གསར་ཨང་། ༩   འདོན་ཨང་། ༩༠   རྣམ་ཤུལ

བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས།

སྐབས་བཅུ་དྲུག་པ།
ཚོགས་དུས་དྲུག་པ།
གྲོས་ཚོགས་ལས་རིམ་གསར་ཤོག

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༢༡༤༥ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༥ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༠

རྩོམ་སྒྲིག་ཚོགས་ཆུང་།

རྩོམ་སྒྲིག་པ།

བློ་བཟང་ཉི་མ།

གསར་འགོད་པ།

ཚེ་དབང་ལྷུན་གྲུབ།

བཀྲ་ཤིས་བསམ་གཏན།

བསྐལ་བཟང་ཐེག་མཆོག།

བཀྲ་ཤིས་བསམ་གཏན།

སྒྲོལ་མ་བཟང་མོ།

བསྟན་འཛིན་ཚེ་བརྟན།

ཀམ་སྤྱུ་ཊར་འགོད་འཇུག་པ།

བསྟན་འཛིན་སྨོན་སྐྱིད།

ཐུབ་བསྟན་དབང་འདུས།

བཀྲ་ཤིས་དབང་འདུས།

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

དཀར་ཆག

ཨང་།	གནད་དོན།	ཤོག་གྲངས།
༡	དཔལ་ལྡན་འགྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧…༢༠༡༨ ལོའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ པ།	༡…༡༨
༢	སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་དཔལ་ལྡན་འགྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཇུག་ཞུས་པའི་སྙན་ཐོ། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༢ པ།	༡༨…༢༠
༣	གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༣ པ།	༢༠…༢༠
༤	དཔལ་ལྡན་འགྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་ཁྱབ་ཁོངས་ཁག་ཅིག་གི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་ཞིབ་འཇུག་ཞུས་པའི་དྲི་བ་རེ་རེ་བཞིན་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད།	༢༡…༢༩
༥	གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༣ པའི་ཐོག་བགྲོ་གླེང་།	༢༩…༤༩
༦	ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་ཁག་གི་བརྗོད་པ་གསུམ་པ། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༢ དང་བཅས་པ།	༤༩… ༡༠༦
༧	ལས་དོན་འགྲོ་སྐྱོང་དགོས་རིགས།	༡༠༦…༡༡༠
༨	མཚུངས་མེད་ཚོགས་དྲུང་ལགས་ནས་དགོངས་ཞུ་ཁག་སྙན་སྒྲོན།	༡༡༠…༡༡༡
༩	དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་མཇུག་བསྒོམས་གཏམ་བཤད།།	༡༡༡…༡༡༩

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༢༧ ཉིན་གྱི་ཐུན་ལྷ་བ།

ཚོགས་གཙོ་ཨཙྪ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ཕལ་ཆེར་བརྒྱ་ཆ་མ་ལོང་ཙམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པ། ལས་བསྒོམས་སྐན་སྒྲོན་དང་ཞིབ་བཤེར་ལས་དོན་སྙུ་མཐུད་ནས་ཕེབས་རྒྱུ་ཡིན། ལས་རིམ་གསུམ་པའི་ཀ་པ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧-༢༠༡༨ ལོའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་སྐན་སྒྲོན་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ པ། ཕྱི་ཚེས་ ༢༤ ལས་རིམ་ཁོངས་སུ་ཡོད་པ་རེད། སྐན་སྒྲོན་གནང་མཁན། དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ པ་སྐན་སྒྲོན་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ།

༄༅། །འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ བར་གྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་འགོད་འབུལ་ཞུ་རྒྱུ།

ལས་དོན་ཇི་བྱས་དང་གྲུབ་འབྲས་ཇི་ཐོན།

**ཀ	ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་སྡེ་ཚན།**

**༡།	ཊི་བི་སྔོན་འགོག་དང་། སྨན་བཅོས།**

༡.༡།	ཊི་བི་རིམ་པ་གཉིས་པ་ (SCC-TB) ནད་པ་གྲངས་ ༣༡༧ ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༧༥ ནས་ ༡༠༠ བར་དང་། ཊི་བི་རིམ་པ་གསུམ་པ་ (MDR-TB) ནད་པ་གྲངས་ ༤༤ ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༢༥ ནས་ ༡༠༠ བར་རོགས་རམ་མཐུན་འགྱུར་དང་འབྲེལ། འཛམ་གླིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་ཐད་ཀར་བལྟ་སྐྱུང་སྨན་བཅོས་ (DOTS) སྒོ་ནས་སྨན་བཅོས་ཞུས།

༡.༢།	འགོས་ནད་ཅན་གྱི་ཊི་བི་ནད་པ་གྲངས་ ༨༣ སྡེལ་གོབ་འཚོ་བྱེད་སྨན་ཁང་དང་། མོན་སྔོ་འདོད་རྒྱ་གླིང་སྨན་ཁང་། བདེ་སྐྱིད་གླིང་སྨན་ཁང་བཅས་ཀྱི་ཊི་བི་ཉལ་ཁང་ནང་ཟུར་འཛོག་གིས་འོས་མ་དང་། ཤིང་ཏོག སྒོ་ང་སོགས་བཅུད་ཟས་མགོ་སྐྱོང་ཞུས།

༡.༣།	འདུ་ཚོགས་ཆེ་བའི་གཏན་སློབ་ཆེ་ཁག་གྲངས་ ༡༦ ནང་སློབ་ཕྲུག་གྲངས་ ༧༠༨༣ ལ་ཊི་བི་ནད་གཞི་བརྟག་དཔྱད་ཀྱིས་ནད་རྟགས་ཐོན་པ་གྲངས་ ༢༠ ལ་ཁྲབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ནས་སྨན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས། གཞན་ཡང་ཊི་བི་

ནད་པའི་ནང་མི་དང་སྡོད་རོགས་རྣམས་ལ་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་དང་ནད་རྟགས་ཐོན་རིགས་ལ་སྨན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡.༤། ཁྲབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་གི་སྨན་ཞབས་དང་འཕྲོད་ལས། སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་སྨན་ཞབས་དང་འཕྲོད་ལས་བཅས་པར་ཉེ་བེ་ལས་གཞིའི་འཛིན་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སྦྱོང་དང་། སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་འགན་འཛིན་དང་། སྨན་པ། སྨན་ཞབས་བཅས་ལ་སློབ་གྲྭའི་ནང་ཉེ་བེ་ནད་གཞི་སྔོན་འགོག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ཟབ་སྦྱོང་དང་ཚོགས་འདུ་གོ་སྒྲིག་ཞུས། དེ་བཞིན་ཁྲབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་འགན་འཛིན་དང་། སྨན་པ། སྨན་ཞབས། གཞན་ཡང་སློབ་གྲྭ་དང་། དགོན་སྡེ་ཁག་གི་སྨན་པ། ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་དང་། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས། སམ་ཧྦོ་ཏ་བོད་སློབ་འཛིན་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་སྐུ་ཚབ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་ཉེ་བེ་ལས་གཞི་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེ་བེ་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་འདུ་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༡.༥། བོད་མིའི་འདུ་སྡོད་གཞིས་སྒར་ཁག་དང་། སློབ་གྲྭ་ལ་སོགས་པའི་ནང་ཉེ་བེ་ནད་དུ་གཞི་སྔོན་འགོག་དང་སྨན་བཅོས་སྐོར་གོ་བརྗོད་སློབ་གསོའི་ཆེད་གྲུང་སྒྲུ་ར་དཔར་བསྐྲུན་དང་། དེ་བཞིན་ས་ཁག ༣༡ ནང་འཛམ་གླིང་ཉེ་བེ་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་ཞུས།

༡.༦། ཁྲབ་ཁོངས་མོན་སྒོ་སྨན་ཁང་གི་ཉེ་བེ་ནད་པའི་ཟུར་བཀག་ཉལ་ཁང་ནང་ཆུ་ཐིགས་འཛག་པ་དང་། བཞའ་ཚན་འཁོར་བ། ཁང་པའི་རྩིག་པ། ཞ་ལ། སྒོ། སྒེའུ་ཁུང་བཅས་པར་བཟོ་བཅོས་ཞུས། སྦེལ་ཀོབ་འཚོ་བྱེད་སྨན་ཁང་དང་། མོན་སྒོ་སྨན་ཁང་གཉིས་ཀྱི་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད་ཁང་ནང་ཡོད་པ་དེང་དུས་ཀྱི་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད་འཕྲུལ་ཆས་ (Gene Xpert) བདག་གཅེས་ཆེད་བརྟག་དཔྱད་ཁང་བཟོ་བཅོས་དང་འབྲེལ་བརྟག་དཔྱད་ཁང་ནང་གྲང་གློག་གསར་འཛུགས་ཞུས།

༡.༧། ཁྲབ་ཁོངས་མེའོ་ཆོས་འཕེལ་གླིང་སྨན་ཁང་ལ་ཉེ་བེ་དང་ནད་གཞི་གཞན་བརྟག་དཔྱད་ཆེད་གློག་དབང་འཕྲུལ་ཆས་གསར་འཛུགས་དང་། མེའོ་དང་ཨོ་ཌི་ཤ་སྨན་ལྷ་སྨན་ཁང་གཉིས་ལ་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད་ཆེད་ཆེ་མཐོང་བྲ་ཤེལ་འཕྲུལ་ཆས་ (Microscope) རེ་དང་། དེ་བཞིན་ཉེ་བེ་ནད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐད་ཀར་བལྟ་སྲུང་སྨན་བཅོས་ (Directly Observed Treatment) སྤར་ལྷག་ཚགས་ཚུད་གཏོང་རྒྱུའི་ཆེད་ཁྲབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་དང་སློབ་གྲྭ་གྲངས་ ༡༠ ལ་ནད་པའི་སྨན་བདག་ཉར་ཆེད་ཆ་སྒམ་ (Cupboard) སྨན་ཐུགས་སྒྲོད་ (Medicine Box) ཆུ་ཚགས་ (Water Filter) བཅས་ཡོ་བྱད་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡.༨། བྱིས་པ་གསར་སྐྱེས་རྣམས་ལ་ཁྲབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ནས་ཉེ་བེ་ནད་གཞི་སྔོན་འགོག་ (BCG) སྨན་ཁབ་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡.༩། ཁྲབ་ཁོངས་མོན་སྒོ་སྨན་ཁང་དང་། སྦེལ་ཀོབ་སྨན་ཁང་། ཀོ་ལེ་ཀཱལ་སྨན་ཁང་། བདེ་སྐྱིད་གླིང་སྨན་ཁང་བཅས་ཀྱི་གློག་པར་འཕྲུལ་ཆས་དང་། འཕྲུལ་ཆས་ (CR System) བདག་གཅེས་ཆེད་དུ་འབྲེལ་ཡོད་ཚོང་ལས་མཉམ་ལོ་རེའི་བདག་གཅེས་ཆོད་གན་ཟུར་འཛུགས་དང་། དེ་བཞིན་མོན་སྒོ་སྨན་ཁང་དང་། སྦེལ་ཀོབ་འཚོ་བྱེད་སྨན་ཁང་། བདེ་

སྐྱིད་གླིང་སྨན་ཁང་གསུམ་གྱི་དེང་དུས་ཀྱི་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད་འཕྲུལ་ཆས་(Gene Xpert Machine) བདག་གཅེས་ཆེད་འབྲེལ་ཡོད་ཚོང་ལས་ཁང་མཉམ་ལོ་རེའི་འཕྲུལ་ཆས་བདག་གཅེས་གན་འཛིན་དང་། དེ་བཞིན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ལ་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད་ཡོ་ཆས་ཀྱི་རྫས་ (Cartridges) མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡.༡༠། ཏི་བི་སྔོན་འགོག་དང་སྨན་བཅོས་ཆེད་ཧིན་སྐོར་ ༡༣,༢༦༨,༠༧༠།༠༠ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༢། མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་སྔོན་འགོག་ལས་གཞི།

༢.༡། སློབ་གྲྭ་དང་སྡོད་ཁང་ཁག་ ༦ བཅས་ཀྱི་སློབ་ཕྲུག་གྲངས་ ༥༧༨ ལ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་ཞུས་ཁོངས་སློབ་ཕྲུག་གྲངས་ ༣༩ ལ་ནད་གཞི་ཐོན་པར་སླུ་མཐུད་ནས་རིམ་པ་མཐོ་བའི་བརྟག་དཔྱད་ (ELISA, LFT, Viral load, USG) དང་། སྔོན་ཁབ་རྒྱབ་སྐྱོང་མེད་པའི་སློབ་ཕྲུག་གྲངས་ ༢༢༤ ལ་སྔོན་ཁབ་གསུམ་རེ་དང་གོ་རྟོགས་སློབ་གསོ་སྤེལ།

༢.༢། བཙུན་དགོན་ཁག་ ༤ ཡི་བཙུན་མ་གྲངས་ ༦༨ ལ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་ཞུས་པ་ནས་བཙུན་མ་གྲངས་ ༢ ལ་ནད་གཞི་ཐོན། མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་མེད་པའི་བཙུན་མ་གྲངས་ ༥༠ ལ་སྔོན་ཁབ་གསུམ་རེ་དང་གོ་རྟོགས་སློབ་གསོ་སྤེལ།

༢.༣། གཞན་ཡང་མན་སྔར་ཕན་བདེ་གླིང་གཞིས་ཆགས་སུ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཀྱི་ནད་གཞི་ཡོད་པའི་མི་གྲངས་ ༡༦ ལ་རིན་གོང་ཆེ་བའི་བརྟག་དཔྱད་ (Viral Load) ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢.༤། མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ནད་གཞིའི་སྐོར་གོ་རྟོགས་རྒྱ་ཆེ་སྤེལ་སྐབས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༢༨ ཉིན་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་དང་སྦྲགས་བོད་མིའི་གཞིས་སྐོར་ཁག་དང་། སློབ་གྲྭ་ཁག་ དེ་བཞིན་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་ནང་གོ་རྟོགས་དང་སློབ་གསོའི་ལས་འགུལ་སྤེལ།

༢.༥། སྦྱིར་ཙོན་ཏ་ར་ཁུལ་དུ་ཡོད་པའི་དགོན་སྡེ་ཁག་དང་། བོན་གཞིས་དགོན་པ་བཅས་ཀྱི་དབེ་འཁྲིད་དགེ་རྒན་ནམ་བཤད་སྒྲུབ་རྒན་ལགས་གྲངས་ ༡༧ ལ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ནད་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་དང་། ནད་རྟགས་མེད་པའི་དགེ་རྒན་གྲངས་ ༧ ལ་སྔོན་ཁབ་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢.༦། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༣༠ ནས་ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༣ བར་ཉིན་ལྔའི་རིང་འདི་གའི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ནས་འཛམ་གླིང་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་ (World Hepatitis Summit, Sao Paulo, Brazil) དུ་ཚོགས་བཅར་གྱིས་མཉམ་ཞུགས་ཞུས།

༢.༧། མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་སྔོན་འགོག་ལས་གཞིའི་ཆེད་ཧིན་སྐོར་ ༧༣༩,༡༢༥།༠༠ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༣། མ་དང་བྱིས་པ་དང་། བུད་མེད་འཕྲོད་བསྟེན།

༣.༡། སྦྲུམ་མ་དང་བྱིས་པ་ ༧༦༡ ལ་ས་གནས་སྨན་ཁང་ཁག་བརྒྱུད་བཙུད་སྨན་དང་། སྔོན་འགོག་ཁབ། འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ། དགོས་ངེས་བརྟག་དཔྱད་རིགས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༣.༢། ཛ་ས་གངས་སྐྱིད་མེ་ཏོག་བུ་བཙོལ་ཁང་དང་། མེའོ་ཆོས་འཕེལ་གླིང་། ཧོན་སུར་རབ་རྒྱས་གླིང་། ཀོ་ལི་ཕྱལ་དོན་ལྡན་གླིང་། ཨོ་ཊེ་ཤཱ་ཕུན་ཚོགས་གླིང་བཅས་ཀྱི་བུ་བཙོལ་ཁང་གི་བྱིས་པར་ཟས་བཅུད་མགོ་སྐྱོང་ཆེད་སྒོར་ ༣༠༠༠༠།༠༠ རེ་དང་། ལ་དྭགས་བྱང་ཐང་གསུམ་མདོ་དང་། ཧན་ལེའི་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་ཟས་བཅུད་མགོ་སྐྱོང་ཆེད་སྒོར་ ༥༠༠༠༠།༠༠ རེ་མ་ཐུབ་འགྲུར་ཞུས།

༣.༣། སྤེལ་ཀོབ་བདེ་སྲུང་ཉིན་སློབ་ (CST, CVP) བུ་མོ་གྲངས་ ༦༩ ལ་བུ་སྣོད་འབྲས་ནད་སྔོན་འགོག་ཁབ་ (HPV Vaccine) གྱི་འགྲོ་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ མ་ཐུབ་འགྲུར་ཞུས།

༣.༤། ཨ་རིའི་རོགས་ཚོགས་ USAID རོགས་སྐྱོར་འོག བོད་མིའི་གཞིས་སྒར་ཁག་ ༩ ནང་ཁྱད་ལས་མ་ནད་ཀྱི་སྨན་པ་དང་། ཕྲུ་གུའི་སྨན་པས་སྐོར་བསྐྱོད་ཀྱིས་བྱུད་མེད་དང་། སྦྲུམ་མ། བྱིས་པ་བཅས་པར་ནད་གཞི་བརྟག་དཔྱད་དང་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ་གོ་སྤེལ་ཞུས།

༣.༥། ལྷོ་ཕྱོགས་སཱནྟ་མེ་རི་སྨན་ཁང་ (St Mary Hospital) ནང་བལ་ཡུལ་ཁུལ་ནས་སྨན་ཞབས་གཉིས་དང་། ཧོན་སུར་རབ་རྒྱས་གླིང་ནས་སྨན་ཞབས་གཅིག་བཅས་སྨན་ཞབས་གསུམ་ལ་བྱུད་མེད་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཕྲུ་གུ་བཙའ་སྐབས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཞུ་སྒོའི་ཐོག་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༣.༦། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༥ ནས་འགོ་འཛུགས་ནས་དུས་ཡུན་བདུན་ཕྲག་གསུམ་རིང་གདན་ཞུས་སྨན་པ་དང་ས་གནས་སྨན་ཞབས་ནས་ལ་དྭགས་བྱང་ཐང་ཧན་ལེ་དང་མ་ཁྲུ། གསུམ་མདོ། ཆུ་ཤུར། བཀག་གཞུང་། གྲོད་ཡུལ། ས་སྐྱིད་བཅས་ཀྱི་བྱུད་མེད་གྲངས་ ༡༣ ལ་ཕྲུ་གུ་སྐྱེས་བསུ་དང་སྦྲུམ་མའི་སྐབས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན། དེ་བཞིན་བྱིས་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ལ་དྭགས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དུ་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་དང་དགོས་ངེས་ཡོ་ཆས་ཁག་མ་ཐུབ་འགྲུར་ཞུས།

༣.༧། མ་དང་བྱིས་པ་དང་། བྱུད་མེད་འཕྲོད་བསྟེན་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༣,༡༢༥,༡༧༣ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༤། སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་སྔོན་འགོག་དང་། བཅོས་ཐབས།

༤.༡། ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ནས་རྒྱབ་གཉེར་ཕྱུལ་འབྱོར་ལྟར་ཁྱོན་སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ལང་ཤོར་ཅན་མི་གྲངས་ ༡༩ བཅོས་ཐབས་ཁང་དུ་སྨན་བཅོས་ཀྱི་རོགས་སྐྱོར་དང་། བཅོས་ཐབས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ལྟ་རྟོགས་ཀྱི་འོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ནད་པ་རྣམས་ལ་ཇ་དྲག་ནད་ཀྱི་མཐར་བའི་སྐབས་སུ་སྨན་གྲོན་རོགས་ཀྱི་སྐྱོར་ཞུས།

༤.༢། འདི་ག་ལས་ཁུངས་ནས་སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ན་གཞོན་བདག་མེད་དང་ལས་མེད་རྣམས་ལ་བཅོས་ཐབས་ཁང་དུ་སྨན་བཅོས་འགྲོ་གྲོན་ཆ་ཚང་དང་། ནང་མི་ཡོད་ཆེ་ནད་པར་སྨན་གྲོན་ཅུང་མཐར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ རོགས་སྐྱོར་ཞུས།

༤.༣། སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་བཅོས་ཟིན་པའི་གཞོན་སྐྱེས་ནང་མ་འོངས་པར་འཚོ་བའི་མདུན་ལམ་དཀའ་སེལ་སླད་ལས་རིགས་སྦྱོང་བརྡར་གོ་སྐབས་འབུལ་ཆུས་ལྟར། འདི་ལོའི་ནང་གཞོན་སྐྱེས་གཉིས་ (VLCC) ནས་སྐྲ་བཞར་གྱི་སྦྱོང་བརྡར་ཐོན་ཏེ་ད་ལྟའི་འཆར་སྐྲ་བཞར་གྱི་ལས་དོན་གཉེར་བཞིན་པས་འཚོ་བའི་མདུན་ལམ་ཐོག་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།

༤.༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡༢ དང་ ༡༣ རིང་བོད་ཁྲིམས་དང་བོད་སློབ་འཛིན་ཚོགས། དེ་བཞིན་སཾ་ཊོ་ཥ་བཅས་ཀྱི་ སློབ་གྲྭའི་འགན་འཛིན་དང་། སློབ་སྤྱི། དགེ་ཆེ། སྨན་ཞབས། མདུན་ལམ་སློབ་སྟོན་བཅས་མི་གྲངས་ ༢༧ ཐ་སར་ཉིན་ གཉིས་རིང་སྤྱོས་རྫས་ངན་གོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་འདུ་བསྐོང་ཚོགས་ཞུས་ནས་སློབ་ཕྲུག་ རྣམས་ཀྱི་འཚར་ལོངས་དང་། ཀུན་སྤྱོད་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་སྟངས། སྤྱོས་རྫས་དང་དེའི་སྐྱོན་གནད། དེ་བཞིན་སྤྱོང་ཚོར་ སོགས་ཀྱི་ཐོག་གོ་བསྡུར་དང་འབྲེལ་བའི་མ་འོངས་ལས་དོན་ཞུ་ཕྱོགས་བཅས་ལ་གོ་བསྡུར་ཞུས།

༤.༥། བོད་སློབ་གྲངས་ ༢༦ དང་། གཞིས་ཆགས་ཁག ༡༡ ནང་སྤྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཆེད་སྟོན་འཁོག་ གི་གོ་སྐྱེལ་ཆེད་གདམ་བཤད་དང་། རྩོམ་རིགས། རི་མོ། ཁང་རྩེད་སྤྲོ་ལོ། རྒྱང་རྒྱུགས་སོགས་ཀྱི་འགྲན་བསྡུར་གོ་ སྒྲིག་ཞུས་པས་ཐོག་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ཀྱི་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་ཞུས།

༤.༦། སྤྱོས་རྫས་ངན་གོམས་སྟོན་འཁོག་དང་བཅོས་ཐབས་ཆེད་ཧྲིན་སྒོར་ ༡,༥༩༥,༦༩༣།༠༠ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༥། གཉན་ནད་རིག་དུག་སྟོན་འཁོག་དང་། བརྟག་དཔྱད།

༥.༡། འདི་ག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལྟ་རྟོགས་འོག་གཉན་ནད་རིག་དུག་ནད་པ་གྲངས་ ༤༠ ལ་ཟླ་རེ་ཐོས་དོད་སྒོར་ ༡༠༠༠ རེ་ དང་། ནད་པའི་འཚོ་བའི་མདུན་ལམ་ཆེད་འཚེམ་བཟོ་ཁང་ཞིག་གསར་བརྒྱག་ཞུས། འཚེམ་བཟོ་ཁང་ནང་འཚེམ་ འཁོར་ ༦ དང་། འཚེམ་བཟོ་སྦྱོང་བརྡར་སྦྱོད་མཁན་དགེ་རྒན་ཞིག་ཀྱང་བསྐོ་གཞག་ཞུས། དེ་བཞིན་ནད་པ་ཞིག་གི་ འདོད་མོས་ལྟར་དེབ་ཀྱི་ཚོང་ཁང་ཞིག་གསར་འཛུགས་ཞུ་རྒྱུར་རོགས་སྐྱོར་ཞུས།

༥.༢། ཁྲིབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ནས་གཉན་ནད་རིག་དུག་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་རིན་མེད་ལ་བརྟག་དཔྱད་དང་ཁྲིབ་གདལ་མི་ འགྲོ་བའི་གོ་བསྐོན་སློབ་གསོ་སྐྱེལ།

༥.༣། བོད་མིའི་གཞིས་སྐར་ ༡༩ དང་སློབ་གྲྭ་ཁག ༣༦ ལ་རྒྱལ་སྤྱིའི་གཉན་ནད་རིག་དུག་གི་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་ཞུས།

༥.༤། བཞུགས་སྒར་ཐ་སར་འདི་ག་ལས་ཁུངས་དང་། ཀུན་ཕན་ཚོགས་པ་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་ཐོག་རྒྱལ་སྤྱིའི་གཉན་ནད་ རིག་དུག་གི་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་དང་འབྲེལ་མེ་ལྷན་ཡོངས་གླིང་སློབ་གྲྭར་འཁྲོད་བསྟེན་ཁྲིམ་ར྄ ཆེན་མོ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་གི་ ཐོག་ཕྱི་ལུགས་དང་གསོ་རིག་སྨན་པ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་མི་མང་ལ་རིན་མེད་བརྟག་དཔྱད་དང་ཡིག་ཆ་འགྲེམས་སྤེལ་ ཞུས། དེ་བཞིན་ཟས་བཅུད་སྙོར་གློག་བརྙན་གཟིགས་འབུལ་དང་མི་མང་ལ་སྟོན་འཁོག་འགྲིག་ཤུབ་རིན་མེད་བགོས་ འགྲེམས་ཞུས།

༥.༥། ཁྲིབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ནས་ཁྲོན་མི་གྲངས་ ༩༡༢ ལ་གཉན་ནད་རིག་དུག་གི་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་ ཞུས།

༥.༦། གཉན་ནད་རིག་དུག་སྟོན་འཁོག་དང་བཅོས་ཐབས་ཆེད་ཧྲིན་སྒོར་ ༥༥༣,༣༧༤ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༦། ཁ་དང་སོའི་འཕྲོད་བསྟེན།

༦.༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༥ ནས་ཟླ་ ༧ བར་ཨོ་ཊི་ཤ་དང་། ལ་དྭགས། སྤོན་ཏ་ཚོལ་གསུམ། སྤེལ་ཀོབ་ལུགས་གསམ། སྤེལ་ཀོབ་བདེ་སྐྱར། མོན་གྷོ། ཧོན་སུར། འབིར་བཅས་ཀྱི་གཞིས་ཆགས་ཁག་བརྒྱད་ཀྱི་སློབ་ཕྲུག་གྲངས་ ༡༡༩༨ ལ་རིན་མེད་སོའི་བརྟག་དཔྱད་དང་། སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན། སྨན་བཅོས་བཅས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༧། མིག་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་ལས་གཞི།

༧.༡། བོད་ཀྱི་ཐེབས་རྩ་ (The Tibet Fund) དང་ ཨ་རི་ཧི་མ་ལ་ཡའི་དགེ་རྩ་ཚོགས་པ་ (American Himalayan Foundation) གཉིས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་འོག་ཁྱོན་མི་གྲངས་ ༤༣༥ ལ་མིག་བརྟག་དཔྱད་དང་། མི་གྲངས་ ༩༨ ལ་མིག་གཤག་བཅོས། མི་གྲངས་ ༨༠ ལ་མིག་ཤེལ། མི་གྲངས་ ༩༠ ལ་མིག་སྨན་བཅས་ཀྱི་རིན་མེད་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༨། འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཕྱོགས་བསྡུའི་ཚན་པ། (Health Information System)

༨.༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོའི་ནང་འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ ༢༤ ནས་ཀམ་པུ་ཊར་ཐོག་ཐད་བཀུག་ཡང་ན་ཞོག་སྟེང་ཐོ་འགོད་བརྒྱུད་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་ཞུས།

༨.༢། འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཕྱོགས་བསྡུའི་ལས་གཞི་ཡར་རྒྱས་གཏོང་སྐྱད་ (HISP India) ཚོགས་པའི་ཁྱད་ལས་པ་བརྒྱུད་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོའི་མཉེན་ཆས་ (Open MRS) དང་། (DHIS2) གཉིས་གསར་བཟོ་དང་། སྔིར་དང་ཀོ་ལི་ཞྭལ་སྨན་ཁང་དུ་ (Open MRS) ཀྱི་ཚོད་ལྟའི་ལས་གཞི་འགོ་འཛུགས་ཞུས་ཟིན་པར་ཁྱོན་ས་གནས་ཁག་ ༡༨ ནས་ (DHIS2) མཉེན་ཆས་ནང་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རྒྱུ་འགོ་འཛུགས་ཞུས།

༨.༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༨ དང་ཟླ་ ༩ ནང་སྨན་ཞབས་གྲངས་ ༢༧ ལ་ཀམ་པུ་ཊར་ཐོག་ (DHIS2) མཉེན་ཆས་ནང་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་ཞུ་ཕྱོགས་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༨.༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༢༩ ནས་ཚེས་ ༣༠ བར་རྒྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་ས་ཁག་གི་སྨན་ཞབས་དང་འཕྲོད་ལས་གྲངས་ ༡༣ ལ་འཁྱུལ་ཆས་ཊེབ་ལེཊ་ (Tablet) ཐོག་གྲངས་ཐོའི་མཉེན་ཆས་གསར་པ་ (DHIS2) འཛོག་སྟངས་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༨.༥། རྩིས་ལོ་འདིའི་ནང་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ཏུ་ཁྱོན་ནད་པ་གྲངས་ ༢༧༠༣༣ བསྟེན་གཏུགས་ཞུས།

༨.༦། འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཕྱོགས་བསྡུའི་ཆེད་ཧྲིན་སྒོར་ ༤,༠༥༥,༥༠༠ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༩། འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ།

༩.༡། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཉིན་མོ་ཁག་སྲུང་བརྩི་ཞུས་ཐོག་མང་ཚོགས་ལ་དུས་ནས་དུས་སུ་ནད་རིགས་འདྲ་མིན་སྔོན་འགོག་ཆེད་གཟུགས་མཐོང་བརྙན་འཕྲིན་དང་། སྤྱི་ཚོགས་འབྲེལ་ལམ། འདྲ་དཔར་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་གོ་རྟོགས་སྤེལ།

༩་༢། བོད་ཡིག་ཐོག་ཟམ་བཅུད་སྐོར་ལྷེབ་ཤོག་གྲངས་ ༢༠༠༠༠ དང་། སྨན་རྩིས་ཁང་བརྒྱུད་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ནད་གཞི་ཁག་ ༡༢ གྱི་སྔོན་འགོག་ཤེས་བྱའི་དེབ་གྲངས་ ༡༢༠༠༠ མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་སྐོར་ལྷེབ་ཤོག་གྲངས་ ༡༡༠༠ ཚ་བ་འདར་ཚད་སྔོན་འགོག་ལྷེབ་ཤོག་གྲངས་ ༤༥༠ བཅས་དཔར་བསྐྲུན་གྱིས་ས་གནས་སྨན་ཁང་ཁག་དང་། སློབ་གྲྭ་ དགོན་སྡེ། ཚོགས་པ་ཁག་བཅས་ལ་འགྲེམས་སྤེལ་ཞུས།

༩་༣། མང་ཚོགས་ལ་ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་གོ་རྟོགས་སྤྲད་ནད་གཞི་འདྲ་མིན་གྱི་བརྗོད་གཞིའི་ཐྲེད་དར་ཆེ་བ་ ༢ རེ་དང་འབྲིང་བ་ ༡༣ ས་གནས་སྤེལ་ཀོབ་དང་། ཧོན་སུར། ཀོ་ཕལ། མེའོ། ལ་དྭགས། སྤིར། ལྡི་ལི་བཅས་སུ་འགྲེམ་འཛུགས་ཞུས།

༩་༤། འདི་ག་ལས་ཁུངས་ནས་བོད་མིའི་གནས་སྡོད་གཞིས་ཁག་ ༣༡ ནང་ནད་རིགས་མི་འདྲ་བ་གྲངས་ ༡༡ གི་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་དང་འབྲེལ་བའི་སྔོན་འགོག་སློབ་གསོ་སྤེལ་བར་ཕྱིན་མི་གྲངས་ ༢༠༠༨༡ གི་མཉམ་ཞུགས་བྱུས།

༩་༥། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡༢ ནས་ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༢༨ བར་བཞུགས་སྒར་ཧ་ས་དང་། ཨོ་ཊི་ཤ་ཕུན་ཚོགས་གླིང་། མན་སྒུར་ཕན་བདེ་གླིང་། བྷན་ད་ར་ནོར་རྒྱས་གླིང་བཅས་སུ་བོད་ཀྱི་གཏམ་བརྗོད་འཁྲབ་སྟོན་ཚོགས་པ་གླུ་ཡོན་གྱིས་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་དང་། གཉན་ནད་རེག་དུག ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་བདེ་ཐང་བཅས་ཀྱི་སྐོར་མང་ཚོགས་ལ་གཏམ་བརྗོད་འཁྲབ་སྟོན་གྱི་ལམ་ནས་གོ་རྟོགས་སྤེལ།

༡༠། འཕྲོད་བསྟེན་སྦྱོང་བརྡར།

༡༠་༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༧ ནང་ཤེས་རབ་དགའ་ཚལ་སློབ་གླིང་དང་། སུ་ཇ་བོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་མ་གྲངས་ ༩༧ ལ་གདན་ཞུས་སྨན་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་བཅས་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་བླང་དོར་དང་། ཊེ་བི་ནད་གཞི། མཆིན་ནད་དུག་ཐབས། གཉན་ནད་རེག་དུག ཕོ་མོ་ལུས་འབྲེལ་ལས་བྱུང་བའི་ནད་རིགས། འབྲས་ནད་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལམ་སྟོན་སློབ་གསོ་ཞུས།

༡༠་༢། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༦ དང་ཟླ་ ༩ སོ་སོར་དབུས་སྣེ་ལེན་འབྲེལ་མཐུད་ཁང་དུ་ཁྲིད་ལས་མི་སྣ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་འགན་འཛིན་དང་། སྨན་ཞབས། འཕྲོད་ལས་བཅས་མི་གྲངས་ ༢༡ དང་། ༡༡ བཅས་ལ་སྤྱི་ཚོགས་འབྲེལ་ལམ་ (SBCC) དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་བཟོ་བཀོད་དང་གལ་གནད་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་དང་། འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ནས་ཀུང་ཚོགས་བཅར་བ་རྣམས་ལ་ཀམ་པུ་ཊར་གྱི་ (MS Word) ནང་ཐྲེད་དར་དང་། ལྷེབ་ཤོག ཀྲུང་སྦྱར་སོགས་བཟོ་འགོད་བྱེད་སྟངས་སྐོར་སློབ་འཁྲིད་ཞུས།

༡༠་༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༨ དང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༣ སོ་སོའི་ནང་ལྡི་ལི་བསམ་ཡས་གླིང་དུ་ཁྲིད་ལས་མི་སྣ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དང་། སྨན་ཁང་འགན་འཛིན། སྨན་ཞབས། ས་གནས་ལས་བྱེད་བཅས་ཕྱིན་མི་གྲངས་ ༦༣ ལ་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོའི་ལས་གཞི་རྣམས་སྤྱི་ཚོགས་འབྲེལ་ལམ་བརྒྱུད་ནས་ཞིབ་འཇུག་དང་ལྟ་རྟོག་བྱ་ཚུལ་གྱི་སྦྱོང་བརྡར་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༡༠.༩། མོན་སྐྱོ་ས་གནས་སྨན་ཁང་གི་སྨན་པར་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྡི་ལིར་ཡོད་པའི་(Institute of ultrasound Training) ནང་ཟླ་དྲུག་གི་རིང་། གློག་དཔར་ (Ultrasound) སྦྱོང་བརྡར་ཞུ་རྒྱུའི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡༠.༩། ཐའེ་ཝན་རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་སྦྱོང་བརྡར་བསྐྱེ་གནས་ཁང་ (Taiwan International Healthcare Training Cente) གི་མཐུན་འགྱུར་འོག་སྤྱིར་སྨན་ཁང་གི་སྨན་པ་དང་ཧོན་སུར་སྨན་ཁང་གི་སྨན་པ་གཉིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༧ ནས་ཚེས་ ༣༡ བར་ཐེ་ཝན་དུ་ (Clinical Training) ཐབ་སྦྱོང་དུ་ངོ་བཅར་ཞུ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

ཁ། བདེ་དོན་སྟེ་ཚན།

༡༡། ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་དང་། འབྲེལ་ཡོད། འབྲེལ་ཆགས་བཅས་པར་འཚོ་སྐྱོན་དང་། སྨན་བཅོས།

༡༡.༡། བོད་ནས་ཐེབས་པའི་ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་མི་གྲངས་ ༥ དང་། ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཆགས་མི་གྲངས་ ༦ ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཡོད་མི་གྲངས་ ༡ བཅས་ཁྱོན་མི་གྲངས་ ༡༩ ལ་དོ་བདག་གི་འཚོ་བའི་གནས་སྟངས་ལ་གཞིགས་པའི་ཟླ་རེར་འཚོ་སྐྱོན་སྒོར་ ༡༠༠༠།༠༠ དང་། སྒོར་ ༣༥༠༠།༠༠ སྒོར་ ༨༠༠༠།༠༠ བཅས་ཕུལ་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་འཚོ་སྐྱོན་ཚད་གཞི་ལོ་གསུམ་ཡིན་ནའང་། ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་དགུང་ལོ་བགྲེས་སོང་གཟུགས་བབ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དཀའ་ངལ་ཅན་རིགས་ལ་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱབ་གཉེར་གཞིར་བཟུང་དུས་ཡུན་འཕར་འགྱངས་ཀྱིས་འཚོ་སྐྱོན་མུ་མཐུད་འབུལ་སྲུས།

༡༡.༢། ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་དང་། འབྲེལ་ཆགས། འབྲེལ་ཡོད་མི་གྲངས་ ༩ ལ་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་དང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གཉིས་ལ་བསྟེན་གཏུགས་གནང་མཁན་ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ མཐུན་འགྱུར་དང་། ལྡི་ལི་དང་ཙན་དི་གྷར་གཙོས་སྨན་ཁང་ཁག་ལ་སྨན་པའི་རྒྱབ་གཉེར་གཞིར་བཟུང་བསྟེན་གཏུགས་གནང་མཁན་ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ དང་། འབྲེལ་ཆགས་ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༦༠ འབྲེལ་ཡོད་ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༥༥ བཅས་འབུལ་སྲུས།

༡༡.༣། འདི་གའི་ཚན་པའི་ལས་བྱེད་ནས་མནར་གཅོད་ཕོག་མི་གྲངས་ ༨ གི་གནས་སྟངས་དང་དཀའ་ངལ་རྟོགས་ཞིབ་ཆེད་དོ་བདག་སོ་སོའི་བཞུགས་གནས་སུ་སྐོར་བསྐྱོད་ཞུས།

༡༡.༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༢༨ ཉིན་རྒྱལ་སྤྱིའི་མནར་གཅོད་ཉེན་མོ་སྲུང་བརྩི་དང་སྐབས་བསྟུན་མང་ཚོགས་ལ་གོ་སྤེལ་སྙད་འདི་གའི་སྒྲོ་ཐས་ངན་གོམས་སྟེ་ཚན་དང་ཟུང་འབྲེལ་ཐོག་གཙུག་ལག་ཁང་ནས་ཐ་སྙེང་བཟོ་གྲྭ་བར་ཡར་མར་རིང་ཚད་ཀི་ལོ་མི་ཏར་ ༡༩ རྒྱང་རྒྱུགས་འགྲན་བསྡུར་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པར་མི་མང་དང་སློབ་ཕྲུག་གྲངས་ ༣༠༠ མཉམ་ཞུགས་གནང་བ་དང་། འདི་ནས་འབོད་བསྐུལ་ལྟར་བོད་ཀྱི་བརྟན་འཛིན་ཚན་པས་ཉིན་དེར་ཆབ་སྲིད་བརྩོན་པར་མནར་གཅོད་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་བྱུང་གློག་བརྙན་ཞིག་ཀྱང་རྒྱང་སྲིང་ཞུས།

༡༡.༥། ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་དང་། འབྲེལ་ཡོད། འབྲེལ་ཆགས་བཅས་ལ་འཚོ་སྐྱོན་དང་། སྨན་གྲོན་བསྡོམས་ཧྲིལ་སྒོར་ ༡,༨༢༣,༡༢༦ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༡༣། དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་འཚོ་སྐྱོན་དང་ཡོ་བྱད།

༡༣.༡། རྒྱ་གར་དང་འབྲུག་ཡུལ་གྱི་ས་གནས་ཁག ༣༦ ནང་གནས་སྡོད་རང་རིགས་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་མི་གྲངས་ ༡༠༦ ལ་ཟླ་རེ་མི་རེར་འཚོ་སྐྱོན་སྒོར་ ༡༥༠༠ རེ་བགོས་འགྲེམས་ཞུ་མུས་ཡིན།

༡༣.༢། ཀོ་ལི་ཀླལ་གནས་སྡོད་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ཞིག་ལ་གཟུགས་བབ་ལ་རན་པའི་འཁོར་ལོ་ཅན་གྱི་རྐུབ་སྟེགས་ (Wheel Chair) གསར་ཉོའི་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༡༢༥༢༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡༣.༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ཟླ་ ༢ ཚེས་ ༢༠ ནས་ཚེས་ ༣༠ བར་སྡེ་ར་ལྷུན་ཡུལ་དུ་ཡོད་པའི་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་བལྟ་རྟོགས་སྦྱོང་བརྡར་ལྟེ་གནས་ཁང་ (Raphael) དུ་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་སྨན་ཞབས་དང་། འཕྲོད་ལས། མདོན་སློབ་ལས་བྱེད། དེ་བཞིན་ཧ་ས་ (Abiltiy Center) ལས་བྱེད་བཅས་ཁྱོན་མི་གྲངས་ ༡༣ ལ་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་བལྟ་རྟོགས་ཞུ་ཕྱོགས་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༡༣.༤། དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་འཚོ་སྐྱོན་དང་ཡོ་བྱད་ཆེད་སྒོར་ ༡,༩༥༣,༣༦༩ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༡༤། མཛེ་ནད་ཅན་ལ་སྨན་བཅོས་དང་། འཚོ་སྐྱོན།

༡༤.༡། པཱ་ལམ་སྤུར་མཛེ་ནད་གསོ་སྐྱོང་ཁང་དུ་གནས་སྡོད་བྱེད་བཞིན་པའི་རང་རིགས་མཛེ་ནད་ཅན་གྱི་མི་གྲངས་ ༡ དང་། སྦིར་ཡུལ་དུ་གནས་སྡོད་ཀྱི་མི་གྲངས་ ༢ དེ་བཞིན་ཧ་སར་གནས་སྡོད་ཀྱི་མི་གྲངས་ ༢ བཅས་མི་གྲངས་ ༥ ལ་ཟླ་རེ་སྐམ་ཟས་དོད་སྒོར་ ༡༠༠༠ རེ་དང་། འཚོ་སྐྱོན་སྒོར་ ༡༥༠༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས། གཞན་ཡང་སྨན་གྲོན་གྱི་འཛིན་གསལ་ལྟར་ལོ་འདིའི་ནང་སྒོར་ ༡༣,༢༦༢ མཐུན་འགྱུར་ཞུས་ཐོག པཱ་ལམ་སྤུར་མཛེ་ནད་གསོ་སྐྱོང་ཁང་ལ་ལོ་གཅིག་རིང་མི་གཅིག་གི་སྨན་དོད་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༢༠༠༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡༤.༢། ཨ་རིར་གནས་བཞུགས་མཚམས་གཅོད་སྒྲོལ་མ་ལགས་ནས་པ་ལམ་སྤུར་མཛེ་ནད་གསོ་སྐྱོང་ཁང་གི་ནད་པ་རྣམས་ལ་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་༧སྐུའི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་སྲུང་བརྩི་ཞུ་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༦༠༠༠ རེ་ལོ་ལྟར་ཞལ་འདེབས་གནང་མུས་ཡིན།

༡༤.༣། མཛེ་ནད་ཚོར་འཚོ་སྐྱོན་དང་སྨན་བཅོས་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༡༢༢,༩༢༣ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༡༥། སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན།

༡༥.༡། སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༦༥ ལ་སྨན་གྲོན་དང་། སྨན་པ་བསྟེན་གཏུགས། བརྟག་དཔྱད་བཅས་ཀྱི་འགྲོ་གྲོན་ནས་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས་པ་དང་། ཉམ་ཐག་ཨང་ཐོབ་ཅན་གྱི་ནང་ཡོད་པའི་སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༣ ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡༥.༢། སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་གྲོན་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༩༥༨,༦༢༡ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༡༦། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྨན་བཅོས་ལྷན་སྐྱོང་།

༡༦.༡། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྨན་བཅོས་ལྷན་སྐྱོང་ལས་གཞིའི་ལོ་དྲུག་པའི་ཚོགས་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་སྨན་བཅོས་ཁེ་ཕན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡ ནས་འགོ་འཛུགས་ཀྱིས་ཨ་རིའི་རོགས་ཚོགས་ནས་རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྨན་བཅོས་

ལྷ་སྐྱོང་ནང་འཛུལ་ཞུགས་ཚོགས་དདུལ་བསྡུ་འབབ་དཀའ་ངལ་ཡོད་རིགས་དུད་ཁྱིམ་ཚོར་ཚོགས་དདུལ་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༦༠ རོགས་རམ་ཐོབ་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧–༢༠༡༨ ལོར་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༢༩༡༥༥ ཚོགས་ཞུགས་གནང་ཐུབ་ཡོད།

༡༥.༢། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༢ ཉིན་ཞུགས་སྐར་ཧ་ས་མེག་ལྷན་བོད་ཀྱི་གསོལ་མགྲོན་ཁང་དུ་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་འགན་འཛིན་དང་། སྨན་པ། སྨན་ཞབས། སྨན་ལྷའི་འབྲེལ་ལས་བཅས་ཚོགས་བཅར་བ་གྲངས་ ༣༠ ལ་འདས་པའི་ལོའི་ནང་གི་སྨན་ལྷའི་ལས་གཞིའི་གྲུབ་འབྲས་ཇི་བྱུང་དང་འབྱུང་འགྱུར་ལས་གཞིའི་ཐད་ལེགས་བཅོས་གང་དགོས་ཐོག་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་ལེན་དང་། གོ་རྟོགས་ལས་འགུལ་སྤེལ་སྟངས། དེ་བཞིན་ཚོགས་ཞུགས་ཐོ་འགོད་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༡༥.༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༢༥ ནས་ཚེས་ ༢༧ བར་ཧ་ས་དབུས་སྡེ་ལེན་འབྲེལ་མཐུད་ཁང་དུ་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་འགན་འཛིན་དང་། སྨན་པ། སྨན་ཞབས། སྨན་ལྷའི་འབྲེལ་ལས་སོགས་ཚོགས་བཅར་བ་གྲངས་ ༥༠ ལ་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྨན་བཅོས་ལྷ་སྐྱོང་གི་སྨན་བཅོས་བརྒྱུད་རིམ་དང་། ལས་གཞིའི་རྒྱ་འཛིན་ལམ་སྟོན། སྨན་ལྷའི་ལས་གཞིའི་གྲུབ་འབྲས་ཇི་བྱུང་དང་། གོ་རྟོགས་ལས་འགུལ་སྤེལ་སྟངས། ཚོགས་ཞུགས་ཐོ་འགོད་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༡༥.༤། དུས་སྟོན་སྐབས་མི་མང་གང་མང་མཉམ་འཛོམས་ཡོད་པ་དང་སྟབས་བསྟུན་སྨན་ལྷའི་ལས་གཞིའི་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༡༠ ཞི་བདེའི་གཟེངས་རྟགས་ཀྱི་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་ཞུས་པ་དང་བསྟུན། ས་གནས་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ནས་སྨན་ལྷའི་ལས་གཞིའི་ཐོག་གོ་སྤེལ་ཞུས།

༡༥.༥། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༡ དང་ཟླ་ ༢ པའི་ནང་རྒྱ་གར་ལྷོ་གཞིས་མོན་སྒོ་དང་། སྦེལ་ཀོབ། ཀོ་ལེ་ཀྷལ་གཞིས་ཆགས་བཅས་གསུམ་ལ་སྨན་ལྷའི་ལས་གཞི་གོ་སྤེལ་ཁྱབ་བསྒྲགས་དང་། མི་མང་མཉམ་སྨན་ལྷའི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་ལེན་ཞུས།

༡༥.༦། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༠༥ ནས་ཚེས་ ༡༣ བར་རྒྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་ཁུལ་དུ་ཡོད་པའི་བོད་མིའི་གཞིས་སྒར་སྤོན་ཊ། སྦུ་རུ་ཕ་ལ། ས་ཏོན། ཀུམ་རའོ། ལ་ཁན་ཕྲ་ལ། གླིང་ཚང་། བདེ་སྐྱིད་གླིང་། ཚེ་རིང་དོན་ལྡན། ར་ཛ་སྤུར། ཀེལ་མན་ཊོན། ན་ནི་ཏཱལ་བཅས་ས་གནས་ཁག་བཅུ་གཅིག་ལ་སྨན་ལྷའི་ལས་གཞི་གོ་སྤེལ་དང་། ལས་གཞིའི་གྲུབ་འབྲས་ཇི་བྱུང་། མ་འོངས་པའི་ལས་འཆར་བཅས་ཀྱི་སྐོར་གསལ་བཤད་དང་། མི་མང་མཉམ་སྨན་ལྷའི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་ལེན་ཞུས།

༡༥.༧། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༩ ནས་ཚེས་ ༢༡ བར་རྒྱ་གར་བྱང་ཁུལ་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ཀུ་ལླུ་མ་ནྭ་ལིའི་ཁྱབ་ཁོངས་ས་གནས་ཁག་ལྔའི་ནང་སྨན་ལྷའི་ལས་གཞི་གོ་སྤེལ་དང་། མི་མང་མཉམ་དུ་སྨན་ལྷའི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་ལེན་ཞུས།

༡༥.༨། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧-༡༨ ལོའི་ནང་སྨན་ལྷའི་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༢༠༥༩ ལ་སྨན་གྲོན་ཁེ་ཕན་ཕྲིན་བསྡོམས་སྒོར་ ༡༩,༦༥༨,༠༦༥།༠༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡༥.༩། སྨན་བཅོས་ལྷ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞི་བརྒྱུད་མི་མང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་བཅོས་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་སྨན་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་བསྐྲུན་ཐུབ་པ་དང་། རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ནད་རིགས་མང་དག་ཅིག་དྲག་བསྐྱེད་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྟངས་ཞན་པའི་དུད་ཁྱིམ་མང་པོ་ཞིག་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱབ་རྟེན་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་།

ག ལས་འཆར་སྡེ་ཚན།

༡༦། ཆུའི་ལས་གཞི།

༡༦.༡། སྤྱིར་ནང་ཆེན་གཞིས་ཆགས་དང་སིམ་ལ་དབྱངས་ཅན་དགའ་ཚལ་གླིང་མི་མང་གི་ཆེད་གནམ་སྟེགས་ཆུ་མཛོད་རེ་གསར་རྒྱག་ཞུས།

༡༦.༢། སྤྱིར་ལི་ལི་གཞིས་ཆགས་སུ་ཆུའི་སྦུབས་མདོང་གསར་འཛེན་དང་། མོན་ལྒོ་ཡི་གཞིས་གྲོང་དྲུག་པ་དང་གཞིས་གྲོང་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཆུའི་ལས་གཞི་ཁག་མཇུག་སྐྱོང་ཞུས།

༡༦.༣། ཨོ་ཊི་ཤ་ཕུན་ཚོགས་གླིང་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་ནད་གསོ་ཁང་དང་། སྦེལ་ཀོབ་བདེ་སླར་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་༧ རྒྱལ་བའི་ཕོ་བྲང་མདུན་ཕྱོགས། བདེ་སླར་གཞིས་གྲོང་ ༡༠ བཅས་ཀྱི་མང་ཚོགས་ལ་འབྱུང་ཆུའི་དགའ་སེལ་སླད་ས་འོག་ཏུ་ཆུ་འཛེན་འཁྱིལ་འཁོར་གསར་འཛུགས་ཞུས།

༡༦.༤། སྡེ་ར་ལྡུན་ས་འགོའི་ཁྲབ་ཁོངས་གླིང་ཚང་གཞིས་ཆགས་ཆེད་འབྱུང་ཆུ་འོར་འདྲེན་སྣུམ་འཁོར་དང་ཆུ་མཛོད་ཞིག་གསར་ཉོ་ཞུས།

༡༦.༥། སྦེལ་ཀོབ་ལུགས་བསམ་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་གཞིས་གྲོང་ལྔ་པ་དང་། མ་སུ་རི་བོད་ཁྱིམ། སྤོན་ཏ་ཚོལ་གསུམ་བཅས་ལ་ཆུ་ཚགས་འཕྲུལ་འཁོར་རེ་གསར་ཉོ་དང་། སྤོན་ཏ་ཚོལ་གསུམ་གཞིས་ཆགས་སུ་ཆུ་ཚགས་འཕྲུལ་ཆས་འཛོག་ཁང་ཡང་ཉམས་གསོ་ཞུས།

༡༦.༦། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༦ ནས་ཟླ་ ༢ ཚེས་ ༣ བར་ལྷོ་གཞིས་ཁག་ལྔ་དང་། དབུས་ཁུལ་གྱི་གཞིས་ཆགས་གསུམ་བཅསཀྱི་འབྱུང་ཆུའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་ད་ལྟའི་འབྱུང་ཆུའི་གནས་བབ། འབྱུང་ཆུའི་སྤུས་ཚད་སོགས་ལ་ཁྱད་ལས་པ་གླ་གཡར་གྱིས་ཞིབ་འཇུག་ཞུས།

༡༧། གཙང་འཕྲོད་ལས་གཞི།

༡༧.༡། ཏར་སྤུར་གཞིས་ལས་ཁང་དང་ས་གནས་སྨན་ཁང་། ཧོན་སུར་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་དུད་ཁྱིམ་གཉིས་བཅས་ལ་གསང་སྤྱོད་གསར་རྒྱག་ཞུས།

༡༧.༢། ལ་དྭགས་སླེ་དང་བྱང་ཐང་ཁུལ་གྱི་དུད་ཁྱིམ་གྲངས་ ༦༠ ཡི་གསང་སྤྱོད་ལས་གཞི་མཇུག་སྐྱོང་དང་། སྦེལ་ཀོབ་ལུགས་བསམ་གཞིས་ཆགས་སུ་དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་དུད་ཁྱིམ་ ༥ ལ་གསང་སྤྱོད་གསར་རྒྱག་ཞུས།

༡༧.༣། ཆུ་དང་། གཙང་འཕྲོད་ལས་གཞིའི་ཆེད་ཏིན་སྒོར་ ༡༠,༩༠༢,༩༢༧ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༡༨། ཨར་ལས་འཛུགས་སྐྲུན་དང་སྨན་ཁང་ཡོ་བྱད།

༡༨.༡། སྤྱན་ཏ་ཚོལ་གསུམ་དང་ཤྲི་རི་ཧ་གར་བོད་རིགས་ཁ་ཚེའི་ས་གནས་སྨན་ཁང་། མོན་སྒོ་སྨན་ཁང་གི་ཏེ་བི་བརྟག་དཔྱད་ཡོ་ཆས་ཀྱི་འཛོག་ཡུལ་ཁང་ཁྱངས་བཅས་ཉམས་གསོ་ཞུས། མེའོ་ས་གནས་སྨན་ཁང་གི་མཐའ་སྐོར་གྱང་རྩིག་གསར་རྒྱག་ཞུས།

༡༨.༢། ལྷ་རྒྱལ་རི་ནད་གསོ་ཁང་གི་སྣེའུ་ཁྱངས་ཉམས་གསོ་དང་། ཉལ་ཁྲིའི་པང་ལེབ་སོགས་གསར་ཉོ་ཞུས།

༡༨.༣། སྤྱན་ཏ་ཚོལ་གསུམ་གཞིས་ཆགས་སུ་ཆང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་རྩེད་ཐང་གསར་རྒྱག་དང་། སྡེ་ར་ལྡུན་ཁྲུབ་ཁོངས་དོན་གྲུབ་གླིང་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་ཆང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་རྩེད་ཐང་གི་མཐའ་སྐོར་ལྕགས་རི་གསར་སྐོར། དེ་བཞིན་སྦྱིར་སྡེ་དགེ་གཞིས་ཆགས་སུ་སིལ་སྤྱོལ་རྩེད་ཐང་གསར་རྒྱག་ཞུས།

༡༨.༤། མོན་སྒོ་སྨན་ཁང་གི་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད་དང་སོའི་སྡེ་ཚན་ཆེད་འཕྲུལ་ཆས་གསར་ཉོ་ཞུས། ཇར་མན་ནོར་ཊ་ཚོགས་ཀྱི་མ་ཐུན་འགྱུར་འོག་སྤེལ་གོབ་འཚོ་བྱེད་སྨན་ཁང་ཆེད་དུ་ཕྱི་བཅོས་གསོ་ཐབས་བརྟག་དཔྱད་ཁང་ལ་མཁོ་བའི་འཕྲུལ་ཆས་ཁག་ཅིག་གསར་ཉོ་ཞུས།

༡༨.༥། ལོ་ན་རྒན་གཞོན་འབྲིང་གསུམ་ཚང་མས་བེད་སྤྱོད་ཐུབ་པའི་ཁང་པའི་ཕྱི་ལོགས་སུ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་ཀྱི་ལས་གཞི་མོན་སྒོ་གཞིས་ཆགས་སུ་ཐོག་མར་འགོ་འཛུགས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་ལ་མ་འོངས་པར་རིམ་བཞིན་རང་རེའི་ཁྲུབ་ཁོངས་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ལ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་ཐུབ་ཐབས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

༡༨.༦། ཁྲུབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་རྒྱ་སྐྱེད་དང་བཟོ་བཅོས། རྩེད་ཐང་གསར་རྒྱག སྨན་ཁང་ཡོ་བྱད་ཆེད་སྒོར་ ༢,༨༢༣,༥༥༣ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

ང། ལས་དོན་གཞན་ཁག་ཅིག

༡༩། དགོས་ངེས་སྨན་གྱི་མ་ཐུན་འགྱུར།

༡༩.༡། དབུས་ཉམ་ཐག་ཚོགས་ཚུང་ནས་ངོས་འཛིན་ཡོད་པའི་ཉམ་ཐག་ཨང་ཐོབ་ཅན་ཁོངས་རྐྱས་གཙོང་མགོན་མེད་ཉམ་ཐག་གི་གྲངས་ ༣༠༡ དང་། ལོ་གཞོན་ནད་མནར་གྲངས་ ༡༠༦ སྲི་ཞུའི་ལས་བྱེད་ལས་ཐོག་བགྲེས་ཡོལ། བོད་མིའི་དང་ བླང་འཕྲོད་བསྟེན་ཚོགས་པའི་ཁྲུབ་ཁོངས་ལས་བྱེད་ཀྱི་གྲངས་ ༣༣༡ བཅས་ལ་དགོས་ངེས་སྨན་གྱི་མ་ཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡༩.༢། དགོས་ངེས་སྨན་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༡,༢༥༣,༩༠༨ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༢༠། སྐོར་བསྐྱོད་སྨན་བཅོས་ལས་འཆར། (CCOCC)

༢༠.༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༢༦ ནས་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༣ བར་རྒྱ་གར་དབུས་དང་ལྷོ་གཞིས་ཁག་ནང་ཡོད་པའི་ཁྲུབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་སྨན་ཁང་འགན་འཛིན་དང་། སྨན་ཞབས། འཕྲོད་ལས། དགོན་སྡེ་ཁག་གི་སྐུ་ཚབ་བཅས་ཁྲོན་མི་གྲངས་ ༨༠ ལ་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་བའི་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་དང་སྐོར་བསྐྱོད་ལས་གཞིའི་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༢༠.༢། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༥ ནས་ ༢༠ བར་རྒྱལ་ས་ལྡི་ལིར་ཡོད་པའི་བསམ་ཡས་གླིང་དུ་བྱང་ཕྱོགས་དང་བྱང་ཤར་ཁུལ་གྱི་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་འགན་འཛིན་དང་། སྨན་ཞབས། འཕྲོད་ལས་བཅས་མི་གྲངས་ ༡༦ ལ་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་དང་བསྐོར་བསྐྱོད་ལས་གཞིའི་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༢༠.༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༡ པོའི་ནང་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ནང་གནས་སྡོད་ཀྱི་བོད་རིགས་རྣམས་ལ་ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་ཞུ་ཐབས་སུ་ས་གནས་སོ་སོའི་སྨན་ཞབས་རྣམས་དུས་ཚང་རེ་རེར་སྐོར་བསྐྱོད་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ་དང་། ནད་གཞི་ཡོད་མེད་ཀྱི་བརྟག་དཔྱད། དུས་ཐོག་བརྟག་དཔྱད་ཞུ་ཆེད་སྨན་ཆས་སྐམ་ཆུང་སྣ་ལོ་གྲངས་ ༤༠ དང་རྩིས་ལོ་འདིའི་ནང་གྲངས་ ༡༠ གསར་ཉོས་ཀྱིས་སྨན་ཁང་ཁག་ལ་བགོ་འགྲེམས་ཞུས།

༢༠.༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༨ ནས་ ༡༡ བར་སྦྲེལ་ཀོབ་འཚོ་བྱེད་སྨན་ཁང་དུ་ཨོ་རི་ས་སྨན་ཁང་དང་ལྷོ་གཞིས་སྨན་ཁང་ཁག་ནས་སྨན་ཞབས་དང་འཕྲོད་ལས་ཁྲོན་མི་གྲངས་ ༡༣ ཙམ་ལ་སྐོར་བསྐྱོད་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོའི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་དང་། ཏེ་བི། འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ། མ་དང་བྱིས་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་སྐོར་བསྐྱོད་སྐབས་ལག་བསྟར་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཕྱོགས་ཐོག་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༢༠.༥། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༢༢ ནས་ ༢༥ བར་དབུས་སྡེ་ལེན་འབྲེལ་མཐུད་ཁང་དུ་སྨན་ད་ར་དང་། བྱང་ཕྱོགས་གཞིས་ཁག་ནས་སྨན་ཞབས་དང་འཕྲོད་ལས་པ་བཅས་ཁྲོན་མི་གྲངས་ ༡༩ ལ་སྐོར་བསྐྱོད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོའི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་དང་། ཏེ་བི། འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ། མ་དང་བྱིས་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་སྐོར་བསྐྱོད་སྐབས་ལས་གཞི་ལག་བསྟར་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཕྱོགས་ཐོག་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༢༠.༦། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༢༩ དང་ ༣༠ བར་སྡེ་ལེན་འབྲེལ་མཐུད་ཁང་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་པ་དང་སྨན་ཁང་འགན་འཛིན་བཅས་ཁྲོན་མི་གྲངས་ ༡༡ ལ་སྐོར་བསྐྱོད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོའི་ལས་གཞི་ངོ་སྤྲོད་དང་སྟངས་འཛིན་ཞུ་ཕྱོགས་ཐོག་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༢༡། ཉམས་ཐག་དང་། སྲི་ཞུའི་ལས་བྱེད་པའི་སྨན་གྲོན།

༢༡.༡། དབུས་ཉམས་ཐག་ཞིབ་འཇུག་ཚོགས་ཆུང་གི་རྩ་འཛིན་ལམ་སྟོན་ལྟར་ཉམས་ཐག་ཤང་ཐོབ་ཅན་གྱི་ཁོངས་ནས་རྒས་གཙོང་མགོན་མེད་དང་ལོ་གཞོན་ནད་མནར་གྲངས་ ༡༥༠ ལ་སྨན་བཅོས་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༤,༢༠༥,༩༩༣ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢༡.༢། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ། སྲི་ཞུའི་ལས་བྱེད་ལས་ཐོག་དང་བགྲེས་ཡོལ་གྲངས་ ༢༢༨ ལ་སྨན་བཅོས་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༦,༤༡༠,༡༣༦ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢༡.༣། བོད་མིའི་དང་བླང་འཕྲོད་བསྟེན་ཚོགས་པའི་ཁྱབ་ཁོངས་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༥༢ ལ་སྨན་བཅོས་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༣༦༢,༩༣༥ དང་། མངོན་དགའ་བོད་ཕྲུག་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་སློབ་གྲྭའི་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༢ ལ་སྨན་བཅོས་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༨༩,༠༤༦ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢༡་༤། དཔལ་ལྡན་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་ཡིག་ཚང་གི་སྐུ་སྲུང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༡ ལ་སྨན་བཅོས་ཆེད་ཉིན་སྒོར་ ༡༤,༢༥༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢༡་༥། གོང་གསལ་སྨན་གྲོན་ཁག་ལྡ་བསྡོམས་ཉིན་སྒོར་ ༡༡,༥༨༢,༨༦༠ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

ཅ། ཐད་ཀའི་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན།

༢༢། མངོན་དགའ་བོད་ཕྱུག་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་སློབ་གྲྭ

༢༢་༡། རོགས་ཚོགས་ (Vimala Association) ནས་མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་གསོལ་ཚིགས་ཁང་ཉམས་གསོ་དང་། ཕྱུ་གུའི་ཉལ་ཁང་དང་ལས་ཤག་ལ་དཀར་རྩི། སྟེམ་འཁོར་འཇོག་ས་ཉམས་གསོ། སྐམ་འཇིག་ལག་འཇུ་གསར་བཟོ། གོས་འབྲུ་འཕྲུལ་ཆས་གསར་ཉོ་སོགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་གནང་།

༢༢་༢། ཨ་རི་ཧི་མ་ལ་ཡའི་དགེ་རྒྱ་ཚོགས་པ་ (The American Himalayan Foundation) ནས་མངོན་སློབ་ཆེད་འཛིན་ཁང་དུ་རྒྱབ་སྐྱེགས་དང་། དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་འཚམ་པའི་རྒྱབ་སྐྱེགས་གསུམ། ལྕགས་ཀྱི་ཉལ་ཁྲི་དང་འཁོལ་གདན། ཚ་ལ་རྒྱབ་ཆེད་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་བཅས་གསར་ཉོ་དང་། གློག་རྒྱུད་གསར་འཛིན་སོགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་གནང་།

༢༢་༣། རོགས་ཚོགས་ (Tibet Relief Fund) ནས་སློབ་གྲྭར་སྒྲ་ལོ་སྐམ་གློག་ (Silent Generator) ཞིག་གསར་ཉོ་གནང་བར་ཐུགས་ཞེབ་དང་འཚམས་གཟིགས་སྣང་ཕེབས་སྐབས་སྟེ་ལེན་ཞུས།

༢༢་༤། ཛྷ་རན་སིར་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་རེ་བ་ཚོགས་པ་ནས་མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་ཕྲུག་ཚོའི་ཆེད་ཕྱག་དངུལ་གྱི་རོགས་སྐྱོར་གནང་།

༢༢་༥། རོགས་ཚོགས་ (SAVE TIBET, AUSTRIA) མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་ཆེད་ (Scooter) གསར་ཉོ་ཞུས།

༢༢་༦། རོགས་ཚོགས་ (Holland Prana Planet) ནས་མངོན་སློབ་ཆེད་འཕྲུལ་ཆས་ (Softening plant & multigame filter) གསར་ཉོ་གནང་།

༢༢་༧། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧།༧།༣༠ ནས་ཚེས་ ༣༡ བར་སྡེ་ར་ལྡན་རྒྱ་གར་གྱི་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་བལྟ་རྟོགས་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྦྱོང་བརྡར་བསྐྱེ་གནས་ཁང་ (Raphael Centre) དུ་མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་དགེ་རྒན་དང་། མ་ཚབ། སྨན་ཞབས། འཕྲོད་ལས་བཅས་མི་གྲངས་ ༧ ལ་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་ལྟ་རྟོགས་ཞུ་ཕྱོགས་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༢༢་༨། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧།༡༠།༣༠ ནས་ ༢༠༡༧།༡༡།༣ བར་ (2017 Capacity Building Project HCO OP Taiwan) ནས་མི་ ༡༣ དང་། སྐད་སྒྱུར་དགེ་འདུན་ ༣ བསྡོམས་མི་གྲངས་ ༡༥ མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭར་ཆེད་ཕེབས་ཀྱིས་ལས་བྱེད་དང་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་ལ་ (Dental Service, Cleaning & treatment, Physical rehabilitation) བཅས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་གནང་།

༢༢.༩། སློབ་ཕྲུག་ ༣ ལ་ཏེ་བི་ནད་འབྲུ་བོན་མ་ཐག་སྨན་བཅོས་ཞུས་ནས་ད་ཆ་དྲག་སྐྱིད་བྱུང་བ་དང་རྒྱུན་དུ་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་ལ་ཕྱི་ལུགས་དང་གསོ་རིག་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྨན་བཅོས་ཞུ་མུས།

༢༢.༡༠། མངོན་དགའི་ཕྱི་བཅོས་གསོ་ཐབས་ཁང་ལ་འཁོར་ལོའི་རྐུབ་སྟེགས་ ༣ གསར་ཉོ་ཞུས།

༢༢.༡༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༢ ཚེས་ ༩ ཉིན་མངོན་སློབ་ཕྲུ་གུའི་གསོལ་ཐབ་ཁང་ནང་སྐུ་ཞབས་བསྟན་འཛིན་འགྲོ་དོན་ལགས་ནས་གཙང་ཆུའི་འཕྲུལ་ཆས་ (RO) ཞིག་མཐུན་འགྱུར་གནང་།

༢༢.༡༢། མངོན་དགའ་བོད་ཕྲུག་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ཆེད་ཉིན་སྐོར་ ༡,༨༩༩,༠༣༦ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༢༣། རྡ་ས་ལྷ་རྒྱལ་རི་ནད་གསོ་ཁང་།

༢༣.༡། ལོ་འདིའི་ནང་དགོན་སྡེ་ཁག་ནས་ཐེབས་པའི་ནད་པ་གྲངས་ ༢༡ ལ་སྨན་བཅོས་རིང་བཞུགས་གནས་དང་ཞལ་ལག་གི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢༣.༢། བོད་ཀྱི་ཐེབས་རྩ་ (The Tibet Fund) ཡིས་རོགས་སྐྱོར་འོག་ནད་གསོ་ཁང་གི་སྣེ་འཛུ་ཁྱོན་ཁག་ཉམས་གསོ་དང་། འཐོལ་གདན་གསར་ཉོ་ཞུས།

༢༣.༣། ནད་གསོ་ཁང་གི་ཆེད་འདི་ལོའི་ནང་ཉིན་སྐོར་ ༣,༥༦,༦༥༥།༠༠ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

ཆ། ཁྲབ་ཁོངས་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཚན།

༡། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས།

༡.༡། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ ༡༠།༡ དགོངས་དོན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧།༤།༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨།༣།༣༡ བར་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༩ དེབ་སྐྱེལ་ཞུ་སྒྲིག་གནང་ནས་ད་བར་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༤༨༢ ལྷན་ཚོགས་འོག་དེབ་སྐྱེལ་ཞུས་སྒྲིག་ཟིན།

༡.༢། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཆོད་དགོངས་དོན་བོད་སྨན་ལ་དགའ་ཞེན་དང་བོད་སྨན་གྱིས་ཕན་བསྐྱེད་བྱུང་བའི་ནད་པ་རྣམས་ནས་གསོ་བ་རིག་པའི་བསྟན་པ་སྤྱི་དང་ཡང་སྒོས་གསོ་རིག་ལྷན་ཚོགས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་མཚོན་བྱེད་དུ་བོད་སྨན་མཐུན་གྲོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཅེས་བྱུར་ཕྱེ་གནང་ནས་འདི་ལོ་ ༢༠༡༧-༢༠༡༨ ནང་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༢ བཅས་ད་བར་ཚོགས་བོད་སྨན་མཐུན་གྲོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༨༨ ལྷན་ཚོགས་འོག་རང་མོས་ཀྱིས་དེབ་སྐྱེལ་ཞུས་སྒྲིག་གནང་།

༡.༣། ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྒྲིག་དགོངས་དོན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧-༢༠༡༨ ལོར་ལྷན་ཚོགས་ཚོགས་ཐེངས་ ༢༨ དང་ ༢༩ གཉིས་བསྐོང་ཚོགས་དང་ཟླ་རེའི་ནང་ཚོགས་འདུ་གྲངས་གཉིས་བསྐོང་ཚོགས་ཞུས།

༡.༤། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་དང་། ལྷ་ཀླུ་བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ལུགས་པོ་རིའི་དྲུན་རྟེན་དུ་བོད་སྨན་སློབ་གཉེར་ཁང་བཅས་ཐུན་མོང་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་བགྲོ་གླེང་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་གསུམ་པ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༢ ཚེས་ ༢༥ ནས་ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡ བར་ལྷ་ཀླུ་བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་བསྐོང་ཚོགས་ཞུས།

༡.༥། རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་བགྲོ་གླེང་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་གསུམ་པ་བསྐོང་ཚོགས་དང་སྟབས་བསྟུན་ལྷན་ཚོགས་ནང་ཆེད་ལས་མི་སྣ་བཅོ་ལྔ་ཙམ་མཉམ་བཞུགས་ཐོག་གསོ་བ་རིག་པ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་ཁྲིམས་མཐུན་གོང་སྤེལ་གཏོང་ཕྱོགས་ཐོག་དམིགས་བསལ་ཚོགས་ཐེངས་ཟུར་དུ་བསྐོང་ཚོགས་ཞུས།

༡.༦། ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཆོད་དགོངས་དོན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༢༧ ནས་ཚེས་ ༣༠ བར་ཕྲ་རན་སིའི་གྲོང་འཁྱེར་ (Annecy, France) ཨ་ཧི་སི་ཧྲུ་ (3rd Ahimsa Forum) ཞེས་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས་འདུར་མཉམ་ཞུགས་ཞུས།

༡.༧། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༦ ནས་ཚེས་ ༢༢ བར་ཡུ་རོབ་རྒྱལ་ཁབ་ཇར་མན་གྱི་ཀེལ་ (Kiel, Germany) གྲོང་འཁྱེར་གྱི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ནང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཨེ་ཤ་ཡའི་སྤྱོལ་རྒྱུན་སྨན་ལུགས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་དགུ་པར་མཉམ་ཞུགས་ཞུས།

༢། བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་།

༢.༡། རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བགོ་སྐལ་དུ་ཐོབ་པའི་མེ་ཏོག་གང་ལ་ཕོག་པའི་ལྷ་སྐལ་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་༧རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་༧སྐུའི་འཁྲོད་བཞེས་དང་། སྐར་དཔྱད་རྩིས་རིག་གི་སྒོ་ནས་༧སྐུའི་དགུང་ཀེག་ཀེག་རྩིས་འཆེམས་ལུས་མེད་པར་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་ཐུས།

༢.༢། སྨན་སློབ་སྐབས་བཅུ་དགུ་པ་དང་། ཉེ་ཤུ། རྩིས་སློབ་སྐབས་བཅུ་པ་བཅས་ཀྱི་རྒྱུན་གཏན་སློབ་འཁྲིད་ལས་རིམ་འཕྲུས་ཚང་ཞུས་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡ ནས་སྨན་སློབ་གསར་བསྡུས་སྐབས་ཉེ་ཤུ་རྩ་གཅིག་པ་དང་། རྩིས་སློབ་གསར་བསྡུས་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྔོན་འགྲོའི་ཟླ་དྲུག་སློབ་འཁྲིད་ཟིན་ཏེ་དངོས་གཞིའི་སློབ་ཚན་འགོ་འཛུགས་ཟིན།

༢.༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡༠ ནས་ ༡༥ བར་ཨ་རི་ཨེ་མོ་རི་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སློབ་དཔོན་གཉིས་ནས་སྨན་རྩིས་སློབ་མ་ཡོངས་ལ་ཚན་རིག་སློབ་འཁྲིད་གནང་།

༢.༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༧ ནས་ཟླ་ ༡༡ བར་སྨན་སློབ་རྣམས་ལ་སྨན་སྦྱོར་ལག་ལེན་དང་། སྨན་རྫས་ངོ་སྤྲོད། རྩ་ཚུ་བརྟག་ཐབས། གཏར་བསྲེག སྨན་སྦྱོར་ལག་ལེན་སྐོར་སྦྱོང་འཁྲིད་ཟབ་སྦྱོང་། རྩིས་སློབ་རྣམས་ལ་རྩིས་འབྲས་འདོན་སྟངས་སྐོར་ཟབ་འཁྲིད་གནང་།

༢.༥། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ བར་སྨན་དང་རིན་ཆེན་རིལ་བུ་བསྡོམས་སྨན་སྣེ་གྲངས་ ༡༦༠ ལ་ཐུན་གྲངས་ས་ཡ་ ༩༥,༦༧ བཟོ་བསྐྲུན་ཞུས།

༢.༦། སྤྱི་ལོ་ཚོད་བལྟ་ཟིན་པའི་སྨན་སྟར་བུ་ལྔ་པ་དང་། སོ་སྦྱུམ་བདུན་པ། ཤུག་ཚོས་ལྔ་པ། གཉིད་གུག་ཐང་བཅས་གསར་བསྐྲུན་ཞུས།

