྤྲོ་བུའི་འབྲུར་བ་
 གཏོང་དགོས་པ་འདུག་ཅེས་བཀའ་མོལ་འགྲོ་དང་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སློན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་པ་རྣམས་འབྲུང་གནས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་པ་རྣམས་འབྲུང་གནང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ དགོངས་འགལ་མེད་པ་ཞུ། ད་ལྟའི་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། བཀའ་ཤུགས་གིས་ལས་འཆར་
 རྒྱུ་གཉེར་གནང་བཞག་པ་དེའི་ནང་ལ་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལས་དོན་ཆེད་དུ་ས་ཡ་བདུན་བརྒྱ་བཙོ་བརྒྱད་དང་ལྔ་འབྲུམ་ཉིས་ཁྲི་ལྷག་
 ཅིག་སྡོན་ཅིས་གསུང་བཤད་ནང་ལ་འདུག ད་ལྟའི་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་སྡོན་ཅིས་དམིགས་བསལ་རྒྱུར་བཀོལ་སམ་རྩོམ་ཁྱེད་དེ་ཆོ་
 བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན། ཉིན་སྟོར་ ༡༩༧༩, ༡༩༨༠, ༡༩༨༡ ཆགས་ཀྱི་འདུག དེར་བརྟེན་དེའི་ནང་ལ་ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་གང་
 ཡོད་པ་རེད་དམ། དེ་གཅིག་གསལ་བཤད་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སློན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་ཆེ་རིང་དོན་གྲུབ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ད་ལྟ་སྡོན་ཅིས་གསུང་བཤད་ནང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ས་བཅད་གཅིག་ལ་སྤྱི་ནས་ཞུས་པ་རེད། དེའི་
 ནང་ལ་ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཉམ་ཐག་གི་གནས་སྒྲུངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ན། ཉམ་ཐག་ལྟ་སྦྱོང་ནང་ལ་པར་འབྱེར་
 བསྐྱེད་ཡོད། དེ་ནས་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལས་དོན་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ་ང་རང་ཆོ་བོད་ནས་གསར་དུ་ཐེབས་པ་རྣམས་པ་ཆོར་ཤེས་ཡོན་

གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལྷ་སྐྱོང་ཡིན་པ་ཡིན་ན། བོད་ནས་གསར་དུ་ཕེབས་པའི་ཤེས་ཡོན་གི་ལྷ་སྐྱོང་གནས་སྐབས་ཐད་ལ་ཁྱེད་
 བསྟན་དུས། བཀའ་ཤག་གི་དེ་དུས་དགོངས་པ་ལ་གཞུང་གི་སྲིད་བྱས་སོ་སོ་སོ་སོ་ལ་འགྲོ་སོང་ག་ཆོད་ཅིག་གཏོང་བྱུང་གི་ཡོད་
 དམ། དེ་མང་ཆོགས་དང་གྲོས་ཆོགས་ནས་མཁུན་པ་བྱུང་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ལམ་སྟོན་ཞིག་ཕེབས་སོང་། དེ་གཞིར་བཟུང་
 བཏང་བཞག་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་གུངས་ཀ་དེ་ཉག་ཉག་ཡོད་པ་དེ་སྟོན་ཅིས་ཨ་མའི་བཟོ་སྐྱེད་བྱུང་པར་བརྟེན་ངས་ཡིག་
 སྟོན་དེ་པར་བསྐྱར་བཞག་པ་ཡིན། དེའི་ནང་ཆ་ཆང་ཡོད་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། དེའི་ནང་དཔེར་ན་ཤེས་རབ་དགའ་ཆའ་སྟོབ་སྤྱིང་གི་འགྲོ་
 སོང་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་འཕར་ཡོད་པ་རེད། བོད་ནས་གསར་དུ་ཕེབས་པ་ཆོ་ལ་ང་ཆོས་གཞིགས་རྟོགས་གང་གནད་གི་ཡོད་མེད་
 དེའི་ཁོངས་གཏོགས་ལ་ཡོད་པ་རེད། ཕྱིས་སུ་སམ་རྩོུ་ལ་རྒྱ་སྤྱིལ་བཏང་བ་རེད་མ་གཏོགས་སྟོན་མ་ཤེས་རིག་ཁོངས་
 གཏོགས་ལ་བཞག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། ཞིབ་ཤེས་མཁུན་འདོད་ཡོད་ན། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་
 ལ་ཟུར་དུ་འབུལ་ཆོག་པ་ལྟ།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སམ་རྩོུ་ལ་བོད་སྟོབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་པའི་ཟུར་བཀོལ་བཀའ་ཤག་གི་བཀའ་འཁྲོལ་རྒྱུ་བ་གཉེར་གནང་བཞག་པ་ཉིན་སྟོར་
 ༡༩༠, ༤༩༩, ༩༩༡ དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པར་དགག་བྱ། མེད་པ་བརྟེན་དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དེ་
 ཡན་ཆད་ཀྱིས་ཤེས་རིག་དང་། ཤེས་རིག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིག་འཛུགས་ཁག་གི་སྟོན་ཅིས་གཏན་འབེབས་ཐེན་པ་ཡིན།
 དེ་ནས་ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་ལ་འགྲོ་རྒྱ་ཡིན། ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱུན་འཁྱོང་སྟོན་གནང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དག་
 བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དག་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱུན་འཁྱོང་ཉིན་སྟོར་ ༩༡, ༩༩༢, ༩༩༤ བཀའ་ཤག་གིས་བཀའ་འཁྲོལ་
 རྒྱུ་བ་གཉེར་གནང་འདུག་ང་ཆོས་སྤར་གཙོག་གང་ཡང་མེད།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱུན་འཁྱོང་། སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་བ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་བ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཅིས་འགོ་འཛིན་ལ་གང་ཡང་བཀའ་འདི་ལྷ་རྒྱ་མེད། སྤྱིར་བཏང་གི་ལས་དོན་སྟོར་ལ་བཀའ་
 འདི་ལྷ་རྒྱ་གཅིག་ཡིན། དང་པོ་དེ་ལ་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་དྲུག་པའི་སྐབས་ལ་གཅིག་ལྷས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་བོད་པ་སྤེར་དང་སྤྱི་
 ཆོགས་སྤེ་ཆོན་མང་པོ་ཞིག་གི་ས་ཆ་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་གར་མིང་ཐོག་ཉོས་ནས་ ༡༩༩༤ ལོ་ནས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བཟུང་པ་རེད།

དེ་ཚོ་འོ་ཐོག་ལ་རྒྱ་གར་ས་གནས་གཞུང་གིས་ཐག་གཅོད་གཅིག་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཁ་སང་སྤྱི་མཐོང་གྲོས་ཚོགས་སྐབས་ལ་སྟོན་མེད་ཀྱི་དུས། ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་གསུངས་མོད། ད་ལྟའི་སྐབས་ལ་གང་གནང་ཡོད་དམ་ཞེས་དང་པོ་བཀའ་འདི་ལྟར་ཡིན།

གཉིས་པ་དེ་ལ་བར་ལམ་ལོ་གཅིག་ཙམ་ནང་ལ་མེག་ལྷོར་ཟུན་རིའི་རྒྱ་གར་གིང་ནགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ས་ཆའི་ཐོག་ལ་བསྐྱད་པའི་གྲོང་པ་ ༡༡༠ དཀའ་ངལ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་ཆེན་པོ་གང་ལ་གང་འཆམ་ཆགས་པ་རེད། དེའི་གནས་ཚུལ་ཡག་སྟག་མང་པོ་ཞིག་གོ་རྒྱུ་འདུག དེར་བརྟེན་དེ་ཚོའི་གནས་སྐབས་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་དམ་ཞེས་དེ་གཉིས་ཐོག་ལ་བཀའ་འདི་ལྟར་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

ཆོག་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ད་ལྟ་དཀའ་ངལ་དེ་ཚོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལས་རིམ་དེ་འགྲོ་བཞིན་པར་བརྟེན་གང་གསུང་མོད་པ་དེ་ཚོ་གསུང་རོགས་གནང་། དེ་ནང་སྤིང་བཀའ་སྟོན་རང་གིས་ཐག་གཅོད་གནང་རོགས་གནང་། གང་གསུང་མོད་པ་དང་ཆོག་པ། གསུང་འོས་པ་དེ་ཚོ་གཞིགས་གནང་རོགས་གནང་། དཔལ་ལྷན་ནང་སྤིང་བཀའ་སྟོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤིང་བཀའ་སྟོན་རྒྱ་རི་སྒྲིལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ རོགས་འདི་དང་པོ་དེ་ད་ལྟ་བོད་མི་མིན་པ་ཡུལ་མིའི་མཆོན་ཐོག་ཉལ་བཞག་པའི་ས་ཆ་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ངལ་ཐོག་ལ་དེའི་སྟོན་གྲོས་ཚོགས་ལ་ཁུས་པ་ནང་བཞིན་ད་ལྟའི་སྐབས་དེ་ལ་ང་ཚོའི་ཐོག་ནས་གང་ཐུབ་ཐུབ་དང་གང་མཐོག་ས་མཐོག་ས་ཀྱིས། དེའི་སྟོན་ནས་མངའ་སྡེའི་གཞུང་གི་ཐག་གཅོད་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་གང་མཐོག་ས་མཐོག་ས་འགྲོ་ཐུབ་ན་ཞེས་འབད་བཅོམ་བྱེད་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཐག་གཅོད་གནང་བཞག་པ་དེ་ག་རང་སྐང་ལ་བྱིན་པ་ཡིན་ན། དཀའ་ངལ་གཅིག་འབྱུང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་དབྱིན་རིའི་ཆོག་གཅིག་མེད་སྟོག་བཏང་བ་ཡིན་ན། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ stamp duty ཡི་གོང་ཆད་དང་ས་ཆའི་གོང་ཆད་དེ་ག་དུས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱག་གི་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་ཚོ་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་བསང་པོ་ཞིག་བྱུང་མ་ཐུབ་པ་བྱས་ནས་ཉོག་ཙམ་ལྷག་བསྐྱད་ཡོད། ཡིན་ནའང་མངའ་སྡེ་གཞུང་གིས་ཐོག་ནས་ད་ལྟའི་ཐག་གཅོད་ཡོད་པ་དེའི་ནང་ལ་འགྱུར་བ་ཅ་བ་རང་ནས་མི་འདུག་ཅེས་ལྟར་ཡིན། དེའི་ཐོག་ལ་ནང་སྤིང་ལས་ཁུངས་རོས་ནས་མངའ་སྡེའི་སྤྱི་བྱ་བ་བྱུང་ཆེ་ལྷན་དུ་ཆོག་ས་འདུ་འཆོག་ས་འདི་སྐབས་དེར་དེའི་ཐོག་ལ་གལ་ཆེན་པོ་བརྩིས་ནས་སྟོན་མེད་ཀྱི་བྱུང་། དེ་ནང་བཞིན་མངའ་སྡེའི་སྤྱི་བྱ་བ་སྟོན་ཆེན་རེད། ལྷག་པར་དུ་ས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་འགན་ཁུར་གནང་མཁན་གྱི་སྟོན་ཆེན་མཆོག་ལ་ཡིན་ནའང་ཟུར་དུ་གནད་དོན་དེ་ག་རང་གི་ཆེད་དུ་བཅར་ནས་ད་ལྟ་ང་ཚོས་མཐུག་གནོན་ལྟ་ཡི་ཡོད།

དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ རྒྱ་རི་ས་ལ་སྟག་སྟེ་ལམ་དང་སྒྲོས་གར་ལམ་ཁུལ་ལ་བཞུགས་མཁན་བོད་མི་ནང་མི་ ༡༡༠ ལ་རྒྱ་གར་གི་དཀའ་ངལ་འབྱུང་བ་རེད། དེ་དང་འདྲེས་ཆེད་མས་གསལ་པོ་མཐུན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་སྟེ། ང་

ཆོན་མེད་ལས་ཁྲུང་ཡིན་ནའང་རེད། བཀའ་ཤག་ཡིན་ནའང་རེད། ཏུས་ཆོད་གཅིག་ལ་སྒོ་འཆབ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་
 རེད། རྒྱ་བཀའ་ཤག་སྔོན་ལ་ཡིན་ན་ཁྲིམས་ཁང་ནས་གཏོར་དགོས་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་དེ་འདྲ་ཐེབས་ནས་དངངས་སྐྱབས་ཆེན་པོ་
 བྱུང་བ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་ལོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་པོ་ཆེན་པོ་ཆེད་མཉམ་སྦྲེལ་བཀའ་བློན་གྱི་ལྷ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་
 མ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་གཞུང་ནས་བོད་མི་ལ་གཞིགས་ཏེ་གསུང་དམིགས་བསལ་ཡོད་པས་རྒྱ་མཆོན་ལ་བརྟེན་ནས། རྒྱ་གར་
 དབུས་གཞིས་ཆགས་ལས་ཁྲུང་ཡིན་ནས་དྲ་རམ་ས་ལ་རང་གི་རྩ་བའི་དགའ་ལྡན་གྱི་དེད་འབྲེལ་བའི་ཕྱི་ལོ་ལ་ཆོག་པ་འདྲེས་ཐེངས་
 གསུམ་བསྐྱོངས་གནང་སྟེ། དེ་ནང་བཞུགས་ཆོག་པ་འདྲེས་ཏེ་ཆོད་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་ཉི་མ་རྩལ་མངའ་ཕྱི་སྤྱི་ཆོས་བྱས་ནས་བྱུང་
 ཆེད་གནས་བབ་ཡོད་མཁན་མངའ་ཕྱི་སྤྱི་ཆོས་ཆོས་ཆེད་ཆོས་ཆེད་ནས་ཤིང་གསུངས་ལས་ཁྲུང་ཡིན་གྱི་དཔོན་པོ་དང་ས་གནས་ཀྱི་
 SDM ལ་སོགས་པ་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་ཕྱི་ལོ་ལ་མ་གཏོགས་བསྐྱོངས་གནང་ནས། ཆོག་པ་འདྲེས་ཐོག་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ལས་
 ཁྲུང་ཡིན་གྱི་སྤྱི་ཆོས་ཀྱང་ཆེབས་སྤྱི་ཆོས་ཀྱི་འཕེལ་འདེགས་ཀྱི་ཐད་ལ་ཐོག་པོ་དེ་ཆོད་ཐོག་ལ་ཐུགས་འཆབ་དང་དམིགས་བསལ་གྱིས་
 གཞིགས་ཏེ་གསུངས་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་དེའི་སྤྱི་ལ་ངས་རིང་པོ་བྱས་ནས་གནད་དོན་རང་སྐྱོར་ལ་ཞུ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་
 གས་ཞུ་རྒྱ་གར་ཡིན་ཟེར་ན། ད་ལྟའི་སྐབས་ལ་གཏོར་རྒྱུའི་རྩ་བའི་དགའ་ལྡན་གསུངས་སྐབས་མེད་པ་ཆགས་བཞུགས་ཡོད། རྒྱ་བཀའ་ཤག་ཆོས་
 ༡༥ དེ་ལ་ཡང་བསྐྱར་ཁྲིམས་ཁང་གི་ཏུས་ཆོད་གཅིག་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྐབས་སུ་ཁ་གསལ་དུ་ཡོང་གི་རེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོག་པ་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་བློན་ཆོག་པ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་བློན་ཆོག་པ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་གནད་དོན་ཁག་ཁ་ཤས་ཤིག་གལ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དང་པོ་དེར་སྔོན་ཅིས་རེ་
 རེའི་སྐབས་སུ་འདྲི་བཅུད་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་ཁྲོན་ཡོངས་ཀྱི་གནད་དོན་ཁ་ཤས་ཤིག་དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱི་བཀའ་སྒོའ་ལ་
 བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། ད་ལོ་རྒྱུན་གྲོན་མ་ཡིན་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་སྔོན་ཅིས་ནང་ལ་དཔལ་ལྷན་འཕོར་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཞུས་
 གནང་འདུག དམིགས་བསལ་གྱི་ནང་ལ་ཞུས་གནང་བ་དེ་ཆོ་གཙོ་པོ་དང་ཆོ་བདེ་མཛོད་ནས་མ་གཏོགས་ཟུར་བཞོལ་ནས་མ་
 རེད། དཔལ་ལྷན་དེ་ཆོ་བདེ་མཛོད་ནས་བཀའ་ཤག་གིས་ཐབས་ཤེས་ཞེས་པ་དེ་རེད་དམ། མ་དཔལ་ལྷན་མཛོད་ནས་གཏོར་གནང་
 རྒྱུ་རེད་དམ། དེ་གཅིག་ཞུ་གནང་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ཡང་བསྐྱར་ལངས་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསལ་དང་ཟུར་བཞོལ་
 གཉིས་ཀྱི་ནང་ལ་ཅིས་འགོ་གཉིས་བསྐྱར་ཐུབ་ཕྱིན་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཇིས་ལ་བསྐྱར་ཐུབ་ཕྱིན་པའི་ཅིས་འགོ་དེ་སྤྱོད་མེད་ཞུས་
 ཆོག་པ་ལྟེན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་དོན་ཆེན་གསུམ་པ་དེ་སྤྱི་ཆུང་བློན་གཡུང་དེ་དཔལ་ལྷན་གི་ཡོད་པ་རེད། སྔོན་མ་ཡང་གནང་བ་རེད། སྤྱི་
 ཆུང་བློན་གཡུང་གནང་སྐབས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ལས་ཁྲུང་ཡིན་གསུངས་པ་བསྐྱབས་དང་ལས་འཆར་བའང་བསྐྱབས་ནས་ས་གནས་འགོ་
 འཛིན་ཡོངས་ཆོག་པ་ལ་ཡོངས་ཁྲུབ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་དེ། བར་ལམ་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁྲུང་ཡིན་མེད་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་།

ཐུགས་པན་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་གསོས་འདུག ཡིན་ནའང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་ངེས་པར་དུ་གསལ་བསྐྱགས་དེ་མཐེལ་
 བྱིན་པ་ཞིག་གནང་དགོས་སྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། གསལ་བསྐྱགས་དེའི་ནང་ལ་གན་རྒྱ་དེ་ཆོའི་ནང་འདེམས་
 ཀྱི་ཡོད་པ་འདྲ་པོ་བྱས་ནས་གསལ་པོ་མ་བྱིན་པ་ཡིན་ན། མི་མང་གི་ལས་དོན་བཟང་པོ་ཞིག་འབྲུལ་རྒྱ་ཡོད་ནའང་དེ་སྤང་རྒྱར་
 ཐེ་ཆོམ་སྐྱེས་ཏེ་འདེམས་ཀྱི་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་འདུག དེ་གང་འདེམས་དགོས་པ་ཡོད་དམ། དེ་ང་ལ་ཆ་རྒྱུན་ཆང་གི་མི་འདུག
 པ་གི་ར་ཆ་རྒྱུན་ཆང་གི་མི་འདུག་ཅེས་དེ་འདྲའི་སྐྱེད་ལ་འཕྲད་བསྐྱད་མཁན་དེ་འདྲ་བྱུང་འདུག དེར་བརྟེན་མཐུག་མ་ས་གནས་
 འགོ་འཛིན་གྱིས་གསལ་བསྐྱགས་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་རེ་རེ་གཉིས་རེ་སྒྲོག་ནས་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་སྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་འགག་
 ཆགས་ཀྱི་འདུག དེའི་ལས་གཞི་དེས་ཐུགས་པན་སོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ལེགས་སྤེལ་ཉེས་འགོག་ཅིག་རེད་ལྟ་རྒྱ་
 ཡིན།

དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱོད་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་རེད། འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་དང་མངའ་སྡེའི་གཞུང་དང་
 ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལས་དོན་གནང་བ་ཆང་མ་ལ་ལེགས་གསོ་བསྐྱགས་བརྗོད་ཁ་སང་ཡང་ཁུས་བ་ཡིན། དེ་རིང་ཡང་
 བསྐྱར་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་སྤེལ་རིག་ལས་ཁུངས་གཙོ་སྤེལ་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ཁ་སང་ཉེ་ཆར་སྤྱད་ཆོང་ཁག་ལ་དཀའ་ངལ་
 སེལ་རྒྱུའི་མངའ་སྡེ་ ༡༩ ལ་བྱག་བྲིས་གནང་འདུག དེ་ལ་བཀའ་བློན་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། (དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས།
 ལེས་རིག་ལས་ཁུངས་ལ་འབྲེལ་བ་གང་ཆགས་ཀྱི་འདུག་གམ།) སྤྱི་ཡོངས་ནས་ད་ལྟ་འདི་སྤྱད་ཆོང་གི་འབྲེལ་བ་ལྷ་བསྐྱད་ཀྱི་
 ཡོད། སྤྱད་ཆོང་ད་ལྟ་མངའ་སྡེ་ ༡༩ དེ་ལ་བྱག་བྲིས་སྤེལ་བ་ལྷ་ཡི་ཡོད། (དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། ནང་སྤྱད་ལས་
 ཁུངས་ལ་བྱག་བྲིས་གནང་བ་དེ། ལེས་རིག་ལས་ཁུངས་གསུངས་སོང་དོ།) ལགས་སོ་སྐྱོད། དགོངས་འགལ་མེད་པ་ལྟ། བར་
 ལམ་ནས་ང་ཆོ་དགུན་ཁ་སྤྱད་ཆོང་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་བ་ཞིག་གང་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། བོད་པ་ས་ཁུལ་ཡོད་ས་
 མཉམ་དུ་ལ་ང་ཆོའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གཅིག་པ་ཡིན་མཁན་ཆོས་བོད་པའི་གོམས་གཤེས་གཅིག་པ་བྱས་ཏེ་དགུན་ཆོང་
 རྒྱག་པར་ཡོང་ནས། ས་ཆ་གཅིག་གི་འགྲམ་ལ་ང་ཆོའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གཅིག་པ་ཡིན་མཁན་ཆོ་བྱས། བོད་པ་ཆོའང་བྱས་
 ནས། ཁྱིམ་ས་གཉིས་དེ་ནང་ཁུལ་དཀའ་ལྷོག་ཡིན་དང་ཡིན། བ་གི་ར་ས་གནས་རང་ལ་ལྷ་བ་ ༡༩ ཆོང་རྒྱག་བསྐྱད་མཁན་ཆོས་
 ལྷོག་ཏེ་བཅམས་ཏེ་འདི་ལྷ་བ་ ༩ ལ་ཡོང་བ་བྱས། ང་ཆོས་ཁུལ་བརྒྱབས། ང་ཆོ་ལོ་ཆ་ཆང་བསྐྱད་མཁན་ཆོ་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་
 ཀྱི་འདུག་ཅེས། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འབྲེལ་ཡོད་ང་ཆོའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་ལྷན་ཆོགས་ཁོ་རང་ཆོ་ནས་རྒྱབ་
 གཉེར་སྤེལ་ནས་སྐྱེད་ལ་ཏོག་ཅམ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་འབྲེལ་བ་གནང་སྟེ་དཀའ་ངལ་མ་འཕྲད་པ་ཞིག་པལ་
 ཆེར་བཅོ་ཐབས་ཡོང་བ་གནང་རོགས་གནང་། སྤྱིར་བཏང་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གི་བྱག་ལས་དེ་མང་པོ་ཞིག་གནང་འདུག་ཅེས་
 དེ་གཅིག་ལྟ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་གནང་བཞིན་གྱིས་དོན་ཆེན་གཞན་གཅིག་ལྟ་རྒྱ་ལ། ལྷན་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་རྒྱས་གསོ་ཁང་ལ་ལྟ་གི་མེད།
 རྒྱས་གསོ་ཁང་ ༡༩ དེ་ལག་ཐག་ཆོད་རེད། ད་ལྟ་ Rajpur བཅོ་སྤྱའི་ཉེ་འཁོར་ལ་རྒྱས་གསོ་ཁང་གཅིག་པལ་ཆེར་མ་སྤྱི་
 ཁྱིམ་ཆང་ཁོངས་ལའང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད་སེམས་ཀྱི་འདུག དེའི་གནས་སྤངས་དེ་ཏ་ཅང་སྤྱོད་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་པལ་ཆེར་ང་
 རང་གི་དོ་ཤེས་པ་དེ་འདྲ་བྱིན་ནས་དངོས་ཡོད་རང་རྒྱས་འཁོགས་ཆོ་ཁོག་པ་བཤམ་ཏེ་བཅོག་པ་མང་པོ་བཏང་གི་འདུག་ཅེས་

ཞལ་ལག་མ་སྤྲད་པ་དེ་འདྲ་ཡང་འདུག བཙོག་གཅིན་དེ་ཆོ་ག་ལྷགས་པོ་ལ་འབྱར་ནས། ཁོ་རང་ཆོའི་ངོ་མེས་པ་དེ་ཆོ་བྱིན་ནས་
བཟུས་ནས། དངོས་གནས་ཁོ་རང་། དེ་ར་ལ་གང་ཟག་དངོས་སུ་ངོ་སྤྲོད་དགོས་ཡོད་ནའང་ངོ་སྤྲོད་ཞུ་ཆོག་པ་དང་། གནས་
སྣངས་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཞིག་འདུག ཁྱོད་ཡོངས་ཀྱི་ནང་སྤྲོད་བྱེད་ཁོངས་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱས་གསོ་ཁང་ཡག་ཐག་ཆོད་ཡོད་པ་རེད་དེ།
བར་བར་ལ་དེ་འདྲ་ཡོང་བསྟན་མཁན་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཡང་ལྷགས་ཞིབ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག ཡང་ར་ཆོའི་བྱེད་
ཁོངས་གཅིག་ཏུ་མ་ཡིན་པའི་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ལྷགས་ཞིབ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག ཅེས་དེ་གཅིག་ནས་ཉན་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་
ཡིན།

ཚུགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཚུགས།

དཔལ་ལྷན་ནང་སྲིད་བཀའ་ལློན་ཀྱི་ཨི་ལྷོ་ལ་མ་མཆོག་ནས།

དེས་ཀྱིས་ཆོག་པ་འདིའི་ནང་ལ་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཆོག་ནས་ལས་དོན་གྱི་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་
བསྐྱབས་བཅོལ་གྱི་ཆོག་གནང་བ་རེད། ང་ཆོ་ལས་གྱི་དུས་ཁྲིམས་ཡང་བཀའ་མོལ་བྱུང་ལ། སྤར་ལས་ལྷག་པ་གནང་དགོས་པ་
གཅིག་དང་མཐར་ཐུག་གི་གྲུབ་འབྲས་དེ་འདོན་ཐུབ་པ་གྱི་དགོས་ཀྱི། དེར་རང་བཞིན་གྱིས་འགན་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྲོ་བས་བསྐྱད་
གྱི་འདུག།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་ད་ལྟ་དམིགས་བསལ་ནང་ལ་ཡོད་པའི་དུལ་འཁོར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་
སྤྱི་ཡོངས་ནས་བཀའ་གཅིག་གནང་སོང་། དེའི་ཐོག་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ལ་ཞུ་བ་ལྟེན་འགྲེལ་གྱི་ཕྱོགས་ལ་དུ་ཕྱི་ཕྱོད་གཅིག་སྤྲོ་བ་
ད་ལྟ་ནས་རྒྱུན་ཐུར་བཀོལ་ནང་ཡོད་པ་གཅིག་དམིགས་བསལ་ནང་སྤྲོ་བས་བསྐྱད་པ། ཕྱི་ཕྱོད་གཅིག་ཐུར་བཀོལ་ནང་ལ་པར་
འགྲོ་དགོས་མཁན་དེ་འདྲའང་ཉོག་ཅམ་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ནས་རྒྱུན་དང་ཉོག་ཅམ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་ནས་ཚུར་བསྤྲོ་བས་བ་
ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་གྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཡིན་ནའང་དམིགས་བསལ་ནང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་བཀའ་འགྲེལ་གིས་ཐབས་
ཤེས་གནང་རྒྱུ་འོངས་ལ་ཆགས་བསྐྱད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ནས་ཁ་ཤས་ཤིག་བསྐྱར་བསྐྱབས་འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་སོང་། བསྐྱར་བསྐྱབས་གསུང་ཡོང་དུས། འདི་འདྲའི་ཆོད་གྱི་ད་
པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་བོན་པོའི་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་ལས་གཞི་ཞིག་གསུང་གི་མེད་དམ་སྟེ། དཔལ་ལྷན་ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་གི་སྤྱི་ལོ་ ༩
ཁྱོས་ཆོག་པ་སྐབས་ལ་ད་ལྟ་ང་ཆོ་ལས་བསྐྱོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དེ་ནང་བཞིན་སྤྱི་ཡོང་ཆོ་ལས་སྤྲོ་བ་ཕྱི་སྐབས་ལ་
ཡིན་ནའང་རེད། ལས་གཞི་ཁག་མང་པོ་ཞིག་སྤྲོ་བ་ནས་བཀའ་འཁོལ་ཡོད་པ། ཡིན་ནའང་སྤྲོ་བ་དག་བཅའ་རྒྱ་དང་རྟོགས་
ཆོག་པ་བཅའ་བ་བྱས་ནས་ལྷག་པ་འདི་འདྲའི་འདྲའདུག་ཅེས་ཁྱོས་ཆོག་པ་གྱིས་བཀའ་མངགས་གནང་བ་རེད། རྟོགས་འདི་
གནང་བ་རེད། དེ་ཆོ་གནས་སྤངས་གང་ཆགས་ཀྱི་རེད་དམ་ཅེས་དོགས་འདི་གནང་སོང་། དེ་ལ་ང་ཆོས་གལ་ཆེན་པོ་བཅེས་
བྱས་ནས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཆོག་པ་འདྲའི་སྐབས་ལ་གཅིག་སྤྱད་ཡར་རྒྱས་ལས་གཞི་དེའི་ནང་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་
ལ་ད་ལྟ་བར་དུ་གྲུབ་འབྲས་མ་སོན་པ་མང་པོ་ཞིག་ལྷག་འདུག་ཅེས་དེ་འདྲས་བཀའ་གནང་བ་རེད། བཀའ་གནང་ཡོང་དུས་ས་
གནས་འགོ་འཛིན་ལྷན་པ་ཆོ་འཛོམས་པའི་སྐབས་ལ་ལས་གཞི་བཀའ་འཁོལ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་རྟོགས་རམ་མ་རག་ནས་ལྷག་ཡོད་
པ། ཡིན་ནའང་ས་གནས་ལ་དགོས་ངེས་ཅན་ཡིན་པའི་རིགས། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་དགོས་ངེས་ཅན་ཡོད་པ་གང་འདྲ་གང་འདྲ་
འདུག་ཟེས་དུས། དེའི་སྐབས་ལ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་གྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་དེ་འདྲ་ཞིག་བཀའ་གནང་སོང་། དེ་ནང་བཞིན་སྤྱི་
འོ་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཆོག་ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་ཐེབས་པའི་སྐབས་དེ་ལ་ཡང་དེ་འདྲ་རང་གི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་
བདེ་སྤྱུག་ཁྱེད་ཀྱི། དེ་ནང་བཞིན་པལ་ཆེར་ས་བགོས་སྤྱི་འབྱུས་རྣམས་ཀྱིས་ལས་བསྐྱོམས་ནང་ལ་འདྲའི་པལ་ཆེར་ཁ་གསལ་གྱི་
འདུག་བསམས་བསམས་འདྲ་ཞིག་འདྲའི་འདུག་དུལ་དེའི་ནང་ནས་དམིགས་བསལ་ནང་ནས་བཀའ་འགྲེལ་གིས་བཀའ་འཁོལ་
གནང་བའི་དུལ་འཁོར་དེ་དམིགས་བསལ་ནང་གསལ་བསྐྱད་ཡོད། དེས་མ་འདྲང་བའི་དུལ་འཁོར་དེ་ཕྱི་ཕྱོད་གཅིག་
གཅིག་ནང་ལ་བསྤྲོ་བས་བསྐྱད་ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། པལ་ཆེར་གཅིག་བྱས་ན་ཕྱི་ཕྱོད་ལ་ཐེབས་པའི་
སྐབས་དེ་ལ་གསལ་དུ་ཆགས་ཐུབ་ཀྱི་མེད་དམ་ཞེས་དེ་སྟེན་སོང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་ནས་སྐྱེད་ཚུང་བྱུན་གཡར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་
 ཐུགས་སྦྲང་ཆེན་པོ་གནང་ནས་གྲོས་ཆོག་ས་མ་འཆོག་སྤོན་སྐབས་ནས་ལྷན་ཁང་ལ་འབྲེལ་བ་གནང་སྟེ་ཁྱེད་རང་ཆོའི་བྱུན་
 གཡར་སྤྱི་གཤམ་གཞི་དེ་བསྐྱར་བཅོས་བཏང་འདུག དེའི་ནང་གནད་འགག་འདི་འདྲ་འདི་འདྲ་སྟེ་བསྐྱེད་འདུག་ཞེས་བཀའ་གནང་
 སོང། དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ང་ཆོ་དངོས་གནས་དང་གནས་པན་ཐོག་ས་པོ་བྱང་ལ། དེ་རིང་འདིར་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཆོང་
 མ་ལ་ངས་ལྷན་ཁང་གི་ཐོག་ནས་འཕོད་སྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། མཆོམས་མཆོམས་ལ་ང་ཆོས་མ་འགྲིག་པ་དང་ཆད་པ། ལྷག་པ་ལས་
 ཀ་ཁྱེད་བཞིན་པ་དེ་འདྲ་ཆོག་ས་ཆུང་དུ་དང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་གཞིགས་པ་ཡིན་ན། ཐད་ཀར་ཞལ་པར་དང་ཡིག་
 འབྲེལ་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་གནང་རོགས་ཅེས་འཕོད་སྐྱེལ་ཞུ་འདོད་བྱུང། དེའི་སྐབས་སུ་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཐོག་ནས་ང་ཆོར་
 འབྲེལ་བ་གནང་བའི་རྒྱ་མཆོན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཆོས་ལོར་བཅོས་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཀྱང་བྱུང་སོང། སྐྱེད་ཚུང་བྱུན་གཡར་དང་
 འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ས་གནས་སོ་སོ་ལ་གསལ་བསྐྱགས་དེ་དུང་ཁ་གསལ་དུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་སོང་ལ། དེ་
 ཆོའི་ཐོག་ལ་དེ་ག་རང་ཞུ་ཆོག་པ་ཁྱེད། ཀ་དུས་ཡིན་ནའང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཆོག་ས་འདྲུ་འཆོག་ས་པའི་སྐབས་སུ་ཡིན་
 ནའང་རེད། འབྲེལ་ཡོད་རྣམས་པ་ས་གནས་ལ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་རེད། ཀང་མང་མང་ཞིག་བཤའ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད།
 བཤའ་ཀྱི་ཡོད་དེ། ཡིན་ནའང་དུང་གསལ་སོ་མ་ཆགས་པ་དེ་འདྲ་མང་སོ་ཡོང་གི་འདུག ལྷག་པར་དུ་དེས་གོ་སྐབས་འདི་
 རྒྱངས་ནས། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཆོ་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། ཀལ་ཉེ་ང་ཆོའི་ན་གཞོན་
 རོགས་སྦྱོར་ལས་གཞིའི་ཐོག་ནས་བྱུན་གཡར་ཀྱི་སྤྱི་གཤམ་གཞི་འདིའི་ཐོག་ལ་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཆོས་གཞིགས་འདོད་
 ཡོད་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོར་བཀའ་གནང་རོགས་གནང། དཀའ་སོའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་ཀྱི་ཡིན། ཀང་ཡིན་ཟེར་ན།
 སྤྱི་གཤམ་གཞི་འདི་ལ་འགྱུར་བ་མང་སོ་ཞིག་ ཆོད་ལྷན་གྱིས་ད་ལྟའི་དགོས་མཁོ་ལ་བལྟས་ནས་འཛིན་སྦྱོར་དང་དཔལ་ལྷན་བཀའ་
 འག་ནས་འགྱུར་བ་བཏང་གནང་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་འགྱུར་བ་ཡོད་ས་གཅིག་དེ་དེའི་ནང་ལ་ཁྱབ་ཆོད་འདྲ་སོ་གཅིག་ཡིན་ན།
 དེའི་སྤོན་ལ་སྤྱི་གཤམ་གཞི་འདིའི་ཁྱབ་ཆོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁ་ཐོར་མི་མང་ལ་སྟོབ་སྟབ་ཀྱི་མི་འདུག་ཟེར་ནས། ང་ཆོ་འདིར་པལ་ཆེར་ཀ་
 རོར་སྐྱང་གསུམ་ལ་དེའི་སྐབས་ལ་ཆ་བགོས་ཡོད་པའི་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཆོག་ས་ལ་གསུངས་
 ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ལྷན་ཁང་ལ་དེ་འདྲ་གསུང་མཁན་བྱུང། ཁ་ཐོར་མི་མང་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་དེའི་ནང་ལ་ངས་པར་དུ་
 ཐོབ་ཐང་ལེན་སྟབ་པ་ཞིག་ཁྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས། དེ་ནང་བཞིན་ཁ་ཐོར་མི་མང་ནང་ནས་རྩ་རམས་ལ་བཟོ་འདྲ་སོ་ཡིན་
 ནའང་སོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་བ་དེ་འདྲ་ངས་པར་དུ་འདིའི་ནང་ལ་ཆུད་སྟབ་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་དགོངས་འཆར་
 ཡོད་པ་དེ་ཆོ་ད་ལན་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་འགྱུར་བ་ཞིག་བྱེད་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་བྱ་ལོན་
 རྒྱང་རྒྱ་དེ་ཡང་ལས་སྐྱ་དུ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག ཀཞུང་གི་བྱ་ལོན་གཡར་བཞག་པ་དེ་ཆུར་ལོག་སྟབ་པ་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་
 ཆེན་སོ་རེད་འདུག ཡིན་ནའང་ལེན་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་ལེན་རྒྱ་དེ་ལས་ཁའམ་བདམས་ཀ་དེ་རིམ་པ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་
 སྤྱི་ཆོག་ས་ནང་ནས་བསམ་ཚུལ་ཡོང་གི་འདུག་ལ། ང་ཆོ་ནང་ཁྱལ་ཡིན་ནའང་བཀའ་བསྐྱར་མང་སོ་བྱས་ཉེ་རིམ་པ་ཁ་གསལ་གིག་
 སྒོ་བྱེ་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཡར་ལངས་ནས་དུས་ཆོད་མང་སོ་ལེན་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་རེ་གཉིས་གིག་ཞུས་པ་ཡིན་ན།
 དཔེར་ན་ང་ཆོའི་མིག་གི་འགྲམ་ལ་མཐོང་བ་གང་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་ལམ་ན། དེ་བསྐྱར་བཅོས་མ་བྱས་སྤོན་ལ་ངས་པར་དུ་མི་

གཉིས་འགན་ལེན་ཁག་ཐེག་སྟོང་མཁན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་འདི་དུ་ལྟ་བུ་འགྱུར་བ་འདིའི་ཐོག་ནས་གལ་ཏེ་
 གཞུང་ཞབས་ལས་བྱེད་གཅིག་ཡིན་ན། འུ་ལོན་གཡར་རྒྱའི་དདུལ་འཁོར་དེའི་བརྒྱ་ཆ་ ༥% ཞིག་སོ་སོ་ལ་གསོག་དདུལ་
 ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། ལས་བྱེད་དེ་ག་རང་གིས་ཐོག་ནས་འུ་ལོན་གཡར་རྒྱ་ལ་འགན་ལེན་ཁག་ཐེག་བྱེད་ཐུབ་པའི་ལམ་ཁ་
 གཅིག་ཆགས་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ལས་བྱེད་ནས། ང་རང་ཚོ་སྤྲིག་འཇུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་དེ་ནང་བཞིན་དང་
 སློབ་ནང་ཡོད་མཁན་དང་དེ་འདྲའི་སྤྱི་མཆེད་ཡོད་མཁན། ངའི་རྒྱ་བའི་ཐོག་ནས་དདུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་མར་བཅག་ན་འགྲིག་གི་
 ཡོད་ཟེར་ནས། དེ་འདྲའི་སྤྱི་མཆེད་ཐོག་ནས་དང་དུ་སྒྲངས་ནས་ཡོང་བ་ཡིན་ན། ལྷན་ཁང་ཡིན་ནའང་རེད། ལས་ཁུངས་དདུལ་
 གང་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ནའང་དེ་ལ་པར་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་རྒྱ་བ་ལ་མར་གཅོག་རྒྱུ་ཡོད་པ་བྱས་ནས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་འགྱུར་བ་
 ཕྱིན་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་ས་གནས་སོ་སོ་ལ་ཡིན་ནའང་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་སྦྱིད་སྤྱག་ཅེས་
 མིང་ལ་བ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་གཅིག་བྱས་ན་ངའི་བ་མང་པོ་ཡོང་གི་རེད། ས་མཆོམས་བཞག་ས་གང་དུ་འཛོག་གི་རེད་དམ་མ་
 རེད། དེ་ས་གནས་ཚོགས་རྒྱུང་ལ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཡང་ལམ་སྟོན་ཁ་གསལ་བ་གཅིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་བསམས་བསམས་བྱས་
 ནས། ཚོགས་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་བ་གཉེར་བྱུག་གིས་དེ་འདྲ་གནང་ནས་ཁོ་ལ་ངེས་པར་དུ་འུ་ལོན་སྟོང་རོགས་ལ་བ་ནས་
 ཚོགས་རྒྱུང་ནས་པར་གཏོང་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཚོགས་པ་རང་གི་ཐོག་ནས་ཆད་ལྡན་གྱིས་བྱུགས་བཏྲན་པོའི་བ་གིར་
 གཟུང་ས་ཡོད་པའི་ཚོགས་པ་རང་གི་ཐོག་ནས་མི་དེ་ངའི་ཁུངས་ཡིན། ཁོ་ལ་འུ་ལོན་གཡར་རོགས་གནང་། ཁོས་འུ་ལོན་དེ་མ་
 བྱུང་བ་ཡིན་ན་འབྲེལ་མཁན་དེ་ཚོགས་པས་འབྲེལ་གྱི་ཡིན་ལ་བ་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་ལམ་ཁ་སྤྲོད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་དེ་
 ཡང་འགྱུར་བ་དེ་འདྲ་ཕྱིན་པ། དུས་ཚོད་མང་པོ་ལེན་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་ངས་དེ་རགས་ཙམ་ཞུས་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་དེ་ཚོ་
 བརྒྱུད་ལམ་འདིའི་ཐོག་ནས་མི་མང་གིས་མཁྱེན་པ་གཅིག་དང་དོ་སྣང་ཡོང་བའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནང་བཞིན་སྤྲིག་གཞིའི་
 ཐོག་ལ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་སོ་སོས་འགན་ཁུར་ནས་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཅིག་མི་མང་གིས་ཁ་གསལ་པོ་མཁྱེན་པ་བཟོ་རྒྱུ་དེ་ལས་
 འགན་རེད་ལ། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་འདི་ནས་རེ་འདུན་གནང་བ་ནང་བཞིན་ང་ཚོས་ལག་བསྟར་ངེས་པར་དུ་བསྟར་གྱི་ཡིན་ཞེས་ཁྱེད་
 རྒྱུ་ཡིན།

སུད་ཚོང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་སྒྲུབ་ལ་མར་མ་འབབ་སྟོན་ནས་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་ཡང་
 བསྐྱར་གཅིག་གང་ཞུ་འདོད་བྱུང་ཞུས་ན། རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ཐོག་ནས་མངའ་སྡེ་སོ་སོ་ལ་མར་ཡི་གེ་བཏང་བ་དེའི་ཐོག་དང་རྒྱ་
 གར་དབྱས་གཞུང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ནང་སྤྲིད་ལས་ཁུངས་རྒྱུང་པ་མ་རེད། ཁ་སྟོན་འདིར་དཔལ་ལྷན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སློན་ཐོག་
 ནས་ཀྱང་སྟན་མེད་གནང་སོང་ལ། ང་ཚོའི་འབྲེལ་ཡོད་ལྗོངས་ཀྱི་དོན་གཅོད་ཐོག་ནས་རྒྱུང་འགན་བཞེས་ཏེ། སྐྱོད་བསྟན་པ་ལགས་
 རེད། དེ་ནང་བཞིན་བྱུང་ཆེ་ཆེ་དབང་རྒྱལ་པོ་ལགས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཆང་མའི་ཐོག་ནས་ཐུགས་སྲུང་དཔེ་མི་སྤྲིད་
 བཞེས་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོ་ཆང་མས་ཀུས་པ་བསྐྲིགས་ནས་ཆགས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ང་ཚོ་ནང་སྤྲིད་ལས་ཁུངས་རྒྱུང་རྒྱུང་གི་
 ཡིན་པ་བཟོ་བྱས་ན། དེ་ཡང་ཉོག་ཙམ་ཉག་ཉག་མ་བསྟན་པའི་བཟོ་འདྲ་བྱུང་སོང་། གནས་སྟངས་ཁོ་རང་ཐོག་ལ་ཞུས་པ་ཡིན་ན།
 དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དེའི་སྟོན་གྱི་གྲོས་ཚོགས་གཅིག་ལ་ཡང་ཞུ་བྱུང་། རྒྱུ་ལམ་པ་ཞིག་ལ་དང་སང་ང་ཚོ་སུད་
 ཚོང་བརྒྱུ་པ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། ནང་ཞུས་དང་ཉོག་ཙམ་གནས་རྒྱུ་ཡོད་པ། བོད་རིགས་ཡིན་མཁན་གྱི་བོད་པ་

རང་མིན་མཁན་གྱི་པོད་རིགས་དང་རང་རང་ཆོའི་བར་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་མཐོ་ཙམ་དམའ་ཙམ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག དེ་
ཆོ་ཆང་མའི་ཐོག་ལ་འདྲིར་ཞིབ་ཆགས་པོས་ཁྱུ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས། དོ་སྤང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ་དགོས་ངེས་ཀྱི་མཆོམས་
མཆོམས་ལ་ས་གནས་ལ་སྐྱེ་ཆབ་གཏོང་དགོས་ས་དེ་འདྲར་སྐྱེ་ཆབ་བཏང་ཡོད། དེ་ཆོ་ཆང་མའི་ཐོག་ལ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་
ནམ་པ་ཆོ་ཡིན་ནའང་ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་ཕེབས་པའི་སྐབས་ལ་སློབ་གསོ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་བསྟོན་དགོས་པ། ཡ་རབས་
བཟང་སྤྱོད་དང་མཐུན་ལམ་ཐོག་ནས་པར་ལམ་ཁ་ཞིག་འཆོལ་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོ་
ཡིན་ནའང་ཐུགས་འགན་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ལ་སྤྱི་མཐུན་ནས་དེ་འདྲ་བཞེས་རོགས་གནང་ཞེས་ཁྱུ་ཆུ་ཡིན། ང་ཆོ་ཡིན་
ནའང་གང་དྲག་དྲག་གིས་ལས་བྱེད་ཆང་མའི་ཐོག་ནས་དོ་སྤང་བྱེད་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཁྱུ་ཆུ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་རྒྱ་རྒྱུ་བྱར་ཆས་གསོ་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་འདྲིར་བཀའ་
གནང་བ་དེ་ཆོ་དངོས་གནས་དྲང་གནས་ང་ཆོ་ཆང་མས་དེ་འདྲ་དཔེ་སྤྱིད་ཐོག་མེད་བསམ་པ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་སོང་། དེའི་ཐོག་ལ་དེ་
རེར་རང་ཆོགས་འདུ་འདྲི་བྲོལ་ཆར་བའི་ཐེས་ལ་ང་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པ་གིའི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་བརྒྱུད་ནས་གནས་སྤངས་
གང་འདྲ་རེད་འདུག་དང་མི་འདུག མ་འོངས་པ་ལ་དེའི་ཐོག་ལ་གང་གནང་རྒྱ་ཡོད་མེད་བལྟས་ནས། ཐེས་མ་གྲོས་ཆོགས་སྐབས་
དེ་ལ་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་གང་རེད་འདུག་གམ་ཞེས་ཏན་ཏན་རང་ཡར་ཁྱུ་ཆུ་ཡིན། དེ་ནང་སྤྱིད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཐད་
ཀར་ལྟ་སྤྱོད་འོག་ལ་ཡོད་པའི་ཆས་གསོ་ཁང་གཅིག་མ་རེད་ཅེས་ང་ཆོས་བྱར་དུ་གཞག་རྒྱ་མེད་པ་དེ་ངོས་འཛིན་གཙང་མ་ཁྱུ་ཆུ་
ཡིན།

དེ་ནས་ལས་ཤུག་དེ་ཆོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐད་ནས་གསུངས་སོང་། ང་ཆོ་འབྲེལ་ཡོད་ཆང་མས་གོ་བསྟན་ཡོད་པ་
རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཏན་ཏན་དོ་སྤང་ཆེ་རུ་གཏོང་གི་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཨར་པོ་ག་རེ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་། ངས་ཨར་པོའི་ཐོག་ལ་
མང་པོ་ཤེས་ཀྱི་མེད་དེ། འགན་ཡོད་མཁན་དེ་ཆོ་ཡར་རྒྱགས་མར་རྒྱགས་བྱས་ནས་བྱེད་བསྟན་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ངས་
འདྲིའི་སྤྱོད་མ་གཅིག་ཁྱུས་སྤྱོད་། སོ་སོའི་རང་བདག་གི་ཁང་པ་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་བདག་པོ་བརྒྱབ་རྒྱར་ཏོག་
ཙམ་དཀའ་ངལ་ཡོང་གི་འདུག ང་ཆོའི་འདྲི་བྲུབ་ཆེན་པོ་མེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན་བྲུབ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་དང་།
ཡང་མི་འདུག་བསམ་བསམ་བྱས་ནའང་མཆོམས་རེ་ཉུང་ཉུང་བཟོ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་དེ་ཆོ་ལ་ཁག་དཀྱིས་
ནས་བཞག་ན་གང་ནས་འབྲིག དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་ཏན་ཏན་ཡར་རྒྱས་འགོ་རྒྱར་འབད་བཙོན་ཁྱུ་ཆུའི་ལས་འགན་ཆགས་
བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཐེས་སྤྱི་འཐུས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་ལས་ཤུག་འདྲི་དང་འདྲི་ལ་སྤྱོད་འདྲི་དང་
འདྲི་འདུག་ལབ་པ་ཡིན་ན། ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ཡིན་ནའང་སྐབས་བདེ་པོ་འདྲ་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་རེད་བསམ་པ་འདྲ་བྲན་གྱི་
འདུག ཡིན་ནའང་ངེས་པར་དུ་གྲོས་ཆོགས་རང་ནང་བཀའ་གནང་དགོས་འདུག་ཅེས་ངས་ཁྱུ་ཡི་མེད། ཡིན་ནའང་ང་ཆོར་དེ་འདྲ་
བཀའ་གནང་རྒྱ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱ་ལ་པན་ཐོགས་པར་ཡོང་ས་རེད་ཅེས་ཁྱུ་ཆུ་ཡིན།

དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག ས་ཆའི་རྩྭ་གླིང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཡོངས་འདྲ་ཞིག་བཀའ་གནང་
སོང་། མང་པོ་གཅིག་སྤང་ལ་ཁྱུས་པ་ཡིན་ན། ལྷག་པར་དུ་རྩ་རམ་ས་ལའི་སྟོར་དེ་སྟོན་སེང་ཁྱུས་ཆར་བ་ཡིན། སྤེལ་གོ་བ་དང་
འབྲེལ་ནས་གཅིག་བཀའ་གནང་སོང་། དེའི་ཐོག་ལ་གྲོས་ཆོགས་འདྲིའི་ནང་ལ་མང་པོ་ཁྱུ་འདོད་འདྲ་ཞིག་མ་བྱུང་། ལྷག་པར་དུ་

ས་ཆ་དེ་རྒྱ་གར་དབུས་ས་གཞུང་གིས་སྐྱབས་བཅོལ་བོད་མི་ལ་སྤོང་བཞག་པའི་ས་ཆའི་ཁོངས་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་
ཅེས་དེ་ལྟར་འདོད་བྱུང་།

དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ད་ལྟ་སིམ་ལའི་གནད་དོན་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ༡ན་༡ན་
རང་རེད། ད་ཀའ་ངལ་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་འཕྲད་བསྐྱད་ནས་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཁང་ཐོག་ནས་བོད་པ་ནང་མི་ ༡༩༥ ལ་ order
དང་། མི་གཅིག་གི་ order མ་སྤེལ་ནས་གང་ལྟར་བོད་མི་ ༡༩༦ བཟོ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་ཚོ་ལ་ད་ལྟ་
Sanjauli རེད། དེ་ནང་བཞིན་ Bus stand ལ་བ་བྱས། གང་ལྟར་ཁོ་རང་ཚོ་དེ་འདྲའི་ནང་མི་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་
ཚོའི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་བྱགས་ཆེན་པོ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་མ་ཟད་མངའ་སྡེའི་གཞུང་རེད། ཁ་སྔ་འདིར་ལྷ་རྒྱུའི་འབད་བཅོན་
བྱས་པའི་ལྷ་ལེ་ལ་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ་དེའི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། ལུ་མ་སྐད་ནས་བོད་པ་གཞིས་ཆགས་བསྐྱོན་རྒྱུ་དེ་ཚོ་ལ་
རོགས་པ་གནང་རོགས་གནང་ཅེས་ལུས་པ་དང་སྐྱགས་སིམ་ལ་དེ་དཔེ་མཆོན་འདྲ་ཞིག་བཞེས་ནས་སྒྲོར་མོ་འབུམ་ ༡༠༠
འཆར་གཞི་ཞིག་དབུས་ས་གཞུང་གཉིས་ཀ་ལ་སྤུལ་ཡོད། དེ་ནང་བཞིན་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་རོགས་སྐྱོར་བཅའ་ནས་དབུལ་དེ་
རག་པའི་དུས་ཚོད་གཅིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་སིམ་ལའི་ Kusumti གཞིས་ཆགས་ཀྱི་ས་ཆའི་ནང་ལ་ལུ་ཐུག་པ་བྱུང་ན།
ཨར་ལས་རྒྱག་དགོས་པ་དེ་འདྲའི་བང་འདྲ་ཞིག་བསྐྱེགས་བསྐྱད་ཡོད། གང་ལྟར་མི་མང་ལ་ད་ཀའ་ངལ་མ་འཕྲད་པ་ཞིག་བྱ་རྒྱུར་
ང་ཚོས་གང་སྐབ་སྐབ་ཀྱིས་དོ་སྣང་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྤྱོད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྤྱོད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ འདས་པའི་ལོའི་ནང་ལ་དབུས་ནང་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་ནས་ཐུག་ལས་གང་མང་ཞིག་གནང་བ་ལ་
བསྐྱགས་བརྗོད་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་འཆབ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་གཅིག་ལོ་མང་པོའི་སྤྱོད་ནས་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་
ལུས་ཀྱང་ད་ཀའ་ངལ་དེ་ད་དུང་ལུ་མ་སྐད་ནས་གནས་བསྐྱད་འདུག དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ས་གནས་འགོ་འཛིན་ནས་པ་ཚོ་ཐུག་
ལས་གནང་རྒྱུ་ལ་མ་སྐད་རྒྱུ་འདྲང་ངེས་བཞིན་པ་གནང་དགོས་འདུག་ཟེར་བ་དང་གཅིག་ སྤྱོད་མར་ས་གནས་འགོ་འཛིན་སྤྱི་
ལོགས་སུ་ཐེབས་ན་བཀའ་འཁོལ་ལྷ་བའི་སྤྱིག་གཞི་དེ་ལུ་མ་སྐད་ནས་གནས་ཡོད་དམ་ཅེད། དེའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཞིབ་གནང་
དགོས་པ་འདུག འགན་ཆེན་པོ་དང་དུས་ཚོད་ངེས་ཅེད་ཀྱིས་ཐུག་ལས་གནང་སྐབས། དེ་ཚོ་ལ་དབང་ཆ་དང་མ་སྐད་རྒྱུ་ལག་
པོ་དགོས་འདུག དེ་ཚོ་ལག་པོ་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་འཐུས་ཁོར་དེ་ནང་སྤྱོད་ལྷན་ཁང་གཅིག་སུ་མ་རེད། ད་ལྟའི་སྤྱོད་ཅེས་ནང་ལ་
མང་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། སྤྱོད་བཅོས་བཟླ་སྤོང་ལས་གཞི་དེ་ངེས་པར་དུ་འཕྲོད་བཞེན་ལས་ཁུངས་ལས་བྱེད་གཅིག་སུ་ཞིག་གི་
ལྷ་དགོས་པ་མ་རེད། བོད་མའི་སྤྱིག་འཛུགས་ཀྱི་ལྷ་སྐྱབ་སོགས་ཡིན་ན། ས་གནས་འགོ་འཛིན་ནས་ཀྱང་མི་མང་ནང་ལ་སྤོབ་
གསོ་སྤོང་དགོས་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་ནས་མི་མང་ནང་ལ་གང་ཅིའི་ཐོག་ལ་སྤོབ་གསོ་ལྷ་དྲག་གི་འདུག འདས་པའི་ལོ་གཅིག་