༢.༧། ཕྱི་རྒྱལ་དོན་གཉེར་ཅན་ཁག་ཅིག་ལ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༩ ནས་ཚེས་ ༢༣ བར་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བཞེས་ཀྱི་ཉིན་བཅུའི་ཟབ་སྦྱོང་ཕུལ་བ་དང་། ལོ་དེའི་ནང་ལུས་སེམས་སྲོག་གི་བགྲོ་གླེང་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་ལྔ་པ་དང་དྲུག་པ་བསྐོང་ཚོགས་ལེགས་བསྒྲུབས་ཞུས།

༢.༨། ཉམས་ཞིབ་སྡེ་ཚན་དང་ལུས་སེམས་སྲོག་གི་སྡེ་ཚན་ཟུང་འབྲེལ་ཐོག་བློ་གཅོང་ནད་པའི་སེམས་ངལ་གསོ་ཐབས་ཀྱི་སྔོན་འགྲོའི་ཉམས་ཞིབ་ཆེད་དུ་ནད་པ་གསུམ་ཐོབ་པ་ནས་ནད་པ་གཉིས་ཐོག་ཉམས་ཞིབ་གྲུབ་ཟིན་པ་དང་། ནད་པ་གཅིག་གིས་ཕྱིར་འཐེན་ཞུས།

༢.༩། སྡེ་ཚན་འདིས་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་དང་། དབུས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས། དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་བཅས་ཀྱི་རྗེས་འབྲས་དང་འབྲེལ་བའི་ཞུ་སྒོ་ཁག་སྐབས་འཕྲལ་སྒྲུབ་ཐུས།

༢.༡༠། སྨྱུས་ཚད་སྣང་འཛིན་སྡེ་ཚན་ནས་སྨན་དང་། གསོ་རིག་ཐོན་རྫས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱམ་ཚད་དང་། སྨན་རྒྱུའི་སྨྱུས་ཚད་སོགས་ཚན་རིག་ལམ་ནས་བརྟག་དཔྱད་དང་། ཡུལ་གྲུ་གཞན་དུ་སྨན་དང་ཐོན་རྫས་གཏོང་རྒྱུར་དགོས་ངེས་ཡིག་ཆ་བཟོ་རྒྱུ། ཕྱོགས་མཐའི་ཡན་ལག་ཁག་ནས་སྨན་དང་ཐོན་རྫས་ཡུན་རིང་ལུས་པའི་རིགས་ལ་འབང་ཐན་ཐུས་ཉམས་ཆག་དང་དུལ་སྐྱོན་ཡོད་མེད་བརྟག་ཞིབ་ཞུ་ཐུས།

༣། **བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་།**

༣.༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༣ ཉིན་བདེ་སྨན་གྱི་འཁྱུར་འཁྱག་རྐང་བཞེས་ཐོག་ཨ་རི་ (Johns Hopkins) གཙུག་ལག་སློབ་ཆེན་གྱི་ཏི་བི་ཉམས་ཞིབ་ཚན་པའི་རོགས་དཔུལ་དང་ཁྲིད་ལམ་པའི་མཐུན་འགྱུར་དང་། ཨ་རིར་བདེ་སྨན་གྱི་གྲོགས་པོ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཙོ་ (Dr. Zorba Paster) ལགས་དང་ (Wisconsin) གཙུག་ལག་སློབ་ཆེན་གཉིས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་འོག་ (Zero TB in Tibetan Kids) བྱིས་པའི་ཁྲོད་ཏི་བི་ཀླད་ཀོར་ཞེས་དམིགས་བསལ་ལས་འཆར་ཞིག་གི་དབུ་འབྱེད་དང་སྦྲགས་བགྲོ་གླེང་ཚོགས་འདུ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༣.༢། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༩ ནང་ (Kaiser) ནས་བཅའ་སྤྱོད་སྨན་པ་ (Spencer Christensen) འདི་གར་ཕེབས་འཁོར་གྱིས་ཟླ་བ་གཅིག་ཙམ་བཞུགས་རྒྱུན་རིང་འདི་གའི་སྨན་པ་གཙོ་གྲུར་གྱིས་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་ཁག་གི་ལས་བྱེད་རྣམས་དང་ལྷན་དུ་སྨན་ཁང་གི་ཉིན་རེའི་བྱ་གཞག་དང་། ལྷག་པར་འདི་ནས་ནད་པར་བྱམས་སྙིང་རྗེ་དང་སྨན་བཅོས་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་བལྟ་སྐྱོང་བྱེད་ཚུལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་བྱེད་སྒོར་དངོས་སུ་ཞུགས་པས་ཁོ་པར་སེམས་འགུལ་ཆེན་པོ་ཐེབས་སྐོར་གྱི་སྦྱོང་ཚོར་མཆན་འགྲེལ་གནང་ཡོད།

༣.༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༢༣ ཉིན་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་དབུ་བརྙེས་པའི་མཛད་སྒོའི་ཐོག་༧སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་བཀའ་ཅི་ཕེབས་དོན་སྙིང་བཅང་ཐོག་འདི་ནས་ཁོང་གི་དགོངས་གཞིའི་ཆ་ཤས་ཙམ་ཞིག་བསྒྲུབ་སླད་ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་དང་འབྲེལ་བའི་རིས་མེད་ཆོས་སྡེ་ཁག་གི་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་རྣམ་པའི་གཟུགས་གཞི་བརྟག་དཔྱད་འཐུས་གཙང་ཞུ་རྒྱུའི་ལས་འཆར་འོག་སྤྱི་ཁྱབ་སྨན་པ་ས་འདུ་ཚང་ཚེ་བརྟན་རྡོ་རྗེ་ལགས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༤ ནས་འགོ་འཛུགས་ཀྱིས་ལྷོ་ཕྱོགས་མོན་སྒོ་དང་། ཧོན་སུར། སྦེལ་ཀོབ་གཞིས་ཁག་གཉིས་

ནང་དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་གྲངས་ ༡༩ དང་། གཞིས་སྐར་ཧ་སར་དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་དང་བཙུན་མགོན་གྲངས་ ༥ ལ་ལས་གཞི་དེ་ལག་བསྟར་ཞུས།

༣.༩། སྲི་ཁྲབ་སྨན་པ་ས་འདུ་ཚང་ཆེ་བརྟན་རྡོ་རྗེ་ལགས་ནི་༧གོང་ས་མཆོག་གི་༧སྐུའི་འཁྲོད་བཞེས་ཀྱི་འཁྲུར་འགན་གཙོ་བོ་བཞེས་གནང་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་སྟབས། རྒྱ་གར་གཙོ་གྲུར་གྱིས་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་གི་གྲགས་ཅན་སྨན་པར་འབྲེལ་མ་ཐུད་གང་ལེགས་ཡོད་པས་དེང་དུས་ཚན་རིག་གི་འཕྲུལ་ཆས་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་ནས་དུས་སུ་༧སྐུ་ཁམས་བརྟག་དཔྱད་ཞུ་དགོས་མཚོན་པའི་༧གོང་ས་མཆོག་ལ་དྭགས་སོགས་རྒྱ་གར་ནང་ཁུལ་བོད་མིའི་འདུ་སྡོད་ཁག་ནང་ཆིབས་བསྒྱུར་བཀའ་དྲིན་བསྐྱངས་སྐབས་ཆིབས་ཞབས་སུ་བཅར་དགོས་བྱུང་ལ་ལྷན་བཅར་གྱིས་༧ བླ་སྨན་ཞབས་ཞུ་འཐུས་གཙང་སྒྲུབ་ཐུས།

༣.༥། དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་གི་མཆོད་ཆབ་ནང་ནད་འབུ་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་འགན་འཁུར་ཆ་ཚང་བླངས་ཏེ་ཟླ་བ་གཉིས་སམ་གསུམ་རེའི་མཚམས་ཕོ་བྲང་གི་ཆབ་མཛོད་ཨ་མ་ནས་ཆབ་ཤེལ་དམ་གཉིས་རེ་བླངས་ཏེ་ཧ་ཤོད་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ཚུའི་ལས་ཁུངས་སུ་ནད་འབུ་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དུ་བསྐྱེལ་བ་མ་ཟད། ཕོ་བྲང་གི་འབྲེལ་ཡོད་མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་མཁྱེན་རྟོགས་སླད་བརྟག་དཔྱད་བགྱིས་པའི་སྙན་ཐོའི་ངོ་བཤུས་འབུལ་ལམ་ཞུ་ཐུས།

༣.༦། ལྷ་རྒྱལ་རི་ཀྲུས་གསོ་ཁང་དུ་ཡོད་པའི་ཀྲུས་འཁོགས་རྣམས་ཀྱི་འཁྲོད་བསྟེན་བལྟ་སྐྱོང་སླད་འདི་གའི་སྨན་པ་རྣམས་རེས་འཁོར་གྱིས་རེས་གཟའ་མིག་དམར་ཏག་ཅར་སྐོར་བསྐྱོད་ཞབས་ཞུ་དང་། ཆབས་ཅིག་དགོས་ངེས་སྨན་རྣམས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ཐམ་པ་ཆག་ཡང་གིས་མ་ཐུབ་འགྲུར་ཞུ་ཐུས་བཅས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་སུ་འཁྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢༧ ལ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་ཙཱརྻ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པའི་ཁ་པ། སྲི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་འཁྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྟན་ཐོ་སྟན་སྒྲོན། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༢ པ། ཕྱི་ཚེས་ ༢༩ ལས་རིམ་ཁོངས་སུ་ཡོད་པ་རེད། སྟན་སྒྲོན་གནང་མཁན། སྲི་འཐུས་འཇུ་ཆེན་དཀོན་མཆོག་ཆོས་སྒྲོན་ལགས།

སྲི་འཐུས་འཇུ་ཆེན་དཀོན་མཆོག་ཆོས་སྒྲོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༢ པ།

༄༅། །བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧~༢༠༡༨ ལོའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒྲིམས་རྒྱས་པ་
ཤོག་གྲངས་ ༩༨ ཡོད་པར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་
བལྟ་ཞིབ་ཞུས་པའི་སྐྱན་ཐོ།

༡། ལས་བསྒྲིམས་ཤོག་གྲངས། ༡༡ ནང་། **༢། འདི་ག་ལས་ཁུངས་ནས་ན་གཞོན་བདག་མེད་ལས་མེད་རྣམས་ལ་བཙོས་ཐབས་ཁང་དུ་སློབ་བཙོས་ཆེད་བསྐྱོད་རྒྱུའི་འགྲོ་གྲོན་རོགས་རམ་ཆ་ཚང་དང་། ནད་པར་འབྲེལ་ཆགས་ནང་མི་དང་། ཚོགས་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ནས་ཡོང་ཁུངས་ཡོད་མཁན་ཁག་ཅིག་ལ་བཙོས་ཐབས་ཁང་དུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་འགྲོ་གྲོན་ཕྱུང་མཐར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ རོགས་སྐྱོར་ཞུ་ཐུབ་པ་བྱུང་།** ཞེས་གསལ་ཐད། ལོ་གཅིག་ནང་ན་གཞོན་བདག་མེད་ལས་མེད་རྣམས་ལ་སློབ་བཙོས་ཆེད་རོགས་རམ་ཆ་ཚང་ཞུས་ཐུབ་པ་གྲངས་ག་ཚོད་བྱུང་ཡོད་མེད་དང་ད་ཆ་ཁོང་ཚོའི་གནས་སྟངས་ཇི་ཆགས། བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ རོགས་སྐྱོར་ཞུས་ཐུབ་པ་འབྲེལ་ཆགས་ནང་མི་ག་ཚོད་ཡོད་པ་དང་ཚོགས་སྡེ་སོགས་ནང་སུ་དང་སུ་ཡོད་མེད་གསལ་བཤད་དགོས་གལ།

༢། ལས་བསྒྲིམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༤ ནང་། **༡། འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཕྱོགས་བསྡུའི་ལས་གཞི་འདི་བརྒྱུད་མང་ཚོགས་ནང་སྲིད་བཏང་གི་ནད་རིགས་དང་། འགོས་ནད། ནད་ཡམས་ཁྱབ་གདལ། ནད་རིགས་རྣམ་གྲངས། ནད་གཞི་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་སྟངས། ནད་པའི་གྲངས་ཐོ་བཅས་མདོར་ན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གནས་སྟངས་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་རྒྱུའི་ཆེད་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོའི་ནང་འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ ༢༩ ནང་ཀམ་པུ་ཊར་ཐོག་ཐད་བཙུག་ཡང་ན་ཤོག་སྟེང་ཐོ་གཞུང་བརྒྱུད་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་ཐུབ་པ་བྱུང་།** ཞེས་གསལ་ཐད། འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་ཐུབ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གནས་སྟངས་ཤེས་རྟོགས་ཇི་ཙམ་ཡོང་མིན་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།

༣། ལས་བསྒྲིམས་ཤོག་གྲངས་ ༣༡ ནང་། **༢། ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་གི་ལས་གཞི་གལ་ཆེར་རྩིས་ནས་གཞོན་སྐྱེས་ཚོའི་ཆེད་དུ་རྩེད་ཐང་གསར་རྒྱག་དང་ཉམས་གསོའི་ལས་གཞི་མང་དག་ཅིག་སྤེལ་ཡོད་པ་མ་ཟད་ལོ་ན་གཞོན་འབྲིང་གསུམ་ཚང་མས་བེད་སྤྱོད་ཐུབ་པའི་ཁང་པའི་ཕྱི་ལོགས་སུ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་ཀྱི་ལས་གཞི་འགོ་བཙུགས་ཐོག་མོན་སྒོ་གཞིས་ཆགས་སུ་ཐོག་མར་འགོ་འཛུགས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་ལ་མ་འོངས་པར་རིམ་བཞིན་རང་རེའི་ཁྱབ་ཁོངས་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ལ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་ཐུབ་ཐབས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།** ཞེས་གསལ་ཐད། མ་འོངས་པར་རིམ་བཞིན་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ལ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་ཐུབ་ཐབས་བྱེད་པ་ལས་ད་ལྟ་ཡོད་བཞིན་པ་མོན་སྒོར་གནས་སུ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་དེ་མི་མང་ནས་བེད་སྤྱོད་ཚད་ལྡན་གཏོང་མིན་ཞིབ་འཇུག་གནང་རྒྱུ་བྱུང་ཡོད་དམ་མེད།

༤། ལས་བསྒྲིམས་ཤོག་གྲངས་ ༣༢ ནང་། **༡། སྨན་བཙོས་ཞབས་ཞུ་བཟང་ཤོས་དགེ་སྟོན་ལས་འཆར། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༡ ནས་ཚེས་ ༢༢ བར་ཧ་ས་དབུས་སྣེ་ལེན་འབྲེལ་མཐུད་ཁང་དུ་ཁྲིད་ལས་མི་སྣ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་སྨན་**

བཅོས་ཞབས་ཞུ་བཟང་ཤོས་ཀྱི་དཔེ་སྟོན་ལས་འཆར་ནང་ཡོད་པའི་དཔེ་སྟོན་སྨན་ཁང་ཁག་དྲུག་གི་སྨན་ཁང་འགན་འཛིན་དང་སྨན་ཞབས་བཅས་མི་གྲངས་ ༡༡ ལ་གོང་གསལ་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཐུབ་པ་བྱུང་། ཞེས་འཁོད་འདུག་པར། དཔེ་སྟོན་སྨན་ཁང་ཁག་དྲུག་དེ་དག་རྣམས་གང་དང་གང་ཡིན་མིན་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།

༥། ལས་བསྐོམས་ཤོག་གྲངས་ ༣༣ ནང་། ༧། **དཔལ་ལྡན་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་གི་ཡིག་ཚང་གི་སྐུ་སྲུང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༡ ལ་སྨན་བཅོས་ཆེད་ཧིན་སྒོར་ ༡༩,༢༥༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུ་ཐུབ་པ་བྱུང་།** ཞེས་གསལ་ཐད། སྨན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ཞུ་ཡུལ་སྐུ་སྲུང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༡ རྣམས་ལ་ཆ་རྐྱེན་གང་གི་ཐོག་ནས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་བཅས། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་ཙཱར་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པའི་ག་བ། གོང་གསལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྐོམས་སྙིང་བསྡུས་དང་། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྐོམས་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྐབས་ཐོ་བཅས་སྐབས་སྒྲོན་ཟིན་པར་བགྲོ་གླེང་དགོས་པའི་གྲོས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༣ པ། ཕྱི་ཚེས་ ༢༩ ལས་རིམ་ཁོངས་སུ་ཡོད། གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན། སྤྱི་འཐུས་བསྟན་པ་ཡར་འཕེལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་པ་ཡར་འཕེལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༣ པ།

གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་འཆར།

༄༅། །འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧-༡༨ ལོའི་ལས་བསྐོམས་སྙིང་བསྡུས་དང་། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧-༡༨ ལོའི་ལས་བསྐོམས་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྐབས་ཐོ་བཅས་སྐབས་སྒྲོན་ཟིན་པའི་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་བགྲོ་གླེང་དགོས་པའི་གྲོས་འཆར་དུ། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༧ ལ།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་ཙཱར་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

གྲོས་འཆར་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སློབ་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༣ པར་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་ཙཱརྱ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

གྲོས་འཆར་འདི་ཚུད་པ་ལ་དགག་བྱ་ཡོད་དམ་མེད། དགག་བྱ་མེད་ཙང་གྲོས་འཆར་དེ་ཚུད་པ་ཡིན། ང་པ། གོང་གསལ་སྐབ་བོ་ནང་གསལ་བའི་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་དྲི་བ་ཁག་ལ་བཀའ་ལག་གི་ལན་འདེབས། ཅ་པ། དཔལ་ལྡན་འཛིན་བསྐྱེན་བཀའ་བློན་མཆོག་ནས་བཀའ་ལན་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དཔལ་ལྡན་འཛིན་བསྐྱེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཛིན་བསྐྱེན་ལས་ཁུངས་དང་ཁྲུབ་ཁོངས་ཁག་ཅིག་གི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་དྲི་བ་རེ་རེ་བཞིན་ལན་ཞུ་རྒྱུ།

༄༅། །ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡ ནས་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ བར་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་འཛིན་བསྐྱེན་ལས་ཁུངས་དང་ཁྲུབ་ཁོངས་བཅས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ནས་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་དྲི་བ་ ༥ ཐེབས་པར་ལན་འདེབས་གཞུམ་གསལ།

དྲི་བ།

༡། ལས་བསྒོམས་ཤོག་གྲངས། ༡༡ ནང་། ༢། འདི་ག་ལས་ཁུངས་ནས་ན་གཞོན་བདག་མེད་ལས་མེད་རྣམས་བཙོས་ཐབས་ཁང་དུ་སྨན་བཅོས་ཆེད་བསྐྱོད་རྒྱུའི་འགྲོ་གྲོན་རོགས་རམ་ཆ་ཚང་དང་། ནད་པར་འབྲེལ་ཆགས་ནང་མི་དང་། ཚོགས་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ནས་ཡོང་ཁུངས་ཡོད་མཁན་ཁག་ཅིག་ལ་བཅོས་ཐབས་ཁང་དུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་འགྲོ་གྲོན་ཅུང་མཐར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ རོགས་སྐྱོར་ཞུ་ཐུབ་པ་བྱུང་། ཞེས་གསལ་ཐད། **ལོ་གཅིག་ནང་ན་གཞོན་བདག་མེད་ལས་མེད་རྣམས་ལ་སྨན་བཅོས་ཆེད་རོགས་རམ་ཆ་ཚང་ཞུ་ཐུབ་པ་གྲངས་ག་ཚོད་བྱུང་ཡོད་མེད་དང་ད་ཆ་ཁོང་ཚོའི་གནས་སྟངས་ཇི་ཆགས། བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ རོགས་སྐྱོར་ཞུས་ཐུབ་པས་འབྲེལ་ཆགས་ནང་མི་ཇི་ཡོད་དང་ཚོགས་སྡེ་སོགས་ནང་སུ་དང་སུ་ཡོད་མེད་གསལ་བཤད་དགོས་གལ།**

ལན།

ལོ་གཅིག་ནང་ན་གཞོན་བདག་མེད་ལས་མེད་རྣམས་ལ་སྨན་བཅོས་ཆེད་རོགས་རམ་ཆ་ཚང་ཞུ་ཐུབ་པ་གྲངས་ ༤ བྱུང་ཡོད་པ་དང་། ད་ཆ་ཁོང་ཚོའི་གནས་སྟངས་ཞུ་རྒྱུར་གོང་ཞུས་གྲངས་ ༤ ནས་ནད་པ་ ༡ སྨ་མཐུད་སྨན་བཅོས་ཞུ་བཞིན་པ་དང་། ནད་པ་ ༢ ནས་སྨན་བཅོས་དུས་ཡུན་མ་ཚང་གོང་། དོ་བདག་ནས་སྨན་བཅོས་མཚམས་འཇོག་བྱས་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་བྱིངས་རྣམས་དྲག་སྐྱིད་བྱུང་ཡོད། ཅུང་མཐར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ རོགས་རམ་ཞུས་པའི་ནད་པ་གྲངས་ ༡༠ བྱུང་ཡོད་པའི་

ཁོངས་འབྲེལ་ཚགས་ནང་མི་ ༥ དང་། ཚོགས་སྡེ་གཉིས་ཏེ་གོ་སྡལ་སྨུར་བོད་ཁྱིམ་དང་ནོར་གླིང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྐྱོང་ཁང་ནས་ཡིན་ཞུ།

དྲི་བ།

༢། ལས་བསྐོམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༦ ནང་། ༡། འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཕྱོགས་བསྡུའི་ལས་གཞི་འདི་བརྒྱུད་མང་ཚོགས་ནང་སྤྱིར་བཏང་གི་ནད་རིགས་དང་། འགོས་ནད། ནད་ཡམས་ཁྱབ་གདལ། ནད་རིགས་རྣམ་གྲངས། ནད་གཞི་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་སྟངས། ནད་པའི་གྲངས་ཐོ་བཅས་མདོར་ན་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གནས་སྟངས་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོའི་ནང་འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ ༢༤ ནས་ཀམ་པུ་ཊར་ཐོག་ཐད་བཙུག་ཡང་ན་ཤོག་སྟེང་ཐོ་གཞུང་བརྒྱུད་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་ཐུབ་པ་བྱུང་། ཞེས་གསལ་ཐད། **འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་ཐུབ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གནས་སྟངས་ཤེས་རྟོགས་ཇི་ཙམ་ཡོང་མིན་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།**

ལན།

འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་ཐུབ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ཁྱབ་གདལ་ཆེ་བའི་ནད་རིགས་ཁག་གང་ཙམ་ཤེས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་ཡང་ལས་གཞི་འདིའི་བརྒྱུད་མང་ཚོགས་ནང་སྤྱིར་བཏང་གི་ནད་རིགས་དང་། འགོས་ནད། ནད་ཡམས་ཁྱབ་གདལ། ནད་རིགས་རྣམ་གྲངས། ནད་གཞི་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་སྟངས། ནད་པའི་གྲངས་ཐོ་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གནས་སྟངས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་གཤམ་གསལ།

ཨང་།	ནད་རིགས།	སྨན་གཏུགས་གྲངས།
༡	བོད་ཐུག་གསར་སྐྱེས།	༤༠༡
༢	འདུས་གྲོངས།	༡༩༢
༣	དབུགས་འབྱིན་རྫུབ་ཀྱི་མ་ལག་ཐོད་མར་གཉེན་ཁ། Upper Respiratory Tract Infection	༧༧༥༠
༤	ཤ་རྒྱུས་དང་རུས་པའི་ནད།	༤༢༥༩
༥	པགས་ནད།	༢༧༠༥
༦	འཇུ་བྱེད་ནད་དང་ཕོ་བའི་ནད།	༡༦༩༤
༧	ཁྲག་ཤེད་མཐོ་བ།	༧༥༥༧

༨	མིག་ནད།	༡༨༠༨
༩	སྨྲུམ་མར་ཞབས་ཞུ།	༢༨༡

དྲི་བ།

༣། ལས་བསྒོམས་ཤོག་གྲངས་ ༣༡ ནང་། ༤། ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་གི་ལས་གཞི་གལ་ཆེར་རྩིས་ནས་གཞོན་སྐྱེས་ཚོའི་ཆེད་རྩེད་ཐང་གསར་རྒྱག་དང་ཉམས་གསོའི་ལས་གཞི་མང་དག་ཅིག་སྤེལ་ཡོད་པ་མ་ཟད་ལོ་ན་གཞོན་འབྲིང་གསུམ་ཚང་མས་བེད་སྤྱོད་ཐུབ་པའི་ཁང་པའི་ཕྱི་ལོགས་སུ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་ཀྱི་ལས་གཞི་འགོ་བཙུགས་ཐོག་མོན་སྟོ་གཞིས་ཆགས་སུ་ཐོག་མར་འགོ་འཛུགས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་ལ་མ་འོངས་པར་རིམ་བཞིན་རང་རེའི་ཁྲུབ་ཁོངས་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ལ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་ཐུབ་ཐབས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་གསལ་ཐད། **མ་འོངས་པར་རིམ་བཞིན་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ལ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་ཐུབ་ཐབས་བྱེད་པ་ལས་ད་ལྟ་ཡོད་བཞིན་པ་མོན་སྟོ་ས་གནས་སུ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་བཅའ་འཛུགས་དེ་མི་མང་ནས་བེད་སྤྱོད་ཚད་ལྡན་གཏོང་མིན་ཞིབ་འཇུག་གནང་རྒྱུ་བྱུང་ཡོད་དམ་མེད།**

ལན།

ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་མོན་སྟོ་ས་གནས་སུ་བཅའ་འཛུགས་རྗེས་འདི་ལས་ནས་ས་གནས་སུ་ཐེངས་གཉིས་ཕྱོགས་བསྐྱོད་ཞིབ་འཇུག་ཞུས་འབྲས་སུ་མི་མང་ནས་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་དེ་དག་བེད་སྤྱོད་ཚད་ལྡན་གཏོང་ཐུས་ཁར་དགའ་མོས་ཡང་གནང་བཞིན་འདུག་པར་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད་པར་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

དྲི་བ།

༥། སྨན་བཅོས་ཞབས་ཞུ་བཟང་ཤོས་ཀྱི་དགེ་སྐྱོན་ལས་འཆར། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༡ ནས་ཚེས་ ༢༣ བར་ཧ་ས་དབུས་སྡེ་ལེན་འབྲེལ་མ་ཐུད་ཁང་དུ་ཁྲུད་ལས་མི་སྣ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་སྨན་བཅོས་ཞབས་ཞུ་བཟང་ཤོས་ཀྱི་དགེ་སྐྱོན་ལས་འཆར་ནང་ཡོད་པའི་དགེ་སྐྱོན་སྨན་ཁང་ཁག་དྲུག་གི་སྨན་ཁང་འགན་འཛིན་དང་སྨན་ཞབས་བཅས་མི་གྲངས་ ༡༡ ལ་གོང་གསལ་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཐུབ་པ་བྱུང་། ཞེས་གསལ་ཐད། **འདི་གའི་ལས་བསྒོམས་ཤོག་གྲངས་ ༣༢ ནང་། ༡། འདྲི་བར། དགེ་སྐྱོན་སྨན་ཁང་ཁག་དྲུག་དེ་དག་རྣམས་གང་དང་གང་ཡིན་མིན་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།**

ལན།

དགེ་སྐྱོན་སྨན་ཁང་ཁག་དྲུག་ནི་མོན་སྟོ་སྨན་ཁང་དང་། སྤེལ་ཀོབ་འཚོ་བྱེད་སྨན་ཁང་། མན་སྤུར་སྨན་ཁང་། ལྡེ་ལི་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་། ཏི་ཛུ་སྨན་ཁང་། ས་ཏོན་སྨན་ཁང་བཅས་ཡིན།

དྲི་བ།

༥། ལས་བསྒོམས་ཤོག་གྲངས་ ༣༣ ནང་། ༩། དཔལ་ལྡན་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་ཡིག་ཚང་གི་སྐུ་སྲུང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༡ ལ་ སྨན་བཅོས་ཆེད་ཏིན་སྒོར་ ༡༩༧༥༠་༠༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུ་ཐུབ་པ་བྱུང་། ཞེས་གསལ་བ། **སྨན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ཞུ་ཡུལ་སྐུ་སྲུང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༡ རྣམས་ལ་ཆ་རྐྱེན་གང་གི་ཐོག་ནས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས་པ་ཡིན་ནམ།**

ལན།

སྨན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ཞུ་ཡུལ་སྐུ་སྲུང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༡ རྣམས་ལ་འབྲེལ་ཡོད་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱབ་གཉེར་གནང་བའི་ཆ་རྐྱེན་ཐོག་ནས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས་ཡོད། བཅས་ཀྱི་ལན་འདེབས་སུ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༢༧ ལ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་ཙཱརྱ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

བགྲོ་གླེང་གི་གོ་སྐབས་ཆ་བའི་ ༦།༣༠ བར་མ་གཏོགས་ང་ཚོའི་ད་ལྟ་ཡང་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོ་སྐབས་འབྱུལ་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག དེ་བྱེད་དུས་ད་ལྟ་སྐར་མ་བཅུ་བཅོ་ལྔ་ཞིག་མ་གཏོགས་ལྷག་མི་འདུག དེར་བརྟེན་ད་ལྟ་ཐུག་བརྒྱངས་ཚར་བ་གཉིས་མ་གཏོགས་བཞེས་མེད། དེ་རྗེས་ལ་སང་ཉིན་མཚན་གཞུང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་གཉིས་འདི་ལ་མ་གཏོགས་གོ་སྐབས་འབྱུལ་གྱི་མིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། མཚན་གཞུང་སང་ཉིན་ཐུག་བརྒྱུད་རོགས་གནང་། ད་རེས་གཉིས་ལ་མ་གཏོགས་གོ་སྐབས་ཕུལ་རྒྱུ་མིན། ཐུག་རྒྱོང་མཁན་དང་པོ་དེ། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་སྐོར་ནས་ལས་འཆར་མང་པོ་ཞིག་སྟོན་ལ་འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་བཏང་། དེ་བཞིན་དམིགས་བསལ་གྱི་ཨ་རི་གཞུང་གིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་རོགས་རམ་མང་པོ་ཞིག་གནང་ཡོད་པར་ལག་ལེན་བསྟར་མཁན་དང་རོགས་རམ་གནང་མཁན་ཚང་མར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་མར་ཁ་ཐུག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དང་པོ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐོར་འདི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ལ་དེབ་སྐྱེལ་བྱ་རྒྱུ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་དེང་སང་དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྡན་ཚོགས་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས། དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་སྨན་རྩིས་ཁང་ལ་སོགས་པས་ད་ལྟ་བར་དུ་ཐུགས་འགན་བཞེས་ཡོད་ཀྱི་རེད། ད་དུང་ཡང་ཐུགས་འགན་ཆེ་ཙམ་བཞེས་ནས་དངོས་གནས་ང་ཚོའི་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་རང་གི་ཐོག་ནས་གསོ་བ་རིག་པ་འདི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ལ་བསྐྱལ་ཐུབ་སོང་ཟེར་རྒྱུ་ཞིག་བྱུང་ན་ཡག་པོ་ཡོང་ས་རེད་ཙེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་སྨན་བཅོས་ལྷ་སྐྱོང་གི་སྐོར་ལ་ཡིན། སྨན་བཅོས་ལྷ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞི་འདིའི་ནང་ལ་ལོ་ ༦ བྲིས་འདུག ལོ་ ༦ བར་དུ་ཉམས་མྱོང་བསགས་པ་ཡིན་ན། ད་དུང་ཡང་མུ་མཐུད་ནས་འདི་འགྲོ་ཐུབ་རྒྱུ་ཞིག་དང་འགྲོ་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ཡོད་མེད་དེའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་ཞིབ་གནང་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཙེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ནམ་རྒྱུན་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་

ཚ་དང་གློག་བེད་སྤྱོད་མཉམ་དུ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ངས་འདིར་ཞུ་དགོས་རྒྱུ་གཙོ་བོ་དེ། ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་ཁྱད་ལས་པ་ཞེས་པ་འདི་བེད་སྤྱོད་ཏ་ཙང་མང་པོ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ལས་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཁྱད་ལས་མི་སྣ་དང་དེ་ཚོ་ང་ཚོས་གསོ་སྐྱོང་བྱས་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ལ་འགྲུར་བ་ག་ཚོད་གཏོང་གི་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་ཏེ། ཡིན་ནའང་གངས་ཅན་སྐྱིད་གཤོངས་ལ་ཆུ་གཏོང་མཁན་དང་གློག་བཟོ་མཁན་གྱི་ལས་བྱེད་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། དེ་གཉིས་ཏ་ཙང་གི་ཕན་ཐོགས་པོ་དང་། དེ་གཉིས་མེད་ན་མེད་ཐབས་མེད་པ་དམིགས་བསལ་ཆུའི་ལས་བྱེད་པ་དེར་ཆ་བཞག་ན། དེ་རིང་མེད་ན་སང་ཉིན་ནས་ཆུ་ཆད་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། འབྲེལ་ཡོད་རྒྱུ་གར་བ་དེ་ཚོར་ཁ་པར་ག་ཚོད་བཏང་ཡང་མ་རག་པ་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཡོད་དུས། ཁོང་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ནམ་རྒྱུན་ང་ཚོས་མཐོ་སར་མ་གཏོགས་དམའ་སར་དེ་ཙམ་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད།

དེ་ནས་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་སྐོར་ལ་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་ཟུར་དམ་པ་ཞིང་གཤེགས་ཊ་ཕུ་ཚེ་དབང་རིན་ཆེན་ནས་བཟུང་སྟེ་ད་ལྟ་བར་དུ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་འགན་ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྨན་ཁང་གི་དམིགས་ཡུལ་དང་མཐུན་པའི་ཕྱག་ལས་གནང་ཡོད་པ་དེ་ཚོར་མ་འཕྲིག་མ་འཐུས་པ་གང་ཡང་ཞུ་རྒྱུ་མེད། ཡིན་ནའང་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ཡོད། དེ་ཡང་མ་ཤེས་པར་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་མ་གཏོགས་ཤེས་བཞིན་དུ་དེར་ལན་འདི་འདྲ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ས་མཚམས་བཞག་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཙ་བ་ཉིད་ནས་མིན། དེར་བརྟེན་ང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཡིན་ན་བོད་མིའི་དང་བླང་འཕྲོད་བསྟེན་ཚོགས་པ་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་གྱི་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ཡང་དང་བླང་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་དེབ་སྐྲིལ་སོགས་བྱས་ཡོད་ཀྱི་རེད་དྲན་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཡོད་ན་དབང་ཚད་ག་ཚོད་ཡོད་པ་རེད། ཐག་གཅོད་ག་ཚོད་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད། ཕ་གིར་བཀའ་བསྡུར་གནང་བ་དེ་ཚོར་གང་འདྲ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེང་སང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་སྨན་པ་རྣམ་པའི་ལས་ཤག་དང་དེ་འདྲ་ཡོད་སའི་ཟུར་ལ་རྒྱལ་སྤྱིའི་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་མི་མང་ལས་འགུལ་ཁང་ཞེས་པ་ཞིག་སྦྱར་འདུག ལམ་ཟུར་དེ་ནས་མཐོང་རྒྱུ་འདུག དེར་བརྟེན་དུས་དུས་ལ་བཀའ་ཤག་གིས་ཡང་ནན་བསྐྱར་ནན་ཞུས་པར་བརྟེན་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་བདག་དབང་བཀའ་ཤག་ལ་ཡོད་ལབ་དུས། དབུ་མའི་ལམ་གྱི་མི་མང་ལས་འགུལ་ཁང་ཞེས་པ་དེ་ཕལ་ཆེར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཚན་ལྟ་བུ་གཅིག་བཟོས་མེད་དམ་བསམ་བསམ་གྱི་ཚོར་སྣང་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག དོན་དག་ངོ་མ་དེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་མི་མང་ལས་འགུལ་ཁང་ཞེས་པ་དེ་ཕ་གིར་ཡོད་པ་དེར་ནམ་རྒྱུན་ནས་ཟེར་བ་ལྟར་ས་ཆའི་བདག་དབང་ག་ཚོད་ཡོད་པ་རེད། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ནས་ཚུར་བརྩིས་པའི་ས་ཆ་ག་ཚོད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད་པ་རེད། ཁང་མིག་ག་ཚོད་གཅིག་ལ་ཡོད་པ་རེད། ཡང་ན་ཏེ་བི་ནད་ཁང་ནས་བཟུང་སྟེ་ཚང་མ་དེའི་རེད་དམ་གང་འདྲ་རེད། མི་རྒྱུས་མེད་པ་ཞིག་གིས་དེ་ཆ་ཚང་རྒྱལ་སྤྱིའི་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་མི་མང་ལས་འགུལ་ཁང་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ས་རེད་བསམ་པ་དང་། དེའི་སྐད་ལ་མིང་རྒྱལ་སྤྱི་ཞེས་པ་དེ་བཏགས་ཡོད་དུས་ཏ་ལས་པའི་རྫིག་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག དེ་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཁང་པ་གཅིག ཡང་མིན་ན་ཁང་ཀླ་ཞིག་བཏང་ཡོད་པ་ཡིན་ན། གཙོ་བོ་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཁང་པ་དེ་ག་རེའི་ཆེད་དུ་བརྒྱབ་པ་རེད་དམ། ཆབ་སྲིད་ལ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་བརྒྱབས་པ་རེད་དམ། ཡང་ན། དང་བླང་འཕྲོད་བསྟེན་ཚོགས་པའི་ཆེད་དུ་བརྒྱབ་པ་རེད། ཁང་པ་དེ་དམིགས་ཡུལ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། བོད་

རང་བཙན་སློབ་ཕྲུག་ཚོགས་པ་ཡོང་ནས་དེ་ནས་ཁང་པ་གཅིག་དགོས་ཟེར་ན་གཡར་རྒྱུ་རེད་དམ་མ་རེད། རྒྱུ་མཚན་གང་ཡིན་ཟེར་དུས་འབྲེལ་ཡོད་དེ་ཚོ་དབུ་མའི་ལམ་ལ་ངེས་ཤེས་དང་དད་པ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ཏེ་གཡར་བ་ཞིག་རེད་དམ་གང་རེད། དེ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་དབུ་བཞུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐག་བཅད་པ་རེད་དམ་ཡང་ན་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ངོས་ལེན་གནང་བ་རེད་དམ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་དང་མཉམ་དུ་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གི་མིང་འབོད་ཚོག་པ་ཞུ། འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་གསལ་བསྒྲགས་བྱས་པའི་མིང་ངོ་མ་དེ་མ་རེད། སྤྱི་འཐུས་སྐྱེར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལས་ཤོག་སྐྲང་ལ་བྲིས་པའི་མིང་དེ་རེད། རང་མིང་རང་གིས་བཏགས་པའི་མིང་འདི་རེད། ཤར་ཕྱོགས་ཁུལ་ཧ་ཟེར་མཁན་དེ་རེད། ཤར་ཕྱོགས་ཁུལ་ཧར་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ནས་ཁང་པ་གཅིག་གཡར་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གོ་རྒྱུ་འདུག གོ་བས་མ་ཚད་ཁང་པ་དེའི་འགྲོ་སོང་དེ་ད་ལྟ་མང་ཚོགས་རྩིས་ཁྲའི་ཚོགས་ཚུང་ནང་ཡོད་དུས་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནས་སྒོར་ཁྲི་ ༡ སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་བྱུང་འཛིན་དེ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ནས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སོ་སོ་སྐྱེར་གྱི་དགོས་འདུན་ལ་སྒོར་ ༡༣༠༠༠ བཏོན་པ་རེད། ཡིན་ནའང་མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་ལ་དེ་བྱས་པ་རེད་ཅེས་དེ་འདྲ་གཅིག་གོ་རྒྱུ་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྔོན་མ་དཔལ་ལྡན་བདེ་སྲུང་བཀའ་བློན་ཟུར་པ་ཞིག་ལ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ནས་ཁང་པ་གཅིག་གླ་གཡར་བཏང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གང་འདྲ་ཡིན་ནའང་གཅིག་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེར་ན་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགོ་ལས་དང་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྣན་ཞུ་བརྒྱབས་ནས་མཐའ་མ་དེར་གཡར་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་སྤྱི་འཐུས་དེ་ལ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་གཡར་བ་རེད་དམ། འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ནང་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེར་བརྟེན་གང་འདྲ་བྱས་ནས་གཡར་བ་རེད། སྣན་ཞུ་བརྒྱབས་ནས་གཡར་བ་རེད་དམ་སྐྲུག་ཐོའི་བང་རིམ་ལ་བལྟས་ནས་གཡར་བ་རེད། ཡང་མིན་ན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་དང་གྲོགས་པོ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གཡར་བ་རེད་དམ་ག་རེ་རེད། དེ་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གལ་སྲིད་སང་ཉིན་དེའི་སྤྱི་འཐུས་དེ་མང་ཚོགས་ཀྱི་རྩིས་ཁྲའི་ཚོགས་ཚུང་ནང་ལ་མེད་ན། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གིས་ད་དུང་ཟླ་མཐུད་ནས་སྒོར་མོ་ཁྲི་ ༡ དེ་ལེན་གྱི་རེད་དམ་མ་རེད། ང་རང་ཚོ་གཅིག་ཕན་གཅིག་གྲོགས་བྱེད་དགོས་པ་རེད་ཟེར་དུས། ལས་ཁུངས་གཅིག་ནས་མར་ལེན། དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་ནས་ཕར་ལེན། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ནས་བྱུང་འཛིན་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གལ་སྲིད་དེའི་སྔོན་ནས་བདེ་སྲུང་བཀའ་བློན་ཟུར་པར་གཡར་བའི་སྐབས་སུ་གླ་ཆ་གཅོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དོན་དག་ཇོག་ཇོག་ད་ལྟ་རྒྱལ་སྤྱིའི་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་མི་མང་ལས་འགུལ་ཁང་དང་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་བཞུགས་སའི་ཁང་པ་དེ་ཚོ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གིས་གླ་གཡར་གྱི་ཆེད་དུ་བརྒྱབས་པ་རེད་དམ། ཡང་ན་ག་རེའི་ཆེད་དུ་ཁང་པ་དེ་བརྒྱབས་པ་རེད། རོགས་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་རོགས་ཚོགས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་མཐུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། ག་རེ་ཡིན་པ་དེ་དམིགས་ཡུལ་དང་མཐུན་པ་དགོས་པ་རེད་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་དུས། དང་བླང་འཕྲོད་བསྟེན་ཚོགས་པའི་གནས་སྟངས་དེ་དང་མཐུན་གྱི་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་བཞིན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་ནས་གཙོས་པའི་སྨན་པ་སྨན་ཞབས་ལས་བྱེད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཚང་མར་ལས་ཤག་ཆ་ཚང་རག་བསྡད་ཡོད་པ་རེད་དམ་ལས་ཤག་མ་རག་མཁན་ག་ཚོད་ཡོད་པ་རེད། མཐུན་རྐྱེན་མ་འདང་བ་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། འདི་དག

གི་ལན་དེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་རིང་མེད་པ་ཡིན་ནའང་གྲོས་ཚོགས་འདི་མ་གྲོལ་བའི་སྔོན་ལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་གཏོགས། ངས་ལན་འདི་འདྲ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཐ་ཚིག་གང་ཡང་བསྒྲགས་ཀྱི་མེད།

དེ་ནས་མཐའ་མ་དེར། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་དང་། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་། སྨན་རྩིས་ཁང་བཅས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་དེ་འབུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ལས་བསྡོམས་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་རྒྱས་པ་དང་མཉམ་དུ་བྱུས་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ལ་ཏན་ཏན་འབྱོར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་དེ་བསྡུས་པ་བྱས་ཏེ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ལ་སྤྲོད་རྒྱུ་མ་གཏོགས། དཔེར་ན། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་དང་མཉམ་དུ་བོད་ཁྱིམ་ཁག་གཉིས་དང་སམ་ཕོ་ཊའི་ལས་བསྡོམས་གང་ཡོད་པ་དེ། ཁོ་རང་ཚོས་ལོ་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཡར་གང་ཐུལ་ཡོད་པ་དེ་ཇོག་ཇོག་ཆ་ཚང་ཞིག་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ལ་འབུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། མ་འོངས་པར་དེ་ནང་བཞིན་འབུལ་རྒྱུ་བྱུང་ན་ཡག་པོ་ཡོང་ས་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་ཝཱཙྪ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག བཀའ་ལན་གནང་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཚེས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་སྐྲ་བརྟན་དགོས་སྐོར་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་རེད། ལྷག་དོན་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནས་མཐུན་འགྱུར་གང་ཐུབ་སྦྱོར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སྔ་མ་ཐུད་ནས་དེའི་སྐབས་ལ་སྐྲ་བརྟན་ཡོང་ཐབས་ལ་ཤུགས་རྒྱག་དགོས་པ་འདུག་གསུངས་པ་འདིར་བློ་ངེས་བྱུང་སོང་། དེ་དང་དེ་ལྟ་བུར་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞིའི་ཐད་ལ་ཡིན་ནའང་ལས་གཞི་འདི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཚོ་ཡང་སྐྲ་བརྟན་གོང་འཕེལ་འགྲོ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ལམ་སྟོན་ཕེབས་སོང་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནང་ཆུའི་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀའ་འཁྲོལ་དང་སྐབས་མཚམས་སྒྲོས་ན། ཆོས་འཕེལ་ཞུ་བ་རེད། ང་ཚོ་མང་ཆེ་བས་ཆུ་ཆོས་འཕེལ་ཞེས་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་རང་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གསུངས་པ་དེར་དགའ་བསུ་དང་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་ཞུ་ཡི་ཡོད། དངོས་ཡོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྐུ་ལས་བསྒྲུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་གནས་བབ་ལ་ང་ཚོས་ཁོང་རང་དང་མཉམ་དུ་ལས་རོགས་གཅིག་ཀྱང་སྦྲུར་ཡོད། གློག་གི་ས་ཁང་འོག་ནས་སླེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐད་ཀའི་འཛིན་སྐྱོང་གི་འོག་ལ་མེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་ཐོག་ལ་དྲི་བ་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་བཏང་གནང་སོང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གཙོ་བོ་དེ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་འདི་རེད་འདུག བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་ཚོགས་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱི་ངོ་བོ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་པ་རེད། དེ་སྟ་བཀའ་བློན་ནང་རིམ་བཞིན་གཅིག་མཚུངས་རེད་མ་

གཏོགས་དེ་ལས་འཕར་མ་དང་མང་ཙུང་བཏང་བ་གང་ཡང་མི་འདུག་ལ་བྱུང་ཡང་མ་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལར་ནས་ལོ་རེར་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ཐེངས་གཉིས་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སློན་རྩིས་ཁག་སོགས་རྩིས་ཀྱི་སྐོར་དེ་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ནང་ལ་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལ་ཚོགས་གཙོས་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བ་རེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་ཚོགས་མི་ཚང་མས་དགོངས་ཚུལ་ཕེབས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ལྷ་རབ་བྱུང་ན། སྤྱི་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་རེད། དེ་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་བཀའ་མོལ་ག་རེའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་སྤྱི་མོས་རང་བྱུས་པའི་ཐོག་ནས་ཕྱིན་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་སོང་། དེར་བརྟེན་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་དེ་འགྲོ་སྟངས་དེ་འདྲ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་ཅེས་སྙན་སེང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལྷག་དོན་དུ་རྩིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་བཞིན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཐོག་ལའང་ཡི་གེ་ཕར་ཚུར་འགྲོ་དགོས་པ་དེ་འདྲའི་གྲོས་ཆོད་དེ་ཚོའི་མཚན་རྟགས་ཚང་མ་ཚོགས་གཙོས་བཀོད་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་དང་།

དེ་ནས་ཉིན་རེའི་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཕྱག་ལས་དེ་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ལྷ་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་ལ། ཕྱིན་ནའང་འབ་སུ་འདུས་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། དེ་ང་ཚོའི་དངོས་ཡོད་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། དེར་བརྟེན་ཕ་གིར་ཁང་པ་གཅིག་ཡོད་པ། ཁང་པ་གསར་རྒྱག་ཞུས་པ། ཁང་པ་དེ་དམིགས་ཡུལ་གང་གི་ཆེད་དུ་གསར་རྒྱག་བྱས་པ། རོགས་དངུལ་གང་འདྲ་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་ཐོག་མར་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་དེ་ཚོང་ལ་ད་ལྟ་ཞིབ་ཅིང་ཐྲ་བ་ཞུ་རྒྱུ་མེད། ཡིན་ནའང་བཀྲུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་དགོས་ཡོད་གསུངས་པ་ཡིན་ན། སང་ཉིན་ཙམ་གྱི་བར་དུ་ང་ལ་རག་གི་རེད་དྲན་གྱི་འདུག ངས་ཐབས་ཤེས་ཞུས་ཆོག དེ་གཅིག་རེད། དེ་བཞིན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། རང་སྐྱོང་གི་སྡེ་ཚན་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྟངས་ཤིག་གིས་ཐོག་ནས་འཚོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བཀྲུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་མཁྱེན་གྱི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གལ་ཏེ་གཙོ་བོ་ཁང་པ་དེ་དམིགས་ས་གཅིག་ལ་དམིགས་པའི་ཐོག་ནས་བསྐྲུན་པ་ཡིན་ནའང་དོན་དམ་པའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟའི་ཆར་བེད་མེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ལྷག་བསྡད་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འདི་ཁང་གླར་བཏང་ནས་དངུལ་ཞིག་རག་ན་ངས་བསམ་པར་སྒྲིག་འཛུགས་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཁང་གླར་གཏོང་ས་དེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་མི་མང་ལས་འགུལ་ཁང་ལ་བཏང་ཡོད་པ་དང་། མ་འོངས་པར་ཡང་བོད་རང་བཙན་སློབ་ཕྲུག་ཚོགས་པས་ཞུས་པ་ཡིན་ན་རག་གི་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག ངས་བསམ་པར་ད་ལྟ་དམིགས་ས་དེ་ད་གིན་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་མ་དངུལ་ལ་ཕན་པ་དང་། སྒྲིག་འཛུགས་འདི་ང་རང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ངོ་ཐོག་གཏོང་མཁན་དང་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་ང་ཚོའི་རྩ་དོན་ལ་ཁ་བྲལ་དང་སྐྱུངས་ལ་བཟོ་མཁན་དེ་འདྲ་ཞིག་མིན་པ་རྗེས་ལ་སུ་ལ་ཡིན་ནའང་བེད་མེད་གཏོང་བར་ལྷག་ཡོད་ན། ངས་བསམ་པར་ཕལ་ཆེར་གཏོང་གི་རེད་དྲན་གྱི་འདུག དེ་གནད་དོན་གཅིག་ཡིན།

དེ་ནས་ཁང་པ་གཅིག་གི་ནང་ལ་ད་ལྟ་བཀྲུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གི་མཚན་སྨོས་པའི་ཐོག་ནས་ཁོང་རང་ལ་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་གཡར་བ་རེད་དམ་གསུངས་སོང་། ངས་ད་གིན་གོང་དུ་ཞུས་པ་ཡིན། ཉིན་རེའི་ལས་དོན་དང་། སློག་གི་འཛིན་ག་རེ་སླེབས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དང་། ཆུ་གང་ནས་འཐེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ཚང་མ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་ཡོད་པ་རེད། དེའི་འོག་ལ་ལས་བྱེད་བང་རིམ་བཞིན་རིམ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ཁོ་རང་ཚོ་བཀའ་བསྒྱུར་གནང་ནས་གང་རན་པ་དང་གང་འཚམ་པ་གང་ཡག་པ་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་ཐུགས་ཐག་བཅད་ནས་འགྲོ་བསྡད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཆེས་ཞུས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁོང་རང་ལ་གང་

འདྲ་བྱས་ནས་གཡར་བ་དེ་གཅིག་བྱས་ན། དེ་ངས་ཚོད་དཔག་རང་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཁང་པ་སྟོང་པ་ཡོད་པ་བྱས། ཁོང་རང་གིས་ཞུས་པ་དང་དེ་འདྲ་སྟབས་ལེགས་མཉམ་དུ་མ་བསྒྲིགས་ལྷུན་གྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྱུང་ཡོད་སྲིད་པ་ཞིག་ཡིན་གྱི་རེད་དྲན་གྱི་འདུག དེ་བཞིན་ད་ལྟའི་ཆར་གལ་ཏེ་མང་ཚོགས་རྩིས་ཁྲའི་ཚོགས་ཚུད་ནང་ལ་མ་བཞུགས་པའི་རྗེས་ལ་དངུལ་དེ་འབུལ་གྱི་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་པ་དེར། ཕ་གིའི་ནང་ལ་བཞུགས་ཚར་བའི་གཞུག་ལ་དངུལ་དེ་འབུལ་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་རེད་དྲན་གྱི་འདུག གང་ཡིན་ཞེ་ན་བདེ་ལེགས་སྣན་ཁང་སྤྱི་པའི་རྒྱུ་ཞིག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་རིན་བབ་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་འབུལ་དགོས་ཆགས་ཀྱི་རེད་དྲན་གྱི་འདུག

དེ་བཞིན་བདེ་ལེགས་སྣན་ཁང་གི་ལས་བྱེད་སྤྱི་ཡོངས་ལ་སྤོད་ཁང་གི་དཀའ་ངལ་མེད་པར་ཚང་མ་ངས་ལས་བྱེད་སྤྱི་ཡོངས་ལབ་དུས། ལས་བྱེད་དེ་ཚོ་རྣམ་གྲངས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་འགྲོ་མིན་ཤེས་མ་སོང་སྟེ། དཔེར་ན། ཨེམ་ཆེ་དང་། སྨང་གི་སྨན་ཞབས་མ། དེ་བཞིན་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་མཁན། འགན་འཛིན་ཚང་མར་ལས་ཤག་འདང་ངེས་ཤིག་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག ཡང་འོག་དེ་ཚོར་ལས་བྱེད་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འདི་ལ་ཡང་ལས་བྱེད་གོ་ཡི་ཡོད་ལབ་རྒྱུ་དེ་འདྲ་རེ་ཟུང་དེ་འདྲ་ལ་མེད་ན་ངས་མི་ཤེས། གང་ལྟར་དེའི་ཐོག་ལ་ཁ་གསལ་ཞིག་སང་ཉིན་ཞུས་ཚོག་པ་བགྱིས་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ལས་བསྡོམས་ཀྱི་སྐོར་དེ། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས་ནས་གསུངས་པ་རེད། དེ་སྔ་ཡིན་ནའང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་རེད། དེར་བརྟེན་གསོ་རིག་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་དེ་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་སླེབས་པ་རེད། དེ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རང་གིས་དེ་དུས་ཤུགས་བརྒྱབས་ནས་གསུངས་པ་རེད། ངས་ཀྱང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ལགས་སོ། རྗེས་མར་ང་ཚོས་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་འཁྱེར་ཡོང་ཚོག་ཅེས་ཞུས་པ་རེད། ཧ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། ཐུགས་སྣང་ཧ་ཅང་གནང་གི་ཡོད་པའི་རྟགས་རེད་དེ། ངས་ཕ་གི་ནས་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ལས་བསྡོམས་ཁག་ཅིག་ལ་ང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རང་ནས་ཟ་ཆགས་ཤིག་རྒྱག་སྟེ་ངོས་ལེན་གྱི་ཡོད་པ་ངས་ཤེས་མ་སོང་། དེར་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ཤེས་པ་དངོས་གནས་ཡག་པོ་རེད། གལ་ཏེ་འདི་གནད་འགག་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་ན། འདི་དགོས་ངེས་ཅན་ཞིག་རེད་འདུག་གསུངས་ན་ཐུལ་ཚོག དེ་སྔས་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་གང་ཡང་མི་འདུག་སྙམ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་ཚྭ་ཚྭ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ད་ལྟ་ཐུག་རྐྱོངས་མཁན་གཅིག་དེར་གོ་སྐབས་སང་ཉིན་འབུལ་ཚོག་པ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྲུག་ཚེ་བརྟན་ལགས་ཀྱི་མཚན་དེ་ངས་ཞུས་ཚར་ཡོད། གཞན་དག་སང་ཉིན་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བའི་སྐབས་སུ་མཚན་བཞེས་གནང་རྒྱུ་དང་། འདས་པའི་ཉིན་མ་གང་འཚམ་ཞིག་ཚར་བ་རེད། སང་ཉིན་ཉིན་མ་མཐའ་མ་དེ་མ་གཏོགས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེར་བརྟེན་གཙོ་སྐྱོང་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་སོ་སོ་འདིར་དུས་ཚོད་ཐུང་ཐུང་མ་གཏོགས་སླེབས་ཡོད་པ་མ་རེད། རྩ་བའི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དྲུག་གི་ནང་ལ་ངས་འདི་ཉན་པ་རེད། རྣམ་པ་ཚོ་གསུང་མཁན་ཕལ་ཆེར་ ༥༠ ཐམ་པས་གང་གསུངས་པ་དེ་ཉན་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་གི་ཡོད་པ་རེད། འདིར་དངོས་སུ་མེད་པ་ཡིན་ནའང་འོག་ལ་མ་གིར་ལས་ཀའི་མཉམ་དུ་ཉན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོའི་ཚོགས་དུས་དྲུག་གི་ཉམས་མྱོང་ལ་བར་ལམ་ནས་རྩ་བའི་ད་རེས་གྲོས་ཚོགས་གང་ལ་གང་འཚམ་གྱི་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་སྟེ། ད་དུང་ཡིན་

ནའང་བཀའ་མོལ་གསུང་སྐབས་ཡིད་གཟབ་བྱས་ནས་གསུང་དགོས་རྒྱུ་དེ་གནད་འགག་རེད་འདུག་ཅེས་འབོད་སྐུལ་ཞིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། གཉིས་པ་དེར་གསུང་ས་འདུག་བསམ་ནས་མ་ཡིན་པ་དང་། གསུང་དགོས་ཀྱི་འདུག་བསམ་ནས་མ་ཡིན་པ། ཡང་གསུང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པ་མ་ཡིན་པར་དོན་དངོས་ཀྱི་བོད་པའི་གཙུག་ལག་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཐུགས་པན་གསོ་རྒྱུའི་གཙུག་ལག་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་དགོངས་གཞི་དེ་དག་སྣང་ཐུབ་རྒྱུར་འབོད་སྐུལ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཚ་བའི་གྲོས་ཚོགས་གཞན་དག་གི་ལམ་ལུགས་ནང་ལ་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་དེ་རིང་འཁོས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོས་འཛིན་སྐྱོང་ལ་བསྐྱོད་པ་འབུལ་རྒྱུ་དེ་ང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་དཀྱུས་མ་ཡིན་དུས་ངས་ཀྱང་ཞུལ་སྐྱོང་། འཛིན་སྐྱོང་གིས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོར་དགོངས་འཆར་ཡག་པོ་གནང་སོང་ཞེས་ཐུགས་རྗེ་ལེགས་འབུལ་ཞུལ་གནང་སོང་སྟེ། ང་ཚོ་སང་ཉིན་ནས་ཚོགས་གཙོ་གཅིག་རིམ་པས་འཁོས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ལམ་ལུགས་གཞན་དག་གི་ནང་ལ་ལས་རིམ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། གཙོ་སྐྱོང་བགྲེས་ཟེར་དུས་ངས་ད་གིན་གོང་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་རེད། འདི་ནས་མར་མིག་གཉིས་དང་རྣ་ལྕོག་གཉིས། གོང་ནས་མར་སྣན་ལྕོགས་བརྒྱ་དང་སྤྱན་བརྒྱ་གཟིགས་གནང་སྟེ་གཙོ་སྐྱོང་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལས་སླ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ལས་རིམ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། ཡང་ང་ལ་བསྐྱོད་པ་འབུལ་དགོས་པ་རེད་ཅེས་ཟེར་གྱི་མེད། ང་ཚོའི་ཚོགས་གཙོས་གཙོ་སྐྱོང་གནང་ནས་རིམ་པས་འཁོས་ཚར་ན། གཞུག་མར་ཚོགས་གཙོ་གཞན་དག་གིས་གཙོ་སྐྱོང་གནང་སྟེ་འགྲོ་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས། ཡང་དེ་འདྲ་ལའང་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུས་པའི་རྗེས་ནས་སང་སྔ་དྲོ་ཆུ་ཚོད་ ༩:༣༠ བར་དུ་ཚོགས་སེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༨ ཉིན་གྱི་ཐུན་དང་པོ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྐབས་ ༡༨ པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དྲུག་པའི་ལས་ཉིན་བཅུ་པ་དང་མཐའ་མ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་རིང་སྔ་དྲོ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་དུས་ཚོད་མེད། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་དང་པོ། ལས་བསྒོམས་སྔན་སྒྲོན་དང་ཞིབ་བཤེར་ལས་དོན། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་རྗེས་བསྒྲོ་གླེང་དང་བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྱག་ཚེ་བརྟན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྱག་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆ་ཤས་བླང་རྒྱུ་ལ། ཉེ་ཆར་རྒྱལ་སྤྱིའི་དཔའ་བོ་གླིང་ཚ་ཚེ་བརྟན་རྡོ་རྗེའི་ཨ་མ་ལྷོམ་པོ་སྐྱིད་གློ་བུར་དུ་ན་ཚའི་རྐྱེན་པས་སྐུ་གྲོངས་པ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཙང་ཁོང་ལ་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་དང་ཁོང་གི་ནང་མི་ཚང་མ་ལ་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་མ་ཐུབ་འགྱུར་ག་རེ་ཞུས་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཁོ་མོ་རྒྱལ་སྤྱིའི་དཔའ་བོ་ཞིག་གི་མ་ཡུམ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་ཁོང་གི་སྐུ་ཕྱུང་

ཞུགས་འབུལ་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་དེ་དྲིལ་བསྒྲགས་ཡག་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་བ་བྱས་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་ཆ་ཤས་བླངས་མ་ཐུབ་པའི་དགའ་ངལ་འཕྲད་ཡོད་ས་རེད། ང་རང་ཡིན་ནའང་དགའ་ངལ་དེ་འཕྲད་སོང་།

དེ་བཞིན་ཁོང་གི་ཐྲུ་གུ་གཉིས་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ལྷག་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ང་རང་ཚོ་བོད་ཀྱི་ཚ་བོ་ཚ་མོ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོའི་སེམས་ཁམས་དང་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་སེམས་གསོ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཁོ་ཚོ་ཐུབ་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་བྱུང་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་དྲི་བ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཁ་སང་གྲོས་ཚོགས་ར་བའི་ནང་ལོགས་ལ་སེར་བྱེས་གྲྭ་བསྟན་འཛིན་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀའ་མོལ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། བཀའ་མོལ་དེ་གནང་མཁན་གྱི་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁོང་གིས་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་ཅིག་གི་ཐོག་ནས་གནང་ཡིན་པ་ང་རང་གསལ་པོ་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁོང་ལ་མཆོན་པ་ཡིན་ན་དུས་རྒྱུན་དུ་བླ་མ་གྲྭ་པ་ལ་གུས་ཞབས་ཆེན་པ་གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཙང་དགོན་པ་གྲྭ་ཚང་ལ་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་མིང་བརྗེས་བཟོས་པ་དེ་འདྲ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་མིང་བརྗེས་ཆགས་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་ཏོག་ཙམ་བྱུང་སོང་། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་གཞི་རྩའི་ཁ་སང་བཀའ་བློན་མཆོག་གིས་གསལ་བཤད་ཅིག་གནང་སོང་། ང་རང་གི་ངོས་ནས་ཡིན་ན་སེར་བྱེས་གྲྭ་བསྟན་འཛིན་ཤེས་རབ་ལགས་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་གྲྭ་ཚང་གི་སྒྲིག་ཁོངས་ལ་ཡོད་པ་མ་ཟད་ཐོབ་ཐང་ཆ་ཚང་ཞིག་རག་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༨ ལ་ཁོ་རང་སྟུང་གཞི་དེ་ཐོག་ནས་ནད་པ་ཇ་དྲག་གི་ཁོངས་ལ་རྩིས་འདུག ནད་པ་ཇ་དྲག་གོ་ཁོངས་རྩིས་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་ལོ་རེ་ལ་སྒོར་འབུམ་ལྔ་རེ་ལྔ་རེའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། མ་ཟད་དམིགས་བསལ་གྱི་ལྟ་སྐྱོང་འོག་ནས་ཐོབ་ཐང་ཆ་ཚང་ཞིག་ཐོབ་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་འདུག དེ་བཞིན་དུ་གྲྭ་ཚང་དང་། ཁང་ཚན། མི་ཚན། ཕ་ཡུལ་གཅིག་པ་ཚང་མས་ཐོག་ནས་ལྟ་སྐྱོང་ཕུན་གསུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་བྱེད་བསྡད་ཀྱི་འདུག

དེ་བཞིན་སེར་བྱེས་མཁས་སྙན་གྲྭ་ཚང་ལྟ་བུ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཁོང་ཚོར་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ཡོད་པ་རེད། དེ་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག་གིས་ཧན་ཧན་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག མཁྱེན་དགོས་པ་ཞིག་ལ་སེར་བྱེས་མཁས་སྙན་གྲྭ་ཚང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་ཐོག་ནས་གྲྭ་བཙུན་མང་པོ་ཞིག་ལ་སྨན་པ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་རྒྱུ་རིན་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལོ་རེ་རེ་ལ་སྒོར་མོ་འབུམ་བརྒྱ་དང་བཅུ་ལྷག་གི་འགྲོ་གྲོན་གཏོང་གནང་གི་འདུག་ལ། ལྷག་པར་དུ་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་སྒྲིག་གཞི་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། རང་ཁོངས་ཀྱི་གྲྭ་བ་དེ་ཚོ་ལ་སྨན་བཅོས་ཀྱི་སྨན་དོད་འབུལ་རྒྱུ། དེ་འདྲ་སྒྲིག་གཞི་དེའི་འོག་ནས་གནད་དོན་བྲེལ་བ་དང་ནད་པ་ཇ་དྲག་དེ་ཚོ་ལ། ན་ནིང་ ༢༠༡༧ ལོ་ཡིན་ན་འབུམ་ ༨༤ ཙམ་འགྲོ་སོང་བཏང་འདུག དེ་བཞིན་དུ་སེར་བྱེས་མཁས་སྙན་གྲྭ་ཚང་གིས་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྒོར་མོ་འབུམ་ ༩༠༠ ལྷག་ཙམ་གྱི་འགྲོ་སོང་བཏང་ནས་སེར་བྱེས་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་གླིང་ཤེས་ཡོན་བསླབ་གནས་ཁང་ཟེར་བའི་མཐོ་སློབ་འདྲ་བོ་ཞིག་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་བརྒྱབ་ནས་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་གྲགས་ཡོད་པའི་མཐོ་སློབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཚད་མཐོ་པོའི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་མཁན་དེ་ཚོས་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་ནང་ཆོས་སྦྱོང་རྒྱུ་དང་། བོད་ཀྱི་རིགས་གཞུང་སྦྱོང་རྒྱུ། ལོ་རྒྱུས་སྦྱོང་རྒྱུ་དང་དེ་འདྲའི་ཆེད་ལས་ཐོན་སའི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་ཡོད་པ་རེད། སློབ་གྲྭ་དེའི་སློབ་མ་དེ་ཚོའི་སྟོད་ཁང་ཡིན་ན་ཡང་སློབ་མ་གཉིས་གཉིས་མཉམ་དུ་བསྡད་ས། ཁྲུས་ཁང་གསང་སྤྱོད་ནང་ལོགས་ཡོད་པ། སྐར་མ་ཅན་གྱི་མགྲོན་ཁང་འདྲ་པོ་འདུག་ཅེས་བཤད་སྲོལ་ཡོད་པ

དེ་འདྲ་རེད། ཡིན་ནའང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་ཀེམ་བྲི་ནང་ནས་འཁོར་ཞན་གྱི་་མི་ཚང་དེ་འདྲའི་ནང་ནས་མཐོ་སློབ་འགྲོ་མཁན་ལ་སློབ་ཡོན་གྱི་རོགས་པ་ལོ་རེ་ལ་འབུམ་བཅུ་ལྷག་གི་འགྲོ་སོང་བཏང་ནས་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་བསྡད་པ་ཞིག་རེད། དེ་བཞིན་ཉེ་ཆར་ཡུལ་མི་ལ་ཆུ་ལོག་བྱུང་བའི་སྐབས་སུའང་སེར་བྱེས་སྐད་གྲྭ་ཚང་རེད་དང་ བླངས་ཀྱི་གྲྭ་བ་དེ་ཚོས་དཀའ་ངལ་ཕྲད་སའི་ས་གནས་ལ་ཁ་ལག་དང་། དུག་ལོག་ལ་སོགས་པ་མོ་ཊ་མང་པོ་དབོར་ནས་ཞབས་ཞུ་ཞུས་པ་དེ་ང་ཚོ་ཚང་མས་མཐེན་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། དེ་བཞིན་དུ་གདན་ས་གསུམ་ལ་གྲྭ་ཚང་དྲུག་ཡོད་པ་རེད། སེ་ར་བྱེས་སྨད་གཉིས། དགའ་ལྡན་བྱང་ཤར་གཉིས། འབྲས་སྤུངས་སྒོ་བློ་གཉིས་བཅས་གྲྭ་ཚང་དྲུག་ཡོད་པ་རེད།

གྲྭ་ཚང་དྲུག་དེ་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དྲུག་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དྲུག་དེའི་ཐོག་ནས་གྲྭ་ཚང་རང་ཁོངས་ཀྱི་གྲྭ་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཉེ་འཁོར་གྱི་ཡུལ་མི་དང་ཀེམ་གྱི་མི་ཚང་མ་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཞབས་ཞུ་ཧུར་ཐག་ཞུ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་གྲྭ་ཚང་སོ་སོའི་ཐོབ་ཁུངས་ཀྱི་ནད་པ་དེ་ཚོ་ལ་རོགས་སྐྱོར་ཕན་ཆེན་པོ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཁ་ཤས་ཀྱིས་སྨན་ཡོན་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་ལམ་གྲོན་དང་བཅས་པ་འབུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁ་ཤས་ཀྱིས་རྒྱ་ཆ་གང་ལ་གང་འཚམ་འབུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ང་རང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་སྒོ་མང་གྲྭ་ཚང་ནས་ཡིན་ཙང་སྒོ་མང་གྲྭ་ཚང་ངོས་ནས་ཡིན་ན་བརྒྱ་ཆ་ ༢༥ འབུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ལོ་གྲྭ་བ་ནད་པ་ཞིག་ལ་ད་ལྟ་བར་དུ་བརྒྱ་ཆ་ ༢༥ ཕུལ་བ་སྒོར་ ༡༩༤༣༣༩ ཕུལ་ཡོད་པ་རེད། གྲྭ་པ་ཞིག་ལ། དེའི་མཚོན་པའི་ས་ཡ་མང་པོ་ཞིག་ལོ་རེ་ལ་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་བའི་གྲྭ་ཚང་དྲུག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དྲུག་གི་ནང་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དྲག་ཤོས་དེ་སེ་ར་སྨད་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དང་། བྱང་རྩེ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་། བློ་གསལ་གླིང་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གསུམ་དེ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། སེར་སྨད་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ལྟ་བུ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་སྨན་པ་རྒན་བྱམས་པ་ཕུན་ཚོགས་ཁོ་རང་རེད། སེ་ར་སྨད་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་ནང་ལོགས་ལ་སྐྱ་སེར་དབྱེ་བ་མེད་པར་ནད་པ་སུ་འདྲ་ཞིག་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དུ་ཡོང་ན་བརྟག་དཔྱད་ཆ་ཚང་རིན་མེད། སྨན་ཆ་ཚང་རིན་མེད་བྱས་ནས་འབུལ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཕྱི་ལ་སྨན་པ་དེ་འདྲ་བསྟེན་ནས་སྨན་གྱི་ཡི་གེ་དེ་འདྲ་འཁྱེར་ཡོང་ན་དེར་སྨན་ཕྱེད་བཅག་བྱས་ཏེ་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུ་ལོ་རེ་རེར་རྒྱུན་གྲོན་སྒོར་མོ་འབུམ་ ༣༠༠ ལྷག་གི་འགྲོ་སོང་གཏོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་སྤེལ་ཀོབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གཙང་བཟོའི་ཆེད་དུ་སེར་སྨད་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གིས་སྔ་ཁྲིད་ནས་གད་སྙིགས་དེ་ཚོ་བསྡུ་གསོག་རྒྱག་སའི་གད་མཛོད་ཆེན་པོ་གཅིག་ལ་སྒོར་མོ་འབུམ་ ༡༠༠ མ་ཟིན་ཙམ་ཞིག་གི་འགྲོ་སོང་བཏང་ནས་བཟོས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་གད་སྙིགས་དེ་ཚོ་དབྱེ་འབྱེད་བྱས་ནས་སྐམ་པོ་དང་། བརླན་པ། ས་འོག་ལ་བཙུག་དགོས་པ་ས་འོག་དང་མེ་ལ་སྲེག་དགོས་པ་མེ། གྲོང་ཁྱེར་ནང་ཚོང་དགོས་པ་བཙོངས་ནས་དེ་འདྲའི་ལས་གཞི་ད་དུང་ཡང་ཚག་ཚུད་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་ཆེད་སྒོར་མོ་ས་ཡ་མང་པོ་ཞིག་གི་ལས་འཆར་འདྲ་བོ་དེ་ཉུ་མ་ཐུད་ནས་ཡོད་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་སྟོན་འགོག་གི་ཆེད་དུ་འབྲུད་ཀྱི་ཟིང་བུ་གཙང་ཞིང་ཡིད་འོང་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་སྒོར་མོ་འབུམ་ ༣༠༠ ལྷག་གི་འགྲོ་སོང་བཏང་ནས་བརྒྱབས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཆུ་རྩེད་ར་བའི་ནང་ལ་ཆ་གློག་དང་། བརླང་བཙོས། འཕྱུར་མཉེ་བྱེད་ས་དེ་འདྲ་ཚད་ལྡན་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སྟོན་འགོག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤེལ་བསྡད་ཡོད་པ་རེད།

དེ་བཞིན་བྱང་རྟེ་སྨན་ཁང་ལྷ་བུ་ཆ་བཞག་ན། སྨན་པ་དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས་ཀྱིས་གསོས་པའི་སྨན་པ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་རྣམ་པ་ཚོས་སྨན་ཁང་ནང་ལ་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་གྲྭ་བཙུན་ཚང་མར་སྨན་ཆ་ཚང་རིན་མེད་རེད། སྨན་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་རྒྱུ་ཆ་ཚང་རིན་མེད་རེད། དེ་བཞིན་ཡུལ་མི་དང་ཀེམ་གྱི་ཉམ་ཐག་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་འང་ཚང་མར་རིན་མེད་དང་དེ་བཞིན་ནད་པ་གཞན་དག་ལ་ཕྱེད་བཅག་བྱེད་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

བཀུར་འོས་སྐྱི་འབྲུས་ལགས། སྐར་མ་གཅིག་ལྷག་བསྡད་ཡོད།

སྐྱི་འབྲུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྱག་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱེད་ཀ་ཙམ་ཞུས་ཚར་བ་ཡིན། དེ་ག་ནང་བཞིན་ཚུར་བསྡུས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན་བློ་གསལ་གླིང་གི་གྲྭ་ཚང་ལྷ་བུ་ཆ་བཞག་ན་སྨན་པ་ Guru Raju ཟེར་བའི་རྒྱ་གར་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་རང་གི་དོས་ནས་གྲྭ་བཙུན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་ཉམ་ཐག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་སྨན་དང་བརྟག་དཔྱད་ཆ་ཚང་རིན་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡུལ་མི་དང་ཀེམ་གཞན་དག་དེ་ཚོར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༥ ཆག་ཡང་བྱས་ནས་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དམིགས་བསལ་གྱི་རང་ཁོངས་གི་ཇ་དྲག་ནད་པ་ཡིན་ན་སྨན་དང་བརྟག་དཔྱད་རིན་མེད་བྱེད་པ་མ་ཆད་གཟུགས་པོ་གསོ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ལོ་རེར་སྒོར་མོ་ཁྲི་ ༧ རེ་དང་སྨན་རྒྱུན་ལྡན་ཟ་མཁན་དེ་ཚོར་ཉིན་སྒོར་ ༧༥༠༠༠ རེ་མ་ཐུན་འགྱུར་སྤྲུར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ hepatitis ཀྱི་སྨན་ཆ་ཚང་རིན་མེད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོའི་གྲས་ཝ་ཙང་གོང་ཆེན་པོ་རེད།