གཉིས་ནང་དུ་མཛད་སྒོ་ཞིག་ཡོད་ན་མཛད་རིམ་སྒོ་གྱི་ལས་སོ་སོའི་ངོས་ནས་བཀའ་མོལ་སྒོ་བ་གསོ་ཆོག་གཅིག་གཉིས་ཀྱང་
མཐོང་མ་སོང་། མི་མང་ལ་སྒོ་བ་གསོ་ཉེང་ཐག་ནས་འཐུས་ཤོར་མང་པོ་ཞིག་འབྱོར་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ག་ལེར་ལ་ཇ་ཐག་པོ་
ཆགས་དུས་ཚུར་ཡང་བསྐྱར་བསྐྱར་དུ་བྱ་རྒྱ་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་རེད། བྱས་ཅང་སྤྲིག་འཛུགས་ཡོད་བསྐྱད་པ་དེ་ཟུ་མ་ཐུད་ནས་
གནས་པ་དང་། སྤར་ལྷག་འབྱོར་བ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་དང་དུས་ནས་དུས་སུ་སྒོ་བ་གསོ་མང་ཅམ་བསྐྱོན་རོགས་གནང་འབོད་སྐུལ་
ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ནང་སྤྱི་དུ་བཀའ་སྐྱོན་མཆོག་ནས་སྤྱི་དུ་ཚུར་བུན་གཡུར་དང་། བ་གཞོན་བུན་གཡུར་གྱི་སྤྲིག་གཞི་ལ་བསྐྱར་
བཅོས་གནང་བ་ཡིན་གསུངས་སོང་། ཉ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། གཞོན་སྤྲིས་མང་པོ་ཞིག་གི་བུན་གཡུར་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱང་གཡུར་དུ་
འབྱོར་སྐབས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་འབྱུང་ཀྱི་ཡོད་པ་གསུང་མཁན་འདུག དཔེར་ན་ན་ཞིང་ངས་འབྲོད་བསྐྱོན་དང་འབྲེལ་བ་བཏགས་
ནས་ཞུས་པ་ཡིན། Physiotherapist གཉིས་ཀྱི་ད་ལྟ་དཀའ་གཏོང་དགོན་པའི་འཕྲིད་ལ་བཅུགས་ཡོད་པ་རེད། སྒོ་བ་སྤྱི་དུ་
བྱས་ནས་སོ་སོའི་རྒྱུ་རྐྱེད་ལ་ཡང་ས་འདོད་ཀྱིས་བྱ་ལོན་ཞུས་སྐབས་ཅ་བ་ནས་རག་མི་འདུག སྐབས་བཅོལ་ལག་དེབ་ན་
ས་ནས་མིན་སྐབས་རེད་འདུག ང་ཆོའི་གཞོན་སྤྲིས་ཆོ་སྒོ་བ་སྤྱི་དུ་བྱས་ནས་ཆང་མ་ལ་འཛིན་སྤྱི་དུ་ནང་ལ་བྲག་ལས་གནང་བྱུ་
པ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་སོ་སོ་རང་གིས་སྒོ་བ་སྤྱི་དུ་གང་བྱས་པ་དེ་ཟུ་མ་ཐུད་ནས་བྲག་ལས་གནང་འདོད་ཡོད་པ་དང་།
དམིགས་བསལ་གྱི་སོ་སོའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་བྲག་ལས་གནང་འདོད་ཡོད་པ་ཆོར་ཆ་རྒྱུན་བསྐྱོན་བྱུ་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་
རེད་སྟེ། ང་ཆོས་སྤྱི་ན་བདག་སོགས་གནང་བ་ལས་བྱ་ལོན་གཡུར་ནས་སོ་སོ་རྒྱུ་རྐྱེད་ལ་ཡང་ས་རྒྱུ་རྐྱེད་རོགས་སྤྱི་དུ་གནང་
བྱུ་བ་ལེགས་པ་འདུག་སྟེ། ཁོང་ཆོས་ཀྱང་དེ་བ་སྤྱི་དུ་བྱས་ནས་བཅུགས་པ་ཞིག་རེད་འདུག དེ་བཞིན་གཞན་ལའང་རག་མེད་
པའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་གསུང་རྒྱུ་འདུག དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་གསུངས་སོང་། ཆ་རྒྱུན་གཞན་གྱི་
ཐོག་ནས་དགོངས་བཞེས་གནང་བྱུ་བ་དགེ་མཆོན་ཆེན་པོ་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཁ་སང་སྐར་རྟགས་ཅན་གྱི་བྱི་བའི་ལན་ལས་འབྲོས་ནས་གཞིས་ཆགས་སྤྱི་དུ་ལོང་རྒྱུ་མི་མང་ནང་ལ་སེམས་
ཤུགས་སྤར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ས་ཞིང་འདེབས་ལས་ཐོག་ལ་སེམས་ཤུགས་སྤར་རྒྱུ་འཆར་གཞི་ངས་གང་མཐོང་མ་
སོང་། ཁ་སང་སྐར་རྟགས་ཅན་གྱི་ལན་ལ་ཞིང་ལས་འདེབས་ལས་བྱ་ལོན་གཡུར་གྱི་ཡིན་གསུངས་སོང་། བལ་ཆེར་ད་ལོ་
གསར་པ་ཡིན་པ་འདྲ། འདས་པའི་ལོ་ལ་དེ་འདྲ་མཐོང་མ་སོང་། འཆར་གཞི་དེ་གསར་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་འདུག དེ་ལས་འབྲོས་
པས་ག་རེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ཅེ་ན། སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ས་ཆའི་ནང་ལ་གཞོན་སྤྲིས་མང་པོ་ཞིག་ཞིང་ཁ་འདེབས་ལས་སྐར་ལ་དབྱིངས་ཞུ་
མཁན་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོར་སེམས་ཤུགས་སྤར་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཆོས་མི་
མང་འདྲ་འཛོམས་ནང་ལ་ཁོ་ཆོར་སེམས་ཤུགས་སྤར་བྱུ་བ་ན། གང་ཅིའི་ཐོག་ལ་པན་ཐོགས་འདུག དེ་ནས་དམིགས་བསལ་ཐོག་
ཇེས་སུ་གོ་སྐབས་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ། ཐུགས་ཇེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱི་དུ་བཀའ་སྐྱོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྲིད་བཀའ་སློན་རྒྱ་རི་སྒྲིལ་མ་མཆོག་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་སེམས་འཆབ་ཀྱི་གནད་དོན་དེ་གཉིས་ཤིག་གསུངས་གནང་
 མོང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ད་ལྟ་བཀའ་གནང་བ་དེ་ཆོ་རུ་ཆོའི་དོ་སྣང་མ་བྱས་པ་དང་ཐབས་ཤེས་མ་བྱས་པ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མ་རེད།
 དུས་རྒྱུན་དུ་འཛིན་སྐྱོང་ནང་ལ་བཀའ་བསྟུང་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་རེད། ག་པ་ལ་ཡིན་ནའང་ཁྱེད་བཞིན་ཡོད། ས་གནས་
 དེ་དེ་ལ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཡོད་པ་དེ་ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྐྱེ་ཆབ་གཅིག་བྱ་མ་རེད། དེ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཤམ་གསུངས་ཀྱི་སྐྱེ་
 ཆབ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་རིང་འདིར་གསལ་པོ་ཁྱེད་འདོད་བྱུང་། དེ་སྤྱི་གཤམ་ཚོགས་ནང་ལའང་བཀའ་མོལ་
 བྱུང་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁ་ཤས་ནས་ཀྱང་བཀའ་གནང་མོང་། ས་གནས་འགོ་འཛིན་སྤྱི་གཤམ་གཤོང་དགོས་
 གསུངས་པ་རེད། དེ་ལ་ང་ཚོས་ཀྱང་མོས་མ་ཐུན་ཡོད། མི་མང་གི་བདེ་སྤྱི་གཤམ་ལ་ལྟ་སྐྱབ་མཁན་དང་། ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་མི་ལ་
 མ་ཐུན་སྤྱི་ལ་བཟོ་སྐྱབ་མཁན། བོད་མི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆབ་མཆོན་བྱེད་སྐྱབ་མཁན་ཞིག་དགོས་འདུག་ཅེས་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ག་
 དུས་ཡིན་ནའང་སེམས་ལ་བཞག་ཡོད། ངས་རྟག་པར་ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་དང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་གྱི་བྱེད་ཀྱི་
 ཡོད་ཁྱེད་ལ་བསྟུང་ན་རན་པོ་མིན་འདུག་ ཡིན་ནའང་ཁྱེད་རྒྱུའི་ལས་འགན་ང་ལ་ཡོད་དུས། མི་མང་གི་ལས་དོན་ཆད་སྒོ་ག་དུས་
 བརྒྱུད་ནའང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་འགོ་དགོས་ཀྱི་རེད། མཆམས་རེ་ས་གནས་ལ་ང་ཚོ་ཕྱིན་པའི་སྐབས་སུ་འདོད་པ་ཆ་ཆང་མ་
 ཁེངས་པ་དེ་འདྲའང་ཡོང་གི་འདུག་ དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་མི་མང་དང་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་ལ་དགོངས་སེལ་ཁྱེད་རྒྱུ་ཡིན། དེ་
 དང་སྤྱི་གཤམ་ནས་འབྲེལ་ཡོད་བྱུང་ཆེ་རྒྱུ་ལ་ཡིན་ནའང་སྤོབ་གསོ་གནང་ནས་ངེས་པར་དུ་རྟ་རམ་ས་ལ་དང་སོ་སོའི་འདོད་པ་
 ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཁོ་ན་ལ་མ་བསྟུང་བར། མི་མང་ཡོད་སར་མར་ཕྱིན་ནས་འགན་འཁུར་བ་ཡིན་ན། གི་བརྟུན་བ་དང་གཅིག་པ་རེད།
 ཡག་པ་དེ་ཆོ་འདོན་དགོས་ཀྱི་རེད། འགོ་སྐྱབ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་བསམ་བསྟུང་གྱི་ཡོད། མཆམས་རེ་དུས་
 ཐོག་ལ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་གཤོང་མ་སྐྱབ་པ་དང་། མཆམས་རེ་དུས་ཆོད་བྱུང་བྱུང་ལ་བརྗེ་དགོས་པའང་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ དེ་
 ཆོའི་ཐོག་ལ་འཛིན་སྐྱོང་ལ་ཐུགས་རེ་དང་ཆོར་སྣང་མེད་པ་གང་ཡང་མིན། གང་སྐྱབ་ཅི་སྐྱབ་འབད་བཞིན་བྱས་དང་བྱེད་སྐྱབ་
 ཡིན། དེ་རིང་བཀའ་གནང་བ་ནང་བཞིན་བྱེད་ངེས་ཀྱང་ཡིན། དེ་བཞིན་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཞིག་ས་གནས་གཞན་ཞིག་ལ་
 ཐེབས་དུས་བཀའ་འཁྲོལ་ཁྱེད་སྐྱོར་གསུང་གི་ཡོད་པ་འདྲ། དེ་ལ་སྤྱི་གཤམ་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཞིག་སྤེལ་ས་ཀྱང་མ་ཕྱིན་པ་འདྲ། དེ་ཆོའི་
 སྐྱོར་ལ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་སྐབས་སུ་བརྗོད་གཞི་འདིའི་ཐོག་ལ་ལས་ཐོག་རྒྱུ་པའི་དགོངས་འཆར་
 རོགས་ནས་གནང་ན་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ ལས་གཞི་དང་ལས་དོན་གང་གི་ཐོག་ལ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་སྤྱིར་བཏང་བཀའ་འཁྲོལ་ཁྱེད་ས་
 ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ན་མ་བདེ་བའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་འདུག་ ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་བར་དུ་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ་ང་ཚོའི་ཉ་གོ་བའི་ནང་ལ་
 མེད་ཀྱང་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་ཚོགས་པ་ལྟ།

ས་གནས་འགོ་འཛིན་གྱིས་མི་མང་ལ་སློབ་གསོ་ཉུང་བྱ་འདུག་བཀའ་གནང་སོང་། དེ་ཚོ་འོ་ཐོག་ལ་བཀའ་འགན་ནང་
ལའང་བཀའ་བསྟུང་གནང་གི་ཡིན། ས་གནས་འགོ་འཛིན་རྣམས་མོ་ལའང་གསུམ་གཉིད་ཀྱི་རིམ་པ་ཟེར་ནའང་མ་འགྲིག་པ་ཡོད་
པ་མ་རེད་ལ། ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཚོ་གསུང་བསྟུན་ནས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་རྣམས་སློབ་ས་སླེལ་སྤྱི་ཐབས་སྤྱོད་ཉིན་མ་
གཅིག་གཉིས་འཆོག་ས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འོ་སྐབས་སུ་སྤྱན་ཁང་སོ་སོའི་མི་མང་ལ་སློབ་གསོ་བསྟུན་དགོས་པའི་རིགས་དེ་ཚོ་

བརྒྱུག་པ་ཡིན་ན་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་ལ་བཀའ་བསྟར་བྱས་ནས་སྐྱབ་སྐྱབ་མིན་གྱི་རྒྱ་མཚན་
ཡོད་པ་འགན་འཁུར་གྱི་ཡིན།

བྱ་ལོན་གཡམ་མཁན་ནང་ནས་ Physiotherapist གཉིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ནང་སྲིད་བཀའ་ཁྲོན་གྱི་མདུན་ལ་
བསྐྱེབས་མ་སོང་། སལ་ཆེར་ས་གནས་ནས་བཀའ་མིན་ནས། སློག་གཞིའི་ནང་ལ་དདུལ་བྱལ་སྐབ་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་དེ།
རྒྱ་ལོག་དགོས་པ་དེ་འདྲ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་དུས། སལ་ཆེར་སློག་གཞིའི་ནང་ལ་ས་གནས་རང་ཁྱད་ས་མི་མང་ཡིན་མིན་ཞིག་
དགོས་པ་ཡོད། ས་གནས་ཀྱི་མི་མང་ཡིན་མིན་ལ་བརྟུན་བཅའ་ཁྲིམས་རིན་པོ་ཆེའི་ནང་ལ་འགོ་དུས། ས་གནས་དེར་ལོ་ལྔ་
བསྟན་དགོས་པ་ཞིག་གསལ་བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་འདྲ། མ་འོངས་པར་དཀའ་ངལ་སངས་ཐབས་ལ་གང་འདྲ་འདུག ཡིན་ནའང་
physiotherapist སྐོར་ནས་གནས་ཚུལ་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་ལ་བརྟུན་གཅོད་བྱས་ནས་ཉམས་སྲུང་ལེན་རྒྱ་མེད་དམ་སྟེ།

གོང་དུ་སྐར་ཉགས་ཅན་གྱི་དྲིས་ལན་གནང་བའི་སྐབས་སུ། དཔལ་ལྷན་སྲིད་སྲོང་མཚོག་གི་ཐུང་ཅམ་ཞིག་གནང་ཡོད་
པ་རེད། དེའི་སྐོར་དེ་རིང་ངས་འདིར་གསལ་པོ་བཟོ་ཡི་ཡིན། བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་སློ་ལྷན་སོ་ནམ་ཞིང་ལས་ཀྱི་སྲིད་བྱས་དེ་
གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བརྩིས་ནས་རྒྱན་འཁྱོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་འདོད་བྱུང་། དེ་བཞིན་གཞིས་ཆགས་ཁག་གི་ས་ཞིང་
འདེབས་ལས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་བཀའ་ཤག་ནང་ལའང་བཀའ་བསྟར་རིམ་པ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་ལ། ལྷག་པར་དུ་ནང་སྲིད་ལས་
ཁྱད་ས་ཀྱི་བྱུང་ཆེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་དཔལ་ལྷན་སྲིད་སྲོང་མཚོག་ལ་ཐུར་དུ་ཐེངས་མང་པོ་གོ་བསྟར་ཁྱེད་ཀྱིས་སོ་ནམ་
ལར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུར་མཐུན་ཞིན་སྐྱབ་དགོས་ཀྱི་འདུག ལྷག་པར་དུ་གཞོན་སྐྱེས་དེ་ཆོ་སོ་ནམ་ལ་དབྱེད་ས་སྐྱེབས་དགོས་པ་ལ་
ག་རེ་བྱེད་དགོས་འདུག་ཟེར་དུས། གཅིག་དེ་བྱུན་གཡམ་རེད། དེའི་སྡོན་ལའང་གྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་དགོངས་འཆར་དེ་འདྲ་བྱུང་
བ་རེད། དེ་སྐབས་ལ་ཡིན་ནའང་ལོ་གཞོན་པ་ཆོའི་མཉམ་རུབ་བྱེད་ནས་ཞིང་ཁ་བཏབ་མཁན་ཆོར་ངོས་ལེན་དང་སེམས་ལུགས་
སྤར་དགོས་འདུག་ཞེས་དགོངས་ཚུལ་གསུངས་པ་རེད། གྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་བཏོན་པའི་དགོངས་པ་དེ་ཆོ་གཞི་ལ་བཞག་ནས།
དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས་ ༢༠༡༩ ལྷ་ ༢ ཆེས་ ༢༩ ཉིན་མོ་ལ། སོ་ནམ་ལས་གཞི་དདུལ་བྱུན་གཏོང་བྱོགས་ཀྱི་ལམ་
སྟོན་ཞེས། སོ་ནམ་ལས་གཞིའི་ཐོག་ལ་དདུལ་བྱུན་གཏོང་ཐད་ཀྱི་སློག་གཞི་ཡང་གཏན་འབེབས་བྱུང་ཡོད། སློག་གཞི་འདིའི་ནང་
ལ་ཡིན་ནའང་ཞིང་རྒྱ་འདྲེན་གཏོང་གི་ལས་གཞི། གལ་སྲིད་ཞིང་པ་གཅིག་གི་དདུལ་ཁྱེད་པ་ཡིན་ན་སྟོར་ ༢༠༠,༠༠༠ བར་དུ་
རག་གི་ཡོད་ལ། མི་གཉིས་ལས་ལྷག་པས་ཁྱེད་པ་ཡིན་ན་སྟོར་ ༢༠༠༠༠༠ བར་དུ་གནང་རྒྱ་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་སློག་གཞི་ཆང་
མ་འདི་ཁྱེད་ཀྱི་དགོས་པ་བྱས་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་གཞོན་སྐྱེས་གཉིས་གསུམ་མཉམ་རུབ་ཀྱི་
ཞིང་ཁ་འདེབས་པ་ཡིན་ན། བྱ་ལོན་གཡམ་རྒྱ་ཡོད་ལ། སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཞིང་ཁ་འདེབས་མཁན་ཡིན་ན། ཞིང་ཁའི་ཨེ་ཀར་ལ་
བརྩིས་ནས་བྱ་ལོན་གཡམ་རྒྱ་ཡོད་ལ། དེ་འདྲའི་སྐོར་མང་པོ་ཞིག་སློག་གཞིའི་ནང་ལ་གསལ་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ད་རེས་སྡོན་
ཅིས་ནང་ལའང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཆོས་སྐྱགས་འཁུར་བཞིས་ནས་དདུལ་ཐབས་ཤེས་བྱས་ནས། ད་རེས་ང་ཆོས་དདུལ་མ་
ཉུང་བ་ཞིག་བཀའ་འཁྱོལ་ཁྱེད་རྒྱ་རྒྱུར་འཁུར་བསྟན་ཡོད། བཀའ་འཁྱོལ་ཐོབ་པ་ཡིན་ན་དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་གི་ལམ་སྟོན་སློག་
གཞི་དེའང་ཐོན་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། ཕྱི་ལྷ་ ༩ ཆེས་ ༡ ནས་ལས་གཞི་འགོ་བརྩམས་རྒྱུར་ལས་བྱེད་ཆང་མས་ཨང་བསར་བྱ་

སྒྲིག་བྱས་ཡོད། དེའི་ཐོག་ལ་ཡག་པོ་བྱུང་ན། རིམ་བ་བྱས་ནས་ད་དུང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུའི་ལམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་རེད་བསམ་པའི་
རེ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཟུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟན་འཛིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟན་འཛིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་དཔལ་ལྷན་བསམ་སྐྱོར་ལ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་བསམ་སྐྱབས་སུ་གོ་སྐྱབས་ཕུལ་ཆོག་སྤྱི་འཐུས་ཁྲུ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཁྲུ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱི་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་ལ་བཀའ་འདི་ལྷ་རྒྱ་རེ་གཉིས་གཅིག་ཡོད། དགུ་བརྒྱ་
གོ་གྲངས་ནས་ཁང་པ་མ་རག་པ་དེ་དག་ཐད་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཐོག་ལ་ཁྲིམ་ཆང་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཅུ་མ་ཡོད་པའི་བཀའ་མོལ་གནང་
སོང་། གནས་སྟངས་དེ་ལོ་མང་བྱིན་པ་རེད། ས་ཆ་ཞིག་ཡོད་པའི་བཀའ་ཞིག་གནང་བ་རེད། ཁོང་ཆོའི་ཐོག་ལ་གནང་སྟངས་
གནང་ཕུགས་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ་གསལ་བཤད་ཅིག་གནང་རོགས་གནང་། འཛིན་སྐྱོང་གི་བཀའ་གནང་བ་དེར་བསམ་སྐྱོ་བཏང་
སྐབས་འདི་གོ་སྟངས་ལ། མོལ་རྒྱན་སོ་ནམ་གྱི་སྤྱི་བྱས་དེ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ལ་སོལ་རྒྱན་གྱི་སོ་ནམ་ནང་ལ་མ་ཐེབས་པ་ཡིན་
ནའང་མཐུན་འགྱུར་རོགས་རམ་གནང་གི་ཡོད་པ་ཞིག་ངས་གོ་བསྟན་འདུག ད་ལྟའི་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ལ་སྤྱི་བྱས་རང་
ཨེ་ཡོད་ན་བསམ་པའི་ཆོར་བ་སྦྱིས་སོང་། ཁོར་འདུག་ན་བཀའ་གནང་རོགས་གནང་། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ག་རེ་གནང་ནའང་དེར་
མཐུན་འགྱུར་གནང་གི་ཡིན་གསུངས་དུས་དངོས་གནས་ཀྱི་སྤྱི་བྱས་མེད་པ་ཞིག་ཆོར་གྱི་འདུག རོགས་རམ་གནང་བ་དེ་
གཞུང་གིས་མི་མང་ལ་མཐུན་འགྱུར་གནང་གི་ཡོད་སྐབས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རང་བཞིན་རེད། ཡིན་ནའང་ག་རེ་བྱས་ནའང་དེར་
རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད་གསུང་དུས་སྤྱི་བྱས་རང་ཡོད་དམ་བསམ་པའི་བསམ་སྐྱོ་ཞིག་སྟེབས་ཀྱི་འདུག

དེ་ནས་ཁ་སང་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞིའི་སྐབས་སུ་ངས་ལས་རིམ་ནམ་གཞག་ཞིག་སྟོན་པ་རེད། དེ་སྐབས་སུ་སྐུ་ལས་
བསྐྱོན་གྱི་ཡོད་ཚུལ་སོགས་ཆོར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་གནང་བ་རེད། ངས་དེ་ཆོ་ལ་ངོས་ལེན་ཡོད། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཅེས་
པའི་ཆོག་དེ་ར་ལ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཟུབ་འབྲས་གང་འཆམ་ཐོན་པ་ཞིག་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་ཡོད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐུ་ལས་བསྐྱོན་
པའི་རྒྱ་འབྲས་གཏམ་བཟང་གི་རིགས་གང་ཡོད་ནའང་ད་ལྟ་གསུང་རོགས་གནང་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་རིང་པོ་སློབ་མཁུ་སྤྱོད་གྲགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་རིང་པོ་སློབ་མཁུ་སྤྱོད་གྲགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནང་སྤྱི་འཐུས་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱག་ལས་གནང་སྤྱོད་པ་ཆེ་ལ་ཆོག་ཁ་ཤིག་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། སྤྱི་རྒྱུ་བཏང་འབྲེལ་ཡོད་ནང་སྤྱི་དུས་འཕྲོད་ཀྱི་བཅན་ཕྱོད་ཕྱོད་ཡོངས་དང་། ལྷག་པར་དུ་སྤྱོད་ཕྱོགས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་མིག་གི་མཐོང་གསལ་གྱི་བྱུང་འབྱས་བཟང་པོ་ཐོན་པར་རང་ཉིད་ཀྱང་མཐོང་ཐོས་ཕྱོད་གསུམ་ཡོད་སྟབས། བསྐྱེད་པ་ཆེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱག་ལས་ཀྱི་ཐོག་ལ་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། རེ་བའི་ཐོག་ནས་དོགས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་དུ་སྤྱོད་ཕྱོགས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཆོའི་ནང་གི་གསར་འཕྱུར་བ་དེ་ཆོ་ལ་གཞིས་ཆགས་དང་ཁང་པ་བསྐྱེད་ཐབས་བྱེད་པའི་ལས་གཞི་ཞིག་ཅིས་འགོ་འཛུགས་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་པ་འདྲ། དེའི་ཐོག་ལ་ས་གནས་ལ་ཡོད་པའི་གསར་འཕྱུར་བ་དེ་ཆོས་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱེད་བཞིན་འདུག དེའི་སྐོར་ལ་སྤྱི་མཐུན་ནས་ཤུགས་རྒྱུ་རྒྱ་དང་། སྤྱོད་ཕྱོགས་གཞིས་ཆགས་ལ་ཡོད་པའི་དུས་ལ་ཡོད་ཀྱི་གསར་འཕྱུར་བ་མི་གཙོ་ཡོད་པ་དང་། དེའི་སྐོར་ལ་གནང་འཆར་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་གཅིག་གསུང་རོགས། ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་དེ་ཆོ་བཤད་དགོས་པ་དེ་འདྲའང་ཡོད་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུག

དེ་ནས་གལ་ཆེ་བ་དེ་ཆོས་འཁོགས་ལྟ་སྤྱོད་གི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྐད་ཆ་ཁ་ཤིག་ཤིག་ཞུས་ན་བསམས་སོང་། འཆོ་ཐབས་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་གྱི་ཆོས་གསོ་ཁང་ནང་ལ་ཡོད་བསྐྱེད་པ་དེ་འདྲའང་འདུག ཁ་ཤིག་དཔལ་ལྷན་འཕྱུར་ཡོད་ནང་ལྟ་སྤྱོད་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་འདྲའང་འདུག སྐབས་ ༡༣ པའི་སྐབས་ཉམ་ཐག་ལྟ་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཞིབ་སྐབས་ས་གནས་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་སྐབས་སྤྱི་མཐུན་བ་དྲུག་ཉམ་ཐག་སོགས་འདུག དེ་ཆོའི་གསལ་དེ་སྤྱོད་པ་དཀའ་ངལ་ཆེ་བའི་སྐད་ལ་སྤྱི་ལས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་མཁན་དེ་ཆོ་རེད། ད་ལྟ་རེ་བ་བརྒྱབ་ས་སྤྱི་མཐུན་འཛུགས་འདི་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཆོ་ལ་བལྟ་རྟོག་བྱེད་དགོས་དུས་ཆོས་གསོ་ཁང་ནང་ལ་བསྐྱེད་པ་དང་སེམས་ཤུགས་ཆགས་ནས་མིག་བཙུམ་འགྲོ་བའི་གནས་སྐབས་དེ་འདྲའང་ཡོད་པ་རེད། ངས་ག་རེ་ཞུ་འདོད་ཡོད་ཅི་ན། ལྷན་པས་མགོ་འཛུགས་པོ་ཆེས་ང་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་དུས་ནས་དུས་སྤྱི་མཐུན་སྤྱོད་པ་ཞིག་ལ་འཆོ་བ་དང་། བཅོམ་བསྐྱེད་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བསྐྱེད་པ་དེ་ཆོ་ལ་ལྟ་རྟོག་བྱེད་དགོས་པ་རེད། གལ་ཏེ་དེ་མཐོང་བ་ཡིན་ན། ང་ལོ་མ་བརྒྱབ་ས་ནས་ཁོ་ཆོའི་ནང་ལ་བསྐྱེད་པ་བྱུང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁོང་ཆོ་ནང་ལ་བསྐྱེད་ནས་ལྷན་པ་བཅོམ་པོ་ཆེ་ལ་རེ་བ་ཞིག་བརྒྱབ་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་དུས་ལ་གནས་གཞིས་ཆགས་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་དུས་ལ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་འཕྲོད་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ། དེ་ཆོའི་རིགས་དེ་དུས་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་ཐག་གཅོད་དང་རྒྱུ་སྤྱོད་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། (དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། མང་ཁྱེད་གཙོ་ཡོད་དཔལ།) ཏྲུག་ཅམ་ཞུས་ན་བསམས་སོང་།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ཕྱག་ཚོད་ ༣༡༥ བར་དུ་གསོལ་ཇའི་བར་གསུང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༢༡ ཉིན་གྱི་ཐུན་བཞི་པ།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་ལྷན་ཁྲུང་གི་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགོ་བཞུགས་པ་འདི་ནང་སྤྲོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱུན་འགྲུབ་སྟོན་ཅིས་དེ་ཡིན། དགེ་བཤེས་རིང་པོ་སྟོན་བཟང་སྟོན་གྲགས་ལགས་ལྷན་ཁྲུང་ནས་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་རིང་པོ་སྟོན་བཟང་སྟོན་གྲགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ད་ལྟ་ནང་སྤྲོད་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཆས་འཁོགས་ལྟ་སྤྱོད་གི་ལས་གཞི་དེའི་སྐོར་ལ།
སྤྱིར་བཏང་གོང་ནས་ཁུས་པ་ནང་བཞུགས་ཆས་འཁོགས་དེ་ཆོས་སྐྱེ་ལས་བསྐྱོན་ནས། ང་ཚོ་མི་རབས་ཚོར་གང་ལྟར་བཀའ་བློན་
ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་སྤྲེ་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ཆ་ཁོང་ཚོ་ཆས་འཁོགས་ཡིན་ཅང་རེ་བ་རྒྱགས་དེ་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་འདི་
ལས་གཞན་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱི་གྲུའི་ཐོག་ནས་རེད། གང་ཅིའི་ཆ་ནས། སྤྱིར་བཏང་གཞོན་གཞོན་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ཡང་
རྒྱགས་མར་རྒྱགས་བྱས་ནས་ཉོག་ཅམ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཆས་འཁོགས་ཚོ་ཡིན་ན། ཁོ་ཚོ་ཡར་རྒྱགས་
མར་རྒྱགས་བྱེད་རྒྱུའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་བསྐྱད་པ་རེད། བྱས་ཅང་དེའི་ཐོག་ལ་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཆས་གསོ་ཁང་ག་ཚོད་ཡོད་ན་དེ་
དང་། གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཆས་གསོ་ཁང་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། དགོན་པ་ལྷན་ཚང་ཁག་གིས་གཉེར་བསྐྱེད་པ་དང་།
སྤེར་གྱིས་གཉེར་བསྐྱེད་པ་དེ་འདྲ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་དང་བསྐྱར་ཆད་སྒྲངས་ནས། ཉལ་ཆས་རེད། འཚོ་བ་རེད། བསམ་
སྟོན་མ་མས་པའི་སྟོན་གསོ་རྒྱག་སྤྲངས་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཉེ་བཀག་ག་ཚོད་ཅིག་འགོ་ཡི་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་ཅིག་
གནང་ནས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་རེད་ཟེར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་འདོད་བྱུང་། དེ་ནས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་པོ་ཆེན་པོ་ཆེས་དུས་
ནས་དུས་སུ་བཀའ་གནང་རྒྱུ་ལ། མི་སྤེར་རེད། དེ་ནང་བཞུགས་དུ་དགོན་པ་ལྷན་ཚང་ཁག་རེད། དེ་ཚོ་ལ་ཕར་འབོད་སྐྱལ་གནང་
ནས། ཆུན་སྐྱོང་དང་སྟོན་སྐྱབས་དེ་ཚོ་ལ་བདག་པོ་རྒྱག་དགོས་རྒྱུ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཕྱི་བྱེད་རྒྱུའི་ལམ་སྟོན་དུས་ནས་དུས་
སུ་གནང་བ་གཞིར་བཟུང་བྱས་ནས། དགོན་པ་ལྷན་ཚང་ཁག་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་གྲང་སེང་གི་སྐྱབས་སུ་སྟོན་བྲལ་ལ་རེགས་
ལམ་སྟོན་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དང་། བར་ཆོས་རོ་སྟོན་བྱེད་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ། སེམས་ཁམས་སྟོན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་ལས་འཆར་
མང་པོ་ཞིག་སྟེལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞུགས་དུ་ཆས་འཁོགས་ལ་བདག་པོ་རྒྱག་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་ལས་གཞི་གཉེར་རྒྱུའི་
འཆར་གཞི་ཡོད་བསྐྱེད་པ་དེ་འདྲའང་གང་ལ་གང་འཆར་ཡོད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་ཅང་སྤྱིར་བཏང་རྩ་བའི་ཆ་ནས་
ཆས་འཁོགས་ཚོ་ལ་གང་ཡག་ཡག་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་དང་། ཆད་ལྡན་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཟེར་ནས་སྤྱིར་ཁྱེད་
གཅིག་དང་། དེ་ནས་བྱེད་བྲལ་ཉུག་རེ་ཁྱེད་ཀྱི་འདོད་བྱུང་ཟེར་ན། ངས་གོང་དུ་ཁུས་པ་ནང་བཞུགས་དུ་ཆས་གསོ་ཁང་ཁ་ཤས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་
བྱེད་རྒྱུ་ལ་ཆད་ལྡན་མ་རེད་པའི་དཀའ་ངལ་གྱི་འོག་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུའི་དཀའ་ངལ་ཐོག་ནས། དགོན་པ་ལྷན་ཚང་ཁག་ལ་ཁྱེད་

བསྐྱད་རྒྱུ་ཡི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡོང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་སྡོན་མ་སྒྲེར་གྱི་ཐོག་ནས་ཞུ་རྒྱ་བྱུང་ལ། དེ་ནང་བཞིན་
ཁྱོད་གསུམ་གྱི་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་འབྲེལ་ཡོད་ཟུང་ཆོད་ཅོས་ནས་ནང་སྤྱིད་ལ་དེའི་ཐོག་ལ་ལམ་སྡོན་དང་།
མ་ཐུན་འགྲུར་གནང་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་ཞུས་བཞག་པ་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་དེ་ཆོད་
ཐོག་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་འཆར་ཡོད་དམ་མེད་ཟེར་ནས་ངས་ཁྱི་བ་དེ་མཉམ་དུ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། ཕྱགས་ཇེ་ཆེ།

ཆོག་གཙོ་སྡོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱིད་བཀའ་སྡོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱིད་བཀའ་སྡོན་རྒྱ་རི་སྡོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ ༡༩༥༩ ནང་དེའི་སྐབས་དེ་ལ་བཅན་ཁྱོལ་ནང་ལ་སྤེལ་ས་མཁན་གྱི་གསུང་ལ། ད་ལྟ་བར་དུ་
གཞིས་ཆགས་མ་རག་པ་བྱས་ནས་ད་ལྟ་ལས་གཞི་འགྲོ་བཞིན་པ་གཅིག་དེ། ལྷ་ར་ལྷན་ཁུལ་ལ་དུད་ཆང་ ༡༡༢ ཆགས་ཀྱི་ཡོད།
༡༡༢ གི་ལས་གཞི་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་པལ་ཆེར་དེའི་སྡོན་གྱི་གོས་ཆོག་སྐབས་ཤིག་ལ་ལས་བསྡོམས་དང་འབྲེལ་
བའི་ཐོག་ནས་ངས་སྡོན་མེད་ཞུ་རྒྱ་བྱུང་། སྤྱིར་ལས་གཞི་དེ་ཆེག་སྤྱོད་དགུ་བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་གངས་ནས་འགོ་བཙུགས་པ་ཞིག་
རེད་འདུག ནང་སྤྱིད་ལྷན་ཁང་གི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་དེ་གལ་ཆེན་པོའི་ནང་གི་གལ་ཆེན་ཞིག་ལ་བཅུས་ནས། དེ་ལ་གནང་
ཐབས་ག་རེ་འདུག བྱེད་ཐབས་ག་རེ་འདུག དེར་བལྟས་ནས། གང་ལྟར་ ༡༡༢ ནང་ནས་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་ཉམ་ཐག་ཡིན་པའི་དུད་
ཆང་མང་པོ་ཞིག་དེའི་ནང་ལ་ལྷག་འདུག དེར་སང་རྣམ་པ་ལྷན་རྒྱས་ཆང་མས་མཐུན་གསལ་རེད་ལ། ཡར་ལས་ཀྱི་ཆེད་དུ་
དུལ་རོགས་སྒྲོར་རག་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་གི་ཁག་པོ་ཆགས་བསྐྱད་པ་ཞིག་རེད་འདུག འབྲེལ་ཡོད་མངའ་སྡེ་གཞུང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་བྱུང་
ཆེས་གཙོ་སྤེལ་བའི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་དང་གོ་བསྐྱར་བྱུང་། དེ་ནང་བཞིན་ང་རང་ཆོད་ཁུལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཆང་མས་བཀའ་
བསྐྱར་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་བྱས་ནས་མངའ་སྡེ་གཞུང་གི་ལམ་སྡོན་གནང་བ་ནང་བཞིན་དུད་ཆང་ ༡༡༢ གི་ཆེད་དུ་ས་ཆ་དེ་ག་
རང་གི་ཐོག་ནས་ཁང་བ་རྒྱག་རྒྱ་དེའི་འགྲོ་སྤོང་བཏོན་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ཁ་ཞིག་འཆོལ་རྒྱ་མི་འདུག་གམ་ཞེས་དང་། ད་ལྟ་མངའ་སྡེ་
གཞུང་གིས་ས་ཆ་ཐོགས་གཡམ་བཏང་བ་དེའི་ནང་ལ་དུད་ཆང་ ༡༥༢ ཡི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཟེར་ནས་གསུངས་ཡོད་པ་དེ་ལ། བོད་
པའི་ནང་ནས་དཔལ་ལྷན་འགྲོར་ཡོད་མཁན་སོ་སོའི་ཁང་བ་ཁང་བདག་མིན་ནའང་དཔལ་ལྷན་འགྲོར་ཡོད་ནས། ཡང་ཁྱིམ་གྱི་འགྲོ་
སྤྱོད་སྤྱང་ཆེད་ཐོག་ནས། སོ་སོའི་མིང་ཐོག་ནས་ས་ཆ་ཉི་ལྔ་དང་མ་ཐུན་གྱི་ལམ་ཁ་ཞིག་འཆོལ་རྒྱ་མི་འདུག་གམ་ཞེས་དང་། ད་ལྟ་མངའ་སྡེ་
གཞུང་གིས་ས་ཆ་ཐོགས་གཡམ་བཏང་བ་དེའི་ནང་ནས་སྒྲོར་མོ་འབྲུམ་ཉི་ལྔ་ཅུ་བརྒྱད་ ༩,༩༠༠,༠༠༠ ལྷག་ཙམ་ཞིག་རོགས་སྒྲོར་གནང་རྒྱུའི་ཞལ་
བཞེས་ཡོད་པ་དེའི་ནང་ནས་སྒྲོར་མོ་འབྲུམ་དགུ་ ༩༠༠,༠༠༠ ལྷག་ཙམ་ཞིག་བཀའ་གནང་ནས་གང་མགྲོགས་མགྲོགས་ཀྱིས་
མར་ས་གནས་ལ་གཏོང་རྒྱུའི་བཀའ་འཁྲོལ་ཐོབ་སྟངས་། བཀའ་འཁྲོལ་དེ་དག་གི་རིགས་དེ་ནང་སྤྱིད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་

དདུལ་འཁོར་གཅིག་ལུ་ལ་ཕན་དང་ཕན། སྤྱིར་བཏང་སྒོར་མོ་གཅིག་ཡིན་ནའང་ཕན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དདུལ་གྱི་རོ་བོ་གཅིག་ལུ་
ལ་མ་བལྟས་པའི་ཐོག་ནས། ང་ཚོའི་ལྟ་སྒྲུང་ས་དེ་གང་འདྲ་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་བོད་པ་སྐྱབས་བཙུང་པ་
བའི་སྔོན་ཁང་བསྐྱུན་རྒྱུ་ལ་སྤུ་མ་ཐུག་ནས་རོགས་སྐྱོར་གནང་གི་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་གཅིག་དེ་
ཡིན།

གཉིས་པ་དེ་ལ་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་ཡིག་ཐོག་རང་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་མ་གནང་བོད་པ་མངའ་སྡེའི་
གཞུང་གི་སྐུ་ཚབ་དང་། དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་དོན་གཅོད། དབུས་ནང་སྤྲོད་ལས་ཁུངས་ནང་ནས་ཀྱང་ང་ཚོའི་བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་
གྱི་སྐུ་ཚབ་མར་སྐྱོད་བཏང་ནས། བྱེད་སྒྲུང་ས་བྱེད་ལུགས་གང་འདྲ་བྱེད་གྱི་ཡིན་ནམ་ཞེས། མཐའ་མ་དེ་ལ་ ༡༩༩༦ ལོ་ནས་མ་ནས་ཐོ་
ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་གི་ནང་མི། དེ་བཞིན་རང་བདག་གི་ཁང་པ་མེད་མཁན། བོད་པའི་ནང་ནས་དདུལ་ཕན་བྱ་ཞིག་སྤྲོད་ནས་ཉི་
ཐུབ་མཁན། དེ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ལས་འཆར་ཞིག་བཙོས་ནས་གནང་བ་ཡིན་ན་བཀའ་འཁྲོལ་ཡོད་ཟེར་ནས། ཉེ་ཆར་རང་ལ་
བཀའ་འཁྲོལ་དེ་ཐོན་ཐུབ་པ་བྱུང་སོང་། དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་མངའ་སྡེ་གཞུང་གི་ནང་ནས་ས་ཐིག་རི་མོ་ Naksha Pass གནང་
རྒྱུ་རེད། ལྷག་པར་དུ་གནང་བ་ཡིན་ན་གནང་བྱོགས་དེ་ཚོ་གང་འདྲ་གནང་དང་མ་གནང་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ། ལྷན་ཁང་ནང་ནས་
བསམ་ཞིབ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་ཆགས་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་རིམ་པ་བྱས་ནས་འཛིན་སྐྱོང་གི་བཀའ་འཁྲོལ་གནང་བྱོགས་གྱི་
ཐོག་ལ་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུས། སྤྱིར་བཏང་མཉམ་དུ་བྱ་རྒྱུའི་བཀའ་འཁྲོལ་དེ་ཚོ་ཞུས་ཆར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ཨར་སྐྱོན་སྤྱི་བྱ་རྒྱ་
དང་། ཨར་སྐྱོན་བྱས་པ་ཡིན་ན་བྱེད་སྒྲུང་ས་གང་འདྲ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། དདུལ་ལེན་ས་དེ་ཚོ་གང་འདྲ་དང་། ལེན་པ་ཡིན་ན་ལེན་སྒྲུང་ས་
ལེན་ལུགས་གང་འདྲ་ཡིན་པ། དེ་ཚོ་ཆ་ཆར་ང་ཚོས་བང་འདྲ་བོ་ཞིག་བསྤྲིགས་དང་སྤྱི་བཞིན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ཚོའི་
ཐོག་ལ་ཐད་ཀར་ནང་སྤྲོད་བྱུང་ཆེ་རང་གིས་གཞིགས་རྟོག་གནང་ནས་ Modalities དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དགོངས་
འགལ་མེད་པར་གྱིས། དེ་ཚོར་གཞིགས་བཞིན་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་ཡིན་ནའང་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་
འདྲུ་འདྲིའི་ཐོག་ནས་སྔོན་མ་ ༡༩༩༦ ནང་ལ་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་པའི་སྐབས་དེ་ལ་ཡིན་ནའང་སྤྱན་སེང་ཞུས་འདུག་ལ། དཔལ་ན་
ང་ཚོས་ཁྱེད་ཀྱི་དེ་ལ་སྐྱབས་བཙུང་བོད་མིའི་ནང་ནས་གཞིས་ཆགས་ཐོབ་སྐྱལ་མ་རག་ནས་ལྷག་བསྐྱེད་པ། ལུ་བཅུ་དང་ཁྲངས་ནས་
ཡོང་བའི་ནང་ནས་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱུ་སྤུ་མེད་པ་མཁན་ཡང་མང་པོ་ཡོད། ཡོད་པའི་ནང་ནས་རྩ་བའི་དག་གི་
དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་སེམས་ལ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ཚོ་ཆགས་གྱི་ཡོད་ཅེས་འབྲེལ་ཡོད་དེ་ཚོ་ཆར་མའི་ཐོག་ནས་པར་ཆ་ཆར་
འདྲ་བོ་ཞིག་སྤྱན་སེང་ཞུས་ཡོད། དེ་ཡིན་ཅང་ད་ལྟ་ ༡༩༩༦ གི་ཨར་ལས་དེ་དག་ཡིན་ནའང་། ད་ལྟ་ང་ཚོས་རེ་བ་བྱས་པ་ནང་
བཞིན་བྱས་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་འགོ་འཇུགས་རྒྱུའི་སྔོན་ཅིས་གྱི་ལོ་འདྲིའི་ནང་ནས་འགོ་འཇུགས་ཐུབ་རྒྱུའི་རེ་བ་བྱེད་གྱི་ཡོད།
ཡིན་ནའང་དཔལ་ན་གྱི་སྔོན་ཅིས་འདྲིའི་ནང་ལ། བཀའ་འཁྲོལ་ཐོབ་གྱི་རེད་དམ་མ་རེད། ཚོད་དཔག་མེད་ཅང་སྔོན་ཅིས་འདྲིའི་ནང་
ལ་ད་ལྟ་ ༡༩༩༦ སྤར་ང་ཚོས་ཨར་ལས་བྱེད་རྒྱུའི་རོ་བོ་རང་གི་ཐོག་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུས་པ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་
ཡིན།

སྤྱི་ལྷན་མོ་ནས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དོགས་འདྲི་ཐེབས་པ་ལ་གསལ་བོ་བྱས་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། སྤྱི་ལྷན་མོ་ནས་གྱི་
སྤྲོད་བྱས་བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་འཛིན་པ་འདི་ལ་འགྲུར་བ་མེད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། སྤྲོད་བྱས་དེ་ཡང་དག་པའི་སྤྲོད་བྱས་

ཞིག་ཡིན་པར་ད་ལྟའི་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནང་
 བཞེན་སྦྱིར་བཏང་ནས་མི་སྤྱ་ལྷན་པ་ཡིན་ནའང་སློབ་ས་པ་ངོས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོར་སྤྱི་བྱས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་
 ཞིག་ཡིན་ནའང་གྲངས་ཀ་ཉན་ཉན་རྒྱག་གི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེ་ཞུ་རྒྱུ་ལ་སྤྱན་པོ་འདུག་ཅེས་བརྗོད་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱི་བྱས་སྤྱི་
 བཞག་པ་ཞིག་མ་རེད། ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་སྤྱི་བྱས་དེ། ཡང་དག་པའི་སྤྱི་བྱས་ཞིག་ཡིན་པ་ལ་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས་
 ངོས་འཛིན་ཞུ་གི་ཡོད། དེ་བཞེན་ལག་ཁུར་མཁན་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་ག་རང་ཡིན། ཡིན་ནའང་གལ་སྤྱི་བྱས་སྤྱི་བྱས་སྤྱི་
 སྤྱི་བྱས་དེ་མོད་གཞུང་གི་སྤྱི་བྱས་ཡིན་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་བྱས་ཐོག་མ་མེད་ས་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་མ་ཐུན་འགྱུར་གནང་བ་ཡིན་ན། དེ་
 ཉག་ཉག་འདྲ་པོ་སྤྱི་བྱས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་དོགས་འདི་འདྲ་ཞིག་མེད་ས་སོང་སྟེ། དེའི་ཐོག་ལ་དཔེར་ན་འདིར་
 ཡང་ལངས་ནས་ཞུ་མཁན་གྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་། ལག་ཁུར་པའི་སྤྱི་བྱས་ལ་དོ་སྤྱད་ཆེ་ཤོས་གཅིག་ང་ཚོ་སོ་ནམ་གཞིས་
 ཆགས་ཁག་སྤྱི་བྱས་དང་། སོ་ནམ་པར་ཞིང་ལས་བྱེད་རྒྱ་ར་དེ་ལྟེང་ས་འཕར་དགོས་པ། ས་ཆ་བདག་པོ་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་
 ཡིན་ན། ཡོང་འབབ་དེ་ཡིན་ལྷགས་ཆད་ལྷན་ཞིག་རག་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྟེ། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་ཡོད་ལྷན་རྒྱར་
 སྤྱི་བྱས་སྤྱི་བྱས་སོང་། ཡིན་ནའང་དེ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེན་གྱི་འདུག་ལོ་གཅིག་ལ་ཨེ་ཀ་གཅིག་ལ་སྤྱི་བྱས་སོང་སྤྱི་བྱས་བདུན། དགུ་མང་
 ཤོས་ལ་བརྩེད་འདྲ་ཞིག་གི་ཡོད་འབབ་བྱས་ནས། ད་དུང་ཡིན་ནའང་འདིའི་སྤྱི་བྱས་ལ་ལྷན་གྱི་འདིའི་སྤྱི་བྱས་གྱིང་རག་མཁན་དེ་
 སྤྱི་བྱས་ལྷན་ལོ་འདུག་ཅེན། སྤྱི་བྱས་དེ་ཚོ། སྤྱི་བྱས་སོ་ནམ་གྱི་སྤྱི་བྱས་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་འདྲི་སྤྱི་བྱས་དེ་མ་འདང་། གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་སྤྱི་བྱས་
 ཀྱི་སྤྱི་བྱས་ཆོགས་ཞིག་ལ་འདྲུས་པ་ཡིན། ང་ཚོས་བསྐྱར་སྤྱི་བྱས་པའི་སྤྱི་བྱས་ར་ཡག་པོ་ཞིག་ དེ་སྤྱི་བྱས་ར་ཡག་པོ་བསྐྱར་སྤྱི་བྱས་པ་
 ཞིག་བྱུང་མི་འདུག་ལ། ང་ཚོའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་འབད་བཅོམ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་སྤྱི་བྱས་ར་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད། སྤྱི་བྱས་སོ་ནམ་སྤྱི་བྱས་
 ལ་རྒྱགས་དང་། བྱེད་རང་ཚོས་ཞོ་ཞོག་བཏབ་པ་དང་། ཞོ་ཞོག་དེའི་ནང་ནས་གཞན་དང་མི་འདྲ་པའི་དདུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཐོབ་
 ཀྱི་ཡོད་ཅེས། དེ་འདྲའི་ལམ་ཁ་ཞིག་ད་ལྟ་བར་དུ་བཟོ་སྤྱི་བྱས་མ་སོང་། དེ་བཞེན་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་ཕར་བསྐྱས་པ་ཡིན་ནའང་
 སྤྱི་བྱས་སོ་ནམ་གྱི་སྤྱི་བྱས་ལ་མེད་ས་མཁན་དེ་ནང་མི་འདྲ་པོ་ཞིག་བཅིས་པ་ཡིན་ན། སུམ་ཆེར་ནང་མི་དུག་བརྒྱ་ཙམ་ཞིག་ད་ལྟ་
 ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ས་སྤྱི་བྱས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཅིས་པ་ཡིན་ནའང་ས་ཆ་ཨེ་ཀར་སྤྱི་བྱས་གསུམ་གྱི་གཡས་གཡོན་ཞིག་ཆགས་
 ཀྱི་འདུག་ དེ་དག་གཅིག་སྤྱི་བྱས་ལ་ཚོ་སོ་ནམ་ཞིང་པ་སྤྱི་བྱས་ཆ་བཤད་སྤྱི་བྱས་ལ་དེ་དག་གཅིག་སྤྱི་བྱས་སྤྱི་བྱས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་ལབ་
 པ་ཡིན་ན། གཞུང་གཅིག་གི་གནང་སྤྱི་བྱས་དེ་ཉག་ཉག་བསྐྱད་ས་མ་རེད་སྟེ། སྤྱི་བྱས་པ་ཞིག་སྤྱི་བྱས་ཁང་གི་ཐོག་ནས་དེ་མཐོང་བ་རེད། དེ་
 ནང་བཞེན་བཀའ་ཤག་ལ་ཡིན་ནའང་དེ་ཞུས་ནས་སྤྱི་བྱས་བྱེད་རྒྱ་དེ་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་ཆང་མ་ལ་ངོགས་པ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་
 འདུག་ ཡིན་ནའང་གཞུང་གི་སྤྱི་བྱས་དེ་སྤྱི་བྱས་སོ་ནམ་གྱི་སྤྱི་བྱས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་ལ་བརྟེན་ནས། སྤྱི་བྱས་སྤྱི་བྱས་ལ་མེད་ས་
 རྒྱ་ལ་རྒྱ་བྱེད་དང་། དམིགས་བསལ་གྱི་མ་ཐུན་འགྱུར་སྤྱི་བྱས་རྒྱ་དེ་དེས་པར་དུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ ད་ཆ་སྤྱི་བྱས་སོ་ནམ་གྱི་སྤྱི་བྱས་
 ལ་མ་མེད་ས་མཁན་ཚོ་ལ་འདྲ་ཐོབ་ཐང་ཆེན་པོ་སྤྱི་བྱས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཞེ་ན། དམིགས་བསལ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། གཅིག་དེ་
 སོ་ནམ་སྤྱི་བྱས་སྤྱི་བྱས་པ་ས་གནས་ལ་ཡོད་པ་དེ། སོ་ནམ་སྤྱི་བྱས་སྤྱི་བྱས་པའི་སྤྱི་བྱས་འདྲ་པོ་ཡིན་ནའང་དེས་སྤྱི་བྱས་སོ་ནམ་ཞིང་པ་
 གཅིག་སྤྱི་བྱས་མིན་པར། གལ་ཏེ་སྤྱི་བྱས་སོ་ནམ་གྱི་སྤྱི་བྱས་ལ་འགྲོ་མཁན་མིན་པ་ཡིན་ནའང་གཞིས་ཆགས་དེའི་ནང་ལ་སྤྱི་བྱས་
 མཁན་གྱི་ཆད་ལྷན་ཞིང་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ལ་སྤྱི་བྱས་སྤྱི་བྱས་ཀྱི་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། སོ་ནམ་སྤྱི་བྱས་སྤྱི་བྱས་པ་དེས་ཉན་ཉན་དེ་ལ་ངོགས་

སྐྱོར་བྱས་ནས་སློབ་སྦྱོར་འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་དེ་འདྲའི་ལམ་སྟོན་རེད། ཡིན་ནའང་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་ནས་དེ་གལ་ཆེན་པོར་
 བཅེས་ནས་ལྷག་པར་དུ་ག་རེ་མཐོང་སོང་ཞུས་པ་ཡིན་ན། སྐྱེ་ལྔ་ལོ་ནས་སྤང་ལ་འགྲོ་མཁན་རེད་ཅེས་གཞུང་གི་རོགས་སྐྱོར་དེ་
 གཅིག་དུས་བཅེན་ནས་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན། ཁྱེད་ལ་འདྲའི་ལོ་གཞི་དེ་ཙམ་ཞིག་ལ་འགྲོ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་དམ། དེར་ང་ཚོར་སློབ་ཆེ་བ་ཆེ་
 ཞོས་འདྲ་པོ་བྱུང་། དེ་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ག་རེ་བྱ་རྒྱུ་འདུག་ཅེས་བཏུ་བྱས། གཅིག་དེ་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་ནས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་སྤར་ཟེར་
 བའང་རེད། ད་བར་དུ་གཞུང་གི་མ་ཐུན་འགྱུར་ཡོད་པ་དེ་ལ་འགྱུར་བ་སྤྱི་ཙམ་ཡང་བཏང་མེད་ལ། མ་ཐུན་འགྱུར་དེ་ག་རང་འབྲུལ་
 ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་དམིགས་བསམ་པ་ད་ལན་ ༡༠༡༣ གྱི་ཆེ་ ༤ པ་ནས་བྱས་ཏེ་ང་ཚོས་ག་རེ་བྱས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་
 ན། སྐྱེ་ལྔ་ལོ་ནས་ཀྱི་རྒྱ་ཁག་བཅུ་གསུམ་པ་རེད། དེ་ཡང་རང་ཁ་རང་གསོ་ཡོང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་རེད། དཔེར་ན་ཞིང་པ་བཅུ་ཙམ་
 ཞིག་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་ནས་སྤང་ལ་འགྲོ་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཚོ་སོ་སོར་རྒྱ་ཁག་གཅིག་བཅོས། རྒྱ་ཁག་གཅིག་བསྐྱུན་ནས་དེ་
 ཚོ་ལ་མ་ཅ་ཟེར་ནའང་མི་འདུག་ སྐྱེ་ལྔ་ལོ་སོན་དང་དེ་ཚོ་སྐྱུ་བ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ། ང་ཚོས་དདུལ་ཞིག་ཕུལ་ནས། གྱི་ཆེ་ ༤ པ་ནས་
 བཟུང་རྒྱ་ཁག་ ༡༦ ཙམ་ཞིག་འཇུགས་སུ་བ་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། རྒྱ་ཁག་དེ་དག་དཔེ་ལ་ལྷན་ཆོག་གསུམ་གཙོ་མཆོག་གི་བཀའ་
 འཁོལ་དང་སྒྲུགས་ངས་མིང་དེ་དག་མར་སློབ་ཆོག་པ་གྱིས་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཅིག་བྱས་ན་རྒྱ་ཁག་འཇུགས་
 མཁན་དེ་དག་ལ་ཡིན་ནའང་སེམས་ཤུགས་འཕར་རྒྱུར་པ་ན། མ་འོངས་པར་ཡིན་ནའང་རྒྱ་ཁག་མང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། སྐྱེ་ལྔ་ལོ་
 ལས་ཀྱི་སྤང་ལ་ཡིན་ནའང་འགྲོ་མཁན་མང་དུ་འགྲོ་རྒྱུའི་རེ་བ་དང་སྒྲུགས། དེ་ཚོ་ད་ལྟ་སོན་རྗེས་འགྲོ་བཅུ་གསུམ་ཡོད་པ་རེད། ཕུན་
 ཀུན་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ མཉམ་རྒྱུ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ དང་མྱངས་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ སུན་མོང་སྐྱེ་ལྔ་
 ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ འཕམ་རྒྱ་ལ་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ སྐྱེ་ལྔ་ལོ་ཐོན་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ བཟ་ཤིས་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་
 ཁག་ སྤིང་སྤིང་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ གསར་གཏོང་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ མ་ཐུན་པ་སྐྱུན་བཞི་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་
 བསམ་པ་གཏན་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ གངས་ལྗོངས་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ སྤོ་སྤིང་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ མེ་ཏོག་སྐྱེ་
 ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་ དེ་ནས་རྒྱ་ཁག་བཅུ་དམ། སོ་ལ་རྒྱུན་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་རང་འཆོ་རྒྱ་ཁག་བཅས་བསྐྱོམས་པའི་ཞིང་པ་མི་ ༡༢༡ དེ་
 ཡང་ལོ་གསུམ་ལས་མང་བ་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་ནས་ཞིང་པ་ངོས་འཛིན་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ། རྒྱ་ཁག་རེ་རེ་བཅུ་གསུམ་ནས་མི་རེ་རེ་ལ་པལ་
 ཆེར་སྐྱོར་མོ་སྤྱོད་ཐུག་བདུན་དང་ཉིས་བཅུ་ཉིས་བཅུ་མི་རེ་རེའི་དོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཅུ་གསུམ། དེ་ཡང་ཕུགས་བརྟན་ཡོང་རྒྱུའི་ཆེད་
 དུ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་མཉམ་དུ་ཡིན་ནའང་གན་ཡིག་འདྲ་པོ་བཞག་ནས། གལ་ཏེ་དེ་སློབ་བརྒྱབས་པ་ཡིན་ན་དདུལ་དེ་ཚུར་
 ལོག་སྤངས་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་པ་རེད། གལ་སྤིང་བྱེད་ཐུག་པ་གཅིག་ཐོན་པ་ཡིན་ན་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་པ་རེད་ཅེས། མདོར་
 བཤད་པའི་དུས་ཚོད་ཏོག་ཙམ་མྱངས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ད་ལྟའི་བཀའ་འགའ་གི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། ལྷག་
 པར་དུ་འགན་ཡོད་པའི་ནང་སྤིང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་ལྔ་ལོ་ནས་སྤང་ལ་འགྲོ་མཁན་སྤང་དེ་པར་བསྐྱུ་གསོག་འདྲ་པོ་བརྒྱབས་
 ལས་བཞག་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཅ་བ་ཉིད་ནས་ཆགས་ཀྱི་མེད། མཇུག་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟའི་
 འཆར་གཞིའི་ནང་ལ་བང་འདྲ་པོ་ཁ་ཤས་ཞིག་ལ་ང་ཚོ་བཀའ་བསྐྱུར་ཡོང་གི་འདུག། དེ་ཚོ་དང་མ་ཐུན་པ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་
 སྐྱེ་ལྔ་ལོ་བཟའ་ཆས་ཐོན་འབབ་ལ་གོང་ཡག་པོ་རག་ན། རང་བཞིན་གྱིས་དེའི་སྤང་ལ་འགྲོ་མཁན་ཆགས་རྒྱུར་རེ་བ་ཆེ་བ་ཡོད་
 ཅང་། དེ་ནས་ཁྱིམ་ར་སྐྱུན་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་འབད་བཅོན་གང་སུ་བ་ཞུ་བ་དང་། བསམ་སྒྲོ་བཏང་དང་གཏོང་