རྒྱུན་གྲོན་ལ་སྒོར་མོ་འབུམ་ ༢༨༨ རེད། བྱས་ཙང་འཁོར་བསྐྱེན་སྨན་ཁང་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་མོན་སྒོ་འཁོར་བསྐྱེན་སྨན་ཁང་གིས་ལས་ཀ་ཞུང་ཞུང་འདྲ་པོ་བཟོས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ལས་ཀ་མེད་པ་རེད་ཟེར་ན་གང་ཤེས་ཏེ། གང་ལྟར་ལོ་གཅིག་ལ་གདན་ས་གྲྭ་ཚང་དྲུག་གི་འཁོར་བསྐྱེན་སྨན་ཁང་དྲུག་དེས་༼སྨན་ཁང་རེ་རེ། སྨན་ཁང་ཆེ་བ་དེ་ཚོ་ཡིན་ན་ག་ཚོད་ཞུང་ནའང་ནད་པ་ ༩༠ དང་ མང་ན་ ༦༠༽ བྱས་ནས་ནད་པ་ལོ་རེར་འབུམ་གསུམ་ལྷག་ཙམ་ཞིག་ལ་སྒོར་མ་ས་ཡ་མང་པོ་ཞིག་གིས་འགྲོ་སོང་གཏོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་དུས་ཚོད་མེད་པ་ཡིན་ཙང་། དེ་བཞིན་དུ་གྲྭ་ཚང་དྲུག་རེད། གཞན་རེད། དཔེར་ན། འདིའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་གིརྟི་བྱས་པ་གྲྭ་ཚང་གི་དགེ་རྒ་ཚོགས་པ་ནས་ས་ཡ་མང་པོའི་འགྲོ་སོང་གཏོང་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། ངས་དེ་རིང་འདི་ཞུ་དགོས་པ་དེ་མི་རྗེ་འཁོར་བསྐྱེན་བཀའ་བློན་མཆོག་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ་འཁོར་བསྐྱེན་སྨན་ཁང་དེ་ཚོ་ལ་གཟིགས་ཙམ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཁོང་རྣམ་པ་ཚོའི་ཡ་ཙང་གི་གྲུས་ཞབས་ཡོད་པ་རེད། ལས་འགྲུལ་དེ་དང་དེར་ཡ་ཙང་སྐྱུལ་ལྷུག་ཐེབས་འགྲོ་ཡི་རེད། དེ་འདྲ་ལ་ལམ་སྟོན་དང་གཟེངས་སུ་ཐོན་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གཟེངས་བསྟོད་དེ་འདྲ་གནང་པ་ཡིན་ན་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན། མཐའ་བསྡོམས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེའི་ནང་ལ་དགེ་ལྡན་རྒྱུགས་སྤྲོད་ཆེན་པོ་དང་ལྷ་ལྡན་སྨོན་ལམ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་ཚུ་ཚོད་ ༢༩ སྨན་ཁང་ཆ་ཚང་སྒོ་ཕྱེས་ནས་འཛོག་རྒྱུ་དང་ཇ་དྲག་གི་མོ་ཏ་དེ་ཚོ་གྲ་སྒྲིག་ཡོད་པ་རེད། ངས་དེ་འདྲ་ཧོག་ཙམ་མ་ཞུས་པ་ཡིན་ནའང་དེང་སང་སྐབས་སྐབས་ལ་གདན་ས་གྲྭ་ཚང་ལ་གནོད་ཡོད་མི་སྣ་དེ་འདྲའི་ནང་ནས་དགེ་

བཞེས་དེ་ཚོས་ཚོད་བཟུང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་བ། ལྷག་པར་དུ་༧སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་ཡང་ཡང་བསྐོད་བསྐུགས་ཤུགས་ཆེན་པོ་གནང་སའི་བཀའ་པོད་ལྔ་སློབ་གཉེར་བྱེད་བསྡད་པ་དེ་ཚོ་མི་ལ་ཕན་ཐོགས་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་གནོད་སྐྱེལ་གྱི་ཡོད་པ་བཟོ་འདྲ་བའི་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་གནང་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ཙང་ཞུ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ནམ་རྒྱུན་གདན་ས་གྲྭ་ཚང་ལ་བཤད་སྲོལ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་བཀའ་སྒྲུབ་དགོས་རེད་མ་གཏོགས་བཀའ་སྒྲུབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཟེར་བ་ཞིག དེའི་ཐོག་ནས་ནམ་རྒྱུན་ཡིན་ན་ཤུགས་ཆེན་པོ་བཤད་རྒྱུའི་གོམས་སྲོལ་ཡོད་མ་རེད། དགོངས་སེལ་དང་སྨྲུགས་ནས་མཐའ་བསྡོམས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་རིང་ནས་རྗེས་སུ་ཚོགས་གཙོ་ཕེབས་ཀྱི་མེད་པ་ཡིན་ཙང་དངོས་གནས་དྲང་གནས་ཚོགས་གཙོ་འདིའི་རིང་ལ་སོ་སོ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་དང་བ་འདྲེན་དགོས་པ་དང་དངོས་གནས་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་དེ་ཚོ་ཡིན་ན་མིག་དཔེ་བལྟ་འོས་པ་དེ་འདྲའི་བཟང་སྤྱོད་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་ཕྱག་ལས་ཡག་པོ་གནང་སོང་། དེར་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་དང་བསྐུགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀའ་དྲིན་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ད་ལྟ་འདིར་མཚན་ཐོ་བཞེས་ཟིན་པ་སྤྱི་འཐུས་ ༡༣ ཡོད། དེའི་རྗེས་ལ་གོ་སྐབས་འབུལ་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག གོ་སྐབས་ཞུ་ཐུབ་ས་མ་རེད། དེ་རིང་ལས་ཉིན་མཐའ་མ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་ལྡན་འཛོད་བསྐྱེན་བཀའ་བློན་གྱིས་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཕེབས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལས་རིམ་ཁག་ཅིག་བསྒྱུར་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་རྣམ་པ་ཚོ་ཕྱག་རྐྱང་མཁན་ཁག་ཅིག་བྱུང་སོང་། རྣམ་པ་ཚོར་དགོངས་སེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་མཚན་ཐོ་ཞུ་ཐུབ་མ་སོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཕུན་སྐྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཕུན་སྐྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་འཛོད་བསྐྱེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་རྒྱས་པའི་ཐོག་ལ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྙན་ཐོ་དང་དྲི་བ། དེ་བཞིན་ལས་བསྡོམས་བསྡུས་པའི་ཐོག་ལ་བཀའ་བསྒྱུར་ཕེབས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ལྟ་བུ་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ན། སྔན་ཁང་དང་འཛོད་བསྐྱེན་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་རིག་པའི་ཐོག་ལ་སློབ་སྦྱོང་སྟེ་ལས་ཀ་བྱས་ནས་རྒྱུན་རིང་པོ་ཕྱིན་པ་སོང་ཙང་དེའི་རྒྱུས་མངའི་ཐོག་ནས་བསམ་འཆར་ཞུ་རྒྱུ་རེད། དེ་བཞིན་དྲི་བ་འབུལ་རྒྱུ་དེ་འདྲ་མང་དག་ཅིག་རང་བཞིན་གྱི་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་སྟེ། དུས་རྒྱུན་དུ་ནས་ཞུ་ས་ཞིག་ཡོད་པ་སོང་ཙང་སྐབས་དང་དུས་ལ་ཞུས་བཤད་པ་དང་ད་རེས་འདིའི་ནང་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཞུ་འདོད་གང་མི་འདུག མ་གཏོགས་ཐུ་བ་གྲོན་པའི་མི་ཞིག་ལ་ཐུགས་དོག་དང་། ང་རྒྱལ། ཞེ་སྡང་དེ་འདྲ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལས་བསྡོམས་དང་ལན་ཞུ་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་སྟེ་དེ་ཚོའི་རིགས་དེ་མི་དགོས་པའི་གཞི་རྩ་ཞིག་དང་། སྔེ་ཚན་སོ་སོའི་ནང་ལ་ནམ་རྒྱུན་ལས་ཀ་བྱེད་ས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ལས་བསྡོམས་སྐྱོར་རྒྱུའི་འབད་བརྩོན་ཡང་ནམ་ཡང་ཞུས་ཀྱི་མེད། འདིའི་ནང་ལ་བཀའ་མོལ་ཕེབས་པ་མང་པོ་ཞིག་འཛོད་བསྐྱེན་དེ་ག་ཚོད་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་མིན་དེ་སྤྱིར་བཏང་བྱས་ན་འཛོད་བསྐྱེན་ལས་ཁུངས་དབུ་བརྙེས་པ་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༡ ཟླ་ ༡༢ ནང་ལ་དབུ་བརྙེས་པ་རེད། ལས་ཁུངས་གསར་འཛུགས་དེ་ཡིན་པ་སོང་ཙང་རྐྱབ་རྐྱབ་ལ་ལུད་པ་རེད་མ་གཏོགས་འཛོད་བསྐྱེན་མེད་

ན་འདིའི་ནང་ལ་གང་ཡང་བྱེད་རྒྱུ་མེད་པ་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་གལ་ཆེན་པོ་ག་ཆོད་ཡིན་པ་དེ་ཚང་མས་བརྗོད་མི་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཐོག་ལ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་དང་ཞིབ་བཤེར་གནང་རྒྱུ་དེ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ཐུགས་ཁག་ཡོད་པ་མ་རེད། གནས་བབ་དེ་དག་ཆགས་སྟངས་ཚང་མ་ང་རང་ཚོའི་སྐད་ཆའི་ཐོག་ལ་སྟངས་འཛིན་དང་བྱེད་སྟངས་བྱེད་ལུགས་མ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་མགྱོགས་པོ་ཧ་རྒྱུགས་གཏོང་དགོས་པའི་གནས་བབ་ཆགས་བསྡད་པ་རེད། དེ་ཚོའི་གནས་ཚུལ་དངོས་ཡོད་རང་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ད་ལྟའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཡོང་བའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་མི་ལ་ཁོང་ཁྲོ་ལངས་ནས་ཁྱི་རྡོག་རྒྱག་ཞུས་ཞེས་པའི་དཔེ་དེ་ཧ་ག་ཙམ་ལས་སླ་ས་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་བབས་མང་པོ་ཞིག་སླེབས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་སྙམ། དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག་ལ་ཞུ་རྒྱུར་གྲོས་ཚོགས་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་ལས་བསྡོམས་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་རེད། བསམ་འཆར་ཞུ་རྒྱུ་ཁག་ཅིག་གི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་ནས་སྔེར་དབྱུང་གིས་ང་ཡར་བཅར་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ Appointment ཨིན་ཇིའི་ནང་ལ་ཞུས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་ནས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ངས་འདིར་མཚམས་འཇོག་རྒྱུའི་འབད་བརྩོན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་ལས་བསྡོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཡིན་པ་སོང་ཙང་། དཔལ་ལྡན་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་ནས་ཕྱག་བྲིས་ཤིག་མ་ཕེབས་རང་ཕེབས་ཐུག་པ་རེད། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་གསལ་བཤད་ཞིབ་ཕྲ་གནང་སོང་བསམ་པ་དྲན་སོང་། ཡིན་ནའང་ཐུགས་བློ་མ་ཁེངས་པའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་འདུག ཁ་པར་མང་པོ་འཁྱོར་གྱི་འདུག ཐུས་ཅང་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་གི་ཕྱག་བྲིས་དེ་ཡང་མེད་ན་ལྷུགས་ཀློག་ཅིག་གནང་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་དང་། དེ་མིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་གསོལ་ཅོག་ཐོག་ལ་བསྐྱམས་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཚང་མར་གཅིག་གཅིག་ཡོད་པ་སྐྱབས་འཇུག་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ངས་འབོད་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་ཡིན་དུས་ཐོག་མར་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་དབུས་པའི་དབྱུང་ཆེ་རྣམ་པ་དང་། ལས་བྱེད་ཡོངས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་སྨན་རྩིས་ཁང་དང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ནས་ཀྱང་ལས་འཆར་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་ཆ་ཚང་དུས་རྒྱུན་དུ་སྨན་ཁང་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་མཐོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཚ་ཚ་ཁུར་ཁུར་གྱི་ཕྱག་ལས་གནང་གི་འདུག་པས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ལས་བསྡོམས་ནང་ལ་ལས་འཆར་མང་པོ་གྲུབ་ཐུབ་པ་དེ། ང་ཚོར་སྦྱིན་བདག་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་དུས་སྦྱིན་བདག་ཚོ། དམིགས་བསལ་གྱི་ USAID, The Tibet Fund, PRM, Tibet Relief Fund, The American Himalayan Foundation, Raphael Centre, Save Tibet, དེ་བཞིན་རེ་བ་ཚོགས་དང་ཚོགས་པ་ཏ་ཅང་མང་པོ་འདུག Vimala Association ཚང་མར་དེ་རིང་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལས་བསྡོམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༣ ནང་ལ་

དམིགས་བསལ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ལ་ནད་པ་ ༡༦༥ ཙམ་ལ་འབུམ་བཅུ་མ་ཟིན་ཞིག་ཕྱག་རོགས་གནང་འདུག ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཁ་སང་ལོ་དང་ལོ་བཅུའི་ཚོགས་འདུའི་ནང་ལ་ཕྱོགས་མཐའ་ཁག་ནས་ཕེབས་མཁན་མང་པོ་ཞིག་གིས་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ནད་པ་ཚོར་བྱུང་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོ་གནས་ཡོད་ཀྱི་སྨན་ཁང་ནང་འགྲོ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་ང་རང་ཚོ་རང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟེན་ཁང་གི་ངོས་ནས་འགན་འཁུར་བའི་ཐོག་ནས། ལྟེན་ཁང་རང་གིས་འགན་འཁུར་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པ་ཡིན་ན་ PPP (Public Private partnership) གཞུང་འབྲེལ་དང་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པ་མཉམ་མཐུན་གྱི་ཐོག་ནས། བྱུང་ན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་། སྨན་རྩིས་ཁང་། དེ་བཞིན་གྱི་ས་གནས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་སྨན་ཁང་ NIMHANS མཐུན་མོང་གིས་ཐོག་ནས་ནད་གསོ་ཁང་ངམ་སྨན་ཁང་ཞིག་བརྒྱབ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ག་ཅང་ཐུགས་པན་གསོ་ས་རེད་ཅེས་ཞུ་བསྡད་ཀྱི་འདུག ནམ་རྒྱུན་སོ་སོས་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་རིང་ཡང་བསྐྱར་ཞུ་རྒྱུའི་འདོད་པ་བྱུང་སོང་། PPP project ཐོག་ནས་མཐུན་མོང་གིས་དེ་འདྲ་ཞིག་བསྐྲུན་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ནད་པ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་མི་ཚོ་འབབ་སྲུ་མ་འདུས་པར་ནད་པ་དེ་ཚོ་ཆེན་པོ་ཆགས་དུས་ཕ་མ་ལ་ཉེས་བརྡུང་གཏོང་རྒྱུ་དང་སྐྱོང་མ་ཐུབ་པ་དེ་འདྲའི་གནས་བབས་སླེབ་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཏན་ཏན་བར་བར་ལ་སྨན་ཁང་བསྟེན་རྒྱུ་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར། ང་རང་ཚོ་རང་གི་སྡོངས་འཛིན་འོག་ལ་ནད་གསོ་ཁང་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུས་བསྡད་ཀྱི་འདུག

སྨན་པ་མ་འདང་བའི་ཐོག་ལ་དེ་སྔ་བསམ་ཚུལ་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་ཡང་བསྐྱར་ཞུ་རྒྱུ་ལ་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་སྨན་པ་འདང་གི་མེད་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་གཅིག་བྱས་ན་ལས་འཆར་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་དང་ཞབས་པའི་ལས་འཆར་ནང་བཞིན་སྨན་པ་ཚོར་མི་ཚེ་གཅིག་འདིར་ལས་ཀ་བྱེད་དུ་ཤོག་ཅེས་མ་ཞུས་པར། ལོ་གསུམ་ཡོང་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་གམ། ལོ་ལྔ་ཡོང་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་གམ་ཞེས་དེ་འདྲའི་ལས་འཆར་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་གོ་སྐབས་ཤིག་བསྐྲུན་པ་ཡིན་ན། སྨན་པ་ཚོ་ཡིན་ནའང་སོ་སོའི་ Resume ལོ་རྒྱུས་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་རྒྱུའི་རེད། ཉམས་མྱོང་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་སྨན་པ་མང་པོ་ཞིག་འདིར་ཕྱག་ལས་གནང་བར་ཕེབས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཕེབས་པ་ཡིན་ནའང་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་ཕེབས་ཡོང་དུས་སྲུ་མ་ཐུབ་ནས་གཏན་འཇགས་གནས་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་གཞིས་ཆགས་ཁག་དང་མཉམ་དུ་སྦྲུ་ར་བཞག་པ་ཡིན་ན་ལྷག་བསྡད་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བསམ་ཚུལ་ཞུ་འདོད་བྱུང་། སྤྱིར་བཏང་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡོད་པའི་སྨན་ཁང་དེས་ཆུ་ཚོད་ ༢༤ ཡི་སྨན་ཁང་གི་མཐུན་རྐྱེན་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་སྨན་ཁང་ཁག་ཅིག་གི་ནང་ལ་གཟབ་ཉེན་མ་དང་གྲུང་གསེང་སྐབས་ལ་ཕྱི་དྲོའི་དུས་ཚོད་ལ་སྨན་མི་འདུག་ཟེར་བ་དེ་འདྲ། སྨན་འགན་འཁུར་བའི་ལག་པར་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་བ་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྨན་ཁང་ཆུ་ཚོད་ ༢༤ རིང་ཡིན་པ་དེ་བེད་སྤྱོད་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Pharmacy སྨན་གྱི་མཁོ་སྒྲོད་བྱེད་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་ཆུ་ཚོད་ ༢༤ ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་དེའི་ལག་པར་རྩིས་སྤྲོད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། དེ་སྐབས་ཀྱི་ཛ་དྲག་དགོས་མཁོ་ག་རེ་ཡིན་ནའང་སྲུ་མ་ཐུབ་ནས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག ཉེ་ཆར་ལོ་དང་ལོ་བཅུའི་ཚོགས་འདུའི་ནང་བསམ་ཚུལ་ཁག་ཅིག་མངའ་སྟེ་གཞུང་རེད། རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གི་ངོས་ནས་ས་གནས་ལ་སྨན་ཁང་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོའི་མཐུན་རྐྱེན་ག་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གནས་ཡོད་མི་སྟྭམ་ས་གནས་མི་མང་ཚོར་སྤྲོད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྲོད་ཚོག་གི་ཡོད་པ

རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ས་གནས་ང་རང་ཚོའི་སྨན་ཁང་གིས་རྒྱ་གར་གནས་ཡོད་སྨན་ཁང་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་དེ་ནས་མ་ཐུབ་རྐྱེན་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ག་རེ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། ལས་འཆར་དང་། ཟབ་སྦྱོང་ཡིན་ནའང་རེད། ག་རེ་ཡིན་ནའང་དེ་ཚོ་ བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་དང་། མགོ་སྐྲུབ་བྱེད་ཐུབ་པའི་འབད་རྩོལ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་སྨན་རྩིས་ཁང་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་བར་དུ་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་གཏང་བའི་ཐོག་ནས་གཅིག་ཕན་གཅིག་གྲོགས་བྱེད་རྒྱུ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ནད་པ་ཚོར་མཉམ་མ་ཐུབ་གྱིས་ལྟ་སྐྱོང་བྱེད་རྒྱུའི་ལས་འཆར་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་བསམ་ཚུལ་བསླེབས་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་བྱེད་ན་གལ་ཆེན་པོ་འདུག

ཁ་སང་རྣ་རམ་ས་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ནང་ལ་ཚུ་དང་གློག་གི་དཀའ་ངལ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་རེད། ཆུ་ཚོས་འཕེལ་ཟེར་ནས་གང་ལྟར་ཆུ་ལྟ་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་དེ་ཚོས་འཕེལ་ལགས་ཁོ་རང་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ཁང་པ་མང་དུ་ཕྱིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱི་ཆུ་ཚོས་འཕེལ་ལགས་ཀྱིས་ཁོམ་ཀྱི་མི་འདུག གུང་གསེང་དེ་འདྲ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ལ་དེ་སྔ་ཕྱུག་སྤྲེལ་ཞིག་གིས་གསུངས་སོང་། ཉིན་མ་གསུམ་གུང་གསེང་གི་སྐབས་ལ་ཁོ་རང་མེད་པ་དང་ཁོ་རང་གིས་མངགས་སའི་ཕྱུག་རོགས་རྒྱ་གར་དེ་འཕྲལ་སེལ་ཡིན་དུས། རྒྱ་གར་དེའི་ཡ་ལན་མ་བྱུས་ནས་ཉིན་མ་གསུམ་ཆུ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཐྲད་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཁང་པ་དེ་སྔ་དང་མ་འདྲ་བ་མང་དུ་ཕྱིན་ཡོད་དུས་ཆུ་ཚོས་འཕེལ་ལ་གཏན་འཇགས་ཀྱི་ཕྱུག་རོགས་ཤིག་ངེས་པར་དུ་དགོས་འདུག་བསམ་པའི་ཚོར་བ་བྱུང་སོང་།

བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ཐོག་ནས་བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་ནང་ལ་ལོ་དྲུག་བཅུའི་ནང་ཕྱུག་ལས་གནང་མཁན་མི་རབས་རྒན་པ་ཚོར་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ཞུ་རྒྱུའི་བཀའ་མོལ་གནང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞི་འདིའི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་ངོས་ནས་མི་རབས་རྒན་པ་ཚོར་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་བྱ་རྒྱུ་གཙོ་བོ་དེ་ཁོ་རང་ཚོར་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་རིན་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྨན་བཅོས་བྱེད་རྒྱུའི་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་ཆ་ཚང་ལ་བསྒྲུབ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟའི་ཆར་རྒན་གསོ་ཁང་ཁག་ཅིག་ལ་ཏན་ཏན་འདུག ལོ་ཚད་ཅིག་གི་ནང་ལ་སྨན་རྩིས་ཁང་ཡིན་ནའང་རེད། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ཡིན་ནའང་རེད་ ཆག་ཡང་འདུག་སྟེ། རིན་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁོ་ཚོར་འབུལ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་མི་རབས་རྒན་པ་ཚོར་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་སྐབས་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ལྟ་སྐྱོང་ཚད་མཐོ་བ་ཞིག་གནང་བའི་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་རེད་སྙམ།

སློབ་གྲྭ་ཁག་ནང་ལ་སྨྱོས་རྫས་དང་གོམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་ལྷུ་མ་ཐུབ་ནས་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། སློབ་གྲྭའི་ཕྲུ་གུ་མཉམ་དུ་སྐད་ཆ་བཤད་ཡོང་དུས་དེ་འདྲ་འདུག་ལབ་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་ཞུགས་ཆེ་ཙམ་འགན་འཁུར་རྒྱུ་ཞིག་རེད་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་བཞུགས་མཁན་ཆ་ཚང་ལ་དམིགས་བསལ་བོད་པ་ཚོར་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་བཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་སྤྲོད་མཁན་ཞིག་གྲོགས་པའི་ཚུལ་དུ་འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་བཏང་ནས་ང་རང་ཚོས་ཁོ་རང་ཉར་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Smart phone སྤྱོད་བདེའི་ཁ་པར། ཐ་སྙད་གསར་པའི་ནང་ལ་སྤྱོད་བདེའི་ཁ་པར་ཞེས་བསྒྱུར་གནང་འདུག སྤྱོད་བདེའི་ཁ་པར་དེ་བདེ་སྤྱོད་བྱེད་བདེ་བོའི་ཁ་པར་རེད་དེ། རིམ་པས་དེར་ང་རང་ཚོ་ལང་ཤོར་ནས་གཟུགས་པོར་གནོད་པ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་གནོད་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་ཉིན་རེ་ཁ་པར་བེད་སྤྱོད་དུས་ཡུན་ཇི་ཙམ་གཏོང་དགོས་མིན་གྱི་སྨན་པ་ཚོའི་ལམ་སྟོན་དེ་འདྲ་འདུག དེ་ཚོ་མང་

ཚོགས་ལ་སློབ་གསོ་རྒྱག་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ས་རེད། སེམས་ན་བ་དང་། མགོ་ན་བ། དེ་བཞིན་མིག་འཕྲོ་བརླག་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག ཉེ་ཆར་ཕྲུ་གུ་ཞིག་གུང་གསེང་གི་རྗེས་ལ་ཚུར་བསླེབས་དུས་མིག་གཅིག་འཕྲོ་བརླག་ཕྱིན་འདུག་ཅེས་དེ་འདྲ་བྱུང་འདུག རྗེས་ལ་ཕ་མར་སྐད་ཆ་དྲིས་དུས་ཟླ་བ་གཉིས་ཆ་ཚང་སྤྱོད་བདེའི་ཁ་པར་བེད་སྤྱོད་བྱས་བསྡད་སོང་ཞེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག ང་རང་ཚོ་སྤྱོད་བདེའི་ཁ་པར་འཁྱེར་མཁན་མང་ཆེ་བས་ཤེས་ཀྱི་རེད། ཧ་ཅང་ཡུན་རིན་པོ་བལྟས་པ་ཡིན་ན་མིག་གསལ་པོ་མེད་པ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་སྐོར་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ལ་རེད།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

བཀུར་འོས་སྲི་འཐུས་ལགས། སྐར་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ལྷག་མེད།

སྲི་འཐུས་བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

སྐོར་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ལ་དེ་འདྲ་གནོད་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱོད་བདེའི་ཁ་པར་བརྒྱུད་ནས་རེད། སྲི་ཚོགས་དྲ་རྒྱ་ཐོག་ནས་རེད། སྐད་འཕྲིན་ཐོག་ནས་སྲི་ཚོགས་ནང་ནད་པ་ཆགས་རྒྱུའི་ནད་འབུ་དེ་འདྲ་མང་པོ་སླེབ་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་མང་ཚོགས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་བཀའ་སློབ་སྐབས་ལ་གསལ་བཤད་བྱེད་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་སྙམ།

མཐའ་མ་དེར་ཉེ་བའི་ཆ་ལ་གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་ཞིག་ལ་ནད་པ་ཁག་ཅིག་ལ་ཁྲག་དགོས་འདུག མཁལ་མ་དགོས་འདུག་ཟེར་མཁན་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་བརྒྱུད་ནས་ཁྲག་གི་མཛོད་ཁང་དེ་འདྲ་ཁག་པོ་ཡོད་ས་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ blood bank བསྐྲུན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ས་མ་རེད། ཆ་རྐྱེན་ཞུ་རྒྱུ་དེ་མགོ་རྙོག་པོ་ཡོད་ས་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་འབད་བརྩོན་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ང་རང་ཚོ་སུ་ལ་ཁྲག་དགོས་འདུག་ན། ཡར་མར་ཁྱབ་བསྒྲགས་བྱས་རྗེས་སྒྲུག་བསྡད་མ་དགོས་པར་ས་གནས་ལྡི་ལི་དང་། སྡེ་ར་ལྡུན། སྡེང་ལོར། མེ་སོར། རྣ་རམ་ས་ལ་ལ་སོགས་པའི་ས་གནས་གཞན་འགའ་ཆེ་བ་དེ་དག་ལ་ཁྲག་སྦྱིན་བདེ་ཐླག་དང་ཐོབ་ཐུབ་ཆེད་དུ་ Blood bank འཛུགས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། འཛུགས་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པའི་དབང་དུ་བཏང་བ་ཡིན་ནའང་ཁྲག་སྦྱིན་པ་གཏོང་མཁན། ང་རང་ཚོ་མང་ཆེ་བ་ནང་པ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ཁྲག་སྦྱིན་པ་གཏོང་མཁན་དང་པོ་ནས་ཐོ་ལེན་པ་ཡིན་ན། དགོས་དུས་མཚམས་ལ་ལམ་སང་འབྲེལ་བ་གནང་ནས་མི་གཏོང་ཚོག་ཚོག་བྱེད་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག Registration ཐོ་འགོད་བྱེད་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག སྦྱིན་པ་གཏོང་མཁན་ཚོ། དེ་བཞིན་གྱི་དབང་པོ་སྦྱིན་པ་བཏང་མཁན་རེད། དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་རེད།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

བཀུར་འོས་སྲི་འཐུས་ལགས། དགོངས་འགལ་མེད་པ་ཞུ་མཇུག་བསྡུས་རོགས་གནང་།

སྐྱི་འཕྲུས་བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས་ནས།

ལགས་སོ། ཚིག་གཅིག དབང་པོ་སྦྱིན་པ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ལ་དར་བསྡད་འདུག ང་ཚོ་ནང་པ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་དབང་པོ་སྦྱིན་པ་གཏོང་རྒྱུ་དེར་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་ཐོ་འགོད་རྒྱུ་དེ་ལྷན་ཁང་གི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་ངོས་ནས་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོ་ཞིག་བཟོས་ནས་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ MOHAN Foundation ཁོང་ཚོ་ལྷ་ནུ་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་དབང་པོ་སྦྱིན་པ་གཏོང་རྒྱུའི་ལས་གཞིའི་ནང་ཆ་ཤས་ལེན་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྐྱི་འཕྲུས་མཁན་པོ་ཀཿབྲག་དངོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ལགས།

སྐྱི་འཕྲུས་མཁན་པོ་ཀཿབྲག་དངོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་གྱི་ཡོད། ཤོག་གྲངས་ ༡.༣༨ ནང་གི་ ༧.༥ ནང་ལ་སློབ་གྲྭ་ལ་སོགས་པའི་ནང་གློ་ནད་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ལ་རེད་འདུག དེ་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་ང་རང་གིས་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག ང་རང་ཡང་སློབ་གྲྭ་ཞིག་གི་ཁོར་ཡུག་ནང་བསྡད་མྱོང་བའི་ཉམས་མྱོང་གིས་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། སློབ་གྲྭ་དེ་ཚོ་མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སོན་རྩ་རེད་ཅེས་ཞུ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོར་དེས་པར་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འཚོ་རྟེན་དེ་ཚོའི་ཐད་ལ་གཞུང་གི་ངོས་ནས་སྟོན་ནས་གོ་སྒྲིག་གནང་དང་གནང་ཤུས་རེད་ལ་ད་ལྟ་ཡང་དེ་ལ་འཕྲུས་ཤོར་མ་འགྲོ་བ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་ཆུང་ཕྲུ་གུ་དེ་ཚོ་དུས་ནས་དུས་སུ་གཟུགས་པོའི་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ནས་ཏེ་བི་སྟོན་འགོག་ཡོད་མེད་ཀྱི་བརྟག་དཔྱད་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་དགེ་རྒན་དེ་ཚོར་ཡང་མཐུན་རྐྱེན་ཐེངས་མ་གཅིག་ཙམ་སྦྱར་རྒྱུའི་ཚོར་སྣང་ཞུས་ཡོད། ད་དུང་མ་འོངས་པར་དགེ་རྒན་དགེ་ཕྲུག་ཚང་མར་གཟུགས་པོའི་རྟག་དཔྱད་བྱས་ནས་གློ་ནད་དམ་ཏེ་བི་སྟོན་འགོག་གི་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱར་རོགས་གནང་ཞུ་ཡི་ཡོད། གཉིས་པ་འདི་ཤོག་གྲངས་ ༣ པའི་མཐའ་མ་དེར་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ནད་གཞིའི་སྐོར་ལ་གོ་རྟོགས་མང་པོ་ཞིག་སྤེལ་ཡོད་ས་རེད། རྗེས་སུ་ཡི་རངས་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེའི་འོག་དེར་དེ་བཞིན་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་ནང་གོ་རྟོགས་དང་སློབ་གསོའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཡོད་ཞུས་ཀྱི་འདུག དགོན་སྡེ་ཁག་གང་དུ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཀྱི་ནད་གཞིའི་སྐོར་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཡོད་པ་རེད་དམ། ས་གནས་གང་དུ་སྤེལ་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཁྱད་པར་དུ་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་གཡུང་དྲུང་བོན་དང་བཅས་པའི་གདན་ས་ཁག་ཚང་མར་སྤེལ་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད་དམ་། ཡང་ན། གདན་ས་ཆེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་ནང་ལ་དུས་ནས་དུས་སུ་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཞེས་དེ་ཚོ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་འདོད་ཡོད། ཤོག་གྲངས་ ༥ ནང་ལ་སྡེ་ཚན་བཞི་པ་དེ་སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ཟེར་བ་དེ་རེད། དེ་དངོས་གནས་དྲང་གནས་ང་ཚོ་ཁྱད་པར་དུ་བཙན་བྱོལ་གྱི་སློབ་གྲྭའི་ནང་ལོགས་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ང་རང་གི་མཐོང་གི་ཡོད། དེའི་ཐད་ལ་ང་རང་ངོས་ནས་ལས་འགུལ་ཡང་རིམ་པ་ཞིག་སྤེལ་མྱོང་ཡོད། སློབ་མ་དོ་བདག་རེ་རེ་སྐད་བཏང་ནས་སློབ་གསོ་བྱེད་དགོས་ཡོད་ནའང་རེད། དེ་མ་ཡིན་པའི་ཐབས་ལམ་

གཞན་པ་ཧན་པ་སྤྱོད་དགོས་ཡོད་ནའང་རེད། དེ་འདྲ་མང་པོ་བྱས་སོང་། འདི་ང་ཚོའི་ཁ་ཚ་དགོས་གཅུགས་ཤིག་རེད་འདུག་སྙམ། སློབ་མ་དེ་ཚོ་ངའི་ཚོར་སྣང་ག་རེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་ན། སྒོས་རྗེས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་གྱི་སློབ་མ་དེ་ལྷག་པར་དུ་དཀར་སྤུབ་འཇིབ་བསྡད་པ་དེ་སློབ་གྲྭའི་ཁོར་ཡུག་ནང་ལ་དར་སྲོལ་ཡོད་པ་ངས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་བ་ཉིད་ནས་བྱེད་ཀྱི་མེད། སློབ་གྲྭའི་ནང་དུ་སློབ་གྲྭའི་རྐྱེན་བདག སློབ་གྲྭའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འདི་འདྲའི་གོ་སྐབས་དེ་ཏ་ཅང་དཀོན་པོ་རེད། རེད་དེ་སློབ་ཕྲུག་དེ་ཚོ་འཁྱུས་ཤོར་འགྲོ་སའི་གཞི་རྒྱ་བ་དེ་ག་རེ་རེད་དྲན་གྱི་འདུག་ཟེར་ན། ཕྲུ་གུ་དེ་ཚོ་ཟླ་བ་གཅིག་གཉིས་གྲུང་གསེང་དང་ཉིན་མ་གཅིག་གི་གྲུང་གསེང་འགྲོ་བ་དེའི་ཁོར་ཡུག་ནང་ལ་ཕྲུ་གུ་ཚུར་སླེབ་དུས་སྐྲ་སེར་པོ་བཟོས་པ་འདྲ་བོ་དང་དེ་ནས་སློབ་གྲྭ་ནང་ཡར་འཛུལ་བའི་སྐབས་ལ་སྟོད་ཁྲུག་དེ་ཚོ་སྤོག་བཤེར་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ཅ་ལག་འདྲ་མི་འདྲ་འདོན་བསྡད་པ། གཞི་རྒྱའི་ཆ་ལ་གྲུང་གསེང་སྐབས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་ཁྱད་པར་དུ་ས་གནས་སོ་སོའི་འགན་འཛིན་ཡིན་ནའང་རེད། ཕ་མ་དོ་བདག་ཡིན་ནའང་རེད། ངེས་པར་དུ་དེ་ཚོ་སློབ་གྲྭའི་དགེ་རྒན་ལ་ཕྱག་རོགས་མཉམ་འདྲེགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཏ་ཅང་གི་གནད་འགག་རེད་དྲན་གྱི་ཡོད། ཕྲུ་གུ་ཁ་ཤས་སློབ་གྲྭར་ཡོད་པའི་སྐབས་སློབ་སྦྱོང་དང་སྤྱོད་ལམ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ལ་ཟླ་བ་གཉིས་རྗེས་ནས་ཚུར་སླེབས་ཡོང་དུས་སྐྲ་འདྲ་མི་འདྲ་བཟོས། ཨ་མཆོག་ཡང་ཤི་ཁྲུང་ཕྱུག ཁྱད་པར་དུ་ངས་ཡང་མང་པོ་ཚོར་སོང་། ང་རང་ཡང་གྲུང་གསེང་སྐབས་ས་གནས་གང་ས་གང་དུ་གནས་སྐོར་དང་སྤྲུགས་འགྲོ་བསྡད་དུས་ཕྲུ་གུ་དེ་ཚོ་ཐ་མག་འཐེན་མཁན་དང་། སྨྲག་སྨྲག་གཏོང་ནས་འགྲོ་སྟོད་མཁན། ཕྲུ་གུའི་ལག་པའི་ནང་ལ་ཁ་པར་རྩེ་མོ་རྩེད་སྟོད་མཁན་དོ་བདག་ཕ་མའི་ནོར་འཁྲུལ་རེད་འདུག ངས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ཡིན་དུས་མ་འོངས་པར་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཕ་མ་དེ་ཚོར་ཟབ་སྦྱོང་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་རེད། ཕ་མ་དང་དགེ་རྒན་བར་ལ་ཕྱག་རོགས་མཉམ་འདྲེགས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ན་བྱེད་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འདི་སྒོས་རྗེས་དེ་སློབ་གྲྭར་མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སོན་རྒྱ་ལ་ན་ཚ་འདྲ་མ་སོང་ན་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་སློབ་གྲྭ་སོ་སོའི་ཕ་མའི་ཚོགས་ཆེན་ལོ་རེ་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད་དུས་དེ་ལ་མཉམ་བཞུགས་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཕ་མ་དེ་ཚོར་སློབ་གསོ་སྤྲོད་དགོས་པ་དེ་ཏ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག་བསམ་གྱི་ཡོད།

ཤོག་གྲངས་ ༩ པའི་ནང་ ༩.༥ འི་ནང་ལ་ཉེ་ཆར་ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ན་རེད་སྐྱི་ཚོགས་ལ་སློབ་གསོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གཏམ་བརྗོད་མར་འཕྲབ་ནས་གློ་བ་དང་མཆིན་པ་དེ་འདྲའི་གཏམ་བརྗོད་མང་པོ་འཕྲབ་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། ད་ལྟ་འདིའི་ནང་ཡང་བོད་ཀྱི་གཏམ་བརྗོད་འཕྲབ་སྟོན་ཚོགས་པ་གླུས་ནས་མང་པོ་འཕྲབ་ཀྱི་ཡོད་གསུངས་ཀྱི་འདུག དེ་ཁ་སེང་ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་སྐབས་འཕྲབ་མཁན་དེ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། འཕྲབ་པའི་སྐབས་ལ་སྐྱོད་གོས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཡི་གེ་བྲིས་འདུག་པ་དེ་ཚོར་དོ་སྣང་སྤྱོད་དགོས་ས་རེད་མ་གཏོགས་ཡི་གེ་ནོར་བ་མང་པོ་འདུག ང་ཚོས་མཐོང་ཡོད་ཀྱི་རེད། ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་སྐབས་སུ་འཕྲབ་མཁན་དེ་ཚོའི་སྙིང་དང་། གློ་བ། མཆིན་པ་ཟེར་ནས་ཡི་གེ་ནོར་བ་འདུག དེ་འདྲ་འཕྲབ་ནས་སྐྱི་ཚོགས་ཁག་ལ་འགྲོ་བ་ཡིན་ན་ཡི་གེ་ནོར་བ་དེས་ག་རེ་ལབ་ཀྱི་ཡོད་ན་བསམ་ནས་གོ་རྟོགས་མ་ཐོབ་པའི་ཐོག་ལ་ལོག་པ་འགྲོ་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་འདུག དེ་ཚོ་ཕལ་ཆེར་ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་བརྟན་ཐུབ་ནང་ལ་ལྟོས་དང་ཡི་གེ་ནོར་བ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་མ་འོངས་པར་ཞིབ་འཇུག་ཡག་པོ་བྱས་ནས་གཏམ་བརྗོད་འཕྲབ་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ ༡༠ པ་དེའི་ནང་། ཁ་ བདེ་དོན་སྔེ་ཚན་ཟེར་བ་དེའི་ནང་ལ་སྤྱིར་བཏང་ཆབ་སྲིད་བཙན་པ་དེ་ཚོར་གཞུང་གི་ངོས་ནས་ཆ་རྐྱེན་དང་མཐུན་རྐྱེན་ཡག་པོ་སྤྲུར་གྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། ངས་བསྐྱར་དུ་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ཀུན་བཟག་གྲོ་ལགས། ཁ་སེང་སྔོན་མ་ངས་དྲི་བ་ཞིག་དྲིས་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་སྙེར་གྱི་འཚོ་བའི་ཐད་ལ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་རོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཡོད་མ་རེད་ཞུས་ཡོད་དུས། ཁོང་གི་བརྗམས་བཞག་པའི་དེབ་དེ་ལ་འགྲོ་སོང་གཏོང་གི་ཡོད། རོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་གསུངས་པ་མ་གཏོགས། ཀུན་བཟག་གྲོ་ལགས་ཀྱིས་དངོས་གནས་དྲང་གནས་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་སྤེལ་གྱི་འདུག་སྙམ། རྒྱ་གར་གཞུང་དང་གྲོས་ཚོགས་ལ་བཅར། ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ཡུལ་སྐོར་སྤྲོ་འཆམ་འདི་ཚོ་ཚུར་སྐད་བཏང་། ཕོ་རང་སྙེར་གྱིས་ངོས་ནས་སྐད་བཏང་། ཏ་ཅང་གི་བོད་བསྟན་པ་ཆབ་སྲིད་ལ་ཕན་མཁན་གྱིས་ལས་འགུལ་སྤེལ་གྱི་འདུག་སྙམ། ང་ནམ་རྒྱུན་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གུས་ཞབས་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན། དེ་ངས་ཁ་སེང་དོགས་འདྲི་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། དེར་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན། འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ཞེས་གཙོ་བོ་ཞུས་ན། ཁོང་ལ་དདུལ་གྱི་རོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ཞུས་ཡོད་དུས། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་དེབ་ཞིག་དཔར་བསྐྲུན་བཟོས་པ་དེར་རོགས་པ་བྱས་ཡོད་གསུངས་པ་མ་གཏོགས་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ལ་རོགས་པ་སྤྲུར་བ་གསུངས་མ་སོང་། དེ་རིང་འདིའི་ཐད་ལ་ཁོང་གི་སྐུ་གཟུགས་ཀྱི་འཁྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ནི། ང་ཉིན་མ་ཞིག་ཕྱིན་པའི་སྐབས་ལ་ཁང་པ་ནི་ཧ་ཅང་ཟེབས་ཆག་ཅིག་གི་ནང་བསྡད་སྡོད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོའི་ཐད་ལ་གཞུང་གི་ངོས་ནས་མཐུན་རྐྱེན་སྤྲུར་དགོས་ངེས་རེད་འདུག ཁོང་ཆབ་སྲིད་བཙན་པ་རེད། ཕོ་རང་གི་ཐོབ་ཁོངས་ཆ་ནས་ཨོ་སི་ཊོ་ལི་ཡར་འགྲོ་ཚོག་གི་ཡོད་པ་རེད་དེ་མ་ཕྱིན་པར་འདིའི་ཁོར་ཡུག་ནང་བསྡད་ནས་བོད་ཀྱི་བསྟན་པ་ཆབ་སྲིད་ལ་ཕྲུར་གྲུ་མཉམ་འདེགས་བྱས་ནས་བསྡད་པ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོར་འཁྲོད་བསྟེན་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་སྔོན་མ་བཟོས་ཡོད་དམ་མེད། གལ་སྲིད་བཟོས་མེད་ན་མ་འོངས་པར་འཁྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐད་ལ་མཐུན་རྐྱེན་སྤྲུར་རྒྱུ་དང་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་སྤྲུར་རྒྱུའི་འཆར་གཞིའི་ནང་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཤོག་གྲངས་ ༡༣ ཀྱི་མཛེ་ནད་ཅན་ཟེར་བ། དེ་འགོས་ནད་ཀྱི་རིགས་ཡིན་དུས་འདས་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དཀའ་ངལ་རབ་དང་རིམ་པ་མང་པོ་འཕྲད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་ན་མི་གྲངས་ཧ་ཅང་ཉུང་ཉུང་རེད། ལྟ་རེད་འདུག ཁོང་ཚོར་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་སྐྱོད་ས་ཞིག་འཛུག་ཐུབ་ན་ང་རང་ངོས་ནས་དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག ང་ཚོའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ལ་བལྟས་ན། ས་གནས་སོ་སོར་ཡིན་ན་ཡང་གཅིག་འགོས། གཉིས་འགོས་དར་ཁྱབ་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ནས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ལ་མཛེ་ནད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་བྱུང་བ་རེད། འདིར་ལོ་རྒྱུས་མཁྱེན་ཚུལ་བདག་པོ་ཀྲུང་ཀྲུང་ཡིན་དུས། ད་ལྟ་ང་ཚོར་གྲངས་ཀ་ལྟ་མ་གཏོགས་མེད་དུས་འདི་གྲངས་ཀ་ལྟ་དེ་ཉུང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་ཐབས་སུ་སྡེབ་གཅིག་ལ་ས་གནས་གཅིག་ལ་བཞག འཁྲོད་བསྟེན་ག་རེ་ལྟ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་ཡོད་ན་བྱེད། མི་གཞན་དང་འབྲེལ་ལམ་བྱེད་རྒྱུ་ཉུང་དུ་གཏང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དར་ཁྱབ་རྒྱུ་ཉུང་དུ་འགྲོ་བའི་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་རེད་བསམ་པ་མ་གཏོགས། འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ལ་ཕྱི་མིག་ཅིག་བལྟས་ནས་ད་ལྟའི་གནས་བབས་འདི་ལ་བསམ་ཤེས་བཀྱིས། མ་འོངས་པའི་བོད་ཀྱི་སོན་རྩའི་ནང་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཧ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། འདི་ཚོ་ཧ་ཅང་གི་གནད་འགག་རེད་སྙམ།

ཕྱོགས་གྲངས་ ༡༩ ཡི་ ༢༢༨ ཡི་ནང་ཟླ་རན་སེར་རྗེན་གཞི་བྱེད་པའི་རེ་བ་ཚོགས་པ་ནས་མདོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་ཕྲུག་ཚོའི་ཆེད་དུ་ཕྱུག་དངུལ་གྱི་རོགས་སྐྱོར་གནང་བ་རེད་ཅེས་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ངོ་བོ་ཙམ་མ་གཏོགས་དགོས་ཆེད་གང་ཡང་མེད་པ་ཡིན་དུས་མདོན་དགའི་སློབ་གྲྭར་ཟླ་རན་སེར་རྗེན་གཞི་བྱས་པའི་རེ་བ་ཚོགས་པ་ནས་དངུལ་གྱི་གྲངས་ཀ་ག་ཚོད་རོགས་པ་བྱས་ཡོད་པ་རེད་དམ། དེར་འཚོ་བའི་ཐོག་ནས་བྱས་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཡང་ན་ངེས་ཅན་དེ་ཚོར་རེད་དམ། ཡང་ན་ཟས་སྣན་ནད་སྐྱོན་གང་གི་ཐད་ལ་རོགས་སྐྱོར་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ། གྲངས་ཀ་ག་ཚོད་གནང་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། དེའི་ཐད་ལ་སྤྱིར་བཏང་ད་ལྟའི་ཆར་ངས་གོ་ཚོད་ལ་ཏོག་ཙམ་ཉ་རེ་ཉོ་རེ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་ས་རེད། འདིའི་མགོ་བརྗོད་ཁོ་རང་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ངོ་བོ་ཙམ་མ་གཏོགས་མེད་པ་ཡིན་དུས། འདི་ལ་དོགས་གཞི་སྐྱེས་པའི་གནད་འགག་ཅིག་ཡོད་ས་རེད་བསམ་པའི་དོགས་པ་སློབས་པ་ཡིན་དུས། དངུལ་ཡིན་ན་ག་ཚོད་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ། དངུལ་དེས་ག་རེ་ལ་འགྲོ་སོང་བཏང་ཡོད་པ་རེད་དམ། འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ཁོ་ནའི་ཐད་ལ་རེད་དམ། ཡང་ན་གང་གི་ཐོག་ལ་རེད། དེ་ཚོར་ཁ་གསལ་པོ་ཡོད་ན་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ། དེང་སང་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་པ་དྲ་རྒྱ་ཧ་ཅང་འཁྲུག་ཆ་དོད་པོ་ཡིན་དུས་ཚིག་ཏོག་ཙམ་གྱི་ར་བཏགས་མང་པོ་སྒྲ་ར་ནས་འགྲོ་བའི་དུས་ཤིག་རེད། དེ་ཡིན་དུས་འདིའི་ཐད་ལ་གསལ་བཤད་ཡག་པོ་བྱས་ན་མ་འོངས་པར་དོགས་པ་རྣམ་རྟོག་སེལ་ཐུབ་ས་རེད་བསམ་པ་ཚོར་བྱུང་།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས། སྐར་མ་གཅིག་ལྷག་བསྡད་ཡོད།

སྤྱི་འཐུས་མཁན་པོ་ཀཿཐྲག་དངོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱོགས་གྲངས་ ༢༨ ཟླ་ས་ལྷ་རྒྱལ་རི་ནད་གསོ་ཁང་ཟེར་བ་དེ་ཡིན། དེའི་ནང་ལ་དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་ཁག་ནས་སྨན་བཅོས་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་ས་རེད། དེ་ང་རང་ཡང་ཚོར་སྣང་བྱུང་། ལྷ་རྒྱལ་རིའི་ནད་གསོ་ཁང་བཙུགས་ནས་བཟུང་སྟེ། ད་བར་ཆོས་བརྒྱུད་གང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ནས་དེར་སྨན་བཅོས་བྱེད་མཁན་བསླེབས་སོང་དམ། ད་ལྟའི་ཆར་ཆོས་བརྒྱུད་གང་དང་གང་གི་གྲྭ་བཙུན་སུ་སུ་ཡོད་དམ། སྨན་བཅོས་ལྷ་སྐྱོང་ཞུ་བར་གྲྭ་པ་དེ་ཚོར་ཆ་རྐྱེན་ག་རེ་ཚང་ནས་དེར་སྡོད་ཚོག་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཆོས་བརྒྱུད་གང་དང་གང་ཡོད་པ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་ངེས་པར་དུ་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

མཇུག་བསྡུས་རོགས་གནང་།

སྐྱི་འབྲུས་མཁན་པོ་ཀཿབྲག་དངོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ལགས་ནས།

ད་མཐའ་མ་དེ་ཡིན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ཤོག་གྲངས་ ༤༣ དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ༣་༣ ནང་ལ་རིས་མེད་ཆོས་སྡེ་ཁག་གི་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་རྣམ་པའི་སྐུ་གཟུགས་བརྟག་དཔྱད་འབྲུས་གཙང་ཞུ་རྒྱུའི་ལས་འཆར་དེར་སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཁྱད་པར་དུ་བོད་ཀྱི་བསྟན་པ་ཆབ་སྲིད་གནས་དང་མི་གནས། ངས་སྤོབས་པ་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་རེད། ད་ལྟའི་གནས་བབས་ཡིན་ན་བོད་ཀྱི་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་གཡུང་དྲུང་བོན་དང་བཅས་པའི་དགོན་སྡེ་ཁག་དེ་མེད་ན་བོད་ཟེར་བའི་མིང་ཡང་གྲགས་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་ཟེར་ན། ངས་སྤོབས་པ་ཆེན་པོའི་ངང་ནས་བཤད་ཐུབ། དེ་ཡིན་དུས་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་དེ་ཚོའི་སྐུ་གཟུགས་ལ་བརྟག་དཔྱད་གནང་གི་ཡོད་ས་རེད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ད་ལྟ་ཆོས་བརྒྱུད་གང་དང་གང་གི་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་གྱི་གཟུགས་པོར་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ཡོད་དམ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། **དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས།** མཇུག་བསྡུས་རོགས་གནང་། **བཀུར་འོས་སྐྱི་འབྲུས་ལགས་ནས།** ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཁ་སང་བཀུར་འོས་སྐྱི་འབྲུས་མཆོག་ནས་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་པའི་བཀའ་ལན་ནང་ལ་རིགས་ཁ་ཤས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ལྷག་ཡོད་པ་དེ། དང་པོ་དེ་རིང་ད་ལྟའི་ཆར་ལས་བྱེད་སུ་གང་ཞིག་ལ་ཁང་པ་མེད་པའི་གནས་སྟངས་རེད་མི་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཁང་པ་དེ་ཐོག་མར་རྒྱག་ཡོད་དུས་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་མ་དངུལ་དང་ཕྱུགས་བརྟན་གྱི་ཆེད་དུ། ཡོང་འབབ་ཀྱི་དམིགས་ས་ཞིག་ཟིན་པའི་ཐོག་ནས་རྒྱག་པ་ཆགས་བསྡད་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་ཁང་པ་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དེ་ཐོག་མར་སྡེ་ཁག་ཟེར་ནའང་རེད། ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྐད་གྲགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ལས་ཁུངས་ཤིག་གིས་གཟིགས་པའི་རེ་བ་དང་བཀའ་མོལ་ཞིག་བྱུང་འདུག ཡིན་ནའང་ལས་ཁུངས་དེ་ཡར་མེག་ཕོ་ཏ་ལ་སྤོས་འདུག བྱས་ཙང་འོག་ལ་ཁང་པ་གཉིས་དང་སྟེང་ལ་ཁང་ཆེན་དེ་སྟོང་པ་ལྷག་དུས་ཁ་སང་ཞུས་པ་བཞིན་རེད། བེད་མེད་ཚུལ་དུ་བཞག་པ་ལས་ཧོག་ཙམ་འགྲོ་གྲོན་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན་ན་དགེ་མཚན་གཟིགས་པའི་ཐོག་འོག་ནས་ཁང་ཚུང་ཞིག་གླ་གཡར་ལ་གཏོང་འདུག དེ་ཡང་ཚོད་གན་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་གླ་གཡར་ལ་བཏང་འདུག གཞན་གཅིག་དེ་གླ་གཡར་གཏང་རྒྱུ་དེ་ལའང་འདི་ནས་ཚོགས་སྡེ་ཁག་གིས་གཟིགས་བར་ཕེབས་འདུག་སྟེ། ཁང་པ་ཁང་ཚུང་གཅིག་ལས་མེད་པ་སོང་ཙང་། ཁོ་ཚོའི་ཐུགས་བློ་ལ་བབས་མི་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་ཐོག་ཁ་ལ་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ཚང་མ་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནང་དུ་གསལ་བསྒྲགས་རབ་དང་རིམ་པ་སྤེལ་འདུག་སྟེ་ཞུ་བར་ཡོང་མཁན་དང་གླ་གཡར་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་བཅར་མཁན་བྱུང་མི་འདུག བྱས་ཙང་ཐོག་གི་ཁང་པ་ཆེ་བ་དེ་ཟླ་བ་ལ་སྒོར་མོ་སྟོང་ཕྲག་ལྔ་བཅུ་ཡིན་པ་དེ་གསལ་བསྒྲགས་གནང་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་ཞུ་མཁན་མེད་པ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་འདི་མ་འོངས་པར་ང་ཚོའི་

འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་གཞི་དེ་འདྲ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་བར་དགོངས་པ་བཞེས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ཁ་སང་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཁྱུས་མཆོག་ནས་ལས་བསྒོམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀའ་ཞིག་ཕེབས་པ་རེད། དེ་དུས་རང་གི་ལན་ཞུས་པའི་ནང་ལ་བཅད་བཏུབ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཏག་ཏག་མི་བསྡད་པ་ཞིག་ཚོར་བའི་ཐོག་ནས་བཀའ་ལན་ཕུལ་པ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་སུ་ཚན་པ་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་རྩད་གཅོད་བྱེད་དུས་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁག་ནས་ལས་བསྒོམས་ཤོག་བུའི་སྟེང་དང་། དེ་བཞིན་ཀམ་པུ་ཊར་ནང་ལ་དབྱིན་ཇི་སྐད་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག soft copy ནང་འགྱོར་དུས་གང་ཟབ་ཟབ་གང་ལེགས་ལེགས་བྱས་པ་དང་། བྱེད་པའི་ཁྱུལ་རེད་འདུག ང་ཚོའི་ཕ་ཡུལ་ནང་གཏམ་དཔེ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། མཚོད་རྟེན་དཔལ་མོ་དག་དག་ལབ་ནས། མཚམས་རེ་དག་དྲགས་དུས་བཀའ་བཀྲོན་ཕེབས་ཡོང་བའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་ཁུངས་ཨ་མའི་ལས་བསྒོམས་འདིའི་རྒྱབ་ལ་མ་ཐུད་ནས་ཤོག་བུ་བང་རིམ་བསྒྲིགས་ནས་གང་ཡོད་པ་དེ་ཆ་ཚང་སྐྱི་འཁྱུས་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་ལ་ཕུལ་གྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་རིང་སྐྱི་འཁྱུས་ཁག་རྣམ་པ་ཁ་ཤས་ནས་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་པ་རེད། བྱས་ཙང་དེ་ཡིན་དུས་དང་པོ་དེར་སྐྱི་འཁྱུས་ཐོག་མ་དེ་ཡིས།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག ཧོག་ཙམ་དབུ་བཞུགས་གནང་རོགས་གནང་། སྐྱི་འཁྱུས་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྐྱི་འཁྱུས་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གཏམ་བཤད་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་མ་རེད། ལན་གསལ་པོ་དགོས་ཟེར་མཁན་དེ་ཚོས་དེ་ལས་བསྡུས་ཙམ་བྱས་ནས་དགོས་གསུངས་ཀྱི་འདུག ཁ་སང་དཔེར་ན། རྒྱལ་སྤྱི་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་མི་མང་ལས་འགུལ་ཁང་ལ་གཡར་བའི་ཁང་པ་དེ་ག་རེ་རེད་དམ་ཟེར་དུས། ད་ལྟ་ཁང་པ་སྟོང་ཕྲག་ལྔ་བཅུ་བྱེད་མཁན་དེ་ལྷག་བསྡད་ཡོད་པ་རེད་གསུངས་ཀྱི་འདུག ཁོང་ཚོར་གཡར་བའི་ཁང་པ་ག་ཚོད་ཡོད་པ་རེད་དམ། དེར་གོང་ག་ཚད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ། དེ་གསལ་པོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ལངས་ཕྱོགས་གཞན་པ་བོད་རང་བཙན་སློབ་ཕྲུག་ཚོགས་པ་བསླེབ་ན་གཡར་གྱི་རེད་དམ་མ་རེད་ཞུས་དུས། དེའི་བར་ཐག་ལ་ཁྲིད་པར་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཟེར་བ་དེར། ལན་གསལ་པོ་བརྒྱབས་མ་སོང་། ཁ་སང་ཕལ་ཆེར་རྩ་དོན་ལ་གནོད་མཁན་ཡིན་ན་གཡར་གྱི་མ་རེད་མདོག་མདོག་གསུངས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ཚིག་འདི་ཐལ་ཆ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། བོད་རང་བཙན་སློབ་ཕྲུག་ཚོགས་པ་རྩ་དོན་ལ་གནོད་མཁན་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ། ག་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་གསལ་བཤད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་བཞིན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཤར་ཕྱོགས་ཁྲུག་རྐྱ་ལ་གཡར་བཞག་པའི་ཁང་པ་དེ་ཆ་རྐྱེན་ག་རེའི་ཐོག་ནས་གཡར་རེད་དམ་ཟེར་དུས། གསལ་པོ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ལབ་མ་སོང་། གཅིག་ཡིན་ལ་མིན་ལ་འདྲ་པོ་སྡུག་ཏུ

སྟུག་ཏུ་འདྲ་བོ་ཞིག་བཏང་དུས། དེ་ཡང་གསལ་པོ་བྱུས་ནས་ཆ་རྐྱེན་ག་རེའི་ཐོག་ནས་གཡར་རེད། སྟོན་མ་བདེ་སྐྱུང་བཀའ་ཟུར་ལ་གཡར་དུས་གོང་ཚད་ག་ཚོད་རེད། མ་འོངས་པར་གལ་སྲིད་མང་གཙོ་རྩིས་ཁྲ་ཚོགས་པ་འཚོལ་སོང་ན་གླ་ཆ་དེ་ག་རང་ལེན་གྱི་རེད་དམ། དེ་དག་གསལ་པོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག ལན་འདེབས་གང་ཐུབ་གསལ་པོ་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

ལགས་སོ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ལན་འདེབས་གང་ཐུབ་ཐུབ་གསལ་པོ་ཞུ་ཆོག་པ། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ད་ལྟ་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་རྒྱུའི་ནང་གི་ཁང་པ་དེ་ལ་ཁང་གླ་ག་ཚོད་རེད་དམ་གསུངས་པ་རེད། ཁང་གླ་དེ་ཉིན་སྐོར་ ༡༠༠༠༠ རེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཁང་མིག་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ཉིན་སྐོར་ཁྲི་རེ་རེ་བྱུས་ནས་གསལ་བསྒྲགས་ཕྱིན་འདུག ཐོག་ལ་ཡོད་པ་དེ་ཁང་པ་ཆེ་བ་ཞིག་འདུག་དེ་ལ་ཉིན་སྐོར་ ༥༠༠༠༠ གསལ་བསྒྲགས་ཕྱིན་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ཚིག་ཐལ་ཆ་ཡི་ཐོག་ལ་ཚིག་ཅིག་བཟུང་ནས་བཀའ་ཞིག་ཕེབས་པ་རེད། ང་རང་དྲན་པ་བྱེད་ན་ངས་ཁ་སེང་ཚིག་ཐལ་ཆ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་བེད་སྤྱོད་བྱུས་པ་ཞིག་དྲན་གྱི་མི་འདུག ངས་ཁ་སེང་ག་རེ་ཞུས་ཡི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། བོད་སྤྱི་པའི་རྩ་དོན་ལ་གནོད་གཞི་བྱེད་མཁན་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ལ་གནོད་གཞི་བྱེད་མཁན་དེ་འདྲའི་སྡིག་འཛུགས་ཡིན་ན། དེ་འདྲ་ལ་ང་ཚོས་ཕྱུལ་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། ཁང་པ་གཡར་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། དེ་མ་ཡིན་པ་སུས་ཞུ་བར་བཅར་བ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་གཡར་བར་དཀའ་ངལ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་ཞུས་དུས། ངས་བོད་རང་བཙན་སློབ་ཕྲུག་ཚོགས་པ་དེ་བོད་སྤྱི་པའི་རྩ་དོན་ལ་གནོད་མཁན་ཞིག་རེད་ཞུས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཁོ་རང་གིས་ངོ་བོ་ཞིག་བཏགས་བྱུས་ནས་གསུངས་བསྟད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྟད་འདུག གལ་སྲིད་སང་ཉིན་

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག དབུ་བཞུགས་གནང་རོགས་གནང་། ལན་འདེབས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཕར་གསལ་པོ་བཟོས་ན་འགྲིག་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་འདུག་སྙམ། ངེས་པར་དུ་ཕར་དྲི་བ་དྲིས། ཚུར་དྲི་བ་དྲིས་དེ་འདྲ་གསུང་དགོས་པ་གང་མཐོང་གི་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་རིང་ལས་རིམ་མར་འགྲོ་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཁར་སྡོད་ན་གནས་སྟངས་ཡག་པོ་ཞིག་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ཨུ་ཚུགས་བརྒྱབས་ནས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བརྗོད་དགོས་པ་འདུག་ན་བརྗོད་གནང་རོགས་གནང་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྨོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀའ་བློན་ཞིག་གིས་གསུངས་གི་ཡོད་པ་རེད། ངས་ད་ལྟ་བོད་རང་བཙན་སློབ་ཕྲུག་ཚོགས་པ་བོད་ཀྱི་རྩ་དོན་ལ་གནོད་མཁན་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཞེས་དྲིས་པ་ཡིན། མ་རེད་ན་མ་རེད་ཟེར་ནས་ལན་བརྒྱབ་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ཟེར་གྱི་འདུག་ཟེར་ནས་ཚུར་སྙུར་གྱི་འདུག ཁ་སང་ལན་ཐོག་གི་ཡོད་ན་ཐོག་ དུས་ཐོག་ལ་རྒྱག་རོགས་བྱེད། དེ་མིན་མཇུག་ལ་བརྒྱབ་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཟེར་དུས། དང་པོ་ལན་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། བཟོ་ལྟ་འདྲ་ཞིག་བཏོན་ནས་སྟོན་མ་དབང་ཆ་གང་ཡོད་ན། ད་ལྟ་དེ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་དེ་ནས་མར་རྩོམ་སྒྲོད་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དོན་དག་གཙོ་བོ་དེ་རྩོམ་མ་བསྡད་རོགས་བགྱིས་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུངས་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དགོངས་འགལ་མེད་པའི་ཐོག་ནས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་དེ་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ལན་རྒྱག་རེས་བྱེད་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁྲིད་གསོད། འདི་ལ་ལངས་བསྡད་མཁན་གྱི་མི་དེས་བཤད་སྟངས་གང་འདྲ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེའི་ཐོག་ལ་ཁྲིད་གསོད་དེ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས་ཧ་ཅང་ཙམ་སྟངས་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྙམ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དེ་ཚོ་ཚོགས་གཙོས་སྟོན་དབུ་འབྱེད་ཀྱི་གཏམ་བཤད་ནང་ལ་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཁྲིད་གསོད་དང་ལྷག་པར་དུ་ཕྱོགས་ར་ལྟ་བུའི་གཏམ་བཤད་དུས་ནམ་ཡང་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རེད། འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་བློན་རེད། ཚང་མས་དགོངས་པ་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་དེ་མ་གནང་རོགས་གནང་། གོང་ནས་ལྷན་ཁང་མང་བ་འགྲོ་ཆར་བ་རེད། གཅིག་མ་གཏོགས་ལྷག་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་མཇུག་སྐྱོང་བྱེད་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་མེད་དམ་སྙམ། དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག སྔ་མ་ཐུད་ནས་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་གསུང་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གུས་པས་ཞུ་རྒྱུར་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལ་གནོད་འཚེ་མི་བྱེད་མཁན་སུ་ཞིག་གིས་ཁང་ཚུང་གཅིག་ལྷག་པ་དེ་གཡར་འདོད་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཟླ་རེར་ཧིན་སྒོར་ ༡༠༠༠༠ བྱེད་ནས་ཕུལ་གྱི་རེད། འདི་ངས་ཚིག་

ཐག་ཚོད་པོའི་དང་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཞན་པ་དེ་ཟླ་རེ་ཧྲིན་སྒོར་ ༡༠༠༠༠ གི་ཐོག་ནས་གཡར་གྲུབ་པ་རེད། དེ་བཞིན་སྒོར་མི་ཁྲི་ལྔ་ཙན་པ་དེའང་གཡར་བར་ཡོང་བ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན། དེའང་ང་ཚོས་ཕྱུལ་ཚོག་ཟེར་ནས་ཚིག་ཐག་ཚོད་པོ་དང་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་ལ་ཁང་གླ་ག་རེའི་འོག་ནས་གཡར་ཡོད་པ་རེད་དམ་གསུངས་པ་དེར། ངས་ཁ་སང་ཞུས་པ་ཡིན། འཛིན་སྐྱོང་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཁག་ཅིག་རེད། ལྷག་དོན་དུ་རང་སྐྱོང་བྱེད་པའི་སྡེ་ཁག་ཅིག་རེད། དེ་ཡི་འཚོ་བའི་གནས་སྟངས་དེ་འཚོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་དངུལ་གྱི་ཡོང་འབབ་ཅིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་བབས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེའི་འཛིན་སྐྱོང་གིས་དུས་སུ་གཟིགས་པའི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་ཏེ་ཕེབས་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་པ་རེད་ཞེས་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་སྔོན་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་འདིར་ཆེས་བཀུར་བར་འོས་པའི་བཀའ་བླུར་ཞིག་ལ་དེ་འདྲ་བྱུས་ནས་ཁང་པ་གཡར་གནང་བ་རེད། དེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་བཀའ་བླུར་གྱིས་ཡར་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་འཛིན་སྐྱོང་གིས་མར་ཁང་པ་གཡར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་དོ་བདག་གིས་ཡར་ཞུས་པ་རེད། འཛིན་སྐྱོང་གིས་མར་དེ་འདྲ་བྱུས་ནས་གནང་བ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་དྲི་བ་ག་རེ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མ་འོངས་པར་ད་ལྟ་མང་ཚོགས་རྩིས་ཁྲའི་ཚོགས་ཆུང་གི་དགོངས་ཞུའི་རྗེས་སུ་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་རེད་དམ་གསུངས་དུས། ངས་ཁ་སང་ཞུས་པ་ཡིན། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། ནང་སྲིད་ཀྱི་ཁྲུབ་ཁོངས་འོག་ནས་ས་ཁང་གིས་དེ་སྔ་དང་པོ་སྒོར་མོ་སྟོང་བཅུ་གཉིས་ཞུས་པ་རེད། དེ་ནས་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་བློན་གྱིས་མར་བཀའ་མོལ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་སྒོར་མོ་སྟོང་ཕྲག་གཉིས་མར་བཅག་སྟེ། ཁང་གླ་ཧྲིན་སྒོར་ ༡༠༠༠༠ བྱས་ནས་ཕེབས་པ་རེད། དེའི་སྔོན་ལ་གཡར་བའི་སྐབས་སུ་བརྒྱད་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་རེད། བྱས་ཙང་ད་ལྟ་ཧྲིན་སྒོར་ ༡༠༠༠༠ བྱས་ནས་གཡར་བཞག་པ་དེ་ནམ་ཞིག་མང་ཚོགས་རྩིས་ཁྲའི་ཚོགས་ཆུང་དེ་དགོངས་པ་ཞུ་བ་ཡིན་ན། རྗེས་སུ་གནས་བབས་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་འདི་སྤྲད་དགོས་པ་བྱེད་ཀྱི་རེད། སྤྲོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ངས་ཁ་སང་ཞུས་པ་རེད། དེ་ལས་འགྲོས་པའི་ཕྱག་ལས་གཞན་པ་དང་། གནད་དོན་གཞན་པ་འདོན་གྱི་ཡོད་ན། དེའི་དུས་གཟིགས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕལ་ཆེར་ཁ་སང་གི་དྲི་བ་དེར་ངའི་ལན་ཐོགས་ཡོད་བསམ་སོང་སྟེ། ཐོགས་མེད་པ་ཡིན་ན་བསྐྱར་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས་ཀྱིས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བཏོན་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་འདྲི་གནང་ན་འགྲིག་གི་འདུག ངས་བཀའ་ལན་ཕྱུལ་ཚོག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གླིང་ཚ་ཚེ་བརྟན་རྡོ་རྗེའི་སྐོར་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞིག་ཕེབས་སོང་། དེ་གསལ་པོ་བྱེད་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ལ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཐད་ཀར་དེའི་ཐོག་ལ་འབྲེལ་བ་དང་། དེར་མ་ཐུབ་འགྱུར་སྒྲུར་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ངའི་ཤེས་རྟོགས་ནང་ལ་ད་ལྟ་བར་དུ་སླེབས་མ་སོང་སྟེ། ཡིན་ནའང་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག ལྷག་དོན་དུ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གིས་དབུ་ཁྲིད་འོག་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་གཅིག་གནང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ང་ཚོ་མཚམས་རེ་ཚུགས་པའི་སྐབས་ལ་ཞོར་དུ་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་དུས་ངས་གོ་སོང་། ཡིན་ནའང་ངས་བར་དེར་གནས་ཚུལ་རྒྱས་པ་ཞིག་ཞུ་ཚོག་པ་བགྱིས། གོང་དུ་ཕྱག་རོགས་རྣམ་པས་གལ་སྲིད་ཤོག་བུ་ཞིག་གཏང་སོང་ན་ངས་དེའི་ཐོག་ལ་ཞིབ་ཅིང་ཕྲ་བ་ཞུ་ཚོག་པར་བགྱིས་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ཁ་སང་གྲྭ་ཤེས་རབ་ལགས་སེམས་ཁམས་མི་བདེ་བའི་གནས་སྟངས་དེའི་ཐོག་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་གསུངས་གནང་སོང་། ལྷག་དོན་དུ་ད་རིང་འདིར་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་གྲྭ་ཚང་རེད། ཁང་ཚན་

རེད། དེ་བཞིན་པ་ཡུལ་གཅིག་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་རོགས་སྐྱོར་གནང་བསྡད་པ་རེད་གསུངས་སོང་། དེ་ཚོ་ཚང་མར་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་དང་། བསྟུགས་བརྗོད་ཞུ་ཡི་ཡོད། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་དང་ང་ཚོ་མཉམ་དུ་རྒྱུན་རིང་པོ་ནས་ལས་ཀ་མཉམ་དུ་ལས་བསྡད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ཚང་མས་ཡག་པོ་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁོང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན། ཁོང་གིས་དུས་ཐོག་ལ་ནད་པར་རོགས་པ་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་དང་། འགན་བཞེས་པ་དེ་ཚོ་ཡིན་ནའང་། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགན་ཁུར་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བསྟུགས་བརྗོད་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་དང་དེ་ལྟ་བུ་དེ་རིང་འདི་ལ་བཞུགས་བསྡད་མཁན་ཚང་མས་དུས་ཐོག་ཏུ་འགན་བཞེས་ནས། དེ་ལྟ་བུ་ཕྱུག་རོགས་དང་རོགས་སྐྱོར་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། སྔོན་མ་ང་ཚོའི་བཤད་ཚུལ་ཡོད་རེད། མར་མེ་གཅིག་ལ་མར་མེ་གཅིག་གིས་ཞལ་ཁ་འབྱེད། (Deep se deep jala tey challo) ཟེར་བ་རྒྱ་གར་གྱི་གཏམ་དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཕན་ཐོགས་ཐུབ་སོང་ན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཡིན་ན་སྟོབས་པ་བྱེད་རྒྱུ་དང་། ང་རང་ཚོའི་ལས་ཀ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་གཅིག་གིས་འགན་འཁུར་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་མ་སྨོན་ས་ལ་སྨོན་ཐུབ་པ་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་ཡོང་བསྡད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག མཛད་རིམ་གྱི་ཐོག་ནས་དུས་ཚོད་ཞེ་དྲག་ཡོད་པ་མ་རེད། ངས་ཞུས་རྒྱུ་ཏ་ཙང་རིང་པོ་འདུག་པས་ཡིན་ནའང་ངས་གང་བསྡུས་བསྡུས་ཞུ་ཡི་ཡིན། ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་པའི་ནང་དུ། གདན་ས་ཁག་སེ་ར་རེད། དགའ་ལྡན་རེད། འབྲས་སྤུངས་རེད། དེའི་ནང་ལ་ཡོད་བསྡད་པའི་སྨན་ཁང་ཁག་དྲུག་རེད། དེ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལྷག་དོན་དུ་ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་ཚོགས་ཆུང་གི་སྨན་ཐོ་ནང་དུ་རྒྱབ་གཉེར་རེད། ས་ཆ་ཆུང་ཆུང་གཉིས་ནང་ལ་དེ་འདྲ་སྨན་ཁང་མང་པོ། དེ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ཐུབ་རྒྱུ་འདུག་དང་མི་འདུག དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་བྱས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱི་ཐོག་ལ་འགྲོ་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་དེ་ཚོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགོ་བ་ལས་བྱེད་དང་། ལྷག་དོན་བཀའ་བློན་ཡིན་ནའང་མར་ཕེབས་ནས་གཟིགས་རྒྱུ་སྐོར་ལ་གསུངས་པ་རེད། རང་ཉིད་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ན་ནིང་ལོར་བཅར་བ་ཡིན། རེ་རེ་བྱས་ནས་བཅར་བ་ཡིན། ཏ་ཙང་ཡི་རངས་པ་དང་། ཁོང་རྣམ་པས་ཞབས་ཞུ་གནང་བསྡད་པ་དེ་ལ་ཏ་ཙང་བསྟུགས་བརྗོད་ཞུས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཏ་ཙང་དཀའ་ཚོར་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་འདུག ལྷག་དོན་དུ་ད་ལྟའི་ལོ་ཡིན་ན། རིམ་བཞིན་གང་དུ་མཉམ་རུབ་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་དེའི་ཐད་ལ་ཡིན་ན། ད་ལྟའི་ལས་འཆར་ཞིག་གི་ནང་ཁ་སང་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་པ་དེ་བཞིན་རེད། སྨན་ཁང་དྲུག་ག་བ་ག་བ་རེད། སྤུས་ཚད་བཟོ་རྒྱུའི་སྨན་ཁང་དྲུག་ག་བ་ག་བ་རེད། OSN ནང་ལ་སྨན་གྱི་ལེན་སྟངས་དང་། སྨན་མཁོ་སྒྲུབ་བྱེད་སྟངས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་བཀའ་བསྒྱུར་ཞུས་ནས་འགྲོ་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད། བྱས་ཙང་དེ་རིང་གི་སྐབས་འདི་ཟིན་བྱེད་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་གདན་ས་གསུམ་གྱི་སྨན་ཁང་དྲུག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཞལ་འདེབས་རྒྱ་ཆེ་གནང་བསྡད་པ་དེར་བསྟུགས་བརྗོད་ཞུ་བ་ལྟར། དེ་ལྟ་བུའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་གི་འགོ་བ་ལས་བྱེད་ཡོང་ས་ནས་དེ་ལྟ་བུ་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད་ལ། དེར་བསྟུགས་བརྗོད་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་སྔ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་པ་ཞིག་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚོགས་སྔོན་མའི་སྐབས་ལ་འདི་གསུངས་གནང་བ་རེད། དེའི་སྐབས་ཡིན་ནའང་དེ་ལྟ་བུ་ཞུས་པ་ཡིན།

བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་གསུངས་ཡོད་དུས་ཏོག་ཙམ་ཅིག་ལྷག་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་པས་དེའི་གནས་བབས་ཀྱི་ཐོག་ནས། དཔེར་ན། མོན་སྟོའི་སྨན་ཁང་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ཞབས་ཞུ་སྤྲོད་ལས་ལྷག་ཅིག་ཞུ་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེ་སྤྱ་ཡིན་ན་སྨན་ཁང་ལ་ཨེམ་ཆི་མེད་དུས་སྐབས་སུ། སྨན་ཁང་ལ་ཨེམ་ཆི་མེད་པ་ཡིན་ན་སྨན་ཁང་འདིའི་ནང་ལ་ཡོ་ཆས་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཅིག་སྒྲིག་བསྡད་པ་ཡིན་ནའང་། དེས་སྲོག་རྩ་ལྟ་བུ་དེ་ཚང་མེད་དུས་ཡོང་གི་མི་འདུག བྱས་ཙང་ད་ལྟའི་ཆར་མོན་སྟོའི་སྨན་ཁང་ལ་ཨེམ་ཆི་ཡོད། ཨེམ་ཆི་ཁོ་རང་གི་འདོད་མོས་ལྟར་ཁ་སང་ལས་བསྒོམས་སྙན་གསང་ཞུས་པའི་སྐབས་སུ་ལྷི་ལིར་ Ultrasound སྦྱོང་བརྡར་གྱི་ཆེད་དུ་ཟླ་བ་དྲུག་ཕེབས་ཀྱི་ཡིན་གསུངས་པ་རེད། ཟླ་བ་དྲུག་ཕེབས་པའི་རིང་མཐུན་འགྱུར་སྒྱུར་བ་ཡིན། ཕྱིར་ཕེབས་ཏེ་ Ultrasound གཟིགས་རྒྱུ་དང་དེ་ཚོ་ཚང་མ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། མིང་སློས་ཚོག་པ་བགྱིས། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ལྷག་དོན་དུ་དགའ་ལྡན་བྱང་རྩེ་ཡི་སྨན་པ་དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས་རེད། ཁོ་རང་དང་མཉམ་དུ་ཟུང་སྦྲེལ་ཐོག དགའ་ལྡན་བྱང་རྩེ་ཡི་སྨན་པ་དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས་ཆ་ཚོན་ན། ཁོ་རང་ཧ་ཅང་སྐྱུ་ལས་བསྐྱོན་ནས་མཆིན་པའི་གཉན་ཚད་ཀྱི་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཀྱི་ནད་གཞི་འདི་ཚོའི་སྐྱང་ལ་ཕྱུག་ལས་ཧུར་ཐག་གནང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་རང་ཡིན་ན་ང་ཚོས་གང་ལ་གང་འཚམ་ཟུང་སྦྲེལ་ཐོག་ནས་འགན་སྲུང་དེ་འབྱུང་འགྱུར་ཚོགས་འདུ་ཡིན་ནའང་འཚོགས་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་སྒྲིག་བསྡད་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་།

ད་ལྟ་གླིང་ཚ་ཚེ་བརྟན་རྡོ་རྗེའི་རྩིས་གཞི་འདི་ངས་སྙན་གསང་ཞུས་པ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན། ཁོང་གར་སོང་ཆ་མེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་བྱེད་སྒོ་རྣམ་གཞག་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཅིག་གནང་ནས་ཕེབས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་རིང་ཆ་མཚོན་ན་ཨ་མ་ཁྲག་ཤེད་རྐྱེན་པས་འདས་གྲོངས་སུ་གྱུར་པ་དང་། སྐབས་དེ་དུས་ཡིན་ནའང་མཆོད་མེའི་ཞལ་འདེབས་ཕུལ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་དོན་དུ་སྐུ་ལུས་ཞུགས་འབུལ་སྐབས་དེར་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཅར་རྒྱུ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་གནང་འདུག ལྷག་དོན་དུ་གླིང་ཚ་ཚེ་བརྟན་རྡོ་རྗེ་ལགས་ཀྱི་བཟའ་ཟླ་རེད། ཁོང་གི་བུ་ཕྲུག་རེད། ཁོང་ཚོ་ Israel ལ་བཞུགས་དུས་སྐབས་སུ་ལོ་ལྟར་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གིས་འགྲོ་སྒྲོན་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་ཨ་མ་འཚོ་ཞིང་བཞུགས་པའི་སྐབས་ལ་ཟླ་གྲུ་དང་། མནའ་མ་ཟེར་དགོས་རེད། མནའ་མའི་ཨ་མ་ཐུག་རྒྱུ་ཆེད་དུ་ Israel ནས་འདིར་ཡོང་རྒྱུ། དེའི་ལམ་གྲོན་དང་། འགྲོ་སྒྲོན་ཆ་ཚང་བཀའ་ཤག་ནས་ལོ་ལྟར་ཕུལ་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག འདི་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ། འདི་རིགས་ཤིག་རེད་འདུག དེ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པར་གང་འདྲ་གནང་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག མཐུན་འགྱུར་ག་རེ་ཞུ་ཐུབ་ཀྱི་རེད་དམ་གསུངས་དུས་སྐབས་ལ། ནམ་ཞིག་ང་ཚོ་དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་ཞིག་ཕེབས་པ་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་སྙན་སེང་བྱུང་བ་དང་། ཁོ་རང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་བོད་པའི་རྩ་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་སྐུ་ལས་ཤིག་བསྐྱོན་ནས་ཕེབས་པ་རེད། དེ་ཚོ་ངོས་འཛིན་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཅིག་འབད་བརྩོན་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་དོན་དུ་བཀའ་ཤག་གིས་འདིའི་ཐོག་ལ་རྒྱབ་གཉེར་ཡོད་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་གིས་འཕྲོད་བསྟེན་གལ་ཆེ་ཡིན་སྐོར་བཀའ་སློབ་ཕེབས་སོང་། དངོས་གནས་རེད། ད་ལྟ་ཡར་ལངས་བསྡད་མཁན་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་སྦྱོང་ཚོར་དང་ཉམས་མྱོང་ཡོད་མཁན་ཞིག་མ་རེད། དེ་སྔོན་ནས་ངས་ཞུས་སྦྱོང་ཡོད། ཡིན་ནའང་ལྷན་ཁང་དེའི་ནང་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་ཡོང་བའི་སྐབས་ལ། ཨ་ཙི་ད་འདི་དངོས་གནས་ཁོ་རང་ཆབ་སྲིད་ཀྱིས་ཐོག་ལ་བཤད་དུ

འགྲོ་བ་ཡིན་ན། དང་པོ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གནས་བབས་དེ་བཟང་པོ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་ཞིག་སྦྱོང་བའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པར་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སྣེ་ཁྲིད་མཁན་ཞིག་དང་། འགན་འཁུར་མཁན་ཞིག འགོ་ཁྲིད་ཅིག་ཆགས་པར་གཞི་རྩ་ནི་འཕྲོད་བསྟེན་ཡག་པོ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་བཞིན་ནང་གི་དཔལ་འབྱོར་དང་། ནང་གི་འཚོ་བའི་རྒྱབ་རྟེན་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུར་གཞི་རྩ་འཕྲོད་བསྟེན་ཡག་པོ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་བསམ་པ་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་ངོས་འཛིན་པ་ཞིག་བྱུང་སོང་། འདི་ཡིན་དུས་འཕྲོད་བསྟེན་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་སྐོར་བཀའ་སློབ་གནང་བ་དེར་ངས་དེ་ལྟ་བུའི་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། གྲོས་ཚོགས་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་དུས་ཚོད་ཅིག་གི་ཐོག་ནས་ཐུག་རྒྱུ་ཞིག་གསུངས་སོང་། ངས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པར་དེ་སྐར་ཞུས་ཡོད། ད་ལྟའང་ཞུ་ཡི་ཡོད། མ་འོངས་པར་ངས་དེ་ག་རང་ཞུ་ཡི་ཡིན། འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན། བོད་སྤྱི་བའི་རྩ་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་བཀའ་སློབ་དང་ལམ་སྟོན་ག་དུས་གནང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་སྒོ་འབྱེད་འབྱེད་པ་ཡིན། དེའི་ནང་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་ཡིན་ན་ཞུ་ཡི་ཡིན། དེའི་ནང་བསྟུགས་བརྗོད་ཡིན་ན་རྗེས་སུ་ཡི་རང་རེད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་རེད། བྱས་ཙང་ག་དུས་ཕེབས་པ་ཡིན་ན་ཕེབས་རོགས་གནང་བྱེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད། དེ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་གཞི་ཁག་འདྲ་མིན་གྱི་ཐོག་ལ་རོགས་སྐྱོར་གནང་མཁན་སྦྱིན་བདག་རྣམ་པ་ཚང་མར་བསྟུགས་བརྗོད་དང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞེས་ཞུས་པར། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཡོངས་ནས་ཁྱེད་ལ་དེ་འདྲའི་དགོངས་ཚུལ་དང་བཀའ་སློབ་གནང་བ་དེར་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་དང་སྒེར་མཉམ་མཐུན་ Public Private Partnership དེའི་འོག་ནས་ལས་གཞི་བརྩམ་ཐུབ་ན་བསམ་པ་ཞིག་དགོངས་ཚུལ་ཕེབས་པ་རེད། ཏ་ཙང་དགོངས་ཚུལ་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེད། བསླབ་རྒྱུར་ཏ་ཙང་དཀའ་ལས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་དང་མ་ཟུང་ན་ Mushkhil Hai Na Mumkin Nahin ལབ་རྒྱུ་དེ་རེད། ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་ལྷག་དོན་དུ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་དགོངས་ཚུལ་ཞིག ལྷག་དོན་དུ་དུས་རྒྱུན་སྐུ་ངོ་སྲིད་སྐྱོང་གིས་ངོས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་ཚུལ་ཞིག་ཕེབས་བསྟད་ཀྱི་འདུག ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། གོང་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་དང་པོ་དེས་སེར་བྱེས་མཁས་སྨན་གྲྭ་ཚང་གི་ནང་ལ་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་སྦྱོང་བརྡར་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་གཅིག་གསུངས་སོང་སྟེ། འདི་ནས་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་པ་དང་། སྔ་ཕ་ནས་བཀའ་གནང་བ་དེ་ཚོ་ཕར་ཚུར་མཐུན་གྱི་འདུག སེར་བྱེས་སྤེལ་ཀོབ་གཞིས་ཆགས་ས་ཆ་ཡིན་ན་ཆེན་པོ་དང་། དེར་གཅིག་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད་ན་མེད་ན། དེ་ལྟ་བུའི་དཔྱད་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ་དང་། འདྲའི་ཐོག་ལ་བསམ་བློ་བཏང་ནས་འབད་བརྩོན་བྱ་རྒྱུ་དེ་གཞི་རྩ་ཞིག་རེད་སྙམ། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་འདིར་ལངས་བསྟད་མཁན་གྱིས་དགོངས་ཚུལ་དེ་དཔེ་མི་སྲིད་པའི་ཡག་པོ་འདུག དེ་སང་ཉིན་རང་ང་ཚོས་ལག་བསྟར་ཞུ་ཡི་ཡིན་ལབ་ན་ཏག་ཏག་ཅིག་བསྟད་ས་མ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཞིབ་འཇུག་མང་པོ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་ NIMHANS གི་སྐོར་ལ་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་ཡོང་དུས་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་འདུག ལྷག་དོན་ཁ་སང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་ལས་བསྐོམས་ནང་ལ་༼༥༢།༥༣༽ལབ་ནས། ཨ་རིའི་ནང་ལོགས་ལ་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ཉེན་སྲུང་གི་ཐོག་ལ་ཚོགས་པ་ཆེ་ཤོས་དེ། དེའི་ནང་ལ་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཁྱད་ལས་པ་ཞིག་མཉམ་དུ་འདིར་ཕེབས་ཡོད་པ་རེད། James Duffy ཁོང་དང་མཉམ་དུ་བཀའ་མོལ་ཞུས་པའི་སྐབས་ལ། ཁོང་གིས་སྔར་གྱི་འགྲོ་སྟངས། སློབ་

རྒྱུན་གྱི་འགྲོ་སྟངས། སློལ་རྒྱུན་གྱི་འགྲོ་སྟངས་ཟེར་དུས་ནད་པ་ཡོད་ཚད་ཚང་མ་ཁང་པ་གཅིག་ནང་ཕར་བཞག ས་ཆ་གཅིག་ལ་བཞག དེའི་ནང་དུ་སྨན་ལྟ་བུ་ཞིག་སྤྲད་པ་དེ་འདྲ་བྱས་བསྡད་པ་དེ། དེ་རིང་གི་དུས་ཚོད་ལ་དེ་དེ་ཙམ་ཞིག་ཕན་ཐོགས་མི་འདུག་ལབ་ནས་མཁས་དབང་དེ་ཚོས་བསམ་བློ་དེ་འདྲ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་དཔྱད་པ་ཞིག་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱུ་རེད། ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེད། དེར་འགྲོ་གྲོན་དང་ག་རེ་ཐོག་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། མི་ཆའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། མི་ཆ་ལབ་དུས། དེ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་མཁས་དབང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཨེམ་ཆི་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཙང་དེ་ཚོ་ཚང་མ་དགོངས་པ་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་གོམ་པ་རྒྱག་རྒྱུ་ཡི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་སྨན་པ་ས་གནས་ཁག་ཏུ་ཕེབས་རྒྱུའི་སྐོར་ལ་ལམ་སྟོན་ཟེར་ན་རེད། དགོངས་ཚུལ་ཞིག་ཕེབས་སོང་། དེ་བློ་ལ་ངེས་བྱུང་ཞུས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ས་གནས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ཆེ་བ་ནང་ལ་སྨན་སྦྱོད་པ་དེ་ཆུ་ཚོད་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་སྒོ་འབྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་བཀའ་སློབ་ཅིག་ཕེབས་སོང་། ད་ལྟ་ང་ཚོའི་འགྲོ་སྟངས་ནང་ལ་སྨན་ཁང་ཆེ་ཁག་གི་ནང་དུ་སྨན་སྦྱོད་ཟེར་ན་ Pharmacy དེ་དུས་ཡུན་གང་འཚམ་ཞིག་ནས་སྒོ་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དགོས་ངེས་ཅན་གྱི་སྨན་དེ་ཚོ་འཕྲོད་ལས་པའི་ལས་འགན་ཐོག་ལ་བཞུགས་བསྡད་མཁན duty ཁོང་རྣམ་པ་ཚོའི་ཕྱག་ལ་ཡོད་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་ཛ་དྲག་པོ་ཆགས་པའམ། འ་ཆད་ཡ་ཐུག་ཆགས་ནས་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཆགས་འདུག་བསམས་ན། དེང་སང་ལག་ཐོག་ཁ་པར་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ལས་ཤག་དེ་ཚོ་ཐག་ཉེ་བོ་ཡོད་དུས། འཕྲལ་དུ་སྨན་སྦྱོད་པ་མར་སྐད་བཏང་ནས་སྨན་བཏོན་ཐུབ་རྒྱུ་དང་། སྨན་སྦྱོད་ཐུབ་པ་དེ་འདྲའི་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་ད་ལྟ་འདུག་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་མདའ་སྟེ་དང་། ས་གནས་རྫོང་གི་རྒྱ་གར་གྱི་སྨན་ཁང་། ངས་རྒྱ་གར་སྨན་ཁང་ཞུས་དུས་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་སྨན་ཁང་རང་ངོས་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་ལན་ཕུལ་གྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་འདྲའི་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་དགོས་ཀྱི་རེད་གསུངས་པའི་སྐབས་སུ། དེ་ཚོ་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་འགྲོ་དང་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན། ལྷག་དོན་དུ་ TB ཊི་བི་ཡི་ནད་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་འབྲེལ་ཡོད་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་སྡེ་ཚན་གྱི་འགན་འཛིན་ཊོག་ཊར་བློ་བཟང་ལགས། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Disrict རྫོང་དང་། དེ་བཞིན་ Block ནང་ལ་སྐོར་བསྐྱོད་ཕྱིན་ནས། Block ཡི་ནང་དུ་སྨན་ཁང་ཡོད་བསྡད་པ་དེ་ཚོའི་སྨན་ཁང་ནང་དུ་ད་ལྟ་ RNTCP Revised National TB Control Program ཟེར་ནས། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེའི་འོག་ནས་ལས་འཆར་བཏོན་བཞག་པ་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟའི་ཆར་ཡིན་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ Dots regimen ནང་ལ་ཕེབས་ཚར་བ་རེད། དེ་སྔོན་ཡིན་ན་དེ་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་ Dots regimen ནང་དུ་སྔོན་ནས་ཕེབས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ང་ཚོ་ RNTCP འོག་ལ་ཐད་ཀར་ལས་ཀ་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས། ཊི་བི་ཡི་ནད་གཞི་དེ་ཚོའི་ཁེ་ཕན་ལེན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། ད་ལྟ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ས་གཅིག་དེ་ MDR ཚད་གཞི་དེ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། MDR གྱི་འགྲོ་གྲོན་དེ་ང་ཚོ་རང་གིས་གཏོང་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད།

དེ་བཞིན་སྨན་རྩིས་ཁང་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་དེ་སྔ་ཞུས་བསྡད་པ་བཞིན་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་འབད་བརྩོན་གནང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། ས་གནས་ཁག་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་ང་ཚོ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་མ་རེད་ཡིན་ནའང་། དབུས་ཀྱི་བདེ་ལེགས་

སྨན་ཁང་དང་། སྨན་རྩིས་ཁང་གཉིས་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཔྱད་ཞིབ་བྱེད་རྒྱུ་དང་། ནད་པ་ཁག་གི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་བརྒྱུད་ནས་དཔྱད་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ་དང་། དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་གནང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། མ་འོངས་པར་ཡིན་ནའང་དཔའི་ཐོག་ལ་ད་དུང་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས་རྒྱུའི་ལམ་སྟོན་ཕེབས་པ་བཞིན་དེའི་ཐོག་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་ང་རང་ཚོའི་དབུས་ལ་ཡོད་པའི་ལས་ཁུངས་ཁག་རེད། ལས་ཤག་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ལ། ཁང་པ་མང་པོ་རྒྱག་དུས་དེའི་ནང་དུ་ཆུ་ཡི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་འཕར་མ་དགོས་ཀྱི་རེད་གསུངས་པ་བཞིན། ང་ཚོའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་དེ་ལྟར་ངོས་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས། དེ་སྟོན་ Selakui ནས་ཐོན་པའི་སློབ་ཕྲུག་ཅིག་ལ་ང་ཚོས་འབྲེལ་བ་བྱེད་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ཁོ་རང་ཆ་ཚང་ཐོན་ཚར་ཡོད་ས་མ་རེད། ཐོན་པ་དང་ཁོ་རང་ཡར་མཉམ་སྦྱར་བྱེད་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཤིག་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཁོ་རང་ཐོན་པ་དང་ཚོས་འཕེལ་ལགས་དང་ཁོ་རང་གཉིས་མཉམ་དུ་སྦྱར་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་སྒྲིག་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་ལས་བྱེད་གཅིག་དེ་སྟོན་སྤྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ལས་གྲོལ་བ་ཞིག་རེད། ཁོ་རང་ཚུའི་ཐོག་ལ་ལས་ཀ་མཉམ་དུ་བྱས་ནས་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་དོན་དུ་ཁོ་རང་ལ་རྩེ་ཐང་ལྟ་རྟོག་བྱེད་རྒྱུའི་འགན་སྤྲོད་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཁོ་རང་ཚུ་ཡི་ལས་གཞི་ཐོག་ལ་ཚོས་འཕེལ་ལགས་དང་མཉམ་དུ་སྦྱར་བཞག་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་མི་རབས་གྲན་པ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་དེ་ཚོར་རོགས་སྐྱོར་དགོས་པའི་སྐོར་ལ་ཞིག་གསུངས་སོང་། སྨན་རྩིས་ཁང་གི་རྩིས་གཞི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན་ལོ་དྲུག་ཙུ་རེ་ལྔ་ཡི་ཐོག་ལ་ཡོད་བསྡད་པ་ཚང་མར་རིན་མེད་ཀྱིས་སྨན་སྦྱིན་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་དང་། དེ་བཞིན་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཐུས་འཁོགས་མགོན་མེད་ཟེར་ནས། ཉམ་ཐག་འོག་ལ་ཚུད་བསྡད་པའི་རིགས་འདི་ཚང་མ་སློས་མི་དགོས་པར་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་འབུལ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་གཞན་རིགས་ཤིག་མེད་དུ་མི་རུང་བ། ལོག་ཁ་མེད་པ་ལྟན་ཁང་ཁག་ནས་རྒྱབ་གཉེར་ཁྲིར་ནས་ཕེབས་པ་རེད། དེ་བཞིན་ས་གནས་ཁག་ནས་གནས་བབས་གཞན་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཐོག་ནས་རྒྱབ་གཉེར་ཁྲིར་ཕེབས་ཡོད་དུས། དེ་འདྲའི་སྐབས་ལ་ང་ཚོས་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཟེར་ནའང་འགྲིག་གི་མི་འདུག ཡིན་ནའང་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་མ་དངུལ་ལ་གཟིགས་པའི་ཐོག་ནས་རོགས་སྐྱོར་འབུལ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ནས་སློབ་གྲྭའི་ནང་ལ་སྤྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ཀྱི་གནད་དོན་དེ་རེད། སྤྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ཀྱི་གནད་དོན་ཡོད་པ་དེ་མང་པོ་ཞིག་གིས་གསུངས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྗེས་ལའང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་སོང་། དེར་ལན་མཉམ་དུ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས། སློབ་གྲྭའི་ནང་སྤྱོས་རྫས་ངན་གོམས་འགོག་ཐབས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འདས་པའི་དུས་ཚོད་ནང་དུ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་དང་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཚོགས་འདུ་རྒྱས་པ་ཞིག་ཚོགས་པ་རེད། དེའི་རྗེས་ལ་ Adolescent ལབ་ནས་ལང་ཚོ་དར་བའི་གནས་བབས་ཀྱི་ཐོག་ལའང་ཚོགས་འདུ་ཞིག་ཚོགས་པ་རེད། ལང་ཚོ་དར་བའི་ཚོགས་འདུ་དེའི་ནང་སྤྱོས་རྫས་ངན་གོམས་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་བརྩིས་ནས་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པརེད། བྱས་ཙང་དེ་ཚོ་ཚང་མ་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་ནས་ལམ་སྟོན་གནང་སྐབས་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་སློབ་སྤྱི་དང་། དགེ་ཆེ། དགེ་རྒན། དེ་བཞིན་ལས་བྱེད་སོགས་ཕེབས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ཡིད་གཟབ་བྱས་ནས་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ། དེའི་ཐོག་ལ་ལམ་སྟོན་བཟོ་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ལག་ཐོག་ཁ་པར་གྱི་བརྒྱུད་ནས་ནད་རིགས་འདྲ་མིན་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་སྐོར་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་དགོས་རེད་ཟེར་ནས་བཀའ་ཕེབས་སོང་། དེ་བཞིན་ང་ཚོས་བྱེད་ཚོག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། Blood Bank གྱི་རྩིས་གཞི་དེ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་མཁྱེན་གྱི་རེད། དེ་ལས་སླ་པོ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཆ་རྐྱེན་མང་པོ་ཞིག་ཚང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཚོ་རང་གི་སྨན་ཁང་ཁག་ལ་དེ་འདྲ་གནང་ཐུབ་པ་དེ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཆགས་འདུག ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་བཀའ་ཕེབས་རྒྱུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་རྒྱལ་ས་ཆེ་ཁག་ལྡི་ལི་དང་། སྦྲེང་ལོར། སྡེ་ར་ལྡུན་དེ་འདྲའི་ནང་དུ་ཁྲག་གི་སྦྱིན་པའི་ལས་འགུལ་དེ་འདྲ་སྤེལ། དེ་ཚོའི་ཨང་གྲངས་བཞེས་ནས་རྗེས་མ་ཁྲག་དགོས་པའི་སྐབས་ལ་དེའི་ཨང་གྲངས་ཟེར་ནའང་རེད། དེའི་ཤོག་བུ་དེ་བསྟན་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་གནད་འགག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་ཞུ་ཡི་ཡིན། དེ་བཞིན་ Organ donor ཟེར་ནས་གཟུགས་པོའི་ཆ་ཤས་ཞལ་འདེབས་གནང་རྒྱུ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཡང་མང་ཚོགས་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ནས་སློབ་གྲྭའི་ནང་དུ་ TB ཡི་བརྟག་དཔྱད་དང་། དེ་བཞིན་སློབ་ཕྲུག་དང་དགེ་རྒན་དེ་ཚོར་བརྟག་དཔྱད་ཡག་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་བཀའ་ཕེབས་པ་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་ Active case finding ཟབ་ནས་ TB ཡོད་མེད་ཀྱི་བརྟག་དཔྱད་ཐོག་ནས་དེའི་ནང་དུ་འདོན་པ་ཡིན་ན། དེའི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཚང་མ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པའི་ལས་རིམ་སྤེལ་གྲུབ་པ་རེད། དེའི་རྗེས་ལ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་དང་ Johns Hopskin མཉམ་རུབ་ཀྱིས་ཐོག་ནས་ཡང་ལས་རིམ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ Latent TB ཟེར་ནས་རྩ་བས་ན་ཡི་ཡོད་མ་རེད་དེ་གཟུགས་པོའི་ནང་དུ་ TB ཡི་འབུ་ཡོད་མེད་ཀྱི་བརྟག་དཔྱད་ཅིག་འགོ་བཙུགས་པ་རེད། བརྟག་དཔྱད་དེའི་གནས་བབས་ནང་དུ་དགེ་རྒན་དང་སློབ་ཕྲུག་ནང་ Latent ཡོད་བསྡད་པ་མང་པོ་ཞིག་འདོན་པ་རེད། ལྷག་དོན་དུ་སློབ་ཕྲུག་ལས་དགེ་རྒན་གྱི་ནང་དུ་མང་བ་ཡོད་བསྡད་པ་དེས་མི་རྒན་པ་མང་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཐོན་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ལའང་འབྲུ་གསད་རྒྱུའི་སྨན་ཟླ་བ་གསུམ་གྱི་རིམ་པ་དེ་འདྲ་གཏོང་རྒྱུའི་ལས་གཞི་བརྩམས་ནས་འགྲོ་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་མཆིན་པའི་གཉན་ཚད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དགོན་སྡེ་ཁག་གང་དང་གང་ལ་གནང་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། ངས་ལས་བསྒོམས་སྔ་མ་དང་ད་ལྟ་བསྒོམས་བརྒྱབས་ནས་ཞུས་པ་ན། དཔེར་ན། བྱམས་མང་བྱམས་པ་གླིང་ཅོན་ཏ་ར། དཔལ་ཡུལ་ཆོས་འཁོར་གླིང་། འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད། འབྲི་རུ། རྫོང་སར་ཊལ་ཧོ་སེ། འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད་སྤེལ་ཀོབ། འབྲི་གུང་བཀའ་བརྒྱུད། བཙུན་དགོན་སྤེལ་ཀོབ། འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤེལ་ཀོབ། བདུད་འདུལ་རབ་བརྟན་གླིང་ཨོ་རི་ས། རྫོང་དཀར་ཆོས་སྡེ་ཧོན་སུར། གོང་དཀར་ཆོས་སྡེ་ཏར་པ་སྤུར། རྒྱུད་སྨད་ཧོན་སུར། དགའ་ཤར་མདོ་ཁང་མོན་སྒོ། དགའ་ཤར་ཀྲེ་ཧོར་མོན་སྒོ། དགེ་ལྡན་ཆོས་གླིང་ཧྲ་རམ་ས་ལ། བྱང་ཆུབ་ཆོས་གླིང་མོན་སྒོ། བཀའ་བརྒྱུད་ཁ་ལེན་ཊ་སྤེལ་ཀོབ། མན་སྤུར། སྨན་རི་དགོན་པ་ཊ་ལན་ཇི། སྨིན་གྲོལ་གླིང་བཤད་གྲྭ་ཀ་ལ་མན་ཊོན། རྙིང་མ་དགོན་པ་སྦིར། རྣམ་གྲོལ་གླིང་དགོན་པ། དཔལ་ངོར་ཨེ་ཝཾ་ཆོས་ལྡན། ཨོ་རྒྱན་གླིང་དགོན་པ། ཧོན་སུར། ན་སྟོད་དགོན་པ་མོན་སྒོ། རི་དགོན་ཐུབ་བསྟན་སྨིན་གྲོལ་གླིང་ཨོ་རི་ས། ཤེས་རབ་གླིང་སྦིར། དཔལ་སྤུངས་ཤེས་རབ་གླིང་བཤད་གྲྭ་སྦིར། ཤེས་རབ་གླིང་སྨན་རྩིས་ཁང་དང་བཙུན་དགོན། ས་སྐྱ་དགོན་པ་སྤེལ་ཀོབ། ས་སྐྱ་དགོན་པ་མོན་སྒོ། ས་སྐྱ་བཙུན་དགོན་བདེ་སྐྱིད་གླིང་། ཤུག་གསེབ་ཧྲ་རམ་ས་ལ། བཀྲ་ཤིས་འཁྱིལ་ཀ་ལ་མན་ཊོན། ཐེག་ཆེན་ཆོས་གླིང་

དང་། སྤྱི་འགྱུར་སྒྲུབ་བརྒྱུད་ཆོས་འཕེལ་གླིང་སྲུན་ད་ར། མཆོ་པདྨ། ཟབ་གསང་དགོན་པ། ཞི་ཆེན་སློབ་གྲྭ་སྡེ་ར་ལྷུན་བཅས་པའི་ཁག་བཞི་བཅུ་ཙམ་ཆགས་བསྡད་འདུག དེ་སྤྱི་དང་བསྡོམས་བྱས་ནས། ངས་དེ་ཞུ་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན།

༥.༥ སློབ་དང་མཆིན་པའི་དག་ཆ་ནོར་འདུག་ཟེར་ནས་བཀའ་ཕབ་སོང་། དེ་ང་ཚོས་མ་འོངས་པ་ཡིད་གཟབ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། ཤན་པག་གྲོ་ལགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་སྐོར་ལ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། ཤན་པག་གྲོ་ལགས་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཡོད་ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་དང་། འབྲེལ་ཡོད། འབྲེལ་ཆགས་ཟེར་ནས་ལས་བསྡོམས་ནང་དུ་བཀོད་པ་ནང་བཞིན་ཕྱུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་དགོས་ངེས་ཅན་གྱིས་ད་དུང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ནས་རྒྱབ་གཉེར་ཕེབས་པ་ཡིན་ན། སྲུ་མ་ཐུབ་ནས་ང་ཚོས་ཕྱུལ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རིགས་ཁ་ཤས་ལ་ལོ་བཅུ་ཙམ་རིང་ཕྱུལ་བསྡད་པ་བྱུང་འདུག ཡིན་ནའང་བག་གྲོ་ལགས་ཁོང་དང་ལྷའི་ཆར་དགུ་བཅུ་གསུམ་གྱི་ཁང་པའི་མདུན་ལ་ཆབ་སྲིད་བཙུན་ཟུར་གྱི་ཆེད་དུ་སྒོད་ཁང་གསར་རྒྱག་ཅིག་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་དུ་ཁང་པ་མཐུན་འགྱུར་སྒྲ་ར་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་སྐུ་ཞབས་བག་གྲོ་ལགས་ལ་རོགས་པ་དགོས་ཀྱི་འདུག མཐུན་འགྱུར་སྒྲ་ར་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུངས་ནས་ཕེབས་བསྡད་མཁན་ཞིག་མ་རེད། རྒྱུ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ལ་ཕེབས་ཏེ་ཁོང་ལ་མཐུན་འགྱུར་དེ་འདྲ་དགོས་ཀྱི་འདུག རོགས་པ་དེ་འདྲ་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུངས་བསྡད་པ་ངས་ནམ་ཡང་མཐོང་མ་བྱུང་། ལྷག་དོན་དུ་ཁོང་གིས་ཕྱག་ལས་གནང་བཞག་པ་དང་། གྲུབ་འབྲས་བརྗོད་བཞག་པའི་ཡིག་ཆ་དང་དེབ་དེ་འདྲ་མཆམས་རེ་དཔར་བསྐྲུན་གནང་ནས་དཔར་ཕུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གནང་སོང་། དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་གང་གསུངས་པ་མ་བྱུང་། ནམ་ཞིག་དེ་འདྲའི་བཀའ་ཞིག་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་ན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཅིག་བྱ་རྒྱུའི་འགན་ཡོད་པ་རེད་ལ། བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡང་རེད་ཅེས་ཞུ་ཡི་ཡོད།

དེ་ནས་མཛེ་ནད་ཅན། བདེན་པ་རེད། དེ་སྤྱི་གྲངས་བརྒྱད་དགུ་བཅུ་ཙམ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་མར་ཉུང་དུ་ཕྱིན་ནས། ཁོ་ཚོ་དྲག་འགྲོའི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་མཛེ་ནད་ཅན་དཔེར་ན་བཞི་ཕྱི་སུ་ཡོད་པ་དེ་ཁོ་ཚོ་མཛེ་ནད་ནས་དྲག་ཟེར་ན། གང་ལྟར་དེ་འགོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད། མི་གཞན་ལ་འགོ་ཡི་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཉེན་ཁ་ནས་གྲོལ་ཚར་བ་དེ་འདྲ་རེད། ད་ལྟ་གཅིག་ཡོད་བསྡད་པ་དེ་ཧོག་ཙམ་དཀའ་ངལ་ཡོད་སྲིད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་དེའི་ཐོག་ལ་ཞིབ་ཅིང་ཕྲ་བ་ཞུ་རྒྱུ་མི་འདུག་སྟེ། གཅིག་ད་ལྟ་མཛེ་ནད་ཁང་རང་ལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་མིན་ས་ཕྱོགས་གཞན་ལ་ཡོད་བསྡད་པ་དེ་ལས་བསྡོམས་ནང་དུ་བཀོད་པ་གཞིར་བཟུང་ཉེན་ཁ་ལས་གྲོལ་ཚར་བ་རེད། གཞན་པར་འགོ་བའི་ཉེན་ཁ་དང་། ད་དུང་འཕར་མ་བསྐྱར་དུ་ནད་ལོག་ལང་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་དེ་འདྲ་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་གནས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྒྲི་འཕྲུས་ལགས་ནས་རེ་བ་ཚོགས་པས་དངུལ་གནང་ཞེས་ལབ་འདུག ག་ཚོད་གནང་བ་རེད་དམ། ག་རེ་གནང་བ་རེད་དམ་ཞེས་གསུངས་སོང་། རེ་བ་ཚོགས་པའི་རྩིས་ལོ་ ༢༠༡༧…༢༠༡༨ ཀྱི་ནང་དུ་སྒོར ༣༧༨༡༣༡ རོགས་དངུལ་གནང་འདུག ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྒྲི་འཕྲུས་ཤིག་གིས་ག་རེ་གསུངས་སོང་ཟེར་ན། འགོ་འཁྲིད་དཀའ་ངལ་ཡོད་མེད་དེ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་སོང་། བཀུར་འོས་སྒྲི་འཕྲུས་ཀྱིས་རེ་བ་ཚོགས་པའི་འགོ་འཁྲིད་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་མེད་སྐོར་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་ན། ངས་དེའི་སྐོར་ལ་ཡག་པོ་ཤེས་ཀྱི་མེད། མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་འགོ་འཁྲིད་ཐོག་ལ་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་ན། དེ་ལ་དཀའ་ངལ་གང་ཡང་མེད་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ལྷ་རྒྱལ་རིའི་ནད་གསོ་ཁང་ལ་ཆོས་བརྒྱུད་གང་དང་གང་གི་གྲྭ་པ་ད་བར་བསླེབས་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟའི་ཆར་ཆོས་བརྒྱུད་གང་དང་གང་གི་གྲྭ་པ་ཡོད་མེད་དེ་འདྲ་ཞིག་བཀའ་རྩད་ཕེབས་སོང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་སྟན་སེང་ཞུ་རྒྱུར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ལ་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་རྒྱབ་གཉེར་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་མཐུན་འགྱུར་སྒྲུར་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་ caste, color, creed ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་ནམ་ཡང་བལྟ་ཡི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཆོས་བརྒྱུད་ག་བ་ནས་ཡིན་ནམ། ཕ་ཡུལ་ག་བ་ནས་ཡིན་ནམ། ས་གནས་ག་བ་ནས་ཡིན་ནམ་ཞེས་དེ་འདྲ་ནམ་ཡང་བཀའ་འདྲི་ཞུ་སྲོལ་མེད་དུས། དེའི་ཐོག་ནས་གང་ཡང་ཤེས་ཀྱི་མེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གལ་ཏེ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཐུས་ལགས་ནས་དེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ངས་དཔལ་ལྡན་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་སའི་ཐོག་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཐུས་ལགས་སུ་སྟན་སེང་ཞུ་ཚོག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་དཔེ་ཁྲིད་ཀྱི་དགེ་རྒན་སྐོར་ལ་གསུངས་སོང་། དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་གྱི་ཐད་ལ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་། ལྷག་དོན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་སྨན་པ་ཆེ་བརྟན་རྡོ་རྗེ་ལགས་ཀྱིས་འགན་འཁུར་བའི་ཐོག་ནས་ལས་བསྐོམས་ནང་དུ་གསལ་བ་ནང་བཞིན་སྲིལ་ཀོབ་དང་། ཧོན་སུར། རྩིས་ལོ་དེའི་ནང་དུ་རྡ་རམ་ས་ལ་འདིའི་ཁུལ་དུ་གཟུགས་པོ་ཆ་ཚང་གི་བརྟག་དཔྱད་གནང་བ་རེད། དེའི་ནང་ནས་ནད་གཞི་ཁག་བརྗོད་པ་དང་། ཁོང་ཚོར་ལམ་སྟོན་ཞུས་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་ལས་གཞི་ཞིག་ཕྱིན་པ་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་ད་ལྟ་གོང་དུ་ས་གནས་ཁག་བཞི་བཅུ་ཙམ་ལ་བརྟག་དཔྱད་ཞུས་པ་དེ་ང་རང་ཚོའི་སྐྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ཉེན་ཚབ་ཆེ་བ་དེ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་དེ་ཡིན་སྟབས། མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ནང་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་གང་དུ་ག་ཚོད་འདོན་ཡོད་པ། དེ་ཚོ་ཞུ་མི་དགོས་པ་དེ་ཚོ་ཞུས་ན་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་ལོ་ཚད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བལྟས་ཡོང་དུས་རྒན་པ་ནང་དུ་ཏོག་ཙམ་ཤུགས་ཆེ་བ། འབྲིང་བའི་ནང་དེ་ལས་ཏོག་ཙམ་ཉུང་བ། ཆུང་བའི་ནང་དུ་དེ་ལས་ཉུང་དུ་འགྲོ་བསྡད་ཡོད་པ། དེ་ཡིན་དུས་མ་འོངས་པར་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་གིས་ཐོག་ལ་ལྟ་ཡོང་དུས་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཀྱི་ཉེན་ཁ་དེ་ཉུང་དུ་འགྲོ་བའི་གནས་བབ་ཅིག་ཆགས་ས་རེད་བསམ་པས་རེ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་རྒྱུག་གྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ངོས་ནས་ལྷག་དོན་དུ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ལ་སྟན་སེང་ཞུས་པ་རེད། བཀའ་ཤག་གིས་དེའི་ཐོག་ལ་ཚོར་བ་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་དོན་དུ་དཔེར་ན། བོད་པའི་སྐྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ཕོ་བའི་སྐྲན་ནད་ Cancer དེ་ཡོང་བ་དང་མི་ཡོང་བར་དེ་སྔ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ནས་སྐབས་སྟོན་མའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ H. Pylori test བྱེད་དགོས་རེད་ཟེར་ནས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ངས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་སྟན་སེང་ཞུས་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ H. Pylori test བྱེད་རྒྱུར་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ག་རེ་མཐུན་འགྱུར་སྒྲུར་ཐུབ་ས་རེད། ཡོད་དོ་ཅོག་ཆ་ཚང་ H. Pylori test བྱེད་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ན་འགྲོ་སོང་ག་ཚོད་འགྲོ་ས་རེད། དེ་འདྲའི་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག དེ་བཞིན་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་རྣམ་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གནས་སྟངས་བཟང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། ཁོང་རྣམ་པས་གཟུགས་པོ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་དཔྱད་ཞིབ་ Full body check up དེའི་ཐོག་ལ་མཐུན་འགྱུར་ག་ཚོད་སྒྲུར་ཐུབ་ས་རེད། དེ་སྒྲུར་རྒྱུར་ང་ཚོར་མ་དངུལ་ག་ཚོད་ཡོད་ནས། འགྲོ་སོང་ག་ཚོད་གཏོང་ཐུབ་ས་རེད་དམ། རྒྱ་གར་གྱི་གཏམ་དཔེ་ལ་ jitney chadar utne pher བརྐྱང་རྒྱུ་ག་ཚོད་

ཡོད་ན་དེ་ཙམ་གྱི་ཧང་པ་མར་ཧུང་དགོས་རེད་ཟེར་བ། ལག་པ་ཕུ་ཐུང་གཉིས་མཉམ་དུ་འགྲོ་དགོས་རེད་ཟེར་བ། བསམ་བློ་དེའི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་ས་གནས་ཁག་ ༩༠ ཙམ་གྱི་ནང་ལ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཀྱི་གནད་འགག་ཡོད་སར་དགོན་སྡེ་ཁག་ ༩༠ ཙམ་གྱི་ནང་ལ་དེ་རིང་དེར་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་གྲྭ་བཙུན་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཚང་མར་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་རེད། དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་ནང་ལ་ན་ཚ་བཏོན་བཞག་པ་དེ་ཚོར་འགྲོ་བཞིན་པའི་རྗེས་ལོ་འདིའི་ནང་ལ་ Viral Load Test བྱེད་རྒྱུ་དང་ LFT test བྱེད་རྒྱུ། དེ་ཚོ་ཚང་མ་ test རེ་ལ་སྒོར་མ་སྟོང་ཐག་དྲུག་དང་སྟོང་ཐག་བཞི་དེ་འདྲའི་འགྲོ་གྲོན་རེད་འདུག དེ་ཚོ་ང་ཚོས་བྱེད་རྒྱུ་འགོ་བཙུགས་ཚར་བ་ཡིན། དེ་འགོ་བཙུགས་ཚར་དུས་ག་རེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། སྨན་བཟའ་དགོས་ཀྱི་འདུག་གམ་མི་འདུག སོ་སོའི་ཟས་བཅུད་དང་སྤྱོད་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་གནས་ན་འགྲིག་གི་འདུག་གམ་མི་འདུག སྨན་རྗེས་ཁང་གི་སྨན་མཚོད་ནས་འགྲིག་གི་འདུག་གམ། དེ་ཚོ་ཚང་མ་དཔྱད་པ་བྱས་ནས་གོམ་པ་རྒྱག་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྨན་ཟ་དགོས་ངེས་ཡིན་པའི་རིགས་དེ་ཚོའི་སྨན་གྱི་འགྲོ་གྲོན་དེ་སྤྱི་ཞུས་བསྡད་པ་ནང་བཞིན་རེད། ལོ་ལ་སྒོར་མོ་སྟོང་ཐག་བཞི་བཅུ་ནས་སུམ་ཅུའི་བར་ལ་ཐབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་འགྲོ་སོང་། དཔེར་ན། དེ་རིང་འདི་ཁ་སང་བཀུར་འོས་སྐྱེ་འཕྲུལ་ཤིག་གིས་ཆོས་རིག་ལས་བསྒོམས་སྐབས་ལ་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་པ་རེད། དེ་སྔ་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་སྐབས་ཀྱི་དཀྱིལ་བྱུང་བ་དེ་ཇི་ལྟར་ཆགས་པ་རེད་ཟེར་ན། ད་ལྟ་ངས་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་ཡིན། ད་ལྟའི་ཆར་རྗེས་ལོ་དེའི་ནང་ལ་སྒོར་མོ་འབུམ་དགུ་ལྷག་ཙམ་ཞིག་འགྲོ་སོང་བཏང་གྲུབ་ཟིན་འདུག དེ་ཞུ་དུས་སྐྱིད་ཁ་ཡན་ཆད་བཀྲལ་ཚར་སོང་། མ་རྩ་ལ་ལག་པ་འཆང་ཚར་བའི་གནས་སྟངས་ལྟ་བུ་ཆགས་སོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྐྱེ་འཕྲུལ་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ་ལགས།

སྐྱེ་འཕྲུལ་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་དམིགས་བསལ་གྱི་དྲི་བ་རྒྱས་པ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་ཞུ་རྒྱུ་མེད། ཡིན་ནའང་ག་རེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་ཟེར་ན། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་བྱོན་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་རེད། དེ་བཞིན་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཚན་གྱི་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་རེད། བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་རེད། དེ་ཚོའི་ལས་བསྒོམས་རྣམས་མཐའ་ཡོད་དུས་གང་ལྟར་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པ་དེ་དམིགས་བསལ་སྟོན་དགོས་པ་ཞིག་ང་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན་ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག རྒྱུ་མཚན་གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོ་རང་ཚོའི་ལས་ཀ་ཉིན་རེའི་མི་མང་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་ཆགས་དུས་ལྷག་པར་དུ་སྐྱེ་རྒ་ན་འཆི་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ན་བའི་སྡུག་བསྔལ་གྱི་སྐབས་དེར་ཕྱག་ལས་གང་གནང་གི་ཡོད་པ་དེ་མཐོང་ཆོས་སུ་འགྱུར་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག མཐོང་ཆོས་སུ་འགྱུར་བའི་གནས་ཚུལ་ཡིན་དུས་དེར་དྲི་བ་ཕུལ་རྒྱུ་མི་འདུག་ཅེས་ཞུས་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་ཡིན། དེ་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རང་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་པ་དེར་ང་རང་གིས་

མཐོང་ཚུལ་དེ་ག་རེ་བྱུང་སོང་ཟེར་ན། སྔོན་མ་དེར་འཚམས་གཟིགས་ཐེངས་གཉིས་ཕྱིན་པ་རེད། འཚམས་གཟིགས་དང་པོའི་སྐབས་ཀྱི་མཐོང་ཚུལ་དེ་དང་གཉིས་པའི་སྐབས་ཀྱི་མཐོང་ཚུལ་བར་ལ་ཧ་ཅང་གི་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་འདུག ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟའི་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་བློན་མཆོག་ནས་ཡིན་ནའང་། ང་ཚོས་བཤད་ཚོད་ཆ་ཚང་ཡོད་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཐག་ཆོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་ས་གནས་ཀྱི་རྒྱུ་མཐའ་བབས་དང་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ནས་ཞུས་པ་དེ་ཚོར་གང་ལ་གང་འཚམ་གྱིས་ཕྱག་བསྟར་གནང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་གི་ཡོད་པ་ཞིག་ངས་ངོས་འཛིན་ཞུས་ཀྱི་ཡོད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཕྱོགས་མཐའ་ཁག་གི་ང་རང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་དེ་ཚོ་ཡིན་ནའང་དངོས་གནས་དྲང་གནས་བག་ཡེབས་པོ་དང་ཅིམས་པོའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་བསྡད་དུས། ཁོ་ཚོ་ཡིན་ནའང་ལས་ཀ་དེ་སྒྲིམ་འཁོར་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་འདུག དཔེར་ན། ས་གནས་འཚམས་གཟིགས་སྐབས་ཀྱི་མཐོང་ཚུལ་དེ་གཅིག་རེད། དུས་རྒྱུན་དུ་ང་རང་ཚོ་ས་གནས་ནང་སྡོད་མཁན་དེ་ཚོས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་དངོས་གནས་དྲང་གནས་ཀྱིས་འགན་འཁུར་ལེན་ནས་ཕྱག་ལས་ཡག་པོ་གནང་གི་འདུག་སྙམ། མང་པོ་ཞིག་ནི་ང་རང་ཚོར་ངས་རྟག་པར་ཞུས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། མིའི་ཆ་རྐྱེན་ག་ཚོད་འདུག་གམ། དེ་བཞིན་མཐུན་རྐྱེན་གྱི་ཆ་རྐྱེན་ག་ཚོད་འདུག་གམ། ཆ་རྐྱེན་མང་པོ་ཞིག་ཨམ་ཐྲག་ནང་ག་རེ་ཡོད་མེད་དེ་འཛོམས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཤད་པ་རེད། ང་ཚོས་རྟག་པར་གཅིག་དགོས་འདུག་གཉིས་དགོས་འདུག་གསུངས་དུས་པར་ཕྱོགས་དེ་ཚོར་གཞི་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་དགོས་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས་གཞན་ཕལ་ཆེར་དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརླག་འགྲོ་བ་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ཡང་མཐོང་གི་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་ནང་ལ་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་སྨན་པའི་སྐོར་ལ་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྨན་པའི་སྐོར་ལ་ཆ་མཚོན་ན་སྔོན་མ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ཐེངས་ཁ་ཤས་ཤིག་ཞུས་པ་ཡིན། སྤྱིར་སྨན་པ་ཡག་པོ་དེ་འདྲ་ཧ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད་དེ། དེའི་ནང་ནས་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ལ་འབྱུར་དུ་ཐོན་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཚོར་ངོ་ཤེས་གནང་བའི་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག ཞེས་ཞུས་དུས། ད་ལྟ་ཕྱག་ལས་གནང་བཞིན་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་དེ་ཡེབས་ཡོང་དུས་དེ་འགག་འགྲོ་ཡི་འདུག ཕྱག་ལས་མཚམས་བཞག་ནས་ཕལ་ཆེར་ངོ་ཤེས་གནང་རྒྱུ་ཡིན་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཐོན་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད་གི་འདུག དེ་འདྲའི་གནང་དགོས་ཀྱི་ཨ་ཡོད་ན་བསམ་གྱི་འདུག

དེ་ནས་ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་དྲི་བ་ཞིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། འདི་གང་ཡིན་ཟེར་ན་ད་ལྟ་ང་རང་ཚོའི་ཨེམ་ཆི་རྣམ་པ་ཚོ་རིགས་ཤིག དེ་འཛིན་སྐྱོང་རང་གི་བཀའ་ཡིན་མིན་ཐེ་ཚོམ་ཡིན། ཡིན་ནའང་བཀའ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག ཨེམ་ཆི་བསྟན་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནའང་ངེས་པར་དུ་ཆབ་རྟགས་དགོས་རེད་གསུངས་ཀྱི་འདུག ཆབ་རྟགས་དེ་འདྲ་དགོས་པའི་བཀའ་གནང་ཡོད་ན། ང་གསོ་བ་རིག་པའི་ཐོག་ལ་གང་ཡང་ཤེས་ཀྱི་མེད། ཡིན་ནའང་ངས་དུས་རྒྱུན་དུ་བསམ་བློ་གང་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན་ཨེམ་ཆི་ཡིན་ན་འདྲ་འདུག་སུ་ཡིན་ནའང་སོ་སོར་ལག་རྩལ་རེ་རེ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག རིགས་ཁ་ཤས་ཆབ་རྟགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལམ་སང་ན་ཚ་བརྟག་དཔྱད་གནང་ཐུབ་མཁན། རིགས་ཁ་ཤས་རྩ་རང་བལྟས་ནས་བརྟག་དཔྱད་གནང་ཐུབ་མཁན་དེ་འདྲ་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཚང་མར་ཆབ་རྟགས་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་མ་གཏོགས་ཡོང་གི་མ་རེད་ཞེས་གསུངས་བསྡད་པ་ཡིན་ན། ཧ་ཅང་ཡག་པོ་ཡིན་གྱི་རེད། དེ་ཆབ་རྟགས་དགོས་རྒྱུ་མེད་ནའང་འཕྱེར་བ་ཡིན་ན་ཁོར་ཡུག་བཅོག་པ་བཟོས་པ་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ཡང་མི་འདུག འདི་ང་རང་གི་མཐོང་སྣོད་པ་དང་ཉམས་མྱོང་ཡོད་

པ་ཞིག་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འདི་དངོས་གནས་ཀྱི་དེ་འདྲ་རེད་དམ། ཡིན་པ་ཡིན་ན་ངས་མི་ཤེས་དེ་ངེས་པར་དུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་འདི་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་རེད། འདི་མ་གཏོགས་སྐད་པ་ཞིག་ལ་དེ་ག་རང་བྱེད་དགོས་རེད་ཅེས་རྒྱུག་པ་ལེབ་བརྡུང་བཏང་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཏག་ཏག་ཤིག་བཤད་ཀྱི་ཨ་ཡོད་ན་བསམ་པ་ཞིག་འདུག དེ་འདྲ་ཞིག་ངས་སྒྲོང་ཚོར་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན།

ཨེམ་ཚི་རིགས་ཤིག་གིས། འདི་ང་རང་སློར་གྱི་གནས་ཚུལ་ཆགས་བཤད་ཡོད། བྱས་ཙང་ངས་ཞུས་ཀྱི་མིན། ཡིན་ཡང་སྤྲོལ་ཀོབ་ལ་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན། སྐད་རྟེས་ཁང་གི་ཨེམ་ཚི་ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་བཤད་ཡོད། སློར་གྱི་གནས་ཚུལ་འདི་དེ་འདྲའི་ཁག་སྡིངས་ཆ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ལ་ཞུས་རྒྱུ་མིན། གནས་ཚུལ་དེ་གཅིག་བྱས་ན་འབྲེལ་ཡོད་ལ་ཞུས་དགོས་ཀྱི་འདུག་མིན་འདུག་དེའང་བལྟ་རྒྱུ་ཞིག་ཆགས་བཤད་ཡོད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བ་ར་ཚེ་དབང་བཀྲ་ཤིས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བ་ར་ཚེ་དབང་བཀྲ་ཤིས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༣༠༡༧-༣༠༡༨ ལོའི་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་ཐོག་ལ་བགྲོ་གླེང་འགྲོ་ཡི་ཡོད་དུས། དང་པོ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གཙོས་པའི་ལས་བྱེད་རྣམ་པ་དང་ཁྲིབ་ཁོངས་སྤྱི་ཚན་ཁག་གི་འགན་འཛིན་གཙོས་པའི་ལས་བྱེད་ཚང་མ་ལ་སྙིང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུས་འདོད་བྱུང་སོང་། ལས་བསྒོམས་དེ་མར་མཇལ་ཡོང་དུས་གང་ཅི་ཐད་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་པའི་ཐུག་ལས་ཏ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་གནང་འདུག་པས་སྙིང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་ཁག་མར་མཇལ་ཡོང་དུས་གདན་སློབ་ཁག་ ༡༨ ནང་སློབ་ཕྲུག་གྲངས་ ༢༠༡༣ ལ་ཏེ་བི་ནད་གཞི་བརྟག་དཔྱད་ཀྱིས་ནད་རྟགས་ཐོན་པ་གྲངས་དེ་ཏ་ཅང་མང་པོ་རེད་མི་འདུག མི་ ༣༠ ཙམ་ལ་རེད་འདུག དེ་ནས་སྨན་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་སྦྲ་ར་ནས་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་འདུག འདི་ལྷ་བུའི་ལས་གཞི་དེ་ལོ་འདི་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ལོ་གཉིས་ཀྱི་མཚམས་ལ་ཐེངས་གཅིག་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ཡོང་ས་རེད། སློབ་ཕྲུག་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དགོན་སྡེ་ཁག་དང་མི་མང་ཁག་ཚང་མར་དེ་ལྷ་བུའི་ལས་གཞི་མཚིན་ནད་ཀྱི་བརྟག་དཔྱད་གནང་འདུག ཏེ་བི་ཡང་དེ་འདྲ་པོ་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དགེ་མཚན་དང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ས་རེད་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། གཉིས་པ་དེར་སྨན་ཁང་ཁག་ནང་ལ་ཡོ་བྱད་མང་པོ་ཞིག་གསར་ཉོས་གནང་འདུག དེང་དུས་དང་མཐུན་པའི་ཨེམ་ཚི་ཡག་པོ་ཡོད་ཀྱང་ཡོ་བྱད་ཡག་པོ་མེད་པ་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་གྱི་རིམ་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བསྡུགས་བརྗོད་དང་སྦྲགས་དུས་དང་མཚུངས་པའི་ཡོ་བྱད་གང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་མཐུན་འགྱུར་སྒུ་མཐུད་ནས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། གསུམ་པ་དེ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Gym འདི་ open gym ཡིན་ས་རེད། ལུས་སྦྱོང་འཁྲུལ་ཆས་དེ་འདྲ་ས་གནས་ཁག་ཆེ་བ་མང་པོར་བཙུགས་འདུག སོ་སོས་ཡར་མར་རྩད་གཅོད་བྱེད་དུས་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་ས་རེད། མ་འོངས་པར་ས་གནས་ཚུང་བ་ནང་ལའང་འཛུགས་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་ཡོད་དམ། དེ་འདྲ་འཛུགས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ས་རེད་ཅེས་འདི་འབོད་སྐུལ་

ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། བཞི་པ་དེར་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བཀའ་ཕེབས་གཞིར་བཟུང་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་དང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་བརྒྱུད་ནས་དགེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་རྣམས་ལ་བརྟག་དཔྱད་གནང་ཡོད་ས་རེད། དེར་བསྟུགས་བརྗོད་དང་སྦྲགས་བརྟག་དཔྱད་གནང་བའི་དགེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་རྣམ་པའི་སྐུ་གཟུགས་ཀྱི་གནས་བབས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་དམ། དེའི་ཐོག་ལ་སྨན་ཐོ་བཏོན་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཡོད་པ་ཡིན་ན་ལས་བསྡོམས་དེའི་ནང་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་ཆགས་འདུག སྨན་ཐོ་དེ་འདྲ་བཏོན་ན་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ཡོང་ས་རེད། ད་ལོ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་མ་འོངས་པ་ལ་འང་ལོ་གཉིས་ཀྱི་མཚམས་ལ་དེ་འདྲ་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ས་རེད། སྤྱིར་བཏང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ཀྱིས་ཏ་ཙང་ཕྱུག་ལས་ཡག་པོ་གནང་འདུག ཡིན་ནའང་འབོད་སྐུལ་ཞིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། ས་གནས་རེ་བཟུང་ནང་ལ་བརྟག་དཔྱད་དེ་སྟོན་ལ་གནང་། སྨན་པ་ཕེབས་རྒྱུ་དེ་ཡུན་རིང་པོ་ཟླ་བ་བཞི་ལྔའི་རྗེས་ལ་ཕེབས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་འདུག མ་འོངས་པར་བརྟག་དཔྱད་གནང་མ་ཐག་ལ་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ལམ་སང་སྨན་པ་ཕེབས་ནས་དེའི་སྐོར་ལ་ལམ་སྟོན་དང་གསོལ་སྨན་ཕུལ་བ་དེ་འདྲ་གནང་ཐུབ་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ས་རེད། ཚོགས་སྡེ་ཁག་ཚང་མའི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་གང་ཡང་ཞུ་རྒྱུ་མེད།

སྨན་རྩིས་ཁང་ཐོག་ལ། སྤྱིར་བཏང་སྨན་རྩིས་ཁང་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ན་རང་ཁ་རང་གསོ་ལྷ་བུ་པོ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ལས་བསྡོམས་ཀྱི་ཤོག་གྲངས་ ༢༣ ནང་ལ་ ༢༧༠ དེའི་སྨྲུས་ཚད་སྟངས་འཛིན་སྡེ་ཚན་ནས་སྨན་དང་། གསོ་རིག་ཐོན་རྫས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱམ་ཚད་དང་། སྨན་རྒྱུའི་སྨྲུས་ཚད་སོགས་ཚན་རིག་གིས་ལམ་ནས་བརྟག་དཔྱད་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་པ་དེ་ཏ་ཙང་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག དེའི་ནང་ལ་བཀོད་འདུག འདི་གཞིར་བཟུང་གི་སྨན་གྱི་སྨྲུས་ཚད་རེད། དུས་ཡུན་རྗོགས་ཡོད་མེད་ལྟ་རྒྱུ། ས་གནས་ཀྱི་གནས་བབས་ལ་བལྟས་ནས་སྨན་དེ་ནད་པར་སྤྲད་ན་ཕན་ཐོགས་ཡོང་ས་རེད་དམ་མ་རེད། དེའི་དུས་ཡུན་རྗོགས་མིན། དེ་འདྲ་གནང་བ་དེ་ལ་བསྟུགས་བརྗོད་དང་མ་འོངས་པ་ལ་ མུ་མཐུད་ནས་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག སྤྱིར་བཏང་ནས་སྐྱེ་བོ་ཁྲི་ཆེན་ནས་མར་དར་བསྡད་པའི་གསོ་རིག་འབུམ་བཞི་ནས་བརྒྱུད་རིམ་བྱུས་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་སྨན་རྩིས་ཁང་གིས་ལག་བསྟར་གནང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་དང་། དེ་སྔ་བགྲོ་གླེང་གི་རིམ་པ་ཞིག་ནས་དངུལ་ཆུའི་རིགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་མི་མང་གི་སེམས་ཀྱི་ནང་སྨན་རྩིས་ཁང་གིས་སྨན་གི་ནང་ལ་དངུལ་ཆུ་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དངུལ་ཆུ་དེ་མུ་མཐུད་ནས་སྨན་ནང་གནས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པའི་སྐོར་ལ་གསར་ཁང་ཞིག་གིས་བགྲོ་གླེང་ནས་འཕྲོས་པའི་མི་མང་ནང་ལ་བསམ་འཆར་ལྷ་བུ་རབ་དང་རིམ་པ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། གསར་ཁང་ཁག་གི་སྐྱུ་ཚབ་དེ་ཚོ་འདིར་ཕེབས་ཡོད་དུས་ངས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ་མ་འོངས་པར་མཁས་དབང་གདན་འདྲེན་ཞུས་ནས་བགྲོ་གླེང་གནང་བ་ཡིན་ན་ཕྱོགས་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ས་རེད། སྤྱིར་བཏང་ནས་སྨན་རྩིས་ཁང་ངོས་ནས་གསར་འགོད་གསལ་བསྒྲགས་དང་། རྒྱུད་ལམ་ཁག སྤྱི་འཐུས་ཁག་བརྒྱུད་ནས་དངུལ་ཆུ་དེ་རིམ་པས་བཙོ་ཐལ་ལ་གྱུར་ནས་དངུལ་ཆུ་ལྷག་གི་མེད་པའི་ཐོག་ལ་ཏ་ཙང་འགྲེལ་བཤད་གཟབ་པ། མི་མང་ཚང་མར་གོ་རྟོགས་ཡོང་བ། གནད་ལ་ཐིག་པ་དེ་འདྲ་གནང་སོང་བས་དེ་ལ་བསྟུགས་བརྗོད་དང་སྦྲགས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། མ་འོངས་པར་གསར་ཁང་ཁག་གི་རྒྱུད་ལམ་ཁག་གིས་སྐྱུ་ཚབ་འདིར་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་དུས་འདི་ལྟ་བུའི་ལས་འཆར་གནང་རྒྱུ་ལས་གཞིའི་ནང་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཕྱོགས་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀའི་མཛད་གཙོ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ནས་དེའི་ཐོག་

ལ་བགྲོ་གླེང་གནང་བ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན། དུས་ཚོད་རང་ལ་གསལ་ཁ་བཟོ་ཐུབ་པའི་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ས་རེད། སྤྱིར་བཏང་སྨན་རྩིས་ཁང་གིས་གསར་འགོད་གསལ་བསྒྲགས་ཡིན་ནའང་རེད།

གནའ་རབས་མེས་པོའི་དུས་ནས་དར་བསྡད་པ་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ངོམ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་གསོ་རིག་དེ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་སྨན་རྩིས་ཁང་གིས་འདིའི་སྔོན་ནས་གསར་འགོད་གསལ་བསྒྲགས་ཡིན་ནའང་རེད། རྒྱུད་ལམ་ཁག་འདྲ་མིན་གྱི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། སྤྱི་འཐུས་སྙེར་རེ་རེའི་ཕྱག་ལ་དངུལ་ཆ་དེ་མར་གཙོ་ཐལ་ལ་བསྒྱུར་ནས་དེའི་ནང་ལ་དངུལ་ཆ་ལྷག་མེད་པའི་འབྲེལ་བཛོད་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་གནང་སོང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་སྔ་རབས་མེས་པའི་དུས་ནས་དར་བསྡད་པའི་ང་ཚོར་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ངོམ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་གསོ་རིག་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྐོར་ལ་གསར་ལམ་ཚོས་ཐུགས་འགན་ཆེ་བཞེས་ཀྱིས་འདི་ལྟ་བུའི་གནད་དོན་ཐོག་ལ་བགྲོ་གླེང་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་ཚོགས་ལ་འབྲུག་མ་ཐེབ་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ས་རེད།

དེའི་སྐོར་ལ་སྨན་རྩིས་ཁང་གིས་དངོས་ནས་གསལ་བཤད་ཐྲ་བཞིན་ཐྲ་བ་གནང་སྟེ་མི་མང་ལ་དངོས་གནས་དོགས་པ་སེལ་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཙོ་བོ་དངོས་ཡོད་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དངུལ་ཆ་དེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། མར་གཙོ་ཐལ་ལ་བསྒྱུར་ནས་མཐའ་མའི་མཐའ་བསྡོམས་དེར་སྨན་དེས་མི་ལ་ཕན་ཐོགས་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྲུ་ཚང་མས་དེའི་ཐོག་ལ་ཁ་འགྱུར་བྱས་ནས་རྗེས་བཅོས་ལོངས་སུ་མ་སྤྱད་པར་སྲོལ་རྒྱུན་ནས་ཡོད་བསྡད་པའི་ང་ཚོའི་སྨན་ལོངས་སུ་སྤྱད་རྒྱུའི་ནུས་པ་དེ་འདོན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། མ་འོངས་པར་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ངས་གོང་དུ་འབོད་སྐུལ་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་གིས་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ས་རེད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ཕྱག་ཚོད་ ༡༡:༡༥ བར་དུ་གསོལ་ཇའི་བར་སེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༨ ཉིན་གྱི་ཐུན་གཉིས་པ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་སྔ་མ་ཐུད་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགྲོ་བཞིན་པ་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྡོམས་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བགྲོ་གླེང་དང་བཀའ་ཤག་གིས་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་ཀུན་དགའ་བསོད་སྙོབས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀུན་དགའ་བསོད་སྙོབས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧-༢༠༡༨ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་སྙིང་བསྡུས་ཤིག་ལ་ལོག་གྲངས་ ༡ ཐོག་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་དེར་ཊེ་བི་ན་ཚ་དེ་འདྲ་ཞིག་འདུག དེ་

སྤྱིར་བཏང་བོད་ལ་ཡོད་དུས་ང་ཚོའི་གོ་མ་མྱོང་། སོ་སོ་ཡིན་ན་ཡང་ན་མ་མྱོང་། དེའི་ཐོག་ལ་ཆ་རྒྱུས་ཧ་ཅང་མེད་དུས་དཔལ་ལྡན་འཁྲིད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཐེབས་ནས་ལོ་ ༢ ལྷག་ཙམ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལའང་ཏེ་བི་ན་ཚ་དེ་མང་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག་གམ་ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག གལ་སྲིད་མང་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ན་རྒྱུ་མཚན་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་མང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་དམ། ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་ན་རྒྱུ་མཚན་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་དམ་ཞེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། གཉིས་པ་དེར། སྤྱིར་བཏང་རྒྱལ་སྤྱིའི་མི་མང་རྣམས་དེ་རིང་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ཧ་ཅང་གི་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་དང་གསན་གཟིགས་གནང་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་དུས། ཏེ་བི་མ་ན་མཁན་ཚོར་ཧོག་ཙམ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ན་བསམ་པའི་ཀུན་སློང་འཁྱེར་ནས་མར་བཀའ་འདྲི་བཟོ་ལྟ་བུ་ཞིག གཅིག་བྱས་ན་དེའི་ཟབ་སྦྱོང་ལྟར་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཏེ་བི་ལབ་རྒྱུ་དེ་སྤྱིར་བཏང་གི་སྐམ་དྲགས་ནས་ན་ཡི་ཡོད་པ་རེད་དམ་རྒྱུགས་དྲགས་ནས་ན་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་ན་ཧ་ཅང་ལས་ཀ་ཤུགས་ཆེན་པོ་བྱས་ནས་ན་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་ན་ཟས་བཅུད་ལ་སོགས་པ་མ་ཐུབ་རྐྱེན་མ་འཛོམས་ཏེ་ན་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་ཚང་མ་གཅིག་པ་མ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ན་ཡི་ཡོད་པ་རེད། སེམས་འབྱུང་བ་ལ་བདེ་བ་མེད། བདེ་བ་ཡོད་ན་ལྷས་དར་ཡིན། ག་དུས་ཡིན་ན་ཡང་དོགས་པ་རྣམ་རྟོག་སེམས་ནང་ལ་འཁྱེར་ནས་གྱུ་དོག་པོ་བྱས་བསྡད་པ་ལྟ་བུ། དེ་འདྲ་བྱེད་མཁན་མི་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་མི་དེ་བསམ་བློ་གྱུ་དོག་པོ་བྱས་བསྡད་མཁན་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དངོས་གནས་ཡོད་པ་རེད། རང་གི་ངོ་ལ་གཡག་འགྲོ་ན་མ་མཐོང་མཁན། གཞན་གྱི་ངོ་ལ་ཤིག་འགྲོ་ན་མཐོང་བསྡད་མཁན། དེ་འདྲ་ཞིག་དོགས་པ་རྣམ་རྟོག་གི་སྡུག་བསྔལ་དང་དོགས་འདྲི་མུ་མཐའ་མེད་པ་རྫོགས་སུ་མེད་པ་འཁྱེར་བསྡད་མཁན་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ཏེ་བི་ན་ཚ་སླེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་གཅིག་དཔལ་ལྡན་འཁྲིད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ནས་མར་གསལ་བཤད་བྱེད་ན་རྒྱལ་སྤྱིའི་མི་མང་ནང་ལ་མ་འོངས་པ་སྔོན་འགོག་ལྟ་བུ་དང་མ་ན་བའི་ཐབས་ལམ་དུ་ཕན་ཐོགས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཡོད་ས་རེད་ཅེས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྔོན་འགོག་བྱས་ཚར་བ་ཡིན་ན་འཁྲིད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་ལས་ཀ་ཉུང་བ། འགྲོ་སོང་ཆུང་བ། ངོ་བདག་སོ་སོ་ཡིན་ནའང་དུས་ཚོད་མང་པོར་ཕན་ཐོགས་གཅིག་དང་བརྟབ་གསིག་མ་འགྲོ་བ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་བདེ་ཐང་གནས་ཐུབ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་དེ་བཀའ་འདྲི་གཅིག་ཞུ་པ་ཡིན། གཞན་ཞུ་འདོད་པ་ཞིག་ལ། ང་རང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་དེ་དངོས་གནས་ཧ་ཅང་གི་ཡག་པོ་འགྲོ་ཡོད་པ་རེད། ཁ་ཤས་ཤིག་ཧ་ཅང་གི་གོ་རྟོགས་མེད་པ། ཧ་མ་གོ་བ་གྲོས་ཚོགས་ལབ་རྒྱུ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཆ་ཤས་ལེན་གྱི་ཡོད་པ། གང་འདྲ་ཞིག་བགྲོ་གླེང་བྱས་ཀྱི་ཡོད་པ། གང་འདྲ་ཞིག་ལན་འདེབས་གནང་གི་ཡོད་པ་ཧ་ཅང་གི་ཧ་མ་གོ་མཁན་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་འདྲ་མིན་འདྲ་ཁེ་ཚར་མཐོང་ཚུལ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་དེ་ཧ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་བསྒྲིགས་བཅད་བརྡར་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལ་དངོས་གནས་ང་རང་ཡིན་ནའང་སྤོབས་པ་སྐྱེས་དགོས་པ་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་ཚོ་ཧ་ཅང་གིས་མགོ་མ་འཚོས་མཁན་ཞིག་གི་སྟ་མ་བོད་ལྟ་ས་ཕྱོགས་ལ་གཅིག་བྱུང་པ་རེད། ཁམས་ནས་ཡར་ཞིག་སླེབས་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་ལྟ་ས་ཟེར་བ་གང་འདྲ་ཡིན་པའི་རྩོད་པ་བརྒྱབ་དུས་རིག་པའི་བརྡར་ཤ་ཐེབས་ཡོད་སྟེ་བྱུམ་པའི་མཚན་ཉིད་ལྟོ་ལྡིར་ཞབས་ཞུམ་དོན་བྱེད་ནུས་པ། བྱུམ་པ་ཆོས་ཅན། གཅིག་གཅིག་གཉིས་གཉིས་ཟེར་བ། བྱུམ་པ་ཡིན་ན་གསལ་བ་ཡིན་པའི་ཁྱབ། བྱུམ་པ་ཡིན་ན་རྫ་བ་ཡིན་པའི་མ་ཁྱབ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཁྱབ། བཟོ་འདྲ་བོ་རིམ་པའི་རིག་པའི་བརྡར་ཤ་ཐོག་ལ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁམས་ཕྱོགས་ནས་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡར་སླེབས་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་དེ་ཡི་ང་ལོ་སྔོན་མར་ལྷ་ས་ལ་མཆོད་མཇལ་ཡོད་པའི་སྐབས་ལའང་བྱུམ་པ་ཀྲུང་ཀྲུང་རྩོད་བསྡད་འདུག

སྙིང་རྗེ་ཞེས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ཡང་ཉམས་མྱོང་མེད་ཙང་། ད་ལོ་ཡང་དེ་རྩོད་ནས། ངའི་བུམ་པ་གཅིག་འཁྱེར་ཡོད། སེ་འབྲས་དགའ་གསུམ་དེ་རྩོད་མ་བསྡད། ངའི་བུམ་པ་དེ་ཁྱེད་ལ་སྤྲད་ཆོག་ཅེས་བཤད་པ་དེའི་བཟོ་ལྟ་བུ་ང་ཚོའི་གནས་ཚུལ་ཁ་ཤས་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་མ་གཏོགས་པའི་དོན་དངོས་གནས་དྲང་གནས་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གྲོས་ཚོགས་གང་འདྲ་ཡིན་ནའང་། ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་དེ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཆོལ་ཁ་ཆོས་བརྒྱུད་ཆ་ཚང་གིས་ཁ་སང་གང་གསུངས་པ་གྲོས་འཆར་ལེན་བསྡད་པ་དེ་འདྲའི་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་མཐོང་ཡོང་དུས། **དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས།** བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་བརྗོད་གཞི་རང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གསུངས་གནང་རོགས་གནང་། **བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས་ནས།** བརྗོད་གཞི་རང་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་བསམ་བསམ་ཡིན་ཏེ་མིན་ན་དེ་རེད། དེ་རིང་བརྒྱུད་ལམ་དེའི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསམ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་ལོ་གཉིས་ལྷག་ལ་སྣང་ས་འཛིན་བྱས་སྣང་ས། ལས་རིམ་སྐྱོང་སྣང་ས་དངོས་གནས་ཏ་ཙང་ཡག་པོ་གནང་སོང་། དེ་རིང་སྡིངས་ཆ་དེའི་བརྒྱུད་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། མ་འོངས་པར་ཡིན་ནའང་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་སྐུ་ཞབས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། དེ་དེ་བཞིན་གྱི་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་འབོད་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་གིན་གོང་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ད་ལྟ་ང་ལ་ཞོགས་བུ་ཞིག་བཏང་སོང་། བཀའ་འདྲི་ཞེབས་པར་ལན་དེ་དགོས་རྒྱུ་ཡོད་པ་འདྲ། རྒ་བའི་འདི་ཆབ་སྲིད་བཙོན་བྱུར་འབྲེལ་ཡོད་འབྲེལ་ཆགས་བཅས་པའི་འཚོ་སྡོན་དང་སྨན་བཅོས་དེ་ནང་ལ་ཡང་བཀོད་བཞག་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་སྐད་ལ་ཆབ་སྲིད་བཙོན་བྱུར་འབྲེལ་ཡོད་འབྲེལ་ཆགས་དེའི་འགྲོ་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་ནས་བཀའ་འདྲི་ཞེབས་པ་རེད། གསལ་བཤད་ཞུ་རྒྱུར་འདི་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ནས་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་ཐོག་མ་བོད་ནས་ཚུར་ཞེབས་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་བལ་ཡུལ་སྣེ་ལེན་ཁང་དུ་ཐོ་འགོད་གནང་པའི་སྐབས་ལ། དེ་དུས་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་བཀོད་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་དེའི་རྗེས་སུ་དེ་ག་རང་ལ་ UNHCR རྒྱལ་སྤྱིའི་སྐྱབས་བཅོལ་གྱི་ལྟ་རྟོགས་དེ་ཡི་ཚོགས་པའི་ཐོག་ནས་ཐོ་འགོད་ཅིག་བཀོད་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་མར་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ SCP དམིགས་བསལ་གྱི་སྤྱོད་འཐུས་ཆོག་པའི་ཡིག་ཆ་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་གང་བཀོད་པ་ལྟར་ཡོང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཆ་ཚང་ལ་ལྟ་ནས་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་བསྐྱར་དུ་དེ་ལ་ཞིབ་ཐོ་སྡེ་ཚན་གྱི་འདྲི་རྩད་གནང་ནས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་མཐའ་མ་ངེས་པ་རྙེད་པ་དེ་ཚོ་ཆབ་སྲིད་བཙོན་པ་ཡིན་ན་ཆབ་སྲིད་བཙོན་པ། ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཡོད་ཡིན་ན་ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཡོད། ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཆགས་ཡིན་ན་ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཆགས་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ངོས་འཛིན་པ་དང་ཐོ་བཀོད་པ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཞུ་ན་ཕལ་ཆེར་དེ་མིན་པའི་ཁོན་ལ་མ་ཐུབ་ཀྱང་གང་གནང་གི་ཡོད་མེད་ལས་བསྡོམས་ནང་ལ་གསལ་བཤད་ཡོད་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ད་གིན་གོང་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་བཀའ་ཕེབས་པའི་ནང་ལོགས་ལ་ས་གནས་ཁག་ལ་འཚམས་གཟིགས་དེ་སྔ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་ད་ལྟའི་ཆར་ཕེབས་པ་དེའི་