བཞེན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ཡིན་ཅང་སྤྱི་ལུ་ཐོན་པ་དེ་སྤྱི་ལུ་ལྷན་པ་དང་དམ་ཞེས་སུ་སྐད་ཆ་ཟེས་པ་ཡིན་ནའང་རེད་ཅེས་
བཀའ་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་ལུ་ཐོན་པ་ཞིག་གིས་ལས་རིམ་རྣམས་གཞག་འདོན་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་དང་། ངས་སྐད་ཆ་བཤད་
པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། ངས་ཞུ་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་ལྷག་མ་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེའི་སྐབས་སུ་ཞུ་དགོས་
རྒྱུ་དེ་ཆ་ཆང་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན། ངས་གནད་འགག་འདྲ་པོ་ཞིག་མཐོང་བ་རེད། གནད་འགག་ག་རེ་མཐོང་བ་རེད་ཅེན། ངས་དེ་
ཏྲིག་ཙམ་ཞིག་ཐད་ཀར་སྤྲིག་གཞི་སྤྲོད་མཁན་དེ་དང་། ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཞིག་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་ནའང་ཤེས་བྱུང་།
ཡིན་ནའང་གནད་འགག་འདྲ་པོ་དེ་ག་རེ་མཐོང་བ་རེད་ཅེན། ང་ཚོ་ཆང་མ་མི་ཡིན་པ་འདྲ་པོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་
འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགྲམ་ལ་པར་སོང་ནས། ས་ཁང་སྤྲིག་གཞི་དེ་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ཁྱེད་རང་ཚོ་རྒྱ་
གར་གཞུང་གིས་མཐུན་འགྱུར་གནང་རྒྱུ་དེ་ཚོ་ཆ་ཆང་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་མི་དེ་ཚོ་ཏ་ཅང་གི་མཉེས་པོ་
བྱུང་སོང་ཞེས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་ན་བསམས་ནས། སྐབས་དེའི་ལས་རིམ་རྣམས་གཞག་འདོན་མཁན་བཀའ་འོས་སྤྱི་ལུ་ཐོན་
ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱད་བའང་རེད་ལ། ཏྲིག་ཙམ་ཞིག་དྲེད་ཀྱི་ཙམ་སྤྲོད་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཞེན། ཏན་ཏན་སྤྲོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་ངས་
ཞུ་རྒྱུ་མང་པོ་མི་འདུག་ ཡིན་ནའང་དམིགས་ལྷུ་ལ་འདྲ་པོ་དེ་རེད། དེ་ནས་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། རྒྱ་
གར་གཞུང་གིས་གནང་བ་དེ་ཚོ་ཤེས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ བོད་གོས་ཀྱི་འདུག་ དེ་ནང་བཞེན་གནང་བ་དེ་ཚོ་ང་ཚོ་ནང་ཁུལ་ལ་ང་
རང་ཚོས་ཤེས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་པའི་སྐད་ཆ་དེ་འབྲེལ་ཡོད་པ་རེད་ལ། དེ་ཡིན་སྐབས་སྤྱི་ཚོགས་ཆ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་འདྲ་པོ་བཅེས་ནས་
སྐབས་དེར་ཞུས་པ་རེད། ད་ཆ་རེ་རེ་གཉིས་རེ་ཞུ་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་འདྲ་པོ་ཞིག་མི་འདུག་ གང་ལྟར་མངའ་སྤྱིའི་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་
བཟའ་ཆས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། དམིགས་བསམ་ཀྱི་རྒྱ་གར་རང་གི་ཉམས་ཐག་ལ་ག་རེ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། བོད་མི་ལའང་དེ་
ག་རང་སྤྱོད་ཆོག་གི་ཡོད་པའི་ཐག་གཅོད་གནང་བ་དེ་ཚོ་དཔེ་མི་སྤྱི་ཚོགས་ཆེན་ཀྱི་ཐག་གཅོད་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཚོ་ལ་ང་
ཚོས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ལྷག་སྤྲོད་ཆེ་ཞེས་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་ནང་བཞེན་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་བཀའ་འོས་ཆེན་པོ་གནང་ནས་རོགས་སྐྱོར་
གནང་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་ང་ཚོས་གོ་སྐབས་བྱུང་ས་ནས་གང་སྐབས་ཅི་སྐབས་ཀྱིས་འབད་བཅོམ་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་
ཞིག་ལ་ངས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་ལུ་ཐོན་པ་གཞན་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་
མཁན་ནང་ནས། ད་ལྟ་སྤེལ་གོ་བ་ཁུལ་ལ་ཡོད་མཁན་དེ་ཚོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་སོང་། ང་ཚོའི་ཐོག་ནས་
ཡིན་ནའང་རེད། དེ་སྤྱི་ལུ་གྲོས་ཚོགས་ལའང་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་མཁན་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནའང་རེད། ག་རེ་
བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད། ད་ཆ་ངས་མང་པོ་ཞིག་ཞུས་ཆང་བ་རེད། ག་ལེར་ག་ལེར་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་རྒྱ་བ་ལོག་ནས་ཐད་དེ་གསར་
འབྱོར་ཀྱི་དཀའ་ངལ་རེད་ཟེར་མཁན་དེ་འདྲའང་ཡོད་ས་རེད། གང་ལྟར་རྒྱ་མཆོན་དེ་ཚོ་ཆང་མ་བྱུངས་ཆང་བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་
དེའི་རྒྱ་བ་རྟེན་ཀྱི་རྒྱ་མཆོན་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ས་ཆ་ག་པར་ཡོད་པ་ཡིན་
ནའང་དེ་ག་རང་ལ་གནས་སྐབས་ན་ཁོ་རང་ཚོ་ལྟོ་གོས་ཐོག་ནས། ད་ལྟ་ག་པར་རྟེན་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་དེ་ག་རང་ལ་གནས་སྐབས་
ཀྱི་རེད་བསམ་བསམ་ཞིག་བྱུང་ནས། སྤེལ་གོ་བ་ཁུལ་ལ་ཡོད་པའི་གསར་དུ་འབྱོར་མཁན་དེ་ཚོ་སྤེལ་གོ་བ་ཁུལ་རང་ལ་ས་ཁང་

135

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

གཏམ་བཟང་གསར་བ་དེ་འདྲ་ལྟ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གསུང་རོགས་གནང་གསུངས་སོང་། རྗེས་སུ་ཡོད་ན་གསུང་ན་འགྲིག་གི་རེད།
སྤྱི་འཐུས་འཛིགས་མེད་འབྲུང་གནས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་འཛིགས་མེད་འབྲུང་གནས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བློ་སྤྲོད་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཐོག་མའི་དབྱུང་གཞི་འདྲ་པོ་བྱས་ན། དེ་བཞུགས་ཤིང་གཞི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དུས་ཚོད་ཀྱིས་རྒྱུན་པས། དེ་བཞུགས་ཤིང་གཞི་ལྡན་པ་དུག་ཅེས་ཞིག་པར་འབྲུངས་བཏང་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་ས་རེད། ད་ལྟ་བཀའ་མོལ་བྱུང་བཞིན་པའི་ཐོག་ལ་ནང་སྤྲོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ལྷན་སོ་ནམ་གྱི་ཐོག་ལ་ཤུགས་སྤོར་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ལྷན་སོ་ནམ་དེ་ཆོད་ལྷན་ཡོད་དང་མ་ཡོད་། ཞིང་པ་དོ་བདག་གི་ཆོད་སེམས། ས་ཆའི་རྒྱ་ཁྲོན། ཞིང་རྒྱ་འདྲན་གཏོང་གི་མཐུན་རྐྱེན་ཡོད་མེད། ཁོར་ལུག་གི་གནས་སྤངས། ཁྲིམ་རའི་གནས་སྤངས་མང་པོ་ཞིག་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་སྤྱི་ལྷན་སོ་ནམ་གྱི་ཐོག་ལ་གཞོན་ཡོད་གི་ཡོད་མེད་མཐོང་ཐུབ་རྒྱ་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་ལྷན་སོ་ནམ་རྒྱ་ཁྲོན་གི་མིང་སྤྱན་ལོས་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། དེམ་པས་དོན་དག་ཅིག་ཡོད་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་རེ་བ་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་རེད། སྤྱི་ལྷན་སོ་ནམ་ཐོག་ལ་སྤྲོད་བྱས་འབྲུང་དུ་ཐོན་པའི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསལ་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་ལ་དགའ་བསུ་ཞུ་རྒྱ་རེད། སྤྱི་ལྷན་སོ་ནམ་མིན་པ་ཡིན་ནའང་ཞིང་ཁ་འདེབས་ལས་བྱེད་མཁན་ཡིན་པ་ཙམ་གྱིས། སྐར་པོགས་ཀྱི་གཟིགས་སྐྱོང་གནང་དགོས་རྒྱ། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟ་སྤྱོད་འབྲས་པོན་ཆེན་པོ་འདེབས་མཁན། སྤྱོད་འབྲས་རྣམས་གསར་བ་འདེབས་མཁན། བ་སྤྲུགས་གསོ་ཉར་བྱེད་ཐུབ་མཁན། འདི་ཆོ་ལ་ངོས་འཛིན་གྱི་ཆེད་དུ། དེ་འདྲའི་ལེགས་སྤྱིས་བཟོ་འདྲ་པོ་དེ་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཡག་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ལེགས་སྤྱིས་ཟེར་དུས་དངུལ་འབོར་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྲོད་དགོས་རྒྱའི་གནས་བབ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱི་ལྷན་སོ་ནམ་མིན་པ་ཡིན་ནའང་ཞིང་ཁ་འདེབས་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ལ། གཞིས་ཆགས་འདིའི་ནང་གི་མཐུན་རྐྱེན་མང་པོས་རེད་ཟེར་རྒྱའི་ཕྱག་འཁྲེར་ཞིག་དང་། དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྲོད་བཀའ་སློན་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པའི་སྐབས་ལ་གནང་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ས་རེད་བསམ་གྱི་འདུག གཞིས་ཆགས་ཆེན་པོ་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་ད་ལྟའི་གནས་སྤངས་ལ་ཡང་། བ་སྤྲུགས་གསོ་ཉར་བྱེད་མཁན་དེ་ཆོ་ཉ་ཅང་གི་གནད་འགག་རེད། གཞིས་ཆགས་ནང་ལ་སྤྲོད་བྱས་དུས་འོ་མ་ཆོད་ལྷན་ཞིག་འཆོང་རྒྱ་མེད་རྒྱུང་འབྲུང་རྒྱ་ཞིག་ཉུང་མཐར་རག་དགོས་པའི་གནས་བབ་རེད། གཞིས་ཆགས་རེད་ཟེར་ནས་ལག་འཁྲེག་ཤོག་ནང་གི་འོ་མ་དེ་ཉུག་པར་འབྲུང་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན། ཉུག་ཉུག་ཅིག་ཁྲོན་ནས་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བ་སྤྲུགས་གསོ་ཉར་བྱེད་མཁན་ལ་ངོས་འཛིན་དང་། རོགས་སྐྱོར་ཐུན་བྱ་རེ་གནང་ན་གནང་རྒྱའི་དུས་ཆོད་རེད་བཞག་བསམ་གྱི་འདུག དེ་འདྲའི་དགོངས་པ་ཡོད་དམ་མེད་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱ་གཅིག་ཡིན།

གཉིས་པ་དེ་གཞིས་ཆགས་ཡིན་ནའང་རེད། རྩོགས་མཐའ་ཁག་ལ་ཆོགས་རྩུང་དང་མ་རྩུང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དང་ རྩོགས་མཐའ་ཡོད་པའི་ལས་བྱེད་དེ་ཆོ་རེད། གཙོ་པོ་བཀའ་ཤིག་གི་ལམ་སྟོན། ཡང་སྐོས་ནང་སྤྲོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་

བཀོད་ཁུབ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཁྱིམ་འདྲི་ལེན་གྱི་མཁན་ཉིན་མོའི་མི་དང་མཆན་མོའི་ཁྱི་གྱེད་མཁན་དེ་སྟོགས་མཐར་ཡོད་པའི་
 ལས་གྱེད་དེ་ཆོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དང་སྟོགས་མཐའ་ཁག་ལ་འགོ་མཁན་མང་པོ་ཞིག་དགོན་པོ་ཡིན་པ་
 དང་། ཉ་ཅང་གི་འཆར་པོ་ཡོད་པ། དེ་རིང་གྱེད་རང་སྟོགས་མཐའ་ལ་འགོ་དགོས་ཟེར་དུས་ཚུར་ག་དུས་ལོག་དགོས་བསམ་པའི་
 བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་མེད་དམ་བསམ་བསམ་ང་ཆོར་དེ་འདྲའི་ཆོར་བ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག དེ་འདྲའི་སྐྱུང་ལ་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་
 རེད། ཡོད་པ་ཡིན་ན་དགོངས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཅང་དགོས་པའི་གནད་དོན་དེ་ག་པར་སྟག་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་གི་བསམ་སྒྲོ་
 གཏོང་སྟོགས་བྱས་པ་ཡིན་ན། སྟོགས་མཐའ་ལ་བཏར་བ་དེ་ཆོར་མ་ཐུན་ཆུན་ཅུང་དགས་ཀྱི་འདུག་བསམ་ཀྱི་འདུག དཔེར་ན་
 མཐའ་མཆན་མས་ཀྱི་གུན་གསལ་ཟེར་བ་འདྲ་པོ། ས་ཐོ་ཟེར་བ། གངས་ཐོ་ཟེར་བ། གནས་ཆད་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལོ་ག་དུས་
 ནས་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་རེད། སྐྱ་གུ་ཞིག་གུང་སེང་ཁྱེད་གོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། སྟོགས་མཐའ་ཁག་ལ་ཡོད་པའི་ལས་གྱེད་
 ཞིག་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཡིན་ནའང་རེད། ལས་གྱེད་ཡིན་ནའང་རེད། འདི་ནང་ལ་ཉི་མ་ག་ཆོད་ཡོང་དགོས་ཀྱི་རེད། སོ་སོ་
 གུང་སེང་ལ་བྱིན། སྐྱ་གུ་ལེན་རྒྱུའི་ལས་ཐོན་རེད། དེ་གངས་སྐྱེད་ལ་སྟོད་ཀྱི་ཡོད་ན་ཉི་མ་གྱེད་ཀ་དགོངས་པ་ཁུས་ནས་སྐྱ་གུ་
 གུང་སེང་ལེན་སྐྱུའི་ཐབས་ཤེས་གནད་རྒྱུ་རེད། གཅིག་དེ་རེད། གཉིས་ཐད་ནས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་
 ཡིན་ན། སོ་སོའི་གནས་རིམ་གྱི་སྒྲིང་ལ་བྱུང་ལས་ཡིན་ན་བྱུང་གཞོན་གྱི་ལས་ཀ་སྒྲིང་། འགའ་རེར་བྱུང་ལས་ཡིན་འང་བྱུང་
 གི་གནས་རིམ་གྱི་སྒྲིང་ལ་བཞུགས། དེ་འདྲ་བྱས་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་དངོས་ཡོད་གནས་
 ཚུལ་རེད། ཡིན་ནའང་སྒྲིག་གཞིའི་ནང་ལ་དེ་འདྲའི་དམིགས་བསལ་ཟེར་བའི་ལས་གྱེད་ཡིན་ན། སོ་སོའི་གནས་བབ་མ་ཟིན་པའི་
 ཁོང་ལ་དམིགས་བསལ་གནས་སྟོས་གཏོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག ལོ་གཉིས་བསྟན་མར་དམིགས་བསལ་གནས་བབ་སྟོན་རྒྱུའི་རྒྱུ་
 གཉེར་ཡོད་ན་དམིགས་བསལ་གནས་སྟོས་གཏོང་རྒྱུའི་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་འདྲ་པོའི་རྣམ་པ་གཏོང་དགོས་རྒྱ་
 གཟུགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་མེད། མ་འོངས་པར་གནད་འཆར་ཡོད་དམ་མེད། གང་ལྟར་གནས་ཚུལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་ཆོ་རང་གི་
 རོས་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཉོག་ཅམ་ཞིག་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་སྟེ། དེ་འདྲ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ན་སྟོགས་མཐའ་ལ་སྟོད་མཁན་
 དང་། བྱུང་ལས་གཅིག་ལ་བྱུང་བྱི་གནས་རིམ་དེ་ལེན་མཁན་གྱི་སྒྲོར་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ལ་ཁག་མེད།
 ཁྱོད་ཀྱི་གནས་རིམ་དེ་བྱུང་ལས་རེད། ཁྱོད་འགན་ཁུར་རྒྱུ་དེ་བྱུང་བྱི་ལས་ཀ་འཁུར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁྱེད་རང་ཉིས་པ་རྒྱུང་
 བ་རེད་དང་བཅས་པལ་ཆེར་གསུང་མདོག་ཁ་པོ་མ་རེད། བྱས་ཅང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་གནད་རྒྱུ་ཡོད་དམ་མེད།
 གནད་འཆར་ཡོད་དམ་མེད་ཟེར་ནས་བཀའ་འདྲི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་སྟགས་ཇེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཀྲཱ་ཡེ་ཤེས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྲོད་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་ད་གིན་གོང་དུ་བཀའ་ལན་ནས་འཕྲོས་པའི་ངེ་བ་
ཞིག་འདི་དགོས་པ་བྱུང་སོང་། ཡག་པ་ཞིག་ལ་མོན་ལྟོ་འདྲི་རྒྱ་སྤྲོད་གཞིས་ཆགས། ཡིན་རྒྱ་མཉམ་འབྲེལ་དཔེ་སྟོན་གཞིས་
ཆགས་དེ་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ཁོ་རང་ཚོས་སྤྱི་ལུགས་སོ་ནམ་ཐོག་ལ་འགན་ཁུར་ནས་སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་རུ་ཁག་བཅུགས་པ་དེ་ཡག་
པོ་བྱུང་འདུག བསྐྱུགས་བརྗོད་ཀྱི་ཡིན། སྤྱི་ལུགས་ནས་ཡོང་རྒྱ་ལ་དོ་བདག་ཚོ་ལ་འབོད་སྐྱེལ་ཡང་ཀྱི་ཡིན། ད་ལྟོ་ངས་འདི་
དགོས་པའི་ངེ་བ་དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ནང་སྤྲོད་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་བཀའ་ལན་གནང་དུས། སྤྱི་ལུགས་སོ་ནམ་ཐོག་ཀྱི་ཡོད་པ་
ཡིན་ནའང་འདྲ། སྤྱི་ལུགས་སོ་ནམ་ཐོག་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ས་ཆ་ཨེ་ཀ་སྤྱི་ལུགས་སྤྲོད་ཡོད་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། སྤྲོད་པ་བྱུག་
བརྒྱ་ཡོད་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། ས་ཆ་ཨེ་ཀ་གསུམ་སྤྲོད་དེ་ག་པར་ག་པར་ཡོད་པ་རེད། གཞིས་ཆགས་ག་པར་ས་ཆ་དེ་ཡོད་པ་
རེད། སྤྲོད་པ་ཁྱིམ་ཆང་བྱུག་བརྒྱ་དེ་ག་པར་ག་པར་ཡོད་པ་རེད། དེ་གསུང་བྱུག་གྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་པན་ཐོགས་ཡོད་ས་རེད་
བསམ་གྱི་འདུག དེ་ཀྱང་དགོས་པའི་རྒྱུ་ལྡན་གྱི་རྒྱ་མཆོག་ ཀོ་ལེ་ལྷལ་གཞིས་ཆགས་སྤྱི་ལུགས་སོ་ནམ་ཐོག་དཔེ་སྟོན་གཞིས་
ཆགས་བྱས་པ་རེད། དེའི་ནང་ས་ཆ་ག་ཚོ་དེ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ར་ལ་ཤེས་འདྲི་པའི་འདུན་པ་ཞིག་འདུག

གཉིས་པ་དེ་ན་ཞིང་ལས་བསྐྱེམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་གྲོས་ཚོགས་འདི་ག་རང་ནང་ངས་བཀའ་འདི་ཞུས་པ་ཡིན། བཀའ་འདི་
ག་རེ་ཞུས་པ་རེད་ཟེར་ན། བཞུགས་སྐྱེད་རྩལ་ས་ལར་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་ཆེ་བཞུགས་སའི་མེས་པམ་ལམ་དེ་དཔེ་མི་སྤྲོད་
པའི་སྤྱི་པོ་འདུག ང་སྤྲོད་སའི་འཁྲིམ་ལ་སྤྲོད་སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་བྱས་
ནས་མཆོན་ཉགས་རྒྱལ་རྒྱའི་ལས་འགུལ་ཞིག་སྤེལ་དགོས་བསམས་སོང་ཟེར། ཡིན་ནའང་དང་པོ་མ་སྤེལ་གོང་ལ་ལས་དོན་
སྤྱི་ལུགས་པ་དེ་འདྲ་བྱུང་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་དུས་བཀའ་ལན་གནང་སྐབས་ཉ་ལམ་དུལ་དེ་ཐོན་ཡོད་གསུངས་སོང་། ཁ་
སང་གོ་རྒྱུར་ང་ཚོས་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུའི་སྐབས་སུ་ཉ་ལམ་པོགས་མ་ཡང་བཏང་ཆར་བ་ཞིག་གོ་སོང་། དོན་དག་ཡང་
སྤྲོད་ག་རེ་ཀྱང་འདྲི་བྱུང་སོང་ཞུས་ན། མེས་པམ་ལམ་དེའི་སྤྲོད་ལ་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཚོས་དོ་སྤྲོད་ཀྱི་འདུག་ཟེར། གང་
མགོགས་ཀྱིས་ཡག་པོ་བསྟོན་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ལྷག་པར་དུ་ལམ་ཁ་དེ་སྤྲོད་མོ་ག་ཚོ་དག་ཏེང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་
ནའང་འདྲ། ཐོགས་མ་སྤྱི་ལུགས་ལེན་གྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་དེར་ང་ཚོར་རྒྱས་ཏོག་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། ལམ་ཁ་སྤྱི་ལུགས་དག་པོ་
བཟོ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག དེ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་འབྲེལ་ཡོད་རྣམས་ལ་མར་གསུང་རོགས་གནང་། ང་རང་དང་
འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ད་དུང་སྤྲོད་པའི་འཐུས་མི་གཉིས་གསུམ་ཞིག་ཡོད། དེ་ཚོ་ཆང་མར་ངས་ཞུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞད་ཆར་བ་
ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ནང་སྤྲོད་ལས་ཁུངས་ནས་གྲོས་ཚོགས་ནས་ཚོར་སྤྲོད་ཡོད་པ་དེ་མ་གཅིར་སྤྲོད་སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་
ལ་གསུངས་པ་ཡིན་ན་ལས་ཀ་མགོགས་པ་ཞིག་ཀྱི་རྒྱ་དང་། སྤྱི་ལུགས་པོ་ཀྱི་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་རྒྱ་རེད་བསམས་ནས་
དེ་གཅིག་ཡིན།

དེ་ནས་དོན་དག་གཅིག་ལ། དེ་ཆེན་པོ་ཞིག་གང་ཡང་མིན། ཁ་སང་ང་ཚོ་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུའི་ནང་སྤྲོད་
གནང་སོང་། ང་ཚོ་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ཀྱི་ཚོར་བཞུགས་མཆོང་གོ་སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་དེ་ས་ཁང་བདག་གཉེར་ཁང་གིས་གནང་བ་རེད། དོན་
དག་ཆེན་པོ་ཞིག་མ་རེད། ང་ཚོ་དྲང་ཞབས་ Tibet Corps ཟེར་གྱི་འདུག དྲང་ཞབས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཁང་པ་ཡོད་པ་རེད། ནང་

སྲིད་ཀྱི་ཁང་པ་དེ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གལ་སྲིད་དྲང་ཞབས་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོས་གང་ཡང་ཉུ་རྒྱ་མེད། ཡིན་ནའང་
 རྟོང་པ་སྟོང་རྒྱུ་བྱས་ནས་བཞག་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྤྱི་འཐུས་ཚོས་ཡ་གིར་མེག་ལོར་དུ་བཞུགས། ཞལ་གཅིག་ནས་
 བསྐྱེད་ཆགས་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། གཞན་གཅིག་ནས་པ་གི་ལ་ནང་སྲིད་ཀྱིས་བསྐྱོན་པའི་ཁང་པ་སྟོང་པར་བཞག དེ་ནས་སྤྱི་
 འཐུས་རྣམས་པ་ཡ་གིར་ཐག་རིང་པོ་ལ་བཞུགས། དེའི་ཐོག་ལ་ཡར་མར་ལམ་གྱོན་འབྲུལ་དགོས་པ་ཆགས་དུས། མ་འོངས་པར།
 རྩ་བའི་ལོས་ཡིན། དྲང་ཞབས་པ་དེ་ཆོའི་ཆེད་དུ་ཡིན། ཁྱད་པར་གང་ཡང་མི་འདུག མ་འོངས་པར་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་པའི་
 སྐབས་ལ་དེ་འདྲའི་སྟོང་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེའི་ནང་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ལ་ཞུགས་རྒྱུའི་ཆེད་དགོངས་པ་བཞེས་ན་ཡག་པོ་འདུག དེ་
 ངའས་བཀའ་འདྲི་ཉུ་རྒྱ་ཡིན། དེར་དགོངས་བཞེས་མ་གནང་པ་ཡིན་ན་དེ་མདོག་ངན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག གཞུང་གི་ཁང་པ་
 རྟོང་པར་བཞག རྫོག་བརྒྱུ་བས། དེ་ནས་ཡ་གིར་མགོན་ཁང་སྐྱེས་བསྐྱེད་པ་དེ་དངོས་ནས་ངན་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དེའི་
 ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག མ་འོངས་པར་དེ་འདྲའི་དགོངས་པ་བཞེས་སྐབས་ཀྱི་ཡོད་ན། དེ་ནས་
 གཞུང་གོན་བསྐྱེད་ཆགས་ཆགས་རྒྱུ་ལ་དངོས་གནས་པན་ཐོགས་པོ་ཡོད་ས་རེད་ཅེས། དེ་ངས་ཞབས་སྐྱེས་དང་སྐྱགས་ནས་ཉུ་
 རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ད་ལྟ་ཕྱག་རྒྱུ་མཁན་གསུམ་ཡོད། འདིའི་རྗེས་ལ་ད་དུང་གཞི་ནས་དམིགས་བསལ་དང་། ཟུར་བཀོལ་འགྲོ་རྒྱུ་རེད། ཕྱག་རྒྱུ་
 མཁན་དེ་འཛར་འཛར་ལ་མང་དུ་མང་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག འདིའི་རྗེས་ལ་གོ་སྐབས་འབྲུལ་མི་དགོས་པ་ཉུ་རྒྱ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ནང་
 སྲིད་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྲིད་བཀའ་སློན་རྒྱུ་རི་སྟོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ རྒྱུ་ལྷན་སོ་ནམ་རེད། ལྷག་པར་དུ་སོ་ནམ་ཞིང་པ་གཙོ་བོར་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་
 འཐུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དགོངས་འཆར་གནང་བ་དེ་དག་ལ་ངས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཉུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཞིན་རྒྱུ་ལྷན་སོ་ནམ་དང་སྤྱི་
 ཡོངས་སོ་ནམ་ཞིང་ལས་ཀྱི་ཐོག་ལ། ས་ཆ་སོན་ཆེན་པོར་ཞིང་ཁ་བཏབ་པ་རེད་ཟེར་ནའང་མི་འདུག དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཆ་རྒྱུན་
 འདྲ་པོ་དང་། ཕྱག་འཁྱེར་འདྲ་པོ་འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་འདུག་དང་མི་འདུག གང་འདྲ་བྱས་ན་པན་གྱི་ཡོད་མེད་སྟོར་ལ་ང་ཚོས་བསམ་
 རྫོག་གཏོང་གི་ཡིན་ཞེས་ཉུ་རྒྱ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་ད་ལྟ་གཞིས་ཆགས་ནང་ལ་བ་ཐུགས་གསོ་སྟོང་བྱ་རྒྱུ་དེ་དག་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་
 པ་དང་། སྤྱི་ཡོངས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དངོས་འབྲེལ་གྱི་ཉམས་སྟོང་ཞིག་དང་། མཁྱེན་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་
 པའི་གནས་སྟངས་ཤིང་ལྷག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅང་། དེ་ཚོ་ཆང་མ་ལ་ངས་ཉ་ཅང་གི་ཞིབ་ཆགས་པོ་ཞིག་ཉུ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས།
 དཔེར་ན་བ་ཐུགས་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་དེ་ཚོ་ལ་མཐུན་འཇུག་སྒྱུར་ཡོད། ད་གིན་གོང་དུ་ཉུ་མི་སྤྱི་གཞི་དེའི་འོག་ནས། དཔེར་ན་
 བྱ་མོན་གཡར་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས། མི་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་སྟོ་ཐུགས་གསོ་སྟོང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཉུ་མི་པ་ཡིན་
 བ། མི་གཅིག་ལ་འབྲུམ་གཅིག་འབྲུལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། མི་གཅིག་ལས་མང་བ། ནང་མི་གཅིག་པ་མིན་པ་གཞན་ཞིག་དང་

མཉམ་དུ་བྱས་ནས། མི་གཅིག་ལས་མང་བ་ཡིན་ན། འབྲམ་གསུམ་གཡར་རྒྱ་ཡོད་པ། དེ་ནང་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་
 ཚོགས་དུས་ག་དུས་རེད་ཅེ་ན་ངས་ཡག་པོ་ཞིག་བྲན་གྱི་མི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་སྟོན་ཐོག་གི་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་
 དབྱིན་ཤར་དུ་ Insurance ཉེན་སྲུང་གི་ཐོག་ལ་རོགས་སྐྱོར་གནང་ཐུབ་རྒྱ་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀུར་
 འོས་སྒྲིལ་ཐུགས་ཀྱི་ནང་ནས་གསུང་མཁན་བྱུང་སོང་། དེ་བཞིན་སོ་ནམ་པའི་བྱན་གཡར་དེའི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་། དེ་འདྲའི་མཐུན་
 འགྱུར་གྱི་དདུལ་བྱ་ལོན་གཡར་དགོས་པ་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། གཡར་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་མཐུན་འགྱུར་བསྐྱེད་ཡོད་ཅེས་ཞུ་
 རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ས་གནས་ནང་ལ་ལས་བྱེད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་པ་དེ་ཚོ་ཆང་མ་ལ་ངས་ལན་རྒྱག་མི་
 དགོས་པའི་བཟོ་འདྲེལ་པོ་ཞིག་གསུངས་པ་དེ་དག་དོགས་འདི་རེད་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ཆང་མ་དོགས་འདི་
 རང་གི་ནང་ལ་ཐོན་སོང་སྐྱམ་པ་ཞིག་དང་། དེ་དག་སེལ་རྒྱུ་འདི་ཆེད་དུ་ས་གནས་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། ལས་བྱེད་པེབས་སུ་རྒྱུ་
 ཆེད་དུ་དམིགས་བསལ་གྱིས། རྒྱལ་ས་མཐའ་ཁག་ལ་ཡོད་པའི་ལས་བྱེད་ལ་མཐུན་འགྱུར་སྐྱོར་རྒྱལ་ས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ག་རེ་བྱ་རྒྱ་
 ཡོད་དམ། དེ་ཚོར་ཉན་ཉན་རང་བཀའ་བསྐུར་གནང་སའི་གཞི་ཞིག་རེད་འདུག། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ད་དུང་ཡིན་ནའང་། ནང་
 སྤྱིད་ནང་ཁུལ་དུ་ཡིན་ནའང་བཀའ་བསྐུར་གནང་། བཀའ་ཤག་ལ་འཆར་འགོད་ག་རེ་འབྲུལ་སུ་བྱེད་ཀྱི་ཐེར་ནས་བཟུ་རྒྱ་ཡིན་
 ལ། དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་དེ་དངོས་འབྲེལ་རེད། འབད་བཙོན་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཞུས་པ་དེ་འདྲའང་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་
 དེ་ཚོ་སྐབས་རེ་ས་གནས་སུ་འགྲོ་རྒྱུ་ལ་མན་ཐོགས་མ་བྱུང་བ་དང་། ཡང་ལས་བྱེད་གཞན་གྱི་ལམ་ཁ་འགོག་པ་དེ་འདྲའང་
 ཆགས་བྱུངས་ཆགས་བྱུངས་བྱེད་ཀྱི་འདུག། དཔེ་མཚོན་འདྲེལ་པོ་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན་ན་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་གྱི་ནང་ལ། ད་ལྟའི་
 སྐབས་ལ་འབྲུག་དེ་ཉ་ཅང་བཅི་རྒྱ་མི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་རྒྱལ་ས་མཐའ་ལ་པེབས་རྒྱུ་དཀའ་ངལ་ཉོག་ཅམ་ཞིག་ཆེ་བ་འདྲེལ་
 ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ལུང་པ་དེ་བུད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་ལ། ལས་བྱེད་ནང་ནས་ཀྱང་ཉོག་ཅམ་ཞིག་དོ་སྒྲུང་ཆེ་
 བ་འདྲེལ་པོ་ཞིག་དེ་རང་བཞིན་རེད། ངས་དེ་སྟོན་རེད་ཅེས་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཞུ་ཡི་མེད། རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་སྤྱད་པའི་བྱི་རྒྱལ་
 ཡུལ་གྲུ་ཁག་གི་ནང་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་འོ་སྐབས་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཉོག་ཅམ་ཞིག་པེབས་འདོད་ཡོད་མཁན་མང་ཅམ་ཞིག་
 ཆགས་ཀྱི་མེད་དམ། དེ་ཡིན་ཅང་ཡིག་ཆ་དག་ཏོང་རྒྱུ་འདི་ཆ་རྒྱུན་ནང་ལ་ས་གནས་དང་། རྒྱལ་ས་མཐའ་ཁག་ལ་ཞབས་བྱི་ཞུས་
 རྒྱུ་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་ངས་པར་དུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཆ་རྒྱུན་ནང་ལ་བསྐྱེད་པ་རེད། དེ་ཡིན་རྒྱུ་འབད་བཙོན་ཡིན་པའི་སྐད་
 ཆ་རེད། ས་གནས་ནང་ལ་འགྲོ་མཁན་མང་ཅམ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་མེད་དམ་སྟེ། ཡིན་ནའང་རྗེས་སུ་དངོས་ཡོད་ལ་བཟུ་དུས།
 ལས་བྱེད་པས་རྩ་བ་ནས་འགྲོ་འདོད་མེད་པ་མ་ཡིན་པ། ཡིན་ནའང་ལས་ཁུངས་རང་གི་ཐོག་ནས་དེ་དགོས་མཁོའི་ཐོག་ནས་ས་
 གནས་རྒྱལ་ས་མཐའ་ཁག་ལ་ཞབས་བྱི་ཞུ་རྒྱུ་འོ་སྐབས་མ་རག་པ་ཡོད་མཁན་དེ་འདྲའང་ཆགས་ཀྱི་འདུག། ཡང་དེ་འདྲའང་ཁ་ཤས་
 ཤིག་ཡིག་ཆ་དག་ཏོང་སར་འོས་ཤོག་མ་ཆང་བ་ཆགས་པ། ཡང་དེའི་རྗེས་སུ་ཡང་བསྐྱར་སྒྲིག་གཞི་དེ་ལ་བསྐྱར་བཙོན་དཔལ་
 ལྷན་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས་གནང་དགོས་རྒྱུ་འདི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲའང་བྱུང་སོང་། ད་ལྟ་ཡིན་ན་རྒྱལ་ས་མཐའ་ལ་པེབས་པ་ཡིན་
 བ། འོ་གཅིག་ས་གནས་ལ་བསྐྱད་རྒྱུ་འདོད་པ་ཡིན་ན། ངས་ད་ལྟ་འགྲོ་གནས་བྱངས་ཀ་ཉག་ཉག་འདྲེལ་པོ་ཞུ་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག་
 སྟེ། པལ་ཆེར་འོ་གཅིག་ས་གནས་ལ་བསྐྱད་རྒྱུ་འདོད་པ་ཡིན་ན། Point གཅིག་རག་རྒྱུ་དང་། འོ་གཉིས་ལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་

ཡིན་ན། ཡར་སྔོ་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་འབྲེལ་གྱི་བསྐྱར་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ས་གནས་རང་ལ་དཔེར་ན་གནས་སྤར་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་བ་དང་སྤྱོད་ཀྱི་དགོངས་འཆར་རང་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་ངས་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད་ལ། དེ་ཆོ་ཆང་མར་ཐུགས་མེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ནས་སོ་ནམ་ཞིང་པ་དེ་ཆོ་ཆེ་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་ད་ལན་གྱི་སྔོན་ཅིས་ནང་ལ། སོ་ནམ་གྱི་བྱ་ལོན་གཏོང་སྤྱོད་ཀྱི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་། ང་ཆོ་ཆེ་ཐོག་ནས་གང་མང་མང་ཞིག་ Tractor བརྒྱུད་དགྲ་ཙམ་ཞིག་སྤྱོད་གཡང་གཏོང་བྱ་བ་རྒྱུ་དེ་དབུལ་འབྲེལ་ཐོ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་དེས་ཀྱི་ཡོ་གཅིག་བྱ་གཏོང་བྱ་བ་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཆོ་ཐུགས་ལ་བརྟན་པོ་བྱས་ནས་ལྷག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ལ། དེ་ཆོ་ཆེ་ཐོག་ལ་གང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་གཟབ་གཟབ་བྱས་ནས། མཐུག་སྐྱོང་གི་དེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་འབྲེལ་གྱི་སྤྱོད་ནས་ང་ཆོས་འཆར་གཞི་བསྐྱོད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀྲར་ལོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་གིས་སྤྱི་ལྷན་སོ་ནམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་བཞུགས་ཡོད་པའི་གཞིས་ཆགས་སོ་སོའི་ནང་ལ་ས་ཆ་ཨེ་ཀ་ག་ཆོད་ཙམ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་བཀའ་འདི་གནང་བ་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་སྤྱོད་སེང་ཞུ་རྒྱ་ལ། མོན་ལྷོ་ལ་ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ ༡༥༠༠ མན་སྤྱོད་ལ་ཨེ་ཀར་ ༣༣༧ མེའོ་ལ་ ༤༠༠ འབྲུམ་ལ་ལ་ ༤༠ ཏི་ཱ་ལ་ ༤༥༠ བསྐྱར་འཛིན་སྤྱོད་ལ་ ༣༠༠ སྤེལ་ཀོབ་སྤྱི་ལྷན་སོ་ནམ་སྤྱོད་བཅར་ཁང་གི་ནང་ལ་ཡིན་ན་ས་ཆ་ཨེ་ཀར་ ༩༠ ལ་ང་ཆོས་ཅིས་ཀྱི་ཡོད། དེར་ ༣༡༡༧ ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ནས་བཀྲར་ལོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དངོས་གནས་རེད། དེའི་སྔོན་གྱི་གྲོས་ཆོག་སྤྱོད་ཀྱི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་ཐེབས་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཀའ་གནང་སོང་། དེ་ནང་བཞིན་སྐབས་དེ་དབུལ་ཞུས་པ་བཞིན། ད་ལྟ་དེ་ཐོན་ཡོད་པ་དེ་དངོས་གནས་རེད། ད་ལྟ་ས་ཆ་གཉིས་ཙམ་ཞིག་ལ་ཁོང་ཆོ་ཆེ་ས་མར་ལུག་ས་ལ་ཡར་ཐོག་རྒྱུ་ལས་ཀ་དེ་འགོ་བཙུགས་ཆར་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་ཆེ་ཐོག་ལ་འདི་ནས་དགོངས་འཆར་གནང་བ་ནང་བཞིན་གྲོས་ཆོག་ས་རང་གི་ནང་ནས་དེ་ཆོ་ཆེ་ཐོག་ལ་སྤྱོད་འཆར་ཆེན་པོ་ཡོད་ལ། ཡག་པོ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་ཆོ་ཆེ་ཐོག་ལ་ང་ཆོས་མ་གཤིས་ PWD Chief Secretary ལས་ཁུངས་རང་ལ་ཞུ་བྱ་བ་བྱ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཞིན་བཀྲར་ལོས་སྤྱི་ལྷན་པ་ཆོ་ཆེ་ནང་ནས་ཡིན་ནའང་པར་ཚུར་ངོ་ཤེས་པ་དང་། འབྲེལ་ཡོད་དེ་ཆོ་ལ་གསུངས་པ་ཡིན་ན་པན་ཐོག་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཡོད་གི་འདུག དེ་ཆོར་གསུང་རོགས་གནང་ཞེས་འཛོད་སྤྱོད་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

ཆོག་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ནང་མི་དེ་གི་ཁང་པ་དེའི་སྐོར་ལ་གང་ཡང་གསུངས་མ་སོང་། ད་ལྟ་སྤྱི་འཐུས་གསུམ་ཡོད། དེའི་རྗེས་སུ་གསུང་གནང་ན་འགྲིག་གི་འདུག སྤྱི་འཐུས་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

ནང་མི་དེ་གི་ཅིས་འགོ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ལ་གང་ཡང་ཞུ་རྒྱ་མེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁ་སང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐོན་ཀྱི་དེ་བ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་འདྲེལ་གནས་དོན་དེ་གཅིག་ཞུས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེའི་སྐབས་སུ་དེ་ཙམ་གྱི་གསལ་ཆ་མ་བྱུང་སྐབས། དེ་རིང་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་ལགས་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་འཛོད་སྤྱོད་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་འདོད་པ་བྱུང་སོང་། དང་པོ་དེར་ང་ཆོ་ཐོན་

གྱི་བདེན་མཐའ་མ་གསལ་བར་དུ་གཞིས་ཆགས་སྒྲ་བཏྲན་དང་ཡུན་གནས་སྐབ་རྒྱ་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད། དེ་གཞིར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་ནང་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ལས་འཆར་མང་པོ་ཞིག་མར་བསྐྱེགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཕྱོགས་ཐེབས་གནང་བའི་སྐབས་དེར་སོ་སོའི་ས་བགོས་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱི་དབལ་ཆོད་
 ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ཞིག་གནང་ནས། དེ་ར་ཆོའི་ལས་བསྐྱོམས་ནང་དུ་འཁོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ལྷན་ཁང་ཁག་གི་ནང་ལོགས་
 ལ་ག་རེ་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་འཛོད་སྐུལ་དང་གསོལ་འདེབས་མི་མང་གི་བདེ་སྐྱབས་དེ་དག་བཅས་འཁོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་ཡིན་དུས་ངས་འཛོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ལ། དེར་ནང་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལོ་གཅིག་གི་འཆར་གཞི་བཅོས་གནང་བའི་སྐབས་དེར་ཉན་
 ཉན་གནང་གི་ཡོད་རྒྱུ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་སྤར་ཡང་ནན་ཉན་གྱི་ཚུལ་དུ་འཛོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ལ། དེ་འདྲའི་ས་གནས་ནས་འཆར་
 འབྲུལ་ཕྱག་ཏྲགས་བྱུང་བ་རེད། དེ་བཞིན་ས་གནས་གང་ཞིག་ལ་སྤྱི་འཐུས་ཆོ་ཐེབས་ནས་མི་མང་གིས་འཛོད་སྐུལ་ཞུས་པ་དེ་
 དག་གི་ཐོག་ལ་ངས་པར་དུ་སྐྱགས་ཞིབ་གནང་རོགས་གནང་། དེ་དག་གནང་བ་ཡིན་ན་མ་འོངས་ལས་དོན་ཐོག་ལ་སྐྱགས་པན་
 ཞིག་ཉན་ཉན་གསོས་ཀྱི་མེད་དམ་སྙམ་པ་ཞིག་ང་རང་གི་སེམས་ཀྱི་རེ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་མེད་འགྲོ་ཅེས་
 འདི་ཞུ་ཡི་ཡོད། དཔེར་ན་གོང་དུ་དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱོད་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་བཀའ་ཐེབས་སོང་། སྤྱི་ཚུང་འབྲུན་གཤམ་གྱི་
 ཐོག་ལ་ལས་འཆར་མི་སྐྱེར་གྱི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་བུ་ལོན་གཏོང་རྒྱུ་ཡོད། མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲའི་འཆར་གཞི་
 བཅོས་པ་ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་བུ་ལོན་གཏོང་རྒྱུ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་སོང་། དེ་དག་དངོས་གནས་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། གཅིག་དཔལ་
 མེད་པར་ལྷག་བསྐྱད་ནས་གནས་སྤངས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ལྷག་བསྐྱད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་དག་གིས་ཉན་ཉན་སྐྱགས་
 པན་གསོས་ཀྱི་རེད། ད་ལྟོ་ངས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཀོ་ལི་རྩལ་ལ་ལོ་གཉིས་དང་ཕྱེད་ཀ་ཞིག་ཕྱིན་པ་རེད། དེའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
 དཔེར་ན་ཀོ་ལི་རྩལ་གྱི་གནས་སྤངས་དེ་ཆང་མས་མཁུའི་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ས་ཁང་སྤྱིག་གཞི་ཡིན་ནའང་རེད། ས་ཆ་ཡོངས་
 རྫོགས་ཐོད་མའི་སྤྱོད་ལས་ཕྱེད་མཁན་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ཆད་ལུས་མེད་པ་ཕྱེད་བསྐྱད་མཁན་གྱི་གཞིས་ཆགས་ཞིག་ཆགས་
 ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ས་གནས་དེར་ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་ཆར་རྒྱུ་སྤྱི་མ་བབས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ང་རང་ཆོའི་ད་ལྟོ་
 གོས་ཆོགས་ནང་དུ་ན་གཞོན་ཆོས་ཞིང་ལས་འདེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཟེར་བའི་བཀའ་མོལ་ཞིག་གསུང་གི་འདུག ཡིན་ནའང་
 ཀོ་ལི་རྩལ་ན་གཞོན་ཆོས་ཞིང་ལས་འདེབས་ཀྱི་འདུག བཏབ་པས་མ་ཆད་མི་རྣམས་གཅོང་ཆགས་པ་དེ་དག་གི་ས་ཞིང་མང་པོ་
 ཞིག་ཐོགས་མར་ལེན་ནས་ན་གཞོན་ཆོས་བཏབ་ནས་ལོ་གསུམ་བསྐྱད་མར་ཞིང་ཁ་ཡག་པོ་མ་བྱུང་བར་སྤོང་དགོས་སྐྱགས་
 རྒྱུའི་མཆོམས་ལ་སྤེབས་ནས། སྤོང་མི་ཤེས་པར་ནག་ཁུང་ཆགས་དུས་ཉ་ཡང་བརྒྱུངས་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་དེ་འདྲའི་དུས་ཆོད་
 བྱུང་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཉན་ཉན་ནང་སྤྱོད་ནས་མཁུའི་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཡིན་དུས་ངས་མཐའ་དོན་ག་རེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅེས་ཞུས་
 ཅ། ཅ་བའི་མངའ་སྤེ་གཅིག་གི་ནང་ལོགས་ལ་ཐེམ་པ་ཤོར་བ་དང་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེར་གྲུན་གསལ་གྱི་
 ལས་རིམ་ཞིག་འདུག མངའ་སྤེའི་ནང་ལོགས་ལ་ཡོངས་རྫོགས་ཐན་པས་ཞིང་ཁ་ཡག་པོ་མ་སྤྱིས་པ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེར་མངའ་
 སྤེའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲའི་ལས་ཁུངས་ཤིག་འདུག ཡིན་ནའང་ཀོ་ལི་རྩལ་ས་ཆ་དེ་སྤྱིར་བཏང་བསྐྱེད་ཡོང་དུས་
 ཡུལ་སྤོངས་མཛེས་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཆར་པ་དེ་ཤར་ཕྱོགས་ལ་རྒྱག་སྐབས་ཁུབ་ལ་ཉི་མ་ཤར་ནས་པ་གིར་ཆར་པ་རྒྱག་
 གི་འདུག་ཅེས་བཞུ་རྒྱུའི་ས་ཆ་ཞིག་རེད། སོ་སོ་པ་གིར་ལོ་བཅུ་བདུན་བཅོ་བརྒྱད་ཅིག་བསྐྱད་པའི་ཉམས་སྤོང་གིས་དེ་འདྲའི་

ཐོག་ནས་སྟོན་ཐོག་དེ་འཁོད་མི་སྟོན་པ་ཞིག་ཡོང་བསྐྱད་དུས། ཞིང་ཁ་འདེབས་ལས་ལྷ་ཚུགས་བྱས་ནས་རྒྱག་བསྐྱད་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ལ་དེ་འདྲའི་ལོ་བསྐྱད་མར་སོ་སོས་དཀའ་ལས་བརྒྱབས་ནས་དཀའ་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མ་ཐོན། འུ་ལོན་གྱི་གནས་སུ་ལྷང་ངེས་པ་ཡིན་ན་དེ་དག་ཐོག་ལ་རོགས་སྐྱོར་གནང་རྒྱུ་དེའི་ནང་དུ་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ངེས་པར་དུ་བསྐྱུན་དགོས་ཀྱི་མེད་དམ། དེ་ངེས་པར་དུ་བསྐྱུན་གནང་རོགས་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་མི་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་ཞེས་བཀའ་མོལ་གནང་སོང་། ཡིན་ནའང་འདྲུགས་བསྐྱུན་དེ་དག་གང་སྐབ་སྐབ་ཀྱིས་གཞིས་ཆགས་ནང་དུ་ཡུན་གནས་སྐབ་རྒྱུར་སྐབས་སྐབས་གནང་རོགས་ཞུ། ང་རང་ཆོའི་འགོ་ཁྲིད་ཆོ་གཞོན་སྤྱེས་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་སློན་ཆོའང་གཞོན་སྤྱེས་མང་པོ་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གཞོན་སྤྱེས་ཀྱི་ཆོར་བ་དང་གཞོན་སྤྱེས་ཀྱི་རྩས་སྟོབས་དེ་ང་རང་ཆོས་ཆོད་དཔག་སྐབ་ཀྱི་རེད། སྐས་འཁོགས་ནང་བཞིན་མ་ཉི་བཟངས་ནས་རྩར་ཞིག་ལ་འཛོག་བཞག་རྒྱ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁ་སངས་གཅིག་བསྐྱུས་ཡར་རྒྱས་འཆར་གཞི་དེ་ལུང་འདྲེན་གྱི་ཐོག་ནས་དེའི་ནང་དུ་གཞོན་སྤྱེས་ཀྱི་སྲིད་བྱས་ཞིག་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་འཆར་འགོད་སྟོན་ཁང་གི་ཐོག་ནས་ཉ་ཅང་གནད་འགག་ཆེན་པོར་བཅིས་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྲིད་བྱས་ཟེར་དུས་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་ལམ་ཡིག་ལྷ་བྱ་ཞིག་བཟོས་ནས། དཔེར་ན་གཞིས་ཆགས་ནང་ལོགས་ལ་ང་ཆོའི་ཁ་ཐོར་མི་མང་མ་བཅིས་པའི་མི་འཁོར་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན་དུས། དེའི་ནང་ལོགས་ཀྱི་གཞོན་སྤྱེས་དེ་དག་ལ་དུས་ཆོད་སྟོང་པའི་སྐབས་སུ་ག་རེ་ཡིན་ནའང་གཅིག་བྱེད་རྒྱུའི་ཁ་སངས་ང་ཆོའི་སྟོན་མའི་ལས་བསྟོནས་ནང་དུ་བྲིས་ཡོད། གཞོན་སྤྱེས་ཆོར་ཅེད་རིགས་རེད། སྟོན་གསེང་བྱེད་སའི་བསྟོན་གནས་དེ་འདྲ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དེའི་ལས་འཆར་ལ་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་། གང་ཡིན་ཞུས་ན་ང་རང་ཆོས་རེ་བ་བྱེད་ས་དེ་གཞོན་སྤྱེས་དེ་དག་རེད། གཞོན་སྤྱེས་དེ་དག་ད་ལྟ་རྒྱ་རྒྱ་ལར་མཐོང་བ་དེ་སྤར་མོ་གང་རེད། མང་བ་དེ་སྟོན་སྟོན་ཁག་ལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་གིས་བག་མེད་ཡོངས་སྟོན་བྱེད་རྒྱ་སྟོན་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་གང་མང་མང་དེ་དག་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན་ན། དེའི་སྐབས་སུ་ང་ཆོ་བྱིས་བྲག་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཐོང་སྟེ་ནང་ཁུལ་ལ་ཅེད་རིགས་ཅེད་འགན་དེ་འདྲ་གོ་སྟོན་བྱེད་རྒྱུ་རེད། ཡང་དེ་མིན་པ་ཡིན་ན་ཁང་པའི་ནང་དུ་ཅེད་རིགས་དེ་འདྲ་མཐུན་རྒྱུན་བསྐྱུན་རྒྱུ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་གཅིག་བསྐྱུན་པ་ཡིན་ན། དགོ་མཆན་ཞིག་མེད་དམ། གཞོན་སྤྱེས་ཆོའི་རྩས་པ་དེ་གང་ལྟར་མར་བྱི་ལོགས་ལ་བཞོན་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་དགོ་མཆན་ཞིག་མེད་འགོ་ཅེས་དེའི་ཐོག་ནས་པལ་ཆར་འཆར་འགོད་སྟོན་ཁང་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་དགོངས་པ་བཞེད་ཡོད་ཀྱི་རེད། ང་རང་ས་གནས་ལ་འགོ་བའི་སྐབས་གཞོན་སྤྱེས་དེ་དག་ནང་ཁུལ་ལ་བསྐྱིགས་ནས་ས་གནས་བདམས་ནས་འཛིང་ངེས་བྱེད་རྒྱུའི་མཆོམས་སུ་སྟེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་རྒྱ་ས་ལར་གསན་དང་དེ་ནས་བཞི་ལྷ་དབྱང་བསྐྱིགས་ནས་ས་ཆ་དེར་ཡིན་ཞེས་ནང་ཁུལ་དུ་འཛིང་གི་འདུག་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་འགའ་སྟེབས་ཆར་བ་རེད། དེ་འདྲ་མ་ཡོང་གོང་ནས་ང་ཆོས་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱག་རྒྱུར་ལས་གཞི་དེ་འདྲ་སྟེལ་དགོས་པའི་གནད་འགག་ཅིག་གཟེགས་ཀྱི་མེད་དམ་སྟུམ། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་མ་བཞེས་པ་ཡིན་རྒྱུ་མ་རེད། ༡༣་༡༣་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་རྒྱུ་རེད་དེ། མ་འོངས་པར་དགོངས་པ་དེ་གཅིག་བཞེས་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་ཡི་ཡོད། སྟོན་སྟོན་བསྟོན་ལ་འགོ་བའི་སྐབས་སུ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལའང་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། ཐོང་སྟེལ་ཁག་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཅེད་རིགས་འགན་བསྐྱར་བྱས་ནས་དེ་ཅམ་ཀྱི་འཛིང་ངེས་དེ་འདྲ་མེད་པ་ཞིག་ལ། ཁག་གཅིག་གི་ནང་དུ་དབྱང་བསྐྱིགས་ནས་འཛིང་རྒྱུ་དེ་འདུག་ཆེན་པོ་ཡོད་བསྐྱད་པ། ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་དེ་འདྲའི་བྱེད་རང་གིས་འཆར་གཞི་ཞིག་བཟོས་ནས་ནང་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ལ་གཅིག་ཞུས་པ་

ཡིན་ན། དགེ་མཚན་གཟིགས་ཀྱི་མེད་དམ་ཟེར་དུས། རེ་བ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་དག་འཇིང་ནས་བརྒྱུ་ཁལ་གྱི་མ་རེད་ཅེས་ཞེད་སྐྱོད་བྱས་བསྐྱད་པ། (དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། ཐུན་བུ་བསྐྱུས་ཅམ་ཞིག་གསུང་རོགས་གནང་།) དེ་འདྲའི་གནས་སྐབས་ཞིག་སྐབས་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་གྱིས་གནད་དོན་གཅིག་ཅམ་ཞིག་གོང་དུ་ཞུས་ཆར་སོང་། ཕྱོགས་བསྐྱོད་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་ད་ལྟ་གོ་མི་སྟལ་ Block གཉིས་པའི་ནང་དུ་ཁོ་ཚོས་འབྲུམ་གཅིག་ཅམ་གྱི་ལས་འཆར་ཞིག་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་སྔོན་མ་ཆེར་མ་གཅོད་བྲེག་གི་ཐོག་ལ་ཞིང་ཁ་སྐྱོང་སྟོབ་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་མི་ཆས་འཕྲོགས་དེ་དག་ཆ་ཤས་ཤིག་ཁོ་རང་ཚོས་སྤུལ་གྱི་ཡིན། ཆ་ཤས་ཤིག་དེ་ནས་རོགས་སྟོར་གནང་རོགས་ཅེས་གཅིག་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་ཆེ་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་། དེ་བཞིན་གྱི་གོ་མི་སྟལ་དེ་ཆར་ཆུ་དུས་སུ་མ་བབས་པའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོད་དུས། གཅིག་བསྐྱུས་ཡར་རྒྱས་འཆར་གཞིའི་ནང་ལོགས་ལ་ཆར་ཆུ་བདག་གཅེས་གྱི་ལས་གཞི་ཞིག་དེའི་ནང་དུ་འདུག འདིར་མ་འོངས་པར་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དབུ་དཀར་ཆང་གཡུ་སྟོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དབུ་དཀར་ཆང་གཡུ་སྟོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་བརྒྱད་ནས་ནང་སྤྱི་བཀའ་སྟོན་ལ་ཞུ་རྒྱུར། ད་ལྟ་སྟོན་ལ་པལ་ཆེར་དེ་ཕྱིན་ཟིའི་ནང་དུ་ Micro lending ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། བོད་སྐད་དུ་སྤྱི་ཆུང་བྱ་གཡར་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་དུ་ད་ལྟའི་ཆར་སྤྱི་གཞི་དང་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་ལ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་པའི་ཐོག་ནས། ཆ་ཤས་ལེན་མཁན་མང་དུ་ཕྱིན་ཡོད་དམ་གང་འདྲ་ཡིན་ནས། ཆ་ཤས་ལེན་མཁན་མང་ཤོས་ལྟ་བུ་ཞིག་སུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ། དེ་གཅིག་གསུང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ད་ལྟ་ཆེའི་ཆེས་འགོ་ཁང་ནང་དུ་བུད་མེད་ཀྱི་བྱས་སྟོབས་སྟེལ་རྒྱུའི་ལས་གཞི་དེ་ནང་སྤྱི་ལ་ཆུར་གནང་བ་དེ་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་གསོལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ། དེ་མང་པོ་ཞིག་གི་བསམ་སྒྲོར་ཉན་ཉན་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་ངས་གསར་བ་དྲན་པ་གང་ཡང་མ་རེད་ཀྱང་ད་ལྟའི་ཆར་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ལས་འགུལ་སྟེལ་གྱི་ཡོད་པ་དེ་ངས་ཤེས་ཀྱི་མེད་སྐབས་གསོལ་འདེབས་དེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཐེབས་ལམ་དང་སྐྱེལ་སྤྱི་ལམ་ཁ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་སེམས་ལ་དང་མ་སུ་རི་ནང་བཞིན་དེའི་ནང་དུ་མོ་ཏ་དང་དེ་འདྲ་གཅིག་རྒྱང་འགྲོ་མི་ཚོགས་པ་ཞིག་བཟོ་གནང་རྒྱུའི་འབད་བཅོམ་གནང་རྒྱུ་ལ་གསོལ་འདེབས་ཞུ་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཞིག་ནམ་པ་ཚོས་ཐུབ་ནའང་འདྲ། མ་ཐུབ་ནའང་འདྲ། ཐབས་ཤེས་ཤིག་ངས་པར་དུ་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱོད་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱོད་བཀའ་སློན་གྱི་རི་སྒྲོལ་མ་མཆོག་ནས།

འདིའི་སྤྱོད་ཏུ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དོགས་འདི་གནང་བ་ནས་གཅིག་ངས་ལྷག་འདུག་དེ་འདི་དང་མཉམ་དུ་ཞུ་ཆོག་པ་
ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནང་སྤྱོད་མགོན་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ནང་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཀྱང་བཀའ་
འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་བཞིན་ཆོར་གྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པོ་ཆོ་གོས་ཆོགས་འཆོགས་
པའི་སྐབས་སུ་འདིར་ཆིབས་བསྐྱར་གནང་ཡོད་པ་རེད། ས་གི་སྤྱོད་པ་འཛོག་པ་ལས་བེད་སྤྱོད་གཅིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་སྤྱོད་པ་
ཞིག་ང་ཆོས་ཆོར་གྱི་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ང་ཆོའི་སྤྱོད་ཁང་གི་སྤྱོད་བྱུང་ཆེ་དང་ང་ཆོས་ཐོགས་གཡུང་བཏང་ཡོད་པ་རེད། ནམ་པོ་
ཆོས་ཀྱང་མཁུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འཆར་འགོད་སྤྱོད་ཁང་དང་སྤྱོད་ཆ་བྱས་ནས་དུས་རྒྱུན་དུ་ནས་བཟུ་སྤྱོད་དང་བདག་པོ་རྒྱག་
རྒྱུ་དེ་ནང་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་རང་གིས་བྱས་ན་གང་འདྲ་ཡོད་དམ་ཞེས། དེ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་བསྐྱོར་ཆོགས་ལ་མན་
གྱི་རེད་ལ། དྲུག་ཞབས་པ་མེབས་སྐབས་སུ་ཁོང་ཆོར་པར་བྱུང་། དེ་མིན་སྤྱོད་པ་འཛོག་མི་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་
གོས་ཆོགས་སྐབས་སུ་འདྲེན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་རིམ་གྱིས་གསལ་པོ་ཆགས་ཐུབ་གྱི་རེད་
བསམ་བསམ་ཞིག་བྱས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་ནའང་བསྐྱོར་ཆོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་གསུངས་དུས། གཞི་ཅའི་ང་ཆོས་ཀྱང་དེ་
རང་མཐོང་གི་ཡོད་པ་དང་མོས་མཐུན་སུ་མཐུན་ནས་ཡོད་ཅེས་ཞུ་བ་དང་སྐྱབས། གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཞུས་ན། དཔལ་ལྷན་
ཆོགས་གཙོ་མཆོག་སྐབས་རེ་གོགས་པོ་མང་པོས་ངས་དུས་ཆོད་རིང་པོ་ལོན་གྱི་འདུག་ཅེས་གསུང་གི་འདུག་དེར་བརྟེན་ངས་
མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་ཞུས་ན་བསམ་གྱི་འདུག་པོད། དེ་ཡང་གསལ་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་བསམས་ནས་ངས་དུས་ཆོད་ཉིག་ཅམ་
སྒངས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ནང་སྤྱོད་མགོན་ཁང་དེ་ང་ཆོས་ཐོགས་མར་བཏང་ཡོད་པ་རེད། ཐོགས་མར་བཏང་ནས་དུལ་དེ་
ཡང་ཡག་ཐག་ཆོད་ཅིག་རག་གི་ཡོད་པ་རེད། དུལ་དེ་ལོ་གཅིག་ལ་ཨ་སྒོར་ ༥༠༠༠ ཅམ་གྱི་ཅིས་བསྐྱོར་ནས་པལ་ཆེར་དེ་
འདྲ་ཞིག་ང་ཆོར་རག་གི་ཡོད། དེའི་ནང་ལ་ཁང་མིག་ཁྱོན་བསྒྲུབས་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དེ་སྤྱོད་པ་བཞག་ནས་བསྐྱོར་ཆ་བ་
ཉིད་ནས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་བེད་སྤྱོད་བྱུང་བ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་པན་གྱི་ཡོད་པར་ངོས་
འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཅ་བ་ནས་བདག་པོ་མེད་པར་བཞག་པའི་གནས་སྤངས་ཀྱང་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་གི་ཡོད།
སྤྱིར་བཏང་གོས་ཆོགས་ཀྱིས་མཁུན་གྱི་ཡོད་པ་བཟོས་ཡོད། འདིའི་སྤྱོད་ཀྱིས་གོས་ཆོགས་དེ་ལ་དོགས་འདི་དང་བཀའ་འོས་
བྱུང་ཡོད་བསམ་པ་ཞིག་བྱས་ཀྱི་འདུག།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་གཏམ་བཟང་ཡོད་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་གསུངས་སོང་། བཤད་
དགོས་གྱི་རེད་འདྲ་པོ་ཞིག་གང་ལྟར་ངས་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་ཤེས་མ་སོང་། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ད་གིན་ཡར་ལངས་པ་
ནས་ད་བར་སྐྱབས་པ་དེ་འདྲ་ཞུས་མེད། ཞུས་པ་ཆོང་མ་གཏམ་བཟང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ལས་ལྷག་པ་ཞུས་ནའང་ཞུ་རྒྱུ་རེ་
བྱུང་འདུག་པོད། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ སྤྱི་ནོར་ལགོང་ས་ལྷུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་འདིན་ཉག་གཅིག་གི་