དབར་ལ་གང་འདྲ་ཐོག་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་འགྱུར་བ་འགྲོ་བསྡད་ཡོད། བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་འགྲོ་བསྡད་ཡོད་པ་དེ་བཀའ་ཕེབས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་འགྲོ་བའི་རྒྱུ་ཟེར་ན་ཡང་མི་འདུག དེའི་ཡོངས་རྫོགས་དེ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་བསྡད་མཁན་དང་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ནང་ལ་ལས་བྱེད་ཚང་མའི་དུས་ཚོད་འཕར་མ་གང་ལྷོགས་ཤིག་བཏོན་པའི་ཐོག་ནས་ཕྱག་ལས་གནང་བསྡད་པ་དེ་འདྲ་ཡི་གྲུབ་འབྲས་དང་དེ་འདྲ་ཡི་རྐྱེན་གྱི་བྱུང་བའི་དོན་འཛིན་གནང་བསྡད་པ་དེ་དང་དེ་བཞིན་དོས་འཛིན་ཞུ་པ་དང་བསྔགས་བརྗོད་གནང་པ་དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ཨེམ་ཆི་བསྟན་དུ་བཙར་བའི་སྐབས་ལ་ཆབ་བརྟག་ངེས་པར་དུ་དགོས་མཁོ་ཡི་ཐོག་ལ་བཀའ་ཞིག་ཕེབས་སོང་། རྩ་བའི་སྨན་རྩིས་ཁང་ནས་དེ་སྤྱི་གསལ་བསྒྲགས་ཤིག་ཕེབས་རེད་བྱས་ནས་བཀའ་ཕེབས་ཀྱི་འདུག དེའི་ནང་ལ་རྩ་དང་ཆུ་གཉིས་ལྟ་རྒྱུ་ཏ་ཙང་གལ་གནད་ཆེ་ཤོས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུན་འཛིན་ནང་ལོགས་ལ། གསོ་རིག་གི་རིག་གཞུང་ནང་ལ། བྱས་ཙང་དེ་ཡིན་དུས་སྔང་ལ་རིམ་བཞིན་ཆུ་ཡི་ཐོག་ལ་ཆུ་བརྟག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཏོག་ཙམ་ཉམས་འགྲོ་པའི་གནས་སྟངས་འདྲ་ཞིག་སྨན་རྩིས་ཁང་ནས་ཨེམ་ཆི་དེ་ཚོ་ལ་འདི་ངེས་པར་དུ་གནང་དགོས་རེད་བྱས་ནས་བཀའ་ཕེབས་ཡོད་ས་རེད། བྱས་ཙང་དེ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཚོ་ཡི་གསོ་རིག་གི་མཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་ལུགས་ཤིག་རེད། ཡང་སྒོས་སུ་ནད་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ནད་རྟགས་དེ་ཚོ་ཏག་ཏག་བརྟག་ཐོག་གཙག་འཁེལ་གཅིག་ཐོན་ཐབས་ཀྱི་དམིགས་རྩ་གཅིག་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཕེབས་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྲི་འཛིན་མཆོག་ནས་རེད། བཀུར་འོས་སྲི་འཛིན་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་རེད། དེ་དང་དེ་བཞིན་རང་ཉིད་ད་ལྟ་ཡིན་པ་ཡང་སེམས་ལ་དངོས་གནས་དེ་སྤྲོ་དམ་བཅས་པ་ནང་བཞིན་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ལ་བཅངས་ཡོད། དེའི་ཐད་ལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དྲུང་ཆེ་ཚུང་རྣམ་པ་མཉམ་དུ་བཀའ་བསྒྱུར་ཞུ་རྒྱུ་དང་ལྷག་དོན་དུ་འགན་བཞེས་མཁན་རྣམ་པ་མཉམ་དུ་བཀའ་བསྒྱུར་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་ནང་བཞིན་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ལ་སྙན་སེང་ཞུ་རྒྱུའི་རིམ་པ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེ་སྔ་ངས་ཞུས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཨེམ་ཆི་རྩེ་ཕུད། མིག་དཔེ་འོས་པར་ཡོད་བསྡད་པ་དེ་ད་ལྟ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་ད་དུང་ཤུ་མ་ཐུབ་ནས་གནས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་ཚོར་བ་ཞིག་ཡོད་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་ང་ཚོའི་དེ་སྤྱི་ཞུ་པ་དེ་གཅིག་གནང་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཕེབས་འགྲོན་འཁྲིག་གི་འདུག་དེ་འདྲའི་བརྡ་ལན་ཞིག་གི་འགྲོ་བཞག་ན་དཔེ་བསགས་ཀྱི་རེད་བསམ་པའི་ཚོར་བ་གཅིག་རེད། གཉིས་པ་སྡིངས་ཆ་གཅིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྡིངས་ཆ་དུས་རྒྱུན་དུ་འཆར་ཅན་ཉེར་ལྔ་ཡི་སྡིངས་ཆ་བཟོ་ལྟ་བུ་ལའང་ཆེས་མཐོའི་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དེ་ཡང་དེ་འདྲའི་འཚམ་པོ་མེད་བསྡད་པ་ཞིག སྡིངས་ཆ་གཅིག་ཡིན་ན་དེ་ཚད་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཆེས་མཐོའི་ཞུ་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་བསམ་བློ་དང་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ་ཐོག དེའི་ནང་ལ་བྱེད་སྟངས་གང་འདྲ་བྱས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད། མ་འོངས་པར་ཡིན་ནའང་དེ་འདྲ་བྱུང་པ་ཡིན་ན་དེར་རྒྱུ་འཛིན་སྟངས་གང་འདྲ་འཛིན་དགོས་ཡོད་མེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ལམ་ལུགས་ཚུལ་དུ་ཟེར་ནའང་རེད། སྲིག་གཞིའི་ཚུལ་དུ་ཟེར་ནའང་དེ་ཚོ་ཡིན་ན་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་རྒྱུ་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་གཏན་ལ་ཕབ་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྲི་འཛིན་ཞིག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་དོན་དང་དེ་ནང་བཞིན་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་བསྔགས་བརྗོད་གནང་བར་སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་ཊེ་བི་ནད་གཞི། དེའི་ཐོག་ལ་བརྟག་དཔྱད་བྱས་པ་དང་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་པས་ཐོག་ནས་འགྲོ་བསྡད་པ་དེ། ལོ་གཉིས་རེར་མཚམས་ལ་འགྲོ་དགོས་རྒྱུའི་ལམ་སྟོན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཕེབས་སོང་། ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གོང་དུ་

ཞུས་པ་ནང་བཞིན་རེད། ད་གིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ཇཱང་པ་ནང་ལ་གཅིག་ང་ཚོ་ལ་གཏམ་དཔེ་ཞིག་འདུག དེ་ལྟ་བུ་བྱས་ནས་ག་ཚོད་ཅམ་གྱི་ང་ཚོའི་འགྲོ་གྲོན་དང་མི་ཚ་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་དགོས་རྒྱུ་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་བཞིན་སློབ་ཁང་གི་ཡོ་བྱད་དེ་ཚོ་སྤྱར་ལས་བཟང་དུ་བཏང་བཞག་པ་དང་ད་དུང་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་བཟང་དུ་གཏོང་དགོས་རྒྱུ་ཐོག་ལ་ལས་སྟོན་ཕེབས་སོང་། དེ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་ང་ཚོའི་འབད་བརྩོན་ཞུ་ཚོག་པ་བགྱིས་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་སྤྱི་སྤྱོད་རྩེད་མོ་རྩེད་རྒྱུ། Open Gym གྱི་ཐད་ལ་ད་ལྟའི་ཆར་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ལ་ལག་བསྐྱར་ཞུ་ནས་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་འདུག མ་འོངས་པ་གཞིས་ཆགས་ཆུང་ཁག་ལ་དེ་ལྟ་བུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུངས་པ་དེར་དེ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་ང་ཚོའི་འབད་བརྩོན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ལ་ད་ལྟ་མཆེད་ནད་དུག་ཐབས་ཀྱི་ནད་ཀྱི་གནས་སྟངས་དང་གྲངས་ཐོ་དང་སྔོན་ཐོ་དེ་གསུངས་སོང་། དེའི་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གལ་སྲིད་མཐོང་འདོད་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ང་རྩ་ལ་ File ཡོད། ལས་ཁུངས་སུ་ཕེབས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དུས་ཚོད་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་གཟིགས་འདོད་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གཟིགས་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་དང་ངས་དེར་དགོན་སྡེ་རེ་རེར་དང་གྲྭ་ཚང་རེ་རེར་དེ་ཡི་མིང་སྨྲོས་ནས་མཆེད་ནད་དུག་ཐབས་ག་ཚོད་ཡོད་མེད་དེ་ཚོངས་ཞུ་མ་དགོས་པར་བྱ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེའི་ནང་དེ་ཚོ་དྲགས་འགྲོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དུས་ཚོད་བསྒྲི་ཚགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ངས་སྔན་སེང་ཞུ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནས་བརྟག་དཔྱད་གནང་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་འཕྲལ་དུ་སྨན་བཅོས་དང་དེ་ནང་བཞིན་སྔོན་འགོག་གི་དེ་ཡི་ལམ་སྟོན་ཞིག་ཕེབས་སོང་། དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཚོ་དེ་ག་རང་དེ་སྔ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ས་གནས་ཁག་ཁ་ཤས་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་སོང་། རྣམ་གཡེང་དེ་འདྲ་བྱས་རྒྱུ་ལ་བཏང་བཞག་དགོས་དེ་འདྲ་རེད་མི་འདུག དུས་ཚོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་བཞིན་རྒྱུ་མཚན་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསྟུན་པའི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་ཤིག་བྱུང་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེའི་རིགས་དེར་ང་ཚོའི་ཐུགས་བསམ་བཞེས་ཀྱི་ཡིན། དེ་ནས་ད་ལྟ་རྩ་བའི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ Mercury ལབ་ནས་ཞུ་བསྡད་ཀྱི་འདུག ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་གསོ་རིག་ནང་ལ་ Mercury དེ་མ་རེད། Mercury ནས་མར་གདུག་བཏོན་ཚར་རེད། གདུག་བཏོན་ཚར་ནས་བཅོ་ཐལ་གྱི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་གི་གོ་བསྒྱུར་དང་བཀའ་བསྒྱུར་གནང་པའི་སྐབས་དེར་མཁས་དབང་དང་དེའི་ཐོག་ལ་མཁས་འཇུག་ལྡན་པ་ཡོད་པའི་བཀའ་བསྒྱུར་གནང་རྒྱུ་འབོད་བསྐུལ་གནང་བ་དེ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་རང་ཉིད་ཡིན་ནའང་དེ་ལྟ་བུའི་འབོད་བསྐུལ་ཞུ་ཚོག་པ་བྱེད་བཅས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཞི་རྩའི་བཅོ་ཐལ་གྱི་ཐོག་ལ་གང་འདྲ་ཞིབ་འཇུག་གནང་ཡོད་མེད་བཅོ་ཐལ་དེ་གང་འདྲ་ཡིན་མིན། གཟུགས་ལ་ག་ཚོད་ཕན་གྱི་ཡོད་མེད་སྔོན་རྩིས་ཁང་དང་དེ་ནང་བཞིན་ Emory རེད། དེ་བཞིན་ Israel གྱི་ཞིབ་འཇུག་གི་བསྟི་གནས་ཁང་རེད། དེ་འདྲའི་མཉམ་རུབ་ཐོག་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པས་གྲུབ་འབྲས་གང་འདྲ་ཐོན་ཡོད་མེད་དེ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚང་མར་ཁ་སང་ཤོག་བུ་གཅིག་གི་ནང་ལ་བཀྲམ་བཞུགས་འདུག རྣམ་པ་ཚོས་གཟིགས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ཏེ་བི་ན་ཚ་དེ་མང་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག་གམ་ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག མང་དུ་འགྲོ་ན་འགྲོ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དང་ཉུང་དུ་འགྲོ་ན་འགྲོ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། ད་ལྟའི་ཆར་ང་འཕྲམ་ལ་ཐོ་ཡོད་པ་དེ་རྩ་བའི་ཏེ་བི་ནད་པ་འདས་པའི་ལོ་ ༣ ཀྱི་ནང་ལ་ཞུ་ཚོག་པ་བྱས། ༢༠༡༥ ལོ་ལ་ཏེ་བི་ནད་པའི་ད་ལྟ་ཏེ་བི་ནད་པའི་ཐོ་གྲངས་དེ་སྨན་ཁང་བདུན་དེ་ཡི་ནང་ནས་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ཚུད་པའི་གཙོ་བོ་དེ་བྱང་ཕྱོགས་ནང་ལ་ཏེ་བི་ནད་ཀྱི་སྨན་བཅོས་ཤུགས་ཆེ་བ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ལ་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་

རེད། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་རང་ལ་མང་ཤོས་ལྷ་བུ་ཏི་བི་སྨན་བཅོས་ཤིག་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་པས་ཐོག་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོར་ ༣༡༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོར་ ༣༡༩ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོར་ ༢༨༩ ཅེས་པས་ཏོག་ཙམ་མར་ཆག་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་རིམ་བཞིན་རེད། གལ་སྲིད་ཡར་འགྲོ་ནའང་ཁྱད་པར་མི་འདུག ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོར་ ༣༩༠། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལོར་ ༣༦༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོར་ ༣༡༥། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོར་ ༣༡༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོར་ ༣༡༩། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོར་ ༢༨༩ དེ་འདྲ་ཆགས་བསྡད་འདུག དེ་བཞིན་ MDR སྨན་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཅོས་མ་ཐུབ་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཡོང་བསྡད་པ་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོར་ ༩༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལོར་ ༣༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོར་ ༢༢། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོར་ ༩༩། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོར་ ༢༥། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོར་ ༡༡ བྱས་ནས་ཡར་མར་ཆགས་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་དུས་ཉིན་རེ་ཉིན་རེར་ལོ་རེ་ལོ་རེར་ནས་མར་ཏོག་ཙམ་ཆག་འགྲོ་བའི་རེ་བ་ཞུ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་གཙོ་བོ་དེ་གང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། གཅིག་གི་གཅིག་ལ་འགོས་རྒྱུའི་དུས་ཡུན་དེ་བཀག་ཐུབ་རྒྱུ་དེ་ནང་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་དོན་དུ་སྡོད་ཁང་ཁག་ཁ་ཤས་ཤིག་གི་ནང་ལ་མི་འབོར་མང་པོ་ཞིག་མཉམ་དུ་བཞུགས་བསྡད་པའི་གནས་བབས་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་མི་གང་ཟག་ཞིག་ལ་ཊི་བི་ནད་འབུ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ལ་ནད་མཐར་ཡོང་དུས་ཊི་བི་འབུ་དེ་ལང་ཡོང་གི་ཡོད། དེའི་ལང་བའི་ཐོག་ནས་གློ་བརྒྱབ་པར་བརྟེན་གཞན་ལ་འགོས་འགྲོ་རྒྱུ་དང་དེ་ཡི་གནས་བབས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བསྡད་པ་ཆགས་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་ཊི་བི་ན་བ་དང་ལམ་སང་འཛུ་ཐུབ་རྒྱུ་འབད་བརྩོན་བྱ་རྒྱུ་དང་དེ་ནས་དེའི་མཉམ་དུ་ཤག་རོགས་ཡོད་ན་ཤག་རོགས་སུ་དང་སུ་རེད་འདུག ཁང་ཚན་ཡིན་ན་ཁང་ཚན་དེའི་ནང་ལ་བསྡད་རོགས་སུ་དང་སུ་རེད་འདུག ཆ་ཚང་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུ་རིམ་པ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྐབས་ལ་ལྷག་དོན་དུ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཊི་བི་ཀླད་གོར་བཟོ་རྒྱུའི་ལས་གཞི་དེ་ད་ལྟའི་ཆར་གཟུགས་པོ་ནང་ལ་ཊི་བི་ཡོད་མེད་དང་ཊི་བི་འབུ་ཡོད་དམ་མེད། དཔེར་ན། དེ་རིང་ཚོགས་ཁང་ནང་ཡོད་བསྡད་པའི་མི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་གལ་སྲིད་ Latent TB དེ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཕལ་ཆེར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ དང་ ༦༠ ཞིག་ལ་འདོན་ཡོང་གི་རེད། འབུ་དེ་ཡོད་པ་རེད་ང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དེ་ སྔ་ནས་མར་དེ་འདྲ་ཞིག་བསྡད་དུས་སྐབས་ལ་དེ་འདྲའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ཚུང་དུས་ལོ་ ༥ དང་ ༦ དེ་ནས་ལྔ་བྱས་ནས་ཕྲུ་གུའི་དུས་ཡུན་ནང་ལ་འབུ་དེ་ཡོད་མེད་ལྟ། འབུ་དེ་འདུག་བསམ་པ་དང་ད་ལྟའི་ཆར་ཟླ་བ་གསུམ་དེ་འདྲ་ཡི་སྨན་བཅོས། སྨན་སྤྲོད་རྒྱུ། སྨན་གཏང་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། སྨན་བཏང་པའི་ཐོག་ནས་འབུ་དེ་རྩ་གཏོར་གཏོང་རྒྱུ་འབད་བརྩོན་ཞིག་བྱེད་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཊི་བི་ཀླད་གོར་བཟོ་རྒྱུའི་ལས་གཞི་ནང་རེད། སར་ཕྱོགས་དེ་ Active Case Finding End TB ལབ་རྒྱུ་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་ལས་གཞི། རྒྱ་གར་གྱི་ལས་འཆར། རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ད་གིན་ RNTCP ཞུ་བསྡད་པ་དེ་ཡི་ལས་འཆར་དང་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་རྒྱ་གར་འདྲ་བོ་གཅིག་ཡིན་ན་ ༢༠༣༥ བར་དུ་ཊི་བི་རྩ་གཏོར་བཏང་གི་ཡིན་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེས་འོག་ནས་ལས་འཆར་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ལས་འཆར་གཉིས་ཛ་དྲག་པོ་རྩིས་པའི་ཐོག་ནས་ཤུགས་བརྒྱབ་ནས་འགྲོ་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་དུས་དེའི་ཐོག་ནས་འབྱུང་གྱུར་གྱི་དུས་ཡུན་ནང་ལོགས་ལ་ཊི་བི་ཡི་གྲངས་འབོར་དེ་ག་ལེར་མར་ཆག་པའི་རེ་བ་ཙམ་མ་ཟད་ཡིད་ཆེས་འོས་པར་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག ད་ལྟ་ཊི་བི་དེ་གང་བྱས་ནས་ན་དགོས་པ་རེད་ཟེར་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་རེད། ངས་ད་གིན་ཞུས་པ་ཡིན། དེའི་ཐོག་ལ་ཁྱད་ལས་པ་གང་ཡང་མ་རེད། ལས་ཀ་བྱས་ནས་ཏོག་ཙམ་སྔོང་ཚོར་ཡོད་བསྡད་པ་དེར་ཁྱད་ལས་པ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་རེད། དེར་ང་ཚོའི་འཕྲོད་

བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཁྲིད་ལམ་པ་བཞུགས་ཡོད་པ་རེད། གཅིག་བྱས་ན་ངས་ཧམ་བཤད་བྱས་ཀྱི་འདུག་དགོངས་སྲིད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ངས་ཤེས་བསྡད་པ་ནང་ལ་ཏི་བི་འབུ་དེ་བོད་པའི་སྒྲི་ཡོངས་ནང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་རེད་འདུག ངས་ད་གིན་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་ཏི་བིའི་འབུ་ཕྲུ་གུ་ནང་ལ་ཡོད་བསྡད་པ་དེ་གཉིད་ཁུག་ནས་ཡོད་པ་རེད་ Latent དེ་བརྒྱ་ཆ་མ་སོང་ན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༨ རེད་འདུག མི་རྒན་པ་ནང་ལ་སློབ་གྲྭའི་དགེ་རྒན་དང་མ་མ་ཚོ་རྩིས་པས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༣ རེད། དེའི་དེ་རིང་གི་ Latent TB ཞིབ་འཇུག་བྱས་པས་ཐོ་འགོད་དེ་རེད། དེ་བཞིན་གདན་སློབ་ཀྱི་ཕྲུ་གུ་ཉལ་ཁང་ནང་བསྡད་ཡོད་པའི་གྲངས་འབོར་ལ་ལྟ་ཡོང་དུས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༨ ཟླས། ཉིན་མོའི་སློབ་གྲྭའི་ལ་བཏང་བསྡད་པའི་ནང་ལ་ཕྲུ་གུ་བརྒྱ་ཆ་ ༩ ལ་ Latent TB འདོན་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ Latent TB འབུ་དེ་ཡོད་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ནམ་ཞིག་ལ་གཟུགས་པོ་ནད་མནར་ནས་ན་ཚ་གཞན་པ་ཞིག་ཐོག་ཡོད་པ་རེད། ཟ་ཁུ་གཅིན་སྙི་ཡི་ནད་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། གང་འདྲའི་ནད་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། མཆིན་པའི་གཉན་ཚད་ཀྱི་ནད་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་བཞིན་གང་ཡིན་པའི་ཐོག་ནས་གཟུགས་པོ་ནུས་སྟོབས་ཉམས་ཡོང་དུས་སྐབས་སུ་འབུ་དེ་ཡར་ལང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཏི་བིའི་ནད་དེ་ན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གཟུགས་པོའི་ནུས་སྟོབས་དེ་ཉམས་རྒྱུའི་རྐྱེན་རྩ་དེ་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྐྱབས་འགྲོ་ལགས་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ལྟོ་གོས་དང་ཟས་བཅུད་མ་འདང་པའི་ཐོག་ནས་ན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་ན་ཕྲུག་ལས་གནང་རྒྱུ་མང་དྲགས། ཞལ་ལག་མཆོད་རྒྱུ་དང་གཟུགས་པོ་ལ་ངལ་གསོ་ཅུང་དྲགས་དེའི་ཐོག་ནས་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། གང་གི་ཐོག་ནས་གཟུགས་པོའི་ནུས་སྟོབས་ཉམས་ཡོང་དུས་ཏི་བི་ཡི་ནད་དེ་ལང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ནང་ལ་ལྷག་པར་དུ་ HIV གཉན་ནད་རིག་དུག་གི་ནད་དེ་ཡོད་པ་དང་འབྲེལ་དུ་ཏི་བི་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་གནང་དགོས་ཀྱི་རེད། ཏི་བི་ཡོད་པ་དང་གཉན་ནད་རིག་དུག་ནད་དེ་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་གནང་དགོས་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། HIV ལབ་དུས་ Immune Deficiency གཟུགས་པོའི་ནུས་སྟོབས་མེད་པ་བཟོ་འགྲོ་བའི་གནས་སྟངས་དེའི་སྐབས་ལ་ཡིན་དུས། ཏི་བི་དེ་འབྲེལ་མ་ཉིད་དུ་ལང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་མཚན་དེ་ལྟར་རེད་བསྡད་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེར་སྔོན་འགོག་བྱེད་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རེད། དེ་ནང་བཞིན་སྨན་རྩིས་ཁང་ཚང་མས་མ་ནི་འདོན་འདོན་བྱས་ནས་ཞུས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྔོན་འགོག་བྱ་རྒྱུ་ནང་ལ་གཅིག་སོ་སོ་ན་ཡི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དང་པོ་ཁ་བཀབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནང་བཞིན་གང་སར་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཞུ་རྒྱུ་དང་། གཅིག་སྨན་དེ་ཚོ་དུས་ཚོད་ཏག་ཏག་ལ་བཟའ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་སྨན་བཟས་ཏེ་བར་ལ་མཚམས་བཞག་རྒྱུ་མེད་པ་དང་། ཞིམ་ཆེ་ལགས་བརྗོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནང་བཞིན་ད་ལྟ་ངའི་སྔོན་འགོག་དེ་རྗེས་མའི་སྐུག་པ་དེ་ལ་ཞུ་ཡི་ཡོད། MDR དང་ XDR སྨན་བཏང་ན་ཡང་ཕན་མ་ཐོགས་རྒྱུ། སྨན་བཏང་ན་ཡང་བཅོས་མ་ཐུབ་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཡོང་རྒྱུ། སོ་སོ་རང་ཉིད་དང་པོ་ཁོ་རང་ནས་ཟས་བཅུད་དང་དེ་ཚོ་སོ་སོའི་སྤྱོད་ཚུལ་འཕྱེར་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཙོ་བོ་དེ་མི་གང་ཟག་སོ་སོའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྤྱོད་པ་འཕྱེར་སྟངས་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ཟས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་འཕྱེར་སྟངས་རེད། རང་ཉིད་ཀྱི་ད་གིན་བཀུར་འོས་སྐྱབས་འགྲོ་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། ཡིད་དང་སྒོ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་སྤྱོད་པ་འཕྱེར་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་གནད་འགག་རང་བཞིན་གྱི་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་སྙམ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།
སྐྱེ་འཕྲུལ་དབྲ་རྩ་བསོད་ནམས་ནོར་བུ་ལགས།

སྐྱེ་འཕྲུལ་དབྲ་རྩ་བསོད་ནམས་ནོར་བུ་ལགས་ནས།
དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་རིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཚིག་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐོག་མ་དེར་ཚོགས་དུས་སྐབས་ ༡ དང་ ༢ ཞིག་ལ་ཡིན་པ་འདྲ། དེ་དུས་ངས་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱུའི་གནམ་བཤད་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ལ་ཐ་མག་མཚམས་འཛོག་བྱ་རྒྱུའི་འབོད་བསྐུལ་ཞིག་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། ཕལ་ཆེར་ལོ་ ༢ ཕྱིན་སོང་། ད་བདག་ཁོ་རང་གིས་ཐ་མག་བཅད་ནས་ལྷག་པར་དུ་ཏ་ཙང་གི་མིག་དཔེ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏོན་སོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྔོངས་ཆ་དེའི་ཐོག་ནས་ང་རང་ཚོད་ལྟ་གཟིགས་བསྟུད་མཁན་ཚང་མར་འབོད་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་རེད། དེ་བཞིན་དོ་སྣང་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལོ་ག་ཚོད་རིང་ལ་ཐ་མག་བཏུང་གི་ཡོད་ནའང་འདྲ། ལོ་ ༡༠"༡༥ ག་ཚོད་བཏུང་གི་ཡོད་ན། སོ་སོའི་སེམས་པ་ནང་ལ་སྣང་དགོས་བསམ་པའི་དམ་ཚིག་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད་ན། སྤང་ཐུབ་རྒྱུ་ཞིག་རེད་འདུག དེ་གནད་འགག་ཏ་ཙང་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཐ་མག་དེ་བཏུང་ནས་ན་ཚ་བྱུང་རྒྱུ་དེ་ Cancer ལབ་རྒྱུ་དེ་རེད། བོད་ཡིག་ནང་ལ་ཕལ་ཆེར་སྐྲན་ནད་ཞུ་ཡི་ཡོད་ས་རེད། Cancer དེའི་ནང་ནས་མིད་པ་ན་ཚ་དེ་ Throat Cancer དེ་བརྒྱ་ཆ་ ༨༠ རེད་འདུག ཐ་མག་དེ་སྤང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཕལ་ཆེར་ Cancer མ་ཡོང་རྒྱུའི་རྐྱེན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཁ་ཐུག་བཀག་ཐུབ་ཀྱི་རེད་སྙམ། དེར་སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་ནས་གང་ལྟར་དེ་འདྲའི་ཐ་མག་མཆོད་མཁན་ཡོད་ནའང་མ་མཆོད་པ་དང་གཅིག་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་རེད། དེ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ནང་མི་རེ་རེར་བཀག་ཐུབ་རྒྱུར་ལས་ཀ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་སྙམ། གཙོ་བོ་འགན་དེ་སོ་སོས་འཁྱེར་རྒྱུ་ཞིག་རེད། ངས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བ་ཕལ་ཆེར་ཆགས་འགྲོ་ཡི་འདུག་སྙམ། ང་ཚོ་སྲི་ཞུ་བ་ལས་བྱེད་རྣམ་པའི་ལས་ཤག་དང་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་བཞའ་ཚན་རིགས་དང་གྲུང་ཆ་ཚང་ལ་བཞའ་ཚན་ཁེངས་ཀྱི་འདུག བཞའ་ཚན་ལབ་མ་ལབ་གང་ལྟར་གཙོ་བོ་ཞུ་པ་ཡིན་ན། གྲུང་དེ་ཕར་རྩུལ་བསྟུད་ཡོད་པ་རེད། ཚུ་མང་པོ་ཆགས་ནས་ལོ་ནས་ལོ་རྩུལ་བསྟུད་དུས། དེ་ལྟ་བུའི་ནང་ལ་དབུགས་བཏང་ནས་བསྟུད་ན་དངོས་གནས་ Allergy རེད། དེ་བཞིན་གྱི་ན་ཚ་ཏ་གོ་བ་དང་མི་གོ་བ་མང་པོ་ཞིག་གི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྟུད་ཀྱི་རེད་སྙམ། དེ་ཚོའི་རིགས་ལ་ཏན་ཏན་ཏ་ཙང་གི་ཁག་པོ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁ་ཤས་ཤིག་གི་ནང་ལ་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཚོར་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག་ནས་དོ་སྣང་བྱས་ཏེ་གང་ལྟར་སེལ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཐུགས་ཕན་ཆེན་པོ་གསོས་ས་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཕལ་ཆེར་དེ་ག་རང་ཡིན་ས་རེད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།
སྐྱེ་འཕྲུལ་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་གོ་བོ་བློ་བཟང་ཕན་བདེ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་གོ་བོ་བློ་བཟང་ཕན་བདེ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འབོད་བསྐུལ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དེ་མ་ཞུ་སྔོན་ལ་ཡང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་སྤྱི་ཡོངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཔལ་ལྡན་བཀའ་བློན་གཙོས་པའི་ལས་བྱེད་ཡོངས་ལ་ཡང་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དགོངས་བཞེས་དང་མ་ཐུབ་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་མ་འོངས་སོན་རྩ་སློབ་ཕྲུག་ཚོ་རེད། གདན་ས་ཆོས་སྒར་ཁག་ལ་དཔེ་ཁྲིད་མཁན་རེད། དམིགས་བསལ་གྱི་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་དང་རིག་འཚོ་མ་ཟིན་པ་དེ་ཚོར་ལྟ་སྐྱོང་གནང་པ་དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱི་དེའི་ཐོག་ལ་འབོད་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་འདི་ཉེ་ཆར་སྒང་ཏོག་ཁུལ་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ལ་ཡང་ལ་ཆེན་ལ་ཆུང་ལ་འགྲོ་དུས་ལ་ཆུང་ཕྱོགས་ལ་ཨ་མ་གཅིག་འདུག ལོ་ ༥༨ ཙམ་རེད་འདུག ཨ་མ་དེའི་ལག་པ་གཡོན་པའི་ལས་ཀ་ལས་མ་ཐུབ་པས་སྐམ་ཚར་བ་རེད་འདུག ཡིན་ནའང་བོད་གཞུང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་ཚོར་ཚུད་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་སྒང་ཏོག་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ལའང་ཐེངས་ ༣༠ བཅར་འདུག ཨ་མ་དེར་དཀའ་སྡུག་སེལ་མཁན་དེ་རོགས་པ་བྱེད་མཁན་དམིགས་བསལ་གང་ཡང་བྱུང་མི་འདུག གཞུང་གི་ངོས་ནས་ཁོང་ལ་ཇི་ལྟར་བཀག་འདུག སྔ་དུས་གཞུང་གི་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་ཡིན་ཟེར་རྒྱུའི་ཡིག་ཆ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་རྒྱུ་དེ་རང་གི་ཐོག་ནས་བཀག་ནས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ལ་ཐེངས་ ༣༠ ཙམ་བཅར་འདུག ཨ་མ་དེ་ང་ཚོ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ལ་མིག་ཆུ་བཏང་བཤད་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྒང་ཏོག་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ནང་ལ་ཆེད་མངགས་འགྲོ་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་ལྟ་བའི་སྐབས་ལ། ད་ལོའི་ཕྱི་ཟླ་ ༧ པ་ནས་ཁོ་ལ་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་ཁུངས་ལ་དངུལ་ཞིག་གྲངས་ཐོ་ལ་སླེབས་ཡོད་པ་རེད་ལབ་ཀྱི་འདུག དེ་བདེན་པ་ག་ཚོད་ཙམ་ལ་ཚད་འཛིན་གནང་་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དམ། གནས་སྐབས་རིང་ཁ་བཀག་ས་ཡིན་མིན་དེ་གོ་མ་སོང་། ཨ་མ་དེ་ལ་ཆེན་ཕྱོགས་ལ་རེད་འདུག ལོ་ ༥༨ རེད་འདུག ཁོ་རང་ལ་ལྟ་སྐྱོང་གནང་མཁན་བུ་མོ་གཅིག་འདུག མ་བུ་གཉིས་ཀྱི་འཚོ་བ་དེ་མ་ཡི་བཙལ་དགོས་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། མ་ལ་ལག་པ་གཅིག་དེ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྒང་ལ་དེ་ཚོའི་རིགས་ཀྱི་ས་ཆའི་ནང་བོད་པ་ཁག་ཅིག་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལའང་ཧ་ཅང་གི་གནས་སྟངས་སྐྱོ་པོ་འདུག འགྲིག་ཐང་ཡོད་ས་དང་སྐད་ཧོག་ཕྱོགས་ལ། དེའི་སྐབས་སུ་ང་ལ་ཚོར་བ་གང་བྱུང་སོང་ཟེར་ན། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། གཞུང་གིས་གང་ལྟར་ལས་གཞི་སྤེལ་བ་ཡིན་ནའང་རེད། གང་གནང་པ་དེ་ལྷོ་ཕྱོགས་གཞིས་ཆགས་ཁག་དང་དེ་འདྲའི་མཐུན་རྐྱེན་འཛོམས་ས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་མར་རྒྱུགས་བསྡད་མཁན་ལྟ་བུ་ཞིག་མ་གཏོགས། དགོས་མཁོ་ཡོད་པའི་ས་གནས་དེ་ཚོར་ཨ་ཁ་ཆུང་བ་དེ་ལྷག་བསྡད་འདུག་དེ་ཞིག་ཚོར་སྣང་བྱུང་། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཚོར་སྣང་དེ་དེ་རིང་གི་སྐབས་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་མ་འོངས་པར་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གཙོས་པའི་ལས་བྱེད་མཐུན་མོང་ནས་འབྲས་ལྗོངས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བོད་ཀྱི་ས་མཚམས་ལ་བསྡད་མཁན་གྱི་ཁ་འཐོར་བོད་མི་རྣམས་ལ་ཧ་ཅང་གི་ལྟ་སྐྱོང་གནང་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་འབོད་བསྐུལ་ཞིག་དེ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་ལ་ཆུང་ནང་ལ་བུ་མོ་ལོ་ན་ ༢༨ གསོན་པ་ཞིག་འདུག ཨ་མས་བུ་མོ་དེར་ཏོག་ཙམ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ཤེས་དུས་འཁྲིད་ཤོག་ཟེར་ནས་ང་ཚོའི་མདུན་ལ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་ཆ་ཚང་བྱས་པ་ཡིན། བུ་མོ་དེ་འཛིན་གྲྭ་ ༡༡ མ་གཏོགས་འགྲོ་ཐུབ་མི་འདུག གང་ལྟར་སེམས་ཁམས་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་མཁན་ཞིག་རེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཨ་མ་དེའི་ལྟ་བཤད་འདུག གནས་སྟངས་གང་གི་ཐོག་ལ་བདེ་སྡུག་འདྲ་ཞུ་པ་ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་དངོས་གནས་སྐྱོབ་མེད་ལྟག

བསྡད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་དེ་ཚོའི་རིགས་འདི་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ས་གནས་ས་ཐོག་གི་ལས་བྱེད་ཚོ་ཡིས་འཁྱུས་ཤོར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། གཉིས་ནས་དབུས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ཡང་ས་གནས་ཁུག་ཀྱོག་དེ་ཚོ་ལ་ལག་པ་མང་ཙམ་འཆང་ནས་དེ་འདྲའི་ཞིབ་འཇུག་གནང་ཞེས་རོགས་གནང་འབོད་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། གཉིས་པ་དེ་ཁ་སང་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཀུར་འོས་ཕྱག་སྟེལ་སྐྱི་འཁྱུས་ཤིག་གིས་སེར་བྱེས་མཁས་སྨན་གྲྭ་ཚང་གི་དགེ་འདུན་པ་གཅིག་ལ་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱར་བའི་འཕྲོས་ཏེ་སྐྱི་ཚོགས་དྲ་ལམ་ཁག་ལ་མཐོ་ཙམ་དམའ་ཙམ་གང་ལྟར་གནས་སྟངས་གཅིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྐོར་ལ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཁྱུས་དེའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་བཀའ་མོལ་ཞུས་ཚར་བ་ནས་ཁོང་གི་འགྲམ་ལ་བཅར་ནས་ང་ཡང་གནས་སྟངས་ད་ལྟའི་ཆར་དེ་ཚོར་འབྲེལ་ཆགས་ཤིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་གི་གནས་སྟངས་དེ་ཁ་གསལ་པོ་གསང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཁྱུས་འགྲམ་ལ་བཅར་བ་ཡིན། ད་བར་ཁག་བཞི་ཙམ་གྱིས་དེའི་ཐོག་ལ་ཡང་བཀའ་མོལ་ཞིབ་ཆགས་གསུང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་གནད་དོན་སྐྱི་ཚོགས་ལ་འཕྲོས་ས་དེ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཁྱུས་ལགས་ཀྱིས་གང་གསུང་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། སེར་བྱེས་མཁས་སྨན་གྲྭ་ཚང་ནས་སྒྲིག་ཁོངས་ནས་མར་བཏོན་པ་རེད་ཟེར་རྒྱུ་དེས་སྐྱི་ཚོགས་ལ་སྨུན་གཅེར་ཞིག་སློབས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཅིག་དེ་སློབ་སྦྱོང་ཐོག་རྩེ་ཕུད་རེད་འདུག སྐད་ཆ་དེ་གཉིས་ཀྱི་མཐོ་ཙམ་དམའ་ཙམ་འགྲོ་རྒྱུའི་ཐོག་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཁྱུས་ལ་བཀའ་མོལ་ཞུ་དུས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཁྱུས་ཁོང་གིས་ནད་པ་བྱས་པ་དང་ཀུན་སློང་ལ་ལྟད་མེད་པ་དང་། ཁོང་ལ་དཀའ་ངལ་གྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་དེར་བརྩད་དུས་སེར་བྱེས་མཁས་སྨན་གྲྭ་ཚང་ཁུངས་ལ་ཁོང་གི་ནད་གཡོག་ཡོང་མཁན་དགེ་འདུན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཁོང་ལ་ཡང་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོ་གྲྭ་ཚང་གི་སྒྲིག་ཁོངས་ནས་བཏོན་ཚར་བ་རེད། ཁོ་སློབ་སྦྱོང་ཡག་གྲས་རེད་ཟེར་རྒྱུའི་སྐྱི་ཚོགས་ལའང་གླེང་སློང་ཞིག་འགྲོ་བ་དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན་དེ་ཐོག་མ་དགེ་འདུན་པ་དེའི་ནད་གཡོག་ཡོང་མཁན་གྱི་གྲྭ་པ་གཉིས་ཀྱི་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཁྱུས་ལ་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་རྒྱུ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཁྱུས་ཀྱི་ཀུན་སློང་ལ་ལྟད་མེད་པ་དང་དམིགས་བསལ་གྱི་དེར་མ་གིའི་ནང་གཡོག་ཡོང་མཁན་ཚོ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དགོས་མཁོ་དང་དེར་མཐུན་རྐྱེན་ཡག་པོ་རགས་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་དགོས་པའི་དབང་གི་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པ་མེད་འགྲོ་བསམ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཚོར་གྱི་འདུག ཡིན་ནའང་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཁྱུས་ཀྱིས་བཀའ་མོལ་དེ་གསུངས་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་སྐྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དུས་རབས་དེའི་སྐབས་ལའང་དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་ཁག་ཏུ་ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་ལ་སློ་འབེབ་ཟུར་ཟ། དེ་འདྲ་བྱས་མཁན་གྱི་དྲ་རྒྱ་ཁག་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོའི་གྲས་ཀུན་སློང་ནང་ལ་གདན་ས་གྲྭ་ཚང་ཁག་ནག་པོ་ཆགས་ནས་ཕུད་བཞག་གི་འདུག སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོའི་གྲས་དེ་ཚོ་བདག་པོ་བརྒྱབ་ཀྱི་མི་འདུག ༧གོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་བརྩི་ཡི་མི་འདུག་ཟེར་ནས་དེ་འདྲའི་བཀའ་མོལ་དེ་ལས་འཕྲོས་ནས་མ་གིའི་སེར་བྱེས་མཁས་སྨན་གྲྭ་ཚང་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དགེ་འདུན་གྱི་དེར་ཤ་ཞེན་ཡོད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལའང་བློ་ཕམ་ཡོང་ས་གཅིག་དེར་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ངས་ཞུ་རྒྱུ་ལ་གདན་ས་གྲྭ་ཚང་ཁག་གི་གནས་སྟངས་བརྒྱུད་རིམ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟ་ལྡོ་ཕྱོགས་ཁུལ་ལ་གོང་དུ་ཕྱག་སྟེལ་སྐྱི་འཁྱུས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་གསལ་པོ་ཞུས་སོང་། ད་ལྟ་སྟེལ་ཀོབ་ཕྱོགས་ལ་ཡིན་ན་སེ་ར་བྱེས་སྨད་གཉིས་རེད། ཐེག་མཆོག་རྣམ་གྲོལ་གླིང་རེད། དེའི་ཁུལ་ལ་ཡོད་པའི་རིས་མེད་དགོན་སྡེ་ཁག་གིས་ཉེ་ཆར་རྒྱ་གར་གྱི་ཚུ་ལོག་བརྒྱབ་ས་ཁག་ལ་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱར་བ་ཁག་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ལ་ལྟ་ན་གཟིགས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་མ་ཡིན་པའི་ཐོག་ནས་མ་གིའི་དགོན་པ་ཆེ་བ་སེར་བྱེས་

མཁས་སྟོན་གྲྭ་ཚང་དང་སེར་སྨད་ཐོས་བསམ་ནོར་གླིང་གྲྭ་ཚང་རེད། ཐེག་མཆོག་རྣམ་གྲོལ་གླིང་རེད། དེ་དག་རིས་མེད་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་སློབ་ཁང་དང་ལྷག་པར་དུ་གཞིས་གྲོང་ཁག་ལའང་རོགས་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཚོ་ང་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་བཤད་མ་བརྒྱབ་པའི་ཐོག་ནས་ཟ་རྒྱ་བརྒྱད་ལམ་ཁག་ལ་གཟིགས་པ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་མཐོང་ཐུབ་རྒྱུ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྐོར་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། མཐའ་བསྡོམས་དེར་ཁ་སང་ཉེ་ཆར་བདེ་སྐྱུང་གིས་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་གི་ཡིག་ཚང་དང་འབྲེལ་བར་ངས་དེ་ནང་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་པ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་ཡིག་ཚང་གིས་ཁ་སང་དེར་ཕྱག་བྲིས་ཤིག་ཐེབས་པ་རེད། དེའི་སྐོར་ལ་ཡིན་ནའང་། རྩ་བའི་གང་ཟག་སོ་སོ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་སྐབས་ལ་དངོས་ཡོད་དང་བདེན་པར་གཞིགས་ནས་བཤད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་གི་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁ་སང་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་ལ་བརྩི་བཀུར་དང་རྣམ་རྒྱུན་དུ་ནས་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་གི་མཚན་སྟོན་སྐྱུང་སྐྱོབ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་ཆ་ནས་སླར་ཡང་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་གི་མཚན་སྟོན་དེ་ཟ་རྒྱ་བརྒྱད་ལམ་ཁག་ལ་བགྲོ་གླེང་གི་ཆ་ཤས་མ་འགྲོ་རྒྱུ་ཆེད་དུ་ངའི་དེར་ཡང་བདེན་པ་དངོས་ཡོད་གཞིགས་དཔྱད་ནས་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་ལ་ཆེས་མཐོང་གི་ཐོག་ནས་དེར་གང་ཡང་གསལ་བཤད་ཞུ་ཡི་མེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཟམ་མདོ་བྱམས་པ་ཚེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཟམ་མདོ་བྱམས་པ་ཚེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྡོམས་དེ་ཏ་ཙང་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག སོང་ཙང་ཁ་སང་དགོང་མོ་ཆ་ཤས་ཞུ་རྒྱུའི་དགོས་པ་གང་ཡང་མཐོང་མ་སོང་། ཡིན་ནའང་མདང་དགོང་ནས་དེ་རིང་ཞོགས་པའི་བར་གྱི་གནས་སྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་ཆ་ཤས་ངེས་པར་དུ་ཞུ་དགོས་རྒྱུའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཆགས་སོང་། དེ་གང་རེད་ཅེ་ན། ཁ་སང་དགོང་མོ་ནས་དེ་རིང་ཞོགས་པས་བར་དུ་ Switzerland རེད། Europe རེད། ཨ་རི་ཁུལ་ནས་སྒྲ་སྙམ་ཐུང་ཐུང་ཞིག་བཏང་ཡོང་ནས། དེ་རིང་ཞོགས་པ་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་བསྐོར་ར་འགྲོ་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་དེ་མེད་པ་ཆགས་ཏེ། དེའི་ཐོག་ལ་དུས་ཚོད་བཏང་དགོས་རྒྱུ་ཆགས་སོང་། དེ་རིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། རྒྱུ་མཚན་དེ་གང་ཡིན་ཞུས་པ་ཡིན་ན། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་འདི་ཆ་ཚང་མིག་གི་དབང་པོ། རྣ་བའི་དབང་པོ། སྣའི་དབང་པོ། ལྕེ་ཡི་དབང་པོ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལབ་ནས་དབང་པོ་ལྔ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའི་རྒྱབ་རྟེན་དེ་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་དང་། ཡིད་ཀྱི་ཚད་བཟུང་པའི་སྐབས་ལ་ནད་ན་ཚ་ཉུང་བ་དང་ཡིད་ཀྱི་ཚད་མ་བཟུང་པའི་སྐབས་ལ་ནད་ན་ཚ་མང་བ་གཅིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་དུས། སེམས་རྣལ་དུ་རྩུང་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན་འཕྲོད་པར་བསྟེན་པར་འགྱུར་བ་དང་། ལུས་སེམས་བརྣལ་དུ་མ་བཞག་པའི་སྐབས་ལ་འཕྲོད་པར་མ་བསྟེན་པར་ཆགས་ནས་ནད་ན་ཚ་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས། Switzerland ལ་“དགོང་ས་”སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་གསུང་ཆོས་དང་བཀའ་སློབ་ཀྱིས་རྗེས་ལ་བྱུང་མེད་གཅིག་གི་

བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་རེད། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལའང་བསྡོན་འཛུགས་བྱས་འདུག དེས་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་གནས་སྟངས་བརྟལ་དུ་བཞག་མ་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་མཚན་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་བྱུང་འདུག སོང་ཙང་མོ་རང་གིས་གསུང་རྒྱུར། ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་ལ་ཡོད་པའི་བོད་མི་ ༡༥༠ དེ་དུས་བུ་གཉིས་གསུམ་ལ་འགྲོ་ནས་ཇེ་ཞན་ཇེ་སྡུག་ཏུ་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཅེས་གསུངས་འདུག སོང་ཙང་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་དང་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་དེ་ཏ་ཙང་ཡག་པོ་བྱུང་ཡོད་ཅེས་ང་ལ་སྤྲོབས་པ་ཏ་ཙང་འདུག ང་ལ་ཡང་ཚོར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད། མི་མང་གིས་བལྟས་པའི་ཐོག་ནས་མཐོང་པ་ཡིན་ནའང་རེད། གོ་བའི་ཐོག་ནས་གོ་ཐོས་དེ་རྒྱུ་མཚན་ཏག་ཏག་ལེན་པ་ཡིན་ན། གཞི་བརྗོད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། རྣམ་པ་ཚོས་ངོས་ནས་དེ་དག་ངོ་ཤེས་བྱ་དགོས་ཀྱི་འདུག ལོག་བཤད་རྩ་བ་ཉིད་ནས་བརྒྱབ་རྒྱུ་མི་འདུག འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག་གིས་ཐོག་ནས་སེམས་བརྟལ་དུ་མ་བཞག་པའི་རིགས་ལ་སེམས་གསོའི་སློབ་གསོ་ཁང་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་དམ། དོན་ཚན་གཉིས་པ་དེར་བུད་མེད་དེས་གནས་ཚུལ་ཡིད་དུ་གཤོང་མ་ཐུབ་པ། ལྷག་པར་དུ་ Switzerland ཨ་མ་ལགས་ཁ་ཤས་ཏུ་སྙིང་ལ་ཐད་ཀར་ཁ་པར་བརྒྱུད་ནས་ཏུ་བ་དང་སྦྲགས་ཏེ་བཀའ་མོལ་ཞུ་རྒྱུར་༸རྒྱལ་བ་དོན་གྱི་བདག་པོ་༸སྐྱབས་མགོན་༸རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་བུད་མེད་དེའི་མཚན་སྙན་ཞུས་སོང་ཟེར་ནས་སྤྲ་སྤྲམ་དེ་ངས་ཉན་པ་ཡིན། མོ་རང་གིས་བཤད་པས་བཀའ་མོལ་དེ། ཁ་ཁ་ཁང་བསྡད་ན་ཁ་མཚུ་མེད། མགོ་རྡུམ་ལ་འཛུལ་ན་ལྷགས་པ་མེད། ཟླ་རྒྱན་ཆོས་བྱས་ནས་བཞུགས་ན་དགའ་ཡི་རེད་ཅེས་མཚན་སྙན་ཞུས་འདུག དེ་བཞིན་དུ་ཟླ་མར་པར་བརྩེ་བཀུར་ཞུས་ནས་ཆེས་མཐོང་སྣྲུད་པ་ཡིན། བཀའ་དྲིན་བསམ་ཤེས་མི་འདུག་དྲིན་ལན་ལོག་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་འདུག སོང་ཙང་དེས་ང་ཚོའི་ཡིད་ལ་གཤོང་དུ་མེད་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་རེད། རིམ་པས་སྐད་འཕྲིན་ཐུང་ཐུང་དེ་ངེས་པར་དུ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་འགྲོ་ཡི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེར་ངོས་ལེན་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མེད། འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་བརྟལ་དུ་བཞག་མ་ཐུབ་པར་བརྟེན་ནས་དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་རིགས་ལ་སེམས་གསོ་ཁང་ཞིག་དང་། སྨན་བཅོས་ཁང་། སློབ་གསོ་ཁང་རིགས་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཟེར་ནས་དེའི་ཐོག་ནས་ཆ་ཤས་ཞུས་པ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་ཐ་མག་འཐེན་ན་དེ་ལ་སྐྱོན་ག་རེ་ཡོད་པ་དང་། སོ་སོའི་གཟུགས་པོར་གནོད་འཚེ་གང་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་དེའི་སྐོར་ལ་གསུངས་པ་དེར་ངས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཁོང་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ངོས་ལེན་དེ་རང་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཁོང་གིས་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་མ་འོངས་པར་ལས་འཆར་གཅིག་བརྩམ་དགོས་ཀྱི་འདུག དེའི་ནང་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་དང་། དེ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན། དགོས་མཁོ་འདུག་ན་ང་ཡང་ཡོད། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་ཐ་མག་འཐེན་རྒྱུ་དེ་གང་ཙུང་ཙུང་ཞིག་བཟོ་རྒྱུར་ལས་འགུལ་གཅིག་སྤེལ་

དགོས་ཀྱི་འདུག དེའི་ནང་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་མར་འཛོན་ནས་ང་ཐ་མག་འཐེན་གྱི་མེད། ཁྱེད་རང་ཐ་མག་འཐེན་གྱི་མེད་ཤག་རེད་ལྷ་བུ་དེ་འདྲའི་ཚོད་ཀྱི་བཀྲན་ཐུང་དེ་འདྲ་བཟོས་ན་ཡག་པོ་ཡོང་ས་རེད་ཅེས་བཀའ་ཕེབས་པ་རེད། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ཡག་པོ་འདུག་སྙམ། ཡིན་ནའང་མེས་པོ་དམ་པ་ཟླན་རྗེས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་དེ་དུས་དེ་དེ་བཞིན་ནོ་ཞུས་པ་མ་གཏོགས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་དང་མིན་གང་ཡང་ཞུས་མེད། དེ་རིང་བསྐྱར་དུ་གོ་སྐབས་འདི་སླེབས་དུས་ལས་གཞི་འདི་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། བཀུར་འོས་སྲི་འཕྲུལ་ལགས་ནས་དུས་ཚོད་ཏོག་ཙམ་གནང་རོགས་བགྱིས། དེའི་ནང་ལ་ང་ཚོ་མཉམ་དུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལས་ཀ་བྱ་དགོས། བཀུར་འོས་སྲི་འཕྲུལ་ལགས་ནས་གསུངས་པར་བརྟེན་ནས་གྲོགས་པོ་དྲན་པ་འདི་དོར་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་སོང་། དེར་བརྟེན་སོ་སོས་ཁྱེད་ལ་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ལས་ཤག་ཁག་གི་རིགས་ལ་བཞའ་ཚན་འདུག་གསུངས་པ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་སྟངས་རེད། རང་ཉིད་ལ་ཆ་མཚོན་ན་ལས་སྣེ་འདྲ་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་ཧ་སང་རྒྱུན་རིང་པོར་སྤྱོད་མཁན་ཞིག་རེད། བར་སྐབས་ཤིག་ལ་ལས་ཀ་གཞན་གཅིག་གི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་ལྦི་ལིར་འགྲོ་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་པ་རེད། དེའི་དུས་ཡུན་ནང་ལ་སྤྱོད་སྐབས་ཁང་ཚུང་གཡོང་ཙམ་ཞིག་ནས་བཟུང་སྟེ་ད་ཆ་ཁང་མིག་གསུམ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་བསྡད་སྡོང་བའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། ཡིན་ནའང་། ད་ལྟའང་ཁང་པའི་ནང་ལ་བཞའ་ཚན་ཏ་ཙང་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཧ་རམ་ས་ལའི་ཁོར་ཡུག་དང་གནམ་གཤིས་དེ་འདྲ་རེད་འདུག དཔེར་ན་ཆུ་འཐེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་དེ་ཁང་པའི་ནང་ལ་ཆུ་ཚོད་ ༢ ཙམ་ཞིག་བཞག་དུས་ཕལ་ཆེར་ཆུ་ Liter གཅིག་དང་ཕྱེད་ཀ་ཙམ་གྱི་ཆུ་ཁང་པའི་ནང་ནས་འཐེན་ཐུབ་ཀྱི་འདུག དེར་བརྟེན་བཀུར་འོས་སྲི་འཕྲུལ་སང་ཉིན་བཀའ་བློན་གྱི་ལས་ཤག་ལ་ཕེབས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། ངའི་ལས་ཤག་ལ་ཕེབས་པ་ཡིན་ནའང་ཕེབས་ནས་གཟིགས་དང་ཁང་པ་ཆ་ཚང་གས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ཁྱེད་ཀྱིས་གསུངས་པ་བཞིན་ཁྲ་ཁྲ་ཆགས་པ་དེ་ནང་བཞིན་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། འདིའི་གནམ་གཤིས་དང་ས་བབ་ཀྱི་གནས་སྟངས་དེས་རེད་འདུག དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་གནོད་ཀྱི་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་ན། བཀུར་འོས་སྲི་འཕྲུལ་གྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་དངོས་གནས་གནོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ཉེ་བའི་ཆར་ལས་བྱེད་ཞིག་ཁང་པ་གསར་དུ་སྤོས་ཚར་ཙམ་གྱི་སྐབས་སུ་ང་སླེབས་པའི་ཁ་ཐུག་ཁེལ་སོང་། དེ་རིང་རྩེ་བཏང་བ་ཡིན་ནའང་སང་ཉིན་རང་བཞའ་ཚན་འཁོར་བའི་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་མཐོང་སོང་། དེའི་ཐོག་ལ་ས་ཁང་རེད། ས་ཁང་གི་ཐོག་ལ་སྐན་སེང་ཞུ་རྒྱུ་རེད། ས་ཁང་དེ་ནང་སྲིད་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེ་དུས་ཡིན་ནའང་ངས་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་བཀུར་འོས་སྲི་འཕྲུལ་གྱིས་དགོངས་ཚུལ་དེ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་གནད་འགག་རེད། འགྲོ་སོང་སྒོར་ ༡ བསྒྲི་ཚགས་བྱ་རྒྱུར་ཨ་ན་ ༥ བཏང་ན་ཡག་གི་རེད། སང་ཉིན་ཡང་འཕྲོད་བསྟེན་ནས་མ་འགྲིག་པར་འཛིན་བྱང་ཞིག་སླེབས་སོང་ན། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་རང་གིས་བསྐོར་བ་བརྒྱབས་ནས་སྤྲད་དགོས་ཀྱི་རེད། དེར་བརྟེན་འདི་ངས་ངོས་ལེན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྲི་འཕྲུལ་གཞན་ཞིག་ནས་བསྔགས་བརྗོད་གནང་སོང་། དེར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཡོངས་ཀྱི་ཆབ་ཞུས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། འབོད་བསྐུལ་ཁག་གཉིས་དང་དགོངས་ཚུལ་ཁག་གཉིས་ཙམ་ཞིག་ཕེབས་སོང་། དགོངས་ཚུལ་ཕེབས་པ་དེར་བཀུར་འོས་སྲི་འཕྲུལ་མཆོག་གི་དགོངས་ཚུལ་རེད། འབོད་སྐུལ་གནང་བའི་དང་པོའི་ནང་ལ་བཀུར་འོས་སྲི་འཕྲུལ་མཆོག་ནས་ལ་ཚུང་གསུངས་སོང་དེའི་རྗེས་སུ་ལ་ཆེན་གསུངས་སོང་། ངའི་ཐོར་ལ་ཚུང་འཁོད་འདུག ལ

ཆུང་ལ་དགུང་ལོ་ ༥༨ ལ་ཕེབས་པ་གཞོན་གཅིག་གི་ལག་པས་ལས་ཀ་ཁྱོན་ནས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པའི་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་བུད་མེད་ནད་མནར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་འདུས་པའི་ལོ་མང་པོ་རིང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ལ་བཅར་ནས་ཕལ་ཆེར་ཉེ་བའི་ཚར་འཁྲིག་པའི་བཀའ་ཕེབས་སོང་། ད་ལྟ་ངའི་འགྲམ་ལ་ཤོག་བུ་འཁྱེར་བའི་ནང་དུ། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་དེ་བཟོས་ཡོང་དུས་དེའི་ནང་དུ་ཁ་ཤས་ལ་ཆག་ཡང་བཏང་བཞག་པ་དང་། ཁ་ཤས་ཁྲིམས་སྒྲིག་གི་འོག་ནས་ཁྱེད་རང་ཁྱབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་བཤད་མ་ཐུབ་པའི་གནས་སྟངས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པས་ཚོར་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། འོན་ཀྱང་ཁྲིམས་སྒྲིག་དང་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་དེ་རང་བཞིན་གྱི་འགགས་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡོང་གི་འདུག དཔེར་ན་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་ཐོག་ལ་ Disability certificate ཞེས་པ་དེ་རེད། དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་ཡིན་པའི་ངོས་སྦྱོར་རྒྱ་གར་ས་གནས་སྨན་ཁང་ནས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་མ་རག་པར་རྒྱུན་རིང་པོ་ཞིག་ལྷག་བསྡད་ཡོད་ས་རེད་དེ་ཉེ་ཆར་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་ཐོ་གཞུང་ནང་ལ་བཀྱག་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་འདུག

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས་ནས་དབུས་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་དང་མཐའ་མཚམས་ལ་བསྐོར་བསྐྱོད་འགྲོ་དགོས་པའི་བཀའ་ཕེབས་པ་རེད། དེར་ངས་ཁས་ལེན་ཞུ་ཡི་ཡོད། དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་སྟངས་རེད། ད་ལྟ་འདིའི་འཛིན་སྐྱོང་ནང་ལ་བྱང་ཕྱོགས་ལ་བྱང་ཐང་ཡིན་ནའང་རེད། ཤར་ཕྱོགས་ལ་ཀུ་ཀྲིང་གི་ས་མཁར་ཁག ༡༢ ཙམ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ནའང་རེད། འདིར་འཛིན་སྐྱོང་ནང་དུ་བཞུགས་ཡོད་པའི་བཀའ་བློན་རྣམ་པ་མང་ཉུང་ལ་མ་ལྟོས་པའི་ཐོག་ནས་དེའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐོར་བསྐྱོད་ཀྱིས་ས་གནས་གནས་སྟངས་ལ་རྟོག་ཞིབ་ཞུས་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་ལ་ཆེན་དང་ལ་ཕྲུང་ཕྱོགས་ལ་འགྲོ་དགོས་པའི་བཀའ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ང་ཚོས་དུས་ཚོད་འདོན་ནས་དེའི་ཕྱོགས་ལ་འགྲོ་སྐྱེ་རྟོག་ཞིབ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བུད་མེད་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་ནད་མནར་བསྡད་པའི་སྐོར་ཞིག་གསུངས་སོང་། དེ་ང་ཚོའི་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཚན་པའི་ཐོག་ནས་གཟིགས་རྟོག་གནང་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་མེད་དང་། དེ་ཐོ་གཞུང་ནང་ལ་ཡོད་དམ་མེད། ཐོ་གཞུང་ནང་ལ་མེད་པར་ཆུགས་དགོས་ན་དེར་དཔག་པའི་རྒྱབ་གཉེར་དང་། ས་གནས་ནས་རྒྱབ་གཉེར་ཡོད་པའི་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཐའ་མ་དེས་གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དྲི་བ་ཕེབས་པ་རེད། སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་བཅོས་ཐབས་ཁང་དེ་འདྲ་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུང་སྐབས། དེ་དུས་ནས་ངས་ཞིབ་ཅིང་ཐྲ་བ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེད། འགྲོ་སོང་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་རེད། ལྷག་དོན་དུ་མི་ཆའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོར་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོར་གདོང་ལེན་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་བསམ་བློའི་ནང་ལ་འདི་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུས་པ་དང་ད་ལྟ་ལན་ཞུ་རྒྱུ་དེ་གཉིས་གཅིག་མཚུངས་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་གང་ཟག་སུ་ཡིན་ནའང་རེད། སྐྱེས་དམན་ཞིག་གིས་སྐྱོན་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་འདུག་བཤད་རྒྱུ་དེ་ངས་ཉན་དུས། སེམས་ཁམས་མ་བདེ་བ་ཡིན་ས་མ་རེད། འདི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོ་རང་སེམས་ཁམས་མ་བདེ་བ་བཟོ་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་སྟོད་མཁན་ཞིག་རེད་འདུག་མ་གཏོགས་རང་བཞིན་ཁོ་རང་སེམས་ཁམས་མ་བདེ་བ་ཞིག་མིན་པའི་ཚོར་བ་བྱུང་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྒྲོལ་མ་ཚེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒྲོལ་མ་ཚེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བགྲོ་གླེང་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར་དུས་ཚོད་ཚད་བཀག་ཡོད་དུས་ལྷན་ཁང་རེ་རེར་བསྡུགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་རག་མ་སོང་བར་བརྟེན་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་ལྷན་ཁང་ཡོངས་རྫོགས་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཚན་ཚང་མས་སྐུ་ལས་བསྐྱོན་ནས་གནས་བབ་འདིར་ཕེབས་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གྱི་ཐོག་ནས་ཚང་མར་དུས་གཅིག་ལ་བསྡུགས་བརྗོད་དང་འཚམས་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དེ་རིང་དྲི་བ་ཐུང་ཐུང་གཉིས་དང་འབོད་སྐུལ་གསོལ་འདེབས་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད། དང་པོ་དེ་ཀུ་ཀྲིང་གི་གནས་སྟངས་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཀུ་ཀྲིང་གི་གནས་བབ་དེ་གཙང་འཕྲོད་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡིན། རྩ་བའི་ལས་བསྒོམས་ནང་ལ་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། ས་ཁུལ་ཆེ་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ལ་ལུས་སྦྱོང་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཏ་ཙང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་མཐའ་འཁོབ་ཀུ་ཀྲིང་གི་གྲོང་ཁྱེར། གྲོང་བརྡལ། གྲོང་གསེབ་ ༡༧ ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ལ་དྭགས་ཁུལ་ལ་དགུན་ཁའི་དུས་སུ་མི་མང་དེ་དག་སྐབས་དེར་ནད་ཀྱི་མནར་ན་ཤི་རྒྱུ་རང་ལ་བསྒུག་པ་མ་གཏོགས་སྨན་ཁང་གཅིག་ལ་བསྐྱལ་ཐུབ་པའི་གནས་བབ་དེ་རྩ་བ་ནས་མེད་པའི་གནས་སྟངས་དེ་ལས་བསྒོམས་ཀྱི་ནང་ལ་ཡང་བྲིས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཀུ་ཀྲིང་དང་། དེ་བཞིན་ལ་དྭགས་ཁུལ་ལ་བྱང་ཐང་དང་། དེ་དག་གི་ཁུལ་དུ་མི་ཏ་ཙང་ན་བསྡད་པའི་གནས་བབ་ལ། དཔེར་ན། ད་ལྟ་ཧི་མ་ཅལ་གྱི་ནང་ལ་དགུན་དུས་དང་། ཆུ་ལོག་ཡོང་སྐབས་ཐད་འཕྲུར་གནམ་གྲུའི་ཐོག་ནས་ཛ་དྲག་སྐྱོབ་ཆེད་ཀྱི་ལས་འཆར་ཞིག་སྤེལ་འདུག དེ་ཚོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཔེར་ན། ལ་དྭགས་ཡིན་ན་དམག་མིའི་གནམ་གྲུ་ཡོད་པ་རེད། ཀུ་ཀྲིང་ལ་ཡིན་ནའང་དམག་མིའི་གནམ་ཐང་དེ་འཁྲིས་ལ་ཡོད་དུས་དེ་འདྲའི་ཛ་དྲག་གི་ལས་འཆར་ཞིག་གི་ཐད་ལ་དགོངས་བཞེས་དང་། དེ་བཞིན་རོགས་སྐྱོར་མང་པོ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་དུས་ཐེབས་རྩ་གཅིག་གི་ཛ་དྲག་རོགས་སྐྱོར་གྱི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་འབོད་བསྐུལ་དང་པོ་དེ་ཡིན། ཀུ་ཀྲིང་གི་གྲོང་གསེབ་ ༡༧ གྱི་ནང་ནས་གསང་སྤྱོད་དགོས་པའི་ཁྱིམ་ཚང་མང་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལས་བསྒོམས་ལྟར་ན་ ༦༨ ལ་གསང་སྤྱོད་གསར་པ་བརྒྱབས་ཚར་བ་དང་། ༣༢ བརྒྱབ་རྒྱུ་བསྡད་པ་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་དབྱེ་སེལ་གྱི་ཐོག་ནས་དགོས་ངེས་ཅན་དེ་དག་ལ་དགོངས་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་ཚོར་ལས་འཆར་བང་སྒྲིག་སྐབས་སུ་མཐའ་འཁོབ་དེ་དག་ངེས་པར་དུ་གོ་སྐབས་དང་པོ་གནང་དགོས་རྒྱུའི་ཐོག་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་འཐུང་ཆུ་སྦྱུས་ཀ་ཡག་ལོད་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། མཐའ་འཁོབ་དེ་ཚོ་ལ་སྟུག་ཁང་དང་། ཡར་གདོང་། ཉེ་རིང་བཅས་ལ་འཐུང་ཆུ་རང་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་གྱི་ཐོག་ཆུའི་བུ་ག་མེད་པར་བརྟེན་དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་དུས་དེ་དག་གི་ཐོག་དགོངས་བཞེས་ཡོད་པ་རང་ལ་གཞི་བཞག་གི་ཡོད། དེ་དག་ལས་འཆར་གྱི་ནང་ངེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་དང་པོའི་ཐོག་ལ་ཞོག་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་ཧྲིའི་དགེ་རྒན་ཚོའི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་གསུངས་པ་རེད། ཏ་ཙང་ཡག་པོ་རེད། དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་བསྡུགས་བརྗོད་

ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ལས་བསྒོམས་ཤོག་གྲངས་ ༨ པའི་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ཁྲིམ་ར་ཆེན་མོ་གོ་སྒྲིག་བྱ་རྒྱུའི་གནད་དོན་གཅིག་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་རྩ་བའི་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ཁག་གིས་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཁྲིམ་ར་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་བཙུགས་ཏེ་མི་མང་ལ་རིན་མེད་ཀྱི་ཐོག་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལེགས་པའི་ཆ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་དེར་སྨན་གྱི་གོ་རྟོགས་ཡོད་པ་མང་པོས་དེའི་སྐབས་ལ་སྨན་པ་མེད་པ་ཡིན་ན། སྨན་པ་ཚད་ལྡན་མེད་པར་སྨན་ལྟ་སྐྱོང་བྱས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མ་འོངས་པར། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀའ་འཁྲོལ་དང་སྦྲགས་ནས་ Corporate interest ཁོ་ཚོས་སོ་སོར་ནད་པ་གང་མང་མང་ཡོང་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་མེད་དམ་བསམ་པ་དེ་འདྲའི་ཚོར་བ་ཞིག་སླེབས་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྟངས་འཛིན་ག་ཚོད་ཅིག་གནང་ཐུབ་མིན་ཤེས་ཀྱི་མེད་དེ། ཡིན་ནའང་མ་འོངས་པར་དེ་འདྲའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཁྲིམ་ར་དེ་དག་གི་ནང་ལ་སྨན་པ་ངེས་པར་རྟོག་ཞིབ་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། དེ་ནས་ད་གིན་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག་གིས་བཀའ་གནང་སོང་། ང་རང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་ H pylori ཞེས་པའི་ནད་འབུ་དེ་ཡོད་པར་བརྟེན་པོ་བའི་སྐྲན་ནད་དང་། གྲོད་ཁོག་སྐྲན་ནད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཆི་སྐྱོན་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་བོད་ནང་ལ་ཆ་མཚོན་ན་བརྒྱ་ཆ་ ༧༣།༩ ཡི་ནད་འབུ་འདིས་རྐྱེན་གྱིས་མང་པོ་ཞིག་སྟུང་གི་ཡོད་པ་མ་ཟད། མཐའ་མ་འཆི་རྐྱེན་ཡང་དེ་རང་ནས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནས་བབ་ད་ལྟ་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་དགོངས་བཞེས་ཡོད་ཅེས་བཀའ་གནང་སོང་། རྒྱུད་སྟོད་ཕུ་བརྒྱབས་ནས་ནད་འབུ་དེ་ཡོད་མེད་ལྟ་བྱེད་གཅིག་ཡོད་པ་རེད་དེ། གཅིག་གིས་འགྲིག་གི་མི་འདུག བོད་མི་འདུས་སྡོད་མང་ཆེ་བར་ད་ལྟ་ཕུ་བརྒྱབས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་བཙོག་པ་ནས་བརྟག་དཔྱད་བྱ་རྒྱུའི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་གནང་གི་འདུག དེ་དག་ང་ཚོར་མཐུན་རྐྱེན་རག་གི་ཡོད་དུས་བོད་མི་འདུ་འཛོམས་ཆེ་ས་ཆེ་སར་ངེས་པར་དུ་དེ་འདྲའི་མཐུན་རྐྱེན་ཞིག་སྦྲ་ར་ཐུབ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་ཤིག་གནང་རོགས་གནང་། འཆར་གཞི་ཡོད་གསུངས་སོང་། དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་གཞོགས་འདེགས་ལྟ་བུའི་འབོད་བསྐུལ་གསོལ་འདེབས་རང་ཡིན། དེ་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྔོན་མའི་ལས་བསྒོམས་ནང་ལ་སྨན་ཞབས་པ་ཚོར་དམིགས་བསལ་གྱི་སྨན་སྦྱོང་གསར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་བསྐོར་བསྐྱོད་ཀྱི་ལས་འཆར་ཞིག་ཡོད་ཟེར་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། འདིའི་ནང་ལ་གང་ཡང་གསལ་མ་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་བསྐོར་བསྐྱོད་ལས་འཆར་དེ་སྤེལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། ས་གནས་ག་ཚོད་ལ་སྤེལ་ཡོད་པ་རེད་དམ། དེའི་ཐོག་ནས་མང་ཚོགས་ལ་གོ་རྟོགས་ག་ཚོད་ཙམ་སྤེལ་ཐུབ་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཞེས་འདྲི་བ་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་མཐའ་བསྒོམས་ལ་དགུ་བཅུ་སུམ་གྱི་ལམ་ཟུར་དེར་གད་སྙིགས་ཀླུག་སྟོད་ཆེན་པོ་གཅིག་ཡོད་པ་རེད། སྟོད་དེར་གད་སྙིགས་དེ་དག་སྐམ་པོ་དང་རློན་པ་དབྱེ་གསེས་མེད་པའི་ཐོག་ནས་དྲི་མ་ཏ་ཙང་ཁ་ནས་གཡས་གཡོན་གྱི་ས་ཁུལ་དེ་དག་ལ་ནད་སྡོན་འགོག་རང་ལ་གནོད་ཀྱི་མེད་དམ་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་དགུ་བཅུ་སུམ་གྱི་དྲུང་ཆེ་ཡིན་ཞུ་མཁན་ཞིག་རྒྱུན་ལས་ལ་བཙར་བ་ཡིན་ཞེས་ཆེད་མངགས་ཁོང་རང་བཙར་གནང་སོང་། བཀའ་ཤག་དང་ལྷན་ཁང་ཁག་ཚང་མར་བཙར་ཡིན་གསུང་གི་འདུག སྐབས་དེར་རྒྱུན་ལས་མང་ཆེ་བ་མེད་དུས་ང་གཅིག་པོ་ཡོད་ཁོང་གིས་ངེས་པར་དུ་དྲི་མ་དྲན་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་འཕྲོད་བསྟེན་རང་ལ་ཚབ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་དུ་ག་རེ་གནང་རྒྱུ་ཡོད་ནའང་གནང་རོགས་གནང་། ཁྱེད་ཚོས་འདི་སྐད་ལ་འཕྲོལ་བ་གནང་རོགས་གནང་གསུང་གི་འདུག འདི་དེ་རིང་འདིར་གོ་སྐབས་བླངས་པའི་ཐོག་ནས་