ལ་བཞེན་ནས་དཀའ་ངལ་ཆུང་ཆུང་འཕྲད་དུས། གདོང་ལེན་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་ཀྱི་དོན་དག་འགྲིག་དུས། ང་ཚོས་རྒྱུན་དུ་དེ་རིང་གཏམ་
བཟང་ཡོད་དོ་ཞེས་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། ཡང་མ་བྱུང་བ་དང་གོད་ཆགས་ཐུན་བྱུང་དུས་ཡང་གཏམ་བཟང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་ལ།
ནམ་པ་ཚོར་ཡང་ཐུགས་འཆབ་སླེབས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་ཚོའི་གསུང་ཆགས་བསྟན་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་བཞེན་བཀའ་ཁོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པས་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་འདུག་ཅེས་དེ་སྟོན་
ལ་གསུངས་པ་དག་ཀྱང་ལག་བསྟར་བྱས་ནས་སྤྱི་གཞིའི་དོ་བཅིའི་ཐོག་ལ་གཏན་འབེབས་བྱ་རྒྱུ་བཟོས་ནས་ཁྱིམ་ཡོང་བ་དག་
ཀྱང་གཏམ་བཟང་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ལས་རིམ་མང་ཆེ་བ་ཞིག་གསར་གཏོད་དང་། རང་ཁ་
རང་གསོ་ལ་ཡང་མན་རྒྱུ་ཡོད་ལ། ཆིག་སྤྱིལ་གྱི་རྒྱས་པར་ཡང་དངོས་གནས་བྱང་གནས་མན་ཐོགས་རྒྱུ་ཡོད་ལ། ཡིན་ནའང་དེ་
ཚོ་རེ་རེ་སྤང་ལ་ཁྱིམ་དགོས་མི་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་ཁ་སྟོན་སྤྱི་དམུག་མཆོག་ནས་ཨི་རྩི་རལ་དང་འབྲེལ་
བ་ཡོད་པའི་སོ་ནམ་ལས་གཞིའི་ཐོག་ནས་ཐུང་ཅམ་གསུངས་སོང་ལ། ད་ལན་ཡང་ཁྱུས་པ་ཡིན། དེ་བཞེན་དེས་ཀྱི་སྟོན་ཅིས་
ནང་ལའང་སླེབས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ལམ་སྟོང་ཡག་པོ་ཞིག་འགྲོ་བྱུང་རྒྱུ་དེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེའི་སྟོང་དེ་སྐབས་དེ་གང་དུ་
ཁྱུས་པ་གསལ་པོ་ཞིག་ཀྱང་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག ཨི་རྩི་རལ་ཡི་སོ་ནམ་སྟོན་སྟོན་པ་དེ་བྱེད་དུ་འཕགས་པ། རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ཀྱང་
གདན་འདྲན་ཁྱེད་ཀྱི་འདྲ་རེད། མི་དེར་ཉིན་རེར་ཨ་སྟོར་ ༥༠༠ རེ་དོད་དུ་བྱུང་དགོས་སའི་མི་ཞིག་གིས་ང་ཚོར་ཐུགས་འཁུར་
ཆེར་བཞེད་ཀྱིས་སོ་ནམ་ཞིང་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཨ་ལོག་འདྲ་པོ་ཞིག་ཏོག་ཅམ་རྒྱག་བྱུང་ན་བསམ་པའི་དེ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་དང་། དེ་བཞེན་གཞིས་ཆགས་སྤྱི་བཟོན་ཡོང་རྒྱུ་དེ་ལ་བྱེན་ནས་ལས་ཀ་བྱས་ནས་དུལ་ཡང་ཏོག་ཅམ་
གསོག་བྱུང་ལ། དེ་འགྲོ་བཞེན་པའི་ལས་གཞི་ཨི་རྩི་རལ་ལ་སྟོང་བརྟན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལོ་མང་སྟོན་ནས་འགོ་བཙུགས་པ་དེ་ཉ་ཅང་
བཟང་པོ་ཞིག་ད་ལྟའི་ཆར་ཡིན་ན་ཆེ་བ་བཅུ་གཅིག་གི་ནང་དུ་སྟོར་འབྱུང་ ༤-༥ ཞིག་འབྱེད་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཡིན་
ན་ཡང་པར་འགྲོ་རྒྱུ་དེ་དག་ལས་ཀ་རང་གི་དོ་བཅིའི་ཐོག་ནས་པར་འགྲོ་རྒྱུ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་ང་ཚོས་
འབད་བཅོན་དང་ཐབས་ཤེས་བྱས་ཡོང་དུས། ཨི་རྩི་རལ་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་དེ་བ་སེར་པོ་དེའི་ཐོག་ལ་ work permit སྟོན་
བྱུང་དང་མ་བྱུང་གིས་ད་བར་འགག་པ་རེད་ཀྱང་། དེས་ཀྱི་གྲོས་ཆོགས་མ་ཆོགས་པའི་སྟོན་ཅམ་ལ་ཨི་རྩི་རལ་གཞུང་ཆབ་ཀྱི་
ཐོག་ནས་ཆུར་བཀའ་གནང་རྒྱུ་ང་ཚོས་སྐབས་བཅོལ་པའི་དེ་བ་སེར་པོ་དེ་རང་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས། ད་ལྟ་འགྲོ་བཞེན་པའི་ན་
གཞོན་དེ་དག་སྟོན་བྱུག་གི་དོ་བཅིའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་རྗེས་ནས་ལོ་གསུམ་ནས་ལྷ་བར་ལས་ཀ་བྱེད་ཆོག་པའི་
ཆོག་མཆན་གྱི་ཐོག་ནས་འགྲོ་བྱུང་པ་ལམ་གསར་པ་ཞིག་བསྐྱུན་བྱུང་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་ཡང་གཏམ་གསར་པ་ཟེར་ནའང་མི་འདུག
ལམ་གསར་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། དེ་ཚོ་གཏམ་བཟང་པལ་ཆེར་མིན་ནམ།

དེ་བཞེན་སྐྱོད་བདེ་སྲུང་བཀའ་སྟོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གཏམ་བཟང་ཞིག་ཀྱང་འདིར་ལྷག་འདུག དེ་དེ་རིང་མར་
ཁྱུས་བཞག་ན། གྲོས་ཆོགས་རྩོགས་ཀྱི་ཡོད་པས་མར་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དཔེར་ན་ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆའི་སྤྱི་སྲུང་སྟོན་དང་
འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་བཟོ་སྐྱེད་མང་པོ་བྱུང་བ་རེད། ང་ཚོ་ཆང་མར་སྟོ་འཆབ་ཡོད་པ་རེད། གཅིག་བྱས་ནས་ང་ཚོ་རྩ་
སར་བཞུགས་མཁན་ཆོ་མང་ཆེ་བས་མཁུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་ལ། སྤངས་ཆ་འདིའི་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་འདོད་བྱུང་། མངའ་སྡེ་འདིའི་ནང་
ལ་སྲུང་སྟོན་ཆང་མཐོ་ཤོས་དེ་མི་བཞེད་ལ་ཡོད་པ་རེད། མངའ་སྡེ་འདིའི་སྤྱི་བྱུང་སྟོན་ཆེན། གྲོས་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་གཙོ། མངའ་

སྤེའི་ཁྱིམ་སྐོར་ཆོས་མོ་ Governor བཅས་ཁོང་ཆོ་བཞི་ལ་རག་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལོའི་ལོ་གསར་རྗེས་ཅམ་ལ་མངའ་
སྤེའི་གཞུང་གིས་ཀྱང་ཐག་གཅོད་བྱས་ནས་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆོན་པོ་མཆོག་ལ་འདེམ་ཆུང་ས་འབྲུལ་དགོས་
ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་རེད། དེ་ཆོ་ཆང་མ་གཏམ་བཟང་རེད། གྲོས་ཆོག་གི་ཐོག་ནས་ཁྱེས་བཞག་ཀྱང་མི་འགྲིག་
པ་མི་འདུག་སྟུག། མངའ་སྤེའི་གཞུང་ལ་སྤྱུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ངས་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཆོས་གསུངས་པར་ལན་འདེབས་མགྲོགས་པོར་ཁྱེས་ན།
གོ་ལི་སྟུག་ལ་དགའ་ངལ་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་དངོས་འབྲེལ་ཆགས་འདུག། སྟོན་ཉེས་ཀྱན་གསལ་སྤར་གྱི་སྤྱིག་གཞིའི་ནང་ལ་མི་འདུག་
ཀྱང་དམིགས་བསལ་གྱི་དགའ་ངལ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐེངས་གཅིག་སྤུལ་པ་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་མ་འོངས་པར་
གནད་དགོས་མིན་དང་སྤྱིག་གཞི་ནང་བསྐྱམས་དགོས་མིན་ཡར་བཀའ་ཤག་ལ་ཡང་འཆར་གཞི་འབྲེལ་ནས་འགྲོ་རྒྱ་ཡིན། ཡིན་
ནའང་མཐའ་མའི་སྤྱིག་གཞི་དེ་གྲོས་ཆོག་ནས་གཏན་འཁེབས་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཆ་ཆང་འབྱར་
བ་གཏོང་བྱུང་དང་མི་སྤྱོད་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ རྒྱ་རྒྱུའི་སྤྱོད་པ་བྱུང་མ་སོང་ཡང་། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཐབས་ལམ་གཞན་གྱི་ཐོག་ནས་
རོགས་སྐྱོར་གནང་རྒྱ་གཞི་ཡོད་དམ། སྤྱིག་གཞིར་ལག་བཟུགས་གཅིག་འཆར་བ་ཡིན་ན་གང་འདྲ་འདུག་དང་མི་འདུག་ང་ཆོས་ངེས་
པར་དུ་བཟུ་གི་ཡིན་ཞེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཞིན་འཆར་གཞི་བཟོ་བའི་སྐབས་ལ་རེད། ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ས་གནས་ལ་
ཕེབས་པ་དང་ས་གནས་ནས་ལས་འཆར་ཁྱེས་པ་དེ་དག་ད་ལྟ་ལས་ལྷག་པ་དོ་སྤྲོད་བྱས་ཏེ། རྗེས་མའི་སྟོན་ཅིས་ལ་བསྟན་རྒྱ་
ཡོད་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་བཞིན་གཅིག་བསྐྱེས་ཡར་རྒྱས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས། ཅུལ་རིགས་དང་གཞོན་སྤྱེས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དེ་འདྲ་
དགོས་ཀྱི་འདུག། དེའི་སྤྱིད་བྱས་གཏན་འཁེབས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་བཀའ་གནང་སོང་། དེ་བཀའ་ཤག་ནང་ལ་འདྲ་བཀའ་
མོལ་རོབ་ཅམ་ཞིག་བྱུང་སོང་། དེ་དབྱིན་སྐད་དུ་མཚོན་ན་ wellness དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཆགས་དུས། རྣམ་སྤྱིད་ལས་ཀྱང་
འཕྲོད་བསྟེན་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་མོལ་ཞིག་ཀྱང་བྱུང་སོང་། གསལ་ཁ་འདྲ་པོ་ཞིག་
ནང་སྤྱིད་ལས་ཁྱེས་པ་བྱུང་མ་སོང་། རྣམ་སྤྱིད་ལས་ཁྱེས་པ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན། གང་སྤྱོད་ཀྱིས་འཆར་གཞི་བྱ་རྒྱ་ཡོད་དང་
མེད། དཔལ་ལྷན་སྤྱིད་སྐྱོང་དང་བཀའ་ཤག་ནས་ལམ་སྟོན་ཁྱེ་གིན་ཁྱེ་གིན་ང་ཆོས་བཟུ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

བསྐྱར་བཅོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྐོར་འབྲུམ་གཅིག་དང་ལས་གཞི་ཞིག་གསུངས་སོང་། དེ་ཞིབ་ཆགས་ལག་པོ་ཞིག་
སྤྱོད་པ་མ་སོང་བས་དེ་མཐུག་ལ་བཟུ་ཆོག་པར་ཁྱེ། ཡིན་དང་ཡིན། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་གཞུང་གིས་གཅིག་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད།
གནད་ནས་ལྷག་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ང་ཆོས་གནང་བྱུང་རྒྱ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ན་ཡིན་དང་ཡིན། ང་ཆོས་བཟུ་གི་ཡིན་ཞེས་
ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་གིས་སྤྱིད་ཆུང་བྱན་གཡུང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་རོགས་འདྲི་
ཁག་གཅིག་གནང་སོང་། དེའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་གཏམ་བཟང་པོ་ཁྱེས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་བྱུང་མེད་རྣམས་
པར་གཏམ་བཟང་མང་བ་ཆགས་ཀྱི་མེད་དམ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣-༢༠༡༤ ལོར་བྱན་གཡུང་སྤུལ་པའི་མི་དེ་གྲངས་ ༤ ཆགས་
འདུག། ༤ ཀྱི་ནང་ནས་ལྷ་དེ་བྱུང་མེད་རེད་འདུག་ཅེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཡང་ལ་དྲགས་ནས་རེད་འདུག། ཏ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་།

ཡག་པོ་རེད། ད་བར་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ནས་ ༢༠༡༣ ད་བར་བུ་ལོན་གཡར་སའི་མི་གངས་དེ་ ༡༥༣ ཆགས་འདུག དེའི་ནང་ནས་
སྤྱི་ལོ་ ༡༠༧ དང་བྱུང་མེད་ ༣༧ བཅས་བསྟོམས་ ༡༥༣ ཆགས་ཀྱི་འདུག ལོ་འདིར་བྱུང་མེད་མང་ཤོས་ཞིག་ཆགས་བསྟན་
འདུག་ཅེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཞིག་དང་།

དེ་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་རྒྱས་སྟོབས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་དེ་ནང་སྤྱི་དུས་ལས་ཁུངས་ལ་སྟེན་པ་བར་དགའ་བསུ་གནང་སོང་།
ཡིན་ནའང་གསལ་པོར་ཁྱེ་རྒྱར་དུ་ཆོས་ཀྱི་ཡོད་དང་འདྲིན་རྒྱ་ཡོད་ཅེས་ཁྱེ་ནས་སྒྲུངས་བཞག་པ་ཞིག་མིན། བཀའ་ཤག་
གིས་འོས་བབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ནང་སྤྱི་དུས་ཁུངས་ཀྱིས་འགན་དེ་འཁུར་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་དུས། ད་ཆོས་ལགས་
སོ་ཁྱེ་ནས་འགན་འཁུར་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་གིས་ནང་སྤྱི་དུས་
ཁུངས་ལ་འགན་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་རེད། གྲོས་ཆོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མཐུན་འགྱུར་གནང་ནས་དངོས་གནས་བྱང་གནས་དང་རང་
ཆོའི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་འོས་བབ་དགོས་པེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནང་སྟོགས་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ད་ཆོས་རིམ་པར་གོ་མ་བསྟོ་རྒྱུའི་
ཐབས་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་དང་སྤྲུལ་སྤྱུ་ལ་མ་གྱི་དགོངས་འཆར་ཞིག་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཆོ་དགོངས་
འཆར་རང་རེད་ལ། གནད་ཡོད་ཆོ་དང་མཇལ་བའི་སྐབས་སུ་དགོངས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་འདུག་ཅེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་
ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ག་ཟེ་ཆེ་རིང་པོ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ག་ཟེ་ཆེ་རིང་པོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཐོགས་བསྐྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཕྱག་སྟེལ་གྱིས་གསུངས་ཆར་སོང་། ནང་སྤྱི་དུས་
ཁུངས་གཅིག་ཕྱ་མ་རེད། ལྷན་ཁང་ཆང་མ་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་བསྟན་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་འདིར་ནང་སྤྱི་དུས་ཁུངས་མ་
གཏོགས་ལྷག་མེད་དུས། ནང་སྤྱི་དུས་ཁུངས་ཆང་མའི་ཐུགས་ལ་བཞག་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ས་གནས་ས་ཁུལ་
ལ་ཐོགས་བསྐྱོད་ཐེབས་ནས་ས་གནས་མི་མང་གིས་སོ་སོའི་གནས་ཚུལ་ལ་དབག་བའི་དགོངས་བཞེས་དེ་དག་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་
པས་ཡིག་ཐོག་ནས་ཡར་བུལ་དུས། ལྷན་ཁང་ཁག་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཁག་གིས་གསུངས་པ་དེར་ཡིད་ཆེས་འདྲ་པོ་མ་བྱས་ནས།
ས་གནས་ལ་འདྲི་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་ས་གནས་ལ་དྲིས་དུས། ས་འཐུས་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་མེད་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་འདུག དེ་
འདྲ་གསུངས་པ་དེ་ཆོ་འཆམས་པོ་ཁྱོད་ནས་མཐོང་མ་སོང་། སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་བོད་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ཀྱི་རོ་ཆབ་ཡིན་ཟེར་གྱི་
ཡོད་པ་རེད། དེས་གསུངས་པ་དེ་ཆོད་ལྷན་བྱས་ནས་ཁ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་འཁུར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མ་འོངས་པར་ཡར་
བུལ་བ་དེ་མར་དྲིས་ཀྱི་ཡིན་གསུངས་པ་དེ་མ་འོངས་པར་བཀའ་ལན་གནང་མི་དགོས་པ་ཞིག་གནང་རོགས་ཞེས་འབོད་སྐྱུལ་གྱི་
ངོ་ཤོད་ཐོག་ནས་ལྷན་ཁང་ཆང་མར་ཁྱེ་ཡི་ཡོད།

དགོངས་པ་བཞེས་ཏུ་ཡོད་མེད་དང་། རྒྱུན་ལས་ཀྱི་སྡོད་སར་འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་གི་འགན་འཁུར་མཁན་དེ་ཆོ་བཀའ་འགྲུག་གནང་ནས། ས་གནས་ལ་སྤྱི་འཐུས་མེད་པ་པོ་སྐབས་སུ་དགོངས་འཆར་གནང་བ་དེ་དང་འདི་རེད་ཅེས་དང་། ང་ཆོས་ཀྱང་པར་ཁྱེད་ཀྱི་སྐབས་ཤིག་གྱང་རག་གི་ཡོད་སྟེ་ལ། མ་ཐུབ་ན་མ་ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་སྒྲགས་ས་གནས་སུ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་པན་སོས་ཀྱི་རེད་དམ་མ་རེད། དེར་དཔལ་ལྷན་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་དགོངས་པ་བཞེས། ཡང་ས་གནས་ནང་ནས་ཐུལ་བ་ཆ་ཆང་གི་ཐོག་ལ་ང་ཆོས་འགྲོ་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་ཀྱང་། ཆ་པོ་ཆ་པོར་ལམ་སེང་བྱེད་མ་ཐུབ་པ་དེ་འདྲ་ཡང་ཡོང་གི་འདུག ཡིན་ནའང་རིམ་བུས་ཏེ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཆོས་གནས་སུ་ཆིབས་བསྐྱར་གནང་ནས་ཡི་གེ་ཡོད་པ་དེ་ཆོར་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་དགོས་ཀྱི་རེད་ལ། ཁྱེད་ཀྱི་ཡང་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དོན་དག་གཞན་ཞིག་ལ་ལས་བྱེད་གསར་བ་རྣམས་ལས་བཀོས་གནང་ཚུགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ལན་འདེབས་ཞུ་དགོས་པ་མི་འདུག་ལ་ཞུ་ཐུབ་པའང་མི་འདུག དེ་དཔལ་ལྷན་བཀའ་འགྲུག་སྤྱི་ཡོངས་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་བཀའ་ཁྲོན་རྣམས་པ་ཆང་མ་འདིར་ཡོད་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་ཆང་མས་གསན་བ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ནང་སྤྱི་ལས་ཁུངས་རྒྱུན་སྟོན་སྟོན་ཅིས་བཀའ་འགྲུག་གི་རྒྱབ་གཉེར་གནང་བ་ཉིན་སྟོར་ ༡༡,༩༧༩,༥༤༩ སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པར་དགག་བྱ་ཡོད་དམ། མེད་པས་འདི་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་པབ་བ་ཡིན། ནང་སྤྱི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་སྟོན་ཅིས་སྟོན་སྟོན་གནང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ནང་སྤྱི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་ཉིན་སྟོར་ ༣༥,༧༩༩,༥༡༩ ལ་བཀའ་འགྲུག་གིས་བཀའ་འཁྲོལ་རྒྱབ་གཉེར་གནང་འདུག ང་ཆོས་སྤྱར་གཙོག་གང་ཡང་མེད།

ཆོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྟོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྟོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཅིས་འགོ་ཁྲུང་ ༧ པ་དེར་དྲང་བྱུར་ཉམ་ཐག་འཛོལ་སྟོན་ཟེར་བ་དེར་ཞུས་པ་དེ་ལ་ཉིན་སྟོར་ ༣,༩༩༩,༠༠༠ ཞུས་འདུག གནང་བ་དེ་ས་ཡ་ ༣ མ་གཏོགས་གནང་མི་འདུག འདི་ཁ་སང་ཞུས་པ་བཞིན་ཉམ་ཐག་བྱེར་འཐེན་ཞུ་མཁན་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། འཛོལ་སྟོན་བཅག་པ་དེ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ། མི་ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡོད་དམ། འདས་

གྲོངས་སུ་སྤྱོད་ཡོད་དམ། དེ་མིན་དུས་རྒྱུན་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་པ་དེ་གནང་དགོས་སྐྱེ་ཆགས་དུས། དེ་ཅིའི་སྤར་གཙོག་ཆ་
གནང་བ་ཡིན་ནམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ཟུར་བཞོལ་དེ་མཐུག་ལ་འདྲི་ཆོག་པ་ཞུ།

ཆོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

ང་ཆོས་ཅིས་ཀྱི་ཐོག་ལ་གསུངས་པ་ཡིན་ན་ང་ཆོ་མར་མགྲོགས་ཅམ་འགྲོ་ཐུབ་ཀྱི་རེད། ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་གསུངས་པ་ཡིན་
ན། ང་ཆོ་ཉོག་ཅམ་འགག་གི་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་བསྟན་འཛིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་བསྟན་འཛིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག བློ་སྤྲོད་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀོད་སྐྱོང་ཐབ་ཅིང་རྒྱས་པ་གནང་སོང་། བཀའ་ལན་དེ་ཆོ་ཡང་
ཐབ་ཅིང་རྒྱས་པ་གནང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ང་ལ་དམིགས་བསལ་གང་ཡང་ཞུ་རྒྱུ་མེད།
དམིགས་བསལ་གྱི་ཐོག་ལ་ཅིས་འགྲོ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལ་དྲོགས་འདྲི་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དང་པོ། ཅིས་འགྲོ་ ༡ སྤར་ཅོན་ཏུ་ར་ཁུལ་
གནས་སྡོད་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་བའི་ཁྲིམ་ཆང་ ༥༥ ཅམ་ལ་ས་ཆ་གསར་ཉོད་ངང་ས་ཁྲ་བཟོ་བཞོད་དེ་བཞིན་གཞན་འགྲོ་
ཡོན་གྱི་ཆེད་ཅེས་ཞེས་པ་ཞིག་འདུག ཅིས་འགྲོ་འདི་ན་ཁིང་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ལས་འཆར་གང་འདྲ་ཞིག་གྲུབ་
ཡོད་དམ། དེ་ལག་ལེན་ལ་འཁེལ་གྱི་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱི་བཅད་གཙོད་གཅིག་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཉིས་པ། ཅིས་
འགྲོ་ཨང་ ༣ བའི་ཐོག་ལ་སྤྱད་ཆོང་གུན་སྒྲོལ་ལས་གཞི་གསུངས་པ་ཞིག་འདུག དེ་ས་ཡ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀ་ཅམ་ཞིག་འདུག
ཅིས་འགྲོ་གོ་གི་མི་འདུག སྤྱད་ཆོང་ལ་རྒྱད་སྒྲོལ་ཟེར་དུས། ཁྱོད་གུན་རག་སོང་ན་དེ་སྒྲོལ་རྒྱུ་འི་ཆེད་དུ་གུན་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
དམ། ཡང་ན་ཆོང་ལས་ཡག་པོ་ཡོང་ཆེད་དུ་སྒྲོལ་སྒྲོན་གྱི་ལས་གཞི་ཞིག་ལ་གོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་དམ་འདྲིར་གསལ་བ་འདད་གནང་
རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གལ་སྲིད་ཁྱོད་གུན་ཆགས་པར་རོགས་སྒྲོར་གནང་ཡོད་ན་ད་བར་སྤྱད་དང་སྤྱུ་ལ། གང་དུ་དང་ག་ཆོད་
གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ། གསུམ་པ། ཅིས་འགྲོ་ཨང་ ༤ བ་དེའི་ཐོག་ལ་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་བའི་ན་གཞོན་ལས་མེད་ཆེད་
ལག་ལེས་དང་སྐད་ཡིག་སྒྲོར་བཟར་ལས་གཞི་གསུངས་འདུག དེ་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་བའི་ན་གཞོན་ལས་མེད་ཡོངས་
ཁྲབ་ཡིན་ནམ། ཁག་ཅིག་ལ་རེད་དམ། དེའི་ལས་གཞི་དེ་ས་གནས་གང་དུ་ཡོད་དམ། གཞིས་ཆགས་གང་དུ་ཡོད་དམ། དེ་དག་
ལ་གསལ་བ་འདད་ཅིག་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྤྱོད་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྲོད་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྲོད་བཀའ་སློན་གྱི་རི་སྐོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་མཆོག་གཙོ་མཆོག་ རྒྱུ་རྒྱུ་ཉམ་ཐག་ཁྱོན་བསྐྱེམས་ན་ ༢༠༢ ཆགས་འདུག འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་བརྒྱུད་ནས་ སྤྱིན་བདག་རག་པ་དེ་ལ་ ༡༢༠ དང་། གཞིགས་ཉོགས་གནང་དགོས་སའི་དདུལ་འཕར་མ་གནང་དགོས་པ་ ༢༤༢ དེ་པལ་ཆེར་ གོས་ཆོག་གིས་ཀྱང་ཆ་ཆ་མཐུན་གྱི་རེད་ལ། དེ་ནི་ཐོག་མའི་དུས་ཆོད་ཅིག་ཏུ་བཀའ་ཤག་གི་དམིགས་བསལ་གྱི་སྤྲོད་བྱས་ ཤིག་གི་འོག་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བཀའ་ཤག་གིས་ཐད་ཀར་གཞིགས་སྤྱོད་ཐེབས་སའི་ལས་གཞི་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེར་ ལྷན་སྐྱེལ་སྤྱོད་ ༡༢༠༠ ལྷན་སའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཉམ་ཐག་ ༣༠ ཡོད། སྤྱོད་ ༡༠༠ རེ་ལྷན་སའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཉམ་ཐག་ ༢༡༢ ཆགས་འདུག འབྲེལ་ ༣༢ འཆར་འབྲེལ་ལ་ཡར་ལྷན་སའི་དདུལ་དེའི་གངས་ཀ་ཉག་ཉག་བསྐྱེམས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ད་རེས་འབྲེལ་ ༣༢ ལྷན་ཁང་གི་ལྷན་པ་དེ་སྤྱོད་པར་ལྷན་པ་ཞིག་ཆགས་གྱི་མེད་ཅེས་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་སྤྱོད་ཅེས་འཆར་འབྲེལ་ལྷན་སའི་སྤྱོད་ བཀའ་ཤག་ནས་གཏན་འཁེབས་གནང་སྐབས་འབྲེལ་ ༣༠ དེ་བཀའ་ཤེལ་གནང་། འཕར་མ་དེ་ང་ཆོས་ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་ ཡིན་ན་པར་ཚུར་ཉག་ཉག་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ལྟ་གི་ཡོད་ཅེས་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན།