ང་ཚོས་རྩ་བའི་གད་སྙིགས་དབྱེ་སེལ་གྱི་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་རྒྱུའི་ལམ་སྟོན་ཐེབས་པ་དང་། དེ་བཞིན་རྣོན་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོས་གཡུག་སའི་ཐབས་ལམ་དེ་གང་འདྲ་བཙལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་ཧན་ཧན་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་ཚོ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་། དེ་ནས་སྨྱོ་རྫས་ངན་གོམས་དང་འབྲེལ་བ་དེ་སློབ་གྲྭ་ཁག་གཅིག་པོ་རེད་མི་འདུག ང་ཚོས་མི་འཁོར་གྱི་ཐོག་ནས་མི་འཁོར་ཞུང་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཅེས་སེམས་འཚབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡོད་བསྡད་པའི་ན་གཞོན་ཚོ་སྨྱོ་རྫས་ངན་གོམས་དང་། ངན་པ་ལང་ཤོར་གྱི་ཐོག་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་རང་བཞིན་གྱི་སེམས་འཚབ་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྨྱོ་རྫས་ངན་གོམས་ཀྱི་ནང་ལ་སློབ་གྲྭའི་ཕྲུག་གུ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དམག་སྐར་ནང་ལ་ཡང་ཕྲ་ལ་ཕྲན་བུ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག ན་གཞོན་བར་ལྡིང་ནང་ལའང་དེ་བཞིན་ཕ་མ་ཚོ་རང་གིས་ཉོ་བར་ཕྱིན་ནས་བྲ་ཀུར་སྡུད་པའི་གནས་བབ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་ཅེས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་བཀའ་མོལ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་འདུག ག་ཚོད་བདེན་པ་ཡིན་མིན་འདིར་ར་སྤྲོད་དཔང་རྟགས་གང་ཡང་མེད། ཡིན་ནའང་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་གཅིག་པུའི་ཐུགས་འགན་ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག ནང་ཤེས་འཕྲོད་གསུམ་དང་། ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་ཚོགས་དང་ཕ་མ་སོ་སོའི་ཐུགས་འགན་གྱི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ང་རང་ཚོ་ཚང་མས་ཕྱུར་གྲུ་མཉམ་འདེགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡ་རྒྱག་དགོས་རྒྱུའི་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་དེ་རིང་བརྒྱུད་ལམ་འདིའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ལའང་འགན་འདུག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་བཞེས་རྒྱུའི་དགོངས་བཞེས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། མཐའ་བསྡོམས་དེར་སླར་ཡང་ང་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྐྱེ་རྒ་ན་འཆིའི་སྐབས་ཀྱི་འཆི་བའི་སྡུག་བསྔལ་དེ་ང་ཚོ་ཚང་མར་ཡོང་རྒྱུ་ཞིག་རེད། ཁ་བྲལ་མཁན་ཡིན་ནའང་རེད། འཆི་མཁན་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་སྐབས་དེར་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་མཐོ་དམན་དང་དྲག་ཞན། རྒན་འཁོགས་དང་ན་གཞོན་སུ་གང་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་ཁོང་རང་ལ་དེ་འདྲའི་ལེགས་གསོའི་བསྔགས་བརྗོད་དང་སྐད་གྲགས་དེ་འདྲ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་བཟང་པོར་ངོས་འཛིན་བྱ་དགོས་རྒྱུ་དེ་ཡང་བཟང་པོའི་བྱ་གཞག་ཅིག་ཡིན་དུས་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་ཀརྨ་གྲགས་པ་ལ་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་དངོས་གནས་ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་བཤད་ནའང་ཚོག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། ཁོང་རང་སྟུང་བཞིན་དུ་མི་གཅིག་གྲོངས་འདུག་ཟེར་དུས་ཁོང་རང་སྟུང་བ་དེ་ཕར་བཞག་ནས་ཐེབས་པའི་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་མཐོང་དུས་དངོས་གནས་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་དང་རླབས་ཆེན་རེད་སྙམ། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་དེ་རིང་ཁོང་རང་ལ་ལེགས་གསོའི་བསྔགས་བརྗོད་བྱས་ནས་མཐོ་དམའ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ་ང་རང་ཚོས་སྙིངས་ཆ་འདི་བརྒྱུད་ནས་ཁོང་རང་གིས་གནང་བའི་ཕྱག་ལས་ལ་ངོས་འཛིན་དང་བཀའ་དྲིན་བླ་ལྷག་ཏུ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཚེ་རིང་གཡུ་སྒྲོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚེ་རིང་གཡུ་སྒྲོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དྲི་བ་གཅིག་དང་བསམ་འཆར་ཁ་ཤས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དྲི་བ་དང་པོ་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༡ ནང་གི་ཡིག་ཕྲེང་ ༡༣༢ དེར་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ལྟ་རྟོག་བྱེད་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་སྒྲིང་བཏར་ཞིག་གསལ་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་ཞུ་ན་བསམ་སོང་། ང་ཚོ་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་ཁུ་བྱུད་རིན་པོ་ཆེས་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་གིས་རྒྱ་གར་ནང་ལ་དེ་འདྲ་འགའ་ཤས་ཤིག་མཐོང་སོང་། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་ཚད་དང་ལྡན་པ། དངོས་གནས་ལྟ་རྟོག་ཡག་པོ། སོ་སོ་ས་གནས་འདི་དག་ནས་ཕྲུ་གུ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་པ་གིར་བཙུད་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཕ་མ་འདི་ཚོར་ཧ་ཅང་གི་ཕན་ཐོགས་པོ་དང་ཡག་པོ་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ངས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་དེ་གལ་སྲིད་ང་རང་ཚོ་གཞུང་དང་ཡང་ན་སྒེར་གྱིས་དེ་འདྲ་བཙུགས་པ་ཞིག་ཡོད་ན། ཉམས་མྱོང་བརྗེ་རེས་བྱེད་རྒྱུ་དང་། རྣམ་པ་ཚོས་སྒྲིང་བཏར་གནང་སའི་ལྟེ་གནས་ཁང་དེ་སྐད་གྲགས་ཆེན་པོ་དང་ཡག་པོ་ཡོད་ཀྱི་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ངས་བསམ་བློར་པ་གིར་ནས་དངོས་གནས་སྒྲིང་བཏར་དང་ཉམས་མྱོང་ཞིག་གསོག་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཧ་ཅང་གི་ཐུགས་ཕན་གསོས་པོ་དང་ཡག་པོ་འདུག་སྙམ། དེར་བརྟེན་ངས་དེ་རིང་འདིར་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་བརྒྱུད་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ལ་ཞུས་པ་དང་སྦྲགས་ནས་ད་ལྟ་ཁུ་བྱུད་རིན་པོ་ཆེས་མ་གིར་གནང་བ་དེ་ཧ་ཅང་གི་ཡག་པོ་དང་དངོས་གནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞེས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བསམ་འཆར་ཁ་ཤས་ཤིག་ག་རེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་ཞེ་ན། དེ་སྔ་ཡང་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། ད་ལྟ་ང་ཚོ་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞིའི་གནས་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་དམ་བསམ་པའི་སོ་སོར་སེམས་འཚབ་ཡོད། ལྷོ་ཕྱོགས་ཁག་ལ་མི་འབོར་བརྒྱ་ཆ་མང་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་དུས། མཉམ་འབྲེལ་བརྒྱུད་ནས་རྒྱ་གར་རང་ལ་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག དམིགས་བསལ་གྲོང་གསེབ་ཁག་ལ་གནང་བསྟུད་པ་དེ། དེ་རིང་ངས་གལ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ཞུ་རྒྱུའི་གང་ཡིན་ཟེར་ན། Yeshasvini དེ་མང་པོ་ཞིག་གིས་མཉམ་འབྲེལ་བརྒྱུད་ནས་ལེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་ལོ་རེར་མི་རེས་པར་འབུལ་དགོས་པ་དེ་ཧིན་སྒོར་ ༣༠༠ རེད། ཡིན་ནའང་ཚུར་སྨན་བཅོས་ཤུགས་ཆེན་པོ་རག་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཚོ་དེ་སྤྱི་འདིར། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Cancer ནད་པ་ཚོར་གཤག་བཅོས་སོགས་མང་པོ་བྱེད་དུས་ཕན་ཐོགས་པོ་འདུག་ཅེས། དེ་འདྲ་ཐུབ་ཡོང་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་དོ་སྣང་སླེབས་ནས་འཛུལ་ཞུགས་མང་པོ་གནང་གི་འདུག དེར་བརྟེན་འདི་ཕན་ཐོགས་ཡག་པོ་འདུག དེ་འདྲ་སླེབས་མི་ཐུབ་མཁན་དང་། གོ་བརྡ་མ་འཕྲོད་པ་དེ་ཚོར་གོ་བརྡ་སྤྲད་ནས་ངེས་པར་དུ་ང་ཚོས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རང་ནས་དངུལ་ཞུ་མི་དགོས་པ་དང་། དཀའ་ངལ་སེལ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་གང་འདྲ་ཡོད་ནའང་དེ་ཚང་མ་བླང་ཐུབ་རྒྱུ་ཞིག་བྱུང་ན་སྙམ། ཡིན་ནའང་འདི་ལ་གནད་འགག་ཅིག་ག་རེ་འདུག་ཟེར་ན། ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཉེན་སྲུང་དེར་ལོ་རྒན་པ་ཚོར་གནང་གི་མི་འདུག གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་ལོ་ ༢༥ ཡན་ལ་འདིར་འཛུལ་ཞུགས་ཆོག་གི་མི་འདུག དེ་ཚོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསལ་གྱིས་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་ལམ་ཁ་ཞིག་གནང་དགོས་འདུག་སྙམ།

ད་ལྟའི་ཆར་དམིགས་བསལ་ལྷོ་ཕྱོགས་ཁག་ལ་སྨན་ཞབས་པ་སྡེ་ཚན་གང་ས་ནས་སློབ་སྦྱོང་གནང་བའི་སློབ་ཕྲུག་མང་པོས་ཉིན་ཤས་དགོངས་ཞུའི་ཐོག ཁོང་ཚོ་རང་བ་རང་བ་བྱས་ཏེ་བོད་པའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་བསྐོར་བསྐྱོད་བྱས་ནས་སྟོན་འགོག་

གི་ཐོག་ལ་སློབ་གསོ་གནང་གི་འདུག དེར་དེ་རིང་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་ཁོང་ཚོར་དངོས་གནས་ཡག་པོ་རེད། ན་གཞོན་ཚོས་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་ཞེན་ཁོག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུས་པ་ཧ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། དེ་མིན་ཁོ་རང་ཚོ་རྒྱ་གར་སྨན་ཁང་ཁག་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་བཞིན་ཡོད་ནའང་བོད་པའི་ནད་པར་སྐད་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རྒྱུས་ཡོད་ཀྱི་རོགས་པ་ཡག་པོ་གནང་གི་འདུག དེ་ཚོ་ཚང་མར་ཡང་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འདི་དང་སྦྲགས་ནས་སྐུ་ངོ་བཀའ་བློན་མཆོག་ཕེབས་སྐབས་དེ་ཚོར་མཇལ་འཕྲད་གནང་ཐོག་བོད་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་དང་། བསྟེན་གཏུགས་བྱེད་པར་ཡོང་མཁན་ཚོའི་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས། ཁོང་ཚོ་དང་མཇལ་འཕྲད་ཅིག་བྱུང་ན་རང་བཞིན་གྱིས་སེམས་ཤུགས་འཕར་རྒྱུ་དང་དོན་འཛིན་གསར་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་རེད་སྙམ། དེ་སྔ་ཞུས་པ་ཡིན་ལ་ད་དུང་ཡང་བསྐྱར་དུ་འབོད་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ལས་བསྒོམས་ནང་ལ་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་ཚོར་གནང་རྒྱུ་དེ་ངས་ཧ་ཅང་གི་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག་ཅེས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཉེ་ཆར་སྲིད་བློན་མཆོག་གིས་རྒྱ་གར་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཉེན་སྲུང་ཞིག་གསལ་བསྒྲགས་གནང་ནས་དམིགས་བསལ་གིས་ཉམ་ཐག་དེ་ཚོར་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཧ་ཅང་ཁྱབ་བསྒྲགས་དང་ཡོངས་གྲགས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་ ༢༠༡༨ ཡི་སྲིད་བྱུས་དེ་བོད་པའི་ས་གནས་ག་པར་ཡོད་ནའང་དེར་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ལ་མཐུན་རྐྱེན་མང་པོ་རག་གི་ཡོད་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་དེའི་ཉེན་སྲུང་གི་ཐོག་ལ་ང་རང་ཚོ་བོད་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ་མཐུན་རྐྱེན་རག་ཐུབ་ཀྱི་རེད་སྙམ། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཕར་འཛུལ་ཞུགས་གནང་སྟངས་དང་། ཁེ་ཕན་ལེན་སྟངས་དེ་ཚོའི་ཐོག་མི་མང་ནང་ལ་གོ་རྟོགས་སྤྲད་ཐུབ་ན་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཐོག་མ་དེ་ནས་ལྷན་ཁང་ཡོངས་ལ་བསྔགས་བརྗོད་གནང་སོང་བར་གོ་སྐབས་བླངས་པའི་ཐོག་ནས་ཚང་མའི་ཚབ་ཞུས་ཏེ་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཀུ་ཀྲིང་ཁུལ་ལ་ཆུའི་གནས་སྟངས་རེད། དེ་བཞིན་གསང་སྤྱོད་རེད། དེ་བཞིན་ལ་དྭགས་བྱང་ཁུལ་གྱི་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འབོད་སྐུལ་ཁག་གཉིས་གསུམ་ཞིག་ཕེབས་སོང་། དེ་ཚོར་ང་ཚོས་ད་ལྟ་ཀུ་ཀྲིང་ཁུལ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ལས་འཆར་སྒྲིག་བཞིན་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ལ་དྭགས་ཁུལ་གྱི་གནས་སྟངས་ཡིན་ནའང་ཆུ་དང་གཙང་འཕྲོད་ཀྱི་ལས་གཞི་འདི་ཕལ་ཆེར་ལས་འཆར་དེ་ཤུགས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་མཐའ་འཁོར་གྱི་ས་གནས་ལ་མི་ཛ་དྲག་གི་ནད་མནར་བྱུང་སྐབས་ཕལ་ཆེར་འདས་གྲོངས་འགྲོ་རྒྱུར་སྨུག་བསྡད་རྒྱུ་མ་གཏོགས་གནས་སྟངས་གཞན་པ་མེད་པ་དེར། ཨིན་སྐད་དུ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Helicopter Service དེ་འདྲ་བསྐྲུན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐོར་ལ་གསུངས་སོང་། རྩ་བའི་དགོངས་ཚུལ་དེ་ཚོ་ཕན་

ཐབས་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་སྟངས་རེད། ཡིན་ནའང་འདི་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་འབྲེལ་བ་ག་ཚོད་ཡོད་མེད་དང་བཟོ་ཐུབ་མིན་གྱི་ཐོག་ལ་རག་ལུས་ཀྱི་རེད། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གོད་ཆག་དང་ཛ་དྲག་གི་གནས་སྟངས་ལ་སླེབས་སོང་ན། དེ་དུས་ཡུལ་མིའི་གནས་བབ་སྤྱི་ཡོངས་དང་གཅིག་མཚུངས་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་གོ་སྐབས་རག་གི་རེད། ང་རང་ཚོ་བོད་པ་རང་ལ་གཞན་ལ་མེད་པའི་མ་ཐུབ་འགྱུར་ཞིག་སྨན་རིགས་བགྱིས་ཞེས་མདའ་སྟེ་གཞུང་དང་རྫོང་གཞུང་ལ་ཞུས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་དེ་འདྲའི་དོན་འབྲས་སོན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་དམ་བསམ་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་སླེབས་ཀྱི་འདུག དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ། དཔེར་ན། ད་ལོའི་རྗེས་ལོ་ནང་ལ་ང་ཚོས་འཆར་ཡོད་པ་རེད། ལ་དྭགས་རང་ལ་ང་ཚོའི་སྨན་ཁང་གི་ཉེ་འགྲམ་ལ་ཁང་པ་ཁག་ཁ་ཤས་ཤིག་བརྒྱབ་རྒྱུའི་ལས་འཆར་གཏན་འབེབས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། ལས་གཞི་འདི་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། དེའི་ནང་ལ་བྱང་ཐང་ཁུལ་ལ་ཡོད་པའི་སྐྱེས་དམན་སྦྲུམ་མ་དེ་འདྲ་རེད། དེ་བཞིན་ནད་མནར་ཧོག་ཙམ་ཚབས་ཆེ་བ་ཐོག་པ། ཡིན་ནའང་བསོད་ནམས་དྲན་རྟེན་གྱི་སྨན་ཁང་ཆེ་བ་དེའི་ནང་ལ་བཞུགས་མི་དགོས་པ་ཡིན་ནའང་ཕྱི་ལ་ཞུགས་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུར་རྒྱུ་མཚན་གཟིགས་པའི་ཐོག་ནས་སྨན་ཁང་དེ་བརྒྱབ་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཁྲིམ་ར་དེའི་ནང་ལ་ Health fair ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པའི་སྐད་ཆ་རེད། དེའི་ནང་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་རྒྱ་གར་ནང་སྒེར་གྱི་ཚོང་གི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་དེར་སྐད་བཏང་ནས་བསྟེན་གཏུགས་ཞུ་བཙུག་རྒྱུ། དེ་ལྟ་བུ་ང་ཚོའི་ལས་གཞི་དེའི་ནང་ལ་ཚུད་མེད་དྲན་གྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེ་དུས་ག་རེ་ཞུས་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། མི་རིགས་ཁག་འདྲ་མིན་དང་། ལྷག་དོན་དུ་སྨྱོ་རྫས་ངན་གོམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཁྱབ་བསྒྲགས་བྱེད་རྒྱུ་དང་། གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུ་དེ་ལྟ་བུའི་ལས་གཞི་ཞིག་བརྩམས་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་མ་འོངས་པར་ཡང་ད་ལྟ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་དགོངས་ཚུལ་ཕེབས་པ་དེ་གནད་འགག་རེད། ང་ཚོས་དེ་ལྟ་བུ་ལས་གཞི་གང་འདྲ་ཞིག་བརྩམས་པ་ཡིན་ནའང་ལས་གཞི་དེ་སྨན་གྱི་སྨན་སྒར་ཡིན་ནའང་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཁྲིམ་ར་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་བཙུགས་ཡོང་དུས་སྒེར་ཞིག་ལ་ཁེ་ཕན་དང་། ཚོང་གི་ངོ་བོ་ཁྱབ་སྤེལ་བྱེད་སའི་སྡིངས་ཆ་ཞིག་ཏུ་མི་འགྲོ་བར་བཟོ་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་བསམ་བློ་གཏོང་དགོས་པའི་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ H pylori ཕོ་བ་ནང་ལ་ Cancer རྒྱུ་བཟོ་མཁན་འབུ་སྲིན་ H pylori ཞེས་པ་འདིའི་ཐོག་ལ་རྒྱུད་སྐོར་དུ་བརྟག་དཔྱད་ཡོ་བྱད་ཅིག་ཡོད་པ་གསུངས་སོང་། ངས་གོ་ཐོས་ལྟར་ན་མ་གིར་ཡོད་པ་འདི་རྩ་བའི་ཁོ་རང་མི་གཅིག་གི་འགྲོ་གྲོན་དེར་སྒོར་ ༡༣༠༠/༡༩༠༠ དེ་འདྲ་གཅིག་ཡས་མས་ཤིག་གནས་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། ཡིན་ནའང་ཀརྨ་པ་བླ་བྲང་ནས་དེ་ལ་ཆག་ཡང་འདུག་ཅེས་ཉོས་པའི་ཐོག་ནས་མི་རེར་སྒོར་མོ་ ༥༠༠ རེ་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་རིན་པ་ཡིན་པ་ཞིག་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་། དེ་བཞིན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ལ་ཡིན་ནའང་། ཆབ་ཆེན་གྱི་ནང་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་ད་ལྟ་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཚོ་ཡིན་ནའང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ནས་གནང་གི་ཡོད་པར་ངོས་འཛིན་ཞུ་གི་ཡོད། དེ་དང་མཉམ་དུ་དེ་རིང་ར་བ་འདིར་སྨན་སེང་ཞུ་རྒྱུའི་ནང་ལ་ད་གིན་ H pylori བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་རེད། སྤྱིར་བཏང་ང་ཚོ་བོད་པའི་གཏམ་དཔེར་ཡོད་པ་རེད། ཁ་བཤད་ཆུ་ཡི་ལྦུ་བ། །ལག་ལེན་གསེར་གྱི་ཐིགས་པ། །ཞེས་བཤད་རྒྱུ་དེ་སྤྱིར་བཏང་བཤད་རྒྱུ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་གྲོས་ཚོགས་འདི་ཡི་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཚབ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་བྱང་ཨ་རིའི་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་པདྨ་ཕྱུག་མཛོད་ཁང་གིས་ཌོ་ལར་ ༥༠༠༠ ཞིག་ H pylori ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཐབས་ཤེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་གནང་སོང་། དེར་བརྟེན་འཕྲོད་བསྟེན་

ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཚབ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་སྐོར་སྐྱོད་ཀྱིས་སྔོན་བཙོས་དེ་མཛལ་རྒྱུ་མི་འདུག་གསུངས་སོང་། དེ་ད་ལྟ་དོན་ཚན་ཨང་གི་ ༢༠ པ་འདི་ CCOCC འདིའི་ནང་ལ་སྐོར་སྐྱོད་བྱེད་སྐབས་ག་རེ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས་མིན་དང་། གང་འདྲ་བྱས་ནས་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས་མིན། ད་དུང་འདིའི་ནང་ལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་གཙིན་སྐྱི་ཟ་ཁུའི་ནད་ཡིན་པ། དེར་འགྲོ་གྲོན་ག་རེ་ཡིན་པ་དེ་ཚོ་ཚང་མར་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་སྤྲད་བསྡད་པ་རེད། དེ་བཞིན་གྲངས་ཐོ་བསྡུ་རུབ་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་མིན་དེ་འདྲའི་ཟབ་སྦྱོང་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་སྤྲད་པ་དེ་ལས་བསྒོམས་ནང་ལའང་གསལ་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ལས་གཞི་ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་ཆར་དཔེར་ན་ཧ་རམ་ས་ལར་ང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རང་གི་ནང་ལ་འཕྲོད་ལས་པ་གཉིས་བཞུགས་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་རང་གཉིས་ཧ་རམ་ས་ལའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ནོར་བུ་གླིང་ཁ་དང་། དེ་ནང་བཞིན་བོད་མི་སྡོད་ཁང་ཕྱོགས་གང་སར་སྐོར་བ་བརྒྱབ་ནས་ཕེབས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བསྐོར་བསྐྱོད་ཀྱིས་ལས་གཞི་དེ་འགྲོ་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ནང་ལ་ལྷག་དོན་དུ་དེའི་ལས་གཞི་དེ་ལ་ USAID ཡི་རོགས་སྐྱོར་གྱི་འོག་ནས་འཕྲོད་ལས་པ་ ༡༩ གཙིག ༡༩ དེའི་ནང་ནས་གཅིག་རྒྱགས་ཡོད་མ་རེད་ད་ལྟའི་ཆར། ཕལ་ཆེར་གཉིས་རག་ཡོད་ས་མེད། ས་གནས་ལ་འགྲོ་མ་ཐུབ་པའི་དོ་བདག་སོ་སོ་ནས་མ་ཕྱིན་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འཕྲོད་ལས་པ་ ༡༧ ཙིག་ང་ཚོའི་ཚོད་གཞན་གྱི་ཐོག་ནས་བསྐོ་གཞག་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་དེ་བརྩམས་དང་རྩོམ་སྒྲུས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་དེ་ནས་ད་ལྟ་ཡ་གིའི་དགུ་བཅུ་སུམ་གྱི་ལམ་ཟུར་དེ་གད་སྙིགས་མང་པོ་ཞིག་སྤུངས་བཞག་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་འདུག དེའི་ཐད་ལ་དགུ་བཅུ་སུམ་གྱི་དྲུང་ཆེ་མར་ཕེབས་ནས་གསུངས་པ་དེ་ཚོ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་དེར་ཐུགས་ཚོར་གྱི་གསུངས་པ་དེ་ཚོར་བསྡུགས་འོས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཡིན་དུས་སོ་སོས་ཀྱང་དོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེའི་ནང་ལ་དང་པོ་དེ་ལ་གད་སྙིགས་དེར་ལབ་རྒྱུ་དེ་ཏ་ཙང་གི་ཡ་མཚན་པོ་རེད་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། གད་སྙིགས་དེ་སྤྲིག་འཛུགས་གཅིག་གིས་བཟོས་བཞག་པ་དང་བཏང་བཞག་པ་ཕལ་ཆེར་ཡོང་གི་ཡོད་ས་མ་རེད། དོ་བདག་སོ་སོ་ངོས་ནས་འགོ་འཛུགས་དགོས་རྒྱུ་དང་དོ་བདག་སོ་སོ་ངོས་ནས་འགན་ཞིག་ཁྱེར་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཧོག་ཙམ་སྔོན་འགོག་གི་ཚུལ་དུ་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་གཅིག་རེད་འདུག ཡ་གིར་དུས་རྒྱུན་དུ་བཞུགས་དགོས་རེད། གད་སྙིགས་གཡུག་མཁན་ནི་ང་རང་ཚོ་བོད་པ། དེའི་ཕྱོགས་བོད་པ་ཡོད་རེད། དེ་ནང་བཞིན་རྒྱ་གར་བ་ཡོད་རེད། ཆ་ཚང་གིས་དེ་ལ་གད་སྙིགས་གཡུགས་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་རེད། དེ་ནང་བཞིན་གད་སྙིགས་དེའི་ཐོག་ལ་ཕར་ཚུར་གཙང་སེལ་བྱ་རྒྱུ་ཟེར་ནའང་རེད། ཕར་ཚུར་གད་སྙིགས་སྤུངས་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ད་ལྟ་ཧ་ས་བདེ་དོན་ལས་ཁུངས་ལ་མོ་ཊ་ཡོད་པ་རེད། མོ་ཊ་དེ་སྐོར་བ་གཅིག་བརྒྱབ་ནས་སྐྱེལ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ནང་ལ་མཚམས་རེ་ཁོ་རང་ཚོ་ནང་ཁུལ་ལ་ལྷག་དོན་དུ་དཔེར་ན། དེ་སྟངས་གྲོས་ཚོགས་སྐབས་གོང་མ་གཅིག་ལ་སྙན་སེང་ཞུས་པ་ཡིན། རྒྱ་གར་གྲོང་རྡལ་ལས་ཁུངས་ཆགས་ནས་མ་གིར་ང་རང་ཚོ་ཡི་ཧ་རམ་ས་ལ་དེ་ཧི་མ་ཙལ་ནང་ལ་ས་ཆ་གཉིས་ Smart City སེམ་ལ་དང་ཧ་རམ་ས་ལ་གཏན་འཁེལ་བ་རེད། དེའི་ Smart City གསལ་བསྒྲགས་བྱས་ནས་བཟུང་སྟེ་གྲོང་རྡལ་གྱི་ངོ་བོ་ Municipal Corporation ཆགས་ཡོང་དུས་ཐོག་ལ་དེའི་འོག་ནས་འགྲོ་སྟངས་དང་ལས་སྟངས་འགྱུར་བ་ཞིག་ཕྱིན། དེའི་འགྱུར་བ་གཅིག་ཕྱིན་ཡོང་དུས་གད་སྙིགས་དེ་ཚོ་ཚང་མ་གཙང་སེལ་བྱ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ Bombay འདི་གར་ཡོད་པའི་ཚོགས་པ་ཁག་ཏ་ཙང་གི་སྐད་གྲགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་འདྲ། དེ་ལ་ངོགས་མ་བཏང་། དེའི་ངོགས་མ་ལེན་མཁན་དེ་ཡི་འོག་གཞན་པ་གཅིག་ལ་ Vinod ཟེར་གཅིག་གི་གཅིག་ལ་ངོགས་མ་བཏང་།

དེའི་བོགས་མ་ལེན་མཁན་དེ་ཡི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་དངུལ་དུས་ཚོད་ཏག་ཏག་མ་རག་དེ་འདྲ་བྱུས་ནས་གཅིག་གི་གཅིག་ལ་རྒྱུ་མ་སྤྲེལ་བ་ནང་བཞིན་ཟིང་ལྷ་བུ་མང་པོ་གཅིག་ལང་གི་ཡོད་པ་འདྲ། བྱུས་ཙང་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་ངས་དེ་སྔ་ཞུས་པ་ཡིན། མིག་ལོར་སྣན་ཇི་འདྲ་བོ་གཅིག་ཡིན་ན་ཧི་མ་ཆལ་གྱི་སྤྱི་འཚམ་ཡོང་སའི་མངའ་སྡེ་ཡི་ལྟེ་གནས་གཅིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། བྱུས་ཙང་དེ་ཡི་གད་སྙིགས་གཙང་བཟོ་དང་དེ་ཚོ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་ཐད་ཀར་དངོས་གནས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད་ཟེར་ན་ཏམ་པ་ཆེན་པོ་རེད། བྱུས་ཐུབ་ཀྱི་རེད་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་ཞབས་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་འབོད་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ། མར་ Municipal Commission ཞུ་རྒྱུ། དེ་ནང་བཞིན་ Commission Mayor ཞུ་རྒྱུ། དེ་བཞིན་དེའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ང་ཚོའི་ Municipal Committee Mumber དེ་ཚོ་ལ་སྙན་སེང་ཞུ་རྒྱུ། ལྷག་དོན་དུ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་གྱིས་བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ལ་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཚོ་མ་ཆད་མ་ལུས་པ་བྱུས་ནས་ཞུ་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་གཅིག་རེད། མཚམས་རེ་ལས་བྱེད་མེད་པའི་ཉིན་མ་ཁ་ཤས་རིང་ཁོ་ཚོ་རྒྱ་གར་ནང་ལ་འགྲོ་སྟངས་ཡོད་ན་མེད་ན་ Strike བྱ་རྒྱུ་དེ་ཚོ་དགའ་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ trike རེ་རེར་བྱེད་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་གད་སྙིགས་མང་པོ་ལྷག་ནས་གནས་སྟངས་དེ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད་ས་རེད་ཅེས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་སྨྱོ་རྫས་ངན་གོམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ལམ་སྟོན་ཞིག་ཕེབས་སོང་། དེའི་ལྟེན་ཁང་གཅིག་ཙམ་མ་ཟད་ལྟེན་ཁང་འབྲེལ་བ་མང་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་ལྷག་དོན་དུ་ལྟེན་ཁང་ཙམ་མ་ཟད་སློབ་གྲྭ་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། སློབ་གྲྭ་ཙམ་མ་ཟད་ཕ་མ་དང་། དགེ་རྒན་དང་། བོད་ཕྲུག་ཆ་ཚང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་ལམ་སྟོན་ཕེབས་པ་དེ་ལ་བློ་དེས་བྱུང་སོང་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་ཀརྨ་གྲགས་པ་ལགས་སུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་དེ་ལ་བསྣུགས་བརྗོད་ཞུས་པ་དེ་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སྙིངས་ཆ་འདེ་ཡི་ཐོག་ནས་དེ་རང་འཛུགས་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ད་ལྟ་ཕན་བདེ་དགའ་ཚལ་གླིང་མ་གི་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པའི་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་ལྟ་རྟོག་བྱ་སའི་ལྟེ་གནས་ཁང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་རིན་པོ་ཆེ་མཚན་སྨོས་པ་ཁོང་གི་མ་ཐུབ་གྲུར་འོག་ལ། དེར་ཆ་མཚོན་ན་དེ་སྔ་འདིར་ལང་སྟོད་མཁན་རང་ཉིད་ཡིན་ནའང་དེ་ལ་བསྐོར་བ་བརྒྱབས་ནས་ཕྱིན་པ་ཡིན། བལྟས་པ་ཡིན། ཕ་གིར་གནས་སྟངས་རེད། ཕ་གིར་འཛིན་སྐྱོང་སྤྱེལ་གསུམ་རེད། ཕ་གིའི་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་ཡོད་པའི་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ཕྲུ་གུ་རེད། ལྷག་དོན་དུ་དེའི་ནང་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཚང་མ་ཚ་ཚ་འུར་འུར། ཁྲ་ཁྲ་ཟིང་ཟིང་བྱུས་ནས་མ་གིར་བསྡད་འདུག ཏ་ཙང་ཡག་པོ་བྱུས་ནས་གནས་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་དང་ལྷག་དོན་དུ་གནད་དོན་དེའི་ཐད་ལ་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་དེ་སྔ་གྲོས་ཚོགས་སྔ་མའི་དུས་ཤིག་ལ་ཡང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ནས་དེ་རང་གསུངས་པ་རེད། ང་ཚོར་མངོན་དགའ་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་དང་མ་གིར་ཕན་བདེ་དགའ་ཚལ་གླིང་བར་ལ་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་ཇི་ལྟར་ཡོང་གི་ཡོད་དམ་མེད་བཀའ་འདྲི་ཕེབས་པ་རེད། སྐབས་དེ་དུས་ཡིན་ནའང་དེ་ལྟ་བུ་བྱུང་འདུག དེ་སྔའང་བྱུང་འདུག མར་བཅར་རྒྱུ་བྱུང་འདུག ཡར་ཕེབས་མཁན་བྱུང་འདུག ཡིན་ནའང་། དེ་རིང་གི་ལས་གཞི་དེ་ Ability Center དེ་རྒྱ་གར་གྱི་ལྟེ་གནས་ཁང་ཞིག་རེད། སྡེ་ར་ལྷུན་ལ་སྐད་གྲགས་ཡོད་བསྡད་པ་ Uttaranchal ནང་ལ་རྒྱ་གར་སྤྱི་ཡོངས་ནང་ལ་སྐད་གྲགས་ཡོད་མཁན་གྱི་ལྟེ་གནས་ཁང་ཞིག་རེད། དེའི་ནང་ལ་ཁྱད་ལས་པ་ཡིན་མཁན་དང་། མཁས་དབང་ཡིན་མཁན་གྱི་ཟབ་སྦྱོང་གནང་བཞག་པ་ཞིག་རེད། སྐབས་དེ་དུས་ཡིན་ནའང་ངའི་དྲན་གསོ་ལྟར་

བྱས་པ་ཡིན་ན་ཚན་པ་ལ་ཕན་བདེ་དགའ་ཚལ་གླིང་ནས་མར་ནས་ཡར་གདན་འདྲེན་ཞུ་ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་དགོས་རེད་ངས་ཞུས་པ་ཡིན། སྐབས་དེ་དུས་བཅར་ཐུབ་ཡོད་དང་ཕེབས་ཐུབ་ཡོད་མེད་ངས་ད་ལྟ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་མིན། དེ་ནས་ད་ལྟ་ Yeshasvini རེད། བཀྲུར་འོས་སྲི་འཇུས་ཀྱི་ Yeshasvini ཟད་ལ་དེ་སྤྱ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་དཔེར་ན་གནད་དོན་རེ་ཟུང་གཅིག་སོ་སོས་ཤེས་པ་དེ་ངས་ཞུས་པ་ཡིན། ད་ལྟའི་ཆར་བཀྲུར་འོས་སྲི་འཇུས་ཀྱིས་ད་དུང་ཁ་གསལ་ཏུ་བཏང་སོང་། དགུང་ལོ་ ༢༠-༢༥ ཡན་མན་ཞིག་དེའི་ནང་ལ་འཛུལ་ཞུགས་བྱ་རྒྱུ་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་གསུངས་པ་རེད། Yeshasvini ལྟ་བུ། Yeshasvini དེ་མངའ་སྡེ་གཞུང་རང་གི་རེད། མངའ་སྡེ་གཞུང་རང་གི་ནང་ལ་ཆ་རྐྱེན་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བརྒྱབ་པའི་ཐོག་ནས་རྒན་པ་ལོ་རྒན་དེ་ནང་ལ་ཚུད་ཀྱི་མེད་ན་གཞན་པ་སྔེར་གྱི་དེ་ཚོ་ནང་ལ་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེའི་ཚུར་ཕྱོགས་ལ་ང་ཚོའི་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞི་རེད། མདང་དགོང་སྐྱེས་པའི་བྱིས་པ། སང་ཉིན་འཆི་ལ་ཉེ་བའི་རྒས་པ་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞི་འཛུལ་ཚོག་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། ཁ་ཡི་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། ང་ལ་མང་པོ་ཞིག་གི་མཚམས་རེ་སོ་སོའི་གཉེན་ཉེ་འཁོར་ནས་བཀའ་བསྐྱོན་ཕེབས་ཀྱི་འདུག ཁྱེད་ཚོ་གང་འདྲ་རེད། སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་བྱེད་སྟངས་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་ནས་གསུངས་མཁན་འདུག ཡིན་ནའང་དུས་རྒྱུན་དུ་ངས་གང་ཞུ་དགོས་རེད་ཟེར་ན། དེ་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་དོན་གྱི་བསམ་བློ་ཞིག་ལ་བཏང་ནས་འགྲོ་བའི་ལས་གཞི་ཞིག་རེད། ལས་གཞི་འདི་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གི་ནང་ལ་ཆ་སྙོམས་པོ། ཉམས་དམའ་བོ། ང་རང་ཚོ་འཛིན་རྟེན་གཏམ་དཔེ་ལ། འགྲོ་དུས་ཕ་མོ་ལས་ཞུམ་ཙམ་གཅིག་དང་། བསྡད་དུས་རི་བོང་ལས་ཅོག་ཙམ་དེ་འདྲའི་གཅིག་གི་ཐབས་མཁས་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འགྲོ་བའི་འགྲོ་སོང་འགྲོ་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོ་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞི་ཡིས་ཕལ་ཆེར་ཁྱབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་རིང་གི་དུས་ཚོད་ལ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་སྨན་ཁང་ཞིག་གི་ནང་ལ་ཕྲུ་གུ་སྐྱེས་པའི་སྨན་བཅོས་བྱས་པས་རིན་པ་དེར་སྟོང་ཐྲག་ ༣༠ ཙམ་མ་གཞི་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་མ་ཕྱིན་པའི་གནས་བབ་ནང་ལ་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞི་ཡི་དེ་དང་དེའི་ལྟ་བུའི་ ༡༨-༡༢ ཞིག་ང་ཚོའི་ཆ་རྐྱེན་བཞག་ཡོད་པ་རེད། སྒོར་མོ་སྟོང་ཐྲག་ ༡-༣ ཞིག་འཕར་མ་ཡོང་གི་རེད། དེ་བཞིན་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་ དཔེར་ན་ Herbertpur ཕྱོགས་དེར་ Christian སྨན་ཁང་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ནང་ལ་ གཤག་བཅོས་བྱེད་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་སྟོང་ཐྲག་ ༡༢-༡༣ དེའི་ལྷག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་བཞིན་ན་ཚ་དང་། ནད་གཞི་དེ་ Fortis ལ་ཕེབས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། Max Super Specialty ལ་ཕེབས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། Ganga Ram ལ་ཕེབས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། Apollo ལ་ཕེབས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། ལྟབ་ ༢-༣-༩ དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་སོ་སོས་འཚོལ་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོས་དེ་ལ་སྟོན་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བསམ་བློ་འཁྱེར་སྟངས་དེ་རེད། གལ་སྲིད་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འཛིན་བྱང་གང་འདྲ་ཞིག་སླེབས་པ་ཡིན་ན་སྤྲད་རྒྱུང་བྱེད་བཞག་པ་ཡིན་ན་ལས་གཞི་དེ་སྡོ་ལུག་འགྲོ་ཡི་རེད། ལག་བསྟར་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་བབས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞི་དེ་འགྲོ་བསྡད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་ད་ལྟ་བཀྲུར་འོས་སྲི་འཇུས་ཀྱིས་ Modicare གྱི་ལས་གཞི་དེར་བཀའ་མོལ་ཞིག་གསུངས་སོང་། Modicare ཟེར་རྒྱུ་དེ་ཐ་སྙད་བསྒྱུས་པ་རེད། རྩ་བའི་ Ayushman Bharat ཞུས་དགོས་ཀྱི་རེད། Ayushman Bharat གི་ལས་གཞི་ནང་ལ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Ayushman Bharat ༣༠༡༡ ལོར་ཞིབ་འཇུག་ཞིག་གནང་བ་རེད། ཞིབ་འཇུག་གནང་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་ Socio Economic Caste Census ལབ་ནས་སྤྱི་

ཚོགས། དཔལ་འབྱོར། རིགས་རྣམས་ཀྱི་གནས་བབས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་བཞག་པའི་ཐོ་གྲངས་ཞིག་བཏོན་པ་རེད། དེའི་ཐོ་གྲངས་བཏོན་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་ ༢༠༡༡ ལོ་ལ་ཐོ་དེ་བཏོན་པ་རེད། ངས་ད་ལྟ་དེ་གང་བྱས་ནས་ཞུ་དགོས་རེད་ཟེར་ན། ༢༠༡༨ ལོ་ལ་བོད་རིགས་ཡོངས་ལ་དམིགས་བསལ་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱོར་སྤྲོད་བྱ་རྒྱུའི་སྲིད་ཇུས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་གཉིས་ཕར་ཚུར་བཙུང་ཁ་བརྒྱབ་ཀྱི་ཡོད་པའི་ར་འཕྲོད་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཞུ་ཡི་ཡོད། བྱས་ཙང་དེའི་འོག་ནས་དེའི་ད་ལྟ་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གིས་དགོངས་པ་གང་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། ཕལ་ཆེར་མཐའ་མ་དེར་མི་ Crore ༥༠ ལ་དེའི་ལས་གཞི་ནང་ལ་འཛུགས་རྒྱུའི་དགོངས་པ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེའི་ལས་གཞི་དེར་ཡར་དངུལ་གང་ཡང་འབུལ་དགོས་ཀྱི་མ་རེད། མར་འབུམ་ ༥ ཡི་སྨན་གྱི་འགྲོ་གྲོན་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱར་རྒྱུའི་ནང་ལ་གྲོང་གསེབ་ལ་སྡོད་མཁན་གྱི་གནས་སྟངས་ཞིག་བཟོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གྲོང་ཁྱེར་ནང་ལ་སྡོད་མཁན་གྱི་གནས་སྟངས་ཤིག་བཟོས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་གནས་སྟངས་དེ་ ༢༠༡༡ ལོར་ཁོང་ཚོ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཚར་བ་རེད། ཐོ་བཀོད་ཚར་བ་རེད། དེས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་ཐོ་དང་ཁྲིབ་ཚད་དེ་ཡི་ཚ་རྐྱེན་གྱི་འོག་ལ་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་ཕལ་ཆེར་བོད་པའི་ནང་ལ་ཉམ་ཐག་མི་དགོས། ཡ་ང་བའི་ཉམ་ཐག་ཡིན་ལབ་ནའང་དེའི་ནང་ལ་ཚུད་རྒྱུ་རེད་མི་འདུག གནས་སྟངས་གཅིག་དེ་རེད་འདུག དེ་ལྟ་བུའི་ལག་བསྟར་བྱེད་ཡོང་དུས་ད་ལྟ་མངའ་སྡེ་གཞུང་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་སོ་སོའི་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞི་ཞིག་འགྲོ་བསྐྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ད་ལྟ་Yeshasvini ལབ་རྒྱུ་དེ་ Karnataka ནང་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་དེ་བཞིན་ཐ་སྙད་འདྲ་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་དེའི་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གི་སྲིད་ཇུས་དེ་ Ayushman Bharat མངའ་སྡེ་ཡོངས་རྫོགས་ནང་ལ་མར་གཏང་རྒྱུ་བཀྲིས། མངའ་སྡེ་གཞུང་གིས་ལོ་རེ་རེར་དངུལ་འབོར་སླེབས་རྒྱུ་དེ་དེའི་ནང་ལ་ བླུག་རྒྱུ་བཀྲིས། དེའི་སྐབས་ལ་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གིས་དངུལ་བསྡོམས་བརྒྱབས་ནས་ལས་གཞི་དེ་བརྩམ་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་སྒྲིག་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལ་ཕལ་ཆེར་དང་པོ་ Modicare བྱས་ཙང་ང་ཚོས་ལྟ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་གང་ཡིན་ཟེར་ན། སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞི་ལ་ཕལ་ཆེར་དོ་ཐོག་བཏང་ཞ་ཡོད། ཡང་མིན་ན་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞི་ཕལ་ཆེར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་ཞ་ཡོད་ན་བསམ་པའི་དེའི་སེམས་འཚབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བལྟས་པ་རེད། ད་ལྟ་ཡོང་དུས་ད་གིན་ངས་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་རེད། ང་རང་ཚོའི་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་ཉམ་ཐག ཡ་ང་བའི་ཉམ་ཐག་དེའི་ནང་ལ་ཚུད་ཐུབ་རྒྱུ་མེད་པའི་གནས་སྟངས་རེད་བསྟད་འདུག དེའི་སྐབས་ལ་ ༢༠༡༡ ལོར་ཞིབ་འཇུག་ཅིག་ཁོ་རང་ཚོས་བྱས་ནས་ཐོ་བླངས་ཚར་བའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད་བསྟད་འདུག བྱས་ཙང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་དེའི་ནང་ལ་ཚུད་ཐུབ་རྒྱུ་ཞིག་དང་འགྲོ་ཐུབ་རྒྱུའི་ཏོག་ཙམ་ཁག་པོ་ཡིན་པའི་གནས་སྟངས་རེད་བསྟད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ། དེ་དང་མཉམ་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས་ནས་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་བསྡད་པའི་ Nurse གཉེན་སྐྱེས་དེ་ཚོའི་ཞབས་ཞུ་གནང་གི་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་མཉམ་དུ་ཐུགས་འཕྲད་བྱ་དགོས་པའི་སེམས་ཤུགས་སྤྲར་དགོས་རྒྱུ་གསུངས་པ་དེ་ནང་བཞིན་གྱི་ང་རང་ཚོས་བསམ་བློ་དེ་རང་གཏོང་གི་ཡོད། ལྷག་དོན་དུ་སྦྲོན་མའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་གིས་དེ་ལྟ་བུའི་ཚོགས་པ་བཟོ་དགོས་འདུག་དེའི་ཐད་ལ་འབད་བརྩོན་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་དཔེར་ན། ལྷོ་ཕྱོགས་སྡེར་ལོར་ནང་ལ་ཚོགས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་སྔེ་ར་ལྷུན་ལ་འགྲོ་དུས་སྐབས་ཚོགས་པ་འཛུགས་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་འབད་བརྩོན་ཞུས་པ་ཡིན། ལྷི་ལི་ལ་ཡིན་ནའང་ཕྲུག་ཁྲིས་བཏང་ནས་མ་གིའི་ས་གནས་ས་གཅིག་བྱ་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཞུ་

བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་ཚོགས་པའི་ཐོག་ལ་ཁ་སང་དཔེར་ན་སྟེ་ར་ལྷུན་འགྲོ་བའི་སྐབས་ལ་ Indresh ཁོ་རང་རང་ལ་ཕྱིན་ནས་ནད་པ་ལྟ་རྟོག་བསྙེན་གཏུགས་བྱས་ནས་དེ་ལམ་གཞུང་རང་ལ་བསྡད་དེ་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་ནས་ཕར་ཚུར་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་ལེན་བྱས། ཁོ་རང་ཚོར་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་དང་སེམས་ཤུགས་སྤར་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་སོང་། དེ་བཞིན་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་ཐོག་ལ་ལས་གཞི་སྤྱེལ་བསྡད་པ་དེར་བསྔགས་བརྗོད་ཞུས་པ་དེར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ཕྱག་ཚོད་ ༡:༣༠ བར་དུ་གུང་ཚིགས་བར་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༨ ཉིན་གྱི་ཐུན་གསུམ་པ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་འགོ་འཛུགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟའི་ལས་རིམ་འགྲོ་བཞིན་པ་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒྲོམས་ཐོག་ལ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བགྲོ་གླེང་དང་བཀའ་ཤག་གིས་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཚེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཚེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒྲོམས་སྙིང་བསྡུས་ཐོག་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་ཚིག་གཅིག་གཉིས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། དང་པོ་དེར་ཡང་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གཙོ་བོར་བྱེད་པའི་ལས་བྱེད་རྣམ་པ་དང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་རེད། སྨན་རྩིས་ཁང་རེད། དེ་ཚོས་༧སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་དགོངས་གཞིར་བཟུང་གི་ཐོག་ནས་བོད་མིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ལ་ལོ་ཤས་རིང་ཕྱག་ལས་མཉམ་རུབ་ཀྱིས་ཧ་ཅང་ཡག་པོ་གནང་འདུག ལྷག་དོན་དུ་ལས་བསྒྲོམས་ཐོག་ནས་གསལ་པོ་མཐོང་རྒྱུ་དང་། བཀའ་ལན་བསྐྱོན་རྒྱུ་དེ་ཚོ་གསལ་ཐག་ཆོད་བྱས་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱིས་གནང་བཤད་ཀྱི་འདུག དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་ས་གནས་དབུས་ལ་ཡོད་པ་དང་ས་གནས་ཁག་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱི་ནང་གི་སྨན་པ་དང་འཕྲོད་ལས་པ་ཚང་མར་བསྔགས་བརྗོད་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དམིགས་བསལ་དྲི་བ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མེད། གཞི་རྩའི་ང་ཚོ་ད་ལྟ་ཕྱོགས་བསྐྱོད་ལ་འགྲོ་དུས་ས་གནས་ཁག་ལ་དངོས་སུ་མཐོང་བསྡད་པའི་ལས་དོན་ཁག་ཅིག་ད་ལྟ་ལས་བསྒྲོམས་ནང་ཡོད་བསྡད་པའི་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་དང་གཉན་ནད་རིག་དུག སྔོས་རྫས་ངན་གོམས། ཏེ་བི་དེ་ཚོ་ཐོག་ལ་ལས་འཆར་དེ་ཚོ་ཧ་ཅང་གི་ཡག་པོ་སྤྱེལ་གནང་འདུག ང་ཚོ་ས་གནས་ཁག་ལ་འགྲོ་དུས་སྐབས་འབོད་བསྒྲགས་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་གཉན་ནད་རིག་དུག་རེད། མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་དེ་ཚོ་ཐོག་ལ་ང་ཚོའི་ས་གནས་ཀྱི་འཕྲོད་ལས་པ་རེད། སྨན་པ་ཚོར་འབོད་སྐུལ་གང་ཞུས་ཡིན་ཟེར་ན། ལོ་ཤས་ཤིག་གི་ནང་ལ། སྔོན་མ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཞུས་སྐྱོང་། ལོ་གཅིག་གཉིས་ཀྱི་ནང་ལ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལྷག་དོན་དུ་གཞིས་ཆགས་ཁག་ནང་ལ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས

དང་། གཞན་ནང་རེག་དུག ཏེ་བི་ལ་སོགས་པའི་དེ་འདྲའི་ན་ཚ་ཡོད་མེད་ཀྱི་བརྟག་དཔྱད་མ་བྱེད་པ་མེད་པ་ཞིག གང་ལྟར་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་བརྟག་དཔྱད་བྱས་མེད་ཟེར་རྒྱུ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་ཞིག དེ་འདྲའི་དངོས་གནས་གནས་བབས་བཟོ་ཐུབ་རྒྱུ་དེ་ཧ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་རྣམ་པ་ཚོས་ཐུགས་འཁུར་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་འབོད་སྐུལ་ཞུས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་དེའི་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ལ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་རེད། སྨན་རྩིས་ཁང་དང་ཚང་མས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་གང་བྱེད་ཐུགས་འཁུར་ཆེ་ཤོས་ཤིག་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་འདི་འབོད་སྐུལ་ཞུ་འདོད་བྱུང་། དེའི་རྒྱུ་མཚན་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ན་ཚ་དེ་ཚོས་རྐྱེན་པས་ང་ཚོའི་གཞོན་སྐྱེས་མང་པོ་ཞིག་དུས་མིན་གྱི་འཆི་རྐྱེན་འགྱུར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཚོའི་དཔྲ་བོ་རྒྱ་མིས་བོད་པའི་གཞོན་སྐྱེས་དམར་གསོད་གཏོང་དུས་སྐབས་ལ་ང་ཚོ་བློ་ཕམ་དང་དངོས་གནས་ཐུགས་འཚབ་ཧ་ཅང་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཚོའི་འཁྲུས་ཤོར་ཤོར་བ་དང་། ད་དུང་ཡང་དེ་འདྲ་ལོ་འགྱངས་དུས་འགྱངས་བྱས་ནས་སྐབས་མཚམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གནས་བབས་ཚད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བཟོ་མ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རྐྱེན་པས་ང་རང་ཚོ་གཞོན་སྐྱེས་མང་པོ་ལུས་སྲོག་ཤོར་བ་བྱུང་པ་ཡིན་ན་དངོས་གནས་སེམས་སྐྱོ་དགོས་རྒྱུ་དང་། མི་གཞན་པར་སྐྱོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱུ་མེད་པའི་གནས་བབས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ལྷག་དོན་དུ་ངས་སྟོན་མ་གཅིག་ཞུས་ཡིན་སྙམ། རྣ་རམ་ས་ལ་ཆ་མཚོན་ན་སྤྱིར་རྒྱས་དར་ན་གོམས་རང་གི་རྐྱེན་པས་ལོ་ ༡༠ ཡི་ནང་ལ་སྦྲུ་གུ ༩༥ ཞིག་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་ཡང Random ཀྱི་ཐོག་ནས་མི་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ལ་སྐད་ཆ་དྲིས་པས་ཐོག་ནས་ཁྱེད་རང་གི་གྲོགས་པོ་སུ་དང་སུ་ཤི་སོང་། གནས་སྟངས་ཇི་ལྟར་ཤི་སོང་། དེ་འདྲའི་ཐོ་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་སྦྲུ་གུ ༩༥ ཙམ་གྲོངས་འདུག དེ་འདྲའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ན་ཚ་དེ་ཚོའི་རྐྱེན་པས་ང་རང་ཚོ་གཞོན་སྐྱེས་མང་པོ་འགྲོ་བརླག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་ཅང་། རྒྱུ་མཚན་དེའི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགན་གཙོ་བོ་ཁྱེར་བ་དང་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ན་ཚ་འགོས་ནད་ཡོད་བསྡད་པ་རིགས་དེ་བརྟག་དཔྱད་མ་བྱེད་པ་མེད་པ་ཞིག སོ་སོ་སྒེར་གྱིས་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ནའང་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་སྦྲ་ར་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ནའང་རེད། འབྲེལ་ཡོད་སུའི་མཐུན་འགྱུར་སྦྲ་ར་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། གང་ལྟར་བརྟག་དཔྱད་མ་བྱེད་པ་མེད་པ་ཞིག་གི་གནས་བབས་བཟོ་ཐུབ་པ་ཧ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་འདུག དེ་འདྲའི་བཟོ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་འཆར་སྤེལ་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་རེད། སྔོན་འགོག་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་རེད། ཧན་ཧན་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་འགྲོའི་རེད་སྙམ། བྱས་ཅང་དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ལ་སྔར་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

སྤྱི་འཁྲུས་གོང་མ་གཅིག་ནས་གསུངས་གནང་སོང་། ངས་བསྐྱར་དུ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ངས་སྔོན་མ་ཐེངས་གཅིག་ཞུས་སྨྲོང་། ང་རང་ཚོ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་སྔོན་མ་དང་མ་འདྲ་བའི་གཞོན་སྐྱེས་སེམས་ཁམས་བདེ་པོ་མེད་པ་མང་པོ་ཞིག་ལོ་རེ་ནས་ལོ་རེ་མང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། རྣ་རམ་ས་ལ་ཆ་མཚོན་ན་ད་ལྟའི་སྐབས་ལ་ཨ་ནི་དང་། བུ་མོ། པོ་གསར་དེ་འདྲའི་བསྡོམས་པའི་ ༥-༦ ཞིག་འདུག ད་ལྟ་ངའི་གྲངས་ཀ་ཐོ་དེའི་ནང་ ༥-༦ ཞིག་འདུག དེ་ལྟ་བུ་རིགས་སྡེ་ར་ལྟུན་ལ་སྔོན་མ་ལས་བསྡོམས་ཤིག་གི་ཐོག་ལ་ཞུས་སྨྲོང་། སྡེ་ར་ལྟུན་གཡས་གཡོན་དེ་ལའང་ ༥-༦-༧-༨ བཅུ་གྲངས་ཤིག་འདུག དེ་བཞིན་གྱི་ས་གནས་མང་པོ་ཞིག་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་ཡོང་བསྡད་པ་དང་ལྷག་དོན་དུ་ད་ལྟ་ལས་བསྡོམས་ནང་ལ་ ༡༦༥ འཁོད་འདུག དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་དེ་ལོ་རེ་ནས་ལོ་རེ་ཆེ་རུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དང་མང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་ཞིག ལྷག་དོན་དུ་ད་ལྟའི་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དྲ་རྒྱའི་བེད་སྤྱོད་བྱེད་

སྣངས། དམིགས་བསལ་གྱི་ སྨྲ་གྱུ་དེ་འདྲ་ལ་ Mobile དང་ Ipad སྤྱད་ནས་སྨྲ་གྱུའི་འདོད་རྒྱུ་དང་སྨྲ་གྱུ་ཁ་ཁྲ་སིམ་པོ་བྱས་ནས་བསྡད་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོས་སྤྲད་བསྡད་པ་དང་། ལྷག་དོན་དུ་གཞོན་སྐྱེས་གཙོ་བོ་བྱེད་པའི་ང་ཚོ་ད་ལྟའི་དྲ་རྒྱའི་དེང་དུས་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་མང་པོ་ཞིག་བེད་སྤྱོད་བཏང་བསྡད་རྒྱུར་བལྟས་པ་ཡིན་ན། ལོ་ ༡༠། ལོ་ ༡༥ དང་ ༣༠ བར་ལ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ Internet དྲ་རྒྱའི་དྲན་གོམས་པའི་ནད་ཚ་དང་དེ་འདྲའི་སྐྱོན་པ་ཆགས་མཁན་དེ་འདྲ་ད་རེས་ལས་ལྷབ་ཆེ་བ། ལྷབ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་མཐོང་བསྡད་མཁན་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་སོང་ཙང་ང་ཚོ་ Internet Addiction དྲ་རྒྱའི་དྲན་གོམས་མ་ཆགས་གོང་ནས། དཔེར་ན། འཛམ་བུ་གླིང་གི་ནང་ལ་ཡིན་ན་དྲ་རྒྱའི་དྲན་གོམས་ཀྱི་ནད་གསོ་ཁང་རྒྱག་བསྡད་པ་དང་། དེ་འདྲའི་རྐྱེན་པས་སྐྱོན་པ་ཆགས་ནས་སྨན་ཁང་འཁྲིད་བསྡད་པ། དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུ་ཡོང་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོའི་ནང་ལ་གཞི་རྩ་དེ་འདུག་གམ། གཞི་རྩ་འདུག་གམ་མི་འདུག་ཟེར་ན། གཞི་རྩ་དེ་ཏ་ཙང་ཆེན་པོ་ཞིག དེ་ཡང་། ཏ་ཙང་མགྱོགས་པོ་ཡོང་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་མཐོང་བསྡད་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཡང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཁག་གི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་ལས་ལྷག་ཙམ་ཞིག་དུས་ཐོག་ལ་སློབ་གསོ་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུ་དེ་ཚོར་ཐུགས་འཁུར་གནང་དགོས་འདུག་ཅེས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒྲོམས་ཐོག་ལ་གོ་སྐབས་བཞེས་མཁན་མཐའ་མ། སྤྱི་འཐུས་ལྷ་རྒྱ་རི་རྣམ་རྒྱལ་སྒྲོལ་དཀར་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ལྷ་རྒྱ་རི་རྣམ་རྒྱལ་སྒྲོལ་དཀར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒྲོམས་སྙིང་བསྡུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཁ་ཤས་ཤིག་དང་གནས་ཚུལ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡར་སྙན་སེང་ཞུ་ཚོག་པ་བགྱིས། ཐོག་མ་དེ་ཕྱག་སྦྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཚང་མས་དོས་ནས་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒྲོམས་ནང་ལ་དགོས་མཁོའི་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་མི་མང་ལ་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་འགྲོ་ལུགས་རྐྱེན་པས་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་གང་ལྟར་མི་མང་ལ་ཐད་ཀར་ཕན་ཐོགས་པའི་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་འགྲོ་བཞིན་པ་རེད་འདུག དེ་ཚོ་ཚང་མ་ཕྱག་བསྐུར་གནང་མཁན་དེའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་འགན་བཞེས་མཁན་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གཙོས་པའི་ལས་བྱེད་རྣམ་པ་དང་དེ་བཞིན་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་བཞུགས་མཁན་གྱི་ཨེམ་ཆི་དང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་སྨན་ཞབས། ལས་བྱེད་རྣམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། སྨན་རྩིས་ཁང་། གང་ལྟར་དེའི་ནང་ལ་སྡེ་ཚན་ཆ་ཚང་གིས་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཚང་མར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་དང་པོ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། འདི་ཏ་ཙང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཚང་མ་ཉིན་ལྟར་རེ་ཞིག་གནང་དགོས་ཡོད་དུས་ལས་སླ་པོ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་རང་ཚོ་འདིར་ལོ་གཅིག་ནང་ཐེངས་མང་གཉིས་འཛོམས་ཏེ་ཁོ་རང་ཚོར་དགོངས་འཆར་ཕུལ་རྒྱུ་དང་བསམ་འཆར་བཏོན་རྒྱུ་དེ་ཏ་ཙང་སྟབས་བདེ་པོ་རེད་སྟམ། གང་ལྟར་ཐོག་མ་དེ་འཕྲོད་

བསྙེན་ལས་ཁུངས་ལ་ཐུགས་ཧྲེ་ཆེ་ཞུ་འདོད་གཙོ་བོ་ཞིག་འདི་བདེ་དོན་སྤྱི་ཚན་ནང་ལ་ཡོད་པའི་ཆབ་སྲིད་བཙོན་བྲན་འབྲེལ་ཡོད་འབྲེལ་ཆགས་ལ་ཐུགས་འཁུར་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་འཚོ་སྐྱོན་ཞུས་པ་ཡིན་ན། གང་ལྟར་མཚན་དོན་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་ཚོ་ཕྱག་རོགས་གནང་རྒྱུ་དེར་ཐུགས་ཧྲེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་འདོད་ཡོད། དེ་བཞིན་གཙོ་བོ་དེར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ས་གནས་དེ་གར་ཡོད་པ་ཡིན་ན་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་རེད། དེ་བཞིན་སྨན་རྩིས་ཁང་བརྒྱུད་པའི་ཐོག་ནས་གཙོ་བོ་དེར་བཙོན་བྲན་དཀྱུང་ལོ་བགྲེས་པ་རྣམ་པ་ཚོར་ཕྱག་རོགས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཕེབས་བསྟུད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཙང་དེའི་རྐྱེན་པས་ཐུགས་ཧྲེ་ཆེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་མ་དང་བྱིས་པའི་ཐོག་ནས་བུད་མེད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་གནང་བཞིན་པ་རེད་འདུག དེ་ཚོ་ཚང་མ་དེའི་ཆེད་དུ་ས་ཡ་ ༣ ལྷག་ཙམ་འགྲོ་སོང་བཏང་གནང་འདུག སྨུ་མ་ཐུད་ནས་དེའི་ཐད་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་འབོད་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལས་གཞི་གསར་པ་རྣམ་པ་གསར་པ་ཞེས་ད་དུང་བཏོན་གནང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་སྨུ་མ་ཐུད་ནས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ངས་ངོས་ནས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཀྱུང་ལོ་བགྲེས་པ་རྣམ་པ་ཚོའི་ཉམས་གསོ་ཁང་ལ་ཡོད་མཁན་ཡིན་ནའང་རེད། གང་ལྟར་ནད་པ་ཁྱིམ་ཚང་ལ་བཞུགས་མཁན་ཁོ་རང་ཚོར་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐུགས་འཁུར་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་སྨན་བཅོས་ཐོག་ལ་ཕྱག་རོགས། གཙོ་བོ་དེ་ཕལ་ཆེར་སྨན་རྩིས་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་འདུག དཀྱུང་ལོ་བགྲེས་པ་ཕལ་ཆེར་བ་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་གསོལ་སྨན་དེ་ཚོར་ཡིད་ཆེས་ཆེ་བའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན་འགྲོ། དེའི་རྐྱེན་པས་གསོལ་སྨན་མང་པོ་ཞུ་དགོས་ཡོད་དུས་ཁོ་རང་ཚོར་ཡང་སྨན་རྩིས་ཁང་བརྒྱུད་ནས་ཕྱག་རོགས་དེ་འདྲ་སྨུ་མ་ཐུད་ནས་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཐུགས་ཕན་ཆེན་པོ་བྱུང་ཞེས་ངས་ཞུ་ཚོག་པ། བྱས་ཙང་སྨུ་མ་ཐུད་ནས་ཕྱག་རོགས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། རབ་བྱུང་ན་རྒྱ་གར་ཙམ་གཅིག་ཕུ་མ་ཡིན་པར་འབྲུག་དང་བལ་ཡུལ་ས་ཁུལ་ནང་ལ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་གཞི་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་བཞུགས་མཁན་གྱི་བུད་མེད་ཡིན་ནའང་རེད། མ་དང་ཕྲུ་གུ་བྱེད་དེ་བཞིན་ནད་ཅན་འདྲ་མིན་རྐྱེན་པས་སྐྱུ་ལས་སྒྱང་མཁན་ཁོ་རང་ཚོའི་ས་གནས་དེ་ཚོར་བསྟུབ་ཐུབ་པའི་ལས་གཞི་འདྲ་མིན་བརྩམ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ངས་དོ་སྣང་མ་བྱུང་བ་རྐྱེན་གྱི་མིན་འགྲོ། གང་ལྟར་བལ་ཡུལ་དང་འབྲུག་ནང་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་གཞི་མཐོང་མ་བྱུང་། བྱས་ཙང་དེ་དང་དེ་འདྲ་བའི་ཕ་གིར་སྤྲེལ་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ངས་དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག་ཅེས་ཞུ་ཚོག་པ་བགྱིས། དེ་བཞིན་དེའི་ནང་ལ་ངའི་རྒྱུན་གཏན་ནས་གལ་ཆེན་པོ་གཅིག་གང་མཐོང་གི་འདུག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སློབ་གསོ་མཐོང་ཡོང་གི་འདུག སྤྱིར་བཏང་ནས་ལས་གཞི་འདྲ་མིན་ཐོག་ལ་ཕྱག་སྦྲེལ་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོས་དགོངས་འཆར་ཕེབས་ཡོང་གི་འདུག ང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སློབ་གསོ་ཐབ་སྦྱོང་ཡིན་ན་རེད་ཧ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག ལྷག་པར་དུ་བུད་མེད་གཞོན་སྐྱེས་ནང་ལ་ངས་གྲོས་ཚོགས་སྟོན་མ་ཞུས་སྒྲོང་ཡོད། ཕྱག་སྦྲེལ་ནང་ལ་དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་འཆར་དེ་ལྟ་བུ་ཕེབས་ཡོང་གི་མི་འདུག ཡིན་ནའང་ངའི་ངོས་ནས་སློབ་གྲྭ་ནང་ལ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Sex Education དེ་ཧ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག ག་རེ་བྱས་ནས་ཞུས་ན། འདི་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད། དེང་སང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་དྲ་རྒྱའི་བརྒྱུད་ལམ་ཐོག་ནས་འདྲ་མིན་འདྲ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། མཐོང་དགོས་མེད་པ་ཚང་མ་མཐོང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ཚང་མ་སྤུར་ནང་བཞིན་བྲག་ཕུག་ལ་བསྟུད་ནས་སྦས་རྒྱུའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་མ་རེད། ཕྱིར་ཐོན་གྱི་ཡོད་ཙང་ཁོ་རང་ཚོར་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་བྱས་ནས་འདི་ངོ་ཚ་རྒྱུ་གནས་ཚུལ་གཅིག་མ་རེད། དེའི་སྐོར་ལ་

ཤེས་དགོས་ཀྱི་ཞིག་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་སློབ་གསོ་བརྒྱབ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ངས་ཧ་ཅང་གི་དགེ་མཚན་མཐོང་གི་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་བུད་མེད་ལོ་ཆུང་བ་ནང་ལ་ཁོ་རང་ཚོར་ཟླ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སློབ་གསོ་གནང་ཐུབ་རྒྱུ་འདི་ངས་ཧ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག ཟླ་མཚན་ལྟ་བུ་ཆ་མཚོན་ན་ཧ་ལམ་ང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ངོ་ཚ་རྒྱུ་དང་འཆེར་དགོས་རྒྱུའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་འདུག་སྟེ། འདི་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མ་རེད། སྐྱེས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། བུད་མེད་ཡིན་ནའང་རེད། གང་ལྟར་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ང་རང་ཚོ་འཛམ་གླིང་ནང་ལ་བསླེབས་པ་ཡིན་ཅང་དེའི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་དུ་སློབ་གསོ་བསྐྱོན་དགོས་རྒྱུ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག TOT ཟེར་ནས་ Trainer ཡི་རྣམ་པ་ཐོག་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཟླ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Menstrual Pad ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། གདམ་ཀ་གཞན་པ་ Reusable ཡང་བསྐྱར་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་དངོས་ཆས་མང་པོ་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་བུ་མོ་གཞོན་སྐྱེས་ནང་དུ་སེམས་ཤུགས་སྤར་རྒྱུ་དང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུ་ཐོག་ལ་སློབ་གསོ་ཐེབས་རྒྱུ་ཐོག་ལ་སློབ་གྲྭ་ནང་ཡོད་པའི་བུ་མོ་རྒན་པ་ཁོ་རང་ཚོར་ཟབ་སྦྱོང་སྤྲོད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་ཚོ་ངོས་ནས་ཆུང་བ་དེ་ཚོ་མཉམ་དུ་ཨ་ཅག་དང་སྤུན་མཆེད་ཆུང་བའི་འདྲ་ཤེས་ཐོག་ནས་ Peer counseling ལྟ་བུ་ཞིག་སླེབ་པ་ཡིན་ན་ཁོ་རང་ཚོ་ནང་ལ་གྲོས་བསྡུར་བྱ་རྒྱུ་འཆེར་དགོས་མེད་པ། འཛིན་ཁང་ནང་ལ་དེའི་སྐོར་བཀའ་མོལ་བྱུང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ངས་བསམ་པ་ཧ་ཅང་གི་ཡག་པོ་མཐོང་གི་འདུག ཟླ་མཚན་ལབ་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་ཡོང་དུས་ཧ་ལམ་བུ་དེ་ཚོ་འཆེར་དགོས་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཞིག སྐབས་མ་བདེ་བ་བྱུང་རྒྱུའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡང་ན་ཐེངས་དང་པོ་གོ་རྒྱུ་དེའང་འཛིན་ཁང་ནང་ལ་གོ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་སྔོན་ལ་གོ་རྒྱུ་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་བསླེབས་དུས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གོ་རྟོགས་གསལ་པོ་ཞིག་ཐེབས་བསྡད་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། དེའི་ཐོག་ལ་གྱ་ཡངས་པོ་ཐོག་ནས་གྲོས་བསྡུར་གནང་དགོས་རྒྱུ། བགྲོ་གླེང་གནང་དགོས་རྒྱུ་ཐོག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་ངོས་ནས་བུད་མེད་ནུས་སྟོབས་གོང་འཕེལ་སྡེ་ཚན་མཉམ་དུ་ལས་གཞི་དེ་འདྲའི་སྤེལ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ངས་དགེ་མཚན་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ངས་ངོས་ནས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་དེ་རིང་འདིར་ཕྱག་སྦྲེལ་ནང་ནས་དགོངས་འཆར་ཧ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་སླེབ་ཡོང་གི་འདུག འདི་ཧ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཚང་མས་ངོས་འཛིན་གནང་ཡོང་གི་འདུག སྤྱར་ཡིན་ན་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་དུས་ཧ་ལམ་མ་སོང་ན་གང་ཟག་གཅིག་སེམས་པ་ཐང་ཐང་མེད་པ། སྐྱོན་པའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་སྲིད་ཀྱི་རེད་དེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དེང་སང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སྐོར་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་ཡོང་དུས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག PTST ཡི་སྐད་ཆ་བཤད་ཡོང་དུས་ངེས་པར་དུ་སྐྱོན་པའི་ངོ་བོ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་མ་རེད། སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཅང་དེ་འདུལ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ག་རེ་བྱེད་དགོས་འདུག དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ལྷན་ཁང་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཙུགས་མ་ཐུབ་པ་ཡིན་ཡང་། ཉུང་མཐར་སློབ་གསོ་སྤྲོད་རྒྱུའི་ Counselling དེ་འདྲ། ཡང་ Counsellor ཡག་པོ་དེ་འདྲ་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། འདི་དངོས་གནས་ཧ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག གཙོ་བོ་དེ་ངས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་དུས་ག་རེ་ཞུས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཐོ་གཞུང་ནང་ལ་ཕལ་ཆེར་ ༡༨༠ ག་གྲངས་ཀྱི་གྲངས་འབོར་ཞིག་དེར་བསླེབས་བསྡད་འདུག ངའི་ཤེས་འདོད་བྱུང་བ་དེ་ལོ་ཚད་ནང་ནས་ཆེ་ཆུང་གང་འདྲ་ཡོད་དམ་ཞེས་ངས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། ཡང་ ༡༨༠ ག་གྲངས་ནང་ལ་ཕོ་མོ་དབྱེ་བ་ག་ཚོད་ཡོད་དམ།

དེ་བཞིན་ཐོ་གཞུང་ནང་དུ་པའི་ས་གནས་གང་ནས་ཡིན་ནམ་ཞེས་དེ་ཞིག་བཀའ་འདྲི་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། ངས་དེ་དང་མཉམ་དུ་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་གང་ཡོད་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཐེངས་མ་དང་པོ་ངས་བཀའ་མོལ་དེ་གོ་མ་སོང་། ཕྱག་སྒྲིལ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་མདུན་ནས་མི་མང་གི་སྡིངས་ཆ་ནང་ལ་ཐེངས་ཁ་ཤས་ཤིག་གོ་སོང་ཡོད། ང་ཚོའི་བཙན་བྱོལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་ཏན་ཏན་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། ལྷག་པར་དུ་སྨོས་རྫས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་བརྒྱུད་རིམ་ཐོག་ནས་གཞོན་སྐྱེས་མང་པོ་ཞིག་གི་མི་ཚེ་འཕྲོ་བརླག་འགྲོ་རྒྱུའི་དཀའ་ངལ་བྱུང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་རྐྱེན་པས་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་གི་ངོས་ནས་ཕྱག་ལས་ཧ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གནང་བསྡད་ཀྱི་འདུག གནང་དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཀའ་ངལ་དེ་ཚོ་སེལ་ཐབས་གནང་རྒྱུ་དེ་ཧ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག ཡིན་ནའང་གནས་ཚུལ་དེ་ཚོ། དེའི་རྐྱེན་པས་བཙན་བྱོལ་ནང་ལ་གཞོན་སྐྱེས་ཀྱི་མི་ཚེ་འཕྲོ་བརླག་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། གྲོངས་རྒྱུ་དེ་ཚོ། བོད་ནང་གི་གཞོན་སྐྱེས་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་མཁྲིགས་འཛིན་དང་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་དྲག་གནོན་གྱི་སྲིད་ཇུས་ཀྱིས་རྐྱེན་པས་དགོངས་པ་རྫོགས་མཁན་དང་། སྲོག་བཅད་པ་དང་བསྒྱུར་བ་དེ་ངས་ཐེངས་མ་དང་པོ་མིན། ཁ་ཤས་ཤིག་གོ་བར་བརྗེན་འདི་མཚམས་བཞག་རོགས་གནང་ཞེས་ངའི་ངོས་ནས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཙན་བྱོལ་ནང་ལ་གྲོངས་འགྲོ་མཁན་ཁོ་རང་ཚོར་ངའི་ངོས་ནས་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཞུ་ཡི་ཡོད། དཀའ་ངལ་ཚང་མ་ང་ཚོས་སེལ་ཐུབ་རྒྱུ་དང་། སྔོན་ཐུབ་རྒྱུ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་བོད་ནང་ལ་སྲོག་ཤོར་བ་དེ་དང་མཉམ་དུ་མ་བསྒྱུར་རོགས་གནང་ཞེས་ངའི་ངོས་ནས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ག་རེ་བྱས་ནས་ཞུས་ན། དེ་འདྲ་བྱུང་དུས་ཉོག་ཙམ་ཕ་གིར་ང་རང་ཚོའི་འཐབ་རྩོད་ཆེད་དུ་སྲོག་ཤོར་མཁན། སྲོག་བཅད་པ་དེ་ཚོར་དགོངས་བཞེས་གནང་གི་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད་ཙང་བློ་མ་བདེ་བའི་ཚོར་བ་ཧ་ཅང་བྱུང་གི་འདུག ང་ལས་དགའ་ལོ་བཀྲེས་པ་ཡིན་ཙང་ངའི་ངོས་ནས་འབོད་སྐུལ་གྱི་མཚོན་དོན་ཐོག་ནས་ཡིན། ཡང་བསྐྱར་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་མ་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གང་ཡིན་ཞུས་ན། དེར་སྐྱ་ངལ་བྱུང་མཁན་ཁོ་རང་ཚོར་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེར་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ་དང་བོད་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ་གཉིས་མ་བསྒྱུར་ན་ཞེས་ངས་ཡང་བསྐྱར་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ཆོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག སྤྱི་འཐུས་དང་པོ་དེ་ནས་དབུས་ས་གཉིས་ཀྱི་ལས་བྱེད་དང་། དེ་བཞིན་ཨེམ་ཆི། འཕྲོད་ལས་པ་ཚང་མ་ནས་ཕྱག་ལས་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། ཕྱག་ལས་དེའི་ཐོག་ལ་བསྟུགས་བརྗོད་གནང་བ་དེར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་། དེ་བཞིན་རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་གཉེན་ནད་རིག་དྲུག མཆིན་ནད་དྲུག་ཐབས། དེ་བཞིན་གློ་ནད་ཏེ་བི་དེའི་ཐོག་ལ་དཔྱད་ཞིབ་གནང་བསྡད་པ་དེ་ཟླ་མ་ཐུབ་ནས་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་དོན་དུ་གང་ཟག་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ་དེའི་འོག་ལ་ཚུད་

པའི་ཐོག་ནས་ཚང་མ་དཔྱད་པ་ཟེར་ནའང་རེད། Test བྱེད་ཐུབ་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་ཕེབས་སོང་། འབད་བརྩོན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་སེམས་ཁམས་མི་བདེ་བ་ལོ་རེར་ཇེ་མང་འགྲོ་བཞིན་པའི་ཐོག་ལ་ལམ་སྟོན་ཞིག་ཕེབས་པ་རེད། དེ་དང་དེ་འབྲེལ་བའི་སེམས་ཁམས་མི་བདེ་བའི་རྐྱེན་རྩ་རིགས་ཞིག་ང་ཚོ་སྤྱོད་བདེའི་ཁ་པར་ཟེར་ན་རེད། Smart phone ཟེར་ནའང་རེད། དེ་འདྲའི་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ། དེ་ཡང་དེ་རིང་གི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་བཀའ་མོལ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཙང་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་དོགས་གཟབ་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་དང་། གནས་ཚུལ་ཁྱབ་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས་རྒྱུ། གོ་རྟོགས་སྤེལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་ལམ་སྟོན་ཕེབས་པ་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། དེ་ལྟར་ཞུས་ཚོག་པ་ཞུ།