ཐོད་ནས་གསར་དུ་ཐེབས་སའི་ཅོན་རྒྱ་རའི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་སྤྱོད་ཐག་པ་ནས་དགོངས་སེལ་ལྟ་རྒྱུ་ གཅིག་ཡོད། ན་ནིང་གྱི་ཆ་ ༤ པའི་ནང་ལ་འཆོག་པ་འདུག ཆོག་པ་པའི་སྐབས་སུ་ད་ལོའི་སྤྱོད་ཅེས་གྱི་ནང་ལ་ཆར་གྱི་རེད་དམ་ ཞེས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དོགས་འདི་གནང་སོང་། ལྷན་སའི་དེར་སྤྱོད་ལྷན་སའི་ཆོན་པོ་ལོ་འདི་ལ་ཆར་གྱི་རེད་ཅེས་ ལྷན་པ་ཡིན། དེ་རིང་ཆར་བ་བྱས་ནའང་མ་ཆར་བ་མི་འདུག་ཀྱང་ད་ལྟ་འདྲ་ཡོད། དེ་ལྷན་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་གཙོ་བོ་དེ་སྤྱོད་ཅེས་ ཁང་ལ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་སྤྱོད་མ་ནས་སྤྱོད་གཞིགས་གནང་སྟེ། ད་དུང་ཡང་སེམས་ནས་སྤྱོད་གཏོང་མ་ཐུབ་པར། གལ་སྤྲོད་དེ་ རག་པ་ཡིན་ན་དདུལ་མང་པོ་གཏོང་མི་དགོས་པར་བན་ས་རེད་སྟེ་ལྷན་སའི་ལྷན་པ་དང་། གྱི་ཆ་ ༣ པའི་ནང་ལ་པ་གིར་ཆོག་པ་ འདུ་ཞིག་ཡོད་རེད་ཅེས་ཟེར་དུས་འདི་ལོ་ལྷན་པ་དང་། ད་ཆ་དདུལ་གྱི་ཐོག་ནས་འདིར་འབྲེལ་ ༥༠ ཞིག་བཀའ་ཤེལ་ཡོད་པ་ རེད། བཀའ་ཤེལ་གནང་ཆར་བའི་སྤྱོད་ལེན་གྱི་སྤྱོད་ཅེས་ནང་ལ་འབྲེལ་ ༥༠ ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་ཡང་མར་བལྟས་ ན་དདུལ་གྱི་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་འབྱུང་མེད། ཡིན་ནའང་སྤྱོད་ནས་ཉོ་བ་ལས་སྤྱི་ལ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་དེ་ག་རང་བྱུང་ན་ཞེས་ གནས་སྤངས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད་ཅེས་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་སྤྱོད་ཆོང་བ་ལ་གུན་སྤྱོད་གྱི་ལས་གཞི་ཞེས་བཤད་འདུག འདི་གུན་སྤྱོད་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ་ཞེས་བཀའ་ གནང་སོང་། བཀའ་གནང་སྐབས་ཆོག་ཁོ་རང་གིས་གོ་བ་གསལ་པོ་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ལྟ་བུ་མ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་ ཅེས་འགོ་དེ་རང་ན་ནིང་ཡོད་པའི་བཀའ་ཤེལ་དེ་ག་རང་གནང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་རྒྱུ་སྤྱོད་ཆོང་བ་ལ་བྱུང་བའི་གནོད་པ་མེ་ཤོར་ བ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་བྱུང་ན་དེ་དུས་གུན་སྤྱོད་ལྷན་སའི་དདུལ་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ལོ་འདིར་ལྷན་སའི་ལྷན་པ་སྤྱོད་ དགོས་པའང་བྱུང་མ་སོང་ཞེས་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་མཐུན་ཉོག་གིས་ཀྱང་དུ་ལས་གཞི་འདིའི་འོག་ནས་ གལ་སྤྲོད་མེ་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་ཆ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། སྤྱོད་ཆོང་བ་མི་གཅིག་ལ་སྤྱོད་ ༡༠,༠༠༠ ནས་ ༢༠,༠༠༠ པར་དུ་ ལྷན་སའི་ཆ་རྒྱུ་དེ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བོད་ནས་གསར་འབྱོར་ན་གཞོན་ལས་མེད་ཆོར་སྤྱོད་ཡིག་དང་ལག་ ཤེས་ཟེར་བ་དེ་བོད་ནས་གསར་འབྱོར་བ་རྒྱ་གར་གྱི་ལུང་བ་ག་པར་ཡོད་ནའང་ཆར་མ་ལ་ཐུབ་གྱི་ཡོད་ཅེས་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན།

མཆམས་དེ་གསལ་བསྐྱགས་ས་གནས་ལ་དུས་ཐོག་འབྱོར་མ་ཐུབ་པ་དེ་འབྲུག་གི་ཡོང་བ་རེད། ང་ཚོས་ཀྱང་ཐོས་པ་
དེ་འདྲ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་གང་ཐུབ་ཀྱིས་ཆོང་མར་གསལ་བསྐྱགས་འབྲོ་ཐུབ་པའི་འབད་བཅོམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྤྱིང་བཟར་
ཐུལ་ས་དེ་དྲ་རམ་ས་ལ་རང་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ག་ཟེ་དགེ་བཤེས་ཆེ་རིང་པོ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ག་ཟེ་དགེ་བཤེས་ཆེ་རིང་པོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ བླ་སྟོན་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་ཅིས་འགོ་ཡང་ ༡ པོའི་སྐྱད་ལ་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
ཐུག་སྟེལ་སྤྱི་འཐུས་ཞིག་གིས་ཞུས་སོང་ཡང་། ཞུ་སྐྱད་ས་ཉོག་ཅམ་འབྲུ་མ་སོང་། གཏམ་བཟང་ངོ་མ་ཡིན། བོད་ནས་ཐེབས་
མཁན་མི་ཆོང་བདུན་ཅུ་དོན་གྲངས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། སྐྱང་ལ་མི་འཕྱར་སའི་ཁོར་ཡུག་བཟང་པོ་ཡོད་ཅིང་། འཚོ་ཉེན་མཁོ་སྐྱབ་
སྤྱ་སའི་ཡུལ་ཁྲུང་ཞིག་རེད་མོད། འོན་ཀྱང་བསྐྱད་སའི་གནས་མེད་སྟབས། རྒྱུངས་འཁོར་ལམ་ཁའི་གཡས་གཡོན་དེར་ལ་ཕིང་
འབྲུ་པོ་འཚོང་སྟོད་པ་ལས། རྩ་བཟང་ས་དང་། རྩ་ཞེས་ས་དེར་ཆད་པའི་ཆ་སྟེན་གྱིས་དབུལ་པའི་མི་གྲངས་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་
ལ། དདུལ་འཁོར་ཉུང་ཉུང་ཞིག་གིས་ས་ཆ་ཡག་པོ་ཞིག་རྒྱ་ཐབས་དཀའ་བ་ཡོད། བ་གིར་གྲོང་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཆགས་ནས་ས་
རིན་ཆད་ལས་བརྒྱལ་སོང་སྟབས། འབྲུམ་ ༥༠ གཅིག་བྱས་ན་མང་པོ་རེད་ཀྱང་། ས་ཆ་ཞིག་ཉོ་བྱེད་ལ་གང་ཡང་མ་རེད། བར་
བརྒྱལ་བཀའ་འཁྲོལ་ལས་ཡོང་ཆོག་རྒྱུ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས། མི་གྲངས་དང་བསྐྱར་ན་དདུལ་འཁོར་ཉ་ཅང་ཉུང་བའི་ཆོར་
རྒྱང་བྱུང་སོང་། བ་གིར་གསར་འབྱོར་ཆོང་མའི་ཆ་བ་ཞུས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ། རབ་ན་ས་ཁྱོན་དེ་ལས་ཆེ་ཅམ་ཞིག་དང་། མ་
བྱུང་ན་ཁང་པ་ཐོག་བཅུགས་བཞེ་ལྷ་ཅམ་ཞིག་རྒྱག་རྒྱགས་མ་བྱས་ན་མི་གྲངས་མང་པོ་དེ་གཤོང་གི་མ་རེད། སྟོན་མ་བོད་
གཞུང་གིས་སིམ་ལ་སོགས་ལ་དེ་འདྲའི་ཐུག་བསྐྱར་དེ་ཆོ་ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་འབྲུད་བཞིན་ཡོད་སྐད་ཐོས། ས་ཆ་ཉོ་རིན་ཡང་
སྤར་ཆ་གནད་རོགས་ཞེས་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཅིས་འགོ་ཡང་ ༢༤ པའི་ནང་ལ་མེག་རྟན་གཞུང་ལམ་གཡས་གཡོན་ལ་འཚོ་གནས་
བྱེད་བཞིན་པ་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་གནས་གསར་བསྐྱར་ཆེད་ ༢༠༡༤~༢༠༡༥ ལ་དེ་ཞུས་མི་འདུག དེ་ཆོ་དཀའ་ངལ་སེལ་ཆར་ནས་
ཞུ་མི་དགོས་པ་ཆགས་པ་རེད་དམ་གང་རེད། དེ་ལ་གསལ་བཤད་གནད་རོགས་ཞུ།

ཆོགས་གཙོ་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་གངས་ལྷ་མོ་ལགས།

ལྷོ་འབྲས་གངས་ལྷ་མོ་ལགས་ནས།

[illegible]

སུ་ཁྱོད་རང་ཚོས་དེ་ལ་ཐག་གཅོད་གང་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་མི་གངས་ཀྱིས་མ་འདྲང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་མོ་
རང་ཁོ་ན་གསལ་བར་དུ་ཉམས་ཐག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མོ་རང་དེའི་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་ཅན་དེ་ལྟར་རེད། ཡག་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
ངའི་བསམ་ཚུལ་ལ་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ཁག་གི་ནང་ལ་འདྲེས་གཞི་དེས་བྱུང་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་འདུག
ངའི་འོ་བ་དེ་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་བྱུང་དོན་ཞིག་ཐོན་སྐབས་དེ་ལ་ཐག་གཅོད་གང་ལྟར་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

མ་འདྲེས་པར་ནང་སྤྱད་བཀའ་སྟོན་བྱ་གཅིག་བསྐྱེབས་པ་ཡིན་ན་ག་རེ་བྱེད་དམ། ཡང་ལས་གཞི་དེ་མར་སློང་གོས་པ་བྱེད་ཀྱི་
རེད། དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱད་བཀའ་སྟོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱད་བཀའ་སྟོན་རྒྱ་རི་སྟོན་པ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་ཚེན་ཏུ་རང་ཡོད་པའི་ལས་གཞི་ཞིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་
གཅིག་གིས་སྤར་ཆ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ལྟར་ལོ་ཞིག་དང་། སྟོན་གྱི་ཡིན་ལྟར་ལོ་གང་གསུང་གི་ཡོད་དམ་སྟེ་མ་ཞིག་བྱུང་། ཡིན་
ནའང་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟའི་ལས་གཞི་འདི་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ན། བཀའ་འགྲུབ་གི་ཐོག་ནས་དངོས་གནས་གལ་
ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ཏེ་ནང་སྤྱད་ལས་ཁུངས་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། ལྷག་པར་དུ་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་
འདིའི་རིགས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབྲུགས་ཆེ་གནང་ནས། ད་ལྟའི་སྐབས་སུ་དཔལ་ལྷན་འདིའི་ནང་སྐོར་འབྲུམ་ ༡༠༠ ཞིག་བསྐྱེབས་
ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་ང་ཚོར་སྟོན་ཅིས་རང་གི་ཐོག་ནས་རག་པ་ཡིན་ན་སྐོར་འབྲུམ་ ༡༠༠ དེས་འདྲང་གི་ཡོད་པ་རེད། སྟོན་ཅིས་
ཁང་ནས་མ་བྱུང་ན་ཏོག་ཅམ་འདྲང་དང་མ་འདྲང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཀྱང་། སྐབས་དེར་ང་ཚོས་གང་ལྟར་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་
ནའང་གང་ལྟར་ལས་གཞི་འདི་མཐུག་སྤྱིལ་སྤྱབ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་འགྲོ་སྤྱབ་པ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་མེག་ལོར་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ན་ནིང་ཅིས་འགོ་དཔང་ལ་འདྲེས་ཀྱི་འདུག ད་
ལོ་ཁྱེད་མི་འདུག ལས་ཀ་དེ་བྱུང་པ་རེད་དམ་གསུངས་དུས། དེ་ལ་འདྲེས་གཏམ་བཟང་ཞིག་ལྷུ་རྒྱུ་དུ། ད་ལན་དམིགས་བསམ་ནས་
མར་ཐོན་ཏེ་དཔལ་ལྷན་འབྲེལ་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ང་ཚོར་ PRM རོགས་དཔལ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཆོན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའོ་ལ་ནང་
ལ་མར་ཁྱེད་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཀླས་གསོ་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་གནང་མཁན་ཁ་ཤས་
ཞིག་བྱུང་སོང་། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལ་ངས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དངོས་ཡོད་ཐོག་ནས་གཞིགས་པ་དེ་ཚོ་གསུངས་
པ་རེད། བྱམས་པ་སྤྱི་ཚུལ་གསོ་ཁང་གི་ད་ལྟའི་གནས་སྟངས་ཐོག་ལ་ང་ཚོ་འབྲེལ་ཡོད་ཆང་མར་ཡིན་ནའང་འདྲོད་སྟོབས་པ་
ཞིག་མེད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། རྒྱ་མཐོང་ཡོད་པ་དེ་ཉེ་ཅང་གི་འབྲུགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་ཨར་མ་བརྟེན་པ་སྟོན་མི་སྤྱབ་པ་ཆགས་ཀྱི་མི་
འདུག་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། ས་ཆ་འགའ་ཤས་གསང་སྟོང་གི་ཉེ་འགྲམ་ཡོད་པ་དང་། འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་ལ་ཅ་ལག་གཞུགས་པ་དེ་
ལྟར་འདུག རྒྱ་མཐོང་མེད་པ་བཟོ་བ་ལ་ནང་ལོགས་ནས་འབྲུགས་ཆེ་ཅམ་གྱིས་ཨར་ལས་ཀྱིས་གཅིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་མ་

གཏོགས་གཞན་གྱི་སྡོམ་སྡོམ་མ་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་དང་ཆོ་ཐེངས་གཉིས་གསུམ་ཡ་གིར་བྱིན། དེ་ནང་བཞུགས་པའི་ཐོ་བྲི་མཁན་དེ་ཆོ་ཡང་སྐད་བཏང་། ལས་གཞི་ཁ་ཤས་ཤིག་དཔུལ་གྱི་སྤྱོད་བཤག་རག་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ལས་རྒྱ་རེད་མི་འདུག ད་ཆ་ང་ཆོས་ཁ་ཤས་ཤིག་དགོས་ངེས་ཅན་དེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེར་བརྟེན་ད་གིན་གོང་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནང་ནས་གསུང་མཁན་བྱུང་སོང་། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་པོ་ཆེའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་གི་ཉམ་ཐག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་སྤྱི་ཡོངས་དང་། ལྷག་པར་དུ་འགན་ཡོད་པའི་མི་ང་ཆོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དུས། ང་ཆོའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་དེ་འགན་བཟོད་པ་མི་འདུག དེར་གང་འདྲ་ཞིག་བྱས་ན་ཡག་ས་རེད་ཅེས་ཐེངས་ཁ་ཤས་ཤིག་བཀའ་བསྟར་དང་ཡ་གིར་བྱིན། དེ་མོ་བཟོ་སར་སྐད་ཆ་བྲིས། གལ་ཏེ་ད་ལྟ་ཡོད་པའི་ building དེ་དེ་ག་རང་ལ་བཞག་ནས་ཚུར་བྱོགས་ཀྱི་ད་ལྟའི་མོ་ཉ་འཛོགས་དེ་གཏོར་ནས། དེ་ནས་པར་སྒྲོང་ཐུབ་ཀྱི་རེད་དམ་ཟེར་དུས་དེ་ནས་སྒྲོང་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག ད་ལྟ་ཡོད་ས་དེ་ག་རང་ནས་ནང་ལོགས་ལ་པར་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཟོད་ནས། ད་ལྟ་ང་ཆོས་འཆར་གཞི་བཟོས་དང་བཟོ་བཞེད་པ་ལས་ཆེར་སྒྲོང་མོ་འདུམ་ ༤༠༧༠ ཞིག་གི་འཆར་གཞི་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཏོག་ཅམ་བཟོ་དགོས་པ་དངོས་འབྲེལ་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ད་ཅེས་ཀྱི་སྤྱོད་ཅེས་ནང་ལ་མ་བསྐྱེབས་པ་དེ་གང་རེད་ཅེ་ན། འཆར་གཞི་བཟོ་བཞེད་ཡོད། དེ་ནང་བཞུགས་དེ་ལ་ཡིན་ནའང་རོགས་ཆོགས་གཅིག་དང་མཉམ་དུ་བཀའ་མོལ་བྱུང་། ཏོག་ཅམ་ཞིག་རག་པ་ཡིན་ན་བར་བཀལ་བཀའ་འཁོལ་འདྲ་པོ་ཞིག་སྐད་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཆགས་ས་རེད་སྟེ་སོང་། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཐོག་ནས་ཐུགས་འགན་བཞེས་ནས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་གི་དབུ་ཁྲིད་གཅིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་སོ་སོ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ཀྱི་ཀྲས་གསོ་ཁང་ལ་ཕེབས་པ་དེ་ཆོ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་མེ་ཆེ་དང་དེ་དག་འདིར་གསུངས་པ་དེ་ཆོར་ཐུགས་མེ་ཆེ། དེ་བཞེད་ནས་པ་ཆོ་འདིར་ཐག་ཉེ་པོ་ཡོད་མཁན་ཆོ་ཡིན་ནའང་ང་ཆོ་སྐབས་སྐབས་ལ་ཁ་པར་གྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། ངས་དེ་བྱང་གསོད་རྩ་བ་རང་ནས་མིན། ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ང་ཆོ་ཆང་མའི་རུས་པ་གཅིག་ལ་བསྐྱེལ་ཐུབ་ན། དེ་འདྲ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ང་ཆོ་ལ་གསུང་རོགས་གནང་། ད་ལྟ་འདི་ནས་བཀའ་གནང་བ་དེ་དངོས་འབྲེལ་གནས་ཚུལ་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་མ་ཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐོག་ལ་མངའ་སྤེའི་ཐོག་ནས་བཀའ་འཁོལ་དང་དེ་ཆོ་ཆང་མ་ག་དུས་ཐོན་པ་ཡིན་ནའང་། ང་ཆོས་གོམ་པ་གཅིག་སྤྱོད་གི་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་རུས་སྟོབས་སྤེལ་རྒྱ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་དེའི་བཀའ་ལན་དེར་པོ་ཡིན་དང་མོ་ཡིན་ལ་བྱང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད་སྟེ་མཁན་མཁན་ཞིག་ཡིན། བཀའ་ཤག་ལ་ཡིན་ནའང་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། ད་ལྟའི་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས་ནང་སྤྱོད་བཀའ་སྒྲོན་དེ་བྱུང་མེད་རེད་འདུག དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་རེད་ཅེས་དགོངས་པ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ལ། དེ་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་བྱུང་མེད་ཡིན་པ་དེ། ང་རང་བྱུང་མེད་གཅིག་ཡིན་པ་དེ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེ་བྱུང་མེད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གཅིག་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེ་ན་མ་རེད། འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་སུ་དང་། འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་གང་གི་ལས་འགན་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེའི་སྐད་ལ་འགྲོ་ན་ཞེས་བཀའ་ཤག་གི་དགོངས་པ་བཞེས་སྐད་སྤྱོད་འདྲ་པོ་དེ་ཆགས་ཡོད། ལས་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དགོངས་འཆར་གནང་སོང་། བཀའ་འདི་གནང་སོང་། དེའི་ཐོག་ངས་ཞིབ་ཆགས་པོ་བྱས་ནས་ཞུ་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག ད་ལྟ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་འཆེ་བའི་གཞོན་སྟོན་བྱུང་པའི་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་སྟོན་ཐོག་འདྲ་བྱས་ནས་འགྲོ་གི་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་པ་དེར་ད་ལྟ་ངས་འདིར་ཞིབ་ཆགས་པོ་བྱས་ནས་ཞུ་ཐུབ་མ་སོང་།

ཡིན་ནའང་དེ་ཚོར་ངས་ཆ་ཆང་ཞིག་བཟུང་ནས། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟ་ཕྱི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡ རས་ང་ཚོས་ཚུར་ཅིས་ལེན་རྒྱ་གཅིག་
དང་། འབྲེལ་ཡོད་ཆེ་གཡང་ལགས་ད་ལྟ་ཕྱི་ལོགས་ལ་ཕྱིན་ནས་ང་གཉིས་ད་ལྟ་ཐུག་ཐུབ་མ་བྱུང་། དེར་བརྟེན་ཆ་ཆང་པར་གོ་
བསྟུང་བྱས་ནས་ང་ཚོ་མར་གཅིག་ལྷིང་གཅིག་འདྲགས་པའི་སྐབས་དེར། ད་ལྟ་དོགས་འདྲི་གནང་བ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ཉན་
ཉན་སེམས་པའི་ནང་འདྲི་གི་ཡིན་ཞེས་ཁྱུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་གཅིག་གིས་
ཉིན་ཁ་ལས་ཤིག་གི་སྡོན་ལ་བཀའ་གནང་བ། ཉིན་ཁ་ལས་ཟེར་ནའང་མི་འདུག ཁ་སང་ཁ་ཉིན་ཞིག་ལ་བཀའ་གནང་བ་དང་
འབྲེལ་བ་གཅིག་བཏགས་གནང་སོང་། ཀླས་གསོ་ཁང་གཅིག་གི་གནས་སྡངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་
ཀླས་གསོ་ཁང་ལ་ཡོད་པའི་ཀླས་འཁོགས་དེ་ཚོ་ན་བ་ཡིན་ན་ཆར་འདུག་ཅེས་དེ་འདྲ་ཤོད་མཁན་འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་བ་
རེད། ཆོག་རང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས་ཆོག་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེ་ན། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ངས་ཚད་གཞི་གང་ཡང་ཁྱེད་མེད།
དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་སྡངས་ཐོག་ནས་བཀའ་མོལ་ཁྱེད་གོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཐོག་ནས་ཀྱང་གྲོས་ཚོགས་ལ་འགན་ཁུར་
བའི་ཐོག་ནས་ཁྱེད་གོས་ཀྱི་ཡོད་དུས། འཕྱིག་མེད་པ་དེ་ཚོ་འཕྱིག་མི་འདུག་ཅེས་ཁྱེད་གི་ཡོད། དེ་ཚོ་བེད་སྤྱོད་ཞིག་བཏང་ནས་
སྒྲོར་བ་འདྲ་ཞིག་ཡར་བརྒྱབས་མར་བརྒྱབས་ནས་བསྐྱད་ནས་དེ་ཆབ་སྲིད་འདྲ་ཞིག་བྱས་ན་ཆོ་ཡོད་པ་མ་རེད་མ་གཏོགས།
ཡིན་པ་དེ་ཁྱས་པ་ཡིན་ན་ད་གིན་ངས་ཆོད་དཔག་བྱེད་སྡངས་བྱས་པ་ཡིན་ན། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ཁ་སྡོན་འདིར་
གསུངས་པ་དེ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རང་གིས་པ་གིར་གཟིགས་ནས། ལྷག་པར་དུ་དེའི་སྐབས་གསུང་མཁན་ཀྱི་བཀུར་འོས་སྤྱི་
འཐུས་དེ་ལྟ་སྤྱོད་གསུང་གཞིས་ཆགས་སྤེལ་གོ་བ་ཀྱི་གནས་སྡངས་དེ་ཆ་ཆང་མཁུན་མཁན་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་ཡིན་པ་ཆགས་ཀྱི་
ཡོད་པ་རེད། ངས་དེར་གང་འདྲ་འདྲ་ཁྱེད་གོས་མིན་ཐད་ལ་བསམ་སྒྲོལ་བྱུང་། གནས་སྡངས་དེ་ཚོ་ཆང་མ་བཟུང་ཡོད་དུས།
བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་ཡང་པལ་ཆེར་གཅིག་བྱས་ན་ཐུགས་ཁག་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད་སྟེ་མ་པ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་།
ཡིན་ནའང་ཆོག་དེ་ན་བ་ཡིན་ན་དཔེ་བསགས་པ་རེད། ད་ཆར་བ་རེད་ཅེས་ལབ་རྒྱུ་དེ་གང་འདྲ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཡིན་ནའང་
སྤེལ་གོ་བ་ཡོད་པའི་ཀླས་གསོ་ཁང་གི་གནས་སྡངས་དེ་ཀླས་གསོ་ཁང་གཞན་དང་མ་འདྲ་བ་ཞིག་དང་། དེ་ལགོ་བརྟགས་སྡངས་
ཀྱང་མ་འདྲ་བ། བར་ལ་སྒྲན་དེ་བ་དང་སྒྲན། ན་བ་ཡིན་ན་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱིས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་མ་ཐུན་འགྱུར་སྒྲན་
སྡངས་དེ་ཚོ་ལ་ཉོག་ཅུ་ཞིག་གཞན་པ་དང་ཁྱད་པར་གཅིག་ཆགས་འདུག (དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། གཟིགས་
སྤྱོད་དེས་ཚོགས་གཙོ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོན་གྲབ་སྐྱོན་གྲབས་བྱེད་ཀྱི་འདུག) དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དགོངས་དག དཔལ་
ལྷན་ཚོགས་མཆོག་ གང་ལྟར་འདི་དོན་སྤྱོད་འདྲ་ཞིག་ཁྱས་པ་ཡིན་ན། དཔེར་ན་རྩ་རམ་ས་ལའི་བྱམས་པ་སྤྱིང་ཀླས་གསོ་ཁང་ལྟ་
བུ་ཞིག་ཡིན་ན། ཀླས་འཁོགས་གཅིག་ན་བ་ཡིན་ན། ན་བའི་འགྲོ་སོང་དང་སྒྲན་ཆ་ཆང་གཅིག་གཏོང་རྒྱུའི་ཁུས་པ་དེ་ཡོད་པ་རེད་
ལ་གཏོང་གི་ཡང་ཡོད་པ་རེད། སྤེལ་གོ་བ་ཀྱི་དེ་ཐོག་མར་ཡར་བརྟགས་ཡོད་དུས། ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་རང་གིས་འཆར་གཞི་
དང་ལྡན་པ་བྱས་ནས་ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་རང་གིས་ཐག་གཅོད་ཐོག་ནས་བརྟགས་པ་ཞིག་མིན་པ་དང་། དེའི་རྒྱབ་སྤྱོད་དེ་ཚོ་
ང་ལས་ལྷག་པ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་མཁུན་ཀྱི་རེད་སྟེ། ད་ཆ་པ་གིར་སྒྲན་དོན་སྤྱོད་སྡངས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ནང་སྲིད་
ལས་ཁུངས་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བར་ལའང་རིམ་པ་བྱས་ནས་བཀའ་མོལ་མང་པོ་སྡོན་མ་ནས་བྱུང་འདུག དེ་ཀླས་

འཁོགས་ལྟ་སྒྲོང་བྱ་རྒྱ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་དུས། སྤུང་གི་དོད་དེ་འདི་ནས་པ་གིར་གནང་རྒྱ་ཡོང་གི་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་བར་ལམ་
 ཞིག་ལ་སྤེལ་གོ་བ་ཀྱི་ཀླས་གསལ་ཁང་གི་འགན་འཁུན་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ས་གནས་དང་དེ་ཚོའི་ནང་ནས་ལམ་སྟོན་གནང་ནས། ད་
 ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྤུང་སྒྲོང་གི་ལས་གཞི་དེའི་ནང་ལ་འཇུག་འདུག། གང་ལྟར་པ་གིར་སྤུང་གི་དཔུང་ཆ་ཆང་ཞིག་
 སྒྲོད་ཐུབ་དང་མ་ཐུབ་ཀྱི་གནས་སྟངས་གཅིག་ཉན་ཉན་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་དཀའ་ངལ་བསང་རྒྱ་ལ་གང་བྱ་རྒྱ་
 འདུག་ཅེས་ཉན་ཉན་བལྟ་རྒྱ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ད་རེས་འདིར་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ར་བ་ལ་གང་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་ཞུས་པ་ཡིན་ན།
 འབྲེལ་ཡོད་བྱུང་ཆེ་དང་ལས་བྱེད་ཆེ་དང་བཀའ་བསྟར་བྱུང་། བཀའ་ཁོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཚོ་སྤེལ་གོ་བ་ལ་མར་ཆེབས་སྒྲུར་
 གནང་བའི་སྐབས་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། ང་ཚོའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་མར་བརྒྱུད་ལམ་ལ་བཤད་ཀྱི་ཡིན། ཀླས་འཁོགས་སུ་གཅིག་ནད་
 མནར་རྒྱན་གྱིས་དཔུང་གི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེ་ང་ཚོའི་ཐོག་ནས་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད་ལ། དེ་ཚོ་མི་ཡོང་
 བ་ཞིག་ང་ཚོར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པས་ས་གནས་ལ་ཡང་བཤད་ཀྱི་ཡིན། དེ་བཞིན་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་དཔུང་ར་འཕྲོད་པ་གསལ་
 བོ་དེ་འདྲ་བྱུང་ན། དེས་བར་དུ་ང་ཚོར་ཡར་གསུང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། ཡིན་ནའང་བར་སྐབས་ཞིག་ལ་དེའི་ནང་ལ་
 རྟོག་ཅུམ་གཅིག་ མི་སུ་དང་སུ་ལ་བྱུང་ཡོད་མེད་ཤེས་ཀྱི་མེད་དུས། བྱེད་ཕྱོགས་དེ་རང་ཐོག་ནས་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་བ་ཞིག་
 ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་གཅིག་བྱུང་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། སལ་ཆེར་ཆ་ཆང་བྱུང་སོང་བསམས་སོང་།

ཚོགས་གཙོ་སྟོན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

གྲོས་ཚོགས་ནང་བཀའ་མོལ་གསུངས་པའི་སྐབས་ལ་ཚོགས་གཙོ་ལ་རྒྱ་བ་བསྟན་པ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་ཅིག་སྒྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་
 རེད། དེ་རིང་ཞོགས་པའི་ལས་རིམ་གྱི་ནང་ལ་བཀའ་ཁོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་ཟུར་ཉན་པ་ཚོ་ལ་མར་གཟིགས་ནས་བཀའ་
 གནང་བ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡང་ཉག་ཉག་སྒྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁ་སང་ལས་རིམ་གཅིག་གི་སྐབས་ལ་བཀའ་ཁོས་
 སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་ཐད་ཀར་བཀའ་སྒྲོན་གྱི་འགྲམ་དུ་བཅར་ནས་ཤོག་བྱ་ལེན་པ་དེ་འདྲ་གནང་སོང་། དེ་ཡང་ཉག་ཉག་སྒྲོད་
 ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་དག་སྐབས་ཐོག་སོ་སོར་ཞུས་མེད། དེ་རིང་བསྐྱོམས་བརྒྱབས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དེ་ཚོར་
 རྟོག་ཅུམ་ཐུགས་གཟབ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག། བཀའ་མོལ་གནང་བའི་སྐབས་ལ་དེས་བར་དུ་སྤྱི་འཐུས་དེའི་ཞལ་རས་ལ་
 གཟིགས་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཡོད་པ་མ་རེད། བྱུག་ཚོད་ ༥༡༧ བར་དུ་ཚོགས་གསལ་ཡིན།