གཞི་རྩའི་ད་ལྟའི་ང་ཚོ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་རྣམ་པ་ཚོ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ང་ཚོར་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཐྲུ་གུས་སྤྱོད་བདེའི་ཁ་པར་ཟེར་ནའང་རེད། Smart phone ལ་དུས་ཚོད་ག་ཚོད་བཏང་བཅུག་མ་བཅུག་དེ་དགེ་རྒན་དང་། ལྷན་ཁང་། སྒྲིག་འཛུགས་ལས་ཕ་མ་དེ་ཐག་ཉེ་ཤོས་རེད། ཕ་མ་སྤུན་མཆེད་ཚོས་དེའི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་དུ་ཐུགས་གཟབ་གནང་དགོས་པ་དེ་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་སྙམ། དེ་མ་གནང་བ་ཡིན་ན། མང་པོས་མཁྱེན་གྱི་རེད། ང་ཚོའི་གནས་ཚང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དྲ་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་རྩེད་མོ་འདྲ་མིན་གྱི་ནང་ལ་བཞུགས་ཏེ་ལོ་ན་གཞོན་པ་མང་པོ་ཞིག་སྲོག་དོར་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ད་ལྟ་སླེབས་ཐུབ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་མ་བསླེབ་པའི་འགན་དེ་མི་ཚང་མའི་བཞེས་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དཔེར་ན། Blue whale ལབ་ནས་ game ཞིག་སླེབས་པ་རེད། འདི་ད་རིང་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ནས་ལས་གཞི་ཕྱུག་བསྐྱར་གནང་མཁན་ཚང་མར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གསུངས་པ་ལྟར། འདི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་དང་། ས་གནས་ཀྱི་ཨེམ་ཆི། དེ་བཞིན་འཕྲོད་ལས་པ་ལས་བྱེད་ཡོངས་ཀྱི་ཚབ་ཞུས་ནས་ད་ལྟའི་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཙམ་མ་ཟད་དེ་སྔོན་ལ་རིམ་བཞིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པས་བསྟུགས་བརྗོད་གནང་བ་དང་། ང་ཚོས་ལས་ཀ་བྱེད་བསྡད་པ་དེར་ངོས་འཛིན་གནང་བ་དང་། ལས་ཀ་བྱ་རྒྱུ་ར་དྭངས་ཡུགས་རྒྱག་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོར་ལྟ་བཟོ་ཆེ་ཤོས་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། གཅིག་དེ་༸སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་མཇལ་ཁ་རེད། གཉིས་པ་དེ་བོད་རིགས་སྨན་ཟླས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཡིད་ཆེས་གནང་སྟེ། ཕན་ཚུན་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་རྒྱུ་དེ་རེད། དེའི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་དེ་རིང་འདིར་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ། ང་རང་ཚོའི་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཟེར་ནའང་རེད། ནང་ལ་ཡོད་པའི་བོད་པ་ཚང་མའི་སྐུ་ཚབ་མཚོན་པའི་ཐོག་ནས་བསྟུགས་བརྗོད་གནང་ཡོང་དུས་ང་ཚོ་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ཚང་མར་བསྐྱར་དུ་རིག་པ་སྒྲིམ་རྒྱུ་དང་། ད་དུང་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག ཐུར་ལས་ལྷག་པ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་འདྲའི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་བཟོ་གནང་གི་འདུག དེ་བཟོ་བ་དེར་བཀའ་དྲིན་བླ་མེད་དུ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ཆབ་སྲིད་བརྩོན་ཟླུར་འབྲེལ་ཡོད་འབྲེལ་ཆགས་ཀྱི་ལས་གཞིའི་ཐོག་ལ་ཆགས་ཚུད་པོ་འགྲོ་བསྡད་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་བསྟུགས་བརྗོད་གནང་སོང་། དེར་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་།

དེ་དང་ཆབས་ཅིག་མ་དང་བྱིས་པའི་ལས་གཞི་ད་ལྟ་བྱེ་བྲག་གི་ཐོག་ལ་བལྟ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། ཕལ་ཆེར་ཚན་པ་གཅིག་གི་ནང་ནས་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ལས་གཞི་འདི་ཕར་བཞག་པ་ཡིན་ན། མ་དང་བྱིས་པ་ཡུགས་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཆགས་

བསྟུད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་དུང་དེར་གང་ཡག་ཏུ་གཏང་དགོས་ཀྱི་འདུག གང་མང་བར་སློབ་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས་ཡོད་པ་དང་ཐུགས་འཁུར་བཞེས་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་ཕེབས་པ་དེར་ང་ཚོས་དེ་དེ་བཞིན་འབད་བརྩོན་ཞུ་རྒྱུ་དང་།

གོང་ལ་ངས་ཞུས་ཡིན་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ངོས་ནས་ལོ་ན་རྒན་པ་དགུང་ལོ་ ༦༥ ཡན་ལ་སྨན་གྲོན་རིན་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཙང་དེ་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་འབུལ་བསྟུད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཞུ་རྒྱུ་དང་།

དེ་བཞིན་ལས་གཞི་ཁག་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་གར་ནང་ལ་ལག་བསྟར་གནང་བསྟུད་པ་འདི་འབྱུག་དང་བལ་ཡུལ་གྱི་ནང་དུ་གནང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀའ་རྩད་ཕེབས་པ་དང་། གནང་ཐུབ་ཀྱི་མེད་ན་དེ་ཐུབ་དགོས་པའི་དགོངས་གཞི་ཕེབས་པ་དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཡིན་ནའང་རྒྱལ་ཁབ་འདྲ་མིན་ནང་ལ་གནས་སྟངས་འདྲ་མིན་ཆགས་བསྟུད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཀའ་མོལ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། སྤྱིར་བཏང་ཁྲིམས་ཀྱི་འགྲོ་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲོ་སྟངས་དེ་ལྟ་བུའི་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཆགས་བསྟུད་དུས་སྐབས་ལ། དེ་ཚོའི་གནས་སྟངས་ལ་གཞིག་པའི་འཆར་བསྐྱེད་ལས་ཁུངས་རེད། ལྷག་དོན་དུ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་ལམ་སྟོན་ཕེབས་པའི་ཐོག་ནས་གོམས་པ་བརྒྱབས་ནས་འགྲོ་བསྟུད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཚར་བལ་ཡུལ་ལྟ་བུ་ཆ་མཚོན་ན་ལས་གཞི་ཁག་མང་པོ་ཞིག་བལ་ཡུལ་རང་ལ་བཏང་ནས། གང་ཡིན་ཟེར་ན། འདི་ནས་བལ་ཡུལ་ལ་དངུལ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་བདེ་པོ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁྲིམས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་བབས་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་བསྟུད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། བལ་ཡུལ་ནང་ལ་ཉམ་ཐག་གི་གནས་བབས་དང་། བལ་ཡུལ་ནང་ལ་སྨན་གྱི་སྨན་སྦྱིན་གཏང་དགོས་རྒྱུ། བལ་ཡུལ་ནང་ལ་མ་དང་བྱིས་པའི་ལས་གཞི་སོགས་བལ་ཡུལ་གཞུང་དང་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཙལ་དགོས་རྒྱུ། དེ་བཞིན་ཕ་གིར་སྨན་ཁང་ཆེ་བ་མ་རེད་དེ་སྨན་ཁང་ཆུང་བ་ཁག་བཅུ་གཉིས་བཅུ་གསུམ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་དོན་དུ་གངས་སེང་བདེ་རྩ་དང་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྨན་ཁང་ཁག་གཉིས་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་ང་ཚོའི་སྨུས་ཚད་ལེགས་སུ་གང་འདྲ་གཏང་དགོས་ཀྱི་འདུག ག་ཚོད་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དང་བཞེས་མུས་ཡིན། ད་རེང་ལྔ་དང་ལྔ་བཅུའི་ཚོགས་འདུའི་སྐབས་སུ་བལ་ཡུལ་ནས་སྐུ་ཚབ་དེ་འདྲ་ཕེབས་སོང་། དེ་ཚོའི་མཉམ་དུ་བཀའ་བསྡུར་ཞུས་པ་ཡིན། རང་ཉིད་ཙམ་མ་ཟད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དྲུང་ཆེ་ཆུང་རྣམ་པ་ཚང་མ་འཛོམས་ནས་མ་འོངས་པར་ང་ཚོས་ད་དུང་སྲ་བརྟན་ཞིག་བཟོ་ཐུབ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་བཀའ་བསྡུར་ཞུས་པ་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། མ་འོངས་པར་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞིའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོང་མི་སྲིད་པ་མ་རེད། བྱས་ཙང་དཀའ་ངལ་དེ་ཚོ་ཟློག་ཐབས་ཡིན་ནའང་བསམ་བློ་བཏང་ནས་འགྲོ་བསྟུད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྟུད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་བ་དང་།

དེ་ནས་དེ་དང་མཉམ་དུ་ལང་ཚོ་དར་བའི་སློབ་གསོ། Adult Education, ཞུས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་རེད། Sex Education ཞུས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་རེད། དེ་གཅིག་རེད། ལང་ཚོ་དར་བའི་སློབ་གསོ་ཟེར་དུས་དེའི་ནང་ལ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ཚང་ཚུད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། Menstrual Hygiene དེའང་ཚུད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཟླ་མཚན་གྱི་སྐབས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བཞེས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཚུད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཙང་དེ་འདྲའི་གནས་བབས་ཤིག་གིས། ཁ་སང་དགོང་དུ་གཅིག་ཞུས་པ་ཡིན། ཤེས་རིག་

ལས་ཁུངས་དང་མཉམ་དུ་བ་ཀྱི་ཐོག་ནས་སློབ་གྲྭ་ཁག་གཅིག་དེ་ Substance Abuse སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཚོགས་ཆེན་ཞིག་ཚོགས་པ་རེད། གཉིས་པ་དེ་ Menstrual Hygiene ཐོག་ལ་ཚོགས་འདུ་དང་པོ་གཅིག་ཚོགས་པ་རེད། ཉེ་བའི་ཆར་ལ་ཚོགས་འདུ་གཉིས་པ་ཞིག་ཚོགས་ཚར་བ་རེད། ཚོགས་འདུ་གཉིས་པ་དེའི་ནང་ལ་ཕལ་ཆེར་བྱེད་སྒོ་རྣམ་གཞག་གི་ལམ་སྟོན་ཚུལ་དུ་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་གཏན་འབེབས་ཟིན་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཙམ་མ་ཚད་རྒྱ་གར་གཞུང་རང་གིས་འཛིན་གྲྭ་ ༡༡ དང་ ༡༢ ཀྱི་ནང་ལ་སློབ་ཚན་བཟོས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་གང་འདྲ་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས་མིན་དེ་བཀའ་བསྐུར་བྱུང་བསྡད་སོང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་ Menstrual Hygiene ཐོག་ལ་ཟླ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་བཀའ་སློབ་ཕེབས་པ་རེད། འདིའི་ཐད་ལ་ཡིན་ནའང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་ལས་བྱེད་ཚན་པའི་འགན་འཛིན་ཁོང་རྣམ་པ་ལྔི་ལིར་ཡོད་པའི་ Sulabh International ལ་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་བཅར་ཏེ། གང་ཡིན་ཟེར་ན། འདིར་ལང་སྤྱོད་མཁན་སྤྱོན་མ་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་གོ་སྒྲིག་ཚོགས་ཚུང་ནང་ཡོད་བསྡད་དུས་སྐབས་ལ་ཆུ་དང་གཙང་འཕྲོད་ཀྱི་ལས་གཞི་དེ་ Sulabh International མཉམ་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་ཡོང་དུས་ཁོང་ཚོའི་ལྟེ་གནས་ཁང་དེར་སྐོར་ར་བརྒྱབས་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཤིག་བྱུང་བ་རེད། དེ་དུས་སྐོར་ར་བརྒྱབས་སྐབས་ལ་ Sulabh International ཡི་ཟླ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་བྱེད་སྟངས་དེ་ཡིད་རང་བ་ཞིག་དང་མོས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་བའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་རྣམ་པར་བསྐོར་བསྐྱོད་ཅིག་གནང་དང་ཞུས་པ་ལྟར་ཕེབས་པ་རེད། སྐབས་དེར་ཟླ་མཚན་འགོག་ཆེད་ Pad སློབ་གྲྭ་དེ་རང་ནང་ལ་བཟོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། བཟོས་ཚར་ནས་ Vending machine མར་འདོན་རྒྱུ་དང་བཙོང་རྒྱུའི་འཕྲུལ་ཆས་དེ་སློབ་གྲྭ་ནང་ལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་མར་དོར་རམ་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་དགོས་དུས་ཕར་ཕྱོགས་དེར་ Disposable machine རྩ་མེད་གཏོང་སའི་འཕྲུལ་ཆས་དེའི་ནང་ལ་བླུགས་ཏེ་ button མནན་བཞག་དུས་དེ་རྩ་མེད་གཏོང་འགྲོ་རྒྱུ། བྱས་ཙང་འདི་འཕྲུལ་ཆས་ཆ་ཚང་ཡར་བསྒྲོམས་རྒྱུག་ཡོད་དུས་ཕལ་ཆེར་སྒོར་འབུམ་ ༥ མ་ཟིན་ཙམ་ཞིག་གི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བཟོ་རྒྱུའི་རིགས་ཕར་བཞག དང་པོ་ང་ཚོའི་བསམ་བློའི་ནང་ལ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་དང་མཉམ་དུ་བཀའ་མོལ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས། དཔེར་ན། སློབ་གྲྭའི་ནང་ལ་ང་ཚོ་འདིར་སློབ་གྲྭ་འགྲོ་མྱོང་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཚོ་སློབ་གྲྭའི་སྐབས་ལ་ SUPW ལབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། PT ལབ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟོང་པའི་དུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༩༥ ཡོད་པ་དེའི་སྐབས་སུ་བུ་དེ་ཚོ་ཚང་མས་ Pad བཟོ་རྒྱུའི་ SUPW ཁོ་རང་ནང་ལ་ཟླ་མཚན་གྱི་ཐོག་ལ་སྣང་མེད་གཏོང་རྒྱུ་ཞིག་དང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཧ་ཅང་ Normal ཡིན་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་དང་ཁོང་ཡུག་བཟོ་དགོས་རྒྱུ་དེའང་གནད་འགག་རེད་འདུག་བསམ་ནས་དེ་འདྲའི་འཆར་གཞི་ཞིག་བསྒྲིགས་པ་ཡིན། སྒྲིག་དུས་སྐབས་ལ་ང་ཚོའི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཀྱིས་ Pad དེ་ཚོར་བལྟས་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་ཡག་པོ་བྱེད་ཡོང་དུས་དེ་ཙམ་གྱི་ཚད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་མི་འདུག བྱས་ཙང་དེར་ང་ཚོས་བསམ་བློ་གཉིས་པ་ཞིག་ག་རེ་གཏོང་གི་ཡོད་ཟེར་ན། ལེན་ས་ཡོད་པ་དང་རྩ་མེད་གཏོང་ས་དེའི་ machine དེ་ཕལ་ཆེར་དགར་ན་ལབ་སྟེ། གོམ་པ་གཅིག་བརྒྱབས་ནས་འབད་བརྩོན་བྱས་ནས་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། Pad དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ཁྲོམ་རའི་ནང་ལ་ Pad མང་པོ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། Pad ཁ་ཤས་རེ་རེར་གོང་ཚད་སྒོར་མོ་ ༥ ནས་ ༡༩ བར་གནས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ Company གསར་པ་ཞིག་གི་ནང་ལ་བཀའ་མོལ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་ཚོ་གཞི་ནས་

མར་ཁྲིམ་རའི་ནང་དུ་དོན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དོན་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་ཁོ་ཚོའི་མཚན་མོ་གྱོན་རྒྱུའི་ Pad དང་། ཉི་མོ་གྱོན་རྒྱུའི་ Pad དེར་གོང་བརྒྱབས་ནས་སྒོར་ ༣ དང་ ༩ བར་བསླེབ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་དེར་དཔག་པའི་ machine དཀར་ས་དང་དེ་འདྲའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་བྱས་ཏེ་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཚང་མ་ཡིན་ན་ USAID རོགས་སྐྱོར་དང་རོགས་དངུལ་གྱི་འོག་ནས་གཏོང་གྱི་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ལ་མ་རྩ་དང་དེ་འདྲ་གཏོང་ཐུབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་གསལ་པོ་བཟོ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

དེ་ནས་ཟླ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྲི་འཐུས་ནས་གསུངས་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོའི་འགན་རེད། ང་ཚོས་བྱེད་དགོས་དང་དགོས། དེར་མཚེར་སྣང་དང་། གཡོལ་ཐབས། མ་འཚམ་ས་ཞིག་ཡིན་པའི་བསམ་བློ་ག་ལ་ཡོད། བྱས་ཙང་དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ Eco farm མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་ཞིག Eco farm དེ་མ་གིར་ Pondicherry ཡོད་བསྡད་རེད། Sustainable, Reusable, Recycle དེ་འདྲའི་ལྟ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསྐྱར་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཚོག་པ། རྒྱུན་རིང་པོར་གནས་ཐུབ་པ། དེ་འདྲའི་ལྟ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ལ་གནས་བསྡད་པའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཤིག་གི་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས། ད་ལྟའི་ཆར་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འོག་ལ་ SARD ནང་དུ་བུད་མེད་ནུས་སྟོབས་སྤེལ་རྒྱུའི་ཚན་པའི་གོམ་པ་ཞིག་ཕྱོགས་གཉིས་ནས་ Two front strategy ཐོག་ནས་འབད་བརྩོན་བྱས་ཏེ་འགྲོ་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། དེ་དག་རས་ཆའི་ཐོག་ནས་བཟོས་པ་དེ་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་བསྐྱར་དུ་བཀྲུས་ནས་སྐམ། ཡང་བསྐྱར་དུ་བསྐྱར་དུ་བེད་སྤྱོད་གཏང་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་ཅ་ལག་ཅིག་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་དྲི་བ་ཕེབས་པ་རེད། དེར་ངས་བཀུར་འོས་སྲི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོར་སྙན་སེང་ཞུ་རྒྱུར། ལས་བསྡོམས་ནང་ལ་ ༡༩༡ སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༦༥ ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ཐོག་ནས་སྤྲོད་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེའི་ནང་ལ་ཉམ་ཐག་གི་ནད་པ་གྲངས་ ༡༣ ཡིན་ཞུས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཞུས་དུས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཡང་རྗེས་མ་ལས་བསྡོམས་ཤིག་ལ་བཀུར་འོས་སྲི་འཐུས་རྣམ་པས་གཟིགས་སྲིད་པ་རེད། ཁ་སང་ ༡༦༥ གསུངས་འདུག ད་ལྟ་འདི་འདྲ་གང་འདྲ་རེད་ཅེས། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ནད་པ་དེ་ ༣༣༨ རེད། ཡིན་ནའང་། རྩིས་ལོ་འདིའི་ནང་ལ་ང་ཚོས་མཐུན་འགྱུར་སྒོར་ས་དེ་ ༡༦༥ ལ་སྦྱར་ཡོད་པ་རེད། ༣༣༨ དེའི་ནང་ལ་ ༡༡༣ དེ་ཨིན་ཇིའི་ནང་ཞུས་ན་ Epilepsy གཟའ་ཐོག་ནས་འགྱེལ་རྒྱུའི་རིགས་དེ་རེད་འདུག དེ་མ་ཡིན་པའི་ ༢༢༦ དེ་ Depression, Schizophrenia, Bipolar disorder དེ་འདྲའི་ནད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཆགས་པའི་གནས་སྟངས་རེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་འདི་ཚོར་བཀུར་འོས་སྲི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཕོ་ག་ཚོད་ཡོད་པ་རེད། མོ་ག་ཚོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་གཞིས་ཆགས་གང་གི་ནང་ལ་ག་ཚོད་ཡོད་པ་རེད་དམ། འདིའི་གྲངས་ཐོ་ང་ལ་ད་ལྟ་ལམ་སང་ཞུ་རྒྱུ་མེད། བཀུར་འོས་སྲི་འཐུས་མཆོག་ལ་རྗེས་སུ་འབུལ་ཆོག་པ་བགྱིས། གྲངས་ཐོ་དེ་ཚོ་ཆ་ཚང་ཡོད་ལབ་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་དེ་ཚོ་ལ་ Counselling སློབ་གསོ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་གོང་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་ James Duffy རེད། དེ་བཞིན་ང་ཚོ་ Tibet Charity Society རེད། དགེ་རྒན་ཚོགས་པ་རེད། དེ་མཉམ་དུ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་སྦྱག་ལས་གནང་མཁན་མོ་རང་ Psychologist རེད་

འདུག དེ་ཚོ་མཉམ་དུ་བཀའ་བསྡུར་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ཐུག་ལས་གནང་རྒྱུ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་གང་འདྲ་བྱ་རྒྱུ་འདུག ང་ཚོ་བསམ་བློ་མང་པོ་ཞིག་གཏོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་དང་མཉམ་དུ་ལྷག་དོན་དུ་ང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་དུས་ཚོད་ནང་ལ་ Psychotherapist དམིགས་བསལ་གྱི་དོན་ ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ལ་མར་སྦྱར་ཏེ་ Psychotherapist དང་གཅིག Physiotherapist དང་གཉིས། སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཅོས་མཁན་ཟེར་ནའང་རེད། གཞན་འདི་ཕྱི་བཅོས་ཐོག་ནས་གསོ་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་བྱེད་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་སློབ་ཚན་ནང་ལ་བཞུགས་བྱས་ནས་གང་མང་མང་ཞིག་དོན་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་སྨིན་པ་དང་ཕན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་བསམ་པའི་ཚོར་བ་དེ་བཅངས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་ཞུ་བ་དང་།

དེ་དང་མཉམ་དུ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཟོད་བསྲན་དང་སྙིགས་ནས་ད་ལོའི་རྩིས་ལོ་འདིའི་ལས་བསྒོམས་ནང་ལ་དོན་གནད་གཉིས་འཁོད་རྒྱུ་ཡུས་བསྡད་འདུག དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་བཀའ་འཁྲོལ་དང་སྙིགས་ནས་འདི་མདོར་བསྡུས་རང་ཡིན་ཞེས་སྨན་སེང་ཞུས་ཚོག་པ་ཞུ། འདི་ལོ་ཕྱི་ཟླ་ ༧ པོའི་ཚེས་ ༦ ནས་ ༢༩ བར་རྡོ་རྗེ་གདན་དུ་༧སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་ཆོས་གནང་བའི་སྐབས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ལ་དེ་སྔ་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ལས་བསྒོམས་ཕེབས་པའི་སྐབས་ལ་རྣམ་པ་ཚོས་གསན་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་དགེ་རྒས་བརྒྱུད་ནས་མཐུན་འགྱུར་སྦྱར་ཏེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་ཨེམ་ཆི། འཕྲོད་ལས་པ། ལས་བྱེད་བསྒོམས་པའི་མི་ ༡༠ ཙམ་ཞིག་གི་མི་སྟོང་ཐྲག་ ༥ མ་ཟིན་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཞབས་ཞུ་ཞུས་ཐུབ་པ་བྱུང་སོང་ཞེས་སྙན་སེང་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན། གཉིས་པ་འདི་ལོ་ཕྱི་ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༢༦ ནས་ ༢༥ ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་འདུ་ལབ་སྐེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་སྐད་གྲགས་ཆེ་ཤོས་དེ་ཚགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་ ༦ པ་དེ་ལོ་ ༤ ཀྱི་རྗེས་སུ་ཚོགས་ཐུབ་འདུག ༧རམ་ས་ལར་སྐབས་དེ་དུས་ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་སྨན་པ་ ༡༦ དང་། ང་ཚོའི་གསོ་རིག་གི་སྨན་པ་ ༩ བཅས་སྨན་པ་ ༣༠ འདུ་འཛོམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཚོགས་འདུ་ཞིག་ཚོགས་ཐུབ་པ་བྱུས་སོང་དེ་ཞུས་པ་དང་ཆབས་ཅིག དེ་རིང་འདིར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གནད་དོན་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་ཕེབས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དགོངས་འཆི་ཕེབས་པའི་ནང་ནས་མང་པོ་ཞིག་གསར་དུ་ཤེས་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། རིགས་གཅིག་ལ་ང་ཚོས་ཐུགས་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་དེ་འདྲའི་ཚོར་བ་བྱུང་སོང་། དེ་བཞིན་ལམ་སྟོན་ཕེབས་པར་རྣམ་པ་ཚོའི་ཚང་མར་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་བརྒྱུད་བཀའ་དྲིན་བླ་མེད་དུ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པ། ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་ཁག་གི་བརྗོད་པ་གསུམ་པ་དང་གཏན་འབེབས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། ནང་གསེས་ཀ་པ། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཡིག་ཚ་ཤང་ ༢༢ པ་གཟིགས་རོགས་གནང་། བསྐྱར་བཅོས་ཚིག་བརྗོད་དེ་གཅིག་པུ་མར་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཞུང་འབྲེལ་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་

བཅའ་ཁྲིམས། བསྐྱར་བཅོས་ཚིག་བརྗོད་འོས་བསྡུ་དང་འོས་གཞིའི་ཐོབ་ཐང་། ཁྲིམས་སྒྲིག་ཁག་གཞིར་བཟུང་འོས་བསྡུའི་ཐོབ་ཐང་བྲལ་བ་ཕུད། དེ་མིན་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཕོ་མོ་རང་ལོ་ ༡༨ རྫིལ་པོར་ལོན་པ་ཡན་ཚང་མར་འོས་བསྡུའི་ཐོབ་ཐང་དང་། ཁྲིམས་སྒྲིག་ཁག་གཞིར་བཟུང་གི་འོས་གཞིར་ཞུགས་རྒྱུའི་ཐོབ་ཐང་བྲལ་བ་ཕུད། དེ་མིན་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཚང་མར་འོས་གཞིར་ཞུགས་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། ཁྲིམས་སྒྲིག་ཁག་གི་ནང་གསལ་རང་ལོ་བཅུ་ཕྲུགས་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་དང་ལྷན་དབྱེ་དངུལ་ལག་དེབ་ཀྱི་སྐྱེས་ལོ་སྐྱེས་ཚེས་ལ་རྩ་འཛིན་བྱ་དགོས། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ཉེར་གཅིག་པ། སྲིད་སྐྱོང་དང་བཀའ་བློན་གྱི་འོས་ཚོས། དགུ་པ། བོད་མིའི་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་གཞིའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལས་དོན་དང་། གོ་གནས། དངུལ་དངོས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཡོད་རིགས་མ་ཡིན་པ། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བཅུ་པ། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་འོས་བསྡུའི་ཁྲིམས་ལུགས་སམ། ཁྲིམས་སྒྲིག་ཅི་རིགས་དང་མི་འགལ་བ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བཅུ་གཅིག་པ། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བློ་གཏད་མེད་པའམ། བོད་མིའི་རྩ་དོན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། བཅུ་པ་དང་བཅུ་གཅིག གསར་འཇུག་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་སོ་བརྒྱད་པ། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་ཚོས། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་འོས་བསྡུའི་ཁྲིམས་ལུགས་སམ། ཁྲིམས་སྒྲིག་ཅི་རིགས་དང་མི་འགལ་བ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་དགུ་པ་ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་མེད། བསྐྱར་བཅོས་ཚིག་བརྗོད། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བློ་གཏད་མེད་པའམ། བོད་མིའི་རྩ་དོན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་བཅས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན་ཟུར་བརྗོད་ནང་ལ། དོན་ཚན་སོ་གསུམ་པ། ནང་གསེས་གཉིས་པ། ས་གནས་འགོ་འཛིན་འོས་འདེམས། འོས་ཤོག་མང་ཐོན་རྩེ་བརྟག་གིས་འོས་གཞི་མི་གྲངས་གཉིས་འདེམས་བསྒྲུགས་ཀྱིས་མཐའ་མའི་འོས་ཤོག་འཕེན་དགོས་པ་ཡིན། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་དོན་དགུ་པ། ས་གནས་འཐུས་མིའི་གྲངས་ཚད་དང་ཡུན་ཚད། བརྗོད་པ་རྙིང་པ་དེ་བསྐྱར་བཅོས་ནང་ལ་ཕྱིར་བསྡུ་བྱས་བཞག་ཡོད། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ཕྱིར་བསྡུ་འདི་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པའི་ནང་གསེས་ཁ་པ། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་འོས་བསྡུ་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩༣ པ་གཟིགས་རྟོགས་གནང་། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་འོས་བསྡུ་སྒྲིག་གཞི། དོན་ཚན་བཞི་པ། ཁྱབ་ཚད། སྒྲིག་གཞི་འདིས་སྲིད་སྐྱོང་དང་། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་དང་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན། ས་གནས་འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་རྣམས་དང་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན། ས་གནས་འགོ་འཛིན་དང་འགོ་འཛིན་ལས་རོགས། ས་གནས་འོས་བསྡུའི་ཚོགས་མི་དང་ཟུར་དཔང་། ས་གནས་རང་བདེན་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་མི་རྣམས་དང་ཚོགས་གཙོ། ཟུང་རྩིས་དང་དངུལ་གཉེར་བཅས་ཀྱི་འོས་བསྡུ་ཁག་དང་། ལས་དོན་གལ་ཆེ་མང་མོས་འོས་བསྡུ་བཅས་ཀྱིས་མཚོན་འཆར་འཕར་གཞུང་འབྲེལ་འོས་བསྡུའི་ལས་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པ་ཡིན། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ཟུར་བརྗོད་ནང་བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན།

དོན་ཚན་དྲུག་པ། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་དང་འགན་འཛིན་ལས་འཕར་གྱི་འོས་ཚོས། ནང་གསེས་དྲུག་པ་དེ་ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་དེ་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཚིག་བརྗོད་ནང་ཕྱིར་བསྡུ་བྱས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ཕྱིར་བསྡུ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། གཤམ་གྱི་ནང་གསེས་ ༨ པ་བྲུབ་ཟིན་པ་ཡིན། དོན་ཚན་དགུ་པ། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་ལོ་འཁོར་སྙོན་རྩིས་དང་། རྩིས་ཁྲ་བཅས་ལ་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་གྱིས་འགན་འཁུར་སྔངས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། གཤམ་འོག་ལས་བྱེད་ཁག་གཞུང་དོན་ཕྱོགས་བསྐྱོད་བྱེད་དགོས་རིགས་ཀྱིས་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་ལ་བཀའ་འཁྲོལ་དང་ལས་བསྒོམས་སྙན་ཞུ་འབུལ་དགོས། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་གཞུང་དོན་ཕྱོགས་བསྐྱོད་དགོས་གལ་བྱུང་ཚེ། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ལ་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུ་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་གཉིས་པ་དེ། ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་དེ་ཕྱིར་བསྡུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ཕྱིར་བསྡུ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་བཅུ་གསུམ་པ། ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་ཚོགས་མི། ས་གནས་དེར་གཏན་སྡོད་ཚོལ་ཁ་དང་ཚོས་བརྒྱུད་སོ་སོ་ནས་བྱུར་དབང་རེ་དང་། ཡུ་རོབ་དང་ཨ་ཕི་རི་ཀའི་ཁུལ། བྱང་ཨ་རི་དང་ལྷོ་ཨ་རི། རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ཕུད་པའི་ཨེ་ཤི་ཡ་དང་ཨོ་སེ་ཀྲེ་ལེ་ཤི་ཡའི་ས་གནས་རེར་ཉུང་མཐར་བྱུར་དབང་གསུམ་རེ་བཅས་ཐོབ་ཁུངས་སོ་སོའི་མི་མང་ནས་འོས་འདེམས་ཟིན་འཕྲལ་འོས་ཐོབ་བྱུར་དབང་རྣམས་ཀྱི་མིང་དང་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས་རེ་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ལ་འབུལ་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་བཅུ་བཞི་པ། ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་ཚོགས་མིའི་འོས་ཚོས། ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་ཚོགས་མི་དང་ཁོངས་གཏོགས་ལས་བྱ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་འོས་གཞིར་དང་བླངས་འཛུལ་ཞུགས་བྱ་འཆར་ཡོད་པ་རྣམས་དང་། སྲིད་སྐྱོང་དང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་གཞིར་ཞུགས་འཐུས་གསལ་བསྒྲགས་ཟིན་པའི་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད། ཡང་ན་འོས་འཕེན་པའོ་མཚན་ཉིད་མི་ལྡན་པའམ། ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་ནས་ར་འཕྲོད་འཕེར་ངེས་ཀྱི་ཞུན་ཀ་ཡོད་རིགས་ལ་བསྐོ་གཞག་ནམ་ཡང་མི་ཆོག གལ་སྲིད་ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་ཚོགས་མི་གང་ཞིག་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་དངོས་གཞིའི་འོས་གཞི་གསལ་བསྒྲགས་ཟིན་ཁོངས་ཡོད་ཚེ། གསལ་བསྒྲགས་ཡིག་ཆ་ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ལ་འབྱོར་ཚེས་ནས་བཟུང་བདུན་ཕྲག་གཅིག་གི་ནང་ཚུན་དོ་བདག་གིས་ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་ཚོགས་མི་ནས་རང་བཞིན་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ཚབ་གསར་སྐབས་འཕྲལ་སོ་སོར་དོན་ཚན་ ༡༢ དང་ ༡༣ ནང་གསལ་ལྟར་བསྐོ་གཞག་དགོས། གལ་སྲིད་དོ་བདག་ནས་སྒྲིག་དོན་ཉམས་ལེན་མ་ཞུས་ཚེ་ཉེས་ཆད་དུ་ས་གནས་དེ་ནས་འོས་བསྡུ་དངོས་གཞིའི་སྐབས་འོས་གཞི་དེར་འོས་གྲངས་ཇི་ཡོད་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་རྩིས་མེད་གཏོང་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་བཅོ་བརྒྱད་པ། འོས་འཕེན་པའི་མིང་གཞུང་དེབ་འགོད་བྱེད་ཕྱོགས། ནང་གསེས་ཁ་པ། མིང་གཞུང་དེབ་འགོད་ཟིན་འཕྲལ་འོས་འཕེན་པ་སོ་སོའི་དང་བླང་དབྱེ་དཔྱད་ལ་ལག་དེབ་ནང་འབུལ་ཆད་ཡོད་མེད་ཞིབ་འཇུག་དང་སྦྲགས་ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་འོས་འཕེན་པའི་ཐོབ་ཁུངས་གང་ཡིན་གསལ་བཀོད་ཀྱིས་ལས་ཐམ་ཕབ་སྟེ་གཤམ་དུ་དེབ་འགོད་འགན་འཛིན་གྱི་མིང་རྟགས་དང་དེབ་འགོད་གནང་བའི་ཨང་གྲངས་རེ་འགོད་

དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ག་པ། དེབ་འགོད་འགན་འཛིན་བསྐོ་གཞག་མ་བྱུང་བའི་སྐབས་བོད་མི་རང་ལོ་ ༡༨ ཧྲིལ་པོ་གསར་དུ་གསོན་པ་གང་ཞིག་དེབ་འགོད་བྱ་འདོད་ཡོད་ཚེ་ས་གནས་འོས་བསྡུའི་འགན་འཛིན་ནས་དོན་ཚན་ ༡༨ ནང་གསེས་ ༥ གཞིར་བཟུང་ཞིབ་འཇུག་གིས་སྡེ་ཚན་སོ་སོ་འདྲེས་མེད་ཀྱིས་དེབ་འགོད་བྱ་འཐུས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཀ་པ། བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་མིན་པ་དང་། བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ལོ་ཚད་མ་ལོན་པ། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ཁ་པ། ཁྲིམས་ཁང་དམ། སྨན་པ་ཚད་ལྡན་གྱིས་རིག་འཚོ་མ་ཟིན་པར་གསལ་བསྒྲགས་བྱས་ཟིན་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན་ཟུར་བརྗོད་ནང་ལ། ཉེར་གསུམ་པ། འོས་གཞིར་ཞུགས་ཕྱོགས་རྩོད་རྟོག་སྐོར། སྲིད་སྐྱོང་དང་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་འཆར་འདེམས་སྒྲུག་བྱས་པའི་སྐྱི་བོ་གང་ཞིག་འོས་གཞིའི་འོས་ཚོས་ཚང་མིན་གྱི་ཁྲུན་ཀ་བྱུང་རིགས་ལ་ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་སོ་སོ་ནས་ཐག་གཅོད་ཐུབ་ན་བརྗོད་མེད་དང་། དེ་མིན་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ལ་ཞུ་གཏུགས་ཆོག་པ་ཡིན། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ཉེར་བཞི་པ། དངུལ་དངོས་སོགས་ལྐོག་ཟན་སྤྲོད་ལེན་དང་རྒྱུད་སྒྲུལ་ཐབས་ཤེས། ནང་གསེས་ལྔ་པ། འོས་གཞི་སུ་ཐད་ནས་དབུས་སའི་འོས་བསྡུའི་ལས་དོན་སྐོར་མི་མང་དང་། གསར་འགོད་པ་བསྐོང་ཚོགས་ཀྱིས་དྲང་བདེན་མིན་པའི་གནས་ཚུལ་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་པ་དང་ཡིག་ཆ་འགྲེམས་སྤེལ་བྱེད་པའི་རིགས། ནང་གསེས་དྲུག་པ། དབུས་དང་ས་གནས་འོས་བསྡུའི་ལས་བྱེད་ཡོངས་རྫོགས་ནས་འོས་བསྡུའི་གསང་རྒྱ་དགོས་རིགས་ཕྱི་གྲགས་མ་སོང་བར་གནས་པ་དང་། གནས་པའི་ཐབས་ལམ་བསྟེན་དགོས་པ་ལས་ཤེས་བཞིན་རང་ཉིད་ཀྱི་བློ་ཉེ་མཛའ་གྲོགས་དང་། ཚོལ་ཁ་ཆོས་བརྒྱུད་ཚོགས་པ་བཅས་ལ་ཕྱི་བསྒྲགས་བྱེད་པའམ་ཡིག་རིགས་ཁག་གང་བྱུང་སྟང་མེད་ཀྱི་ཕྱི་གྲུར་དུ་འགྲོ་གཞིའི་རིགས་བཅས་ནམ་ཡང་མི་ཆོག བརྗོད་བྱ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན་ཟུར་བརྗོད་ནང་། ནང་གསེས་བདུན་པ། བཟོ་བཅོས་ཚིག་བརྗོད། ཚོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་འཛུགས་དང་། ཆོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་སྐྱིད་སྡུག་ཁག་བཅས་ཀྱིས་སྲིད་སྐྱོང་དང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་གཞི་འདོན་པ་དང་། རྒྱབ་གཉེར་གསལ་བསྒྲགས་རིགས་བྱེད་མི་ཆོག འོན་ཀྱང་འོས་བསྡུའི་ཁྲིམས་སྲོལ་དང་མཐུན་པའི་ཐོབ་ཐང་ཁག་འགལ་མེད་བེད་སྤྱོད་ཀྱིས་མང་ཚོགས་འདུ་འཛོམས་སར་འོས་གཞི་རང་ཉིད་ནས་ཚབ་སྲིད་ཀྱི་ལྟ་བ་འཆར་སྣང་དང་། མི་མང་ལ་ལས་དོན་ཁས་ལེན་གྱི་གསལ་བསྒྲགས། ཡིག་ཆ་འགྲེམས་སྤེལ་བྱེད་པ་བཅས་གོང་གསལ་དོན་ཚན་ཁག་གི་བརྗོད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་རིགས་ལ་ཁྲིམས་འགལ་དུ་ངོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་མིན་འདུག འོས་བསྡུའི་དུས་ཚེས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་གཉིས་གོང་ནས་འོས་བསྡུ་མ་ཟིན་བར་གསལ་བསྒྲགས་མཚམས་འཇོག་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ཚིག་བརྗོད་ནང་གསེས་བརྒྱད་པ། འོས་བསྡུའི་ལས་རིམ་གསལ་བསྒྲགས་ཟིན་པའི་ཉིན་མོ་ནས་སྲིད་སྐྱོང་དང་། བཀའ་བློན། སྤྱི་འཐུས་བཅས་འབྲེལ་ཡོད་འོས་གཞིའི་ནང་ཞུགས་བློ་ཡོད་ཚེ། ནང་གསེས་ཀ་པ། སྒྲིག་འཛུགས་དང་། གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཚོགས་པ་ཁག་གིས་འོས་བསྡུ་དང་འབྲེལ་བའི་བགྲོ་གླེང་ཚོགས་འདུ་གོ་སྒྲིག་བྱུང་རིགས་ནང་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ངོ་བོར་ཚོགས་བཅར་མི་ཆོག་པ་མ་ཟད། བོད་མིའི་སྒྲིག

འཛུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་དང་། དངུལ་དངོས་གང་ཡང་བེད་སྤྱོད་མི་ཆོག བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཁ་པ། གཞུང་འབྲེལ་ཕྱོགས་བསྐྱོད་སྐབས་སུ་སྐབས་བབ་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཁོ་ན་ལས་དེ་མིན་རང་ཉིད་ལ་ངོས་བསྡུའི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ཆེད་འདུས་པའི་ལས་དོན་བྱས་འབྲས་དང་། མ་འོངས་བྱེད་འཆར་སོགས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་རིགས་སྐབས་བསྟུན་གང་དུ་ཡང་དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་བྱེད་མི་ཆོག བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་དགུ་པ། སྲིད་སྐྱོང་དང་། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ངོས་བསྡུ་ནམ་ཡིན་ལ་དབུས་ངོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་ངོས་བསྡུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་བྱས་པ་བཞིན་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཅུ་པ། ཚིག་བརྗོད་རྩིང་པ་མེད། སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་གཞུང་འབྲེལ་ཕྱུད་དེ་མིན་ངོས་མི་དང་སྐྱེ་བོ་སུ་ཐད་བཅས་ནས་ངོས་བསྡུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིལ་བསྒྲགས་དང་། གཏམ་བཤད། ཡིག་ཆ་འགྲེམ་སྤེལ་བཅས་དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་བྱེད་མི་ཆོག བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་གསར་འཛུག་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཅུ་གཅིག་པ། ཚིག་བརྗོད་རྩིང་པ་མེད། ངོས་བསྡུའི་སྐབས་སྐྱེ་བོ་སུ་རུང་ནས་མི་མང་ཚོགས་འདུ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་དྲ་ལམ་གྱི་གླེང་སྟེགས་བཅས་སུ་རྩ་དོན་དང་དེ་འབྲེལ་ལས་དོན་ བྱེད་ཕྱོགས་ཐད་དོན་དངོས་སྐྱོན་འདོགས་བྱེད་པ་ལས། བོད་མིའི་ཐུན་མིན་གྱི་བཟང་སྤྱོད་ལས་བརྒལ་ཏེ་གང་ཟག་སྒེར་གྱི་མི་གཤིས་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་རིགས་ནམ་ཡང་མི་ཆོག བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། གསར་འཛུག་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ཉེར་ལྔ་པ། ངོས་བསྡུའི་ལས་དོན་ལ་འགལ་རྐྱེན་བྱེད་པོར་ཉེས་ཆད། ངོས་གཞིའམ། དེར་ཕྱོགས་གཏོགས་བྱེད་མི་དང་། ངོས་བསྡུའི་ལས་བྱེད། གཞན་སྐྱེ་བོ་སུ་རུང་བཅས་ནས་དོན་ཚན་ ༢༩ པའི་ནང་གསེས་ཁག་སོ་སོར་འགལ་འཛོལ་ར་འཕྲོད་བྱུང་རིགས་ལ་གོ་རིམ་བཞིན་ཉེས་ཆད་གཤམ་གསལ་ལྟར་འགེལ་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྲུག་ཚེ་བརྟན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུངས་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྲུག་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་ཉེར་ལྔ་པ་དེ་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་རེད།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་དེར་བྲིས་ཡོད།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྱག་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

བྱས་ཙང་དེ་ཁྲིམས་རྒྱུ་ནོར་འདུག ང་ཚོ་ཁ་སང་དེའི་ནང་ལ་ངས་རྟགས་ཞིག་བརྒྱབ་བཞག་ཡོད་ལ། རོགས་པས་རྟགས་བརྒྱབ་རྒྱུ་དེ་ཡང་ཁ་སང་ང་རང་གིས་དགག་པ་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དོན་ཚན་ ༢༥ ཚོགས་གཙོས་སྤྱི་མོས་ཀྱི་ཁྲིམས་འདུག དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཀ་པ། འོས་གཞིའི་སྐྱེ་བོ་དེའི་འོས་ཤོག་ཆ་ཚང་རྩིས་མེད་དང་། ཕྱོགས་གཏོགས་བྱེད་མི་དང་གཞན་སྐྱེ་བོ་སུ་རུང་ལ་ལོ་བརྒྱད་རིང་གཞུང་འབྲེལ་གདམ་བྱ་འདེམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་འཕྲོག་རྒྱུ། འདིའི་བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཁ་པ། ཕྱོགས་མཚུངས་འོས་འཕེན་པ་དེར་ལོ་བརྒྱད་རིང་གཞུང་འབྲེལ་གདམ་བྱ་འདེམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་འཕྲོག་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། གསར་འཛུག་སྤྱི་མོས་ཀྱི་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་གཉིས་པ། སྐྱེ་བོ་དེར་ལོ་བརྒྱད་རིང་གཞུང་འབྲེལ་གདམ་བྱ་འདེམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐོབ་འཕྲོག་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་གསུམ་པ། འོས་གཞི་སྐྱེ་བོ་གཞན་དེའི་འོས་ཤོག་ཆ་ཚང་རྩིས་མེད་དང་། ཕྱོགས་གཏོགས་བྱེད་མི་དང་གཞན་སྐྱེ་བོ་སུ་རུང་ལ་ལོ་བརྒྱད་རིང་གཞུང་འབྲེལ་གདམ་བྱ་འདེམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་འཕྲོག་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཞི་པ། གཞུང་འབྲེལ་ལས་བྱེད་དེར་ཟླ་བ་གསུམ་རིང་ལས་མཚམས་འཇོག་བཅུག་དགོས་རྒྱུ་མ་ཟད། འོས་བསྡུའི་ལས་བྱེད་སུ་ཡིན་རུང་འོས་བསྡུའི་ལས་འགན་ནས་གནས་དབྱུང་གཏོང་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཞི་པ་ནས་བཅུ་གཅིག་བར་དུ་གསར་འཛུག་རེད། ནང་གསེས་ལྔ་པ། འོས་མི་སྐྱེ་བོ་དེའི་འོས་ཐོབ་བརྒྱ་ཆ་ ༦༠ རྩིས་མེད་གཏོང་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་དྲུག་པ། སྐྱེ་བོ་དེ་འོས་བསྡུའི་ལས་འགན་ནས་གནས་དབྱུང་གཏོང་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བདུན་པ། འོས་མི་སྐྱེ་བོ་དེར་ས་གནས་དེའི་འོས་ཐོབ་ཆ་ཚང་རྩིས་མེད་གཏོང་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བརྒྱད་པ། འོས་མི་དེར་ས་གནས་དེའི་འོས་ཐོབ་ཆ་ཚང་རྩིས་མེད་གཏོང་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་དགུ་པ། སྐབས་འཕྲལ་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་གཏན་འབེབས་ཇི་གནང་ལྟར་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཅུ་པ། འོས་མི་དེར་ས་གནས་དེའི་འོས་ཐོབ་ཆ་ཚང་རྩིས་མེད་གཏོང་རྒྱུ་དང་། སྐྱེ་བོ་དེར་ལོ་གསུམ་རིང་གཞུང་འབྲེལ་གདམ་བྱ་འདེམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་འཕྲོག་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཅུ་གཅིག སྐྱེ་བོ་དེར་ལོ་ལྔ་རིང་གཞུང་འབྲེལ་གདམ་བྱ་འདེམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་འཕྲོག་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ ༩ ནས་ ༡༡ བར་གསར་འཛུག་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ཉེར་དྲུག་པ། འོས་བསྡུའི་སྒྲིག་ལམ་དང་། ས་གནས་མི་མང་ལ་བརྡ་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས། ནང་གསེས་གཉིས་པ། དབུས་འོས་བསྡུའི་ལས་ཁང་ནས་མཐའ་བསྡོམས་གསལ་བསྒྲགས་བྱས་པའི་འོས་གཞི་རྣམས་ཀྱི་མིང་དང་། འདྲ་པར།

མཚན་རྟགས། ཐོབ་ཁྱུངས་གང་ཡིན། ད་ལྟའི་སྡོད་གནས། ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས་བཅས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཞིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཙོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་སོ་གཅིག་པ། འོས་དམིགས་འགོངས་ཤོག་དང་འོས་ཤོག་འགྲེམས་སྤེལ་སྐབས། འོས་འཕེན་པའི་དེབ་སྐྱེལ་ཨང་གྲངས་དང་དབྱེ་དངུལ་འབུལ་ཚད་ཡོད་མེད་བརྟག་ཞིབ་ཀྱིས་ལག་དེབ་ནང་ས་གནས་འོས་བསྡུའི་ལས་ཐམ་དང་བླ་ཚེས་བཀོད་རྗེས། འོས་ཤོག་འཕེན་རིམ་བཞིན་ངོ་བདག་གི་སེན་མོར་བསུབ་དཀའ་བའི་སྣག་རིས་བཀོད་དེ་འོས་འཕེན་པའི་མིང་གཞུང་ནང་མི་རྟགས་འགོད་དུ་འཇུག་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཞིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཙོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་སོ་གཉིས་པ། འོས་འཕེན་སྟངས་དང་གསང་རྒྱ། ནང་གསེས་ཁ་པ། དངོས་གཞིའི་སྐབས་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་བཏོན་པའི་འོས་ཤོག་སྟེང་འོས་ཐམ་མ་ནོར་བ་རྒྱག་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཞིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཙོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་སོ་བཞི་པ། འོས་ཤོག་གྲངས་བཤེར། ནང་གསེས་ཀ་པ། འོས་ཤོག་ངོས་སུ་འོས་འཕེན་མཁན་སུ་ཡིན་ངོས་འཛིན་ཐུབ་པའི་རྟགས་སམ། མི་མིང་འཁོད་པ་དང་། ཐིམ་བསུབ་བྱས་པ། འོས་འདེམས་སུར་བྱས་ཀྱི་བར་བཤུས་སྤྱི་ཚོགས་དྲ་ལམ་ཁག་ཏུ་ཁྱབ་སྤེལ་བྱས་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཞིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཁ་པ། རང་མོས་འོས་འདེམས་སུར་བྱེད་མི་མིང་དང་འོས་ཐམ་གང་ཡང་མི་གསལ་བ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཞིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ག་པ། ཐོབ་ཁྱུངས་སོ་སོའི་ཐོབ་ཆའི་གྲངས་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་མི་མང་དང་འོས་ཐམ་བརྒྱབས་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཞིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ང་པ། འོས་འདེམས་སུ་དང་། སུར་བྱེད་ངོས་འཛིན་མ་བདེ་བའི་མི་མིང་དང་འོས་ཐམ་གང་བྱུང་བརྒྱབས་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཞིན་པ་ཡིན། ཀ་ནས་ང་བར་བསྐྱར་བཙོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཅ་པ། བརྗོད་པ་རྙིང་པ་མེད། སྔོན་འགྲོའི་སྐབས་འོས་མིའི་ངོ་རྟགས་ཚོད་པའི་ཁྱུངས་སྐྱེལ་ཁ་གསལ་མེད་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཞིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཆ་པ། དངོས་གཞིའི་སྐབས་འོས་ཤོག་ནང་མ་གསལ་བའི་རང་མོས་འོས་གཞི་མིང་གསལ་བཀོད་རིགས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཞིན་པ་ཡིན། གསར་འཇུག་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ། བསྐྱར་བཙོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ། ཆ་པ་ཛ་བར་བསྒྱུར་རྒྱུ། ནང་གསེས་ཀ་པ། ས་གནས་སོ་སོར་འོས་བསྡུ་ཞིན་རྗེས་ཆུ་ཚོད་ ༢༤ རྗེས་ལ་མ་གཏོགས་གྲངས་བཤེར་མི་ཆོག འོན་ཀྱང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྟངས་དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་ས་ཁུལ་ཁག་ནས་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་དུས་ཚོད་གཏན་འབེབས་ལྟར་གྲངས་བཤེར་དགོས་རྒྱུ། འོས་ཤོག་གྲངས་བཤེར་ཞིན་རྗེས་ཆུ་ཚོད་ ༢༤ ནས་མ་འགྱངས་པར་ཐོབ་ཁྱུངས་སོ་སོའི་འོས་དམིགས་སམ་འོས་གཞི་ངོ་བདག་སོ་སོར་ས་གནས་དེ་ནས་འོས་གྲངས་ཐེ་ཐོབ་འོས་བསྡུའི་ཚོགས་མི་དང་། ཟུར་དཔང་མཉམ་འཛོམས་ཐོག་ས་གནས་འོས་བསྡུའི་འགན་འཛིན་ནས་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས། གསལ་བསྒྲགས་ཞིན་པའི་འོས་དམིགས་སམ་འོས་གཞི་ངོ་བདག་སོ་སོར་འོས་གྲངས་ཐེ་ཐོབ་བསྡོམས་འབོར་འཁོད་པའི་རེའུ་མིག་ཟུར་འཛར་ ཅ ༽ ལྟར་ཁ་གསལ་བ་དང་ཁམས་དྭངས་ཤིག་དང་། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་འོས་ཤོག་གྲངས་འབོར་ཐེ་བྱུང་དང་། འོས་འཕེན་པ་རྣམས་ལ་འགྲེམས་སྤེལ་ཐེ་སོང་། ལྷག་མ་ཐེ་ཡོད། འོས་ཤོག་རྩིས་མེད་ཐེ་སོང་བཅས་བྱུང་སོང་བསྡད་གསུམ་གྱི་ཁྱུངས་སོ་སོའི་ཐོ་གཞུང་ལ་ས་གནས་འོས་བསྡུའི་འགན་འཛིན་གྱི་མིང་རྟགས་དང་། ཚོགས་ཚུད་གི་ལས་ཐམ་བཀོད་དེ་འཕྲལ་དུ་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ལ་འབུལ་དགོས། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་དུས་ཚོད་གཏན་འབེབས་ལྟར་

སྒྲིག་གསལ་བཞིན་འོས་ཤོག་གྲངས་བཤེར་ཕྱོགས་བསྒོམས་ཟིན་རྗེས་མཐའ་བསྒོམས་འོས་བསྡུའི་གྲུབ་འབྲས་གསར་ཤོག་དང་། གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ཁག་བཅས་བརྒྱུད་ཡོངས་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཁ་པ། གྲངས་བཤེར་ཟིན་པའི་འོས་ཤོག་རྣམས་དང་། འོས་ཤོག་ལྷག་མ་ཇི་ཡོད་བཅས་ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་ཁུངས་སོ་སོར་འཐུམ་བསྒྲིལ་རྟགས་སྦྲ་ར་གྱིས་ས་གནས་སུ་གཏན་འཇོག་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་མེད་པར་གང་བྱུང་བསྒྲོག་བཤེར་བྱས་ཆེ་འབྲེལ་ཐོགས་པར་དོན་ཚན་ ༣༥ པའི་ནང་གསེས་ ༩ དགོངས་དོན་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་སོ་དགུ་པ། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་ཚོགས། ནང་གསེས་དྲུག་པ། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་མ་ཡིན་པ། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཅེས་པ། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་དབུས་དང་། གཤམ་འོག་ལས་ཁུངས་ཁག་ཏུ་སྲི་ཞུ་སྒྲུབ་བཞིན་པའི་གཏན་འཛུགས་ལས་བྱེད་དང་། ཚོད་གན། དམིགས་བསལ་ལས་བྱེད་བཅས་ལ་གོ་དགོས་ཤིང་། ལས་བྱེད་འདི་རིགས་འོས་གཞིར་སློབས་ཤིང་རང་ངོས་ནས་འོས་གཞིར་ཞུགས་འདོད་ཡོད་ཚེ་ལས་བྱེད་ནས་རྩ་དགོངས་ཞུས་འཁྲོལ་དགོས་པ་ཡིན། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ཞེ་གཅིག་པ། འོས་གཞིར་དང་བླངས་འཛུལ་ཞུགས་དང་འདེམས་སྒྲུག་བྱེད་ཕྱོགས། ནང་གསེས་ང་པ། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་མཐའ་བསྒོམས་གསལ་བསྒྲགས་བྱས་པའི་འོས་གཞི་རྣམས་ཀྱི་མིང་དང་། འདྲ་པར། མཚན་རྟགས། ཐོབ་ཁུངས། ད་ལྟའི་སྡོད་གནས། ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས་བཅས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ཞེ་ལྔ་པ། དང་བླང་འོས་གཞིའི་དུས་ཆེས་དང་། མིང་ཐོ་འབུལ་ཕྱོགས། དང་བླང་འོས་གཞིར་འཛུལ་ཞུགས་དང་། བརྟག་ཞིབ། ཕྱིར་འཐེན་བཅས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་སྔོན་འགྲོའི་འོས་བསྡུའི་ཉིན་གཉིས་གོང་ཐག་གཅོད་ཟིན་པ་བྱ་དགོས། ཐག་གཅོད་ཟིན་མཚམས་ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་འོས་གཞིའི་འགོད་ཤོག་དང་། འོས་གཞི་སོ་སོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས་ཤིག་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་དུ་འབུལ་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ཞེ་དྲུག་པ། སྤྱི་འཐུས་འོས་དམིགས་འདེམས་སྒྲུག ས་གནས་ཀྱི་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་ཁྱབ་ཁོངས་མི་མང་རྣམས་ལ་འོས་དམིགས་འདེམས་སྒྲུག་དགོས་པའི་བཀོད་བྱུས་དང་། བརྡ་ཁྱབ་གཏོང་རྒྱུ། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་དང་པོ། ས་གནས་འོས་འཕེན་པའི་མིང་གཞུང་ཁག་གཞིར་བཟུང་ཐོབ་ཁུངས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་མ་འདྲེས་པ་བྱ་རྒྱུ། ཚོལ་ཁ་མི་འདྲ་བའི་བཟའ་ཚང་རྣམས་ཚོལ་ཁོངས་སུ་དེ་བདག་སོ་སོའི་རང་དབང་འདོད་མོས་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་ཇི་ལྟར་གནང་བ་ལ་རྩ་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་དང་། དེ་ལྟའི་བཟའ་ཚང་གི་ཕྲུ་གུ་རང་ལོ་ ༡༨ ཧྲིལ་པོ་ལོན་མཚམས་པ་མ་སུ་རུང་གི་ཚོལ་ཁར་རང་མོས་ཀྱིས་ཞུགས་ཆོག་ཅིང་། རྗེས་སུ་ཚོལ་ཁ་གཞན་གྱི་བཟའ་ཟླ་བྱུང་ཚེ་ཚོལ་ཁ་བརྗེ་བསྒྱུར་གྱི་གོ་སྐབས་ཐེངས་གཅིག་སྤྲོད་ཆོག བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཞི་པ། འོས་འཕེན་པ་སོ་སོ་ནས་འོས་དམིགས་འདེམས་སྒྲུག་བྱེད་སྐབས་འོས་དམིགས་རྣམས་ཀྱི་མིང་དང་། པ་ཡུལ། ད་ལྟའི་སྡོད་གནས། ད་ལྟའི་ལས་གནས་སམ་སྔོན་གྱི་ལས་གནས། ཁྱད་མིང་ངམ་ནང་མིང་ལྟ་བུ་

མིང་འདྲ་གཞན་དང་མི་ནོར་བའི་ཁྱད་མིང་རེ་བཅས་ཁ་གསལ་འགོད་ཐབས་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཁ་ ༢ པ་དང་། ག་ ༣ པར་བསྒྱུར་རྒྱུ། དོན་ཚན་ཞེ་བདུན་པ། འོས་ཐོབ་གྲངས་བཞེར་ཕྱོགས་བསྡོམས་དང་འོས་གཞི་གཏན་འབེབས། ནང་གསེས་ལྔ་པ། མིང་གཞུང་རེའུ་མིག་ནས་ཐོབ་ཁུངས་སོ་སོའི་ཐོབ་ཚའི་གྲངས་འབོར་དེའི་ཉིས་ལྡབ་ཀྱི་འོས་གཞི་གཏན་འབེབས་བྱེད་དགོས། གལ་ཏེ་སྐྱེ་བོ་གང་ཞིག་སྲིད་སྐྱོང་ངམ། སྤྱི་འཐུས་ཐོབ་ཁུངས་གཉིས་ཀྱི་འོས་གཞིའི་ཁོངས་ཡོད་ན་དབྱུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་ངོ་བདག་ཁུངས་གང་ཞིག་གི་ནང་ཞུགས་འདོད་ཡོད་མེད་འདྲི་རྩད་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་དྲུག་པ། འོས་དམིགས་ནང་གསལ་བསྒྲགས་བྱ་རྒྱུའི་འོས་གཞི་རྣམས་དབྱུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་བརྟག་ཞིབ་ཀྱིས་འོས་གཞི་གང་ཞིག་སྙིག་གཞི་དོན་ཚན་ ༢༥ ནང་གསེས་ ༡།༢།༣།༡༠།༡༡ བཅས་དང་། དོན་ཚན་ ༨༣ ནང་གསེས་ ༣ པ་གཞིར་བཟུང་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་ཆོག བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ཞེ་བརྒྱད་པ། འོས་ཤོག་བཟོ་སྐྲུན། འོས་གཞི་སོ་སོའི་འདྲ་པར་དང་མཚན་རྟགས་རེ་འགོད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ཞེ་དགུ་པ། འོས་གཞི་གསལ་བསྒྲགས། ནང་གསེས་ཀ་པ། འོས་གཞི་གཏན་འབེབས་གསལ་བསྒྲགས་མ་བྱས་པའི་ཉིན་གྲངས་ ༣༠ གོང་ཐོབ་ཁུངས་སོ་སོའི་ཐོབ་ཚའི་གྲངས་ཚད་ཀྱི་ལྡབ་གསུམ་ལས་མི་ཉུང་བའི་སྔོན་འགྲོའི་འོས་གཞི་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ། ནང་གསེས་གསུམ་པ། དབྱུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་སྔོན་འགྲོའི་འོས་གཞིར་སྙིག་གསལ་འོས་ཆོས་ཚང་ཡོད་མེད་དང་། དཔྱ་དངུལ་འབུལ་ཆད་ཡོད་མེད་བརྟག་ཞིབ་རྩད་གཅོད། དགོངས་ཞུའི་རིགས་བཅས་གྲུབ་རྗེས་དངོས་གཞིའི་འོས་གཞི་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ཀ དངོས་གཞིའི་འོས་བསྡུ་བྱ་རྒྱུའི་ཉིན་གྲངས་ ༢༠ གོང་། དབྱུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་གསལ་བསྒྲགས་སྔོན་སོང་ནང་གསལ་ཐོབ་ཁུངས་སོ་སོའི་ཐོབ་ཚའི་གྲངས་ཚད་ཀྱི་ཉིས་ལྡབ་ཐོག་དང་བླངས་ཐེ་ཡོད་སོ་སོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས་དང་། འདྲ་པར། འོས་གཞིའི་མཚན་རྟགས་བཅས་མཐའ་བསྡོམས་གཏན་འབེབས་ཀྱིས་ཡོངས་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ང་གཅིག་པ། འོས་ཤོག་གྲངས་བཞེར་ཕྱོགས་བསྡོམས། སྤྱི་འཐུས་འོས་བསྡུའི་ལས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་སྤྱི་འཐུས་གསར་པས་དམ་འབུལ་ཞུ་རྒྱུའི་དུས་ཚེས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་ ༡༥ གོང་དུ་ངེས་པར་མཇུག་བསྒྲིལ་ཐུབ་པ་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ང་གཉིས་པ། རྒྱ་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས་དང་། འདེམས་ཐོན་སྤྱི་འཐུས་སོ་སོར་བརྡ་ལན་སྤྲོད་ཕྱོགས། ནང་གསེས་དང་པོ། འདེམས་ཐོན་བྱུང་བའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ཀྱི་མིང་དང་། འདྲ་པར། ད་ལྟའི་སྡོད་གནས། འོས་གྲངས་བཅས་དབྱུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན།་བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་གཉིས་པ། འདེམས་ཐོན་བྱུང་བའི་སྤྱི་འཐུས་སོ་སོར་འོས་བསྡུའི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་

གནས་ཚུལ་དང་སྦྲགས་བཞུགས་སྐར་དུ་དམ་བཅའ་འབུལ་བར་ངེས་བཅར་དགོས་རྒྱུའི་ཚེས་གྲངས་ཁ་གསལ་འཁོད་པའི་བརྡ
ལན་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་ངེས་པར་འཕྲོད་ཐབས་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་
བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ། དོན་ཚན་ང་གསུམ་པ། སྤྱི་འཐུས་དང་། སྲིད་སྐྱོང་གི་འོས་བསྡུའི་ལས་རིམ་གྱི་དུས་ཡུན། སྤྱི་
འཐུས་དང་སྲིད་སྐྱོང་གི་འོས་བསྡུ་ནམ་དགོས་སྐབས་འོས་བསྡུའི་འགན་འཛིན་ལས་འཕར་གཉིས་ཀྱིས་ལས་འཁུར་དམ་འབུལ་
ཞུས་པ་ནས་འོས་བསྡུའི་ལས་རིམ་འགོ་འཛུགས་བྱེད་པ་དང་། དངོས་གཞིའི་གྲུབ་འབྲས་གསལ་བསྒྲགས་བྱས་པའི་ཉིན་སྐབས་
དེའི་འོས་བསྡུའི་ལས་དོན་གྲུབ་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་
ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ང་དྲུག་པ། ཚོགས་གཙོའི་འོས་བསྡུ། ནང་གསེས་དང་པོ།
དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་བཀྲམ་པའི་ལས་ཐམ་སྦྱར་མའི་འོས་ཤོག་ནང་གསལ་འོས་གཞི་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་ནས་སུ་
འོས་གཅིག་ལ་སྤྱི་འཐུས་སོ་སོས་རང་མོས་འོས་ཐམ་བརྒྱབས་ཏེ་གསང་བའི་འོས་ཤོག་འཕེན་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་
འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་གཉིས་པ། བསྐྱར་
བཅོས་ཕྱིར་བསྡུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ཕྱིར་བསྡུ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་
གསུམ་པ། བསྐྱར་བཅོས་ཕྱིར་བསྡུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན།ཕྱིར་བསྡུ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་
ཡིན། དོན་ཚན་ང་བདུན་པ། འོས་གྲངས་འདྲ་མཉམ་ཐོན་ཚེ་བྱེད་ཕྱོགས། ནང་གསེས་དང་པོ། འོས་གྲངས་མང་ཐོན་རྩེ་བརྟོག་འདྲ་
མཉམ་ཐོན་ཚེ་འོས་གྲངས་འདྲ་མཉམ་དེ་དག་ལ་བསྐྱར་དུ་འོས་ཤོག་འཕེན་དགོས། ཐུ་མ་ཐུད་འདྲ་མཉམ་ཐེངས་གསུམ་ཐོན་ཚེ་
སྔར་ཡང་དོན་ཚན་ ༥༦ པ་ལྟར་འོས་བསྡུ་བྱ་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་
ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་གཉིས་པ། ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་མེད། སྔར་ཡང་འོས་བསྡུ་བྱས་ཀྱང་གོང་གསལ་ནང་
གསེས་ ༡ ལྟར་འདྲ་མཉམ་ཐེངས་གསུམ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། སྐབས་དེའི་སྤྱི་འཐུས་དུས་ཡུན་ཆ་བགོས་ཀྱིས་ཚོགས་གཙོ་རེས་མོས་
བྱ་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། གསར་འཇུག་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ང་
བརྒྱད་པ། འོས་ཤོག་རྩིས་མེད་གཏོང་ཕྱོགས། འོས་ཤོག་གྲངས་བཤེར་སྐབས་དོན་ཚན་ ༣༩ ནང་གསེས་ ༢ ནང་གསལ་ལྟར་
རམ། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གིས་གོ་སྒྲིག་བྱས་པའི་འོས་ཐམ་བེད་སྤྱོད་མ་བྱས་པའི་འོས་ཤོག་དེ་ཉིད་རྩིས་མེད་དང་། འོས་
སྒྲམ་ནས་འོས་འཕེན་པའི་གྲངས་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འོས་ཤོག་ཐོན་ཚེ། འོས་ཤོག་ཡོངས་རྫོགས་རྩིས་མེད་ཀྱིས་བསྐྱར་དུ་འོས་
བསྡུ་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་
ང་དགུ་པ། འདེམས་ཐོན་ཚོགས་གཙོ་གསལ་བསྒྲགས། ནང་གསེས་དང་པོ། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་མཐའ་མའི་འོས་
ཤོག་གྲངས་བཤེར་ཟིན་མཚམས་ལ་འོས་གྲངས་མང་ཤོས་ཐོབ་པ་དེར་འདེམས་ཐོན་ཚོགས་གཙོར་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས།
བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་གཉིས་པ།
གསལ་བསྒྲགས་བྱས་པ་དེ་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་མཁན་བྱུང་ཚེ་འོས་གྲངས་མང་རིམ་རྩེ་བརྟོག་གིས་འདེམས་ཐོན་ཚོགས་གཙོར་
གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། གསར་འཇུག་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན།
ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་མེད། དོན་ཚན་རེ་གསུམ་པ། སྲིད་སྐྱོང་གི་འོས་ཆོས། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་འཁོར་གསུམ་ཆ་

གཉིས་ཡན་གྱི་མོས་མཐུན་གྱིས་སྲིད་སྐྱོང་དམ་བཀའ་བློན་གྱི་འོས་གཞིར་མ་འོས་པར་ཐག་བཅད་པ་མ་ཡིན་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བརྒྱད་པ། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༢༩ ནང་གསེས་ ༣ པའི་ཀ་ དང་ ༨ པ་ལྟར་སྲིད་སྐྱོང་དམ་བཀའ་བློན་འཕོ་འགྱུར་བྱེད་དགོས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་དགུ་པ། བོད་མིའི་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་གཞིའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལས་དོན་དང་། གོ་གནས། དངུལ་དངོས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཡོད་རིགས་མ་ཡིན་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཅུ་པ། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་མ་ཡིན་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། འདི་གསར་འཛུག་རེད། གསར་འཛུག་སྤྱི་མོས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཅུ་གཅིག་པ། དེ་ཡང་གསར་འཛུག་རེད། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་འོས་བསྡུའི་ཁྲིམས་ལུགས་སམ་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཅི་རིགས་དང་མི་བགལ་བ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ༡༠།༡༡།༡༢ གསར་འཛུག་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཅུ་གཉིས་པ། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བློ་གཏད་མེད་པའམ། བོད་མིའི་རྩ་དོན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་བཅས། ཚིག་བརྗོད་སྙིང་པ་མེད། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། གསར་འཛུག་དེ་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་རེ་བདུན་པ། སྲིད་སྐྱོང་གི་སྔོན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞིའི་འོས་བསྡུ་བྱ་ཕྱོགས། ནང་གསེས་དང་པོ། བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་རང་ལོ་ ༡༨ ཧྲིལ་པོ་ལོན་པ་ཡན་སོ་སོ་ནས་སྔོན་འགྲོའི་འོས་དམིགས་རེའི་མིང་དང་། ཕ་ཡུལ། ད་ལྟའི་སྡོད་གནས། ད་ལྟའི་ལས་གནས་སམ་སྔོན་གྱི་ལས་གནས། ཁྱད་མིང་དམ་ནང་མིང་ལྟ་བུ་མིང་འདྲ་གཞན་དང་མི་ནོར་བའི་ཁྱད་མིང་རེ་བཅས་ཁ་གསལ་འགོད་ཐབས་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཞི་པ། བཟོ་བཅོས་ཚིག་བརྗོད། དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་ནས་སྔོན་འགྲོའི་འོས་གཞིར་སྒྲིག་གསལ་འོས་ཚོས་ཚང་ཡོད་མེད་དང་། དཔྱ་དངུལ་འབུལ་ཆད་ཡོད་མེད་བརྟག་ཞིབ་རྩད་གཅོད། དགོངས་ཞུའི་རིགས་བཅས་གྲུབ་རྗེས་སྲིད་སྐྱོང་གི་དངོས་གཞིའི་འོས་གཞི་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བ་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་འོས་གཞི་གཅིག་ལས་མེད་པ་དང་། དེ་ལ་སྔོན་འགྲོའི་འོས་ཤོག་ཁྲིན་འཁོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༡ ལས་མི་ཉུང་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་ཡོད་ཚེ་ཁ་གཏད་མེད་པའི་སྲིད་སྐྱོང་ལ་འདེམས་ཐོན་བྱུང་བར་ངོས་འཛིན་གསལ་བསྒྲགས་བྱ་རྒྱུ། མེད་ཚེ་སྔོན་འགྲོའི་འོས་བསྡུའི་ལས་རིམ་བསྐྱར་དུ་བྱེད་དགོས། འོན་ཀྱང་སྔོན་འགྲོའི་སྐབས་འོས་མི་གཅིག་ལ་འོས་ཤོག་ཁྲིན་འཁོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༦༠ ཡན་ཐོབ་ཡོད་ཚེ་དངོས་གཞིའི་ལས་རིམ་འགྲོ་མི་དགོས་པར་སྲིད་སྐྱོང་ལ་འདེམས་ཐོན་བྱུང་བར་ངོས་འཛིན་གསལ་བསྒྲགས་བྱ་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བཟོ་བཅོས་ངོ་ཡོད་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་བདུན་ཅུ་པ། བསྐྱར་བཅོས་ཚིག་བརྗོད། ས་གནས་འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མིའི་ཡོང་ཁུངས་དང་འོས་བསྡུ་བྱེད་པོ། ནང་གསེས་དང་པོ། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༢༨ ནང་གསལ་བོད་མིའི་གནས་ཡུལ་ས་གནས་སོ་སོར་ས་གནས་འཐུས་མིའི་ཚོགས་འདུ་རེ་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་གཉིས་

པའི་ཀ་པ། འཕྲུལ་མིའི་ཡོང་ཁུངས་ནི། ས་གནས་རང་ཁོངས་སེར་སྐྱ་ཕོ་མོ་ཁྱད་མེད་དོན་ཚན་ ༢༢ ལྟར་ཡིན་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྔོ་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་གཉིས་པའི་ཁ་པ། གོང་གསལ་ཀ་པའི་དགོངས་དོན་ཐེབས་མ་ཐུབ་པའི་ས་ཁུལ་ཁག་ཏུ་གཞིས་གྲོང་དང་། ཁ་འཐོར། གྲྭ་ཚང་ཆེ་ཆུང་ལ་གཞིགས་པའི་ས་འཕྲུལ་གྲངས་འཇོར་ཇི་དགོས་ས་གནས་འོས་བསྡུའི་འགན་འཛིན་གྱིས་འགན་འཁུར་འོག་ས་གནས་རང་ནས་གྲངས་བཅད་ཀྱིས་ཁུངས་སོ་སོའི་མི་མང་ནས་འོས་འདེམས་བྱུང་ནའང་ཆོག བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྔོ་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་ག་པ། ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་མེད། ཅི་སྟེ་མང་ཚོགས་ནང་གོང་གསལ་ ཀ་ པ་དང་ ཁ་པ་གང་དུ་འགྲོ་དགོས་མིན་རྩོད་གླེང་བྱུང་ཚེ་ཁྱབ་ཁོངས་མི་མང་ནས་མང་མོས་ཀྱིས་འོས་བསྡུ་བྱས་ཏེ་ཐག་གཅོད་ཇི་བྱུང་ལྟར་རྩ་འཛིན་བྱ་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། གསར་འཇུག་སྔོ་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་དོན་བདུན་པ། ས་གནས་འགོ་འཛིན་དང་། འགོ་འཛིན་ལས་རོགས་ཀྱི་འོས་ཚོས། ནང་གསེས་བཅུ་གཅིག་པ། ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་མེད། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་མ་ཡིན་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། གསར་འཇུག་སྔོ་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། ནང་གསེས་བཅུ་གཉིས་པ། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བློ་གཏད་མེད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྔོ་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དོན་ཚན་དོན་བརྒྱད་པ། ས་གནས་འགོ་འཛིན་དང་འགོ་འཛིན་ལས་རོགས་ཀྱི་འོས་བསྡུ། ནང་གསེས་ག་པ། ས་གནས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གིས་གསལ་བསྒྲགས་བྱས་ཁོངས་ནས་དགོངས་ཞུ་བྱས་རིགས་ཕུད། འོས་ཤོག་མང་ཐོན་རྩེ་བརྟག་གིས་འོས་གཞི་མི་གྲངས་ ༢ འདེམས་བསྒྲགས་ཀྱིས་མཐའ་མའི་འོས་ཤོག་འཕེན་དགོས། གལ་སྲིད་འོས་གཞི་གཅིག་ལས་མེད་པ་དང་། དེ་ལ་སྔོན་འགྲོའི་འོས་ཤོག་ཁྲོན་འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༧ ལས་མི་ཉུང་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་ཡོད་ཚེ་ཁ་གཏད་མེད་པའི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་འདེམས་ཐོན་བྱུང་བར་ངོས་འཛིན་གསལ་བསྒྲགས་བྱ་རྒྱུ། མེད་ཚེ་སྔོན་འགྲོའི་འོས་བསྡུའི་ལས་རིམ་བསྐྱར་དུ་བྱེད་དགོས། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འབེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྔོ་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པའི་ནང་གསེས་ག་པ། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ཀྱི་མཚན་མཐོང་དོད། ཉིན་རེའི་ལས་དོད། ཐོབ་ཐང་གཞན་དག་བཅས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི། བསྐྱར་བཅོས་ཚིག་བརྗོད། དོན་ཚན་བདུན། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་མཚན་མཐོང་དོད་དང་། ལས་དོད། ཉིན་དོད། དེ་བཞིན་གཞུང་དོན་ཐེབས་བསྐྱོད་ཀྱི་ལས་དོད་དང་ཉིན་དོད་ཐོབ་ཐང་། ནང་གསེས་དང་པོ། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ལ་མཚན་མཐོང་དོད་དང་། ལས་དོད། ཉིན་དོད་བཅས་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་ཇི་གནང་ལྟར་འཐོབ་རྒྱུ།

སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་དང་། ཐེབས་བཞུགས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་གཞུང་དོན་ཐེབས་བསྐྱོད་དང་། གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་བཅར། ཆེད་བཙུགས་ཚོགས་ཆུང་ཁག་ལ་ལས་བཅར་སྐབས་ཡར་མར་ལམ་བར་ཉིན་གྲངས་ཇི་འགོར་དང་ལས་ཡུན་ཉིན་གྲངས་ཇི་འགོར་ལ་གཏན་འབེབས་ཡོད་པའི་རེས་གཟའ་སྤེན་ཉི་འཆར་ཅན་གྱི་གུང་གསེང་རྣམས་དང་། གཞུང་འབྲེལ་གུང་གསེང་ཁག་བཅས་ཚུད་པའི་ལས་དོད་ཐོག་ཉིན་རེའི་ཐེབས་བསྐྱོད་ཉིན་དོད་འཐོབ་རྒྱུ། གཞུང་དོན་ཐེབས་བསྐྱོད་སྐབས་སྤྱི་འཐུས་རང་དོས་ནས་གནམ་ཐོག་བསྐྱོད་ཚེ་མེ་འཁོར་གྱི་གླ་འབབ་ཇི་ཐོབ་ལྟར་འབུལ་རྒྱུའི་ཐོག ལམ་བར་ཇི་འགོར་ལ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་

གཏན་འཇེབས་གནང་བའི་ཉིན་གྲངས་ལྟར་ལས་དོན་དང་། ཉིན་དོན་ཐོབ་རྒྱུ། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་གཏན་འཇེབས་ཟིན་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པ་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། ལས་དོན་འཕྲོ་སྐྱོང་དགོས་རིགས། ལས་དོན་འཕྲོ་སྐྱོང་དགོས་རིགས་གསུང་རྒྱུ་ཡོད་གསུང་རོགས་གནང་། གཞན་པ་ལྷག་སོང་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་ན། ཚོགས་གཙོ་གཉིས་དང་ཚོགས་དྲུང་གི་མ་འདང་བའི་ལས་དོན་འཕྲོ་སྐྱོང་དགོས་རིགས་གསུང་རྒྱུ་ཡོད་ན་གསུངས་རོགས་གནང་། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་བློ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གཞི་རྩའི་ཚོགས་གཙོའི་བཀའ་འཁྲོལ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ནམ་རྒྱུན་ཨིན་སྐད་བེད་སྤྱོད་བཏང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་རེས་ཉི་ཧོང་གི་སྐད་ Sa yo Nara ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་གཙོ་བོ་འདི་ཡིན། གཞི་རྩའི་ད་ལན་གྲོས་ཚོགས་འགོ་བཙུགས་དུས་སྐབས་ང་ཚོ་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་གྲོས་ཚོད་ནང་བོད་ནང་ལ་ད་ལྟ་ཡང་གནས་སྟངས་ཛ་དྲག་པོ་ཡིན་པ། དེ་བཞིན་ཁོར་ཡུག་རེད། ཆབ་སྲིད་རེད། གང་ཅིའི་ཐད་ནས་རིག་གཞུང་རྩ་མེད་གཏོང་རྒྱུའི་མཐྲེགས་འཛིན་གྱི་སྲིད་ཇུས་དེ་མུ་མཐུད་ནས་གནས་ཡོད་པ། ཡིན་ནའང་ཐབས་ལམ་བཟང་ཤོས་དེ་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་པ། བོད་རྒྱ་འབྲེལ་མོལ་དེ་༧གོང་ས་མཆོག་གི་སྐུ་ཚབ་དང་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་སྐུ་ཚབ་བར་ལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་གྲོས་ཚོད་བཞག་པ་འདི་ལ་དེ་སྔ་ནས་མོས་མཐུན་ཡོད་པ་དང་སྒྲུབས་སུ་མཐུད་ནས་ང་ཚོས་འདི་ལམ་ལྷོངས་ཡོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་དང་སྒྲུབས། ཉེ་ཆར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ནས་ཁ་སང་བཀའ་བསྡུར་བྱུང་སོང་། བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཛ་དྲག་ཏུ་འགྲོ་དུས་སྐབས་ལ་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་སྡུག་རིགས་དན་ཚད་བྱེད་ཀྱི་འདུག སྡུག་རིགས་དན་ཚད་བཤད་ཀྱི་འདུག དེ་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ་ཞེས་གསུང་མཁན་བྱུང་བ་རེད། ཉེ་ཆར་ཡང་ཡེ་ཤུའི་བླ་ཆེན་པོབ་དང་ Vatican དང་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་བར་ལ་གན་རྒྱ་ཟེར་ནའང་རེད། Agreement ཁས་ལེན་ཞིག་བྱས་པ་རེད། དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཡེ་ཤུའི་བླ་མ་ཁག Bishop དེ་འདྲ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྟངས་དེ་དེ་སྔ་ཡིན་ན་ལོ་ ༣༠ ཡི་རིང་ལ་ Vatican དང་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་བར་ལ་ཧ་ཅང་རྩོད་ལན་ཐུག་ནས་ད་ལྟ་བར་ཐག་བཅད་མ་ཐུབ་པ་དེ་ཐག་ཆོད་པ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡང་ངས་གཞི་རྩའི་ལབ་དུས་རྒྱ་ནག་གཞུང་གྱུ་ཡངས་སུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་ཞུ་ཡི་མེད། ཡིན་ནའང་། ཡེ་ཤུའི་བླ་ཆེན་དང་ Vatican ལ་ལྟ་སྟངས་འདི་གྱུར་བ་ཕྱིན་པ་སྟེ། ཁོ་རང་གཉིས་བར་ལ་འགོན་འཛིན་དང་འགྲན་བསྡུར་ཡུན་རིང་པོ་བྱས་བསྡད་པ་རེད་དེ་ཁོ་རང་གཉིས་བར་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་བྱས་ཡིག་ཆའི་ནང་ལ་བབས་ཐུབ་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་འདི་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལན་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་འདུ་འདི་ལྷིང་འཛངས་པའི་ངོས་ནས་མཇུག་སྐྱོང་ཡོང་གི་འདུག གཙོ་ཆེ་ཤོས་ད་ལན་ང་ཚོའི་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོས་དབུ་བཞུགས་ཐོག་ང་ཚོ་འདིར་ཚོགས་བཅར་བ་གྲོས་ཚོགས་ལ་བཅར་མཁན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚང་མས་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་རེད། ད་ལན་ཚོགས་གཙོས་གཙོ་སྐྱོང་འདི་མཐའ་

མ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་སྒྲིག་འཛུགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་གལ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་རེད། གང་ཟག་མི་སྣ་འགོ་འཁྲིད་མཁན་དེའང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ཚོགས་གཙོའི་ལས་ཡུན་ད་ལྟ་ཟླ་བ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། ཚོགས་གཙོའི་གཤིས་ཀ་ལྟ་བུ། གཤིས་ཀ་འཇམ་པོ། ཁོག་པ་ཆེན་པོ། མཚམས་མཚམས་དགོས་ས་ལ་ཡང་མཁྲེགས་ཙམ་གནང་ཐུབ་མཁན་ཞིག་བྱས་རྗེས་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གྲོས་ཚོགས་འདི་ཆེ་མཐོང་ལྡན་པ་དང་། གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཡིན་ནའང་ལམ་ལྷོངས་ཡོད་པ་བྱུང་སོང་། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་གླེང་སློང་རྟོག་ཙམ་ཡོད་པའི་སྐབས་ལ་ཡང་། བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འདི་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གླེང་སློང་དེ་ཡང་ཆུང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་ཅུང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་བྱུང་ཐུབ་སོང་། དེར་ད་ལྟ་བར་དུ་ཚོགས་གཙོ་རྣམ་པ་གཉིས་ནས་ཧ་ཅང་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བ་དེར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ད་ལན་ཚོགས་གཙོས་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བའི་གྲུབ་འབྲས་ཆེ་ཤོས་འདི་ད་ལན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འོས་བསྡུའི་སྒྲིག་གཞི་འདི་ཆགས་པ་རེད། འདི་ཧ་ཅང་གི་བྱས་རྗེས་ཆེན་པོ་རེད། ཚོགས་གཙོའི་གཙོས་པས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོ་ཚང་མ་ལ་སྙིང་ཐག་པ་ནས་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་འདི་ཡིན། འདིས་འོས་བསྡུའི་སྐབས་ལ་ཧུན་ཧུན་རང་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠/༦༠ འདི་རྟོག་གླེང་ཟེར་དགོས་རེད། དེ་མེད་པ་ཧུན་ཧུན་རང་བཟོ་ཐུབ་ཀྱི་རེད་སྙམ། འོས་གཅིག་འཕེན་པ་ཡིན་ན་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠ ཙམ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་འགྲོ། འདི་མཐུག་མ་བགྲོ་གླེང་བྱ་རྒྱུ་རེད།

དེ་བཞིན་ད་ལྟའི་ཚོགས་གཙོ་ཟླ་བ་འགའ་ཤས་ནས་འཕོ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་དེ་ཚོགས་གཙོ་དང་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་མཉམ་དུ་བཀའ་བསྟུར་གནང་བའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་འདིའི་ཐོག་ལ་ལེགས་བཅོས་དང་གསར་གཏོད་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་བསྒྱུར་བ་གང་ལ་གང་འཚམ་གཏོང་རྒྱུར་ཚོགས་གཙོའི་དགོངས་པ་ཡོད་པ་གཞིར་བཟུང་ལས་འཆར་དེ་འདྲ་དོན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་གཞི་རྩའི་ཚང་མས་མཁྱེན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཨ་རིའི་ཊོ་ལར་ས་ཡ་ ༣ འཕར་མ་ཞིག་བསླེབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མང་གཙོ་དང་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འཐོལ་པ་ཞིག་བསླེབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྩ་བའི་ས་ཡ་ ༣ ཐོན་པ་རེད་བཀའ་འཁྲོལ་གནང་བ་རེད་ཅེས་ཟླ་བ་ཧ་ཅང་མང་པོ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་དུས་ཚོད་འགོར་སྟངས་དང་ཨ་རིའི་གཞུང་ལྟར་ན་མཚམས་རེ་ཨ་རིའི་གཞུང་འགོར་འགྱངས་ཆེ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་དངུལ་དེ་འབབ་རྒྱུ་རེད། ཡིན་ནའང་མ་བབས་སྔོན་ལ་འཆར་གཞི་འབུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འཆར་གཞི་ལ་ཚོགས་གཙོའི་དགོངས་པ་གཞིར་བཟུང་བྱས་རྗེས་གྲོས་ཚོགས་དང་། ས་གནས། མང་གཙོའི་འགྲོ་སྟངས་ཐོག་ནས་ལེགས་བཅོས་གཏོང་དགོས་རྒྱུ། གསར་གཏོད་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་འགྱུར་བ་ཚགས་ཚུད་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་དངུལ་འབོར་གང་འཚམ་གྱི་ཆེན་པོ་རེད། དེ་འདྲའི་འཆར་གཞི་བཀོད་ཡོད་པ་དེ་རིམ་པས་མཐུག་མར་ཚོགས་གཙོ་ཕེབས་མཁན་གྱི་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ཧུན་ཧུན་དེ་ཡང་ད་ལྟའི་ཚོགས་གཙོ་དབུ་བཞུགས་ཐོག་ལ་གྲུབ་འབྲས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་སྙམ། ཚོགས་གཙོ་རྗེས་མ་ཕེབས་མཁན་དེས་ཀྱང་གྲོས་ཚོགས་སྟངས་འཛིན་གནང་སྟངས་ད་ལྟ་ནང་བཞིན་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེའང་ད་ལྟ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་གནང་གི་ཡོད་པ་དེར་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་འདི་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལན་དངོས་གནས་བྱས་ན་བཀའ་ཤག་གི་ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གསལ་བཤད་ཡོད་ཅེས་དང་པོ་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དུས་ཚོད་ཀྱིས་རྐྱེན་པས་ཕྱིར་འཐེན་བྱས་པ་ཡིན། ཚང་མས་ཟེར་གྱི་འདུག བཀའ་ཤག་གི་

གསལ་བཤད་ཡོད་པ་དེར་བགྲོ་གླེང་བྱས་ན་ཉི་མ་གཅིག་འཕར་མ་འགོར་ས་རེད། ཡིན་ནའང་མཇུག་མ་གྲོས་ཚོགས་སྐབས་ལ་ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་བཀའ་ཤག་གིས་གསལ་བཤད་འདི་ཡར་ཞུས། དེ་དུས་སྐབས་ལ་བཀའ་བསྡུར་ལྷུག་པོ་ཡོང་བའི་རེ་བ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་ཐོག་ནས་བགྲོ་གླེང་ཧ་ཅང་མང་པོ་བྱུང་སོང་སྟེ། ན་ཉིང་ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་ཚར་བའི་ཐད་ཀར་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་། ཤེས་ཡོན། དཔལ་འབྱོར། འཕྲོད་བསྟེན་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་ཚོགས་འདུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གྲུབ་འབྲས་ཆེན་པོ་ཞིག་དེ་རེད། གཉིས་ནས་གཞོན་སྐྱེས་ལྷ་དང་ལྷ་བཙུའི་ཚོགས་འདུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གྲུབ་འབྲས་གཉིས་པ་དེ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེ་ཆར་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་ H. pylori ན་ཚ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་བཅོས་ཐབས་ག་རེ་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་རྒྱུ་རེད། ང་ཚོ་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་སྨན་ཁང་དེ་འདྲ་འཛུགས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཅེས་པ་དེ་དག་ཚང་མ་བཀའ་བསྡུར་ཡོང་གི་ཡོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སློབ་གྲྭ་ལྔ་སྒྲིལ་གཏོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་ཞུས་དང་ཞུ་མུས་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་དེ་དག་རྫེས་མའི་གྲོས་ཚོགས་དདུལ་རྩིས་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་དུས་ཞིབ་ཕྲ་ཆེར་བཀའ་ཤག་གིས་གསལ་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ལས་དོན་དང་ཆབ་སྲིད་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་བགྲོ་གླེང་ཡག་པ་ཡོང་བའི་རེ་བ་ཡོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དུས་རྟག་ཏུ་ཞུ་ཡི་ཡོད། བགྲོ་གླེང་གི་ཆ་ཤས་ལེན་མཁན་ཡག་ཏུ་ཡག་ཏུ་འགྲོ་ཡི་འདུག ནམ་པ་ཚོའི་སྤྱན་ཞིབ་ཆེར་གསལ་དུ་གསལ་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་ས་རེད། ང་ཚོའི་ཡིག་ཚགས་ཆུང་ཆུང་དང་པོའི་ཚགས་ ༣ དང་ ༤ ཆ་ཚང་ཟུར་འཛར་ཚང་མ་གཟིགས་ནས་དྲི་བ་བཏང་ཡོད་དུས་ང་ཚོ་ཡིན་ནའང་རང་སྐྱོང་དང་གྲ་སྒྲིག་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡང་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་དང་གཟི་བརྗིད་ལྡན་པ་ཞིག་རེད། ང་ཚོའི་བརྟན་འཕྲིན་བརྒྱུད་ནས་ཐད་ཀར་གཟིགས་མཁན་ཧ་ཅང་མང་དུ་འགྲོ་ཡི་འདུག དེ་རིང་ཡག་ཤོས་ཤིག་ལ་གྲོས་ཚོགས་འདི་ཕྱིང་འཛུགས་པོ་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཀའ་མོལ་བཟོ་འདོད་ཡོད་ནའང་བཟོ་རྒྱུ་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་འདུག འདི་ཧ་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག འདི་ང་ཚོའི་གྲུབ་འབྲས་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ནས་ངས་ཞིབ་ཕྲ་ཞུ་མི་དགོས་པ་དང་། ཁ་སང་ཡང་འདིར་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། ཁ་སང་ནང་སྲིད་བཀའ་བློན་གྱིས་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་ཀུ་ལུ་མ་ན་ལི་ལ་ཕེབས་ཏེ་ཕ་གིར་གནས་སྟངས་ལ་ཆུ་ལོག་ཆེན་པོ་ཞིག་བསླེབས་འདུག གཞིས་ཆགས་ནང་ལ་དངོས་གནས་རང་ཆུ་འཁྱིལ་འདུག གཞིས་ཆགས་ཀྱི་མིའམ་གང་ཟག་ལ་གནོད་གང་ཡང་བྱུང་མི་འདུག་སྟེ་གཞིས་མི་ཚང་མ་མར་བཏོན་ནས་ཕྱི་ལ་བཞུགས་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་ཆགས་བསྡད་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་ནང་སྲིད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཛ་དྲག་གི་བཀའ་ཕེབས་ནས་དྲུང་འཕར་མཉམ་དུ་གཟིགས་སྐོར་གནང་སྟེ་ཛ་དྲག་དགོས་གཔ་རིགས་གནང་དགོས་ཁག་འདུག དེ་དག་གནང་ནས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད།

ནང་སྲིད་བཀའ་བློན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། ཆོས་རིག་བཀའ་བློན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བགྲེས་ཤག་དེའི་ཐོག་བཀའ་མོལ་བྱུང་ཅང་སྲིད་སྐྱོང་ཐོག་ནས་ཁོང་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་གནང་བ་དེར་ཁྲིམས་སྒྲིག་གཞི་ཡོད་པ་རེད། ལམ་ལུགས་ཡོད་པ་རེད། ལམ་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་ཐོག་ནས་གནང་བ་རེད་མ་གཏོགས་དེ་ནས་འཐོལ་པ་གང་ཡང་གནང་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཞུས་ན་བསམ་སོང་། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཆོས་རིག་བཀའ་བློན་ཡིན་པ་ཡིན་ན། དྲུང་ཆེ་རང་ཐལ་ཆེར་ལོ་ ༢༠ རྩ་གྲངས་གནང་ཚར་བ་རེད། ནང་སྲིད་བཀའ་བློན་ཡིན་ན་སྤྱི་ཞུ་ལས་བྱེད་ལོ་ ༥༠ ཙམ་གནང་ཚར་བ་རེད། ཁོ་རང་ཚོ་དྲུང་ཆེ་ཡིན་པའི་ཐོབ་ཐང་བགྲེས་

ཤག་རང་ཡོད་པ་དེ་རང་འཛུགས་གནང་བཞག་ཡོད་པ་རེད། བགྲེས་ཤག་ཁང་པ་འཛོལ་པ་རྒྱག་གི་ཡིན་གསུང་རྒྱུ་དེར་ཁོང་རྣམ་པ་གཉིས་རང་གིས་འབུམ་ ༣/༩ སྐུ་སྲིར་གྱིས་ཐོག་ནས་འགྲོ་སོང་བཏང་ནས་བརྒྱབས་བཞག་པ་ཞིག་རེད། ས་ཆ་འཛོལ་པ་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཟེར་ན་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རང་རེད། སྔོན་མ་བཀའ་ཟུར་ཡིན་ནའང་རེད། རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་འགན་འཛིན་ཡིན་ནའང་རེད། ཁོང་རྣམ་པ་ཚོར་ཡང་ཁང་པ་འཛོལ་པ་དེ་འདྲ་གནང་བཞག་པའི་ལམ་ལུགས་འདུག དེ་གཞིར་བཟུང་གནང་བ་རེད་མ་གཏོགས་ཁྲིམས་སྲིག་གཞི་ལམ་ལུགས་དང་བགལ་བ་མིན་ཞེས་གསལ་པོ་ཞུས་ན་སྙམ།

དེ་ནས་ཁ་སང་རྣམ་པ་ཚོ་པོ་བྲང་ལ་ཕེབས་ཡོད་པ་རེད། ཚོགས་གཙོ་ང་རང་གཉིས་གནམ་གྲུའི་ཐང་ལ་༸གོང་ས་མཆོག་མཇལ་བའི་སྐབས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་སེམས་ལ་ལྷིང་ཁོག་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་སོང་། ད་ལན་ཧོག་ཙམ་སྐུ་ཐང་ཆད་སོང་གསུངས་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་ཚོགས་གཙོ་ང་གཉིས་ཀྱི་སེམས་ལ་ལྷིག་ཁོག་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་སོང་། ༸གོང་ས་མཆོག་ང་ཚོའི་བླ་ན་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་དགུང་ལོ་ ༩༩ ལ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཏ་ཅང་གིས་སྐུ་ལས་བསྐྱོན་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ལུང་པ་ ༩ ཙམ་ལ་ཕེབས་ཏེ་བོད་ཀྱི་རྩ་དོན་རང་གི་དོན་དུ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཕེབས་ནས་གནམ་གྲུ་ཐང་ལ་མཇལ་ཡོད་དུས་དེའི་ཉིན་གུང་རྒྱབ་ལ་རྣམ་པ་ཚོས་གཟིགས་ཡོད་ཀྱི་རེད། ང་ཧོག་ཙམ་ཐོམ་སེང་སེང་འདྲ་བོ་ཆགས་བསྡད་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་སྐུ་ཐང་ཆད་སོང་གསུངས་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་ང་ཚོའི་སེམས་ལྷིང་ཁོག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག ང་ཚོའི་ཡོད་ན་མེད་ན། ཚེ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབས་གནས་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་སྐུ་ལས་དེ་ཙམ་ཞིག་བསྐྱོན་གྱི་འདུག ཁོང་ལ་ཞབས་ཕྱི་ཞུ་མཁན་ང་ཚོ་རེད། ང་ཚོས་རྒྱག་དང་རྒྱག་བསམ་བསམ་གྱི་སེམས་ཤུགས་དེ་ཡང་སྐྱེས་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ཁ་སང་ཁ་ཉིན་གོ་རྒྱུ་བྱུས་པ་ཡིན་ན་སུད་སི་ནས་ཡིན་པའི་བུད་མེད་ཅིག་གིས་༸གོང་ས་མཆོག་ལ་མཚན་སྨོད་ཞུས་པ་རེད་ཟེར་དུས་ཧ་ལས་པའི་བློ་ཕམ་དང་ཏ་ཅང་གི་ཐབས་སྐྱོ་པོ་རེད་སྙམ། དེ་འདྲའི་རིགས་ལ་ང་ཚོས་དུས་རྟག་ཏུ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་འདྲ་བསམ་པའི་ཡུལ་ལ་དྲན་རྒྱུ་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཁ་ནས་འདོན་པ་དེ་དཔེ་རེད། དགེ་སྡིག་རྩི་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་དམྱལ་བར་འགྲོ་རྒྱུ་རང་རེད། ཆབ་སྲིད་རྩེད་མཁན་ཡིན་པ་ཡིན་ན་དངོས་གནས་རང་སུ་གང་ལ་ཡང་ཕན་རྒྱུ་གང་ཡང་བཤད་ཡོད་པ་མ་རེད། དགྲ་དགའ་གཉེན་སྡུག་རང་རེད། ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་མེད་པ། ཆོས་དགེ་སྡིག་མ་རྩི་མཁན་ཞིག་གིས་དེ་འདྲ་བཤད་ཡོད་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་ཁ་སང་ངས་༸གོང་ས་མཆོག་མཇལ་ཡོད་དུས་དེ་ཙམ་གྱི་སྐུ་ལས་བསྐྱོན་ཏེ་ཕེབས་ཀྱི་འདུག་བསམས་ནས་སེམས་ལྷིང་ཁོག་ཆགས་ཡོད་དུས་བུད་མེད་ཅིག་གིས་དེ་འདྲ་བྱེད་དུས་ཧ་ལས་པའི་ཐབས་སྐྱོ་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁ་སང་སྔོན་མ་ཡང་ཞུས་པ་ཡིན། ༸གོང་ས་མཆོག་གི་མཛད་འཕྲིན་འདི་གསེར་གྱི་རི་ལྟ་བུ་རེད། དེར་མི་གཅིག་གཉིས་ཀྱིས་འདམ་བག་གཡོས་པ་ཡིན་ན་གནོད་བསྐྱལ་རྒྱུ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་འདི་འདྲ་མི་གཅིག་གིས་བྱས་ཡོད་དུས་ཞབས་འབྲེན་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་དེ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས་དེ་དག་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མོས་མཐུན་མེད་ཅེས་གསུངས་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ད་ལན་མང་ཆེ་བས་གསན་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་སོང་། ངས་ཞུས་བཞག་པ་འདི་ཚང་མས་ཏན་ཏན་རང་མོས་མཐུན་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་སྙམ། འདི་ཞུས་པ་དང་སྦྲགས་༸གོང་ས་མཆོག་སྐུ་ཚེ་རིང་པོར་གནས་པ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་ནང་གི་བོད་མིའི་མངོན་འདོད་༸གོང་ས་མཆོག་བོད་ལ་གདན་འདྲེན་ཞུ་ཐུབ་རྒྱུ། བོད་མི་

ལ་རང་དབང་བསྒྱུར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད། དེ་ཏན་ཏན་རང་འགྲུབ་པར་ཤོག ད་ལྟ་གྲོས་ཚོགས་འདི་དང་བཀའ་ཤག་འདིའི་ལས་ཡུན་སྐབས་ལ་འགྲུབ་པར་ཤོག་བྱས་རྗེས་སྨོན་འདུན་ཞུས་པ་གཅིག་ཞུ་མིན། འདིའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་ཡང་ཞུ་ཡི་ཡིན་ཞེས་དམ་བཅའ་གཅང་མ་ཞུས་པ་དང་། རྣམ་པ་ཚང་མ་ཐེངས་འདིའི་གྲོས་ཚོགས་གྲུབ་པའི་མཇུག་ལ་སོ་སོའི་ཁྱིམ་ཚང་ལ་ཐེབས་འགྲོ་ཡི་རེད། ཐེབས་པའི་སྐབས་ལ་ལམ་ཀ་ལ་བདེ་པོའི་ཐོག་ནས་ཐེབས་ཐུབ་པ་དང་། བདུན་ཕྲག་གཉིས་ཙམ་རིང་ནང་མི་དང་ཁ་བྲལ་ནས་བཞུགས་དགོས་དུས་ནང་མི་ལའང་སྐྱ་ལས་ཧོག་ཙམ་ཡོད་པ་རེད། ནང་མི་ཚང་མར་བཀའ་ཤག་གིས་རྣམ་པ་ཚང་མར་འཚམས་འདྲི་ཞུ་ཡི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རོགས་གནང་། ཟླ་བ་དྲུག་གི་རྗེས་སུ་མཇལ་བའི་སྐབས་ལ་བསྐྱར་དུ་ང་རང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཁྱེར་རྒྱུ་རྣམ་པ་ཚོས་འཁྱེར་གནང་གི་རེད། བཀའ་ཤག་གིས་ཀྱང་འགན་ཁྱེར་ནས་བསྐྱར་དུ་ང་ཚོའི་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་བཀོད་པའི་འགན་དེ་ཆ་ཚང་འཁྱེར་གྱི་ཡིན་བྱས་རྗེས་ཞུ་རྒྱུ་འདི་ཡིན། དེ་ནས་ཡང་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་གི་ཕྱག་ཁྲིས་དེ་ལ་བཀའ་བསྟུར་ཞིག་གནང་སོང་། འདི་ཡང་བཀའ་ཤག་ལ་འདྲ་བཤུས་འགྱོར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་སྙིང་དོན་དེ་ངས་ཁ་སང་ཞུས་བཞག་པ་དེ་ག་རང་གནས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་དུས་ཚོད་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་། བཀའ་དྲིན་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་བཞི་པ། ཚོགས་དུང་ནས་དགོངས་ཤོག་ཁག་སྔན་སྒྲོན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

མཚུངས་མེད་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཚབ་ལྷ་ཁང་ཚེ་རིང་སྟོབས་རྒྱལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དགོངས་ཤོག་ཁག་སྔན་སྒྲོན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

༡། སྤྱི་འཐུས་དབྱངས་ཅན་སྒྲོལ་དཀར་ལགས་གལ་ཆེ་ཇ་དྲག་ལས་དོན་ཞིག་གི་རྐྱེན་པས་ཕྱི་ཚེས་ ༢༨ ནས་ ༢༩ བར་ཉིན་གསུམ་རིང་དགོངས་ཞུ།

༢། སྤྱི་འཐུས་ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་ལགས་སྔེར་དོན་རྐྱེན་པས་ཕྱི་ཚེས་ ༢༧ དང་ ༢༩ ཉིན་གཉིས་རིང་དགོངས་ཞུ།

༣། སྤྱི་འཐུས་དཀོན་མཆོག་ཡང་འཕེལ་ལགས་ཞུ་གཏུག་ལས་འགུལ་ཆེད་འགྲོ་དགོས་བྱུང་སོང་བས་ཕྱི་ཚེས་ ༢༧ ཉིན་རྒྱབ་ཚོགས་ཐེངས་གཉིས་དང་ཚེས་ ༢༩ ཉིན་དགོངས་ཞུ།

༤། སྤྱི་འཐུས་ལྷ་རྒྱ་རི་རྣམ་རྒྱལ་སྒྲོལ་དཀར་ལགས་དགུ་བའི་ཉེར་བདུན་དང་དགུ་བཅུ་གསུམ་དབུ་བརྙེས་པའི་དུས་དྲན་དང་འབྲེལ་འགྲུལ་འགྲེམས་སྟོན་གྱི་སྒོ་འབྱེད་བཅས་ཀྱི་མཛད་སྒོ་གལ་ཆེ་བཅེ་བཟུང་ཆེད་ཚེས་ ༢༧ སྔ་དྲོའི་ཚོགས་དུས་གཉིས་པ་དང་ཕྱི་དྲོའི་ཚོགས་དུས་དང་པོ་དགོངས་ཞུ།

༥། སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཚེ་རིང་ལགས་དང་སྤྱི་འཐུས་བསམ་གཏན་ཆོས་སྒྲོན་ལགས། མངའ་སྡེ་ཁག་ཅིག་ཏུ་བོད་དོན་ཞུ་སྐུལ་ཐེབས་རྒྱུའི་ལས་དོན་ཁག་ནས་འབྲེལ་མཐུད་བཟོ་ཆེད་འབྲེལ་ཆགས་ཇ་ཤོད་དུ་ RSS ཚོགས་པའི་འབྲེལ་ལས་ཁག་ཅིག་མཇལ་ཐད་དུ་བསྐྱོད་དགོས་པས་འདི་ཚེས་ ༢༧ ཕྱི་དྲོའི་ཚོགས་དུས་དང་པོ་དགོངས་ཞུ།

༦། སྤྱི་འཐུས་གདོང་འདུས་སྙིང་འཛོམས་ལགས་སྙེར་དོན་ཆེད་ཕྱི་ཚེས་ ༢༨ ཕྱི་དྲོ་ཚོགས་དུས་གཉིས་དགོངས་ཞུ།
༧། སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་གནས་སྟངས་ཤིག་གི་རྐྱེན་པས་ཚེས་ ༢༨ ཉིན་དགོངས་ཞུ།
༨། སྤྱི་འཐུས་ཚེ་དབང་རིག་འཛིན་ལགས་གྲོས་ཚོགས་བཅར་ཐུབ་མིན་གྱིས་ཚེས་ ༢༨ ཉིན་དགོངས་ཞུ།
༩། སྤྱི་འཐུས་བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས་ཚེས་ ༢༨ ཕྱི་དྲོའི་ཚོགས་དུས་དང་པོ་དགོངས་ཞུ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དགོངས་ཤོག་ཁག་སྟན་སྒྲོན་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དུས་ཚོད་ཏོག་ཙམ་པར་འགྱངས་ཞུ་ཚོག་པ་བགྱིས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་མཇུག་བསྡོམས་གསུང་བཤད།

༄༅། །ད་རེས་སྐབས་བཅུ་དྲུག་པའི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དྲུག་པའི་ལས་ཉིན་མཐའ་མ་དེ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ཐོག་མར་ཚོགས་གཙོའི་དབུ་འབྲེད་ཀྱིས་གཏམ་བཤད་ནང་ལ་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་གི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་རྣམས་དོན་པན་ལྡན་པ་དང་ཆགས་ཚུད་པོའི་ཐོག་ནས་བསྒྲུངས་ཐུབ་སོང་སྙམ།

དེ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཚོའི་ལས་རིམ་བསྒྲུངས་པའི་ནང་དུ། གཙོ་བོ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལྷན་ཁང་ཁག་ཁྱབ་ཁོངས་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྡོམས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ༢༠༡༨ ལོའི་ལས་བསྡོམས་རྒྱས་པར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་ཞུས་པའི་སྙན་ཐོ་དང་། དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་ཁྱབ་ཁོངས་དང་བཅས་པའི་ལས་དོན་སྙིང་བསྡུས་དཔལ་ལྡན་བཀའ་བློན་རྣམ་པས་སྟན་སྒྲོན་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པས་དོགས་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དགོངས་ཚུལ་གསུང་རྒྱུ། གཞན་ཡང་དཔལ་ལྡན་བཀའ་བློན་རྣམ་པས་ཀྱང་གསལ་བཤད་དང་ལན་འདེབས་གནང་བའི་ཐོག་ནས། ད་ལྟའི་འཛིན་སྐྱོང་གིས་ལས་དོན་གནང་བཞིན་པ་རེད། མ་འོངས་པར་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལས་དོན་བྱ་འཆར་བཅས་ལ་ཐུགས་པན་གསོས་པའི་རེ་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། རྩ་བའི་ང་ཚོའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་། གཞིས་ཆགས་དང་མི་འབོར། དཔལ་འབྱོར་བཅས་ཀྱི་གནས་སྟངས་རེད། དེ་བཞིན་ཤེས་རིག་གི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་ན་གཞོན་རྣམས་འདབ་གཤོག་ཟུང་ལྡན་གནང་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ། དེ་བཞིན་གཙོ་བོ་༼དགོངས་༼སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐུ་ཕྱྭ་དང་མཛད་འཕྲིན། སྤྱི་ཚོགས་བདེ་འཇགས་ཡོང་ཐབས། གཞན་ཡང་བོད་དོན་དྲིལ་བསྒྲགས་གནང་ཐབས་གནང་རྒྱུ་དང་། བོད་དོན་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོང་ཐབས་གནང་དགོས་རྒྱུ། ང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གནས་སྟངས་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་གང་ལ་གང་འཚམ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དང་། མ་འོངས་པར་ཡིན་ནའང་ཆགས་ཚུད་ཡོང་རྒྱུར་ང་ཚོ་བོད་པའི་དཔེ་ལྟར། མི་ཉམས་གོང་སྤེལ་དང་ཉམས་པ་སོར་བཙུད་གནང་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ་དེ་གཙོ་བོ་འགན་འཁུར་མཁན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་བློན་རྣམ་པ་རེད། འཛིན་སྐྱོང་གི་ལས་དོན་ཆགས་ཚུད་ཡོང་ཐབས་ལ་མ་ཐུབ་རྐྱེན་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་དེ་ལས་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ལྷག་བསམ་དང་ལས་འགན་བཞེས་ཕྱོགས་འདི་ཆགས་ཡོད་སྟབས། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་དབུས་སའི་ལས་བྱེད་རྣམ་པས་ལས་འཆར་གང་ཡིན་ནའང་དོན་ལ་སྨིན་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་ཐུབ་རྒྱུར་གཙོ་བོ་བཀའ་བློན་རྣམ་པ་དང་ཁོང་རྣམས་ལ་ཕྱུར་བུ་མཉམ་འདེགས་ཞུ་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ་འདི་ཡང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ད་རེས་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་གཞུང་འབྲེལ་མྱུ་དན་གྱུས་འདུད་ཀྱི་གྲོས་ཆོད་གྲོས་འཆར་གསུམ་འཇོག་ཐུབ་ཡོད། སྐར་རྟགས་ཅན་གྱི་དྲི་བ་གཉིས། གཞན་ཡང་གྲོས་ཆོད་གྲོས་འཆར་གལ་ཆེ་བ་གཅིག་དེ། བོད་ནང་གི་ཇ་དྲག་གནས་སྟངས་ཐོག་ལ་གདུང་སེམས་མཉམ་སྐྱེད་ཀྱི་གྲོས་འཆར་དེ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཆ་ཤས་བཞེས་གནང་བ་དང་། དེ་བཞིན་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གིས་ངོས་ནས་ཀྱང་ཆ་ཤས་བཞེས་པ་ཙམ་མིན་པར་གྲོས་ཆོད་དོན་ཚན་ལྔ་འཇོག་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེའི་ཐོག་ནས་བོད་ནང་གི་ཇ་དྲག་གནས་སྟངས་ལ་ད་ལྟའི་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་འཛིན་བཞིན་པའི་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཤེས་ཐུབ་རྒྱུ། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནས་བོད་དོན་ཐོག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་གནས་ཚད་དེ་ཤུགས་ཆེ་ཡོང་རྒྱུར་ངོ་གདོང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ཤེས་ཐུབ་རྒྱུར། འབྱུང་འགྱུར་སྔ་མ་ཐུད་ནས་བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་བྱུས་བཏོན་ཐུབ་དགོས་རྒྱུའི་གྲོས་ཆོད་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོ་བགྲོ་གླེང་དང་བསམ་ཚུལ་སྤྲུངས་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ་དེ་ཡང་ཧ་ཅང་གི་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཉེ་ཆར་མང་གཙོའི་དུས་དྲན་གྱི་སྐབས་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གསུང་བཤད་ནང་དུ་བསྔགས་བརྗོད་ཞུས་ཡོད། ཨ་རི་གྲོས་ཚོགས་འོག་མའི་ཁྲིམས་དོན་ཚོགས་ཆུང་གི་ཐོག་ནས་ཕན་ཚུན་འགྲོ་བསྐྱོད་ཆོག་པའི་ཁྲིམས་འཆར་ Reciprocal Access to Tibet Act ཞེས་པ་སྤྱི་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཏན་འབེབས་ཞུ་ཐུབ་པ་དང་། གཞན་ཡང་ད་རེས་ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་བཞིན་པའི་སྐབས་ལ་ཨ་རི་གྲོས་ཚོགས་འོག་མའི་ནང་ནས་ཁྲིམས་འཆར་དེར་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུ་ཐུབ་པར་ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་གླེང་སློང་བྱུང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་འདི་ཚོའི་ཐོག་ལ་འགན་འཁུར་བཞེས་མཁན་གཙོ་བོ་ལྷམ་སྐུ་ Nancy Peloci མཆོག་དང་། གཞན་ཡང་སྐུ་ཞབས་ Jim McGovern མཆོག དེ་མིན་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་མང་པོ་ཞིག་འདུག ཁོང་རྣམ་པ་ཚང་མར་ད་རེས་གོ་སྐབས་དེ་བརྒྱུད་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་གཙོ་བོ་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་དོན་ལས་འགུལ་ཁང་རེད། འབྲེལ་ཡོད་དོན་གཅོད་རེད། འབྲེལ་ཡོད་བོད་མི་ཚང་མས་ཕྱུར་བྲུ་མཉམ་འདེགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཕྱག་ལས་གནང་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་དུས། འབྲེལ་ཡོད་ཚང་མར་དམིགས་བསལ་གྱི་བསྔགས་བརྗོད་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

ད་རེས་ང་ཚོའི་ལས་རིམ་གལ་ཆེ་བ་གཅིག་འདི། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་འོས་བསྡུའི་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་དེ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ཟ་བའི་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ནས་སྲིད་སྐྱོང་དང་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་ཐེངས་གཅིག་གི་འདེམས་ཐོན་གྱི་བཟོ་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་བསྣམས་ཕེབས་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་དགེ་སྐྱོན་དང་གནས་སྟངས་མང་པོའི་ཐོག་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་རེད། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ནས་དགོངས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་སྤྲུངས་ཐུབ་པ་དེ་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་སྙམ། མ་འོངས་པར་དགོངས་པ་བཞེས་ཕྱོགས་ཀྱི་ས་བོན་ལྟ་བུ་ཆགས་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད། ཟ་བའི་ང་ཚོ་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་གནས་སྟངས་དེ་རང་དབང་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་དང་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ནས་བསྡུར་ན། བསྡུར་ཐུབ་ཐབས་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། འདི་འདྲའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དང་པོའི་སྐབས་བཀའ་སྤྱི་གཉིས་དང་འོས་བསྡུའི་འགན་འཛིན་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་ཚོགས་ཆུང་ཞིག་བཙུགས་ཐུབ་རྒྱུ། ཚོགས་ཆུང་འདིའི་ཐོག་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ལོའི་སྲིད་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་འོས་བསྡུའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་དཀའ་ངལ་གང་འདྲ་འཕྲད་ཀྱི་འདུག མང་ཚོགས་

ཀྱི་བསམ་ཚུལ་གཞི་ལ་བཞག་སྟེ་ཚོགས་ཚུང་གི་སྟན་ཐོ་དང་། འོས་བསྡུའི་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་གྱི་ཟིན་བྲིས་གནང་ཐུབ་པ་དང་། ད་རེས་ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དྲུག་པ་དེའི་ཐོག་དངོས་སུ་དོན་ཚན་རེ་རེ་བཞིན་བགྲོ་གླེང་དང་བཟོ་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཏན་འབེབས་བྱུང་ཐུབ་པ་དེ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་འགན་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་གྲུབ་ཐུབ་པ་བྱུང་སོང་སྙམ། མ་འོངས་པར་ལོ་བཅུ་ཕྲག་འགའ་ཤས་ནང་ལ་འོས་བསྡུའི་སྒྲིག་གཞི་ལ་བསྐྱར་བཅོས་ཆེན་པོ་གནང་མི་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་སོང་སྙམ། དེ་བཞིན་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་གཞན་གཅིག་གྲོས་ཚོགས་དེའི་ཐོག་ནས་མང་མོས་ཀྱི་བདམས་ཐོན་ཞུ་ཐུབ་པ་གཅིག་དང་། བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་ལའང་བསྐྱར་བཅོས་གནང་ཐུབ་ཡོད། ད་གིན་གོང་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གི་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་རེད། ཐོག་མར་བཀའ་ཤག་གིས་གསལ་བཤད་ཡོད་པ་ཞིག་ལས་རིམ་ཁོངས་ལ་བཞག་ཡོད། རྗེས་སུ་བཀའ་ཤག་ནས་གསལ་བཤད་ཕེབས་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་འཐེན་གནང་སོང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་བཞུགས་མོལ་གྱི་ཚོགས་འདུ་ཞིག་ཀྱང་ཚོགས་ཐུབ་ན་སྙམ་པའི་ཐོག་མའི་འཆར་གཞི་ཡོད། ཡིན་ནའང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་མང་བའི་རྐྱེན་གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་འདི་ཚོགས་ཐུབ་མ་སོང་ཞེས་སྟན་སེང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་མིན་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལས་རིམ་གྱི་ཐོག་ཆ་ཤས་བཞེས་པའི་སྐབས་སུ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ནས་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་དབུས་པའི་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་བློན་རྣམ་པས་འགན་འཁུར་ཆེ་བཞེས་ཀྱིས་ལན་འདེབས་དང་གསལ་བཤད། བགྲོ་གླེང་གི་ཆ་ཤས་བཞེས་གནང་བ། དེ་བཞིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པས་ཀྱང་དོགས་འདྲི་དང་དགོངས་ཚུལ་བགྲོ་གླེང་བཅས་ཀྱི་ཆ་ཤས་བཞེས་པར་བརྟེན། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཐམས་ཅད་གང་ལེགས་དང་ཐོག་མའི་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ནས་བར་བསྒྲིག་པ་ཇི་བཞིན་བསྒྲུབས་ཐུབ་པ་བྱུང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་དང་བཀའ་བློན་རྣམ་པ་དང་། བཀུར་འོས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་རྣམ་པ་ཚང་མ་ལ་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ཀྱི་ངོས་ནས་བསྟུགས་བརྗོད་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་སྐྱོང་པའི་སྐབས་སུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གི་གསུང་བབ་ལ་བརྟེན་ནས་དཔལ་ལྡན་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་གི་གསལ་བཤད་ཀྱིས་ཚུལ་དུ་ཕྲུག་བྲིས་ཤིག་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ཀྱི་མིང་ཐོག་ལ་གནང་སོན་བྱུང་། དེ་ཡིན་དུས་མཚམས་རེ་གྲོས་ཚོགས་ལས་རིམ་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པའི་གསུང་བབ་རིགས་ཤིག་ལ་ཚོགས་གཙོས་ཐད་ཀར་སྟངས་འཛིན་བྱེད་དུས། མཚམས་རེ་གནས་ཚུལ་ཆགས་པའི་གཞི་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་མེད་དམ་བསམ་ནས་ཚོགས་གཙོ་ལའང་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་མ་འོངས་པར་དཔལ་ལྡན་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་དང་འབྲེལ་བའི་གསུང་བབ་རིགས་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་ཡོད་པའམ་གལ་ཆེ་བ་རིགས་དེ་འདྲ་མིན་ན། མཚན་འབོད་པའི་ཐོག་ནས་གསུང་གླེང་གནང་མི་དགོས་པ་གཙོ་འདོན་ཞུ་ཐུབ་དགོས་པ་དེ་དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཐད་ཀར་གསལ་བཤད་ཞུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་མེད་དུས། མཚམས་རེ་གླེང་གཞི་ལྟ་བུ་ཆགས་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་དང་སྒྲིག་འཛུགས། སྒེར་སོ་སོ་དང་སུ་གཅིག་ལའང་ཕན་ཐོགས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་འབྱུང་འགྱུར་འདི་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་གཟབ་གནང་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་ད་རེས་འབོད་སྐུལ་གྱི་ཚུལ་དུ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་མཛུག་བསྒོམས་གཏམ་བཤད་ཞུ་མཁན་གྱི་ཚོགས་གཙོ་དེ་གྲོས་ཚོགས་གཙོ་སྐྱོང་ཞུ་རྒྱུའི་ལས་འགན་མཐའ་མ་དེ་ཆགས་ཡོད། ཐོག་མར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ལོའི་ཚོགས་གཙོའི་འགན་འཁུར་ཞུ་བའི་དུས་ཚོད་དེར། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཟང་ཟིང་ཆེ་བའི་སྐབས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། འོན་ཀྱང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ཐུགས་རེ་བཞིན་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ནས་ཀྱང་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་འགེལ་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་དང་། རང་ངོས་ནས་ཀྱང་ལྷག་བསམ་ཐོལ་མེད་ཀྱི་སྒྲི་བའི་ལས་དོན་རྣམས་རེད། ལྷག་པར་དུ་བོད་མིའི་ཉག་ཕྲ་བའི་དུས་ཚོད་དེར་བོད་ཀྱི་བསྟན་སྲིད་ལ་ལྷག་བསམ་དཀར་བ་ཕྲན་བུ་བྱུང་ནའང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་རེད་སྙམ་ནས་འཛིན་ཐང་དང་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ནས་མ་འདང་ནའང་ང་ཚོ་བོད་པའི་དཔེ་ལ། སྙིང་ལ་རུས་པ་བཙུག་ཟེར་བ་ནང་བཞིན་གྱི་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱི་སྒོ་ནས་ལས་དོན་རྣམས་འགན་ཁུར་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འཐུས་ཤོར་མེད་པ་གྲུབ་ཐུབ་ཡོད་བསམ་པ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་པའི་སྐབས་སུའང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་རེད། གྲོས་ཚོགས་མེད་པའི་སྐབས་སུ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་རྣམ་པས་འགན་ཁུར་དང་ཉུས་པ་མཉམ་སྤྲུངས་ཡོང་ཐུབ་རྒྱུ་དང་། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཡོངས་དང་ལྷག་པར་དུ་རྒྱུན་ལས་བཞུགས་མཁན་གྱི་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པས་འགན་འཁུར་མཉམ་བཞེས་གང་ལེགས་བྱུང་བས། ད་བར་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཐེངས་ ༢༠༠ ཙམ་འཚོགས་ཐུབ་པ་དང་། ལས་དོན་ཚང་མའི་ཐོག་ལ་ཉུས་པ་མཉམ་སྤྲུངས་གནང་བྱུང་། གཞན་ཡང་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཞོན་མཆོག་ནས་ཀྱང་འགན་འཁུར་མཉམ་བཞེས་ཐོག་དམིགས་བསལ་རོགས་འདེགས་གནང་བར་རྣམ་པ་ཚོ་ཚང་མར་ད་རེས་ཀྱི་གོ་སྐབས་དེ་བརྒྱུད་ནས་བསྔགས་བརྗོད་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་བཞིན་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་ཀྱང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་བསྐྱངས་པའི་སྐབས་ལ་རེད། དེ་མིན་གྱི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱི་ལོགས་ལ་ལས་དོན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་། མཐུན་འགྱུར་དང་གཞོགས་འདེགས་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་གནང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ད་རེས་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ལའང་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ལས་བསྒོམས་ལྟ་བུ་སྙིང་བསྡུས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུར། ལོ་གཉིས་དང་ཕྱེད་ཀའི་ནང་ལ། ཐོག་མར་ང་ཚོ་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་བོད་མིའི་སྡོད་སྡར་ཁག་ལ་འཚམས་གཟིགས་ཕེབས་རྒྱུ་དང་། ས་བགོས་ཕྱོགས་བསྐྱོད་ཕེབས་ཐུབ་པ་དང་། ད་ལྟའང་ལས་རིམ་དེ་མུ་མཐུད་ནས་འགྲོ་བཞིན་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་བཅུ་དྲུག་པའི་སྤྱི་འཐུས་གསར་པ་ཕེབས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ལས་དོན་གནང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཟབ་སྦྱོང་ཕུལ་ཐུབ་པ། དེ་བཞིན་ས་གནས་འཐུས་ཚོགས་ཁག་ ༢༢ ལ་ས་འཐུས་ཀྱི་འགན་དབང་དང་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུ་ཐུབ་ཡོད། གྲོས་ཚོགས་ནས་ཆེད་བཙུགས་ཚོགས་ཆུང་འོས་བསྡུའི་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཚོགས་ཆུང་དང་། མང་ཚོགས་རྩིས་ཁྲའི་ཚོགས་ཆུང་སྐབས་བརྒྱད་པ་དང་དགུ་པ། གཞན་ཡང་སྤྱི་ཁྲབ་རྩིས་ཞིབ་ལས་ཁུངས་ཁྲབ་ཁོངས་དང་བཅས་པའི་རྩིས་ཁྲ་རྩིས་ཞིབ་བྱས་པའི་ཚོགས་ཆུང་སྔ་རྗེས་ཐེངས་གསུམ་ཙམ་ཞིག་བཙུགས་ཐུབ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་འཐུས་མི་མཇལ་འཕྲད་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་ལ། སྭུད་སི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་ཟུར་པ་ལྕམ་སྐུ་ Maya Graf དབུ་ཁྲིད་པའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་སྐུ་ཚབ་ཚོགས་ཆུང་ཁག་ཅིག་ལ་སྣེ་ལེན་མཇལ་འཕྲད། གཞན་ཡང་ཨ་རི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་ཟུར་པ་ལྕམ་སྐུ་ Nancy Peloci མཆོག་གིས་དབུ་ཁྲིད་པའི་ཨ་རི་ཆེས་མཐོའི་ཚོགས་ཆུང་མཇལ་འཕྲད་དང་། གྲོས་ཚོགས་ནང་གདན་ཞུ་གནང་བ་བཞིན་

ཆེད་ཐེབས་གནང་ཐུབ་ཡོད། གཞན་ཡང་ཡུ་རོབ་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཙོ་སྐུ་ཞབས་ Mr.Thomas Mann མཆོག་གིས་དབུ་ཁྲིད་པའི་སྐུ་ཚབ་ཚོགས་ཚུད། དེ་བཞིན་ Esthonia གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི། Sweden གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི། Australia གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི། Canada གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི། ཐའེ་ལན་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི། England གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་བཅས་ལ་མཇལ་འཕྲད་དང་བོད་ནང་གི་གནས་སྟངས། བཙན་བྱོལ་སྲིད་འཛུགས་ཀྱི་མང་གཙོའི་འབྱུང་རིམ་གྱི་ཐོག་ལ་ཕན་ཚུན་གོ་བསྡུར་དང་གླེང་སློང་གང་ལ་གང་འཚམ་གྱི་གང་ལེགས་པོ་བྱུང་ཐུབ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

གལ་ཆེ་བ་གཅིག་དེ། རྒྱ་གར་གྱི་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་གནས་སྟངས་དེ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དང་པོ་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཙོ་སྐུ་ཞབས་ Shanta Kumar མཆོག་དམིགས་བསལ་མཇལ་འཕྲད་ཞུས་ཏེ། རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པས་སྔར་ལྷག་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚད་མཐོ་བ་ཡོང་ཆེད་དམིགས་བསལ་གྱི་འཆར་སྐྱུལ་ཞུས་ཡོད། གཞན་ཡང་རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་འཚོགས་བཞིན་པའི་སྐབས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་སྐུ་ཚབ་སྤྱ་རྗེས་ལྡི་ལིར་ཐེབས་ཏེ། དམིགས་བསལ་བོད་དོན་ཞུ་སྐུལ་དང་། གཞན་ཡང་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་སྤྱ་རྗེས་ཚོགས་ཏེ་གྲོས་ཚོད་ཀྱང་གང་ལེགས་འཛོག་ཐུབ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བཞུགས་སྒར་ཇ་རམ་ས་ལར་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་མཛད་སྒོ་ཁག་ལ་རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་གོང་འོག་གཉིས་ཀྱི་འཐུས་མི་དམིགས་བསལ་མགྲོན་འབོད་ཞུ་རྒྱུ་ད་ལམ་བར་མ་ཆད་པ་ཞུ་ཐུབ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་མིན་གྱི་ང་ཚོའི་ཕྱོགས་ནས་སྤྱ་རྗེས་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྐུ་ཚབ་ཚོགས་ཚུད་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཉི་ཧོང་། སུད་སི། པ་རན་སི། སྦེལ་ཇམ། ནེ་ཐར་ལན་ཊ། ཨུ་རུ་སུ། ཁེ་ན་ཊ་བཅས་ལ་ཐེབས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། སྔར་སོལ་དུ་སྤྱི་འཐུས་སྐུ་ཚབ་ཚོགས་ཚུད་ནས་ཡོ་རོབ་གྲོས་ཚོགས་ནང་བོད་ཀྱི་ཛ་དྲག་གི་གནས་སྟངས་ཐོག་ལ་ཉན་ཞིབ་ཀྱི་གོ་སྐབས་བྱུང་ཐུབ་ཡོད། གཞན་ཡང་ཁེ་ན་ཊ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་ཕྱི་འབྲེལ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཡར་རྒྱས་ལས་དོན་ཚོགས་ཚུད་ནང་བོད་དོན་ཉན་ཞིབ་གོ་སྐབས་བྱུང་བ་དང་མཉམ་ཞུགས་ཞུ་ཐུབ་ཡོད། ཚོགས་གཙོ་ལའང་འབྲེལ་ཡོད་ས་གནས་ནས་མགྲོན་འབོད་གནང་བ་བཞིན། ཨ་རི་དང་སུད་སིར་ཆེད་བཅར་གྱི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་རེད། གནད་ཡོད་མི་སྣ་མང་པོ་དམིགས་བསལ་གྱི་མཇལ་འཕྲད་ཞུ་ཐུབ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་རྒྱལ་སྤྱིའི་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་བདུན་པ་དེ་རེད། དངོས་གནས་བྱས་ན་འདི་ལོའི་ལོ་འགོར་ང་ཚོ་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྡི་ལིར་ཚོགས་རྒྱུའི་གོ་སྒྲིག་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞུས་ཡོད། ཡིན་ནའང་མཐར་ལྷོག་ཏུ་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་གི་རྐྱེན་པས་པར་འགྱངས་ཞུ་དགོས་ཐུག་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ང་ཚོ་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཞིག་ཏུ་ཟླ་མཐུད་ནས་ཚོགས་རྒྱུའི་གྲ་སྒྲིག་ལྟ་བུ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་ཡོད་ཅེས་སྙན་སེང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ཚོགས་གཙོས་དབུ་འབྱེད་གཏམ་བཤད་ནང་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་། ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་དེ་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ཡུ་རོབ་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཅིག་ནང་ལ་སྤྱི་ལྷན་གྱི་སྐུ་ཚབ་ཚོགས་ཚུད་ཐེབས་ཐུབ་རྒྱུའི་ལས་རིམ་གང་ལ་གང་འཚམ་གྲུབ་བསྡད་ཡོད། གཞན་ཡང་རྒྱ་གར་དབུས་སའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི། བོད་དོན་ཞུ་སྐུལ་གྱི་ལས་རིམ་ནང་ལ་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཆ

བགོས་བྱས་ཏེ་རིགས་གཅིག་ཐེབས་ཟིན་པ་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་ལས་རིམ་དེ་མུ་མཐུད་ནས་ཚ་ཚ་འུར་འུར་གྱི་ཐོག་ནས་འགྲོ་ཐུབ་རྒྱུའི་རེ་བ་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ཚོགས་གཙོ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་འདུ་རིགས་གཅིག་དང་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཚོགས་པ་དང་དགོན་སྡེ་ཁག་གིས་མགྲོན་འབོད་གནང་བ་བཞིན། ཚོགས་གཙོ་ཆེད་དུ་བཅར་ནས་གཏམ་བཤད་ཐེངས་མང་ཞུ་ཐུབ་པ་དང་། སྤྱི་འཁྱུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་བོད་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་ལྡི་ལི་དང་ Lucknow གཉིས་ལ་དམིགས་བསལ་ཚོགས་འདུ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུ་ཐུབ་ཡོད། གཞན་ཡང་གནད་ཡོད་མི་སྣ་རེད། གསར་འགོད་པ་རེད་མང་པོ་ཞིག་མཇལ་འཕྲད་བྱས་ཏེ་བོད་ནང་གི་གནས་སྟངས་དང་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་མང་གཙོའི་འབྱུང་རིམ་སོགས་ལ་དྲི་བར་ལན་འདེབས་དང་དམིགས་བསལ་གསལ་བཤད་ཞུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་གྱི་སྤྱི་ལྷན་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཐོག་ལའང་འཁྱུས་ཤོར་མེད་པ་གང་ལ་གང་འཚམ་གྱི་ཡག་ཏུ་ཕྱིན་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་གིན་གོང་དུ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་རེད། མ་འོངས་པར་ཨ་རིའི་ USAID རོགས་ཚོགས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་ཏིན་སྒོར་འབུམ་བརྒྱ་ཙམ་ཞིག་རོགས་དངུལ་ཡོང་ཐུབ་པའི་རེ་བ་འདུག འཛིན་སྐྱོང་མཉམ་དུ་གོ་བསྡུར་བྱུང་སོང་། དེའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ནུས་པ་དང་འཛིན་སྐྱོང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ། ས་གནས་འཁྱུས་ཚོགས་ཁག་ལ་མཐུན་རྐྱེན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཕན་ཐོགས་པའི་ལས་རིམ་ཞིག་ཡོང་ཐུབ་རྒྱུའི་རེ་བ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དག་ང་ཚོའི་ལས་བསྒོམས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྙིང་བསྡུས་བྱས་ཏེ་ཞུས་པ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ཚོགས་གཙོ་དམ་བཅའ་ཕུལ་བའི་རྗེས་སུ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༥ ཉིན་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ལ་དམིགས་བསལ་གཟིམ་ཆུང་མཇལ་ཁ་བཀའ་དྲིན་བསྩལ་གནང་སོང་། དུས་དེ་ནས་བཟུང་ང་ཚོ་སྤྱི་པའི་ལས་དོན་གྲུབ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོའི་འགན་ཁུར་ཞུ་རྒྱུའི་སྙིང་གི་ཐུང་དང་སྤོབས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་སོང་། འདི་འདྲའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་གང་ལ་གང་འཚམ་གྲུབ་ཐུབ་པ་དེ་དམིགས་བསལ་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཐུགས་རྗེའི་གཟིགས་པ་གནང་བ་ཁོན་ལས་བྱུང་བ་ཆགས་བསྡད་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ད་རེས་ཀྱི་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པ་ཆེན་པོས་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་དྲིན་བླ་མེད་དུ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་བོད་སྤྱི་པའི་ལས་དོན་ཐུན་ཙམ་གྲུབ་རྒྱུའི་བདག་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། འདི་འདྲའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བ་མི་ཚེའི་ནང་ལ་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་བརྩི་ཡི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་དང་དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཚང་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་གྱི་ང་ཚོ་གལ་ཆེ་བ་གཅིག་དེ། ང་ཚོ་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་བླ་ན་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་སྐུ་ཕྲེང་ན་རིམ་རེད། ལྷག་པར་དུ་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་སྐུ་ཕྲེང་བཅུ་བཞི་པ་ལྟ་བུ་མཚོན་པ་ཡིན་ན། བོད་མི་དང་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་སློན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ། ༧སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ནས་ཡིན་ནའང་ཐུགས་བརྩེ་གཟིགས་ཆེན་པོས་ང་ཚོ་བོད་མི་སྐྱོང་བ་དེ་ང་ཚོས་ཚད་འཛལ་དཀའ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། ངས་དེ་སྔོན་གྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་བཞི་པའི་མཇུག་བསྒོམས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་ནང་ལ། དཔེ་མཚོན་ཙམ་ཞུས་ཡོད། ད་རེས་བསྐྱར་དུ་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། " ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་

མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་རྒྱ་གར་བྱང་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་ཆིབས་བསྒྱུར་བསྐྱངས་པའི་སྐབས་སུ་ Guwahati ནས་ Dibrugarh ཡི་བར་ལ་གནམ་གྲུ་ནང་ཆིབས་བསྒྱུར་བསྐྱངས་པ་རེད། སྐབས་དེ་དུས་གནམ་གྲུ་ཆུང་ཆུང་དེའི་ནང་འགྲོ་དུས་ཆར་འཚུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཨ་ཁ་ཛ་དྲག་གི་གནས་སྟངས་ཤིག་ལྷག་སོང་སྣམ་པའི་ཚོར་སྣང་བྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡིན་ནའང་བོད་མི་ས་ཡ་དྲུག་གི་གནས་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ན་བསམ་པ་སེམས་པའི་ནང་ལ་ཐུགས་ཚོར་ཤུགས་ཆེན་པོ་བྱུང་སོང་ཟེར་ནས་ང་ཚོར་དེ་བཀའ་ཕེབས་གནང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དགོངས་པའི་ནང་ལ་བོད་མི་རིགས་ལ་ཐུགས་འཁུར་ཆེན་པོ་གནང་བ་འདི་ཚོ་ཏ་ཙང་གི་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་རླབས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། རྩ་བའི་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་འདིར་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་བལྟས་པ་ཡིན་ན། བོད་ས་ཤོར་ནས་གནས་སྟངས་ཐབས་སྡུག་པོ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད་དེ། ཕྱོགས་གཞན་ནས་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེའི་གཟིགས་པ་དང་བཀའ་དྲིན་གྱི་འོག་ནས་ང་ཚོ་ལས་རིམ་བརྩམས་གནང་བ་དེ་དག་དཔེར་ན། བསྐལ་བཟང་དུས་བཟང་གི་དུས་ཚོད་ལྟ་བུ་ཞིག་བརྩིས་པ་ཡིན་ནའང་མི་ཚིག་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ན། ཆོལ་ཁ་དང་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐུ་ཚབ་ངོས་ནས་བོད་མི་ས་ཡ་དྲུག་གི་ངོ་ཚབ་དང་བོད་སྤྱི་པའི་ལས་དོན་བརྩམས་བཞིན་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མང་གཙོའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཚད་དང་ལྡན་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོང་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་མཚན་གཙོ་བོ་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བཀའ་དྲིན་ཤུགས་ཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་དུས། ང་ཚོའི་ངོས་ནས་བཀའ་དྲིན་ཚོར་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་ཚོར་ཤེས་ཐུབ་དགོས་པ་དེའང་ཏ་ཙང་གི་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་རེད། ད་ནང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་གསུང་བབ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟའི་དཔལ་ལྡན་བཀའ་ཤག་གི་ས་ཐོག་ནས་གསལ་བཤད་ཕེབས་སོང་། འདི་འདྲའི་༧སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་མཚན་སྨད་དང་སྐྱུར་འདེབས་རིགས་ཏ་ལམ་སེམས་ཀྱི་ཟུར་ལའང་དྲན་མི་ཐོད་པ་ཞིག་དང་། གལ་སྲིད་འདི་རིགས་དྲན་པ་ཡིན་ནའང་ལས་འབྲས་ཆུད་ཟ་བར་གཅིག་དང་། དྲིན་ལན་ལོག་འཇལ་གྱི་ངོ་བོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བརྩི་ཡི་ཡོད། སོང་ཙང་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་ལ་དྲིན་ལན་ལོག་འཇལ་མ་སོང་བར། བོད་མི་ཚང་མས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཡིད་གཟབ་གནང་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ཁོང་གི་མཛད་འཕྲིན་ལ་གཞོགས་འདེགས་སུ་འགྲོ་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ། ཐུགས་མཉེས་པའི་རྗེས་སུ་བཟུང་ཐུབ་ཐབས་གནང་དགོས་རྒྱུ་བོད་མི་ཚང་མས་ལས་འགན་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་རེས་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་འབོད་སྐུལ་ཤུགས་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་ནན་པོ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

གལ་ཆེ་བ་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ། ང་ཚོ་བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཆིག་སྒྲིལ་གྱི་ནུས་པ་མཉམ་སྤུངས་བྱེད་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ་དེ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ངས་རྒྱུ་མཚན་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་ཞུ་ཡི་ཡོད། **དང་པོ།** ང་ཚོ་ཆིག་སྒྲིལ་ཡོང་རྒྱུར་མ་ཐུབ་རྐྱེན་ལྟ་བུ་དེ། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནས་བབ་ཐོག་ནས་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ནུས་པ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ཐུབ་རྒྱུ། **གཉིས་པ།** དེ་བསམ་བློའི་ཁྱེར་སོའི་ཐོག་ནས་ནུས་པ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ་དང་། **གསུམ་པ།** དེ་རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་གི་ཐོག་ནས་ནུས་པ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ཐུབ་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དང་པོ་ང་ཚོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བརྩིས་པ་ཡིན་ན། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐོག་མར་གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོ་ནས་བཟུང་བོད་སིལ་བུར་མ་ཆགས་བར་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་བར་གྱི་རིང་ལ་བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ཟེར་ནས་གཅིག

སྒྲིལ་ནུས་པ་གོང་བུ་ལྷུགས་ནང་བཞིན་གྱི་གནས་ཡོད་པ་རེད། བོད་སིལ་བུར་ཐོར་བའི་རྗེས་སུ་ཡིན་ནའང་ས་སྐྱ། ཕག་གྲུ་ རིན་སྤུངས་པ། སྡེ་པ་གཙང་པ། དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་གི་བར་དུ་ཆོལ་གསུམ་ཆིག་སྒྲིལ་གནས་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་ནང་ལའང་ང་ཚོ་ཆིག་སྒྲིལ་གནས་ཐུབ་པ་གཅིག་དང་། དེ་བཞིན་ད་ལྟའི་ང་ཚོའི་གནས་བབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་བའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། བོད་མི་མང་ཆེ་བ་དེ་བོད་ནང་ལ་ལྷག་བསྡད་པ་ཡིན་དུས། ཁོང་རྣམ་པའི་དཀའ་སྡུག་དེ་དམྱལ་བ་མི་ཡུལ་དུ་འཐོས་པ་ལྟ་བུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་དུས། འདི་ཚོའི་ངོ་ཚབ་མཚོན་ཐུབ་རྒྱུ་དང་། ང་ཚོའི་ངོས་ནས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ལས་རྒྱུ་འབྲས་ལའང་མི་རྟུང་བའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོལ་གསུམ་ཆིག་སྒྲིལ་ཡོང་ཐུབ་དགོས་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་ཞུ་དགོས་རྒྱུ་དེའང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཆགས་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བསམ་བློའི་ཁྲིར་གསོའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་ཐག་རིང་པོ་དེ་ཉེ་པོ་བཟོ་རྒྱུ་དེ་དག་ང་ཚོའི་བསམ་བློ་གཏོང་ཕྱོགས་ཁོ་ན་ལ་རག་ལུས་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཁོང་བོད་པ་རེད། ཁོང་ང་ཚོའི་ཁ་ཁྲག་གི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་རེད་སྙམ་པའི་གཅིག་གི་གཅིག་ལ་བློ་ཉེ་པོ་ཡོང་ཐབས་བྱ་རྒྱུ། འདི་ལ་དོགས་པ་རྣམ་རྟོག་མང་པོ་རིགས་མི་ཡོང་རྒྱུ། གང་ལྟར་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་འདུ་ཤེས་ཤིག་བཟུང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། འདིའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་རང་བཞིན་གྱི་ཆིག་སྒྲིལ་ཡོང་ཐུབ་རྒྱུ། ཡོང་མི་ཐུབ་པའི་གནས་སྟངས་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག དཔེར་ན། རྒྱལ་སྲས་ཞི་བ་ལྷས་གསུང་པ་ལྟར། **གོམས་ན་སླ་བར་མི་འགྱུར་བའི། དངོས་དེ་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན།** ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་བསམ་བློ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ན། རིམ་པས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་བསམ་བློར་འགྱུར་བ་འགྲོ་ཐུབ་རྒྱུ་དེ་ཏན་ཏན་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་དུས། འདི་ཚོའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པ་དེ་ཧ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་གྱི་གསུམ་པ། རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་ནུས་པའི་ཐོག་ནས་ཆིག་སྒྲིལ་ཡོང་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ། དེ་བས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོ་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་སོ་སོའི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་ཟེར་བ་དེ་སོ་སོའི་གནས་སྟངས་ལས་རྩ་ཆེ་བ་ཞིག་བརྩི་ཡི་ཡོད་པ་རེད། སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་གནས་རྒྱུར་མི་གཅིག་གཉིས་དང་མི་བཅུ་ཕྲག་འགའ་ཤས་ཀྱི་རྒྱུན་འཛིན་བྱ་ཐུབ་རྒྱུ་མེད་པ་རེད། འདི་འདྲའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཟེར་བ་དེ་རང་བཞིན་གྱི་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་དུས། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་ཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་མི་མང་གིས་ཐོག་ནས་གྲུབ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་ལ་བརྩི་མཐོང་ཆེན་པོ་བཞག་པ་ནང་བཞིན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལའང་བརྩི་མཐོང་ཆེན་པོ་ཞིག་འཛོག་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། དེའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་ཆིག་སྒྲིལ་ཡོང་རྒྱུའི་མཐུན་རྐྱེན་ལྷ་ན་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག འདི་འདྲའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་ཆིག་སྒྲིལ་ཡོང་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་དང་། ལེགས་བཤད་འདི་ཚོའི་ནང་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། **མང་པོ་གཅིག་ཏུ་བློ་མཐུན་ན། ཉམ་ཆུང་གིས་ཀྱང་དོན་ཆེན་འགྲུབ།** ཞེས་པ་ལྟར་གང་ལྟར་བློ་མཐུན་པོ་དང་ནུས་པ་ཆིག་སྒྲིལ་ཡོང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་བོད་དོན་སླར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་དང་གཞན་ཡང་བོད་མིའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་རྒྱུན་འཛིན་གནང་ཐུབ་རྒྱུར་ལས་སླ་པོའི་ངང་ནས་ཡོང་ཐུབ་རྒྱུ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ང་ཚོས་དེའི་ཐོག་ནས་ཆོལ་གསུམ་ཆིག་སྒྲིལ་གྱི་གནས་སྟངས་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ཚང་མས་སྒོ་ཀུན་ནས་གནང་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ་དེ་རྒྱུ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་ཚང་མས་བསམ་གཞིགས་བྱ་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ་དེའང་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

གཙོ་བོ་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཐུགས་རྗེའི་བཀའ་དྲིན་རེད། རྒྱ་གར་གཞུང་མང་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས། ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་འདྲའི་ནང་ནས་མ་འདྲ་བ་ལྔ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ང་ཚོའི་སུ་མ་ཐུབ་ནས་རྒྱུན་འཛིན་གནང་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ། ནུས་པ་ཆེ་རུ་ཡོང་ཐབས་བྱ་དགོས་རྒྱུ་དེའང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཚང་མའི་ཐོག་ནས་ཐུགས་འགན་བཞེས་དགོས་པ་གཅིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ནས་ཀུང་དོ་སྣང་དང་ཕྱར་གྲུ་མཉམ་འདེགས་ཡོང་ཐུབ་རྒྱུར་ཐུགས་འགན་བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

གཞན་ཡང་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ནང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་ནག་དམར་ཤོག་གི་སྒྲོམ་གཞི་ནང་དུའང་འགྱུར་བ་འགྲོ་ངེས་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་གྱི་ང་ཚོ་བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་ཡིན་ནའང་སྔར་བས་ལྷག་པ་བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་ཐབས་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཧན་ཧན་གྱི་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དགོངས་གཞི་རེད། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་སྲིད་བྱུས་ལངས་ཕྱོགས་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་རིམ་པས་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་འགྲོ་རྒྱུའི་རེ་བ་ཧན་ཧན་ཡོད་པ་རེད་སྙམ། རེ་བ་མང་བ་དེ་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་འགན་ཁུར་བཞེས་ཕྱོགས་དང་མདུན་བསྐྱོད་བྱེད་ཐབས་ལ་རག་ལུས་ཡོད་དུས། འདི་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་ཡོང་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་རེད་ལ། ང་རང་ཚོ་འབྲེལ་ཡོད་ཚང་མའི་ཐོག་ནས་དུས་རྒྱུན་དུ་ནས་བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་ཐབས་དང་འདི་འདྲའི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་ཏེ་གང་ལྟར་ལས་དོན་བཅམས་ཐུབ་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ད་རེས་ང་ཚོ་སྐབས་བཅུ་དྲུག་པའི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དྲུག་པ་ཚགས་ཚུད་པོ་ཡོང་རྒྱུར་མ་ཐུན་འགྱུར་གལ་ཆེ་བ་ཁག་ཅིག་ཡོད། གཙོ་བོ་ཚོགས་དྲུང་གཙོས་པའི་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་རེད། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཐད་གཏོང་གནང་མཁན་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྒྲ་བརྙན་སྡེ་ཚན་དང་ཀམ་པུ་ཊར་སྡེ་ཚན། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་ཉིན་བཅུའི་རིང་ལ་ལས་ཁུངས་སུ་སྔ་པོ་ཕེབས་རྒྱུ་དང་ཕྱི་པོ་བཞུགས་དགོས་རྒྱུ། ཚོགས་དྲུང་གི་ལས་བྱེད་ཡོངས་དང་དེ་བཞིན་ཕྱི་ནང་གི་བདེ་འཇགས་ཆེད་དུ་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ལས་བྱེད་རྣམས་ནས་ཐུགས་སྣང་དང་དཀའ་ཁུར་ཆེན་པོ་བཞེས་གནང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ཁོང་རྣམ་པར་ད་རེས་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་བཞིན་ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་སྒྲ་ཐབ་ཞུ་མཁན་ས་རྣ་མཐོ་སློབ་ཀྱི་སློབ་ཕྲུག་དྲུག་ཅིག་དུས་རྒྱུན་དུ་ནས་དེར་ཕེབས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ཁོང་རྣམ་པར་ད་རེས་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་སླར་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ཐལ་ཆེར་ཚོགས་གཙོའི་མཇུག་བསྡོམས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ནས་མཚམས་འཛོག་རྒྱུ་ཡིན། ད་རེས་གྲོས་ཚོགས་འདི་གྲོལ་ནས་ཟླ་བ་དྲུག་གི་རྗེས་ལ་དཔལ་ལྡན་བཀའ་ཤག་ལྷན་རྒྱས་དང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་གཟུགས་ཁམས་བདེ་ཐང་དང་སྤྱི་པའི་ལས་དོན་ཐོག་མཉམ་ཞུགས་ཡོང་ཆེད་རེ་བ་དང་སྨོན་ལམ་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཕྱི་ཟླ་ ༡༢ པའི་ཚེས་ཤར་ལ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་གསར་པ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་གི་ལས་དོན་ཐམས་ཅད་ལམ་ལྷོང་ཡོང་རྒྱུར་སྨོན་འདུན་ཞུ་ཡི་ཡོད། མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐུ་ཚེ་བསྐལ་བརྒྱར་བརྟན་ཞིང་། ཐུགས་བཞེད་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་། བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་ཞིང་གང་མགྱོགས་གཞིས་བྱེས་མཉམ་འཛོམས་ཡོང་རྒྱུར་སྨོན་འདུན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།། །།

སརྦམངྒལམ།